

土砂災害に備えましょう！

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



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。普段と違う状況を発見したり、危ないと感じたときは、ためらわず避難しましょう。

◆ハザードマップを確認しましょう

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「避難所・土砂災害洪水ハザードマップ」(<http://www.city.tomi.nagano.jp/category/2174/130183.html>)をご覧ください。

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ます。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。

- ・東御市の天気・防災気象情報

(<http://city.tomi.jyouho.net/wsweb/template/template.asp>)



- ・長野県河川砂防情報ステーション

(<http://www.sabo-nagano.jp/res/portal.html>)



問／建設課 管理係 ☎64-5892

目次

2P……お知らせ

3P……募集

6P……講座・教室

7P……ホワイトボード

8P……子育てインフォメーション、図書館だより

9P……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

●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。

お知らせ

新型コロナウイルス感染症対策としてイベント等中止・延期のお知らせ

◆中止

・田中地区人権啓発学習会

対象分館…加沢、常田、田中、県、
本海野、西海野、白鳥台、城ノ前

・柵津地区人権啓発学習会

対象分館…新張、出場、金井、新屋、
東町、西宮、姫子沢、滝の沢、柵津、
南、伊勢原、奈良原、横堰、リード
リーくらかけ、鞍掛自治区

※中止となりました田中、柵津、北御
牧（上八重原）地区の人権啓発
学習会は、令和3年度に開催する予
定です。

問／人権同和政策課 人権同和政策係

☎64-5902

・まちづくり懇談会

「市政運営について」は、7月1日
～10日の期間にとうみチャンネルと
市ホームページで配信予定。

問／地域づくり・移住定住支援室

☎71-6790

・北御牧地区夏まつり

「みまきニユードカンコ」

問／夏まつり実行委員会事務局

（地域づくり・移住定住支援室）

☎67-1010

◆延期

・成人式（8月15日）

対象者…平成12年4月2日～平成13
年4月1日生まれの方

※開催日等詳細は決まり次第お知らせ
します。

問／東御市成人式実行委員会事務局

生涯学習課 社会教育・公民館係

☎64-5885

爆音器は適正に使用しましょう

農作物の鳥獣被害防止として爆音器
を使用する場合には、周辺住民に配慮
し次の点に注意してください。

- ・住宅からおおむね100m以上離
れた位置で使用する。
- ・夜間および早朝（夜7時～翌朝5
時まで）には使用しない。
- ・使用する期間は、必要最小限とする。
・可能な限り、爆音器の鳴動間隔を
あけて設定する。

また、爆音器の使用を可能な限り控
え、防鳥ネットや電気柵などの代替に
より騒音被害の防止に努めてください。

◆市民の皆さまへお願い

爆音器は、農作物の鳥獣被害を防止
するためにやむを得ず使用するもので
すので、ご理解、ご協力をお願いしま
す。また、むやみに爆音器に近づかな
いようにしてください。

問／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。この「農業振興地域」の農用地
（農振農用地）を転用して農業以外の
目的に利用することはできません。や
むを得ず住宅など他の目的に利用した
い場合は、農振農用地からの除外手続
が必要で。

農振農用地の除外申請の受付を次の
とおり行いますので、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。

◆申請期間

7月16日（木）～31日（金）

◆申請書類

左記窓口でお渡ししています。

◆注意事項

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
地転用の要件を満たすこと等が必要で
すので必ず事前にご相談ください。

申請・問／農林課農政係

☎64-5894



令和2年度 生涯学習講座の 開講のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止の
ため、開講を延期していました、中央
公民館・各地区公民館・図書館主催の
生涯学習講座は、7月から開講を予定
しています。

詳細が決まりましたら、申込者には
お知らせします。

なお、今後の新型コロナウイルス感
染の状況によっては再度開講を延期す
る場合があります。

問／生涯学習課 社会教育・公民館係

☎64-5885



訂正とおわび

<市報とうみ6月号3p>

新型コロナウイルス感染症の
影響に伴う税・料金等の緩和軽
減支援・相談窓口の一部に誤り
がありました。

訂正しておわび申し上げます。

誤 健康・こころの相談

☎62-8882

正 健康・こころの相談

☎64-8882

水道メーター交換のお知らせ

水道メーターは、計量法によって検定満期（8年）ごとの交換が義務づけられており、市では6月中旬から11月中旬までの期間に交換を実施します。該当する方には、お知らせのハガキ「水道メーター（量水器）の交換について」をお送りします。また、交換は市が依頼した水道指定工事業者が、無料で行います。

◆交換作業時のお願い

- ・作業のため敷地内に入らせていただきます。立ち会いは必要ありませんが、不在の場合でも交換させていただきますのでご了承ください。
- ・メーターボックスの上に車を駐車したり、周囲に物を置いたりすると、交換作業に支障がありますので、移動にご協力ください。
- ・犬や家畜などは、メーターから離れた場所に繋いでおいてください。
- ・交換作業中は断水となります。作業は30分程で終了しますので、ご協力をお願いします。
- ・メーター交換後、水道管の中に空気が入り、水が白く濁ることがあります。その場合は、水を少し流してからお使いください。
- ・詳細については、送付されたハガキをご確認ください。

問／上下水道課 水道係

☎64-5884

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。薬物の乱用は心と体をむしばみ、生活と人間関係を破壊します。違法な薬物や怪しい薬には断固として手を出さない、強い気持ちを持ちましょう。

・薬物は依存性が高く、自分の意思では止められない「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、誰かに相談しましょう。

◆薬物依存、乱用防止の相談窓口

長野県精神保健福祉センター

☎026-227-1810

上田保健福祉事務所

☎25-7149

問／健康保健課 保健係

☎64-8882

生活環境課 生活安全係

☎64-5896



募集

スポーツ推進委員を募集します

市民のスポーツ推進のために活動する、スポーツ推進委員を募集します。

◆募集人員 1名

◆募集期限 7月16日（木）

◆応募書類

・履歴書（市販のもので可。市ホームページから入手できます。）

・志望理由書（任意様式）

◆任期 8月1日～令和3年3月31日

応募・問／文化・スポーツ振興課

スポーツ係 ☎75-1455

今年のサマージャンボ宝くじは、
1等・前後賞合わせて7億円！
同時発売のサマージャンボミニは、
1等1,000万円！

◆発売期間

7月14日（火）～8月14日（金）

◆抽せん日 8月21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。県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

（公財）長野県市町村振興協会

とうみ応援クーポン券（割引券）の取扱加盟店を募集しています

◆趣旨 市と市商工会では、新型コロナウイルス感染症の影響を受けている地域経済の活性化を目的に、「地域力アップ・新型コロナウイルスに負けるな大作戦」として、①県の「新型コロナウイルス対策推進宣言の店」、②東御応援クーポン券登録店、③市内店舗巡りスタンプラリー登録店の3つの事業の参加店を募集しています。

◆対象 市内で飲食業、宿泊業、その他サービスの店舗を営む中小企業者（個人事業主を含む）および小売店（大規模小売店舗立地法対象店舗を除く）

◆申し込み

申込方法等の詳細については、市商工会のホームページをご覧ください。

問／東御市商工会

☎75-5536

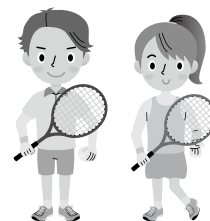
商工観光課 商工労政係

☎64-5895



令和2年度スポーツ教室受講者募集

- ◆申込期限 6月24日(水) 午前9時～午後5時(土・日曜日を除く)
- ◆申込方法 第一体育館(☎62-2200)へ直接または電話でお申し込みください。
- ◆受講料 高校生以上64歳以下 4,850円(うち保険料1,850円)
65歳以上 4,200円(うち保険料1,200円)
中学生以下 3,800円(うち保険料800円)
※上記以外にも、各教室で必要な費用を集金する場合があります。



◆スポーツ教室参加料受付

日時 6月28日(日) (時間内にお越しください。)

受付 午前9時～午前11時

場所 第一体育館

持ち物 受講料(保険料)、上履き(スリッパ等)、筆記用具、メモ用紙、保護者同意書(小学生のみ)



◆実施教室・期間等 ※一部を除き、各教室とも男女の参加が可能です。

No.	教室名	対象	期間・曜日・時間	回数	場所	定員	内容
1	陸上競技	小学3年～ 中学生	7月8日～11月18日 毎週水曜日 午後6時30分～午後8時	20	東御中央公園 芝生広場他	50	陸上競技 種目全般
2	ソフトテニス (一般・中学)	中学生～一般	7月4日～1月9日 毎週土曜日 午前6時～午前8時	25	東御中央公園 テニスコート	無制限	基礎から ゲーム
3	ソフトテニス (小学生)	小学3年～ 小学6年	7月4日～1月9日 毎週土曜日 午前6時～午前8時	25	東御中央公園 テニスコート	無制限	基礎から ゲーム
4	テニス (上級者)	一般	7月7日～9月8日 毎週火曜日 午後7時～午後9時	10	東御中央公園 テニスコート	20	基礎から ゲーム
5	テニス (初・中級者)	一般	7月7日～9月8日 毎週火曜日 午後7時～午後9時	10	東御中央公園 テニスコート	20	基礎から ゲーム
6	バドミントン	一般 (高校生除く)	7月8日～12月23日 毎週水曜日 午後7時30分～午後9時30分	25	東御中央公園 第二体育館	30	基礎から ゲーム
7	柔道	小学1年～一般	7月11日～1月9日 毎週土曜日 午後7時～午後8時30分	25	東御中央公園 武道館	50	基礎から 応用
8	剣道	小学1年～ 高校生	7月8日～1月6日 毎週水曜日 午後7時～午後9時30分	25	東御中央公園 武道館	30	基礎から 応用
9	空手 (東部会場)	小学1年～一般	7月6日～1月18日 毎週月曜日 午後7時30分～午後8時30分	25	東御中央公園 武道館	30	基礎から 応用
10	空手 (北御牧会場)	幼児(年長)～ 一般	7月11日～12月26日 毎週土曜日 午後6時～午後8時	24	ふれあい体育館 (研修室)	25	基礎から 応用
11	弓道	中学生～一般	7月11日～12月26日 毎週土曜日 中学生 午後7時30分～午後8時45分 午後7時30分～午後9時	22	東御中央公園 弓道場	30	基礎から 応用
12	ミニバスケット ボール	小学生男女 1年～6年	7月9日～1月7日 毎週木曜日 午後6時～午後7時30分	25	東御中央公園 第二体育館	各40	基礎から ゲーム
	バスケット ボール	中学生～一般	7月9日～1月7日 毎週木曜日 中学生 午後7時30分～午後8時45分 午後8時～午後9時30分	25	東御中央公園 第二体育館	30	基礎から ゲーム
13	サッカー	小学1年～ 小学6年	7月9日～11月26日 毎週木曜日 午後7時～午後9時	17	東御中央公園 グラウンド	無制限	トレーニング とゲーム
14	卓球 (小中学生)	小学4年～ 中学生	7月11日～1月30日 毎週土曜日 午後6時30分～午後8時	25	東御中央公園 第二体育館	50	基礎から ゲーム
15	卓球(一般)	一般	7月8日～1月6日 毎週水曜日 午後8時～午後9時	25	東御中央公園 第一体育館	30	基礎から ゲーム

No.	教室名	対象	期間・曜日・時間	回数	場所	定員	内容
16	卓球 (北御牧会場)	高校生～一般	7月10日～1月29日 毎週金曜日 午後7時45分～午後9時45分	25	ふれあい体育館	15	基礎から ゲーム
17	バレーボール	小学1年～一般	7月11日～1月30日 毎週土曜日 小中学生 午後6時30分～午後8時30分 午後6時30分～午後9時30分	25	東御中央公園 第一体育館	100	基礎から ゲーム
18	ミニビーチ ボール	小学1年～ 小学6年	7月7日～12月15日 毎週火曜日 午後7時～午後8時30分	25	東御中央公園 第二体育館	50	基礎から ゲーム
20	ゴルフ (ジュニア)	小学生～高校生	7月11日～10月31日 毎週土曜日 午前6時～午前7時15分	18	浅間高原 カントリー倶楽部	10	基礎から ゲーム
21	ゴルフ (初心者)	一般	7月7日～12月22日 毎週火曜日 午後7時～午後8時30分	25	こもろゴルフ スクエア	40	基礎から ゲーム
22	東御キッズ 野球教室	小学1年～ 小学6年	7月8日～11月25日 毎週水曜日 低学年 午後6時～午後7時30分 高学年 午後7時30分～午後8時45分	20	東御中央公園 グラウンド西	20	基礎から ゲーム
23	スキー・ スノーボード	小学生～一般	詳細は後日お知らせします。	2	湯の丸スキー場	スキー70 スノボ10	初心者 から

申込・問／(特非) 東御市体育協会 (第一体育館内) ☎62-2200 (文化・スポーツ振興課 スポーツ係)

令和2年度スポーツ少年団 団員・指導者募集

- ・すべての団体において男女の参加が可能です。
- ・お申し込みや登録料・参加料の負担、また不明な点等につきましては、代表者の方へ連絡してください。

団体名および種目	対象	練習日時	練習場所	代表者
祢津スポーツ少年団 (軟式野球)	幼児(年中)～ 小学6年	毎週日曜日 午前9時～午前11時30分	市営グラウンド	篠原 博文
田中スポーツ少年団 (軟式野球)	小学1年～6年	毎週土・日曜日 午前8時～正午	市営グラウンド	小林 勝
和スポーツ少年団 (軟式野球)	小学1年～6年	毎週日曜日 午前8時～正午	市営グラウンド	依田 純也
滋野スポーツ少年団 (軟式野球)	小学1年～6年	毎週土・日曜日 午前8時～正午	市営グラウンド	小宮山 俊一
和剣道スポーツ少年団 (剣道)	小学1年～6年	毎週土曜日 午後6時～午後8時	市営体育館	西原 日文
尚武館スポーツ少年団 (剣道)	幼年～中学生	毎週木曜日 午後7時～午後9時	ふれあい体育館 研修室	北澤由紀男
東御ドッジボールスポーツ少年団 (ドッジボール)	小学1年～6年	毎週土曜日 午前9時～午前11時	市営体育館	村山 弘子
北御牧少年野球スポーツ少年団 (軟式野球)	小学1年～6年	毎週日曜日 午前8時～正午	市営グラウンド	武井 良一
北御牧剣道スポーツ少年団 (剣道)	小学1年～中学生	毎週金曜日 午後7時～午後9時30分	北御牧体育館	木次 清美
北御牧ミニバスケットボール スポーツ少年団 (バスケットボール)	小学1年～6年	毎週土曜日 午後5時～午後8時	市営体育館	大塚 光博

問／東御市スポーツ少年団本部 (第一体育館内) ☎62-2200 (文化・スポーツ振興課 スポーツ係)

市政への提言「私のひとこと」 HP

市民の皆さまとともに住みよいまちづくりを進め、市の魅力を向上させるために、市民の皆さまからのアイデアをお寄せいただき、市政運営に活かします。

◆受付期間

7月1日(水)～31日(金)

◆提言のテーマ 市政全般

◆提言書の記入方法

用紙は市ホームページから入手できます。また、投書箱設置場所にも備えてあります。

◆提言書の送付方法

投書箱への投かん、郵送、FAX、Eメール

◆投書箱の設置場所

市役所本館1階・市民ラウンジ、北御牧庁舎1階、中央公民館2階

◆提言書の取り扱い

・正確な記入がない場合は、回答しません。

・個人が特定できないように編集したうえで、市報とうみや市ホームページで紹介することがあります。

・匿名の方からの提言、または特定の個人を誹謗・中傷するものについては、回答しません。

問／企画振興課 企画政策係

☎64-5893 (F)63-5431
✉kikaku@city.tomi.nagano.jp

講座・教室

ハクビシンの捕獲に伴う安全捕獲講習会

◆日時 随時(事前連絡必要)

◆場所 市役所農林課会議室

◆内容 ※講習時間は概ね30分

①捕獲に伴う知識について

②申請書類の記入、捕獲実施までの流れについて

◆持ち物 筆記用具、印鑑

◆申し込み 随時受付しています。

◆その他

・講習終了後、箱わな(捕獲資材)を貸し出しますので、積み込み可能な車でお越しください。

(箱わな寸法: 40cm×40cm×80cm)

・箱わなの貸出期間は原則3カ月以内です。台数に限りがあるため、貸し出し中の場合はお待ちいただくことがあります。

・この講習会を受講していただく事で、狩猟免許を所持していなくても自己所有地(住宅、農地等)において、ハクビシンを捕獲することができま

申込・問／農林課 耕地林務係

☎64-5898

親子でわくわくプール教室

◆日時 7月(令和3年)3月

毎月第3土曜日

午前11時～午前11時45分

◆場所 ケアポートみまき

温泉アクティブセンター

◆対象 発達の支援が必要な市内在住の子ども(幼児から小学生)とその保護者

◆定員 10名(先着順)

◆費用 毎回のプール利用料(大人1200円、子ども600円(小学生未満))

※各種障害者手帳所持者は減免制度があります。

※スポーツ保険に加入します。

◆講師 温泉アクティブセンタースタッフ

【事前説明会】

※第1回目の教室の前に保護者向け説明会を行います。

◆日時 7月18日(土)

午前10時30分～午前10時45分

◆申込期限 7月1日(水)

申込・問／福祉課 福祉支援係

☎64-8884





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)

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



令和2年度税務職員採用試験

税務署や国税局で税のスペシャリストとして勤務する税務職員（国家公務員）を募集します。

○受験資格／

1 令和2年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない者および令和3年3月までに高等学校または中等教育学校卒業見込みの者

2 人事院が上記に1に掲げる者に準ずると認める者

○試験の程度／高等学校卒業程度

○申込方法／【原則】インターネット申し込み

<http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.htm1>

受付期間：6月22日（月）午前9時～7月1日（水）
受信有効

【インターネット申し込みができない場合】

希望する第1試験地を所轄する国税局
（沖縄国税事務所）

○試験日／第1次試験日 9月6日（日）

第2次試験日 10月14日（水）～23日（金）

のいずれか第1次試験合格通知書で指定する日時

○合格者発表日／第1次試験合格者 10月8日（木）

最終合格者 11月17日（火）

●問／・インターネット申し込みに関するお問い合わせ

人事院人材局試験課 ☎03-3581-5311

・上記以外の問い合わせ

関東信越国税局人事第二課試験係

☎048-600-3111

令和2年度佐久水道企業団職員採用試験

○試験区分／上級

○職種／技術職（土木、建築、電気、機械、化学、情報）

○採用予定人員／若干名

○受験資格／

・平成6年4月2日から平成11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。）を卒業または令和3年3月までに卒業見込みの人。

・受験時の住所要件はありませんが、災害等非常時への迅速な対応のため、採用後は構成市町（佐久市、佐久穂町、御代田町、東御市）もしくは、概ね30分で通勤可能な区域に居住することを要件とします。

・技術職は、各学校で専攻した方に限ります。

○受付期間／7月15日（水）～8月7日（金）午後5時

○第1次試験日／9月20日（日）

○場所／佐久水道企業団

※詳細は、佐久水道企業団ホームページトピックスをご覧ください。

●☎問／問／佐久水道企業団 総務課庶務係

☎0267-62-1290

新型コロナウイルス感染症対策として イベント等中止のお知らせ

○田中祇園祭／7月18日（土）

●問／東御市商工会 ☎75-5536

○田中花市／8月12日（水）

●問／東御市商工会 ☎75-5536

○祇津祇園祭／7月11日（土）

●問／東町区長（柳沢）☎62-2738

○第19回ほたる祭り／6月下旬から7月上旬

●問／大川ほたるの里委員会（真壁）☎64-0170

雑草でお困りでは
ありませんか？

東御市限定

草刈り代行
お任せください！

- ・草刈りする時間が無い
- ・自分たちでは手に負えなくなった
- ・面倒だし、体力的に大変だ

1坪あたり 50円～99円（税込）

別途 基本料金 3,000円

※草処分費は別途ご相談

※草丈や地形（傾斜）によって表示金額（50円～99円）の料金が変わります。

ご相談・お見積り
無料

定期管理や条件で
各種割引あります。
お気軽にご相談ください。
低木の伐根、荒廃地整備も
ご相談ください。



アルファーム

〒389-0516 東御市田中253-1

農産事業部

担当：小林



0268-75-7472

9:00～18:00（日曜日除く）

くみり栽培を通じて
草刈り、荒廃地整備の
経験豊富です。

〈広告欄〉

子育てインフォメーション（7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～金曜日（土・日曜日、祝日、年末年始は除く）
午前9時30分～午前11時30分・午後1時～午後3時

おもちゃドクター	9日(木)	中止
ママ～ずのリズムあそび	13日(月)	中止
育児座談会(篠原君江助産師)	14日(火)	午前10時30分～午前11時30分 ※午前中は座談会参加者のみの利用(要予約)
ママ～ず絵本	20日(月)	中止
すくすく相談(芹澤文子心理士) テーマ「だだこね・かわりかた①」	21日(火)	午前10時～午前11時15分 ※午前中はすくすく相談参加者のみの利用(要予約)
子育て応援相談	28日(火)	午前9時30分～午前11時30分
子育て期の母親のための就労相談	31日(金)	午前10時～午前11時30分

北御牧子育て支援センター（みまき未来館）

開館時間 月～金曜日（土・日曜日、祝日、年末年始は除く）
午前9時30分～午前11時30分

ふれあいひろば (マッサージ体操・プールボール遊び)	1日(水)	午前10時～ 午前11時30分 ※行事参加者のみの利用
わんぱくピクス	8日(水)	
0歳児のママひろば①保健師の話	15日(水)	
0歳児のママひろば②交流会	28日(火)	
おもちゃドクター	30日(木)	中止
水あそびのおもちゃをつくろう!	17日(金) 22日(水)	午前10時～ 午前11時30分

たんけんひろば

日時 7月10日(金) 午前10時～正午 雨天決行
場所 四季の森 (定員15組)
服装 親子とも、動きやすく汚れてもかまわない服(長袖・長ズボン・長靴)
持ち物 お弁当、水筒、着替え、帽子、長靴、虫かご、雨具、敷物、ごみ袋など申し込み
申し込み 7月1日(水) までに東部子育て支援センターへ

☎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

※園開放については、新型コロナウイルス感染症の状況により中止になることもあります。

市立保育園	祐津保育園 ☎63-6816 北御牧保育園 ☎67-2093 田中保育園 ☎62-1602 滋野保育園 ☎63-6468 和保育園 ☎63-6815	園開放についてはコロナ感染症の状況をみて行う予定です。各園にお問い合わせください。
海野保育園	☎62-2800	21日(火)午前9時30分～午前11時 泥んこ遊び、水遊びを一緒に楽しもう 持ち物 着替え、水筒 (雨天時は、わらべ歌、リズム遊び)
くるみ幼稚園	☎75-6113	8日(水)午前11時～午前11時30分 親子登園(要予約) ・年少さんと一緒に水遊びをしよう ・パン給食を食べよう 持ち物 水着、水筒 (雨天の場合は室内運動)

☎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

- 木になった亜沙 今村 夏子：著
- 空の声 堂場 瞬一：著
- 自由というサプリ いたう せいこう：他著
- 図解よくわかるスマート農業 三輪 泰史：編著
- 世界でいちばん素敵なワインの教室 前場 亮：監修
- 毎日おいしい！鶏むね肉レシピ 牛尾 理恵：著
- 植物色の毎日 井上 盛博：著
- 籐で作るアクセサリと小物 堀川 波：著
- スタンダードなメンズ服 駒場 健太：監修
- はじめての簿記入門 倉島 進：他著
- 12歳までの最強ストレッチ 谷 けいじ：著
- あごの痛みが消える！ 原 節宏：著
- 寺檀紛争！お寺は誰のもの 小笠原 孝祐：著
- 世界最高の教室 ダイアン・ダヴァナー：著

◆ 児童書

- ぼくのポーポがこいをした 米増 由香：絵
- 王の祭り 小川 英子：作
- おねがい流れ星 如月 かずさ：作
- レッツはおなか ひこ 田中：作
- どうぶつクッキー 彦坂 有紀：他作
- なぞなぞちゃん さいとう のぶ：作
- おひさまでるよ 齋藤 禎：作
- ねずみくんはめいたんてい 上野 紀子：絵
- えんそくのおばけずかん 斉藤 洋：作
- もったかぞえてみよう ディック・ブルーナ：作
- かなへび 石森 愛彦：絵
- とんでいく 岡崎 立：絵
- あやしの保健室 4 染谷 果子：作
- おかしっこ学校はじめ組はじめてのハリキリにっちょくになんじゃ 北川 チハル：作

行事予定 会場は、図書館2階研修室1です。

◆ 図書館職員によるおはなし会

日時 7月10日(金) 午前10時30分～
対象 未就園児とその保護者
テーマ 『にぎやかな なつ♪』
内容 大型絵本・ペープサートなど

※新型コロナウイルス感染症対策として、時間を短縮して行います。状況により、中止させていただく場合がございます。ご来館の際は、マスク着用をお願いします。

休館のお知らせ

◆ 月末図書整理日 6月26日(金)、7月31日(金)

☎市立図書館 ☎64-5886

地域包括支援センター案内（7月）

問／福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000

*感染症予防等の対応のため、中止になる可能性もありますのでお問い合わせください。
*プール以外の教室は、1回の参加人数を調整するため、各教室を2回ずつ開催します。
できるだけ、自宅電話番号の末尾が偶数の方は①、奇数の方は②の教室にご参加ください。

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	1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)
※29日のみ人権センター	①午前10時～午前10時45分 ②午前11時～午前11時45分
滋野コミュニティセンター	7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火)
	①午前10時～午前10時45分 ②午前11時～午前11時45分
祢津公民館	1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)
	①午後1時～午後1時45分 ②午後2時～午後2時45分
和コミュニティセンター	6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)
	①午前10時～午前10時45分 ②午前11時～午前11時45分
北御牧公民館	3日(金)、10日(金)、17日(金)、31日(金)
	①午前10時～午前10時45分 ②午前11時～午前11時45分
かんたん体操	2日(木)、16日(木) 時間：①午後1時～午後1時45分 ②午後2時～午後2時45分
貯筋体操	14日(火)、28日(火) 場所：東御市福祉センター
転倒予防水中ウォーキング	2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木・祝)、30日(木)
時間：午後1時15分～午後1時45分 場所：温泉アクティブセンター（入館料 1,200円）	

保健案内

子育て支援センター

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	7月22日(水) 令和2年3月生
10か月児健診	7月15日(水) 令和元年9月生
1歳6か月児健診	7月21日(火) 平成31年1月生
2歳児歯科健診	7月7日(火) 平成30年4・5月生
3歳児健診	7月14日(火) 平成29年5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	7月16日(木) 対象：令和2年2月生
もぐもぐ離乳食教室	7月17日(金) 対象：令和元年12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	7月11日(土) 対象：令和2年9月～10月 が出産予定日の方
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	

福祉案内

問／福祉課 福祉支援係 ☎64-8884

	地域活動支援センター	はーと・ほっと・サロン
日時	毎週月～金曜日 午前10時～午後3時	7月13日(月) 午後1時30分～午後4時30分
場所	東御障がい者相談センターさくら2階	滋野コミュニティセンター 和室
対象	障がいや心に病を持った方など	心に病を持った方やその家族など



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	7月16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	午前9時～午後4時30分		予約制	
家族会(認知症に関する情報交換)	7月16日(木)	午後1時30分～午後3時		不要	
生活・就労総合相談「まいさぼ」 (コロナによる失業、収入減等)	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時	東部人権啓発センター	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	7月3日(金)	午前9時～午前11時 午後1時～午後3時		不要	
人権よろず相談(法律・登記・行政・ 人権・心の健康など)	7月17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	人権同和政策係 ☎64-5902
ミニジョブカフェ (若者の就労相談)	7月16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感染症対策として、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.359 令和2年6月16日
Eメール shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp ホームページ <https://www.city.tomi.nagano.jp/>
●編集／東御市企画振興部企画振興課 ●印刷／(株)アオヤギ印刷 ●☎…電話 ●FAX…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

●新型コロナ感染症対策にご協力をお願いいたします。●ご利用に関する一部制限、ご利用予約などはお問い合わせ下さい。

音楽広場

ロビーコンサート、ピアノのゆふべなど
最新映像を高画質高音質で多数公開中!

(緊急事態宣言解除後の無観客による演奏やオンライン動画。今後もどんどん追加します)



神原恵里子



アマデウス



Le Risa



ボム・トリオ



Js文化フォーラム

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)



盛夏
(小諸大橋からの千曲川)

静かに響く、淡く透き通る風景

おうちでカンタンアート動画公開中

まるやまばんか

検索

★やってみよう!



開催中

~9月13日(日)

丸山晚霞記念館 ■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)



須藤美玲子

新規収蔵品展

開催中

~9月22日(火・祝)

令和元年度に寄贈によって新たに収蔵した作品を中心に、会期を延長して展示。

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 9:30~17:00 ■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
6月21日	みまき温泉診療所	☎61-6002
6月28日	春原整形外科クリニック	☎64-6200
7月5日	東御記念セントラル	☎62-1231
7月12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～正午/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 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 ・内科 ☎21-2280 ・小児科 (15歳以下) ☎21-2233 ※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 >>	
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