



諏訪湖周クリーンセンター本格稼働に伴い、  
仮設ごみ預かり所は閉鎖しました。



## 12月1日からのごみの持ち込み場所は…

- 燃えるごみ…定位置に出しきれない燃えるごみや、指定袋に入らない燃えるごみは、諏訪湖周クリーンセンターへ持ち込んでください。  
(指定袋に入らない場合の手数料：一般家庭は100円/10kg)
- 剪定枝・草・落ち葉…定位置に出しきれない剪定枝は、持ち運びできる大きさに束ね、草、落ち葉は、プラスチック指定袋または、透明袋へ入れて、アイ・コーポレーションへ持ち込んでください(無料)。
- ペットの死がい…諏訪湖周クリーンセンターへ持ち込んでください。(900円/1体)
- 燃えないごみ…定位置に出しきれない燃えないごみ(指定袋に入れたものに限る)は、アイ・コーポレーションへ持ち込んでください(無料)。  
※諏訪湖周クリーンセンターへの持ち込みはできません。

### 【アイ・コーポレーション】

住所…神明町4-10-1  
持ち込み受付…午前9時～午後4時  
※1月1日～1月3日は休業  
問合せ… ☎ 0120-54-1656  
事業本部 ☎ 24-0110



### 第3次岡谷市環境基本計画の推進

## 12月の重点目標《地球環境の保全》 かけがえのない地球環境を守るまち

社会生活により発生する二酸化炭素や、産業利用されている代替フロンなどの温室効果ガスは、地球温暖化を促進します。その大量排出は、異常気象や生態系の変化に影響を与える大きな問題です。



おかや環境かるた  
へっちゃらさ寒い季節も  
なんのその

### ◎市民のみなさん

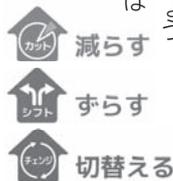
#### ●家庭での省エネルギーを心がけた生活の実践

- 電気を使用する時間帯を集中させないように、エネルギーを利用する行動の時間帯をずらす『ピークシフト』や、機器の買い替え時には、エネルギー効率にも注目し、また、電気以外の選択肢(自然エネルギー利用や暖房と煮炊きが同時にできる熱源などへ切り替える)により、『エネルギーチェンジ』を促進しましょう。
- 冬の暖房温度は控えめにし、重ね着で防寒しましょう。



### ◎事業所のみなさん

- 省エネルギー化の仕組みの構築と事業所運営の実践
  - 事業所内LAN接続などによりペーパーレスの仕組みを作り、プリントやコピーを減らしましょう。
  - 外灯および看板照明の自粛、営業時間の工夫
  - 外灯や看板の照明は、適度な明るさにとどめましょう。
- 終夜営業は、社会性、地域性、利用度などを考慮して、柔軟に判断しましょう。



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。

## 祝日・年末年始のごみの収集について

12月23日(金)・祝日は、生ごみを除いたごみの収集を、年末年始の12月29日(木)～1月3日(火)は、生ごみも含めてごみの収集を行いません。収集場所に出さないようお願いします。  
12月31日(土)～1月3日(火)は、諏訪湖周クリーンセンターも休業します。この間、ごみの持ち込みはできません。

## まきストーブについてのお願い

- 近年、まきストーブによる煙やにおいの苦情が寄せられています。まきストーブを使用する際には、次の点にご注意ください。
- 住宅密集地では特に、煙突の位置や高さに十分配慮し、設置してください。
- 湿ったまきは、煙やにおいの原因になります。まきは十分に乾燥させてください。
- まき以外のものは、燃やさないでください。
- ストーブの保守点検と煙突清掃を、定期的に行いましょう。
- まきストーブは、煙やにおいが近隣の迷惑にならないよう配慮のうえ、使用してください。

川岸公民館 生活講座

味噌ソムリエから教わる「味噌作り」講座

味噌ソムリエから教わる、本格味噌作り♪「利き味噌」も体験しましょう!

日時…1月21日(土) 午後1時30分～3時30分

対象…市内在住・在勤の人(年齢・性別問わず)

定員…15名(先着順。定員になり次第締切)

※親子参加の場合も人数でカウントします。

参加費…550円(受講料200円+材料費350円)

※受付時に集金します。

※複数人(親子や家族)で参加の場合は、味噌をいくつ作りた  
いかお知らせください。1つの味噌を一緒に作る場合は、  
人数分の受講料+材料費350円が参加費となります。

講師…(有)喜多屋醸造店 味噌ソムリエ 長峰 愛さん

持ち物…エプロン、三角巾、手ぬぐい(タオル)、持ち帰り用  
タッパー(つけもの用以外)、ビニール手袋、筆記用具

申込み…12月5日(月)～28日(水)の午前8時30分～午後5  
時15分に、窓口または電話で受付(窓口優先)。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

カルチャーセンター・未来山脈めぐみ会 共催講座

初心者向け 口語短歌入門講座

はなしことばで五・七・五・七・七…39文字以内で自由に  
表現する現代短歌です。「基本・作り方・実践・発表」を5  
回講座で行います。

期日…1月12日・26日、2月2日・23日、3月2日

(全5回 毎回木曜日)

時間…午後1時30分～3時30分

会場…カルチャーセンター 第7研修室

対象…16歳以上の市民 定員…10名

参加費…1,000円

持ち物…筆記用具

講師…光本恵子さん・「未来山脈めぐみ会」のみなさん

申込み…12月14日(水) 午前10時よりカルチャーセンター  
第2会議室にて受付。参加費を添えてお申し込みくださ  
い。初日の電話による受付はありません。

※託児(生後4か月～小学生未満)を希望する人は、受付  
時にお申し込みください。



託児あり

申込み・問合せ●

イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

★★★★★ ファミリー向けのクリスマス企画 ★★★★★

今年は、少し特別なクリスマスを! 家族と一緒に、ク  
リスマスの飾りやお菓子をつくって、楽しいクリスマス  
映画「マペットのクリスマス・キャロル」も鑑賞…海外の  
クリスマスの素敵な雰囲気味わってみませんか。



日時…12月17日(土) 午後4時～7時

場所…諏訪湖ハイツ コンベンションホール

対象…小学生とその保護者

参加費…500円(お菓子・プレゼント代)

申込み締切…12月12日(月)

申込み・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

子どもたちに「夢と希望」を届けてください!

サンタボランティア募集!

日時…12月24日(土) 午後7時～8時(集合:午後6時)

集合場所…岡谷市勤労青少年ホーム

募集人員…3～4名(30歳代まで、男女問わず)

※後日打ち合わせをします。衣装は岡谷市勤労青少年  
ホームで用意(男女あり)。



サンタからプレゼントを受け取る家庭も募集!

配達日時…12月24日(土) 午後7時～

募集家庭…20家庭(市内在住、先着順)

※申し込み時に宅配の希望時間帯をお聞きします。配達するプレ  
ゼントは、12月16日(金)午後9時(厳守)までに、岡谷市勤労青少  
年ホームにお持ちください。

申込み…どちらも12月1日(木)から電話受付開始(先着順)

申込み・問合せ●岡谷市勤労青少年ホーム ☎23-2201

カルチャーセンター・歌月会 共催講座

百人一首かるた大会

「源平合戦方式」(1組2人ずつのチーム戦、  
組み合わせは当日くじ引き)で、初心者でも楽し  
めます。ぜひ挑戦してみてください。

日時…1月7日(土) 午前10時～正午

会場…カルチャーセンター 第1和室

対象…小学生以上ならどなたでも

参加費…1人200円

講師…学習グループ「歌月会」のみなさん

申込み…12月8日(木) 午前10時より受付。

カルチャーセンター窓口で参加費を添えてお  
申し込みください。9日(金)から電話での仮  
受付をします。



申込み・問合せ●

イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

**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・予防接種票 ※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。

**保健診等**  
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

	<b>金</b>	<b>土</b>
1	2	3
<p><b>1歳6か月児健診</b> (27年5月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p><b>信和設備(株)</b> ☎ 22-3302</p>		<p><b>(株)総設工業</b> ☎ 28-8504</p>
8	9	10
<p><b>(有)丸竹下島商店</b> ☎ 22-2406</p>		<p><b>十和設備(株)</b> ☎ 24-0182</p>
15	16	17
<p><b>(株)シンニチ設備</b> ☎ 22-1365</p>		<p><b>(株)浜パイピング</b> ☎ 23-6885</p>
22	23	24
<p><b>野村ウイメンズクリニック</b> ☎ 24-1103</p> <p><b>小松歯科医院</b> ☎ 27-8226</p> <p><b>ウエルシア薬局</b> ☎ 26-2510</p> <p><b>(株)林鉄工設備</b> ☎ 23-3197</p>		<p><b>(株)イワナミ</b> ☎ 22-2222</p>
29	30	31
<p><b>今井整形外科</b> ☎ 28-9933</p> <p><b>林歯科医院</b> ☎ 28-6586</p> <p><b>ウエルシア薬局</b> ☎ 26-2510</p> <p><b>旭設備(株)</b> ☎ 23-3764</p>	<p><b>林眼科医院</b> ☎ 28-6596</p> <p><b>諏訪共立病院</b> ☎ 28-2012</p> <p><b>山岡歯科医院</b> ☎ 22-2472</p> <p><b>御子柴薬局</b> ☎ 27-7056</p> <p><b>ひまわり薬局</b> ☎ 26-7226</p> <p><b>(株)アイテック</b> ☎ 23-8500</p>	

## ●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

<b>行政相談</b>	14日(水)午前9時～正午 庁舎202会議室
<b>無料法律相談 [予約制]</b>	20日(火)午後1時～5時 社会福祉課 相談員:毛利正道 弁護士 ※1月分予約:12月21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]
<b>高齢者のための司法書士による無料法律相談 [予約制]</b>	21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)
<b>ことばの教室 [予約制]</b>	月・水曜日 午前9時30分～午後2時30分 子ども課
<b>家庭児童相談</b>	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
<b>ひとり親家庭等相談</b>	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課
<b>生活困窮相談 (生活就労支援センター)</b>	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉課
<b>子ども総合相談センター</b>	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 教育総務課
<b>教育相談室 (子ども総合相談センター分室)</b>	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] 14日(水)午後1時～7時 (1人50分) 会場:諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206
<b>若者のための就労相談会 (夜間) [予約制]</b>	16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
<b>女性のための相談 [予約制]</b>	20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)
<b>中小企業経営技術相談</b>	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
<b>ひと・しごと相談</b>	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
<b>特許・発明相談会 (産業財産権相談会)</b>	20日(火)午後1時～4時 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
<b>ミニジョブカフェ [予約制]</b>	14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
<b>農地相談 [予約制]</b>	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 諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290 (内線 3112) (080-5143-3202)
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時		
	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

3回目▶12月9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  
※1月13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]

12月26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

12月

DECEMBER

-  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。  
※健康保険証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**  
受付時間  
持ち  
※
- ◆ **乳幼児健診**  
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><b>今月の納税</b></p> <p>◎固定資産税・都市計画税 第3期 ◎国民健康保険税 第9期 納期限…12月26日(月)</p> <p>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。</p> <p>問合せ●税務課(内線1135)</p>		<p><b>健康相談・栄養相談・ 歯科相談(月～金曜日)</b></p> <p>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。</p>		<p><b>諏訪地区小児夜間急病 センター(年中無休)</b></p> <p>■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</p>	<p><b>BCG</b> (28年4月2日～7月1日生)</p> <p><b>2歳児にここ教室</b> (26年11月生) 受付午前9時15分～9時30分</p> <p><b>松澤工業(株)岡谷支店</b> ☎ 27-7642</p>
<p>4</p> <p><b>+</b> 浜整形形成外科医院 ☎ 24-3011</p> <p><b>☞</b> たちばな歯科医院 ☎ 22-1228</p> <p><b>☞</b> 高市薬局 ☎ 22-0781</p> <p><b>☞</b> (有)三善工業 ☎ 23-3446</p>	<p>5</p> <p><b>☞</b> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</p>	<p>6</p> <p><b>☞</b> (株)イワナミ ☎ 22-2222</p>	<p>7</p> <p><b>☞</b> 3歳児健診 (25年11月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p><b>☞</b> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</p>	<p>8</p> <p><b>☞</b> 日本脳炎 (25年11月生:1回目[全地] 27年12月に2回目を終了し [西堀・長地地区])</p> <p><b>☞</b> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	
<p>11</p> <p><b>+</b> 溝口医院 ☎ 27-6266</p> <p><b>☞</b> 栗田歯科医院 ☎ 24-5756</p> <p><b>☞</b> 永田薬局 ☎ 27-8123</p> <p><b>☞</b> 水道建設(株) ☎ 23-2662</p>	<p>12</p> <p><b>☞</b> 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p><b>☞</b> 旭設備(株) ☎ 23-3764</p>	<p>13</p> <p><b>☞</b> 四種混合 (28年8月生) 27年11月に3回目を終了した 人を含む [西堀・長地地区]</p> <p><b>☞</b> (株)アイテック ☎ 23-8500</p>	<p>14</p> <p><b>☞</b> 3～4か月児健診 (28年8月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p><b>☞</b> 杉村設備(株) ☎ 27-8632</p>	<p>15</p> <p><b>☞</b> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</p>	
<p>18</p> <p><b>+</b> 山崎医院 ☎ 22-3287</p> <p><b>☞</b> さつき歯科医院 ☎ 27-5858</p> <p><b>☞</b> 山一小口薬局 ☎ 23-2206</p> <p><b>☞</b> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</p>	<p>19</p> <p><b>☞</b> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	<p>20</p> <p><b>☞</b> 四種混合 (28年8月生) 27年11月に3回目を終了した 人を含む [西堀・長地地区以外]</p> <p><b>☞</b> 信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p>21</p> <p><b>☞</b> 9～10か月児健診 (28年2月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p><b>☞</b> (株)総設工業 ☎ 28-8504</p>	<p>22</p> <p><b>☞</b> 日本脳炎 (25年11月生:2回目[全地] 27年12月に2回目を終了し [西堀・長地地区])</p> <p><b>☞</b> 離乳食教室(こっくん教室) (28年7月～8月生) 受付午前9時30分～9時55分</p> <p><b>☞</b> (有)三善工業 ☎ 23-3446</p>	
<p>25</p> <p><b>+</b> 平山医院 ☎ 27-8053</p> <p><b>☞</b> 早出歯科医院 ☎ 28-0024</p> <p><b>☞</b> 盛栄堂小池薬局 ☎ 28-6473</p> <p><b>☞</b> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</p>	<p>26</p> <p><b>☞</b> 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p><b>☞</b> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	<p>27</p> <p><b>☞</b> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>	<p>28</p> <p><b>☞</b> 十和設備(株) ☎ 24-0182</p>	<p>29</p> <p><b>☞</b> 浜歯科医院 ☎ 28-4649</p> <p><b>☞</b> 水道建設(株) ☎ 23-2662</p>	