



世界 de Go! 国際交流センターだより

www.oiea.jp Tel.24-3226



◎ Home is where the heart is ◎



こんにちは。岡谷市国際交流員のマシユーです。

去る5月、市役所1階ロビーにて「外国人が撮った長野」という写真展が開かれました。ご覧になった人もいらっしゃるかと思いますが、この展示は、県の国際課で企画され、今年8回目を迎えた巡回展で、長野に暮らす外国人の目に、この地がどう映っているのかを知るという意味で、興味深い機会だったと思います。

今年のテーマは「HOME～故郷～」。作品として切り取られた瞬間は、祭、景勝地、温泉、田んぼや季節の風景などさまざまでしたが、1枚1枚に、それぞれの撮影者の心と、長野への温かなまなざしが注がれているように感じました。

みなさんは「Home is where the heart is」という英語のことわざをご存知でしょうか？これは「故郷は心が行く場所」というような意味です。外国人であっても、信州の美しい自然に囲まれ、人々のやさしさに触れ、地域に自分が受け入れられている安心感に包まれて暮らすうちに、ここが第2のふるさととなり、気がつけば、日本で生まれ育ったみなさんと同じ心で、長野を誇りに思い心を寄せているのですね。写真を見て、わたし自身も、素晴らしい長野の魅力を再認識することができました。

みなさんの心のありかほどでしょうか？ふるさと長野、そして岡谷に、どんな思いを寄せていますか？



こどものくに 0123

参加無料

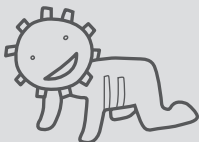
7月のイベント

♣ALOHAフラダンス七夕会(申込み不要)

フラダンスを見たり、一緒に踊ったりします。
日時…7月4日(木) 午前10時30分～11時15分

♣リトミック講座(申込み受付中)

日時…7月25日(木)
午前10時～：ベビートミック
(赤ちゃんもOK)



午前11時～：しっかり歩ける子ども向け
対象…子どもと保護者 定員…各30組
持ち物…動きやすい服装、汗ふきタオル、水分

申込み…こどものくに窓口まで(電話でも受け付けます)

こどものくにへ遊びに行こう!

利用できる人…0歳～3歳までの子どもとその保護者。
兄弟は就学前の子どもまで一緒に入館できます。

利用料…利用者登録200円(年度更新あり)。4月以降初めて来られるときは、更新手続きをお願いします。



申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

7月の 諏訪湖ハイツ



♥ロビー展示

- 硯和書道会 書作展
期間…7月1日(月)～15日(月・祝)
- ままのきもち お母さんの手作り作品展
期間…7月16日(火)～31日(水)

♥ロビーコンサート

- ドレミファそらまめ「歌と楽器演奏」
日時…7月13日(土) 午前10時30分～11時30分
- ロビーコンサート出演者募集中! フロントまでお気軽に。

♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(芝庭)

日時…7月7日(日) 午前9時30分～午後4時
(雨天時は中止あり)
10月まで毎月1回開催。40ブース出店を目標に、衣類、日用雑貨、玩具、骨董などが多数!

♥温泉リハビリ施設(歩行プール&機能訓練室)

身体の衰えを感じる人、衰えることなく現状を維持したいと考えている人。そんな人のための運動教室です。
●HASセンターいきいき運動教室
「下半身の筋力トレーニング～足具ちゃんを使って～」
日時…7月9日(火) 午後7時～8時

♥親水池でふれあいを!

7月1日より天気が良ければ毎日、「真夏の雪プレゼント」を実施予定です。ご家族で楽しんでください。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

インフォメーション ● 岡谷市役所 電話 23-4811・ファックス 23-5022 (広報直通) E-mail johno@city.okaya.lg.jp

募集

内山霊園使用者募集

募集区画…13区画

1区画の面積…約4㎡(2m×2m)

聖地使用料…38万円

聖地管理料…30000円/年

応募者の資格…

岡谷市に本籍または住所のある人
(本籍だけの人は、市内に住所のある世帯主を管理人として定めること)で、遺骨を抱え困っている人

受付期間…7月1日(月)～12日(金)

※土・日を除く

申込み…戸籍謄本、住民票、印鑑(認印)、埋火葬許可証の写し、または寺院などの保管証明書などをそろえて市民生活課へ申請してください。
使用者の決定…7月19日(金)に抽選で決定します。

問合せ ● 市民生活課(内線1166)

スポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(8月分) …

7月21日(日) 小学校…午後7時～
中学校…午後8時～
場所…市民総合体育館第1会議室
※学校体育施設を使用する場合は、事前に登録が必要です。詳細はスポーツ振興課まで。

市民水泳プール営業案内

夏期は時間を延長して営業します。

対象日…7月6日(土)・7日(日)・13日(土)・14日(日)・7月22日(月)～

8月18日(日)・8月24日(土)・25日(日)・31日(土)

営業時間…午前9時～午後8時30分

※7月25日、8月1日、8日の木曜日と8月13日～16日も開場します。

各種スポーツ教室

◎小中学生ソフトテニス教室

期間…8月1日(木)～8日(木)計8回

時間…午後4時～6時30分

対象…市内の小学4年生～中学3年生

場所…市家庭球場

定員…40名(先着順)

受講料…10000円

申込み…7月1日(月)から市民総合体育館窓口にて受付。受講料を添えて申し込んでください。

問合せ ● 市民総合体育館内

(公財)岡谷市体育協会

☎221-8850(平日のみ)

◎親子運動教室

日時…毎回火曜日 午後4時～5時

対象…幼児～小学生とその親

受講料…3500円(保険+施設使用料)

◎子ども運動教室

日時…毎回火曜日 午後5時～6時

対象…幼児～小学生

受講料…3500円(保険+施設使用料)

◎親子リズム運動教室

日時…毎回火曜日 午前10時～11時

対象…幼児とその親

受講料…5000円(保険+施設使用料)

◎はつらつ健康運動教室

日時…毎回火曜日 午後2時～3時

対象…一般人男女

受講料…5000円(保険+施設使用料)

◎ボクササイズ教室(託児あり)

日時…毎回水曜日 午前10時～11時

対象…一般人男女

受講料…5000円(保険+施設使用料)

※5講座とも申し込みは不要。受講料は当日集めます。

◎エアロビ教室(託児あり)

期間…7月12日～毎週金曜日計10回

時間…午前10時～11時
対象…一般人男女
受講料…5000円

(10回分 保険+施設使用料)

場所…市民総合体育館(6講座とも)
以上問合せ ● 市民総合体育館

☎221-8800

◎らくらく水中運動教室

期日…毎週火曜日

時間…午後2時～3時

受講料…7500円(保険+施設使用料)

◎かたん平泳ぎ教室

期日…毎週火曜日

時間…午後7時～8時

受講料…7500円(保険+施設使用料)

◎かたんクロール教室

期日…毎週金曜日

時間…午後7時～8時

受講料…7500円(保険+施設使用料)

◎夏休み短期子ども水泳教室

期日…8月1日(木)・2日(金)・8日(木)・9日(金) 計4回

時間…小学生…午後3時～4時
幼児…4時～5時

受講料…30000円(4回分 保険+施設使用料)

問合せ ● 市民総合体育館内

場所…市民水泳プール(4講座とも)
※詳細はお問い合わせください。
以上問合せ ●岡谷市民水泳プール
☎233-6820

おかやファミリースポーツ プログラム

◎親子で食育ウォークラリー

日時…7月13日(土)午前9時～受付
開始 9時30分スタート
場所…やまびこ国際スケートセンター
参加費…親子1組500円(子ども1
人追加につき200円)
定員…親子50組
申込み・問合せ ●やまびこクラブ
☎244-5210(林・金澤)

◎親子でマレットゴルフ体験

日時…7月27日(土)午前8時30分～
受付開始 9時スタート
場所…岡谷湖畔公園マレットゴルフ場
参加費…親子1組500円(子ども1
人追加につき200円)
定員…親子50組
受付開始…7月1日(月)
申込み・問合せ ●市民総合体育館内
(公財)岡谷市体育協会
☎227-8850(平日のみ)

ニユースポーツ講習会

親子レクなどの学校行事や、地域
活動のコミュニケーション作りなど、手

軽に楽しめるニユースポーツを色々な
場面で利用してみたいと思っっている人
を対象に、岡谷市スポーツ推進委員が
指導します。

日時…7月24日(水)午後7時～
場所…市民総合体育館
受講料…無料
定員…30名
申込み・問合せ ●スポーツ振興課
☎227-8804

いきいきピンポン交流会

期日…8月5日(月)・29日(木)
時間…午前9時30分～11時30分
場所…市民総合体育館
参加費…1回500円(使用料・傷害
保険料込)
※希望者は1000円追加でロマネット
トにてお食事と入浴も楽しめます。
定員…80名
申込み締切…7月25日(木)
申込み・問合せ ●やまびこクラブ
☎244-5210(林・金澤)

おしらせ

カルチャーセンター・子ども
のくに 休館日は8月20日

通常休館する第2火曜日の8月13
日は、太鼓祭りの控室となるため開館
しますが、貸館はできません。

8月の休館日は、20日(火)となりま
す。ご理解・ご協力をよろしくお願
いします。

問合せ ●イルプラザ・カルチャーセ
ンター
☎244-8404

「社会を明るくする運動」 強調月間

7月は「社会を明るくする運動」
犯罪や非行を防止し、立ち直りを支
える地域のチカラを強調月間。今年
で63回目を迎えます。

犯罪や非行の防止と罪を犯した人
たちの更生について理解を深め、地域・
家庭・学校などが一体となって、犯罪
や非行を社会全体の問題として受け止
め、安全で安心して暮らせる明るい地
域をつくることに努めましょう。

問合せ ●社会福祉課(内線1252)

障害のある人の相談会

諏訪圏域障害者総合支援センター
オアシスは、移動手段がないなどの事
情で、諏訪市の同センターまで行かれ
ない人の相談会を岡谷市で実施しま
す。

期日…7月20日(土)
時間…午後1時～4時
場所…諏訪湖ハイツ 311研修室・
313研修室

対象…諏訪圏域の障害のある人、家
族、障害福祉に係わる人など
※相談無料・申込み不要(当日会場に

直接お越しください)
※別の日でも対応できますので、お問
合せください。

問合せ ●諏訪圏域障害者総合支援セ
ンター オアシス ☎544-7363

療育手帳が変わりました

療育手帳のサイズが変わり、カバー
に入れるタイプになりました。新規申
請のほか、次回再判定から新しい様式
に変更されます。希望する人には、新
様式での再交付も可能です。

申請および再判定の際には、顔写
真1枚(縦4cm×横3cm)が必要です。
ご用意ください。

問合せ ●諏訪児童相談所(知的障害者
更生相談所) ☎521-0056
市社会福祉課(内線1256)

松くい虫被害について

県内に松くい虫による松枯れの被害
が広がっています。市内で松枯れ(赤
松の枯れた木)を見つけた人は、農林
水産課までご連絡ください。

また、松くい虫駆除を理由に、業
者が薬剤購入を勧める事例が報告さ
れています。効果のある薬剤はなく、
現在のところ市内に松くい虫の被害は
出ていないので、安易に勧誘に応じる
ことのないよう注意してください。

問合せ ●農林水産課(内線1483)

動物は正しく飼いまじり

飼犬は、家族の一員です。飼い始めたら、市への登録と年1回の狂犬病予防接種を必ず実施し、また、他人の迷惑にならないよう、つないで飼う、ふんの始末をするなどルールを守って飼いまじりましょう。首輪が外れたり、リードなどが切れた犬にかまれる事故が起っています。また、放れた犬が交通事故などで命を落とすケースもあります。犬も人も快適に暮らせるよう、飼主がしっかりと管理しましょう。



ねこはとても繁殖力が強い動物です。不妊手術をしていないと、すぐに増えてしまいます。また、ねこのふん尿はにおいが強く、他人の迷惑になります。交通事故、感染症などで亡くさないためにも、飼いねこは室内で飼育しましょう。



問合せ ● 市民生活課(内線1166)

岡谷市民病院 “よりあい講座” 腹腔鏡による外科治療について

よりあい講座(院内版)は、今回で5回目となります。前回の講座でご紹介した「腹腔鏡手術」は反響が大きく、地域のみなさんから、もう少し知りたい…と要望をいただきました。そこで、今回は「腹腔鏡による外科治療について」一緒に勉強したいと思います。お気軽にご参加ください。

日時…7月31日(水) 午後4時～5時

会場…市立岡谷病院 4階 講堂

講師…消化器外科部長 三輪 史郎 医師

持ち物…筆記用具・メモ用紙

◆腹部超音波検査(胆嚢のみの検査)も実施します

時間…午後3時～4時 ※希望者多数の場合は、抽選で20名

参加無料
申込み不要

● 問合せ ●

岡谷市民病院 地域医療連携室(☎23-8000 内線2085)

健康 ひとロメモ

No.429

風疹ふうしんの流行に気をつけて

おはようございます。朝のニュースです。風疹の患者数が大変な勢いで増え続けています。5月29日現在、全国

の患者数は8507人と報告され、これは昨年同時期の約36倍にもなります。特に都市部に多くの患者がみられ、年代別、性別で見ると、20代から40代の男性に集中しています。妊娠初期の女性が風疹にかかると、新生児に先天性風疹症候群を引き起こす可能性があります。予防のため、十分な免疫を持たない20代から40代の人に、広く予防接種を呼びかけています。

太郎 ねえねえ、おじいちゃん、ニュースで風疹のこと言っていたよ。風疹ってどんな病気なの。

じい おじいちゃんの小さい頃は流行っていて、みんながかかったもんじゃ。症状はな、まず、耳の後ろや首の後ろのリンパ節がはれるのじゃ。それから、熱が出て、赤い細かい発疹が顔から始め、体や手足にひろがる。眼も充血したな。それで、だいたい3日くらいで元気になったな。だが、大人がかかると、関節の痛みが強く、治るのに1週間ほどかかるそうじゃ。

太郎 へえー、じゃあ、どうやってうつるの。じい 風疹にかかった人の咳や、会話で飛び散る飛沫などでうつるな。ただ、人からうつってから、症状が出るのに、2～3週間

間の潜伏期間があつてな、症状の出る前後1週間ぐらいいは、風疹のウイルスを知らずにまき散らしてしまうんじゃ。だから、風疹の人が1人いると、周りにいる5～7人にも、うつってしまうのじゃな。

太郎 じゃ、どうして、20代から40代の男の人に多いの。

じい そうじゃな、以前は先天性風疹症候群の発生を防ぐために、中学生の女の子だけを対象に予防接種をしていたな。その年代の男性は、予防接種が1回だけだったり、機会がなかったりして、十分な免疫を持っていないのじゃ。

太郎 あとね、先天性風疹症候群で、どんな病気なの。

じい 免疫のない女性が妊娠初期に風疹にかかると、風疹のウイルスがお腹の赤ちゃんに感染して、赤ちゃんの耳の聞こえが悪くなったり、心臓の病気がでたり、白内障という眼の病気になったりすることをいうんじゃな。だから、妊娠を希望する女性は、予防接種をうけて、妊娠中に風疹にならないようにすること、周囲の人は、妊婦さんなどにうつさないようにすることが必要なんじゃ。

太郎 そうか、注射は痛いけれど、僕もがんばって予防接種をうけるよ。

風疹の予防接種については、近くの医療機関までご相談ください。(医師会)