

「こうざら ほうざら」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

こえ

11月の
ハガキから

▼は広報広聴担当より

10月に入り急に寒くなり、冬用の布団を出したり水道の凍結防止をしたり、また寒い冬がやってくる…。でも、空気がきれいであるハケ岳や富士山、諏訪湖が見える岡谷はいいところだなあ〜と思います。

Y・Nさん(神明町)

▼日に日に寒くなり、冬の足音が聞こえるようになりましたね。

寒くなり何ごともおつくうになりがちですが、冬にしか味わえないことも沢山あります。そんな季節の楽しみ方を探してみてください！

先日、出草雄小秋神社の紅葉を見に行ってきました。駐車スペースがないほど混んでいましたが、すばらしい紅葉でした。かわいらしい十月桜も咲いており、秋晴れの良い1日を賜りました。

Y・Kさん(長地御所)

▼今年は、天気にも恵まれ、例年よりも長く紅葉を楽しめましたね！

秋晴れの青空と紅葉の鮮やかなコントラストが心に残り、四季をはっきり感じる事ができたひとときになりましたね。



今月号の「フレイル予防特集」大変参考になりました。これから運動を続け、栄養に気を付けてよくかんで食べ、そして趣味の活動に励んでいきます。

K・ーさん(長地小秋)

▼フレイル予防には、運動・栄養・社会参加が3つの柱になります。ご自身の健康状態を知り、生活習慣を見直すことがフレイル予防につながるので、日ごろから意識して元気に過ごしていただきたいと思います。

撮り歩きおかや

Report 27

「#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？

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]

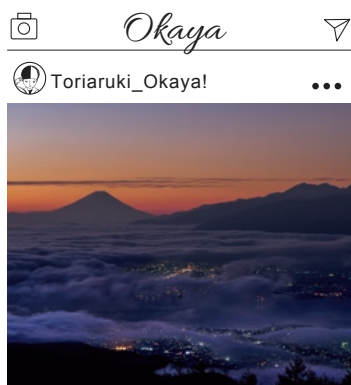
※写真は商業観光課Instagram、岡谷市観光協会Instagramに掲載されているものです。

※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)



ダイニング美和
ボリューム満点のソースカツ丼で大満足
店主の人柄と店内の雰囲気が心地良い！
#ダイニング美和 #ソースカツ丼 #おいしさ満点！
#お買い物するなら岡谷 #Okaya



『雲海に包まれた諏訪盆地の灯りの先に』
この時期の早朝にしか見えない景色

#諏訪盆地 #夜明け #高ボッチ
#岡谷市 #岡谷市観光協会



最優秀賞
t1y4m_cieloさん

これからも岡谷の魅力をさらに発見・発信してください。



岡谷市長賞 plumeria.on.shoreさん



岡谷駅長賞 hoshitoribitoさん



優秀賞 yuki613wwwさん



岡谷市観光協会
@tabitabi_okaya

問合せ
地域創生推進課(内線1364)



岡谷市
2022

Instagram フォトコンテスト 受賞者決定!



岡谷市観光協会会長賞 nari.field_experienceさん

Movie



最優秀賞 botsuchi53さん



優秀賞 lakehood_okayaさん

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。

岡谷市公式
ホームページ



広報おかや



岡谷市公式
SNS一覧



岡谷市役所 TEL 0266-23-4811 (代表)

人口の動き(令和4年10月1日現在)

人口	46,630人	前月比	-33	前年同月比	-406
世帯数	19,193世帯	前月比	+6	前年同月比	-92