

広報

おかや

2

Feb. 2018 [No.1422]



特集

思ったときが学びどき

学習グループに参加してみませんか？

今月の表紙

緊張の面持ちで20歳の誓いを胸にした成人式。その表情の奥には夢と希望が満ちあふれていました。大人として、新たな人生を踏み出した新成人のみなさん、本当におめでとうございます。

特集

思ったときが学びどき

学習グループに参加してみませんか？

岡谷市は、生涯を通じて学び、豊かな心を育むため、年間を通じてさまざまな講座を開いていますが、講座が終了しても活動を続けたい人が集まり、定期的に開催されているのが「学習グループ」です。

なかでも、カルチャーセンターには現在118の学習グループがあり、美術、手芸、運動、合唱、料理など、そのジャンルはさまざま。自分の趣味にあったグループで、多くの人と一緒に楽しく学んでいます。若い人も楽しめるグループもありますよ。

今回は、グループの活動のようすや参加者のこえをご紹介します。生きがいがづくりや健康づくり、仲間づくりに…あなたも学習グループに参加してみませんか。



生涯学習がむかしから盛んだった岡谷で、長年活動を続けている、2つの学習グループをご紹介します。

岡谷イルフダンスの会



代表
宮坂 雄二さん

岡谷イルフダンスの会は、昭和55年に結成された社交ダンスの学習グループです。現在、60〜70歳代が中心の43名が在籍し、男女はほぼ同数。週1回の練習と月1回のダンスパーティを基本として、プロの講師を招き、社交ダンスを楽しく学んでいます。

社交ダンスのステップには、大きく分けてスタンダードとラテンがあり、スタンダードにはタンゴやワルツなど、ラテンにはルンバやチャチャチャなどがありますが、同会では、1年間の練習プログラムにさまざまなステップを割り振り、学んでいます。

「社交ダンスは、文字通り社交のためのダンスですので、基本的なステップを覚えれば、だれとでも男女ペア

になって踊れるのが魅力です。リズムに乗って踊るには、頭と体をいっしょに使います

し、全身を動かして汗もかきまわすので、いい運動にもなります。女性にとっては、おしゃれをしてダンスパーティに参加することも、楽しみになっていると思います。」と、会長の宮坂雄二さん。

参加者の多くは1980年代前後のブームから始めたベテラン勢ですが、近年、テレビ番組やコミックでも話題になっているので、若いみなさんにとっても、見逃せない学習グループといえるでしょう。



活動情報…

毎週水曜日午後7時〜8時30分

すいぎん
帥吟会



代表
若杉 貞夫さん



長野県連合会
吟道大会での発表

帥吟会は、諏訪岳風会の木川岳帥さんを師範とする詩吟の会です。諏訪岳風会には、ほかにもいくつもの詩吟教室があり、総勢約30名が学んでいます。このうち帥吟会には現在7名が在籍しています。年齢層は60〜80歳代が中心で、男女はほぼ同数。月2回の練習を基本とし、年に1度の昇段試験があります。また、初吟会をはじめ市民文化祭など、発表の機会もあり、定番の漢詩や和歌だけでなく、自作の短歌や自由詩などを発表する場にもなっています。

会長の若杉貞夫さんは、「最初は大きな声が出ませんが、先生のやさしくていいいな指導により、美しく吟じられるようになります。宴会などで一芸を求められた時にも、詩吟は役に立ちますよ。なにより、腹式呼吸で大きな声を出すことは、健康にいいと思います。」と魅力を語ります。また「高齢になると何かに挑戦することが少なくなりますが、詩吟は何歳になっても挑戦し続けられる、すばらしいもの」と話す会員も。

ちなみに詩吟には多くの流派がありますが、故木村岳風は諏訪市の出身。諏訪岳風会や帥吟会は、その本流を汲む流派ですので、これから詩吟を始める人には、最適な入り口ではないでしょうか。



活動情報：第1・4水曜日

午後1時30分〜3時30分

イルプラザ・カルチャーセンターの学習グループ

※平成29年2月実施のアンケートに基づき掲載
※新=平成29年度新規学習グループ

グループ名	活動内容	学習日
運 動		
気功の会	気功	毎週月曜日/午前
気功 通天の会	気功	第1・3・5木曜日/午後
イルフ・ヨガの会	ヨガ	火・水・金曜日/夜
月曜ピラティス	ピラティス	毎週月曜日/夜
太極拳 火曜会	太極拳	第1・3・4火曜日/午前
太極拳 黄河の会	太極拳	毎週水曜日/午後
太極拳の会	太極拳	第1・3水曜日/午前
ストレッチの会	筋肉体操、ストレッチ	第1・3・4土曜日/午後
吹矢りんどう岡谷教室	スポーツ吹矢	第1・3月曜日/午後
み柱クラブ	ストレッチ	第4火曜日/午前
岡谷イルフダンスの会	社交ダンス	毎週水曜日/夜
長地ダンスの会	社交ダンス	不定期
ダンスサークル ワン・ツー・スリー	社交ダンス	毎週木曜日/午後
新 YOLO ダンスサークル	ヒップホップ ダンス	毎週金曜日/午後
新 バレーザ	フラメンコ	第2・4土曜日/午後
料 理		
男の厨房	料理	第3木曜日/午前
梅花の会	料理	月1回/午前

グループ名	活動内容	学習日
詩 吟		
帥吟会	詩吟の朗詠	第1・4水曜日/午後
詩吟愛好会	詩吟の朗詠	第2・4水曜日/夜
短歌・俳句など		
からたち短歌会	短歌	第3金曜日/午後
しるくの会	口語短歌	第3火曜日/午前
未来山脈めぐみ会	口語短歌	第1木曜日/午後
あづさ俳句会	俳句	第1・3水曜日/夜、 第2・4木曜日/午後
歌月会	百人一首	第1金曜日/午後



太極拳 黄河の会

気功 通天の会



カルチャーセンターの講座から
新しい学習グループも生まれています。

YOLOダンスサークル



グループのみなさん (右:講師の河口紘子さん)

カルチャーセンターは、生涯学習を支援していますが、若い人たちを含めた新しい学習グループも生まれています。そのひとつがヒップホップ

ダンスを学ぶ、YOLOダンスサークルです。
昨年6月に開講したこの学習グループは、現在5名が在籍。女性が中心ですが、男性もいます。講師にインストラクターの河口紘子さんを招き、毎週1回の講習を行っています。ヒップホップというと激しいダンスを想像しますが、河口さんが、参加者の年齢やレベルに合わせたオリジナルのステップや振り付けで指導するため、無理なく上達できます。また、毎回、曲に合わせたストレッチ

で、ほどよく身体をほぐしてからダンスレッスンに入れます。60代の参加者は「若い人たちに交じって続けられるか心配でしたが、先生の教え方がじょうずなので、わたしのような年齢でも始められました。」と、新しいダンスとの出会いに楽しそうです。



YOLOダンスサークルの「YOLO」とは、「You Only Live Once.」の頭文字。「人生一度きりだから、やってみようよ!」という、この学習グループのモットーを表しているそうです。まさに生涯学習ですね。

活動情報...

毎週金曜日 午後1時30分～3時

グループ名	活動内容	学習日
絵画・美術		
水彩 ダ・カーポの会	水彩画	第2・4木曜日/午後
パステルの会	パステル画	第2・4木曜日/午後
スケッチの会	水彩画	第2・4金曜日/午前
イルフ墨友会	水墨画	第1・3金曜日/午前
和紙絵の会	和紙絵	第1・3土曜日/午後
木彫りの会	仏像彫刻	第2・4水曜日/午後
手芸		
金洋会	パンフラワー	第1・3金曜日/午前
花園キルトの会	パッチワーク	第1・3木曜日/午前



箏楽



ハーモニカ21

花園キルトの会



グループ名	活動内容	学習日
合唱		
青葉愛唱会	歌唱	第3金曜日/午後
岡谷合唱団	混声合唱	毎週火曜日/夜
岡谷せせらぎ会	混声合唱	不定期
岡谷熟年歌唱会	合唱	第2・4土曜日/午前
川岸女声コーラス	合唱	月曜日/午前 ほか
千の会	合唱	第2・4水曜日/午前
やまびこ男声合唱団	合唱	毎週日曜日/夜
あひるコーラス	コーラス	第1・3・4火曜日/午前
女声コーラスしなの	コーラス	金曜日/午前～午後
岡谷民謡愛好会	民謡	第2・4水曜日/午後
郷土の唄と踊り伝承会	唄・踊り	第2・4月曜日/午後
楽器		
箏楽	箏	第1・3金曜日/夜、 2・4土曜日/夜
桐の会	箏	毎週月曜日/午前
アフリカンリズムを楽しむ会	アフリカンリズム	不定期
岡谷マンドリンクラブ	マンドリン	不定期
ハーモニカ21	ハーモニカ	第2・4月曜日/午前
オカリナ Pip	オカリナ	月1回土曜日/午前
新 オカリナ ラルゴ	オカリナ	第1・3水曜日/午前
工芸		
陶遊会	陶芸	第3水曜日/午前・午後

発表の場があるから、目標に向かって取り組める



書道、絵画、写真、手芸などの文化系学習グループは、市民文化祭の展示などで、日ごろの学習の成果を多くの方々にに向けて発表しています。

市民文化祭のステージの花形のひとつに、マジックを学ぶ学習グループ、岡谷M50会があります。同会は昭和50年に発足し、現在13名が所属。男女はほぼ同数で、月2回の例会を基本として、テキストやビデオを使い、各自がやりたいマジックを練習しています。会長の坂井智彦さんは「観客



代表
坂井 智彦さん

岡谷M50会

エムじーまる

生涯学習は単に学んで身につけるだけでなく、その成果を発揮する機会があると、やりがいを感じるものです。独自に発表の場を持っている学習グループもありますが、カルチャーセンターでは「市民文化祭」などの発表の機会があります。

を驚かせたり笑わせたりするのがマジックの醍醐味なので、発表の場は欠かせません。市民文化祭は大きな発表の場ですので、会員の目標になっています。」と語ります。



活動情報：第2・4木曜日
午後7時～9時

グループ名	活動内容	学習日
書道		
杏月会	ペン習字	第2・4金曜日/午前
清美会	ペン習字	第2・4木曜日/夜
清風会	ペン習字	第2・4木曜日/夜
その他		
岡谷映像サークル	映画作成	第3木曜日/午前
岡谷M50会	マジック	第2・4木曜日/夜
岡谷堅香子の会	語りの学習	第1土曜日/午前
写撮クラブ	写真	第2水曜日/夜
オリオン天文同好会	天文	第3木曜日/夜
水曜囲碁会	囲碁	毎週水曜日/午後
日本野鳥の会 諏訪支部	自然保護・観察	最終金曜日/夜
土師の会	考古学	毎週木曜日/午前～午後

グループ名	活動内容	学習日
茶道		
交和会	茶道	第2・4金曜日/夜



水曜囲碁会



岡谷映像サークル

申込み・問合せ ● イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

このほかにも、湊公民館、川岸公民館、長地公民館の講座から生まれた、多くの学習グループが活動しています。詳しくは、各公民館にお問い合わせください。

申込み・問合せ ● 湊公民館 ☎22-2300 ・ 川岸公民館 ☎23-2200 ・ 長地公民館 ☎27-8080

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

日常生活を取り戻す リハビリテーションの重要性



Hospital
ほすびた
ルポ 12
Reportage

「脳卒中になっても自宅に帰れるようなリハビリを提供したい」

病気を乗り越えたあと、日常生活を取り戻すことも大切ですね。今回は、リハビリテーション科の重松医師にお話をうかがいました。

―リハビリ医の役割とは。―

リハビリというのは、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士、看護師、薬剤師など、さまざまなスタッフが関わるものです。そのスタッフたちが統一した意識、目標を持ってリハビリを行えるようコーディネートするのが大きな役割です。また、医師として患者さんがリハビリを受けられるよう、体調をコントロールすることも大切な役割です。

―どういった患者さんが多いですか。―

当院は、骨折や脳血管疾患の患者さんが多くですね。あとは、パーキンソン病などの神経難病の患者さんもあります。脳血管疾患の後遺症としては、手足の麻痺や、話す・食べるといふ口関係の障害、記憶などに支障が出る高次脳機能障害などがあります。

―脳血管疾患の後遺症にも効果か。―

比較的限局した小さな病変の場合、かなり回復が見込めます。最初は手足が動かなくても、歩いて帰れるようになる患者さんもあります。とくに50代くらいまでの若い人は、脳の一部が障害されても、ほかの部分で代償して、例

えば、手足の動きを助けるようなシステムが脳のなかで新たにできるということもあります。

―リハビリするうえで大切なことは。―

病気を発症してから落ちてくまでの、急性期といわれる時期に、寝たきりにならないことです。寝たきりになると筋肉が萎縮し、廃用症候群という状態になります。1か月寝た状態していると回復するのにがんばっても2か月はかかるといわれていますので、急性期のリハビリがやはりだいじだと思います。

―治療が難しい点などありますか。―

嚥下障害ですね。これはものを飲み込むための訓練なのですが、失敗すると、誤嚥性肺炎や窒息というリスクがあるので、50%の回復でいいという話



機能訓練室にて。後ろに並ぶのはリハビリ用機器

にはなりません。かなり完成させないと経口摂取に移れないので、難しいと感じます。そのため、現在当院では週1回歯科医が来院して、言語聴覚士と病棟全体を回って、嚥下の評価や訓練をしています。

―最後に市民のみなさんにひとこと。―

在宅で一番問題になるのは、排泄と食事だと思います。ですから、そこに問題がある場合には、早期にリハビリや介護予防に取り組んだほうがいいですね。また、重症になると介護中心の考え方になりがちですが、身体機能が落ちたときにすぐに介護を考えるのではなく、リハビリという考えを持っていただきたいと思います。例えば、排泄ならトイレまで歩くようなリハビリをしようとか、誤嚥性肺炎を起こしたら嚥下のリハビリをしようとか、そういった気持ちを持つことが大切だと思います。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎ 23-8000

リハビリテーション科 重松 理 医師

信州大学医学部卒。内科を専門としていたが、脳卒中などで寝たきりになる患者に多く触れ、リハビリテーション科へ転身。平成24年9月に岡谷市民病院に着任。日ごろの疲れはお酒でリフレッシュ。日本酒が好きで、岡谷や諏訪のお酒もよく飲むとのこと。

「平成29年度 いじめ根絶子ども会議」を開催しました

問合せ●教育総務課(内線1215)



いじめをなくし、笑顔あふれる学校にするために、岡谷の子どもたちが自らの力で取り組み、12月16日にはまとめの会として全11校の代表児童生徒が集まり、いじめ根絶子ども宣言をしました。



平成29年度 いじめ根絶子ども宣言(抜粋)

『ちょっとの勇気が大きな一歩 ～ちょっとの勇気』を出すために、今、自分ができることは何か～』をテーマとし、中学校区ごと話し合い、いじめを許さず、いじめに立ち向かっていくために、次のような取り組みを進めていきたいと考えました。

- 岡谷西部中学校区
 言いあおう 伝えあおう 自分の気持ち
 ～明るいまはつをとおして笑顔あふれる雰囲気へ～
 “私も当事者 あなたも当事者” 加害者と傍観者に違いはなく、見て見ぬふりをするのは、その場から逃げ出しているだけ。自分にできる方法を考え、勇気を出して行動しよう。
- 岡谷北部中学校区
 伝えよう自分のこと きいてみよう相手のこと
 そして 本当の友達をつくろう
- 岡谷東部中学校区
 「自分にできることを見つけよう」
 「行動に移す勇気を持とう」
 「お互いのことを認め合える人間関係を作ろう」
 傍観者にならないために
- 岡谷南部中学校区
 友達との関わりの中で お互いのことをよく知り
 相手の気持ちを理解しながら 関係を深めていこう

いじめ根絶子ども会議の成果を学校へ持ち帰り、
 『私たちは、いじめを絶対許さない!! ～思いやりの心で笑顔あふれる学校に～』
 この宣言を今年度も、岡谷市内すべての仲間に発信していきたいと思えます。 平成29年12月16日 岡谷市児童生徒代表

水陸両用バスに乗ってみよう!!

地域への愛着心を持ち、観光客へのおもてなしの心を育てることを目的とした「水陸両用バス体験 岡谷市民デー」を実施します。水面を間近に感じる不思議なバス体験。諏訪湖への“スプラッシュイン”はスリル満点です!



開催日…3月17日(土)・21日(水・祝)
出発時間(両日共通) …1便:午前9時、2便:午前10時30分、3便:正午、4便:午後1時30分、5便:午後3時
順路…岡谷市役所(立体駐車場横) → (湊経由) → ヨットハーバー → 諏訪湖 の往復
定員…1回40名×10便 計400名
料金…大人 通常2,800円→1,000円、小人(3～12歳) 通常1,800円→500円、小人(2歳以下) 通常500円→300円(座席はありませんので、ご乗車は大人のひざの上になります)
申込み…往復はがきに必要な事項を記入して(右図参照)、お申し込みください。2月28日(水)必着。※定員を超えた場合は抽選
 ※天候などによっては中止、日時の変更などがあります。
 ※申し込みは岡谷市民に限ります。また、権利の譲渡はできません。
主催…諏訪地方観光連盟・日本水陸観光(株) 共催…岡谷市観光協会

(往信表面)	(返信裏面)
 394-8510 (往信) 岡谷市幸町8-1 岡谷市観光協会 水陸両用バス 申し込み係	こちらの面には 何も記入しないで ください

(返信表面)	(往信裏面)
 □□□□□□ (返信) ご自分の 郵便番号 住所 氏名	①代表者氏名(フリガナ) ②参加人数(大人○人・小人○人・2歳以下の小人○人 合計○人) ③電話連絡先 ④緊急連絡先(携帯) ⑤希望日時 (第2希望まで記入) ※希望日がない場合はその旨を記入

問合せ●岡谷市観光協会 ☎23-4854

市議会定例会を開催



第5回岡谷市議会定例会が、11月30日(木)から12月14日(木)までの15日間の会期で開かれ、条例の改正、平成29年度補正予算の審議、一般質問が行われました。主な内容をお知らせします。

◆ 条例等 ◆

▽岡谷市いじめ問題対策連絡協議会等条例が可決されました。

▽岡谷市営住宅条例及び岡谷市営住宅分譲条例の一部を改正する条例が可決されました。

▽岡谷市特別職の職員の給与に関する条例の一部を改正する条例が可決されました。

▽岡谷市職員の給与に関する条例の一部を改正する条例が可決されました。

▽岡谷市議会の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例が可決されました。

◆ 平成29年度補正予算 ◆

▽災害復旧費、岡谷田中小学校校章等作成事業、就学援助費の追加など、2億3225万5千円を追加し、一般会計総額を200億9647万9千円とする補正予算が可決されました。

◆ 一般質問 ◆

▽11人の議員が、産業振興・教育・福祉などの市政の課題について一般質問を行いました(市議会ホームページにて映像配信中)。

◆ 意見書 ◆

▽「保育士の配置基準の見直しと公定価格の増額を求める意見書」が可決され、関係機関に送付することとなりました。

市議会の会議録は、岡谷市議会ホームページからご覧ください。

市政懇談会 5会場で開催!!

市民のみなさんとの対話から、まちづくりを考える市政懇談会です。平成30年度の重点施策について、みなさんのご意見をお聞かせください。どの会場でも自由に参加できますので、お気軽にお出かけください。



【市政懇談会 会場イベント】 ※懇談会開始まで

- シルキーチャンネル番組「突撃! 岡谷のものづくりゲンバ」放映
岡谷を支える「ものづくり」のゲンバを紹介した番組です。

開催日	時間	会場
2月13日(火)	午後7時~	市役所9階 大会議室 (手話・要約筆記あり)
2月14日(水)	午後7時~	湊公民館
2月15日(木)	午後7時~	川岸公民館
2月16日(金)	午後7時~	長地公民館
2月17日(土)	午前10時~	イルフプラザ・カルチャーセンター (手話・要約筆記あり)

問合せ●秘書広報課(内線1366)

入札参加資格審査申請の受付について

平成30年度(中間年)の建設工事、建設コンサルタント業務および平成30・31年度の物品・役務の入札参加資格審査申請を受け付けます。

- 建設工事・建設コンサルタント
受付期限…2月28日(水)まで ※郵送は2月16日(金)必着
有効期間…平成30年度
 - 物品・役務
受付期限…2月16日(金)まで
有効期間…平成30年度・31年度(2か年)
- 提出書類…入札参加資格審査申請書および必要書類
※書式などは、市のホームページからダウンロードできます。
提出方法…郵送または財政課窓口にて持参してください。

問合せ●財政課(内線1535)

運転免許自主返納者に シルキーバス回数券交付



運転免許を自主返納した満65歳以上の市民に、シルキーバス回数券(12枚つづり)を交付します。(一部返納は除く)
※回数券の交付は、1名につき1回限りです。

《シルキーバス回数券の受け取り方》

- ①岡谷警察署交通課で運転免許を自らの申請で返納し、「申請による運転免許の取消通知」(以下、取消通知)の交付を受けてください。
- ②商業観光課に取消通知の写しを持参のうえ、回数券交付申請書に氏名・住所を記入し、提出してください。

問合せ●商業観光課(内線1453)

平成30年度

嘱託・臨時職員募集

応募締切…2月15日(木)

雇用期間…平成30年4月1日～平成31年3月31日(⑩のみ5月1日～10月31日)

※募集案内・応募書類は各担当課にあります(詳細の問い合わせも各担当課へ)。

番号	職種	勤務先	業務内容	募集人数	勤務時間	資格など	担当・問合せ
①	臨時事務員	企画課	ふるさと納税事務など	1名	午前9時～午後4時	パソコン操作のできる人	企画課 (内線1523)
②	臨時事務員	総務課	一般事務および電話交換業務	1名	午前8時30分～午後3時45分	パソコン操作のできる人	総務課 (内線1551)
③	臨時交通指導員	市民環境課	交通安全教室、街頭指導および一般事務	若干名	午前7時30分～午後2時15分(原則)	パソコン操作のできる人、普通運転免許	市民環境課 (内線1166)
④	嘱託保健師・嘱託看護師・嘱託介護支援専門員	介護福祉課	介護予防ケアマネジメント、高齢者実態把握、認知症施策推進事業など	若干名	午前9時～午後3時45分	保健師・看護師・介護支援専門員のいずれかの有資格者、パソコン操作のできる人、普通運転免許	介護福祉課 (内線1269)
⑤	臨時相談員	子育て支援センターぱんだぐみ(市内保育園)	子育て相談	若干名	午前8時30分～午後2時	保育士(幼稚園・小学校・養護学校教諭の普通免許状のある人も可)	子ども課 (内線1266)
⑥	臨時保育士	市内保育園	保育園での保育補助	若干名	午前8時30分～午後4時15分(週5日または週3日勤務)	保育士(幼稚園・小学校・養護学校教諭の普通免許状のある人も可)	子ども課 (内線1262)
⑦	長時間保育補助員	市内保育園	朝・夕の保育補助	若干名	午前7時30分～8時30分 午後4時～7時30分	朝・夕ともに勤務可能で保育に関心のある人	
⑧	臨時調理員	市内保育園	保育園の調理業務・栄養業務補佐	若干名	午前8時30分～午後2時	とくになし(栄養士・調理師資格のある人は考慮)	
⑨	臨時作業員	土木課	道水路の補修、道路清掃等管理	若干名	午前8時30分～午後4時15分(時間調整あり)	普通運転免許	土木課 (内線1322)
⑩	嘱託調理員	市内小中学校	小中学校の給食調理業務	若干名	午前8時15分～午後4時	普段料理をしている人、体力に自信のある人	教育総務課 (内線1218)
⑪	臨時業務員	市内小中学校	小中学校の維持管理業務	1名	午前7時15分～午後2時	危険物取扱有資格者、普通運転免許	
⑫	臨時特別支援教育支援員	市内小中学校	小中学校で特別支援を要する児童生徒の介助・支援	若干名	午前8時～午後4時のうち4時間	特別支援教育に熱意のある人	
⑬	学童クラブ指導員(嘱託)	市内小学校	学童クラブ児童の生活指導(入退所手続き事務、運営全般)	1名	①学校登校日…午後1時30分～6時45分 ②学校休業日…午前7時45分～午後6時45分のうち6時間(交替制の土曜勤務あり)	教員または保育士の有資格者	生涯学習課 (内線1231)
⑭	学童クラブ指導員(臨時)	市内小学校	学童クラブ児童の生活指導ほか補助業務	若干名	①学校登校日…午後2時30分～6時45分のうち3時間 ②学校休業日…午前7時45分～午後6時45分のうち6時間(交替制の土曜勤務あり)	児童の指導に知識と経験のある人、または関心のある人	
⑮	臨時事務員	旧林家住宅	旧林家住宅説明案内および管理業務	1名	午前9時～午後4時45分(週2日勤務)	文化財の管理に興味のある人	岡谷美術考古館 ☎22-5856
⑯	臨時業務員	塩嶺野外活動センター	施設の管理に係る補佐業務	1名	午前8時30分～午後4時15分(60日程度)	普通運転免許	生涯学習活動センター ☎24-8404

2018信州総文祭 全国高等学校総合文化祭「放送部門」プレ大会を開催します!

今年8月、高校生による国内最大規模の文化芸術の祭典「第42回全国高等学校総合文化祭(2018信州総文祭)」が、県内17市町で開催されます。岡谷市は「放送部門」の会場となり、アナウンス・朗読・オーディオピクチャー・ビデオメッセージ・CMの各部門で、高校生たちが熱い想いを伝えます。今回は、8月の本大会に向けた「放送部門」のプレ大会です。どなたでもご自由にご覧いただけますので、ぜひお越しください。



日時…2月11日(日・祝) 午後2時～・12日(月・振休) 午前9時30分～ 場所…カノラホール

大会マスコットキャラクター「信州なび助」

問合せ●第42回全国高等学校総合文化祭長野県実行委員会(県教育委員会事務局全国高等学校総合文化祭推進室内) ☎026-235-7440

早めの準備で
早めの申告を

所得税・市県民税の申告相談が始まります!

問合せ●税務課(内線1121・1122・1125~1127)

この申告は、市県民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料などを算出する基礎となるほか、各種届出、申請に必要な税関係証明書を交付する場合の重要な資料となります。

【市県民税の申告をするみなさんへ】

申告期間中の混雑緩和のため、市県民税の申告に限定した相談日を設けています。市県民税についての申告相談は、2月14日・15日の2日間にお越しください(所得税の確定申告はお受けできませんのでご注意ください。ただし15日は税理士会による「所得税の還付申告相談会」を開催。右記参照)。郵送で市県民税の申告を行いたい人は、税務課までお問い合わせください。

インターネットを利用した、
便利な国税電子申告・納税システム「e-Tax」
詳しくは国税庁ホームページ <http://www.nta.go.jp>

例年2月開催の、税理士会による所得税の無料相談は、市役所9階大会議室で同時開催となりました。
無料還付申告相談…2月15日(木)
無料申告相談…2月16日(金)・19日(月)・3月2日(金)
時間…午前10時～正午・午後1時～3時

市県民税および所得税の申告相談日程

時間…午前8時30分～午後4時

(14日は午前10時～、各支所は午前9時～)

※市役所庁舎の管理上、朝7時30分前の入庁はできません。

※受付は午後3時30分までに済ませてください。

※受付後、順番にお呼びしますが、混雑状況により、お待ちいただく場合がありますので、ご了承ください。

※3月5日(月)・13日(火)は夜間相談を開催。(午後5時～7時)

●市県民税のみの申告相談

期日	時間	会場
2月14日(水)	午前10時～午後4時	市役所9階 大会議室
15日(木)	午前8時30分～午後4時	

●市県民税および所得税の申告相談

※地区割りは目安です。ほかの期日でも相談できます。

期日	地区割(目安)	会場
2月16日(金) 19日(月)	地区割日(目安)に 申告できない人(市内全域)	市役所9階 大会議室
2月20日(火) 21日(水)	西堀区、東堀区	長地支所
2月22日(木)	横川区	
2月23日(金)	中屋区、中村区	湊支所
2月26日(月)	小坂区、花岡区	
2月27日(火)	三沢区、橋原区	川岸支所
2月28日(水)	新倉区、駒沢区、鮎沢区	
3月1日(木) 2日(金)	地区割日(目安)に 申告できない人(市内全域)	市役所 9階 大会議室
3月5日(月)	今井区	
3月6日(火)	小井川区	
3月7日(水)	岡谷区、新屋敷区	
3月8日(木)	下浜区、小尾口区、上浜区	
3月9日(金)	小口区、西堀区	
3月12日(月)	間下区	
3月13日(火)・ 14日(水)・15日(木)	地区割日(目安)に申告できな かった人(市内全域)	

【申告に必要なもの】

- 印鑑
- 下記の①または②のいずれかの書類
 - ①個人番号(マイナンバー)カードの写し
 - ②番号認定書類(通知カード等)+身元確認書類(運転免許証等)の写し
- ※確定申告書および住民税申告書の提出の際には、申告者本人・控除対象配偶者・控除対象扶養親族などのマイナンバーの記載が必要です。また、上記書類の添付がない申告書は、後日税務署から提出を求められる場合があります。
- 所得(収入)を証明する書類
 - ①平成29年中の所得が明らかになる資料(給与、公的年金等の源泉徴収票の原本、報酬、一時所得、配当などの支払調書)
 - ②営業等、農業、不動産所得のある人は収支内訳書(事前に収入、経費を計算し、領収証もお持ちください)
- 控除を証明する書類(平成29年中に支払った保険料などがわかる資料)
 - ①国民年金保険料、生命保険料、地震保険料は支払証明書
 - ②医療費控除を受ける場合は医療費・医薬品の領収書、医療保険者からの医療費通知(人ごと、医療機関ごと)に集計し、明細書を作成してお持ちください。
- ※セルフメディケーション税制の場合は、一定の取り組みを行ったことがわかる書類をお持ちください。(詳しくは左ページ参照)
- ③健康保険料、介護保険料は支払った金額がわかるもの
- 還付となる場合は、還付口座がわかるもの

次の申告のご相談は諏訪税務署でお受けします

※市役所では申告相談できません。

- 土地や建物、株式、ゴルフ会員権など資産の売却や交換
- 損失、繰越損失
- 住宅借入金等特別控除の初年度の申告
- 青色申告 ■消費税、贈与税の申告
- 外国人の申告 ■準確定申告(死亡した人の申告)
- 過年度の申告(28年分以前)

問合せ●諏訪税務署 ☎57-5211

行政

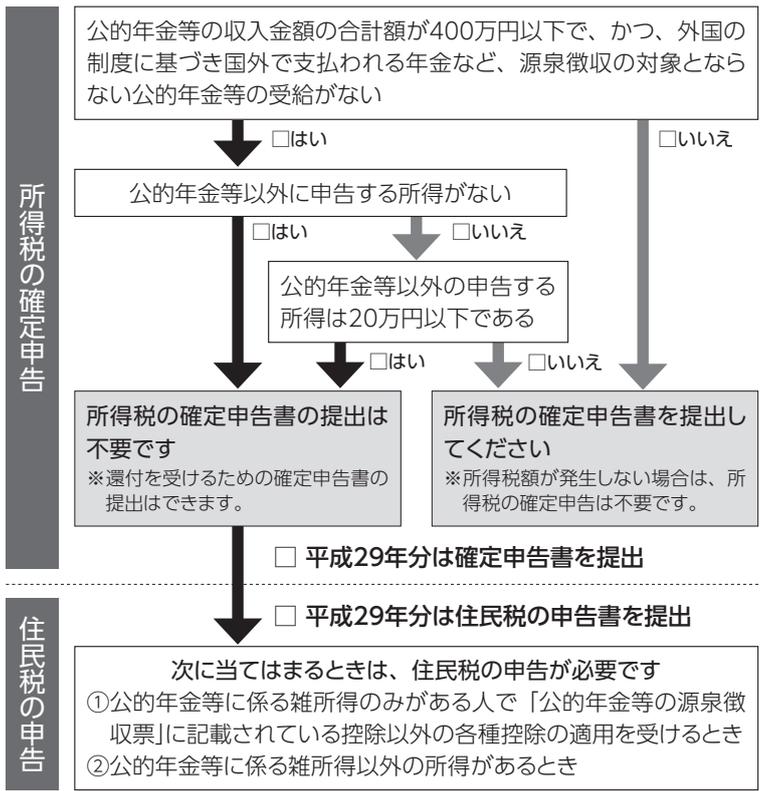
仲間

環境

健康

行政
仲間
環境
健康

【公的年金のみ所得者の申告区分フローチャート】



【市県民税の申告が必要な人】

- (平成30年1月1日現在岡谷市に在住の人)
- 市県民税は、すべての所得の申告が必要です。
 - 公的年金等の収入が400万円以下で、ほかの所得が20万円以下の人は、確定申告が不要ですが、公的年金等に係る所得以外の所得がある場合や、生命保険料控除、地震保険料控除、医療費控除や源泉徴収票に記載していない扶養控除などを受ける場合は、市県民税の申告が必要です。ただし、所得税の還付を受ける場合には所得税の確定申告が必要です。ご不明な点は、お問い合わせください。
 - 平成29年中の収入がなく、どなたの扶養親族にもなっていない人は、収入がない旨の申告をお願いします。国民健康保険税や後期高齢者医療保険料の軽減の対象になる場合があります。
- 【申告しなくてもよい人】
- 平成29年中の収入がない、または非課税収入(遺族・障害年金、失業給付金、児童扶養手当など)のみで、家族の年末調整、確定申告などで扶養親族となる人
 - 1か所からの給与所得のみで、年末調整済みの人
 - 公的年金等の収入が400万円以下で、各種控除を受けない人(左図参照)

〈税制改革などの内容について〉

- ①平成29年申告分の給与収入1,000万円超の給与所得控除額の上限が、220万円に引き下げられました。
- ②上場株式等に係る配当所得等(株式等譲渡所得を含む)について、所得税と個人住民税で異なる課税方式を選択できることが明確化されました。
- ③医療費控除とセルフメディケーション税制(医療費控除の特例)が選択できるようになりました。

◆セルフメディケーション税制とは

適切な健康管理のもとで、健康の維持増進および疾病予防への一定の取り組み(注1)を行う個人が、平成29年1月1日から平成33年12月31日までの間に、自己または自己と生計を一にする配偶者や親族に、特定成分を含んだスイッチOTC医薬品(注2)を購入し、その合計額が12,000円を超えるときは(保険金等により補填される金額を除く)、超えた金額(上限88,000円)を所得控除できることになりました。

(注1) 右記のような、健康の維持増進および疾病予防への、一定の取り組みの実施を明らかにする書類が必要になります。

(注2) 上記の「スイッチOTC医薬品」とは、要指導医薬品および一般用医薬品のうち、医療用から転用された医薬品(類似の医療用医薬品が医療保険給付の対象外のものを除く)をさします。

- 一定の取り組みの実施を明らかにする書類(下記のいずれか)
- インフルエンザまたは定期予防接種の領収書または予防接種済証
 - 市区町村のがん検診の領収書または結果通知表
 - 職場で受けた定期健康診断の結果通知表
 - 特定健康診査の領収書または結果通知表
 - 人間ドックやがん検診など、各種健診(検診)の領収書または結果通知表
- ※これらの費用は、原則として医療費控除の対象外です。

従来の医療費控除とセルフメディケーション税制は、いずれか一方のみの選択適用です。確定申告で選択した方法を、その後、更正の請求または修正申告で変更することはできません。「判定フローチャート」など、詳しくは、市ホームページをご覧ください。

介護保険の要介護認定を受けている人は、障害者控除が受けられる場合があります

介護保険の要介護認定を受けている65歳以上の人(およびその人を扶養しているご家族)のうち、一定の要件に該当する場合には「所得税や市県民税の障害者控除の適用」が受けられます。要件に該当するかどうかは、介護福祉課「障害者控除の相談窓口」へお問い合わせください(電話も可)。該当する人には、窓口にて「障害者控除対象者認定書」を交付します。

※障害者手帳を持っている人は、控除対象のため、上記の認定書は不要です。

問合せ●介護福祉課
(内線1281~1285)

国民健康保険加入者で平成29年分の医療費控除を申告する人へ

11、12月の医療費が高額になる場合、高額医療費申請にも医療機関の領収書が必要になりますので、申告前に必ずコピーをしておいてください。

問合せ●医療保険課(内線1189)

市営住宅 入居者募集

申込み場所…長野県住宅供給公社 岡谷管理センター
(都市計画課内)

抽選会・入居説明会…2月14日(水) 午後1時30分～3時(予定)
市役所3階301B会議室

入居指定日…3月1日(木)

受付期間…2月1日(木)～9日(金) ※土日は除く
午前8時30分～午後5時15分

【募集団地】 ※募集住宅は見学できます。入居資格や提出書類など、詳しくはお問い合わせください。

団地名	所在地	規模	構造	募集階	募集戸数	建設年度	エレベータ	家賃(円)	駐車場(円)	単身入居	
学ヶ丘	赤羽2	3DKB	5階建	4・5階	3	S53		17,900～26,700	3,700		
堂前	郷田1	3DKB	3階建	3階	1	S54		19,200～28,600	3,500		
小萩K-2	長地小萩2	3LDKB	4階建	4階	1	S59		22,600～33,600	3,500		
小萩K-3	長地小萩2	3LDKB	4階建	4階	1	S61		23,200～34,600	3,500		
中村C-1	長地梨久保2	3DKB	4階建	4階	1	S63		21,000～31,400	3,500		
中村C-2	長地梨久保2	3DKB	4階建	3・4階	5	H10		29,600～44,100	3,500		
通年募集	高尾T-1	川岸中1	3LDKB	3階建	2・3階	3	S57		20,300～30,300	2,400	可
	高尾T-1	川岸中1	4LDKB	3階建	1・2・3階	3	S57		24,400～36,300	2,400	可
	高尾T-2	川岸中1	3LDKB	3階建	1・2・3階	5	S57		20,300～30,300	2,400	可
	富士見ヶ丘	長地出早1	2KB	1階建	長屋建	1	S39		4,900～7,300	なし	可
	上ノ原	上ノ原	3KB	2階建	長屋建	5	S42		10,400～16,300	なし	可

規模表示…数字:室数、K:台所、DK:台所兼食卓、LDK:DK兼居間、B:浴室(浴槽無)、Y:浴室(浴槽有)
(注)募集住戸は一部を除き[B:浴室(浴槽無)]ですが、前入居者が使用した浴槽で新規入居者がそのまま引き続いて利用できる住戸もあります。

※家賃は、合算された所得額や同居者数により幅があります。
※裁量世帯(所得月額が158,001～214,000円)の世帯は上記の家賃範囲ではありません。

問合せ●長野県住宅供給公社 岡谷管理センター(内線1336)
都市計画課(内線1337)

始めよう! 「満タン&灯油プラス1缶」運動

大規模災害に備え、日ごろから「車のタンクは満タン」に、「灯油は多めの軒先在庫」を習慣づけ、より安全安心な生活をするための防災・減災活動として「満タン&灯油プラス1缶運動」を始めてみませんか。

「満タン&灯油プラス1缶運動」とは

東日本大震災など大規模災害の発生後は、ガソリンや灯油などの燃料が入手困難になり、買い求める人が押し寄せ、店頭はパニックになりました。この運動は、災害時の燃料不足の解消や、ガソリンスタンド周辺道路の渋滞抑制を目的とし、地域の防災・減災力の向上につながることから、全国石油商業組合連合会が推進しています。

「満タン&灯油プラス1缶運動」でなにができるか(参考)

ガソリン…車は、ガソリン10ℓで100km以上の移動手段となり、約10時間アイドリング状態を保つことができます。停電時にも、空調の確保やラジオによる情報の入手ができるほか、電源を確保する手段にもなります。

灯油…灯油1缶(18ℓ)あれば、暖かな空間を85時間程度確保できるほか、お湯なら3,700ℓ、熱湯なら550ℓ沸かすことができます。また、石油ストーブで灯りの供給もできます。

主催…全国石油商業組合連合会・長野県石油商業組合

問合せ●危機管理室(内線1591)

定年後の生涯設計を学びましょう 生涯現役を目指すセミナー

年齢を重ね“明るく豊かで健康な人生”を歩むためには、事前にさまざまな準備や心構えが必要です。

“生涯現役でいきたいね”をテーマに、市では「年金制度」「定年準備」や「医療保険」など、情報満載の知って得するセミナーを開催します。

- 定年を間近に控えた人
- 生涯設計が気になる人
- 企業経営者・労務担当者
- 雇用延長のことを勉強したい人
- 自分の年金が心配・興味のある人

ご参加
ください

受講無料

日時…2月8日(木) 午後6時30分～8時30分

場所…テクノプラザおかや3F 人材育成研修室

講師…特定社会保険労務士 山本 剛さん

定員…30名(先着順) 持ち物…筆記用具

申込み…テクノプラザおかやへ電話かFAXでお申し込みください。

申込み・問合せ●テクノプラザおかや
☎21-7000・FAX 21-7001

❖ 諏訪湖ハイツ施設内への広告募集 ❖

諏訪湖ハイツ内に広告を掲示しませんか。年間25万人以上の利用があり、大きな広告効果が見込めます。

●大浴場ロッカー 扉 表面

(全120枠。9枠か12枠のどちらかを選択)

サイズ…A4

掲載期間…平成30年4月1日～平成31年3月31日

掲載料(1年) …9枠: 10,800円・12枠: 14,400円

●1階トイレ個室内壁面(5枠)

サイズ…A3

掲載期間…平成30年4月1日～平成31年3月31日

掲載料(1年) …1枠: 12,000円

●エレベーター内壁面(1枠)

サイズ…A2

掲載期間…平成30年4月1日～平成31年3月31日

掲載料(1年) …1枠: 24,000円

応募方法…社会福祉課窓口まで、広告見本を添えた申請書をご提出ください。募集要項と申請書は窓口にあります。

応募締切…3月23日(金)

※広告の原稿は、自身で準備してください。

※以下の内容の広告は掲載できません。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 ほか

問合せ●社会福祉課(内線1256)

納めた国民年金保険料は、 全額が社会保険料控除の対象です!

国民年金保険料は、納付した全額が社会保険料控除の対象となります。申告する際には、1年間に納付した金額を証明する「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を添付する必要があります。この証明書は、昨年(11月上旬)に日本年金機構から送付されています。年の途中から国民年金に加入した場合などで、昨年10月3日以降に初めて保険料を納付した人(人)には、2月上旬に同様の証明書が送付されます。

2年前納した保険料については、「全額を納めた年に控除する方法」か「各年分の保険料に相当する額を各年に控除する方法」を選択することになります。

また、ご家族の保険料を納付した場合も、その納付額の全額が控除対象となります。(確定申告の際にはご家族分の証明書も一緒に添付してください。)

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方です。そのためにも保険料は納め忘れのないようにしましょう。

※「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を紛失した場合は、再送しますので、年金事務所へご連絡ください。

※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 ☎23-3661

こどものくに 0123



2月のイベント

♣元気に豆まき! (申し込み不要)

新聞紙で豆を作り、投げっこをしてあそびます。やさしいオニもやってきます。

日時…2月2日(金) 午前11時のわくわくタイムの後

対象…子どもと保護者



楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

2月 5日(月)	午前11時～	リズム運動遊び
7日(水)	午前10時30分～	双子のおしゃべり会
8日(木)	午前11時～	つくっちゃおう
14日(水)	午前11時～	食べるのだいすき!
15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
16日(金)	午前11時～	おおきなおはなしたまご
22日(木)	午前10時30分～	もぐもぐ相談
26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

長地公民館 生活講座

初心者向け! 魚のさばき方講座

魚を丸ごと買って、さばいてみたい人におすすめです。初心者でもだいじょうぶ! さばき方の基本を教わりながら、お刺身をつくってみましょう。

日時…2月24日(土) 午後1時30分～3時30分

対象…市内在住・在勤の16歳以上の人

定員…10名(先着順)

講師…山崎 明さん(岡谷市在住)

持ち物…エプロン、タオル、三角巾

参加費…1,200円(受講料・材料費)

申込み…2月7日(水)～14日(水)の

午前8時30分～午後5時15分に、公民館窓口または電話にて受付。

※魚はイナダを予定していますが、水揚げにより変わる場合があります。



申込み・問合せ●長地公民館 ☎27-8080

イルフプラザ・カルチャーセンター
世代間交流講座
作ろう!“ミラクルBOX”
& ふれあいあそび

日時…3月11日(日) 午前10時～11時30分
対象…園児(年中)からシルバー世代まで(親子や3世代、友人など、どんな組み合わせでも参加可能です)
定員…20名(定員になり次第締め切り)
講師…こどものくに館長 高橋 桂子さん
持ち物…はさみ(牛乳パックを切ります)
受講料…1人300円(材料費込)
申込み…2月5日(月) 午前10時から受付(先着順)。受講料を添えて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(おつりのないようお願いします)。受付初日は電話による申し込みはできません。18日(日)までは、市内在住の人のみ受付。3月4日(日)締切。



©日本スポーツ吹矢協会
マスコットキャラクター
「フキヤット」

イルフプラザ・カルチャーセンター
2018春休み親子イベント
スポーツ吹矢 キッズ体験会

運動が苦手でもだいじょうぶ。体力・身体能力の差に関係なく取り組めるスポーツです。独特の呼吸法で、楽しみながら集中力もアップ。体験だけじゃ物足りない人は、次は競技会をめざそう!

日時…3月24日(土) 午前10時～正午
対象…市内在住の小学生
定員…20名程度(定員になり次第締め切り)
講師…(一社)日本スポーツ吹矢協会公認指導員 鬼窪保明さん
受講料…1人100円(体験用マウスピース代)
申込み…2月17日(土) 午前9時から受付(先着順)。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。受付初日は電話による申し込みはできません。3月20日(火)締切。
※保護者も参加できますので、受付時にご相談ください。



申込み・問合せ●イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

第3次岡谷市環境基本計画の推進

2月の重点目標《参加と協働》
みんなが環境保全に参加するまち

環境問題に高い関心が示される一方で、灯油などの流出、違法な野焼き、不法投棄などが後を絶ちません。市民、



残したい
おいしいなぎ
きれいな諏訪湖



学校、事業者、行政などがそれぞれの役割を認識して行動し、その責任を担っていくこと、相互に協力することが必要です。

◎市民のみなさん

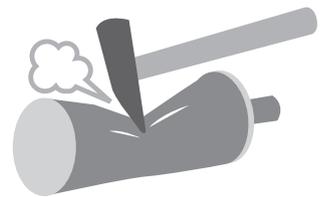
- 環境保全活動に、自発的参加と行動ができる意識の醸成
- 市民一人ひとりが環境問題を正しく認識し、環境人として行動し、その「環」を広げていきましょう。
- 地域や団体などの環境保全活動に、積極的に参加しましょう。
- 環境関連の教育や研修に積極的に参加
- 地域で環境について学び、行動する機会をつくるように努めましょう。

◎事業所のみなさん

- 環境保全と事業活動の両立
- 活動の結果、環境保全効果を確認するとともに、環境会計の導入により、環境保全のために要した費用と経済効果を把握し、経営計画に反映しましょう。



空き缶を捨てる時の
お願い



ガスボンベなどの
スプレー缶
などには
必ず穴を
開けてください



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。

問合せ●市民環境課(内線1142・1144)

身近なことを学び日常に生かす「一日くらしの教室」講演会

参加無料・申込み不要

わたしたちがくらす諏訪地域は、諏訪湖や八ヶ岳など、自然に恵まれた山紫水明の地です。しかし、目を凝らしてみると、その美しい景色には、わたしたちが生活のなかで出したごみが多く見られるのが実状です。今回は、河川などに漂着する、さまざまなごみを与える影響と、その問題に取り組む団体の事例を紹介します。くらしのなかの身近な問題として、いっしょに考えましょう。

テーマ「なぜ、ごみを拾うの?」～川ごみ問題と次へのステップ～

日時…2月1日(木) 午後1時30分～3時

場所…岡谷市役所 9階 大会議室

講師…全国川ごみネットワーク 小口 智徳さん

対象…どなたでも参加できます。



問合せ●市民環境課(内線1166)

行政

仲間

環境

健康

健康ひと回メモ

No.484

自転車に乗って

健康づくり

効能について考えてみます。

欧州では、環境面・健康面から、早くから国を挙げて積極的に自転車の普及に取り組んでいます。日本でも最近注目を集めており、ここ諏訪圏では、サイクリングロードの整備や、岡谷出身の世界的自転車冒険家の活躍などから、市民への自転車の普及が期待されます。

まず、自転車の健康面での効能について考えてみます。自転車乗りこなすには、さまざまな能力が必要です。とくに走り出しでは、転倒しないよう一気にスピードを上げる必要があるために、瞬発力のある脚力が不可欠です。また、運転中は、歩行時よりはるかに速いスピードで移動できますが、そのぶん、刻々と変わる交通状況を視覚、聴覚、振動覚から情報を得て、素早く判断しなくてはなりません。年輩の人でも、自転車をしよわずに乗りこなしている人は、それなりの能力があるということですから、認知症の心配はまずありません。

では、自転車に乗る際の注意点を2つ挙げます。1つ目は、自転車は法規上、車道を走らなければなりません。車に認知してもらおうよう目立つ服装をし、積極的にライトを点灯しましょう。

2つ目に、自転車の前かごに荷物を入れると、とても不安定になります。どうしても荷物を持たなければならぬ場合には、リュックサックに入れ、背中にしよって乗ると安定します。

岡谷市は市街地が比較的高層ビルとあって、自転車出かけるにはちょうど良い大きさです。ぜひ自転車に乗って、健康づくりに努めてください。

(医師会)

日曜がん検診のおしらせ

「市民がん検診」を、昨年4月から受診していない35歳以上の人は、これが最後のチャンスです。この機会にぜひ受診しましょう!

がんは日本人の死因の第1位で、死亡数は年々上昇傾向にあります。しかし、治療法の進歩により早期発見・早期治療で治せるがんも増えてきています。がんは自覚症状がないまま進行していきますので、「気づいたときには手遅れ」ということにならないよう、定期的に検診を受けることが大切です。

日時…2月25日(日) 午前9時～

場所…岡谷市保健センター1階 研修室

対象…35歳以上の市民

申込み…電話にてご予約ください。住所・氏名・生年月日・受診する検診項目、電話番号などをうかがいます。定員になり次第締め切り。

要予約
各検診とも
定員30名

申込み・問合せ●健康推進課(内線1183)

【検診項目】

①胃がん検診(X線) …日本で最も多くの人がかかるがんです。バリウム(造影剤)を飲んで、胃をX線撮影します。胃がんのほか、潰瘍やポリープなどを発見できます。

自己負担金…1,200円

(70歳以上、生活保護・市民税非課税世帯の人は無料)

②大腸がん検診…胃がんに次いで、2番目にかかる人が多いがんです。

大腸に潰瘍やポリープ、がんがあると出血することがあります。排出された便に血液の反応があるかどうかを調べ、出血の有無を確かめます。

自己負担金…500円

(70歳以上、生活保護・市民税非課税世帯の人は無料)

③肺がん検診(CT) …男性の死亡率が1番高いがんです。

CTで肺を輪切りにしたような画像を撮影します。精細な肺全体の画像が得られるため、肺がんのほか肺気腫、心臓や血管の動脈硬化像なども発見できます。

自己負担金…3,500円(免除対象外の検診となります)

各種相談
 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・予診票

乳幼児健診等
 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：
 パスタオル・ファーストブック申込書（9～10か月児健診のみ）
 1歳児にここに教室：歯ブラシ・コップ・タオル
 2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。

お問い合わせは ——— 健康推進課（内線 1191）まで

	金	土
1	2	3
8	9	10
15	16	17
22	23	24

(有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

(有)三善工業
☎ 23-3446

水道建設(株)
☎ 23-2662

(株)上條電設工業
☎ 23-5330

(株)シンニチ設備
☎ 22-1365

(株)林鉄工設備
☎ 23-3197

旭設備(株)
☎ 23-3764

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	14日(水)午前9時～正午 庁舎201会議室
無料法律相談 [予約制]	20日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課（内線1254） 相談員：藤森誠二 弁護士 ※3月分予約：2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]
高齢者のための司法書士による無料法律相談 [予約制]	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）
ことばの教室 [予約制]	月・水曜日 午前9時30分～午後2時30分 問合せ：子ども課（内線1266）
家庭児童相談	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
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 社会福祉課
生活困窮相談 (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 社会福祉課
子ども総合相談センター 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 教育総務課
教育相談室 (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) 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)・28日(水)午後1時～7時(1人50分) 会場：諏訪湖ハイイツ1階 ☎ 24-2206
若者のための就労相談会 (夜間) [予約制]	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
巡回労働相談 (勤労青少年ホーム)	21日(水)午後0時30分～3時30分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
女性のための相談 [予約制]	20日(火)午前10時～午後3時50分(1人約50分) 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 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 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
特許・発明相談会 (産業財産権相談会)	20日(火)午後1時～4時 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
ミニジョブカフェ [予約制] 若年者の就職活動における疑問や悩みの相談	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
農地相談 [予約制]	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	諏訪湖ハイイツ 312相談室	市社協 ☎ 24-2121
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時		諏訪湖ハイイツ ☎ 24-2290(内線3112) (080-5143-3202)
	第2・4木曜日	午後6時～9時		

今月の納税

- ◎固定資産税・都市計画税 第4期
 - ◎国民健康保険税 第11期
- 納期限…2月28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）

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中

2回目▶2月9日(金) 午後7時～8時30分
 赤ちゃんを産むための体づくり、安産のコツ



女性のための健康相談 [予約制]

2月14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)

くらしのカレンダー

2月

February

-  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>諏訪地区小児夜間急病センター（年中無休）</p> <p>■診療時間 毎日 午後7時～9時</p> <p>■診療科目 小児科 生後3か月以上 中学生以下</p> <p>諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699</p>	<p>健康相談・栄養相談・ 歯科相談（月～金曜日）</p> <p>午前8時30分 ～午後5時15分</p> <p>面接希望は 事前にお電話ください。</p>			<p> 2歳児にこここ教室 (28年1月生) 受付午前9時15分～9時</p> <p> 杉村設備(株) ☎ 27-8632</p>
<p>4</p> <p> 小口医院（耳鼻咽喉科） ☎ 22-3068</p> <p> はつお歯科クリニック ☎ 23-8345</p> <p> コスモファーマ岡谷薬局 ☎ 78-8023</p> <p> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</p>	<p>5</p> <p> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</p>	<p>6</p> <p> BCG (29年6月7日～9月6日生)</p> <p> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	<p>7</p> <p> 1歳6か月児健診 (28年7月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p> 信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p> 日本脳炎 (27年1月生:1回目(全地区) 29年2月に2回目を終了した 人を含む (西堀・長地地区)</p> <p> (株)総設工業 ☎ 28-8504</p>
<p>11</p> <p> 諏訪共立病院 ☎ 28-2012</p> <p> たちばな歯科医院 ☎ 22-1228</p> <p> ひまわり薬局 ☎ 26-7226</p> <p> (株)イワナミ ☎ 22-2222</p>	<p>12</p> <p> 釜口医院 ☎ 22-2089</p> <p> 栗田歯科医院 ☎ 24-5756</p> <p> マツモトキョシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801</p> <p> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</p>	<p>13</p> <p> 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	<p>14</p> <p> 3歳児健診 (27年1月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>	<p>15</p> <p> 四種混合 (29年10月生) 29年1月に3回目を終了した 人を含む (西堀・長地地区以外)</p> <p> 十和設備(株) ☎ 24-0182</p>
<p>18</p> <p> 諏訪マタニティークリニック ☎ 28-6100</p> <p> 小松歯科クリニック ☎ 28-0008</p> <p> 土田薬局 ☎ 28-3232</p> <p> (株)アイテック ☎ 23-8500</p>	<p>19</p> <p> 杉村設備(株) ☎ 27-8632</p>	<p>20</p> <p> 四種混合 (29年10月生) 29年1月に3回目を終了した 人を含む (西堀・長地地区以外)</p> <p> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</p>	<p>21</p> <p> 3～4か月児健診 (29年10月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p> (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365</p>	<p> 日本脳炎 (27年1月生:2回目(全地区) 29年2月に2回目を終了した 人を含む (西堀・長地地区以外)</p> <p> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</p>
<p>25</p> <p> 平林医院 ☎ 22-3952</p> <p> 小松歯科医院 ☎ 27-8226</p> <p> やまびこ薬局 ☎ 21-2144</p> <p> 信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p>26</p> <p> 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p> (株)総設工業 ☎ 28-8504</p>	<p>27</p> <p> 離乳食教室(ごっくん教室) (29年9月～10月生) 受付午前9時30分～9時50分</p> <p> (有)三善工業 ☎ 23-3446</p>	<p>28</p> <p> 9～10か月児健診 (29年4月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</p>	

平成29年度

赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました

昨年10月から12月まで行なわれた「赤い羽根共同募金」運動につきましては、市民のみならず、企業・学校等多くのみなさんの温かい「助け合いの心」に支えられ、募金活動を終了することができました。ご協力に感謝申し上げるとともに、結果をご報告いたします。

実績額 16,287,246円

地区▶14,591,615円 窓口▶1,639,272円 学校▶51,975円 募金箱等▶4,384円

3,208,000円 県共同募金会へ繰り入れ県内の施設や社会福祉事業への助成に使われます。

13,079,246円 岡谷市共同募金委員会へ配分され下記の事業に使われます。

地域のネットワークづくりのために

「各地区社会福祉協議会を通じて地域の福祉に役立てます」

- 地区敬老事業 ●地区社協活動事業 ●児童遊園地新設・整備事業 など



昼食会



交流事業



公園の整備

写真提供：東堀地区社協・今井地区社協

交流・社会参加・仲間づくり・地域活動に携わっているみなさんのために

「岡谷市社会福祉協議会や福祉団体を通じて地域福祉に役立てます」

- ふれあいいきいきサロン助成事業 ●各種福祉団体・事業等への助成
- 罹災者に対する見舞い など

- ◆赤い羽根共同募金の窓口寄付《法人・団体》
 第28回もみじ大会実行委員会様
 岡谷市仏教婦人連合会様
 株オキノ様
 サントリーフーズ(株)様
 税理士法人三澤会計様
 みさわ財産コンサルティング(株)様
 諏訪労務管理センター様
 ひよこの森アトリエ一同様
 宗教法人真如苑岡谷支部様
 長地ファイヤードラゴンズ様
 諏訪友の会様 岡谷料食睦会様
 株ダイヤ精機製作所労働組合様
 うしお様 (株)八十二銀行様
 TPR労働組合様
 TPRトータルサービス労働組合様
 TPR帝友会様 絹の郷労働組合様
 京セラ(株)長野岡谷工場従業員一同様
 京セラ(株)長野岡谷工場様
 京セラ労働組合長野岡谷支部様
 ボーイスカウト岡谷第1団様
 ボーイスカウト岡谷第2団様
 株日本ピスコ従業員一同様 (株)岡谷中部建設様
 岡谷田中小学校 川岸小学校 長地小学校
 湊小学校 神明小学校
 岡谷南部中学校 岡谷北部中学校
 岡谷東高等学校

ご協力、ありがとうございました。



主な内容

CONTENTS

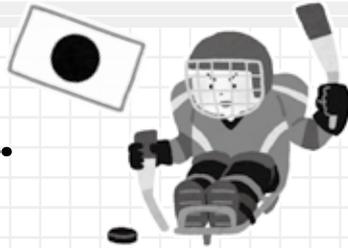
赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました……………18
 ボランティアセンターからのお知らせ……………19
 平成29年度障害者福祉推進実行委員会……………20
 福祉機器リサイクル事業をご利用ください……………21

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

ボランティアセンター企画

パラアイスホッケー 日本代表チームを応援しよう



パラアイスホッケー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パラ(障がい者)スポーツです。

盛りあがる応援！ チームを、見て・知って・広めよう！！

● 直接見て、聞いて！ 説明付き見学会開催 ●

長年パラアイスホッケーに関わっている、やまびこスケートの森の笠原さんによる説明付きの見学会を開きました。親子での参加も多く、目の前で行われている練習に目が釘付け！ この迫力や音に魅了されて、熱くなる方が続出！ また来たくくなります！



見たら、スレヅジに乗りたくなるよね！



● 練習撮影会開催 ●



高校生から70代の方までの写真愛好家の皆様が参加されました。スピードがあり、氷と照明の明るさに苦戦されていましたが、寒さの中、集中して選手たちの動きを追っていました。写真は、レイクウォーク岡谷での応援イベントにて展示させていただきました。

● パラリンピックに向けて、寄せ書き会を開催！ 選手の力に！ ●

最終予選前にも行っていた寄せ書き会を、今度はパラリンピックでの活躍を応援するために、成人式とレイクウォーク岡谷での応援イベントにて行いました。平昌で戦う選手の支えになるよう、寄せ書きは選手にお渡しさせていただきます。



「パラアイスホッケー日本代表のデビューより20年。今年、成人式を迎えた方々と同じ年月を歩んできました。」

3月9日平昌パラリンピック開催！ 世界で戦う選手たちにエールを！！

頑張れニッポン！ 岡谷市で頑張る“日本代表”をみんなで応援しよう！！！！

お問い合わせ

ボランティアセンター TEL 24-2121 FAX 24-3555

平成29年度 岡谷市障害者福祉推進実行委員会だより

岡谷市障害者福祉推進実行委員会は岡谷市における障がい者の「完全参加と平等」の実現を目指して各種事業をおこなっています。平成29年度に実施した障がい者の社会参加を図るための事業をご紹介します。

行事は、障がいの有無にかかわらず多くの市民の皆様からご参加や応援をいただきありがとうございました。

◆ 踊り連【ふれあい祭り】

8月14日(月)「第48回 岡谷太鼓まつり MINAKOI わっさか」の流し踊り部門に、今年もふれあい踊り連として参加しました。

揃いの衣装はないけれど、心をひとつに「GOTTA みなこい(盆唄)」と「どんどこ踊り」を、みんなで元気よく踊りました。

ご参加ご協力ありがとうございました。



◆ ぶどう狩り【ふれあいの集い】

9月23日(土) 塩尻の土田園において、ぶどう狩り、交流会を楽しんできました。

ぶどう狩りでは、糖度が増したナイアガラを堪能しながら、おしゃべりをしたり、記念写真を撮ったり、みなさん思い思いに楽しんでいました。

交流会は、わたしの好きなものは何でしょう?ゲームの後、一緒にうたを歌い、ビンゴゲームを楽しみました。

◆ 福祉バザー

福祉バザーにご協力ありがとうございました。

10月28日(土) 諏訪湖ハイツで福祉バザーを行いました。

売上金は457,411円でした。

売上金は、福祉関係団体への助成、岡谷市障害者福祉推進実行委員会事業など障がい者福祉のために有効に活用させていただきます。

たくさんの品物のご提供と、お買い上げをいただきありがとうございました。



◆ 岡谷市障害者地域生活支援事業（岡谷市委託事業）

障がい者・児が、その能力適性に応じ、自立した日常生活を営むことができるように生活訓練・芸術文化講座・スポーツ教室・スポーツ大会開催事業（福祉大運動会等）を実施しています。

7月12日(水) ハンデサポート 文化のつどい 130名

諏訪湖ハイツにおいて、市内の障がい者が一堂に会し、自分の興味のある講座に参加し交流を深めました。

オリジナルプレートの作成・絵手紙の作成・ニュースポーツレクリエーション・うたごえをしました。

8月2日(水) 諏訪湖ハイツ周辺の環境美化ボランティア活動 44名

9月9日(土) 第41回 岡谷市福祉大運動会 170名

12月2日(土) ボウリング大会 102名



第41回 岡谷市福祉大運動会

◆ 社会参加促進等公募提案型事業

障がい者・児の社会参加及び生活訓練の促進を図るために助成金を交付し、市民団体等の活動促進と障がい理解の普及啓発を計るための事業です。今年度は1団体に助成金を活用頂きました。

事業名：広島原爆ドーム見学の旅

団体名：特定非営利活動法人 SUWAN 指定障害福祉サービス事業所 はたらっき

公共交通機関の利用方法について学びました。新幹線に乗車するのが初めての参加者も多く大変勉強になりました。広島原爆ドームでは平和について考えました。

◆ 第13回 ふれあい祭り&ボランティア祭り

10月7日(土)に、第13回 ふれあい祭り&ボランティア祭りを開催し、約700人のみなさんに参加していただきました。

小学生の元気なダンス、中学生の吹奏楽演奏、舞踊や太鼓演奏などで盛り上がり、ふれあいコーナーでは多くのボランティアのみなさんに活躍していただき、とても楽しいお祭りになりました。

ボランティアのみなさんはもちろん、子どもからお年寄りまで、参加してくださったみなさんが楽しんでいただけるお祭りを今後も続けていきたいので、ご協力をよろしくお願いいたします。



岡谷 M50 会

エンジョイ・マジック
参加者からは驚きの声か



空き缶積み

高く積み上げるのが大変でした。



紙とんぼ

紙で作る竹とんぼ
懐かしい遊びに子どもたちも大喜び



作品販売

市内で活動している障がい者施設・団体のみなさんが販売を行いました。

◆ 障がいについて理解するための学習会

12月6日(水)に、「岡谷市内の障がい者福祉施設」について想うこと、と題し、障がいについて理解するための学習会を開きました。

初めに、障がい者の方が福祉サービスを利用するときに利用する障害者総合支援法について学びました。

その後岡谷市障害者福祉推進実行委員会構成団体の障害者福祉施設のパンフレットを参考に施設の概要を学びました。また、「障がいのある方とのつながり」をテーマにしてグループワークをおこないました。グループワークでは次の意見が出ました。一例を紹介します。

- 施設の見学から始めたい。
- 障がいのある方が高齢化したときのサポートが課題になっている。
- 特に災害のときには地域の人との協力が必要。
- 障がいについて多くの人の関心が必要。
- 一人ひとりに寄り添う支援が必要。
- 一口に障がいと言っても違う。人によっても全然違う。
- 作業所では割の良い仕事がなかなか得られていない。
- 地区からクリスマスの木や薪の提供をしている。
- 率先して挨拶することがまず大切。



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。

◀取扱品目▶ 車いす・シルバーカー・歩行器など

◀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。



ポータブルトイレ

差しあげます

社協までご連絡ください



風呂場手すり

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

スポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(3月分)：

2月18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：2月18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：2月3日(土)午前8時～午後9時

場所：やまびこ国際スケートセンター

日時：2月10日(土)午前10時～午後4時
場所：やまびこアイスアリーナ
(☎24-5210)

スケート初級者向け記録会

期日：2月18日(日)

時間：受付：午前8時15分

競技開始：9時15分

対象：市内在住・在学・在園の園児、小
学生および主催者が参加を認めた人

場所：やまびこ国際スケートセンター

種目：100m(ライギュア・ホッケー・ス

ピード用靴)・500m(スピード用靴)

参加費：無料

申込み締切：2月11日(日)・祝

申込み・問合せ ●

やまびこ国際スケートセンター

☎24-5210

やまびこ国際

スケートセンター閉場

本年度の滑り納めをやまびこで！リ
ンクを無料開放します(貸し靴は有料)。

期日：2月18日(日)

時間：初級者向け記録会終了後～午

後9時(予定)

問合せ ● やまびこ国際スケートセンター

☎24-5210

おしらせ

農地の貸し借り相談会

農地を貸したい人と、農地を耕作し
たい人を取り持ちます。お気軽にお申
し込みください。

日時：3月3日(土)午前10時～正午

場所：市役所6階 605会議室

応募方法：事前に電話にてお申し込み
ください(当日参加も可)。

申込み・問合せ ●

農業委員会事務局(内線1488)

要約筆記体験教室

「要約筆記は、聞こえの不自由な人に、
その場で話されている内容を要約して文
字で伝える通訳です。興味のある人、聞
こえに不自由を感じている人やそのご家
族も、お気軽にお申し込みください。

期日・内容：

3月3日(土)：難聴者の話と「コミュニ
ケーションのとり方」要約筆記とは

3月10日(土)：要約筆記をやってみよ
う！／パソコン要約筆記について

時間：午前10時～正午(両日)

場所：諏訪市総合福祉センター

(湯小路いきいき元気館)

参加費：無料

申込み・問合せ ● 諏訪市社会福祉課福祉係

☎52-4141(内線233)

FAX 53-6073

長野県シニア大学 学生募集

〔一般コース〕

対象：概ね50歳以上の県内在住者

※平成27年度以前の卒業生も入学可

定員：100名(諏訪学部)

受講期間：2年(年間60時間 1日4

時間 年間15日程度)

授業料：年1万円(そのほか教材費な

ど実費負担あり)

学習内容：地域活動を行うための幅

広い分野の学習・実践の講座です。

(社会活動講座・教養講座・選択講座)

〔専門コース〕

対象：概ね50歳以上の県内在住者で、

地域課題を解決する専門的なスキ

ルを身につけ、実践者として活動し

ようとする人

定員：30名(長野学部に設置)

受講期間：1年(年間35時間 ※自主

活動、個別学習は含まず)

授業料：年2万6000円(そのほか

自主活動の経費が必要な場合あり)

学習内容：ゼミ方式により、活動計

画を立て地域に出向きながら実践を

通じて学びます。

募集期間(両コース共通)：2月1日

(木) 28日(水)

応募方法：諏訪合同庁舎内の諏訪保健福祉事務所福祉課窓口で募集案内を入手し、入学願書に記入のうえ、提出してください。左記ホームページからも入手可。一般コースは、市介護福祉課でも受け取れます。

願書提出先：諏訪合同庁舎内の諏訪保健福祉事務所福祉課窓口または郵送にて受付(2月28日の消印有効)。一般コースは市介護福祉課でも受け付けます。専門コースの場合は、本部にお願いします。

問合せ ●長野県シニア大学諏訪学部
☎571-2910

長野県シニア大学本部
(公財)長野県長寿社会開発センター
☎026-226-3741
<http://www.nicesenior.or.jp/>

※専門コースについては、本部へお問い合わせください。

女性限定の面接会

【合同会社説明会】

今すぐ働きたい、春から働きたい：そんな女性のための面接会です。採用担当者に、仕事の内容や職場のようすなど直接聞くことができ、子ども同伴もOK。予約は不要です。開催時間中の都合のよい時間にお越しください。

日時：2月14日(水) 午前10時30分～午後0時30分
場所：諏訪湖ハイッ
参加費：無料

問合せ ●長野県(委託事業受託者)：イーキュア株式会社

☎0120-64-0234

「社会を明るくする運動」 作文コンテスト入賞者

【小学生の部】

- 最優秀賞 村瀬貴哉(岡谷田中)
- 優秀賞 黒瀬ひまり(川岸)・五味桜花(湊)・佐藤晏寿(湊)
- 入選 ドミンゲス メイ(湊)・小林由依(湊)・花岡佳祐(湊)・増澤 心(湊)・小澤珠里(川岸)・福田琉衣(上の原)・越川空南(上の原)・花岡愛深(上の原)・宮坂 優樹(上の原)

【中学生の部】

- 最優秀賞 金子 優羽(岡谷東部)
- 優秀賞 柄澤兼一郎(岡谷北部)・北原萌々香(岡谷南部)・下山 琉瑠(岡谷北部)
- 入選 今井 撰(岡谷北部)・北原和生(岡谷北部)・濱野 ず(岡谷北部)・小川 恵樹(岡谷北部)・大槻 愛実(岡谷北部)・高木 遥(岡谷南部)・武居 真衣(岡谷南部)・前田 紘希(岡谷東部)・矢崎 花奈(岡谷西部)

問合せ ●社会福祉課(内線1251)

「農業者年金」に加入しましょう

国民年金にプラスして老後の備えを

より十分に。安心で有利な積立型の終身年金です。試算、パンフレットなど、お気軽にお問い合わせください。

【加入条件】

- 1 60歳未満の人
- 2 国民年金第1号被保険者
- 3 年間60日以上農業に従事する人

右記の条件を満たせば、農地を所有していなくても加入できます。また、配偶者や家族も加入でき、途中の脱退、再加入も自由です。

【農業者年金のメリット】

- 1 年金額 自分が積み立てた保険料とその運用益が、将来受け取る年金額になります。
- 2 80歳までの保証付き終身年金 年金は、65歳から生涯支給されます。受給者が80歳前に亡くなった場合には、死亡した翌月から80歳までに受け取れるはずの年金相当額が、死亡一時金として遺族に支払われます。
- 3 節税効果が大 保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、所得税や住民税の節税につながります。さらに、受給時の年金も公的年金等控除が適用されます。
- 4 加入者が選べる保険料 月額2万円～6万7000円の範囲で加入者が自由に選べ、途中の変更も可能です。

問合せ

農業委員会事務局(内線1489)

日本赤十字社活動資金にご協力

ありがとうございます

平成29年度は、市民のみなさんから612万490円、法人から24万5600円のご協力をいただき、ありがとうございました。災害時の救護活動・救急法などの講習会をはじめとした日本赤十字社の活動は、みなさんの活動資金から成り立っています。

問合せ ●日赤岡谷市地区事務局

(社会福祉課内線1251)

岡谷駅南第三月極駐車場がオープンしました!

1月より、岡谷駅南側に新たな月極駐車場を開設しました。連絡通路出入口の東側にあり、駅まで徒歩約2分です。岡谷駅周辺で駐車場をお探しの人(法人も可)は、ぜひご検討ください。

料金…3,500円(月極)

区画数…48台

支払方法…口座振替(月額を前払い)



問合せ ●財政課(内線1567)

2月の諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

- 今井浩正 思い出の写真展
期間…2月1日(木)～15日(木)
- ままのきもち 作品展
期間…2月16日(金)～28日(水)
※作品バザー：2月23日(金)～25日(日)

♥月間ロビー展示

- 西野 正 日本風展
- 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

- 岡谷フォークダンスの会「フォークダンス」
日時…2月17日(土) 午後1時～2時
- ヒーリングフォー「楽器演奏会」
日時…2月18日(日) 午前11時～正午



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。

♥「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…2月17日(土)・18日(日) 午前10時～午後4時ごろ

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

美肌の湯 ロマネット

★氷彫ショー & 甘酒サービス!

期日…2月3日(土)
“アイスクャンドル 甦れ諏訪湖 ふれアイス in 諏訪湖”参加イベント
「食事処やまびこ」勝野店主によるスゴ技氷彫ライブをお楽しみください。ショーに合わせて、250杯限定の甘酒サービスも実施します! 開催時間は館内掲示板をご覧ください。



★毎月第2木曜日はロマネットの日 期日…2月8日(木)

恒例! 信濃寒天さんの「生ところ天試食サービス」を今年も行います。この時期だけの味覚です!



★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…2月24日(土)・25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

2月のおすすめメニューは、やまびこ特製チキンカレー (870円) です! 人気のチキンカレーをぜひ!



※おすすめメニューは変更になる場合があります。

問合せ●ロマネット ☎27-6080



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH 地上デジタル放送中!

2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(2月1日～28日)

- 岡谷市イベント情報
- 野菜万菜!! ～旬の野菜で料理～「ほうれん草」
- 突撃! 岡谷のものづくりゲンバ
- 平成30年 岡谷市成人式

【特別番組】平成29年度 岡谷市発達障がい講演会

「発達が気になる子を育てた親の本音～発達障がいの子どもの持つ母親・父親の立場から～」
(午前10時～・午後3時～・午後7時～)



平成30年 岡谷市成人式

岡谷市 発達障がい講演会

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。

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

3月11日(日) 午後3時開演 第28回 LCV・カノラ こどものためのコンサート



プレイ(灰野優子)



シーオン

LCVとカノラホールが、地域の親子に上質な生の音楽を楽しんでいただこうと毎年企画しているコンサート。前半は、ダンス、歌、時にはお芝居も交えて会場を盛り上げるエンターテイナー集団「プレイ」、後半は「リズム&クラシック」というニュージャンルのアイドルを超えたガールズユニット「C;ON」が登場。新しい音楽に出会えるコンサートです。ご家族でお越しください!

【プログラム】

♪となりのトトロ ♪ダンシング・シスター ほか

【主催】エルシーブイ株式会社

カノラホール ((公財)おかや文化振興事業団)

【出演】パフォーマンスユニット プレイ(灰野優子ほか9名)

シーオン ガールズ ミュージック デパートメント

【時間】午後2時30分開場 午後3時開演

入場無料

【会場】大ホール

【入場料】無料(ただし事前申込みによる入場整理券が必要)

【対象年齢】未就学児から小中学生までと、その保護者

【申込方法】カノラホールなどに設置の公演チラシ付属のハガキ、または官製ハガキ、インターネットからも申し込みます。

受付期間…ハガキ:2月9日(金) 必着

インターネット:2月9日(金)午後7時まで

宛先…ハガキ:〒392-8609

LCV「こどものためのコンサート」係

インターネット: <http://www.lcv.jp/>

※応募多数の場合は抽選となります。

※抽選結果は、入場整理券の発送をもってかえさせていただきます。

※いただいた個人情報は、今回のイベント運営のみに利用させていただきます。

2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:2月20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:2月3日・10日・17日・24日

の土曜日 午前11時~ (20分程度)

※会場はいずれも市立岡谷図書館2階会議室です。

◎2月の休館日:5日・13日・19日・23日・26日

今月のテーマボックス

「あま〜い お・か・し」

ワニのワッフルケーキやさんワニワッフル

谷口智則作

〈アリス館〉

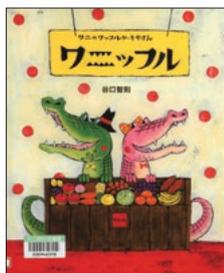
ぜったい

ひみつ。お

いしいワッ

フルのつく

りかたは?



2月18日(毎月第3日曜日)は

「うち読でエゴ読の日」

問合せ●岡谷図書館 ☎22-2031

広告



ヤマハ音楽・英語教室

音楽教室

1歳…2/6・13・27(火) 10:00
2歳…2/6・13・27(火) 11:00
年少…2/25(日) 10:00
年中長…2/25(日) 11:00

英語教室

1歳…2/20(火) 10:00
2歳…2/20(火) 11:00
年少…2/9(金) 16:00
年中長…2/28(水) 17:10

個人レッスン

★ピアノ ★ギター
★フルート ★サクソ
★クラリネット ★ウクレレ
★ヴァイオリン
★金管楽器

30分無料体験受付中

ヤマハシニア向け新コース

青春ポップス

“カラオケ以上、レッスン未満”

新しい歌の楽しみ方

●会場:フォレストモール

●50~80代のグループレッスン

★無料見学日 2/14・28 水曜日 14:00~

事前お申し込み・お問い合わせは

(株) オグチ楽器

岡谷市神明町 3-1-3(フォレストモール内)
0120-970-091

フォレストモール岡谷センター担当
小尾口(こおぐち) 070-5078-2955



やまびこスケートの森アイスアリーナ

そんなわけで、今回のあるき太郎のスタートは、やまびこスケートの森アイスアリーナです。パーアイスホッケー日本代

一年で最も寒い時期になりましたね。部屋にこもり、運動不足になりがちですが、岡谷はスケートのまちです! ウォーキングとスケート両方をぜひ楽しく楽しんで、運動不足を解消しましょう。

8 「やまびこスケートの森」周遊コース



「スケートしてからあるきます!」今回のあるき太郎も、健康推進課の丸山が務めます。一年で最も寒い時期ですが、スケートとウォーキングで元気ハツラツ。
● 背筋を伸ばして、歩幅を広く、ひざを伸ばし、腕は後ろに大きく振ります。
● 足にフィットしたウォーキングシューズで、かかと着地、つま先で地面を蹴つて…を意識して進みましょう。でも、路面の雪や凍結には気をつけて。さあ出発です。



表チームが練習しているかも、という情報も入手したので、まずは館内を見学。残念ながら、この日は、日本代表チームの練習は行われていませんでしたが、小学生のスケート教室が開かれていますので、それを見学することにしました。例えば、わたしも小学生のとき、体育の授業でスケートをしました。楽しんで滑る子どもたちを見ていたら、

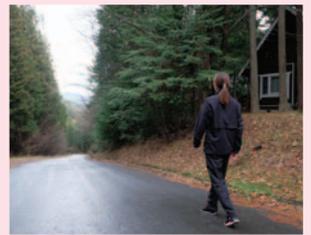


小学生のスケート教室が開かれています。わたしも滑りたい!

わたしも滑ってみたくなったので、事務所の人にたずねると「トレーニングセンターの屋外リンクもオープンしている。貸しスケート靴もある」との案内をいただきました。これはもう、滑らないわけにはいきません。
アイスアリーナを出て、駐車場の奥にある道を下り、分岐を右へ右へと曲がれば、トレーニングセンター(やまびこ国際スケートセンター)に着きます。ただし、冬期のこの辺りは積雪や凍結の可能性もあるので、雪道に強いスノーシューズや、滑り止めを装着した靴であるきましょう。
さて、到着早々わたしは、スケート靴を借りて屋外リンクへ。何年かぶり



道沿いには、スケートの森の宿泊施設、ログコテージも



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



購読のお申し込みは 0120-81-4341 又は 最寄りの信毎販売店へ

何年かぶりの氷のうえ…寒いけどすごく心地よいです

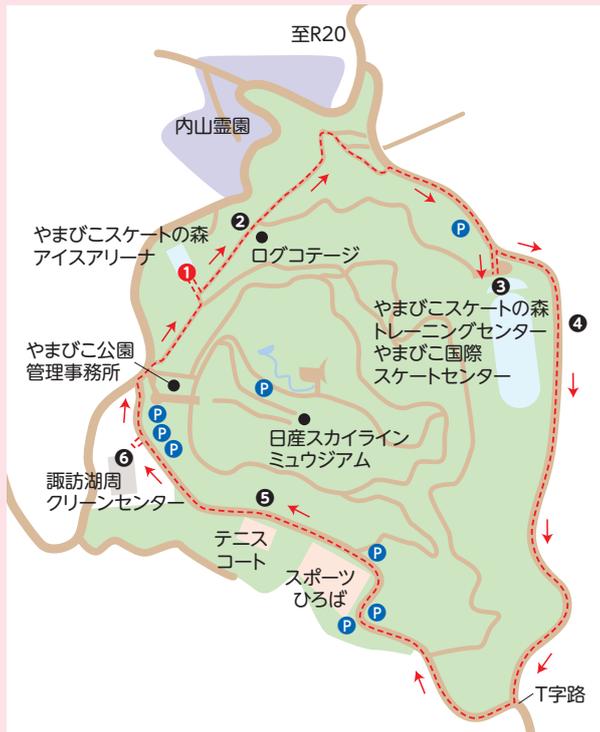
のなかの「あるき太郎」は、小さな船を両足に履き、海のうえをスイスイと滑るスケートの名手なのですが、今のわたしは本家あるき太郎には遠く及びません。やはり、継続的に練習しないとダメですね。

ちなみに、トレーニングセンターにはフィットネス器具などのトレーニング施設も完備されています。こちらは基本的に会員制ですが、ビジターでの利用も可能です。スケートが苦手な人でも、ここなら冬の運動不足解消ができそうですね。



「冬は屋外リンクでスケートを楽しんでください」と、やまびこスケートの森 西田さん。貸しスケート靴(有料)には、フィギュア、ホッケー、スピード、そして、スラップスケートもあります

にスケート靴を履いて氷のうえに立って…まだではよかったです。滑れませんが、あれ？ 思ったように滑れませんか。絵本



所要時間：約1時間30分(小休止を含む推奨タイム)
 歩数：約5000歩 距離：約5km
 消費カロリー：約150kcal
 ※「あるき太郎と信州おかやをあるこうMAP」は、健康推進課にあります。



登り道を登り切れば、諏訪湖周グリーンセンターが



トレーニングセンターを出て右に進むと、木々の間から諏訪盆地が見えてきます

きたので、トレーニングセンターを後にした、わたしの足取りは軽快です。来た道と反対方向の平坦な道を進む

思うように滑れなかつたのは残念ですが、氷のうえに立つ気持ちよさを再確認で

と、T字路に突き当たるので、右折。今度は、ずっと登り道ですが、歩幅を短くとしてテンポよく進みましょう。スポーツひろば、テニスコートを通り過ぎれば、左手に大きな建物が見えてきました。諏訪湖周グリーンセンター(ecoポップ)です。営業日は見学自由なので、ごみが処理されていくようすや、環境のことを楽しく学べますよ。再び道に戻り、公園管理事務所の横を通って、スタート地点のアイスアリーナに到着です。お疲れさまでした。(取材日/11月29日)



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

「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

**1月の
ハガキから**
 ▼は広報広聴担当より

今年も「広報おかや」を楽しみに、毎月いろんな情報を得たいと思います。お正月に娘と2人で諏訪湖畔を通った時、空高く上がる連凧を見ました。とてもすばらしかったです。H・Oさん(川岸中)

▼いつもご覧いただきありがとうございます。市民のみなさんに役立つ情報をお届けし、見て楽しんでいただける広報誌を作っていきますので、よろしくお願ひします！

お正月に凧あげをする理由には、「立春の季に空に向くは養生の二つ」(二暦の上で春が始まる「立春」の季節に空を見上げるのは、健康に良い)という言葉から、新年に健康を祈る遊びとして定着したという

説があるそうです。今年二年、健康で幸多き年となりますように。

「健康ひとメモ」、いつも参考にしております。時節柄お体に気をつけてください！元気で冬を乗り切ろうと思っております。今年もよろしくお願ひいたします。

T・Kさん(長地権現町)

▼こちらこそ、よろしくお願ひいたします。1月号の健康ひとメモは「インフルエンザ」がテーマでした。インフルエンザは普通のかぜとは違い、38度以上の高熱や倦怠感、関節痛、食欲不振などの「全身症状」が現れるつらい病気です。日ごろからマスクや手洗い、バランスのとれた食事と十分な休養など、感染しないよう予防に努め、もしかかって具合が悪くなつてしまつたら、早めに医療機関を受診しましょう。

今年が一番上の孫娘が成人式を迎えます。あのかわいい「幼子」がもう20歳。社会の荒波に耐え立派な大人になつて、幸せをつかんでほしいと願っております。

Y・Sさん(成田町)

▼ご成人、おめでとつございます。晴れ着姿はいかがでしたか。今年岡谷市では、592名が成人を迎え、大人への第一歩を踏み出しました。大きな希望と可能性に満ちた新成人のみなさん、それぞれの夢や目標に向かってがんばってください！若い力で岡谷を盛り上げてくれることを期待しています！

岡谷絹工房 新規研修生募集

機織り・染色の技術、知識を身につけてみませんか。自分で染めた糸を使って、絹のネクタイやストールを織ることができるようになります。岡谷絹の製作はすべて手仕事のため、繊細で根気のいる作業になりますが、工房の職人さんがしっかりサポートするので、お気軽にお申し込みください。



期間…平成30年4月～31年3月
 (火・土・日のいずれか選択)
 ※研修日は相談に応じます。
 時間…午前の部 午前9時～正午
 午後の部 午後1時～4時
 場所…きぬのふるさと 岡谷絹工房

(中央町1丁目13-17 旧山一林組製糸事務所)
 募集人員…若干名(定員に達し次第受付終了)
 受講料…年額6万円(別途実費が必要)
 申込み…3月1日(木)～20日(火) ※見学可(開館日)

申込み・問合せ●ブランド推進室 ☎23-3489

**「うなぎのまち岡谷の会」主催
 第11回 寒の土用 うなぎ祭り**



うなぎを食べて、寒い冬を乗り切ろう!
 好評のミニうなぎの販売をはじめ、企業や市町村の物販ブースのほか、信州のどんぶりや、ゆるキャラも大集合!オリジナルTシャツも販売します。ぜひ、来てね!



日時…2月10日(土) 午前10時～午後2時
 場所…岡谷市民体育館(スワンドーム)
 持ち物…上ばき

「寒の土用丑の日キャンペーン」

豪華景品が抽選で当たる「寒の土用丑の日キャンペーン」を、2月10日(土)まで開催中。参加店舗でのお買い上げ1,000円以上で、抽選応募券を1枚お渡しします。

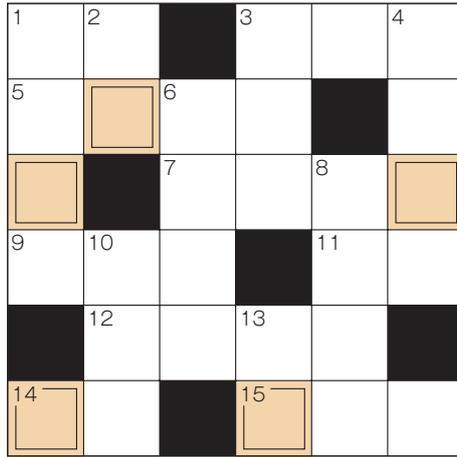
問合せ●商業観光課(内線1454)

脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.386
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、ロマネット入浴券をプ
レゼントします。



◆ヨコのカギ

- 1 横河川河口では、白鳥とともにたくさん
います
- 3 間もなく開幕。パラヨコ3タテ8日本代表
を応援しましょう!
- 5 394-0032
- 7 武井武雄も作った小さな小さな芸術作品
- 9 軍鶏
- 11 そのたび
- 12 このあたりでもよく採れるキノコのひとつ
- 14 ○○も千里、馬も千里
- 15 岡谷市民病院には200名以上も

◆タテのカギ

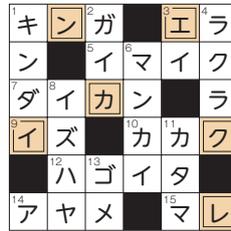
- 1 この小学校の校章は鳥の羽ばたく姿が
モチーフ
- 2 コーヒーにチョコの風味。カフェ・○○
- 3 岡谷田中小学校の新しい校章は、これが
モチーフ
- 4 100円で200ℓの温泉○○○○
- 6 各小学校では児童の登下校のこれを行
うみなさんがたくさんいます
- 8 ヨコ3から
- 10 市内には小口、新倉、中村に○○○堂
があります
- 13 ぼた餅が落ちてこないかな～

●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。2月13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)

●1月号の答えと当選者

「エンレイカク(塩嶺閣)」

正解数41通(応募総数41通)のなかから抽選で、Y・Yさん
(堀ノ内)、K・Uさん(田中町)、M・Iさん(山下町)、Y・O
さん(湊)、K・Hさん(加茂町)に、うなぎのまち岡谷共通利
用券(1,000円)をお送りします。



「きょうはせつぶん」1955年
武井武雄

豆まきは、災いをもたらす鬼を追い払い、新年に福を
呼び込むための行事ですが、豆で鬼を退治することがで
きるのでしょうか？さまざまなお説がありますが、大豆
は、五穀のひとつで穀霊が宿るとされており、米に次い
で神事に用いられてきました。米よりも粒が大きく、穀
霊で悪霊を祓うのに最適であることや、魔の目(魔目＝
まめ)に豆をぶつけて、魔を滅する(魔滅＝まめ)とい
うことが由来であります。

一般的な豆まきのノウハウを紹介します。できるだけ
家族全員が揃い、窓を開けて「鬼は外！」と外へ向かって
まき、鬼が戻らないよう、すぐに窓を閉めてから「福は
内！」と室内にまきます。奥の部屋から順番に、最後は
玄関までまいて、家中の鬼を追い出します。豆まきが終
わったら、新しい年の厄払いとして、1年間無事に過ご
せるよう、年齢よりも1つ多
く豆を食べるとよいそうです。

節分は、数ある年中行事のな
かでも人気が高く、みんなの幸
せを願う楽しい行事とされてい
ます。

今井 竜 五



【市長随想 89】
「節分のいろは」

今年3日は節分です。本来、節分とは、季節の分か
れ目である「立春、立夏、立秋、立冬の前日」をいい、年
に4回ありますが、室町時代のころから、立春の前日
だけをさすようになったそうです。旧暦では「春を迎え
ることが新しい年を迎えること」であり、新年は春から
始まるため、立春の前日の節分は、大晦日に相当する
大切な節目として、最も重要とされたからであります。
節分といえは、恒例で豆まきをしたり、最近では、恵
方巻きを食べる方も多くなりました。

今月の子育てキーワード(胎児期)「私なりの妊娠期の過ごし方を見つけましょう」

赤ちゃんの心は、お母さんの心を感じながら発達します。笑顔でリラックスして、お腹の赤ちゃんとの絆を深めましょう。好きな音楽を聴いたり本を読んだり、お母さん自身がリラックスできるものを見つけましょう。～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)
【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

♣ラムラム忌 武井武雄のお墓参りをしよう
(申込み不要・無料)
日時…2月7日(水) 午後1時30分～
集合場所…西堀区公会所 前
武井武雄35回目の命日に、西堀にある武井ら
しい装飾のされたお墓をお参りしましょう。

♥求肥のかわいいカップケーキをつくろう
日時…2月10日(土)
①午後1時30分～ ②午後3時30分～
定員…各回子ども5名(保護者別・要申込み)
参加費…300円
スポンジケーキに求肥のシートをかぶせて、チョコ
アザランでかわいくデコレーションしよう。

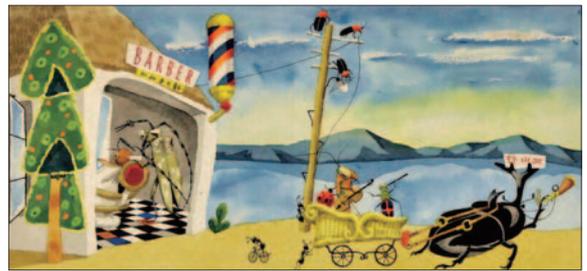
★第9回 日本童画大賞 受賞作品よみきかせ
(申込み不要・無料)
日時…2月18日(日) 午前10時30分～
第9回日本童画大賞絵本部門を受賞したばかりの作品で、
よみきかせを行います。

♣〈山村浩二〉アニメーション上映
期間…2月22日(木)～28日(水)
会場…岡谷スカラ座 入場料…1,200円

開催中の展覧会…3月26日(月)まで

〈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しそうです。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 ^{アニメ}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。



「おかしなおかし」2010年 福音館書店

アニメーションの語源となったアニメはラテン語で魂をさします。山村浩二が魂を吹き込んだ作品の数々をご覧ください。

岡谷スカラ座さんのご協力により、山村浩二のアニメーション「右目と左目でみる夢」を映画館で上映。

★〈山村浩二〉トークイベント(申込み不要・無料)

日時…2月24日(土) 午後2時～
山村浩二さんを招いてのトークイベントです。第2部では、武井武雄アニメーションの作者である、山北麻由子さんが登壇します。

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。

りんごの会
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



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「早春のハケ岳」

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。

【収蔵作品展関連イベント】

- ◆学芸員によるギャラリートーク(申込み不要・要入館料)
日時…2月12日(月・振休) 午後1時30分～

【休館日】水曜日・祝日の翌日

【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

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!

第25回 岡谷市内小学校児童版画展

会期…2月18日(日)まで

【イベント・ワークショップ】(要申込み)

- ◆ローズウィンドウをつくって光のアートを楽しもう☆
日時…2月3日(土) 午前10時30分～正午
参加費…100円 難易度:★★☆☆☆
- ◆バレンタインボックスをつくって想いをとどけよう♡
開けたらハートが!? プレゼントに入れられるボックス。
日時…2月10日(土) 午前10時30分～正午
参加費…100円 難易度:★★★★☆
- ◆紙であそぼう☆(無料)
オシャレおきあがりこぼしや、ミニプラネタリウムを紙でつくって遊びます♪。
日時…2月24日(土) 午前10時30分～正午
難易度:☆☆☆☆☆

申込み・問合せ ● ☎22-5854



シルクファクトおかや

【休館日】水曜日・祝日の翌日

【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



〈収蔵品展〉

「鍋、語る。」～繭を煮る、糸を取る～ 会期…4月15日(日)まで

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。

【収蔵品展関連イベント】

- ★講演会・ギャラリートーク「鍋を語る」(参加無料・要入館料)
鍋製造地ならではの歴史的経緯や、職人たちのことをお聞きます。
日時…2月11日(日・祝) 午後1時30分～ 定員…50名(要申込み)
講師…赤羽義洋さん(辰野美術館学芸員)
橋本多美雄さん(高遠町丸千組の最後の陶工の息子さん)
- ★ワークショップ「初体験! 私だけのランプシェードづくり」
自分で鍋で繭を煮て、その繭でランプシェードをつくります。
日時…2月24日(土) 午後1時30分～3時30分
対象…小学3年生以上 ※火気を使うので児童は保護者同伴のこと
定員…10名(要申込み) 参加費…700円

【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。今月の染材は「梅」です。45cm四方のシルクスカーフを染めてお持ち帰り。
日時…2月25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…2月3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…2月10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)

発行:岡谷市(企画政策部秘書広報課)
 TEL 0266-23-4811 FAX 0266-23-5022
 〒394-8510 長野県岡谷市幸町8番1号
 URL <http://www.city.okaya.lg.jp/>
 メールアドレス(秘書広報課) joho@city.okaya.lg.jp
 印刷:株式会社中央企画



岡谷市
 市木/いちい
 市花/つつじ



人口の動き(平成29年12月1日現在)
 人口 49,227人 前月比 -14 前年同月比 -485
 世帯数 19,243世帯 前月比 +18 前年同月比 +38

岡谷市消防団出初式(1月7日)

カノラホールで行われた式典には、市消防団320人のほか、岡谷消防署、地区や事業所の自主防災組織などが出席しました。式典終了後、団員らは市役所前に整列し、人員服装点検を受けた後に、恒例の分列行進を披露。地域防災を誓いました。



岡谷市成人式(1月7日)

平成9年4月2日～10年4月1日生まれの新成人592人のうち、397人(男性211人、女性186人)が出席。旧友との再会を喜びながら、大人への決意を新たにしました。また、会場では、若者の考えを生かそうと、まちづくりやリターン就職に関するアンケートなども行われました。



穴あけにご利用ください

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 x4WD



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

Honda Cars

プレミアム決算フェア

うれしいトクベツな日

1/27^⑤から

フィット HYBRID
1.5L i-VTEC+D-CD 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***
(消費税8%込み)

お客様のご来店をお待ちしております。



Honda Cars 松本東 岡谷店

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、登録等に伴う諸費用、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/ノック修理キット・ジャッキ・標準工具つきの価格です。■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が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

広告