

こどものくに 0123

参加無料

3月のイベント

♣おおきくなったね会(申し込み不要)

おおきくなったことをみんなで喜び、歌や手遊びなどを楽しみましょう。

日時…3月13日(月) 午前10時30分～11時15分

対象…子どもと保護者

講師…こどものくにスタッフ・「おおきなおはなしたまご」の先生



以前の会のようす

こどものくにへ遊びに行こう!

利用できる人…0歳～3歳までの子どもとその保護者。兄弟は就学前の子どもまで一緒に入館できます。

利用料…利用者登録200円

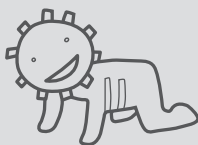
【カード更新のおしらせ】

現在のピンク色のカードは3月31日まで使えます。4月1日からは黄緑色の新しいカードになります。登録を更新してください。

楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

3月 3日(金)	午前11時～	リズム運動遊び
9日(木)	午前11時～	つくっちゃおう
10日(金)	午前10時～	子育て相談(要予約)
	午前10時30分～	双子のおしゃべり会
15日(水)	午前11時～	食べるのだいすき!
16日(木)	午前10時30分～	ベビーマッサージ
23日(木)	午前10時30分～	もぐもぐ相談
27日(月)	1日中いつでも	ぺったんこの日

問合せ●こどものくに ☎24-8403



「平成29年度 健診等窓あき封筒」へ掲載する広告を募集します

医療保険課、健康推進課では、来年度の特定健診、後期高齢者健診発送窓あき封筒に有料広告を掲載します。健診の受診券等発送封筒は、健診受診対象者に通知するため、大きな宣伝効果が期待できます。ふるってご応募ください。

規格・数量…健診用窓あき封筒(角形20号A4判)
裏面広告枠(縦4cm×横10cm) 10枠
発送枚数: 12,000部

掲載料…1枠3万円

使用期間…平成29年度(平成29年5月～10月)

掲載できない広告…法令や公序良俗に反するもの。

政治、選挙、宗教、風俗に関連するもの。社会的主義主張。美観風致を害するもの。

応募方法…医療保険課、健康推進課に募集要項と申請書がありますので、おたずねください。

応募締切…3月24日(金)

問合せ●医療保険課(内線1186)
健康推進課(内線1181)

有害鳥獣を捕獲します

ニホンジカなどの有害鳥獣の捕獲を行います。大変危険なため、期間中の一般の入山を禁止します。ご協力をお願いします。

実施日…3月4日～26日までの土・日曜日

実施場所…市内の山林

※詳細はホームページなどでご確認ください。

問合せ●農林水産課(内線1483)

広告

信濃毎日新聞

■ 信毎Web <http://www.shinmai.co.jp/>

暮らしに 仕事に 役立つ信毎

地域の話から世界のニュースまで 一紙で分かる

県内の経済記事 たっぷり詳しく
生活防衛 豊富なチラシでお得情報

ライフスタイルを彩る
週刊すわ は金曜日

信濃毎日新聞の
マスコットキャラクター
なーのちゃん



購読のお申し込みは フリーダイヤル 0120-81-4341 又は 最寄りの信毎販売店へ

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

「輝く子ども」サポート事業

地域の保育園のサポーターとして、ボランティアで保育のお手伝いをしてくださる人を募集します。

対象…市内在住の中高齢者（性別は問いません）

サポート内容…年間を通して園児との交流、行事のサポートなど。園の日程に応じて、参加日や時間は調整します。

場所…最寄りの公立保育園

※一括でボランティア保険へ加入します。

申込み・問合せ ● 最寄りの保育園

または子ども課(内線1262)

スポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(4月分)：

3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。

個人利用者優先デー

毎月第3日曜日(概ね)に、市民総合体育館(東体育館)を個人利用のために開放しています。ぜひご利用ください。

日時…3月19日(日)午前9時～午後6時

(午後6時以降も状況により利用可)

使用料…1人2時間210円

※市内小中学生は子どもパスポート・学生証提示により無料

以上問合せ ●

市民総合体育館 ☎228800

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・小中学生…4000円

一般…5000円

(テニス教室のみ6500円)

申込み…一般は、3月1日(水)午前9時より、幼児・小中学生は同日午後5時より、市民総合体育館窓口にて受け付けます(電話申込み不可・先着順。幼児・小中学生は1回の申込みにつき2名まで)。受講料を添えて申し込んでください。

「幼児・小中学生」

◎第1期

HIP-HOPダンス教室

対象…幼児(年少)～小学生
期間…4月10日～6月19日
毎回月曜日(計10回)

時間…午後4時～4時45分(幼児)
午後4時45分～5時45分(小学生)

場所…市民総合体育館

定員…各20名

◎第1期 フットサル教室

対象…幼児(年少)～小学生
期間…4月11日～6月27日
毎回火曜日(計10回)

時間…午後4時～5時(幼児)
午後5時～6時(小学生)

場所…市民総合体育館

定員…各20名

◎第1期 こどもスポーツ教室

対象…幼児(年少)～小学生
期間…4月11日～6月20日
毎回火曜日(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1期 サッカー教室

対象…幼児(年少)～小学生
期間…4月12日～6月21日
毎回水曜日(計10回)

時間…午後4時～5時(幼児)
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1期 卓球教室

対象…小学生
期間…4月12日～6月21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1期 野球教室

対象…小学生
期間…4月14日～6月23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1期 ミニバス教室

対象…小学生
期間…4月14日～6月23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…市内小中学校体育館

定員…各40名

◎第1期 バドミントン教室

対象…小学4年生～中学生
期間…4月14日～6月23日
毎回金曜日(計10回)

時間…午後5時～6時(小学生)

時間…午後5時～6時
場所…市民総合体育館
定員…20名

【一般】※全講座託児あり(1歳児～)

◎第1期 脂肪燃焼

エアロビクス教室

期間…4月10日～6月19日
毎回月曜日(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1期 ダンスエアロ&

腹筋MAX教室

期間…4月10日～6月19日
毎回月曜日(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1期 エクササイズ教室

期間…4月12日～6月21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…20名

◎第1期 テニス教室

※テニス・ソフトテニス経験者向け

期間…4月12日～6月28日

毎回水曜日(計10回)

時間…①午前10時30分～正午

②午後1時～2時30分

場所…市宮庭球場(雨天:市民総合体育館)
定員…各20名

◎第1期 ピラティス教室

期間…4月14日～6月23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1期 ZUMBA教室

期間…②4月14日～6月23日
毎回金曜日(計10回)

①4月18日～6月27日

毎回火曜日(計10回)

時間…午前11時～正午

場所…市民総合体育館

定員…各30名

◎第1期 バレトン教室

期間…4月18日～6月27日
毎回火曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…30名

以上問合せ●市民総合体育館内

シンコースポーツ(株) ☎22-8800

おしらせ

「特設人権相談所」開設

人権擁護委員による特設人権相談所です。いじめ、虐待、差別、家庭内

3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。

シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

地上デジタル放送中!

3月1日～15日までの放送番組

- 市民投稿作品「さあ、見てね!」
- 野菜万葉!! ～旬の野菜で料理～「菜の花」
- ものづくりフェア 2017
- ここが変わる! 介護保険
- 文字放送

【特別番組】

地域包括ケアシステムの概要

(午前10時～・午後3時～・午後7時～)



3月16日～31日までの放送番組

- 市民投稿作品「さあ、見てね!」
- 食育まんさい ～おかやですすめる食育～
- 学ぼう! 岡谷の水道事業
- GoooooD (グッド!) おかや
- 文字放送

【特別番組】

農業シンポジウム「知ってビックリ! 野菜づくりのコツ」

(午前10時～・午後3時～・午後7時～)



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。



ものづくりフェア 2017



農業シンポジウム

シルキーチャンネルはデジタルの11チャンネルで放送しています。視聴には、チャンネルの初期設定が必要です。設定方法がわからない場合は、LCV(☎0120-088-644)、または秘書広報課(内線1365)までお問い合わせください。

出張による設定をご依頼の場合は有料となります。ご了承ください。

問合せ●秘書広報課(内線1365)

問題など、くらしのなかで起こる問題や悩みごとの解決にご利用ください。相談は無料で秘密は堅く守られます。直接会場にお越しください。

日時…3月2日(木)午前10時～午後3時
場所…諏訪湖ハイッ
問合せ●長野地方事務局諏訪支局

☎52-2440

3月の 諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

- みちくさ書道グループ 書道展
3月1日(水)～14日(火)
- 今井浩正 写真展「公園のリスたち」
3月16日(木)～31日(金)

♥月間ロビー展示

- 吉田久子 つるし雛展
- 小坂末子 つるし雛展

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

- 箏楽 箏演奏
日時…3月18日(土) 午後1時～2時
- 銭娜 二胡演奏
日時…3月25日(土) 午後1時～2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(屋内ロビー)

暖かい室内で、おかいもの。たくさん出店があり、お目当ての品、堀り出しものが見つかりますよ。
日時…3月18日(土)・19日(日) 午前10時～午後4時ごろ

♥諏訪湖ハイツの温泉で健康づくりをしましょう

諏訪湖ハイツの温泉は効能がいっぱい。からだを暖めての健康づくりはいかがでしょうか。ぜひ、お出かけください。

♥温泉リハビリ友の会 会員募集中!

仲間と一緒に「健康作り」
しませんか!



問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

美肌の湯 ロマネット

★毎月第2木曜日はロマネットの日

期日…3月9日(木)
サービスの詳細は館内掲示板をご覧ください。

★ロビーフリマ…3月12日(日)・26日(日)

雑貨などを格安販売!

★毎月26日は「風呂の日」

毎月26日は、入浴料が割引になる
お得な風呂の日です。ご来館くだ
さい♪



★ご利用ください♪日替わりサービスデー

マンデー、レディースデー、モーニングスパ、シニア
デーなど、平日は日替わりでサービスデーを実施中♪
ぜひ、ご利用ください。

★コミックコーナー 新タイトル入荷しました!

2階休憩室に設置のコミックコー
ナー約900冊のうち、約180冊
を入れ替えました! 今回も、青年
コミックや少女コミックの人気作
品が充実。さらに、新刊も入荷
し、幅広い年代のみなさんにお
楽しみいただけます。



★ロウリュサウナ

熱波を浴びることで大量の発汗を
促すロウリュサウナで、身体スッキ
リ! 疲れをためない体づくりができ
ます。さらに、アロマの香りで心
身ともにリフレッシュ!



問合せ●ロマネット ☎27-6080

「ロマネット」に広告を出しませんか?

ロマネット内に掲示する有料広告を募集します。ロマネットは、市内外から年間25万人以上が来館する健康福祉施設ですので、大きな宣伝効果が期待できます。ふるってご応募ください。

①ロビーまたは2階休憩室に設置する広告看板(5枠)

サイズ…縦68cm×横60cm
掲示期間…4月1日～平成30年3月31日(1年間)
掲載料…1枠3万円/1年

②ロッカー裏広告(200口)

サイズ…縦15cm、横10cm
掲示期間…4月1日～平成30年3月31日(1年間)
掲載料…1口100円/1か月(1か月から契約可)
※10口単位、50口以上でお申し込みください。

ここに掲示



掲載できない広告…法令や公序良俗に反するもの。政治、選挙、宗教、風俗に関連するもの。社会的主義主張。美観風致を害するもの。

応募方法…健康推進課に募集要項と申請書がありますので、おたずねください。

応募締切…3月24日(金)

問合せ●健康推進課(内線1181)

3月の図書館情報

☆ちいさなおはなしの森

(乳幼児向け)

期日…3月22日(水)

時間…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…3月4日・11日・18日・25日

日の土曜日

時間…午前11時～(20分程度)

※会場はいつでも市立岡谷図書館2階会議室です。

☆としょかんキッズ大募集

1日図書館員になって、図書館の仕事体験してみませんか?

期日…3月30日(木)・31日(金)

時間…午前10時～午後3時(両日)

対象…市内の小学4年生～高校生

申し込み期間…3月4日(土)～11日(土)

※窓口、電話、FAXにて受付。

申し込み多数の場合は抽選となります。

◎3月の休館日…6日・8日・13日

16日・21日・27日・28日



3月19日(毎月第3日曜日)は「うち読で」読の日!

申込み・問合せ●市立岡谷図書館

☎2212031 FAX2413838

今月のテーマブックス

「春はもうすぐ」

はるがきた

ジーン・ジオン文

マーガレット・ブロー・グレアム絵

こみやゆう訳 (主婦の友社)



さむい冬ももうおわり。もうすぐ春です。

くつきもほのかにかおつぎてカレンダーをみても春はすぐそこ。

でもまちははいろいろで街路樹はかれえだのまま。春はまだどこにもみあたりません。

春がまちどおしい人々はまちじゅつに春の絵をかくことにしましたか…。

さてほんものの春はきてくれるのかな?



3月25日(土) 午後1時30分開演

春が来た! 2017

カノラ少年少女合唱団 スプリングコンサート♪

2階のホールへと思いを馳せて通り過ぎる…そんなグランドロビーが、コンサート会場に大変身! 吹き抜けの大空間に、子どもたちの元気な歌声が響き渡ります。春の訪れを全身で受けとめに、ぜひお誘いあわせてご来場ください!

問合せ●カノラホール ☎24-1300

【プログラム】

夢をかなえてドラえもん/ハナミズキ/群青/いつも何度でも ほか

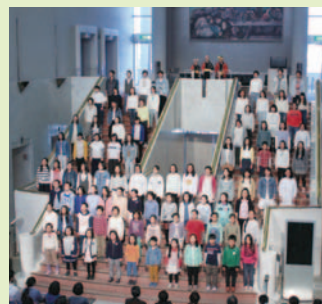
【主催】カノラホール ((公財)おかや文化振興事業団) カノラ少年少女合唱団

【時間】午後1時30分開演 【会場】グランドロビー

【チケット】入場無料。会場に直接お越しください。

昨年のコンサートより

入場無料



広告

ヤマハ音楽・英語教室 春の無料体験レッスン 募集中

音楽教室グループ

1歳…☎ 10:00
2歳…☎ 11:00
年少…☎ 16:00・☎ 9:00
年中・年長…
☎ 17:20・☎ 17:00

英語教室グループ

1歳…☎ 10:00
2歳…☎ 11:00・☎ 10:00
年少…☎ 15:10
年中・年長…
☎ 16:10・☎ 16:00

個人レッスン

★ピアノ ★サックス ★ギター
★フルート ★クラリネット
★ヴァイオリン ★ウクレレ
★トランペット ★チューバ

30分無料体験受付中
シニアグループレッスン募集中!

※見学日は日時が限定されています。事前にお問い合わせください。

お申し込み・お問い合わせ



0120-970-091

(株)オグチ楽器

岡谷フォレストモール担当 小尾口 携帯 070-5078-2955

岡谷市中央町 3-3-1