



描くこと・創ること・生きること

やすぎりょう

## 矢杉梨洋 展

7月18日(土) ~ 8月9日(日)

東御市文化会館展示室 入場無料

開場時間 10:00~17:30

Sun Terrace Lobby Concert

第48回サンテラスロビーコンサート

## 上田東高等学校吹奏楽班

8月9日(日) 13:30開演 入場無料



COLOR OF HEART Acoustic Unit in とうみ

## 中村雅俊

11月3日(火・祝) 16:00開演

S席 5,000円/A席 4,500円 全席指定

★8月1日(土) 9:00 東御市文化会館窓口にて発売開始!★

東御市文化会館

サンテラスホール [sun-terrace.jp](http://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

YouTube

スケッチ大会予告

詳細は学校、園にチラシを配布します。

# スケッチ大会&アートチャレイバ



8月22日(土)

9:00集合

芸術むら公園

参加無料



17種類来るよ!



志村どうぶつ園でおなじみ! かわいい動物いっぱい

かわいい動物の絵を描こう!

きみはどこだ?

楽しい工作や遊びがいっぱい

参加団体: 上田女子短大 清泉女学院短大 東京芸術大学 文教大学 武蔵野美術大学 県立軽井沢高校 (株)ミマキエンジニアリング 指導: 県内外の画家、先生たち 教育普及サポーター

要申込

☎0268-75-2717 (文化財・文化振興係)

✉ [syougai-gakusyu@city.tomi.nagano.jp](mailto:syougai-gakusyu@city.tomi.nagano.jp)

※お名前、学年、学校(園)名、連絡先を必ず明記してください。

Banka Museum Tomi City  
丸山  
晚霞  
記念館  
[www.city.tominagano.jp](http://www.city.tominagano.jp)

地元、地域の「なるほど」探しの散歩にお出かけ下さい。

好評! ギャラリートーク 8/8、8/29開催

## 丸山晚霞—その生涯と功績II 開催中 ~8月30日(日)

■〒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)



イルカ

迫真の筆力!

しみず まさる

## 清水勝 動物画展

開催中 ~8月30日(日)

同時開催 第15回私の愛する一点展

小山菜穂子朗読劇「耳なし芳一」 8月30日(日) 13:30

Since 1998

梅野  
記念  
絵画館  
[www.umenokinen.com](http://www.umenokinen.com)

■〒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)

# 平成27年度 市民大学公開講座

8月8日(土) 午後1時30分～午後3時(開場:午後1時)	日 時	9月5日(土) 午後1時30分～午後3時(開場:午後1時)
中央公民館 2階 講義室	場 所	中央公民館 2階 講義室
<small>しみず としみち</small> 清水 敏道 氏	講 師	<small>みやいり のりひろ</small> 宮入 法廣 氏
湯の丸高原の自然、高山植物と高山蝶	演 題	刀匠 山浦真雄・清麿 ～武器から芸術品へ～
・聴講無料 ・申込不要	その他	・聴講無料 ・申込不要

主催/東御市民大学運営委員会

●問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習・スポーツ係(中央公民館2階) ☎64-5885

\*\*\*\*\*

## 平成27年度 夏期公開子ども講座

講座番号 ①

講座名	高山蝶・植物観察会 (池の平湿原・三方ヶ峰)	会 場	集合場所:中央公民館 (雨天時は、中央公民館講義室で講義)
開催日	7月30日(木)	対 象 者	小学生25名
時 間	午前9時(集合時間)～午後2時30分	講 師	<small>しみず としみち</small> 清水 敏道 氏

講座番号 ②

講座名	15年後を語ろう (自分の夢、社会の夢を語り合おう)	会 場	中央公民館講義室
開催日	8月3日(月)	対 象 者	小学生～大学生40名
時 間	午後1時30分～午後3時30分	講 師	市民大学運営委員

講座番号 ③

講座名	おもしろ理科実験(カタツムリのふしぎ、電気をつくって遊ぼう)	会 場	中央公民館講義室
開催日	8月5日(水)	対 象 者	小学生30名
時 間	午後1時30分～午後3時	講 師	<small>あだち はるみち</small> 安達 永真 氏

講座番号 ④

講座名	学校の学習が活きている (全部の教科が活かされているんだ)	会 場	中央公民館学習室 4
開催日	8月7日(金)	対 象 者	小学生30名
時 間	午後1時30分～午後3時	講 師	ミマキエンジニアリング社員の皆さん

※受付期間 7月23日(木)までに、下記へお申込みください。

●申し込み・問い合わせ先 生涯学習課 生涯学習・スポーツ係 ☎64-5885

\*\*\*\*\*

## 水難事故に注意して海や川を楽しみましょう

水の事故を防ぐポイント  遊泳エリアの中で泳ぎましょう。

体調が悪い時や、お酒を飲んだ後は海や川に入らないようにしましょう。

監視員の指示に従いましょう。

子供から目を離さないようにしましょう。

気象状況に注意して、川の増水や海の高波などによる事故を防ぎましょう。



●問い合わせ先 東御消防署 救急係 ☎62-0119

# 第5回 東御市社会福祉大会

◇日時 8月8日(土) 午後1時10分～午後4時(開場:午後0時30分)  
◇会場 東御市中央公民館 講堂  
◇内容 オープニング “バリアフリー合唱団” 「コールレインボー」  
式典及び地域福祉功労者の表彰  
実践報告  
ユニバーサル座談会「この街に暮らす、ゆるりと生きる」

入場料  
無料

メインスピーカー <sup>ひろさわ</sup> 広沢 <sup>りえこ</sup> 里枝子氏 盲導犬 ジャスミン  
ゲストスピーカー <sup>もちすみ</sup> 両角 <sup>ゆきみ</sup> 雪弥氏 <sup>たかみさわ</sup> 高見沢 <sup>しん</sup> 心氏

●問い合わせ先 社会福祉協議会 地域福祉係(総合福祉センター内) ☎62-4455

## 男女共同参画社会をめざして

### 第2回 育児・家事 楽しんでます! 男性の写真大募集

子育て・家事に男性の積極的な参加が求められている中、育児・家事を楽しんでいる、イクメン(育児をする男性)、イクジイ(育児をする祖父)、カジダン(家事をする男性)の写真を集めます。応募いただいた作品につきましては、選考の上表彰し、展示します。

◇応募資格 市内在住の方、市内へ通勤・通学している方

◇応募方法

★応募用紙に2L判サイズの写真を添えて、下記まで郵送または直接ご持参ください。

★応募用紙は東部人権啓発センターと各地区公民館に備え付けてあります。また、市ホームページからダウンロードするか、下記までお電話ください。

★市のホームページの申し込みフォームでも応募できますので、ご利用ください。

★応募は一人2点までとし、自作、未発表のものに限ります。合成写真は不可、応募作品の返却はいたしません。

※注意 応募作品に写っている方の了解があり、肖像権やプライバシーを侵害する恐れのないこと

◇応募期間 8月1日(土)～8月31日(月)

◇賞

最優秀賞 1点(副賞 図書カード3,000円)

優秀賞 2点(副賞 図書カード2,000円)

準優秀賞 3点(副賞 図書カード1,000円)

◇発表

市のホームページ、市の施設 (10月を予定しています)



●応募・問い合わせ先 人権同和政策課 男女共同参画係(東部人権啓発センター内) ☎64-5902

## 平成27年度心の健康づくり啓発事業

### ～心の健康づくり講座～

④

TOMI  
すくすくポイント  
対象事業

◇日時 8月3日(月) 午後6時30分～午後8時30分

◇場所 総合福祉センター 3階 講堂

◇テーマ ころころ旅 ～3種類のガイドブック～

◇講師 公益財団法人 身体教育医学研究所 研究部長 <sup>ぼく</sup> 朴 <sup>さんじゅん</sup> 相俊氏

◇その他 申し込みは必要ありません。

託児をご希望の方は前日までに下記までご連絡ください。

※詳しくは、「東御ころころのむきあいネット」<http://www.mukiai.net> で確認できます。

●問い合わせ先 健康保健課 保健係(総合福祉センター内) ☎64-8882

# 児童館・児童クラブ臨時職員募集

## ■業務内容

職 種	児童館厚生員	勤 務 日 勤 務 時 間	児童館	月曜日～金曜日 午後1時30分～午後5時30分又は午後6時30分 土曜日、小学校休校日 午前9時～午後5時30分又は午後6時
	児童クラブ指導員		児童クラブ	月曜日～金曜日 午後2時～午後7時 土曜日、小学校休校日 午前8時～午後6時
募集人数	若干名			
勤務場所	市内児童館・柵津児童クラブ	勤務開始日	8月初旬	
応募資格	教員免許、幼稚園教諭、保育士等の資格がある方を優先します。			

## ■応募方法

- 応募書類 ①東御市職員採用試験申込書（履歴書） ②非常勤職員等登録申請書  
③資格取得が確認できる資格証等の写し  
※①及び②の書類は、市HPからダウンロードいただくか、下記へご請求ください。  
※原則、応募書類は返却できませんのでご了承ください。
- 応募方法 応募書類を添えて下記へご提出ください。（持参・郵送可）
- 採用試験 応募締め切り後、書類選考の上、面接を行い、採用を決定します。  
（面接日等については、別途お知らせします。）
- 応募期限 **7月30日（木）※当日消印有効**
- その他 賃金等の諸条件については、下記へお問い合わせください。

●応募・問い合わせ先 教育課 青少年教育係（中央公民館2階） ☎64-5906

# もうすぐママパパ学級

FOMI  
すくすくポイント  
対象事業

快適に楽しく妊娠期を過ごし、安心して出産を迎えるために、助産師、保健師がどんな質問でもお答えします。同じころに出産を迎える皆さんと一緒に学習しましょう。

- ※場 所 総合福祉センター 2階 保健センター
- ※スタッフ 助産師・保健師・栄養士・保育士
- ※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 運動しやすい服装でお越しください。



	第1回「妊娠中の生活を快適に過ごすために」	第2回「赤ちゃんの成長とお母さんの健康のために」	第3回「産後の過ごし方」
日時	8月7日（金） 午前9時15分～正午 （受付 午前9時）	8月21日（金） 午前9時15分～正午 （受付 午前9時）	9月5日（土） 午後1時～午後4時 （受付 午後0時30分）
週数	おおむね20週～	何週でも	おおむね20週～
内容	＊開講式 ＊妊娠の経過 ＊妊娠中の生活、異常と対策について ＊分娩の経過	＊1日に何をどのくらい食べたらよいか ＊鉄分たっぷりメニュー ＊うす味ってどんな味？ ＊調理実習（要予約）と試食	＊授乳方法とおっぱいケア ＊家族計画 ＊産後の心身の変化について ＊沐浴方法（実習）

- ※その他 第2回は材料準備のため、開催日の1週間前までにお申し込みをお願いします。  
保育を希望される方は、前日までにお申し込みください。  
ご家族の方は、妊婦体験ジャケットの試着ができます。

●申し込み・問い合わせ先 健康保健課 保健係（総合福祉センター内） ☎64-8882

# 第24回 巨峰の王国まつり ステージ出演者募集

★日 時 9月19日(土) 午前9時30分～午後3時

9月20日(日) 午前9時～午後2時

※上記の時間内で実行委員会がスケジュールを調整します。

★会 場 東御中央公園内 特設ステージ

★募集内容 音楽、ダンスなどの、パフォーマンスを行うグループや個人

★申込方法 \*第24回「巨峰の王国まつり」出演申込シートに必要事項をご記入の上、下記へお申し込みください(持参、FAX、Eメール、郵送可)。

\*出演申込シートは下記へご請求いただくか、市ホームページからダウンロードしてください。

★申込締切 8月7日(金)

★その他 \*日程、時間は可能な限り調整しますが、ご希望に沿えないこともあります。

\*お申し込みが多数またはスケジュールが調整できない時は、抽選となる場合があります。

\*パフォーマンスのジャンル等は問いませんが、内容によってはお断りする場合があります。

\*出演料や出演経費、交通費等はお支払いしません。



巨峰の王国まつり実行委員会事務局  
**●申し込み・問い合わせ先** 農林課 農政係(別館2階) ☎64-5894 FAX64-5881  
 Eメール nousei@city.tomi.nagano.jp

## 障がい者希望の旅

# いい旅ときめき隊 ~ 行かんかい?!甲斐の国 ~

障がいがあるために外出機会が限られてしまう方、またそのご家族を対象とした一泊旅行を企画しました。ぜひ、旅行に出かけて、さわやかな甲斐の風を感じましょう。

■日 時 9月5日(土) - 9月6日(日) (1泊2日)

■旅行先 スパティオ小淵沢(宿泊場所)、山梨県立フラワーセンター「ハイジの村」他

■集合場所 総合福祉センター 2階 駐車場

■対象 重度心身障がい(児)者及びその介護者 20名

■参加費 お一人7,000円

■応募締切 8月7日(金)

■その他 旅行バスや、行き先の施設等はバリアフリー対応です。

自宅からの送迎、車イスの貸し出しが必要でしたらお知らせください。



### ボランティア募集!!

旅のサポートをしてくださるボランティアさんを募集しています。介護経験のある方大歓迎!!

●申し込み・問い合わせ先 社会福祉協議会 地域福祉係(総合福祉センター内) ☎62-4455

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

※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。

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

# 第1回 星空観望会

空いっぱい夏星座が輝いています。東の高い位置には『夏の大三角』が、輝いています。北斗七星や夏の大三角を手がかりに、春や夏の星座を探してみましょう。

☆日 時 8月8日(土) 午後7時30分～午後8時30分

☆会 場 和コミュニティーセンターおよびその周辺

☆内 容 星についてのお話と星座観察

☆持 ち 物 懐中電灯や双眼鏡(お持ちの方)

☆解 説 小林 将喜さん

- ☆そ の 他
- ・お申し込みは必要ありませんので、直接お越しください。
  - ・夜間に行いますので、小学生は保護者の方とご参加ください。
  - ・参加者には、簡易星座早見表をさしあげます。
  - ・曇りや雨の場合は、プロジェクターで映像を見ながら星のお話をします。



●問い合わせ先 和コミュニティーセンター ☎62-0201 (火・木曜日の午後を除く平日)

\*\*\*\*\*



## とうみチャンネル



《番組案内》7月16日(木)～8月6日(木)

【放送時間 9:00～ 15:00～ 21:00～】

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。

16日	(木)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会⑥ 東部中野球	
17日	(金)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会⑦ 北御牧中野球	
18日	(土)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会⑧ 東部中男女剣道(団体戦)	
19日	(日)	長野県中学校総合体育大会上小地区予選会⑨ 北御牧中男女剣道(団体戦)	
20日	(月)	東御市民大学講座講演会 講師:長岡克衛氏	再
21日	(火)	平成27年度北御牧小学校運動会 ～前半～	再
22日	(水)	平成27年度北御牧小学校運動会 ～後半～	再
23日	(木)	チャレンジデー2015東御市の挑戦! おじゃまします!東御市新屋区 (10時、16時、22時)	再
24日	(金)	東御市邦楽部会発表会(6月20日)	
25日	(土)	第12回東御市消防ポンプ操法大会 (6月14日)	

26日	(日)	第12回東御市消防ラッパ吹奏大会 (6月14日)	
27日	(月)	平成27年度音楽会 ～柵津小学校～ (6月19日)	
28日	(火)	平成27年度音楽会 ～和小学校～ (6月24日)	
29日	(水)	平成27年度音楽会 ～田中小学校～ (6月26日)	
30日	(木)	市民大学講座「海野宿の成立」 講師:宮下知茂氏(7月4日)	
31日	(金)	月刊とうみキッズ6月号	再

8月1日	(土)	東御市邦楽部会発表会 第11回東御市民まつり 17:45～<生中継>(予定)	再
2日	(日)	上田市民吹奏楽団第39回定期演奏会	
3日	(月)	第12回東御市消防ポンプ操法大会	再
4日	(火)	第12回東御市消防ラッパ吹奏大会	再
5日	(水)	月刊とうみチャンネル7月号～前半～	
6日	(木)	月刊とうみチャンネル7月号～後半～	

※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。

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～】

「とうみチャンネル」は、STB(ケーブルテレビ専用デジタルチューナー)が設置されているテレビでご覧いただけます。

●問い合わせ先 とうみケーブルテレビ ☎67-2981  
企画財政課 広報統計係(本館2階) ☎64-5806

# ホワイトボード

情報発信によるページです。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

## 広域観光ボランティアガイド研修会

～上田地域内の真田氏ゆかりの地を結ぶ～

- 目的 / NHK大河ドラマ「真田丸」放送に向け、広域観光振興を図るため、上田地域内においてボランティアガイドを行っている方を対象としたガイド研修会を開催します。
- 日程 / 9月15日(火) 午前8時10分～午後5時30分  
上田城跡駐車場集合⇒上田城、市立博物館(上田市)⇒海野宿、白鳥神社(東御市)⇒昼食会場(東御市)⇒長久保宿、一福処濱屋(長和町)⇒大法寺、村松殿館跡(青木村)⇒上田城跡駐車場解散
- 定員 / 25名(応募者多数の場合、抽選にて参加者を決めさせていただきます、8月中旬頃までにご連絡します。)
- 対象者 / 上田地域内で実際に観光ボランティアとして御活躍されている方、真田氏の歴史にご興味のある方で今後ボランティアガイドとして活躍してみたい方
- 参加費 / 1,500円(昼食代1,000円、資料代他500円)
- 締切 / 7月31日(金)
- 申込方法 / FAX、またはEメールにてお申し込みください。
- 問い合わせ先 / 上田地域広域連合事務局 企画課  
☎0268-43-8818 FAX0268-42-6740  
Eメール:kikaku@area.ueda.nagano.jp

## 「第33回 薬草・ハーブに親しむ会」

- 日時 / 7月26日(日) 午前10時～午後1時30分
- 場所 / 長野県菅平薬草栽培試験地  
(上田市真田町長1278-624)
- 内容 /  
講演会 講師 昭和薬科大学 医療薬学教育研究センター  
漢方治療学教育(高野)研究室 教授 <sup>たかの</sup>高野 <sup>あさひと</sup>昭人氏  
演題 「身近な薬草入門」  
実演コーナー  
・薬草オリエンテーリング、ラベンダースティック教室、ハーブティー・薬味酒の試飲、薬膳粥の試食、お香作り体験コーナー
- 参加費 / 無料
- 主催 / 一般社団法人上田薬剤師会
- 問い合わせ先  
一般社団法人上田薬剤師会事務局 ☎22-6130  
上田市、東御市、長和町、青木村の各薬局

## 平成27年度佐久水道企業団職員採用試験

- 試験区分 / 上級(行政)
- 採用人員 / 若干名
- 受験資格 / 住民登録が企業団組織市町にしてあり(修学、就職などのために他市町村に住む人で、家族が企業団組織市町に居住している人を含む。)平成2年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた人のうち、学校教育法による大学(短期大学を除く。)を卒業又は平成28年3月までに卒業見込みの人
- 第1次試験日 / 9月20日(日)
- 場所 / 佐久水道企業団
- 必要書類 / 試験申込書、履歴書(企業団指定の様式)、最終学校の学業成績証明書、卒業証明書又は卒業見込証明書、健康診断書、住民票、受験票の返送用封筒(長形3号封筒、82円切手貼付、返送先を記入のこと)
- 申込期間 / 7月22日(水)～8月14日(金)  
午後5時までに下記へ申し込んでください。
- 申し込み・問い合わせ先  
佐久水道企業団 総務課庶務係 ☎0267-62-1290

## 全国共通人権ダイヤルのお知らせ

- 差別や虐待、パワーハラスメントなど、様々な人権問題についての相談を受け付ける相談電話です。
- 長野県方法務局人権擁護課に設置し、人権擁護委員が中心となって電話相談を受け付けています。ひとりで悩まずに下記へお電話ください。秘密は厳守されます。
- 受付時間 / 平日の午前8時30分～午後5時15分まで  
みんなの人権110番 0570-003-110(全国共通)  
子どもの人権110番 0120-007-110(全国共通)  
女性の人権ホットライン 0570-070-810(全国共通)
- 問い合わせ先 / 長野県方法務局人権擁護課  
☎026-235-6634

## 「<sup>いぬ まんすい</sup>戌の満水」講演会

- 滋野地区  
○日時 / 8月2日(日) 午前10時～午前11時45分  
○場所 / 滋野コミュニティーセンター 2階
- 祢津地区  
○日時 / 8月2日(日) 午後1時30分～午後3時  
○場所 / 祢津公民館  
○内容 / 講演 「戌の満水」  
講師 長野県立歴史博物館 <sup>あおき</sup>青木 <sup>たかのゆき</sup>隆幸氏  
<sup>こすげ</sup>小菅 <sup>つよし</sup>毅氏(気象と災害の関係)  
質疑応答
- 問い合わせ先 / しげの里づくりの会  
(滋野コミュニティーセンター内) ☎62-0401  
祢津地域づくりの会(祢津公民館) ☎62-0521



## ❖ 乳幼児健康診査

受付時間：午後1時～午後1時15分（3歳児健診のみ受付午後0時45分～午後1時）

ところ：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カ月児・2歳児歯科健診のときは歯ブラシ（本人用・仕上げ用）・コップをご持参ください。

期日	内容	対象者
7月21日(火)	3歳児健診	平成24年5月生まれの方
22日(水)	10カ月児健診	平成26年9月生まれの方
23日(木)	2歳児歯科健診	平成25年5月生まれの方
28日(火)	1歳6カ月児健診	平成26年1月生まれの方
29日(水)	4カ月児健診	平成27年3月生まれの方

期日	内容	対象者
8月18日(火)	3歳児健診	平成24年6月生まれの方
19日(水)	10カ月児健診	平成26年10月生まれの方
25日(火)	1歳6カ月児健診	平成26年2月生まれの方
26日(水)	4カ月児健診	平成27年4月生まれの方
27日(木)	2歳児歯科健診	平成25年6月生まれの方

## ❖ 個別予防接種 実施期間：通年

予約：保護者（希望者）は医療機関に直接ご予約ください。

持ち物：母子手帳、予診票、体温計

料金：無料 ※対象期間以外の接種は全額自己負担となりますのでご注意ください。

※各予防接種の詳細については「保健ごよみ」をご覧ください。



## ❖ 個別予防接種実施医療機関

医療機関名	電話番号
祢津診療所（子宮頸がん以外実施）	62-0273
長谷川耳鼻咽喉科（BCG、三種混合、子宮頸がん高齢者用肺炎球菌以外実施）	62-2006
酒井医院（三種混合以外実施）	64-3170
ささき医院（BCG、日本脳炎、子宮頸がん以外実施）	64-3711
ほしやま内科	62-3115
春原整形外科クリニック（BCG、三種混合以外実施）	64-6200
せき内科クリニック（BCG以外実施）	64-7171
中島医院（小児用肺炎球菌、ヒブ以外実施）	67-2777
東御記念セントラルクリニック（子宮頸がん以外実施）	62-1231
東御市民病院	62-0050
東御市立みまき温泉診療所（BCG以外実施）	61-6002

## ❖ 日曜当番医

日曜当番日	緊急の場合
8月23日	●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。
8月16日	●当番時間は各医療機関にお問い合わせください。
8月9日	●急きょ当番医が変わることがあります。休日・夜間当番医の電話案内等でご確認ください。
8月30日	
7月26日	

### 休日の歯科救急治療

上田小児歯科医師会

「休日歯科救急センター」

住所 上田市材木町1-3-6  
(上田市立図書館東側)

診療時間 午前9時～午後3時

電話番号 24-8020

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 午後8時～午後11時  
小児科（15歳以下）☎21-2233 内科 ☎21-2280（電話で診療受付をしてください）

## 教室や催し



### ❖ ごっくん離乳食教室

- ・とき 8月28日(金)
- ・受付時間 午前9時15分～午前9時30分
- ・ところ 市保健センター
- ・対象児 平成27年3月生まれ
- ・持ち物 母子手帳  
食事用エプロン  
ごっくんおたずね票  
赤ちゃんすくすくブック



### ❖ もぐもぐ離乳食教室

- ・とき 8月6日(木)
- ・受付時間 午前9時15分～午前9時30分
- ・ところ 市保健センター
- ・対象児 平成26年12月生まれ
- ・持ち物 母子手帳、食事用エプロン  
8カ月おたずね票  
赤ちゃんすくすくブック

\*参加できない方はおたずね票にご記入の上、保健センターへ持参いただくか郵送してください。

## 相談

### ❖ 母と子の健康相談

- ・と き 毎週火曜日（祝日を除く）
- ・受付時間 午前9時～午前11時頃までにお出かけください。
- ・と ころ 市保健センター
- \*乳幼児健康相談・育児相談・離乳食相談などです。

### ❖ こころの相談 予約制 ☎64-8882

- ・と き 8月25日（火）
- ・受付時間 午後1時30分～午後3時30分
- ・と ころ 市保健センター 2名まで
- ・内 容 精神科医による心の相談を行います。

### ❖ 生活習慣病相談

相談ダイヤル ☎64-8883

- ・と き 月～金曜日（祝日を除く）
- ・受付時間 午前9時～午後5時
- ・と ころ 総合福祉センター内 健康増進係



### ❖ アルコールに関する相談

- ・と き 毎月第2・4月曜日（祝日を除く）午前8時30分～午後5時
- ・と ころ 総合福祉センター内 保健係
- \*アルコール依存症の方やそのご家族等の相談を行います。語り合う場も計画しています。

●問い合わせ先 健康保健課 保健係（総合福祉センター内）☎64-8882

## ◎地域活動支援センター

- ・対象 障がいがある方、こころに病を持った方など
- ・日時 平日 午前10時～午後3時
- \*お好きな時間にお越しください。
- ・場所 東御障がい者相談センター さくら2階
- ・内容 おしゃべりやゲーム、読書などを楽しみながらゆっくり過ごしたり、調理、手芸、スポーツなどの活動を行います。
- \*見学、ご利用希望の方は、下記へご連絡ください。



## ◎はーと・ほっと・サロン

- ・日時 8月10日（月）午後1時30分～午後4時30分
- ・場所 滋野コミュニティセンター 和室
- \*こころに病を持った方、ご家族の方、話を聞いてほしい方など、花みずき会（こころのボランティア会）スタッフが、個別相談を行います。

## ◎陽だまりの会

（精神障がい者家族会）

- ・日時 8月10日（月）午前10時
- ・場所 総合福祉センター3階 301研修室
- \*「茶話会」を行います。お茶を飲みながらゆっくり話をしましょう。

●問い合わせ先 福祉課 福祉援護係（総合福祉センター内）☎64-8888

福  
祉  
案  
内

## 「心配ごと相談」開催

上田人権擁護委員協議会東御市支会では、人権擁護委員による「心配ごと相談」を下記のとおり開催します。毎日の暮らしの中で起こる人権についての困り事や悩み事をご相談ください。

- ❖日 時 8月7日（金）午前9時～正午
- ❖場 所 東部人権啓発センター
- ❖相談内容 結婚・離婚・隣人・親子・兄弟・夫婦の関係や差別など人権に関すること。
- ❖その他 相談は無料で、秘密は厳守されます。予約不要。直接会場へお越しください。



●問い合わせ先 人権同和政策課 人権同和政策係 ☎64-5902

# 8月の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時から

### 田中のびのびっこひろば

8月24日(月) 絵の具あそびをしよう  
(田中ぽけっとひろばに参加しよう)

### 滋野のびのびっこひろば

8月20日(木) 絵の具あそびをしよう  
(滋野ぽけっとひろばに参加しよう)

### 祢津のびのびっこひろば

8月6日(木) 水遊びをしよう  
(祢津ぽけっとひろばに参加しよう)

### 和のびのびっこひろば

8月18日(火) 絵の具あそびをしよう  
(和ぽけっとひろばに参加しよう)

8月25日(火) ハローアニマルに行こう  
集合場所 ハローアニマル・10時に現地集合(雨天決行)  
持ち物 水筒、お弁当、敷物、ゴミ袋など

## ぽけっとひろば

内 容：絵の具あそびをしよう

時 間：午前10時～午前11時30分

持ち物：着替え、タオル、水筒、おやつ(おにぎり可)など

8月18日(火) 和コミュニティセンター  
8月20日(木) 滋野コミュニティセンター  
8月21日(金) 祢津公民館  
8月24日(月) 東部子育て支援センター  
8月28日(金) みまき未来館

## あくあくひろば

8月4日(火) 午前10時30分～11時30分

育児座談会(篠原君江助産師)

8月26日(水) 午前10時～11時30分

すくすく相談(芹澤文子相談員)

テーマ「かみつき・ひっかきの対応」

8月27日(木) 午前10時～11時

子育て期の母親のための就業相談

(長野県・女性就業相談員)

8月27日(木) 午前11時～11時30分

すくすくのおたんじょう会(8月生まれ)

8月31日(月) 午前10時～11時

こうえんひろば

(東御中央公園、大型すべり台前集合)

8月のおもちゃドクターはお休みです。

北御牧センターをご利用ください。

**すくすくポイント**  
対象事業

## みまき未来館

時 間：午前10時～午前11時30分

8月5日(水) ふれあいひろば(戸谷美子先生)

8月19日(水) 0歳児のママひろば

8月27日(木) おもちゃドクター

## ぽけっとひろばライト

内 容：水あそびをしよう

時 間：午前10時～午前11時30分

持ち物：水に濡れてもよい服(水着可)・タオル

帽子(親子とも)・水筒

8月6日(木) 祢津公民館

◎北御牧子育て支援センターは8月13日(木)～8月16日(日)まで休館します。

東部子育て支援センターは開館していますので、ご利用ください。

●問い合わせ先

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(みまき未来館内) ☎67-3676

## 8月の園開放

### 市立保育園

8月7日(金) 午前9時30分～午前11時

水遊びを楽しみましょう。持ち物：着替え、帽子、水筒

※田中保育園 ☎62-1602

※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

8月7日(金) 午後4時～午後7時頃

夕涼み会においでください。

詳しいことはお問い合わせください。

くるみ幼稚園 ☎62-0164

8月22日(土) 午前10時～午前11時30分

入園説明会 園からの説明(託児あり)



# 新着本案内



## ◇ 一般書

- 出会いの寺善光寺 堀井 正子：著
- 武士はなぜ腹を切るのか 山本 博文：著
- だけじゃない憲法 種田 和敏：著
- 思春期男子の育て方 小崎 恭弘：著
- ヒトは医学で恋してる！ おおたわ 史絵：著
- プリンセスドレス・ソーイング bambi：著
- きょうの一汁二菜 野口 真紀：著
- 有機野菜ビックリ教室 東山 広幸：著
- キャパへの追走 沢木 耕太郎：著
- 電動ドリルの職人技 高橋 甫：著
- 天皇陛下と大相撲 舞の海 秀平：著
- ぼくらの民主主義なんだぜ 高橋 源一郎：著
- ふたり姉妹 瀧羽 麻子：著
- よれよれ肉体百科 群 ようこ：著
- 高齢者につくってあげたいスイーツレシピ  
代居 真知子・太田 道子：著

- 天井からジネズミ 佐伯 元子：作
- おねえちゃんって、ほーんかつらい！  
いとう みく：作
- とりはだはどうやったらつくれる？  
川北 亮司：作
- 妖精のロールパン 斉藤 栄美：作
- オハヨーツまたね！ 野田 照彦：作
- まぼろし写真館 福 明子：作
- トルネード！ たつまきとともに来た犬  
ベッツィ・バイアーズ：作
- しましましまうま かわむら おさむ：作
- いしゃがよい さくら せかい：作
- あーといつてよあー 堀川 理万子：絵
- ほんとはスイカ 高島 那生：絵
- やぎのしずかのしんみりしたいちにち  
田島 征三：作
- まほうのかさ はた こうしろう：絵
- もういいよったらもういいよ  
あんびる やすこ：絵

## ◇ 児童書

- わたしが外人だったころ 鶴見 俊輔：作

## 8月の行事予定

会場は、くるみの部屋（絵本コーナー）です。

### ★「おはなしたまご」による★

#### おはなし子ども会

- 日時 8月22日（土）  
午前10時30分から
- 対象 未就学児～小学生
- テーマ 「くいしんぼう」
- 内容 ペープサート 「くいしんぼうおばけ」  
絵本 「しろくまちゃんのホットケーキ」  
ほか 絵本・手遊び



### ★図書館職員による★

#### おはなし会

- 日時 8月7日（金）午前10時30分から
- テーマ 「なつを元気にすぞう!!」
- 対象 未就園児とその保護者
- 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  
7月31日（金） 8月28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）

●問い合わせ先 東御市立図書館 ☎64-5886

\*\*\*\*\*

## 滋野公民館開催 「写経」

- ▶ 日時 8月1日（土） 午前8時30分～午前11時（受付は午前8時）
- ▶ 場所 滋野コミュニティーセンター
- ▶ 申込方法 当日直接お越しください。
- ▶ 持ち物 筆、墨等用具一式、新聞紙（用紙は用意します）



●問い合わせ先 滋野コミュニティーセンター ☎62-0401（火・木の午後を除く平日）

# 地域包括支援センターからのお誘い

体のために、心のために、お出かけください。おおむね65才以上の方が対象です！！

## らくらく教室 (各地区公民館 祝日を除いて開催)

レクリエーション、ストレッチや筋力トレーニング、ます目のあるマットを使った運動

- \* 中央公民館 午前10時～午前11時 毎週水曜日 (8月5日・12日・19日・26日)
- \* 滋野コミュニティーセンター 午前10時～午前11時 毎週火曜日 (8月4日・11日・18日・25日)
- \* 柵津公民館 午後2時～午後3時 毎週水曜日 (8月5日・12日・19日・26日)
- \* 和コミュニティーセンター 午前10時～午前11時 毎週月曜日 (8月3日・10日・17日・24日・31日)
- \* 北御牧公民館 午前10時～午前11時 毎週金曜日 (8月7日・21日・28日)

## 東御はつらつ体操inゆうふる (ゆうふるtanaka)

青竹やチューブ、バランスボール、ます目のあるマットを使った運動

午後3時～午後4時 毎週月曜日 (8月3日・10日・17日・24日・31日) 入館料500円 (入浴可)

## 筋トレ教室 (総合福祉センター 3階) スクワットや腹筋など本格的な筋力トレーニング

午後2時～午後3時 毎週火曜日 (8月4日・11日・18日・25日)

## 筋のぼし教室 (総合福祉センター 2階もしくは3階) ヨガの要素を取り入れた体操

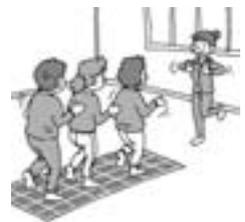
午後2時～午後3時 毎週木曜日 (8月6日・13日・20日・27日)

## 脳いきいき相談 (総合福祉センター) ・脳いきいき度チェックと生活相談

・ご家族からの相談も受け付けます。

祝日を除く毎月第2・4水曜日 (終日) 予約制 (8月12日・26日) 電話でご予約ください。

会場、講師の都合により変更になる場合があります。ご了承ください。



●問い合わせ先 福祉課 地域包括支援係 (総合福祉センター内) ☎64-5000

\*\*\*\*\*

## 「定時定路線バス」と「とうみレッツ号」はお盆期間中運休します

### ◆運休期間 8月13日 (木) ~14日 (金)

とうみレッツ号受付センターより

❖予約業務もお休みさせていただきます。

❖8月17日 (月) のご予約は8月11日 (火) ・8月12日 (水) に受け付けます。

受付時間 午前8時～午後4時 (平日のみ) ☎63-1717



●問い合わせ先 東御市商工会 ☎75-5536  
商工観光課 商工労政係 (北御牧庁舎) ☎67-1034

東御市周辺のおすすめ霊園

- ①御牧原 ほたるの里 絆霊園
- ②向陽院 自由墓苑 (上田市塩川)
- ③小牧山 自由霊園 (上田市諏訪形)
- ④小諸善光寺 大雄寺墓苑 (小諸市東雲)

※その他多数、ご紹介できる墓地がございます。

お気軽に  
お問い合わせください

墓石・墓苑の

中部電力生活協同組合指定店

営業時間/9:00~17:00 定休

## 墓地探しはお任せください。~ご先祖供養は心のやすらぎ…。時代に合わせた墓地・墓石をご提案いたします~

永代  
使用料  
5万円~

絆霊園のポイント/絆霊園は当社が企画・設計した新しい時代の霊園です。

お墓のご相談  
無料受付中!!

- 先祖代々のお墓をキレイにしたい…
- お墓の場所を移転したい…
- 後継ぎがないけど、お墓はどうしよう…
- 本家の墓地から、新しく独立したお墓が欲しい… ※様々なお墓についてのお悩み、ご相談ください。
- 予算をかせず、お墓は作れないの?…

きずな

株式会社  
絆コーポレーション

0120-085-927

■上田市秋和473-1(明和ビル) TEL.0268-71-0911 FAX.0268-71-0990

■軽井沢事務所/北佐久郡御代田町草越1174-41 TEL.0267-32-1161

■絆霊園事務所/東御市御牧原1799-2 TEL.0268-67-0655

ご相談および霊園のご見学希望の方は  
ご自宅からの送迎サービス実施中!!

http://www.kizuna-corp.co.jp 絆コーポレーション 検索

# 生活改善申し合わせ事項のお知らせ

「暮らしの中のムダを省き、住み良いまちづくりをすすめる」という生活改善の趣旨に基づき、「東御市生活改善申し合わせ事項」を定め、市全体で推進しています。



## 1 結婚式について

- ・ご祝儀は10,000円以内とし、引出物はつけない。(一見は別<sup>いちげん</sup>)
- ・招待者は、新郎新婦を中心にできるだけ少なくする。

## 2 告別式について

- ・香典は1,000円以内とし、お返しは原則として礼状のみとする。(忌中は別)

## 3 見舞について

- ・病気、出産、その他の見舞いは1,000円以内とし、お返しはしない。
- ・新盆の見舞金は持たない。お返しはしない。見舞い者に記帳していただき謝意を表す。

## 4 法要について

- ・法事等は簡素にし、引出物は出さない。

## 5 祝い事について

- ・新築・出産・その他のお祝いのご祝儀は1,000円以内とし、お返しはしない。

## 6 その他事項

- ・会議・行事等の時間を厳守し、終了予定時間も知らせる。

※上記の申し合わせ事項についてご不明な点は、下記までお問い合わせください。

# 新盆見舞いは簡素化しましょう

今年新盆を迎える皆さまには心よりお悔やみ申し上げます。

生活改善の趣旨に沿い、市全体として新盆の見舞い金をやめ、お見舞い者に記帳していただく方を勧めています。お見舞いをする側、受ける側の気持ちを大切にしながら、簡素化していきましょう。

◆**掲示物** 新盆期間中、玄関先に貼っていただくようご協力をお願いいたします。用紙は無料で、サイズはA2版とA3版の2種類あります。お手数ですが、下記へ受け取りにお越しく下さい。

◆**受取場所** 中央公民館 ☎64-5885

北御牧公民館 ☎67-3311

開庁時間 平日 午前8時30分～午後10時

土・日曜日、祝日 午前9時～午後10時

滋野コミュニティーセンター ☎62-0401

祢津公民館 ☎62-0251

和コミュニティーセンター ☎62-0201

月・水・金曜日 午前9時～午後5時

火・木曜日 午前9時～正午

◆**掲示物 (参照)**

生活改善の趣旨に  
ご協力ください

新盆見舞いについて

- ご香料等はいただきません
- お返しは致しません
- ご芳名をご記帳ください

東御市生活改善推進協議会

●**問い合わせ先** 東御市生活改善推進協議会事務局  
生活環境課 生活安全係 (本館1階) ☎64-5896

# 若者サロンと保護者のおしゃべり会

中学校卒業後、学習のなやみや仕事につきたいがどうしたらよいか、なやんでいる方や保護者の方。ひとりでなやまないで、でかけてみましょう。話してみましょう。

●**日 時** 8月25日(火) 午後4時～午後6時

●**場 所** 東御市中央公民館

●**申し込み** 8月10日(月)までに、下記へお申し込みください。(当日参加でもかまいません)

●**問い合わせ先** 青少年支援チーム事務局  
教育課 青少年教育係 (中央公民館2階) ☎64-5906

# 国民健康保険高齢受給者証の更新

国民健康保険の加入者が70歳になると、誕生月の翌月に「国民健康保険高齢受給者証」が交付され、医療費の自己負担額が2割または1割に軽減されます。（但し、現役並み所得者は3割です。）

既に交付されています「国民健康保険高齢受給者証」（緑色）の有効期限は平成27年7月31日までとなっていますので、平成27年8月1日以降は、新たにお送りする「国民健康保険高齢受給者証」をお使いください。

●**負担割合**（平成26年の所得や収入等により算定されます）

## 3割負担になる方

- ・同一世帯の中に、一定以上の所得（住民税課税所得145万円以上）がある70歳以上75歳未満の国民健康保険被保険者がいる方

（ただし、70歳以上の国民健康保険対象者の収入の合計が、2人以上の場合は520万円未満、1人の場合は383万円未満の場合は、申請することにより2割負担または1割負担になります。）

※平成27年1月以降新たに70歳となった国民健康保険被保険者のいる世帯のうち、基礎控除後の総所得金額等の合計額が210万円以下の場合は、2割負担または1割負担となります。

## 2割負担になる方

- ・昭和19年4月2日以降生まれで、上記の「3割負担になる方」に該当しない方

## 1割負担になる方

- ・昭和19年4月1日以前生まれで、上記の「3割負担になる方」に該当しない方（高齢受給者証には「2割（75歳到達まで特例措置により1割）」と記載されます）

●**有効期限**

受給者証の有効期限は原則として平成28年7月31日までです。

※ただし、75歳になられる方は、有効期限が誕生日の前日までとなり、誕生日からは「後期高齢者医療被保険者証」が交付されます。

●問い合わせ先 市民課 国保年金係（本館1階） ☎75-8810

## 「市民後見人養成講座」受講生募集

認知症や知的障がい、精神障がいなどにより、判断能力が不十分な方の生活を身近な立場で支援していく「市民後見人」が各地で活動しています。

この講座は、資格や権利を取得するものではありません。市民後見人としての心得を身につけるために、必要な知識や実務を学ぶ講座です。

☒**応募条件** 原則として上小圏域(上田市、東御市、長和町、青木村)にお住まいで、すべての日程に参加できる方

☒**受講料** 1,000円

☒**日程**

1日目	8月20日(木)	午前9時30分～午後3時10分	会場:長野大学
2日目	8月27日(木)	午前9時30分～午後3時10分	会場:長野大学
3日目	9月3日(木)	午前9時30分～午後3時50分	会場:長野大学
4日目	9月10日(木)	午前9時30分～午後3時10分	会場:長野大学
5日目	9月17日(木)	午前9時30分～午後3時10分	会場:長野大学
6日目	9月30日(水)	午前9時30分～午後4時15分	会場:東御市総合福祉センター

☒**申込期間** 7月31日(金)まで

●**申し込み・問い合わせ先** 東御市地域包括支援センター（総合福祉センター内） ☎64-5000  
上小圏域成年後見支援センター（上田市社会福祉協議会内） ☎27-2091



# とうみ食育市民ネットワーク 『食育手伝い隊』 出動します!!

食育の活動を行いたいけれど人手が足りない時、地区の集まりやPTA活動で食のことを話題にしたい時など、お気軽にご利用ください。

## ◎農作業体験◎

自分達が食べている野菜について栽培や収穫など、体験を通して学びます。

## ◎たのしい寸劇◎ (幼児向き)

『食育戦隊ベジレンジャー』 参上!  
体を張って!?野菜の大切さを伝えます。

## ◎心に響く紙芝居◎ (小学生向き)

『いただきます』をはじめ、命、排便、生活リズムなどを題材にしたオリジナル作品で学びます。

## ◎講 話◎

何をどのくらい食べたらいいのか?  
食材をどうやって選んだらいいのか?  
栄養・運動・環境面から、実演や試食も交え、一緒に考えたいと思います。



QRコードから  
紙芝居や  
ベジレンジャーの  
漫画が見られるよ!



とうみ食育市民ネットワークは、東御市食育推進計画に基づき、市内の団体や有志が会員となり食育を市民運動として推進していくボランティア団体です。

- ★基本的に無料で行っていますが、材料費等実費をご負担いただく場合がありますのでご了承ください。
- ★日時内容については相談に応じます。詳しくは下記までお問い合わせください。

### ●申し込み・問い合わせ先

食育市民ネットワーク事務局  
健康保健課 健康増進係 (総合福祉センター内) ☎64-8883

## 第2回 自然体験入門講座

# 池の平湿原高山植物観察会

- 📅 日 時 8月9日(日) 雨天中止 午前9時
- 📍 集合場所 湯の丸自然学習センター
- 👤 募集人員 30名(先着順) 小学4年生以上(小学生は同伴者必要)
- 💰 参加費 500円(保険料、協力金等含む)
- 🗺️ 行 程 自然学習センター9:30発 → 池の平駐車場9:45 → 雲上の丘11:00 → 見晴岳11:40 → 三方ヶ峰(昼食)12:15 → 鏡池13:15 → 池の平駐車場13:50 → 湯の丸自然学習センター14:30着(予定)
- 🎒 持ち物 お昼、おやつ、雨具(必ずお持ち下さい)、手袋、タオル、水1ℓ、ゴミ袋、虫よけ、筆記用具、その他各自必要なもの
- 👤 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又は運動靴  
※インタープリター(自然解説員)がご案内します
- 📅 申込締切 7月30日(木)までに、下記へお申し込みください。



●申し込み・問い合わせ先 湯の丸自然学習センター ☎62-4333

# 東御市民まつり ★プログラム★



2:30 田中商店街交通 規制開始

※プログラムについては変更になる場合があります。

時間	第1ステージ 「衣料センターたなか」様 前	時間	第2ステージ「岩下商店」様南側 及び 稲荷町
2:50	オープニングセレモニー	2:30	真夏の祭典 Street Dance in TOMI ～ダンスがまちを元気にする～  笑店（しょうてん）つないでガラガラポン （受付：第1ステージ 抽選：中西歯科様隣）  サッカーボウリング&キックターゲット （あぶらや様前）  木組みミニチュアハウスを作ろう （旧新生堂駐車場）
3:05	滋野小学校 金管バンド	～	
3:25	東御市消防音楽隊	5:30	
3:45	和小学校 金管バンド		
4:05	とうみマーチングバンド		
4:25	雷電太鼓保存会		
4:45	ホク リィリィ（ハワイアンフラ）		
5:00	信州御牧太鼓保存会		
5:20	ウインドチューン		
5:35	信州北沢光雄劇団（殺陣）		

5:40 踊り連 集合  
 6:00 踊り 開始（開始式）  
 8:15 踊り 終了（特別賞表彰）  
 9:00 田中商店街交通 規制解除



## ★主な催し物

今年もイベント盛りだくさんで皆さまをお迎えします!!

### ◎踊り連

☆時間 午後6時～午後8時15分  
 ☆会場 田中商店街  
 ☆内容 ～ハートつないで～TOMI, to me! を踊ります。  
 ☆特別賞 12連  
 ☆審査基準  
 踊り連全体から受ける印象（笑顔やふり等）と並び方やマナーが守られているかを観点に特別賞を選びます。  
 ※正確に踊れているかを判断するものではありません。  
 ☆その他  
 連は3列で整列して踊ります。各連の責任者、まつりスタッフの誘導に従って整列をしてください。

### ◎飛入り連

踊りたいけど、踊る連がない・・・  
 そんな人はみんなあつまれ～♪

### ◎雷電子ども相撲大会

☆時間 午後3時05分～午後5時  
 ☆会場 田中商店街中央駐車場  
 （「白石精肉店」様 西側）  
 ☆内容 地元5小学校児童による相撲大会  
 （個人戦・団体戦）

### ◎真夏の祭典 Street Dance in TOMI

主催：商工会青年部  
 時間：午後2時30分から  
 場所：第2ステージ「岩下商店」様南側  
 内容：昼間の踊りの祭典。様々なダンスグループが集合し祭りを盛り上げます。

### ◎笑店（しょうてん）つないでガラガラポン

主催：商工会青年部  
 時間：午後3時15分から（景品終わるまで）  
 場所：第1ステージ前（受付）稲荷町  
 内容：商店をスタンプラリーして、スタンプを集めた人に景品が当たります。

### ◎サッカーボウリング&キックターゲット

主催：アルティスタ東御  
 時間：午後3時30分から  
 場所：稲荷町  
 内容：サッカーボウリング、キックターゲット

### ◎木組みミニチュアハウスを作ろう

主催：木楽ホーム株式会社  
 時間：午後3時45分から午後5時  
 場所：稲荷町  
 内容：職人さんと一緒に木組みの家を建て、最後に屋根からお菓子をまきます。

大勢の皆さまのご参加お待ちしております!!

●問い合わせ先 東御市民まつり実行委員会事務局  
 商工観光課 商工労政係（北御牧庁舎内） ☎67-1034

発行/長野県東御市 〒389-0592 東御市東281-2 ☎0268-64-5806 FAX0268-63-5431 E-mail shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp 平成27年7月16日  
 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広報統計係 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、申し込み不要です。
- QRコードで、携帯電話等から該当するホームページにアクセスすることができます。

2015 ～ハートつないで～

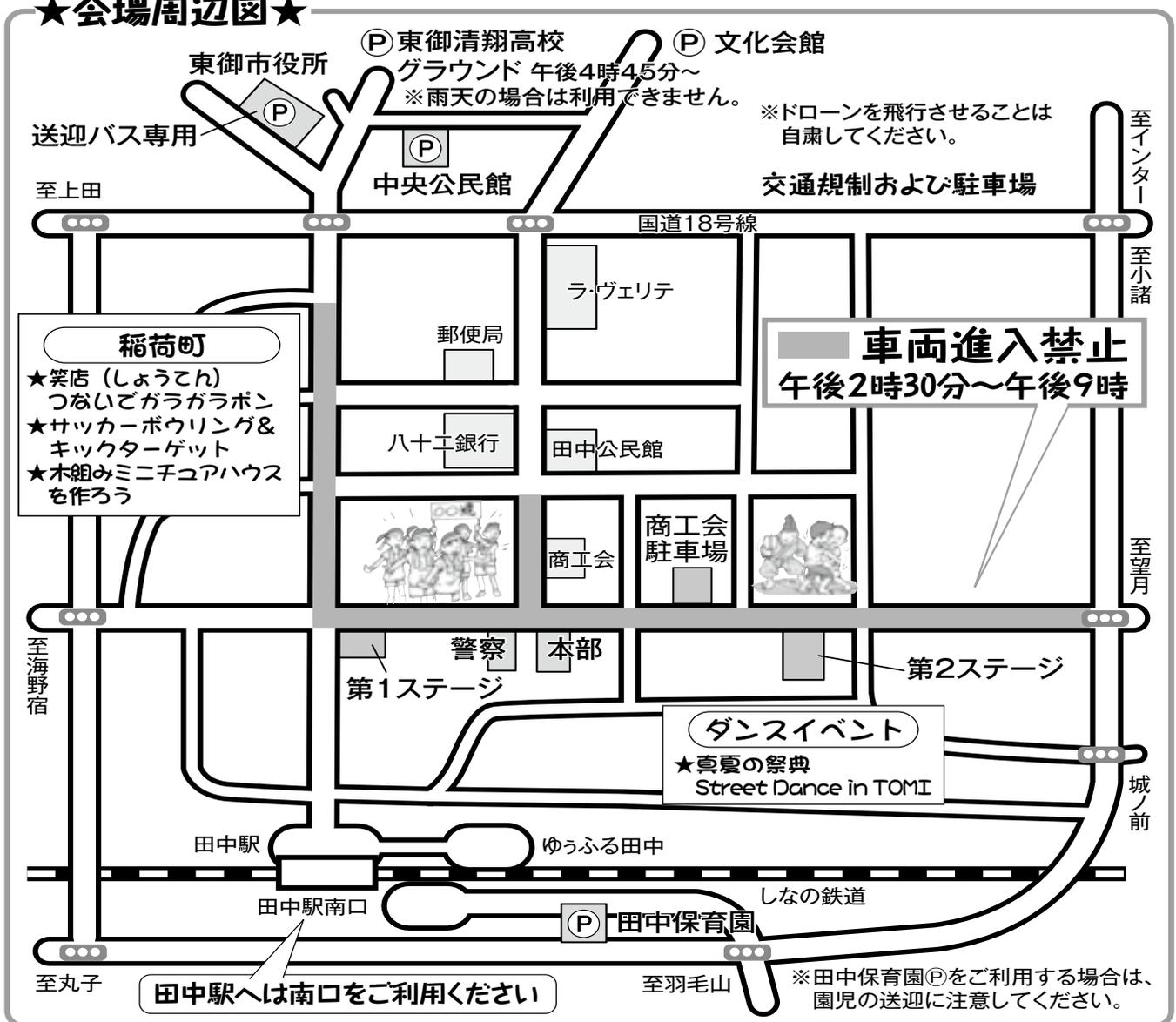
# 東御市民まつり

8月1日  
(土)



☆プログラムは17ページをご覧ください。

### ★会場周辺図★



❖ご協力をお願いします。ゴミは各自で持ち帰り処分しましょう!❖

●問い合わせ先 東御市民まつり実行委員会事務局  
 商工観光課 商工労政係（北御牧庁舎内）☎67-1034

