

チャレンジデー 2018

❖日 時 **5月30日(水)**

「市民全員参加」で盛り上がりましょう!!
参加方法は、この2つだけ!!

①30日の午前0時～午後9時の間に、
15分間からだを動かす。
ラジオ体操、ウォーキング、各種ス
ポーツ、買い物など、内容は問いません。



②30日の午後9時30分までに必ず
「15分間運動しました!」と報告
する。(電話、FAX、EメールでOK)

※午後9時30分以降の報告は無効になります。
ご注意ください。

❖チャレンジデーとは

5月最終水曜日の午前0時～午後9時の間に、15分以上
続けて運動やスポーツを行った人の参加率を競う、全
国規模の住民参加型スポーツイベントです。

年齢・性別を問わず、誰もが気軽に参加できます。

対戦相手は、人口規模がほぼ同じ自治体選ばれます。



※その他の関連イベントなど、詳しくは5月中旬
配布予定のチラシをご覧ください。



関連イベント

「湯の丸高原でウォーキング教室」を開催!!

- * 集合時間・場所 午前10時 湯の丸高原第一駐車場
- * 内 容 湯の丸高原のトレイルランニングコースを歩きます。
- * 参加費 保険料として一人100円
- * 送迎バス ご利用希望の方は、健康増進係
(☎64-8883)へお申し込みください。先着順です。
- * バス出発時間・場所 午前9時30分 武道館前駐車場
(バス帰着 正午頃)
- ※雨天時は、湯の丸高原荘トレーニングルームで実施します。

問/チャレンジデー東御市実行委員会事務局

☎75-1455

FAX63-5431

Eメール

文化文化・スポーツ振興室

bunka-sports@city.tomi.nagano.jp

目次

2P～…募集・イベント

4P～…市からのお知らせ

8P……ホワイトボード

9P……とうみチャンネル・行政情報ラジオ番組

10P……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。

平成30年度地域づくり活動補助金の2次募集を行います

HP

❖募集期間 5月1日（火）～5月31日（木）

❖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 率	事業の内容等により対象経費の100%、75%、50%を補助

❖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」（6月中旬開催予定）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。

申込・問／地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790

第1回「健康づくり講演会」

❖日 時 5月24日（木）

午後1時30分～午後3時



❖場 所 総合福祉センター3階 講堂

❖講 演 ＊演題 「人生100年時代の健康づくり」

＊講師 日本ヘルスサイエンスセンター
予防医学研究者 いしかわ よしき 善樹氏

❖その他 駐車場は武道館等周辺の駐車場をご利用ください。市民病院への駐車はご遠慮ください。
この講演会は、保健補導員の全体研修会も兼ねています。

問／健康保健課 健康増進係 ☎64-8883

緑のサポーター グリーンパーク通り
美化作業参加募集

❖日 時 5月26日（土）

午前8時30分～午前10時30分（予定）

❖場 所 グリーンパーク通り沿線

（集合 サンテラスホール東側駐車場）

❖作業内容 グリーンパーク通り沿線の除草、ごみ拾い、
沿線花壇のチューリップの球根抜き
※抜いた球根はお持ち帰りできます。

問／建設課 都市計画係 ☎64-5914



2018雷電まつり ～東御どすこいSUNSUN～

❖日 時 **7月28日(土)**

田中商店街で開催！

踊り時間 午後6時～午後8時15分

例年8月第1土曜日に開催している雷電まつりですが、今年は8月5日が長野県知事選挙のため、**7月28日(土)**に開催します。

❖踊り連参加者募集！

申込締切 **6月15日(金)**

連抽選会 **6月28日(木)** 午後6時30分～

場 所 中央公民館講堂

❖踊り講習会 どなたでも参加できます！

室内用の運動靴や飲み物を各自持参してください。

開催日	時 間	場 所
6月27日(水)	午後7時30分 ～午後9時	第一体育館
7月5日(木)		ふれあい体育館
11日(水)		第一体育館
19日(木)		ふれあい体育館

❖あわせて募集します！

①運営ボランティアスタッフ募集！

雷電まつり実行委員会では、イベントの企画や踊りの普及、当日までの準備会議、当日の運営を一緒にお手伝いして下さるスタッフを募集しています。

まつりに対するアイデアを思う存分発揮していただき、一緒に夏祭りを作っていきましょう！

②踊り練習参加者、踊りスタッフ募集！

夜のステージや飛び入り連でのパフォーマンス、踊り講習会では市民の皆さまのお手本として一緒に踊りませんか？

また、当日の祭りに向けて事前練習を行っていますので、講習前の練習参加も大歓迎です。

開催日 **6月14日(木)、19日(火)**

時 間 午後7時30分～午後9時

場 所 文化会館 リハーサル室

定 員 各20名(要申込)

申込・問／雷電まつり実行委員会事務局

商工観光課 商工労政係 ☎64-5895

農作業のお手伝いさん募集

❖期 間 5月下旬から

❖時 間 午前8時30分～午後5時(原則)

❖作業内容 *巨峰・シャインマスカットなどの房切り、摘粒、袋掛け等

*りんごの摘果、葉摘み等

*その他の農作業

❖対 象 元気でお手伝いができる方。経験、年齢は問いません。

❖申し込み **5月15日(火)**までに、下記へお申し込みください。

❖そ の 他 ぶどう関係は、講習会受講後からお手伝いに入ります。労賃や希望実施期間等については、下記へお問い合わせください。

申込・問／東御市農業農村支援センター

(市役所別館2階)

☎64-5887

ひきこもりのことを
理解するための学習会

❖講義テーマ

第1回 **6月11日(月)**

ひきこもりへの理解と対応

第2回 **6月25日(月)**

ひきこもり支援～家族支援の基本的考え方①～

第3回 **7月9日(月)**

ひきこもり支援～家族支援の基本的考え方②～

第4回 **7月23日(月)** ひきこもり学習の振り返り

❖時 間 いずれも午後1時30分～午後3時

❖場 所 総合福祉センター3階 301・302研修室

❖講 師 佐久大学看護学部准教授 朴 相俊 氏

❖その他 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 FAX64-8880



手作り料理教室 受講生募集！ 平成30年度テーマ「伝えていきたい郷土料理」

開催日	第1回 6月6日(水)
献立	ナスのドライカレー・豆腐ポタージュ ニラとモヤシのサラダ・草もち
開催日	第2回 8月1日(水)
献立	明太子とナガイモの和風ピザ・パンプキンサラダ 七夕まんじゅう・ゴーヤとバナナのスムージー
開催日	第3回 10月10日(水)
献立	キャロットライス・食パンで肉まん風 厚揚げのこんがり焼き・シイタケの卵スープ
開催日	第4回 12月5日(水)
献立	赤飯・鶏手羽先ぎょうざ・白和え 鯉こく・キウイのヨーグルトサラダ
開催日	第5回 平成31年1月30日(水)
献立	うち入れ(手打ちうどんの煮込み) 鮭とはんぺんのシューマイ 春菊とカッテージチーズのおひたし・いちご白玉

※材料の都合により、献立が変更になる場合があります。

- ❖時 間 午前9時～午後1時
 - ❖場 所 中央公民館1階 調理室
 - ❖講 師 東御市食生活改善推進協議会のみなさん
 - ❖定 員 30名(先着順)
 - ❖受 講 料 3,500円(すべての材料費を含む)
※第1回目にご持参ください。
 - ❖申し込み 5月8日(火) 午前8時30分から受け付け
ます。下記へ電話でお申し込みください。
- 申込・問／生涯学習課 社会教育・公民館係
☎64-5885

なだち 上越市名立区との交流会員募集

- ❖入会方法 5月31日(木) までに、下記へお申し込み
ください。
 - ❖入会条件 上越市名立区と交流を希望する方
 - ❖年 会 費 1,000円
 - ❖入会特典 下記の施設で割引等が受けられます。
「うみてらす名立」
* 温浴・プール施設「ゆらら」の利用料半額
* 宿泊施設「光鱗」の宿泊料10%引き
- 申込・問／北御牧・名立友好協会
地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790

森林環境イベント

～「東御の森」(奈良原市有林)で、自然を感じよう～

- ❖日 時 5月19日(土) 午前10時～正午
(受付開始 午前9時30分)
- ❖集合場所 「東御の森」(奈良原市有林)
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)
- ❖内 容 自然環境調査員と共に、樹木や鳥の観察を
おこないます。「東御の森 野鳥ガイド
Book」を無料配布します。
- ❖服 装 等 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。
- ❖雨 天 時 中央公民館 学習室にて講座開催
テーマ：「東御の森」の野鳥たち
環境調査報告
- ❖申し込み 5月16日(水) までに、下記へ電話でお申
し込みください。

申込・問／農林課 耕地林務係 ☎64-5898

湯の丸高原荘内覧会

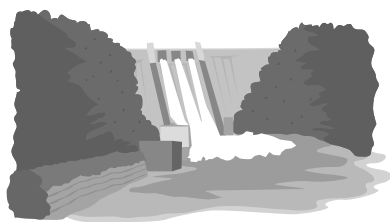
- ❖日 時 5月6日(日)
午後1時30分～午後4時
 - ❖内 容 湯の丸高原荘の宿泊施設改修工事が完了し
ました。多くの皆さまにご覧いただくため、
内覧会を開催します。
 - ❖その他 高原荘駐車場には限りがあるため、第1・2
駐車場をご利用ください。
- 問／文化・スポーツ振興室 ☎75-1455



介護者リフレッシュ交流会in 群馬県「やんばツアー」参加者募集!

- ❖日 時 6月13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 *建設中の八ッ場ダム 建設現場特別見学
*「浅間酒造観光センター」
※こんにゃくづくり体験・昼食
- ❖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 15名
- ❖参 加 費 1,000円
- ❖申し込み 5月25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



女性弁護士による法律相談

- ❖日 時 5月30日(水)
午前9時～午前11時(1人30分、4名まで)
- ❖場 所 東部人権啓発センター2階 相談室
- ❖対 象 者 市内に在住または勤務されている方
- ❖内 容 DV、結婚・離婚、隣人とのトラブル等、
法律問題に関すること
※弁護士がすでに受任している依頼者の相手方から相談を受けた場合には、相談をお受けできません。
- ❖申し込み 必ず下記へ電話で予約してください。
託児を希望される方はお申し込みの際にお知らせください。

申込・問/人権同和政策課 男女共同参画係
☎64-5902



児童手当の電子申請のご案内

❖児童手当の電子申請とは

ご自宅のパソコン等からマイナポータルの「ぴったりサービス」を利用して、オンライン上で児童手当の認定請求等の申請をすることができます。

❖マイナポータルとは

マイナポータルは、政府が運営するオンラインサービスです。パソコンやスマートフォンを使用して行政手続きがワンストップでできたり、行政からのお知らせを受け取ることができます。(なお、児童手当の電子申請はスマートフォンからはできません。)

❖マイナポータルの利用方法

①申請手続きについて

パソコンから、マイナポータルの「ぴったりサービス」(<http://app.oss.myna.go.jp/Application/search>)にアクセスして、サイト内の案内にしたがってお手続きください。

②利用するために必要なもの

- ・マイナンバーカード(マイナンバーカードの申請窓口は市民課市民係になります。申請後、交付まで約1カ月程かかりますので、お早めにご申請ください。)
- ・ICカードリーダーライター
- ・パソコン

問/福祉課 福祉推進係 ☎64-8888 FAX64-8880

アレチウリ駆除研修会

❖開催日 5月26日(土)

*東部地区 午前10時～午前11時30分

集合場所 海野マレットゴルフ場駐車場

実習場所 千曲川右岸河川敷

*北御牧地区 午後1時～午後2時30分

集合場所 北御牧庁舎立体駐車場

実習場所 鹿曲川左岸河川敷

❖研修内容 講習 「アレチウリの生態と駆除のポイント」

講師 上田地域振興局環境課

実習 抜き取り等による駆除

❖服 装 長袖、長ズボン、長靴、帽子

(ゴム軍手は、市で用意します)

❖持 ち 物 鎌、飲み物、状況により雨具(小雨決行)

問/生活環境課 環境対策係 ☎64-5896

取引・証明用「はかり」の定期検査

商品の売買（農産品も含む）に使用または各種の証明行為に使用する「はかり」をお持ちの方は、2年に1回の定期検査を受けることが必要です。

今年は下記の日程で実施されますので、「はかり」を持参して必ず検査を受けてください。なお、検査は手数料（検査代金）が必要となります。分銅式はかりの場合は、「分銅」も一緒にお持ちください。

❖実施日時

実施日	対象地区	時間	実施場所	検査料
5月29日(火)	北御牧地区	午前10時30分～正午	北御牧庁舎	1台につき500円～2,600円

❖検査対象計量器の具体例

＊取引 商品の売買、農家の出荷、運送・保管、薬局での医薬品の調剤等の計量

＊証明 官公庁・学校・保育所・幼稚園の体重測定等公的な計量、
病院・医院・診療所・保健所等の健康診断または診断書を発行するための計量

❖主な対象計量器の例

- ①商店、露店、行商などで商品の売買に使用するはかり
- ②病院、薬局等で使用している調剤用のはかり
- ③病院、学校、幼稚園、保育所などで使用している身体検査用の体重計
- ④宅配便の取次店で使用している料金等定用はかり
- ⑤工場、事業所などの原材料の購入、製品の販売、出荷のために使用するはかり
- ⑥公共機関への報告または公共機関が行う統計の公表などを目的として行う計量に使用しているはかり
- ⑦農産物の売買に使用しているはかり（直接市場に出荷している方、直売所等へ出荷されている方、直接販売している方が対象となります）



問／商工観光課 商工労政係 ☎64-5895

5月12日は「民生委員・児童委員の日」

民生委員の制度は大正6年5月12日に誕生しました。

❖民生委員・児童委員とは

厚生労働大臣から委嘱された無報酬のボランティアで、市内の81名が社会奉仕の精神のもと、乳幼児から高齢者まで、生活上の悩みや心配事などの地域の相談に広く応じています。また、相談内容に応じて必要な支援が受けられるよう行政機関とのつなぎ役をしています。

❖主任児童委員とは

子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員で、学校や行政機関と連携して問題の解決に努めています。

❖気軽に相談を

住んでいる地域によって、担当委員が決まっています。委員は、相談内容の秘密を守ることが法律で義務づけられていますので、安心してご相談ください。

問／福祉課 福祉推進係 ☎64-8888

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



※気象情報（警報・注意報）を追加しました！

■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／企画振興課 広報統計係 ☎64-5806

< 4月16日号お知らせ版 8p >

私有地の売払いの入札日時が次のとおり変更になりました。

変更前

入札 日時	5月17日（木） 午前10時30分
----------	----------------------

変更後

入札 日時	5月14日（月） 午前10時30分
----------	----------------------

布団の丸洗いサービス

～ 夏に備えて!! 布団をふかふか心地にリフレッシュ ～

- ❖対象者 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
- ❖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皆さんの寝具をきれいにし、スッキリした布団で過ごしていただくよう布団の丸洗いサービスを行います。
- ❖布団の種類 掛け・敷き布団、毛布
- ❖回収日 6月6日(水)、7日(木)
- ❖配達日 6月13日(水)、14日(木)の予定
- ❖申し込み 5月25日(金)までに、下記へ電話でお申し込みください。
- ❖その他 ＊布団の種類に関係なく、お一人様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



平成30年度 犬猫の繁殖制限事業

- ❖申込開始 6月1日(金) (定数になり次第締め切り)
- ❖担当獣医師 上小地域の協力動物病院
- ❖助成対象 ①上小地域の住民が飼育する犬と猫
 ②犬は、登録と狂犬病予防注射が済んでいること。
 ※原則として一世帯1頭のみとします。
- ❖助成金額 1頭につき メス5,000円 オス3,000円
- ❖協力動物病院

病 院 名	住 所	電話番号
あらき動物病院	東御市	63-5053
いなみつ動物病院	上田市	26-1732
あきやま動物病院	上田市	26-6610
アーケペットクリニック	上田市	23-6750
上田犬猫病院	上田市	22-1466
近藤動物病院	上田市	41-1522
はせがわ獣医科病院	上田市	22-3360
ポウ動物病院	上田市	23-6910
まるこ動物病院	上田市	42-7630
リーフ動物病院	上田市	75-7830
ロゴス動物病院	上田市	27-6236

- ❖申し込み 事前に申し込みが必要です。下記窓口で「犬・猫の不妊手術助成金申込書」に必要事項を記入し、動物病院へ提出してください。
 ※申し込みから2カ月以内に手術を実施してください。

問／生活環境課 生活安全係 ☎64-5896

長野県動物愛護会上小支部
☎25-7153

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出来ません。

*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、市ホームページで確認できます。

申込・問／地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790



消火栓についてお知らせ

市内には約1,300基の消火栓が設置されており、地区ごとに分け、毎年消火栓の点検を実施しています。

年 度	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30
実施地区	和	祢津	滋野	北御牧	田中	田中・和	和・祢津	祢津・滋野
点 検 数	247基	238基	208基	175基	207基	249基	204基	280基（予定）

平成29年度において、10月から1月にかけて専門業者が和・祢津地区204基の消火栓の機能点検を実施した結果、大きな不具合はありませんでした。

消火栓は、火災時などの緊急時以外は使用できません。また、地区の防災訓練等で消火栓を使用する際は、消防署経由で上下水道課へ消火栓使用届の提出が必要となります。

消火栓の点検および使用に関することは、下記へお問い合わせください。

☎消防課 消防施設係 ☎62-0119 上下水道課 水道係 ☎64-5884



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15回 市長杯 囲碁大会

- 日 時／5月27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）
- その他／賞品多数あり。昼食は用意します。
- ☎／棋道部会長 寺島 ☎62-2919

東御おはなしの会 マルーシカ 大人のためのおはなし会

- 日 時／6月3日（日）午後1時30分～午後3時
- 場 所／市立図書館2階 研修室1
- 内 容／昔話等の語りの会です。
- 対 象／中学生以上 ※大人向けのプログラムです。
- 定 員／40名
- 申し込み／マルーシカ会員または下記へお申し込みください。
- ☎／東御おはなしの会 マルーシカ 代表 土屋宏美
☎・FAX63-2558

東信県税事務所 上田事務所からのお知らせ

～自動車税は、5月31日（木）までに納めましょう～

○自動車税の納期限は、5月31日（木）です。5月上旬に届けられる納税通知書により、お近くの金融機関、郵便局、農業協同組合、コンビニエンスストア等で納付してください。

○「納税通知書が届かない。」などのお問い合わせは、東信県税事務所上田事務所までお問い合わせください。

◎ペイジー、クレジットカードによる納付もできるようになりました。

※ペイジー、クレジットカードによる納付の場合は、領収書・車検用納税証明書が発行されません。車検日が近いなどの場合は、金融機関等の窓口で納付してください。

詳しくは、納税通知書裏面および同封の「納税者のみなさまへ」をご確認ください。

「ドライバー 守るマナーと 納期限」

（自動車税納期内納付促進キャンペーンのスローガン）

●☎／東信県税事務所 上田事務所
☎25-7117 または 25-7118

発明チャレンジワークショップ参加者募集

○活動日時／5月～12月まで毎月1回

土曜日 午後1時30分～午後3時30分

○対 象／上田市・東御市・青木村・長和町の小・中学生

○定 員／先着20名

○申し込み 5月13日（日）まで

○講 師／（一社）長野県発明協会知財アドバイザー
富澤 正氏 ほか

●☎／上田創造館 ☎23-1111



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》5月1日（火）～6月3日（日） 【放送時間 9:00～ 15:00～ 21:00～】

1日	(火)	第8回アケボノゾウの会講演会	再
2日	(水)	東御市文化会館ロビーコンサート アンサンブルノワイエvol.4	再
3日	(木)	認知症の方を地域で支えるシンポジウム 「認知症と車の運転」	再
4日	(金)	東御市消防団音楽隊第12回定期演奏会	再
5日	(土)	第7回しんたい学会	
6日	(日)	月刊とうみキッズ4月号 (北御牧保育園入園式、田中保育園交通安全教室) 東御市消防団任命式(10時、16時、22時)	
7日	(月)	月刊とうみチャンネル4月号～前半～	
8日	(火)	月刊とうみチャンネル4月号～後半～	
9日	(水)	よみがえる雷電為右衛門 ～生誕250周年記念番組～	再
10日	(木)	第39回東御市舞踊発表会～午前の部～	再
11日	(金)	第39回東御市舞踊発表会～午後の部～	再
12日	(土)	平成30年度入学式～田中小学校～	再
13日	(日)	平成30年度入学式～滋野小学校～	再
14日	(月)	平成30年度入学式～祢津小学校～	再
15日	(火)	平成30年度入学式～和小学校～	再
16日	(水)	平成30年度入学式～北御牧小学校～	再
17日	(木)	平成30年度入学式～東部中学校～	再
18日	(金)	平成30年度入学式～北御牧中学校～	再

19日	(土)	第68回和地区子供相撲大会	
20日	(日)	大正琴鈴木会第38回定期演奏会(1～9番)	
21日	(月)	大正琴鈴木会第38回定期演奏会(10～17番)	
22日	(火)	東信吹奏楽祭～前半～	
23日	(水)	東信吹奏楽祭～後半～	
24日	(木)	第7回しんたい学会	再
25日	(金)	梅野記念絵画館 小貫政之助展オープニング講演会 月刊とうみキッズ4月号(11時、17時、23時)	再
26日	(土)	祢津東町歌舞伎公演 「三番叟」「土蜘蛛退治」 (祢津小学校子ども歌舞伎クラブ)	
27日	(日)	祢津東町歌舞伎公演 「伽羅先代萩～御殿の場・床下の場～」 (祢津東町歌舞伎保存会)	
28日	(月)	第68回和地区子供相撲大会	再
29日	(火)	大正琴鈴木会第38回定期演奏会(1～9番)	再
30日	(水)	大正琴鈴木会第38回定期演奏会(10～17番)	再
31日	(木)	東信吹奏楽祭～前半～	再

6月 1日	(金)	東信吹奏楽祭～後半～	再
2日	(土)	第11回道の駅雷電まつり子ども相撲大会 「雷電場所」	
3日	(日)	第11回道の駅雷電まつり 太鼓演奏	

※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～午後9時15分、毎週金曜日 午後1時～午後1時15分

5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
7～10日	保健ごよみ	健康保健課	21～24日	チャレンジデー2018	文化・スポーツ振興室
14～17日	田中地区の地域づくり	地域づくり・移住定住支援室		生涯学習出前講座	生涯学習課
	人権擁護委員の日	人権同和政策課	28～31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
Eメール shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp ホームページ <http://www.city.tomi.nagano.jp/>

No.325 平成30年5月1日

●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。



サンテラス Jazz Week

主催・運営 目指せジャズの街とうみ実行委員会

5月17日(木) 夜間会 私達のジャズ♪ 上田ホット倶楽部 18:15開場 19:00開演
ワンドリンク付 1,000円 リュード・ヴァン

5月18日(金) サンテラスバンド ライブ スタンダードジャズの演奏 **開演18:00** 入場無料

5月19日(土) 渡辺貞夫コンサート前夜祭 上田ホット倶楽部、TNSジャズオーケストラ **開演17:00** 入場無料
★ジャムセッション(楽器持参)歓迎! はすみファーム

5月20日(日) 渡辺貞夫 15:30開場 16:00開演 **残席僅か** 前売券5,000円／当日券5,500円

★330種400株のバラと上質な音楽のハーモニーをお楽しみ下さい。

ばらフェア2018

5月26日(土)～6月10日(日)

会期中のイベント

●各種バラ苗、グッズ販売 栽培方法についてもお答えします。

●バラ苗競争大じゃんけん大会 6月10日(日) 15:00

●お楽しみコンサート 会期中の土曜、日曜は、生演奏を実施!
出演:神原恵子、石井完二・磯崎みお、あうん、サンテラスバンド

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



透明水彩の魅力

明治期から昭和初期にかけての美しい水彩画は、現代アートに通ずる魅力に溢れています。

生誕100周年記念 小林邦二展

丸山晚霞生誕150年 明治維新150年

丸山晚霞、三宅克己、小山周次、関晴風、真野紀太郎

開催中 ～6月17日(日)

開催中 ～5月20日(日)

※文化会館展示室 入場無料

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200円(高校生以上) ■5/21休館



没後30周年記念

時代の証言者

小貫政之助展

同時開催 開館20周年記念

北御牧地区文人群像展 入場無料

開催中 ～6月24日(日)

★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

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600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 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	＊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・夜間緊急医案内サービス≫ ☎0570-088-199
5月6日		東御市民病院	62-0050	
5月13日		ささき医院	64-3711	
5月20日		柵津診療所	62-0273	
5月27日		春原整形外科クリニック	64-6200	
6月3日		みまき温泉診療所	61-6002	
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。		
休日・夜間当番薬局		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≫		
小児救急電話相談		☎＃8000（または0263-34-8000） 受付時間：午後7時～午後11時		

問／健康保健課 保健係 ☎64-8882