

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

日	月	火	水	木	金	土
<p>●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</p> <p>●休日当番歯科医院 保険証・老人手帳を必ずお持ちください。午前中の診療となります。</p> <p>◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談に関するお問い合わせは — 健康推進課 23-6141 (直通) まで</p>		<p>●水道修理工当番店 土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受け付けます。 受付時間／午前9時～午後4時 ☎23-8511</p> <p>◆予防接種 受付時間／午後1時～2時10分（1時30分から診察開始） 場 所／保健センター 持 ち 物／母子健康手帳・予診票</p>			<p>1</p> <p>杉村設備(株) ☎27-8632</p>	<p>2</p> <p>(有)ミヤサカ管工 ☎22-9615</p>
<p>3</p> <p>牛山医院 ☎78-1192</p> <p>藤森医院歯科 ☎22-1829</p> <p>マツトキヨシ/レイクォーク岡谷店 ☎21-1080</p> <p>(株)シンニチ設備 ☎22-1365</p>	<p>4</p> <p>林内科・循環器科クリニック ☎26-8100</p> <p>しんえい歯科クリニック ☎27-7500</p> <p>御子柴薬局 ☎27-7056</p> <p>(株)浜パイピング ☎23-6885</p>	<p>5</p> <p>信濃医療福祉センター ☎27-8414</p> <p>ホワイト歯科医院 ☎28-2635</p> <p>土田薬局 ☎28-3232</p> <p>(株)上條電設工業 ☎23-5330</p>	<p>6</p> <p>祐愛病院 ☎23-0222</p> <p>前川歯科医院 ☎22-3871</p> <p>しなの調剤薬局 ☎75-5993</p> <p>松澤工業(株)岡谷支店 ☎27-7642</p>	<p>7</p> <p>2歳児にここ教室 (H30年4月生) 受付午前9時15分～9時30分</p> <p>信和設備(株) ☎22-3302</p>	<p>8</p> <p>1歳6か月児健診 (H30年10月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p>(株)総設工業 ☎28-8504</p>	<p>9</p>
<p>10</p> <p>山崎医院 ☎22-3287</p> <p>太田歯科医院 ☎22-4648</p> <p>山一小口薬局 ☎23-2206</p> <p>(株)林鉄工設備 ☎23-3197</p>	<p>11</p> <p>相 育児相談 受付午前9時30分～11時</p> <p>(株)イワナミ ☎22-2222</p>	<p>12</p> <p>(株)オスガ設備 ☎27-6622</p>	<p>13</p> <p>3歳児健診 (H29年4月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p>岡谷酸素(株) ☎22-4931</p>	<p>14</p> <p>(有)丸竹下島商店 ☎22-2406</p>	<p>15</p> <p>十和設備(株) ☎24-0182</p>	<p>16</p> <p>水道建設(株) ☎23-2662</p>
<p>17</p> <p>山田外科医院 ☎22-2382</p> <p>大滝歯科医院 ☎22-5678</p> <p>山一小口薬局 ☎23-2206</p> <p>(株)アイテック ☎23-8500</p>	<p>18</p> <p>(株)杉村設備(株) ☎27-8632</p>	<p>19</p> <p>日本脳炎 (H29年4月生:1回目) R1年5月までに2回目を終了した人</p> <p>(有)ミヤサカ管工 ☎22-9615</p>	<p>20</p> <p>3～4か月児健診 (R2年1月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p>(株)シンニチ設備 ☎22-1365</p>	<p>21</p> <p>(株)浜パイピング ☎23-6885</p>	<p>22</p> <p>(株)上條電設工業 ☎23-5330</p>	<p>23</p> <p>松澤工業(株)岡谷支店 ☎27-7642</p>
<p>24</p> <p>諏訪共立病院 ☎28-2012</p> <p>ジュンデンタルクリニック ☎24-8220</p> <p>ひまわり薬局 ☎26-7226</p> <p>信和設備(株) ☎22-3302</p>	<p>25</p> <p>相 育児相談 受付午前9時30分～11時</p> <p>(株)総設工業 ☎28-8504</p>	<p>26</p> <p>日本脳炎 (H29年4月生:2回目) R1年5月までに2回目を終了した人</p> <p>(有)三善工業 ☎23-3446</p>	<p>27</p> <p>9～10か月児健診 (R1年7月生) 受付午後1時～1時20分</p> <p>(株)林鉄工設備 ☎23-3197</p>	<p>28</p> <p>(株)イワナミ ☎22-2222</p>	<p>29</p> <p>(株)オスガ設備 ☎27-6622</p>	<p>30</p> <p>岡谷酸素(株) ☎22-4931</p>
<p>31</p> <p>今井内科胃腸科クリニック ☎24-8688</p> <p>小口歯科第2クリニック ☎28-2883</p> <p>矢崎薬局 ☎23-7125</p> <p>(有)丸竹下島商店 ☎22-2406</p>	<p>諏訪地区小児夜間急病センター (年中無休)</p> <p>■診療時間 毎日 午後7時～9時</p> <p>■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)</p> <p>諏訪市四賀 2299-1 ☎54-4699</p>	<p>健康相談・栄養相談・ 歯科相談 (月～金曜日)</p> <p>午前8時30分 ～午後5時15分</p> <p>ご相談のある人は お電話ください。</p>	<p>◆乳幼児健診等</p> <p>場 所／保健センター</p> <p>持 ち 物／母子健康手帳・おたずね用紙 (全てに共通)</p> <p>※ 3～4か月、9～10か月児健診:バスタオル・フェースブック申込書 (9～10か月児健診のみ)</p> <p>※ 3歳児健診:尿 (配布済の検尿容器に採尿) 聴力・視力検査をおこなっててください。</p>	<p>今月の納税</p> <p>○軽自動車税 第1期 ○国民健康保険税 第2期</p> <p>納期限…6月1日(月)</p> <p>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。</p> <p>問合せ●税務課 (内線1136)</p>		

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎23-4811

行政相談	13日(水)午前9時～正午 庁舎202会議室
無料法律相談 [予約制]	19日(火)午後1時～5時 問合せ:社会福祉課(内線1254) 相談員:藤森郁美 弁護士 ※6月分予約:5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1279)
家庭児童相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 子ども課(内線1266) 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

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		

先の見えない自粛生活 フレイルの進行を予防するために

動かない時間を減らしましょう
自宅でも出来るちょっとした運動で体を守ろう！

- **座っている時間を減らしましょう！**
その分、立ったり歩いたりする時間を増やすことも重要です。テレビのコマーシャル中に足踏みしてみるなど身体を動かしましょう。
- **筋肉を維持しましょう！ 関節も固くならないように気を付けて**
ラジオ体操のような自宅でもできる運動でも、筋肉の衰え予防に役立ちます。スクワットなど足腰の筋肉を強めるレジスタンス運動も有効です。
- **日の当たるところで散歩くらいの運動を心掛けましょう！**
天気が良ければ、屋外など開放された場所で身体を動かしましょう。散歩はお勧めです。ただし、人混みは避けましょう。



しっかり食べて栄養をつけ、バランスの良い食事を！

- **こんな時こそ、しっかりバランス良く食べましょう！**
多様性に富んだ食事を三食欠かさず食べることを意識してください。しっかりバランスよく食べて栄養をとり、身体の調子を整えましょう。免疫力を維持することにも役立ちます。さらに身体(特に筋肉)を作る大切な栄養素であるたんぱく質をしっかりとることが大切です。
※食事の制限をうけている方はかかりつけ医の指示に従ってください。



お口を清潔に保ちましょう
しっかり噛んで、できれば毎日おしゃべりを

- **毎食後、寝る前に歯を磨きましょう！**
お口を清潔に保つことが、インフルエンザ等の感染症予防に有効です。毎食後、寝る前の歯磨きを徹底しましょう。義歯の清掃もとても大切です。
- **お口周りの筋肉を保ちましょう。おしゃべりも大切です。**
お口の不活動も問題です。一日三食、しっかり噛んで食べましょう。噛める人は意識して少し歯ごたえのある食材を選ぶことも大切です。自粛生活で人と話す機会が減り、お口の力が衰えることも。電話も活用し、意識して会話を増やしましょう。鼻歌を歌う、早口言葉もおススメです。



家族や友人との支え合いが大切です！

- **孤独を防ぐ！ 近くにいる者同士や電話などを利用した交流を**
高齢者では人との交流はとても大切です。外出しにくい今の状況こそ、家族や友人が互いに支え合い、意識して交流しましょう。ちょっとした挨拶や会話も大切です。新型コロナウイルス感染症に関する正しい最新情報の共有も、トラブルや不安の解消にもつながります。
- **買い物や生活の支援、困ったときの支え合いを**
食材や生活用品の買い物、病院への移動などに困った際に、助けを呼べる相手をあらかじめ考えておきましょう。事前に話し合っておくことが大切です。



高齢の両親をお持ちのご家族の方もぜひ促してあげましょう！

© 2020 一般社団法人日本老年医学会

「新型コロナウイルス感染症」 高齢者として気をつけたいポイント

2020年3月 日本老年医学会より

新型コロナウイルス感染症が流行しています！
喫煙者や糖尿病、心疾患など基礎疾患をお持ちの方は、感染症が重症化しやすいので注意しましょう。また感染しないために、手洗いを中心とする感染予防を心がけましょう。ただ、感染を恐れるあまり外出を控えすぎて『生活不活発』による健康への影響が危惧されます。

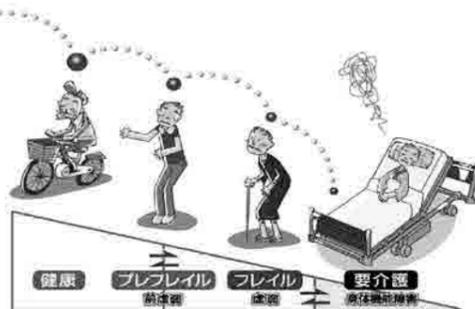


ずっと家に閉じこもり、一日中テレビを見ていたり、ぼーっとしていたり、食事もたまに抜かしてしまう・・・誰かと話すことも少なくなった

こんな動かない毎日
気がついたら・・・

生活不活発に気を付けて！

「動かないこと(生活不活発)」により、身体や頭の働きが低下してしまいます。歩くことや身の回りのことなど生活動作が行いにくくなったり、疲れやすくなったりし、フレイル(虚弱)が進んでいきます。2週間の寝たきりにより失う筋肉量は7年間に失われる量に匹敵するとも言われています！



あれ!?フレイル!?



フレイルが進むと、体の回復力や抵抗力が低下し、疲れやすさが改善しにくくなります。またインフルエンザなどの感染症も重症化しやすい傾向にあります。フレイルを予防し、抵抗力を下げないように注意が必要です。

一般社団法人日本老年医学会
The Japan Geriatrics Society

© 2020 一般社団法人日本老年医学会

※一般社団法人日本老年医学会の許可をいただき
掲載させていただきました。

皆さんで健康に気をつけていきましょう。



主な内容

CONTENTS

「新型コロナウイルス感染症」 高齢者として気をつけたいポイント	18
一時的な資金の緊急貸付に関するご案内	19
令和2年度 岡谷市社会福祉協議会の事業	21

スローガン
みんなで築く
みんなの福祉
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

令和2年度 岡谷市社会福祉協議会の事業

岡谷市社会福祉協議会の令和2年度事業計画を策定しました。
そのなかから総体的な取り組みと一部事業をご紹介します。

令和2年度の総体的な取り組み

● 地域福祉

(1) 支え合いの地域づくり

岡谷市及び各区など地域と連携、協力し、地域における支え合いの意識の醸成と広がりを図るとともに、地域の主体性を大切にしながら、状況に応じた情報提供、働きかけ、活動支援等を行い、支え合いの地域づくりを推進します。

(2) 地区社会福祉協議会活動の推進

地域における出会い、ふれあい、支え合いを実現する地域福祉活動や地域住民への福祉活動の啓発、その他地域の特性に添った事業や活動を支援します。

(3) 地域福祉計画と地域福祉活動計画への取り組み

2021年度からの新たな「地域福祉計画」の策定の年です。行政や関係機関との更なる連携・協働を図り新しい地域活動計画の策定に向けて、一体となって取り組みます。

● 介護保険、障害福祉サービス

社会福祉協議会が介護保険、障害福祉サービスを実施する強みを活かし、期待に応えるために、引き続きより質の高いサービスの提供、そのために事業を継続して行える事業所としての体制の強化・充実に努めます。

● 岡谷市成年後見支援センター

昨年4月のセンター設置から1年が経過し、複合的な問題を抱えるなどの多くの困難ケースが見えてきました。引き続き、様々な課題に対応するべく、専門職の先生方とも連携を図り、成年後見制度の利用促進に努めていきます。

岡谷市社会福祉協議会の身近な事業のご紹介

◆ 車いすの貸出し(介護保険利用者を除く) ◆

旅行・お出かけにご利用ください。
短期間(最長3ヶ月)車いすをお貸しします。



◆ 車いす移送車レンタルカー ◆

車いす移送車をお貸しします。



相談日が
変わりました

◆ 福祉総合相談 ◆

(心配ごと相談、家庭介護相談、ふれあいおしゃべり電話)

職員が福祉のあらゆる相談を受け付け、必要に応じ、弁護士などの専門職、関係機関につなげます。

月曜～金曜日 8時30分～17時15分

電話 24-2121

◆ 結婚相談 ◆

第2・4火曜日 10時～16時

第1・3土曜日 10時～16時

※相談には予約が必要となります。

ご予約は岡谷市社協 24-2121

メール info@okaya-shakyo.or.jp

令和2年度岡谷市社会福祉協議会事業計画はホームページでご覧いただけます。

新型コロナウイルス感染拡大の影響による休業等で、生活資金にお悩みの皆さまへ

一時的な生活資金の緊急貸付に関するご案内

新型コロナウイルス感染拡大の影響を踏まえ、貸付の対象世帯を低所得世帯以外に拡大し、休業等により生活資金でお悩みの方々に向けた、緊急小口資金等の特例貸付を実施しています。

緊急小口資金の特例貸付について

緊急かつ一時的に生計の維持が困難となった場合に少額の費用の貸付を行います。

■ 対象者

新型コロナウイルスの影響を受け、休業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯

■ 貸付上限額

10万円以内(ただし、世帯員に新型コロナウイルス感染症の罹患者等、要介護者、臨時休業した学校に通う子どもがいるときなどは20万円以内)

■ 据置期間

1年以内

■ 償還期間

2年以内

■ 貸付利子・保証人

無利子・不要

■ 持参いただくもの

- ・本人確認できる書類(運転免許証等の身分証明書)
- ・振込口座が確認できる通帳等
- ・申込者の印鑑
- ・収入減少がわかるもの(給与明細書、通帳等の入金履歴等新型コロナウイルス感染症の影響を受ける前後の給与状況が確認できるもの)

お問合せ先 **岡谷市社会福祉協議会 (TEL 24-2121)**

(月曜日から金曜日まで 8:30から17:15)

貸付相談受付は原則予約が必要となりますので、事前に電話にてお問い合わせください。

予約可能時間：(月曜日から金曜日まで 10:00から15:00)

岡谷市社会福祉協議会からの最新情報はホームページとフェイスブックでご確認ください



岡谷市社会福祉協議会
http://www.okaya-shakyo.or.jp/



諏訪湖ハイツ
http://www.suwako-haitsu.jp/

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●環境課(内線1445・1446)

環境 令和元年度の岡谷市の
ごみ量が確定しました

令和元年度のごみ排出量は、燃やすごみ量が増えたことにより、総ごみ量が12,955トンという結果になりました。平成30年度と比べて121トン増となりました。さらなるごみ減量へのご理解とご協力をお願いします。

	平成 29年度	平成 30年度	令和 元年度
総ごみ量(t)	13,039	12,834	12,955
燃やすごみ量(t)	10,627	10,658	10,831
1日1人当たり ごみ量(g)	708	704	715

【アパートなどにお住まいのみなさん】
アパート管理者などが設置するごみ収集場所に排出する場合も、岡谷市の燃やすごみは全て諏訪湖周グリーンセンターへ運ばれ、焼却されています。違反物を入れない、資源物を分別するなどの基本的なルールは同じです。改めてルール確認をお願いします。※不明な点は環境課までお問い合わせください。
問合せ●環境課(内線1447・1448)

お知らせ 国民年金保険料は
「前納」がお得です

令和2年度の国民年金保険料は月額「16,540円」です。早めのお支払い(前納)や、口座振替を利用すると、保険料がお得になります。

◆国民年金保険料の納期限は「納付対象月の翌月末日」です。口座振替1か月前納は「納期限よりも1か月前より振替(納付対象月末日振替)」する方法です。

令和2年度	1か月分	6か月分	1年分	2年分
現金支払(月々)	16,540円	99,240円	198,480円	*397,800円
現金支払(前納) 割引額		98,430円 810円	194,960円 3,520円	383,210円 14,590円
口座振替(前納) 割引額	16,490円 50円	98,110円 1,130円	194,320円 4,160円	381,960円 15,840円

※令和2年度保険料額(16,540円/月×12か月)+令和3年度保険料額(16,610円/月×12か月)

◎口座振替

申込み…口座振替申出書に必要な事項を記入・押印し、金融機関、岡谷年金事務所、または市役所でお申し込みください。なお、口座振替による前納で、6か月分、1年分、2年分のお申し込みについては、振替開始に併せて申し込み締め切りがありますのでご注意ください。

◎現金支払い

支払い方法…納付期限に注意し、銀行などの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアにて納めてください。納期限は「納付対象月の翌月末日」です。納付書の使用期限とは異なりますのでご注意ください。また、前納を希望する人は、領収書日付印欄に「前納」「上期」「下期」と記載された前納専用の納付書をご利用ください。

※詳しくはお問い合わせください。

電話相談受付…午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日、年末年始を除く)

●岡谷年金事務所では、予約制により年金相談を実施しています。ご利用ください。
問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

募集 男女共同参画審議会
委員 募集

募集人員…3名程度
任期…2年(6月3日～令和4年6月2日)
応募資格…市内在住で、男女共同参画に興味(関心)があり、ほかの審議会などの委員になっていない人
応募方法…任意用紙に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ「私の考える男女共同参画社会」をテーマにしたレポート(800字程度)を添えて、企画課まで持参、または郵送、Eメール(kikaku@city.okaya.lg.jp)で提出してください。

応募締切…5月15日(金)必着
問合せ●企画課(内線1524)

募集 「男女共同参画おかや市民の
つどい」実行委員 募集

市では「認め合い ともに輝く 岡谷」の実現に向けて、市民との協働による取り組みを進めています。「男女共同参画おかや市民のつどい」などの事業を、一緒に企画・立案・運営をしてくださる団体や個人を募集します。

募集内容…
〈団体〉市内在住、在勤者を含む団体・グループ(営利目的、政治宗教団体は除く)
〈個人〉市内在住・在勤・在学の人
応募締切…5月18日(月)
申込み・問合せ●企画課(内線1524)

今日のスポーツ

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。
日時…5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

募集 都市計画審議会委員
募集

市の都市計画について審議する「岡谷市都市計画審議会」の委員を募集します。都市計画審議会とは、都市計画に関する事項について、法の規定に基づき、計画案を調査審議する機関です。
募集人員…2名以内(任期2年)
応募資格…市内在住の20歳以上の人で、ほかの審議会などの委員になっていない人
応募方法…任意用紙に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ「岡谷市のまちづくりについて」のレポート(800字程度)を添えて、都市計画課まで持参、または郵送、Eメール(toshikei@city.okaya.lg.jp)で提出してください。
応募締切…5月13日(水)必着
問合せ●都市計画課(内線1334)



募集 勤労青少年ホーム
運営審議会
委員 募集

勤労青少年ホーム運営審議会とは、勤労青少年ホームの運営に関する事項について、調査審議する機関です。
募集人員…2名以内(任期2年)
応募資格…市内在住の20歳以上の人で、ほかの審議会などの委員になっていない人
応募方法…応募申込書に必要な事項を記入のうえ「勤労青少年ホームの活性化について」をテーマにしたレポート(400字程度)を添えて、工業振興課まで持参、または郵送、Eメール(kougyou@city.okaya.lg.jp)で提出してください。
応募締切…5月12日(火)必着
問合せ●テクノプラザおかや(工業振興課) ☎21-7000

お知らせ 5月12日は
『民生委員・児童委員の日』

「民生委員・児童委員の日」は、大正6年5月12日、岡山県で、現在の民生委員制度のもととなった「済世顧問制度」が誕生したことに由来します。
〈民生委員・児童委員と主任児童委員〉
民生委員は、法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員で、児童委員を兼ねています。全国共通の制度として、全国どこのまちでも活動しており、任期は3年です。そのうち、子ども子育てに関する支援をおもに担当する民生委員が、主任児童委員です。給与の支給はなく、ボランティアとして活動しています。
〈ご相談ください〉
乳幼児から高齢者まで、だれもが安心して暮らせるよう、地域の民生委員・児童委員は、生活上の悩みごとや心配ごとなどに幅広く対応します。相談内容は、法で秘密として守られますので、安心してご相談ください。
問合せ●社会福祉課(内線1256)

募集 介護相談員を
募集します

市は、介護サービスを提供する事業所(施設)に「岡谷市介護相談員」を派遣しています。介護相談員は、利用者がよりよいサービスを受けられるように、担当する施設を月に2回程度訪問し、利用者から悩みや不安などを聞いて、事業所や行政に橋渡しします。
福祉(介護保険)に関心と熱意を持ち、活動に協力してくださるみなさん、ご応募ください。
応募締切…5月15日(金)
問合せ●介護福祉課(内線1283)



**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
試験放送を行います

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、国民保護情報の試験放送を、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…5月20日(水) 午前11時ごろ
※災害などが発生した場合、試験放送は中止となります。
問合せ●危機管理室(内線1592)

お知らせ 人権擁護委員に
お気軽に相談を

6月1日は「人権擁護委員の日」です。人権に関する日ごろの悩みごとは、ひとりで悩まずに、ご相談ください。
●「いじめ」「虐待」「セクハラ」「ストーカー」「男女差別」「DV」「家庭内」「近隣」などの問題
※相談は無料で秘密は守られます。
【特設人権相談所】 予約不要
日時…6月1日(月) 午前10時～午後3時
場所…諏訪湖ハイツ
■人権擁護委員(敬称略)
長田さゆり・山田光輝・水野里美・清水美代子・小口常夫・八幡かほる・下田幸子・林 幸夫
問合せ●社会福祉課(内線1251)
長野地方方法務局諏訪支局 ☎52-2440

そのほかの相談先…
●みんなの人権110番 ☎0570-003-110
●子どもの人権110番 ☎0120-007-110
●女性の人権ホットライン ☎0570-070-810
●長野地方方法務局人権擁護課 ☎026-235-6634