

スキー・スノーボード教室 受講生募集

- ❖日 時 1回目 平成30年1月7日(日) 午前10時～午後3時
2回目 2月4日(日) 午前10時～午後3時
※両日とも受付午前9時～午前9時40分
- ❖場 所 湯の丸スキー場(集合・受付:湯の丸センター前)
- ❖参加資格 東御市在住・在勤の方
スキーは小学生以上・スノーボードは中学生以上
- ❖定 員 スキー 80名・スノーボード 10名(各回、先着順)
- ❖参加料 1,000円(当日受付でお支払いください。)
- ❖申込締切 1回目 12月25日(月)
2回目 平成30年1月29日(月)
- ❖申し込み 下記へ電話でお申し込みください。
受付:月～金(祝日を除く)午前8時～午後5時
- ❖その他 *昼食は、各自で用意してください。
*リフト券(9回券)は当日受付で1割引で販売します。
*小学生以下のリフト代は無料です。



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)

目次 2P～…募集・イベント
4P～…市からのお知らせ
10P～…ホワイトボード

12P……保健案内・1月の相談コーナー
13P……子育てインフォメーション・図書館だより
14P……とうみチャンネル・ラジオ広報番組
16P……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。

ネットリテラシー研修会

- ❖日 時 12月13日(水) 午後6時30分～午後8時
- ❖場 所 中央公民館2階 講義室
- ❖テーマ 「ネット ここが心配!
～今、子ども達に何が起きているのか～」
- ❖講 師 一般社団法人セーフティネット総合研究所
専務理事 みなみさわ のぶゆき 南澤 信之氏
- ☎/教育課 青少年教育係 ☎64-5906



フラワーアレンジ講習会

- ❖日 時 12月23日(土) 午後1時30分～午後3時
- ❖場 所 和コミュニティセンター 多目的ホール
- ❖講 師 やまうら なつこ 山浦 夏子氏
- ❖持 ち 物 材料費 1,500円
生け花用はさみ(お持ちの方)
- ❖定 員 10名
- ❖申し込み 12月18日(月)までに、下記へお申し込み
ください。



- ☎/和コミュニティセンター ☎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)

上田市 市民の森スケート場オープン 12月16日(土)～平成30年2月12日(月・祝)

- ❖営業時間 午前9時～午後4時30分
(入場は午後4時まで)
- ❖利用料金 大 人 750円
小中学生および付添人 300円
未就学児 無 料
- ❖貸靴料金 一人1回300円
- ❖無料開放日 12月16日(土)、平成30年1月6日(土)、2月12日(月・祝)
- ❖休業日 12月31日(日)・平成30年1月1日(月・祝)
- ❖食堂営業日 営業期間中の土・日・祝日、12月28日(木)～平成30年1月5日(金)(上記休業日を除く)
午前11時30分～午後2時
- ☎/スケート場管理事務所(上田市芳田3780-85) ☎27-9396(営業期間中のみ)

スケート場まつり(スポーツレクリエーション祭冬の部)開催!

- ❖日 時 平成30年1月6日(土) 午前9時～午後2時30分
ゲスト選手のデモンストレーション、スケート教室ほか各種イベントを行います。
※貸靴利用は有料です。天候により開催内容が変更になる場合があります。

☎/上田市教育委員会 スポーツ推進課 ☎23-6372



☎/生涯学習課 生涯学習・スポーツ係 ☎64-5885

上田市 市民の森スケート場 入場割引券

東御市民の方 お一人1回に限り200円割引
対 象 大人、小中学生 *付添人は利用不可
有効期間 平成29年12月16日(土)～
平成30年2月12日(月)



東 御 市

上田市 市民の森スケート場 入場割引券

東御市民の方 お一人1回に限り200円割引
対 象 大人、小中学生 *付添人は利用不可
有効期間 平成29年12月16日(土)～
平成30年2月12日(月)



東 御 市

2018信州総文祭弁論部門プレ大会

- ❖日 時 12月17日(日) 午前9時15分～午後3時30分
- ❖場 所 東御市文化会館
- ❖内 容 「文化部のインターハイ」とも呼ばれる高校生の文化芸術の祭典、全国高等学校総合文化祭(2018信州総文祭)が、来年8月に、県内17市町を会場に開催されます。東御市は弁論部門の会場となります。大会の開催にあたり、今年にはプレ大会を開催します。

問/第42回全国高等学校総合文化祭長野県実行委員会
(県教育委員会事務局全国高等学校総合文化祭推進室内)
☎026-235-7440
生涯学習課 文化財・文化振興係 ☎75-2717



大会マスコット
キャラクター
信州なび助

観光振興で地域活力UP! 観光地域づくりタウンミーティング

❖趣 旨

観光を軸に来訪者を誘い、交流人口の促進を目指す“観光地域づくり”に取り組むにあたり、その舵取り役である「東御市版DMO」が取り組む事業の内容を説明し、地域の皆様に理解を深めていただくとともに、地域一丸となって観光誘客を促進していくために意見交換等を行います。

- ❖内 容 (1)東御市版DMOの事業展開について
(2)「農泊推進対策」、「民泊新法」の概要について

❖対象地区、開催日、会場

地 区	開催日	会 場
田中地区	平成30年1月16日(火)	中央公民館
滋野地区	18日(木)	滋野コミュニティーセンター
柵津地区	23日(火)	柵津公民館
和地区	25日(木)	和コミュニティーセンター
北御牧地区	30日(火)	北御牧公民館

❖時 間 午後7時～午後8時30分

※DMO…Destination Management Organization。経営的な視点を持ち、観光に着目した地域づくりを進める組織。

問/商工観光課 観光係 ☎64-5895

新春 書き初め大会

- ❖日 時 平成30年1月5日(金)
午前10時30分～正午
- ❖場 所 中央公民館3階 講堂
- ❖対 象 市内の小学生以上の方
- ❖持 ち 物 筆、墨(墨汁)、文鎮、下敷、新聞紙5枚(練習用) ※書き初め用紙は、用意します。
- ❖申し込み 12月25日(月)までに、下記へお申し込みください。
- ❖そ の 他 作品は、平成30年1月5日(金)から14日(日)まで中央公民館2階ロビーに展示します。

申込・問/生涯学習課 生涯学習・スポーツ係
☎64-5885

声で届けよう! 音訳ボランティア養成セミナー

	開催日	内 容
第1回	平成30年 1月16日(火)	ボランティアってなあに?
第2回	1月31日(水)	音訳ボランティアの必要性
第3回	2月13日(火)	朗読をやってみよう!
第4回	2月22日(木)	音訳ボランティア「りらの会」の活動とは

- ❖時 間 各日午後1時30分～午後3時30分
- ❖場 所 総合福祉センター1階 ボランティアルーム
- ❖内 容 目の不自由な方に市や社協の広報誌などを声で伝える、音訳ボランティアの養成講座です。

- ❖定 員 15名程度
- ❖申し込み 平成30年1月9日(火)

申込・問/社会福祉協議会 ☎62-4455



ぴかそ・はこべの会 (障がい児親の会)

- ❖日 時 平成30年1月23日 (火)
午後1時30分～午後3時
- ❖場 所 総合福祉センター3階 講堂
- ❖内 容 ミニ勉強会 ～障がいを知り、ともに生きる～
(あいサポーター研修)

※障がいの有無や種類に関わらず、何らかの生き辛さを感じているお子さんの理解につながることを目的としています。

アドバイザー：上小圏域療育等支援センター
療育コーディネーター 松村 京子 氏
発達障害サポート・マネージャー
上小圏域担当 佐藤 永寿子 氏

申込・問／福祉課 福祉援護係 ☎64-8888

モルドバ共和国視察報告会

- ❖日 時 12月16日 (土) 午後3時30分～午後5時
- ❖場 所 中央公民館 講義室
- ❖内 容 市長をはじめとする訪問団が、ホストタウン登録国であるモルドバ共和国を10月に訪問したときの概要、モルドバの文化や風土等についての報告会を開催します。

問／企画財政課 企画政策係 ☎64-5893



モルドバ共和国国旗

特別な支援の必要なお子さんについて 何でも話そう会

- ❖日 時 平成30年1月17日 (水)
午後4時～午後5時30分
- ❖場 所 福祉センター3階 301・302
- ❖内 容 保育園や学校、家庭のこと、子育てのこと、困っていること、聞いてほしいことなど、皆で情報交換できる場です。お気軽にご参加ください。

問／福祉課 福祉援護係 ☎64-8888

児童扶養手当を受給されている方へ

12月は児童扶養手当の支払月です。

- ❖振込予定日 12月11日 (月)
- ❖支 払 内 容 8月～11月分 (4カ月分)
※受給されている方は、11日以降に口座の入金をご確認ください。
- ※現況届 (8月31日提出期限) 未提出の方は、今回の支給はありません。

❖児童扶養手当とは？

子を養育するひとり親家庭等や、親に高度な障がいがある場合に支給する手当です。

※所得による支給制限があります。

※受給者は保育料の減免が受けられる場合があります。

[保育料減免の問い合わせ先]

子育て支援課 保育係 ☎64-5903

問／福祉課 福祉推進係

☎64-8888 FAX64-8880



介護保険要介護認定者の 障害者控除対象者認定書交付

❖対 象

障害者手帳をお持ちでない方で、次の3つの要件をすべて満たす方は、市が税法上の障害者控除の対象として認定します。

- 年齢が65歳以上であること
- 要介護1～5の認定を受けていること
- 障害高齢者の日常生活自立度がB1以上、または認知症高齢者の日常生活自立度がII a以上に該当すること (注)

(注) 要介護認定の審査に用いた主治医意見書により判断します。

❖認定書の交付手続き

認定書の交付をご希望の方は、下記へ申請してください。対象となる方には、後日郵送により認定書をお届けします。

❖申請書類

- ・障害者控除対象者認定申請書 (指定様式)
※申請書は下記へ請求してください。
- ・対象者の介護保険被保険者証
- ・申請者の印鑑

申請・問／福祉課 高齢者係 ☎75-5090

市民大学講座⑩

❖日時 平成30年1月20日(土)
午後1時30分～午後3時

❖場所 中央公民館3階 講堂

❖新春講演独演会

演目「雷電の初土俵」他三題

❖講師 講談界の風雲児

講談師 神田 ^{かんだ} 松之丞 ^{まつノじょう} 氏



☎生涯学習課 生涯学習・スポーツ係 ☎64-5885

教育資金利子補給のご案内

❖交付対象者

金融機関から教育資金の融資を受けた保護者で、次の要件を満たす方です。

- ①平成29年1月1日現在で1年以上市内に居住し、引き続き市内に住所を有する方
- ②平成29年度の市民税の課税総所得金額（保護者それぞれに所得がある場合はその合計額）が350万円以下である方
- ③市税等を滞納していない方

❖利子補給の対象期間

平成28年4月から平成29年3月の間に支払った利息が対象です。（平成28年3月以前の利息は対象外です）

❖利子補給対象額および補給率

対象額は学生1人につき300万円以内とし、利子補給率は2.50%を上限とします。

※課税総所得金額の算定にあたっては、条件により一定額が控除されます。

詳細および書類提出については下記にお問い合わせください。

☎申込・☎教育課 青少年教育係 ☎64-5906

救急の要請は、駆け付け通報よりも
119番通報を

上田地域広域連合消防本部（上田市、東御市、長和町、青木村）では8カ所の消防署から救急車を出動させています。近年、救急出動件数の増加に伴い、119番通報をせずに、直接消防署へ駆け付けて救急車の要請をする、東御消防署の救急車が出動中の場合、他の消防署から救急車が出動します。

直接東御消防署へ駆け付けた場合、対応が遅れたり、無理に動かすことで、症状が悪化する場合があります。また、緊急時には、119番通報をしていただくことで、出動時間の短縮に繋がります。いざという時は、東御消防署へ駆け付けたりするよりも、正確に119番通報ができるよう、日頃から手順などを確認しておきましょう。

☎東御消防署 ☎62-0119



農振農用地除外申請

市では農業振興地域の整備に関する法律に基づき、特に農業振興を図っていく地域を「農業振興地域」として、優良農地の保全・確保に努めています。この「農業振興地域」の農用地（農振農用地）を転用して農業以外の目的に利用することはできません。やむを得ず住宅など他の目的に利用したい場合は、農振農用地からの除外手続きが必要です。

次のとおり、農振農用地の除外申請の受付を行いますので、農振農用地以外への転用計画のある方は申請してください。

❖申請期間 平成30年1月15日(月)～1月31日(水)

❖申請書類 下記にてお渡ししています。

なお、除外が認められるためには、除外後に他の農地への影響がないことや、農地転用の要件を満たすこと等が必要ですので必ず事前にご相談ください。

☎申請・☎農林課 農政係 ☎64-5894



健診(検診)の受診はお早めに



健診・検診名		対象者	受診方法等	期間
特定健診等	特定健診	40～74歳の東御市国民健康保険加入者 ※国保以外の方は各医療保険者に問い合わせください。	受診券がある方 受診券に記載の指定医療機関へ予約します。 ※市から配布の受診券参照 受診券がない方 発行に数日かかります。早めに下記へご連絡ください。	平成30年1月31日まで (休診日を除く)
	健康診査	19～39歳の方		
	後期高齢者健診	後期高齢者医療制度加入者		
がん検診	前立腺がん検診	50歳以上の男性	直接、市内指定医療機関で受診してください。	平成30年2月28日まで (休診日を除く)
	大腸がん検診	40歳以上の方		
	子宮頸がん検診	20歳～29歳の女性 30歳以上で平成29年度偶数年齢の女性	個別検診の受診票がある方 受診票に記載の指定医療機関へ予約します。 集団検診を申し込んだ方 検診日の約1カ月前に受診票が送付されます。指定の会場で受診してください。 受診票がない方 発行に数日かかります。早目に下記へご連絡してください。 ※事前にお申し込みの方については、平成29年5月から6月頃に受診票が送られています。紛失で再発行の方は、原則電話連絡のうえ、健康保健課へお越しください。	
	乳がん検診	40歳以上で平成29年度偶数年齢の女性		
肺がん検診	41歳以上で平成29年度奇数年齢の方			
歯周病検診		平成29年度中に30・40・50・60・70歳になる方 ※対象の方にはすでに受診票が郵送されています。	受診票に記載の歯科医療機関へ電話予約をしてから受診してください。 (年度内に1回のみ受診可能)	平成30年2月28日まで (休診日を除く)

☎健康保健課 健康増進係 ☎64-8883

観光宿泊施設等 整備融資利子補給金

HP

❖対象

- ※市内において観光宿泊施設等の整備を行った方で、この整備に係る融資を平成29年1月1日から平成29年12月31日までに受け、金融機関へ利子を払った方
- ※市税を滞納していない方
- ※融資金額が500万円以上(用地の取得費は除く)

❖申請方法

- ※申請書と融資証明書は市ホームページから入手できます。
- ※申請方法等は、市ホームページをご覧ください。

❖申請の締切 平成30年1月31日(水)

☎商工観光課 商工労政係 ☎64-5895

ダンボール式生ごみリサイクル講習会

❖日時 平成30年1月30日(火)

午後1時30分～午後3時

❖場所 東部クリーンセンター2階 会議室

❖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 12月28日(木)までに、下記へお申し込みください。

☎(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



東御市青少年健全育成計画の原案について ご意見(パブリックコメント)を募集します

HP

「東御市青少年健全育成計画」は平成30年度から34年度までの5年間を計画期間とし、当市における青少年の健全育成の基本的な事項について、取り組みの方向性を明らかにするために策定するものです。

計画策定に向け、原案ができましたので、「東御市パブリックコメント手続き実施要綱」に基づき、この原案に対する皆さまのご意見・ご提案を募集します。

❖閲覧期間および意見募集期間 12月1日(金)～28日(木)

❖閲覧場所および時間

- 市役所本館1階、市民ラウンジ、北御牧庁舎、総合福祉センター1階

【時間】午前8時30分～午後5時15分(閉庁日を除く)

- 中央公民館2階

【時間】午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日は午前9時～午後10時)

- 滋野コミュニティーセンター、柵津公民館、和コミュニティーセンター

【時間】午前8時30分～午後5時15分(火・木曜日の午後、土・日曜日、祝日を除く)



❖意見を提出できる方

- 市内在住、在勤、在学の方
- 市内に事務所、事業所等を有する個人または法人その他の団体
- 今回の事案について政策等の内容に関係のある方

❖意見の提出方法

閲覧場所または市ホームページより所定の用紙に住所・氏名・電話番号・ご意見等をご記入の上、次のいずれかの方法により提出してください。①閲覧場所に設置してある投函箱への投函 ②郵便・FAX・電子メールによる送付

❖意見の取り扱い

提出していただいたご意見は、正案検討の参考にさせていただくとともに、意見に対する市の考え方をホームページに公表します。なお、個別には回答しませんのでご了承ください。

提出・問／教育課 青少年教育係 ☎64-5906 FAX64-5878 Eメール seishonen@city.tomi.nagano.jp

湯の丸バス冬期時刻表 【1日2往復】

佐久平駅	小諸駅	片羽	市役所前	柵津小学校前	新張	奈良原	湯の丸
8:00	8:15	8:25	8:30	8:39	8:45	8:55	9:16
—	14:00	14:10	14:15	14:24	14:30	14:40	15:01
湯の丸	奈良原	新張	柵津小学校前	市役所前	片羽	小諸駅	佐久平駅
9:30	9:51	10:01	10:07	10:16	10:21	10:31	—
15:31	15:52	16:02	16:08	16:17	16:22	16:32	16:47

※上記は代表的なバス停です。上記以外のバス停でも乗降できます。詳しくはバス停の時刻表をご確認ください。

🚌 運転期間

12月	23(土・祝)	24(日)	28(木)	29(金)	30(土)
平成30年 1月	3(水)	4(木)	5(金)	7(日)	8(月・祝)
	9(火)	13(土)	14(日)	20(土)	27(土)
2月	28(日)				
	3(土)	4(日)	10(土)	11(日)	12(月・祝)
3月	17(土)	18(日)	24(土)	25(日)	
	3(土)	10(土)	11(日)	16(金)	17(土)
	18(日)				

🚌 湯の丸への運賃表

佐久平駅	～1,370円
小諸駅	～1,310円
片羽	～1,130円
市役所前	～960円
柵津小学校前	～820円
新張	～760円
奈良原	～570円

問／商工観光課 観光係 ☎64-5895 千曲バス株式会社 小諸営業所 ☎0267-22-2100

休日マイナンバーカード交付を始めます!

12月から毎月第4日曜日にマイナンバーカードの交付を行います。

平日は仕事等で受け取れない方も、この休日交付を利用してカードを受け取ることができます。完全予約制で、交付時間は午前8時30分から正午までです。

希望される方は金曜日の午後5時15分までに市民係に電話で予約をしてください。



◆今年度の開設日時

平成29年12月24日(日)	午前8時30分～正午
平成30年1月28日(日)	
2月25日(日)	
3月25日(日)	

◆受け取り時の持ち物

- ・ハガキ（個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書）・通知カード
- ・住民基本台帳カード（お持ちの方のみ）
- ・本人確認書類

1点でよいもの	運転免許証、パスポート、在留カード等
2点必要なもの	健康保険証、年金手帳、年金証書、預金通帳、医療費受給者証、社員証、学生証等

☎市民課 市民係 ☎75-2007

暖房器具の取り扱い

寒さが増し、暖房器具の取り扱いが多くなる季節になりました。

それに伴い「暖房器具が原因」となる火災も多く発生します。

以下の点に十分注意し、火災を起こさないようにしましょう。

- *ストーブの近くに洗濯物を干さない。燃えやすい物の近くでストーブは使用しない。
- *指定された燃料以外の、給油はしない。
- *給油をする際は必ず火を止めてから行い、給油後は給油キャップをしっかり閉め漏らさないように注意する。
- *外出時は、暖房器具を必ず止める。
- *暖房器具は正しく使用し、定期的な清掃・動作確認を実施する。

火災はちょっとした不注意から発生します。日頃から火の用心に心がけましょう。

☎東御消防署 予防係
☎62-0119



市道の除雪にご協力をお願いします

市では、市道（主に1、2級市道）の除雪を、おおむね8センチメートルの積雪で行う除雪体制を組んでいますが、市道すべての除雪を行うことができないため、通学路、住宅前などは地域の皆さま、または所有者の方で除雪をお願いします。

なお、除雪作業中の安全確保および通勤通学時の交通を確保するため、基本的に除雪は深夜から早朝にかけて行うため、振動や騒音などでご迷惑をおかけしますがご理解をお願いします。

◆効率的で安全な除雪を行うため、次の点についてご協力をお願いします。

- *除雪作業を基本とし、原則として排雪（雪を車両等で地区外に搬出すること。）作業は行っておりませんので、すべての雪を道路から排除する事は出来ません。したがって、除雪等で自宅前に寄せられた雪は、個人や地元の皆さんで処理していただくようお願いします。
- *庭木の枝等は、雪の重みで道路に張り出し、通行の妨げになる場合がありますので、あらかじめ枝降ろしをするなど適正な管理をお願いします。
- *歩行者や車両通行の迷惑になりますので、宅地等の雪を道路に出さないようお願いします。
- *車両の路上放置や路上駐車は絶対にしないでください。支障がある場合は除雪できないことがあります。
- *道路から宅地への「乗入板」は、除雪の支障となるほか、除雪による跳ね上げなどの事故の恐れがあり大変危険です。設置した方の責任で降雪前に撤去をお願いします。
- *道路沿いの屋根からの落雪は歩行者にとって大変危険です。雪止めの設置などの対策をお願いします。



☎建設課 管理係 ☎64-5892

市有地の売払い

HP

下記の市有地（土地）について、一般競争により売払います。希望する方は入札に参加してください。

売払い物件

	物件番号26-1	物件番号22-1	
物件名称	本海野地籍公有財産	大日向住宅団地内土地	
所在地	本海野字長縄手1670番1	大日向字まん所13番13	
地目	雑種地	宅地	
面積	173.00㎡	273.05㎡	
落札最低価格	3,790,000円	2,590,000円	
土地の概要	準工業地域	用途地域指定無し	
	下水道受益者負担金必要（公共桧なし）	下水道受益者負担金不要（公共桧有り）	
	水道加入分担金落札者負担		
	プロパンガス		
	詳細については市のホームページまたは下記へお問い合わせください。		
入札参加申込 受付期限	平成29年12月15日（金） ※郵送の場合は15日必着	入札日時	平成29年12月25日（月）午前10時30分 （受付時間 午前10時～午前10時20分まで）※厳守
入札場所	東御市役所本館2階（全員協議会室）		

問／総務課 契約財産係 ☎64-5805

年末の防犯対策をしましょう！

空き巣被害防止

- ・玄関ドアの鍵は二重にし、ドアチェーンなども付けましょう。
- ・窓には、外から見えにくいところへ補助錠を付けましょう。
- ・自衛策として、センサーライトや警報機、防犯カメラなどの機材を活用しましょう。
- ・何かあった時に助けを求められるように、日頃からお隣やご近所と声をかけ合いましょ。



乗り物盗難・車上ねらい被害防止

- ・自宅の敷地内でも安心せず、車やバイク、自転車の鍵は必ずかけましょう。



特殊詐欺被害防止

- ・電話の受け答えなど、家族と合言葉を決めておきましょう。
- ・電話番号が変わったと言われたら、変わる前の番号にかけて確認しましょう。
- ・宅急便やゆうパックでお金を送ることは、法律で禁止されています。

この方法で現金の送金を指示された場合は、間違いなく「詐欺」です。

不審者や不審車両を見かけたら、迅速な犯罪解決のため情報をメモし、交番や警察署へ連絡しましょう！

自治体・企業・防犯ボランティアの皆さんと協力して、一人ひとりが防犯に対する意識を高め、地域ぐるみで犯罪の起こりにくい環境づくりを心がけましょう。



東御市交番 ☎62-0104

上田警察署 ☎22-0110

八重原警察官駐在所 ☎67-3399

大日向警察官駐在所 ☎67-2031

問／生活環境課 生活安全係 ☎64-5896

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

社会福祉法人ちいさがた福祉会 設立30周年記念講演会 介護講談会

- 日 時/12月23日(土・祝)
開場/午後0時30分 開演/午後1時
- 場 所/東御市文化会館 サンテラスホール
- 講 師/田辺 鶴瑛氏、田辺 銀冶氏
- 内 容/高齢化社会の現代、誰にとっても決して他人事とは思えない「家族の介護」に、どのように向かい合うべきか?
目からウロコのヒントが満載です。
- 圃/フォーレスト ☎64-7200

柵津方言カルタ大会

- 日 時/平成30年1月8日(月)
午後1時～午後4時30分
- 場 所/柵津公民館2階 講堂
- 参加資格/カルタのできる人(未就学児～大人)
- 申し込み/12月18日(月)までに、下記へお申し込みください。
- 圃/柵津公民館内 柵津地域づくりの会
☎・FAX62-0251

みんな覚えて「118番」 1月18日は「118番の日」です!

- 118番は、海上保安庁の緊急通報用電話番号です。
海で事件・事故を見かけた場合、見慣れない船を見かけるなど不審に思うことがあった場合は、すぐに通報してください。
- 通報する際は、海上保安官の指示に従い、いつ・どこで・何があったかなどを落ち着いて伝えてください。
- 圃/第九管区海上保安本部 総務課 広報・地域連携室
☎025-285-0118
<http://www.kaiho.mlit.go.jp/09kanku/index.htm>

東御市温泉施設等 年末年始の営業時間

施設名	12月30日(土)	12月31日(日)	1月1日(月祝)	1月2日(火)	1月3日(水)
湯楽里館 ※1	午前10時30分 ～午後9時	午前10時30分 ～午後6時	正午 ～午後8時	午前10時30分 ～午後9時	午前10時30分 ～午後9時
湯楽里館物産センター	午前10時 ～午後5時	午前10時 ～午後5時	午前11時 ～午後5時	午前10時 ～午後5時	午前10時 ～午後5時
レストランOH!LA!HO	午前11時30分 ～午後3時30分 午後5時30分 ～午後9時	休業	休業	午前11時30分 ～午後2時30分 午後5時30分 ～午後9時	午前11時30分 ～午後2時30分 午後5時30分 ～午後9時
ゆうふるtanaka ※2	午前10時 ～午後10時	午前10時 ～午後6時	正午 ～午後8時	午前10時 ～午後10時	午前10時 ～午後10時
御牧乃湯	午前10時 ～午後9時	午前10時 ～午後6時	午前10時 ～午後6時	午前10時 ～午後9時	午前10時 ～午後9時
御牧苑	休業	休業	休業	午前11時 ～午後2時30分 午後5時30分 ～午後9時	午前11時 ～午後2時30分 午後5時30分 ～午後9時
アートヴィレッジ明神館 ※3	午前11時 ～午後5時	午前11時 ～午後5時	午前11時 ～午後5時	午前11時 ～午後5時	午前11時 ～午後5時

- ※1 湯楽里館では、元旦に「初風呂」を実施します。1月1日午前6時～午前9時(最終受付午前8時30分)小学生以上300円(現金のみ)
- ※2 ゆうふるtanakaのプール、ジム、スタジオは、12月31日～1月2日は休業します。また、12月30日と1月3日の営業時間は午前10時～午後6時です。食堂は、12月31日休業します。
- ※3 憩いの家は12月30日～1月3日休業します。

圃/株式会社信州東御市振興公社 ☎64-0001

第18回 元旦マラソン・ウォーキング

○日 時/平成30年1月1日(月)

○集 合/田中公民館前

- ・受付 午前8時
- ・開 会 午前8時40分
- ・スタート 午前9時

○コース/

①一般コース

田中公民館⇨県諏訪神社(折り返し地点)
距離 マラソン約5km ウォーキング約2.5km

②チャレンジコース

田中公民館⇨白鳥神社⇨県諏訪神社⇨田中公民館
距離 マラソン約7km

○その他/当日参加可

- 圃/田中地域づくりの会 事務局
(地域づくり・移住定住支援室)
☎71-6790



上田税務署より確定申告のお知らせ

○「確定申告のお知らせ」の送付

前年、市町村の申告相談会場で書面により確定申告書を提出された方には、申告書等用紙に代えて「確定申告のお知らせ」が送付されます。ご理解、ご協力をお願いします。

○郵送による提出

確定申告書は自宅等で作成し、郵送で提出することも可能です。

詳細については、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご覧ください。

(国税庁ホームページ：www.nta.go.jp)



○申告書作成会場等

会 場/上田税務署(上田市中央西2-6-22)

上田駅北口「千曲バス」秋和行き「花園」停留所下車 徒歩5分

開設期間/平成30年2月16日(金)～3月15日(木)

※土、日除く

受付時間/午前8時30分から

(相談時間は午前9時～午後5時までです)

※申告書の作成に時間を要しますので、午後4時頃までにお越しください。混雑状況により、受付を早めに締め切ることがあります。

・会場ではご自身でパソコンを操作し、申告書を作成していただくことを基本としています。

・給与、年金収入の申告には、源泉徴収票の原本が必要です。

・相談内容が複雑な場合は、午後3時頃までにお越しください。

・相談が午後5時を過ぎる場合は、再度お越しいただくことがあります。

・駐車場は混雑しますので、公共機関をご利用ください。

- 圃/上田税務署 ☎22-1234(代表)

*自動音声案内にしたがってください。

司法書士による 交通事故の物損トラブル無料相談会

○日 時/12月10日(日)午前10時～午後5時

○相談方法/下記会場における面接相談(来所相談)、または電話相談

1 面接相談(要予約)※予約なしでも可能な限り対応しますが予約優先。

【会場】長野県司法書士会館2階(長野市妻科399番地)

【予約】電話番号 026-232-7492

2 電話相談(フリーダイヤル)

【電話番号】0120-448-788

※面接相談・電話相談いずれも相談料は不要。

○相談例/・自動車事故で双方の車が破損し、どちらが悪い争いになっている。

・信号が赤で停まっていたら、後ろからぶつけられ車が破損した。

・自動車事故で相手の車が破損し、修理代を請求されている。

※その他、主に物損に関する交通事故の相談をお受けします。

- 圃/長野県司法書士会 ☎026-232-7492

公共職業訓練3月開講コース期受講生募集

○募集コース

CAD/CAM科 15名

平成30年3月1日(木)～8月23日(木)(6カ月訓練)

建築CADデザイン科 20名

平成30年3月1日(木)～8月21日(火)(6カ月訓練)

○場 所/ポリテクセンター長野(長野市吉田4-25-12)

○対 象 者/ハローワークに求職の申し込みをしている方

○受 講 料/無料(テキスト代等 別途)

○内 容/ものづくりの技術、設備の保守などの知識・技能・技術を身に付け、早期に就職をしていただくための公共職業訓練です。

○申し込み/12月26日(火)～平成30年1月26日(金)の間に、お近くのハローワークへお申し込みください。

- 圃/ポリテクセンター長野 ☎026-243-7856

海野マレットゴルフ場からのお知らせ

日頃ご利用いただいている有料の蓼科・千曲・烏帽子の3コースは、芝の管理の都合上、12月から3月まで利用することができません。新設した海野東コースは、11月末から無料で利用できるようになりました。今までの海野西コースと合わせて、ぜひ大勢の皆さんのご利用をお待ちしています。

- 圃/マレットゴルフ協会会長 吉澤 ☎62-2332



1月の地域包括支援センター案内

問／福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000

らくらく教室		
中央公民館	毎週水曜日 午前10時～午前11時	10日、17日、 24日、31日
滋野コミュニティー センター	毎週火曜日 午前10時～午前11時	9日、16日、 23日、30日
祢津公民館	毎週水曜日 午後2時～午後3時	10日、17日、 24日、31日
和コミュニティー センター	毎週月曜日 午前10時～午前11時	15日、22日、 29日
北御牧公民館	毎週金曜日 午前10時～午前11時	5日、12日、 19日、26日
かんたん体操		
東御市武道館	第1・3木曜日 午後2時～午後3時	4日、18日
貯筋体操		
東御市武道館	第2・4火曜日 午後2時～午後3時	9日、23日
ゆったりプール教室		
ゆうふるtanaka (費用 700円)	毎週月曜日 午後2時～午後2時45分	5日、22日 29日

福祉案内

地域活動支援センター (対象：障がいや心に病を持った方など)		
東御障がい者相談センター さくら2階 (田中185-2)	平日	午前10時～午後3時

保健案内



問／健康保健課 保健係 ☎64-8882

乳幼児健康診査		対 象	
4か月児健診	1月31日 (水)	平成29年9月生	
10か月児健診	1月24日 (水)	平成29年3月生	
1歳6か月児健診	1月30日 (火)	平成28年7月生	
2歳児歯科健診	1月25日 (木)	平成27年11月生	
3歳児健診	1月23日 (火)	平成26年11月生	
受付時間：午後1時～1時15分 (3歳児健診のみ午後0時45分～1時15分)			
場 所：市保健センター (総合福祉センター2階)			
持 ち 物：母子手帳、おたずね票、赤ちゃんすくすくブック ※1歳6か月児・2歳児歯科健診のみ歯ブラシ (本人用・仕上げ用)・コップ			
個別予防接種 実施期間：通年 希望者(保護者)は、直接医療機関で予約してください。 持ち物：母子手帳、予診票、体温計 対象期間以外は、費用全額自己負担となりますので、 ご注意ください。詳細については、市ホームページ か「保健ごよみ」をご覧ください。			
ごっくん 離乳食教室	1月26日 (金) 対象：平成29年8月生	場 所 市保健 センター	受付時間 午前9時15分 ～ 午前9時30分
もぐもぐ 離乳食教室	1月12日 (金) 対象：平成29年5月生		
持ち物：母子手帳、おたずね票、赤ちゃんすくすくブック、食器用エ プロン、もぐもぐ離乳食教室のみ離乳食のスプーン			

問／福祉課 福祉支援係 ☎64-8888

はーと・ほっと・サロン (対象：心に病を持った方やその家族など)		
滋野コミュニティー センター (和室)	1月8日 (月・祝)	午後1時30分～ 午後4時30分

1月の相談コーナー (閉庁日を除きます)

相談名	実施日	時 間	場 所	申し込み	問い合わせ先
母と子の健康相談	毎週火曜日	午前9時～午前11時	市保健 センター	不要	保健係 ☎64-8882
精神科医による こころの相談	1月11日 (木)	午後1時30分～ 午後3時30分		予約制 2名まで	
こころの健康・依存症 に関する相談	月～金曜日	午前9時～午後5時	総合福祉 センター	不要	健康増進係 ☎64-8883
生活習慣病相談	月～金曜日	午前9時～午後5時		不要	
脳いきいき相談	毎週水曜日	午前9時～午後4時30分		予約制 (電話で)	地域包括支援係 ☎64-5000
認知症介護家族の会	毎月第3金曜日	午後1時30分～午後3時		不要	
生活・就労の総合相談 (経済的な困り事、引き こもり、求職など)	月～金曜日	午前9時～午後5時	東部人権 啓発センター	不要	まいさぼ東御 (東御市 社会福祉協議会内) ☎75-0222
人権擁護委員による 心配ごと相談	1月5日 (金)	午前9時～正午 (受付 午前11時30分まで)		不要	人権同和政策係 ☎64-5902
人権よろず相談 (法律・登記・行政・ 人権・消費生活など)	1月19日 (金)	午前9時～午前11時 (受付 午前10時30分まで)		法律相談のみ 予約制 その他不要	

1月 子育てインフォメーション

行事の詳細は子育て応援ポータルサイト「すくすくポケット」
http://tomi-sukusuku.jp



東部子育て支援センター（すくすくひろば）

育児座談会（篠原君江助産師）	9日(火)	午前10時30分～午前11時30分
おもちゃドクター	11日(木)	午前10時～午前11時
ママ～ずリズム	22日(月)	午前10時30分～午前11時15分
1月生まれのお誕生会	25日(木)	午前11時～午前11時30分
子育て期の母親のための就労相談	25日(木)	午前10時～正午
救急救命講座	26日(金)	午前10時30分～午前11時30分
ママ～ず絵本	29日(月)	午前10時30分～午前11時15分
こうえんひろば <small>すくすくポイント</small> (東御中央公園、大型すべり台前集合)	30日(火)	午前10時～午前11時
すくすく相談 テーマ「いたずらは科学する力の芽」	31日(水)	午前10時～午前11時

北御牧子育て支援センター（みまき未来館）

時間：午前10時～午前11時30分

ふれあいひろば	10日(水)
0歳児のママひろば①	11日(木)
わんぱくピクス	17日(水)
0歳児のママひろば②	24日(水)
おもちゃドクター	25日(木)
にこにこひろば	26日(金)

ぼけっとひろば

時間：午前10時～午前11時

東部子育て支援センター	12日(金)	内容 節分（豆入れ作り） 持ち物 水筒
滋野コミュニティーセンター	16日(火)	
祢津公民館	18日(木)	
北御牧子育て支援センター（みまき未来館）	19日(金)	
和コミュニティーセンター	23日(火)	

問／東部子育て支援センター（すくすくひろば） ☎64-5814
北御牧子育て支援センター（みまき未来館内） ☎67-3676

1月 園 開 放

園名	電話番号	日時
市立保育園	田中保育園 ☎62-1602	10日(水) 午前9時30分～午前11時 室内や戸外で遊びましょう。
	滋野保育園 ☎63-6468	
	祢津保育園 ☎63-6816	
	和保育園 ☎63-6815	
	北御牧保育園 ☎67-2093	
海野保育園	☎62-2800	17日(水) 午前9時30分～午前11時 わらべうたあそび、リズムをしましょう。
くるみ幼稚園	☎62-0164	今月の園開放はお休みです。

図書館だより

新着本案内

◇ 一般書

- エッグマン 辻 仁成：著
- 戦国おもてなし時代 金子 拓：著
- 偽装の被爆国 太田 昌克：著
- 小さな平屋に暮らす。 山田 きみえ：編
- 飛田和緒のおうち鍋 飛田 和緒：著
- 子育てはガマンしない 平塚 さとみ：著
- 森からの伝言 田淵 義雄：著
- 「低気圧頭痛」は治せる！ 佐藤 純：著
- よくわかるストールの巻き方使い方 石田 純子：監修

- あなたのまわりのデータの不思議 景山 三平：著
- ドライチ プロ野球人生『選択の明暗』 田崎 健太：著

- 笑顔のママと僕と息子の973日間 清水 健：著

◇ 児童書

- 葛飾北斎 ちさか あや：漫画
- サンタちゃん ひこ・田中：作
- クリスマスがちかづくとき 斉藤 倫：作
- ちやめひめさまとペピーノおうじ たかどの ほうこ：作

- クリスマスに救った女の子 マット・ヘイグ：文
- 灰色の服のおじさん フェルナンド・アロンソ：作
- ひげじまん こしだ ミカ：作
- おとえほん エルヴェ・テュレ：作
- おならまんざい 長谷川 義史：作
- やもじろうとはりきち 降矢 なな：作
- アントンせんせいあかちゃんです 西村 敏雄：作
- クマと森のピアノ

デイビッド・リッチフィールド：作

行事予定

会場は、くるみの部屋（絵本コーナー）です。

★図書館職員による★クリスマスコンサート

日 時 12月23日（土）午前11時から
内 容 マンドリン&ギターのしらべ

★図書館職員による★おはなし会

日 時 1月12日（金）午前10時30分から
対 象 未就園児とその保護者
テ ー マ 『めでたいな♪』
内 容 パネルシアター・手遊び・絵本の読みなど

★「くまのこ」による★おはなし子ども会

日 時 1月20日（土）午前10時30分から
対 象 未就学児～小学生
テ ー マ 『げんきいっぱい ぼっかぼか』
内 容 絵本・エプロンシアター・工作など

★休館のお知らせ★

月末図書整理日 12月22日（金）、1月26日（金）
年末年始休館 12月29日（金）～1月3日（水）

開館時間 火～金曜日：午前9時～午後6時30分
土・日曜日、祝日：午前9時～午後5時
休 館 日 月曜日（月曜日が祝日・休日の場合は開館し、翌平日が休館）

問／東御市立図書館 ☎64-5886



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
視聴できます。



《番組案内》12月1日(金)～1月3日(水) 【放送時間 9:00～ 15:00～ 21:00～】

1日	(金)	第5回健康づくり講演会 「フレイル予防」で健康とうみの良い姿勢 再 講師：中村 崇氏
2日	(土)	第1回とうみ音楽団演奏会 第27回海野宿ふれあい祭(11時、17時、23時)
3日	(日)	第14回東御市駅伝 第66回長野県縦断駅伝競走(10時、16時、22時)
4日	(月)	平成29年度音楽会～東御市立北御牧小学校～ 再
5日	(火)	平成29年度音楽会～東御市立滋野小学校～ 再
6日	(水)	第44回上小・小学校管楽器交歓演奏会<第一部> 再
7日	(木)	第44回上小・小学校管楽器交歓演奏会<第二部> 再
8日	(金)	とうみキッズ11月号 東御市議会第4回定例会開会(10時、16時、22時)
9日	(土)	市民大学講座「日本人のこころ」 ～神・人・命・美をめぐる～ 講師：竹内整一氏
10日	(日)	どんどこ！巨大紙相撲大会「雷電東御場所」
11日	(月)	東御市議会第4回定例会一般質問<生中継9:00～>
12日	(火)	東御市議会第4回定例会一般質問<生中継9:00～>
13日	(水)	平成28年度夜間健康講座① 「失明原因の1位と2位を学ぼう」 講師：村田敏規氏(眼科)
14日	(木)	平成28年度夜間健康講座② 「歯科医療の新たな展開」 講師：栗田浩氏(口腔外科)
15日	(金)	観光地域づくり講演会「観光による交流 を活かした元気なまちづくり」 再 講師：清水慎一氏
16日	(土)	第20回高所トレーニング国際シンポジウム <国際・市民向けシンポジウム> (11月18日湯の丸高原ホテル)
17日	(日)	第20回高所トレーニング国際シンポジウム<パネル ディスカッション>(11月19日サンテラスホール)

18日	(月)	第33回祢津地区ミニ駅伝大会 とうみキッズ11月号(10時、16時、22時) 再
19日	(火)	第14回東御市駅伝 第66回長野県縦断駅伝競走(10時、16時、22時) 再
20日	(水)	平成28年度夜間健康講座③ 「健康診断で肝機能障害と言われたら」 講師：田中榮司氏(消化器内科)
21日	(木)	平成28年度夜間健康講座④ 「難聴の診断と治療の最前線」 講師：宇佐美真一氏(耳鼻咽喉科)
22日	(金)	市民大学講座「日本人のこころ」 ～神・人・命・美をめぐる～ 再 講師：竹内整一氏
23日	(土)	くるみ講演会「シナノグルミのわい化へ の挑戦」講師：矢嶋政雄氏 第27回海野宿ふれあい祭 (11時、17時、23時) 再
24日	(日)	TNSジャズオーケストラ第34回定期演奏会
25日	(月)	第1回とうみ音楽団演奏会 再
26日	(火)	東御市この1年～1月・2月～
27日	(水)	東御市この1年～3月・4月～
28日	(木)	東御市この1年～5月・6月～
29日	(金)	東御市この1年～7月・8月～
30日	(土)	東御市この1年～9月・10月～
31日	(日)	東御市この1年～11月・12月～
1月 1日	(月)	平成30年東御市長新年あいさつ 阿部知事に聞く～県政展望2018～ (10時、16時、22時)
2日	(火)	平成29年東御市成人式
3日	(水)	平成29年度音楽会～和小学校～

※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～「告别式のお知らせ」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54分 ❖みみよりとうみ 毎週水曜日 午後4時～午後4時54分

12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
7日	年末年始の防犯、交通安全運動	生活環境課	21日	生涯学習課のイベントについて	生涯学習課
	ネットリテラシー	教育課		除雪のお願い	建設課
14日	火災予防運動	東御消防署	28日	生活環境課から	生活環境課
	保健ごよみ	健康保健課		田中の地域づくり	地域づくり・移住定住支援室

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

年末年始のお知らせ

年末年始は、下記のように休業・休館・運休となりますので、よろしくお願いします。

業務内容および問い合わせ先	12月						平成30年1月				
	26 火	27 水	28 木	29 金	30 土	31 日	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金
自動交付機（住民票 印鑑証明書） 市民課 市民係 ☎62-1111	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○
し尿汲み取り 生活環境課 環境対策係 ☎64-5896	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○
東部クリーンセンター（上田地域広域連合）*1 生活環境課 クリーンリサイクル係 ☎63-6814	○	○	○	○	×	×	×	×	×	○	○
川西清掃センター（川西保健衛生施設組合） ☎0267-53-5679	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○
公民館（中央 滋野 祢津 和 北御牧） 青年研修センター 生涯学習課 生涯学習・スポーツ係 ☎64-5885	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○
東御市立図書館 図書館係 ☎64-5886	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○
中央公園体育施設 北御牧地区体育施設 中央公園第一体育館 ☎62-2200	○	○	*2 ○	×	×	×	×	×	×	○	○
東御市文化会館 文化会館 ☎62-3700	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
丸山晚霞記念館 文化会館 ☎62-3700	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
梅野記念絵画館 ふれあい館 *3 梅野記念絵画館 ☎61-6161	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
東部子育て支援センター ☎64-5814	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
北御牧子育て支援センター（みまき未来館） ☎67-3676	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
高齢者センター（お風呂を含む） 福祉課 高齢者係 ☎75-5090	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×	○
ふれあいトロンセンター ☎67-1230	○	○	○	×	×	×	×	×	×	○	○
市内定時・定路線バス とうみレッツ号 （受付業務を含む） とうみレッツ号受付センター ☎63-1717	○	○	○	×	×	×	×	×	×	*4 ○	○

*1) 東部クリーンセンター ごみの受け入れは、午前9時～正午、午後1時～午後3時です。

*2) 中央公園体育施設、北御牧地区体育施設 12月28日（木）午後5時以降は休みとなります。

*3) 梅野記念絵画館、ふれあい館 12月25日（月）から休みとなります。

*4) とうみレッツ号 年末年始は受付業務もお休みのため、平成30年1月4日（木）の予約は12月27日（水）から、1月5日（金）の予約は12月28日（木）から受け付けます。

●市報とうみ「お知らせ版」12月中旬号は発行いたしません。次回の発行は平成30年1月1日です。

●発行/長野県東御市 〒389-0592 東御市東281-2 ☎0268-64-5806 FAX0268-63-5431
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/株式会社アヤギ印刷 ●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。

No.316 平成29年12月1日

ピアノの ゆふべ#47 **～星降る夜に、癒やしの響き～** 演奏:依田ひとみ **12月8日(金) 19:00開演 入場無料**
♪ショパン:バラード2番へ長調 ♪ドビュッシー:ベルガマスク組曲より「月の光」ほか



夜乃会42 トリオ・デ・クリスマス 12月21日(木) 会場:ラ・ヴェリテ
18:00開場 18:54開演 1500円
尾尻雅弘(G)、杉原桐子(Vn)、田中美恵子(Vn) ♪クリスマス・デ・アマデウス ♪神の子は生まれた ほか

加藤登紀子コンサート

百歌百会

HYAKKA HYAKUE

2018年2月12日(月・祝) 14:30開場 15:00開演

★12/22(金)発売開始 前売券5,000円/当日券5,500円

東御市文化会館窓口 ネット販売:<http://xfun.ocnk.net/>
ながしカメラ、グリーンブックス・タカギ、御菓子処花岡田中本店
平安堂上田店、ヒオキ楽器佐久平店

東御市文化会館 **サンテラスホール** sun-terrace.jp TEL 0268-62-3700

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

祝 生誕150年 郷里を愛し、描いた人 丸山晚霞記念館常設展 **開催中**

「**美しき田園、農村風景を中心に**」

★毎週土曜11時、14時 学芸員ギャラリートーク 楽しく丸山晚霞をお話します!

■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

開催中 ～2018年1月14日(日)

ジル・サックシック展

同時開催 独立美術協会 東の雄 吉岡憲 VS 西の雄 小出三郎

12月23日(土・祝) 13:30～クリスマスコンサート(要予約)

■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
12月3日	東御記念セントラルクリニック	62-1231
12月10日	酒井医院	64-3170
12月17日	ささき医院	64-3711
12月24日	せき内科クリニック	64-7171
12月31日	東御市民病院	62-0050

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。<< http://www.uedayaku.org/touban >>

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

