

お知らせ 年金相談・手続きの際は
予約相談をご利用ください

年金事務所では、年金相談や年金請求手続きの「事前予約」を行っています。

予約相談のメリット

- ①相談者の都合に合わせて、スムーズに相談できます。
- ②相談内容に適したスタッフが事前に準備のうえ、丁寧に対応します。
- ★相談希望日の1か月前から前日まで受け付けています。
- ★申し込みの際は、基礎年金番号のわかるもの（年金手帳や年金証書など）をご用意ください。

予約方法は、全国共通の予約専用受付電話「☎0570-05-4890」、または、岡谷年金事務所に、電話・来訪時にお申し込みください。

予約相談の実施時間帯

月曜日：午前8時30分～午後6時

※祝日の場合は、翌営業日。

火～金曜日：午前8時30分～午後4時

第2土曜日：午前9時30分～午後3時

不明な点はお問い合わせください。

電話受付時間…平日の午前8時30分～午後5時15分

問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

募集 長野県民交通災害共済
会員募集!

1月6日より新年度の一般会員募集が始まります。詳しくは、申込書などを全戸配布いたしますのでご確認ください。

長野県民交通災害共済とは…県内15市が共同で行っている共済。会費を納めて会員になった人が交通事故にあった場合、実入院・実通院2日からお見舞金が支給されます。

年会費…1人400円

共済見舞金…2万円～100万円(死亡)

問合せ●市民環境課(内線1166・1172)

お知らせ ネコが増えて
迷惑している人がいます

【ネコの飼い主さんへ】

●室内飼養に努めてください

- ①ふん尿や畑荒らしなどの迷惑防止
- ②交通事故防止や伝染病の予防
- ③迷子の予防

●不妊・去勢手術をしてください

- ①望まない妊娠を防げる
- ②スプレー行動の軽減など

●首輪と迷子札を付けましょう

迷子になってもすぐに戻ってくる
※首輪は力が加わると外れるタイプにしましょう。

飼い主の責務

(動物の愛護及び管理に関する法律)

その1 動物の健康管理と周囲への迷惑防止に努める

その2 動物由来感染症の知識の習得とその予防に努める

その3 脱走・迷子の防止に努める

その4 動物の寿命が尽きるまで適切に飼うよう努める

その5 繁殖制限を講じるよう努める

その6 迷子札をつける等して身元表示に努める

【のらネコに餌やりをしている人へ】

●無責任な餌やりはやめてください

餌を与え続けると、ネコが住みつき、繁殖するようになります。ネコの数が増え、ふん尿被害などが拡大し、ネコを迷惑に思う人も増えます。餌を与える以上は、不妊・去勢手術、トイレの設置や清掃、食べ残した餌の片づけなど、きちんとした管理が必要です。安易な餌やりは、結果として近所の迷惑となり、不幸なネコを増やすこととなります。

問合せ●諏訪保健所食品・生活衛生課 ☎57-2929

市民環境課(内線1166)

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 後期高齢者医療の
医療費通知について

後期高齢者医療保険については、特別な事情がある場合を除き、その前年に医療を受けた全ての被保険者に対し、1月下旬に前年1月から10月受診分、3月下旬に前年11月と12月受診分の医療費通知を、長野県後期高齢者医療広域連合から送付します。

確定申告の期間中に、医療費控除の申告をする際は、1月下旬に送付する医療費通知と併せて、11月および12月診療分の医療機関などからの領収証を基に申告してください。

問合せ●長野県後期高齢者医療広域連合事務局 業務課給付係 ☎026-229-5320

お知らせ 特定健診と同等のデータ
提供にご協力ください

40歳から74歳の国民健康保険加入者のみなさん、かかりつけ医療機関での診療検査データを、特定健診の受診に代えることができます。

今年度の国保の特定健診を受けておらず、市内のかかりつけ医療機関で血液や尿の検査などを受けている人は、次回の受診の際にかかりつけ医にデータ提供をご相談ください。提供費用は無料です。(市から医療機関に支払い)

事業所で健診を受けた人は、その結果通知を医療保険課にご提供ください。

※健康ポイント対象(おかげん200Pt)

問合せ●医療保険課(内線1186)

お知らせ 確定申告書の作成

消費税確定申告書を作成するためには、「区分経理」が必要です。

売上げや仕入れ(経費)に軽減税率(8%)対象品目がある場合、消費税確定申告書を作成するためには、売上げや仕入れ(経費)を税率ごとに区分して帳簿に記載する「区分経理」を行う必要があります。また、消費税の申告で仕入税額控除の適用を受けるためには、「区分経理」をした帳簿の保存が必要です。

国税庁 軽減税率 



●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。

※税率ごとに区分することが困難な中小事業者については、売上税額または仕入税額の計算の特例が設けられています。詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

募集

学生寮 長善館
入館生募集

所在地…東京都調布市若葉町(京王線
山川駅から徒歩5分)

応募資格…県内在住者で、東京都内・
近郊の4年制・6年制大学へ4月から
進学予定の男子学生

募集人員…15名

選考面接…①1月24日(金)、②1月25
日(土)、③2月7日(金)、④2月21日
(金)、⑤3月8日(日)、⑥3月15日(日)

※①④は諏訪市教育会館、②は長野県
教育会館、③は松本商工会議所、
⑤⑥は東京の長善館にて行います。

選考方法…書類審査と面接結果を総合
して決定します。

館生負担金…入館金(入館時)4万円
館費(朝・夕食代含む月額) 55,000円
個室電気料…使用量に応じて

※館内Wi-Fi使用料は無料

※詳細は長善館のホームページで。

問合せ●(公財)諏訪郷友会事務局
☎27-0625(小口さん)

お知らせ

とってもお得!! 岡谷市と
ろうきんの「協調融資制度」

教育関連資金でお困りのみなさん、ろ
うきんでは4月30日まで教育ローンキャ
ンペーンを実施中。市内在住なら「岡谷
市の協調融資制度」が利用でき、キャン
ペーン金利よりさらに金利が下がってと
ってもお得です!! シーズンが本格化する
前に、ろうきんに相談してみませんか?
詳しくはお問い合わせください。

問合せ●ろうきんローンセンター諏訪湖
☎24-8080

募集

奨学金
「岡谷市育英資金」

市は、高校、大学(医学部を含む)な
どへ就学する生徒・学生に対して、選
考により奨学金を貸与します。

申込資格…学校教育法による高校、高
専、専修学校、短期大学、大学また
は医師を養成する大学の学生で次の
要件を備えている人

- ①生活の本拠が岡谷市にあり、引き続き1年以
上居住していること、または居住していたこと
- ②成績が優秀であること
- ③経済的理由により就学が困難であること
- ④独立行政法人日本学生支援機構や、
そのほかの団体から別に学資などの
貸与を受けていないこと

貸付月額…

- ▽高校、高専、専修学校(高等課程)
…30,000円以内
- ▽専修学校(専門課程)…49,000円以内
- ▽短大、大学…52,000円以内
- ▽医学部…20万円以内

入学準備金…

- ▽大学…20万円以内(初回のみ)
- ▽医学部…120万円以内(初回のみ)

貸与条件…①無利子 ②貸与は正規の
就学期間内

償還方法…卒業して半年後から月賦な
どにより償還

提出書類…①奨学生願書、②奨学生
推薦調書、③健康診断書、④合格
通知書(写し)または在学証明書、⑤
作文(将来の夢や決意など)

募集期限…3月31日(火)

選考方法…4月下旬開催予定の奨学生
選考委員会の審査を経て決定

問合せ●教育総務課(内線1211)

お知らせ

物品・役務(業務委託)の
入札参加資格登録申請

令和2・3年度に市が発注する物品・
役務(業務委託)の入札参加資格登録申
請の受付を行います。入札参加を希望
する事業者のみなさんは期間中に申請
をお願いします。

受付期間…1月20日(月)～2月21日(金)
※郵送の場合は2月14日(金)必着

申請様式…岡谷市ホームページの「トッ
プページ」→「仕事・産業」→「入札・
契約」→「入札参加申請・登録」→「令
和2・3年度 物品役務入札参加資格
登録申請について」からダウンロード
してください。

提出方法…財政課まで持参または郵送
問合せ●財政課(内線1535)

募集

奨学金「公益信託
山田徳郎奨学基金」

市は、県内の高校に在学する生徒に
対し、学資金を助成します。

申込資格…

- ①岡谷市に居住し、長野県内の高校に
在学する人
- ②学業、人物ともに優秀であること
- ③経済的理由により就学が困難であること

給付方法…年4回(6月・9月・12月・3
月)に分けて給付

給付月額…15,000円

募集人数…若干名

募集期限…3月31日(火)

選考方法…4月下旬開催予定の奨学生
選考委員会の審査を経て決定

問合せ●教育総務課(内線1211)



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH 地上デジタル放送中!

1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(1月1日～31日)

- 岡谷市イベント情報
- わが家のアイドル No.88
- 市役所のおしごと

【特別番組】発達障がい講演会

発達障がいになる子への対応
～発達障がい診療の中で考えること～
(午前10時～・午後3時～・午後7時～)

わが家のアイドル



市役所のおしごと



環境 年末年始のごみ・資源物の収集・持ち込みについて

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

	12/28 (土)	12/29 (日)	12/30 (月)	12/31 (火)	1/1 (水) ～ 1/3 (金)	1/4 (土)
ごみ・資源物の収集	○	×	×	×	×	○
持ち込み 諏訪湖周グリーンセンター (燃やすごみ)	○ (正午まで)	×	○	×	×	○ (正午まで)
(株)アイ・コーポレーション (埋立ごみ・草枝)	○	○	○	○	×	○

※詳しくは、家庭ごみ収集カレンダーでご確認ください。
● 廃棄物を運搬するときは、「飛散しないための措置」が必要です。ごみを落としたりごみが飛び散らないように、荷台をシートで覆うなどの対策をお願いします。



糖尿病教室

生活習慣病と運動療法 だれでもできる運動療法を実践してみよう!

日時…1月21日(火) 午後2時～3時 場所…レイクウォーク岡谷 1階 催事場

【内容】 ● 糖尿病についての理解を深める

講師：岡谷市民病院 糖尿病看護認定看護師

● 運動療法について

講師：岡谷市民病院 リハビリテーション科 理学療法士

問合せ●岡谷市民病院透析室 ☎23-8000

参加無料
申込み不要

募集

**「家庭ごみ収集カレンダー」
令和2年度版 広告募集**

仕様…A2サイズ・フルカラー片面刷・全戸配布

広告枠…カレンダー下部の6枠(1枠：縦43mm×横62mm)のうち1枠

掲載期間…4月1日～令和3年3月31日

掲載料…1枠50,000円

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

募集受付…1月6日(月)～17日(金)の間に市ホームページ掲載の「岡谷市印刷物等に関する広告掲載申込書(様式第1号)」を市民環境課に提出してください。※応募多数の場合は選考

問合せ●市民環境課(内線1144・1145)

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)

シニアスポーツデー

市民総合体育館の一部をシニアのみなさんに無料開放します。初めてでも利用しやすいよう「スポーツトレーナー」を置き、「ウォーキング講習会」も合わせて実施します。また、栄養士と歯科衛生士による「健康相談室」も開催予定。運動・健康に興味のある人はぜひお越しください。

対象…市内在住の65歳以上の人(年齢が確認できるものをお持ちください)

期日…1月16日(木)

時間…午前9時～午後3時

※「健康相談室」は午前10時30分～午後0時30分

「ウォーキング講習会」は午前11時と午後2時から(各30分程度)

場所…市民総合体育館スワンドーム、2A・2B会議室、トレーニングルーム、ランニングコース(スワンドーム2階)

使用料…無料(個人利用のみ)

持ち物…運動のできる服装、上ばき

問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

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
やまびこアイスアリーナ(☎24-2494)

1月11日(土) 午前10時～午後3時

やまびこ国際スケートセンター

(☎24-5210)

1月18日(土) 午前8時～午後9時

おかやファミリースポーツプログラム

◎親子で卓球体験

日時…2月2日(日) 午前10時～正午(受付開始…午前9時45分)

場所…市民総合体育館 東体育館

対象…市内在住の小学生の親子

定員…50組(先着順)

参加費…親子1組500円(子ども1人追加につき200円)

受付期間…1月14日(火)～22日(水)

申込み・問合せ●市民総合体育館内(公財)岡谷市体育協会 ☎22-8850(平日 午前9時～午後5時)

今日のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(2月分) …1月19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…1月19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

TECHNO PLAZA OKAYA

岡谷

テクノプラザおかや ものづくり フェア 2020

ものづくり・ひとづくり・ゆめづくり
～未来を見据えて～

岡谷が持つ
高い技術を
体感しよう!

2 | 7・8 fri sat
10:00-17:00 10:00-16:00

入場無料
アンケートに答えて
**記念品を
ゲット!!**

企業集積の技術を紹介!
輝く企業の展示
都市間交流企業の展示

すぐに役立つ!
ビジネス講演会

TPR(株)
80年代エンジン&
バイク空冷エンジン 解体ショー

エルシーブイ(株)
みんなの声をLCV-FMで発信!
ものづくりフェアから生放送!

おかやの技術が大集合!
ものづくりファクトリー(体験)
カラフル鉛筆立てづくり 要事前予約

僕らは未来のエンジニア!
地元学生の事例発表

信越ハーネス(株)
ワイヤーハーネスを使って
キーホルダーをつくらう

ロボ団
レゴブロックでつくる
ロボットプログラミング教室

株式会社牛越製作所
水田睦群ラジオコン草刈り機
「カルスラー」体験

プラズマボールを触ってみよう!
プラズマエネルギー体験



特別展示

(株)ジェイテクト

体験教室

岡谷工業高等学校 電気部
太陽エネルギーを使い、元気に走る。
きれいなシールを貼って、
自分だけのバッタロボットを作ろう! 要事前予約

公立諏訪東京理科大学
音が鳴って教えてくれる電子箱を作ろう 要事前予約

セイコーエプソン(株)
親子腕時計組み立て教室 要事前予約



8日
同時開催
マイコンカーラリー・テクノプラザおかや杯2020
岡谷市観光みやげ品展示販売会

会場：テクノプラザおかや・ララオカヤ特設会場 駐車場に限りがございますので公共交通機関をご利用ください。

当日参加できるものづくり体験など、ご家族で楽しめるイベントです。ぜひご来場ください!

ものづくりフェアに関する問合せ●テクノプラザおかや(工業振興課) ☎21-7000 <http://www.tech-okaya.jp>
観光みやげ品展示販売会に関する問合せ●岡谷市観光協会 ☎23-4854