

広報

おかや

11

Nov. 2019 [No.1443]



特集

ようこそ！みんなでつくるステージへ
カノラホールの市民参加事業

今月の表紙

カノラホール開館30周年記念ミュージカル「ONLY ONE」のキャストは市民のみなさん。“ダブルキャスト”で2日間上演され、両日ともに素晴らしいパフォーマンスが繰り広げられました。

特集

ようこそ！

みんなでつくるステージへ

—カノラホールの市民参加事業—



今

年、開館30周年を迎えたカノラホールでは、これまでさまざまな市民参加事業を行ってきました。地域で文化芸術に関わる人材を育成し、地域の文化を発信する取り組みでもあります。

9月28日・29日には、30周年を記念したオリジナルミュージカル「ONLY ONE」が上演されました。また、11月には市民主体の実行委員会主催で記念コンサートが開催されます。市民のみなさんでつくり、出演する舞台。今月は、この2つのプロジェクトにスポットライトをあてます！

30周年記念ミュージカル「ONLY ONE」

オリジナルミュージカル

カノラホールでは30周年を迎えるにあたり、大人だけでなく子どもを含めた多様な世代が参加できる企画として、ミュージカルを制作。オペラ「御柱」、武井武雄の世界を歌おう「地上の祭」演奏会」に続く、オリジナル委嘱作品第3弾です。

脚本・演出は、さまざまな舞台で活躍する俳優の灰野優子さん、作曲・編曲はミュージカルやゲーム音楽などの作曲を手がけている中山博之さん。

キャストは市民のみなさん

キャストは公募し、岡谷市や周辺地域から40人が集まりました。小学2年生から50代と年齢層は幅広く、舞台経験のない人がほとんどです。

昨年9月から、歌、ダンス、演技などのワークショップで「みんなで考えること」や「自分を表現すること」にチャレンジ。それぞれの個性が、後に役柄や曲に反映されていくこともありました。今年1月ごろには配役が決まり、灰野さんの熱心な指導のもと稽古を重ねました。通常の



稽古だけでなく、自主的に集まって練習することもありましたし、7月からは毎週末、稽古に励みました。これは、異なる世代のキャストたちが、ともに助け合い、ともに育つ場になっていく過程でもあったのです。

「ONLY ONE」の世界

ヒーローになりたい少年、SNSに依存する女子高生、笑うことを忘れたピエロ、花婿に逃げられた花嫁。不思議な「扉」の向こう側にある「何か」を求めて、ともに手を取りあつてさまざまな困難に立ち向かう。「ONLY ONE」は、さまざまな出会いのなかで、本来の自分、新たな自分にも出会い、一人ひとりがかけがえのないオンラインワンの存在だと気づいていく物語。たくさん個性豊かなキャラクターが登場し、ワクワクする歌や心にしみる歌、華やかなダンスが繰り広げられます。

公演は、同じ役を1日目と2日目で違う人が演じる「ダブルキャスト」で上演。それぞれのキャストが醸し出す味わいで、両日ともに見ごたえのある舞台となりました。

観客と一体となった公演

上演が始まると、作曲の中山博之さん(ピアノ)と地元出身の音楽家を中心としたバンドのすばらしい生演奏に誘われ、キャストの堂々とした演技にどんどん引き込まれます。コミカルな場面では笑いが起き、切々とキャストが語るシーンでは涙ぐむ人も…。満席の観客から拍手喝さいが送られ「ONLY ONE」はフィナーレを迎えました。

「ONLY ONE」公演がシルキーチャンネルで放映されます。もう一度観たい人、見逃してしまった人も必見!

●11月1日(金)～15日(金)

午前10時～午後3時・7時

●11月16日(土)～30日(土) 午後8時10分

※前半・後半とも1日目・2日目を日替わりで放送



稽古場風景



館長から
ひとこと！



カノラホール(岡谷市文化会館)
館長 橋爪 哲也さん

育まれた「市民参加」の土壌

開館30周年を迎えたカノラホールでは、これまで多くの市民のみなさんに参加していただき、多数の自主事業を実施してきました。各作品の稽古や公演を通して参加者のみなさんは貴重な体験をされ、また、観客のみなさんも感動を共有してくださったと思います。

それらの積み重ねが、その後の活動のなかに息づき、地域の文化振興につながってきました。こうして育まれた文化的土壌があり、「ONLY ONE」が生まれました。

個性を活かし可能性に挑戦

「ONLY ONE」は、キャストのみなさんが、それぞれの個性を活かし可能性に挑戦されてきた「オンリーワン」の集大成でもあります。30周年の節目に、市民のみなさんとともにすばらしい取り組みができました。

今回の経験が、キャストのみなさんのさまざまな活動のなかで活かされることを心より願っています。当館としても、培ってきた絆を大切に、地域の芸術文化の発展に努めていければと考えています。

ONLY ONE

本番のみんなのパワーに感動

ミュージカルには、役として感情を入れながら、セリフをしゃべるように歌って踊る、という難しさがあります。直前までみんな苦戦していましたが、本番では、それぞれの役として舞台の上で生きて、歌って踊っていました。わたしが想像できなかったようなパワーを、みんなが出せていたことに感動しました。

新たな自分の扉をあけて

キャストのみなさんは年代の幅が広く、モチベーションもさまざまでしたが、やっていくうちに見る方向が同じになり、一人ひとりが「自分は何をするべきなのか」を考えられるようになりました。

初めてミュージカルというものにふれて、いつもと違う自分、今まで見えていなかった自分に気づき、出会えたのではないのでしょうか。それが市民ミュージカルの良いところで、これからもチャレンジする気持ちで扉を開けていってもらえればと思います。

それぞれのやり方で、舞台に立つという最終地点にたどり着いてくれたこの日々は本当にかげがえのないもので、みんなに教えてもらったこともたくさんありました。みんなに「ありがとう」と伝えたいです。



脚本・演出家
から
ひとこと！

「ONLY ONE」脚本・演出
灰野 優子さん

【プロフィール】

ミュージカル劇団「Steps」の研究所を経て、俳優、シンガーとして多くの舞台・ショーに出演。脚本・演出など、制作側としての活動も展開している。カノラホールでは、2018年「こどものためのコンサート」などで脚本・構成・司会・歌を担当した。



9月29日キャストのみなさん



9月28日キャストのみなさん

ONLY ONE



しゅうと
平林 脩斗さん

9月29日キャスト 大城 遯歩役

本番は、自分的には、できたかなと思います。この1年はセリフや歌が多いので大変だったけど、観てくれる人のために、しっかりやろうと思いました。人とふれあうのがあまり得意じゃなかったけど、だんだん慣れて、みんなで話すのが楽しくなりました。歌って踊るのは、またやってみたいと思っています。



しんば
松尾 紳芭さん

9月28日キャスト 大城 遯歩役

曲が終わって拍手をもらったとき、すごくうれしかったです。歌の練習では、中低音はよく出るけど、高い音を出すときに大変でした。みんなで話しながら、ご飯を食べるときが楽しかったです。お芝居や歌は、またやってみたいです。

キャスト
から
ひとこと!

最後に暗転になったとき、1年間の練習をがんばってきた思いがあふれて、涙がこみ上げてきました。高校のころ演劇をやっていた、ミュージカルはやったことがなかったんですが、新聞でキャスト公募の記事を見て気になって...迷ったんですが、親子と一緒に舞台上に立てたらステキだよねって、娘を誘って参加することにしました。高校で演劇をやっていたときの、みんなとひとつのものをくり上げる感動とか達成感が、すごく良い思い出だったので、地元でこういう活動があると、それがまた体験できて、とてもステキだなと思います。

(愛さん)
最後に暗転になったとき、1年間の練習をがんばってきた思いがあふれて、涙がこみ上げてきました。

りこ
石原 莉子さん

9月28日キャスト
カノラ(幸運の猫)役

親子で参加



石原 愛さん

9月28日キャスト
多賀野 直子役

カノラホール30周年記念コンサート

コラボレーション、斬新な演出…民の力で作り上げるコンサート

30周年を記念して諏訪地域の有志のみなさんが実行委員会を立ち上げ、コンサートを企画しました。会長の中田さんに、その思いをお聞きしました。



カノラホール30周年記念
コンサート実行委員会
会長 中田 富雄さん

なぜこのコンサートを企画したのですか？

わたしは、30年前の、カノラホールを立ち上げる仕事に携わりました。そのときに、「文化」というものは、お金も時間もかかるといふことを強く感じて、利用している人がひと世代・ふた世代変わるぐらいでやっとなし新しい文化が定着して、当たり前前に受け入れられるだろうという思いで、スタートを切りました。あれから30年が経ちましたが、時代の変化や景気の影響などで、なかなか思い通りにいかないことが30年分積み上がってきた。でも一生懸命みんなが作り上げてやってきたんです。そういう意味では、カノラホールの30周年なんだけれども、行政がやるのではなくて、周りの市民を中心とした民間の力で、ご支援やご理解をいただきながら作り上げていく。

それも地元で、やる方も見る方も、すべて民の力で作り上げるということを、ひとつのきっかけとしてみんな考えて、ここから新たなスタートを切って行こうという思いです。

いつごろから準備を始めたか？

以前から岡谷市内の音楽好きな仲間で、「カノラホールのためになにかしたいよね」という話はあったんです。それで2年前に、2019年に30周年になると聞いたので、メンバーに諏訪出身の大陸さんがいるTSUKEMENさんと、30周年のお祝い、地域としてもちようどいいんじゃないかというこ

コンサートの見どころは？

ひとつは、地元のカノラ青少年少女合唱団とカノラオーケストラの存在です。カノラホールで生まれ、カノラホールで育った、そんなみなさんと、TSUKEMENさんとのコラボがなんと見どころです。また、新たな試みとして、単なる照明やビデオメッセージなどを流すだけでなく、もう少し進んで、映像にCG加工などを取り入れた見て楽しめる動きのあるものに仕上げたいと思っています。しか

もそれを、地元の人がみんなで力を合わせて作り上げていくというところに、結果を見出していきたいですね。

これからのカノラホールに期待することは？

これまでの30年よりも、これからのほうがはるかに大切だと思います。カノラホールは、カノラ青少年少女合唱団やカノラオーケストラのように、「自分たちで作り上げていく」という信念でやってきているので、それをどうやってつなぎ、伸ばしていけるかというのは、難しいですが大切なことだと思っています。そして、岡谷だけでなく、諏訪全体での位置づけのなかで伸びて行ってくれたらいいなと思います。



実行委員会のみなさん



カノラホール30周年記念

Special Collaboration Concert with TSUKEMEN

カノラ青少年少女合唱団

カノラオーケストラ

歌い人ごんべ

11月17日(日) 開場：午後3時 開演：午後4時

観て、聴いて、感じる、新しい演出のスペシャルコンサート

ゲストのTSUKEMENさんと地元共演者との、ふるさと諏訪の魅力たっぷりのコラボレーション。映像技術を駆使した斬新な演出。ここでしか見られないスペシャルコンサートをお楽しみください！

【チケット】 全席自由 一般前売り券 4,500円(当日券 5,000円)／高校生以下 2,000円
※チケット取り扱いプレイガイドなど、詳しくはこちらのチラシから→

問合せ…カノラホール30周年記念コンサート実行委員会事務局

☎090-2669-1121 (林・中田)



発売中

この活動は長野県元気づくり支援金と企業協賛金等で行われています。

これまでのカノラホール市民参加事業

「『第九』演奏会」を始め、「メサイア」演奏会、「オペラ『御柱』」（初演と3回の再演）、武井武雄作品と「コラボレーション」した合唱組曲「『地上の祭』演奏会」など、カノラホールでは数々の市民参加事業を実施してきました。オペラ「御柱」と「『地上の祭』演奏会」はオリジナル制作作品です。合唱パートを担当したり、衣裳や舞台セットの製作に関わったりして、多くの市民のみなさんが創造的に作品づくりに携わっています。



合唱組曲「『地上の祭』演奏会」（平成25年11月）



開館記念「『第九』演奏会」（平成元年11月）



オペラ「御柱」（平成28年11月）



「『メサイア』演奏会」（平成8年12月）

まだまだあります！ カノラホール開館30周年記念事業

珠玉の音楽にふれられる機会。ぜひお越しください。

1月10日(金) 午後7時～

大ホール

ウィーン・サロン・オーケストラ

ニューイヤー・コンサート

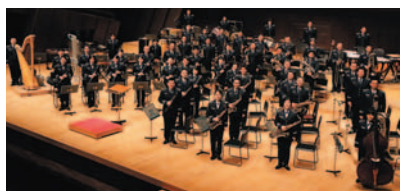


1月19日(日) 午後3時30分～

大ホール

航空自衛隊 航空中央音楽隊

※入場無料(要整理券)



2月29日(土) 午後2時～

小ホール

カノラ・ウィークエンド・コンサート Vol.2

尺八&箏 和楽器の競演



11月24日(日) 午後2時開演



【予定楽曲】

「グッデー グッバイ」「真っ赤な太陽」

「夢をあきらめないで」「花」「おおシャンゼリゼ」

「ハレルヤ」「ラデツキー行進曲」ほか

カノラ少年少女合唱団定期演奏会

毎年恒例のカノラ少年少女合唱団定期演奏会がやってきました！令和初となる今回の演奏会は3部構成。第2ステージでは、カノラ少年少女合唱団が代々歌い継いできた大切な曲・だれもが知っている曲を歌います。第3ステージは「おおシャンゼリゼ」「ハレルヤ」など、世界中の歌を歌います。ぜひご家族でおこしください！

【主催】カノラ少年少女合唱団

カノラホール（(公財)おかや文化振興事業団）

【時間】午後1時30分開場 午後2時開演

【会場】大ホール

【チケット】全席自由 500円(3歳から有料)

申込み・問合せ●カノラホール ☎24-1300・FAX 24-1412

発売中

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

「いつのまにか骨折」を防ぐ！ 骨粗しょう症と圧迫骨折



Hospital
**ほすびた
ルポ** 24
Reportage

急な腰の痛み、それ「いつのまにか骨折」かもしれませんよ。日常生活でも起こりうる「いつのまにか骨折」。原因や症状について、7月に着任した整形外科の阿部医師にお話をうかがいます。

―岡谷市民病院に着任しての感想は。―

スタッフのみなさん、親切で話やすく働きやすいですね。病院が新しいので働くモチベーションも上がります。わたしは後期研修医で整形外科を専門に勉強していますが、整形外科の先生方はすごく教育熱心だと感じました。

―最近、「いつのまにか骨折」という言葉をよく耳にしますか。―

「いつのまにか骨折」とは、背中や腰の骨の圧迫骨折のことです。岡谷市民病院の患者さんにも急に腰が痛くなったという受診されて、レントゲンを撮ったら圧迫骨折だったという人が多くいらつしやいます。しりもちなどの転倒が原因でなることが多いですが、家事をしていたら痛くなったとか、畑でちよつと重いものを持ったら痛くなったなど、些細なことが原因の場合も多いです。

―圧迫骨折とは。―

腰の骨は筒のような形をしているんですけれど、それがしりもちなどの衝撃で上下の方向につぶされるような骨折のことをいいます。多くの場合は折れて、腰に痛みが出て、それが固まって治るといった経過をたどりますが、人



によっては腰の神経に触ってしびれが出たり、足が動かなくなることもあるので油断はできません。

―どんな人がなりやすいのでしょうか。―

骨がもろくなっている骨粗しょう症の人は注意が必要です。高齢になるとどうしても骨がもろくなつてきますし、とくに女性は骨粗しょう症になる人が圧倒的に多いので、注意が必要です。

―圧迫骨折の治療法については。―

神経の圧迫など、リスクが高い人は入院して治療しますが、そのまま治りそうな人はコルセットをしてもらい、痛み止めを使って痛みが和らぐのを待つという治療になります。それと同時に、骨密度をチェックして骨粗しょう症の治療も行います。骨密度が低いままにしておくと、骨折を繰り返してしまふ恐れがあるので、腰の痛みがとれても骨粗しょう症の治療を続けるケースが多いですね。

―予防する方法などありますか。―

健康診断などで骨密度をチェックして、数値が低ければ症状がなくても骨密度を改善する治療を始めることをおすすめします。治療は、飲み薬あるいは注射を定期的に使用して行っていくきます。岡谷市民病院は骨粗しょう症の治療に力を入れていますので、高齢で入院された患者さんは必ず骨密度チェックをして、骨密度が低い人には入院中から治療を始めています。

―今後、どのような医療を提供していきたいとお考えですか。―

患者さんは地元の人が多いので、身近な病院として可能な範囲で最大限の治療を提供していきたいですね。また、今後、地域で生活していくうえで困ることがあれば一緒に解決していきたいと思っています。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎23-8000

整形外科 阿部 雪穂 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、令和元年7月に岡谷市民病院に着任。後期研修医として岡谷市民病院で整形外科の分野について学んでいる。インドア派で、休日は家で読書などをしてリフレッシュしている。



岡谷市収穫祭

岡谷産農産物の魅力を発信しよう!

日時 11月9日(土) 午前9時～11時30分

場所 ラオカヤ2F ●販売時間：
開会式終了後～11時30分

農の情報コーナー

- ★農業委員会による
農業相談
- ★各種展示
コーナー



おいしいコーナー

- ★ミニうな丼販売
(数量限定)
- ★五平餅販売
- ★[姉妹都市 東伊豆町] みかん、直送干物販売
- ★米粉のすいとん入り
野菜汁(岡谷産野菜使用)
- ★榎沢産とうもろこし入り
コーンスープ
- ★ポップコーン
- ★わたあめ



岡谷産の農作物がいっぱい!!

- ★くだもの(リンゴ、柿、
キウイフルーツ など)
- ★りんごワイン、シードル販売
- ★野菜やきのこ(シイタケ)
- ★しょうゆ、味噌



エコバックをご持参ください!

安全・安心
地元農産物

問合せ●岡谷市農業振興連絡協議会 事務局：農林水産課(内線1486)

お知らせ

11月12日(火)～25日(月)は
「女性に対する暴力をなくす運動」実施期間



内閣府の定めた「女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク」

11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」

主唱：内閣府その他の男女共同参画推進本部構成府省庁

女性に対する暴力には、配偶者などからの暴力、性犯罪、売買春、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為や人身取引など、さまざまな形態があります。配偶者や恋人など、身近な人から暴力を受ける行為は「ドメスティック・バイオレンス(DV)」と呼ばれ、犯罪行為を含む重大な人権侵害です。暴力は、性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許される行為ではありません。一人で悩まず、勇気を出してまず相談を。解決への一歩を踏み出すのはあなた自身です。秘密は守られます。

期間中、カルチャーセンターにて
啓発パネル展実施

【女性相談窓口】(曜日は原則として)

- ♥長野県男女共同参画センター“あいとぴあ” ☎22-8822
 - 一般相談(電話)：火～土曜日 午前8時30分～午後5時
 - 一般相談(面接)：火～土曜日 午前8時30分～午後5時(要予約)
- ♥「女性のための相談」：岡谷市企画課 ☎23-4811(内線1528)
毎月第3火曜日 午前10時～午後3時50分(要予約)

お知らせ

第10回「男女共同参画社会づくり」
ポスターコンクール作品展

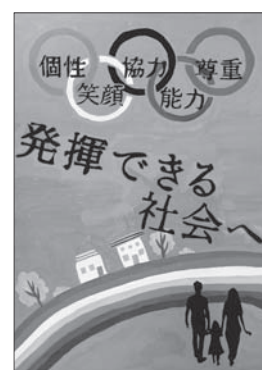
期間…

11月11日(月)～25日(月)

場所…

カルチャーセンター ロビー

小・中学生を対象に、「男女共同参画社会」への理解と関心を深めてもらうことを目的として、ポスターコンクールを毎年行っています。子どもたちが思い描く男女共同参画社会について、ポスターに表現された言葉や絵から、一緒に考えてみませんか。



中学生の部 最優秀作品



小学生の部 最優秀作品

問合せ●企画課(内線1528)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

ブロック塀などの除却事業補助制度 申請受付期限を令和2年1月31日まで延長します！



対象…以下のすべての要件を満たしているもの

- 対象となる道路に接するブロック塀、石造、れんが造などの建材を積み上げて造る組積造^{くみせきぞう}の塀（門柱を含む）
- 道路面からの高さが1mを超えるもの
- ブロック塀等が建築基準法に定める技術的基準に適合せず、倒壊の危険性があるもの
- 上記のブロック塀等の撤去を施工業者などに発注するもの

★補助額…撤去費用の2分の1 または 1mあたり8,000円のいずれか少ない方の金額 ※上限10万円

対象者…個人住宅、併用住宅および宅地などにおいて、ブロック塀などを所有する人

申込み締切…令和2年1月31日

住宅の耐震診断・補強をしましょう

①専門家（長野県木造住宅耐震診断士）による住宅の無料耐震診断
「耐震診断申込書」に必要事項を記入し、提出してください。

対象…以下のすべてに該当する住宅

- 昭和56年5月31日以前に工事着手した住宅（賃貸は除く）
- 一戸建ての住宅（店舗などの併用住宅を含む）
- 在来工法の木造住宅

②住宅の耐震補強工事費の補助

耐震診断の結果、総合評価が1.0未満の住宅の補強工事を行う場合に工事費用の一部を補助します。詳しくはお問い合わせを。

★補助額…工事費の2分の1、限度額100万円

土砂災害特別警戒区域の住宅の移転を補助します

①危険住宅除却等に対する補助

危険住宅の除却費、跡地整備費、仮住居費とその移転に伴う諸経費に対し、補助をします。

★限度額…80万2,000円

②危険住宅に代わる住宅の建設への助成

危険住宅に代わる住宅の建設または購入するための資金を金融機関などから借入した場合に、借入期間中の借入利子に相当する額を助成します。

★限度額…建物費：457万円、土地購入費：206万円、敷地造成費：59万7,000円 小計：722万7,000円

※この制度を受けたい人は、事前にご相談ください。

申込み・問合せ●都市計画課（内線1372・1374）

お知らせ

備えあれば憂いなし～災害への備えは万全ですか？～



9月に上陸した台風15号では千葉県で長期にわたる大規模停電となりました。また、先月の台風19号により県内各地で甚大な被害が出ており、岡谷市でも、倒木や停電などの被害が発生しました。これを機に改めて家庭や地域で防災・減災について話し合うなど、いざというときのために備えましょう。

【例えば…】

●停電になると⇒家電が使えない！

（テレビ、エアコン、暖房器具、冷蔵庫、洗濯機、照明器具、コンロなど）

※岡谷市防災ラジオは乾電池（単3電池3本）で使えます。

●断水になると⇒水道が使えない！

（トイレ、食事、飲み水、お風呂、シャワー、洗濯など）



災害に備えて、日ごろから確認や準備をしておきましょう！

★非常持出品、備蓄品などを確認！

★避難経路、避難所などを確認！

★緊急連絡先（電気、ガス、水道など）を確認！

★家族で防災会議を開きましょう。（役割分担、連絡先、集合場所など）

★緊急時に備え、自分に必要なものの準備をしておきましょう。

★情報収集の準備（乾電池式ラジオなど）をしておきましょう。



緊急メールサービス

『メール配信@おかや』に登録しましょう！

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

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



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

※受信にかかる通信料は利用者の負担となります。

※不明な点は、秘書広報課（内線1361）までおたずねください。

問合せ●危機管理室（内線1591・1592）

お知らせ

【追加募集】
岡谷市正規職員 募集

試験区分		受験資格概要 ※1 専任教員は、下記のA～Cのいずれかの条件をすべて満たす人 ※2 下記のD～Gには、記載の条件に加え、採用後の岡谷市内への長期居住条件あり	採用 予定日
岡谷市 看護専門学校 専任教員	A	昭和49年4月2日以降に出生し、看護師免許を有する人で、保健師、助産師、または看護師として5年以上従事し、看護教員養成講習会の受講を終了または令和2年3月終了見込の人	令和2年 4月1日
	B	昭和49年4月2日以降に出生し、看護師免許を有する人で、保健師、助産師、または看護師として3年以上従事し、次の(1)または(2)の条件を満たすこと (1)大学において教育に関する科目(教育の本質・目標、心身の発達と学習の過程、教育の方法・技術および教科教育法に関する科目)を4単位以上履修して卒業していること (2)大学院において教育に関する科目を4単位以上履修していること	
	C	昭和49年4月2日以降に出生し、看護師免許を有する人で、保健師、助産師、または看護師として5年以上従事し、学校教育に関心があること	
一般事務	上級	D 平成元年4月2日以降に出生し、大学・大学院卒業または令和2年3月卒業見込の人	
土木 技術者	上級	E 平成元年4月2日以降に出生し、土木課程の大学・大学院卒業または令和2年3月卒業見込の人	
	中級	F 平成6年4月2日以降に出生し、土木課程の短大・2年制以上の専門学校・高等専門学校等卒業または令和2年3月卒業見込の人	
	実務 経験者	G 昭和59年4月2日以降に出生し、高等学校以上を卒業し、民間企業等で正社員として土木関係の設計業務、施工管理等の実務経験が5年以上あること	

受付期間…11月5日(火) 正午まで

第一次試験日…11月17日(日)

受付時間…午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日は除く)

※詳しくはお問い合わせ、または「受験案内」を参照。「受験案内」は総務課(市役所5階)にあります。ホームページからもダウンロード可。

受験手続…総務課までお申し込みください。

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

お知らせ

40～74歳の国保加入者のみなさん
特定健診を受けましたか？

特定健診を受け忘れていませんか？医療機関の協力により、今年度は期間を延長します。まだ受診していない人は、11月30日(土)までに予約のうえ、受診してください。
※人間ドックは助成制度がありますので、お問い合わせください。(35～74歳の国保加入者で国保税に未納がない人が対象)
※職場などで健診を受けた人は、健診結果の提供をお願いします。



自己負担金
無料

今年度最後の日曜日健診を実施します！ご利用ください

期日…11月24日(日)

時間…午前8時30分～正午・午後1時～3時

場所…岡谷市保健センター 1階 研修室

申込み…電話にて希望の時間をご予約ください。定員になり次第締め切ります。

※4～6週間で健診結果が出ます。結果説明会や教室などの案内が届いたら積極的にご参加ください。

★クーポン券による風しん抗体検査も対応可能です。

申込み・問合せ●医療保険課(内線1186)

お知らせ

令和2年度
岡谷市成人式を開催します



日時…令和2年1月12日(日) 午後1時から受付

※1月13日(成人の日)ではありませんので、ご注意ください。

会場…カノラホール 大ホール ※家族の観覧は2階席のみとなります。

対象者…平成11年4月2日から平成12年4月1日までの出生者で、当市に在住する人および当市に親族が在住する人

当日のスタッフを募集！一生に一度しかない成人式で、司会などやってみませんか。成人式対象者で希望する人は、お問い合わせください。

対象者およびそのご家族には、式典への参加案内のハガキを10月下旬に送る予定です。11月中旬になっても届かない場合は、生涯学習課までご連絡ください。なお、ハガキは下記のように送付します。

状況例	案内ハガキの送付先
①本人が岡谷市に在住の場合	本人の市内の住所
②本人は市外に転出、親などが岡谷市に在住の場合	親などの市内の住所
③本人もその親なども市外に転出している場合	本人の転出先の住所(5年以内の転出に限る)。届かない場合は送付する住所をご連絡ください。

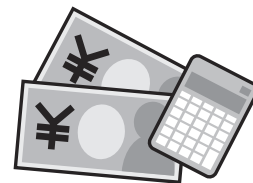
※市外に転出していても、岡谷市成人式に参加できます。

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

お知らせ

滞納者への徴収を強化します

市税は、岡谷市の歳入の約35%（平成31年度予算）を占める主要な財源です。滞納者は、全体のうちほんのわずかですが、毎年積み重なると膨大な額となり、国民健康保険税を合わせた滞納累計額は、2.4億円超に達しています。市では税の公平性を確保するため、税の徴収強化を図り、滞納処分に力を入れます。



滞納処分の種類と内容

納税者が納期限までに納付していない状態を「滞納」といい、税金を滞納したままにしておくと、本来納める税額以外に督促手数料、延滞金を納めることになるほか、次のような滞納処分を受け、強制的に税金の徴収を受けることになります。また、滞納処分は法律で定められており、本人の意思にかかわらず執行します。

【滞納処分は次の流れに沿って進められます】

- ①督促…納期限までに完納できない人に督促状を送付し納税を促します。
- ②催告…督促状送付後、一定期間内に納税されない場合、再度文書で催告を行います。
- ③財産調査…官公署、金融機関、勤務先、取引先などに対して財産調査を行います。
- ④差押…調査で把握した滞納者の財産を差押えます。
- ⑤換価…差押えた滞納者の財産を公売、取立により換価（換金）し、滞納している税金に充当します。

「差押」とは

地方税法では、滞納となっている税金は財産を差押えて処分することにより、徴収しなければならないと定められています。

「差押」とは、所有者から財産を処分する権利を奪うことをいいます。差押を受けると、自らが所有する財産でありながら処分などの自由がなくなります。逆に、差押を執行した機関は、財産を処分する権利を取得することになります。所有者に代わり、財産の売却や権利の行使また契約を解約することにより、支払われた金銭を税金に充当できるようになります。

【市がおもに実施する差押】

●給与・賞与・年金等差押

国税徴収法および各社会保険制度の規定に基づき、差押禁止額を除いたすべての支給額が差押の対象です。

●生命保険差押

生命保険契約に基づく、保険金支払請求権や解約返戻金支払請求権などが、差押の対象です。

●敷金・入居保証金の差押

アパートや賃貸マンション、事務所など賃貸契約をする時に所有者に預ける敷金や入居保証金は全額差押の対象です。

●不動産差押

土地・家屋などの不動産は、抵当権設定の有無にかかわらず差押の対象です。

●搜索・動産差押

滞納者の自宅や事務所などを搜索し、発見された金銭や有価証券、装飾品、自動車、オートバイなどは動産として差押の対象となります。

※差押財産は、公売などにより換価して税に充てます。具体的には、全国から参加できるインターネット公売などです。

納税が困難な時にご相談ください

次のような事情で、市税等を納期限までに納めることができない場合、事情により分割での納付や、納税を猶予することがありますので、お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

11月以降のおもな市税の納期限

	市県民税 (普通徴収)	固定資産税・ 都市計画税	国民健康 保険税
11月			12月2日(月)
12月		12月25日(水)	12月25日(水)
1月	1月31日(金)		1月31日(金)
2月		3月2日(月)	3月2日(月)
3月			3月31日(火)



おかやのカルチャー おかカル!

カルチャーセンターや各公民館などの
講座・イベント情報をお届けします

ホストタウンプログラム岡谷 カルチャーセンター 生涯学習大学

東京五輪目前! 今こそ押さえておきたいオリンピックの価値とは。



東京2020オリンピック目前!
オリンピックの新たな魅力を発見
しましょう!

岡谷南高校出身、ボート競技でオ
リンピック4大会連続出場を果たした
岩本亜希子さんに、実際に参加した
選手にしかわからないエピソードや、
オリンピックの価値について語って
いただきます。お楽しみに!

日時…12月21日(土) 午後1時30分～3時30分

場所…カルチャーセンター 多目的ホール

定員…120名

講師…岩本亜希子さん

(ボート競技オリンピック4大会連続出場)

申込み…11月18日(月)の午前10時から受付。カル
チャーセンターの窓口、電話、インターネットによる
電子申請(QRコードから)で受け付け
ます。12月13日(金)締切。

聴講無料

要申込み



岡谷市文化祭

多彩な展示や舞台が楽しめます。
ぜひお越しください。

入場無料

展示部門

日本画、洋画、版画、書道、写真、陶芸など
会場…カルチャーセンター

◆第53回 岡谷展…11月7日(木)～10日(日)

上演部門

音楽、朗吟、舞踊、民謡、伝統芸能、演劇など
会場…カノラホール

◆第76回 市民音楽祭

11月3日(日・祝) 第1部:午前9時30分～
第2部:午後0時50分～

◆第47回 市民朗吟の夕べ

11月3日(日・祝) 午後7時～

◆第48回 市民舞踊祭

11月4日(月・振休) 午後1時～

◆第14回 おかや演劇祭

11月23日(土・祝)、24日(日)、29日(金)～
12月1日(日) ※開演時間は日により異なります。

◆第38回 市民伝統音楽芸能祭

12月8日(日) 午後1時～



カルチャーセンター・岡谷映像サークル共催事業

岡谷映像サークル ビデオ映画作品上映会 & おもしろ背景映像合成の紹介、実演デモ

9回目の本年は、会員の映像作品上映と、昨年好評だった、合
成技術を駆使してお好みの背景に希望する写真を合成してプレゼン
ト。また、4Kカメラやドローンなど、最新撮影機器の展示とあわせ
て、映像技術の進展を解説します。ぜひ、ご来場ください。

日時…11月9日(土) 午後1時30分～4時30分

場所…カルチャーセンター 多目的ホール

入場無料

●すてきな背景の前でポートレート写真撮影

●最新映像撮影機材の展示紹介

●ビデオ撮影・編集の相談

…午後1時30分～2時30分



申込み不要

【自主作品の上映プログラム】 午後2時30分～4時30分

- | | | |
|---------------------|------|-------|
| 1「茅の輪くぐり」 | 有賀 清 | (8分) |
| 2「朱に染まる」 | 牛山公乃 | (3分) |
| 3「香嵐渓」 | 北條栄治 | (6分) |
| 4「高原の草競馬」 | 片庭 博 | (10分) |
| 5 おもしろ背景映像合成の解説 | 牛山公乃 | |
| 6「死霊の山」(鈴木峰映先生追悼作品) | | (10分) |
| 7「翼あるもの」 | 柳沢康夫 | (6分) |
| 8「SAKURA」 | 宮坂治之 | (6分) |
| 9「越後 イヨボヤのまち」 | 柳沢康夫 | (15分) |



申込み・問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

カルチャーセンター 親子講座 親子で体験!! 甘酒講座 甘酒の不思議とおいしさを体験しよう

親子で米麹を使った甘酒を作ってみましょう! からだにやさしくておいしい、アルコールを含まない甘酒です。甘酒を使ったアレンジレシピ(パフェ)にもチャレンジ!



日時…12月7日(土) 午前10時～正午
場所…カルチャーセンター 調理実習室
定員…親子12組(先着順・定員になり次第締め切り)
※親子1組=大人と子ども合わせて3人までのグループ
(子どものみ、大人のみのグループは受講不可)
子どもの対象年齢…4歳から12歳

講師…甘酒屋an's 白鳥 杏奈さん

費用…1人1,000円(大人・子ども同額。受講料+材料費)

申込み…11月5日(火)の午前10時から受付。カルチャーセンター窓口にて費用を添えてお申し込みください。6日(水)から電話・電子申請(QRコードから)による仮受け付けも行います。11月24日(日)締切。なお、11月17日(日)までは市内在住・在勤の人のみ受け付けます。



カルチャーセンター 冬の講座 自分で作るわら細工

自分で作った“しめ飾り”で新年を迎えませんか?
“猫ざぶとん”は鍋敷きとしても使えます♪猫の爪磨ぎとしてもぴったり♪



日 時	内 容	日 時	内 容
12月28日(土)	お正月のしめ飾り作り	1月11日(土)	猫ざぶとん作り 2回目
1月4日(土)	猫ざぶとん作り 1回目	1月25日(土)	猫ざぶとん作り 3回目

時間…午前10時～正午

場所…カルチャーセンター 第1和室

定員…10名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…合同会社 南信州米俵保存会 代表社員 酒井 裕司さん

費用…3,000円(受講料+材料費)

申込み…11月7日(木)の午前10時から受付。カルチャーセンター窓口にて費用を添えてお申し込みください。8日(金)から電話・電子申請(QRコードから)による仮受け付けも行います。12月17日(火)締切。なお、11月24日(日)までは市内在住・在勤の人のみ受け付けます。



ホストタウンプログラム岡谷 ワインと料理でカナダにふれる



オリンピックも間近! 岡谷市はカナダを相手国としてホストタウン事業を展開しています。

今回は、カナダのワインと料理についての講座です。試食や試飲もしながら楽しく学び、カナダをより身近に感じてみてください。



日時…12月18日(水) 午後1時30分～3時30分

場所…イルフプラザ ミーティングルーム
(2階ボウリング場向かい)

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…長崎美知子さん(日本ソムリエ協会認定ソムリエ)
デイビス・ジムさん(カナダ出身)

受講料…1,000円

申込み…11月18日(月)の午前10時から受付。カルチャーセンター窓口にて費用を添えてお申し込みください。19日(火)から電話・電子申請(QRコードから)による仮受け付けも行います。12月13日(金)締切。

※ワインの試飲がありますので、お車での参加はご遠慮ください。



カルチャーセンター

じっくり学習！岡谷学に挑戦しよう!!

岡谷をもっと知りたい、歴史に興味がある、定年退職後の生きがいを見つけない…そんなみなさんに、日本遺産に因んだ歴史を学ぶ全5回の講座です。得られた知識をぜひ、次世代へ語り継ぎましょう!!

日 時	内 容
12月13日(金) 午前10時～11時30分	開校式 ～「岡谷学とは」～ 日本遺産講座1 ～日本遺産認定の経緯～
12月20日(金) 午前10時～11時30分	日本遺産講座2 ～黒曜石鉱山と縄文人に出会う旅～
1月10日(金) 午前10時～11時30分	日本遺産講座3 ～縄文時代の文化の変化～
1月17日(金) 午前10時～11時30分	日本遺産講座4 ～弥生時代へ受け継がれるものづくりの文化～
2月28日(金)午前中	黒曜石関連施設見学 ※入館料 実費負担あり

受講無料

場所…岡谷美術考古館 研修室

対象…概ね60歳以上の人

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…岡谷市文化財調査員 山田 武文さん

申込み…11月18日(月)の午前10時から受付。カルチャーセンター窓口にてお申し込みください。19日(火)から電話・電子申請(QRコードから)による仮受け付けも行います。12月2日(月)締切。なお、11月20日(水)までは市内在住・在勤の人のみ受け付けます。



申込み・問合せ●

カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

川岸公民館 生活講座

骨盤先生による

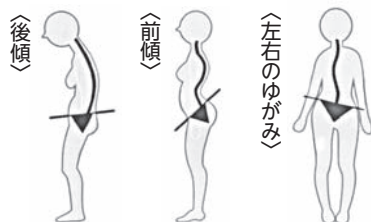
あれ!?不思議! 背筋ピン体操

腰痛

肩こり

全身の筋肉をゆっくりとやわらげてから、「背骨」「骨盤」の左右のバランスをやさしく整え、不調なところを正常な状態に戻していきます。

ゴムチューブも使います。



期日…11月11日・25日、12月9日・23日(全4回)

毎月月曜日

時間…午前10時～11時

対象…市内在住または在勤の人

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…カイロプラクター 藤澤 竹美さん

受講料…800円(初日に集金)

持ち物…運動のできる服装、飲み物

申込み…11月1日(金)午前8時30分から、公民館窓口または電話にて受付。

申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

長地公民館 生活講座

ペン習字基本講座



年齢・経験を問わず、どなたでも参加できます。基本から練習するので、初心者も大歓迎! 年賀状など、生活に役立つスキルを楽しく学びましょう!



期日…11月20日、12月4日・18日(全3回) 毎回水曜日

時間…午後1時30分～3時30分

対象…市内在住または在勤の人

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…西澤 杏月さん(学習グループ「あんずの会」講師)

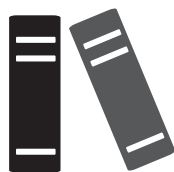
受講料…600円

持ち物…ボールペン

申込み…11月1日(金)午前8時30分より、公民館窓口または電話にて受付。11月18日(月)締切。

申込み・問合せ●長地公民館 ☎27-8080

広告



大切な本づくり

自伝・句集・歌集・作品集・社史・
校史・機関誌・年鑑 など

安心しておまかせください。

中央印刷株式会社

〒394-0048 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>

種
時間／午後1時～2時10分（1時30分から診察開始）
所／保健センター
物／母子健康手帳・予診票
健診等
所／保健センター 2階 乳幼児健診室
物／母子健康手帳・おたずね用紙（全てに共通）
～4か月、9～10か月児健診：
バスタオル・ファーストブック申込書（9～10か月児健診のみ）
歳児にここに教室：歯ブラシ・コップ・タオル
歳児健診：尿（配布済の検尿容器に採尿）
聴力・視力検査をおこなってください。
相談に関するお問い合わせは — 健康推進課（内線 1191）まで

金	土
1	2
7	8
14	15
21	22
28	29
30	31

(有)三善工業
☎ 23-3446

(株)林鉄工設備
☎ 23-3197

水道建設(株)
☎ 23-2662

旭設備(株)
☎ 23-3764

(株)上條電設工業
☎ 23-5330

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

(株)オスガ設備
☎ 27-6622

(株)オスガ設備
☎ 27-6622

離乳食教室〈ばくばく教室〉
(H30年11月～12月生)
受付午前10時～10時30分

杉村設備(株)
☎ 27-8632

(有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

●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 301A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：藤森頼継 弁護士 ※12月分予約：11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 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・休日)【予約制】	ご希望に合わせて日程を調整いたします。 対象者：44歳までの人やその家族 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
巡回労働相談 (勤労青少年ホーム)	20日(水)午後0時30分～3時30分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
女性のための相談 【予約制】	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）
ひきこもりの状態にある人やそのご家族の相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：社会福祉課（内線1254）
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	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

2回目 ▶ 11月8日(金) 午後7時～8時30分
出産準備用品の説明、体づくり・安産のコツ等

—*—

女性のための健康相談【予約制】

予約受付時間(月)～(金) 午前8時30分～午後5時15分(1人あたり1時間)
申込み・問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141 (直通)



くらしのカレンダー

11月

November

-  休日急病当番医院
-  休日当番歯科医院
-  休日当番薬局
-  水道修理当番店
-  相談
-  予防接種
-  乳幼児健診
-  子育て学習

- 休日急病当番医院
受付／原則午前 9 時～午後 5 時（午後は来院前に要電話連絡）
※緊急時の医療問合せ
休日・夜間緊急医療案内サービス 岡谷消防署 ☎ 22-0119
- 休日当番歯科医院
保険証を必ずお持ちください。午前中の診療となります。
- 水道修理当番店
土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受付けます。
受付時間／午前 9 時～午後 4 時 ☎ 23-8511

- ◆予防接種
受付時間
持ち場
- ◆乳幼児健診
持ち場
※3
※2
※3

◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談

日	月	火	水	木
今月の納税 ◎国民健康保険税 第 8 期 納期限…12月 2 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） 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。				
3  釜口医院 ☎ 22-2089  ジュンデンタルクリニック ☎ 24-8220  マツモトキョシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801  (株)イワナミ ☎ 22-2222	4  諏訪皮膚科クリニック ☎ 27-5388  アルプス矯正・小児歯科クリニック ☎ 55-4477  盛栄堂小池薬局 ☎ 28-6473  (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	5  岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	6  1 歳 6 か月児健診 (H30年4月生) 受付午後1時～1時20分  (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	 BCG (R1年5月生)  2 歳児にこここ教室 (H29年10月生) 受付午前9時15分～9時30分  十和設備(株) ☎ 24-0182
10  よねやま内科クリニック ☎ 22-8863  小口歯科第2クリニック ☎ 28-2883  矢崎薬局 ☎ 23-7125  (株)アイテック ☎ 23-8500	11  育児相談 受付午前9時30分～11時  杉村設備(株) ☎ 27-8632	12  四種混合 (生後3か月から) H30年10月までに3回目を終了した人を含む 〔西堀・長地地区〕  (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	13  3 歳児健診 (H28年10月生) 受付午後1時～1時20分  (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	14  日本脳炎 (H28年10月生:1 回目) H30年11月までに2回目を終了した人  ほっこり子育て応援講座 (H31年3月～4月生) 受付午前9時30分～10時0分  (株)浜パイピング ☎ 23-6885
17  山崎医院 ☎ 22-3287  はつお歯科クリニック ☎ 23-8345  山一小口薬局 ☎ 23-2206  信和設備(株) ☎ 22-3302	18  (株)総設工業 ☎ 28-8504	19  四種混合 (生後3か月から) H30年10月までに3回目を終了した人を含む 〔西堀・長地地区以外〕  (有)三善工業 ☎ 23-3446	20  3～4 か月児健診 (R1年7月生) 受付午後1時～1時20分  (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	21  (株)イワナミ ☎ 22-2222
24  林眼科医院 ☎ 28-6596  栗田歯科医院 ☎ 24-5756  御子柴薬局 ☎ 27-7056  (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	25  育児相談 受付午前9時30分～11時  十和設備(株) ☎ 24-0182	26  日本脳炎 (H28年10月生:2 回目) H30年11月までに2回目を終了した人  水道建設(株) ☎ 23-2662	27  9～10 か月児健診 (H31年1月生) 受付午後1時～1時20分  旭設備(株) ☎ 23-3764	28  (株)アイテック ☎ 23-8500

お知らせ 諏訪地域 転職・移住者就職説明会

離転職者、I・Uターン就職や移住希望者、令和2年3月卒者などを対象とした就職説明会を開催します。女性や高齢者、学生も大歓迎。経営者や人事担当者と直接面談できるチャンスです。

日時…11月26日(火)

午後1時30分～4時

場所…諏訪市文化センター

問合せ●

テクノプラザおかや ☎21-7000

参加無料
申込み不要

お知らせ イマドキの就活を知る 保護者のためのセミナー

就活生の保護者必見! 就職を考える子どもを持つ保護者のみなさんが、知っておきたいこと、これから必要なこと、最近の就職活動の状況などを、各方面のスペシャリストがお伝えします。

日時…12月1日(日) 午前10時～正午

場所…テクノプラザおかや

対象…高校・大学などに通う子どもを持つ保護者、これから就職活動を始める子どもを持つ保護者

【講師】

①駒澤大学 キャリアセンター

江頭くみ子さん

②岡谷労務対策協議会 理事企業代表

人事担当 マルゴ工業(株) 澤田 壮一さん

③キャリアディベロップメントアドバイザー

小口 喜照さん

申込み・問合せ●

テクノプラザおかや ☎21-7000

参加無料
要申込み

お知らせ おかや就活サークル 参加案内

就職活動を進めるために必要なことを学んだり、先輩から話を聞いたり、市内の企業を見学するなど、あなたが他の就活生より一歩リードできるような活動を行います。ぜひ参加してください。

【参加のメリット】

①活動に参加するときには、東京から帰省バスが出るので、実家に帰る手段として利用でき財布にもやさしい。

②参加すると、諏訪地域の就職イベントや耳寄りな情報が随時届きます。

③活動は全て無料! お昼はお弁当付!

④同じ志の仲間と出会い、就職してから楽しく過ごせる「友だち」もできるかも?

●まずはおかや就活サークルのLINEに登録! 最新のイベント情報が届きます!



問合せ●

テクノプラザおかや ☎21-7000

お知らせ 諏訪地域 障害者就職相談会

諏訪公共職業安定所は、障がい者向けの相談会を開催します。企業の採用担当者が一堂に会し、相談・面接を行います。就職を希望する障がいのある人は、ぜひご参加ください!!

日時…11月13日(水)

午後1時30分～4時

場所…ホテル紅や ルビーホール

申込み・問合せ●諏訪公共職業安定所

☎58-8609

もっと お知らせ

募集やイベント、環境、健康など
まだまだお知らせしたいこと

お知らせ 国によるJアラートの 試験放送について

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

日時…11月5日(火) 午前10時ごろ

問合せ●危機管理室(内線1592)

お知らせ 11月は「子ども・若者 育成支援強調月間」

インターネットやスマートフォンなどの急速な普及により、性被害、少年非行、いじめなど、子どもが被害者となる事件が多発しています。



わたしたちは「青少年は地域社会からはぐくむ」という原点に立ち返り、子ども・若者を孤立させず、家庭、学校、職場、地域などが一体となって、子ども・若者を温かく見守り、声をかけ、励まし、ときには注意や指導ができる地域づくりをめざしましょう。

問合せ●生涯学習課(カルチャーセンター)

☎24-8404

お知らせ やまびこ公園が 今年の営業を終了

有料施設は11月10日(日)で営業を終了します(サマーボブスレーは10月27日(日)まで)。

※冬期閉園中も入園はできますが、ジャンボすべり台は使えません。

※トイレは、中央ひろば管理棟トイレの一部のみ利用可能です。

問合せ●やまびこ公園管理事務所

☎22-6313

お知らせ

消費税適用税率について

国税庁 軽減税率

検索

※軽減税率制度についての詳しい情報は、国税庁ホームページ内の特設サイト「消費税の軽減税率制度について」をご覧ください。

映画館の売店での飲食料品の購入は軽減税率の対象となるか



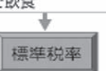
映画館の座席で食べるために、映画館の売店で購入した場合は、軽減税率の対象となります。
売店が設置したテーブル、椅子等で食べる場合は標準税率となります。



【売店】



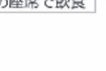
売店の皿・椅子で飲食



標準税率



持ち帰り、映画館の座席で飲食



軽減税率



(座席で食べても)

軽減税率



軽減税率



軽減税率

お知らせ

ひとり親家庭のみなさんへ
親子で楽しめる料理教室

野菜をたっぷり使ったトマトソース作りと、作ったソースでおいしいパスタもクッキング! パスタのほかにもピザやオムレツなど、幅広い料理に使えるトマトソースを親子で作ってみませんか。ソースは持ち帰り分もあります。

※火や包丁などを使用しますので、子どもからは目を離さないでください。

日時…11月23日(土・祝)

午前9時30分～午後1時30分(予定)

場所…カルチャーセンター 調理室

対象…市内在住のひとり親家庭
(親子同伴)

募集人員…親子30名

(先着順・定員になり次第締切)

参加費…

会員:大人300円・子ども100円

会員以外:大人400円・子ども100円

※18歳までは子ども料金

持ち物…エプロン、三角巾、マスク、
タオル、飲み物、子ども用スリッパ

申込み…市役所2階の社会福祉課窓口
にある参加申込書に記入のうえ、提出してください。電話でも申し込みます。11月8日(金)締切。

申込み・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)



お知らせ

食用廃油回収と
無添加石けんの販売

岡谷市消費者の会では、食用廃油の回収と粉石けんなどの販売を行います。

【実施場所・日時】

11月9日(土) …横川公会堂

11月10日(日) …湊支所・小井川区民
会館・三沢区コミュニティ施設

時間…午前10時～正午(共通)

【食用廃油の回収】

家庭で使用して残った食用廃油や、消費期限切れの使わない食用油をお持ちください。

食用油を残さず使いきることが「ものを大切にし、地球にやさしいライフスタイル」につながります。それでも残ってしまった食用廃油を、河川や下水道に捨てることなく、再利用するために回収運動を推進しています。

※食用廃油2Lにつき、50円の廃油処理料がかかります。

※食堂・事業所など、営業使用した食用廃油は取り扱いません。

【石けんの販売】(ともに洗濯用石けん)
大変汚れ落ちの良い石けんです。ぜひご利用ください!!

●粉石けん…2.5kg入 1袋 650円

●無添加固形石けん…

180g(2個入) 1袋 250円

問合せ●岡谷市消費者の会事務局

(市民環境課内 内線1166)



環境

まきストーブについての
お願い

近年、まきストーブによる煙やにおいの苦情が寄せられています。念願かなって設置したまきストーブが、トラブルの原因になってしまうことがありますので、使用する際には、次の点にご注意ください。

●住宅密集地ではとくに、煙突の位置や高さに十分配慮して、設置してください。

●湿ったまきは、煙やにおいの原因になります。まきは十分に乾燥させてください。

●廃材や家庭ごみの焼却は、悪臭や有害物質を発生させる原因になりますので、絶対に燃やさないでください。

●ストーブの保守点検と煙突清掃を、定期的に行いましょう。

◎まきストーブは、煙やにおいが近隣の迷惑にならないよう配慮のうえ、使用してください。

環境

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)



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

地上デジタル放送中!

11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(11月1日～30日)

- 岡谷市イベント情報
- わが家のアイドル No.87
- おいでおいでおかやっこ

わが家のアイドル No.87

【特別番組】

カノラホール開館30周年記念ミュージカル
「ONLY ONE -オンリーワン-」

(午前10時～・午後3時～・午後7時～)

おいでおいでおかやっこ



視聴にはチャンネルの初期設定が必要です。詳しくは、LCV(☎0120-123-833)、または秘書広報課(内線1365)まで。

お知らせ

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象となります。その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象となります。



社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。このため、平成31年1月1日から令和元年9月30日までの間に国民年金保険料を納付した人へ、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」を11月上旬に日本年金機構本部から送付する予定です。年末調整や確定申告の際には、必ずこの証明書(または領収証)を添付してください。

また、10月1日から12月31日までの間に、今年初めて国民年金保険料を納付した人には、翌年の2月上旬に送付する予定です。

なお、家族の国民年金保険料を納付した場合も、本人の社会保険料控除に加えることができますので、家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」についての照会は、控除証明書のハガキに表示されている電話番号にお問い合わせください。

問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

お知らせ

介護の日の普及を願い 公開セミナーを開催

日時…11月9日(土) 正午～午後3時

場所…男女共同参画センター

「あいとぴあ」

入場無料

【内容】

●認定介護福祉士 実践発表

●講演会「楽し! ウレシ! 介護福祉」

～感謝の気持ちから喜びが生まれる～

講師…

落語家

三遊亭多歌介さん



問合せ●(公社)長野県介護福祉士会

☎026-223-6670

お知らせ

「女性の悩み特設相談所」開設

女性をめぐるさまざまな人権問題の解決を図るため、特設相談所を開設します。秘密は堅く守られますので、お気軽にご相談ください。

相談無料・申込み不要

日時…11月15日(金)

午前10時～午後3時

電話でのご相談は…

☎52-1043 または ☎52-0583

面接でのご相談は…

長野地方方法務局諏訪支局 2階 会議室
(諏訪市大手 上諏訪駅西口)

問合せ●長野地方方法務局諏訪支局総務課

☎52-1043

お知らせ

年末調整説明会

諏訪税務署による年末調整説明会です。「年末調整のしかた」および「給与所得の源泉徴収票等の法定調書の作成と提出の手引き」など、パンフレットを用いて説明しますので、ご持参ください。

日時…11月14日(木)

午後1時30分～(約2時間)

場所…カノラホール 小ホール

問合せ●諏訪税務署 ☎52-1390

お知らせ

決算説明会

(青色申告者・白色申告者)

事業所得などを有する人の決算の仕方や、青色申告決算書の作成、注意点などの説明会です。

●事業所得関係

日時…11月27日(水) 午後1時30分～

場所…岡谷商工会館 3階ホール

※午前10時から消費税説明会も実施

●不動産所得関係

日時…11月28日(木) 午前10時～

場所…諏訪商工会館 5階大会議室

●農業所得関係

日時…12月12日(木) 午後1時30分～

場所…JA信州諏訪田中線センター
会議室

問合せ●諏訪税務署 ☎57-5211

お知らせ

労働基準監督署が 移転します

移転日…12月9日(月)

※12月6日までは現庁舎で業務を行います。

移転先…岡谷地方合同庁舎 3階
(中央町1-8-4)

問合せ●労働基準監督署 ☎22-3454



世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～



アメリカの感謝祭

国際交流員のスペース・キャロラインです。

みなさん、ご存知ですか? 毎年11月の第4木曜日(今年は28日です)、多くのアメリカ人は実家に帰り、朝から家族で伝統の料理を作っ

て、夜は盛大に食事会をします。感謝祭、「サンクスギビング」として知られる祝日で、家族や友だちのこと、健康、仕事…、いろいろなことをテーブルに集う家族などの前で発表して、感謝の気持ちを表す日です。



七面鳥を食べるのが習わしで、朝、オーブンに入れ、夜、取り出して、みんなに切り分けます。17世紀に始まったサンクスギビングは、アメリカの生活では大切な日なのです。

忙しい毎日ですが、この一日だけは家族や友だちと一緒に過ごし、感謝の気持ちを伝えたらどうでしょうか。

Happy Thanksgiving!



ファミリースケートデー

やまびこアイスアリーナを、市内に在住、在勤、在学のみなさんに無料開放します。

※貸し靴は有料：1足530円

日時…11月9日(土)

午前10時～午後3時30分

問合せ●(株)やまびこスケートの森
アイスアリーナ ☎24-2494



やまびこ国際 スケートセンターオープン

日時…11月23日(土・祝)

午前8時オープン

●当日滑走無料。オープン式典は10時より。オープンイベントも予定。

※貸し靴は有料：1足530円

問合せ●(株)やまびこ国際スケート
センター ☎24-5210

◎小・中学生アイスホッケー教室



期日…12月7日(土)・14日(土)

計2回

対象…市内在住の小・中学生など

時間…午後6時～7時30分

場所…やまびこスケートの森 アイスアリーナ

定員…50名

講師…岡谷市アイスホッケー協会

受講料…1,000円

保険料(任意) …820円

申込み締切…12月2日(月)

※用具の貸し出しあり

申込み・問合せ●

(株)やまびこスケートの森

アイスアリーナ ☎24-2494

★★★★★★★★★★★★★★★★

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(12月分) …11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…11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220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

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

★★★各種スポーツ教室★★★

◎ソフトバレーボール教室



期間…12月3日～1月28日

毎回火曜日 計8回

対象…市内在住の小学3年生以上の男女

時間…午後7時～9時

場所…市民総合体育館スワンドーム

定員…40名

講師…岡谷市バレーボール協会

受講料…小・中学生1,000円

高校生以上2,000円

保険料(任意) …小・中学生820円/高校生以上1,870円/65歳以上1,220円

申込み…11月5日(火) から市民総合体育館窓口で受け付けます(電話申込不可)。定員になり次第締め切ります。

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)

イベント

第6回 ecoポッポ(諏訪湖周グリーンセンター) ふれあいフェス 開催!!

今年の「ecoポッポふれあいフェス」は、「しもすわ秋の産業フェスタ」にて開催します! グリーンセンターの運営報告会のほか、豪華景品が当たる大抽選会など、子どもも大人も楽しめる催しを多数ご用意。多くのみなさんのお越しをお待ちしています!

日時…11月9日(土) 午前10時～

場所…下諏訪総合文化センター 軽体育室
(下諏訪町西鷹野町4611-40)



【催し物】

- ecoポッポクイズラリー
- 秋祭り! えんにちコーナー
- えこぼん記念撮影会
- 大抽選会 などなど

報告会に来てくれた人には「から揚げ屋 真心」のから揚げをプレゼント! ぜひお越しください!!

参加無料

申込み不要



問合せ●湖周行政事務組合(内線1920)

主 な 内 容

CONTENTS

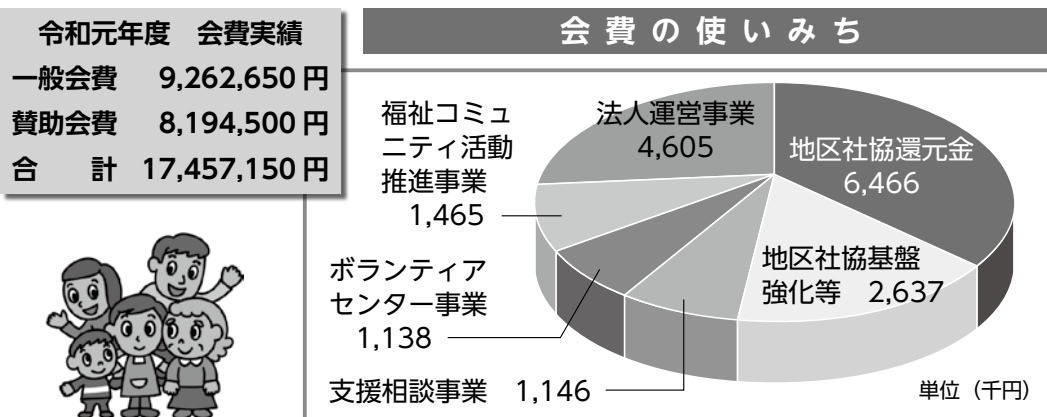
令和元年度 岡谷市社会福祉協議会会費収納にご協力ありがとうございました	22
社会福祉協議会・カルチャーセンター共同開催 第2弾	23
地域活動いごう教室	24
災害ボランティアをご検討の方へ	24
岡谷市社会福祉協議会 結婚相談事業紹介	24

令和元年度 岡谷市社会福祉協議会会費収納にご協力ありがとうございました!!

市民のみなさまのご理解とご協力をいただき、本年度の会費は、**17,457,150円**の実績を上げることができました。

会費は、岡谷市社会福祉協議会が推進する地域福祉事業の唯一の独自財源であり、地区社協（地区社会福祉協議会）など小地域の福祉活動を支える大切な財源となっています。

ご賛同いただいたみなさまに厚くお礼を申しあげ、ご報告とさせていただきます。



岡谷市社会福祉協議会で行われている事業へ充当されます (8,354 千円)

- ・岡谷市社会福祉大会
- ・ボランティアセンター運営事業
- ・心配ごと相談事業
- ・金銭管理財産保全サービス事業
- ・結婚相談事業
- ・ハートリーフ事業
- ・まゆっこサポート事業
- ・育児ファミリーサポートセンター事業
- ・車いす移送車貸出サービス事業 など



車いす移送車貸出



ボランティア団体・個人が利用できる印刷機

地区社協等へ直接還元され、様々な活動に使用されます (9,103 千円)

【地区社協とは？】

岡谷市には全 21 地区に地区社協（地区社会福祉協議会）があり、共につながり支え合う地域を目指して、地域の特色に応じた活動をしています。

【活動の一部を紹介します】

- ・昼食会・配食サービス
昼食会・配食サービスを通じて、地域の高齢者等への声掛けや見守り活動を行います。
- ・世代間交流事業
保育園児との交流を行っています。
- ・ふれあいいきいきサロン
地域住民が集って仲間・生きがい・居場所づくりを行っています。
- ・敬老会事業
- ・他にも様々な事業を行っています。



地区社協の昼食会
昼食会の前に、特殊詐欺の学習会の様子

詳細は岡谷市社会福祉協議会ホームページ「21 地区社協」のページを御覧ください。

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

社会福祉協議会・カルチャーセンター 共同開催

～地域活動デビューしませんか？ やりがいを見つける糸口に～

第2弾

「何か」をしたい！でも「何か」が見つからない。地域の問題に気づいていても、どう活動していいかわからない。そのような方へ！活動のきっかけとして「自分のできること」を探してみませんか？

地域活動いとぐち教室

実施日	内 容	講 師
【第1回】 11/21 (木) (諏訪湖ハイツ)	○ボランティアについて 「ボランティアってなんだろう」「自分は何ができるかな」ボランティアについてみんなで考え、『自分のできること』その糸口を探してみましょう。	岡谷市社会福祉協議会職員
【第2回】 11/28 (木) (諏訪湖ハイツ)	○地域で行う助け合い活動 地域支援活動のなかには、安価な料金でボランティアを行う「有償ボランティア：まゆっこサポート」があります。空いている時間にできる『助け合い活動』です。お話を聞いて、『自分のできること』をみつけましょう。	岡谷市社会福祉協議会職員
【第3回】 12/5 (木) (諏訪湖ハイツ)	○相手の話に耳を傾ける どの活動の基本ともなる『聴く』ことに意識し、傾聴ボランティアの「傾聴みみずく」さんのお話を聞き、様々な活動の場面でいかしてみましょう。	傾聴みみずく
【第4回】 12/12 (木) (諏訪湖ハイツ)	○ボランティア見本市 多種多様なボランティア活動の見本市！既に地域で活動している先輩の話を直接聞いて、『今後の活動のきっかけ』をみつけましょう。	地域活動の先輩
【第5回】 12/19 (木) (カルチャーセンター) ※材料費 1,100 円	○コーヒーを入れて茶話会・講座の振り返り コーヒーの入れ方のコツを学びながら受講者のみなさんと茶話会。講座の振り返りも行います。さあ、活動の第一歩を踏み出しましょう！	スターバックスコーヒー レイクウォーク岡谷店 スタッフ 岡谷市社会福祉協議会職員

時 間：午前 10 時～ 11 時 30 分

定員数：20 名

会 場：諏訪湖ハイツ 204 会議室（1 回～ 4 回）

カルチャーセンター調理実習室（5 回のみ） 実費あり

申込み受付：10 月 23 日（水） 午前 10 時から 先着順に受付します。

（なお、受付締切日の前でも定員に達した場合は、受付を締切らせていただきます。）

☆受付初日は電話による申込みはできません。

☆10 月 29 日（火）までは、『市内在住・在勤の人』のみの受付とさせていただきます。

☆10 月 24 日から電話または電子申請での仮申し込みを受付します。

電子申請による仮申し込みは右記の QR コードを読み取って手続きしてください。

☆受講料は無料ですが、12/19 の第 5 回のみ実費当日にて集めさせていただきます。



《お問い合わせ・申込先》

イルフプラザ 3F カルチャーセンター（生涯学習課） TEL 24-8404 FAX 24-8442

災害ボランティアをご検討中の方へ

台風第19号により令和元年10月12日に、長野県内では人的被害をはじめ家屋の浸水など広範囲による甚大な被害が発生しました。被害を受けられた皆さまを支援するために、災害ボランティアセンターが立ち上がっています。

現地での活動を希望される方は、事前にホームページ等で十分な情報収集を行うとともに、ボランティア活動保険に加入してから現地に向かっていただくことをお願いいたします。

詳細については、岡谷市社会福祉協議会にお問い合わせください。

現地のボランティア情報は、長野県社会福祉協議会のホームページでご確認いただけます。

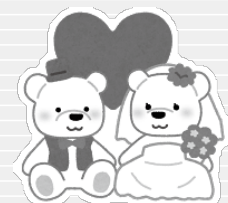
長野県内災害ボランティア情報：長野県社会福祉協議会 <http://www.nsyakyo.or.jp/>

災害ボランティアについて：岡谷市社会福祉協議会 電話 24-2121 FAX 24-3555

岡谷市社会福祉協議会

結婚相談事業紹介

社協では、結婚について前向きに考える男女の出会いを応援する事業として、結婚相談員による登録者同士のお見合いや、登録者以外でも参加していただけるハートリーフ事業など開催しています。



すてきな出会いを求めてぜひ足を運んでみてください！

～ 結婚相談所のご案内 ～

【開設日時】

毎週 火曜日 10:00 ～ 16:00

毎月 第1・3土曜日 10:00 ～ 16:00

毎月 第2・4木曜日 18:00 ～ 21:00

【開設場所】

おかや総合福祉センター 312 研修室

【料 金】

無料（相談・紹介に係る費用は一切ありません）

【条 件】

真剣に出会いを求めている成人の未婚の男女

（市内在住・在勤の有無や年齢は問いません）

※登録・紹介にはご本人の来所が条件となります。



岡谷市社会福祉協議会のホームページでは、出会いの場を増やすイベントとして出会いの場創出事業「出会いの一步を踏み出そう」を行っており、詳細が決定次第掲載します。定期的にご確認をお願いいたします。

登録はスタート地点です。

相手方の希望・条件などを重視しマッチングをおこなっておりますので、ご登録いただいた方全員にご紹介できる訳ではありません。



個人情報は大丈夫？

ご記入いただいた登録用紙をすべての方にお見せする訳ではありません！
条件等を確認し本人の了解を得た上で相手方にお見せしています。
登録をきっかけに情報を得て出会いの機会を積極的に増やしていきましょう。

歯科医院で撮影するレントゲン

歯科医院では、よくレントゲン撮影をしますが、どのような目的で、どのような種類があるのでしょうか？ また、頻繁に撮影して体に影響はないのでしょうか？

一般の歯科医院で撮影するレントゲンは、おもに2種類あります。目的の歯と隣の歯本をフィルムに写す「デンタル」という方法と、全ての歯や顎全体を写す「パノラマ」という方法です。

そのほかに「CT」という3次元撮影もありますが、いまだに普及率は低く、健康保険適応に制限があるため、撮影する機会は少ないです。いずれのレントゲン撮影も、むし歯の進行範囲や、肉眼で見ることのできない歯の根や骨の状態などを、できるだけ正確に知るためのものです。

「デンタル」は、目的の歯を明確に撮影することができるので、肉眼では見ることのできない歯の内部や根の周囲の骨の状態を知ることができます。

「パノラマ」は、口全体を写すために、歯周病や歯並びの傾向を把握しやすいことに加え、親知らずなど、

デンタルでは撮影できない場所や顎の痛みのため口が開かない状態でも撮影できる特徴があります。

レントゲン撮影は放射線という定義のなかの、X線というものを使用します。X線とは波長の短い高エネルギー電磁波のことです。これは、X線発生装置に高電圧をかけることによって撮影の瞬間のみ発生し、すぐに消え去るため、体のなかに留まることはありません。

さて、放射線ですが、実は普通に生活しているだけでも、わたしたちは自然界(宇宙・大地・食物など)から常に微量な放射線を浴び続けていて、これを自然放射線といいます。

このようにわたしたちの体が外から受けた放射線の量は「Sv(シーベルト)」という単位で表されますが、日本においてわたしたちが1年間に浴び続ける自然放射線量は、2.1ミリシーベルトといわれています。それに比べて「デンタル」や「パノラマ」は0.002〜0.01ミリシーベルト程度(自然放射線の1000分の1〜200分の1)です。ちなみに飛行機での東京〜ニューヨーク間1往復では、宇宙放射線の影響を受け0.11〜0.16ミリシーベルトです。

そのほか、インドやイランの一部地域では、自然放射線量が年間10ミリシーベルト程度のところもあります。が、今のところ、これらの地域でがんの死亡率や発症率の顕著な増加は報告されていません。

妊娠初期の胎児への影響について心配される人がいますが、歯科のレントゲン撮影は直接お腹にX線を照射しません。また、胎児への影響が発現するのは、一度に100ミリシーベルトの線量を受けた場合に相当するため、歯科におけるレントゲン撮影は胎児に影響を与えないと考えられます。

(岡谷下諏訪歯科医師会)

被ばく線量の比較

自然放射線(海外一部地域 1年間)	10 mSv
自然放射線(日本 1年間)	2.1 mSv
飛行機(東京-ニューヨーク1往復)	0.1 mSv
歯科撮影(1回)	0.01mSv

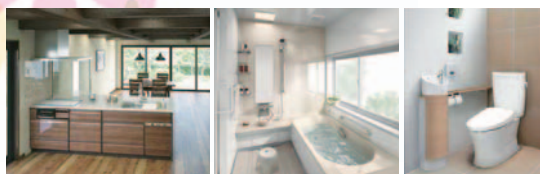
こちらも参考にしてください。

環境省ホームページ
身の回りの放射線
～被ばく線量の比較(早見図)



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

11月の諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

●諏訪の野鳥グループ 野鳥写真展
期間…11月1日(金)～15日(金)

●水墨画会 水墨画展
期間…11月16日(土)～30日(土)

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

●桜 まゆみ「心に花咲く歌謡ショー」
日時…11月9日(土) 午後1時～2時

●みん吉一座「懐メロ歌えコンサート」
日時…11月17日(日) 午後1時30分～2時30分

♥災害支援チャリティ 大浴場半額デー

11月23日(土・祝)は、大浴場入浴料を通常の半額とし、当日の入浴料全額を災害支援金として寄付します。



♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(芝生広場)

今年最後の屋外フリーマーケットです。たくさん出店があり、掘り出しものが見つかりますよ。

日時…11月17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。家族みんなで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、家族や介護者と一緒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。

温泉リハビリ施設…障がいのある人や高齢の人、一般市民を対象に、水中運動・体操・ストレッチなどを行う「歩行プール」「機能訓練室」があります。ご利用ください。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

美肌の湯 ロマネット

★毎月第2木曜日は

お客様サービスデー「ロマネットの日」

期日…11月14日(木)

※詳しくは館内掲示板をご覧ください。

★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♪週末は、ご家族そろってロマネットへ♪

★食事処やまびこ 今月のおすすめ

11月のおすすめは、【辛みそ焼き豚うどん(みそ味) 870円】です! ニンニク入りのピリ辛みそが、あと引くおいしさです♪

※メニューは変更になる場合があります。



★毎年恒例! 秋の味覚販売!

今年もおいしい秋の味覚・果物を特別価格にて販売します! 天候により収穫時期が未定のため、販売日時は館内掲示板でご確認ください。



◎メンテナンス休館日のお知らせ

11月12日(火)・13日(水)は設備メンテナンスのため、全館休館となります。14日(木)からは通常通りの営業です。ご不便をおかけしますがよろしくお願いします。

◎本券を切り取ってフロントにお持ちいただき、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。
※ご利用は1回のみです。
※朝風呂時は対象外
※現金や入浴券との引き換えはできません。
※スタンプサービス対象外

キリトリ線
おやか温泉
ロマネット
11月分
岡谷市民特別割引券
大人 540円→400円
小人 280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:令和元年11月1日～11月30日

問合せ●ロマネット ☎27-6080

ご存じですか?
ウェルワーク
諏訪湖

★ぜひ会員になってご利用ください★

入会金…1人300円 会費…月1人500円

★お問い合わせ・お申し込みは★

ウェルワーク諏訪湖 ☎24-3010

ウェルワーク諏訪湖

検索

事業所の福利厚生をサポート!

(一財)諏訪湖勤労者福祉サービスセンター(愛称:ウェルワーク諏訪湖)では、岡谷市と下諏訪町の中小企業、商店、個人事業所などで働く人を対象に、個々の事業所では難しい福利厚生サービスを、会員の会費と両市町の支援のもとで実施しています。

事業内容の一部をご紹介します!

【共済給付】

- 結婚祝金
- 出産祝金
- 子どもの入学祝金(小中学校)
- 結婚記念祝金(金・珊瑚・銀婚)ほか



【イベント】

- いちご狩り・ブルーベリー狩り
- 観光地バスツアー(年9回)
- ヨガなどの健康づくり講座

【受診等補助】

- 人間ドック受診
- インフルエンザ予防接種
- 個人・社員旅行

豊かな暮らしを
お手伝いします

【入場券補助】

- ディズニールゾート
- ナガシマスパーランド
- スカラ座映画鑑賞
- レストランチケット

【回数券補助】

- ロマネット
- 下諏訪温泉
- すわっこランド

広告

11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。みなさん、おはなしの世界と一緒に楽しみましょう。



☆日曜日のちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時：11月10日(日) 午前11時～

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時：11月19日(火) 午前11時～ (20分程度)

☆おはなしの森(園児・小学生向け)

日時：11月2日・9日・16日・23日・30日の土曜日
午前11時～ (20分程度)

☆「ぬいぐるみのおとまり会」開催

お気に入りのぬいぐるみを図書館に宿泊させてみませんか？ぬいぐるみたちが、図書館の仕事をしたり、館内を探検しますよ！お泊りのようすを撮影し、カードにしてプレゼントします。



期日：お泊り受付：11月23日(土・祝)・

お迎え：11月24日(日)

参加対象：あなたのぬいぐるみ(1人1つ)

参加条件：23日の「おはなしの森」にぬいぐるみといっしょに参加。ぬいぐるみが気に入った本を借りてね。

定員：30名(希望者多数の場合は抽選)

申込み受付期間：10月26日(土)～11月10日(日)

※会場はいつでも2階会議室です。

◎11月の休館日：5日・11日・18日・25日・29日

今月のテーマブックス「体ぶるぶる 怖いおはなし」

11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

0123 こどものくに 11・12月のイベント



参加無料

♣ベビーフラダンス講座(11月4日(月)より申込み開始)

抱っこひもで赤ちゃんを抱っこしながら、音楽に合わせて踊るベビーフラダンスで、母子の絆を深めましょう。

日時：12月4日(水) 午前10時～11時

対象：首が座った3か月～1歳半前後の子どもと保護者

講師：沓掛加奈子さん

持ち物：抱っこひも or スリング

♣食事講座(11月11日(月)より申込み開始)

調理実習(保護者)と試食(子どもと一緒に)

日時：12月11日(水) 午前10時～11時45分

対象：保護者

持ち物：エプロン、三角巾、材料費(300円)

託児あり

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)

楽しい行事を毎月実施！ 申し込み不要です。

11月 1日(金)	リズム運動遊び・お誕生会	午前11時～
6日(水)	子育て相談	要予約
8日(金)	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
14日(木)	つくっちゃおう	午前11時～
15日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
18日(月)	歯っぴー相談	午前10時30分～
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	一日中
28日(木)	歯っぴー相談 もぐもぐ相談	午前10時30分～ 一日中

申込み・問合せ ●こどものくに ☎24-8403

広告



ヤマハ音楽・英語教室

個人レッスン

- ★ピアノ
- ★フルート
- ★クラリネット
- ★ヴァイオリン
- ★エレクトーン
- ★サクソ
- ★ウクレレ
- ★トロンボーン
- ★トランペット
- ★チューバ
- ★ドラム
- ★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…11/5・19・26(火)10:00
2歳…11/12・19・26(火)11:00
年少…11/9・16・30(土)9:00
年中長…11/2・9・16(土)11:10

英語教室

1・2歳…11/5・12・19(火)10:00
年少…11/5・12・19(火)16:00
年中長…お問い合わせください



岡谷市神明町3-1-3(フォレストモール内)
☎0120-970-091

無料見学開催中!



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)

11/6・20(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(こおぐち) ☎070-5078-2955

武井武雄の世界 イルフ童画館情報

申込み・問合せ ● ☎24-3319

【開館時間】午前10時～午後7時

(受付:午後6時30分まで)

【11月の休館日】6日、13日、20日、27日

【入館料】一般510円・中高生310円・

小学生160円

【年間入館券】一般1,530円・高校生930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】★1階はらっぱ

★スクラッチアートに挑戦してみよう

日時…11月3日(日・祝) 午後1時30分～

定員…10名(要申込み) 参加費…300円

真っ黒な部分をけずると下から模様が現れる、
スクラッチアートに挑戦しよう!

★慶應義塾大学学生による

武井武雄のネイルアート講座

日時…11月4日(月・振休) 午後1時30分～

定員…10名(要申込み) 参加費…800円

武井武雄の作品をモチーフにしたネイルアートを体験してみ
ましょう。慶應義塾大学で開催した武井武雄展でも展示さ
れ、話題になったネイルアートです!

★武井武雄《鳥の連作》ビーズ刺繍ブローチづくり⑬

期日…11月7日(木)・10日(日)

時間…各日午前10時30分から午後まで

定員…各日12名(要申込み)

参加費…2,500円 講師…ビーズ刺繍家 本多直子さん

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

★クレヨンで水彩画を描いてみよう

日時…11月17日(日) 午後1時30分～

開催中の展覧会…12月16日(月)まで

クレヨン画の魅力展

〈収蔵作品展〉武井武雄 クレヨンで描いた童画の世界

武井武雄は童画を描く際、クレヨン
を画材の一つとして多用していました。
クレヨンにより生み出された独特な雰
囲気の作品をご紹介します。



乳の家 1969年 武井武雄

〈同時開催〉

加藤休ミ展 おいしい たのしい クレヨン画

加藤休ミさんがクレヨンで描いた食べ物
は、絵から匂いまで感じられるかのようにリアル
で迫力のある作品です。魅力的なクレヨン
作品をご覧ください。



きょうのごはん(偕成社) 加藤休ミ 2012年

定員…10名(要申込み) 参加費…100円

水をはじくクレヨンが、水彩絵の具みたいに伸びて色が塗
れる? クレヨンの新しい使い方に挑戦しよう!

★岡工生制作の“ヌリドリ”に色をぬろう

日時…11月23日(土・祝) 午後1時30分～

定員…15名(要申込み) 参加費…400円

岡谷工業高校の生徒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作ろう。

★〈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・参加無料。ギャラリートークのみ要入館料)

日時…11月24日(日) 午前10時30分～

武井武雄刊本作品を大画面で読み語り。参加者にはその日
に読んだ刊本作品カードをプレゼント。ギャラリートークで
は、学芸員が武井武雄の作品の前でその魅力を解説します。

エコドライブ、美しい環境とモビリティの楽しさを次世代へ。

ALL NEW N-WGN 誕生 New Simple!

目が合うたびに、好きになる。

N-WGN L・Honda SENSING

0.66L 型式6BA-JH3 CVT(トルクコンバーター付)車/FF

車両本体価格 **1,339,200円***
(消費税8%込み)

表示の価格には写真のディーラーオプションの価格が含まれておりません。



Photo:N-WGN L・Honda SENSING(FF)
ディーラーオプション(N-BOX/N-WGN専用 8インチ プレミアム インターナビ
(VXU-195NB):199,800円(取付工賃等別途)装着車

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

★車両本体価格は消費税(8%)込みの価格です。消費税以外の税金、保険料、登録等に伴う諸費用、リサイクル料金は別途申し受けます。

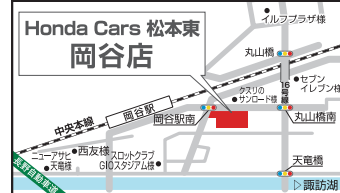
■車両本体価格は、応急(バンク修理キット・ジャッキ・標準工具)の価格です。■販売店でセットする付属品は別途です。

■車両本体価格には、特別装備品以外のメーカーオプションおよびディーラーオプションの価格は含まれておりません。

■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。

軽四輪自動車にも保管場所が必要です。

お客様のご来店をお待ちしております。



HONDA

広告



市立 岡谷美術考古館

〈収蔵作品展〉

没後3年 織田 昇 回顧展

会期…10月26日(土)～令和2年1月5日(日)

岡谷市出身の洋画家 織田昇(1927-2016)は、志村一男や小林和作に師事し、ダイナミックな筆遣いで「東洋的芸術観」「無」に迫るべく制作を続けました。また、独立美術展や長野県展で活躍するほか、信州美術会諏訪支部長、長野県展審査員を歴任するなど、地域の芸術文化の発展にも尽力しました。本展では約70年にわたる織田の画家としての足跡をたどり、地域の美術界における功績を顧みます。



「阿修羅」1997年

【開館時間】午前10時～午後7時

【11月の休館日】5日、6日、13日、20日、27日

【入館料】収蔵作品展 大人370円・小中学生160円

特別企画展 大人520円・小中学生260円

諏訪郡内在住・在学の小・中学生、市内在住・在学の高校生は無料です



授乳・
おむつ替え室あり!

【イベント・ワークショップ】

◆織田 昇 回顧展 学芸員によるギャラリートーク

(申込み不要・要入館料)

当館学芸員が、作品について解説します。

日時…11月23日(土・祝) 午後1時30分～

◆チョークアートでクリスマスのモチーフを描こう♪

はがきより少し大きな黒板に、オイルパステルを使って描きます。お部屋のインテリアや贈り物にも。

日時…11月30日(土) 午後1時30分～

定員…10名(要申込み)

参加費…1,400円

講師…伊東 美和さん(チョークアート作家)



申込み・問合せ ● ☎ 22-5854

11月3日(日・祝)は、岡谷美術考古館・旧林家住宅・旧渡辺家住宅は、入館無料となります。



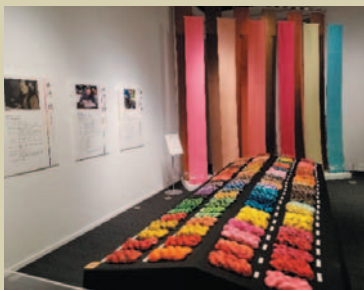
シルクファクトおかや

【企画展】

「草木染

山崎 斌・青樹・和樹 三代の軌跡」

会期…令和2年1月19日(日)まで



草木は豊かな色を密かに宿している。その色を引き出して

染める「草木染」という言葉を山崎 斌は使い始めました。春・夏・秋・冬、自然が作り出す色彩に感謝しながら、山崎家三代が連綿と染め続けてきた草木染の魅力をご堪能ください。

草木は豊かな色を密かに宿している。その色を引き出して

染める「草木染」という言葉を山崎 斌は使い始めました。春・夏・秋・冬、自然が作り出す色彩に感謝しながら、山崎家三代が連綿と染め続けてきた草木染の魅力をご堪能ください。

申込み・問合せ ● ☎ 23-3489 (サンシハク)

【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)

【11月の休館日】5日、6日、13日、20日、27日

【入館料】一般510円・中高生310円・小学生160円

【年間入館券】一般1,220円・高校生710円

諏訪郡内在住・在学の小・中学生、市内在住・在学の高校生は無料です

岡谷
— OKAYA —

【企画展関連イベント】

★染解説&ギャラリートーク(要申込み。参加無料・要入館料)

草木染の技術を祖父・父より受け継ぎ、継承している山崎和樹氏による草木染めの解説と、色彩豊かな展示品を見ながらギャラリートーク、好評につき追加開催します。

期日…11月28日(木)、29日(金) ※追加

時間…午前10時～11時30分

定員…各回50名(先着順・定員になり次第締め切り)



【イベント】

★ワクワク・ドキドキ親子で繭糸の長さしらべ! (要申込み・参加無料)

おかイコさまは、熟蚕になると糸を吐き2昼夜かけて繭を作ります。その糸の長さはどのくらいでしょうか。当館の芝生のひろばに設置の一周50mのコースを、繭から糸を引き出しながらかいて繭糸の長さを調べてみましょう。(協力:岡谷ロータリークラブ)

日時…11月17日(日) 午前10時～正午 対象…小中学生の親子

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)



「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担当 行

こえ 10月のハガキから

▼は広報広聴担当より

岡谷まるごとクーポンブック、ぜひ使ってみてください！

M・Iさん(湊)

▼お得な情報満載です！ぜひご利用ください！また、クーポンブックには103店舗というたくさんのお店が紹介されています。岡谷にこんなにお店があることを、クーポンブックを見て知った人も多いのではないのでしょうか。お目当てのものが岡谷で見つかるかもしれませんよ。クーポンブックを持って、多くのお店にお出かけください！

カノラホール開館30周年、おめでとございます。いくつかの記念イベントがありますので、参加

(鑑賞)したいと思います。

T・Tさん(今井)

▼開館30周年を迎えたカノラホールでは、さまざまな市民参加事業が行われてきました。今月号の特集で取り上げたオリジナルミュージカル「ONLY ONE」は、キャスト公募で集まった市民のみなさんなどが、約1年間かけて作り上げ、舞台経験のない人がほとんどだったとは思えない、見ごたえのあるすばらしい公演でした。今後いくつかの30周年記念事業が予定されていますので、ぜひご覧ください！

りんご、梨、ぶどうなど、秋の果物がたくさん並ぶようになりました。近ごろのぶどうは高級品が多く見られ、シャインマスカット、ナガノパール、巨峰など、どれもみな食欲をそそられるものばかりです。

Y・Sさん(成田)

▼食欲の秋、果物がおいしい季節ですね。最近シャインマスカットを食べましたが、食べ出したらいくつでも食べられそうなくらい、本当においしかったです。果物に限らず、秋はいろいろな食べものに食欲をそそられ、ついつい食べ過ぎてしまいます。スポーツの秋ともいいますので、適度な運動で体調管理に気をつけ、食欲の秋をしっかりと楽しめるといいですね。



お か や の い き い き 商 業 会

新屋敷商業会

伝統のえびす講を今年も開催

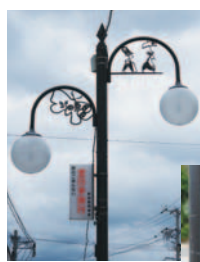


会長
花山 秀昭さん

現在33店舗が加盟しています。以前に比べると物販のお店が減りましたが、比較的数字が変わらないのは飲食店です。現在は年に1回えびす講の売り出しを行っています。飲食店が多いエリアなので、今年は新しい試みとして、新聞広告の半券を持参すると500円の飲食利用割引が受けられる「えびす講感謝祭」を、11月1日(金)から12月1日(日)まで開催します。最終日には山車を繰り出して、えびす講遷座祭を行います。

また、商業会のシンボル、武井武雄作品がモチーフの街路灯34基は、市内でもいち早く光源をLEDの照明に切り替えました。

小売りや飲食以外の業種の会員にも、会議で積極的にアイデアを出してもらっています。これからは、空き店舗を活用し、小売り・飲食問わず、1軒でも多く店舗が増えてほしいですね。



街路灯の支柱には武井武雄の作品名が記されている



問合せ●商業観光課(内線1452)
 新屋敷商業会 ☎22-3357

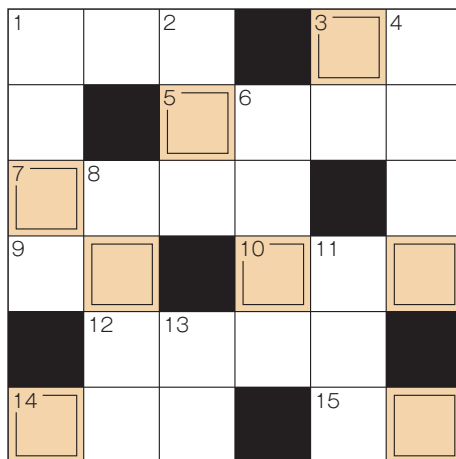
脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.407

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市に関係のある言葉ができます。それを教えてください。正解者のなかから抽選で5名に、ロマネット入浴券をプレゼントします。



◆ヨコのカギ

- 1 市木
- 3 今ごろ ○○×2 現れやがって
- 5 西堀区で行われている○○○○広場
- 7 重文「顔面把手付深鉢形土器」は海戸遺跡から○○○○されました
- 9 春の塚間川沿いの○○桜はみごとですよ
- 10 小口太郎作詞「琵琶湖○○○航の歌」
- 12 バレーやバスケットでボールが当たって起きるケガ
- 14 かなづちには必需品
- 15 ○○褒貶

◆タテのカギ

- 1 今年の○○○○公園の紅葉はどうでしょうか
- 2 首都はバグダード
- 3 ○○仕事、○○着、○○犬、○○猫
- 4 ショウゲンジ。岡谷などではこの呼び方ですよ
- 6 故かまやつひろしさんの愛称
- 8 茅野市と伊那市の境にある峠
- 11 食材をサツと熱湯にくぐらせ冷水へ
- 13 はしっこ

- 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。11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)

●10月号の答えと当選者

「スワコハイツ(諏訪湖ハイツ)」

正解数30通(応募総数30通)のなかから抽選で、T・Hさん(山手町)、Y・Tさん(郷田)、M・Sさん(川岸西)、I・Tさん(赤羽)、R・Tさん(長地柴宮)に、ロマネット入浴券をお送りします。



「ふしぎな村」1967年 武井武雄



【市長随想109】

「がんばれ！市内の商業・サービス業」

『人が集い、くらしに彩りと潤いがあるふれ、「楽しい」があるまち』を将来像とした「岡谷市商業活性化計画」による商業・サービス業の振興に向けた取組が、先月からスタートしました。

岡谷市も全国の地方都市と同様に、人口減少・少子高齢化や、ネット通販の需要拡大などにより、実際の店舗が苦戦している状況があります。このようななか、市内では3年前、中心市街地に大型商業施設が開店し、諏訪地域では数少ない映画館やボウリング場などの効果もあり、新たな人の流れが生まれてきております。休日を中心に、岡谷駅と市の中心部を結ぶ映画館通りや中央通りを歩く若者が増え、買い物をしたり、食事などを楽しむ姿が多く見られるようになりました。

平成30年度長野県商圏調査では、岡谷市の商圏人口は、約13万5千人であり、3年前の約7万1千人と比較すると6万4千人の増、1.9倍となり、増加率は県内で「1番」であります。

このことは、市内の商業・サービス業にとっては、大きなチャンスであり、この好機を活かすための指針として「岡谷市商業活性化計画」を策定いたしました。計画に掲げた「事業所数1000店舗維持」、「年間販売額1499億円」などの目標を達成し計画を実現するため、市でも、積極的な支援に努めてまいります。現在、空き店舗を活用した飲食店等の新規創業も多くあり、市内の商業・サービス業の皆様は「お買い物するなら岡谷、お店を出すなら岡谷」をキャッチフレーズにがんばっています。

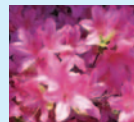
そして、先月お配りしました「岡谷まるごとクーポンブック」の有効期限は、11月末です。市民の皆様、市内の商業・サービス業は、協力しながら魅力的なお店づくりを進めていますので、ぜひ、お出かけいただき、くらしに彩りと潤い、楽しいを感じてください。

今井竜五



岡谷市

市木/いちい
市花/つつじ



人口の動き(令和元年9月1日現在)

人口 48,303人 前月比 -54 前年同月比 -434
世帯数 19,371世帯 前月比 -8 前年同月比 +127

岡谷 考えよう地球の未来
エコライフ
2019

信州環境カレッジ
よしもとSDGs
漫オ&クイズ
13:00
14:00

同時開催
11月17日(日)
10:00~15:00

開催場所:ララオカヤ 2階 特設会場・テクノプラザおかや 大研修室

岡谷エコフェスティバル2019は「考えよう 地球の未来
エコライフ」をメインテーマに、「ごみ減量・3Rの推進」「省
エネ・再生可能エネルギーの有効利用」「環境学習」につ
いて学びます。環境について家族で考えるよい機会です。
ぜひお出かけください。

信州環境カレッジ×よしもと SDGs漫オ&クイズ 開催!

吉本興業の芸人たちと楽しくSDGsを学ぼう!

【交換】

- 洗って乾かした牛乳パック50枚 ⇒ トイレtp>ーパー1個
- アルミ缶10個またはスチール缶20個 ⇒ くじ引き1回
- もったいない食器市同時開催

- 「環境」と「健康」をテーマとした『あるけ!あるけ!もぐどん
クイズラリー』を実施します。スタンプ10個ごとに省エネ
グッズや健康グッズがあたる抽選に参加できます。

11月17日は健康日!
岡谷市民の皆さんの
健康づくりを
考える日にしましょう!

あるき太郎
そのほうが
あるこう。
からだのためにいい

2019
岡谷市民 健康づくりのつどい

今年は「健康寿命をのぼそうおかや〜♪」を
メインテーマに実施します。健康について家
族で考えるよい機会です。ぜひ、ご家族おそ
ろいでご来場ください。

おかぼんカード×健康ポイント事業 特別企画
おかぼんポイント交換会
300ポイントを500円の買物券に交換
(1人3,000ポイントまで。なくなり次第終了)

問合せ●エコフェスティバル:市民環境課(内線1142・1143) / 健康づくりのつどい:健康推進課(内線1181)

火葬場「湖風苑」となり
えこうホール 岡谷
さくら館

お通夜から小さいお葬儀、精進落としてまで
近い方の想いがつたわる
えこうホール岡谷さくら館

24時間
365日 太田屋 ☎0120-22-2761

会員募集中!
りんごの会
生活応援
入会金10,000円のみ

広告