

第2次東御市環境基本計画の中期見直しに向けた ご意見（パブリックコメント）を募集します



現在実施期間中である第2次東御市環境基本計画は、令和2年度が見直し年度となります。ついては、環境に対する市民の皆さまのご意見を広く募集し、見直しにあたっての参考とするため、パブリックコメントを実施します。

◆**閲覧・配布・意見募集期間** 4月17日（金）～5月18日（月）

◆**閲覧・配布場所および時間**

・**場所** 市役所本館1階・市民ラウンジ、北御牧庁舎、総合福祉センター1階

時間 各施設の開館時間に準じます。

・**場所** 中央公民館2階

時間 午前8時30分～午後10時（土・日曜日、祝日は午前9時～午後10時）

・**場所** 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

時間 午前8時30分～午後5時15分（火・木曜日の午後、土・日曜日、祝日を除く）

◆**意見を提出できる方**

- ・市内在住、在勤、在学の方
- ・市内に事務所、事業所等を有する個人または法人

◆**意見の提出方法**

閲覧・配布場所または市ホームページにある所定の用紙に、住所、氏名、電話番号、ご意見等をご記入の上、指定場所に設置してある投書箱へ投かんしてください。

（郵送（当日消印有効）、FAX、Eメール可）

◆**意見の取り扱い**

提出いただいたご意見は、正案検討の参考にさせていただくとともに、意見に対する市の考え方をホームページに公表します。なお、個別には回答しませんのでご了承ください。



提出・問／生活環境課 環境対策係 〒389-0592 東御市県281-2

☎64-5896 ☎63-6908 ✉seikan@city.tomi.nagano.jp

※本号に掲載した内容は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止・延期となる場合があります。最新の状況は市ホームページをご確認ください。

目次

2P……お知らせ

4P……講座・教室

6P……募集、補助金

7P……ホワイトボード

8 P……子育てインフォメーション、図書館だより

9 P……保健・福祉等案内、相談コーナー

10P……文化会館・美術館のイベント情報、休日・夜間の救急医療案内

お知らせ

システム保守のためコンビニ 交付サービスを停止します

期間中は住民票、印鑑証明書、戸籍謄抄本、戸籍附票をコンビニエンスストア等で取得できるサービスをご利用いただけません。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆停止日 5月2日(土)～6日(水)
☎市民課 市民係 ☎75-2007

森林の立木を伐採するときには 届け出が必要です

個人等が所有する森林を伐採するときには本数、面積にかかわらず届け出が必要です。事前に「伐採及び伐採後の造林の届出書」を提出してください。届出書の提出は、伐採を始める日の90日から30日前までです。届出書は市ホームページからも入手できます。

☎64-5898
☎農林課 耕地林務係



国民年金保険料 学生納付特例制度

20歳以上の学生の保険料納付が猶予される制度です。

◆新規に申し込む方

対象 大学、短大、高等専門学校、専修学校等に在学する学生
申請期間 4月～翌年3月(申請月の2年1カ月前までは遡って申請できます。)

持ち物 マイナンバーが確認できるもの、本人確認書類、印鑑、学生証(コピー可)または在学証明書(原本)
◆注意事項

- ・申込者の前年所得により、承認されない場合があります。
- ・学生納付特例の承認を受けた期間は、将来受け取る年金の受給資格期間に算入されますが、老齢基礎年金額には反映されません。
- ・申請から結果が届くまでの約3カ月の間に納付書が届く場合がありますが、結果が届くまでは納付を保留にしてください。

◆昨年度分を申し込み済みの方

・日本年金機構から申請用はがきが届きますので、引き続き在学のため学生納付特例を希望する場合は、必要事項をご記入のうえ返送してください。

申請・☎小諸年金事務所
☎0267-22-1082
市民課 国保年金係 ☎75-8810

住宅用火災警報器の設置状況調査を実施します

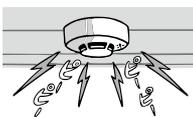
昨年引き続き、住宅用火災警報器の更なる設置促進に向けた取り組みとして、住宅用火災警報器の設置状況調査が全国一斉に行われます。上田地域広域連合消防本部では4月から5月中旬頃にかけて、身分を証明するものを携帯した消防職員が広域管内にお住まいの方の中から無作為に抽出したお宅に直接訪問し、住宅用火災警報器の設置状況の聞き取り調査を行います。調査にお伺いした際には、ご理解・ご協力をお願いいたします。

※なお、聞き取り調査の際に職員による住宅用火災警報器等の販売はしておりませんので、消防職員を名乗る訪問販売には十分ご注意ください。

◆ご自宅の住宅用火災警報器を確認しましょう

住宅用火災警報器は、古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで火災を感知しなくなることがあるためとても危険です。10年を目安に交換しましょう。

☎東御消防署 予防係
☎62-0119



市ホームページに新型コロナウイルス感染症の情報を掲載しています

最新情報はトップページの新型コロナウイルス感染症情報から確認できます。

感染症対策のため、市が主催するイベントなどが中止・延期となる可能性があります。

中止・延期となったものについては、市ホームページに順次掲載していきます。



本の寄贈をお願いします

市立図書館では、本の寄贈をお願いしています。対象の本は、発行から1年未満の新しい本です。特に、絵本、紙芝居、児童書が不足しています。市立図書館であなたの読み終えた本の有効活用をしてみませんか。

◆取り扱えない本

・SBNのない本、百科事典、コミック、個人出版の本、マンガ雑誌、一般雑誌、発行から1年以上経った本

※発行から1年以上経った本は、例年どおり11月の図書館まつりで受け付けを行います。

◆読書手帳のプレゼントを差し上げます

図書館の本を100冊読んで読書手帳をいっぱいにした方に、素敵なミニプレゼントを差し上げます。

◆古新聞を配布しています

配布日 毎月第3火曜日

配布方法 図書館1階入り口に設置しますのをご自由にお持ちください。※ご予約の受け付けはしておりません。なくなり次第終了となります。

※新聞はホチキス止めされています。

☎市立図書館

☎64-5886



サンテラスホール天井落下防止工事に伴うホール利用休止のお知らせ

文化会館は令和3年度、大規模地震発生時における天井落下防止のための工事を行います。ついては左記のとおりホール利用受付を休止します。

◆ホール利用受付休止期間

令和2年5月1日～12月31日(予定)

◆その他

リハーサル室、会議室、練習室、展示室、丸山晚霞記念館はこれまでどおりご利用いただけます。

☎東御市文化会館 ☎62-3700

松くい虫被害木の伐採についてのごお願い

松くい虫被害が発生しています。市では、松くい虫の被害にあった松について薬剤による殺虫作業および枯れたアカマツ倒木による交通事故や感染拡大防止のため、幹線道路沿いを中心とした伐採処理を進めています。

個人所有地への立ち入り、被害木の伐採をさせていただくことに、ご理解、ご協力をお願いします。

☎農林課 耕地林務係

☎64-5898

講座・教室

松くい虫防除薬剤散布講習会

◆日時 5月16日(土)

(販売) 午前8時～午前8時30分

(講習会) 午前8時10分～

◆場所 北御牧庁舎正面玄関前

◆内容 薬剤の正しい散布時期および方法について講習

◆幹旋薬剤 マツグリーン液剤

1L入3360円(税込)

◆補助金 薬剤購入費の1/2以内(1万円限度)

◆持ち物 薬剤の購入を希望される方は、印鑑と代金が必要です。

◆申し込み 講習および薬剤購入は事前予約が必要です。5月11日(月)までに農林課へ電話でお申し込みください。

◆その他 講習会を受けなくても、薬剤は購入できます。

【申込・☎】農林課 耕地林務係

☎64-5898

たけのこ学級受講生募集

◆日時 5月～令和3年2月の月1回

午前10時～午前11時30分

(予定)

◆場所 中央公民館

◆対象 3歳以下のお子さんを子育て中のお母さん、お父さん(お子さんと一緒にご参加ください)

◆参加費 2000円(調理実習費、安全保険料等を含む)

※ただし、お子さんが2人の場合は、2200円

別途材料費が必要となる講座もあります。

◆定員 30名(先着順)

◆申込期間 4月16日(木)～5月15日(金)

※定員に達し次第終了

◆その他

・学習内容に依り、ボランティアによる託児があります。

・日程および詳細は市ホームページをご覧ください。

【申込・☎】人権同和政策課

男女共同参画係

☎64-5902



出前講座では、市民の皆さまが知りたい、聞きたい内容をメニュー表から選んでいただき、市の職員等を講師として派遣します。



- ◆対象 市内在住、在勤または在学する10人以上で構成された団体やグループなど。
- ◆講座内容 メニュー表からお選びください（メニュー表にない場合はご相談ください）。
- ◆開催日時 月～金曜日 午前9時～午後9時（2時間以内）土・日曜日、祝日は閉講
- ◆開催場所 場所の手配や準備は、出前を希望される団体やグループでお願いします（市内のみ自宅も可）。
- ◆申し込み 代表の方が、開催希望日の2週間前までに、社会教育・公民館係へ申込書をご提出ください。
- ◆その他
 - ・政治、宗教、営利を目的とした催し等は、出前をお断りする場合があります。
 - ・説明に関する質疑や意見交換はできますが、苦情・陳情・要望・命令等は受けられませんのでご理解をお願いします。
 - ・運動の講座では安全に配慮しますが、保険加入などは申請団体にて加入をお願いします。

No.	講座名	時間(分)	担当課	内容
1	みんなの選挙、明るい選挙	60	総務課	やさしい選挙制度（政治団体からの依頼は不可）
2	防災について	60		災害への日頃からの備え
3	財政状況等について	60		市の財政状況等
4	東御市の総合計画について	60	企画振興課	市の目指すべき将来像とその実現に向けた施策の取組内容
5	東御市の統計について	30		市の統計（人口、産業、福祉等）
6	地域での「話し合い」の進め方を学ぼう	90～120	地域づくり・移住定住支援室	地域での会議や話し合いを円滑に進めるための手法（ワークショップの方法等）を学ぶ
7	マイナンバーカードと私たちの生活	60	市民課	マイナンバーカードで変わることとカードの作り方
8	国民健康保険の話	60		国民健康保険の制度と手続き
9	国民年金の話	60		国民年金の制度と手続き
10	後期高齢者医療制度の話	60		後期高齢者医療制度の概要と手続き
11	税金の話	60	税務課	地方税の種類やしくみ
12	生活環境の話	60	生活環境課	身近な生活環境の問題と環境基本計画
13	クリーンリサイクルタウン	30		(1)東御市のごみ出しルールとごみ・資源物の現況
14	東御市<説明会編>	30		(2)生ごみリサイクルシステムについて
15	クリーンリサイクルタウン 東御市<施設見学編>	40		市の廃棄物処理施設の見学
16	地球温暖化対策の話	40		地球温暖化の影響、家庭でできる取り組み、市役所の取り組み
17	男女共同参画のまちづくり	30～60	人権同和政策課	一人ひとりが輝く地域づくりをめざして
18	乳幼児のあそび講座	60	子育て支援課	親子で楽しく遊べるあそびとおもちゃ作り
19	介護保険ってなあに？	60	福祉課	介護保険制度、高齢者福祉サービスについて説明、紹介
20	介護予防でいつまでもはつらつと	60		認知症予防、かんたんな体操など内容は相談に応じます
21	いざという時のために知って安心！ 成年後見制度	30～60		自分や家族の判断能力が低下した時に備える、成年後見制度の説明・相談
22	災害時支えあい台帳登録制度	60～90		避難をする際に助けがいる人を、普段から地域で把握して支えあうための仕組みづくり
23	認知症サポーター養成講座	90		認知症を正しく理解し、関わりや見守り方を学びましょう（冊子代実費）
24	Action 健康づくり ウォーキング講座	60～90	健康保健課	ポールを使った歩き方、スロージョギング、インターバル速歩等健康づくりに効果的な歩き方について
25	Action からだ動かして、すっきり改善教室	60		生活習慣病を防ぐための筋力トレーニング、体操等の紹介
26	Check 自分の体、たしかめてガッテン	20～60		・体のしくみ、血液検査のデータの見方 ・生活習慣病を防ぐための生活習慣
27	Check 市のがん検診の受け方	20～60		市で実施しているがん検診の受け方について

No.	講座名	時間(分)	担当課	内容
28	Check こころの健康	60	健康保健課	こころの病気とその予防法、対処法について
29	Eat 今日からはじまる減塩生活	20~60		高血圧を防ぐための食品選び、食べ方、調理方法等について
30	Eat・Action 糖を上げないコツ	20~60		血糖が気になる方の原因と対策について
31	Eat 健康に食べるってなあに？	20~60		・子どもから大人までバランスのとれた食事について ・コンビニ食、外食等での選び方について
32	おらほの地区の健康状況について	30~90		地区の健康状況の特徴について
33	こどもに多い病気とケガを予防しましょう	60	市民病院	こどもに多い病気やケガの予防について
34	高齢者に多い家庭での事故や感染予防についての基礎	60		高齢者に多い家庭での事故防止策と感染予防の基礎知識
35	糖尿病のお話し	30~60		糖尿病(生活、検査、薬の話、食事の話)
36	認知症のお話し	30~60		認知症の正しい理解とケアについて
37	市民病院の目指す医療と方向	60		市民病院が置かれている現状と今後担う医療
38	便秘の解消法を教えます(奥泉)	30	みまき温泉診療所	便秘の種類や特徴、薬の飲み方などを解説します
39	ピンピンころりで元気に暮らそう！～フレイルの話～(奥泉)	60		高齢になると転倒して寝たきりになることが多くなります 栄養に気を付け、体を鍛えて健康寿命を延ばしましょう！
40	人生会議とは？(齋藤)	60~90		最期まで自分らしく生きるためのヒント
41	在宅医療(齋藤)	30~60		生活の一部として、医療・介護を住み慣れた場所で
42	生命の話	30~60	助産所とうみ	幼児～高校生を対象に生命の誕生のしくみ、命の大切さ
43	子どもに伝える命の大切さ	30~60		保育園、小中学校の保護者向けに命の大切さを伝える
44	ライフデザインセミナー ～あなたの未来を描いてみよう～	60		これから子どもを生み育てる世代の方を対象に、妊娠・出産を含めた正しい知識を学びこれからの人生を考える
45	子育て・孫育て講座	60~120		昔と今の子育ての違いを学ぶ
46	市の農業用水	40	農林課	農業用水について
47	市の農業振興計画	40		市の農業振興計画について
48	湯の丸高原の四季	30	商工観光課	花を中心に紹介したビデオ上映
49	デマンド交通「とうみレッツ号」	60		「とうみレッツ号」の利用方法について
50	住宅が建設できる場所はどこ？	30~60	建設課	住宅の建築に必要な土地の条件や申請手続きについて
51	潤いのある道づくり	30~60		地域の工夫を活かした道路
52	都市計画制度	60		都市計画の制度全般
53	生活に欠かせない上水道と下水道	120	上下水道課	上下水道のはたらき、水の大切さ、水の循環等について(施設見学可)
54	青少年の健全育成 ～メディアリテラシー講座～	応相談	教育課	「スマホ・インターネットの悪影響から子どもたちを守るために」ネット社会の落とし穴(時間等詳細は応相談)
55	市の文化財と歴史	応相談		市内の文化財と歴史について(時間等詳細は応相談)
56	生涯学習とは	20	生涯学習課	生涯学習や公民館活動で地域を活性化するためのきっかけ
57	おはなしサービス	30~60	図書館	紙芝居、パネルシアター、読み聞かせ
58	やさしい家庭介護	60	社会福祉協議会	寝たきり高齢者、認知性高齢者の介護方法
59	はじめようボランティア！ ～さあ、地域での活躍はどこから？～	60		ボランティアの基本的な知識 ボランティア活動事例などの紹介
60	地域の助け合い、支え合いの福祉活動	60		お互いさまの福祉づくりを考えます
61	はじめよう、福祉マップで地域づくり	60		福祉マップの概要と作り方
62	障がいがある方への理解と福祉体験	60		車イス・ガイドヘルプ・手話・点字・高齢者体験や障がいを持つ人の体験談
63	成年後見人制度を知ろう	60~90		成年後見人制度や日常生活自立支援事業
64	エンディングノートを作ろう	60~90		エンディングノートの概要と書き方
65	福祉用具の選び方、扱い方を知ろう	60		車イス、介護ベッド等の選び方、扱い方

申込・問／生涯学習課 社会教育・公民館係 ☎64-5885

**甲種・乙種防火管理者
新規資格取得講習会**

◆日時

甲種／5月28日(木)、29日(金)
両日受講必須

乙種／5月28日(木)の1日のみ

受講(甲種と合同)

いずれも午前9時～午後4時30分

※新型コロナウイルス感染症の流行状況等によっては、開催を中止する場合があります。詳細は消防本部予防課にお問い合わせいただくか、ホームページで確認をお願いします。

◆対象 防火管理業務を行うことのできる管理的な立場にある方

◆場所 上田市丸子文化会館 小ホール

◆定員 100名(先着順)

◆受講料 (テキスト代を含む)

上田地域防火協会会員

甲種／2000円 乙種／1500円

右記以外

甲種／4000円 乙種／3000円

◆申し込み 4月22日(火)午前9時から受付を開始。左記窓口へ直接お申し込みください。(電話申込不可)

申込・圃／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
☎26-0029

査察指導担当

募集

ふれあいウォークin東御
参加者募集

◆日時 5月17日(日)

午前9時10分～

受付 午前8時30分～

◆集合場所 東御中央公園芝生広場

◆コース(すべて往復コースです。)

・らいでんコース(約6.5km)

中央公園芝生広場↓道の駅「雷電くるみの里」↓雷電生家↓中央公園芝生広場

・海野宿コース(約10km)

中央公園芝生広場↓海野宿↓中央公園芝生広場

◆持ち物 飲み物、帽子、雨具、タオル、昼食(必要な方)、上履き(雨天時)

◆服装 動きやすい服装、履きなれた運動靴

◆申し込み 5月11日(月)までに必要事項(氏名、住所、年齢、連絡先参加コース)を添え電話、FAXにてお申し込みください。

申込・圃／文化・スポーツ振興課
スポーツ係 ☎75-1455

☎63-5431

〒863-5431

〒863-5431

〒863-5431

補助金

脳ドック補助金

脳ドックを受けた方へ、年度内1回に限り補助金を交付します。

◆対象 令和2年度に50・55・60・65・70歳になる方で、東御市国民健康保険に加入している方

(昭和45年4月2日～46年4月1日生、40年4月2日～41年4月1日生、35年4月2日～36年4月1日生、30年4月2日～31年4月1日生、25年4月2日～26年4月1日生の方)

◆対象となる受診期間 令和2年4月1日から令和3年3月31日

◆補助金上限額 1万3000円

◆申請方法 健康保健課窓口で申請

◆持ち物 「脳ドック」と記載の領収書、検診結果、健康保険証、印鑑、振込口座のわかるもの

◆申請書提出期限 受診日の翌月の末日まで

◆その他 脳ドックの検査項目内に、MRI検査、MRA検査、頸部エコー検査、心電図検査、特定健診の血液検査の検査項目を全て含んでいる場合に限りです。(オプション検査は対象外)

申請・圃／健康保健課 健康増進係
☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883

☎64-8883



トラクター・耕運機・乗用モア・SS・田植機・管理機・ハインダー・コンバイン 等

**使わなくなった農機
買い取ります!**

高価買取!

査定無料!



株式会社 唐沢農機サービス

まずは
お電話ください

☎0268-62-5262

9:00~17:00
(担当:中沢)

〈広告欄〉

人間ドック補助金

人間ドックを受けた方へ、年度内1回に限り補助金を交付します。なお、補助金は人間ドックまたは市の健診（東御市国保特定健診、後期高齢者健診）のどちらか一方しか申請できませんので、ご注意ください。

◆**対象** 東御市国民健康保険加入者

（令和2年度40歳～受診日74歳）および後期高齢者医療制度加入者

◆**対象となる受診期間** 令和2年4月1日～令和3年3月31日

◆**補助金対象医療機関** 市内外問わず、すべての医療機関

◆**補助金上限額（国保加入者）**

1泊 2万円

半日 1万5000円

◆**補助上限額（後期高齢者医療制度加入者）** 1万円

◆**申請方法**

- ・東御市民病院、佐久総合病院、浅間南麓こもろ医療センター、上田生協診療所、鹿教湯病院で受診した場合、申請の必要はありません。当日は受診券、保険証を持参し、補助金分が差し引かれた金額を病院でお支払いください。
- ・その他の医療機関で受診した場合、受診日の翌月末までに健康増進係窓口で申請してください。

◆**申請時の持ち物**

- ・領収書、健康保険証、印鑑、振込口座のわかるもの
- ・他に助成金がある場合は、その金額がわかるもの
- ・健診結果と特定健診受診券

◆**注意事項**

- ・補助金の交付は、特定健診の検査項目を満たしている場合に限りります。
- ・人間ドックを受ける予定で、受診券をお持ちでない方は、健康増進係へお問い合わせください。

※令和2年3月31日までに受診し、まだ申請していない方は、4月24日（金）までに健康増進係窓口で申請してください。

◆**人間ドックを受診できる市内医療機関**

- ・ささき医院（本海野1673-1） ☎64-3711
 - ・東御記念セントラルクリニック（県165-1） ☎62-1231
 - ・祢津診療所（祢津343-2） ☎62-0273
 - ・東御市民病院 健康管理科（鞍掛198） ☎62-1763
- ※医療機関へ直接予約をしてください。
申請・問/健康保健課 健康増進係
 ☎64-8883

下水道等設備工事にかかる借入金の利子補助制度

下水道の宅内工事資金または合併処理浄化槽の設置工事資金を金融機関から借り入れて行う場合に、利子の一部または全部を市が補助する制度です。

◆**利子補助対象金額** 借り入れ金額が30万円以上100万円まで

◆**利子補給期間** 最高60か月（5年）

◆**利子補給率** 借入利率のうち3.5%（限度額10万円）まで

問/上下水道課 下水道係 ☎64-5874

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2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
- ✉shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp
- ☎64-5806 ☎63-5431

庭木・庭園管理講習 受講者募集

- 講習期間/6月22日（月）～26日（金）のうち4日間（詳細日程は下記にお問い合わせください。）
- 講習会場/上田創造館、豊殿自治センター、上田中央公民館
- 対象/60歳以上でシルバー人材センターに入会し就業を希望する方
- 定員/15名（申込多数の場合は選考）
- 申込期間/5月11日～6月12日
- 持ち物/受講通知、筆記用具、昼食、飲み物
- ※実技の際に木はさみ、剪定はさみ、刈り込みはさみ、剪定用のこぎり、作業用手袋、タオルをご用意ください。（ヘルメットをお持ちでない方は貸し出します。）
- 申込・問/上田地域シルバー人材センター ☎23-6002

第5回ワンバウンドふらば～るバレー大会兼体験会

- 日時/6月20日（土）午前9時～正午
- 場所/上田城跡公園体育館（上田市常磐城1-1-30）
- 申し込み/5月1日（金）～14日（木）の間に、申込書をメールで申し込み先に提出
- その他/上田市ホームページに要項・申込書様式が掲載されていますのでご確認ください。
- 申込・問/上小スポーツ推進委員協議会事務局（上田市事務局）（上田市スポーツ推進課内） ☎23-5196
- ✉suposui@city.ueda.nagano.jp

子育てインフォメーション (5月)

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/ で配信中



東部子育て支援センター (すくすくひろば)

開館時間 月～土曜日 午前9時～午後4時
(日曜日、祝日、年末年始は休館)

こうえんひろば 東御中央公園 (大型すべり台前集合)	26日(火)	午前10時～午前11時	中止
育児座談会(篠原君江助産師)	12日(火)		
ママ～ずリズム	14日(木)		
ママ～ず絵本	18日(月)		
すくすく相談 「甘えと甘やかしは違う?」	20日(水)		
おもちゃドクター	21日(木)		
チャレンジデー (親子運動あそび)	27日(水)		
子育て応援相談	28日(木)		
5月生まれの誕生会	29日(金)		

北御牧子育て支援センター (みまき未来館)

5月31日(日)まで休館します

0歳児のママひろば①	1日(金)	中止
わんぱくビクス	13日(水)	
0歳児のママひろば②	21日(木)	
ふれあいひろば	27日(水)	
おもちゃドクター	28日(木)	

ぼけっとひろば

午前10時～午前11時

滋野コミュニティーセンター	7日(木)	中止
中央公民館 (1階第4学習室)	11日(月)	
祢津公民館	15日(金)	
和コミュニティーセンター	19日(火)	
北御牧子育て支援センター (みまき未来館)	22日(金)	

たんけんひろば

日時 5月8日(金) 午前10時～正午
集合 午前9時45分(出発:午前10時)
場所 東御中央公園 第一体育館南駐車場(芝生駐車場)
講師 (公財)身体教育医学研究所 渡邊 真也氏
服装 親子とも、動きやすく汚れてもかまわない服と靴
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

☎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) ☎67-3676

市内保育園・幼稚園の園開放

市立 保 育 園	田中保育園	☎62-1602	今月の園開放は お休みです
	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	
	くるみ幼稚園	☎75-6113	

☎子育て支援課 保育係 ☎64-5903

図書館だより

新着本案内

◆ 一般書

- 東京、はじまる 門井 慶喜:著
- 晴れの日散歩 角田 光代:著
- 旬の彩り、和のごはん 横山 タカ子:著
- 見て覚えるワインの絵事典 森 覚:監修
- ハーブで楽しむ庭づくり 東山 早智子:監修
- サクサク片付け!パソコン時短術完全マニュアル 森 陽子:著
- 10年後に食える仕事食えない仕事 渡邊 正裕:著
- 図説マヤ文明 嘉幡 茂:著
- 病気にかかるお金がわかる本 畠中 雅子:他著
- 心理療法って何? 古澤 聖子:著
- 香港はなぜ戦っているのか 李 怡:著
- 大人の婚活 橋本 きよみ:著
- 花と動物の「白い切り絵」 平石 智美:著
- ヴァンパイアの教科書 オーブリー・シャーマン:著
- 竹内薫の「科学の名著」案内 竹内 薫:著

◆ 児童書

- てのひらに未来 工藤 純子:作
- ごんべえだぬき 川端 誠:作
- いたずらのすきなけんちくか はた こうしろう:絵
- 薬屋の魔女ティファニー 4 アビー・ロングスタッフ:作
- おまるちゃん きたがわ めぐみ:作
- トーキョードリームマラソン コマヤスカン:作
- はしれ!みんなのSL 溝口 イタル:絵
- ブルーがはばたくとき ブリッタ・テッケントラップ:作
- こもれび 岡田 千晶:絵
- まいごのしにがみ いたう みく:作
- へんなどもだちマンホークン 村上 しいこ:作
- サブキャラたちのグリム童話 斉藤 洋:作
- ぼくだけのファインプレー あさの あつこ:作
- わたしの魔法の羽 小林 深雪:作
- はーい! まるやま あやこ:絵

行事予定 会場は、くるみの部屋(絵本コーナー)です。

図書館については4月1日から制限付きで開館をしています。学習室の利用や閲覧については、ご遠慮いただいている状況です。当面の間は図書館行事も開催を中止しています。今後の状況を見ながら予定していきたいと思っておりますので、最新の状況についてはホームページ等をご確認ください。

休館のお知らせ

◆月末図書整理日 4月24日(金)、5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)

☎市立図書館 ☎64-5886

地域包括支援センター案内 (5月)

☎/福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000

らくらく教室	頭と体を無理なく刺激する介護予防教室	
中央公民館	13日(水)、20日(水)、27日(水)	
滋野コミュニティーセンター	12日(火)、19日(火)、26日(火)	
祢津公民館	13日(水)、20日(水)、27日(水)	
和コミュニティーセンター	11日(月)、18日(月)、25日(月)	
北御牧公民館	1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金)	
中止		
かんたん体操	7日(木)、21日(木)	中止
貯筋体操	12日(火)、26日(火)	
転倒予防水中ウォーキング	7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)	
中止		

保健案内

☎/健康保健課 保健係 ☎64-8882

☎/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	5月27日(水)	令和2年1月生
10か月児健診	5月20日(水)	令和元年7月生
1歳6か月児健診	5月26日(火)	平成30年11月生
2歳児歯科健診	5月12日(火)	平成30年2・3月生
3歳児健診	5月19日(火)	平成29年3月生
受付時間：午後0時50分～ 開始時間：午後1時 場 所：市保健センター (総合福祉センター2階)		
ごっくん離乳食教室	5月14日(木)	対象：令和元年12月生
もぐもぐ離乳食教室	5月15日(金)	対象：令和元年10月生
受付時間：午前9時～ 開始時間：午前9時30分 場 所：市保健センター (総合福祉センター2階)		
もうすぐママ パパ学級	5月23日(土)	対象：令和2年7月～ 8月出産予定日の方
受付時間：午前9時～ 開始時間：午前9時15分 場 所：市保健センター (総合福祉センター2階) 持ち物等：母子手帳、筆記用具、動きやすい服装		

福祉案内

☎/福祉課 福祉支援係 ☎64-8884

地域活動支援センター	
日 時	毎週月～金曜日 午前10時～午後3時
場 所	東御障がい者相談センターさくら2階
対 象	障がいや心に病を持った方など



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	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	5月21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	毎週月～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	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時		不要		
脳いきいき相談(もの忘れ予防)	毎週水曜日	中止		予約制		地域包括支援係 ☎64-5000
家族会(認知症に関する情報交換)	5月21日(木)			不要		
生活・就労総合相談「まいさぼ」 (経済不安、ひきこもり、求職など)	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時	不要	社会福祉協議会 ☎75-0222		
人権擁護委員による 心配ごと相談	5月1日(金)	午前9時～午前11時 午後1時～午後3時	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・心の健康など)	5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		
ミニジョブカフェ (若者の就労相談)	5月21日(木)	午後1時30分～ 午後4時30分	東御市商工会	予約制	東御市商工会 ☎75-5536 商工労政係 ☎64-5895	
在住外国人相談 (ポルトガル語・スペイン語)	毎週月～金曜日	午前9時～午後4時	市役所本館 生活環境課	不要	生活安全係 ☎64-5896	
消費生活相談	毎週月～金曜日	午前8時30分～ 午後5時15分	消費生活センター (生活環境課隣)	不要	消費生活センター ☎75-2410	

※本号に掲載した内容は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止・延期となる場合があります。最新の状況は市ホームページをご確認ください。

●発行/長野県東御市 〒389-0592 東御市東281-2 ☎0268-64-5806 FAX0268-63-5431 No.357 令和2年4月16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 ●☎…電話 ⑤…FAX ㊚…Eメール ㊚…市ホームページ
 ●参加費、申し込み等は、必要な場合のみ記載しています。 ●問い合わせ先の市外局番(0268)は省略しています。

文化会館・美術館のイベント情報

第88回ロビーコンサート ふるさとに寄せる **5月16日(土)** 新型コロナウイルス感染拡大防止のため
13:30開演 入場無料 公演を中止します
 演奏: 傳田実咲、高橋宏典、町田莉佳 ♪ 越谷達之助/「初恋」、G.ドニゼッティ/歌劇《ドン・パスクワレ》より「準備はできたわ!」ほか

第67回ピアノのゆふべ モーツァルトとシューベルトで **ウィーンの音色** **5月22日(金)** 新型コロナウイルス感染拡大防止のため
19:00開演 入場無料 公演を中止します
 演奏: 桑原 結 ♪ モーツァルト/ピアノソナタ 二長調 No.9、シューベルト/4つの即興曲 No.3、No.4 ほか

(4/4開催)「プリマベラ」開催延期について
 本公演は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催を延期させていただきます。楽しみにお持ちいただいたお客様には、たいへんご迷惑をおかけいたしますことを深くお詫び申し上げますとともに、何卒ご理解のほどお願い申し上げます。
 ・延期候補日 2020年10月3日(土)
 詳細などが決定次第、当館HPや窓口にて随時告知いたします。
 ・ご購入済みチケットは、そのまま有効です。
 ・チケット販売は継続して行います。(当館窓口、WEBのみ)
 ・その他、お問い合わせは当館までお願いします。

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) ■月曜休館 (祝日の場合翌火曜)

春の村 (東御市新津付近)



静かに響く、淡く透き通る風景
 鉛筆一本でここまで描ける! 珠玉のデッサンも多数展示
 ★吉田博ほか、新規収蔵品も公開 **4月11日(土) ~ 7月5日(日)**

丸山晩霞記念館 ■TEL 0268-62-3700 ■〒389-0515 東御市常田505-1 文化会館内 ■開館時間 9:00~17:00 ■入館料200円(高校生以上) ■月曜休館 (祝日の場合翌火曜)



新規収蔵品展 **4月12日(日) ~ 6月21日(日)**
 当館が所蔵するコレクションの中から、寄贈作品をまとまった形で紹介する初の機会となります。
 毎月第3日曜 無料送迎あり 田中駅発10:50/絵画館発15:00 要予約

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

日曜当番医	診療時間: 午前9時~午後5時	医療機関名	電話番号	
4月19日		春原整形外科クリニック	☎64-6200	*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・夜間緊急医療案内サービス▶ ☎0570-088-199
4月26日		みまき温泉診療所	☎61-6002	
5月3日		東御記念セントラルクリニック	☎62-1231	
5月10日		ほしやま内科	☎62-3115	
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。
新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口		発熱等の症状がある方: 上田保健所 (☎25-7135) ※24時間対応		

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882