



市報  
No.225 とうみ

TOMICITY  
2023  
1月号 (新春特別号)



東御市ふるさとPR大使  
俳優 **丸山智己**さん

TOPICS

---

市長新年あいさつ  
【特集】とうみの造り手×丸山智己  
とうみチケットQR

# 市長 新年あいさつ

## 急がず、あせらず、あきらめず



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、新春を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。また、日頃より市政運営に深いご理解と温かいご協力を賜り、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

新型コロナウイルス感染症は、感染力が強いと言われるBA・5系統への置き換わりなど、これまで次々とその姿を変え、感染拡大を繰り返してきました。雷電まつりの開催が3年続けて見送られるなど、まだまだ各種イベント等に与える影響はございませんが、社会活動や地域経済を停滞させることのないよう、国や県と連携しながら感染症対策に取り組んでまいります。

### 一年を振り返って

ウイズコロナの時代にあっても、東御市の魅力アップや暮らしやすいまちを目指し、未来に向けたまちづくりを着実に進めてまいりました。

3月、令和元年台風第19号により被災した「市道白鳥神社線（海野宿橋）」が復旧・開通いたしました。4月には地元を中心とした実行委員会により「海野宿春らんまん祭り」が開催され、海野宿に賑わいが

戻るとともに、多くの方が宿場の雰囲気を楽しむ姿を見出し、海野宿のポテンシャルの高さを再認識しましたところであります。

4月、「子どもサポートセンター」を開設いたしました。妊娠期から概ね18歳までの子どもおよびその家庭を対象に、出産から子育てにおける子どもへの関わりや家庭内の問題など、あらゆる悩み事について、伴走型で切れ目ない支援により、「子育て」支援から「子育ち」支援へ、すべての子どもたちが自立した個人として健やかに成長できる地域社会の実現を目指してまいります。

5月、湯の丸高原に「テレワーカ施設」が開所いたしました。新しい働き方が広まるなか、高地トレーニング施設と併せ、湯の丸高原の新たな魅力として全国へPRし、新たな人の流れと関係人口の増加を促進し、地域の活性化に繋がるものと期待しております。

7月、放課後児童クラブを併設した新しい和児童館が竣工いたしました。「小学校の近くに子どもたちが健やかに安心して過ごせる居場所づくり」という地域の皆さまの思いを受け、旧和保育園の跡地に建設しました。地域における子育て支援の拠点として、子どもたちの笑顔が溢れ、成長の糧となるよう今後の運営に努めてまいります。

秋以降、3年ぶりとなる巨峰の王国まつりをはじ

め、火のアートフェスティバルや天空の芸術祭、また、マラソン大会や実際に4年ぶりとなる駅伝大会などを存分に味わうことができ、取り巻く環境が確実に変化していることを実感したところでございます。

### 湯の丸高原スポーツ交流施設について

「GMOアスリーツパーク湯の丸」は、東京オリンピック・パラリンピック競技大会を経て「高地トレーニングの聖地」としてますます認知度が高まっており、競泳や陸上競技のみならず、多様な競技団体の皆さんにご利用いただくなど、裾野の広がりを見せております。オリパラのレガシーとして、引き続き日本のスポーツ発展に寄与していくとともに、東御市創生の重要な資源として活用してまいります。

### 新年の抱負

新型コロナウイルス感染症との闘いや不安定な社会情勢等、引き続き取り組むべき課題は山積しておりますが、脱炭素社会の実現やデジタル化の推進等、新しい時代へ向けて歩みを進めていかなくてはなりません。

東御市が活気と笑顔に満ち溢れ、輝かしい未来を手繕り寄せられるよう、市一丸となつて「持続可能な美しいふるさとづくり」をさらに前進させてまいります。

結びに、本年が市民一人ひとりにとりまして「希望に満ちた年」となりますようご祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。

（2023年1月）市報とうみ 2 TOMI

東御市長 花岡 利夫

## 目 次

2 市長新年あいさつ

3 写真で振り返る  
東御市の一年（2022年）

4 【特集】とうみの造り手  
×丸山智己

6 とうみチケットQR

7 「子どもサポートセンター」  
の機能強化

8 民生児童委員を紹介します

9 つくるなら今！  
マイナンバーカード／  
とうみエコライフ DAY  
2022 結果

10 令和5年度市県民税申告・  
所得税の確定申告のご案内

12 市議会第2回臨時会／  
市議会12月定例会

13 情報コーナー

28 おうち時間あるある川柳  
受賞作品紹介

29 短詩型文学祭受賞作品紹介

30 地域おこし協力隊が行く！

31 心の眼／  
目指そう！ゼロカーボンシ  
ティとうみ

32 まるごと生活百科

34 ほどよく、田舎。とうみ  
～今月のベストショット～／  
すくすく育てとうみっ子!!

35 トピックス（地域の話題）

# 写真で振り返る 東御市の一年

2022年



令和元年台風第19号で被災した  
海野宿橋が開通



旧和保育園跡地に移転新築した和児童館



初開催の湯の丸ヒルクライム



3年ぶりに開催された巨峰の王国まつりには、  
モルドバ共和国のソコラン大使が来訪

1月	令和2年度・令和3年度 成人式（8日）
2月	令和元年台風第19号で被災した市道白鳥神社線海野宿橋開通（1日）
3月	ウクライナおよびモルドバ支援のための募金受付スタート（14日）
4月	子どもサポートセンター開設（1日）
5月	総合型地域スポーツクラブ Sany T O M I 活動スタート
6月	海野宿春らんまん祭り（10日）
7月	湯の丸高原テレワーカ施設開所式（28日）
8月	和児童館竣工式（1日） 中央公民館にマイナンバーカード出張申請窓口開設（11日～）
9月	令和4年度二十歳を祝う会（15日）
10月	第1回湯の丸ヒルクライム（4日） モルドバ共和国ソコラン特命全権大使来訪（22、23日） 巨峰の王国まつり 3年ぶりに開催（23、24日）
11月	火のアートフェスティバル2022（8日～） 天空の芸術祭2022（8日～） 交通事故ゼロ700日達成（20日）
12月	市駅伝大会 4年ぶりに開催（13日）

## Profile

東御市ふるさとPR大使

俳優 丸山 智己  
まるやま ともみ

1975年生まれ、東御市滋野地区出身。モデルとして活躍した後、映画『NANA』(2005年) ヤス役で注目を集め。近年の主な出演作に映画『鋼の錬金術師 完結編 復讐者スカー』『劇場版ラジエーションハウス』(ともに22年)、『地獄の花園』(21年)、ドラマ『家庭教師のトラコ』(日本テレビ)、『NICE FLIGHT!』(テレビ朝日)、『ラジエーションハウスⅡ～放射線科の診断レポート～』(フジテレビ)など多数。



# とうみの造り手×丸山智己



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。就任2年目となる2022年は、“とうみ”の魅力を深掘りするため、市内各所を巡りました。

今回の旅では、市内のワイナリーや西洋野菜の農家、古民家民泊などを訪問。造り手の皆さんへのインタビューを通じて「ものづくりへのこだわり」や「この地で魅力的な商品やサービスが生まれる理由」などに迫りました。

PR大使2年目の活動の成果は今春発表予定。本号では、一足先に活動の様子と丸山さんからのメッセージを紹介します。





あけましておめでとうございます。  
ふるさとPR大使を務めさせていただいております  
丸山智己と申します。  
PR大使に任命いただき2年目の昨年は  
取材を通してたくさんの方々と出会い、  
今の自分の魅力を感じう事ができました。  
魅力と可能性に満ちていると同時にどうなる  
活性化に少しでも力になれたうえと思っております。  
本年もよろしくお願ひいたします。

A handwritten signature in black ink, appearing to read "丸山智己" (Tomio Maruyama).

# 1月1日スタート!

## とうみチケットQR

「とうみチケットQR」は、市内の参加加盟店での買い物時に使用できる電子クーポンチケットをスマホアプリで発行する消費喚起キャンペーンです。

利用者は、スマートフォンに専用アプリをダウンロードすることで、電子クーポンチケット（1携帯端末当たり1万円分）を受領でき、加盟店で買い物をする際に、最大20%分の割引チケットを付与額の範囲内で利用できます。

期 間 令和5年1月1日(日・祝)～  
3月15日(水)

※早期に終了することがあります。



アプリのダウンロードはこちら▼



Android



iPhone

### 割引例

500円のお弁当に  
チケットQRを使うと…



100円がその場で割引!!

1,000円のお買い物に  
チケットQRを使うと…



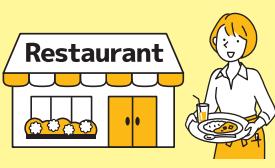
200円がその場で割引!!

3,000円のヘアカットに  
チケットQRを使うと…



500円がその場で割引!!

10,000円の食事に  
チケットQRを使うと…



2,000円がその場で割引!!

### 使用できるチケットの上限

お買い上げ金額	使えるチケット上限
10,000円以上	2,000円分
5,000円以上	1,000円分
2,500円以上	500円分
1,000円以上	200円分
500円以上	100円分

※1回の買い物で使用できるチケットは、2,000円分／1,000円分／500円分／200円分／100円分のいずれか1枚です。

※同一店舗での同一端末によるチケット利用は、1日1回に制限されます。

※金券やたばこなど、一部対象にならない商品があります。

チケットの受け取り方や店舗での使い方については、市ホームページまたはYouTube東御市チャンネルでご確認ください。

加盟店については、12月中旬以降に東御市商工会のホームページで公開します。



市ホームページ



使い方動画



商工会  
ホームページ

### ●問い合わせ先

チケットQR事務局 ☎ 63-3345／東御市商工会 ☎ 75-5536／商工観光課 商工労政係 ☎ 64-5895

# 保護者の孤立・孤独の解消へ

## 「子どもサポートセンター」の機能強化

近年は、子どもの発達に不安を抱えていたり、子どもへの関わり方やしつけの方法に悩み、ひとりで抱え込んで「孤立」しがちになってしまふ保護者も少なくありません。

子どもサポートセンターでは、このような保護者の孤立化・孤独化を防ぐため、妊娠、出産、子育てに関する様々な相談に応じ、妊娠期から子育て期にわたる切れ目のない支援の充実を図るとともに、子どもの発達支援と家族支援の強化に取り組みます。

### 子どもの発達や家族をどう支援するの？

発達の段階で保護者が何らかの子どもの課題に気づくことは大切です。このため、0～3歳までに行われる乳幼児健診の機会を捉え、保健師・保育士・臨床心理士等が保護者の迷いに寄り添いながら、発達に課題が見られる子どもを早期に発見し、その子に応じた専門相談や訪問面接、親子参加型教室への勧奨を進めていきます。



【妊娠期から子育て期にわたるまでの切れ目のない支援の実施】

### 保護者同士の「交流の場」をつくります

保護者の孤立化・孤独化を防ぐためには、子どもへの関わり方に様々な戸惑いを感じている保護者同士が集い、交流することが大切です。

交流をきっかけとして、お互いに悩みを共有したり、相談したりすることが、育児ストレスの軽減や不安を和らげることにつながります。そ

して、このような交流が活発化すれば、保護者への気づきを促したり、同じような立場の人によるサポート関係も育まれてきたりします。子どもサポートセンターでは、交流の場づくりに向け、次のようなお話し会を計画しました。皆さんのご参加をお待ちしています。

#### 「子育て何でも話そう会」

- 日時／令和5年2月16日（木）15時30分～17時
- 場所／中央公民館3階 和室
- 対象／18歳未満の子どものいる家庭であつて子育てに不安のある保護者
- 申込方法／2月9日（木）までにお申し込みください。

#### ●問い合わせ先

子どもサポートセンター（子ども家庭支援室）  
TEL 045-711-0450

お友だちと  
うまく関われない

落ち着きなく  
動きまわる

こだわりが強い



ことばがでない  
物を投げる  
かんしゃくが激しい

地域をサポートする  
身近な相談相手

## 民生委員・児童委員を紹介します

12月1日に81名の方々が民生委員・児童委員として厚生労働大臣の委嘱を受けました。併せて、市長から市の福祉委員を委嘱されました。任期は令和4年12月1日から3年間です。

### 民生委員・児童委員とは

市民の皆さん的生活上の悩み事や地域の福祉に関する相談に応じている無報酬のボランティアです。相談内容に応じて、行政機関をはじめ、必要な支援への「つなぎ役」をしています。

民生委員・児童委員のうち、児童福祉を専門に担当する主任児童委員が小学校区ごとにいます。

委員には、守秘義務があり、相談内容が他の人に伝わることはありませんので、安心してご相談ください。



▲委嘱式のようす

令和4年12月1日現在 定員81名(敬称略)

地区	担当地域	氏名
田中	加沢1・3	小田中仁朗
田中	加沢2・4	金井 一子
田中	加沢5・6	高岡恵美子
田中	常田1~3	塩川 哲郎
田中	常田4・5	清水 千枝
田中	常田6~8	高橋 恵子
田中	常田9~11	大森まゆみ
田中	田中(天神町)	横澤 義男
田中	田中(稻荷町、駅前)	五十嵐 壽
田中	田中(田町)	山岸 研一
田中	田中(中央、南町)	鶴田 麻里
田中	田中(田町、サンコーポラス、郷仕川原)	竹内 伸子
田中	県1・2	加藤 春樹
田中	県3~5	依田 政一
田中	本海野1・7	小林 秀昭
田中	本海野2~4	石和 敬子
田中	本海野5・6	宮澤美知子
田中	西海野	土屋 照江
田中	白鳥台	佐藤よしい
田中	城ノ前	寺澤すみ枝
田中	主任児童委員	小林 由美
滋野	赤岩	松本 幸子
滋野	片羽2・4	牛山 廣司
滋野	片羽1・3	葦澤 昌代
滋野	桜井1~3	秋山眞由美
滋野	桜井4~6	大塚 栄一
滋野	大石1~3	関 きよ子
滋野	大石4・5	長岡 講二

地区	担当地域	氏名
滋野	中屋敷	若林 幸子
	別府	阿部貴代枝
	原口1・2	高藤 久子
	原口3・4、聖	中沢 則彦
	乙女平2・6・7	嶋田 司
	乙女平3~5	小川 幸夫
	乙女平1、王子平	小宮山千枝子
	主任児童委員	土屋 千夏
	奈良原、湯の丸、横堰	樋原 篤
滋津	新張1・4	小林 俊文
	新張2・3・5	柳沢 幸子
	出場、リードリーくらかけ、鞍掛自治区	平林 修
	金井	小林 清美
	新屋	清水 英敏
	東町(油田・新田・山道)	柳澤ひろ子
	東町(京町東・京町西・本町・宮川)	饗場 薫
	西宮(城前除く)、滝ノ沢	山越 資生
	西宮(城前)、姫子沢	成澤 俊夫
	祢津南	油井今朝幸
	伊勢原	荒井 静江
	主任児童委員	五十嵐江利子
和	東上田(井高・下通・下通1)、寺坂	柳澤ゆき子
	東上田(弁天通・上手通・長峰・原)	武林美寿江
	東上田(姫子沢・釜村田・中通・桜坂)	荒木 美鈴
	田沢1・2、東入、西入	田中 市子
	田沢3、西田沢、タタラ堂	小林みさ子
	東上田(井高・下通・下通1)、寺坂	柳澤ゆき子
	東上田(弁天通・上手通・長峰・原)	武林美寿江

地区	担当地域	氏名
和	大川	竹内 裕子
和	栗林	小林 仲子
和	海善寺	関 厚子
和	海善寺北	大谷美知子
和	曾根(東部・南部)	竹田 雄一
和	曾根(西部・北部)	松井 清和
和	東深井、西深井	平沢 清
和	日向が丘1・3	木村 政男
和	日向が丘2、睦	今泉 良春
和	主任児童委員	岡田 和子
北御牧	上八重原2・3、田楽平	荻原 政伊
北御牧	上八重原1・4~7	白倉小枝子
北御牧	中八重原	宮坂 俊明
北御牧	芸術むら、白樺	西澤 唯治
北御牧	下八重原(西部)	俵 和一
北御牧	下八重原(東部・山崎)	笠平 員弘
北御牧	切久保、八反田	橘 正人
北御牧	本下之城、田之尻	安達 祐子
北御牧	宮、畔田	関 智子
北御牧	御牧原南部	小林 敬子
北御牧	御牧原北部	小林 政
北御牧	布下、常満	齊藤 辰子
北御牧	島川原	小山美佐子
北御牧	大日向、光ヶ丘	直井 孝信
北御牧	羽毛山、牧ヶ原	荒川 俊
北御牧	主任児童委員	田丸 幸子
北御牧	主任児童委員	小池 道子

●任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日  
※市福祉委員も兼務しています。

●問い合わせ先 福祉課 福祉推進係 ☎ 64-8888

# つくるなら今! マイナンバーカード



## マイナンバーカードを申請した方に QUOカードを進呈します

中央公民館2階ロビーでマイナンバーカードを申請した方に、QUOカード1,500円分を進呈します。対象となる方は、令和5年1月から3月までにマイナンバーカードを新規申請した方で、QUOカードは後日郵送でお届けします。

※市民課市民係の窓口で申請した場合は対象となりません。

## マイナンバーカード申請窓口 (中央公民館2階ロビー)

### 【開設日時】

月・火・金／13時～19時  
土・日／10時～16時

### 【持ち物】

- ①個人番号カード交付申請書
- ②通知カード
- ③本人確認書類（Aのうち2点、またはA1点+B1点）  
A 顔写真入り（運転免許証、旅券、運転経歴証明書など）  
B 顔写真なし（健康保険証、介護保険証、医療費受給者証、診察券など）

●問い合わせ先  
市民課 市民係

☎ 75-12007

### 参加者の内訳（構成比）

- 電子申請参加者 393人（14.9%）
- 東部金属㈱ 58人（2.2%）
- 小中学校 2,181人（82.9%）
  - 田中小学校 384人（14.6%）
  - 滋野小学校 262人（10.0%）
  - 祢津小学校 256人（9.7%）
  - 和小学校 280人（10.6%）
  - 北御牧小学校 210人（8.0%）
  - 東部中学校 615人（23.4%）
  - 北御牧中学校 84人（3.2%）
  - 小中学校職員 90人（3.4%）

※四捨五入により、構成比の合計が100%にならない場合があります。

皆さまのご参加ありがとうございました



※詳しくは市ホームページをご覧ください。

皆で地球温暖化防止に取り組む「とうみエコDAY2022」を、10月3日「東御の日」から14日までの期間中のいずれか1日にご参加いただきました方法で実施しました。

今回からチェックシートの配布を廃止し、「ながの電子申請サービス」を利用した参加方法に変更したほか、小中学校においてもICT機器を活用いただき、ペーパーレス化を図りました。2050年二酸化炭素排出実質ゼロの実現は、私たち一人ひとりの生活スタイルにかかるります。日々の生活を見直し、毎日が「エコライフDAY」となるよう心がけましょう。

### 参加者数とCO<sub>2</sub>削減量

	令和4年	令和3年
参加者数	2,632人	5,668人
CO <sub>2</sub> 削減量	3.30トン	6.88トン

※3.30トンは、杉の木236本が1年間に吸収する二酸化炭素量に相当します。

# とうみエコライフDAY2022 集計結果を公表します

# 令和5年 市県民税申告・所得税の確定申告のご案内 (令和4年分)

2月16日(木)

3月15日(水)

※土日祝日を除く

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

市県民税（住民税）の申告は、「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。

## ■申告の簡易判断基準（目安）

令和5年1月1日に東御市に住民登録されていますか？

いいえ

令和5年1月1日に住民登録のある市町村に確認してください。

はい

令和4年中はどのような収入がありましたか？

収入無し

主に給与

主に公的年金

市内に住所がある親族の、税法上の扶養親族になっていますか？

勤務先で年末調整をしていますか？

はい

いいえ

給与以外の副業収入や、複数の会社からの給与収入がありますか？

はい

いいえ

給与以外の所得が20万円を超えますか？

はい いいえ

医療費控除・生命保険料控除等の控除の追加がありますか？

はい いいえ

はい いいえ

公的年金収入額は400万円以下ですか？

はい

いいえ

公的年金以外の所得の合計額が20万円以下ですか？

はい

いいえ

公的年金収入額は、次の金額以下になりますか？  
【65歳未満の方】 年金収入 98万円以下  
【65歳以上の方】 年金収入 148万円以下

はい

いいえ

日本年金機構へ「公的年金の扶養親族等申告書」を提出しましたか？

はい

いいえ

医療費控除、生命保険料控除等の控除の追加がありますか？

はい

いいえ

## 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。

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による申告をお願いします。

## 【新型コロナウイルス感染防止対策】

- 1 会場の縮減…滋野、祢津、和地区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。 (23頁参照)

※詳細は市報とうみ1月号と同時に配布しているお知らせをご覧ください。

※配布している市県民税申告書が不足する場合は、税務課住民税係へご請求ください。

### 北御牧地区出張相談の日程と会場

相談日	対象地域	会場
3月1日(水)	田楽平、上八重原、中八重原、白樺、芸術むら、大日向、光ヶ丘	北御牧公民館 2階講堂
3月2日(木)	下八重原、切久保、八反田、本下之城、田之尻、宮	
3月3日(金)	畔田、御牧原南部、御牧原北部、布下、島川原、常満、羽毛山、牧ヶ原	

※混雑を避けるため、できる限り該当日程で会場へお越しください。

※羽毛山および牧ヶ原の皆さまは、できる限り労働者会館へお越しください。

●問い合わせ先 税務課 住民税係 ☎ 64-5877

## 税に関する中学生の作文・標語入選作品決定

令和4年度中学生の「税に関する作文・標語」の入選作品が決定し、12月9日に市役所で表彰式が行われました。各賞の受賞者は次のとおりです（敬称略）。

●上田間税会長賞  
東部中学校3年 柳澤 淑久  
「消費税 僕にもできる  
国への貢献」

●支え合い 税金で広がる  
笑顔の輪  
東部中学校3年 柳澤 利奈  
「支え合い 税金で広がる  
国への貢献」

●明るい未来  
東部中学校3年 竹内 一真  
「税の負担 分けあつてこそ  
明るい未来」

●東御市長賞  
北御牧中学校3年 井出 優代  
「税金を考える」

●標語  
東御市長賞  
東部中学校3年 佐藤 あずみ  
「消費税 みんなで支える  
豊かな暮らし」

●上小・更埴租税教育推進協議会長賞  
東部中学校3年 長嶋 彰太  
「つくろうよ 優しい世界を  
税金で」

●賞  
東部中学校3年 矢作 直斗  
「税金で 支える土台 国作り」

●上小・更埴租税教育推進協議会長賞  
東部中学校3年 小林 誠弥  
「学んでおこう 知つて納得 税の意味」



▲市役所で行われた表彰式

●問い合わせ先  
税務課 住民税係  
☎ 64-5877

# 市議会 第2回臨時会

議長に中村眞一議員 副議長に田中信寿議員

11月23日に開かれた市議会第2回

臨時会で、議長、副議長をはじめ、各常任委員会委員および議会運営委員会委員等が改選により新たに選ばれました。

また、一般会計補正予算専決処分2件、一般会計補正予算1件、議会選出の監査委員の選任について提案され、すべて原案のとおり承認、可決および同意されました。議員名簿等の詳細につきましては、2月発行の『議会だより』をご覧ください。

(敬称略)



○副議長 田中 信寿



○議長 中村 真一

■総務産業委員会	
委員長	瀬田 千枝
副委員長	佐藤 豊一
委員	田中 博文
副委員長	西山 福恵
委員	窪田 俊介
■社会文教委員会	
委員長	高木真由美
副委員長	大塚 博文
委員	斎藤 哲
市毛 真弓	滝澤 栄一
副委員長	大塚 博文
委員	長越 修一
市毛 真弓	滝澤 栄一
■議会運営委員会	
委員長	高木真由美
副委員長	大塚 博文
委員	斎藤 哲
瀬田 智之	滝澤 栄一
佐藤 千枝	滝澤 栄一
田中 博文	滝澤 栄一
委員長	高木真由美
副委員長	田中 博文
委員	花岡 豊一
田中 信寿	花岡 豊一
■議会広報調査特別委員会	
委員長	高木真由美
副委員長	田中 博文
委員	西山 福恵
田中 信寿	西山 福恵
大塚 博文	西山 福恵
斎藤 哲	西山 福恵
瀬田 智之	西山 福恵
佐藤 千枝	西山 福恵
田中 博文	西山 福恵
委員長	高木真由美
副委員長	田中 博文
委員	花岡 豊一
田中 信寿	花岡 豊一

## 予算決算特別委員会

委員長 瀬田 智之  
副委員長 斎藤 哲

監査委員 (議会議員選出)  
山崎 康一

委員  
滝澤 栄一  
花岡 豊一  
大塚 博文  
千枝

●問い合わせ先  
議会事務局 ☎ 64-15810

## 市議会12月定例会

16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4年度の一般・特別会計の補正予算6件のほか、条例の一部改正等の議案9件が提案されました。また、20日に一般会計補正予算1件が提案され、計16議案が上程されました。

6日と7日には、12名の議員から市政運営等についての個人質問がされました。9日には総括質疑・委員会付託等がなされ、12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。

16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

☎ 64-15810

## 目次

- 13P……お知らせ  
15P……募集  
17P……催し  
18P……講座・教室  
20P……補助金  
21P……講演会／ホワイトボード

- 23P……行政情報ラジオ番組案内  
24P……とうみチャンネル  
25P……子育てインフォメーション／図書館だより  
26P……保健・福祉等案内／定期相談コーナー  
27P……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

情報  
コーナー

※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)

## お知らせ

## 令和5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日現在において所有している償却資産について、申告をする必要があります。(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9日付けで申告書を送付して

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(火)

問／税務課 資産税係 ☎62-1111  
(内線1171)



## 健全化判断比率等の確報値

令和3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、市報とうみ10月号でお知らせした速報値からの変更はありません。

## 問／総務課

財政係 ☎64-5901

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	8.4
将来負担比率	40.9
資金不足比率	該当なし

## 問／建設課 管理係

☎64-5892



## 有料道路利用者負担軽減事業

市では、市民の方に対し有料道路の時間帯割引回数通行券（以下「通行券」）を販売しています。

令和2年9月に三才山トンネル（松本～上田）、令和4年4月に新和田トンネル（長和～諏訪）が無料開放となりました。現在、東御市で販売している有料道路の通行券は令和5年3月31日をもちまして、東御市での販売を終了とさせていただきます。

白馬長野有料道路の時間帯割引回数通行券をお求めの方は、令和5年3月31日までに購入していただくとともに、

令和5年4月1日以降も引き続き使用することができます。ただし、一度購入いただいた通行券につきましては、令和5年4月1日以降も引き続き使用することができます。ただし、一度購入した通行券の払い戻しはできませんので、ご注意ください。

## 公共交通システム（定時定路線バス）の運行見直し案に関する市民説明会

市では、持続可能な公共交通システムの実現に向けて東御市地域公共交通計画を策定するため、東御市公共交通活性化協議会を設置し、移動実態とニーズを反映した持続可能な公共交通システムの構築を目指して、このたび、定時定路線バスの各路線別の運行経路や時刻表の見直しについて意見交換を行うため、市民の皆さまを対象に説明会を開催します。

市の公共交通をより良いものにするため、大勢の皆さまのご参加をお待ちしております。

### ①地区説明会（地区在住の市民対象）

地区名	開催日	時間	場所
田中	1月24日（火）	午後6時30分～午後8時30分	中央公民館3階講堂
滋野	1月26日（木）		滋野コミュニティーセンター2階
祢津	1月23日（月）		祢津公民館2階
和	1月30日（月）		和コミュニティーセンター2階
北御牧	1月27日（金）		北御牧公民館2階
全地区※	1月31日（火）	午後2時～午後4時	中央公民館3階講堂

※1月31日（火）は夜の参加が難しい方向けに、日中に全地区の方を対象に開催します。

### ②PTA地区別説明会（保護者対象）

地区名	開催日	時間	場所
田中	2月3日（金）	午後6時30分～午後8時30分	中央公民館3階講堂
滋野	2月2日（木）		滋野コミュニティーセンター2階
祢津	2月8日（水）		祢津公民館2階
和	2月10日（金）		和コミュニティーセンター2階
北御牧	2月6日（月）		北御牧公民館2階
全地区※	2月14日（火）	午後2時～午後4時	中央公民館3階講堂

※2月14日（火）は夜の参加が難しい方向けに、日中に全地区の方を対象に開催します。

○オンラインでもご参加できます。オンライン参加を希望される場合は、各開催日の1週間前までに事務局宛てにメールでお申し込みください。

申し込みメールアドレス：syoko-kanko@city.tomi.nagano.jp

○当日配布予定の資料は1月16日（月）までに市公式ホームページに掲載します。

○開催の延期または中止、開催方法の変更を行う場合は、市公式ホームページおよび市公式LINEでお知らせします。

問／東御市公共交通活性化協議会事務局 商工観光課 商工労政係 ☎64-5895



◆成分献血は長野献血ルームへ  
※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も  
あります。

実施日	場所	受付時間
1月28日（土）	イオン上田店	午前9時30分～正午 午後1時30分～午後4時
2月4日（土）	アリオ上田	午前9時30分～午前11時45分 午後1時30分～午後3時30分
2月10日（金）	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4日（土）	アリオ上田	午前9時30分～正午 午後1時30分～午後4時

◆上田保健所管内献血のお知らせ  
1月～2月は  
はたちの献血キャンペーン

## 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通まで。同一住所は1世帯とみなします。)

◆受付期間 1月10日(火)～20日(金) (当日消印有効)

◆配布日時 2月下旬～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 1世帯あたり3袋(1袋20kg)まで(配布予定数量 5トン)

◆その他 先着順に配布のご案内をします。配布希望数が予定数量を上回った分については、用意(見込)ができ次第、配布のご案内をします。お時間をいただくことがありますので、ご了承ください。

◆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

<input type="text"/>	〒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	

<input type="text"/>	〒郵便番号
返信	① 郵便番号 ② 住所 ③ お名前 ④ 電話番号 ⑤ 希望袋数
ご自分の住所とお名前 をご記入ください	

申込・問/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

## 募集

### 第2次東御市地球温暖化対策地域 推進計画(改定案)に関するご意見 (パブリックコメント)を募集します

市では、令和2年12月にとうみ気候非常事態宣言を行い、2050年までの二酸化炭素排出量実質ゼロを目指しています。また、国による地球温暖化対策計画が改定されたことから、第2次東御市地球温暖化対策地域推進計画の目標値や施策等の見直しを行います。この計画の改定にあたっては、市民・事業者・市が共同で取り組む内容であるため、市民の皆さまからご意見を募集します。

◆閲覧・配布期間および意見募集期間  
1月6日(金)～2月5日(日)  
◆閲覧・配布場所および時間  
・市役所本館1階、市民ラウンジ、  
中央公民館2階、北御牧庁舎、総  
合福祉センター1階  
〔時間〕各施設の開庁時間に準じま  
す。  
◆意見を提出できる方  
・滋野コミュニティーセンター、称  
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  
(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)  
・市内在住、在勤、在学の方  
・市内に事務所、事業所を有する個

人または法人  
・計画の施策等の内容に関係・関心  
のある方

#### ◆意見の提出方法

閲覧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。(市生活環境課へ郵送、  
FAX、Eメール可)

#### ◆意見の取り扱い

お寄せいただいたご意見は改定の  
参考にさせていただくとともに、ご  
意見に対する市の考え方をホームページ  
上に公表します。  
なお、個別に回答はいたしません  
のでご了承ください。  
◆提出・問/生活環境課 環境対策係  
☎64-5896 ☎63-6908  
✉seikan@city.tomi.nagano.jp



**令和5年度 市のパートタイム  
会計年度任用職員募集**  
HP

◆勤務条件

任用開始日 **4月1日（土）**

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、人數等  
の詳細については1月上旬以降に市  
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  
については左記へお問い合わせ  
ください。

問／総務課 総務係 ☎64-5876

**市立児童クラブ利用児童募集**  
HP

◆対象児童 保護者が就労等で放課後  
留守家庭となつてしまふ小学生

◆利用期間 **4月1日～令和6年3月31日**

※年度登録制のため、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、  
祐津児童クラブ、和児童クラブ、  
北御牧児童クラブ

◆申込期間 **1月10日（火）～23日（月）**

午前8時30分～午後5時15分  
(閉庁日は除く)

※**1月18日（水）・20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  
員分の就労証明書を添付し、申込期  
間に提出してください。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モ  
バイルでダウンロードできます。

**持ち物**  
通帳（利用料□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、2月下旬に決定通  
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

各クラブの受入可能人数を超えた場  
合は、教育委員会で優先順位の基準  
を決め審査を行い、通所の可否を決  
定します。また、保護者の就労等

の都合で年度途中から入所を希望さ  
れる場合も、今回の期間中に申し込  
みをしてください。申込期間以降に  
申請をした場合、受け入れられない  
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。

・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  
に匿名で、市報とうみや市ホ  
ームページで紹介することができます。

申込・問／教育課 青少年教育係  
☎64-5906

◆提言書の取り扱い

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

◆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

◆提言書の記入方法

用紙は市ホームページからダウンロ  
ードできます。また、投書箱設置場  
所にも備え付けてあります。

◆受付期間

1月4日（水）～31日（火）

◆提言のテーマ

市政全般



問／企画振興課 企画政策係

☎64-5806  
㈹6364-5431

✉kikaku@city.tomi.nagano.jp



ながの電子申請サービス  
提出フォーム

## 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。

市民農園名	募集区画数	農園のおおよその位置 (看板あり)
常田	1区画	東部中学校(旧正門)南 へ約90m、東へ80m
加沢	1区画	城ノ前サン薬局様駐車場北側道路を右折約150m
海野	3区画	海野宿第1駐車場からバイパス道路を西へ約400m
滋野	1区画	国道18号線加沢(信毎)を右折後高速南の側道を右折300m
金井	3区画	ふれあいネット東御(信毎)へ約500m、乙女平団地方面へ約50m、北へ約40m
海善寺	3区画	具宮日向ヶ丘団地(元西部保育園跡地西の縦道)を北へ約400m
白水平	2区画	ハ重原・ハルディング築原様ハウスの西隣

◆面積 1区画約100m<sup>2</sup> (約30坪)  
◆利用料 1区画3000円／年  
◆利用期間 契約日～令和5年12月31日  
　　（善良な管理をもつて耕作いただいた場合は継続利用も可能です）

◆募集期間  
1月6日（金）～27日（金）

◆講習会 春にJA専門指導員を講師に開催する予定です。

◆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／東御市農業農村支援センター  
☎64-5887

◆応募資格  
市内に在住または勤務する18歳以上の人。（ただし、国・地方公共団体の議員および常勤の公務員は除きます）

◆任期 令和5年4月1日～  
令和7年3月31日（2年間）

◆開催日 1月8日（日）  
◆幼年消防クラブ行進  
時間 午後0時50分～  
場所 田中商店街

◆新春演奏会  
時間 午後1時15分～  
場所 田中商店街

◆式典  
時間 午後1時30分～  
場所 田中商店街



### ◆応募方法

応募書に必要事項を記入し、企画振興課メールアドレスへ送信してください。（郵送または持参も可能です）応募書は市ホームページからダウンロードしてください。（企画政策係へ請求していただくことも可能です）

### ◆選考方法

提出された応募書記載の社会的活動歴および応募の動機等を総合的に考慮して選考します。選考結果は、委員として選定された方へ通知させていただきますので、ご承知ください。なお、応募書類は返却いたしません。

◆応募期限 2月28日（火）（必着）

・市の行政改革の取り組みに関する  
進捗状況の調査審議  
・「第5次東御市行政改革大綱」の  
策定に関する調査審議

応募・問／企画振興課 企画政策係  
☎64-5806  
〒389-0592 東御市県281-2

## 催し

### 令和5年 東御市消防出初式

◆開催日 1月8日（日）

◆幼年消防クラブ行進  
時間 午後0時50分～  
場所 田中商店街

◆新春演奏会  
時間 午後1時15分～  
場所 田中商店街

◆式典  
時間 午後1時30分～  
場所 田中商店街

◆消防団員、音楽隊員募集  
地域の安心・安全を守るために、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

◆委員の主な任務  
・市の行政改革の取り組みに関する  
進捗状況の調査審議  
・「第5次東御市行政改革大綱」の  
策定に関する調査審議  
※審議会への出席にあたっては規定の報酬および旅費をお支払いします。  
※委員の地位を政治的、営利的または宗教的目的に利用することはできません。



市ホームページ

## 長野県知事との県民対話集会開催

阿部知事が来訪し、市民の皆さんとテーマに沿って語り合う「対話集会」です。

なお、当日は託児所を設置して皆さんとのご参加をお待ちしています。

### 開催日 1月11日（水）

時間 午後4時～午後5時30分

場所 中央公民館2階 講義室

### テーマ 『東御市の子育て・子育ち』

◆ 参加申込 参加を希望の方は、左記へ電話またはメール（氏名・住所・電話番号・託児希望人数を記載）に

より1月6日（金）までにお申し込みください。

※電話での申込受付時間：午前8時30分～午後5時（閉庁日を除く）

参加希望者多数の場合は、申込期

限より前に受付を締め切ることがあります。

※託児は東部子育て支援センター「すくすくひろば」で行います。  
◆ 申込・問／企画振興課 企画政策係

✉ kikaku@city.tomi.nagano.jp  
☎ 64-5806



## 講座・教室

### 連続ワインセミナーの開催 第1回「ワインと健康について」

ワインをもっと身近に感じ、気軽に楽しんでいただくための講座です。東御ワインの魅力や効能、そして健康について一緒に学び楽しみませんか。ワイン初心者の方、大歓迎です！

### 国指定90周年・成立遺跡企画展 開催

◆ 内容 国史跡に指定されている成立遺跡について、旧滋野村の文書資料や発掘出土品を展示し、史跡指定の経過や概要を考察・解説します。

### 期日 2月1日（水）～3月24日（金）

※2月23日（木・祝）・3月4日（土）・21日（火・祝）は開館します。

### 場所 東御市文書館

（北御牧舎3階）

### 市民向け学習会

「成立遺跡・寺ノ浦遺跡～縄文時代の風景～発掘調査の成果より」

講師 東御市教育委員会 田中浩江

（学芸員、小諸市教育委員会 高橋たかはし）

◆ 定員 20名（最小催行人数10名）

◆ 講師 東御市ワインアンバサダー 大澤 明彦 先生

（東御市民病院勤務医）

### その他

・当日は、送迎バスも用意しております。（東御市役所正面玄関前発～午前11時30分、湯楽里館発～午後2時10分）

・ワインをご提供しますので、20歳未満の方の参加はご遠慮ください。

・第2回講座は、2月19日（日）・第3回講座は、3月19日（日）を予定しています。

内容 隣接する2つの縄文遺跡を、調査資料を用いてわかりやすく説明します。

### 日時 3月4日（土）

午後1時30分～

### 場所 北御牧公民館講堂

（北御牧舎2階）

◆ 内容 生涯学習課 文化財係

☎ 75-2717

◆ 申し込み 事前に左記まで電話でお申し込みください。  
申込・問／湯楽里館ワイン＆ビアミュージアム ☎ 75-0885（水曜日定休）  
(6次産業推進室)

### ゆっくりうるうるジョギング

冬の間は、運動不足になりがちです。運動不足の解消に参加してみませんか？

### 日時 1月20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 市保健センター

（東御市総合福祉センター2階）

◆ 持ち物 タオル、水分補給用の飲み物、すぐだすカード（お持ちの方）

◆ 参加費 100円（保険料）

◆ 定員 20名（先着順）

◆ 内容 歩くよりもゆっくりな速さです。

◆ その他 教室の開始前に体調確認を行います。

◆ 申し込み 左記へお申し込みください。

◆ 内容 申込・問／健康保健課 健康増進係

☎ 64-8883

◆ 内容 申込・問／健康保健課 健康増進係

☎ 64-8883

## 「とうみスマホ教室」

HP

## ◆日程

1月開催	1月24日（火）
2月開催	2月21日（火）
3月開催	3月22日（水）

## ◆開催時間

①午後1時30分～午後2時30分
②午後3時～午後4時 応用編

※①②の同時受講も可能です。
----------------

## ◆場所

中央公民館 第7学習室
（1・2月開催）

中央公民館2階 講義室
-------------

## ◆対象

市内在住の方で、スマートフォンをお持ちでない方や操作に不慣れな方
----------------------------------

## ◆申込期限

1月開催	1月17日（火）まで
2月開催	2月14日（火）まで
3月開催	3月15日（水）まで

## ◆申し込み

左記へお申し込みください。

申込／auショップ上田大屋  
☎ 0800-700-0466

（通話の自動音声に従い「2」をプッシュしてください）

問／総務課 情報推進係  
☎ 75-0905

令和4年度 声で届けよう！  
「音訳ボランティア教室」

視覚に障がいがある方に、市の広報紙や書籍などを音訳していただけるボランティアを養成する講座です。

## ◆日程

第1回 2月1日（水）

「音訳ボランティアってどうして必要なの？」

第2回 2月8日（水）

「朗読をやってみようーー」

第3回 2月15日（水）

「音訳ボランティア「りらの会」の活動とは」

◆時間 午後1時30分～午後3時30分

◆場所 総合福祉センター1階 ボランティアルーム1

◆募集定員 6名

◆持ち物 筆記用具

◆申込締切 1月27日（金）

◆申込・問／社会福祉協議会 地域福祉係  
☎ 62-4455

◆日時 1月28日（土）

◆場所 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



市ホームページ

富な講師がお答えします。一般の方も参加できます。

◆講師 山浦 美幸 氏（おはなしざじわらしの会主宰 JPJC読書アドバイザー）  
◆定員 15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

地林務係までご連絡ください。  
※申請用紙は長野県公式ホームページからも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）

その他医師の診断書取得費用等

狩猟免許試験・初心者講習会  
HP

◆日時 2月11日（土・祝）

◆講習会 午前9時～午後4時  
(受付 午前8時30分から)

◆試験 2月18日（土）

◆会場 午前9時～午後4時まで  
(受付午前8時30分から)

※終了時刻は変更になる場合があります。

◆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予防対策  
により人数制限等がありますので予めご了承ください。

また、申し込みは左記の他、上田地域振興局林務課も受け付けています  
のでお問い合わせください。

申込・問／農林課 耕地林務係  
☎ 64-5898

◆申請 必要書類を用意しますので耕



市ホームページ

ビューティーセミナー、「いきいきとした自分だけの魅力を引き出す」講座  
スキンケアとマイクアップ効果を最大限に発揮するノウハウあなたの魅力を引き出し、いきいきとした自分だけの魅力を発見しましょう。親子で参加もできます。

HP

スキンケアとマイクアップ効果を最大限に発揮するノウハウあなたの魅力を引き出し、いきいきとした自分だけの魅力を発見しましょう。親子で参加もできます。

◆日時 2月12日（日）

午前9時30分～午前11時

◆場所 中央公民館2階 講義室

◆定員 先着30名

※定員に達し次第終了とします。

◆講師 イデウラ美容室  
出浦 五月 氏（上田市）



◆持ち物 普段使用しているマイクロ道具、手鏡

◆受講料および材料費 700円

◆申し込み 1月4日（水）午前9時～31日（火）午後5時までに下記電子申請にてお申し込みください。

【注意事項】

・電子申請のみの受付とします。

・1回の申込で参加者1名申し込むことができます。

・2名申し込む場合は、異なるアドレスでそれぞれ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

ながの電子申請  
サービス

さい。なお、電話でのお申し込みは出来ませんので、お手数ですが、お問い合わせください。

申込・問／東御消防署 予防係

上田地域広域連合消防本部 予防課

☎ 62-0119  
☎ 26-0029

◆その他

②農業用肥料・購入費用（税抜）の10%（限度額20万円）  
③畜産飼料・購入費用（税抜）の20%（限度額100万円）

## 補助金

### 甲種防火管理再講習会

甲種防火管理新規講習終了者で、収容人員が300名以上の特定防火対象物の甲種防火管理者に選任されている方が、5年に1回受講する講習です。

（甲種防火管理者再講習は、防火管理者すべての方に受講義務があるわけではありません）該当しているか否かなど、詳細は最寄りの消防署にお問い合わせください。

◆日時 2月13日（月）

午後1時30分～午後4時

※中止の場合は、消防本部予防課または、ホームページで確認をお願いします。

◆持ち物 普段使用しているマイクロ道具、手鏡

◆定員 先着40名

◆料金 20000円（上田地域防火協会会員は15000円）

◆申し込み 1月10日（火）午前9時～31日（火）午後5時までに下記電子申請にてお申し込みください。

【注意事項】

・電子申請のみの受付とします。

・1回の申込で参加者1名申し込むことができます。

### 農業用生産資材調達支援事業

HP

#### 補助金

市では、コロナ禍による農業用生産資材の高騰に対して、市内の農業者が購入費用を減らすため、市内農業者が購入する農業用肥料および畜産飼料の購入費用に対し、予算の範囲内で補助金を交付しております。この度、當農に必要な資材の購入費用に対しても、予算の範囲内で補助金を交付することとなりました。肥料、飼料、當農に必要な資材それまでの申請が可能ですが、ぜひご活用ください。

◆補助対象者 認定農業者および認定新規就農者、その他市内に住所を有する農業者（販売農家に限る）または事業所を有する農業法人

申請・問／農林課 担い手支援係

☎ 64-0535

✉ nousei@city.tomi.nagano.jp

◆補助額 ①當農に必要な資材・購入費用（税抜）の10%（限度額20万円）



市ホームページ

## 地域発元気づくり支援金 令和5年度事業募集

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

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。

人生の最終段階にどんな過ごし方をしたいか、元気なときから家族や身近な方と共有することの大切さについてお伝えします。

「もしも」の話をもつと身近に  
「元気なときから人生会議」

- 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

◆ 申請・問／地域づくり支援室  
申込み 令和5年2月1日（水）  
までに左記へ応募書類を2部ご提出ください。

申請・問／上田地域振興局  
企画振興課  
☎ 75-15506  
25-7112

## 講演会

### 子育て講演会

地域全体で子育て家庭を支援することができる東御市の実現のために講演会を実施します。

◆ 日時 2月4日（土）

午前10時～正午

◆ 演題 「地域全体で子育てを支えあう」「ミニユーティイを作るには」

◆ 鍵は父親たちの意識と行動

◆ 講師 NPO法人ファザーリング・ジャパン ファウンダー  
代表理事 安藤哲也氏

※講師はオンラインで参加します。

◆ 場所 中央公民館2階 講義室

◆ 定員 70名

◆ 託児 未就園児10名まで（事前に予約をしてください）

◆ 申し込み 左記へ電話または二次元コードでお申し込みください。

◆ 申込締切 1月20日（金）

申込・問／福祉課 地域包括支援係  
☎ 64-50000

### ◆ 支援金の交付

ハーデ事業 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

ソフト事業 ハード事業以外 4分の3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。

◆ 申込み 令和5年2月1日（水）  
までに左記へ応募書類を2部ご提出ください。

申請・問／地域づくり支援室



## ホワイトボード

掲載をご希望の方は、希望掲載日の2月1日前までに左記へお連絡ください。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

✉ siihotomi@city.tomi.nagano.jp  
☎ 64-50893 (F) 63-5431

### 長野県特定（産業別）最低賃金

最低賃金制度は、最低賃金法に基づき、使用者は、その金額以上の賃金を労働者に支払わなければならないとされている制度です。

今般、長野県地域最低賃金の改正に続いて、長野県内の特定の産業で働く労働者に適用される「特定（産業別）最低賃金」が左記のとおり改正されました。なお、適用業種等の詳細は、長野労働局ホームページでご確認ください。



ながの電子申請  
サービス

申込・問／子育て支援課 子育て支援係  
☎ 64-5814

対象業種	時間額 (令和3年改定額)	発効年月日
計量器・測定器等 製造業	945円 (916円)	令和4年 12月14日
はん用機械 器具等 製造業	956円 (927円)	令和4年 12月16日
各種商品 小売業	910円 (879円)	令和4年 12月31日
長野県最低 賃金	908円 (877円)	令和4年 10月1日

● 申込・問／長野労働局労働基準部賃金室  
☎ 026-223-05555

## 不登校で悩む家族支援と居場所を考える集い

○日時／2月5日（日） 午後1時30分～午後4時

開場 午後1時～

○場所／中央公民館3階 講堂  
(東御市県288-4)

○実施内容／

講演会・不登校やひきこもりの子どもを持つ家族が孤立しがちな現状

を理解し、どの様な支援につながられるか、地域社会で支え合うこと

とをテーマに講演を実施します。

講師・宮尾 彰氏。長野県いじわら若者局次世代サポート課委託事業

「東信子ども若者サポートネット」  
責任者

対話会・参加者によるワールドカブ  
工等の対話会を実施します

※お一人でもお子さま連れでも構い  
ません。ご参加をお待ちしています。

○講演会&対話会中は、別室に  
参加された児童生徒達の居場所体  
験として遊び場があります。

○その他／本事業は東御市の「令和4  
年度地域づくり活動補助金」を活用  
しています。

●問／東御市市民まちづくり会議  
ひだまりの家プロジェクト部会  
事務局 企画振興課 企画政策係

☎ 64-5806

## 令和5年 春季自衛官等募集

○自衛官候補生／受験資格・18歳以上33歳未満の方

・採用時期・令和5年3月下旬  
・受付期間・

1月試験 1月16日（月）まで  
2月試験 2月6日（月）まで  
3月試験 2月28日（火）まで

・採用試験・

1月試験 学科試験（Web）  
1月20日（金）～22日（日）  
※内1日を選択

○述・身体検査 1月29日（日）  
2月試験 学科試験（Web）  
2月12日（日）～14日（火）  
※内1日を選択

○述・身体検査 2月18日（土）  
3月試験 学科試験（Web）  
3月5日（日）～6日（月）  
※内1日を選択

○述・身体検査 3月11日（土）  
3月5日（日）～6日（月）  
※内1日を選択

○述・身体検査 2月18日（土）  
3月試験 学科試験（Web）  
3月5日（日）～6日（月）  
※内1日を選択

ます。詳しく述べ自衛官募集ホームページをご覧になるか、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。

●問／自衛隊上田地域事務所（令和4年12月より左記へ移転しました）  
上田市中央西2-3-13 上田法務総合庁舎1階（上田税務署向かい）  
☎ (F) 22-5267

○日時／1月11日（水）～27日（金）午前10時～正午（予定）  
○場所／パリテクセンター長野（長野市吉田4-25-12）  
○内容／パリテクセンター長野で実施するハロートレーニングの説明、施設見学等

○対象者／ハローワークに求職の申し込みをしている方  
☎ 026-243-7856

○日時／1月11日（水）～27日（金）午前10時～正午（予定）  
○場所／パリテクセンター長野（長野市吉田4-25-12）  
○内容／パリテクセンター長野で実施するハロートレーニングの説明、施設見学等

○対象者／ハローワークに求職の申し込みをしている方  
☎ 026-243-7856

○日時／1月11日（水）～27日（金）午前10時～正午（予定）  
○場所／佐久市佐久平交流センター（佐久市佐久平駅南4-1）  
○相談内容／遺言、相続、成年後見、農地転用、建設業許可、法人設立各種許可および認可申請手続き、外国人在留など

○日時／1月11日（水）～27日（金）午前10時～正午（予定）  
○場所／佐久市佐久平駅南4-1

○予約受付／2月1日（水）から  
○予約受付開始  
各日とも午前9時～午後5時

○予約番号／☎ 25-8720（事務局）

## 上田税務署からのお知らせ

HP

○マイナンバーカードを使って自宅からスマートホンで確定申告!

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・スマートホン申告が便利です。

マイナンバーカードとスマートホン（マイナンバーカード読み取対応）があれば、マイナンバーカードとスマートホン（マイナンバーカード読み取対応）があれば、

多くの方が来場される確定申告会場に出向くことなく、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

・休日でも24時間、ご自宅から申告ができます。

・還付申告の場合、e-Taxなら早期還付されます。

・マイナポータル連携により、一部の所得控除等が自動入力されます。

（新たに1年間分の医療費の情報、公的年金等の源泉徴収票、国民年金保険料が自動入力の対象になります）

・申告の際に必要なマイナンバーカードの読み取り回数が1回でOK。

（ただし過去にマイナンバーカード方式で申告をされた方が対象です）

・スマートホン申告は、専用画面が用意されており、青色申告決算書・収支

内訳書の作成がスマートホン専用画面でできます。



## ○所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場について

会場／上田税務署 別館会議室

期間／2月1日（水）～3月15日（水）まで（土・日曜日、祝日を除く）

時間／相談受付：午前8時30分～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、当日配付又は国税庁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。

e-Taxソフト（SP版）では、画面に表示された質問に回答していくことで、入力漏れ等がなく、スマートに申請データを作成することができます。

※スマートホンをお持ちの方は、確定申告会場において、基本的にスマートホンを利用して申告書を作成していただけます。

※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。

●問／上田税務署

☎22-1234



## 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 ラジオ市報とうみ【夕】の放送時間内（おくやみ放送がある時のみ）
- ◆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 每月第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12日・26日	各種検診案内等、ウォーキング教室について	健康保健課

アプリでも聴けます



問／エフエムとうみ ☎63-1003 企画振興課 広報統計係 ☎64-5893

## とうみチャンネル1月番組案内 地上112/CATV004で放送中【放送時間 午前9時～ 午後3時～ 午後9時～】

1日	(日)	・令和5年東御市長新年あいさつ ・祢津小学校歌舞伎クラブ校内発表会「義経千本桜」(再)(10時、16時、22時)	20日	(金)	図書館講座⑤「民話～焼棚山の山姥～」 講師：稻垣勇一さん(再)
2日	(月)	・新春特別番組「移り暮らし」 ・北御牧地区保・小・中交流会(再)(10時、16時、22時)	21日	(土)	とうみ歴史研究会 地域の歴史講座 「真田三代について」講師：田中博文さん
3日	(火)	とうみ混声合唱団第20回定期演奏会(再)	22日	(日)	とうみ歴史研究会 地域の歴史講座 「祢津氏・松平氏と定津院」 講師：五十嵐弘暁さん(再)
4日	(水)	丸山晚霞記念館企画「湯の丸高原 花と蝶～希少種を守れるか～」講師：花岡敏道さん(再)	23日	(月)	信州御牧太鼓保存会 子供太鼓演奏(再)
5日	(木)	東信地区ハーモニカ交流コンサート前半(再)	24日	(火)	第18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 Live 2022 KF (No.1～12) (再)
6日	(金)	東信地区ハーモニカ交流コンサート後半(再)	25日	(水)	第18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 Live 2022 KF (No.13～25) (再)
7日	(土)	第62回長野県母親コーラスまつり上小地区	26日	(木)	第18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 Live 2022 KF (No.26～37、大会結果) (再)
8日	(日)	グリーンファームカレッジ2022 「果樹の選定」	27日	(金)	第13回おらほの町の音楽会(再)
9日	(月)	令和4年度祢津小学校130周年記念音楽会・記念式典(再)	28日	(土)	令和5年東御市消防出初式
10日	(火)	令和4年度音楽会 田中小学校(再)	29日	(日)	第2回 宮沢賢治 「雨ニモマケズを朗読する会」
11日	(水)	令和4年度音楽会 北御牧小学校(再)	30日	(月)	講演会「刀の歴史を学ぼう！武器から美術品への歴史」講師：宮入法廣 刀匠 講師：宮入法廣 刀匠(再)
12日	(木)	令和4年度音楽会 和小学校(再)	31日	(火)	「小さな親切」運動作文コンクール 受賞作品
13日	(金)	令和4年度音楽会 滋野小学校(再)			
14日	(土)	講演会「刀の歴史を学ぼう！武器から美術品への歴史」講師：宮入法廣 刀匠			
15日	(日)	・第19回東御市駅伝大会(再) ・第19回東御市マラソン大会(再)(10時、16時、22時)			
16日	(月)	図書館講座「宮沢賢治を読む」① 講師：稻垣勇一さん(再)			
17日	(火)	図書館講座「宮沢賢治を読む」② 講師：稻垣勇一さん(再)			
18日	(水)	図書館講座「宮沢賢治を読む」③ 講師：稻垣勇一さん(再)			
19日	(木)	図書館講座「宮沢賢治を読む」④ 講師：稻垣勇一さん(再)			

Weekly! ウィークリーとうみ 東御市の話題をお伝えします!  
毎週金曜日更新 ※1月6日号はお休みします。

【放送時間 6:00～12:00～18:00～】  
動画はこちらからもご覧いただけます



ウイークリーとうみ

問／上田ケーブルビジョン ☎23-1600  
企画振興課 広報統計係 ☎64-5893

東御市の  
話題も  
いっぱい!

地域のできごとを毎日放送  
**UCVレポート**

**UCV1 地上 12ch 17 時～**

【再放送】18時・19時～22時(リピート放送)ほか  
\*日曜日はダイジェスト放送\*

インターネットでも  
見られます!

**上田ケーブルビジョン** 0120-160-074

長野県上田市中央 6-12-6

## 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 (令和3年6月・7月生まれ)	3日(金)*	午前10時30分～午前11時30分
ママ～ずリズムあそび	6日(月)*	午前10時30分～午前11時15分
おもちゃドクター	9日(木)	午前10時～午前11時
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
新しい働き方講座	15日(水)*	午前10時30分～午前11時30分
初めての赤ちゃんひろば ※対象:生後1ヶ月～4ヶ月の母子	20日(月)*	午前10時30分～午後2時30分
すくすく相談(芹澤文子臨床発達心理士) 「いたずらは科学する力の芽」	21日(火)*	午前10時30分～午前11時45分
こうえんひろば (東御中央公園(大きいすべり台前集合)	24日(金)*	午前10時～午前11時
ママ～ずおはなし絵本	27日(月)*	午前10時30分～午前11時15分
就労相談	28日(火)	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～午後2時30分 \*印は10組要予約

ふれあいひろば (マッサージ体操・楽器であそぼう)	8日(水)*	午前10時～午前11時30分
0歳児のママひろば (救急講習会)	15日(水)*	

## ぽけっとひろば

午前10時～午前11時

滋野コミュニティーセンター	2日(木)	内容 親子でふれあい遊び 持ち物 水筒 ※13日㈪の田中ぽけっとは(田中地区の方のみ)午前10時30分～午前11時30分までです。参加の方以外は利用できません。
祢津公民館	10日(金)	
東部子育て支援センター	13日(月)	
和コミュニティーセンター	17日(金)	
北御牧子育て支援センター	22日(水)	

問／東部子育て支援センター（すくすくひろば） ☎64-5814

北御牧子育て支援センター（みまき未来館） ☎67-3676

## 2月 園開放

※急な変更や中止の場合もありますので、詳細は事前に各園までお問い合わせください。

市立保育園 滋野保育園 祢津保育園 和保育園 北御牧保育園	☎62-1602 ☎63-6468 ☎63-6816 ☎63-6815 ☎67-2093	園開放はありません。 ※園の見学を希望する方は直接園に電話をし、ご相談ください。
くるみ幼稚園	☎75-6113	7日(火) リズム遊び 21日(火) サーキット遊び 28日(火) お雛様制作 午前10時～午前11時 持ち物：上履き(親子とも)、水筒、帽子
海野保育園	☎62-2800	17日(金) リズム・わらべうた あそびをしましょう。 午前9時30分～午前11時 持ち物：水筒

問／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

- プリティンド・ファーザー 白岩 玄：著
- 森の来訪者たち ニーナ・バートン：著
- のこしてゆくもの 鎌島 誠一郎：著
- 異彩を、放て。 松田 文登：他著
- 1945.8.13長野空襲の真実 荒 敬：他著
- 「専門家」とは誰か 村上 陽一郎：編
- 絶滅してない！ 宗像 充：著
- 兄弟姉妹の心理学 根本 裕幸：著
- 「音楽する」は脳に効く 重野 知央：編著
- おひとりさま薬膳 麻木 久仁子：著
- 専門医がやさしく教えるリウマチの治し方 佐藤 理仁：著
- 自然災害と土木－デザイン 星野 裕司：著
- 「立方体が描けない子」の学力を伸ばす 宮口 幸治：著
- 山奥ビジネス 藤谷 ゆかり：著
- はじめてのフラ 素敵なフラスタイル編集部：編

## ◆児童書

- ぐうたら魔女ホーライ来る！ 柏葉 幸子：作
- ヘビくんブランコくん おおぎやなぎ ちか：作
- ごはん食べにおいでよ 小手鞠 るい：作
- ホカリさんとふゆのおりもの はせがわ さとみ：作
- リパの庭づくり 福井 さとこ：作
- みずうみのおはなし3にんぐみ ジェイムズ・マーシャル：作
- ロザリーのひみつ指令 ティモテ・ド・フォンベル：作
- やまだめいたちのえにっき 山田 美津子：作
- 毒もみのすきな署長さん 山村 浩二：絵
- アントンせんせいこまったときはおたがいさま 西村 敏雄：作
- ポレポレゆきのなか たしろ ちさと：作
- かるがものクッカ 箕輪 義隆：絵
- ゆきのげきじょう 荒井 良二：作
- コールテンくんのポケット ドン・フリーマン：作
- すいどう 百木 一朗：作

## 行事予定 会場 図書館3階 くるみのへや

## ◆図書館職員による★おはなし会

日 時 2月10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25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27日(金)

問／市立図書館 ☎64-5886

## 地域包括支援センター案内（2月）

問／福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000

\*がついている日は終了後、医療と介護の相談会を開催します。

らくらく教室 頭と体を無理なく刺激する介護予防教室	
人権啓発センター	1日(水)*、8日(水)、15日(水)、22日(水) 午前10時～午前11時
滋野コミュニティーセンター	7日(火)、14日(火)*、21日(火)、28日(火) 午前10時～午前11時
祢津公民館	1日(水)、8日(水)、15日(水) 午後2時～午後3時
和コミュニティーセンター	6日(月)、13日(月)、20日(月)*、27日(月) 午前10時～午前11時
北御牧公民館	3日(金)、10日(金)、17日(金)*、24日(金) 午前10時～午前11時
かんたん体操	2日(木)、16日(木) 時間：午後2時～午後3時
貯筋体操	14日(火)、28日(火) 場所：武道館
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 時間：午後1時15分～午後1時45分 場所：温泉アクティビティセンター(入館料1,200円が別にかかります)

## 保健案内

問／健康保健課 保健係 ☎64-8882

\*くわくわイン

乳幼児健康診査		対象
4か月児健診	2月22日(水)	令和4年10月生
10か月児健診	2月15日(水)	令和4年4月生
1歳6か月児健診	2月21日(火)	令和3年8月生
3歳児健診	2月14日(火)	令和元年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)		
※発熱・体調不良やクラス閉鎖になっているお子さまは、翌月以降の健診にお越しください。		
ごっくん離乳食教室	2月16日(木)	対象：令和4年9月生
もぐもぐ離乳食教室	2月17日(金)	対象：令和4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、 食事用エプロン、バスタオル		

## 福祉案内

問／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8日(水) 午後2時	2月6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	滋野コミュニティーセンター 和室
対象	心に病を持った心に病を持った方やその家族など	
	※会員募集中	

ひきこもりLINE相談  
(東御市アウトリーチ支援事業)

## 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	市保健センター	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7日(火)	午前9時～午前11時		予約制2名まで	
精神科医・精神保健福祉士によるこころの相談	毎月2回	午後2時～午後4時		不要	
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	総合福祉センター	不要	保健係 ☎64-8882 予約制
ひきこもり支援に関する相談	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		不要	
家族会(認知症に関する情報交換)	2月17日(金)	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1日(水)	午前10時～午前11時30分	中央公民館	地域包括支援係 ☎64-5000 不要	
	2月14日(火)		滋野コミュニティーセンター		
	2月17日(金)		北御牧公民館		
	2月20日(月)		和コミュニティーセンター		
生活・就労総合相談「まいさぽ」(生活全般、就労、ひきこもり等)	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3日(金)	午前9時～正午 午後1時～午後4時	東部人権啓発センター	不要	人権同和政策係 ☎64-5902 法律相談のみ 予約制
人権よろづ相談(法律・登記・行政・人権・心の健康など)	2月17日(金)	午前9時～午前11時 (受付 午前10時30分まで)		不要	
ミニジョブカフェ(若者の就労相談)	2月16日(木)	午後1時30分～ 午後4時30分	コワーキングスベース えべや	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9時～午後5時	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	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。 *急きよ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》 050-3033-0665	
	1月1日	せき内科クリニック	☎64-7171		
診療時間 午前9時 ～ 午後5時	1月8日	ささき医院	☎64-3711	*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。 *急きよ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》 050-3033-0665	
	1月15日	祢津診療所	☎62-0273		
休日の歯科 救急治療	1月22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。 *急きよ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》 050-3033-0665	
	1月29日	東御市民病院	☎62-0050		
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 ☎21-2280 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）				
夜間の小児の 救急電話相談	長野県小児救急電話相談 ☎#8000 相談時間：午後7時～翌朝8時（ダイヤル回線、IP電話は☎0263-34-8000）				
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 地域医療推進係 ☎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。

第74回ピアノのゆふべ  
かがよ  
夜空に耀う祈りの調べ 1月27日（金）19:00開演  
演奏：伊藤悠里 入場無料 整理券配布中

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。 ●定員に達次第締切。

3月5日（日）13:00開演 スタインウェイを弾こう！ 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）

第五回 どんどこ！巨大紙相撲大会 雷電東御場所  
・新弟子検査（制作）、初稽古 1月28日（土）、29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） 2月23日（木・祝） 天下無双の称号をつかみとれ！

谷町協賛 地元産のおいしい！  
豪華賞品多数！

申込は電話または↑

激熱！

丸山晩霞記念館 ■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）

梅野コレクション展 開催中  
～3月26日（日）

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 ■入館料300円（高校生以上）■月曜休館（祝日の場合翌火曜）

# おうち時間あるある川柳受賞作品紹介



コロナ禍で、家族と家で過ごす時間が増えている今、共同参画について考えるきっかけにしてもらおうと、

「おうち時間あるある川柳」と題して、生活の変化で気づいたことやクスリと笑えるエピソードなどを題材にしました川柳を募集しました。

応募総数は375点で、市男女共同参画推進委員が選考に当たり、一般の部と小中学生の部のそれぞれから6点を選定しました。



▲市役所で開いた表彰式(12月1日)

## 一般の部

### 最優秀賞作品

Web会議 こどもの声で 場がなごむ

もくめさん

### 優秀賞作品

『また割った!』 家事ハラめげずに皿洗う

走団ひとりさん

### 佳作

いつ帰る 聞かなくなつた じいとばあ

ポンタさん

『ありがとう!!』 互いに言葉かけあう日  
(毎日)

長 知世さん

テレビ電話 はしゃぐ 画面外れてる

こたつみかんさん

戸惑いて 食材さがす 夫頼もし

のんびり屋さん

## 小・中学生の部

### 最優秀賞作品

あたりまえ 実はそれって 宝物

東部中学校 柳沢咲良さん

### 優秀賞作品

やすらぐな 家族みんなの 笑い声

東部中学校 スイートピーさん

### 佳作

ゲーム中 親の視線が つきささる

東部中学校 そパパねさん

お家時間 母娘バトル にげる父

東部中学校 あかねさん

ひまなとき 小さいやつが ごろんする

東部中学校 なんかやばいさん

平日で 一人さびしく ミーティング

田中小学校 須藤莉鳳さん

●問い合わせ先  
人権同和政策課 男女共同参画係  
☎ 64-15902

# 第19回 東御市短詩型文学祭 受賞作品の紹介

10月29日、第19回東御市短詩型文学祭が中央公民館で開催されました。本年度は、一般54名、児童・生徒1010名の皆さまから作品をお寄せいたしました。

当団は、部門ごとに表彰が行われたほか、選者の先生を囲んでの研究会が開かれ、先生による指導を受けたり、相互の作品を鑑賞したりするなど、研鑽を深めました。

ここでは、特選を受賞された皆さまの作品を紹介します。（敬称略）ぜひ、今年度の力作をお楽しみください。

## 短歌の部 特選

（選者） 小宮山 久子

一本のけやき大樹がにこにこと  
「登つておいで富士が見えるよ」

関 啓  
せき  
ひろし

（選者） 太田 淑子

ごめんねと先立つ方が詫びて逝く  
もう悔いと感謝を込めて

石田 隆至  
いしだ  
たかし

## 俳句の部 特選

（選者） 上村 敦子

閉ぢてなほ絵本の余白星涼し  
渡辺 紗江  
わたり  
さえ

（選者） 島田 洋子

夏蝶を追ふ子も蝶も弾みをり  
清水 恵子  
しみず  
けいこ



▲表彰式の様子

## 川柳の部 特選

（選者） 近藤 魁風

断捨離の手を止めさせる思い出よ  
小松 祐基  
こまつ  
ゆうき

## 現代詩の部 特選

（選者） 酒井 力

### 主のいない家

主のいない家は  
ひつそりと建っている

使う人のいなくなつた食器が重なり  
使つて欲しいと

ちらを見る

毎日拭まれていた神棚は閉ざされ  
拝んでくれる日が来ることを

じつと待つ

水をためることのなくなつた風呂場は  
かつて みんなが入つていた日々を  
懐しんでいる

火の気のなくなつた台所は  
家族の会話が木霊することを信じ  
あの日々の会話を繰り返す

空の冷蔵庫が冷える音  
電池の入つたままの時計が時を刻む音  
自分の心臓の音

主のいない家は  
どこか 温かい  
思い出の宝箱に触れたら  
冷え切つた心が動き出す

村山 弘子  
むらやま  
ひろこ

むらやま

ひろこ

# 地域おこし協力隊が行く!

2023.1  
Vol.68

## abn・八十三 ふるさとCM大賞NAGANOで 「特別賞」(文学賞)を受賞!!!



ハミングウェイにちなみ「文学賞」となりました!

東御市は、ノーベル賞作家の、アーネスト・ヘミングウェイが東御市を訪れるという設定の作品「Dear Mr. Hemingway」を出品。最終審査会の結果、「特別賞」(文学賞)を受賞することができました! なお、市のコマーシャル作品は、長野朝日放送で計20回、放送される予定です。

長野朝日放送が主催する「ふるさとCM大賞 NAGANO」。県内の各自治体が、地元を宣伝する30秒のコマーシャル作品を競うコンテストです。今回となる今年は、県内50市町村から66作品の応募があり、一次審査を通過した18作品による「最終審査会」が長野市で行われました。

本作品は、海野宿の街道や滞在型交流施設「うんのわ」で撮影。出演役として市職員がハミングウェイになりきり、地域おこし協力隊の小林が撮影や編集、ナレーションを担当しました。

最終審査会では、各市町による独創的な1分間の「ちょい足しパフォーマンス」が披露される中、東御市は、キヤッヂコピー「ほどよく、田舎。とうみ」をつかって、市の暮らしや産業、自然などの魅力をアピールしました。

ハミングウェイの代表作「老人と海」と、「とうみ」の語呂合わせ、そして本気のハミングウェイ仮装が好評を博し、設定に合わせた「文学賞」の受賞へつながりました。

### コマーシャル作品はこちら

YouTube「東御市チャンネル」にて、今回のコマーシャル作品をご覧いただけます。

左の二次元コードまたは、YouTube 東御市チャンネルの再生リスト「とうみのPR」からご覧ください。



「ほどよく、田舎。とうみ」のパネルでアピール

◆令和5年1月3日  
午後4時  
長野朝日放送にて放送予定です。動画でも登場する「Mr. Hemingway」をはじめ、市職員が東御の魅力をアピールしています。

最終審査会の様子が放送されます!



ページ下部の二次元コードからご覧いただけます!

編集担当・地域おこし協力隊 小林

# 心の眼

(184)

人権同和教育指導委員

大居

壽美子



## 今年の学習会を終えで

今年の東御市の人権啓発学習会は現在の東御市で起きている出来事や、人権関係の情報を各地区でお知らせすると共に、「ほんとの空」というDVDを見て身の回りにある人権の問題について参加者の皆さんと話し合いをしました。(コロナ感染防止のため人数制限をしたり、ハート形の絵を示して意思表示をするなど工夫をしました)。



▲北御牧地区の人権啓発学習会

原発事故によって引っ越しを余儀なくされた人、高齢の人、目の不自由な人、外国から来た人、子どもの生き方と周りの目、部落差別などが取り上げられていました。私たちも知らないでいるだけでいろいろな人と接しているんだな、と気づかれます。登場した人たちの気づきから

行動が変容していく様を見、個々の勇気と、人とのつながりが、どんなに大切かを思いました。

DVDを見て身の回りにある人権の問題について参加者の皆さんと話し合いをしました。(コロナ感染防止のため人数制限をしたり、ハート形の絵を示して意思表示をするなど工夫をしました)。

偏見や差別意識を持たない人はいない。だからこのような学習をする機会は大切だね、と話し合えたことはとても貴重なことでした。知らなすこと、間違つて理解していたことなどを発見し反省しながら、みんなで分かち合い、繋がつていく努力をし続けることは本当に必要なことです。

人を尊ぶこと、自分も大切にすることが健康な社会の文化力です。部落差別について、寝た子を起こすな、という言葉が今も使われることがあります、それは人の痛みや辛さ、悲しさを知らないから言えることです。例えて言うならば、人の足を踏んでいるのにそれに気づかないでいる状態です。自覚がないままに差別に加担していることがあるからです。

今、偏見や差別だけでなく貧困や不平等、失業といった社会経済的な危機が起きています。そのような状況に陥ると人は弱い者に怒りを向けることも起きます。ネット上の匿名の攻撃も見逃すことが出来ません。私たちいろいろな人と知り合い、教えられたり学び合うことによって、偏見差別が通用しない社会を作り続けましょう。

## 目指そう! ゼロカーボンシティ とうみ

1月は睦月（むつき）と呼ばれ、お正月に家族や親族が一同に集まって宴をし、睦み合う（むつみあう=お互いに親しくすること）ことから睦び月⇒むつきという説が有名です。

家族や親族の方とお互いに親しくしながらできる地球温暖化対策をしてみませんか。



### ●問い合わせ先

生活環境課 環境対策係 ☎ 64-5896

### 今月の取組

同じ部屋で過ごして一家団らん！

### アドバイス

年始には家族の帰省や親族が集まることが多くなりますが、それぞれの部屋で照明や暖房を使用すると光熱費とともにCO<sub>2</sub>排出量が増加します。

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率を2割減らすと、年間で光熱費約11,000円の節約ができます、CO<sub>2</sub>排出量を約240kg削減することになります。

家族が同じ部屋で過ごして、地球の温暖化を防ぎつつ、家族どうしの心の温暖化を目指しましょう。

※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！

# 国民年金 アドバイス

## 20歳になつたら国民年金

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方でつくられた仕組みです。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。

### 国民年金加入のお知らせ

20歳になってから、概ね2週間以内に日本年金機構から「国民年金加入のお知らせ」「基礎年金番号通知書」「国民年金保険料納付書」が送付されます。

※「基礎年金番号通知書」は加入する年金制度の変更や年金の請求手続きなどに使用しますので大切に保管してください。

### お知らせが届かない方

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なため、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。

### 毎月の保険料

国民年金保険料は、月額16,590円（令和4年度）

支払いをせず未納のままにしていると、将来65歳から受け取る老齢基礎年金の額が少なくなったり、事故や病気で障害が残ったときに受け取る障害基礎年金がもらえなくなります。

### 払えないときは…

学生であつたり、収入がなくて国民年金保険料が支払えないときは、免除・納付猶予や学生納付特例制度があります。

老後や万が一のときに備えて、保険料の支払いが難しい場合は、未納にするのではなく、免除・納付猶予または学生納付特例を申請しましょう。

#### ●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

# 税ワンポイントメモ

Q1 固定資産（土地・家屋）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。固定資産所有者の名義を変える場合は、長野地方法務局上田支局で所有権移転登記等の手続きをお願いします。登記手続き完了後は、長野地方法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になりますので、「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はありますか。

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額（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・家屋の課税標準額の合計がそれぞれ28万円の場合は、家屋は20万円を超えていため免税点以上となり固定資産税が課税されますが、土地は免税点が30万円のため免税点未満となり固定資産税は課税されないことになります。

●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）



## うちの子「結婚」しないのかしら？

### 独身のお子様の結婚相談承ります

「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」  
お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします

まずは仲人にお気軽にご相談下さい

☎ 026-214-3681

結婚相談所ムスベル 〒381-2213 長野市広田48 神明第一ビル2階

（広告欄）

※この広告は「東御市広告掲載要綱」に基づいて掲載しています。広告についてのお問い合わせは広告主までお願いします。

## ご 芳 志

ご寄附いただき、ありがとうございました。厚くお礼申しあげます。(令和4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〉

- ・(株)アツマセラミック 様(150万円)

### 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〉

- ・AMUSE(株) 様
- ・瀬戸(株) 様
- ・石井電気工業(株) 様(10万円)

### 物品

- ・株式会社アソビズム 様

(『ゲームを改造しながら学ぶScratchプログラミングドリル: プロのゲームクリエイターが伝授! 考えて遊んで面白くするゲーム作りの思考法』7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

一般寄附金

総務課 財政係 ☎ 64-5901  
文化・スポーツ振興課 スポーツ係 ☎ 75-1455

企業版ふるさと寄附金

文化・スポーツ振興課 スポーツ係

物品

総務課 契約財産係 ☎ 64-5805

## なるほど The ごみ No.180

### ごみ処理に使われているお金は どれくらい?

ごみを適切に処理するには、ごみの収集運搬や分別、焼却、堆肥化、再資源化などを行いますが、これには皆さまの大切な税金が使われています。

令和3年度のごみ処理費用の総額は約4億5,762万円でした。市民1人当たりに換算すると約15,345円\*になります。

\*令和3年4月1日現在の人口、29,822人で計算

### その他 4,199万9千円

- ・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

8,959万5千円

- ・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

9,596万7千円

- ・ごみ収集運搬、  
指定袋作成 等

### 令和3年度

### ごみ処理費用総額

4億5,762万8千円

### 最終処分費

845万6千円

- ・最終処分、  
最終処分場管理 等

### ごみ処理費

2億2,161万1千円

- ・廃棄物焼却等処理費用、  
生ごみリサイクル施設運営 等

ごみの減量や分別、資源化は、処理費用の削減や環境負荷の軽減につながるほか、ごみ処理施設や焼却灰を埋め立てる最終処分場の延命にも寄与します。

引き続き、皆さまのご協力をお願いします。

### ●問い合わせ先

生活環境課 クリーンリサイクル係 ☎ 63-6814

YouTube  
東御市チャンネル  
チャンネル登録 お願いします

ブレイブ社  
薪割り機

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)~

0268-62-5262  
(レンタル担当宛にお電話ください)

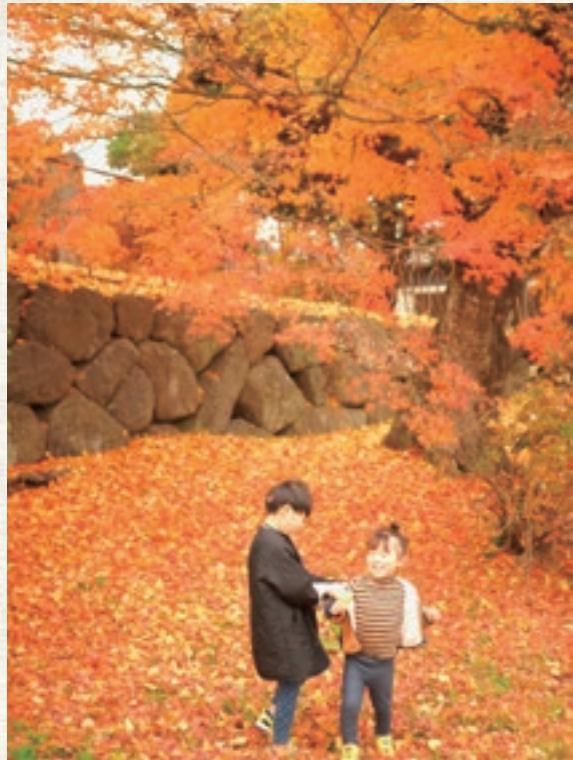
株式会社 唐沢農機サービス

〒389-0518  
長野県東御市本海野 1642



〈広告欄〉

# ほどよく、田舎。とうみ ~今月のベストショット~



【撮影者】MMさん

【タイトル】「秋色」

撮影場所：和学校記念館付近

撮影日：2022年11月19日

撮影者から一言

和記念館は、保育園児の時よく遊んでいた場所です。今度は親になって子供と一緒に綺麗な紅葉が見られました！

1月号掲載の応募締め切りは 1月11日(水)

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撮影年月日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（shihoh-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4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。



## すくすく育てとうみっ子!!

1月  
生まれ

1歳の誕生日おめでとう！ご家族からお祝いのコメント



さかた ひまり  
坂田 陽莉ちゃん  
(常田)

ひまり♥お誕生日おめでとう  
あっという間にもう1歳だね  
ひまりのかわいい笑顔がみんな大好きだよ♥これからも元気いっぱいに育ってね😊



しおがわ えみ  
塩川 恵望ちゃん  
(横堰)

えみちゃん！♥  
1歳おめでとう～!!🎂  
のあ姉ちゃん、けいだい兄ちゃん、ゆうな姉ちゃんとみんな仲良く過ごそうね♥  
かわいい、かわいいえみちゃん大好きよお♥

☆募集します!!☆ (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）・TEL・コメント50字程度を添えて、shihoh-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9日（月）必着。



▲記念音楽会で楽器の演奏とダンスを披露する児童たち

## 地域で祝う学校の節目 祢津小学校創立130周年記念式典・音楽会

市文化会館で11月18日、祢津小学校の130周年を祝う記念式典と音楽会が開かれました。

式典では、130周年記念事業実行委員長の塩川壽友さんが「祢津小学校は明治に始まり、大正、昭和、平成、令和と長い時をかけて130周年を迎えた。『正しく ゆかしく たくましく』の基本目標を理念として、子どもたちが大きく成長していく場になることを願っている」とあいさつ。記念品の目録が塩川実行委員長から仲沢いずみ校長へ贈呈されました。

また、記念音楽会では児童たちが元気な歌声や楽器の演奏を披露し、母校の節目を祝いました。

## たすき 伝統の櫻リレー 第57回北御牧地区一周駅伝大会

11月26日、北御牧地区の秋の恒例行事「北御牧地区一周駅伝大会」(実行委員会主催)が開かれました。

57回目となる今大会には、北御牧中学校の生徒で構成する4チームと一般1チームの計5チームが出場。同地区内を巡る19区間、全長約23kmのコースを舞台に、各チームは一丸となって櫻をつなぎ、ゴールを目指しました。

また、各中継所には生徒の保護者や学校関係者、地域の皆さんが集まり、力走する選手たちに温かい声援が送られていました。



▲懸命に櫻をつなぐ選手たち



▲バタフライの練習をするト一選手

## GMOアスリーツパーク湯の丸 競泳で初 外国人選手が合宿利用

2021年東京パラリンピックの競泳男子50mバタフライ(運動機能障害S7)で4位の成績を残したシンガポールのトー・ウェイ・ソーン選手が、GMOアスリーツパーク湯の丸の屋内プールにおいて12月1日から15日までの日程で合宿を行いました。

同施設で競泳の外国人選手が合宿を行うのは今回が初めてで、9日には報道機関向けに練習を公開。ト一選手は、「ここは準高地なので身体を追い込むことができる。来年の大会で良いスタートが切れるようハードなトレーニングを積みたい」と語り、力強い泳ぎを披露していました。

## 交通死亡事故ゼロ700日達成! 市発足以来初の快挙

本市は12月13日、交通死亡事故ゼロ700日の記録を達成した市町村に贈られる「県交通安全運動推進本部市町村顕彰」を受けました。記録達成は10月20日で、市発足以来初の快挙となります。

この日は市役所で顕彰の伝達式が行われ、上田地域振興局の山岸秋夫副局長から田丸基廣副市長へ表彰状が授与されました。また、同席した吉澤敏上田警察署長からは、「行政と市民が一体となった積極的な交通安全の取組がこの結果につながっている。この記録がさらに更新され続け、安全・安心な地域として発展されることを願っている」とお祝いの言葉をいただきました。



▲市役所で行われた顕彰の伝達式

東御市の皆さま初めてまして、新谷いづみと申します。岡山県から移住し、令和4年9月に加沢で「手料理とお酒」JUという小料理屋をオープンいたしました。

私の生い立ちから少しお話しさせていただきます。高校では柔道に明け暮れる日々を過ごした後、料理上手だった母親に憧れ、大阪の調理専門学校に進学しました。卒業後は母と一人で岡山市内にカフェを開業。朝仕事を終えた農家の方々にモーニングを提供したり、仕事中の昼食に寄つていただきりと、調理と接客の楽しさをお客様に教えていただきました。平成27年に母が体調を崩し閉店。その後は、35歳で岡山の飲食店に入社しましたが、自身のやりたいことが出来ずに令和3年に退職しました。その後環境を変えようと転職サイトで見つけた軽井沢町のレストランで働き始めましたが、やりたいことが出来ずにモヤモヤしていました。その後環境を変えようと転職サイトで見つけた軽井沢町のレストランで働き始めましたが、やりたいことが出来ずにモヤモヤしていました。

家族で、カップルで、お一人様で、ぜひお店にお越しください。

私は「縁」がとても大切だと思っています。開業前から建設会社や金融機関、東御市商工会の方々からご支援いただきました。開業は不安でいっぱいでしたが、近所の方が来てくださり、商工会に入会したことにより自営業や企業経営者の方々が来てくださり、そこから「縁」がつながり、幅広い方に連日お越しいただき、幸せな日々を送っています。東御市の魅力はここにあると感じております。開業から3カ月余りですが、お客様からたくさんの「愛」をいただいている。市内の飲食店を紹介したり、愛を感じ、ここに移住し、開業できたことをとても幸せに思っています。ありがとうございます。

今月は、市内で小料理屋を営む新谷いづみさんに「とうみ」の魅力を書いていただきました。

東御市の皆さま初めてまして、新谷いづみと申します。岡山県から移住し、令和4年9月に加沢で「手料理とお酒」JUという小料理屋をオープンいたしました。



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。

Q “とうみ”でやりたいことは？



しんたに  
新谷 いづみさん  
(加沢)  
岡山県出身／トーン

## 編 集 後 記

今月号は、新春特別号ということで、いつもとは違う市報の表紙になっています。いかがだったでしょうか。

特集でお伝えした丸山智己さんの東御市ふるさとPR大使2年目の活動を取材し、東御市の良さを市内・市外へ発信したいという丸山さんの強い想いを感じることができ、市報制作に携わる私としては、とても貴重な経験となりました。

撮影秘話としては、数回、丸山さんが本番撮影する前の写真の構図等決める代役を私が務めましたが、本番そこに立つカッコいい丸山さんの姿と、先ほどまで代役として立っていた自分の姿があまりにも違い、ショックを受けたのはここだけの話です。

次号からも、市民の方はもちろん、市外の方へもより伝わるような市報制作を心掛けていきます。

(市報担当 横村)

## 市のデータ

### 人の動き (12月1日現在)

世帯数	12,384世帯 (+ 1)	転入	82人
総人口	29,550人 (+ 3)	転出	65人
男14,660人 (+ 1)	出生	18人	
女14,890人 (+ 2)	死亡	30人	
	その他	- 2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4年1月からの累計

**火災 1件 ( 22件 )**



**救急 115件 (1,263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4年11月30日現在

	当月分	累計 (注1)	前年比
件 数	4件	60件	- 1件
傷 者	5名	70名	- 7名
死者 (注2)	0名	0名	± 0名

(注1)令和4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4年11月	令和3年11月
最高気温	21.2°C(12日)	19.1°C(7日)
最低気温	0.0°C(19日)	-4.4°C(30日)
平均気温	9.0°C	8.4°C
降水量	53.5mm	24.0mm

※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。