

- 高校生ホームステイ in マドラス市体験記 (2~3)
- 皆さんを紹介します (4~5)
- 市役所組織一覧 (18~19)



ぼくの名前あったよ！

入園式が行われた4月4日の滋野保育園。「ぼくの名前があったよ！」喜ぶ園児の声と温かく見守るご両親の笑顔。みんな保育園で楽しく、すくすくと大きくなってくださいね。

アメリカ合衆国

高校生ホームステイ in マドラス市

アメリカの大地と人々に
ふれて成長した高校生



マドラス市は
ここです！



引率者の声 表情や感情の 変化をみて

かわうらま ち え
川浦真智恵さん

(東御市アメリカ友好協会会員)

私たちの初顔合わせとなった一月下旬の説明会では、高校生の皆さんはとても緊張していましたが、英会話の研修を通してお互いに理解し合ってきたと思います。いよいよ出発を迎え、訪れたビーバートン高校の日本語クラスでは、ただどしくも真剣に日本語を使うアメリカの高校生の姿に刺激を受けたことでしょう。

ホームステイをするマドラスに向かう時は、期待より不安のほうが大きかったことでしょう。しかしホストファミリーやマドラスの皆さんの温かい出迎えをうけ、不安の半分は消えたと思います。そしてマドラス高校で顔を合わせるたびに、満面の笑みですれちがう姿は、現地の高校生のように堂々としていました。12日間で高校生のさまざまな表情や感情を目にし、たくましさを感じました。また、高校生にとってマドラスの人々の温かさや、アメリカで生活する日本人の姿にも感じるものがあったと思います。

最後にこの貴重な体験をこのメンバーで共有できたことをとてもうれしく思っています。また、今回、このような機会を与えてくれたみなさんにも、心から感謝をしています。

昨年に引き続き、2回目となった姉妹都市オレゴン州マドラス市への高校生ホームステイ派遣事業が、3月6日から17日までの12日間、市内在住の高校生4名と引率者2名(友好協会員、市職員)の合計6名が参加して実施されました。

ホームステイでは、同世代のお子さんのいる家庭に滞在し、アットホームな雰囲気の中でとても温かく迎え入れていただきました。

また、マドラス市滞在中は、現地のマドラス高校へ2日間通い、地元の高校生と一緒に授業を受け、その校風やカリキュラムを肌で体験したほか、休日にはホストファミリーと過ごすなど、有意義な交流が図られました。

高校生たちが、さまざまな体験をし、言葉の壁を乗り越えて伝えようと努力した12日間。それぞれの思いを体験記として書いていただきました。

●あなたも国際交流の一翼を！

今後も高校生だけでなく、夏休みには中学生のホームステイも実施します。また、多くの皆さんに「アメリカ友好協会」に加入していただき、国際交流の一翼を担っていただけたらと考えています。

<マドラス市ホームステイスケジュール>

- 3/6(月) 上田→成田→(所要時間9時間)→オレゴン州ポートランド市内観光【ポートランド泊】
- 7(火) ポートランド州立大学、ビーバートン高校での研修→マドラス市へ→ホストファミリーと合流【各家庭へ】
- 8(水)、9(木) マドラス高校での授業、各種アクティビティーに参加
- 10(金) 姉妹都市委員長コーティン氏によるマドラス市内外観光(スミス・ロック州立公園、ハイ・デザート博物館など)
- 11(土) ホストファミリーと過ごす
- 12(日) " " ・夜フェアウェルパーティー
- 13(月) マドラス市→サンフランシスコへ移動
- 14(火) サンフランシスコ市内観光(ゴールデンゲートブリッジなど)
- 15(水) サンフランシスコ市内観光(ケーブルカー、フィッシャーマンズワーフなど)
- 16(木) サンフランシスコ発【機内泊】
- 17(金) 成田着→東京駅→上田駅(解散)



ビバ☆アメリカ！ ビバ☆マドラス！

なかざわ しおり
中沢 詩織さん（常田）

ホームステイに行くことになった時は、うれしい気持ちもありましたが、それ以上に不安が多く素直に喜ぶことができませんでした。

しかし、実際にアメリカの人と話をしてみると、意外とジェスチャーと単語だけでもコミュニケーションがとれました。毎日が楽しくて新鮮で、マドラスの皆さんの温かい人柄が大好きになりました。ホストファミリーとのお別れの時には涙があふれました。

様々な人との出会い、文化や考え方の違いを肌で感じて私は成長できたように思うし、目標もみつかることができました。もっともっと英語を勉強して、自信をもって英語を話せるようになりたいです。一緒にいったみんな、マドラスの方々、そして両親に…ありがとございました。

マドラスの食べ物とはとてもおいしかったです！ちなみに私のお気に入りにはワッフル♥でした！



ホームステイを 終えて

こばやし よしまさ
小林 佳正さん（新屋）

今回のホームステイを通しての目標は、日本とアメリカの違いを実感することでした。私が実感した違いを紹介したいと思います。まずはテスト風景の違いです。日本のテストは自分の力だけで問題を解きますが、アメリカは自分でまとめてきたノートを使って問題を解いていきます。次にアメリカでは16歳で車の免許を取ることができるので、高校生でも車の運転ができる人たちがいるのです。そのおかげでアメリカでできた友達だけでマドラス市内をドライブしたり、ダンスパーティーに行ったり、ジャグジープールへ連れて行ってもらったりと、とても楽しく過ごすことができました。

この貴重な体験をこれからの自分の人生に役立てていきたいと思っています。



アイラブ I ♥ マドラス！

はしもと みお
橋本 美央さん（本海野）

この12日間は、何もかもが新鮮で感動の毎日でした。まず強く心に残っているのは、アメリカで出会った人々の親しみやすい人柄です。初対面にもかかわらず温かく気軽に何の壁もなく接してくれました。そうした環境の中で毎日がとても充実していました。不安だった英語についても気持ち次第でいくらかでも越えられるのではないと思うくらい温かく迎え入れてくれました。アメリカが様々な分野でトップにある理由が分かったような気がしました。

本当にいろいろなことを考えさせられ、アメリカに行ったことで、同時に日本がより好きになりました。そしてもちろんマドラスが大好きです。

たくさんの方の協力をいただいて本当に感謝しています。



▲ホストファミリーとの楽しいひととき

I enjoyed my homestay!!

とうしょう けいこ
東城 景子さん（西海野）

アメリカでは多くの人に出会い、その優しさにふれることができました。私が何かを伝えようとするときは真剣に耳を傾けてくれ、私の英語を一生懸命理解しようとしてくれました。逆に私が理解できなかったときは、「ゆっくり話して」とか「分からなかった」というとできるだけ簡単な言葉で、ジェスチャーやメモ書きしながら繰り返し話してくれました。ホストファミリーやマドラス高校の友達と楽しい時間を過ごせたことは、私の自信になり、これから自分のやりたいことを見つける良い機会にもなりました。それだけでもホームステイをした価値が十分にあったと思います。

短い間でしたがアメリカについて、異文化について、コミュニケーションについて多くの素敵な体験ができました。この気持ちを大切にして英会話を勉強し、多くの文化にふれていきたいです。



▲マドラス高校で英会話に挑戦！



▲アメリカの大自然を満喫

皆さんを紹介します

社会教育指導員の紹介

生涯学習課と教育課では、生涯学習を積極的に推進するため、社会教育指導員を常駐させています。生涯学習をはじめ、人権同和教育・教育相談・青少年育成などごんなことでもお気軽にご相談ください。

・森泉 和雄 (中央公民館)
女性教育

田中地区生涯学習担当

・柳沢 祐三 (滋野公民館)
滋野地区生涯学習担当

増田 勝仁 (祇津公民館)

・増田 勝仁 (祇津公民館)
祇津地区生涯学習担当

・山崎 義人
(和コミュニティセンター)

和地区生涯学習担当

・渡辺 幹夫 (北御牧公民館)

北御牧地区生涯学習担当

・渡辺 正喜
(東部人権啓発センター)

人権同和教育担当

・猪股 惇
(北御牧人権啓発センター)

人権同和教育担当

・下條 貞昭 教育委員会事務局
教育相談担当

行政相談委員の紹介

総務大臣から行政相談委員として委嘱されている皆さんを紹介いたします。行政相談は、行政に対する苦情や意見、要望などを市民の皆さんからお聴きし、その実現や解決を目指す制度です。

・土屋 熊之さん (金井)

・中村 明さん (御牧原南部)

行政相談委員は、毎月のよろず相談などで皆さんの相談に応じていますのでお気軽にご参加ください。相談は無料で秘密は固く守られます。

こんにちは 交番・駐在所です

東部地区の安全を守る上田警察署東御牧交番の皆さんを紹介いたします。

薩田 牧夫所長は「交番では児童・生徒の安全のためパトロールを強化しており、今後も地域の皆さんと連携しながら安全確保を図ります。街頭犯罪(車上狙い、自転車盗など)も頻発しており、犯罪防止のため警戒をしておりますが、地域の皆さんのご協力が何よりも大切です。市民の皆さんどうしの連携で犯罪が起きにくい環境をつくるのが犯罪の芽をつむこととなります。何か不審なことがあったらお気軽に警察にご相談ください。」と話していました。

・薩田 牧夫所長



酒井政敏主任 兒玉邦夫主任
小林祐介所員 佐藤良忠所員
山崎浩人所員 宮澤勇太所員
小谷宗一郎所員 高橋基之所員

北御牧地区の安全を守るのは、望月警察署八重原警察官駐在所と大日向警察官駐在所の皆さんです。八重原駐在所の伊藤主任は「北御牧地区では幸いにも重大な交通事故が多発する傾向にはありませんが、一歩間違えば大事故になりかねない物損事故が多発しています。ドライブが気持ちいい季節になりますが、いつでもスピードは控えめにしてください。シートベルトをしっかり締めてください。」と話していました。大日向駐在所の土屋主任は「北御牧地区では車上狙いや空き巣が増加傾向にあり、就寝時をねらった忍び込みも起きています。自宅を留守にするとき、車を離れるときの施錠はもちろん、就寝時も自宅にいるからと安心せず、施錠をしてください。また子どもの安全を守るため、地域の皆さんにも子どもを見守っていただき、不審なこと、気付いたことがありましたらお気軽に警察に相談してください。」と話していました。



右: 土屋 行民 主任 (大日向)
左: 伊藤 正義 主任 (八重原)

◎分館長会長 清水 江一 分館長副会長 大久保利夫、倉島 慶和、松井 勲、吉沢 健二
 ◎保健補導員会長 中山 信子 保健補導員副会長 大井 清江

	区名	分館長	地区会長	保健補導員	地区会長	消防部長
田中地区	加常田	山岸一郎	副会長	小満山洋代	副会長	上原剛
	田中	大道三夫	会長	木貴美江	会長	渡辺敬
	本海野	大岩下利夫	大久保利夫	大原上沢原	大井 清江	白石石信
	西海野	大久保利夫	大久保利夫	原上沢原	大井 清江	中石熊
滋野地区	赤片	柳下市	副会長	田口由利子	副会長	入土慶太
	桜羽	田條川	会長	須寺島美恵子	会長	長谷川敦
	大石	長谷川	清水 儀	若藤林部	小河原 幸	岩井藤原
	中敷	清中山	江 儀	阿藤原	幸 子	高塚原
柵津地区	乙女	柳沢	一人	小野澤	江 子	
	王子	佐藤		齋藤		
	奈良	土屋	副会長	大花岩博	副会長	土屋哲夫
	横堰	山口	倉島 幸	土屋井	柳 沢	花岡大幸
和田地区	東上	柳田	副会長	清水力ヨ	副会長	山武下貴一
	大栗	渡辺	松井 祐	黒武柳舎	土屋 和美	黒恩田道
	善根	小福山	松井 祐	荒井	土屋 和美	五十嵐井
	善寺	松井	松井 祐	小深井	土屋 和美	山浦賢一
北御牧地区	上八重	小山	副会長	滝沢久良子	副会長	第5分団
	中八重	山原	吉 健	茨関友	中山 信子	上田八赤
	山下	荒井	吉 健	倉川裕	中山 信子	中山八倉
	下八重	鳴田	吉 健	荒木純	中山 信子	山下八滝

平成18年度 各区の役員紹介

(敬称略。スペースの関係上、お名前にルビ(読み方)がつつけられませんでしたがご了承ください。)

樹秀正 純之彦 忍博
 尾原村倉澤直井川
 赤茨今白滝
 尾原村倉澤直井川
 武村酒青土屋龍
 井瀬木屋龍
 朗治宏政郎文行和
 英龍忠美太志貴博

消防への意気込み新たに

消防団任命式

4月9日、文化会館サンテラスホールにおいて東御市消防団任命式が行われました。

新入団員の皆さんは式が始まる前に早速規律訓練を開始。消防団幹部や消防署員から指導を受け、最初は慣れない動作にとまどった様子でしたが、次第に素早い動きを見せて団員としての一步をふみ出しました。

今回任命されたのは、新しい副団長や分団長、部長など248名の皆さん。このうち新入団員として55名の皆さんが真新しい法被をまとうて任命を受けました。団員を代表して新入団員の市川悟さん（桜井部）が「良心に従い、忠実に消防団活動を遂行します」と高らかに宣誓を行いました。出席した団員は地域の安全を守る誓いを新たにしていきました。



▲団長が新入団員などに任命書を渡す



▲4月3日に市長から行われた団長の任命

平成18年度 役員・幹部の紹介 (敬称略)

団長	榎原龍太郎	ラッパ長	小宮山直樹
副団長	掛川久善	音楽隊長	丸山裕雄
副団長	荻原伸幸	副ラッパ長	山辺稔
第一分団長	井出史亮	副音楽隊長	山浦輝幸
第二分団長	滝沢博明	第一分団ラッパ長	小山高志
第三分団長	山越孝彦	第二分団ラッパ長	荻原高志
第四分団長	星野政和	第三分団ラッパ長	榎原利通
第五分団長	小山孝幸	第四分団ラッパ長	深井洋幸
第六分団長	小宮山恒夫	第五分団ラッパ長	依田博史
第一副分団長	堀口剛	第六分団ラッパ長	中山賢次
第二副分団長	小林裕明		
第三副分団長	塚田聡		
第四副分団長	小松史岳		
第五副分団長	柳澤祐一		
第六副分団長	井出広美		



交通安全への熱意新たに

交通指導員・補導員の委嘱式

4月1日、市役所において交通指導員・補導員の委嘱式が行われました。

今回委嘱を受けたのは指導員・補導員合わせて44名の皆さんで、任期は2年となっております。市長から一人ひとりに委嘱書が手渡されると、任務の大切さを感じていました。任命式のあとは、警察関係者から事故の状況を聞き、指導の基礎となる規律訓練を行いました。皆さんは春の交通安全運動で早速の街頭指導が

控えていることもあって、表情は真剣そのものでした。交通指導員・補導員は、街頭における交通指導や市民の交通安全に関する様々な活動を行っています。

地域の安全は熱意ある市民の皆さんによって支えられています。

地域の健康づくりの推進役

保健補導員の委嘱式

4月5日、文化会館サンテラスホールにおいて保健補導員委嘱式が行われました。

今回委嘱された保健補導員の皆さんは総勢400名。保健補導員は毎年委嘱され、地域の健康づくりを支える活動を精力的に行っています。各地区の代表者に対して市長から委嘱書が手渡され、皆さんは「自分たちの健康は、自分たちでつくり守る」という決意を確認していました。また、昨年度の保健補導員が

県の研究大会で発表した寸劇をビデオで鑑賞し、東御市保健補導員の活躍に見入っていました。今回委嘱された皆さんは、各地区における健診の取り組み、地域での説明を受け、早速活動を開始しています。



青少年の健全育成 に向けて―青少年 補導委員の委嘱式



4月12日、中央公民館において平成18年度東御市青少年補導委員委嘱式が行われました。今回委嘱されたのは30名の皆さんで、柳沢英夫教育長から一人ひとりに委嘱書が手渡されました。次いで今後の活動について話し合い、荻原慎一郎さん（上八重原）を会長に選出しました。会長に選ばれた荻原さんは「青少年問題の大きさは最近特に痛感していることです。環境浄化をはじめとして青少年育成に力を尽くしたいと思います。」と話していました。

青少年補導委員の任期は2年で、青少年の健全育成に関する街頭啓発や相談、環境浄化などの活動を行います。

市民の意見を市政へ 東御市まちづくり 懇談会開催



4月18日、田中コミュニティセンターにおいて「東御市まちづくり懇談会」（田中地区）が行われ、区長や副区長、各団体のメンバーなど約70名が出席しました。この懇談会は昨年まで「活性化懇談会」と呼ばれていたもので、活性化団体と名称が似ていることから、混同を避けるために改称されました。懇談会ではまず市長が今年度の重点施策について説明し、続いて各区から質問があった事項について市側から回答がありました。続いて自由な懇談となり、道路整備や交通対策、交通安全、教育振興など多くの質問が出されました。

このまちづくり懇談会は4月28日まで市内5地区で行われました。皆さんから頂いた意見は、市政全般における検討の題材として役立てられます。

教育振興を願って― 市に多額の寄付をし た2社へ感謝状



4月18日、教育振興資金として多額の寄付をした市内の2社（株式会社ミクニ、株式会社アムニティーズ）へ感謝状が贈られ、市役所で贈呈式が行われました。

市長が「多額の寄付を頂いたことに感謝し、教育の環境整備などに役立たせて頂きたいと思えます。」とあいさつし、出席した2社の関係者は「元氣な子どもが育つように役立てれば」と感想を話していました。

土屋市長 HOT HOT ダイアリー



No.21

日本列島、この冬はこのほか厳しい冬でした。そんな中、東御市は雪も少なく改めて住み良い地域であることを実感しました。

過日、保健補導員の皆さんが演ずる寸劇を見させていだきました。県内は無論、県外からの依頼もあって演じたきたとのこと納得ができました。短時間の中に健康に関する指導も含め本当に良くまとめられていました。

「読書」と言えば秋という答えが返ってきてきそうです。しかし、読書は一年を通して楽しいものです。何が楽しいかそれは人間の真理や自分が決して経験できないことが随所に描かれているということですね。直木賞作家の東野圭吾氏の小説を読みました。「手紙」という題の小説です。直木賞を受賞する以前の作品ですが、感動させられるとともに人間の真理を表した作品に仕上がっています。主人公は、強盗殺人の兄をもつ弟です。そのため、人生の節目節目で挫折を味わう。勤務先の社長は差別は当然であると突き放す。反面、「本当の死と違って、社会的な死からは生還できる」と諭す。「その方法は他の人間との繋がり糸を一本ずつ増やして行くしかない。」との助言を受ける。

随所にちりばめられた真理、深く考えさせられました。読書は自分を謙虚に、そして成長させてくれるものです。私の楽しみのひとつです。

土屋 哲男



すくすく育つとうみっ子!!

誕生日おめでとう! (5月生まれ)



たけうち あやか
竹内 彩夏ちゃん(海善寺北)
(1歳、H17.5.28生)

お誕生日おめでとう! 生まれて来てくれてありがとう。これからも彩夏の可愛い笑顔で皆を元気にしてね♥



しかだ こうたろう
鹿田 幸太郎くん(常田)
(2歳、H16.5.10生)

お誕生日おめでとう。いつもニコニコ元気いっぱいの幸ちゃんが大好き♥ これからもご飯をいっぱい食べて大きくなろうね!



やなぎさわ なおと
柳澤 那音くん(新屋)
(2歳、H16.5.14生)

♪はっぴーば〜す〜で〜〇〇♪と家族全員のために熱唱してくれるわが家のヴォーカリスト。今度はキミが主役だよ! ハッピーバースデー那音! 元気に育ってね!



やなぎさわ はるか
柳澤 遥香ちゃん(乙女平)
(2歳、H16.5.18生)

お誕生日おめでとう! はるちゃんといるとみんな笑顔になって幸せいっぱいだよ♥今のまま素直な優しい女の子になってね。



おぎはら はりて
荻原 颯くん(加沢)
(3歳、H15.5.28生)

いつも元気な颯くん。歌が大好き、お外大好き♥毎朝、大きな声で「いってらっしゃ〜い」って、家族みんなに元気をくれるやさしい子。お姉ちゃんお兄ちゃんと仲よく大きくなってね。

☆募集しまあ!!☆

(対象者 6月生まれの3歳まで)

写真・住所・氏名・TEL・コメント50字程度を添えて企画課広報担当までお送りください。締め切りは、5月11日(木)必着。



▲元気に体操!

和保育園は、和小学校と学校記念館に隣接した広い敷地にあります。春には満開の桜の下で、夏には緑いっぱい木陰の下で、秋には真っ赤なドウダンツツジやもみじの中で、元気一杯遊び、たくましい体と豊かな心を育んでいきます。

今年度から早朝保育が始まり、朝早くから活気ある子どもたちの声が保育園中に響くようになりました。

園の畑では、子どもたちが身近で野菜にふれられるようにジャガイモ、さつまいも、トマト、きゅうり、なす、ピーマンなどを栽培しています。子どもたちが自ら収穫し、丸かじりの経験をしたり給食

で味わったりして、食べ物への興味や感謝の気持ちを高めています。

異年齢交流では、3・4・5歳のお友達が一緒にグループで散歩やリズム遊び、制作などの活動をする中で、大きい子が小さい子のお手伝いをしたり、知っている事を教えたりします。また高校生や小学校のお兄さんお姉さんたちに何回か交流に来ていただき、同年齢の中だけでは育ちにくい「思いやりや憧れの心」を大切に育てています。

地域の皆さんから愛される「明るくステキな保育園」目指し、そして子どもたちの健全やかな成長を願っています。



▲楽しい給食

元気発信! 子育て施設
—和保育園の話題—

VOICE「喜怒哀楽」のコーナーは、嬉しいこと、悲しいことなど身近にあった話題や感じたことなど皆さんからのお便りを掲載します。疑問に感じていることでも結構です。皆さんの投稿をお待ちしています。(企画課「VOICE」宛)

ご入園ご入学 おめでとうございます

4月4日に市内各保育園・幼稚園で入園式が行われ、市内で約230名が入園しました。また4月5日には各中学校で入学式が行われ320名が入学し、4月6日には各小学校で入学式が行われ330名が入学しました。

このうち、滋野保育園の入園式では、園児がお父さんやお母さんと一緒に元気に登園し、かわいい笑顔を見せていました。

また、北御牧小学校では二年生のお兄さんお姉さんが学校の行事などを大きな写真で発表し、新一年生の皆さんが楽しそうに見ていました。

北御牧中学校では、期待に胸をふくらませた新一年生が少し緊張した表情を見せながら入学式に臨んでいました。



▲期待で胸いっぱいの新入生（北御牧中学校）



▲上級生の温かい歓迎をうけました（北御牧小学校）



▲園長先生のお話を聞きます（滋野保育園）

心の眼

(24)

人権同和教育指導員
猪股 惇

他者の心の痛みに思いをつなげて



『人権問題』と言うと、「なんだか難しそうでよくわからない」「私は差別なんかしていないから関係ない」という人もいます。

自分自身が回りの人（家族をふくめて）から、いじめられたり、バカにされたり、仲間はずしにされたり、無視されたこと、心に痛みを受けたことは、多少なりともだれもが経験していることだと思います。このときに回りの人が、気にかけてくれたことをどう感じたかを思い浮かべてそこから「人権問題」を考えてみたらどうでしょうか。

あなたの回りに、いじめられたり、バカにされたり、仲間はずしにされたり、無視されたりして心に傷を受けている人はいないでしょうか。自分の体験をその人の心の傷につなげて、自らの思いを重ね、その人の人権（人間らしく生きる権利）が考えられていくことが必要だと思います。相手のことを気遣うときに使われる「思いやり」「思いやりの心」という言葉があり

ますが、この言葉は私たちの耳に快く響きます。しかし、実際に使っている言葉の意味と、本来の意味の差が大きいことが気になります。一般的には、「思いやり」を、同情、お気の毒、かわいそうというニュアンスで使っているのが日常ではないでしょうか。この使い方では、逆に「同情はいらぬ」という反発に会うことがあります。これは上からの視線でものを言っていることにほとんどの人が気づかないで無意識に使っているからで、そこに差別性を感じるからでしょう。

『思いやり』を辞書で調べると、まず「同情」の語が出ています。そしてあとの方に本来は第一にしなければならぬ「苦しんでいる人の」思いを晴らすこと」が出てくるものがあります。『思いやり』はこの「思いを晴らす」方を強調していくのが、人権意識や、人権に対する感性を高めていく上で、意識していかなければならないことだと思います。

おいしい ヘルシークッキング②

(レシピ提供：食生活改善推進協議会)

= 射込みこうや =

たっぷりの煮汁でゆっくり煮込むと、ふっくらとできます。お客様料理としても、お子さんにも、介護食としてもおいしい料理です。

●材料（約4人分）

- 凍豆腐……………4枚
- 干しいたけ……………2枚
- A { にんじん……………30g
- しょうが……………大さじ1
- グリーンピース……………適量
- 鶏ひき肉……………150g
- B { しょうゆ……………大さじ1
- 砂糖……………大さじ1
- 片栗粉……………小さじ2

〈煮汁〉

- だし汁……………800cc
- 砂糖……………大さじ3

- 薄口しょうゆ……………大さじ2
- みりん……………大さじ2

●作り方

- ①凍豆腐は戻して軽くしぼる。横の真ん中に切れ目を入れ、袋状にする。
- ②Aの材料を各みじん切りにする。
- ③Bの材料をよく混ぜ合わせてAを加え、軽く混ぜ合わせる。
- ④凍豆腐に③の具を詰める。
- ⑤鍋に煮汁を煮立てて④を入

れ、落しぶたをして中火で15分くらい煮る。

- ⑥火を止めて、鍋の中で10分ほどおいてさまし、汁をしぼらず食べやすい大きさに切る。



学校だより



新入生を迎えて (入学式新入生)

歓迎の言葉より

東部中学校 三年

栗原 聡史
(田中)

冬の間、霜柱や雪でぬかるんでいたグラウンドに春の日が射し、周囲の桜のつぼみも膨らみ始めました。一年生の皆さん、そして保護者の皆様方、ご入学おめでとうございます。

皆さんはこれからの中学校生活にどんな希望を抱いているでしょうか。中学校生活が充実した三年間であつたと感じるか、なんとなく過ごしてしまつたと感じるかは皆さんの心の持ち方ひとつで決まると思います。

僕は皆さんに、何か一つでも「夢中になれるもの」を見つけてほしいと思います。そしてそれに立ち向かつていってほしいと思います。僕は一年生の四月、野球部に入部しました。入部したてのころは応援の練習が中心でしたが、三年生が引退してからは、休み返上で厳しい練習が始まりました。時には疲れが溜

まりつらいと感じることもありましたが、仲間と励ましあい、いま夏の大会に向けて練習に励んでいます。僕はその練習の中で友達の大切さ、精神力、礼儀などたくさんのことを学び、またチーム内で実力を競い合うことにより、着々と自分のレベルを上げることで、チーム全体のレベルアップにもつながり、とても充実した日々を過ごすことができています。

皆さんは今、入学した喜びの反面、クラスの友達はどうな人たちなんだろうか、勉強についていけるのだろうか等の不安も感じていることでしょう。中学校生活における友達は、互いに支えあい、励ましあう関係を築くことが大切だと思います。一生の友達を作ることができるのもこの三年間だと思います。その友達と最高のクラスを創り上げることが、一番の思い出になると思います。そして勉強も、毎日の小さな積み重ねが自信につながり必ず結果に表れてくるはずです。

何か困つたことがあつたら一人で悩まず、まず友達や先生、先輩に相談してみてください。きっと良いアドバイスをくれるはずです。そして自分の手で明るく元気な最高の中学校生活を掴んでください。みんなで東部中学校の歴史を築き上げていきましょう。

中学校に入学して

(入学式新入生)

代表の言葉より

東部中学校 一年

宮入 聡瑠
(東町)

今日は僕たちのためにこのような素晴らしい入学式をしていただきありがとうございます。僕は小学校を卒業してから今日の日が楽しみでした。

僕には、今年、中学校を卒業した姉がいます。姉を見ていると、休みの日も部活動や勉強をがんばっていて、僕もしつかりやらなくてはと思っています。

部活動では、まだ具体的にどの部にするか決めていませんが、運動系の部に入りたいと思います。顧問の先生や、先輩の言うことをよく聞いて、早く上達できるようにがんばりたいです。

勉強では、校長先生が中学校説明会のときにおっしゃられたように、毎日二時間は家で予習や復習をやりたいと思います。できるかどうか分からないですががんばりたいと思います。また英語などの新しい勉強があり、少し不安もありますが楽しみでもあります。教科によって先生がかわり、いろいろな先生に教えてもらえるのも楽しみです。

わたしは、四年生になつて放送委員になりました。初めての委員会なので、わたしはめあてを三つきめました。一、大きな声で、はっきりしゃべる。二、時間内に放送室に行く。三、小さな声でしゃべらない。わたしは、このめあてをやりとげたいです。

二年生のスタート

北御牧小学校 二年

依田 琴音
(下八重原東)

春休みのさいごの日、あしたから学校だという気もちがありませんでした。わたしは四月から二年生になります。入学式の日、やっと目がさめました。わたしは、入学式でよびかけをします。ドキドキしながら言いました。あたらしい一年生は、かわいくて、おてんばで、わたしたちとにているなあとおもいます。わたしも二年生ががんばります。

四年生のめあて

北御牧小学校 四年

大川 空
(御牧原南部)

わたしは、四年生になつて放送委員になりました。初めての委員会なので、わたしはめあてを三つきめました。一、大きな声で、はっきりしゃべる。二、時間内に放送室に行く。三、小さな声でしゃべらない。わたしは、このめあてをやりとげたいです。



▲入学式の様子

図書館へ行こう!

東御市立図書館 ☎64-5886

⑬

5月のテーマブック

親子

5月から、子どもの日・母の日・父の日が続きます。今月は「親子」をテーマにしました。

● ぼくのおかあさんは でぶだぞ



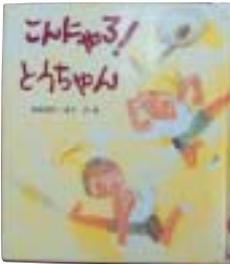
そうま こうへい 作

● お母さんお元気ですか



はら みちお 作

● こんにちはーとうちゃん



梅田俊作/佳子 作・絵

つらむためになる図書館 その9

本を探す便利な道具
検索端末OPAC②
近隣の図書館の蔵書も
お取り寄せできます

きますので一層のご利用をお待ちしております。参考に、当図書館の17年度の予約ベスト3と貸出ベスト3をご紹介します。

東御市立図書館で貸し出し可能な図書については、その場で貸し出しができませんが、図書館情報ネットワークに加盟している近隣図書館の図書も、その図書が本棚にある場合は、予約をしてから2日、3日で東御市立図書館に届いて、皆さんに貸し出すことができます。また、既に貸し出し中の図書につきましては、その本が返却されるまでの時間がかり、人気のある本だとなおお時間がかかりますが、予約することができます。OPACが新しく稼動した1月以降は、以前に比べて予約の依頼も目に見えて多くなりました。近隣図書館の図書もOPACにより簡単に検索がで

年間予約ベスト3

	一般書	児童書
1	電車男	ハリー・ポッターと不死鳥の騎士団
2	ダ・ヴィンチ・コード	かいけつゾロリの大どろぼう
3	弧宿の人	デルトラ・クエストⅢ 4

年間貸出ベスト3

1	伊藤家の食卓裏ワザ Cooking	ミック5
2	蛇にピアス	はらぺこあおむし
3	インストール	ミック

◆新着本案内◆

◆一般書

- 野生の条件……森村 誠一・著
- にわか大根(猿若町捕り物帳)……近藤 史恵・著
- 少年は探偵を夢見る……芦辺 拓・著
- 名探偵はどこにいる……霧舎 巧・著
- ニッポンを解剖する……養老 孟司・著
- ◆ 児童書
- 「ナルニア国」への扉 ピアトリス・ゴームリー 作
- 勇太と死神……立石 彰 作
- バラ咲くじゅうたんのあるところ……ロナルド・ハイムラー 絵
- くまのサーシャはなくしやさん……ローラン・リエナール 絵
- 子ぎつねヘレンの10のおくりもの……田中 伸介 絵

行事予定

おはなしたまごによる
5月のおはなしごども会

日時 5月20日(土)
午前10時30分から

場所 市立図書館2階読書会室
内容 パネルシアター

- 「これなあに!」
- 読み語り 「そらをとんでみたい」
- 「こすずめのぼうけん」
- 「ふくろうのそめものや」 他
- 紙芝居 「したきりすずめ」
- 語り 「鳥のみじさ」
- 作って遊ぼう
- 「パンパンとりゲーム」

5月19日(金)は、おはなし会があります
場所・時間 こどもフロアにて
午前10時30分
対象：就園前の子どもさん

図書館発 オススメの一冊

- パズル・パレス 上・下 ダン・ブラウン 著
- 最も謎に包まれた史上最強最大の諜報機関、NSA。別名パズル・パレスのスーパーコンピューター「トランスレータ」。対テロ対策として開発されたが、一般市民の全通信をも傍受できるこのコンピュータの存在は、第一級の国家機密であった……
- 情報化時代のテロリズムをスリリングに描く。「ダ・ヴィンチ・コード」のダン・ブラウンの鮮烈なデビュー作。
- よみがえれ! 大地 高村たかし 作



新潟県中越地震。今も続く復興への願い。「みんな壊れてしまった。でも負けない!!」住み慣れた地を遠く離れ、たくましく生きる子どもたち。地震の恐ろしさをもう一度、考えてください。

● じしんのえほん
こんなときどうするの?
福田 岩緒 絵



1年生の仲良し7人組。元気に学校の門を出て、それぞれの家へ帰って行きました。その途中震度5弱の地震が……。1人で居るときに地震がきたらどうしよう?どうなるのかな?どうしたらいいのかな?に答える、命を守る絵本。

インターネットで図書館の本が検索できます。 <http://www.echol.gr.jp>

ご存知ですか？人間ドックの補助金

肥満や高血圧、高脂血、高血糖、高尿酸などは進行すると体中の血管がもろくなったり傷ついたりします。しかもこれらは自覚症状がないまま進行してしまいます。自覚症状がないとい「自分は健康だ」と思いがちです。そして心疾患や脳血管疾患がおきてからはじめて気がつくことが多いのです。人間ドックによる健診は、病気のきっかけとなる弊害の早期発見に効果的で、自分の体がどんな状態にあるのかを知ることができます。



●人間ドックの補助金はどのように交付されますか？

東御市の人間ドック受診数は、平成16年度 178件、17年度 214件と増加傾向にあります。そこで人間ドック補助金についてのご質問にお答えしたいと思います。



Q 最近市内の病院で人間ドックを受診しましたが、市から補助金が交付されるという話を聞きましたが。



A 東御市内に住所のある35歳以上の方が人間ドックを受診した場合、保健係へ申請していただくと、補助金が交付されます。

ただし、^{*}市内の医療機関で受診した場合に限ります。



Q 私は今年の5月でちょうど40歳になります。人間ドックを小諸市内の病院で受けようと予定しているのですが・・・



A 平成18年4月1日から19年3月31日までにちょうど40歳、50歳、60歳になる方については、市外の医療機関で人間ドックを受診された場合についても補助金の交付対象となります。



Q 補助金はどのくらい交付されますか？



A 補助金額は、15,000円が上限で、1年に1回のみ補助します。ただし、人間ドック基本料金（追加検査料金を含まない人間ドックの受診費用）から、受診者が加入している各健康保険等で定められた助成額を差し引いた額が対象となります。



Q 申請はどうしたらいいですか？



A 補助金を希望される方は、総合福祉センター内の保健係（または市役所国保年金係）にある「人間ドック補助金交付申請書」に、必要事項を記入し、「領収書」「健康保険証」「印かん」「口座番号のわかるもの」を添えて提出してください。また、社会保険、共済、健保組合等加入者で会社からの助成金がある場合はその金額のわかる領収書等もご持参ください。



ご不明な点があればお気軽にお問い合わせください。

※人間ドックを受けられる市内の医療機関

衿津診療所（東町） ささき医院（本海野） 東部クリニック（田中）
東御記念セントラルクリニック（県） 東御市民病院（鞍掛）

○また、今年度から20歳以上の女性を対象に子宮頸がん検診補助金制度ができました。先日保健補導員さんを通じてお配りした、「平成18年度 各種検診のご案内」＜保存版＞4ページをご参照ください。

●問い合わせ先 健康保健課保健係（東御市総合福祉センター内）TEL64-8882



18年度から

第1号被保険者(65歳以上の方)の 介護保険料が 見直しになります

65歳以上の方の介護保険料が以下のとおり見直しになります。ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

1. 市町村ごとに保険料の基準額が決定されます

65歳以上の方の介護保険料は、市の介護保険の運営にかかる費用の総額のうち、65歳以上の方が負担する割合〔平成18年度から（19%）〕で決定されます。

2. 一人ひとり保険料が違います

一人ひとりの保険料は、被保険者本人や世帯員の所得の状況により異なります。

低所得者の負担を軽減するために、介護保険法の改正等により7段階に区分されました。

所得段階	対 象 者	保険料年額
第1段階	・生活保護受給者 ・世帯全員が住民税非課税で老齢福祉年金受給者	21,500円
第2段階	本人の前年中の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の方	28,600円
第3段階	世帯全員が住民税非課税で第2段階以外の方	35,800円
第4段階	本人が住民税非課税（本人以外の世帯員は課税）の方	47,700円
第5段階	本人が住民税課税で前年中の合計所得金額が200万円未満の方	59,600円
第6段階	本人が住民税課税で前年中の合計所得金額が200万円以上400万円未満の方	71,600円
第7段階	本人が住民税課税で前年中の合計所得金額が400万円以上の方	83,500円

3. 保険料の納め方は2種類あります

①年金額が、年額18万円以上の方は年金から差し引きとなります。

- ・老齢福祉年金等差し引きの対象とならない年金があります。
- ・年度途中で65歳になった方や他市町村から転入してきた方など年金からの差し引きができない場合があります、この場合は納付書等により市へ直接納めていただきます。

仮 徴 収			本 徴 収		
4月（1期）	6月（2期）	8月（3期）	10月（4期）	12月（5期）	2月（6期）
前年の所得が確定していないため、暫定的に前年度2月の保険料額と同額が年金から差し引かれます。			保険料の確定を受けて、仮徴収分との調整が行われ、「確定した年度の特別徴収保険料－仮徴収合計額」が3回に分けて徴収されます。なお、過払いの方には、別途通知します。		

②年金額が、年額18万円未満の方は納付書等により市へ直接納めていただきます。

※40歳以上65歳未満の方は、第2号被保険者として医療保険の算定方法によって医療保険の保険料と合わせて徴収されます。

●問い合わせ先 福祉課高齢者係 電話64-8888

ケアポートみまき発 健康増進プラザ 水と健康 ④

売っている水は

何が違う?!

温泉アクティブセンター
健康運動指導士 油井 春彦

最近、多くのミネラルウォーターが店頭で売られるようになっていきました。様々な種類があるミネラルウォーターには、いったいどんな違いがあるのでしょうか？

ミネラルウォーターとはいわゆる天然水であり、海外では原水を深い地下の水源から直接採取し、空気に触れる前に容器に詰められたものに限ってそう呼ばれています。我が国においては以下の4種類に分類されています。

- ① 「ナチュラルウォーター」：特定水源の原水で沈殿、ろ過、加熱殺菌以外の処理を行っていないもの
- ② 「ナチュラルミネラルウォーター」：ナチュラルウォーターのうち無機質分（ミネラル分）が溶け込んだもの
- ③ 「ミネラルウォーター」：ナチュラルミネラルウォーターを原水として品質を安定させる処理を行ったもの
- ④ 「飲用水」「ボトルドウォーター」：それ以外のもの

売られている「ミネラルウォーター」の違いはその「硬度」にあるといえます。「硬度」とは、水に含まれるミネラル分のカルシウムとマグネシウムの量を数値化したものです。

国産のミネラルウォーターの多くは数値の低い「軟水」で、ヨーロッパ原産のものには「超硬水」や「一般的な硬水」と分類されている商品もあります。「硬水」に含まれるマグネシウムは下剤の効果があり、便秘気味の人にお勧めです（多量に飲まないでください）。またカルシウム不足の方にも「硬水」は勧められています。肉料理ではアクが抜けやすい「硬水」が、それに対して素材の味を引き出す和食では「軟水」が向いているといわれています。

蛇口をひねれば出てくる水道水（軟水）と大地からの恵みであるミネラルウォーターのそれぞれの特徴を生かし、飲み分けたり使い分けたりして自分の健康を考える、そんな時代が訪れているのかもしれない。

問い合わせ先
温泉アクティブセンター

（ケアポートみまき内）
☎ 61-6006

地域包括支援センターインフォメーション ② —はじまる！ 足腰シャンシャン教室—

●自宅でできる体操



教室に参加して、自信と体力をつけませんか。
お茶タイムなどのお楽しみもあります。

●相談会



●足腰の健康を確認

10m全力歩行・踏み台昇降運動・つぎ足歩行などの測定を行い、足腰の健康を確認します。

「老化は足下から」と昔から言われますが、足腰の衰えは転倒した際にケガをする確率が上がるばかりでなく、外出をしないことによつて脳への刺激が減り、認知症のきつかけになるなど、万病のもとにもなりかねません。

そこで、今年度も各区公民館や総合福祉センターなどで、足腰の健康の確認をはじめ、自宅のできる体操、日常生活のアドバイスや個別相談会などの足腰シャンシャン教室を実施します。皆さん、奮ってご参加下さい。日程や内容などは各区によつて異なりますので、詳細についてはお問い合わせください。

問い合わせ先 東御市地域包括支援センター
電話64-5000（総合福祉センター内）



市内河川の水生生物調査について②

先月号で河川水生生物調査の目的や調査方法を掲載いたしました。今回はその結果についてお知らせします。

水質の階級を、きれいな水、少し汚れた水、汚れた水、大変汚れた水の4つにわけ、それぞれの階級に指定されている指標生物の個体数から、その地点の水質を判定しました。

No.1 金原川上流

「きれいな水」と「大変きたない水」の指標生物がみられ、このうち「きれいな水」の指標生物が多かったため、判定は「きれいな水」

No.2 金原川下流

「きれいな水」から「きたない水」までの指標生物がみられ、このうち「きれいな水」の指標生物が多かったため、

判定は「きれいな水」
No.3 求女沢川上流

「きれいな水」の指標生物だけがみられ、判定は「きれいな水」

No.4 求女沢川下流

「きれいな水」から「大変きたない水」までの指標生物がみられ、このうち「少しきたない水」と「きたない水」の指標生物が多かったため、判定は「きたない水」

No.5 所沢川上流

「きれいな水」と「きたない水」の指標生物がみられ、このうち「きれいな水」の指標生物が多かったため、判定は「きれいな水」

No.6 所沢川下流

「きれいな水」から「きたない水」までの指標生物がみられ、このうち「きれいな水」の指標生物が多かったため、判定は「きれいな水」

No.7 大石沢川上流

「きれいな水」から「きたない水」までの指標生物がみられ、このうち「きたない水」の指標生物が多かったため、判定は「きたない水」

No.8 大石沢川下流

「きれいな水」から「きたない水」までの指標生物がみられ、「きれいな水」の指標生

物が多かったため、判定は「きれいな水」
No.9 鹿曲川下流

「きれいな水」から「きたない水」までの指標生物がみられ、このうち「きれいな水」の指標生物が多かったため、判定は「きれいな水」

以前にこのコーナーで化学的な数値の水質検査の結果をお知らせしました(17年11月号)。化学的な調査では、特定の場所と時間に調査した結果について正確な数値を得ることができません。それに対して水生生物調査は、その河川に生きづく生物を把握するため、より長期的な観点から水質の実態を推測することができ、これらの調査結果をもとに大まかに考察すると、上流においてきれいな水質が保たれている一方、下流では家庭雑排水などによって汚れている河川の姿が分かります。ごみのポイ捨てをやめる、きたない水を流さないようにする、不必要な野焼きをしないなど、一人ひとりの行動が私たちの環境を守る第一歩です。みんなで美しい自然を次の世代に残しましょう。

消費者の窓

比較的安価な金属製アクセサリ類等の取り扱いに注意!

最近の調査で、市販されている金属製アクセサリ類等に有害な鉛が含まれているものがあることが明らかになっています。現在、日本には金属製アクセサリ類等の鉛に関する規制はありませんが、

危害の未然防止を図るため、これらの商品の取り扱いにご注意ください。

調査事例(東京都による調査)

(1)調査品

価格は1000~10000円程度で、市販されている金属製アクセサリ類等(指輪、ネックレス、ブレスレット、携帯ストラップなど)76品目

(2)調査項目

①調査品に含有する鉛の濃度
：米国消費者製品安全委員会の基準(0.06%)を超える濃度で鉛を含有しているパーツを含む調査品は46品目あった。そのうち、50%以上の高濃度で鉛を含有しているパーツを含む調査品は32品目あった。
②胃酸を想定した溶液に調査

品から溶出する鉛の量：最大で米国消費者製品安全委員会の基準の56倍の鉛が溶出する調査品があった。

鉛は毒性の強い物質で、特に乳幼児に対して脳神経系への影響が懸念される物質です。消費者の皆さんへ

比較的安価な金属製アクセサリ類等は、外見からは鉛が含まれているか否か判断できません。もし、鉛を含んでいる製品を乳幼児がなめる、口に入れる、飲み込むなどした場合、鉛を摂取する危険性があります。乳幼児がいるご家庭では、金属製アクセサリ類等に乳幼児が接触しないよう、大人が取り扱いに注意しましょう!

市民課生活環境係

☎64-5896

上田消費生活センター

☎27-8517



知ってなるほど 都市計画あれこれ ②

都市計画区域の指定による規制とメリット

前回は、都市計画とはどんなものなのか、そして都市計画区域とは何かについてご説明しました。今回は、実際に指定された場合の規制の概要と、そのメリットについてお知らせします。

○指定された場合のメリット

都市計画区域を指定することにより、都市計画法はもとより建築基準法や国土利用計画法などの関係する法律で、開発行為に一定の規制をかけ、乱開発を抑制したり自然環境の保全と計画的な土地利用を図ることができます。

都市計画区域の指定がされていない地域では、建築に対する規制がほとんどないため、基本的にはどんな場所にでも建築物をつくることができ、そのままでは無秩序な開発が進められることによる自然環境の破壊や、住環境の悪化を招くこととなります。また、狭い道路沿いにも建物の建築ができることから、火災などが発生した場合に緊急車両が現場に入れないなど、防災上の問題も発生します。

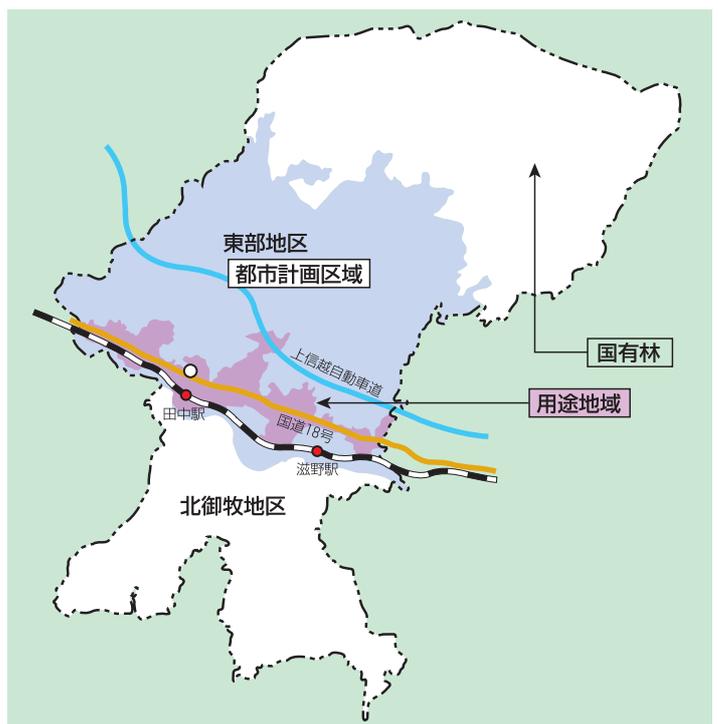
例えば、都市計画区域を指定することで、一般の住宅を建築する場合、原則として4m以上の道路に接していなければ建物を建てることができなくなり、また、都市計画区域に指定されていない場合は、開発行為に対して許可が必要なのは1万㎡以上ですが、指定されている場合は3千㎡以上の開発行為に対して許可が必要になります。これらの規制をすることにより、緊急車両の通行ができるようになったり、自然環境の保全などが図られることとなります。

このほかにも、土地取引の届出や、ごみ焼却場・汚物処理施設等の特殊建築物の位置指定など住みやすい生活環境づくりに必要な決まりや制限を設けることができます。

また、道路や公園等の都市の基盤として必要な施設については、都市施設として都市計画の決定を行って、整備に必要な区域を明確化することができ、円滑で確実な整備が行えます。

なお、都市計画を定めると、その区域内で道路整備や宅地開発等がどんどん進められ、農地や自然が減るのではないかと心配する声もありますが、都市計画法では「農林漁業との健全な調和を図りつつ」と明確に示されており、農地や森林を守ることも、都市計画の重要な役割の一つとなっています。

市では現在、東部地区（国有林を除く）について都市計画区域の指定を行っており、区域内はさらに用途地域とそれ以外の地域（ほぼ農業振興地域に重複）に分けられています。北御牧地区についても無秩序な開発等を規制し、自然や農地の秩序ある保全を図



るために都市計画区域の指定を検討しています。

○用途地域とは？

都市計画区域内には建物の用途の制限や大きさの上限などを定めた「用途地域」を指定することができます。

閑静な住宅地の中に大きなショッピングセンターができたり、病院の隣りに騒音や振動が出る工場などが建ったりすると、それまでの環境が壊されるだけでなく、互いの本

来の機能が十分に発揮されず、利便性も悪くなります。

そこで、同じような種類の建物はなるべくまとめた方が、効率的に活動が行うことができ住みやすくなるとともに、周囲の環境も守られます。

用途地域は、都市を住宅地、商業地、工業地など12種類に区分して定められています。東御市では現在、主に国道18号線沿線で「用途地域」を指定しています。

※都市計画区域内の規制や都市施設についての詳しい内容は、今後掲載します。

第一種低層住居専用地域



低層住宅（主に1階から2階までの住宅）のための地域です。小規模な店舗や事務所を兼ねた住宅や、小中学校などが建てられます。

第二種低層住居専用地域



主に低層住宅のための地域です。小中学校などのほか、150㎡までの一定の店舗などが建てられます。

第一種中高層住居専用地域



中高層住宅（主に3階以上の住宅）のための地域です。病院、学校、500㎡までの一定の店舗などが建てられます。

第二種中高層住居専用地域



主に中高層住宅のための地域です。病院、学校のほか、1,500㎡までの一定の店舗や事務所など必要な利便施設が建てられます。

第一種住居地域



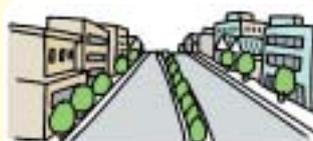
住居の環境を守るための地域です。3,000㎡までの店舗、事務所、ホテルなどは建てられます。

第二種住居地域



主に住居の環境を守るための地域です。店舗、事務所、ホテル、カラオケボックスなどは建てられます。

準住居地域



道路沿道において、自動車庫や一定規模の自動車修理工場など自動車関連施設等の立地と、これと調和した住居の環境を保護するための地域です。

近隣商業地域



まわりの住民が日用品の買物などをするための地域です。住宅や店舗のほかに小規模の工場も建てられます。

商業地域



銀行、映画館、飲食店、百貨店などが集まる地域です。住宅や小規模の工場も建てられます。

準工業地域



主に軽工業の工場やサービス施設等が立地する地域です。危険性、環境悪化が大きい工場のほかは、ほとんど建てられます。

工業地域



どんな工場でも建てられる地域です。住宅やお店は建てられませんが、学校、病院、ホテルなどは建てられません。

工業専用地域



工場のための地域です。どんな工場でも建てられますが、住宅、店舗、学校、病院、ホテルなどは建てられません。

2006年10月

とうみチャンネル「スタート」

行政情報が10月1日から
市内ケーブルテレビで見られます

現在、北御牧地区で放送されている「みまきケーブルテレビ」が、

だけです。

10月から東部地区でもご覧いただけるようになります。

東部地区では、上田ケーブルビジョンに加入し、デジタル放送対応の専用チューナー（STBⅡセットトップボックス）を設置すると、みまきケーブルテレビの放送を常時、見ることができるようになります。

「とうみチャンネル」では市からの行政情報やコミュニケーション放送が市内（東部地区、北御牧地区）同一の内容で毎日ご覧いただけることとなります。地域のお祭りやイベントなどホットな話題をお届けします！

詳しいお問い合わせは、

東御市企画課ケーブルテレビ係（電話67-2981）まで

東部地区の皆さんの、加入やSTBの設置については、

上田ケーブルビジョン（電話23-1600）までご連絡ください。

こんなイベント



あの情報



話題盛りだくさん



専用チューナー (STB)

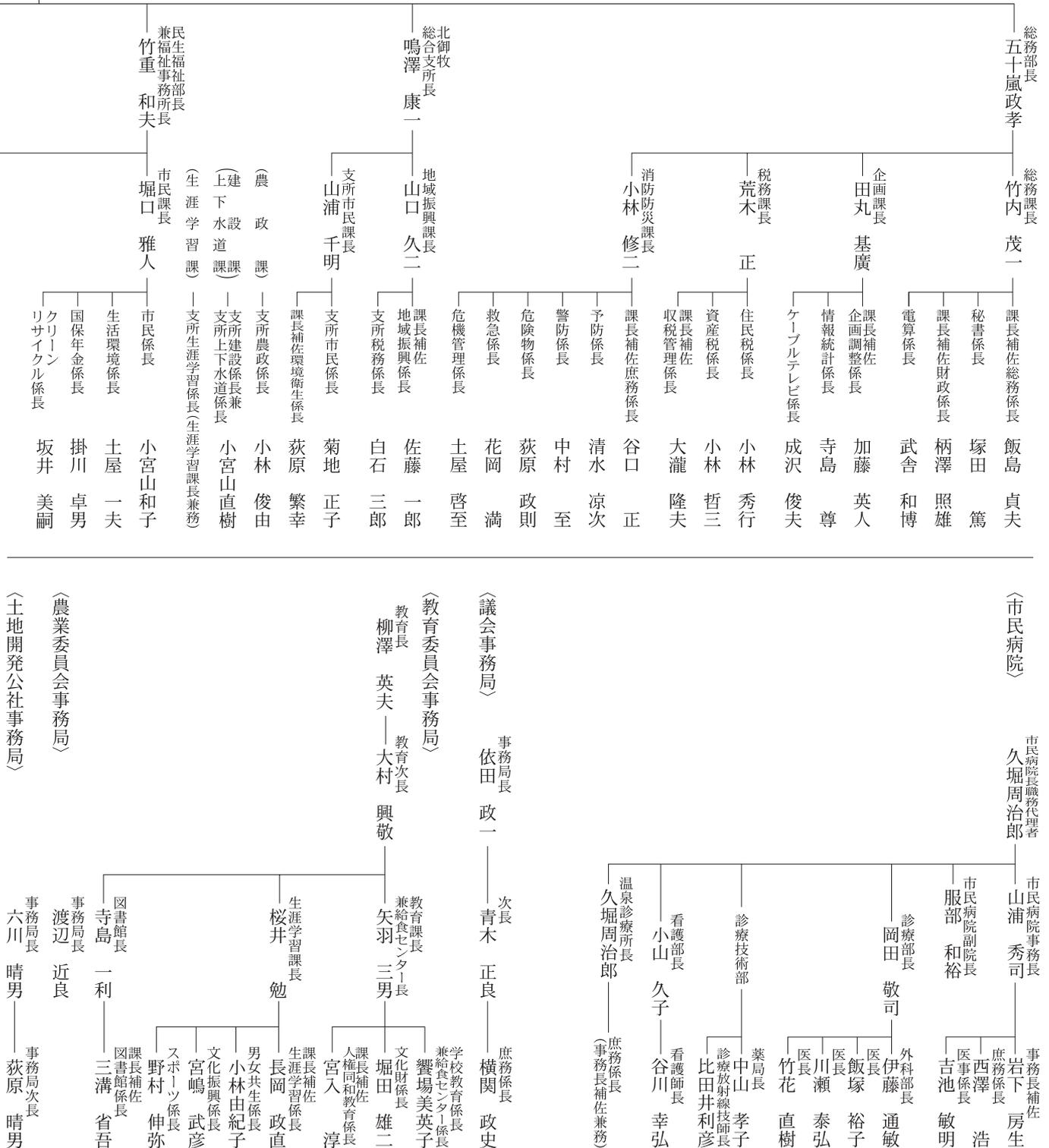


▲セットトップボックス

市長
土屋 哲男
助役
瀧澤 功

平成18年度 東御市役所の組織一覧です

4月1日付けで、市職員の人事異動が行われました。
今年度もよろしくお願ひします。



税のワンポイントアドバイス

農耕トラクターの課税

Q 農耕トラクターを使っているのですが、軽自動車税の対象となりますか。

A 乗用装置がついていて、最高時速が35キロメートル未満の農耕トラクターについては、軽自動車税の対象となります。

新規に購入されたり、譲り受けた場合、また現在農耕トラクターを所有していてナンバーの交付を受けていない場合は、認印・車台番号がわかるものを持参のうえ、手続をしてください。

問い合わせ 市役所税務課住民税係
☎64-5877 (直通)
北御牧総合支所地域振興課支所税務係
☎67-3311 (代表)

国民年金アドバイス

ご利用ください 月曜夜間と第2土曜日の年金相談

県内7カ所の社会保険事務所（東御市の場合、小諸社会保険事務所が最寄りです）と長野年金相談センターでは、平成18年度中、月曜夜間と休日の年金相談を以下のとおり行います。

相談に来られる際は、年金手帳または年金証書と印鑑をお持ちください。代理の方が来られる場合は、委任状も必要となります。

◆年金相談時間の延長

【実施日】 毎週月曜日

(休日の場合は翌日の火曜日)

(注) 7月31日(月)と1月4日(木)は通常どおりの受付時間となります

【受付時間】 午後7時まで

◆休日の年金相談

【実施日】 毎月第2土曜日

【受付時間】 午前9時30分～午後4時まで

問い合わせ

小諸社会保険事務所 ☎(0267)22-1080
市民課国保年金係 ☎62-1111(内線1231)

まるごと生活百科

5月の納税 (納期5月31日)

- 固定資産税 (1期)
- 軽自動車税 (全期)

こちら119 (東御消防署)

※カッコは1月からの累計

＝東御市内の3月の出動件数＝

火災 1件 (8件) 救急 95件 (292件)



とうみの気象記録 (東御消防署調べ)

	平成18年3月	平成17年3月
最高気温	19.1度 (11日)	21.9度 (27日)
最低気温	-8.4度 (14日)	-8.5度 (2日)
平均気温	3.7度	4.8度
平均湿度	67.8%	68.3%
降水量	40.0mm	32.0mm

市内交通事故統計 3月分

3月31日現在 (※カッコ内は1月からの累計)

	上田警察署管内	望月警察署管内	合計
件数	19 (51)	4 (8)	23 (59)
傷者	24 (62)	6 (12)	30 (74)
死者	0 (1)	0 (0)	0 (1)



善意をありがとう

東御市社会福祉協議会 (3月中の受付分です)

佐藤 辰男 様 介護用電動ベッド
匿名様 介護用品
匿名様 介護用品
匿名様 50,000円
赤岩くるみっ子会 10,000円



こんにちは 保健師です



なかざわ ゆきえ 保健師
中澤由貴江 保健師

「健康とうみ21 東御市健康づくり計画」ができました！

この4月に、各世帯に「健康とうみ21東御市健康づくり計画ダイジェスト版」が届けられました。ご覧になったでしょうか？

「健康とうみ21」は、東御市の健康づくり事業における基本計画となっています。赤ちゃんから高齢者まですべてのライフステージで、より健康で過ごせるように「栄養・食習慣」「身体活動・運動」「糖尿病・循環器疾患」「がん」「こころの健康」「歯の健康」「アルコール」「タバコ」の8項目ごとに目標と取り組みが設定されました。目標と取り組みを設定するにあたり、東御市の現状を分析しまし



▲皆さんご覧ください！

た。その結果、東御市では若年者の肥満が多いことが見えてきました。肥満は、生活習慣病をひきおこす大きな要因となっています。健康づくり計画の項目にある「栄養・食習慣」や「身体活動・運動」などを、皆さん一人ひとりが見直すきっかけをつくり、どのようにして生活習慣病予防につながるのか考えて行動する。その応援を私たち健康保健課で取り組ませていただきます。

東御市の皆さんが地域で心豊かに生活するための土台となる健康づくり計画」をもとに、一緒に守っていきましょう！

地域で活躍する市民の皆さん
ごみ減量アドバイザー
養成講座第3期生修了式

昨年9月から計5回の講習を経て、8名の方が養成講座を修了し、「東御市ごみ減量アドバイザー（第3期生）」として活動を開始しました。

今後第1・2期生の方々と連携し、市民の皆さんへアドバイスしていく機会を作っていききたいとのことです。

ごみについて、わからないこと、困っていることなどお気軽にアドバイザーにご相談ください。

クリーンリサイクル係
☎63-6814

『私たち消費者が、ごみを正しく分別する役割を果たすことによって、燃やすごみや埋立てごみを減らすことにつながる」と強く感じました。ごみを処理する時にはよく考えて、この美しい環境を守りたいと思います。』
(高木さん)



▲アドバイザーの研修

区名	氏名
田中	成山喜枝
県	高木友子
大石	関ふみ子
別府	阿部貴代枝
東町	坂口洋子
新屋	小林富士子
祢津南	別府明子
大日向	保科真奈美

『生活にはどうしても付きまとうごみ。今回受講しているいろいろな事を学ぶことができました。一市民、一主婦としてごみの減量に努力していきたいと思います。』
(保科さん)

ごみ減量アドバイザー第3期生
(敬称略)



▲田中交差点の交通指導所（4月6日）



▲島川原交差点の交通指導所（4月10日）

新年度の無事故を願って 春の全国交通安全運動で交通指導所開設

4月6日から15日まで、春の全国交通安全運動が行われ、市内の交差点で交通指導所が開設されました。このうち、4月6日に東御市役所前の田中交差点で開設された交通指導所には、警察、交通安全協会、市交通指導員・補導員など約50名が参加し、交通安全の旗を掲げたり、ドライバーに啓発品を配ったりして安全運転を呼びかけました。

また、この交通安全運動に合わせて、各保育園・学校で交通安全教室が行われました。このうち、祢津保育園では4月17日に親子交通安全教室が行われ、園児と保護者あわせて約100名が参加しました。保護者は講堂で交通指導員や警察関係者の講話を聞いた後、実際に園児の手を引いて歩き、安全な歩き方を確かめていました。



▲祢津保育園の親子交通安全教室

農業の将来を担う後継者 新規就農祝金贈呈式

3月28日、市役所で新規就農祝金贈呈式が行われ、新規就農された皆さんに市長から新規就農祝金が贈られました。この祝金は、農業振興と農業後継者の育成を目的として新規就農した農業青年を激励する意をこめて贈られるものです。この度祝金を贈られたのは、柳沢章さん（御牧原南部）、唐沢茂幸さん（中屋敷）、竹内雅俊さん（大川）の3名。皆さんのうち柳沢さんと唐沢さんが贈呈式に出席し、市長や農業委員会会長から激励の言葉を受けていました。贈呈のあと皆さんはそれぞれに感想を述べ、農業にかける意気込みを語っていました。



楽しいおはなしたくさん聞いたよ 春のBOOK童夢まつり

3月21日、北御牧児童館において春のBOOK童夢まつりが行われ、親子連れなど約70名が参加しました。お話講座として東京都在住の平尾登紀子さんが朗読のための簡単な発声練習を教え、参加者は読み聞かせの基礎を習いました。また朗読アンサンブルれもんの会によるお話劇場が行われ、子どもは楽しそうに聞き入り、大人はその職人技に感動している様子でした。



トピックスー 地域の話題



心の健康の大切さ学ぶ
精神福祉講演会開催

3月18日、「うつ病の正しい理解と心の健康を保つ方法」と題された講演が総合福祉センターで行われ、医療法人友愛会千曲荘病院長の遠藤謙二さんの講演を聞こうと市民約80名が参加しました。遠藤さんは、「精神神経疾患になる率は増加傾向にあり、誰もがかかる可能性があって、成人の10%から15%は精神疾患をもっています。うつ病は、家庭や職場のストレス、生活環境の変化などによりいろいろなタイプがあります。患者の7割以上が治るものであり、心の病に対してバリアー（偏見）をなくすことが重要です」とユーモアを交えながら分かりやすく予防策、対応策について話しました。

前消防副団長小林敏一さんが消防庁長官の表彰を受ける

平成17年度消防庁長官定例表彰で東御市消防団の前副団長小林敏一さん（御牧原南部）が永年勤続功労賞を受賞しました。小林さんは昭和51年に旧北御牧村消防団に入団。以来消防活動に尽力し、平成13年には旧北御牧村消防団の副団長に任命され、平成16年からは東御市消防団の副団長に任命されるなど地域住民を守る重要な役職を歴任しました。

授賞式は3月10日に上田市の広域消防本部で行われ、上小地方事務所長から表彰状を手渡された小林さんは、長年の思い出をかみしめていました。



子どもが暴力から自分を守るために
「いきいきわくわく子育て講座 守ろう！子どもの心と体」開催



4月15日、総合福祉センターにおいて「いきいきわくわく子育て講座」が開催され、約40名の市民が参加しました。この講座は今年度6回開かれる予定で、今回はその第一回目。講座は子どもが自ら暴力から身を守るための人権教育プログラム（CAP）を普及している「CAPしなの」の皆さんによるワークショップ形式で行われました。参加者は実際に自分の考えを述べたり、子どもになったつもりで寸劇に加わることを通して、「安心・自信・自由」は子どもが持つ大切な権利であること確認しました。そして、実際に子どもが問題を抱えている場合、まわりにいる大人はどのように対応するべきかを学びました。参加者は時間を忘れて自ら意見を発表し、話に聞き入っていました。

4・16
▼海野宿写真コンテスト表彰式（文化会館サテラスホール）

4・10
▼長野救命医療専門学校開校式・入校式



4・8
▼宮嶽山陵神社火祭り（西宮区）



4・2
▼上八重原公民館竣工式

3・26
▼第26回琴伝流大正琴発表会（文化会館サテラスホール）

3・21
▼デジタルフエアみまき（総合支所）

「じきん」と短信

平成 18年
5月1日発行

●発行／長野県東御市 ●編集／東御市役所総務部企画課 〒389-0592 長野県東御市東28-1-2
●TEL (64) 5806 FAX (63) 5431 E-mail shino-tomi@city.tomi.nagano.jp
●印刷／田口印刷株式会社 http://www.city.tomi.nagano.jp

人の動き

(4月1日現在)

世帯数

11,229世帯(+16)

総人口

32,203人(-26)

男 15,812人(-16)

女 16,391人(-10)

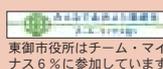
転入234人(+120)

転出263人(+174)

出生 22人(-1)

死亡 19人(-12)

※カッコは3月対比



東御市役所はチーム・マイナス6%に参加しています



ECO1J0299



絵は心の恋人探し

その25

『浮世風俗美人』

―湯上がり婦人姿―

新海竹太郎



『浮世風俗美人』木彫、彩色 1910年
H62.5 W13 D22

梅野記念絵画館に近代日本彫刻の珍しい作品が揃っていることを知らない方も多いと思います。開館以来、他の美術館から一番貸し出しの要望が多いのは彫刻作品です。

この「浮世風俗美人」木彫加彩の立像もその一つです。この作品に出会ったのは、五十代の大阪勤務の時、土日には大阪はもちろん、京都まで足を伸ばして美術探訪に明け暮れていました。特に彫刻の小品を探しに古美術店や骨董店に立ち寄っていました。ある時、私は大阪心斎橋の「米田商店」という古美術店のショーウィンドウでこの彫刻を見たのです。一目でこの木彫の姿に見惚れました。「端麗な木彫だ。作者は誰ですか」と尋ねると新海竹太郎だということで驚きました。店主から箱を見せていただくと、竹太郎の甥、新海竹蔵の筆で表に「湯上がり婦人姿 浮世彫刻」、裏に「帝国技芸員、新海竹太郎作 入澤達吉旧蔵 新海竹蔵鑑題 竝修補」の箱書きがあるではありませんか。これが「ゆあみ」で名高い新海竹太郎の作品かと、見

れば見るほど買いたくなり、台座近くの裾の欠損も気にならず、私としては身の程知らずの値段でやっと手に入れた作品です。新海竹太郎は明治の彫刻界の第一人者であり、明治33年に渡欧してベルリン美術学校で彫刻を学んでから35年に帰国して、太平洋画会で彫刻部を主宰しました。明治大正の俊秀、戸張弧雁、中原悌二郎、堀進二らを育てたことで知られています。作風はこの「浮世風俗美人」にも見られるように、洗練された技術の冴え以上に端正な気品に満ちた佇まいは、全く他者の追従を許さないものがあり、当館の彫刻作品中の佳品であると思っています。(文 梅野隆館長)

プロフィール 新海竹太郎(しんかいいたけたろう) 1868-1927
山形県生まれ。北白川宮に彫刻の才能を認められ、後藤貞行や小倉物次郎に師事した。明治33年渡欧、帰国後は文展審査員、帝室技芸員などを歴任。数々の名作で知られる。

編集後記

▼いよいよ本格的な春が到来しました。市内の至るところで咲く桜やきれいな花を見ると、大いなる自然の営みを感じさせられます▼4月は年度始めの月でもあります。入園式や入学式、そして各団体の委嘱式などに取材でお伺いし、私たちの地域社会もここで心新たに出発するのだと思えました▼海外では年度の区切りが4月ではない国も多いそうです。日本では、やはり新年度といえはこの春の時期。四季のあるわが国の特徴によくあっていると思います。大きく見れば、私たちの社会はやはり自然から絶大な影響を受けているのでしよう▼「春眠暁を覚えず」春になるとよく見聞きする言葉ですが、この詩をつくったのは唐の詩人孟浩然で、7、8世紀に生きた人だそうです。古今東西を問わず、人間は自分の体が自然の一部であることを認識し続けてきたのだと思います▼科学技術が進歩し、海外の情報を一瞬で知ることができる現代になっても、私たちの体は周りの自然の恩恵なしに維持することはできません。東御市のこの豊かな自然の中で暮らす素晴らしい春の日でした。(市報担当 久保)