

・こどもの予防接種は、全て医療機関で行う個別接種になりました。
センターで行う集団接種はありません。
期に確認の上、予約をして接種を行ってください。

健康診等
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、1歳6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

2	3	4
5	6	7
8	9	10
11	12	13
14	15	16
17	18	19
20	21	22
23	24	25
26	27	28
29	30	31

十和設備(株)
☎ 24-0182

水道建設(株)
☎ 23-2662

(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

岡谷酸素(株)
☎ 22-4931

(有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

(株)シンニチ設備
☎ 22-1365

離乳食教室(ばくばく教室)
(R2年9月生)
[予約制・少人数教室]

離乳食教室(ごっくん教室)
(R3年4月生)
[予約制・個別対応]

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	8日(水)午前9時～正午 庁舎202会議室		
	無料法律相談 [予約制]	21日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課（内線1254） 相談員：牛山秀樹 弁護士 ※10月分予約：9月22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]	15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～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		
生活・子育て	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～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] 8日(水)・22日(水)午後1時～7時(1人50分) 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206		
	女性のための相談 [予約制]	21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～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)		
	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	8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		
	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		
	中小企業経営技術相談	月～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～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		
就労	特許・発明相談	21日(火)午後1時～4時 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)		
企業経営	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)
第2・4木曜日	午後6時～9時	(080-5143-3202)		

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中 [予約制]

※申し込み状況により、別日にご案内する場合がございます。

2回目 ▶ 9月10日(金) 午後7時～8時30分
内容：妊娠中の食事・産後の生活について など



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)

今月の納税

◎国民健康保険税 第6期

納期限…9月30日(木)

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 1136）

くらしのカレンダー

9月

September

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

発熱や呼吸器症状のある人は、受診・相談コールセンター（57-2930）または、当番医に電話相談してから受診をしてください。

- **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。
- **水道修理事当番店**
 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

乳幼児
保健セ
医療機

- ◆ **乳幼児健診**
 場 持ち
 ※ 3
 ※ 2
 ※ 3

◆ 予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康機

日	月	火	水	木
<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>問合わせ 健康推進課 23-6141 (直通)</p>		<p>1</p> <p> 1歳6か月児健診 (R2年2月生) 午後(個別通知します)</p> <p> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	<p> 2歳児にここご教室 (R1年8月1日～15日生) 午前(個別通知します)</p> <p> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>
<p>5</p> <p> 山田外科医院 ☎ 22-2382</p> <p> たちばな歯科医院 ☎ 22-1228</p> <p> 山一小口薬局 ☎ 23-2206</p> <p> (株)アイテック ☎ 23-8500</p>	<p>6</p> <p> 2歳児にここご教室 (R1年8月16日～31日生) 午前(個別通知します)</p> <p> (株)杉村設備(株) ☎ 27-8632</p>	<p>7</p> <p> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</p>	<p>8</p> <p> 3歳児健診 (H30年8月生) 午後(個別通知します)</p> <p> (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365</p>	<p> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</p>
<p>12</p> <p> イマムラ脳神経外科クリニック ☎ 27-0019</p> <p> 栗田歯科医院 ☎ 24-5756</p> <p> アイビー薬局 ☎ 26-1670</p> <p> (株)信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p>13</p> <p> 育児相談(予約制) 午前9時30分～11時30分</p> <p> (株)総設工業 ☎ 28-8504</p>	<p>14</p> <p> (有)三善工業 ☎ 23-3446</p>	<p>15</p> <p> 3～4か月児健診 (R3年5月生) 午後(個別通知します)</p> <p> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</p>	<p>16</p> <p> (株)イワナミ ☎ 22-2222</p>
<p>19</p> <p> 西川小児科医院 ☎ 27-0011</p> <p> 小松歯科クリニック ☎ 28-0008</p> <p> かえで薬局 ☎ 26-1929</p> <p> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>	<p>20</p> <p> 春山眼科医院 ☎ 21-2525</p> <p> 小松歯科医院 ☎ 27-8226</p> <p> アイン岡谷薬局 ☎ 23-2808</p> <p> (株)十和設備(株) ☎ 24-0182</p>	<p>21</p> <p> 水道建設(株) ☎ 23-2662</p>	<p>22</p> <p> 9～10か月児健診 (R2年11月生) 午後(個別通知します)</p> <p> (株)アイテック ☎ 23-8500</p>	<p>23</p> <p> 諏訪共立病院 ☎ 28-2012</p> <p> 三井歯科医院 ☎ 23-8427</p> <p> ひまわり薬局 ☎ 26-7226</p> <p> (株)杉村設備(株) ☎ 27-8632</p>
<p>26</p> <p> サツマ外科医院 ☎ 22-5180</p> <p> しんえい歯科クリニック ☎ 27-7500</p> <p> アイン岡谷薬局 ☎ 23-2808</p> <p> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</p>	<p>27</p> <p> 育児相談(予約制) 午前9時30分～11時30分</p> <p> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</p>	<p>28</p> <p> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	<p>29</p> <p> 信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p>30</p> <p> (株)総設工業 ☎ 28-8504</p>

環境 既存住宅
エネルギー自立化補助金

県では、県民のみなさんの太陽光発電設備と蓄電池の設置を応援します。
補助額…1戸当たり20万円(蓄電池の設置のみの場合15万円)

※グループ・パワー・チョイス(共同購入事業)との併用はできません。
※詳しくは、諏訪地域振興局環境課までお問い合わせください。

対象…自己居住用の既存住宅に「信州の屋根ソーラー認定事業者」の販売・施工により、

①太陽光発電設備と蓄電池を同時に設置する人

②蓄電池のみを設置する人

※太陽光発電設備は10kW未満、蓄電池は4kW以上が対象です。

※令和4年2月末までに設置完了できない場合は補助対象となりません。

申込み…申請書類などは、諏訪地域振興局環境課へ郵送、または持参してください。

問合せ●諏訪地域振興局環境課
☎57-2952 (直通)

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、家庭内問題など、暮らしのなかで起こる問題や悩みごとの解決にご利用ください。

相談は無料で、秘密は固く守られます。事前の申し込みは不要、直接会場にお越しください。

日時…9月2日(木)
午前10時～午後3時

場所…諏訪湖ハイツ
問合せ●長野地方務局諏訪支局
☎52-1043

お知らせ マイナポイント申込期限が
延長予定となりました

7月末から8月にかけて配布した「マイナポイント」のチラシにおいて、申し込み期限が「2021年9月末」までとなっていますが、「12月末」まで延期される予定となりました。

問合せ●市民生活課
(内線1104・1155)



お知らせ 令和4年度 保育園等
入園説明会・入園申し込み

来年4月以降、新しく保育園等に入園を希望する人への説明会を、8～10月に開催します。入園を希望する児童の保護者のみなさんにご出席ください。

詳しくは、広報8月号または市のホームページをご覧ください。岡谷市ホームページ▶



※産・育休明けの職場復帰などに伴い、令和4年度中に乳児の入園を希望する人は、出生前から入園の予約ができます。

※再来年の4月当初から一日保育が必要な家庭は、入園前に慣らし保育を行うため、令和4年度(今回)の入園申し込みを行ってください。

問合せ●子ども課(内線1227・1261)

環境 太陽光発電等普及活動
支援補助金

県では、県内の住宅における太陽光発電の普及拡大を図るため、事業者が地域住民に対して情報発信を行う事業を支援します。

補助額…1事業者につき20万円
(補助率:2分の1)

対象…信州の屋根ソーラー事業者認定制度実施要領第5条第1項による認定を受けた事業者のうち、中小企業者(みなし大企業をのぞく)

申込み…申請書類などは、郵送またはメールにて、長野県ゼロカーボン推進室へ提出してください。

メール sai-ene@pref.nagano.lg.jp
問合せ●長野県ゼロカーボン推進室
☎026-235-7179

環境 野焼きは原則として
禁止されています

野焼きは原則として禁止されていますが、農作業によって出た稲わら、少量の落ち葉などは一部例外として認められています。焼却する人は下記の点に注意し、近隣の迷惑にならないように配慮しながら安全に行いましょう。

- ▶少量、短時間で済ませる
- ▶洗濯物を干している時間帯を避ける
- ▶風の向きや強さに注意する
- ▶できる限り乾燥したものを焼却する

問合せ●環境課(内線1445・1446)

**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

今月号に掲載したイベントなどは、新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、変更または中止になることがあります。

お知らせ 9月10日～16日は
自殺予防週間です



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

と言われています。周囲の大切な人の命を守るため、元気がなくなった、食事が減った、よく眠れていない(ふだんより疲れた顔)、ため息が目立つ、口数が減ったなど、いつもと違うようすに気づいたら、「どうしたの?」「よく眠れている?」などと声をかけましょう。

岡谷市では、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、メンタルヘルスチェック「こころの体温計」を導入しています。ご自身、身近な人のこころのチェックにお役立てください。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。



こころの体温計▲

問合せ●健康推進課(内線1184)

お知らせ 県下一斉
司法書士無料法律相談

相談内容…不動産・会社の登記、相続登記、裁判所への提出書類作成、高齢者などの財産管理(成年後見)、消費者金融などの多重債務ほか。

日時…10月1日(金) 午後5時～7時

場所…カルチャーセンター

第3・5研修室、第1・2会議室

※事前予約は不要、相談は無料です。

問合せ●長野県司法書士会諏訪支部
☎22-1747 (担当:山崎)

★★★★ スポーツ教室 ★★★★★

◎女性キックボクシング
エクササイズ教室

期間…10月6日～12月1日
 毎回水曜日(計8回)
 時間…午後7時30分～9時
 対象…市内在住・在勤・在学の高校生以上の女性
 場所…市民総合体育館2B会議室
 定員…15名(先着順)
 申込み…9月2日(木)から市民総合体育館窓口で受付(電話申込み不可)。
 受講料…2,000円
 ※別途保険料1,870円、65歳以上は1,220円(任意)
 問合せ●市民総合体育館内
 (公財)岡谷市スポーツ協会
 ☎22-8850 (平日のみ)

★各種スポーツ教室(子ども)★
(シンコースポーツ(株)主催)

受講料…4,000円
 (保険料・施設使用料込 8回分)
 申込み…9月1日(水) 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。
 ※教室により対象年齢が異なります。

◎第3期 野球教室(小学生)

期間…10月1日～12月3日
 毎回金曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名



学校体育施設予約調整会議

日時(10月分) …9月12日(日)
 小学校:午後7時～
 中学校:午後7時30分～
 ※通常の第3日曜日ではありませんので、ご注意ください。

場所…市民総合体育館
 ※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

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…9月12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
 大人220円・小人110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

自分の体を知ろう!

身体を構成している体成分(筋肉量、脂肪量、基礎代謝など)を一目で見ることが可能な高性能の体成分分析マシンを1日限定で設置します。

日時…9月17日(金) 午前9時～午後9時
 場所…市民総合体育館
 使用料…1回500円
 以上問合せ●市民総合体育館
 ☎22-8800

お知らせ やまびこ公園
9月の行事予定

▶やまびこ草木染教室(要申込み)
 日時…9月9日(木)
 午前10時～午後2時
 場所…やまびこ公園中央ひろば
 参加費…1,000円(染用ストール代は別途1,000円～)
 持ち物…昼食、エプロン、厚手のゴム手袋

▶やまびこ夜景コンサート 第2夜
 (要申込み)
 「諏訪の夜景と爽やかな風に
 あの頃を思い浮かべて」

日時…9月25日(土)
 午後6時開場・6時30分開演
 場所…やまびこ公園レストラン
 (駐車誘導あり)
 出演…ヴォーカル・ギター 藤森敬一
 ケーナ・サンポーニャ・カホン 堀みゆき
 ピアノ・電子ピアノ 下川久美香
 チケット…一般:2,500円
 高校生以下:2,000円

▶第6回グランドチャンピオン大会・第27回やまびこマレットゴルフ大会(要申込み)

日時…9月30日(木)
 受付:午前8時～8時25分
 受付場所…やまびこ公園中央ひろば
 参加費…1,000円
 対象…高校生以上の一般男女
 ※グランドチャンピオン大会の出場者は春風・緑陰・白雲大会の成績上位者、一般参加は第27回大会へのエントリーとなります。

問合せ●やまびこ公園管理事務所
 ☎22-6313
 (コンサートのみ)
 カノラホール ☎24-1300



シルキーチャンネル

9月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1364)

LCVデジタル11CH

ユーチューブライブ

TVでの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1364)まで。

《放送内訳》朝5時から翌深夜2時まで、1時間プログラムを繰り返し放送しています。
 ※番組は変更になることがあります。

放送番組

- わが家のアイドル
- 市役所のおしごと
- コロナ禍における避難所
- 岡谷インフォメーション ほか

【市民投稿番組募集中!】シルキーチャンネルでは市民のみなさんから寄せられた動画を放送しています。詳しくは秘書広報課にお問い合わせください。

◎第3期 Balletone教室

期間…10月5日～12月14日
 毎回火曜日(計10回)
 時間…午前9時50分～10時50分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 ZUMBA教室

期間…①10月5日～12月14日
 毎回火曜日(計10回)
 ②10月8日～12月10日
 毎回金曜日(計10回)
 時間…午前11時10分～午後0時10分
 場所…市民総合体育館
 定員…各20名

◎第3期 スリムキックボクシング教室

期間…10月6日～12月15日
 毎回水曜日(計10回)
 時間…午前10時～11時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 ザ・サーキット教室(託児なし)

期間…10月6日～12月22日
 毎回水曜日(計10回)
 時間…午後7時30分～8時30分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 ピラティス教室

期間…10月8日～12月10日
 毎回金曜日(計10回)
 時間…午前9時50分～10時50分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎シンコースポーツ教室

無料体験レッスン キッズアスリート教室(小学生)

定期教室の体験会。「走る・跳ぶ・投げる」といった基本的動作のレベル向上をめざす教室です。

日時…9月26日(日)
 午前9時30分～11時30分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名
 受講料…無料
 持ち物…上ばき・タオル・飲み物など
 申込み…電話にて事前にお申し込みください。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

◎第3期 サッカー教室(年中～小学生)

期間…10月13日～12月15日
 毎回水曜日(計8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…市民総合体育館
 定員…各30名

◎第3期 ミニバス教室(小学生)

期間…10月22日～12月24日
 毎回金曜日(計8回)
 時間…前半:午後6時30分～7時30分
 後半:午後7時30分～8時30分
 場所…岡谷田中小学校
 ※10月22日のみスワンドーム
 定員…各30名

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

★各種スポーツ教室(一般)★ (シンコースポーツ(株)主催)

受講料…6,000円
 (保険料・施設使用料込 10回分)
 ※当日参加も可能:1回900円
 申込み…9月1日(水) 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。
 ※託児つき(一部教室除く)。希望者は9月15日(水)までにお申し込みください。(1歳児から。1教室1,000円・定員5名)
 ※当日参加は託児不可

◎第3期 脂肪燃焼エアロビクス教室

期間…10月4日～12月13日
 毎月曜日(計10回)
 時間…午前9時50分～10時50分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 ヨガ教室

期間…10月4日～12月13日
 毎月曜日(計10回)
 時間…午前11時10分～午後0時10分
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 バドミントン教室
(小学4年生～中学生)

期間…10月1日～12月3日
 毎回金曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 卓球教室(小・中学生)

期間…10月6日～12月1日
 毎回水曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 HIP-HOPダンス教室
(年中～小学生)

期間…10月11日～12月6日
 毎月曜日(計8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20名

◎第3期 キッズアスリート教室
(小学生)

期間…10月11日～12月6日
 毎月曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

◎第3期 フットサル教室
(年中～小学生)

期間…10月12日～12月7日
 毎月曜日(計8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3期 こどもスポーツ教室
(年長～小学生)

期間…10月12日～12月7日
 毎月曜日(計8回)
 時間…午後5時～6時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名

おかのカルチャー **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

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、延期・中止することがあります。講座などに参加する際は、マスクの着用など感染対策へのご協力をお願いします。

カルチャーセンター 若者向け講座 自分の魅力を引き出すカラー講座

色が持つ力を知り、自分・他者のコミュニケーションを楽しく育む「色育(内面)」。自分に似合う色を知り、プライベートにも仕事にも活用する「パーソナルカラー(外見)」。カラーをテーマとし、2回に分けて学びます。

日時…10月6日(色育)・13日(パーソナルカラー)
(全2回) 毎水曜日 午後7時～9時

場所…カルチャーセンター 第7研修室

対象…概ね18歳以上で色育・パーソナルカラーに興味がある人

定員…10名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…M・Hハーモニー代表・(一社)日本色育推進長野色育会 山本深雪さん

持ち物…筆記用具

受講料…400円(2回分) ※講座初日に集金

申込み…9月6日(月)～30日(木)の午前10時～午後8時まで、カルチャーセンター窓口または、電話、電子申請(QRコードから)にて受け付け。



問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

初心者の人、学び直したい人も大歓迎! 短歌講座 ～調べを楽しむ～

古くからの定型、五・七・五・七・七の調べにのった短歌を、わかりやすく学び、そして楽しめます。新たな可能性を探してみませんか?

日時…9月15日・22日・29日(全3回)
毎水曜日 午後1時30分～3時

場所…長地公民館 第1・2会議室

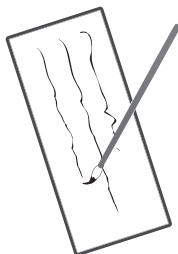
対象…市内在住・在勤の人

定員…15名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…現代歌人協会会員 湊 明子さん

受講料…600円(3回分) ※講座初日に集金

申込み…長地公民館の窓口または電話にて受付。9月10日(金) 締切。(受付時間:午前8時30分～午後5時15分)



問合せ●長地公民館 ☎27-8080

令和3年度 岡谷市文化祭のお知らせ

今年度の岡谷市文化祭は、新型コロナ感染症拡大防止の観点から、下記のとおりとします。

【中止】

◆第77回 市民音楽祭

【開催】

◆第39回 市民伝統音楽芸能祭…

11月6日(土) カノラホール

◆第49回 市民舞踊祭…11月20日(土) カノラホール

◆市民朗吟祭…11月20日(土) カノラホール

◆岡谷演劇祭…動画にて配信予定

◆市民作品展…

10月30日(土)・31日(日) カルチャーセンター

◆第54回岡谷展…

11月11日(木)～14日(日) カルチャーセンター

※開催部門の詳細については、後日改めて掲載します。

※各部門の開催内容は、今後の感染状況により変更となる場合があります。

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

ZOOM(ズーム) 初級講座

～リモート会議をしたり、遠くの家族と話そう!～

ZOOMの知識と操作を覚え、実際に受講者でZOOMを活用します。ノートパソコンがなくても受講できます。

日時…9月27日、10月4日・11日(全3回) 毎月月曜日
午後7時～8時30分

場所…湊公民館 2階講堂(3回目は自宅からの受講も可)

対象…高校生以上

定員…10名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…パソコン総合支援ズイー代表 堀内佐武さん

持ち物…筆記用具(パソコンはこちらで準備しますが、自分のパソコン持ち込みや3回目自宅受講の場合は、Windows10搭載、Wi-Fi・カメラ・マイク機能があるノートパソコンで、パソコン用メールアドレスが必要です。スマートフォンでも可能ですが、画面が小さいため見づらいなど制約があります)

受講料…600円(3回分)

申込み…9月6日(月)の午前9時から湊公民館にて受付。費用を添えてお申し込みください。電話でも受け付けます。市外の方は9月13日(月)から申し込み可。

問合せ●湊公民館 ☎22-2300