



市報
No.266

とうみ

TOMICITY
2026
6月号

特集

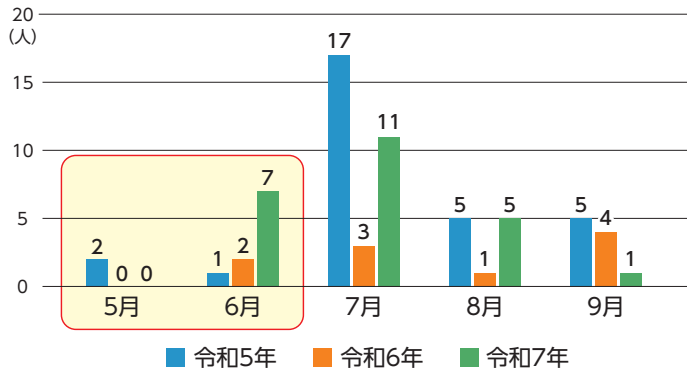
体験談から学ぶ

熱中症対策!



協力：滋野小学校3・4年生のみなさん

熱中症による救急搬送者数(東御消防署)



5月や6月にも熱中症が発生していることが分かります。

体験談から学ぶ

室内の事例 70代女性の場合

『少しの暑さは我慢できる』と、暑い日でもエアコンをつけずに過ごすことが多くなっていました。ある日の午後、急に体調が悪化しました。頭がぼんやりし、立ち上がることも困難に…。家族が気づいてすぐに病院に運ばれ、診断の結果『熱中症』でした。

対策のポイント



◆こまめな水分・塩分・栄養補給

のどの渇きを感じる前に、こまめに水分を補給することが大切です。汗をかいている場合は、塩分補給も重要です。まずは食事を規則正しく3食摂りましょう。



◆適切なエアコン使用

我慢せずに適切にエアコンなどを使用しましょう。室温が28℃を超えないようにすることが大切です。



◆お互いに声をかけ合おう

高齢者は自分自身で体調の変化に気づきにくい傾向があります。体調の変化に早めに気づくために、周囲の人とのコミュニケーションをとることが重要です。特に高齢者や体調に不安がある人が周囲にいる場合は、こまめに声をかけ合しましょう。

チェックリストで熱中症の予防行動ができていますか確認しましょう

- のどが渇く前に、水分を取っている
- 汗をかくときは、塩分も補給している
- エアコンを適切に使い、室温が28℃を超えないようにしている(エアコンや扇風機で室温・湿度を管理している)
- 日中の暑い時間帯の外出を控えている
- 体調に異変を感じたら、すぐに涼しい部屋で休憩している

私は製造業の工場で働いています。工場内はエアコンがついていましたが、**機械の熱や湿気で暑さを感じていました**。その日も作業を続けているうちに、急にだるさを感じ、めまいがしました。最初は軽く考えていましたが、吐き気がして動けなくなり、すぐに休憩所で休んで事なきを得ました。その後、改めて病院で診断を受けたところ、熱中症だとわかりました。

対策のポイント



◆温度だけでなく湿度にも注意

屋内でも温度や湿度が高ければ、熱中症のリスクがあります。室温 28℃以下、湿度 60%以下を目安にエアコンや除湿機を適切に使用しましょう。吸湿性・速乾性のある通気の良い衣服を着用することも有効です。



◆無理をせず休む

おかしいと感じたらすぐに作業をやめ、涼しい場所でしっかり休みましょう。また、体を冷やすとともに、水分や塩分を補給しましょう。休んでも症状がよくなる、自分で水分を飲めない、意識がぼんやりして呼びかけへの反応がおかしい場合などは、すぐに救急車を呼びましょう。

もしもの時の
応急処置

涼しい場所へ

エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など、涼しい場所へ避難させる

体を冷やす

衣服をゆるめ、からだを冷やす（特に、首の周り、脇の下、足の付け根など）

水分補給

経口補水液などを補給する（自力で飲めない状態であれば救急車を呼ぶ）

クールシェアスポットを活用しましょう



夏の暑い日は、エアコンの使用が増え、電気代や体への負担も気になる季節です。

そこでおすすめしたいのが「クールシェア」です。家庭でそれぞれエアコンを使うのではなく、一つの部屋に集まったり、公共施設などを利用して涼しさを分かち合ったりする取り組みで、熱中症対策や省エネルギーにもつながります。

市では、こうしたクールシェアの取り組みの一環として、気軽に立ち寄って涼しく過ごせる「クールシェアスポット」を以下のとおり設置しています。外出時の休憩や、暑さを避けたい時など、どなたでも利用できますのでご利用ください。

- 東御市役所（本館）
- 東御市立図書館
- 滋野コミュニティーセンター
- 和コミュニティーセンター

- 東御市総合福祉センター
- 東御市中央公民館
- 柵津公民館
- 北御牧公民館



▲総合福祉センター2階

暑い日は無理をせず、身近な施設を上手に利用しながら、涼しく夏を過ごしましょう。

●問い合わせ先

- ・熱中症について

健康推進課 保健地域医療係 ☎64-8882

- ・クールシェアスポットについて

生活環境課 生活環境係 ☎64-5896

土砂災害に備えましょう



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

こんな時は要注意！

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

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

事前の備えや土砂災害危険箇所の確認など、詳しくは市ホームページの「避難所・土砂災害洪水ハザードマップ」をご覧ください。

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



● 問い合わせ先

建設課 総務課 防災係
管理係
☎ 62-11111
☎ 64-5892

未来共生災害救援 マップ



気象庁 防災情報



東御市の 天気・防災気象情報



避難所・土砂災害 ハザードマップ



梅雨の時期を前に 水路等の保全・管理のお願い

水路や側溝の詰まりは、思わぬ水害の原因となる場合があります。
梅雨の時期を迎える前に、身近にある水路が、大雨による増水時に十分機能するように点検し、必要によっては掃除や草刈りをするなど、保全・管理にご協力をお願いします。

◆点検のポイント

- 落ち葉や空き缶などのゴミが詰まっていないか
- 生垣や庭木など枝が張り出していないか
- 草刈りした後の草が流れて、柵に詰まっていないか
- 土砂や泥が堆積していないか

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



● 問い合わせ先

道路の側溝等について
建設課 管理係 ☎ 64-5892
農業用排水路等について
農林課 耕地林務係 ☎ 64-5898

湯の丸高原の美しいレンゲツツジを見に行こう!



期間中にイベントを開催!

- ◆日時 6月21日(日) 午前10時～午後3時
- ◆場所 湯の丸高原第一ゲレンデ一帯
- ◆イベント内容 東御市・孀恋村の特産品の無料配布や販売。キッチンカー、お楽しみ抽選会、特設ステージでの演奏など!
- ◆期間中のつつじの開花状況は観光協会のホームページをご確認ください。

●問い合わせ先

信州とうみ観光協会 ☎ 62-7701
商工観光課 観光係 ☎ 64-5895



観光協会ホームページ

湯の丸高原つつじ祭 6月5日(金)～6月30日(火)

湯の丸高原レンゲツツジ群落は、国の天然記念物にも指定されており、湯の丸高原第一リフト周辺や、第一ゲレンデを登った「つつじ平」では、レンゲツツジを眺めながらの散策が楽しめます!



2026雷電まつり～東御どすこゆSUNSUN～

🏠 8月1日(土)

🏠 場所: 田中商店街

🏠 踊り時間: 午後6時30分～午後8時

踊り連参加者募集

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

- ◆申込締切 6月12日(金) 必着
- ◆連抽選会 7月1日(水) 午後6時30分～
- ◆連抽選会場所 中央公民館講堂

※各区の参加申し込みは5月上旬に各区へ「踊り連参加申込書」を配布しておりますので、ご記入のうえお申し込みください。

ステージ参加者募集

まつりの歌「ハートつないで～TOMI, to me!」を次世代へつなぐためのイベント参加者を募集します。

- ◆募集数 先着10組程度
- ◆申込締切 6月12日(金) 必着 ※定数になり次第締切
- ◆開催時間 午後3時頃～午後5時頃
- ◆開催場所 特設ステージ(「衣料センターたなか」前)

※詳細は「はれラジ」のホームページをご確認ください。

運営ボランティアスタッフ募集

イベントの企画や踊りの普及、当日までの準備会議、当日の運営を一緒にお手伝いして下さるスタッフを募集しています。一緒に夏祭りを作っていきましょう。

飛び入り連への参加について

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



はれラジホームページ



市ホームページ

- 問い合わせ先 雷電まつり実行委員会事務局
商工観光課 商工労政係
☎ 64-5895



巨ん太くん

令和8年9月19日(土)・20日(日)開催



びるるちゃん

第34回巨峰の王国まつり イベントへの出店者を募集します！

市を代表する秋の味覚“巨峰”をはじめとした農畜産物の販売や食文化が楽しめる「巨峰の王国まつり」を今年も開催します。出展される方を募集しますので、イベントの趣旨をご確認のうえお申込みください！

- ◆日時 9月19日(土)、20日(日) 両日午前9時～午後3時
- ◆場所 東御中央公園
- ◆出店内容 ①調理飲食：飲食物の調理および販売 ②飲食販売：飲食物の販売（調理なし）
③展示販売：飲食物以外の販売を伴う展示
④展示体験：普及活動のための展示や体験サービス
- ◆出店料 一区画 ①② 5,000円、③④ 3,000円
- ◆申込期限 6月26日(金) 午後5時 **※必着**
- ◆申込方法 「出店要項」をご確認のうえ、「出店申込書」に必要事項を記入し、事務局へお申し込みください。(持参・郵送・メール)
- ◆その他 ●「出店要項」と「出店申込書」は市ホームページまたは事務局窓口で配布します。
●申込締切後、開催趣旨をふまえた選考を行います。
募集の詳細は市ホームページをご覧ください。

●問い合わせ先 巨峰の王国まつり実行委員会事務局
(農林課 農産物振興係) ☎ 75 - 2016



市ホームページ

湯飲みやお皿など、世界に一つだけのオリジナル作品を作しましょう！

陶芸教室では、北御牧地区の芸術むら公園で開催される『火のアートフェスティバル2026』開催期間中に登り窯で焼成する作品を作ることができます。

教室では、陶芸グループ「べと」の皆さんが、作り方の手ほどきをしてくれます。



◆日程

- 第1回 7月24日(金) 午後7時～午後9時
- 第2回 7月25日(土) 午前9時30分～午前11時30分
- 第3回 7月26日(日) 午前9時30分～午前11時30分
- 第4回 8月2日(日) 午前9時30分～午前11時30分

- ◆場所 芸術むら公園やきもの道場
- ◆講師 陶芸グループべと
- ◆参加費 2,000円(粘土、素焼き、釉薬がけ、焼成代込み)
- ◆申込期間 7月1日(水)～10日(金)
※受付時間：午前9時～午後5時(閉庁日を除く)
- ◆申込方法 問い合わせ先までお電話いただくか、市ホームページからお申し込みください。

●問い合わせ先 火のアートフェスティバル実行委員会事務局
(文化・スポーツ振興課 文化振興係) ☎ 71 - 0670



市ホームページ

火の アートフェスティバル2026 陶芸教室の参加者募集

※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カ月前までに、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
☎64-5893



市ホームページ

知 小出裕章氏 学習講演会
〜原発事故は収束していません〜

京都大学原子炉実験所で、原発をやめさせるために原子力の研究をしてきた原子工学研究者の小出さんは、2011年の福島原発事故以来、壊れた原子炉が今どうなっているのか等を全国の市民に説明しています。

日時 6月20日(土)

午後1時30分〜午後3時

(開場 午後1時)

場所 中央公民館 講義室

講師 小出 裕章氏

参加費 無料

問/木質バイオマス発電を学ぶ会

☎090-6879-2762

カワバタ



知 蚊やダニが媒介する感染症に注意

◆蚊が媒介する感染症

日本脳炎、デング熱、チクングニヤ熱、ジカウイルス感染症など

◆ダニが媒介する感染症

重症熱性血小板減少症候群、ダニ媒介脳炎、日本紅斑熱、つつが虫病、ライム病など

◆蚊・ダニ共通対策

- ・長袖、長ズボンを着用する
 - ・足を完全に覆う靴を履く(サンダルなどは避ける)
 - ・明るいい色の服を着る
 - ・虫除け剤を使用する
- ◆詳細については市ホームページをご確認ください。



市ホームページ
ダニ



市ホームページ
蚊

問/健康推進課 保健地域医療係

☎64-8882



知 水道メーター交換のお知らせ

水道メーターは計量法によって検定満期(8年)ごとの交換が義務付けられています。該当する方には、お知らせのハガキ(水道メーター(量水器)の交換について)をお送りします。交換は市が依頼した『水道指定工事業者』が無料で行います。その際に水道指定工事業者が敷地内へ立入ることがあります。該当の有無に関わらず、ご理解、ご協力をお願いいたします。

※詳しい内容は送付されたハガキをご確認ください。

◆実施期間 6月中旬〜12月中旬

問/上下水道課 水道係

☎64-5884

知 ひとり親等無料法律相談会

◆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。

※事前に女性相談支援員が内容を聞き取りをさせていただく場合があります。

◆対象 市内在住のひとり親世帯等で、子育てをしている方

◆場所 総合福祉センター2階

◆日時 7月8日(水)

午前9時〜午前11時

※事前予約・面談が必要です。

◆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

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

知 爆音器の使用ルールを守りましょう

爆音器を使用する際は、周辺の生活環境に配慮しましょう。

◆使用時の注意点

- ・住宅からおおむね100m以上離して使用する
 - ・午後7時～午前5時は使用しない
 - ・鳴動間隔をできるだけ長く設定する
- ◆その他
- 騒音防止のため、防鳥ネットや電気柵等の活用をご検討ください。
- 爆音器は農作物の鳥獣被害防止のためのものです。危険ですので、むやみに近づかないでください。

問／農林課 農政係 ☎64-0535

知 農薬は適正に使用しましょう

農薬を使用する際は、ラベルに記載された使用方法を守り、周辺への飛散や健康被害の防止に努めましょう。

◆使用時の注意点

- ・散布前に周辺住民へ周知し、時間帯や風向きに配慮する
- ・防護衣やマスク等の着用
- ・必要量を調整し、薬液を余らせない
- ・散布後の洗浄水を河川等へ流さない
- ・飲食物等の容器に移し替えない
- ・不要な農薬や期限切れ農薬は使用せず、適切に処分する
- ・防除日誌に記帳する

問／農林課 農政係 ☎64-0535

知 アレチウリ・ニワウルシ駆除研修会

アレチウリ・ニワウルシの生態と駆除のポイント、抜き取り等の実習を行います。

◆日時 6月20日(土)

午前9時～午前10時30分

※受付 午前8時30分～

◆集合場所 海野マレットゴルフ場駐車場

◆実習場所 千曲川右岸河川敷

◆講師 東御市生活環境課職員

◆服装 長袖、長ズボン、長靴、帽子

◆持ち物 軍手、飲み物

◆その他 雨天中止。中止の場合は午前7時30分に「メール配信@とうみ」等でお知らせします。

問／生活環境課 生活環境係

☎64-5896



知 東御市文書館企画展示「大坂御城之図展示」

大河ドラマ「豊臣兄弟」に登場する大坂城。江戸時代の絵図と現代の地図を見比べてみませんか？

◆展示図 大坂御城之図 天明五年

(牧野八郎左衛門文書)

小諸領絵図(白倉家文書)

延宝七年裁許絵図本書の縮尺コピー
他

◆期間 開催中～8月31日(月)

◆開館時間 午前9時～午後4時

◆場所 東御市文書館

(北御牧公民館3階)

◆その他 文書館ホームページ掲載「文書館通信」もご覧ください。

問／東御市文書館 ☎67-3312



市ホームページ

お詫びと訂正

市報とうみ5月号(No.265)2ページ「特集 命を守る避難行動」の問い合わせ先に誤りがありました。次のように訂正し、お詫び申し上げます。

誤…総務課防災係 ☎64-0119

正…総務課防災係 ☎62-0119



うちの子も結婚できました!

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

知 東御市議会6月定例会
傍聴にお越しください

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

月日	開会時刻	傍聴できる会議等
6月4日(木)	午前9時	本会議(議会開会)
9日(火)		全員協議会
11日(木)		本会議(一般質問)
15日(月)		本会議(総括質疑)
16日(火)		常任委員会
17日(水) ~19日(金)		予算決算特別委員会
23日(火)	午後1時30分	本会議(議会閉会)
25日(木)		

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

問/議会事務局

☎64-5810

知 公有地の売り払い

◆物件 ①和児児童館跡地

②日向が丘市営住宅跡地

◆所在地 ①海善寺1070-6

②海善寺854-1153

◆地目 ①宅地

②宅地

◆面積 ①650.52㎡

②1,831.53㎡

◆落札最低価格 ①6,967千円

②31,680千円

◆入札

◆参加申込受付期限 6月19日(金)

※郵送の場合は当日必着

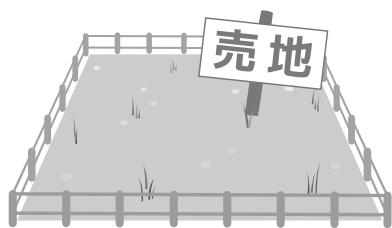
日時 6月26日(金) 午前11時

場所 東御市役所本館2階

全員協議会室

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

問/総務課 財政係 ☎64-5805



市ホームページ

知 調理師試験及び製菓衛生師試験

◆願書受付

日時 7月7日(火)~7月9日(木)

午前9時~午後4時30分

場所 上田合同庁舎3階301号会議室

受験料 調理師7,000円

製菓衛生師10,000円

◆試験日

日時 9月16日(水)

午後1時~午後3時

(受付午前11時30分~午後0時30分)

場所 上田合同庁舎6階講堂

◆合格発表

日時 10月21日(水) 午前9時

※上田保健福祉事務所に合格者の受験番号を掲示するほか全受験者に

結果を通知します(長野県ホームページにも掲載)。

◆その他 詳細は左記ホームページをご覧ください。

問/上田保健福祉事務所

食品・生活衛生課 ☎25-7153



上田保健福祉事務所

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〉

※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 児童手当に関するお知らせ

令和6年10月の児童手当制度改正に関する【再周知】です。

◆主な変更点

支給対象 所得制限が撤廃され、高校生年代までの児童が対象となりました。

多子加算の拡充 第3子以降の支給額増加、カウント対象年齢が22歳年度末まで拡大

◆現況届

原則不要で必要な方には個別に通知します。

◆手続きが必要な方

・出生や転入により受給資格が生じた方
・制度改正により新たに支給対象となる児童がいる方

・多子加算対象となる児童がいる方

◆申請方法

マイナンバー「ぴたりサービス」または福祉課（福祉センター）窓口

問／福祉課 共生社会推進係

☎64-8888



市ホームページ

知 子育て支援サポーター養成講座

子どもの育ちや見守り、社会情勢、発達障がいや養育などを学ぶ研修です。「見守り支援員」への登録や活動内容についても幅広く学べます。

◆日時

・Aコース（午前）

6月24日（水）・30日（火）

午前9時30分～正午

・Bコース（午後）

7月7日（火）・15日（水）

午後1時15分～午後4時

◆場所 子どもサポートセンター（東部子育て支援センター2階）

◆申込方法

開催の3日前までに左記へ電話またはメール、LINEでお申し込みください（申込時に希望の日にち、氏名、住所、電話番号をお伝えください）。

問／子どもサポートセンター

子ども家庭支援課

☎71-0450

✉kodomokatei@city.tomi.nagano.jp



どうみすくすくぼけっと

知 令和9年4月採用 佐久水道企業団職員採用試験

◆試験区分および職種

上級

行政職または技術職（土木・建築・電気・機械・化学・情報）

初級 事務

※上級、初級共に採用予定人数若干名

◆第一次試験日 9月27日（日）

◆会場 佐久水道企業団

◆必要書類

・試験申込書（試験申込書は佐久水道企業団総務課窓口交付またはホームページからダウンロード）

・最終学校の学業成績証明書

・卒業証明書又は卒業見込証明書

・受験票の返送用封筒（長形3号、110円切手貼付、返送先記入）

◆受付期間

7月15日（水）～8月20日（木）必着

※詳細は佐久水道企業団ホームページをご覧ください。

問／佐久水道企業団 総務課庶務係

☎0267-62-1290



佐久水道企業団

市民プール7月11日（土）オープン

◆入場料（1回につき）（午前・午後の入替制）

3歳以上中学生以下……100円

一般（高校生以上）……300円

◆入場時間 午前9時30分～午後0時30分

午後1時30分～午後5時

◆市民プール専用電話 ☎62-0625

開設期間中（7月11日（土）～8月30日（日）のみ）。

問／（特非）東御市スポーツ協会（第一体育館内）☎62-2200

（文化・スポーツ振興課 スポーツ係）

キリトリ線

⑧ 一般（大人用）
市民プール無料券

（1枚につき一名様限り）

入場時間 午前9時30分～午後0時30分

午後1時30分～午後5時

開設期間 令和8年7月11日（土）～8月30日（日）

⑧ 一般（大人用）
市民プール無料券

（1枚につき一名様限り）

入場時間 午前9時30分～午後0時30分

午後1時30分～午後5時

開設期間 令和8年7月11日（土）～8月30日（日）

知 不動産を取得したときの税金
(不動産取得税) について

不動産取得税は、土地や家屋を取得した方に課税される県税です。所有権を移転登記した場合は、登記から概ね半年後に、新築した場合は翌年8月頃に納税通知書が送付されます。また、住宅や住宅用土地は軽減制度の対象となる場合があります。住宅用土地の軽減を受けるには申請が必要です。左記二次元コードからオンライン申請も可能です。

関/長野県東信県税事務所 課税課

☎0267-63-3138



知 6月は「食育月間」

食育は乳幼児期から高齢期までの世代も生き生きと暮らすために大切にしたい取り組みです。この機会に食育の取り組みを始めてみませんか。

- ◆ 早寝・早起き・朝ご飯
- ◆ 主食・主菜・副菜を揃えた食事
- ◆ 旬の野菜や地元食材を使う
- ◆ 家族や友人と楽しく食事
- ◆ 食品ロスの削減
- ◆ 食中毒予防

関/健康推進課 保健地域医療係
☎64-8882

募 「甲乙共通過程」
防火管理講習の開催

◆ 日時 7月16日(木)・17日(金)の2日間
※両日とも午前9時30分～午後4時30分
※乙種は16日のみ

◆ 場所 丸子文化会館(小ホール)

◆ 対象 防火管理資格の取得を希望される方

◆ 定員 50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

◆ 申し込み 6月29日(月) 午前9時から(電話申込不可)

関/消防本部予防課 査察指導担当
☎26-0029



募 東御市スポーツ推進審議会
委員募集

◆ 内容 スポーツ推進審議会に参加し、市民の皆さまの意見等を本市のスポーツ推進に反映させる活動をお願いします。
◆ 募集要項 市ホームページをご覧ください。

◆ 募集人員 2名

◆ 任期 8月9日～令和10年8月8日

◆ 応募資格

次の各号に掲げる要件を満たす方

(1) 市内に住所、勤務先または通学先を有する満18歳以上の者

(2) スポーツ活動の実務経験者または関心、見識のある者

(3) 東御市スポーツ推進審議会に出席できる者

(4) 国および地方公共団体の議員または本市の常勤の職員でない者

◆ 応募方法および応募先 左記ホームページ内の公募委員申込書を提出してください。

◆ 募集期限 6月19日(金)

関/文化・スポーツ振興課

☎75-1455



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

- ◆ 暮らしの情報 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



スマートフォン用アプリ (FM++)



放送日	内容	出演
6月11日	湯の丸高原つつじ祭り	商工観光課
6月25日	熱中症・各種検診	健康推進課

関/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

日付	催し・講座	場所・時間・講師	申込/問い合わせ先/その他	二次元コード
6月13日(土)	第10回 田中まちなか フリーマーケット&マルシェ	◆場所 田中商店街 ◆時間 午前10時～午後3時	☎/事務局 商工観光課 商工労政係 ☎64-5895	
	フードドライブ 東御市くらしの会では、食品ロス削減と福祉支援のため、フードドライブを実施します！	◆場所 高木屋前駐車場 (田中まちなかフリーマーケット&マルシェ会場内) ◆時間 午前10時～午後2時 (雨天中止)	☎/生活環境課 生活環境係 ☎64-5896	
6月14日(日) ↓ 6月26日(金)	大川ほたる祭り 	◆時間 午後8時～午後9時 ◆駐車場 ・大川区区民広場 (和郵便局そば) ・アクセス 浅間サンライン (下大川) 信号をあがり 最初の四つ角の一角	☎/大川ほたるの里委員会 田中 ☎090-4738-6692 ◆その他 期間中の週末のみ、担当者が午後9時まで区民広場に待機してご案内します。 平日は担当者がいない為、気を付けてご鑑賞ください。	
6月18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 森山雅斗氏と、心と体を元気にするラジオ体操をしましょう!	◆場所 保健センター (総合福祉センター2階) ◆時間 午後2時～午後3時 ◆講師 SanyTOMI森山雅斗氏	申込・☎/健康推進課 健康増進係 ☎64-8883 ◆定員 先着20名 ◆参加費 200円(傷害保険料) ◆持ち物 タオル、飲み物、ズック カード(お持ちの方)	
6月19日(金) 22日(月) 23日(火) 24日(水) 25日(木) 26日(金)	求職中の若者のためのパソコン講座 (全5回) ワード・エクセルの基本操作・応用 (office2024 を使用します) 初回(6月19日)は講座説明会 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・☎/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)	
6月20日(土)	とうみ歴史研究会生涯学習講座 「読めるようになるための古文書講座」 篠原家文書よりいわゆる「千代女文書」について学びます。	◆場所 中央公民館3階 学習室9 ◆時間 午前10時～正午 ◆講師 田中浩江会員 (県立高校日本史教員)	☎/とうみ歴史研究会 ☎080-3252-8571(村山) ☎090-4060-0287(田中) ◆参加費 無料※資料代10円 ◆申込不要	
6月20日(土) ↓ 6月28日(日)	第53回 東信美術展 日本画、洋画、彫刻、工芸の4部門の公募展です ※6月21日(日)のみサントミューゼ 第一会議室にて次世代育成企画として生島 潔氏による日本画制作公開実技を行います。 午前1回、午後1回 (無料)	◆場所 サントミューゼ企画 展示室 ◆時間 午前9時～午後5時	☎/東信美術会事務局 渡辺 ☎090-5337-8581 ◆入場料 大人400円 (70歳以上、高校生以下、障がいのある方とその付き添いの方は無料)	

日付	催し・講座	場所・時間・講師	申込/問い合わせ先/その他	二次元コード
6月28日(日)	とうみ歴史研究会生涯学習講座 —海野氏通年講座1回目— 「中先代の乱と海野氏～南北朝 動乱の始まりと信濃武士～」	◆場所 中央公民館 2階 講義室 ◆時間 午前10時～正午 ◆講師 花岡康隆会員	申込・問/とうみ歴史研究会 ☎080-3252-8571(村山) ☎090-4060-0287(田中) ◆参加費 無料 ※資料代130円 ◆要申込※当日資料準備の都合上事前申し込みをお願いいたします。	
6月28日(日)	市民大学講座 視察研修「真田氏の里を訪ねて」 大河ドラマ「真田丸」の放送から10年。今、改めて真田氏の里を訪ねます。(真田氏歴史館、真田氏館跡、長谷寺他)	◆集合場所 中央公民館2階 玄関 ◆時間 午前9時～ 午後0時30分	申込・問/地域づくり支援課 地域コミュニティ推進係 ☎75-5506 ◆定員 先着20名 (市バスで移動します)	
7月4日(土)	歴史アニメの歴史考証協力者の齋藤太一先生と県立歴史館学芸員の花岡康隆先生の対談トークショー・花岡学芸員のミニ講座	◆場所 中央公民館講義室 ◆時間 午後3時～午後5時	問/滋野三家の里プロジェクト 田中 ☎090-4060-0287 ◆参加費 無料 ◆申込不要	
7月4日(土)	令和8年度 第1回いきいき読書講座 読み聞かせボランティア活動に興味のある方に向けた講座 『絵本の力 ほんとのほんと』 —伝わるための伝えかた—	◆場所 東御市立図書館 2階 研修室1 ◆時間 午前10時～正午 (受付 午前9時30分～) ◆講師 堀内京子氏 (JPIC読書アドバイザー)	申込・問/市立図書館 ☎64-5886 ◆定員 20名	
7月9日(木) 8月20日(木) 9月10日(木) 10月8日(木) 11月12日(木)	ごみ減量アドバイザー養成講座 身近なごみ減量に取り組むアドバイザーを養成する講座です。	◆場所 東部クリーンセンターほか ◆時間 午後1時30分から 1時間30分～2時間程度 ◆内容 ごみの現状、分別、市内外施設見学、エコクッキングなど ※日程・内容は変更になる場合があります。	申込・問/東御市ごみ減量3R推進委員会事務局 生活環境課 クリーンリサイクル係(東部クリーンセンター) ☎・☎63-6814 ◆申込期限 6月19日(金) ◆定員 8人程度	
7月28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。	◆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・問/生活環境課 クリーンリサイクル係 (東部クリーンセンター) ☎63-6814 ◆申込期限 7月3日(金) ◆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)6月

第16回 道の駅雷電まつり

放送日 6月6日(土)子ども相撲大会

7日(日)近隣太鼓衆による太鼓共演

放送時間 9:00~ 15:00~ 21:00~

東御市の道の駅雷電くるみの里では、5月の連休にイベントが開かれました。

5月3日には子ども相撲大会「雷電場所」が行われ、子どもたちが熱戦を繰り広げました。

信州御牧太鼓保存会、信州上田真田陣太鼓保存会、青木義民太鼓保存会による太鼓の共演も会場を盛り上げました。

◆Weekly! とうみは東御市YouTubeチャンネルでも配信されます。

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・シティブロモーション係 ☎64-5893

マイナンバーカードの休日窓口

受付日時 6月14日(日)、7月12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 7月10日(金) 午前10時30分~

場所 市立図書館3階 くるみのへや

★「おはなしはらっぱ」による『おはなしこども会』

日時 7月18日(土) 午前10時30分~

場所 市立図書館3階 くるみのへや

★休館のお知らせ

月末図書整理日 6月26日(金)

☎/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	7月3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	7月17日(金)	午前9時~正午		6月19日(金) 午後1時予約開始	
女性弁護士による法律相談	7月22日(水)	午前9時30分~ 午前11時30分		7月1日(木)午前8時30分 予約開始	
母と子の健康相談	7月7日(火)・14日(火)・ 21日(火)・28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	7月7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 講堂または、 人権啓発センター 午前10時～午前11時	7月1日(水)・8日(水)・ 15日(水)・22日(水)・29日(水) ^{人権}
滋野コミュニティーセンター 午前10時～午前11時	7月7日(火)・14日(火)・ 21日(火)・28日(火)
祢津公民館 午後2時～午後3時	7月1日(水)・8日(水)・ 15日(水)・22日(水)・29日(水)
和コミュニティーセンター 午前10時～午前11時	7月6日(月)・13日(月)・ 21日(火)・27日(月)
北御牧公民館 午前10時～午前11時	7月3日(金)・10日(金)・ 17日(金)・24日(金)・31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
7月2日(木)・16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
7月14日(火)・28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。
「姿勢測定」は予約が必要です。

[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。	◆月～金曜日 午前8時30分～ 午後5時15分
[のうKNOW] ご自身のスマホを使ってテストを行い、脳年齢をチェックします。スマホをお持ちでない方はご相談ください。	
[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)	◆7月17日(金) 午後1時30分～ 午後4時 ◆7月24日(金) 午前9時30分～正午

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
7月11日(土)・25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
7月3日(金)・10日(金) 17日(金)・24日(金)

各種相談

認知症のひと家族の会(予約不要) 高齢者福祉係 ☎75-5090	総合福祉センター2階 7月22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 7月17日(金) 午前9時～正午 7月24日(金) 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) 7月21日(火) 午後1時30分～午後2時受付	



東御市ひまこもり
孤立相談窓口
(まいさほ東御)

税のワンポイント情報

個人市県民税について

個人市県民税は、原則としてその年の1月1日に住所がある市町村で課税されます。課税の対象となるのは、前年中の所得が一定額以上ある方です。なお、1月2日以降に転居した場合や死亡した場合であっても、その年度分の個人市県民税を納める義務があります。

個人市県民税には、均等割と所得割があります。均等割は、納税者の所得金額の多寡にかかわらず、一定額を納めるものです。一方、所得割は、納税者の前年中の所得金額を基礎として税額を計算し、納めるものです。

市県民税均等割額と森林環境税について

【均等割の年税額】

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

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

市県民税均等割額は、上記のとおりです。なお、国税である森林環境税は、市県民税と併せて市が徴収します。

個人市県民税の普通徴収について

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

●普通徴収

納税義務者本人が納税通知書により直接納税する方法

●特別徴収

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

●問い合わせ先

市民税務課 住民税係
6415877

詳しい内容は、市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

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8年6月1日から左記のとおり改定されました。

所得区分			改定前	改定後
住民税課税世帯			510円	550円
住民税非課税世帯 低所得者Ⅱ	過去12カ月の入院日数	90日まで	240円	270円
		90日を超える入院	190円	220円
低所得者Ⅰ			110円	130円

●問い合わせ先

市民税務課 国保年金係
7518810

新任の教育委員、公平委員の紹介

令和8年市議会3月定例会で議会の同意を得て、5月に任期がスタートした教育委員会委員1名、公平委員会委員1名をご紹介します。

■教育委員会委員

主に市教育行政の基本方針や重要事項の審議・決定を行います。
任期／令和8年5月19日～
令和12年5月18日



おかだ かすみ
新岡田 佳澄
(御牧原北部)

■公平委員会委員

主に市職員の給与、勤務時間その他の勤務条件に関する措置の要求に対して審査・判定を行います。
任期／令和8年5月24日～
令和12年5月23日



ほりうち ゆうか
新堀内 優香
(加沢)

令和8年10月1日採用予定

市職員の募集

1 試験区分、採用予定人員、受験資格等

試験区分 および職種	受験資格等	採用予定 人員
上級行政 (社会人)	平成2年4月2日以降に生まれた人で、大学を卒業し、民間企業等の実務経験が3年以上ある人	若干名
初級行政 (社会人)	平成2年4月2日以降に生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有し、民間企業等の実務経験が3年以上ある人	若干名
上級土木・建築 (社会人)	平成2年4月2日以降に生まれた人で、大学の土木または建築専門課程を卒業し、民間企業等の実務経験が3年以上ある人	若干名
初級土木・建築 (社会人)	平成2年4月2日以降に生まれた人で、高等学校卒業程度の土木または建築専門課程の学力を有し、民間企業等の実務経験が3年以上ある人	若干名

2 申込方法

受験希望者は市ホームページに掲載の「受験案内」に記載されている二次元コードまたはURLから申込フォームにアクセスし、電子申請を行ってください。郵送での受付は行っておりません。

3 申込期間

令和8年6月12日(金) から7月9日(木) まで

4 第一次試験

(1) 試験日程 令和8年7月11日(土) から同月19日(日) までの間
(二テストセンター方式)

(2) 試験内容 基礎能力検査および事務能力検査

※試験に関する詳細は、市ホームページに掲載の「受験案内」をご確認ください。

5 問い合わせ先

総務課 総務係 ☎ 64-5876 (直通)



市ホームページ

第23回東御市 消防ポンプ操法 ラッパ吹奏大会



日頃の訓練の成果を披露するとともに、災害現場で土気のある迅速、安全な行動がとれることを目的に開催します。地域に根ざした消防活動を目指し取り組んでいる消防団員に、あたたかい声援をお願いします。

◆日時 6月7日(日)

午前7時～午前11時

◆会場 ポンプ操法

東御中央公園グラウンド

ラッパ吹奏

東御中央公園第二体育館

(天候によりグラウンドが使用できない場合は、会場を変更します)

●日程

午前7時～開会式

午前7時30分～ポンプ操法(午前10時終了予定)

午前7時30分～ラッパ吹奏(午前10時終了予定)

午前10時～ラッパ吹奏団体お披露目(午前10時30分終了予定)

午前11時～閉会式

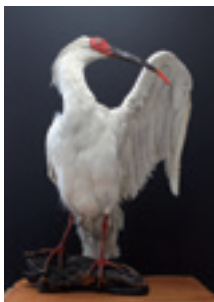
●問い合わせ先

消防課 消防団係(東御消防署内)
☎ 62-10119

とうみの 文化財ストーリー

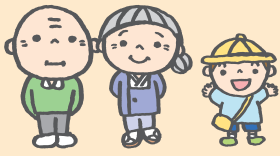
和小学校に保管されている「トキ剥製」は、市指定文化財です。

2011(平成23)年、同校の標本棚で色あせた剥製が見つかりました。トキは、国内では一度野生絶滅しており、当時は、保護活動が進む中で野生復帰への期待が全国的に高まっていた時期でした。剥製の来歴は不明でしたが、市教育委員会が情報提供を呼びかけたところ、1920(大正9)年夏、和尋常小学校(現和小学校)の児童らが地元の水田で捕獲し、理科担当教諭の手により剥製にされたことが判明しました。その後、市内専門業者による修復を経て、2013(平成25)年に同校へ戻され、現在も児童たちを静かに見守っています(学校運営上、見学は原則受け付けておりませんが、和小学校へのお問い合わせはお控えください)。



●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年度分館報コンクール審査結果・講評

【全体評】

東御市公民館長 原澤 利明

3月に令和7年度に発行された分館報の審査を行いました。入賞された分館は本誌に掲載したとおりです。おめでとうございます。入賞された分館における分館報の進化が目まざましいです。今回も力作ぞろいので審査に大変苦慮しました。特に、上位は甲乙つけがたい僅差で、最終的には「奨励賞」を新たに設けて例年より2分館多い入選となりました。昨年も書きましたが分館報は世界一身近な広報紙です。引き続き、区民の顔が見える親しみやすい分館報をお作りいただければ幸いです。

★最優秀賞★ 御牧原北部分館



▲入賞された分館の皆さん

★優秀賞★ 県分館



★優秀賞★ 中屋敷分館



★入賞★ 桜井分館



★入賞★ 赤岩分館



★入賞★ 白鳥台分館



★奨励賞★ 片羽分館



★奨励賞★ 海善寺北分館



令和8年度の生涯学習活動がスタートしました

社会教育団体を皮切りに、5月から生涯学習講座の活動がスタートしました。4月14日には社会教育団体「麻雀を楽しむ会」(山本英一代表)の総会が開かれ、規約の確認や1年間の活動についての熱心な話し合いが行われていました。



▲麻雀を楽しむ会総会



おらほのお宝発見

特別編

3月号で「歴史編」を一旦終了しました。今後は「自然編」に話題を移していく予定ですが、今回は特別編としてヒカリゴケの発見や魯桃桜の命名者で知られる田沢出身の小山海太郎氏に光を当てたいと思います。

東御市人物伝

小山海太郎(東御市西田沢)

渡辺 正喜(島川原)

佐久市岩村田小学校の北側に大きな山室藤城(山室静の父)の顕徳碑が建っています。その碑の建設賛助者の一人に小山海太郎(以下、海太郎)の名が刻まれています。海太郎はヒカリゴケの発見でも知られていました。この海太郎の出身地を調べてほしいという依頼があり探したところ、ようやく西田沢であることを突き止めました。3月末に西田沢の海太郎の生家を訪ね、お孫さんに当たる方から話をうかがったり写真等を拝見したりしました。家の前の畑には、白と赤の魯桃桜が満開でとてもきれいでした。



▲海太郎肖像画:神津港人

【小山海太郎について】

海太郎は明治3年4月3日東御市西田沢の小山熊之助の長男として生まれました。同12年、和學校中等科を卒業。成績優秀であったので授業生として児童の指導に当たり、その後、和と称津小学校で11年間勤務しました。

明治34年31歳の時、海太郎は文部省の中学校・師範学校・高等女学校の博物科(鉱物・動物・植物)の試験に合格しました。当時は「文検」といって独学者のために中学校教員への登用門が開かれていました。同34年から、上田中学校野沢分校(野沢中学校・現野沢北高等学校)で教鞭をとりました。その後、大正11年52才からは長野商業学校(現長野商業高等学校)に転勤し、昭和7年62才で退職しました。晩年は孫達相手の良きお爺さんであったようです。そして、昭和28年8月6日84才で没しました。

【博物学の研究者としての海太郎】

海太郎は教職のかたわらで県の史跡名勝天然記念物調査委員として天然記念物の調査研究に力を注ぎました。植物関係の調査報告書は80件ほどあります。主なものを以下に挙げてみます。

◎ヒカリゴケ

明治34年40才の時、佐久市岩村田、

上の城の洞窟で「光る土」を見つけ、野沢中学校の生徒がそれを採集して海太郎に報告します。海太郎は植物学者の三好学にこのことを連絡し、三好が数年間の研究により「ヒカリゴケ」と同定しました。大正11年3月3日には天然記念物に指定されます。その他、小諸市の味噌塚山の「天狗の麦飯」も海太郎が発見して天然記念物になっています。



▲ヒカリゴケ:佐久市文化振興課提供

◎魯桃桜(ロトウザクラ)の命名

魯桃桜はロシアの桃という意味です。和村誌現代編(昭和38年刊)では日露戦争後、海善寺出身者が樺太から持ち帰り海太郎に贈呈しました。海太郎はロシアの桃に似た桜という意味で命名し、記念に増植しました。そして、野沢中学校に1本、田沢の自宅に1本、和小学校に1本植えたのです。また、



▲長野市立図書館の魯桃桜

相談があり、昭和8年ロトウザクラが7本植えられました。その後、昭和30年には職員の手で実生苗を育成して県下の図書館に配布されました。以来、信濃の早春に先駆けて咲く花として有名になったのです。

◎モイワナズナの発見

海太郎は上田市泉田で「モイワナズナ」を発見しています。岩鼻の崖で見つけたもので、現在も地元民の手により手厚く保護されています。

【小山海太郎の交遊関係】

学会では八木貞介(地質学)・三好学(植物学)・牧野富太郎(植物学)・田中阿歌麿(湖沼学)、絵が好きだったので友人だった丸山晚霞、教え子の画家神津港人(上段の肖像画の作者)と交流しています。小諸時代の島崎藤村や実業界の金子行徳等とは文通がありました。海太郎の幅広い交遊関係が伺えます。

昭和26年11月3日の文化の日に海太郎は文部省の文化功労の表彰を受けました。半世紀にわたる動植物学界への貢献や県内天然記念物の調査保存の努力が評価されたのです。海太郎82歳の時でした。

【小山海太郎の著書】

(郷土研究少年読本) 昆虫採集物語 信濃鳥類物語、昆虫漫談、信濃の鳥類、昆虫物語、続昆虫物語 他



たかの けんしん
高野 剣心ちゃん
(栗林)

1歳のお誕生日おめでとう^^
いつもパワー全開なけんちゃん!
これからもいっぱい食べて遊んで大きくなってね!

☆募集しまあ!!☆ (対象者 7月生まれの1歳)

住所・お住まいの区・氏名(ふりがな)・TEL・コメント50字程度を添えて、shiho-tomi@city.tomi.nagano.jpへメールいただくか、市公式LINE (ID: @tomicity) までお送りください。締め切りは、6月8日(月)必着。

—トピックス— 地域の話題

第21回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会 5位入賞!



▲東御市チームのみなさん

4月25日、第21回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会が長野県松本平広域公園アイネットやまびこドーム周辺コースで開催され、東御市チームが2008年(7位)以来、2度目の入賞(5位)を果たしました。

コーチの三沢真弥さんは「入賞に向けて、全員が持てる力を発揮してくれました。ご協力いただいた皆様に感謝いたします。これから本格的な陸上競技シーズンが始まります。子どもたちの活躍に期待しています。」と話していました。

また、同日に開催された第35回長野県市町村対抗駅伝競走大会(中学生から一般)でも、力強い走りを見せ、9位と健闘しました。

東御市交通少年団入団式
新たに9名の団員が入団

4月25日、勤労者会館大会議室で令和8年度東御市交通少年団入団式が行われ、9名の新入団員は緊張した様子で委嘱書を受け取りました。今年度は合計15名での活動となります。式では、東御市交番の竹内賢太郎所長から歩行者として注意することや自転車の乗り方について、講話をお聞きました。

今後は、夏の交通安全運動での啓発活動等が予定されています。



▲市長から委嘱を受ける新入団員

第103回春陽展で最高賞「春陽会賞」を受賞



▲受賞作品「幸福な結末 24→26」



▲中央 宮下 聡 指導主事

4月27日、第103回春陽展で最高賞となる春陽会賞を受賞した東御市教育委員会の宮下聡指導主事が、花岡市長と山口教育長へ受賞報告を行いました。春陽会は、大正時代に創立された全国的な洋画団体で、山本鼎や倉田白羊らが結成に携わるなど、上田・小県地域ゆかりの作家とも深い関わりがあります。宮下さんは、学校教員の傍ら13年間にわたり春陽展へ出品を続け、今回で7度目の入選。「今回の受賞を機に、自身の創作活動と、指導主事としての取組の両立に更に励みたい」と語っていました。

柵津東町歌舞伎公演 伝統を受け継ぐ熱演

4月29日、柵津東町歌舞伎舞台において、柵津東町歌舞伎公演が行われました。市内外から大勢の方が訪れ、午前中は18名の柵津小学校子ども歌舞伎クラブによる「忠臣蔵」の公演、午後は柵津東町歌舞伎保存会による「御所桜堀川夜討―三段目 弁慶上使―」が披露され、歓声と拍手とともにたくさんのおひねりが舞台に投げ込まれました。



▲柵津小学校子ども歌舞伎クラブ



▲柵津東町歌舞伎保存会

交通死亡事故ゼロ2000日を達成しました

令和2年11月19日以来、本年5月12日をもって、市内での交通死亡事故ゼロ2000日を達成し、日々記録を更新しています。

日頃から交通安全関係者の協力のもと、保育園・幼稚園や学校での教室のほか、季節ごとの交通安全運動での啓発活動等に取り組んでいます。

これからも市民の皆さまにご協力をいただき、交通安全意識を常に持ち、2500日達成を目指しましょう。



▲春の全国交通安全運動の様子



東御市チャンネル
"とうみ"の旬な情報を動画で配信!!

チャンネル登録 お願いします



※YouTubeを通じた視聴等における通信料は、利用者各自の負担となります。

市のデータ

人の動き (5月1日現在)

総人口	28,504人(-29)
男	14,212人(-10)
女	14,311人(-19)
世帯数	12,698世帯(+14)

※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)

= 4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(7件)
救急 104件(499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 4月分

令和8年4月30日現在

	当月分	累計 (注1)	前年比
件数	3件	16件	-4件
傷者	5名	20名	-1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4月	令和7年4月
最高気温	25.7℃(13日)	29.6℃(19日)
最低気温	-0.2℃(3日)	-1.0℃(5日)
平均気温	12.6℃	12.2℃
降水量	64.0mm	14.0mm

東御市
LINE公式アカウント
友だち募集中!!

お役立ち情報をお届け!!

LINEアプリの友だちタブを開き、画面右上にある友だち追加ボタン>[QRコード]をタップし、右の二次元コードをコードリーダーでスキャンしてください。



休日・夜間の救急医療案内

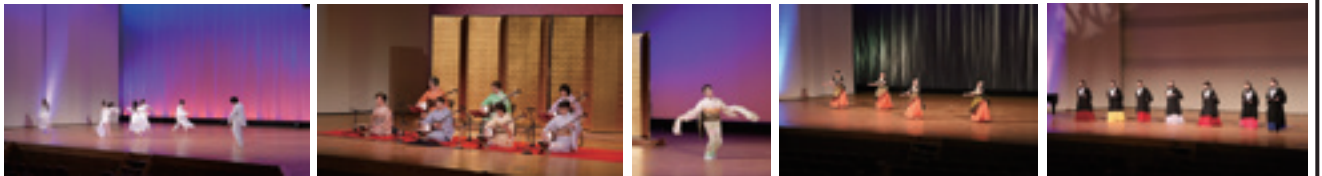
日曜当番医	月日	医療機関名	電話番号	* 緊急の場合は主治医に連絡し、主治医不在の場合は、当番医に受診可能な診療科を確認のうえ受診してください。 * 急きょ当番医が変わることがあります。事前に電話でご確認の上、受診してください。
診療時間 午前9時～午後5時	6月7日	東御市民病院(小児科)	☎62-0050	
	6月14日	せき内科クリニック	☎64-7171	
	6月21日	ささき医院	☎64-3711	
	6月28日	柵津診療所	☎62-0273	
	7月5日	春原整形外科クリニック	☎64-6200	
休日の歯科救急治療	上田小県歯科医師会 休日歯科救急センター ☎24-8020 診療時間：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

第5回 東御市文化会館 **総合文化フェスティバル** 6月13日(土)、14日(日) 入場無料

発表■6月13日(土)開場12時30分、開演13時00分 舞踊、邦楽、音楽、ダンスの各部会 会場：ホール
6月14日(日)開場12時30分、開演13時00分 民謡、邦楽、ダンス、合唱の各部会 会場：ホール
茶会■6月14日(日)10時～ 茶道部会：花水木の会 会場：喫茶室・無料 ※発表時間はチラシ等でご確認ください。



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)

吉田博「橋と竹林」1899年 常設展

水彩の明星・丸山晚霞 開催中 ～6月28日(日)

明治期、世界で高く評価された日本の水彩画。海外へ渡った丸山晚霞、吉田博らの作品が、いま日本へ里帰りしています。本展では、寄贈による貴重な里帰り作品8点と新規収蔵品をあわせて展示。海を越え、時を越えて故郷に戻った名品をご覧ください。
★何でも鑑定団(スタジオ)に丸山晚霞作品登場! 6月2日(火)テレ東 ※TVerの見逃し配信で視聴可能

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 大田区友好都市締結30周年記念事業

絵本とたのしむ! 春のわちゃわちゃ美術館

■にちようびは、トークさんぽ 6月14日(日) 13時30分～14時
学芸員と一緒に展示室を回りながら、絵を見てお話ししてみよう! 申込不要、要入館料

■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 **開催中 ～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。