

火のアートフェスティバル2018

❖日 時 **10月13日(土)** 午前11時～午後6時30分

14日(日) 午前10時～午後3時

TOMI
すくたすポイント
対象事業

❖場 所 **八重原芸術むら公園** (大雨中止・小雨決行)

芸術むら公園が「アートミュージアム」に大変身!会場内の7つのエリアやアート作品を巡るスタンプラリーにチャレンジして、芸術の秋を満喫しよう!!



登り窯

催し物案内

❖13日(土)

- *気仙沼物産展(生さんま、加工品の販売)
- *アートキャンドル
キャンドルの点火に参加しよう!
時間 午後4時30分～
- *花火打ち上げ 午後6時

❖14日(日)

- *上越市名立の味
海の幸なべ(カニ汁)販売、
浜焼き販売

毎年恒例!



❖両日開催のイベント

- *登り窯焼成 薪入れの様子が見学できます。
※炎がきれいに見られるのは13日午後10時～午後11時頃の予定です。
- *陶器市・クラフト市
県内外の陶芸家や手芸家が大集合!
- *陶のワークショップ(陶芸・絵付け体験)
- *芸術のワークショップ
 - ・ガラス絵、銅版画教室
 - ・キラキラ!サンキャッチャーづくり
 - ・オリジナル缶バッジづくり
- *野点体験
- *130万年前の植物化石の展示、ワークショップ
- *とらみの味、いきいき花・野菜市
- *梅野記念絵画館・ふれあい館無料開放



※イベントの時間・内容等は変更になる場合があります。

☎火のアートフェスティバル実行委員会事務局 (商工観光課 観光係) ☎64-5895

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・行政情報ラジオ番組
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。

火のアートフェスティバル2018 会場案内

シャトルバス運行表

しなの鉄道田中駅発

10/13(土)	10/14(日)
10:30	9:45
12:00	11:00
14:00	
16:00	13:00



芸術むら公園発

10/13(土)	10/14(日)
13:00	12:00
15:00	14:00
17:00	
18:30	15:30

ステージスケジュール

10月13日(土)	
11:30~	オープニングセレモニー
12:00~	北御牧中学校吹奏楽部演奏
14:00~	カポエイラとブラジル打楽器の演奏(長野deブラジル)
15:00~	ゴスペル(UEDAゴスペルクワイヤ)
16:00~	キッズダンス他(ゆうふるキッズ)
17:30~	出張!雷まつり
18:00	打上花火カウントダウン
10月14日(日)	
10:15~	キッズダンス(ゆうふるスマイルキッズ)
11:00~	フラダンス(ナニ・マールマ)
13:15~	HipHopダンス(STREET DANCE TEAM GX)
14:00~	名立太鼓・信州御牧太鼓保存会

会場・駐車場案内図



天空の芸術祭 2018

- ❖日時 10月13日(土)~28日(日)
午前11時~午後5時(月曜を除く)
- ❖場所 天空ミュージアム(八重原旧稚蚕飼育所)、
芸術むら公園、天空ホクブギャラリー(御牧
原北部企業体事務所跡)
- ❖内容 北御牧地域全体が展示会場となる芸術祭です。
アーティストインレジデンス(作家による滞
在制作・展示、現代アート作品の展示を行いま
す。
- ❖その他 Facebook、Instagramで「天空の芸術祭」ま
たは「tenkuartfes」と検索!

問/天空の芸術祭実行委員会 ☎67-1010
地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790



村上愛佳「自由な女神」

Life is ART展

- ❖日時 10月13日(土)~28日(日)
午前11時~午後5時(月曜を除く)
※既存の施設は施設の営業時間に準じます。
- ❖場所 芸術むら公園(八重原)、憩いの家、梅野記
念絵画館、天空ホクブギャラリー(御牧原北
部企業体事務所跡)、北御牧庁舎、東御市商
工会北御牧支所、天空ミュージアム(八重原
旧稚蚕飼育所)、明神館裏テニスコート
- ❖内容 東京藝術大学と地域による域学連携事業の展
覧会、地元の子どもたちや地元ゆかりのあ
る作家、東京藝術大学の作家による作品の展
示を行います。
- ❖その他 期間中、オープニング・クロージングイベン
トやアーティストトーク、野焼きワークショ
ップなど、様々なイベントを企画していま
す。火のアートフェスティバル、天空の芸術
祭、展覧会とあわせてお楽しみください。

※Life is ART展の詳細については、地域のアートを楽し
む団体「みまきアートクラブ」のFacebookまたは
ホームページ(<http://bw3s0d3bqr5q3qrj23.wixsite.com/mysite>)をご覧ください。

問/Life is ART展実行委員会 ☎67-1010
地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790



千曲川ワインバレー・ワインウォークinとうみ

- ❖日時 11月3日(土・祝) 午前9時30分～(予定)
- ❖内容 収穫シーズンを終え、秋色に染まったワイン用ブドウ畑の中をゆったり歩いて巡るウォークイベントです。コース中のチェックポイントでは、地元産ワインの試飲や軽食が楽しめます。
- ❖コース *ワインと温泉コース(和地区) 定員65名
*ワインと歴史・文化コース(祢津地区) 定員65名
- ❖参加資格 小学生以上、健康状態が良好で、起伏のある6km程度の距離を歩ける方
※お酒が提供されるイベントです。20歳未満の方や車を運転される方には、お酒に代わる飲料を提供いたします。
- ❖参加費 3,000～5,000円
- ❖申込締切 10月20日(土)
- ❖その他 詳しいコースなど、詳細は下記ホームページをご覧ください。
- 【申込・問】(一社)信州とうみ観光協会 ☎62-7701 HP <http://www.tomikan.jp/> (商工観光課 観光係)

ワインウォーク
inとうみ

東御市民病院祭

～ おかげさまで25周年～

- ❖日時 10月27日(土) 午前9時30分～午後3時
- ❖場所 東御市民病院
- ❖東御市民病院のあゆみ
- ❖パネルディスカッション
テーマ「市民が安心してくらするまちづくりをめざして」
- ❖市民を支える介護、福祉そして医療
*一目でわかるクリニック・薬局・訪問看護ステーション等を紹介
*市内の先生方(医科、歯科)をパネルで紹介
- ❖健康チェックコーナー
*骨密度測定 *血压測定 *ロコモテスト
- ❖ご存知ですか?わたしたちの活動
音楽療法、アニマルセラピー、パステル・ポコ、何でも話そう会、きつつきの会、ひだまりの会などの取り組みの紹介
- ❖お楽しみコーナー
*ハンドアート *ボッチャ *輪投げ
*ヨーヨーつり
- ❖フリーマーケット 助産所とうみ前で開催

※内容や名称は当日までに変更することがありますので、あらかじめご了承ください。

【問】市民病院 ☎62-0050



福祉の森ふれあいフェスティバル

～ ほっぷすてっぷ・ボランティア!!～

- ❖日時 10月27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 午前9時30分～
*和太鼓・手話ダンスパフォーマンス
- ❖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
*昔の遊び体験 *ニュースポーツ *手話、点字
*ボランティア検定 *車いす *AED
*煙体験ハウス *炊き出し *餅つき
*五平餅 ほか
- ❖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
- ❖ふれあいステージ 午前10時30分～午後1時
*ダンスグループ発表 *手話ダンス
*ふれあいミニコンサート

※10月27日(土)は、高齢者センターのお風呂は1日休業させていただきます。

【問】社会福祉協議会
地域福祉係
☎62-4455



平成31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(火)～11月30日(金)

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
補助金額	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（発展性のある活動）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31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

市民大学講座

講座⑨

❖日時 10月27日(土)

午後1時30分～午後3時
開場 午後1時

❖場所 中央公民館3階 講堂

❖内容 浪曲独演会

～演目「雷電為右衛門の小田原情相撲」他～

❖講師 浪曲師 東家 一太郎氏

曲師（三味線）東家 美氏

問／生涯学習課 社会教育・公民館係 ☎64-5885

第4回健康づくり講演会
(精神保健講演会②)

❖日時 10月22日(月)

午後1時30分～午後3時30分



❖場所 総合福祉センター3階 講堂

❖演題 「生きる力を信じる力」

❖講師 大分県立看護科学大学 精神看護学研究室
教授 影山 隆之氏

❖その他 託児を希望される方は10月12日(金)までにお申し込みください。東御こころのむきあいネット (<http://www.mukiai.net>) もご覧ください。

問／健康保健課 保健係 ☎64-8882

柵津公民館からのお知らせ

柵津地区ふれあい文化祭

❖場 所 柵津公民館

❖作品展示

*日 時 10月13日(土) 午前9時～午後4時
14日(日) 午前9時～午後2時20分

*出展者(予定) 一般、柵津公民館生涯学習講座受講生、柵津小学校児童、柵津保育園園児ほか

❖ステージ発表

*日 時 10月14日(日) 午前9時～午後2時20分
*出演者(予定) 一般、柵津公民館生涯学習講座受講生、柵津小学校こども歌舞伎・3年生ほか

❖柵津っ子チャレンジ広場

*日 時 10月14日(日)
午前9時30分～午前11時30分



アロマで認知症予防講座

❖日 時 11月2日(金) 午前10時～午前11時30分

❖場 所 柵津公民館1階 洋室

❖内 容 ①認知症予防に役立つ香りの使い方
②おすすめの香り体験

❖講 師 アロマセラピースクール「アロマ・フィエスタ」
主宰 五十嵐 知子氏

❖受講料 1,000円

❖持ち物 マイカップ

❖申込期限 10月29日(月)

運動のビフォーアフター

❖日 時 10月31日(水) 午後7時～午後8時

❖場 所 柵津公民館2階 講堂

❖内 容 「あらゆる運動による体の変化(ソフトからハードまで)ー生活習慣の重要性ー」

❖講 師 アルティスタ浅間トレーナー 作原 友信氏

❖持ち物 フェイスタオル

❖その他 動きやすい服装でご参加ください。

【申込・問】柵津公民館 ☎62-0251

月～金 午前8時30分～午後5時15分(祝日を除く)
(生涯学習課 社会教育・公民館係)

森林環境イベント ～東御の森で自然を感じよう～

❖日 時 10月20日(土)

午前10時～正午(受付開始 午前9時30分)

❖場 所 東御の森(奈良原市有林)

集合 中部電力塩沢第二発電所前広場
(新張 県道94号線沿い、駐車場あり)

❖定 員 10名(先着順)

❖活動内容 自然環境調査員と樹木や鳥の観察を行います。
「東御の森 野鳥ガイドBook」を無料配布します。

❖服 装 長袖、長ズボン、歩きやすい靴、帽子、雨具
※事前にコースの安全確認をいたしますが、カラマツ林のため、心配な方は、ヘルメットを各自でご用意ください。

❖申込締切 10月17日(水)

❖そ の 他 雨天時は中央公民館学習室にて東御の森の野鳥についての講座を開催します。

【申込・問】農林課 耕地林務係 ☎64-5898

生ごみ堆肥化用ボカシ作り講習会

❖日 時 10月20日(土) 午前9時～午前10時30分

❖場 所 JA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

❖持 ち 物 きれいに洗浄したボカシ容器、ゴム手袋、長靴等

❖申し込み 10月12日(金)までに、①～④の事項を添えて、下記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)

❖そ の 他 材料手配のため、必ず申し込みが必要です。

【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

【問】有機農楽くらぶ(旧東部EM研究会) ☎63-6450

北御牧地区生涯学習作品展

- ❖ 日 時 10月27日(土) 午前9時～午後6時
28日(日) 午前9時～午後3時
- ❖ 場 所 北御牧公民館(北御牧庁舎1・2階)
- ❖ 作品内容 書、絵画、写真、刻字、彫刻、手芸、工芸、陶芸、短歌等、サークル、趣味の団体の作品、北御牧保育園児、北御牧小学校児童、北御牧中学校生徒、個人作品、茶道サークルの皆さんの実演(28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) ☎67-1010
(生涯学習課 社会教育・公民館係)

滋野地区ふれあいのつどい

- ❖ 日 時 10月28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～
各区個人・グループ、滋野小学校児童、滋野公民館生涯学習講座受講生作品
*ステージ発表 午前10時～
各区個人・グループ、滋野小学校児童、滋野公民館生涯学習講座受講生
*ふれあい広場 午前10時30分～正午
地域の大人と子供たちの交流の広場
※豚汁やお茶席も計画しております。お気軽にお立ち寄りください。

☎/滋野コミュニティーセンター ☎62-0401
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 社会教育・公民館係)

ネットリテラシー講演会

- ❖ 日 時 10月19日(金) 午後7時～午後8時30分
- ❖ 場 所 中央公民館2階 講義室
- ❖ 演 題 「スマホ社会の中で育つ子ども ～大人の対応を考える～」(絶え間ない変化の中で大切にしたいこととは?)
- ❖ 講 師 NPO法人子どもとメディア公認インストラクター
前原 理津子氏

☎/教育課 青少年教育係 ☎64-5906

第2回採用力強化セミナー(3日間)

～働き方改革の時代に対応～

- ❖ 日 時
①10月26日(金) 生き残る企業の採用力ー育成力
②11月2日(金) 生き残る企業の環境整備ー組織力
③県内で先進的な取り組みをしている企業の紹介
※③の日程等は確定次第ホームページへ掲載します。
いずれも午後1時30分～午後3時30分
- ❖ 場 所 ①②は中央公民館
- ❖ 対 象 企業経営者、人事担当者
- ❖ 講 師 リッチピクチャーズ(株) 小澤 明人氏おざわ あきひと
- ❖ 申し込み 開催日前日までに下記ホームページよりお申し込みください。

☎/東御市雇用創造協議会 ☎75-4540
HP <https://tomi-koyo.jp/>
(商工観光課 商工労政係)

和地区ふれあい文化祭

- ❖ 日 時 11月10日(土)、11日(日)
- ❖ 場 所 和コミュニティーセンターおよびその周辺
- ❖ 作品展 10日(土) 午後1時～午後5時
11日(日) 午前9時～午後3時
書、絵画、彫刻、工芸、写真、生け花等
- ❖ ステージ発表 11日(日) 午後1時～午後3時30分
生涯学習講座受講生の皆さん、和地区内分館サークル、和地区全域的な文化活動、グループ等の個人・団体の発表
- ❖ 催し物
*和育成会主催「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 和学校記念館開放
- ❖ ステージ発表(個人・団体)、作品展出品募集
*ステージ発表 1グループ15分程度
*作品展 1人1部門(書、絵画、彫刻、工芸、写真、生け花等)につき2点まで
- *申し込み ステージ発表は10月12日(金)、作品出品は10月26日(金)までに、各区の分館長または下記へお申し込みください。

※詳細は、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。

☎/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 社会教育・公民館係)

ずくだすウォーキング (インターバル速歩) 教室

- ❖日 時 10月28日(日)、11月18日(日)
小雨決行 いずれも
午前8時30分～午前9時30分
- ❖場 所 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)
集合 東御中央公園あずまや
- ❖講 師 (公財)身体教育医学研究所 健康運動指導士
- ❖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 ウォーキング用ポールの無料貸し出しを行います。ご自身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

第3回東御人権セミナー

- ❖日 時 10月24日(水) 午後7時～午後8時30分
- ❖場 所 東部人権啓発センター3階 大会議室
- ❖演 題 「外国人をとりまく人権
～異文化を理解し合い、共に生きる～」
- ❖内 容 近年、県内に暮らす外国人の方が増加し、言葉や文化、生活習慣の違いから生じる誤解や偏見によって、外国人の方の人権にかかわるさまざまな問題が起こっています。同じ地域で暮らす仲間として、互いに共生する地域を築いていくためのお話です。
- ❖講 師 上田染谷丘高等学校非常勤講師
ウマル ムニレ氏

問/人権同和政策課 人権同和政策係 ☎64-5902

東御市マラソン大会

- ❖開 催 日 11月4日(日)
- ❖日 程 受 付 午前8時
場 所 芸術むら公園 野外音楽堂
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 野外音楽堂の横をスタート・ゴールとし、
芸術むら公園を周回

※実施要項とコース図は、第一体育館にあります。

- ❖参加資格 市内在住、在勤の方で、マラソンができる方

❖距離・部門

- 3km *小学4～6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歳までの方)
*成年の部(36～49歳の方)

- ❖申込期間 10月1日(月)～10月16日(火)

受付時間 月～金(祝日を除く)午前9時～午後5時
※小学4年生～中学生の方は、各小中学校を通してお申し込みください。その他の方は下記へお申し込みください。

申込・問/ (特非) 東御市体育協会(第一体育館内)
☎62-2200(文化・スポーツ振興室)

東御市駅伝大会

- ❖開 催 日 11月11日(日) 午前9時30分スタート
- ❖集 合 場 所 東御中央公園 芝生広場
- ❖コ ー ス 芝生広場をスタート・ゴールとし、市内5
地区(7区間 24.9km)を回る。
- ❖出 場 資 格 市内在住または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年生も出場できます。

※申込用紙とコース図は、第一体育館にあります。

❖表彰部門

【団体】

- 総合の部(全ての出場チーム)
1位～6位に表彰状を授与。
- 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。
- 事業所の部(同じ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。
- 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。

【個人】

区間賞 各区間の1位～3位に表彰状を授与。

- ❖申込期間 10月1日(月)～10月15日(月)

受付時間 月～金(祝日を除く)
午前9時～午後5時

申込・問/ (特非) 東御市体育協会(第一体育館内)
☎62-2200(文化・スポーツ振興室)



介護リフレッシュ交流会 国宝善光寺・宿坊訪問

- ❖日 時 11月21日(水)
午前9時30分～午後3時30分
集合 午前9時25分
総合福祉センター2階駐車場
- ❖行き先
*長野市善光寺(境内の説明付き見学・戒壇めぐり)
*善光寺縁起堂宿坊「淵之坊」宿坊料理
- ❖対象者 在宅でご家族を介護している方
*介護サービス利用の有無は問いません。
*要介護の方が、入所施設や病院を長期的に利用されている場合は除きます。
- ❖定 員 15名
- ❖参加費 1,000円
- ❖申込期限 11月2日(金)
*送迎を希望する方はお申し出ください。
- 申込・問/社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455



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

- ❖内 容 高齢や障がいのため、布団干しや寝具類の衛生管理が困難な方の布団の丸洗いサービスを行います。
- ❖対 象 以下に該当し、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
*在宅の寝たきり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7日(水)、8日(木)
- ❖配達日 11月14日(水)、15日(木)
- ❖申込期限 10月26日(金)
- ❖その他 *布団の種類に関係なく、1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

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1日(土)
午前6時(出発)～午後11時(到着予定)
- ❖行き先 東京ディズニーシー
- ❖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まをお持ちの方30組60名(先着順)
*中学生は対象外です。
- ❖参加費 大人6,000円
子ども(小学生以下)3,000円
*参加費には、東京ディズニーシー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15日(月)午前10時から10月19日(金)午後5時までに下記へ電話で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

ダンボール式生ごみリサイクル講習会

- ❖日 時 11月27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 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。
- ❖申込期限 10月31日(水)
- 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

～今年もしっかり目目チェック～ 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～5時
(祝日、12月29日～1月5日は除く)
- 問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

海野宿ふれあい祭参加者募集

❖開催日 **11月4日(日)**

◎時代衣装行列に参加しませんか！



❖日 時 11月4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)

❖申込期限 10月12日(金)

❖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。

申込・問 / 海野宿保存会会長 宮下 ☎63-5324

◎海野宿を題材にした短歌・川柳・俳句 作品募集！

❖応募方法 海野宿資料館内に備え付けの用紙に記入し、**10月19日(金)**までに、同資料館の投句箱へ入れてください。応募は1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、入賞者の表彰を行います。

問 / 商工観光課 観光係 ☎64-5895

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…ストップザドラッグ!

❖長野県の薬物事犯検挙数 (長野県警統計資料より)

区 分	平成29年	平成28年	前年比
覚 醒 剤	55 人	53 人	+ 3.8%
大 麻	19 人	16 人	+ 18.8%
危険ドラッグ	1 人	6 人	- 83.3%

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な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。薬物依存は病気です。ひとりで悩まずに相談しましょう。

❖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

* (一社) 長野ダルク ☎36-1533

(薬物依存からの回復を手助けする民間リハビリ施設です。)

問 / 健康保健課 保健係 ☎64-8882

生活環境課 生活安全係 ☎64-5896

市政への提言「私のひとこと」 ～市民の皆さまのアイデアをお寄せください～

❖受付期間 10月1日(月)～10月31日(水)

❖提言のテーマ

- * 安心、安全で暮らしやすいまちづくりについて
- * 市民と共に歩む協働のまちづくりについて

❖記入方法

用紙は市ホームページから入手できます。
また、投書箱設置場所にも備え付けてあります。

❖送付方法

投書箱への投かん、郵送、FAX、Eメール

❖投書箱の設置場所

市役所本館1階、北御牧庁舎1階、市民ラウンジ、中央公民館2階

❖提言書の取り扱い

- ・お寄せいただいた提言は、市長が拝見し、市長の指示により担当課から回答します。
- ・正確な記入がない場合は、回答しません。
- ・個人が特定できないように編集したうえで、市報とうみや市ホームページで紹介することがあります。
- ・匿名の方からの提言、または特定の個人を誹謗・中傷するものについては、回答しません。

問 / 企画振興課 企画政策係 ☎64-5893 FAX63-5431

Eメール kikaku@city.tomi.nagano.jp

〒389-0592 東御市県281-2

古本提供のお願い

❖受付期間 10月2日(火)～31日(水)

※休館日を除く

❖受付場所 図書館1階または3階カウンター

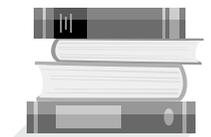
❖内 容

ご家庭で不要になった本をお譲りください。11月3日に開催する図書館まつりのリユース市や被災地支援「陸前高田市図書館ゆめプロジェクト」で活用させていただきます。

❖注意事項

- * 百科事典、コンビニコミック、雑誌、汚損・破損本、ISBN(通常、本の裏表紙に記載されている9または4から始まる図書コード)のない本は受け付けできません。
- * 提供していただいた本の取り扱いについては、図書館に一任することをご了承ください。

問 / 東御市立図書館 ☎64-5886



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。家庭ゴミも燃やせません。

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

- * 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）
- * 風俗慣習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）
- * 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
- * 国または地方公共団体が施設の管理を行うための焼却



関/生活環境課 環境対策係 ☎64-5896

10月10日（水）は 児童手当・特例給付の支払日です

今回の児童手当の内容は、6～9月分です。支払通知はお送りしませんので、10日以降に通帳の記帳により確認してください。（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。）

次回の定例支払日は、平成31年2月になります。

（注）6月29日提出期限の「平成30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は、今回のお支払いはできませんのでご了承ください。未提出の方は、至急提出してください。

関/福祉課 福祉推進係 ☎64-8888 FAX64-8880

ツキノワグマにご注意ください

今年は市内でのクマの目撃が多く、すでに昨年を上回る数の目撃情報が寄せられています。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。子グマの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。）

関/農林課 耕地林務係 ☎64-5898

公共的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できません。

・貸出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。

・貸出備品や手続きの流れは、市ホームページでご確認ください。

申込・関/地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790



災害に備えましょう

HP

集中豪雨や台風など、各地で災害が多発しています。急激な天候の変化などに備え、各種情報を確認し、安全な避難行動につなげましょう。

❖市内の雨量情報を確認する

(<http://bousai.tomi.jyouho.net/>)



市ホームページの「東御市の天気・防災気象情報」から、市内6箇所の雨量状況が10分間隔でリアルタイムに確認できるほか、今後の雨量予測も確認できます。

❖気象庁の警戒情報を確認する

(<https://www.jma.go.jp/jp/doshamesh/>)



気象庁ホームページ「防災情報」の「危険度分布」のリンクから「土砂災害」「浸水害」「洪水」が起こりそうな段階に応じて、色別に危険度が地図上に表示されます。赤や紫の色になるにつれて危険度が高まりますので、よく確認しましょう。

❖ハザードマップを確認する

市民カレンダーの末尾に「避難所・土砂災害洪水ハザードマップ」が添付されています。

お住まいの地域でどのような危険性があるのか、近くどこへ避難したらよいかなど、普段から想定し、確認しておきましょう。

☎/総務課 防災係 ☎62-1111

フードドライブへのご協力
ありがとうございました

7月21日(土)に実施したフードドライブでは、市民の皆さまにご協力いただき多くの食材が集まりました。集まった食材は、福祉施設等を通して、貧困家庭等支援を必要とする方のもとに届けられます。

種類	品数(個)	重量(kg)
米	7名の方	350
缶詰・瓶詰	42	10
レトルト食品	13	1.5
インスタント食品	72	15
お菓子	25	3.5
飲み物	11	2.2
調味料	45	19.5
粉類	4	1.5
乾物・他	20	2.5
合計	239	405.7

☎/東御市くらしの会事務局 ☎64-5896
(生活環境課 生活安全係)

新たな下水処理計画の説明会

日時	場所	対象処理区
10月24日(水) 午後7時～午後9時	金井公民館	金井、鞍掛(金井地区)
10月25日(木) 午後7時～午後9時	田沢公民館	田沢、西田沢、タタラ堂

❖対象者 田沢および金井地区の農業集落排水を利用されている方

❖内容 下水道事業の適正かつ持続的な運営を行うため、旧東部町の農業集落排水施設およびコミュニティ・プラント施設を公共下水道に統合する「新たな下水道処理計画」に基づく事業の説明会です。計画の内容、関係する皆さまへお願いする事務手続きなどをご説明します。

❖その他 対象区の説明会に出席できない場合は、他会場に出席してください。

☎/上下水道課 下水道係 ☎64-5874

がん検診を受けましょう

10月はがん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です。この機会にがん検診を受けましょう。

☎/健康保健課 健康増進係
☎64-8883



今年のハロウィンジャンボは

1等・前後賞合わせて **5億円!**

同時発売のハロウィンジャンボミニは、

1等・前後賞合わせて **5千万円!**

発売期間 **10月1日(月)～10月23日(火)**

抽選日 **10月30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

ホワイトボード

掲載をご希望の方は、希望掲載日（毎月1日・16日）の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。

●東御市企画振興部企画振興課 広報担当まで
Eメール shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp
☎64-5806 FAX63-5431



第7回千曲川地域ブランドフェア 千曲川マルシェ開催

- 日時/10月20日（土）午前9時～午後4時
- 場所/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、千曲市の姉妹都市等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「さらしなノ里 そば祭り」が同時開催されます。
- その他/詳細は千曲市ホームページをご覧ください。
- 圃/千曲川地域ブランドフェア実行委員会事務局
千曲市経済部観光交流課ブランド・交流係 ☎026-214-5799

わたしが創る わたしのシゴト 女性の起業を応援！ ミニウーマンミーティングin長野開催

- 日時/11月12日（月）午後1時～午後3時
- 場所/上田市サントミュージゼ
- 内容/上田市創業支援プラットフォームにおける女性起業家支援施策の紹介、県内の女性起業家のパネルトーク、交流タイム
- 託児/人数上限あり
- 申し込み/11月5日（月）までに、「上田市創業支援プラットフォーム（<https://shinshu-sogyo.com/>）」からお申し込みください。
- 圃/広域関東圏女性起業家等サポートネットワーク（受託運営：株式会社パソナ 担当：諸戸）（経済産業省「女性起業家等支援ネットワーク構築事業」）
☎03-6225-2081 Eメール josei_nw@pasona.co.jp

第2回サロン市（農産物直売）

- 日時/10月27日（土）午後2時～午後4時
- 場所/北御牧庁舎1階 市民交流サロン
- 内容/採れた農産物の直売（大根、白菜、人参、ブロッコリー、長いも、柿など）
- 圃/御牧ふれあいの郷づくり協議会（市民交流サロン運営委員会）☎67-1010

県営住宅入居者10月補充募集

- 住宅見学会/
日時 10月24日（水）時間は場所により異なります。
詳細は10月18日（木）以降に公表します。
- 受付期間/10月29日（月）～11月2日（金）
午前8時30分～午後5時15分
- 受付場所/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13日（火）午後1時30分から
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18日（木）以降に下記へお問い合わせ
いただくか、<http://www.nagano-jkk.jp/>でご確認ください。
- 圃/長野県住宅供給公社 上田管理センター
☎29-7010 FAX29-7013

無料相談会のお知らせ

～離婚・別居を決める前に私たちと話してみませんか～

- 日時・会場/10月14日（日）午前9時～午後7時
安曇野市豊科交流学习センター「きぼう」
10月20日（土）午前9時～午後7時
岡谷市総合福祉センター「諏訪湖ハイツ」
10月28日（日）午前9時～午後7時
長野ふれあい福祉センター
- 内容/離婚相談（離婚・別居後の子どもへの精神的支援等）
- 相談員/臨床心理士、離婚相談員
- 申し込み/予約制です。
- その他/相談は無料ですが、会場費等として2,000円いただきます。
- 圃/圃/NPO子ども・家庭支援センターHUG
理事長 降旗勝道
☎0263-83-2745 FAX0263-83-4161
Eメール t-furihata@nifty.com

県下一斉司法書士 無料法律相談所

- 日時/10月13日（土）午後1時～午後4時
- 場所/東部人権啓発センター3階 大会議室
- 内容/不動産登記、相続問題、会社の登記、多重債務、悪質商法、成年後見など法律全般の相談です。（予約不要）
- 圃/司法書士会上田支部事務局 ☎25-0381

締切日変更のお知らせ

掲載希望の場合のご連絡の締切日を変更します。
現行（平成30年12月1日号掲載分まで） 1カ月前
変更後（平成31年1月1日号掲載分） 2カ月前



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≫10月1日(月)～11月4日(日) 【放送時間 9:00～15:00～21:00～】

1日(月)	第8回しんたい学会「保健機能食品と栄養成分表示について学ぼう！」	再	18日(木)	第6回東御市社会福祉大会シンポジウム「おらほの街で発見!地域の福祉力」	再
2日(火)	市民大学講座④「蝶とトンボの知られざる習性」講師:堀修氏	再	19日(金)	平成30年度東御市金婚祝賀式	
3日(水)	第42回全国高等学校総合文化祭2018信州総文祭「総合開会式」	再	20日(土)	東部中学校第55回学芸発表会～開会式・ステージ発表～	
4日(木)	第42回全国高等学校総合文化祭2018信州総文祭「弁論部門」1日目(開会式～弁論I・II)	再	21日(日)	東部中学校第55回学芸発表会～校内音楽会ほか～	
5日(金)	第42回全国高等学校総合文化祭2018信州総文祭「弁論部門」1日目(弁論III・IV)	再	22日(月)	第52回北御牧中学校かくま祭～開祭式・意見発表ほか～	
6日(土)	第42回全国高等学校総合文化祭2018信州総文祭「弁論部門」1日目(弁論V・VI)	再	23日(火)	第52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～	
7日(日)	第42回全国高等学校総合文化祭2018信州総文祭「弁論部門」2日目(弁論VII・VIII)	再	24日(水)	月刊とうみキッズ9月号 日体大体操部演技発表(10時、16時、22時)	再
8日(月)	第42回全国高等学校総合文化祭2018信州総文祭「弁論部門」2日目(弁論IX・X・閉会式)	再	25日(木)	地域介護予防防活動支援事業「第二の人生おらちの一步」 「認知症と地域で支えあうこと」 講師:堀内ふき氏	
9日(火)	月刊とうみチャンネル9月号～前半～		26日(金)	市民大学講座⑦「病気になる人間関係」 講師:宮島賢也氏	
10日(水)	月刊とうみチャンネル9月号～後半～		27日(土)	平成30年度運動会～東御市立田中小学校～	
11日(木)	月刊とうみキッズ9月号 日体大体操部演技発表(10時、16時、22時)		28日(日)	平成30年度運動会～東御市立柵津小学校～	
12日(金)	平成30年度地域介護予防防活動支援事業研修会 「第2の人生おらちの一步」(第一弾)「支えようピンピンカラリの地域文化～あなたが主役の東御市の介護予防～」 講師:中村崇氏	再	29日(月)	平成30年度運動会～東御市立和小学校～	
13日(土)	第19回コトヒラ杯スポーツ少年団野球大会①		30日(火)	児童虐待防止講演会「児童虐待の現状と課題」 講師:大宮剛氏	再
14日(日)	第19回コトヒラ杯スポーツ少年団野球大会②		31日(水)	イクボスセミナー「イクボスによる働き方改革～意識改革からの成長戦略～」 講師:安藤哲也氏	再
15日(月)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会 <午前の部>		11月1日(木)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会<午前の部>	再
16日(火)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会 <午後の部>		2日(金)	上小中学校吹奏楽交歓演奏会<午後の部>	再
17日(水)	市民大学講座⑥「柵津のノノウ巫女についての基礎知識を学ぶ」 講師:中野洋平氏	再	3日(土)	第19回コトヒラ杯スポーツ少年団野球大会①	再
			4日(日)	第19回コトヒラ杯スポーツ少年団野球大会②	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 企画振興課 広報統計係 ☎64-5806

行政情報ラジオ番組 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 ❖地域おこし協力隊活動中 毎週月曜日 午前9時30分～午前10時

❖子育て応援団 毎週水曜日 午前9時～午前9時15分、毎週金曜日 午後1時～午後1時15分

10月の市民情報広場の放送内容 毎週月～木曜日 午前8時35分～午前8時50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
1～4日	保健ごよみ	健康保健課	15～18日	天空の芸術祭	
8～11日	部落差別について	人権同和政策課	22～25日	天空の芸術祭	地域づくり・移住定住支援室
	天空の芸術祭	地域づくり・移住定住支援室		田中地区の地域づくり	
	行政相談週間	総務課		ネットリテラシー	教育課
15～18日	行政相談週間		29日～	海野宿ふれあい祭	商工観光課
	本人通知制度	市民課	11月1日	生活環境課からのお知らせ	生活環境課

問/エフエムとうみ ☎63-1003 企画振興課 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.335 平成30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/東御市企画振興部企画振興課 ●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。

第74回サンテラスロビーコンサート

トロンボーンとピアノで奏でる 秋の音色

渡辺夏子 トロンボーン 10月14日(日) 13:30開演 **入場無料**
 松田紫帆 ピアノ
 会場:東御市文化会館ロビー
 ♪S.シュレーク/トロンボーンとピアノのためのソナタ~天使ガブリエルの嘆き~ ほか

親子で楽しむ
音の絵本コンサート
 出演:築田佳奈(ピアノ)、細井美来(ピアノ)、川崎妃奈子(ヴァイオリン)、唐澤昌子(おはなし)

第1部 プロコフィエフ作 **11月23日(金・祝)**
ピーターと狼 13:30開場 14:00開演
 第2部 築田佳奈作 **1000円・全席自由**
アリとキリギリス 小学生以下無料(入場券は必要)
 チケット発売中

主催:音符のお祭り実行委員会 共催:東御市文化会館 問い合わせ:080-3178-7377(実行委員会事務局)

音符のお祭りとうみポップスバンドフェスティバル

EVA-GUN 12月16日(日) チケット発売中
 高校生バンド1 あうん 13:30開演 500円・全席自由
 高校生バンド2 11月のトマト

東御市文化会館 サンテラスホール ■TEL 0268-62-3700 ■〒389-0515 東御市常田505-1 ■開館時間 9:00~22:00(窓口受付は17:30まで) ■sun-terrace.jp

生誕150年 明治150年 美しき明治のみづゑ

水彩画の巨星 丸山晚霞、吉田博、三宅克己が一堂に

10月13日(土) ~ 11月25日(日) 会期中無休

★10月21日(日) 14:00~ 水彩画で見る明治の東御市と晚霞の偉業 入館料別途・申込不要
 ・東御市や県内を描いた明治期の水彩画で、当時の様子を解説する試み。晚霞のアメリカンドリームも紹介。

★10月28日(日) 9:00~ 祿津名勝俳句ウォーク 500円 要申込 講師:窪田英治先生 協力:祿津地域づくりの会
 ・風情を楽しみながら俳句をつくりましょう! 痛烈&爆笑講演会もあります。15:00終了、昼食持参、入館料込

丸山晚霞「深流のある温泉街」明治26年1~3年頃

Banka150

丸山晚霞記念館 ■TEL 0268-62-3700 ■〒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 企画展500円(高校生以上)

私の愛する一点展 開催中 ~1月14日(月・祝)

天空の芸術祭 10月13日(土) ~ 10月28日(日) ★野見山暁治講演会 11月4日(日) 13:00~(要予約)
 無料送迎バス運行 毎月第3日曜日 田中駅発10:45/絵画館発15:00

武内彫助 奥日光勇雄 川上流

梅野記念絵画館 ■TEL 0268-61-6161 ■〒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)

~ 休日・夜間の救急医療案内 ~

日	曜日	当番医	診療時間:午前9時~午後5時			
10月7日	10月14日	10月21日	10月28日	11月4日	休日・夜間当番薬局	小児救急電話相談
みまき温泉診療所	東御記念セントラルクリニック	ほしやま内科	酒井医院	東御市民病院	上田薬剤師会ホームページで確認してください。<<http://www.uedayaku.org/touban>>	☎#8000(または☎0263-34-8000) 受付時間:午後7時~午後11時
☎61-6002	☎62-1231	☎62-3115	☎64-3170	☎62-0050		
*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・夜間緊急医案内サービス>> ☎0570-088-199						
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 ☎24-8020 診療時間:午前9時~午後3時/住所:上田市材木町1-3-6(上田小県歯科医師会館内)			
夜間の内科・小児科診療			上田市内科・小児科初期救急センター ・内科 ☎21-2280 ・小児科(15歳以下) ☎21-2233 診療受付:午後7時~午後10時30分/電話相談:午後7時~午後11時 *電話で診療受付をしてください。			

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882

