



市報
No.213

とらみ

1 TOMI CITY
2022
月号
January

謹賀新年

特集

丸山智己 × 宮入法廣

俳優

刀匠

スペシャル対談

巡るふるさと“とらみ”

今月の表紙「東御市ふるさとPR大使丸山智己 in 海野宿」

目次

- 2 市長新年あいさつ
- 3 写真と振り返る東御市の一年(2021年)
- 4 巡るふるさと“とらみ”
- 6 スペシャル対談【俳優】丸山智己×【刀匠】宮入法廣
- 10 総合型地域スポーツクラブSany TOMI 令和4年度 会員登録予約スタート!!
- 11 海野宿滞在型交流施設「うんのわ」での取り組みについて
- 12 税金の申告相談のお知らせ
- 14 情報コーナー
- 27 市民病院&しんたいの「ちょっと耳よりな話」特別編
- 28 東御市総合計画進捗管理・施策評価制度による評価結果を公表します
- 32 心の眼/令和2年国勢調査結果
- 33 ほどよく、田舎。とうみ～今月のベストショット～/目指そう!ゼロカーボンシティとうみ/宝くじ助成事業の活用
- 34 まるごと生活百科/市議会12月定例会
- 36 地域おこし協力隊が行く!
- 37 すくすく育てとうみっ子!!/トピックス(地域の話題)

市長 新年あいつつ

夢に向かって一歩ずつ

新年あけましておめでとうございます。
市民の皆さまにおかれましては、健やかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また、日頃より市政に対しご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

新型コロナウイルス感染症について

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルス感染症が8月をピークに猛威を振るい、全国的に感染が拡大し、上田圏域においても県独自の感染警戒レベルが「5」に引き上げられるなど、地域経済や社会活動が大きな影響を受けました。現在、感染状況は全国的に落ち着きをみせておりますが、まだまだ予断を許さない状況は続いております。市内におきましては、雷電まつりなどの大規模なイベントは一昨年に続き中止とさせていたいただきましたが、秋以降、新型コロナウイルス感染防止対策をとりながら火のアートフェスティバルを開催するなど、「ウィズコロナ」における新たな日常を再開しつつあります。

これまでの感染拡大防止への取り組み、また円滑なワクチン接種へのご協力を感謝いたしますとともに、引き続きのご理解とご協力をお願い申し上げます。

あげます。市としましても、国や県と連携しながら感染症対策とともに産業経済活動の再興対策等の取り組みを進めてまいります。

シティプロモーションについて

5月には「東御市シティプロモーション戦略」に基づくプロモーション事業の一環として、滋野・大石出身で俳優の丸山智己さんに「東御市ふるさとPR大使」に就任いただくとともに、シティプロモーション・ロゴマークを策定いたしました。ロゴマークにつきましては、市民の皆さまの投票により決定させていただきましたが、特に市の将来を担う小・中学生から多くの投票をいただきましたことは大変喜ばしく感じております。大使の発信力と、ロゴマークを活用した「オールとうみ」でのプロモーション活動の推進により、「ほどよく田舎。とうみ」の魅力をより多くの皆さまに届けてまいります。

湯の丸高原スポーツ交流施設について

7月から9月にかけて、1年延期となっておりました東京オリンピック・パラリンピック競技大会が開催され、湯の丸でトレーニングを積んだ日本



代表選手に多くの市民が注目し、期待が寄せられました。そのような中、日本競泳女子初となる個人種目2冠を達成した大橋悠依選手おはし ゆいの快挙は、我々に夢と感動を与えてくださいました。

湯の丸でトレーニングを積まれた選手の活躍は、これまで「湯の丸からセンターポールに日の丸を！」を標榜し、整備・運営に取り組んできた「GMOアスリートパーク湯の丸」が地域貢献に果たす役割と、秘められた可能性を改めて認識するとともに、今後の東御市創生における重要な資源であることを確信したところでもあります。

新年の抱負

昨年はコロナ禍にありながら、東京オリンピック・パラリンピック競技大会での日本代表選手の活躍に勇気づけられた方も多かったことと思えます。

「アフターコロナ」の時代を見据え、東御市が持つポテンシャルを最大限に活用し、活気に満ち溢れ、元気で輝き続けられる「持続可能な美しいふるさとづくり」を市一丸となって更に前進させてまいります。

結びに、本年が市民一人ひとりととりまして「日常のすばらしさが実感できる年」となりますようご祈念申し上げます。

東御市長 花岡 利夫

写真と振り返る東御市の一年

2021年



▲東御市ふるさとPR大使
丸山智己さん就任



▲シティプロモーションロゴマーク決定



▲新型コロナウイルスワクチン接種開始



▲GMOアスリートパーク湯の丸
ヴェリッジ別館開所



▲『GMOアスリートパーク湯の丸屋内プール』
利用者が東京オリンピック・パラリンピックで
多くのメダルを獲得



▲本海野地籍千曲川護岸災害復旧工事完了

2021年を振り返って

- 4月 市公式LINE利用開始(12日)
- 5月 65歳以上新型コロナウイルスワクチン接種開始(17日)
シティプロモーションロゴマーク決定(17日)
東御市ふるさとPR大使に丸山智己さん就任(17日)
- 6月 湯の丸高原山開き安全祈願祭(1日)
- 7月 本海野地籍千曲川護岸災害復旧工事完了(9日)
50〜64歳新型コロナウイルスワクチン接種開始(13日)
ワクチンパスポート申請受け付け開始(26日)
- 8月 モルドバ競泳選手団Tokyo2020出場報告会(1日)
16〜49歳新型コロナウイルスワクチン接種開始(10日)
平和祈念式(15日)
12〜15歳新型コロナウイルスワクチン接種予約開始(27日)
- 9月 巨峰の王国まつり「収穫祭」(1日)
市防災訓練(5日)
- 10月 GMOアスリートパーク湯の丸ヴェリッジ別館開所(10日)
東御の日記念式典(3日)
火のアートフェスティバル2021(9・10日)
チャレンジデー(27日)
- 11月 経済復興祈念花火打上げ(3日)
湯の丸高原冬山安全祈願祭(19日)
湯の丸スキー場オープン(28日)

巡る

ふるさととうみ



市役所表敬訪問



with 巨ん太・ぷるる



ワイン&ビアミュージアム



令和3年5月に東御市ふるさとPR大使に就任した滋野地区出身で俳優の丸山智己さんが、「思い出の地を巡る&新しい魅力を発見する」をテーマに市内各所を訪れました。

11月17、18日の2日間で地元滋野地区を中心に懐かしい思い出の場所と、ワイン&ビアミュージアムやGMOアスリートパーク湯の丸屋内プールなど、丸山大使がふるさとを離れてからつくられた「新たなとうみ」を訪ねるとともに、地元の方々と交流を深めました。

丸山大使は、市役所へ表敬訪問した際に「離れてみるとあらためて東御市の魅力を感じるし、磨けば輝く可能性をものすごく感じている。ふるさと、とうみ」の魅力を皆さんと再発見し、県内外、全国、世界に知ってもらいたい」と力強く語られました。

2日間の様子を撮影したPR動画は、後日市公式YouTubeへ掲載しますので、楽しみにお待ちください。

読者の皆さまも、今回の丸山大使の訪問をきっかけに、あらためて「東御市の魅力」について考えてみませんか。

Profile

俳優 **丸山 智己** まるやま ともみ

所属：株式会社キューブ



東御市滋野地区出身

1975年3月27日生まれ。

映画「NANA」にてヤス役を演じて注目を集め、その後テレビドラマを中心に舞台等幅広く出演する。2014年に上演された蜷川幸雄演出、彩の国シェイクスピア・シリーズ第29弾「ジュリアス・シーザー」は上田市交流文化芸術センターでも上演され、凱旋公演となった。

最近の主な出演作には「アンラッキーガール」「ラジエーションハウスⅡ～放射線科の診断レポート～」「私たちはどうかしている」などがある。

またNHK長野「知るしん」では不定期で旅コーナー「丸山智己がゆく！」が放送されている。

明神館



海野宿



おだくらまこと
小田倉 真選手
(トライアスロン)

GMOアスリートパーク湯の丸
屋内プール



横堰池



雷電生家



母校 滋野小学校



市報とうみ 読者プレゼント!!

丸山大使から市報とうみ読者の皆さまへサインをいただきました。

抽選で5名の方へプレゼントさせていただきます。

ご希望の方は二次元コードを読み取っていただき回答フォームからご応募ください。



●問い合わせ先 企画振興課 広報統計係 ☎ 64-5806



スペシャル対談

俳優

丸山智己

11月17日、丸山大使は、八重原にある宮入刀匠の工房へ。

俳優と刀鍛冶の新たな出逢い。

東御市を出て活躍される丸山大使と、東御市に拠点を構える宮入刀匠。

東御市にゆかりのあるお二人に、普段はなかなか聞くことのできない「市に対する想い」や「仕事に向かう姿勢」について語っていただきました。



東御市との出逢い

司会 まずは、宮入刀匠（以下、「宮入」）に東御市に工房を持つようになったきっかけや、仕事をするにあたっての東御市の環境についてお伺いしたいと思います。

宮入 工房を持つようになったきっかけは、前の仕事場は駅に近くて音や振動など、仕事に集中できない環境でした。

どこか良い場所はないかと探していた時に、旧北御牧村で芸術むら構想というものがあり、一度見に来た時に「ここはいい場所」だな、「静かで仕事に集中できそう」だなと感じたのがきっかけです。この地域は降水量が少ないので、刀づくりで火の温度を上げるのにちょうどいいんです。湿気があると温度が上がりにくいので、仕事をするうえで優位となる色々な要素が詰まった場所がここでした。

東御市の過去と現在

司会 東御市を出て20年以上経つ丸山大使（以下、「丸山」）にお伺いします。東御市に帰って来た時に

感じる、当時と変わらないところや、ここは変わったなというところがあれば教えてください。

丸山 当時、僕自身が他の地域を知らなかったということもありましたが、地元に対していいイメージというものがあまりありませんでした。

家ではおじいちゃんの代まで畑や田んぼを耕してきて、父の代で畑や田んぼに加えサラリーマンと兼業で働く姿を見ました。

この地域は土地に対する想いがすごく強いと思うんですけど、時代との乖離乖離があった気がします。

僕が過ごした時代は道路や新幹線が発達してきたこともあり、「外へ外へ」という想いが強くありました。

特に東京への憧れがあったわけでもなく、ましてや役者になるうなんて1ミリも考えていませんでした。ただ、しがらみの中で、がちがちにされる事に耐えられず東京に出ました。

昔と比べて思うことは、新たに移住される方も多いと思いますが、僕がいた頃より自由な感じがして「風通しが良くなった」のではと思います。



プロフィール

宮入 法廣 (みやいり のりひろ) 刀匠
 長野県埴科郡坂城町出身。國學院大学文学部を卒業後、重要無形文化財保持者である「隅谷正峯 (すみたにまさみね) 氏」に師事。
 正峯氏の下で5年、父の「宮入清宗 (みやいりきよむね) 氏」の下で9年修行を積んだのち、東御市八重原に鍛錬場を設立。
 正倉院宝物の復元や高円宮家女王のお守り刀、元横綱・朝青龍の土俵入り太刀を制作。
 平成 22 年に刀剣界最高峰の正宗賞を受賞
 平成 23 年に長野県無形文化財保持者に認定



刀匠
宮入法廣

もともと持っているものは、すばらしいものがあると、東京に出たから気づいたことが多いです。子どもができて、時々帰って来るときに東御市のすばらしさをあらためて感じます。

**東御市の好きなところ
 誇れるところ**

司会 東御市の好きなところ・誇れるところはどんなところでしょうか。

丸山 「豊かな自然と澄んだ空気」というところに尽きますね。

あとは生まれ育ったところなので、やっぱり落ち着きますね。

宮入 誇れるところでいうと、私の職業と同じジャンルになります。幕末に滋野の赤岩に山浦真雄・清磨というきょうだいの刀工がいました。知らない方も多いと思いますが、刀剣界ではとても有名ですが、そのような素晴らしい方々と同じ地で刀をつくれることは誇れることだと思っています。

仕事を始めたきっかけ

司会 お二人は「刀鍛冶」、「俳優」



▲山浦真雄・清磨・兼虎石碑 (道の駅雷電くるみの里)

といったなかなか体験できないお仕事をされていますが、この仕事を目標すようになったきっかけを教えてください。

宮入 家業が刀鍛冶ということもあり、職人というのを見て育ちました。いいところもあるけれど嫌なところも見てきました。

刀の世界は徒弟制度で師匠の言うことは絶対であり、もっと自由な陶芸の世界に憧れたこともありました。



東御市には磨けば輝く “可能性”がものすごくある

そこから役者という仕事にのめりこんで、更に勉強をして今に至ります。

仕事の目標

司会 今後の仕事の目標などあれば教えてください。

丸山 常に高いレベルを求め続けられる人間でありたいと思います。

表現に対してのこだわりというのは特にないんですよ。ただ、与えられた役に対して自分なりの解釈や定義はありますが、それに對して演出家さんの判断があるので、結局は僕一人では成立しません。

万全の状態の仕事に臨みますが、現場でも周りの方にごう調理されても良いというフレキシブルさも持っていないといけないと思います。

今後、頑固にならず柔軟に取り組んでいきたいと思っています。

宮入 刀の世界は古いものと対照してみられるんです。古いものについて「かに近づいているか」ということがひとつの目安になり、評価の対象になるんです。

現代美術では斬新さや新鮮さが評価されますが、それはまったく

私の師匠（隅谷正峯氏）は、徒弟制に縛られず考え方も自由で、創作的でまさに芸術家でした。

その師匠に惹かれて刀の世界に入ったと言えらると思います。今思えば「運命の赤い糸」ですよ（笑）。

丸山 東京に出たときにモデルをやりたいと思いました。モデルという仕事の洋服をきれいに見せたり、その人の生き方を表現したりすることに、憧れがありました。

そんな中、チームで仕事をする機会があり、ひとこと発するだけの簡単なお芝居をさせていただいたのですが、それが、ものすごく難しかったんですよ。

自分では普通にやっているつもりでしたが、「普通にやってくたさい」と言われて、「普通ってこんなに難しいんだな」と思い、そこからお芝居に興味を持ち始めて、少しずつ勉強していきました。

僕の先輩に古田新太さんと生瀬勝久さんがいますが、お二人が主演の舞台を見に行かせていただく機会がありました。会場には、僕を含めて7〜800人ほどのお客さんがいて、彼らが作る空気に一喜一憂して大笑いしたり、涙を流したりで、僕も気持ちを押まされて、見終わった後は放心状態になりました。本当にすごかったです。

く逆なんです。

自分を出す前に、古いものに完璧に近づけることがひとつのステップになるので、その先に自分の個性というものが出てきます。

そういった意味で丸山大使とは逆に頑固にならなければいけないのかもしれない。

丸山 その先に個性が出てくるんですね。それは自我を捨てたり離れたりしなければいけないものなのではないでしょうか。

宮入 自分の信念を曲げないということ。自分の求める先のものが見えていないとダメなんですよ。**丸山** とても勉強になりますね。



大使の目標

司会 丸山大使には東御市の魅力を全国に広めるため今年から「東御市ふるさとPR大使」を務めていただいています。今後どのような活動をしたいと考えていますか。

丸山 まずは多くの方に「東御市」のことを知ってもらいたいです。

そして、東御市に根差して生活している人が、夢や誇りをもってこの土地で生きて行けるように、外に対しての宣伝活動や、いろいろな方々とのつながりを通じて、東御市民の皆さんを少しでも元氣

にできるような活動をしていきたいです。

東御市への期待

司会 ふるさと納税の返礼品として大変貴重な宮入刀匠の「刀子」を加えさせていただきました。宮入刀匠が、今後の東御市に期待することは何でしょうか。

宮入 このような仕事をしているものですから、文化の発信を強化して行ってほしいです。多くの作家をはじめ、東御市には文化に携わる人がたくさんいるのでPRして行ってほしいと思います。



作品をとおして「東御市」の名を全国へ

東御市民へメッセージ

丸山 皆さんが、誇りを持って暮らせるようなまちを目指していただきたいです。自分たちの身近にある魅力に気づいたり、関わったり、つながっていくことを大事にしていきたいと思っています。

丸山 僕は地元を離れて20年以上に



▲宮入刀匠作「刀子」

なりますが、離れてみてわかる魅力が東御市にはものすごくたくさんあると思います。

同時に、磨けば輝く可能性がものすごくある土地だなと感じています。

これからどんどん豊かになっていくでしょうし、自分たちが暮らす東御市の魅力を発見していただいて、誇りに思いながら更に良いまちにしていっていただければと思います。

微力ながら、僕も力になればと思っていますので、よろしくお願ひします。

宮入 作品をとおして、東御市を全国に知ってもらいたいと考えています。

山浦真雄、清磨が出た土地なので、刀づくりのベースはあります。それ以上の作品をつくれれば自然と東御市の名前を全国の人に知ってもらえます。

東御市の方でも刀工について知らない方が多くいらっしゃると思いますが、素晴らしい人材を輩出した地域だということを誇りに思っていたきたいです。

司会 本日は貴重なお話を聞かせていただきありがとうございます。



総合型地域スポーツクラブ Sany TOMI(サニーとうみ) 令和4年度 会員登録予約スタート!!

総合型地域スポーツクラブ Sany TOMI の正式な会員登録は令和4年3月からとなりますが、令和4年度の会員登録予約を先行して1月よりスタートします。(1月～2月先行予約受付)

先行会員予約いただいた方、全員に「入会金無料」「オリジナルグッズ」プレゼント!
是非、この機会にご登録ください。

会員種別	会員形態	入会金	年会費	スポーツ安全保険料
利用会員	未就学児	1,000円/名	1,000円/名	800円/名
	小中学生		2,000円/名	
	高校生以上	2,000円/名	4,000円/名	1,850円/名
	シニア(60～64歳)		2,000円/名	
	シニア(65歳以上)			
	家族(同居家族)		5,000円/家族	5,000円/家族
賛助会員		2,000円	1口 3,000円	

総合型地域スポーツクラブ
Sany TOMIは会員制クラブ

活動に参加するには入会手続きが必要です。

入会申込書 + 入会金年会費 + 保険加入

↓

入会完了

★入会手続き開始は令和4年3月からとなります。

スクール活動

教室名	日程(予定)	場所(予定)	月会費	対象
ダンススクール(K-POP)	kids 火曜日(月4回) 17:00～18:00	ゆふるtanaka	会員 5,500円	小学1年～4年生
	junior 火曜日(月4回) 18:15～19:15		非会員 7,400円	小学5年～中学生
こども運動スクール	kids 金曜日(月4回) 17:00～18:00	ケアポートみまき	会員 5,500円	小学1年～3年生
	junior 金曜日(月4回) 18:15～19:15		非会員 7,400円	小学4年～6年生

サークル活動

教室名	日程(予定)	場所(予定)	会費/期(3か月)	対象
Sanyクラブ	第2・4土曜日 10:00～12:00	クラブハウス他	会員 6,600円 非会員 8,500円	小学生

詳しい内容やその他のサークル活動「湯の丸高原ウォーク」「アスリートリカバリー」「スラックライン」「カヌー体験」の情報は Sany TOMI ホームページをご覧ください。



サニーとうみ

←まずは会員登録予約を! 令和4年3月より正式登録のご案内をいたします。

令和4年1月より「ダンススクール」「こども運動スクール」のプレスクールを開催します! そちらもご覧ください!!

●問い合わせ先 東御市総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会事務局
文化・スポーツ振興課 スポーツ係内 ☎75 - 1455

海野宿滞在型交流施設 「うんのわ」での取り組みについて

令和3年4月1日より海野宿滞在型交流施設「うんのわ」を、一般社団法人信州とうみ観光協会を指定管理者として運営を再開しました。

海野宿への来訪者や地域の皆さまの休憩所および観光案内所としての機能を開放しながら、海野宿の地域の皆さまとの交流を深め、「うんのわ」の今後の運営について検討を進めています。

主な取り組み

- ・うんのわの情報を発信するため、SNSを開始しました！



facebook



twitter



Instagram

- ・はれラジの番組で地域おこし協力隊が出演する「うんの少年隊がいく」を放送中！（第2・4月曜日朝9：30～10：00）



- ・飲食物（コーヒー、地ビール、駄菓子等）、特産品等の販売を開始しています！



- ・竹灯籠によるうんのわのライトアップを計画しています！



36頁「地域おこし協力隊が行く！」で詳しく掲載していますので、ご覧ください。

今後の取り組み

令和4年1月より、うんのわの飲食棟において、週替わりで飲食事業者が変わる週末土曜日・日曜日限定の「ワンデイシェフランチ」を実施予定です。この機会にぜひ、お気軽にうんのわへお越しいただき、ランチをお楽しみください！

同時に、シェフとして腕をふるってみたい方も募集中です。募集条件などの詳細は信州とうみ観光協会のHPをご覧ください。うんのわまでお問い合わせください。



信州とうみ
観光協会

●問い合わせ先 商工観光課 観光係
(一社)信州とうみ観光協会
うんのわ

☎ 64 - 5895
☎ 62 - 7701
☎ 71 - 7552



税金の申告相談のお知らせ

市県民税(住民税)の申告は、13頁の「申告の簡易判断基準」を目安にして、期限内にお願いします。

令和4年(令和3年分) 市県民税申告 所得税の確定申告のご案内

期 間 **令和4年2月16日(水)～3月15日(火)** ※閉庁日を除く
受付時間 **午前8時15分～午後3時**
相談時間 午前の部：午前9時～正午／午後の部：午後1時～午後4時30分
会 場 **東御市勤労者会館 2階大会議室**

税務署および市役所では申告相談期間中、新型コロナウイルス感染防止対策を講じて申告相談を行いますが、感染拡大防止のために、可能な限り郵送やe-Taxにより申告していただきますようお願いいたします。

【新型コロナウイルス感染防止対策のための変更点】

- 1 会場の縮減…滋野、祢津、和公民館の会場は今回開設しません。
- 2 郵送の推奨…市県民税申告書は郵送での提出をお願いします。
- 3 e-Taxの推奨…確定申告はe-Taxをご利用ください。

◆詳細は本誌と同時に配布しているお知らせをご覧ください。不足の場合はご請求ください。

●問い合わせ先 税務課 住民税係 ☎64-5877

税に関する中学生の標語の受賞者

全国間税会総連合会が募集した「税の標語」について、各賞を受賞した東部中学校の生徒の作品を紹介します。

税の標語入選作品

東御市長賞

消費税 正しく知って 豊かな未来

3年 大越 遥乃さん

上田税務署長賞

知ろう 学ぼう 税のこと くらしのために

3年 石田 千咲さん

上小・更埴租税教育推進協議会長賞

消費税 暮らしに 福祉に 子育てに

3年 堀内 愛斗さん

長野県間税会連合会長賞

みんなのため 国のため 正しく学ぼう 消費税

3年 馬場 瑚々海さん

上田間税会長賞

消費税 正しく納めて お互い笑顔

3年 小宮山 遥斗さん

消費税 今私にできること 日本の未来 支える納税

3年 宮本 和花奈さん

税が生む 確かな未来 つなぐ橋

3年 寺西 晴生さん

日本の未来を考えて みんなで払おう 消費税

3年 内藤 真帆さん

未来をつくる私たち 正しく知ろう 税の意味

3年 上原 美桜さん

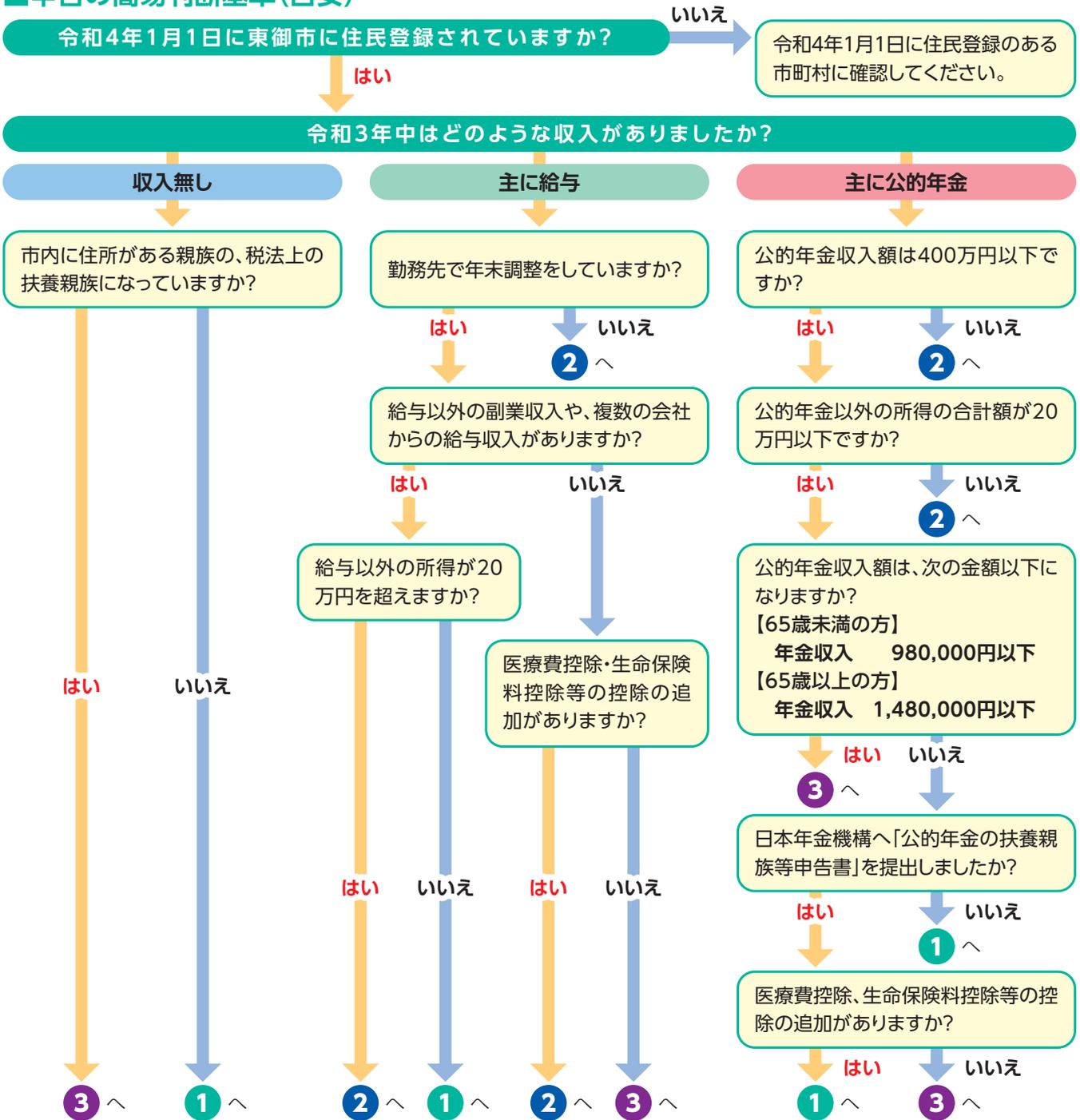
知識を深めよう 税との関わりは 皆平等に

3年 神津 ひよりさん

お互いの 笑顔を築く 正しい納税

3年 関 結香さん

■申告の簡易判断基準(目安)

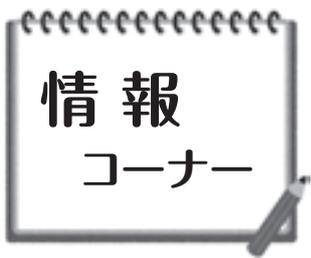


判定結果

- 1 市県民税申告が必要です。申告書は郵送で市税務課へ提出してください。
注：収入がない方は収入がない旨を記載して提出してください。
- 2 確定申告が必要です。申告書はe-Taxまたは郵送で上田税務署へ提出してください。
注：所得控除額が所得金額を上回り、かつ、どの所得からも所得税が源泉徴収されていない場合には市県民税申告となります。
- 3 申告は不要です。

※上記は目安となります。個々の状況により申告書提出が必要な場合があります。

※郵送やe-Taxでの申告が困難な場合は申告会場で対面申告をお受けしますが、混雑状況により車内等での待機をお願いする場合があります。



情報

コーナー

湯の丸高原スポーツ交流施設整備事業成果報告会

催し

テーマ「GMOアスリートパーク湯の丸・

これまでの成果と今後への期待」

“湯の丸からセンターポールに日の丸を”を標榜し、「誘致」活動からスタートした高地トレーニング施設。その後“自らの手で未来を切り拓く”地方創生プロジェクトへ舵を切り、独自に施設整備を進めてきました。このたび開催する報告会は、これら地方創生への挑戦を振り返りつつ、国に頼らず地域自らの力で生み出した「新たな価値」を皆で共有し、スポーツによる地域活性化への期待と今後の展望を考える機会にするものです。

報告会では多くのトップアスリートから寄せられたビデオメッセージを紹介し、施設環境はもちろん、湯の丸高原の魅力や東御市全般の印象についても率直にお話しいたします。

その他、高地トレーニングの第一人者である日本体育大学教授 ^{すぎたまさあき} 杉田正明氏には「高地トレーニング拠点・GMOアスリートパーク湯の丸への期待」と題しご講演をいただきます。

1月10日（月・祝） 東御市文化会館サンテラスホール

成果報告会 午後1時30分から午後4時（午後1時開場）

◆トークセッション

- ^{むとう}武藤 ^{よしてる}芳照 氏（(一社) 東京健康リハビリテーション総合研究所所長、東京大学名誉教授）
- ^{ひらい}平井 ^{のりまさ}伯昌 氏（東京オリンピック競泳日本代表監督、東洋大学教授）
- ^{こぼり}小堀 ^{わか}倭加 氏（東京オリンピック競泳女子 400・800 m自由形出場）
- ^{かわい}河合 ^{じゅんいち}純一 氏（(一社) 日本パラ水泳連盟会長、パラリンピック競泳金メダリスト）
- ^{くぼ}久保 ^{だいき}大樹 氏（インドネシア2018アジアパラ競技大会・競泳男子100mバタフライ優勝他）

◆施設整備の成果報告・利用者ビデオメッセージ紹介

◆講演「高地トレーニング拠点・GMOアスリートパーク湯の丸への期待」

- ^{すぎたまさあき}杉田 正明 氏（東京オリンピック日本代表選手団本部役員（情報科学担当）、日本体育大学教授）

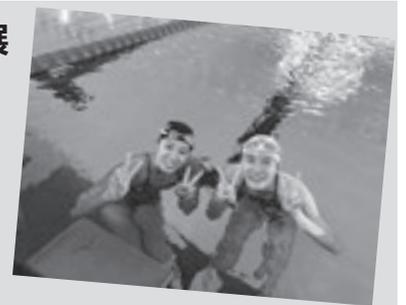


同時開催 東京2020オリンピック・パラリンピック写真展

午前10時から午後5時まで（展示室）

東京2020オリンピック・パラリンピック当日の活躍の他、湯の丸利用時の風景や市民へ向けたメッセージ写真を展示します。

選手たちの真剣な眼差しや練習の合間に見せるリラックスした笑顔など、一枚一枚から感じ取れるスポーツの魅力をこの機会に是非ご覧ください。



☎/文化・スポーツ振興課 スポーツ係 ☎75-1455

目次

14P……催し

15P……お知らせ

16P……講座・教室

18P……相談／募集

20P……補助金

21P……ホワイトボード

23P……とうみチャンネル／行政情報ラジオ番組案内

24P……子育てインフォメーション／図書館だより

25P……保健・福祉等案内／定期相談コーナー

26P……休日・夜間の救急医療案内／

文化会館・美術館のイベント情報

※本号に掲載した内容は、新型コロナウイルス感染防止対策として変更または中止となる場合があります。（講座、イベント等にお越しの際は、マスクの着用をお願いします）

令和4年東御市消防出初式

◆開催日 1月9日(日)

◆新春演奏会

時間 午後1時10分～午後1時25分
場所 田中商店街

◆分列行進

時間 午後1時30分～午後1時50分

◆式典

時間 午後2時30分～午後4時

場所 文化会館サントラスホール

※本年は、新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえ、幼年消防クラブ行進は中止となります。また、今後の感染症の状況により、規模縮小や中止となる場合もあります。

◆田中商店街車両通行止めのお知らせ

田中商店街(常田南交差点から稲荷町商工会無料駐車場まで)が、午後0時30分から午後2時まで車両通行止めとなります。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◆消防団員、音楽隊員募集

地域の安心・安全を守るため、団員を募集しています。詳しくは左記へお問い合わせください。

問/消防課 消防団係
(東御消防署内) ☎62-0119

お知らせ

令和4年度 償却資産の申告

固定資産税の課税対象となる償却資産の所有者は、毎年1月1日時点において所有している償却資産について、申告をしてください。(地方税法第三百八十三条)

◆固定資産税の課税対象となる償却資産とは

会社や個人が事業のために所有している有形減価償却資産で、土地、家屋、自動車税・軽自動車税の課税対象となる自動車等を除いた資産です。

◆申告書を提出しなければならない方

①市内において、事業のために使用している償却資産または使用できる状態にある償却資産を所有している方
②市内において、所有している事業用償却資産を他の者に貸し付けている方

◆申告方法

12月10日付で申告書を送付いたしますので、同封した「償却資産申告の手引き」等を参照していただき必要事項を記入のうえ資産税係へ提出してください。なお、申告書の提出は、新型コロナウイルス感染防止の観点から、郵送またはエルタックスによる提出にご協力をお願いします。また、申告書等が届かない方や新たな申告が必要な方は、申告書等を送付いたしますので、資産税係へご連絡ください。

◆申告期限 1月31日(月)

問/税務課 資産税係 ☎62-11111
(内線1171・1172)



健全化判断比率等の確報値

令和2年度決算に基づく健全化判断比率および資金不足比率の確報値は左表のとおりです。なお、将来負担比率は、市報とうみ10月号でお知らせした速報値62.8%から63.6%に変更となりました。その他の指標に変更はありません。

指標	東御市の数値
実質赤字比率	該当なし
連結実質赤字比率	該当なし
実質公債費比率	7.6
将来負担比率	63.6
資金不足比率	該当なし

問/総務課 財政係 ☎64-5901

1月～2月は
私たちの献血キャンペーン

◆上田保健所管内献血のお知らせ

実施日	場所	受付時間
1月22日(土)	イオン上田店	午前9時30分～ 午前11時30分
2月5日(土)	アリオ上田	午後1時～午後4時
2月10日(木)	市保健センター (総合福祉センター2階)	午前9時30分～ 午前11時30分
3月5日(土)	アリオ上田	午前9時30分～ 午前11時30分 午後1時～午後4時

※採血前の問診や検査結果によっては、献血をご遠慮いただく場合があります。

◆成分献血は長野献血ルームへ

長野市鶴賀問御所町1271-3
TOiGO West 2階
受付電話番号

☎026-219-2480

問/健康保健課 保健係 ☎64-8882



生ごみリサイクル堆肥の配布

生ごみリサイクル施設「エコクリーンとうみ」で生産した堆肥を無料で配布します。

ご希望の方は下記のとおり、お申し込みください。

- ◆**対象者** 市内在住の方 ◆**予約方法** 下記の記入例を参考に往復はがきに記入し、郵送してください。
(1世帯1通に限る。なお、同一住所は1世帯とみなします)
- ◆**受付期間** 1月17日(月)～1月31日(月)まで(当日消印有効) ◆**配布日時** 3月上旬(返信ハガキにて通知)
- ◆**配布場所** 生ごみリサイクル施設「エコクリーンとうみ(東部クリーンセンター内)」
- ◆**配布数等** ・3月配布予定数量：7トン ・1世帯あたり 袋詰め4袋(1袋20kg)まで または、フレコンバッグ1袋(約300kg、軽トラックなどで受領・運搬できること)
- ◆**その他** 配布については、先着順にご案内をします。配布希望数が予定数量を上回った分については、用意ができ次第、配布の案内をします。お時間をいただくことがありますので、ご了承ください。
なお、フレコンは連続で申し込みませんので、前回申し込まれた方は、今回は申し込みません。(次回以降も同様)

◆**記入例**

往信の宛名面	返信の文面	返信の宛名面	往信の文面
 〒389-0516 往信 東御市田中656-2 東御市 生活環境課 クリーンリサイクル係 行き	※何も書かないで ください。	 〒郵便番号 返信 ご自分の住所とお名前 をご記入ください	① 郵便番号 ② 住所 ③ お名前 ④ 電話番号 ⑤ 袋詰め または、 フレコンの別 ⑥ 希望袋数 (フレコンは1袋のみ)

☎/生活環境課 クリーンリサイクル係(東部クリーンセンター) ☎63-6814

マイナンバーカード申請と電子証明書の更新の休日・夜間受付

◆**受付日時**

休日 1月9、23日(日)

午前8時30分～正午

夜間 1月6、13、20、27日(木)

午後5時15分～午後7時

(最終受付 午後6時30分)

◆**場所** 市役所本館 市民係窓口

◆**持ち物**

◆**マイナンバーカード申請**

①カードを市役所で受け取る場合

マイナンバーカード交付申請書、

運転免許証等の顔写真付きの公的

証明書

②カードを自宅への郵送により受け

取る場合

マイナンバーカード交付申請書、

運転免許証等の顔写真付きの公的証

明書、保険証、通知カード

◆**電子証明書等の更新**

マイナンバーカード、電子証明書

の有効期限通知書、暗証番号記載票

☎/市民課 市民係 ☎75-2007



講座・教室

スロージョギング教室

スロージョギングの姿勢で足踏み程度にゆっくり走り、体脂肪の燃焼効果や冬季の運動不足の解消になるといわれているスロージョギングをしてみませんか?

◆**日時** 2月4日(金)

午後1時30分～午後2時30分

集合 午後1時20分

◆**集合場所** 総合福祉センター2階 保健センター

◆**持ち物** タオル、水分補給用の飲み物、ずくだすカード(お持ちの方)

◆**参加費** 100円(保険料)

◆**定員** 15名(先着順)

◆**申し込み** 左記までお申し込みください。

◆**レベル** 初心者向け(ウォーキングの仕方の説明を行ってから実践します)

◆**その他** 教室の開始前に体調確認を行います。

☎/健康保健課・健康増進係 ☎64-8883



令和3年度心の健康づくり講座
「自分も大切にする方法」

自分のこころの健康を保つため、こころの取り扱い説明書「WRAP」をおしゃべりしながら学習体験する講座です。



◆開催日・テーマ

1月12日(水)・2月2日(水)

「自分へのいたわり希望感覚」

1月19日(水)・2月9日(水)

「引き金と行動プラン・注意サインと行動プラン」

1月26日(水)・2月16日(水)

「サポート(する・される・しあう)」

◆時間 午後6時30分～午後8時

◆場所 総合福祉センター内

保健センター

◆定員 先着10～15名

◆講師 精神保健福祉士 荻野紅葉氏おぎののくれは

◆申し込み それぞれの開催日の1週間前までに左記までお申し込みください。

◆その他

・ご自身がリラックスできるグッズをご自由にお持ちください。(クッション・飲み物・ぬいぐるみ・おやつなど)

・東御こころのむきあいネットをご覧ください。



東御こころのむきあいネット

申込・問／健康保健課 保健係

☎64-8882

認知症講演会

◆日時 1月27日(木)

午後2時～午後3時30分

◆場所 東御市中央公民館3階 講堂

◆講師 「私も認知症になるの?」

ナ禍における認知症予防とは

「お家でやってみよう」認知症予防体操

東御市民病院 院長 もの忘れ外来

担当医師 岩橋輝明

東御市民病院 副看護師長 認知症

看護認定看護師 土屋優子

◆申し込み 予約制(定員70名)となっておりますので1月24日までに左記までお申し込みください。

申込・問／福祉課 地域包括支援係

☎64-5000

つきいき読書講座

◆日時 1月29日(土)

午前10時30分～正午

◆場所 東御市立図書館2階 研修室1

◆内容 読み聞かせ活動をされている方の基本講座です。読み聞かせ活動をする中での疑問・悩みに、経験豊富な講師がお答えします。

◆講師 北原まり氏きたはら(塩尻市立図書館

読書推進アドバイザー JPCR読書アドバイザー)

◆定員 16名(先着順)

◆申し込み 左記までお申し込みください。

申込・問／市立図書館

☎64-5886



狩猟免許試験・初心者講習会

狩猟免許試験および初心者講習会が左記のとおり開催されます。免許取得希望および受講希望の方は受験・受講してください。

◆日時〈講習会〉2月13日(日)

午前9時～午後4時

(受付午前8時30分から)

◆試験〉2月20日(日)

午前9時～午後4時

(受付午前8時30分から)

◆場所 長野県佐久合同庁舎

◆受付期間 1月17日(月)～28日(金)

(郵送の場合は28日必着)

※終了時刻は変更になる場合があります。

◆受付場所 上田地域振興局 林務課

◆申請 必要書類をご用意しますので下記までご連絡ください。

※申請用紙は県公式ホームページからダウンロードできます。

◆受験費用 受験手数料5200円

(既に免許を所持しており、更に他の免許を受験する方は3900円)

狩猟読本等テキスト代

(2冊で3240円)

◆費用補助 狩猟免許費用の補助制度があります。

(ただし、狩猟免許取得後、市内全般の有害鳥獣捕獲に従事していたた

く事が要件になります)

◆補助率 東御市鳥獣被害防止事業補助交付金要綱に定める経費の1/2以内

◆その他 講習会および試験については新型コロナウイルス感染症防止対策により人数制限等ありますのであらかじめご了承ください。

問／農林課 耕地林務係

☎64-5898



県ホームページ

ハートをつなぐ障がいセミナー

このセミナーは、日常生活の中で医療が必要な障がいのある方の実情から、地域で障がいのある方をどう支え、受け入れていくべきかを学ぶセミナーです。

◆日時 2月24日(木)

午後4時～午後4時45分

(受付 午後3時30分)

◆場所 中央公民館3階 講堂

◆定員 100名(参加無料)

◆演題 「ともに生きることについて」

～すべての子どもが一緒に育つ地域を～

◆講師 長野県健康福祉部障がい者支援課 在宅支援係

医療的ケア児等支援スーパーバイザー

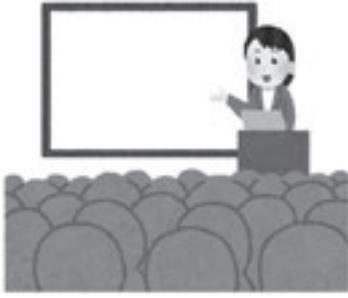
― 信州大学医学部新生児学・療育

学講座特任助教 亀井 智泉氏

◆申し込み 左記へお申し込みください。

申込・問/福祉課 福祉援護係

☎64-8884



相談

年末年始における相談窓口設置

年末年始休業期間における生活困窮者や、高齢者福祉等に係る問い合わせや相談に対して、確実に対応し必要な支援につなげることを目的としています。

◆日時	12月29日(水) 30日(木)	午前8時30分～ 午後5時15分
	12月31日(金)	午前8時30分～ 午後1時
	1月1日(土)	午後1時～ 午後5時15分
	1月2日(日) 3日(月)	午前8時30分～ 午後5時15分

◆場所 総合福祉センター

問/福祉課 福祉援護係

☎64-8884

女性弁護士による法律相談

◆日時 1月26日(水) 午前9時30分

～午前11時30分(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 市内に在住、在勤の方

◆内容 DV、結婚・離婚、隣人とのトラブル等、法律相談に関すること

※弁護士がすでに受任している依頼者の相手方からの相談はお受けできません。

◆申し込み 必ず左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。

問/人権同和政策課 人権同和政策係

☎64-5902



募集

市政への提言「私のひらめき」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、皆さまのアイデアをお寄せください。いただいた提言は今後の市政運営に活かしてまいります。

◆受付期間 1月4日(火)～31日(月)

◆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、ながの電子申請サービス

◆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。

・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。

・いただいた提言とそれに対する回答は、個人が特定できないように編集した上で、市報とうみやホームページで紹介することがあります。

問/企画振興課 企画政策係

☎64-5893

☎63-5431

✉kikaku@city.tomio.nagano.jp



ながの電子申請サービス
提出フォーム



令和4年度 市のパートタイム
会計年度任用職員の募集



- ◆勤務条件
- 任用開始日 4月1日(金)
- 任用期間 1年以内(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、ご家族の扶養になっている方は、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)

◆募集内容 職種および資格、人数等の詳細については1月中旬以降に市ホームページへ掲載します。

応募方法および応募締切についても同時に掲載しますので、ご確認の上、締切日までに応募書類等を提出してください。

市ホームページが閲覧できない方につきましては左記へお問い合わせください。

応募・問い合わせ先 総務課 総務係
☎64-5876



市ホームページ

家庭菜園「ふれあい市民農園」
利用者募集

新鮮で安心、安全な「野菜」を育て収穫する喜びを体感してみませんか。

◆募集内容

市民農園名	募集区画数	農園のおおよその位置(看板あり)
海野	4区画	海野宿駐車場からバイパス道路を西へ約400m
滋野	4区画	浅間サンラインを小諸方面へ向い「別府」の信号を右折後、高速南の側道を右折約300m
新屋	1区画	グリーンパーク通り「太陽リビング」様向い側北へ60m
白水水平	2区画	八重原「ハルディン」様原「様ハウス」の西隣

◆面積 1区画約100㎡(約30坪)

◆利用料 1区画3000円/年

◆利用期間 契約日〜令和4年12月31日(善良な管理をもって耕作いただいた場合は継続利用も可能です)

◆講習会 春にJA専門指導員を講師に開催する予定です。

◆募集期間

1月6日(木)〜1月26日(水)

◆申込方法 電話で左記へお申し込みください。(申込多数の場合は抽選)

申込・問い合わせ先 東御市農業農村支援センター(市農林課内)
☎64-5887

市立児童クラブ利用児童募集



◆対象児童

保護者が就労等で放課後等に留守家庭となってしまう小学生

◆利用期間

4月1日(金)〜令和5年3月31日(金)

※年間登録制のため、原則として一時的な利用はできません。

◆利用時間

月曜日〜金曜日
放課後〜午後7時
土曜日・長期休暇
午前7時30分〜午後7時

※日曜日、祝日、お盆、年末年始は利用できません。

◆利用料

月額3000円(減免制度あり)

◆児童クラブ名

田中児童クラブ、滋野児童クラブ、赤津児童クラブ、和児童クラブ、北御牧児童クラブ

◆申込期間(期限厳守)

1月11日(火)〜24日(月)
午前8時30分〜午後5時15分
(閉庁日は除く)

※1月19日(水)、21日(金)は午後8時まで

◆申込方法

児童クラブ通所申請書に保護者全員の就労証明書を添付し、提出してください。申請書類は、教育課・各

児童クラブで配布します。また、市ホームページからもダウンロードできます。

◆持ち物

通帳(利用料口座振替用)、銀行印

◆受付場所

中央公民館2階
教育課 青少年教育係

◆利用決定

書類審査のうえ、3月上旬頃に決定通知を送付します。その後、オリエンテーションを開催します。

◆注意事項

定員を超える申請があった場合は、教育委員会の基準により優先順位を決定します。年度途中から入所を希望される場合も、今回の期間中に申込みをしてください。

申込・問い合わせ先 青少年教育係
☎64-5906



市ホームページ



地域発元気づくり支援金 令和4年度事業募集

HP

補助金

◆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）

◆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
- 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

◆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になりません。

支援内容、申請方法などの詳細は右記の2次元コードをご覧ください。

◆申し込み 令和4年2月1日（火）までに下記へ応募書類を2部ご提出ください。



県ホームページ

申込・問／地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790

問／上田地域振興局 企画振興課 ☎25-7112

メール配信@とうみの登録・防災ラジオはお持ちですか？

メール配信@とうみ

市からの緊急情報や防災・防犯、新型コロナウイルス感染症関連情報等を電子メールで提供するサービスです。登録されていない方は、今すぐ下記のメールアドレスへ空メールを送り登録を行ってください。

t-tomi@sg-p.jp

下記二次元コードでもメールアドレスが読みとれます

▼PC・スマートフォンの場合 ▼フィーチャーフォン(ガラケー)の場合



●配信情報は東御市ツイッターでも投稿しています。

@tomisnsmaster

防災ラジオ(エフエムとうみ)

災害等が発生した際に市からの情報を得る**大変重要な機器**です。一家に一台無料貸与していますので、お持ちでない方は、至急、市役所市民係窓口へお越しください。

緊急時にはラジオが強制的に起動し、放送が流れますので、常にコンセントへつなぎ、停電時のために電池も入れておいてください。

なお、情報は「エフエムとうみ(78.5MHz)」から発信しますので、市販のラジオや車のラジオからでも聞くことができます。



問／企画振興課 広報統計係 ☎64-5806

ホワイトボード

掲載をご希望の方は、希望掲載日の2カ月前までに左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

✉shho-tomi@city.tomi.nagano.jp
☎64-58006 ①63-5431

湯の丸高原ネイチャー マイスター募集



信州とうみ観光協会では、湯の丸高原ネイチャーマイスターとして活躍する人材を新たに募集します。主に池の平インフォメーションセンターでの植物や登山道のご案内および貴重な自然環境を維持するためのマナー向上・環境保全啓発、登山道の整備、トレッキングガイド等を行っていただきます。

○活動期間／6月～11月

○活動日数／月3、4日程度活動できる方

○応募方法／詳細は観光協会へお問い合わせいただくか、ホームページをご確認ください。



観光協会
ホームページ

池の平湿原駐車場スタッフ募集



信州とうみ観光協会では、池の平湿原駐車場の駐車料金を集金するスタッフ

フを募集します。

○勤務期間／5月～11月（5月は土日祝のみ）

○勤務日数／月3、4日程度

○応募方法／詳細は観光協会へお問い合わせいただくか、ホームページをご確認ください。



観光協会
ホームページ

●☎／一般社団法人信州とうみ観光協会
☎27701 info@tomikan.jp

県宮住宅入居者募集



○見学会日時／2月8日（火）
時間は見学場所により異なります。

○受付期間／2月9日（水）～18日（金）
（土・祝日を除く）

午前8時30分～午後5時15分

○受付場所／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（上田市材木町1-2-6）

○抽選会／日時 3月2日（水）
午後1時30分から

場所 上田合同庁舎南棟2階会議室

○入居予定日／4月1日（金）

○その他／詳細については、左記まで直接お問い合わせいただくか、二次元コードをご確認ください。

●☎／長野県住宅供給公社

上田管理センター

☎2917010



県ホームページ

令和4年 春季自衛官等募集

○予備自衛官補（一般・技能）

社会人や学生生活を送りながら予備自衛官を目指すコース

・身分／非常勤の特別職国家公務員

・受験資格／

（一般）18歳以上34歳未満の者

（技能）国家資格免許を保有する18

歳以上53歳～55歳未満（保

有する免許による）

※年齢は令和4年7月1日（金）現在

・受付期間／令和4年1月上旬～4

月上旬まで

・採用試験／令和4年4月中旬頃の

指定する1日

受付期間及び採用試験日は日時が確

定次第、再度お知らせします。

○自衛官候補生

任期制自衛官として任期満了時に、

継続か退職か自己を見つめ直すチャ

ンスのある制度！

・受験資格／

18歳以上33歳未満の男子

・受付期間／

年間を通じて行っております

・採用試験／

令和4年1月29日（土）

令和4年2月26日（土）

令和4年3月12日（土）を予定し

ています。

令和3年度の採用人員数に達した場

合、採用試験を見送らせていただく可能性があります。また、資格等については、条件により異なります。詳しくは自衛官募集ホームページをご覧ください。るか、自衛隊長野地方協力本部上田地域事務所までお問い合わせください。

●☎／自衛隊上田地域事務所

☎225267

長野県の最低賃金

	種類	時間額	発行年月日
地域別	長野県最低賃金	877円	令和3年10月1日
	産業別	はん用機械用具等製造業	927円
計量器・測定器等製造業		916円	令和3年12月29日
各種商品小売業		879円	令和3年12月31日
※印刷、製版業最低賃金は長野県最低賃金を下回っているため、長野県最低賃金877円が適用されます。			

●☎／長野労働局労働基準部賃金室

☎026-223-0555

お子さまの教育資金を「国の教育ローン」(日本政策金融公社)がサポート

「国の教育ローン」は高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

○融資額／お子さま一人につき350万円以内

○金利／年1・66%固定金利

※ひとり親世帯の方などは1・26%(令和3年6月時点)

○返済期間／15年以内

※ひとり親世帯の方などは18年以内

○返済方法／毎月元利均等返済(ボーナス時増額返済も可能)

○保証／(公財)教育資金融資保証基金(連帯保証人による保証も可能)

● 図／教育ローンコールセンター
☎0570-008656

マイナンバーカードを使って自宅からe-Taxで確定申告

確定申告は、ご自宅からのマイナンバーカードを利用したe-Tax・スマホ申告が便利です。マイナンバーカードとスマホ(マイナンバーカード読取対応)があれば、多くの方が来場される確定申告会場に向くことなく、国

税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用して確定申告を行うことができますので、ぜひご利用ください。

○メリットいっぱい！マイナンバーカード方式

- ・マイナンバーカードとスマホがあれば、自宅から24時間いつでも申告できます。
- ・画面の案内に沿って入力すれば、自動計算されます。
- ・過去の申告データを利用して自動入力できます。
- ・還付申告の場合、e-Taxなら早期還付されます。
- ・相談はチャットボットや電話でもできます。
- ・スマホのカメラで源泉徴収票が自動入力されます。
- ・スマホ申告は、専用画面を用意しています。

- ・マイナンバー連携により、一部の所得控除等が自動入力されます。

● 図／上田税務署 ☎22-1234



動画で見る確定申告



確定申告書等作成コーナー



マイナンバー連携

所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場

○会場／上田税務署 別館会議室

○期間／1月24日(月)～3月15日(火)
(土、日および祝日を除く)

新型コロナウイルス感染症防止対策の一環として、還付申告の方の申告相談を2月15日(火)以前でも受け付けています。

(注)贈与税については2月1日(火)

以降、申告相談を受け付けています。

○時間／相談受付：午前8時30分から午後4時まで

相談開始：午前9時から

確定申告会場の入場には、当日配付または国税庁LINE公式アカウントから事前に取得した入場整理券が必要です。

※スマホをお持ちの方は、確定申告会場において、基本的にスマホを利用して申告書を作成していただきます。

※確定申告会場に来場される際は、マスクを着用していただき、少人数でお越しください。

※入場の際に検温を実施しています。咳・発熱等の症状のある方は入場をお断りさせていただきます。

※午後4時前であっても、相談受付を終了する場合があります。

● 図／上田税務署

☎22-1234



国税庁LINE公式アカウント

令和4年 長野県シニア大学 学生募集

○入学資格／おおむね50歳以上の県内在住者

○学習時間／受講期間は2年間です。

年間の標準学習日数は15日で、各学部で定めた授業日に登校します。概ね午前10時から午後3時まで1日4時間学習します。

○授業料／年額1万2千円

○学習内容／教養講座、実技・選択講座、社会活動講座の3つの講座を設けています。教養講座では社会や地域の現状や歴史、課題などを学びます。実技・選択講座では、これからの人生を豊かにするための趣味や楽しみを身につけます。社会活動講座では自らの可能性を探り、自分の居場所や社会との接点を見つけます。

○願書受付期間／

令和4年2月1日(火)～3月25日(金)

○学習会場／上田合同庁舎

○その他／詳細についてはホームページでご確認ください。

● 図／公益財団法人 長野県長寿社会開発センター

(長野県シニア大学上小学部)

☎25-7124



県ホームページ

とうみチャンネル1月番組案内 CATV004chで放送中

【放送時間 午前9時～ 午後3時～ 午後9時～】

1日 (土)	・令和4年東御市長新年あいさつ ・柵津小学校子ども歌舞伎クラブ公演 「忠臣蔵」(再) (10時、16時、22時)	18日 (火)	第61回長野県母親コーラスまつり 上小地区 (再)
2日 (日)	新春番組 令和4年春 いざ、御柱	19日 (水)	第18回東御市障がい者福祉のつどい ～川崎昭仁さん講演・アトラクション～(再)
3日 (月)	地域の歴史講座「滝の沢の歴史について」 講師：斎藤等氏	20日 (木)	東部中学校PTA主催講演会 「一瞬懸命～いまを生きる心～」 講師：松山三四六氏 (再)
4日 (火)	第18回東御市障がい者福祉のつどい ～川崎昭仁さん講演・アトラクション～(再)	21日 (金)	宮沢賢治「雨ニモマケズ」を朗読する会
5日 (水)	第47回上小小学校管楽器交歓演奏会 10月の部 (再)	22日 (土)	令和2年度東御市成人式
6日 (木)	東部中学校PTA主催講演会 「一瞬懸命～いまを生きる心～」 講師：松山三四六氏 (再)	23日 (日)	令和3年度東御市成人式
7日 (金)	グリーンファームカレッジ 「果樹の選定」(再)	24日 (月)	第17回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live2021 KF No.1～18
8日 (土)	第61回長野県母親コーラスまつり 上小地区	25日 (火)	第17回長野県高等学校文化連盟 軽音楽専門部 県フェスティバル Power Live2021 KF No.19～37
9日 (日)	令和3年度くるみ幼稚園秋のくるみ会(再)	26日 (水)	柵津小学校子ども歌舞伎クラブ公演 「忠臣蔵」(再)
10日 (月)	令和3年度滋野小学校 音楽学習等発表参観(再)	27日 (木)	第47回上小小学校管楽器交歓演奏会 10月の部 (再)
11日 (火)	令和3年度北御牧小学校 音楽会(再)	28日 (金)	令和3年「東御の日」 記念講演「チャレンジの連鎖・小規模多機能自治による元気な地域づくり」 講師：元島根県雲南市長 速水雄一氏(再)
12日 (水)	令和3年度田中小学校 音楽学習発表会 (3～6年) (再)	29日 (土)	令和4年東御市消防出初式
13日 (木)	地域の歴史講座「滝の沢の歴史について」 講師：斎藤等氏 (再)	30日 (日)	地方創生・湯の丸高原スポーツ交流施設 整備事業成果報告会
14日 (金)	令和3年「東御の日」記念式典 (市長表彰等) (再)	31日 (月)	学校だより1月号 (再)
15日 (土)	新春番組 令和4年春 いざ、御柱 (再)	2月1日 (火)	宮沢賢治「雨ニモマケズ」を 朗読する会 (再)
16日 (日)	学校だより1月号	2日 (水)	令和2年度東御市成人式 (再)
17日 (月)	図書館講座「宮沢賢治を読む」第五回 講師：稲垣勇一氏 (再)	3日 (木)	令和3年度東御市成人式 (再)

☎/上田ケーブルビジョン ☎23-1600 企画振興課 広報統計係 ☎64-5806

行政情報ラジオ番組案内 はれラジ (エフエムとうみ) 78.5MHzで放送中

- ◆ラジオ市報とうみ 毎日 【朝】午前7時40分～45分
【夕】午後6時40分～45分
- ◆告別式のお知らせ 毎日 ラジオ市報とうみ【夕】の放送時間内
- ◆地域おこし協力隊活動中 毎月第1・第3月曜日 午前9時30分～午前10時
- ◆とうみ日和～ラジオ市長室～ 毎月最終火曜日 午前11時～午前11時30分
- ◆市民情報広場 毎月第2・第4木曜日 午前8時25分～午前8時40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
1月13、27日	保健ごよみ	健康保健課

アプリでも聴けます



スマートフォン用アプリ
「FM++」



☎/エフエムとうみ ☎63-1003 企画振興課 広報統計係 ☎64-5806

子育てインフォメーション (2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 (日曜日、祝日、年末年始は除く)
午前9時～正午、午後1時～午後4時 *印は10組要予約

あそびのひろば (対象:令和2年6月・7月生まれ)	7日(月)*	午前10時30分～午前11時30分
育児座談会(篠原君江助産師)	8日(火)*	午前10時30分～午前11時30分
ママ～ずリズムあそび	14日(月)*	午前10時30分～午前11時15分
おもちゃドクター	17日(木)	午前10時～午前11時
すくすく相談(岸沢文子臨床発達心理士) ～子育て中、困った時の対処法～	22日(火)*	午前10時30分～午前11時45分
子育て応援相談	24日(木)	午前9時30分～正午
初めての赤ちゃんひろば (対象:生後1～3カ月の母子)	24日(木)*	午後1時30分～午後2時30分 *午後2時30分までは予約者のみ利用
子育て期の母親のための就労相談	25日(金)	午前10時～午前11時30分
こうえんひろば 東御中央公園(大きいすべり台前集合)	25日(金)*	午前10時～午前11時
ママ～ずおはなし絵本	28日(月)*	午前10時30分～午前11時15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～午後2時30分

ふれあいひろば (マッサージ体操、楽器で遊ぼう) (対象:0歳から1歳前後のお子さんと保護者)	2日(水)	午前10時～ 午前11時30分 *行事参加者のみの利用 (要予約)
0歳児のママひろば ①救急講習会 ②親子触れ合い遊び・交流会	①16日(水) ②28日(月)	持ち物 敷物(お子さんを寝かせるバスタオルやハーフケット)、飲み物

ぼけっとひろば 午前10時～午前11時

祢津公民館	1日(火)	内容 わらべうた 持ち物 水筒 *10日休の10時30分から は田中ぼけっと参加の方 以外は利用できません。
滋野コミュニティーセンター	4日(金)	
東部子育て支援センター	10日(木)	
和コミュニティーセンター	15日(火)	
北御牧子育て支援センター(みまき未来館)	18日(金)	

☎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

2月 園開放

市立保育園	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	園開放はお休みです *園の見学を希望する方は直接電話 連絡し園長とご相談ください。
海野保育園	☎62-2800	15日(火) 午前9時30分～午前11時 わらべ遊びやリズム遊びをしよう *詳細については、事前に園まで お問い合わせください
くるみ幼稚園	☎75-6113	1日(火) 鬼のお面制作・豆まき 材料費として実費徴収をお願いします 8日(火) 室内遊び 15日(火) 室内遊び 午前10時～午前11時30分 持ち物 上履き(親子とも)、 水筒、帽子 *事前に園にお問い合わせください

☎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

- 塞王の楯 今村 翔吾：著
- あなたに安全な人 木村 紅美：著
- わたしは「ゼロ弾きのゴーシュ」 中村 哲：著
- 「松本モデル」の挑戦 中村 雅彦：著
- 農業フロンティア 川内 イオ：著
- ルボ森のようちえん おおた としまさ：著
- 世界で一番美しいアシカ・アザラシ図鑑 水口 博也：編著
- KUSAMA エリーザ・マチェッラーリ：作
- こども服をお繕い レヴィ 奈美：著
- 100万回死んだねこ 覚え違いタイトル集 福井県立図書館：編著
- 翻訳エクササイズ 金原 瑞人：著
- 信濃国の南北朝内乱 櫻井 彦：著
- 公害スタディーズ 安藤 聡彦：他編著
- 聖子 森 まゆみ：著
- 人生は、もっと、自分で決めていい 薄井 シンシア：著

◆ 児童書

- レッツキャンプ いうと みく：作
- ほしじいたけほしほあたけ おにたいじはいちだいじ? 石川 基子：作
- あかいてぶくろ 岡田 千晶：絵
- 魔女みならいのキク 草野 あきこ：作
- ニッキの火星探検 コマヤスカン：作
- しっぽや 大島 妙子：絵
- しびと 阿部 海太：絵
- 石ころのスープ ジュディス・マリカ・リバーマン：文
- かせいじんのおねがい いうと ひろし：作
- 資料室の日曜日 村上 しいこ：作
- くぬぎのもりのどきどきはっぴょうかい ぶくざわ ゆみこ：作
- 境界のポラリス 中島 空：作
- えきべんとふうけい マメイケダ：作
- こうさぎぼーん 森山 標子：絵
- ぎんいろのねこ えがしら みちこ：絵

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 2月4日(金) 午前10時30分～
対象 未就園児とその保護者

◆ 「おはなしはらっぱ」によるおはなし子ども会

日時 2月19日(土) 午前10時30分～
対象 未就学児～小学生

休館のお知らせ 毎週月曜日は休館日です。

◆ 月末図書整理日 1月28日(金)

☎市立図書館 ☎64-5886

地域包括支援センター案内（2月）

☎/福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000

* *がついている日は終了後、医療と介護についての出張相談を開催します。

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	2日(水)*、9日(水)、16日(水)	午前10時～午前11時	
滋野コミュニティセンター	1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)*	午前10時～午前11時	
祢津公民館	2日(水)、9日(水)*、16日(水)	午後2時～午後3時	
和コミュニティセンター	7日(月)、14日(月)、21日(月)*、28日(月)	午前10時～午前11時	
北御牧公民館	4日(金)、18日(金)*、25日(金)	午前10時～午前11時	
かんたん体操	3日(木)、17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	8日(火)、22日(火)	場所：武道館	
転倒予防水中ウォーキング	3日(木)、10日(木)、17日(木)、24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

☎/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16日(水)	令和3年10月生
10か月児健診	2月9日(水)	令和3年4月生
1歳6か月児健診	2月10日(木)	令和2年8月生
3歳児健診	2月15日(火)	平成30年12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 持 ち 物：母子手帳、おたずね票、赤ちゃんすくすくブック バスタオル（4か月、10か月、1歳6か月）		
ごっくん離乳食教室	2月17日(木)	対象：令和3年9月生
もぐもぐ離乳食教室	2月18日(金)	対象：令和3年7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 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、バスタオル ※もぐもぐ離乳食教室のみ離乳食のスプーン		

福祉案内

☎/福祉課 福祉援護係 ☎64-8884

	陽だまりの会（精神障がい者家族会）	はーと・ほっと・サロン
日時	2月9日(水) 午後2時	2月14日(月) 午後1時30分～午後3時30分
場所	総合福祉センター1階 101研修室	滋野コミュニティセンター 和室
対象	心に病を持った方やその家族など ※会員募集中	心に病を持った方やその家族など



定期相談コーナー

（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	総合福祉センター	不要	保健係 ☎64-8882 健康増進係 ☎64-8883 (オンライン相談も受け付けています)
母と子の栄養相談・歯科相談	2月8日(火)	午前9時～午前11時			
精神科医によるこころの相談	2月8日(火)	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	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時		不要	
生活習慣病相談	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時		不要	
認知症個別相談	毎週水曜日	午前9時～午後4時30分		予約制	
家族会(認知症介護者同士の情報交換)	2月17日(木)	午後1時30分～午後3時		不要	
医療・介護・福祉の出張相談	2月8日(火)	午前10時～午前11時30分	和コミュニティセンター	不要	地域包括支援係 ☎64-5000
	2月16日(水)		祢津公民館		
	2月24日(木)		滋野コミュニティセンター		
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	総合福祉センター	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 (家庭・隣人・職場等の人権問題)	2月4日(金)	午前9時～正午 (受付 午前11時まで) 午後1時～午後4時 (受付 午後3時まで)	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・心の健康など)	2月18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	
ミニジョブカフェ (若者の就労相談)	2月17日(木)	午後1時30分～ 午後4時30分	東御市商工会	予約制	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45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

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
1月2日	祢津診療所	☎62-0273
1月9日	春原整形外科クリニック	☎64-6200
1月16日	東御市民病院	☎62-0050
1月23日	東御記念セントラルクリニック	☎62-1231
1月30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。	
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	受診・相談センター ☎25-7178	

問／健康保健課 保健係 ☎64-8882

文化会館・美術館のイベント情報

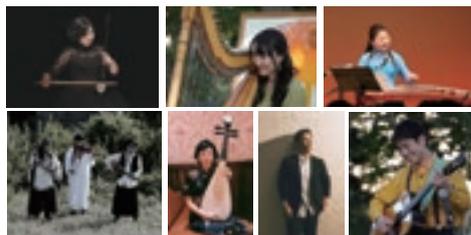
●新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いいたします。●ご利用に関する一部制限、ご予約などはお問い合わせ下さい。

東御市文化会館
リニューアルオープン記念

音楽の旅 2022

【午前の部】 こどもたちにおくる おんがくかい
 ■10:30開場／11:00開演 高校生以上：1,000円 中学生以下：無料
 出演●二胡：今井美樹、アルパ：藤枝貴子、歌：千葉純平

【午後の部】 音楽の旅2022 ASIA
 ■13:00開場／14:00開演 一般：2,500円 小中学生：1,000円 未就学児：無料
 出演●アラブ音楽：シャルキヒロマ、歌：京太郎、二胡：今井美樹、琵琶：鮑捷、古筝：タラー



1月29日(土) 開催!

チケット
東御市文化会館
JAラ・ヴェリテ
信州とうみ観光協会

春のピアノコンサート 出演者募集!

●対象者：どなたでも。 ●演奏形態：ソロ、連弾、グループなど。ジャンル不問。
 ●演奏時間：1人(1組)5分以内 ●参加費：1人(1組)1,000円 ●申込方法：申込書記入の上、窓口、郵送、FAX。定員に達し次第締切。

3月27日(日)
13:00開演

申込書
ダウンロード→



東御市文化会館 サンテラスホール ■TEL 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)



谷町絶賛募集中

第4回 だんどこ! 巨大紙相撲大会 雷電 東御場所

- ・新弟子検査(制作)、初稽古 2月12日(土)、13日(日)
上記いずれかに参加して、雷電サイズ(身長197cm)の巨大力士作り!
- ・千秋楽(大会) 3月13日(日) 天下無双の称号をつかみとれ! 会場：中央公民館講堂

※感染対策として、1組(1力士)最大8名まで。9名以上の場合は、2組(2力士)以上、または交代するなどで申込、参加ください。

J氏コレクション展

1月15日(土)～3月27日(日)

令和3年、当館に寄託された個人コレクション。丸山晚霞、山本鼎、倉田白羊、中村直人など東信にゆかりの作家を中心に展示いたします。

だんどこ申込

丸山晚霞記念館 ■TEL 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)

🗿 令和4年2月4日(金)まで休館いたします。 🗿

梅野記念絵画館 ■TEL 61-6161 ■〒389-0406 東御市八重原935-1 ■開館時間 9:30～17:00 ■月曜休館(祝日の場合翌火曜)



市民病院 & しんたいの「ちよつと耳よりな話」特別編

東御市民病院 岩橋 輝明 新納 郁子 中沢 栄一 後藤 智
公益財団法人 身体教育医学研究所 横井 佳代 岡田 真平

2021年11月7日、サントミューゼ（上田市交流文化芸術センター）での新国立劇場バレエ団『白鳥の湖』（新制作）公演の医療支援に携わる貴重な機会がありましたので、その内容をお伝えします。

新国立劇場バレエ団と舞台医学

新国立劇場バレエ団は、22年にわたりイギリスの名門・ロイヤルバレエ団で最高位プリンシパルを務めた「英国ロイヤルの至宝」と言われた吉田都さんが、2020年9月より舞踊芸術監督を務める日本最高峰のバレエ団です。吉田監督は、アーティストでありアスリートでもあるバレエダンサーの身体のケアを重要視され、ダンサーが安心して踊れるように、医療的な支援体制づくりを模索されています。

そんな中で、東御市民病院運営協議会会長で、身体教育医学研究所名誉所長でもある武藤芳照先生（東京大学名誉教授、（一社）東京健康リハビリテーション総合研究所・所長）が深く関わる「日本舞台医学研究会」が、舞台芸術活動に対する医療支援に取り組みられる一環としてバ

レエ団の地方公演サポートを始められていたことから、今回の上田市公演に、東御市民病院と身体教育医学研究所が関わるよう、お声がけをいただきました

医療支援の実際

今回の演目「白鳥の湖」は、優雅に踊っているように見えますが、1公演2時間以上、ダンサーたちは全身全霊を傾け、体を極限まで使っており、感動を届けてくれます。

スタッフも含めた約120名に対する医療支援は、疲労や熱発などの内科的対応から、打撲や捻挫などの外科的対応まで、様々な事態を想定して応急処置体制を整えるとともに、緊急時に対応できるよう、近隣の医療機関（国立病院機構信州上田医療センター、国保依田窪病院）との連携体制も整えて待機しました。

今回の公演では、幸い医療支援を要する重大な症例は発生しませんでした。が、「医療支援があったことから、ダンサーが安心して舞台上上がることができ、良い公演になった」と、吉田監督からの大変嬉しいお言葉をいただきました。



▲舞台裏で応急処置等の医療支援体制を整備

関わった我々も、バレエ団のレッスン、リハーサルから本番に向けての準備や舞台裏の緊張感など、プロ意識を垣間見ることができました。また、コロナ禍だからこそ心と体に潤いを与え、感性を刺激してくれる舞台芸術が持つ力と必要性を再認識することができました。

舞台医学と地域医療

舞台医学 (Stage Medicine) の源流であるスポーツ医学 (Sports Medicine) は、子どもから高齢者、障がいのある人もない人も、そして生活者からアスリートまで、全ての人たちが安心して生き生きと活動し続けるためのサポートとして、そのノウハウが様々な面で活かされています。今回、超一流の新国立劇場バ



▲吉田都監督(中央)、武藤芳照先生(右端)と陣中見舞いの市長・副市長ら



▲リハーサル時のスタッフとの打合せ

レエ団の医療支援に関わった経験は、私たちの日々の地域医療・健康づくり活動の充実にもつながる貴重な体験になったと考えています。

東御市総合計画進捗管理・

施策評価制度による

評価結果を公表します

「施策評価制度」による行政サービスの向上を目指して

市では、時代に即した行政需要に的確に対応し、市民サービスのより一層の向上を図るために、行政評価制度を導入し実施しています。

行政評価制度とは、総合計画に掲げる施策単位で評価を行うものです。行政評価の仕組みを、PDCA・サイクルの中に組み込み、総合計画の進捗管理を行います。ここでは、令和2年度に実施した施策についての評価結果をお知らせします。

● 問い合わせ先 企画振興課 企画政策係 ☎ 64-5893

施策評価制度とは？

■ 目指すもの

① 総合計画の進捗管理

施策に対する評価をもとに課題を認識し、事業展開の改善を図ります。

② 市民への説明責任

評価の結果を市民に公表し、透明で公正な行政運営を目指します。

③ 市民と協働して「まちづくり」を推進

施策評価結果は、「まちづくり審議会」で審議いただきます。

■ 評価の仕方

当該施策がどのような効果を上げたか、目的を達成するための取り組み方法が有効であったか等を採点し、評価判定します。

■ 評価後は…

評価結果は、各担当課において、計画(Plan)、実施(Do)、評価(Check)、改善(Action)というPDCAサイクルのもと、見直し、改善につなげていきます。



「総合計画」とは、長期的な展望に立って市の目指すべき姿を描き出し、それを実現するための市民と行政の共通・共有のまちづくりの指針として策定したものです。

この総合計画・後期基本計画（平成31年度～令和5年度）に掲げる53施策について、「東御市まちづくり審議会」での意見、提案等を反映し、令和2年度総合評価の結果をまとめました。

ここでは、目標値と実績値により算出した進捗率とともに評価結果を公表します。

一 評価結果の総括

令和2年度分施策評価における総合評価の結果は、各施策の目標に向けての進み具合について、「順調」は4施策、「概ね順調」は44施策、「やや遅れている」は2施策、「遅れている」は1施策、「評価不能（※）」は2施策となりました。

これら評価結果は、今後の施策展開への方向性や施策を構成する事務事業の改善と見直しに活かします。

次頁以降に、評価結果の概要を掲載しましたが、紙面の都合上、総合計画（後期基本計画）に掲げる53施策中、令和2年度重点事業30施策についてのみ掲載しております。

また、総合評価以外の評価項目（有効性・効率性等）については省略しています。

※統計調査等の数値を基にしているため、総合評価、実績値等が表せないものがあります。（該当箇所は「―」と表記しています）

詳しい内容につきましては、市ホームページに掲載していますので、ご参照ください。



市ホームページ

【総合評価】 A：順調 B：概ね順調 C：やや遅れている D：遅れている

政策名	施策名	目標・指標名(単位)	目標値	実績値	進捗率	総合評価
自然と調和した住みよいまちを目指す	豊かな自然の継承と共生の実現(生活環境課)	「自然と調和した住みよいまちを目指す」市民の満足度の割合(%)	—	—	—	B
		環境保全活動参加人数(人)	6,160	967	15.7%	
		外来植物駆除活動参加者数(人)	439	0	0.0%	
地球環境への負荷の少ないまちを目指す	地の利を活かした再生可能エネルギー活用の推進(生活環境課)	再生可能エネルギー発電量(千kw/h)	159,014	160,941	101.2%	B
		太陽光発電システムの導入(kw)	28,693	29,232	101.9%	
		集落内防犯灯のLED化割合(%)	66.2	70.4	106.3%	
	ごみの適正処理と減量・資源化の推進(生活環境課)	可燃ごみの排出量(t)	3,846	3,794	101.4%	B
		生ごみのリサイクル処理量(t)	750.6	500.6	66.7%	
快適で暮らしやすいまちを目指す	ゆとりある住環境づくりの推進(建設課)	東御市は「住みやすい」と感じる市民の割合(%)	—	—	—	B
		公営住宅等長寿命化計画に基づく修繕(箇所)	1	1	100.0%	
		公園施設長寿命化計画に基づく修繕(箇所)	57	57	100.0%	
	安全・快適な道路環境の整備(建設課)	「快適で暮らしやすいまちを目指す」の市民の満足度の割合(%)	—	—	—	A
		通学路安全対策着手率(%)	85.0	80.0	94.1%	
		橋梁長寿命化修繕計画に基づく修繕(箇所)	26	26	100.0%	
	公共交通の利便性の向上(商工観光課)	デマンド交通利用登録者数(人)	5,498	5,978	108.7%	B
		定時路線バス利用者数(人)	25,143	23,431	93.2%	
		デマンド交通利用者数(人)	31,019	16,114	51.9%	
暮らしの安心を支える上下水道をつくる	水道水の安定供給(上下水道課)	「暮らしの安心を支える上下水道をつくる」の市民の満足度の割合(%)	—	—	—	B
		石綿管解消延長(m)	3,886.4	3,886.4	100.0%	
		有収率(%)	85.1	85.0	99.9%	
	下水道事業の経営基盤の充実(上下水道課)	「暮らしの安心を支える上下水道をつくる」の市民の満足度の割合(%)	—	—	—	A
		廃止処理施設数(施設)	2	2	100.0%	
		水洗化率(%)	92.8	92.9	100.1%	
暮らしの安全がひろがるまちを目指す	災害に強い地域づくりの推進(建設課、農林課、上下水道課、総務課)	「暮らしの安全がひろがるまちを目指す」の市民の満足度の割合(%)	—	—	—	B
		雨水幹線排水路整備率(%)	100.0	100.0	100.0%	
		耐震診断実施件数(件)	586	585	99.8%	
安心して子どもを産み育てられるまちを目指す	子育て家庭への細やかな支援の充実(子育て支援課)	合計特殊出生率	1.60	1.41	88.1%	A
		センター事業の利用者数(人)	17,900	9,219	51.5%	
		子育てポータルサイトユーザー数(人)	97,000	146,053	150.6%	
	より豊かな幼児教育・保育の実践(子育て支援課)	「安心して子どもを産み育てられるまちを目指す」の市民の満足度の割合(%)	—	—	—	B
		4月1日付待機児童数(人)	0	0	100.0%	
		運動あそびに参加した園児の割合(%) (3歳児以上)	100.0	100.0	100.0%	
		運動あそびに参加した園児の割合(%) (2歳児以下)	100.0	100.0	100.0%	
		5歳児発達相談の実施率(%)	98.0	96.1	98.1%	
心豊かにたくましく生きる子が育つまちを目指す	豊かな心と健やかな身体を育む教育の推進(教育課)	「全国学力・学習状況調査」自分には、よいところがあると思う児童生徒の割合(心)(%)	全国 平均値	—	—	D
		「新体力テスト」児童生徒の体力合計点(体)(ポイント)	全国 平均値	—	—	

政策名	施策名	目標・指標名(単位)	目標値	実績値	進捗率	総合評価
心豊かにたくましく生きる子が育つまちを目指す	豊かな心と健やかな身体を育む教育の推進(教育課)	「全国学力・学習状況調査」いじめは、どんな理由があってもいけないことだと思う児童生徒の割合(%)	全国 平均値	—	—	D
		不登校児童生徒の割合(%)	全国 平均値	小 1.09 中 6.14	—	
		「新体力テスト」身体を動かすことが好きな児童生徒の割合(%)	全国 平均値	—	—	
生涯を通じた学びあいとスポーツに親しまちを目指す	人づくり、地域づくりにつながる生涯学習の推進(生涯学習課)	中央公民館、各地区公民館の利用者数(人)	117,613	53,920	45.8%	B
		生涯学習受講者数(人)	2,758	1,467	53.2%	
		分館活動への参加者数(人)	33,737	4,498	13.3%	
		図書館利用者数(人)	110,000	62,352	56.7%	
	芸術文化活動の推進(文化・スポーツ振興課)	文化施設(文化会館、梅野記念絵画館、丸山晚霞記念館入場者数)(人)	113,884	20,490	18.0%	B
		普及事業などの参加者数(人)	2,187	888	40.6%	
	「する、みる、ささえる」スポーツ活動の推進(文化・スポーツ振興課)	成人の週1回以上のスポーツ実施率(%)	—	—	—	B
		スポーツ指導者数(人)	—	—	—	
		スポーツ施設利用者数(人)(湯の丸高原スポーツ交流施設除く)	180,000	108,208	60.1%	
		小中学生の過去1年間の運動・スポーツの非実施者の割合(%)	小 10 中 7	—	—	
生涯にわたり健やかに暮らせるまちを目指す	生涯を通じた健康増進の推進(健康保健課、市民課)	健康寿命(年)	—	—	—	B
		国民健康保険特定健診受診率(%)	50.0	43.7	87.4%	
		国民健康保険特定保健指導終了率(%)	60.0	60.3	100.5%	
		健康教育事業参加者割合(%)	12.5	5.3	42.4%	
		乳幼児健診(1歳6か月、3歳)未受診率(%)	1歳6か月1.4 3歳1.7	0	100.0%	
誰もが自分らしく暮らせるまちを目指す	ひとり親・生活保護・生活困窮世帯の自立支援と生活の安定(福祉課)	生活困窮者自立支援事業の就労支援による就業者数(人)	18	53	294.4%	B
		ひとり親世帯技能訓練事業の受講者数(人)	1	1	100.0%	
		生活困窮者自立支援事業プラン作成件数(件)	40	40	100.0%	
	支え合う地域福祉づくりの推進(福祉課)	災害時支え合い台帳・支え合いマップなどの作成区数(区)	58	53	91.4%	B
元気で生きがいのある高齢社会を目指す	介護予防(フレイル対策)の推進(福祉課)	要介護認定者率(%)	15.8	16.4	96.3%	C
		定例的に実施しているフレイル予防対策教室数(箇所)	5	5	100.0%	
	地域包括ケアシステムの確立(福祉課)	介護サービス利用者の在宅介護率(%)	69.4	67.9	97.8%	B
		地域ケア会議実施数(回/年)	40	37	92.5%	
地域特性を活かす農業の振興を目指す	東御ブランドの確立と特産品の振興(農林課)	農業生産額(百万円)	1,970	1,842	93.5%	B
		ワイン用ぶどう作付け面積(ha)	45.0	44.3	98.4%	
		グローバルGAP認証取得経営体数(経営体)	2	1	50.0%	
		シナノグルミの品種登録及び商標登録数(件)	1	0	0.0%	
	農地流動化の促進及び耕作放棄地の再生(農林課)	担い手農家への利用集積面積(ha)	483.2	542.9	112.4%	B
		耕作放棄地再生面積(ha)	48.0	46.9	97.7%	

政策名	施策名	目標・指標名(単位)	目標値	実績値	進捗率	総合評価
元気で活力ある産業が育つまちを目指す	商工業の支援と育成(商工観光課)	有効求人倍率(倍)	1.40以上	1.42	101.4%	B
		製造品出荷額等(億円)	1,323.5	1,200	90.7%	
		就業率(%)	59.2	58.7	99.2%	
		事業所数(事業所)	89	90	101.1%	
定住人口を増加させ、賑わいのあるまちを目指す	U・Iターン移住者の誘導による定住の促進(地域づくり・移住定住支援室)	県外からの転入者数(年次)【累計】(人)	400	345	86.3%	B
		行政サポートによる移住者数(人)	35	30	85.7%	
		東御市に対する評価(位)(全国市町村認知度ランキング)	900	990	90.9%	
		移住相談件数(件)(内、Uターンによる移住相談件数)	100(10)	78(-)	78.0%	
		空き家バンク物件の新規登録件数(件)	25	17	68.0%	
交流を広げる魅力ある観光地をつくる	観光拠点の整備と情報発信の強化(商工観光課)	観光消費額(億円)	47.0	22.1	47.0%	B
		述べ宿泊者数(人)	61,200	19,967	32.6%	
		主要観光施設入込客数(人)	1,406,100	400,440	28.5%	
	地域資源を活用した体験型、滞在型観光の推進(商工観光課)	来訪者満足度(%)	67.0	62.5	93.3%	B
		リピーター率(%)	45.5	70.9	155.8%	
		体験型プログラム利用者数(人)	250	490	196.0%	
		体験型プログラム利用者の満足度(%)	86.0	90.7	105.5%	
市民と行政が共に考え、共に歩むまちを目指す	協働のまちづくりの推進と担い手の育成(地域づくり・移住定住支援室)	「市民と行政が共に考え、共に歩むまちを目指す」の市民の満足度の割合(%)	—	—	—	B
		「小学校区単位の地域づくりへの参加」についての市民の意識度の割合(%)	—	—	—	
		地域課題の解決や「地域ビジョン」を実現するために取り組んでいる事業の実施数(事業)	41	36	87.8%	
		「地域リーダー育成講座」受講者数(人)	20	15	75.0%	
開かれた市政を推進する	広報活動の充実(企画振興課)	東御市に対する評価(全国市町村認知度ランキング)(位)	800	990	80.8%	B
		ホームページアクセス数(件)	340,000	480,400	141.3%	
		SNSへの平均リーチ数(件)	1,830	1,129	61.7%	
		メール配信登録者数(人)	5,500	6,118	111.2%	
すべての人が尊重されるまちを目指す	人権尊重・男女共同参画の推進(人権同和政策課、教育課)	人権啓発学習会、セミナー等に参加して、人権課題に対して理解の深まった参加者の割合(%)	96.0	91.5	95.3%	B
		政策等への立案及び決定への共同参画、女性の社会参加の促進割合(%)	30.0	27.1	90.3%	
		市民向け人権啓発学習会、セミナー等の開催数(回)	36	3	8.3%	
		審議会や委員会等の女性委員の割合(%)	40.0	33.9	84.8%	
		地域役員への女性の参画割合(%)	20.0	16.0	80.0%	
	多文化共生の推進(生活環境課、地域づくり・移住定住支援室、生涯学習課、人権同和政策課)	「全ての人が尊重されるまちを目指す」市民の満足度の割合(%)	—	—	—	B
		外国語での行政情報の提供(件)	700	1,027	146.7%	
		窓口相談件数(件)	1,100	1,497	136.1%	
		異文化交流サロン参加者数(人)	25	9	36.0%	
		ホストタウン交流事業実施数(事業)	4	3	75.0%	

心の眼 (178)

コロナ差別と部落差別

人権同和教育指導委員 岡澤 健一

「我々が大人であるとするれば、日本人は幼児のようなものだ」この言葉は、日本国憲法起草のなかで、アメリカ人の口から発せられた言葉だそうです。日本人には民主的、人権的な意識が弱いということを指摘した言葉と私はとっています。

国連は「人種差別撤廃条約」(一九六五年)の中で、宣伝や扇動を含めた人種差別行為に対して、法律的に罰することを主張しています。言論や営業の自由よりも、差別の禁止を優先しているということです。

三十年後、この条約に加入した日本は、国連からは日本の部落差別もインドのカースト制度と同様、人種差別の一つとして禁止法の成立を求められました。しかし、日本政府は留保し続け、「部落差別解消推進法」は施行したものの、具体的な人権保護法はいまだに作られていません。

人間は「分らないもの」「命にかかわるもの」には恐れを感じ、自分とは違うもの、関わりたくないものとする心が頭をよぎり、自身を守ろうとする意識から無意識のうちに差別心へと変化していきます。被差別地区の人々と関わることを避け、言い伝えだけで差別の対象としてき

た歴史は、今まさに医療従事者や感染者に対し、正しい理解や判断ができず、間違った正義感で差別を公然としてしまう、コロナ禍の中で起こっている差別の構造につながります。

日本では、コロナ差別が広がっても、人権に対する具体的な対策はとられず、国民の意識に委ねられています。「障がい者よりも可愛がっているペットの方の命が大事」といった差別的なメッセージが平然と語られたり、一方的に誹謗中傷が書き込まれたりできるネット社会の差別問題も、人権を軽視してきた社会に当然起こり得る問題です。

また、日本における女性差別やハラスメント差別、放射能被害に対する差別などの人権問題も、部落差別の歴史や差別意識と深く関わっています。コロナ禍で起きている差別や部落差別問題は、私たちに突き付けられた問題提起といえます。

部落差別問題にもきちんと向き合っている子どもたちは、このことにも気づいてきています。

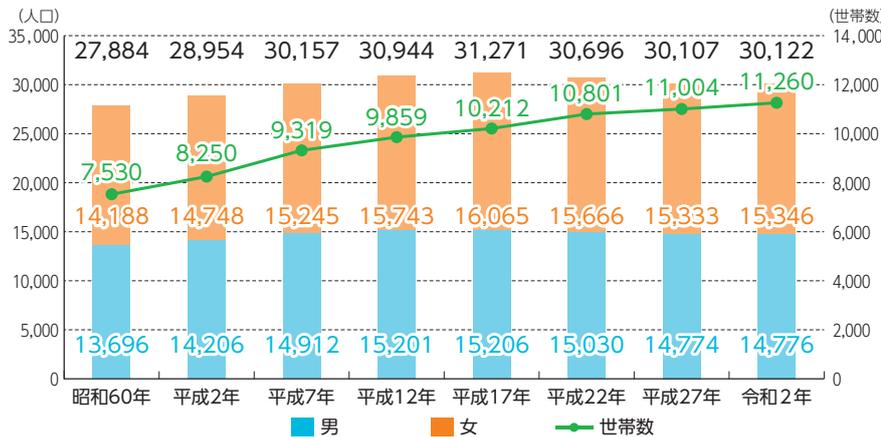
令和2年 国勢調査結果

区分	令和2年	平成27年	増加数
人口	30,122	30,107	15
男	14,776	14,774	2
女	15,346	15,333	13
世帯	11,260	11,004	256



市ホームページ

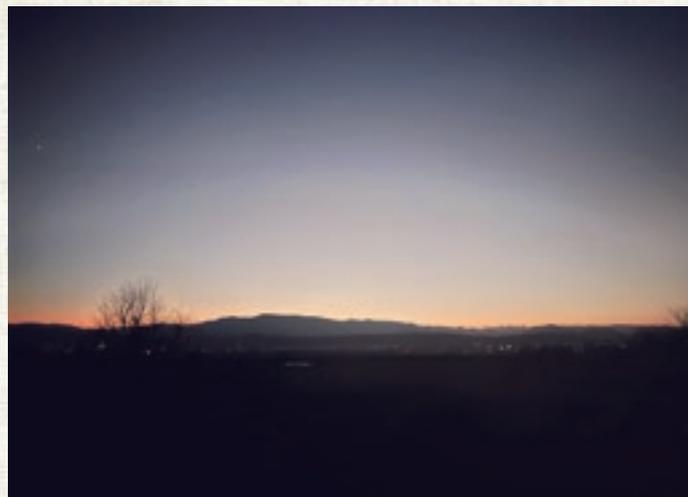
総務省から令和2年10月1日を基準日とする、国勢調査の確定値が公表されました。東御市の人口は3万122人となり、前回の平成27年調査と比較して、15人の増となりました。なお、詳細については左記二次元コードよりご覧ください。



左表のとおり、市では合併直後の平成17年をピークに人口は緩やかな減少傾向にありましたが、今回の調査では僅かながら上昇に転じました。(県内19市中、茅野市、塩尻市および当市が増)



ほどよく、田舎。とうみ ~今月のベストショット~



〔撮影者〕クロ猫さん

〔タイトル〕「黄昏時」

撮影場所：御牧原

撮影日：2021年12月5日

撮影者から一言

転入してから、この黄昏時はいつ見ても綺麗で車を停めて、ついつい見てしまいます。いい場所に住んだなーと感じます。

2月号掲載の応募締め切りは 1月11日(火)

①氏名②ペンネームで掲載希望の方はペンネーム③写真タイトル④撮影場所⑤撮影日⑥写真に込めた“ほどよく、田舎”について(50字以内)以上を記載のうえ、写真と一緒に市公式LINEまたはメールアドレス(shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp)へお送りください。

応募作品一覧公開中

12月は6件の応募がありました。すべての作品をこちらからご覧いただけます。



宝くじ助成事業で

設備・備品を整備しました

宝くじの社会貢献と広報を目的として、一般財団法人自治総合センターと公益財団法人長野県市町村振興協会が宝くじの受託事業収入を財源に実施する宝くじ助成事業は、地域でコミュニティ助成事業を行う団体(区、自治会等)を対象に、活動に必要な備品等の整備に要する費用を助成する制度です。

原口区

地域活動助成事業((公財)長野県市町村振興協会)を活用し、コミュニティ活動備品を整備しました。



●問い合わせ先
地域づくり・移住定住支援室 ☎71-6790

目指そう! ゼロカーボンシティとうみ

今月の取り組み

家族と同じ部屋で過ごすようにしましょう!

近年、インターネットやスマートフォンの普及により、家庭においてもプライベートの時間を優先し、自分の部屋で過ごす方も多いかと思えます。日照時間が短く、気温が低くなる秋から冬にかけては、家の照明と暖房を使用する時間が長くなることに加え、家族がそれぞれの部屋で使用するとさらにCO₂排出量が増加します。

アドバイス

家族が同じ部屋で過ごすことによって、暖房と照明の利用률을2割減らすことができます。年間でCO₂排出量が約240kg削減となり、光熱費約11,000円の節約につながります。

数値だけ見ると温暖化対策として効果が小さいように感じるかもしれませんが、それぞれの家族が同じ部屋で団らんすることによって大きなエコ効果が生まれます。

ご家族が一同に集まるお正月、同じ部屋で団らんして、楽しく省エネしましょう!

※新型コロナウイルスの感染状況に注意しながら取り組みましょう!

●問い合わせ先
生活環境課 環境対策係 ☎64-5896

国民年金 アドバイス

20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときや病気や事故で障害が残ったときの生活を現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。国民年金は20歳以上60歳未満の方の加入が義務付けられています。

経済的に保険料の納付が難しいときは、**納付猶予制度**や**学生納付特例制度**の申請を行きましょう。

国民年金の手続き

「国民年金加入のお知らせ」などが届きます

- 日本年金機構から国民年金に加入したことをお知らせします。20歳になってからおおむね2週間以内に送付されます。(令和元年10月から、20歳になったときの国民年金加入の届け出は不要になっています)
- 同封している納付書で保険料を納めてください。保険料の納付は、金融機関、コンビニエンスストアのほか、電子納付もできます。口座振替やクレジットカード納付も可能です。
- 20歳になってから約2週間程度経過しても「国民年金加入のお知らせ」が届かない人*は国民年金の加入手続きが必要のため、市役所または年金事務所で手続きをしてください。
※厚生年金加入者およびその扶養となっている配偶者は除きます。
- 学生納付特例などを申請した方は、結果が出るまで納付は保留にしてください。

令和4年4月から「年金手帳」の発行が廃止になります

年金手帳は、従来保険料納付の確認や将来年金を受け取る際に必要とされておりましたが、個人番号の導入などにより手帳という形式である必要性がなくなってきました。

令和4年4月1日から年金手帳の新規発行は廃止され、年金の諸手続きには**基礎年金番号通知書**が使われることとなります。

- 令和4年3月までに20歳になられる方→年金手帳が送付されます
- 令和4年4月以降20歳になられる方→基礎年金番号通知書が送付されます

●問い合わせ先

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

税のワンポイントメモ

Q1 固定資産の所有者の名義を変えたいのですが、どのような手続きが必要ですか。

A1 固定資産税は、毎年1月1日現在の登記簿上の所有者に課税されますが、固定資産の名義を変える場合は、長野地方務局上田支局で所有権移転登記等の手続きをしてください。登記手続き完了後は、長野地方務局上田支局から市へ登記情報が通知されますので、市へ連絡していただく必要はありません。

ただし、登記されていない家屋は、市役所での名義変更の手続きが必要ですので、「未登記家屋所有者変更(兼未登記家屋所有)届書」の提出をお願いいたします。

Q2 市内に固定資産を所有していますが、固定資産税が課税にならない場合がありますか。

A2 固定資産税には免税点という制度があります。市内に同一の個人または法人が所有する土地、家屋、償却資産それぞれの課税標準(税額の基礎となる額)の合計額が次の金額に満たない場合には、固定資産税は課税されません。

土地	30万円
家屋	20万円
償却資産	150万円

例えば、土地家屋の課税標準の合計がそれぞれ25万円の場合は、家屋は20万円を超えているため免税点以上となり固定資産税が課税されますが、土地は30万円未満のため免税点未満となり固定資産税は課税されません。

●問い合わせ先 税務課 資産税係 ☎62-1111
内線 1171・1172

1月の納税 (納期限 1月31日)

- 国民健康保険税(普通徴収)(8期)
- 後期高齢者医療保険料(普通徴収)(7期)
- 介護保険料(普通徴収)(7期)

プレイブ社
新割り機

破碎力22t・縦横兼用・自走式

軽トラで
移動可能!

薪割り機レンタル

詳しくは
こちら

①貸出時間 9:00~17:00 連泊OK・土日もOK

②金額 1日¥9,800(税別)~

株式会社 唐沢農機サービス

〒389-0502
長野県東御市鞍掛846-1

☎0268-62-5262

(レンタル担当宛にお電話ください)



ご 芳 志

ご寄附いただき、ありがとうございました。厚くお礼申し上げます。(令和3年11月に寄附をいただいたものです)

〈一般寄附金〉

●自然環境保護目的への寄附

- ・アルガママワイナリー(Arugamama Winery) 様 (1万円)

●湯の丸高原高地トレーニング施設整備事業に対する寄附

- ・浅野 香澄 様(12万円)
- ・(株)ABC建設 様
- ・ヒカリ素材工業(株) 様
- ・(株)アヅマセラミテック 様(100万円)
- ・荒川 洋一 様(12万円)

〈企業版ふるさと寄附金〉

●東御市まち・ひと・しごと創生寄附活用事業(企業版ふるさと寄附金)

- ・(株)アドバンテック 様(2,000万円)
- ・高沢産業(株) 様
- ・栗田薬品(株) 様
- ・(株)タカサワマテリアル 様

〈物品〉

- ・道の駅 雷電くるみの里 様(乳幼児用おもちゃ 7万円相当)
- ・シチズンファインデバイス(株) 様(本 20冊)

上記については、同意をいただいた事項のみ領収日順に掲載しています。

●問い合わせ先

自然環境保護目的への寄附

総務課 財政係

☎ 64-5901

湯の丸高原高地トレーニング施設整備事業に対する寄附・企業版ふるさと寄附金

文化・スポーツ振興課 スポーツ係

☎ 75-1455

物品について

総務課 契約財産係

☎ 64-5805

なるほど The ごみ No.174

ごみ処理に使われているお金は どれくらい?

ごみを処理するには、ごみの収集運搬、分別、焼却やたい肥化、再資源化などが必要です。

このごみ処理には、皆さまの大切な税金が使われています。令和2年度のごみ処理費用の総額は約5億1,400万円でした。市民1人あたりに換算すると約17,165円になります。(※令和2年4月1日現在の人口、29,945人で計算)

その他 4,089万9千円

- 人件費、ごみ処理広域化推進費、生ごみ処理機器等設置補助金、ごみ処理計画策定等

施設修繕費 1億3,737万円

- 東部クリーンセンターおよび最終処分場設備等修繕

収集運搬費 9,330万1千円

- ごみ収集運搬、指定袋作成等

令和2年度
ごみ処理費用総額
5億1,400万4千円

最終処分費 1,664万円

- 最終処分、最終処分場管理等

ごみ処理費 2億2,579万4千円

- 廃棄物焼却等処理費用、生ごみリサイクル施設運営等

ごみを減量、分別、資源化することで、処理費用の削減と環境への負荷低減にもつながります。さらに、ごみ処理施設や、焼却灰を埋め立てる最終処分場の延命も図ることができます。

引き続き、皆さまの協力をいただきますよう、よろしくお願いいたします。

●問い合わせ先

生活環境課 クリーンリサイクル係 ☎63-6814



市議会12月定例会 12議案を提案

市議会12月定例会が11月29日開会しました。

定例会初日には、令和3年度の一般・特別会計の補正予算4件のほか、条例の一部改正等の議案7件が提案されました。また、10日に一般会計補正予算1件が提案され、計12議案が上程されました。

7日と8日には、13名の議員から市政運営等についての一般質問がされました。10日には総括質疑・委員会付託がなされ、13日から各常任委員会で付託された議案等の審査が行われました。

17日には、予算決算特別委員会が開催され、各常任委員会での予備審査に基づき補正予算について審査が行われました。なお、今定例会の審議結果等の詳細につきましては、2月発行の「議会だより」に掲載されますのでご覧ください。

- 問い合わせ先 議会事務局 ☎64-5810

地域おこし協力隊が行く!

2022.1
Vol.56

隊員インタビュー



海野宿にある滞在型交流施設「うんのわ」に勤務する山村隊員、仲野隊員、長島隊員にインタビューしました!

仲野 厚司 隊員(右)
長島 巧実 隊員(中央)
山村 健司 隊員(左)



山村隊員/京都府出身。イタリア観光ガイド 12年
長島隊員/埼玉県出身。前職は動画クリエイター
仲野隊員/愛知県出身。SE▶タクシー運転手▶協力隊

小林 「うんのわ」では現在、どのような取り組みをしていますか?

山村 現在、コーヒーや地ビール、駄菓子などの販売を行っています。休憩所としての通常営業のほか、twitterやFacebookなどのSNS運用、はれフジで「うんの少年隊がいく」を放送するなど(第2・4月曜朝9時半〜10時)、情報発信にも努めています。

仲野 今後は、「うんのわ」にある飲食棟を活用するべく、2022年1月から「フンデيشエフランチ」を始めたいと思っています。



「うんのわ」の飲食棟。調理場も整っている



小林 海野宿でランチができて良かったですね! どういった感じになるのでしょうか。

仲野 「フンデيشエフランチ」は、週末の土日限定でシェフをやっていただけの方を募集し、週替りでランチ営業をしていただく形を想定しています。

小林 毎週入れず、特定の土日だけでも良いということですか?

仲野

その通りです。まずは「2日間だけでもできるよ」という方に、ぜひ手を挙げていただきたいと思います。現在もシェフをやっていただけの方を絶賛募集中です(調理師免許不問)。

(※日数や条件等については応相談。詳細は「うんのわ」にお問い合わせください)

山村

将来的には、平日も含めて常設で飲食をご提供いただける事業者に入っていただけ形を目指しています。ぜひこの機会にお試しいただき、「うんのわ」の良さを事業者の方にも、お客さまにも感じていただきたいなと思います。

小林

何かイベントなどは企画していますか?
現在、竹灯籠による「うんのわ」のライアアップを計画しています。

小林

長島

竹灯籠とはどのようなものですか?
中にソーラーパネルが入っていて、夜になると明かりが灯ります。東御市に降り注ぐ日光で、東御市の竹で作った竹灯籠が光るそんなコンセプトで作っています。はじめは一本彫るのに2時間ぐらいかかりました。

小林

かなり大変そうですね! が見ると、かなり雰囲気ありますね!

長島

だんだん慣れてきて、効率的にできるようになってきました。今後、もっと本数を増やせるように地道に頑張ります。

小林

新年から早速「うんのわ」に新しい風が吹いてきそうですね。お三方、今日はありがとうございました。



「うんのわ」入り口にある竹灯籠

海野宿滞在型交流施設「うんのわ」

営業：午前10時～午後4時
(水曜定休)
住所：東御市本海野1013
(駐車場有)
お問い合わせ：☎71-7552

編集担当・地域おこし協力隊 小林

すくすく育つとうみっ子!!

1歳の誕生日おめでとう!
ご家族からお祝いのコメント

1月
生まれ



ふじい いちか
藤井 唯誓くん (和)
(R3.1.5生)

1才のお誕生日おめでとう!!
いっくんの笑顔に毎日癒されてるよ♥
これからもおねえちゃんと仲良く元気にそだってね♥



たまる おと
田丸 桜叶ちゃん (常田)
(R3.1.11生)

1歳のお誕生日おめでとう♥
これからも元気いっぱい笑顔いっぱいのおとちゃんできてね!
いつもたくさんの癒しをありがとう大好きだよ♥



きくち ゆう
菊地 優くん (原口)
(R3.1.16生)

ゆうくん、1歳のお誕生日おめでとう!
その笑顔に毎日癒されています♥
これからもいっぱい遊んで元気に大きくなってね😊

☆募集しまあ!!☆ (対象者 2月生まれの1歳)

住所・お住まいの区・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・TEL・コメント50字程度を添えて、shiho-tomi@city.tomi.nagano.jpへメールいただくか、市公式LINE (ID:@tomicity) までお送りください。締め切りは、1月11日(火)必着。※原則、毎月8日が締め切りとなります。

トピックス 地域の話



▲贈呈された帽子やベストを着用する見守り隊と関係者

登下校の児童を見守る「和んぱく見守り隊」に防止やベストを贈呈

10月25日、和小学校児童の登下校の安全を見守るボランティア「和んぱく見守り隊」に、和地域づくりの会をはじめ、区長会、育成会、分館長会、生涯学習推進委員会、交通安全協会和支会、商工会和支会などが助成金を寄せた費用で購入した「帽子」や「ベスト」などの贈呈式が行われました。

平成18年4月より活動をはじめ、今年で15年目を迎える「和んぱく見守り隊」に対し、小林校長は、「子供たちの命や未来を守る大切な役割を果たしてもらっている。心から感謝しています」とあいさつしました。

晩秋の晴天のもと 伝統の北御牧地区一周駅伝大会開催

11月27日、第56回北御牧地区一周駅伝が開催されました。北御牧地区で毎年恒例の伝統行事となっている駅伝大会ですが、昨年は新型コロナウイルス感染防止対策のために中止を余儀なくされ、2年ぶりの開催となりました。

競技では3つの中学生チームと、後半のみ1つの一般チームも加わって、北御牧地区内19区間を駆け抜けました。走る人、支える人、応援する人、それぞれにとっても良い笑顔が見られました。優勝が1年生チーム、2位が3年1組と2年1組の合同チーム、3位が2年2組チームという結果でした。今後も地域が支える活動として、伝統の大会は継続し響かれています。



▲全員で記念撮影



とうみ

I・J・U

ぐらし
楽しんで
ます!!

東御市へ来た方、戻ってきた方から、選んだ理由や魅力を紹介します。

今月は子育て世代の応援活動をされている
邊見美枝子さんに東御市の魅力を書いてい
ただきました。

2003年5月、子供がまだ11ヶ月の時に
主人が上田に単身赴任していたこともあり、
自然豊かな環境で子育てがしたいと思いま
した。そして東京で20年間保育士として働
いた職場を退職して、東御市に移住してき
ました。

引っ越す時にインターネットで色々な市町
村を調べましたが、なぜ東御市に決めたか
という点、自然豊かな環境と、子育て支援
センターが充実していて、「子育てに優しい
まち」だと感じたからです。

誰一人知人もいない土地での子育てに不安
もありましたが振り返ってみると、地域の
方々も子供をとて可愛がってくれました。
色々な行事などで関わりを持ち、優しい言葉
をかけていただくなど、共に育ててもらった
と感じています。

子育ては親子関係だけではなく家庭、学校、
地域が協力しあって、共に育てあっていく事



「温故知新」の言葉とおり、ふるき良き歴史を受け継ぎながらも、子どもたちに誇れる明るい未来を創れる温かいふるさとになるよう少しでも貢献していきたいと思っています。

子育て体験や情報を共有することで一人で悩まず、前向きに楽しい子育てができるよう願っています。

さらにコロナ禍で孤独な子育てをしている方を応援しようと「長野県元気づくり支援金を活用し、「ままでのつなご@信州」というオンラインサロンが10月から開始され、そのサポーターとしても協力しています。

子育ては体験や情報を共有することで一人で悩まず、前向きに楽しい子育てができるよう願っています。

が大切だと感じています。今年度は日向が丘区の公民館長を務めさせて頂いておりますが、子育てをはじめ助けていただいたことに対して、少しでも恩返しができるように、地域の方々との絆を深めていきたいと思っています。

Q とうみの好きな所は?



邊見 美枝子さん
(日向が丘区)
出身地：東京都
1ター

編集後記

あけましておめでとうございます。
今年寅(とら)年。
本年も「市報とうみ」は新しいことにトライしていきます！
皆さまの笑ガオーが絶えない1年になりますように☆
(市報担当 上野)



次回発行

市報とうみ 2月号
2月1日(火)

市のデータ

人の動き (12月1日現在)

世帯数	12,277世帯(-6)	転入	49人
総人口	29,673人(-29)	転出	60人
男14,726人(-9)		出生	19人
女14,947人(-20)		死亡	37人
		その他	0人

※カッコ内は前月対比
資料:住民基本台帳

こちら119 (東御消防署)

=11月の火災・救急件数=
※カッコ内は令和3年1月からの累計

火災 0件(12件)
救急 115件(1128件)

たき火を実施する際は消防署へ連絡し、必ず消火のできる準備をしましょう。
東御消防署 ☎62-0119

市内交通事故統計 11月分 令和3年11月30日現在

	当月分	累計 (注1)	前年比
件数	9件	61件	-4件
傷者	16名	77名	±0名
死者(注2)	0名	0名	-3名

(注1)令和3年1月からの累計
(注2)事故発生後24時間以内の死者数

とうみの気象記録 (観測地点:東御消防署)

	令和3年11月	令和2年11月
最高気温	19.1℃(7日)	24.0℃(20日)
最低気温	-4.4℃(30日)	-2.3℃(30日)
平均気温	8.4℃	8.7℃
降水量	24.0mm	5.0mm

※平成27年11月分から新しい観測システムによるデータを掲載しています。

