



岡谷市民病院は、地域の中核病院として、病気・医療・生活・療養についてもっと身近に感じてもらうと医師をはじめとするスタッフが、直接みなさんのもとにおうかがいする「よりあい講座」を開催しています。

対象…市内在住・在勤・在学のグループや団体

開催日時…月曜日～金曜日(祝日を除く)

午前10時～午後5時(要相談)

費用…職員の派遣や資料代は無料。会場使用料や会場を利用するうえで必要な経費は、申し込み者で負担してください。



申込み…講座を希望する2か月前までに、電話にて「団体名・代表者氏名・住所・電話番号(FAX)・希望講座名・日時・場所・予定人数」をお知らせください。後日、担当より日程調整などの連絡をします。

※会場手配および進行などは申し込み者でお願いします。

約70の幅広いテーマのなかから、ご希望の講座を選んでお申し込みください。

※講演内容と時間はご希望に合わせて調整します。

番号	講座名(病気・治療編)	講師
1	うつ病について	精神科 天野 直二
2	認知症について	
3	精神障害 全般について	
4	不眠症について	
5	いびきと睡眠時無呼吸症候群	呼吸器内科 平山 二郎
6	気管支喘息について	
7	COPD(慢性閉塞性肺疾患)について	
8	肺がんについて	内科 川嶋 彰
9	慢性C型肝炎の新しい治療	
10	消化器疾患の内視鏡	消化器内科 永野 聡
11	不整脈について	循環器内科 翠川 隆
12	脳梗塞と脳出血	神経内科 立花 直子
13	手足のしびれや筋力の低下を起こす病気	
14	糖尿病について	内科 平松 邦英
15	内分泌疾患について (骨粗鬆症・ホルモンに関する病気に関して)	
16	高血圧について (血管の硬さを簡単に知る方法など)	
17	おねしょのはなし	小児科 高木 峰生
18	子どものメタボリックシンドローム	
19	小児の食物アレルギー	総合診療科(小児外科) 百瀬 芳隆
20	インフルエンザ対策	
21	子どもに迫る身近な危険「あぁ 飲んじゃった!!」	
22	鼠径ヘルニア・水囊・停留精巣「おちんちんが…」	

番号	講座名	講師
23	乳がん	外科 澤野 紳二
24	救急対応	
25	災害関係	
26	胃がん	消化器外科 三輪 史郎
27	肝臓がん	
28	膵臓の腫瘍	
29	黄疸(おうだん)とがん	
30	胆石症	
31	そ経ヘルニア(脱腸)について	
32	大腸がん	
33	腹腔鏡手術について	緩和ケア・外科 金子 和彦
34	がん医療における心のケア あなたががんになったら ～がんと上手に付き合うために～	
35	多死社会と緩和ケア	
36	骨粗しょう症と骨折について	整形外科 内山 茂晴
37	関節リウマチについて	整形外科 鴨居 史樹
38	下肢の人工関節について	整形外科 田中 学
39	更年期障害とどう向き合うか	産婦人科 白川 貴士
40	デリケートなかゆみについて	
41	手遅れになる前に防ごう～婦人科の疾患～	リハビリテーション科 重松 理
42	脳卒中のリハビリテーション	
43	毛髪のミネラルとアンチエイジング	健診科 今井 寿生
44		

●このほか、看護師などによる(生活・療養編)もあります。

※日常の診療業務に支障のない範囲で講座を開催するため、日程・講師など、必ずしもご希望に添えない場合もあります。予めご了承ください。

申込み・問合せ●岡谷市民病院 地域医療連携室 ☎23-8003

岡谷市民病院からのお知らせ

土曜日の外来診療の廃止について

これまで実施してきました、第1週・第3週・第5週の土曜日の外来診療(午前8時30分～午後0時30分)は、診療体制の変更により、2019年4月1日以降、廃止することとしました。

市民の皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。  
なお、救急外来の受け入れおよび通院による透析治療は、引き続き行います。救急外来での受診を希望する場合は、電話にて事前連絡のうえ、「救急外来(時間外受付)」までお越しください。

現在(2019年3月31日まで)

2019年4月1日以降

	外来診療	救急外来	透析
第1・3・5週の土曜日	開院	受入可	通院可
第2・4週の土曜日	休診	受入可	通院可

	外来診療	救急外来	透析
	閉院	受入可	通院可
		受入可	通院可

5月2日(木)の臨時開院について

2019年4月27日から5月6日に至る連続の休日のうち、「5月2日(木)午前8時30分から午後5時15分まで」を臨時開院日として、外来診療を行います。また、これに伴い、2019年8月15日(木)を振替の閉院日とします。

問合せ●岡谷市民病院 ☎23-8000

# 「平成30年度 いじめ根絶子ども会議」を開催しました

問合せ●教育総務課(内線1215)

いじめをなくし、笑顔あふれる学校にするために、岡谷の子どもたちが自らの力で取り組み、12月15日にはまとめの会として全11校の代表児童生徒が集まり、いじめ根絶子ども宣言をしました。



## 平成30年度 いじめ根絶子ども宣言(抜粋)

『「これって、いじめ?」相手の気持ちになって、身の回りの関係を見つめてみよう!』をテーマとし、中学校区ごと話し合い、いじめを許さず、いじめに立ち向かっていくために、次のような取り組みを進めていきたいと考えました。

### ●岡谷西部中学校区

見つけよう!相手の良いところ 伝えよう!自分の気持ち  
～ いじめは人ごとではない。

自分の行動を振り返り、自分を変えよう!～

### ●岡谷南部中学校区

自分たちの言動を見直し、仲の良い友だちほど適切な距離を保ち、身近なことに目を向けて、いじめをなくしていこう。

### ●岡谷北部中学校区

いじめになる前に、いじめの芽をつみとろう!

- ・クラスの全員と関わりを持つ ・全員平等に接しよう
- ・見て見ぬふりをせず、行動にうつそう
- ・相手の気持ちを考えて、行動をしよう

### ●岡谷東部中学校区

いじめに人数は関係なく、互いがどんなに大人数であっても、その中の1人でも傷つくことがあればそれはいじめである。だから、悲しい思いをする人が減るように、いじめの原因になることに気付いて、自分から勇気ある行動をしよう。

いじめ根絶子ども会議の成果を学校へ持ち帰り、  
『私たちは、いじめを絶対許さない!!』

～思いやりの心で笑顔あふれる学校に～』

この宣言を今年度も、岡谷市内すべての仲間に発信していきたいと思います。

平成30年12月15日 岡谷市児童生徒代表

## 水陸両用バスに乗ってみよう!!

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



開催日…3月16日(土)・21日(木・祝)

出発時間(両日共通) …1便:午前9時、2便:午前10時30分、  
3便:正午、4便:午後1時30分、5便:午後3時

順路…岡谷市役所(立体駐車場横)→(湊経由)→ヨットハーバー→  
諏訪湖の往復

定員…1回40名×10便 計400名

料金…大人 通常2,800円→1,000円、小人(3～12歳) 通常1,800円  
→500円、小人(2歳以下) 通常500円→300円(座席はありませんので、ご乗車は大人のひざの上になります)

申込み…往復はがきに必要事項を記入して(右図参照)、お申し込みください。2月28日(木)必着。※定員を超えた場合は抽選

※天候などによっては中止、日時の変更などがあります。

※申し込みは岡谷市民に限ります。また、権利の譲渡はできません。

主催…諏訪地方観光連盟・日本水陸観光(株) 共催…岡谷市観光協会

(往信表面)

(返信裏面)

<p><input type="checkbox"/> 3948510</p> <p>(往信)</p> <p>岡谷市幸町8-1 岡谷市観光協会 水陸両用バス 申し込み係</p>	<p>こちらの面には 何も記入しないで ください</p>
--	--------------------------------------

(返信表面)

(往信裏面)

<p><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p>(返信)</p> <p>ご自分の 郵便番号 住所 氏名</p>	<p>①代表者氏名(フリガナ) ②参加人数(大人○人・ 小人○人・2歳以下の 小人○人 合計○人) ③電話連絡先 ④緊急連絡先(携帯) ⑤希望日時 (第2希望まで記入) ※希望日がない場合は その旨を記入</p>
---	--

問合せ●岡谷市観光協会 ☎23-4854

# 市議会定例会を開催



第5回岡谷市議会定例会が、11月28日(水)から12月13日(木)までの16日間の会期で開かれ、条例の改正、平成30年度補正予算の審議、一般質問が行われました。主な内容をお知らせします。

## ◆ 条例等 ◆

- ▽岡谷市特別職の職員の給与に関する条例の一部を改正する条例が可決されました。
- ▽岡谷市職員の給与に関する条例の一部を改正する条例が可決されました。
- ▽岡谷市議会の議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例が可決されました。
- ▽岡谷市手数料条例の一部を改正する条例が可決されました。
- ▽おみや総合福祉センター条例の一部を改正する条例が可決されました。

## ◆ 平成30年度補正予算 ◆

- ▽小中学校のエアコン整備に必要な実施設計業務、成年後見支援センターの開設に向けた経費、公立保育園及び児童クラブ室エアコン整備事業など、1億7275万7千円を追加し、一般会計総額を19.5億8373万9千円とする補正予算が可決されました。

## ◆ 一般質問 ◆

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

## ◆ 意見書 ◆

- ▽「安全・安心の医療・介護の実現と夜勤交替制労働の改善を求める意見書」が可決され、関係機関に送付することとなりました。

市議会の会議録は、岡谷市議会ホームページからご覧ください。

## 市政懇談会 5会場で開催!!

市民のみなさんとの対話から、まちづくりを考える市政懇談会です。平成31年度の重点施策について、みなさんのご意見をお聞かせください。どの会場でも自由に参加できますので、お気軽にお出かけください。



開催日	時間	会場
2月5日(火)	午後7時～	湊公民館
2月6日(水)	午後7時～	市役所9階 大会議室 (手話・要約筆記あり)
2月7日(木)	午後7時～	長地公民館
2月9日(土)	午前10時～	イルフプラザ・カルチャーセンター (手話・要約筆記あり)
2月13日(水)	午後7時～	川岸公民館

問合せ●秘書広報課(内線1366)

## 「岡谷子ども未来塾」学習支援員募集!

市教育委員会では、中学2年生を対象とした放課後学習支援事業「岡谷子ども未来塾」の講師(学習支援員)を募集しています。



### 【募集内容】

教科…英語または数学

場所…市内各中学校

期間…5月から10月まで(月3回程度)

時間…放課後(およそ午後3時～5時)

教材…学習ソフトを使用したパソコンでの指導

生徒数…講師1人につき5～6名の生徒

資格…学習支援に熱意のある人

問合せ●生涯学習課(内線1231)

## 運転免許自主返納者に シルキーバス回数券交付



運転免許を自主返納した満65歳以上の市民に、シルキーバス回数券(12枚つづり)を交付します。(一部返納は除く)

※回数券の交付は、1名につき1冊限りです。

### 《シルキーバス回数券の受け取り方》

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

問合せ●商業観光課(内線1453)