



10月の休館日
14日(火)

利用できる人…0歳～年少入園前までの子どもとその保護者。兄弟は就学前まで入館可能です。

利用者登録
…200円(年度更新)
開館時間…午前9時30分～午後5時30分

親子リトミック講座 (10月27日(月)より申込み開始)
日時…11月26日(水) 午前10時～11時 対象…0～1歳児の親子
場所…3Fダンス室 講師…花岡よしみさん 持ち物…水分

♡ 予約が不要なイベント

10月3日(金)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
6日(月)	ナチュラルコンサート	午前11時～
17日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
23日(木)	もぐもぐ相談(栄養士)	開館中いつでも
24日(金)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
27日(月)	ぺったんこの日(10月生まれの子対象)	午前10時30分～午後4時
	10月生まれのお誕生会	午前11時～
29日(水)	たべるのだいすき(栄養士)	午前11時～
	レシピ紹介と試食	

♡ 予約が必要なイベント

心理相談員による子育て相談
日時…11月12日(水)
午前9時30分～11時30分

つくっちゃおう
(10月17日(金)より申込み開始)
「シャカシャカくまさん」を作ります。
日時…11月17日(月)
①午前10時30分～・②午後2時30分～

ベビーマッサージとワンポイントアドバイス
(10月15日(水)より申込み開始)
日時…11月14日(金) 午前10時30分～

問合せ●こどものくに ☎24-8403



大人のためのセレクトショップ

mju マジュ



岡谷市では、市内で開業する店舗を応援しています。
市の補助金を使って開業したお店を紹介します。

加茂町にオープンした「mju (マジュ)」は、婦人服を中心に扱いながら、男性にも対応する大人のためのセレクトショップです。湘南発のブランドを県内で唯一取り扱うお店で、30代以上をメインに幅広い世代が楽しめる品揃えとなっています。

店内にはソファやバーカウンターがあり、まるで自分の部屋で服を選んでいるかのような感覚で、リラックスしながら買い物できる空間が広がっています。お茶やお菓子を味わいながらファッションの相談をすることもできる、居心地の良さも魅力です。

また、予約制でメイクアップサービスも提供。ファッションとメイクを合わせたトータルコーディネート体験できるので、自分に似合うスタイルを見つけたい方にもおすすめです。

市の「中小小売等店舗活性化事業補助金(家賃補助)」を活用していただきました。

●使用した補助金
「中小小売等店舗活性化事業補助金」



◀補助金について
詳しくはこちらから

● information ●

住所：岡谷市加茂町2-7-24
TEL：090-5439-7292
営業時間：
午前11時～午後6時
定休日：不定休
(インスタにて情報発信)



問合せ●商業観光課
(内線1453)

商業観光課Instagram▶



CANORA HALL カノラホールー岡谷市文化会館

佐藤俊介 & スーアン・チャイ
ベートーヴェン
ヴァイオリン・ソナタ全曲演奏会
(全3公演)

第1回 10月12日(日)
午後4時開演(午後3時30分開場)
第5番 Op.24《春》ほか

第2回 10月13日(月・祝)
午後2時開演(午後1時30分開場)
第9番 Op.47《クロイツェル》ほか

第3回 10月13日(月・祝)
午後6時開演(午後5時30分開場)
第10番 Op.96 ほか

世界的ヴァイオリニストの佐藤俊介がカノラホールに初登場！ベートーヴェンの全10曲のヴァイオリン・ソナタを2日間をかけて一挙に披露するという、またとない企画が実現！公私ともに最高のパートナーであるピアニストのスーアン・チャイと繰り広げるベートーヴェンの壮大な音楽世界をお楽しみください！



写真右
●ヴァイオリン
佐藤俊介

写真左
●ピアノ
スーアン・チャイ

会場 大ホール

チケット (全席指定) **販売中**

1回券 3,500円 小中高生 1,000円
ソサエティ会員 3,000円
3公演通し券 9,500円
ソサエティ会員 8,000円

※未就学児入場不可
※3公演通し券は、全3公演を同じ座席でご鑑賞いただけます。
※3公演通し券の販売は、カノラホールのみ(窓口、電話)でお取り扱いします。

問合せ ☎ 24-1300

10月の

図書館情報

★おはなしの森★

(園児～小学生向け)

日時…10月4日(土)
午前11時～(20分程度)

★ちいさなおはなしの森★

(乳幼児向け)

日時…10月15日(水)
午前11時～(30分程度)

★としょかん

子ども読書まつり月間★

期間…10月11日(土)～26日(日)
内容…今年は3週間にわたって読書まつりを開催します！週末の土曜日、日曜日は、大型絵本の読み聞かせやパネルシアター、人形劇など、普段のおはなしの森よりも盛りだくさんな内容で行います。プログラムについては図書館ホームページをご確認ください。たくさんのご参加お待ちしております！

会場は1階児童コーナーまたは2階会議室です。

今月のテーマブックス

「ハッピーハロウィン」

10月19日(毎月第3日曜日)は「家庭読書の日」

10月18日・19日は、貸出冊数の上限が10冊から20冊になります。

開館時間 午前9時30分～午後6時30分

10月の休館日

6日、14日、20日、27日、31日

問合せ ☎ 22-2031

美肌の湯 ロマネット

●食事処休業のお知らせ

食事処が10月1日(水)から当面の間休業となります。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

●毎年恒例！秋の味覚販売！

おいしい秋の果物を特別価格にて販売します。詳しくは館内掲示板をご確認ください。



●毎月26日は風呂の日

ロウリュ熱波を開催！開催時間は館内掲示板をご確認ください。

●ランニングステーション

荷物を預けて身軽にランニングへ！走った後は温泉でスッキリ！ぜひ、ランステをご利用ください！



10月の休館日

7日、14日、21日、28日

問合せ ☎ 27-6080

10月の諏訪湖ハイツ

ロビー展示

●今井芳文

「60年をふり返って 今井芳文自選展」
期間…10月1日(水)～14日(火)

ロビーコンサート・パフォーマンス

●桜まゆみ「心に花咲く歌謡ショー」

日時…10月4日(土) 午後2時～3時30分

●二胡クラブ 二泉映月「二胡・ハーモニカの二重奏」

日時…10月18日(土) 午後1時30分～2時30分

■諏訪湖天竜龍神まつり開催

日時…10月11日(土) 午前10時～

屋外芝庭・ロビー

■ハイツフリーマーケット開催

日時…10月26日(日) 午前9時～午後3時

屋外芝庭(雨天中止)

■臨時休館日のお知らせ

10月16日(木)は、配管洗浄のため温泉施設は休業となります。

10月の休館日 ※温泉施設は毎週水曜日 15日

問合せ ☎ 24-2290

イルフ童画館・岡谷美術考古館・岡谷蚕糸博物館は入館料が必要です。諏訪郡内在住・在学の小・中学生、市内在住・在学の高校生は無料です。

武井武雄の世界 イルフ童画館

企画展 10月5日(日)まで
**武井武雄がつくった組織と
その仲間たち**

【次回展覧会】

10月11日(土)～11月17日(月)

企画展 コウペンちゃん展

イラストレーター るるてあさんが描く、日常のささいなことを肯定してくれる「コウペンちゃん」の150点を超える原画やフォトスポットなどが登場し、コウペンちゃんの心あたたまる雰囲気を感じていただける展覧会です。



©るるてあ

同時開催

武井武雄が生み出したキャラクターたち

イベント

★ストーンペインティングで ペンギンをつくろう

日時…10月19日(日) 午後1時30分～
参加費…200円 (要申込み)

★学芸員によるギャラリートーク

日時…10月25日(土) 午前10時30分～
申込み不要・要入館料

★キャラクターいっぱいモビールをつくろう

日時…10月25日(土) 午後1時30分～
参加費…200円 (要申込み)

※その他のイベントはホームページをご覧ください。

開館時間 午前9時～午後6時
(最終入館：午後5時30分)

10月の休館日

1日、8日、15日、22日、29日

問合せ ☎ 24-3319



市立 岡谷美術考古館

特別企画展 10月19日(日)まで
**辰野登恵子展 どこにでもあるもの
たちのどこにもない世界**



企画展

**ちいさくてもいいじゃないか
みんなのミニチュア作品展**

11月2日(日)～12月27日(土)

一般のみなさんが制作した小作品
を展示します。

ワークショップ (要申込み)

通算100個達成！(記念品あり)

酒井館長と縄文ランタンを作ろう

日時…10月11日(土) 午前10時30分～

定員…10名 参加費…700円

申込み…10月6日(月)～

メタリック曼荼羅アートを描いてみよう

日時…10月26日(日)

午後2時～

講師…

mamarabiさん

定員…9名

参加費…1,000円

申込み…10月9日(木)～19日(日)

対象…小学生以上(大人もぜひ)



開館時間 授乳・おむつ替え室あり
午前10時～午後6時

10月の休館日

1日、8日、14日、15日、20日～22日、29日

問合せ ☎ 22-5854



岡谷

シルクファクトおかや

企画展 11月16日(日)まで
**新収蔵 竹内家着物コレクション
受け継がれる絹の文化**

長野県東御市の竹内家に所蔵されてきた、明治から昭和にかけての着物を初公開。子どもの祝い着や振袖など豪華なハレの着物から、うち織りの日常使いの着物など、多彩なコレクションを通して、蚕糸業が発展した信州の旧家に伝わる着物文化をご覧ください。



イベント (要申込み)

🌿 まゆちゃんワークショップ
「ハロウィンのガーランド」



日時…10月4日(土)

①午前10時～ ②午後1時30分～

参加費…1個 500円

定員…各回 20組

(小学4年生以下は保護者同伴)

※電話で事前にお申し込みください。

(定員になり次第締め切り)

開館時間 午前9時～午後5時

(宮坂製糸所：午前9時～正午・午後1時～4時、まゆちゃん工房：HP参照)

10月の休館日

1日、8日、14日、15日、22日、29日

問合せ ☎ 23-3489 (サンシハク)



収穫の秋！地元産の新鮮な農産物はいかがですか？



岡谷市収穫祭2025を開催します！

地元産の秋野菜や旬の果物など、新鮮な「秋の味覚」をお楽しみください！姉妹都市東伊豆町の干物やみかんもご用意しました。多くのみなさんのご来場をお待ちしています。

日時…11月1日(土)

開会式：午前9時～

販売：開会式終了後～午前11時

場所…岡谷市役所イベント広場



オープンエアマーケット第4弾

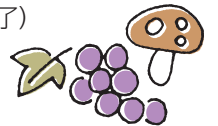
第3土曜日の直売イベント「オープンエアマーケット」では、生産者との会話を楽しみながら、青空のもとでお買い物ができます。今年度最後の開催となる第4弾は、おいしい秋野菜をご用意して、みなさんのお越しをお待ちしています。
※販売内容が一部変更となる場合があります。

日時…10月18日(土)

午前9時～10時30分(売切れ次第終了)

場所…岡谷蚕糸博物館

マルベリー広場(芝生広場)



問合せ●農林水産課(内線1487)



世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～



第34回 高校生生活体験事業

みなさん、こんにちは。国際交流センターのジャーレッドです。

この夏、岡谷市と姉妹都市であるマウント・プレザント市との間で「高校生生活体験事業」が行われました。34回目となる今回は、高校生8名と引率者1名が、それぞれホストファミリーの家庭に13日間受け入れられました。

生徒たちの地元であるアメリカ・ミシガン州には山がなく、また、ほとんどの生徒にとって今回が初めての日本訪問でした。靴を履き替える習慣や食事の違いなど、さまざまな文化の違いを体験することができました。

滞在中は、生徒たちに岡谷の魅力を伝えるさまざまな行事を実施しました。市長表敬訪問をはじめ、高校での交流・茶

道体験・弓道体験・英語クラブへの参加、蚕糸博物館やイルフ童画館の見学、尺八作り体験、やまびこ公園での活動、さらには太鼓体験や太鼓まつりでの演奏も行うことができました。

生徒たちに感想を聞いたところ、充実した2週間の中でも特に印象に残ったのは、ホストファミリーと一緒に過ごした時間と、岡谷のみなさんの温かさだったそうです。今回の高校生生活体験事業は、生徒たちの将来に大きな影響を与える貴重な経験になったと思います。岡谷のみなさん、本当にありがとうございました。



今月の子育てポイント(乳児期)「赤ちゃんは だっことおんぶが大好き」

子どもは宝物。お父さんやお母さんが、赤ちゃんを抱いたりおんぶしたりしてあげると、その肌の温もりが、心に安らぎ、安心感をあたえ、自己肯定感の土台を育みます。いっぱい抱っこして、幸せホルモンを増やしましょう。～成長樹(期)子育て実践ポイントより～



日本絹文化フォーラム2025 (7th)を 開催します

テーマ：日本の絹文化を未来へ繋ぐ

全国的な規模で、絹文化に関する講演や情報交換を行うフォーラムです。1日目は基調講演とシルクに関わる4名のみなさんによる講演を行い、2日目は見学バスツアーを開催します。

【1日目】10月18日(土) 午後1時～5時

場所…カノラホール 小ホール

参加無料

内容…【基調講演】「日本蚕糸業の現状と今後の課題」

大日本蚕糸会 松島浩道 会頭

【講演】長田養蚕代表 長田誠一さん(八王子市)

株式会社KYOTO SILK HUB代表取締役会長

細尾真生さん(京都市)

絹本日本画家 花岡哲象さん(岡谷市)

株式会社森を織る代表 小森優美さん(京都市)

【2日目】10月19日(日) 午前9時～正午

内容…バスツアー (蚕糸博物館～市内の近代化産業遺産見学)

定員…20名(定員になり次第締め切り)

申込み…両日とも岡谷蚕糸博物館まで電話にてお申し込みください。10月16日(木)締切。空席がある場合は当日参加可。

問合せ●日本絹文化フォーラム実行委員会事務局
(岡谷蚕糸博物館内) ☎23-3489

プレミアム付おかや生活応援商品券 の販売を開始します

エネルギー・食料品価格などの物価高騰の影響を受けた市民生活の下支えや、消費マインドを喚起させるため、市内で使えるプレミアム付商品券(30%)を発行します。10月から販売しますので、ぜひご利用ください。



●1冊13,000円分(1,000円券×13枚)のプレミアム付おかや生活応援商品券を10,000円で購入できます。

※1人1冊まで

販売期間…10月1日(水)～12月26日(金)

利用期間…10月1日(水)～令和8年1月31日(土)

利用店舗…市内の取扱事業所(岡谷商工会議所の特設ホームページにて公開中)

対象…岡谷市民(7月23日現在の岡谷市住民基本台帳に登録されている人)

購入方法…購入引換券と現金、身分証明書を持参して、指定販売所(平日:市内11郵便局、日曜日:イルプラザ1階)にてご購入ください。

問合せ●商業観光課(内線1452)

「おいしくたのしく 栄養講座」に 参加しませんか?



最近、テレビドラマの影響もあり、書店でもよく【薬膳】に関する本を見かけるようになりました。【薬膳】…難しそうな言葉ですが、気になりませんか? 健康推進課の栄養士より、薬を飲むほどではないけれど、なんとなく調子が悪い・疲れやすいときに役に立ちそうな【薬膳】についての話や、具体的な調理方法についてデモンストレーションを交えて紹介します。一緒に勉強してみませんか?

また、歯科衛生士が、歯と口の健康を保つコツを教えます。自分の現在の血管年齢を測定することもできますよ。ぜひご参加ください!

日時…11月6日(木) 午前10時～正午(受付:9時30分～)

場所…保健センター2階 集団指導室・栄養指導室

対象…市内在住の人

定員…20名(定員になり次第締切)

持ち物…筆記用具

申込み…10月7日(火) から電話または電子申請(QRコードから)にてお申し込みください。

10月28日(火)締切。

参加無料



問合せ●健康推進課(内線1177)

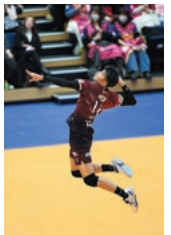


バレーボールSVリーグ参戦

『VC長野トライデンツ』を応援しよう!

VC長野トライデンツ2025-26シーズン 開幕戦 観戦無料ご招待!!

10月25日(土)、26日(日)のシーズン開幕戦に、相互連携協定を結ぶ岡谷市のみなさんを観戦無料ご招待します! 開幕戦を勝利で飾るべく、会場で熱い声援をお願いします!!



日時…10月25日(土) 試合開始 午後2時5分～

10月26日(日) 試合開始 午後1時5分～

場所…エア・ウォーターアリーナ松本(松本市美須々5-1)

対戦チーム…日本製鉄堺ブレイザーズ

対象…岡谷市在住、在勤者の方

定員…各日100組200名(応募者多数の場合は抽選)

対象座席…クラブ指定の席

応募方法…QRコードから「VC長野トライデンツ公式LINE」の友だち登録をお願いします。登録後に配信されるメッセージを確認のうえ、ご応募ください。



応募締切…10月16日(木) 午後6時まで

※当選発表は、10月17日(金)ごろにVC長野トライデンツ公式LINEよりお知らせします。

問合せ●VC長野トライデンツ事務局 ☎0265-98-6812