

0123 こどものくに



利用できる人…0歳～3歳までの子どもとその保護者。兄弟は就学前の子どもまでマスク着用で入館できます。
利用者登録…200円(年度更新)

開館時間…午前9時30分～午後5時30分
12月の休館日…14日(火) (毎月第2火曜日)
29日(水)～1月3日(月)

食事講座(12月27日(月)より申込み開始)
保育園のおススメ献立を作ります。
日時…1月26日(水) 午前10時～11時15分
対象…保護者 **場所**…3F 調理室
講師…こどものくに栄養士
持ち物…300円、エプロン、三角巾

託児あり

楽しい行事を毎月実施! (要予約)

つくっちゃおう(12月13日(月)より申込み開始)
「牛乳パックのこま」を作ります。
(12月のつくっちゃおうに未参加の人対象)
日時…1月13日(木)
①午前10時30分～ ②午後2時30分～

予約不要のイベント

ベビーマッサージとワンポイントアドバイス
(12月21日(火)より申込み開始)
日時…1月20日(木) 午前10時30分～
講師…こどものくに看護師

子育て相談 **日時**…1月12日(水) 午前中
歯っぴー相談 **日時**…1月14日(金) 午前中
双子のおしゃべり会 **日時**…1月17日(月) 午前10時30分～

12月15日(水)	食べるのだいすき	午前11時～
17日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
20日(月)	ぺったんこの日 (12月生まれ対象)	午前10時30分～午後4時
23日(木)	もぐもぐ相談(栄養士)	開館中いつでも

問合せ●こどものくに ☎24-8403

今月の子育てキーワード(高校期)

自分の人生を見据え、人生とは何か、人生をいかに生きるかを考え、自立への歩みを始める時期でもあります。その思いを見守り、支えましょう。 ～成長樹(期)子育て実践ポイントより～

宝くじ助成金で整備しました

宝くじの社会貢献広報事業である「地域活動助成事業」を活用し、公益財団法人長野県市町村振興協会より宝くじの助成を受けて、新屋敷区でエアコンなどを、中村区で防災倉庫などを整備しました。

それぞれの区では、さらなる地域コミュニティ活動の向上に努めていきます。



▲エアコン(新屋敷区)



▲防災倉庫(中村区)

問合せ●秘書広報課(内線1364)

CANORA HALL

カノラホールー岡谷市文化会館

カノラ・ウィークエンド・コンサート
CANORA WEEKEND CONCERT. ~新しい嵐のさきやき~

琵琶と箏と影絵 KAGEN ~今は昔~

1月30日(日)

午後2時開演(午後1時開場)

琵琶、箏、影絵そして和と洋のコラボレーションで、日本の伝統的な楽器や語り、そしてだれもが親しんでいる昔話を新しくアレンジし、その魅力を再発見します。



＊浦島TARO＊

出演

坂田美子(琵琶)、稲葉美和(箏)、
ジャック・リー・ランダル(影絵)、広田郁世(影絵)

プログラム

- 竹取物語～今様赤頭巾
- おむすびころりん ●浦島TARO ほか

会場 小ホール

チケット 全席自由 2,500円 **販売中**

※未就学児 ソサエティ会員 2,000円
入場不可 小中高生 500円

影絵ワークショップ & 琵琶演奏体験

日時…1月29日(土) 午前10時～正午
会場…小ホール

対象…小学1年生～6年生(30名・先着順)

※詳しくは、カノラホールまで。

※新型コロナウイルス感染症感染拡大予防策を講じて実施します。

問合せ ☎24-1300

12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行っています。

★ちいさなおはなしの森★ (乳幼児向け)

日時…12月21日(火)
午前11時～

★おはなしの森★ (園児～小学生向け)

日時…12月4日・11日・18日
の土曜日
午前11時～(20分程度)

★クリスマス特集★ おはなしの森

日時…12月25日(土)
午後1時30分～

内容…クリスマスの絵本の読み聞かせ など

会場はいずれも2階会議室です。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止となる場合があります。

今月のテーマブックス

クリスマス

12月19日(毎月第3日曜日)は
「うち読でエコ読の日」

12月の休館日

6日、13日、20日、27日～31日

問合せ ☎22-2031

美肌の湯 ロマネット

●日替わりサービスデー(毎週)

月曜・水曜日は食事付きプランの《湯ったりデー》、木曜日は朝風呂がお得な《モーニングスパ》、金曜日は《シニアデー》、土曜日は子ども連れの家族にお得《ファミリーデー》を実施中♪

●クリスマス特別企画

12月24日(金)・25日(土)は、ご来館の小学生以下の子どもさんにクリスマスプレゼントを用意しました♪

●食事処やまびこ

12月の特撰おすすめメニューは【とうふラーメン 870円】です!

※変更になる場合もあり

12月の休館日

7日、14日、21日、28日

問合せ ☎27-6080

12月の諏訪湖ハイツ

ロビー展示

●遊墨会 水墨画展

期間…12月1日(水)～14日(火)

●身体障がい者デイスサービス和楽

2021年利用者創作カレンダー展

期間…12月17日(金)～27日(月)

*12月上旬から

クリスマスツリー、
下旬から日本風を飾ります。



☆ロビーコンサート・パフォーマンス

出演者募集中! お申し込みは、フロントまでお気軽に。

12月の休館日

※温泉施設は毎週水曜日

15日、29日～31日

問合せ ☎24-2290

イルフ童画館・岡谷美術考古館・岡谷蚕糸博物館は入館料が必要です。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。

武井武雄の世界 イルフ童画館

企画展 12月28日(火)まで

秋山あゆ子展-絵に宿る虫しぐれ-

『くものすおやぶん』、『みつばちひめ』シリーズの絵本や『虫けら様』など、虫の漫画を描き続けてきた秋山あゆ子さんの展覧会です。少し奇妙ながらも愛嬌がある虫たちの世界をご紹介します。



くものすおやぶん とりものちよう 表紙
福音館書店 2003年
©秋山あゆ子

同時開催

武井武雄 収蔵作品展 テーマ:虫

武井武雄の作品のなかから「虫」を描いた作品を展示します。楽器を演奏したり、お話をしたり、まるで人間のように暮らす虫たちの世界をお楽しみください。

イベント

★水なしスノードームをつくろう

日時…12月5日(日) 午後1時30分～
参加費…500円 要申込み

★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…12月18日(土) 午前10時30分～
※そのほかのイベントは、ホームページをご覧ください。

開館時間

午前9時～午後6時(最終入館:5時30分)

12月の休館日 ※1月は19日まで休館

1日、8日、15日、22日、29日～31日

問合せ ☎24-3319



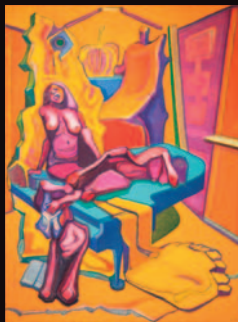
市立 岡谷美術考古館

収蔵作品展

高橋靖夫 回顧展

1月10日(月・祝)まで

本年4月29日に、岡谷市出身の画家 高橋靖夫先生(1938-2021)が逝去されました。画家 高橋貞一郎の五男で、国画会展において多くの賞を受賞。近年は、濃密かつ澄明な色彩で人間・動物・花々を描く「地にあるものたち」シリーズを制作。後進の指導など、美術文化の発展にも寄与しました。本展では当館収蔵作品を紹介しながら高橋先生を偲びます。



高橋靖夫
「ピアノ遊び」
1969年

ワークショップ

壁かけ「クリスマス・ツリー」をつくろう

日時…12月11日(土)
午後2時～

参加費…300円

定員…10名

申込み…11月26日(金)

午前10時から受付



開館時間

授乳・おむつ替え室あり

午前10時～午後6時

12月の休館日

1日、8日、13日～17日、22日、29日～31日

問合せ ☎22-5854

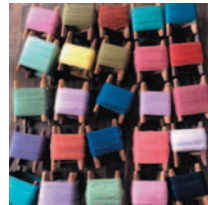


企画展示 2月13日(日)まで

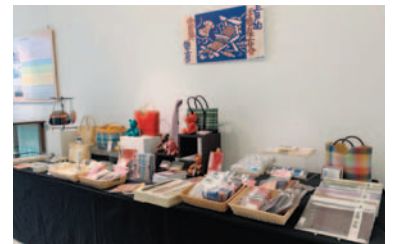
信州の作家展Part3

「小岩井紬工房

伝統を繋ぐ・紡ぐ・織る」



長野県内には、シルク作品を制作している染織作家が各地域で活躍しています。シルク岡谷からその魅力を発信する企画展、第3弾! 創業以来変わらぬ手織りで上田紬を織り続ける、小岩井紬工房三代目カリナさん・良馬さん姉弟の紬の魅力と色彩の世界を、ぜひご堪能ください。



小岩井紬工房の商品も販売しています!
※新型コロナウイルス感染状況により、企画展の展示・イベント内容に変更の可能性があります。今後の対応はホームページやSNSをご覧ください。

開館時間

午前9時～午後5時

(宮坂製糸所は午後4時まで)

12月の休館日

1日、8日、15日、22日、29日～31日

問合せ ☎23-3489 (サンシハク)

総額600,000ポイント

ポイント+電子マネー
Okaya Pay ポイント使うなら、いま!
オカヤペイ

ポイント利用で賞品が当たります!

Okaya Pay取扱店でお買い物の際に、「ポイント」を利用して支払った人を対象に、500ポイント利用ごとに1口エントリー(決済情報から自動でエントリー)とし、エントリーされた総口数より、抽選で賞品を進呈します。

商業観光課
坂本直也



賞品 Okaya Payポイント **10,000**ポイント×10本
5,000ポイント×100本

対象店…Okaya Pay全取扱店
実施期間…12月1日(水)～31日(金)

■Okaya Payの導入を希望する事業者のみなさんは、
岡谷商工会議所(☎23-2345)へお問い合わせください。

問合せ●商業観光課(内線1453)

食育
ひろば

みんなで食べよう! 岡谷の味
～学校給食でも味わっています～

11月～2月の
毎月16日は
おかやシルクスイートの日

「シルクスイート」をご存じですか? 「シルクのようになめらかな舌触りで甘い!」という特徴からその名がついたサツマイモです。食感と甘さが「シルクのまち岡谷」にぴったりということで、市ではシルクスイートの特産化に向けて、さまざまな普及活動を行っています。



〈シルクスイートのサラダ〉 栄養価(1人分) エネルギー 158kcal/塩分 0.7g

〈材料〉4～5人分

シルクスイート(角切り) … 160g
キャベツ(短冊切り) … 2枚
きゅうり(輪切り) … 1/3本
にんじん(いちょう切り) … 1/4本
スイートコーン … 40g
ツナフレーク … 1/2缶
マヨネーズ … 大さじ3
塩 … ひとつまみ
しょうゆ … 大さじ1
きざみのり … 大さじ1

かつおぶし … 大さじ1
いりごま … 小さじ1



〈作り方〉

- ①シルクスイートをやわらかくなるまで蒸す。
- ②野菜をゆでる。にんじんをゆで、やわらかくなったら、キャベツときゅうりを入れてさっと火を通し、ざるにあげて、水切りする(水で冷やしても温かいままでもOK)。
- ③①のシルクスイート、②の野菜、コーン、ツナフレークを調味料で和えればできあがり。

岡谷市学校栄養士会では給食レシピを紹介する動画をYouTubeで配信しています。今回のレシピも右のQRコードからご覧いただけますので、ぜひ作ってみてください。



問合せ●健康推進課(内線1177)

トピックス

まちのできごとやわだいをおとどけ



10/14~16



ITOKI × Okaya

ワーケーション受け入れ第1号
（株）イトーキのみなさんが岡谷を満喫

今 年度の重点施策事業でもある、「岡谷へ行こう」関係人口等創出・拡大事業の取り組みのなかで、株式会社イトーキの社員4名が、補助制度を初めて利用し、市内で2泊3日のワーケーションを実施しました。ワーケーションとは、ワーク (work) とバケーション (vacation) を組み合わせた働き方のことで、市ではテクノプラザおかやのコワーキングスペースの開設、ポケットWi-Fiやe-バイクの貸し出し、宿泊費補助制度など、受け入れ体制を整えてきました。滞在中の4名はコワーキングスペースでテレワークに従事したあと、鳥居平やまびこ公園で雄大な景色を眺めてリラックス。e-バイクでのサイクリングや岡谷絹工房で機織り体験なども楽しみ、充実したワーケーションとなったようです。

ワーケーションのようすはイトーキのワーカー向け公式サイトでも紹介されています。

11/3・4・6・7 岡谷絹工房で滞在型ワークショップ
シルク機織り体験

シ ルクを通じて岡谷の良さを知ってもらい、移住促進にもつなげる取り組みとして、市外在住者を対象とした滞在型ワークショップが岡谷絹工房で開かれました。同工房の「アトリエOPEN DAY」に合わせ、11月3・4・6・7日の4日間、各日3名の計12名が参加。絹工房会員の指導のもと、三沢区民農園で生産した繭から取った生糸も使いながら、シルク100%の草木染のストールを手織りしました。

11/6 日頃の練習の成果を披露
市民伝統音楽芸能祭

岡 谷市文化祭の開幕を飾る、第39回市民伝統音楽芸能祭がカノラホールで開かれました。昨年は新型コロナウイルスの感染拡大により中止となり、今年は2年ぶりの開催。市内で活動している日本舞踊やハワイアン音楽、二胡、こと、ダンスなどの9団体が参加し、日頃の練習の成果を披露しました。