

## 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っていない人

**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っていない人

**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やプラン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…イルフプラザ・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●イルフプラザ・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

## フォレスト 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」

フォレスト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

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。



提供：BS日テレ

【主催】カノラホール ((公財)おかや文化振興事業団)

【企画・制作】フォレスト・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いっしょ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