

広報

おかや

3

Mar. 2019 [No.1435]

特集

あなたの1票を大切に
さあ！投票に行こう。

今月の表紙

「ものづくりフェア 2019」で機械加工に挑戦するこどもたち。さすが、ものづくりのまち岡谷の未来を担うこどもたちだけに、みんな目を輝かせ真剣に取り組んでいました。

特集

あなたの1票を大切に さあ！投票に行こう。

今年、岡谷市では、4月に県議会議員選挙、市議会議員選挙、7月に参議院議員選挙、9月に市長選挙が行われます。

わたしたちが暮らす社会や生活をよくしていくために、みんなの代表者として活動する政治家を決めるのが選挙。わたしたちが政治に参加して、意見を反映させることができる、いちばんだいじなチャンスなのです！

今回は、岡谷市選挙管理委員会と次代を担う若者たちが語り合った、座談会のようすをお届けします。あなたの貴重な1票で、岡谷の未来への扉を開きましょう！



信州大学大学院1年
STAPメンバー
阿部 将大さん



岡谷市選挙管理委員会
委員長
齋藤 三雄さん



岡谷工業高校3年
中村 友哉さん

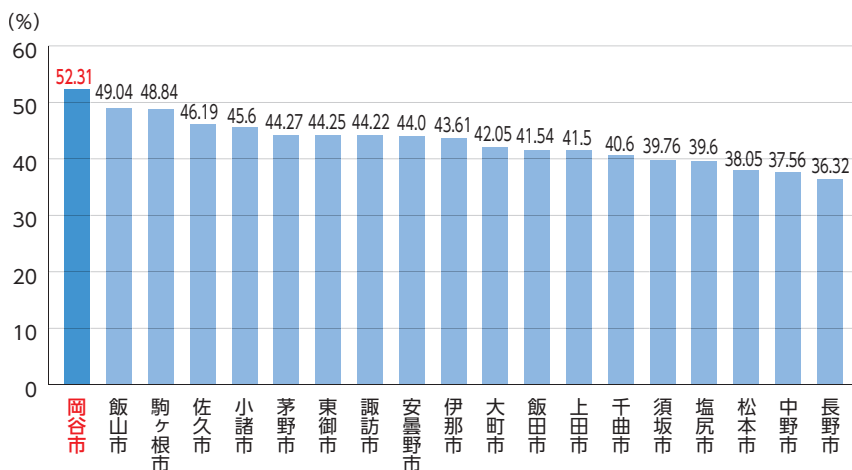


岡谷南高校2年
高林 リサさん

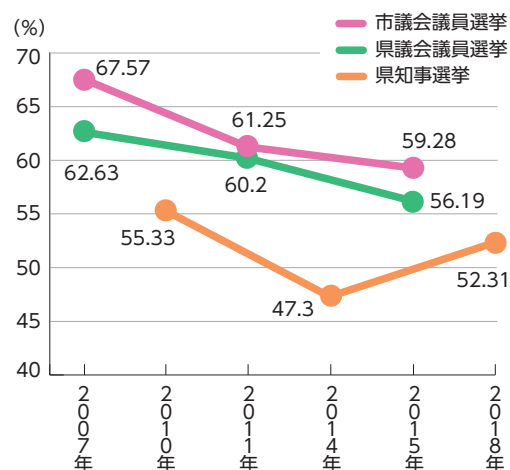


岡谷東高校2年
赤羽 真由さん

◆県下19市の投票率 (2018年 長野県知事選挙)



◆岡谷市の投票率の推移



政治に関心を持つ

齋藤さん 今年は統一地方選挙、参議院議員選挙など、岡谷市では4つの選挙が行われる年です。

そこで、本日は若い世代のみなさんと選挙について話し合ってみたいと思います。



齋藤さん 岡谷市の投票率についてお話ししますと、県議選、市議選はともに減少傾向となつていますが、昨年の夏に行われた知事選は投票率がアップし、県内19市中でトップとなりました(上図参照)。これは、同時に県議会議員の補欠選挙が行われたため選挙に対する関心が高まったことと、レイクウォーク岡谷へ期日前投票所を増設したことにより、投票の利便性がよくなったためだと思われます。

赤羽さん いま、お話のあった投票率は、なにを示す数字でしょうか。

齋藤さん 投票率は選挙人名簿に登録された有権者のうち、投票した人の割合を示す数字で、政治や選挙に対する関心度が表れます。みなさんの、政治や選挙に対する関心や思いはどうですか。

高林さん 授業で20代の投票率が低いということを知りました。これでは、若い人の意見が反映されていない政治になっているんじゃないかなと思います。これからを担う若い人たちの意見を政治

に反映させるためにも、投票に行くべきなんじゃないかなと感じました。

中村さん 自分ひとりが投票したところでなにか変わるかなって思ってしまうことがあるんですよ。そういう気持ち若い人に多くて、投票率が低くなっているんじゃないかなと思います。

赤羽さん 若い人は新聞をあまり見る機会がないので、政治のことがよくわからないんだと思います。政治のこととか、なにもわからないまま大人になったらよくないなと思って焦りはありますが、政治は難しいので、政治とわたしとの距離って、すごく大きいなと感じています。

阿部さん 若者が投票に行くことはもちろんだしなんですけど、政治も若者に歩み寄って行く、お互い歩み寄って行けるような、そういう取り組みができればいいと思っています。

齋藤さん 若者の政治離れだけではなく、政治も若者から離れていると感じているんですね。みなさんは、家庭で政治や選挙の話はしますか。

高林さん 親と新聞を読んだりすることがあるんですけど、そういうときに関心のある記事が載っていると、いつしよに考えることがあります。

阿部さん

高校生がふだんの生活のなかで感じていような問題点とか、そういうところ

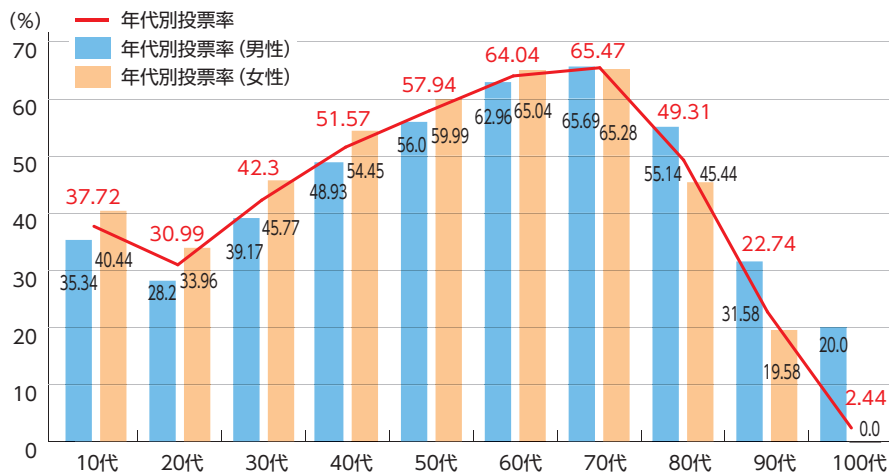




信州投票率上げようプロジェクト (STAP)

18歳選挙権が施行された2016年の参議院議員選挙をきっかけに、信州大学の学生と教員によって結成されたプロジェクト。Student Together Activate Participation (若者が熱意をもって社会参画する) を活動理念に、選挙に関する啓発活動、期日前投票所の運営、小・中学校、高校、大学などへの出前授業を行っている。

◆岡谷市の年代別投票率 (2018年 長野県知事選挙)



政治を考える場面があると思うので、高校生が岡谷市に住んでいて思うことを聞いてみたいと思いますね。

齋藤さん 地元のこと、諏訪湖の浄化や道の拡幅とか、そういうことから取り組んでいけば、政治はあまり難しくないんじゃないかな。

高林さん わたしの家の前の交差点でよく交通事故が起きていて、道をどうにかしてほしいのをだれに言えばいいんだろうとずっと思っていて。今は改善されたんですけど、だれに言えばよかったのかなあというのがあります。

齋藤さん そういう自分の町をよくしようという思いや取り組みが、政治に関心を持つということにつながるんだと思います。

意思決定をする

齋藤さん 政治に関心を持つという取り組みとして、「信州投票率上げようプロジェクト(STAP)」の活動が、注目されていると聞きました。具体的にはどのような活動をしているのでしょうか。

阿部さん 大きく分けて2つあります。ひとつは長野市の中心市街地に新設された期日前投票所の運営をしています。

もうひとつは主権者教育で、小・中・高・大学などにおいて、模擬選挙などの出前授業をやっています。

さつきの家の前の道路で交通



事故が起こる問題と、学校のなかで不便に感じていることの問題をどう解決するかっていうのは、スケールが違うだけで根本はいっしょなんじゃないかなと思っています。ぼくらの活動を通して大切にしていくのは、自分の生活を出発点にして、社会の問題に関心を持ち、自分なりに判断し、解決したり、行動したり、意思決定をするという、そういう主権者教育ができればと思っています。

齋藤さん みなさんは模擬選挙などを経験したことはありますか。

赤羽さん 学校で新聞の記事から、政策の内容を書き出して、自分たちでそれぞれの政策の内容をチェックしてみ、どっちの方がいいんだ、どっちに投票しようというようなことをやりました。そういう体験は、大切だなと思いました。

高林さん 生徒会役員を選ぶ選挙は毎年あって、そういうところでもこの人はなにがしたいのかを聞いたりして、考えて投票するという意味では、ちゃんと模擬選挙になるし、そこから学ぶものもあるんじゃないかなと思います。

齋藤さん 確かに生徒会の選挙も同じことだと思います。みなさんは実際に投票することに対して、どのようなことを感じますか。

赤羽さん 投票することに対して、自分ひとりの票でなにが変わるの?という思いもありますが、一票一票がだいじで、自分の票にもすごい重みがあるんじゃないかな。わたしの一票に対してちゃんと責任を果たしてくれるのかなっていう不安もあります。





長野県選挙啓発
マスコットキャラクター
「はたりちゃん」

座談会には、選挙管理委員のみなさん（後列左から小口啓子さん、御子柴知子さん、中島弘雄さん）も参加しました。

が、4月の統一地方選挙は、政治に関われるチャンスだと、いまから楽しみです。気を引き締めて投票に行きたいと思います。

齋藤さん 初めて投票へ行く人には、ワクワク感を持って挑戦してほしいですね。

阿部さん 選挙権年齢が引き下げられたタイミングで若者を意識した制度改正があったり、今後、若い人の方にちよつとずつ風向きが変わっているのかもしれないと感じています。もつと若者の投票率が高くなつたらどうなるんだろう、そういう未来の社会を見てみたいという関心がすごくあります。

投票の種類

中村さん 投票日当日に用

事があったりして、投票所に行けない場合はどうしたらいいですか。

齋藤さん 投票日



当日に投票できない場合は、期日前

投票や不在者投票ができます。岡谷市に

住民票を残したまま進学などで市外に住んでいて、投票期間中に都合がつかず帰省できない人は、不在者投票ができますので、積極的にこの制度を活用してほしいと思います。

岡谷市の新たな取り組み

阿部さん 岡谷市の投票率が高いと思うんですが、工夫されていることなどお聞かせください。

齋藤さん 昨年の知事選では、初めてレイクウオー

ク岡谷へ期日前投票所を増設しました。2日間の開設で約1800人の人が投票をしました。若い世代から高齢者まで、幅広い世代が投票に訪れ、「気軽に投票できた」「駐車場も広く、とても便利」など大変好評でした。4月の統一地方選挙でも実施します。入場券を忘れた場合でも投票できるので、買いものの際、気軽に立ち寄ってほしいと思います。

有権者として気をつけたい選挙のルール

高林さん わたしは11月に18歳になるんですが、有権者として気をつけるルールがあったら教えてください。

齋藤さん とくに若い

世代のみなさんは、パソコンやスマートフォンに慣れていると思いますが、電子メールを利用した選挙運動ができるのは、候補者や政党だけです。有権者がメールで選挙運動の文字や写真などを送ることはできないので、気をつけてください。また、選挙運動のウェブサイトを印刷して配ることも禁止されています。このほかにも寄付や誹謗中傷の禁止など、公正公平な選挙を目的としたさまざまな規制がありますので、気をつけてほしいと思います。



本日は貴重なご意見を聞かせていただき、ありがとうございます。4月7日の県議会議員選挙を皮切りに、今年は選挙が目白押しです。選挙権のあるみなさんが選挙をより身近に感じ、自覚と関心を持って大切な一票を投じてほしいと思います。

◆長野県議会議員一般選挙：2019年 4月7日(日)

◆岡谷市議会議員一般選挙：2019年 4月21日(日)

期日前投票を活用しましょう!

長野県議会議員一般選挙

●市役所 2階 202会議室

期間…3月30日(土)～4月6日(土)

午前8時30分～午後8時

●レイクウォーク岡谷 1階催事場

期間…3月31日(日)・4月1日(月)

午前9時～午後8時



岡谷市議会議員一般選挙

●市役所 2階 202会議室

期間…4月15日(月)～20日(土)

午前8時30分～午後8時

●レイクウォーク岡谷 1階催事場

期間…4月16日(火)・17日(水)

午前9時～午後8時

有権者として気をつけたい選挙のルール

●電子メールを利用した選挙運動はできません

メールで選挙運動用の文書や写真などを送ることができるのは、候補者や政党だけです。候補者や政党から送られてきたメールを転送してもいけません。

●ウェブサイトやメールなどを印刷して配ることはできません

選挙運動用のウェブサイトや候補者、政党から届いた選挙運動用のメールなどを印刷して配ってはいけません。

●政治家から入学祝や卒業祝をもらうことはできません

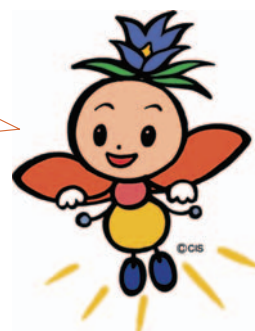
公職選挙法では、現職の政治家や候補者が、選挙区内の人や団体に金銭やものを贈ることを禁じています。

●悪質な誹謗中傷は禁じられています

人の名誉を損なう目的で、事実を公にすると罰せられます。また、事実を明らかにせずとも、公然と人を侮辱することも禁じられています。

※このほかにも、公正、公平な選挙を目的とした、さまざまな規制があります。

ルールを守って
きれいな選挙!



市議会議員選挙に立候補を予定しているみなさんへ

岡谷市議会議員一般選挙の立候補予定者説明会を開催します

立候補予定関係者(3名以内)は、必ず出席してください。

日時…3月18日(月) 午後2時～

場所…市役所 9階 大会議室

問合せ●選挙管理委員会事務局(内線1246)



若手医師に聞く 岡谷市民病院の消化器外科



みなさんは、岡谷市民病院が、消化器外科の分野でとくに強みをもった病院だということをご存知ですか。今回は、後期研修医として1年間、消化器外科を中心に経験を積んだ、外科の田中医師にお話をうかがいます。

— 岡谷市民病院に赴任しての感想は。

地域に根ざした病院だなと感じましたね。あとは、外科以外の疾病で他の診療科の先生方に相談すると、やさしく丁寧に教えていただけるので、安心して診療に携われますし、とても風通しのいい病院だと感じています。

— どのような疾病の患者さんが多いですか。

わたしは外科のなかでも消化器外科を専門としていますが、虫垂炎（盲腸）やヘルニア、腸閉塞の患者さんが多いです。ヘルニアというと腰のヘルニアを想像しやすいですけど、ここでのヘルニアとは脱腸のことですね。

— 脱腸というの。

脱腸は、本来ならお腹のなかにあるはずの腹膜や腸の一部が、筋膜の間から皮膚の下に出てくる疾病です。筋膜に穴が開いている状態なので、そこを人工筋膜でふさぐのですが、当院では傷が小さく痛みも少ない腹腔鏡手術でTAPP（タップ）法をメインに行っています。現在多くの場合、虫垂炎などの手術も腹腔鏡手術で行っています。



— 岡谷市民病院の外科の印象は。

大学だと胃、肝臓、腸などの部位によって班が分かれているのですが、岡谷市民病院の外科は幅広く対応していますし、緊急性の高いものやさまざまな部位の手術を、先生方が全部網羅しているなと感じました。

— 入院患者さんとも連携して診ていらっしゃるかと。

自分の患者さんはもちろんですが、それ以外の患者さんの情報も、カンファレンスなどで共有しています。学会などで自分の患者さんを診られない時は、別の先生が患者さんに声を掛け回診（病室を回って診察すること）していますし、わたしが別の先生の患者さんを回診することもあります。患者さんの検査値などを見て、おなかを触って、患者さんをよく診ることが大切だと思いますね。

— 外科はどんな時に受診すればいいですか。

おなかที่痛い時は外科で良いと思いますね。外科の領域では、そういった疾患が多いです。夜間や休日などに受診するのは悪いからと、遠慮してしまう人もいますが、具合が悪い時は遠慮せずに受診してほしいですね。

— 最後に今後の抱負をお願いします。

まだまだ実力不足なので、まずは一人前になること。自分のなかで達したという目標があるので、まずはそれをめざすこと。あとはなにより、患者さん目線で患者さんに感謝されるようがんばっていければと思っています。

次回（4月号）は、眼科 高橋 博 医師にお話をうかがいます。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎ 23-8000



外科 田中 宏和 医師

信州大学医学部卒。信州大学医学部附属病院を経て、平成30年4月に岡谷市民病院に着任。後期研修医として消化器外科の分野について研鑽を積む。休日は、岡谷の地酒などを楽しみながらリフレッシュしている。

3月1日から、各種証明書の コンビニ交付サービスがスタート!

全国のコンビニなどで、各種証明書を取得できるサービスが始まります。

- ◆取得できる証明書…住民票の写し、印鑑登録証明書、所得課税扶養証明書、
戸籍謄本*、戸籍抄本*、戸籍の附票*

※「本籍が岡谷市で住所が岡谷市以外」の人が※印の証明書を取得する場合は、初回のみ、お店のマルチコピー機で「登録申請」を行い、承認されると利用可能になります。
申請から承認までは1～2日かかります。

- ◆料金…市役所窓口と同額

- ◆利用時間…午前6時30分～午後11時(12月29日～1月3日は利用できません)



●まずはマイナンバーカードを用意

コンビニ交付サービスの利用には、「マイナンバーカード」が必要です。カードの作成は市民環境課で受け付けています。申請してからお手元に届くまで、3週間ほどかかります。

●利用できるコンビニ

全国のセブンイレブン、ローソン、ファミリーマートなどの、コンビニ交付対応の「マルチコピー機」を設置している店舗で利用できます。

●機械の操作はかんたん

店舗に設置の「マルチコピー機」にマイナンバーカードを置き、4桁のパスワード(利用者証明用電子証明書)を

入力します。取得したい証明書を選択し、必要部数を入力すると料金が表示され、その場で支払えば証明書が印刷されます。

※パスワードは、カード作成時にほとんどの人が自分の希望の番号で設定済み。(再設定もできます)

●こんな人に便利です

- ・平日や昼間は働いていて市役所に行く時間がないけれど、土・日や夜間なら時間がある。
- ・市役所は遠くて行くのが大変だけれど、近くにコンビニがある。
- ・進学先、就職先、出張先で証明書が必要になった。
- ・頻繁に証明書が必要だ。 など

【おしらせ】 コンビニ交付サービスの開始に伴い、現在、諏訪6市町村で行っている「諏訪広域相互証明交付サービス」は、3月31日で終了します。

問合せ●市民環境課(内線1153・1155)

4月1日から、上下水道料金のスマホ決済もスタートします!

上下水道料金は、4月1日から、モバイル送金・決済サービス『ヤフーアプリ』・『LINE Pay』を使って支払えるようになります。納入通知書に記載されたバーコードを読み込むことで、「24時間」どこでもカンタンに支払えます。

利用スマホアプリ…『ヤフーアプリ Yahoo!マネー』
『LINE Pay 請求書支払い』

【利用上の注意事項】

- ご利用の際には、事前にスマホアプリをダウンロードし、登録を行ったのち、お金のチャージが必要です。
- 支払いができる上下水道料金は、「ヤフーアプリ」は30万円以下、「LINE Pay」は5万円未満です。
- 領収書は発行されませんので、領収書が必要な場合は、取扱金融機関、またはコンビニでお支払いください。

◆次の納入通知書は、スマホ決済の取り扱いができません。

- ・バーコードの印刷がないもの
- ・汚れなどによりバーコードの読み取りができないもの
- ・コンビニエンスストア支払期限を過ぎたもの

これらの場合は、市役所水道課、3支所、駅前出張所の各窓口、または、取扱金融機関窓口でお支払いください。

☆登録など詳しくは、下記ガイドページをご参照ください。

ヤフーアプリ

<https://wallet.yahoo.co.jp/promotion/paymentslip/>

LINE Pay

<http://pay-blog.line.me/archives/74562305.html>

問合せ●水道課(内線1414～1416)

ひとり親家庭のみなさんへ おかやハッピークラブに参加しませんか？

岡谷市ひとり親家庭福祉会では、ひとり親家庭相互の交流と親子のふれあいを深め、児童の健全育成、母子・父子福祉の向上のため、ひとり親家庭等福祉事業(おかやハッピークラブ)を実施します。

期日…5月18日(土)

集合・出発…午前5時(集合次第出発)

帰着…深夜24時頃(予定)

目的地…東京ディズニーランド(千葉県浦安市)

対象者…市内在住の母子家庭・父子家庭および児童扶養手当を受給している家庭の親と子(4月1日現在、満4歳～高校生、保護者が必ず同伴すること)・寡婦会員

☆次の家庭を優先します。

- ・小学校6年生のいる家庭
- ・中学校3年生のいる家庭
- ・高校生がいて過去この行事に参加したことのない家庭
- ・平成30年度の市ひとり親家庭福祉会の総会、各行事に参加した人
- ・参加当日のお手伝い役員を引き受けてくれる人

募集人員…親子80名(定員を超えた場合は抽選で決定)

参加費…大人7,500円、中学・高校生6,000円、4歳～小学生5,000円(バス代・パスポート代・保険料を含む)

※会員以外は1家族3,000円プラス

※食事・飲み物は各自で用意

申込み受付…4月1日(月)～10日(水)

午前8時30分～午後5時15分

申込み方法…社会福祉課、3支所、駅前出張所の各窓口にて受け付けます。窓口に備え付けの申込用紙に必要事項を記入のうえ、提出してください。

※キャンセル料…1週間～3日前まではツアー会社指定のキャンセル料、2日前～当日は全額負担となります(インフルエンザなどの感染症で、出席停止となる病状の人は要相談)。



【新規会員募集中】(年会費1,000円)

当会では、行事を通じ会員相互の交流と親睦を深めるとともに、福祉制度の活用法や新しい情報を発信しています。仲間づくりの輪を広げて、手を取り合って楽しい子育てをしていきましょう。詳しくはお問い合わせください。

問合せ●岡谷市ひとり親家庭福祉会事務局(社会福祉課内 内線1259)

「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)

3月は自殺対策強化月間です

自殺対策は社会的な課題です。大切な人を自殺でなくさないためにも、かけがえない命をみんなで守りましょう。



【自殺予防のための行動】

- 周りの人の変化に気づき、声をかける。
- 本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。
- 眠れない、疲れがとれない、食欲がない…こうした不調が続いていたら、早めに専門家に相談するよう勧める。
- あたたかく寄り添いながらじっくり見守り、必要に応じ相談窓口を紹介する。相談窓口はお問い合わせください。

問合せ●健康推進課(内線1184)

今月の子育てキーワード(小学校低学年)「関わる力を養っていきましょう」

地域の行事に、子どもを積極的に参加させましょう。異年齢交流を通して活動することによって、地域のよさを肌で感じ、伝統を体験していきます。地域の方の顔を覚え、子どもが人と関わる力を養っていきましょう。

～成長樹(期)子育て実践ポイントより～

2019年度の軽自動車税について

2018年4月から2019年3月までに新車登録を受けた三輪以上の軽自動車のうち、一定の基準を満たした車両は、2019年度分の軽自動車税が軽減されます。



【軽自動車(四輪・三輪)】

新車登録を受けた時期(車検証上の初度検査年月)により、右表のとおり税率(年税額)が異なります。



新車登録の時期		平成27年4月1日以降	平成18年4月1日～平成27年3月31日	平成18年3月以前
車両区分/税率		標準税率(★)	旧税率	重課税率
軽三輪		3,900円	3,100円	4,600円
軽四輪 乗用	自家用	10,800円	7,200円	12,900円
	営業用	6,900円	5,500円	8,200円
軽四輪 貨物	自家用	5,000円	4,000円	6,000円
	営業用	3,800円	3,000円	4,500円

★グリーン化特例による軽課税率について

標準税率対象車両のうち、環境負荷の少ない車両は軽自動車税が軽減され、年税額が右表のとおりとなります。各燃費基準の達成状況は、車検証の備考欄に記載されています。

【A】電気自動車など

【B】乗用：平成32年度燃費基準+30%達成車
貨物：平成27年度燃費基準+35%達成車

【C】乗用：平成32年度燃費基準+10%達成車
貨物：平成27年度燃費基準+15%達成車



↓

車両区分/税率		【A】	【B】	【C】
軽三輪		1,000円	2,000円	3,000円
軽四輪 乗用	自家用	2,700円	5,400円	8,100円
	営業用	1,800円	3,500円	5,200円
軽四輪 貨物	自家用	1,300円	2,500円	3,800円
	営業用	1,000円	1,900円	2,900円

【軽自動車税の減免制度】

身体や精神に一定の障がいのある人、またその人と生計をともにしている人が所有する軽自動車などは、申請により軽自動車税を減免する制度があります。期限までに、税務課窓口で申請の手続きをしてください。

申請期限…5月24日(金)

※ただし障がいの等級などによって対象にならない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

【廃車、名義変更などの手続きはお早めに】

軽自動車税は、4月1日現在の軽自動車、原動機付自転車などの所有者に1年分の税金がかかります。

軽自動車などを購入または売却したとき、名義や住所が変わっている場合などは、手続きを3月末までをお願いします。詳しくは、右表の該当機関へお問い合わせください。



車 種	手続きの窓口・問合せ
●原動機付自転車等 (125cc以下のバイク)	市役所税務課 (内線1122)
●軽四輪・軽三輪自動車	軽自動車検査協会 ☎050-3816-1855
●軽二輪自動車 (250cc以下のバイク)	軽自動車協会 ☎0263-58-3220
●小型二輪自動車 (250ccを超えるバイク)	長野陸運支局 ☎050-5540-2043

原動機付自転車、小型特殊自動車に

「ラムラム王」をつけて走りませんか？

武井武雄生誕120周年事業の一環として作成した、ご当地ナンバーを交付しています。童画の王様・武井武雄の代表作の1つ「ラムラム王」を配したデザインで「童画のまち岡谷」をアピールしましょう。

※詳しくはお問い合わせください。



問合せ●税務課(内線1122)

がんばる市内企業のみなさんを応援します

岡谷市では、「たくましい産業の創造」の実現に向け、各種事業を展開し、活力あるまちづくりに取り組んでいます。市内の中小企業のみなさんの取り組みを後押しするため、現在、5つの補助金の申請を受け付けています。

1. 岡谷市インターンシップ促進補助金

対象…市内の店舗、事務所、工場などで、インターンシップを行った中小企業者

内容…インターンシップを受け入れた際に、指導のため配置した人員の人件費を1日あたり3,000円とし、1企業につき年間1万5,000円を限度とする。ただし、特別支援学校に在籍する学生、または障がいのある人を受け入れた場合は、1日あたり6,000円とし、1企業につき年間3万円を限度とする。

申請期間…3月1日(金)～10日(日)

2. 岡谷市障がい者就労体験補助金

対象…市内に事業所を有する中小企業者

内容…障害福祉サービス事業所において、障がいのある人が就労体験を行う場合の、市内の受け入れ先となる中小企業の人件費など。1日あたり6,000円とし、1企業につき年間3万円を限度とする。

申請期間…3月1日(金)～10日(日)

3. 創業のまち岡谷実現事業補助金 (家賃支援事業)

対象…以下のいずれかに該当する市内の中小企業者

- ①独立創業後5年未満
- ②長野県創業支援センター岡谷センターに入居中
- ③長野県創業支援センター岡谷センターを退去した日から2年未満かつ独立創業後7年未満

※業種：日本標準産業分類に定める大分類「製造業」、または、大分類「情報通信業」中分類「情報サービス業」小分類「ソフトウェア業」を主たる事業として営むもの。

内容…市内の貸工場、貸事務所を借りて創業・事業所移転および増設をした場合に、毎年3月1日を起算日として、過去1年間に支払った特定物件などの家賃に相当する経費の2分の1以内を助成。(上限54万円：予算の範囲内)

※1企業連続した2年間

申請期間…3月1日(金)～30日(土)



4. 岡谷市次世代産業参入環境整備支援事業補助金

対象…国際規格ISO13485（医療機器・体外診断用医薬品）、および、航空宇宙品質マネジメントシステム規格JIS Q9100を取得した市内の中小企業者

※業種：日本標準産業分類に定める大分類「製造業」、または、大分類「情報通信業」中分類「情報サービス業」小分類「ソフトウェア業」を主たる事業として営むもの。

内容…毎年3月1日を起算日として、過去1年以内に国際規格、または、航空宇宙品質マネジメントシステム規格の登録証の交付を受けたものに係る経費のうち、次に掲げる補助対象経費(国際規格登録証または航空宇宙品質マネジメントシステム規格登録証に記載された登録の日から起算して、過去3年以内のものに限る。)の合計額の10分の2以内を助成。(上限50万円：予算の範囲内)

- (1)専門家(コンサルタントなど)への委託経費
- (2)資料等購入経費 (3)翻訳・通訳に要する経費
- (4)審査登録の申請に直接要する経費

申請期間…3月1日(金)～15日(金)

5. 岡谷市新規受注開拓推進事業補助金 (展示会出展事業)

対象…展示会に出展した市内中小企業者および企業グループ

※業種：日本標準産業分類に定める大分類「製造業」、または、大分類「情報通信業」中分類「情報サービス業」小分類「ソフトウェア業」を主たる事業として営むもの。

内容…毎年3月10日を起算日として過去1年間に支払った展示会に係る経費のうち、次に掲げる補助対象経費の合計額の3分の1以内を助成。(国内・国外の展示会問わず上限20万円：予算の範囲内)

- (1)出展小間料 (2)小間内装飾経費
- (3)その他出展に対する直接経費

ただし、2年目については、1年目の交付額の2分の1を上限とし、3年目以降については、申請はできないものとする。

※岡谷市の共同出展事業により出展した展示会については、対象外。

申請期間…3月1日(金)～10日(日)

シルキーバスでは4月1日から 障がい者利用券を導入します

利用券は10枚つづりで販売します。小銭を出さずに利用券1枚で便利にシルキーバスが利用できるようになります。

使用開始日…4月1日(月)

使用可能路線…シルキーバス全線

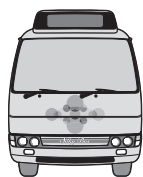
※スワンバスでは使用できません。

販売価格…1冊800円(80円×10枚つづり)

発売日…3月20日(水)～

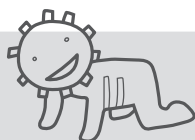
販売場所…アルピコ交通岡谷駅前案内所(ラオカヤ1階)

※なお、利用券の購入時およびバス降車時は、障害者手帳の提示が必要となります。



問合せ●商業観光課(内線1453)

こどものくに 0123



3月のイベント

♣おおきくなったね会(申し込み不要)

おおきくなったことをみんなで喜び、歌や手遊びなどを楽しみましょう。

日時…3月14日(木) 午前10時30分～11時15分

対象…子どもと保護者

講師…こどものくにスタッフ・「おおきなおはなしたまご」の先生

参加無料

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

【カード更新のおしらせ】

現在のオレンジ色のカードは3月31日まで使えます。4月1日からは水色の新しいカードになります。登録を更新してください。(登録対象:平成28年4月2日以降生まれ)

楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

3月 1日(金)	リズム運動遊び・お誕生会	午前11時～
7日(木)	つくっちゃおう	午前11時～
8日(金)	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
19日(火)	歯っぴー相談	午前中
20日(水)	食べるのだいすき!	午前11時～
21日(木)	ベビーマッサージ	午前10時30分～
25日(月)	べったんこの日	1日中いつでも
28日(木)	もぐもぐ相談	午前10時30分～



問合せ●こどものくに ☎24-8403

岡谷駅前自転車駐車を ご利用ください



利用時間…午前5時30分～午後12時

(管理人对応は午前6時30分～午後9時)

使用区分…自転車・原動機付自転車

受付場所…岡谷駅前自転車駐車場 窓口(中央町1-1-3)

★2019年度新入生の募集は、3月27日(水) 午後1時より随時受付

【料金】※10月に料金改定予定



一時使用		自転車	一般	100円
			通学	100円
		原動機付自転車		150円
定期使用	1か月	自転車	一般	1,500円
			通学	1,000円
		原動機付自転車		2,000円
	6か月	自転車	一般	8,100円
			通学	5,400円
		原動機付自転車		10,800円
	1年	自転車	一般	15,000円
			通学	10,000円
		原動機付自転車		20,000円

問合せ●岡谷駅前自転車駐車場 ☎24-5258
商業観光課(内線1452)

岡谷絹工房 新規研修生募集

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

期間…

2019年4月～2020年3月
(火・土・日のいずれか選択)

※研修日は相談に応じます。

時間…午前の部 午前9時～正午
午後の部 午後1時～4時

場所…きぬのふるさと 岡谷絹工房

(中央町1丁目13-17 旧山一林組製糸事務所)

募集人員…若干名(定員に達し次第受付終了)

受講料…年額6万円(別途実費が必要)

申込み…3月1日(金)～19日(火)

※見学も可(開館日)



申込み・問合せ●ブランド推進室 ☎23-3489

行政

仲間

環境

健康

環境ボニター (ボランティアのモニター)を募集します

活動内容…環境保全に関する情報の収集および通報、環境保全に関する意見の提出

応募資格…20歳以上の市民

活動期間…4月1日から1年間

応募方法…所定の申込書に必要事項を記入のうえ、3月13日(水)までに市民環境課へ提出してください。

※申込書は、市のホームページからダウンロード、または市民環境課でお受け取りください。



問合せ●市民環境課(内線1142)

第3次岡谷市環境基本計画の推進

3月の重点目標《自然環境の保全》 豊かな自然とふれあえるまち

現在の生態系や農林水産業に影響を及ぼすおそれのある

『日本の侵略的外来種ワースト100』に入っている生物の繁殖が、岡谷市でも確認されています。アレチウリやブラックバスなどは『入れない、捨てない、拡げない』ことを基本にして、在来生物の保護を図ります。

特定外来生物に関することは、常時ホームページなどで紹介しています。



自然への関心や理解を深め、自然に配慮する行動をとるようこのころがけ、自然とのふれあいの場や学ぶ機会を提供し、環境教育や自然と共生するまちづくりを進めていくことが必要です。

◎市民のみなさん
●自然とのふれあいの場の整備と、環境に関する教育への参加

・こどもエコクラブ、緑の少年団、水の探検隊、環境セミナーなどに積極的に参加しましょう。
・水辺や里山にごみを残したり、ポイ捨てをして汚さないようにしましょう。

◎事業所のみなさん

●土地開発時の災害要因防止と自然環境の保全
・動植物の生息状況を確認し、土地開発による生態系の変化や破壊のないよう配慮しましょう。

おかや環境かるた



すわこには
たくさんいるよ
さかなたち



野焼きは法律で禁止されています

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

問合せ●市民環境課(内線1142・1143)

広告

大切な本づくり 安心しておまかせください。

❖人生の節目に…自伝

❖オリジナル書籍…句集・歌集・作品集

❖新たな未来へ…社史・校史

❖活動の足跡となる…機関誌・年鑑 など

中央印刷株式会社

〒394-0048 長野県岡谷市川岸上1丁目1-20
TEL (0266) 22-5551(代) FAX (0266) 24-0304
URL <http://www.chuo-print.com>

【本社】

〒171-0042 東京都豊島区高松1丁目10番2号 NH西池袋ビル5F
TEL (03) 3973-0201(代) FAX (03) 3973-0251

株式会社 中央企画

〒394-0048 岡谷市川岸上1丁目1-20 TEL (0266) 21-7620(代)
URL <https://www.chuonet.co.jp>

運動療法教室 受講者募集

適度な運動の実施や栄養指導などにより、生活習慣病の改善や症状軽減をめざす、国保被保険者の「運動療法教室」を、岡谷市医師会との連携のもと、やまびこスケートの森に委託して開催しています。5月開講の教室の受講者を募集します。

対象…岡谷市国保の被保険者で、健康診断の結果などから、医師に生活習慣病(糖尿病・脂質異常症・高血圧・肥満症)・その予備軍と診断され、適度な運動の実施などを勧められている人
※申し込み後、主治医の「運動許可書」を提出してください。

期間・時間…5月7日(火)～8月29日(木)の、火・木曜日の午後1時30分～3時30分。このほか水・金・土・日のいずれか1日は、都合の良い時間に施設で自主トレーニングが可能(2時間)
※教室が始まる前(4月下旬)に運動負荷試験を行います。

場所…やまびこスケートの森トレーニングセンター ほか

定員…15名(応募多数の場合は抽選)

費用…受講料:15,000円、スポーツ保険料:1,300円

※別途、教室の前後に受診費用(2,000円程度)がかかります。

申込み締切…4月10日(水)

※受講料およびスポーツ保険料は、開講式当日に集金します。

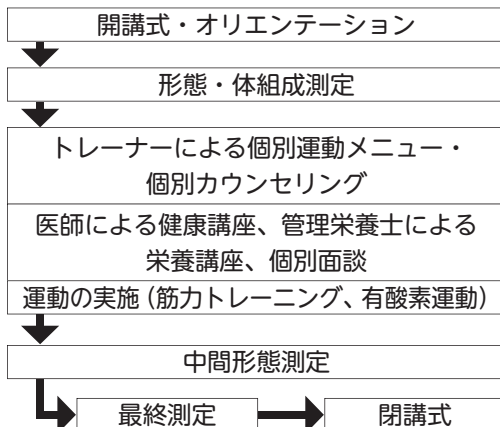
※医師によるメディカルチェックの結果、事故防止のため、受講を取り止めていただく場合があります。この際、受講料は返金しますが、スポーツ保険料は返金できませんのでご了承ください。

※原則として、特定健診や人間ドックを受けていただきます。

※教室の詳細についてや見学希望は、やまびこスケートの森トレーニングセンター (☎24-5210)へご連絡ください。



【教室の内容と流れ】



申込み・問合せ●医療保険課(内線1189)

3月の図書館情報

絵本の読み聞かせ、紙芝居、パネルシアターなどのおはなし会を定期的に行っています。みなさん、おはなしの世界をいっしょに楽しみましょう。

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時:3月19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:3月2日・9日・16日・23日・30日の土曜日

午前11時～(20分程度)

※会場はいつでも市立岡谷図書館2階会議室です。

☆としょかんキッズを募集します!

春休みの思い出に、本の貸出しや整理などの、図書館の仕事を1日体験してみませんか?

期日:3月26日(火)・27日(水)・28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:3月2日(土)～17日(日)

※申し込み多数の場合は抽選、後日結果をお知らせします。

◎3月の休館日:4日・11日・18日・22日・25日・29日

今月のテーマブックス「おおきいちいさい」

♠ミアはおおきなものが好き!

カトリン・シェラー作
関口裕昭訳(光村教育図書)



ちいさなねずみのミアは、おおきなもの
が大好き。土にたねをまいて水をあげると、
植物がおおきくなることを知ったミアは、
自分の持っているものを土にうめて育てて
みましたが…。さて、おおきくなったかな?

3月17日(毎月第3日曜日)は「うち読でエ」読の日

申込み・問合せ●岡谷図書館 ☎22-2031



健康ひと回メロ

No.497

「親知らず」は抜く？ 抜かない？

「親知らず」は、専門的には第三大臼歯（智歯）といえます。平均寿命が40歳前後だったむかしは、生え終わる20歳代前半までに親が亡くなってしまうため、『親が知らない歯』というのが名前の由来といわれています。

この親知らず周辺がはれて痛みが出る病気を「智歯周囲炎」といいます。なぜこのような症状が出るのでしょうか？ 親知らずは上下左右のいちばん奥の永久歯として最後に生えてきます（あごの骨のなかに埋まったままだったり、先天的にない人もいます）。いちばん最後に、いちばん奥に生えてくるため、顎骨のなかで生えるスペースが不足して正常に生えることが難しく、萌出不全や半埋伏に陥ることが多くなります。この状態では歯の頭の一部が口腔内に出て、そのほかの部分は粘膜で覆われています。そのため、粘膜と歯の間に深い歯周ポケットが形成され、そのなかで細菌が増殖し、急性・慢性的の炎症を起こします。また、ものを噛む際に粘膜を傷め、智歯周囲炎になることもあります。残念ながら、一度智歯周囲炎が起ると何度も繰り返します。形成された深い歯周ポケットが細菌の温床になるからです。好発年齢は、親知らずが生え始める10歳代後半から生え終わる20歳代前半までですが、放置すると繰り返すため、

30歳代・40歳代でも痛みが出る場合があります。

では、完全に埋まったままであれば問題はないのでしょうか？ 実はそうとも言い切れません。歯肉は加齢とともに退縮します。とくに隣に生えている第二大臼歯が抜けてしまった場合は、歯肉が大きく下がります。親知らずの埋まっている位置が浅い場合、埋まつていたはずの歯の頭が出てきてしまうことがあります。高齢で智歯周囲炎が起るのはこのパターンです。また入れ歯を使い始めると、こすれて痛みが出てしまうこともあります。そのほかの弊害として、萌出時の圧迫痛や歯並びへの影響、磨きにくいことによるむし歯もあります。

親知らずは、なくても咬合にほとんど影響がないことが多いため、前述のような症状が出た場合、また、いま症状がなくてもいずれ出てくる可能性がある場合は、抜歯をお勧めします。

親知らずの抜歯は、抜歯後に腫れることや痛みが続くことが多いため、年齢が若いうち、ほかに基礎疾患が出ないうちに抜くほうが弊害は少ないです。

不安な人は、早いうちから歯医者さんでしっかりと診断をしてもらいましょう。

（岡谷下諏訪歯科医師会）



2019年度 介護予防教室 ねこまぬ先のぴんぴんキラリ☆教室のご案内

2019年12月末までに65歳以上になる人（事業対象者・要支援・要介護認定者を除く）に、介護予防のための「ねこまぬ先のぴんぴんキラリ☆教室のご案内」を2月中旬に郵送しました。運動に加え、栄養・口腔・認知症に関する知識を得られる、介護予防教室です。

参加無料！

※教室により
会場使用料を負担いただく
場合があります。

無料送迎あり！

自宅 ⇄ 会場 または
最寄の公会所 ⇄ 会場
（コースにより異なる）

ぜひご参加ください！

※教室の内容や日程などの詳細は、郵送される教室案内票をご覧ください。

問合せ●介護福祉課（内線1276・1277）

申込み方法…「ねこまぬ先のぴんぴんキラリ☆教室のご案内」に同封されている「教室申込書」に必要事項を記入し、返信用封筒に差出人の住所と氏名を記入のうえ、82円切手を貼ってポストに投函、または、市役所2階の「介護福祉課」窓口へご持参ください。

申込み期限…3月4日(月)必着

※申し込み多数の場合は、今まで市の介護予防教室に参加したことのない人を優先し、抽選で参加者を決定します。

（先着順ではありません）

※当選者の発表は、本人への電話をもってかえさせていただきます。

（落選者へは連絡しません）



相 相談 乳幼児健診
 予防接種 子育て学習

金	土
1	2
7 水道建設(株) ☎ 23-2662	8 旭設備(株) ☎ 23-3764
14 (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	15 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931
21 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	22 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642
28 杉村設備(株) ☎ 27-8632	29 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615
3 離乳食教室〈ばくばく教室〉 (30年3月～4月生) 受付午前10時～10時30分	4 (株)総設工業 ☎ 28-8504
	5 (有)三善工業 ☎ 23-3446

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	13日(水) 午前9時～正午 庁舎202会議室
無料法律相談 【予約制】	19日(火) 午後1時～5時 問合せ：社会福祉課(内線1254) 相談員：藤森誠二 弁護士 ※4月分予約：3月20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】	20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 ※29日(金)は閉室 専門カウンセラー(臨床心理士)相談【予約制】 13日(水)・27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】	19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
女性のための相談 【予約制】	19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)	19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	13日(水) 午後1時～4時 会場：テクノプラザおかや 対象者：40代前半までの人 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
農地相談 【予約制】	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：農業委員会事務局(内線1488)

ふれあいおしゃべり電話、ボランティア総合相談、金銭管理 財産保全相談
 社協心配ごと相談、家庭介護相談

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎ 24-2121

結婚相談	相談日	時間	場所	連絡先
	火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 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▶3月8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

※4月12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】

3月13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

◎国民健康保険税 第12期

納期限…4月1日(月)

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)

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け付けます。 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				
3	4	5	6	
☎ イマムラ脳神経外科クリニック ☎ 27-0019 ☎ 山田歯科医院 ☎ 22-2131 ☎ アイビー薬局 ☎ 26-1670 ☎ (株)アイテック ☎ 23-8500	☎ 杉村設備(株) ☎ 27-8632	☎ BCG (30年9月生) ☎ (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	☎ 1 歳 6 か月児健診 (29年8月生) 受付午後1時～1時20分 ☎ (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	☎ 日本脳炎 (28年2月生:1 回目) 30年3月までに2回目を終了した人を含む (西堀・長地地区以外) ☎ 2 歳児にこにこ教室 (29年2月生) 受付午前9時15分～9時30分 ☎ (株)浜パイピング ☎ 23-6885
10	11	12	13	14
☎ 春山眼科医院 ☎ 21-2525 ☎ ジェンデンタルクリニック ☎ 24-8220 ☎ アイン岡谷薬局 ☎ 23-2808 ☎ 信和設備(株) ☎ 22-3302	☎ 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時 ☎ (株)総設工業 ☎ 28-8504	☎ 四種混合 (生後3か月から) 30年2月までに3回目を終了した人を含む (西堀・長地地区) ☎ (有)三善工業 ☎ 23-3446	☎ 3 歳児健診 (28年2月生) 受付午後1時～1時20分 ☎ (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	☎ ほっこり子育て応援課 (30年7月～8月生) 受付午前9時30分～10時00分 ☎ (株)イワナミ ☎ 22-2222
17	18	19	20	21
☎ サツマ外科医院 ☎ 22-5180 ☎ 小口歯科第2クリニック ☎ 28-2883 ☎ アイン岡谷薬局 ☎ 23-2808 ☎ (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	☎ 十和設備(株) ☎ 24-0182	☎ 四種混合 (生後3か月から) 30年2月までに3回目を終了した人を含む (西堀・長地地区以外) ☎ 水道建設(株) ☎ 23-2662	☎ 3～4 か月児健診 (30年11月生) 受付午後1時～1時20分 ☎ 旭設備(株) ☎ 23-3764	☎ 諏訪共立病院 ☎ 28-2012 ☎ さつき歯科医院 ☎ 27-5858 ☎ ひまわり薬局 ☎ 26-7226 ☎ (株)アイテック ☎ 23-8500
24	25	26	27	28
☎ 花岡医院 ☎ 22-3525 ☎ アルプス矯正・小児歯科クリニック ☎ 55-4477 ☎ マツモトキョシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801 ☎ (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	☎ 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	☎ 日本脳炎 (28年2月生:2 回目) 30年3月までに2回目を終了した人を含む (西堀・長地地区以外) ☎ (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	☎ 9～10 か月児健診 (30年5月生) 受付午後1時～1時20分 ☎ 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	☎ 信和設備(株) ☎ 22-3302
31	◆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。			
☎ 溝口医院 ☎ 27-6266 ☎ 笠原歯科医院 ☎ 22-2837 ☎ 永田薬局 ☎ 27-8123 ☎ (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197				
☎ 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。				

ゆめ

—No.238—

主 な 内 容

CONTENTS

ボランティア活動保険のお知らせ	18
ボランティア行事用保険のお知らせ	19
おかやボランティア連絡協議会セミナーのお知らせ	20
遊具、ゲーム貸し出します	21
諏訪6市町村広域手話奉仕員養成講座受講生募集	21

スローガン
みんなで築く
みんなの福祉
(あした)
みんなの未来

●発行・編集●

岡谷市社会福祉協議会

〒394-0081

岡谷市長地権現町4-11-50

☎ 24-2121

☎ 24-3555

*

ホームページアドレス

www.okaya-shakyo.or.jp

*

メールアドレス

info@okaya-shakyo.or.jp

ボランティアセンターからのお知らせ

★ボランティアをされる予定の団体・個人の皆様へ！★

ボランティア活動保険のお知らせ

ボランティア活動中の事故による怪我や損害賠償責任を補償します。

補償の例

賠償責任の補償：家事援助のボランティア活動中に誤って家の物を壊してしまった。

ケガの保障：清掃ボランティア活動中に転んでケガをして通院した、ボランティア活動に向かう途中、交通事故にあつて亡くなられたなど

(ボランティア自身の特定感染症や熱中症も補償の対象となります)

		Aプラン	Bプラン
ケガの補償	死亡保険金※	1,040万円	1,400万円
	後遺障害保険金※	1,040万円 (限度額)	1,400万円 (限度額)
	入院保険金日額	6,500円	10,000円
	入院中の手術	65,000円	100,000円
	外来の手術	32,500円	50,000円
	通院保険金日額	4,000円	6,000円
賠償責任の補償	賠償責任保険金 (対人・対物共通)	5億円(限度額)	

補償期間

加入申し込みの翌日から補償開始となります。年度単位で切り替えとなり、来年度は2019年4月1日から2020年3月31日までとなります。

保険料

保険料は右表のとおり

※岡谷社協による補助制度もあります。(ボランティアセンターへの登録が必要です)

	Aタイプ	Bタイプ
基本タイプ	350円	510円
天災タイプ	500円	710円

持ち物

★印鑑と保険料

★団体での加入の場合は名簿

注意事項

ご加入は、お一人につきいずれか一口となります。複数口加入の場合でも補償は一口となりますので、二口以上加入されていないか確認のうえ申し込みください。

★2019年度より、営利企業名による加入申し込みが可能となります。

※企業の営利事業の一環として行う活動や、業務出張等を含む業務として行う活動は、従来どおり対象外です。

2019年度の
加入申込受付は、
3月から開始です！
新年度の活動開始に
間に合うよう、お早めの
加入をお勧めします。



★ ボランティア行事を企画検討している主催者の皆様へ! ★

Check! ボランティア行事用保険のお知らせ

地域福祉活動やボランティア活動の様々な行事における様々な事故の備えの保険。

※ 社会福祉協議会の構成員や会員である団体・グループのみが対象となります

○ 主催者や参加者のケガ、主催者の賠償責任（主催者責任）を保証します。

保険料 **A プラン**（宿泊を伴わない行事） A1 行事 1 日 28 円（最低保険料 560 円）

（A1 行事 A2 行事 A3 行事がありケガなどの危険が伴いやすい A2 や A3 行事は、保険料が高くなります。）

B プラン（宿泊を伴う行事） 1 泊 2 日 241 円

C プラン（宿泊を伴わないかつ参加者が事前に特定できない行事）

♪ 詳細は、ボランティアセンターまでお問い合わせ下さい ♪

ボランティア活動中の事故発生件数のうち 7 割以上が転倒事故! また、事故発生件数のうち約 8 割が 60 歳以上の方! 後遺症につながることもあり、生活にも影響を与えかねません!

「いまの自分にできること」をしっかりと見極め、無理なく活動をしましょう!

“ハリキリすぎない” “冷静、自尊心、注意力をもって” “高齢者が高所作業を行うことを避けよう”



おかやボランティア連絡協議会セミナーの開催

★参加申込不要★
どなたでも
ご参加OK!

日時 平成 31 年 3 月 23 日（土）
午後 2 時 00 分～3 時 30 分

※ 赤い羽根共同募金の助成事業です。



会場 おかや総合福祉センター（諏訪湖ハイツ）大会議室

演題 「ストレス回避、コミュニケーション能力向上」

講師 コミュニケーションカウンセラー・筆跡心理士 **山田 千津子 氏**

※ 手話・要約筆記通訳が必要な方は、ご自身で手配をお願いいたします。

～笑顔で健康若返り・心のアンチエイジング～

現代社会は複雑で、人は様々なストレスにさらされています。これまで常識と思っていたことでさえ、くつがえされ、何が本当なのか分からない時代になっています。人間関係の不可解さにも疲れ、悩みが多くなっているのが現実・・・

「自分を知る」ということが、いかに大切か思い知らされます。気づくことで楽しく生きる喜びにつながります。



おかやボランティア連絡協議会（Okaya Volunteer Network 略称：OVN）とは

ボランティア活動を行っている人同士の横のつながりを深め、ボランティアの活動の推進を行っている会です。日頃のボランティア活動の情報交換をしながら、楽しく会の活動をしています♪

おかやボランティア連絡協議会では、随時会員を募集中です。一緒に活動してみませんか!?

★ 活動内容 ★

ふれあい祭り & ボランティア祭り運営のお手伝い（10 月）
会員の交流会（9 月） 総会・研修会・セミナーの参加
（役員の場合：月 1 回の定例会など、他の活動もあります）

★ 加入条件 ★

岡谷市ボランティアセンターに登録をしている団体または個人

★ 会費（1 年間）★

団体ボランティア：500 円 / 1 年 個人ボランティア：200 円 / 1 年

OVN 役員の皆さんは
「防災とボランティアパーク」
にて炊き出し訓練に参加して
います



お問い合わせ

ボランティアセンター

TEL 24-2121

FAX 24-3555

遊具、ゲーム 貸し出します

集いの場、世代交流、地域の行事などのレクリエーションにいかがですか。ぜひご活用ください。

室内用パタンク



ワーリング

輪の中に輪を入れるゲーム



輪投げ



ゲーボールゲーム

パターゴルフとゲートボールの感覚を楽しめます

スカットボール



オセロ、ジエンガ、かるた、
脳トレパズル、その他ゲーム各種



マグネット吹き矢



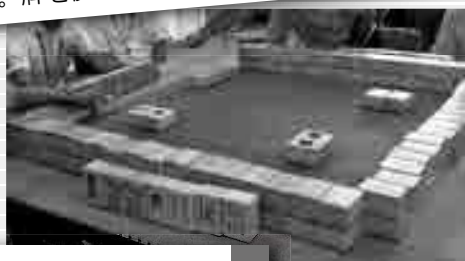
楽器いろいろ メロディベル、
トーンチャイムなど



コミュニケーション麻雀



タワシ大の麻雀牌を使ってチーム戦で相談しながら行います。牌を使った簡単ゲームも楽しめます。



お申込み・ 貸し出し 方法

- 事前にお電話か社協窓口で予約、貸出状況をご確認ください。貸出が可能な場合、初回は申請書を提出いただき、2回目以降は貸出簿に記名捺印いただきます。(初回の方は必ず印鑑をお持ちください)
- 貸出期間は、原則1週間以内。
- 使用料は無料です。
- 貸出を受けた団体は、その遊具の管理を十分に行ってください。(弁償していただく場合もあります)

お問い合わせ

岡谷市社会福祉協議会 24-2121

社協職員が使い方を教えます！

諏訪 6 市町村広域手話奉仕員養成講座

**受講生
募集!!**

手話奉仕員養成講座は手話で伝えあう楽しさを知り、地域のろう者と手話で日常会話ができるようになることを目標とする講座です。

この講座は諏訪地域 6 市町村の委託を受けた岡谷市社会福祉協議会が実施します。

■ 定 員 20 名（応募者多数の場合は抽選となります）

■ 日 程 4 月 8 日から 3 月 30 日まで（祝日を除く毎週月曜日）全 41 回

■ 時 間 午前 10 時から 12 時

■ 会 場 おかや総合福祉センター（諏訪湖ハイツ）202 研修室

■ 受講対象者 原則、次の 3 つの要件を満たす方

① 諏訪地域 6 市町村に在住・在勤、在学の方

② 手話の学習経験のない方

③ 全日程（41 回）出席できる見込みの方

■ 受 講 料 3,240 円（テキスト代）

■ そ の 他 出席率 80%以上の方に修了証書を授与

■ 申込み受付期間 3 月 4 日（月）～ 3 月 22 日（金）

■ 申込み・問合せ先 岡谷市社会福祉協議会まで



詳細は岡谷市社会福祉協議会

ホームページを御覧ください

赤い羽根共同募金 募金額の訂正

実績額 16,381,546 円

地区 ▶ 14,556,219 円 窓口 ▶ 1,747,704 円 学校 ▶ 71,252 円 募金箱等 ▶ 6,371 円

3,176,000 円 県共同募金会へ繰り入れ県内の施設や社会福祉事業への助成に使われます。

13,205,546 円 岡谷市共同募金委員会へ配分され下記の事業に使われます。



実績額 16,385,136 円

地区 ▶ 14,559,719 円 窓口 ▶ 1,747,704 円 学校 ▶ 71,342 円 募金箱等 ▶ 6,371 円

3,176,000 円 県共同募金会へ繰り入れ県内の施設や社会福祉事業への助成に使われます。

13,209,136 円 岡谷市共同募金委員会へ配分され下記の事業に使われます。

社協だよりゆめ 2 月号の平成 30 年度
赤い羽根共同募金の岡谷市内募金額に
追加がありましたので訂正いたします。

今後も、じぶんの町を良くするしくみ
赤い羽根共同募金にご理解ご協力をお
願いいたします。

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(4月分)：

3月17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：3月17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

(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：5000円

一般：6000円

※春休み短期こども水泳教室は

3500円、一般のテニス教室は
7500円

申込み：一般は、3月1日(金)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(電話申込み不可・先

着順。1回の申込みにつき2名ま

で)。受講料を添えて申し込んでく
ださい。

※春休み短期こども水泳教室は、3

月1日(金)午後1時より、市民水

泳プール窓口にて受け付けます。

「幼児・小中学生」

◎第1期 ミニバス教室(小学生)

期間：4月～6月

毎回金曜日(計10回)

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・中学校体育館

定員：各40名

◎第1期 バドミントン教室 (小学4年生～中学生)

期間：4月5日～6月28日

毎回金曜日(計10回)

時間：午後5時～6時

場所：市民総合体育館 定員：20名

◎第1期 HIP-HOPダンス教室 (年少～小学生)

期間：4月8日～6月24日

毎回月曜日(計10回)

時間：午後4時～4時45分(年少～)

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1期 フットサル教室 (年少～小学生)

期間：4月9日～6月18日

毎回火曜日(計10回)

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1期 こどもスポーツ教室 (年長～小学生)

期間：4月9日～6月18日

毎回火曜日(計10回)

時間：午後5時～6時

場所：市民総合体育館 定員：20名

◎第1期 サッカー教室
(年少～小学生)

期間：4月10日～6月19日

毎回水曜日(計10回)

時間：午後5時～6時

場所：市民総合体育館 定員：20名

毎回水曜日(計10回)

時間：午後4時～5時(年少～)

午後5時～6時(小学生)

場所：湖畔広場(雨天：市民総合体育館)

定員：各30名

◎第1期 卓球教室(小学生)

期間：4月10日～6月19日

毎回水曜日(計10回)

時間：午後5時～6時

場所：市民総合体育館 定員：20名

◎第1期 野球教室(小学生)

期間：4月12日～6月21日

毎回金曜日(計10回)

時間：午後5時～6時

場所：湖畔広場(雨天：市民総合体育館)

定員：20名

◎春休み短期こども水泳教室 (小学生)

期日：3月25日(月)・26日(火)・27日

(水)・29日(金) 計4回

時間：午後2時～3時

場所：市民屋内水泳プール

定員：30名

以上問合せ ●シンコースポーツ(株)

市民総合体育館 ☎22-8800

市民プール ☎23-6820

【一般】※託児あり

※当日参加も可能。1回900円
※託児は1歳児からで、1教室につき
1000円

◎第1期 脂肪燃焼

エアロビクス教室

期間…4月8日～6月24日
毎回月曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館 定員…30名

◎第1期 エクササイズ教室

期間…4月10日～6月19日
毎回水曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館 定員…20名

◎第1期 テニス教室

※テニス・ソフトテニス経験者向け

期間…4月10日～6月19日
毎回水曜日(計10回)

時間…①午前10時30分～正午
②午後1時～2時30分

場所…市民総合体育館(雨天…市民総合体育館)

定員…各20名

◎第1期 ピラティス教室

期間…4月12日～6月21日
毎回金曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館 定員…30名

◎第1期 ZUMBA教室

ダンス音楽を取り入れたフィットネ

スエクササイズ

期間…①4月12日～6月21日
毎回金曜日(計10回)
②4月16日～6月25日
毎回火曜日(計10回)

時間…午前11時～正午

場所…市民総合体育館

定員…各30名

◎第1期 バレトン教室

バレエ・ヨガ・フィットネスの動きに
より体幹を鍛えシェイプアップ!

期間…4月16日～6月25日
毎回火曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館 定員…30名

以上問合せ●市民総合体育館内

シンコースポーツ(株) ☎228800

おしらせ

農地の貸し借り相談会

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

日時…3月16日(土) 午前10時～正午
場所…市役所6階 605会議室

応募方法…事前に電話にてお申し込み

ください(当日参加も可)。

申込み・問合せ●

農業委員会事務局(内線1488)

人権擁護委員会による

「特設人権相談所」開設

いじめ、虐待、差別、家族の問題な
ど、人権に関する日ごろの悩みごとの
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。予約は不要
ですので、直接会場にお越しください。
日時…3月4日(月)
午前10時～午後3時

場所…諏訪湖ハイッ

問合せ●長野地方事務局諏訪支局

☎5212440

おかや就活サークル

いよいよ就活本番!! 就活サークルに参加できる
ラストチャンスです。ぜひご参加ください。

その3 就職本番。

「就活を知る。」～地域の企業を知ろう～

「長野県諏訪地域合同就職説明会」

日時…3月4日(月) 午後1時30分～4時 場所…茅野市民館

「仕事を知る。」～企業を見学しよう!～

企業見学をします。実際に働くイメージをしてみよう。

日時…3月5日(火) 午前9時30分～正午 定員…40名

参加企業…マルゴ工業(株) ⇒ (株)岡谷組

※参加無料・要事前申込み(昼食付)

「就活に備える。」「第1印象とマナーの秘訣セミナー」

ひとめであなたと働きたいと思われる第1印象とマナーとは。

日時…3月5日(火) 午後1時～3時

場所…テクノプラザおかや 定員…40名

講師…鈴木優子さん(コミュニケーションアドバイザー)

問合せ・申込み●テクノプラザおかや ☎21-7000

LINE@おかや就活サークル QRコードからアクセス▶



3月8日は
「国際女性デー」
国際連合が制定した
女性差別撤廃と
女性の地位向上を
めざす日です。

3月の諏訪湖ハイツ



♥ロビー展示

- 鮎沢 毅 花風景写真展

期間…3月16日(土)～31日(日)

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

- 腹話術友の会「震災イベント」

日時…3月11日(月) 午後2時45分～3時30分

★ロビーコンサート・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)

暖かい室内で、おかいもの。たくさん出店があり、お目当ての品、掘り出しものが見つかりますよ。

日時…3月16日(土)・17日(日) 午前10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

ハイツの温泉は効能がいっぱい。からだを温めての健康づくりはいかがでしょうか。ぜひ、お出かけください。

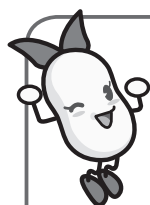
♥温泉リハビリ友の会 会員募集中!

人気上昇中! 仲間と一緒に「健康作り」しませんか!

●101研修室 使用終了のお知らせ

「岡谷市成年後見支援センター」設置のため、3月31日をもって、101研修室の使用を終了します。利用者のみならずにはご不便をおかけしますが、ご理解・ご協力、ならびに、引き続き諏訪湖ハイツのご利用をお願いします。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290
社会福祉課(内線1256)



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

地上デジタル放送中!

3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(3月1日～31日)

- 岡谷市イベント情報
- わが家のアイドル No.83
- 野菜万葉!!～旬の野菜で料理～「ほうれん草」(再放送)

わが家のアイドル
No.83



【特別番組】(午前10時～・午後3時～・午後7時～)

- 平成30年度 市政懇談会(1日～15日)
- カルチャーセンター 生涯学習大学 「数楽しもう!!」(16日～31日)

市政懇談会



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。

美肌の湯 ロマネット

★毎週土曜日はファミリーデー

子ども(3歳～小学生)連れのご家族は入浴料が割引に♪

★毎月第2木曜日はロマネットの日

期日…3月14日(木)

※詳しくは、館内掲示板をご覧ください。

★ロビーフリマ…3月23日(土)・24日(日)

雑貨などを格安販売!(出店のない場合は中止)



◎本券を切り取ってフロントにお持ちのうえ、現金でお支払いください。
※他クーポン券・割引券との併用はできません。

キリトリ線

おかや温泉
ロマネット

岡谷市民特別割引券

大人 530円→400円
小人 270円→200円

本券1枚で5名様までご利用いただけます。
有効期限:平成31年3月1日～3月31日

※ご利用は1回のみです。
※現金や入浴券との引き換えはできません。
※朝風呂時は対象外
※スタンプサービス対象外

3月分

★食事処やまびこ 今月のおすすめ

【田舎うどんとおやきセット 870円】です!

信州みそ仕立ての田舎うどんと『鬼無里いろは堂』の名物おやきがセットになった限定メニュー! おやきは2種類から味が選べます♪ 信州の味をお楽しみください!

※おすすめメニューは変更になる場合があります。



★コミック新タイトル入荷!

2階休憩室のコミック約900冊のうち、約180冊を入れ替えました! 今回も最新刊や人気作品を多数入荷。子どもから大人まで幅広く楽しめるラインナップです。



問合せ●ロマネット ☎27-6080

CANORA HALL インフォメーション

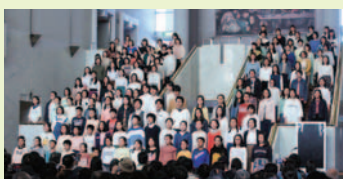
カノラホール〈岡谷市文化会館〉
TEL 24-1300 FAX 24-1412

3月24日(日) 午後1時30分開演

カノラ少年少女合唱団 スプリングコンサート♪

入場無料

今年も、カノラ少年少女合唱団のスプリングコンサートを開催します。ふだんのロビーがステージに大変身！小学生から高校生まで、総勢100名近くの団員による合唱は、聴く人たちを圧倒します。グランドロビーに高らかに響く子どもたちの歌声を聴きに、ぜひお出かけください。



昨年のコンサートより

【演奏予定曲】

子どもの世界／ミッキーマウスマーチ／虹
あさがお ほか

【主催】カノラホール（公財）おかや文化振興事業団
カノラ少年少女合唱団

【時間】午後1時30分開演 【会場】グランドロビー

【チケット】入場無料。会場に直接お越しください。

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～

5月26日(日) 午後4時開演

近日発売

正戸里佳・岡田 将 デュオ・リサイタル



注目のヴァイオリニスト正戸里佳と、ピアニスト岡田将のデュオ・リサイタルが決定。ヴァイオリンの優美な調べがホールを満たします。若葉萌える季節にふさわしい、爽やかな演奏にご期待ください。

【演目】ブラームス：ヴァイオリン・ソナタ第2番／ベートーヴェン：ヴァイオリン・ソナタ第9番「クロイツェル」 ほか

【主催】カノラホール（公財）おかや文化振興事業団

【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

【発売開始日】ソサエティ会員：発売中 一般：3月3日(日)
※発売初日に限り、カノラホール窓口にて午前8時30分から販売、電話予約は午前10時から受付。

川岸公民館 生活講座

アレルギーがあっても食べられるパンを作ろう！

日時…3月21日(木・祝) 午前9時～午後0時30分

対象…市内在住・在勤の乳製品、卵アレルギーがある親子

定員…8組16名(先着順)

講師…パン遊舎 pono-pono 大澤 理恵さん

費用…1,700円(受講料・材料費含む)

持ち物…エプロン、三角巾、手ふき用タオル、
大きめのタッパー(持ち帰り用)、飲み物

申込み…3月4日(月)の午前8時30分より、公民館
窓口または電話にて受付(初日は窓口のみ)。

MENU

ソーセージパン・チョコチップパン・
サンドイッチ・持ち帰り用生地



注意事項

- 卵、乳製品は使用していませんが、小麦粉、大豆、イースト、砂糖は使用しています。
- チョコレート製造工程では、ミルクチョコレートと一緒に製造されています。

申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

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・2歳…3/12・19・26(火) 11:00
年少…3/10(日) 10:00
年中長…3/10(日) 11:10



英語教室

1・2歳…3/26(火) 10:00
年少…3/26(火) 16:10
年中長…3/30(土) 14:00

春の無料体験開催中!



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代の歌って踊れるグループレッスン)

3/13・27(水) 14:00 見学お気軽に

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

岡谷市神明町 3-1-3(フォレストモール内)
0120-970-091

鳥獣目撃情報アプリ 2018年間ランキング!

鳥獣目撃情報アプリは、2017年6月から運用している投稿できる地図アプリです。市内で鳥獣を見かけたり、被害にあったときに、パソコンや携帯電話などから、目撃・被害情報、写真などをホームページに投稿でき、地図上でわかりやすく情報共有ができます。みなさんの投稿から、生息範囲の把握や、周辺住民への注意喚起ができるようになりました。今回、昨年1月から12月までの情報をランキングでまとめました。参考にいただき、獣害予防にお役立てください。

●目撃鳥獣ランキング

第1位 カモシカ

第2位 サル

第3位 イノシシ ↑

第4位 小動物 ↓

第5位 クマ **注目!**

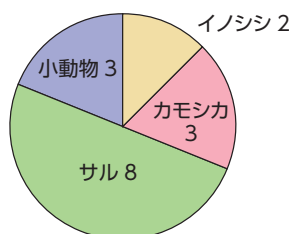
第6位 シカ

第6位 その他の動物 ↓

第8位 不明動物

●農作物被害報告数…16件

被害鳥獣内訳



●地区別目撃数ランキング

第1位 川岸地区 第2位 岡谷地区

第3位 湊地区 第4位 長地地区

●目撃月トップ3

第1位 6月(カモシカ)

第2位 7月(サル)・8月(サル)

()内はその月で最も目撃のあった鳥獣

●民家に近いところでの、「サル」と「カモシカ」の目撃情報が引き続き多く寄せられています。イノシシが増えたことに加え、クマの目撃情報もありました。目撃した場合は、危険ですから近づかず、農林水産課までご連絡ください。

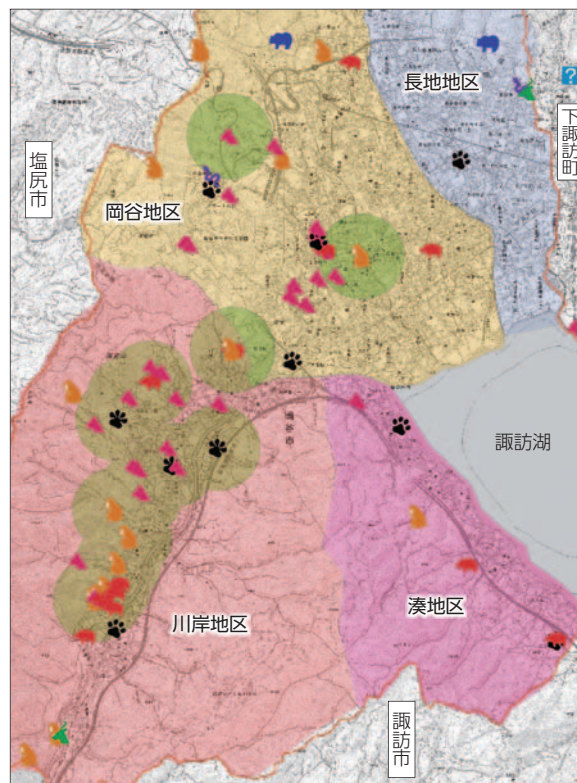
●被害箇所の半径500m以内の地域を円で囲ってあります。とくに、川岸の夏明地区、新倉地区付近のみなさんはご注意ください。

●春から夏にかけての、農作物の栽培が盛んな時期に目撃が多く、サルの被害も多発しています。春先から早めの対策をしましょう。

●効果的な防除対策や見積もりなどについても、ご相談ください。獣害対策の補助事業もありますので、ご活用ください。



いつでもだれでも使える投稿アプリ! 鳥獣の目撃・被害の投稿をお寄せください。QRコードからアクセス!



有害鳥獣を捕獲します

ニホンジカなどの有害鳥獣の捕獲を行います。大変危険なため、期間中の一般の入山を禁止します。ご協力をお願いします。

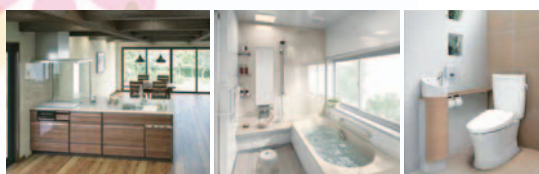
実施日… 3月2日～31日までの土・日

実施場所… 市内の山林

※詳細はホームページなどでご確認ください。

問合せ●農林水産課(内線1483・1489)

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

行政

仲間

環境

健康

広告

研修農園(サポートファーム事業) 参加者募集



研修農園(サポートファーム事業)は、農業を始めたい、野菜栽培の知識を身につけたい、上手に野菜を作りたいなど、農業に関心を持っている市民のみなさんが、農業の基礎を学べる場所です。指導者のもと、楽しくわかりやすく、野菜づくりの基礎を学べます。

場所…市民体育館駐車場西側

面積…1区画約30㎡

定員…個人またはグループ(4名以内) 20組

対象…野菜栽培初心者、基礎から学びたい人(市内在住者優先)で、講習日以外にも自分の区画を世話できる人

費用…年間5,000円(種苗代別途となります)

※栽培作物は指導者が指定(ジャガイモ、キュウリ、ナス、ネギ、トマトなど)。

スケジュール…4月～10月の活動期間内に、14回の講習会(月2回程度・日曜日)を実施します。利用者は研修を受けながら、自分の区画で野菜づくりを実践します。

募集期間…3月1日(金)～14日(木)

申込み…窓口または電話にてお問い合わせください。

※各項目は予定のため、変更になる場合があります。



申込み・問合せ●農林水産課(内線1486・1487)

◎「世界にタッチ 英語に触れよう事業」体験報告 ◎

国際交流員のキャロラインです。

去年の10月から保育園訪問をして、かんたんな英語のゲームやダンスで、園児のみなさんと楽しく交流をしています。どこの保育園に行っても園児と先生たちは、元気いっぱい優しく迎えてくれます。とても積極的に英語に触れることができていると思います。

そんなわけで、今回はこの「世界にタッチ 英語に触れよう事業」を紹介します。例えば、ハロウィーンなどの季節的なものや、色、動物の名前や体の部分などの言い方をいっしょに練習します。難しい言葉ではなく、アメリカで有名な「hot potato(熱いイモ)」や「red light green light(信号)」のようなゲームを取り入れ、園児たちは楽しく、頭と体、両方を使って英語に触れています。

また、授業が終わる前に、もっとみんなと交流が深まるように、クエスチョンタイムをします。そうすると、おもしろい質問がたくさん出てきます。「好きなお肉はなんですか?」、「アメリカはどんな国ですか?」、そして「大きくなったら、何になりたいですか?」などなど。うれしい反面、正直びっくりもしました。そんな各保育園の雰囲気やわたしも楽しみ、園児たちにも、わたしと交流した印象が強く残ってくれればよいと願っています。



国際交流センターからのお知らせ
外国人相談窓口 開設時間…9:00～16:00
(土・日・祝日は除く)

問合せ●国際交流センター ☎24-3226

広告

平成ありがとうプラン 販売期間: 平成31年3月1日～4月30日 (4月27日・28日は除く)

1泊2食付 お1人様(税込) **9,800円**～

※写真はイメージです。

ひな祭りウィーク 販売期間: 3月1日(金)～7日(木)

左記「平成ありがとうプラン」を 期間限定・特別価格にてご提供! 1泊2食付 お1人様(税込) **8,800円**

※1室2名様以上利用(12歳以上) ※特別室(和洋室)は500円の追加料金を申し受けます。

＊日帰り歓送迎会も承ります＊

かんぽの宿 諏訪 ※条件など、詳しくはお問い合わせください。
ご予約・お問い合わせは ☎0266-52-1551

諏訪市大和2-15-16 FAX 0266-57-1072

ご予約の際「広報おかや」を見たお伝えください。日帰り入浴券をプレゼント!

＜スタッフ募集＞ 清掃・レストラン配膳・厨房洗い場(時給850円)

「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

2月の

ハガキから

▼は広報広聴担当より

表紙の新成人の方、ステキな笑顔です。みんな、この一年笑顔で暮らせますように。健診特集、早期発見が重要だと思いました。

A・Kさん(川岸上)

▼新成人のみなさん、とてもいい表情ですよ。今年岡谷市では590人のみなさんが成人を迎え、大人としての新たな一歩を踏み出しました。それぞれの夢や目標に向かってすてきな一年にしてほしいですね。また、病気の早期発見には、健診を受けることが大切です。健康でいきいきとした生活を送るためにも、健診を受けましょう。

早くも立春を迎える季節になりましたが、今年も「諏訪湖の御神

渡り」の写真を撮りたいと期待していたのに残念です。考えてみればそれだけ暖かく過ごすごができたのでよかったのかと思います。

Y・Tさん(川岸中)

▼御神渡りは、諏訪湖が全面結氷し、氷点下10度近くまで冷え込む日が2、3日続くと現れるといわれています。今年は例年に比べると暖かい日が多かったので難しいかなと感じていましたが、先日、出現は厳しいとして「明けの海」が宣言されました。昨年5季ぶりに出現し盛り上がりを見せていただけに、とても寂しい気持ちですね。来年に期待しましょう！

「人生100年時代」60歳を超えたわたしは身体の衰えを感じていましたが、100歳まであと40年弱もあると思うと、健康に気をつけて、これからまだまだいろんなことに挑戦していきたいと思えます。

T・Hさん(郷田)

▼人生100年時代をいきいきと生きていくためにも、先月ご紹介したように、健診を受けて自分の健康状態をチェックすることはもちろん、趣味ややりたいことを見つけるのも大切なことだと思います。昨年の広報おみやげ2月号の特集では、カルチャーセンターの学習グループをご紹介しました。さまざまなジャンルのグループがあるので、そういった活動に参加し、新しい趣味づくりにチャレンジしてみたいかがでしょうか。

来月から、市内の商業会を紹介するコーナーが始まります!!

岡谷市内には11の商業会があり、それらの商業会が加盟しているのが、岡谷市商業連合会です。各商業会は独自のイベントなどを行い、商業連合会でも大抽選会の開催やクーポンブックの発行を行うなど、岡谷市商業の発展のために活発な活動をしています。

商業会ではどんなイベントが行われ、どんなおもてなしがされているのか、意外に知られていない地域ならではの商店街の活動について、もっと知りたい!...ということで、来月から市内の商業会を紹介するコーナーが始まります。

どうぞ、お楽しみに!



問合せ●商業観光課(内線1452)

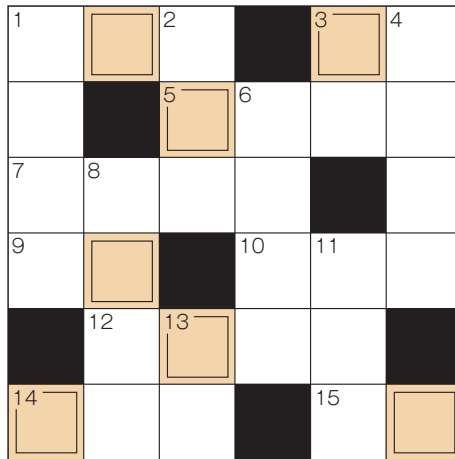
脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.399

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、うなぎのまち岡谷共通利用券(1,000円)とロマネット入浴券をプレゼントします。



◆ヨコのカギ

- 1 先月、〇〇〇〇堂で多くの〇〇〇〇が
浄焼供養されました
- 3 人のこれ見て、わがこれを直しましょう
- 5 正式名称は「東堀正八幡宮」
- 7 氷と水蒸気間の状態
- 9 〇〇児、〇〇英、岡谷は各区に
〇〇成会もありますね
- 10 ドライバー、アイアンとくれば
- 12 ちょっとやそつとじゃ目が覚めない深い
眠り
- 14 〇〇〇平やまびこ公園
- 15 中心、核

◆タテのカギ

- 1 394-0025 〇〇〇〇町
- 2 この区の運動会は堤公園、御柱は
十五社です
- 3 手紙とかをちょっと古風にいうと…
- 4 荷物を運ぶのに昔はよく使っていました
- 6 国道20号のこれ、将来的には茅野まで
つながります
- 8 大ベストセラー「〇〇〇〇のすすめ」
- 11 このお祭りも今年で50回！今から楽しみ
です
- 13 出るこれは打たれます

●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。3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)

●2月号の答えと当選者

「ウエノハラシヨウ(上の原小)」

正解数37通(応募総数40通)のなかから抽選で、F・Yさん
(今井)、H・Iさん(湊)、T・Kさん(長地権現町)、M・Mさ
さん(神明町)、Y・Mさん(川岸東)に、ロマネット入浴券をお
送りします。



「くさきも」1960年 武井武雄



【市長随想⑫】 「春の訪れ」

寒さのなかにも日差しが強さや日の長さを感じ、花の開花や花粉症な
どの話題も聞かれるようになると、いよいよ「春の訪れ」を実感すること
ができます。もう少し先になるかと思いますが、横河川沿いをはじめ、
市内各地での桜の開花を待ち遠しく思っております。

今月から来月にかけては、卒園・卒業式や人事異動、入園・入学式や
入社式など、別れと出会いが交錯する人生の節目の時期となります。

市内の保育園や小中学校では、卒園・卒業式が行われ、園児、児童、
生徒の皆さんは、多くの思い出と次のステージへの期待や多少の不安を
胸に、新たな門出を迎えます。現在、我が国では「少子高齢化」が大きな
課題とされていますが、次代の岡谷市を担う子どもたちが、一日も早く
新しい環境に慣れ、自分の夢や希望に向かって、たくましく成長していく
ことを願っております。

市役所でも、3月は年度の切り替えの時期であり、今年度(平成30年度)
に展開してまいりました施策、事業などを総括し、その成果や効果を検
証しながら、4月から始まる新年度(平成31年度)につないでいく重要な
月となります。これから年度末に向けて、非常に慌ただしく、忙しい日々
が続きますが、長く厳しい冬が終わり、待ちわびた春がやってくる、と、
地中で冬眠していた虫が動き出し、はい出して来るかのように、心も躍
る新鮮な気持ちとなり、やる気、元氣、
活気が沸いてきます。

春は、生命が一斉に輝きを放ち、新た
な気持ちでスタートする季節であります。
市民の皆様の中にも、何か新しいこ
とを始めたいと思っている方も多いい
のではないかと思います。心機一転、心も身
体も軽く、今までできなかった新たなこ
とへのチャレンジを始めてみてはいかがで
しょうか。

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)

【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

♥ランチにピッタリ! おいしいひな人形をつくろう

日時…3月2日(土) 午後1時30分～

定員…子ども8名(保護者別・要申込み)

参加費…500円

ライスボールや海苔、ゆで卵などをつかって、
おいしくてかわいい、ひな人形をつくってみよう。

★消しゴムはんこをつくろう

日時…3月3日(日) 午後1時30分～

定員…10名(要申込み) 参加費…100円

消しゴムを削って、世界にひとつのオリジナル
はんこをつくろう。

★小池恵美子 & POPOGI(ポポジ) 読み聞かせ
コンサート(申込み不要・参加無料)

日時…3月23日(土) 午前10時30分～

第9回日本童画大賞(タブロー部門) 受賞者 小池恵美子さ
んによる絵本の読み聞かせと、アコーディオンとベースギタ
ーのユニット「POPOGI」による小さな子どもから楽しめるコ
ンサート。温かみのある音色をお楽しみください。

★作家本人によるギャラリートーク(申込み不要・要入館料)

日時…3月23日(土) 午前11時30分～

第9回日本童画大賞上位受賞展に出品されている作品を、

開催中の展覧会…3月18日(月)まで

〈収蔵作品展〉あなたが選ぶ武井武雄作品Ⅱ

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。武井武雄や岡谷市に縁のある著
名人の選んだ作品も。

〈同時開催〉山口マオ展

『わにわにシリーズ』の作画や、不思議なキャラクター「マオ猫」で
もおなじみの山口マオの原画や版画が楽しめる展覧会。ユーモラス
な作風が人気の作品をお楽しみください。

次回展覧会…3月23日(土)～4月22日(月)まで

〈収蔵作品展〉武井武雄の青春展 & 大澤コレクション展

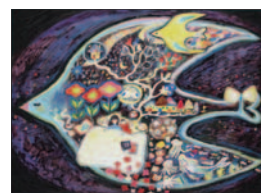
武井武雄が青春時代に制作した作品
に焦点を当てた展示です。大澤コレクシ
ョン展も同時開催。



『水蜜桃』1910年 武井武雄

〈同時開催〉第9回日本童画大賞 上位受賞者展

昨年度開催された第9回武井武雄記念
日本童画大賞。絵本部門、タブロー部門
の大賞および優秀賞を受賞した作家作品
展です。未来の巨匠たちの、創造性あふ
れる作品の数々をご覧ください。



『夜の冒険』2017年 小池恵美子

作家本人が解説します。

★銅版画入門

日時…3月24日(日) 午前10時30分～ 定員…10名(要申込み)

参加費…800円 講師…久保田一夫さん

★〈武井武雄〉刊本作品読み語り & ギャラリートーク

(申込み不要・無料 ギャラリートークのみ要入館料)

日時…3月31日(日) 午前10時30分～

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。

NEW **INSIGHT** 登場



Photo:インサイト EX・BLACK STYLE
ボディカラーはブルーブラック・メタリック(有料色37,800円)

インサイト EX・BLACK STYLE

1.5L i-VTEC+MMO 型式6AA-ZE4 電気式無段変速機/FF

車両本体価格(消費税8%込み) **3,628,800円**

表示価格には写真の有料色の価格は含まれておりません。

Honda Cars

**プレミアム
決算フェア**

うれしいトクベツな日

3/31日まで

お客様のご来店をお待ちしております。



HONDA

Honda Cars 松本東 岡谷店 TEL.0266-78-6120 <http://www.hondacars-matsumotohigashi.jp/>
〒394-0035 岡谷市天竜町2-2-32 営業時間/9:00～19:00 定休日/水曜日

★車両本体価格は消費税(8%)込みの価格です。消費税以外の税金、保険料、登録等に伴う諸費用、リサイクル料金は別途申し受けます。
■車両本体価格は、応急パンク修理キット・ジャッキ・標準工具の価格です。■販売店でセットする付属品は別途です。■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。■車両本体のみでもご購入いただけます。■写真は印刷のため、実際の色とは異なります。■掲載内容に明らかな不備があった場合、やむなく販売をお断りすることがあります。■詳しくは営業スタッフまでお問い合わせください。

広告



市立 岡谷美術考古館

【イベント・ワークショップ】

◆アーティストトーク 片桐晃憲「建築×美術」

作家本人による作品解説や創作活動についてのトークイベント。

日時…3月9日(土) 午後2時～(聴講無料)

◆春休みだよ☆春のワークショップまつり(申込み不要)

日時…3月16日(土)・17日(日) 午前10時30分～午後3時

布用クレヨンでランチョンマットをつくっちゃお♪ (1枚200円) / アイロンビーズでコースターづくり! (1個200円)

／運氣UP!?水引飾りづくり (1個100円) / 不思議ねんどで絵を描こう (1枚100円) /

紙であそぼう(無料) ほか

※材料がなくなり次第終了



◆日達れんげワークショップ「切り絵で春のモチーフをつくろう」

イチゴのケーキ、バラとネコ、カタクリ、バラとスイートピー、セツブンソウの5種類から好きな絵柄を選べます。難易度:★★★★☆

日時…3月23日(土) 午前10時～正午

講師…日達れんげさん 参加費…600円

定員…15名(要申込み) 申込み期限…3月16日(土)

※美術考古館のHPなどでモチーフの確認ができます。



【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】収蔵作品展 大人350円・小中学生150円

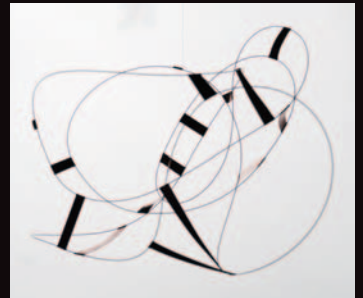
諏訪郡内在住・在学の小・中学生、市内在住・在学の高校生は無料です



〈平成30年度 若手アーティスト育成公募展〉 片桐 晃憲／そして輪郭を現す

会期…3月24日(日)まで(観覧無料)

岡谷市ゆかりの若手アーティストに、発表の場の提供と芸術活動の支援を行う公募展。建築を基に幾何図



形の構成による平面作品および立体作品を制作している片桐晃憲さんの作品をご紹介します。

申込み・問合せ ● ☎ 22-5854



シルクファクトおかや

〈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～」

後期展示会期…4月14日(日)まで

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51点の提供を受けました。後期は前期に展示した以外の24点を一挙公開します。



【イベント】

★ハーバリウムづくり ホワイトデー ver.

プレゼントに最適! バレンタインのお返しにハーバリウム(植物標本)はいかが? まゆや生糸を使ってオリジナルの1点を作ります。

日時…3月9日(土) ①午前10時30分～正午(男性限定)

②午後1時30分～3時(どなたでもOK)

定員…各回16名(要申込み) 費用…1,000円

申込み…3月2日(土) 午前9時より電話にて受付

★館内ガイドツアー…土・日・祝日開催(1日2回 約1時間)

★フランス式繰糸機復元機の実演…毎月第2土曜日(1日2回)

★講座「今月の染め」…毎月第4日曜日(要事前申込み)

男性のみなさん
お待たせしました!



もっと知りたい!
そんなあなたに!

【参加者募集】

★こどもまゆクラフト展

まゆを使って動物や花、昆虫などを自由に工作! 作品はゴールデンウィークに博物館で展示します。参加者全員に記念品をプレゼント! 参加費、まゆ代は無料です。

対象…園児・小学生

応募方法…3月16日(土) から材料のまゆと応募票を博物館で配布します。自宅で作品を完成させたら、応募票を添えて、博物館へ提出してください。

作品提出期間…4月6日(土)～14日(日)

事前講習会(参加自由)

まゆ工作の基本技術を教えます。

日時…3月16日(土) 午後1時30分～

3月24日(日) 午後1時30分～

対象…園児・小学生(保護者同伴)

費用…300円(材料費)

申込み…電話にて受付

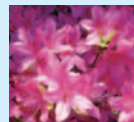


申込み・問合せ ● ☎ 23-3489 (サンシハク)



岡谷市

市木/いちい
市花/つつじ



人口の動き(平成31年1月1日現在)

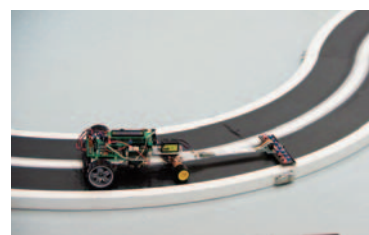
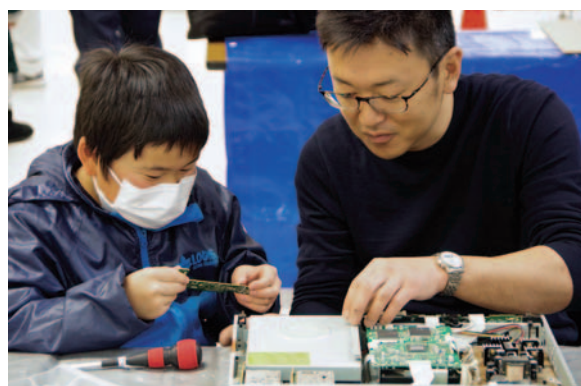
人口	48,652人	前月比	-53	前年同月比	-549
世帯数	19,259世帯	前月比	-14	前年同月比	+22



ものづくりフェア2019 (2月1日・2日)

市内企業の技術力PRと次世代の技術を担う人材育成を目的に、テクノプラザおかやとラオカやで、ものづくりフェアが開催されました。今年で17回目となった同イベントには、176の企業と団体が出展。初日は市内の小学生が、授業の一環として見学する姿も見られました。2日間の来場者数はのべ4910人と前年を上回り、家族連れを中心にものづくり体験を楽しむなど、多くの人で賑わいました。

また、2日目には恒例のマイコンカーラリー・テクノプラザおかや杯2019も行われ、テクノプラザおかやの特設コースでは、県内外の高校生が自作したマイコンカーを走らせ、白熱した試合を展開しました。



火葬場「湖風苑」となり

えころホール 岡谷

さくら館

お通夜から小さいお葬儀、精進落としまで

近い方の想いがつたわる

新しいえころホールが岡谷に誕生しました。

会員募集中!



24時間
365日



太田屋 ☎ 0120-22-2761



広告