

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!

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

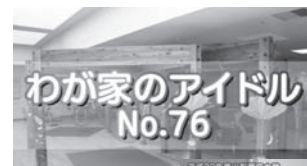
【特別番組】山梨学院ともまなび講座

「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～)

1月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1365)



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

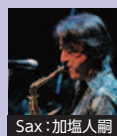
JAZZ QUINTET with 高橋奈保子

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

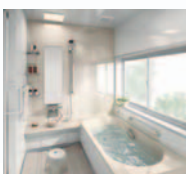
今月のテーマブック「さむい さむい冬」

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