

## 2016雷電まつり

### ～東御どすこいSUNSUN～ 参加者募集

◆ **8月6日(土)** 田中商店街で開催!!

#### 「真夏の祭典 Street Dance in TOMI」 参加グループ募集!

雷電まつりの、ダンスイベントに参加する団体等を募集します。

- ◆申込締切 7月6日(水)
- ◆出演時間 午後2時45分～午後5時30分  
(出演順は事務局で調整します)
- ◆場 所 第2ステージ「岩下商店様」南側
- ◆その他 参加チーム区分は、15人以上を団体、15人未満を個別とします。(先着順)  
時間は、団体上限15分、個別上限5分です。

#### “飛び入り連”参加者募集!

踊ってみたいけど連には参加していない、そんな方は“飛び入り連”にお友達やご家族と一緒に参加しましょう。誰でも参加可能です。みんなで踊って盛り上がりましょう!!申し込みは不要ですので、当日、本部前か飛び入り連集合場所へお越しください。



#### まつりステージ(昼の部) アトラクション募集!

昼の部ステージの、演奏等アトラクション出演者を募集します。申し込み多数の場合は選考及び抽選とします。

- ◆申込締切 7月6日(水)
- ◆出演時間 午後3時5分～午後5時30分  
(出演の順番は事務局で調整します)
- ◆場 所 第1ステージ「衣料センターたなか様」前
- ◆ジャンル 生演奏、踊り等



#### まつりステージ(夜の部)

##### 「～ハートつないで～ TOMI, to me!」を踊るグループ募集!

夜の部ステージで踊るグループを募集します。(先着順)

- ◆申込締切 7月15日(金)
- ◆出演時間 午後6時～午後8時15分
- ◆場 所 第1ステージ「衣料センターたなか様」前  
第2ステージ「岩下商店様」南側

申込・問い合わせ先 雷電まつり実行委員会事務局 商工観光課 商工労政係 ☎67-1034

目次  
2P～…募集・イベント  
5P～…市からのお知らせ  
9P～…ホワイトボード

10P……保健案内・7月の相談コーナー  
11P……子育てインフォメーション・図書館だより  
12P……施設のイベント・日曜当番医

# 市民プール6/25(土)オープン

## 開放期間 6/25(土)～8/28(日)

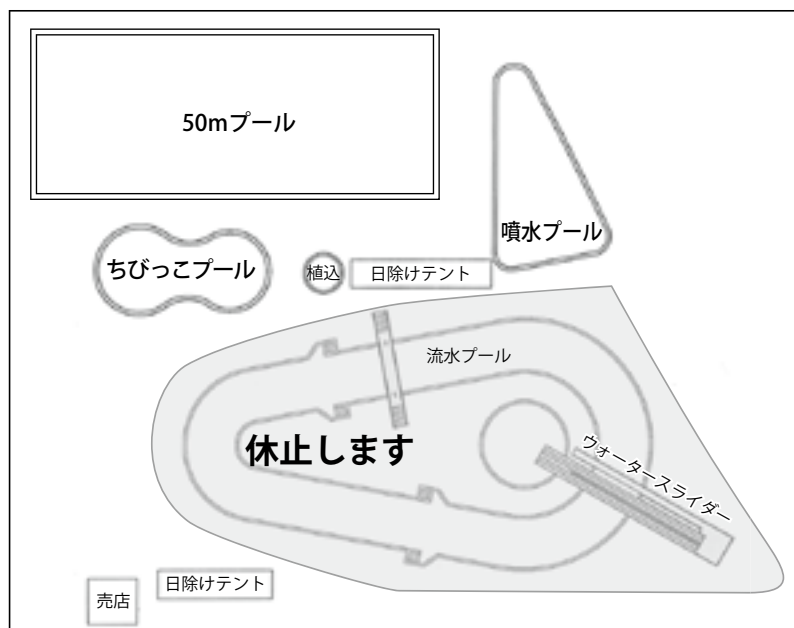
50mプール、ちびっこプール、噴水プールは通常どおり開放しますが、昨年同様流水プールとウォータースライダーは設備の不具合のため休止します。

このため、今年の入場は無料です。

※午前・午後に入れ替えは実施します。

※毎週月曜日の午前は休止です。

※8月27日(土)は、東御市水泳大会開催のため、休止します。



★プールに関する問い合わせ

☎市民プール専用 ☎62-0625

(開放期間中のみ)



★流水プール等の休止に関する問い合わせ

☎生涯学習課 生涯学習・スポーツ係 ☎64-5885

### 第3回「健康づくり講演会」

◆日時 7月6日(水)

午後7時～午後8時30分



◆場所 中央公民館2階 講義室

◆演題 「ACEを意識した食事で元気になる」

◆講師 株式会社デリクックちくま

商品開発課長 吉岡 麻美 氏

エネルギー量・食塩相当量・野菜使用量の基準を満たした「信州ACE弁当」開発の経験から、健康に食べるための工夫をアドバイス。

☎健康保健課 保健係 ☎64-8882

サマージャンボ宝くじの賞金は、

## 1等・前後賞 合わせて7億円!

発売期間

### 7月6日(水)～7月29日(金)



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)長野縣市町村振興協会

## 自然体験入門講座 湯の丸山登山

- ◆日時 6月25日(土) 午前9時 雨天中止  
 ◆集合場所 湯の丸自然学習センター  
 ◆定員 40名(先着順)  
 小学4年生以上(小学生は同伴者必要)  
 ◆参加費 1,500円(リフト料、保険料等含む)  
 ◆コース 湯の丸自然学習センター9:30発→(リフト使用)→第一リフト山頂→鐘分岐→湯の丸山→鐘分岐→ツツジ平→湯の丸自然学習センター15:20着(予定)  
 ◆持ち物 昼食、おやつ、雨具(必ず持参ください)、手袋、タオル、水(1ℓ程度)など  
 ◆その他 長ズボン、長袖シャツ、帽子、登山靴かトレッキングシューズまたは運動靴  
 ◆申し込み 6月20日(月)までに、下記へお申し込みください。  
 申込・問 湯の丸自然学習センター ☎62-4333



## グローバルギャップ講演会

農業に対する安心・安全への関心が年々高まる中、市では、GAP(ギャップ:農業生産工程管理)を推進しています。その中でもGLOBAL GAP(グローバルギャップ)は事実上の世界基準であるため、今後、国内での普及が見込まれます。

「環境・人に優しい農業をはじめたい」、「自分の農業経営を見直したい」という方におすすめです。

- ◆日時 7月22日(金) 午後1時~午後5時30分  
 ◆場所 中央公民館2階 講義室  
 ◆講師 (一社)GAP普及推進機構  
 理事長 横田 敏恭氏  
 (株)ファーム・アライアンス・マネジメント  
 代表取締役 松本 武氏  
 テュフーズドジャパン(株)マネジメントサービス部  
 ◆内容 GLOBAL GAPの概要、生産者による実体験とメリット、審査・認証等について  
 ◆定員 100名(先着順)  
 ◆申込 7月8日(金)までに、下記へお申し込みください。

問/農林課 農政係 ☎64-5894

東御十景に行く!東御十景を撮る!  
東御十景フォトコンテスト

東御市景観を考える会が選定した「東御十景」の場所で撮られた写真が対象の「東御十景」部門と、市内で撮られた写真全てが対象の「どこでも十景」部門の二部門で募集します。

あなたが感じた東御の「美」を写真に収めてください。

## ◆東御十景

- 千曲川川霧(市内の千曲川)
- 祢津晩鐘(祢津)
- 海野宿夜雨(海野宿)
- 雷電くるみの里夕照(道の駅)
- 大川流螢(大川ほたるの里)
- 明神池秋月(明神池)
- 田楽平落雁(田楽平地区)
- 烏帽子岳暮雪(市内から望む烏帽子岳)
- 湯の丸山霧(湯の丸高原)
- 御牧原蒼天(御牧原)

※季節や時間、事象は自由です。

## ◆どこでも十景

市内で写したもののすべてが対象。景色、イベント、人、物、ジャンルは問いません。

◆資格 プロ・アマ問わず。過去1年以内に撮影された未発表作品のみ。点数制限はありません。

◆サイズ カラープリント四つ切り  
(S-4、W-4を含む)

◆締切 平成29年5月31日(水) 当日消印有効  
詳しくは、下記までお問い合わせください。

申込・問/東御市観光協会(商工観光課観光係)

☎67-1034 〒389-0404 東御市大日向337  
<http://www.tomikan.jp>



## 北御牧地区人権啓発学習会

### ◆テーマ・内容

「見直されてきた部落の歴史」

～ DVD 視聴と小学校の教科書から～

部落の歴史が見直されてきたことにより、小中学校の教科書の内容も全く変わってきています。子どもたちの学んでいる内容を学びあう学習会です。

開催日	場 所
7月1日(金)	上八重原 公民館
7月4日(月)	田 楽 平 公民館
7月5日(火)	中八重原 公民館
7月6日(水)	下八重原 公民館
7月7日(木)	芸術むら 公民館
7月8日(金)	白 樺 公民館
7月11日(月)	切 久 保 公民館
7月12日(火)	八 反 田 公民館
7月13日(水)	本下之城 公民館
7月14日(木)	田 之 尻 公民館
7月15日(金)	宮 公民館

◆時 間 午後7時～9時

☎／教育課 人権同和教育係 ☎64-5902

## 上越市名立区(花火大会) バスツアー

◆開催日 7月31日(日)

◆参加費 大人6,000円(名立友好協会会員5,500円)  
小中学生5,500円  
※バス代、入館料、夕食代、入浴代含む  
(昼食代は含まず)

◆定 員 40名(先着順) ※最小催行人数25名

◆申し込み 7月8日(金)までに、下記へお申し込みください。

### ◆コース

北御牧庁舎前10:00発 → 中央公民館前10:15発 → 新井ハイウェイオアシス(自由昼食) → 上越市埋蔵文化財センター → 上越市立水族博物館 → うみてらす名立(買物・夕食・入浴) → 花火大会(20:00～21:00) → 23:00着 中央公民館前 → 23:10着 北御牧庁舎前  
※日程は一部変更する場合があります。

☎／☎北御牧・名立友好協会事務局

地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790



## 東御市議会議員一般選挙の選挙期日

東御市選挙管理委員会は、11月20日任期満了となる東御市議会議員の選挙期日を、次のとおり決定しました。

**告 示 日 10月30日(日)**

**投票・開票日 11月 6日(日)**

☎／東御市選挙管理委員会 ☎64-5809

障害年金専門家の社会保険労務士による 事前予約制

## 無料 障害年金相談会

社会保険労務士には専門家としての知恵があります

**1** うつ病・精神・知的・発達障害・心の病気等

**2** 心臓病・がん・人工透析・人工関節・ペースメーカー等

**3** その他、身体の機能・病状・精神の状態等で、日常生活や労働で制限を受けている方  
※働いていても受給できる場合があります。

**4** 障害年金の審査請求・再審査請求でお悩みの方

**場 所** 上田市勤労者福祉センター  
上田市中心4-9-1

**日 時** 毎月第一水曜日(変更あり)  
13時30分から16時30分

**長野障害年金研究会**  
西澤社会保険労務士事務所  
TEL0268-21-7070

社会保険労務士依田謙二事務所  
TEL0267-68-7367

芹澤社会保険労務士事務所  
TEL0268-75-8931

※諸条件により、請求・受給できないことがあります。

手数料は完全成功報酬ですので受給できなかった場合にはかかりません。お気軽にご相談ください。

(広告欄)



## 土砂災害に備えよう!



一瞬にして尊い命や、大切な財産を奪う、土石流・地すべり・がけ崩れなどの土砂災害の大半は、長雨や大雨が引き金となり発生しています。

※こんな時は要注意

- ・急に川の水が黒く濁った
- ・山鳴りがする
- ・裏山からパラパラと小石が落ちている



東御市土砂災害洪水ハザードマップ

土砂災害は、降り続いた雨の量が多くなると発生しやすいといわれています。普段と違う状況を見出し、危ないと感じたときは、すぐに避難しましょう。

事前の備えや土砂災害危険箇所の確認など、詳しくは市ホームページの「土砂災害洪水ハザードマップ」をご覧ください。また、下記で無料配布もしています。

また、下記URLから、市内の降水量等気象情報を確認することができ、気象庁等が発表する情報とあわせて、地域の防災情報としてご利用ください。

- ・東御市ホームページ  
「東御市の天気・防災気象情報」  
<http://city.tomi.jyouho.net/>



天気・防災・気象情報

- ・長野県ホームページ  
「河川砂防情報ステーション」  
<http://www.sabo-nagano.jp/>



河川砂防情報

☎建設課 管理係 ☎64-5892



## 蚊による感染症を予防しましょう

デング熱やジカウイルス感染症等を媒介する蚊（ヒトスジシマカ）は、10月頃まで活発に活動します。

### ◆蚊（ボウフラ）の発生を防ぎましょう

- ・家の周りに、水がずっと溜まっていて蚊が卵を産みつけやすい場所を作らない。

### ◆蚊に刺されないようにしましょう

- ・網戸はきちんと閉めて、家の中に侵入させない。
- ・蚊取り線香や蚊取りマット、忌避剤（虫除けスプレーなど）を使う。
- ・忌避剤は正しく使い、「耳」にもつけ忘れないように注意する。
- ・屋外では、長袖、長ズボンを着用する。
- ・海外の流行地へ出かける際は、蚊に刺されないように特に注意する。

蚊媒介感染症の発生件数 平成28年5月15日現在／厚生労働省		
疾病名	全国	長野県
デング熱	128	2
チクングニア熱	2	0
ジカウイルス感染症	5	0

### ◆感染が疑われるときは医療機関で受診しましょう

- ・蚊に刺された数日後に発熱、発疹、関節痛などの症状が出たら、医者にご相談する。

※厚生労働省ホームページ>健康・医療>健康>感染症情報もご覧ください。<<<http://www.mhlw.go.jp/>>>

☎健康保健課 保健係 ☎64-8882

## 覚せい剤、麻薬、危険ドラッグは「ダメ。ゼッタイ。」!

6月26日は国際麻薬乱用撲滅デー、6月20日～7月19日は薬物乱用を防止する「ダメ。ゼッタイ。」普及運動期間です。体と心の健康と、生活の安全も脅かす薬物の乱用を、世界から根絶しましょう。

★薬物は依存性が高く、自分の意志では止められない「依存症」に陥ります。



★依存症は病気です。専門的な治療と周囲の理解、手助けが必要です。一人で悩まず、だれかに相談しましょう。

★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

または 上田保健福祉事務所 ☎0268-25-7149

☎健康保健課保健係 ☎64-8882

生活環境課生活安全係 ☎64-5896

# 7月10日(日)は参議院議員通常選挙の投票日

## 今回から選挙権年齢が18歳以上になります

参議院議員通常選挙は、6月22日(水)に公示され、7月10日(日)に投票が行われます。

私たちの代表を選ぶ大切な選挙です。選挙公報などを通じて、候補者をよく知り、よく考えて大切な一票を投票しましょう。

### ◆市内の投票所で投票できる方

- ・平成28年3月21日までに転入手続きをし、3カ月以上引き続き東御市に住んでいる方で平成10年7月11日までに生まれた方(選挙人名簿に登録されている方)

### ◆投票は、選挙区、比例代表の2票です

候補者の氏名を記載する選挙区選挙、候補者の氏名または政党等の名称を記載する比例代表選挙の2票で行われます。



### ◆7月10日に投票できない方は期日前投票・不在者投票をしましょう

- ・投票日に仕事のある方や、レジャーで他の市町村にお出掛けの方等は、期日前投票ができます。入場券裏面の宣誓書にあらかじめ記入して持参してください。
- ・選挙期間中、市外に滞在している方は、滞在地の選挙管理委員会で不在者投票ができます。
- ・病院など施設に入院されている方は、病院や施設で不在者投票ができる場合があります。希望される方は、早急に入院している病院・施設等で確認してください。

期日前投票所	期間及び時間
東御市役所本館2階 全員協議会室	6月23日(木)～7月9日(土) 午前8時30分～午後8時まで
滋野コミュニティーセンター、祢津公民館 和コミュニティーセンター、北御牧庁舎	7月3日(日)～7月9日(土) 午前10時～午後5時まで

### ◆郵便による不在者投票(郵便投票制度)をご利用ください

次に該当する方は、自宅などで投票できる制度があります。制度の利用前に証明書の交付申請が必要となり、手続きに時間がかかるため、投票日の2週間前には手続きをしてください。

### 利用できる方

区分	障がい名	程度
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能	1級・2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	1級・3級
	免疫、肝臓機能	1級～3級
戦傷病者手帳	両下肢、体幹	特別項症～第2項症
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓機	特別項症～第3項症
介護保険の被保険者証	要介護状態区分	要介護5

☎/東御市選挙管理委員会 ☎64-5809 メール senkan@city.tomi.nagano.jp

投票区	区(支区)名	投票所	所在地
1	加沢	加沢公民館	加沢1206-1
2	常田・城ノ前・新屋・伊勢原	東部中学校(体育館)	常田300-2
3	田中・梶	田中公民館	田中98-2
4	本海野・白鳥台	海野宿ふれあいセンター	本海野1125-1
5	西海野	西海野公民館	本海野461-1
6	赤岩・片羽・中屋敷	滋野コミュニティーセンター	滋野乙2962
7	桜井・大石	滋野児童館	滋野乙507-7
8	原口・聖	原口公民館	滋野乙3967-5
9	乙女平・王子平・金井	金井研修センター(金井公民館)	鞍掛633
10	湯の丸・奈良原	奈良原公民館(投票は午後6時まで)	新張2544-2
11	新張(横堰に限る)、滝の沢	横堰公民館	新張690-1
12	別府・新張(横堰を除く)・鞍掛自治区・リードリーくらかげ	新張公民館	新張1125
13	出場・東町・西宮・柵津南	柵津児童館	柵津917-4
14	姫子沢・東上田(姫子沢に限る)	姫子沢公民館(投票は午後6時まで)	柵津2938-7
15	東上田(原、長峰及び姫子沢を除く)・寺坂	東上田公民館	和7563-1
16	東上田(原及び長峰に限る)・田沢(タタラ堂に限る)・大川・栗林	和コミュニティーセンター	和2628
17	田沢(タタラ堂を除く)	田沢公民館	和5145
18	海善寺・日向が丘・海善寺北・睦	海善寺公民館	海善寺834-2
19	曾根・東深井・西深井	深井地区コミュニティーセンター	和715-3
20	西入・東入	西入公民館(投票は午後6時まで)	和6710-2
21	上八重原・田楽平・中八重原	上八重原公民館	八重原321-1
22	下八重原・芸術むら・白樺	下八重原公民館	八重原2914
23	切久保・八反田・大日向・光ヶ丘	北御牧庁舎	大日向337
24	本下之城・田之尻・畔田・宮	生きがい交流センター	下之城45-6
25	御牧原南部・御牧原北部	北部区公民館	御牧原1404-1
26	布下・常満・島川原	ケアポートみまき	布下6-1
27	羽毛山・牧ヶ原	羽毛山コミュニティーセンター	羽毛山336-1

※投票時間は、午前7時から午後8時までです。ただし、「10 湯の丸・奈良原」「14 姫子沢・東上田(姫子沢に限る)」「20 西入・東入」は午前7時から午後6時までです。

(注) 一部投票所の変更がありますので、ご注意ください。

**不要になった 納屋に眠っている 下取りはタダ同然...**

**ノウキナビ®なら独自のネットワークで全国の販売店が高〜く買取ります!**

# 農機の高価買取

トラクター・管理機・スピードスプレーヤー・田植機・コンバイン・ハーベスタ・カッターなど

**今すぐお電話ください!** **0120-555-071** フリーダイヤル

※農機の状態や程度によっては買取れない場合があります。予めご了承ください。

①

査定完全無料  
メーカー不問で安心



ノウキナビ ノウキナビ 検索

運営(株)唐沢農機サービス

営業時間 10:00~16:00(土日祝除く)

## 熱中症を予防しよう! ~7月は熱中症予防強化月間です~

家の中や寝ている間でも熱中症になる場合があります、小さな子どもや高齢者は、特に注意が必要です。  
こまめな水分補給を心がけ、寝る前と朝起きたら、コップ1杯の水を飲みましょう。

### ◆熱中症予防のポイント

外出時には…	室内では…	体に熱をためない…
<ul style="list-style-type: none"> <li>・日傘や帽子の着用、日陰を歩く</li> <li>・こまめな休憩と水分補給</li> <li>・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・扇風機やエアコンで温度を調節</li> <li>・遮光カーテン、すだれ、打ち水など涼しくする工夫</li> <li>・室温をこまめに確認する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・通気性、吸湿性、速乾性のある衣服を着用する</li> <li>・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす</li> </ul>



### ◆熱中症の分類と対処方法

重症度	症状	対処	医療機関への受診
軽症 重症	めまい・立ちくらみ・こむら返り・大量の汗	<ul style="list-style-type: none"> <li>・涼しい場所へ移動・安静</li> <li>・水分補給</li> </ul>	症状が改善すれば受診は必要ありません。ゆっくり休養しましょう。
	頭痛・吐き気・体がだるい・体に力が入らない・集中力や判断力の低下	<ul style="list-style-type: none"> <li>・涼しい場所へ移動・安静</li> <li>・体を冷やす</li> <li>・十分な水分と塩分の補給（様子を見て無理には飲ませない）</li> </ul>	自力で水を飲めない、症状の改善が見られない場合は医療機関で受診します。
	意識がない・意識障害（反応がおかしい、会話がおかしいなど）・けいれん・運動障害（普段通りに歩けないなど）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・涼しい場所へ移動・安静</li> <li>・衣服をゆるめ体を冷やす（氷や保冷剤があれば、首、脇の下、太ももの付け根を集中的に）</li> </ul>	すぐに119へ電話、救急車を呼びましょう！（通報はあわてず、はっきりと）

★環境省熱中症予防情報サイトもご覧ください。<<<http://www.wbgt.env.go.jp/>>>

☎/東御消防署 救急係 ☎62-0119/健康保健課 保健係 ☎64-8882

## クルミ黒斑細菌病の感染拡大を防ごう!

市内において、数年前からシナノクルミの果実や葉に黒色の斑点症状が発生している病気は、平成27年12月に新病害「クルミ黒斑細菌病」であることが国で確認され、「重要病害虫」に指定されました。

この指定により、現在は、苗木の移動が制限されていますが、国の植物防疫官による調査で、防除対策が不十分であると判断されると、国から更に厳しい追加の防除対策を命令される可能性があります。

この病気の防除薬剤として、ICボルドー66Dが登録されました。県の果樹試験場では、ICボルドー66Dをクルミの開花期から10日間隔で3回、梅雨期に2回散布することで、クルミ黒斑細菌病に加え、従来からある炭ソ病の発生を抑制する効果も確認されています。

ICボルドー66D散布による防除を徹底して、クルミ黒斑細菌病を根絶し、日本一のクルミ産地を守っていきましょう!!

☎/農林課 農政係 ☎64-5894



## 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。

「農業振興地域」の農用地（農振農用地）について、やむを得ず住宅など他の目的に利用したい場合は、農地法による農地転用をする前に農振農用地から除外する手続きが必要です。

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。

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、農地法に定める農地転用の要件を満たすこと等が必要です。

◆申請期間 7月15日(金)~7月29日(金)

◆申請書類 下記にお問い合わせください。

☎/農林課 農政係 ☎64-5894





# 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

メールアドレス: shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp

☎0268-64-5806 FAX63-5431

## 子どもの心配ごと相談所

○日時/7月2日(土)午前10時~午後3時

○場所/東御市東部人権啓発センター

※電話相談もできます。(上記の開催時間のみ) ☎64-5902

※人権擁護委員が相談を受けます。予約不要、秘密厳守

●☎/長野地方法務局上田支局 ☎23-2001

## 交通事故による物損トラブルに関する 電話・面談無料相談会

○日時/7月2日(土)午前10時~午後5時

○場所/長野県司法書士会館2階

○内容/電話相談 電話0120-448-788(フリーダイヤル)  
面談相談(予約優先)下記へ電話で予約してください。

○相談例/自動車事故で双方の車が破損し、どちらが悪いか争いになっている。

信号が赤で止まっていたら、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。

●☎/長野県司法書士会 ☎026-232-7492

## 就業体験に参加してみませんか

高校生と大学生などの皆さんを対象に、夏休み利用した就業体験(インターンシップ)の参加者を募集しています。就学中に就業体験することで職業観が身につく、社会人としての進路をイメージすることができます。

○申込方法/7月4日(月)までに、下記へお申し込みください。

●☎・☎/上田職業安定協会(上田商工会議所内)

☎22-4500

## 第2回上田地域がん市民公開講座

○日時/7月3日(日)午後1時30分(開場 午後1時)

○場所/上田市文化会館 大ホール

○演題/「長野県のがん診療について」

講師/信州大学医学部付属病院がんセンター長 小泉 知展氏

○演題/「地域がん診療病院としての信州上田医療センターの現状と将来展望」

講師/信州上田医療センター院長 吉澤 要氏

●☎/独立行政法人国立病院機構 信州上田医療センター

☎22-1890

## くるみ幼稚園バザー

○日時/7月2日(土)午前10時~正午

○場所/くるみ幼稚園ホール・園庭

○その他/駐車場には限りがあります。乗り合わせでお越しください。マイバッグ・小銭をお持ちください。

●☎/くるみ幼稚園 ☎62-0164

## 上田地域就職面接会

○日時/7月8日(金)午後1時~午後4時

○場所/上田東急REIホテル

国際21クリスタルホール 信濃の間

○対象/①平成29年3月大学院・大学・短大・専修・高専  
・能力開発校の卒業予定者

②上記の学校を卒業後概ね3年以内で新卒卒での就職を希望される方

○参加企業一覧/6月下旬以降公開 インターネット

「UEDA企業ガイド」で検索。

○参加企業求人情報/http://job.gakusei.go.jp/ イベント情報に参加企業の大卒等求人情報を掲載。

●☎/ハローワーク上田 ☎23-8609

## 調理アシスタント講習

○講習名/調理アシスタント講習

○期間/7月25日(月)~8月10日(水)のうち7日間

○場所/塩田公民館

○対象/県内在住の55歳以上で、就職を希望される方  
ハローワークで求職登録をして全日程の受講ができる方

○定員/20名(応募者多数の場合は選考)

○募集期間/6月15日(水)~7月8日(金)

○その他/講習最終日には、合同面接会を開催します

●☎・☎/上田地域シルバー人材センター ☎23-6002

## 調理師試験・製菓衛生師試験

○試験/日時:9月8日(木)午後1時~午後3時

場所:上田合同庁舎6階 講堂

○願書受付/期間:7月5日(火)~7月7日(木)

午前9時~午後5時

場所:上田合同庁舎3階 301号会議室

○受験料/調理師6,200円・製菓衛生師9,400円

\*必要書類は上田保健福祉事務所食品・生活衛生課で配布しています。詳細は下記へお問い合わせください。

●☎・☎/上田保健福祉事務所 食品・生活衛生課

☎25-7153

## 大川ほたる祭り

○期間/6月25日(土)~7月2日(土)

○イベント/日時 6月25日(土)午後7時30分~

場所 大川区民広場(和郵便局近く)

(雨天の場合は大川公民館)

内容 開会行事、ほたるについての説明

●☎/ (真壁) ☎64-0170

## 地域包括支援センターから

☎／福祉課 地域包括支援係（総合福祉センター内）  
☎64-5000

らくらく教室（7月）		
中央公民館 （1階学習室）	午前10時～ 午前11時	6日・13日・20日 27日
滋野コミュニティ センター（2階）	午前10時～ 午前11時	5日・12日・19日 26日
祢津公民館（2階）	午後2時～ 午後3時	6日・13日・20日 27日
和コミュニティ センター（2階）	午前10時～ 午前11時	4日・11日・25日
北御牧公民館 （2階）	午前10時～ 午前11時	1日・8日・15日 22日・29日
東御はつらつ体操inゆうふる（7月）		
ゆうふるtanaka	午後3時～ 午後4時	4日・11日・18日 25日
筋トレ教室（7月）		
総合福祉センター 3階	午後2時～ 午後3時	5日・12日・19日 26日
筋のばし教室（7月）		
総合福祉センター 3階	午後2時～ 午後3時	7日・14日・21日 28日

## 保健案内

☎／健康保健課 保健係（総合福祉センター内）  
☎64-8882

乳幼児健康診査		対 象	
3歳児健診	7月19日（火）	平成25年5月生	
10か月児健診	7月20日（水）	平成27年9月生	
1歳6か月児健診	7月26日（火）	平成27年1月生	
4か月児健診	7月27日（水）	平成28年3月生	
2歳児歯科健診	7月28日（木）	平成26年5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、市ホームページ又は「保健ごよみ」をご覧ください。			
ごっくん 離乳食教室 対象：平成28年2月生	7月22日（金）	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 対象：平成27年11月生	7月7日（木）		
持ち物：母子手帳、おたずね票、赤ちゃんすくすくブック、食食用エプロン、もぐもぐ離乳食教室のみ離乳食のスプーン			

## 福祉案内

☎／福祉課 福祉援護係 ☎64-8888

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）	午前10時～午後3時	平日

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 センター（和室）	午後1時30分～ 午後4時30分	7月11日（月）

## 7月の相談コーナー

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 （閉庁日を除く）	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	7月14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 （閉庁日を除く）	午前9時～午後5時	総合福祉センター	不要	
生活習慣病相談	月～金曜日 （閉庁日を除く）	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
脳いきいき相談	毎週水曜日 （閉庁日を除く）	午前9時～午後5時	総合福祉センター	予約制 （電話で）	地域包括支援係 ☎64-5000
心配ごと相談	7月1日（金）	午前9時～正午 （受付 午前11時30分まで）	東部人権啓発センター	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）	7月15日（金）	午前9時～午前11時 （受付 午前10時30分まで）	北御牧庁舎	法律相談のみ 予約制 その他不要	

# 7月 子育てインフォメーション

のびのびっこひろば 時間：午前10時～

田中	21日(木)	水遊びをしよう
滋野	5日(火)	ブルーベリー狩り
	20日(水)	水遊びをしよう
祢津	5日(火)	七夕飾りを作ろう
	25日(月)	水遊びをしよう
和	7日(木)	夏のおさんぽひろばに参加しよう
	26日(火)	水遊びをしよう

## すくすくひろば

ママ～ずのリズムあそび	4日(月)	午前10時30分～午前11時30分
夏のおさんぽひろば	7日(木)	午前10時～正午
育児座談会	12日(火)	午前10時30分～午前11時30分
おもちゃドクター	14日(木)	午前10時～午前11時
ママ～ずのおはなし絵本	19日(火)	午前10時30分～午前11時
すくすく相談	27日(水)	午前10時～午前11時30分
7月生まれのお誕生会	28日(木)	午前11時～午前11時30分
子育て期の母親のための就業相談	28日(木)	午前9時30分～午前11時

## 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	6日(水)
0歳児のママひろば①	8日(金)
わんぱくピクス	13日(水)
0歳児のママひろば②	21日(木)
おもちゃドクター	28日(木)

## ぼけっとひろば 時間：午前10時～午前11時30分

みまき未来館	15日(金)	内容 水遊びをしよう 持ち物 水筒、おやつ (おにぎり可) など
滋野コミュニティセンター	20日(水)	
東部子育て支援センター (市民交流ひろば)	21日(木)	
祢津公民館	25日(月)	
和コミュニティセンター	26日(火)	

## ぼけっとひろばライト 時間：午前10時～午前11時

滋野コミュニティセンター	1日(金)	自由遊び
祢津公民館	11日(月)	

☎/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(北御牧児童館内) ☎67-3676

## みんなあつまれー! わんぱく!おさんぽひろば

7月7日(木) 午前9時30分～正午(雨天決行)

集合場所：芸術むら公園(管理棟前)

講師：身体教育医学研究所 渡邊 真也 氏

服装：動きやすく、汚れてもいい服と靴(親子とも)

持ち物：お弁当、水筒、着替え、帽子、長靴、虫かご、雨具、敷物、ごみ袋など

# 7月園開放

市立保育園	電話番号	日時
田中保育園 北御牧保育園	☎62-1602 ☎67-2093	15日(金) なつまつり 午後4時～午後5時30分
滋野保育園 祢津保育園 和保育園	☎63-6468 ☎63-6816 ☎63-6815	22日(金) なつまつり 午後4時～午後5時30分
海野保育園	☎62-2800	14日(木) 午前9時30分～午前11時 どろんどろんあそび 持ち物 着替え・水筒
くるみ幼稚園	☎62-0164	13日(水) 午前10時20分～午前11時 体育指導 持ち物 水着
		22日(金) 午前11時～正午 お誕生会 持ち物 スプーン、箸、コップ

## 図書館だより

## 新着本案内

### ◇一般書

- テミスの休息 藤岡 陽子：著
- ツバキ文具店 小川 糸：著
- ラ・フォンテーヌ寓話 ラ・フォンテーヌ：作
- 理系に学ぶ。 川村 元気：著
- ママ、もっと自信をもって 中川 李枝子：著
- 御嶽海入門1年 信濃毎日新聞社：編
- 『暮しの手帖』をつくった男 船瀬 俊介：著
- ワインの“鬼” 濱野 吉秀：著
- 人口減が地方を強くする 藤波 匠：著
- 萩尾望都SFアートワークス 萩尾 望都：著
- 人生は一本の線 篠田 桃紅：著
- 魔法の Pasta 村田 裕子：著
- 子どものスマホ・トラブル対応ガイド 安川 雅史：著
- 食材の栄養素を最大限に引き出す便利帖 五十嵐 ゆかり：監修

### ◇児童書

- 旅のお供はしゃれこうべ 泉田 もと：作
- らくごでことわざ笑辞典 斉藤 洋：作
- 雨の日のせんたくやさん にしな さちこ：作
- 菜の子ちゃんとカッパ石 富安 陽子：作
- エルフとレーブンのふしぎな冒険3 マーカス・セジウィック：作
- シナモンのおやすみ日記 小手鞠 るい：作
- 十三番目の子 ジヴォーン・ダウド：作
- 妖怪バス旅行 広瀬 克也：作
- 路線バスしゅっぱつ! 鎌田 歩：作
- かばのさら・ばらのかさ 高畠 純：絵
- まりひめ 市居 みか：絵
- ぞうちゃんとねずみちゃん 三浦 太郎：作
- ねこどけい やまわき ゆりこ：絵
- ピヨピヨおばあちゃんのうち 工藤 ノリコ：作
- パンブルアーディ モーリス・センダック：作

## 7月の行事予定

会場は、くるみの部屋(絵本コーナー)です。

### ★「くまのこ」による★おはなし子ども会

日時 7月16日(土) 午前10時30分から

対象 未就学児～小学生

テーマ 『夏!たのしもう!』

内容 絵本、手遊び パネルシアター など

### ★図書館職員による★おはなし会

日時 7月8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 『なつがやってきた!』

内容 パネルシアター、手遊び、絵本の読み など

### ★休館のお知らせ★

月末図書整理日 6月24日(金)、7月29日(金)

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)

☎/東御市立図書館 ☎64-5886



●発行/長野県東御市 〒389-0592 東御市県281-2 ☎0268-64-5806 FAX0268-63-5431  
E-mail shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp ●ホームページ http://www.city.tomi.nagano.jp/

No.282 平成28年6月16日

●編集/東御市総務部企画財政課 ●印刷/㈱アオヤギ印刷

●問い合わせにつきましては、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。

●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。

9月16日(金)  
開催予定

### フォレスタ・コンサート in とうみ

東御市民優先販売のご案内

優先販売期間:6月18日(土)より

優先販売場所:東御市文化会館窓口

優先販売価格:4,500円→3,500円(全席指定 ※子ども料金はありません)

よいお席を  
お得に、早く!

- 市報とうみお知らせ版(本号)をご持参ください。
- お一人様4枚までとさせていただきます。
- 詳細は下記までお問い合わせください。

ピアノのゆふべ #33

### 音とリズムでおしゃべり

ピアニスト:寺井真美子

7月1日(金) 19:00開演  
入場無料

東御市文化会館

サンテラスホール sun-terrace.jp

〒389-0515 東御市常田505-1  
■窓口受付 9:00~17:30

■TEL 0268-62-3700 FAX 0268-62-3262  
■開館時間 9:00~22:00



●山の日制定、日本山岳協会80周年記念

### 山への讃歌展

Exhibition "Song for Alpine"

特別展示 田淵行男「高山蝶細密画」  
一浅間連山に生息する種を中心に

家族みんなで出かけよう! わくわくや発見がもりだくさん

7月16日(土)~8月28日(日)

- 里山ウォーキング「祢津名勝十二景めぐりと座禅体験」 7/17(日)
- 「雪山讃歌」とヨーデル&カントリー 山楽コンサート♪ 7/24(日)
- 「フィールドは博物館! 描かれた花や蝶を探そう!」 8/3(水)、8/11(山の日・木)
- 自然体験ワークショップ(日時計、ロープワーク、読図、動物観察) 8/5(金)~8/10(水) などなど

※参加無料(一部有料)、半日程度の所要時間です。

イベント、ワークショップの詳細、一覧は [山への讃歌展](#)

検索

自由研究にも



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



Banka Museum Tomi City

丸山  
晚霞  
記念館  
www.city.tomi.nagano.jp



### 金澤翔子展

開催中  
~6月26日(日)

■7月3日(日) 13:30~ 小山菜穂子朗読会

・小泉八雲作「破られた約束」

・谷崎潤一郎作「刺青」ほか ★要予約

Since 1998

梅野  
記念  
絵画館  
www.city.naganano.jp

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

### 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
6月19日	ささき医院	64-3711
6月26日	祢津診療所	62-0273
7月3日	みまき温泉診療所	61-6002
7月10日	春原整形外科クリニック	64-6200
7月17日	中島医院	67-2777

※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ご連絡ください。

※急ぎよ当番医が変わることがあります。次の電話案内等でご確認ください。

◆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・小児科診療	上田市内科・小児科初期救急センター 診療時間:午後8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ご確認ください。<<http://www.uedayaku.org/touban>>

☎健康保健課 保健係 ☎64-8882

### 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)