

広報 **6** おかや

2016 No.1402

特集

地震対策…まったなし。

あなたの家は、だいじょうぶ？

マンスリートピックス〈活の泉〉…6

くらしのカレンダー…16

社協だより〈ゆめ〉…18

インフォメーション…22

いるふの扉5 シルキーバスでおでかけ…26

みんなのページ〈こうずらほうずら〉…28

特集

地震対策…まったなし。

あなたの家は、だいじょうぶ？

阪神・淡路大震災では、建物の倒壊や家具の転倒により、尊いのちが多数失われました。東日本大震災では、津波の猛威と原発事故に目がいきがちですが、甚大な災害の元凶は、マグニチュード9.0という想定外の揺れでした。直近の熊本地震では、たび重なる大地震が、家屋の倒壊や土砂崩落を招きました。マグニチュード6.5以上の地震の後に、さらに大きな地震が発生したのは、地震観測史上初。一連の地震活動中に震度7が2回観測されるのも初めてのことでした。

地震大国、日本。この現実が、またもわたしたちに突きつけられました。糸魚川-静岡構造線断層帯で直下型地震が起きると、岡谷でも震度7程度の揺れが想定され、今回のように大きな揺れが頻発すれば、大災害になる可能性もあります。そして、この断層で30年以内に地震が起こる確率は、内陸の活断層のなかで最も高い発生率30%と予測されています。明日はわが身…備えることが最重要。住宅の耐震化は、被害を最小限にとどめる極めて有効な手段です。

家が倒壊すれば、いのちを脅かす凶器になり、また、その後の生活にも大きな影響がでます。耐震診断を受け、適切な構造補強を行うことで耐震性を増し、家の寿命を長く…地震からわが家を守る、家族と財産を守るアクションを、いま起こしましょう。

ずばり、こんな家は黄信号！

- 昭和56年以前に建てられた家（阪神淡路大震災で、倒壊被害が多発）
- 部分的にでも、2階が1階より張り出している家
- 土台や柱が腐っていたり、シロアリを見かけた
り、雨もりがしている家
- 1階が大きく2階が小さい家（一見、安定感があり
そう…けれど実際は問題あり）
- 1階が店舗や車庫などで、開口部が大きい家
- 軟弱地盤に建っている家

安全・安心な暮らしをめざす！

平成7年に発生した阪神・淡路大震災の被害の検証から、同年、国は「建築物の耐震改修の促進に関する法律（耐震改修促進法）」を制定。岡谷市でも、災害に強い、安全・安心なまちづくりをめざして、平成20年度に「岡谷市耐震改修促進計画」を策定しました。現在は、平成28年～32年を計画年度とする、耐震化への取り組みが進行しています。

「岡谷市耐震改修促進計画」

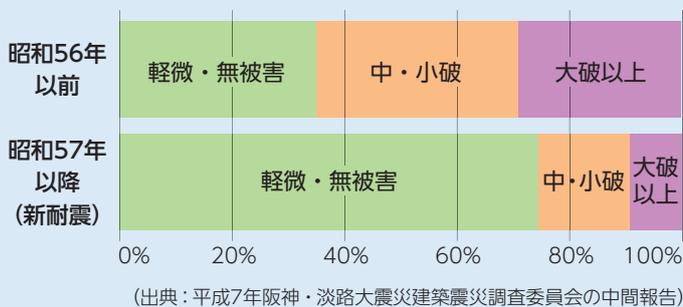
国の耐震改修促進法に基づき、また「岡谷市地域防災計画」や「長野県耐震改修促進計画」との整合性を図りながら、耐震化推進のための必要事項を具体的に定めています。計画の詳しい内容は、市のホームページに掲載しています。ご覧ください。

新旧耐震基準とは？

住宅は、建築基準法に則して建てられます。耐震（想定される地震に耐える強度を保つ構造）基準も、この法律によって定められています。昭和56年5月31日以前に着工した建築物は、旧耐震基準で建てられています。一方、同年6月1日からは、新耐震基準が適用されています。

旧耐震基準は、震度5強程度の地震に耐える構造基準だったのに対し、新耐震基準下で、バランスよく耐震壁が設けられた建物は、震度6強～7の地震でも倒壊を免れる可能性が高いと考えられています。

阪神・淡路大震災における建築時期による被害状況の違い



現在の岡谷市内の耐震化は？

1 住宅の耐震化率

昭和56年以前に建てられた住宅の多くは、現在の耐震基準を満たしていないと考えられます。市内には、耐震改修をしていないその当時の住宅が多数現存しているため、市内の住宅耐震化率は、72.5%と推計されます（諏訪地域の平均は75.7%）。

2 特定建築物の耐震化率

多数の人が利用する特定建築物*の耐震化率は、現状9割に近い数値となっています。

*特定建築物とは不特定多数が利用する一定規模（3階建て以上かつ1,000㎡以上）の建物（店舗など）

3 市有施設の耐震化率

市有施設のうち災害拠点施設となるもので、耐震基準を満たしていなかった建物は、耐震改修や建替えを順次進めて来た結果、耐震化率100%を達成しました。

耐震改修の目標

（平成32年までに達成）

1 住宅の耐震化率…90%

2 特定建築物の耐震化率…95%



耐震化をさらに推進！

住宅の耐震化には、建物の所有者が自らの安全と地域の安全のため、自助努力により取り組むことが不可欠です。

市は、住民の最も身近な行政機関として、耐震診断や耐震改修を行いやすい環境を整え、支援策を構築するなどし、地域の安全・安心に向けた施策を、県や関係団体と連携しながら実施します。

住宅に関する支援

市は、平成15年度から耐震診断、16年度からは耐震改修補助事業を実施しています。今後も住宅について、財政状況を踏まえた予算の範囲内で、耐震診断と耐震改修に対し補助を行っています。こうした制度も活用し、まずは、耐震診断を行い、あなたの家の耐震の状況を知りましょう。お気軽にご相談ください。

区分	耐震診断	耐震改修
対象建築物	昭和56年以前の木造住宅	
助成内容	木造耐震診断士の派遣	耐震改修工事に要する経費に助成
補助率	費用負担なし(無料)	対象経費の2分の1(上限60万円)



図面と見比べてチェック

【実際の耐震診断例】

構造上の問題点を把握



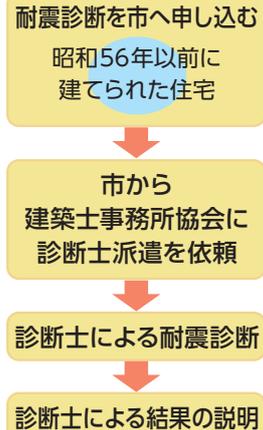
外壁のいたみやひびを調査



耐震改修を行う場合



耐震診断を行う場合



どのくらい費用がかかるの？ 改修の手順は？

1 「耐震診断」…まずは自宅の耐震性能をチェック

専門家である診断士が「耐震診断」を行います。

診断士は、予備調査(図面)で建物の概況を把握したうえで、現地にて、地盤、基礎、建物の形状、壁や屋根の配置と老朽度、接合部の劣化状況などを調査。耐震性を総合的に評価し、そのデータをもとに強度計算をして、耐震改修の要否を判断。診断報告書と補強計画を作成します。

建物の耐震性能は、4段階の数値で示されます。どの部分が、どのように弱いか、また、どんな補強が必要かなどがわかるので、すぐに工事ができないとしても、暮らすなかでどう注意するかなど、とても参考になります。

戸建(木造)住宅

「木造住宅の耐震診断と補強方法」の一般診断法による判定

- ◎ 評点1.5以上 倒壊しない
- 評点1.0以上 1.5未満 一応倒壊しない
- △ 評点0.7以上 1.0未満 倒壊する可能性がある
- × 評点0.7未満 倒壊する可能性が高い



建築基準法で想定する地震力に対して、倒壊の可能性を示します。

(政府広報オンラインホームページより)



内壁の老朽度

床の強度

床下

柱の垂直、傾き

筋交いの状況

屋根のいたみ

改修前



開口部が大きく耐力壁が少ない

補強する部分

【実際の耐震改修工事例】

倒壊のおそれなどがある場合は、耐震改修工事が必要です。工事費や工事期間は、既存建物の耐震性能、基礎補強の必要性、どの程度耐震性能を上げるか、で大きく変わりますが、一般的な耐震改修の場合、費用は、100万〜200万円の間が最も多く、住んでいる状態のまま、行うことができます。

建築士や施工業者に相談し、予算に応じた改修工事（応急処置で済ます、必要性の高い場所から優先的に行う、補強と合わせてリフォームをするなど）を決定しましょう。

設計などの費用が必要な場合や、一部解体後に、土台が腐っているなど、新たな問題点が見された場合には、別途費用が生じることもあります。トラブルにならないよう、事前に契約書や設計図などをよく確認しましょう。

改修中



サッシを撤去し、筋交いを取り付けて補強

筋交い

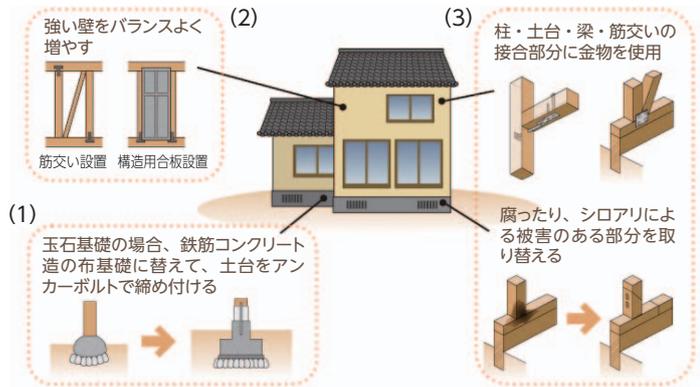
改修後



筋交い部分は壁を新設し、サッシを交換して、補強工事の完了

新しいサッシ

新しい壁



(耐震改修支援センター「誰でもできる我が家の耐震診断」より)

2 「耐震改修工事」：補強して、災害に強い家に

岡谷市制施行80周年記念事業

旧岡谷市役所庁舎 見学会

市制施行80周年の記念事業として、岡谷市のシンボル「旧岡谷市役所庁舎」を市民のみなさんに公開します。

昭和11年2月竣工、鉄筋コンクリート造2階建、瓦葺き、タイル張りのモダンな建物は、現在、登録有形文化財・近代化産業遺産にも認定されています。このチャンスにぜひ、歴史的建造物をご見学ください。

日時…7月2日(土) 午前9時～午後4時

※9時～正午までは案内ガイド付。午後は首都大学東京の発表会のため、個人見学となります。

参加無料

事前申込み不要

【同日開催】

首都大学東京「建築プロジェクト特別演習」(午後1時～4時 2階講堂)

聴講希望者(定員:20名程度)には、整理券を配布しますので、午後0時30分に旧岡谷市役所庁舎1階受付にお越しください。



「まちの活力」「ひとの活力」
今月の快活生活通信

問合せ●都市計画課(内線1332)

行政のページ

2016 岡谷市職員出前講座

岡谷市の行政のしくみや事業内容など、市民のみなさんが「知りたい!聞いてみたい!身につけたい!」ことを、市の職員がみなさんのもとへ直接出向き、ご説明します。
教育・生活・健康・福祉・産業・まちづくり・行政など88講座のメニューを用意していますので、ぜひご利用ください。

開催日時:平日(祝日・年末年始などを除く月～金曜日)の午前10時～午後9時(原則)
対象:市内に在住、在勤、在学の人で構成されたグループ(少人数でも可)

利用方法

- 1 講座メニューから受講したい講座を選ぶ。
- 2 生涯学習課窓口で所定の用紙に記入して申し込んでください。電話・FAXでも受け付けています。講座を希望する日の2週間前までにお申し込みください。
- 3 後日、希望する講座の担当課より、講座受付の確認連絡(電話などで通知)をします。

◎講師派遣無料

- ※材料費などの実費負担が、発生する講座もあります。
- ※会場手配や進行は、申し込み側のみなさんでお願いします。
- ※詳細は、お問い合わせください。



生涯学習
マスコット
マナビィ



問合せ●生涯学習課(内線1232)

在宅(自宅)でマッサージ

ご存知ですか? ※医師の同意書が必要です。
医療保険が使えます

国家資格を持った
マッサージ師による
マッサージです。



◎マッサージ



◎運動法



◎コミュニケーション

ふれあい在宅マッサージ 長野

ふれあい在宅マッサージ 長野

検索



県内:長野事業所・松本事業所・飯田事業所

岡谷事業所

(岡谷・諏訪エリア・茅野エリア・上伊那エリア)

〒394-0004 岡谷市神明町1-4-10 FAX. 0266-23-3558

TEL. 24-4638

広告

6月は「土砂災害防止月間」です



梅雨期を迎えます。「土砂災害」は、すさまじい破壊力をもつ土砂が、一瞬にして多くの人の生命や財産を奪ってしまう恐ろしい災害です。家の周りの危険か所を確認し、避難場所や避難経路、非常持出品、連絡手段などを家族と話し合い、早めの避難ができるように備えましょう!

こんな前兆現象が! 身を守るのは「早めの避難」です!

- ◎土砂災害の多くは雨が原因で起こります。1時間に20mm以上、または降り始めから100mm以上になったら要注意! 気象情報に注意しましょう。
- ◎土砂災害にはこんな前兆現象があるといわれています!
 - 山鳴りがする
 - 急に川の流れが濁り、流木が混ざっている
 - 腐った土の匂いがする
 - 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
 - 斜面から水がふき出す

みんなで防ごう! 土砂災害 今年の中屋区で土砂災害訓練を実施します



土砂災害はいつでも発生するかわからず、一度発生すると、大きな災害につながります。このため、大雨による土砂災害を想定した情報伝達訓練と避難訓練を実施します。

- 実施日時…6月19日(日) 午前7時30分～
- 訓練対象地区…中屋区(主会場: 中屋区公民館)
- 訓練参加機関…中屋区、岡谷市、岡谷市消防団(第10分団)、岡谷警察署、諏訪建設事務所など
- 訓練内容…情報伝達訓練・避難訓練など
- ※訓練当日、防災行政無線の放送があります(防災ラジオも同様)。訓練ですので、災害と間違えないようにしてください。

平成18年7月豪雨災害10年伝承事業 期日…7月9日(土) 場所…カノラホール

岡谷市をはじめ、諏訪地域でも大きな被害が発生した「平成18年7月豪雨災害」から10年の節目を迎え、シンポジウムや災害パネル展などを行います。災害の記憶を風化させることなく、経験から得られた教訓や知識を後世に継承し、市民一人ひとりの主体的な防災・減災活動の推進や地域防災の充実強化を図る機会とします。多くのみなさんの参加をお願いします。

問合せ●危機管理室(内線1591・1592)

やまびこ公園 6月のイベント

- ♣ラベンダー園 6月中旬から開園「ラベンダー祭り」開催!
 - ラベンダー茶サービス、香り袋プレゼント(数量限定)
 - ラベンダーつみとり
- ♣第1回 親子ふれあい自然体験会

日時…6月12日(日) 午前10時～午後3時

場所…やまびこ公園中央ひろば

内容…公園内の草木を使った親子草木染め体験
- ♣第2回 親子ふれあい自然体験会

日時…6月26日(日) 午前10時～午後1時30分

場所…やまびこ公園ラベンダー園

内容…ラベンダーのフラワーアレンジメント

申込み・問合せ●やまびこ公園管理事務所
☎22-6313

土砂災害特別警戒区域の住宅の移転を補助

がけ地の崩壊や、土石流の発生のおそれのある土砂災害特別警戒区域内に建っている住宅を移転する場合、補助を行います。

- ①危険住宅除却等に対する補助

危険住宅の除却費、跡地整備費、仮住居費とその移転に伴う諸経費に対し、補助をします。

★限度額…80万2,000円
- ②危険住宅に代わる住宅の建設への助成

危険住宅に代わる住宅の建設または購入するための資金を金融機関などから借入した場合に、当該借入期間中の借入利率に相当する額を助成します。

★限度額…建物費:457万円、土地購入費:206万円、敷地造成費:59万7,000円 小計:722万7,000円

※この制度を受けたい人は、事前にご相談ください。



問合せ●都市計画課(内線1372)

平成28年度 **岡谷市職員採用試験のご案内** (平成29年4月1日より採用予定)

試験区分		採用人員	受験資格…一般事務～土木技術者：採用後、岡谷市内に長期間居住する人 ※一般事務(医療事務、身体障がい者対象)は除く
職種	区分		
一般事務	上級	若干名	昭和61年4月2日以降に出生し、大学・大学院卒業または平成29年3月卒業見込の人
	中級		平成3年4月2日以降に出生し、短大・高等専門学校卒業または平成29年3月卒業見込の人 (ただし、大学・大学院の卒業・見込者は不可)
	初級		平成5年4月2日以降に出生し、高等学校卒業または平成29年3月卒業見込の人 (ただし、大学・大学院・短大および中級扱いの専門学校の卒業・見込者は不可)
一般事務 (医療事務)	社会人枠	若干名	昭和51年4月2日以降に出生し、診療報酬請求事務能力認定試験(医科)に合格している人、または病院において診療報酬請求事務などに従事した経験が3年以上ある人
一般事務 (身体障がい者対象)		若干名	昭和61年4月2日から平成11年4月1日の間に出生し、高等学校卒業以上(卒業見込を含む)または高等学校卒業と同程度以上の学力を有すると認められる人で、次の条件をすべて満たす人 ●身体障害者手帳の交付を受けている人 ●通常勤務時間に対応できる人 ●自力による通勤と事務作業が可能なこと ●活字印刷文による出題に対応できること
土木技術者	上級	若干名	昭和61年4月2日以降に出生し、土木課程の大学・大学院卒業または平成29年3月卒業見込の人
	中級		平成3年4月2日以降に出生し、土木課程の短大・高等専門学校卒業または平成29年3月卒業見込の人 (ただし、大学・大学院の卒業・見込者は不可)

試験日…7月24日(日) ※一般事務(初級)は9月18日(日)

試験会場…岡谷市役所 受験手続…総務課までお申し込みください。

受付期間…6月1日(水)～7月1日(金) 午前8時30分～午後5時15分(土・日は除く) ※一般事務(初級)は8月1日(月)～24日(水)

※日本国籍を持たない人も受験できます。

※市役所5階総務課に「受験案内」があります。

ホームページからもダウンロードできます。

※詳しくはお問い合わせください。

問合せ●総務課(内線1554～1556)・FAX 24-0689 ホームページ <http://www.city.okaya.lg.jp/>

入居者募集

中央町一丁目のラオカヤマンション402号室の入居者を募集します。



場所…中央町一丁目1番1号(岡谷駅から徒歩1分)

建物構造…鉄筋コンクリート造5階建

建築年…昭和59年2月15日(築32年)

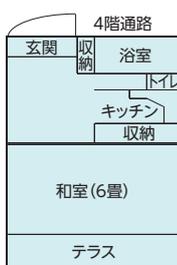
賃貸借物件…402号室(31.94㎡)

賃貸借料…3万円/月

(敷金礼金：なし)

設備…風呂・温水洗浄トイレ・

給湯設備リフォーム済



市有地を売却します

加茂町の市有地を、一般競争入札により売却します。詳しくは、市ホームページでもご案内しています。

受付期間…6月6日(月)～17日(金)

午前8時30分～午後5時15分(土・日を除く)

場所…

加茂町一丁目7115番2

最低落札価格…

1,186万円

面積…360.58㎡

地目…宅地



※詳しくは、お問い合わせください。 問合せ●財政課(内線1563)

信濃毎日新聞

■ 信毎Web <http://www.shinmai.co.jp/>

御柱祭も信毎で!

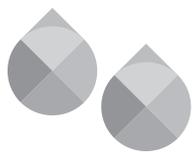
天下の大祭、生き生きと伝えます

迫力の写真きれいに 豊富なカラー面と高度な印刷技術で

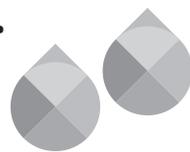


購読のお申し込みは **0120-81-4341** 又は **最寄りの信毎販売店へ**

広告



6月1日(水)～7日(火)は水道週間です



「じゃ口から 安心とどけ 未来まで」 (今年度スローガン)

水道は、ほとんどの家庭に普及し、わたしたちの生活から切り離すことのできない重要な役割を果たしています。水道水ができるまでのしくみや料金、水の大切さなどについて、みなさんに理解を深めてもらう期間が「水道週間」です。市では、今後も安全でおいしい水をお届けするために、水道施設を充実させ、信頼と理解を得られるよう効率的な事業運営を行っています。みなさんも、ぜひ、この機会に水道について考えてみましょう。

水道メータの交換にご協力ください

水道メータは、計量法に定める有効期限(8年)毎に交換することになっています。本年度も6月から11月にかけて、期限切れとなる水道メータの交換を行います。対象となる家庭には、市が委託した水道事業協同組合(指定工事業者)から、事前にお知らせしますので、ご協力をお願いします。

- 交換による手続きや手数料は必要ありません。ただし、増改築などによりメータボックスが隠れている場合は、一部費用を負担いただく場合があります。
- 交換の際には一声かけていますが、ご不在でも敷地内に入って交換することがありますので、ご了承ください。
- 交換した家庭には、「水道メータ交換のお知らせ」を郵便受けに入れます。
- 交換後、一時的に空気やにごり水などが出ることがありますので、使い始めに水を少し流してください。

問合せ●水道課(内線1416)

親子で学ぶ水の循環バスツアー 「水の探検隊」

岡谷市の水道施設見学を予定しています。日常何気なく使っている水道の水はどこから来るのか、どうやって作られているのか? 利き水などのイベントも交え、岡谷の安全でおいしい水を、親子で楽しみながら再発見する毎年好評のバスツアーです。動きやすい服装と、はき慣れたくつでご参加ください。

日時…6月18日(土) ①午前9時～正午・②午後1時～4時

※小雨決行

場所…岡谷市役所 集合・解散

内容…市役所 ⇒ 小井川浄水場(ほか) 「利き水」開催

対象…小学生と保護者

定員…①・②とも各20名(親子10組)

申込み…6月1日(水)～9日(木)

(定員になり次第締め切り)

参加無料



申込み・問合せ●水道課(内線1411)

お願い

貯水槽の管理を適切に!

ビルやマンションなどの高い建物では、水道水を貯水槽(受水槽・高架水槽など)に貯めてから給水しています。貯水槽内の水質や施設の管理は、貯水槽設置者の責任です。管理が不十分だと、水道水が汚染されるおそれがありますので、適切な管理をお願いします。

1. 貯水槽の清掃
2. 貯水槽の定期点検の実施
3. 水質検査の定期的実施

給水管の管理点検を!

給水管は、水道本管分岐から蛇口までが個人の所有財産です。漏水などに注意して、日常の点検をお願いします。

- メータボックスの上に、物を置かないでください。
- 不凍栓や蛇口の半開きは、使用水量の増加となり、不要な水道料金を負担することになります。
- 鉛製給水管は現在、住宅建築などに使用されていませんが、昭和60年初期頃までは、宅内の配管の一部に使われていました。鉛製給水管を使用している場合、健康上支障

はありませんが、より安心してご使用いただくため、朝一番や旅行など長時間使わなかった場合は、鉛が溶け出す可能性がありますので、使用の際は、バケツ1杯程度を飲み水以外(トイレや洗濯など)にお使いください。赤水などが発生し、給水管の腐食が著しい場合は、岡谷市上下水道指定工事店に相談し、布設替えをしてください。

問合せ●水道課(内線1426)

漏水してしまったら!

できるだけ早く、岡谷市指定工事店に修理を依頼してください。修理費用は個人負担となりますが、修理後申請により水道料金を減免できる場合があります。ただし、自分で修理したり、指定工事店以外で修理した場合は、減免の対象にはなりませんのでご注意ください。

問合せ●水道課(内線1416)

国民年金保険料の免除や猶予について

問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

国民年金第1号の被保険者は、保険料を毎月納めていただく必要がありますが、所得が少ないなど、保険料を納めることが難しい場合には、本人の申請によって、保険料納付が「免除」または「猶予」される制度があります。

「免除」・「猶予」が承認された期間は、老後受け取る「老齢年金」だけでなく、万が一の場合の「障害基礎年金」や「遺族基礎年金」の受給資格期間に算入されます。

ただし、「免除」・「猶予」の審査は、申請者（被保険者本人）・配偶者・世帯主それぞれの前年所得に基づい

て決定されますので、申請した人全員が免除・猶予の対象となるものではありません。

1枚の申請書で申請できるのは、7月から次年の6月までの12か月分となります。過去期間については、申請書が受理された月から2年1か月前（既に保険料が納付済の月を除く）までさかのぼって申請可能ですが、申請期間に応じて複数の申請書の提出が必要になります。

なお、本年7月分以降の「免除」・「猶予」申請は、7月1日受付開始となります。詳しくはお問い合わせください。

●「納付・全額免除・一部免除・納付猶予」と「未納」の違い

	納付	全額免除	一部免除	若年者納付猶予 (学生納付特例)	未納
老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格期間に…	含まれる	含まれる	含まれる(注2)	含まれる	含まれない
老齢基礎年金額の計算に…	含まれる	含まれる(注1)	含まれる(注1、2)	含まれない	含まれない

(注1)：保険料を納めた場合と比べて、免除の状況に合わせて受け取る年金額が少なくなります。

(注2)：一部免除については、減額された保険料を納めないと「未納」と同等の扱いとなります。

介護保険料の平準化について 介護保険料を年金から納めている65歳以上の人へ

介護保険料は、前年の所得状況に応じて算定されます。所得などの変動により今年度の介護保険料が変更となり、年金から差し引かれる前半期(仮徴収:4・6・8月)と後半期(本徴収:10・12・2月)で保険料の額に大きな差が出てしまうことがあります。諏訪広域連合では、そうした人の6、8月の保険料額を調整し、1

回ごとに納めていただく保険料がほぼ同額となるよう、仮徴収額を変更することとしています(この調整を平準化といいます)。

介護保険料の平準化に伴い6月、8月の納付額が変更になる人には、平成28年度介護保険料仮徴収額変更通知書を6月上旬に諏訪広域連合から郵送します。

問合せ●介護福祉課(内線1283) / 諏訪広域連合介護保険課 ☎82-8161(直通)

第34回 子どもの健全育成をすすめる会

市内の小中学校では、地域と学校がともに子どもの健全育成を進めていくことを願い、市民のみなさんに、学校教育について直接知っていただく機会として、地域との連携を深める会を開催します。内容は各校の実情に応じて設定。多くのご参加をお待ちしています。

主催…岡谷市教育委員会、岡谷市校長会、岡谷市PTA連合会

【実施予定】 ※順次ほかの学校も開催します。

学校名・電話	開催日
神明小学校 ☎22-2243	6月29日(水)
湊小学校 ☎22-2728	6月30日(木)

※詳細は、各学校に直接お問い合わせください。



母子家庭・父子家庭などへの 児童扶養手当額 改定

法令の改正により、4月分から下記のとおり変更となりました。

月分/手当月額	全部支給	一部支給(所得額に応じ)
平成28年3月分まで	42,000円	41,990円~9,910円
平成28年4月分以降	42,330円	42,320円~9,990円

児童第2子の加算額(5,000円) 第3子以降の加算額(3,000円) について現時点での変更はありません。今回の改定は、8月期(4月・5月・6月・7月分)の支給より反映されます。7月中旬(予定)から、手当受給者のみなさんへ個別に通知を送付します。

問合せ●社会福祉課(内線1259・1253)

行政のページ

市営住宅 入居者募集

受付期間…6月1日(水)～10日(金) ※土・日曜は除く
午前8時30分～午後5時15分

申込み場所…長野県住宅供給公社岡谷管理センター(都市計画課内)

抽選会・入居説明会…6月14日(火) 午後1時30分～
市役所4階401B会議室

入居指定日…7月1日(金)

募集団地 ※入居資格や提出書類、部屋の見学など、詳しくはお問い合わせください。

団地名	所在地	規模	構造	募集階	募集戸数	建設年度	エレベータ	家賃(円)	駐車場(円)	単身入居	
学ヶ丘	赤羽2	3DKB	5階建	3・4・5階	4	S53	なし	17,900～26,700	3,700		
小萩K-1	長地小萩2	2DKB	4階建	3階	1	S58	なし	17,400～25,900	3,500		
小萩K-1	長地小萩2	3LDKB	4階建	4階	1	S58	なし	22,200～33,100	3,500		
小萩K-2	長地小萩2	3LDKB	4階建	3・4階	2	S59	なし	22,600～33,600	3,500		
小萩K-3	長地小萩2	3LDKB	4階建	2階	1	S61	なし	23,200～34,600	3,500		
中村A-2	長地梨久保2	3LDKB	3階建	2階	2	S56	なし	20,000～29,800	3,500		
中村C-1	長地梨久保2	3DKB	4階建	2・3・4階	3	S63	なし	21,000～31,400	3,500		
中村C-2	長地梨久保2	1DKB	4階建	1階	1	H10	なし	16,700～24,900	3,500	可(高齢者用)	
中村C-2	長地梨久保2	2LDKB	4階建	1階	1	H10	なし	25,500～38,000	3,500	可(身障者用)	
中村C-2	長地梨久保2	3DKB	4階建	1・2・3・4階	6	H10	なし	29,800～44,300	3,500		
田中線	田中町2	2DKY	4階建	3階	1	H15	あり	21,600～32,100	3,500		
通年募集	高尾T-1	川岸中1	3LDKB	3階建	1・2・3階	4	S57	なし	20,300～30,300	2,400	可
	高尾T-1	川岸中1	4LDKB	3階建	1・2・3階	3	S57	なし	24,400～36,300	2,400	可
	高尾T-2	川岸中1	3LDKB	3階建	1・2・3階	3	S57	なし	20,300～30,300	2,400	可
	富士見ヶ丘	出早1	2KB	1階建	長屋建	6	S39	なし	4,800～7,300	なし	可
	上ノ原	上ノ原	3KB	2階建	長屋建	32	S42	なし	10,400～16,300	なし	可

規模表示…数字：室数、K：台所、DK：台所兼食事室、LDK：DK兼居間、B：浴室(浴槽なし)、Y：浴室(浴槽あり)

(注)募集住戸は一部を除き「B：浴室(浴槽なし)」ですが、前入居者が使用した浴槽で新規入居者がそのまま引き続いて利用できる住戸もあります。

※家賃は、合算された所得額や同居者数により幅があります。

※裁量世帯(所得月額が158,001円～214,000円)の世帯は上記の家賃範囲ではありません。

問合せ●長野県住宅供給公社岡谷管理センター(内線1336)
都市計画課(内線1337)

住民基本台帳の閲覧状況を公表します

問合せ●市民環境課(内線1153)

市では、住民基本台帳法第11条、第11条の2及び第11条第3項、第11条の2第12項に基づき、住民基本台帳に記載のある情報のうち、住所、氏名、生年月日、性

別について、平成27年4月から平成28年3月までの1年間における閲覧状況について公表します。

※上段は国・地方公共団体のもの、下段はそれ以外のもの

請求機関の名称	閲覧日	請求事由の概要	閲覧に係る住民の範囲
防衛省 (自衛隊長野地方協力本部)	H28.1.27～29	自衛官等の募集業務のため (根拠法令：自衛隊法第29条第1項、同第35条)	市内全域の平成10年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた者(抽出数538)

申出者(代表者・責任者)	委託者	閲覧日	利用目的の概要	閲覧に係る住民の範囲
(社)中央調査社 (会長 西澤 豊)	(株)野村総合研究所	H27.5.20	「テレビ視聴に関する調査」のため	7466番地からの16歳以上(抽出数14)
	朝日新聞社	H27.6.18	「新聞及びウェブ利用に関する総合調査」のため	長地片間町二丁目1番からの15歳以上(抽出数23)
	独立行政法人 労働政策研究・研修機構	H27.10.29	「勤労生活に関する調査」のため	神明町三丁目の20歳以上の日本人(抽出数17)
	国土交通省 土地・建設産業局企画課	H27.12.15	「土地問題に関する国民の意識調査」のため	長地柴宮二丁目の20歳以上(抽出数13)
	内閣府大臣官房政府広報室		「社会意識に関する世論調査」のため	若宮二丁目の20歳以上(抽出数29)
(社)新情報センター (事務局長 平谷 伸次)	内閣府大臣官房政府広報室	H27.7.15	「少年非行に関する世論調査(付帯：時事問題)」のため	南宮一丁目5番からの20歳以上(抽出数16)
		H27.8.18	「消費者行政の推進に関する世論調査(付帯：時事問題)」のため	長地御所二丁目4番からの20歳以上の日本人(抽出数16)
	内閣府 子ども・子育て本部参事官	H27.9.25	「少子化社会に関する国際意識調査」のため	加茂町四丁目の20～49歳(抽出数16)
(株)インターリサーチ (社長 井上 孝志)	内閣府政策統括官	H27.9.9	「市民の社会貢献に関する実態調査」のため	本町三丁目の20～69歳(抽出数7)
(株)日本リサーチセンター (社長 鈴木 稲博)	日本銀行情報サービス局	H27.11.25	「生活意識に関するアンケート調査」のため	長地柴宮二～三丁目の20歳以上(抽出数15)

未就園児親子交流

各保育園では、入園前の子どもと保護者を対象に、在園児との交流や保護者同士の交流などを目的とした、保育園で遊べる日を設けています。詳細は各保育園にお問い合わせください。

保育園名	電話番号	名称	今後の開催予定									
			6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	
小口保育園	☎22-2489	なかよしの日	9日	14日	4日	24日	13日	10日	1日	12日	16日	
今井保育園	☎22-2935	うさこちゃんの日	9日	14日	4日	8日	1日	10日	15日	12日	14日	
あやめ保育園	☎22-2680	こっこちゃんの日	1日	5日	2日	7日	1日	2日	19日	12日	-	
川岸保育園	☎22-3829	チューリップぐみ	2日	5日	1日	17日	3日	16日	1日	12日	-	
夏明保育園	☎22-3861	ひよこの日	2日	5日	3日	17日	3日	30日	6日	11日	15日	
成田保育園	☎22-2464	うさこちゃんの日	2日	14日	4日	8日	6日	10日	16日	12日	2日	
みなと保育園	☎22-3566	ノントンの日	2日	6日	4日	2日	1日	2日	8日	12日	3日	
長地保育園	☎27-4194	ノントンの日	7日	6日	2日	17日	6日	17日	9日	11日	-	
若草保育園	☎22-4038	ひよこちゃんの日	16日	13日	1日	5日	28日	17日	5日	16日	13日	
西堀保育園	☎22-7670	ミッフィーちゃんの日	7日	12日	2日	6日	4日	4日	1日	11日	9日	
東堀保育園	☎27-9366	ノントンの日	16日	13日	18日	24日	6日	17日	19日	20日	-	
神明保育園	☎22-4555	ノントンの日	23日	21日	9日	24日	13日	30日	20日	19日	23日	
横川保育園	☎28-1180	ミッキーの日	14日	12日	23日	17日	11日	8日	13日	17日	-	
つるみね保育園	☎22-2911	げんきぐみ	9日	5日	3日	8日	1日	8日	8日	11日	14日	
聖ヨゼフ保育園岡谷	☎24-1477	ほしぐみ(0~1歳6か月未満)	17日	21日	26日	27日	21日	18日	-	20日	27日	
		てんしぐみ(1歳6か月以上)	15日	20日	24日	28日	26日	24日	-	18日	15日	
ひまわり保育園	☎27-2816	あそぼう会 ほか	毎週月曜日(詳しくは保育園にお問い合わせください)									

イルフプラザ・カルチャーセンター 夏の講座

講座名	日時	内容	講師	費用	持ち物
プライスレス! 自分で作る革製品 ~牛革で作る2つ折り財布~ (定員10名)	7月5日・19日・26日 毎回火曜日 午後7時~9時 [全3回]	3回の講座で、札入れを作ります(BOX型の小銭入れとカード入れ3段付)。牛ヌメ革で、使うほどになじみ、手縫いの味わいも温かく、経年変化が楽しめます。	革の店 かしのき 浜 真人さん	受講料 1,000円 材料費 5,000円	筆記用具
国際交流センター共催講座 多文化の食卓 ~「夏の料理」に挑戦!~ (定員25名)	7月2日・8月6日・9月3日 毎月第1土曜日 午前10時~午後1時 [全3回]	料理を通じて、いろいろな国の食・言葉・文化を学びましょう! 日本では、夏にうなぎを食べますが、ほかの国の夏レシピは? 作って・食べて・話して…楽しいひと時を!	国際交流 センター職員 ほか2名	受講料 1,000円 材料費 3,000円	筆記用具 エプロン 三角巾

申込み…6月3日(金)の午前10時から受付(先着順)。カルチャーセンター窓口へ、費用を添えてお申し込みください(おつりのないようお願いします)。6月24日(金)締切。初日の電話申し込みはできません。

※6月17日(金)までは、市内在住の人優先。

※無料託児あり。申し込み時にご予約ください。

託児あり

申込み・問合せ●イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

川岸公民館 生活講座

夏野菜を食べて暑い夏を乗り切ろう! ~野菜ソムリエから教わるお料理教室~

野菜ソムリエ・戸谷澄子さんを講師に招き、夏の野菜を料理します♪ 何を作るかは当日のお楽しみですが、レシピを持ち帰れば、家庭でも気軽に作れますね。満員必至! お申し込みはお早めに!!

日時…7月18日(月・祝) 午前10時~午後1時

定員…20名(先着順。定員になり次第締め切ります。親子参加の場合も、各1名のカウントです)

対象…市内に在住・在勤の人(年齢・性別問わず)

参加費…700円(受講料200円+材料費500円)

※受付時に集金。親子参加の場合、受講料は人数分、材料費は、親子で1食分の場合は500円、それぞれ作る場合は500円×人数分。

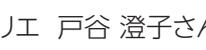
講師…プティ・アクイユ主宰

日本野菜ソムリエ協会認定野菜ソムリエ 戸谷 澄子さん

持ち物…エプロン、三角巾、手ふき用タオル、筆記用具

申込み…6月6日(月)~7月1日(金)の午前8時30分~午後5時まで受付。川岸公民館窓口・電話のいずれかで、氏名・住所・電話番号・年齢(年代)をご連絡ください。

申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200



ポイ捨て・不法投棄は犯罪です！絶対にやめましょう！！

ポイ捨てや不法投棄は、景観を損なうだけでなく、悪臭や水質汚濁、土壌汚染なども引き起こします。空き缶・たばこ・紙くずなどのポイ捨ては絶対にやめましょう。また、廃棄物は、ルールを守って適正に処理しましょう。

岡谷市には、たばこの吸い殻や空き缶などのポイ捨てや犬のふんの放置などを禁止する「岡谷市ポイ捨ての防止等に関する条例」があります。この条例には、ポイ捨てや犬のふんの放置などのない、住みよいきれいなまちづくりを市民全体で進めていこうという願いが込められています。ポイ捨てやふんの放置は、人の迷惑になることを再認識し、みんなで岡谷のまちをきれいにしていきましょう。

ポイ捨ての罰則

【岡谷市ポイ捨ての防止等に関する条例】

違反者に対し必要な措置を講ずるよう、指導・勧告や命令をし、さらには罰則（正当な理由がなく命令に従わない場合は、警察と連携し10万円以下の罰金に処する）の対象となる場合があります。

私有地に不法投棄された物やごみは、土地の所有者や管理者が撤去・処理を行うこととなります。不法投棄物をそのままにしておくと、さらに別の不法投棄を呼んでしまいます。不法投棄物を発見したらすぐに撤去し、敷地を清潔に保ちましょう。

不法投棄の罰則

【廃棄物の処理及び清掃に関する法律】

5年以下の懲役、もしくは1千万円以下の罰金、またはこの両方が科せられます。（法人の場合は3億円以下の罰金）



粗大ごみや有料指定袋に入らない大型の燃えるごみ、燃えないごみ、分別・分解のできない燃えるごみ、燃えないごみについては、専門業者へ直接持ち込んでください。（処理料金は直接専門業者へご確認ください）
分別や専門業者については、岡谷市家庭ごみ収集カレンダーをご覧ください。

環境のページ

第3次岡谷市環境基本計画の推進

6月の重点目標《自然環境の保全》

豊かな自然とふれあえるまち

本市をとり囲む山地、丘陵、諏訪湖：豊かな自然環境は、わたしたちの生活に潤いとやすらぎを与えてくれます。これらの恵みを市民共有の貴重な財産として、将来に適切に引き継いでいきたいと思います。

おokay環境かるた



ふるさとの自然はみんなで守ろう

◎市民のみなさん

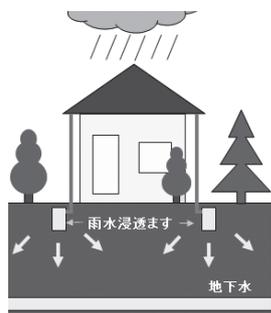
- 水は貴重な資源です。節水や再利用などを心がけ、大切に使いましょう。草花や植木などへの水やりには、雨水貯留タンク（一定基準により補助金あり）の設置を推奨します。
- 山菜採りなどで山に入る際は、樹木や山野草を大切にしましょう。
- 水辺や里山にごみを残したり、ポイ捨てをして汚さないようにしましょう。
- 外来生物のアレチウリやブラックバスなどの駆除活動に積極的に参加しましょう。



雨水貯留タンク

◎事業所のみなさん

- 敷地内の舗装（コンクリートなど）は極力さけ、雨水を地下に浸透させましょう。雨水浸透ます（下図）の設置も有効です。



- 建物や構築物は周辺との調和を図り、空地は可能な限り植樹などで緑化しましょう。

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。

国保加入の40~74歳のみなさん 生活習慣病やメタボリックシンドロームを早期に発見し、健康を維持するため 年1回「特定健康診査(特定健診)」を受けましょう!

健診の対象者に、受診券などの入った封筒を5月下旬に発送します。
健診実施期間…6月1日(水)～10月31日(月) 自己負担金…無料

対象者は誰でも「無料」で受診できます

健診を受けるとこんなことがわかります

検査項目		何がわかるの?	
身体計測	身長、体重、BMI、腹囲	肥満度・内臓脂肪の蓄積	
血圧測定	収縮期・拡張期血圧	高血圧・動脈硬化	
血液検査	脂質の代謝	中性脂肪、HDL・LDLコレステロール	動脈硬化の危険度
	糖の代謝	空腹時血糖、HbA1c	糖尿病の危険度
	肝機能	AST、ALT、γ-GT	肝機能の程度
	腎機能	クレアチニン、eGFR	腎機能の程度
	貧血	赤血球、血色素量、ヘマトクリット	貧血の疑い
尿検査	たんぱく質の代謝	尿酸	痛風発作の危険度
	糖の代謝	尿糖	糖尿病の危険度
	たんぱく質の代謝	尿たんぱく	腎機能の程度

封筒が届いたら、必ず内容をご確認のうえ、ぜひ受診してください。

※受診する医療機関には事前に予約が必要です。

※4週間から6週間で健診結果が出ます。結果説明会などの案内が届きましたら、積極的にご参加ください。

日曜日健診を実施します!

「平日は仕事で、健診に行かない」「かかりつけの医療機関がなく、どこに行ったらいいかわからない」という声にお応えして、日曜日健診を実施します。

期日…6月26日(日)

時間…午前8時30分～正午・午後1時～3時

場所…岡谷市保健センター1階研修室

申込み…電話で希望時間を予約してください。定員になり次第締め切ります。
※10月2日、11月6日・27日にも実施予定。詳細は広報などでお知らせします。

● 申込み・問合せ ●
医療保険課(内線1187)

問合せ●国保の特定健診制度については…医療保険課(内線1187)、健診の内容については…健康推進課(内線1184)

【食育講演会】「地域とともに考える! 食する力を育もう」 6月は食育月間 毎月19日は食育の日

食育とは、さまざまな経験を通じて、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活を実践できる人を育てることです。講演をきっかけに、自身でできる食育を学び、日頃の食生活を振り返ってみませんか。家族みんなが健康でいきいきとした生活を送るためにも、家庭や地域、みんなで食育をすすめましょう。事前申し込み不要。どなたでも参加できます。

日時…6月21日(火) 午後3時～4時10分

場所…市役所9階 大会議室

講師…松本大学 地域健康支援ステーション
管理栄養士 飯澤 裕美さん



問合せ●健康推進課(内線1181)

血管を守ろうプロジェクト 岡谷市健康づくり講演会 参加無料・事前申し込み不要

脈のチェックで、早期発見!!

～心原性脳塞栓症の発症予防と治療～

からだ編

「心原性脳塞栓症」は、心臓の不整脈によってできた血栓が、脳の血管に詰まることで起きる脳梗塞のひとつ。心臓に心配のある人もない人も、病気を正しく理解し、予防に取り組んで、健康・長生きなまちを一緒にめざしましょう!!

日時…6月19日(日) 午後2時～4時(1時30分から受付)

場所…カノラホール 小ホール

講師…信州大学医学部附属病院 准教授
脳血管内治療センター長
小山 淳一さん



主催…岡谷市 共催…岡谷市保健委員連合会
市は、健康寿命の延伸をめざして、命に関わる病気を未然に防ぐ「血管を守ろうプロジェクト」を進めています。

～体にいいこと!～

運動編

効果的なウォーキング・簡単筋トレ実践法

せっかく運動するのなら、体のタメになることをしたいですね! 体に痛みがあると動くのもおっくうになりがちですが、正しいポイントをつかめば大丈夫! 毎日取り組めるウォーキングや筋トレを学び、自分に合った運動を見つけましょう。

日時…7月9日(土) 午後1時30分～3時30分

(1時から受付)

場所…市民総合体育館(スワンドーム)

講師…松本大学大学院健康科学研究科 教授
根本 賢一さん



持ち物…運動のできる服装、上ばき、汗ふきタオル、飲み物

問合せ●健康推進課(内線1184)

健康ひと回メモ

No.464

口腔ケアをしましょう

「口腔ケア」といわれても、イメージがわかない人も多いかもしれません。

なることにより、生きる意欲を増進させる効果も期待できるとされています。

わたしたちは1日に何回か歯みがき、うがいをすることで、口のなかの清潔を保っています。普段の歯みがきも立派な「口腔ケア」ですが、今回は病気などによりご自身で歯みがきやうがいができない場合に行われる「口腔ケア」についてお話しします。

口は、体内で1、2を争うほど細菌が多い場所です。もし、歯

みがきやうがいができなくなったらどうなるでしょうか。歯のまわりの汚れがそのままになり、虫歯や歯周病が発症・悪化し、痛みなどが出るだけでなく、口内の細菌が血液の流れに入ったり、呼吸とともに肺に吸い込まれたりして、命にかかわる感染症を引き起こすこともあります。

近年、口腔ケアは、病院や施設では、自分で歯みがきなどができるしなければ、必ず実施すべきケアとなりつつあります。感染症予防の観点だけでなく、口内を清潔に保つことで食事や会話がしやすく

口腔ケアを行う際は、1本でも

歯の残っている場合には必ず歯みがきをし、そのあとでスポンジブラシやガーゼなどを用いて口のなかの粘膜をふき、汚れを口の外に出しましょう。歯みがきの後は、歯の周りについていた細菌が口の中になかにはばまかれた状態となるため、うがいができない場合は、必ず回収しなければなりません。また、口腔ケアを受ける人は、飲み込みの能力の低下が起きていることが多く、誤嚥に注意が必要です。口内の乾燥が強い人は、ケア前後に保湿剤を使用したり、サージカルマスクなどの装着や、ネプライザーを併用するとよいと思います。口から食事をとれない人は、そうでない人に比べて、口のなかの自浄効果が低下し汚染がひどくなりますので、積極的に口腔ケアをしましょう。口腔ケアについてわからない点などは、歯科医師、歯科衛生士にご相談ください。

(岡谷下諏訪歯科医師会)

5月31日は世界禁煙デーです！ 5月31日～6月6日は禁煙週間！

COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っていますか？

原因の90%は、たばこの煙です！！

COPDとは、肺の生活習慣病ともいわれ、従来「慢性気管支炎」「肺気腫」と呼ばれてきた病気の総称です。重症化すると呼吸不全や心不全を起こす命に関わる病気です、日常的に酸素吸入器が必要になります。

●慢性気管支炎…有害物質を多く含むたばこの煙を吸い続けることで、空気の通り道である気管支に炎症が起こり、せきやたんが多くなります。

●肺気腫…有害物質が肺胞までおよび炎症を起こすと、肺胞の壁が壊され弾力がなくなり、呼吸がしにくくなります。

★禁煙はCOPD予防に有効！

早期発見&治療で症状が改善できます★

今からでも遅くない！！

(出典) American Lung Association

たばこをやめるとこんないいことが！！

1分後…たばこのダメージから回復しようとする機能が動き始める

20分後…血圧が下がる

8時間後…血液中の酸素が正常値まで増える

24時間後…心臓発作の危険が減る

48時間後…においと味の感覚が高まる

9か月後…せきやだるさなどが改善される

10年後…肺がんや、全身のがんになる危険が減る



受動喫煙を知っていますか？

受動喫煙とは、室内などで他人のたばこの煙を吸わされることをいいます。主流煙(喫煙者が吸う煙)よりも、副流煙(たばこの先から出る煙)の方が、有害物質が多く含まれています。



一酸化炭素4.7倍！
タール3.4倍！
ニコチン2.8倍！

COPDチェック

40歳以上で、喫煙歴のあるみなさん、確認しましょう！こんな症状があったら呼吸機能検査を！

◆階段の上り下りで息切れがする。
◆風邪が治りにくく、せきやたんが出る。

◆呼吸のたびにゼーゼー、ヒューヒューがある。



●●● 禁煙について考えてみませんか？ ●●●

医師のサポートを受けながら禁煙することができます。

禁煙治療に保険が使える市内の医療機関

医療機関名	所在地	電話番号
岡谷市民病院	本町4-11-33	23-8000
今井内科・胃腸科クリニック	今井1211	24-8688
祐愛病院	南宮2-2-34	23-0222
山崎医院	東銀座1-8-19	22-3287
牛山医院	天竜町3-2-23	78-1192

平成28年3月現在：日本禁煙学会ホームページより

問合せ●健康推進課(内線1185)

接種
時間/午後1時30分～2時10分
所/保健センター1階 予防接種室
物/母子健康手帳・予診票 ※母子健康手帳を忘れると接種できません。
生活化ポリオについてはお問合せください。

健診等
所/保健センター2階 乳幼児健診室
物/母子健康手帳・おたずね用紙 (全てに共通)
～4か月、9～10か月児健診:バスタオル
歳児にここ教室:歯ブラシ・コップ・タオル
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。

炎に関するお問い合わせは — 健康推進課 (内線 1191) まで

	金	土
2	3	4
(株)上條電設工業 ☎ 23-5330		(有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615
9	10	11
(株)オスガ設備 ☎ 27-6622		岡谷酸素(株) ☎ 22-4931
16	17	18
杉村設備(株) ☎ 27-8632		松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642
23	24	25
離乳食教室(こっくん教室) (28年1月～2月生) 受付午前9時30分～9時50分 (株)総設工業 ☎ 28-8504		(有)三善工業 ☎ 23-3446

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	8日(水)午前9時～正午 巡回相談(湊支所)
無料法律相談 [予約制]	21日(火)午後1時～5時 社会福祉課 相談員:清水智弥 弁護士 ※7月分予約:6月22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]
高齢者のための司法書士による無料法律相談[予約制]	15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1278)
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
ひとり親家庭等相談	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 専門カウンセラー(臨床心理士)相談[予約制] 8日(水)・22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]	17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]	21日(火)午前10時～午後3時50分(1人約50分) 申込み:企画課(内線1528)
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)	21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] 若年者の就職活動における疑問や悩みの相談	8日(水)午後1時～4時 会場:テクノプラザおかや 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		

今月の納税

- ◎市県民税 第1期
 - ◎国民健康保険税 第3期
- 納期限…6月30日(木)

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)

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中

3回目▶6月10日(金) 午後7時～8時30分
産後のメンタルヘルス、お風呂の入れ方など
※7月8日(金)から新しいクールが始まります。



女性のライフステージに応じた健康相談 [予約制]

6月27日(月) 午前9時～11時30分(1人あたり1時間)

申込み・問合せ:健康推進課 ☎ 23-6141 (直通)

くらしのカレンダー

6月
JUNE

-  休日急病当番医院
-  休日当番歯科医院
-  休日当番薬局
-  水道修理当番店
-  相談
-  予防接種
-  乳幼児健診
-  子育て学習

- **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
場 持 ち
※不
- ◆ **乳幼児健診**
場 持 ち
※3
※2
※3

◆ 予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談

日	月	火	水	木
<p>健康相談・栄養相談・ 歯科相談（月～金曜日）</p> <p>午前8時30分 ～午後5時15分</p> <p>直通ダイヤル 23-6141</p> <p>面接希望は事前にお電話ください。</p>	<p>諏訪地区小児夜間急病 センター（年中無休）</p> <p>■ 診療時間 毎日 午後7時～9時</p> <p>■ 診療科目 小児科 中学生以下</p> <p>諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699</p>		<p>1</p> <p>1歳6か月児健診 （26年11月生） 受付午後1時～1時20分</p> <p>（株）シンニチ設備 ☎ 22-1365</p>	<p>BCG （27年10月3日～28年1月2日）</p> <p>2歳児にこにこ教室 （26年5月生） 受付午前9時15分～9時30分</p> <p>（株）浜パイピング ☎ 23-6885</p>
<p>5</p> <p>諏訪共立病院 ☎ 28-2012</p> <p>早出歯科医院 ☎ 28-0024</p> <p>ひまわり薬局 ☎ 26-7226</p> <p>信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p>6</p> <p>（株）総設工業 ☎ 28-8504</p>	<p>7</p> <p>四種混合 〔西堀・長地地区〕 （27年5月に3回目を 終了した人を含む）</p> <p>（有）三善工業 ☎ 23-3446</p>	<p>8</p> <p>3歳児健診 （25年5月生） 受付午後1時～1時20分</p> <p>（株）林鉄工設備 ☎ 23-3197</p>	<p>9</p> <p>日本脳炎 （25年5月生：1回目〔全地区〕 27年6月に2回目を終了した 〔西堀・長地地区〕）</p> <p>（株）イワナミ ☎ 22-2222</p>
<p>12</p> <p>よねやま内科クリニック ☎ 22-8863</p> <p>土田歯科医院 ☎ 28-3001</p> <p>矢崎薬局 ☎ 23-7125</p> <p>（有）丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>	<p>13</p> <p>相 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p>（株）十和設備(株) ☎ 24-0182</p>	<p>14</p> <p>四種混合 〔西堀・長地地区以外〕 （27年5月に3回目を 終了した人を含む）</p> <p>水道建設(株) ☎ 23-2662</p>	<p>15</p> <p>3～4か月児健診 （28年2月生） 受付午後1時～1時20分</p> <p>旭設備(株) ☎ 23-3764</p>	<p>16</p> <p>（株）アイテック ☎ 23-8500</p>
<p>19</p> <p>浜整形形成外科医院 ☎ 24-3011</p> <p>なわ歯科医院 ☎ 26-0648</p> <p>高市薬局 ☎ 22-0781</p> <p>（株）シンニチ設備 ☎ 22-1365</p>	<p>20</p> <p>（株）浜パイピング ☎ 23-6885</p>	<p>21</p> <p>（株）上條電設工業 ☎ 23-5330</p>	<p>22</p> <p>9～10か月児健診 （27年8月生） 受付午後1時～1時20分</p> <p>松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	<p>23</p> <p>日本脳炎 （25年5月生：2回目〔全地区〕 27年6月に2回目を終了した 〔西堀・長地地区〕）</p> <p>信和設備(株) ☎ 22-3302</p>
<p>26</p> <p>市瀬医院 ☎ 26-1717</p> <p>浜歯科医院 ☎ 28-4649</p> <p>かえで薬局 ☎ 26-1929</p> <p>（株）林鉄工設備 ☎ 23-3197</p>	<p>27</p> <p>相 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p>（株）イワナミ ☎ 22-2222</p>	<p>28</p> <p>（株）オスガ設備 ☎ 27-6622</p>	<p>29</p> <p>岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	<p>30</p> <p>（有）丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>

夏のボランティア体験 ☆☆☆☆

『サマーチャレンジ2016』参加者募集!

ボランティアをしてみたいけれど何をしたらいいのかわからない人。
将来、福祉に関わる事に携わりたい人。この夏、「初めの一步」を踏み出して
みませんか? 新しい出会い、発見がきっとありますよ!



- ☺ 活動期間 7月25日(月)～8月31日(水)
- ☺ 体験施設 高齢者・障がい者福祉施設、保育園 等
- ☺ 参加対象 中学生以上
原則として期間中に同施設で3日間以上活動でき、事前研修に参加できる方
- ☺ 参加費 500円(活動先により食事代・交通費等がかかる場合があります。)
- ☺ 募集期間 6月1日(水)～6月30日(木)
活動先一覧表をご覧ください。
*冊子は学校・支所・岡谷市社協にあります。
*活動先については先着順で決定します。
*中・高校生の方は、夏休み期間外の活動は受け付けられません。
また、保護者の同意が必要になります。
- ☺ 申込み・問合せ 岡谷市社会福祉協議会・岡谷市ボランティアセンター
「サマーチャレンジ2016」係 TEL 24-2121



主な内容 CONTENTS

サマーチャレンジ参加者募集・
地区社会福祉協議会会長のご紹介……………18

ハートリーフ事業・結婚相談事業……………19

熊本地震支援金ご協力のお願い・
災害ボランティア……………20

平成28年度 地区社会福祉協議会(地区社協)会長さんのご紹介

市内21地区には地区社会福祉協議会があり、安心して暮らせる地域づくりを推進するためにそれぞれの地域の特性を活かした活動が行われています。

ボランティアとして地区社協に参加したい方、また、困りごとがありましたらお住いの地区社会福祉協議会会長さんにご相談ください。

地区名	氏名(敬称略)	電話番号	地区名	氏名(敬称略)	電話番号
今井	太田 富男	22-6755	花岡	山岡 弘幸	22-6502
間下	武居 恒夫	24-0988	三沢	矢野 幸夫	23-7889
岡谷	武井 聖子	23-2051	新倉	三澤 勇二	23-9832
下浜	渋井三千雄	22-2604	駒沢	宮澤 恵治	22-7594
小尾口	西村 仁志	23-5898	鮎沢	鮎沢 光昭	23-5016
上浜	小口 雄平	23-8951	橋原	山村 昌之	23-5742
新屋敷	味沢 勝義	22-0210	東堀	宮坂美津章	27-5432
小口	笠原 重一	22-2279	中屋	丸山 勇	28-4667
小井川	花岡健一郎	090-4180-2930	中村	帖佐 修平	28-8892
西堀	宮坂 昭男	28-4620	横川	竹澤 幸男	28-5760
小坂	花岡 克行	23-3813			

地区社協の活動の一部を紹介

- ★ 昼食会の開催
地区内外の会場に高齢者の方をお招きし、演芸等を楽しみながら交流しています。
- ★ 広報紙の発行
地区社協活動を周知するために各地区で「社協だより」を発行しています。
- ★ 友愛訪問
日頃の労をねぎらいながら状況や困っていることなどを把握しています。
- ★ 公園の整備
道具の点検や草木の手入れなどを行っています。

スローガン
みんなで築く
みんなの福祉
みんなの未来

●発行・編集●
岡谷市社会福祉協議会
〒394-0081
岡谷市長地権現町4-11-50
☎ 24-2121
☎ 24-3555
*
ホームページアドレス
www.okaya-shakyo.or.jp
*
メールアドレス
info@okaya-shakyo.or.jp

岡谷市社会福祉協議会 結婚相談事業紹介

社協では、結婚について前向きに考える男女の出会いを応援する事業として、結婚相談員による登録者同士のお見合いや、登録者以外でも参加していただけるハートリーフ事業など開催しています。

すてきな出会いを求めてぜひ足を運んでみてください！

ハートリーフ事業 『大人の恋活コン～運命のひとに会えるかな♪～』参加者募集！

今年度第1弾は、昨年も大好評だった企画！ 通常の婚活パーティーではなく、少人数の気軽でカジュアルな“大人の合コン”として開催します。個室での開催となりますので周りの目は一切気になりません。安心してご参加ください！ 詳細については、お気軽にお問合せください。

日 程 7月9日(土) 午後7時～ 岡谷市内居酒屋

募集人員 出会いを真剣に求めている25歳から45歳までの未婚の男女各10名
(岡谷市在住・在勤の方及び本事業初参加の方を優先)

参加費 男性 3,000円 女性 2,000円

募集期間 6月1日(水)～6月24日(金)

※ 詳細は社協ホームページをご覧ください URL: <http://www.okaya-shakyo.or.jp/>



問合せ・申込み 岡谷市社会福祉協議会 TEL 24-2121

ハートリーフ事業 今後の予定！

今年度も3回の開催を予定しております。

第2弾！ 平成28年11月5日(土) 恋活の秋スペシャル

第3弾！ 平成29年 2月4日(土) バレンタインデー直前パーティー

上記の日程で開催を予定しています。詳細については、今後検討してまいりますのでご意見等ございましたらお気軽にご連絡ください。詳細が決定次第広報・ホームページ・新聞等で募集していきます。



結婚相談所のご案内

【開設日時】

毎週 火曜日 10:00～16:00
毎月 第1・3土曜日 10:00～16:00
毎月 第2・4木曜日 18:00～21:00

【開設場所】

おかや総合福祉センター 312研修室

【料 金】

無料 (相談・紹介に係る費用は一切ありません)

【条 件】

真剣に出会いを求めている成人の未婚の男女

(市内在住・在勤の有無や年齢は問いません)

※登録・紹介にはご本人の来所が条件となります。



本当に紹介してもらえるの？

申し訳ありません！ご登録いただいた方すべてにご紹介できる訳ではありません。相手方の希望・条件などを重視しマッチングを行っておりますので、ご登録いただいても期間中に一度もご紹介できない方もいらっしゃいます。



個人情報は大丈夫？

ご記入いただいた登録用紙をすべての方にお見せする訳ではありません！条件等を確認し本人の了解を得た上で相手方にお見せしています。

こんな時にも

相談を受け付けています

福祉総合相談

福祉について知りたいとき

心配ごと相談

心配事があるとき

家庭介護相談

介護について不安なとき

ふれあいおしゃべり相談

誰かと話がしたいとき

ボランティア総合相談

ボランティアをしたいとき

月曜日～金曜日 8時30分～17時15分 岡谷市社会福祉協議会 24-2121

平成28年熊本地震 支援金「ボラサポ・九州」のご案内

平成28年4月14日(木)から発生している平成28年熊本地震への義援金に、ご理解ご協力いただきありがとうございます。

義援金は災害により被災された方へのお見舞い金として、ご寄付いただいた全額が、被災県を通じて市町村に送金され、市町村が被災された方にお渡しします。

被災された方への支援の方法として義援金の他に支援金という方法があります。

支援金は被災地において被災された方々の支援・救援活動を行うNPO・ボランティア・グループ、民間の災害ボランティアセンターなどへの活動資金助成等に役立てられます。



東日本大震災で頂いた支援金（ボラサポ）は被災された方々に寄り添う活動に使われています。

- がれき撤去や炊き出しなど震災直後の緊急救援活動
- 仮設住宅での見守り活動や子どもたちへの学習支援などの生活支援活動
- まちづくりやコミュニティ再生につながる復興支援活動
- 被災地の地元住民による助け合い活動などの住民支え合い活動



被災地での緊急的な支援、生活やコミュニティを再建していく復興への長期間にわたる支援にとりくむ活動の応援をよろしくお願いします。

平成28年熊本地震支援金 「ボラサポ・九州」の振込先

三井住友銀行（ミツイスミトモギンコウ）東京公務部（トウキョウコウムブ）
口座番号 普通預金 0042262
口座名 （福）中央共同募金会 フク）チユウオウキヨウドウボキンカイ

※ ご送金の際には、別途振込手数料のご負担をお願いします。

※ 寄付金は、税制上の優遇措置（所得税、法人税）の適用対象となります。

詳しくは岡谷市共同募金委員会 事務局までお問い合わせください。

お問い合わせ 社団法人 長野県共同募金会 岡谷市共同募金委員会 事務局 電話 24-2121

● 災害ボランティアをご検討中の方へ ●

熊本地震による被害へのボランティアを受け入れるため、熊本県内各地で災害ボランティアセンターが立ち上がっています。

現地での活動を希望される方は、事前にホームページ等で十分な情報収集を行うとともに、ボランティア活動保険（天災タイプ）に加入してから現地に向かっていただくことをお願いいたします。

ボランティア活動保険については、岡谷市社会福祉協議会にお問い合わせください。

現地情報は、長野県社会福祉協議会のホームページでご確認いただけます。

熊本地震災害ボランティア情報：長野県社会福祉協議会 <http://www.nsyakyo.or.jp/>

ボランティア活動保険について：岡谷市社会福祉協議会 電話 24-2121 FAX 24-3555

川岸公民館 生活講座

手軽でかんたん! 楽しくダンス! 「3B体操」でリフレッシュ&ダイエット

3つの「B」がつく用具:ボール、ベル、ベルターを使って、楽しく体を動かしましょう。学習グループ「3Bレディース」のみなさんと一緒に、音楽に合わせて、運動不足の解消、ストレス発散、ダイエットなど…。「体験」「お試し」大歓迎、お気軽にどうぞ。



ボール

ベル

ベルター

期日…7月1日・15日・22日 毎回金曜日(全3回)
 時間…各回とも午後7時30分～9時30分
 定員…20名(先着順。定員になり次第締め切ります)
 参加費…無料

対象…市内に在住・在勤の女性(年齢問わず)
 講師…宮澤みな子さん、「3Bレディース」のみなさん
 持ち物…運動のできる服装、室内シューズ、汗ふき用タオル、飲み物

※出られる日・時間だけの参加も可能です。必ず事前にお申し込みください。親子、家族、友人を誘っての参加も歓迎します!

申込み…6月1日(水)～24日(金)の午前8時30分～午後5時まで受付中。川岸公民館窓口・電話のいずれかで、氏名・住所・電話番号・年齢(年代)をご連絡ください。

申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

6月の諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

- 押し花絵 ミモザの会「押し花絵展」
6月1日(水)～15日(水)
- 諏訪デジカメネットの会「花言葉写真展」
6月16日(木)～30日(木)

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

- レファ ウクレレコンサート
日時…6月12日(日) 午後1時～2時
- カノラータ・オーケストラ コンサート
日時…6月26日(日) 午後2時～3時

ロビーコンサート・パフォーマンス出演者募集中!



♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(芝庭)

諏訪湖や八ヶ岳の見える屋外で、お目当ての品、掘り出しものがたくさんお待ちしています!

日時…6月19日(日) 午前9時～午後4時ごろ

♥七夕飾り 6月22日(水)～(予定)

ロビーにて短冊を用意。願いごとを書いて飾りましょう。

♥諏訪湖ハイツ温泉紹介

温泉リハビリ施設(歩行プール&機能訓練室)

●温泉リハビリ友の会 会員募集中

“ますます人気上昇中”多くの仲間が増えています。仲間と一緒に「健康づくり」をしませんか。

♥足湯

眺めがよく、リラックスできると大好評です。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

美肌の湯 ロマネット

★親子で人力車に乗ろう

6月11日(土)、ロマネットに人力車が来ます!親子24組に、人力車乗車体験をプレゼント。6月4日(土)に乗車抽選くじを実施します。子どもさんといっしょにご来館ください。

★毎月第2木曜日はロマネットの日

6月9日(木) お楽しみサービスデー!

◎休館日のお知らせ◎

6月21日(火)・22日(水)は、設備メンテナンスのため、全館休館となります。ご理解、ご協力をお願いします。



問合せ●ロマネット ☎27-6080

★2階の休憩室が充実!

コミック約900冊!!「進撃の巨人」「ONE PIECE」から、懐かしの「あしたのジョー」まで。話題の女性向けコミックもそろっています♪ドトールコーヒーの自販機が新登場!!豆からひいているので、ひきたて、いれたてのおいしさです。



◎本券を切り取ってフロントに提出、または本ページを提示のうえ、フロントで現金をお支払いください。

- ※朝風呂時は対象外
- ※他クーポン券・割引券との併用はできません。
- ※現金との引き替えはできません。

キリトリ線

おやか温泉
ロマネット
岡谷市民特別割引券

大人 530円→400円
小人 270円→200円

本券1枚で5名様までご利用いただけます。
有効期限:平成28年6月1日～6月30日

6月分

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

上下水道事業運営審議会

委員募集

市の水道事業・下水道事業の経営や運営について審議する「岡谷市上下水道事業運営審議会」の委員を募集します。(応募者多数の場合は書類選考)
募集人員：若干名(任期は平成28年7月から2年間)

応募資格：市内在住・在勤の20歳以上の人で、水道事業・下水道事業に関心があり、ほかの審議会などの委員になつていない人

応募方法：任意用紙に住所・氏名・生年月日・職業・電話番号を明記のうえ、応募動機を400字程度にまとめ、水道課まで持参、郵送、Eメール (suido@city.okaya.lg.jp) で提出してください。

応募締切：6月16日(木)必着
 問合せ ● 水道課(内線1411)

子ども・子育て支援審議会

委員募集

子どもが健やかに成長することができる社会を推進していくため、市長の

諮問に応じて、総合的に子どもの支援施策に関する調査、審議を行う「岡谷市子ども・子育て支援審議会」の公募委員を募集します。

募集人員：2名以内(任期は2年で年3回程度開催予定)

応募資格：市内在住の20歳以上の人で、ほかの審議会などの委員になつていない人

応募方法：任意用紙に住所・氏名・年齢・生年月日・職業・電話番号を明記のうえ「子育て支援について」をテーマにレポート(400字程度)を添えて、子ども課保育担当まで持参、郵送、Eメール (kodomo@city.okaya.lg.jp) で提出してください。

応募締切：6月14日(火)必着
 問合せ ● 子ども課(内線1262)

スポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(7月分)：…
 6月19日(日) 小学校：午後7時～
 中学校：午後7時30分～
 場所：市民総合体育館第1会議室

※必ず「学校体育施設開放利用団体登録通知書」とボールペンをお持ちください。
 問合せ ● 市民総合体育館 ☎22-8800

第10回岡谷市民

綱引記念大会参加者募集

日時：7月10日(日) 午前8時30分～
 場所：市民総合体育館

種目：ジュニア(小学校低学年・中学年・高学年)、中学生男子・女子・混合、一般男子・女子・混合・男子6人制・女子6人制

申込み締切：6月27日(月)
 ※詳細はお問い合わせください。

申込み・問合せ ● 市民総合体育館内(公財)岡谷市体育協会
 ☎22-88050(平日のみ)

各種スポーツ教室

(シンコースポーツ(株)主催)

受講料

(保険料・施設使用料込10回分)
 幼児(年少)：小中学生：4000円
 一般：5000円

申込み：一般対象の教室は6月1日(水)午前9時より、幼児・小中学生対象の教室は同日午後5時より、市民総合体育館にて受け付けます(電話申込み不可・先着順)。受講料を添えて申し込んでください。

「幼児・小中学生」

◎第2期 野球教室(小学生)

期間：7月1日～9月30日

毎回金曜日(計10回)

時間：午後5時～6時

場所：湖畔広場(雨天：市民総合体育館)
 定員：20名

◎第2期 サッカー教室

期間：7月6日～9月28日
 毎回水曜日(計10回)

時間：午後4時～5時(年少)～
 午後5時～6時(小学生)

場所：湖畔広場(雨天：市民総合体育館)
 定員：各30名

◎第2期 フットサル教室

期間：7月5日～9月27日
 毎回火曜日(計10回)

時間：午後4時～5時(年少)～
 午後5時～6時(小学生)

場所：市民総合体育館
 定員：各20名

◎第2期 バドミントン教室

期間：7月1日～9月16日
 毎回金曜日(計10回)

時間：午後5時～6時

対象：小学4年生～中学生
 場所：市民総合体育館 定員：20名

◎第2期 卓球教室(小中学生)

期間：7月6日～9月28日
 毎回水曜日(計10回)

時間…午後5時～6時
場所…市民総合体育館 定員…20名

◎第2期ミニバス教室(小学生)

期間…7月1日～9月16日

毎回金曜日(計10回)

時間…①午後6時30分～7時30分

②午後7時30分～8時30分

場所…岡谷田中小体育館

定員…各40名

◎第2期こどもスポーツ教室

期間…7月5日～9月27日

毎回火曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

対象…幼児(年長)～小学生

場所…市民総合体育館 定員…20名

【一般】※託児は1歳児～(定員あり)

◎第2期 脂肪燃焼

エアロビクス教室(託児つき)

期間…7月6日～9月28日

毎回水曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館 定員…30名

◎第2期ピラティス教室(託児つき)

期間…7月15日～9月30日

毎回金曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館 定員…30名

◎第2期 ZUMBA教室(託児つき)

期間…7月15日～9月30日

毎回金曜日(計10回)

時間…午前11時～正午
場所…市民総合体育館 定員…30名

◎第2期バレトン教室

期間…7月15日～9月30日

毎回金曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館 定員…30名

以上問合せ●市民総合体育館内

シンコースポーツ(株) ☎2218800

おしらせ

男女共同参画週間

6月23日(木)～29日(水)

「意識をカイカク。男女でサンカク。」

社会をヘンカク。

男女がともに人権を尊重し認め合いながら、喜びも責任も分かち合い、自らの意思によって家庭・地域・学校など、さまざまな分野に対等な立場で参画し、ひとり一人の個性と能力を十分に発揮しながらいきいきと生活している…このような男女共同参画社会をめざす「男女共同参画おやかプランV」の推進には、市民のみならず一人ひとりの身近な取り組みが必要です。わたしたちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？

★イルフプラザカルチャーセンター催事場で、6月23日(木)から29日(水)まで岡谷市男女共同参画推進市民の

会によるパネル展示を行います。
問合せ●企画課(内線1528)

児童手当の現況届を忘れずに

児童手当を引き続き受給するには、子どもの養育状況を確認するため、「現況届」の提出が必要です。6月上旬に、すべての受給者へ「現況届」を郵送しますので、必要事項を記入のうえ必ず提出してください。
※提出がない場合には、6月分以降の手当が受けられなくなることがありますので、ご注意ください。

問合せ●子ども課(内線1264)

はかりの「集会所検査」を実施します

取引・証明に使用する非自動はかり・分銅・おもりなど、特定計量器(質量計)は、計量法第19条の規定により、2年を超えない範囲での定期検査が義務づけられています。なお、新しく購入したばかりは、検定を実施した翌月1日から3年間に限り、初回の定期検査が免除されます。
対象となるのはかりを所有する人は、6月24日(金)までに電話予約のうえ、受検してください。なお、持ち運びが困難なばかりについては所在場所検査をしますのでご連絡ください。

日時…6月29日(水)～7月1日(金)

午前10時～正午・午後1時～4時
場所…市役所計量検査室(市役所北)

駐車場棟1階
申込み・問合せ●

工業振興課 ☎2117000

6月は

「赤十字社員増強運動月間」

日本赤十字社は災害時の救護活動をはじめ、救急法などの講習会の普及や地域赤十字奉仕団・青少年赤十字活動など地域に根ざした活動を行っています。これらの活動は、活動資金(社資)によって支えられています。日赤岡谷市地区では、6月を「赤十字社員増強運動月間」とし、社資を広く募集します。多くのみなさんのご支援・ご協力をお願いします。

問合せ●日赤岡谷市地区事務局
(社会福祉課内線1251)

アメリカシロヒトリを駆除しましょう

アメリカシロヒトリは、繁殖力が強く、例年、6月中旬～7月上旬、8月下旬～9月中旬(気候によって変動)に大量発生します。サクラやワルミなどの葉を好み、葉の裏側に卵をまとめて産みつけます。被害の拡大を防ぐには、早期発見と駆除が大切です。

※市は市有地以外の駆除を行います。責任です。個人で駆除するか、直接専門業者に依頼してください。
問合せ●市民環境課(内線1166)

こどものくに 0123 6・7月のイベント



♣おやつ講座

調理実習と試食(子どもと一緒に)

日時…7月8日(金) 午前10時～11時45分

対象…保護者

持ち物…材料費300円・エプロン・三角巾

託児あり

♣リフレッシュ講座(※)

エアロビクスとストレッチ

日時…7月4日(月) 午前10時～11時

対象…保護者 講師…杉浦敦子さん

持ち物…動きやすい服装、汗ふきタオル、水分、シューズ

託児あり

♣ママのヨーガ講座(※)

日時…7月11日(月) 午前10時～11時

対象…保護者 講師…鈴木かおりさん

持ち物…動きやすい服装(ジーンズ不可)、ヨガマット or バスタオル、水分

託児あり

申込み…全講座6月8日(水) 午前9時30分より、こどものくに窓口にて受付(電話でも受け付けます)

※リフレッシュ講座とヨーガはどちらか一方に申込み

♥さくらんぼコンサート♥

日時…6月20日(月) 午前10時30分～

子育てママたちの吹奏楽団「ウインズ♪ファミリアすわ」のみなさんによる、おなじみの曲や手遊びなどのアンサンブルコンサートです。

楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

6月 3日(金)	リズム遊び	午前11時～
9日(木)	つくっちゃおう	午前11時～
10日(金)	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
15日(水)	食べるのだいすき!	午前11時～
16日(木)	ベビーマッサージと ワンポイントアドバイス	午前10時30分～
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	午前10時30分～
27日(月)	ぺったんこの日	1日中いつでも

新企画スタート! 【おしゃべりサロン】 申し込み受付中!

ほんのひととき子どもと離れて、子育てのなかで感じている不安や困りごとを、同年齢の子どもを持つお母さん同士、気軽に話してリフレッシュしませんか。スタッフがアドバイザーとして参加します。

●1～2歳…6月30日(木) 申込み: 5月30日(月)～

●2～3歳…7月22日(金) 申込み: 6月23日(木)～

時間…午前10時～11時30分(毎回)

申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

山梨学院ともまなび講座(全5回)

平成28年度 全体テーマ

『スポーツの楽しみ方』

参加無料

託児あり

第1回「スポーツを通じた地域振興」

スポーツにはさまざまな価値と意義があり、その関わり方は近年多様になってきています。平成23年にはスポーツ基本法が制定され「スポーツすること」は「全ての人々の権利」となりました。今回は、スポーツがどのように地域活性や振興などに活用できるかを、いっしょに考えたいと思います。

講師…山梨学院大学経営情報学部 准教授

長倉 富貴さん

日時…6月25日(土) 午後1時30分～

場所…イルプラザ・カルチャーセンター

多目的ホール



●託児を希望する人は、6月15日(水)までにお申し込みください。

【次回予定】 7月23日(土)

「駅伝と学生競技者～アスリートとしての人間力とは～」

山梨学院大学スポーツ科学部教授・陸上競技部監督 上田 誠仁さん

申込み・問合せ●イルプラザ・カルチャーセンター

☎24-8404

長地公民館 生活講座

たんきん

鍛金の七宝焼きでマイおちょこを作ろう

鍛金を学びながらおちょこを作って、七宝焼きできれいに完成。

期日…6月10日・17日・24日(毎週金曜日) 全3回

時間…午後7時～9時 講師…藤森 和孝さん

定員…5名(先着順。定員になり次第締め切ります)

受講料…1,600円(材料費1,000円含む)

持ち物…筆記用具・手袋(できれば革製)

韓方香り袋づくりと韓国健康茶を楽しもう!

韓方(漢方ではありません)を知り、香り袋づくりと韓国健康茶を味わおう。

日時…7月11日(月) 午前10時30分～午後0時30分

講師…張 琴順さん、李 春浩さん

定員…25名(先着順。定員になり次第締め切ります)

受講料…1,700円(材料費1,500円含む)

対象…市内に在住・在勤の16歳以上の人(両講座とも)

申込み…鍛金は6月2日(木)、韓方は6月15日(水) 午前8時30分より、公民館窓口または電話にて受付(初日は窓口のみで受付)。

申込み・問合せ●長地公民館 ☎27-8080

CANORA HALL インフォメーション

カノラホール〈岡谷市文化会館〉
TEL 24-1300 FAX 24-1412

9月18日(日) 午後3時開演

フォRESTA コンサート in 岡谷

「歌い継ぎ、語り継ぐ、たおやかな日本のこころ」

フォRESTAは時代とともに生まれた名歌名曲。特に、日本の風土に育まれた美しい詩と旋律を中



提供：BS日テレ

心に歌い継ぐことを大きなテーマに、素晴らしいハーモニーを多くの心に届けます。

【主催】カノラホール ((公財)おかや文化振興事業団)

【企画・制作】フォRESTA・プロジェクト

【構成・演出】一条 貴之 【協力】フレンド企画

【時間】午後2時30分開場 午後3時開演 【会場】大ホール

【チケット】全席指定 一般5,000円(ソサエティ会員3,000円)
小中高生2,000円

〈チケット発売〉ソサエティ会員：6月12日(日)～

一般：6月19日(日)～

※発売初日のみ 窓口：午前8時30分～ 電話予約：午前10時～

8月7日(日) 午後2時開演

小さなファミリーコンサート

就学前の子どもさんと一緒に楽しむステキなコンサート、毎年好評の「小さなファミリーコンサート」です。今回は、歌手の島田道生さんがプロデュースするワクワク、ドキドキいっぱいの音楽の時間です。ぜひ、ご家族そろってお越しください!!



ソプラノ：金子悦子 ヴァイオリン：中田智美 テノール：島田道生 ピアノ：頼田 恵

【主催】カノラホール ((公財)おかや文化振興事業団)

【時間】午後1時30分開場 午後2時開演

【会場】小ホール

入場無料

【チケット】入場無料 ※入場整理券が必要です。

〈整理券配布開始〉6月26日(日)

※大人だけの

〈対象〉小学生までの子どもと保護者

入場は不可。



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH 地上デジタル放送中!

6月の番組表

※番組は変更になる可能性があります。詳しくは岡谷市ホームページでご確認ください。

問合せ●秘書広報課(内線1365)

放送内訳

朝5時～翌深夜2時まで、1時間プログラムを、21時間繰り返し放送しています。



鶴峯公園つつじ祭り

6月1日～15日までの放送番組

- 市民投稿作品「さあ、見てね!」
- 野菜万菜!! ～旬の野菜で料理～「ブロッコリー」
- 鶴峯公園つつじ祭り
- 写真で振り返る岡谷 平成28年5月編
- 文字放送

【特別番組】

市制施行80周年記念式典 記念講演
(午前10時～・午後3時～・午後7時～)

6月16日～30日までの放送番組

- 市民投稿作品「さあ、見てね!」
- わが家のアイドル No.67
- 食育まんさい～子どもの頃の食育～
- 塩嶺王城パークラインハーフマラソン大会
- 文字放送

【特別番組】

市川笑野 女方講座
(午前10時～・午後3時～・午後7時～)

♪カルチャーセンター ホリデイスクエア オカリナ・コカリナ・樹音 交流演奏会 ♪

日時…7月3日(日) 午後1時～

場所…イルフプラザ・カルチャーセンター 催事場

出演…「オカリナ鷺湖」

「コール・ノスタルジア」

ほか10グループの

みなさん



【プログラム】

白い恋人たち・シルクロード・また君に恋してる ほか

※イルフプラザ各協賛店にて、当日限りの特典サービスあり(要クーポン券)

入場無料

問合せ●イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404



「今井長地線」

店内は、懐かしい雰囲気です。花山さんからの情報収集が楽しい

シヨッピングモール「レイクウオーケ」が姿を現した。オープンに向けて、工事は終盤。一目瞭然のスケールアップに、岡谷のまちの活性化へ期待が高まっている。そこで今回は、中心市街地をフィーチャー。

新屋敷のバス停で降りて、昭和12年創業の並木種苗店さんへ。店主は、市の公民館などでも、たびたび講師をされている、農学のプロ、



新屋敷で降車



駅南口、自由通路下のバス停から、まちなか探訪に出発



花や野菜の苗が春一番を告げる並木種苗店の店頭

の)さんで、と決めていた。しばらくランチを休業していたが、再開を望む声に



チャーミングな女性オーナー、天野さんと女子トークも。夜は毎日開店。アルコールや居酒屋メニューも充実

花山秀昭さん。アカデミックなことから、食味の好みまで、野菜づくり、花づくりは何でもござれで、地元にあったオススメ品種や失敗しない育て方、肥料や農薬の注意など、専門店ならではのアドバイスには、農家も信頼を寄せる。



〈実走data〉

岡谷駅南口(10:20) = = 新屋敷(10:29)
 …(並木種苗店) …(昼食:中央酒場(旧びあの))
 …(岡谷美術考古館) …(オーガニックマーケットカンピオ) …(蕎麦屋みのり) …ピアアピタ東(15:35) = = 岡谷駅南口(15:50)



「天竜川です。壁や洗濯物の白がアクセントになっています。」と学芸員の宇治さん

と その 風景のなかに引き込まれてしまふた

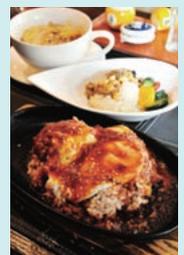
お腹がいっぱいになったところで、岡谷美術考古館に向かう。収蔵作品展として「早出守雄展」が開かれている(7月11日まで)。空、水、緑、家並み…その表現の多彩さ、構図へのこだわりには、ふるさと岡谷への思いも色濃く感じられる。油彩のようにコテで描かれた水彩画は、とても力強く、すつ

月・金限定で週2のオープン。天王森から駐車場を抜けて到着。パスタ、カレー、ドリア、井などから、食事のメインが選べるランチは、野菜スープ、おからと豆のサラダ、手作りデザート、フリードリンクが付いて1000円とおトク。レトロポップな雰囲気ややさしく、初めてでも、入りやすい。

昔なつかしナポリタン…やっぱこれかな!



プロヴァンス風ドリアは、ハーブがさわやかで重くない



この日のスープはオニオングラタン。人気のロコモコ丼を選んでセットに



天気がいいと うれしくなります♪

太陽光発電も岡谷酸素

🔆 **とくとくと発電開始!!**

豊富な取り扱いメーカーから、お宅にぴったり!をご提案いたします。独自のアフターサービスもご用意しております。

● **取り扱いメーカー**

- ホンダソルテック ・ 長州産業 ・ 三菱電機 ・ 京セラ
- ソーラーフロンティア ・ シャープ ・ パナソニック

うちもそろそろ付けようかしら。岡谷酸素に聞いてみましょう!

おとなりさん、「太陽光発電」はじめたんだったって。

岡谷酸素株式会社 岡谷営業所 岡谷市湖畔2-3-7 TEL: 0266-22-4931

広告



色と時間が目の前をよぎったかと思えば、新しい発見もある。

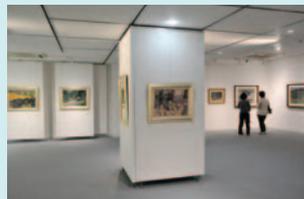
めざすは、オーガニックマーケットのカンビオさん。東京出身のオーナー鈴木さんが、信州で暮らす夢を実現すべく、岡谷にやってきて、24年前に始めたお店だ。自然とかわる生活の提案を、作り手の考えや人柄が伝わるように…という姿勢が伝わってくる。買うことで、がんばっている若い農者のサポートができたり…おいしくて身体にいいものを味わう満足が、さらに倍増しそう。



有機、オーガニック、エコな商品が幅広くそろう。パンやお菓子、雑貨や書籍も…



野菜は、山好きの鈴木さんが農家を訪ね、畑をまわって直接仕入れ



近隣の高校でかつて美術を教えていた早出守雄さんの画業が一室に。教え子のみなさん、現役高校生、美術部のみなさん、ぜひ足を運んでみて!

び、中央通りをのんびり歩く。長年変わらずにやっていた店舗に敬意とエール。思い出の景色



小上がり、テーブル、カウンター…お好みの席で

時間はあつという間に過ぎるので、この際、夕飯まで予定に入れて、ゆくり楽しんでしまおう。そば屋というと、昼の営業だったり、打ったそばが終わったら閉店という店が多いなか、昼のみならず、夜の営業にも力を入れているのが、蕎麦屋みのりさんだ。「ちょっと一杯引っかけた…そんな江戸の粋を感じさせる店に」と、店主太田さんが意気込むだけあって、日本橋鯉節問屋十三代目直伝の極上つゆがすばらしく、出汁の虜とろりになってしまふ。かえしが効いた焼きとり、築地仕入れの近海タコのから揚げ、アジフライなど、酒が進む肴もポ



バーかと思ふカウンター。日本酒、ビール、焼酎のほか、ウイスキーやワインにもこだわっている



カンビオ店内には、刃物研磨のプロショップ「研ぎ玄」さんも。包丁を持ち込んで研いでもらっている間に、買い物ができる

◆シルキーバス利用メモ

運賃…一律150円(大人)
1日フリーパス券300円
回数券(12枚) 1,500円
(市内7路線ほか、スワンバスにも乗車可)
※子ども料金、障がい者割引あり

◆お店情報

- 並木種苗店 ☎22-3357 無休
- 中央酒場 ☎23-6484 ランチは月・金限定
- カンビオ ☎24-1851 無休
- みのり ☎55-5111 水・最終木曜日

〈モデルプラン〉

岡谷駅南口(10:20) = = 新屋敷(10:29) … (商店めぐり&まちぶら1) … (ランチは、行ったことのないお店に行ってみよう) … (商店めぐり&まちぶら2) …ピアアピタ東(15:35) = = イルフ童画館(15:44) … (美術考古館) … (商店めぐり&まちぶら3) … (お好みの飲食店でプチ旅をべよう)

【参考】駅に戻る最終バス 中央通り三丁目(19:12) = = 岡谷駅南口(19:20) ※ただし日曜日は休止または、スワンバス内回り 中央通り三丁目(19:38) = = 岡谷駅南口(19:47)

イント高し。財布にやさしい手頃な価格で、家族連れにもオススメできる。

(取材日) 4月22日(ほか)

平日ランチには、極上粉鯉(鯉節を削った端材)のおかこはんもお試しあれ



広告

エコドライブ、美しい環境とモビリティの楽しさを次世代へ。

Hondaの軽。人気のNシリーズ!



軽四輪自動車にも保管場所が必要です。

Honda Cars 松本東 岡谷店

TEL.0266-78-6120
〒394-0035 岡谷市天竜町2-2-32
営業時間/9:00~19:00 定休日/水曜日
http://www.hondacars-matsumotohigashi.jp/

メンバーズ登録で便利とおトクが広がる!
Honda C-cardメンバーズ
※入金・登録受付中!
http://www.honda.co.jp/c-card/



HONDA

「こうずら ほうずら」は市民のみなさんでつくるページです。
 市政や広報に対するご意見や身近な話題など、どんどんお寄せください。
 宛先 ● 〒394-8510 岡谷市役所(住所不要) 秘書広報課広報広聴(内線1366)



こえ

5月の
ハガキから
▼は広報広聴担当より

市民病院や消防署、ごみ処理場の工事現場を車で通りかかったときに、岡谷は市民のためにはいいなと思ったことがあります。いまは、ごみ処理場の工事現場を広報に載せて説明してほしいと思います。 Y・Fさん(倉地御所)

▼美術考古館、看護専門学校、蚕糸博物館、消防庁舎、市民病院、そして諏訪湖周クリンセンター(eoポップ)。市民生活の安全・安心を守り、健康で生きがいを持って暮らしていくための6つの基盤整備は、12月のeoポップの本格稼働をもって完了となります。わたしたちの生活を支える施設が次々と完成し、岡谷がより住みやすいまちになっていきますね。 eoポップ

ポについては、本格稼働を直前に控えた11月の広報で、詳しくご紹介する予定です。

今年の鶴峯公園のツツジは見たえがありますね。この時期の通勤時の楽しみです。関係者の長年の手入れのおかげと感謝しています。天竜川対岸の橋原区から見るツツジも見事です。 S・Uさん(川岸上)

▼今年もつじ祭りに満開を迎え、3万株の色とりどりのツツジと五月晴れのマッチングが圧巻でした。鶴峯公園のツツジは、ご存知の人もいらつしゃると思いますが、当時の川岸村が、300株のツツジを発注したところ、手違いで3万株届いて、村中が大騒ぎになったという逸話があります。そのおかげで現在、中部地方一のツツジの名所になったというのは、愉快なお話ですね。

「シルキーバスでおでかけ」コーナーが、市内の知らなかつたお店を知るきっかけになり、とてもよかったです。 K・Hさん(羨)

▼昨年9月からスタートした「シルキーバスでおでかけ」が、おかげさまでご好評をいただいています。灯台下暗しといいますが、住んでいるまちでも意外と知らないことが多いですね。ご紹介したコース以外にも、オリジナルのプランを立てて、市内散策などに出かけてみてはいかがでしょうか。

ホストファミリーを体験してみませんか？

昨年は、アメリカのミシガン州マウント・プレザント市との姉妹都市提携50周年で、さまざまな交流行事が開かれました。今年の夏は、1年おきに高校生を派遣する恒例の交流事業で、マウント・プレザント市から高校生が岡谷市を訪れます。この事業になくてはならないもの、それはホストファミリーです。今までにホストファミリーを体験されたみなさんは、各家庭に迎えたゲストと今も連絡を取り合い、本当の家族のような付き合いを続けています。今年で28回目となる、このすばらしい交流事業に、ぜひご協力ください。

受け入れ期間(予定) …8月3日(水)～14日(日) 11日間

応募資格…

- ①市内在住または市内の高校に通う生徒の家庭を優先しますが、それ以外でも歓迎。
 - ②滞在期間中、個室(和・洋どちらでも)を生徒に提供でき、家族全員が積極的に国際交流できる家庭。
 - ③原則として11日間の受け入れですが、日数は相談可能です。
 - ④プログラム(午前9時～午後4時)参加のため、滞在期間中の平日は、朝夕の送迎が必要(送迎時間などの調整には応じます)。
 - ⑤滞在中の経費は、上記プログラムを除き、ホストファミリーで負担してください。
- ※詳細など、気軽にお問い合わせください。



旧林家住宅 茶会

国重要文化財 旧林家住宅で、茶会を開催します。さわやかな初夏に、香り高い日本の文化を味わってみませんか。

日時…6月19日(日) 午前9時30分～午後2時30分(受付2時まで)

場所…旧林家住宅(御倉町2-20)

茶券…1,000円(表千家・裏千家2席分 当日会場にてお求めください)

※茶券をお求めの人は、旧林家住宅の見学は無料です。

主催…岡谷市茶道協会「岡谷吉祥会」

● 問合せ ●
 岡谷市教育委員会 ☎22-5854

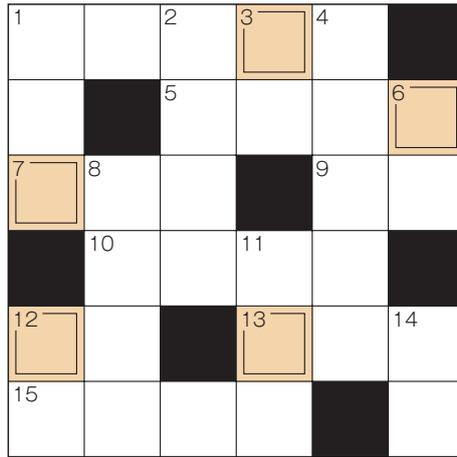
問合せ●(公財)おかや文化振興事業団 国際交流センター ☎24-3226

脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.366
クロスワードパズル

問題

二重枠の文字を並べ替えると岡谷に
関係のある言葉ができます。それを
教えてください。正解者のなかから
抽選で5名に、うなぎのまちおかや
共通利用券(500円)をプレゼント。

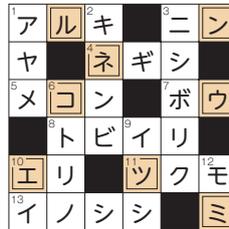


●応募方法…はがきに答え・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、ひと
言(特集テーマや、市政、広報に対するご意見や身近な話題など)をそえて「〒394-
8510 岡谷市役所(住所不要)広報クイズ係」までお送りください。6月10日必着。(ひ
と言は「こえ」に掲載させていただく場合があります)

●前回(5月号)の答えと当選者

「ツルミネコウエン(鶴峰公園)」

正解数48通(応募総数48通)のなかから抽選で、H・Mさん
(東銀座)、Y・Tさん(川岸中)、M・Hさん(本町)、Y・Yさ
ん(湖畔)、H・Oさん(川岸中)に、うなぎのまちおかや共
通利用券(500円)をお送りします。



◆ヨコのカギ

- 1 岡谷市勤労青少年ホームの愛称です
- 5 人間関係でもビジネスでもこれが大切です
- 7 ロトウ桜が見事な市立○○○館
- 9 ○○下、○○手
- 10 紙が普及する以前に使われた筆写の材料
- 12 恩を○○で返す
- 13 定住促進、地域活性化などを目的と
した岡谷市○○○情報バンク
- 15 ○○○○町。市役所のあたりです

◆タテのカギ

- 1 電力の単位
- 2 おかしいというより、動揺したときなど
に出てしまいます
- 3 ひとり
- 4 山出しの「秋四」担当は、岡谷、小尾口、
○○○○○の旧岡谷3区
- 6 いつやるの
- 8 大きな茅葺き屋根が特徴的な
○○○○片倉兼太郎生家
- 11 脱力感、失望感、挫折感…人生の
○○○を感じる
- 12 お得で人気! ロマネットの○○風呂
- 14 昔は天竜川でウナギを捕るために、この
漁が盛んでした



「そんごくう」昭和45年 武井武雄

今井竜五

市民の皆さん、この機会にぜひ
お住まいの地域の避難場所の
確認、また、非常持ち出し品の
点検等、できることから準備に
取り組んでいただきたいと思います。

さて、今回の熊本地震は、活断層の横ずれが原因で
発生しているとのことですが、これは岡谷にも起こりう
ることだと考えておく必要があります。日本列島は明
らかに地震の活動期に入っており、巨大地震や火山噴
火が続くことを覚悟しなければならないという指摘もあ
ります。

一刻も早く余震が収まり、さらに全国各地からの支援
の輪が広がって、被災された方々が早く日常の生活に戻
られること、また、地域の一日も早い復興を心からお祈
りしています。

岡谷市は、いち早く義援金の受付を行ったほか、県
を通じて避難所への支援や、「被災建築物の応急危険度
判定士」、「被災宅地危険度判定士」の派遣要請に対応で
きる職員体制を整えております。

熊本、大分で発生しました地震の被害を受け、亡く
なられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災され
た皆様にも心からお見舞い申し上げます。この原稿の執
筆時にもまだ余震が続き、多くの方が避難所で不自
由な生活をされています。ある日、突然襲ってくる災害。
家が倒壊し、住む場所、生活の場がなくなってしまう。
実際に被害にあわれた方にとりましては、私たちが想
像する以上に大変な心労が続いていると思います。

熊本、大分で発生しました地震の被害を受け、亡く
なられた方々のご冥福をお祈りするとともに、被災され
た皆様にも心からお見舞い申し上げます。この原稿の執
筆時にもまだ余震が続き、多くの方が避難所で不自
由な生活をされています。ある日、突然襲ってくる災害。
家が倒壊し、住む場所、生活の場がなくなってしまう。
実際に被害にあわれた方にとりましては、私たちが想
像する以上に大変な心労が続いていると思います。



【市長随想 69】
「災害への備え」

今月の子育てキーワード(小学校 高学年) 『まず聴いて もう一度聴いて 受け止めて』

どんなに忙しくても子どもの話をじっくり聴くことで、子どもの本音が見えてきます。そんな時間をつくること
が大切です。 ~成長樹(期)子育て実践ポイントより~

武井武雄の世界 イルフ童画館情報

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

申込み・問合せ ● ☎24-3319

【休館日】水曜日(祝日は開館)
【開館時間】午前10時～午後7時
【入館料】一般500円・中高生300円・小学生150円
【年間入館券】一般1,500円・高校生900円

【イベント】★1階はらっぱ ♥喫茶ラムラム

★武井武雄《鳥の連作》
ビーズ刺繍ブローチづくり③
日時…6月5日(日) 午後1時～3時30分
講師…本多直子さん
参加費…1,100円 定員…15名(要申込み)
持ち物…裁縫道具、はさみ、ビーズ刺繍用針
武井武雄の木版画作品の愛らしい鳥たちを、
ビーズ刺繍でブローチに仕立てます。

♥虹のところてんをつくろう(要申込み)
日時…6月11日(土) ①午後1時30分～
②午後3時30分～
参加費…300円 定員…各回10名
カラフルなところてんをてん突きで突いて虹色
に…。使用したてん突きは持ち帰りできます。

★〈100% ORANGE展〉2色版画カードづくり
日時…6月12日(日) 午後1時30分～3時
参加費…200円 定員…10名(要申込み)
簡単な版画で100% ORANGEのようなかわい
いカードをつくってみませんか？

★〈父の日〉砂時計をつくろう
日時…6月18日(土) 午後1時30分～3時
参加費…500円 定員…10名(要申込み)
自分で組み立てた砂時計を父の日にプレゼントしませんか。

開催中の展覧会…6月19日(日)まで
〈企画展〉100% ORANGE
絵本とイラストレーション作品展
あ、こどもさん



パンのみみたるう 2014
学研教育出版

絵本からデザインまで幅広く活躍する及川賢治
と竹内繭子の二人組イラストレーター。絵本以外の仕事を網羅する
展覧会は初の開催です。

〈収蔵作品展〉武井武雄 制作のひみつ展

次回展覧会…6月23日(木)～9月5日(月)

〈企画展〉ツペラ ツペラ パラペラプラ展
～ tupera tuperaの絵本の世界～

絵本だけでなく、教育番組の
アートディレクションまでも手が
け、多くのファンを魅了している
tupera tuperaの作品…実は1つ1
つが手の込んだ創作の結晶なの
です。ぜひ細部までご覧ください。



アニマルアルファベットサーカス 2009

〈収蔵作品展〉武井武雄 あそびと創造の宝箱展

武井は「あいうえお絵本」や「アイウエ王とカキケ
候」など、言葉遊びも楽しめる作品を数多く残していま
す。魅力がいっぱい詰まった“たからばこ”のような展
示をお楽しみください。



いろは四十八面集-天狗面 制作年不詳

★〈tupera tupera展〉なりきりお面をつくろう(要申込み)
日時…6月26日(日) 午後1時30分～3時
参加費…100円 定員…15名(要申込み)
tupera tuperaさんの作品のようなユニークな顔のお面を
つくって遊べます。

追突事故にあった人が
来るところ

事故の
ケガについて
ご相談

岡谷市民整体院
岡谷市本町2-6-33



0120-972-534 院長 中村啓紀

頭痛

肩こり

腰痛

骨盤矯正

2～3回で楽になる人が多いです。

(個人差があります)

岡谷市民整体院
岡谷市本町2-6-33

お気軽に
ご相談ください!

0120-972-534

広告



市立 岡谷美術考古館

【休館日】水曜日・祝日の翌日 【開館時間】午前10時～午後7時
 【入館料】常設展 大人350円・小中学生150円
 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

〈収蔵作品展I〉会期…7月11日(月)まで

早出守雄 風景画展

— 空と水を描かせれば、誰にも負けない…

岡谷市出身の水彩画家、早出守雄は、生まれ育った故郷の風景をこよなく愛し、山や川、家並み、四季の移ろい、人の営みなどを



「水辺の秋」

慈しむ多くの風景画を描きました。造形や構図を厳しく追及した早出守雄の画業や足跡、人々の心に染みる故郷の風景作品の数々をご紹介します。



早出守雄

【ワークショップ】どなたでも参加できます

◆いつもがんばっているおとうさん・おかあさんへ
 世界にひとつだけのスペシャルプレゼントをつくろう!!!
 おとうさんやおかあさんに絵やメッセージを。「布描きクレヨン」で布に描きます。簡単ラッピングも教えちゃうよ♪

日時…6月11日(土)

①午前10時～・②午前11時～

定員…各回10名(要申込み)

参加費…100円



◆七夕モバイルをつくろう♪

プラ板で、丸くてかわいいモバイルと七夕かざりをつくりまします。おうちに飾ってね♪

日時…6月18日(土) 午前10時30分～

定員…20名(要申込み) 参加費…100円

申込み・問合せ ● ☎ 22-5854 URL <http://www.okaya-museum.jp/>



【休館日】水曜日・祝日の翌日 5月31日(火)は展示替えのため臨時休館
 【開館時間】午前9時～午後5時(宮坂製糸所・まゆちゃん工房は午後4時まで)
 【入館料】一般500円・中高生300円・小学生150円
 【年間入館券】大人1,200円・高校生700円
 ※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



〈蚕糸博物館企画展〉

「シルクのまちから いと・おり・そめ タマビのテキスタイル2016展」

会期…6月2日(木)～7月24日(日)

【関連イベント】

多摩美術大学テキスタイルデザイン研究室の教員と学生(出品者)が、参加者と対話を通じて交流。テキスタイルについての理解を深めます。



岩本千種「In her room」

日時…6月5日(日) 午後1時30分～

対象…高校生(小・中学生、一般の参加も可)

※申し込み不要・要入館料

【イベント・ワークショップ情報】

★かいこふれあいデー(申し込み不要・参加無料)

カイコ(春蚕5月末～7月初旬)の成長を毎週観察し、昔ながらの道具でカイコのお世話をします。

日時…7月初旬まで毎週日曜日

午前10時30分～11時30分(毎回)

※1回だけの参加も可。博物館に入館する場合は要入館料。

★フランス式繰糸機復元機実演(申し込み不要・要入館料)

日時…6月11日(土) ①午前10時30分～ ②午後2時～(同内容)

★ワークショップ シルクを使った「ミニてまり」を作ります。

日時…6月18日(土) 午後1時30分～

定員…10名(要申込み) 参加費…1,000円



申込み・問合せ ● ☎ 23-3489 (サンシハク)

岡谷市子育て支援サイト・子育て支援メールマガジン

げんきっずおかや

<http://www.city.okaya.lg.jp/site/kosodate/>

子育てに関する情報を、パソコンや携帯電話に月2回配信。

まずは利用登録!

.....

今すぐアクセス▶▶

.....

問合せ●子ども課(内線1264)



広報おかや No.1402 平成28年6月号(毎月25日発行)
 発行日:平成28年5月25日
 発行:岡谷市(企画政策部秘書広報課)
 TEL 0266-23-4811 FAX 0266-23-5022 〒394-8510 長野県岡谷市幸町8番1号
 URL <http://www.city.okaya.lg.jp/> メールアドレス(秘書広報課) joho@city.okaya.lg.jp
 印刷:中央印刷株式会社

岡谷市 市木/いちい 市花/つつじ
 人口の動き(平成28年4月1日現在)
 人口 49,813人 前月比 -170 前年同月比 -521
 世帯数 19,398世帯 前月比 +16 前年同月比 -20



広報おかや(印刷)のマーク

カメラリポート



諏訪大社 御柱祭 下社 里曳き 5月14日~16日



6月の図書館情報

絵本の読み聞かせ、語り、紙芝居、パネルシアターなどのおはなし会を定期的に行っています。

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時: 6月21日(火) 午前10時30分~

(30分程度)

☆おはなしの森(園児~小学生向け)

期日: 6月4日・11日・18日・25日の土曜日

時間: 午前11時~(20分程度)

☆読み聞かせ講座

日時: 6月26日(日) 午後1時30分~3時

内容: 「紙芝居の演じ方」

講師: 塚原 成幸さん

主催: おはなさいだいきポポーの木

※会場は、いずれも市立岡谷図書館2階会議室です。

◎6月の休館日: 6日・13日・20日・24日・27日

今月のテーマブックス「雨を楽しもう!」

男女共同参画週間テーマブックス

期間: 6月23日(木)~29日(水)

6月19日(毎月第3日曜日)は

「うち読でこ」読の日



問合せ ●市立岡谷図書館 ☎22-2031

広告

ご法事 四十九日、一周忌、三回忌... お引物、各種手配のご相談承ります。



小・中・大の宴会場をご用意できます。内覧ご希望の方、お気軽にお問合せください。

太田屋

りんごの会
 生活応援
 岡谷の真ん中
 中央通り
Memory メモリー
 岡谷市中央町3-1-30 (駐車場完備)
☎22-0001