

広報

おかや

12

Dec. 2018 [No.1432]



特集

1. 第66回長野県統計グラフコンクール
2. 「Voice of AOHS (高校生まちづくり会議)」活動中!

今月の表紙

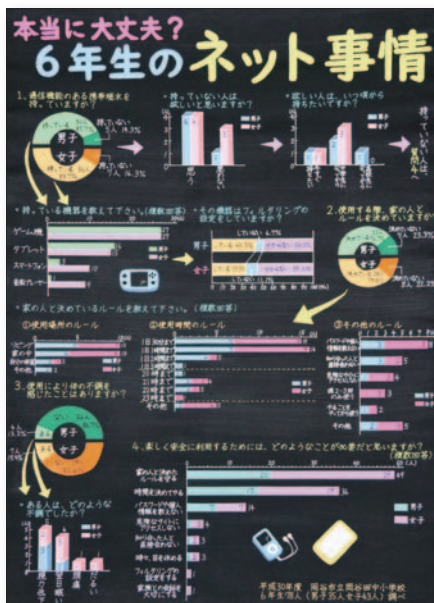
市内3高校・生徒有志の代表のみんなの真ん中には「AOHS (岡谷高校生同盟)」のロゴマーク。お互いの意見や発想に刺激を受けながら、協力して岡谷市のまちづくりを進めています!

特集1

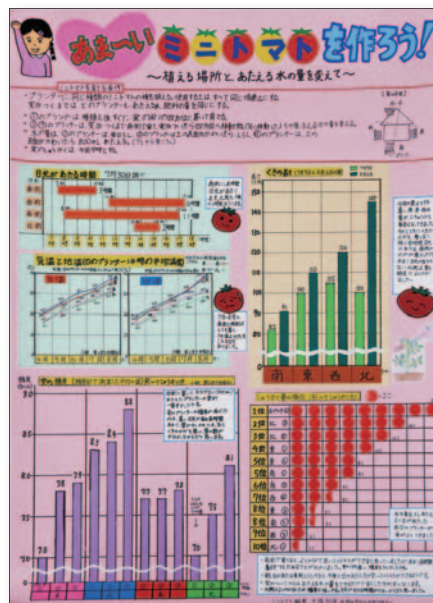
第66回 長野県統計グラフコンクール

おかやの子どもたちが知事賞を独占！

県では、統計グラフの作り方を学び、親しんでもらおうと、毎年「統計グラフコンクール」を開催しています。市主催のコンクールを経て出品され、オリジナリティあふれる作品が数多く集まるなか、今年度は小学生の3部門において、岡谷市の子どもたちが最高賞となる「長野県知事賞」を独占しました。受賞した3名と、そのほかの入賞したみなさんの作品を紹介します。



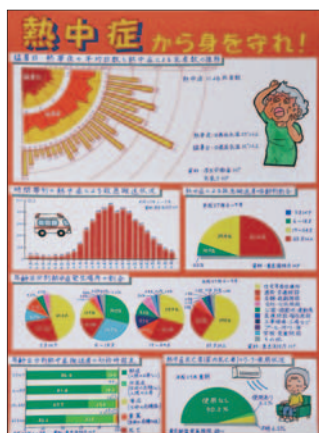
第3部(小学校5・6年生) 長野県知事賞
本当に大丈夫？
6年生のネット事情
岡谷中小小学校6年 真壁 啓太さん



第2部(小学校3・4年生) 長野県知事賞
あま〜いミニトマトを作ろう！
～植える場所と、あたえる水の量を変えて～
長地小学校4年 小平 真央さん



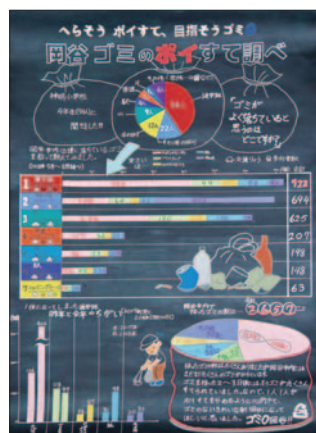
第1部(小学校1・2年生) 長野県知事賞
みんな知ってる？
日本とせかいのむかし話
神明小学校2年 信澤 卓実さん



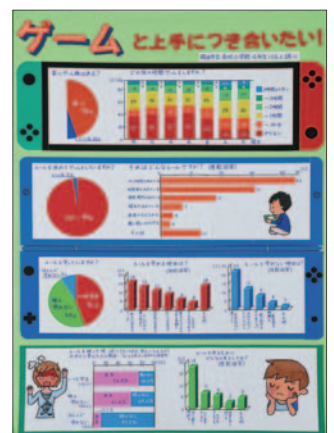
第3部 長野県統計協会長賞
熱中症から身を守れ！
長地小学校6年 増澤 嘉乃さん



第2部 努力賞
すべり台で比べてみました！
岡谷中小小学校4年 塩沢 旺祐さん



第2部 佳作
へらそう ポイすて、目指そうゴミ0
岡谷 ゴミのポイすて調べ
神明小学校4年 信澤 京介さん



第2部 長野日报社賞
ゲームと上手につき合いたい！
長地小学校4年 増澤 誠人さん

第1部 長野県知事賞受賞
信澤 卓実さん(神明小学校2年)



工夫した点は？

夏休みが始まる2か月前から、アンケートの内容を考えました。むかし話はいっぱいあって選びづらいので、日本と世界のおかし話を、10個ずつ選んで、みんなに○をつけてもらうように工夫しました。グラフ以外のところには、むかし話に出ていた絵を描いておもしろくしました。

受賞の感想は？

クラスの友だちから『新聞につてすこいね！』つていわれたので、本当にうれしかった。統計グラフのために、夏休み中にお出かけするときも本を読んだので、いろいろなお話を知ることができたし、みんなの好きなむかし話も知ることができたので、よかったです。

第2部 長野県知事賞受賞
小平 真央さん(長地小学校4年)



工夫した点は？

種から育てたので、4月からはじめました。グラフのバックを自分の好きなピンクにきれいにぬったり、トマトみたいな赤いシールを貼って、カラフルで目立つように工夫しました。今年の夏はとても暑かったので、南側の苗が途中で枯れそうになって大変でした。

受賞の感想は？

お兄ちゃんが4、5年生のとき、ミニトマトをテーマに統計グラフをやっていたので、わたしもやってみたらおもしろかった。先生が『賞がもらえて、すこいね』といってくれたので、うれしかった。統計グラフはおもしろいので、来年は別のテーマでやってみたいと思います。

第3部 長野県知事賞受賞
真壁 啓太さん(岡谷田中小学校6年)



工夫した点は？

どうしたらわかりやすいグラフになるかを考えて、アンケートの内容や質問の順番も工夫しました。グラフを作るときは、となり合うグラフが同じような色にならないように、目立つ配色を考え、文字は読みやすいようににいいに書いたので、仕上げて2週間以上かかりました。

受賞の感想は？

アンケートに協力してくれた、学校みんなや先生に感謝したいです。楽しく安全に使うために必要なことは何かを考え、ルールを決めて使用している人が、思ったよりも多いという結果が興味深かったです。僕もルールを守り、危険性を理解した上で使いたいと思います。



第3部 努力賞

元気に長生き!
健康寿命って知ってる?

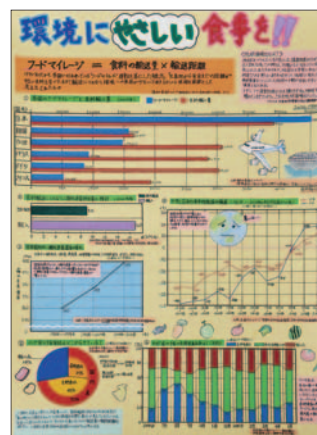
神明小学校5年 宮坂 宥吏さん



第3部 努力賞

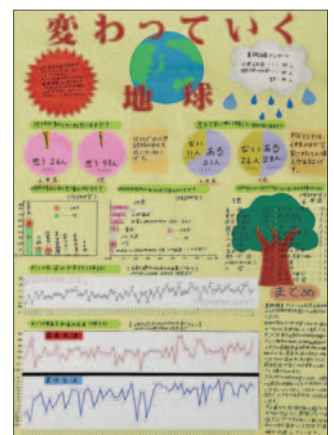
広がれ!! 禁煙エリア
～受動喫煙ゼロを目指して～

川岸小学校5年 三澤 凜さん



第3部 関東農政局長賞

環境にやさしい食事を!!
長地小学校6年 小平 晃大さん



第3部 長野県議会議員賞

変わっていく地球
神明小学校6年 横山 鼓さん

特集2

「Voice of AOHS (高校生まちづくり会議)」活動中！



いま、市内3高校に通う高校生有志たちが、岡谷市の将来に夢を描きながら「岡谷市を盛り上げるために何ができるのか」を考え、試行錯誤を重ねています。

“かたち”になることも大切だけれど、何より高校生のみなさんがアイデアを出し合って行動に移そうとしていること自体がスバラシイ！…ということで、この活動に取り組む姿をご覧ください。

【上のマーク】

AOHS※(岡谷高校生同盟)のロゴマーク。「O」の文字は中央部分を空けて岡谷市章の意味も持たせました。被災地支援を市内3校で行う際に岡谷工業高校情報技術科で考案したものを、この「高校生まちづくり会議」を機に、岡谷市章の部分がより目立つよう岡谷南高校の高林さんがアレンジして完成しました。



第5回 会議(11月2日)



第5回 会議(11月2日)



第3回 会議(8月30日)

「Voice of AOHS^{エーオーエイチエス}※(高校生まちづくり会議)」って？

岡谷市の呼びかけで集まった岡谷東高校、岡谷南高校、岡谷工業高校の生徒有志が主体的に進めるまちづくりプロジェクト。毎月1回ほど会議を開き、ご当地グルメ開発品の試食や見学なども行っています。

※AOHS=Alliance of Okaya Highschool Students(岡谷高校生同盟) 市内3校で協力して東日本大震災被災地への支援をする際、生徒会役員を中心につくったグループ。

さまざまな試みが進行中！

◆ご当地グルメ開発

- 1 岡谷の名物・うなぎに関するご当地グルメを、テンホウ・フーズや観光荘の協力を得ながら開発中。まずは、うなぎの骨のだし&蒲焼などのトッピングで「うなぎラーメン」を提案～試食。
- 2 コスト面などから現在は、うなぎのたれを使った「うなたれそば」を考案中。
- 3 「うなたれサンデー」(上の写真参照)は、うなぎのたれとアイスのハーモニーが塩キャラメルっぽい！販売を予定しています。



◆公園をきれいに楽しく！

- 1 人が集まり、市民が憩える公園にリノベーションするため、リサーチなどを実施。
- 2 毎冬、市職員有志が行っている蚕糸公園のイルミネーション設置に、アイデアを出すなど協力する予定。

◆SNSで発信

インスタグラムなどのSNSで情報を発信します。

3校の代表にお話をうかがいました。

Q1. この活動をしてみて感じたことは？

高校生の段階で、まちづくりに携われるのは光栄です。岡谷には精密や時計のイメージがありましたが、うなぎとか農作物とか工業以外の有名な産業についてもわかり、自分のプラスになりました。



岡谷工業高校2年
小林 駿さん

岡谷市在住ではないので知らなかったことも多くて、岡谷のうなぎが有名になった経緯など、岡谷について知ることができてよかったです。



岡谷南高校2年
中山 寛斗さん

「AOHS」で岡谷の魅力やいろいろな話を聞いて、みんなに知られてないことも多いな、と感じました。活動を通して、もっと魅力を伝えていきたいです。



岡谷南高校2年
高木 優人さん

この活動を通して、岡谷のさまざまなことを知ることができました。ほかの高校のメンバーといっしょに話し合うといろいろな発想や考え方が出てきて、毎回とても新鮮な体験をしています。



岡谷東高校2年
数原 由梨乃さん



第4回 会議+試食会(9月28日)



第4回 会議+試食会(9月28日)



第2回 会議(7月20日)

Q2. この活動によって、岡谷がどんなふうになっていくと良いと思いますか？

岡谷が「遊びに行く」まちの選択肢のひとつになれば、と思います。県内市町村でいちばん人口密度が高いのは岡谷市らしいので、さらに外からの人を集められる何か、場所でもお店でもグルメでも…があるといい。



小林さん

市外にも、岡谷のことを知っている人がもっと増えるといいと思います。学校でも「AOHS」メンバー以外は、この活動自体を知らない人がまだまだ多い…という感じです。



中山さん

「岡谷といえば〇〇だね」というような、何かひとつ象徴的なものがあるまちにしたい。自分たちみたいに若い世代が、岡谷の良さを伝えていければと考えています。



高木さん

県外に進学した若者とかに帰ってきてもらえるようなまちにしたいな、というのと、高校生が積極的にまちづくりに参加してる、携われるということも岡谷の印象のひとつになればいいな、と思っています。



数原さん

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

発症後120分の対応がカギ 心筋梗塞の治療と対策



Hospital
**ほすびた
ルポ 15**
Reportage

冬場は心筋梗塞の発症が増える季節といわれています。心筋梗塞は予防と早期対応がとても大切なので、症状や対策をしっかり理解しておきましょう。今回は、循環器内科の佐藤医師にお話をうかがいます。

心筋梗塞とはどんな疾病でしょうか。

心臓に栄養を送る冠動脈という血管が詰まり、詰まった先の心臓の筋肉が壊死してしまう疾病です。心機能が低下したり、発症2時間以内に突然死が起こりやすく、急性期の治療が重要になります。代表的な症状は、胸の圧迫感、息苦しさですが、人によっては胃の痛み、頸部や背中の痛みを感じることもあります。胸の痛みが10分以上続くようであればとくに注意が必要です。

心筋梗塞が冬場に増える理由は。

寒さで血管が収縮し、血圧が上昇します。一方で、暖かい屋内では血圧が低下します。これらの血圧変動で心臓に負荷がかかることがひとつです。また、冠動脈自体が寒さで収縮し、冠血流不全を引き起こすことも考えられます。

予防する方法は。

国立循環器病研究センターが「冬場の発症を抑えるための10項目」を提唱しています。一般の人向けのわかりやすいものなので参考にしてください。

高血圧の人、糖尿病の人、コレステロールの高い人タバコを吸う人、家族

に発症歴がある人などは注意が必要といわれていますね。とくに悪玉コレステロール（LDL）の値が高い人は冠動脈疾患との関わりがあるので、それをコントロールすることで予防につながります。

症状が出たらどうしたらいいですか。

心筋梗塞は、詰まった血管を早く流すことができればダメージが少ないといわれ、発症から120分が目安とされています。そのため、当院では365日、24時間、循環器内科の医師が対応できる体制をとっています。ですから、痛みが続くような場合は夜中でもお電話いただければと思います。

受診の際に気をつける点は。

できるだけ救急車で来ていただきたいですね。救急車であれば途中で発作が起きた場合の対応もできますし、病院と連携を取りながら搬送することができま。あとは、胸の痛みを感じる疾患はほかにもいろいろあるので、受診の際は、何をしているとき、何分くらい、どんなふうに痛かったかを教えていただけると、適切な検査を速やかに行うことができますね。

最後に診療で心がけていることを。

循環器疾患は、素早い対応がカギとなりますし、また、比較的高齢の人になりやすい病気なので、受診する患者さんには、できるだけその日のうちに

診断をつけて治療方針を提示するよう心がけています。

冬場に心筋梗塞を予防するための注意すべき10か条

- 1 冬場は脱衣室と浴室を暖かくしておく。
- 2 風呂の温度は38〜40度と低めに設定。熱い湯（42〜43度）は血圧が高くなり危険です。
- 3 入浴時間は短めに。
- 4 入浴前後にコップ1杯の水分を補給する。
- 5 高齢者や心臓病の人が入浴中は、家族が声を掛けチェック。
- 6 入浴前にアルコールは飲まない。
- 7 収縮期血圧が180mmHg以上、または拡張期血圧が110mmHg以上ある場合は入浴を控える。
- 8 早朝起床時はコップ1杯の水を補給する。睡眠時の発汗で血液が濃縮しています。
- 9 寒い野外に出るときは、防寒着、マフラー、帽子、手袋などを着用し、寒さを調整しましょう。
- 10 タバコを吸う人は禁煙をしましょう。

（出典：国立循環器病研究センターHPより）

今回は、整形外科 田中 医師にお話をうかがいます。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎233-8000

循環器内科 佐藤 俊夫 医師

信州大学医学部卒。信州大学医学部附属病院などを経て、平成28年4月に岡谷市民病院に着任。循環器内科医長。オンコール体制のため、休日でも病院から電話がかかってくることもあるが、家族といっしょにいられる時間が自分にとってのオフタイムであり、家族と過ごすことを大切にしていると話す。

「平成30年度 いじめ根絶子ども会議」を公開します!!

いじめをなくし、笑顔あふれる学校にするために、岡谷の子どもたち自らの力で推進している取り組みがあります。そのまとめの会として全11校の代表児童生徒が集まり、『いじめ根絶子ども会議』を開催。当日は、中学生を中心に会議の運営や進行を行います。会議は傍聴ができます。希望する人は会場へお越しください。子どもたちの思いを受けとめ、いじめに対する関心や理解を高める機会にしてみませんか。

日時…12月15日(土) 午後1時30分～3時35分

場所…諏訪湖ハイツ 2階 大会議室

内容…小・中学校の取組内容発表、意見交換、メッセージの確認など

※傍聴希望者多数の場合、会場の都合により入場を制限することもあります。



申込み不要



問合せ●教育総務課(内線1215)

「成人式の申込み」至急お願いします!



成人式の参加申し込みをされていない人は、至急、参加申込書(郵便はがき)をお送りください。なお、通知が届いていなかったり、はがきを紛失された場合は、お問い合わせください。

成人式日時…1月13日(日) 受付:午後1時～

記念行事:午後2時～ 式典:午後2時30分～

場所…カノラホール 大ホール

該当者…平成10年4月2日から平成11年4月1日までに生まれた人で、市内に在住の人、または、市内に親などが在住の人

問合せ●生涯学習課(内線1231・1232)

年末年始の業務案内

年末の市役所業務は12月28日(金)まで、年始は1月4日(金)からです。休業によりご迷惑をおかけしますが、施設ごと閉館日や時間が異なりますので、確認のうえお出かけください。各施設の閉館日は下表のとおりです。

休 …休み

施設名	電話番号	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)	31日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
市役所	23-4811				休	休	休	休	休	休		休
岡谷駅前出張所	21-7110				休	休	休	休	休	休		
岡谷市民病院	23-8000				休	休	休	休	休	休		
諏訪湖ハイツ	24-2290	※1			休	休	休	休 ※1	休	休		
ロマネット	27-6080			※2			※2	※2	※2		※2	
カノラホール	24-1300				休	休	休	休	休	休		
イルフ童画館	24-3319	休			休	休	休	休	休	休	休	休
岡谷美術考古館	22-5854	休			休	休	休	休	休	休		
岡谷蚕糸博物館 ※3	23-3489	休			休	休	休	休	休	休		
テクノプラザおかや	21-7000				休	休	休	休	休	休		
太鼓道場 鼓鳴館	22-6663		休		休	休	休	休	休	休		
勤労青少年ホーム・勤労会館	23-2201				休	休	休	休	休	休		
湖北火葬場 湖風苑	22-2014							休	休	休		
諏訪湖周グリーンセンター※4	78-1590					休	休	休	休	休		
カルチャーセンター	24-8404				休	休	休	休	休	休		
こどものくに	24-8403				休	休	休	休	休	休		
図書館	22-2031			休	休	休	休	休	休	休		
市民総合体育館	22-8800		休	休	休	休	休	休	休	休		
市宮庭球場	22-8800		休	休	休	休	休	休	休	休		
市民屋内水泳プール ※5	23-6820		休	休	休	休	休	休	休	休	休	休
やまびこ国際スケートセンター	24-5210	無休(29日・30日は午後5時～9時、31日は午前8時～午後5時、1日は午前10時～午後5時まで)										

※1 諏訪湖ハイツ:26日は研修施設のみ営業、1日は元旦朝風呂…午前6時30分～正午

※2 ロマネット:28日・4日は朝風呂休館で午後0時30分開館、31日は午後7時閉館、1日・2日は午後9時閉館(受付は閉館30分前まで)

※3 (株)宮坂製糸所は27日～9日まで休業

※4 ごみの受付は13ページ参照。お問い合わせは諏訪湖ハイトラスト(株)(☎78-1590)まで ※5 屋内水泳プールは10日まで休業

◎市道 冬季通行止のお知らせ◎

冬期間の事故防止のため、通行止を実施します。ご不便をおかけしますが、ご理解のうえ、ご協力ください。

閉鎖期間…12月28日(金) 午後4時

～平成31年3月29日(金) 午後2時

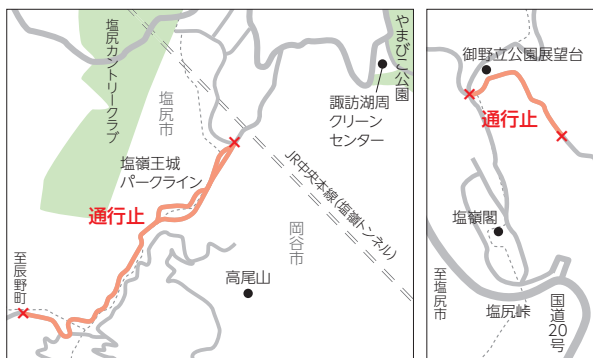
通行止となる道路…

●塩嶺王城パークライン(市道岡谷683・739号線)

●市道岡谷625号線

(塩嶺展望台～石船観音付近、旧中山道一部)

※28日以前でも、積雪があった場合は通行止とする場合があります。



問合せ●土木課(内線1318)

雪かきにご協力ください!

市は、シルキーバスの運行経路など幹線道路を中心に除雪を行っていますが、降雪時に、市がすべての市道を除雪することは不可能です。市民のみなさんの安全確保と道路通行のため、除雪路線になっていない道路の除雪にご協力ください。各自、自宅や事業所の雪かきと合わせて、地域の雪かきをよろしくお願いします。

❖水路や側溝に雪を捨てないでください!

水路や側溝に捨てられた雪は、水によって溶けるのではなく、凍りついて天然のダムとなり、水路や側溝があふれる原因ともなります。

❖ご自宅周辺や道路の雪かきにご協力を!

❖家の庭の雪を道路に出さないでください!

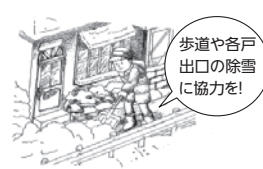
雪が融け切れなかったり気温が極度に低い場合、それが凍結の要因となり、スリップ事故を引き起こすことがあります。

【雪捨て場情報】※詳細は、来月号でご案内します。

①今井西公園 ②岡谷湖畔公園 ③川岸スポーツ広場

④湊四丁目(小田井信号機から1kmほど諏訪方面に移設)

※除雪に関する情報は、市ホームページ、防災行政無線、新聞などでも発信。タイムリーにお知らせします!



行政

仲間

環境

健康

♡ 12月3日～9日は「障害者週間」です ♡

障がい者福祉について関心と理解を深め、障がいのある人があらゆる分野の活動に積極的に参加できる社会づくりをめざします。事故や病気で、障がいはだれにでも生じうるもの。外見ではわからない不自由さを抱えている人もいます。だれもがいきいきと暮らせる社会のために、お互いの困っていることに気づき、身近なできることを考えてみましょう。

ヘルプマーク・ヘルプカード

●ヘルプマークとは

平成24年に東京都が作成し、全国的な統一マークとして今年7月から長野県でも導入。義足や人工関節の人、内部障がいや難病の人、また妊娠初期の人など、援助や配慮を必要としていることが外見からはわからない人がいます。そんな人が、周囲に配慮を必要としていることを知らせることで、援助が得やすくなるよう作成し、普及に取り組んでいます。

●ヘルプカードとは

諏訪地域障がい福祉自立支援協議会が作成し、6月から配付を開始。障がいや持病がある人のなかには、配慮や援助を必要としていることが外見からはわからない人がいます。そんな人が援助を得やすくなるよう、意思表示の形としてカードを携帯し、周囲の人に知らせやすくするものです。

配布対象(共通) …障がいのある人など、周囲から助けが必要ときに利用したい人(障害者手帳などの有無は不問)。詳しくはお問い合わせください。



カバンにつけられるストラップ式



折りたたみ式のカードです

障害者週間物品販売

障がいおよび障がいのある人への関心と理解を深める一環として、諏訪圏域の障がい者就労施設の展示と物品販売を行います。ぜひ、お越しください!!

日時…12月3日(月)～7日(金) 午前10時～午後2時

場所…岡谷市役所 1階ロビー

障害者差別解消法とは?

この法律は、障がいのある人への差別をなくすことで、障がいのある人もない人も共に生きる社会をつくることをめざし、平成28年4月からスタートしています。「障がいがあるという理由だけで差別をされた」、「差別的な発言をされた」など、いやなことや困ったことが起きた時には、市役所の相談窓口にご相談ください。



問合せ●社会福祉課(内線1252)

“水道設備は寒さが苦手” 冬期の管理は万全に!!

メーター周辺の除雪にご協力をお願いします!

雪や凍結によりメーターボックスが開けられないと、使用水量の確認ができません。メーターボックス周辺の雪かきをお願いするとともに、メーターボックスのうえには車や物を置かないようご協力をお願いします。上記の理由などで検針できない場合は、過去の使用実績を元に請求を行います。

冬の寒さから水道管を守りましょう!

水道管は寒さに弱いので、冬は凍結防止対策が必要です。気温が氷点下になると水道管が凍結して破裂するおそれがあります。適切な処置をして水道管を凍結から守りましょう。

【給水管の保温】

水道管や蛇口に凍結防止帯(凍結防止ヒーター)を巻いて保温しましょう。『コンセント差し込みを忘れずに!』

【建物内でも凍結に注意!!】

留守が長く続くと、家のなかも外気と同じくらい冷え込みます。外の配管を保温していても建物のなかで蛇口などが凍結により破裂し、水が出続けることで高額な請求となるケースが発生しています。不在となる場合は、不凍栓で止めて水抜き処理を行い、長期間使用しない場合には閉栓をご検討ください。

【水道管が破裂してしまったら】

不凍栓で水を止めて、すぐに「水道修理当番店」または市の指定工事業者へ連絡してください。
※当番店は、広報おかやのカレンダーやホームページに掲載されています。



名義変更・閉栓の手続きは水道課まで!

転居や相続による水道の利用者などの変更や、閉栓する場合は、所定の手続きが必要となります。電話でも手続き可能ですので、水道課料金担当までご連絡ください。

水道料金などの払い忘れはありませんか?

上下水道料金・下水道受益者負担金・開閉栓手数料などの支払いが滞っていない人は、支払いをお願いします。納付書による納付は、全国のコンビニエンスストアで、土・日・祝日や夜間も納めることができます。

納め忘れのない口座振替をご利用ください!

公共料金の口座振替は、金融機関やコンビニに行かずに納めることができます。手続きを希望する人は、水道課料金担当までご連絡ください。

問合せ●水道課(内線1417・1418)

市税等納税通知書送付用封筒の広告募集

税務課では、来年度の市県民税、固定資産税・都市計画税、国民健康保険税の納税通知書送付用封筒に掲載する有料広告を募集します。納税通知書は多くの人たちに届くため、ピンポイントで大きな宣伝効果が期待できます。

規格・数量…窓あき封筒(縦12cm×横23・5cm) 36,000枚
広告枠(縦6cm×横7cm) 3枠

掲載料…1枠 35,000円

封筒使用期間…平成31年4月から約1年間(なくなるまで)

応募方法…税務課備え付けの募集要項と申込書でご応募ください。ホームページからもダウンロードできます。

応募締切…12月14日(金)

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

問合せ●税務課(内線1135・1137)

Eメール zeimu@city.okaya.lg.jp

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。

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

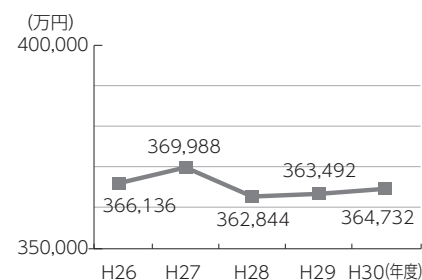
※広告の原稿は、自身で準備してください。

問合せ●社会福祉課(内線1256)

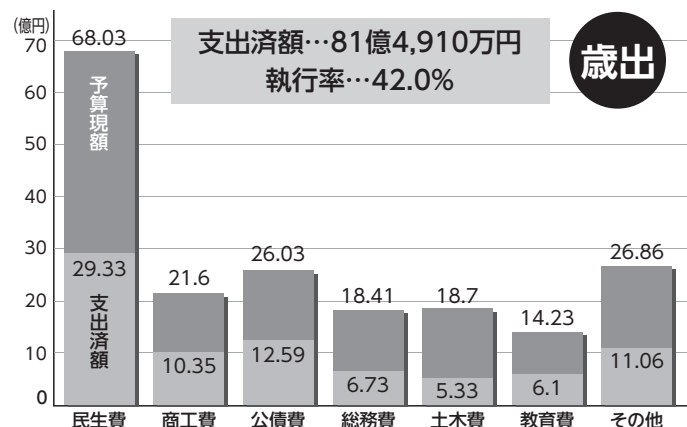
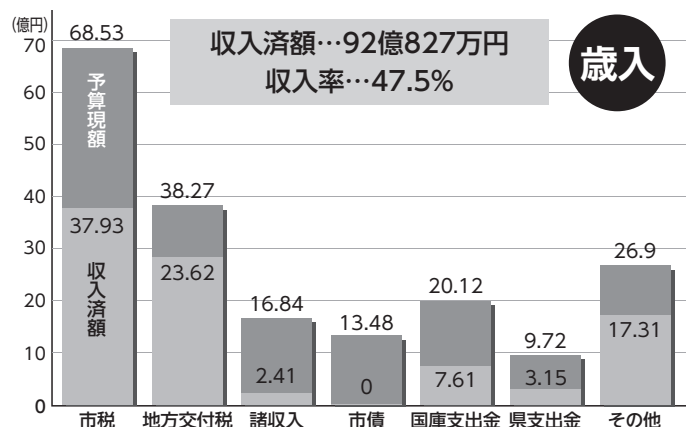
平成30年度上半期(平成30年9月30日現在) 市の財政状況をお知らせします

平成30年度の一般会計は、上半期に3回の補正を行い、予算額は約193億8,610万円となり、前年度同時期の予算額に比べると約3億5,788万円の減となっています。市税収入(右図)は、昨年度に比べ約1,240万円増の約36億4,732万円となっていますが、少子高齢化の進展に伴う生産年齢人口の減少などにより、引き続き大幅な税収の増は見込めない状況が予想されます。こうした状況を踏まえ、「岡谷市行財政改革3か年集中プラン」に基づき徹底した経費の節減を行うとともに、岡谷の創生をより加速させ、「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んでまいります。

●上半期市税収入額の推移



●一般会計執行状況 予算現額…193億8,610万円



●特別会計等執行状況

会計名	予算現額	収入額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険事業	46億9,920万円	23億7,464万円	50.5%	18億9,984万円	40.4%
地域開発事業	3億8,030万円	139万円	0.4%	3億2,583万円	85.7%
分収造林事業	1,190万円	298万円	25.0%	119万円	10.0%
霊園事業	4,230万円	8,797万円	208.0%	2,675万円	63.2%
温泉事業	3,910万円	2,267万円	58.0%	294万円	7.5%
後期高齢者医療事業	7億8,410万円	3億7,320万円	47.6%	3億6,963万円	47.1%
湊財産区一般会計	110万円	859万円	780.6%	7万円	6.4%
合 計	59億5,800万円	28億7,144万円	48.2%	26億2,625万円	44.1%

●企業会計執行状況

会計名		収 入		支 出	
		予算現額	収入済額	予算額	支出済額
水道事業	収益的収支	9億4,915万円	4億538万円	7億5,942万円	3億1,902万円
	資本的収支	2億473万円	0円	8億3,975万円	8,298万円
下水道事業	収益的収支	17億5,249万円	8億1,680万円	15億5,575万円	6億9,866万円
	資本的収支	6億8,221万円	158万円	13億5,482万円	4億1,385万円
病院事業	収益的収支	70億9,250万円	33億8,997万円	71億4,740万円	31億5,249万円
	資本的収支	4億8,502万円	132万円	7億6,270万円	1億9,470万円

問合せ●財政課(内線1531)

新年祝賀式を開催します

岡谷市新年祝賀式実行委員会では、「平成31年新年祝賀式」を開催します。

日時…1月4日(金) 午前11時～(午前10時開場)

場所…カノラホール 会費…500円

申込み…12月1日(土)～14日(金)の受付期間中に申込書に会費を添えてお申し込みください。

受付場所…市役所・各支所ほか(詳しくはお問い合わせください)

※申込書は各受付場所に設置してあります。また、岡谷市ホームページからもダウンロードできます。



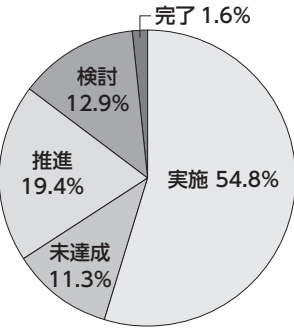
問合せ●秘書広報課(内線1512)

行財政改革3か年集中プラン 取組状況

1. 岡谷市行財政改革3か年集中プランの概要

計画期間：平成28年度～平成30年度

将来を見すえた効率的で効果的な行政運営のため、平成30年度末のプラン目標達成に向け、一層の行財政改革を推進しています。



実施状況

	実施計画	実施状況
取組項目	62	62
完了	0	1
実施 (うち未達成)	41	41 (7)
推進	13	12
検討	8	8
進捗率	-	75.8%

2. 平成29年度の取組状況について

「新時代を切り拓くための行財政改革集中期間」の2年目として、行財政改革の取組を推進しました。なお、取組状況の概要は下表のとおりです。詳細は、市ホームページにて公表しています。

取組効果額

重点改革項目	効果額
歳入確保への取組	2億7,738万1,000円
歳出の削減への不断の取組	1億7,113万2,000円
公共施設等総合管理計画の推進	2,058万2,000円
組織の活性化と人材育成の推進	2,407万3,000円

問合せ●企画課(内線1527)

平成30年度 岡谷市職員採用試験のご案内 (平成31年4月1日より採用予定)

試験区分		採用人員	受験資格
職種	区分		
① 一般事務 (社会福祉士)	上級	1名	昭和58年4月2日以降の生まれで、大学または大学院を卒業しており、社会福祉士資格を有する人
	中級		昭和58年4月2日以降の生まれで、短大または2年制の専門学校などを卒業しており、社会福祉士資格を有する人
	実務経験者		昭和49年4月2日以降の生まれで、社会福祉士資格を有し、1つの官公庁・民間企業などで、正社員として社会福祉士の資格を要する職務の経験が3年以上ある人
② 保育士 (任期付職員)	中級	若干名	昭和43年4月2日以降の生まれで、保育士資格を有する人(平成31年3月同資格取得見込み含む)

第1次試験日等…

- ①：書類選考(応募書類として提出)
- ②：平成31年1月10日(木)

受付期間…11月26日(月)～12月25日(火)の午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日は除く)

※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。(2～3年)

※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。

問合せ●総務課(内線1554～1556)・FAX 24-0689

70歳以上限定

定額・乗り放題の新たなタクシーサービス「ジェロンタクシー」

自宅と、あらかじめ登録した2か所の目的地(いつもの買い物店・利用駅・かかりつけ医療機関)のあいだを、1か月間、定額で乗り放題できる「ジェロンタクシー」定期券を、期間限定で販売します。※JTBの旅行商品として販売

募集期間・利用開始日(定期券は利用開始日から1か月間有効)

第1期：12月15日まで 第2期：1月10日～3月31日

募集人員…各期50名(先着順)

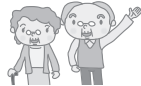
対象…70歳以上で諏訪市・岡谷市・茅野市・下諏訪町に在住の携帯電話をお持ちの人(配車依頼や本人確認に必要)

定期券代金…15,000円～(距離に応じて金額が決まります)

配車受付時間…午前9時30分～午後4時30分(無休)

●利用の際は、乗車の20分程度前に、JTBコールセンターにお電話ください。(前日予約は不可)

申込み…JTBコールセンターにお電話ください。



①1か月の定期券代金の確認

自宅住所と指定目的地(買い物店・駅・医療機関のうち2か所)をお知らせください。1か月の代金をお調べします。

②必要事項確認

利用開始日・氏名など必要事項をおさします。

③定期券の受け取り方法を確認

クレジットカードまたは銀行振り込みで、代金をお支払いください。定期券を自宅に郵送します。

詳しくは、お問い合わせください。

申込み・問合せ●JTBコールセンター ☎050-3851-2397 ホームページ <http://www.taxisite.jp/geron/>

年金相談・手続きの際は 予約相談をご利用ください



岡谷年金事務所では、年金相談や年金請求手続きについて、「事前予約」を行っています。

【予約相談のメリット】

- ①ご都合にあわせて、スムーズに相談できます。
- ②相談内容に適したスタッフが事前に準備のうえ、ていねいに対応します。

【予約相談の実施時間帯】 ※祝日の場合は翌営業日

月曜日：午前8時30分～午後6時

火～金曜日：午前8時30分～午後4時

第2土曜日：午前9時30分～午後3時

【予約方法】

全国共通の予約専用受付電話「0570-05-4890」か、岡谷年金事務所（窓口または電話）にお申し込みください。

※希望日の1か月前から前日まで受け付けています。

※申し込みの際は、基礎年金番号のわかるもの（年金手帳や年金証書など）をご用意ください。

★その他、不明な点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

問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

家庭からの^{りさい}罹災ごみの搬入について

火災や自然災害により生じた一般家庭からの廃棄物を、諏訪湖周クリーンセンターに搬入する際は、事前の申請が必要となります。諏訪広域消防本部より発行される「罹災証明書」を持参のうえ、市民環境課へご相談ください。

なお、持ち込めるごみは、市で定める「燃やすごみ」に限りますので、ご注意ください。

問合せ●市民環境課（内線1144）

湖周行政事務組合（内線1442）

12月は滞納整理強化月間です

税金滞納はルール違反です!!

わたしたちの安全・安心な生活を支える市税収入は、昨今の社会情勢を反映し、減少傾向にあります。市は、少しでも多くの税収確保を重点課題とし、行政サービスの受益と負担の公平性を確保する観点から、納税意識の高揚と収納率の向上をめざした取り組みを行っています。

■税金は納期限内自主納付が原則

実際には、納期限を過ぎても税金を納めない人が存在し、その滞納が市の財政を圧迫する大きな要因となっています。

■税金の滞納状況

平成29年度末の滞納額は約2億6千万円。本来は、行政サービスとして、市民のみなさんに還元されるべき財源です。

■滞納への対応策

督促状や催告書などにより納付の催告を行いますが、それでもなお納付されない場合は、法の規定による財産調査を実施し、財産の差押を行い、換価して滞納税へ充当します。平成29年度は、392件の差押などを実施し、約3,870万円を徴収しました。

	平成29年度	平成28年度	平成27年度
不動産	15件	26件	36件
預貯金	305件	245件	210件
給与	31件	38件	33件
その他	41件	57件	34件
合計	392件	366件	313件

■納税が困難なときはご相談ください

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

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

問合せ●税務課（内線1138）

入居者募集

市内マンションと店舗の入居者を募集します。見学できますので、お問い合わせください。

建物名…ララオカヤマンション303号室

場所…中央町一丁目1番1号

（岡谷駅から徒歩1分）

建物構造…鉄筋コンクリート造5階建

建築年…昭和59年（築34年）

床面積…62.68㎡

賃貸借料…月額50,000円（敷金礼金なし）

設備…風呂・トイレ・給湯器



建物名…中央町三丁目店舗D・E号室（一体利用）

場所…中央町三丁目1番23号

建物構造…鉄骨造2階建

建築年…昭和56年（築37年）

床面積…61.81㎡

（D号室40.29㎡ E号室21.52㎡）

賃貸借料…月額36,000円（敷金礼金なし）

設備…トイレ・給湯器



問合せ●財政課（内線1563）

年末年始のごみの収集・持ち込み受付について

【受付時間】

- 諏訪湖周グリーンセンター
…月～金曜日：午前8時30分～午後4時
土曜日：午前8時30分～正午
- (株)アイ・コーポレーション(神明町4-10-1)
…午前9時～午後4時

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

第3次岡谷市環境基本計画の推進

12月の重点目標《地球環境の保全》

かけがえのない

地球環境を守るまち

12月は地球温暖化防止月間です

もぐどん



地球環境を守るために、低炭素社会への転換が強く求められています。必要以上のアイドリリングは止め、エコドライブを心がけましょう。また、エネルギーの効率利用の推進など、市民、事業者、行政が連携して温室効果ガスの排出削減など、温暖化対策を重要課題としてとらえ、取り組む必要があります。

◎市民のみなさん

●家庭での省エネルギーを心がけた生活の実施

- ・エネルギー需要が高まる時期、エネルギーを使う時間が集中しないように、時間帯をずらす(ピークシフト)、エネルギー効率の良い機器や電気以外のエネルギー源を使用する(エネルギーエンジン)など、利用方法の見直しをしましょう。

◎事業所のみなさん

●省エネルギー化の仕組みの構築と事業所運営の実践

- ・ノーマイカーデーを設定し、二酸化炭素排出量削減のための行動を実践しましょう。

- ・自動車の運転に



際しては、アイドリグストッブやエコドライブに心がけましょう。

おやか環境かるた



へっちゃらさ 寒い季節も
なんのその



ごみの自家処理のうち、**野焼きは法律で禁止されています**。少量の落ち葉たき(ビニールや紙くずは禁止)や、農家での稲わらの焼却などは例外として認められていますが、これらの場合でも時間帯や風向きに注意して、近隣の迷惑にならないよう十分配慮しましょう。

水質汚濁事故を防止しましょう!

河川の水は、水道水や農業用水など幅広く利用されているため、水質汚濁事故が発生すると、多くの人の生活に影響を与え、動植物にも被害を及ぼすおそれがあります。水質汚濁事故を起こさないよう十分注意し、豊かな水環境の保全にご協力ください。

水質汚濁事故を起こしたら・見つけたら

油や農薬などを流出させてしまったり、流れているのを発見したら、すぐにご連絡ください。

連絡先

- 環境保全に関する関係機関
岡谷市市民環境課……☎23-4811(内線1142・1143)
県諏訪地域振興局環境課……☎57-2952
県環境部水大気環境課……☎026-235-7162
- 危険物(灯油など)に関する関係機関
岡谷消防署……☎22-0119
- 河川の管理者
県諏訪建設事務所維持管理課……☎57-2935

残さず食べよう! 30・10運動

さんまる いちまる

もったいない! 食べられるのに捨てられる
「食べ残し」を減らそう

12月・1月には、忘年会や新年会など宴会の機会が多くなります。

「30・10(さんまる・いちまる)運動」は、宴会が始まった最初の30分間と最後の10分間は自分の席について料理を楽しみ、食べ残しを減らそうという運動です。(食べ残しを減らそう県民運動～e-プロジェクト～)

「食べ物を大切に」「作ってくれた人に感謝する」という意識をもち、「食べ残しゼロ」をめざしましょう。飲食店などのみなさんもお協力ください。

もったいないかいじゅう「もぐどん」



以上問合せ●市民環境課(内線1142・1143)

平成30年度 介護予防講演会



「私たちの街で最期まで」

～看取りを支える在宅医療と介護～

講師…医療法人 アスムス 太田 秀樹さん

奈良県奈良市生まれ。医学博士。現在「機能強化型在宅療養支援診療所」にて、24時間×365日の在宅ケアサービスを展開。

期日…12月22日(土)

時間…午後1時30分～3時(1時開場)

場所…カノラホール 小ホール

主催…岡谷市地域包括支援センター

共催…岡谷市ケアマネジメント研究部会

人生の終わりが近づいた時、どのように過ごしたいですか？住み慣れた地域で、自分らしく生活を送ることができるよう、「看取り」や「在宅医療」についてお話しいただきます。どなたでも参加できます。ぜひ、お越しください。

参加無料
申込み不要

手話通訳
要約筆記あり

問合せ●介護福祉課(内線1276)・☎23-2336(直通)

◎◎◎◎◎◎◎◎ お酒はおいしく楽しく飲みましょう ◎◎◎◎◎◎◎◎



年末年始はお酒を飲む機会の多い時期です。適度な飲酒は善玉コレステロールを増やし、動脈硬化を防ぐ効果があるといわれていますが、飲みすぎると胃腸や肝臓ばかりでなく、糖尿病、脂質異常、痛風などの生活習慣病を引き起こします。また、毎日飲んでいると酒量が増えてアルコール依存症のリスクを高めるため、ストレス発散のお酒や寝酒は避けましょう。

〈一日の飲酒量の目安〉 ※1日平均純アルコール量約20g程度



アルコール度数15度
日本酒180ml(1合)



アルコール度数5度
ビール500ml(中びん1本)



アルコール度数25度
焼酎110ml(0.6合)

※女性や高齢者はアルコール分解速度が遅いため、飲酒量を控えることをおすすめします。
(厚生労働省「健康日本21」より)

〈体に負担をかけない飲み方をしましょう〉

- 休肝日は週に連続して2日
- 就寝2時間前までに切り上げる
- お酒と交互に水やお茶を飲む
- 強いお酒は割って飲む
- つまみを食べながら飲む

※脂っこいものや味の濃いものはなるべく避ける



問合せ●健康推進課(内線1193)

12月の図書館情報

絵本の読み聞かせ、語り、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。おはなしの世界をいっしょに楽しみたいよう♪

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時：12月18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：12月1日・8日・15日の土曜日

午前11時～(20分程度)

☆日曜日のちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時：12月9日(日) 午前11時～(30分程度)

☆クリスマス特集おはなしの森

日時：12月22日(土) 午後1時30分～(50分程度)

内容：クリスマスの絵本の読み聞かせなど

※会場はいつでも2階会議室です。

◎12月の休館日：3日・10日・17日・25日・

28日・31日

今月のテーマブック「クリスマス」

◆パディントンのクリスマス

マイケル・ボンダさく／R・W・アリー

木坂涼やく／理論社



もうすぐクリスマスです。デパートでわくわくのイベントがあることを知り、ブラウン家のみんなとでかけることにしました。どんな一日になるのかな？

12月16日(毎月第3日曜日)は

「うちでエ」読の日

問合せ●岡谷図書館 ☎22-2031

健康ひと回メロ

No.494

乳がん検診を受けましょう!!

先進国のなかで乳

がん死亡率が増えて
いるのは日本だけで
すが、それは乳がん検診率の差によるものとされていま
す。欧米先進国の検診率は70%以
上なのに対し、日本では2016年
でもわずか44.9%(40〜69才)です。わが国の、2016年の女性の
乳がん死亡者数は1万4000人
を超え、女性のがん死亡者数全体
の約9%を占めます。また、
2014年の女性乳がん罹患数は
7万6257例で、これは女性のが
ん罹患数全体の約20%にも上る大
きな割合を占めます。今や乳がんは11人に1人がかか
る身近な病気となりました。しか
し、自分で発見できる唯一のがんで
もあります。発見には月1回の自
己検診が有効です。月経終了1週
間後(閉経している人は自分で定期
的に)、以下の方法で自己検診して
みてください。①両手を頭の後ろで組み、乳房の
色や形をよく見る。②乳房やわきの下を4本の指で
「の」の字を書くように触れる。

③乳頭を軽くつまんで異常分泌が

出ないか調べる。

④仰向けに寝て乳房を触って異常
がないかチェック。以上の検診で何かおかしいと感
じたら、乳腺外科か産婦人科を受
診してください。岡谷市では、30歳以上の人には
年に1回の視触診+超音波の検診
を、40歳以上の人には2年に1回の
マンモグラフィー検診を行っていま
す。自己検診の方法がわからない
人は、市の乳がん検診の際に指導
がありますので、まずは視触診+
超音波を受けてみてください。日本人の乳がんは、外国と比べ
て比較的若年者が多いといわれてい
ます。そこで疑われるのは「遺伝性
乳がん卵巣がん症候群(HBOC)」
とよばれる、BRCA遺伝子の変
異による乳がん・卵巣がんをはじめ
とするがんになりやすい遺伝性の
病気です。常染色体優性遺伝形式
で、がん全体の7〜10%を占め、
海外では卵巣がんの15%にBRCA
遺伝子の変異を認めたという報告
もあります。男性でも乳がんや前
立腺がんのリスクがあります。
自分がHBOCの可能性がある
かは、以下の項目にチェックを入れ

て調べられます。

「かたんちチェック」

母方、父方それぞれの家系につい
て、あなた自身を含めたご家族の
なかに該当する人がいたら、□に
チェックを入れてください。□40歳未満で乳がんを発症した人
がいる。□年齢を問わず卵巣がん(卵管が
ん・腹膜がん含む)の人がいる。□ひとり、時期を問わず原発性
乳がんを2個以上発症した人が
いる。□男性で、乳がんを発症した人が
いる。□乳がんを発症した人が、3人以
上いる。□トリプルネガティブ乳がんといわ
れた人がいる。□BRCA遺伝子の変異が確認さ
れた人がいる。以上の質問に1つでも該当すれ
ば、あなたは「遺伝性乳がん卵巣
がん症候群」である可能性が一般よ
り高いと思われます。該当した場
合や心配があるときは、早期発見
できるよう20歳代からの自己検診
と超音波の検査が有効です。

(医師会)

高齢者のインフルエンザ予防接種の実施期間を、1月31日(木)まで延長します!

対象…①65歳以上(昭和28年12月25日以前生まれ)で接種
を希望する人※昭和28年12月26日以降に生まれた人は、今回の期
間延長の対象にはなりませんので、ご注意ください。②60歳〜64歳(昭和28年12月26日から昭和33年
12月25日までの生まれ)で、心臓・腎臓・呼吸器
またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障
がいがあるとして厚生労働省令で定める人で、接
種を希望する人(身体障害者手帳1級相当)接種方法…必ず事前に希望する医療機関に電話などで予約
し、接種を受けてください(休診日を除く)。

自己負担金…1,000円

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

接種後に無料券の発行はできませんのでご注意ください。

※生活保護世帯に属する①の人は、社会福祉課から事前
に無料券を送付済みです。②の人はご相談ください。

接種時の持ち物…保険証、自己負担金または無料券

☆ワクチンの不足により、接種できない場合もあります。

☆詳しくはお問い合わせください。

問合せ●健康推進課(内線1182)

相 相談 乳幼児健診
 予防接種 子育て学習

金

土

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

水道建設(株)
☎ 23-2662

株浜パイピング
☎ 23-6885

株上條電設工業
☎ 23-5330

株イワナミ
☎ 22-2222

株オスガ設備
☎ 27-6622

株アイテック
☎ 23-8500

株杉村設備
☎ 27-8632

株信和設備
☎ 22-3302

アポロ歯科医院
☎ 23-8100

株総設工業
☎ 28-8504

今月の納税

◎固定資産税・都市計画税 第3期

◎国民健康保険税 第9期

納期限…12月25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)

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	12日(水)午前9時～正午 巡回相談(長地支所)
無料法律相談 [予約制]	18日(火)午後1時～5時 問合せ: 社会福祉課 (内線1254) 相談員: 五味弘行 弁護士 ※1月分予約: 12月19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]	19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 ※28日(金)は閉室 専門カウンセラー(臨床心理士)相談[予約制] 12日(水)午後1時～7時(1人50分) 会場: 諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206
女性のための相談 [予約制]	18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)	18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	12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

相談日	時 間	場 所	連絡先
火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協 ☎ 24-2121
第1・3土曜日	午前10時～午後4時		諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290(内線3112) (080-5143-3202)
第2・4木曜日	午後6時～9時		

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中

3回目▶12月14日(金) 午後7時～8時30分

産後のメンタルヘルス、お風呂の入れ方など

※1月11日(金) から新しいクールが始まります。

女性のための健康相談 [予約制]

12月12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)



日	月	火	水	木
●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。		●水道修理工当番店 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／午後 1 時～2 時 10 分（1 時 30 分から診察開始） 場 所／保健センター 持 ち 物／母子健康手帳・予診票 ◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談に関するお問い合わせは ― 健康推進課 23-6141（直通）まで		
2 ☒ 祐愛病院 ☎ 23-0222 ☒ さつき歯科医院 ☎ 27-5858 ☒ しなの調剤薬局 ☎ 75-5993 ☒ 旭設備(株) ☎ 23-3764	3 ☒ (株)アイテック ☎ 23-8500	4 ☒ BCG (30年6月生) ☒ (有)三善工業 ☒ 杉村設備(株) ☎ 27-8632	5 ☒ 1 歳 6 か月児健診 (29年5月生) 受付午後 1 時～1 時 20 分 ☒ (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	☒ 日本脳炎 (27年11月生:1 回目) 29年12月までに2 回目を終了し ☒ 2 歳児にこにこ教室 (28年11月生) 受付午前 9 時 15 分～9 時 30 分 ☒ (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365
9 ☒ 諏訪共立病院 ☎ 28-2012 ☒ たちばな歯科医院 ☎ 22-1228 ☒ ひまわり薬局 ☎ 26-7226 ☒ 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	10 ☒ 相 育児相談・母乳相談 受付午前 9 時 30 分～11 時 ☒ 信和設備(株) ☎ 22-3302	11 ☒ 四種混合 (生後3か月から) 29年11月までに3 回目を終了した人を含む (西堀・長地地区) ☒ (株)総設工業 ☎ 28-8504	12 ☒ 3 歳児健診 (27年11月生) 受付午後 1 時～1 時 20 分 ☒ (有)三善工業 ☎ 23-3446	13 ☒ (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197
16 ☒ 小口医院(耳鼻咽喉科) ☎ 22-3068 ☒ 笠原歯科医院 ☎ 22-2837 ☒ コスモファーマ岡谷薬局 ☎ 78-8023 ☒ 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	17 ☒ (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	18 ☒ 四種混合 (生後3か月から) 29年11月までに3 回目を終了した人を含む (西堀・長地地区以外) ☒ 十和設備(株) ☎ 24-0182	19 ☒ 3～4 か月児健診 (30年8月生) 受付午後 1 時～1 時 20 分 ☒ 水道建設(株) ☎ 23-2662	20 ☒ 日本脳炎 (27年11月生:2 回目) 29年12月までに2 回目を終了し ☒ 旭設備(株) ☎ 23-3764
23 ☒ よねやま内科クリニック ☎ 22-8863 ☒ はつお歯科クリニック ☎ 23-8345 ☒ 矢崎薬局 ☎ 23-7125 ☒ (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	24 ☒ 市瀬医院 ☎ 26-1717 ☒ あさひ中央台歯科診療所 ☎ 26-1414 ☒ かえで薬局 ☎ 26-1929 ☒ (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	25 ☒ 相 育児相談・母乳相談 受付午前 9 時 30 分～11 時 ☒ (株)浜パイピング ☎ 23-6885	26 ☒ 9～10 か月児健診 (30年2月生) 受付午後 1 時～1 時 20 分 ☒ (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	27 ☒ 離乳食教室〈ごっくん教室〉 (30年7月～8月生) 受付午前 9 時 30 分～10 時 ☒ 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642
30 ☒ 牛山医院 ☎ 78-1192 ☒ 三輪歯科医院 ☎ 27-3084 ☒ マツモトキョシレイクワーク岡谷店 ☎ 21-1080 ☒ (有)三善工業 ☎ 23-3446	31 ☒ 林内科・循環器科クリニック ☎ 26-8100 ☒ 諏訪共立病院 ☎ 28-2012 ☒ 下島歯科医院 ☎ 28-0333 ☒ 御子柴薬局 ☎ 27-7056 ☒ ひまわり薬局 ☎ 26-7226 ☒ (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	◆乳幼児健診等 場 所／保健センター 持 ち 物／母子健康手帳・おたずね用紙（全てに共通） ※ 3～4 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） ※ 2 歳児にこにこ教室:歯ブラシ・コップ・タオル ※ 3 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きてください。 ◆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。		

ボランティア祭りを開催しました！

10月13日（土）に第15回ふれあい祭り & ボランティア祭りを諏訪湖ハイツにて開催し、大勢のみなさんに参加していただきました。

ふれあい祭りは、障がい者のみなさんと市民のみなさんのふれあいを、ボランティア祭りは、ボランティアについて理解・参加していただくことを目的としています。

毎年恒例の“お昼のカレーライス”も大盛況！

地区社協や団体ボランティア、個人ボランティアの皆さんに、輪投げ、パターゴルフ、空き缶積みなど様々なゲームや企画にご協力いただき、ご来場いただいた方と交流を通じて、皆さん笑顔で楽しめました！

ボランティア団体発表 (コンベンションホール)

・朗読の会 まどか
朗読『木にとまりたかった木のはなし』



視覚障がい者を対象とした広報おかの音訳活動をしています。

今回は、『木にとまりたかった木のはなし』黒柳徹子（著）武井武雄（絵）の朗読をしてくださいました。

・岡谷手話サークル
手話劇『共に生きるために』



聴覚障がい者自身が体験した経験を、劇にしました。

手話で歌「ふるさと」を参加者全員で歌いました。

CONTENTS

ふれあい祭り & ボランティア祭りを開催しました	18・19
岡谷市共同募金委員会にお寄せいただき 義援金と支援金について	19
岡谷市障害者福祉推進実行委員会事業の 福祉バザーについて	19
まゆっこサポート家事援助 協力会員募集	20

特設ステージ発表団体のご紹介（ふれあい広場）

こきょうりゅう
湖響龍夢

～太鼓の演奏～



菊間流舞踊研究所

～華麗な舞を披露～



諏訪どんどん太鼓

～太鼓の演奏～



阿波踊り諏訪湖連

～踊らにゃ損々！
皆で阿波踊りを踊ろう～



パレオ・フラサークル

～フラダンス披露～



SKD（さあらび介護看護ダンスチーム）

～ダンス披露～



スローガン

みんなで築く
みんなの福祉
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

FAX 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

第15回 ふれあい祭り &

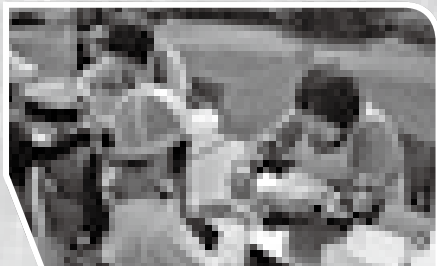
施設・団体による作品等販売



ご協力いただいた団体様

- エコファおかや
- 希望の里つばさ
- ひだまりの家
- ソレイユ
- 諏訪湖畔病院コスモス会
- はたらっき

楽しい出店コーナー



13の楽しめるブースを用意しました。子どもから大人まで、みんなで交流を深めました。

岡谷市共同募金委員会に お寄せいただいた義援金と支援金について

平成 30 年 4 月から 10 月まで

○ 義 援 金

- ・平成 30 年北海道胆振東部地震災害義援金 12,100 円 KODOMOふくしクラブ
- ・平成 30 年 7 月西日本豪雨災害義援金 350,124 円
- 内訳 岡谷市高齢者クラブ連合会 200,000 円
- 上浜区 50,909 円
- 諏訪湖ハイツ募金 70,541 円
- 社会福祉大会 28,674 円
- ・熊本地震義援金 38,655 円
- 諏訪湖ハイツ 5 月 5 日半額チャリティ入浴寄付金
- ・米原市竜巻災害義援金 4,526 円 諏訪湖ハイツ募金箱
- ・大阪府北部地震義援金 10,086 円 諏訪湖ハイツ募金箱

○ 支 援 金

- ・平成 30 年 7 月豪雨災害 ボランティア・NPO 活動サポート募金(ボラサポ) 40,440 円
- 諏訪湖ハイツ 9 月 17 日半額チャリティ入浴寄付金



KODOMO ふくし クラ ブ は、ふれあい祭り & ボランティア祭りにおいて使用済切手を使用した缶バッジを作成し販売しました。売上金の 12,100 円を全額、岡谷市共同募金委員会を通じ北海道胆振東部地震災害義援金に寄付しました。

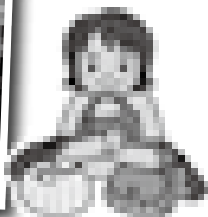
岡谷市障害者福祉推進実行委員会事業の 福祉バザーについて

10月27日(土) 諏訪湖ハイツで、開催しました。
多くのみなさまにご来場いただきました。

売上金は **386,585 円** でした。

売上金は、障がい者団体への助成や基金への積み立てなど、障がい者福祉のために有効に活用させていただきます。

開催にあたり、市民の皆様からたくさんの善意の品物をご提供いただきました。準備や販売では品物の陳列等に地域の皆様またボランティアの皆様、団体様にご協力頂きました。ありがとうございました。



お掃除
くらい
なら...

お買い物
くらい
なら...

話し相手
くらい
なら...

空いた時間にお手伝いできる！
という方大歓迎！

まゆっこサポート家事援助 協力会員募集

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

★サービス内容・・・住居の掃除・話し相手・生活必需品の買い物等

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

＊交通費は1kmあたり20円

♡協力会員・・・＊報酬として、1時間600円+交通費をお支払いします。

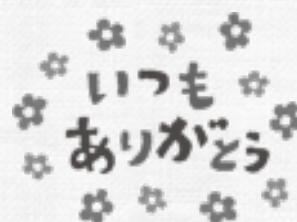
＊安心して活動ができるよう、事故に備えて補償保険に加入しています。

利用会員は、こんなことで困っています

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



夫は免許を返還して、買い物へ行くことができない。食料を買ってきてほしい。



協力会員（お手伝いされている方）の声

毎日、家にいるだけだから、困っている人がいるならやってあげたい。

自分も助けてほしい時がくる。お互い様。



人生勉強になる。
今後に活かせる機会もある。

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



地域での支え合い・家事援助活動についての講座開催！

地域活動いとぐち教室「空いた時間でできる！ 助け合い活動」

まゆっこサポートの家事援助での活動内容・現在の岡谷市の状況、地域での支え合いの必要性・活動者から聞くやりがい等々のお話をさせていただきます。ご興味ある方のご参加お待ちしております。

日 時：12月11日（火） 10：00～11：30 場 所：諏訪湖ハイツ 202研修室
お申し込み：イルフプラザ3階 カルチャーセンター TEL 24-8404

やってみませんか？

お問い合わせ・ご登録

岡谷市社会福祉協議会

電話番号 24-2121



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…12月13日(木)

※詳しくは館内掲示板をご覧ください。

★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♪



★毎週土曜日はファミリーデー



子ども(3歳～小学生)連れのご家族は、全員入浴料が割引に♪ぜひ、ご家族でお越しください！(29日は対象外です)

★食事処やまびこ 今月のおすすめ

12月のおすすめは、とり唐揚げ南蛮 870円です！温かけそばで体もポカポカ♪この機会に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。

★ロビーフリマ 期日…12月22日(土)・23日(日・祝)

雑貨や手作り品を格安に販売！

★クリスマス特別企画！12月23日(日・祝)・24日(月・振休)

来館の3歳から小学生の子どもさんに、ささやかなプレゼントを用意しました。みんな喜んでくれるかな？



●年末年始期間のお知らせ

29日(土)から1月3日(木)までスタンプサービス・ロウリュサウナは行いません。また、29日(土)から1月4日(金)まで各種サービスデーは行いません。あらかじめご了承ください。

問合せ●ロマネット ☎27-6080

12月の 諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

- 遊墨会 水墨画展 期間…12月1日(土)～15日(土)
- 和楽 身体障がい者デイサービス利用者 創作カレンダー展示会 期間…12月17日(月)～28日(金)
- ひだまりの家&作業所利用者 作品展示会 期間…12月18日(火)～28日(金)
- ★12月初旬～クリスマスツリー、中旬～日本風・つるし雛を飾ります。

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

- スズキ・メソード 岡谷諏訪支部
[ありがとう 諏訪湖ハイツ]バイオリンコンサート
日時…12月2日(日) 午後1時～2時
- 諏訪ホルンアンサンブル
「ホルンの音色を聴いてみませんか」
日時…12月22日(土) 午後2時～3時
コンサート・パフォーマンス出演者募集中！

♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(屋内ロビー)

暖かい屋内でのフリマ。いろいろなお店が出る2日間。
日時…12月15日(土)・16日(日) 午前9時～午後4時ごろ

♥諏訪湖ハイツの温泉で健康づくりをしましょう

大浴場…子どもから高齢者まで、みんなで楽しめる温泉です。家族いっしょに利用してみませんか。未就学児童は無料で入浴できます。

福祉風呂…介護認定を受けた人、身体障害者手帳・精神障害者福祉手帳・療育手帳などをお持ちの人に、家族や介護者といっしょに楽しんでいただける個室の温泉です。1日4組の予約制です。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

こどものくに 0123 12月のイベント

♣みんなでHAPPYクリスマス(参加無料・申込み不要)

「おおきなおはなしたまご」の先生と、こどものくにスタッフによる、トーンチャイム、歌、ピアノ演奏、劇などの楽しいクリスマス会です。サンタさんからプレゼントも！
日時…12月19日(水) 午前10時30分～11時15分

こどものくにへ遊びに行こう！

利用できる人…0歳～3歳までの子どもとその保護者。

兄弟は就学前の子どもまで一緒に入館できます。

利用料…利用者登録200円(年度更新となります。)

楽しい行事を毎月実施！ 申し込み不要です。

12月7日(金)	リズム運動遊び	午前11時～
10日(月)	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
12日(水)	食べるのだいすき！	午前11時～
13日(木)	つくっちゃおう	午前11時～
20日(木)	歯っぴー相談	午前中
	もぐもぐ相談	午前10時30分～
21日(金)	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～
24日(月・振休)	ぺったんこの日	1日中いつでも

参加無料

問合せ●こどものくに ☎24-8403

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(1月分)：

12月16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：12月16日(日) 午前9時～午後

6時(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

冬季のスポーツ施設の営業

●市営庭球場

短縮営業：午前10時～午後6時：12

月1日(土)～26日(水)・3月1日

(金)～31日(日)

短縮営業：午前10時～午後4時：1

月4日(金)～2月27日(水)

●市営岡谷球場、市民スポーツ広場

(湖畔、川岸)

12月3日(月)～3月末まで閉場(予定)

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)。

やまびこアイスアリーナ ☎24-2494

12月8日(土) 午前9時～午後2時

やまびこ国際スケートセンター

(☎24-5210)

12月16日(日) 午前8時～午後9時

第43回岡谷市民

スケート大会 参加者募集

期日：1月12日(土)

時間：公式練習：午前7時45分～

開会式：午前8時30分～

競技開始：午前9時～

場所：やまびこ国際スケートセンター

対象：市内在住・在学・在勤の人

参加料：無料

申込み締切：12月19日(水)

申込み・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)

第40回元旦マラソン

期日：1月1日(火・祝)

時間：受付：午前7時40分～

開会式：午前8時～

集合場所：市民総合体育館正面駐車場

コース：市民総合体育館―釜口水門

―体育館(4km)

各種スポーツ教室

受講料：小中学生：1000円(保険

料820円)、高校生以上：2000

円(保険料1870円)

申込み：各教室とも市民総合体育館窓

口で受け付けます(電話申込不可)。

◎小学生フットサル教室

期間：1月16日～3月6日

毎週水曜日 計8回

対象：市内在住の小学1～6年生

時間：午後7時～8時30分

場所：市民総合体育館 東体育館

定員：30名(先着順)

申込み開始：12月17日(月)

◎ママスポ広場

(リラックスヨガ教室 託児あり)

期間：1月8日～2月26日

毎週火曜日 計8回

対象：市内在住・在勤の女性

(託児は1歳児から。定員10名)

時間：午前10時30分～正午

場所：市民総合体育館第2B会議室

定員：20名(先着順)

申込み期間：12月3日(月)～14日(金)

以上問合せ●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)

各種スポーツ教室

(シンコースポーツ(株)主催)

受講料(保険料・施設使用料込10回分)

幼児・小中学生：4000円

一般：5000円

(インドアテニス教室のみ6500円)

申込み：一般は、12月3日(月) 午前9

時より、幼児・小中学生は同日午後

5時より、市民総合体育館窓口にて

受け付けます。受講料を添えてお

申し込みください。(電話申込み不

可・先着順。1回の申込みにつき2

名まで)

「幼児・小中学生」

◎第4期ミニバス教室(小学生)

期間：1月4日～3月8日 毎週金曜日

時間：① 午後6時30分～7時30分

② 午後7時30分～8時30分

場所：市内小・中学校

定員：各40名

◎第4期 バドミントン教室

(小学4年生～中学生)

期間…1月4日～3月15日 毎週金曜日
時間…午後5時～6時
場所…市民総合体育館 定員…20名

◎第4期 HIPP-POPPダンス教室

(年中～小学生)

期間…1月7日～3月25日 毎週月曜日
時間…午後4時～4時45分(年中・年長)
午後4時45分～5時45分(小学生)
場所…市民総合体育館
定員…各20名

◎第4期 フットサル教室

(年少～小学生)

期間…1月8日～3月12日 毎週火曜日
時間…午後4時30分～5時30分
(年少～小学2年生)
午後5時30分～6時30分
(小学3年生～6年生)
場所…市民総合体育館
定員…各20名

◎第4期 こどもスポーツ教室

(年長～小学生)

期間…1月8日～3月12日 毎週火曜日
時間…午後5時～6時
場所…市民総合体育館 定員…20名

◎第4期 サッカー教室

(年少～小学生)

期間…1月9日～3月13日 毎週水曜日
時間…午後4時～5時(年少～年長)
午後5時～6時(小学生)

場所…市民総合体育館
定員…各30名

◎第4期 卓球教室(小・中学生)

期間…1月9日～3月13日 毎週水曜日
時間…午後5時～6時
場所…市民総合体育館 定員…20名

◎第4期 野球教室(小学生)

期間…1月11日～3月15日 毎週金曜日
時間…午後5時～6時
場所…市民総合体育館 定員…20名
以上問合せ●市民総合体育館内
シンコースポーツ(株) ☎2218800

【一般】

※水泳 パーソナルレッスン以外は託児あり

◎第4期 脂肪燃焼

エアロビクス教室

期間…1月7日～3月25日 毎週月曜日
時間…午前10時～11時
場所…市民総合体育館 定員…30名

◎第4期 バレトン教室

期間…1月8日～3月12日 毎週火曜日
時間…午前10時～11時
場所…市民総合体育館 定員…30名

◎第4期 ZUMBA教室

期間…①1月8日～3月12日
毎週火曜日
②1月11日～3月15日
毎週金曜日
時間…午前11時～正午

場所…市民総合体育館
定員…各30名

◎第4期 エクササイズ教室

期間…1月9日～3月13日 毎週水曜日
時間…午前10時～11時
場所…市民総合体育館 定員…20名

◎インドアテニス教室

期間…1月9日～3月20日 毎週水曜日
時間…①正午～午後1時30分
②午後1時30分～3時
場所…市民総合体育館
定員…各20名

◎第4期 ピラティス教室

期間…1月11日～3月15日 毎週金曜日
時間…午前10時～11時
場所…市民総合体育館 定員…30名

※託児を希望する人は、12月14日(金)までにお申し込みください。(1歳児から・定員あり)

★一括で申し込みなくても、1回8000円で当日参加できるようになりました。(ただし当日の託児利用はできません)

◎トレーニング

パーソナルレッスン

個人の要望に合わせた運動メニューの提案と運動指導を行います。
日時…平日の午前9時～午後4時(1時間レッスン、土・日・祝日は要相談)
場所…市民総合体育館内トレーニングルーム

受講料…1回1000円(保険料・施設使用料込)
申込み…体育館窓口または電話にて随時受付。

◎市民プール着衣泳教室

日時…12月22日(土) 午前10時～11時
対象…オムツのとれた幼児～一般
持ち物…水着、ぬれてもよい衣服(Ｔシャツ・ジャージなど)
定員…30名(先着順)
受講料…200円(入場料不要)
申込み…12月1日(土) 午後1時より市民プール窓口にて受付。

以上問合せ●市民総合体育館内
シンコースポーツ(株) ☎2218800
岡谷市民プール ☎2316820

お知らせ

駅前出張所での戸籍に関する書類発行について

「戸籍システム」入れ替え作業のため、次の期間中、岡谷駅前出張所では、戸籍に関する証明書(戸籍謄抄本、除籍謄抄本、戸籍の附票、身分証明書関係)の発行ができません。

期間…12月7日(金) 午後5時～7時
12月8日(土)・9日(日)

問合せ●市民環境課(内線1151)
午前10時～午後5時

岡谷技術専門学校

平成31年4月入校生募集

募集科…ものづくり技術科・機械制御科
定員…各科10名

●ものづくり技術科…1年間

訓練内容…シーケンス制御、電子回路組立、汎用・NC工作機械、FAロボット、画像処理、機械系CAD/CAM ほか

料金…授業料…11万8800円

入校料…5650円

※テキスト、作業着など別途負担

●機械制御科…6か月間

訓練内容…シーケンス制御、汎用・NC工作機械、機械系CAD/CAM ほか

料金…無料

※テキスト、作業着など別途負担

募集期間…12月10日(月)～1月9日(水)

申込み…ハローワーク(新卒者は技術専門学校に応募書類を提出してください。)

入校選考…1月28日(月)

※詳細はお問い合わせください。「岡谷技術専門学校」でWeb検索もできます。

問合せ ●長野県岡谷技術専門学校

☎221-2165

人権擁護委員による

「特設人権相談所」開設

「人権週間」に合わせて開設します。いじめ、虐待、差別、家族の問題など、人権に関するいろいろな悩みごとの解決にご利用ください。相談は無料で秘密は堅く守られます。予約不要、直接

会場にお越しください。

日時…12月3日(月)午前10時～午後3時
場所…諏訪湖ハイッ

問合せ ●長野県方法務局諏訪支局

☎521-2440

諏訪湖での野鳥追いに爆音機を使用しています

諏訪湖に飛来する鳥には、ワカサギへの食害のおそれのある野鳥(カワアイサなど)が含まれています。諏訪湖漁業協同組合では、ワカサギ資源保護のため、爆音機、爆竹などを使用した野鳥の追い払いを実施しています。ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

期間…3月20日(水)まで

時間…日の出～日の入り

問合せ ●諏訪湖漁業協同組合

☎521-4055

働くみんなに、
今こそ確かな安心を。

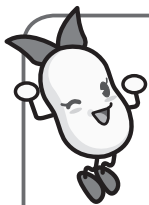
中退共済

CHU 小企業
TAI 退職金
KYO 共済制度

- ◆掛金の一部を国が助成
- ◆掛金は全額非課税
手数料も不要
- ◆外部積立型なので
管理が簡単
- ◆パートさんの加入もOK

詳しくはホームページへ

(独) 勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

地上デジタル放送中!

12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(12月1日～31日)

- 岡谷市イベント情報
- おかやで叶える わたしのお店
- 小口太郎生誕120周年・琵琶湖周航の歌100周年 記念事業コンサート
- 野菜万菜!!～旬の野菜で料理～「チンゲン菜」(再放送)
- 【特別番組】 岡谷市の環境を考えるシンポジウム
基調講演「東京湾を世界遺産にすべく奮闘中!」(午前10時～・午後3時～・午後7時～)



岡谷市イベント情報

岡谷市の環境を考える
シンポジウム



視聴にはチャンネルの初期設定が必要です。詳しくは、LCV(☎0120-088-644)、または秘書広報課(内線1365)まで。

各種証明書のコンビニ取得サービスが始まります!



平成31年3月1日から、お近くのコンビニなどで各種証明書が取得できるようになり、住民票、戸籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票、印鑑登録証明書、所得・課税・扶養証明書の5種類が取得可能です。サービスの利用には顔写真つきの「マイナンバーカード」が必要です。詳細は、お問い合わせください。

問合せ ●市民環境課(内線1153・1155)

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

新日本フィルハーモニー交響楽団

12月23日(日・祝) 午後4時開演(午後3時30分開場) 大ホール

新日本フィルハーモニー交響楽団が今年もカノラホールにやってくる！
注目の指揮者 大井剛史と、ピアニスト 金子三勇士を迎えてお贈りする
「オール・チャイコフスキー・プログラム」。チャイコフスキーの名曲を存
分にお楽しみいただけるプログラムをご用意しました。指揮者、オーケス
トラ、ソリストが三位一体となって奏でるピアノ協奏曲は必聴です！

●オール・チャイコフスキー・プログラム
バレエ音楽《くるみ割り人形》から《花のワルツ》
ピアノ協奏曲第1番変ロ短調op.23
交響曲第4番ヘ短調op.36

全席指定
●一般 4,000円
●ソサエティ会員 3,600円
●小中高生 1,000円



大井剛史
指揮

金子三勇士
ピアノ

©Ayako
Yamamoto

©K.MIURA

リハーサル見学のご案内

本公演チケットご購入のお客様に限り、本番直前のリハーサルを見学いただけます(先着100名)

日時…12月23日(日・祝) 午後1時～2時30分(入場:午後0時30分～0時50分 厳守)
対象…先着100名。本公演のチケットをお持ちのお客様。1枚につきお1名様まで。
入場方法…当日、入場口で本公演のチケットをご提示ください。(事前申し込み不要)

会場…カノラホール 大ホール
※定員に達した場合、入場をお断りすることがあります。

詳しくは、カノラホールまでお問い合わせください。

【主催】カノラホール (公財)おかや文化振興事業団、公益財団法人日本交響楽振興財団 【共催】信濃毎日新聞社



宝くじ助成金により 整備しました

宝くじの社会貢献広報事業
である「コミュニティ助成事業」を活用し、(一財)自
治総合センターより宝くじの助成を受けて、横川
区でスタックテーブルや除雪機などを整備しまし
た。また、同じく宝くじの社会貢献広報事業である
「地域活動助成事業」を活用し、(公財)長野県市
町村振興協会より宝くじの助成を受けて、小尾口
区でAEDや暖房機などを整備しました。



【横川区】
スタックテーブル



【横川区】
除雪機

【小尾口区】
AED



【小尾口区】
暖房機



広告



ヤマハ音楽・英語教室

個人レッスン

★ピアノ ★エレクトーン ★トランペット
★フルート ★サクソフーン ★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 ★ギター

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…12/4・11・18(火) 11:00
2歳…12/4・11・18(火) 10:00
年少…12/11・18・25(火) 16:30
年中長…お問い合わせください



英語教室

1・2歳…12/4・11・18(火) 10:00
年少…12/7・14・21(金) 16:10
年中長…12/6・13・20(木) 16:10

岡谷市神明町 3-1-3(フォレストモール内)
0120-970-091



お家に眠っているピアノで
ピアノを始めてみませんか?

ピアノ無料診断実施中!

ヤマハシニア向け新コース 青春ポップス

岡谷フォレストモールで実施♪
(50～80代のグループカラオケレッスン)

12/5・19(水) 14:00～

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

就活を
サポート

諏訪地域 年末企業研究会

岡谷市・下諏訪町・諏訪市・茅野市・富士見町・原村

地元にも魅力ある会社がたくさんあることを、この機会に勉強してみませんか。保護者のみなさんもお気軽にどうぞ。

日時…12月28日(金) 午後1時30分～4時30分(受付:1時～)

場所…ララオカヤ 2階

対象…大学(院)、短大、高専、専修学校、高校在籍の学生
保護者の参加も歓迎。服装は自由です。

◆60社参加予定 ◆個別相談コーナーも併設

参加無料

新宿・山梨発
無料帰省バス
(要申込み)



同時開催

就職説明会に参加するときのポイント講座
就活が不安なあなたに

午後1時～1時20分

問合せ●テクノプラザおかや ☎21-7000 諏訪地域労務対策協議会HP <http://www.work-suwa.jp/>

おかや就活サークル 入部案内

登録参加無料

就職活動を進めるために必要なことを学んだり、就活をがんばった先輩から話を聞いたり、市内の企業を見学したり…、これから就職活動を始めるあなたが、ほかの就活生より一歩リードできる活動をしていきます。

就活イベント情報が届く

新宿・山梨発 無料帰省バス

お弁当つき(要事前申込み)

活動日程…その1 自分を知る。就活を知る。…12月28日(金) 場所:ララオカヤ

その2 仕事を知る。地域を知る。…2月22日(金)・23日(土)【2日間】 場所:テクノプラザおかや ほか

その3 就活本番。…3月4日(月)・5日(火)【2日間】 場所:テクノプラザおかや ほか

入部するには…右記QRコードにアクセスすると、詳細と申込みフォームが表示されます。内容を確認して必要事項を入力し、送信してください。QRコードが読み込めない場合は、下記アドレスからアクセス。



問合せ●テクノプラザおかや ☎21-7000 申込みフォーム <http://www.city.okaya.lg.jp/soshiki/24/22199.html>

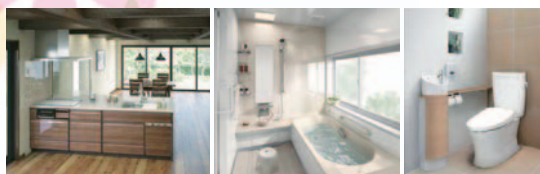
今月の子育てキーワード(高校期)

社会に出る準備として、働くことの意味や尊厳、自分の言動には責任を持つことを教えましょう。

～成長樹(期)子育て実践ポイントより～

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

11月の ハガキから

▼は広報広聴担当より

11月号特集「U・ーターン…暮らして、働いて、やっぱりおかやがいい！」頼もしい若者の姿を見て、このような若者が増えてほしいと思います。

M・Sさん(加茂町)

▼若い人が増えることは、次世代の「ものづくりのまち」を担う人材の確保だけでなく、まちの活性化にもつながりますよね。地元に戻ってUターン就職する人をはじめ、インターン就職のように地元でなくても岡谷で働きたいと思つて来てくれる人もいるというのは、とてもうれしいことです。この特集を読んで、市内企業への就職に興味を持つてくれる若者が、少しでも増えることを願っています。

今月の広報クイズの答え「シルキーチャンネル」は、ときどき見えています。身近な放送で有益だと感じています。最近(少し前)では、野菜作りがとても参考になりました。

S・Tさん(今井)

▼シルキーチャンネルをご覧いただきありがとうございます。もうご存知かもしれませんが、シルキーチャンネルは10月からリニューアルしました。ハイビジョンの番組を放送できるようになったほか、防災無線や防災メールの内容がテロップで流れたり、番組表で放送番組を確認できるようになったりと、これまでよりも見やすく、便利なチャンネルへと変わっています。これからもぜひご覧になってくださいね！

信州の食文化「野沢菜漬」の時期となりました。先日、干し柿の皮を天日干しして漬物用に作りしました。おいしい野沢菜漬ができるようにと思っています。

Y・Sさん(成田町)

▼漬物といえば「野沢菜漬」というくらい、わたしも大好きですが、みなさんはいかがでしょう。とくに冬の寒い日は、こたつにあたつてお茶を飲みながら、みかんや野沢菜漬を食べるのが最高ですね。また、ご飯にもよく合うので、ついつい食べすぎてしまいます。野沢菜は栄養価が高く体にも良いそうなので、今年もおいしい野沢菜漬を食べて、寒い冬を乗り切りたいですね。

岡谷温泉スタンド感謝祭 11月30日(金)～12月2日(日)

期間中、温泉メタル10枚のご購入で、メタル2枚贈呈!! (1世帯20枚まで購入可)

専用メタルを投入する方式の温泉スタンドです。この機会にぜひ、下記の販売所でお買い求めください。スタンドから出てくる温泉は、約43℃の適温です。水で薄める必要がないため、100%源泉で入れます。



温泉スタンド営業時間

11～4月…午前10時～午後9時
5～10月…午前8時～午後9時

温泉メタル販売料金

●200ℓ用:100円
●300ℓ用:150円

温泉メタル販売場所(土日休みあり)

●市役所水道課
●市民総合体育館
●湊・長地・川岸支所
●JA信州諏訪田中線営農センター
●早川酒店 ●諏訪湖ハイツ

岡谷温泉は「美肌の湯」

★泉質…単純温泉(弱アルカリ性低張性高温泉)
★pH…8.29 ★メタケイ酸…116.3mg

pH7.5～8.5の「弱アルカリ性単純温泉」は、汚れや角質を落とし、お肌をつるつるにします。美肌成分で知られるメタケイ酸も豊富に含まれています。

問合せ●水道課(内線1422)

カルチャーセンター ホリデイスクエア

おかや音楽協会 歌魂クリスマスコンサート

日時…12月8日(土) 午前11時～
場所…イルフプラザ・カルチャーセンター
催事場

入場無料

【出演】

おかや音楽協会歌魂青年隊／川岸
女声コーラス／ラララ・カンガルー

【プログラム】

クリスマスメドレー(合奏)／冬の夜
(独唱)／サンタが街にやってくる(アンサンブル) ほか

問合せ●

イルフプラザ・カルチャーセンター
☎24-8404

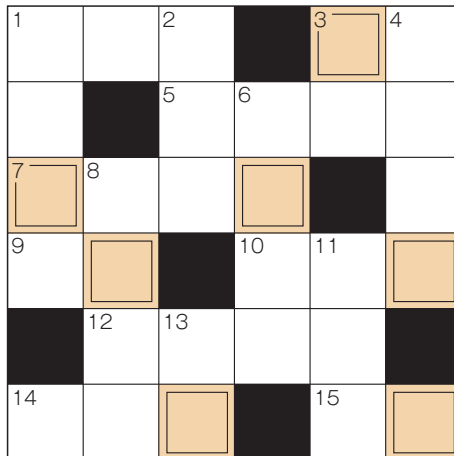
脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.396

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。

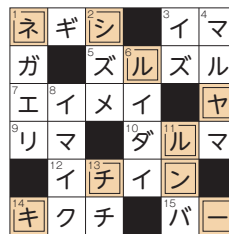


●応募方法…はがきに答え・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を明記し、ひと
言（特集テーマや、市政、広報に対するご意見や身近な話題など）をそえて「〒394-
8510 岡谷市役所（住所不要）広報クイズ係」までお送りください。12月12日必着。
（ひと言は「こえ」に掲載させていただく場合があります）

●11月号の答えと当選者

「シルキーチャンネル」

正解数33通（応募総数33通）のなかから抽選で、M・Hさん
（南宮）、J・Nさん（長地柴宮）、C・Nさん（長地片間町）、
M・Kさん（川岸中）、Y・Tさん（山下町）に、ロマネット入浴
券をお送りします。



◆ヨコのカギ

- 1 間もなく白鳥がやってきます
- 3 敵に贈ることも
- 5 高台にあり、桜の名所、城跡でもある
○○○○公園
- 7 DNA、組み換え、メンデルの法則
- 9 ⇄音
- 10 鶏鳴○○○
- 12 旧山一林組製糸事務所にある
岡谷絹○○○○
- 14 東京の北西部の市。マラソンで有名
- 15 刺さされると蚊より腫れるし、かゆいし
で、やっかいな虫

◆タテのカギ

- 1 VC長野トライデント 栗木キャプテン
（岡谷市役所）の強烈な○○○○！
- 2 ヨコ1の周囲
- 3 引き○○、満ち○○
- 4 祝！花園出場
- 6 縄文中期の土器や石器などが数多く
出土した遺跡。国指定の史跡
- 8 ○○○○石火
- 11 「みどりよ輝け 朝の風に…」で校歌が
始まる中学
- 13 ○○は咲いたか 桜はまだかいな



「こどものあそびカレンダー」1969年 武井武雄



【市長随想99】 「師走を迎え」

本格的な冬を迎え、今年も残すところ、1か月となりました。
今月は「師走」とも言われ、一般的な由来は「誰かが年の瀬を控え何か
と忙しく慌しくなる時期であり、どつしり構えて読経をする師僧なども
走り回る多忙な月」とされています。

私は、今年の二文字を「実」と決めました。「成果がある」、「内容のあ
ること」、「まこと、まごころ」という意味があります。

今年は、第4次岡谷市総合計画 後期基本計画の最終年度となり、将
来都市像である「みんなが元気に輝く、たくましいまち岡谷」の実現に向
け、これまで展開してまいりました施策・事業の集大成として、成果を
確実に結実させるとともに、「第5次岡谷市総合計画」の計画期間である
次の10年間にふさわしいための重要な年であります。

現在、策定をしている「第5次岡谷市総合計画」は、作業の詰めを迎え
ております。地方自治体の責務として、市民の皆様の福祉の増進を図る
ことや、まちの活力や魅力を生み出すことを使命とし、中長期的な視点
の下で、人口減少や社会経済状況の変化と地域課題に対応しながら、こ
れからの10年間の岡谷市が、市民誰もが安全で安心して、健康で生きが
いを持って暮らすことができ、このまちに住み、働くことに誇りと自信
そして、愛着をもてるまち。「将来にわたって持続可能で、将来のまちに
多くの夢と希望を描くことができる確かなまちづくり」を推進するための
総合計画を策定してまいります。

市民の皆様には、今後も、岡谷市
のまちづくりに積極的なご参加とご
理解、ご協力をお願いいたします。
師走となる今月が、市民の皆様にと
って、新しい年につながる充実し
た月となりますよう祈っております。

今井竜五

武井武雄の世界 イルフ童画館情報

諏訪郡内在住・在学の小・中学生、市内在住・
在学の高校生は無料です

申込み・問合せ ● ☎ 24-3319

【休館日】水曜日（祝日は開館）、12月29日（土）～1月6日（日）※展示替え

【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

★岡工生制作のヌリドリに色をぬろう

日時…12月1日（土）午後1時30分～

定員…15名（要申込み） 参加費…400円

岡谷工業高校生が制作した、武井武雄の人気版画〈鳥の連作No.13〉の鳥を彫刻した木の飾り“ヌリドリ”にペイントして、世界にひとつだけの飾りをつくろう。

★〈日本童画大賞〉絵本ワークショップ

（申込み不要・参加無料）

日時…12月22日（土）午後1時30分～

日本童画大賞を運営する当館学芸員によるワークショップ。学芸員からみた「良い絵本」についてなど、日本童画大賞絵本部門の応募作品づくりに関するヒントや、これまでの童画大賞の裏話などを語ります。



開催中の展覧会…12月28日（金）まで

〈収蔵作品展〉あなたが選ぶ武井武雄作品I

みなさんから寄せられた「あなたのお気に入りの武井武雄作品」を、その思いとともに展示します。



タイトル不詳 1955年 武井武雄

〈同時開催〉猫のダヤン35周年

ダヤンと不思議な劇場

池田あきこ原画展

「猫のダヤン」の世界を体験できる、劇場型展覧会。撮影コーナーや、カフェラムラムの限定メニューも充実。イルフ童画館限定ダヤングッズの販売もあります。



劇場の構想 2018年

© Akiko Ikeda / Wachifield Licensing, Inc.

次回展覧会…1月7日（月）～3月18日（月）

〈収蔵作品展〉あなたが選ぶ武井武雄作品II

〈同時開催〉山口マオ展

〈池田あきこ展 特別イベント〉

★ダヤンと一緒に撮影会！（申込み不要・無料）

日時…12月22日（土）・23日（日・祝）午前10時～正午

イルフ童画館に登場する、猫のダヤンといっしょに写真を撮ろう！

★ギニョール劇場（人形劇）上演会（申込み不要・無料）

期日…12月22日（土）・23日（日・祝）

時間…①午前10時30分～②午前11時30分～

「わちふいーるど」の世界が楽しめる、かわいい人形劇を上演します。

+++ イルフのクリスマス +++

＋イルフナイトミュージアム 12月22日（土）・23日（日・祝）
クリスマス美術館で楽しもう。2日間、夜9時まで延長開館しています。

＋イルフ・バー開店 12月22日（土）・23日（日・祝）
カフェラムラムがイルフ・バーに。おいしいお酒と、信州をテーマにしたクリスマス限定メニューが盛りだくさん！（夜9時まで）

＋クリスマス特別イベント

★クリスマス☆コンサート（申込み不要・無料）

日時…12月22日（土）午後4時～

演奏…カノラータ弦楽四重奏団

弦楽四重奏の美しいハーモニーで、クリスマスソングやポップスをお楽しみください。



＋クリスマス ワークショップ

★刺繍でクリスマスカードをつくろう

日時…12月2日（日）午後1時30分～

定員…10名（要申込み） 参加費…200円

好きな題材を刺繍して、オリジナルクリスマスカードをつくろう。

★ヒンメリをつくろう

日時…12月8日（土）午後1時30分～

定員…15名（要申込み） 参加費…500円

クリスマスの装飾に、北欧の冬至祭りのために作られた麦わら装飾“ヒンメリ”をつくってみませんか？

★ローズウィンドウをつくろう

日時…12月23日（日・祝）午後1時30分～

定員…10名（要申込み） 参加費…300円

スタンドグラスを紙で再現した“ローズウィンドウ”をつくろう。





市立 岡谷美術考古館

〈開館5周年記念 収蔵作品展Ⅱ〉

生誕110周年

コロリスト

～暗色の色彩家 野村千春展

会期…平成31年1月6日(日)まで

岡谷市出身の洋画家、野村千春は、春陽会や女流画家協会を中心に、精力的に制作活動を展開しました。野村は大地と向き合い、花をこよなく愛し、画壇や世評には背を向けつつ、独自の絵画表現を確立しました。本展では、孤高の芸術家、野村千春の画業70年の軌跡を多くの作品や資料を通して展覧します。“暗色の色彩家”による表現の世界をご覧ください。



「萩」

申込み・問合せ ● ☎ 22-5854

【休館日】水曜日・祝日の翌日、12月29日(土)～1月3日(木)

【開館時間】午前10時～午後7時

【入館料】収蔵作品展 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



【イベント・ワークショップ】

◆窪田やよいワークショップ ペーパークイリングでクリスマスのフレームをつくろう

紙をくるくる丸めて花の飾りを作るペーパークイリング。クリスマス風のフォトフレームをつくります。

日時…12月8日(土) 午前10時～ 講師…窪田やよいさん

定員…15名(要申込み) 参加費…500円



◆山本英津子ワークショップ ほっこりする筆文字で手描きの年賀状を作ってみよう

筆ペンを使って自由に書く書「わくわく書」で、楽しい年賀状を作ります。

日時…12月9日(日) 午前10時～

定員…15名(要申込み) 講師…山本英津子さん(わくわく書)

参加費…2,000円(ペンてるの筆付き)



◆消しゴムはんこで縄文の年賀状をつくろう

縄文土器や土偶をモチーフにした消しゴムはんこを使って年賀状をつくります。

日時…12月15日(土) 午前10時30分～

定員…15名(要申込み) 参加費…300円



【12月の休館日】5日、12日、19日、25日、26日、29日～1月3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〉

「中国古代復元絹織物 ～絹がつづる王朝染織の美と技～」

会期…平成31年4月14日(日)まで

前期：1月29日(火)まで 後期：1月31日(木)～4月14日(日)

※前期、後期ですべての展示品が入れ替わります。

平成10年に岡谷市は中国の「蘇州絲綢博物館」と学術協定を締結し、同館が高い技術で復元した中国古代の絹織物などの提供を受けました。今回は初めて51点すべてを前後期に分けて一挙公開します。



●企画展来場のみなさんには、中国吉祥文様のぬりえプレゼント!

【関連イベント】

★シルクの糸で「中国結び房飾り」

期日…12月16日(日)・3月2日(土)

時間…午後1時30分～4時 定員…各日15名

参加費…500円 申込み…電話にて受付中



【イベント】

★講座「今月の染め」

今月の染材は「くちなし」です。お正月料理に欠かせない「くちなし」で染めてみませんか?

日時…12月23日(日・祝) 午後1時30分～3時30分

定員…15名(要申込み)

費用…染料代300円、染色材料代(お好みのシルクストールを選んで)1,000円～

申込み…12月1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30分～・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。

日時…12月8日(土) 午前11時～・午後2時30分～

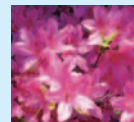


申込み・問合せ ● ☎ 23-3489 (サンシハク)



岡谷市

市木/いちい
市花/つつじ



人口の動き(平成30年10月1日現在)

人口	48,748人	前月比	+11	前年同月比	-514
世帯数	19,256世帯	前月比	+12	前年同月比	+42

岡谷エコフェスティバル2018・

岡谷市民健康づくりのつどい(10月27日)

ラウオカヤ2階特設会場などで、今年は「エコフェスティバル」と「健康づくりのつどい」が同時開催されました。エコフェスティバルでは、大人気の「もったいない食器市」や、生ごみから作った堆肥の販売などが行われ、健康づくりのつどいでは、無料の血圧測定や体脂肪測定、バランスの良い食事の指導や解説パネル展示などがあり、多くの来場者でにぎわいました。



岡谷市収穫祭(11月10日)

猛暑や台風襲来などがあり、農作物への影響が心配されましたが、今年も無事に収穫祭が開催されました。会場となったラウオカヤ2階特設会場では、販売スタートと同時に、人気のりんごや野菜のコーナーに多くの来場者がつめかけ、売り切れも続出。ポップコーン、わたあめ、豚汁などの無料配布もあり、高齢者から子どもまで、岡谷の味覚を楽しみました。



火葬場「湖風苑」となり

えこうホール 岡谷

さくら館

誕生

太田屋 0120-22-2761

お通夜から小さいお葬儀、精進落としまで
近しい方の想いがつたわる

新しいえこうホールが岡谷に誕生しました。

会員募集中!