

広報

# おかや

1

Jan. 2018 [No.1421]



## 特集

ピョンチャン

## 平昌でファイト！

パラアイスホッケー日本代表チーム、岡谷から平昌へ。

### 今月の表紙

やまびこスケートの森を練習拠点に、パラリンピック出場を決めたパラアイスホッケー日本代表チーム。地元であるわたしたち岡谷市民が、最強のサポーターとして、すばらしいプレーができるよう応援しましょう！



## 「実り」の多き年に。

岡谷市長 今井 竜五

新年おめでとうございます。

市民の皆様には、輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年の岡谷市は、異常気象や台風などにより、農作物の不作や、倒木、建物損壊の被害もありましたが、一方で、岡谷南高校漕艇部の25年ぶりとなる全国高校総体優勝や、岡谷市を拠点に活動しているパラアイスホッケー日本代表の平昌冬季パラリンピックへの出場決定など、明るく、うれしい話題もありました。

国政では、衆議院の解散総選挙が行われ、一億総活躍社会の実現に向け「600兆円経済の実現」、「希望出生率1・8」、「介護離職0」という新・三本の矢を推進し、「働き方改革」、「人づくり革命」、「生産性革命」に取り組み、子どもから高齢者まで「全世代型」の社会保障制度を確立するとともに、成長と分配の好循環を創り上げ、少子高齢化の克服と経済成長を目指す

としております。

岡谷市におきまして本年は、第4次岡谷市総合計画 後期基本計画の最終年度となり、これまで展開してきた施策・事業の集大成として、成果を確実に結実させるとともに、第5次岡谷市総合計画の計画期間である次の10年間へ着実につないでいくための重要な年となります。

引き続き「たくましい産業の創造」、「輝く子どもの育成」、「安全・安心の伸展」の3項目を重点施策とし、各種事業を展開してまいります。

「市民誰もが安全で安心して、健康で生きがいを持って暮らすことができ、このまちに住み、働くことに誇りと自信、そして、愛着を持てるまちづくり」を進めるとともに、将来に向け、健全で安定的な行財政基盤を確立し、時代の流れに対応しながら、未来へ多くの夢と希望を描くことができるまちづくりに努めてまいります。

市民の皆様には「岡谷市のまちづくり」に、より一層のご支援とご協力を賜りますようお願いいたします。

迎えました平成30年が、安全・安心で平穏な年となり、市民の皆様にとりましては、ご健康で幸と実りの多き年となりますよう心からお祈り申し上げます、新年のあいさついたします。

平成30年 元旦

特集

ピョンチャン

# 平昌でファイト!

## パラアイスホッケー日本代表チーム、岡谷から平昌へ。

やまびこスケートの森で練習を重ねたパラアイスホッケー日本代表チームが、平昌パラリンピックに出場します。みなさんの声援を、やまびこスケートの森のリンクに、そして、平昌に送りましょう!

### パラアイスホッケーとは

下肢に障がいを持つ人たちのために、「アイスホッケー」のルールを一部変更して行うスポーツ。「スレッジ」と呼ばれるスケートの刃を2枚付けた専用の“そり”に乗り、左右の手にスティックを1本ずつ持ってプレーします。スティックにはアイスピックとブレードがついていて、ピックで氷をとらえ“漕ぐ”動作で前に進み、ブレードでパックを操り、パスを出したり、シュートを放ちます。アイスホッケー同様にボディチェック（体当たり）が認められていて、「氷上の格闘技」と呼ばれるほど激しいスポーツです。試合は15分3ピリオド制。

©一般社団法人日本パラアイスホッケー協会/JPIHA 「写真提供：小金澤周平／公益財団法人苫小牧市体育協会」

### やまびこスケートの森は 自分にとっての聖地

平昌はわたしにとって5大会目のパラリンピックになります。長野大会で初めて出場し、ソルトレイク、トリノ、バンクーバーと戦ってきました。ソチには残念ながら行けなかったのですが、平昌は8年越しの出場になります。

この競技との出会いは、23歳のころ、たまたま見ていたテレビのニュースで、パラアイスホッケーの講習会を知り、興味を引かれました。その後、実際に講習会に参加してスレッジ（パラアイスホッケー用のソリ）に乗せてもらったら、これがおもしろい。氷に乗れば乗った分だけ、うまくなっていく。このおもしろさがなければ、こんなに長いこと、この競技をやっていたいなかったかもしれません。とはいえ、始めたころは道具も満足に揃っていなかったもので、自分



パラアイスホッケー 日本代表  
FW  
吉川 守さん（飯田市出身）

の体に合わせて、自分で作らなければならぬ部分もありました。これから始める人はすぐに乗れる道具があるので、恵まれていると思います。

練習場所にしても、飯田市出身の自分にとって、すぐ近くの岡谷に練習場所があったからこそ、この競技を続けることができました。その意味でも、この競技を始めてから、ずっと通い続けているやまびこスケートの森は、自分にとっての聖地です。地元、岡谷の人も応援に来てくれるので、良い意味でプレッシャーになり、力になります。平昌に向けてがんばりますので、引き続き応援をお願いします。



## 選手を支えるみなさん

岡谷で懸命に練習する選手のみなさんのために、少しでも役に立ちたい! と活動している人たちがいます。その熱い思いをお聞きました。



### 彼らを支える、あたたかい地域づくりをしたい

2016年に、やまびこスケートの森がナショナルトレーニングセンターに指定されたのを受け、選手のみなさんに対し、わたしたちがお手伝いできることをたずねたら、



岡谷市社会福祉協議会  
ボランティアコーディネーター  
**今井 純子さん**

チームマネージャーさんから「彼らはアスリートなので、なんでもできる。お願いするなら、ぜひ、選手たちのことを知ってほしい。見に来て応援してほしい。」と言われました。考えてみれば、日本代表チームが練習をしている市町村なんてそんなになので、岡谷のみなさんにとって、これは貴重な機会です。それで、わたしたちは練習見学会、講演会、寄せ書き会などで、彼らのことを知って、見て、広めてもらう活動を始めました。うれしいことに、チームは予選突破を果たしてくれましたので、次は



パラリンピックの本番に向けての応援です。練習の見学会は引き続き行いますし、1月21日にはレイクウオークで寄せ書き会をしますの  
で、ぜひとも参加してください。  
「わたしたちにできること  
〓 応援を始めよう!」

### 最高の経験則を持った チームで挑む

ヘッドコーチとして、平昌が3大会目のパラリンピック出場になります。前回のソチは予選敗退でしたが、その悔しさを共に経験したメンバーを多く含むチームで挑みます。日本代表メンバーの平均年齢は41・8歳。



パラアイスホッケー 日本代表  
ヘッドコーチ(監督)  
**中北 浩仁さん**

対する強豪国のアメリカやカナダは20歳代が中心。また、現在、主戦力のひとり、三澤選手がケガで出場できないなど、厳しい状況にあります。が、わたしたちには世界最高の経験則があります。この経験則を武器に戦います。

そして、岡谷のみなさん、応援ありがとうございます。1月中旬には長野市で強化試合もしますので、応援にきてください。



### 平昌へ どん底からはい上がり

わたしは北海道出身ですが、やまびこスケートの森には、20年近く通い続けているから、よく知っています。パックでついた傷のあとまでね。ナショナルトレーニングセンターに指定されてから控え室も用意されたので、練



パラアイスホッケー 日本代表  
キャプテン  
**須藤 悟さん**

習もしやすくなりました。以前は、リンクサイドで着替えていましたから。岡谷のみなさんが練習を見にきて応援してくれるのも、本当にうれしいです。チームとしてはバンクーバーで銀メダルを獲ったあとの、ソチでの予選落ち。まさにどん底からはい上がった感じ。平昌への予選突破で、とりあえずの恩返しはできましたが、本戦もがんばります!



## ファンのひとりとしても 応援したい

日本のパラアイスホッケーは、1998年の長野パラリンピックに向けて、1994年にオープンした当施設で練習が始まりました。



やまびこスケートの森  
事業推進部 課長  
笠原 芳文さん

この競技は、選手が使用するスティックについているピック(爪)で氷を捉え滑りで進むため、氷に傷がつくという点で敬遠する施設もありましたが、パラ競技の普及という使命感を持って受け入れられました。以来、職員の協力のもと、長年携わってこれ、パラリンピックや世界選手権では、審判として参加することもできました。

2016年にナショナルトレーニングセンターに指定されたことで、選手専用の控え室が用意され、練習時間も今まで以上に確保できるようになりました。施設職員としてだけでなく、ファンのひとりとしてとてもうれしく思います。



## ミサंगाやポスターを 作りました



岡谷東高等学校  
ボランティア部 部長  
小平 鈴さん

わたしたちボランティア部は、障がいのある人たちと話をしたり、いっしょに作業をすることを部活動の一環として行っています。パラアイスホッケー日本代表のみなさんとは、市の社会福祉協議会

を通して知り合いました。選手のみなさんはすごいアスリートなので、支援というより、応援をしたり、ほかの人にも選手のみなさんのことを知ってもらおう活動をしようと思いました。部のみんなで話し合い、ミサंगाを作ったり、練習会場のやまびこスケートの森には、手作りのポスターを貼りました。練習を見に行くと応援している部員もいます。ポスターを見た選手のみなさんが、喜んでくださったというのを聞いて、わたしたちもすこ



くうれしいです。パラリンピックの会場には行かれませんが、いつも近くで応援している気持ちを伝えたいです。

「選手のみなさん、がんばって!」



### チームジャパン これからの予定

#### ●2018 ジャパンパラアイスホッケーチャンピオンシップ

期間: 1月7日(日) ~ 13日(土) 【入場無料】

会場: 長野市若里多目的スポーツアリーナ (ビッグハット)

平昌の前しょう戦として、日本をはじめ各国の代表選手の活躍を間近で見られるめったにない機会です。ぜひご来場ください。

#### ●1月下旬 海外遠征

#### ●2月上旬 熊本市にて強化合宿

#### ●3月9日(金) ~ 平昌パラリンピック

※詳しくは、(一社)日本パラアイスホッケー協会HPをご覧ください。

### 【岡谷市社会福祉協議会ボランティアセンターの活動】

#### ●1月7日(日) 成人式にて応援メッセージの寄せ書き会

#### ●1月21日(日) レイクウォーク岡谷にて応援イベント

★パラアイスホッケー元日本代表2人のトークイベント

氷上競技のパイオニア 加藤 正さん

バンクーバーパラリンピック銀メダリスト 馬島 誠さん

★パラアイスホッケーの魅力伝える写真展

★応援メッセージの寄せ書き会

場所: 1階レイクコート 時間: 午後1時~4時

#### ●平昌パラリンピック大会 試合ライブビューイング(予定)

※詳しくは、岡谷市社会福祉協議会HPまたはFacebookをご覧ください。

岡谷市民病院の医療現場から、市民に役立つ関連情報を定期的にお送りします

# 喫煙習慣が肺を壊す 高齢者の息切れに要注意



Hospital  
ほすぴた  
ルポ 11  
Reportage

## 「咳や痰が出るタイプのCOPDはおもに冬に症状が出ます」

寒くなると咳が止まらない、痰が出やすい…それはCOPDの症状かもしれません。今回は呼吸器内科の平山医師にお話をうかがいました。

### 「冬に気をつけたい呼吸器疾患は。」

COPD（慢性閉塞性肺疾患）や気管支ぜん息などは冬に悪くなる傾向があります。寒い時期に流行するかぜやインフルエンザなどが、これらの病気を悪化させる「急性増悪」の原因となるためです。また、慢性気管支炎タイプ（非気腫型）のCOPDは、冬の3か月間（12月～2月）に症状が出てきます。

### 「COPDとはどんな病気でしょうか。」

喫煙がおもな原因です。40年、50年といった喫煙習慣で、気管支や肺胞に慢性的な炎症が起きてくる疾患です。初期症状として、慢性気管支炎タイプは咳や痰が出るようになります。肺気腫のタイプは動いたり、重いものを持ったときなどに息切れするようになります。

診断はX線CT検査、肺機能検査の2つの検査で行います。肺機能検査ではCOPDの診断基準となっている、1秒率＝1秒量／努力肺活量×100（1秒間にどのくらい息を吐けるか）を測定します。2つの検査で重症度もわかりますので、患者さんの訴えとあわせて治療の方法を選択しています。



現在、週3日外来診療を行っている。  
診察の際は症状をよく聞くことを心がけている。

### 「治療法にはどんなものがありますか。」

基本的に進行性の病気ですが、喫煙を続けると病気の進行が加速するので、まずは禁煙がだいじです。それから、気管支拡張薬や去痰剤などで治療します。呼吸器リハビリテーションで呼吸法の訓練をしたり体力の低下を防ぐことも大切です。体力が低下すると、呼吸するための筋肉も弱まり肺の働きが落ちてしまいます。こうした治療で、症状や肺機能がある程度改善できま

### 「診察の際に心がけていることは。」

症状をよく聞くということです。COPDの患者さんは息切れがあるため少しずつ動かなくなる傾向があり、診察の際に「息切れはない」と答える人もいます。ですから、重いものを持った

ときや階段を上ったときなどの具体的な日常生活での程度息切れが起きてくるかを詳しく聞くようにしています。

COPDは診断されていない患者さんがとても多い疾患です。年をとってから発症する病気なので、息切れなどを年齢のせいだと思い、医療機関を受診しない人が多いのです。また、診察を受けても、CTや肺機能検査機器を備えた医療機関は限られているので、診断が遅れるケースもあります。こういった潜在的な患者さんできるだけ早く見つけて、治療していきたいと考えています。

今回は、リハビリテーション科の重松理医師にお話をうかがいます。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎23-8000



### 呼吸器内科 平山 二郎 医師

岡谷市民病院事業管理者。信州大学医学部を卒業後、信州大学医学部附属病院の第1内科に勤務。平成17年より岡谷市民病院に勤務。趣味はフットサルで、週1回程度サークルで活動している。サッカーでも、大学のOB大会などに参加している。

# 防災とボランティアパークを開催します！

**日時** 1月20日(土) 午前10時～午後3時

※各コーナー、イベントの開催時間を確認のうえ、お出かけください。

**会場** 諏訪湖ハイツ ※例年と会場が変わりました。



毎年、1月17日は「防災とボランティアの日」、  
1月15日～21日は「防災とボランティア週間」

阪神・淡路大震災を機に、災害時におけるボランティア活動と自主的な防災活動についての認識を深め、災害への備えを充実強化しようと設けられました。

**活の泉**  
マンスリートピックス  
「まちの活力」「ひとの活力」  
今月の快活生活通信

**体験コーナー** 20日(土) 午前10時～午後3時

◎**防災カルタ大会** 午後1時30分～

参加賞あります。ちびっこ集まれ！

◎**災害用伝言ダイヤル171体験**

体験してください！災害時の声の伝言板

◎**消防活動資機材のいろいろ**

防火衣(消防服)を着てみよう！

◎**非常食試食体験**

アルファ化米、備蓄食を食べてみよう！(数に限りがあります)

◎**防災グッズの展示・販売**

◎**岡谷市防災メールの**

申し込み案内

携帯電話に情報を配信！



**地震体験コーナー** 20日(土) 午前10時～午後3時

地震体験車に乗って、  
大地震の揺れを体験してみよう！



**防災研修会** 20日(土) 午前10時～正午

内容：災害クロスロード

講師：長野県危機管理防災課 職員

定員：50名程度(要事前申込み)



**耐震診断コーナー** 20日(土) 午前10時～午後3時

◎**個人住宅の耐震相談**

あなたの家の耐震診断シミュレーション

※簡単な自宅の図面をお持ちください。



**炊出しコーナー** 20日(土) 正午ごろ～

◎**炊出しボランティアの実演**

岡谷市ボランティア連絡協議会の  
炊出しです。

アツアツのとん汁が食べられます！



先着200食  
品切れ御免！

**【展示】** 13日(土)～21日(日) 営業時間内 ※17日(水)は休館  
期間中、各種展示を実施。防災・減災について考える機会にしましょう！

◎**平成18年7月豪雨災害写真の展示**

◎**地震防災関連パネルの展示**

◎**NPO・ボランティア活動写真の展示**

◎**消防団活動写真の展示** ◎**液状化現象実験コーナー**

◎**防災ビデオ上映** 内容：平成18年7月豪雨災害の映像記録



主催…岡谷市・岡谷市社会福祉協議会・岡谷市自主防災組織連絡協議会 協力…諏訪広域消防岡谷消防署

申込み・問合せ●危機管理室(内線1591・1592)

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。

**FIT**  
**HYBRID**  
**×4WD**



Photo:フィット HYBRID(4WD)  
ボディカラーはスカイラインブルー・メタリック

**Happy**  
**New**  
**Honda**

2018年 1/4 ☼ から

フィット HYBRID

1.5L VTEC+HDCD 型式DAA-GP6

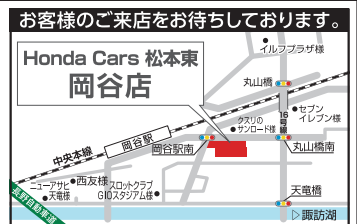
7速デュアルクラッチトランスミッション車/4WD

車両本体価格 1,894,320円\*

(消費税8%込み)

**Honda Cars 松本東 岡谷店** TEL.0266-78-6120 <http://www.hondacars-matsumotohigashi.jp/>  
〒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

★車両本体価格は消費税(8%)込みの価格です。消費税以外の税金、保険料、登録等に付随する諸費用、リサイクル料金は別途申し受けます。  
■車両本体価格は、応急/バグ/修理キット/ジャッキ/標準工具の価格です。■販売店でセットする付属品は別途です。■車両本体価格には、特別装備品以外のメーカーオプションおよびディーラーオプションの価格は含まれておりません。■車両本体のみでもご購入いただけます。■写真は印刷のため、実際の色とは異なります。



**HONDA**

# 除雪路線図・ 雪捨て場のご案内

問合せ●土木課(内線1321)



今井西公園雪捨て場



川岸スポーツ広場雪捨て場

## 【凡例】

- 1次路線(最優先路線)
- 2次路線(優先路線)
- 国道・県道
- その他路線
- 雪捨て場



岡谷湖畔公園雪捨て場



みなと保育園南側雪捨て場



諏訪湖ハイツ東側雪捨て場

## 雪捨て場のご案内

利用時間…午前7時～午後4時30分

※雪捨ては奥からお願いします。また、雪と一緒に土砂やごみを持ち込まないでください。

※使用にあたって市への連絡は不要ですが、大量に雪を持ち込む場合は、土木課へご連絡ください。

※今井西公園への持ち込み車両は4トントラックまでとします。

※車などを運転する場合は、路面凍結に注意してください。

| 路線の種類       | 1次路線(最優先路線)                                                                                                          | 2次路線(優先路線)                         |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 凍結防止剤<br>散布 | 積雪量が2cmを超えると予想される場合に実施します。<br>凍結が予想される場所に実施します。                                                                      |                                    |
| 除雪          | 積雪量が15cmを超えると予想される場合に実施します(ただし、今後の予測される状況に応じて、排雪を行う場合があります)。特に、道路の交通を確保する必要があると判断した除雪路線について、車道幅員を確保するために、部分除雪を実施します。 |                                    |
| 排雪          | 積雪量が30cmを超えると予想される場合に実施します。                                                                                          | 積雪量が30cmを超えると予想される場合は、必要に応じて実施します。 |

行政

仲間

環境

健康

## 岡谷市福祉医療費給付金制度って？

自己負担した医療費（保険診療分）のうちの一部を市が負担し給付する制度です。対象者には、申請により福祉医療費受給者証が交付されます。

### 【対象者】

〈子ども〉

0歳から15歳まで(中学3年生の3月31日まで)

〈障がい者〉

①特別児童扶養手当1・2級の人

②身体障害者手帳1・2・3級および4級以下でも常時介護を要する人

③療育手帳A1・A2・B1の人

④精神障害者保健福祉手帳1級・2級の人(外来分のみ支給)

⑤障害年金の受給者のうち

●65歳未満は…

- 国民年金法施行令別表1級9・10・11号の受給該当者
- 国民年金法施行令別表2級15・16・17号の受給該当者(20歳前初診)

●65歳以上は…

国民年金法施行令別表1級・2級の受給該当者

〈母子・父子家庭等〉

母子・父子家庭で、18歳未満の子どもを扶養している親とその子どもおよび父母のいない18歳未満の子ども(18歳の誕生日末までが受給資格ですが、高校などの在学証明書の提出により、20歳まで資格を延長できます。)

### 【受給者証の使い方】

●県内の医療機関・薬局へかかった場合

窓口で保険証と受給者証を提示して支払いをすると、指定された口座へ自動的に給付金が振り込まれます。(支給申請の必要はありません)

●県外の医療機関・薬局へかかった場合

窓口で保険証を提示し、診療・会計後の領収書(受診者氏名、保険診療であることがわかるもの)を医療保険課(市役所1階)に持参し、支給申請をしてください。

### 【給付金について】

病院・薬局などで支払った医療費のうち保険診療分の自己負担額から以下を差し引いた額が福祉医療費として給付されます。(償還払い)

●受給者負担金(1医療機関につき1か月/500円:同じ医療機関でも外来・入院・歯科は別計算)

●加入している健康保険証の制度から給付される高額療養費・附加給付などの額

※健康診断、予防接種、入院時の個室使用料、文書料、パジャマ代など保険適用外の費用は対象にはなりません。

※日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度、高額介護合算療養費などの給付を受けた場合は、給付金を返納していた場合があります。

※保険者から的高額療養費・附加給付などの支給により、給付金額に相違がある場合にはご連絡ください。



### 【給付金の支給日】

窓口で受給者証を提示した場合は、診療月(支払日)から約3か月後の15日(休日の場合は翌営業日)にご指定口座へ振り込みます。

※振込額は通知しませんので、通帳を記帳して確認してください。

※福祉医療費を請求できる期間は診療月の翌月から1年間です。

### 【受給者証の更新について】

資格が継続となる人には、毎年7月下旬までに更新した受給者証を郵送します。(精神障がい者を除く)

### 【変更・再発行について】

次の場合には届出をお願いします。(届出がない場合は給付が遅れる場合があります。)

◎健康保険証が変わった場合

(必要なもの:福祉医療費受給者証、新しい健康保険証)

◎受取口座を変更したい場合(必要なもの:福祉医療費受給者証、通帳、運転免許証・障害者手帳などの身分証明書)

※受取口座は、原則として本人名義の口座です(子ども除く)。

◎受給者証を紛失した場合

(必要なもの:運転免許証・障害者手帳などの身分証明書)

◎転出や死亡、資格喪失の場合は、速やかに受給者証をご返却ください。

### 【医療費の貸付について】

医療費の支払いが困難な場合に、福祉医療費の受給資格があり、市民税非課税世帯で市税に滞納のない人には、医療費を貸付する制度があります。

この貸付制度は福祉医療費給付金を貸付金の返済に充当し精算するしくみとなっているため、貸付金の返済をする必要はありません。詳しくはご相談ください。

### 【子ども医療費の助成について】

平成30年8月診療分から、中学3年生までの子ども(障がい児、母子・父子家庭等の子を含む)の助成方法が現物給付方式になります。

〈現物給付方式とは〉

医療機関などの窓口で、健康保険証とともに福祉医療費受給者証を提示することにより、受給者証に記載された自己負担額(1医療機関等につき上限500円/1か月)を支払うことで医療サービスを受けることができます。

※該当の人には、7月中に新しい受給者証を郵送する予定です。(今までの受給者証は使えなくなります)

※子ども以外の対象者については、従来通り償還払いのままとします。



問合せ●医療保険課(内線1174)

## 税についての作文「国税庁長官賞」を受賞！

国税庁が主催する、平成29年度中学生の「税についての作文」コンクールで、岡谷南部中学校3年の小林万優子さんが、「国税庁長官賞」に選ばれました。全国7528校、61万6072編のなかから選ばれ、県内では唯一の受賞です。

岡谷市では、415作品の応募があり、国税庁長官賞、全国納税貯蓄組合連合会優秀賞、諏訪税務署長賞、南信県税事務所諏訪事務所長賞、長野県租税教育推進協議会長賞、諏訪納税貯蓄組合連合会長賞、岡谷市長賞に20編が入選し、12月13日に市役所で表彰式を行いました。

### 思いやりの連鎖

岡谷南部中学校3年 小林万優子

お盆間近の日曜日の夕方、我が家は丁度夕食を済ませた所だった。開け放した窓からはヒグラシの音がひっきりなしに聞こえ、涼しい風がどこかの風鈴の音を運んでくる。そんなのんびりした空気を打ち破ったのは、救急車のけたたましいサイレンだった。音はどんどん大きくなり、道を挟んで向かい側にある祖父母の家でビタリと止まった。私達はあわてて外へ飛び出した。こわくて思わずギョッと目をつぶった。救急車に乗せられて行ったのは祖父の友人で酔って転んで怪我をしたが、大事には至らず病院で手当てをしてもらいすぐに帰宅できたそうだ。

私達は病氣や怪我をした時、いつでも医療を受ける事が出来る。緊急時には救急車が駆けつけ無料で病院まで運んでくれ安価な金額で手厚い医療を受けられるようになっていく。それは医療保険のお陰であり、それには多くの税金が投入されているのだ。身の回りの公共施設や、そのサービスのほとんどは税金で賄われている。警察、消防、ゴミ収集、公立の学校、病院、図書館、美術館、市役所、上下水道、道路に信号など。又そこで働く人々。そして災害復旧にも税金は使われている。税金によって治安が守られ安全で快適に生活出来、医療や教育などの社会保障サービスが当たり前に受ける事が出来るのだ。私達はいったい税金を払う事ばかりに気を取られているが、こ

なに多くの恩恵を受けているという事を忘れがちだ。

私は心臓病だ。生まれてすぐに「この子は新生児期を乗り越えられないか分からない。」と言われたそうだ。ミルクを飲む力も無く、生後すぐ入院し鼻からチューブを入れ点滴の様に胃にミルクを送り込んでいたと聞いた。まだ小さかった姉は私のためにずっと祖父母に預けられ、母は泣いてばかりだったそうだ。皆が辛かったのだろう。その頃の写真は一枚も無い。そして三ヶ月の時、人工心臓を使った心臓手術を受け、今は十五才になった。全て人並みとはいかないが年に数回の検査で普通の生活を送ることが出来る。ミルクも飲めなかった私が、おいしい御飯をもりもり食べられて皆と一緒に学校に通い、笑い合える。私が受けた心臓の手術費は実際には数百万円かかるそうだ。もし税金が無かったら手術は出来なかったと思う。そして、今私はこの世にはいないだろう。私の体には開胸した傷とドレーンの穴の跡が残っており、一生消えない。しかしこれは私が皆に助けられ生かされているという証だと思っている。私達は税金に守られている。支え、支えられるという人と人との思いやりの連鎖である。思いやりは他人だけでなく自分も幸せにする。私が助けられたように私も又誰かを助けたい。税金への感謝の気持ちを忘れず、税の使われ方をよく知ってしっかりと納税を果たし、社会に貢献できる大人になりたいと思う。

問合せ●税務課(内線1137)

## インターネット公売を実施しました

税務課では、地方税法に規定する搜索を実施し、その結果発見したオートバイ1台にタイヤロックを行い、差押えました。差押えたオートバイは、11月下旬に行われたインターネット公売により換価し、未納分の税金に充当しました。今後も、再三の催告にもかかわらず納税していただけない場合には、積極的に財産を差押え、公売により換価していきます。

### ■納税が困難なときはご相談ください

次のような事情で、納期限までに納めることができない場合は、早めにご相談ください。

- 病氣やケガで働けなくなった。
- 失業や事業不振などで生計が維持できなくなった。
- 災害や盗難で損害を受けた。



問合せ●税務課(内線1138・1139)

## 岡谷市育児休業代替任期付職員募集

| 試験区分 |    | 採用人員 | 受験資格                        |
|------|----|------|-----------------------------|
| 職種   | 区分 |      |                             |
| 保健師  | 上級 | 若干名  | 昭和42年4月2日以降に出生し、保健師の資格を有する人 |

試験日…1月24日(水) 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。

応募締切…1月16日(火)

採用時期…4月1日以降

※職員の育児休業取得状況に応じ決定。

※育児休業中の職員の代替採用のため任期があります(2～3年)。

※詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページに掲載の「受験案内」をご覧ください。

問合せ●総務課(内線1554～1556)

ホームページ <http://www.city.okaya.lg.jp/>

## 税申告の準備はお早めに

### 医療費控除事前相談会

確定申告、住民税申告の「医療費控除」は、平成29年中の所得と1年間に支払った医療費をもとに申告しますが、金額の計算には、領収書の整理、内容確認、明細書の作成などが必要なため時間がかかります。そこで、事前に明細書の作成をお手伝いする相談会を行います。

**期日**…1月11日(木)・12日(金)

**時間**…午前9時～午後5時 **場所**…市役所605会議室

**持ち物**…平成29年中の所得がわかるもの(源泉徴収票)、医療費の領収書、保険者が交付する「医療費のお知らせ」、おむつの証明書など

※領収書は、人ごと、医療機関ごとにまとめてお持ちください。

★市販薬で医療費控除が受けられる「セルフメディケーション税制」が、平成29年申告分から適用されます。健康維持増進や疾病予防のための一定の取り組みを行う人が、薬局などで一定のスイッチOTC医薬品を購入した際に、その費用の一部が控除の対象となります。

※詳細は広報おかや2月号に掲載

### 【確定申告・住民税申告相談会 開催】

●2月15日(木)・16日(金)・19日(月)・3月2日(金)…税理士会諏訪支部による無料の申告相談会(昨年と異なり市役所9階大会議室に併設、15日は還付申告のみ受付)

●2月14日(水)・15日(木)…住民税のみの申告相談会

●2月16日(金)～3月15日(木)

…所得税確定申告・住民税申告相談会(土・日除く)

※詳細は広報おかや2月号に掲載

申告をするみなさんは、申告に必要な書類(個人番号のわかるもの、支払調書、給料や年金の源泉徴収票、生命保険料、地震保険料の控除証明書など)を早めに確認し、準備しましょう。

### ◎マイナンバー(個人番号)の記載と本人確認

税の申告には、「マイナンバーカード」または「通知カード」+顔写真付きの身分証(運転免許証など)をお持ちください。税理士会受付時は、申告の際、これらの写しの添付が必要になります。

問合せ●税務課(内線1125～1127)

## 長野県民交通災害共済 会員募集! 新年度の会員募集が始まります。多発する事故に備えましょう。

【一般加入】(年会費1人400円)※印鑑は不要です。

区より配布される申込書(会員証)に記入のうえ、切り離さずに人数分の会費と一緒に封筒に入れ、封をして区に申し込んでください(市役所・3支所・駅前出張所でも受け付けます)。後日会員証をお渡しします。なくさないように大切に保管してください。

**加入期間**…平成30年4月1日～平成31年3月31日

**中途加入の場合**…会費納入の翌日～平成31年3月31日

### 【団体加入】

(団体加入会費1人100円)※会員証は発行されません。

**小・中学生の加入手続き方法にご注意ください。**

平成30年4月1日現在で、岡谷市内の小・中学校に在学する児童生徒(岡谷市に住民登録がある人)は、各学校ごとの団体加入となります。学校より通知が届きますので、学校へ加入申し込みをしてください。

※市外の学校には団体加入が適用されません(会費1人400円)。市外通学している児童生徒は一般加入となりますので、区のとりにまとめ、または市役所・3支所・駅前出張所窓口にてお申し込みください。

### 【以下の人には市が会費を負担しています】

申込み不要 ※会員証は発行されません。

①平成30年4月1日現在、岡谷市に住民登録のある未就学児。

ただし、加入を希望しない場合は、4月27日までにお知らせください。4月2日以降に出生・転入の場合も、月ごとにまとめて、市が手続きをします。

②平成30年4月1日現在、小学生以上の身体障害者手帳1・2級、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳1・2級を持っている人で、障がい者会費負担の手続きをしている人。

★平成29年度に新たに該当の手帳を取得した人や、該当の手帳をお持ちで転入手続きをした人、平成30年4月に小学生となる人には、個別に通知します。

★すでに障がい者会費負担で加入している人は、自動的に継続加入となります。加入状況など詳しくは社会福祉課におたずねください。

問合せ●加入について:市民環境課(内線1166・1172)／障がい者会費負担について:社会福祉課(内線1252)

## ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥ 新入学学用品費の入学前支給について ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

就学援助の新入学学用品費の支給について、これまで小・中学校入学後の申請に基づき支給していましたが、適切な時期に必要な支援をするため、平成30年4月に小・中学校に入学する子どもの保護者で、生活保護は受けていないが、これに準ずる程度に生活が困難であり、就学援助の要件に該当すると認定された人に対し、今年度より、新入学学用品費（入学に必要なものを購入する費用）を入学前に支給します。

### 【新入学学用品費の支給を受けられる人(対象者)】

- ・平成30年4月に小・中学校に入学予定の子どもがいる保護者
- ・岡谷市に住所のある人(3月末までに市外へ転出予定の人は申請不可)
- ・下記の就学援助の要件に該当する人
  - (1) 市民税が課税されていない。(世帯員全員)
  - (2) 市民税または固定資産税の減免を受けている。
  - (3) 国民年金保険料の減免または国民健康保険料の減免もしくは徴収猶予を受けている。
  - (4) 児童扶養手当を受給している。
  - (5) 生活保護が廃止・停止になったが、経済状態がよくない。
  - (6) 保護者の職業が不安定で生活状態が悪い。
  - (7) 疾病・災害などの特別な事情により、生活が困難である。
  - (8) 生活福祉資金貸付制度による貸付を受けている。
  - (9) その他特別の事情がある場合

### ※就学援助が受けられる収入の目安

(経済状態がよくないなどの場合、収入の審査があります)

| 世帯人数 | 世帯構成(年齢)            | 前年中の世帯総収入 |
|------|---------------------|-----------|
| 2人   | 母(35)、子(9)          | 250万円程度   |
| 3人   | 父(40)、母(35)、子(9)    | 310万円程度   |
| 4人   | 父(40)、母(35)、子(14・9) | 390万円程度   |

### 【新入学学用品費支給単価(予定)】

40,600円(小学校入学予定の子ども1人につき)

47,400円(中学校入学予定の子ども1人につき)

### 【申請について】

申請を希望する小学校入学予定者の保護者は、入学予定学校（岡谷市立の学校のみ）または市役所教育総務課へ申し出てください。

※中学校入学予定者は、今年度、すでに申請し認定となっている小学6学年の保護者に支給しますので、申請は不要です。

**申請に必要なもの…**印鑑(シャチハタ不可)、振込先となる申請者名義の銀行口座がわかるもの(通帳)

**申請期間…**1月10日(水)～19日(金)

(学校)午前9時～午後4時45分(学校休業日を除く)

(市役所)午前8時30分～午後5時15分(閉庁日を除く)

※1月に申請しなくても、入学後に申請し認定されれば、7月ごろ、新入学学用品費を支給します。

### 【認定について】

保護者の申請に基づき、教育委員会において認定審査を行います。認定項目に該当しない場合や収入状況により、申請書を提出しても認定にならない場合がありますのでご了承ください(住民税申告または確定申告を行っていない世帯については、収入等の確認ができないため不認定になる場合がありますので、申告を行ってください)。



問合せ●教育総務課(内線1213)

## 新成人のみなさん

おめでとうございます

## 20歳になったら国民年金

日本に住む20歳から60歳未満のすべての人は、国民年金の被保険者となります。

20歳になれば、厚生年金保険加入者や共済組合加入者、またはその配偶者に扶養されている人を除き、国民年金第1号の加入手続きをすることが必要です。

国民年金は、老後の生活保障だけでなく、万が一、病気やケガで障がいが残ったときや、一家の働き手が亡くなったときなどに、あなたやあなたの家族を守ってくれます。

20歳の誕生月の前月または当月月上旬に、日本年金機構から加入の案内が届きますので、市民環境課または年金事務所まで手続きをしてください。

**国民年金保険料の納付が猶予される制度があります**

判定対象となる人の前年所得が一定額以下の場合、「納付猶予制度」などを利用できます。加入手続きと同時に申請することもできます。

なお、保険料を納めずにそのまま放置すると、将来年金を受け取ることができない場合があります。

※詳しくはお問い合わせください。

電話受付…平日の午前8時30分～午後5時15分

※このほか、年金相談(予約制)を実施しています。ご利用ください。



問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-33661

## 勤労青少年ホーム(わーくピア岡谷) 冬期講座 受講生募集

**対象**…市内在住・在勤の勤労青少年(39歳まで)の人

※定員に満たない講座のみ、市外在住や40歳以上の人でも、1講座500円の追加負担で受講できます。

**受講料**(保険料込) …①～④650円、⑤・⑥1,000円、⑦～

⑩1,150円 ※材料費などが別途かかる講座もあります。

**申込み**…1月9日(火) 午後6時30分から受付(先着順、定員

になり次第締め切り)。受講料などを添えてお申し込みください(電話での仮受け付けもします)。

※対象外の方は、1月11日(木)午前9時から受付開始。必ず電話にて申し込み状況を確認してから来館してください。

※受講希望者が5名未満の場合は、その講座は行いませんので、ご了承ください。

| 講座名                                   | 期 間                            | 時 間        | 定員  | 会 場   |
|---------------------------------------|--------------------------------|------------|-----|-------|
| ①大人可愛い「リボンラッピング」                      | 1月24日(水曜・全1回)                  | 午後7時～8時30分 | 15名 | 勤青ホーム |
| ②パティシエに習うバレンタインの「チョコトリュフ」             | 1月31日(水曜・全1回)                  | 午後7時～9時    | 12名 | 勤青ホーム |
| ③ナチュラル「バレンタインリース」作り                   | 2月2日(金曜・全1回)                   | 午後7時～8時30分 | 10名 | 勤青ホーム |
| ④男子限定! ホワイトデー企画<br>スイーツ男子のクッキー&マフィン作り | 2月28日(水曜・全1回)                  | 午後7時～9時    | 12名 | 勤青ホーム |
| ⑤今日から私も英会話(初級編)                       | 1月22日～3月12日(2/5・12休み) (月曜・全6回) | 午後7時30分～9時 | 15名 | 勤青ホーム |
| ⑥アメリカ人講師と楽しい英会話(中級)                   | 1月25日～3月1日(木曜・全6回)             | 午後7時～8時30分 | 15名 | 勤青ホーム |
| ⑦ピラテス                                 | 1月22日～3月5日(2/12休み) (月曜・全6回)    | 午後7時30分～9時 | 20名 | 勤青ホーム |
| ⑧ビューティー・パワーヨガ                         | 1月23日～2月27日(火曜・全6回)            | 午後7時～8時30分 | 30名 | 勤青ホーム |
| ⑨有酸素&骨盤(ボーン)体操                        | 1月25日～3月1日(木曜・全6回)             | 午後7時30分～9時 | 25名 | 勤青ホーム |
| ⑩ダンスヴィズミ                              | 1月26日～3月2日(金曜・全6回)             | 午後7時30分～9時 | 25名 | 勤青ホーム |

申込み・問合せ●勤労青少年ホーム ☎23-2201・24-3010

### カルチャーセンター 生涯学習大学

#### 【第1回】「鍵盤音楽の魅力をさぐる

—バッハからショパンまで—



バッハの音楽観や作曲技法に始まり、偉大な芸術家の作品の特徴や芸術観について、文化的・歴史的背景と関連させて、ピアノの実演も含めながらお話しします。

**日時**…2月10日(土) 午後1時30分～

**講師**…信州大学教育学系 教授

中島 卓郎さん

**場所**…イルプラザ・カルチャーセンター  
多目的ホール

**申込み**…カルチャーセンター窓口、または電話にてお申し込みください。

※託児を希望する人は10日前までにお申し込みください。



申込み・問合せ●イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

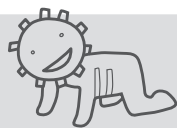
聴講無料

託児あり

## こどものくに

0123

1月・2月のイベント



#### ♣おやつ講座(1月10日(水)申込み開始)

調理実習(保護者)と試食(子どもさんと一緒に)

**日時**…2月9日(金) 午前10時～11時30分

**対象**…保護者(託児付)

**持ち物**…エプロン、三角巾、材料費(300円)

託児あり

#### ♣親子でダンスヨーガ講座(1月23日(火)申込み開始)

親子でスキンシップをしながらダンスを楽しみましょう。

**日時**…2月23日(金) 午前10時～11時

**対象**…子どもと保護者 **講師**…柏木真琴さん

**持ち物**…飲み物・汗ふきタオル



**申込み**…こどものくに窓口にて午前9時30分より受付(電話でも受け付けます)

楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

|          |           |                      |
|----------|-----------|----------------------|
| 1月 5日(金) | 午前11時～    | リズム運動遊び              |
| 10日(水)   | 午前10時30分～ | 双子のおしゃべり会            |
| 11日(木)   | 午前11時～    | つくっちゃおう              |
| 17日(水)   | 午前11時～    | 食べるのだいすき!            |
| 18日(木)   | 午前10時30分～ | ベビーマッサージとワンポイントアドバイス |
| 19日(金)   | 午前11時～    | おおきなおはなしたまご          |
| 22日(月)   | 1日中いつでも   | ぺったんこの日              |
| 25日(木)   | 午前10時30分～ | もぐもぐ相談               |
| 31日(水)   | 午前10時～    | 子育て相談(要予約)           |

申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

## 長地公民館 生活講座

## ゆがみ直し体操

かたよった筋肉バランスを整え、からだの安定をコントロールする健康体操です。肩こり・腰痛対策、ストレス解消、日々の健康管理などに、年齢を問わず、だれでもかんたんにできます。



期日…1月26日、2月2日・9日 毎週金曜日(全3回)

時間…午後1時30分～3時(毎回)

場所…長地公民館 1階 第1・2会議室(和室)

対象…市内在住・在勤の16歳以上の人(学生を除く)

定員…15名(先着順)

講師…ゆがみ直し整体体操 指導員 高田 結さん

持ち物…運動のできる服装、ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物

受講料…600円(申し込み時にお支払いください)

申込み…1月15日(月)午前8時30分より、公民館窓口または電話にて受付。

## スポーツ障害対策

## 故障しない体づくりのための 正しい体の使い方講座

スポーツ障害に多い「あし」の痛みは、体の構造で無理がかかり、一部分への負担が増えることが原因です。正しい体の使い方を学び、スポーツ障害を予防・解消しましょう。

日時…1月25日(木) 午後7時～8時30分

27日(土) 午後1時30分～3時

※両日同内容です。都合のよい日をお申し込みください。

場所…長地公民館 2階 講堂

対象…市内に在住の親子

定員…15組(先着順)

講師…きしだ整骨院 院長 岸田 俊也さん

持ち物…動きやすい服装

受講料…1組200円(申し込み時にお支払いください)

申込み…1月12日(金) 午前8時30分より、公民館窓口または電話にて受付。



申込み・問合せ●長地公民館 ☎27-8080

## ペット(PET)ボトルの「キャップ」と「容易に分離可能なラベル」は外して分別!

分別したキャップとラベルは、「その他プラスチック」として出してください。

- 容易に分離可能なラベル：キトリ線のあるもの、一部のみ糊づけされているものがしやすくなっているもの
- 容易に分離可能ではないラベル：全体に糊づけされているもの

容易に分離可能な例▶



PETボトルの例



その他プラスチックの例



乳酸菌飲料などの容器には、PETボトル区分のものがあります。

※表示により区分(PET・プラ)をご確認ください。

## 環境セミナー

参加無料

申込み不要

## 「まちのおもしろ探検隊」から ～アクティブラーニングによる環境教育のあり方～

教育委員会主催のごみ処理場での親子キャンプ。視点を「捨てる側から、受け取る側」へずらすことで見えてくる新しい感覚の体験。環境教育はまず生活のなかの常識、“こうあるべき”ことを疑ってみることから始まります。環境省でも取り上げられ、夏休みの課題図書「ドラえもん夏休み探検ブック」(小学館)にまでなった取り組みを紹介します。

期日…2月3日(土)

時間…午前10時～正午(9時30分開場)

場所…カノラホール 小ホール

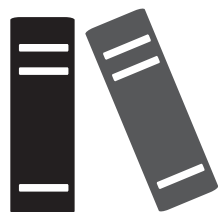
講師…都留文科大学 教養学部

地域社会学科 教授 高田 研さん

主催…岡谷市・環境市民会議おかや



問合せ●市民環境課(内線1142・1143)



大切な本づくり  
安心しておまかせください。

自伝・句集・歌集・作品集・社史・校史・機関誌・年鑑 など

 中央印刷株式会社

〒394-0048 岡谷市川岸上1丁目1-20

TEL(0266)22-5551(代) FAX(0266)24-0304

URL <http://www.chuo-print.com>

【本社】

東京都豊島区西高松1-10-2 NH西池袋ビル5階

広告

## 年末年始のごみの収集・持ち込み受付について

### 【受付時間】

#### ● 諏訪湖周グリーンセンター

…月～金曜日：午前8時30分～午後4時  
土曜日：午前8時30分～正午

#### ● (株)アイ・コーポレーション(神明町4-10-1)

…午前9時～午後4時

|                                   | 12/29<br>(金) | 12/30<br>(土) | 12/31<br>(日) | 1/1<br>(月) | 1/2<br>(火) | 1/3<br>(水) |
|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|------------|
| 定位置収集                             | ×            | ×            | ×            | ×          | ×          | ×          |
| 諏訪湖周グリーンセンター<br>(燃やすごみ持ち込み場所)     | ○            | ○            | ×            | ×          | ×          | ×          |
| (株)アイ・コーポレーション<br>(埋立ごみ・草枝持ち込み場所) | ○            | ○            | ○            | ×          | ×          | ×          |

## ~~~~ 諏訪湖浄化講演会 ~~~~

日時…1月19日(金) 午後6時30分～8時

場所…諏訪市役所 5階 大会議室

テーマ「諏訪湖の環境保全に向けて

— 貧酸素解消と底質改善の試行 —」

講師…諏訪湖クラブ会長 沖野 外輝夫さん

近年、諏訪湖の下層では溶存酸素濃度が非常に小さくなる貧酸素層が拡大し、水生生物の生息環境に悪影響を及ぼしています。諏訪湖クラブでは、この問題に対し、ナノバブルを加えた表層水を底層に送ることで湖底の貧酸素解消や底質改善をめざす実験を行いました。その実験結果や湖底の状況についてお話しいただきます。

対象…どなたでも参加できます。

参加  
無料

申込み  
不要

## 「家庭ごみ収集カレンダー」広告募集

市民環境課では、「平成30年度家庭ごみ収集カレンダー」に掲載する有料広告を募集します。

規格・数量…ごみ収集カレンダー (A2判・フルカラー・片面刷り 全戸配布) 下部の6枠のうちの1枠(たて43mm×よこ62mm)

掲載期間…平成30年4月1日～平成31年3月31日

掲載料…1枠 5万円

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など。

募集受付…1月4日(木)～12日(金)の期間中に、市ホームページに記載の「岡谷市印刷物等に関する広告掲載申込書(様式第1号)」を市民環境課に提出してください。

※応募多数の場合は選考

### 第3次岡谷市環境基本計画の推進

### 1月の重点目標《循環型社会の構築》 ものを大切に作るまち

今月は『食べ残しもつたない』推進月間です！

限りある資源を大切に有効に利用し、同時に廃棄物の発生抑制を促進し、循環型社会の構築を推進します。

おかや環境かるた



生ゴミは 土に還して  
野菜肥え

「もぐどん」



### 3R

#### Reduce (リデュース) 発生抑制

##### ★ごみを出さない

- マイバッグを持参
- 不要な包装を断る
- いらないものは買わない
- 容器詰め替え品を選ぶ
- 長く使う

#### Reuse (リユース) 再使用

##### ★ものを再使用する

- もつたないの精神
- フリーマーケットの活用
- 知人に譲る
- 修理して使う

#### Recycle (リサイクル) 再資源化

##### ★再生して利用する

- サンデーリサイクルデーの利用
- ごみを正確に分別する
- リサイクル材を使用した製品を利用



### 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。

種  
時間／午後1時～2時10分（1時30分から診察開始）  
所／保健センター  
物／母子健康手帳・予防票

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・ファーストブック申込書（9～10か月児健診のみ）  
歳児にここに教室：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）  
聴力・視力検査をおこなってください。

炎に関するお問い合わせは——健康推進課（内線1191）まで

| 金                                               |    | 土                      |  |
|-------------------------------------------------|----|------------------------|--|
| 4                                               | 5  | 6                      |  |
| BCG<br>(29年5月6日～8月5日生)                          |    | (株)イワナミ<br>☎ 22-2222   |  |
| (株)林鉄工設備<br>☎ 23-3197                           |    |                        |  |
| 12                                              | 13 |                        |  |
| 旭設備(株)<br>☎ 23-3764                             |    | (株)アイテック<br>☎ 23-8500  |  |
| 19                                              | 20 |                        |  |
| 松澤工業(株)岡谷支店<br>☎ 27-7642                        |    | 信和設備(株)<br>☎ 22-3302   |  |
| 26                                              | 27 |                        |  |
| 離乳食教室〈ばくばく教室〉<br>(29年1月～2月生)<br>受付午前9時30分～9時50分 |    | (有)丸竹下島商店<br>☎ 22-2406 |  |
| 岡谷酸素(株)<br>☎ 22-4931                            |    |                        |  |

## ●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

|                                                       |                                                                                                                       |            |                  |                                               |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------------|-----------------------------------------------|
| 行政相談                                                  | 10日(水)午前9時～正午 庁舎201会議室                                                                                                |            |                  |                                               |
| 無料法律相談<br>【予約制】                                       | 16日(火)午後1時～5時<br>問合せ：社会福祉課(内線1254)<br>相談員：根岸紘太郎 弁護士<br>※1月分予約：12月17日(水)～受付開始<br>「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】                             | 17日(水)午後1時～4時 司法書士が相談に応じます<br>問合せ：介護福祉課(内線1278)                                                                       |            |                  |                                               |
| ことばの教室<br>【予約制】                                       | 月・水曜日 午前9時30分～午後2時30分<br>問合せ：子ども課(内線1266)                                                                             |            |                  |                                               |
| 家庭児童相談                                                | 月曜日～金曜日<br>午前9時～午後5時 子ども課<br>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<br>社会福祉課                                                                                        |            |                  |                                               |
| 生活困窮相談<br>(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<br>社会福祉課                                                                                        |            |                  |                                               |
| 子ども総合相談センター<br>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<br>教育総務課                                                                                         |            |                  |                                               |
| 教育相談室<br>(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)<br>午前8時30分～午後4時30分<br>専門カウンセラー(臨床心理士)相談【予約制】<br>10日(水)・24日(水)午後1時～7時(1人50分)<br>会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎24-2206 |            |                  |                                               |
| 若者のための就労相談会<br>(夜間)【予約制】                              | 19日(金)午後6時～8時<br>対象者：40代前半までの人やその家族<br>問合せ：テクノプラザおかや ☎21-7000                                                         |            |                  |                                               |
| 巡回労働相談<br>(勤労青少年ホーム)                                  | 11日(木)午後0時30分～3時30分<br>テクノプラザおかや ☎21-7000                                                                             |            |                  |                                               |
| 女性のための相談<br>【予約制】                                     | 16日(火)午前10時～午後3時50分(1人約50分)<br>問合せ：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<br>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<br>テクノプラザおかや ☎21-7000                                                                         |            |                  |                                               |
| 特許・発明相談会<br>(産業財産権相談会)                                | 16日(火)午後1時～4時<br>テクノプラザおかや ☎21-7000                                                                                   |            |                  |                                               |
| ミニジョブカフェ【予約制】<br>若年者の就職活動における疑問や悩みの相談                 | 10日(水)午後1時～4時<br>会場：テクノプラザおかや<br>対象者：40代前半までの人<br>問合せ：テクノプラザおかや ☎21-7000                                              |            |                  |                                               |
| 農地相談<br>【予約制】                                         | 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分<br>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<br>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<br>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<br>☎24-2290(内線3112)<br>(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

1回目▶1月12日(金) 午後1時30分～3時  
歯科指導、妊娠中の栄養など

—————\*

### 女性のための健康相談 [予約制]

1月17日(水) 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)



## 今月の納税

◎市県民税 第4期

◎国民健康保険税 第10期

納期限…1月31日(水)

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）

# くらしのカレンダー

# 1月

January

-  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。
- 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け付けます。  
受付時間／午前 9 時～午後 4 時 ☎ 23-8511

- ◆予防接種  
受付時間  
持ち場
- ◆乳幼児健診  
持ち場  
※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>諏訪地区小児夜間急病センター（年中無休）</p> <p>■診療時間<br/>毎日 午後 7 時～9 時</p> <p>■診療科目<br/>小児科 生後 3 か月以上<br/>中学生以下</p> <p>諏訪市四賀 2299-1<br/>☎ 54-4699</p>     | <p>1</p> <p>⊕ 小野医院<br/>☎ 28-2776</p> <p>⊕ 諏訪共立病院<br/>☎ 28-2012</p> <p>☞ あさひ中央台歯科診療所<br/>☎ 26-1414</p> <p>☞ 長地中央薬局<br/>☎ 26-2522</p> <p>☞ ひまわり薬局<br/>☎ 26-7226</p> <p>☞ 松澤工業(株)岡谷支店<br/>☎ 27-7642</p> | <p>2</p> <p>⊕ よねやま内科クリニック<br/>☎ 22-8863</p> <p>⊕ 溝口医院<br/>☎ 27-6266</p> <p>☞ あさひ中央台歯科診療所<br/>☎ 26-1414</p> <p>☞ 矢崎薬局<br/>☎ 23-7125</p> <p>☞ 永田薬局<br/>☎ 27-8123</p> <p>☞ 信和設備(株)<br/>☎ 22-3302</p> | <p>3</p> <p>⊕ イマムラ脳神経外科クリニック<br/>☎ 27-0019</p> <p>⊕ 諏訪共立病院<br/>☎ 28-2012</p> <p>☞ 三井歯科医院<br/>☎ 23-8427</p> <p>☞ アイビー薬局<br/>☎ 26-1670</p> <p>☞ ひまわり薬局<br/>☎ 26-7226</p> <p>☞ (株)総設工業<br/>☎ 28-8504</p> | <p>4</p> <p>☞ (有)三善工業<br/>☎ 23-3446</p>                                                                                                                            |
| <p>7</p> <p>⊕ 向山内科医院<br/>☎ 23-6272</p> <p>☞ 笠原歯科医院<br/>☎ 22-2837</p> <p>☞ やまびこ薬局<br/>☎ 21-2144</p> <p>☞ (株)オスガ設備<br/>☎ 27-6622</p>        | <p>8</p> <p>⊕ あざみ胃腸科クリニック<br/>☎ 28-0505</p> <p>☞ 小口歯科第2クリニック<br/>☎ 28-2883</p> <p>☞ 葉の花薬局<br/>☎ 26-1500</p> <p>☞ 岡谷酸素(株)<br/>☎ 22-4931</p>                                                           | <p>9</p> <p>☞ 育児相談・母乳相談<br/>受付午前9時30分～11時</p> <p>☞ (有)丸竹下島商店<br/>☎ 22-2406</p>                                                                                                                    | <p>10</p> <p>☞ 1歳6か月児健診<br/>(28年6月生)<br/>受付午後1時～1時20分</p> <p>☞ 十和設備(株)<br/>☎ 24-0182</p>                                                                                                              | <p>11</p> <p>☞ 日本脳炎<br/>(26年12月生:1回目[全地]<br/>29年1月に2回目を終了した<br/>[西堀・長地地区])</p> <p>☞ 2歳児にこにこ教室<br/>(27年12月生)<br/>受付午前9時15分～9時30分</p> <p>☞ 水道建設(株)<br/>☎ 23-2662</p> |
| <p>14</p> <p>⊕ 今井整形外科<br/>☎ 28-9933</p> <p>☞ さつき歯科医院<br/>☎ 27-5858</p> <p>☞ ウエルシア薬局<br/>☎ 26-2512</p> <p>☞ 杉村設備(株)<br/>☎ 27-8632</p>      | <p>15</p> <p>☞ (有)ミヤサカ管工<br/>☎ 22-9615</p>                                                                                                                                                           | <p>16</p> <p>☞ 四種混合<br/>(29年9月生)<br/>28年12月に3回目を終了した<br/>人を含む<br/>[西堀・長地地区]</p> <p>☞ (株)シンニチ設備<br/>☎ 22-1365</p>                                                                                  | <p>17</p> <p>☞ 3歳児健診<br/>(26年12月生)<br/>受付午後1時～1時20分</p> <p>☞ (株)浜パイピング<br/>☎ 23-6885</p>                                                                                                              | <p>18</p> <p>☞ いきいきママ応援講座<br/>(29年5月～6月生)<br/>受付午前9時30分～10時</p> <p>☞ (株)上條電設工業<br/>☎ 23-5330</p>                                                                   |
| <p>21</p> <p>⊕ 高浜医院<br/>☎ 28-3811</p> <p>☞ アルプス矯正・小児歯科クリニック<br/>☎ 55-4477</p> <p>☞ イズミ薬局<br/>☎ 28-6566</p> <p>☞ (株)総設工業<br/>☎ 28-8504</p> | <p>22</p> <p>☞ 育児相談・母乳相談<br/>受付午前9時30分～11時</p> <p>☞ (有)三善工業<br/>☎ 23-3446</p>                                                                                                                        | <p>23</p> <p>☞ 四種混合<br/>(29年9月生)<br/>28年12月に3回目を終了した<br/>人を含む<br/>[西堀・長地地区以外]</p> <p>☞ (株)林鉄工設備<br/>☎ 23-3197</p>                                                                                 | <p>24</p> <p>☞ 3～4か月児健診<br/>(29年9月生)<br/>受付午後1時～1時20分</p> <p>☞ (株)イワナミ<br/>☎ 22-2222</p>                                                                                                              | <p>25</p> <p>☞ 日本脳炎<br/>(26年12月生:2回目[全地]<br/>29年1月に2回目を終了した<br/>[西堀・長地地区])</p> <p>☞ (株)オスガ設備<br/>☎ 27-6622</p>                                                     |
| <p>28</p> <p>⊕ 祐愛病院<br/>☎ 23-0222</p> <p>☞ ジュンデンタルクリニック<br/>☎ 24-8220</p> <p>☞ しなの調剤薬局<br/>☎ 75-5993</p> <p>☞ 十和設備(株)<br/>☎ 24-0182</p>   | <p>29</p> <p>☞ 水道建設(株)<br/>☎ 23-2662</p>                                                                                                                                                             | <p>30</p> <p>☞ 旭設備(株)<br/>☎ 23-3764</p>                                                                                                                                                           | <p>31</p> <p>☞ 9～10か月児健診<br/>(29年3月生)<br/>受付午後1時～1時20分</p> <p>☞ (株)アイテック<br/>☎ 23-8500</p>                                                                                                            | <p>健康相談・栄養相談<br/>歯科相談（月～金曜日）</p> <p>午前8時30分<br/>～午後5時15分</p> <p>面接希望は<br/>事前にお電話ください。</p>                                                                          |

# ゆめ

—No.224—

## 主な内容

### CONTENTS

|                        |    |
|------------------------|----|
| 第3回ハートリーフ事業のお知らせ       | 18 |
| 福祉リサイクル事業をご利用下さい       | 18 |
| わたしのまちのボランティアアマン・地域の宝物 | 19 |
| 有償在宅福祉サービス協力会員募集       | 20 |

スローガン  
みんなで築く  
みんなの福祉  
(あした)  
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

## 「若い世代にだって出会いの場 をつかってほしいの★」

～出会いへの一歩を踏み出そう～

## 参加者募集!

今年度3回目となる今回は、若い世代にスポットを当て、なかなか出会いの機会に恵まれていない男女にラフな雰囲気の飲み会形式で企画しました。

将来の良きパートナーが見つかるかもしれません。  
素敵な出会いを探しに来ませんか?  
ご参加をお待ちしています。

- ▼ 日 程 2月17日(土) 午後7時00分～午後9時30分
- ▼ 場 所 岡谷市内の居酒屋を予定
- ▼ 内 容 合コン風の飲み会形式  
(1対1のフリートーク・カップリングをおこないます)  
婚活パーティーのイメージではなく、できる限りラフな雰囲気で開催します。
- ▼ 参加費 男性 4,000円 女性 3,000円
- ▼ 参加対象 20歳～35歳 前向きに出会いを求めている未婚の男女 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)
- ▼ 申込期間 1月9日(火)～2月2日(金)まで
- ▼ 協力団体 岡谷市・岡谷商工会議所
- ▼ 申し込み・お問い合わせ 岡谷市社会福祉協議会まで

岡谷市社会福祉協議会では、未婚の男女に出会いの場を提供とすることを目的とした結婚相談事業をしています。

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を開催しています。詳しくは岡谷市社会福祉協議会ホームページを御覧ください。

## お知らせ

## 福祉機器リサイクル事業を ご利用ください!

ご家庭で不要になった福祉機器はありませんか? まだ使える…捨てるにはもったいない…という時にリサイクル事業をご利用ください。必要な方へ情報を提供し役立てていただきます。

### 《取扱品目》

車いす・シルバーカー・歩行器・シャワーベンチ等

※原則として未使用または清潔で利用可能な状態のものをご提供ください。

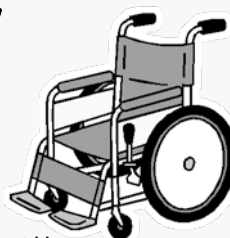
### 《リサイクル事業の流れ》

社協へ物品の登録をし、譲り受けたい方からの連絡を待ちます。

連絡が来たら当人同士で交渉していただき、物品のやり取りをしていただきます。

※市社協への物品登録期間は3カ月間とし、その間、物品は自己管理となります。

譲り受けたい方がいない場合もありますので、ご了承ください。



## わたしのまちのボランティアさん ～ボランティアで活躍されている方を紹介します～

### “ 風揚げをきっかけに、仲間が集まってきた ”

西野さんは毎年1月2日と5月5日、諏訪湖畔で風を揚げています。空高く上がる連風を見かけたことがある方も多いはず。

定年後から風を自分で作り、初めて揚げたのは松本空港の開港式の時。初めは、大人なのに、風揚げをしているところを見られることが恥ずかしく、隠れて揚げていたそうです。

試作を繰り返し、初めて100連風が揚がった時に感動し、これをみんなに見てほしい！と思い、湖畔で揚げるようになりました。湖畔で揚げてみると、「風作り教室をしてほしい」と各地区や小中学校から声がかかるように。また、自然に手伝う仲間が集まってくるようになり、毎回来て手伝ってくれると言います。今年も1月2日が楽しみです。

西野さんは、大人になって楽しみができた。仲間と会う事も楽しみ。まだまだ、体を動かしたい。楽しみながら、続けていきたいと言っています。



西野さんと風揚げ仲間の皆さん



★ ★ 得意なことを活かしたボランティア活動。 あなたのできることを応援します！ ★ ★

お問い合わせ

**ボランティアセンター**

TEL 24-2121

FAX 24-3555

## 地域の宝物



### ～岡谷市の活動の宝物を紹介します～



夜の部は、災害についての勉強会。  
熱心に耳を傾け、質問が止まりません。  
“小井川のシェフ”の手作り料理を食しながら、自分たちが暮らす地域について熱く語り合います。

会は自主財源で運営しています。

#### ★ 男の居場所 ★ 小井川区

男性が家に閉じこもらないようにと4年ほど前から構想を練り、昨年発足したのが小井川区民会館で行われている「男の居場所」です。

会ができて1年、会員は現在37名となり、とても勢いを感じる自主運営の男性の集いの場です。

月2回将棋、囲碁、麻雀を楽しみ、2ヶ月に1回は夜の部を設け懇親会、他にも不定期で陶芸などの趣味活動を行っています。

一人暮らしになっても、奥さんが寝込んでもいいようにと料理教室も行ったそうです。

参加者それぞれの特技をいかした活動のため、しぼりがなく、これからもっともっと活動の幅が広がりそうです。そば打ち、苔玉作り、キノコ狩り…小井川の「男の居場所」から目が離せませんね。

お掃除  
くらい  
なら…

お買い物  
くらい  
なら…

話し相手  
くらい  
なら…

空いた時間にお手伝いできる！  
という方大歓迎！

## 有償在宅福祉サービス協力会員募集

住み慣れた地域で困りごとがなく、安心して暮らせるために、助けを必要とする方【利用会員】とお手伝いをする方【協力会員】の登録制有償支え合い事業が、有償在宅福祉サービスです。

★サービス内容……食事の世話・衣類の洗濯・住居の掃除・話し相手・生活必需品の買い物等

★利用料・交通費……＊1時間まで600円《1時間を越える場合は30分毎に300円》

＊交通費は1kmあたり20円

♡協力会員……＊報酬として、1時間600円＋交通費をお支払いします。

＊安心して活動ができるよう、事故に備えて補償保険に加入しています。



夫は免許を返還して、買い物へ行くことができない。食料を買ってきてほしい。

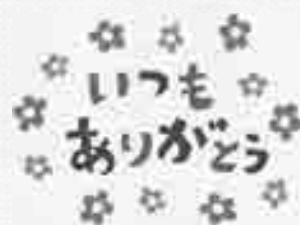


父がひとり暮らしで心配。県外に住んでいるため、行くことができない。週1回、簡単な掃除と話し相手をお願いしたい。



利用会員は、こんなことで困っています

父親とふたり暮らしで、介護も家事もやっているが、仕事もハード！やりきれない。週1回の掃除を頼みたい。



協力会員（お手伝いされている方）の声

毎日、家にいるだけだから、困っている人がいるならやってあげたい。

自分も助けてほしい時がある。お互い様。



人生勉強になる。今後に活かせる機会もある。

両親の介護経験がある。もっとやれることがあったかも、という思いで、お手伝いをしている。



やってみませんか？



助け合いの気持ち＝ボランティア精神ですが、なぜボランティア（無償）でなく有償なのか。無償となると利用者が気を使い遠慮をしてしまいます。そのため、多少の金額を介在することで、気負いなく利用でき、お互いに気持ちよく支え合いができます。

まずは、お電話下さい 電話番号 24-2121  
～詳細と登録方法をご案内します～

# 健康ひと回メモ

No.483

## 今年もやって来ました インフルエンザの季節です

市内の医療機関で

は、今冬も10月からイン

フルエンザの予防接種が始まってい

ます。毎年恒例の冬を迎える準備で

すが、今シーズンはいつもとようすが

違います。報道でご存知のみなさん

も多いと思いますが、全国でインフル

エンザワクチンが不足する事態となっ

てしまい、その原因は製造過程での

トラブルだと伝えられています。医

療機関に供給されるワクチンは例年

に比べてかなり少なくなり、本来2

回接種しなくてはならない小児にも

1回だけに制限しているところもあ

りますが、年末に向けて供給が改善

されると聞いていますので、この文が

広報おかやに載るころには、不足が

解消されているかもしれません。

インフルエンザワクチンは、毎年の

流行を予測して作られますが、シー

ズンが終わると、その年のワクチンの

効果についての検証がなされます。

最近では日本人の約4人に1人がワ

クチンを受けていますが、2000

年以降の検証により、インフルエンザ

発生率では、年齢が低いほどワクチ

ンの効果が高いということがわかって

います。たとえば昨年、0歳から9

歳の年齢でワクチン接種した人とし

なかつた人で比較すると、インフルエ

ンザにかかった人数の比率がワクチン

によつて半分になりました。また幼児

に多いインフルエンザ脳症などの重篤

な合併症も、ワクチンによつて予防で

きることもわかってきました。

65歳以上の高齢者では、もともと

インフルエンザ発生率が若い人に比べ

て低く、ワクチンを接種しても発生

率では効果が少ないという結果が出

ています。ところが、高齢者はイン

フルエンザにかかると、症状が重くな

りやすいことや致死的な細菌性肺炎

を合併しやすいという特徴がありま

す。そういった意味で、現在65歳以

上の人には、インフルエンザの予防接

種の費用に公的な補助がなされてい

ます。

予防接種を受けてもインフルエン

ザにかかつてしまうので、受けたくな

いという人がいますが、年齢に関係

なく症状が軽く済むという効果があ

ります。また、周りに蔓延させない

ためには1人でも多くの方々に受

けていただくことが重要です。

(医師会)

## 高齢者のインフルエンザ予防接種の実施期間を延長します【1月31日(水)まで】

### 対象…

①65歳以上(昭和27年12月25日以前に生まれた人)で接種を希望する人

※昭和27年12月26日以降に生まれた人は、今回の期間延長の対象にはなりませんので、ご注意ください。

②60歳～64歳(昭和27年12月26日～昭和32年12月25日までに生まれた人)で、心臓、腎臓、呼吸器、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、厚生労働省令で定める人で接種を希望する人(身体障害者手帳1級相当)。

実施期間…1月31日(水)まで(休診日を除く)

接種方法…必ず事前に医療機関に予約し、接種を受けてください。(ワクチンの不足により予約できない場合もあります。)

自己負担金…1,000円

※ただし、生活保護世帯、市民税非課税世帯に属する人は無料。該当者は、事前に健康推進課へ印鑑を持参し、無料券の発行を申請してください。

接種時の持ち物…保険証、自己負担金または無料券

※予診票は実施医療機関にあります。

※実施医療機関など、詳しくはお問い合わせください。



問合せ●健康推進課(内線1182)



## 宝くじ助成金により整備しました

公益財団法人長野県市町村振興協会より宝くじの社会貢献広報事業の助成を受けて、市危機管理室で災害用プラカードを11基整備しました。

災害用プラカード



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

### 奨学金「岡谷市育英資金」

市は、高校、大学(医学部を含む)などへ就学する生徒・学生に対して、奨学金を貸与します。

**申込資格**…学校教育法による高校、高専、専修学校、短期大学、大学または医師を養成する大学の学生で次の要件を備えている人

- ①生活の本拠が岡谷市にあり、引き続き1年以上居住していること、または居住していたこと
- ②成績が優秀であること
- ③経済的理由により就学が困難であること

- ④独立行政法人日本学生支援機構や、その他の団体から別に学費などの貸与を受けていないこと

#### 貸付月額…

- ▽高校、高専、専修学校(高等課程) …3万円以内
- ▽専修学校(専門課程) …4万9000円以内
- ▽短大、大学…5万2000円以内
- ▽医学部…20万円以内
- 入学準備金…
- ▽大学…20万円以内(初回のみ)

▽医学部…120万円以内(初回のみ)  
**貸与条件**…①無利子 ②貸与は正規の就学期間内

**償還方法**…卒業して半年後から月賦などにより償還

**提出書類**…①奨学生願書、②奨学生推薦調書、③健康診断書、④合格通知書(写し) または在学証明書、⑤作文(将来の夢や決意など)

**募集期限**…3月30日(金)

**選考方法**…4月下旬開催予定の奨学生選考委員会の審査を経て決定

**問合せ**●教育総務課(内線1211)

### 奨学金

#### 「公益信託山田徳郎奨学基金」

市は、県内の高校に在学する生徒に対し、学資金を助成します。

#### 申込資格…

- ①岡谷市に居住し、長野県内の高校に在学する人
- ②学業、人物ともに優秀であること
- ③経済的理由により就学が困難であること

**給付方法**…年4回(6月・9月・12月・3月)に分けて給付

**給付月額**…1万5000円

**募集人数**…若干名

**募集期限**…3月30日(金)

**選考方法**…4月下旬開催予定の奨学

生選考委員会の審査を経て決定  
**問合せ**●教育総務課(内線1211)

### 学生寮 長善館 入館生募集

**所在地**…東京都調布市若葉町(京王線 仙川駅から徒歩5分)

**応募資格**…県内在住者で、東京都内・近郊の4年制・6年制大学へ4月から進学予定の男子学生

**募集人員**…10名程度

**選考面接**…①1月19日(金)、②2月2日(金)、③2月16日(金)、④3月2日(金)、⑤3月11日(日)

※①～④は諏訪市教育会館、⑤は東京の長善館にて行います。

**選考方法**…書類審査と面接結果を総合して決定します。

**所要経費**…入館金(入館時)4万円

**館費**(朝・夕食代含む月額) 5万5000円

**個室電気料**…使用量に応じて

※館内Wi-Fi使用料は無料

※申込み手続きなどの詳細は、長善館のホームページをご覧ください。

<http://www.suwakyoyuukai.org/chouzenkan/>

**問合せ**●(公財)諏訪郷友会事務局

☎27-0625(小口さん)

## おしらせ

### 浄化槽の法定検査が変わります

浄化槽法第11条に基づく定期検査を、4月から一新します。

浄化槽法では、浄化槽をお使いのみなさんに、点検、清掃のほか、年1回の法定検査を義務付けています。この法定検査に、4月から新たに生物化学的酸素要求量(BOD)の検査が加わります。BODは、水の汚れを示す重要な指標で、検査することで生活排水の汚れや浄化槽のよつす(故障など)を知ることができ、早急な対応が可能になります。

BOD検査導入により検査の効率化が図られ、全ての家庭で年1回の法定検査を実施しますので、検査の適正な実施にご協力ください。

**問合せ**●市民環境課(内線1166)

### 「猫の飼い方教室」と

### 「犬猫の譲渡会」開催

期日…2月4日(日)

「猫の飼い方教室」

時間…午前10時30分～正午

場所…諏訪合同庁舎5階講堂  
「犬猫の譲渡会」

時間…正午～午後1時

場所…諏訪合同庁舎犬舎

(南側駐車場横)

※「猫の飼い方教室」は、県動物愛護センター（ハローアニマル）職員を講師に、猫の習性と正しい飼い方を学んだ後、質疑応答、意見交換を行います。受講無料、事前申込み不要。  
※「犬猫の譲渡会」は、譲渡可能な犬猫がいる場合に開催します。

問合せ●長野県諏訪保健福祉事務所  
食品・生活衛生課 ☎57-2929

## 人権擁護委員 委嘱

〈12月31日付退任〉

小口 浩義さん・小口 好子さん

〈1月1日付委嘱〉

山田 光輝さん・水野 里美さん

## 人権擁護委員の使命

人権擁護委員は、憲法で保障されている国民の基本的な人権、すなわち生命、自由および幸福追求等の権利が侵犯されることのないように監視し、もしこれが侵犯された場合には、その救済のため、速やかに適切な処置を採るとともに、常に自由人権思想の普及高揚に努めることをもって、使命とする。

## 人権擁護委員の職務

- 自由人権思想に関する啓発宣伝
  - 民間における人権擁護運動の助長に努める
- 人権侵犯事件があつた場合に、その

救済のために調査および情報の収集をし、法務局人権擁護局への報告などを行います。

問合せ●長野地方法務局諏訪支局

☎52-2440

## 法定相続情報証明制度

相続手続の際に、故人の「出生から死亡」までの戸籍謄本を、あちらこちらの役所から取得するのに苦労していませんか？取得手数料も高額になり、お困りの人も…。法務局では、このような手続を簡素化するため「法定相続情報一覧図」として、無料で発行する制度をスタートしました。詳細はお問い合わせください。

問合せ●長野地方法務局諏訪支局

☎52-1043

## スポーツ

## 学校体育施設予約調整会議

日時（2月分）…

1月21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…1月21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 ☎22-8800

## ファミリースケートデー

市内在住、在勤、在学のみなさんに無料開放します（貸し靴は有料）。

日時…1月13日（土）午前9時～午後4時

場所…やまびこアイスアリーナ

☎24-2494

日時…1月21日（日）午前8時～午後9時

場所…やまびこ国際スケートセンター

☎24-5210

## 事業主のみなさん

## 4月1日から 障がい者の法定雇用率が 引き上げになります

障がい者がごく普通に地域で暮らし、地域の一員として共に生活できる「共生社会」実現の理念のもと、すべての事業主には、法定雇用率以上の割合で障がい者を雇用する義務があります（障害者雇用率制度）。この法定雇用率が、4月1日から以下のように変わります。

※対象となる事業主の範囲が、従業員45.5人以上に広がりますのでご注意ください。

| 事業主区分      | 法定雇用率 |        |
|------------|-------|--------|
|            | 現行    | 4月1日以降 |
| 民間企業       | 2.0%  | 2.2%   |
| 国、地方公共団体等  | 2.3%  | 2.5%   |
| 都道府県の教育委員会 | 2.2%  | 2.4%   |

問合せ●ハローワーク岡谷出張所  
☎23-8609

## おかやファミリースポーツ プログラム

## ◎親子でソフトバレーボール 体験

日時…1月27日（土）午前10時～正午

（受付開始…午前9時45分）

場所…市民総合体育館東体育館

対象…市内在住の小学1年生～6年生の親子

定員…50組（先着順）

参加費…親子1組500円（子ども1人追加につき200円）

受付期間…1月15日（月）～23日（火）

申込み●市民総合体育館

☎22-8800

問合せ●（公財）岡谷市体育協会

☎22-8850

（平日午前9時～午後5時）

## 美肌の湯 ロマネット

### ★毎月第2木曜日はロマネットの日

1月11日(木) 今月は新年のごあいさつとして、ご来館のみなさんに粗品プレゼント♪

### ★毎月26日は「風呂の日」

毎月26日は、入浴料が割引になる風呂の日、とってもお得です。ご来館ください♪

朝風呂：大人220円／小人100円  
午前10時以降：大人430円／小人220円



### ★ロビーフリマ…1月27日(土)・28日(日)

雑貨などを格安販売！(出店のない場合は中止)

### ★食事処やまびこ 今月のおすすめ

1月のおすすめメニューは、豚カレーうどん(870円)です！寒い季節にぴったりです♪ほかに冬の設定番、おでんも人気です！

※おすすめメニューは変更になる場合があります。



### ●新年の営業のおしらせ

本年も、より一層ご愛顧いただきますようお願いいたします。

1月1日(月・祝)・2日(火)…

午後8時30分受付終了、9時閉館

1月3日(水)・4日(木)…通常営業

1月5日(金)…朝風呂休業・午後1時開館

営業時間など、お間違いのないようにご来館ください。



問合せ●ロマネット ☎27-6080

## 1月の 諏訪湖ハイツ

### ♥ロビー展示

#### ●小口勝史 写真展

「第11回諏訪湖の白鳥物語写真展」

1月1日(月・祝)～15日(月)

#### ●鮎沢 毅 諏訪湖の白鳥写真展

1月16日(火)～31日(水)



### ♥月間ロビー展示(春先まで)

#### ●西野 正 日本画展

#### ●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

#### ●おかやボランティアアンサンブル演奏会

日時…1月28日(日) 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! お申し込みは、フロントまでお気軽に。

### ♥元旦朝風呂(大浴場)営業(甘酒サービスあり)

高校生以上100円。中学生以下は無料です。初日の出を拝みながら、初温泉で温まりませんか。

日時…1月1日(月・祝) 午前6時30分～正午

### ♥「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、掘り出しものが見つかりますよ。

日時…1月20日(土)・21日(日) 午前10時～午後4時ごろ

### ●改修工事中です

1月中旬ごろまで改修工事を行っています。駐車場などご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290



## シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

地上デジタル放送中!

### 1月の番組表

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。

※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。

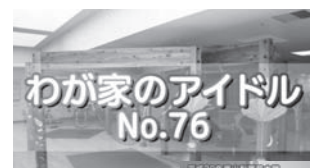
#### 放送番組(1月1日～31日)

- 岡谷市イベント情報
- 野菜万菜!! ～旬の野菜で料理～「大根」
- わが家のアイドル No.76
- 写真で振り返る岡谷 平成29年12月編

【特別番組】山梨学院ともまなび講座

「旅の醍醐味は地域文化に触れ、人と出会うこと」

(午前10時～・午後3時～・午後7時～)



わが家のアイドル No.76

山梨学院  
ともまなび講座



視聴には、チャンネルの初期設定が必要です。方法がわからない場合は、LCV(☎0120-088-644)または秘書広報課まで。

# 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

1月20日(土) 午後7時開演

カノラ・ウィークエンド・コンサート  
CANORA WEEKEND CONCERT. ~新しい風のささやき~

早川隆章 ジャズ・クインテット

発売中

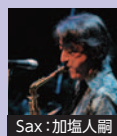
**JAZZ QUINTET** with 高橋奈保子

スタンダードナンバーを中心に、一流の音色でお届けする、  
ぜいたくなジャズナイト。第一線で活躍するクインテットメ  
ンバーに加え、実力派ヴォーカリスト高橋奈保子を迎えたス  
ペシャルバージョンです。ここでしか聴けない息の合ったパ  
フォーマンスをお見逃しなく！新年にふさわしい華やかな一  
夜をお楽しみください。

【主催】カノラホール (公財)おかや文化振興事業団)

【時間】午後6時30分開場 午後7時開演 【会場】小ホール

【チケット】全席自由 一般2,000円・ソサエティ会員1,800円・小中高生500円



Sax: 加塩人嗣



Pf: 板垣光弘



Bass: 芹澤薫樹



Dr: 長谷川清司



Vo: 高橋奈保子

【プログラム】

Take the 'A' Train

Moonlight Serenade

G線上のアリア／オルフェのサンバ

シェルブールの雨傘

In a Sentimental Mood ほか

Tb: 早川隆章



## 1月の図書館情報

絵本の読み聞かせ、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: 1月16日(火) 午前11時~ (30分程度)

☆おはなしの森(園児・小学生向け)

日時: 1月6日・13日・20日の土曜日  
午前11時~ (20分程度)

☆日曜日のちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時: 1月28日(日) 午前11時~ (30分程度)

☆冬の子ども工作教室

日時: 1月27日(土) 午後1時30分~

内容: 鬼のお面作り、牛乳パックなどを使つてのリサ  
イクル工作

持ち物: はさみ、のり、えんぴつ、ものさし(持ち  
物には、必ず名前を書いてください)

※小さい子どもさんは、必ず保護者と参加してくだ  
さい。

※会場はいつでも市立岡谷図書館2階会議室です。

☆本の福袋

今年も「本の福袋」を行います。何が入っているか  
は、開けてみてのお楽しみ!! いろんなジャンルの本  
を用意してお待ちしています。

期間: 1月4日(木)~なくなり次第終了

◎1月の休館日: 1日・3日・9日・15日・22日・26日・29日

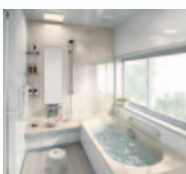
今月のテーマブック「さむい さむい冬」

1月21日(毎月第3日曜日)は「うち読でエ」読の日

問合せ ● 岡谷図書館 ☎ 22-2031

広告

住まいの困りごと、リフォームのご相談は  
**まるごと岡谷酸素へ!**



水まわり(キッチン・バス・トイレ)を中心  
とした、さまざまなリフォームを行っております。  
お気軽にご相談ください!

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



# テクノプラザおかや

# ものづくり

# フェア

## 2018

**企業集積の技術を紹介!**  
**がんばる企業の展示**  
**姉妹都市・都市間交流**  
**企業の展示**

ものづくりの原点について語る!  
**シルクファクトおかや**  
**高林館長による講演会**

自作コマで挑戦してみよう!  
**第3回 世界一回る**  
**精密コマコンペティション**

おかやの技術が大集合!  
**ものづくりファクトリー(体験)**  
**カラフル鉛筆立てづくり**

TOCキャパシタ様  
**電池づくり体験**

僕らは未来のエンジニア!  
**地元学生の事例発表**

ソフトバンク コマース&サービス様  
**最新!スマートロボット体験**

プラズマボールを触ってみよう!  
**プラズマエネルギー体験**

**入場無料**  
 アンケートに答えて  
**記念品を**  
**ゲット!!**

2 | 2.3

10:00-17:00      10:00-16:00

fri      sat

**特別展示**

セイコーエプソン様  
**インタラクティブプロジェクターと**  
**スマートグラスの実演・体験**

**体験教室**

岡谷工業高等学校 電気部  
**太陽光発電を体感!**  
**ミニソーラーメタルカーを作ろう**

日本電産サンキョーオルゴール記念館 すわのね  
**オルゴール作り体験工房**

諏訪東京理科大学 田邊道研究室  
**電子工作とプログラミングで♪動く!**  
**LEDドットアニメーションを作ろう**

3日

同時開催

## マイコンカーラリー・テクノプラザおかや杯2018

## 岡谷市観光みやげ品展示販売会

**会場** テクノプラザおかや・ララオカヤ 特設会場

**お問合せ** テクノプラザおかや TEL.0266-21-7000 FAX.0266-21-7001 URL.<http://www.tech-okaya.jp> E-mail: [kougyo@city.okaya.lg.jp](mailto:kougyo@city.okaya.lg.jp)

駐車場に限りがございますので公共交通機関をご利用ください。

当日参加できるものづくり体験など、ご家族で楽しめるイベントです。ぜひご来場ください!

問合せ●テクノプラザおかや(工業振興課) ☎21-7000 <http://www.tech-okaya.jp>

## ものづくりフェア 同時開催 **第30回 岡谷市観光みやげ品展示販売会** ご来場ください!

来て、見て、買って、納得!!

日時…2月3日(土) 午前10時～午後4時

場所…ララオカヤ2階

**観光みやげ品などが  
当たる  
大抽選会 開催!**

★500本以上の景品を  
用意してお待ちして  
います。



岡谷市に、おいしいみやげ品がたくさんあることを知っていますか? 観光みやげ品展示販売会では、推奨みやげ品の味噌・お菓子・つけもの・川魚などがぞくぞく出展! ぜひ、お立ち寄りください。

問合せ●岡谷市観光協会 ☎23-4854

## 第18回 岡谷市農業シンポジウム

【テーマ】「NAGANO WINEの魅力に迫る!!」  
～ぶどう栽培とワインの楽しみ方～

ワイン用ぶどうを栽培し、岡谷初となる地元ワインを手掛けた三澤智行さんに「ぶどう畑から始まる農業」を、ワイン王子こと成澤篤人さんには、今注目の「NAGANO WINEとその楽しみ方」について、それぞれお話ししていただきます。

この機会に県内ワインについて学んでみませんか。多くのみなさんのお越しをお待ちしています。

日時…2月3日(土) 午後1時30分～4時

場所…市役所 9階 大会議室

講師…

第1部: 福祉タクシーともゆき代表・

ワインぶどう栽培家 三澤 智行さん

第2部: NAGANO WINE応援団運営委員会

代表 成澤 篤人さん

主催…

岡谷市農業振興連絡協議会



三澤さん



成澤さん

入場無料  
申込み不要

問合せ●農林水産課(内線1486)

## カルチャーセンター・「杏月会」共催講座 **基本を学ぶ 楽しいペン習字**

きれいな文字(ひらがな・漢字)を基礎から学びます。身近なボールペンから始めましょう。初心者大歓迎。

期日…2月9日・23日、3月9日 毎回金曜日(全3回)

時間…午前10時～正午(毎回)

対象…16歳以上の人

定員…10名(先着順)

講師…西澤杏月さんと「杏月会」のみなさん



受講料…1,000円

材料費…100円(練習用紙)

持ち物…ふだん使っているボールペン(太さ自由)

申込み…1月11日(木) 午後10時よりカルチャーセンター窓口にて受付。受講料・材料費を添えてお申し込みください。  
2月7日(水) 締切。

※受付初日は、電話による申し込みはできません。

問合せ・申込み●イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

広告

## 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。  
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**

「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

12月の  
ハガキから

▼は広報広聴担当より

パラアイスホッケー、平昌パラリンピック出場おめでとうござい  
 ます。わたしも寄せ書きイベント  
 に参加させていただきました。選  
 手のみなさんの活躍を祈っていま  
 す。  
 Y・Tさん(山下町)

▼やまびこスケートの森を拠点に活  
 動する、日本代表チームの平昌パ  
 ラリンピック出場は、本当にうれし  
 いことですよね！みなさんが寄せ  
 書きをした国旗は、パラリンピック  
 出場をかけた最終予選会場で実際  
 に飾られ、選手のみなさんの大き  
 な力になったそうです。今月号の  
 特集でもご紹介しましたが、日本  
 代表チームが、こんなにも身近で  
 活動していることをもっと多くの人

に知っていただき、岡谷市一体と  
 なって盛り上げ、応援していきま  
 しょう！！

12月は忘年会のシーズンです  
 ね。飲む機会が多くなりますが、  
 適度の量で楽しく飲みたいと思  
 います。また「30・10運動」も実施し  
 たいと思います。  
 T・Hさん(郷田)

▼年末年始の宴会のシーズン、つ  
 い飲みすぎてしまいますが、過度  
 の飲酒は体に大きく負担をかけま  
 す。適量を楽しく飲みたいですね。  
 お料理も「30・10運動」を実践し  
 て、おいしく、食べ残しなく、い  
 ただきましよう。

市長さんの今年の締めくくりを  
 読ませていただき、1年が「あつ  
 という間だったと実感しました。  
 新しい年を穏やかに迎えたいと思  
 います。  
 Y・Oさん(神明町)

▼毎年のことですが、12月になると、  
 1年が過ぎるのは本当に早いなど  
 という気持ちになります。みなさん  
 はいかがでしたか？平成29年も暮  
 れていきますが、さまざまなか  
 らぬことがありましたね。その年の世  
 相を表す漢字「北」が選ば  
 れましたが、「北」朝鮮によるたび  
 重なる弾道ミサイルの発射や、九  
 州「北」部での記録的豪雨があった  
 ことなどが選考の理由となったそ  
 うです。平成30年は、災害や不安  
 のない、穏やかな年になることを  
 願うばかりです。

子育て・家庭と両立し、再就職したいと考える女性を応援！

## 女性の再就職応援セミナー&ミニ就職説明会

～わたらしい「働き方」を見つけ、再就職に向け踏み出してみませんか～

【日時】1月19日(金)

午前10時～午後1時30分

【場所】イルフプラザ・

カルチャーセンター

こんな悩みはありませんか？出産・子育て、介護などでブランクがあり、再就職に踏み出せない。  
 自分に自信がなく、就職活動が不安。短時間でもできる仕事があるか心配。…そんなあなたも、き  
 っと自分に合った「働き方」を見つけられます。ミニ就職説明会では、仕事の内容や勤務時間など、直  
 接企業の担当者とお話ができます。岡谷で就職を考えている女性のみなさん、ぜひご参加ください♪



### ★再就職応援セミナー(第1部)

時間…午前10時～正午

場所…カルチャーセンター 第2多目的ホール

定員…20名(事前の申し込みが必要です)

講師…キャリアコンサルタント 森 ゆきさん

### ★ミニ就職説明会(第2部)

●市内企業10社程度参加予定

●ハローワークによる就職相談コーナー

時間…午後0時10分～(参加者受付:正午～1時)

場所…カルチャーセンター 第1多目的ホール



対象…出産・子育て・介護などで離職し、再就職を  
 希望している女性、これから働きたいと思っている  
 女性

※ミニ就職会へのみの参加も可能

※託児は事前申し込みが必要です。詳しくは問い  
 合わせください。

参加無料

託児あり

申込み・問合せ●テクノプラザおかや ☎21-7000

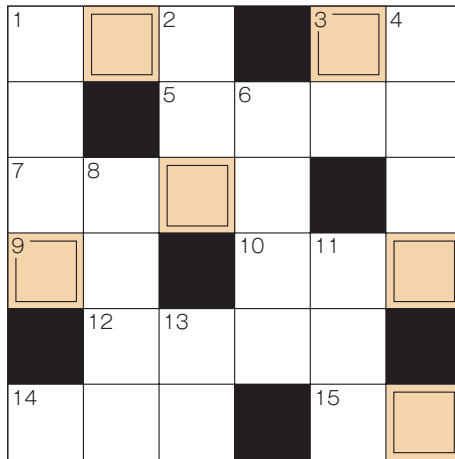
脳トレにいかがですか？

## 広報クイズ No.385

### 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  
答えてください。正解者のなかから  
抽選で5名に、うなぎのまち岡谷共  
通利用券(1,000円)をプレゼントしま  
す。



●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。1月12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)

#### ●12月号の答えと当選者

「ツカマガワ(塚間川)」

正解数84通(応募総数84通)のなかから抽選で、R・Kさん  
(神明町)、K・Mさん(今井)、S・Yさん(湊)、K・Hさん(本  
町)、M・Mさん(長地出早)に、うなぎのまち岡谷共通利  
用券(500円)とロマネット入浴券をお送りします。



#### ◆ヨコのカギ

- 1 ○○○新年。
- 今年もよろしく願いいたします
- 3 魚はここで呼吸します
- 5 保育園2、幼稚園1、小学校1、  
高校1がある区は
- 7 1月20日
- 9 姉妹都市の東○○町
- 10 月日は百代の○○○にして
- 12 お正月遊び。顔に墨を塗ったりとか
- 14 湖畔一丁目の保育園
- 15 マッサン→○○→あさが来た

#### ◆タテのカギ

- 1 シルク岡谷の発展を支えた  
○○○○化産業遺産
- 2 そして岡谷のシルクは輸出され多くの  
○○○を獲得しました
- 3 海鵜魚
- 4 おかやフェスタでは商連主催の  
○○○○市も行われます
- 6 ○○○○の桜! 横河川はみごとですよ
- 8 こちらは紅葉やカタクリがみごとな公園
- 11 〒394-0084 長地○○○町
- 13 生麦、生○○、生卵



「ふじさん」1969年 武井武雄



【市長随想 88】

「初夢、新たな年を迎え」

「二年の計は元旦にあり」という言葉があるように、年  
が明けると話題になる「初夢」。いろいろな説があるそう  
ですが、現代では「元日、または2日の夜に見る夢」も  
しくは「その年の最初に見た夢」とされています。

江戸時代には、初夢にふさわしい夢ベスト3として「二  
富士・二鷹・三茄子」と呼ばれるようになりました。「二  
富士」とは、富士山のように高く美しい山、山のように  
末広がりのものが出てくる夢で、高い目標や理想を表し、  
立身出世を象徴するそうです。「二鷹」とは、鷹のように  
大空を舞うものが出てくる夢で、可能性の広がりや自由  
な行動力を表し、開運や夢の実現につながるそうです。  
「三茄子」とは、茄子や果実、野菜などが出てくる夢で、  
「事を成す」に通じ、蓄財や子孫繁栄を表すそうです。  
市民の皆様、今年の「初夢」は、どのような夢だったで  
しょうか?迎えた平成30年が、皆様にとって「夢と  
希望があふれる素晴らしい年」となりますように。

私は、平成30年の夢(目標)として「岡谷市が、魅力と  
活力にあふれ、愛着を持ちながら、永く住み、働き、子  
育てをしたいまち」の実現をめざし、全力で取り組んでま  
います。市民の皆様には「岡谷市のまちづくり」に、ご  
理解とご協力をお願いいたします。

今年も戌年であり、犬はお産が軽いことから、安産  
には「戌の日」が吉日とされています。岡谷市に新しく「夢

や希望があるもの」  
がたくさん生まれ  
るよう、元氣よく  
新年のスタートを  
切りましょう。

今井竜五

#### 今月の子育てキーワード(小学校高学年)「我が家のルールを作しましょう」

自宅のパソコンや、ゲーム機等を通して、インターネットに触れる機会が増えてきています。大人が危険性を理解し、ペアレンタルコントロール(視聴年齢制限)やフィルタリングの設定、使用場所の制限等、子どもと我が家のルールを作しましょう。～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)、12月29日(金)  
～1月3日(水)

【開館時間】午前10時～午後7時

【入館料】一般500円・中高校生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〉ジャンボかるた大会

(申込み不要・無料)

日時…1月7日(日) 午前10時30分～

毎年恒例、武井武雄ジャンボかるたを使った「かるた大会」! 大人から、字が読めれば、小さな子どもも参加OKです。かるたとりで身体を動かし、正月になまった体をリフレッシュ!

★〈武井武雄〉

刊本作品読み語り & ギャラリートーク

(申込み不要・無料)

※ギャラリートークのみ要入館料

日時…1月20日(土) 午後1時30分～

武井武雄刊本作品を大画面で読み語り。実物も手に取ってご覧いただけます。

★〈山村浩二〉絵本よみきかせ

(申込み不要・無料)

日時…1月21日(日) 午後1時30分～

山村浩二さんの絵本作品の読み聞かせを行います。

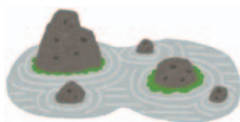
♥ティラミスで枯山水をつくろう

日時…1月27日(土)

①午後1時30分～ ②午後3時30分～

定員…各回10名 参加費…300円

カップのなかのほうじ茶のティラミスに、きなこや琥珀糖を使って、枯山水をつくろう。

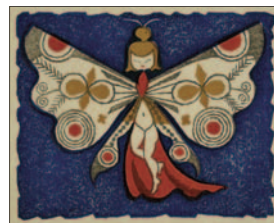


開催中の展覧会…1月15日(月)まで。お急ぎください!

## 〈収蔵作品展〉武井武雄のかわいい版画展

武井武雄の版画は「鳥の連作」シリーズをはじめとして、かわいらしい作品が多数あります。本展では、武井の残したたくさんのかわいい版画作品を中心に紹介します。

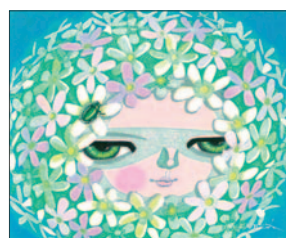
胡蝶 1975年



## 〈同時開催〉池田修三展 ビリジアン・ノスタルジア

木版のなかにセンチメンタルを詰め込んだ池田作品のモチーフは、こどもや鳥、花…。愛らしく、だれもが笑顔になる作品です。池田版画の魅力に迫る展示にご期待ください!

はなむぐり 1974年



次回展覧会…1月19日(金)～3月26日(月)

## 〈収蔵作品展〉武井武雄 ギジンカ展

動物や物を、あたかも人であるかのように描く擬人化。武井が描いた虫や果物、鳥や野菜たちは、そのどれもが今にも人の言葉をしゃべりださそうです。武井のいきいきとギジンカした作品をお楽しみください。



むしのくに 1955年

## 〈同時開催〉山村浩二 絵本原画展 アニマ 魂の生まれるところ

世界で多数の受賞歴を持ち、日本を代表するアニメーション作家であり、40作を超える絵本作品を世に送った山村浩二。アニメーションの語源となったアニマはラテン語で魂を指します。山村浩二が魂を吹き込んだ作品の数々をご覧ください。



『おかしなおかし』2010年 福音館書店

## 蚕糸博物館の年末年始の営業について

●蚕糸博物館の年末年始休館：12月29日(金)～1月3日(水)

●製糸工場(宮坂製糸所)の年末年始休業：12月28日(木)～1月10日(水)

※12月28日、1月4日～8日の期間も工場内の見学は可能ですが、繰糸作業は行っていないのでご了承ください。





## 市立 岡谷美術考古館

〈収蔵作品展Ⅲ〉

### 増沢荘一郎とその同志



増沢荘一郎「卯年の春」

会期…1月14日(日)～3月4日(日)

戦後、武井武雄らが創立した文化団体「双燈社」。そこで木版画を学んだ増沢荘一郎は、学校教育にも版画を取り入れ、全国で版画の授業が行われるようになりました。また、講師を務める成人学校を母体に「信濃刀画の会」が創立され、大人も版画に親しむ気運を受け継いでいきました。今回、ともに版画の普及に貢献した、武井吉太郎と小口作太郎の作品も展示。版画のまち岡谷の軌跡と、三者三様の作風をお楽しみください。

### 信濃刀画の会 作品展

会期…1月14日(日)～21日(日)

増沢荘一郎が初代講師を務めた「信濃刀画の会」の作品展です。



### 第25回 岡谷市内小学校児童版画展

会期…1月14日(日)～2月18日(日)

### 東高展

会期…1月22日(月)～30日(火)

岡谷東高校の美術文芸部・写真部・書道部の作品展です。

【休館日】水曜日・祝日の翌日、12月29日(金)～1月3日(水)、1月11日(木)※展示替え

【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

特別企画展 大人500円・小中学生250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

授乳・おむつ替え室あり!

【イベント・ワークショップ】(要申込み)

#### ◆木版画ワークショップ

「信濃刀画の会」講師による木版画ワークショップです。初心者もお気軽に!

日時…1月20日(土) 午後1時～3時

講師…清沢玄之吉さん ほか

対象…小学生以上(低学年は保護者同伴)

持ち物…彫刻刀(あれば)

参加費…300円

難易度:★★★★☆

#### ◆節分の壁掛けをつくろう

鬼やおど福の切り紙で、和風のかわいい壁掛けをつくります。

期日…1月28日(日)

時間…午前10時30分～正午

参加費…100円 難易度:★★☆☆☆

申込み・問合せ ● ☎22-5854



【休館日】水曜日・祝日の翌日、1月22日(月)・23日(火)※展示替え

【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】一般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

岡谷



〈企画展〉

「糸を組む～あなたの知らない組紐の世界～」

会期…1月21日(日)まで。お急ぎください!

和服の帯締めなどに使われる組紐。伝統の技法で製作を続ける『有職組紐 道明』の、現代の製品や古代の復元品などを展示し、奥深い組紐の世界をご紹介します。

法隆寺 唐組垂飾(からぐみすいしやく) 飛鳥時代(復元)

〈収蔵品展〉「鍋、語る。」～繭を煮る。糸を取る～

会期…1月25日(木)～4月15日(日)



繭を煮て糸にする鍋は、製糸業には欠かせないものです。今回は、日本が近代化を歩むなかで、生糸生産量増大とともに、その形態をさまざまに変えてきた鍋の数々を一挙展示します。併せて、近隣の鍋製造地の様子もご紹介します。

【イベント・ワークショップ】

#### ★講座「今月の染め」

人気の染め講座。第5回目

の染材は「枇杷」です。45cm

×45cmのシルクスカーフを染めてお持ち帰り。

日時…1月28日(日) 午後1時30分～3時

定員…15名(要申込み) 参加費…500円

申込み…1月6日(土)午前9時より電話にて受付

#### ★館内ガイドツアー (申込み不要・要入館料)

日時…土・日・祝日の午前10時～午後2時～(約1時間)

#### ★フランス式繰糸機復元機の実演

(申込み不要・要入館料)

館内ガイドツアーと併せて、実演を行います。

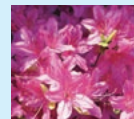
期日…1月13日(土)

時間…午前10時30分～午後2時30分～

申込み・問合せ ● ☎23-3489 (サンシハク)



岡谷市  
 市木/いちい  
 市花/つつじ



人口の動き(平成29年11月1日現在)  
 人口 49,241人 前月比 -21 前年同月比 -504  
 世帯数 19,225世帯 前月比 +11 前年同月比 +18

## 諏訪地域の障がい者就労施設

### 岡谷市役所で物品販売会(12月4日～8日)

「障害者週間(12月3日～9日)」に合わせ、障がい者就労施設で作られている物品の販売会が、市役所1階ロビーで開催されました。諏訪地域の12事業所が出店、手づくりのお菓子やパン、布製品や革製品、雑貨など多彩な商品が並び、ロビーは品物を買求める人たちで賑わいました。



## 「税についての作文」表彰式(12月13日)

租税教育を目的に国税庁が募集した、「税についての作文」の入選者表彰式が市役所9階で行われました。市内では、国税庁長官賞に輝いた小林万優子さん(南部中3年)をはじめ、20名の中学生が表彰され、諏訪税務署長などから、一人ひとり賞状が授与されました。また、受賞者の多かった北部中学校にも、諏訪納税貯蓄組合連合会から感謝状が贈られました。



# ご法事

**太田屋** 四十九日、一周忌、三回忌…  
 美味しいお料理、真心のおもてなし  
 お引物のご相談も承ります。



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



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

広告