



市報  
No.242

# とらみ

TOMICITY  
2024  
6月号

2024パリ五輪開催直前  
スペシャルインタビュー

## 湯の丸から世界へ



2020東京五輪  
トライアスロン日本代表  
二ナ一賢治 選手

# Kenji Nener

パリ五輪開催直前スペシャルインタビュー

2020東京五輪トライアスロン日本代表 ニナー賢治選手

「湯の丸から世界へ」

## ニナー賢治

2024 パリ五輪トライアスロン日本代表有力候補。

西オーストラリア州・パース生まれで、オーストラリア人の父と日本人の母を持つ。

2020 東京五輪日本代表。

### 直近の戦績

2024 ワールドトライアスロンシリーズ横浜大会 7位

2024 アジアトライアスロン選手権 1位

5月2日、2024パリ五輪に向け、GMOアスリートパーク湯の丸で強化合宿に励むトライアスロン日本代表有力候補ニナー賢治選手に単独インタビューを行いました。この様子は市公式YouTubeで公開中です。

ぜひご覧ください。



市公式YouTube



### 湯の丸高原での、 日数と目的を教えてください。

湯の丸高原に来て1カ月ほど経ちます。次のレースに向け、水泳、バイク、ランのトレーニングを集中して行っています。

### 環境はどうですか。

標高1750mの準高地が、高すぎず、低すぎず、ちょうど良い標高なため平地に比べ適度な負荷を得ながらトライアスロンに必要な全てのトレーニングができる環境が素晴らしいです。

コースが整備されていることや、食事がとても美味しいこと、トレーニングする上で、とても素晴らしい環境が整っています。

### 湯の丸高原でのトレーニングが競 技にどう活かされますか。

ここでトレーニングすることで体内のヘモグロビンや赤血球の増加が見込めるため、持久力の向上に繋がることが出来ます。

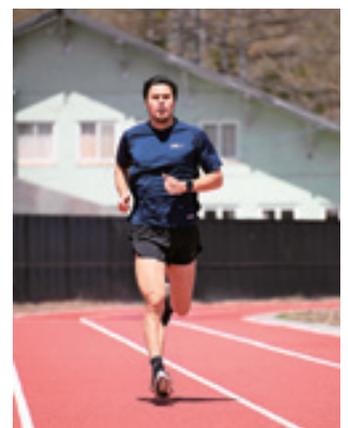
### トライアスロンという競技は大変 なイメージがありますが、魅力は なんですか。

トライアスロンは水泳・バイク・ランの3つのスポーツを連続して行う、持久力が必要な競技ですが、種目が変化することが楽しいですし、魅力のひとつだと思います。

### ニナー選手の強みはですか？

私はスイム、バイク、ランすべてのパフォーマンスにおいて同程度の結果を出せることが強みです。

トライアスロンは3つのスポーツがひとつになっっている競技のため、3つとも同等の実力をつけることを目標としています。近年はランで差がつくレース展開が多いため、今年



はランを重点的に強化しています。

### 今後のレースやパリ五輪など控えて います。今後の目標は？

7月から始まるパリ五輪では、本当にメダルを取りたい。そして世界のトップ選手と戦い続けることが目標です。毎日、どうすればもっとうまくなるかを考え、自分のパフォーマンスを向上させることに集中しています。

### 東御市民一同応援しております。

市民の皆さんに応援していただけることに自分自身恵まれていて感じています。現役の間、ずっと応援し続けていただけたら嬉しいですね。市民の皆さんの応援と、湯の丸高原の優れた練習環境でトレーニングできることが嬉しいですし、力になります。頑張りますので、応援よろしくお願いします。



# 姉妹都市マドラス市 高校生ホームステイ体験記

～現地での生活で得た宝物～



●問い合わせ先

東御市国際友好協会事務局（地域づくり支援課） ☎ 75 - 5506

▲オレゴン州 ビリー・チノック湖にて撮影

5年ぶりに姉妹都市オレゴン州マドラス市へのホームステイ派遣事業が復活し、3月19日から27日まで、市内在住の高校生5名と引率者1名（友好協会員）の合計6名が参加しました。高校生たちが異文化に飛び込み、たくさんの経験をし、成長した9日間。それぞれの思いをご覧ください。

## ホームステイスケジュール

3月19日	東御市→羽田→シアトル→ポートランド
20日	ポートランド→マドラス着
21～24日	ホームステイ、マドラス高校訪問等
25日	マドラス→ポートランド
26～27日	ポートランド→シアトル→羽田→東御市着

## 参加者の声



初めての飛行機や海外でしたが、たくさんの出会いがあり、楽しい思い出ができました。高校では、学校食や授業の受け方も日本と違いましたが、多くの生徒が親切に教えてくれました。ステイ先では毎日美味しいご飯を食べ、一緒にゲームをしたり、犬たちと遊んだ時間が楽しくて、日本に帰りたくなくなりました。

みやした かなみ  
宮下 奏海さん（本海野）

僕は今回の企画で初めて米国本土に上陸しました。“自由の国”というのが本当であることを目の当たりにしました。学校でもみんな自由に勉強をし、将来の職業を決定して、それに向かって頑張っていて、日本との違いを感じました。海の向こう側の人が本当に生きていることを実感しました。

みのわ かずき  
箕輪 一輝さん（御牧原南部）



私は小さい頃から英語に興味があり、応募しました。実際に行ってみると、関わる人皆が笑顔で明るく接してくれました。また、アメリカの日常が私にとっては非日常であり、とても良い刺激になりました。この経験を大切に、さらに英語学習に励んでいきたいと思います！

たけい さやか  
武井 咲香さん（切久保）



わたなべ おと  
渡邊 音人さん（西宮）

初めての海外だったので、丁寧な研修があって助かりました。ステイ先ではうどんとめんつゆ、油揚げを持って行ってきつねうどんを作りました。日本より火力が強くて驚きましたが、おいしいと言ってもらえました。日本のお菓子・ポケモンカードはマドラス高校の生徒に喜んでもらえました。

## 引率者

東御市国際友好協会会員 やまこし まりこ  
山越 真理子さん（西宮）

今年のホストファミリーにはマドラス市長を含め市役所関係者が複数おり、東御市からの訪問を快く迎えてくれました。高校生たちはホストファミリーやマドラス高校生に恵まれ、有意義なホームステイができたようです。この繋がりを大切に、今後もマドラスとの友好関係が長く続くことを願います。



さの りんと  
佐野 凜斗さん（出場）

# 地域包括支援センターに「土曜日相談窓口」を開設しました！



リニューアルした高齢者センターふれあいとうみの中に地域包括支援センターがあります。住み慣れた地域で暮らす高齢者の皆さんを介護、福祉、医療など様々な面から総合的に支え、必要なサービスにつなげていく相談窓口です。

「平日では時間が取れない」、「ゆっくり相談したい」という皆さんの声にお応えするため「土曜日相談窓口」を開設しました。お気軽にご利用ください。

## 「土曜日相談窓口」は、

### 6月から毎週開設します

「相談窓口」では、地域包括支援センターの主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などの専門職が常駐し、生活の中で困りごと、心配ごと、介護に関する相談や介護保険の申請など、ご相談をお受けします。

事前のご予約は不要です。お気軽にお越しください。



◆場所：高齢者センターふれあいとうみ  
(東御市総合福祉センター内)

◆日時：毎週土曜日 午前9時～12時

## 高齢者センター ふれあいとうみ

### 「体組成計」をご活用ください！

「ふれあいとうみ」に、体の筋肉・脂肪・水分の量だけでなく、たんぱく質やミネラルの量も測定して体形の評価をすることができる「InBody470」が設置されました。



地域包括支援センターの窓口にお声がけいただければ、どなたでも無料で測定していただくことができます。

定期的に計測することで、体重計や体脂肪計だけではわからない「筋肉量の減少」や「基礎代謝量の低下」「内臓脂肪レベルの増加」などに気づくことができ、肥満を防ぐことも可能になります。

さらに、脳の健康度を測定する「脳の健康度チェックシステム」(予約不要)や体形・姿勢の測定ができる「姿勢計測システム」(要予約)も導入されました。

ご相談の間やご来場の際に、ご利用ください。

●問い合わせ先 地域包括支援センター ☎ 64-5000



# 「東御市病院事業経営強化プラン」を策定しました

●問い合わせ先 市民病院庶務係 ☎ 62 - 1711

市病院事業について、平成 21 年度から令和 5 年度まで 3 次にわたる経営改善計画の取り組みを進め、高齢者救急への対応・在宅医療の拡大等一定の成果を得ています。しかし今後も進行する人口減少・超高齢社会における医療提供の在り方や、厳しい市の財政状況を踏まえた病院経営の効率化が求められており、市では総務省から示された「公立病院経営強化ガイドライン\*」に基づき、令和 6 年度から令和 9 年度までの「東御市病院事業 経営強化プラン」を策定しました。

※持続可能な地域医療提供体制を確保するため、個々の公立病院が地域医療構想等を踏まえて、地域において果たすべき役割・機能を改めて見直し、そのうえで当該役割・機能を果たすために必要となる経営強化に取り組むための指針

## 東御市病院事業経営強化プラン（概要）

### 今後の方向性・検討すべき事項

#### 人口構造の変化による課題

##### ◆医療需要の変化への対応

自治体病院、地域の中核病院としての役割を担いつつ、医療需要に対応した病院機能の見直しの検討。

##### ◆生産労働人口の減少への対応

働き方改革や夜勤負担軽減など医師・看護師の確保策の実施。

#### 経営面での課題

##### ◆病床の有効利用と業務改善への対応

空床管理等病床の有効利用や外来から入院、退院までの連携体制の構築や業務のスリム化等の対応。

##### ◆財務上の課題への対応

経営の改善、増加する経費の削減対策や病院施設・設備の適正管理と整備費の抑制対策への取り組み。

## 【健康と暮らしを守り・支え、未来を拓くコミュニティホスピタル】

地域医療構想等を踏まえた病院事業の果たすべき役割・機能

①	地域に密着したコミュニティホスピタルを目指す	<ul style="list-style-type: none"> <li>●地域密着型病院として、総合診療を軸とした医療、リハビリ、栄養管理等の提供</li> <li>●在宅医療への積極的な取り組みと、外来・入院から在宅までの切れ目ない支援</li> </ul>
②	自治体病院として総合的な医療や各種診療体制の整備維持に取り組む	<ul style="list-style-type: none"> <li>●病床機能の最適化</li> <li>●救急医療体制の強化</li> <li>●小児・周産期医療の維持</li> <li>●地域包括ケアシステムの中核として「治し、支える医療」の提供</li> </ul>
③	関係機関との連携体制を強化し地域包括ケアシステムの充実に取り組む	<ul style="list-style-type: none"> <li>●東御市総合福祉センターや身体教育医学研究所との連携による予防医療、健康増進、福祉、介護への貢献</li> <li>●東御市民病院とみまき温泉診療所の連携による、安心して療養できる環境の整備</li> </ul>
④	「更なる」医療の質向上に継続的に取り組む	<ul style="list-style-type: none"> <li>●医療安全管理体制及び感染防止対策の強化</li> <li>●多職種によるチーム医療の推進</li> <li>●施設・設備の最適化・デジタル化への対応</li> </ul>
⑤	地域とのつながりを重視したネットワークづくりに取り組む	<ul style="list-style-type: none"> <li>●医療・介護の連携強化による訪問診療の充実</li> <li>●訪問看護・訪問リハビリの実施における地域ケア関係機関との連携</li> </ul>
⑥	地域医療提供の為に人材の確保・育成、働き方改革の実現にむけて取り組む	<ul style="list-style-type: none"> <li>●医師の働き方改革の継続実施</li> <li>●業務改善・効率化の推進</li> <li>●専門・認定看護師の確保、育成等による体制の充実</li> </ul>





# 第2次東御市子ども読書活動推進計画を策定しました

●問い合わせ先 文化・スポーツ振興課 図書館係 ☎64-5886

市では子どもが豊かな読書活動を行うことができるように、家庭や保育園、学校、地域、図書館が果たす役割を明確にした第2次東御市子ども読書活動推進計画を策定しました。

## 計画の基本理念・目指す姿・期間

**基本理念：**豊かな読書を子どもたちに

**目指す姿：**●感性豊かで人を思いやる心を持つ子ども

●創造する力を持ち、自分の意見を持つ子ども

●生きる知恵を持ち、未来を切り開く力を持つ子ども

**計画期間：**令和6年度から令和10年度まで



図書館  
ホームページ



## 計画を通しての取り組み

子どもの発達段階に応じた積極的支援により読書活動を推進します。

### ▶ 家庭

子どもの成長にあわせた本を提供し、本を読む手助けとなるように家庭環境を整えましょう。

①一日1回は絵本や紙芝居を読んであげる時間をつくりましょう。

②読み聞かせや好きな絵本がいつでもある環境になるように、図書館などを有効活用し本を提供しましょう。

③保護者がテレビを消して、読書ができる静かな環境をつくりましょう。大人が率先して本を読む姿を見せて家庭で読書ができる雰囲気づくりに努めましょう。

### ▶ 学校

生涯にわたって本と親しむ習慣を身につけられるようにするため、学齢期の間に良質な読書習慣を身につけることを目指します。

朝読書、読書週間、読書旬間、コラボ給食などを実施することにより、読書への意欲関心を高め恒常的な読書習慣づくりにつなげます。

### ▶ 保育園等

絵本や物語などに親しみながら豊かな言葉や表現を身に付け、言葉による伝え合いの力を養います。

### ▶ 地域

地域の子どもたちを見守り・支えている、読書団体などにおいて、子どもたちが本に親しみ読書の幅を広げていくことができるよう読書活動を支えます。

### ▶ 市立図書館

親子で本に親しむ機会を大切にします。読書や本に親しむ習慣を幼少期から形成するためには、保護者の理解と協力が欠かせません。子どもが本好きになるための保護者への働きかけを積極的に行います。

ブックスタート事業やお話し会、図書館まつり等、親子で楽しめる体験を提供して、本との関わりが親子の絆を深められるように努めます。

また、子どもの読書の大切さを大人に知ってもらうための情報発信に努めます。

市発足20周年記念事業

「みんなで子育て、つながる地域」  
子育てフォーラムを開催します

●問い合わせ先

子どもサポートセンター（子ども家庭支援課） ☎71-0450



地域の子育て環境を見つめ直し、地域全体で子育て・子育てを支えていくために、子育て真っ最中のお母さん、お父さんだけでなく、地域の方向士が共に学び、つながり合うことを目的に、「みんな子育て、つながる地域」フォーラムを開催します。

「子育てブラックジャック」の異名をもつ奥田健次さんによる講演会や体をつかったあそびイベント、工作、子育て応援塾に子育て応援団体の活動紹介など、様々な団体が参加し、地域全体で子育てを応援するプログラムがたくさんあります。ぜひお越しください。

●日時 令和6年6月15日（土）

午前10時～午後3時

●場所 中央公民館



※託児・参加イベント等事前予約が必要な場合があります。詳しくは、左記二次元コードをご覧ください。

相談をもっと気軽に！  
「LINE相談」



LINE お友だちの登録が必要



すくすくぽけっと

◇スケジュール◇

10:00	①からだであそぼ！	親子ヨガ（就園児）	オリジナルキーホルダー作り	①スライムづくり ②ママパパ応援首肩ほぐし ③ママ起業相談	子育て応援バザール
11:00	②佐久大学の足育教室	親子ヨガ（小学校低学年）			
12:00					
13:00	①からだであそぼ！	アルティスタ 浅間の選手と遊ぼう		奥田健次先生講演会	
14:00	②佐久大学の足育教室 ③工作教室				

※上記の中で、料金のかかるものもあります。

副市長に

田丸基廣さんが再任

5月臨時会において、花岡利夫市長は、副市長に田丸基廣さんを再任、合わせて教育長1名、教育委員2名、監査委員2名、公平委員1名の人事案件を提出し、議会の同意を求めた結果、全会一致で同意されました。18日には、選任書、任命書交付式が行われ、選任書または任命書が市長から交付されました。選任または任命された皆さんは、次のとおりです。（敬称略）

副市長



たまるもとひろ 田丸 基廣（下八重原）

教育長



やまぐちちほる 山口 千春（原口）

教育委員



こばやしつねあき 小林 経明（常田）

監査委員



とみおかしづこ 富岡 志津子（栗林）

公平委員



いじまさだお 飯島 貞夫（栗林）



きたざわまさお 北澤 昌雄（姫子沢）



しおがわひさと 塩川 壽友（新張）

この臨時会では市選挙管理委員と同補充員の選挙も行われ、指名推薦により次の皆さんが当選しました（敬称略）

選挙管理委員

栗原 陽子 市川美津子  
柳橋 信乃 押金 光輝

選挙管理委員補充員

小林 修一 中野 稔  
大塚 浩子 清水 千枝

令和6年10月1日および  
令和7年4月1日採用予定

# 市職員の募集

1 試験区分、採用予定人員、受験資格等  
○令和6年10月1日採用予定

職種	試験区分および採用予定人員		受験資格等
	職種	人員	
上級 (社会人)	行政	若干名	平成2年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業し、かつ、民間企業等の職務経験が5年以上ある人 平成2年4月2日以降に生まれた人で、大学の専門課程を卒業し、かつ、民間企業等の職務経験が5年以上ある人
	土木	若干名	
保健師		若干名	平成元年4月2日以降に生まれた人で、保健師の資格を有している人
社会福祉士		若干名	平成元年4月2日以降に生まれた人で、社会福祉士の資格を有している人
保育士		若干名	昭和59年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格を有し、かつ、保育施設等において保育士の職務経験が1年以上ある人
中級 (新卒等)	行政	若干名	平成10年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業した人(令和7年3月までに卒業見込みの人を含む。) 平成10年4月2日以降に生まれた人で、大学の専門課程を卒業した人(令和7年3月までに卒業見込みの人を含む。)
	土木	若干名	
	土木	若干名	
保育士		若干名	昭和60年4月2日以降に生まれた人で、保育士の資格を有している人(令和7年3月までに取得見込みの人を含む。)

○令和7年4月1日採用予定

## 2 申込方法

(1) 提出書類

① 採用試験受験申込書

② 履歴書(総務課で交付する履歴書を使用してください。)

③ 職務履歴書(上級社会人への応募者は提出してください。)

④ 写真2枚(提出書類①および②へ貼付してください。)

(2) 申込書・履歴書用紙の請求

申込書等は、総務課に直接請求するか、市ホームページから用紙をダウンロード(A4サイズの普通紙に片面印刷)してお使いください。



## 3 受付期間

6月13日(木)まで

(郵送の場合、締切日必着)

## 4 第一次試験日場所等

・試験日 7月14日(日)

・場所 東御市役所

・試験内容 教養・業務適性検査、性格特性検査、小論文

※第二次試験、第三次試験の日程その他試験に関する詳細は、市ホームページに掲載の「受験案内」をご確認ください。

## 5 問い合わせおよび申込書提出先

総務課 総務係

☎ 64-5876

## 入院時食事代 変更のお知らせ



国民健康保険および後期高齢者医療保険加入者の入院時の1食あたりの食事が、令和6年6月1日から左記のとおり改定されました。

所得区分	改定前	改定後
住民税課税世帯	460円	490円
住民税非課税世帯	90日まで	230円
	90日を超える入院	180円
低所得者Ⅱ	160円	180円
低所得者Ⅰ	100円	110円

### ●問い合わせ先

市民課 国保年金係  
☎ 75-8810

# 家庭教育アラカルト ～運動で人生100年を豊かに～

田中小学校 教頭 蓑輪 良江

25

「1日60分!」なんの時間だと思えますか。これは、子どもたちが心身共に健康に成長するために必要な1日の運動時間(中強度の運動)です。現代の大人は、3分の1以上が万年運動不足といわれていますが、それと同じことが子どもたちにもおきています。現代社会において、子どもたちが心身ともに健康に生活するには、大人が意識して環境を整えなければいけない時代になっているのです。

では、運動することで私たちの体には、どんな良い効果があるのでしょうか。運動が身体に良い・健康になるということは、みなさんもご存知だと思いますが、運動は脳の健康にも重要な役割を果たします。運動により脳が活性化し、思考力、判断力、学習能力が高まり、情緒の安定やストレスの解消、気力やコミュニケーション力の向上にも繋がるといわれています。運動は、体にも心にも頭にも多くのメリットを与えてくれます。こんなにメリットだらけの運動を活かさない手はありません。

今年度、田中小学校でも、子どもたちが体を動かして遊ぶ時間を大切にしようとして取り組んでいます。最近、昇降口に子どもたちがいつでも使え

るようにとフラフープを置きました。すると、すぐに子どもたちが集まり遊び始め「先生!見て見て」「できたよ!」「新しい回し方見つけた!」「見て〜二つも回せた〜。」と、とても楽しそうです。子どもたちのフラフープの使い方は多種多様で、腰で回す子もいれば、腕や首で回す子、本数を増やして回す子、回すのではなく転がして競争したり輪くぐりをしたりする子、縄跳びのように跳ぶ子、回しながら走り出す子:次々に楽しみながら遊びを生み出しています。そして、「一緒にやろう」「いいよ」「すごい!うまい!」と声をかけあい、自然と友だちとの関わりが広がっています。

おもいきり遊んだあとの子どもたちは笑顔で晴れやかです。

この姿からも体を動かす時間が子どもたちにとって大事な時間なのだということが改めて感じています。子どもたちが「やってみたい」「おもしろそう」「みんなとやると楽しい」そんな時間を持てるように、さらに工夫していきたいと思っています。

人生100年時代をより豊かにするために、子どもたちと一緒に楽しく運動してみませんか。

## 東海市発足20周年&雷電没後200年記念

### 2024雷電まつり SUN SUN

日時▼8月3日(土)

場所▼田中商店街 踊り時間▼午後6時〜午後8時



#### 踊り連参加者募集

地域の仲間、同じ趣味を持つグループやスポーツチーム、クラスや部活など、有志の仲間に参加してみませんか。みんなで踊って盛り上がりましょう。

申込締切▼6月13日(木) 必着  
連抽選会▼7月1日(月)

午後6時30分

連抽選会場▼中央公民館3階講堂  
※各区の参加申し込みは5月上旬に各区へ「踊り連参加申込書」を配布しておりますので、ご記入のうえお申し込みください。

#### ステージ参加者募集

ステージの演奏等アトラクション出演者を募集します。申し込み多数の場合は選考または抽選とします。

申込締切▼7月1日(月) 必着

出演時間▼午後2時45分〜午後5時

頃(出演の順番および演奏時間は事務局で調整します)

出演場所▼第1ステージ(「衣料センターたなか」前)

ジャンル▼生演奏、踊り等

#### 飛び入り連参加者募集

踊ってみたいけど連には参加していない、そんな方は、「飛び入り連」にお友達やご家族と一緒に参加しましょう。誰でも参加可能です。みんなで踊って盛り上がりましょう!!申し込みは不要ですので、当日、本部前か飛び入り連集会所へお越しください。

#### 運営ボランティアスタッフ募集

イベントの企画や踊りの普及、当日までの準備会議、当日の運営と一緒にお手伝いしてくださるスタッフを募集しています。まつりに対するアイデアを思う存分発揮していただき、一緒に雷電まつりを作っていきましょう。

●申し込み・問い合わせ先

雷電まつり実行委員会事務局

商工観光課 商工労政係

☎64-5895

# 情報コーナー

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

sho-toni@city.tomi.nagano.jp  
64-55003 (F) 63-54361

## お知らせ

6月4日～10日は  
「歯と口の健康週間」

HP



歯を見せて 笑える今を 未来にも歯周病検診を受けましょう。

よくかんで、おいしく食べることは健康の第一歩。歯と口は健康に生きる力を支えています。自分の歯を大事にしましょう。

### 一般歯周病検診

定期的に歯と口の健康を確認しましょう。

- ◆対象者 令和6年度中に20・30・40・50・60・70歳になる市民
- ◆受診票 対象の方には受診票を郵送します。(お一人年1回のみ)
- ◆実施期限 令和7年2月28日まで
- ◆検診料 500円

### 妊婦歯周病検診

体調の良いときで、安定している時期(5～7ヶ月)の受診をお勧めします。

◆対象者 妊娠の届け出をされた市内在住の妊婦

◆受診票 妊娠届の提出の際に受診券を交付します。(妊娠期間中1回有効)

◆検診料 無料

### 受診方法等(共通)

◆受診予約 通知にある実施医療機関へ電話予約してから受診します。

◆持ち物 受診票、健康保険証

◆その他 検診の結果、治療が必要となった場合は別途治療費がかかります。

### 問/健康推進課 健康増進係

保健地域医療係 ☎64-8883  
☎64-8882



一般歯周病検診



妊婦歯周病検診

### 令和6年度各種検診・健康診査

HP

ご自身の健康管理のため、年1回の健診(検診)を受けましょう。

### ◆各種がん検診

- ・大腸がん検診
- ・胃がん検診(バリウム・カメラ)
- ・子宮頸がん検診
- ・乳がん検診
- ・肺がん検診(胸部低線量CT検査)
- ◆生活習慣病予防のための健診
- ・特定健診 令和6年度に40～74歳で、東御市国民健康保険の方

・健康診査 保険証に関係なく令和6年度に19～39歳になる方で、申し込みをされた方

・後期高齢者健診 令和6年度に75歳以上の方で、申し込みをされた方

※人間ドックを受診される方は、改めて健診を受ける必要はありません。

(市の補助は人間ドックまたは東御市国民特定健診のどちらか一方しか申請できませんのでご注意ください)

※特定健診は40～74歳の方に対して保険証の発行元が健診を実施します。

東御市国民健康保険以外の方は、保険証の発行元へお問い合わせください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

問/健康推進課 健康増進係

☎64-8883



市ホームページ

### 蚊による感染症を予防しましょう

デング熱やジカウイルス感染症、日本脳炎等を媒介する蚊(ヒトスジシマカ、コガタアカイエカ等)は、10月頃まで活発に活動します。

### ◆蚊(ボウフラ)の発生を防ぐ

- ・家の周りに、蚊が産卵しやすい「水溜り」を作らない。
- ◆蚊に刺されないようにする

・網戸はきちんと閉めて、家の中に侵入させない。

・蚊取り線香や蚊取マット、忌避剤(虫除けスプレーなど)を使う。

・屋外での作業は、長袖、長ズボンを着用する。

### ◆感染が疑われるときは医療機関へ

・蚊に刺された数日後に発熱、発疹等の症状が出たら、医師に相談する。

◆海外に行く場合は、流行地域を厚労省のホームページでご確認ください。

### 問/健康推進課 保健地域医療係

☎64-8882



厚労省ホームページ

### 児童手当現況届・支給日のお知らせ

HP

### ◆現況届の提出が必要な方

所得上限によって受給資格が喪失しているが、令和6年度所得が上限額以下の方。

引き続き提出が必要な方は、市ホームページをご覧ください。

### ◆支給予定日 6月10日(月)

支払内容 2月～5月分

### 問/福祉課 福祉推進係

☎64-8888



市ホームページ

覚せい剤、麻薬、危険ドラッグは「ダメ。ゼッタイ。」

薬物乱用は1回でも「ダメ。ゼッタイ。」

6月26日は国際麻薬乱用撲滅デー、6月20日～7月19日は薬物乱用を防止する「ダメ。ゼッタイ。」普及運動期間です。薬物の乱用は心と体をむしばみ、生活と人間関係を破壊します。違法な薬物や怪しい薬には断固として手を出さない、強い気持ちを持ちましょう。

- ・薬物は依存性が高く、自分の意思では止められない「依存症」に陥ります。
- ・依存症は病気です。専門的な治療と周囲の理解、手助けが必要です。

◆薬物依存、乱用防止の相談窓口

長野県精神保健福祉センター

☎026-266-0280

上田保健福祉事務所

☎25-7149

問／健康推進課 保健地域医療係

☎64-8882



熱中症の予防と対処方法

家の中や寝ている間でも熱中症になることがあります。小さな子どもや高齢者は、特に注意が必要です。

- ・こまめに水分を補給する。
- ・「熱中症警戒アラート」発表時には、日中の外出をできるだけ控える。
- ・外出時は日傘や帽子を着用し、なるべく日陰を歩く。
- ・エアコンや扇風機を使い、室温をこまめにチェックする。
- ・通気性、吸湿性、速乾性のある衣服を着用する。

◆症状と対処方法

《軽度》めまい、立ちくらみ、こむら返り、大量の汗

↓涼しい場所へ移動し、安静にして水分を補給する。

《中度》頭痛、吐き気、体がだるい、集中力や判断力の低下

↓涼しい場所へ移動し、安静にして体を冷やす。水分と塩分を補給する。自力で水を飲めない、症状の改善が見られない場合は受診させる。

《重度》意識がない、意識障害、ろれつが回らない、けいれん、運動障害。

↓すぐに119番通報し、救急車を呼ぶ。涼しい場所へ移動させ、衣服をゆるめて体を冷やす。

問／健康推進課 保健地域医療係

☎64-8882

マイナンバーカードの申請について **HP**

市役所に来庁することができない申請希望者は、市職員が出向いて、マイナンバーカードの申請を受け付けています。

◆マイナンバーカードをまだ受け取られていない方

過去にマイナンバーカードを申請後、受け取られていない方は市民係までお問い合わせください。

◆マイナンバーカード申請の休日受付日時 6月9日(日)

午前8時30分～正午

場所 市役所本館 市民係窓口

持ち物

①市役所でカードを受け取る場合

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自宅への郵送によりカードを受け取る場合

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

◆顔認証マイナンバーカードの受付について

詳しくは市ホームページをご覧ください。

問／市民課 市民係 ☎75-2007



市ホームページ

市民プール7月13日(土)オープン

- ◆入場料 (1回につき)(午前・午後の入替制)  
3歳以上中学生以下……100円  
一般(高校生以上)……300円
- ◆入場時間 午前9時30分～午後0時30分  
午後1時30分～午後5時
- ◆市民プール専用電話 ☎62-0625  
開設期間中(7月13日(土)～9月1日(日))のみ。

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

⑥ 一般(大人用) 市民プール無料券

(1枚につき一名様限り)

入場時間 午前9時30分～午後0時30分

午後1時30分～午後5時

開設期間 令和6年7月13日(土)～9月1日(日)

⑥ 一般(大人用) 市民プール無料券

(1枚につき一名様限り)

入場時間 午前9時30分～午後0時30分

午後1時30分～午後5時

開設期間 令和6年7月13日(土)～9月1日(日)

### 東御市議会6月定例会 傍聴にお越しく下さい

市議会では本会議・全員協議会・委員会がどのように進められているかを傍聴することができます。

月日	開会時刻	傍聴できる会議等
6月5日(水)	午前9時	本会議(議会開会)
10日(月)		全員協議会
19日(水) ~21日(金)		本会議(一般質問)
24日(月)		本会議(総括質疑)
25日(火) ~27日(木)		常任委員会
7月1日(月)		予算決算特別委員会
3日(水)	午後1時30分	本会議(議会閉会)

常任委員会・予算決算特別委員会の傍聴には委員長の許可が必要です。また、開会時刻等が変更となる場合がありますので、事前に左記までご確認ください。

問/議会事務局

☎64-5810

### 水道週間のお知らせ

6月1日~7日までの1週間にわたり、全国で第66回水道週間が実施されます。

水は市民の生活に必要な不可欠なものであり、その安定的な供給を果たすため、水道の整備が図られています。蛇口をひねれば当たり前前に流れる水ですが、その維持には多くの人が関わっています。

今年の水道週間のスローガンは「たいせつに みずはみんなの たからもの」です。

この機会に、私たちの生活に欠かすことのできない「水道水」の大切さについて考えてみましょう。

問/上下水道課 水道係

☎64-5884

### 水道漏水調査の実施

◆内容 水道本管および水道メーターまでの給水管の漏水調査を実施します。調査に伴い、市が発行する身分証明書と腕章を身につけた調査員が宅内に立ち入りますので、ご理解とご協力をお願いします。

※なお、この漏水調査は、水道メーターから家屋内の水道管の調査ではありませんのでご了承ください。

◆実施期間 6月中旬~10月下旬

### ◆調査対象地区

和・本海野地区 常田・加沢地区

問/上下水道課 水道係

☎64-5884

### 水道メーター交換のお知らせ

◆内容 水道メーターは、計量法によって検定満期(8年)ごとの交換が義務づけられています。該当する方には、お知らせのハガキ「水道メーター(量水器)の交換について」をお送りします。また、交換は市が依頼した「水道指定工事業者」が、無料で行います。

※詳しい内容は送付されたハガキをご確認ください。

◆実施期間 6月中旬~11月中旬

問/上下水道課 水道係

☎64-5884

### 湯楽里館 開館30年目記念特別企画

◆毎月26日(風呂の日)

当日券(おとな) 入館料300円

※6月のみ休館日の為、27日(木)とさせていただきます。

※他のサービス券との併用はできません。

※回数券等、差額分の返金は致しません。

問/湯楽里館

☎63-4126

### 梅雨の時期を前に水路等の保全 ・管理のお願い

水路や側溝の詰まりは水害の原因となる場合があります。

梅雨の時期を迎える前に身近にある水路が、大雨による増水時に十分機能するように点検し、必要によっては掃除や草刈りをするなど、保全・管理にご協力をお願いします。

#### ◆点検のポイント

- ・落ち葉や空き缶などのごみの詰まり
- ・生垣や庭木など枝の張り出し
- ・草刈り後の草が流れて、柵に詰まっている
- ・土砂や泥の堆積

また、農業用排水路については、利用する耕作者等が日頃から点検・管理することが重要です。用水路や排水路等を事前に見回り点検し、地元の改良区や水利組合、周辺の方々と連携した管理をお願いします。

#### 問/道路の側溝等について

建設課 管理係 ☎64-5892  
農業用排水路等について  
農林課 耕地利務係  
☎64-5898



土砂災害に備えましょう



一瞬にして尊い命や、大切な財産を奪つ、土石流・地すべり・がけ崩れなどの土砂災害の大半は、長雨や大雨が引き金となり発生しています。

こんな時は要注意

- ・急に川の水が黒く濁った
- ・山鳴りがする
- ・裏山からパラパラと小石が落ちてくる

土砂災害は、降り続いた雨の量が多くなると発生しやすいといわれています。普段と違う状況を発見したり、危ないと感じたときは、ためらわず避難しましょう。

事前の備えや土砂災害危険箇所の確認など、詳しくは市ホームページの「避難所・土砂災害洪水ハザードマップ」をご覧ください。また、市民課窓口でも無料配布しております。

左記二次元コードから、市内の降水量等気象情報を確認することができます。気象庁等が発表する情報とあわせて、地域の防災情報としてご利用ください。

避難所・土砂災害ハザードマップ



東御市の天気・防災気象情報



長野県河川砂防情報ステーション



閤／総務課 防災係 ☎62-11111  
建設課 管理係 ☎64-5892

爆音器の使用ルールを守りましょう

◆爆音器を使用する際の注意点

- ・住宅からおおむね100m以上離れた位置で使用する。
- ・午後7時～午前5時の間は使用しない。
- ・可能な限り、鳴動間隔をあけて設定する。

※騒音発生防止のため、爆音器の使用を可能な限り控え、防鳥ネットや電気柵等を使用してください。

※電気柵の設置にあたっては、補助制度もありますのでご相談ください。

◆市民の皆さまへお願い

爆音器は、農作物の鳥獣被害防止のために使用するものです。

むやみに爆音器に近づかないようにしてください。

閤／農林課 農政係 ☎64-5894

農振農用地除外申請

市では「農業振興地域の整備に関する法律」に基づき、特に農業振興を図っていく地域を「農業振興地域」として、優良農地の保全・確保に努めています。この「農業振興地域」の農用地（農振農用地）を転用して農業以外の目的に利用することはできません。やむを得ず住宅などの他の目的に利用

たい場合は、農振農用地からの除外手続きが必要です。

次のとおり、農振農用地の除外申請の受け付けを行いますので、農振農用地以外への転用計画のある方は申請して下さい。

◆申請期間

7月16日（火）～31日（水）

◆申請書類 左記窓口でお渡ししています。

◆注意事項

除外が認められるためには、除外後に他の農地への影響がないことや、農地転用の要件を満たすこと等が必要ですので、必ず事前にご相談ください。

閤／農林課 農政係 ☎64-5894

農業は適正に使用しましょう

◆農薬を使用する際の注意点

- ・農薬のラベル等に記載されている使用方法等を守り、農作物や人畜、地域の生活環境や動植物へ害をおよぼさない。
- ・周辺住民に周知をしたうえで時間帯に配慮し、周囲に飛散しないように注意して散布する。
- ・農薬を取り扱う際は、防護衣やマスク等を着用する。
- ・ほ場の面積等を勘案し、薬液は余らないように必要量を調整する。

- ・散布後は防除機具等の洗浄を十分行うとともに、洗浄水は河川等へ流出させない。
- ・誤飲・誤食を防止するため、農薬を飲食物等の容器には絶対に移し替えない。
- ・不要となった農薬は、放置せずに専門の業者に処理を依頼する等、適切に処分する。
- ・最終有効年月を過ぎた農薬を使用しない。

・防除日誌に記帳する。

閤／農林課 農政係 ☎64-5894



東部地区小学校給食センター建設市民説明会

東部地区小学校給食センター建設に係る市の考え方等について説明し、市民の皆様のご意見をお聞きするため、市民説明会を開催します。

どなたでもご参加いただけます。事前の申し込み等は必要ありません。

◆日時 6月20日（木）

午後6時30分から

◆場所 東御市中央公民館3階 講堂

◆申込・閤／教育委員会教育課

学校施設係 ☎64-5906（直）

**東北信市町村交通災害共済加入手続き**

交通災害共済は、加入期間によって掛金が異なるため、指定の金融機関での加入手続きは、**6月28日(金)**までとなります。期限以降の加入を希望される場合は、生活環境課窓口で手続きをしてください。

※15歳未満の方(平成21年4月2日以降生まれの方)は、自動加入のため手続きは不要です。

※掛金を納めた日の翌日から共済対象期間となります。

**◆短期割引による掛金一覧表(15歳以上の方)**

共済加入期間	共済掛金
令和6年6月29日以前の加入手続き (10カ月～12カ月)	400円
令和6年6月30日～9月29日加入手続き (7カ月～9カ月)	300円
令和6年9月30日～12月30日加入手続き (4カ月～6カ月)	200円
令和6年12月31日～令和7年3月30日加入 手続き (1カ月～3カ月)	100円

☎64-5896  
生活安全係

**教育資金利子補給**

金融機関から教育資金の融資を受けた保護者で、次に掲げる要件を満たす方は教育資金利子補給を受けることができます。

**◆交付対象**

①令和6年1月1日現在で1年以上市内に居住し、引き続き市内に住所を有する方

②令和6年度の市民税の課税総所得金額(保護者それぞれに所得がある場合はその合計額)が350万円以下である方

③市税等を滞納していない方  
※課税総所得金額の算定にあたっては、条件により一定額が控除されます。

**◆利子補給対象期間**

教育施設(高等学校や大学等で就業年限が2年以上)へ入学した年の4月から正規の修業年限を満了する年の3月まで

**◆支払利子の算定対象期間**

令和5年4月から令和6年3月の間に支払った利息が対象です。

**◆対象教育資金限度額**

学生一人につき300万円

**◆利子補給率(上限)** 2・50%

**◆申請期限** 令和7年3月31日(月)

☎64-5906  
申込・園/教育課 学校施設係

**6月は食育月間**

国民が健康で心豊かな生活を送るためには、健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることができ、それを支える社会や環境を持続可能なものにしていくことが重要です。国が作成した第4次食育推進基本計画で、毎年6月を「食育月間」と定めています。食をめぐる現状・課題として栄養バランスに配慮した食生活を実践する国民を増やすことが目標になっています。

主食・主菜・副菜のそろったバランスの良い食事は、死亡のリスク低下と関係する研究結果が報告されています。

暑くなると、のど越しの良い麺類が多くなりがちですが、卵やトマトなどを追加して、野菜やタンパク質を取り入れ、バランスの良い食事を意識してみませんか。

**園/健康推進課 保健地域医療係**

☎64-8882

**ごみ減量アドバイザー養成講座**

**◆開催日** 7月～11月 全5回

毎月第2木曜日(予定)  
午後1時30分から

**◆場所** 東部クリーンセンターほか

**◆内容** 身近なところからごみ減量等に

取り組むアドバイザーを養成する講座です。

・東御市のごみの現状について  
・ごみの削減やエコフッキング等について  
・市内施設(クリーンセンター、生

ごみ処理施設等)の見学

・市外施設の見学

・生ごみ堆肥化実習 等

**◆募集人員** 8名程度

**◆申し込み** 6月21日(金)までに、左記へお申し込みください。

**◆その他** 日時や内容については変更になる場合があります。詳細は、左記へ直接お問い合わせください。

☎64-6814  
申込・園/ごみ減量3R推進委員会事務局  
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)

**令和6年度 金婚祝賀式**

**◆日時** 9月13日(金)

午後2時～午後3時

**◆場所** 東御市高齢者センター

(総合福祉センター2階)

**◆対象** 昭和50年1月1日から昭和50年12月31日までに結婚されたご夫婦  
※これ以前に結婚されたご夫婦で、これまでに金婚祝賀を受けられていない方も対象となります。

**◆申込期限** 8月1日(木)

**◆その他** 申し込みをされたご夫婦には、後日案内状を送付します。

☎75-5090  
申込・園/福祉課 高齢者係

本人ミーティング開催のご案内 **HP**

◆日時 7月19日(金)

午後1時30分～午後3時

◆場所 総合福祉センター2階

201・202・203研修室

◆参加者 認知症と診断を受けた方  
(もしくは疑いがあり悩んでいる方)とそのご家族

◆内容 認知症の方が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのより良い暮らしや、暮らしやすい地域の在り方を一緒に話し合う場です。集まって楽しい！に加えて、本人だからこそその気づきや意見を本人同士で語り合います。認知症のご本人だけではなくご家族や地域の方、専門職の方も参加できます。

◆参加費 無料

◆申込期限 7月12日(金)まで

◆申込・問/福祉課 地域包括支援係

☎64-5000



市ホームページ



募集

東部地区小学校給食センター建設  
検討委員会の委員を公募します

東部地区小学校給食センターの建設や運営方法等について必要な事項を検討する東部地区小学校給食センター建設検討委員会の委員を募集します。

◆対象 市内在住で、令和6年4月1日現在満20歳以上の方

◆任期 任命の日から2年間

◆募集人数 若干名

◆応募方法 応募用紙に必要事項を記入し教育課学校施設係へ提出をしてください。(持参・郵送可) 応募用紙は教育課窓口または市ホームページから入手してください。

◆内容 会議への出席(薄謝あり)

◆選考方法 応募者多数の場合は選考の上、決定します。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。

なお、応募書類は返却いたしませんのでご承知おきください。

◆応募期限 6月20日(木)

◆申込・問/教育委員会教育課 学校施設係

☎64-5906(直)

☎64-5878

火のアートフェスティバル  
2024陶芸教室参加者募集 **HP**

本物のやきものづくりを体験してませんか。作品は10月12日～13日に芸術むら公園の登り窯で焼成します。

◆日時 7月26日(金)

午後7時30分～午後9時30分

7月27日(土)

午前9時30分～午前11時30分

7月28日(日)

午前9時30分～午前11時30分

8月4日(日)

午前9時30分～午前11時30分

◆場所 芸術むら公園 やきもの道場

◆講師 陶芸グループベト

◆参加費 2000円(粘土1kg、素

焼き、釉かけ、焼成代込み)

◆持ち物 参加費、水分補給のための飲み物

◆申込方法 7月1日(月)～12日(金)

午前9時～午後5時(閉庁日を除く)

の間に、事務局へお電話いただくか

市ホームページからお申し込みください。

さい。

◆申込・問/火のアートフェスティバル

実行委員会事務局

(文化・スポーツ振興課 文化振興係)

☎71-0670



市ホームページ

親族に頼らず生きていく選択

- 元気なうちに老い支度や終活をしておきたい
- 亡くなった後のことをお願いできる人がほしい
- これからの人生で身内に迷惑・負担をかけたくない

※弊会は、家族・親族の役割を担う支援を行っている団体です。会員契約を結び、入院・福祉施設等での身元保証から生活支援をはじめ緊急時の対応、さらに葬儀・納骨・死後の諸手続き等を行っています。日々の支援活動の中から事例をもとに課題と対策をお伝えしています。

老後の生き方セミナー

7月16日(火)

上田創造館

第2会議室 / 1階

受付 13:30～ 時間 14:00～16:00

■資料代 / 300円 ■定員 / 11名

◎7月23日(火) 個別相談会開催



NPO法人 日本よりそい家族会

本部/上田市中央西2丁目6-7グリーンビル11-2  
支所/長野・松本・高崎・宇都宮・水戸

【要予約】0120-12-8851

平日10:00～17:00

〈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。

**東御市スポーツ推進審議会委員募集**



◆内容 スポーツ推進審議会に参加し、市民の意見等を本市のスポーツ推進に反映させる活動を行います。

◆募集要項 市ホームページをご覧ください。

◆募集人員 2名

◆任期 8月9日～令和8年8月8日  
(2年間)

◆応募資格

次の各号に掲げる要件を満たす方

(1) 市内に住所、勤務先または通学先を有する満18歳以上の者

(2) スポーツ活動の実務経験者または関心、見識のある者

(3) 東御市スポーツ推進審議会に出席できる者

(4) 国および地方公共団体の議員または本市の常勤の職員でない者

◆応募方法 公募委員申込書を提出してください。

※申込書は市ホームページからダウンロードしていただくか、左記へご連絡ください。

◆募集期限 6月21日(金)

申込・問/文化・スポーツ振興課  
スポーツ係 ☎75-1455



市ホームページ

**市営住宅入居者募集**



◆一般募集

募集住宅名	階層	間取り	建設年度	所在地	募集戸数	月額家賃 (円)
日向が丘団地A 1棟	1階	3DK	S61 (R5改修)	海善寺854番地90	2	18,400 ~ 27,400
日向が丘団地A 1棟	2階	3DK	S61 (R3.4改修)	海善寺854番地90	2	18,300 ~ 27,300
日向が丘団地A 2棟	1階	3DK	S62 (R3改修)	海善寺854番地90	1	18,500 ~ 27,600

◆優先募集

募集住宅名	階層	間取り	建設年度	所在地	募集戸数	月額家賃 (円)
日向が丘団地A 1棟	1階	3DK	S61 (R3.4改修)	海善寺854番地90	2	18,300 ~ 27,300

- \* 1間取りの表示 算用数字：室数、DK：台所兼食事室 LDK：居間兼台所兼食事室
- \* 2家賃月額が入居者の収入により異なります。
- \* 3 2DK以下の間取りの住宅は、要件により単身世帯でも入居できますが今回の募集では該当住宅はありません。
- \* 4 必ず応募する住宅の内覧をしてください。(内覧日の調整は下記連絡先へお問い合わせください。)

住宅入居のための条件	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現在、市内に住所または勤務場所を有する者</li> <li>・同居親族がある者</li> <li>・市税を滞納していない者</li> <li>・住宅に困窮していることが明らかな者</li> <li>・入居予定者・同居予定者が暴力団員でない者</li> </ul>
収入基準 (※控除後の月額)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般世帯：158,000円以下</li> <li>・高齢者、障がい者等の世帯：214,000円以下</li> </ul>

※収入基準の控除後の月額とは、入居予定者全員の合計所得から政令・省令に定める額を控除し12で割った金額(詳しくは下記連絡先へお問い合わせください)

◆受付期間 6月10日(月)～6月28日(金) 午前8時30分～午後5時15分(閉庁日は除く)

所定の申込書に必要書類を添付し、建設課へ提出してください。

◆抽選日 7月12日(金) 午前10時 市役所本館2階 第二委員会室

◆注意事項

※今回募集の住宅に入居できるのは令和6年8月1日以降です。

※申し込みをする前に必ず『入居者の心得』を読んでいただき、内容をよく理解したうえで申し込んでください。

(『入居者の心得』については建設課で配布します)

※入居を許可するにあたっては、2名の連帯保証人が連署した入居誓約書、連帯保証人の印鑑証明書、所得証明書、納税証明書などの市が指定する書類と敷金(家賃3カ月分)が必要です。

※入居条件や必要書類等については、市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

受付・問/建設課 住宅係 ☎64-5882 ①64-5881

ハロートレーニング8月開講  
コース受講者募集

◆募集コース

・訓練期間（6カ月間）

8月1日（木）～

令和7年1月29日（水）

○生産システムエンジニア科

定員：数名程度（※定員は7月入所人数を含むため、募集を行わないこともあります）

○CADものづくりサポーター科

定員：15名

◆場所 ポリテクセンター長野

（長野市吉田4-25-12）

◆対象者 ハローワークに求職の申し込みをしている方

◆受講料 無料（テキスト代等別途）

◆内容 ものづくりの知識・技能・技術を身に付け、早期に就職をしていただくためのハロートレーニング（公共職業訓練）です。

◆募集締切日・お申込み先 7月8日

（月）までに、お近くのハローワークへ

施設見学会のご案内

◆日時 6月5日（水）、

6月19日（水）

午前10時～正午（予定）

◆場所 ポリテクセンター長野

（長野市吉田4-25-12）

◆内容 ポリテクセンター長野で実施するハロートレーニング（受講料無

料）の説明、施設見学等  
◆対象者 求職中または転職を検討中の方

関ノポリテクセンター長野

☎026-243-7856

「認知症サポーター養成講座」  
受講者募集

◆日時 7月2日（火）

午前10時～午前11時30分

◆場所 総合福祉センター2階

201・202研修室

◆内容 高齢化社会となり認知症は誰もがなる可能性があります。身近な方が認知症になったときに支えることが出来るよう「認知症サポーター」を養成する講座です。

◆参加費 テキスト希望者（100円）

6月25日までにお申し込みください。

申込・関ノ福祉課 地域包括支援係

☎64-5000



私は認知症サポーターです。  
受講していただいた方に「サポーターカード」をお渡ししています。

公共職業訓練「建設アシスタント養成科」受講生を募集

現在求職中の方を対象に、建設施工に関する業務を補佐する役割に必要な知識・技術・コミュニケーション力を身につける3カ月間の公共職業訓練です。現場とバックオフィスをつなぐ人材として、建設土木分野への早期就職を目指します。小型車両系建設機械の操作・運転を実習する特別教育もあるため、就職先等で活かれます。なお、経験・性別は問いません。

◆訓練期間 9月4日（水）～

12月3日（火）（土・日・祝を除く）

◆訓練施設 春原建設（株）

マスターカレッジ住吉校

◆訓練場所 上田市住吉1-7

◆費用 受講料無料（教科書等実費別途あり）

◆対象者・定員 ハローワーク登録の求職者15名

◆申込先 8月6日（火）までに、最

寄りのハローワーク職業訓練担当窓

口へお申し込みください。

◆入校選考 8月22日（木）

（時間・場所等、後日連絡）

※詳細はホームページをご覧ください。

申込・関ノ長野県工科短期大学校

☎39-1111

長野県工科短期大学校

ホームページ



長野県工科短期大学校  
ホームページ

地域のできごとを毎日放送

UCV レポート

東御市の  
話題も  
いっぱい!

UCV1 地上121ch 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!



ucv 上田ケーブルビジョン

0120-160-074

長野県上田市中央6-12-6

補助金

堆肥活用事業補助金のご案内 HP

環境保全型、循環型農業を推進するため、市内産堆肥を利用した方に補助金を交付しています。

◆交付対象者

※左記要件をすべて満たす方

- ・市内に住所を有する個人または事業者等で、購入した堆肥を自らの農業、植物の栽培等に利用する方
- ・家畜排せつ物の管理が適正に行われている市内の家畜飼養場で生産した堆肥を購入した方

◆補助率 堆肥の購入額の15%（年度内で3万円が上限）。

◆申請方法

堆肥を購入後、販売者から申請書類を受け取り、必要事項を記入のうえ左記へ提出してください。

※堆肥の販売者及び申請に必要な書類については、市ホームページをご確認ください。

※堆肥を購入した日の年度内（4月1日～翌年3月31日）に申請してください。

問／農林課 農政係 ☎64-5894



市ホームページ

催し・講座情報

※詳細は二次元コードをご覧ください

日付	催し・講座	場所・時間・講師	申込/問い合わせ先/その他	二次元コード
6月4日(火) ～ 6月9日(日)	令和6年度生涯学習・滋野講座 「やさしい絵画作品展」	東御市文化会館 展示室 午前9時～午後5時（初日は午前11時から、最終日は午後4時まで） 講師：若林 邦宏 先生	問／寺島 ☎63-6118	
6月6日(木)	青少年育成市民会議講演会 薬物・ネット依存・不登校など不安を抱える若者とどう向き合うのか	午後7時15分～午後8時45分 中央公民館3階 講堂 講師：荒井 和樹氏（全国こども福祉センター理事長 中京学院大学専任講師）	問／地域づくり支援課 青少年係 ☎64-5885 ☎75-5506	
6月8日(土)	とうみ歴史研究会の生涯学習講座 「読めるようになるための古文書講座」型を使って読んでみよう。	午前10時～正午 中央公民館 3階 学習室9 講師：田中浩江会員	問／とうみ歴史研究会 ☎090-4060-0287(田中) ◆参加費 無料	
6月10日(月)	介護予防住民指導者養成講座(第1回) 兼:フレイル予防講演会「市民が主役の介護予防～持続可能な高齢者対策に必要な事～」	総合福祉センター 3階講堂 午後1時30分～午後3時 講師：健康福祉広域支援協会代表理事 中村 崇氏 身体教育医学研究所 所長 岡田 真平氏 東御市民病院 診察技術部長 中沢 栄一氏	問／福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000 ◆申込不要 ◆第2回～第5回の開催は7月～10月を予定しています。	
6月15日(土)	第6回田中まちなか フリーマーケット&マルシェ 掘り出し物や欲しかったあの商品をぜひこの機会に探してみませんか。	田中商店街周辺 午前10時～午後3時 ※雨天中止	問／中心市街地活性化協議委員会（事務局：商工観光課商工労政係） ☎64-5895 ◆出店内容 手作り雑貨や古着、リユース品や小物販売、キッチンカーなど。	
	地域の歴史探訪 「御牧原の史跡めぐり」 史跡を地元で詳しい会員の案内で散策します。	午前10時～正午 南部区公民館駐車場に集合 案内：荒井 良勝 会員 吉澤 健二 会員	申込・問／とうみ歴史研究会 ☎090-4060-0287(田中) ☎090-2246-0098(武倉) ◆参加費 会員無料 非会員500円 ◆申込締切 6月9日(日)	

日付	催し・講座	場所・時間・講師	申込/問い合わせ先/その他	二次元コード
6月16日(日)	市発足20周年記念事業 湯の丸高原ガイド付き無料トレッキングツアー	集合 湯の丸高原ビジターセンター コース 地蔵峠～湯の丸キャンプ場～中分岐～鐘分岐～つじ平～地蔵峠 午前9時～正午	申込・問/信州とうみ観光協会(商工観光課) ☎62-7701 ◆申込期限 6月7日(金) ◆募集定員 先着30名(年齢制限 小学4年生以上) ※小学生は保護者同伴 ◆その他 参加費無料、東御市特産品お土産付き	
6月16日(日) ↳ 28日(金)	大川ほたる祭り	駐車場 大川区区民広場(和郵便局そば) アクセス 浅間サンライン(下大川) 信号を上がり、最初の交差点の一角	問/大川ほたるの里実行委員会 ☎090-4738-6692(田中) ◆その他 期間中の週末のみ、担当者が午後9時まで区民広場に待機してご案内します。平日は担当者がいない為、気を付けてご鑑賞ください。	
6月21日(金)	【運動教室】1分エクササイズ 有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチングの基本の3つの運動を組み合わせて実施するインターバルトレーニング。	保健センター (総合福祉センター2階) 午後2時～3時	申込・問/健康推進課 健康増進係 ☎64-8883 ◆定員 20名 ◆参加費 100円(傷害保険料)	
6月22日(土)	学習講演会「放射能汚染は今」 2019年にお招きした青木氏による5年ぶりの学習講演会です。	中央公民館 第5学習室 午後1時30分～午後3時(受付午後1時～) 講師：青木 一政氏 NPO法人市民放射能監視センター(ちくりん舎)副理事長	問/木質バイオマス発電を学ぶ会 ☎090-6879-2762(川端) ◆参加費 無料(資料代500円)	
6月22日(土) ↳ 30日(日) ※25日(火) 休館日	第51回 東信美術展 日本画、洋画、彫刻、工芸の4部門の公募展です。 次世代育成企画として「大谷尚哉氏による絵画制作公開実技」を行います。	サントミュージアム上田市立美術館 企画展示室 午前9時～午後5時 公開実技日時 6月23日(日) 午前午後各1回、入場無料	問/東信美術会事務局 ☎090-5337-8581(渡辺) ◆入場料 大人400円(70歳以上、学生・高校生以下、障がいのある方と付き添いの方は無料)	
6月23日(日)	「ワインのこと、もっと知りましょう！」 東御のワインを身近な存在として感じてもらうため、家庭で使える知識を学ぶ講座です。初めての方もお気軽に、東御のワインのことを知りましょう！	ワイン&ビアミュージアム(湯楽里館2階) 午後2時～午後3時30分(受付：午後1時30分～) 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) 道先案内人：地域おこし協力隊 松浦 誠 隊員	申込・問/ワイン&ビアミュージアム ☎75-0885(農林課 農産物振興係) ◆定員：15名 ◆参加費：2,000円(グラスワイン・軽食付き) 申込期限：定員に達するまで ◆その他 対象年齢は20歳以上、送迎バスあり	
6月23日(日)	田中駅周辺の空き家を活かして街の賑わいをつくる事業の説明会&ワークショップ 空き家や空き店舗を活用してワインを楽しめる拠点を増やす県の取組を説明し、ワインを活かした賑わいづくりの事例紹介やアイデアを出し合うワークショップを行います。	中央公民館2階 講義室 午後1時30分～ 午後4時30分	問/上田地域振興局 商工観光課 ☎25-7140 申込/事業受託者(社) ☎080-4685-2383	

日付	催し・講座	場所・時間・講師	申込/問い合わせ先/その他	二次元コード
6月26日(水)	第1回東御人権セミナー2024 テーマ「発達障がい」	東部人権啓発センター 午後1時30分～午後3時 講師：山洋電気株式会社 経営企画部 キャリア開発課 課長 山口 敦子 さん	固/人権同和政策課 人権同 和政策係 ☎64-5902	
6月29日(土)	男女共同参画週間講演会 「地域の防災力をUPしよう！」 ～一人ひとりができる備えは～ 毎年6月23日～29日は「男女共同 参画週間」です。	中央公民館3階 講堂 午後1時30分～午後3時 30分	申込・固/人権同和政策課 男女共同参画係 ☎64-5902 ◆その他 託児のみ6月14日 (金)までに上記係へお申込 みください。	
6月29日(土)	とうみ歴史研究会の生涯学習講座 「すごいぞ東御市 希少なヤチゼニ ゴケが自生する東御市の湧水」	中央公民館1階 学習室1 午前10時～正午 講師：望月 貴弘 会員	固/とうみ歴史研究会 ☎090-4060-0287(田中) ☎090-2246-0098(武倉) ◆参加費 無料	
6月30日(日)	とうみワインセミナー 「ワイン片手に教養講座④」 今回は「中小企業経営の土台作りと 組織化及び元税務調査官の目線から のお金を守る手段」がテーマです。 ワインを片手にリラックスして、気 軽に学びを深めましょう。	ワイン&ビアミュージアム (湯楽里館2階) 午後1時30分～午後3時 (受付：午後1時～) 講師：上實 貴一氏 『ず～っとつながる紹介営 業』(すばる舎)著者) 中尾 俊貴氏(元税務調査官) 道先案内人：地域おこし協 力隊 中島 佳幸 隊員	申込・固/ワイン&ビア ミュージアム ☎75-0885 (農林課 農産物振興係) ◆定員：24名 ◆参加費：1,000円(グラス ワイン・軽食付き) 申込期限：定員に達するまで ◆その他 20歳未満は要事前 申し出、送迎バスあり	
7月11日(木)	在宅介護者リフレッシュ交流会 在宅で家族を介護されている方のリ フレッシュを目的に、日帰りバス交 流会を開催します。	集合：総合福祉センター 地蔵温泉 十福の湯 午前9時30分～ 午後3時30分	申込・固/東御市社会福祉協 議会 ☎62-4455 ◆参加費 1,500円(昼食代、 入館料を含む) ◆必要に応じて送迎を行います。	
7月2日(火) 7月16日(火) 7月30日(火)	浴衣着付け教室 (3日間参加の教室)	滋野コミュニティーセン ター 午後7時～午後9時	申込・固/滋野コミュニティー センター ☎62-0401 ◆申込締切6月25日 ◆対象 高校生以上(女性のみ) ◆募集人数 5～10人 ※応募者4人以下の場合は開催 しません。 ◆持ち物 浴衣・帯(貸し出 しも可)	
7月3日(水) 4日(木) 5日(金) 8日(月) 9日(火) 10日(水)	求職中の若者のためのパソコン講座 ワード・エクセルの基本操作・応用 (office2019を使用します) 初回のみ講座説明会 午前10時～午前11時	若者サポートステーショ ン・シナノ(上田市大手2 丁目3-4 大手ビル2階) 午前10時～正午	申込・固/若者サポートス テーション・シナノ ☎75-2383 ◆対象 15～49歳の求職中の方 ◆定員 6名 ◆受講料 無料(テキスト代682円)	
7月6日(土)	いきいき読書講座 読み聞かせ活動をされている方の講座 ～自分の声を好きになる、自分の声 で届ける～(発声に関する講座です)	東御市立図書館2階 研修室1 午前10時30分～正午 講師：宮島 幸子 氏 (ボイストレーナー)	申込・固/市立図書館 ☎64-5886 ◆定員 20名(先着順)	

日付	催し・講座	場所・時間・講師	申込/問い合わせ先/その他	二次元コード
7月6日(土)	<b>第5回 海野宿れいわ六斎市</b> 「着物で巡る海野宿」をテーマにしたイベントの他に、海野宿の文化伝統をテーマにした館内展示、出張ワインビアなど。常設レストランも好評です。皆さまお越しください。	海野宿滞在型交流施設「うんのわ」 午前10時～午後3時	閻/海野宿滞在型交流施設「うんのわ」 ☎71-7552 ◆その他 イベント内容は変更になる場合があります。	
7月7日(日) ※予備日 7月14日(日)	<b>コトヒラ杯東御ソフトテニス大会</b> 種別 一般男子・女子の部(制限なし)、壮年1部男子(40歳以上)、壮年2部男子(60歳以上)、壮年女子の部(50歳以上)、小学男子・女子の部	東御中央公園テニスコート 午前8時30分～	申込・閻/東御ソフトテニス協会事務局 ☎090-4180-2620(久保) ◆申込期限 6月28日(金) ◆対象 市内在住、在勤の方(高校生以下は除く) ◆その他 申込人数により、種別等の調整を行うことがあります。	
7月8日(月)	<b>介護予防住民指導者養成講座(第2回)</b> フレイル予防実践～日常ながら体操～	総合福祉センター 201・202研修室 午後1時30分～午後3時 講師:健康福祉広域支援協会代表理事 中村 崇氏	閻/福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000 ◆申込不要 ◆第3回～第5回の開催は8～10月を予定しています。	
7月10日(水)	<b>初心者のための山登りのコツ講座</b> 初めての山登りのコツを伝授します。初心者大歓迎です。	中央公民館2階 学習室7 午後6時30分～午後8時 講師:坂岡 士朗氏 (東京山岳ガイド協会)	申込・閻/地域づくり支援課 ☎64-5885 ◆定員 10名(先着順) ◆受講料 500円	
7月21日(日)	<b>市民大学講座③ 湯の丸高原の自然散策と施設見学</b> 午前は池の平周辺を散策し、昼はアスリート食堂で食事体験、午後は高地トレーニングセンターとビジターセンターを見学します。小学1年生から参加可能です。	湯の丸高原(池の平周辺・アスリート食堂・プール他) 午前9時～午後3時頃 講師:自然観察インストラクター、各施設担当者 他	申込・閻/地域づくり支援課 地域コミュニティ推進係 ☎64-5885 ◆定員 20名(先着順)バスに乗り合わせて移動します。 ◆その他 昼食代(1,500円)を当日集金します。池の平周辺を約2時間散策します。	
7月25日(木) (第1回) 8月17日(土) (第2回)	<b>ポッチャサポーター養成講座(全2回)</b> ユニバーサルスポーツ「ポッチャ」を通じて、誰もが参加できる地域づくりをお手伝いいただくサポーターを養成する講座です。	第1回/総合福祉センター 午後1時30分～午後4時 第2回/第二体育館 午前9時20分～ 午後0時20分	申込・閻/東御市社会福祉協議会 ☎62-4455	

**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**

- ◆**くらしの情報** 毎日 【朝】午前7時40分～ 【夕】午後6時40分～
- ◆**スポーツ・ハッピークエスト** 毎月第4月曜日 午前11時～午前11時30分
- ◆**文化振興係の週末へのトビラ** 毎月第4金曜日 午前11時30分～午前11時50分
- ◆**地域おこし協力隊活動中** 毎月第1・第3月曜日 午前11時～午前11時30分
- ◆**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。

アプリでも聴けます



スマートフォン用アプリ  
「FM++」



放送日	内容	出演
6月13日	熱中症予防	健康推進課
6月27日	男女共同参画週間事業	人権同和政策課

閻/エフエムとうみ ☎63-1003 企画振興課 移住定住・シティプロモーション係 ☎64-5893

## 子育てインフォメーション (7月)

行事の詳細は子育てポータルサイト「すくすくぽけっと」  
http://tomi-sukusuku.jpで配信しています。



### 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、年末年始を除く)  
午前9時～午後0時30分、午後1時～午後4時  
(土曜日は午後3時まで開館) \*印は要予約

ママ～ずリズム	1日(月)*	午前10時30分～午前11時15分
あそびのひろば (対象:おむね1歳6か月～2歳)	8日(月)*	午前10時30分～午前11時30分
すくすく相談 (芹澤臨床発達心理士)	11日(木)*	午前10時30分～午前11時30分
ママ～ず絵本	22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、祝日、年末年始を除く)  
午前9時～午後0時30分、午後1時～午後3時30分 \*印は要予約

ねんねの赤ちゃんひろば (対象:生後1か月～4か月の母子)	3日(水)*	午後1時30分～午後2時30分
ふれあいひろば	10日(水)*	午前10時～午前11時30分
0歳児のママひろば	24日(水)*	

### なかよしひろば

(ぽけっとひろば→なかよしひろばに変更しました)  
\*東部地区は東部子育て支援センター、北御牧地区は北御牧子育て支援センターで隔月に開催します。

北御牧地区 (北御牧子育て支援センター)	17日(水)	午前10時～午前11時
祢津・和地区 (東部子育て支援センター)	25日(木)	午前10時30分～午前11時30分

☎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

## 7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	田中保育園	☎62-1602	9日(火)「保育園で楽しく遊 びましょう」 午前9時30分～午前11時 持ち物 水筒、帽子、着替え
	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	
	くるみ幼稚園	☎75-6113	16日(火) 「園庭で遊ぼう」 午前10時～午前11時30分 持ち物 帽子、水筒
	海野保育園	☎62-2800	23日(木) 「水遊びをしましょう」 午前9時30分～午前11時 持ち物 水筒、帽子、 タオル、着替え

☎保育課 保育係 ☎64-5903

## 図書館だより

その他の新着本は右記の二次  
元コードから検索できます。



### 新着本案内

- 不思議な時計 北村 薫：著
- 魔女のまなざし 角野 栄子：著
- 耳をすませば チョ ナムジュ：著
- 鷹と將軍 岡崎 寛徳：著
- ソクラテスからSNS ヤコブ・ムシャンガマ：著
- 子どもと大人の福祉制度の歩き方 浜内 彩乃：著
- 健診結果の読み方 永田 宏：著
- 平野レミの自炊ごはん 平野 レミ：著
- 宇宙地政学と覇権戦争 ティム・マーシャル：著
- 老いてお茶を習う 群 ようこ：著

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 7月12日(金) 午前10時30分～  
対 象 未就園児とその保護者
- ◆「おはなしたまご」による★おはなし子ども会  
日 時 7月20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 6月28日(金)

☎市立図書館 ☎64-5886

## とうみチャンネル6月 UCV112

- ◆小・中学校の子どもたちの活躍をお届けします!  
【放送時間 9:00～ 15:00～ 21:00～】

今月は、市内2つの中学校で行われた部活動の壮行会のほか、5つの小学校の運動会をお送りします。子どもたちの活躍をお茶の間で応援しましょう!

- ◆中学校部活動の東信大会壮行会  
9日(日) 東部中 / 13日(木) 北御牧中
- ◆小学校運動会  
26日(水) 田中小 / 27日(木) 滋野小  
28日(金) 祢津小 / 29日(土) 和小  
30日(日) 北御牧小

\*詳しい番組表は右記二次元コードから  
ご覧ください。



- ◆Weekly! とうみ

東御市の1週間の話題をお届けします。  
【放送時間 6:00～ 12:00～ 18:00～】  
毎週金曜日更新

動画は右記の二次元コードからご覧いただけます。



ウイークリーとうみ

☎上田ケーブルビジョン ☎23-1600

企画振興課 移住定住・シティプロモーション係 ☎64-5893

## 地域包括支援センター案内（7月）

☎／福祉課 地域包括支援係 ☎64-5000

\*がついている日は、医療と介護の相談会を同時開催しています。

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 24日のみ勤労者会館で開催	3日(水)*、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(水)	午前10時～午前11時
滋野コミュニティセンター	2日(火)、9日(火)*、16日(火)、23日(火)、30日(火)	午前10時～午前11時
祢津公民館	3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)*、31日(水)	午後2時～午後3時
和コミュニティセンター	1日(月)、8日(月)*、22日(月)、29日(月)	午前10時～午前11時
北御牧公民館	5日(金)、12日(金)、19日(金)*、26日(金)	午前10時～午前11時
かんたん体操	4日(木)、18日(木)	場所：総合福祉センター2階 時間：午後2時～午後3時
貯筋体操	9日(火) <sup>2階</sup> 、23日(火) <sup>3階</sup>	場所：総合福祉センター3階または2階 時間：午後2時～午後3時

お詫びと訂正 転倒予防水中ウォーキングは、7月末まで温泉アクティブセンターが改装中のため、中止となります。  
市報とうみ4・5月号でお伝えした内容に誤りがありましたので、訂正してお詫びいたします。

## 福祉案内

☎／福祉課 福祉援護係 ☎64-8884

	地域活動支援センター（要予約）	はーと・ほっと・サロン
日時	毎週月～金曜日 午前10時～午後3時	7月16日(火) 午後1時30分～午後3時
場所	東御障がい者相談センターさくら2階	カフェなか相談室（C a f e みまき苑）
対象	心に病を持った方やその家族など ※陽だまりの会会員募集中	



東御市ひきこもり・孤立相談窓口(まいさぼ葉)

## 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	保健センター （総合福祉センター2階）	不要 予約制2名まで	保健地域医療係 ☎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	7月2日(火)	午前9時～午前11時			
精神科医・精神保健福祉士によるこころの相談	月2回程度	午後2時～午後4時			
こころの健康・依存症に関する相談	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時	総合福祉センター	不要	福祉援護係 ☎64-8882
生活習慣病相談	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時		不要	
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	総合福祉センター	不要	福祉援護係 ☎64-8882
本人ミーティング （認知症の人と家族の会）	7月19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	7月3日(水)	午前10時～午前11時	中央公民館	不要	地域包括支援係 ☎64-5000
	7月8日(月)		和コミュニティセンター		
	7月9日(火)		滋野コミュニティセンター		
	7月19日(金)		北御牧公民館		
	7月24日(水)	祢津公民館			
生活・就労総合相談「まいさぼ」 （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）	7月5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
人権よろず相談（法律・登記・行政・人権・心の健康など）	7月19日(金)	午前9時～正午 （受付 午前11時30分まで）		事前予約制	
女性弁護士による法律相談	7月24日(水)	午前9時30分～午前11時30分 （1人30分4名まで）		事前予約制	
ミニジョブカフェ （若者の就労相談）	7月18日(木)	午後1時30分～ 午後4時30分	コワーキングスペース 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	
診療時間 午前9時～午後5時	6月2日	祢津診療所	☎62-0273	*緊急の場合は主治医に連絡し、主治医不在の場合は当番医に連絡してください。 *急きょ当番医が変わることがあります。次の電話案内等で確認してください。 《休日・夜間緊急医案内サービス》 ☎050-3033-0665
	6月9日	春原整形外科クリニック	☎64-6200	
	6月16日	東御市民病院	☎62-0050	
	6月23日	東御記念セントラルクリニック	☎62-1231	
	6月30日	ほしやま内科	☎62-3115	
	7月7日	酒井医院	☎64-3170	
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8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。			
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☎026-235-1818）			
救急車を呼ぶか迷ったとき（大人対象）	長野県救急安心センター ☎#7119 症状を伺って看護師がアドバイスします 受付時間：平日 午後7時～翌朝8時 土日祝 午前8時～翌朝8時（ダイヤル回線、IP電話は☎026-231-3021）			

関/健康推進課 保健地域医療係 ☎64-8882

文化会館・美術館のイベント情報

<p>第3回ピアノとフルート Nature～自然から生まれた音たち～ <b>発売中</b> 6月9日(日) 14:00開演 500円(70席) 戸風の通り道 etc</p>	<p><b>Musicians</b></p> <p>フルート：羽生田聖子 尺八：大河内淳矢</p>	
<p>第102回サンテラスロビーコンサート 二十五絃箏と尺八の響き <b>発売中</b> 6月29日(土) 13:30開演 500円(80席) 戸情熱大陸、糸 etc</p>	<p>6/9 ピアノ：梨本卓幹 箏：本間貴士</p>	
<p>第103回サンテラスロビーコンサート Trumpet Violin Piano Trio <b>発売中</b> 7月13日(土) 13:30開演 500円(80席) 戸ニューシネマパラダイス etc</p>	<p>6/29 トランペット：小林好夫 ピアノ：久保亮太</p>	

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)



## 美しき明治のみづゑ

記憶の扉をそっと開けてくれるような、  
平和で長閑な水彩画で癒やされましょう。

**開催中 ～ 6月30日(日)**

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)



## 佐藤文音展 ふしぎな絵本と版画の世界

●6月22日(土) 18時開演 バロック・デュオ・コンサート  
1500円/ 要電話申込 演奏：塩嶋達美(フラウト・トラヴェルソ)、宮下静香(チェンバロ)

●6月23日(日) 10時/13時 キッチンリトグラフ・ワークショップ  
1000円/ 要電話申込 講師：佐藤文音 ※展覧会には別途入館料が必要

同時開催 館所蔵品精選展 令和5年度新規収蔵作品を含めて **開催中 ～ 7月15日(月・祝)**

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500円(一般) ■休館日：月曜(祝日の場合、翌火曜)



## 幅広い世代が学べる公民館講座に

時代の変化とともに、公民館の役割も変わりつつあります。

人生百年時代に突入し定年が延長されつつある中で、働く世代や子育て世代の学習の場や機会の確保が喫緊の課題になっています。

そこで、公民館では、これまでの講座運営を見直し、幅広い世代のニーズに対応できる講座開設の試みを始めました。

### 1 子ども・親子講座の拡充

夏休みに、市内の5小学校に向いて行う「小学校出前講座」や夜間・休日に開催する親子講座を始めました。3年間で約1300名の受講生を集めています。

### 2 気軽に参加できる単発講座

通年だと受講しにくいという人



▲季節の野菜を使った料理講座

向けに用意した1回〜数回完結型の講座です。「季節に応じた料理」

や、「美味しいコーヒーのいれ方」「美容（メイク）」など幅広い内容を企画しています。年間100名を超える受講がありました。

### 3 スマホ・パソコン講座

持っているけど使いこなせないという人向けの人気講座です。少人数で講師の説明も丁寧と好評です。

### 【情報の入手方法】

開設時期はそのつど市報とうみ、ホームページ、メール・ラインサービス、学校から配布されるチラシ、中央公民館設置のチラシ等から情報を得てください。

### 公民館のインターネット予約が開

#### 始されました

インターネットで公民館の利用予約が開始されました。

利用団体として登録していただければ、公民館に来館しなくてもご自宅や職場からいつでもどこでも公民館の予約ができるようになります。

予約は年末年始の休館日を除く利用日の3日前までの受付となります。

## おらほの歴史探訪

### 「東御市の無形文化財」①

前市文書館専門員 堀田雄二

今回は無形文化財のうち、特に貴重な文化財について触れてみたいと思います。

「文化財なのに無形？」と思われる方も多いかと思いますが、これが意外と多いのです。文化財の中には、形の無いもの、例えば、工芸品などの技術・歌舞伎などの伝統芸能・各地で行われている祭礼・演劇や音楽などのうち、文化を形成するうえで貴重なものを「無形文化財保持者」「無形民俗文化財」「無形文化遺産」などとして指定し、大切に保護育成をしています。

東御市で、第一にあげるのは、「宮入法廣」刀匠でしょう。宮入さんは平成23年（2011）に「長野県無形文化財保持者」に認定され、現在も精力的に作刀を続けられています。大学を卒業後、重要無形文化財保持者（いわゆる人間国宝）である隅谷正峯氏の下で5年、父の宮入清宗氏の下で9年修業を積んだのち、東御市に鍛錬場を設立されました。平成7年（1995）に39歳で無鑑査刀匠に認定され、平成22年（2010）に新作名刀展において正宗賞を受賞されました。この間、平成8年（1996）に旧北御牧村で、平成16年（2004）には東御市で指

定を受けられています。作刀技術もさることながら、古代・中世・近世の刀剣類の復元にも熱心で、日本各地の博物館や研究施設などからの依頼を受け、当時の制作技術・金属成分の分析の上に立った復元は、高い評価があります。

次に忘れてならないのは、祢津の「東町歌舞伎保存会」の活動です。「舞台目見るなら西宮へ、芝居見ると東町へ」と長く言い伝えられてきましたが、「西宮の歌舞伎舞台」は昭和57年に、「東町の歌舞伎舞台」は平成2年に長野県有形民俗文化財に指定されています。西宮が文化13年（1816）、東町が文化14年（1817）建立された、

現役の歌舞伎舞台としては国内最古・第二の貴重な舞台ですが、その保存もさることながら、東町では歌舞伎公演をほとんど自ら上演し、それを長く続けてきていることが大変貴重です。さらに、祢津小学校の歌舞伎クラブの活動への全面協力をはじめ、浄瑠璃・三味線・化粧などの後継者育成にも熱心に取り組まれています。

この他にも、金井の火まつりや有津倉（大石）のお念仏、加沢の念仏講も地域に根付いた東御市指定民俗文化財に指定されています。

この他にも、金井の火まつりや有津倉（大石）のお念仏、加沢の念仏講も地域に根付いた東御市指定民俗文化財に指定されています。



令和5年度分館報コンクール審査結果・講評

〔全体評〕

親しみやすい分館報が増えました

昨年5月に開催した分館報編集担当者研修会において講師から「ぐっとよくなる5つのポイント」が示されました。①目を引く「表紙」②文字情報は最小限③カラーには勝たん！④ファンがつく「連載」⑤とにかく写真をドンツ！研修を受けた担当者は、これらを意識して編集されたのだと思います。全体の傾向として、明らかに分館報の質が向上していました。その結果、4年度は入賞が1分館だった和地区から4分館が入賞した点が注目されます。今後、互いの良さを学び合うことで更なるレベルアップが期待できます。

地域住民をつなぐ分館報に

入賞することが目的でないことはもちろんですが、公民館報が「世界一身近な広報誌」として地域住民をつないでいく役割を果たしていくことが求められています。その意味でも、各分館報の質が向上し、より多くの皆さんが手にとってくれるようになれば、こんなうれしいことはありません。プロが作るような出来映えは不要です。住民の顔が見え、住民の声が多く掲載されるような、そんな分館報がこれからも増えてくれることを願っています。

★最優秀賞★  
赤岩分館



★優秀賞★  
大川分館



★優秀賞★  
田沢分館



★入賞★  
栗林分館



★優秀賞★  
加沢分館



★優秀賞★  
大石分館



★優秀賞★  
日向が丘分館



## 東御市健康づくり推進委員会

### 委嘱式・全体研修会を開催しました

●問い合わせ先 健康推進課 健康増進係 ☎64-888833



市では、地域の健康づくり活動を推進するため、各区から推薦された方を『健康づくり推進員』として委嘱し、「自らの健康は自らつくる」意識の高揚と、家族・地域の健康づくりの推進役として活動していただいています。

4月16日、委嘱式と第1回全体研修会を開催し、「健康づくりは地域づくりーあるもの探し」で健康づくり推進員活動を楽しもう！ーと題して、社会学を専門とする長野県立大学大学院准教授の今村晴彦先生（いまむら はるひこ）を講師にお迎えしました。

講師からは、「健康づくり推進員と同等の活動は昔から長野県に根づいており、役をすると満足度が高く、自身も健康になる」「近所づきあいが多い自治会ほど心が元気な高齢者が多い。地域資源を活かしたコミュニティづくりが地域全体を健康にする」「健康お役立ち動画やポイント制度、回覧板など地域に今ある資源を活かして活動を」と話がありました。

市の StayHealthy 健康お役立ち動画や各地区のウォーキングコース、ずくずくポイントキャンペーンなどのツールを活用していただき、まずは自分と家族の健康から、そして地域の健康についても一緒に考えていくことができればと考えています。各区で健康づくり推進員が開催する出前講座やウォーキングが企画された際はぜひご参加ください。



▲研修会の様子

## こころの健康づくり講座

### 「子育てしながら自分も大切にする方法」を開催します

●問い合わせ先 健康推進課 保健地域医療係 ☎64-88882



市では、育児疲れにより心理的・身体的な負担を抱え悩んでいる保護者の方に、メンタルヘルスの促進を図ることを目的に、自分をいたわりながら自分を助ける方法を見つける元気回復行動プラン(WRAP<sup>\*</sup>)の講座を行っています。今回は「子育てしながら自分を大切にする方法」いつも誰かのためにがんばっているお母さんたちへ」と題して、一旦「お母さん」の役割から降りて、自分自身がどんなことが好きなのか、大切な人とよりよい関係でいるためにどんなことができるのか、参加された皆さんで考えていく講座となっています。全3回あり、途中の講座からも参加できます。ぜひ、ご応募ください。

<sup>\*</sup>WRAP: Wellness Recovery Action Plan の頭文字をとったもの

#### ○開催日・内容

- ① 6月7日(金) 自分へのいたわり〜希望の感覚〜
- ② 6月14日(金) 元気回復行動プラン(自分の取り扱い説明書づくり)
- ③ 6月21日(金) 関係性WRAP〜いい感じの関係性〜

○時間…午前9時30分〜午前11時00分

○場所…東部子育て支援センター 2階 多目的室

○定員…先着10名程度

○講師…精神保健福祉士 荻野紅葉氏

○申し込み締め切り…それぞれの開催日の2日前まで。託児を希望される方は、お申込みの際にご相談ください。

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



## 東御中央公園の利活用を図り、にぎわいを創出するため、 都市公園条例の一部を改正しました

●問い合わせ先 建設課 都市計画係 ☎ 64 - 5914

市では、東御中央公園の利活用を図り、にぎわいを創出するため、令和4年度に2回公園利活用社会実験として様々な店舗やキッチンカーを集め「東御中央公園 SunSun マルシェ」を実施しました。

第1回目は、出店が13店舗で、約1,500名が来園し、第2回目は15店舗・約1,900名の大勢の方に足を運んでいただきました。その際、来園いただいた方100名にアンケートを実施し、東御中央公園 SunSun マルシェの満足度を聞いたところ、1回目・2回目ともに85%以上の方から、おおむね満足と高評価をいただくことができました。また、出店者の方にもアンケートを実施し、92%の方から機会があれば出店したいと回答もいただいています。

これらの社会実験やアンケート結果を踏まえ、中央公園がより利活用され賑わいの創出に繋がるよう、都市公園条例の一部を改正し、公園の使用料を定めました。このことで、許可申請の簡素化が図られ、物品の販売やキッチンカーなどの出店が行いやすくなります。また、納められた使用料は公園の維持管理費の一部として使用されます。

中央公園は、小さいお子さんからご高齢の方まで誰でも楽しめる公園として市民の皆さんから愛されており、今後、マルシェ等を開催する機会が多くなることで、より楽しみが増える公園になると考えています。



▲東御中央公園 SunSun マルシェの様子

### ◇ 使用料 ◇

行 為	区 分	使用料
物品の販売若しくは頒布	1㎡につき1日	100円
生業としての写真撮影	1人1日につき	100円
生業としての映画撮影	1人1時間につき	100円
募金・署名運動	1㎡につき1日	100円
競技会・集会・展示会など	1㎡につき1日	100円





**株式会社 唐沢農機サービス**

業務拡大の為  
正社員急募!!

【一歩先を見据えた提案】ができる農機具屋集団を目指します。

募集人数：農機事業部にて多数。  
勤務地：〒389-0518  
長野県東御市本海野1642

年間休日：105日  
就業時間：8:30～17:30（休憩1時間）  
月額給与：212,000円～324,000円  
電話番号：0268-62-5262

※詳しくは右のQRコードをスマホで読み込む  
または [唐沢農機サービス](#) で検索!!



お問い合わせは… **0268-62-5262** 9:00～17:00（担当：瀬川）

※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。

〈広告欄〉

# 知っておきたい 空き家の話

●問い合わせ先  
移住定住・シティプロモーション係  
☎ 64 - 5893

人口減少や少子高齢化などを背景に、全国的に空き家が増え、2040年には空き家率が40%を超えと言われています。一方で、東御市に魅力を感じて移住を考えている方が空き家を探しているケースも増えています。空き家を利活用するためには、早めの対策が必要です。今回は、4月から法律で義務化された「**相続登記**」についてお話しします。

## 地域おこし協力隊 空き家担当 吉井 七重

空き家対策に携わって2年目。空き家バンクの管理や空き家対策について地域へ説明しています。



### 相続登記とは

**相続登記**とは、不動産の所有者が亡くなった時にその相続人に名義を変更する手続きのことです。一般的に不動産を所有している場合、法務局で所有者名義の登録（＝登記）をします。これによって第三者から「これは自分の土地だ」と主張されても、この登記がされていれば他人に対して「これは自分のだ」と法的に主張することができます。

### なぜ義務化？

全国で増加している**所有者不明土地\***の発生を防ぐため、その大きさはなんと、九州全土の面積を上回るほどになっています。

所有者不明土地が、土地の有効活用の妨げ、周辺の環境悪化や公共工事の阻害など深刻な社会問題になっているため義務化されました。

### 義務化されると…

令和6年4月1日の法改正により、それ以前に相続した不動産も義務化の対象となりました。放置すれば罰則の対象になるうえ、問題の先延ばしにより今後子供や孫の世代に波及していく可能性もあるかもしれません。

正当な理由がないのに相続登記を3年以内しない場合、10万円以下の過料が科せられる可能性があります

### そうなる前に話し合いを！

相続登記をしていない不動産の有無や遺産分割協議書の有無を確認したり、相続登記が済んでいなければ、どのように手続きを進めていくかという話し合いを一度ご家族でされてみてはいかがでしょうか？

また、相続登記について疑問や不安がある方はお近くの司法書士などに相談してみてください。



※登記簿を確認しても所有者がわからない土地、または所有者はわかっているにもかかわらずその所有者に連絡がつかない土地

## うちの子「結婚」しないのかしら？

諦めずに仲人にご相談下さい

結婚相談所 **まずはお気軽にご連絡下さい**  
**ムスベル** ☎ **026-214-3681**

〒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。



## 消費生活ガイド

東御市消費生活センター

### 一人で悩まず、気軽に相談を!

消費生活センターでは、市内にお住まいの方から「商品やサービスの契約で事業者とトラブルになった」「製品を使ってケガをした」などの、**消費生活に関する消費者と事業者間のトラブル**についての相談受付や消費生活に役立つ情報の提供などを行っています。

相談があった場合、**消費生活相談員**が事業者との自主交渉の方法や具体的な解決策などについて助言し、ケースによっては交渉のお手伝い(あっせん)をすることもあります。

#### 相談状況

令和5年度に消費生活センターに寄せられた相談件数は**185件**(前年比-9件)でした。相談内容は下表のとおりです。

内容	件数	内容	件数
通信販売	77	送り付け商法	5
店舗での購入	43	訪問購入	3
訪問販売	16	その他	31
電話勧誘	10		

#### 相談の具体例

- 通信販売…1回だけのつもりで商品を購入したが、定期購入と言われたので解約したい
- 店舗での購入…お店との購入トラブル
- 訪問販売…訪問業者から、屋根の改修工事を強引に勧められた
- 電話勧誘…不動産投資をしないかという電話がしつこい
- 送り付け商法…注文していない商品を送り付けられて代金を請求された
- 訪問購入…不用品を買い取りたいと不審な人の訪問があった

#### 相談方法

- 所在地…東御市東281-2 東御市消費生活センター (市生活環境課内)
- 受付時間…平日 9時~17時
- 連絡先…☎75-2410 (土日祝日(年末年始を除く)は消費者ホットラインへ(☎188)お掛けください。)

相談の際は、事前に契約書等の関係書類やトラブルに至った状況についてのメモ、トラブルが起きた物の写真などをご用意ください。

- 問い合わせ先 生活環境課 生活安全係 ☎64-5896

# 税のワンポイントメモ

## 個人市県民税について

個人市県民税は原則として、1月1日に住所がある市町村で、前年の所得が一定額以上ある方に課税されます。1月2日以降に転居または死亡した場合でも1年分の個人市県民税を支払う義務が発生します。

個人市県民税には、均等割と所得割があります。均等割とは、納税者の所得金額の多寡によらず一定額を納税するものです。また、所得割とは、納税者の前年の所得金額を基礎として税額を計算するものです。

## 令和6年度以降の市県民税均等割額と森林環境税について

個人市県民税の均等割は、東日本大震災復興基本法に基づき、平成26年度から臨時的に年額1,000円(県民税500円、市民税500円)が賦課徴収されていました。

この臨時的措置が令和5年度で終了し、令和6年度より新たに森林環境税が導入されます。

#### 均等割の年税額(令和6年度から)

市民税均等割額	県民税均等割額*	森林環境税	合計
3,000円	1,500円	1,000円	5,500円

\*県民税の均等割額のうち500円は、「長野県森林づくり県民税」として課税されています。

## 個人市県民税の普通徴収について

普通徴収の皆さまには、6月10日(月)に納税通知書を発送しますので、4期(6・8・10・12月)に分けてお支払いください。

普通徴収…納税義務者本人が納税通知書により直接納税する方法

特別徴収…納税義務者の個人市県民税を特別徴収義務者が給与や年金からの天引きにより納税する方法

- 問い合わせ先 税務課 住民税係 ☎64-5877

### 6月の納税 (納期限 7月1日)

- 市県民税(普通徴収)(1期)
- 国民健康保険税(普通徴収)(1期)

## 困りごと相談ください!!

親切・ていねい・安心のシルバー人材センターへ!



家の周りの草取り・草刈り・片付けや庭木の剪定、家の中の掃除・片付けや襖・障子・網戸の張替えなど、身近なところでお役に立てます。また、各種企業への派遣事業も行っております。

- 仕事を頼みたい人も、仕事をしたい人も、まずはお気軽にご相談下さい。

公益社団法人 **上田地域シルバー人材センター**

電話番号 **東御支所(61-6565)**

60歳以上で働く意欲のある方 **会員募集中!!**

**シルバー人材センターで一緒に働きませんか!!**

★草刈り、植木剪定にチャレンジしたい方、大募集しています!★



# 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

6月  
生まれ



こばやし だん  
小林 弾ちゃん  
(県)

「弾」は「正しく裁く」という意味の字。聖書のダニエルのように、真のハジケリスト目指して生きるのだ!



さかい せな  
酒井 惶凧ちゃん  
(常田)

1歳のお誕生日おめでとう🎉  
いつも元気でいたずら大好きなせな😊たくさんの笑顔と幸せをありがとう!  
これからもたくさん食べて遊んで元気いっぱい育てね。



なかむら いぶき  
中村 維吹ちゃん  
(東深井)

はじめてのお誕生日おめでとう🎉  
いつも元気ないぶちゃん😊  
みんなと仲良く遊んで、たくさん食べて大きくなってね🌟



ふじもり すい  
藤森 翠ちゃん  
(祢津南)

翠お誕生日おめでとう♥  
毎日ニコニコで元気いっぱいな翠が大好きだよ。  
これからも姉妹仲良く、すくすく育てね!

☆募集しまあ!!☆  
(対象者 7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、[shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp](mailto: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、6月10日(月)必着。



▲交通少年団入団式

## 新たな仲間を迎え、 交通安全の啓発へ

4月13日、東御市交通少年団入団式が行われ、今回委嘱された5年生1名、6年生1名計2名の新しい仲間が入団し、全団員15名となりました。東御市の交通少年団は昭和56年から続く上田警察管内では唯一の少年団です。今までの歴史と上田警察署交通課長からの激励の言葉を胸に、交通少年団15名、啓発活動を頑張っていきます。

## 区間新記録の走りも飛び出し 3年ぶり入賞

4月27日、第33回長野県市町村対抗駅伝競争大会が、松本市やまびこドーム周辺で開催され、東御市は3年ぶりに8位入賞を果たしました。なかでも、第5区の下村勇喜選手しもむらゆうきが区間新記録の走りを見せ順位を大きく押し上げました。また、第19回長野県市町村対抗小学生駅伝も同時開催され、結果は22位ではありましたが、たくさんの声援に答える力強い走りを見せられました。



▲チーム東御市



▲ 祢津小学校子ども歌舞伎クラブ



▲ 祢津東町歌舞伎保存会

## 伝統芸能に観衆が沸く

4月29日、祢津東町歌舞伎公演が行われ、市内外から約650人の方が県宝祢津東町歌舞伎舞台を訪れました。祢津小学校子ども歌舞伎クラブによる「土蜘蛛退治」の公演では、市内の特産品であるビールやワインの話が飛び出し、会場は大いに賑わいました。午後は祢津東町歌舞伎保存会による「忠臣蔵七段目-祇園-力茶屋の場-」が披露され、歓声と拍手とともにたくさんのおひねりが投げ込まれました。

## 子どもたちの歓声が中央公園に響く

5月11日、第18回子どもフェスティバルが中央公園で開催され、約4500人が訪れました。このイベントは多くの地域団体やボランティアの方の協力で運営されており、子どもたちは、地域の方と触れ合いながらバルーンアートやストーンペイント等の催しを楽しんでいました。



▲ ふかふかピエロが大人気



▲ ストーンペイントに夢中

## 青空のもと地元のワイン・グルメを楽しむ2日間



▲ 多くの方で賑わう



▲ 生産者と来場者との触れ合い



5月11、12日、東御ワインフェスタ2024が開催され、2日間で市内外から約2460人が来場しました。訪れた方からは「ワイナリーの方と直接話ができて嬉しい」との声が多く、普段なかなか接する機会のない生産者と会話を楽しみながら、市内飲食店のグルメやワインに舌鼓していました。今年のワインフェスタのテーマであるアッサンブラージュ（混ぜり合う・調和する）の言葉にふさわしい、生産者と来場者が一体となった2日間となりました。

