



あなたとおかやを絆ぐ

KaYa

2022

5

No.1473

広報 おかや

おかやはまちじゅう
ミュージアム！
「ごかんノート」をもって、
まちへとびだそう！

〈特集〉

ごかん5
ノート



KAYA MUSEUM WORKBOOK

〈実物大〉

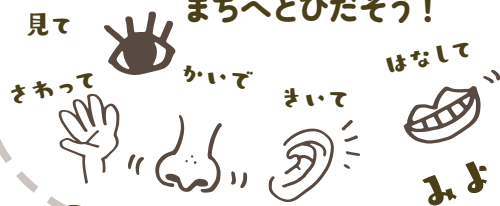
今月の表紙

5月1日に「ごかんノート」が発売されます。「ごかんノート」とは、市内に5館ある美術や歴史にまつわる施設を楽しくまわるためのツールです。今月は、その中身を子どもたちと一緒に紹介していきます。これからの良い季節、市内のアートをめぐってみませんか？

〈特集〉

ごかんノート

おかやはまちじゅうミュージアム！
「ごかんノート」をもって、
まちへとびだそう！

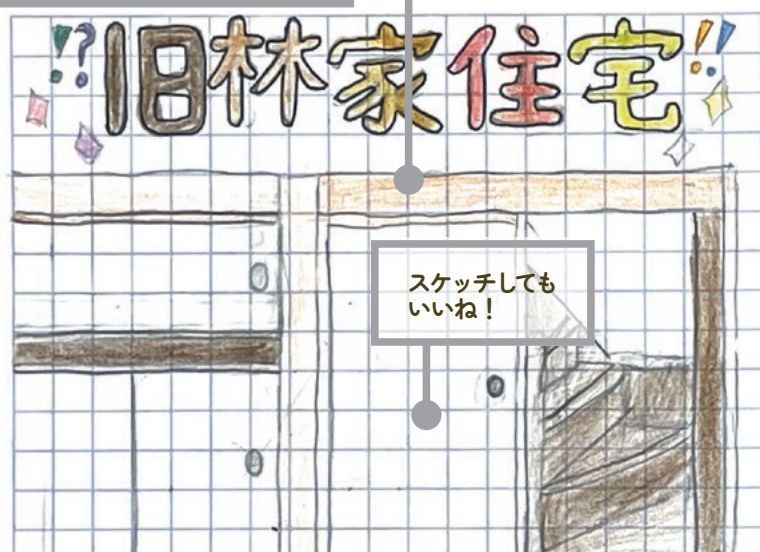


3. 自由ページ

鉛筆、色鉛筆やマジック、のり、ハサミ。切ったり貼ったりして感じたことを表現しよう!!



〈実物大〉



スケッチしてもいいね!

子どものころから、アートや、歴史文化に広く触れることは、心豊かな人生を送ることにつながります。岡谷市には誇れる博物館、美術館、考古館、文化財が数多くあります。

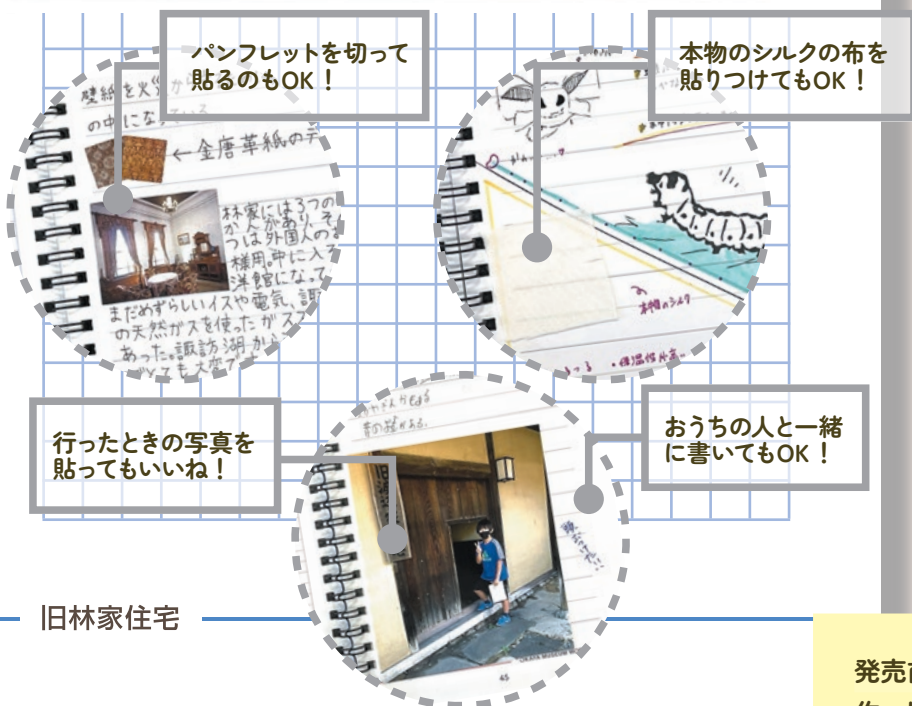
子どもたちが、身近にあるこれらの施設に興味を持ち、より理解を深めるために「ごかんノート」という市内5館共通の体験型ガイドブックを作りました。5月1日から発売します。

「ごかんノート」には、「目」だけでなく「五感」を使って学ぶヒントがぎっしり詰まっています。新たな芸術や歴史と出会ったときに感じた思いを記録し表現することが、ミュージアムでの自由な学びにつながります。

家族で出かけて、新しい発見・学びを体験してみませんか？ もちろん、かつて子どもだった大人のお友だち同士でも！「ごかんノート」を持って、さあ、出発です！

パンフレットを切って貼るのもOK!

本物のシルクの布を貼りつけてもOK!



行ったときの写真を貼ってもいいね!

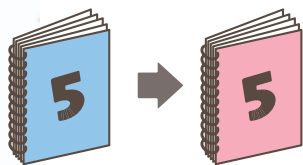
おうちの人と一緒に書いてもOK!

旧林家住宅

発売前にモニター参加してくれた子どもたちの作ったページを本文中で紹介していきます。



ごかんノートの使い方



●ページをくるりとめくれば各館の表紙に早変わり。お気に入りの館の表紙にできるよ。



ごかんノートって？

- ☐ 目、耳、鼻、口、手、五感を使って、市内5館の施設を自由に楽しく見るためのツール。
- ☐ クイズを解きながら楽しく観賞できる。
- ☐ 見るポイントがよくわかる。
- ☐ 感じたこと、わかったことを書き込める。
- ☐ ずっと大切にしておける宝物になる。



「ごかんノート」の中はこうなっている！！

1. 館の説明のページ

それぞれがどんなところなのか、よく読んでから中に入ってみよう！

2. 楽しく見るためのヒントのページ

ポイント解説を読んだりクイズを解いて、楽しく、深く理解しよう！

ワクワクするね！
いってみよう！



きゅう はやし け じゅうたく 旧劣（イチャマカ）林家住宅とは？

旧林家住宅は、製糸家林国蔵により明治時代に建てられました。この住宅は、木造瓦葺2階建の建物と、土蔵造瓦葺2階建ての離れなど6棟からなります。現在は、国の重要文化財に指定されています。この建物の特徴の一つが、離れの茶室と洋館が隣り合わせになっていることです。

これは、当時の製糸家が世界に目を向け、外国からのお客様をもてなしにからとわれています。もうひとつの特徴として、金唐草紙が離れ2階の部屋一面に張り巡らされています。金唐草紙は、欧米の建物の壁紙として輸入されています。壁紙を利

明治時代への旅が始まるよ！



- ☒ 住宅敷地内に咲く四季の花を探してみよう
- ☒ 外にある大きな土蔵で何を保管したのかな

※サンプルのため実際のページとは異なります。

岡谷蚕糸博物館

郷田1-4-8
TEL 23-3489

旧林家住宅

御倉町2-20
TEL 22-2330

岡谷美術考古館

中央町1-9-8
TEL 22-5854

イルフ童画館

中央町2-2-1
TEL 24-3319まわれる5つの施設
はココ！

旧渡辺家住宅

長地柴宮3-8-40
TEL 26-7545「ごかんノート」は
ココで買えるよ！

Okaya Station

Tenryu-river

Suwako

●「ごかんノート」は各館にて購入できます。

1冊500円(税込)



●市内在住の高校生までは入館無料。

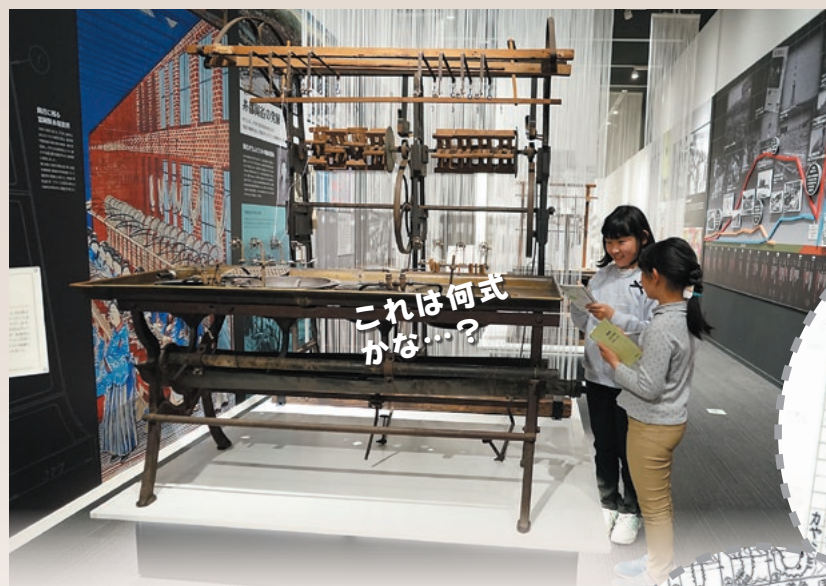
●5館共通の入館券もあるので大人もお得です。

《一般共通入館券》

2館：660円 / 3館：920円(有効期限:発行日より3日間)

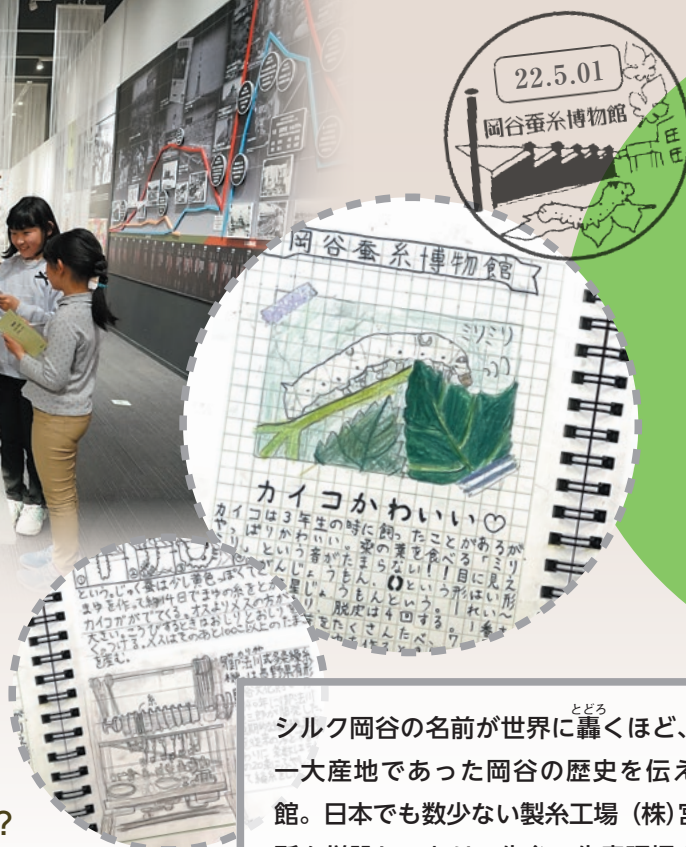
5館：1,120円(有効期限:発行日より1年間)

※共通入館券は各館への入館は1回ずつとなっています。



シルクを楽しむポイント！

- ① 目の前で生きているもの、動いているものに注目！
- ② 展示品や機械にも「かわいい」があるかも？自由に見てみよう！
- ③ シルクのおみやげ、いろいろあるよ。



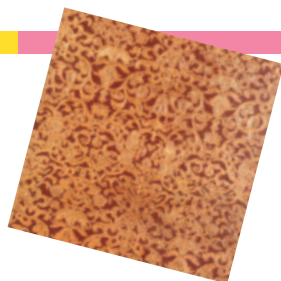
岡谷蚕糸博物館

生きている蚕に会えるよ。

とどろ
シルク岡谷の名前が世界に轟くほど、生糸の一大産地であった岡谷の歴史を伝える博物館。日本でも数少ない製糸工場(株)宮坂製糸所を併設しており、生糸の生産現場を生で見ることができます。

旧林家住宅

明治時代への旅が始まるよ！



ミッションに挑戦しよう！

- ① 欄間に彫られている山と鳥は何？
- ② 家の中にクモの巣が。探してみよう。
- ③ この建物の2階にある金色に輝く部屋に行く方法は？



まだまだあるよ...

旧林家住宅は、製糸家 林国蔵により明治時代に建てられました。この住宅は木造瓦葺2階建の建物と、土蔵造瓦葺2階建の離れなど6棟からなります。現在は、国の重要文化財に指定されています。

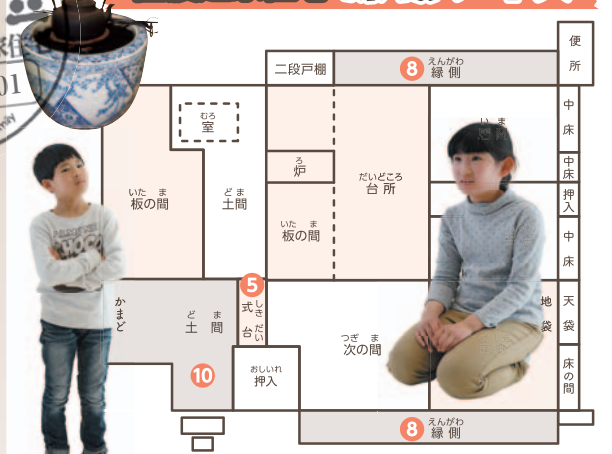


旧渡辺家住宅

三人の大臣が生まれた家！



旧渡辺家住宅 探検クイズ



探検クイズを解こう！

- ① 全部で何部屋？ 畳は何畳？
- ② 武家住宅として、普通の家にはないものとは？
- ③ 屋根の材料は何？



おたしが案内しますよ！



郷土学習館館長 鈴木 猛

旧渡辺家住宅は、江戸時代に建てられた代々高島藩に仕えた散居武士の家です。城下町に居住するのではなく、近在の村々に住んでいた武士の家ですが、数少ない貴重な武家住宅ということで、長野県の県宝に指定されています。渡辺家からは、国武・千秋・千冬といった3人の大臣が出ています。



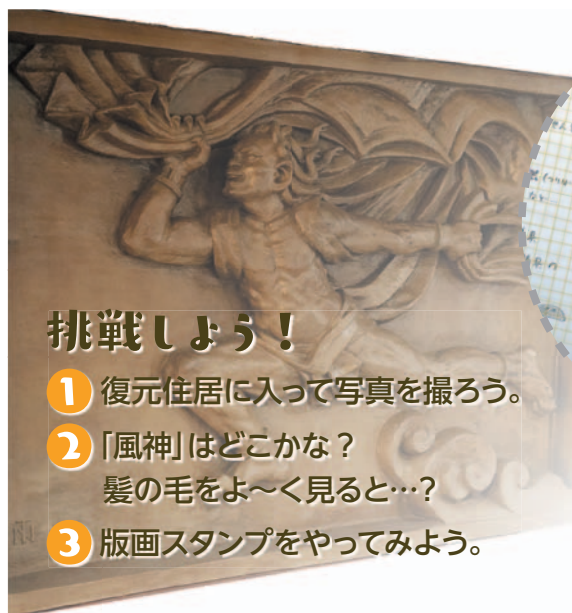
ラムラム王の本名言えるかな？
イルフ童画館

作品を見るときに やってみよう！

- ① 1分間じーーーーっと見てみる。
- ② 近くで見たり、遠くから見たり、下から見たり！
- ③ 作品のなかに、何があるのか探してみよう。
- ④ 好きな色や形はあるかな？



イルフ童画館は、岡谷市で生まれた芸術家・武井武雄(1894～1983)の美術館です。武井武雄は、大正時代から昭和時代にかけて活躍しました。子どもにこそ本物の芸術作品を見せなければならないという思いのもと子どものために描いた絵を童画と名付け、心に触れる絵をめざして作品を作り続けました。



挑戦しよう！

- ① 復元住居に入って写真を撮ろう。
- ② 「風神」はどこかな？
髪の毛をよ〜く見ると…？
- ③ 版画スタンプをやってみよう。



縄文人の家に入ろう！
岡谷美術考古館

岡谷美術考古館は美術と考古の魅力がたっぷり詰まった施設です。絵画、彫刻、工芸、書など郷土の優れた美術作品と、岡谷市内の遺跡から発掘された縄文時代から平安時代までの土器や石器など豊富な遺物を展示しています。



縄文人は
何を食べて
いたんだろう…？

Column コラム

ミュージアムで、
子どもたちは時空を翔け巡り
未来への扉を開く



博

博物館・美術館が存在する目的は、①文化財の保護・保管、②文化財の調査・研究、③文化財の展示、④文化財を活用しての教育貢献・地域貢献、以上4つである。この順番は重要度ではなく、活動のプロセスを指す。勿論前提として、どのような文化財を所蔵しているかが重要で、それがその館の性格やコンセプトを決定する。博物館・美術館は、ゆえにその定義が示すとおり文化・教育施設であり、「学びの場」としての姿勢を堅持することが絶対となる。またその公共性を考慮すれば「学びの機会を提供する場」でなくてはならない。これは大英博物館でも、ルーブル美術館でも変わらない。その意味で岡谷市の特長ある美術館・博物館を学童の時期から活用することは豊かな精神へと至る階梯であると言える。例えば蚕糸博物館で岡谷のシルク産業繁栄の歴史を知ることが、この土地で暮らす人々が自らの誇りの源泉を感じる空間を享受することに等しい。同時に、そこは生物学的意味で蚕の生態を深く知り、更なる興味を抱くことができる場でもあり、また世界的規模でシルク文化の伝播を学ぶ格好の機会を提供し

てくれる。イルフ童画館で武井芸術に幼い頃から接し、美の本質を肌で感じることが、将来如何なる画家の作品と巡り会っても、そこから深い感動を必ず得ることが出来る。武井が童画を志した核心はここにあり、逆説的に言えば、ゆえに大人になってもその作品に強く心揺さぶられるのである。その興味はラファエロにも、ゴッホにも、バスキアにも発展は可能だ。勿論センダックや手塚治虫にも。他の三館にも同様なことが言えるが紙幅に限りがある。

岡

谷市で少年少女時代を過ごすことは人生を考えた時、ただただ幸運という言葉に尽きる。「ごかんノート」はその道標となり、それを手にした時から、果てしなく広がる精神の可能性という未来への扉が開かれることとなる。



イルフ童画館館長
山岸 吉郎

「ごかんノート」は、5月1日発売です!!

ごかんノートは、5つの施設の学芸員・職員が集まって子どもから大人まで楽しく学んでもらいたい! 心豊かな時間を過ごしてもらいたい! という思いを込めて作りました。それぞれの館のオリジナルスタンプを用意してお待ちしています!



制作した各館の職員



■問合せ

ブランド推進室 岡谷蚕糸博物館内 TEL 23-3489 (サンシハク)

岡谷市教育委員会教育長再任のごあいさつ



このたびの岡谷市議会3月定例会におきまして、岡谷市教育長の選任にご同意いただき、引き続き教育長を務めさせていただくこととなりました。

改めてその重責に身が引き締まる思いでございます。

令和元年4月からの任期3年間では、岡谷市魅力と活力ある学校づくり推進プランに掲げた、学校教育のスローガンであります「生き抜き力と創造力、知的好奇心溢れる心豊かなひとづくり」に向け、先生方や職員が丸となって実践を進めてまいりました。

この間、子供たちの学力向上の取り組みは、確実にその成果が上がっており、ふるさと帰郷の心を育む、岡谷スタンダードカリキュラムの推進、或いは、特別支援教育に関しても、中学校のLD等通級指導教室のサテライト化など、ソフト面での充実を図ることができました。

また、岡谷東部中学校の管理教室棟大規模

改修が無事竣工し、小中学校のトイレ洋式化工事やGIGAスクール構想に対応したICT環境の整備など、ハード面でも確かな進捗がありました。

これもひとえに市民の皆様のご支援の賜物と厚く御礼を申し上げます。

いまだ、コロナ禍での学校運営が続いておりますが、前向きに捉え、今後も、かけがえない子供たちの健康と安全を守り、将来に夢と希望が描ける人材の育成に向け、たゆまず、全力を傾注させていただく所存です。

とりわけ、少子化の進行を踏まえた学校の在り方を考える上で、幼保小中の連携による一貫した「豊かな学びと支援」の連続性が不可欠であります。今年度から設置いたしました「学びの創生・連携支援室」を中心に、将来を見据えた様々な施策を提案してまいりたいと考えております。

さらに、生涯学習関係では、「歴史と文化を礎に、自ら学び続け、地域で輝くひとづくり」に、スポーツ振興関係では、「楽しみ、挑戦し続ける、たくましい心と体のひとづくり」の実現に向け、時流に応じた各種施策を積極的に推進してまいります。

市民の皆様には、今後とも変わらぬご支援、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。再任にあたってのご挨拶といたします。

岡谷市教育委員会 教育長 岩本 博行

令和4年度 岡谷市教育委員会 基本方針

【学校教育】

- コロナ禍にプラス思考で挑む学校経営と学習保障への支援
- 豊かな学びと支援の連続性の構築に向けた取り組み
- 学力向上と一人ひとりに個別最適化されたICT教育の充実
- 岡谷スタンダードカリキュラムによるふるさと学習の伸展
- チーム支援を基盤としたインフルーシブ教育の推進
- 安全快適な学習環境整備(南部中学校トイレ洋式化)

【生涯学習】

- ポストコロナ時代を見据えた新たな生涯学習活動の推進
- 「おかや子育て憲章」のさらなる普及啓発(おかや子育て憲章制定20周年記念事業開催)
- 豊かな人生を紡ぐ、岡谷市による地域人材の育成
- 安全・安心で快適に利用できる公民館施設の環境整備(工アコンおよび給湯設備の設置)
- 子どもの読書習慣定着に向けた「第3次子ども読書活動推進計画」の推進
- 美術考古館における地元ゆかりのある作家による特別企画展の開催
- 地域総ぐるみによる文化財の適切な保存と積極的な活用

【スポーツ】

- 市民のライフスタイルに応じた自分に合った「するスポーツ」の推進
- 「おかやキッズ運動大好き事業」による子どもの体力、運動能力の向上
- コロナ禍における動き盛り世代の運動、スポーツ習慣化促進
- トップアスリートとの交流を通じたスポーツ機運の醸成
- スポーツ施設の長寿命化に向けた安全、安心な環境整備(市民水泳プール大規模改修)

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。

新型コロナウイルスワクチン接種について

◆【18歳以上】3回目のワクチン接種日程

●集団接種

会場：岡谷市民病院(事前相談外来)

5月14日(土) 午前9時～正午・午後1時～4時

5月20日(金) 午後1時30分～4時30分

5月27日(金) 午後1時30分～4時30分

会場：市民総合体育館(柔道場・剣道場)

5月22日(日) 午前9時～午後3時

●個別接種

案内通知に記載されている医療機関で予約をお願いします。
接種は5月15日(日)までできます。

◆【12歳～17歳】3回目のワクチン接種日程

●集団接種

会場：市民総合体育館(柔道場・剣道場)

4月30日(土) 午後2時～5時

5月8日(日) 午前9時～午後3時

5月29日(日) 午前9時～午後3時

●個別接種

案内通知に記載されている医療機関で予約をお願いします。
接種は5月15日(日)までできます。

12歳以上の集団接種は5月で終了となります。今後の接種の予約方法などについては、市ホームページなどでお知らせしますが、国からのワクチンの供給状況によっては、すぐに接種できない場合もありますので、希望する人は早めに予約してください。

◆小児(5歳～11歳)のワクチン接種日程

●集団接種〔2回目の接種日は、3週間後の同じ曜日・同じ時間になります。〕

会場：市民総合体育館(柔道場・剣道場)

5月7日(土) 午後2時～5時

5月21日(土) 午後2時～5時

5月の集団接種は、以上で終了となりますので、希望する人は早めに予約してください。

岡谷市では、岡谷市医師会、岡谷市民病院と連携して、市民のみなさんへの安全・安心な接種に取り組んでいます。

新型コロナワクチンは、発症や重症化を予防する効果があります。副反応などについても正確な情報を確認し、あなたと大切な人を守るため、ワクチン接種についてご検討ください。

※国からのワクチンの供給状況によっては、6月以降はすぐに接種できない場合もありますので、希望する人は早めに予約してください。



問合せ●新型コロナウイルスワクチン接種対策室
☎0570-007-055

家族に新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内で注意したい8つのポイント

1. 部屋を分けましょう

- 個室にしましょう。食事や寝るときも別室としてください。部屋数が少ないなど、部屋を分けられない場合には、仕切りやカーテンなどを設置することをおすすめします。
- 感染者本人は極力部屋から出ないようにしましょう。トイレ、バスルームなど共有スペースの利用は最小限にしましょう。

2. 感染者のお世話はできるだけ限られた人で

- 心臓、肺、腎臓に持病のある人、糖尿病の人、免疫の低下した人、妊婦などが感染者の世話をすることは避けてください。

3. マスクをつけましょう

- 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
- マスクの表面には触れないようにしてください。マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外しましょう。
- マスクを外した後は必ず石けんで手を洗いましょう。(アルコール手指消毒剤でも可)

4. こまめに手を洗いましょう

- こまめに石けんで手を洗いましょう、アルコール消毒をしましょう。

5. 換気をしましょう

- 定期的に換気してください。共有スペースや他の部屋も開け放しにするなど換気しましょう。

6. 手で触れる共有部分を消毒しましょう

- 共用部分(ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など)は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤でふいた後、水ぶきしましょう。
- トイレや洗面所は、通常の家計用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
- 洗浄前のものを共用しないようにしてください。

7. 汚れたリネン、衣服を洗濯しましょう

- 体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

8. ゴミは密閉して捨てましょう

- マスクや鼻をかんだティッシュなどはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。その後はただちに石けんで手を洗いましょう。

参考：厚生労働省ホームページ (一社)日本環境感染学会とりまとめを一部改変

5月は 水防月間 です

梅雨期を迎えます。

「洪水」や「土砂災害」は、一瞬にして多くの人の生命や財産を奪う恐ろしい災害です。

家の周りの危険箇所を確認し、避難場所や避難経路、非常持出品、連絡手段などを家族と話し合い、早めの避難ができるように備えましょう。

洪水や溢水などの水害に対する、知識と心構えを共有し、一人ひとりが水防に取り組みましょう。

身を守るのは「早めの避難」です！

令和3年8月 川岸東 須門狭間川溢水

土砂災害にはこんな前兆現象が！

- 山鳴りがする
- 急に川の流れが濁り、流木が混ざっている
- 腐った土の匂いがする
- 斜面から水がふき出す
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる

土砂災害の前ぶれは、防災気象情報でキャッチ！

気象庁から以下の防災気象情報が発表されたら、要注意！（警戒レベル4相当 避難指示）

- 土砂災害警戒情報の発表
- 土砂キキクル（危険度分布）が「紫」色に



岡谷市の防災情報
(気象庁)



令和3年8月
横川山 林道堤洞線路肩崩落

岡谷市緊急メールサービス

『メール配信@おかや』に登録しましょう

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するサービスです。登録は無料です。安全で安心な生活を送るためのツールとしてご活用ください。



〈登録方法1〉右のQRコードからサイトに接続し、手順に従い登録してください。

〈登録方法2〉 t-okaya@sg-m.jp に空メールを送り、返信内容に従い登録してください。



※受信にかかる通信料は利用者の負担となります。

※登録について不明な点は、企画課（内線1541）へお問い合わせください。

問合せ●危機管理室（内線1592）

環境

めざせ! ゼロカーボン

2050年ゼロカーボンを実現するためには、市民のみなさんのご協力が必要です。これらの事業を通じて一緒に地球温暖化対策に取り組み、ゼロカーボンをめざしましょう。

『エコドライブ推進事業所登録事業』

車の排気ガスによるCO₂を削減するため、エコドライブを推進する事業所を募集しています。身近な取り組みからゼロカーボンの実現をめざしてみませんか？

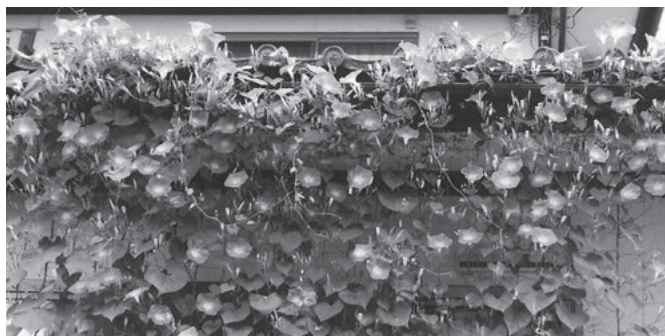


『環境教育コーディネーター事業』

環境に関する出前授業や施設見学にご協力いただける事業所・団体・個人を募集しています。みなさんの経験や技術を、未来を担う子どもたちに伝えることで、より良い地球環境を築きあげませんか？市内の小中学校などが希望する環境教育のニーズと、登録いただいた事業所などを市がマッチングします。

『地球温暖化防止啓発事業』

令和4年度は、右記の通り「緑のカーテンコンテスト」を実施します。



問合せ●環境課(内線1445)

緑のカーテンコンテスト 開催!

みなさんが育てた、すてきな緑のカーテンを募集します

緑のカーテンは、日差しをさえぎるだけではなく、葉から水分が蒸発する際に周囲の熱を奪うため、室内の温度上昇を抑え、エアコンなどの使用を少なくすることができます。また、花や実の収穫を楽しみながらできる地球温暖化対策でもあります。ご家庭でできる身近な取り組みから、ゼロカーボンの達成をめざしてみませんか。4月から1階インフォメーションと4階環境課、湊・川岸・長地各支所にて、市民のみなさんからいただいた朝顔の種を無料配布していますので、ご利用ください。

●コンテストの優秀作品には賞状と副賞を贈呈します。

募集期間…7月1日(金)～10月31日(月)

対象…令和3・4年度のどちらかで育てた緑のカーテン

応募資格…

- 一般の部：市内の一般家庭
- 学校の部：市内の小中学校
- 企業・団体の部：市内の企業や団体、高校、専門学校など

応募方法…

- 郵送：環境課窓口にある応募用紙に必要事項を記入し、写真を添えてお申し込みください。用紙は市ホームページからもダウンロードできます。
- メール：必要事項を入力し、写真を添付して下記アドレスにご送付ください。

応募先：岡谷市環境課環境保全担当

〒394-8510 岡谷市幸町8-1

E-mail seisou@city.okaya.lg.jp

※詳しくは環境課窓口で配布のチラシか、市ホームページをご覧ください。

お知らせ

塩嶺小鳥の森で早朝の探鳥会
第69回 塩嶺小鳥バス

『小鳥バス』は、早朝に行われる探鳥会で、専用の往復バスが運行され「塩嶺小鳥の森」内を歩いて観察を行います。小鳥のコーラスを聴きながら、すばらしい眺望も楽しめます。参加者にはオリジナルピンバッジをプレゼント。詳しくは岡谷市観光協会ホームページなどをご覧ください。

期間…5月の毎週日曜日(1日、8日、15日、22日、29日)

料金…1,000円(上諏訪から乗車は1,200円、小学生は半額)

●事前申し込み制です(1日25名限定)。商業観光課までお電話にてお申し込みください。



問合せ●商業観光課(内線1456)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

特殊詐欺から大切な財産を守るため 対策機器の購入に「特殊詐欺対策機器設置補助金」をご活用ください

対策機器購入費用などの2分の1を補助します！

市内において、高齢者から現金やキャッシュカード、預金通帳をだまし取る、特殊詐欺が多発する極めて深刻な状況が続いています。

特殊詐欺の被害を防ぐためには、「電話をつながない」「電話で話さない」ことが重要です。

岡谷市では、特殊詐欺や悪質な電話勧誘販売を防止するため、被害を受けやすい高齢者を対象に、対策機能の付いた専用機器（固定電話に接続する装置）設置費用の一部を助成します。大切な財産を守るため、ぜひご活用ください。



対象者…市内在住の満65歳以上の人で、本人や家族に市税の滞納がない人

補助額…特殊詐欺対策機器の購入および設置費用の2分の1以内で上限7,000円 ※1世帯1回限り

受付開始…5月2日(月)から随時

補助件数…15件

申込み…推奨機器「振込め詐欺見張隊 新117」を購入後、領収書を持参し、市民生活課に申請してください。

▶ 詐欺被害対策機器とは

固定電話に接続するタイプで、詐欺被害を防止するため次の機能を全て有する機器

- ①電話の着信時に警告音声を発する機能
- ②通話の内容を自動的に録音する機能
- ③被害を引き起こす可能性のある電話の着信を拒否できる機能

※電話機本体は対象となりません。

問合せ●市民生活課(内線1166・1167)

お知らせ

軽自動車税(種別割)の減免を受けられる制度があります

減免対象…4月1日現在、(1)～(3)の要件を全て満たす人

(1) 障がい等級要件(各種障害者手帳を持っていること)

※ただし障がいの等級や世帯構成によって、対象にならない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

(2) 使用要件(次のいずれかの用途で使用していること)

- ①障がいのある本人が運転している
- ②障がいのある人のために、生計を一にする人が運転している
- ③障がいのある人のみで構成される世帯の人を、日常的に介護する人が運転している

(3) 所有要件(次のいずれかの人が所有する車であること)

- ①障がいのある人
- ②障がいのある人(身体に障がいのある人は18歳未満に限る)と生計を一にする人

申請期間…納税通知書が届いてから【5月24日(火)】まで

受付窓口…税務課(支所・イルプラザ出張所では手続きできません)

手続きに必要なもの

- 減免申請書(窓口にあります)
- 納税通知書
- 自動車検査証
- 障害者手帳(身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳)
- 運転者の運転免許証
- マイナンバーのわかるもの(マイナンバーカード、または通知カード+顔写真付きの身分証明書)

〈新たに申請する必要がある場合〉

- 軽自動車を取り替えている場合
- 障がいのある人と運転者が異なる場合で、運転者に変更が生じた場合

上記以外の方は1回の申請で毎年継続して減免を受けられます。

〈減免を受けることができない場合〉

- 障がいのある人が死亡した場合
- 障害者手帳を返却した場合(障がい者でなくなった場合)
- 身体に障がいのある人が18歳に達した場合
※同一生計者名義の軽自動車は減免できません。
- 障がい等級の変更により要件に該当しなくなった場合
- 減免対象の軽自動車が障がいのある人のために使用されなくなった場合
- 普通自動車などで減免を受けている場合
※車の減免は1人につき1台です。
- 障がいのある人と減免対象となっている軽自動車の所有者との生計が一でなくなった場合

減免を受けている人で上記に該当する場合はご連絡ください。

問合せ●税務課(内線1127)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

「働きやすい職場づくり応援補助金」
をご利用ください

「岡谷市働きやすい職場づくり応援補助金」は、市内の事業者のみなさんが、女性や障がい者、高齢者、外国人など、多様な人材の活躍を後押しするため、職場環境の向上に取り組む際に要する費用の一部を助成します。ご利用ください。

対象…市内に事業所を置き、常時雇用する従業員が2名以上の中小企業者または個人事業主

補助対象事業	補助対象経費	補助額
従業員の働きやすい職場環境のための社内研修または外部研修	講師謝金、施設などの賃借料、委託費、研修参加費	補助対象経費の2分の1以内 (上限3万円)
就業規則などの変更、労務管理または制度改革	社会保険労務士などへの相談委託費 (顧問料除く)	
従業員専用設備の新設、改修または増設工事	専用トイレ、休憩室、託児スペースなどの設置などにかかる費用	補助対象経費の2分の1以内 (上限15万円)

※詳しくは、テクノプラザおかやホームページをご覧ください。

問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

お知らせ

あいさつではじまる
“ふれあいたいむ”

春季推進旬間：5月18日(水)～27日(金)

日々の生活のなかで、子どもたちを犯罪や交通事故から守ろうという、ちょっとした気配りの時間が“ふれあいたいむ”です。小中学校の児童生徒が登下校する時間帯に、地域のみなさんが散歩やジョギング、清掃、買い物など、屋外での活動をしながら、子どもたちの安全と安心を見守る取り組みです。

それぞれの学校・地域単位でさまざまな見守り活動が行われ、地域交流の場ともなっています。期間中は、より多くのみなさんで活動に参加し、地域で子どもたちの見守りの輪を広げていぎましょう。



昨年の
ふれあいたいむの
ようす

問合せ●教育総務課(内線1218)

お知らせ

再就職を考える女性を応援します！
再就職応援セミナー & ミニ就職説明会

出産や子育て、離職してからブランクがあって再就職に踏み出せない。今のわたしにできる仕事があるか心配。…そんなあなたもきっと、自分にあった働き方を見つけられます。ミニ就職説明会では、仕事の内容や勤務時間など、直接企業の担当者とお話ができます。これから働きたいと思っている女性のみなさん、ぜひご参加ください！

★女性の再就職応援セミナー

少し未来の私らしい「家庭と仕事」のデザイン

日時…6月3日(金) 午前10時～正午

場所…テクノプラザおかや

定員…20名

要申込み

オンライン配信あり

★ミニ就職説明会(申込み不要)

日時…6月10日(金) 午前10時～正午(受付：午前9時40分～)

場所…テクノプラザおかや

- 参加無料
- 無料の託児もあります(要事前申込み)。
- どちらか一方のみの参加も可能です。

お知らせ

第1回
オープンエアマーケット開催！

新鮮な地元農産物が購入できる、オープンエアマーケット(青空市場)を開催します。

今年も、たくさんの農産物をそろえ、楽しいイベントを企画してお待ちしております。ぜひご家族でおでかけください！

日時…5月21日(土) 午前9時～10時30分(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)

++++++ 令和4年度 いちい学級 ++++++

心豊かな人生を送るために見聞を広め、仲間と交流する全16回の連続講座です(4館いずれかを選択可)

対 象…市内在住の概ね60歳以上の人

時 間…カルチャーセンター：午前10時～11時30分、湊・川岸・長地公民館：午後1時30分～3時(回によって変更あり)

受講料…1人1,600円(講座初日に集金)※材料費などは講座の内容に応じて別途集金します。

申込み…5月12日(木) 午前8時30分から各館窓口にて受け付け開始(カルチャーセンターのみ午前9時から)。

初日は窓口のみで受け付け、13日以降は各館の窓口または電話でも受け付けます。定員になり次第締め切り。

※詳しくは各館にお問い合わせください。

カルチャーセンター(定員40名)		湊公民館(定員30名)		川岸公民館(定員30名)		長地公民館(定員40名)	
期 日	講座内容(講師)	期 日	講座内容(講師)	期 日	講座内容(講師)	期 日	講座内容(講師)
5/26 (木)	開講式 □育について学ぶ (大滝素世)	5/27 (金)	開講式 オリエンテーション (公民館職員)	5/25 (水)	開講式 お掃除の裏技教えます (矢崎晴美)	5/27 (金)	開講式 リズム体験! 一緒に音楽を楽しもう♪ (後藤なぎさ)
6/2 (木)	【フレイル予防講座(1)】 ～自分の状態は?～ (健康推進課職員)	6/3 (金)	【岡谷市民病院よりあい講座】 □腔 顔面の機能と嚥下について (岡谷市民病院職員)	6/1 (水)	姿勢リフォーム体操 (日達翔)	6/3 (金)	野菜ソムリエプロに聞く! 健康に過ごすための料理 と野菜のイロハ(三澤澄子)
6/9 (木)	人権の話 (カルチャーセンター職員)	6/17 (金)	筆跡に学ぶあなたの深層心理 ～人間関係を円滑に～ (山田千津子)	6/15 (水)	人権の話&科学工作 (スーパーボールでスト ロークロケット)(宮澤志郎)	6/10 (金)	【岡谷市民病院よりあい講座】 幸せに歩き続けるために (整形外科)
6/23 (木)	いつ、どこへ、どのように?! ～大雨の時・地震の時～ (危機管理室職員)	6/24 (金)	合唱・音楽の楽しい話① (佐原玲子)	6/29 (水)	免疫力を高める食生活と フレイル予防 (健康推進課職員)	6/17 (金)	人権の話&科学工作 (スーパーボールでスト ロークロケット)(宮澤志郎)
7/7 (木)	百歳まで元気に… ～介護予防の話・予防体操 をしよう～(wagaya岡谷)	7/1 (金)	【介護予防講座】いきいき 100歳体操を体験してみよう (介護福祉課職員)	7/12 (火)	□育について学ぶ (大滝素世)	7/1 (金)	我が家の安全対策 ～災害に備えよう～ (危機管理室職員)
7/14 (木)	岡谷にも観光スポットがあるぞ (商業観光課職員)	7/8 (金)	人権の話&科学工作 (スーパーボールでスト ロークロケット)(宮澤志郎)	7/20 (水)	7月19日は防災の日 身近な災害と防災につい て学ぶ(危機管理室職員)	7/8 (金)	ニーハオ! 太極拳 ～心も体も元気アップ～ (石田素子)
7/21 (木)	パラスポーツ 「ボッチャ」を楽しもう (社会福祉協議会職員)	7/15 (金)	【簡単健康UP講座】 かんたん体操とヨガ (高橋愛)	8/2 (火)	岡谷美術考古館 見学 (岡谷美術考古館職員)	7/22 (金)	目指せ! ほめる達人 (山口まゆみ)
8/18 (木)	【諏訪学】諏訪の自然 ～諏訪の伝説を地学的に解く～ (小口徹)	9/2 (金)	背骨コンディショニング (浅川嘉昭)	8/24 (水)	歌声コンサートin川岸 (小山治男)	9/2 (金)	楽しいペン習字講座 (西澤杏月)
8/25 (木)	前向きに人生を 楽しむために (寺澤しげの)	9/9 (金)	【ものづくり講座】 湊地区文化祭に出品しよう (公民館職員)	9/7 (水)	えんぴつで奏でる 紙オルガンを作ろう (田邊造)	9/9 (金)	騙されないで! 悪質商法対策 (山浦能央)
9/8 (木)	笑顔 そして元気 さあ歌いましょう! (小山治男)	9/30 (金)	湊の文化財 花上寺遺跡ほか (生涯学習課職員)	9/21 (水)	簡単体操で脳トレーニング (高橋愛)	9/16 (金)	いきいき暮らせる ～シニアのためのお片づ け講座～(うえむら智子)
9/22 (木)	古典を鑑賞しよう ～万葉集を楽しもう②～ (上條守)	10/7 (金)	講演 キンダーブックと童画家たち (河西見佳)	10/5 (水)	ほめる達人になろう (山口まゆみ)	9/30 (金)	【岡谷市民病院よりあい講座】 生活に役立つ薬の話 (薬剤科)
9/29 (木)	【諏訪学】諏訪の文化人 ～武井武雄・童画の世界～ (山岸吉郎)	10/14 (金)	講演 新聞のちよつといい話 (小泉悦夫)	10/19 (水)	いきいき100歳体操を 体験してみよう (介護福祉課職員)	10/7 (金)	簡単ラクラク ロコモ体操 &脳トレチャレンジ! (高橋愛)
10/6 (木)	ペーパークラフトを楽しもう① ～立体模型作りに挑戦し てみよう～(鈴木清)	10/21 (金)	健康エクササイズ (株)やまびこスケートの森)	11/2 (水)	人生100年時代の資産寿 命をめぐる話題と課題 (野村証券松本支店職員)	10/28 (金)	市議会を知って岡谷の未来 を語ろう～議員さんとの座 談会～(議会事務局職員)
10/13 (木)	ペーパークラフトを楽しもう② ～作品展に出品しよう～ (鈴木清)	11/4 (金)	フレイル予防の食生活 (健康推進課職員)	11/16 (水)	リラックスヨガ&呼吸法 (宮澤佳子)	11/4 (金)	落語を聞いて「一笑健康」 (小平晴勇)
11/10 (木)	【フレイル予防講座(2)】 ～自分の状態の変化は?～ (健康推進課職員)	11/18 (金)	合唱・音楽の楽しい話② (佐原玲子)	11/30 (水)	御神渡りの記録ってすごい! (小口徹)	11/11 (金)	ジェルキャンドル作りに挑戦! (赤羽七宝舎)
11/17 (木)	閉講式・座談会 (カルチャーセンター職員)	11/25 (金)	閉講式 まとめ (公民館職員)	12/7 (水)	閉講式 ミニコンサート (小口由美)	11/25 (金)	閉講式 笑って泣いて シルク岡谷ばなし (岡谷蚕糸博物館職員)

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404・湊公民館 ☎22-2300・川岸公民館 ☎23-2200・長地公民館 ☎27-8080

+++++ 令和4年度 輝く子育て支援学級 +++++ 託児あり

子育ての悩みや不安を抱えるみなさんが、ともに学びながら仲間づくりを行う全16回の連続講座です（4館いずれかを選択可）

対 象…市内在住の乳幼児（4か月～3歳児）を持つ保護者（託児サービスあり）

時 間…午前10時30分～正午

受講料…保護者1人につき1,600円（講座初日に集金）※材料費などは講座の内容に応じて別途集金します。

申込み…5月11日（水）午前10時～正午まで、カルチャーセンター3階催事場にて4館一斉受付。正午以降は各館窓口で受け付けます。

初日は窓口のみ。12日以降は各館の窓口または電話でも受け付けます。定員になり次第締め切り。

※詳しくは各館にお問い合わせください。

カルチャーセンター（定員15名）		湊公民館（定員10名）		川岸公民館（定員12名）		長地公民館（定員15名）	
期 日	講座内容（講師）	期 日	講座内容（講師）	期 日	講座内容（講師）	期 日	講座内容（講師）
5/27 （金）	開講式・オリエンテーション ～気楽におしゃべりしましょ～ （カルチャーセンター職員）	5/25 （水）	開講式・オリエンテーション はじまるよ～！「お話出てこい」 （公民館職員）	5/26 （木）	開講式・オリエンテーション はじめまして！よろしくね♪ （公民館職員）	5/24 （火）	開講式・オリエンテーション ～ようこそ♪子育て支援学級へ～ （公民館職員）
6/3 （金）	【ママ安心講座】 幸せを呼ぶコミュニケーション （山田千津子）	6/1 （水）	【プロ直伝①】蔵元とお味 噌作り～仕込みのミン&効 用で健康家族～（長峰愛）	6/2 （木）	【輝くママの女子力up講座】 ココロとカラダに癒しのヨガ （maco）	5/31 （火）	ママと一緒に♪岡谷さんぽ ～みんなで楽しくいちごがり～ （公民館職員）
6/17 （金）	【親子で～アート！】 ～オリジナル手形プレートを作るう！～ （岡谷美術考古館学芸員）	6/8 （水）	【わくわくお出かけ】 今日はみんなでいちご狩り♪ （公民館職員）	6/16 （木）	【輝くママの女子力up講座】 天然酵母はハードル低い!? 簡単 美味しい手作りパン（杉浦さち）	6/7 （火）	宝石のように輝く美しさ ～ジュエルフルーツカッティ ングを楽しもう～（三澤澄子）
7/1 （金）	【親子で～音楽！】 遊びながら音楽心を育てよう! （呉本八重子）	6/22 （水）	【美ナドで美ママに①】キックボク シング!～元プロ選手とキック☆ パンチでストレス解消～（高田結）	6/23 （木）	【親子でお出かけ講座①】 憧れの消防車に乗っちゃおう! （岡谷消防署署員）	6/21 （火）	基本のペン習字 ～スキルを学んで目指せ 美文字～（西澤杏月）
7/15 （金）	【ママreフレッシュ講座】 筋膜リリースで、腰痛・肩 こり改善!（唐木由紀）	6/29 （水）	点描曼茶羅で瞑想アートしよう ～カラフルペンで一点一点☆美し いに夢中～（greenwind yuya）	7/7 （木）	【輝くママの女子力up講座】 七夕を彩る♡プリザーブド フラワー（山本深雪）	7/5 （火）	Fat burning エアロビクス ～楽しく♪激しく! カラダを 動かそう～（千葉有希子）
7/22 （金）	【ママ安心講座】 もしもの時に慌てない救急対応 （岡谷消防署署員）	7/6 （水）	子育てあるあるトークینگ ～完璧なんてないナイナイdeハッ ピーアドバイス～（中島み子）	7/14 （木）	呼吸を整えストレス発散! スポーツウエルネス吹矢体験 （小平はる美）	7/19 （火）	ママのためのマナー教室 ～女性の品格とは～ （山田千津子）
7/29 （金）	【親子で～お出かけ!】 絵本の世界へ出かけよう! （イルフ童画館職員）	7/13 （水）	【美ナドで美ママに②】お家で簡単♪ マッサージ～シュッとフェースラ インで心もあがる～（名取美和）	7/28 （木）	【親子でお出かけ講座②】 ほたる童謡公園で遊ぼう♪ （公民館職員）	7/26 （火）	ママと一緒に♪リトミック ～御柱イヤーだよ・祭りだワッ ショイ～（いろはにこんぺいとう）
9/2 （金）	【親子で～遊ぼう!】 パルーンでアンパンマン も作っちゃう!（中島み子）	7/20 （水）	親子で議会探検&9階の展望 散歩～議員さんと岡谷の未来 を語ろう～（議会事務局職員）	8/25 （木）	【親子でお出かけ講座③】 どんぐりポッポでLet's go! やまびこ公園（公民館職員）	8/23 （火）	あなたが笑顔で暮らす家 ～ママのためのお片づけ講座～ （うえむら智子）
9/9 （金）	【ママ安心講座】 0歳からできる口育 （大滝素世）	8/24 （水）	【わくわくお出かけ!】ecoポッポ 探検&やまびこ公園ピクニック （湖周行政事務組合職員）	9/1 （木）	【輝くママの女子力up講座】 ソフトタッチで流れが整う♡小 顔マスク美人に♪（田中早苗）	9/5 （月）	ママと一緒に♪岡谷さんぽ ～やまびこ公園でどんぐりポッ ポに乗ろう～（公民館職員）
9/16 （金）	【ママ安心講座】子どもと ハッピーに暮らす～スッキ リお片付け～（藤森妙子）	9/7 （水）	【美ナドで美ママに③】フラダン スでアロハオエ♪～心の癒しと 美容のひととき～（沓掛加奈子）	9/15 （木）	【輝くママの女子力up講座】 ママはしっとり♡子どもに安心♪ 天然アロマ石鹸（杉浦さち）	9/20 （火）	気軽に楽しくアイシング クッキー～ハロウィン気分 を味わおう～（今井清美）
9/30 （金）	【親子で～お出かけ!】どんぐり ポッポ・おもしろ自転車に乗 ろう!（カルチャーセンター職員）	9/14 （水）	【プロ直伝②】職人と作る江戸 前寿司～握って、巻いて、食べ て☆秘訣あれこれ～（杉田進）	9/29 （木）	世界でひとつのオリジナ ル☆絵本を手作りしてみ よう（公民館職員）	10/4 （火）	実践! ゆがみ直し整体体操 ～ゆがみを直して疲労回復・ ストレス解消しよう～（高田結）
10/14 （金）	【ママreフレッシュ講座】 プリザーブドフラワーでハロ ウィンアレンジ（山本深雪）	9/21 （水）	リズムにのって音楽あそび&プチ コンサート♪～手遊び歌☆楽器 de親子のふれあい～（伊藤綾音）	10/6 （木）	【輝くママの女子力up講座】 レジンで作る☆Only one のアクセサリ（高橋恵子）	10/18 （火）	災害クロスロード～災害につ いてゲーム形式で学ぼう～ （危機管理室職員）
10/21 （金）	【親子で～お出かけ!】 消防車に会いに行こう! （岡谷消防署署員）	10/5 （水）	ペーパークイリングを楽しもう ～くるくる巻いて可愛いお花のガー ランド～（岡谷美術考古館学芸員）	10/20 （木）	ママが未来の岡谷を創る!? 議会見学～議員さんと語ろう （議会事務局職員）	10/25 （火）	ママと一緒に♪岡谷さんぽ ～消防署見学☆みんなちびっ こ消防士～（岡谷消防署署員）
11/4 （金）	【ママreフレッシュ講座】 ペルーの打楽器カホンを楽し もう!（いろはにこんぺいとう）	10/19 （水）	仕込んだ味噌で作ろう お手軽レシピ～料理のミン は隠し味!～（中澤久美子）	10/27 （木）	【輝くママの女子力up講座】 プロに学ぶ♡スイーツ （山田真希子）	11/9 （水）	癒しのハワイアン・フラ ～ママが笑顔なら子どもも ハッピー～（沓掛加奈子）
11/18 （金）	【ママreフレッシュ講座】 点描曼茶羅アートで頭も心も スッキリ!（greenwind yuya）	11/2 （水）	【美ナドで美ママに④】 エアロビ&ストレッチでキリ リッとしフレッシュ!（高橋愛）	11/10 （木）	【輝くママの女子力up講座】 知って生かせる! コミュニケー ションタイプ診断（御子柴博子）	11/22 （火）	ママと一緒に♪ ～手形・足形アートを作っ ちゃおう～（公民館職員）
12/2 （金）	閉講式 ～学級を振り返ってみよう～ （カルチャーセンター職員）	11/16 （水）	閉講式 クロモジ茶でリラックス まとめの会（公民館職員）	11/17 （木）	感想シェア&閉講式 （公民館職員）	11/29 （火）	閉講式 ～思い出と一きんぐ～ （公民館職員）

問合せ●カルチャーセンター（生涯学習課） ☎24-8404・湊公民館 ☎22-2300・川岸公民館 ☎23-2200・長地公民館 ☎27-8080

・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。

保健診等

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、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

金	土
5 外科 ック	6 7
☎ (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	☎ 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642
2 教室	13 14
☎ 1 歳 6 か月児健診 (R2年10月生) 午後(個別通知します) ☎ (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	☎ 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931
9 室	20 21
☎ 離乳食教室〈ばくばく教室〉 (R3年5月生) [予約制・少人数教室] ☎ (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	☎ (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365
6 6	27 28
☎ (有)三善工業 ☎ 23-3446	☎ (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197

今月の納税

◎軽自動車税(種別割) 第 1 期

◎国民健康保険税 第 2 期

納期限…5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 1136）

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	11日(水)午前9時～正午 庁舎602会議室
	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：藤森郁美 弁護士 ※6月分予約：5月18日(水)～受付開始
	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1226） 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 問合せ：社会福祉課（内線1263）
	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 問合せ：社会福祉課（内線1254）
	子ども総合相談センター 学校生活、心身の発達等の相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 問合せ：教育総務課（内線1232）
	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] 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
生活・子育て	女性のための健康相談 [予約制]	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 助産師による相談(1人あたり1時間) 問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141(直通)
	女性のための相談	・女性相談員による相談 月～金曜日 問合せ：社会福祉課（内線1263） ・女性カウンセラー(産業カウンセラー)による相談 [予約制] 17日(火)午前10時～午後3時50分 (1人約50分) 問合せ：地域創生推進課（内線1362）
	まいさば女性相談Day 生活や暮らしの相談	毎月第1金曜日 午前8時30分～午後5時15分まで 問合せ：社会福祉課（内線1254）
	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）
移住	移住相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 問合せ：地域創生推進課（内線1361）
就労	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 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
企業経営	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 問合せ：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 問合せ：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 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
農業	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
	火曜日	午前10時～午後4時
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時
	第2・4木曜日	午後6時～9時
	場 所	連絡先
	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協 ☎ 24-2121 諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290(内線3112) (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。

1 回目 ▶ 5月13日(金) 午後7時～8時30分(体験型講座)

内容：授乳方法・赤ちゃんの抱き方・妊婦体験・沐浴(シャワー浴)など

2 回目 ▶ 5月27日(金) 午後7時～8時(オンライン)

内容：安産のコツ・妊娠中の食事・産後のメンタルヘルスなど



R4年度 5月から「パパ・ママ教室」オンライン講座座まります(2回のみ：奇数月)

くらしのカレンダー

5月
May

-  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
-  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
場 持 ち
※ 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  諏訪共立病院 ☎ 28-2012  小口歯科第2クリニック ☎ 28-2883  ひまわり薬局 ☎ 26-7226  (株)アイテック ☎ 23-8500	2  杉村設備(株) ☎ 27-8632	3  サツマ外科医院 ☎ 22-5180  さつき歯科医院 ☎ 27-5858  日本調剤 岡谷薬局 ☎ 21-1176  (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	4  釜口医院 ☎ 22-2089  湊歯科医院 ☎ 78-7618  マツモトキョシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801  (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	5  信濃医療福祉センター(整形外科) ☎ 27-8414  アルプス矯正・小児歯科クリニック ☎ 55-4477  永田薬局 ☎ 27-8123  (株)浜パイピング ☎ 23-6885
8  林眼科医院 ☎ 28-6596  笠原歯科医院 ☎ 22-2837  御子柴薬局 ☎ 27-7056  (株)信和設備(株) ☎ 22-3302	9  育児相談(予約制) 午前9時30分～11時30分  (株)総設工業 ☎ 28-8504	10  (有)三善工業 ☎ 23-3446	11  3歳児健診 (H31年4月生) 午後(個別通知します)  (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	12  離乳食教室<こっくん教室> (R3年12月生) [予約制・個別対応]  (株)イワナミ ☎ 22-2222
15  山崎医院 ☎ 22-3287  早出歯科医院 ☎ 28-0024  山一小口薬局 ☎ 23-2206  (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	16  十和設備(株) ☎ 24-0182	17  水道建設(株) ☎ 23-2662	18  3～4か月児健診 (R4年1月生) 午後(個別通知します)  (株)アイテック ☎ 23-8500	19  2歳児にこにこ教室 (R2年4月生) 午前(個別通知します)  杉村設備(株) ☎ 27-8632
22  諏訪共立病院 ☎ 28-2012  浜歯科医院 ☎ 28-4649  ひまわり薬局 ☎ 26-7226  (株)浜パイピング ☎ 23-6885	23  育児相談(予約制) 午前9時30分～11時30分  (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	24  松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	25  9～10か月児健診 (R3年7月生) 午後(個別通知します)  信和設備(株) ☎ 22-3302	26  (株)総設工業 ☎ 28-8504
29  野村ウイメンズクリニック ☎ 24-1103  ララ歯科医院 ☎ 21-1555  ウエルシア薬局岡谷長地店 ☎ 26-2512  (株)イワナミ ☎ 22-2222	30  (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	31  岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	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 問合わせ 健康推進課 23-6141(直通)	

information — 今月のお知らせ —

募集

あなたの意見を市政に反映してください
各委員を募集します勤労青少年ホーム運営審議会の
委員を募集します

勤労青少年ホームの運営に関して調査・審議する、運営審議会の委員を募集します。

応募資格…市内在住で、他の審議会などの委員になっていない人

定員…2名以内

任期…2年(6月1日～令和6年5月31日)

応募方法…応募申込書に「勤労青少年ホームの活性化について」をテーマとしたレポート(400字程度)を添えて、工業振興課まで提出してください。郵送、Eメールでも受け付けています。メールアドレス

kougyo@city.okaya.lg.jp

応募締切…5月11日(水) 必着

※詳しくは、テクノプラザおかやホームページをご覧ください。

問合せ●工業振興課
(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

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、岡谷市の都市計画に関する事項について、法の規定に基づいて、計画案を調査・審議をする機関です。委員の改選に伴い、審議会の委員を募集します。

応募資格…市内在住の20歳以上の人で、他の審議会などの委員になっていない人

定員…2名

任期…2年(6月1日～令和6年5月31日)

応募方法…任意の用紙に住所・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」をテーマとしたレポート(800字程度)を添えて、都市計画課まで提出してください。郵送、Eメールでも受け付けています。メールアドレス

toshikei@city.okaya.lg.jp

応募締切…5月13日(金) 必着

問合せ●都市計画課
(内線1333)

男女共同参画審議会の
委員を募集します

男女共同参画に関する、基本的かつ重要事項の調査審議をする「岡谷市男女共同参画審議会」の委員を募集します。

応募資格…市内在住で、男女共同参画の取り組みに意欲があり、他の審議会などの委員になっていない人

定員…3名程度

任期…2年(6月3日～令和6年6月2日)

応募方法…任意の用紙に住所・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」をテーマとしたレポート(800字程度)を添えて、地域創生推進課まで提出してください。郵送、Eメールでも受け付けています。

メールアドレス

sousei@city.okaya.lg.jp

応募締切…5月20日(金) 必着

問合せ●地域創生推進課
(内線1362)

鳥居平やまびこ公園 5月・6月の行事

●第1回やまびこ草木染教室(要申込み)

日時…5月11日(水) 午前10時～

場所…やまびこ公園中央ひろば

参加費…1,000円(染用ストール代別途:1,200円～)

申込み…やまびこ公園管理事務所

●やまびこ春風マレットゴルフ大会(要申込み)

日時…5月19日(木) 受付:午前8時～

場所…やまびこ公園マレットゴルフコース

参加資格…高校生以上の一般男女

参加費…500円

申込み…やまびこ公園管理事務所

●やまびこ夜景コンサート(第1夜)(要申込み)

姉妹デュオあいみゆの奏でる癒しの音楽会
～故郷へ思いを馳せて～

日時…6月4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

出演…小林あいり(サクソフォン)

Myw(クラリネット)

小口梨菜(ピアノ)(3名とも岡谷市出身)

チケット…一般:2,500円

高校生以下:2,000円

申込み…やまびこ公園管理事務所、または、カノラホール
(☎24-1300)にお申し込みください。

問合せ●鳥居平やまびこ公園管理事務所 ☎22-6313

健康ひと回メロ

No.535

マダニにかまれぬよう注意！ 身近に潜む恐怖「マダニが運ぶ感染症」

マダニは3mm～1cm程度の大きさです。山のなかだけではなく公園や民家の庭や畑、あぜ道、空き地など、草木が生い茂っているところのどこにでも生息している可能性があります。自宅の庭にも潜んでいるため、ガーデニングなどを楽しむ人は注意が必要です。

かまれると長時間（10日間以上）のこともある。吸血し、吸血中に無理に取り除こうとすると、マダニの口器が皮膚のなかに残り、化膿することがあります。

なかにはウイルスを持つマダニもあり、かまれたときに感染してしまいます。病原体を保有するマダニにかまれることによって起こる感染症には、SFTS（重症熱性血小板減少症候群）、ダニ媒介脳炎、日本紅斑熱などさまざまな種類があります。またマダニにかまれた後、α-Gal症候群というアレルギー疾患を起こすことがあり、マダニへの対策をきちんとすることが必要です。

マダニ対策…マダニの活動は春から秋にかけて活発化するので、その時期には野山・草むらでは注意が必要です。①肌が露出しない服（長袖・長ズボン、足を完全に覆う靴）を着用し、ダニが比較的つきにくいナイロン製の衣類をお勧めします。②虫除けスプレーを使用してください。ただし完全には防げませんので過信はしないこと。③草のうえに直接座らないことも大切です。④屋外活動後はマダニにかまれているか確認が必要です。痛みなどの自

覚症状はないので、確認をこまめにするしかありません。⑤犬や猫などのペットに付着して吸血するので、散歩から帰ったらブラッシングなどして、確認してください。かまれていたら無理にとらず獣医師に相談してください。

マダニにかまれたら、口器までのすべてを必ず切開除去・洗浄しなければなりません。ティックリムーバーというマダニ除去器や、アルコール・酢・塩などを用いた除去では完全ではないことがあるので、早めに皮膚科を受診してください。

SFTS（重症熱性血小板減少症候群）…マダニが保有するSFTSウイルスが原因です。潜伏期は6～14日程度で、発熱・嘔吐・吐き気・下痢・腹痛（ときに頭痛・筋肉痛・意識障害・呼吸不全症状・出血症状）が出た場合は注意が必要です。おもに西日本で症例が報告されていますが、SFTSウイルスの抗体を持つ鹿が、長野県やその他の東日本でも確認されているので、県内でもいつ患者が出てもおかしくはありません。最寄りの総合病院を受診してください。

α-Gal症候群…マダニにかまれると、マダニの唾液に微量に含まれるα-Galが体内に注入され、抗原感作されることで、その後、牛や豚など四つ足の動物の肉にアレルギー症状が出るようになります。とくにA型・O型の血液型の人に起こりやすいとされています。アレルギー内科を受診してください。

（岡谷市医師会）

募集

岡谷美術考古館に展示してみませんか？

美術考古館に小作品を展示してみませんか？

岡谷美術考古館では、「ちいさくてもいいじゃないかーみんなの0号作品展」を開催予定です。この展覧会に展示する、みなさんが制作した小作品を募集します。

募集期間…9月1日(木)～10日(土)

展覧会会期…10月27日(木)～12月25日(日)

出品規定…1人1点まで(本人が制作した作品のみ)

申込み…申込み用紙を美術考古館窓口に提出してください(郵送、メール添付可。E-mail art@city.okaya.lg.jp)。用紙(募集チラシ)は美術考古館で受け取るか、ホームページからもダウンロードできます。

<http://www.okaya-museum.jp/>

※詳しくは募集チラシをご覧ください。



郷土作家の美術作品を貸してください

岡谷美術考古館では、「暮らしを彩る小さな作品展」と題し、郷土作家の小作品の展覧会を開催予定です。この展覧会に所蔵作品を貸して下さる人を募集します。

募集期間…6月14日(火)まで

展覧会会期…10月27日(木)～12月25日(日)

対象作家…岡谷市にゆかりがあり、すでに逝去した作家

例：和泉湧清、小口作太郎、小口節三、早出守雄、高橋貞一郎、高橋靖夫、武井吉太郎、武井直也、武井斌、野村千春、増沢荘一郎

作品サイズ(目安) …

平面(絵画・書など)：キャンバスでは10号(長辺53cm)程度まで、掛軸、刻字、色紙など

立体(彫刻・工芸など)：高さ、幅、奥行いずれも60cm程度まで

問合せ●市立岡谷美術考古館 ☎22-5854

環境

諏訪湖及び河川 一斉清掃を実施します

わたしたちの生活にやすらぎを与える「諏訪湖」を美しくするため、諏訪湖及び河川一斉清掃を行います。(小雨決行)
日時…5月29日(日) 午前6時～(1時間程度)
清掃内容…一般ごみ・空き缶・ペットボトルの回収など
問合せ●環境課(内線1447・1448)

環境

令和3年度の岡谷市の ごみ量をお知らせします

令和3年度は、総ごみ量が12,455トン(前年比-331トン・-2.6%)、燃やすごみ量が10,520トン(前年比-172トン・-1.6%)となりました。市民のみなさんのご協力により、総ごみ量、燃やすごみ量ともに前年を下回りました。今後ごみの減量や3R(スリーアール)の推進など、みなさんのご協力をお願いします。

	令和 元年度	令和 2年度	令和 3年度
総ごみ量(t)	12,955	12,786	12,455
燃やすごみ量(t)	10,831	10,692	10,520
1人1日当たり ごみ量(g)	715.2	715.5	707.3

【めざせゼロカーボン】

ごみの分別・減量にご協力ください

燃やすごみのなかには、プラスチック類などがまだまだ多く見られます。フォークやスプーンなど“使い捨てのプラスチック製品”の使用をできるだけ控え、“ごみになるもの”を減らすとともに、プラマークががついているものは分別し、毎週の“その他プラスチック”の収集に出しましょう。燃やすごみの量を減らすことで二酸化炭素の排出を抑制し、ゼロカーボンの推進につながります。

問合せ●環境課(内線1447・1448)

お知らせ

臨時特別給付金確認書の 提出はお済みですか？

令和3年度分の住民税非課税世帯などに対して、臨時特別給付金(1世帯10万円)を支給しています。該当すると思われる世帯宛てに、2月に送付した確認書の提出期限が迫っています。忘れないよう手続きを行ってください。

確認書提出期限…5月16日(月)

※収入が減少し、住民税非課税相当の水準にある世帯などの最終申請期限は、9月30日(金)です。

問合せ●社会福祉課(内線1251)

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幅広く相談に応じます。相談内容の秘密は堅く守られますので、安心してご相談ください。

問合せ●社会福祉課(内線1222)

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

募集

介護相談員を 募集します

介護福祉課では、岡谷市介護相談員を募集しています。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施設を訪問し、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。

募集締切…5月13日(金)

問合せ●介護福祉課(内線1284)

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18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)

今月の子育てキーワード(高校期)

社会に出る準備として、働くことの意味や尊厳、自分の言動には責任を持つことを教えましょう。
～成長樹(期)子育て実践ポイントより～



シルキーチャンネル

5月の番組表

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。

問合せ●秘書広報課(内線1364)

《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
- Sports Timeおかや
- 岡谷インフォメーション
- 音楽と運動による健康サポート事業 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。

各種スポーツ教室 (シンコースポーツ(株)主催)

◎はつらつ健康体操教室(一般)

期日…毎水曜日
時間…午後2時～3時
場所…市民総合体育館
定員…10名 受講料…1回500円

◎らくラク水中運動教室(一般)

期日…毎火曜日
時間…午後2時～3時
場所…市民水泳プール
定員…15名 受講料…1回600円

以上申込み…当日、窓口にて受け付けますので、受講料をお持ちください(保険料・施設使用料含む)。電話での受付は行いません。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800
市民水泳プール ☎23-6820

キッズ体力測定 in 岡谷市民総合体育館

期日…5月21日(土)
時間…①午前10時～10時30分、②午前10時30分～11時、③午前11時～11時30分、④午前11時30分～12時
場所…市民総合体育館
対象…年少～小学1年生(保護者同伴)
定員…各10組(先着順)
持ち物…上ばき
受講料…1組500円(子ども2人目以降は1人300円)
申込み…体育館窓口または電話にて、事前にお申し込みください。
問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

In Body 設置デー

自分の身体を知ろう! 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日限定でスワンドームに設置します。ぜひ一度お試しください。

日時…5月20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
問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

スポーツ教室

◎一般ゴルフ教室

期間…5月18日～7月20日
毎回水曜日(計10回)
時間…午後7時～9時
場所…みどり湖ゴルフセンター
対象…市内在住・在勤・在学の高校生以上の人
定員…22名(先着順)
申込み…5月2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)。
受講料…高校生以上:2,000円
※このほかに高校生以上1,870円、65歳以上1,220円の保険料(任意)がかかります。
※ボール代は、毎回個人ごと精算
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 午前9時～午後5時)

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(6月分) …5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
※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

第3日曜日(おおむね)に、市民総合体育館(スワンドーム半面)を個人利用のために開放します。ぜひご利用ください。
日時…5月15日(日) 午前9時～午後5時
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
問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800



健康

5月31日は世界禁煙デー この機会に禁煙しませんか? 《5月31日～6月6日は禁煙週間》

禁煙外来受診で
Okaya Payポイント
(1,000P)がもらえます!

たばこに含まれる有害物質は、発がん性がある、血管を収縮させる、体を酸欠にすることから、がん、心臓病や高血圧など循環器の病気、COPD(慢性閉塞性肺疾患)など呼吸器の病気、胃腸の病気、皮膚の老化や歯周病を促進します。



一定の基準を満たす人は保険で禁煙治療が行えます!

健康保険を使った標準禁煙治療は3か月です。2020年から加熱式たばこも禁煙治療の対象として認められました。禁煙外来では、ニコチン依存度の判定やカウンセリングを行い、ニコチン依存度に応じて貼り薬や飲み薬などで禁煙治療をします。まずは、お気軽にご相談ください。

岡谷市内の禁煙治療に保険が使える医療機関

医療機関名	所在地	電話番号
岡谷市民病院	本町4-11-33	23-8000
今井内科・胃腸科クリニック	今井1211	24-8688
祐愛病院	南宮2-2-34	23-0222
牛山医院	天竜町3-2-23	78-1192

令和4年3月現在:日本禁煙学会ホームページより

問合せ●健康推進課(内線1185)

第4次岡谷市社会福祉協議会 地域福祉活動計画 ができました

地域福祉の長期(6年間)の計画を紹介します。

第4次岡谷市社会福祉協議会地域福祉活動計画は、岡谷市が第4次岡谷市地域福祉計画に示す「基本理念」と「基本目標」を共有し、より一層連携を強めて取り組む計画です。

本計画期間中の活動の大きな柱は、地域の皆さんとともに取り組む「地域のお宝を探す活動」です。

この活動は、地域のつながりの希薄化が危惧される今、日々の暮らしに目を向け、地域に関心を持ち、地域の成り立ちを知るための手法です。

私たちは、この活動を起点として「みんなが結びつき 支えあいが重なる 共生のまちをめざして」の実現に向けた取り組みを進めます。



主 な 内 容

CONTENTS

第4次岡谷市社会福祉協議会 地域福祉活動計画のご紹介	22・23
おすすめ事業のご紹介／ ひまわりの種・メッセージカードの寄付	24

基本理念

みんなが結びつき
支えあいが重なる
共生のまちをめざして

基本目標

“つながる ⇄ つなげる ⇄ ひろげる ⇄ まもる”をキーワードに、基本理念の実現をめざして、以下の4つの基本目標を掲げ、施策を推進します。
また、地域での支えあいの充実や支え手の確保、重層的な支援体制を推進する施策の展開を本市の現状と課題を踏まえた重点項目として掲げ、取り組みます。

- ① “支えあいがつながる” 地域づくり推進
- ② “支援をつなげる” 体制づくりの推進
- ③ “参加・協働をひろげる” 仕組みづくりの推進
- ④ “暮らしの安全・安心をまもる” 環境づくりの推進

岡谷の
お宝エピソードを
漫画で
紹介しています。

おかやの暮らし エピソード 地域に支えられている 母の暮らし



つながりがあるからこそ相談がしやすく、困った時に支えあうことができる。つながりが多い地域は、だれもが安全・安心に、自分らしく暮らせる地域なのではないでしょうか。

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

「おかやスタイル」の地域づくり

他に例を見ないほどまとまりのある地域コミュニティを形成している区をはじめ、地域の組織、今ある活動、日々の暮らしのつながり・支えあいに目を向け、その意味付けを起点に、地域に関心を持ち、めざす地域づくりを話し合い、行動するものです。

新しいことを始めるものではなく、今ある仕組み、暮らしを育み・育て・継承することを基本とし、地域目標を共有し、地域のつながりが失われないように、また人材不足が進まないように取り組みを進めます。

「おかやの地域づくりの木」について

岡谷市社会福祉協議会は、地域における日々の暮らしの成り立ちを、木になぞらえて考えています。

図のとおり、地域を支える社会資源は、「枝葉」・「幹」・「根っこ」に分かれていて、それぞれ制度に基づくサービス（公助）、制度外サービスや町内会やボランティアによる活動等（共助）、近所づきあいやそこから発展した日頃の生活の支えあい等（自助・互助）に分類されます。

地域づくりの木で、枝葉や幹が茂るには、根っこの部分が大きく広がり、枝葉や幹をしっかり支えてくれていることが重要です。

岡谷市社会福祉協議会は、地域住民の皆さんとともに、根と幹と葉がバランスよく役割を果たしている、安全・安心で暮らしやすい地域、人がつながる心豊かな地域を目指します。

第4次岡谷市社会福祉協議会地域福祉活動計画は、岡谷市社会福祉協議会のホームページからご覧いただけます。

また、各区公会所でもご覧いただけます。

check!

<http://www.okaya-shakyo.or.jp/>



岡谷市社会福祉協議会およびCLCの共同制作



各地域で「地域のお宝を探す活動」を展開していきます。機会がありましたらぜひご参加ください。

岡谷市社会福祉協議会 おすすめ事業のご紹介

【福祉総合相談】

複雑多岐にわたる生活課題を受け止め、支援の入口として相談者に寄り添いながら、必要に応じ、弁護士などの専門職や関係機関と連携し、「断らない相談体制」の構築に努めてまいります。

- ✿ 心配ごと相談
- ✿ ボランティア総合相談
- ✿ 家庭介護相談
- ✿ ふれあいおしゃべり電話
- ✿ 岡谷市成年後見支援センター

☎ 24-2121
相談受付時間
月曜日～金曜日 8:30～17:15



【結婚相談事業】 相談所開設日 毎月第1・3土曜日 第2・4火曜日 10:00～16:00
事前の予約をお願い致します。

【福祉教材や遊具の貸出】 グループでの学習会や交流にご利用ください。

貸出の例

福祉教材	遊具の例		
ボッチャ	輪投げ	トーンチャイム	マグネット吹き矢
アイマスク	唱歌かるた	コミュニケーション麻雀	ワーリング
高齢者疑似体験セット	メロディベル	ゲーボールゲーム	スカットボール
車いす	黒ひげ危機一発	書籍(グループゲームの紹介)	その他



【車いす移送車レンタカー事業】 車いすを乗せられる自動車を貸し出しています。

【車いす貸出し事業】 最長3ヶ月間車いすをお貸しします。(介護保険サービスが利用できない方のみ)

【ボランティアセンター】 印刷機・コピー機などが利用できます。団体登録が必要です。

詳細は岡谷市社会福祉協議会までお問い合わせください。

岡谷田中小学校 旧3年2組 ひまわりの種・メッセージカードの寄付

5月6月が
種まきの
シーズンです。

岡谷田中小学校の旧3年2組では、2年前ボランティア学習を行う中でふれあいボランティア祭りに参加し市民の皆さんと交流する予定でした。残念ながら、台風の影響で中止になってしまった為に、代わりに理科の授業で育てたひまわりの種を贈ることにしました。

ひまわりの種にはメッセージが添えられています。「わたしたちが、育てたジャンボひまわりの種です。」「育てると2から6mくらいの大きさのひまわりができます。」

市内の庭に咲かせて笑顔になってほしいと寄付いただきました。



ご希望の方は岡谷市社協まで
(数には限りがあります)

0123 こどものくに

5月・6月の
イベント



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
5月の休館日…10日(火)
(毎月第2火曜日)

●新年度になりましたのでカードの更新をお願いします。

〈おもちゃの病院〉のお知らせ

おもちゃを無料で修理するサービスが、こどものくにで行われることになりました。希望する人は、当日おもちゃをお持ちください。

日時…5月29日(日) 午前10時～午後3時

予約不要の
イベント

5月 6日(金)	もぐもぐ相談(栄養士)	開館中いつでも
16日(月)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
18日(水)	食べるのだいすき	午前11時～
20日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
23日(月)	ぺったんこの日 (5月生まれの子ども対象)	午前10時30分～午後4時
27日(金)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午

楽しい行事を毎月実施!

つくっちゃおう(5月9日(月)より申込み開始)

ガラガラマイクを作ります。

(5月のつくっちゃおうに未参加の人対象)

日時…6月9日(木) ①午前10時30分～ ②午後2時30分～

子育て相談

日時…6月13日(月) 午前10時～正午

ベビーマッサージとワンポイントアドバイス

(5月23日(月)より申込み開始)

日時…6月23日(木) 午前10時30分～

講師…こどものくに看護師

問合せ●こどものくに ☎24-8403

鶴峯公園つつじ祭り

約2万㎡の広大な敷地に植えられた30種類3万株のツツジが、一斉に咲き誇ります。昨年と同様に、感染症対策を講じ、規模を縮小して開催します。

【来園者のみなさんへお願い】

- 園内での飲食は禁止とします。
- マスクの着用、手指消毒をお願いします。
- ソーシャルディスタンスを保って、花を楽しんでください。

期間…5月7日(土)～5月15日(日)

臨時駐車場…川岸スポーツ広場

普通車：1台500円



問合せ●商業観光課(内線1456)

CANORA HALL カナラホールー岡谷市文化会館

カナラ・ウィークエンド・コンサート
CANORA WEEKEND CONCERT. ~新しい風のさきやき~

トリオ・カルディア

7月31日(日)

午後3時開演(午後2時30分開場)

国立音楽大学附属小学校からの幼なじみ3人組で結成されたトリオ・カルディア。「カルディア」とはギリシャ語で「心」を意味します。それぞれが各分野で幅広い演奏活動を展開。聴く人の心に届く音楽を心を込めて贈ります。ピアノ、ヴァイオリン、フルートが奏でる名曲の数々をお楽しみください。

出演 トリオ・カルディア

※写真左から
(ピアノ)
高橋亜侑美
(ヴァイオリン)
星野沙織
(フルート)
日野真奈美



プログラム

「ムーン・リバー」
「サウンド・オブ・ミュージックメドレー」
「リベルタンゴ」、「花のワルツ」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

※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

5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…5月17日(火) 午前11時～

★おはなしの森★ (園児～小学生向け)

日時…5月7日・14日・21日・
28日の土曜日
午前11時～(20分程度)

会場はいずれも2階会議室です。

今月のテーマブックス

おまつり♪

わらべうたえほん
おべんとうばこのうた



さいとうしのぶ 構成・絵
〈ひさかたチャイルド〉

おべんとうばこたちが歌います。「これくらいのおべんとうばこにおにぎりおにぎり ちょいとつめて♪」歌って手遊びしたくなる一冊です。

5月15日(毎月第3日曜日)は
「うち読でエコ読の日」

5月の休館日

2日、6日、9日、10日、11日、16日、23日、27日、30日

問合せ ☎22-2031

美肌の湯 ロマネット

●お得な日替わりサービスデー

月・水曜は食事付きプラン《湯ったりデー》、木曜は《モーニングスパ》、金曜は《シニアデー》、土曜は《ファミリーデー》を実施中♪

●食事処やまびこ ※変更になる場合もあり

5月のおすすめメニューは【スパゲッティナポリタン(スープ付)870円】。昔懐かしいナポリタン♪



●営業日のお知らせ

5月3日(火)は祝日のため、営業します。朝風呂は休館/午後1時開館
また、5月24日、25日は設備メンテナンスのため休館します。

5月の休館日

10日、17日、24日、25日、31日

問合せ ☎27-6080

5月の諏訪湖ハイツ

ロビー展示

●楽写集団 写真展

期間…5月1日(日)～15日(日)

☆ロビーコンサート・パフォーマンス出演者募集中!

●災害支援チャリティー大浴場半額デー

5月5日(木・祝)は、大浴場入浴料が通常料金の半額です。大人210円、市内在住65歳以上100円、中学生以下無料
※当日の入浴料全額を各地で発生した災害支援金として寄付します。

●親水池で水遊び

子どもたちお待ちかねの親水池が4月末にオープンしました。ご家族そろってどうぞ。

5月の休館日

※温泉施設は毎週水曜日

18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 6月6日(月)まで

つくる・つながる・ポール・コックス展

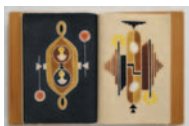
絵画、グラフィックデザインをはじめ、日本でも広告や絵本などの仕事を通じ幅広いファンを得ている、フランスを中心に世界で活躍するポール・コックスの世界を紹介します。



ポール・コックス
「ナンシー オペラ座ポスター」1997-98年

同時開催 グラフィックデザイナー
武井武雄の世界

武井武雄が創作した作品は、隅々まで功名な意匠的企みが行き渡り、その全てに高いデザイン性を感じることが出来ます。グラフィックデザイナーとしての武井武雄作品をお楽しみください。



武井武雄
刊本作品 No.52 「卵から卵」
1963年

イベント

刊本作品 No.52 「卵から卵」
1963年

5月8日は「童画の日」

1925年(大正14年)5月8日に東京銀座資生堂画廊で初の個展「武井武雄童画展」を開催し、初めて「童画」という言葉を使用しました。これにちなんで5月8日は「童画の日」として記念日登録されています。「童画の日」を記念して5月8日(日)は全館入館無料として、みなさんのご来館をお待ちしています。

開館時間 午前9時～午後6時
(最終入館:午後5時30分)

5月の休館日
11日、18日、25日

問合せ ☎24-3319

市立 岡谷美術考古館

収蔵作品展Ⅲ

堀内唯生 新収蔵作品展
5月22日(日)まで



堀内唯生
「鬼つっじ」
1960年

花や海、故郷の風景を描き続けた茅野市出身の洋画家、堀内唯生の作品展です。新たにご寄贈いただいた作品を含めた収蔵作品を一堂に展示します。

収蔵作品展Ⅰ

宮原麗子 回顧展
5月26日(木)～8月7日(日)

ワークショップ

土と炭で「縄文」を描く(3回シリーズ)
5月28日(土) 土器土偶のデッサンと地塗り
6月4日(土) 土と炭を絵の具に加工して制作
6月11日(土) 制作の続き・完成
時間…午後2時～ 場所…3階学習室
参加費…各回 300円
定員…10名
申込み…5月9日(月)から受付開始



開館時間 授乳・おむつ替え室あり
午前10時～午後6時

5月の休館日
11日、18日、25日

問合せ ☎22-5854

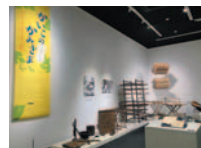
岡谷蚕糸博物館 OKAYA SILK MUSEUM シルクファクトリー



企画展示

「かいこのかみさま
－ユニークな姿と切なる願い－」
5月15日(日)まで

養蚕は天候や病気の害を受けやすく、古くから養蚕農家は神仏に繭の豊作を祈ってきました。岡谷にも蚕糸業の発展を祈ってきた信仰の形が、石造物をはじめ数多く残されています。蚕糸業に携わる人々の神仏に託す願いをご覧ください。



収蔵品展

「桑・クワ・くわ－その歴史とめぐみ－」
5月19日(木)～9月11日(日)

お蚕さまのえさである桑は、古来、葉草などにも利用され、葉のみならず、枝条、根茎までもがその対象でした。現在に至るまで、その植生や種類など、さまざまな研究がなされています。書籍・資料など、今回初公開の収蔵品も含め、知られざる桑の魅力に迫ります。



開館時間 午前9時～午後5時
(宮坂製糸所は午後4時まで)

5月の休館日
11日、16日～18日、25日

問合せ ☎23-3489 (サンシハク)

「ポストコロナを見据えた体制強化へ」

岡谷市病院事業管理者 天野直二

―病院事業管理者再任と病院長退任にあたり、今のお気持ちは。

内山先生に院長を引き継ぐことができ、とてもうれしく、清々しい気持ちです。事業管理者と病院長の一人二役は多忙を極め、わたしにとって荷が重い面もありましたが、その役目を分けて行えるので、非常に大きな体制強化につながっていると思います。コロナ禍が続いています。ポストコロナに向けた次の時代を見据えるためにも、良い時期だったのではないのでしょうか。

―病院事業管理者としての4年間を振り返って。

2年半にもおよぶ新型コロナウイルス感染症への対応が、大部分を占めます。当院では、各部署がそれぞれコロナ対策をしっかりと進めてきました。一人ひとりが精一杯がんばってきた、その気持ちが一丸となって、病院全体が良

い方向に向かうことができたと思います。

経営面でいえば、岡谷市や国、県などの援助にとても助けられました。コロナ禍での診療控えが広がるなかで、厳しい経営となりましたが、それらの援助に勇気づけられ、なんとか乗り切ることができました。

―これからの病院事業について。

病院の健全な経営で一番大切なのは、やはり人材です。医師、看護師をはじめ、すべての職員が伸び伸びと働ける環境が重要であり、病院の質の向上にもつながります。また、良い人材の育成や確保するためにどうすればいいかを常に考え、研修や自己研鑽できる体制を整えていく。これは病院の基本的な姿勢であり、それにより患者さんに高度で良質な医療を提供できる体制が整えられ、経営も安定してきます。

―市民のみなさんにひとこと。

健康に気をつけて、病気を克服しながら、健やかに生活されることを願っています。そのための支援、援助をわたしたちはしっかりと行いますので、ぜひ病院へのご理解、ご協力をよろしくお願いします。

地域医療の面では、必要な医療を適切に提供することです。当院でもかなり高度な医療を提供できますが、やはり対応できること、できないことはあります。そこをはつきりと認識し、ほかの医療機関とも連携をとりながら、患者さんにとって最善の方法を考えていくことが大切です。



Naoji Amano

天野 直二 医師

横浜市立大学医学部卒。信州大学医学部附属病院病院長を務めた後、平成27年4月に岡谷市民病院病院長に着任。平成30年4月より病院事業管理者兼病院長、令和4年4月に病院事業管理者。「シニアこころ診療科」の外来診療や病棟回診などを精力的に行っている。

令和4年度 岡谷市病院事業

問合せ ● 岡谷市民病院 23-80000

新体制へ

令和4年度岡谷市病院事業が新体制で始まりました。病院事業管理者は引き続き天野直二医師に、病院長は前副院長の内山茂晴医師になります。今回は、天野病院事業管理者と内山病院長にお話をうかがいます。

―病院長就任にあたり、今のお気持ちは。

天野病院事業管理者のように病院全体を俯瞰的にとらえることはまだできませんが、まずは病院内のことをしっかりとまとめ、一生懸命取り組んでいこうと考えています。今まで以上に忙しくなりますので、体力面も含め、自分自身の健康管理を大切にしたいと思います。

また、立場は変わりますが、今までのように手術も行い、外来も診ていきますので、仕事の分散や振り分けを行い、効率よく、時間を上手に使ってきたいです。

―どのような病院づくりをめざしていますか。

患者さんは当院に安心して来ることができ、わたしたちは適切な医療を提供すること、これに尽きます。

天野病院事業管理者のお話にもありましたが、当院でできること、できないことをしっかりと見極め、他の医療機関とも連携をとりながら、患者さんにとってベストな治療ができる体制を整えることが重要です。

また、当院のすべての職員が目標をもつて成長できる環境を作っていくことも大切です。病院職員は専門職が多いので、それぞれが自分の専門分野を常に勉強、研究していく姿勢が求められます。同じことの繰り返しでは進歩がありません。一人ひとりのレベルアップが病院全体の質の向上につながり、病院としてできることが増えることで、患者さんのためにもつながると思います。

わたしも天野病院事業管理者や脳神経内科の立花院長補佐などと共同研究を行っており、その成果がこの度、権威ある学術誌「PLOS ONE」に掲載されることになりました。世界初の研究

であり、かなりの反響も予想されます。これは地方の病院でも世界的な研究が行えるという証明になりますし、若い人たちにも範を示せたのではないかと思います。

研修センターの整備や基幹型臨床研修病院の指定など、体制も徐々に整いつつありますので、さらに研究や研修を奨励し、質の高い病院づくりをめざしていきたいと考えます。

―市民のみなさんにひとこと。

体制は変わりますが、今まで通り、安心して岡谷市民病院へ来ていただければと思います。わたしたちも研鑽に励み、みなさんにベストな医療を提供できるよう努めていきますので、これからもよろしく願います。

岡谷市民病院 病院長

内山 茂晴

「二人ひとりが研鑽を重ね病院の質の向上へ」

Shigeharu Uchiyama

内山 茂晴 医師

群馬大学医学部卒業後、信州大学整形外科へ入局。同大整形外科運動機能学教室にて研鑽を積み、准教授に就任。平成29年1月に岡谷市民病院に着任。令和2年4月より副院長、令和4年4月に病院長。豊富な経験と高度な技量で数多くの手術をこなしている。

「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

こね

4月の
ハガキから

▼は広報広聴担当より

道端のオオイヌノフグリが小さな花をつけていました。雑草とはいえないかわいい春を見つけました。

T・Kさん（長地小萩）

▼このところ、ぽかぽかした陽気が続き、日差しの温かき、すがすがしい風、草花や木の芽、虫のようすを見ると、春の訪れを感じます。季節ののを見たり感じたりすることで、パワーをもらえたり、生きていることを実感しますね。とくに花は、人を笑顔にしてくれます。暖かい季節となってきました。散歩に出かけ春を探してみませんか。

4月に名残り雪が降り、とても美しい銀世界が楽しめました。今

年は寒かったためかネギ苗が大きくなりません。これから少しずつ成長してくれるでしょう。

H・Nさん（川岸西）

▼ネギ苗の成長楽しみです。ね、気温が上がる5月には、たくさん夏野菜を植えられる時期になります。野菜づくりは、新鮮でおいしい野菜を楽しむだけでなく、屋外で体も動かせ、コロナ禍でたまったストレスの解消にもつながります。まだ野菜づくりを行って始めている人は、新たな趣味として始めてみてはいかがでしょう。か。日焼け予防のため紫外線対策もしっかり行いましょう。

2050年岡谷市ゼロカーボンシティ宣言、すてきです。二酸化炭素実質ゼロへの活動にできることをしていこうと思います。

H・Oさん（長地出早）

▼地球温暖化問題への活動に賛同いただきありがとうございます。す。『ゼロカーボン』とは、企業や家から出る二酸化炭素などの温室効果ガスの排出量から、植林、森林管理などによる吸収量を差し引き、合計を実質的にゼロにし、地球温暖化を防止する取り組みです。子どもたちが大人になったとき笑顔で暮らせるよう、一人ひとりが関心をもち、小さな取り組みを重ねていくことが大きな力になります。みなさん一緒にゼロカーボンをめざしましょう！

撮り歩きおかや

Report 20

「#岡谷市」「#okaya」「#お買い物するなら岡谷」をつけて岡谷を盛りあげよう！

このコーナーでは、市内のいろいろな“映える”写真を紹介していきます。
みなさんもインスタグラムで身近なおかやを発信してみませんか？



Okaya

Toriaruki_Okaya!

うなぎ松川
3月に川岸上にオープン！
うなぎは、フワッとふくら♪
#松川 #うなぎ #うなぎのまち岡谷
#岡谷市 #お買い物するならおかや

Okaya

Toriaruki_Okaya!

川沿いの400本の桜が満開
夜はライトアップされ
幻想的な雰囲気
#桜 #夜桜 #横河川
#岡谷市 #岡谷市観光協会

岡谷の魅力を発信



商業観光課
Instagram
[enjoy_okaya]



岡谷市観光協会公式
Instagram
[tabitabi_okaya]

※写真は商業観光課Instagram、岡谷市観光協会Instagramに掲載されているものです。

※掲載希望についてはお問い合わせください。

問合せ●商業観光課（内線1453）

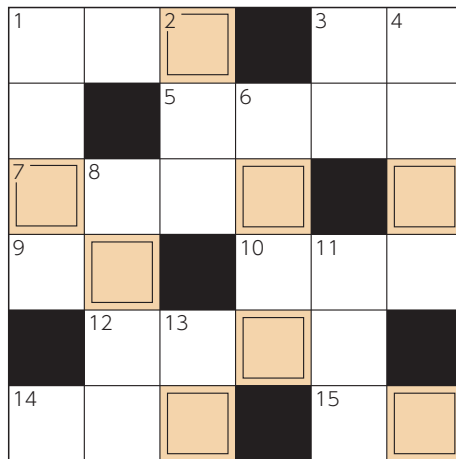
脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.437

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 工業と東と、もうひとつ
- 3 出し方のルールを守りましょう
- 5 川岸にある保育園。園児は少ないですが自然のなかでたくましく育っています
- 7 古い掛け軸や壺、茶碗など。愛好家が多いです
- 9 すまい
- 10 タテ1といえばこのお祭り
- 12 これが合わないと言いたい訳になります
- 14 訓練して得た技とか能力とか
- 15 病〇〇、寺〇〇、議〇〇

◆タテのカギ

- 1 今年はヨコ10で「〇〇〇〇わっさか」が見られますかね
- 2 小坂区、花岡区
- 3 マグマ大使の宿敵といえば宇宙人〇〇
- 4 白、黒、茶の三色が多くて、メスがほとんどだとか
- 6 行政官庁が下級機関や職員に文書で知らせること
- 8 茅野市と伊那市の境の峠
- 11 警察署やインターチェンジがある区
- 13 豚〇〇、青〇〇、粕〇〇、肉〇〇

●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、**一言**(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。5月10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)

●4月号の答えと当選者 「シルキーパス」

正解数40通(応募総数40通)の中から抽選で、T・Tさん(今井)、M・Hさん(大栄町)、H・Oさん(長地出早)、K・Yさん(長地御所)、K・Kさん(長地小萩)に、ロマネット入浴券をお送りします。



「とべとべかみのひこうき」1955年 武井武雄

先月の横河川沿いをはじめとする市内各地の桜や、出早公園のカタクリは、市民の皆様をはじめ、岡谷市を訪れた多くの皆様を楽しませ、春を実感させてくれました。

5月を迎え、中部地方一つつじの名所として知られる鶴峯公園では、30種類3万株のつつじが、赤・白・ピンク・紫と色鮮やかに咲き誇り、つつじ祭りも開催されます。そして、来月には、小坂公園のあじさいなど、岡谷市では、四季折々の自然の美しさを楽しむことができます。

一方で、五月病という言葉もよく耳にする時期になりました。一般的には、新入生や新入社員などが、新しい環境への適応がうまくいかず、不安や焦りなどを感じ、心身に不調があらわれることをいいます。そして、対策としては、気分転換やストレス解消が効果的であると言われています。

鳥居平やまびこ公園の展望広場からは、諏訪湖や八ヶ岳、天気が良ければ富士山も眺めることができます。大自然の雄大な眺望を楽しむことにより、心身共にリフレッシュすることができます。岡谷蚕糸博物館(シルクファクトおかや)、イルフ童画館、岡谷美術考古館、岡谷市文化会館(カノラホール)では、かおり高い文化を体感することができます。

また、高ボッチ高原や鉢伏山へのトレッキング、諏訪湖畔での散歩、ランニングやサイクリングなど、体を動かすこともおすすめです。

このほか、映画館やボウリング場、大型ショッピングセンターや特色ある個店など、市内には、生活に彩りと潤い、楽しみを感じることができる場所が数多くあります。

長引くコロナ禍により、以前は当り前にできていたことも我慢を強いられ、ストレスが溜まっている方も多いと思います。

市民の皆様には、感染予防に気をつけながら、気分転換やストレス解消のため、家から出て、風薫る5月の季節を楽しんでいただくことをおすすめします。



【市長随想 ⑩】 「気分転換」

今井竜五

シルクでまちおこし 地域おこし協力隊が やってきた

vol.3

渡邊さん(中央)と
前任者の佐々木さん(左)
橋口さん(右)



2019年4月から「地域おこし協力隊」として活動してくださった佐々木千玲さんと橋口とも子さんが、3年の任期を終え3月で卒業し、4月から新たに渡邊陽子さんをお迎えしました。今回は、渡邊さんの紹介と意気込みをうかがいます。

地域おこし協力隊に志望した理由は？

大学卒業後、国内外の民間企業や政府機関などで国際協力に携わり、前職の(独)国際協力機構(JICA)では、東京本部で太平洋島しょ国などの地域における開発協力計画の企画・策定に携わっていました。直近では、トンガで発生した噴火に対する協力方針の検討など、やりがいある職場でしたが、東京の生活では人とのつながりが希薄で、連日仕事に追われるなかで、自分が思い描くサスティナブルな生活スタイルとの

ギャップを感じていました。かねてから、国内の地方創生に向けた取り組みに関心があり、これまでに国際協力の現場で得た経験を国内の地域振興に還元できないかと考え、地域おこし協力隊を志望しました。

なぜ岡谷市を選んだのですか？

山が好きで、東京在住時に長野を度々訪れるなかで、北アルプスの近くに暮らしてみた



渡邊 陽子さん

いと思うようになりました。岡谷には、豊かな自然環境とそれに支えられた伝統的なモノづくりの基盤と精神があり、山に加え布が好きなわたしには、こんなに恵まれた環境はありません。また、岡谷シルクを通じて地域の方々と環境への負担が少ない伝統的なモノづくりを推進することで、地域レベルでSDGsの実現にも貢献できると考えました。

岡谷に来て初めての感想は？

出身地である兵庫県宝塚市と似た雰囲気があり、山々に囲まれた環境に親しみがありません。天気の良い日には八ヶ岳のみならず、富士山も見ることができて感動しています。また、岡谷で出会う方々はモノづくりに対する熱意あふれる心やさしい方ばかりで、縁もゆかりもない土地にやってまいりましたが、温かく迎えていただいて本当にありがたいです。

意気込みをどうぞ！

担当する養蚕・岡谷シルクの推進について、まだまだ勉強不足ではありますが、岡谷シルクを通じて、国内外の人材交流やモノづくりの面白さなど、世代を超えて価値を共有しながらみなさんと岡谷を盛り上げていけるよう、取り組んでまいります！

今後の活動は岡谷シルクの各サイトで紹介していきます



ホームページ



フェイスブック



インスタグラム

問合せ●ブランド推進室(岡谷蚕糸博物館内)
☎23-3489

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。