



市報
No.264

とらみ

TOMICITY
2026
4月号

特集

あなたの近くにある文化財



古屋敷遺跡の筒形土偶
(市有形文化財・考古学)
東御市文書館所蔵

あなたの近くにある文化財



海野宿(重要伝統的建造物群保存地区・国選定)



戌立石器時代住居跡(史跡・国指定)



児玉家住宅(登録有形文化財・国登録)



春原家住宅(重要文化財・建造物・国指定)

東御市の文化財

東御市には、どのくらい文化財があるかご存じですか。

市内には、国指定文化財である戌立石器時代住居跡、春原家住宅、海野宿、児玉家住宅をはじめ、現在86件の文化財があります。どれも歴史を今に伝える貴重な文化財であり、私たちのまちの歩みそのものです。

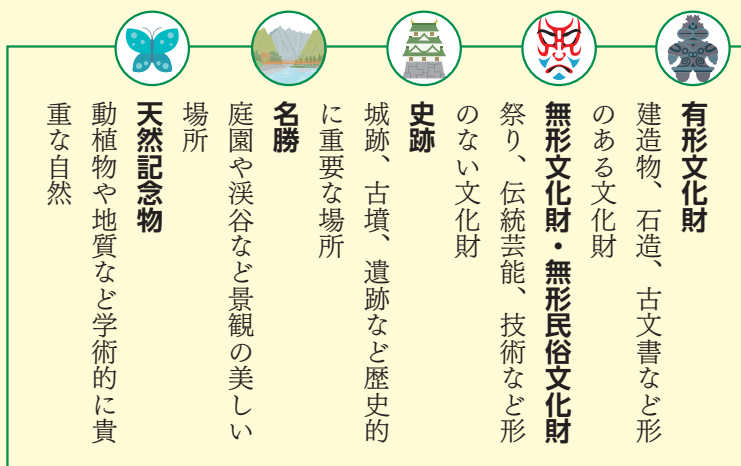
いつもの風景が、地域の宝

文化財というと、特別な場所にあるものと思われがちですが、道ばたの石仏や地域で受け継がれてきた祭り、歴史ある建物など、私たちの身近なところにも多く残されています。文化財とは、地域の歴史や暮らし、文化を今に伝える「地域の財産」です。建物や史跡などの有形文化財、祭りや伝統芸能などの無形文化財など、さまざまな形で受け継がれています。

まずは「知ること」から、文化財との関わりが始まります。身近な文化財に目を向けて、地域の歴史や魅力に触れてみませんか。

文化財の種類

文化財は、内容によって次のように分類されます。



形のあるものも、形のないものも、地域の歴史や文化を今に伝える大切な財産です。地域の歴史や文化について、さらに知りたい方は文化・スポーツ振興課文化振興係(☎71-0670)へお問い合わせください。

伝統を次の世代へ

東町歌舞伎保存会・西宮歌舞伎舞台保存会 会長に聞く

東町歌舞伎保存会

東町歌舞伎保存会はどのような活動をされていますか？

東町区には江戸時代から伝わる歌舞伎舞台があり、長野県有形民俗文化財に指定されています。また、東町歌舞伎保存会の活動は市の無形民俗文化財に指定されており、地域に伝わる歌舞伎を守り、行事などで上演しています。

稽古を続ける中で大変なことは何ですか？

稽古を続ける中で大変なのは、セリフや動きを覚えることです。毎年同じ演目ではないため、新しく覚えることも多く、仕事や家事の合間にDVDを見て勉強したり、稽古を重ねながら身につけています。それでも、本番が終わり、お客さんから拍手をいただいた時はとてもうれしく、やっつけて良かったと感じます。

会長 金井 勝さん



▲稽古の様子

この伝統をどのように次の世代へ受け継いでいきたいですか

歌舞伎は人が続けていかなければ残りません。地域の文化として、世代をつなぎながら守っていくことが大切だと思っています。子どもたちや若い世代にも参加してもらいながら、地域の文化としてこれからも長く続けていきたいと思っています。



東町の歌舞伎舞台

西宮歌舞伎舞台保存会

西宮の歌舞伎舞台について教えてください

西宮区には、文化13年（1916）に創建された西宮歌舞伎舞台があり、江戸時代中後期の芝居小屋の原型を残すものとして長野県有形民俗文化財に指定されています。

木造の回り舞台としては日本最古とされ、現在も6年に1度、御柱の奉納にあわせて歌舞伎公演が行われています。次回の上演は、令和10年4月を予定しています。

西宮の歌舞伎舞台の魅力は何ですか？

西宮歌舞伎舞台の魅力は、さまざまな舞台装置にあります。床下の奈落でコマのように舞台を回す「回し」、舞台を左右に引き分けて背景を変える「引き割り」、背景を瞬時に変える「田楽返し」などの仕掛けが備わっています。

また、演者を舞台上に上げる「せり上げ」が3基設けられているのも、他には見られないこの舞台ならではの特徴です。さらに、舞台後ろの窓を開けて山

会長 篠原 博文さん



▶引き割り



◀舞台下の回し

この伝統をどのように次の世代へ受け継いでいきたいですか

若い世代も巻き込みながら歴史や文化を継承し、市内外にPRして多くの方に関心を持ってもらいたいと考えています。さまざまな方に足を運んでもらうことが、私たちにとても伝統を守り続けていくモチベーションにつながっていくと思います。



西宮の歌舞伎舞台

東御市文化財マップ



文化財は、市内各地に点在しています。何気なく見ている風景の中にも、実は何百年も前から受け継がれてきた歴史や文化が残されています。

散歩の途中に足を止めてみると、新しい発見があるはずです。文化財の詳細やその他の文化財については市ホームページからご覧ください。



市ホームページ



- 宮ノ入のカヤ
- 金井の火まつり
- 百体観音石造町石
- 古屋敷遺跡の筒形土偶 (★1)
- 姫子沢の延命地藏尊 等

- 山浦真雄宅跡
- 力士雷電生家
- 塚穴古墳
- 片羽八幡水 (★2)
- 大石沢の眼鏡橋 等

★1 (新張区)

★2 (片羽区)

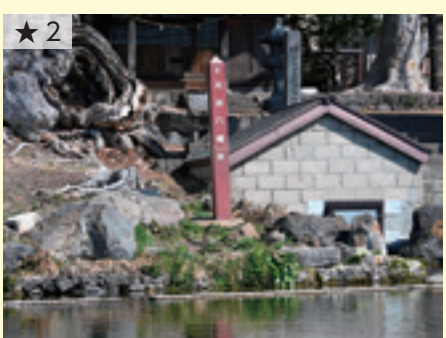
- 常田の剣持道祖神
- 田中の石造仁王像 (★3)
- 中曽根親王塚古墳 (★4)
- 田中の勝軍地藏
- 針の木沢湧水 等

- 石造龕
- 木造阿弥陀三尊像
- オオルリシジミ (★6)
- 八重原堰・黒沢嘉兵衛
- 野馬除跡 等



古屋敷遺跡の筒形土偶 市・有形

平成2年(1990)に新張区・古屋敷遺跡(滋野神社東側)の発掘調査で出土した縄文時代後期前葉の土偶です。全国で数十体しか確認されていない貴重なもので、手足を省略した板状の顔が特徴です。口の穴が底まで貫通しており、生命の連続性を祈ったものと考えられています。



片羽八幡水 市・天然記念物

片羽区の八幡神社境内に湧くこの湧水は「八幡清水」とも呼ばれ、水質が良く水量も豊富なことから、かつて飲用水として多くの人に利用されてきました。大正14年(1925)には、この尽きることなく湧く水に村の繁栄への願いを込め、この場所に旧滋野小学校が建てられました。



田中の石造仁王像 市・石造

仁王の阿形像は、明和三年(1766)、雷電の母が強い子の出生を願って願をかけたものであり、吽形像は寛政八年(1796)、雷電が大関に昇進した時、母がその願いがかなったお礼に奉納したものとされています。

★4



中曽根親王塚古墳

県・史跡

中曽根親王は、平安時代にこの地域に関わったと伝えられる皇族で、東御市周辺には親王にまつわる伝承や史跡が残されています。親王はこの地に滞在し、地域の発展に関わった人物として語り継がれており、地域の歴史を語る上で大切な存在の一人です。

★5



旧和学校校舎

県・建造物

明治12年(1879)に建てられ、令和元年(2019)に国宝指定された松本市の旧開智学校と同時代の建築です。心は日本人らしく、知識は西洋の文化をという「和魂洋才」型の人間を育てることを目的とし、西洋風と日本風の両方を建築に取り入れられています。

★6



オオルリシジミ

市・天然記念物

生育環境の減少により、各地で絶滅の危機にあります。北御牧地区でも1990年代に一時見られなくなりましたが、平成13年(2001)から保護活動を開始し、食草クララの保護や放蝶に取り組んだ結果、平成16年(2004)には自然繁殖が確認されました。

★7



八重原堰・黒沢嘉兵衛 関連史跡

市・史跡

黒沢嘉兵衛(1612～1691)は、八重原台地の開拓に尽力した人物です。小諸藩の命を受けて和美堰の通水を実現し、その後も水源を求めて嶽堰を完成させました。これにより八重原台地の新田開発が進み、地域の発展の礎となりました。

- 旧和学校校舎(★5)
はいかいげんじせきとうきそ
- 廃海善寺石塔基礎
- 児玉山古墳群
さくらざかなぎなたばしおよび
- 桜坂偃月刀橋及び碑
- 横山西の塚古墳 等

★5(大川区)

★4(西海野区)

田中
★3
(田中区)

★7
(下八重原区)

★6
(北御牧地区中心)

北御牧



☎ 71-0670

文化振興係
文化・スポーツ振興課

◆問い合わせ先

祢津東町歌舞伎保存会

「御所桜堀川夜討」弁慶上使

●大人歌舞伎

(祢津小学校歌舞伎クラブ)

●子ども歌舞伎

「忠臣蔵」

◆演目

東町歌舞伎舞台

◆場所

祢津日吉神社境内

◆日時

4月29日(水・祝)

午前10時30分

「祢津東町歌舞伎」公演

市指定無形民俗文化財



令和 8 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

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、令和8年度は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8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



▲北御牧グラウンド周辺に設置された太陽光パネル

- 再生可能エネルギーの自給自足の推進 (5,688万円)
- 多様性を認め合い、すべての人が尊重されるまちづくりに向け、正しく知り、学ぶ機会の充実 (64万円)

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



▲通所型サービスBの様子

- 妊娠期からの包括的な母子保健事業の推進 (2,501万円)
- 子育て・子育てを地域で支える体制の構築 (1,347万円)
- こどもの居場所のネットワークの充実 (1,520万円)
- ライフコースアプローチを踏まえた健康づくりの推進 (816万円)
- 地域に根ざした介護予防活動の推進 (6,305万円)
- 在宅生活を支える生活支援サービスの充実・強化 (888万円)
- 権利擁護支援体制の充実 (630万円)

保健師などが定期的に関与し、体操や運動をはじめとする健康づくりと介護予防を一体的に提供することで、高齢者の社会参加と心身機能の向上を図ります。

基本目標

III

誰もが学び、自分らしく輝けるまち



▲給食センターの完成予想図

- 東部地区小学校給食センター建設の推進 (1,800万円)

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



▲現在整備を進めている宿泊交流拠点施設に関する市民説明会

- 「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（42万円）
- 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（2,250万円）
- 農福連携を通じたワインのブランド価値の向上（予算なし）
- 宿泊交流拠点施設の開業を見据えた、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（2,942万円）
- 宿泊交流拠点施設整備事業の推進（512万円）

市内消費の拡大や雇用の創出、関係人口の増加などの地方創生を実現するため、地域資源を最大限に活用した宿泊交流拠点施設の整備を推進します。

基本目標
V

便利で安心して暮らせるまち



▲北御牧地区空き家ハンティングツアーの様子

- 市道県東深井線の歩道設置事業の促進（4,010万円）
- 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（7,898万円）
- 上水道八重原水系安定供給の推進（2億2,200万円）
- 官民連携による空き家等の利活用と予防対策の推進（1,154万円）
- ため池を含む農業用施設の耐震・長寿命化の促進（780万円）

官民連携の取り組み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、管理不全空き家の予防対策を進めるとともに、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



▲東御市クリエイター塾の様子

- 地域資源を活かしたシティプロモーションによる地域ブランド力の向上（1,200万円）
- 働き世代をターゲットとした移住定住施策の推進（1,214万円）

市民による地域の魅力発信の機運を高め、まちの魅力を再発見することで、シビックプライドの醸成を図ります。

市政運営説明会を開催します

市民の皆さまに令和8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19日(火) / 中央公民館
滋野	5月20日(水) / 滋野コミュニティーセンター
祢津	5月25日(月) / 祢津公民館
和	5月26日(火) / 和コミュニティーセンター
北御牧	5月27日(水) / 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」で当日上映する重点事業等の説明動画を4月下旬以降に配信する予定ですのでご覧ください。また、CATVとうみチャンネルでも放送予定です。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8年度 当初予算

一般会計

156億4,900万円

前年度比 △4.1%

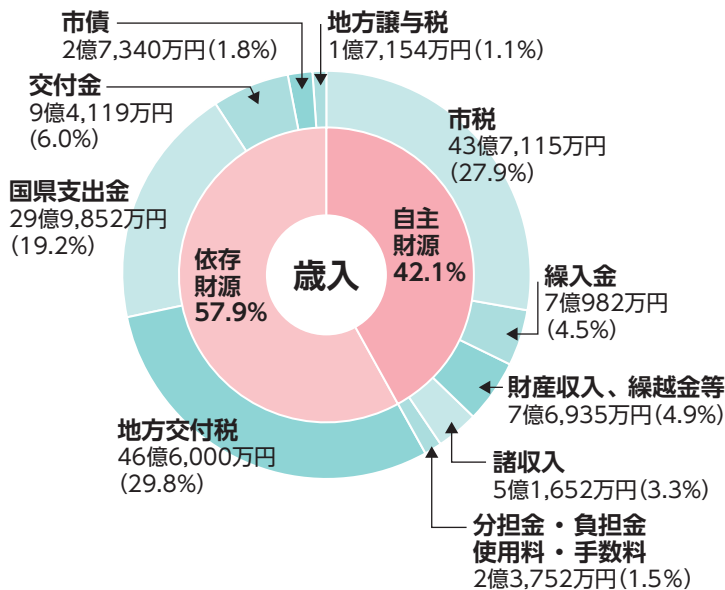
令和8年度一般会計の予算額は、自治体情報システムの標準化・共通化にかかる費用や公共施設の照明LED化事業の減などにより、前年度と比較して6億7,500万円（4.1%）の減となりました。

人口減少や少子高齢化の進展、物価や人件費の上昇など、社会経済情勢が急激に変化をしている中においても、将来にわたって持続可能な財政運営を堅持できるよう、事務事業の見直しや組織のスリム化等を図りつつ、第3次東御市総合計画に基づく事業推進を停滞させることがないように、「選択と集中」に徹しながら予算を編成しました。

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。

●問い合わせ先

総務課 財政係 ☎ 64-5901



一般会計の歳入

金額の大きいものから順に、地方交付税が46億6,000万円、市税が43億7,115万円、国県支出金が29億9,852万円となっています。

主な歳入では、給与所得の増加や新築家屋等の増加などにより、個人市民税および固定資産税の増収が見込まれるため、市税で1億2,214万円の増を見込んだ一方で、公共施設の照明LED化事業などの減少により市債で3億6,160万円の減を見込み、繰入金を4億8,642万円の減としました。

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から交付されるもの

国県支出金…国や県からの補助金など

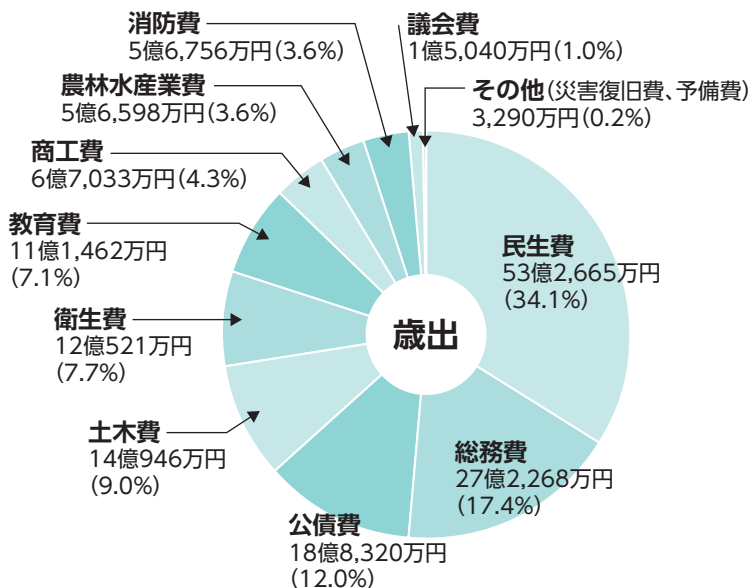
交付金…地方消費税交付金や地方特例交付金など

市債…市が長期にわたって借りるお金

地方譲与税…国が徴収した税のうち市町村へ配分されるもの



- 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

金額の大きいものから順に、民生費が53億2,665万円（子ども第三の居場所運営委託料1,510万円や子ども・子育て応援事業費751万円、持続可能な権利擁護支援モデル事業費630万円等）、総務費が27億2,268万円（重点対策加速化事業補助金4,940万円やふるさと納税推進事業費2億7,500万円等）、公債費が18億8,320万円となっています。

また、教育費で給食費負担軽減補助金9,427万円や東部地区小学校給食センター建設事業費1,800万円、フリースクール利用児童生徒支援補助金24万円等、商工費で宿泊交流拠点施設整備事業費512万円等を計上しました。

※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、市役所本館2階財政係窓口、本館1階行政資料閲覧コーナー、市立図書館1階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

令和8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8年度 予算額	前年度比	
		増減	率(%)
一般会計	1,564,900	△ 67,500	△ 4.1
国民健康保険特別会計	320,900	100	0.0
介護保険特別会計	315,100	7,100	2.3
後期高齢者医療特別会計	55,920	7,540	15.6
総額	2,256,820	△ 52,760	△ 2.3

(表2) 公営企業会計 (単位：万円、△：マイナス)

会計名称	令和8年度 予算額	前年度比		
		増減	率(%)	
水道事業 計	収益的支出	67,192	1,300	2.0
	資本的支出	86,560	29,824	52.6
	計	153,752	31,124	25.4
下水道 事業 計	収益的支出	135,223	△ 968	△ 0.7
	資本的支出	163,181	△ 46,644	△ 22.2
	計	298,404	△ 47,611	△ 13.8
病院 事業 計	収益的支出	251,100	7,300	3.0
	資本的支出	87,600	48,400	123.5
	計	338,700	55,700	19.7

第2次東御市都市計画マスタープラン・ 東御市立地適正化計画を策定しました

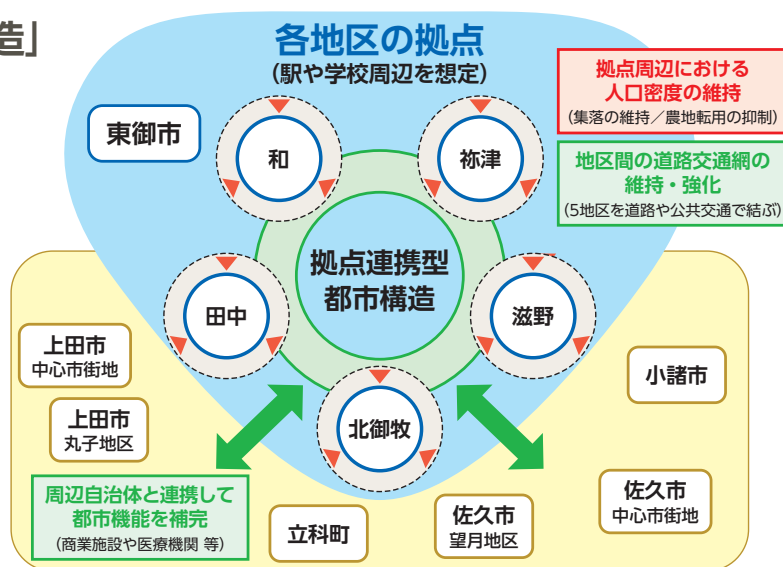
●問い合わせ先 建設課 都市計画係 ☎64-5914

将来も安心して暮らせるまちへ

人口減少や少子高齢化の進行により、今後、市の財政負担が増大し、道路や上下水道などのインフラや、医療・福祉などの生活サービスの維持がこれまで以上に難しくなることが予想されます。こうした状況の中でも、市民の皆さんが将来にわたり安心して暮らし続けられるまちづくりを進めるため、「第2次東御市都市計画マスタープラン」および「東御市立地適正化計画」を策定しました。

基本方針「拠点連携型都市構造」

本計画では、持続可能なまちを実現するため、「拠点連携型都市構造」の形成を目指します。これは、各地域の拠点に生活サービス機能を集め、それらを公共交通や道路網などでつなぐまちの構造です。これにより、人口減少・高齢化社会において、一極集中を避け、地域の利便性と生活の質を維持することを目的としています。



拠点連携型都市構造

まちづくりの3つの目標

コンパクトで持続可能なまちづくり

1

- 市役所や銀行などの中核的な施設を一定のエリアに集め、持続可能性を高めます。
- 市内の5つの地区それぞれで、生活サービス機能を維持し、地域の特性を活かしながら魅力ある地域づくりを進めます。

効果的に地域をつなぐまちづくり

2

- 道路整備や公共交通により、地域間をつなぎ、各地域が持つ機能へのアクセス性を高めます。
- 商業や医療などについては、周辺自治体と連携しながら広域的な視点での道路整備などにより機能の補完を図ります。

災害に強い安心・安全のまちづくり

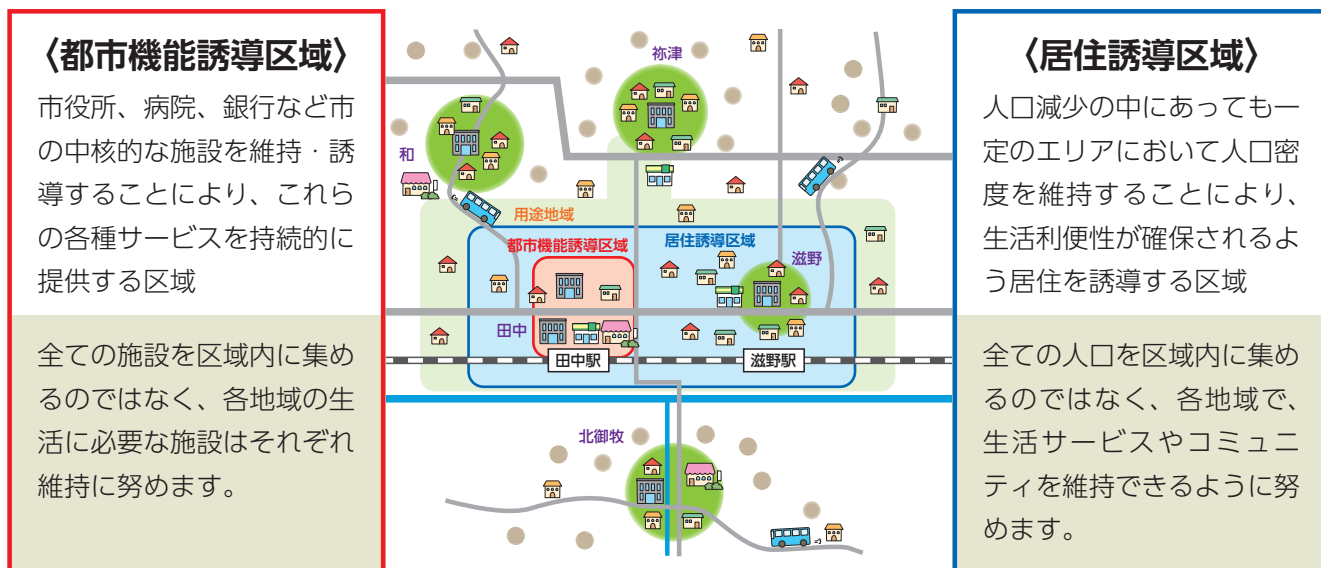
3

- 災害リスクに配慮した誘導を行い、安全性の高い市街地を形成します。
- 関係機関や地域と連携して、継続的な防災・減災に取り組みます。

居住誘導区域と都市機能誘導区域

立地適正化計画では、国道 18 号沿線に**居住誘導区域**と**都市機能誘導区域**を設定します。これにより、一定のエリアで人口密度を維持することで、生活サービスの維持を目指します。

また、誘導区域と各地域での拠点を公共交通などによりつなぎ、市役所や銀行といった中核的な施設へのアクセス性を高めます。



届出制度について

「居住誘導区域」外で一定規模以上の住宅建築や開発行為を行う場合や、「都市機能誘導区域」外で特定の施設を整備する場合には、工事などに着手する日の 30 日前までに、市への届出が必要です。本制度は立地を規制するものではなく、市が状況を把握し、将来を見据えたまちづくりを進めるための仕組みです。

● 居住誘導区域外で届出対象となる行為

- 【開発行為】**
- 3 戸以上の住宅の建築を目的とする開発行為
 - 1 戸または 2 戸の住宅の建築を目的とする 1,000 平方メートル以上の開発行為
- 【建築行為】**
- 3 戸以上の住宅を新築する場合
 - 既存の建築物を改築や用途変更して 3 戸以上の住宅とする場合

● 都市機能誘導区域外で届出対象となる行為

- 【開発行為】**
- 誘導施設の建築を目的とする開発行為
- 【建築行為】**
- 誘導施設を新築する場合
 - 既存の建築物を改築や用途変更して誘導施設とする場合
- ※ 誘導施設：市役所、病院、銀行、信用金庫、専門学校、図書館、文化会館
※ 区域内で誘導施設を休廃止する場合も届出が必要です。

この計画は、「今ある地域を守りながら、将来も暮らし続けられるまちをつくるための指針」です。東御市のこれからのまちづくりにおいて、基盤となる計画ですので、皆様のご理解とご協力をお願いします。計画の詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ



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

予防接種には、「個人を守る」と「社会を守る」の2つの役割があります。予防接種を受けることで、その病気に対する免疫（抵抗力）がつけられ、その人の感染症の発症や重症化を予防することができます。

また、多くの方が予防接種を受けて免疫を持つことで、たとえ集団の中に感染者が出ても、病気の流行を防ぐことができます。これを「集団免疫効果」といいます。集団免疫は、体質や病気などの理由でワクチンを接種できない人を守ることもつながります。

なお、予防接種法に基づき、対象者や接種時期が定められている「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。**）

- 五種混合
- B型肝炎
- ロタウイルス
- 小児用肺炎球菌
- BCG
- 麻しん風しん混合
- 水痘
- 日本脳炎
- 子宮頸がん（HPV）
- RSウイルス（妊婦）

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。

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

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

接種費用の助成には、対象となる時期や年齢の要件がありますので、接種前にご確認ください。

※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8年度の予防接種について

新規 4月からRSウイルス定期予防接種を開始します（母子免疫ワクチン※）

対象者：東御市に住民票のある方で、妊娠28週0日～36週6日の方

接種費用：無料

●対象者には妊娠届出時に予診票をお渡しします。既に妊娠届出済みの方には郵送します。

※母子免疫ワクチンとは、妊婦が接種すると、母体内で作られた抗体が胎盤を通じて胎児に移行し、生まれた乳児が出生時から病原体に対する予防効果を得ることができるワクチンです。

带状疱疹予防接種

対象者：東御市に住民票がある方で (1) ~ (3) のいずれかに該当する方

- (1) 年度内に 65 歳を迎える方 (昭和 36 年 4 月 2 日 ~ 37 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 8 年度は以下の方が対象となります

- 70 歳 (昭和 31 年 4 月 2 日 ~ 32 年 4 月 1 日生まれ)
- 75 歳 (昭和 26 年 4 月 2 日 ~ 27 年 4 月 1 日生まれ)
- 80 歳 (昭和 21 年 4 月 2 日 ~ 22 年 4 月 1 日生まれ)
- 85 歳 (昭和 16 年 4 月 2 日 ~ 17 年 4 月 1 日生まれ)
- 90 歳 (昭和 11 年 4 月 2 日 ~ 12 年 4 月 1 日生まれ)
- 95 歳 (昭和 6 年 4 月 2 日 ~ 7 年 4 月 1 日生まれ)
- 100 歳 (大正 15 年 4 月 2 日 ~ 昭和 2 年 4 月 1 日生まれ)

- (3) 60 歳 ~ 64 歳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



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 (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。
- 対象者には 3 月下旬に予診票を郵送しています。

高齢者肺炎球菌予防接種

対象者：東御市に住民票がある方で、(1) または (2) に該当する方

- (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

- 過去に高齢者肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことのある方で、20 価肺炎球菌結合型ワクチンを行う必要がないと認められる方は対象外です。
- 対象者には 65 歳の誕生月に予診票を郵送します。

接種費用：3,000 円 ※接種後、医療機関でお支払いください。

このページの詳細は、右記二次元コードから市ホームページをご覧ください。



乳幼児預かり事業が 変わります

一時預かり?
それとも
こども誰でも通園制度?



お子さんの年齢で選べる3つの事業!

令和8年4月から、東御市の乳幼児預かり事業は、お子さんの年齢に応じて選べる3つの事業に分かれます。「わが家はどの制度が利用できるの?」と迷わないよう、対象年齢ごとにまとめました。

3つの事業の共通利用条件!
・保育園に入園していないお子さん



- ① 一時預かり
- ② こども誰でも通園制度
- ③ 一時保育


① 一時預かり

対象年齢：3か月～3歳未満
 料金：400円/1時間あたり
 条件：市内在住であること
 場所：東部子育て支援センター
 北御牧子育て支援センター

こんな方におススメ

- 早い月齢から利用したい!
- リフレッシュしたい!
- 短時間あずけたい方!

詳しくはコチラ

 **すくすくぽけっと**
 ●問い合わせ先
 子ども家庭支援課
 子ども家庭支援係
 ☎64-5814


② こども誰でも通園制度

対象年齢：6か月～3歳未満
 料金：300円/1時間あたり
 場所：北御牧保育園
 祢津保育園

こんな方におススメ

- 子どもに家ではできない体験をしてもらいたい!
- ほかの同年代の子との交流を持たせたい!

詳しくはコチラ

 **市ホームページ**
 ●問い合わせ先
 保育課 保育係
 ☎64-5903


③ 一時保育

対象年齢：1歳以上の未就学児
 料金：400円/1時間あたり
 場所：市内全公立保育園
 ※記載内容は公立保育園のものになります。

こんな方におススメ

- 保育園入園前に雰囲気慣れておきたい!
- リフレッシュしたい!
- 里帰り出産の方!

詳しくはコチラ

 **市ホームページ**
 ●問い合わせ先
 保育課 保育係
 ☎64-5903

私立園の一時保育について

私立園のおひさまこども園、海野保育園でも一時保育を行っております。
 ご利用条件や料金等について、それぞれ異なる場合がございますので詳細は各園までお問い合わせください。

●問い合わせ先 おひさまこども園 ☎75-0725 海野保育園 ☎62-2800

※タイトルにある記号は記事のカテゴリです。

知・・・お知らせ

募・・・募集

補・・・補助金

情報コーナー

掲載をご希望の方は、掲載希望月の2か月前までに、左記二次元コードからホームページをご確認いただき、オンライン申請により申込みください。

企画振興課広報担当
☎64-58993



市ホームページ

※今月号は、補助金はまとめて一覽で掲載します。(一部補助金を除く)。

知 令和8年度
生涯学習出前講座

市民の皆さまが知り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する制度です。

◆対象 市内在住、在勤、在学する10人以上で構成された団体

◆講座内容・申込方法 左記の二次元コードから市ホームページをご確認いただくか、地域づくり支援課へお問い合わせください。
◆開催予定日の2週間前までにお申し込みください。

問/地域づくり支援課
地域コミュニティ推進係

☎75-5506



市ホームページ



知 松くい虫被害木伐採のお願い

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、伐倒処理等を行っております。

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

問/農林課
耕地林務係

☎64-5898



知 山林の立木を伐採するときは
届出が必要です

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及び面積に関わらず届出が必要です。事前に「伐採及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入手できます。

問/農林課 耕地林務係

☎64-5898



市ホームページ

知 固定資産税の賦課について

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。

◆4月の納税(納期限4月30日)

★固定資産税・都市計画税(1期)

問/市民税務課
資産税係

☎64-5877



市ホームページ

知 令和8年度
慰霊巡拝の実施について

遺骨収集の望めない戦没者等を対象に行う厚生労働省の事業です。詳細は行先によって異なりますので、

県ホームページをご確認ください。
◆申込期限 最短で5月1日(金)

問/長野県地域福祉課
自立支援・援護係

☎026-235-7094

申込・問/福祉課 共生社会推進係

☎64-8888



県ホームページ

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!

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



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

〈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。

知 緑の募金ご協力をお願い

長野県では4月1日から5月31日を「緑化推進特別強調期間」とし、健全な森林と緑豊かな環境づくりを推進しています。

市ではこれに合わせ、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っています。

令和7年度から、募金方法を変更し、公共施設への募金箱の設置となりましたので、ご理解・ご協力をお願いします。

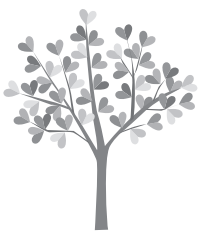
◆ 募金は市内のみどりの少年団活動への助成、地域の植樹と苗木の頒布支援等に活用される予定です。

◆ 設置予定場所

市役所本庁舎、中央公民館、市民病院、温泉施設、湯の丸高原ビジターセンター、道の駅雷電くるみの里、ワインテラス御堂、芸術むら公園憩いの家、ワイン&ビアンミュージアム、東御市観光情報ステーション

問／農林課 耕地林務係

☎64-5898



国土緑化推進機構
ホームページ

知 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。

◆ 受付期間 4月1日(水)～30日(木)

◆ 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

東御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。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く場合があります。

問／企画振興課 企画政策係

☎64-58006

✉kikaku@city.tomi.nagano.jp



ながの電子申請
サービス



市ホームページ

知 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。

◆ 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時をもとに、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

お問い合わせ先へご提出ください。詳細は市ホームページをご覧ください。

問／企画振興課 企画政策係

☎64-58006

✉kikaku@city.tomi.nagano.jp



市ホームページ



うちの子ども結婚できました!

独身のお子様の結婚相談

お子様のご結婚、あきらめないで! お気軽にお悩みご連絡くださいませ。

マル適マークCMS取得 ムスベル株式会社
結婚相談所 ムスベル長野

長野市広田48 神明第一ビル2階
営業時間: 10時～19時
定休日: 第2・第4水曜日

通話料 無料

0120-138-026

〈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。

【知】確定申告分の振替日

令和7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分の振替日は次のとおりです。

◆申告所得税・復興特別所得税

4月23日(木)

◆消費税・地方消費税

4月30日(木)

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。

問／上田税務署 管理運営部門

☎21-0433

【募】御牧原せつけいマルシェ 出店者・ステージ出演者募集

今年で5回目になる住民有志によるマルシェです。暑い季節ですが、40近い出店、700名近い来場者があり、大変にぎわいます。

◆日時 7月26日(日)

午前9時30分～午後1時30分

◆場所 御牧原北部区「岩井屋御牧原園庭」

◆出店 農産物、加工品、飲食物、クラフト作品、ワークショップなど

◆出店料 2500円(予定)

◆出演 音楽、パフォーマンスなど(出演料なし)

◆募集締切 6月末(ただし、予定数に達し次第締切)

問／おいでなし御牧原の会

小池 ☎55-8000

☒contact@oide-

mimakhara.com



昨年の様子(YouTube)

【募】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、お気軽にお電話にてお問い合わせください。

【応募要件】

- ・市内居住で満20歳以上75歳未満の方
- ・責任を持って調査事務を遂行できる方等

問／企画振興課

企画政策係

☎64-5806



市ホームページ

【募】東御市立図書館協議会 委員の公募

図書館の運営やサービスについてご意見をいただく委員を募集します。

◆任期 4月1日～令和10年3月31日(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、メール、郵便、持参のいずれかの方法で提出してください。詳細はホームページをご確認ください。

◆応募期限 4月24日(金)

申込・問

東御市立図書館

☎64-5886



市ホームページ

【募】第23回市民登山参加者募集
～三峰山 360度の展望を楽しむ～

◆日時 5月16日(土)、午前7時集合

◆集合場所 東御中央公園 武道館前駐車場

◆対象者 東御市在住で小学生以上(小学生は保護者同伴)

◆定員 40名

◆参加費 500円

◆申込 4月6日～4月30日までに二次元コード又は左記へ電話にてお申込み

申込・問(特非)東御市

スポーツ協会

(第一体育館内)

☎62-2200



申込フォーム

【募】湯の丸高原レンジゲッツジ 保全活動ボランティアの募集

◆日時 5月16日(土) 午前9時～午後0時30分

◆集合時間・場所 午前9時 湯の丸高原地蔵峠第2駐車場

◆作業場所 湯ノ丸山麓

◆対象 小学4年生以上(小学生は保護者同伴)

◆申込期限 5月9日(土)

※保険加入のため事前にお申し込みください。

申込・問 信州とうみ

観光協会

☎62-7701



信州とうみ観光協会

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株式会社」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株式会社

(事務所) 090-1502-3146



募 いきいき子ども講座
受講生募集

◆開講期間 6月～令和9年2月

◆場所 東御市中央公民館

◆内容

- ・音楽とあそぼう
- ・こどもの料理
- ・茶道子ども教室
- ・毛筆習字をやってみよう
- ・季節のお花を生けよう
- ・初めての将棋

◆受講料

3000円(材料費等別途)

◆申込方法

学校を通して配布する講座案内またはホームページをご覧いただき、各講座の二次元コードを読み取り、ながの電子申請サービスより申し込ください。

※開催日時、場所、定員等は講座に寄って異なります。

◆申込期間

4月10日(金)～5月1日(金)まで

問/地域づくり支援課 青少年係

☎64-5885



市ホームページ

募 「甲乙共通過程」
防火管理講習

防火管理者の資格を付与する講習

(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)を実施します。

◆日時 5月28日(木)・29日(金)

※両日とも午前9時30分から午後4時30分まで

※乙種防火管理講習は28日のみ

◆場所 上田創造館(文化ホール)

◆対象 防火管理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2500円/乙種2000円

【一般】

甲種5000円/乙種4000円

◆持ち物 筆記用具等

◆申込 5月7日(木)午前9時から

上田地域広域連合消防本部予防課および上田広域8消防署の受付窓口までお申し込みください。(電話申込不可)

問/消防本部予防課

査察指導担当
☎26-0029

募 天空の里ふれあいウォーク
参加者募集

◆参加資格 上田市・東御市・青木村・

長和町に在住・在勤・在学の方(小学生以下の方は保護者同伴)

◆コース 芸術むらコース、天空の里

コース

◆距離 3キロ、8キロコース

◆参加費 無料

◆申込期限 5月8日(金)午後5時まで

◆詳細は市ホームページをご確認ください。

問/文化スポーツ振興課

スポーツ係

☎75-1455



市ホームページ

募 フォスターホーム(養育里親)
になっていただける方募集

(福)敬老園「つえだ里親支援センター」では、こどもを一定期間ご自宅に預かってくださる『フォスターホーム』を募集しています。

『フォスターホーム』についてご興味のある方は、具体的なご相談でなくともお気軽にお問い合わせください。お話だけ聞いてみたいという方も大歓迎です。

問/つえだ里親

支援センター

☎28-11192

☐kateiyougo@keiroen.or.jp



フォスターホーム

障害年金専門の社会保険労務士による

無料障害年金相談会

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。

事前予約制

場所 上田市ふれあい福祉センター
上田市中央3-5-1

日時 ▶毎月第一水曜日(変更あり)
13時30分から16時30分
▶土・日も相談可能!(要予約)

お問合せは下記事務所まで

長野障害年金研究会

西澤社会保険労務士事務所

TEL 0268-21-7070

社会保険労務士依田謙二事務所

TEL 0267-68-7367

芹澤社会保険労務士事務所

TEL 0268-75-8931

※諸条件により、請求・受給できないことがあります。

募 手話奉仕員養成講座
受講者募集

音声言語以外のコミュニケーション手段の一つとして、手話を学んでみませんか？

- ◆対象者 市内在住・在勤・在学（中学生以上）で、講座修了後に手話に関するボランティア活動ができる方
- ◆開催日時 6月20日（土）
- ◆概ね隔週土曜日の午前10時～正午
- ◆場所 上田市ふれあい福祉センター（上田市中央3-1-1）

◆内容

- ①養成講座（入門・基礎）
日常生活程度の手話と基礎知識を2年間学びます（受講にあたりスマートフォン等での動画視聴が必要です）。

- ◆料金（受講料・テキスト代）
1年目（入門編）9,050円
2年目（基礎編）4,760円
- ②レベルアップ講座

養成講座を修了した方が対象の1年間の講座です。

◆料金 5,000円

◆申込方法 お電話にてお問合せください（後日申込書を送付します）。

◆申込期限 5月13日（水）

◆その他 定員に達し次第締め切ります。

申込・問／福祉課 共生社会推進係

☎64-8888

補 人間ドック補助金

◆対象 東御市国民健康保険加入者（令和8年度40歳～受診日74歳）、後期高齢者医療保険加入者

◆対象となる受診期間 令和8年4月1日～令和9年3月31日

◆補助金対象医療機関 市内外問わず、すべての医療機関（申請不要医療機関あり）

◆補助金上限額

【東御市国保加入者】
・日帰り 15,000円
基本料金3万円未満の場合

2分の1が上限（1,000円未満切り捨て）
・一泊二日 20,000円

【後期高齢者医療制度加入者】

・一律 10,000円

◆申請方法・申請時の持ち物
市ホームページをご確認ください。

◆注意事項

・人間ドックまたは市の健診どちらか一方しか補助金が出ませんので、重複受診にご注意ください。

・令和8年3月31日までに受診し、まだ申請していない方は、4月17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



市ホームページ

補 脳ドック補助金

◆対象 令和8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61年4月2日～62年4月1日生、56年4月2日～57年4月1日生、51年4月2日～52年4月1日生、46年4月2日～47年4月1日生、41年4月2日～42年4月1日生、36年4月2日～37年4月1日生、31年4月2日～32年4月1日生の方）

◆対象となる受診期間 令和8年4月1日～令和9年3月31日

◆補助金上限額 13,000円

◆申請方法 健康推進課窓口で申請

◆申請書提出期限 受診日の翌月末日まで

◆注意事項

・脳ドックの検査内容に「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項目」が含まれるものでない場合は、補助の対象となりません。

・オプション検査は、補助の対象外です。

◆詳細は市ホームページをご覧ください。

申請・問／健康推進課
健康増進係

☎64-8883



市ホームページ

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
- ◆文化振興系の週末へのトビラ 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3金曜日 午前11時30分～午前11時50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



スマートフォンアプリ
[FM++]



放送日	内容	出演
4月9日・23日	再生エネルギー導入のための補助金案内	生活環境課

問／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

【保存版】令和8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(木)	5月18日(月)	1期				
5月	6月1日(月)	6月15日(月)				全期	
6月	6月30日(火)	7月15日(水)		1期	1期		
7月	7月31日(金)	8月14日(金)	2期		2期		1期
8月	8月31日(月)	9月14日(月)		2期	3期		2期
9月	9月30日(水)	10月15日(木)	3期		4期		3期
10月	11月2日(月)	11月16日(月)		3期	5期		4期
11月	11月30日(月)	12月15日(火)	4期		6期		5期
12月 ※2	1月4日(月) (12月30日(水))	1月15日(金)		4期	7期		6期
1月	2月1日(月)	2月15日(月)			8期		7期
2月	3月1日(月)	3月15日(月)			9期		8期
3月	3月31日(水)	4月15日(木)			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4日(月)ですが、口座振替日は12月30日(水)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 八十二長野銀行
 佐久浅間農業協同組合 上田信用金庫
 長野県信用組合 ゆうちよ銀行・郵便局
 長野県労働金庫
 三井住友銀行(口座振替のみ) 東御市役所

◆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域外)
 毎月10日
 ・上下水道料金(佐久水道企業団給水区域内)
 ※ただし、閉庁日の場合は、翌開庁日となります。

◆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)、FamiPay)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。

※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。

☎市民税務課 収税管理係 ☎71-0331

満点リブカード・みまきスタンプ満点台紙で納税できます

・満点リブカードやみまきスタンプ満点台紙による納税は、市民税務課窓口のみの取り扱いとなり、金融機関やコンビニでの利用はできません。
 ・満点リブカードは1枚500円分、みまきスタンプ満点台紙は300円分として利用できます。
 ・満点リブカードまたはみまきスタンプ満点台紙で全額を納税する際は、おつりが出ませんのでご了承ください。

☎納税に関する問い合わせ

市民税務課 収税管理係 ☎71-0331

リブカードに関する問い合わせ

東御市リブカード会・みまきスタンプ会(東御市商工会内) ☎75-5536
 商工観光課 商工労政係 ☎64-5895



各種補助金一覧

◆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。お問い合わせください。


問／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の設置に対する補助金です。</p> <p><一般住宅用> ①太陽光発電設備（自己所有） ②太陽光発電設備（PPA） ③定置型蓄電池 ※①の設備との連携に限る ④定置型蓄電池 ※単体設置の場合</p> <p><民間施設用> ①太陽光発電設備（自己所有） ②太陽光発電設備（PPA） ③定置型蓄電池 ※①の設備との連携に限る</p>	<p><一般住宅用> ①1kWあたり7万円(上限105万円) ②1kWあたり7万円(上限105万円) ③蓄電池価格の3分の1(上限154万9千円) ④設置費用の10分の1以内(上限10万円)</p> <p><民間施設用> ①1kWあたり5万円(上限500万円) ②1kWあたり5万円(上限500万円) ③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。 ※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	◆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。	5分の1以内（上限5万円）	
省エネ家電製品普及促進事業補助金（買換え補助）	<p>◆省エネ家電製品を新たに買換える方向けの補助金です（新規購入の場合は補助金の対象になりません）。</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） ④ヒートポンプ給湯器、ガス温水機器、石油温水機器（1世帯1回に限る）</p>	<p>①LED照明器具 ◆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 ◆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> <p>④ヒートポンプ給湯器、ガス温水機器、石油温水機器 ◆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9万円） ◆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3万円）</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。 ③放流部分</p> <p>◆申請は必ず工事着工前に行ってください。 令和9年1月末までに工事の完了をお願いします。</p>	<p>①合併処理浄化槽（新規設置） ◆5人槽 33万2千円 ◆6～7人槽 41万4千円</p> <p>②高度処理型合併処理浄化槽（加算額） ◆5人槽 10万円 ◆6～7人槽 7万円</p> <p>③放流部分 ◆工事費の2分の1以内（上限50万円）</p>	

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。	松枯れ防止剤購入費の2分の1以内（上限5千円）	

閤／農林課 農政係 ☎64-0535			
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	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 農福連携を推進するための農機具や農作業用品などの購入やリースにかかる費用	2分の1以内（限度額：5万円）	
閤／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）	
閤／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	◆雨水貯留槽を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）	
閤／健康推進課 保健地域医療係 ☎64-8882			
補助金名	内容・要件等	補助金額	二次元コード
不妊・不育症治療費補助	◆不妊・不育症治療に係る保険適用外の治療に係る経費の補助金です。 ①不妊又は不育症の治療を受けている夫婦で、双方又は一方が申請日の1年以上前から東御市に住民登録があり、市税の滞納がない夫婦 ②他の地方公共団体から不妊・不育症治療費に係る補助金の交付を受けていない方 なお、不育症治療費については、長野県不育症治療支援事業の補助金を受けている方も対象	対象経費の2分の1の額（1回あたり10万円を上限に、通算6回まで補助）	

補助金名	内容・要件等	補助金額	二次元コード
エアコン設置促進事業補助金 国の重点支援地方交付金を活用しています	①生活保護受給世帯 ②住民税非課税世帯 申請日における世帯員全員が、申請日の属する年度（4月1日から5月31日までに申請が行われた場合は、前年度）に住民税が非課税である世帯	①100/100以内（上限73,000円） ②2/3以内（上限48,000円） ※申請期間：令和8年9月30日まで	

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5日(日) 5月17日(日) 6月21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 ◆持ち物 動きやすい恰好・飲み物・タオル・帽子・パウ（持っている方）	閩／まる屋 小林 ☎090-1112-6283 ◆参加費 1,000円 ※親子 1,500円 （お子様が小学生の場合）	
4月11日(土)	祢津城山桜まつり 花見だんごとお茶のふるまいをします。ふるまいは先着100名様です。山頂にてのろし上げも行います。	◆場所 祢津城山（受付は城山登山口） ◆時間 午前10時～	閩／祢津地域づくりの会 事務局（祢津公民館） ☎62-0251	
4月18日(土) 4月25日(土) 5月9日(土) 以後、毎週土曜日	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。メタボ気味のあなたもお子様と一緒に動きましょう。	◆場所 和小学校 ◆時間 午前9時～午前11時 ◆講師 キッズモアコーチ9人 ◆対象 小学1年生～4年生の男女、コーチ サッカーの好きな人、子どもと遊ぶのが好きな人	申込・閩／FC キッズモア 加藤 ☎62-0242 ◆参加費 4月は体験会で無料 ◆持ち物 サッカーボール・飲み物・動きやすい恰好	
4月19日(日)	東御第4回成立縄文祭 国指定史跡成立遺跡で、まがたま作りや火おこし体験、専門家による縄文対談、成立遺跡から寺ノ浦遺跡への縄文散策、土器や石器の軽トラ博物館、御牧太鼓保存会やくるみ幼稚園などのライブ演奏、キッチンカーエリアなど盛りだくさんの縄文祭。	◆場所 成立遺跡（原口） ◆時間 午前10時～午後3時	閩／成立・寺ノ浦石器時代住居跡保存会 ☎080-6996-1800（荻原） ◆注意事項 動きやすい服装と靴着用 ◆荒天は中止となります。	
4月21日(火)～26日(日)	第30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名の作品を展示します。	◆場所 東御市文化会館 展示室 ◆時間 午前9時～午後5時 ※ただし、21日は正午開始、26日は午後4時終了 ◆入場無料	閩／香東会 射手 ☎64-5733 ◆出品者 やまぎしかせい いてこうえん 山岸鹿聲 射手紅苑 つちやぼくせん はこやまるしゅう 土屋睦泉 箱山蘆舟 ふるかわあさひさ 古川暉久	
4月24日(金)	健康づくり講演会 「知って安心 がんの基礎知識」	◆場所 総合福祉センター 3階講堂 ◆時間 午後2時～ 午後3時30分 ◆講師 佐久医療センター 産婦人科 近藤沙織 医師	閩／健康推進課 健康増進係 ☎64-8883 ◆参加費 無料 ◆申し込み不要	
4月25日(土)	ボルダリング体験会 ボルダリング未経験の小学4年生以上を対象に体験会を行います。※雨天等の場合、中止または日ごとの変更があります。	◆場所 東御市和西入区国有林内の自然の岩 ◆時間 午前9時～正午 ◆参加費 500円	申込・閩／T3クライミング ☎080-5146-4426(田中) ◆参加申込期限 4月20日(月)までに上記まで申し込みください。(募集は10名程度)	

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
①4月26日(日) ②5月10日(日) ③5月24日(日) ④6月14日(日) ⑤6月28日(日) ⑥7月12日(日) ⑦7月26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。	◆場所 芸術むら公園 芝広場 ◆時間 ①～⑤ 午前10時～午前11時 ⑥～⑦ 午前8時～午後9時 ◆講師 畑中麻貴子 先生	閻/まる屋 小林 ☎090-1112-6283 ◆参加費 1,000円 ◆持ち物 動きやすい恰好・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26日(日) 5月24日(日) 6月28日(日) 7月26日(日)	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。	◆場所 芸術むら公園 芝広場 ◆時間 午後2時～ 午後2時45分 ◆講師 峰村栄美 先生	閻/まる屋 小林 ☎090-1112-6283 ◆参加費 800円 ◆持ち物 動きやすい恰好・飲み物・タオル・運動靴	
5月3日(日)	第8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」など	◆場所 東御市役所「市民交流広場」 ◆時間 午前10時～正午	閻/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。	
5月9日(土) (荒天時は10日(日))	春の御牧原ぜっけいウォーク この時期、水を張った田んぼやため池に、残雪のアルプスが映る御牧原のぜっけいをご覧ください。ゴールでは地元食材の軽食もご用意する予定です。	◆場所 公民館などを起点に、御牧原台地のウォーキングコース約3～5km ◆時間 午前10時～正午頃 ◆参加費 大人1,000円、小学生500円、幼児300円(保険代、軽食代)	閻/おいでなんし御牧原の会 小池 ☎55-8000 申し込みお問い合わせは、電話か右記のLINE二次元コードからお申し込みください。	
①5月17日(日) ②7月12日(日) ③11月15日(日) ④3月14日(日) ※原則、全4回参加してください。	郷土料理講習会 ◆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・ふきみそ・かぼちゃのおよごし	◆場所 中央公民館調理室 ◆時間 午前9時30分～	申込・閻/とうみ食の風土記委員会 小林 ☎090-7635-8524 ◆申込期間 4月27日から5月2日まで ◆定員16名 ◆材料費 4回分2,000円 ◆持ち物 エプロン、三角巾、容器	
5月22日(金) 5月25日(月) 5月26日(火) 5月27日(水) 5月28日(木) 5月29日(金)	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(office2024を使用します) 初回のみ講座説明会 午前10時～午前11時	◆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) ◆時間 午前10時～正午	申込・閻/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(先着) ◆受講料 無料(テキスト代 682円)	
5月26日(火)	ダンボール式生ごみリサイクル講習会 ダンボールに腐葉土などを詰め、生ごみを加えて堆肥化する方法を学びます。生ごみを土に還すことによるリサイクル効果に加え、ごみ袋代の節約にもつながります。	◆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	申込・閻/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(木) ◆持ち物 筆記用具 ◆その他 段ボール式生ごみリサイクル基材等は無料です。	

毎月のお知らせコーナー

保健案内

乳幼児健診のご案内

「保健ごよみ」乳幼児健康診査、離乳食教室の日程を確認できます。

保健ごよみ



すくすく♥TOMI

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』で受け取れます。

母子モ



☎健康推進課 保健地域医療係 ☎64-8882

UCV112 (とうみチャンネル)4月

東御市消防団音楽隊 2026防火コンサート

放送日 4月4日(土)

放送時間 9:00~ 15:00~ 21:00~

火災予防に携わる消防団の活動や音楽隊への関心をもってもらうため、毎年開かれているコンサートです。

今年は音楽隊15人が6曲を演奏しました。1部と2部の間にはラップ隊のステージも披露され、会場を盛り上げました。



UCV112 (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。



東御市チャンネル (YouTube)

☎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

マイナンバーカードの休日窓口

受付日時 4月12日(日)、5月10日(日)

午前8時30分~正午 (完全予約制)

市役所本館 市民係窓口

◆持ち物等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。



☎市民税務課 市民係 ☎75-2007

子育て支援センターの開館情報

月~土曜日開館 (日曜、祝日、年末年始除く)

東部子育て支援センター (すくすくひろば)

午前9時~午後0時30分、午後1時~午後4時

☎64-5814

北御牧子育て支援センター (みまき未来館)

午前9時~午後0時30分、午後1時~午後3時30分

☎67-3676



「すくすくぽけっと」支援センターのイベント情報や子育て支援情報が確認できます。

図書館からのお知らせ

★今月の新着本情報

二次元コードをご確認ください。

★図書館職員による『おはなし会』

日時 5月8日(金) 午前10時30分~

★「おはなしはらっぱ」による『おはなし子ども会』

日時 5月16日(土) 午前10時30分~

★休館のお知らせ 月末図書整理日 4月24日(金)

★新サービスのご案内

国立国会図書館のデジタルコレクション (収集・保存しているデジタル化資料) を検索・閲覧・複写できるサービスがご利用いただけます。詳しくは市立図書館までお問い合わせください。



☎市立図書館 ☎64-5886

各種相談コーナー

相談名	実施日	時間	場所	申し込み	問い合わせ先
人権擁護委員による心配ごと相談	5月1日(金)	午前9時~午前11時 午後1時~午後3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	5月15日(金)	午後2時~午後5時		4月17日(金) 午後1時予約開始	
女性弁護士による法律相談	5月20日(水)	午前9時30分~ 午前11時30分		5月1日(金)午前8時30分 予約開始	男女共同参画係 ☎64-5902
母と子の健康相談	5月12日(火)、 19日(火)、26日(火)	午前9時~午前11時	総合福祉センター	不要	保健地域医療係 ☎64-8882
母と子の栄養相談	5月12日(火)	午前9時~午前11時		不要	
精神科医・精神保健福祉士によるこころの相談	予約制			要予約	
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		不要	
生活習慣病相談				不要	

福祉案内

☎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です。(申込不要)

中央公民館 3階 講堂 午前10時～午前11時	5月13日(水)・20日(水)・ 27日(水)
滋野コミュニティーセンター 午前10時～午前11時	5月12日(火)・19日(火)・ 26日(火)
柵津公民館 午後2時～午後3時	5月13日(水)・20日(水)・ 27日(水)
和コミュニティーセンター 午前10時～午前11時	5月11日(月)・18日(月)・ 25日(月)
北御牧公民館 午前10時～午前11時	5月1日(金)・8日(金)・15日(金)・ 22日(金)・29日(金)

かんたん体操教室

転ばない体づくりのために、全身の筋肉を意識した運動を行い、全身の筋肉のバランスを整えます。(申込不要)

総合福祉センター2階 午後2時～午後3時
5月7日(木)・21日(木)

貯筋教室

腹筋やスクワットなどの筋力トレーニングを行い、筋力向上を目指します。(申込不要)

総合福祉センター3階 午後2時～午後3時
5月12日(火)・5月26日(火)

体と脳のセルフチェック

場所は総合福祉センター2階です。

「のうKNOW」と「姿勢測定」は予約が必要です。

<p>【Inbody】 結果説明を希望する方は要予約。体成分(筋肉、脂肪、水分の量等)がわかります。正確に測定するために空腹時(午前10時～正午)に測定することをお勧めします。</p>	<p>◆月～金曜日 午前8時30分～ 午後5時15分</p>
<p>【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。</p>	
<p>【姿勢測定】 姿勢のくせや歪み、ねじれ等がわかります。当日までに予約してください。 (高齢者福祉係 ☎75-5090)</p>	<p>◆5月1日(金) 午後1時30分～ 午後4時 ◆5月25日(月) 午前9時30分～正午</p>

男前!健康運動教室

男性限定の運動教室です。筋力向上のための運動や、健康ミニ講話、スポーツを通じた交流等を企画しています。(申込不要)

総合福祉センター2階 午前10時～午前11時
5月9日(土)・23日(土)

転倒予防水中ウォーキング

関節への負担が少ない水中で、楽しく水中歩行をしながら転ばない体づくりを目指します。(申込不要)
※入館料1,320円が必要です。

温泉アクティブセンター 午後2時～午後2時30分
5月1日(金)・8日(金)・ 15日(金)・22日(金)

各種相談

認知症の人と家族の会 ※申込不要	総合福祉センター2階 5月27日(水) 午前10時～午前11時30分	個別相談ができます。
リハビリ相談 ※要予約 高齢者福祉係 ☎75-5090	総合福祉センター2階 5月1日(金) 午前9時～正午 5月25日(月) 午後1時～午後4時	理学療法士へ身体の悩みや運動等について相談できます。
地域活動支援センター (要予約)	東御障がい者相談センター さくら2階 毎週月～金曜日 午前10時～正午/午後1時～午後6時	☎福祉課 共生社会推進係 ☎64-8888
はーと・ほっとサロン	カフェなか相談室 (Caféみまき苑) 5月19日(火) 午後1時30分～午後2時受付	



東御市ひまわり
孤立相談窓口
(まいさば東御)

Tomi Wine Times

Vol.4

とうみワイン&ビアミュージアム リニューアルオープン

平成31年にオープンした湯楽里館2階にあるワイン&ビアミュージアムが、このたびリニューアルオープンしました。デジタル技術を活用し、ワインや生産者の情報をより分かりやすく発信するとともに、デジタル地図やコンシェルジュ機能を導入し、訪れた人が“とうみワイン”をより楽しめる情報発信拠点へと生まれ変わりました。

生産者による意見交換会を開催

3月13日、ワイン&ビアミュージアムのリニューアルオープンを前に、ワイン生産者や観光事業者などが市長とともに、これからの「ワインシティ・とうみ」について語り合う「ワイン振興オープン・ミーティング」を開催しました。地域のテロワールを生かしたワイン産地づくりやブランド力の向上に加え、旅行や観光を通じた認知度の向上、関係人口の創出など、ワインを軸とした地域振興について幅広い視点から意見が交わされました。

記念イベントを開催します

リニューアルオープンを記念して、開館8周年を迎える4月11日に記念イベント「ワインマルシェ」を開催します。市内の生産者によるおすすめワインの有料試飲を楽しむことができます。どなたでも参加できますので、ぜひお越しください。

- ◆日時 4月11日(土) 午後3時~午後6時
- ◆場所 とうみワイン&ビアミュージアム(湯楽里館2階)

とうみワイン&ビアミュージアム

とうみワインをはじめ、千曲川ワインバレー産ワインやホストタウン・モルドバ共和国産ワイン、オラホビールの紹介や試飲を行っています。ワインに詳しいコンシェルジュが、皆さまのご来館をお待ちしています。

- ◆営業時間 午前10時から午後6時(冬期は午前10時30分から午後6時)
毎週水曜日定休、年末年始休業
- ◆問い合わせ先 ☎75-0885

- 問い合わせ先 農林課 農産物振興係 ☎75-2016



▲新たに導入されたタブレット



▲グループで意見を出し合う参加者



▲グループごとに意見を発表



ワイン振興
プラットフォーム
[TOMI WINE
STORY]



ワイン&ビア
ミュージアム
Instagram



地域で育てようおらほの子ども

～地域ごとの特色を生かし、世代をつなぐ育成会の取り組み～

●問い合わせ先 地域づくり支援課 青少年係 ☎64-5885

次世代を担う子どもたちが豊かな心を育めるよう、各区・各地区では子ども会や育成会活動に注力しています。ここでは、令和7年度に各地の育成協議会等で実施された多様な取り組みをご紹介します。地域住民との世代間交流は、子どもたちにとってかけがえのない財産です。令和8年度も多彩な活動を予定しています。

田中地区地域づくりの会青少年育成部会 会長 ^{にしざわ}西澤 ^{まさひろ}正浩 「子どもサロン」

7月26日、東御市中央公民館で子どもサロンを開催しました。夏休みのスタートに合わせて各学年の希望者が集まり、宿題に取り組んだり、工作を楽しんだりして過ごしました。昼食は、自分たちで好きな具材を選んでおにぎりを作りました。子どもたちは自分の食べられる大きさに握り、おいしそうに頬張っていました。汁物は、役員の皆さんが具たくさんの豚汁を用意してくださり、子どもたちはおかわりをしながら味わっていました。夏休みの始まりに、楽しく思い出に残るひとときとなりました。



しげの里づくりの会青少年育成部会 会長 ^{ごとう}後藤 ^{ふみお}富美男 「滋野ふれあいのつどい」



10月26日、滋野地区文化祭「滋野ふれあいのつどい」が開催され、当部会ではジュニアリーダーの育成と三世代交流を目的に「子ども広場」を実施しました。

滋野小学校の児童5人にバルーンアートの作り方を覚えてもらい、来場した皆さんに作り方を教える役割を担ってもらいました。子どもたちは、教えることの難しさや楽しさを感じながら、来場者と交流しました。さまざまな世代の方々と関わることで、社会性を身につける良い機会となりました。

祢津地区子ども会育成連絡協議会 会長 ^{こばやし}小林 ^{としふみ}俊文 「ミニ駅伝大会」

10月11日、第41回祢津地区ミニ駅伝大会を開催しました。

当日は天候が悪く、開催も危ぶまれる状況でしたが、祢津小学校PTA役員の皆様や地元関係者の方々による懸命なご協力のおかげで、無事に当日を迎えることができました。

大会には計5チームが参加。選手たちは日頃の練習の成果を存分に発揮し、中には区間新記録に迫る快走を見せるなど、白熱した素晴らしい大会となりました。



和地区子ども会育成連絡協議会 会長 ^{せき}関 ^{きょうじ}恭司 「子どもチャレンジコーナー」



和地区ふれあい文化祭に併せて行われている「子どもチャレンジコーナー」には、小学生をはじめ和地区のたくさんの子供たちが参加しました。今年も、地域づくり子育て・教育文化部会との共催で六つのコーナーを計画しました。室内では、紙ひこうき・松ぼっくり・折り紙など四つの紙工作にチャレンジ、屋外には、ヨーヨー風船釣り・わた飴など二つのコーナーが設けられ、友だちや家族と一緒に楽しい時間を過ごしていました。

北御牧地区子ども会育成連絡協議会 会長 ^{こみやま}小宮山 ^{こういち}公一 「魚つかみ大会」

7月19日に小学校で「魚つかみ大会」を行いました。この活動は学校の資源を生かして続く活動です。

役員が協力して作った生け簀に放たれたニジマスと、全校児童が交代で魚つかみに挑戦しました。自分がかまえた魚は役員の方に内臓を取り除き炭火焼きにしてもらい食べました。歓声を上げて魚を追い回し、魚が焼ける様子を見つめ、嬉々として活動する姿を微笑ましく見守りました。



令和8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

●問い合わせ先 市民税務課 国保年金係 ☎75-8810

◆国民健康保険税率改正の概要

国民健康保険（国保）は、県内の税負担の公平化を図るため、税の算定方式を統一する取組が進められています。市では、令和8年度から算定方式を、これまでの「4方式（所得割・資産割・均等割・平等割）」から、資産割を廃止した「3方式（所得割・均等割・平等割）」へ移行します。これに伴い、資産割を廃止するとともに、他の税率の一部を改定します（詳しくは下表をご覧ください）。

また、令和8年度から新たに「子ども・子育て支援納付金分」が追加されます。これは、少子化対策として子育て世帯を社会全体で支えることを目的とした制度によるもので、児童手当の拡充や妊婦支援給付金などの子育て支援施策に活用されます。

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%	6.9%	0.2ポイント
② 資産割	5.6%	廃止	▲5.6ポイント
③ 均等割	20,100円	22,500円	2,400円
④ 平等割	20,600円	23,000円	2,400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	0.9%	廃止	▲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%	2.7%	0.2ポイント
② 資産割	1.9%	廃止	▲1.9ポイント
③ 均等割	8,300円	9,400円	1,100円
④ 平等割	7,400円	8,400円	1,000円

【子ども・子育て支援納付金分】

区分	改正前	改正後	増減率・額
① 所得割	—	0.2%	0.2ポイント
② 均等割	—	650円	650円
③ 18歳以上均等割*	—	50円	50円
④ 平等割	—	700円	700円

※ 18歳未満の被保険者は均等割が全額軽減されることになっており、その軽減された分の費用を18歳以上の被保険者全員で均等に負担するための税額です。

◆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	660,000円	670,000円
後期高齢者支援金分	260,000円	260,000円
介護納付金分	170,000円	170,000円
子ども・子育て支援納付金分	—	30,000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+ (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
改定後 43万円+ (**31万円**×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+ (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
改定後 43万円+ (**57万円**×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。

後期高齢者医療制度のお知らせ

令和8・9年度の後期高齢者医療保険料率が変わります

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

長野県における後期高齢者医療制度の令和8・9年度の保険料率は、令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が開始されることに伴い、改定されます。新たな保険料は、「基礎賦課額」と「子ども・子育て支援納付金賦課額」の合計額となります。

なお、お一人おひとりの保険料額は6月下旬に決定し、7月以降に決定通知書でお知らせします。



保険料率	改定後(令和8・9年度)		現行(令和6・7年度)
区分	基礎賦課額	子ども・子育て支援納付金賦課額* (年度ごとに算定します)	
均等割額	48,827円	1,339円	44,365円
所得割率	8.80%	0.25%	9.45%
賦課限度額	85万円	2万1,000円	80万円

保険料は基礎賦課額と子ども・子育て支援納付金賦課額の合計額です。

基礎賦課額と子ども・子育て支援納付金賦課額の算定方法は以下のとおりです。均等割額は加入者全員が負担し、所得割額は前年の所得に応じて計算されます。

*子ども・子育て支援納付金賦課額は令和8年度の保険料率です。年度ごとに算定します。

●基礎賦課額

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割額} \\ \hline 48,827円 \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割額} \\ \hline (\text{前年総所得金額等} - 43\text{万円}) \times 8.80\% \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{一人当たり} \\ \hline \text{限度額 } 85\text{万円} \\ \hline \end{array}$$

●子ども・子育て支援納付金賦課額

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{均等割額} \\ \hline 1,339円 \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割額} \\ \hline (\text{前年総所得金額等} - 43\text{万円}) \times 0.25\% \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{一人当たり} \\ \hline \text{限度額 } 2\text{万}1,000\text{円} \\ \hline \end{array}$$

◆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、保険料の均等割額が所得に応じて軽減されています（7割軽減・5割軽減・2割軽減）。今年度は下記のとおり見直されました。

- ①基礎賦課額に係る均等割額について、**7割軽減を7.2割軽減**とする。
- ②均等割額の**5割・2割軽減**の減額基準を拡充する。

5割軽減	改定前	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
	改定後	基準額 43万円 + (31万円 × 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 + (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
	改定後	基準額 43万円 + (57万円 × 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。

TOMI

プラステン
けんこうとうみ+10ミニッツ
2026

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



●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8年4月1日から令和9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！
- ポイントは景品未交換であれば、次年度へ繰越が可能です。
- 30ポイント貯まったら、総合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できます。



※景品の一例です



★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（指導により改善したら+2ポイント）、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
- 第一体育館、海野マレットゴルフ場

キリトリ線

キリトリ線



※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！

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15

★30分以上の運動は1日1ポイントまで

16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

※30ポイントでGOAL **GOAL**

▽谷折り△

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 ☎64-0535



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、1C ボルドー 66 D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、1C ボルドー 66 D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

市議会 3月定例会 31議案を提案

●問い合わせ先
議会事務局 ☎64-5810

市議会 3月定例会が2月16日に開会しました。

定例会初日には、令和8年度の一般・特別会計及び公営企業会計の各予算案のほか、令和7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30議案が提案されました。3月5日には、一般会計補正予算の議案1件が追加され、計31議案が上程されました。

2月27日、3月2日、4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。5日には総括質疑・委員会付託がなされ、3月9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18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。



キリトリ線

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。

キリトリ線

TOMI プラスデン
けんこうとうみ+10ミニッツ
2026

すくだすカード

キャンペーン期間
令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)

問い合わせ先
東御市役所 健康推進課 健康増進係 ☎0268-64-8883

市内小中学校の校長・教頭の人事異動紹介

〈令和8年3月31日付けで転任された先生〉

田中小学校 龍野 正和 校長
(上田市立中塩田小学校校長へ)

滋野小学校 小柳 昭喜 教頭
(上田市立本原小学校校長へ)

祢津小学校 田中 章子 校長
(軽井沢町立軽井沢東部小学校校長へ)

北御牧小学校 市川 厚 教頭
(御代田町立御代田北小学校校長へ)

東部中学校 盛野 憲俊 校長
(上田市立第四中学校校長へ)

北御牧中学校 木内 康一 教頭
(上田市立東塩田小学校教頭へ)

〈令和8年4月1日付けで着任された先生〉

田中小学校 栗林 幸治 校長
(長野県中信教育事務所から)

滋野小学校 後藤 千鶴 教頭
(立科町立立科小学校教頭から)

祢津小学校 今井 拓也 校長
(上田市立第五中学校教頭から)

北御牧小学校 染山 貴子 教頭
(長野市立吉田小学校教諭から)

東部中学校 出口 哲朗 校長
(長野県保健厚生課から)

北御牧中学校 小林 正樹 教頭
(信濃町立信濃小中学校教諭から)

〈令和8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	くりばやし こうじ 栗林 幸治	かない けん 金井 健	いまい たくや 今井 拓也	ほしあい ゆういち 星合 祐一	すのはらみ さこ 春原美佐子	でぐち てつろう 出口 哲朗	こばやし かずひこ 小林 和彦
教頭	さんぼん ぎ あきら 三本木 映	ごとう ちづる 後藤 千鶴	こやま けんじ 小山 堅治	なかい こういち 中井 光一	そめやま たかこ 染山 貴子	とさか たけひと 登坂 武人	こばやし まさき 小林 正樹



だまされないで!

今月の詐欺注意報



★今月の手口 オレオレ詐欺

『警察官を名乗る詐欺の手口に注意!』

1 警察官を名乗る

犯人が「〇〇警察署の〇〇です」と名乗り、信頼感を与えます。



2 犯罪に巻き込まれたと告げる

「口座が不正に使われている」「家族が犯罪に関わっている」などと不安を煽ります。

3 振込先を指定する

「犯人を捕まえるためにお金を振り込んでほしい」と振込を迫ります。急かされることもあります。

4 弁護士や検察官を介入させる

時には弁護士や検察官を名乗り、さらにお金を振り込ませようとします。

★こんな言葉が出たら要注意!



- 「警察官の〇〇ですが、あなたの口座が不正に使われています」
- 「家族が犯罪に関わっているので、急いでお金を送ってください」

★長野県内の被害情報(1月末暫定値)

- 電話でお金詐欺(特殊詐欺)
被害件数: 15件 被害額: 約1億569万円
 - SNS型投資・ロマンス詐欺
被害件数: 19件 被害額: 約2億7,252万円
 - 被害件数ランキング
- | | | |
|-----|----------|-----|
| 第1位 | SNS型投資詐欺 | 15件 |
| 第2位 | オレオレ詐欺 | 7件 |
| 第3位 | 架空料金請求詐欺 | 6件 |

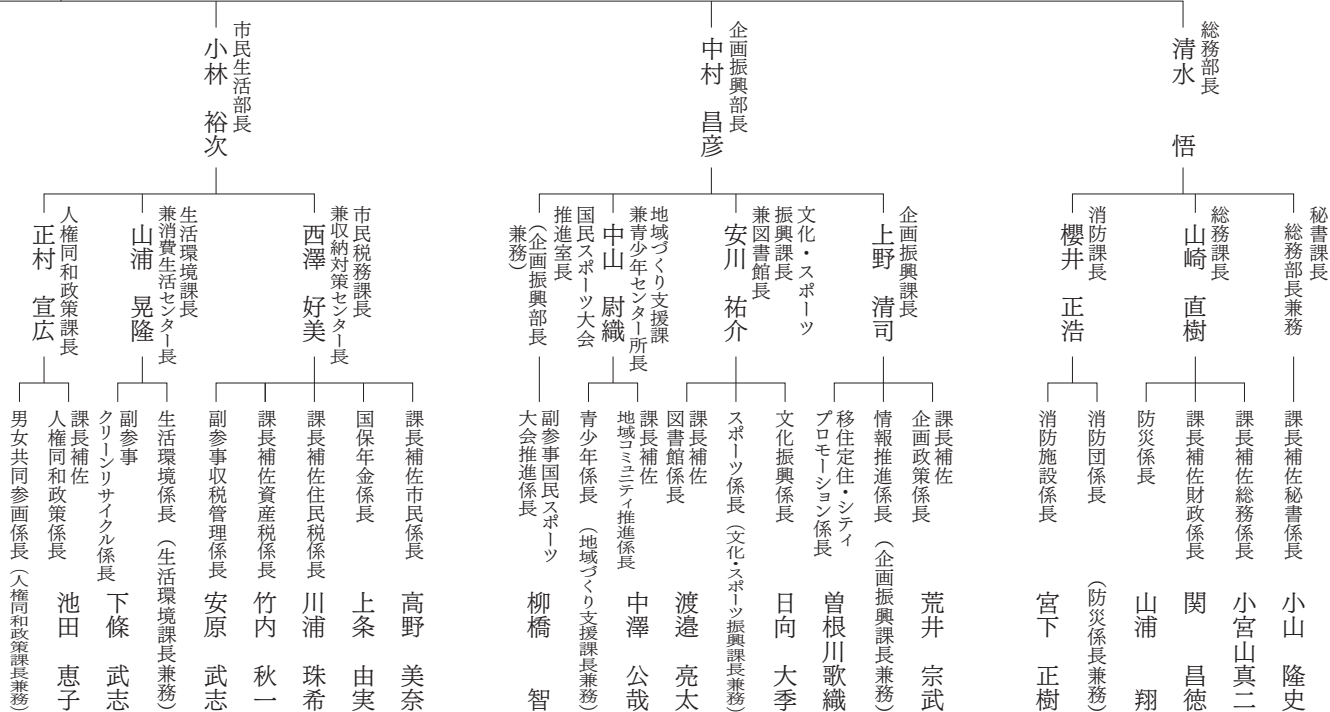
★困ったらすぐ相談 東御市消費生活センター ☎75-2410 警察相談専用電話 #9110

市長 利夫 花岡

副市長 掛川 卓男

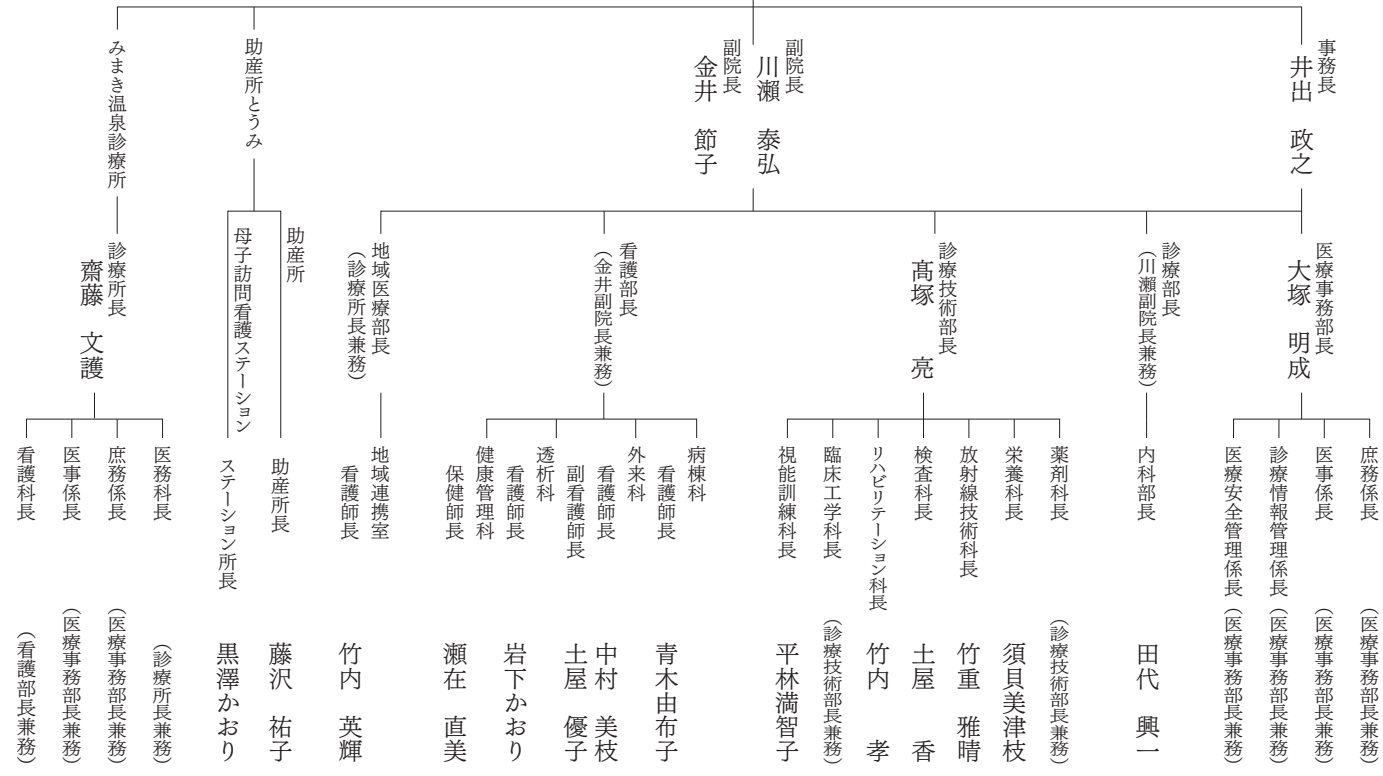
令和8年度 東御市の組織一覧です

4月1日付けで、市職員の人事異動を行いました。本年度もよろしくお願ひします。



〈市民病院〉

院長 岩橋 輝明



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	市民税務課 (市民部門) shimin@ (税務部門) zeimu@	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
		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
	収納対策センター			
	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 kaikai@	出納係	64-4359	現金・有価証券の出納・保管、支出審査、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	
	企画振興課 kikaku@	財産係 (東御市土地開発公社)	64-5901 64-5805	財政計画、予算の編成・管理、地方交付税、市債、入札・契約、車両管理、財産管理、財産区、土地開発公社
		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
		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
	文化・スポーツ振興課 bunka-sports@	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 75-2717	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	
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	64-0535	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・農工商福金連携、農畜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

＜市役所別館＞

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、障がい者福祉、ひとり親支援、女性相談
		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、感染症予防・対策、精神保健、食育推進、地域医療、献血、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
			64-5000	地域包括支援センター（総合相談支援、高齢者権利擁護、包括的ケアマネジメント）

＜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	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	64-5885	青少年健全育成、ネットリテラシー教育
	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	67-1010	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		

＜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、人権同和教育の計画・推進
		男女共同参画係		男女共同参画社会の推進

＜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@ 子どもサポートセンター	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
		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

すくすく育マ 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



こばやし ひろ
小林 尋ちゃん
(県)

贅沢な名だねえ。尋は「八」の意味で、聖書で新しい世界を示す数字。真理を尋ね求め、新たな道を切り拓く男になるのだ!



はたえ とあ
波多江 杜空ちゃん
(曾根)

杜の空のようにのびやかに
北欧の雷神 Thor (トア) ⚡
東御ですくすく成長していこうね!

☆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(水)必着。

トピックス 地域の話



▲決勝戦「さくら火消丸」(左)と「ペガサス社協」(右)の取組

どんどこ叩いて大熱戦! 巨大紙相撲大会

2月21日、東御市文化会館で「第8回どんどこ! 巨大紙相撲大会 雷電東御場所」が開催されました。大会では、子どもたちや地域の団体、企業などが制作した個性豊かな巨大紙力士が登場し、東西に分かれてトーナメント形式で熱戦を展開しました。見事優勝を飾ったのは、桜井区の子どものたちの有志による力士「さくら火消丸」です。

この大会は2026年度「運動器の健康・優秀賞」を受賞しており、健康づくりと地域活性化の取り組みとして高く評価されています。

湯の丸スキー大会 雪上で技術競う

3月1日、湯の丸スキー場第一ゲレンデで「第63回湯の丸スキー大会」が開催されました。大会は全16部門で行われ、子どもから大人まで多くのスキーヤーが参加し、日頃の練習の成果を発揮して力強い滑りを披露しました。コースではスピードと技術を競う熱戦が繰り広げられ、会場からは大きな声援が送られました。また、ナショナルデモンストレーターの唐沢航希さんからさわこうきによる特別滑走も行われ、華麗な滑りに参加者や観客から大きな拍手が送られました。



▲滑走のタイムを競う選手たち



▲転落者引き上げ訓練の様子

転落者救助を想定 南極観測隊が実践訓練

3月2日から6日まで、湯の丸高原一帯で第68次南極地域観測隊の冬期総合訓練が行われました。訓練には今年11月に南極へ向かう隊員候補者など約100人が参加しました。雪上での行動技術を学ぶフィールドワークの中で、クレバス(氷の割れ目)への転落を想定した「転落者引き上げ訓練」も実施されました。隊員たちはロープを使って転落者を引き上げる手順や、自力で氷上へ戻る方法を確認しながら真剣な表情で訓練に取り組み、過酷な南極環境で安全に観測活動を行うための技術とチームワークを磨きました。



▲講演会の様子

共に子育て・共に家事を考える

3月8日の国際女性デーに合わせ、東御市中央公民館で「共に子育て」「共に家事」をテーマに、「国際女性デー×子育てフォーラム合同イベント」が開催されました。イベントでは、一般社団法人チェンジングメンの植田晃博氏による男性の家事や育児への参加について考える特別講演が行われました。

当日公表された令和7年度「東御市男女共同参画社会に向けての市民意識調査」（速報値）では、「夫は外で働き、妻は家庭を守るべき」という考え方に「賛成」「どちらかといえば賛成」と答えた30歳代以下の男女の割合が前回調査より増加していることが示され、家庭における役割分担に関する意識の変化がうかがえました。

大学生が東御市活性化のアイデアを提案

3月11日、市と包括連携協定を締結している日本体育大学横田ゼミの学生による「東御市の活性化に関する提案発表会」が開催されました。

当日は5つのプレゼンテーションが行われ、東御市の自然を生かした観光の提案やワインの魅力発信、GMO アスリートパーク湯の丸を活用した取り組みなど、若い視点から市の魅力を高めるさまざまなアイデアが発表されました。学生ならではの視点による提案が、今後の地域活性化への期待を感じさせる発表会となりました。



▲日本体育大学横田ゼミの学生



▲発表会の様子

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。

一般寄附金

〈湯の丸高原高地トレーニング施設整備事業に対する寄附〉

- ・ENOG SOUP 様
- ・(株)アキュレイト 様 (100万円)

物品

- ・信州大学学生任意団体
ハナサカ軍手プロジェクト 様
(デザイン軍手「ちび軍手」(市立小学校5校の現2年生(当時1年生))

公表に同意をいただいた事項のみ領収日順に掲載しています。

●問い合わせ先

一般寄附金
文化・スポーツ振興課 スポーツ係
☎ 75-1455

物品
総務課 財政係 ☎ 64-5805

市のデータ

人の動き (3月1日現在)

総人口	28,633人(- 3)
男	14,272人(- 5)
女	14,361人(+ 2)
世帯数	12,651世帯(+11)

※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8年1月からの累計

火災 1件(3件)
救急 118件(250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8年2月28日現在

	当月分	累計 (注1)	前年比
件数	6件	10件	+3件
傷者	7名	12名	+5件
死者(注2)	0名	0名	±0名

(注1)令和8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8年2月	令和7年2月
最高気温	19.0℃(22日)	16.0℃(28日)
最低気温	-11.6℃(9日)	-9.3℃(23日)
平均気温	2.7℃	0.3℃
降水量	5.5mm	2.5mm

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。事前に電話でご確認の上、受診してください。
診療時間 午前9時～午後5時	4月5日	東御市民病院(小児科)	☎62-0050	
	4月12日	せき内科クリニック	☎64-7171	
	4月19日	ささき医院	☎64-3711	
	4月26日	柵津診療所	☎62-0273	
	5月3日	春原整形外科クリニック	☎64-6200	
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 ※電話で診療受付をしてください。 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 住所：上田市緑が丘1-27-32 (旧上田市立産婦人科病院2階)			
夜間の小児の救急電話相談	長野県小児救急電話相談 ☎#8000 (ダイヤル回線、IP電話は☎026-235-1818) 相談時間：平日 午後7時～翌日午前8時 土日祝・年末年始 午前8時～翌日午前8時			
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～翌日午前8時 土日祝・年末年始 午前8時～翌日午前8時(ダイヤル回線、IP電話は☎026-231-3021)			

●問い合わせ先 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



相川七瀬

30th Anniversary LIVE 2026 in TOMI

6月6日(土) 16:30開場 17:00開演


全席指定 前売7,000円/当日8,000円

4月4日(土)9:00より窓口及び当館HPにて発売開始!

※WEB購入は右の二次元バーコードからどうぞ



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)



水彩の明星・丸山晚霞


デジタルで再構築されたヴァーチャル・メモリー 飯沢耕太郎賞受賞記念

サム・プリチャード写真展

東御市ALTサム先生のフォトショップ超絶テクニックも会場でご覧になれます。

4月1日(水)～4月12日(日)
文化会館展示室・無料

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)



対話がうまれる展覧会vol.2

絵本とたのしむ! 春のわちゃわちゃ美術館

■はらぺこめがね公開制作 5月1日(金)～2日(土) 申込不要、要入館料

■春のわちゃわちゃ! 親子遠足 5月3日(日)10時～15時30分 定員20組
大人1,500円、中学生以下1,000円(入館料込) お申込は二次元コードから→

■ナイトミュージアム ヴァイオリン&ピアノデュオコンサート 5月2日(土)18時開演
要電話予約 1,500円 当日は17時以降、展覧会は無料

■同時開催: 館所蔵品精選展 令和7年度新規収蔵作品を中心に
※第23回私の愛する一点展出品者募集 締切5月10日(日)

4月25日(土)
～6月28日(日)

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

●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。