

# あなたとおかやをつなぐ

# OKAYO

2024  
**5**  
No.1497

## 広報 おかや

〈特集〉

ひとつとではない!

# 空き家 問題

### 今月の表紙

爽やかな風を感じる季節となりました。今年も市内で季節を満喫できる催しが開催されます。鶴峯公園つつじ祭りもそのひとつ。この時期にしか味わえない景色をぜひ堪能してください。



武井武雄 生誕**130**年

岡谷市公式  
ホームページ



広報おかや



岡谷市  
公式SNS



# ひとつとではない！ 空き家 問題

屋根材や外壁材等の落下、飛散

不審者の侵入

小動物のすみか、繁殖、悪臭

樹木や雑草の繁茂

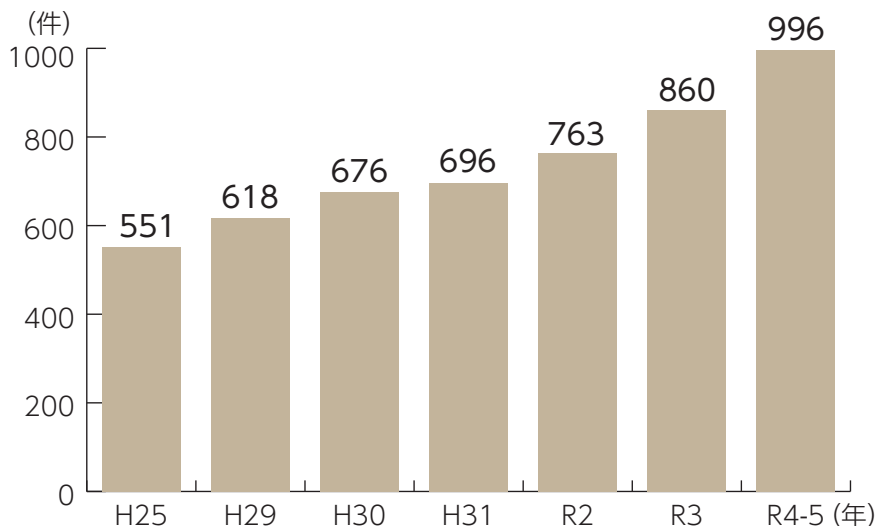
「空き家」とは、住むために建てられた建物が、何らかの理由により、誰も住んでいない状態になっている建物のことをいいます。

「空き家」を適正に管理せず放置すると、建物の劣化が進み、さまざまな問題を引き起こす恐れがあります。また、相続などで思いがけず所有する可能性もあります。この機会に、“ひとつとではない！”「空き家問題」について考えてみませんか？

## 空き家の 状況

市内の「空き家」の件数は増加傾向となっており、令和4～5年度には996件確認され、1000件に迫る勢いです。  
一方、良好な状態の空き家も多く見受けられ、今後の利活用が期待できます。

岡谷市の空き家件数の推移  
(空き家実態調査結果から)





害虫などの繁殖

ゴミの不法投棄、悪臭

不審火や放火

## 4つの 空き家対策

## 空き家を放置する リスク

## 空き家になる 理由

次のページから、それぞれの対策について説明していきます。



- 1 空き家等の発生予防・抑制
- 2 空き家等の適正な管理の促進
- 3 空き家等の利活用の促進
- 4 管理不全な空き家等への対応

岡谷市では「空き家等対策計画」を策定し、空き家対策に取り組んでいます。

また、所有者による対応がなされない場合、状況によっては行政代執行などにより、市が解体などの措置を行い、措置にかかった費用を請求する場合があります。

- ☑ 上記写真に示す状況により、近隣へ迷惑をかける可能性があります。
- ☑ 場合によっては、民法によりその損害を賠償する責任を負う可能性があります。

- ☑ 親が亡くなった
- ☑ 施設へ入所した
- ☑ 相続する人がいない
- ☑ 家を管理する人がいない

など、さまざまです。このような状況に備え、事前の対策が必要です。

# 対策1

## 空き家にしない 家族で話し合うこと の大切さ

空き家にしないためにはどうすればいいの？

岡谷市が行ったアンケートでは、空き家となった理由は、半数以上が「所有者等が亡くなったため」という結果でした。日頃から、建物や土地の権利や登記関係の確認、家族との話し合いや専門家への相談などの準備をすることが大切です。



### 生前から家族等と話し合みましょう

所有者等の体調が急変したり、認知機能が低下した場合などに備え、土地や建物をどうするか（解体・売却・継続使用等）、また管理をどうするか、家族が集まる機会に、話し合みましょう。



### 現在の登記を確認しましょう

土地や建物が相続登記されず、前の所有者のままの状態だと、相続手続きが大変になったり、また解体や売却の際に支障が出ます。法務局で確認し、必要な手続きを済ませましょう。



### 専門家へ相談しましょう

登記や相続など、それぞれの悩みに応じた専門家へ相談しましょう。高齢者のみなさんは、顔なじみの民生委員、社会福祉協議会や地域包括支援センターの職員へ相談してみるのも良いでしょう。支援先等を紹介してもらえます。



### 良質な住宅として維持しましょう

住宅を次世代に引き継いでいくためには、良好な状態で維持していくことが大切です。耐震改修やリフォームなどを行い、良質・良好な住宅を保ちましょう。



きれいな状態を保ちましょう！



#### Point

#### 相続登記が義務化されたの？

令和3年に民事基本法制の総合的な見直しがされ、相続登記等の申請の義務化や、相続等をした者が土地を手放すための相続土地国庫帰属制度の創設などが、令和5年から段階的に施行されました。

相続登記の義務化は令和6年4月から始まりました。

詳しくは、法務省または長野県司法書士会のホームページをご覧ください。



法務省



長野県  
司法書士会

わかっているけど、何をすればいいの？

空き家の所有者等は、法律により適正な管理を行う必要があります。適正に管理していない空き家は老朽化が進みます。

アンケートでは、空き家の維持管理で大変なのは「手間がかかる」との回答が、最も多い結果でした。周辺に迷惑をかけないためには、定期的な点検や修繕が大事です。

## 建物や敷地の点検をしましょう

適正な管理をしないと、台風などによる外壁や屋根材の飛散、樹木の繁茂、害虫の発生などにより、周辺に迷惑をかけてしまうことがあります。建物や敷地内の樹木等を定期的に点検しましょう。

## 必要に応じた修繕等しましょう

不良箇所を発見したら、放置せず、修繕をしましょう。掃除や換気も建物の傷みを防ぐのに効果的です。庭木等も手に負えなくなる前に、こまめに<sup>せんてい</sup>剪定等を行きましょう。

## 管理が難しいときは相談しましょう

所有者等が遠方に住んでいる場合や、高齢等で定期的に管理することが難しい場合は、専門業者や近隣の人に相談や依頼をしましょう。万が一に備え、民間保険会社の空き家向けの施設賠償責任保険も検討しましょう。

### Point

#### 専門業者がわからないときは？

岡谷市では、関係団体とともに「空き家ネットワーク@おかや」を組織し、専門分野の業務や相談対応を担っています。空き家の点検や草刈りなどの管理代行を行っている団体、リフォームや補修を行っている団体、権利関係の団体などが構成員ですので、気軽に市の相談窓口へお問い合わせください。

詳しくはコチラ▶



# 対策2

空き家の  
適正な管理  
点検・修繕・相談

### 点検



### 修繕等



### 相談



# 対策3

## 空き家の利活用 空き家バンクに登録

まだ使える建物だから、売るにはどうすれば？

空き家をそのまま放置しても、税金や維持管理の経費などがかかります。今後、管理が難しい場合や、使用する予定がない場合は、市の制度の「空き家バンク」を利用して売却や賃貸を検討しましょう。

### 空き家バンクとは

### 対象物件

空き家を売却等したい人が、所有する空き家を、空き家バンクへ登録し、空き家を「買いたい、借りたい」と希望する人に広く情報提供し、有効活用を図るものです。

1. 岡谷市内にある空き家（共同住宅・長屋を除く）
2. 専任媒介契約（1社の業者との契約）が締結されていない空き家
3. 個人が所有する空き家

### 利用の流れ



### 空き家バンク 利用者の声

#### 登録申し込み

空き家バンク登録申込書、登録カード、同意書を市の窓口（都市計画課）へ提出します。

#### 取扱い業者の決定

市が長野県宅地建物取引業協会に取扱い業者の選定を依頼し、業者が決定したら、所有者に通知します。

#### 物件確認

空き家バンク登録に必要な情報の確認と、物件の写真撮影するため、市と取扱い業者との現地での立会いをお願いします。

#### 物件登録

現地での立会いおよび売却額等が確定したら、空き家バンクに登録します。後日完了通知を送ります。

#### 物件登録後

市のホームページや、全国・長野県の空き家紹介サイトで、広く情報提供し、引き合いがあった場合は取扱い業者から所有者へ連絡します。

#### 購入した人

空き家バンクで住宅を購入した人へのアンケート結果

#### 空き家を探した目的

持ち家を求めて/結婚のための新居に空き家のリノベーションを希望/長野県に移住希望

#### 購入してよかったこと

諏訪湖が見えるロケーション/家の中の空気感がよい/新築より安く済んだ/元の家の梁(はり)を生かしたデザインにできた

#### 不安だったこと→解決策

アスベストが使われていないか心配→検査をして解決/リフォーム費用の捻出→DIYで費用を抑えて解決

#### アドバイス

古い家には古い家の良さがある/日当たりなど、1日に数回内見するとよい

実際に利用した人に話を聞きました

#### 売却した人

60代男性



#### 登録したきっかけ

固定資産税など管理に費用がかかるため、自分の代で処分しようと思った。

#### 空き家で困ったこと

毎年固定資産税がかかることと、植木の剪定や枯れ葉の管理など、管理にお金と時間がかかっていたこと。

建物の老朽化が進んで心配ですが…

# 対策4

## 空き家の解体 不良住宅判定・解体

建物の老朽化が進み、管理不全の状態となった空き家は、周辺へ迷惑をかけたり、通行者等にケガをさせてしまう恐れがあります。解体すれば維持管理の手間や費用は必要なくなります。家族等との思い出がつまった家の解体は複雑な気持ちになると思いますが、将来のことを考えて検討してみましょう。

### 解体を検討 しましょう



市では、以下の3つのことを行い、建物の解体に協力しています。除却後の土地活用も考えながら、解体を検討しましょう。

- ①建物が老朽危険空き家であるか否かの「**不良住宅判定**」を行います。
- ②老朽危険空き家に該当した空き家等に対して、「**解体費の一部を助成**」しています。
- ③建物を除却して1年以内の「**空き家除却地**」も、**空き家バンク**の対象としています。

Point

#### 空き家の法律が改正されました

昨年、国が定める、空き家の活用拡大や管理の確保、管理不全の空き家の除却などを強化する法律が改正されました。これまでの特定空き家敷地に加え、今後、市が指導・勧告した特定空家となる恐れのある空き家（管理不全空家等）の敷地も、固定資産税等が軽減される特例措置に該当しなくなる可能性がありますので注意が必要です。

### 空き家対策に関する市の制度

#### ●空き家の家財を処分したい！ 空き家家財等処分手業

家財等の片づけにかかる費用の一部を補助します。（空き家バンク登録が必要）

**補助対象** ※いずれも該当する人

- 空き家バンクに登録された住宅であること
- 空き家の所有者等で市税を滞納していない人

**対象経費**

- 空き家の屋内にある残置物の片づけ、処理費用
- 処分業者等に依頼して行う費用であること

**補助金額**

- 対象経費の1/2以内  
上限10万円

※屋外の樹木の伐採などは対象外

※市の補助決定を受けてから着手すること



詳しくはコチラ

#### ●空き家を解体したい！ 老朽危険空き家対策補助金

専門家による診断で不良住宅と判定された空き家を解体する場合に、解体にかかわる費用の一部を補助します。

**補助対象** ※いずれも該当する人

- 市内の一戸建て住宅で、1/2以上が居住用として使用されていたもの
- 不良住宅判定で、補助対象と判定されたもの
- 個人が所有する建物であること

**対象経費**

- 解体業者に依頼して行う解体に係る工事費
- ※市の補助決定を受けてから着手すること

**補助金額**

- 対象工事費に8/10を乗じた額の1/2以内  
上限30万円



詳しくはコチラ

#### ●空き家を購入して岡谷に住みたい！ 移住・田舎暮らし応援事業補助金

詳しくはコチラ



■ 問合せ：都市計画課 内線 1372

# 3月31日、小口道生副市長が退任し、 4月1日より藤澤正副市長が就任しました



このたび、3月31日の任期満了をもちまして、副市長を退任いたしました。

4年前、就任とほぼ同時に始まった新型コロナウイルス感染症の拡大は、市民の皆さまの健康

や生活、社会経済活動、さらには行政の推進においても、多大な影響がありました。こうしたなか、ワクチン接種を始めとした様々な対応にあたりましては、関係者の方々や多くの市民の皆さまのご支援、ご協力いただき、深く感謝を申し上げます。

任期中の4年間は、私が職員時代に策定に関わった第5次岡谷市総合計画前期基本計画の期間であり、この間、その進捗や推進に携わることができたこと、さらには岡谷市の未来へとつながる後期基本計画の策定に関わられたことは、行政に携われた者として、この上のない大変貴重な経験をさせていただきました。

4月から後期基本計画がスタートとなります。人口減少等の大きな課題を乗り越え、将来都市像であります「人結び 夢と希望を紡ぐ たくましいまち岡谷」の実現に向け、新しい体制により力強く踏み出し、前進されていくことを心から願っております。

結びに、岡谷市の限らない発展と、市民の皆さまのこれまでのご支援ご協力を重ねて感謝を申し上げますとともに、皆さまのご健勝、ご多幸を心から祈念申し上げます。退任のあいさついたします。

小口道生



小口道生前副市長の退任に伴い、4月1日より副市長に就任いたしました。

今は、課せられた使命の大きさ、職責の重さに身を引き締まる思いであります。

現在、地方公共団体を取り巻く環境は非常に厳しいものがあり、また社会経済情勢も日々変化しており、先が見通しにくい状況にあります。

また、岡谷市では人口減少と少子化、公共施設の老朽化などの様々な諸課題がありますが、その対策と克服に向け、国や長野県と連携しながら、的確かつ迅速に取り組みとともに、市民の皆さまと力を合わせて積極的にまちづくりを展開していかねばならないと考えております。

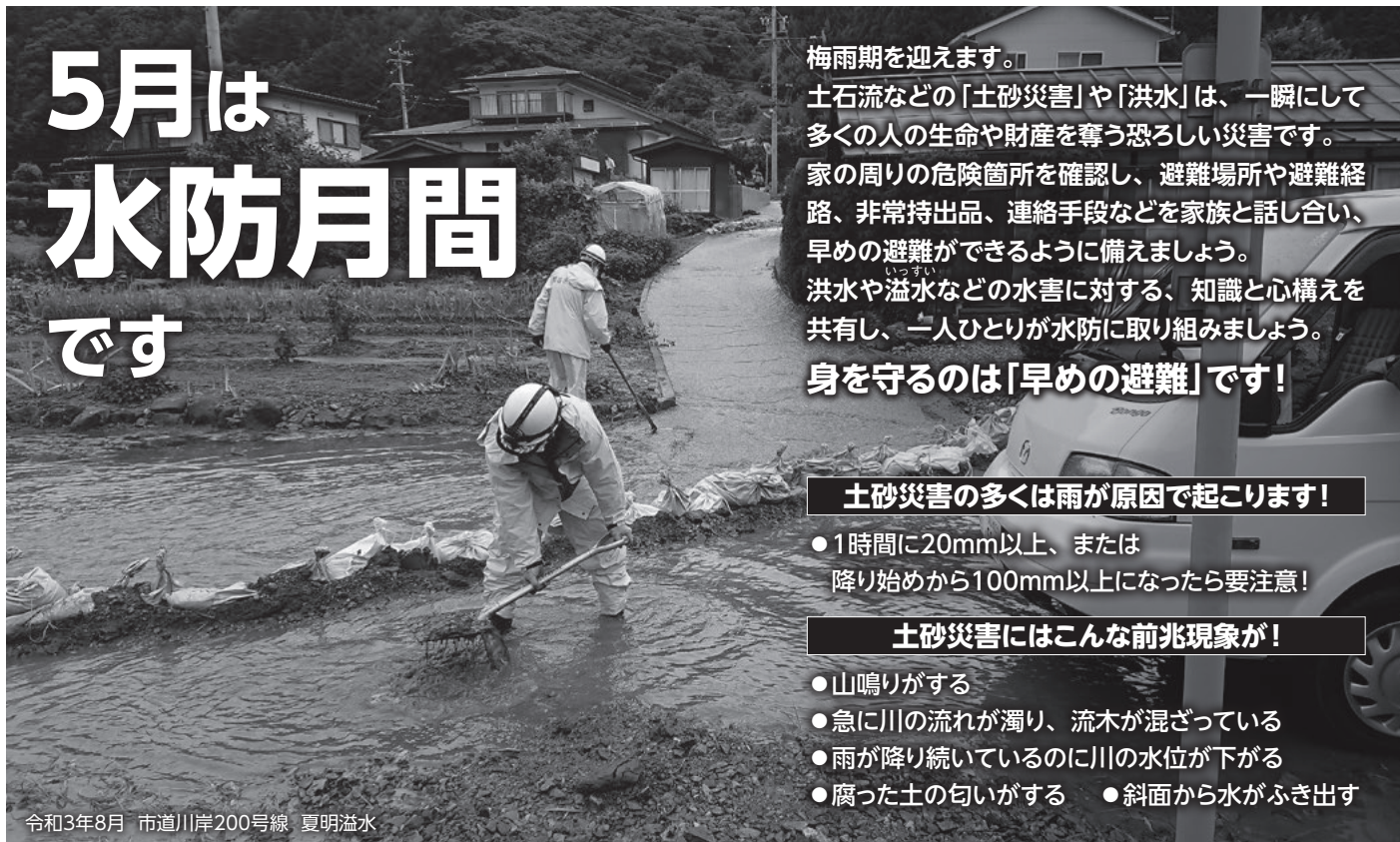
このように複雑で厳しい状況にありますが、将来のまちを見据え、持続可能な行財政運営を柔軟かつ積極的に推進するため、全力を傾注してまいります。

本年度は、第5次岡谷市総合計画後期基本計画の初年度であり、将来都市像「人結び 夢と希望を紡ぐ たくましいまち岡谷」の実現に向けて、力強くスタートしていく大変重要な年であります。

もとより浅学非才の身ではありますが、これまでの行政経験を活かして早出市長を補佐し、岡谷市の発展と市民福祉の向上のため、誠心誠意職務に取り組んでまいりますので、市民の皆さまのご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

副市長 藤澤 正





# 5月は 水防月間 です

梅雨期を迎えます。土石流などの「土砂災害」や「洪水」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！**

### 土砂災害の多くは雨が原因で起こります！

- 1時間に20mm以上、または降り始めから100mm以上になったら要注意！

### 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
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- 腐った土の匂いがする ● 斜面から水がふき出す

令和3年8月 市道川岸200号線 夏明溢水

## 命を守る情報！災害に備えて登録しましょう

### ●メール配信@おかや

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。

### ●岡谷市LINE公式アカウント

防災メールと連携しているため、緊急時にメール配信と合わせて情報を取得できます。ぜひ「友だち登録」してください。

〈登録方法〉LINEアプリをダウンロードしたら、右のQRコードから登録してください。



※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1542)へお問い合わせください。

問合せ●危機管理室(内線1592)

## お知らせ

## 犯罪被害者の支援を始めました

犯罪被害は、ある日突然、本人の意思とは無関係に起こります。犯罪被害者やその家族の多くは、犯罪そのものによる直接的な被害をはじめ、事件後の精神的ショック、経済的な困窮、周囲の人々の心ないうわさ、さらにはSNSなどにおける誹謗中傷などのいわゆる二次被害を受けて苦しむこともあります。

市では、犯罪被害者やその家族が、受けた被害から回復し、安心して暮らせる地域社会の実現のため「犯罪被害者等基本法」に基づき、「岡谷市犯罪被害者等支援条例」を制定し、相談および支援を行っています。犯罪被害にあった場合には、一人で悩まず、まずは社会福祉課窓口にご相談ください。

※支援内容などの詳細は、市ホームページをご覧ください。



こちらから▶

問合せ●社会福祉課(内線1258)

### 主な支援内容

- 相談および情報の提供  
犯罪被害にあった人などの相談に乗り、相談窓口の紹介や支援情報の提供などを行います。
- 居住の支援  
二次被害防止など、転居が必要な場合には市営住宅への入居支援を行います。
- 経済的負担の軽減  
(1) 犯罪被害者などの経済的負担を軽減するため、遺族支援金や重傷病支援金を支給します。  
(2) 日常生活に必要な民間または公共サービスを利用した場合の費用の一部を支援します。  
・支援金支給対象…家事・配食サービス・保育利用・転居・報道対応・弁護士相談

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

## 入園前に保育園に行ってみよう! 未就園児親子交流

保育園はどんなところ? 入園前の子どもと保護者を対象に、在園児との交流や保護者同士の交流を目的とした保育園で遊べる日を設けていますので、お気軽にご参加ください。  
※日程が変更になることがありますので、事前に保育園に問い合わせからお出かけください。



| 保育園名       | 電話番号     | 名称         | 今後の開催予定                     |     |     |     |    |     |     |     |     |  |
|------------|----------|------------|-----------------------------|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|--|
|            |          |            | 5月                          | 6月  | 7月  | 8月  | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月  |  |
| 小口保育園      | ☎22-2489 | なかよしの日     | -                           | 6日  | 4日  | 8日  | -  | 3日  | 7日  | 16日 | 16日 |  |
| 今井保育園      | ☎22-2935 | うさこちゃんの日   | -                           | 5日  | 3日  | 7日  | -  | 3日  | 6日  | 5日  | 15日 |  |
| あやめ保育園     | ☎22-2680 | こっこちゃんの日   | -                           | 4日  | 2日  | 6日  | -  | 8日  | 12日 | 17日 | 14日 |  |
| 川岸保育園      | ☎22-3829 | チューリップぐみ   | -                           | 6日  | 4日  | 6日  | -  | 3日  | 12日 | 20日 | 10日 |  |
| 成田保育園      | ☎22-2464 | うさこちゃんの日   | -                           | 5日  | 3日  | 7日  | -  | 3日  | 6日  | 18日 | 8日  |  |
| みなと保育園     | ☎22-3566 | ノントンの日     | -                           | 4日  | 4日  | 1日  | -  | 8日  | 14日 | 17日 | 15日 |  |
| 長地保育園      | ☎27-4194 | ノントンの日     | -                           | 11日 | 10日 | 2日  | -  | 8日  | 13日 | 19日 | 9日  |  |
| 西堀保育園      | ☎22-7670 | ミッフィーちゃんの日 | -                           | 6日  | 4日  | 8日  | -  | 3日  | 7日  | 19日 | 9日  |  |
| 神明保育園      | ☎22-4555 | ノントンの日     | -                           | 25日 | 23日 | 21日 | -  | 8日  | 6日  | 13日 | 30日 |  |
| 横川保育園      | ☎28-1180 | ミッキーの日     | -                           | 5日  | 3日  | 7日  | -  | 2日  | 7日  | 20日 | 14日 |  |
| 信学会 東堀こども園 | ☎27-9366 | ノントンの日     | 23日                         | 27日 | 18日 | 22日 | -  | 10日 | -   | 19日 | 24日 |  |
| 聖ヨゼフ保育園岡谷  | ☎24-1477 | こひつじの会     | -                           | 18日 | -   | 8日  | 2日 | -   | 20日 | -   | -   |  |
| ひまわり保育園    | ☎27-2816 | ちゅ〜りっぷぐみ   | 年齢別ひろばがあります。詳しくはお問い合わせください。 |     |     |     |    |     |     |     |     |  |

※2月は聖ヨゼフ保育園岡谷のみ(21日)

お知らせ

## 令和5年度住民税均等割のみ課税世帯 等に対する給付金の支給について

物価高騰が長期化するなか、特に家計への影響が大きい低所得世帯のうち、「令和5年度の住民税が均等割のみ課税世帯」に給付金を支給しています。

申請には期限がありますので、忘れないよう手続きしてください。詳しくはお問い合わせください。

### 【物価高騰重点支援給付金】

対象世帯…「令和5年度住民税均等割のみ課税」の世帯

※ただし世帯全員が、住民税が課されている他の親族等の扶養を受けている場合は**対象外**

給付額…1世帯あたり10万円

申請期限…6月14日(金)

手続き方法…

- ①市から**お知らせ通知**が届いた場合…**申請手続きは不要**  
(令和5年度給付金2万円受取り口座)へ支給済
- ②市から**確認書**が届いた場合…**申請手続きが必要**

問合せ●社会福祉課(内線1251・1222)

お知らせ

## やまびこ公園 5月・6月のイベント

### ●やまびこ春風マレットゴルフ大会(要申込み)

日時…5月16日(木) 受付:午前8時~8時30分

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

### ●令和6年度 第1回やまびこ草木染教室(要申込み)

日時…5月22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

### ●やまびこ夜景コンサート(第1夜)(要申込み)

~沼山紘史・有馬理絵 ジョイントリサイタル~

日時…6月1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…沼山紘史(ユーフォニアム)・有馬理絵(クラリネット)・田岡将平(ピアノ)

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

information — 今月のお知らせ —

募集

## 高校生発信のまちづくり! Voice of AOHS メンバー大募集!

Voice of AOHS (エーオーエイチエス) は、岡谷市のまちづくりを考える有志の高校生グループです。毎月1回程度「高校生まちづくり会議」を実施しながら、岡谷市をテーマにした企画や情報発信を行っています。高校生ならではのアイデアを、今年度の活動メンバーと一緒に形にしてみませんか?

**【過去の活動】** ご当地グルメ開発、イルミネーション装飾、フотスポット制作など

**対象**…岡谷市内の高校に在学、または市内在住の高校生

※活動の参加には保護者の同意が必要です。

**活動期間**…5月下旬～令和7年3月

**活動回数**…月1～2回程度(1回1～2時間)

**定員**…20名程度

**申込み**…地域創生推進課に電話、またはVoice of AOHS公式Instagramにダイレクトメールでお申し込みください。

**申込み締切**…5月10日(金) ※締切以降でも申込み可能です!



VOICE OF AOHS

問合せ●地域創生推進課(内線1361)

環境

## おかやエコフェスタ2024を開催します

### テーマ「水とつながるエコライフ」

今回は、諏訪湖の水環境や水力発電の仕組みなどの展示を行うほか、環境クイズラリーなどの楽しいイベントを企画しています。この機会に普段なげなく使っている水と環境のつながりや、諏訪湖のことを一緒に考えてみませんか?

**開催期間**…5月15日(水)～19日(日) 午前9時～午後9時

**場所**…レイクウォーク岡谷

(メイン会場:1階レイクコート、ほか専門店等)

**【内容】**(★は18日・19日のみの開催です。)

- ジオラマを使った水力発電体験コーナー
- 諏訪湖環境研究センターの紹介コーナー
- 節水レシピや捨てちゃごみの有効活用法を紹介
- ★MIRAIが岡谷にやってくる!(水素自動車の展示)
- ★eスポーツで諏訪湖の環境を学ぼう!(eスポーツ体験)
- ★専門店による環境クイズラリー など



▲詳しくはこちらから

問合せ●環境市民会議おかや事務局(環境課内 内線1446)

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

### 都市計画審議会の委員を募集します

岡谷市の都市計画に関する事項について、法の規定に基づき、計画案を調査・審議をする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

**定員**…2名

**任期**…2年(6月1日～令和8年5月31日)

**応募方法**…任意の用紙に住所・氏名・年齢・職業・連絡先を明記のうえ、「岡谷市のまちづくりについて」のレポート(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。

Eメール [toshikei@city.okaya.lg.jp](mailto:toshikei@city.okaya.lg.jp)

**応募締切**…5月13日(月)必着

問合せ●都市計画課(内線1332)

### 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8年6月2日)

**応募方法**…任意の用紙に住所・氏名・年齢・職業・連絡先を明記のうえ、「私の考える男女共同参画社会」のレポート(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。

Eメール [sousei@city.okaya.lg.jp](mailto:sousei@city.okaya.lg.jp)

**応募締切**…5月17日(金)必着

問合せ●地域創生推進課  
(内線1362)

### 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8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」のレポート(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。

Eメール [kougyo@city.okaya.lg.jp](mailto:kougyo@city.okaya.lg.jp)

**応募締切**…5月15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

information ー 今月のお知らせ ー

お知らせ

## 税金の納め忘れはありませんか？ 5月は滞納整理強化月間です

### 公平な納税のために

まちの発展を支えるさまざまな市税、市民のみなさんの健康を守る医療保険制度の基礎である国民健康保険税、これらすべてが岡谷市を支える大切な財源です。市では、税負担の公平性を維持するために滞納額減少に向けた取り組みを行っています。

#### 国税局OB職員による滞納処分強化

市では国税局OB職員の雇用により徴収体制強化を図り、納税秩序の維持と税の公平性を確保します。

#### 税金はいつまでにどこで納めるの？

税金には各期ごと、それぞれに納期限があります。納期限については、お手元の納税通知書をご覧ください。また、納付方法は納税通知書などにより現金、スマホ決済、クレジット決済で納める方法と口座振替で納める方法があり、納付場所は市役所、各支所、金融機関、コンビニなどがあります。詳しくは納税通知書の裏面をご覧ください。

### 税金を滞納するとどうなるの？

納税者が期限までに納付していない状態を「滞納」といい、そのままにしておくと、本来納める税額以外に延滞金を納めることになるほか、滞納処分を受け、強制的に税金の徴収を受けることになります。滞納処分は法律で定められており、本人の意思にかかわらず執行されます。

### 納税が困難なときはご相談ください

次のような事情で、市税を納期限までに納めることができない場合、分割での納付や、納付を猶予することができますので、お早めにご相談ください。

- 病気やケガで働けなくなった
- 失業や事業不振などで著しい損害を受けた
- 災害や盗難で損害を受けた

### 便利な口座振替をお勧めします

市税などの納付には、納め忘れがなく、納付の手間も省ける口座振替が便利です。お申し込みは、市役所または各支所、金融機関にある「市税等口座振替依頼書」に必要事項を記入し、窓口へ提出してください。取扱い金融機関など、詳しくは税務課までお問い合わせください。

問合せ●税務課(内線1138・1139)

お知らせ

## 小児科・産婦人科オンライン相談をご利用ください

市では、医療面での悩みや不安について、小児科医・産婦人科医・助産師に無料で相談できるオンライン相談サービスを開始しました。日常生活のなかでの健康に関わる何気ない悩みや不安から、病院を受診するかどうかの相談など、専門医に直接相談し、医学的なアドバイスを受けることができます。ぜひご利用ください。なお、利用には会員登録が必要です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問合せ●健康推進課(内線1173・1177)

対象…市内在住の妊産婦、小児(15歳以下)の保護者、女性

※男性(夫、パートナー、父親)が女性についての相談をすることも可能です。

料金…無料

※通話料や通話料等は自己負担となります。



## シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

ユーチューブライブ

### 5月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1364)

【6月3日よりチャンネルが変更となります】

変更前:111チャンネル(リモコン11番)⇒変更後:121チャンネル(リモコン12番)  
詳しくは、LCV(☎0120-123-833)、または秘書広報課まで。

《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。

5月の  
放送  
番組

- わが家のアイドル
- 運動不足を防ごう! お家でできるかんたん運動
- 岡谷市イベント情報 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。

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(金)】まで

受付窓口…税務課(支所・イルフ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
- 申請者(所有者)の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+顔写真つき身分証明書)

〈新たに申請する必要がある場合〉

- 軽自動車を乗り換えている場合
- 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)



おかやのカルチャー

# 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

### 長地公民館・「筋力アップ&体幹トレーニング」共催講座 筋力アップ&体幹トレーニング体験講座

筋肉と体幹を鍛えて、けがなくスポーツを楽しめる体をめざしてみませんか!? お気軽にお申し込みください。

日時…5月24日・31日、6月7日(全3回) 毎週金曜日  
午後7時~8時

場所…長地公民館 2階講堂

講師…フィットネスインストラクター 小口寿美江さん

定員…10名(先着順・定員になり次第締め切り)

持ち物…動きやすい服装、運動靴、ヨガマット(持っている人)、タオル、飲み物

受講料…600円 ※講座初日に集金

申込み…4月26日(金) 午前9時から長地公民館窓口、電話、E-mail(osachi@city.okaya.lg.jp)、電子申請(QRコードから)にて受付。5月16日(木) 締切。



問合せ●長地公民館 ☎27-8080

### カルチャーセンター 季節の教養講座 オカリナ入門講座

心和むやさしい音色のオカリナを、楽しく、一緒に奏でましょう。初心者向けの講座です。ぜひ挑戦してみませんか。

日時…5月31日、6月7日・14日・21日・28日(全5回)  
毎週金曜日 午前10時~11時30分

場所…カルチャーセンター 第1・2多目的ホール

講師…岡谷オカリナの会 前野秀雄さん

定員…15名(先着順・定員になり次第締め切り)

受講料…1,000円(オカリナの購入を希望する人は3,500円別途) ※受付時に集金

申込み…5月2日(木) 午前10時からカルチャーセンター窓口にて受付。3日(金) から電話、電子申請(QRコードから)でも受け付けます。5月11日(土) までは市内在住・在勤の人のみ。5月17日(金) 締切。



問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

# +++++ 令和6年度 いちい学級 +++++

健康で充実した毎日を送るために、一緒に学ぶ仲間との交流のなかで、新しい自分の扉を開きませんか。

友人やご近所もお誘いあわせのうえ、お気軽にお申し込みください。

**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10日(金)午前9時から各館窓口にて受け付け開始。初日は窓口のみで受け付け、13日(月)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20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)                                       |
| 5/23(木)          | 開講式・オリエンテーション<br>自宅で簡単にできる健康増進体操(鮎澤秀成)          | 5/24(金)     | 開講式&ミニコンサート(湊の風ケーナサークル)                                 | 5/22(水)      | 開講式 ユーモアを持って、上機嫌で生きる為のマジック講座(山口まゆみ)            | 5/24(金)      | 開講式～体感しよう!～スペインの伝統芸能 情熱のフラメンコ(ロス・ピナーレス エストラータ) |
| 5/30(木)          | 自主映画から郷土の歴史を学ぶ(柳沢康夫)                            | 5/31(金)     | ずっと続けられる簡単体操～いつまでも健康でいるために～(高橋愛)                        | 5/29(水)      | 【岡谷市民病院よりあい講座】認知症の理解と接し方、介護の方法                 | 5/31(金)      | 【岡谷市民病院よりあい講座】糖尿病について                          |
| 6/6(木)           | 口腔ケアについて(大滝素世)                                  | 6/7(金)      | 特殊詐欺の新しい手口～最近「オレ、オレ」とは言いません～(岡谷警察署)                     | 6/12(水)      | 私たちの生活とにおいて(上矢恭子)                              | 6/7(金)       | 透明感あふれるハーバリウム～花を選んで小瓶に思いを描く～(新海光枝)             |
| 6/13(木)          | 当事者意識を高めるために～部落問題をとおして～(南波秀司)                   | 6/21(金)     | 当事者意識を高めるために～部落問題をとおして～(南波秀司)                           | 6/19(水)      | 当事者意識を高めるために～部落問題をとおして～(南波秀司)                  | 6/14(金)      | 下水道のしくみ(水道課)                                   |
| 6/20(木)          | 笑顔 そして元気さあ歌いましょう!(小山治男)                         | 6/28(金)     | 【お出掛け講座】郷土の酒造り学ぶ～酒蔵と資料館を見学しよう～(株式会社豊島屋)                 | 7/3(水)       | クラフトテープを使って工作①～かごバッグを作ろう～(クラフトを楽しむ会)           | 6/21(金)      | ～味噌は朝の毒消し!?～学んで作ろう!! 岡谷味噌(長峰愛)                 |
| 7/4(木)           | 防災について考えよう～災害クロスロード(防災ゲーム)～(危機管理室)              | 7/5(金)      | 【お出掛け講座】私たちの市議会を知ろう(岡谷市議会)                              | 7/10(水)      | クラフトテープを使って工作②～かごバッグを作ろう～(クラフトを楽しむ会)           | 6/28(金)      | 当事者意識を高めるために～部落問題をとおして～(南波秀司)                  |
| 7/11(木)          | 作ってみよう! 非常食～知って得する「パッククッキング」～(健康推進課)            | 7/19(金)     | ミニコンサートとカホン(打楽器)体験(いろはにこんぺいとう)                          | 7/24(水)      | 歌声コンサートin川岸(小山治男)                              | 7/5(金)       | ゲーム感覚で楽しく健康に!! スポーツウェルネス吹き矢(小平はる美)             |
| 7/18(木)          | パラスポーツ「ポッチャ」を楽しもう(社会福祉協議会)                      | 9/6(金)      | 【岡谷市民病院よりあい講座】「人生の最終段階における意思決定」を一緒に考えましょう～いつかくるその時のために～ | 7/31(水)      | おいしく楽しく健康づくり(健康推進課)                            | 7/12(金)      | 災害クロスロード(防災ゲーム)(危機管理室)                         |
| 8/1(木)           | クラフトテープを使って工作①～オリジナル作品を作ろう～(クラフトを楽しむ会)          | 9/13(金)     | 湊小学校のみんなといっしょに楽しく歌おう(佐原玲子)                              | 8/21(水)      | 背骨コンディショニングでシャキッと姿勢をととのえよう!～身長が縮まらないように～(宮澤佳子) | 9/6(金)       | 元気なうちに備える終活(宮原則子)                              |
| 8/8(木)           | クラフトテープを使って工作②～オリジナル作品を作ろう～(クラフトを楽しむ会)          | 9/20(金)     | パラスポーツを体験してみよう(社会福祉協議会)                                 | 8/28(水)      | こころ健やかに暮らせる家相のお話(飯田美紀)                         | 9/13(金)      | ～季節を切り取り描く～秋の切り絵教室(日連れんげ)                      |
| 9/5(木)           | 岡谷の産業について(工業振興課)                                | 10/4(金)     | 【料理講座】知って得する「パッククッキング」～災害時でも日常でも役に立ちます～(健康推進課)          | 9/11(水)      | 原始古代の川岸の歴史(会田進)                                | 9/20(金)      | ～温故知新～ 諏訪の地震を学んで将来に備えよう(小口徹)                   |
| 9/19(木)          | 武井武雄「童画の世界を訪ねる」～イルフ童画館見学～(山岸吉郎)                 | 10/11(金)    | ときにははっとり朗読講座～鑑賞と体験～(中澤由佳)                               | 9/18(水)      | ロコモ体操とシナプソロジーでからだを脳を活性化!(高橋愛)                  | 9/27(金)      | 東堀の歴史探訪【講義編】～正八幡宮から中山道界限の歴史を学ぶ～(鈴木猛)           |
| 10/10(木)         | 古典を観賞しよう～源氏物語の世界～(今井秀幸)                         | 10/18(金)    | 文化祭に出品しよう～香りを楽しむお香立てを作ろう～(木下徳太郎)                        | 10/1(火)      | イルフ童画館見学(イルフ童画館)                               | 10/4(金)      | 東堀の歴史探訪【ゆったり散策編】～正八幡宮から中山道界限の現地をめぐる～(鈴木猛)      |
| 10/17(木)         | 議会見学&議員さんと座談会(岡谷市議会)                            | 11/1(金)     | 地球と地震の仕組みを実感しよう(芝野靖)                                    | 10/9(水)      | 川岸公民館いちい学級ぼっちゃん交流大会(社会福祉協議会)                   | 10/11(金)     | 歌声コンサートin長地(小山治男)                              |
| 10/31(木)         | 諏訪の自然御神渡りの不思議に迫る(伊藤文夫)                          | 11/8(金)     | ゆったりyoga～心も体も穏やかに～(高橋愛)                                 | 10/23(水)     | 諏訪に地震が来たら(小口徹)                                 | 10/25(金)     | 【岡谷市民病院よりあい講座】腰痛体操                             |
| 11/14(木)         | 閉講式【岡谷市民病院よりあい講座】生活に役立つ薬のはなし～気をつけたい薬の飲み方・飲み合わせ～ | 11/15(金)    | 閉講式～クロモジ茶とともに～&ミニコンサート(湊小学校)                            | 10/30(水)     | 閉講式ミニコンサート(ミニマックス)                             | 11/1(金)      | 閉講式御渡りの歴史(小口徹)                                 |

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6年度 輝く子育て支援学級 +++++ 託児あり

未来に輝く心豊かな子どもが育つよう、仲間同士で学びあい、楽しくリフレッシュしませんか。  
充実した託児サービスで、集中して学ぶことができます。

**対象**…市内在住の乳幼児(4か月～3歳児)を持つ保護者(保育士による託児サービスがあります。)

**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9日(木)午前9時から各公民館窓口にて受け付け開始。初日は窓口のみで受け付け、10日(金)以降は公民館の窓口、電話または電子申請(QRコードから)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。

| 湊公民館<br>(定員12名・託児14名) |  | 川岸公民館<br>(定員14名・託児15名) |   | 長地公民館<br>(定員15名・託児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)   |
| 5/22<br>(水)           | 開講式・オリエンテーション<br>絵本deショー・タイム<br>(公民館職員)                    | 5/30<br>(木)            | 開講式&茶話会<br>アイスブレイクdeハッピー!<br>(公民館職員)                  | 5/21<br>(火)            | 開講式・オリエンテーション<br>～ようこそ♪子育て支援学級へ～<br>(公民館職員)              |
| 5/29<br>(水)           | 骨盤調整ピラティス&リラクソyoga<br>～優しく体幹へアプローチ～<br>(高橋愛)               | 6/6<br>(木)             | 親子deハッピー!いちご狩り♡<br>(公民館職員)                            | 5/28<br>(火)            | みんなで学ぼう資産運用<br>～はじめてのNISA～<br>(日本証券業協会)                  |
| 6/5<br>(水)            | 【ママとGo!】<br>今日はウキウキ♡みんなでイチゴ狩り♪<br>(公民館職員)                  | 6/13<br>(木)            | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>筋膜リリース&バレトン<br>(唐木田由紀)            | 6/11<br>(火)            | ママと一緒に♪岡谷さんぽ<br>～消防署見学☆みんなちびっこ消防士～<br>(岡谷消防署署員)          |
| 6/19<br>(水)           | 健康☆美容に! ロースイーツ<br>～美味しいまん丸チョコトリュフ～<br>(小松愛)                | 6/20<br>(木)            | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>プロに学ぶ♡スイーツ<br>(山田真希子)             | 6/25<br>(火)            | 楽しくカラダを動かそう♪<br>～ラテンエアロで目指せ美Body!～<br>(千葉有希子)            |
| 6/26<br>(水)           | 子育てあるあるトークキング!<br>～視線を変えると輝く我が子の個性～<br>(中島のみ子)             | 7/4<br>(木)             | 親子deハッピー!<br>七夕を楽しもう♡<br>(いろはにこんぺいとう)                 | 7/2<br>(火)             | 蚕の繭で作ろう♪<br>～愛らしく美しい繭の花～<br>(岡谷美術考古館学芸員)                 |
| 7/10<br>(水)           | 手軽に豪華なおうちごはん<br>～牛乳パックdeケーキ寿司～<br>(中澤久美子)                  | 7/18<br>(木)            | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>エンジョイ! Hiphop♪<br>(maco)          | 7/16<br>(火)            | 子どもの交通安全対策<br>～保護者が良いお手本に～<br>(岡谷警察署東部交番)                |
| 7/17<br>(水)           | 初夏の爽やかリース<br>～フレッシュグリーン&可愛いフォルム<br>(浜麻子)                   | 7/25<br>(木)            | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>安心無添加♪天然オイルの石鹸作り<br>(杉浦さち)        | 7/30<br>(火)            | ママと一緒に♪<br>～作って遊ぼう木のおもちゃ～<br>(岡本洋子)                      |
| 8/21<br>(水)           | 【ママとGo!】やまびこ公園ピクニック<br>「どんぐりポッポ」に乗ろう<br>(雨天の場合8/28)(公民館職員) | 9/5<br>(木)             | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>瞑想アート☆点描曼荼羅体験<br>(greenwind yuya) | 8/20<br>(火)            | 実践! 頭皮マッサージ<br>～コリをほぐしてスッキリリフレッシュ～<br>(井ヶ倉文香・井ヶ倉麻由)      |
| 9/4<br>(水)            | 工房で陶芸焼きもの<br>～香り楽しむアロマポット～<br>(木下徳太郎)                      | 9/12<br>(木)            | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>こんまり流☆お片付け教室<br>(maco)            | 8/27<br>(火)            | ママと一緒に♪岡谷さんぽ<br>～ecoポッポ見学☆えこぼんに会えるかな～<br>(湖周行政事務組合職員)    |
| 9/11<br>(水)           | 【ママとGo!】デカイ体育館で遊ぼう<br>～スワドーム★幼児体育室～<br>(公民館職員)             | 9/19<br>(木)            | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>奥深い味わい♡天然酵母のパン作り<br>(杉浦さち)        | 9/10<br>(火)            | スニーカーでフラメンコ<br>～情感豊かに踊って基礎代謝アップ!～<br>(土屋さゆり)             |
| 9/25<br>(水)           | 女医さんに聞こう「歯の健康」<br>～健やかな成長はお口から～<br>(小澤有美)                  | 10/3<br>(木)            | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>onlyoneのプリザーブドフラワーアート<br>(山本深雪)   | 9/24<br>(火)            | 気分が上がる♪ハンドメイドリボン<br>～世界に一つだけの小物作り～<br>(高倉大夢)             |
| 10/2<br>(水)           | 本格的紅茶de好みの香り&味<br>～焼き菓子添えて幸せタイム♡～<br>(倉澤繁枝)                | 10/10<br>(木)           | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>保育園の人気給食the試食!<br>(保育園栄養士)        | 10/8<br>(火)            | 諏訪湖で湖上さんぽ<br>～非日常が味わえるrowing体験～<br>(朝倉大貴)                |
| 10/9<br>(水)           | イングリッシュハンドベル♪<br>～天使のハーモニイ癒しの音色～<br>(松本ベルエコース)             | 10/24<br>(木)           | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>天然石×レジンdeアクセサリー<br>(高橋恵子)         | 10/15<br>(火)           | ママと一緒に♪リトミック<br>～かぼちゃだ! おばけだ! ハッピーハロウィン～<br>(いろはにこんぺいとう) |
| 10/23<br>(水)          | カラフル紙バンドde作ろう<br>～キラリ☆クリスマスツリー～<br>(宮下茂美)                  | 10/31<br>(木)           | 【ハッピーママの女子力up講座】<br>ママのhappyで周りが変わる♡<br>(御子柴博子)       | 10/22<br>(火)           | 心が落ち着くヨガtime<br>～血流&姿勢改善でセルフケア～<br>(杉浦敦子)                |
| 11/6<br>(水)           | 筋膜リリース&バレトン<br>～体をほぐして☆楽しく脂肪燃焼～<br>(唐木田由紀)                 | 11/7<br>(木)            | 親子deハッピー!<br>絵本の世界を楽しもう<br>(イルフ童画館学芸員)                | 11/5<br>(火)            | 秋を感じるスイーツ作り<br>～作って食べておしゃべりして♪～<br>(小澤薫)                 |
| 11/13<br>(水)          | 閉講式<br>クロモジ茶でリラックスまとめの会<br>(公民館職員)                         | 11/14<br>(木)           | 閉講式&まとめの茶話会<br>こっそり託児をのぞいちゃおう<br>(公民館職員)              | 11/12<br>(火)           | 閉講式<br>～思い出と一きんぐ～<br>(公民館職員)                             |

## 〈カルチャーセンター 子育て応援講座〉

カルチャーセンターでは、今年度は各回ごとに申し込みができる「子育て応援講座」を8回開催します(6回は託児も実施・2回は親子講座)。詳細はカルチャーセンター(☎24-8404)へお問い合わせください。広報おかや6月号でもお知らせします。

問合せ●湊公民館 ☎22-2300・川岸公民館 ☎23-2200・長地公民館 ☎27-8080

・子どもの定期予防接種は、全て医療機関で行う個別接種です。  
 関に確認の上、予約をして接種を行ってください。

児健診等

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）  
 3～4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）  
 2歳児にこにこ教室：歯ブラシ・コップ・タオル  
 3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  |
| 〔+〕よねやま内科クリニック<br>☎ 22-8863<br>〔+〕藤岡歯科医院<br>☎ 22-2138<br>〔+〕矢崎薬局<br>☎ 23-7125<br>〔有〕ミヤサカ管工<br>☎ 22-9615 | 〔+〕さくら並木クリニック<br>☎ 78-7876<br>〔+〕藤森医院歯科<br>☎ 22-1829<br>〔+〕しなの調剤薬局赤羽店<br>☎ 75-2808<br>〔株〕シンニチ設備<br>☎ 22-1365 |    |
| 9   | 10   | 11 |
| 〔有〕三善工業<br>☎ 23-3446  | 〔株〕林鉄工設備<br>☎ 23-3197  |    |
| 6   | 17   | 18 |
| 〔株〕水道建設<br>☎ 23-2662  | 〔株〕アイテック<br>☎ 23-8500  |    |
| 3   | 24   | 25 |
| 〔+〕2歳児にこにこ教室<br>(R4年4月16日～30日生)<br>午前(個別通知します)<br>〔株〕松澤工業(株)岡谷支店<br>☎ 27-7642                           | 〔株〕信和設備<br>☎ 22-3302   |    |
| 0   | 31   |    |
| 〔株〕岡谷酸素<br>☎ 22-4931  | 健康相談・栄養相談・<br>歯科相談<br>(月～金曜日)<br>午前8時30分～午後5時15分<br>問い合わせ<br>健康推進課<br>23-6141(直通)                            |    |

●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 201A相談室   |       |               |
|   | 無料法律相談<br>〔予約制〕                              | 21日(火)午後1時～5時<br>問合せ：社会福祉課(内線1254)<br>相談員：北川 祥子弁護士<br>※6月分予約：5月22日(水)～受付開始  |       |               |
| 生活・子育て  | 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<br>問合せ：介護福祉課(内線1279)   |       |               |
|   | 子ども家庭センター(家庭児童相談など)                          | 月～金曜日<br>午前8時30分～午後5時15分 子ども課(内線1226)<br>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<br>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<br>問合せ：社会福祉課(内線1254)  |       |               |
|   | 子ども教育相談センター(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<br>問合せ：教育総務課(内線1232)   |       |               |
|   | 子ども教育相談センター分室                                | 一般相談 月～金曜日(祝日は除く)<br>午前8時30分～午後4時30分<br>専門カウンセラー(臨床心理士)相談〔予約制〕<br>相談日程については、下記へお問い合わせください<br>会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206                |       |               |
|   | 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<br>助産師による相談(1人あたり1時間)<br>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<br>問合せ：社会福祉課(内線1259)<br>・女性カウンセラー(産業カウンセラー)による相談<br>〔予約制〕21日(火)午前10時～午後3時50分<br>(1人約50分)<br>問合せ：地域創生推進課(内線1362) |       |               |
|   | まいさぼ女性相談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<br>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<br>問合せ：社会福祉課(内線1254)  |       |               |
| 移住相談  | 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分<br>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)          | 8日(水)午後1時～4時<br>対象者：40代前半までの人<br>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。<br>対象者：概ね35歳までの若年者<br>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<br>問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000  |       |               |
|   | 特許・発明相談                                      | 21日(火)午後1時～4時<br>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<br>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・成年後見等相談<br>社協心配ごと相談、家庭介護相談<br>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           |
|   | 第2・4火曜日                                      | 午前10時～午後4時  | 社協相談室 | 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<br>(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。

体験編 ▶ 5月17日(金) 午後7時～8時30分

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





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け付けます。  
受付時間／午前9時～午後4時 ☎ 23-8511

乳幼児  
医療機

◆乳幼児  
場 ち  
持 ※  
※  
※

◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康機

| 日   | 月   | 火   | 水  | 木   |
|---|---|---|--|---|
| <p>◎軽自動車税(種別割) 第1期<br/>◎国民健康保険税 第2期<br/>納期限…5月31日(金)</p> <p>納税は便利で確実な口座振替がお勧めです。<br/>口座振替の方は、残高確認をお願いします。<br/>忘れずに納税しましょう。</p> <p>問合せ●税務課(内線1135)</p>   |   |   | 1  |   |
| 5   | 6   | 7   | 8  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li> 信濃医療福祉センター ☎ 27-8414</li> <li> しんえい歯科クリニック ☎ 27-7500</li> <li> 土田薬局 ☎ 28-3232</li> <li> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</li> </ul>      | <ul style="list-style-type: none"> <li> 諏訪共立病院 ☎ 28-2012</li> <li> ホワイト歯科医院 ☎ 28-2635</li> <li> ひまわり薬局 ☎ 26-7226</li> <li> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> 1歳6か月児健診 (R4年10月生) 午後1時～1時20分 受付</li> <li> 信和設備(株) ☎ 22-3302</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li> 離乳食教室(ごっくん教室) (R5年12月生) [予約制・個別対応]</li> <li> (株)総設工業 ☎ 28-8504</li> </ul>     |
| 12  | 13  | 14  | 15   | 16  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li> 釜口医院 ☎ 22-2089</li> <li> 浦野歯科医院 ☎ 22-2854</li> <li> 調剤薬局マツモトキヨシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801</li> <li> (株)イワナミ ☎ 22-2222</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li> 育児相談 午前9時30分～11時 受付</li> <li> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li> 3歳児健診 (R3年4月生) 午後1時～1時20分 受付</li> <li> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li> 十和設備(株) ☎ 24-0182</li> </ul>   |
| 19  | 20  | 21  | 22   | 23  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li> 小野医院 ☎ 28-2776</li> <li> 太田歯科医院 ☎ 22-4648</li> <li> 長地中央薬局 ☎ 26-2522</li> <li> (株)杉村設備(株) ☎ 27-8632</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li> (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li> 3～4か月児健診 (R6年1月生) 午後1時～1時20分 受付</li> <li> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> 2歳児にこここ教室 (R4年4月1日～15日生) 午前(個別通知します)</li> <li> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</li> </ul> |
| 26  | 27  | 28  | 29   | 30  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li> 向山内科医院 ☎ 23-6272</li> <li> ジュンデンタルクリニック ☎ 24-8220</li> <li> クラフトさくら薬局岡谷店 ☎ 21-2301</li> <li> (株)総設工業 ☎ 28-8504</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li> 育児相談 午前9時30分～11時 受付</li> <li> (有)三善工業 ☎ 23-3446</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li> 9～10か月児健診 (R5年7月生) 午後1時～1時20分 受付</li> <li> (株)イワナミ ☎ 22-2222</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li> 離乳食教室(はばくばく教室) (R5年5月生) [予約制]</li> <li> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</li> </ul>         |

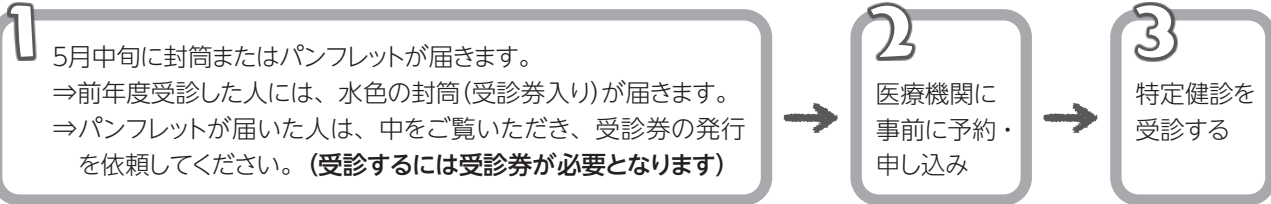


## 国保加入の40～74歳のみなさん 年1回は「特定健診」を受けましょう！

実施期間…6月1日(土)～11月30日(土)

通常約8,000円が「無料」で受診できます

特定健診の流れ



休日健診のご案内(無料) 平日の受診が難しい人に

### 特定健診 + 歯科健診

日曜日に特定健診を実施します。受診者全員に歯科医師による歯科健診(無料)も実施します。お口の健康も大切です。この機会にぜひ受診しましょう。

日時…6月30日(日) 午前8時30分～11時15分

場所…岡谷市保健センター

申込み…5月20日(月) 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。  
※9月8日(日)、10月6日(日)、11月24日(日)にも実施する予定です。

問合せ●医療保険課(内線1186)



## 諏訪広域連合からのお知らせ

### 65歳以上の人(第1号被保険者)の介護保険料が変わります

65歳以上の人介護保険料は、3年ごとに介護サービスや介護予防にかかる経費などから算出された基準額をもとに、所得等に応じて段階別に設定されます。  
※諏訪地域6市町村は同じ基準額です。

$$\text{諏訪広域連合で介護保険給付にかかる費用} \times \text{65歳以上の人の負担分(23\%)} \div \text{諏訪広域連合の65歳以上の人数} = \text{基準額 66,600円(月額5,500円)}$$

| 住民税  |      | 令和6年度から3年間の介護保険料          |                            |                     | 令和5年度              |          |         |
|------|------|---------------------------|----------------------------|---------------------|--------------------|----------|---------|
| 本人   | 世帯   | 前年の合計所得金額*1 など            |                            | 保険料段階(保険料率)         | 保険料年額              |          |         |
| ★非課税 | ★非課税 | 老齢福祉年金受給者 または 生活保護を受けている人 |                            | 第1段階<br>(基準額×0.285) | 18,981円            | 19,620円  |         |
|      |      | 前年の<br>合計所得金額             | ★★ 80万円以下の人                | 第2段階<br>(基準額×0.485) | 32,301円            | 32,700円  |         |
|      |      |                           | ★★ 80万円を超えており<br>120万円以下の人 | 第3段階<br>(基準額×0.65)  | 43,290円            | 42,510円  |         |
|      |      | 雑所得金額<br>(公的年金分)          | ★★ 120万円を超えている人            | 第4段階<br>(基準額×0.90)  | 59,940円            | 58,860円  |         |
|      |      |                           | ★☆ 80万円以下の人                | 第5段階<br>(基準額)       | 66,600円            | 65,400円  |         |
|      |      | 課税年金収入額                   | ★☆ 80万円を超えている人             | 第6段階<br>(基準額×1.05)  | 69,930円            | 68,670円  |         |
|      | ☆課税  | ☆課税                       | 前年の<br>合計所得金額              |                     | 第7段階<br>(基準額×1.10) | 73,260円  | 71,940円 |
|      |      |                           | ☆☆ 80万円未満の人                | 第8段階<br>(基準額×1.35)  | 89,910円            | 88,290円  |         |
|      |      |                           | ☆☆ 80万円以上<br>125万円未満の人     | 第9段階<br>(基準額×1.60)  | 106,560円           | 104,640円 |         |
|      |      |                           | ☆☆ 125万円以上<br>200万円未満の人    | 第10段階<br>(基準額×1.70) | 113,220円           | 111,180円 |         |
|      |      |                           | ☆☆ 200万円以上<br>300万円未満の人    | 第11段階<br>(基準額×1.90) | 126,540円           | 124,260円 |         |
|      |      |                           | ☆☆ 300万円以上<br>400万円未満の人    | 第12段階<br>(基準額×2.05) | 136,530円           | 134,070円 |         |
|      |      |                           | ☆☆ 400万円以上<br>600万円未満の人    | 第13段階<br>(基準額×2.20) | 146,520円           | 143,880円 |         |
|      |      |                           | ☆☆ 600万円以上<br>1,000万円未満の人  | 第14段階<br>(基準額×2.35) | 156,510円           | 153,690円 |         |

\*1 土地売却などに係る特別控除がある場合は、合計所得金額から「長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額」を控除した金額を用います。

問合せ●諏訪広域連合介護保険課 ☎82-8161 / 岡谷市介護福祉課(内線1269・1276～1279)

# 健康ひと回メモ

No.559

## 5月に気をつける病気

5月は、春から夏への季節の変わり目で、気温や湿度が大きく変化する時期です。そのため、体調を崩しやすく、さまざまな病気にかかりやすくなります。5月に多い病気としては、以下のようなものが挙げられます。

### 【感染症】

手足口病…主に乳幼児がかかる感染症で、発熱、口内炎、手足に水ぶくれができるのが特徴です。

ヘルパンギーナ…主に乳幼児がかかる感染症で、発熱、咽頭痛、口内に水ぶくれができるのが特徴です。

アデノウイルス感染症…発熱、咽頭痛、結膜炎、鼻水、咳などの症状が現れます。

ロタウイルス感染症…乳幼児がかかる感染症で、発熱、嘔吐、下痢などの症状が現れます。

流行性耳下腺炎(おたふく風邪)…発熱、耳下腺の腫れ、頭痛、倦怠感などの症状が現れます。

麻疹…麻疹ウイルスによって引き起こされる感染症で、発熱、咳、結膜炎、クチン接種率が低下して麻疹の患者数が増加傾向にあります。

風疹…風疹ウイルスによって引き起こされる感染症で、発熱、咳、結膜炎、発疹などの症状があります。ロタウイルス感染症、流行性耳下腺炎、麻疹と同様ワクチンで感染・重症化が防げます。お子さんは定期接種を必ず受けましょう。

### 【その他の病気】

五月病…新しい環境への適応ストレスなどによって、体調不良や気分の落ち込みなどの症状が現れます。

花粉症…スギやヒノキなどの花粉が原因で、くしゃみや鼻水、鼻つまりなどの症状が現れます。

熱中症…気温や湿度が高く、体内の水分や塩分が不足することで、めまいや頭痛、吐き気などの症状が現れます。

これらの病気の予防のためには、以下の点に注意することが大切です。

手洗い…こまめに手洗いをし、感染症の予防をしましょう。

マスクの着用…人混みや感染者のいる場所では、マスクを着用しましょう。

十分な睡眠と栄養…十分な睡眠と栄養をとり、体調を整えましょう。

適度な運動…適度な運動をして、体力をつけるようにしましょう。

気温や湿度の変化に注意…気温や湿度の変化に注意し、服装を調節しましょう。

もし、体調に異変を感じたら、早めに医療機関を受診するようにしましょう。

(岡谷市医師会)

## 健康

### 5月31日は世界禁煙デー

この機会に禁煙にチャレンジしませんか? 《5月31日～6月6日は禁煙週間》

#### たばこを吸うときは、受動喫煙防止を徹底しましょう

屋外や家庭など、喫煙が禁じられていない場所でタバコを吸うときも、まわりの人に煙を吸わせないように配慮をお願いします。



#### 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。加熱式たばこも禁煙治療の対象となります。禁煙治療が受けられる医療機関は、日本禁煙学会ホームページに掲載されています。(事前に医療機関に確認してください。)

※禁煙補助薬の出荷が停止されているため、治療の受け入れを中止している医療機関があります。

禁煙外来受診で  
Okaya Payポイント(1,000P)  
がもらえます!

※ポイントについてのお問い合わせは健康推進課まで。

問合せ●健康推進課(内線1185)

### 今月の子育てポイント(小学校高学年)「がんばったね!」「ありがとう!」は最高のほめ言葉

毎日全力で頑張る子どもの話に耳を傾け、「がんばったね!」「ありがとう!」「いつも応援してるよ!」「味方だからね!」などと笑顔で声をかけてあげましょう。やる気を育て心の安定をはかることができます。

～成長樹(期)子育て 実践ポイントより～



**環境** 令和5年度の岡谷市のごみ量が確定しました

令和5年度は、総ごみ量が11,846トン(前年比-496トン・-4.0%)、燃やすごみ量が10,135トン(前年比-338トン・-3.2%)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。

市では、2050年ゼロカーボンをめざし、燃やすごみの量を減らして二酸化炭素排出量を抑制する取り組みを推進しています。今後ごみの減量や3R(リデュース(発生抑制)・リユース(再使用)・リサイクル(再資源化))の推進にご協力をお願いします。

|                 | 令和3年度  | 令和4年度  | 令和5年度  |
|-----------------|--------|--------|--------|
| 総ごみ量(t)         | 12,455 | 12,342 | 11,846 |
| 燃やすごみ量(t)       | 10,520 | 10,473 | 10,135 |
| 1人1日当たりごみ量(g)   | 707.3  | 707.3  | 685.5  |
| その他プラスチック収集量(t) | 371    | 374    | 368    |

問合せ●環境課(内線1447・1448)

**募集** 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ミニチュア作品展」を、10月27日(日)から12月22日(日)にかけ開催します。この機会に、作品を制作して展示してみませんか。

9月から募集を開始しますので、詳しくはホームページをご覧ください。詳しくは▶



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」を行いますので、市民のみなさんのご協力をお願いします。

(小雨決行)  
日時…5月26日(日) 午前6時～(1時間程度)

内容…一般ごみ・空き缶・ペットボトルの回収など

範囲…諏訪湖畔・市内河川  
※当日の午前5時に、岡谷市LINE公式アカウントや市ホームページで実施の有無についてお知らせします。

問合せ●環境課(内線1447・1448)

**募集** 令和6年度 長野県障がい者スポーツ大会 参加者募集

「第24回長野県障がい者スポーツ大会」が開催されます。一人で複数の競技に参加できるようになりました。

**【実施競技】**

ボッチャ、水泳、陸上、ボウリング、ソフトバレーボール、バスケットボール、卓球、フライングディスク、アーチェリー  
開催期間…9月7日(土)～29日(日)

開催場所…千曲市、松本市、長野市、安曇野市

対象…市内在住の障がいのある12歳以上(4月1日時点)の人

参加費…無料

申込み締切…5月28日(火)

※日時・会場など、詳細は長野県公式ホームページをご覧ください。

問合せ●社会福祉課(内線1221)

**お知らせ** シルキーチャンネルの番号が変わります

6月3日(月)より、シルキーチャンネルは自主放送チャンネル再編により、番号が変更になります。

変更前:111チャンネル(リモコン11番)

変更後:121チャンネル(リモコン12番)

詳しくは、LCV(☎0120-123-833)、または秘書広報課までお問い合わせください。

問合せ●秘書広報課(内線1366)

**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

**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、ご理解とご協力をお願いします。

日時…5月22日(水) 午前11時ごろ

問合せ●危機管理室(内線1593)

**お知らせ** あなたのまちの身近な民生委員・児童委員

～支えあう 住みよい社会 地域から～

5月12日は全国民生児童委員協議会連合会が定めた「民生委員・児童委員の日」、5月は「活動強化期間」です。

**〈民生委員・児童委員と主任児童委員〉**

厚生労働大臣によって委嘱されたボランティアで、地域住民の身近な相談相手であり、専門機関へのつなぎ役です。法律上の守秘義務を有しており、安心して相談できる相手です。

\*主任児童委員は、子どもや子育て家庭への支援を専門に担当する民生委員・児童委員です。

**〈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)

**環境** アレチウリなどの駆除活動を支援します

アレチウリなど特定外来生物の駆除活動を行う団体などに、必要な物資を支援します。「アレチウリ駆除活動実施計画書」を作成し、環境課(市役所4階)まで提出してください。詳しくはお問い合わせください。

問合せ●環境課(内線1445・1446)

**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)**

久しぶりに身体を動かしたい人、健康になりたい人、お待ちしております。  
**日時**…毎週水曜日 午後2時～3時  
**場所**…市民総合体育館  
**定員**…15名  
**受講料**…1回500円

**◎らくらく水中運動教室(一般)**

初心者大歓迎!! 水泳が苦手な人でも大丈夫!  
**日時**…毎週火曜日 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、窓口にて受付。受講料をお持ちください(保険料・施設使用料含む)。電話申込み不可。  
**問合せ**●市民総合体育館 ☎22-8800  
 市民水泳プール ☎23-6820

**シンコースポーツ主催**  
**スポーツ教室体験イベント**

シンコースポーツで通年実施している、一般・子ども対象各スポーツ教室を無料で体験できるイベントです。  
**日時**…5月18日(土) 午後1時～5時  
**場所**…市民総合体育館  
**持ち物**…上ばき、タオル、飲み物  
**申込み**…体育館窓口、または電話にて受付中。当日参加も可能。  
 ※詳細は決まり次第ホームページにて。  
<https://www.okaya-sports.jp/>  
**問合せ**●市民総合体育館 ☎22-8800

**◎柔道教室**

5年ぶりに開催します。  
 初心者も大歓迎!  
**対象**…市内の小学1年生～一般  
**期間**…5月29日(水)～6月21日(金)  
 毎週水・金曜日(計8回)  
**時間**…午後7時～8時30分  
**場所**…市民総合体育館 柔道場  
**定員**…40名(先着順)  
**申込み**…5月1日(水)～22日(水)



**新教室** **アクアビクス**  
**水中運動教室**

リニューアルした市民水泳プールで水中運動しませんか。  
 泳げなくても楽しめます。心も体もリフレッシュしましょう。  
**対象**…市内在住・在学・在勤の高校生以上の人  
**期間**…6月12日～7月17日  
 毎週水曜日(計6回)  
**時間**…午後7時～8時30分(水中運動は1時間)  
**場所**…市民水泳プール  
**定員**…15名(先着順)  
**受講料**…3,600円(入館料含む)  
**申込み**…5月14日(火)～6月3日(月)  
**以上問合せ**●市民総合体育館内  
**(公財)岡谷市スポーツ協会** ☎22-8850  
 (第2・4木曜日を除いた平日  
 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19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」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ます。ぜひご利用ください。  
**日時**…5月19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  
 ※市内小中学生は無料ですので、確認のため、子どもパスポート・学生証を提示してください。

**問合せ**●市民総合体育館 ☎22-8800

**各種スポーツ教室**  
(岡谷市教育委員会主催)

**申込み**…各教室とも市民総合体育館窓口で受付(電話申込み不可・先着順)。  
**受講料**…小中学生:1,000円  
 高校生以上:2,000円  
 ※このほかに、小中学生820円、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。

**◎一般ゴルフ教室**

大人気の教室です。  
 お申し込みはお早めに。  
**対象**…市内在住・在学・在勤の高校生以上の人  
**期間**…5月22日～7月24日  
 毎週水曜日(計10回)  
**時間**…午後7時～9時  
**場所**…みどり湖ゴルフセンター  
**定員**…22名(先着順)  
**申込み**…5月7日(火)～15日(水)  
 ※ボール代は、毎回個人ごと精算

**あいさつではじまる“ふれあいたいむ”**

**春季推進旬間:5月22日(水)～31日(金)**

“ふれあいたいむ”は、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、子どもたちにちょっと気を配り、子どもたちを犯罪や交通事故から守ろうという見守りの時間です。



この推進旬間を機会に、多くのみなさんで活動に参加し、まずは、なにげない「あいさつ」から地域で子どもたちの見守りの輪を広げていきましょう。

**問合せ**●教育総務課(内線1218)

# 令和6年度 岡谷市社会福祉協議会の事業

岡谷市社会福祉協議会は、地域福祉の推進のために様々な事業をおこないます。事業の推進にあたっては、関係機関、各種団体、市民の皆さんと、協働を基本にしています。

令和6年度の事業計画から事業の一部をご紹介します。  
詳細な内容は、岡谷市社会福祉協議会までお問い合わせください。

**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」

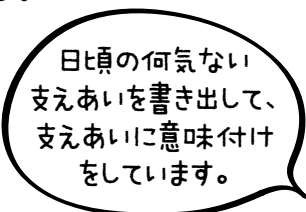
**基本目標** “つながる・つなげる・ひろげる・まもる” をキーワードに、基本理念の実現をめざして、以下の4つの基本目標を掲げ、事業を推進します。

## 基本目標 1 支えあいがつながる 地域づくりの推進

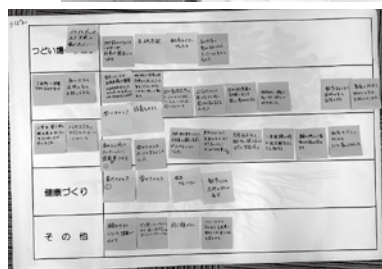
### 【地域のお宝探し講座（支えあいの実態調査）】

日々の暮らしの中の「何気ない支えあい」「支えあいとまでは呼ばないつながり」にあらためて目を向ける取り組みです。

各地区社協や各種団体の研修会や会議等で、お宝探し講座に気軽に参加してもらえるように工夫します。また、その様子や内容を整理し、区や広報を通じて市民の皆様にお伝えしていきます。



—お宝探し講座の進め方—  
社協職員から説明→暮らしの中にある、支えあいをさがす→地域の助けあいを再確認



## 基本目標 2 支援をつなげる 体制づくりの推進

### 【Share★Cafe 事業】

在宅で要介護者を介護する家族支援者が、介護者同士の意見交換や交流のほか、介護に関する悩み事や不安を、気軽に相談できる場と、気分転換となる時間を提供することで、心身のリフレッシュ及び負担軽減を図ります。  
詳細は 24 ページをご覧ください。

### 【地区社協活動への支援・連携】

地区社協が行う魅力的な活動が持つ意義をとともに再確認し、地域に密着した支えあいの活動が継続できるよう支援します。

#### ●地区社協とは？

岡谷市には、全21区に地区社会福祉協議会があり、共につながり支えあう地域を目指して、地域の特色に応じた活動をしています。  
例：昼食会・配食サービス・世代間交流



## 主な内容

### CONTENTS

Share★Cafe 開催のお知らせ／  
今月の地域のお宝紹介／終活講座参加募集／  
成年後見支援センターの相談日のご案内……………24

令和6年度岡谷市社会福祉協議会の事業……………22・23

**基本理念**  
みんなが結びつき  
支えあい重なる  
共生のまちを  
めざして

●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



基本目標

3

参加・協働をひろげる 仕組みづくりの推進

【生きがいデイサービス事業】

介護予防を目的とした事業です。それにとどまらず、地域のつながりづくりになっています。

生きがいデイサービスは、市内に65のグループがあり、体操や制作、茶話会を通じて高齢者が楽しく交流する場となっています。



市内の生きがいデイサービスで12月にクリスマス会を開きました。楽器で、クリスマスソングを演奏しながら楽しみました。

【ボランティア体験事業

(サマーチャレンジ)】

中学生以上を対象とした、7月～8月の夏休み期間中に、ボランティア活動等の体験を行う機会です。

高齢者福祉施設・障がい者福祉施設、保育園などで、ボランティアを体験します。詳細は、6月号でお知らせします。ぜひ、お申込みください。



基本目標

4

暮らしの安全・安心を まもる 環境づくりの推進



【権利擁護事業の推進】

・岡谷市成年後見支援センターの運営  
認知症、知的障がい、精神障がいのある方の権利擁護や、成年後見制度の利用を支援しています。

「成年後見制度」の普及啓発を行い、気軽に相談できる窓口づくりを行います。

また、核家族化や家族関係の希薄化の進行による「超高齢化・身寄りなき時代」を見据え、「終活」、「元気なうちにできること」を周知啓発する取り組みを進めます。

● 成年後見制度とは？

認知症、知的障がい、精神障がいなどの理由で判断能力の不十分な方は、不動産や預貯金などの財産を管理したり、介護などのサービスや施設への入所に関する契約を結んだりする必要があります。また、自分ひとりでは難しい場合があります。また、自分に不利益な契約であってもよく判断ができずに契約を結んでしまい、悪徳商法の被害にあうおそれもあります。このような判断能力の不十分な方を保護し、支援するのが成年後見制度です。

【災害時救援活動体制の整備】

- ・災害ボランティアセンター（災害発生時）の運営
- ・被災地への職員派遣

令和6年1月1日に発生した能登半島地震を支援するため、岡谷市社会福祉協議会では職員を派遣し、災害ボランティアセンターの運営に協力しました。また、ボランティアパックによるボランティアの支援、災害ボランティア保険の手続きなどの対応を行っております。

ボランティアパック  
出発の様子



ご紹介しきれなかった事業について、岡谷市社会福祉協議会のホームページでぜひご覧ください。



# Share☆Cafe

## (シェアカフェ)

### 開催のお知らせ



介護に関わる方が、ホッとくつろげるカフェを開催します。  
気軽におしゃべりしたり、介護の悩み事や不安を相談してみませんか？

日時▶ 5月20日(月)

第1部 AM10:00 ~ AM12:00

第2部 PM 0:30 ~ PM 2:30

会場▶ おかやがぶ飲みワイン食堂 EiEiOh!  
(岡谷市塚間町2-6-8)

●参加費無料 ●参加申込受付中(5月10日締切)

詳しくはホームページまたはQRコードよりご覧ください

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

問合せ▶ 岡谷市社会福祉協議会 ☎ 24-2121



## 今月の地域のお宝紹介

岡谷市の「市内にすでにある地域のつながりや活動 = 地域のお宝」(既存の活動・支えあい・つながりの様子)をご紹介します。

### ベルの会 新屋敷区

「ベルの会」は、新屋敷区更生保護女性会の有志からなるミュージックベルの演奏グループです。同じく更生保護女性会で実施する、未就学児やその家族の集いの場「プーさんの森」で演奏をしており、オープニング曲として「ミッキーマウスマーチ」を演奏するのが定番です。「ミッキーマウスマーチ」が流れ始めると、子どもたちと家族から手拍子が起こり、会の始まりを賑やかに彩ります。

インタビューの中で、「みんな担当の音(ベル)が決まっているから休めないの」と語った会員さんの表情は、言葉とは裏腹に明るく、「ベルを担当し、演奏することがやりがいであり楽しみになっている」とも語っていました。そんな楽しさが広く伝わっているのか、現在は敬老会からもお呼びがかけられ、「サザエさん」や「水戸黄門」の寸劇を交えながら、四季折々の曲の演奏し、会場に多くの笑顔をもたらしています。

子どもたちと、歌や体操をします。



敬老会の発表「サザエさん」



## 終活講座 主催：岡谷市・岡谷市社会福祉協議会

### より良く生きるための老いじたくとは

～不動産・お金・法律のこと～ **参加無料**

認知症、疾病等による障がい…。おひとりさま…。

預貯金や家、土地などの財産管理がずっとできる？ 入院や入所の手続きやその保証人は？ 死後の様々な手続きやお墓への納骨、管理は？

専門家の講師を迎え、あなたやみんなが困らないための「老いじたく」のポイントをわかりやすく解説します。

日時： **6月8日(土)**  
(13:30 ~ 15:30)



会場：諏訪湖ハイツ 3階 コンベンションホール

講師：宮澤 優一 氏 (特定行政書士・社会福祉士)

定員：先着60名 締切：5月27日(月)

申込み：岡谷市社協 ☎ 24-2121 までお申込みをお願いします。

岡谷市社会福祉協議会のホームページからもお申込みできます。



## お知らせ



## 5月15日(水)は、 成年後見支援センターの 特設相談日です

成年後見支援センター職員が市役所で相談に応じます。

場所▶ 市役所1階 101会議室

料金▶ 無料

申込み▶ 予約制です。窓口、または電話でお申込みください。

問合せ▶ 岡谷市社会福祉協議会 ☎ 24-2121

市社会福祉課(内線1252)

市介護福祉課(内線1282)





**利用できる人**…0歳～3歳（年少入園前）までの子どもとその保護者。兄弟は就学前まで入館可能です。

**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**…14日（火） 毎月第2火曜日

**親子リトミック講座**（5月15日（水）より申込み開始）  
 日時…6月14日（金） 午前10時～11時  
 対象…親子（2～3歳くらいの子ども） 場所…3F ダンス室  
 講師…新井光恵さん 持ち物…水分

**あのね、きいて講座（NPプログラム）**（5月7日（火）より申込み開始）  
 お母さん同士、気軽に子育てのお話をします。  
 日時…6月5日・12日・19日・26日、7月3日・10日  
 （全6回）毎週水曜日 午前10時～正午  
 対象…6回全てに出席できる人

託児あり

予約不要のイベント

|          |                      |               |
|----------|----------------------|---------------|
| 5月 2日（木） | 歯っぴー相談（歯科衛生士）        | 午前10時30分～正午   |
| 13日（月）   | 双子のおしゃべり会            | 午前10時30分～     |
| 15日（水）   | 食べるのだいすき、レシピ紹介（栄養士）  | 午前11時～        |
| 17日（金）   | 歯っぴー相談（歯科衛生士）        | 午前10時30分～正午   |
|          | おおきなおはなしたまご          | 午前11時～        |
| 23日（木）   | もぐもぐ相談（栄養士）          | 開館中いつでも       |
| 27日（月）   | べったんこの日（5月生まれの子ども対象） | 午前10時30分～午後4時 |
|          | お誕生会                 | 午前11時～        |

**楽しい行事を毎月実施！**

**ハンドセラピー**（5月17日（金）より申込み開始） **New**  
 日時…6月17日（月） ①午前10時30分～11時  
 ②午前11時～11時30分 ③午前11時30分～正午  
 ※詳しくはお問い合わせください。

**つくっちゃおう**（5月13日（月）より申込み開始）  
 「きらきらてんとう虫」を作ります。  
 日時…6月13日（木） ①午前10時30分～ ②午後2時30分～

**ベビーマッサージとワンポイントアドバイス**  
 （5月20日（月）より申込み開始）  
 日時…6月20日（木） 午前10時30分～  
 講師…こどものくにスタッフ

**子育て相談** **要予約**  
 日時…6月7日（金） 午前9時30分～11時30分

問合せ●こどものくに ☎24-8403

**海外姉妹都市生活体験高校生派遣事業**

**マウント・プレザント市で親善大使として夏休みを過ごしませんか？**

岡谷市とアメリカ合衆国ミシガン州マウント・プレザント市が、1年おきに派遣と受け入れを交互に行っている高校生のためのプログラムです。参加者のみなさんは、ホームステイをしながら市内見学、先住民の歴史や文化体験、観光などを通じて現地の人々と交流を深めます。



**募集人員**…7名

**応募資格**…岡谷市に在住する高校生または岡谷市内の高校に通う高校生、以前ホストファミリーとしてご協力いただいた家庭の高校生、英会話について基礎的な力があり体験生活が可能なる人

**派遣日程**…7月28日（日）～8月9日（金） 13日間（予定）

**参加費**…34万円程度（燃料サーチャージに関連し、変動することもあります）

**募集締め切り**…5月20日（月） ※詳細はお問い合わせください。

問合せ●国際交流センター ☎24-3226

**春のこどもまんなか月間**

5月5日の「こどもの日」から1週間は、『こどもまんなか児童福祉週間』です。家庭や地域における子どもの健やかな成長について考えてみましょう。

市では「おかや子育て憲章」「子ども・若者育成支援計画」などのもと、各種事業を通して子育て支援を推進しています。

令和6年度「こどもまんなか児童福祉週間」  
 標語優秀作品

「すきなこと どんどんふやして

おおきくなあれ」

（加藤共泰さん 6歳 香川県）

問合せ●子ども課（内線1265）

# CANORA HALL

カナラホールー岡谷市文化会館

TAIRIK プロデュース  
古澤巖の品川カルテット

6月20日(木) ※昼夜2回公演  
各400席限定

午後3時開演(午後2時30分開場)  
午後7時開演(午後6時30分開場)



今年も「品川カルテット」がカナラホールにやって来る! 名ヴァイオリニストの古澤巖が率いる腕利き奏者たちが繰り広げる圧倒的な熱演をお楽しみください。

同日開催の「ミニ・コンサート」は、どなたでもお楽しみいただけます!

出演 品川カルテット

古澤巖、福田悠一郎(ヴァイオリン)  
TAIRIK(ヴィオラ)、高木慶太(チェロ)

プログラム

ロベルト・デイ・マリーノ: 新作  
マーラー、シャブリエ、ドビュッシーほか

会場 大ホール

チケット **販売中**

全席指定 5,500円 ソサエティ会員 5,000円  
※未就学児入場不可  
※本公演は1席おきにお座りいただきます。

ミニコンサート

乳幼児から入場 OK!

同日 午後0時30分~1時 大ホール  
要入場券(カナラホールのみで配布)

入場  
無料

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。

みなさん、おはなしの世界と一緒に楽しみましょう♪

### ★ちいさなおはなしの森★ (乳幼児向け)

日時...5月21日(火)  
午前11時~(30分程度)

### ★おはなしの森★ (園児~小学生向け)

日時...5月4日・11日・18日・  
25日の土曜日  
午前11時~(20分程度)



会場は2階会議室または児童コーナーです。

### 今月のテーマボックス

自然がいっぱい

5月19日(毎月第3日曜日)は  
「家庭読書の日」

開館時間

午前9時30分~午後6時30分

5月の休館日

7日、13日、20日、27日、31日

問合せ ☎ 22-2031

## 美肌の湯 ロマネット

### ●コミック新タイトル入荷!!

2階休憩室のコミック約60冊を入れ替えました! 話題のコミックから懐かしいコミックまで幅広く取り揃えています♪



### ●メンテナンス休館日

5月21日(火)、22日(水)は、設備メンテナンスのため、全館休館となります。



### ●食事処やまびこ ※変更になる場合もあり

5月の特撰おすすめメニューは【和風うどんナポリタン(スープ付) 870円】です。店主こだわりのナポリタンが、うどんを使用して新メニューで登場!



5月の休館日

7日、14日、21日、22日、28日

問合せ ☎ 27-6080

## 5月の諏訪湖ハイツ

### ■災害支援チャリティー大浴場半額デー

5月5日(日・祝) こどもの日は、大浴場入浴料が通常料金の半額です。大人210円、岡谷市在住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。連休など、ご家族そろって遊びにお出かけください。

### ☆ロビーコンサート・パフォーマンス

出演者募集中! ご相談はフロントまでお気軽にどうぞ。

5月の休館日

15日 ※温泉施設は毎週水曜日

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** 4月29日(月・祝)～6月17日(月)  
**武井武雄生誕130年記念  
 新コレクション展**  
 2023年度に寄贈・寄託された作品の中から、武井武雄やその周辺の作家たちの貴重な原画や資料を展示します。



武井武雄「赤ノッポ青ノッポ 口絵」1954年

**同時開催** **モーリス・センダック展**  
 絵本『かいじゅうたちのいるところ』で有名なモーリス・センダック。イルフ童画館が所蔵する貴重な原画やポスターを展示します。

**イベント**  
 ★GW特別イベント **缶バッジ&ぬりえ**  
 日時…4月29日(月・祝)～5月6日(月・祝)  
 午前10時～午後4時  
 参加費…缶バッジ1個100円/ぬりえ無料・申込み不要

★鼎談「武井武雄が小学館に絵を描いていた時代と背景」絵本評論家・野上暁/小学館編集長・徳山雅記/イルフ童画館館長・山岸吉郎  
 日時…5月4日(土・祝) 午後1時30分～  
**参加無料(要申込み)**

**5月11日は「童画の日」無料開館日**  
 5月8日の「童画の日」を記念し、開館日の11日(土)を入館料無料とします。  
 ※その他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：午後5時30分)

**5月の休館日**  
 1日、8日、15日、22日、29日


問合せ ☎ 24-3319

**市立 岡谷美術考古館**

**特別企画展**  
 おぐちかく 原  
**小口雀甫展 自然流の書**

5月16日(木)～  
 7月15日(月・祝)まで


岡谷市出身でデパートカネジョウを経営するかたわら、芸術性豊かな独自の字体「自然流」を創造した書家 小口雀甫の作品展です。



「ケンカの夢」

**【関連イベント】**  
**講演会「書と盆栽」(要入館料)**  
 講師…吉澤大淳さん  
 (日展会員 審査員、読売書法会常任理事 執行役員)  
 日時…5月18日(土) 午後1時30分～  
 申込み…5月1日(水)より受付開始

●作品募集 **みんなのミニチュア作品展**  
 美術考古館にみなさんが制作した小作品を展示してみませんか? 詳しくは本誌20ページをご覧ください。



展示風景

**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**  
 7日、8日、15日、22日、29日

問合せ ☎ 22-5854

**岡谷蚕糸博物館**  
 OKAYA SILK MUSEUM  
 シルクファクトおがや

**企画展** **岡谷シルク展**  
 5月12日(日)まで


製糸業で栄えた岡谷市は、その歴史や文化を活かして養蚕、製糸、製品化までを岡谷市で行う「岡谷シルク」を中心に、新しいものづくり、人づくりに取り組んでいます。今回の展示では、諏訪実業高校服飾科生徒制作の「シルクドレス」、次世代担い手育成プログラム参加者制作のシルクストール、岡谷シルク認証製品などをご紹介します。



展示の様子

**企画展** **中国古代復元絹織物展**  
 5月16日(木)～8月18日(日)まで

令和6年は辰年。古代中国において、龍の紋様は権威の象徴とされ、特に5本の爪の龍は皇帝専用とされました。本企画展では、辰年にちなんで、51点の中国古代復元絹織物から、龍の文様を持つ絹織物を中心に展示します。



乾隆皇帝龍袍(部分)

**開館時間** 午前9時～午後5時  
 (宮坂製糸所・まゆちゃん工房は午前9時～正午・午後1時～4時)

**5月の休館日**  
 7日、8日、13日～15日、22日、29日

問合せ ☎ 23-3489 (サンシハク)

## 第71回 塩嶺小鳥バス



塩嶺小鳥バスは、愛鳥精神のもと自然に親しみ、自然を大切にしようと昭和29年に始まり、毎年続けられています。新緑のさわやかな朝、探鳥会に参加して自然を楽しみませんか。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。

期日…5月の毎週日曜日(5日、12日、19日、26日)

料金…岡谷から乗車：1,000円(小学生は半額)

※乗車場所は、ホームページでご確認ください。

●事前申し込み制です(1日40名限定)。

商業観光課まで電話にてお申し込みください。

詳しくは  
こちらから▼



問合せ●商業観光課(内線1454・1455)

塩嶺小鳥の森で早朝の探鳥会も楽しみませんか?



## 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。色とりどりのかわいらしいツツジが咲く、華やいだ園内の散策を満喫してください。

期間…5月3日(金・祝)～14日(火)

臨時駐車場…川岸スポーツ広場

普通車：1台600円

詳しくはこちらから▶



問合せ●商業観光課(内線1454・1455)

## 岡谷太鼓保存会

マスコットキャラクター  
どん太くん



## 「太鼓教室」を開催します

好評の太鼓教室を約5年ぶりに開催します。今年の目標は「太鼓祭りの幕前で演奏しよう!」です。

日ごろから太鼓を打ってみたいと思っている人、太鼓祭りを見て興味を持った人、この機会にぜひご参加ください。



日時…6月2日・9日・16日・23日、7月14日・28日、8月4日  
毎回日曜日(全7回) 午前10時～正午

場所…岡谷太鼓道場(鼓鳴館) 岡谷市成田町1-8-25

参加費…1,500円(保険料込み)

※バチを購入する場合は2,970円別途(無料貸出あります)

対象…太鼓に興味のある人ならどなたでも

※小学校4年生までは保護者と一緒に参加、5年生からは保護者送迎のもと子どもだけでも参加可

定員…20名(先着順・定員になり次第締め切り)

申込み…5月1日(水)からwebにて受付。

5月15日(水)締切。

※webで申し込みない場合は、太鼓保存会事務局までご連絡ください。

こちらから▼



問合せ●岡谷太鼓保存会事務局(岡谷商工会議所) ☎23-2345

# 下水道に雨水を流していませんか

諏訪地域の下水道は、汚水だけを受け入れて処理しています。

大雨のときは、節水にご協力いただいておりますが、大量の雨水が下水道に流れ込み、マンホールから汚水があふれたり、処理場近くの家でトイレが使えなくなるなど困ったことが起きています。

その原因のひとつとして、雨水が雨どいを通して下水道に流れ込んでいることが考えられます。

みなさんのお宅で、雨水が間違えて下水道に入っていないかを確認し、入っているようであれば是正をお願いします。

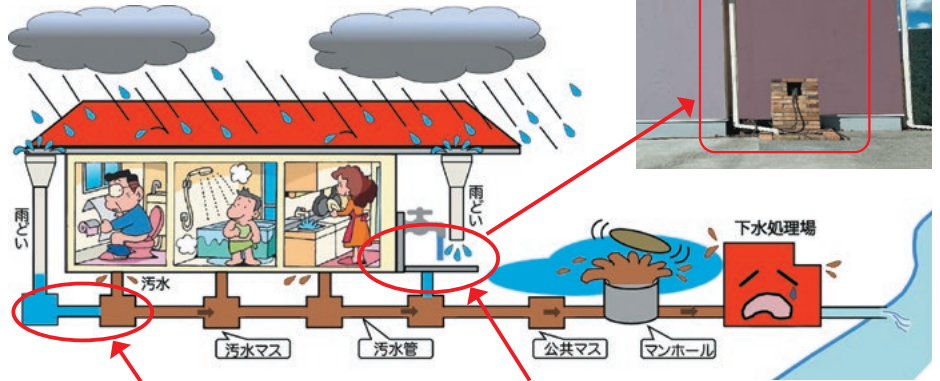
雨水が下水道に流れ込むと、汚水があふれ道路のマンホールのふたが開くなど、重大事故につながる危険性があります。

また、宅地内や道路にたまった雨水を流すために、汚水マスやマンホールを開けることは認められません。(転落事故につながり非常に危険です)

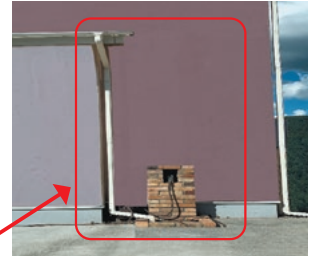


## 間違った使い方

雨水を下水道に流す



雨どいが下水道につながった流しに入っている



雨どいを下水道につなげて雨水を流していませんか？

雨水を下水道につなげた流しに入れていませんか？

問合せ●水道課(内線1431)

## トピックス

まちのできごとやわだいをおとどけ



### 4/4 笑顔の花が一斉に開花 市内全小中学校で入学式

**新** たな学校生活への期待を胸に、この日、午前中は小学校で、午後は中学校で、それぞれ一斉に入学式が行われました。新生活のスタートを切った新入生は、小学校7校で301人、中学校4校で325人。このうち小井川小学校では39人が、保護者や教職員、6年生の拍手に迎えられ、緊張した面持ちで入場。校長先生や在校生から歓迎の言葉を受けると、笑顔と大きな声で返事をしていました。



### 4/5 エールやアドバイスを送られ活躍を誓う 新入社員激励会

**新** 社会人として、この4月から市内の事業所に勤務する新入社員の激励会がテクノプラザおかやで開催されました。市、岡谷商工会議所、岡谷労務対策協議会の主催によるもので、会場には市内29事業所から144人が参加。早出一真市長のあいさつ、先輩社員からの激励に続き、新入社員代表として(株)エグロの竹内彰さんが宣誓の言葉を述べ、今後の活躍を誓いました。

# おおき なったね

5月生まれのおともだち

おたんじょうびおめでとう!

こどものくにに遊びに来た  
おともだちです



**ハルキさん**  
こどものくにが好きで、いろいろな遊びをして楽しんでいます。心豊かに成長してね。



**シヅさん**  
歌や踊り、体を動かすことが大好き! 1月に妹が産まれて、張り切ってお姉ちゃんをしてくれています。



**イツキさん**  
最近、音楽が流れるとパチパチ拍手ができるようになりました。

## 地域おこし協力隊 活動日記

### 岡谷市で迎えた初めての冬

いつも岡谷市民のみなさんにはとってお世話になっています。岡谷市地域おこし協力隊の宮島です。普段は移住促進に向け、岡谷市への移住を検討している方の相談などに乗っています。

昨年8月に岡谷市に移住してきて、夏・秋・冬と経験することができました。近年は温暖化の影響もあり以前ほどではないと地元のみなさんからは聞きますが、移住してきた身からすると、岡谷の夏は冷涼で本当に気持ちの良い夏でした。

一方、冬に関しては、「岡谷の冬はうんと寒いからね」とたくさんの方から言われて、ドキドキしながら迎えました。そんな移住初年度の冬でしたが、実際に体験してみると、「寒く、冷たく、厳しい」という印象よりも「気持ち良い」という印象の方が強く残りました。

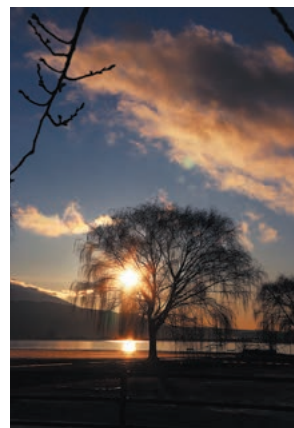
確かに岡谷の冬は寒かったのですが、それ以上にピンとした空気が本当に気持ち良いのです。空気が冬

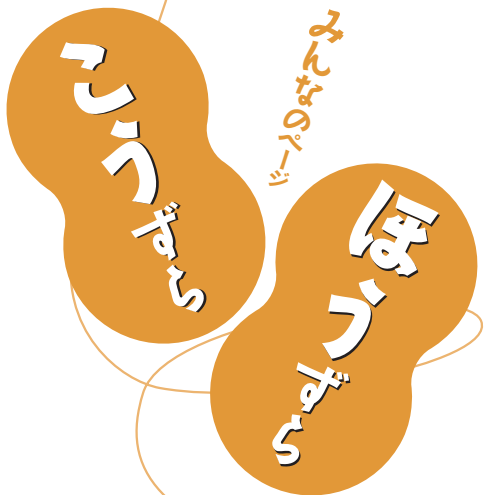
にかく澄んでいるのです。耳を冷やし、肌を撫で、肺を満たすことによって、全身にその空気を感じさせてくれます。移住相談のなかでは、「やっぱり冬は寒くてキツイのでしょうか?」と聞かれることが多いのですが、必ず、「でも、気持ちいいんだよ」と答えます。移住してきたからこそ、より一層感じることでできる岡谷の良さ。そこを大切に岡谷での生活を満喫したいです!

この冬撮った写真のなかで一番お気に入りの写真。湖畔公園から朝日を望みます



地域おこし協力隊  
宮島 佑斗





「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

## こえ

4月の  
ハガキから  
▼は広報広聴担当より

桜の季節が近づきましたね。横河の土手の桜は、すばらしいですね。毎年、楽しませてもらっています。ほど良くカーブした川のようにも見えますね。もつと有名であってもおかしくないのにも思います。土手の道を出早神社まで足を延ばせば、カタクリも咲く頃でしょう。春は心躍る季節ですね。

H・Mさん (加茂町)

▼河川沿いの桜並木が満開をむかえると、とてもきれいで心が躍りますね。ソメイヨシノを中心に約400本もの桜が連なり、両岸には全長4kmの長い桜のアーチがつくりだされます。このすてきな桜を、ぜひ、多くの方々に見ていただきたいと思えます。

私は、今年70歳になります。60代の最後の思い出にと、5月18日にカノラホールで行われるスターダスト☆レビューのコンサートに行く予定です。同じ年の友人が誘ってくれました。楽しみです。

H・Mさん (大栗町)

▼スターダスト☆レビューのコンサート、楽しみです。お友だちと一緒にいくことでアーティストや曲の魅力が共有でき、話も盛り上がりそうです。60代最後にすてきな思い出となりますように♡

今年、古希を迎えられることに心よりお祝い申し上げます。いつまでも、お元気でいてください。

3月は雪が多く寒い日々でしたが、ようやく暖かくなってきました。久しぶりに散歩に出ると、水仙の芽が出たり、梅の花が咲いており、春が感じられました。これからは、桜も咲き散歩が楽しめます。

M・Tさん (長地御所)

▼暖かな日の光とともに見える景色やおいが変わってきましたね。暖かい陽気に誘われ外に出かけることで、花や鳥の声、景色など五感全部で春を感じることが出来ます。ぜひ、散歩に出かけ、さまざまな春を楽しんでいただきたいと思えます。

### 脳トレにいかがですか?

### 広報クイズ No.461

### 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する言葉ができます。それを教えてください。正解者のなかから抽選で5名に、オカヤペイ300ポイントをプレゼントします。

|    |    |    |    |    |   |
|----|----|----|----|----|---|
| 1  |    | 2  |    | 3  | 4 |
|    |    | 5  | 6  |    |   |
| 7  | 8  |    |    |    |   |
| 9  |    |    | 10 | 11 |   |
|    | 12 | 13 |    |    |   |
| 14 |    |    |    | 15 |   |

|   |    |    |    |    |    |   |   |
|---|----|----|----|----|----|---|---|
| 1 | ツ  | 2  | ミ  | 3  | ネ  | 4 | ド |
|   | カ  |    | 5  | 6  | 7  | ケ | ン |
|   | マ  | 8  | 9  | 10 | シ  | タ |   |
|   |    | 11 | 12 | 13 | 14 |   |   |
|   | 15 | シ  | ン  | ド  | ウ  |   | ヨ |

#### ◆ヨコのカギ

- 1 高らかに響き渡るホール
- 3 聞くは一時の○○、聞かぬは一生の○○
- 5 タテ1の名所といえば○○○○公園
- 7 サイコロ状でスープやサラダに入っています
- 9 ジーンズのブランド、雑誌名、プロ野球で活躍した兄弟などなど
- 10 岡谷発祥のエース○○○ボール
- 12 諏訪市出身の○○○○ニムラエイイチ
- 14 あと一年で閉店となる松本市の商業施設。市長選挙の争点にもなりました
- 15 ○○カー、○○ホーム、○○ペース

#### ◆タテのカギ

- 1 ヨコ5では春にこの花が咲き誇ります
- 2 飛行機といえばこの兄弟
- 3 12日はこの日です
- 4 中学生が体育の時間に着ています
- 6 大量の汁物などを作るときに使う鍋
- 8 モナリザ、ミロのビーナスが展示される美術館
- 11 今年もこの川沿いの八重桜はきれいでした
- 13 掛け軸などを飾るのは○○の間、力士のまげを結うのは○○山

●応募方法…はがきに答え・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・オカヤペイカード番号(※カード(番号)を持っていない人はその旨お書きください)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  
 「ヨコカワガワ」(横河川)  
 正解者43通(応募総数44通)の中から抽選で、K・Kさん(本町)、T・Kさん(山下町)、Y・Mさん(川岸東)、M・Tさん(川岸東)、H・Eさん(長地梨久保)に、オカヤペイ300ポイントをプレゼントします。



令和7年4月採用予定

# 岡谷市役所 職員採用試験

**受付期間** 5月17日(金)まで

※初級:9月5日(木)~9日(月)

**試験日程** 6月9日(日)

※初級:9月22日(日)

詳細は市ホームページをご確認ください。

## 採用予定人員・職種

- 上級** 若干名 職種:一般事務・土木技術者
- 中級** 若干名 職種:一般事務・土木技術者・保育士
- 初級** 若干名 職種:一般事務・土木技術者

岡谷市  
ホームページ ▶



※受験資格や試験日程など、詳しくは「受験案内」をご覧ください。「受験案内」はホームページからダウンロードできます。

問合せ●総務課(内線1554)