

広報

おかや

3

Mar. 2020 [No.1447]



特集

もしもに備える
自然災害から命を守る。

今月の表紙

家庭などで「防災ガイド」を囲みながら、
防災・減災について話し合い、いざとい
うときのために備えましょう。



特集

もしもに備える 自然災害から 命を守る。

台

風第19号は昨年、甚大な被害を引き起こし、県内各地で今も復旧・復興作業が続けられています。

豪雨災害は、気候変動などにより全国各地で発生しており、岡谷市も、14年前に平成18年7月豪雨災害を経験しました。

また、市内には活断層があり、今後30年の間に大きな地震が起こる可能性も比較的高いとされています。

暴風、竜巻、雷などを含め災害は、いつでも、どこでも発生する可能性があります。いざというとき正しい情報を得て、適切な行動ができるよう、ふだんから準備をしておくことが有効です。

今月は、将来、岡谷市で起こる可能性が高く、被害も大きくなると想定されている自然災害への備えについて、いっしょに考えてみませんか？

平成18年7月豪雨災害 本沢川土石流災害現場(鮎沢区)
岡谷市民新聞社提供

想定する

地震、豪雨…

自分の周囲は
どうなる？

近年、地震や豪雨災害が相次ぎ、改めて注目されているのがハザードマップです。今月号の「広報おかや」と同時配布の「岡谷市防災ガイド（改訂版）」にはハザードマップも載っていますので、自宅や職場など周辺に、どのような危険性があるのか確認しましょう。

豪雨災害

河川の決壊・氾濫、浸水、土砂災害…

昨年10月の台風第19号によって、全国各地で河川の決壊・氾濫、家屋の浸水などの被害が発生しました。岡谷市では平成18年に豪雨災害の被害を受けましたが、当時のことを思い出した人も多かったのではないのでしょうか。このような規模の災害は、今後も起こる可能性があります。

ハザードマップでは、想定しうる最大規模の降雨が各河川にあった場合の浸水想定、氾濫想定が示されています。また、土砂災害特別警戒区域なども示されています。



平成18年7月豪雨災害 小田井沢土石流災害現場（花岡区）



平成26年11月 神城断層地震のようす（2枚とも）
（長野県神城断層地震 災害記録集「記憶をつなぐ 未来につなぐ」より）

地震

建物倒壊、液状化現象、火事…

地震名	地震規模 (M)	岡谷市 最大震度	今後30年以内 の地震発生確率
糸魚川-静岡 構造線断層帯 の地震	全体	8.5	7
	北側	8.0	6弱
	南側	7.9	7
			13%~30%

想定される今後30年以内の
地震発生確率は13%~30%!

東日本大震災、熊本地震、北海道胆振東部地震など、全国で大規模な地震が次々と発生しています。県内でも、平成26年に長野県神城断層地震が起きました。

岡谷市も糸魚川-静岡構造線断層帯地震や南海トラフ地震により、「南海トラフ地震防災対策推進地域」の指定を受けていて、**震度5強から7**の強い揺れが予想されています。

ハザードマップでは、糸魚川-静岡構造線断層帯を震源として想定した場合の全壊率（地域の建物のなかで全壊する建物の割合）の分布などが示されています。

自らの身は自ら守る

準備する

- ◆非常食、保存水の備蓄
- ◆衛生用品や日用品の備蓄
- ◆お年寄りなどのための介護用品や薬、乳幼児のためのミルクやおむつなど、個々の必要品の備蓄

(「防災ガイド」に例が載っていますので、参考にしてください)

災害発生からの3日間は人命救助が最優先です。3日間(72時間)を超えると生存率が激減します。支援物資が届き始めるのは、そのあとになることも多く、また、電気などのライフラインの復旧にも時間がかかる場合があります。

この3日間を自力で乗り越えられるように準備しましょう(推奨は7日間分の備蓄)。



非常用持出袋・ 備蓄品の準備

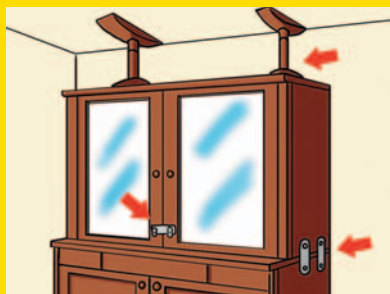


安全対策

安否確認・ 避難経路の 確認

- ◆災害時の安否確認の方法や伝達手段の確保(災害用伝言ダイヤル「171」など)
- ◆避難経路の確認や集合場所の確認

避難経路にある障害や危険物となりうるものも確認しましょう。



- ◆家具の固定や、配置を工夫する
- ◆家の中に安全なスペースを確保する
- ◆耐震診断・耐震改修など

先延ばしにせず、対策を行いましょう。

公的な支援、地域住民の助け合いがあるとしても、自分で自分の身を守ることが命を守る基本になります。また、各自が「自助」を行うことで、地域全体の防災・減災力も底上げされます。自分自身や家族の命を守るために災害に対する知識を深め、身の回りの対策をして、防災・減災に取り組みましょう。



避難時には

地域での 協力が不可欠

災害発生直後の救助活動や避難の際には、ご近所の力が重要になります。なるべく一人ではなく周りの人と声を掛け合い、危険を回避しながら助け合いましょう。「互助」 また、防災訓練に参加するなど、シミュレーションをしておくことで安心です。「共助」

向こう三軒両隣 自発的に助け合う

日常的に声をかけ合うなどの関係性があると、非常時のスムーズな助け合いにつながります。ふだんから顔の見える関係づくりを心がけましょう。



防災訓練への積極的な参加

実際に災害が起こった場合、避難誘導や避難所の運営は、自主防災組織(岡谷市では区ごとに結成)が中心となって行います。素早く落ち着いて避難し、避難所でも混乱せず、それぞれの役割を果たせるよう、9月などに各区で行われる防災訓練に参加してみましょう。避難場所を確認したり、防災・減災活動に取り組む経験は、いざというとき効果を発揮します。



昨年の防災訓練のようす
(岡下区)



避難行動要支援者登録制度を知っていますか？

「避難行動要支援者登録制度」とは、避難するときに支援が必要な人を登録する制度です。要介護度3以上の人など登録の対象者には市から案内文を送りますが、一人暮らしの高齢者など一人での避難に不安を抱えている人も、希望により登録することができます。

また、登録された人については、避難を支援する地域住民(区、民生児童委員、地区社協など)や消防、警察で情報が共有され、連携して支援する体制づくりに活用されます。

一人での避難が不安な人、助けが必要な人は、登録をしましょう。
問合せ…社会福祉課(内線1251)

家庭で防災会議をやってみよう



家族などで話し合い、確認することが大切です。下の各項目に書き込んでみましょう。

◎ わが家がある場所はどうなところ？ 危険なところは？

◎ 家のなかの危険な場所は？ 安全な場所は？

◎ 近くの避難所は？ 避難場所はどこ？

◎ 家族バラバラのときに災害が発生したら、どこへ集合する？

◎ どうやって家族と連絡を取り合う？

◎ 停電への対策は？ なにを準備しますか？

◎ 断水への対策は？ なにを準備しますか？

◎ 隣近所に要配慮者はいますか？



防災ラジオ

防災行政無線放送は、市からの重要な情報を市民のみなさんにお伝えする放送です。屋外での放送が家のなかについて聞き取りにくい人は、ぜひ防災ラジオをご利用ください。災害時の非常持出品としても活用できます。

価格…1台1,000円

メール配信@おかや

岡谷市では、防災行政無線情報、気象情報、地震情報などを携帯電話やパソコンに配信しています。市外在住の人や市外滞在中でも利用できますので、ぜひご登録ください。

登録はこちらから➡



防災・減災への取り組みに活用しましょう！



岡谷市防災ガイド

2月に防災ガイドをリニューアルしました。身近な災害の危険性を確認したり、被害を最小限にするための準備をするなど、家族や地域で防災・減災の知識を深めるためにお役立てください。

問合せ●危機管理室(内線1592)

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

手のしびれや痛み 手根管症候群のおはなし



Hospital
**ほすぴた
ルポ 28**
Reportage

岡谷市民病院ではここ数年、肩、肘、手のけがや病気の患者さんが増えています。今回は、手根管症候群について整形外科の鴨居医師にお話をうかがいます。

—ご専門は。

整形外科全般の治療を行っています。特に、肩、肘、手、足、リウマチ、骨折などの治療を専門にしています。

—どういった患者さんが多いですか。

肩、肘、手の患者さんが多く、中でも手が多いです。手根管症候群やばね指などの慢性疾患のほか、事故や転倒などでけがをした患者さんが多いです。岡谷市民病院は、手の外科を得意としていて、手の患者さんは岡谷市以外にも、塩尻、諏訪地域、上伊那地域から紹介されて来ます。また、難しい手術の患者さんも他の病院から紹介されて来ます。

—手根管症候群とは。

正中神経が手首のところで圧迫されて起こる病気です。親指から薬指までのしびれや、夜間痛が起ります。また症状がひどくなると、親指の付け根の筋肉が落ちてしまい、物をうまくつかめず生活に支障が出てきます。

—原因は。

手首のところに手根管という、正中神経の通る場所があります。この部分



—受診する目安は。

親指から薬指までのしびれや、夜間痛のある人です。また、手首の手のひら側で、横に走っている皮膚の線をたいて、指先にしびれや痛みが響けば、手根管症候群の可能性があります。親指の付け根の筋肉が落ちてしまうとなかなか治りにくいので、症状があれば我慢せず、早めの受診をお勧めします。

—どのような治療法がありますか。

まずは安静や薬、注射などの保存療法を行います。それでも改善されないときには手術をお勧めしています。岡谷市民病院では鏡視下手術といって、

手首と手の2か所を小さく切り、そこに細いカメラを

挿入して手術を行っています。この手術は局所麻酔で行い、手術時間も10分から15分程度で終わるため、入院する必要はありません。今までの手術に比べて傷が小さく、痛みも少ないため、患者さんの希望に応じてこちらの手術を行っています。手術をすると夜間痛はすぐになくなり、しびれも徐々に改善していきます。実際に手術を受けた患者さんの満足度は高いと思います。

—今後、どのような医療を提供していきたいですか。

すべてのスタッフがプロフェッショナルとして、患者さんを中心に、最適な医療を提供できればと思っています。医師だけでなく看護師やリハビリなど、スタッフ全体でレベルアップして、患者さんの満足を得られるようにしていきたいです。

問合せ ● 岡谷市民病院

☎231-8000

整形外科 鴨居 史樹 医師

名古屋市立大学卒。聖隷浜松病院手外科センター、新潟手の外科研究所病院など日本有数の手外科病院で研修を経て、平成29年4月に岡谷市民病院に着任。整形外科 医長。特に肩、肘、手の外科を専門にしており、休日も研修などに積極的に参加し研鑽を積む。子どもたちと遊ぶことや読書などでリフレッシュしている。



お知らせ

令和2年度の軽自動車税(種別割)について

平成31年4月から令和2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、令和2年度分の軽自動車税(種別割)が軽減されます。軽課の対象となる基準や軽課内容は以下のとおりです。
※軽自動車税は令和元年10月1日から軽自動車税(種別割)に名称が変更され、令和2年度の課税より適用されます。
なお、この変更に伴う税額や手続きに変更はありません。

【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19年4月1日～平成27年3月31日	平成19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(種別割)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：令和2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：令和2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(種別割)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(種別割)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25日(月)

※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。

【廃車、名義変更などの手続きはお早めに】

軽自動車税(種別割)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月末までにお願います。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 ☎23-4811 (内線1127)
●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)	長野運輸支局 松本自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2043
●小型二輪自動車 (250ccを超えるバイク)	

4月から、クレジットカードによる納付は廃止となり、
スマホアプリ(スマホ決済)により納付できるようになります。

原動機付自転車、小型特殊自動車に

ご当地ナンバーをつけて走りませんか？

交付無料

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。



問合せ●税務課(内線1127)

information — 今月のお知らせ —

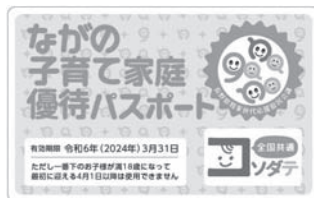
お知らせ

「ながの子育て家庭優待パスポート」「多子世帯応援プレミアムパスポート」カード更新に伴い、新カードを発送します！

岡谷市では、長野県と連携・協働し、『岡谷市ながの子育て家庭優待パスポート事業』を実施しています。

現在発行しているカードの有効期限が3月31日で切れますので、3月下旬に新しいカードを対象世帯に郵送します。4月1日からは、新カードへ切り替えてお使いください。新カードの有効期限は、令和6年3月31日です。

【ながの子育て家庭優待パスポート】
18歳以下の子ども、妊婦がいる家庭が対象



【多子世帯応援プレミアムパスポート】
18歳以下の子どもが3人以上いる家庭が対象



カードの提示により優待サービスが受けられます。県内約5,100の協賛店舗には、ポスター、ステッカーが貼られています。県外の協賛店でも利用できます。

●協賛店の検索やサービス内容の確認ができます。ぜひご利用ください。

検索サイトはこちらから 店舗検索アプリ「ながの子育て」のダウンロードはこちらから



〈事業者のみなさんへ〉

協賛店舗の申し込みは随時受け付けています。商業観光課までお問い合わせください。



カードに関する問合せ●子ども課(内線1264)／協賛店舗に関する問合せ●商業観光課(内線1453)

募集

岡谷子ども未来塾 学習支援員募集！

岡谷市教育委員会では、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。

岡谷子ども未来塾とは…部活動のない水曜日の放課後や夏休みを活用し、地域住民が講師となり学習支援を行う事業です。



【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11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

申込み・問合せ●教育総務課(内線1215)

お知らせ

「健康ポイント」の交換はお済みですか？

本年度発行された「健康ポイント」の交換期限は、3月31日までです。健康ポイント引換券をお持ちで、まだ「おかぼんカード」のポイントに交換していない人は、期限までにおかぼんカード加盟店や、市役所4階の商業観光課で交換してください。

加盟店一覧はこちら



- ① ポイント引換券は、おかぼんカード加盟店または市役所商業観光課にお持ちください。記載のポイントを、おかぼんカードに加算します。
- ② 貯まったポイントは、加盟店や市役所で、1ポイント=1円で1ポイントから現金同様に利用できます。

問合せ●健康推進課(内線1181)

information — 今月のお知らせ —

募集

市民農園 使用者募集

募集農園…6か所 (JA今井支所北、横川半の木、若宮、レイクタウン、京セラ西、東堀2)

使用期間…4月1日から1～3年

使用料…1区画 1,000円 (1世帯1区画)

募集期間…3月2日(月)～18日(水)

(申込み多数の場合は抽選)

申込み方法…農林水産課にある「市民農園使用申込書」に必要事項を記入し、お申し込みください。(電話でも受け付けます)

※農園の場所、区画、使用期間など、詳しくはお問い合わせください。



申込み・問合せ●農林水産課(内線1486・1487)

募集

サポートファーム事業
(研修農園)参加者募集

サポートファーム事業(研修農園)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、農業に関心を持つ市民のみなさんが、野菜栽培の基礎を習得できる場を提供しています。研修用の畑で、管理者の指導のもと、楽しくわかりやすく、野菜づくりの基礎を実践的に学べます。

しくみ…区画分けしてある研修用の畑で、自分の区画を持ち、研修を受けながら野菜づくりを実践します。栽培作物は研修内容で決められている、ジャガイモ、キュウリ、ナス、ネギ、トマトなど約18種類を栽培予定です。

スケジュール…4月～10月の期間内に、14回の講習会(月2回程度)を実施 ※隔週木曜日を予定

場所…市民体育館駐車場西側 **面積**…1区画 約30㎡

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

定員…個人またはグループ(4名以内) 18組

費用…5,000円(苗代が別途かかります)

募集期間…3月2日(月)～18日(水)

申込み方法…窓口または電話にてお問い合わせください。



申込み・問合せ●農林水産課(内線1486・1487)

お知らせ

国民年金保険料学生納付特例制度のご案内

国民年金は、20歳以上であれば、学生も加入しなければなりません。しかし、学生のみなさんは一般的に所得が少ないため、本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象となる人は、学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(修業年限1年以上である課程)に在学する学生などで、本人の前年の所得が次の計算式で計算した金額以下であることが条件です。

【所得の目安】118万円 + {扶養親族等の数×38万円}

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなりますが、承認を受けた次の年度も在学予定の場合は、4月初めに再申請の用紙が届きます。引き続き、学生納付特例制度の申請を希望する場合は、必要事項を記入のうえ、ご返送ください。

〈国民年金保険料学生納付特例の申請について〉

学生納付特例制度により、平成31年度(令和元年度)に保険料納付を猶予されていて、令和2年度も引き続き在学予定の人へ、3月末に基礎年金番号などが印字されたハガキ形式の学生納付特例申請書を送付します。同一の学校に在学している人は、このハガキに必要事項を記入して返送することにより、令和2年度の申請ができます(この場合、在学証明書または学生証の写しの添付は不要)。

なお、令和2年度は学生納付特例制度を利用せず、保険料の納付を希望する場合は、納付書を作成して送付します。お近くの年金事務所までお問い合わせください。



問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

今月の子育てキーワード(小学校低学年)「大人から 進んで声がけをしましょう」

地域の子どもにも積極的に声がけをしましょう。まず、大人があいさつをすることによって、子どもがまねをし、地域の活力につながっていきます。

～成長樹(期)子育て実践ポイントより～

information — 今月のお知らせ —

健康

令和2年度 介護予防事業

ねこまめ先のぴんぴんキラリ☆教室

令和2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「ねこまめ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。

マシントレーニングやノルディックウォーキングのようなしっかりと運動をする教室や、ヨガや脳トレ、いすに座ってできる体操などでゆったりと運動できる教室など、全部で17種類の教室からお好きな教室を選べます!

仲間と一緒に運動をするだけでなく、栄養・口腔・認知症に関する知識も学ぶことで、身体の機能の低下や病気を予防・改善して、いきいきと元気な生活をめざしましょう!

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
(コースにより異なります)

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。

申込み方法…「ねこまめ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、必要事項を記入してください。返信用封筒には差出人の住所と氏名を記入のうえ、84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6日(金)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。

(なお、落選者へのご連絡はいたしません)

問合せ●介護福祉課(内線1276)

健康

3月は

「自殺対策強化月間」です

自殺は、その多くがさまざまな悩みが複雑に絡み合い、深刻化した結果による、追い込まれた末の死といわれています。自分自身や、身近に悩んでいる人がいたら、ひとりで抱え込まずご相談ください。

こころのセルフケア

日常のなかで起こるさまざまな変化=刺激が、ストレスの原因になります。ストレスは誰にでもあります。ためすぎるとこころや体の調子を崩してしまうこともあります。ストレスサインに気づいたときには、十分に休息をとり、気分転換するなど、早めのセルフケアをしましょう。

「こころの体温計」

こころの健康状態を、パソコンや携帯電話などでかんたんにチェックできる、「こころの体温計」があります。関連する相談機関も掲載されていますので、こころの病気の兆候があれば、早めに相談機関や医療機関に相談しましょう。

アクセスはこちらから →



問合せ●健康推進課(内線1184)

健康

口腔衛生推進研修会・公開講座

知っておきたい口腔がんのこと

「まさか口のなかにはがんができるなんて」と思うかもしれませんが、口のなかにも例外なく発生し、口腔がんの発症例は近年急速に増加しています。そこで今回は、口腔がんの疫学、治療法、注意点などについて、諏訪赤十字病院特殊歯科・口腔外科部長の宮澤英樹医師にお話しいただきます。

日時…3月14日(土) 午後3時~5時(2時30分開場)

場所…カノラホール 小ホール

講師…諏訪赤十字病院特殊歯科・口腔外科
部長 宮澤 英樹 医師

参加無料

申込み不要



プロフィール

信州大学医学部附属病院、飯田市立病院、信州上田医療センターを経て、2015年4月より諏訪赤十字病院特殊歯科・口腔外科部長、現在に至る。

主催…岡谷下諏訪歯科医師会、岡谷市、下諏訪町、
岡谷市地域包括センター、下諏訪町地域包括センター

問合せ●健康推進課(内線1183)

健康ひとロメモ

No.509

骨粗鬆症の治療薬と歯科治療

薬剤関連性顎骨壊死とは？

高齢者の転倒による骨折は、健康寿命を縮める一因といわれています。

ですからいつて感染した歯をそのままにしておくわけにもいきません。

骨粗鬆症の治療に使用される優れた薬剤です。ところが、稀にこれらの投与と歯科治療に関連して、顎の骨が壊死する疾患があり、これを薬剤関連性顎骨壊死といいます。おもに歯茎から骨が露出し、歯茎の痛みや腫れ、膿が出るなどの自覚症状を伴います。

上記の骨粗鬆症治療の薬剤を使用中の患者さんでも、薬剤を中止することで骨がもろくなり骨折のリスクが上がることや、途中で中止しても顎骨壊死の発症リスクが下がる根拠は乏しいこともあり、自己判断での服薬中止は避けてください。

原因としては、これら薬剤の投与中に抜歯などの口腔内の手術後、傷口の露出骨面が感染することにより発症することが多いとされています。口のなかの手術を行わなくても、口腔内が不衛生であればそれだけで発症することもありますし、合わない入れ歯を使用し続けることにより傷口から発症することもあります。

発症後の治療としては、初期では抗菌薬の内服や洗浄処置で治りますが、進行すると顎の骨を離断する手術などが必要な場合もあります。

いちばん重要なのは発症を予防すること、歯石除去やクリーニングなど定期的な歯科医院でのメンテナンスや、むし歯治療や義歯の調整を症状が軽いうちに済ませておくことが大切です。保存不可能な歯は投薬治療開始前に抜いておくことが推奨されています。なお、通常の歯科治療は薬剤投与中でも問題なく行うことができますので、安心して治療を受けてください。

（岡谷下諏訪歯科医師会）



世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～



“世界にタッチ、英語にふれよう”事業



国際交流センターのキャララインです。

昨年10月から始まった“世界にタッチ、英語にふれよう”事業が2月で終わりました。岡谷市立12保育園を2回ずつ訪問し、さまざまなテーマでかん

たんな単語を紹介したり、アメリカで人気のゲームを園児と一緒に楽しみました。この事業は単語の紹介だけではなく、園児のみなさんがアメリカの文化にふれるためのものでもあり、1月の訪問の際は、アメリカでのお正月の過ごし方を話したり、クイズゲームをしました。園児のみなさんは、アメリカには「お年玉がない」ことに、とてもおどろいていました。

来年度もこの事業は続きます。また元気な園児のみなさんに会えることをとても楽しみにしています。ありがとうございました。See you again soon!



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.89
- おかやでかなえる わたしのお店
- 突撃! 岡谷のものづくりゲンバ

【特別番組】

令和元年度 市政懇談会

(午前10時～・午後3時～・午後7時～)



わが家のアイドル



おかやでかなえる
わたしのお店

0123 こどものくに 3月のイベント



開館時間…午前9時30分～午後5時30分(毎月第2火曜日定休)

♣おおきくなったね会(申込み不要)

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19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。

兄姉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】

現在の水色のカードは3月31日まで使えます。4月1日からは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29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 3日(火)	歯っぴー相談	午前10時30分～
4日(水)	子育て相談(要予約)	午前10時～
6日(金)	リズム運動遊びと誕生会	午前11時～
12日(木)	つくっちゃおう	午前11時～
13日(金)	双子のおしゃべり会	午前10時30分～
18日(水)	食べるのだいすき!	午前11時～
19日(木)	歯っぴー相談	午前10時30分～
23日(月)	べったんこの日	一日中いつでも
26日(木)	ベビーマッサージ	午前10時30分～
	もぐもぐ相談	一日中いつでも

問合せ●こどものくに ☎24-8403

3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しています。みなさん、おはなしの世界と一緒に楽しみたいよう♪



☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時…3月17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…3月7日・14日・21日・28日の土曜日

午前11時～(20分程度)

※会場はいつでも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、図書館の仕事をして体験してみませんか?

期日…3月25日(水)・26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…2月29日(土)～3月14日(土)

※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…2日・9日・16日・23日・27日・30日

今月のテーマブックス

「がたんごとんブッブー」

3月15日(毎月第3日曜日)は

「うち読でエコ読の日」



申込み・問合せ●岡谷図書館 ☎22-22031

3月の諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

●笠原 喜一 日本百名山写真の旅 完結編
期間…3月1日(日)～15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(水) 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)

暖かい屋内でおかいもの。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15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

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、一般市民のみなさんを対象に、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。ぜひご利用ください。

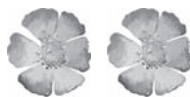
♥温泉リハビリ友の会 会員募集中!

人気上昇中! 仲間と一緒に「健康作り」しませんか! お待ちしています。

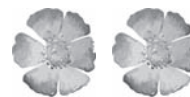
問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

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



カルチャーセンター・「和紙絵の会」共催講座 やさしい 和紙絵講座



彩り豊かな和紙を使って、作品づくりをしてみませんか。
和紙を手で水きりして、のりで貼り、また貼り重ねることで柔らかな画風が生まれます。

初心者向けのかんたんなセットを使って、基本を学習しながら作品づくりをしていきますので、初めての人も大歓迎！挑戦してみませんか！

期日…4月4日・18日、5月2日・16日(全4回)
毎回土曜日

時間…午後1時30分～3時30分

場所…カルチャーセンター 第7研修室

定員…10名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…林 加寿子さん・学習グループ「和紙絵の会」のみなさん

費用…2,500円(受講料+材料費) 4回分

持ち物…絵筆、皿(のり用 15cmくらい)

申込み…3月3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。4日(水)から電話・電子申請(QRコードから)による受付も行います。3月27日(金)午後9時締切。



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 歌声喫茶 in 川岸



昭和を歌おう♪



期日…4月21日、5月26日、6月23日(全3回)
毎回火曜日

時間…午後1時30分～3時30分

場所…川岸公民館 講堂

対象…市内在住または在勤の人

定員…40名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…シンガーソングティーチャー 小山治男さん

費用…300円(受講料+お茶代) ※毎回集金

申込み…3月23日(月)の午前8時30分から窓口または電話にて受付。

申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

湊公民館 生活講座

男性大歓迎！春を先取り料理講座 ～ハッシュドビーフ、サラダ、バナナケーキ～



お料理で、春を先取り！

管理栄養士で県福祉大学校非常勤講師の中澤久美子さんの指導で、ハッシュドビーフ、花畑サラダ、バナナケーキを作ります。男性大歓迎！もちろん女性也大歓迎です。

日時…3月13日(金) 午後7時～9時

場所…湊公民館 実習室

対象…市内在住または在勤の人

定員…10名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…管理栄養士・県福祉大学校非常勤講師
中澤久美子さん

費用…1人900円(受講料+材料費)

持ち物…エプロン、三角巾、筆記用具

申込み…3月2日(月)の午前9時から窓口または電話にて受付。初日は窓口を優先します。



申込み・問合せ●湊公民館 ☎22-2300

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
5	6
岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	(有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406
2	13
(株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	(株)浜パイピング ☎ 23-6885
9	20
諏訪共立病院 ☎ 28-2012 笠原歯科医院 ☎ 22-2837 ひまわり薬局 ☎ 26-7226 (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	(株)イワナミ ☎ 22-2222
6	27
離乳食教室〈ばくばく教室〉 (H31年3月～4月生) 受付午前10時～10時30分 (株)アイテック ☎ 23-8500	杉村設備(株) ☎ 27-8632

●国民健康保険税 第12期

納期限…3月31日(火)

納税は便利で確実な口座振替がお勧めです。
口座振替の方は、残高確認をお願いします。
忘れずに納税しましょう。

問合せ●税務課（内線 1135）

今月の納税

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	11日(水) 午前9時～正午
無料法律相談 [予約制]	17日(火) 午後1時～5時 問合せ：社会福祉課（内線 1254） 相談員：鳥川秀司 弁護士 ※4月分予約：3月18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]	18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 ※27日(金)・30日(月)・31日(火)は閉室 専門カウンセラー(臨床心理士)相談[予約制] 11日(水)・25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
女性のための相談 [予約制]	17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	17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	11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13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10日(金) から新しいツールが始まります。

—*—

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

3月

March

-  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
1 ➕ 向山内科医院 ☎ 23-6272 🦷 溝口歯科診療所 ☎ 27-3838 🏪 クラフトさくら薬局岡谷店 ☎ 21-2301 🏢 (株)総設工業 ☎ 28-8504	2 🏢 (有)三善工業 ☎ 23-3446	3 🏢 BCG (R1年9月生) 🏢 (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	4 🏪 1歳6か月児健診 (H30年8月生) 受付午後1時～1時20分 🏢 (株)イワナミ ☎ 22-2222	5 🏢 日本脳炎 (H29年2月生:1回目) H31年3月までに2回目を終了した人を含む 〔西郷・長地地区〕 🏪 2歳児にこにこ教室 (H30年2月生) 受付午前9時15分～9時30分 🏢 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622
8 ➕ 今井整形外科 ☎ 28-9933 🦷 山岡歯科医院 ☎ 22-2472 🏪 ウエルシア薬局 ☎ 26-2512 🏢 十和設備(株) ☎ 24-0182	9 🏠 育児相談 受付午前9時30分～11時 🏢 水道建設(株) ☎ 23-2662	10 🏢 四種混合 (生後3か月から) H31年2月までに3回目を終了した人を含む 〔西郷・長地地区〕 🏢 (株)アイテック ☎ 23-8500	11 🏪 3歳児健診 (H29年2月生) 受付午後1時～1時20分 🏢 杉村設備(株) ☎ 27-8632	12 🏠 ほっこり子育て応援講座 (R1年7月～8月生) 受付午前9時30分～10時00分 🏢 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615
15 ➕ 釜口医院 ☎ 22-2089 🦷 アポロ歯科医院 ☎ 23-8100 🏪 マツモトキョシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801 🏢 (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	16 🏢 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	17 🏢 四種混合 (生後3か月から) H31年2月までに3回目を終了した人を含む 〔西郷・長地地区以外〕 🏢 信和設備(株) ☎ 22-3302	18 🏪 3～4か月児健診 (R1年11月生) 受付午後1時～1時20分 🏢 (株)総設工業 ☎ 28-8504	19 🏢 (有)三善工業 ☎ 23-3446
22 ➕ よねやま内科クリニック ☎ 22-8863 🦷 ももデンタルクリニック ☎ 28-0333 🏪 矢崎薬局 ☎ 23-7125 🏢 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	23 🏠 育児相談 受付午前9時30分～11時 🏢 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	24 🏢 日本脳炎 (H29年2月生:2回目) H31年3月までに2回目を終了した人を含む 〔西郷・長地地区〕 🏢 (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	25 🏪 9～10か月児健診 (R1年5月生) 受付午後1時～1時20分 🏢 十和設備(株) ☎ 24-0182	26 🏢 水道建設(株) ☎ 23-2662
29 ➕ 三沢医院 ☎ 27-8760 🦷 三井歯科医院 ☎ 23-8427 🏪 土田薬局 ☎ 28-3232 🏢 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	30 🏢 (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	31 🏢 (株)浜パイピング ☎ 23-6885	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 中学生まで （ケガ、やけど、ハチ刺され、 誤飲等は除く） 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。				

令和元年度

赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました

昨年10月から12月まで行なわれた「赤い羽根共同募金」運動につきましては、市民のみなさんをはじめ、企業・学校等多くのみなさんの温かい「助け合いの心」に支えられ、募金活動を終了することができました。ご協力に感謝申し上げるとともに、結果をご報告いたします。

実績額 16,204,612円

22地区 ▶ 14,488,739円 窓口 ▶ 1,655,106円 学校 ▶ 44,096円 募金箱等 ▶ 16,671円

3,155,000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。

13,049,612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。

地域のネットワークづくりのために

「各地区社会福祉協議会を通じて地域の福祉に役立てます」

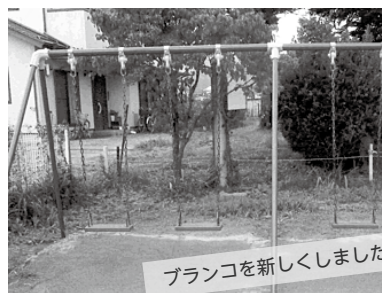
- 地区敬老事業
- 地区社協活動事業
- 児童遊園地新設・整備事業
- など



たなばた昼食会



福祉推進委員会



公園の整備

写真提供：上浜区・西堀区・東堀区

交流・社会参加・仲間づくり・地域活動に携わっているみなさんのために

「岡谷市社会福祉協議会や福祉団体を通じて地域福祉に役立てます」

- ふれあいいきいきサロン助成事業
- 各種福祉団体・事業等への助成
- 罹災者に対する見舞い
- など

市内12,470戸の皆様からご協力いただきました。ご協力いただいた法人をご紹介します。

市内12,470戸の皆様からご協力いただきました。ご協力いただいた法人をご紹介します。

◆赤い羽根共同募金の窓口寄付《法人・団体》

八十二銀行ボランティアクラブ
岡谷市仏教婦人連合会
株オギノ&サントリーフーズ(株)
ひよこの森アトリエ一同
ボイスカウト岡谷第1団
長地ファイヤードラゴンズ
岡谷料食睦会
株ダイヤ精機製作所労働組合
諏訪友の会
京セラ(株)長野岡谷工場従業員一同
京セラ(株)長野岡谷工場
京セラ労働組合長野岡谷支部
うしろ 慈雲寺
宗教法人 真如苑 岡谷支部
TPR労働組合
TPRトータルサービス労働組合
TPR帝友会 絹の郷労働組合
(株)日本ピスコ従業員一同 (株)岡谷中部建設
第30回もみじ大会実行委員会
岡谷東高等学校
長地小学校 湊小学校 神明小学校
小井川小学校 岡谷西部中学校 川岸小学校
岡谷田中小学校 JRC委員会 (敬称略)

ご協力、ありがとうございました。

主な内容

CONTENTS

赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました…18・19	ふれあい・いきいきサロン交流会 参加者募集…20	まゆっこサポート協力会員募集…20	災害ボランティア派遣のご報告／手話奉仕員養成講座 受講生募集／おかやボランティア連絡協議会セミナーの開催…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

区を通じて令和元年度赤い羽根共同募金にご協力いただいた法人をご紹介します。

地域の福祉活動に有効に活用させていただきます。

今井区

TPR ㈱長野工場
 ㈱酒井製作所
 水道建設㈱
 ㈱丸真製作所
 TDS ㈱
 ㈱平出精密
 東京ダイヤモンド工具製作所㈱
 イデアシステム㈱
 生活クラブ生活協同組合
 生金属工業㈱
 ㈱久保村モータース
 ㈱高木精機製作所
 ㈱アイコーポレーション
 岡谷市水道事業協同組合
 ㈱堀内電機製作所
 ㈱澤田モータース
 ㈱サンケイ機器
 ㈱三恵製作所
 ㈱宮坂ダイカスト
 ㈱縁結山荘
 カワテ㈱
 ㈱今井計器
 ㈱靴屋今井本店
 セブンイレブン今井店
 セブンイレブン神明店
 ㈱白山商事
 ㈱深沢製作所
 三井歯科医院
 ㈱宮坂量商事
 ㈱アルプス商会
 ㈱シニアベックス
 本多染色工業㈱
 ㈱ダイワ工業
 岡谷運輸㈱
 キング精工㈱
 ㈱中田商店インター SS
 ㈱高山自動車
 JA 今井営業所
 丸ハスーパー
 アサヒドーススポーツ
 岡谷精密工業㈱
 諏訪信用金庫今井支店
 ㈱カネコ製作所
 長野アサヒ化学㈱
 倭寇
 美容室 TAKAGI
 保科酒店
 ㈱浜工務店
 ㈱藤森塗装工業
 ㈱みすおモータース
 せき接骨院
 カープラザバン

間下区

養護老人ホーム岡谷和楽荘
 太陽機械工業㈱
 ㈱丸中浜モータース
 平澤電気工事㈱
 特別養護老人ホームさわらび
 ㈱コーケン
 ㈱ケーテック
 原製作所
 ㈱中部自動車
 ㈱宮原紙器工業所
 ㈱関製作所
 ㈱共同工機
 ㈱石川工業
 ㈱ N テック
 ㈱グリーンプロ
 ㈱芝野電機
 ㈱大共
 ㈱イージーモンキー
 ㈱パイピング㈱
 ㈱豊潤工業
 ㈱工スイー工業
 ㈱丸信サン電業
 ㈱進栄化学塗装
 ㈱古川製作所
 菱和電機㈱
 ㈱中村塗装店
 ㈱上條電設工業
 中央緑化
 ㈱エクスベクトラ
 ㈱やすら樹
 諏訪エレクトロニクス㈱
 共栄工業㈱
 岡谷区
 マルヤス機械㈱
 山岸建設㈱
 ㈱豊島屋

㈱カネル
 甲州屋
 ㈱山城屋肉店
 増沢醸造㈱
 ㈱セルバ
 照光寺
 ㈱精良軒
 ㈱諏訪機械製作所
 イリーゼ岡谷
 税理士法人 IS 会計事務所
 日本繊維塗料販売㈱
 瑞穂幼稚園
 アルプス矯正・小児歯科クリニック
 びょうしつクイーン
 諏訪事務機
 松村法律事務所
 ㈱エグロ
 第一光機㈱
 アイコー葬祭
 明光義塾岡谷教室
 白樺
 南信不動産商事
 ㈱金中井筒屋商店
 藤森・原田合同事務所
 ㈱カネカカワムラ
 花岡事務所
 ㈱ダイショウ

下沢区

カホン電機工業㈱
 釜口医院
 岡谷建設労働組合
 湖北自動車整備協業組合
 岡谷酸素㈱岡谷営業所
 三信物産㈱
 スマイル歯科医院
 松亀味噌㈱
 山田商店
 山平鍛金工業㈱
 祐愛病院
 ㈱小野製作所
 マルゴ工業㈱
 北原石工工業㈱
 グループホーム風薫
 五味会計事務所
 スワガス㈱岡谷諏訪営業所
 タイセイ金属㈱
 大洋木材㈱
 日本リネンサプライ㈱
 長野県社社
 岡谷電機産業㈱
 本道商店㈱
 岡谷クレーン㈱
 山喜屋自動車㈱
 ㈱ S・プラン
 ㈱サスナカ
 ㈱志賀精工
 ㈱地球堂
 ㈱美膳堂印刷
 ㈱マルスカイ
 花岡医院
 ㈱中村メタル
 しんやま接骨院
 夢酒
 第 2 グレイスフル岡谷
 ミクソファインエンジニアリング㈱
 ㈱北川通商
 ㈱ボディショップグレイス
 ㈱日の出製作所
 ㈱浜自動車
 喜多屋醸造店㈱
 ㈱都波岐精工
 ㈱高野モータース
 ㈱湖畔工具製作所
 ㈱小黒製作所
 ㈱リバーセイコー
 ㈱小池精工
 うなぎの館 天龍
 ㈱和が家
 ㈱林製作所
 美よう室湖畔㈱
 岡谷不動産商事㈱
 ㈱松澤ニット
 岩崎フーズ
 うなぎ水門
 大月精工㈱岡谷工場
 キャンテックノロジ㈱
 ㈱ GC ヤマザキ
 ㈱プロシード
 ㈱ジェーシーエム
 オートサービス 2 4
 若葉㈱

㈱征矢製作所
 タカスナ光学塗装
 ㈱西澤工業
 ㈱南木電機工業所
 ㈱法人たんぼの家
 スマートクラフト㈱
 ㈱ソレボク
 温泉デイスサービス湯けむり
 ユーロブラッツ
 ㈱丸三商会
 アクセント プラス
 ㈱金澤精機
 クインズレミック㈱
 ㈱三共モータース
 ミスタータイヤマン岡谷店

小尾区

㈱原田精工
 丸登電業㈱
 山二発條㈱
 Honda cars 松本東 岡谷店
 ㈱北澤クリーニング店
 小口商店
 山田歯科医院
 牛山医院
 ㈱浜丑川魚店
 信和設備㈱
 ㈱双葉
 ㈱橋渡
 久保田整骨院
 大滝歯科医院
 富士アイス
 ㈱唐沢工務店
 ㈱百瀬酒店
 長野トヨタ自動車㈱岡谷営業所
 関本 C A P A ㈱
 テンホウ丸山橋店
 ㈱システム
 ㈱ダイナミック
 茶小泉
 杉浦量店
 ㈱エルマーシュ
 未広

上浜区

向山内科医院
 ㈱岡谷組
 岡谷酸素㈱
 興和工業㈱
 ㈱コーエキ
 ㈱マルニシ
 JA 信州諏訪岡谷支所
 ㈱大橋機械
 ㈱三エス木材
 ㈱林製作所
 ㈱柞山製作所
 津金タパコ店
 ㈱日動精工
 ㈱小口石材店
 牛越製作所㈱
 信濃電材
 ㈱岡谷フレール
 大洋木材㈱
 ㈱ウヰコム
 東亜金属産業㈱
 ㈱岡谷電気工事
 ㈱ヨシハラ靴店
 ㈱エル・エフ・テック
 アタゴシステム㈱
 カサハラスポーツ
 ㈱多留寿司
 ㈱八千代食堂
 若松寿司
 竹本商店
 丸進自動車用品
 有賀社会保険事務所
 諏訪信用金庫 田中町支店
 ㈱アルプス
 日産サティオ松本 岡谷店
 ㈱保険未来 2 1
 長野日報
 大滝化粧品店
 メガネのナガタ岡谷店
 富士電機
 ㈱梅垣防災
 京呉服販売㈱
 ㈱信和メッキ工業所
 新屋敷区
 山万加島屋
 ㈱サイト
 ㈱マルモ
 太田歯科医院
 岡谷スカラ座

栗田歯科医院
 サツマ外科
 カネジョウ
 ㈱太田屋
 鳥かつ
 ヌーベル梅林堂
 川島造園
 野村ウィメンズクリニック
 千成鮎
 花サン花店
 さんれーく
 富士工機
 一三堂
 小松屋川魚店
 中村歯科医院
 寿々喜亭
 ㈱国興
 HAMA 電器
 ㈱ライフ信州
 山田写真館
 ㈱美好
 岡谷市民新聞
 ㈱ジェイツアー
 小口家具
 浜新聞店
 マルイ豊島屋
 並木種吉店
 さんれーく
 ファミリーマート岡谷山下町店

小口区

諏訪倉庫㈱
 ㈱カネジョウ
 高天酒造㈱
 諏訪信用金庫
 ㈱宮坂土木
 ㈱ナガタ
 アビタ 岡谷店
 大洋木材
 小澤酒店
 信州諏訪農業協同組合岡谷市所
 小口耳鼻科医院
 ㈱共栄製作所
 ㈱ヤマモト
 ㈱今井ガラス建材
 セブンイレブン西堀店
 ヤシロ精機㈱
 広円寺
 ミヤマ製作所㈱
 ㈱セイコー自動車工業
 ㈱高林シート内装
 小さな絵本美術館
 塚原石産興業
 河西板金工業
 菊池製作所
 諏訪アルファ
 中央金属㈱
 ㈱ミヤマ SS
 呉服店 そねはら
 春日井クローム工業㈱
 ㈱中村機械 彫刻研究所
 ㈱東京光音器製作所
 宮下製作所㈱
 岡谷熱処理工業㈱
 山本計器製造㈱
 ㈱ミクロン精機
 アイズ
 ㈱シナノ計器製作所
 ㈱三公商事
 ニューアサヒ岡谷南店
 テンホウ南宮店
 美容スプラッシュ
 ㈱アート商会
 ㈱オオハシ
 早川酒店
 信州消毒㈱
 ㈱北原製作所
 ヘヤーサロン・カツミ
 麵屋蔵人 岡谷道場
 ㈱三栄商会
 三沢区

小井川区

中央印刷㈱
 ㈱大和製作所
 カタクラ石油㈱
 共栄電工㈱
 ㈱ヤマト
 浦野歯科医院
 大滝歯科医院
 フカサワ社会保険労務士
 ㈱タイラ
 片倉隆幸建築研究所
 ㈱タカネ製作所

㈱ダイヤ精機製作所
 吉沢金属
 エイト精機
 金山食堂
 増沢スプリング㈱
 山田外科医院
 長田建設㈱
 丸中宮坂製糸所
 日本青銅㈱岡谷工場
 プリジステンタイヤ長野販売㈱
 高木会計事務所
 三枝塗料㈱岡谷営業所
 かんがらや
 信州味噌研究所 南信支所
 日邦光学㈱
 ㈱諏訪工具製作所
 T P R トータルサービス㈱
 鳥一
 さわやか信州絹の郷
 ㈱アベックス
 諏訪総合設計㈱
 寺沢建築設計事務所
 ㈱三善工業
 ㈱ヤマヨ宮坂製作所
 ヤマブネ糸店
 新増澤工業㈱
 共栄自動車工業
 ㈱信和商会
 ㈱今井製作所
 ワイ・ケイ・マテリアル㈱
 やさしい手
 ㈱天電電気商会
 松本日産自動車㈱岡谷店
 ㈱ダイワテック
 パセオ岡谷
 ㈱古城自動車ボディ製作所
 ㈱エイコー
 ㈱エブテック

西堀区

㈱高林自動車
 ㈱丸三商会
 ㈱共栄製作所
 ㈱ヤマモト
 ㈱今井ガラス建材
 セブンイレブン西堀店
 ヤシロ精機㈱
 広円寺
 ミヤマ製作所㈱
 ㈱セイコー自動車工業
 ㈱高林シート内装
 小さな絵本美術館
 塚原石産興業
 河西板金工業
 菊池製作所
 諏訪アルファ
 中央金属㈱
 ㈱ミヤマ SS
 呉服店 そねはら
 春日井クローム工業㈱
 ㈱中村機械 彫刻研究所
 ㈱東京光音器製作所
 宮下製作所㈱
 岡谷熱処理工業㈱
 山本計器製造㈱
 ㈱ミクロン精機
 アイズ
 ㈱シナノ計器製作所
 ㈱三公商事
 ニューアサヒ岡谷南店
 テンホウ南宮店
 美容スプラッシュ
 ㈱アート商会
 ㈱オオハシ
 早川酒店
 信州消毒㈱
 ㈱北原製作所
 ヘヤーサロン・カツミ
 麵屋蔵人 岡谷道場
 ㈱三栄商会
 三沢区

三沢区

中央印刷㈱
 ㈱大和製作所
 カタクラ石油㈱
 共栄電工㈱
 ㈱ヤマト
 浦野歯科医院
 大滝歯科医院
 フカサワ社会保険労務士
 ㈱タイラ
 片倉隆幸建築研究所
 ㈱タカネ製作所

㈱マツムラ工業
 ㈱明王精工
 ケアハウス高尾
 ㈱タケムラ製作所
 ㈱ツルミネ製作所
 ㈱スワコー
 ㈱八栄精機
 ㈱片倉製作所
 セブンイレブン岡谷川岸店
 幸信電機
 諏訪信用金庫川岸支店
 高市薬局
 日本亭
 岡谷セイケン㈱
 ヤマズ精機
 エバグロン工業㈱
 ㈱日本ミクロン
 つるみね診療所

新倉区

㈱日星化工
 J A 信州諏訪川岸支所
 ㈱ユーテック
 ㈱ツカダファイン
 ㈱中部テクノ
 ニチケイアセンター 川岸夏明
 カネカプレーティング
 コジマ工業㈱
 ㈱マルユー鋼材
 EPC リサイクルショップ
 ㈱カク山木材建設
 ㈱信和商会 川岸給油所
 ㈱しのはら ボデーペイントハウス
 川岸薬局

駒沢区

㈱観光荘
 ㈱成山商店
 サワヤ宮澤精機
 ㈱天電電子
 ㈱エムイーシステムズ
 諏訪レイクヒルカントリークラブ

東堀区

杉村設備㈱
 ㈱中島製作所
 医療法人研成会 諏訪湖畔病院
 JA 信州諏訪長地支所
 今井整形外科
 ㈱玉木商店
 ㈱三悦 長野営業所
 ㈱トーエネック諏訪営業所
 ㈱南信社
 ㈱東京造園
 ㈱御子柴塗装
 長野トヨボ㈱ 岡谷店
 佐藤金属㈱ 岡谷支店
 金子工務店㈱
 ㈱アイビー薬局
 ㈱吉沢製作所
 ㈱メディカルサービスしなの
 ㈱諏訪ニチアイ精工
 鍋林㈱岡谷支店
 ㈱事務機センター松阪
 ㈱中谷自動車塗装
 ㈱ジスクローム
 池戸製作所
 富国物産㈱
 ㈱エース企画
 ㈱ホンダカーズ信州 諏訪湖店
 ㈱丸文製作所
 小野ゴム工業㈱
 岡谷ボルト
 ㈱岡谷自動車学校
 ㈱サンオート
 ㈱荻原精工
 ㈱都電設
 ㈱世界最速試作センター
 ㈱カシア工業
 ㈱ツカサ工業
 ㈱スギムラ精工
 ㈱二葉塗工
 ㈱ライフプラザ マリオ
 横浜幸銀信用組合 諏訪支店
 ㈱中平工務店
 中村区
 スマートケアタウン㈱
 横川区
 大井運送㈱
 ㈱ソーデナガノ
 ㈱日本ピスコ
 ㈱横河計器製作所

(敬称略)

ふれあい・いきいきサロン交流会

参加者募集！



地域で暮らす人たちの出会い、交流、仲間づくりの場として開催されているふれあい・いきいきサロン。そんなサロンについての疑問・質問・お悩みなど、情報交換をおこなう交流会を開催します！市内でサロン活動を行っている方々、これからサロンを始めたいと考えている方、興味のある皆さん、お気軽にご参加ください♪



〈日時〉 令和2年3月24日（火）

午後2時～午後3時30分

〈場所〉 諏訪湖ハイツ 大会議室

〈内容〉 ＊ふれあいいきいきサロンって？

＊情報交換、交流会

茶話会をしながら楽しく情報交換しましょう！

☆サロン活動をしている皆さんは、活動の様子がわかる

写真やチラシ等がありましたら是非ご持参ください☆

昨年の
交流会
の様子



参加申込み

参加を希望される方は、3月10日（火）までに岡谷市社会福祉協議会へご連絡ください。申し込みの際は、氏名、住所、電話番号をお知らせください。

お掃除
くらい
なら…

お買い物
くらい
なら…

話し相手
くらい
なら…

空いた時間にお手伝いできる！
という方大歓迎！

やってみませんか？

まゆっこサポート協力会員募集

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

“できることは自分でやりたいけれど、ちょっと手助けがほしい”という方に、“地域のために何かしたい”という思いを持つ方のご協力をいただき、ちょっとした生活支援のお手伝いをを行います。

★サービス内容・・・住居の掃除・話し相手・草とり・窓ふき、電球交換、生活必需品の買い物等

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

＊交通費は1kmあたり20円

♥協力会員・・・＊報酬として、1時間600円＋交通費をお支払いします。

＊安心して活動できるよう、事故に備えて補償保険に加入しています。

掃除が好き、料理が得意、話を聞くのが楽しい、人と関わるのが好き、体力に自信があるなど、自分の得意なことを活かして人に喜んでいただけたら素敵!! と思う方、ぜひお電話ください。

男性の
協力会員
も募集

利用会員の登録も随時受け付けています。
お気軽にご相談ください。

お問い合わせ・ご登録 岡谷市社会福祉協議会

電話番号 24-2121

災害ボランティア派遣の11報告

令和元年10月12日の台風19号に伴う大雨により、千曲川は堤防の決壊や越水により長野市内の住宅などに甚大な被害をもたらしました。岡谷市と岡谷市社会福祉協議会は、災害ボランティア派遣（ボランティアバス）を行いました。

5日間にわたり延べ106名のボランティアが長野市の穂保・津野地区で活動を行いました。

【第1回】（3日間）

- 11月13日（水）22名 穂保地区住居等（5件対応）
- 11月14日（木）19名 農業復興プロジェクト（農ボラ）
- 11月15日（金）15名 穂保地区住居等（5件対応）

【第2回】（2日間）

- 12月11日（木）22名 穂保地区住居・土蔵等（2件対応）
- 12月12日（金）19名 穂保地区住居・土蔵等（2件対応）



感想

災害ボランティアに参加して

私が初めて災害ボランティアに接したのは、14年前の豪雨災害の時に当地の被災地に来てくれたたくさんの方のボランティアの姿でした。当時現地で受け入れ業務に携わっていましたが、縁もゆかりもない人々が暑い中黙々と泥出しをしている姿を見て「こんな人たちがいるんだなあ」と驚きました。

体が動くうちにいつかお返しを考えていましたが、今回長野に行つてその思いを新たにしました。私は岡谷からの仲間と一緒にリンゴ畑の泥出しをしました。が、全国各地老若男女の参加者のエネルギーをもらつて戻ってきました。

花岡地区社会福祉協議会会長
浜 裕幸

感想

千曲川決壊後の
災害ボランティアに参加して

「そりゃもうびっくりして」「黒い大きな水の塊がどうって」「必死におかあの木につかまっていたよ」「黒く汚れちゃったけど枝に残って通る人に話しかけてるだよ」収穫寸前のりんごが話しかけてきました。

岡谷市 小口 順啓

諏訪6市町村広域手話奉仕員養成講座

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13日から3月15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 3,300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9日（月）～ 3月27日（金）
- 申込み 社協ホームページまたは、社協へお電話下さい
- 問合せ先 岡谷市社会福祉協議会（24-2121）まで

受講生
募集!!



詳細はホームページを御覧ください

おかやボランティア連絡協議会セミナーの開催

赤い羽根共同募金の助成事業です。

☆参加申し込み不要

どなたでもご参加OK

大勢の方のご参加お待ちしております。



- 日 時 令和2年3月28日（土）午後2時～3時30分
- 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 「生活に役立つ薬のはなし」～気をつけたい薬の飲み方・飲み合わせ～
- 講 師 岡谷市民病院 薬剤科 柳沢 亮太氏・伊藤 勇人氏



◎第1期 HIP-HOPダンス教室 (年中～小学生)

期間…4月13日～6月22日
 毎回月曜日(計10回)
 時間…午後4時～4時45分
 (年中～小学1年生)
 午後4時45分～5時45分
 (小学2年生～6年生)
 場所…市民総合体育館
 定員…各30名

◎第1期 フットサル教室 (年中～小学生)

期間…4月14日～6月23日
 毎回火曜日(計10回)
 時間…午後4時30分～5時30分
 (年中～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14日～6月23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

◎春休み短期こども水泳教室 (小学生)

期間…3月23日(月)・24日(火)・25日(水)・27日(金)(計4回)
 時間…午後2時～3時
 場所…市民水泳プール
 定員…30名

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800



★各種スポーツ教室(子ども)★ (シンコースポーツ㈱主催)

受講料…5,000円
 (保険料・施設使用料込 10回分)
 ※春休み短期こども水泳教室は
 4,000円
 申込み…3月2日(月) 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(日)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】

※教室により対象が異なります。

◎第1期 バドミントン教室 (小学4年生～中学生)

期間…4月3日～6月19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 サッカー教室 (年中～小学生)

期間…4月8日～6月24日
 毎回水曜日(計10回)
 時間…午後4時～5時(年中～小学1年生)
 午後5時～6時
 (小学2年生～6年生)
 場所…湖畔広場
 (雨天時:市民総合体育館)
 定員…各30名

◎第1期 卓球教室(小・中学生)

期間…4月8日～6月24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10日～6月12日
 毎週金曜日(計10回)
 時間…午後5時～6時
 場所…湖畔広場
 (雨天時:市民総合体育館)
 定員…20名

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(4月分)…3月15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15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

★★★★スポーツ教室★★★★

◎多項目体験教室(小学生)

期間…4月16日～6月4日
 毎回木曜日(計5回)

時間…午後7時～9時

内容…4月16日 バasketボール体験
 /4月30日 バレーボール体験/5月
 7日 卓球体験/5月21日 バドミント
 ン体験/6月4日 フットサル体験

対象…市内在住の小学3年生～6年生
 の男女

場所…市民総合体育館

定員…30名(先着順)

受講料…1,000円(別途保険料820円)

申込み…3月16日(月) から市民総合体
 育館窓口で受け付けます(電話申込
 み不可)。

問合せ●市民総合体育館内

(公財)岡谷市体育協会 ☎22-8850

スポーツ振興課 ☎22-8804



◎第1期 Balletone教室

期間…4月14日～6月23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

◎第1期 ZUMBA教室

期間…①4月14日～6月23日
 毎回火曜日(計10回)
 ②4月17日～6月19日
 毎週金曜日(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 ピラティス教室

期間…4月17日～6月19日
 毎週金曜日(計10回)
 時間…午前10時～11時
 場所…市民総合体育館 定員…30名

◎ヨガ無料体験教室

日時…3月2日(月) 午前11時～正午
 場所…市民総合体育館 定員…20名
 持ち物…ヨガマット(あれば)またはバスタオル
 申込み…電話にて受付。
 問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

◎第1期 テニス教室

※初心者①午前の教室のみ募集
 期間…4月8日～6月24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…市営庭球場
 (雨天時:市民総合体育館)
 定員…①20名、②10名

◎第1期

脂肪燃焼エアロビクス教室

期間…4月13日～6月22日
 毎日月曜日(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 ヨガ教室

NEW!

期間…4月13日～6月22日
 毎日月曜日(計10回)
 時間…午前11時～正午
 場所…市民総合体育館 定員…20名

★各種スポーツ教室(一般)★ (シンコースポーツ㈱主催)

受講料…6,000円
 (保険料・施設使用料込 10回分)
 ※テニス教室は7,500円
 ※当日参加も可能。1回:900円
 ※託児:1教室につき1,000円
 申込み…3月2日(月) 午前9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。
 ※ヨガ無料体験教室のみ事前に電話にて受け付けます。
 ※託児つきです。希望する人は、3月15日(日)までにお申し込みください。(1歳児から・定員あり)

◎第1期

スリムキックボクシング教室

期間…4月8日～7月8日
 毎水曜日(計10回)
 時間…午前10時～11時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

お知らせ 消費税確定申告書・付表の作成

国 税 庁 軽 減 税 率

検 索

決算書類(損益計算書等)に記載の決算額は税率ごとの区分がありませんので、決算書類からは消費税確定申告書の作成ができません。

このため、課税期間内の課税取引を税率ごとに区分できるよう、国税庁HPに掲載している「課税取引金額計算表(事業所得用)」等の様式を用いて整理しておくに便利です。

注)「課税取引金額計算表」については、法人の事業者もご利用いただけます。

課税取引金額計算表などで集計した内容を基にして、課税売上げと課税仕入れを適用税率ごとに消費税申告書や付表に転記して消費税額を計算します。軽税率制度実施後の申告書等の様式は、複数税率に対応した様式に変更されていますが、作成手順自体はこれまでと大きく変わりません。

※付表の作成から申告書作成までの具体的な記載については、国税庁ホームページ(<https://www.nta.go.jp>)「消費税の軽減税率制度」に対応した経理・申告ガイド」をご参照ください。

(令和 年分)		(事業所得用)					
科 目	決 算 額 A	Aのうち課税取引にならないもの(第1) B	課税取引金額 (A-B) C	第1.9.20条第(第2)		第1.10.1以後(第2)	
				うち 軽減税率 6.3%適用分 D	うち 軽減税率 6.24%適用分 E	うち 軽減税率 7.8%適用分 F	
売上(収入)金額 (雑収入を含む) ①	円	円	円	円	円	円	
原価商品増加高 仕入金額 ②							
売上							

作成した課税取引金額計算表など

科 目	決 算 額	課税取引金額	課税売上げ	課税仕入れ
売上(収入)金額(雑収入を含む)	1000000	1000000	1000000	0
減価償却資産の売却	1500000	1500000	1500000	0
仕 入 金 額	800000	800000	0	800000
合計	2700000	2700000	2500000	200000

申告書・付表へ転記

課税取引金額計算表	課税取引金額計算表	課税取引金額計算表
売上(収入)金額(雑収入を含む)	1000000	1000000
減価償却資産の売却	1500000	1500000
仕 入 金 額	800000	800000
合計	2700000	2700000

お知らせ 人権擁護委員による 「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。申し込みは不要、直接会場にお越しください。

日時…3月2日(月) 午前10時～午後3時

場所…諏訪湖ハイツ

問合せ●長野地方事務局諏訪支局

☎52-2440

お知らせ 「特急あずさ」のダイヤが 改正されます

JR東日本では、3月14日(土)にダイヤ改正を行います。この改正で、「特急あずさ」の運転区間と一部の停車駅が変更され、JR岡谷駅では、新たに上り(新宿行き)で停車本数が1本増えることになりました。なお、列車番号も変更になります。

公共交通をこれからも維持していくためにも「乗って残そう公共交通」を合言葉に、電車、シルキーバスなどを利用しましょう。

●新たに停車する便

〈上り〉岡谷発 午前8時16分

あずさ10号[新番号]

問合せ●商業観光課(内線1451)



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。地面に穴を掘っての焼却や、ドラム缶などでの焼却も禁止です。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)

お知らせ 直売所への 農産物出荷等説明会

直売所に農産物を出荷したい人を対象とした説明会を開催します。希望する人は、3月4日(水)までにお申し込みください。

日時…3月6日(金) 午後6時30分～

場所…市役所4階 401会議室

内容…出荷手続き、栽培技術相談、農地のあっせん など

申込み・問合せ●

農林水産課(内線1487)

お知らせ 農地の貸し借り 相談会

農地を貸したい人と、農地を借りて耕作したい人とをマッチングする相談会を開催しますので、お気軽にお申し込みください。

日時…3月14日(土) 午前10時～正午

場所…市役所6階 605会議室

応募方法…電話にてお申し込みください。(当日参加可)

申込み・問合せ●

農業委員会事務局(内線1488)



環境 環境ボニター (ボランティアのモニター) 募集

活動内容…環境保全に関する情報の収集・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…申込書に必要事項を記入のうえ、3月13日(金)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、または市民環境課窓口で入手可)

問合せ●市民環境課(内線1142・1143)

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 骨髄バンクドナー登録会 を開催

骨髄バンクは、白血病などの血液難病の患者さんを救うことのできる「命のボランティア」です。

日本骨髄バンクのドナー登録者数は、52万人(令和元年12月末現在速報値)を超えるに至りましたが、いまだに多くの患者さんが骨髄提供者を待っています。1人でも多くの患者さんを救うためには、1人でも多くの人のドナー登録が必要となります。

岡谷市では、ドナーとドナーが勤務する事業所に対して助成制度を設け、骨髄バンク事業を推進しています。

献血会場でドナー登録会を開催しますので、ドナー登録にご協力ください。

【骨髄バンクドナー登録会のご案内】

期日…3月6日(金)

時間…午前11時～正午・午後1時～4時

場所…岡谷市保健センター1階 研修室
(献血会場)

問合せ●健康推進課(内線1177)



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、
女性の生き方を
考える日です。

Let's
Think!シリーズ
公共施設

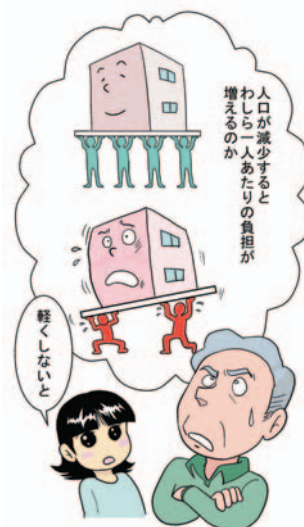
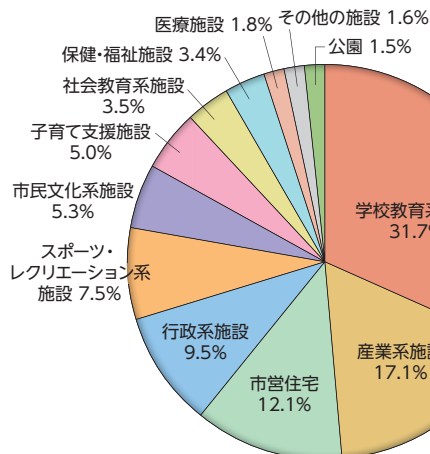
2

～進む老朽化! 次世代へ何を遺しますか～

【これからの公共施設】

●公共施設はどれくらいあるのでしょうか?

岡谷市が所有する公共施設(普通会計)の総のべ床面積は約30万㎡です。この内訳を用途別に見ると、学校教育系施設が約3割を占め、産業系施設、公営住宅と続きます。これを市民1人あたりに換算すると、6.11㎡となりますが、これを長野県内の他の18市と比較してみると、19市の平均が4.72㎡ですので、岡谷市(=岡谷市民)は多くの公共施設を保有していることがわかります。これは、県内19市中3番目の保有面積です。これまでに、高度経済成長期の人口増加への対応、市民サービスの向上および都市機能の充実などを図るため公共施設の整備を行ってきたことが理由ですが、公共施設が充実しているということは、それだけ多くの税金を必要とするということでもあります。



問合せ●行政管理課(内線1529)

中学3年生で岡谷市福祉医療費受給者証をお持ちのみなさんへ

現在、中学3年生(満15歳)の人は、受給者証(あじさい色)の有効期間が3月31日で終了しますので、受給者証の返却にご協力ください。回収は、市役所または湊・川岸・長地の各支所で受け付けています。

〈中学卒業後の障がい者医療費助成について〉

以下に該当する場合、新たに受給資格取得の手続きをすることにより、福祉医療費受給者証が交付されます。

- ①特別児童扶養手当1・2級の人
- ②身体障害者手帳1・2・3級の人
- ③療育手帳A1・A2・B1の人
- ④精神障害者保健福祉手帳1級・2級の人

〈ひとり親家庭等医療費助成を受けている場合〉

3月中に新しい受給者証(若草色)を送ります。

中学3年生までの受給者証

(現物給付方式:あじさい色)

[子ども・ひとり親家庭等医療費助成]

高校生からの受給者証

(自動給付方式:若草色)

[障がい者・ひとり親家庭等医療費助成]

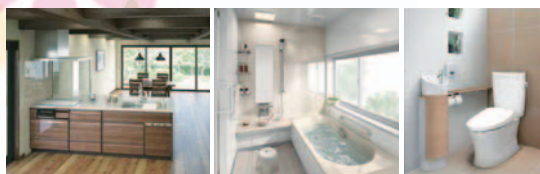
現物		福祉医療費受給者証	
公費負担者番号		受給者番号	
住所		氏名	
生年月日	年 月 日	生年月日	年 月 日
自己負担割合		自己負担割合	
保険料		保険料	
支払方法		支払方法	
入院時食事療養費		入院時食事療養費	
備考		備考	
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで	有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
交付年月日	年 月 日	交付年月日	年 月 日



福祉医療費受給者証	
市町村番号	事業番号
受給者番号	
住所	
氏名	
生年月日	年 月 日
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
備考	
発行機関名	長野県
交付年月日	年 月 日

問合せ●医療保険課(内線1174)

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

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…3月12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なります! 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

3月のおすすめは、【とんかつみそラーメン
870円】です! 以前人気だったメニューが
復活! 寒い時期にピッタリの一品です♪

※メニューは変更になる場合があります。



◎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

★毎月26日は“風呂の日”

入浴料が割引になるお得な日です♪

★ロビーフリマ

期日…3月21日(土)・22日(日) ロビーにて開催

※出店者がいない場合は中止

★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、180冊を入れ替え! 最新刊や懐
かしい作品まで幅広く取り揃えてい
ます♪



問合せ●ロマネット ☎27-6080

「ロマネット」に広告を出しませんか?

ロマネット内に掲示する有料広告を募集します。ロマネットは、
市内外から年間27万人以上が来館する施設です。年間を通し
て広告の設置が可能ですので、大きな宣伝効果が期待できま
す。ぜひ、ご応募ください。

掲載可能期間…令和2年4月1日～令和3年3月31日



1階エントランス
ホール掲示例

掲示場所	掲示枠等	利用料	広告サイズ	備考
1階 エントランスホール	3枠	5万円/年	594mm×841mmまで	1年未満の場合は、決定日 の月から月額4,200円
2階廊下	2枠	3万円/年	594mm×841mmまで	1年未満の場合は、決定日 の月から月額2,500円
男女ロッカー室 ロッカー裏	200口	100円/月	107mm×154mmまで	10口単位 最低口数10口以上



ロッカー裏
掲示例

申込み・問合せ●健康推進課(内線1181)

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 FIT 登場

Hondaが考えた“心地よさ”を詰め込みました。

フィット e:HEV HOME
1.5L 型式:6AA-GR3 電気式無段変速機/FF
車両本体価格(消費税10%込み) **2,068,000円***
上記価格には写真の有料色の価格は含まれておりません。

ホーム
HOME

Photo:フィット e:HEV HOME (FF)
ボディカラーはプレミアムサンライトホワイトパール(有料色:55,000円高)

お客様のご来店をお待ちしております。

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(10%)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/標準工具つきの価格です。■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。

広告

鳥獣目撃情報アプリ 2019年間ランキング!

鳥獣目撃情報アプリは、2017年から運用している、投稿用の地図アプリです。市内で鳥獣を見かけたときなどに、パソコンや携帯電話などから投稿が可能です。岡谷市ホームページからアクセスしてください。2019年も多くの投稿をありがとうございました。このデータをもとに、生息範囲の把握や、市民のみなさんへの注意喚起ができました。1年間の投稿数をランキングで紹介します。



●鳥獣目撃ランキング

- 第1位 カモシカ
- 第2位 イノシシ
- 第3位 サル
- 第4位 クマ
- 第5位 小動物
- 第6位 シカ
- 第7位 その他の動物
- 第8位 不明動物

●昨年の投稿件数との比較

2018年…83件
2019年…172件

●農作物被害報告数…26件

●鳥獣別被害 トップ3

第1位 イノシシ
第2位 サル
第3位 シカ

●目撃月 トップ3

第1位 8月(カモシカ)
第2位 7月(サル)
第3位 9月(カモシカ)

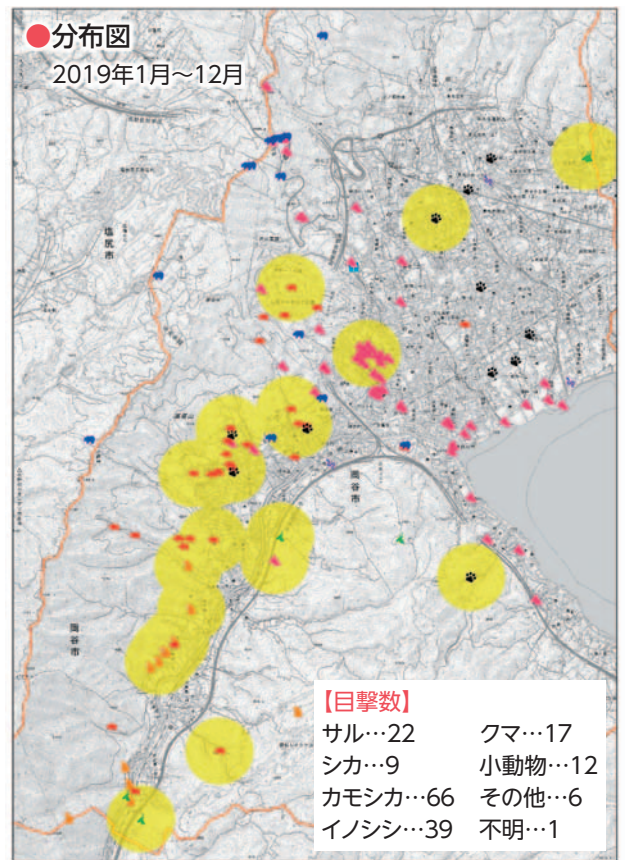
()内はその月でもっとも目撃数の多い鳥獣

- 2018年と比べて投稿件数が2倍以上になりました。アプリを利用する人が増えたと考えられます。
- 民家周辺でのサルとカモシカの目撃が、昨年に引き続き多かったです。
- 夏に農作物の被害が多く、目撃情報も多く寄せられました。田畑への早めの防除対策をしましょう。
- ニホンカモシカは、基本的に好奇心旺盛でおとなしい性格なので、襲ってくることは少ないですが、遭遇したときは、近づかずに静かに見守りましょう。(天然記念物として保護対象)
- クマの目撃情報が2018年よりも増えました。目撃した場合は、大変危険ですので近づかずに、農林水産課までご連絡ください。
- イノシシは、CSF(豚コレラ)感染の可能性があるため、捕獲したり死んでいるのを発見した場合は、農林水産課までご連絡ください。
- 効果的な防除対策などについてもご相談ください。鳥獣被害対策の補助事業(岡谷市農作物食害防止事業)もありますので、ご活用ください。
- 集計報告を市ホームページに掲載しますので、そちらもご覧ください。



鳥獣アプリはいつでも使える投稿アプリです。野生鳥獣を見かけたときは、ぜひ投稿してください。お待ちしております。

←アクセスはこちら



※円は被害が所から半径500m以内を示しています。

銃器により野生鳥獣を捕獲します

農林業に被害を及ぼすニホンジカなどを、銃を使って捕獲します。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1日～29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)

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 } …3/3・10・24(火) 10:00
2歳 }
年少…3/15(日) 10:00
年中長…3/15(日) 11:10

英語教室

1歳…3/24(火) 11:00
2歳…3/3・10・17(火) 10:00
年中長…3/24(火) 16:00



岡谷市神明町 3-1-3(フォレストモール内)
0120-970-091

春の無料体験開催中!



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)

3/4・25(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)

【3月の休館日】4日、11日、18日、25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

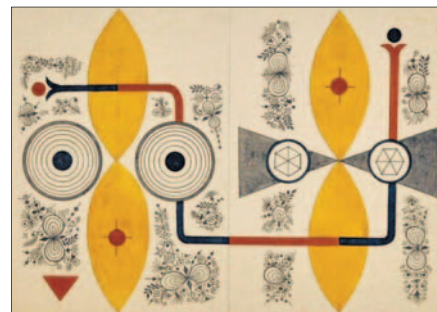
諏訪郡内在住・在学の小・中学生、市内在住・

在学の高校生は無料です

開催中の展覧会…2月29日(土)～4月20日(月)

〈収蔵作品展〉武井武雄 七つの顔 展

童画家、版画家、造本美術家、デザイナーなど、多様で多才な顔をもつ武井武雄の作品を網羅してご紹介します。



中公文庫解説目録 1975年
武井武雄

【イベント】★1階はらっぱ ♥ カフェラムラム

★小井川小学校児童による演劇『ラムラム王』

(申込み不要・無料)

日時…3月7日(土) 午後1時30分～

小井川小学校の児童が、武井武雄の作品『ラムラム王』を題材にした演劇を上演します。

♥『懐かしいお菓子』(新潮社)出版記念@カフェラムラム

日時…3月8日(日) 午後1時30分～

定員…13名(要申込み)

参加費…未定(1ドリンクと掲載のお菓子含む)

武井武雄が制作した『日本郷土菓子図譜』が、とんぼの本(新潮社)より『懐かしいお菓子』として出版されました。制作秘話や『日本郷土菓子図譜』の解説など、執筆者がお話しします。本物の『日本郷土菓子図譜』もご覧いただけます!

★日本童画大賞 絵本ワークショップ

(申込み不要・無料)

日時…3月14日(土) 午後1時30分～

第10回日本童画大賞の絵本部門で受賞した作品について、一次審査を担当し、本審査にも同席した当館学芸員が選出のポイントを語ります。一次審査では学芸員や出版社の編集者はどこに着目したのか、また本審査での審査員の選考基準についても解説します。今後の絵本作りの参考にも!

★〈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15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。

★〈春休み〉クリアファイルで海中探索おもちゃをつくろう

日時…3月22日(日) 午後1時30分～

定員…15名(要申込み) 参加費…200円

□の閉じるクリアファイルに海の生き物の絵を描いて、自分だけの海中探索おもちゃをつくろう。

★武井武雄《鳥の連作》ビーズ刺繍ブローチづくり⑬

日時…3月24日(火) 午後1時～4時

3月26日(木) 午前10時30分～午後1時30分

3月29日(日) 午後1時～4時

定員…各日8名(要申込み 3月1日より受付)

参加費…1,200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。初心者向けなので初めてのみなさん、ぜひご参加ください。

シルクおかや次世代担い手育成プログラム 第2期 基礎編 参加者募集

本格始動となる令和2年度は、養蚕から作品づくりに至るプログラムを実施予定です。

実施内容…三沢区民農園の桑園整備の手伝い、蚕の飼育から繭(岡谷繭)にするまでの養蚕体験、諏訪式繰糸機や多糸繰糸機を使った繰糸体験(自分たちで収繭した岡谷繭を使用)、岡谷絹工房での機織り実習

対象…小学4年生～大学生・一般

※休日に畑仕事のできる、年間を通して参加できる人

実施場所…岡谷蚕糸博物館(宮坂製糸所)、三沢区民農園、岡谷絹工房

参加費…無料(原材料費など実費徴収あり)

募集人員…10名程度(定員になり次第締切)

募集開始…3月6日(金)～

※詳しくはお問い合わせください。

申込み・問合せ●岡谷蚕糸博物館 ☎23-3489(サンシハク)





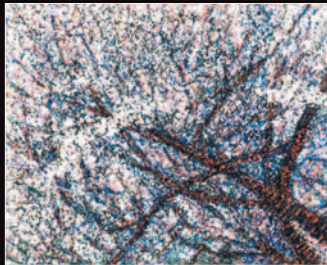
市立 岡谷美術考古館

〈収蔵作品展〉

春をいろどる 花の絵画展

会期…3月5日(木)～5月10日(日)

花は古くから人々を魅了し、親しまれてきた身近にある自然の美です。季節ごとに咲く色とりどりの花は、鑑賞するだけでなく、壁画や紋章、模様の絵柄としても親しまれ、数多くの画家によって作品のモチーフにもされてきました。



野村千春 見上げた桜

本展では、岡谷に縁のある今井章雄、織田昇、田中隆夫、野村千春、花岡哲象、林勇、松井緑、宮原麗子の8人の画家が描いた、春に咲く花の絵をご紹介します。それぞれの画家たちの視点から描かれた絵画を通し、美術考古館でのお花見をお楽しみください。

申込み・問合せ ● ☎ 22-5854

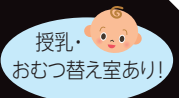
【開館時間】午前10時～午後7時

【3月の休館日】2日、4日、11日、18日、25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



【イベント・ワークショップ】

◆点描曼荼羅アート体験

日時…3月1日(日) 午前10時30分～正午

定員…15名(要申込み)

※小学校低学年以下は保護者同伴

講師…小林美希さん

受講料…1,000円

持ち物…好きな色の水性ペン(パステル系、ラメ入りペン)



◆春のワークショップまつり(申込み不要)※材料がなくなり次第終了

日時…3月14日(土)・15日(日) 午前10時30分～午後2時

※岡谷東高生にお手伝いいただきます。

◆「鉛筆デッサン」の基礎

基本形態から学ぶ…4月11日(土)・18日(土)・25日(土)

なつかしの石膏像…5月9日(土)・16日(土)・23日(土)

時間…各回午後2時～4時

定員…15名(要申込み)

講師…美術考古館館長 花岡克行

受講料…1回につき260円

材料費…200円(初回のみ)

申込み…4月2日(木)午前10時から

受付開始。



【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)

【3月の休館日】4日、11日、18日、25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



【収蔵品展】

「運ぶ。蚕糸業を支えたモノの流れ」

会期…2月27日(木)～5月24日(日)



繭を、生糸を、石炭を、人を運ぶ。電信・電話で情報を伝える。岡谷が日本一の製糸業地とした背景には、インフラの整備とともにさまざまな「運ぶ。」がありました。運ぶことで見える産業の発展の姿にスポットを当てます。



【イベント】

★館内ガイドツアー(申込み不要・要入館料)

日時…土・日・祝日の午前10時30分～・午後2時～(約1時間)

★フランス式繰糸機復元機の実演

(申込み不要・要入館料)

館内ガイドツアーと併せて実演を行います。

日時…3月14日(土) 午前11時～・午後2時30分～

★まゆちゃん工房 まゆを使った工作体験

(コースによっては申込み必要・要体験料)

期日…毎日受付中

時間…午前9時～正午・午後1時～4時30分

詳しくは、お問い合わせください。



申込み・問合せ ● ☎ 23-3489 (サンシハク)

「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

2月の
ハガキから

▼は広報広聴担当より

週に2〜3回、湖畔公園をウォーキングしています。次の日は気分がいいので、できるだけ長く続けていきたいと思います。

Y・Sさん(成田町)

▼運動は身体的な健康だけでなく、ストレス解消や気分転換にもなることから心の健康にも効果があるといわれています。無理をせず、自分にあったペースで、ぜひこれからも続けていただければと思います。また、2月号で紹介しましたが、岡谷市民総合体育館のスインドーム2階には無料で使えるランニングコースがあります。寒さの厳しい日や天気の良い日は、ぜひご利用ください。

令和初の岡谷市での成人式。みなさん品行方正で顔は凛と未来を見据え、これより岡谷から日本、行く末は世界までも担うに頼もしい限り。本当におめでとございます。

O・Oさん 銀座

▼今年岡谷市では556人のみなさんが成人を迎え、令和初となった成人式は、盛大に、華やかに開催されました。喜び、希望、感謝、責任など、さまざまな想いが込められたみなさんの姿がとても印象的でした。それぞれの夢や目標に向かって、新たな時代を切り拓いていってほしいですね。新成人のみなさん、おめでとございます！

新型コロナウイルスが世界的に広がり、国民が不安になつていきます。冷静に毎日の生活をして、自分で自分の身を守ることを心がけていきたいと思います。

Y・Yさん(長地梨久保)

▼厚生労働省によると、新型コロナウイルス感染症については、日常的な感染予防策である「手洗い」や、咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って口や鼻をおさえる「咳エチケット」などにとしっかりと取り組むことが重要とのこと。テレビや新聞をはじめ、厚生労働省のホームページや公式「Twitter」などでも最新の情報が更新されていますので、日々の情報収集と冷静な予防に努めていくことが大切です。

おかやのいきいき商業会

おわりに

市民のみなさんに岡谷市内の商業会を知っていただこうと、昨年4月号から1年間にわたり商業会を紹介してきました。普段なにげなく通っている商店街にも、新たな発見があったのではないのでしょうか。

各商業会では、独自のイベントなどを行い、岡谷市商業の発展のために努力しています。一方で、人口減少、少子高齢化、ネット通販の利用者増加などもあり、店舗数が減少してきているなどの課題もあります。



そのようななか、岡谷市では令和元年10月から『人が集い、くらしに彩りと潤いがあふれ、「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」をスタートしています。「事業所数1,000店舗維持」、「年間販売額1,499億円」などを目標に掲げ、「お買い物するなら岡谷」、「お店を出すなら岡谷」を合言葉とし、目標達成のために市でも市内商業者へさまざまな支援を実施して、地域経済の活性化を推進していきます。

ぜひ、みなさんも市内店舗へお出かけください！

問合せ●商業観光課(内線1452)

「岡谷市商業活性化計画」について詳しくはこちらから！



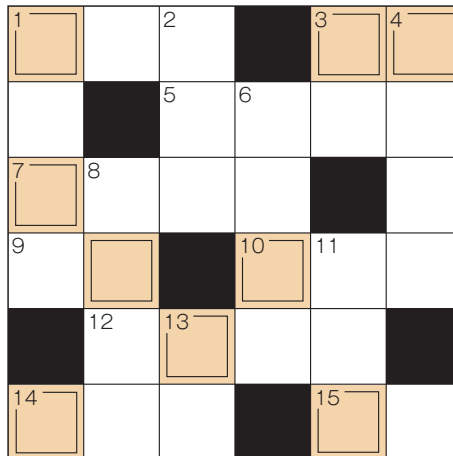
脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.411

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。それを答えてください。正解者のなかから抽選で5名に、ロマネット入浴券をプレゼントします。



◆ヨコのカギ

- 1 岡谷で1番南は〇〇〇〇区
- 3 横綱大鵬の本名は〇〇幸喜。
その四股名の孫が幕下に
- 5 岡谷ICのある区
- 7 楽しい光よ高尾の空を〜♪
〇〇〇〇小の校歌です
- 9 万葉集はこれを集めています
- 10 岡谷市出身の画家・版画家。
〇〇〇登恵子
- 12 いつまでも気にかけて、〇〇〇〇するな!
- 14 怪しい…。〇〇〇臭い
- 15 諏訪湖に面しているのは〇〇浜区

◆タテのカギ

- 1 岡谷で2番目に人口が多いのは
〇〇〇〇区
- 2 〇〇〇は踊る、されど進まず
- 3 〇〇閣、〇〇外、〇〇角、〇〇臓
- 4 、。・!?:()「」
- 6 小学校は神明、中学は北中へ行く区
- 8 現在休園中のタテ1にある保育園
- 11 堂本、草薨、長淵
- 13 冬ソナといえば〇〇様

●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

「ダルママツリ(だるま祭り)」

正解数58通(応募総数58通)のなかから抽選で、C・Oさん(湊)、A・Iさん(長地御所)、M・Yさん(川岸上)、H・Sさん(加茂町)、Y・Kさん(幸町)に、ロマネット入浴券をお送りします。



「みんなでつくりましょう」1956年 武井武雄

岡谷市には、「シルク岡谷」や「東洋のスイス」と言われた時代から脈々と受け継がれた、ものづくりの精神と高度な技術力があります。製造業の源流になったのだと思います。

また、地元の高校生は、展示やマイコンカーラリーへの参加のほか、ものづくり教室の講師等としても関わっていただきました。

先月7・8日の両日は、今回で18回目となりました「テクノプラザおかやものづくりフェア2020」を、163の市内外の企業・団体の皆様のご支援、ご協力のもと、盛大に開催することができました。2日間でもっと多くの来場者があり、各ブースとも大変賑わうなかで、市内企業の受注開拓を支援したほか、基幹産業である製造業の高度な技術力を広く情報発信しました。



【市長随想⑫】

「ものづくり・ひとづくり・ゆめづくり」

そして、来月から始まる新年度は「創造と前進の年」と位置づけ、重点施策のひとつに「地域の元氣創造」を掲げ、実現に向けて取り組んでまいります。

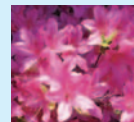
市民の皆様には、岡谷のまちに誇りと自信、そして愛着を持ち「地域の元氣創造」のために、一緒になって「岡谷のまちづくり」を盛り上げていただきたいと思います。

今井竜五



岡谷市

市木/いちい
市花/つつじ



人口の動き(令和2年1月1日現在)

人口	48,210人	前月比	-45	前年同月比	-442
世帯数	19,379世帯	前月比	-6	前年同月比	+120



ものづくりフェア2020 (2月7日・8日)

市内企業の製品を一堂に集め、技術力PRと次世代の人材育成を目的に、「ものづくりフェア2020」がラオカヤとテクノプラザおかやで開催されました。今年で18回目を迎え、市内外163の企業と団体が出展。初日から市内の小学生や高校生が授業の一環として見学する姿も多く見られました。2日間の来場者数は過去最多ののべ5,164人となり、家族連れを中心にものづくりを楽しむなど、多くの人で賑わいました。

また、2日目にはマイコンカーラリー・テクノプラザおかや杯2020が行われ、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。



3月22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

カノラ少年少女合唱団がお届けするスプリングコンサートを開催します。子どもたちの元気な歌声をグランドロビーいっぱいに響かせます。

入場無料の公演ですので直接会場へお越しください。



✧ 演奏予定曲 ✧

結-ゆい/私のお気に入り/小さな恋のうた/君をのせて など

【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分開演 【会場】グランドロビー

入場無料

問合せ●カノラホール ☎24-1300

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!



生活応援
入会金 10,000円のみ



広告