

広報

おかや

7

Jul. 2018 [No.1427]



特集

認知症の人に
やさしいまちをめざして

今月の表紙

「放水、始め!」先月行われた操法大会では、各分団の消防団員たちが、日ごろの訓練の成果を披露しました。7月19日は「岡谷市防災の日」です。市民一人ひとりが防災意識を高め、安全で安心なまちづくりを進めましょう。

特集1

認知症の人に やさしいまちをめざして

高齢化が進む日本において、認知症高齢者の数は年々増加することが見込まれています。岡谷市も例外ではありません。今や、認知症は、だれもが関わる可能性のある身近な病気なのです。そのような社会状況を受け、自治体の認知症に関する取り組みには、「認知症の人やその家族の視点」を取り入れ、認知症の人にやさしい地域づくりを推進することが求められています。今月は、実際の当事者の声をお伝えしながら、市の取り組みについてご紹介します。



岡谷市における認知症患者数予測値の推移

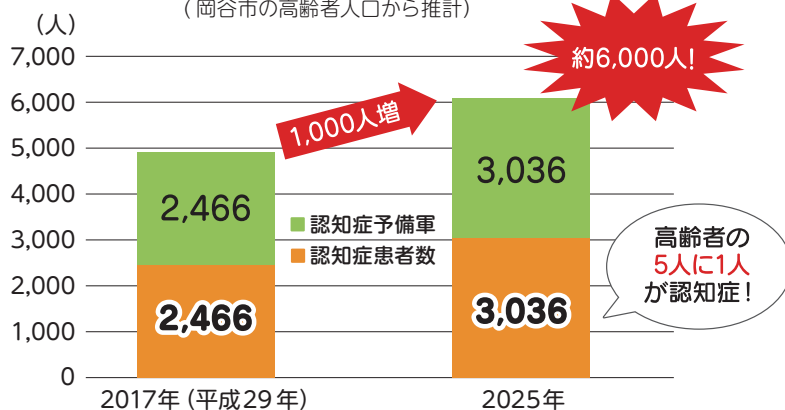
団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年には、高齢者の5人に1人が認知症になるといわれ、岡谷市の認知症患者・認知症予備軍(MCI※)は、約6,000人になると推測されます。それだけ身近であり、だれもがなる可能性のある病気だからこそ、「もし、自分が認知症になったらどう暮らしていきたいか」「地域のみなさんにどう支えて欲しいのか」を、一人ひとり考えてみませんか？

※認知症予備軍＝「MCI（軽度認知障害）」とは？

認知機能（記憶すること、自分で決め実行する能力など）のうち、1つの機能に問題があるものの、日常生活には支障がない状態のこと。認知症の一步手前の段階といえます。

岡谷市の認知症患者数予測値の推移

（岡谷市の高齢者人口から推計）



認知症の人や家族の声

認知症になっても、できる限り、住み慣れた地域でその人らしい生活が続けられるよう支援するには、**認知症を理解し、本人や家族の思いを知ることが重要**です。認知症の人が地域で活躍しているようすや、介護に携わっている家族の声を紹介します。

「ぐらんまんカフェ」の取り組み

市内の諏訪湖畔にある宅老所に併設され、ふだんは一般のカフェとして営業する「engawaかふえ食堂」。

定休となる毎週火曜日に、お昼限定で「ぐらんまんカフェ」を開催しています。「ぐらんまんカフェ」は、認知症などで介護が必要な人が、自分の得意なことを生かして社会参加することを目的に、真心を込めた食事の提供と接客を行っています。

【開催日時】

毎週火曜日 正午～午後1時30分(30食限定)



参加者の声



料理の作り手側として参加しているAさん(80代女性)は、毎週ここに来るのを楽しみにしています。なぜなら、「仕事を終えたあと、昼食をスタッフや参加者と大ぜいで食べられるのが、うれしいから」。若いころ、製糸工場で働いていたAさんは、同僚みんなと大人数で食べる食事が楽しみだったのですが、現在は、ご主人とのふたり暮らしで、ふだんの食事でもふたりだけ。でも、ここに来れば大人数で食事ができます。認知症を患っていても、料理はテキパキ、お話しもイキイキとしていました。30席ほどの店内は、ほどよく賑わっていて、常連客の姿も…。とてもやりがいのある仕事場のようです。

スタッフの声



宅老所 和が家 管理者

田實 陽さん

お客さんからお金をいただく料理を作るので、利用者さんも最初は緊張していたようですが、次第にここに来ることが楽しみになり、生活にハリが出たといってくれています。認知症の人であっても、できることが必ずあるので、わたしたちはその人の得手不得手を把握し、できることをしていただき、できたときの達成感を共有しています。認知症の人が地域で暮らしやすくするためには、周囲の人の認知症への正しい理解と、居場所作りが大切だと思います。

認知症になると**何もかもできなくなるわけではありません**。一人ひとりの苦手なことを理解し、その人のペースに合わせて手助けすれば、**できることは、まだまだたくさんあります**。「どんなことを思っているのか、考えているのか」、**本人の思いに寄り添いながらサポートすることが大切**です。

認知症の人や家族が集える「認知症カフェ」

7月現在、市内2か所で認知症カフェが運営されています。

ほっとカフェ 毎月第3火曜日 午後2時30分～4時

「ぐらんまんまカフェ」と同じ場所で、毎月第3火曜日に開催している「ほっとカフェ」では、みんなでお茶とお菓子をいただきながらおしゃべりしたり、相談会、勉強会などの活動が行われています。この日は、ぐらんまんまカフェ開設3周年ということで、これまでの取り組みをスライドで振り返り、スタッフ、利用者、家族、福祉関係者などで意見交換が行われていました。過去の失敗談に会場が笑いに包まれるなど、終始なごみムード。文字通り、いるだけでほっとする場所のようです。



●このほか、「オレンジカフェ小井川」（参加は小井川区の人限定）が今年3月から始まりました。詳しくは「認知症あんしんガイド」をご覧ください。

認知症カフェとは？

認知症の人、その家族だけでなく、誰でも参加できる集いの場です。認知症になるとさまざまな不安から家に閉じこもりがちになり、社会との接点が少なくなること、症状の進行が加速する恐れがあります。ゆっくりとお茶などを飲みながら思いを話したり、相談することで、不安の軽減・仲間づくりなどをめざしています。



問合せ…宅老所 和が家 ☎24-3708

認知症の人の家族の声

実際に認知症の奥さんを長年介護している、『あざみの会』会員のM.A.さんに、介護するなかで感じたこと、地域で認知症の人を支えるということについてお聞きしました。

家族の声



(社)認知症の人と家族の会
長野県支部 諏訪地区会
「あざみの会」会員

M. A.さん
(岡谷市在住)

妻の介護を始めて12年ほどになります。そのうちの約2年間は徘徊していたので、地域の人からの連絡がありがたかったです。妻が認知症であることを隠さず、わたしの連絡先を知らせておいたことが、地域の協力で結びつきました。一方で、警察に捜索願を出すには、以前は届け出のたびに妻に関する細かな情報を伝えなくてはなりません。これからは事前登録できるそうなので、捜索がスムーズになりますね。

今後は、より広域で情報共有できる体制に取り組んでいただきたいですし、市が発行する「介護保険なんでも読本」などの資料は、だれにでもわかりやすい内容になるといいですね。より介護者の目線で動ける行政や医療を期待しています。

※『あざみの会』

認知症の家族を介護している人同士が自由に話をしたり、情報交換できる場所です。

開催日時…毎月第1水曜日 午後2時～3時 ※月により変更する場合があります。

場所・問合せ…あざみ胃腸科クリニック(下諏訪町) ☎28-0505



「認知症あんしんガイド」を発行しています

認知症を発症し、症状が進行していくなかで、いつ、どこで、どのような医療・介護・支援が受けられるのかを示した冊子を発行しています。

昨年度末に、認知症の人の声や認知症の人への接し方などを取り入れた、第2版を作成しました。7月から順次全戸配布予定ですので、ご活用ください。



岡谷市の認知症に対する取り組み

市では、さまざまな認知症に関する取り組みを実施しています。今回はその一部をご紹介します。

岡谷市認知症初期集中支援チーム

医療や介護の専門職であるチーム員が、認知症の人（疑いのある人）やその家族を訪問し、困りごとや心配ごとを確認します。病院受診や介護保険サービスの利用など、主治医と連携しながら、本人や家族の状態に合わせてサポートします。



問合せ・相談 ● 地域包括支援センター（介護福祉課内）
☎23-2336（直通）

【対象】

40歳以上で、自宅で生活している認知症の人や認知症の疑いのある人で、次の①～③に該当する人

- ① 認知症の診断を受けていない、または医療を中断している人
- ② 医療サービスや介護サービスを利用していない人
- ③ サービスは利用しているが、認知症による症状が強く、どのような対応をしてよいのか悩み困っている人（家族）

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る「応援者」です。特別何かをする人というよりは、物忘れで困った人と出会ったときに「どうしました？」とやさしく声をかけよう、という気持ちでいることが認知症サポーターの役割です。



認知症サポーターになるには…

「認知症サポーター養成講座」（約90分）を受講してください。講師が地域や職場、学校などへ伺います。受講者は少人数でも構いません。興味のある人は介護福祉課までお問い合わせください。

あったか見守りネットワーク事業

市と岡谷警察署が連携し、行方不明になる心配のある高齢者の写真や特徴など必要な情報を、家族などから事前に登録申請してもらい、その情報を警察と共有することで、初動体制の強化や行方不明者の早期発見・早期保護につなげ、家族を支援します。ぜひご利用ください。

登録・申し込み方法は…

介護福祉課窓口で受け付けます。
※申請には、申請者の印鑑と登録対象者の写真（顔・全身）が必要です。

事前登録／情報共有

市への申請後、警察署に情報提供します



行方不明時

搜索依頼を受け、事前登録情報を確認のうえ、早期搜索に着手します



今回、この特集でご紹介したのは施策の一部です。詳しくは「認知症あんしんガイド」をご覧ください。か、介護福祉課までお問い合わせください。

問合せ ● 介護福祉課（内線1279）

特集2

岡谷市福祉医療費給付金制度 （子ども医療費助成）のご案内

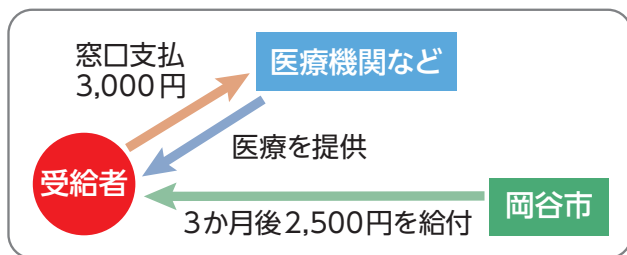
8月から子ども医療費の給付方式が変わります

病院などで診療を受けた際、これまでは窓口で一部負担金（保険診療分）をいったん支払った後に、市から福祉医療費給付金を給付していましたが、平成30年8月診療分から、中学3年生までの子ども（ひとり親家庭などや障がいでの受給資格の子どもを含む）は、窓口で500円（1医療機関などにつき1か月上限500円）支払うことで、医療を受けられるようになります。

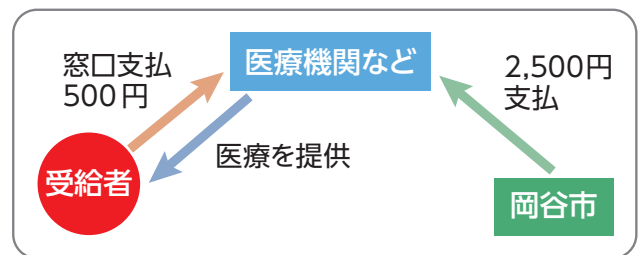


●(例) 窓口支払いが3,000円の場合

現在の給付方式（自動給付方式）



新しい給付方式（現物給付方式）



福祉医療費受給者証	
市町村番号	事業番号
受給者番号	
受給者氏名	
生年月日	年 月 日 性別 男・女
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
発行機関	長野県
交付年月日	年 月 日

◀現在の受給者証



新しい受給者証▶

福祉医療費受給者証	
市町村番号	事業番号
受給者番号	
受給者氏名	
生年月日	年 月 日 性別 男・女
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
発行機関	長野県
交付年月日	年 月 日

受給者証は、
現在お使いの受給者証（若草色）から新しい
受給者証（あじさい色：左上に「現物」と記載）
に変わります。

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。



Photo左) N-BOX G-EX Honda SENSING 車両本体価格 **1,596,240円***
0.66L 型式DBA-JF3 CVT(トルクコンバーター付)車/FF (消費税8%込み)
上記価格には写真のディーラーオプションの価格は含まれておりません。

Photo右) N-BOX Custom G-EX ターボ Honda SENSING 車両本体価格 **1,949,400円***
0.66Lターボ 型式DBA-JF3 CVT(トルクコンバーター付) (消費税8%込み)
上記価格には写真のディーラーオプションの価格は含まれておりません。



Photo(左/右):ディーラーオプション(N-BOX専用 8インチ プレミアム インターナビ(VXU-185NB)):199,800円(取付工賃等別途)装着車

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。
■車両本体価格には、応急/パンク修理キット・ジャッキ・標準工具等の価格です。■販売店にセッティング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。
■ディーラーオプションの価格はメーカー希望小売価格(消費税8%込み)で参考価格です。販売価格は販売会社が独自に定めております。■車両本体の体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。

軽四輪自動車にも保管場所が必要です。

お客様のご来店をお待ちしております。



HONDA

広告

福祉医療費給付金制度 よくある質問 Q&A

Q 新しい受給者証は、県内すべての医療機関などで使うことができますか？

A 新しい給付方式（現物給付方式）に対応していない医療機関などで受診した場合は、後日、市役所で福祉医療費給付の申請手続きをしていただく必要があります。

Q 学校や保育所などでの負傷や疾病の場合、どのように受診すればいいですか？

A 学校などの管理下における負傷や疾病の場合は、原則として福祉医療の助成対象となりません。受診の際には受給者証は使わず、学校などの管理下における負傷や疾病であることを医療機関の窓口で伝え、自己負担額（保険診療分）である3割（未就学児は2割）を支払った後、学校などで日本スポーツ振興センターの災害共済給付金の手続きをしてください。

Q 1 医療機関の通院で保険診療分の自己負担額が500円に満たない場合は、いくら支払いになりますか？

A 自己負担額（保険診療分）が480円の場合、窓口で480円を支払い、同一月に2回目以降の受診があった場合には、差額の20円までの支払いとなります。

Q 「ひとり親家庭等」または「障がい者」医療費助成を受けている場合、受給者証はどうなりますか？

A 中学3年生までは「子ども医療費助成」が優先されますので、「子ども医療費助成」受給者証（あじさい色）を郵送し、中学校を卒業する際に「ひとり親家庭等」または「障がい者」受給者証（若草色）を郵送します。

「市からのお願い」

◆8月以降、中学3年生までの子どもは有効期間内であっても、現在使っている受給者証（若草色）を使用できなくなります

7月中に新しい受給者証（あじさい色）を郵送しますので、届かない場合はご連絡ください。また、現在使っている受給者証は、8月以降、市役所または3支所に返却するようご協力をお願いします。

◆有効期間内に資格を喪失する場合があります

市外への転出、生活保護を受けるなど、受給資格を失った場合は、速やかに受給者証をご返却ください。

◆国や県など、他の公費負担医療制度の受給者証をお持ちのみなさんへ

福祉医療制度よりも、国や県などの公費負担医療制度が優先されます。受診の際は、保険証、福祉医療費受給者証と一緒に、国や県など他の公費負担医療の受給者証を、医療機関・薬局などの窓口に提示してください。

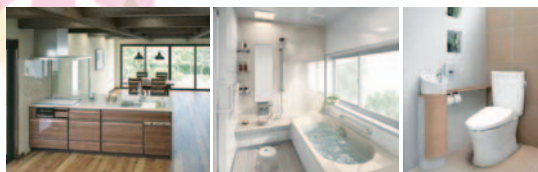
◆福祉医療費の自己負担金について

岡谷市では、1レセプトあたり500円を自己負担金として設定しています。この自己負担金は医療機関の事務手数料ではなく、ともに制度を支え合う一員として、受給者のみなさんにもご負担いただくものです。この制度を将来にわたり維持していくためにも、制度のしくみや目的などをご理解のうえ、適正な受診をお願いします。

問合せ●医療保険課（内線1174）

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

8月5日(日)は長野県知事選挙、 長野県議会議員補欠選挙の投票日です

(投票受付時間…午前7時～午後8時)

任期満了による長野県知事選挙と、欠員となっている
長野県議会議員の補欠選挙が行われます。

【投票できる人】

投票日当日に満18歳以上(平成12年8月6日以前に出生)の人で、平成30年4月26日までに岡谷市に住民登録した人

【県内他市町村から転入した場合】

平成30年4月27日以降に県内の他市町村から岡谷市へ転入した人は、原則として、前住所地の市町村での投票となります。

【市内から市内へ転居した場合】

7月11日以降に市内から市内へ転居届を出した人は、転居前の投票所で投票してください。お手元の投票所入場券をご確認のうえ、お出かけください。

【県内の他市町村へ転出した場合】

4月27日以降に県内のほかの市町村へ転出した人は、市町村長が発行する「引き続き県内に住所を有する旨の証明書」を持参するなど、引き続き県内の区域内に住所を有することが確認できれば、岡谷市の投票所で投票できます。



【県外へ転出した場合】

投票日までに県外へ転出した人は、投票できません(転出日によっては、期日前投票ができます)。

※転入、転出について不明な点は、選挙管理委員会へお問い合わせください。

〈ご注意ください〉

- 投票所入場券を有権者の世帯主あてに郵送します。投票の際は、自分の名前が記載されている投票所入場券をお持ちください。
- 投票日(8月5日)の投票所は、お手元に届いた投票所入場券に記載されていますので、ご確認ください。なお、花岡南地区は、みなと保育園が投票所となります。

期日前投票をご利用ください

仕事やレジャーなどで、投票日に投票所へ行かない見込みの場合は、期日前投票制度をご利用ください。投票所入場券に事前に必要事項を記入してお持ちいただくと、スムーズに投票できます。

期日前投票受付期間…県知事選挙：7月20日(金)～8月4日(土)

県議会議員補欠選挙：7月28日(土)～8月4日(土)

※7月20日～27日は、県議会議員補欠選挙の期日前投票はできません。

期日前投票 場所	7月											8月				
	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
市役所	←															
レイクウォーク																

県知事選挙のみ

県知事選挙と県議補欠選挙の両方の投票ができます

期日前投票所を増設します！

●岡谷市役所 2階 202会議室

期間…7月20日(金)～8月4日(土)

時間…午前8時30分～午後8時

持ち物…投票所入場券

●レイクウォーク岡谷

1階 レイクコート(催事場)

期間…7月29日(日)・30日(月)

時間…午前9時～午後8時

持ち物…投票所入場券

問合せ●選挙管理委員会事務局(内線1246)

旧林家住宅 茶会のお知らせ



国重要文化財の旧林家住宅で、茶会を開催します。開放感あふれる日本家屋で、香り高い日本の文化を味わってみませんか。

期日…7月29日(日)

時間…午前9時30分～午後2時30分

(受付2時まで)

場所…旧林家住宅(御倉町2-20)

茶券…1,000円(表千家流・裏千家流の二席分、当日会場にてお求めください)

※茶券をお求めの人は、旧林家住宅の見学は無料です。

主催…岡谷市茶道協会「岡谷吉祥会」

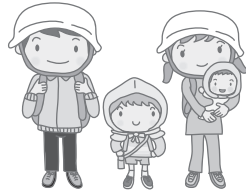
問合せ●岡谷美術考古館 ☎22-5856

忘れまじ豪雨災害

7月19日は「岡谷市防災の日」です

災害に対する備えや心構えは万全ですか？

8名の尊い命と多くの市民の大切な財産を一瞬のうちに奪い去った「平成18年7月豪雨災害」から12年が経過します。災害の記憶を風化させることなく、災害の経験から得た教訓と知識を後世に伝え、市民一人ひとりが防災・減災に対する意識を高め、災害に備えることが安全で安心なまちづくりにつながります。「岡谷市防災の日」を、あらためて“防災・減災”について考える1日にしましょう。



※当日の朝、防災行政無線によるメッセージを放送します。

「岡谷市防災の日」とは

平成18年7月19日に発生した豪雨災害の体験と教訓を永久に忘れることなく、市民一人ひとりが防災・減災意識のさらなる高揚に努め、市は市民をはじめ関係団体との協働により、災害に対する備えを充実強化し、安全で安心なまちづくりを推進するため、7月19日を岡谷市防災の日と制定しました。

平成23年6月23日

「非常食を食べる日」～非常食の確認をしましょう～

災害時に備え、非常食や保存水を備蓄していても、いざという時に賞味期限が切れていることがないように、「岡谷市防災の日」に合わせ、7月19日を、家庭で備蓄している非常食を食べて補充する、「非常食を食べる日」としています。7月19日を中心に、非常食を食べながら、家庭内における防災・減災対策について語り合う機会にしてください。

防災の日にあわせて開催！ご利用・ご参加ください

◎防災関連図書コーナー

期間…6月30日(土)～7月26日(木) 場所…岡谷市立図書館

◎豪雨災害 パネル展

期間…7月17日(火) 午後1時～24日(火) 正午

場所…レイクウォーク岡谷 レイクコート

※19日(木)に、展示会場にて非常食の試食会を行います(200食限定。なくなり次第終了)。時間：午前10時30分～正午

◎市民見学会(参加無料)

市内砂防えん堤などの現地見学、DVDによる学習

日時…7月21日(土) 午前9時～正午

集合…市役所正面玄関前

申込み…7月17日(火)までに電話でお申し込みください。

申込み受付中

緊急メールサービス

『メール配信@おかや』に登録しましょう！

防災無線情報、気象情報、地震情報などを、携帯電話やパソコンに配信するサービスです。登録は無料。安全で安心な生活を送るためのツールとしてご活用ください。

〈登録方法1〉カメラ付き携帯電話でQRコードを読み取り、サイトに接続後、手順に従い登録してください。



〈登録方法2〉t-okaya@sg-m.jpに空メールを送り、返信内容に従い登録してください。

※受信にかかる通信料は利用者の負担となります。

※不明な点は、秘書広報課(内線1361)までおたずねください。

申込み・問合せ●危機管理室(内線1591・1592)

防災行政無線による全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送について

国による全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達訓練に伴う、緊急地震速報の試験放送を、岡谷市防災行政無線から放送します。試験ですので、災害と間違えないようにしてください。

日時…7月5日(木) 午前10時ごろ

※事前放送として、9時50分ごろにも放送が流れます。



マイナンバー(個人番号)カードをつくりませんか？

身分証明書として使える便利なカード！運転免許証を返納した人、顔写真つき身分証明書がない人にピッタリです。岡谷市では、マイナンバーカードで印鑑証明書がとれます(すでに印鑑登録済みの場合)。申請は、署名をするだけでとっても簡単！詳しくはお問い合わせください。

問合せ●危機管理室(内線1592)

問合せ●市民環境課(内線1153・1155)

岡谷市民憲章推進協議会 メンバー募集！

市民憲章は、わたしたち市民が、住みやすい豊かなまちづくりを実践していくための目標として、昭和46年7月1日に制定されました。

岡谷市民憲章推進協議会は、昭和47年に市内の各種団体の有志により発足し、現在では全60団体が加入しています。同協議会では、市民憲章の理念の実現に向け、さまざまな取り組みを行うとともに、市民のみなさんに市民憲章を広める活動をしています。

あなたもいつしよに活動してみませんか？個人・団体は問いません。興味のあるみなさん、ぜひご連絡ください。

市民憲章の内容は29ページに掲載しています



改築した岡谷西部中学校に記念植樹をしました



中学校の新1年生に市民憲章入りクリアファイルを配布しました



小学校の新1年生に球根・花鉢を配布しました



「岡谷市ふるさと納税」の協力事業所を募集します!!

問合せ●企画課(内線1523・1529)

おかやで生まれた魅力ある特産品、あなたの会社の製品を、「ふるさと納税」の返礼品にしてみませんか？

市では、市外在住で1万円以上寄附した人に、市内事業所の特産品を、返礼品として贈っています。今後もおかやの魅力を発信するため、返礼品のさらなる充実をめざしますので、市内事業所の魅力ある特産品をぜひご紹介ください。ふるさと納税の返礼品に採用されると、こんなメリットがあります

●事業所名、商品名などを全国にPRできます!!

市のホームページやふるさと納税関連サイト「ふるさとチョイス」「ふるなび」に返礼品を掲載。「ふるさとチョイス」は月間ページビュー 1億超と、市外・県外の人にも広くPRできます。

●事業所などのホームページに掲載します!

ホームページをお持ちの事業所は、ご希望により、上記のふるさと納税関連サイトにリンクを貼ります。

●チラシや商品カタログを送って、さらにPRできます!

返礼品発送時にカタログやチラシを同封することで、さらに効果的に商品PRができ、新しいリピーターの獲得が期待できます。

体験型返礼品の募集…実際に足を運び、岡谷の魅力を体感できる返礼品を募集します。(イベント参加、職業体験など)

※現在ある体験型返礼品…わかさぎ釣り、ゴルフ場利用権、人間ドック

返礼品の条件…①事業所などが岡谷市内にあること、②岡谷市になじみのあるもの(ものづくり、シルク、太鼓、うなぎなど) ※詳細はお問い合わせください。

応募方法…7月31日(火)までに、企画課窓口または電話にてご連絡ください。

「ふるさと岡谷」を応援してくださる人 & アイデアを大募集!

昨年度は、約2,600件を超える寄附をいただきました。貴重な寄附金は、まちづくりのために大切に活用します。今後も、市外にお住まいのご家族やご親戚、ご友人などに、「岡谷市ふるさと納税」を、ぜひご案内ください。また、市民のみなさんからのアイデアや情報も募集します!「市のイメージにこんなものはどうか?」など、どしどしお寄せください。

第36回 子どもの健全育成をすすめる会

市内の小中学校では、地域と学校がともに子どもの健全育成を進めていくことを願い、市民のみなさんに、学校教育について直接知っていただく機会として、地域との連携を深める会を開催します。内容は各校の実情に応じて設定。多くのご参加をお待ちしています。

主催

岡谷市教育委員会
岡谷市校長会
岡谷市PTA連合会

学校名	電 話	開催日
神明小学校	☎22-2243	6月27日(水)
川岸小学校	☎22-2663	7月5日(木) 西部中と合同
岡谷西部中学校	☎22-3461	7月5日(木) 川岸小と合同
岡谷田中小学校	☎22-2425	7月9日(月)
湊小学校	☎22-2728	7月9日(月)
岡谷南部中学校	☎22-3243	7月9日(月)

学校名	電 話	開催日
長地小学校	☎27-8792	7月10日(火)・11日(水)
岡谷東部中学校	☎27-8644	7月11日(水)
小井川小学校	☎22-2234	7月13日(金)
岡谷北部中学校	☎22-3203	7月17日(火)
上の原小学校	☎28-1187	7月19日(木)

※詳細は各学校にお問い合わせください。

平成30年度 岡谷市職員採用試験のご案内

試験区分		採用人員	採用予定日	受付期間	第一次試験日	受験資格…以下の条件をすべて満たす人
職 種	区分					
土木技術者	社会人枠	若干名	平成31年4月1日	～7月20日(金)まで	8月20日(月)	昭和53年4月2日以降に出生し、土木課程の大学を卒業し、民間企業等で正社員として土木関係の設計業務、施工管理等の職務経験が5年以上ある人
保育士(任期付)	中級	若干名	平成30年10月1日	7月2日(月)～31日(火)	8月6日(月)	昭和43年4月2日以降に出生し、短大、2年制の専門学校以上を卒業し、保育士資格を有する人

受験手続…総務課までお申し込みください。 ※保育士は、育児休業中の職員の代替としての採用のため任期があります。
受付時間…午前8時30分～午後5時15分 (2～3年)
(土・日・祝日は除く) ※詳しくはお問い合わせいただくか「受験案内」をご覧ください。「受験案内」は市役所5階総務課にあります。ホームページからもダウンロードできます。
試験会場…岡谷市役所

問合せ●総務課(内線1554～1556)・FAX 24-0689 ホームページ <http://www.city.okaya.lg.jp/>

平成31年4月採用 岡谷市民病院職員採用試験のご案内

職 種	採用人員	受験資格…以下の条件をすべて満たす人
① 薬剤師	若干名	昭和63年4月2日以降に出生し、当該職の資格を有する人、または平成31年3月に同資格取得見込みの人
② 作業療法士		
③ 歯科衛生士		
④ 一般事務(医療事務)(診療情報管理士)	若干名	昭和53年4月2日以降に出生し、診療情報管理士の資格を有する人、または病院において診療情報管理業務に従事した経験が3年以上ある人

採用日…平成31年4月1日
勤務場所…岡谷市民病院
試験内容…筆記(教養・専門)、エントリーシート、口述試験(面接)
試験日…7月12日(木)
試験会場…岡谷市民病院
応募締切…7月6日(金)
※看護師については病院ホームページをご覧ください。

問合せ●岡谷市民病院 庶務課 ☎23-8000(内線3641) ホームページ <https://www.okaya-hosp.jp/>

【岡谷市家庭介護者支援事業】 介護者教室

参加無料

要事前申込み

送迎つき

家庭で介護している人や、介護に関心のあるみなさんを対象 ※送迎あり。希望者は申し込みの際にお伝えください。
に介護者教室を開催します。ご参加ください。 ※10月以降も実施する予定です。

日時	内容	開催場所	講師	定員	実施事業所(問合せ)
7月8日(日) 午前10時～正午	栄養教室「栄養と水分について」 栄養補助食品、水分補給用食品の試食	さわやか絹の郷	(株)フリニコ 林 紋加さん	20名	さわやか絹の郷 信州おかや ☎24-8822
7月13日(金) 午後1時30分～3時	認知症という病を知る会	温泉デイサービス 湯けむり	認知症ケア専門士 古内悦子さん	20名	(福)平成会 介護老人福祉施設「松風」☎21-2200
7月24日(火) 午後1時30分～3時30分	介護者のためのセルフケア講座 ・腰痛予防体操	ツクイ・ サンシャイン岡谷	施設職員	15名	(株)ツクイ ☎21-1320
7月27日(金) 午後1時30分～3時	高齢者と栄養摂取について	温泉デイサービス 湯けむり	管理栄養士 中島江里さん	20名	(福)平成会 介護老人福祉施設「松風」☎21-2200
8月3日(金) 午後1時30分～3時	悩んでいませんか? 高齢者の歯みがき…	温泉デイサービス 湯けむり	歯科衛生士 原 はずみさん	20名	(福)平成会 介護老人福祉施設「松風」 ☎21-2200
8月10日(金) 午後1時30分～3時	高齢者における 排泄のトラブル解消法		外部講師	20名	
8月31日(金) 午後1時30分～3時	看取りを多角的に考える		行政書士 宮澤優一さん 看護師 長江かおるさん	20名	
9月5日(水) 午後1時30分～3時	「正しい姿勢と腰痛予防」腰痛予防の体操や 姿勢のアドバイスとティータイム・介護相談会	ウェルハート おかや	柔道整復師 増澤孝信さん	15名	(福)有倫会 ウェルハートおかや ☎28-1000
9月19日(水) 午後2時30分～4時	簡単ヨガでリラックス 介護者間交流	engawaかふえ 食堂	リハビリデイサービス wagaya岡谷 鮎沢秀成さん	20名	(株)和が家 ☎75-2708 (和が家 日和)
10月7日(日) 午前10時～正午	健康ヨガ教室 介護相談コーナー(認知症含む)	さわやか絹の郷	ヨガインストラクター 水口順子さん	20名	さわやか絹の郷 信州おかや ☎24-8822

教室の申込み・問合せ●上記各事業所へ／家庭介護者支援事業に関する問合せ●介護福祉課(内線1269)

介護保険料・後期高齢者医療保険料 年額決定と納入について

介護保険は65歳以上、後期高齢者医療制度は75歳以上(65歳以上で一定の障がいがあり、加入を希望する人を含む)が対象です。

平成30年度の各保険料が、今年度の市民税や4月1日現在の世帯状況などから確定しましたので、納入通知書をお送りします。7月中旬に郵送の予定です。保険料額と納め方をご確認ください。

納め方は2通り

1. 年金からの天引き(年金の年額が18万円以上の人)

毎年4月1日現在で、年金を年額18万円以上受給している人は、年金から保険料が天引きされます。

8月は、2・4・6月と同額の仮徴収保険料額が天引きされます。なお、6・8月分は変更される場合があり、対象者には5月(介護保険は6月)に通知済みです。10・12・2月には、保険料の年額から仮徴収分(4・6・8月分)を引いた額を分割し本算定の保険料として天引きされます。

年金が18万円以上でも天引きにならない場合

①今年度の途中で転入してきた人*(順次天引きに切り替えられます)

※介護保険は諏訪圏6市町村外からの転入

②今年度の途中で対象年齢になった人(順次天引きに切り替えられます)

③介護保険料と後期高齢者医療保険料との合計額が年金額の2分の1を超える人

④天引きになる人でも、口座振替を希望した人

※③と④は、後期高齢者医療保険に適用されます。

2. 口座振替または納付書

(年金の年額が18万円未満の人・天引きにならない条件の人)

決定した保険料の年額から暫定徴収された保険料を引いた額を、7月から来年3月までの9回で納めます。口座振替の場合は、納期限前日までに預金残高を確認してください。

●年金からの天引きの場合

年金の支給月	保険料額について
4月・6月・8月	【仮徴収】平成30年2月分保険料と同額が天引きされます。 ※6・8月は変更される場合あり(変更者には通知済み)
10月・12月・2月	【本算定】保険料の年額から、仮徴収分(4・6・8月分)を引いた額が天引きされます。

●口座振替・納付書の場合 便利で確実な口座振替をおすすめします。

保険料を納める月	保険料額について
4月～6月	【暫定賦課】前年度の保険料段階から算出した、暫定的な保険料を納めます。(4月に通知済み)
7月～3月	【本算定】保険料の年額から、暫定賦課分(4～6月分)を引いた額を分割し納めます。

後期高齢者医療制度について 8月から保険証が新しくなります!

現在の後期高齢者医療被保険者証の有効期限は
7月31日まで

7月下旬、長野県後期高齢者医療広域連合からクリーム色の封筒で新しい保険証を郵送(簡易書留)します。新しい保険証は、黄色に変わります(来年の7月31日まで有効)。

※昨年中の所得に基づき医療機関の窓口で支払う一部負担金の割合(1割または3割)を判定しているため、7月までと一部負担金の割合が変わる場合があります。

※「転送不要」扱いで郵送されるので、住民票の住所以外へ郵送を希望する場合は、前もって医療保険課へご相談ください。新しい保険証が届いたら、期限切れの保険証は、破棄するか返却してください。

保険料の軽減特例の見直しについて

世代間・世代内の公平を図るため、段階的に保険料の軽減制度が見直しされています。

保険料は、所得に応じて納めていただく「所得割」と、全員に納めていただく「均等割」の合計です。

【所得割の額が変わる】⇒年収約153万円～約211万円の人

平成29年度の所得割は、特例的に2割軽減されていましたが、平成30年度以降軽減はありません。

【均等割の額が変わる】⇒元被扶養者で特定の要件に該当する人

平成29年度までの均等割は、特例的に7割軽減されていましたが、平成30年度は5割軽減になり、平成31年度以降は、資格取得後2年間に限り5割軽減となります。

※低所得世帯の元被扶養者には、引き続き「均等割」の軽減措置(9割軽減・8.5割軽減)が適用されます。

〈歯科健診〉平成29年度に75歳になった人(昭和17年4月1日～昭和18年3月31日生まれ)に対して、6月下旬に長野県後期高齢者医療広域連合から歯科健診のご案内が郵送されます。受診を希望する人は、長野県後期高齢者医療広域連合指定の歯科医院に直接予約をしてください。

介護保険に関する問合せ●介護福祉課(内線1283)／諏訪広域連合介護保険課 ☎82-8161(直通)
後期高齢者医療保険に関する問合せ●医療保険課(内線1175・1179)

国民健康保険税の納税通知書(本算定分)を送付します (7月中旬発送予定)

職場の健康保険加入者以外の人を対象として、安心して医療が受けられるように納めていただくものです。

納める人

国民健康保険に加入している人の世帯主です。世帯主がほかの保険に加入していても、その世帯に国保加入者がいれば、世帯主が納税義務者になります。

納め方

本算定により確定した年税額から暫定税額を差し引いた額を、7月から翌年3月(第4期～第12期)の9回で納めていただきます。年税額より暫定税額が多かった場合は、差額を返金します。7月以降に加入などの手続きをした場合は、手続きの翌月以降の残りの納期で納めていただきます。納税には、便利な口座振替をご利用ください。手続きは、税務課、各支所、金融機関、郵便局の窓口でできます。

岡谷市国民健康保険税の税率を改定しました

平成30年度から、国保の財政運営の責任主体が市区町村から都道府県に移行されたことに伴い、岡谷市国民健康保険税の税率を改定しました。(1人当たり年平均で2,582円、2.38%増の改定)

加入者のみなさんにはご負担をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、税制改正により、国民健康保険税の軽減措置および課税限度額も変わります。詳しくは、国民健康保険税の納税通知書(本算定分)に同封されるチラシをご覧ください。

国民健康保険に加入しているみなさんへ

◆特定健康診査を受診してください

生活習慣病の予防、病気の重症化を防ぐため、国民健康保険に加入する40歳～74歳までの人に、特定健康診査の受診券を灰色の封筒にて5月末に郵送しました。予約して受診してください。

実施期間…10月31日(水)まで 一部負担金…無料
持ち物…保険証、特定健康診査受診券、問診記入票

◆あなたは家族の扶養になれますか？

国保は、一般的に自営業者や退職者など職場の健康保険に加入していない人、または収入などの条件により健康保険加入者の扶養になれない人が加入するものです。以下に該当する人は、職場の健康保険に加入し

ている家族の扶養になれる場合がありますので、勤務先の保険担当者に相談してみてください。

- ①健康保険加入者の配偶者および3親等以内の親族
- ②年収が、60歳未満なら130万円未満、60歳以上なら180万円未満であるとき

◆国民健康保険以外の保険に加入した場合は、資格喪失の届出をしてください。

保険の二重加入となり、国保税、医療費の返還などでトラブルの原因となります。

持ち物…身分証明書、新保険証、国保保険証、印鑑、マイナンバーがわかるもの

問合せ●医療保険課(内線1186・1189)

国民年金保険料は納期限までに納めましょう

平成30年4月分から平成31年3月分までの国民年金保険料は、月額「16,340円」です。保険料は、日本年金機構から送られる納付書により、金融機関・郵便局・コンビニエンスストアで納めることができます(年金事務所や市役所の窓口では納付できません)。クレジットカード、口座振替による方法もあります。

「納付期限」までに納付しないと「未納」の扱いになってしまい、日本年金機構の委託事業者「株式会社アイヴィジット」から、電話や書面などによる納付のご案内がありますので、早めの納付をお願いします。保険料を納めることが困難な場合には、保険料免除などの制度がありますので、ご相談ください。

ご相談・お手続きの際はご予約ください

相談内容にあったスタッフが事前に準備のうえ、丁寧に対応します。

相談実施時間…平日：午前8時30分～午後4時(月曜は6時)
第2土曜日：午前9時30分～午後3時

※月曜日が祝日の場合は、翌日以降の開所日初日に午後6時まで実施。

予約受付期間…相談希望日の1か月前から前日まで

申込み…基礎年金番号のわかるもの(年金手帳、年金証書など)をご準備のうえ、「予約専用電話(☎0570-05-4890)」または下記までご連絡ください。



問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

市の財政状況をお知らせします 平成29年度下半期

(平成29年10月1日～平成30年3月31日)

市では、みなさんからお預かりした税金がどう使われたのかお知らせするため、年2回「財政事情の公表」を行っています。今回は、平成30年3月31日時点の歳入歳出予算の状況などを紹介します。

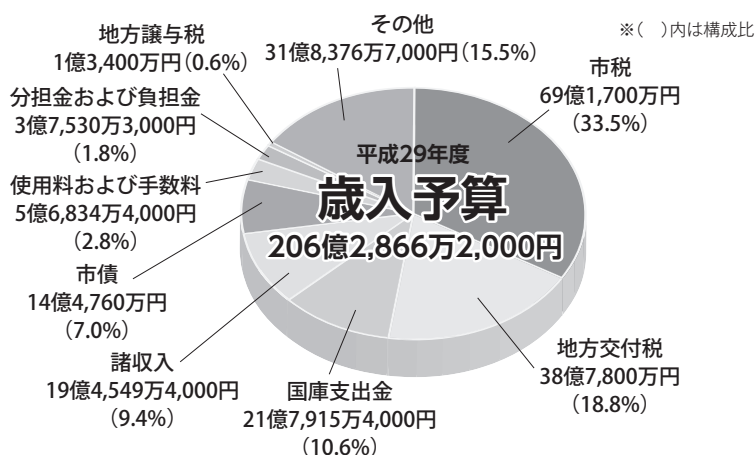
※出納整理期間が5月31日まで設けられていますので、決算額とは異なります。

問合せ●財政課
(内線1531)

一般会計歳入歳出最終予算額…206億2,866万2,000円

平成29年度下半期では、12回の補正予算を行い、8億8,467万9,000円を増額しました。これにより、最終予算額は平成28年度に比べ、11億9,084万3,000円、5.5%減となりました。

歳入の状況 収入済額…184億7,914万7,399円(収入率…89.6%)



市税…市民税、固定資産税、軽自動車税など

地方交付税…全ての地方団体が一定の水準を維持できるよう国から交付されるお金

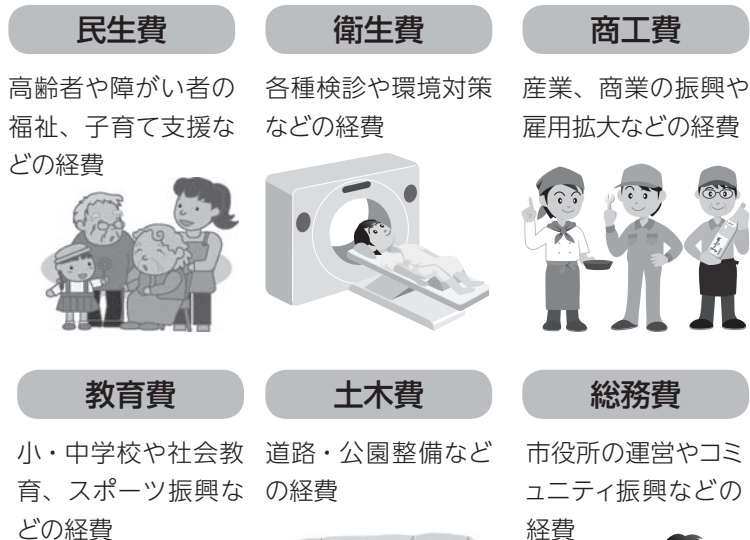
市債…学校などの公共施設の補修や道路を造るときなどに借りる借金

国庫支出金…一定の事業に使いみちを特定して国から交付されるお金

諸収入…税の延滞金、預金利子など

地方譲与税…地方揮発油譲与税、自動車重量譲与税など

歳出の状況 支出済額…175億9,375万7,700円(執行率…85.3%)



民生費

高齢者や障がい者の福祉、子育て支援などの経費



衛生費

各種検診や環境対策などの経費



商工費

産業、商業の振興や雇用拡大などの経費



教育費

小・中学校や社会教育、スポーツ振興などの経費



土木費

道路・公園整備などの経費



総務費

市役所の運営やコミュニティ振興などの経費



公債費

借入金の元金・利子返済のための経費

その他

消防運営や防災活動などの経費



平成29年度は、景気回復の影響などにより市税収入が前年度を上回ったものの、少子高齢化の影響などから、社会保障関係経費が増加するなど、引き続き厳しい財政状況でした。こうした状況を踏まえ、本市では「岡谷市行財政改革3か年集中プラン」に基づく徹底した経費の節減をより一層進めるとともに、特色を活かした岡谷の創生をさらに加速させ、将来に夢と希望が持てる「みんなが元気に輝く たくましいまち岡谷」の実現に向けて、取り組みを進めていきます。

“社会を明るくする運動” 強調月間

7月は“社会を明るくする運動”～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～強調月間です。今年で68回目を迎えます。犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、地域・家庭・学校などが一体となって、犯罪や非行を社会全体の問題として受け止め、安全で安心して暮らせる明るい地域をつくることに努めましょう。

心配ごとと相談所開設

“社会を明るくする運動”岡谷市推進委員会では、家族問題、職業問題、裁判に関する手続きなどの心配ごとと相談所を開設します。相談は無料で、秘密は厳守されますので、ぜひご利用ください。事前予約は不要です。(相談時間は30分間を目安)

日時…7月4日(水)・18日(水) 午前10時～午後4時

場所…イルフプラザ・カルチャーセンター

相談員…弁護士、保護司など

問合せ●社会福祉課(内線1251)



7月・8月の生ごみ収集は週2回行います 生ごみの分別収集にご協力ください

【ご注意ください。9月からは週1回です。】

※収集日は「家庭ごみ収集カレンダー」でご確認ください。

問合せ●市民環境課(内線1145)

第3次岡谷市環境基本計画の推進

7月の重点目標《生活環境の保全》

安全で安心なすがすがしいまち



違法な野外焼却(野焼き)の煙が家のなかに入ってきた、近所の騒音がひどい、といった苦情が多く寄せられます。このなかでも特に多いのが野外焼却(野焼き)です。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。近隣の迷惑にならないよう十分配慮しましょう。

◎市民のみなさん

●野外焼却(野焼き)、不法投棄、ポイ捨ての禁止

・外出や行楽時のごみは持ち帰り、正しく分別して、正しく廃棄しましょう。

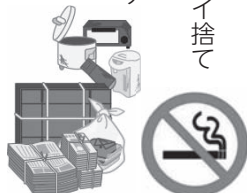
・たばこの吸がら、ガムなどを、ポイ捨てしないようにしましょう。

・犬のふんは、飼い主が必ず持ち帰ります。

◎事業所のみなさん

●営業騒音(深夜営業)の防止

・飲食業などにおける、深夜の騒音防止に配慮しましょう。



『市内一斉気温測定』に参加しませんか？

市内の屋外であればどこでも測定可能です。7月29日(日)午後2時ちょうどに気温を測り、その結果を市民環境課へお知らせください。いただいた結果は集計して、参加者みなさんにお届けします。市内の暑い場所・涼しい場所がわかる資料になります。ぜひご参加ください。記入用紙は市民環境課にあります。

問合せ●市民環境課(内線1142・1143)



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

地上デジタル放送中！

7月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1365)

放送内訳

朝5時から翌深夜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(7月1日～31日)

- 岡谷市イベント情報
- わが家のアイドル No.79
- 野菜万葉!! ～旬の野菜で料理～「なす」(再放送)
- 平成18年7月豪雨災害映像の記録

「忘れまじ豪雨災害」

※7月13日～19日の期間に放送



わが家のアイドル No.79



岡谷市イベント情報

妊産婦健診
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：
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
5 た人 至 30分	6 7
株オスガ設備 ☎ 27-6622	岡谷酸素株 ☎ 22-4931
2 た人 至 30分	13 14
杉村設備株 ☎ 27-8632	有ミヤサカ管工 ☎ 22-9615
9 た人 至 30分	20 21
四種混合 （生後3ヵ月から） 29年6月までに3回目を終了した人を含む （西堀・長地地区以外） 株総設工業 ☎ 28-8504	有三善工業 ☎ 23-3446
6 満座 0分	27 28
離乳食教室 （ばくばく教室） （29年7月～8月生） 受付午前10時～10時30分 十和設備株 ☎ 24-0182	水道建設株 ☎ 23-2662

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	11日(水)午前9時～正午 巡回相談(湊支所)
無料法律相談 【予約制】	17日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課（内線1254） 相談員：藤森郁美 弁護士 ※8月分予約：7月18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】	18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1277）
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
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】 11日(水)・25日(水)午後1時～7時（1人50分） 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206
若者のための就労相談会 （夜間）【予約制】	17日(火)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）	4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】	17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）	17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	11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
	火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 312相談室
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時	
	第2・4木曜日	午後 6時～9時	
			連絡先
			市社協☎24-2121 諏訪湖ハイツ ☎24-2290(内線3112) (080-5143-3202)

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中

1回目▶7月13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】

7月11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

◎固定資産税・都市計画税 第2期

◎国民健康保険税 第4期

納期限…7月31日(火)

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

7月
July

-  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
保険証を必ずお持ちください。午前中の診療となります。
- 水道修理当番店
土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受付けます。
受付時間／午前 9 時～午後 4 時 ☎ 23-8511

- ◆予防接種
受付時間
持ち場
- ◆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
1  祐愛病院 ☎ 23-0222  下島歯科医院 ☎ 28-0333  しなの調剤薬局 ☎ 75-5993  信和設備(株) ☎ 22-3302	2  株式会社総設工業 ☎ 28-8504	3  BCG (30年1月生)  (有)三善工業 ☎ 23-3446	4  1歳6か月児健診 (28年12月生) 受付午後1時～1時20分  株式会社林鉄工設備 ☎ 23-3197	5  日本脳炎 (27年6月生:1回目) 29年7月までに2回目を終了し  2歳児にこにこ教室 (28年6月生) 受付午前9時15分～9時30分  株式会社イワナミ ☎ 22-2222
8  三沢医院 27-8760  山岡歯科医院 ☎ 22-2472  土田薬局 ☎ 28-3232  (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	9  育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時  十和設備(株) ☎ 24-0182	10  四種混合 (生後3ヵ月から) 29年6月までに3回目を終了した人を含む (西郷・長地地区)  水道建設(株) ☎ 23-2662	11  3歳児健診 (27年6月生) 受付午後1時～1時20分  旭設備(株) ☎ 23-3764	12  株式会社アイテック ☎ 23-8500
15  小口医院 (耳鼻咽喉科) ☎ 22-3068  山田歯科医院 ☎ 22-2131  コスモファーマ岡谷薬局 ☎ 78-8023  株式会社シンニチ設備 ☎ 22-1365	16  諏訪共立病院 ☎ 28-2012  あさひ中央台歯科診療所 ☎ 26-1414  ひまわり薬局 ☎ 26-7226  株式会社浜パイピング ☎ 23-6885	17  株式会社上條電設工業 ☎ 23-5330	18  3～4か月児健診 (30年3月生) 受付午後1時～1時20分  松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	19  日本脳炎 (27年6月生:2回目) 29年7月までに2回目を終了し  信和設備(株) ☎ 22-3302
22  釜口医院 ☎ 22-2089  浜歯科医院 ☎ 28-4649  マツモトキョシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801  株式会社林鉄工設備 ☎ 23-3197	23  育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時  株式会社イワナミ ☎ 22-2222	24  株式会社オスガ設備 ☎ 27-6622	25  9～10か月児健診 (29年9月生) 受付午後1時～1時20分  岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	26  ほっこり子育て応援課 (29年11月～12月生) 受付午前9時30分～10時00分  (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406
29  よねやま内科クリニック ☎ 22-8863  ララ歯科医院 ☎ 21-1555  矢崎薬局 ☎ 23-7125  旭設備(株) ☎ 23-3764	30  株式会社アイテック ☎ 23-8500	31  杉村設備(株) ☎ 27-8632	諏訪地区小児夜間急病センター (年中無休) ■診療時間 毎日 午後 7 時～ 9 時 ■診療科目 小児科 生後 3 か月以上 中学生以下 諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699 健康相談・栄養相談・ 歯科相談 (月～金曜日) 午前 8 時 30 分 ～午後 5 時 15 分 面接希望は 事前にお電話ください。	

主 な 内 容

CONTENTS

岡谷市社会福祉大会開催のお知らせ	18
おかやボランティア連絡協議会研修会	18
平成30年度会費ご協力のお願い	19
ハンデサポート 文化のつゆい開催のお知らせ	19
パルーンアートで楽しい作品を作ろう開催のお知らせ	19

岡谷市社会福祉大会を開催します

岡谷市社会福祉大会は、「みんなで築く、みんなの福祉、みんなの未来（あした）」をテーマに、市民の皆様が自分たちの地域で安心して安全に暮らせるまちづくりを目指して、一緒に考える場です。どなたでもご参加いただけますので、気軽にご参加ください。

入場
無料

- ★ 日 時 7月21日（土） 開場 12時30分 開会 午後1時
- ★ 会 場 カノラホール 大ホール
- ★ 内 容
 - ・ 式 典 午後1時～1時45分
地域福祉に貢献された方の表彰を行います。
 - ・ 楽 団
「ケ・セラ」コンサート 午後2時～3時30分



【楽団「ケ・セラ」】
松本市を拠点に障がいを持った方が音楽を通じて社会的な自立を目指すことを目的に活動されています。



定期演奏会の他、各地で年間50回以上演奏活動をされています。演奏を聞かれた方からは、「感動した。」「元気をもらった。」「などの声が寄せられています。となりのトトロ・カントリーロード・365日の紙飛行機など、どなたでも楽しめる曲を演奏していただきます。

- * クールビズの推進に取り組んでおりますので、軽装でご参加ください。
- * 当日、ホワイエにて市内障がい者団体の作品販売を行います。
- * 手話・要約筆記通訳がつきます。

おかやボランティア連絡協議会 災害支援の現場を 知ろう

どなたでもご参加
いただけます

参加費 無料

～自衛隊活動と地域・災害ボランティアの関わりを考える～

岡谷市では、平成18年の豪雨災害・平成27年の山林火災の際に、自衛隊の災害支援活動が行われました。

自衛隊の支援活動を知り、災害時に地域や災害ボランティアがどのように関わればよいのかを考える機会とするため研修会を開催します。

日時：7月13日（金） 午後1時30分から3時まで

会場：おかや総合福祉センター（諏訪湖ハイツ）大会議室

講演：『陸上自衛隊の活動』（御嶽山での活動映像もご覧いただきます）

講師：前田 昌儀 氏（陸上自衛隊 松本駐屯地 第13普通科連隊 司令業務室長兼広報室長）



スローガン

みんなで築く
みんなの福祉
みんなの未来（あした）

●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

岡谷市社会福祉協議会 平成30年度 会費ご協力のお願い

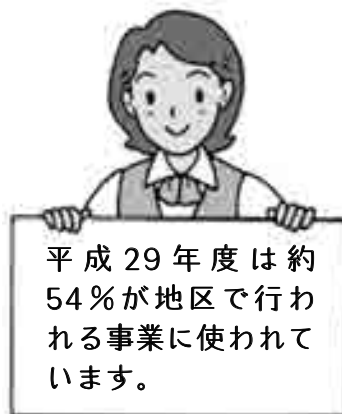
会費募集期間 7月2日(月) ~ 8月31日(金)

社会福祉協議会は、全市民の皆様を会員として位置づけ、すべての会員が安心して安全に暮らせるよう、住民が主体となった小地域での活動の企画や運営・協力を行い、また地域だけで解決出来ない問題については、全市的な活動として、行政や区・地区社協・民生児童委員・各種団体・企業など関係機関の協力をいただきながら、市民の皆様と一緒にサービスを行っている団体です。

皆様からいただく会費は、地域福祉活動推進を掲げる社協活動への貴重な自主財源として、有効に活用させていただきます。

また、会費の半分以上は、地区に還元され、区や地区社協の各種行事に活用されています。

「みんなで築く、みんなの福祉、みんなの未来(あした)」をメインテーマに掲げ、住民参加型地域福祉コミュニティ活動を推進していくため、社協事業の主旨をご理解いただき本年度もより一層のご協力をお願いします。

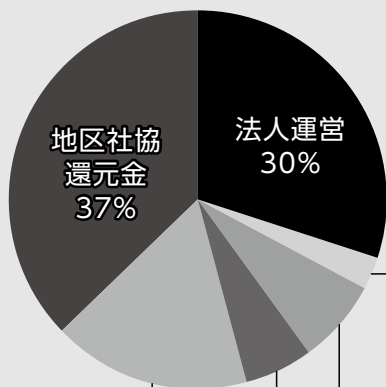


会費の種類 ◆ 一般会費	年額 1,000円
◆ 賛助会費	年額 2,000円以上

平成29年度会費については、下図のとおり有効に活用させていただきました。

【地区社協の事業】

- ・会食会
- ・昼食会
- ・配食サービス
- ・敬老会事業
- ・地区社協だよりの発行
- ・世代間交流事業
- ・地区福祉推進員活動
- ・ふれあいいきいきサロン等



【市社協の事業】

- ・社協だより「ゆめ」の発行
- ・家庭介護者の集い
- ・結婚相談事業 ・心配ごと相談
- ・ボランティアセンター事業
- ・育児ファミリーサポート事業
- ・こども福祉教室
- ・有償在宅福祉サービス
- ・車いす移送車レンタカー事業
- ・各種研修会 / 講座の開催…等

地区社協基盤強化等助成金 17%

支援相談事業 6%

福祉コミュニティ活動事業 3%
ボランティア事業 7%

みなさまの参加をお待ちしています。

バルーンアートで楽しい作品を作ろう

～さわって、ひねってバルーンアートを体験しよう～

講師：藤森由美子先生(アトリエ・Yumikoを経営)

7月15日(日) 午後1時30分～3時30分

諏訪湖ハイツ 3階コンベンションホール

参加費 500円(材料費込)

対象者 子どもから大人まで(小学生低学年までは大人同伴)

長いフーセンを使って基本(犬・花など)から応用まで

申込み締め切り 7月13日まで

申込み・問い合わせ ブロック・ハート 菅原

090-2637-8588



赤い羽根共同募金の助成事業

岡谷市障がい者地域生活支援事業

ハンデサポート 文化のつどい

市内の障がい者の方・障がい者施設の仲間と交流を深めよう

7月11日(水) 午前10時～ 諏訪湖ハイツ

★メモスタンドをつくろう

(要事前予約 75-5235 ソレイユまで)

★絵手紙 絵手紙で季節を感じよう

★ニュースポーツ レクリエーション

体を楽しく動かそう

★うたごえ キーボードにあわせて!歌おう!

お問い合わせ エコファおかや 23-8090 林

勤労青少年ホーム(わーくピア岡谷) 夏期講座 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
※定員に満たない場合のみ、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) …①2,350円、②2,300円(夏・秋連続講座)、③・④1,000円、⑤650円、⑥～⑨1,150円

※保険料や材料費などが別途かかる講座もあります。

申込み…7月3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)。対象者外の方は、7月5日(木) 午前9時から受け付けます(必ず電話で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。

講座名	期 間	時 間	定員	会 場
①ボルダリング体験	7月26日[木曜・全1回]	午後7時30分～9時30分	12名	エッジアンドソファールボルダリングパーク
②アクアビクス☆ダンス(夏・秋連続講座)	7月18日～10月31日(8/8・15休み)[水曜・全14回]	午後7時～8時15分	25名	市民屋内プール
③今日から私も英会話(初級編)	7月23日～9月10日(8/13休み)[月曜・全7回]	午後7時30分～9時	15名	勤青ホーム
④アメリカ人講師と楽しい英会話(中級)	7月19日～9月13日(8/9・16休み)[木曜・全7回]	午後7時～8時30分	15名	勤青ホーム
⑤お家で“ふんわり”パン作り	7月17日[火曜・全1回]	午後7時～9時	12名	勤青ホーム
⑥ピラテス	8月6日～10月15日(8/13、9/17・24、10/8休み)[月曜・全7回]	午後7時30分～9時	20名	勤青ホーム
⑦ビューティー・パワーヨガ	7月17日～9月4日(8/14休み)[火曜・全7回]	午後7時～8時30分	25名	勤青ホーム
⑧リズムトレーニング&バレエトレーニング	7月19日～9月6日(8/16休み)[木曜・全7回]	午後7時30分～9時	25名	勤青ホーム
⑨ZUMBA(ズンバ)	7月20日～9月7日(8/3休み)[金曜・全7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

勤労会館講座 スクラップブックング

～写真を美しくレイアウト～

日時…7月11日(水) 午前10時～正午

場所…勤青ホーム

対象…18歳以上の諏訪地域在住・在勤の人(高校生は除く)

定員…15名
(先着順・定員になり次第締め切り)

受講料…1,000円 **材料費**…800円

申込み締切…7月6日(金)

川岸公民館 生活講座 浴衣着付教室

浴衣の着付け方、美しい所作を身につけて、夏のお祭りに出かけましょう。

日時…7月20日(金) 午後7時～9時

対象…市内在住で中学生以上の女性

定員…10名(先着順)

受講料…200円(当日集金)

講師…古着物と和小物の店

「kinuri」 平澤 綾子さん

持ち物(☆必須)…☆浴衣、☆半幅帯、☆腰紐3本、☆帯板、☆着物用スリッパまたは肌襦袢と裾除け、フェ

イスタオル2枚、和装用ブラジャー、コーリンベルト、伊達締め、下駄(浴衣のまま帰る場合)

※貸し出し可能なものもあります。詳細はお問い合わせください。

申込み…7月2日(月)～13日(金)の午前8時30分～午後5時15分に窓口・電話にて受付。氏名・電話番号・年齢(年代)をご連絡ください。

申込み・問合せ●勤労会館 ☎23-2201

申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

川岸公民館 夏休み 子どもチャレンジ教室 縄文時代の生活体験で遊ぼう～野外体験～

広畑遺跡で縄文時代を体験! 全員で「火おこし体験」のあと、「土器の発掘体験」コーナーで遊びます! 「鹿肉」の試食もあるよ!

日時…8月18日(土) 午前10時～正午

場所…広畑遺跡(現地集合・解散)

※雨天の場合は、川岸公民館にて、まが玉作り体験

対象…市内の小学生(未就学児、保護者の参加もOK)。

未就学児は、保護者同伴でお願いします)

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

参加費…200円

講師…山田 武文さんほか、土師の会のみなさん



持ち物…動きやすい汚れてもよい服装(長袖・長ズボン・くつ)、軍手、帽子、飲み物、タオル、園芸用スコップ、はさみ(雨天時)

申込み…7月2日(月)～8月7日(火)の午前8時30分～午後5時15分に受付。川岸公民館窓口・電話にて、氏名・住所・電話番号・年齢をご連絡ください。



申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

健康ひと回メロ

No.489

麻しんについて

麻しんは、麻しんウイルスによって引き起こされる急性の全身感染症です。感染経路は、空気、飛沫、接触感染で、感染力はと

てもに強く、ヒトからヒトへ感染が伝播し、マスク、うがい、手洗いでは予防できません。免疫を持っていない人が感染するとほぼ100%発症し、一度感染して発症すると一生免疫が持続するといわれています。発生状況は、平成27年にWHO西太平洋地域事務局により、日本が麻しんの排除状態にあることが認定され、それ以降は、海外からの輸入例や、それを発端とした集団発生事例を認める状況です。

麻しんの経過は、感染後10～12日間は症状の出ない潜伏期間があります。

カタル期…38度前後の発熱が2～4日間続き、倦怠感（小児では不機嫌）があり、上気道炎症状（咳、鼻水、くしゃみなど）と結膜炎症状（結膜充血、目やになど）が現れて、次第に強くなります。乳幼児では下痢・腹痛を伴うこともあります。発疹が現われる1、2日前に、口のなか（頬の裏）にやや隆起した1mm程度の白い小さな斑点（コプリック斑）が現れます。

発疹期…その後、体温は1度ほど下がり、半日くらいで再び高熱（39度以上）が出るとともに、発疹が現れます。発疹は耳後部、頸部、前額部から始め、翌日には顔面、体幹部、上腕、2日後には四肢末端にまでおよび、全身に広がるまで高熱が続きます。

す。発疹ははじめ鮮紅色扁平ですが、まもなく皮膚面より隆起し、融合して不整形斑状となります。次いで暗赤色となり、出現順序に従って退色します。カタル症状がより強くなります。

回復期…発疹出現後3、4日間続いた熱が下がって全身状態が回復し、発疹は黒ずんだ色素沈着となり、しばらく残ります。カタル症状も次第に軽快してきますが、免疫力が低下するため、しばらくは他の感染症にかかるリスクが重なり、体力が回復するのに1か月くらいかかることは珍しくありません。

主な合併症は、約6%が肺炎を、千人に0.5～1人が脳炎を発症します。死亡する割合も千人に1人といわれています。また、妊婦は重症化しやすく、流産の原因にもなります。さらに、数万人に1人が重急性硬化性全脳炎（感染後7～10年で発症する中枢神経疾患で、知能・運動障害が徐々に進行し、発症から6～9か月で死に至る、進行性の予後不良疾患）を発症します。

感染力はカタル期が最も強く、「なぜかな？」と思っているうちに周囲に感染を拡げてしまいます。高熱や発疹が出て麻しんが疑われたときは、そのまま受診すると、移動中や医療機関で感染を広めてしまう恐れがあるので、まず最寄りの保健所か医療機関に電話をして相談し、指示を受けるようにしてください。感染を防ぐ最も有効な方法は、ワクチンを接種して、麻しんに対する免疫をつけることです。（医師会）

糖尿病教室を開催します

生活習慣病である糖尿病について、専門医をはじめとする専門家が、糖尿病の病状、合併症、治療方法などについて最新の情報を提供する教室です。

どなたでも参加できます。お気軽にどうぞ。1回だけの参加も可能です。

場所…岡谷市民病院 3階 大会議室

時間…午後2時～2時55分（毎回）

参加無料

申込み不要

期 日	内 容	講 師
7月17日 (火)	糖尿病について 薬物療法について	糖尿病専門医 関戸 貴志医師 薬剤師
8月22日 (水)	食事療法について	管理栄養士
9月19日 (水)	運動療法について 糖尿病の検査について	理学療法士 検査技師
10月18日 (木)	糖尿病性網膜症について 糖尿病性腎症について	眼科 高橋 博医師 糖尿病看護認定看護師
11月21日 (水)	歯周病について 糖尿病の足病変について	歯科 相澤 仁志医師 糖尿病看護認定看護師

高齢者用肺炎球菌ワクチンの定期予防接種を実施

対象者…①平成30年度中に、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人

②接種日において、60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人（身体障害者手帳1級相当の人）

※過去に高齢者用肺炎球菌ワクチン〔23価肺炎球菌ワクチン（ニューモバックスNP）〕の接種を受けたことがある人は対象外です。

期間…平成31年3月31日（日）まで（医療機関の休診日を除く）

接種回数…1回

費用…3,000円は市で負担（差額は自己負担）

※市民税非課税世帯の人は、自己負担分（上限8,000円）が減免となる補助券を発行します。接種する前に印鑑を持参のうえ、健康推進課で申請してください。

※生活保護世帯の人は、事前に補助券と予診票を送付しますので、申請の必要はありません。

●対象者①のみなさんには、個別に予診票を送付しました。対象者②に該当する人は、健康推進課までお問い合わせください。

●高齢者用肺炎球菌ワクチンの予防接種は、必ず受けなければならないということではありません。本人が希望する場合に限ります。

問合せ●岡谷市民病院（透析室） ☎23-8000

問合せ●健康推進課（内線1183）

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

基本構想審議会委員 募集

これからのまちづくりに、あなたの想いを反映しませんか？

募集人員…若干名

応募資格…市内在住の20歳以上の人で、市の職員・議員や、ほかの審議会などの委員になっていない人

任期…2年間（今年度は8月～11月までの間に全10回程度の会議を予定）

応募方法…応募申込書に必要事項を記入し、「岡谷市のまちづくりについて」をテーマに800字以内にまとめた小論文を添えて、企画課まで持参・郵送、Eメール（kikaku@city.okaya.lg.jp）と提出してください。
※応募申込書は企画課窓口・各支所・駅前出張所にあります。市ホームページからダウンロードもできます。

募集締切…7月20日（金）必着

問合せ ● 企画課（内線1523）

内山霊園聖地使用者 募集

募集区画…20区画

1区画の面積…約4㎡（2m×2m）

聖地使用料…38万円

聖地管理料…30900円/年

応募者の資格…岡谷市に本籍または住所があり（本籍だけの人は、市内に住所のある世帯主を管理人と定めること）、墓地がなく遺骨を抱え埋葬に困っている人で、合葬式墓地「嶺風苑」の使用許可を受けていない人。

※法人は、市内に主たる住所を有するものに限ります。
※定員に満たない場合は、遺骨のない人も対象とします（要問合せ）。

受付期間…7月9日（月）～20日（金）

※土・日・祝日を除く

申込み…戸籍謄本、住民票、印鑑（認印）、埋火葬許可証の写し、または寺院などの保管証明書などをそろえて市民環境課へ申請してください。
決定…7月24日（火）に抽選にて決定。
問合せ ● 市民環境課（内線1166）

「第21回 長野県障がい者文化芸術祭」出展作品 募集

障がい者の文化芸術活動への理解を深め、社会参加の促進を図るために「第21回長野県障がい者文化芸術祭」夢・アートフェスタながの」が開催されます。日ごろの活動の成果を多くの人に见てもらふ絶好の機会です。

期間…9月15日（土）・16日（日）

場所…県障がい者福祉センター（長野市）
応募資格…県内に住む障がいのある人

応募規定…平成29年8月以降の制作で、絵画、手工芸、書道、写真部門で1人1点。なお、作品の規格などの制約もあります。詳しくはお問い合わせください。

応募締切り…8月3日（金）

※応募用紙は社会福祉課にあります。
問合せ ● 社会福祉課（内線1255）

スポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時（8月分）…

7月15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。

市民水泳プール営業案内

夏期は時間を延長して営業します。

対象日…7月1日（日）・7日（土）・8日（日）・14日（土）・15日（日）・21日（土）・8月25日（土）・26日（日）

営業時間…午前9時～午後6時30分

対象日…7月22日（日）～8月19日（日）

営業時間…午前9時～午後8時30分

※大会などのため、8月4日（土）は午後5時まで営業、5日（日）は午後4時（予定）から一般開放。
※7月26日、8月2日・9日・16日の木曜日も開館します。

お盆期間の営業案内

市民総合体育館、市営球場、市営庭球場、市民スポーツ広場、市民水泳プールは、お盆期間（8月13日～16日）も通常通り営業します。ただし、8月15日（水）は、午後4時までの営業です。

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…7月15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

各種スポーツ教室

◎小中学生ソフトテニス教室

期間…7月30日（月）～8月6日（月）

計8回

時間…午後4時～6時30分

対象…市内の小学4年生～中学3年生

場所…市宮庭球場

定員…40名(先着順)

受講料…10000円(保険料8200円)

申込み…7月2日(月)から市民総合体育館窓口にて受付。

問合せ●市民総合体育館内

(公財)岡谷市体育協会 ☎22-8850

(平日午前9時～午後5時)

おかやスピードスケート・トータルサポートクラブ

◎スピードスケート教室

(初心者～上級者コース)

期間…7月10日(火)～平成31年2月

計30回

時間…午後5時30分～7時30分

対象…市内の小学生

場所…やまびこ国際スケートセンター

(屋外リンク)ほか

定員…60名(先着順)

受講料…30000円(保険料8200円)

申込み…市民総合体育館窓口にて受付中。

問合せ●

株やまびこスケートの森 ☎24-2494

スポーツ振興課 ☎22-8804

各種スポーツ教室

(シンコースポーツ(株)主催)

【一般】

◎テニス教室(託児あり)

期間…8月22日～10月31日

毎回水曜日(全10回)

時間…①午前10時30分～正午

②午後1時～2時30分

場所…市宮庭球場(雨天…市民総合体育館)

定員…各20名(先着順)

受講料…6500円(保険+施設使用料)

申込み…7月2日(月)午前9時より

市民総合体育館にて受け付けます

(電話申込み不可・先着順)。受講料を添えて申し込んでください。

※託児は1歳児から受付。7月31日

(火)までにお申し込みください。

◎はつらつ健康体操教室

日時…毎回水曜日 午後2時～3時

場所…市民総合体育館

定員…20名

受講料…5000円(保険+施設使用料)

◎らくらく水中運動教室

日時…毎回火曜日 午後2時～3時

場所…市民屋内水泳プール

定員…20名

受講料…6000円(保険+施設使用料)

申込み…以上2講座は申込み不要。

受講料は当日集めます。

【幼児・小学生】

◎夏休み短期子ども水泳教室

期間…7月30日(月)～8月2日(木)

計4回

時間…小学生…午後3時～4時

幼児…午後4時30分～5時30分

場所…市民屋内水泳プール

定員…小学生30名・幼児20名

受講料…35000円(保険+施設使用料)

申込み…7月2日(月)午後1時より

岡谷市民プールにて受け付けます

(電話申込み不可・先着順)。受講料を添えて申し込んでください。

場所…市民屋内水泳プール

定員…小学生30名・幼児20名

受講料…35000円(保険+施設使用料)

申込み…7月2日(月)午後1時より

岡谷市民プールにて受け付けます

(電話申込み不可・先着順)。受講料を添えて申し込んでください。

以上問合せ●市民総合体育館内

シンコースポーツ(株) ☎22-8800

岡谷市民プール ☎23-6820

お知らせ

情報(公文書)公開の

実施状況を公表します

岡谷市情報公開条例および岡谷市個人情報保護条例の規定により、公表します。

平成29年度中に請求があったもの

1 情報公開

(1) 公文書開示の請求等の件数および開示決定等の状況

● 件数…18件

● 開示決定等の状況／全部開示…4

件 部分開示…11件 不開示…0件

文書不存在…3件 未決定…0件

(2) 不服申立て状況および不服申立て処理状況…該当なし

2 個人情報

● 目的外利用および外部提供の状況

目的外利用…0件 外部提供…1件

※詳しい内容は、市役所1階情報公開コーナーで閲覧できます。

問合せ●総務課(内線1552)

『サマージャンボ宝くじ』

購入は県内で！

7月9日(月)から8月3日(金)まで

販売される『サマージャンボ宝くじ』

(1等・前後賞合わせて7億円)は、市

町村振興宝くじです。この宝くじの収

益金は、県内の販売実績により配分

され、市町村の明るく住みよいまちづ

くりに使われます。購入をお考えのみ

なさんは、県内の宝くじ売り場でお買

い求めください。

問合せ●財政課(内線1531)

長野県産業安全衛生大会開催

安全で健康かつ快適な職場環境を現

現するため、毎年開催されています。

今年度は「第13次労働災害防止計画」

の初年度にあたり、県下各地から経営

者や安全衛生担当者一堂に会し、表

彰や特別講演、事例発表などが行われ

ます。参加は無料、ご参加ください。

日時…7月12日(木)午後1時～4時

場所…長野県男女共同参画センター

内容…

特別講演「健康経営と事業としての健

康づくり」NPO法人健康経営研究会

岡田邦夫さん

事例発表「安全体感教育による安全教

育の推進」(株)松本鉄工所 増田智也さん

問合せ●(社)長野県労働基準協会連合会

☎026-2223-0280

7月の諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

●わくわくしよ! 書道展

期間…7月1日(日)～15日(日)

●鮎沢 毅「霧ヶ峰高原」写真展

期間…7月16日(月・祝)～31日(火)

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

●EMI “愛を抱いて” ソロコンサート

日時…7月29日(日) 午後1時～2時

ロビーコンサート出演者募集中! フロントまでお気軽に。



♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(芝生広場)

ハケ岳を見ながら、お買い物。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…7月8日(日) 午前9時～午後4時ごろ

♥親水池で水遊び

浅瀬の親水池(水遊び場)が子どもたちで大にぎわい! ご家族みなさんでお出かけください。

♥諏訪湖ハイツの温泉で健康づくりをしましょう

体を温めての健康づくりに、ぜひお出かけください。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

美肌の湯 ロマネット

★毎月第2木曜日はロマネットの日

期日…7月12日(木)

うれしいお客様サービスデー♪ 詳しくは、館内掲示板をご覧ください。

★ロビーフリマ…7月22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

7月のおすすめは、自家製ジンギスカン定食 870円です! 好評の自家製タレで炒めたジンギスカンを、ぜひお召し上がりください♪ ※おすすめメニューは変更になる場合があります。



★氷水風呂 開催!

日時…7月16日(月・祝) 午後3時ごろ～

水風呂に氷のかたまりを投入! いつも以上に冷えた水風呂をお楽しみいただけます! ロウリュサウナの後の氷水風呂がおススメ! 氷が溶け次第終了です。



★LINE@はじめました

イベント情報やLINE@限定のお得なクーポンを配信しています♪ スマホでこちらのQRコードを読み取るか、ID検索で「@pnp0438z」を検索して、「美肌の湯 ロマネット」を登録してください。今なら初回登録限定クーポンがもらえます♪



問合せ●ロマネット ☎27-6080

こどものくに

0123

7・8月のイベント



♣おやつ講座(7月6日(金)より申込み開始)

調理実習(保護者)と試食(子どもと一緒に)

日時…8月6日(月) 午前10時～11時45分

対象…保護者

持ち物…エプロン、三角巾、材料費(300円)

託児あり

♣初めての簡単フラダンス(7月30日(月)より申込み開始)

初めての人でも安心。癒しのハワイアンリズムで、心とからだをリフレッシュ。ママ向けの内容です。

日時…8月29日(水) 午前10時～11時

対象…保護者(先着30名)

講師…沓掛加奈子さん

持ち物…飲み物、あればロングスカート

託児あり
先着16名

申込み…申込み開始日の午前9時30分より、こどものくに窓口にて受付(電話でも受け付けます)

♣セタコンサート(申込み不要)

日時…7月4日(水) 午前10時30分～

出演…ママたちの吹奏楽団「ウインズ♪ファミリアすわ」

こどものくにへ遊びに行こう!

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

利用料…利用者登録200円(年度更新)

楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

7月 6日(金)	リズム運動遊び	午前11時～
11日(水)	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
12日(木)	つくっちゃおう	午前11時～
17日(火)	歯っぴー相談	午前10時30分～
18日(水)	食べるのだいすき!	午前11時～
19日(木)	ベビーマッサージとワンポイントアドバイス	午前10時30分～
20日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
23日(月)	べったんこの日	1日中いつでも
26日(木)	もぐもぐ相談	午前10時30分～

申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

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

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~

発売中

8月19日(日) 午後4時開演

桐山絵里子 & 歌謡NOTE



桐山絵里子(トロンボーン)



歌謡NOTE

【演奏曲目】 ダンシングヒーロー／かもめが翔んだ日／恋のバカンス／お祭りマンボ ほか

今年度のカノラ・ウィークエンド・コンサート第1弾は、「桐山絵里子 & 歌謡NOTE」公演です。美空ひばりからキャンディーズまで、懐かしの昭和歌謡の名曲を熱い演奏でお届けする濃密ステージ! ライブハウスは各地で完売続出、今注目のガールズ・ビッグバンドです。カノラホールがはじめてのホール公演となります。お楽しみに!!

【主催】カノラホール (公財)おやか文化振興事業団
【時間】午後3時30分開場 午後4時開演 【会場】小ホール
【チケット】全席自由 一般2,500円・ソサエティ会員2,000円
小中高生500円

イルフプラザ・カルチャーセンター 夏の講座 ウェーブストレッチ エクササイズ



カーブ形状のリングで、やさしく筋肉をほぐしたり、伸ばしたりして、全身のめぐりをアップ。肩こりや腰痛、むくみや冷え性、骨盤のゆがみ改善などにもおすすめです!

期日…8月24日・31日、9月7日 毎週金曜日(全3回)

時間…④午後1時~2時30分、⑤午後7時~8時30分

定員…各10名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…日本ウェーブストレッチ協会認定指導員 高橋 愛さん

受講料…1,000円

持ち物…ウェーブストレッチリング(ない人は貸し出し可)、
ヨガマットまたは大判バスタオル、飲み物(水分補給用)

申込み…7月6日(金)の午前10時から受付。受講料を添えて、カルチャーセンター窓口にて、④・⑤どちらかを
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。8月8日(水)締切。なお、7月25日(水)
までは、市内在住・在勤の人のみ受け付けます。

イルフプラザ・カルチャーセンター 世代間交流講座 みんなで作ろう! 海の生き物たち

アイロンビーズで“海の生き物”を作って、釣りに挑戦! 夏休みの思い出に、みんなで楽しく遊びましょう!

日時…8月11日(土・祝) 午後1時30分~3時30分

対象…年中からシルバー世代まで(親子や3世代、友だちなど、どんな組み合わせでも参加可能です)

※アイロンを使うので、園児は、保護者1名が付き添うか、
いっしょに受講をお願いします。

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…高橋 愛さん

費用…1人500円

申込み…7月11日(水)の午前10時から受付。費用を添えてカルチャーセンター窓
口まで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。8月8日(水)締切。なお、7月25日(水)
までは、市内在住・在勤の人のみ受け付けます。



申込み・問合せ●イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

広告



ヤマハ音楽・英語教室

個人レッスン

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

30分無料体験受付中(吹奏楽部対応可!)

事前お申し込み・お問い合わせは

(株)オグチ楽器

音楽教室

1歳…7/3・17・31(火)10:00
2歳…7/3・17・31(火)11:00
年少…7/10・17・31(火)16:30



岡谷市神明町3-1-3(フォレストモール内)

0120-970-091



英語教室

1歳…7/3・10・17(火)10:00
2歳…7/3・10・17(火)10:00
年少…7/6・13・20(金)16:00

ヤマハ 大人が楽しむ英会話 新コーススタート!

日常生活や旅先など、年齢にあった会話をめざします

●会場:フォレストモール
●レッスン:グループレッスン2回(60分)
●月謝:4,800円/月(別途施設費)

7/24(火)11:00~体験レッスン受付中!

フォレストモール岡谷センター担当

小尾口(におぐち) 070-5078-2955

♣♣♣♣♣♣♣♣♣ やまびこ公園 7月のイベント ♣♣♣♣♣♣♣♣♣

♣第2回 やまびこ草木染教室(要申込み)

日時…7月5日(木) 午前10時～
場所…やまびこ公園中央ひろば
参加費…1,000円(材料費別 染用ストール1,000円～)
持ち物…エプロン、厚めのゴム手袋、昼食

♣やまびこ緑陰マレットゴルフ大会(要申込み)

日時…7月18日(水) 午前8時～8時30分受付
場所…やまびこ公園マレットゴルフコース
参加費…500円 参加資格…高校生以上の一般男女

♣第26回やまびこフェスティバル

日時…7月28日(土) 午前9時30分～
内容…クイズウォークラリー(要申込み)、ゲーム大会、
流しそうめん、金魚すくいなど、盛りだくさん!

♣親子自然ふれあい体験会(要申込み)

日時…8月5日(日) 午前9時30分～午後2時30分
場所…やまびこ公園 いこいのひろば
内容…弓矢、ツリーフロアほか遊具づくり体験、
ネイチャーゲームなど
※一部変更になることがあります。
対象…小学生とその親(子ども複数可)
料金…大人500円・小人200円(保険料含む)
持ち物…作業のできる服装、帽子(必須)、
軍手、昼食、水筒、
使い慣れた工具(あれば)



申込み・問合せ●やまびこ公園管理事務所 ☎22-6313

わんぱく集合! 夏休みは、「みなと」の自然と「イカダ作り」に集まれ! 湊公民館 山っ湖学級

～諏訪湖で手作りイカダの乗船体験 & 飯ごう炊さんやカレー・スイーツ作り、流しそうめん会など～

湊財産区の山のヒノキを使ったイカダの手作りと諏訪湖での乗船体験をメインに、大自然に触れながら仲間との交流を深めます。夏休みの思い出づくりに、元気な子どもたちの参加をお待ちしています。

対象…市内の小学3年生～6年生で全日程に参加可能な人

定員…20名(先着順。女子も大歓迎)

参加料…2,700円(材料費・保険料を含む)

申込み…7月2日(月)～6日(金)の午前9時～午後5時まで、湊公民館窓口または電話にて受け付け。
※窓口を優先とし、参加する子どもの保護者の申し込みに限ります。

日 時	内 容
7月26日(木) 午前8時30分～ 午後4時30分	●開講式 ●手作りイカダ体験①～まずは設計図を見てから～ …材料準備、約400個のペットボトルで浮き作り ●手作りイカダ体験② ●みんなでおいしいおやつ作り ～つめたい「スペシャルスイーツ」～
7月27日(金) 午前8時30分～ 午後6時	●手作りイカダ体験③～イカダの骨組み作りから完成へ～ …骨組みと浮きを連結させて仕上げ ●夕食の自炊体験、炭焼き体験 …飯ごう炊さん、カレー作り
8月3日(金) 午前8時30分～ 午後1時30分	●手作りイカダ体験④～諏訪湖で乗ってみる～ …乗船体験(進水式、沖へ出発) ●みんなで流しそうめん会 ●閉講式

申込み・問合せ●湊公民館
☎22-2300



ペットボトル集めにご協力ください!

いかだを1そう作るのに、約400個の2ℓペットボトルが必要です。
参加者は、初日になるべく多く2ℓペットボトルをお持ちください。

おいしく食べてヘルスアップ教室 ちょっとした“コツ”で体が変わる!? 楽しく学んでみませんか!

調理実習や講話を通して、ご自身やご家族のための体にやさしい食生活を学んでみませんか? たった4回の講座を受けるだけで、食の知識や料理のレパートリーが広がりますよ!

講座を修了すると、地域で食を通じた健康づくりを推進する食生活改善推進協議会へ入会もできます。

時間…午前9時30分～午後0時30分(午前9時15分から受付)

場所…岡谷市保健センター 2階

対象…市内在住の人

定員…20名(先着順。定員を超えた場合は初参加の人を優先)

持ち物…エプロン・三角巾・筆記用具

参加費…2,000円(4回分の調理実習費) ※1回目集金

申込み…電話でお申し込みください。

※託児申し込み多数の場合はお受けできないこともあります。

託児あり

期 日	内 容
9月11日 (火)	「“食べ方”を変えると“からだ”が変わる!」 ～知って納得! わたしのからだ 血糖値が右肩上がりにならないためのヒケツ～ 《調理実習》野菜たっぷり簡単料理でメタボ予防!!
9月20日 (木)	「健康的な減脂—生活を送るために!」 ～血管がツマらないための食事の工夫～ 《調理実習》体にやさしいヘルシーごはん
10月11日 (木)	「塩分摂取の工夫を知って血管力UP!!」 ～わが家の味付けは良いあんばいの塩加減!?～ 《調理実習》調味料を上手に使って適塩料理
10月25日 (木)	「できることからはじめよう! バランスのとれた食生活」 ～かしこく選んで、楽しく食べる ふるさとのあじ～ 《調理実習》伝えよう郷土の味! 食改さんのおもてなし料理



申込み・問合せ●健康推進課(内線1182)

～星降る中部高地の縄文世界～ 日本遺産認定記念「縄文文化情報発信事業」

★★★★★★ 岡谷・下諏訪 親子縄文探検ツアー ★★★★★★

今から5000年前、県中央部の高地では、縄文人が黒曜石を山から掘り起こして、矢じりに加工していました。また、この地で採れる最高級の黒曜石を求め、多くの縄文人が日本各地から訪れました。縄文芸術を代表する土器や土偶なども多数創られています。夏休み、親子で縄文人に出会う旅に出かけてみませんか。

日時…8月9日(木) 午前9時30分～午後4時(受付:9時)

場所…岡谷美術考古館(集合・解散)

対象…市内の小学生(1～4年生は必ず保護者が同伴)

定員…25名(先着順・定員になり次第締め切り)

参加費…1人100円

持ち物…昼食、飲み物、筆記用具

申込み…7月2日(月) 午前10時から受付。窓口・電話にて
氏名・住所・電話番号をご連絡ください。

岡谷市・下諏訪町内の博物館や史跡をバスでめぐります

【コース】

①岡谷美術考古館 ⇒ ②梨久保遺跡(火起こし体験・昼食)
⇒ ③星ヶ塔黒曜石原産地遺跡(黒曜石採掘坑の見学) ⇒ ④
下諏訪町埋蔵文化財センター

[雨天の場合:①岡谷美術考古館 ⇒ ②下諏訪町埋蔵文化財
センター ⇒ ③諏訪湖博物館(ワークショップ・黒曜石での石
器作り体験)]



申込み・問合せ●岡谷美術考古館 ☎22-5854

長地公民館 夏休み 地域づくり子どもクラブ

今年も盛りだくさん! ステキな夏の思い出をつくりましょう♪

期 日	講 座 名	定 員	参加費
7月30日(月)	施設見学 ecoポッポへGO!	15名	無料
7月31日(火)	おかやの企業見学 岡谷の工場へGO!	15名	無料
8月2日(木)	ペーパーランプシェードをつくろう! & 読み聞かせ	15名	200円

※30日・31日の見学は、長地公民館へ集合後、職員が各施設へ送迎します。

時間…30日・31日:午前10時～、2日:午後1時30分～

対象…市内在住の小学生

講師…岡谷堅香子^{かたかこ}の会のみなさん(2日)・公民館職員

持ち物…30日・31日:水筒、2日:はさみ

申込み…7月4日(水) 午前8時30分から窓口・電話にて受付。

長地公民館 共催講座

パステル和アート^{ナゴミ}を体験しよう♪

～幻想的で不思議なアート～

パステルを削ったパウダーを指でこすりながら描く、独特の技法、パステル和(NAGOMI)アートを学んでみませんか。

期日…7月11日・18日・25日 毎週水曜日(全3回)

時間…午後1時～3時 定員…20名(先着順)

対象…市内に在住・在勤の16歳以上の人(学生は除く)

講師…パステル和アートインストラクター 濱 奈緒美さん

持ち物…カッター、はさみ、定規、鉛筆、コットン、ウエットティッシュ

費用…2,100円(材料費込・3回分)

申込み…7月3日(火) 午前8時30分から受付。公民館窓口
または電話でお申し込みください。



申込み・問合せ●長地公民館 ☎27-8080

◎ 岡谷市国際交流員 メグより、おかやのみなさんへ ◎

2014年に家族と離れ、1人で日本にやってきました。最初の2年間は長野県内でALT講師として子どもたちの世界を広げながら、自分の世界も広がりました。そして、2016年に岡谷市の国際交流員として採用され、和田峠を越えて、来岡しました。その時の気持ちを今でもはっきりと覚えています。岡谷市はどんな所なのか、市民はどんな人柄で、生活はどうなるのか…と。日本での生活で、窓の外から家のなかを覗き込むような気持ちを体験したことが何度もあります。会話に入りたい、友だちになりたいという気持ちはあっても、なかなか日本人の輪に入りにくい。でも、岡谷に来てからは、一切そういうことはありませんでした。みなさんがわたしを温かく迎えてくれました。仕事でも、国際交流センターのイベントでも、まちのなかでも、優しく対応してくださり、心を開いてくれました。かけがえのない友だちができ、一生忘れられない経験や思い出がたくさんで

きました。岡谷は自分の第二の故郷になったと思います。

とてもさびしいことですが、6月末に国際交流センターを退職することになりました。4年間離れていた地元に戻り、しばらく家族の近くで生活してみたいと思います。9月から地元の州立ワシントン大学に入学して、経営学部と日本学部に入り、修士号を取得するために勉強します。将来は日米交流、貿易のために尽くすつもりです。この先ずっと、日本や岡谷とつながっていますので、いつか岡谷に帰って来たいと思います。みなさんとまた会える日を楽しみに…。お世話になりました。



問合せ●国際交流センター ☎24-3226

「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)

こね

6月の
ハガキから

▼は広報広聴担当より

梅雨となり、ジメジメと暑い日が続くようになります。食中毒など、健康面に注意しなくてはなりません。規則正しい生活を心がけ、うつうつしい季節を乗り越え元気に夏を迎えたいと思います。

H・Sさん(成田町)

▼梅雨の時期は体の不調を感じる人が多く、「梅雨ダル」ともいわれます。晴れたり雨が降ったりと気候や気温の変化が激しいこと、また、湿気が多いことから体内に水分が蓄積されやすく、体が重だるくなってしまうことも原因のひとつだそうです。適度な運動で血行や新陳代謝を促進し、余分な水分や老廃物を排出することも体調の改

善に効果があるそうですので、試してみてください。

6月といえばアジサイ。アジサイといえば、小坂観音。今年は花のつきはどうかな? 見ごろは例年より早いのかしら? 岡谷にはほかにもツツジの鶴峯公園など名所があります。アジサイが咲いたら見に行きたいと思います。

A・Yさん(長地柴宮)

▼昨年は花が少なく、さびしかった小坂観音院のアジサイですが、新聞によれば、地元ボランティアのみなさんの整備のおかげもあり、今年は期待できるとのこと。とても楽しみです。ちょうどこの下にあじさい祭りのお知らせがありますのでご覧ください。7月7日~14日は夜間ライトアップもあるそうです。ぜひ足を運んで、鮮やかに咲き競うアジサイをお楽しみください。

岡谷にも子ども食堂ができて楽しみです。 H・Tさん(塚間町)

▼市民有志でつくる「岡谷で子ども食堂を真剣に考える会」の企画により、岡谷市でも「子ども食堂」がスタートしました。子ども食堂は、子どもたちに無料や安価で食事を提供する場として全国でも急増しています。子どもだけでなく大人も参加することでき、幅広い世代のみなさんが交流できる場でもあるそうです。第3日曜日を基本に毎月1回開催される予定ですので、ぜひ参加してみてくださいね。



第66回 岡谷きつね祭

7月28日(土) 午後2時から開催

(交通規制は午後1時から)



岡谷の夏の風物詩「岡谷きつね祭」が開催されます。公募により選ばれた花嫁、花婿を中心に、子どもたちのちょうちん行列やさまざまな

イベントを実施し、今年もにぎやかに行われます。みなさんお誘い合わせのうえ、お出かけください。

きつねフェイスペイント

毎年好評のきつねフェイスペイント。会場内数か所で実施しますので、みんなできつね顔になってお祭りを盛り上げましょう!



問合せ●岡谷きつね祭実行委員会
 (岡谷商工会議所内) ☎23-2345

由布姫あじさい祭り 期間…6月24日(日)~7月21日(土)

由布姫ゆかりの里として、全国的にも有名となった湊の小坂観音院。この歴史舞台を、隣接する小坂公園のアジサイが美しく彩る季節になりました。800株のアジサイと、諏訪湖を一望できる高台からの眺めをお楽しみください。

本祭り…7月15日(日)

場所…小坂観音院

いろいろなイベントを
予定しています!



問合せ●小坂区 ☎23-9730

イルフプラザ・カルチャーセンター ホリデイスクエア オカリナ・コカリナ・樹音 交流演奏会

入場
無料

形が似ていますが、それぞれ特徴のある音色です。白いブランコ、殖生の宿などの懐かしいメロディを素朴な響きでお楽しみください。

日時…7月8日(日) 午後1時~ 出演…カッコー、森の音りんどう、
 場所…イルフプラザ3階 催事場 ウッディエコーズ ほか 計12団体

問合せ●イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

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 ♥カフェラムラム

★武井武雄《鳥の連作》

ビーズ刺繍ブローチづくり⑪

期日…7月8日(日)・12日(木)

時間…午前10時30分～(両日)

定員…各15名(要申込み) 参加費…3,800円

講師…本多直子さん(ビーズ刺繍家)

武井武雄の木版画作品《鳥の連作》の愛らしい鳥たちをビーズ刺繍でブローチに仕立てます。

★ミニアチュールをつくろう

日時…7月15日(日) 午後1時30分～

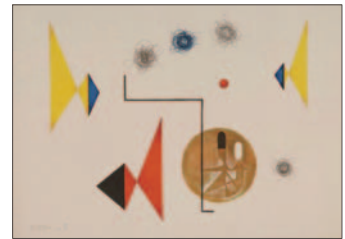
定員…10名(要申込み) 参加費…300円

開催中の展覧会…8月27日(月)まで

〈収蔵作品展〉武井武雄のアート タブローと版画展

武井武雄のタブローと版画作品のなかから、とくにアーティスティックな作品をご紹介します。アーティストとしてのレベルの高さを、改めて感じてください。

地球 1957年



〈同時開催〉林 義雄展 一童画の系譜—

武井武雄とともに戦後の日本童画家協会をスタートさせ、100歳を超えても制作を続けた林義雄の、優しい雰囲気にも包まれた童画の世界を、お楽しみください。

鳥のお化粧 みんなきれいにしてあげる 1997年



武井武雄や林義雄のように、かわいいミニアチュールをつくってみよう。

★林義雄作品昔話よみきかせ (申込み不要・無料)

日時…7月22日(日) 午前10時30分～

林義雄が挿絵をかいた昔話のよみきかせ。かわいい童画とおはなしを楽しんでください。

【イルフのナイトミュージアム】7月27日(金)・28日(土)は夜9時まで開館

夏の夜は美術館で楽しもう! ワークショップやイベントも盛りだくさん!!

期間中、1階喫茶ラムラムが《イルフ・バー》に変身! お酒とおいしい料理でお楽しみください。

★ナイトミュージアム ギャラリートーク (申込み不要)

日時…7月27日(金)・28日(土) 午後6時30分～(両日)
夜の美術館を学芸員とお話しながら一緒に楽しもう。見たことのある絵でも新しい発見が!

★刺繍ワークショップ

日時…7月27日(金) 午後1時30分～
定員…10名(要申込み) 参加費…500円

武井武雄の『新しい刺繍図案』と『武井武雄手藝図案集』から好きな図案を刺繍します。

♥マヨネーズを卵からつくろう

日時…7月28日(土) 午後1時30分～

定員…子ども5名(保護者別・要申込み) 参加費…300円
マヨネーズを、卵や油などの材料から自分でつくってみよう。夏休みの研究にもつかえるかも!?

★サマーコンサート (申込み不要・無料)

日時…7月29日(日) 午後3時～ 出演…タケイタケル
武井武雄の親戚で、東京で活躍中の女性シンガーソングライター「タケイタケル」によるポップスコンサート。



信州ミュージアム・ネットワーク事業「信州とあそぼ!」: 7月14日(土)～9月2日(日)

長野県主催イベント「ミュージアム王国 信州とあそぼ!」に、イルフ童画館・岡谷美術考古館・岡谷蚕糸博物館も参加しています! 期間中、中学生以下は入館無料!

●スタンプラリー 2018

期間中に参加館のスタンプを3つ集めると、達成賞としてオリジナル缶バッジをプレゼント。さらに、達成賞スタンプ用紙で応募すると、抽選で信州の特産品が当たります。中学生以下の子ども向けクイズの正解者には、オリジナルシールをプレゼント。詳しくは「信州とあそぼ!」ウェブサイト(<http://shinshu-to-asobo.net>)をご覧ください。

©信州ミュージアム・ネットワーク事業



7月の図書館情報

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)
日時：7月18日(水) 午前11時～
(30分程度)

☆おはなしの森(園児・小学生向け)
日時：7月7日・14日・21日の土
曜日 午前11時～(20分程度)

☆夏の子ども工作教室
日時：7月28日(土) 午後1時30分～
内容：牛乳パックなどを使ったり
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。また、幼児は必ず大人
と一緒に参加してください。

※会場はいつでも2階会議室です。
☆としよかんキッズを募集します！
本の貸出しや整理など、図書館の
仕事を1日体験してみませんか？

期日：8月7日(火)～9日(木)
時間：午前10時～午後3時
対象：市内の小学4年生～高校生
定員：各日4名

申込み期間：7月10日(火)～24日(火)
◎7月の休館日：2日・9日・17日・
23日・27日・30日

今月のテーマボックス
「日本の妖怪 vs 西洋の妖怪」
7月15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



市立 岡谷美術考古館

〈開館5周年記念 特別企画展〉

生誕100周年 早出守雄展 ～早出先生と教え子たち～

会期…6月28日(木)～8月26日(日)

故郷の風景を多数描いた岡谷市出身の水彩画家 早出守雄(1918～1971)は、美術教師としても多くの後進の指導にあたりました。本展では、早出の画業を振り返るとともに、絵画制作の道に進んだ早出の教え子の作品も展示し、早出が後進に与えた影響にも着目します。



「信濃路の駅」1956年

【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

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



【イベント・ワークショップ】(申込み不要)

◆きつね祭特別企画 貝がらとレジンで海のキーホルダーをつくろう
貝がらにビーズを入れてレジ
ンで固め、海のように透明な
キーホルダーをつくりま
す。



日時…7月28日(土) 午後1時～4時

参加費…100円

難易度：★☆☆☆☆ ※材料がなくなり次第終了

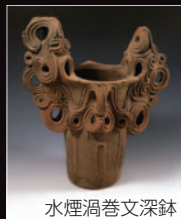
〈開館5周年記念 考古特別企画展〉

華麗な装飾

火焰と水煙の縄文土器展

会期…7月14日(土)～8月15日(水)

縄文時代の華麗な土器装飾を代表する
新潟の火焰土器と、八ヶ岳山麓の水煙土器を展示します。



水煙渦巻文深鉢

【関連イベント】(要申込み)

◆土器をつくって、焼いて、展示しよう！

マグカップサイズの土器を粘土で作ります。作品は縄
文時代と同様の方法で焼き、美術考古館で展示します。

【土器づくり】7月29日(日)・8月4日(土) 午前10時～
(いずれか1日)

定員…各日15名 参加費…500円

【火入れ(見学)】8月18日(土) 午前10時30分～

(場所：広畑遺跡)

展示期間…9月2日(日)～17日(月・祝) ※展示後持ち帰り

申込み・問合せ●☎22-5854

広告

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

メモリー

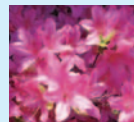
岡谷市中央町3-1-30 [駐車場完備]

☎22-0001



岡谷市

市木/いちい
市花/つつじ



人口の動き(平成30年5月1日現在)

人口 48,826人 前月比 +14 前年同月比 -587
世帯数 19,226世帯 前月比 +46 前年同月比 +21



〈収蔵品展〉

「ハカルーカイコも繭も糸もハカルー」

会期…6月21日(木)～9月2日(日)

カイコを飼育する養蚕、繭から糸にする製糸業まで、その質や重さ、長さ、太さを量るためにさまざまな計器が作られ、開発されてきました。「これって何に使うの?」とフシギに思う粋を、たくさん見て、使ってみませんか。



【関連イベント】

★講演会「計量は文明の母である」(参加無料・ギャラリートークは要入館料)
明治38年よりメーター製造を行う、東洋計器株式会社 社長の土田泰秀氏から、「はかる」をテーマに、知恵の結晶である開発の歩みについてお話しいただきます。(後半は学芸員によるギャラリートークを行います)

日時…7月21日(土) 午後1時30分～3時30分

定員…60名 申込み…電話にて受付

★夏休みの一研究はこれでバッチリ!『はかる・わかる ワークショップ』
お蚕さまはどのくらい糸を吐いて繭をつくるの?糸の始まりの出た繭を持って10メートル間隔を行き来して、自分の足で繭糸の長さを体感します。

日時…7月8日(日) 午前9時30分～正午 参加費…無料

定員…20組(園児、小学生大歓迎!3年生以下は保護者同伴)

会場…博物館外 グリーンスクエア(雨天:きぬのひろば)

持ち物…汗ふきタオル、水分、帽子 申込み…電話にて受付

【7月の休館日】4日、11日、17日、18日、25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

岡谷
—OKAYA—

【イベント】

★わくわくふれあいシルクサマーセミナー

お蚕さまの解剖や、第一線で活躍する研究者の先生からお話を聞くなど、夏休みの1日を、ドキドキワクワクしながらすごしませんか?

日時…7月29日(日) 午前9時～午後4時

対象…小中学生の親子 定員…20組

参加費…1組1,000円(材料費)

申込み…電話にて受付



★カイコふれあいデー

(申込み不要・参加無料)

昔ながらの養蚕道具を使って、カイコのお世話をしながら成長を観察します。1回のみ参加も可能です。

期間…春蚕の時期(7月29日まで)の毎週日曜日

時間…午前10時30分～11時30分

★館内ガイドツアー(土・日・祝日)

フランス式繰糸機復元機の実演も行います(第2土曜日)。

わくわく!

申込み・問合せ●☎23-3489(サンシハク)



来てね!

第3回 ecoポッポ(諏訪湖周グリーンセンター) ふれあいフェス 開催!!

グリーンセンター運営業務の報告会のほか、ecoポッポたんけんツアー(施設見学)や、豪華景品が当たる大抽選会など、子どもも大人も楽しめる催しが盛りだくさん。多くのみなさんのお越しをお待ちしています!

日時…7月8日(日) 午前9時30分～正午(受付:午前9時から)

場所…諏訪湖周グリーンセンター

(鳥居平やまびこ公園横)

申込み不要

参加無料



問合せ●湖周行政事務組合(内線1920・1443)

【イベント】

●運営業務報告会

●ステージ発表

●えこぼん記念撮影会

●ecoポッポたんけんツアー

●夏祭り! えんにちコーナー

●かき氷・あげぱん無料配布

●大抽選会 などなど

★豪華景品が当たるかも?

大抽選会開催!

★アンケートに答えてくれた

来場者先着300名に、

記念品をプレゼント!



*イラストはイメージです。