

月々月々月々月 イルフプラザ・カルチャーセンター 青年向け講座 **ヤングカレッジ** 月々月々月々月

Word2013 MOS対策講座

パソコンスキルをアップして、仕事力&存在感をアップ! パソコン資格試験(MOS)合格で、転職や再就職も有利に!

※希望者は、MOS (マイクロソフト・オフィス・スペシャリスト)の受験が可能です。

期間…9月16日～12月2日(毎水曜日 全10回)

時間…午後6時30分～9時30分

定員…15名(先着順)

講師…スキルアップスクール岡谷校スタッフ

受講料…2,000円 **テキスト代…2,160円**

持ち物…筆記用具、ノートパソコン (ない人は有料で貸し出し
ます)

申込み期間…8月6日(木)午後6時～9月9日(水)午後8時

《MOS受験について》

別途受講料が必要となります(一般:税込10,584円・学割あり)

試験日:12月13日(日) 会場:スキルアップスクール岡谷校

試験科目:スペシャリストレベル・Word2013

スクラップブッキング講座(託児あり)

家族との思い出や楽しい行事など…撮りためた写真をオシャレに整理&ディスプレイ!

日時…9月18日(金)・10月15日(木)・11月18日(水)・
12月14日(月) 午前10時～午後0時30分(全4回)

定員…15名(先着順)

講師…スクラップブッキングデザイナー 川腰 千夏さん

受講料…1,000円

材料費…初回1,700円(受付時に受講料とともに集金)
2回目以降は、各回2,000円程度(当日集金)

持ち物…鉛筆・消しゴム・はさみ・30cmものさし・夏の
写真(Lサイズ)

※2回目以降は、ペーパートリマーが必要になります。
持っていない人は2回目開催当日に購入してください
(2,000円程度)。

申込み期間…8月4日(火)午前9時～9月9日(水)午後8時
【託児あり】生後3か月以上～
就学前の幼児(先着10名)



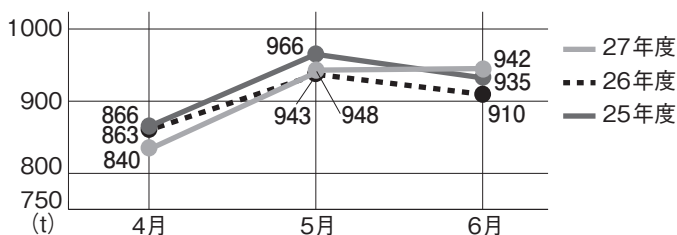
スクラップブッキング 作品例

対象…市内在住または在勤・在学の概ね40歳までの人。

申込み…窓口または電話でお申し込みください。 ※初日の電話申し込みはできません。

問合せ●イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

燃えるごみ排出量の推移



比較年度	4月	5月	6月
27年度量	840t	948t	942t
25年度比	26t減(▲3%)	18t減(▲1.9%)	7t増(0.7%)
26年度比	23t減(▲2.7%)	5t増(5%)	32t増(3.5%)

今年のごみの量が微増傾向にあります。また、8月は、1年のうち一番ごみ量が多くなる月です。その大きな原因は、野菜や草などのごみに大量の水分が含まれているためです。生ごみを燃えるごみとして排出する場合、水切りがしっかり行われていると、ごみを燃やす燃料の削減となります。取った草も、天日で乾かしてから袋に入れると、水分が減り軽く小さくなり、排出時の持ち運びも楽になります。「日々のごみ出しにひと工夫」にご協力ください。

問合せ●環境課(内線1446・1447)

「水の儀式」いよいよ開催!

先月号で紹介した、岡谷市とマウント・プレザント市の姉妹都市提携50周年の記念行事を、8月12日(水)午前8時30分から、湖畔公園マレットゴルフ場南側の「マウント・プレザント・フレンドシップ・ゾーン」で行います。

「水の儀式」は、市民訪問団として来岡するアメリカ先住民の子孫、ジュディ・パンプさんによって進められます(予定)。水の神へ、ともに祈りを捧げましょう。ミシガン州の「ミシガン」は「水に恵まれている」という意味の先住民の言葉から来ているそうです。水に恵まれた岡谷にも、ふさわしい儀式だと思いませんか。儀式の前には、50周年の両市の友情の証として、マウント・プレザント市から贈られる彫刻の除幕式も行われます。

ぜひご参加ください。

この事業は、宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」の助成を受けて行います。



問合せ●国際交流センター ☎24-3226

ごみの持ち込みは、 仮設ごみ預かり所をご利用ください

諏訪湖周クリーンセンター（愛称：ecoポッポ）建設中のごみの持ち込みは、仮設ごみ預かり所をご利用ください。市民のみなさんが直接「下諏訪町清掃センター」「諏訪市清掃センター」へ、ごみを持ち込むことはできませんので、ご注意ください。また、布団など有料指定袋に入らない粗大ごみは、専門業者へ直接持ち込んでください（料金は専門業者へご確認ください）。工事期間中は大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

設置場所…やまびこ公園第6駐車場（グラウンド下）

受付時間…午前9時～正午

受付日…月曜日～土曜日 ※日曜、祝日、8月15日・16日、年末年始は休み

受け入れ可能なもの

- 有料指定袋に入った、燃えるごみ・燃えないごみ
- 45リットル以下の透明な袋に入った草、木、落ち葉など
- チップにできない、長さ60cm以下の木や枝を、直径30cm以下に束ねたもの。
- チップにできるせん定枝（直径17cm・長さ180cm以下）
※とげや毒性、病気のある木、竹、木の根はチップにできません。

受け入れられないもの

- 有料指定袋に入らない大型ごみ（布団、じゅうたん、衣装ケース、壊した家具、漬け物の桶、プランター、大型水槽、大きな鏡、ガラスなど）
- 資源物（古紙、古布、空き缶、びん、金属類など）
- ペットなど動物の死体
※動物の死体に限り、下諏訪町・諏訪市清掃センターに持ち込むことができます。（有料：1体900円）

夏本番!!微生物の活動が活発なこの季節…生ごみの自家処理（リサイクル）にチャレンジしてみませんか？

身近にある“ダンボール箱”を使って生ごみを堆肥に変える

「ダンボールコンポスト講習会」受付中！

グループ単位で、お気軽にご連絡ください。ご希望の場所へ職員が出張し「出前講座」として開催します。

◎生ごみを加え続けて約3か月で堆肥が完成します。手作りの堆肥で家庭菜園！おいしい野菜を育てましょう！

定員…30名（少人数でもOK） 講師…市環境課職員

受講料…無料（基材代は実費525円）

持ち物…みかん箱ほどのダンボール箱1つ、新聞紙（大）1日分、カッター、布ガムテープ

申込み…随時電話にて受付 ※詳細はお問い合わせください。

共催…岡谷市衛生自治会連合会、岡谷市消費者の会

8月15日（土）の ごみ収集はお休みです

燃えるごみ・資源物（生ごみ除く）の収集を行いますので、収集場所に出さないようお願いします。また仮設ごみ預かり所も、休みとなりますのでご注意ください。

9月は乾電池回収の月です

なかの電池が見える透明な袋に「乾電池」と明記し、排出者の氏名を記入のうえ、燃えないごみの収集日に指定場所にお出しください。なお、以前使用していた黄色い回収袋が残っている場合は、そのままお使いください。

第3次岡谷市環境基本計画の推進

8月の重点目標《快適環境の形成》

美しさと潤いのあるまち

水辺、公園、

緑地、街路樹などは、わたしたちに安らぎを与えてくれます。

おかや環境かるた



めざせ 緑の多い岡谷市に

また、空気の浄化やヒートアイランド現象の緩和など、潤いのある快適環境を保持する大きな役割を担っています。市民みんなで大切に、清掃・美化に心がけましょう。

◎市民のみなさん

●自宅敷地の緑化

- ・樹木や草花を育てましょう。家族や近隣住民で楽しめるほか、まちなみの潤いにもなります。



緑のカーテン（朝顔）

●清掃美化への協力

- ・公園、緑地、水辺などの清掃、美化活動に参加しましょう。
- ・自宅周辺の街路樹の管理に協力し、乾燥時の散水や草取り、落ち葉の片付けなどを行いましょう。

◎事業所のみなさん

●事業所内の緑化

- ・植木や草花を育て、敷地内の緑化に努めましょう。

●清掃美化への協力

- ・公園、緑地、水辺などの清掃、美化活動に参加し、街路樹の管理にも協力を。



みんなで植樹（こどもエコクラブ）



野焼きは法律で禁止されています

ごみの自家処理のうち、野焼きは法律で禁止されています。少量の落ち葉たき（ビニールや紙くずは禁止）や、農家での稲わらの焼却などは例外として認められていますが、これらの場合でも時間帯や風向きに注意して、近隣の迷惑にならないよう十分配慮しましょう。

相 相談
乳幼児健診
予防接種
子育て学習

金

土

1

健康相談・栄養相談・
歯科相談 (月～金曜日)

午前8時30分
～午後5時15分

直通ダイヤル 23-6141

面接希望は事前にお電話ください。

(株)浜パイピング
☎ 23-6885

8

(株)林鉄工設備
☎ 23-3197

(株)イワナミ
☎ 22-2222

武井医院
☎ 27-8029

三輪歯科医院
☎ 27-3084

永田薬局
☎ 27-8123

旭設備(株)
☎ 23-3764

平林医院
☎ 22-3952

早出歯科医院
☎ 28-0024

やまびこ薬局
☎ 21-2144

(株)アイテック
☎ 23-8500

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

信和設備(株)
☎ 22-3302

離乳食教室(こっくん教室)
(27年3月～4月生)
集合午前9時50分

岡谷酸素(株)
☎ 22-4931

(有)丸竹下島商店
☎ 22-2406

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	今月はありません
無料法律相談 [予約制]	18日(火)午後1時～5時 社会福祉課 相談員：五味弘行 弁護士 ※9月分予約：8月19日(水)～受付開始 「利益相反に関わる相談内容については、お断り をする場合があります」
高齢者の暮らしと財産を 守るための相談[予約制]	19日(水)午後1時～4時 司法書士が相談に応じます 問合せ：介護福祉課 (内線 1277)
ことばの教室 [予約制]	月・水曜日 午前9時30分～午後2時30分 子ども課
家庭児童相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 子ども課 児童虐待 24時間対応通報専用電話 ☎ 23-4767
ひとり親家庭相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課
生活困窮相談 (生活就労支援センター)	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課
子ども総合相談センター 学校生活、入学・進学、長期 欠席、心身の発達等の相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 教育総務課
教育相談室 (子ども総合相談センター分室)	一般相談 月～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後4時30分 夜間相談 5日(水)・19日(水) 午後4時30分～7時 専門カウンセラー(臨床心理士)相談[予約制] 26日(水)午後1時～7時(1人50分) 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206
若者のための就労相談会 (夜間)[予約制]	21日(金)午後6時～8時 対象者：40代前半までの人やその家族 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
女性のための相談 [予約制]	18日(火)午前10時～午後3時50分 申込み：企画課 (1人あたり約50分)
中小企業経営技術相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
ひと・しごと相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
特許・発明相談会 (産業財産権相談会)	18日(火)午後1時～4時 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
ミニジョブカフェ [予約制]	随時受付 会場：テクノプラザおかや 勤労青少年ホーム 対象者：40代前半までの人 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
農地相談 [予約制]	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：農業委員会事務局 (内線 1488)

ふれあいおしゃべり電話、ボランティア総合相談、金銭管理 財産保全相談
社協心配ごと相談、家庭介護相談

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎ 24-2121

結婚相談	相談日	時間	場所	連絡先
	火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協 ☎ 24-2121
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時		諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290(内線3112) (080-5143-3202)
	第2・4木曜日	午後6時～9時		

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中

2回目 ▶ 8月7日(金) 午後7時～8時30分

赤ちゃんを産むための体づくり、安産のコツ

お父さんの妊婦体験



申込み・問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141 (直通)

今月の納税

◎市県民税 第2期

◎国民健康保険税 第5期

納期限…8月31日(月)

納税は便利で確実な口座振替がお勧めです。
口座振替の方は、残高確認をお願いします。
忘れずに納税しましょう。

問合せ●税務課 (内線 1135)

日	月	火	水	木
●休日急病当番医院 受付／原則午前 9 時～午後 5 時（午後は来院前に要電話連絡） ※緊急時の医療問合せ 休日・夜間緊急医療案内サービス 岡谷消防署 ☎ 22-0119 ●休日当番歯科医院 診察は午前中のみです。 ※保険証・老人健康手帳を必ずお持ちください。午前中のみ 診療となります。 ●水道修理工当番店 土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受付けます。 受付時間／午前 9 時～午後 4 時 ☎ 23-8511 ◆予防接種 受付時間／午後 1 時 30 分～ 2 時 20 分 場 所／保健センター 持 ち 物／母子健康手帳・予防票 ※三種混合・不活化ポリオはお問合せください。				
2 ☒ 花岡医院 ☎ 22-3525 ☒ 牛山医院歯科 ☎ 22-6422 ☒ ファミリー薬局 ☎ 24-1801 ☒ 株上條電設工業 ☎ 23-5330	3 ☒ BCG (26年12月4日～27年3月3日生) ☒ 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	4 ☒ 四種混合 〔西郷・長地地区〕 (26年7月に3回目を 終了した人を含む) ☒ 信和設備(株) ☎ 22-3302	5 ☒ 1 歳 6 か月児健診 (26年1月生) 受付午後1時～1時30分 ☒ 株総設工業 ☎ 28-8504	6 ☒ 2 歳児にこにこ教室 (25年7月生) 受付午前9時15分～9時40分 ☒ 有(株)三善工業 ☎ 23-3446
9 ☒ 酒井医院 ☎ 22-2121 ☒ 浦野歯科医院 ☎ 22-2854 ☒ 湖北堂薬局 ☎ 22-2325 ☒ 株オスガ設備 ☎ 27-6622	10 ☒ 日本脳炎 (24年7月生:1 回目(全地区)) (22年12月・23年1月生のうち26年 8月末までに2回目を終了した人 〔西郷・長地地区〕) ☒ 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時 ☒ 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	11 ☒ 四種混合 〔西郷・長地地区以外〕 (26年7月に3回目を 終了した人を含む) ☒ 有丸竹下島商店 ☎ 22-2406	12 ☒ 3 歳児健診 (24年7月生) 受付午後1時～1時30分 ☒ 十和設備(株) ☎ 24-0182	13 ☒ 水道建設(株) ☎ 23-2662
16 ☒ イマムラ脳神経外科クリニック ☎ 27-0019 ☒ 諏訪共立病院 ☎ 28-2012 ☒ アルプス矯正・小児歯科クリニック ☎ 55-4477 ☒ ウエルシア薬局岡谷長地店 ☎ 26-2510 ☒ ひまわり薬局 ☎ 26-7226 ☒ 杉村設備(株) ☎ 27-8632	17 ☒ 有(株)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	18 ☒ 株シンニチ設備 ☎ 22-1365	19 ☒ 3～4 か月児健診 (27年4月生) 受付午後1時～1時30分 ☒ 株浜パイピング ☎ 23-6885	20 ☒ 株上條電設工業 ☎ 23-5330
23 ☒ 祐愛病院 ☎ 23-0222 ☒ 太田歯科医院 ☎ 22-4648 ☒ 梅垣薬局 ☎ 23-4888 ☒ 株総設工業 ☎ 28-8504	24 ☒ 日本脳炎 (24年7月生:2 回目(全地区)) (22年12月・23年1月生のうち26年 8月末までに2回目を終了した人 〔西郷・長地地区以外〕) ☒ 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時 ☒ 有(株)三善工業 ☎ 23-3446	25 ☒ 株林鉄工設備 ☎ 23-3197	26 ☒ 9～10 か月児健診 (26年10月生) 受付午後1時～1時30分 ☒ 株イワナミ ☎ 22-2222	27 ☒ 株オスガ設備 ☎ 27-6622
30 ☒ 向山内科医院 ☎ 23-6272 ☒ 大滝歯科医院 ☎ 22-5678 ☒ やまびこ薬局 ☎ 21-2144 ☒ 十和設備(株) ☎ 24-0182	31 ☒ 水道建設(株) ☎ 23-2662	◆乳幼児健診等 場 所／保健センター 持 ち 物／母子健康手帳・おたずね用紙（全てに共通） ※3～4 か月、9～10 か月児健診：パスタール ※2 歳児にこにこ教室：歯ブラシ・コップ・タオル ※3 歳児健診：尿（配布済の検尿容器に採尿） 視力検査をおこなってきてください。 ◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談に関する お問い合わせは—— 健康推進課（内線 1191）まで		

諏訪地区小児夜間急病
センター（年中無休）

■診療時間
毎日 午後 7 時～ 9 時
■診療科目
小児科 中学生以下
諏訪市四賀 2299-1
☎ 54-4699