市報 とうみ お知らせ版
No.292 平成28年11月16日

第12回 東御市人権尊重のまちづくり市民の集い

◈**日　時**　**１２月１０日（土）**午後1時30分～午後3時40分
◈**場　所**　中央公民館３階　講堂
◈**内　容**
表彰式　人権啓発優秀作品の表彰
講演と伝統芸能　～福を運んだ「でこまわし」～

辻本　一英 氏

辻本（つじもと）　一英（かずひで） 氏
（芝原生活文化研究所所長、
阿波木偶箱（あわでこ）まわし保存会顧問）
中内（なかうち）　正子（まさこ） 氏
（阿波木偶箱（あわでこ）まわし保存会会長）
南（みなみ）　公代（きみよ） 氏
（阿波木偶箱（あわでこ）まわし保存会副会長）

「三番叟（さんばそう）まわし」

「でこまわし」とは、人形つかい（箱まわし芸人）のこと
箱まわし芸人は、長野県内でも明治期から昭和初期にかけて活躍しましたが、多くの箱まわし芸人は、戦後には姿を消してしまいました。辻本さんの祖母も「えびす・大黒まわし」「お福さん」の※門付（かどづ）け芸人でした。しかし、えびすや大黒の人形は川に流されてしまいます。阿波木偶箱まわし保存会は、消えてしまった伝統芸人の復活をめざす中で、徳島県独特の「三番叟まわし」や「箱まわし」と出会い伝承することができました。
なぜ人形を川に流さねばならなかったのか？なぜ「でこまわし」は一度消えてしまったのか？その経緯を語りながら、人形芝居の実演をしていただきます。
※門付けとは、祝福芸で民家を訪問し祝儀を受けること。日本では古くから「萬歳（まんざい）」「春駒（はるこま）」「太神楽（だいかぐら）」など多様に存在しました。

～12月4日（日）～10日(土）は人権週間です～

人権啓発作品展・人権啓発作文紹介

市内保育園・幼稚園、小・中学校、企業からお寄せいただいた仲良し・人権に関わるポスター、標語作品を展示します。また、人権啓発作文を冊子にして、市民の集い会場で配布します。
■期　間　**１２月１日（木）～１２月１２日（月）**　**■場　所**　中央公民館2階　ロビー

心配ごと相談所の開設（家庭のこと、隣人のこと一人で悩まず相談してください。）

「人権週間」の一環として、人権擁護委員による「心配ごと相談所」が開設されます。（秘密厳守）
■日時・場所　**１２月１０日（土）**午前10時～正午　中央公民館2階　学習室7・8（受付は午前11時30分まで）

問／人権同和政策課　人権同和政策係　☎64－5902

目次
2P～…募集・イベント
3P～…市からのお知らせ
6P……ホワイトボード
8P……保健案内・12月の相談コーナー
9P……子育てインフォメーション・図書館だより
10P……施設のイベント・日曜当番医

新たな下水処理計画の説明会

旧東部町の農業集落排水施設およびコミュニティ・プラント施設を公共下水道に統合する新たな下水道処理計画の説明会です。

◈**時　間**　午後７時～午後９時

◈**対　象**　旧東部町の農業集落排水およびコミュニティ・プラントを使用されている方

開　催　日	場　　所	対　象　区
11月28日（月）	原口公民館	原口
11月29日（火）	中屋敷公民館	中屋敷、片羽
12月 1日（木）	別府公民館	別府
12月 2日（金）	新張公民館	新張
12月 5日（月）	出場公民館	出場、鞍掛、リードリーくらかけ
12月 6日（火）	金井公民館	金井、加沢
12月 8日（木）	姫子沢公民館	姫子沢、西宮
12月 9日（金）	新屋公民館	新屋、県
12月12日（月）	田沢公民館	田沢
12月13日（火）	東上田公民館	東上田、寺坂
12月15日（木）	和コミュニティーセンター	大川、栗林
12月16日（金）	東深井公民館	東深井、西深井

※対象区の説明会に出席できない場合は、他会場に出席してください。

問／**上下水道課　下水道係　☎64－5874**

とうみ男の遊び塾

第１回	**男の餅つき塾**　～餅つきの魅力と楽しみ方を学ぶ～ **12月21日（水）**午前9時30分 ～ 午後1時
第２回	**男のカメラ塾**　～カメラの使い方と楽しみ方を学ぶ～ **1月18日（水）**午後1時30分 ～ 午後3時
第３回	**男の雪かき塾in飯山**　～雪かきの知恵と温泉を学ぶ～ **2月8日（水）**午前9時～午後5時
第４回	**男の作戦会議**　～ほろよい座談会(遊びを考える)～ **3月15日（水）**午後5時 ～ 午後7時

◈**場　　所**　総合福祉センター1階　ボランティアルーム2
※第3回は飯山地域の視察研修を予定。

◈**対　　象**　市内在住の男性

◈**定　　員**　10名程度（先着順）

◈**参 加 費**　材料費等のみ自己負担

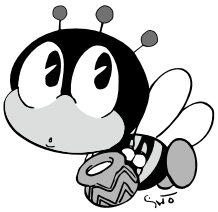
◈**申し込み**　**１２月９日（金）**までに下記へお申し込みください。

申込・問／**社会福祉協議会（総合福祉センター内）☎62－4455**

ふれあい人材バンク登録者募集

◈**ふれあい人材バンクとは？**

文化・芸術・レクリエーション活動等の知識や技能をお持ちの市民の方が、その特技を生かし、地域・学校・職場などの各種団体等で開催される講座や講演会などの講師や指導者として活動していただくためにその人材を登録し、指導を希望する市民のみなさんに紹介するための制度です。



生涯学習のマスコット「マナビイ」

◈**対　　象**

①原則として、市内在住、在勤、在学している20歳以上の方

②指導者として自らの知識および技能を他の市民のみなさんに提供する意思のある方
（免許や資格がなくても登録ができます。）
※ただし、営利・政治・宗教活動を目的とした登録はできません。

◈**申し込み**

下記へお問い合わせください。

◈**そ の 他**

①登録有効期間は、登録日から登録日の翌々年の12月31日までです。
※更新の手続きは、満了日近くになりましたらお知らせします。

②登録の変更や取り消しは、随時行います。

③氏名・在住の区名・指導内容等の情報は、市ホームページや広報等で公開することがあります。
また、指導をご希望の市民の方からの問い合わせがあった場合も、その都度公開します。

④万が一に備えての保険加入や活動で生じたトラブル等については、依頼を受けた団体等と協議してください。

⑤登録されても、指導の依頼がない場合もありますのでご了承ください。

申込・問／**教育委員会事務局　生涯学習課**
☎64－5885

自然エネルギーを活用するシステム等設置補助金 HP

◈**住宅用太陽光発電システム設置補助金**
補助単価　18,000円/ｋW　上限90,000円

◈**住宅用太陽熱高度利用システム設置補助金**
補助金額　1基あたり30,000円
（ただし、1住宅につき1基のみ）

◈**木質バイオマスストーブ**（薪ストーブ、ペレットストーブ）
補助金額　設置費用の1/5　上限50,000円

※申請者本人が居住する市内の住宅に設置するものが補助対象です。工事着工前に必ず申請してください。

※交付要件の詳細は市ホームページをご覧いただくか下記へお問い合わせください。

問／**生活環境課　環境対策係　☎64－5896**

不妊・不育症治療費を補助します

◈**対　　象**　不妊または不育症の治療を受けている法律上の婚姻をしている夫婦

◈**対象経費**　不妊・不育症治療に係る保険適用外の医療費
※特定不妊治療（体外受精、顕微授精）は除く

◈**補助金額**　対象経費の2分の1の額
※1年度あたり20万円を上限に、通算5年度まで補助

◈**提出書類**　申請書、領収書と診療明細書、住民票
※申請書は下記にあります。

◈**申請期限**　平成28年度分は平成29年3月31日までに下記へ提出してください。

◈**そ の 他**　・補助を受ける場合は、事前に保健係へ相談してください。
・治療を終えた方は、早めに申請をしてください。

問／**健康保健課　保健係　☎64－8882**

年末の交通安全運動

１２月１日（木）～１２月３１日（土）

「思いやり　乗せて信濃路　咲く笑顔」

◈**運動の基本　子供と高齢者の交通事故防止**

◈**運動の重点**

〇夕暮れ時と夜間の交通事故防止
夕暮れから夜間の外出は、夜光反射材や自発光材を使用してドライバーに自分の存在をアピールしましょう。

〇後部座席を含めたすべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
平成27年中に発生した事故で、非着用者の致死率は着用者の約12倍。
シートベルト・チャイルドシートは「命綱」です。

〇飲酒運転の根絶
飲酒運転した人だけでなく「酒を提供した人」「車を提供した人」「同乗した人」も、厳しい処罰の対象です。

〇通学路・生活道路の安全確保と歩行者保護の徹底
車両の運転手は、歩行者等を保護するという意識をしっかり持ちましょう。

★降雪や凍結により道路状況が悪くなる季節です。早めに冬用タイヤに交換し安全運転を心がけましょう。

★年末を迎え、何かと慌しくなりがちですが、時間に余裕を持ち交通事故を防止しましょう。

問／**生活環境課　生活安全係　☎64－5896**

平成29・30年度入札等参加資格審査申請書の受付 HP

◈**受付期間**

12月1日（木）～平成29年1月13日（金）≪必着≫
（閉庁日を除く）

◈**受付時間**

平日　午前9時～午後5時（正午から午後1時を除く）

◈**登録有効期限**

平成29年4月1日～平成31年3月31日（2年間）

◈**申請書類**　総務課契約財産係で配布します。
※市ホームページからも取得可

◈**申し込み**　下記へ直接提出してください。

◈**そ の 他**　申請要領等の詳細は市ホームページをご覧いただくか、下記へお問い合わせください。

※この申請をしない方および参加資格のない方は、平成29・30年度の建設工事等の受注、物品の納入および各種業務の受託について市と取引ができなくなります。

申込・問／総務課　契約財産係　☎64－5805

～知っていても、分かっていても
AIDS IS NOT OVER (エイズはまだ終わっていない)～

12月1日は「世界エイズデー」

治療法の進歩により、エイズの原因となるＨＩＶ（ヒト免疫不全ウィルス）感染者の多くが普通に社会生活を営んでいます。**「予防、検査、治療、支援、理解」**で、不用意な感染と患者や感染者に対する差別、偏見を無くしましょう。

ＨＩＶの検査は、最寄りの保健所で**無料、匿名**で受けることができます。

◈**ＨＩＶ、性感染症無料相談・検査**

日　時／①12月1日（木）午後5時～6時30分
②毎週月曜日　午前9時～10時30分
③毎月第2月曜日　午後5時～6時30分

場　所／上田保健福祉事務所（上田保健所）2階

検査項目／ＨＩＶ、梅毒、クラミジア（②のみ）

申し込み／事前に電話予約してください。
上田保健福祉事務所　☎25－7149
（名前、住所等はお聞きしません。）

問／健康保健課　保健係　☎64－8882

秋の給付金の申請の受付

◈**秋の給付金**

1　平成28年度臨時福祉給付金（3千円／1人）
2　年金生活者等支援臨時福祉給付金（3万円／1人）
（障害・遺族基礎年金受給者向け）
※高齢者向けの給付金を受給した方は対象外です。

市では、給付金の給付対象者と思われる方（世帯）へ申請書をお送りしてあります。申請書が届いていないか再度確認していただき、対象となる場合は必要書類を添えて必ず期限内に下記へ提出してください。期限を過ぎると支給されません。

◈**申請期限　１２月１日（木）必着**

申込・問／福祉課　福祉推進係　☎64－8888

12月3日㈯ 自動交付機が停止します

自動交付機は、12月3日（土）の終日、停電のため、利用いただけません。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。なお、4日（日）からは利用できます。

◈**通常の利用時間**

平日　午前8時～午後7時
土・日・祝日　午前9時～午後4時

問／市民課　市民係　☎75－2007

水道の凍結防止帯（凍結防止ヒーター）の点検をしましょう

蛇口などが凍結し水が出なくなる、水道管が凍結し破裂するなどの事故を防ぐために、早めに凍結防止の準備をしましょう。

～凍結を防ぐには～

◎凍結防止帯のプラグが、電源コンセントに接続されているかを確認しましょう。
◎不凍栓を使用している家庭は、就寝前や長期間留守にする時は忘れずに水抜きをしましょう。
◎長年使用している凍結防止帯は故障していることもあります。もう一度点検しましょう。（事前の点検や凍結事故の修理は、市指定の水道工事店に相談してください。）

問／上下水道課　水道係　☎64－5884

東御都市計画下水道の変更（案）の縦覧と意見募集 HP

東部地区（旧東部町）内の農業集落排水およびコミュニティ・プラントを公共下水道へ接続する計画（案）について、都市計画法第17条に基づき縦覧期間を設けますので、市民の皆様のご意見をお寄せください。

【縦覧・意見書受付】

◈**期　間**　**１１月２１日（月）～１２月５日（月）**（閉庁日を除く）

◈**場　所**　上下水道課内（勤労者会館１階）

◈**その他**　・意見書の提出に関しては、縦覧の際にご説明します。

・縦覧期間中に意見書が提出された場合は、以下の日程で公聴会を開催します。

12月7日（水）午後７時から　勤労者会館2階 大会議室

※意見書が提出されない場合は、市のホームページで中止のお知らせをします。

問／**上下水道課　下水道係　☎64－5874**

消防署から火災予防のお知らせ

今年は、昨年に比べ建物火災が増えています。事例とともに火災予防のポイントをお知らせします。

『電気配線が原因の火災』

電気配線を家具の下で潰して使用し、配線が熱を持ってしまい出火、建物に延焼してしまった。

ー消防署からアドバイスー

○延長コードを使用する場合はたこ足配線にならないよう注意する。

○電気配線の上に家具などを置かない。

○配線を束ねて使用しない。

○トラッキング現象に注意する。（コンセントに差し込んだプラグ付近にほこりを溜めていると発火の危険がある。）

○電源タップの容量を超えるような使用をしない。

○配線修理などの電気工事は専門業者に依頼する。

※平成28年は、10月末までに19件の火災が発生し、そのうち建物火災は12件です。火の取扱いには十分注意してください。

問／**東御消防署　予防係　☎62－0119**

全国一斉情報伝達訓練の実施

大規模地震など緊急事態の発生に備え、次のとおり全国瞬時警報システム（※Ｊアラート）による情報伝達訓練を行います。訓練は、防災ラジオとメール配信@とうみにより情報の配信をします。

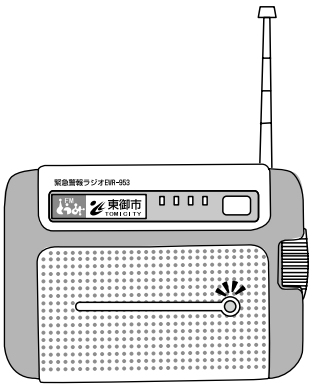
◈**訓練実施日時　１１月２９日（火）午前11時頃**

◈**訓練で行う放送等**

情報伝達手段	放送内容
防災ラジオ	市が各世帯に貸与している防災ラジオを強制的に起動し、放送します。 **【放送内容】**「これは、テストです。」（３回繰り返し）
メール配信@とうみ	登録している携帯電話に情報が送信されます。 **【送信内容】**「これは、テストです。」 ※メールの登録（防災情報を選択）をしている方のみ

※Ｊアラートとは、緊急地震速報や弾道ミサイル情報等の国民保護情報のような、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を、人工衛星を用いて国が送信し、市の放送媒体等を自動起動させることにより、国から市民へ緊急情報を瞬時に伝達するシステムです。

問／**総務課　総務係　☎64－5876**



ホワイトボード

掲載をご希望の方は、希望掲載号（1日・16日）のおよそ1カ月前までに下記へご連絡ください。ただし、市の基準により掲載できない場合もあります。

●東御市総務部企画財政課　広報担当まで
メール　shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp
☎0268－64－5806　FAX63－5431

第33回 TNSジャズ・オーケストラ定期演奏会

○日　時／11月19日（土）　午後6時30分開演（6時開場）
○場　所／サンテラスホール
○内　容／結成44年を迎え、年に一度の定期演奏会。楽しいジャズをお届けします。
●圓／TNSジャズ・オーケストラ　大塚　☎62－3658

青色申告決算説明会

○日　時／12月2日（金）午後2時～午後4時
○場　所／中央公民館3階　講堂
○その他／駐車場が狭いため自家用車のご利用は極力ご遠慮ください。会場への直接のお問い合わせはご遠慮ください。詳細は下記へお問い合わせください。
●圓／上田税務署　個人課税第一部門 記帳指導担当
☎22－1234（代表）
※自動音声案内にしたがって、「2」を選択してください。

養育費集中相談会

○電話相談
・日　時／12月8日(木)・9日(金)・10日(土)の3日間　午前10時～午後3時
・電　話／0120－448－788（フリーダイヤル）
○面談相談
・日　時／12月10日(土)　午前10時～午後3時
・場　所／長野県司法書士会館2階（長野市）
・予　約／026－232－7492（予約優先）
○内　容
・養育費の支払いがストップしてしまった。
・養育費の取り決めをせずに離婚したけど、今からでも貰えますか？など。
●申込・圓／長野県司法書士会　☎026－232－7492

くらしと健康の相談会

○日　時／12月2日、9日、16日（いずれも金曜日）　午前9時30分～午後4時
○場　所／上田合同庁舎　上田保健福祉事務所2階　相談室
○対　象／失業、倒産、多重債務、家庭問題等で法律相談が必要な方。あわせて気力が湧かない、眠れない、体調がすぐれないなどの健康不安がある方、など。
○内　容／弁護士相談と健康相談、職業相談、福祉相談
※予約制、1人1時間
○相談員／弁護士、保健福祉事務所保健師等　ハローワーク、社会福祉協議会職員等
○申し込み／弁護士の相談は開催日の4日前までに、就労や福祉等の相談は開催日の1週間前までに、電話等でお申し込みください。
●申込・圓／上田保健福祉事務所　健康づくり支援課
☎25－7149・FAX23－1973
メール　uedaho-kenko@pref.nagano.lg.jp

ザワメキアート

～信州の障がいのある人の表現とアール・ブリュット～

○開催期間／12月8日（木）～12月25日（日）
○開催場所／ホクト文化ホール（県民文化ホール）　長野市若里1－1－3　☎026－226－0008
○内　容／障がいのある人が表現した作品に向き合ったとき、どこか心がザワザワし、眠っていた自分の感覚のどこかがくすぐられたり、揺さぶられたり・・・そんな心ザワメク作品展です。
ザワメキアートホームページ　http://zawameki-art.com/
●圓／信州ザワメキアート展実行委員会事務局（県障がい者福祉センター「サンアップル」内）☎026－295－3441

第13回　東御市合唱祭

○日　時／12月11日（日）正午開場　午後0時30分　開演
○場　所／サンテラスホール
○出場団体／アンサンブルDiva（ディーヴァ）　コール・エコー　コール・ライディーン　ティンカーベル　とうみ混声合唱団　マルカート　ムーミン　山びこ合唱団　北御牧小学校音楽クラブ　東部中学校合唱部　他
●圓／文化協会合唱部会　事務局（担当 土屋 ☎63－2558）

1

不要な農機 買取り 無料回収 引き受けます。

メーカー不問 査定完全無料

只今【トラクター・管理機】買取強化中 !! まずはメーカー名・機種・型式をご連絡ください。

お気軽にお電話ください　0268-62-5262　営業時間 10:00～16:00（土日祝除く）

★訪問回収も承ります！ご相談ください（※別途出張料がかかります）

注意 ※場合により、処分費用がかかります。
※家電商品・タイヤ・ゴムクローラ単体などはお引き受けできません。
※農機の状態や程度によっては買取れない場合があります。予めご了承ください。

株式会社唐沢農機サービス

〈広告欄〉

古着リサイクル

タンスの中で眠っている衣類ありませんか？集めた衣類は、選別作業を経て海外の衣類が不足している地域に送ります。

○日　時／12月17日（土）午前９時～午後３時
　　12月18日（日）午前９時～午後２時
○場　所／東部ライスセンター
　（ＪＡ信州うえだ東部地区「年末大感謝祭」会場）
○対象になる古着
　○衣類…ワイシャツ、Ｔシャツ、ズボン、ジーンズ、スーツ、ジャケット、ジャンパー、フリース、セーター
　○革製品…革衣類、ベルト、バック
　○その他…帽子、ネクタイ、ハンカチ、マフラー、スカーフ
○対象にならない古着
　×全体…泥・水・油・ペンキなどで汚れているもの、臭(にお)いのついているもの
　×マット類…ベッドマット、じゅうたん、カーペット、足ふきマット、マットレス、シーツ、タオルケット、電気毛布
　×制服…作業服、会社の制服、ユニホーム、学生服など
　×その他…カーテン、バスタオル、こたつの下敷き、仕立てくず、裁断くず、加工くず、綿の入ったはんてん等、肌着類、靴下、ストッキング、カッパ
●問／ＪＡ信州うえだ東御支所　☎62－0113
　協力／東御市ごみ減量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内〉

多重責務者無料相談所

○開 催 日／12月14日（水）
○場　所／東信消費生活センター（上田合同庁舎６階）
　上田市材木町1－2－6
○内　容／弁護士および司法書士に相談できます。
　（1時間程度・事前予約制）
○申し込み／11月30日（水）～12月13日（火）までに、下記へお申し込みください。
○そ の 他／消費者センターでは、多重責務等の借金の相談を随時受け付けています。
●申込／東信消費センター　☎27－8541
　（土日を除く午前８時30分～午後５時）
●問／県民文化部くらし安全・消費生活課
　☎026－223－6770

田中地区ふるさと散策

○日　時／12月４日（日）　午後１時30分～午後３時
○場　所／中央公民館２階　講義室
○演　題／「ふるさとの歴史を考える」“いにしえのあがた”
○講　師／石川　好一 氏（郷土史家）
●問／田中地区地域づくりの会 事務局
　（地域づくり支援室）☎71－6790

食改おもてなし調理実習

○日　　時／12月16日（金）　午前９時～午後０時30分
○場　　所／保健センター（総合福祉センター２階）
○参 加 費／500円
○持 ち 物／エプロン・三角巾・布きん
○申し込み／12月８日（木）までに下記へ電話でお申し込みください。
●申込・問／東御市食生活改善推進協議会事務局
　（健康保健課内）☎64－8882

人権相談所開設

相談日	相談場所
12月４日（日） 午前10時～午後４時	上田駅前ビル・パレオ２階会議室
12月５日（月） 午前９時～正午	坂城町役場第４会議室
12月５日（月） 午前９時～正午	上田市武石地域自治センター
12月６日（火） 午前９時～正午	上田市丸子ふれあいステーション
12月６日（火） 午前９時～正午	上田市真田地域自治センター
12月６日（火） 午前９時～正午	長門町長門ふれあい館
12月８日（木） 午前1時～午後４時	青木村老人福祉センター
12月10日（土） 午前10時～正午	東御市中央公民館

○相談内容／子ども・女性・高齢者・障がい者の人権、家庭に関する悩みごとなど。
○そ の 他／秘密厳守。
●問／長野地方法務局上田支局内
　上田人権擁護委員会協議会　☎23－2001

障害年金専門家の社会保険労務士による
無料 障害年金相談会
事前予約制
社会保険労務士には専門家としての知恵があります
1 うつ病・精神・知的・発達障害・心の病気等
2 がん・心臓病・糖尿病・脳梗塞・人工透析・人工関節・ペースメーカー・特定疾患等
3 視力・聴力の低下、その他、身体の機能・病状・精神の状態等で、日常生活や労働で制限のある方
※働いていても受給できる場合があります。
4 障害年金の審査請求・再審査請求でお悩みの方
手数料は完全成功報酬ですので受給できなかった場合にはかかりません。お気軽にご相談ください。
場所 上田市勤労者福祉センター 上田市中央4-9-1
日時 毎月第一水曜日(変更あり) 13時30分から16時30分
長野障害年金研究会
西澤社会保険労務士事務所 TEL0268-21-7070
社会保険労務士依田謙二事務所 TEL0267-68-7367
芹澤社会保険労務士事務所 TEL0268-75-8931
※諸条件により、請求・受給できないことがあります。
〈広告欄〉

12月の地域包括支援センター案内

問／福祉課　地域包括支援係（総合福祉センター内）
☎64－5000

らくらく教室		
中央公民館（1階学習室）	7日、14日、21日、28日	午前10時~午前11時
滋野コミュニティーセンター（2階）	6日、13日、20日、27日	午前10時~午前11時
祢津公民館（2階）	7日、14日、21日、28日	午後2時~午後3時
和コミュニティーセンター（2階）	5日、12日、19日、26日	午前10時~午前11時
北御牧公民館（2階）	2日、9日、16日	午前10時~午前11時
東御はつらつ体操inゆぅふる		
ゆぅふるtanaka	5日、12日、19日、26日	午後3時~午後4時
筋トレ教室		
総合福祉センター	6日、13日、20日、27日	午後2時~午後3時
筋のばし教室		
総合福祉センター	1日、8日、15日、22日	午後2時~午後3時

保健案内

問／健康保健課　保健係（総合福祉センター内）
☎64－8882

乳幼児健康診査		対　象
3歳児健診	**12月13日（火）**	平成25年10月生
10か月児健診	**12月14日（水）**	平成28年2月生
2歳児歯科健診	**12月15日（木）**	平成26年10月生
1歳6か月児健診	**12月20日（火）**	平成27年6月生
4か月児健診	**12月21日（水）**	平成28年8月生

受付時間：午後1時～1時15分（3歳児健診のみ午後0時45分～1時15分）
場　　所：市保健センター（総合福祉センター2階）
持 ち 物：母子手帳、おたずね票、赤ちゃんすくすくブック
※1歳6か月児・2歳児歯科健診のみ歯ブラシ（本人用・仕上げ用）・コップ

個別予防接種　実施期間：通年
希望者(保護者)は、直接医療機関で予約してください。
持ち物：母子手帳、予診票、体温計
対象期間以外は、費用全額自己負担となりますので、ご注意ください。詳細については、市ホームページか「保健ごよみ」をご覧ください。

ごっくん離乳食教室	**12月22日（木）** 対象：平成28年7月生	**場　所** 市保健センター	**受付時間** 午前9時15分～午前9時30分
もぐもぐ離乳食教室	**12月9日（金）** 対象：平成28年4月生		

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、もぐもぐ離乳食教室のみ離乳食のスプーン

福祉案内

問／福祉課　福祉援護係　☎64－8888

はーと・ほっと・サロン（対象：心に病を持った方やその家族など）		
滋野コミュニティーセンター（和室）	**12月12日（月）**	午後1時30分～午後4時30分
陽だまりの会（精神障がい者家族会）（対象：心に病を持った方の家族）※会員募集中		
総合福祉センター1階102研修室	**12月14日（水）**	午後2時　＊見学希望の方は、ご連絡ください。

12月の相談コーナー

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（閉庁日を除く）**	午前9時～午前11時	市保健センター	不要	保健係 ☎64－8882
精神科医によるこころの相談	**12月8日（木）**	午後2時～午後4時		予約制 2名まで	
こころの健康・依存症に関する相談	**月～金曜日（閉庁日を除く）**	午前9時～午後5時	総合福祉センター	不要	
生活習慣病相談	**月～金曜日（閉庁日を除く）**	午前9時～午後5時		不要	健康増進係 ☎64－8883
脳いきいき相談	**毎週水曜日（閉庁日を除く）**	午前9時～午後5時		予約制（電話で）	地域包括支援係 ☎64－5000
認知症介護家族の会	**毎月第3金曜日（閉庁日を除く）**	午後1時30分～午後3時		不要	
心配ごと相談	**12月2日（金）**	午前9時～正午（受付 午前11時30分まで）	東部人権啓発センター	不要	人権同和政策係 ☎64－5902
人権よろず相談（法律・登記・行政・人権・消費生活など）	**12月16日（金）**	午前9時～午前11時（受付 午前10時30分まで）	北御牧庁舎	法律相談のみ予約制 その他不要	

12月 子育てインフォメーション

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

東部子育て支援センター

ママ～ずのクリスマス会	**5日(月)**	午前10時30分～午前11時30分
冬のおさんぽひろば すくだすポイント 東御中央公園芝生駐車場集合（第一体育館下）	**8日(木)**	午前10時～正午 （9時45分集合）
育児座談会（篠原君江助産師）	**13日(火)**	午前10時30分～午前11時30分
おもちゃドクター	**15日(木)**	午前10時～午前11時
こうえんひろば すくだすポイント	**19日(月)**	午前10時～午前11時
すくすく相談テーマ 「親子で楽しむ遊び」	**21日(水)**	午前10時～午前11時30分
子育て期の母親のための就業相談	**22日(木)**	午前9時30分～午前11時
12月生まれのお誕生会	**22日(木)**	午前11時～午前11時30分

みまき未来館　時間：午前10時～午前11時30分

北御牧地区親子料理教室（2歳児対象）※要事前申込	**1日(木)**
ふれあいひろば（戸谷美ち子氏） すくだすポイント	**7日(水)**
0歳児のママひろば①	**9日(金)**
わんぱくビクス（中村佐智子氏） すくだすポイント	**14日(水)**
0歳児のママひろば②	**15日(木)**
おもちゃドクター	**22日(木)**

ぽけっとひろば　時間：午前10時～午前11時30分

東部子育て支援センター	**2日(金)**	**内容** クリスマス飾りの製作 **持ち物** 水筒、おやつ（おにぎり可）など
滋野コミュニティーセンター	**6日(火)**	
祢津公民館	**12日(月)**	
みまき未来館	**16日(金)**	
和コミュニティーセンター	**20日(火)**	

ぽけっとひろばライト　時間：午前10時～午前11時

和コミュニティーセンター	**9日(金)**	自由遊び

のびのびっこ（地域別サークル活動）時間：午前10時

クリスマス会

田中	**16日(金)**	中央公民館1階　和室　※要申込
滋野	**21日(水)**	滋野コミュニティーセンター
祢津	**21日(水)**	祢津児童館　※要申込
和	**5日(月)**	東部子育て支援センター（ママ～ずのクリスマス会）

※12月ののびのびっこの活動は各地区の「ぽけっとひろば」に参加です。

問／**東部子育て支援センター　☎64－5814**
北御牧子育て支援センター（みまき未来館内）☎67－3676

12月 園開放

園名		電話番号	日時
市立保育園	田中保育園 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	**9日（金）** 午前9時30分～午前11時 戸外で遊びましょう 持ち物：帽子、水筒
海野保育園		☎62－2800	12月の園開放はありません。見学、体験は随時受け付けています。
くるみ幼稚園		☎62－0164	**2日（金）** 午前10時30分～正午 おもちつき　要予約 **16日（金）** 午前11時～正午 お楽しみ会

図書館だより 新着本案内

◇一般書

○桜風堂ものがたり　村山　早紀：著
○きまぐれ星からの伝言　星　新一：著
○真田信之　平山　優：著
○花のお江戸の若旦那　杉浦　日向子：著
○おとなのための絵本の世界　前島　康男：著
○家族で地方移住、はじめました。　移住ライフ研究会：編
○雨の自然誌　シンシア・バーネット：著
○歌で楽しむ鉄道昔と今　松尾　定行：著
○レシピのいらない和食の本　行正　り香：著
○小関鈴子のモードなキルト　小関　鈴子：著
○楽しい介護レクリエーション　富永　雅美：著
○スマホをやめたら生まれ変わった　クリスティーナ・クルック：著
○ホイルでも！ペーパーでも！包み焼き　岩崎　啓子：著

◇児童書

○お・は・よ・う　いまむら　あしこ：文
○○を□に！　宮下　すずか：作
○あやしの保健室　1　染谷　果子：作
○真田十勇士　外伝　小前　亮：作
○ハチのくらし大研究　松田　喬：著
○ねこまつりのしょうたいじょう　いとう　みく：作
○ニット帽の天使　オトフリート・プロイスラー：作
○つきよの３びき　岡本　順：絵
○これはすいへいせん　tupera tupera：絵
○ねずみさんのくらべっこ　多田　ヒロシ：作
○ぼくはイスです　長　新太：作
○かあさんのまほうのかばん　なかざわ　くみこ：絵
○きつねみちは、天のみち　松成　真理子：絵
○ぼくはちっともねむくない　クリス・ホートン：作
○ぼくたちが越してきた日からそいつはそこにいた　エドワード・ゴーリー：絵

12月の行事予定

会場は、くるみの部屋（絵本コーナー）です。

★「くまのこ」による★おはなし子ども会

日　時　**１２月１７日（土）**午前10時30分から
対　象　未就学児～小学生
テーマ　『もうすぐクリスマス』
内　容　パネルシアター・手遊び・絵本・工作など

★図書館職員による★おはなし会

日　時　**１２月９日（金）**午前10時30分から
対　象　未就園児とその保護者
テーマ　『クリスマスはたのしいな♪』
内　容　パネルシアター・手遊び・絵本の読みなど

★休館のお知らせ★

月末図書整理日　11月25日（金）、12月22日（木）
※12月23日（金）は祝日開館をします。
年末年始休館　12月29日（木）～1月3日（火）

開館時間　火～金曜日：午前９時～午後６時30分
土・日曜日、祝日：午前９時～午後５時
休 館 日　月曜日（月曜日が祝日・休日の場合は開館し、翌平日が休館）

問／**東御市立図書館　☎64－5886**

TOMI とうみ
市報とうみ お知らせ版

●発行／長野県東御市　〒389-0592　東御市県281―2　☎0268－64－5806　FAX0268－63－5431
メール　shiho-tomi@city.tomi.nagano.jp　●ホームページ　http：//www.city.tomi.nagano.jp/
●編集／東御市総務部企画財政課　●印刷／㈱アオヤギ印刷
●問い合わせにつきましては、特別な記載がない限り平日の開庁時間（午前8時30分～午後5時15分）とさせていただきます。
●参加費（受講料）、申し込みの記載のないものは、参加費無料、申込不要です。

No.292　平成28年11月16日

第60回サンテラスロビーコンサート
Fantastic Saxphone
サクソフォン：由井平太
ピアノ：寺島美紀
11月27日（日）
13:30開演 入場無料

第61回サンテラスロビーコンサート
ファゴットの魅力をピアノと共に
ファゴット：丸山佳織
ピアノ：成田眞生
12月3日（土）
13:30開演 入場無料

★ToMeコンサート実行委員会、東御市文化会館合同企画
ToMeコンサート
2017年1月22日（日）
出演バンド：Distiny River、あうん、Dream Gen　司会：武田 徹
13:30開場 14:00開演
2,000円 全席自由
チケット好評発売中！
★スペシャルゲスト：サンプラザ中野くん

「スタインウエイ」を弾こう！
春のピアノコンサート 出演者募集！
2017年 3月5日(日) 13:00開演

●募集要項
対 象 者：どなたでもご参加いただけます
演奏形態：ソロ、連弾、グループなど。ジャンル不問
演奏時間：お一人（一組）5分以内
参 加 費：無料
申込方法：下記までお申込下さい。2017年2月23日（木）締切

東御市文化会館 **サンテラスホール** *sun-terrace.jp*　TEL 0268-62-3700
■FAX 0268-62-3262　■〒389-0515 東御市常田505-1
■開館時間 9:00～22:00　■窓口受付 9:00～17:30

丸山晩霞 おもしろ 雑学「丸山晩霞記念館だより」 当館で無料配布。HP、図書館でも閲覧可。右のQRコードでサイトに直行！
※新規収蔵作品受入作業、収蔵庫改修のため **2017年3月31日まで休館 となります。**
※教育普及活動、その他ご質問などは通常通り対応させていただきます。
■TEL 0268-62-3700 ■FAX 0268-62-3262 ■〒389-0515 東御市常田505-1 東御市文化会館内 ■休館期間　11月1日～2017年3月31日
Banka Museum Tomi City 丸山晩霞記念館 www.city.tomi.nagano.jp

信州が生んだ日本のルオー
平澤喜之助展
開催中 ～2017年1月15日（日）

剣崎煌台
■11月27日（日）13:30　マルーシカの会（信州の民話を語る）　要予約
■12月　4日（日）13:30　絵手紙教室（年賀状をつくる）　要予約

Since 1998 梅野記念絵画館 www.umenokinen.com
■TEL 0268-61-6161 ■FAX 0268-61-6162 ■〒389-0406 東御市八重原935-1 ■開館時間 9:00～17:00 ■入館料 800円（高校生以上）■月曜休館（祝日の場合翌火曜）

日曜当番医
診療時間：午前9時～午後5時

月日	医療機関名	電話番号
11月20日	春原整形外科クリニック	64－6200
11月27日	みまき温泉診療所	61－6002
12月４日	中島医院	67－2777
12月11日	東御記念セントラルクリニック	62－1231
12月18日	ほしやま内科	62－3115

休日の歯科救急治療
上田小県歯科医師会
休日歯科救急センター
診療時間：午前9時～午後3時
住　　所：上田市材木町1-3-6
電話番号：24－8020
（カーナビ検索用☎0268－22－2160）

※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・夜間当番医の電話案内　長野県救急医療情報センター　ナビダイヤル ☎0570－088199

夜間の内科・小児科	上田市内科・小児科初期救急センター　診療受付時間：午後7時～午後10時30分　電話相談時間：午後7時～午後11時 電話で診療受付をしてください。内科：☎21－2280・小児科(15歳以下)：☎21－2233
休日・夜間当番薬局	上田薬剤師会のホームページで確認してください。≪http://www.uedayaku.org/touban≫

問／健康保健課　保健係　☎64－8882

～この市報とうみ「お知らせ版」は再生紙及びベジタブルインクを使用しています。～
VEGETABLE OIL INK