

新型コロナウイルスワクチン接種証明書(ワクチンパスポート)

海外渡航の予定があり、渡航する際に接種証明書を所持していることで防疫措置の緩和が受けられるなど、必要な人に新型コロナウイルスワクチン接種証明書を発行しています。

【申請方法】

窓口または郵送にて必要書類を提出してください。

郵送先：

〒394-8510 岡谷市幸町8番1号

岡谷市役所新型コロナウイルスワクチン接種対策室

【申請に必要なもの】

- 申請書
 - 海外渡航時に有効なパスポート(旅券)の写し
 - 接種券(接種済証)、または接種記録書の写し
 - 本人確認書類の写し(氏名と返送先住所がわかるもの)
 - 返送時に使用する返送用封筒 ※宛先・宛名の記入と切手貼付をお願いします。
 - (代理人が申請する場合)委任状・代理人の本人確認書類の写し
- ※申請書・委任状は市ホームページよりダウンロードしてください。
※確認事項が生じた場合(市外で接種等)、交付に時間がかかる場合があります。

岡谷市
ホームページ
(ワクチンパスポート)



ワクチン接種の申し込みはお済みですか？

現在、「基礎疾患のある人」、「高齢者施設等の従業者等」の接種を進めています。また、「60歳～64歳の人」、「50歳～59歳の人」をはじめとした、他の年代のみなさんの接種も予定を前倒しして進めています。

これまでの接種対象者である「65歳以上の高齢者」、「基礎疾患のある人」、「高齢者施設等の従業者等」で接種を希望する人は、

引き続き予約を受け付けていますので、下記までお申し込みください。

集団接種：新型コロナウイルスワクチン接種対策室

個別接種：各個別接種実施医療機関

(連絡先は市ホームページでご確認ください)

新型コロナウイルスが猛威を振るっています

デルタ株が全国的に猛威を振るっています。感染力の強さや重症化しやすさが指摘されているデルタ株に感染しない・させないために、「飛沫感染」、「エアロゾル感染」、「接触感染」を意識し、以下の基本的な感染防止対策をより厳格に行ってください。

- 屋内や人との会話時はマスクを正しく着用(不織布マスク推奨)
- マスクをしていても、人との距離は最低1メートルを確保
- 屋内や車内は十分に換気(屋内では30分に1回以上、数分間程度窓を全開)
- 人と同じものを触ることを避け、適切なタイミングで正しく手洗い・手指消毒
- ワクチン接種済みの人も以上の対策を徹底

問合せ●新型コロナウイルスワクチン接種対策室 ☎0570-007-055

岡谷市
ホームページ
(ワクチン接種)



健康

9月は「健康増進普及月間」です



生活習慣病は、日常の生活のあり方と深く関係しています。健康を保持・増進するためには、運動・食事・禁煙など国民一人ひとりが健康づくりへの理解を深め、実践することが重要なことから、9月1日から30日の1か月間を「健康増進普及月間」とし、「食生活改善普及運動」と連携して、市民のみなさんに、健康に関する情報を発信します。

【健康づくりに関するテーマブックコーナー】

市立岡谷図書館に、健康づくりに関する本のコーナーを設けます。おすすめのなかから実践しやすい1冊を選び、健康づくりに取り組んでみませんか？

開設期間…9月13日(月)～30日(木)

岡谷市
ホームページ



問合せ●健康推進課(内線1181)

お知らせ 高齢者等世帯状況調査を実施します

岡谷市では、市内にお住まいの65歳以上の人で「援護を必要とする世帯」の実態を把握し、緊急時に地域や関係機関との連携によって必要な援護が行えるように、「要援護高齢者台帳」の整備を行っています。

9月から11月にかけて、お住まいの地区を担当する民生委員が訪問し、状況に応じて、聴き取りによる調査を行います。ご理解・ご協力をお願いします。

訪問対象…65歳以上の人

調査時期…9月から11月の間



調査対象

▶以下の世帯にあてはまる人は、家族の状況や緊急連絡先をお聞きします。

- (1) ひとり暮らしの世帯
- (2) 75歳以上の人のみで生活する世帯
- (3) 65歳以上の人のみで生活する世帯で、介護認定者、障害者手帳などの取得者がいる世帯

▶64歳以下の方が同居している世帯でも、以下の項目に該当する場合

- (1) 同居する64歳以下の方が介護認定者、障害者手帳などの取得者である。
- (2) 日中、夜間に65歳以上の方がひとりになってしまう。
- (3) 日中、夜間に65歳以上の介護認定者、障害者手帳などの取得をしている人のみになってしまう。
- (4) 同居者が未成年である。



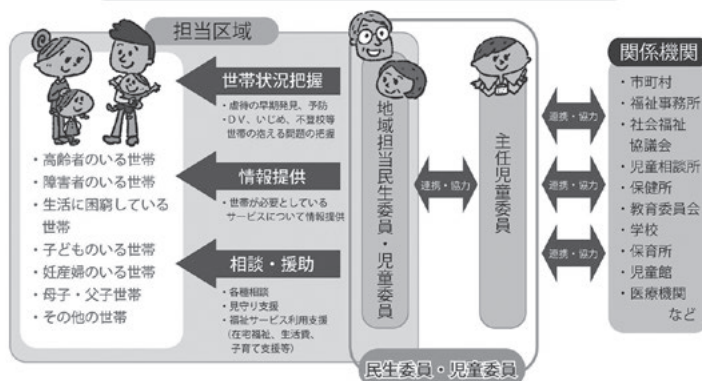
ご注意

- 民生委員は身分証明証を提示します。
- この調査で金融機関や、口座情報などをお聞きすることは絶対にありません。不審なことがあった場合は、介護福祉課または岡谷警察署までお問い合わせください。

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、世帯状況の把握、情報提供、相談・援助などを行っています。

乳幼児から高齢者まで、だれもが安心して暮らせるよう、生活上の悩みごとや心配ごとなど幅広く相談に応じます。相談内容の秘密は固く守られますので、安心してご相談ください。

民生委員・児童委員、主任児童委員の活動について



問合せ●介護福祉課(内線1269)

今月の子育てキーワード(胎児期)「妊娠・出産に関しての不安は 保健師・助産師に相談しましょう」

妊娠・出産に関して不安があるときや、家庭・職場などで悩みやストレスがあるときは、遠慮せずに相談しましょう。

～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

国保加入の40～74歳のみなさん
年1回の特定健診をお忘れなく！実施期間は11月30日(火)まで
通常約7,500円が「無料」で受診できます

- ▶ 終了間際は予約が集中する傾向がありますので、早めに受診してください。
- ▶ 受診する医療機関には事前に予約が必要です。



日曜日健診のご案内(無料)

「平日は仕事で健診に行かない」という声にお応えして、日曜日健診を実施します。医療保険課までお申し込みください。

日時…9月26日(日)

午前8時30分～正午・午後1時～2時(15分単位)

場所…岡谷市保健センター 1階 研修室

申込み…9月1日(水)午前8時30分から電話受付開始。医療保険課に希望時間を電話でお申し込みください。定員になり次第締切。

※10月23日(土)、11月28日(日)にも実施する予定です。詳細は広報おかやなどでお知らせします。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、中止となる場合がありますので、ご了承ください。

全国健康保険協会(協会けんぽ)長野支部の
特定健診(被扶養者)対象者のみなさんも…

9月26日(日)の日曜日健診を無料で受けられますので、ご予約ください。また、希望する人は、自費で貧血、心電図、眼底などの検査が追加で受けられます。

時間…午後1時15分～2時・午後2時15分～3時
定員…45名

申込み…9月14日(火)までに長野県健康づくり事業団にお申し込みください。

生活習慣病や
メタボリックシンドロームを
早期に発見!



問合せ●国保:医療保険課(内線1186) / 協会けんぽ:長野県健康づくり事業団 ☎0120-106-969

お知らせ

認知症に関する理解を深めてみませんか
9月は世界アルツハイマー月間です

1994年、「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で、毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」、9月を「アルツハイマー月間」と決めました。

この機会に、認知症に対する理解を深め、認知症の人やその家族への支援を考えてみませんか。



認知症に関する相談窓口

岡谷市認知症初期集中支援チームのご案内

認知症の人(疑いのある人)やその家族を、医療や介護の専門職であるチーム員が訪問し、困りごとや心配ごとの確認を行っています。病院受診や介護保険サービスの利用など、主治医の先生と連携しながら、ご本人やご家族に合わせたサポートを行います。岡谷市地域包括支援センターにご相談ください。

認知症に関する書籍の特設コーナーを開設

アルツハイマー月間に合わせて、岡谷市立図書館に、認知症に関する書籍の特設コーナーを設けます。本を通じて、認知症の病気や対応についての理解を深めましょう。

問合せ●介護福祉課(内線1276) / 岡谷市地域包括支援センター ☎23-2336

お知らせ

「岡谷農業フェスティバル2021」 「JA信州諏訪 農産物販売2020+1 (岡谷市会場)」を開催します!

今年の農業フェスティバルは、
農産物販売を中心に開催します。
生産者と直接交流でき、
地元産の新鮮野菜を
購入できるチャンスです!
ぜひご来場ください。

農林水産課
宮原治希

岡谷市
農業振興連絡協議会
会長 宮澤 淑

日時…9月4日(土)
午前9時30分～正午
場所…イベント広場
(市役所正面玄関前)

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1487)

お知らせ

農地パトロールを実施します

岡谷市農業委員会では、遊休農地の状況などを把握するため、毎年市内全域の農地の利用状況調査を実施します。地区の農業委員が農地を見回り、耕作放棄されている農地などの調査をします。各農地へ立ち入ることや、お話をうかがうこともありますが、ご理解とご協力をお願いします。

なぜ調査が必要なの?

農地は一度耕作をやめて数年経てば、原形を失うほどに荒れてしまいます。耕作できる状態に戻すのに、大変手間と労力がかかります。また、農地の適正な管理を怠ると、雑草の繁茂による害虫などの温床となるだけでなく、悪臭や汚水の発生源となり、近隣農業者や周辺住民に大きな迷惑となる可能性があります。草刈りや耕起などにより、いつでも耕作可能な状態にしておきましょう。

農地の転用には許可が必要です

農地を農地以外の用途(住宅、駐車場など)に転用する場合は、自己所有地であっても農地法の許可申請が必要です。農地に関することは農業委員会までご相談ください。

問合せ●農業委員会事務局(内線1488・1489)

お知らせ

オープンエアマーケット 第5弾 —秋の味覚狩り—

地元農産物の直売イベント、オープンエアマーケット(青空市場)を開催します。暑い夏を経て、豊かな実りの時期を迎えました。第5弾の今回は、そんな秋の味覚を満喫できるような野菜や果物をご用意します。ご家族そろってお出かけください。

日時…9月25日(土) 午前9時～11時(売切れ次第終了)
場所…岡谷蚕糸博物館 マルベリー広場(芝生広場)



問合せ●農林水産課(内線1487)

環境

9月は「乾電池収集」があります 埋立ごみの収集日に出してください

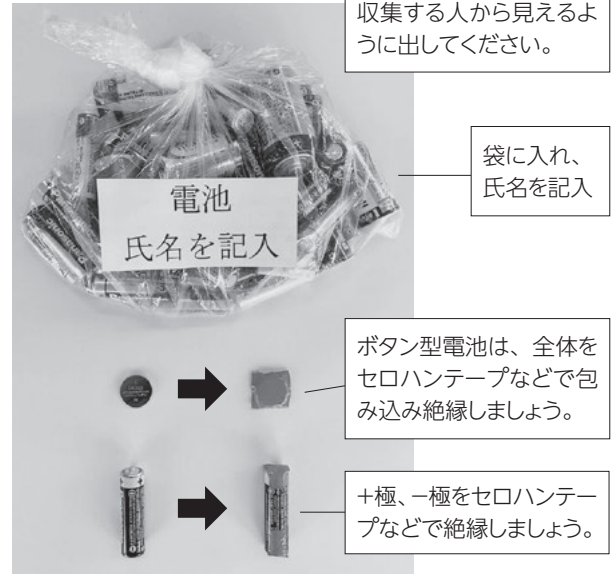
使用済乾電池の収集は、9月と3月の年2回です

乾電池は必ず使い切ってください。出す際は、接点にセロハンテープなどの絶縁テープを貼り、「透明袋」または「使用済乾電池回収袋(黄色)」に入れて、口をしぼり、記名してから出しましょう。
 ※モバイルバッテリー、加熱式たばこは専門事業者へ。
 ※豆電球など乾電池以外のものを混ぜないでください。
 ※内蔵バッテリーなどを分解した乾電池は、粗大ごみとして専門事業者へ持ち込んでください。

◎ごみ・資源物を出す際の注意点

- 収集日は、各地区の家庭ごみ収集カレンダーや、市のホームページを確認する
- 早朝から8時30分までの間に出す
- 袋にはフルネームで記名する
- 草、枝を含む燃やすごみと埋立ごみは、1回の収集で2袋までのルールを守りましょう。

乾電池の出し方



問合せ●環境課(内線1447・1448)



世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～



アリゾナ州のグランド・キャニオン国立公園

こんにちは、みなさん。国際交流センターのキャロラインです。暑い夏から少しずつ秋に近づいていますが、このような陽気にはアウトドアが人気です。1800年代、アメリカでは豊かな自然や動物を守り、国民がアウトドアを楽しむために、政府が「国立」公園を設立しました。

今回は、63ある国立公園のなかの1つ「グランド・キャニオン国立公園」を紹介します。

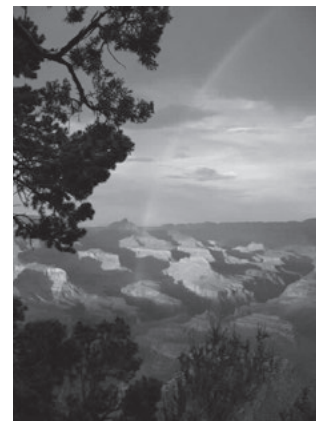
西部のアリゾナ州に位置し、面積は約4,930km²、さまざまな野生生物が住んでいる地域で、1919年に指定されました。公園の名前は世界中に知られている「グランド＝壮大な」「キャニオン＝峡谷」から来ています。この峡谷はおよそ600万年前から形づくられ、何千年も前からいくつかの先住民族がキャニオンの辺りに住んでいる深い歴史があり、1979年には世界遺産に登録されています。

キャニオンの気象もすごいです。最低マイナス29℃から最高プラス38℃の温度差が記録されています。9月の平均気温は24℃なので、グランド・キャニオンを訪れるのにいちばんいい季節です。

I hope you can visit this wonderful place someday.



撮影者：M. Martinie





新型コロナウイルスワクチン接種を これから受けるみなさんに

国は、薬剤師がワクチン接種を行うことなどを検討することでしたが、それはなくなり、薬剤師は、ワクチンの調製・シリンジへの充填作業、医師との連携のもと、予診の前の服用中の薬剤などの確認、地域住民への情報提供や相談対応等の支援など、円滑な接種体制の確保に向けた取り組みを行っていくこととなりました。

いま、ファイザー社、武田／モデルナ社の新型コロナウイルスのワクチンが使用されていますが、現在のところ、いずれも2回接種（ファイザー社は3週間隔、武田／モデルナ社は4週間隔）が必要です。

厚生労働省
新型コロナウイルスについてのQ&A
特設サイトより

Q ファイザー社のワクチンは、通常、1回目から3週間後に2回目を接種することになっていますが、どのくらい経っても大丈夫ですか。

A いちばん早く19日後に接種を受けられますが、それより前には受けることができません。3週間を超えた場合、できるだけ早く2回目の接種を受けてください。

Q 武田／モデルナ社のワクチンは、通常、1回目から4週間後に2回目を接種することになっていますが、どのくらい経っても大丈夫ですか。

A いちばん早く21日後に接種を受けられますが、それより前には受けることができません。4週間を超えた場合、できるだけ早く2回目の接種を受けてください。

〔2021年6月14日参照〕

Q 接種するワクチンは選べますか。

A 接種を受ける時期に供給されているワクチンを接種することになります。また、複数のワクチンが供給されている場合も、2回目の接種では、1回目に接種したワクチンと同じ種類のワクチンを接種する必要があります。

〔2021年6月4日参照〕

ワクチン接種をこれから受ける人でお薬を服用している人は、「お薬手帳」または、ご自身が利用している調剤薬局に頼んで「薬剤情報」の紙をもらってワクチン接種会場に行き、提示することをお勧めします。

（岡谷薬剤師会）

お知らせ

産前産後期間の国民年金保険料は 免除になります！

免除期間…出産予定日、または出産日が属する月の前月から4か月間(以下「産前産後免除期間」)は、国民年金保険料が免除になります。なお、多胎妊娠(2人以上の赤ちゃんを同時に妊娠)の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から数えて6か月間の国民年金保険料が免除されます。

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の出産をいいます。

※産前産後期間の免除制度では、免除された期間も保険料を納付したものと、老齢基礎年金の受給額に反映されます。

対象者…産前産後免除期間に国民年金第1号被保険者の期間を有する人

※すでに出産した人も、出産日が平成31年2月1日以降であれば対象となります。

届出時期…出産予定日の6か月前から届出可能ですので、速やかに手続きしてください。

※届出をしないと免除になりませんので、ご注意ください。

届出先…市民生活課窓口(国民年金担当)

●詳しくは、お問い合わせください。

●国民年金の保険料免除の仕組み

	保険料負担	年金受給額	
国民年金納付者 <small>※現在まで全額納付の人</small>	納付	国庫負担分	保険料分
現在の免除制度 <small>(全額免除の場合)</small>	免除	国庫負担分	なし
産前産後期間の免除制度	免除	国庫負担分	保険料分

●免除対象期間 [太線で囲んだ部分が免除期間]

	3か月前	2か月前	1か月前	1か月後	2か月後	3か月後
単胎			出産予定日*			
多胎			出産予定日*			

※届出が出産後の場合「出産日」

問合せ●市民生活課(内線1158) / 岡谷年金事務所 ☎23-3661