

### 田中まちなかハロウィン

田中のまちなかがハロウィン色に染まる！大人も子どもも仮装して街へ繰り出そう！  
合言葉は・・・“トリック オア トリート”！

❖開催日 **10月28日(土)～30日(月)**

★田中商店街ハロウィンストリート

大きなハロウィンカボチャが田中商店街に登場！

目印があるお店を探してお菓子をもらおう！（小学生以下）

日時 10月28日(土) 午後1時～午後4時・30日(月) 午前中

☎71-6790 商店街ハロウィン実行委員会（田中地区地域づくりの会）



★ハロウィンナイトinゆうふるtanaka

ゲーム大会、ダンスdeナイトで盛り上がろう！

オラホビール、ハロウィンプレートで乾杯！

日時 10月28日(土)・29日(日) 午後4時～午後9時

☎63-3715（ゆうふるtanaka）

★コワーキングスペースえべや

暖かい場所でひと休み。合言葉を言って、お菓子をもらっちゃおう！

日時 10月28日(土)

午前10時～午後4時

☎75-5705（平日）



★東御市観光情報ステーション

ハロウィンくじ引きで景品をゲット！合言葉も使ってお菓子ももらおう！

日時 10月28日(土)・29日(日)

午前9時～午後5時

☎62-7701

問／東御市観光協会（商工観光課 観光係）☎62-7701

目次

2P～…募集・イベント
8P～…市からのお知らせ
12P……ホワイトボード

13P……とらみチャンネル・ラジオ広報番組
14P……施設のイベント・日曜当番医

●問い合わせは、特別な記載がない限り平日の開庁時間（午前8時30分～午後5時15分）とさせていただきます。

## 公開子ども講座

講座名	⑥親子陶芸教室
日 時	10月21日(土) 午後1時30分～午後3時30分 ※釉薬塗りと作品品評会の日時は、後日 お知らせします。
場 所	中央公民館 陶芸室
対 象	親子10組
講 師	陶芸家 山崎 良徳 氏
そ の 他	材料費500円(3回連続講座)
申込締切	10月13日(金)

講座名	⑦冬の探鳥会
日 時	11月25日(土) 午前9時～正午
場 所	上田市塩田 舌喰池、山田池 ※雨天時は中央公民館講義室
対 象	小学生・保護者20名
講 師	野鳥研究家 香川 敏明 氏
申込締切	11月17日(金)

申込・問／生涯学習課 生涯学習・スポーツ係  
☎64-5885



## 第4回東御人権セミナー

- ❖日 時 11月2日(木) 午後6時～午後7時
- ❖場 所 東部人権啓発センター3階 大会議室
- ❖演 題 「インターネットと人権  
～安全なスマホ・ケータイの使い方～」
- ❖講 師 NTTドコモ スマホ・ケータイ安全教室  
インストラクター

\*スマホ等の普及により気軽にインターネットが使用  
できますが、事件やトラブルに巻き込まれ人権が侵  
害されることがあります。スマホ・ケータイを安全  
に使用し、人権を守るにはどうしたらよいかについ  
て講師からお話をさせていただきます。

問／人権同和政策課 人権同和政策係 ☎64-5902

## 東御の森から、自然環境を学ぶ講座

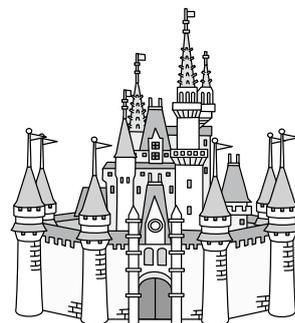
- ❖日 時 10月21日(土) 午前10時～正午  
(受付開始 午前9時30分)
- ❖集合場所 「東御の森」(奈良原市有林)  
中部電力塩沢第二発電所前広場  
(新張・県道東御孺恋線沿い・駐車場あり)
- ❖定 員 10名(先着順)
- ❖内 容 自然環境調査員と共に、森内の散策をし  
ます。植物や樹木、野鳥の観察をします。
- ❖服 装 等 長袖・長ズボン、帽子、歩きやすい靴、飲  
み物、タオル、雨具
- ❖雨 天 時 市役所会議室にて講座を開催します。
- ❖申し込み 10月18日(水)までに、下記へお申し込み  
ください。
- ❖そ の 他 「東御の森」森林環境イベントを11月5日  
(日)に開催予定です。詳細は、10月16日  
発行のお知らせ版をご覧ください。

申込・問／農林課 耕地林務係 ☎64-5898

## ひとり親世帯交流ツアー “親子ふれあいディズニーツアー”

- ❖日 時 12月2日(土)  
午前6時(出発)～午後11時(到着予定)
- ❖行 先 東京ディズニーランド
- ❖集合場所 市民プール駐車場
- ❖募集人数 ひとり親世帯で小学生以下のお子さんをお  
持ちの方20組40名(先着順)  
※中学生は対象外です。
- ❖参加費 大人1人6,000円  
子ども(小学生以下)1人3,000円  
※参加費には、東京ディズニーランドのパスポート代  
が含まれています。  
旅行中の食事は自由食で個人負担です。
- ❖申し込み 10月16日(月) 午前10時～10月20日(金)  
午後5時までに、下記へお申し込みください。

申込・問／社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455



## 第14回 福祉の森ふれあいフェスティバル ～ みんなも楽しもう!! ボランティア ～

❖日時 10月28日(土) 午前9時30分～午後2時

❖場所 総合福祉センター

○オープニングセレモニー

★スキップの和太鼓パフォーマンス

○赤い羽根共同募金コーナー

★風船プレゼント

★ゆるキャラ「ふっころ」登場

○被災地支援ミニバザー

○おもしろ体験広場 午前10時～午後1時30分

★お手玉教室 ★昔遊び ★折り紙教室

★ニュースポーツ ★アクセサリ作り

★ボランティア検定コーナー

★手話、点字 ★車いす ★AED

★骨密度測定 ★煙体験ハウス

★炊き出し ★餅つき ★五平餅 ほか

○ふれあいステージ 午前10時30分～午後1時

★フォークダンス ★手話ダンス

★ヒップホップダンス

★ふれあいミニコンサート

○福祉の森体験通帳をもらって  
スタンプラリーの始まりだ～



○おらほ横丁

★ポップコーン、わたあめの無料配布

★ふるさと鍋の振る舞い(限定500食)

★販売(パン、たい焼き ほか)

★お休み処(コーヒー、抹茶 ほか)

★つきたてお餅の振る舞い



※10月28日の高齢者センターのお風呂は休業日となります。

問/社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455

### 東御市文化会館運営委員会 委員の公募

市では文化会館の運営および事業についてご審議いただくため、「東御市文化会館運営委員会」の委員を公募します。文化芸術の振興に意見をいただける方のご応募をお待ちしています。

❖応募資格 市内在住または在勤の20歳以上で、文化芸術の振興に関心があり、文化会館の運営について熱心に考えていただける方。

❖募集人員 1名

❖募集期間 10月2日(月)～23日(月)

❖応募書類 所定の応募申込書(中央公民館、文化会館備付け)

❖任期 2年(11月に委嘱予定)

❖選考 書類審査のうえ決定させていただきます。

申込・問/生涯学習課 文化財・文化振興係  
☎75-2717

### 上田地域住民向け発達講演会

❖日時 10月28日(土)

午後1時30分～午後3時30分

❖場所 丸子文化会館セレスホール  
(上田市上丸子1488)

❖テーマ 「その子らしさを生かす子育て」

❖講師 子どもとおとなの心理学的医学教育研究所  
所長 児童精神科医 吉田 友子氏

❖対象 上小地域在住の方

❖その他 託児(未就学児)を希望される方は10月20日(金)までに下記へお申し込みください。  
(定員10名)

❖託児申し込み 上田市発達相談センター ☎24-7801

問/子育て支援課 子育て支援係 ☎64-5814

## 総合文化フェスティバル

- ❖開催日 10月21日(土) 午前10時～午後5時  
22日(日) 午前10時～午後4時
  - ❖場 所 中央公民館
  - ❖出 展 絵画、写真、書道、彫刻、華道、茶道、手芸、  
工芸、園芸、菊花、短歌、俳句、川柳、現代  
詩、陶芸
  - ❖出品者 市内小中学校、東御清翔高校、個人、身体障  
害者福祉協会
- ☎/東御市総合文化フェスティバル実行委員会  
(生涯学習課 生涯学習・スポーツ係) ☎64-5885

## 北御牧地区生涯学習作品展

- ❖開催日 10月28日(土) 午前9時～午後6時  
29日(日) 午前9時～午後3時
  - ❖場 所 北御牧公民館(北御牧庁舎2階)
  - ❖作品等 書、絵画、写真、盆栽、刻字等、サークル、  
趣味の団体の作品、北御牧保育園園児、北御  
牧小学校児童、北御牧中学校生徒、個人作品、  
茶道教室の皆さんの実演(29日のみ)
- ☎/北御牧地区生涯学習作品展実行委員会  
(北御牧公民館) ☎67-3311

## 地域ブランドを活かした 食の技術習得セミナー(3回講座)

- ❖日 時 10月13日(金) 人気アンテナショップ店長  
が伝授『売れる特産品』  
24日(火) 地域特産品を使った  
『売れるメニュー』づくり  
11月9日(木) アスリート向け食材・  
メニューの開発  
各日ともに午後2時～午後5時
  - ❖場 所 中央公民館
  - ❖対 象 農産物生産者・加工業者・食品販売店・飲食店
  - ❖講 師 NPO法人農商工連携サポートセンター  
ちよだいちば 朝比奈店長・堂下副店長
  - ❖定 員 20名
  - ❖申し込み ホームページtomi-koyo.jpよりお申し込み  
ください。
- ☎/東御市雇用創造協議会 ☎75-4540  
(商工観光課 商工労政係)

## 滋野地区ふれあいのつどい

- ❖日 時 10月29日(日) 午前9時30分～午後4時
  - ❖場 所 滋野コミュニティーセンター、片羽公民館
  - \*展示発表 午前9時30分～  
各区の個人、グループ、滋野小学校児童、滋野公  
民館生涯学習講座の受講生
  - \*ステージ発表 午前10時～  
各区の個人、グループ、滋野小学校児童、滋野公  
民館生涯学習講座の受講生
  - \*ふれあい広場 午前10時～  
地域の大人と子どもの交流
- ☎/滋野コミュニティーセンター ☎62-0401  
月～金 午前8時30分～正午(祝日を除く)  
(生涯学習課 生涯学習・スポーツ係)

## 和地区ふれあい文化祭 ステージ発表者、作品出展者募集

- ❖開催日 11月11日(土)・12日(日)
  - ❖会 場 和コミュニティーセンター、和学校記念館
  - ❖内 容  
作品展、ステージ発表会(11/12のみ)、和地区育成  
連絡協議会主催の「ふるさと学習」各種体験、ものづ  
くりコーナー、手打ち蕎麦試食、和学校記念館の開放  
※詳しくは、11月上旬配布の和地区ふれあい文化祭プ  
ログラムをご覧ください。
  - ❖募集内容  
各区の分館長または下記へお申し込みください。
  - ❖ステージ発表会(個人・団体)  
\*日時 11月12日(日) 午後1時～午後3時30分  
\*条件 内容は、1グループあたり15分程度としてください。  
\*申込締切 10月13日(金)
  - ❖作品展  
\*展示期間 11月11日(土) 午後1時～午後5時  
12日(日) 午前9時～午後3時  
\*出展内容、点数  
書、絵画、彫刻、工芸、写真、生け花等、1部門  
につき一人2点まで  
\*申込締切 10月20日(金)
- ☎/和コミュニティーセンター ☎62-0201  
月・水・金 午前8時30分～午後5時15分  
火・木 午前8時30分～正午(祝日を除く)  
(生涯学習課 生涯学習・スポーツ係)

## 第27回 海野宿ふれあい祭参加者募集

今年から「海野宿ふれあい祭」は11月第1日曜日に開催されます。

平成29年開催日 **11月5日(日)**

◎『時代衣装行列』に参加しませんか！

❖日時 11月5日(日) 集合 午前8時

❖出演時間 午前10時～午後3時

(行列は午前10時40分と午後1時40分の2回を予定)

❖申し込み 10月16日(月)までに、下記へお申し込みください。

❖その他 事前に打ち合わせおよび衣装合わせを行います。詳細は、後日連絡します。

◎海野宿を題材にした短歌・川柳・俳句 作品募集！

❖応募方法 10月20日(金)までに、海野宿資料館内に備え付けの用紙で、同資料館の投函箱へ入れてください。応募は一人各3点までです。

❖作品展示 祭り当日に全入選作品の展示と、入賞者の方を表彰します。

「時代衣装のみ」**申込・問**／海野宿ふれあい祭実行委員会  
海野宿保存会長 宮下 ☎63-5324

**問**／商工観光課 観光係 ☎64-5895

## ずくだすウォーキング(インターバル速歩)教室

日時	開催場所	集合場所
10月22日(日) 午前8時30分～ 午前9時30分	東御中央公園 (雨天時は総合福祉センター2階 保健センター)	東御中央公園 あずまや
11月12日(日) 午前8時30分～ 午前9時30分		

❖講師 (公財)身体教育医学研究所  
健康運動指導士

**ずくだすポイント**  
対象事業

❖持ち物 タオル、水分補給用のお茶等、ずくだすカード(お持ちの方)、帽子

❖その他 小雨決行。ウォーキング用ポールの無料貸し出しを行います。自分のポールがある方は持参してください。

**申込・問**／健康保健課 健康増進係  
☎64-8883



## 生ごみ堆肥化用ボカシ作り講習会

❖日時 10月21日(土) 午前9時～午前10時30分

❖場所 J A信州うえだ滋野店 旧倉庫前

❖参加費 作ったEMボカシ代金

15kg白容器1本分800円、11kg容器600円

❖申し込み 10月12日(木)までに、下記①～④の事項を添えて、東部クリーンセンターへお申し込みください。

①氏名・住所・電話番号

②持ち帰りボカシ本数(15kg・11kg)

③ボカシ11kg容器の注文を希望する場合  
400円/本

④生ごみ発酵堆肥用容器の注文を希望する場合  
2,100円/本

(市から8割の補助あり。要申請)

❖持ち物 ボカシ容器(洗浄して持参してください)、  
ゴム手袋、長靴等

❖その他 材料手配のため、必ず申し込みが必要です。

**申込**／生活環境課 クリーンリサイクル係

(東部クリーンセンター) ☎・FAX63-6814

**問**／有機農業くらぶ(旧東部EM研究会) ☎63-6450

## ダンボール式生ごみリサイクル講習会

❖日時 11月28日(火) 午後1時30分～午後3時

❖場所 中央公民館1階 学習室1

❖持ち物 筆記用具

※ダンボール式生ごみリサイクル基材等は、無償で提供します。

❖申し込み 10月31日(火)までに、下記へお申し込みください。

**申込・問**／生活環境課 クリーンリサイクル係

(東部クリーンセンター) ☎・FAX63-6814



## 第14回 東御市マラソン大会・駅伝大会

### マラソン大会

- ❖開催日 11月5日(日)
- ❖日 程 受付 午前8時  
場 所 芸術むら公園野外音楽広場  
開会式 午前8時30分  
スタート 3kmの部門 午前9時から順次  
5kmの部門 午前10時
- ❖コ ー ス 野外音楽広場の横をスタート・ゴールとし、  
芸術むら公園を周回
- ❖参加資格 市内在住、在勤の方で、マラソンができる  
健康な方
- ❖距離・部門
- 3km ◇小学4年生 男子・女子の部  
◇小学5・6年生 男子・女子の部  
◇中学生 女子の部  
◆壮年の部(50歳以上)  
◆一般女性の部(高校生以上)  
◆ファミリーの部(小学1～3年生と保護者)
- 5km ◇中学生 男子の部  
◆高校生・青年の部(35歳まで)  
◆成年の部(36～49歳)
- ❖申し込み 10月16日(月)  
◇小学4～6年生、中学生は、学校を通して  
お申し込みください。  
◆その他の方は、下記へ電話でお申し込み  
ください。  
受付時間：月～金(祝日を除く)午前9時  
～午後5時
- ❖そ の 他 要項、コース図は、第一体育館に用意して  
あります。

### 駅伝大会

- ❖開催日 11月12日(日) 午前9時30分スタート
- ❖コ ー ス 東御中央公園をスタート・ゴールとし、市  
内5地区を周るコース(全長24.9km7区間)
- ❖参加資格 市内在住、在勤の中学生以上の方で構成す  
るチーム  
※ただし、特定区間として、2区と6区に  
限り小学5・6年生も参加できます。
- ❖表彰【団体】
- 総合の部(全参加チーム) 1位～6位に表彰状を授  
与する。
- 公民館の部(各分館に所属する方で構成するチーム)  
1位～3位に表彰状を授与する。
- 事業所の部(事業所に勤務する方で構成するチーム)  
1位～3位に表彰状を授与する。
- 中学生の部(市内中学校の在学生徒で構成するチーム)  
1位～3位に表彰状を授与する。
- 【個人】区間賞 各区間1位～3位に表彰状を授与する。
- ❖申し込み 10月16日(月)までに、下記へお申し込  
みください。  
受付時間：月～金(祝日を除く)午前9時  
～午後5時
- ❖そ の 他 申込用紙、コース図は、第一体育館に用意  
してあります。



申込・問／(特非) 東御市体育協会(第一体育館内) ☎62-2200(生涯学習課 生涯学習・スポーツ係)

## 公共活動に備品を貸し出します

HP

貸出備品 ・軽トラック ・軽トラックダンプ式 ・2tトラック ・ウッドチップパー自走式 ・刈払機  
・脚立 ・チェーンソー ・高枝切機(エンジン式) ・高枝バサミ ・小型一輪車 ・小型管理機  
・土木用鉄レイキ ・エンジンポンプ ・プロジェクター ・スクリーン ・ポータブルアンプ

\*区、PTA、消防団などの公共的活動に必要な備品を貸し出します。\*個人への貸し出しは出来ません。

\*貸し出し備品を利用できる区域は、市内となります。

\*使用料は無料ですが、機械類等の燃料は使用団体の負担となります。

\*貸し出し備品や手続きの流れは、市ホームページで確認できます。

申込・問／地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790



## とうみ男の遊び塾

第1回	男のコーヒー塾 ～旨い珈琲の淹れ方を学ぶ～ 11月15日(水) 午後1時30分～午後3時
第2回	男のカメラ塾 ～今あるカメラの活かし方を学ぶ～ 12月20日(水) 午後1時30分～午後3時
第3回	男の書道塾 ～いま、改めて書道を学ぶ～ 平成30年1月17日(水) 午後1時30分～午後3時
第4回	男の信州湯めぐり塾 ～信州の温泉について学ぶ～ 2月28日(水) 午前10時(終日)
第5回	男の料理塾 ～包丁の研ぎ方・扱い方を学ぶ～ 3月14日(水) 午後4時～午後7時

- ❖場 所 総合福祉センター1階 ボランティアルーム2  
※第4回は市外へ視察研修を予定。
- ❖定 員 10名程度(先着順)
- ❖参 加 費 材料費等のみ自己負担
- ❖申し込み 11月6日(月)までに、下記へお申し込みください。
- ❖そ の 他 予定は変更になる可能性があります。詳しくはお問い合わせください。

申込・問/社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455

## もうすぐママパパ学級

HP

	日 時	内 容
第1回	11月15日(水) 受付 午前9時 開始 午前9時15分	妊娠中の生活について
第2回 (要申込)	12月1日(金) 受付 午前9時 開始 午前9時15分	ママパパクッキング 離乳食の基本
第3回	12月9日(土) 受付 午後0時45分 開始 午後1時	産後の過ごし方と沐浴 実習

- ❖場 所 総合福祉センター2階 保健センター
- ❖対 象 おおむね20週以降
- ❖持 ち 物 母子手帳、筆記用具、  
第2回はエプロン、三角巾、材料代400円
- ❖服 装 運動できる服装(第1回、第3回)
- ❖申し込み 第2回は開催日の1週間前に申し込みをしてください。
- ❖そ の 他 託児を希望する方は、前日までに下記へご連絡ください。  
詳しくは市ホームページをご覧ください。

申込・問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

## 秋の狂犬病予防集合注射

狂犬病は、犬だけでなく人を含めた全ての哺乳類が感染し、狂犬病の動物に咬まれ発症すると100%死亡する恐ろしい病気です。「狂犬病予防法」により犬の所有者は、その犬の登録と毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。今年度まだ接種していない場合は、ハガキを持参のうえ、この機会に実施してください。

なお、秋の集合注射は来年度以降行いません。集合注射での接種をご希望の方は、春の集合注射で接種してください。

### 秋の集合注射

- ❖実施日 10月15日(日)
- ❖料 金 \*登録済みの犬(注射のみ) : 3,500円  
\*新規登録の犬(登録料+注射): 6,500円
- ❖対 象 生後91日以上すべての飼い犬(室内犬、譲り受けた犬も対象)
- ❖日程・協力病院

実施場所	時間
北御牧郷土資料館前	8:45～8:55
北御牧庁舎前	9:05～9:20
婦人活動促進施設	9:35～9:50
中屋敷公民館	10:10～10:30
東町公民館	10:40～11:00
和コミュニティセンター	11:10～11:30
東御市役所本庁舎前	11:40～12:00

- ※時間は交通事情等により変動することがあります。
- ※飼い犬の用便を済ませておいてください。
- ※リードをつけ、事故が起きないように注意してください。
- ※体調不良の犬は注射をする前に獣医師にご相談ください。

### 上記日程で都合がつかない方

※下記動物病院(獣医師会上小支部所属)等で予防接種を実施してください。

病院名	住所	電話番号
あらか動物病院	東御市	63-0553
あきやま動物病院	上田市	26-6610
上田犬猫病院	上田市	22-1466
近藤動物病院	上田市	41-1522
はせがわ獣医科病院	上田市	22-3360
ロゴス動物病院	上田市	27-6236
リーフ動物病院	上田市	75-7830
室賀ペットクリニック	上田市	31-1515

※上記以外の動物病院で予防注射を実施した場合は、必ず下記へ獣医師の証明をご提出ください。

問/生活環境課 生活安全係  
☎64-5896



平成30年度地域づくり活動補助金事業募集

HP

❖募集期間 10月9日（月）～11月30日（木）

事業補助

対象となる団体	団体の事務所の所在地が市内にあり、市内で活動する団体で、区、NPO団体、そのほか地域づくりを行う団体（政治活動、宗教活動および営利活動を目的としない団体）
対象となる事業	団体が自ら考え、自ら行動を起こす公共的な事業で地域の活性化等に結びつく活動 *対象外事業・・・市で交付する他の補助金等の対象と判断される事業 既に本事業の補助金の交付を2回受けた事業 団体で行われる定例的な事業、営利を目的とした事業
対象となる経費	補助対象となる事業に必要な経費（消耗品費、講師謝礼、印刷製本費、賃借料、原材料費） *事業を実施するために必要な機器の賃借、業者委託に係る経費は事業費の10分の2以内
補助率	事業の内容により対象経費の100%、75%、50%を補助（1事業100万円以内）

団体補助

対象となる団体	【新たに発足した団体】 設立後2年以内の区、NPO団体そのほか地域づくりを行う団体 【新たな活動を行う団体】 設立後2年を超えている区、NPO団体そのほか地域づくりを行う団体
対象となる経費	【新たに発足した団体】 団体発足時の活動の初期投資に要する経費 【新たな活動を行う団体】 団体の新たな活動の初期投資に要する経費
補助率	経費の2分の1以内（上限5万円） ※ただし、新たに発足した団体に対する補助金の交付は1回限りです

❖応募方法

申請書に必要な事項を記入のうえ、下記へ提出してください。申請書は、市ホームページから入手するか下記へご連絡ください。

❖認定審査

応募した団体は、「認定審査会」（12月下旬開催予定）へ出席が必要になります。「認定審査会」で、事業認定または新設団体認定の可否等を決定し、審査結果を通知します。審査結果通知はあくまで認定予定を通知するもので、正式な認定は平成30年度予算成立後の4月以降となります。

申込・問／地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790

行政相談週間 10月16日(月)～22日(日)  
～行政への苦情や要望は、行政相談委員へ～

市には2名の行政相談委員がおり、国・県・市等が行っている業務についての苦情や意見、要望等をお聴きして、公正で中立な立場で解決を進めていきます。

毎月行っている行政相談（人権よろず相談所と併設）のほか、個別で随時相談に応じています。相談は無料で、秘密は守られます。市の行政相談委員への相談は、下記へ連絡してください。

\*行政相談週間以外でも受け付けています。

問／人権同和政策課 人権同和政策係 ☎64-5902

児童手当・特例給付の支給日

10月10日（火）は児童手当の支払予定日となっています。今月の支払内容は、6～9月分です。10日以降に通帳の記帳により確認してください。

次回の定例支払日は、平成30年2月になります。

公務員の方は、勤務先で支給されますのでご確認ください。

（注）6月30日提出期限の「平成29年度児童手当・特例給付現況届」が未提出の方、新規支給認定・額改定届の手続きが間に合わなかった方については、今回のお支払いはできませんのでご承知ください。なお、未提出の方は、至急提出してください。

問／福祉課 福祉推進係 ☎64-8888 FAX64-8880

## 冬に備えて!! 布団をふかふか心地にリフレッシュ 布団の丸洗いサービス

❖対象 下記項目に該当し、布団干しができないなど、寝具類の衛生管理が困難な方

- ・70歳以上で一人暮らしの方、または高齢者のみの世帯の方
- ・在宅で要介護認定を受けた高齢者および身体に障がいをお持ちの方

❖布団の種類 掛け・敷き布団、毛布

❖回収日 11月8日(水)・9日(木)

❖配達日 11月15日(水)・16日(木) 予定

❖申し込み 10月27日(金)までに、下記へお申し込みください。

- ❖その他
- ・布団の種類に関係なく、一人2枚までとさせていただきますが、種類によっては、お受けできない場合もありますので、ご了承ください。
  - ・料金は、要介護認定を受けた方は1割負担、その他の方は2割負担となります。  
1枚あたり90円から760円程度かかります。
  - ・可能な方は、白い布に氏名等を記入し布団に縫い付けてください。

申込・問/社会福祉協議会  
地域福祉係  
☎62-4455



## 禁煙外来を知っていますか?

喫煙はがんをはじめとして、さまざまな病気の引き金となることが明らかになっています。禁煙は自力でも可能ですが、医療機関での禁煙治療や禁煙補助薬を利用すると、ニコチン切れの症状を抑えることができるので、自力に比べて2～3倍禁煙に成功しやすいそうです。

禁煙外来では、禁煙をしたい人に対し、医師が禁煙指導を行ないます。

また、一定の要件を満たせば、禁煙治療に健康保険が適用されます。

❖市内の禁煙外来がある医療機関

祢津診療所	祢津343-2	☎62-0273
ほしやま内科	常田172-1	☎62-3115
せき内科クリニック	本海野1492-102	☎64-7171

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

## ツキノワグマに注意してください

今年は市内でのクマの出没が多く、すでに昨年を上回る数の出没が確認されております。

この時期、ツキノワグマはこれからの冬眠に備えて活発に行動します。また、子連れの母グマは非常に神経質です。子グマだけがいる場合でも、近くには母グマがいる可能性があります。絶対に近づかないようにしてください。季節柄、キノコ採り等で山林内に入る機会が多くなりますが、十分ご注意ください。

《山へ入る際の注意事項》

- \*ラジオや鈴など音の出るものを必ず携帯してください。
- \*朝夕、雨天時の入山は避けてください。(クマは朝夕に活発に動きます。また、雨天時は匂いや足音が薄れ、クマと遭遇する可能性が高くなります。)

問/農林課 耕地林務係  
☎64-5898



## 北御牧庁舎改修工事のお知らせ

平成30年4月より開設予定の市民交流サロンと文書館の工事を行います。支所市民係窓口、公民館、JA佐久浅間北御牧支所、上田地域シルバー人材センターは、通常通りご利用いただけますので、ご理解、ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

❖工事期間 11月初旬～平成30年3月末

❖工事場所 北御牧庁舎1階 市民交流サロン整備工事  
北御牧庁舎3階 文書館整備工事

問/地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790

ハロウィンジャンボは、

**1等・前後賞**

**合わせて5億円!**

1等3億円 前後賞各1億円

2等1,000万円

発売期間

**10月11日(水)～10月31日(火)**



この宝くじの収益金は市町村の明るく  
住みよいまちづくりに使われます。

(公財)長野県市町村振興協会

## 10月10日は「目の愛護デー」

中高年の2大失明原因である緑内障と糖尿病網膜症は、初期の自覚症状がありません。早期発見、早期治療のため、眼科専門医で定期的に検査を受けましょう。

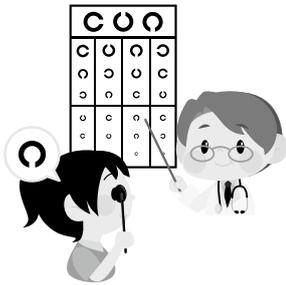
子どもの弱視や遠視、斜視も早期発見が大切です。市の3歳児健診では視能訓練士がついて視力検査や屈折検査をしますので、必ず受けましょう。

❖「目の電話相談」（公益社団法人日本眼科医会）

専用電話：03-5765-8181

受付日時：毎週木曜日 午後3時～午後5時  
（祝日、12月29日～1月5日は除く）

☎健康保健課 保健係 ☎64-8882



## 全国地域安全運動 10月11日(水)～20日(金) ～日本一安全・安心な長野県をめざして～

❖運動の重点

\*特殊詐欺被害の防止

家族や地域の皆さんへの注意を呼びかけましょう。

\*住宅不法侵入被害の防止

地域の皆さんで「防犯パトロール」を実施しましょう。

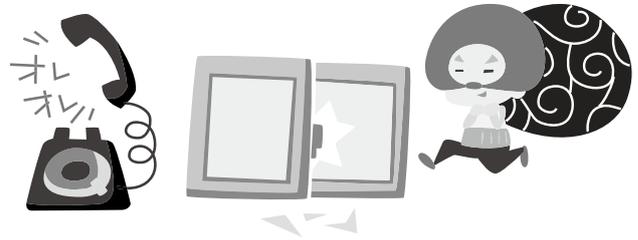
\*子ども・女性の犯罪被害の防止

子どもたちの下校時には、通学路等において見守り活動をししましょう。

\*車上ねらい・自動車盗被害の防止

貴重品は車内に置かず、車を離れるときは持参しましょう。

☎生活環境課 生活安全係 ☎64-5896



## 合併処理浄化槽設置に補助金が利用できます

合併浄化槽を設置する場合、市では一般住宅（別荘は不可）に対して設置費用の一部を補助しています。本年度の補助金申請は平成29年12月8日（金）に締め切ります。合併浄化槽の設置や補助金などはお早めに下記へご相談ください。

補助対象及び金額			
設置浄化槽規模	合併処理浄化槽	高度処理型（※地下浸透）	放流管
5人槽	332,000円	432,000円	工事費の2分の1以内、限度額500,000円 （放流管とは宅地の境界から放流先までをいい、放流ポンプを設置した場合はその施設も含まれます。）
6～7人槽	414,000円	484,000円	
8～10人槽	548,000円	588,000円	
11～20人槽	939,000円	1,089,000円	
21人槽以上にも補助金があります。			

※放流先を地下浸透にする場合は、高度処理型（BOD 10mg/L 以下、全窒素 10mg/L 以下）の設置となります。

## 下水道等設備工事にかかる借入金の利子補給制度

下水道の宅内工事資金または合併処理浄化槽の設置工事資金を金融機関から借入れて行う場合に、利子の一部または全部を市が補給する制度です。※詳細は下記へお問い合わせください。

利子補給対象金額	借り入れ金額が30万円以上100万円まで
利子補給期間	最高60カ月（5年）
利子補給率	借入利率のうち3.50%（限度額10万円）まで

☎申込・☎上下水道課 下水道係 ☎64-5874

## 電話相談「妊娠～子育てSOS信州」

## ❖対応内容

予期せぬ妊娠の悩み、妊娠・出産・育児への不安、その他生涯を通じた女性の心身の健康に関する相談に、県の助産師が対応します。

## ❖常設相談窓口

日時：毎週火・木曜日（年末年始、お盆、祝日は休み）  
午前10時～午後4時

電話：0263-31-0015

## ◀期間限定▶臨時窓口開設中

日時：10月20日まで毎日

午前10時～午後4時

電話：080-8098-4952

問／健康保健課 保健係 ☎64-8882

10月1日～11月30日は  
麻薬・覚醒剤乱用防止運動

違法薬物には近づかないで…Stop The Drug！

## ❖長野県の薬物事犯検挙数（長野県警統計資料より）

区分	H27年	H28年	前年比
覚醒剤	58人	53人	91.4%
大麻	16人	16人	100.0%
危険ドラッグ	4人	6人	150.0%

麻薬、覚醒剤、大麻、危険ドラッグ、シンナー等の違法な薬物や不正規ルートで売買される薬物は、健康と生命を損なうだけでなく、重大な犯罪を引き起こす恐れがあります。

危ない薬のリスクを知り、薬物乱用を防止しましょう。

## ◀薬物依存、乱用防止に関する相談は…▶

◇長野県精神保健福祉センター ☎026-227-1810

◇長野ダルク薬物問題相談室 ☎0268-36-1533

Eメール相談はこちらから <http://darc-nagano.com/>

※ダルクは民間の薬物依存症者リハビリセンターです。

問／健康保健課 保健係 ☎64-8882

生活環境課 生活安全係 ☎64-5896



## 野焼きは法律で禁止されています

この時期、農作業等のため野焼きが増えますが、野焼きは例外を除き禁止されており、刑罰が科せられる場合があります。例外として認められる場合でも、風向きの確認や近隣への声掛け、開始時間の配慮などをしましょう。

近隣の方に迷惑がかりそうなときは、東部クリーンセンターまたは川西清掃センターへ持ち込む等、適切な処理をしてください。

市では、剪定枝や雑草などのリサイクルに取り組んでいます。燃やさずに、リサイクル業者へ持ち込む等のご協力をお願いします。

## ❖野焼き禁止の例外として認められるもの

- \* 震災、風水害、火災、凍霜害その他の災害の予防、応急対策、復旧のための焼却
- \* 農業、林業、または漁業を営むために行う焼却
- \* 焚き火その他日常生活を営むうえで行うもので、軽微な焼却（少量の落ち葉焚きなど）
- \* 風俗習慣上または宗教上の行事を行うための焼却（どんど焼きなど）
- \* 国または地方公共団体が施設の管理を行うための焼却



問／生活環境課 環境対策係 ☎64-5896

<9月16日号お知らせ版 12p>

10月の地域包括支援センター案内の訂正とお詫び  
かんたん体操と貯金体操の会場を、次のように訂正してお詫びします。

（誤）東御市総合福祉センター

（正）武道館（柔道場）

<9月16号お知らせ版 8p>

観光地域づくり講演会の会場変更

講演会の場所を、次のように変更になります。

変更前 東御市役所2階 全員協議会室

変更後 勤労者会館2階 大会議室

# ホワイトボード

掲載をご希望の方は、希望掲載号(1日・16日)のおよそ1カ月前までに下記へご連絡ください。ただし、市の基準により掲載できない場合もあります。

●東御市総務部企画財政課 広報担当まで  
Eメール shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp  
☎64-5806 FAX63-5431



## 池の平湿原散策&地質の勉強会参加者募集

- 日時/10月15日(日)午前9時集合  
雨天の場合は、28日(土)に変更  
(13日(金)までに判断します)
- 集合場所/地蔵峠駐車場(乗り合わせで池の平駐車場へ移動)
- テーマ/①三方が峰から浅間山までの地質  
②断層地形の認識方法  
③火山活動に伴う断層の形成などについて  
午後2時 地蔵峠駐車場 解散予定
- 服装/登山のできる服装
- 持ち物/お弁当、雨具、飲み物、筆記用具
- 申し込み/10月10日(火)までに、下記へお申し込みください。  
※お車のない方は、相乗りを予定しますのでご連絡ください。
- ☎/●/しげの里づくりの会事務局(秋山)  
☎・FAX71-7581  
月・火・木・土 午前10時~午後5時

## 千曲川マルシェ

### (第6回千曲川地域ブランドフェア)

- 日時/10月21日(土)~22日(日)  
午前9時~午後4時(22日は午後3時終了)
- 会場/千曲市大字戸倉2254番地 白鳥園(芝生広場)
- 内容/千曲川地域(30市町村)の情報発信をはじめ、ご当地グルメの試食販売や、千曲市の姉妹都市の海の幸をはじめとするグルメの販売が行われます。また、各店の美味しいそばが食べられる「さらしなの里 そば祭り」が同時開催されます。  
当日は、買い物や飲食の他、ご当地キャラクター大集合、お子様の楽しめる体験イベントなどもあります。
- その他/詳細は千曲市ホームページをご覧ください。
- ☎/千曲川地域ブランドフェア実行委員会  
事務局 千曲経済部観光交流課ブランド・交流係  
☎026-214-5799

## 田中地区 ふるさと散策

- 日時/10月29日(日)集合 午前9時45分  
散策 午前10時~正午
- 集合場所/海野第2駐車場  
(バイパス側水村美術館斜め向かい)
- 散策場所/海野宿
- 内容/「田中地区ふるさと散策」今年度は本海野区です。みなさんご存知の海野宿ですが、この機会に地域の歴史的建造物の家並みを散策し、歴史の足跡をたどります。
- その他/歩きやすい服装でお越しください。
- ☎/田中地区地域づくりの会 事務局  
(地域づくり・移住定住支援室) ☎71-6790

## 県営住宅入居者の募集

- 住宅見学会  
日時/10月18日(水)時間は場所により異なります。  
詳細は10月11日(水)以降に公表します。
- 受付期間  
日時/10月23日(月)~10月27日(金)  
午前8時30分~午後5時  
場所/上田市材木町1-2-6 上田合同庁舎南棟内  
長野県住宅供給公社 上田管理センター
- 抽選会  
日時/11月7日(火)午後1時30分  
場所/上田市材木町1-2-6  
上田合同庁舎南棟2階 会議室
- その他/詳細は、10月11日(水)以降に下記へ問い合わせられるか、公社ホームページでご確認ください。  
<http://www.nagano-jkk.jp/>
- ☎/長野県住宅供給公社 上田管理センター ☎29-7010

## 湯の丸高原ポールウォーキング教室開催

- 日時/10月28日(土)午前10時~11時
- 集合場所/湯の丸高原駐車場(地蔵山荘前)
- コース/湯の丸高原新設グランド周辺  
(全行程2.0km 30分)
- 講師/(公財)身体教育医学研究所  
所長 岡田 真平氏
- 持ち物/飲み物、雨具、スニーカー、ポール  
(無い方は先着20名まで貸し出します)
- 申し込み/10月24日(火)までに電話、FAXで氏名、電話番号を添えて下記へお申し込みください。
- ☎/●/祢津公民館内 祢津地域づくりの会事務局  
☎・FAX62-0251



# とうみチャンネル

スマートフォンからウィークリーとうみが視聴できるようになりました。



## 《番組案内》10月1日(日)～11月3日(金) 【放送時間 9:00～ 15:00～ 21:00～】

1日	(日)	第14回東御市水泳大会	
2日	(月)	東御市文化協会民謡部会発表会～前半～	再
3日	(火)	東御市文化協会民謡部会発表会～後半～	再
4日	(水)	市民大学講座「雷電の手紙」 講師：寺島隆史氏	再
5日	(木)	月刊とうみチャンネル9月号～前半～	
6日	(金)	月刊とうみチャンネル9月号～後半～	
7日	(土)	月刊とうみキッズ9月号	
8日	(日)	虐待防止講演会「虐待は他人事ではない ～早期発見と介護者への支援～」 講師：萱津公子氏	再
9日	(月)	田中小学校子どもサマーフェスティバル ～子ども相撲大会～	再
10日	(火)	講演会『水戸徳川家伝来「燭台切光忠」 復元制作の現場』 講師：宮入法廣氏（日本刀作家）	再
11日	(水)	みまきニユードカンコ	再
12日	(木)	第14回東御市水泳大会	再
13日	(金)	市民大学講座「くるみ栽培の歴史と現状」 講師：花岡澄雄氏	
14日	(土)	第18回コトヒラ杯 スポーツ少年団野球大会①	
15日	(日)	第18回コトヒラ杯 スポーツ少年団野球大会②	
16日	(月)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会<午前の部>	
17日	(火)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会<午後の部>	
18日	(水)	ネットリテラシー講座「高齢者のインターネット利用に潜む危険と対策」 講師：南澤信之氏	
19日	(木)	平成29年度東御市金婚祝賀式	
20日	(金)	とうみ混声合唱団第18回定期演奏会	
21日	(土)	東部中学校第54回学芸発表会 ～開会式・ステージ発表～	
22日	(日)	東部中学校第54回学芸発表会 ～校内音楽会ほか～	
23日	(月)	虐待防止講演会「虐待は他人事ではない ～早期発見と介護者への支援～」 講師：萱津公子氏	再
24日	(火)	市民大学講座「くるみ栽培の歴史と現状」 講師：花岡澄雄氏	再
25日	(水)	第18回コトヒラ杯 スポーツ少年団野球大会①	再
26日	(木)	第18回コトヒラ杯 スポーツ少年団野球大会②	再
27日	(金)	朗読会くるみの里の「相撲よもやま」 ～雷電生誕250年に寄せて～	
28日	(土)	第51回北御牧中学校かくま祭 ～開祭式・吹奏楽部発表ほか～	
29日	(日)	第51回北御牧中学校かくま祭 ～ミュージックフェスティバルほか～	
30日	(月)	月刊とうみキッズ9月号	再
31日	(火)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会<午前の部>	再
11月1日	(水)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会<午後の部>	再
2日	(木)	ネットリテラシー講座「高齢者のインターネット利用に潜む危険と対策」 講師：南澤信之氏	再
3日	(金)	平成29年度東御市金婚祝賀式	再

※番組の内容は都合により変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。最新の番組表は市ホームページからもご覧いただけます。

**Weekly! ウィークリーとうみ** 毎週金曜日更新 【放送時間 6:00～ 12:00～ 18:00～】

みんなで踊ろう チャレンジとうみ! 15分間体操 【放送時間 6:30～ 12:30～ 18:30～】

ずくさち体操 ～90歳まで自分の足で～ 【放送時間 5:15～ 8:30～ 14:30～】

問/とうみケーブルテレビ ☎67-2981 企画財政課 広報統計係 ☎64-5806

## ラジオ広報番組 エフエムとうみ 78.5MHzで放送中

❖ラジオ市報とうみ 午前7時40分～ 午後0時40分～ 午後6時40分～「告別式のお知らせ」午後6時50分～

❖そよ風にのせて 毎週火曜日 午前11時～午前11時55分 ❖みみよりとうみ 毎週水曜日 午後4時～午後4時55分

10月の市民情報広場の放送内容 毎週木曜日 午後4時～午後4時55分 都合により内容は変更になる場合があります。

放送日	内 容	出演	放送日	内 容	出演
5日	9月議会を終えて	議会事務局	19日	しげの里づくりの会活動について	地域づくり・移住定住支援室
	ネットリテラシー	教育課		福祉の森フェスティバルについて	社会福祉協議会
12日	保健ごよみ	健康保健課	26日	天空の芸術祭について	地域づくり・移住定住支援室
				生活環境課から	生活環境課

問/エフエムとうみ ☎63-1003 企画財政課 広報統計係 ☎64-5806

●発行/長野県東御市 〒389-0592 東御市東281-2 ☎0268-64-5806 FAX0268-63-5431 No.312 平成29年10月1日  
Eメール shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp ホームページ <http://www.city.tomi.nagano.jp/>  
●編集/東御市総務部企画財政課 ●印刷/㈱アオヤギ印刷 ●HPの記載がある場合は市ホームページをご覧ください。  
●参加費(受講料)、申し込みの記載のないものは、参加費無料、申込不要です。 ●問い合わせ先の市外局番(0268)は省略しています。

**祝 250年**

**天下無双力士 雷電為右衛門**

# 米津福祐展

9月30日(土) ~ 10月22日(日)  
10:00~17:00 入場無料

東御市寄贈作品ほか、大迫力の雷電為右衛門

---

ピアノの  
ゆふべ#46

音のプラネタリウム ~秋の夜空によせて~

演奏: 築田佳奈  
10月13日(金) 19:00開演 入場無料

♪チャイコフスキー: 秋の唄、築田佳奈: 音楽物語『7つの星』ほか

---

**夜が会 40**

第68回ロビーコンサート

You & Night & The Music

石井完治(Gt) 磯崎みお(Vo)

今回はスペシャル!  
会場: ラ・ヴェリテ  
お間違えなく

10月19日(木)  
18:00開場 1ドリンク付  
18:54開演 1000円

---

癒やしのコンサート in 長野

ピアノ: 吉野百花、松井あかり  
シンガー: 成澤芽生、三重野弘奈

10月22日(日) 13:30開演 入場無料

♪木下敦子: 「花のかず」より抜粋、ジブリメロデーほか

東御市文化会館 **サンテラスホール** [sun-terrace.jp](http://sun-terrace.jp) TEL 0268-62-3700

■FAX 0268-62-3262 ■開館時間 9:00~22:00 ■〒389-0515 東御市常田505-1 ■窓口受付 9:00~17:30

みんなで  
応援しよう!

市内外出身、雷電サイズ197センチ24人の巨大力士が熱戦を展開します!

## どんどこ! 巨大紙相撲大会

11月11日(土) 13:00  
会場: 中央公民館講堂  
※参加募集は締め切りました

---

丸山  
晚霞  
記念館

## 丸山晚霞記念館 常設展示

10月28日(土) ~  
※10月27日(金)まで休館となります。

■TEL 0268-62-3700 ■FAX 0268-62-3262 ■〒389-0515 東御市常田505-1 東御市文化会館内 ■開館時間 9:00~17:00 ■入館料 高校生以上200円 ■会期中無休

信濃美術館移動展

一菱田春草から  
高木こずえまで

10月4日(水) ~ 10月9日(月・祝)  
大人200円、大学生100円、高校生以下無料

---

天空の芸術祭展

入場無料

開催中 ~ 10月29日(日)

---

独立美術協会 東の雄 吉岡憲 VS 西の雄 小出三郎

★「吉岡憲・小出三郎を語る」

10月15日(日) ~ 2018年1月14日(日)

10月22日(日) 13:30 要予約 入館料が必要 出演: 窪島誠一郎・吉岡愛子・三浦徹・小出君子

■TEL 0268-61-6161 ■FAX 0268-61-6162 ■〒389-0406 東御市八重原935-1 ■開館時間 9:00~17:00 ■入館料 800円(高校生以上) ■月曜休館(祝日の場合翌火曜)

## 日曜当番医

診療時間: 午前9時~午後5時

月日	医療機関名	電話番号
10月1日	酒井医院	64-3170
10月8日	東御市民病院	62-0050
10月15日	せき内科クリニック	64-7171
10月22日	ささき医院	64-3711
10月29日	祢津診療所	62-0273

### 休日の歯科救急治療

上田小県歯科医師会

## 休日歯科救急センター

診療時間: 午前9時~午後3時  
住所: 上田市材木町1-3-6  
電話番号: 24-8020  
(カーナビ検索用 ☎0268-22-2160)

※緊急の場合は主治医に連絡し、主治医不在の場合は当番医に連絡してください。  
※急きよ当番医が変わることがあります。次の電話案内等で確認してください。  
◆休日・夜間当番医の電話案内 長野県救急医療情報センター ナビダイヤル ☎0570-088199

夜間の内科・小児科	上田市内科・小児科初期救急センター 診療受付時間: 午後7時~午後10時30分 電話相談時間: 午後7時~午後11時 電話で診療受付をしてください。内科: ☎21-2280・小児科(15歳以下): ☎21-2233
休日・夜間当番薬局	上田薬剤師会のホームページで確認してください。<< <a href="http://www.uedayaku.org/touban">http://www.uedayaku.org/touban</a> >>

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

