



市報
No.252

とらみ

TOMICITY
2025
4月号

特集

先行モデルから学ぶ 部活動の地域移行

サッカーから
キックオフ!



CONTENTS

- 2 部活動の地域移行
- 8 令和7年度東御市重点事業
- 10 令和7年度当初予算
- 17 情報コーナー

部活動の地域移行

部活動の地域移行とは

これまで学校の教員が担ってきた部活動の指導を、地域の方々などが指導者となる地域クラブ活動に移行することです。スポーツ庁・文化庁が主導し、全国的に進められている取り組みで、現在、休日の学校部活動の移行を段階的に進めています。

なぜ部活動地域移行が必要なのか

主に2つの理由があります。

1つ目は、少子化の進行により、生徒数が減少することで、現在の規模を維持したまま部活動を継続させることが困難になっているためです。学校単独での活動・大会参加が困難になりつつあることから、学校の枠を超え、地域でスポーツや文化芸術活動が行える環境づくりが求められています。

2つ目は、教員の働き方改革です。現在、教員の超過勤務が大きな社会問題となっており、特に、部活動における休日の指導、大会引率などによる時間外労働の多さは教員の働き方改革を阻害する要因の1つとなっています。また、約6割の教員が専門でない競技の指導を担っており、これも教員の負担感を高める要因となっています。

いつまでに移行するのか

東御市では、長野県の方針に基づき、令和8年度末を目途に「休日」の学校部活動の地域クラブ活動への移行を目指しています。平日は、体制が整った種目・部活動から徐々に移行を進めていきます。



部活動地域移行に関するアンケートについて

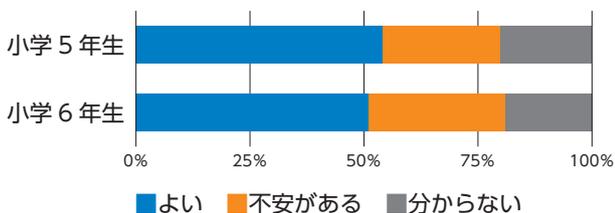
部活動の地域移行に関して、それぞれの立場での考えや課題を見出し、くため、児童・生徒、保護者、中学校教員を対象にアンケートを実施しました。

児童・生徒

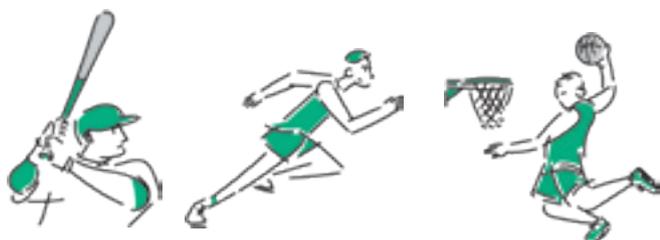
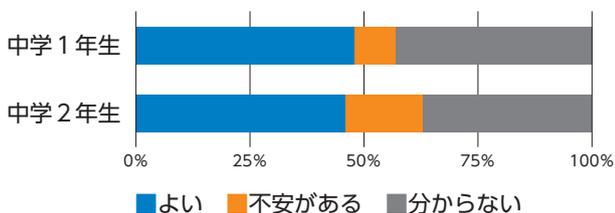
Q いろんな部活動に参加できるように、複数の中学校の生徒が集まって一緒に活動することについて、どう思いますか。

A 約半数の児童・生徒から「よい」と回答がありました。

小学5・6年生



中学1・2年生



● 問い合わせ先

教育課学校教育係

☎ 64-5879

令和6年度の移行に向けた動き

東御市では、部活動の地域移行を円滑に進めていくため、児童・生徒や学校、保護者、地域クラブなどと連絡調整等を担っていただく統括コーディネーターを2名配置しました。この統括コーディネーターは、競技運営に精通し、後進指導の実績のある方と、中学校の部活動に精通し、スポーツチームの指導経験が豊富な教員経験者です。

東御市スポーツ協会などと連携して、地域のスポーツ競技団体や文化芸術団体等に働きかけを行い、体制が整った種目から順次、先行モデルとして地域移行に取り組んでいます。

令和6年度は、サッカーにおいて試行的に活動を始め、統括コーディネーターを中心に、地域のスポーツ競技団体と中学校部活動に参加する生徒や保護者、また、スポーツ競技団体に参加する小学生にも働きかけを行いながら、部活動の地域移行を図りました。

この3月には、サッカーの試行的な移行に携わった関係者で対談会を実施しました。その様子は、4ページから掲載しています。



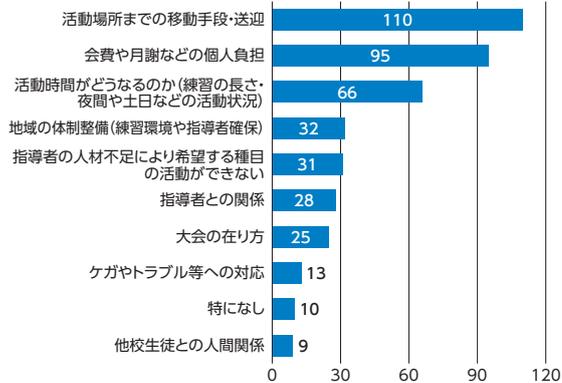
▲サッカーの移行に向けた説明会の様子

保護者

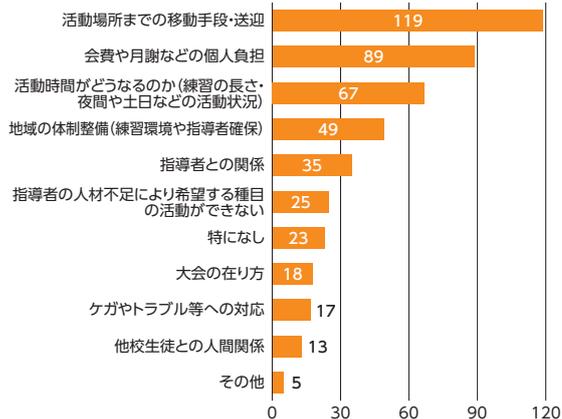
「休日」の学校部活動が地域移行された場合、不安や心配に思っていることを教えてください。

最も多い回答が「活動場所までの移動手段・送迎」でした。

小学5・6年生保護者



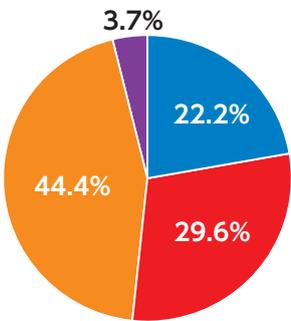
中学1・2年生保護者



中学校教員

現在担当している部活動に負担感を感じていますか。

約半数の教員から「負担を感じている」「または「どちらか」という負担を感じている」と回答がありました。



- 負担を感じている
- どちらかという負担を感じている
- どちらともいえない
- どちらかという負担を感じていない
- 負担を感じていない





⑤この度、先行モデルとしてサッカーの試行的な移行に取り組みられた関係者の皆様から、それぞれの異なる立場で、お話を聞かせていただきたいと思います。まず、どのような経過でサッカーが先行モデルとなったのでしょうか。



⑥統括コーディネーターである私自身が東御市サッカー協会に所属していることが理由でもあります。サッカー協会では以前から、地域の子どもは地域で育てたいという思いがあり、検討することになりました。サッカー協会には、東御JFCという小学生のクラブチームが加盟しており、そのチームに中学生部門を設立する方向で調整を行いました。子どもたちが中学生になっても安心してサッカーを行える環境を市内で整えていきたいという思いから、先行モデルとして進めていきたいと考えました。



⑦先行モデルとして、サッカーを進めていくと初めて聞いたとき、校長先生は、どのように感じましたか。



⑧非常にありがたいと思いましたが、統括コーディネーターの池田さんを始め、サッカー協会の皆さんが本当に苦勞して調整にあたっておられることもお聞きしていましたので、学校としてもどうにかスムーズに移行を進めていきたいと感じていました。



⑨学校の先生方には、どのように説明をしていったのですか。



⑩学校の先生には、非常にありがたい話をいただいていることと、学校としては、

サッカーの移行に携わった関係者対談会



東部中学校 校長
⑪ 盛野 憲俊さん



教育長
⑫ 千春さん
今回の司会を務めます。

全力で協力していただくことを伝えました。例えば、スムーズに移行を進めていくためには、サッカー部の顧問だけでなく、クラス担任などの協力も必要になると考えていました。そのため、地域移行に関する協議の内容や進捗状況は、サッカー部の顧問だけでなく、職員会などを活用し、すべての先生に伝わるようにして学校全体で支えていけるようにしてまいりました。

⑬今回、試行的に移行を進めてまいりましたが、ご苦勞が多かったと思います。もう少し取り組みの様子をお伺いしたいと思います。

⑭手探りながらも、地域クラブの運営主体や指導者の確保、活動内容や場所の検討、中体連主催の大会への出場資格の確認、学校・教育委員会との協議、生徒・保護者への説明など、地域移行に向けて一連の調整を行ってきました。その中で、セレージャ東御では、思春期である中学生をお預かりしていくにあたり、地域クラブとして独自の規約を作成しました。その規約には、体罰や暴言など社会のルールに反する指導は行わないなどという当たり前のこととはもちろん、サッカーを通じて心身ともに人間性豊かな子どもを育成を行っていくことも定めています。こうした規約は、他の種目・競技においても参考になるものだと感じています。今回経験した、地域移行までの一連の過程を他の種目にも示していくことで、他の部活動への波及にもつなげていけるのではないかと考えています。



㊦ スポーツ協会として、今回の取り組みで感じたことはありませんか。



㊧ スポーツ協会の加盟団体でありますサッカー協会は、昔からスポーツ教室を実施したり、東御JFCで小学生の指導を行ったりしているため、指導経験において、長い歴史があります。こうした長い指導経験のある種目であれば、他の競技においても移行を進めていきやすいのではないかと考えています。今回は、それを実行できた良い事例であったと思いますし、これから、そういった経験を他の種目にも活かしていけるのではないかと感じています。



㊨ 今回、新たに立ち上がったセレージャ東御ジュニアユース（中学生部門）の指導者を中村さんに担っていただいておりますが、中村さんが指導者をお引き受けになった経緯などお聞かせいただければと思います。



㊩ 生まれ育った地元へ恩返しをしたいというのが一番の理由です。私は、東御市で生まれ、幼いころ、サッカー協会のスポーツ教室などで、サッカーを教わってきました。そのおかげ、小中高大とサッカーを続け、大人になった今でもサッカーに携わることができています。私は、セレージャ東御に所属する前、他のクラブチームで指導者をしておりましたが、今回、小学生時代にサッカーを教わった恩師からお声をいただき、地元へ恩返しをしたいと思います、指導者を引き受けました。

㊪ 教育委員会では、保護者の方に対して、部活動の地域移行に関するアンケートを

～培ったノウハウを他の種目へ活かしていくため～

昨年度、先行モデルとしてサッカーの試行的な地域移行に取り組みました。今回は、教育委員会、学校、統括コーディネーター、スポーツ協会、地域クラブのそれぞれの立場の皆さんからお話をお伺いしました。

セレージャ東御
㊫ 中村 太基さん



統括コーディネーター
㊬ 池田 和生さん



東御市スポーツ協会 会長
㊭ 藤 行孝さん



実施しました。そこで、地域移行に関して不安なことや心配することとして、活動場所までの移動・送迎の問題や月謝などの費用負担に関するものがあがっています。今回、試行的な取組の中で、出てきた課題はどのようなものがあつたでしょうか。



㊮ やはり、アンケートと同じで、移動や送迎に関するところ、費用負担に関するところは、サッカーの移行を進めるうえで、課題として出てきました。こうした問題は、直ぐに解決していけるものではなく、引き続き、関係機関が連携し、互いに知恵を出し合っていく必要があります。今回、セレージャ東御を設立するにあたり、新たにユニフォームをつくる必要がありました。しかし、これまで部活動に所属していた生徒は、部活動に入部するタイミングでユニフォームを購入しているため、クラブチームでユニフォームをつくるとなると、保護者の方にとって大きな負担になってしまいます。そこで、学校に協力を依頼し、これまで学校部活動で使用していたユニフォームをセレージャ東御でも活用させていただくことになりました。このように、地域クラブと学校等が連携し、互いに協力しあうことが必要だと感じています。



㊯ 中村さんほどのような課題を感じましたか。



㊰ 地域移行までのスケジュールが非常にタイトだったことが課題であったと感じています。初めての取り組みであったこともあ

り、常に手探りな状態で準備を進めていました。他の種目で移行を進める際には、ぜひ、今回の経験を活かし、余裕を持って進めていただければと思います。



㊤スポーツ協会としては、どのような課題を感じましたか。



㊦地域移行を進めていくためには、市内事業所の協力が必要と考えます。地域移行においては、指導者の確保が一つの大きな課題であります。専門的知識や技術を持った人材の確保です。市内事業所にはそういった方々が



おいでになると思いますので、事業所のご理解とご協力をいただければと思います。また、お金のご支援を頂ければありがたいところですが、金銭的支援が事業所にとってメリットがあまりないので、なかなか援助につなげていけない状況です。また、地域移行の始まりは先生の働き方改革と言われており、確かにこのことも理由の一つですが、少子化の視点から考えると、チーム編成が出来ない種目が今後発生します。この対策として地域クラブ化がありますが、中学校部活動が存続する中での地域クラブ化はなかなか難しいと感じています。



㊧地域移行を進めていくには、送迎や費用など多くの課題があることを切に感じています。送迎や費用については、原則、保護者の方にご負担いただきますが、国や県の動向を踏まえ、行政の立場から支援していけるよう引き続き、検討を行ってまいります。

今回、サッカーの試行的な移行を行ってみて、得られたメリットや見えてきた課題がたくさんありました。これから、他の種目・競技においても、子どもたちの気持ちを大切にしながら進めていく必要があると思いますが、どのように移行を進めていきますか。それぞれのお立場からお願いたします。



㊨引き続き、生徒・保護者、学校、地域クラブ、行政などが、密に連携を取り合っていける体制を維持していくことが重要だと考えています。今回のサッカーでは、関係者が何度も何度も集まり、地域移行に向けて議論

を行ってきました。地域移行を進めるうえで、一番大切なことは、やはり、生徒たちのことを最優先に考え、子どもたちが地域でスポーツや文化芸術活動を継続的に行っていける環境をつくっていくことだと考えています。そのため、これからも、各関係機関が互いに手を取りながら進めていきたいと考えています。



㊩校長先生がおっしゃるように、引き続き、各関係者同士で連携を深めていくことが重要だと考えています。そういったことについて、現在、学校部活動の外部指導者は、スポーツ協会ともつながりがあるので、連携がとりやすいのではないかと考えています。現在も、各競技団体の方々とヒアリングを行っているところですが、外部指導者の方々にもご協力いただきながら、移行を進めていきたいと考えています。



㊪地域移行を円滑に進めていくためには、関係者の連携ももちろん大切ですが、企業や市民の皆さんにもご理解いただくことも重要だと感じております。地域クラブの指導者だって、仕事をしておりますし、それぞれ家庭もお持ちです。地域クラブの指導を継続的に行っていくためには、企業の皆さんや各ご家庭の家族の皆様から理解をいただくことは必要不可欠ですので、今後は、そういったところにも力を入れて進めていければと思います。



㊫皆様、本日はお忙しいところどうもありがとうございました。他の種目の地域移行に向け、今後もお協力をどうぞよろしくお願いたします。

『東御市高齢者日常生活サポート事業』が 4月よりスタートします!

●問い合わせ先 地域包括支援センター ☎ 64 - 5000

高齢化、核家族化の進展とともに、一人暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯、介護などの支援を必要とする高齢者が増えており、日常生活支援へのニーズが高まっています。

このようなニーズにお応えするため、4月1日から“生活への支援”に特化した新たなサービスがスタートします。

高齢者日常生活サポート事業ってなに?

東御市社会福祉協議会に登録された地域の有償サポーターがお宅へ伺い、生活の中での困りごとをサポートすることで、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられる地域社会を実現していこうとするものです。



どんな人が使えるの?

65歳以上の

- 一人暮らしの方
- 高齢者のみの世帯に属する方

上記のうち、日常生活への支援が必要な方にご利用いただけます。事業の対象になるか、事前に確認をさせていただきます。

どのくらい使えるの? 利用料金は?

- 利用頻度・時間：
1日あたり 最大1時間まで
1週間あたり 最大2日まで
- 利用者負担額：
30分あたり 100円

どんなことを頼めるの?

生活支援

- ごみ出し
- 家周辺の手入れ
- 除雪 など



家事支援

- 掃除
- 調理
- 買い物 など



※令和7年度は「生活支援」を中心としたサービスを実施します。

利用したいときはどうしたらいいの?

要介護認定を受けていない方

地域包括支援センターへ直接ご申請ください。
申請書は地域包括支援センター窓口
でのお渡し、または市ホームページより
ダウンロードしてご使用ください。
詳細はお問い合わせください。



市ホームページ

要介護認定を受けている方

担当のケアマネージャーへご相談ください。
(ケアマネージャーから代理申請します)
※令和7年度は介護認定を受けていない方が主
な対象になります。要介護・要支援者は状況
に応じて対応予定です。



令和7年度東御市重点事業

～人と自然にやさしい豊かな暮らしを実感できるまち とうみ～

●問い合わせ先 企画振興課 企画政策係 ☎64-5806

令和7年度は第3次東御市総合計画基本構想に掲げる6つの基本目標の達成に向け、次の事業を重点事業として位置付けて取り組んでまいります。

第3次東御市総合計画・前期基本計画に基づく事業

() 内は令和7年度当初予算額です。千円単位を四捨五入し、万円単位で表記しています。

基本目標

I

自然と多様な人々が共生するまち



▲滋野児童館の太陽光パネル

- 再生可能エネルギーの地産地消の推進 (7,284万円)
- 地域づくり協議会や区など多様な市民活動団体の担い手不足等に対する支援強化 (8,744万円)

太陽光発電設備や定置型蓄電池の導入等に対する補助を行い、再生可能エネルギーの利用拡大を図ります。

基本目標

II

共に支え合い、健やかに暮らせるまち



▲通所サービスの様子

- こどもの生きる力を育む「子育て・子育て」支援の充実 (1,612万円)
- 子育て・子育てを社会全体で支える地域づくりの推進 (1,526万円)
- 健やかに育つ、育てる母子保健の推進 (714万円)
- ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進 (933万円)
- 社会参加活動の促進による介護予防の推進 (5,709万円)
- 在宅医療・介護の連携強化 (251万円)
- 生活を支える介護予防サービス基盤の整備 (686万円)
- 生活課題を解決するための包括的な支援体制の整備 (3,069万円)

高齢者の社会参加活動を促進することで、生活機能の維持・改善および重度化の抑制を図り、介護予防を推進します。

基本目標

III

誰もが学び、自分らしく輝けるまち



▲北御牧給食センター
試食会の様子

- 部活動の地域移行の推進 (594万円)
- 東部地区小学校給食センター建設の推進 (8,709万円)
- 刀剣を軸とした文化振興の推進 (1,173万円)

東部地区4小学校において、安心・安全な給食提供を行う体制を整えるべく、給食センターの建設を推進します。

基本目標
IV

魅力と活力があふれる産業のあるまち



▲2024年度にオープンした
ワインテラス御堂

- 「地域計画」及び「目標地図」に基づいた多様な担い手農家への農地集積・集約の推進（32万円）
- ワイン振興施設を活用した農畜産物のブランディングと販売促進（2,931万円）
- 福祉施策との連携による新たな付加価値の創出事業（50万円）
- 多様なツーリズムの創出による滞在価値の向上及び地域経済の好循環化（3,395万円）

ワイン&ビアミュージアムやワインテラス御堂等のワイン関連施設を活用した各種PRにより「ワインシティ・とうみ」の実現を目指します。

基本目標
V

便利で安心して暮らせるまち



▲地区別空き家懇談会の様子

- 市道県東深井線の歩道設置事業の促進（4,010万円）
- 道路施設等修繕事業の促進（1億8,763万円）
- 地域公共交通計画に基づく交通システムの利便性と利用率の向上（7,908万円）
- 上水道西宮・八重原水系安定供給の推進（1億3,020万円）
- 官民連携による空き家等の利活用の促進（1,334万円）
- ため池を含む農業用施設の耐震・長寿命化の促進（4,978万円）

官民連携による空き家バンクの運営や適正管理の啓発活動を推進し、管理不全空き家の発生を抑制するとともに、空き家の利活用を促進します。

基本目標
VI

持続可能な選ばれるまち



▲移住セミナーの様子

- 効果的なシティプロモーションの推進による認知度の向上（1,600万円）
- 移住希望者の多様なニーズに沿った移住定住施策の推進（1,898万円）

移住希望者のニーズに沿ったきめ細やかな相談やセミナーを行うことで、移住定住の促進を図ります。

市政運営説明会を開催します

市民の皆さまに令和7年度の市政運営や市の重点事業について理解を深めていただくため、説明会を開催します。

地区	開催日 / 場所
田中	5月20日(火) / 中央公民館
滋野	5月22日(木) / 滋野コミュニティーセンター
祢津	5月23日(金) / 祢津公民館
和	5月26日(月) / 和コミュニティーセンター
北御牧	5月29日(木) / 北御牧公民館

時間 / 午後6時30分～午後7時30分

対象 / どなたでも参加できます

その他 / YouTube「東御市チャンネル」

で、当日会場で流す重点事業の説明動画を4月下旬より配信しますのでご利用ください。また、CATVとうみチャンネルでも放送予定であり、配信日・放送日は市公式LINE、市ホームページでお知らせします。



東御市チャンネル

令和7年度 当初予算

一般会計

163億2,400万円

前年度比 +6.4%

令和7年度一般会計予算は、自治体情報システムの標準化・共通化にかかる費用や、東部地区小学校給食センターの建設事業費、物価高騰に対応するための支援にかかる費用などにより、前年度比9億8,400万円（6.4%）の増となりました。

依然として厳しい歳入の状況を見込むなか、基金からの繰り入れにより財源を確保し、第3次東御市総合計画に位置づけた事業を推進するための予算を編成しました。

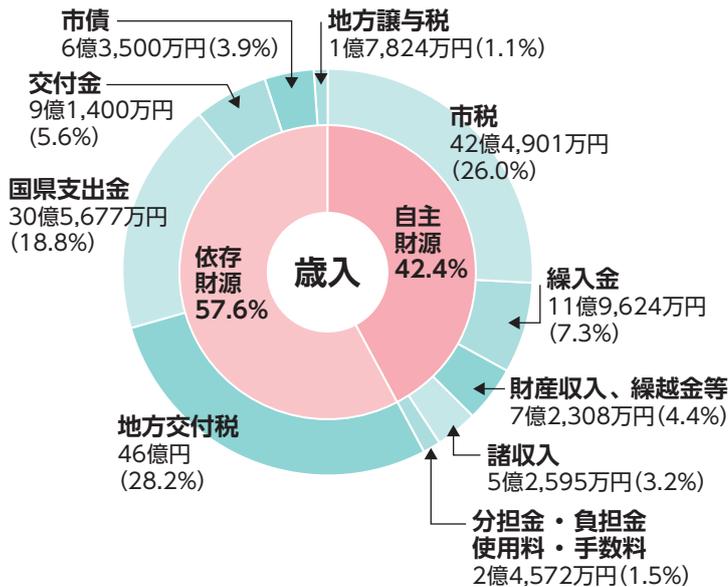
歳出については、一般財源枠配分方式*の採用と事務事業の見直し等により、経常経費の抑制に努めるとともに、継続事業や重点施策について精査し計上しました。

一般会計および特別会計、公営企業会計の予算額は、左記のとおりです。

※各部課が配分された財源の範囲内で予算編成を行う手法

●問い合わせ先

総務課 財政係 ☎ 64-5901



一般会計の歳入

歳入は、金額の大きいものから順に地方交付税が46億円、市税が42億4,901万円、国県支出金が30億5,677万円となっています。

主な歳入では、自治体情報システムの標準化・共通化などの事業を行うため国庫支出金で3億8,896万円の増、国が示す地方財政計画に基づき地方交付税で1億8,500万円の増、公共施設の照明LED化などの事業を行うため市債で1億5,140万円の増を見込みました。

自主財源…市が独自に収入することができるお金

依存財源…国や県などから入ってくるお金

市税…固定資産税や市民税、都市計画税など

繰入金…各基金から取崩して一般会計に繰り入れるお金

財産収入、繰越金等…土地貸付収入やふるさと寄附金など

諸収入…貸付金元利収入など

分担金・負担金…保育料、施設入居者負担金など

使用料・手数料…市営住宅使用料など

地方交付税…各市町村が標準的な行政サービスを提供できるよう、一定の基準により国が交付する税

国県支出金…国や県からの補助金など

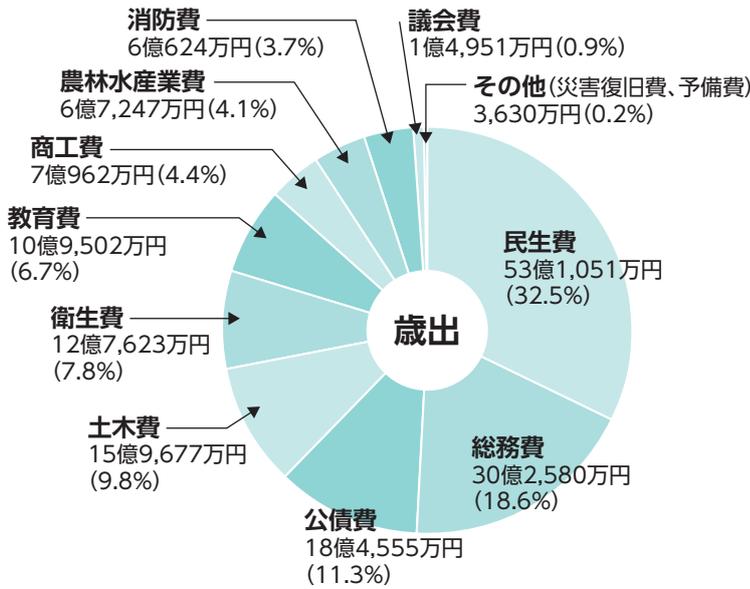
交付金…地方消費税交付金や地方特例交付金など

市債…市が長期にわたって借りるお金

地方譲与税…国から地方に譲与される税金



- 民生費**…一定水準の生活と安定した社会生活を保障するための経費
- 総務費**…市の全般的な管理等にかかる事務経費など
- 公債費**…市が借入したお金の元金・利息分を返済するための経費
- 土木費**…道路や河川などの整備にかかる経費
- 衛生費**…健康で衛生的な生活環境を保持するための経費
- 教育費**…学校整備や社会教育などの経費
- 商工費**…商工業振興や観光振興の経費
- 農林水産業費**…農林業振興の経費
- 消防費**…消防・防災対策などの経費
- 議会費**…議会の活動に要する経費
- 災害復旧費**…被災した道路等の復旧にかかる経費
- 予備費**…予期しなかった予算外の支出や予算の不足に対応するための経費



一般会計の歳出

※各金額と構成比は、表示単位未満を四捨五入しているため、合計と一致しない場合があります。

※予算書は、財政係窓口、市立図書館1階、本庁舎1階行政資料閲覧コーナーに備え付けてあります。また、市ホームページでもご覧いただけます。



市ホームページ

歳出は、金額の大きいものから順に民生費が53億1,051万円、総務費が30億2,580万円、公債費が18億4,555万円となっています。

主な歳出では、民生費で生活困窮者自立支援事業費3,069万円や子ども・子育て応援事業費852万円、高齢者等終身サポート事業費218万円等を計上したことにより2億9,434万円の増、教育費で東部地区小学校給食センター建設事業費8,709万円や給食費負担軽減事業費2,664万円等を計上したことにより2億3,127万円の増となりました。

令和7年度会計別総括表

(表1) 一般会計および特別会計 (単位：万円、△：マイナス)

会計名称	令和7年度 予算額	前年度比	
		増減	率(%)
一般会計	1,632,400	98,400	6.4
国民健康保険特別会計	320,800	△ 200	△ 0.1
介護保険特別会計	308,000	12,000	4.1
後期高齢者医療特別会計	48,380	2,220	4.8
総額	2,309,580	112,420	5.1

(表2) 公営企業会計 (単位：万円、△：マイナス)

会計名称	令和7年度 予算額	前年度比		
		増減	率(%)	
水道事業計	収益的支出	65,892	3,028	4.8
	資本的支出	56,736	6,976	14.0
	計	122,628	10,004	8.9
下水道事業計	収益的支出	136,190	486	0.4
	資本的支出	209,825	56,800	37.1
	計	346,015	57,286	19.8
病院事業計	収益的支出	243,800	26,182	12.0
	資本的支出	39,200	200	0.5
	計	283,000	26,382	10.3

令和7年度課税分から適用 国民健康保険税の税率等が変わります

◆国民健康保険税率改正の概要

国民健康保険（以下「国保」）制度は、平成30年4月の制度改革により、これまでの市町村単位の運営から県と市町村の共同運営に移行しています。

これに伴い、県内の国保加入者の税負担を公平なものとするため、県内における国保税の算定方式を現行の4方式（所得割・資産割・均等割・平等割）から資産割を除いた「3方式」に統一する取組が段階的に進められています。

本市では、資産割の段階的な廃止に向け、令和7年度は下表のとおり資産割の税率を引き下げるほか、これに伴う減収分を補うため、均等割、平等割の一部を引き上げます。

国保税改正の内容

【基礎課税(医療)分】

区分	改正前	改正後	増減率・額
①所得割	6.7%	6.7%	—
②資産割	11.2%	5.6%	▲5.6ポイント
③均等割	19,000円	20,100円	1,100円
④平等割	19,500円	20,600円	1,100円

【介護納付金分】

区分	改正前	改正後	増減率・額
①所得割	2.3%	2.3%	—
②資産割	1.8%	0.9%	▲0.9ポイント
③均等割	9,000円	9,000円	—
④平等割	8,200円	8,200円	—

【後期高齢者支援金分】

区分	改正前	改正後	増減率・額
①所得割	2.5%	2.5%	—
②資産割	3.8%	1.9%	▲1.9ポイント
③均等割	7,300円	8,300円	1,000円
④平等割	7,000円	7,400円	400円



◆国保税の賦課限度額の引き上げ

所得に応じた国保税額となるように賦課限度額が引き上げられました。

	改正前	改正後
基礎課税(医療)分	650,000円	660,000円
後期高齢者支援金分	240,000円	260,000円
介護納付金分	170,000円	170,000円

◆国保税の軽減判定基準の緩和

世帯の前年の所得が決められた基準額を下回る場合は、所得に応じて国保税の均等割額（1人当たり）と平等割額（1世帯当たり）の7割・5割・2割が軽減されます。

この度、5割軽減と2割軽減の所得基準が昨今の経済動向等を踏まえて見直され、軽減対象が拡大しました。

5割軽減

改定前 43万円+ (29.5万円×被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下の世帯

改定後 43万円+ (**30.5万円**×被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下の世帯

2割軽減

改定前 43万円+ (54.5万円×被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下の世帯

改定後 43万円+ (**56万円**×被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下の世帯

※給与所得者等の数とは、世帯内の被保険者と世帯主のうち、55万円を超える給与収入を有する方の数と公的年金等の収入が110万円(その方が65歳未満の場合は60万円)を超える方の数(給与所得を有する方を除く)の合計をいいます。

●問い合わせ先 市民課 国保年金係 ☎75-8810

後期高齢者医療制度のお知らせ 保険料軽減制度が見直されました

現在、世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額を合計し、決められた所得基準を下回っている場合には、保険料の均等割が所得に応じて軽減されています。今年度は下記のとおり見直されました。



5割軽減

改定前 基準額 43万円+ (29.5万円×世帯の被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下

改定後 基準額 43万円+ (**30.5万円**×世帯の被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下

2割軽減

改定前 基準額 43万円+ (54.5万円×世帯の被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下

改定後 基準額 43万円+ (**56万円**×世帯の被保険者数) +10万円× (給与所得者等の数^{*}-1) 以下

※給与所得者等の数とは、世帯内の被保険者と世帯主のうち、55万円を超える給与収入を有する方の数と公的年金等の収入が125万円(その方が65歳未満の場合は60万円)を超える方の数(給与所得を有する方を除く)の合計をいいます。

●問い合わせ先 長野県後期高齢者医療広域連合 ☎026-229-5320
市民課 国保年金係 ☎75-8810



感染症予防のため 予防接種を受けましょう

●問い合わせ先 健康推進課 保健地域医療係 ☎64-8882

予防接種は、病気に対する免疫をつけたり、免疫を強くするためにワクチンを接種することをいいます。また、病気にかかったとしても、重い症状になることを防ぐ効果が期待されます。

『予防接種法』により、接種対象者、接種できる期間が定められた定期接種には、下図のとおり「A類疾病」と「B類疾病」の予防接種があります。

A類疾病

対象者全員が受けるべき予防接種です。これらの感染症は感染力や重篤性の大きいことから、その発生やまん延を予防するものです。（主に、赤ちゃんやお子さんが接種します。**母子手帳等で接種漏れがないか確認いただき、予防接種を受けましょう。**）

- ジフテリア
- 百日せき
- 破傷風
- ポリオ
- Hib感染症
- B型肝炎
- 小児の肺炎球菌感染症
- 結核（BCG）
- 麻疹
- 風しん
- 水痘
- 日本脳炎
- ヒトパピローマウイルス（HPV）感染症
- ロタウイルス

接種費用は全額市が負担しています

B類疾病

対象者が希望する場合に受ける予防接種です。個人の発病や重症化を防止し、併せてまん延の予防に資するものです。

- 高齢者インフルエンザ
- 新型コロナウイルス感染症
- 高齢者の肺炎球菌感染症
- 带状疱疹

**接種費用の一部を
個人に負担していただいています**

●ご確認ください

接種費用は、助成が受けられる時期や年齢があるので接種前に確認してください。

※万が一、定期接種のワクチンにより健康被害が生じた場合に備え、**健康被害救済制度**が設けられています。

※定期接種以外の予防接種は**任意接種**で、接種費用は原則個人負担です。

令和7年度の予防接種について

HPVワクチン（子宮頸がん予防）の接種機会確保（キャッチアップ接種）期間が1年延長となります

対象者：東御市に住民票がある平成9年4月2日から平成21年4月1日生まれ的女子で、令和4年4月1日～令和7年3月末までの間にHPVワクチンを1回以上接種し、合計3回の接種を完了していない方（キャッチアップ接種対象者および平成20年度生まれの方が対象です）

接種期間：令和8年3月31日まで

ワクチンの種類：(1) サーバリックス、(2) ガーダシル、(3) シルガード9

※決められた間隔をあけて、原則同じワクチンを合計3回接種してください。

接種費用：無料

- 過去の接種歴が確認できる母子手帳等を持参して医療機関で接種してください。
- 紛失、転入等で予診票がない場合は、市健康推進課までご連絡ください。

高齢者の肺炎球菌予防接種

対象者：東御市に住民票がある方で

- (1) 接種当日に 65 歳の方
- (2) 接種当日に 60 歳～64 歳であって、心臓、腎臓若しくは呼吸器の機能障害、またはヒト免疫機能障害を有する方

- 過去に高齢者用肺炎球菌ワクチン(23 価)の接種を受けたことのある方は対象外です。
- 対象者には 65 歳の誕生日に予診票を郵送します。



接種費用：2,000 円 ※接種後、医療機関でお支払いください。

4 月から带状疱疹の定期予防接種を開始します

対象者：東御市に住民票がある方で

- (1) 年度内に 65 歳を迎える方(昭和 35 年 4 月 2 日～36 年 4 月 1 日生まれ)
- (2) 令和 7 年度から令和 11 年度までの 5 年間に限り、その年度内に 70、75、80、85、90、95、100 歳*となる方。

令和 7 年度は以下の方が対象となります。

- 70 歳(昭和 30 年 4 月 2 日～31 年 4 月 1 日生まれ)
- 75 歳(昭和 25 年 4 月 2 日～26 年 4 月 1 日生まれ)
- 80 歳(昭和 20 年 4 月 2 日～21 年 4 月 1 日生まれ)
- 85 歳(昭和 15 年 4 月 2 日～16 年 4 月 1 日生まれ)
- 90 歳(昭和 10 年 4 月 2 日～11 年 4 月 1 日生まれ)
- 95 歳(昭和 5 年 4 月 2 日～6 年 4 月 1 日生まれ)
- 100 歳(大正 14 年 4 月 2 日～大正 15 年 4 月 1 日生まれ)

※令和 7 年度に限り、年度内に 100 歳以上になる方(大正 14 年 4 月 1 日以前生まれ)も対象となります。

- (3) 60 歳～64 歳を迎える方でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり日常生活がほとんど不可能な方

※定期接種の対象年度以外は任意接種となり、全額自己負担になります。

ワクチンの種類と接種回数：ワクチンの接種は 2 種類あり、いずれか 1 種類を接種します。

- (1) 生ワクチン 1 回接種
- (2) 組換えワクチン 2 か月以上の間隔で 2 回接種

接種費用：(1) 生ワクチン 2,400 円 (2) 組換えワクチン 12,800 円(2 回分) [@ 6,400 円 / 1 回あたり]

※接種後、医療機関でお支払いください。

- 带状疱疹にかかったことのある方も対象です。
- 带状疱疹ワクチンの交接種は認められていません。(1 回目に組換えワクチンを接種した方は 2 回目の接種も組換えワクチンです。)
- 任意接種として組換えワクチンを 1 回接種している方は、残り 1 回分の接種を受けてください。
- 生ワクチンを 1 回以上接種したことのある方、または組換えワクチンを 2 回以上接種したことのある方で、带状疱疹の予防接種を行う必要がないと認められる方は接種対象者から除外されます。
- 対象者へ予診票を郵送しますので、病院に必ず持参して予防接種を受けてください。

詳細はこちら



市ホームページ

第5次東御市地域福祉計画・第5期東御市地域福祉活動計画 (東御市再犯防止推進計画)を策定しました

●問い合わせ先 福祉課 共生社会推進係 ☎64-8888

市では、令和7年度から令和11年度までを計画期間とする第5次東御市地域福祉計画を策定しました。本計画では、社会福祉協議会が策定する地域福祉活動計画を一体的に策定したほか、再犯の防止等の推進に関する「東御市再犯防止推進計画」を含めた計画となっています。

この計画は、すべての市民にとって、東御市が優しさや安心感に包まれた地域となるように、一人ひとりの「つながり」に関心を持ち、みんなで支えあいわかちあう地域づくりの実現を目的としています。

地域福祉を社会全体で推進していきましょう！

基本理念

『ともしつながり、ともに認め合う、みんなが助けあい支えあうまち』

基本目標1 地域福祉を推進する人づくり

- 市民一人ひとりの福祉に対する意識を高め、福祉にかかわる人材育成の推進を図ります。
- 主体的に地域に関われるよう、それぞれの思いや役割を大切にして、地域福祉を推進できるように支援します。

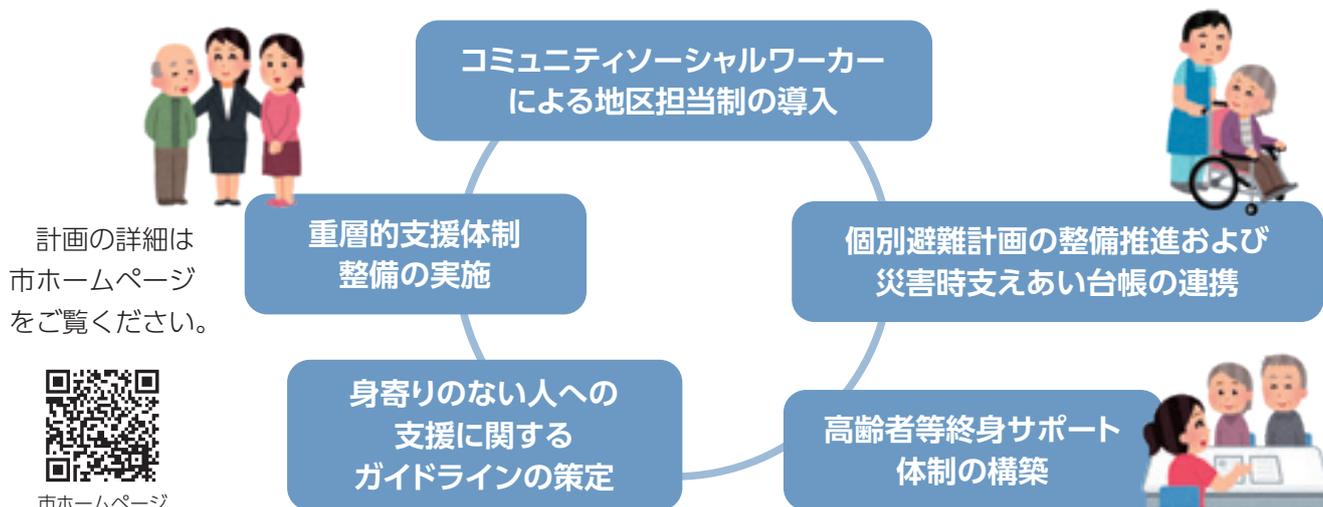
基本目標2 安全・安心に暮らせる地域づくり

- 災害時に地域で支えあう体制づくりの支援を図ります。
- 全ての子どもが健やかに成長できる環境づくりと、生涯にわたる心身の健康づくりを進めます。

基本目標3 支えあい、つながる環境づくり

- 不安や孤独感を抱える世帯に気づき、寄り添い、孤立を防ぐような場を作ります。
- 複合的な課題を抱える人やケースへの支援を行います。

共生社会の実現に向け、市と社協が協働して計画している取り組み



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
広報担当より

✉shho-tomi@city.tomi.nagano.jp
☎64-58000 ☎63-54361

お知らせ

マイナンバーカードの休日窓口について

◆受付日時 4月13日(日)

午前8時30分～正午(完全予約制)

◆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

付き公的証明書、保険証・資格確

認書、通知カード

☎/市民課 市民係 ☎75-2007



子どもフェスティバル

◆日時 5月10日(土)

午前9時30分～午後1時

◆場所 東御中央公園一帯

※雨天の場合は、第一、第二体育館

で開催(上履きをご持参ください)

※駐車場が狭いため、できるだけ乗

りあわせてお越しください。

◆催し物案内(内容等は変更になる場

合があります)

・わたあめ配布・スライムづくり

・ふわふわピエロ・バルーンアート

・ストーンペイント・キックター

ゲット&サッカーボーリング

・特殊車両の展示 等

◆交通規制のお知らせ

日時 5月10日(土)

時間 午前9時～午後1時30分

区間 武道館前駐車場入口～

新屋配水池前

◆その他

・グラウンド駐車場は午後2時にゲー

トが閉まり、車の出入りが出来なく

なります。

・会場にはゴミ箱を設置しませんので、

ゴミは各自でお持ち帰りください。

☎/地域づくり支援課 青少年係

☎64-58855

✉seishonen@city.tomi.nagano.jp

「本人通知制度」をご利用ください

「本人通知制度」とは、事前に登録した方の戸籍や住民票を第三者に交付した際に、登録した本人宛に交付の事実を通知するものです。

戸籍などの不正取得による犯罪や人権侵害を防止するためにも、ぜひ本制度をご活用ください。

◆事前登録手続き

市民課市民係窓口で登録の申込み

をしてください。

○事前登録できる方

市に住民票がある(あった)方、

または本籍がある(あった)方

○手続きに必要なもの

・本人確認書類(運転免許証、旅券、

マイナンバーカードなど)

・委任状(代理人が申し込む場合)

※代理人が申請する場合は市民係まで

お問い合わせください。

◆通知の対象となる証明書

○住民票の写し・住民票記載事項証

明書(除票を含み、戸籍の表示が

されたもの)

○戸籍謄本・抄本・戸籍記載事項証

明書・戸籍の附票の写し(除籍、

改製原を含む)

◆通知する内容

○証明書の交付年月日

○交付した証明書の種類及び通数

○交付請求者の種別(代理人・代理人以外の者)

※交付請求者の住所、氏名等は通知されません。

※通知を受けた際には、個人情報保護法に基づいた情報の開示の請求ができます。

申込・☎/市民課 市民係

☎75-2007

特定疾患等のための通院等に要する費用の助成

特定疾患の治療等を目的とした通院を行っている方について、通院費の実費相当(上限有)を助成します。

◆対象者

・指定難病等の医療費助成を受けている方

・慢性腎不全と診断された方

・ネフローゼ症候群または重症小児

ゼンソクと診断された方

※助成を受けるためには、年度ごとに

申請を行い、認定を受ける必要があり

ます。詳細は左記をご覧ください。

☎/福祉課 共生社会推進係

☎64-8888



市ホームページ

高齢者世帯への緊急通報装置等 設置事業について

市では、65歳以上の高齢者世帯で設置が必要と認められる方へ、緊急通報装置等の設置及び設置費の9割を給付する事業を行っています。

これまで地区の民生児童委員の方を通じて希望調査を行ってきましたが、今年度から希望調査方法を変更しました。設置を希望する方は福祉課高齢者福祉係までお申込みください。

◆**対象** 65歳以上の高齢者世帯で必要と認められる方

※申し込み後の審査により設置できない場合があります。また、希望者が多数の場合は緊急性のある方から設置させていただきます。

◆設置機器

◆緊急通報装置

近隣やご親族など3件を通報先として登録し、緊急時に本体またはペダント型のボタンを押すことで、登録先に自動的に電話回線を通じて通報されるものです。

※電話回線がないお宅は設置できません。

◆火災報知器

天井に感知器を設置し、煙・火災を感知して屋外に設置した非常ベルが鳴ります。自分でボタンを押してベルを鳴らすこともできます。非常ベルが聞こえる範囲に住宅がある方

が対象となります。

※家の構造により壁に穴を開けることがあります。

◆自動消火器

火災の際に自動的に消火器が作動するものです。台所のガスコンロ横の柱等に設置します。

◆注意事項

- ・個人負担金が発生します。（設置費の1割）
- ・1世帯につき1台の設置になります。設置後の管理はご自身で行っていただきます。
- ・詳細は電話又は窓口でお問い合わせください。

◆**申し込み期限** 7月4日（金）

◆**場所** 東御市高齢者センター

（総合福祉センター2階）

申込・問／福祉課 高齢者福祉係

☎75-5090

上田税務署からのお知らせ

令和6年分の申告所得税及び復興特別所得税、消費税及び地方消費税の確定申告の振替日は次のとおりです。

・申告所得税および復興特別所得税

令和7年4月23日（水）

・消費税および地方消費税

令和7年4月30日（水）

振替納税を利用されている方は、振替日の前日までに預貯金口座の残高の

確認をお願いします。

なお、預貯金口座の残高不足等により引き落としができなかった場合、納期限（申告所得税及び復興特別所得税は令和7年3月17日（月）、消費税および地方消費税は令和7年3月31日（月））の翌日から完納の日までの延滞税を併せて納付する必要がありますので、ご注意ください。

※振替納税は、申告期限までに確定申告書を提出された方が対象です。

問／上田税務署 管理運営第一部門

☎21-0433

緑の募金ご協力をお願い

市では、長野県の「緑化推進特別強調期間」（4月1日から5月31日）に合わせ、緑豊かな自然環境を守り、育んでいくための活動の一環として緑の募金運動を行います。

◆募金箱設置場所

市役所、中央公民館、福祉センター、市民病院、和・滋野コミュニティセンター、祢津・北御牧公民館

※令和7年度から家庭募金ではなく、公共施設への募金箱設置となります。

※募金は市内のみどりの少年団活動の助成、地域の植樹と苗木の頒布支援等に活用されます。

問／農林課 耕地林務係

☎64-5898

東御市文化会館オンライン予約システム開始

東御市文化会館の施設予約方法が、令和7年10月よりオンライン予約申請となります（予定）。

◆**対象** 東御市文化会館内施設（ホールを除く）

◆予約申請開始までの流れ

①令和7年7月 システム利用登録およびシステム利用説明（個別説明）

②令和7年10月 予約受付開始

※原則オンラインのみの予約となります。申請書などによる窓口での予約受付は行いません。（ホールは除く）

問／東御市文化会館 ☎62-3700

ひとり親等無料法律相談会

◆**対象** 市内在住で、ひとり親世帯等で、子育てしている方

◆**日時** 5月13日（火）午前9時～正午 一人50分程度

※事前予約が必要です。

◆**内容** 離婚問題、養育費、慰謝料請求など法律的な内容の相談。

※効率的な相談を実施するため事前に女性相談支援員が内容を聞き取らせていただく場合があります。

◆**申込期限** 相談日の1週間前まで

申込・問／福祉課 共生社会推進係

☎64-8888

【保存版】令和7年度市税等納期限

納期月	納期限※1 (口座振替日)	口座振替 再振替日	税目				
			固定資産税 都市計画税	市県民税 (普通徴収)	国民健康保険税 (普通徴収)	軽自動車税	後期高齢者医療 保険料・介護保険料 (普通徴収)
4月	4月30日(水)	5月15日(木)	1期				
5月	6月2日(月)	6月13日(金)				全期	
6月	6月30日(月)	7月15日(火)		1期	1期		
7月	7月31日(木)	8月15日(金)	2期		2期		1期
8月	9月1日(月)	9月12日(金)		2期	3期		2期
9月	9月30日(火)	10月15日(水)	3期		4期		3期
10月	10月31日(金)	11月14日(金)		3期	5期		4期
11月	12月1日(月)	12月15日(月)	4期		6期		5期
12月 ※2	1月5日(月) (12月30日(火))	1月16日(金)		4期	7期		6期
1月	2月2日(月)	2月13日(金)			8期		7期
2月	3月2日(月)	3月13日(金)			9期		8期
3月	3月31日(火)	4月15日(水)			10期		9期

※1 納期限(口座振替日)は、いずれも納期月の末日ですが、閉庁日の場合は翌開庁日となります。
 ※2 12月の納期限は1月5日(月)ですが、口座振替日は12月30日(火)となりますのでご注意ください。

・納付場所

信州うえだ農業協同組合 八十二銀行
 佐久浅間農業協同組合 上田信用金庫
 長野県信用組合 ゆうちょ銀行・郵便局
 長野銀行 長野県労働金庫
 三井住友銀行(口座振替のみ) 東御市役所

◆口座振替のお願い

納税は、便利で安心な口座振替をご利用ください。
 また、口座振替日前に残高の確認をお願いします。

◆コンビニ納付・スマホ決済アプリを利用した納付

納付書にバーコードが印字されている場合は、コンビニエンスストアでの納付ができます。また、納付書のバーコードをスマートフォンアプリ(PayPay、PayB、支払秘書、J-Coin請求書払い、d払い請求書払い、au PAY(請求書支払い))で読み取ることで納付ができます。二次元コードからは、二次元コードを読み取ることで対応決済アプリでの納付ができます。

☎/税務課 収税管理係 ☎71-0331

◆その他料金等の口座振替日

毎月25日

・市営住宅使用料 ・保育料
 ・上下水道料金(佐久水道企業団給水区外)

毎月10日

・上下水道料金(佐久水道企業団給水区内)

※ただし、閉庁日の場合は、翌開庁日となります。

※納税通知書および領収書は、最低5年間大切に保管しましょう。

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
- ◆ゆめみらい公民館 毎月第1金曜日 午前11時30分～午前11時50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
4月10日・24日	空き家相談窓口とうみ開設	企画振興課

☎/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

ハンセン病元患者のご家族に対する補償金制度について

この補償金は、国の誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆様にも多大の苦痛と苦難を強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するためのものです。

◆対象者

補償金額 180万円

- (ア) 配偶者（事実婚も含む）
- (イ) 親、子
- (ウ) 親・子の配偶者および配偶者の親・子等

補償金額 130万円

- (エ) 兄弟姉妹
- (オ) 祖父母、孫
- (カ) 祖父母・兄弟姉妹・孫の配偶者および配偶者の祖父母・兄弟姉妹・孫等
- (キ) 曾祖父母、ひ孫、おじ、おば、おい、めい

※同居など一定の要件が必要な場合があります。

※この制度の請求期間は令和11年11月21日までとなります。

問／厚生労働省 補償金相談窓口
受付時間 午前10時～午後4時
(土日祝日除く 年末年始をのぞく)
☎03-3595-2262

定期普通救命講習会開催

◆日時 5月24日(土)

午後2時～午後5時まで

◆場所 東御消防署2階会議室

◆内容 心肺蘇生法、AEDの使用

法、異物の除去法、止血法

◆服装・持ち物 実技のできる服装・筆記用具・ハンカチ等

◆申込 5月16日(金)までに申込書を記入し、東御消防署に提出してください。

◆その他 受講は無料です。講習後に修了証をお渡しします。定員になり次第募集を締め切る場合があります。

問／東御消防署 救急係 ☎62-0119



上田地域広域連合 ホームページ

市政への提言「私のひまわり」

市の魅力向上と住みよいまちづくりの実現のため、皆さまのアイデアをお寄せください。ご提言は今後の市政運営の参考とさせていただきます。

◆受付期間

4月1日(火)～30日(水)

◆提言のテーマ 市政全般

◆提言書の記入方法 用紙は市ホームページから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。

◆提言書の送付方法

投書箱への投かん、郵送、FAX、Eメール、ながの電子申請サービス

◆投書箱の設置場所

市役所市民ラウンジ、北御牧公民館1階、中央公民館2階

◆提言書の取り扱い

・正確な記入がない場合や誹謗中傷・公序良俗に反するもの、同一もしくは同様の趣旨の繰り返しであるものなど、提言をお受けできない場合がありますのでご了承ください。詳細は市ホームページをご覧ください。

・お寄せいただいたご提言の趣旨を、市ホームページに掲載させていただきます。場合によっては、ご覧ください。

問／企画振興課 企画政策係

☎64-5806 (F)63-5431
✉kikaku@city.tomi.nagano.jp



市ホームページ



ながの電子申請サービス

市長と語る車座ミーティング

開かれた市政を推進することを目的に、市長が市民団体やグループの皆さんと直接語り合う「市長と語る車座ミーティング」を実施していますので、ご利用ください。

◆対象 市内に在住、在勤または在学する人が半数以上在籍する団体

◆参加人数 10人以内

◆開催日時 申込団体が希望する日にち・時間帯をもとに、開催日時を決定します。

※月々金曜日の午前9時～午後5時までの間、所要時間は1時間以内を基本とします。

◆開催場所 東御市役所

◆懇談テーマ 申込団体から提案

◆申し込み 申込書に必要事項をご記入の上、開催希望日の1ヶ月前までにお問い合わせ先へご提出ください。(郵送、FAX、持参、Eメール可)

◆募集期間 随時受付

◆その他 詳細は市ホームページにてご確認ください。

問／企画振興課 企画政策係

☎64-5806 (F)63-5431
✉kikaku@city.tomi.nagano.jp



市ホームページ

令和7年度 東御市生涯学習出前講座

出前講座では、市民の皆さまが知りたい、聞きたい内容をメニュー表から選んでいただき、市の職員等を講師として派遣します。

◆対象 市内在住、在勤、在学する10人以上で構成された団体やグループなど。

◆講座内容 左記の二次元コードからご確認いただくか、東御市中央公民館窓口までお越しください。

◆開催日時 月～金曜日 午前9時～午後9時(2時間以内) 閉庁日は閉講

◆開催場所 場所の手配や準備は、出前を希望される団体やグループでお願いします(市内のみ自宅も可)。

◆申し込み 代表の方が、開催希望日の2週間前までに、講座担当課へ申込書をご提出ください。

◆その他

・政治、宗教、営利を目的とした催し等は、出前をお断りする場合があります。

・運動を伴う講座では安全に配慮しますが、保険加入などは申請団体にて加入をお願いします。

☎75-5506



市ホームページ

「甲乙共通課程」防火管理講習の開催

甲種防火管理者新規資格取得講習(2日間) および乙種防火管理講習(1日間) を開催します。

◆日時 5月29日(木)～30日(金)

両日とも午前9時30分～午後4時30分まで

(乙種防火管理講習29日のみ)

◆場所 上田創造館(文化ホール)

◆対象 防火管理者資格の取得を希望される方

◆定員 100名

◆受講料

上田地域防火協会会員

甲種2000円/乙種1500円 一般

甲種4000円/乙種3000円

◆持ち物 筆記用具等

◆申込 5月1日(木) 午前9時から

(電話申込不可)

上田地域広域連合消防本部予防課及び上田広域8消防署の受付窓口までお申し込みください。

☎26-0029



松くい虫被害木の伐採について

のお願い

市内において、松くい虫の被害が発生しています。市では、松くい虫により立ち枯れたアカマツについて、感染拡大防止や倒木による交通事故防止のため、伐倒処理等を進めています。

個人所有地へ立ち入り、被害木の伐採をさせていただく事に、ご理解とご協力をお願いします。

☎64-5898

伐採届出提出のお願い

個人等が所有する山林の立木を伐採する際には、森林法に基づき本数および面積に関わらず届出が必要です。事前に「伐採および伐採後の造林の届出書」を提出してください。

届出書の提出は、伐採を始める日の90日前から30日前までです。届出書は市ホームページからも入手できます。

☎64-5898



東御市文書館臨時休館解除のお知らせ

お知らせ

◆解除日 4月1日(火)

◆開館時間

午前9時～午後4時(当面の間) 利用方法などについては市ホームページをご確認ください。

☎71-0670

文化・スポーツ振興課

東御市文書館

☎67-3312



市ホームページ

コミュニティ・プラント寺坂処理場を公共下水道へ接続しました

4月1日にコミュニティ・プラント寺坂処理場を公共下水道へ接続し、供用を開始しました。別府・滋野・金井・和南部・田沢・新屋、東上田処理場に続き8地区目となります。これに伴い、処理場としての機能はなくなりますが、今後は非常用汚水貯留槽等として活用していく予定です。

今後も、下水道の適正なご利用をお願いします。

☎64-5874

☎64-5874

募集

令和7年度

『里山探検』参加者募集

- ◆活動内容 探検（お散歩）、どろんこ遊び、クラフト、野外調理、その他子ども大人もやりたいこと
- ◆活動コース 「里山探検キラキラ」「里山探検ニコニコ」から選ぶことができます。詳細は左記の二次元コードからご確認ください。

◆活動期間 4月後半～令和8年3月

※活動日は変更になる場合もあります。

◆場所 北御牧地区芸術むら公園 他（現地集合、現地解散）

◆持ち物 おにぎり、水筒、敷物、着替え、帽子、軍手、長靴、雨具（少雨決行）

◆申込方法 4月18日（金）までに、左記の二次元コードよりお申し込みください。

◆その他 東御市外の方もお申し込みいただけますが、応募者多数の場合には市内の方が優先となります。

申込・問／楽育のk@tomi 事務局

（公益財団法人身体教育医学研究所）

☎61-6148



申込フォーム

令和7年度 二十歳を祝う会実行委員募集

◆対象者

平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれの方

◆令和7年度二十歳を祝う会日時 8月15日（金）午後2時～

場所（予定）東御市文化会館 サントラスホール

◆実行委員の内容

・当日までに3回程度の実行委員会議（オンライン会議）への出席

・当日の準備や式典の運営など

◆申し込み 5月9日（金）までに、左記へお申し込みください。

◆その他 東御市に住所がない方でも申込できます。

申込・問／地域づくり支援課

地域コミュニティ推進係

☎75-5506

信州東御市振興公社のパート募集

◆職種 調理補助・洗い場

◆勤務場所 湯楽里館

◆募集人数 若干名

◆給与等 当社規定による。労災保険加入。

◆応募期限 4月30日（水）

申込・問／湯楽里館 ☎63-4126

「デマンド交通」湯の丸直行使の池の平湿原への延伸に伴う運賃設定の意見募集を実施します

デマンド交通「とうみレッツ号」は、令和6年10月から、増車車両を活用して湯の丸直行使の実証運行を開始しましたが、市内外から池の平湿原への運行拡大のご要望をいただいていることから、田中駅から池の平湿原間を運行する湯の丸・池の平湿原便の実証運行の実施を検討しています。

つきましては、湯の丸・池の平湿原便の実証運行に係る運賃設定について、意見募集を行います。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

◆ご意見の募集期間

4月1日（火）～4月18日（金）

◆ご意見の提出方法

ご意見については、左記メールアドレスまで住所、氏名、電話番号、電子メール等の連絡先を明記の上、お送りください。その他、提出方法については、左記の連絡先までお問い合わせください。

問／商工観光課 商工労政係

☎64-58615

✉syoko-kanko@city.tomi.nagano.jp



市ホームページ

地域のできごとを毎日放送

UCVレポート

UCV121 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

東御市の話題もいっぱい!



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

湯の丸高原レンゲツツジ保全活動ボランティアの募集

◆日時 5月17日(土)
午前9時～正午

雨天の場合は翌日へ延期、翌日も雨天の場合は中止

◆集合時間・場所 午前9時

湯の丸高原地藏峠第2駐車場

◆作業場所 湯ノ丸山麓

作業内容により変更の場合あり

◆対象 小学4年生以上

(小学生は保護者同伴)

◆申込期限 5月11日(日)まで

※保険加入を事前に行いますので必ず期限までにお申し込みください。

申込・問/信州とうみ観光協会
(商工観光課 観光係)

☎62-7701



東御市観光協会

東御市子育て支援審議会委員の公募

市のこども・子育て支援施策を総合的かつ計画的に推進するため、「東御市子育て支援審議会」の委員を公募し

ます。詳細は市ホームページをご覧ください。

応募・問/子ども家庭支援課 子ども

政策係 ☎71-0450

✉kodomokatei@city.tomi.nagano.jp



市ホームページ

登録統計調査員の募集

国などが実施する各種統計調査において、調査員として名簿作成、調査票の配布・回収・点検等の活動に従事していただける方を随時募集しています。ご興味がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

今後予定されている主な統計調査

【国勢調査】

◆報酬 3万円～7万円程度

◆調査活動期間 8月下旬～

11月上旬予定

◆応募要件

・満20歳以上の方

・市内での調査活動に支障がない

居所の方等

申込・問/企画振興課

企画政策係

☎64-5806



市ホームページ

求職中の若者のためのパソコン講座

就職を望む若者を対象にした実務に役立つ講習です。

◆日時

・講座説明会 5月9日(金)

午前10時～午前11時

・講座日程 5月12日(月)・13日(火)・

14日(水)・15日(木)・16日(金)

午前10時～正午(全5回)

◆場所 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2F)

◆内容 ワード・エクセルの基本操作・

応用(Office2019を使用します)

◆対象 15～49歳の求職中の方

◆定員 6名(先着)

◆受講料 無料(テキスト代682円)

◆申し込み 随時、電話で若者サポ-

ートステーション・シナノへ

問/若者サポートステーション・シナノ

☎75-2383



いきいき子ども講座受講生募集

◆開講期間

6月～令和8年2月

◆場所 中央公民館学習室等

◆対象 市内小中学生

◆講座

・毛筆習字をやってみよう

・茶道子ども教室

・季節のお花を生けよう

・初めての将棋

・こどもの料理

・音楽サークルクレッシエンド

◆受講料 3000円(材料費等は別途徴収)

◆申込方法

学校等を通して配布する講座案内をご覧ください。学校等を通じて配布する講座案内をご覧ください。

※開催日時、場所、定員等は講座内

によって異なりますので、講座案内

をご確認ください。

◆開講式および第1回講座

6月14日(土) 午前9時30分～

問/地域づくり支援課 青少年係

☎64-5885



補助金

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夫婦で、双方または一方が申請時点で市内に1年以上住民票があり、市税の滞納がない夫婦
 - ◆**対象経費** 不妊・不育症治療に係る保険適用外の治療に係る経費
 - ◆**補助金額** 対象経費の1/2の額（1回あたり20万円を上限に、通算6回まで補助）
 - ◆**提出書類** 申請書、領収書および診療明細書、医療機関・薬局の診療証明書（健康推進課に書式があります）
 - ◆**申請期限** 1回の治療期間が終了してから90日以内
 - ◆**その他** 補助を希望する場合は、説明しながら書類をお渡ししますので事前に左記へご相談ください。
- 申請・問／健康推進課 保健地域医療係
☎64-8882

ドック補助金

脳ドック

対象年齢が拡充されました。

- ◆**対象** 令和7年度に40・45・50・55・60・65・70歳になる方で、東御市国民健康保険に加入している方
- （昭和60年4月2日～61年4月1日生、55年4月2日～56年4月1日生、50年4月2日～51年4月1日生、45年4月2日～46年4月1日生、

- ◆**対象となる受診期間** 令和7年4月1日～令和8年3月31日まで
- ◆**補助金上限額** 1万3000円
- ◆**申請方法** 健康推進課窓口で申請
- ◆**申請時の持ち物** 「脳ドック」と記載の領収書、検診結果（MRI検査、MRA検査、頸部エコー検査、心電図検査、特定健診の血液検査の検査項目を全て含んでいる場合に限る）、本人確認書類、印鑑、振込口座のわかるもの
- ◆**申請書提出期限** 受診日の翌月の末日まで
- ◆**注意事項**
 - ・補助は年度内1回限りです。
 - ・補助金の対象となる脳ドックの検査項目は、MRI検査、MRA検査、頸部エコー検査、心電図検査、特定健診の血液検査の項目を全て含んだものです。
 - ・オプション検査として受診された場合は、補助の対象外です。

人間ドック

補助金額の変更があります。

- ◆**補助金**は人間ドックまたは市の健診（東御市国保特定健診、後期高齢者健診）のどちらか一方となります。
- ◆**対象** 東御市国民健康保険加入者（令和7年度40歳～受診日74歳）、後期高齢者医療制度加入者
- ◆**対象となる受診期間** 令和7年4月1日～令和8年3月31日まで
- ◆**補助金対象医療機関** 市内外問わず、すべての医療機関

◆補助金上限額

- 【半日ドック】1万5千円
- ※ドック基本料金が3万円未満の場合2分の1が上限（千円未満切り捨て）
- 【1泊ドック】2万円
- ※後期高齢者医療制度加入者は1万円（1泊、半日）

◆申請方法

- ・東御市民病院、佐久総合病院、浅間南麓こもる医療センター、上田生協診療所、鹿教湯病院で受診した場合は、申請の必要はありません。当日資格確認書類等を持参し、補助金分が差し引かれた金額を病院でお支払いください。
- ・その他の医療機関で受診した場合、受診日の翌月末までに健康推進課窓口で申請してください。
- ◆**申請時の持ち物**
 - ・領収書、健診結果、本人確認書類、印鑑、振込口座のわかるもの
 - ・他に助成金がある場合は、その金額がわかるもの
- ◆**注意事項**
 - ・補助は年度内1回限りです。
 - ・補助金の交付は、特定健診の検査項目を満たしている場合に限りです。
 - ・令和7年3月31日までに受診し、まだ申請していない方は、4月18日（金）までに健康推進課窓口で申請してください。

申請・問／健康推進課

健康増進係
☎64-8883

東御市シティプロモーションロゴマークを活用してみませんか



みなさんの事業や商品に市のロゴマークを活用してみてもいいかがですか。使用のための申請が必要になりますので市ホームページをご覧ください。



●問／企画振興課 移住定住・シティプロモーション係 ☎64-5893

各種補助金一覧

区／生活環境課 生活環境係 ☎64-5896			
補助金名	内容・要件等	補助金額	二次元コード
太陽光発電システム等設置補助金	<p>◆太陽光発電設備や定置型蓄電池を設置する方向けの補助金です。</p> <p><一般住宅用></p> <p>①太陽光発電設備 ※単独設置可 ②定置型蓄電池 ※①の設備との連携に限る ③定置型蓄電池 ※単体設置の場合</p> <p><民間施設用></p> <p>①太陽光発電設備 ※単独設置可 ②定置型蓄電池 ※①の設備との連携に限る</p>	<p><一般住宅用></p> <p>①1kWあたり7万円(上限105万円) ②蓄電池価格の3分の1(上限154万9千円) ③設置費用の10分の1以内(上限10万円)</p> <p><民間施設用></p> <p>①1kWあたり5万円(上限500万円) ②蓄電池価格の3分の1(上限379万9千円)</p>	
住宅用太陽熱高度利用システム設置補助金	<p>◆住宅用太陽熱高度利用システムを設置する方向けの補助金です。</p> <p>※1住宅につき1基に限ります。</p>	1基あたり3万円	
木質バイオマスストーブ設置補助金	<p>◆木質バイオマスストーブを設置する方向けの補助金です。</p>	5分の1以内(上限5万円)	
電気自動車購入補助金	<p>◆電気自動車を購入する方向けの補助金です。</p>	国の補助金交付額の5分の1以内(上限8万円)	
省エネ家電製品普及促進事業補助金(買換え補助)	<p>◆LED照明等の省エネ家電製品を新たに買い替える方向けの補助金です。</p> <p>①LED照明器具(1世帯1回に限る) ※本体価格(設置費含む)を含みます。 ②電気冷蔵庫(1世帯1台に限る) ③エアコン(1世帯1台に限る)</p>	<p>①LED照明器具</p> <p>◆市内に本店を有する事業所から購入する場合 購入価格(設置費含む)の2分の1(上限1万5,000円) ◆その他の事業所から購入する場合 4分の1(上限5,000円)</p> <p>②電気冷蔵庫・③エアコン</p> <p>◆市内に本店を有する事業所から購入する場合 購入価格の5分の1(上限3万円) ◆その他の事業所から購入する場合 購入価格の10分の1(上限1万円)</p>	
合併処理浄化槽設置補助金	<p>◆一般住宅(別荘は除く)に合併処理浄化槽を設置する方向けの補助金です。</p> <p>①合併処理浄化槽(新規設置) ②合併処理浄化槽更(更新) ③高度処理型合併処理浄化槽(加算額) ※①②の補助額に上乘せられます。 ④放流部分 ※宅地の境界から放流先までの放流部分の工事費で、放流ポンプを設置した場合はその施設を含む。</p>	<p>①◆5人槽 33万2千円 ◆6~7人槽 41万4千円 ◆8~10人槽 54万8千円</p> <p>②◆5人槽 22万2千円 ◆6~7人槽 22万6千円 ◆8~10人槽 36万6千円</p> <p>③◆5人槽 10万円 ◆6~7人槽 7万円 ◆8~10人槽 4万円</p> <p>④工事費の1/2以内(限度額50万円)</p>	
区／農林課 農政係 ☎64-5894			
補助金名	内容・要件等	補助金額	二次元コード
農業振興補助金	①小規模機械導入支援事業 小型耕運機等のリースにかかる費用 (地域計画に位置づけられた小規模な農地を耕作する者)	自己所有地:10分の2以内 借地:10分の3以内	
	②スマート農業推進事業 スマート農業技術の導入にかかる費用 (国等の補助事業を重複して受けていない者)	個人利用:10分の2以内 共同利用:10分の5以内	
	③農福連携事業 農福連携の取り組みにかかる費用	2分の1以内(限度額:5万円)	

問／農林課 農産物振興係 ☎75-2016			
補助金名	内容・要件等	補助金額	二次元コード
農商工福金連携推進補助金	①地域産品販売促進事業 農畜産物等の販路拡大や販路開拓を目的に行う事業	2分の1以内（限度額：2万円）	
	②アイデア創出事業 農畜産物等を活用した地域振興に資する仕組みやサービスの開発およびその社会実装に向けて行う事業	2分の1以内（限度額：50万円）	
	③新商品開発事業 農畜産物等の新たな磨き上げによる付加価値創出に関する事業	2分の1以内（限度額100万円）	
	④設備等導入事業 6次産業を推進するための製造工程の機械化や販売機器の設置・導入事業	2分の1以内（限度額100万円）	
	⑤総合高付加価値化事業 上記に掲げる事業を横断的に行う事業	3分の1以内（限度額100万円）	
問／農林課 耕地林務係 ☎64-5898			
補助金名	内容・要件等	補助金額	二次元コード
松くい虫特殊伐採補助金	◆市内に住所があり、市内に所有する宅地等に松くい虫に感染した松があり、倒木した際に、道路や電線、建物、農地など、第三者の財産に被害を及ぼす恐れがある場合に、その松を伐採処理する費用の補助金です。	業者に委託して伐採した処理費用の2分の1以内（上限10万円）	
松くい虫防除薬剤防除補助金	◆市内に住所があり、市内に所有する宅地等に松がある方で、ご家庭の庭等の松を、松くい虫の被害から守る対策として、松枯れ防止剤の購入する方向けの補助金です。 ※例年、5月に開催していた「松くい虫防除散布講習会」は、今年度より開催いたしません。	松枯れ防止剤購入費の2分の1以内（上限1万円）	
問／建設課 都市計画係 ☎64-5914			
補助金名	内容・要件等	補助金額	二次元コード
緑化推進事業補助金	◆地域の皆さんで花壇づくりをするために使用する花苗及び資材等の購入費用の補助金です。 ①花苗、種子等の植栽物の購入 ②土、肥料等の花壇資材の購入	①100/100以内 ②80/100以内 いずれも限度額は新規事業15万円、継続事業10万円です。	
生垣設置およびブロック塀等除去事業補助金	◆生垣を設置したり、危険なブロック塀等を撤去する経費の補助金です。 ①生垣を新たに設置した場合 ②既存ブロック塀等の撤去した場合	①限度額6万円 ②限度額5万円	
雨水貯留槽設置補助金	◆雨水貯留槽の設置する方向けの補助金です。 ①1立方メートル以上 ②1立方メートル未満	①本体価格の1/2以内（限度額10万円） ②本体価格の1/2以内（限度額3.5万円）	

◆事業実施前に必ず担当課までにご相談ください。 ◆詳細は、市のホームページをご覧ください。 ◆担当課までお問い合わせください。

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
4月12日(土) 4月26日(土) 5月10日(土) 5月24日(土)	青空 ZUMBA教室 ◆受付 まる屋店舗前にて20分前より ※天候により中止となる場合があります。 ◆次の日程でも開催します。 6月14日(土)、6月28日(土)、7月12日(土)	◆場所 芸術むら公園 芝広場 ◆時間 午後1時～ 午後1時45分 ◆講師 峰村 栄美 先生	固/まる屋 小林 ☎090-1112-6283 ◆参加費 700円 ◆持ち物 動きやすい格好・飲み物・タオル・運動靴	
①4月13日(日) ②4月27日(日) ③5月4日(日) ④5月18日(日)	青空ヨガ教室 ◆受付 まる屋店舗前にて20分前より ※天候により中止となる場合があります。 ◆次の日程でも開催します。 ⑤6月8日(日)、⑥6月22日(日)、⑦7月13日(日)、⑧7月27日(日)	◆場所 芸術むら公園 芝広場 ◆時間 ①～⑥午前9時30分～ 午前10時30分 ⑦⑧午前8時～午前9時 ◆講師 畑中 麻貴子 先生	固/まる屋 小林 ☎090-1112-6283 ◆参加費 700円 ◆持ち物 動きやすい格好・飲み物・タオル・帽子・ヨガマット(持っている方) ※ヨガマットは先着10名様まで無料貸し出し	
4月17日(木)	運動教室「いつでも どこでも 誰でも『ラジオ体操で健康づくり』」 NHKテレビ体操アシスタント森山雅斗と、心と体を元気にするラジオ体操をしよう！	◆場所 総合福祉センター 3階講堂 ◆時間 午後2時～午後3時 ◆講師 SanyTOMI 森山 雅斗 氏	固/健康推進課 健康増進係 ☎64-8883 ◆申込 右記の二次元コードよりお申し込みください。 ◆定員 先着20名	
4月19日(土)	サッカー教室体験会 毎週土曜日に和小学校グラウンドや大田区休養村芝グラウンドなどでサッカー教室を開催しています。	◆場所 和小学校 ◆時間 午前9時～午前11時	申込・固/FC KIDs more 加藤 ☎62-0242 ◆対象 小学1年生～4年生の男女	
4月20日(日) 5月18日(日) 6月22日(日)	青空フラ教室 ◆受付 まる屋店舗前にて20分前より ※パウの無料レンタルあり ※天候により中止となる場合があります。	◆場所 芸術むら公園 芝広場 ◆時間 午前10時30分～ 午前11時30分 ◆講師 山崎 綾子 先生	固/まる屋 小林 ☎090-1112-6283 ◆参加費 1,000円/回 ※親子 1,500円/回 (お子様が小学生の場合) ◆持ち物 動きやすい格好・飲み物・タオル・パウ(お持ちの方)	
4月22日(火) 27日(日)	第29回香東会書展 日本の伝統文化として受け継がれてきた「書芸術」漢字・かな・調和体作品などの部門で書風を異にする会員5名の書作品30点を展示します。	◆場所 東御市文化会館 展示室 ◆時間 午前9時～午後4時 ※ただし、22日は正午開始、27日は午後4時終了	固/香東会 射手 ☎64-5733 ◆出品者 山岸鹿聲(やまぎしかせい) 射手紅苑(いてこうえん) 土屋睦泉(つちやばくせん) 箱山蘆舟(はこやまろしゅう) 古川暉久(ふるかわあきひさ)	
4月29日(火)	「祢津東町歌舞伎」公演 ◆演目 ①子ども歌舞伎「白浪五人男」 (祢津小学校歌舞伎クラブ) ②大人歌舞伎 「鎌倉三代記・絹川村閑居の場」 (祢津東町歌舞伎保存会)	◆場所 祢津日吉神社境内 東町歌舞伎舞台 ◆時間 午前10時30分～ (開場午前10時)	固/祢津東町歌舞伎保存会 (金井) ☎090-4758-6269	

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
5月3日(土)	<p>第7回「平和を希う市民のつどい」 ◆プログラム 開会宣言、市長・市議会議員・県議会議員あいさつ、市民の自由発言「平和への思い」「被爆80年に際して」など</p>	<p>◆場所 東御市役所「市民交流広場」 ◆時間 午前10時～正午</p>	<p>☎/平和を希う市民のつどい実行委員会 田中 ☎090-3092-6210 ◆飛び入り発言歓迎します</p>	
5月10日(土) (荒天の場合11日に延期)	<p>春の御牧原ぜっけいウォーク 「水鏡のゆめぐれ御牧原を歩こう」 田んぼの水鏡に夕焼けが映るこの時季だけの特別なぜっけいを見てください。ゴールでは冷たいお飲み物もご用意いたします。</p>	<p>◆場所 御牧原北部区公民館を起点に3kmと4km ◆時間 午後4時半～6時半頃</p>	<p>申込・☎/おいでなし御牧原の会 小池 淳 ☎55-8000 contact@oide-mimakihara.com 電話、メール、または右記のLINE二次元コードからお申し込みください。 ◆参加費 大人800円、小学生400円、幼児200円(保険代、軽食代)</p>	
①5月18日(日) ②7月13日(日) ③11月16日(日) ④3月8日(日) ※原則、全4回参加してください。	<p>郷土食料理講習会 ◆献立 ①くさもち・にらせんべい・おから煮②湯ごねおやき③くるみおはぎ・しらあえ・けんちん汁④五目おこわ・カボチャのおよごし・ふきみそ</p>	<p>◆場所 中央公民館調理室 ◆時間 午前9時30分～</p>	<p>申込・☎/とうみ食の風土記委員会 小林 ☎090-7635-8524 ◆申込期限 4月20日まで ◆定員16名 ◆材料費 4回分1600円 ◆持ち物 エプロン、三角巾、容器</p>	
5月18日(日)	<p>「マンドリーノ・青いくるみ」 第4回定期演奏会 ◆第1部 オリジナル「交響的前奏曲」「海の組曲」ほか ◆第2部 「星降る街角」「天城越え」「冬のソナタ」ほか</p>	<p>◆場所 東御市文化会館サンテラスホール ◆時間 (開演)午後1時30分(開場)午後1時</p>	<p>☎/マンドリーノ・青いくるみ代表 依田 ☎090-2722-6381</p>	
5月24日(土)	<p>表情輝く!顔深筋(がんしんきん)リラックス講座 顔の表情筋をほぐして疲れやむくみを解消しましょう!自宅でも簡単にできるマッサージです。</p>	<p>◆場所 中央公民館1階学習室2 ◆時間 午後2時～午後3時30分 ◆講師 笹井 かおる 氏</p>	<p>申込・☎/地域づくり支援課 地域コミュニティ推進係 ☎75-5506 ◆申込期限 5月7日(水)まで ◆定員 先着10名 ◆受講料 500円 ◆持ち物 メイク道具(終了後メイクを直したい方)、タオル</p>	
5月27日(火)	<p>ダンボール式生ごみリサイクル講習会 ダンボールの中に腐葉土等を詰め、そこに生ごみを入れて堆肥化処理する方法を学びます。ごみ袋代の節約にもなります。</p>	<p>◆場所 東部クリーンセンター2階会議室 ◆時間 午後1時30分～午後3時</p>	<p>申込・☎/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 ◆申込期限 4月30日(水)まで ◆持ち物 筆記用具</p>	

子育てインフォメーション

子育て支援センターの開館情報

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）

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

支援センターのイベント情報や市の子育て支援情報は、子育て支援ポータルサイト「すくすくぽけっと」で配信しています。



「すくすくぽけっと」のInstagramでもイベント等の情報を配信しています。



☎東部子育て支援センター（すくすくひろば） ☎64-5814
北御牧子育て支援センター（みまき未来館） ☎67-3676

保健案内

☎健康推進課 保健地域医療係 ☎64-8882
健康増進係 ☎64-8883

乳幼児健診等のご案内

乳幼児健康診査、離乳食教室の日程は「保健ごよみ」で確認できます。
*本年度から各家庭への「保健ごよみ」の送付はありません。

保健ごよみ



すくすく♥TOMI



東御市の子育て情報（乳幼児健康診査、離乳食教室の日程等）は、母子手帳アプリ「母子モ」の『すくすく♥TOMI』で受け取ることができます。

母子モ



各種相談（総合福祉センター）

相談名	実施日	時間
母と子の健康相談	毎週火曜日	午前9時～午前11時
母と子の栄養相談・ 歯科相談	5月13日（火）	
精神科医・精神保健福祉士によるこころの相談	予約制	
こころの健康・依存症に関する相談	月～金曜日（祝日除く）	午前9時～午後5時
生活習慣病相談		

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

- 千年のフーダニット 麻根 重次：著
- わだかまってばかり日記 岩瀬 成子：著
- ドバドバ温泉ドライブ 岩本 薫：著
- 経済の仕組み学び直しの教科書 原田 亮介：著
- じょうずに頼る介護 リポーンプロジェクト：編
- ぱっと見わけ観察を楽しむ野鳥図鑑 石田 光史：著
- トーストの発想と組み立て ナガタ ユイ：著
- コシノ三姉妹 コシノ ヒロコ：他著
- うまいイラストレーション momo：他著
- モヤモヤをすると言葉にする ひきた よしあき：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 5月9日（金）午前10時30分～
対 象 未就園児とその保護者
- ◆「ほたる」による★おはなし子ども会
日 時 5月17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 4月25日（金）

☎市立図書館 ☎64-5886

とうみチャンネル4月 UCV112

とうみ歴史研究会 令和6年度記念講演会

放送日 4月14日（月）

放送時間 9：00～ 15：00～ 21：00～

東御市の歴史を調査・研究するとうみ歴史研究会は、3月15日に令和6年度の記念講演会を開きました。

今回は武舎秀雄会長が「海野氏について」講演しました。

※詳しい番組表は右記二次元コードからご覧ください。



とうみチャンネル

◆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。 ウィークリーとうみ



☎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

高齢者福祉係・地域包括支援センターからのお知らせ 問/福祉課 高齢者福祉係 ☎75-5090

らくらく教室 頭と体を無理なく刺激する介護予防教室 ◆申込不要		
勤労者会館または人権啓発センター【人】	午前10時～午前11時	5月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水) ^{【A】}
滋野コミュニティーセンター	午前10時～午前11時	5月13日(火)、20日(火)、27日(火)
弥津公民館	午後2時～午後3時	5月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)
和コミュニティーセンター	午前10時～午前11時	5月12日(月)、19日(月)、26日(月)
北御牧公民館	午前10時～午前11時	5月2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)
かんたん体操教室 ◆申込不要		
総合福祉センター2階	午後2時～午後3時	5月1日(木)、15日(木)
貯筋教室 ◆申込不要		
総合福祉センター3階	午後2時～午後3時	5月13日(火)、27日(火)
男前!健康運動教室 ◆申込不要 ※男性限定です		
総合福祉センター2階	午前10時～午前11時	5月10日(土)、24日(土)
転倒予防水中ウォーキング(入館料1,200円が別にかかります) ◆申込不要		
温泉アクティブセンター	午後2時～午後2時30分	5月2日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)
認知症の人と家族の会(個別相談できます) ◆申込不要		
総合福祉センター2階	午後1時30分～午後3時	5月16日(金) 認知症看護認定看護師が参加します。
オレンジカフェ(茶話処おれんじ) ◆申込不要 ※参加料100円		
総合福祉センター2階	午前10時～正午	5月14日(水)、28日(水)
体と脳のセルフチェック ◆のうKNOWと姿勢測定は要予約 ☎75-5090		
総合福祉センター2階	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	【Inbody】 ◆申込不要 体成分(筋肉、脂肪、水分の量等)がわかります。
	土曜日 午前8時30分～正午	【のうKNOW】 ◆総合福祉センターでチェックする場合要予約 ご自身のスマホまたは総合福祉センターの端末を使ってテストを行い、脳年齢をチェックします。
	5月1日(木) 午前9時～午後5時 5月27日(火) 午前9時～午後5時	【姿勢測定】 ◆要予約 姿勢のくせや歪み、ねじれ等がわかります 当日までに予約 高齢者福祉係 ☎75-5090
リハビリ相談 ◆要予約 ☎75-5090		
総合福祉センター2階	5月23日(金) 午後1時～午後4時	リハビリ専門職へ身体の悩み等を個別で相談できます。 ◆要予約 高齢者福祉係 ☎75-5090
福祉用具相談会 ◆申込不要		
総合福祉センター2階	毎月第4土曜日 午前10時～午前11時	5月24日(土) 福祉用具の体験や個別相談会を開催します。

福祉案内

問/福祉課 共生社会推進係 ☎64-8888

	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～正午、午後1時～午後6時	5月20日(火) 午後1時30分～午後2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(Caféみまき苑)



東御市ひまこもり・孤立相談窓口(まいざほ東御)

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
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)	5月2日(金)	午前9時～正午 (受付 午前11時まで) 午後1時～午後4時 (受付 午後3時まで)	東部人権啓発センター	不要	人権同和政策係 ☎64-5902
人権よろず相談(法律・登記・行政・人権・心の健康など)	5月16日(金)	午前9時～正午 (受付 午前11時30分まで)		4月18日(金)13時から予約開始	
女性弁護士による法律相談(1名30分・4名まで)	5月21日(水)	午前9時30分～ 午前11時30分		5月1日(水)8時30分から予約開始	

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、当番医に受診可能な診療科を確認のうえ受診してください。 * 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
診療時間 午前9時～午後5時	4月6日	ささき医院	☎64-3711	
	4月13日	祢津診療所	☎62-0273	
	4月20日	春原整形外科クリニック	☎64-6200	
	4月27日	東御記念セントラルクリニック	☎62-1231	
	5月4日	東御市民病院(小児科)	☎62-0050	
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）			

問/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

【重要なお知らせ】文化会館の施設予約方法がインターネットに変わります

■対象施設：会議室、展示室、リハーサル室、練習室（ホールは対象外）

■今後の流れ：令和7年4月 広報などによる周知

令和7年7月～ システム利用登録及びシステム利用の個別説明

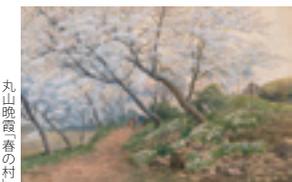
令和7年10月～ 予約受付開始（11月利用分から）

※10月以降は原則としてインターネットでの予約となり、窓口での受付は行いません。

ご不明な点は下記までお問い合わせください。



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）



丸山晚霞 春の村

常設展 水彩の明星・丸山晚霞

丸山晚霞以外にも関連作家の水彩画を展示

4月5日（土）～6月29日（日）

丸山晚霞記念館 ■TEL 62-3700 ■〒389-0515 東御市常田505-1 文化会館内 ■開館時間 9:00～17:00 ■入館料200円（高校生以上）■月曜休館（祝日の場合翌火曜）



後藤美月 ハートの唇

対話がうまれる展覧会Vol.1

色・いろ・形、わたしのカタチ展 ～後藤美月といっしょ！～

同時開催 館所蔵品精選展

4月12日（土）～6月8日（日）

●みて! はなして! 親子でおしゃべり鑑賞会 4/19（土）、5/3（土）11:00～11:30

対象：中学生以下及び保護者 事前申込は不要、要入館料

●ワークショップ「つくろう! きもちちゃん、かたちちゃん」4/27（日）10:30/13:30

講師：後藤美月 対象：小学2年生以下（保護者） 料金：500円 要事前申込

●第23回私の愛する一点展 出品者募集 募集期間：4/1～5/15 詳細はお問い合わせください。

●ナイト・ミュージアム 4/13（日）20時まで開館延長。17時以降は入館無料となります。

梅野記念絵画館 ■TEL 61-6161 ■〒389-0406 東御市八重原935-1 ■開館時間 9:30～17:00 ■入館料500円（高校生以上）■休館日：月曜（祝日の場合、翌火曜）

国民年金 アドバイス

令和7年度の国民年金保険料は、
月額 17,510円 (年額 210,120円)
 (令和8年度の月額は、17,920円)

令和7年度における国民年金保険料の前納額

国民年金保険料を一定期間まとめて納付（前納）すると、お得な割引があります。納付方法は、現金（納付書）納付のほかに、口座振替、クレジットカード納付があります。

納付方法	6カ月分	1年分	2年分
現金納付(月々)	105,060円	210,120円	425,160円
現金納付(前納) 【割引額】	104,210円 【850円】	206,390円 【3,730円】	409,490円 【15,670円】
口座振替(前納) 【割引額】	103,870円 【1,190円】	205,720円 【4,400円】	408,150円 【17,010円】

注1) クレジットカード納付による割引額は、現金納付と同額です。
 注2) 口座振替・クレジットカード納付による前納については、年度途中からもまとめて振替(割引あり)ができます。

現金による前納について

6カ月分・1年前納用の納付書は、4月上旬に郵送されます。なお、今年度分から現金納付の2年前納を希望する場合は、**お早めに年金事務所へお申し込みください。**

また、年度途中で新たに国民年金第1号被保険者になった方も、任意の月分から当年度末または翌年度末までの分を現金（納付書）納付でまとめて前納することも可能です。（割引あり）この場合、専用の納付書が必要となりますので、年金事務所までお問い合わせください。

納付期限までに納めましょう

国民年金保険料の納め忘れがあると、将来受け取る老齢基礎年金が減額となったり、障害基礎年金や遺族基礎年金の支給ができない場合があります。

経済的に納付が難しい場合は、免除などの制度がありますのでご相談ください。

- 問い合わせ先
 小諸年金事務所 ☎0267-22-1082
 市民課 国保年金係 ☎75-8810

税のワンポイントメモ

**固定資産税の賦課期日は
1月1日です**

固定資産税は、毎年1月1日（賦課期日）時点で土地、家屋、償却資産を所有している方に課税される税金です。1月2日以降に家屋の取り壊しや所有権の移転を行った場合でも、その年の4月から始まる年度分の固定資産税は課税されます。

事例 1

Q 今年の1月5日に市内に所有していた家屋を取り壊したのですが、納税通知書を確認したところ、この家屋についても課税されていました。なぜ課税されているのですか。

A ご質問の家屋については、1月1日（賦課期日）時点で取り壊されていなかったため、今年度分は固定資産税が課税されます。なお、家屋を取り壊した際には、手続きが必要になりますので、下記へご連絡ください。

事例 2

Q 所有している土地を今年の3月に売却しました。今年度の固定資産税の納税通知書は新しい所有者に送付してほしいのですが、対応できますか。

A 地方税法上の納税義務者は、1月1日（賦課期日）時点の所有者となりますので、土地の新しい所有者に対して納税通知書を送付することはできません。つきましては、土地の新しい所有者とお話し合いのうえ、納付をお願いします。

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

4月の納税 (納期限 4月30日)

- 固定資産税・都市計画税（1期）

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。



「空き家相談窓口とうみ」はじめました



市内の空き家の有効活用を促進するため、空き家の利活用に関する相談窓口を開設しました。その名も「**空き家相談窓口とうみ**」です。

今回は、3月31日で東御市地域おこし協力隊を卒任され、現在は合同会社信州うえだ移住支援センターに勤務し、「空き家相談窓口とうみ」で相談員を担当されている吉井さんにお話を聞きました。

Q1 ▶ 4月に「空き家相談窓口とうみ」をオープンされる今のお気持ちを聞かせてください。

A1 ▶正直、不安な気持ちとなんだかわからないプレッシャーもありますが、楽しみな気持ちも大きいです。

もともと楽観的なタイプではありますが、これまで一緒に活動してきた市の職員の方々や協力事業者、お世話になった地域の方々のあたたかいご指導とご協力に感謝し、私だからこそできることがあるはず！と考えながら活動中です。



Q2 ▶ 「空き家相談窓口とうみ」ってどんなところ？

A2 ▶空き家バンクのこと、空き家の賃貸・売買のこと、空き家にまつわる様々な悩み、お困りごとに対して具体的な解決策の提案や各専門家の紹介、活用希望者とのマッチングなど問題解決に向けた支援を行います。ちょっとしたお悩みやお困りごとでも気軽にご相談ください。

Q3 ▶ 最後に意気込みをお願いします。

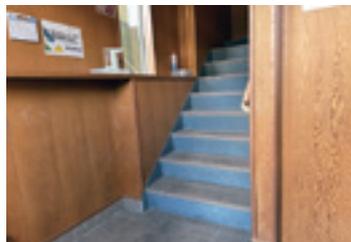
A3 ▶まだまだ未熟で至らない点も多々あるかと思いますが、一緒に空き家の可能性について真摯に考えていきたいと思っていますのでよろしくお願いします。

空き家相談窓口とうみへのアクセス

駐車場側の入口から入り



階段で2階へ



靴を脱いで、通路を進み



空き家相談窓口とうみ

- 住所 東御市田中 178-2 コワーキングスペースえべや 2階
 - 連絡先 ☎ 070-8358-0291 ✉ go-sodan@akiya-tomi.co.jp
 - 営業時間 午前8時30分～午後5時15分（土曜日営業）
 - 定休日 火曜日・日曜日（祝日）
- ※事前にご連絡のうえ、お越しください。



この看板が目印です

東御市内の 未経験、女性ドライバー歓迎！シニアも活躍しています！

タクシー運転手募集中！

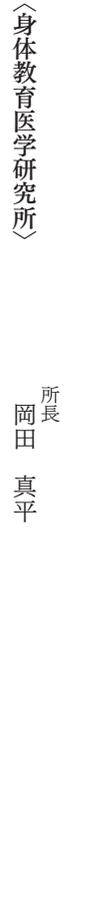
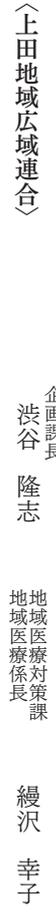
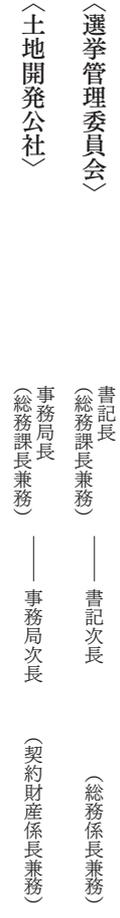
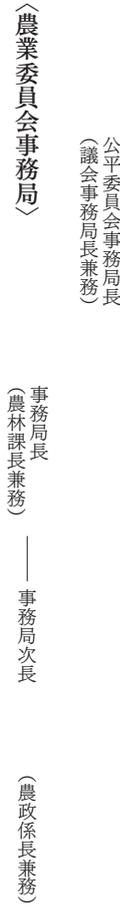
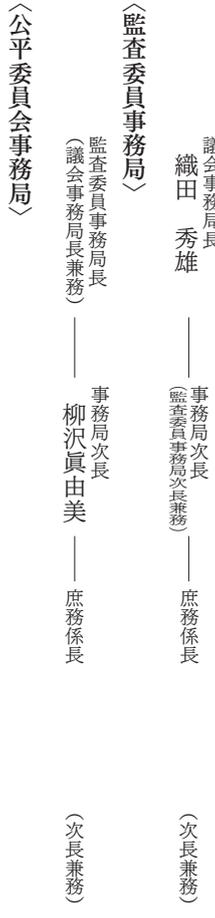
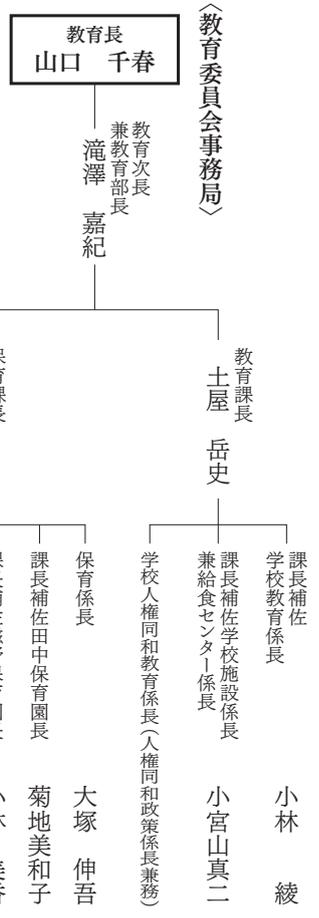
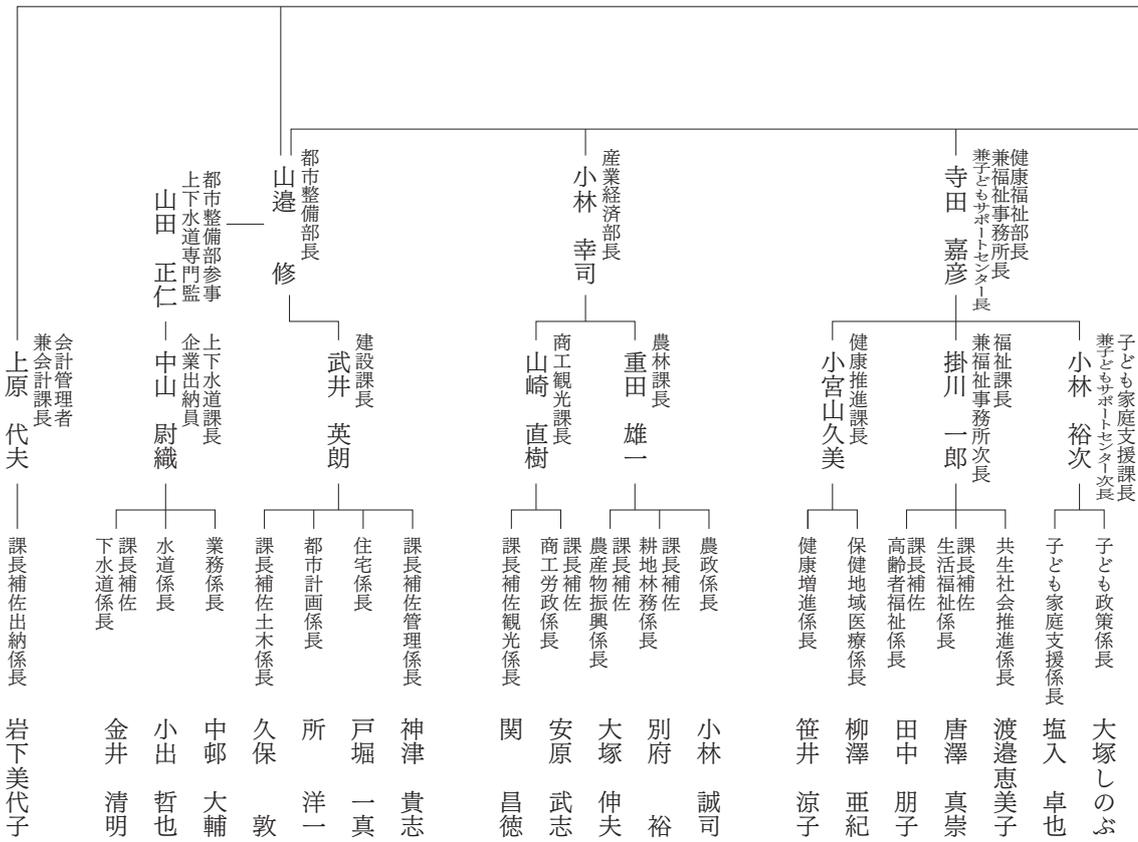
滋野駅舎内に営業所を置く「しげのまつタクシー有限公司」は、長年、地域の皆様にご愛顧いただいております。一緒に「次世代の地域公共交通の一翼を担うドライバー」として活躍しましょう！

普通二種免許をお持ちでない方も、市のタクシー事業支援補助金制度（令和7年4月から新設）等を活用して、普通二種免許取得費用の補助を受けて資格を取得することができます。

○まずはお気軽にお問い合わせください。

しげのまつタクシー有限公司
(事務所) 090-1502-3146

〈広告欄〉



各課業務一覧

市役所各課の仕事と連絡先をお知らせします。

市役所の主な業務ごとに担当係の連絡先を掲載しました。

夜間休日または担当の係が分からないときには、市役所の代表電話にお電話ください。

【市役所】 〒389-0592 東御市県281番地2

代表電話 0268-62-1111

代表アドレス tomi-city@city.tomi.nagano.jp (各課のアドレスも@以降は同じになります。)

＜市役所本館＞

階	課名等・メールアドレス	係名	電話	主な業務
1階	市民課 shimin@	市民係	75-2007	戸籍、住民票、印鑑登録、外国人登録、死亡届、諸証明の交付、総合案内、マイナンバーカード申請・交付
		国保年金係	75-8810	国民健康保険、国民年金、後期高齢者医療
	税務課 zeimu@	住民税係	64-5877	市県民税、森林環境税、軽自動車税、諸税、原付等の標識交付・廃車手続
		資産税係		固定資産税、都市計画税、地籍図閲覧
		収税管理係	71-0331	市税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の収納管理及び滞納処分、納税証明、所得証明
	生活環境課 seikan@	生活環境係	64-5896	交通安全、防犯・防犯灯、消費者保護、交通災害共済、狂犬病予防、公害、環境衛生、外国人相談、墓地、脱炭素、再生可能エネルギー、環境マネジメントシステム
会計課 kaikei@	出納係	64-4359	現金・有価証券の出納・保管、決算	
2階	秘書課 hisho@	秘書係	62-1111(代)	秘書業務
	総務課 soumu@	総務係	64-5876	人事、給与、情報公開、文書管理、行政改革、栄典・表彰、法規審査、庁舎管理、災害対策本部、選挙
		(選挙管理委員会)	64-5809	
		財政係	64-5901	財政計画、予算の編成・管理、地方交付税、市債
	企画振興課 kikaku@	契約財産係 (東御市土地開発公社)	64-5805	入札および契約、物品の購入・修繕、車両管理、財産管理、財産区
		企画政策係	64-5806	計画行政、地方創生、広聴、土地利用、広域行政、統計調査
		情報推進係	75-0905	電算管理、情報化推進、電子自治体
	文化・スポーツ振興課 bunka-sports@	移住定住・シティプロモーション係	64-5893	移住定住、空き家バンク、シティプロモーション、結婚支援、ふるさと応援寄付金、市報、ホームページ、メール・SNS配信、防災ラジオ
スポーツ係		75-1455	スポーツ振興、体育施設管理・運営、湯の丸高原スポーツ交流施設の管理運営、東御中央公園の管理	
文化振興係	71-0670	文化振興、文化施設の指定管理、文化施設運営支援、文化財保護、埋蔵文化財、海野宿伝建、文書館		
	75-2717			
3階	議会事務局 gikai@	64-5810	市議会に関する事務	
	監査委員事務局 kansa@		監査委員に関する事務	
	公平委員会事務局 gikai@		公平委員会に関する事務	

＜東御市立図書館＞

文化・スポーツ振興課	図書館係	64-5886	図書館運営
------------	------	---------	-------

＜庁舎別館＞

2階	農林課 nousei@	農政係	64-5894	農業振興計画、農業振興地域整備計画、地域計画、農業経営基盤強化、農地中間管理事業、認定農業者・新規就農者支援、農業資金、主食用米生産調整、農作物・畜産振興、農作物災害、農業振興補助金、農業農村支援センター業務
		耕地林務係	64-5898	土地改良事業、農業施設維持管理、林業振興、鳥獣対策
		農産物振興係	75-2016	6次産業化・農商工連携、農産物マーケティング・ブランド化、ワイン振興、都市農村交流、地産地消、農業振興施設管理、巨峰の王国まつり
	農業委員会事務局 nougyou-iinkai@		64-0535	農業委員会、農業者年金、農地流動化促進、優良農地保全

《庁舎別館》

階	課名等・メールアドレス	係名	電話	主な業務
3階	建設課 kensetsu@	管理係	64-5892	道路・河川の管理および占用等許認可、官民界の立会い、廃道敷処分、地籍調査
		住宅係	64-5882	市営住宅管理、屋外広告物、建築確認事務、市有宅地販売、特定空家等
		都市計画係	64-5914	都市計画事業（公園、街路、再開発）、緑化推進
		土木係	64-5917	道路・橋りょう・河川の新設、改良、維持補修、土木災害復旧工事
4階	商工観光課 syoko-kanko@	商工労政係	64-5895	商工業振興、商工業団体、雇用対策、雷電まつり、公共交通
		観光係		観光振興、公共温泉施設管理、湯の丸・山岳観光、海野宿観光
	国民スポーツ大会推進室 kokusupo@	国民スポーツ大会推進係	75-2117	国民スポーツ大会

《勤労者会館》

1階	上下水道課 jyougesuidou@	業務係	71-9100	庶務全般、水道会計、下水道会計
		水道係	64-5884	上水道施設の維持管理、送配水計画管理
		下水道係	64-5874	下水道設計、積算、管理、工事監督、下水道施設管理
	上下水道料金センター		64-5883	上下水道料金、水道の検針、水道の開閉栓、漏水

《総合福祉センター》

1階	福祉課 fukushi@	共生社会推進係	64-8888	民生児童委員、福祉医療、児童手当、児童扶養手当、保護司、障がい者福祉、ひとり親支援、女性相談、市有バス運行管理
		生活福祉係	64-8884	生活困窮者支援、生活保護、ひきこもり支援（生活福祉総合相談窓口）
	健康推進課 kenko-suishin@	保健地域医療係	64-8882	母子保健、精神保健、自殺対策、食育推進、予防接種及び疾病予防、感染症対策、医療機関との連携及び地域医療、献血及び移植医療、保健センター管理
		健康増進係	64-8883	健康診査及びがん検診、特定健診及び特定保健指導、健康づくり、保健活動地区組織、歯科口腔保健
2階	福祉課 kaigo@	高齢者福祉係	75-5090	高齢者生活支援、生きがい対策、介護保険、介護予防、認知症施策
		地域包括支援センター	64-5000	地域包括ケアシステム、高齢者権利擁護、医療と介護の総合相談窓口

《中央公民館》

2階	地域づくり支援課 chiiki@	地域コミュニティ推進係	75-5506 64-5885	地域づくり支援、自治推進委員、市民活動支援、国際交流、生涯学習、社会教育、公民館事業
		青少年係	62-1111(代)	青少年育成
	教育課 kyouiku@	学校教育係	64-5879	学校教育全般、教育相談、教育委員会庶務
		学校施設係	64-5906	学校施設、学校給食、児童館、児童クラブ
保育課 hoiku@	保育係	64-5903	保育所管理・運営、施設整備事業	

《東御消防署庁舎》

1階	総務課	防災係	62-1111(代)	地域防災、自主防災組織
	消防課 syobo-bosai@	消防団係		消防団運営、消防委員会
		消防施設係		消防施設、水防

《北御牧庁舎》

1階	市民交流サロン	67-3311	住民や市民活動団体が自由に利用できる多目的スペース
3階	東御市文書館		重要な公文書や古文書等の公開、閲覧

《東部人権啓発センター》

2階	人権同和政策課 jinken-douwa@danjo@	人権同和政策係	64-5902	人権擁護施策の計画・推進、よろず相談、地区学習会
		男女共同参画係		男女共同参画社会の推進
	教育課	学校人権同和教育係		学校人権同和教育

《東部クリーンセンター》

	生活環境課	クリーンリサイクル係	63-6814	ごみの収集、ごみ減量・リサイクル
--	-------	------------	---------	------------------

《子育て支援センター》

2階	子ども家庭支援課 kodomokatei@	子ども政策係	71-0450	子ども政策の企画・調整、子ども家庭相談、児童福祉
		子ども家庭支援係	64-5814	子育て支援センター、子育て・子育て支援

市内小中学校の校長・教頭の人事異動紹介

〈令和7年3月31日付けで退職・転任された先生〉

田中小学校	蓑輪 良江 教頭 (小谷村立小谷小学校教頭へ)
滋野小学校	鹿取 ちか 校長 (役職定年、佐久市立中込小学校教諭へ)
祢津小学校	金井 健 教頭 (東御市立滋野小学校校長へ)
和小学校	宮下 聡 校長 (退職)
和小学校	横谷 智子 教頭 (長野市立三本柳小学校教頭へ)
北御牧小学校	徳嵩 隆治 校長 (上田市立東塩田小学校校長へ)
東部中学校	下里 貴志 教頭 (松本市立松島中学校教頭へ)
北御牧中学校	高橋 和美 校長 (上田市立第三中学校校長へ)

〈令和7年4月1日付けで着任された先生〉

田中小学校	三本木 映 教頭 (飯山市立泉台小学校教頭から)
滋野小学校	金井 健 校長 (東御市立祢津小学校教頭から)
祢津小学校	小山 堅治 教頭 (小川村立小川小学校教諭から)
和小学校	星合 祐一 校長 (長野県小諸養護学校校長から)
和小学校	中井 光一 教頭 (須崎市立旭ヶ丘小学校教諭から)
北御牧小学校	春原 美佐子 校長 (上田市立北小学校教頭から)
東部中学校	登坂 武人 教頭 (佐久市立浅間中学校教諭から)
北御牧中学校	小林 和彦 校長 (上田市立丸子中学校教頭から)

〈令和7年 市内小中学校 校長・教頭一覧〉

	田中小学校	滋野小学校	祢津小学校	和小学校	北御牧小学校	東部中学校	北御牧中学校
校長	たつの まさかず 龍野 正和	かない けん 金井 健	たなか あきこ 田中 章子	ほしあい ゆういち 星合 祐一	すのはらみ きこ 春原美佐子	もりの のりとし 盛野 憲俊	こばやし かずひこ 小林 和彦
教頭	さんぼん き あきら 三本木 映	おやなぎ あきよし 小柳 昭喜	こやま けんじ 小山 堅治	なかい こういち 中井 光一	いちかわ あつし 市川 厚	とさか たけひと 登坂 武人	きうち こういち 木内 康一

市議会3月定例会 37議案を提案

市議会3月定例会が2月17日に開会しました。定例会初日には、令和7年度の一般・特別会計および公営企業会計の各予算案のほか、令和6年度各会計の補正予算案、条例の一部改正等の議案、人事案件など計36議案が提案されました。3月7日には、条例の一部改正の議案1件が追加され、計37議案が上程されました。

3月4～6日には、5会派の代表質問と10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。7日には総括質疑・委員会付託がなされ、10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。

3月19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、5月発行の「議会だより」に掲載されますのでご覧ください。

●問い合わせ先 議会事務局 ☎64-5810

入院時食事代の変更のお知らせ

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食あたりの食事代が、令和7年4月1日から下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		490円	510円
住民税非課税世帯	入院日数 過去12カ月の90日まで	230円	240円
低所得者Ⅱ	90日を超える入院	180円	190円
低所得者Ⅰ		110円	変更なし

●問い合わせ先

市民課国保年金係 ☎75-8810

生き活き 長生き健康とうみ

健康長寿のACEエースをねらえ!

健康推進課
☎64-8883
文責
(公財)身体教育
医学研究所

信州ACEプロジェクトとは?

「信州ACE(エース)プロジェクト」をご存知ですか?長野県が展開する健康づくり県民運動の名称で、世界で一番(ACE)の健康長寿を目指す想いが込められたものです。

ACEは、脳卒中等の生活習慣病予防に効果のある、Action(体を動かす)、Check(健診を受ける)、Eat(健康に食べる)の頭文字の組合せでもあります。「しあわせ健康県」づくりに取り組む長野県の趣旨に賛同し、東御市でも「信州ACEプロジェクト」を進めています。今回は、Check(健診を受ける)の必要性と推奨について、改めてお伝えしたいと思います。

Check=健診は車検と同じ

車をお持ちの方は、定期的に車検(自動車検査登録制度)を必ず受けるはずですが、車が保安基準を満たす正常な状態であることを確認するためです。車検切れの車を公道で運転すると違反行為になってしまいます。私たちにとっての健診も、車検と全く同じ目的で、「正常な状態の確認」であり、車検切れの体で暮らしていて違反になることは無いまでも、

安全とは言い切れないことは納得していただけるかと思えます。「治療中なら健診は不要」ではなく、治療とはあくまで車の不具合の整備に過ぎず、定期的な健診で今の全身の状態を知っておくことが大切なのです。

Checkしなきゃ、もったいない

40歳以上で最低限必要な項目を検査する「特定健診」は、国保の方で千円、75歳を超えると無料です。年齢や加入の保険、オプション検査の有無で値段は変わりますが、健診を受けずに脳血管疾患を発症すると、平均入院費用は約90万円というデータが示されています。時間が無い、と言っても、病気になるれば、入院・通院に要する時間は、健診受診に必要な時間の比ではありません。Checkしなきゃ、もったいない!市の健診の案内がわからない場合は、健康推進課(☎64-8883)までご連絡ください。



令和7年4月から 「生活福祉総合相談窓口」を開設しました



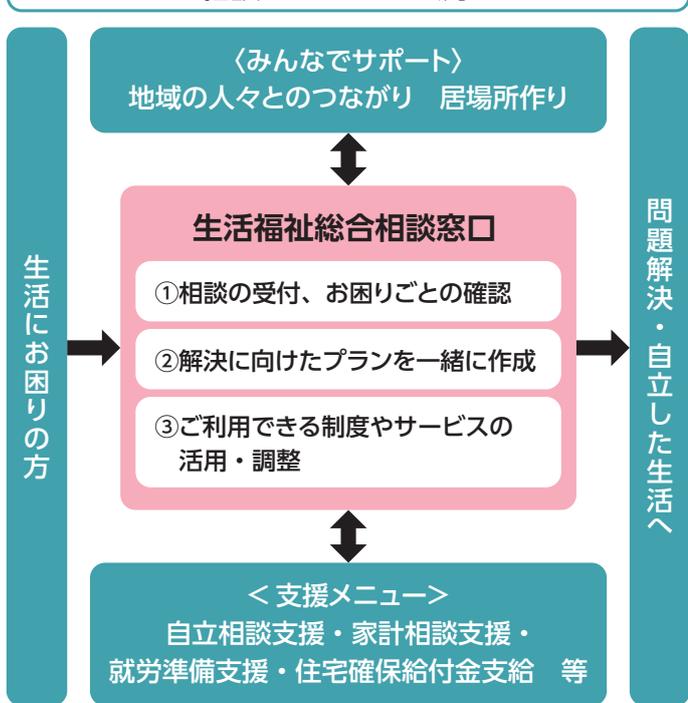
令和7年4月1日から、総合福祉センター内に東御市社会福祉協議会の生活・就労支援センター「まいさぼ東御」と、市福祉課生活福祉係が同じ窓口にて生活困窮に関する相談を受け付ける「生活福祉総合相談窓口」を開設します。

どんなことが相談できるの?

働きたくても仕事がない、家族の介護のために仕事ができない、再就

職に失敗して雇用保険が切れた、あるいは、社会に出るのが怖くなった。様々な困難の中で生活に困窮している方へ包括的な支援を行います。就職、住まい、家計など暮らしに悩みを抱えた方は、一人で悩まず、まずは「生活福祉総合相談窓口」にお問い合わせください。家族や周りの方からの相談も受け付けます。

相談・サポートの流れ



- 問い合わせ先
福祉課 生活福祉係 ☎64-8884
まいさぼ東御 ☎75-0222



マイナンバーカードの申請はお済ですか



●問い合わせ先 市民課 市民係 ☎ 75 - 2007

健康保険証のマイナ保険証への一本化や各種証明書のコンビニ交付など、マイナンバーカードでの便利なサービスが増えています。電子申請によりかんたんに申請する方法もありますので、まだ申請されていない方をご検討ください。

マイナンバーカードの申請方法

オススメ!

- ①パソコンやスマートフォンでご自宅から電子申請 → 『電子申請』かんたん4ステップ
- ②交付申請書に顔写真を同封して郵送申請
- ③市役所窓口での申請（職員がお手伝いします）
- ④まちなかの証明用写真機での申請



1. 申請書の QR コードを読み取り
2. メールアドレスを送信
3. 返信メールの URL をクリック
4. 写真を添付して送信

※いずれの申請でも下記の「**個人番号カード交付申請書**」が必要です。

申請書がお手元がない場合は、運転免許証等の顔写真付き本人確認書類のご提示で東御市役所市民係にて**申請書の再発行**ができます。

↓平成 27 年に全世帯へ送付された申請書



↓令和 3 年 1 月から順次マイナンバーカード未交付の方へ送付される申請書



市役所窓口での申請

- ①交付申請書または本人確認書類をお持ちください（運転免許証等）
- ②写真の持参は**不要**です。無料で撮影します。
- ③職員が申請のお手伝いをします。
- ④申請の手数料は**無料**です。

休日窓口についてのお知らせ
毎月第 2 日曜日
午前 8 時 30 分～正午（事前予約制）

カードのお渡しは申請から 3 週間ほど後になりますので、お早めに申請してください。

マイナンバーカードの交付から 10 年（15 歳未満は 5 年）経過し新たにマイナンバーカードを作成する際
国から送付された申請書によって上記と同様の手続きが可能です。また、申請書に申請二次元コードがない場合下記の手続きをお願いします。

- 窓口にて申請二次元コード付きの申請書を発行するまたは、郵送にて申請書を取り寄せることが可能です。（申請書を取り寄せる場合は市民課への電話にて依頼をお願いいたします。）

詳しくは右記二次元コードから市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

クルミ黒斑細菌病の防除にご協力をお願いします

●問い合わせ先 農林課 農政係 ☎64-5894



クルミ黒斑細菌病は、早期の落葉や落果により、減収や品質低下を引き起こす病害で、国内では植物防疫法により「重要病害虫」に指定されています。

長野県が発生状況を調査したところ、5月上旬頃が葉への初発期で、その後、果実発病が多くみられ、果実感染は7月下旬頃まで起こることがわかりました。クルミ黒斑細菌病の発生を予防するため、①4月下旬、②5月上旬、③5月中旬、④6月上旬、⑤7月上旬に、ICボルドー66Dの50倍希釈液を散布してください。特に重要な防除時期は4月下旬～5月です。地域全体で防除を行うことで発病が効果的に抑えられるため、自宅の庭にクルミの樹がある方も薬剤散布をお願いします。

また、7月上旬以降にも、ICボルドー66Dの50倍希釈液を散布すると、クルミ炭疽病に対しても防除効果が期待できます。この時期の薬剤散布にもご協力をお願いします。

防除に使用する動噴の貸出、または委託散布は、JA信州うえだ（☎62-3322）で行っていますので、希望される方はご相談ください。



◀症状がでてくる果実



▲症状が出ている葉

地域猫活動支援について

●問い合わせ先 生活環境課 生活環境係 ☎64-5896

地域猫活動とは、地域にお住まいの皆さまやボランティア団体等のご協力のもと、野良猫に不妊去勢手術を施し、適正に管理する活動です。

野良猫の寿命は4～5年と言われております。手術の実施により、野良猫が徐々に減少し、エサやトイレ等の管理を適正に行うことで、地域内の野良猫による生活環境被害を改善させるとともに、一代限りの生涯を全うさせる活動です。

市では、この活動を支援するため、「**飼い主のいない猫不妊去勢手術費補助金**」を創設し、その財源にはクラウドファンディングでお寄せいただいた寄附金を活用してきました。

補助金の交付要件

補助対象の猫／市内に生息している飼い主がいない猫

補助額／不妊手術（メス）上限8,000円
去勢手術（オス）上限5,000円

補助対象者（申請者）／市内に居住する個人または市内で活動する団体

※手術の前に申請が必要です。申請の際は、野良猫の状況等を聞き取らせていただきます。

猫を飼っている皆さんへ

- 飼い猫は室内飼育に努めましょう。
- やむを得ず屋外へ猫を出す場合は、不妊去勢手術をし、首輪、名札を必ず付けましょう。手術していない猫を外に出すと、屋外で子猫が生まれ、野良猫が増える原因となります。

耳先のカットは、不妊去勢手術済みの印です。



手術中で
麻酔が効いているから、
痛くないニャン。



クラウドファンディング実績

102万7,000円

不妊去勢手術実施数

87匹（オス39匹、メス48匹）

※令和6年4月1日～令和7年2月末現在

地域で育てようおらほの子ども 地域ごとに特色ある 育成会活動がスタートします



● 問い合わせ先 地域づくり支援課 青少年係 ☎64-5885
次代を担う青少年が心豊かに育つことができるよう、各区・各地区では、子ども会・育成会活動に取り組んでいます。ここでは、令和6年度に各地区の育成協議会等を取り組まれた活動を紹介します。

地域の皆さまとの世代間交流は、子どもたちの貴重な経験となります。今年度も様々な活動が計画されていますので、皆さまのご協力をお願いします。

田中地区地域づくりの会青少年育成部会

「子どもサロン」

会長 西澤 正浩

7月27日(土)、コロナの影響により5年ぶりの開催となりました。

夏休みスタートと同時にみんなで集まり宿題や工作をしたり、自分達でおにぎりを作って食べました。子ども達からは、自分で握ったおにぎりはとてもおいしかったとの声もありました。半日でありましたが、子ども達にとっては、夏休みのよい思い出づくりになりました。



つげの里ひぐりの会青少年育成部会

「ふれあい子ども塾」

会長 後藤 富美男

小学校の長期休みのウィークデーに年3回ふれあい子ども塾を開催しています。家庭支援を一つの目的にしているので朝7時30分から夕方6時30分まで子ども達をお預かりします。

今回は8月6日に行われた塾を紹介합니다。午前中はおやき作り、午後は地域の大人の方と一緒にボッチャ、スイカ割り、ニュースポーツを目いっぱいやり楽しい一日を過ごしました。



柵津地区子ども会育成連絡協議会

「柵津つ子フェスティバル」

会長 小林 俊文

柵津つ子フェスティバルが6月22日に開催。小学生約6人構成でチームをつくり、新張地区の文化財・史跡を巡り、風土や自然に触れながら各リーダーを中心に順路を探し歩きました。順路を外れたチームも、修正して戻れたことはいい経験となりました。各ポイントで質問に答えながら64名の子ども達が地元の皆様のご協力のもと楽しく体験できました。



和地区子ども会育成連絡協議会

「新春書き初め大会」

会長 関 恭司

1月6日、恒例の新春書き初め大会が行われ、当日は受付開始時刻の9時前から参加者が並び、27人が参加されました。講師は今年も書道研究「至慎会」を主宰する高橋麦宇先生に筆を取りながら丁寧な指導して下さいました。子ども達も驚くほどの集中力で課題に取り組み納得の書き初めが書きあがり、和コミュニティセンターのロビーに展示しました。



北御牧地区子ども会育成連絡協議会

「子ども達の行事が再始動」

会長 小宮山 公一

コロナ禍が落ち着き今年度は諸行事が再始動。7月の小学校PTA魚つかみ大会は児童が仮設プール内で捕まえた魚の炭火焼きを担当、8月の地区夏祭りではうちの絵描きコーナーを出店、11月の小学校PTA秋のミニ運動会で運営に関わり、同月の中学生地区一周駅伝大会前にコース草刈りと応援を実施。今後も子ども達の健全な成長を願い支えます。



市民病院通信

●問い合わせ先
助産所とうみ ☎62-0168

助産所とうみの紹介

助産所とうみは、開設して16年目を迎えます。

あたたかい心で寄り添う助産の提供と親しまれる助産所づくりを基本理念として、お母さんが中心の満足できるお産となるよう、また、自信を持って子育てができるよう、心と体に寄り添った支援をしています。

助産所は、正常なお産を助産師がお手伝いしています。全国の助産所でお産をする人の割合は全体の1%未満です。

助産所とうみは、東御市が運営しており、全国でも珍しい公設公営の施設です。

助産所とうみでの出産を予定していて、医療が必要になった場合は信州上田医療センターで出産ができるように連携をしています。また、生まれた赤ちゃんの診察は東御市民病院の小児科医が行います。

助産所とうみでは、お産のほかに、妊婦健診、出産後の育児支援（母乳・ミルク哺乳）、妊娠中や産後の教室、産後ケア（デイサービス・ショートステイ）、妊婦訪問、両親学級等のほか、地域への性教育も行なっています。

この4月からは、助産所とうみの2階に「母子訪問看護ステーションとうみ」を開設し、ご自宅に助産師が訪問して、妊娠、出産、育児に不安を抱えている方や支援が必要な方をサポートする事業をはじめました。

助産所について、ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。



山浦真雄作脇差 刀剣が市指定文化財になりました

●問い合わせ先 文化・スポーツ振興課 文化振興係 ☎71-0670

令和7年2月21日に新しく市指定有形文化（金工品）として、山浦真雄作 脇差 銘「造信陽土真雄時年六十三 慶應二年八月日」が指定されました。

本文化財は、新々刀期（江戸時代後期から廃刀令までの期間）の名工の一人で当市滋野赤岩地区出身の山浦真雄の作です。真雄円熟期の優品として真雄、清麿、兼虎の出身地である東御市にとって重要な作品であるとして登録されました。



▲答申書を渡す東御市文化財保護審議会 寺島会長と山口教育長



◀市の文化財に新たに指定された山浦真雄作の脇差
寸法：長さ 47.2cm 反り 0.4cm

キリトリ線

キリトリ線

15ポイント集まったら、
健康推進課で景品と交換しよう!



問い合わせ先

東御市役所 健康推進課 健康増進係 ☎0268-64-8883

プラステン
TOMI けんこうとうみ+10ミニッツ
2025

すくだすカード

キャンペーン期間

令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

^^山折り^^

TOMI プラス テン
けんこうとうみ+10ミニッツ
2025 **楽しみながら健康になろう!**

ずくだすポイントキャンペーン

リニューアル!

●問い合わせ先
健康推進課 健康増進係 ☎ 64-8883



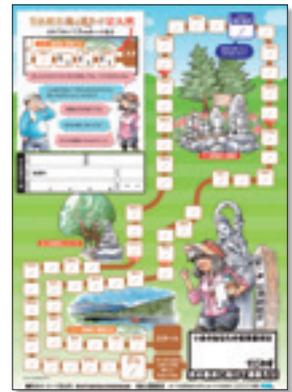
- ★ずくだすカード
- 実施期間：令和7年4月1日から令和8年3月31日まで
 - 対象者：市内在住の16歳以上の方
 - 景品交換：年度内1人1回
 - ポイント付与：1日30分以上運動したら自分でカードに日付を記入しましょう！各種健診や、健康推進課主管事業・イベントでもポイントが貯まります！
 - 15ポイント貯まったら、福祉センター内健康推進課で血圧測定と簡単なアンケートに答えて景品と交換！



リニューアルポイント

- 通年実施になりました。いつはじめてもOK!
- 景品交換は年度内1人1回になります。

- ★百体観音湯の道カード
- ウォーキング専用カード
湯の道カードは景品交換できませんが、継続したウォーキング管理支援のカードとして利用可能です。
 - 15分のウォーキングで2マス、一日最大4マスまで記入できます。28km（14日間）歩くとゴール！6枚クリアして雷電生家から東京まで（168km）歩くことで「大関」になり、12枚クリアして東御まで戻ると往復（336km）歩くことで「横綱」になります！
 - 湯の道カードは健康推進課で配布します。ずくだすカードとの併用が可能です。



ずくだすカードポイント対象事業

- 4ポイント：健康診査、各種がん検診
- 2ポイント：歯周病検診、胸部レントゲン検診、健康推進課主催運動教室・出前講座、保健指導、5地区別学習会、乳幼児健診、離乳食教室健康相談、ママパパ学級
- 1ポイント：健康づくり講演会、ゲートキーパー養成講座、こころの健康づくり講座、1日30分以上の運動、献血

ポイントカード配布場所

- 総合福祉センター（健康推進課）
- 各地区公民館、市役所総合案内
- 道の駅みまき、雷電くるみの里 など

キリトリ線

キリトリ線

ずくだすカード

※ご家族分はコピーしてお使いください。1日30分以上運動したら自分でカードに日付を記入しましょう!

フリガナ	電話番号	-	-
氏名	生年月日	年	月 日
住所	東御市		

- 注意事項
- 参加対象は16歳以上の東御市民です。
 - 他人への譲渡およびポイントの再発行はできません。
 - 景品の交換は**年度内1人1回**です。
 - 景品の数には限りがございます。
 - 景品交換の際にアンケート等にご協力いただきます。

▽谷折り↑

ず	2	3	4	5
ホーナスポイント	6	7	8	10
	11	12	14	15

★30分以上の運動は1日1ポイントまで

GOAL

知っていますか？ 発達障がいのこと

— 4月2日～8日は、発達障害啓発週間です —

発達障害者支援法では、生まれてからそれぞれのライフステージにあった適切な支援を受けられる体制を整えることや、「発達障がい」が広く理解されることを目指しています。

発達障がいとは

発達障がいとは、自閉スペクトラム症、注意欠如・多動症、限局性学習症などに分類されます。

脳機能の発達のバランスが異なることにより、得意不得意の差が大きいことが特性です。幼少期から症状が現れるため、早い時期から周囲の理解を得て、適切な支援や環境の調整を行うことが大切です。

発達障がいの特性

自閉スペクトラム症 (ASD)

- コミュニケーションの障がい
- 対人関係・社会性の障がい
- パターン化した行動、こだわり

知的な遅れを伴うこともあります

注意欠如・多動症 (ADHD)

- 不注意(集中できない)
- 多動・多弁(じっとしてられない)
- 衝動的に行動する(考えるよりも先に動く)

限局性学習症 (SLD)

- 「読む」、「書く」、「計算する」等の能力が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手

※このほか、吃音(症)なども発達障がいに含まれます。

発達障がいのある方に接するときの配慮は？

生活の中で困難なことや苦手なことなどは一人ひとり違います。そのため、個々の状態に応じた配慮が必要です。ここでは、家庭や学校、職場など身近な場所で、発達障がいのある方と接する際に心に留めておいていただきたい基本的なポイントをいくつかご紹介します。

◆できたことを認め、ほめる

本人ができないことや失敗したことを責めたりすると、「自分はだめだ」と落ち込んでしまい、「もう一度やってみよう」「これならできるかも」という意欲自体が低下してしまうことがあります。注意をする場合は、努力している点やうまく行っている点をほめたうえで、できなかったところはどのようにすればもっとよくなるかを肯定的、具体的に伝えましょう。

◆視覚的な情報を提示して説明する

言葉で言われるよりも、目で見て分かる情報のほうが理解しやすい場合があります。写真や絵などを添えて説明しましょう。

◆説明や指示は短い文で、順を追って、具体的に

あいまいな表現を理解するのが苦手です。言葉で説明するときは、短く、一つずつ順を追って具体的な伝え方をすると見通しがもて、理解につながります。

◆安心できる環境を整える

人混みや大きな音、光などの刺激を苦手とする場合があります。安心できる環境をつくりましょう。

◆善悪やルールをはっきりと教える

暗黙の了解や社会のルールが分からないことがあります。いけないことははっきり伝えましょう。注意したり叱ったりするだけでは、どうしたらよいのか分からないので、してほしい行動や好ましい行動を具体的に伝えましょう。

※「障害」の表記について

長野県のガイドラインに従い、原則として人の状態を表す言葉は「がい」と表記します。例外として、法令の名称や団体等の固有名詞、医学用語等は除きます

● 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 子ども政策係)
☎ 71 - 0450

相談を
もっと気軽に！
「LINE相談」



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

4月
生まれ



きたざわ れお
北澤 蓮央ちゃん
(乙女平)

1歳のお誕生日おめでとう😊
毎日可愛い笑顔を見せてくれるれおくん★
これからも沢山遊びながら元気に大きくなってね😊



とみおか せい
富岡 晴ちゃん
(県)

せいくん、誕生日おめでとう♥いつもにこにこ、何事にも動じず、マイペースな晴が大好きだよ。アニキ達に揉まれて、たくましく育ってね!

☆募集しまあ!!☆
(対象者 5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、4月8日(火)必着。

トピックス 地域の話



▲報告書を手渡す
東御清翔高校の生徒



▲調査結果を報告する様子

市内主要河川の水生物調査結果を報告

2月19日、東御清翔高校の生徒さんが市役所を訪れ、昨年6月から10月にかけて調査した水生物の調査報告書を提出されました。調査は、市内の12地点の主要河川で実施され、水生物の種類や数によって水質判定を行う簡易的なもので、2010年(平成22年)から毎年行われています。11地点で、もっとも評価の高い「きれいな水」となり、残りの1地点も2番目に評価の高い「ややきれいな水」だったことが報告されました。

交通死亡事故ゼロ1500日達成

2月20日、交通死亡事故ゼロ1500日が表彰され、市役所において伝達式が行われました。東御市では令和2年11月19日以来、交通死亡事故は発生しておらず、令和6年12月28日で交通死亡事故ゼロ1500日を達成したことから、長野県交通安全運動推進本部長である阿部知事より表彰されました。上田地域振興局長から賞状が伝達され、花岡市長は「関係者の皆さまや市交通安全協会、市民の皆さま方に感謝申し上げ、これを一通過点として、2000日を目指してまいります」と述べました。



▲伝達式の様子



▲冬季訓練実施報告会



▲訓練の様子

第67次南極地域観測隊が湯の丸高原で冬季訓練を実施

3月3日、第67次南極地域観測隊が3月3日～7日に湯の丸高原で行う冬季訓練実施の報告のため、公室を訪れました。

3月4日には冬季訓練の様子が報道機関に公開され、隊員たちは南極の厳しい自然を想定しテントの設営や負傷者の搬送訓練に励んでいました。観測隊長の青木茂さんから「隊員には訓練を通して、寒冷地で安全に行動できる基礎的な技術を身につけてほしい」と訓練への意気込みがのべられました。

市発足20周年記念コンサート「^{あす}未来への架け橋」開催



▲東御市発足20周年記念合唱団も参加

3月16日、東御市文化会館サンテラスホールにおいて、市発足20周年を記念したコンサートが開かれました。

東御市出身・在住の13名のプロの楽器演奏家とソプラノ歌手が出演し、クラシックから童謡まで幅広いジャンルで演奏等を行いました。

会場にはおよそ600人が訪れ、様々な楽器による演奏や歌声に聞き惚れてました。またコンサートの最後には、東御市発足20周年記念合唱団も参加し、来場者とともに会場が一体となって「ふるさと」を熱唱しました。

祝 小中学校卒業式

3月18日と19日、市内小中学校において卒業証書授与式が行われました。4月から始まる新しい生活への期待と不安を胸に、卒業証書を受取った卒業生。入学当時から身も心も大きく成長し、学友や恩師との別れを惜しみながら、慣れ親しんだ学び舎を去りました。



▲田中小学校



▲東部中学校

職員の懲戒処分について

次のとおり地方公務員法及び東御市職員安全運転管理規程に基づき職員の懲戒処分を行いましたので、東御市職員の懲戒処分等の指針に基づき公表します。

- ①所属部等 教育委員会事務局教育部 会計年度任用職員 59歳
- ②処分事案の概要 令和6年12月12日（木）午前7時30分頃、通勤途中において、自ら運転する自動車が歩行者に衝突したことにより、相手方に重傷を負わせたもの。
- ③処分内容 戒告
- ④処分年月日 令和7年3月19日（水）

市として交通安全を推進する立場にもかかわらず、市民の皆様にご迷惑をおかけし、信頼を損ないましたことについて、心からお詫び申し上げます。

職員に対しては、さらに厳しく職員としての心構えや公務員としてふさわしい生活態度など指導いたしました。今回のことを深く反省し、市民の皆様への信頼回復に努めてまいります。

●問い合わせ先 総務課 総務係 ☎64-5876

5月24日(土)開催の自転車レース「湯の丸ヒルクライム」についてお願い

コースの概要

スタート▶9時00分
 スタート地点▶御堂ワインぶどう団地
 ゴール地点▶湯の丸地蔵峠
 距離▶15.3km
 標高差▶1,038m

通行止め

9時00分～12時00分

※県道東御嬭恋線の群馬県側も9時30分から12時00分の間通行止めとなります。
 ※御堂ワインぶどう団地から新張交差点まではパレード走行とします。

通行止め

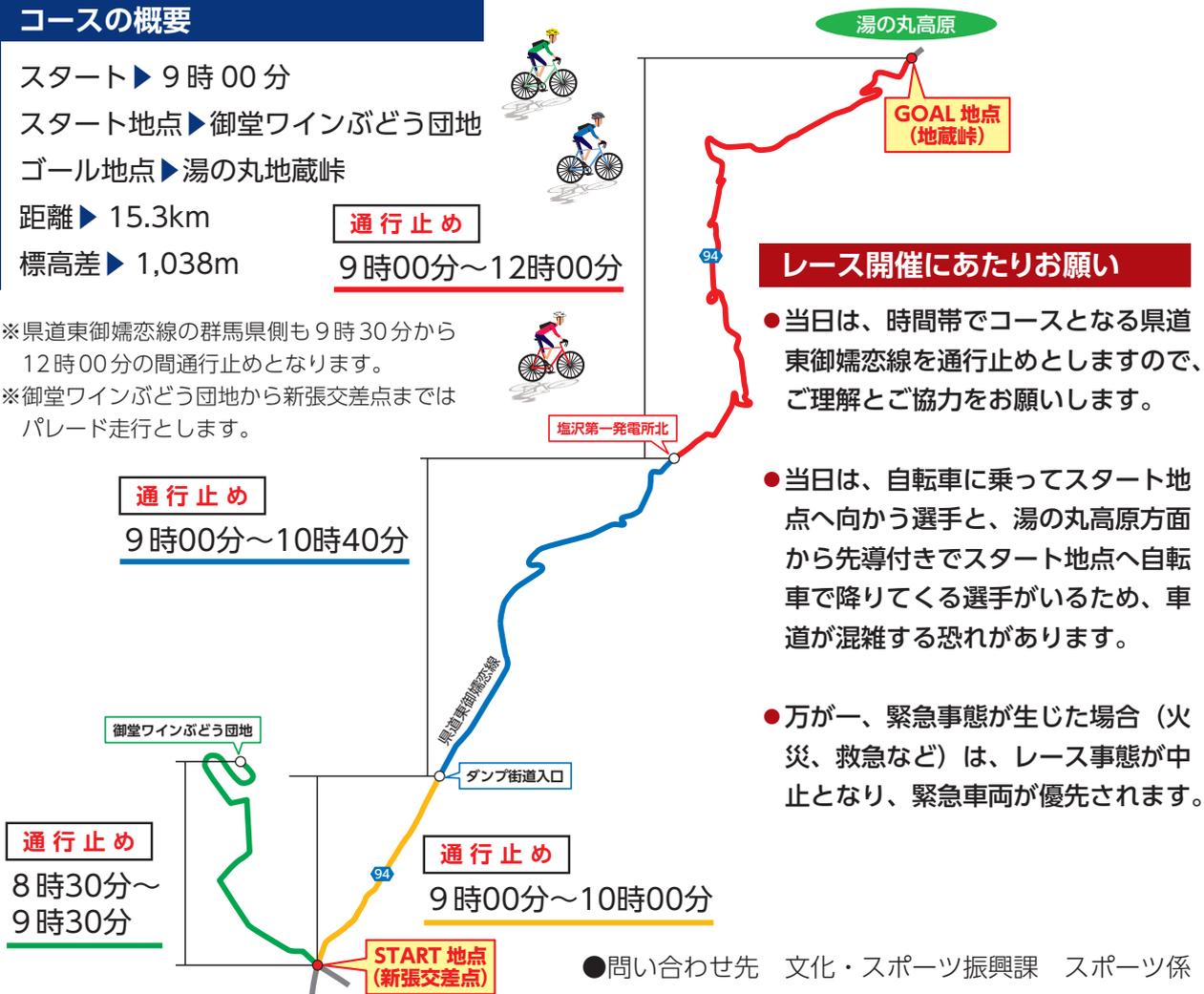
9時00分～10時40分

通行止め

8時30分～9時30分

通行止め

9時00分～10時00分



レース開催にあたりお願い

- 当日は、時間帯でコースとなる県道東御嬭恋線を通行止めとしますので、ご理解とご協力をお願いします。
- 当日は、自転車に乗ってスタート地点へ向かう選手と、湯の丸高原方面から先導付きでスタート地点へ自転車で降りてくる選手がいるため、車道が混雑する恐れがあります。
- 万が一、緊急事態が生じた場合(火災、救急など)は、レース事態が中止となり、緊急車両が優先されます。

●問い合わせ先 文化・スポーツ振興課 スポーツ係
 ☎75-1455

ご芳志

ご寄附いただき、ありがとうございます。厚くお礼申し上げます。

物品

- 信州大学ハナサカ軍手プロジェクト 様 (デザイン軍手「ちび軍手」 239 双)

一般寄附金

〈小児医療に関する助成や機器備品の整備等に対する寄附〉

- 横浜幸銀信用組合上田支店 様 (30 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〉

- (株)マイシステム 様 (20 万円)

公表に同意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

物品について

総務課 契約財産係 ☎64-5805

一般寄附金について

市民病院 庶務係 ☎62-0050

企業版ふるさと寄附金

文化・スポーツ振興課 ☎75-1455

市のデータ

人の動き (3月1日現在)

総人口	28,913人(-26)	転入	59人
男	14,406人(-4)	転出	70人
女	14,507人(-22)	出生	10人
世帯数	12,578世帯(+6)	死亡	24人
		その他	1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)

= 2月の火災・救急件数 =

※カッコ内は令和7年1月からの累計

火災 4件(6件)

救急 119件(262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 2月分

令和7年2月28日現在

	当月分	累計 (注1)	前年比
件数	2件	7件	-11件
傷者	2名	7名	-11件
死者(注2)	0名	0名	±0名

(注1)令和7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7年2月	令和6年2月
最高気温	16.0℃(28日)	17.5℃(18日)
最低気温	-9.3℃(23日)	-6.4℃(7日)
平均気温	0.3℃	2.5℃
降水量	2.5mm	55.0mm

※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。

●本文中の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。なお、問い合わせ先の市外局番(0268)は省略しています。