

男女共同参画のつどい

男女が互いに認め合い、助け合いながら、家庭、地域、職場、学校、それぞれの個性と能力に応じて輝いて暮らせる社会、男女共同参画社会の実現に向けて「東御市男女共同参画のつどい」を開催します。

❖日 時 **2月17日（土）**

午後1時30分～午後3時30分

❖場 所 中央公民館3階 講堂

❖内 容 発表 実行委員会による男女共同参画まちづくり地区懇談会での意見について

講演「一人ひとりの力を社会に活かす
～あきらめないで。

チャレンジし続ける勇気～」

講師 ^{しらい}白井 ^{あや}文氏 前尼崎市長 グンゼ株式会社社外取締役
一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団業務執行理事



職歴・経歴

全日本空輸株式会社客室乗務員として11年間勤務する。
退職後、人材育成会社を起業。

無所属で尼崎市議会議員を2期務め、2002年12月全国最年少女性市長（当時）として尼崎市長に就任。公開と協働参画を基本として、財政再建と福祉のバランスのとれた市政運営を目指し2期8年間取り組み、稲村和美市長にバトンをつなぐ。（2代続けて女性市長は全国初）

2011年6月から、グンゼ株式会社社外取締役。2013年7月から、一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団業務執行理事。

問／東御市男女共同参画のつどい実行委員会事務局 人権同和政策課 男女共同参画係

☎64-5902 FAX64-5011 Eメール danjo@city.tomi.nagano.jp

目次 2P～…募集・イベント
5P～…市からのお知らせ
11P……ホワイトボード

12P……保健案内・2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……施設のイベント・日曜当番医

東京2020オリンピック・パラリンピック フラッグツアー 県内フラッグ巡回展示のお知らせ

- ❖期 間 1月28日(日)～1月30日(火)
 - ❖場 所 中央公民館2階 ロビー
 - ❖内 容 オリンピックフラッグ・パラリンピックフラッグ、大会関連パネル展示
 - ❖主 催 東京都／東京2020組織委員会／JOC／JPC
 - ❖その他 詳細は、公式ホームページ
<http://flagtour.jp/>
- 問／企画財政課 企画政策係 ☎64-5893



甲種防火管理再講習会

- ❖日 時 2月27日(火) 午後1時
- ❖場 所 上田中央公民館3階 大会議室
- ❖定 員 80名
- ❖受 講 料 *上小地域防火協会会員 1,500円
*一般 2,000円
- ❖持 ち 物 修了証(防火管理者証)、受講票、筆記用具
- ❖そ の 他 *テキストおよび資料は、当日会場でお渡しします。
*遅刻、早退は原則禁止。
*講習中は、特別な理由がない限り電話等の取り次ぎはしません。
- ❖申し込み 下記または丸子・真田・依田窪南部消防署まで直接お申し込みください。
※1月29日(月) 午前9時から受付開始
(電話での申込不可)

問／東御消防署 予防係 ☎62-0119
上田地域広域連合消防本部 予防課査察指導担当
☎26-0029



農業者等協力者募集! 東御市型グリーンツーリズム情報交換会

- ❖日 時 2月1日(木) 午後4時から
- ❖場 所 東御市役所2階 全員協議会室
- ❖内 容 来訪者増、滞在時間延長、市および市の産物のファンの獲得などを目的に、グリーンツーリズムを展開しています。農業、農産物加工、里山生活などの体験といったグリーンツーリズムの概要および仕組み、利用状況等について説明し、情報・意見交換を行います。

問／商工観光課 観光係 ☎64-5895

障害年金専門の社会保険労務士による

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 がん・心臓病・糖尿病・脳梗塞・人工透析・人工関節・ペースメーカー・特定疾患等

3 視力・聴力の低下、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のある方
※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

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。

事前予約制

場 所 上田市勤労者福祉センター
上田中央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
▶土・日も相談可能!(要予約)

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。

〈広告欄〉

みんな集まれ!白銀の世界へ
第55回湯の丸スキー大会 ジャイアントスラローム

❖日 時 **3月4日(日) 午前9時30分**

❖場 所 **湯の丸スキー場 第1ゲレンデ**

❖参加資格

部門	組 別	制 限	部門	組 別	制 限
1部	ハンディキャップ女子	ハンディキャップ女子	9部	女子シニア	60歳以上の女子
2部	ハンディキャップ男子	ハンディキャップ男子	10部	男子シニア	60歳以上の男子
3部	女子低学年	小学校1・2年生女子	11部	女子2部	40歳～59歳までの女子
4部	女子中学年	小学校3・4年生女子	12部	女子1部	中学生～39歳までの女子
5部	女子高学年	小学校5・6年生女子	13部	男子3部	50歳～59歳までの男子
6部	男子低学年	小学校1・2年生男子	14部	男子2部	40歳～49歳までの男子
7部	男子中学年	小学校3・4年生男子	15部	男子1部	中学生～39歳までの男子
8部	男子高学年	小学校5・6年生男子	(年齢の起算は、平成30年3月4日現在)		

❖参 加 料 高校生以上 3,000円 小・中学生 1,500円

❖表 彰 等 *各部1位から3位に、賞状、トロフィー、賞品を贈呈します。

*3部～8部は4位から10位の者に、その他の部は4位から6位の者に、賞品を贈呈します。

*全参加者の総合順位で飛び賞があります。

*全参加者に記念品を贈呈します。

❖申し込み

① 申込書による事務局への直接申し込みまたは現金書留による郵送。

申し込み期間 1月15日(月)～2月24日(土) 午後5時まで

指定の申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて、大会実行委員会事務局(東御市観光協会)へ申し込んでください。要項および申込書は事務局にお越しいただくか、東御市観光協会のホームページ(<http://tomikan.jp/>)上に掲載しています。

② インターネット「デジエントリー(<http://dgent.jp/>)」からの申し込み。

申し込み期間 1月4日(木)～2月22日(木) まで

※参加料の入金はコンビニまたはペイジー決済となります。

申込・問／第55回湯の丸スキー大会実行委員会事務局

(東御市観光情報ステーション内)

☎62-7701 FAX62-7702 (午前9時～午後5時)

東御市観光協会HP <http://tomikan.jp/>

(商工観光課 観光係)



使わなくなった農機、引き取ります!



**倉庫の肥やしになっている…
動かない… 使っていない…**

そんな農機があったらご相談ください! 査定いたします!
処分代はかかりません!

LINE@



唐沢農機の
LINE@が
できました!

写真を送るだけで
カンタン査定



株式会社 唐沢農機サービス

TEL 0268-62-5262

営業時間 月曜日～金曜日
9:00～17:30
担当者 唐澤(からさわ)

就活スキルアップ講座(全3回)

❖日 時

2月5日(月) 対話力を高めよう・就活プラン作り

8日(木) 企業を研究しよう・職務経歴の棚卸

14日(水) 模擬面接で印象をアップしよう

各日ともに午後1時30分～午後4時30分

❖場 所 中央公民館 学習室5

❖対 象 求職中の方

❖定 員 15名

❖講 師 (株)コミュニケーションズ・アイ
白石 真樹 氏

❖申し込み 1月30日(火)までに、東御市雇用創造協議会ホームページよりお申し込みください。

❖そ の 他 2月17日(土)に『東御市内企業合同就職面接会』をJA信州うえだう・ヴェリテで開催します。面接会に向けてスキルアップしませんか？

申請・問／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)

3日間で面接に
自信がつきます!



介護者リフレッシュ交流会 -癒しのオアシス「みはらしの湯」-

❖日 時 3月2日(金)

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 佐久方面

*健康長寿ぴんころ地蔵(見学)

*平尾温泉「みはらしの湯」(昼食・入浴)

*身体教育医学研究所講師によるストレッチ
体操

❖対 象 者 在宅で介護している家族の方

*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 20名

❖参 加 費 1,000円

❖申し込み 2月16日(金)までに、下記へお申し込み
ください。

*送迎を希望され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



防災ラジオは お持ちですか？

災害等が発生した場合、防災ラジオは市からの情報を得る重要な機器です。

※防災ラジオは、無料貸与ですので、お持ち
でない方は右記へ連絡してください。



メール配信(緊急情報等メール配信サービス)

あっと@とうみ



配信情報

市内火災情報

災害情報

不審者情報など



■携帯電話やパソコンのメールアドレスがあればどなた
でも登録できます。情報提供料金は無料です。

(ただし、メール通信料金はお客様の負担となります)

■登録をご希望の方は、下記のメールアドレスへ空メールを!

tomi_jh@eml.city.tomi.nagano.jp

問／企画財政課 広報統計係 ☎64-5806

もうすぐママパパ学級

HP

	日 時	内 容
第 1 回	2月15日 (木) 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)	3月 2 日 (金) 受付 午前 9 時 開始 午前 9 時15分	離乳食の基本と ママパパクッキング
第 3 回	3月10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週以降の方

❖持 ち 物 母子手帳、筆記用具

第 1 回・第 3 回 運動のできる服装

第 2 回 エプロン、三角巾、材料代400円

❖申し込み 第 2 回は開催日の 1 週間前までに下記へ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

土曜日も運行している
「とうみレッツ号」をご利用ください

❖初めて利用される方

利用者登録をお願いします。

東御市商工会またはレッツ号受付センターへお申し込みください。

❖予約

①☎63-1717にお電話ください。

②お名前、乗降場所、出発希望時間を教えてください。

❖乗降場所の例

- ・病院、診療所
- ・駅、市役所
- ・スーパー、商店
- ・友達の家
- ・温泉施設
- ・その他住所が分かるところ

※すべて市内に限ります

❖注意

＊月～土運行（日・祝日・年末年始・お盆は休み）

＊電話は、ご利用30分前までにお願いします。

＊自分で乗降のできる方（または介助者のいる方）が対象です。

＊一回の乗車にあたり利用券（300円）が必要です。

＊相乗りのため、正確な時間に来ないこともあります
が、早めに用意して車の到着をお待ちください。

申込・問／商工観光課 商工労政係 ☎64-5895

東御市商工会 ☎75-5536

レッツ号受付センター ☎63-1717

自然エネルギー利用設備設置補助金申請は2月23日（金）まで

HP

市では、環境への影響が少なく、資源の枯渇の心配が無い自然エネルギーの活用を促すため、太陽光・太陽熱を利用したシステムや木質バイオマスストーブの設置に要する費用を補助しています。補助金の利用を希望される方は早めに申請をしてください。

締め切り前に申請されても、平成30年3月30日（金）までに、工事完了し実績報告書の提出ができなければ、補助金が交付されません。詳細な交付要件は市のホームページをご覧ください。下記へお問い合わせください。

住宅用太陽光発電システム		・補助金額：18,000円/kW（上限 90,000円） ・余剰電力を買取る電気事業者との系統連系契約が必要です。（電力の全量買取については対象外です。）
住宅用太陽熱高度利用システム		・補助金額：30,000円/基 ※ひとつの住宅につき1基を限度とします。
木質バイオマス ストーブ	薪ストーブ	・補助金額：設置費用の5分の1（上限 50,000円）
	ペレット ストーブ	・補助金額：設置費用の5分の1（上限 50,000円） ・県内に事業所または代理店を有するものから購入すること。 ・県内において製造・販売されるペレット（県産間伐材を利用したもの）を、3年以上にわたり年間800kg以上購入する協定を締結すること。

※工事着工前に必ず申請をしてください。申請者本人が居住する市内の住宅に設置するものが補助の対象です。

問／生活環境課 環境対策係 ☎64-5896

長野県補助事業 地域発 元気づくり支援金 ～平成30年度事業募集～

❖対象団体 NPO法人、地域づくりを行うグループや協議会など（公共的団体等）

❖元気づくり支援金の概要

【対象となる事業】

自らの知恵と工夫により自主的、主体的に取り組む地域の元気を生み出すモデル的で発展性のある事業のうち、次に掲げる事業を対象とします。

(1)地域協働の推進に関する事業 (2)保健、医療、福祉の充実に関する事業 (3)教育、文化の振興に関する事業
(4)安全、安心な地域づくりに関する事業 (5)環境保全、景観形成に関する事業

(6)産業振興、雇用拡大に関する事業

ア 特色ある観光地づくり イ 農業の振興と農山村づくり ウ 森林づくりと林業の振興

エ 商業の振興 オ その他地域の特色、個性を活かした産業振興、雇用拡大に資する事業

(7)市町村合併に伴う地域の連携の推進に関する事業 (8)その他地域の元気を生み出す地域づくりに資する事業

【平成30年度の重点テーマ】

＊県全域重点テーマ

(1)信州こどもカフェの推進（高齢者、障がい者なども集える場の創出）

(2)信州ACEプロジェクトの推進 (3)地域経済循環の拡大

＊地域重点テーマ

(1)生活の足（地域交通）の確保・充実 (2)県内高等教育機関の知の活用

(3)若者・女性・外部人材の活躍の場づくり (4)世代・地域を越えた交流の推進

(5)地域の強み・資源を生かした産業の振興 (6)健康増進につなげる観光資源の魅力増進

(7)地域の磨き上げと魅力発信

❖支援金の交付

ハード事業 道路、水路、建物等の建設または改修、単価10万円以上の備品の取得など 3分の2以内

※重点テーマ該当の場合は4分の3以内

ソフト事業 ハード事業以外 4分の3以内 ※重点テーマ該当の場合は5分の4以内

交付額が30万円を下回る場合は本事業の対象となりません。

❖申し込み 2月1日（木）までに、下記へ応募書類を2部ご提出ください。

申込・問／地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790 問／上小地方事務所 地域政策課 ☎25-7112

海外での感染症予防

出張や赴任、留学、旅行などで海外に行かれる方は、事前に感染症予防対策をとり、自分の身を守るとともに周囲への二次感染を防ぎましょう。

①渡航前に、医師の診察と必要な予防接種を受ける

渡航に必要なワクチンの接種や渡航前の健康診断、渡航中の健康管理などをかかりつけ医に相談しましょう。

②渡航先の状況を知る、情報を得る

次のサイトでは、国・地域別の感染症の流行状況や予防法と対処法などを掲載しています。

・厚生労働省検疫所「FORTH（フォース）」<http://www.forth.go.jp/index.html>

・外務省「世界の医療事情」<http://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/medi/index.html>



③要注意！感染源は飲食物、蚊、動物

・生水は飲まない。 ・十分加熱されたものを食べる。 ・蚊に刺されない。 ・不用意に動物に触らない。

④帰国後の体調不良は、まず相談を！

・入国時は空港等の検疫所へ。 ・帰宅後は、病院へ行く前に最寄りの保健所（上田保健所 ☎25-7149）へ。

問／健康保健課 保健係 ☎64-8882

異文化交流サロン

- ❖日 時 2月11日（日・祝）午前10時
 ❖場 所 中央公民館 調理室
 ❖テ ー マ 「チャレンジ!!外国の料理」
 ❖内 容 一緒に料理をつくることで、他国の文化に触れてみませんか？市内小学校のALTの先生を講師として、楽しく交流しましょう。お子さんの参加も大歓迎です。
- ❖申し込み 2月2日（金）までに、直接または電話でお申し込みください。

問／東御市国際友好協会事務局（中央公民館内）
 ☎64-5885



浄化槽の法定検査が変わります！

浄化槽法第11条に基づく定期検査が4月から一新されます。

- *浄化槽法では、生活環境の保全や公衆衛生の向上のため、浄化槽をお使いの皆さまに保守点検、清掃のほか年1回の法定検査（浄化槽法第11条検査）を義務付けています。
- *浄化槽法第11条検査項目に新たに生物化学的酸素要求量（BOD）の検査を加え、より効率的で充実した内容となります。
- *BODは、水の汚れを示す重要な指標です。BODを検査することにより、皆さまが排出する生活排水の汚れや浄化槽の調子（故障等）を知ることができ、修理等早急な対応が可能になります。
- *BOD検査導入により検査の効率化（検査項目を一部省略し、検査時間を短縮）を図り、全てのご家庭で年1回の法定検査を実施します。
- *今後とも法定検査の適正な実施にご協力ください。

問／（公社）長野県浄化槽協会検査センター北信支所
 ☎026-232-7785
 上下水道課 下水道係 ☎64-5874

市の臨時職員募集

HP

職 種	保健師、看護師または社会福祉士
勤 務 場 所	東御市地域包括支援センター
勤 務 日 勤 務 時 間	月～金曜日（祝日を除く） 午前8時30分～午後5時15分
募 集 人 数	2名
勤 務 期 間	市の任用規定によります。
勤 務 開 始 日	2月13日（火）
応 募 資 格	保健師、看護師または社会福祉士の資格を有し、通勤可能な方
応 募 期 限	1月31日（水）当日消印有効

- ❖応募書類 ①東御市職員採用試験申込書（履歴書）
 ②資格取得が確認できる免状等の写し
 書類は、下記へ直接ご請求していただくか、市ホームページから入手し、下記まで持参または郵送してください。
- ❖選考方法 応募締め切り後、面接を行い採用の決定をします。面接日は後日ご連絡します。
- ❖そ の 他 賃金等の諸条件は、下記へお問い合わせください。

申込・問／福祉課 地域包括支援センター ☎64-5000
 〒389-0502 東御市鞍掛197番地

生ごみの適正管理

近年、クマ、シカ、カラス、イノシシ、ハクビシン等の有害鳥獣による農作物への被害が深刻化しています。家庭で出た生ごみや野菜くずを田や畑に捨てたり、未収穫野菜・果物等を放置したりすると、知らず知らずのうちに有害鳥獣を餌付けし、おびき寄せる原因となります（有害鳥獣にとっては栄養価の高い食糧です）。

また、冬はカラスにとって餌が不足する時期であり、生ごみ等を餌にさせないことはカラスの個体数を減らす有効な方法です。

農作物の被害や個体数の増加を防ぐためにも、生ごみや野菜くずはむやみに田や畑に捨てず適正に処理し、有害鳥獣に「安全にエサが食べられるエサ場」と認識させないようにしましょう。

問／農林課 耕地林務係
 ☎64-5898



市の臨時・非常勤職員の募集

HP

- ❖ **募集内容** ・職種および資格 別表のとおり
 ・任用開始日 4月1日（日）
- ❖ **勤務条件** ・任用期間 6カ月以内（必要に応じ、市の基準により再度の任用あり）
 ・社会保険等
 【健康保険・厚生年金】職種毎の勤務条件に応じて加入します。
 （この場合、ご家族の扶養から外れ自己負担金が発生します。）
 【雇用保険】所定労働時間が週20時間以上で、任用期間見込みが31日以上の場合に加入します。
 （この場合、自己負担金が発生します。）
 ※詳細な条件等は、職種等により異なりますのでお問い合わせください。
- ❖ **募集人数** 別表に掲げる職種、それぞれ若干名
- ❖ **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資格が必要な職種は、資格取得が確認できる資格証等の写し
 ※①および②の書類は、市ホームページから入手していただくか、総務課総務係までご請求ください。
 ※原則、応募書類は返却できませんのでご了承ください。
- ❖ **応募締切** 1月31日（水）
- ❖ **応募方法** 別表にある担当課へ、応募書類を添えて提出してください。（持参・郵送可（当日消印有効））
- ❖ **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。
 （書類選考結果および面接日等については、別途お知らせします。）

別表1（担当課…子育て支援課 保育係 ☎64-5903）

職 種	保 育 士	長時間保育士	土曜・休日保育士	保育キーパー
勤務場所	市内保育園			
勤務日	常勤（勤務先の休業時は勤務を要さない）		土曜日、休日	常勤（勤務先の休業時は勤務を要さない）
勤務時間	午前8時30分～午後5時15分	午前7時30分～午前8時30分 および午後4時～午後7時	①午前7時30分～午後2時 ②午後2時～午後7時 ※勤務日、勤務時間の詳細はご相談ください。	午前8時30分～午後2時15分
賃 金	日給8,900円	時給1,655円	時給1,113円	日給4,900円
応募資格	保育士資格を有している方（任用開始までに資格取得見込みの方を含む。幼稚園教諭免許をお持ちの方で勤務を希望される方はご相談ください。）			子どもが好きな方

別表2（担当課…子育て支援課 子育て支援係 ☎64-5814）

職 種	保育士
勤務場所	子育て支援センター
勤務日	常勤（月2回土曜勤務有）
勤務時間	午前8時30分～午後4時30分
賃 金	日給7,800円
応募資格	保育士資格を有している方（任用開始までに資格取得見込みの方を含む。幼稚園教諭免許をお持ちの方で勤務を希望される方はご相談ください。）



別表3（担当課…農林課 担い手支援係 ☎64-5887）

職 種	農業農村支援センター業務（主に農地の貸借の調整・事務）
勤務場所	東御市農業農村支援センター（農林課内）
勤務日	常勤（勤務先の休業時は原則勤務を要さない）
勤務時間	午前8時30分～午後5時15分
賃 金	日給9,882円
応募資格	農業関係業務の従事経験があり、パソコンの基本操作技術（ワード、エクセル等）を有する方

別表4（担当課…教育課 学校教育係 ☎64-5879）

職 種	学校庁務員	学校図書館司書	学校給食調理員
勤務場所	市内小中学校		
勤務日	常勤（勤務先の休業時は原則勤務を要さない）		
勤務時間	1日 7時間45分	1日 7時間30分	1日 6時間
賃 金	日給6,882円	日給8,160円	日給6,200円
応募資格	危険物取扱者免状（甲種または乙種4類）を有する方	司書または司書教諭の資格を有し、パソコンの基本操作技術（ワード、エクセル等）を有する方	—

別表5（担当課…教育課 青少年教育係 ☎64-5906）

職 種	児童館職員	児童クラブ職員
勤務場所	市内児童館	市内児童クラブ
勤務日	常勤（勤務先の休業時は原則勤務を要さない）	
勤務時間	月～金曜日 午後1時30分～午後5時30分 土曜日・長期休暇 午前9時～午後5時30分	月～金曜日 午後2時～午後7時 土曜日・長期休暇 午前7時30分～午後7時のうち8時間
賃 金	時給1,060円	
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	

別表6（担当課…生涯学習課 東御市立図書館 ☎64-5886）

職 種	図書館司書
勤務場所	東御市立図書館
勤務日	火曜日～日曜日（原則月曜日休館、月毎の勤務表による）
勤務時間	午前8時30分～午後5時15分、午前10時～午後6時45分 （勤務表による交代勤務）
賃 金	日給8,432円
応募資格	司書または司書教諭の資格を有し、パソコンの基本操作技術（ワード、エクセル等）を有する方



問／総務課 総務係 ☎64-5876

平成30年度『東北信市町村交通災害共済』は3月30日(金)までに加入しましょう！

- ❖ 共済掛金 一人 400円 中学生までは 0円 平成15年4月2日以降に生まれた方は、公費(市負担)で自動加入となりますので、手続きは不要です。
- ❖ 加入資格 東御市に住民登録している方
(特例：市外の学校等に在学している方のうち、東御市の区域内に居住する方の被扶養者である場合は加入できます)
- ❖ 共済期間 平成30年4月1日(日)～平成31年3月31日(日)
ただし、平成30年4月1日以降に加入申し込みされた方は、掛金納入日の翌日から平成31年3月31日までです。
- ❖ 加入の申し込み
加入を希望される方は、2月上旬頃郵送されます加入申込書(ハガキ)へ必要事項を記入いただき、最寄の金融機関で掛金を納めてください。
※共済加入期間による掛金の短期割引のため、6月30日以降は金融機関で加入手続きができません。下記の窓口のみでの受付となります。
- ❖ 見舞金の請求方法
下記へ報告の上、申請書類に必要事項を記入し、請求を行ってください。
※申請書類は下記の窓口を用意してあります。
- ❖ 交通事故の場合の措置
交通事故(自損事故を含む)で負傷したときは、直ちに最寄の警察署に報告してください。(道路交通法第72条)正しく報告されていない場合(無届け)は、見舞金の支給制限を受けることがあります。
- ❖ 共済見舞金の目安

交通災害区分	共済見舞金額	
死亡	1,600,000円	1 入院・通院・基礎見舞金については、2日以上入院・通院が支給対象となります。
入院1日あたり	2,000円	2 基礎見舞金20,000円に入院・通院の金額が加算されます。
通院1日あたり	1,000円	3 傷害の支給限度額は400,000円です。軽車両の自損事故の傷害見舞金は80,000円を限度額とし、死亡にあっては、800,000円を限度額といたします。
基礎見舞金	20,000円	4 はり、きゅう、マッサージなどの健康保険適用外治療は、主治医師の同意書がある場合のみ共済見舞金を支払います。
身障1・2級	1,000,000円	5 故意・飲酒運転・無免許運転等による事故の見舞金支払いはできません。
身障3級	600,000円	
身障4級	250,000円	

④ 平成30年度 東北信市町村交通災害共済掛金納付書(原符)

東御市 - 123456789012 東御 太郎

県281番地2 とうみアパート101号

東御 太郎 公費 400円

東御 正子 公費 400円

東御 やまと 公費 0円

東御 さくら 公費 0円

共済掛金の計算
400円 × 2人 = 800円
200円 × 1人 = 200円
掛金 800円

⑤ 平成30年度 東北信市町村交通災害共済加入申込書

東御市 - 123456789012 東御 太郎

県281番地2 とうみアパート101号

東御 太郎 公費 400円

東御 正子 公費 400円

東御 やまと 公費 0円

東御 さくら 公費 0円

共済掛金の計算
400円 × 2人 = 800円
200円 × 1人 = 200円
掛金 800円

⑥ 平成30年度 東北信市町村交通災害共済加入者証(兼領収書)

東御市 - 123456789012 東御 太郎

県281番地2 とうみアパート101号

東御 太郎 公費 400円

東御 正子 公費 400円

東御 やまと 公費 0円

東御 さくら 公費 0円

共済掛金の計算
400円 × 2人 = 800円
200円 × 1人 = 200円
掛金 800円

交通災害共済加入者証(兼領収書)は、見舞金請求の際に必要なとなりますので、3年間なくさないように大切に保管してください。

実質0円です

太枠の中を記入してください



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

「新年碁会」囲碁大会

- 日 時 / 1月28日(日) 午前9時～午後5時
- 場 所 / 中央公民館
- 参加費 / 会員1,000円
一般1,500円(女性、高校生以下500円)
※賞品多数あり。昼食は用意します。
- 團 / 棋道部会長 寺島 ☎62-2919

勤めを終えたら花農家になろう

- 日 時 / 2月10日(土) 午後1時30分～午後3時30分
- 会 場 / J A 信州うえだ農産物流通センター内会議室
- 対 象 / 営利栽培(市場出荷向け)で年100万円程度の所得を目指す方
- 内 容 / ・ 上小地域の花き生産の現状と特徴について
・ 主な花き品目の生産性と収益性、作業スケジュールについて
・ 定年帰農花き生産者の取組事例紹介
・ 意見交換、質疑応答
- 定 員 / 20名
- 申し込み / 2月2日(金)までに、下記へお申し込みください。
- (申込)・團 / 上田地域振興局農政課 (担当) 林
☎25-7126 FAX27-2136
Eメール uedachi-nosei@pref.nagano.lg.jp

県営住宅入居者募集

- 住宅見学会
日 時 / 2月8日(木) 時間は場所により異なります。
詳細は2月1日(木)以降に公表します。
- 受付期間 / 2月14日(水)～2月23日(金)
午前8時30分～午後5時
- 場 所 / 上田市材木町1-2-6
長野県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 / 3月7日(水) 午後1時30分から
- 場 所 / 上田市材木町1-2-6
長野県上田合同庁舎南棟2階会議室
- そ の 他 / 詳細は、2月1日(木)以降に下記へ直接お問い合わせいただくか、<http://www.nagano-jkk.jp/>でご確認ください。
- 團 / 長野県住宅供給公社 上田管理センター
☎29-7010 FAX29-7013

行政書士無料相談会

- 日 時 / 2月17日(土) 午前9時～正午
- 場 所 / 上田中央公民館 第1会議室
- 内 容 / 農地転用、各種営業許可、相続、遺言、成年後見、外国人ビザ、自動車名義変更などの行政手続き
- その他 / 詳細は下記へお問い合わせください。
- 團 / 長野県行政書士会上田支部 ☎25-8720

第3回東御市総合写真展作品募集

- 内 容 / 4月9日(月)～4月15日(日)に開催する写真展の作品を募集します。
- 応募資格 / 市内在住者・在勤・出身者・市内写真愛好クラブ会員
- テ ー マ / 自由(風景、スナップ、動植物など)
- 作品規格 / 単写真(全紙判) 一人1点
- 申し込み / 2月28日(水)までに、下記へ提出してください。
- 團 / 東御市総合写真展実行委員会事務局(担当 白倉)
☎64-2702 Eメール yaenou@ueda.ne.jp

東御市刻字・篆刻の仲間展

- 会 期 / 1月22日(月)～31日(水)
- 場 所 / 東御市中央公民館2階フロアー
- 時 間 / 午前9時～午後7時
22日は正午～ 31日は午後3時まで
- 出品者 / 約30人(3グループ 作品約60点)
- 團 / 東御市刻字教室 寺島 ☎090-8723-1296

学生寮「信濃寮」寮生募集

- 所 在 地 / 東京都小金井市東町3-17-43
- 入寮資格 / 県内出身の男子で、平成30年に首都圏の4年制大学(医・薬は6年制)に入学予定の方、または既に在籍している方。
- 募集人員 / 約25名
- 願書請求先 / 信濃寮自治会幹事会宛
- 所要経費 / 入寮金5万円、保証金4万円、月平均費用5万円前後(部屋代・朝夕食費・水道光熱費など込み)
- 入寮選考 / 当寮で面接の他、2月18日(日)佐久市、3月3日(土)上田市、2月17日(土)および3月4日(日)長野市で面接会開催
- 居住環境 / ベッド・デスク・冷暖房付個室
※詳細はホームページを閲覧ください。
- 團 / 公益財団法人信州学生協会・信濃寮
☎0422-32-5479
HP <http://shinanoryo.sakura.ne.jp/>
Eメール shinanodormitory@gmail.com

2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	7日、14日、 21日、28日
滋野コミュニティセンター	毎週火曜日 午前10時～午前11時	6日、13日、 20日、27日
祢津公民館	毎週水曜日 午後2時～午後3時	7日、14日、 21日、28日
和コミュニティセンター	毎週月曜日 午前10時～午前11時	5日、19日、 26日
北御牧公民館	毎週金曜日 午前10時～午前11時	2日、9日、 16日、23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	1日、15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	13日、27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、19日、 26日

保健案内

くまがたおふろ

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	2月28日(水)	平成29年10月生
10か月児健診	2月21日(水)	平成29年4月生
1歳6か月児健診	2月27日(火)	平成28年8月生
2歳児歯科健診	2月22日(木)	平成27年12月生
3歳児健診	2月13日(火)	平成26年12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、予約票、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	2月23日(金) 対象：平成29年9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	2月1日(木) 対象：平成29年6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

問／福祉課 福祉支援係 ☎64-8888

陽だまりの会（精神障がい者家族会）（対象：心に病を持った方の家族）※会員募集中			
総合福祉センター 1 階 102 研修室		2 月 14 日（水）	午後 2 時 *見学希望の方は、ご連絡ください。
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）		2 月 12 日（月・祝）	午後 1 時 30 分～午後 4 時 30 分



2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	2月8日(木)	午後2時～午後4時		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	
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		不要	まいさば東御 (東御市 社会福祉協議会内) ☎75-0222
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)	
認知症カフェ・家族会	2月16日(金)	午後1時30分～午後3時	ダーチャ	不要	地域包括支援係 ☎64-5000
人権擁護委員による 心配ごと相談	2月2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)	2月16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	

2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）

おもちゃドクター	8日(木)	午前10時～午前11時
育児座談会（篠原君江助産師）	13日(火)	午前10時30分～午前11時30分
子育て期の母親のための就労相談	16日(金)	午前10時～正午
ママ～ず絵本	19日(月)	午前10時30分～午前11時15分
2月生まれのお誕生会	22日(木)	午前11時～午前11時30分
歯のおはなし	23日(金)	午前10時30分～午前11時15分
ママ～ずリズム	26日(月)	午前10時30分～午前11時15分
こうえんひろば すくすくポイント (東御中央公園、大型すべり台前集合)	27日(火)	午前10時～午前11時
すくすく相談 テーマ「子育て中、困った時の対応」	28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

親子運動あそび	2日(金)
0歳児のママひろば① 救急救命講座	6日(火)
ふれあいひろば	7日(水)
わんぱくビクス	14日(水)
0歳児のママひろば②	21日(水)
おもちゃドクター	22日(木)
にこにこひろば	27日(火)

ぽけっとひろば 時間：午前10時～午前11時

中央公民館1階 第4学習室	1日(木)	内容 サーキットあそび 持ち物 水筒
滋野コミュニティーセンター	5日(月)	
祢津公民館	15日(木)	
北御牧子育て支援センター（みまき未来館）	16日(金)	
和コミュニティーセンター	20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

2月 園 開 放

園 名	電話番号	日 時
市立保育園 田中保育園 滋野保育園 祢津保育園 和保育園 北御牧保育園	☎62-1602 ☎63-6468 ☎63-6816 ☎63-6815 ☎67-2093	今月の園開放はお休みです。
海野保育園	☎62-2800	16日(金) 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	2日(金) 午前11時～正午 豆まき 24日(土) 午前10時～正午 春のくるみ会 (身体表現の発表会)

図書館だより

新着本案内

◇ 一般 書

- カネと共に去りぬ 久坂部 羊：著
- 太陽と乙女 森見 登美彦：著
- わたしの名前は「本」 ジョン・アガード：作
- 習近平の支配 日本経済新聞社：編
- カラーリーフ図鑑 山本 規昭：著
- はいはいエクササイズ 枝光 聖人：著
- うつも肥満も腸内細菌に訊け！ 小澤 祥司：著
- “喜平さ”がつくった奇跡の村 峰 竜太：著
- 夕景・夜景撮影の教科書 岩崎 拓哉：著
- スポーツをテクノロジーする 北岡 哲子：著
- 子どもに食べさせたいすこやかごはん おかあさんの輪：著
- 形容詞を使わない大人の文章表現力 石黒 圭：著
- 住宅展示場では教えてくれない本当のこと。 澤田 升男：著
- Secret シニアビューティメイク 赤坂 渉：著

◇ 児 童 書

- 絵物語古事記 富安 陽子：文
- オリンピックのおばけずかん 斉藤 洋：作
- アポロンと5つの神託 リック・リオーダン：作
- ほつとい亭のフクミミちゃん 伊藤 充子：作
- かいけつゾロリのちていたんけん 原 ゆたか：作
- 村木ツトムその愛と友情 福井 智：作
- パディントン、テストをうける マイケル・ボンド：作
- グレッグのダメ日記 にげだしたいよ！ ジェフ・キニー：作
- えがないえほん B.J.ノヴァク：作
- コーベッコー スズキ コージ：作
- おやつなんだろう？ 国松 エリカ：絵
- ひょうたんめん 赤羽 末吉：絵
- 種子島ロケット打ち上げ 濱 美由紀：作
- なずくのつべ？ カーソン・エリス：作

2月の行事予定

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★おはなし会

日 時 2月9日(金) 午前10時30分から
対 象 未就園児とその保護者
テ マ 『さむさなんかへっちゃら！』
内 容 パネルシアター・手遊び・絵本の読みなど

★「おはなしはらっぱ」による★おはなし子ども会

日 時 2月17日(土) 午前10時30分から
対 象 未就学児～小学生
テ マ 『みんなおいで!!』
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 1月26日(金)、2月23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／東御市立図書館 ☎64-5886

●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)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。

No.318 平成30年1月16日



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 前売券5,000円／当日券5,500円

★チケット絶賛発売中!

「スタインウェイ」を弾こう!

春のピアノコンサート

出演者募集!

3月17日(土) 13:00開演

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

●募集要項
対象者: どなたでもご参加いただけます
演奏形態: ソロ、連弾、グループなど。ジャンル不問
演奏時間: お1人(1組)5分以内 参加無料
申込方法: 下記までお申込下さい。総演奏時間に達した時点で締切

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 ■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

祝 生誕150年 郷里を愛し、描いた人

丸山晚霞記念館

「**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

丸山晚霞記念館常設展 **開催中**



春の日 (明治期の信州風景)



梅野記念絵画館の眼展

フェルディナンド・ホドラー展

2月15日(木) ~3月31日(土)

同時開催 東信濃女流工芸展 2月15日(木) ~2月28日(水)

2/14まで収蔵品整理のため休館となります。

■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)

Since 1998

梅野記念絵画館

www.yamano-kenin-eigaikan.com

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
1月21日	みまき温泉診療所	61-6002
1月28日	中島医院	67-2777
2月4日	東御記念セントラルクリニック	62-1231
2月11日	ほしやま内科	62-3115
2月18日	酒井医院	64-3170

※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。

※急きょ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

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)