



あなたとおかやを^{つな}ぐ

Kaya

2024

6

No.1498

広報 おかや

防災減災

〈特集2〉川岸学園構想ってどんなもの？

〈特集1〉

2024
#自らの身は自ら守る

今月の表紙

能登半島地震の発生から5か月となります。岡谷市では発生直後の1月から被災地に職員を派遣し、さまざまな業務にあたっています。いつ起こるかわからない災害に備え、改めて防災減災について考えませんか？

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



〈特集1〉

防災 減災 2024

#自らの身は自ら守る

岡谷市では、災害に備え「自助」「互助」「共助」「公助」を基本とした取り組みをしていますが、突発的に発生する激甚な災害に対しては、住民のみなさんが「自らの身は自ら守る」意識を持って自らの判断で避難行動をし、行政はそれを全力で支援するという、防災意識の高い社会をつくる必要があります。このために、市民・事業者および市で連携・協力し「地域の防災力・減災力」の強化に取り組んでいきましょう。

市民の
みなさん
のお願い

- ご近所同士の助け合いや、地域の支え合いを大切にしましょう。
- 大切な命を守るために、災害に関心を持ちましょう。
- 市も、全力でみなさんをサポートします。

1. 自分の住む場所の災害リスクを知る。

「岡谷市防災ガイド」に掲載されている**防災ガイド(ハザードマップ)**には、災害の危険がある場所とその危険度が示されています。以下の項目を事前に確認しましょう。

岡谷市防災ガイドを活用しよう！



自らの身は
自ら守る！

ハザードマップで
事前に確認！

- 1 自宅の立地**
 - ・土砂災害警戒区域
 - ・浸水想定区域など
 - ・周辺の崖や土手
- 2 自宅周辺の危険箇所**
 - ・川、橋、堀、側溝など
障害物や危険物
- 3 自宅の構造**
 - ・自宅内の安全な場所
- 4 複数の避難経路**
 - ・迂回路など複数の経路

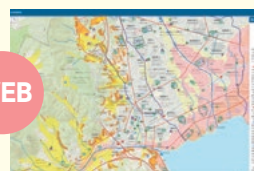
危機管理室、
各支所の窓口にて配布



ダウンロード
はこちら



くらしマップおかや



WEB

スマホやパソコンなど
WEB 上でも同じ内容を
確認できます。

こちらから▶



2. 最新の情報で身を守る。

普段から防災気象情報に気をつけ、早めに行動することが大切です。

受け取る情報

避難情報・地震情報・防災気象情報などが受け取れます。

- ☐ 防災行政無線情報
- ☐ 岡谷市LINE
- ☐ メール配信@おかや
- ☐ 防災ラジオ

防災行政無線を受信して放送します。
市役所、各支所で1,000円で販売
※将来デジタル化された場合、防災行政無線の受信ができなくなります。

スマホや
パソコンなど
で取得

市からのLINE・メール配信は、スマホなどに登録すると重要な情報が届きます。

岡谷市 LINE 公式アカウント
友だち登録方法

QRコードを読み込み
「追加」ボタンを押して登録

メール配信@おかや
メール配信登録方法

自分で見に行く情報

- ☐ 気象庁ホームページ | キキクルなどの情報
- ☐ 岡谷市ホームページ | 災害時の緊急情報
- ☐ 雨量情報 | 市内10箇所の雨量情報
- ☐ シルキーチャンネルYouTubeライブ

以下の①か②の方法で登録してください。

① QRコードからサイトに接続後登録。
② 下記アドレスに空メールを送信。
返信されたメールに従い登録。
t-okaya@sg-m.jp

LINE & メール配信登録者数：17,085人
(R6.3.31現在)

可能な方は、**必ず登録**をお願いします。

3. もしも…。に備える。

災害発生時、すぐに支援物資が届くとは限りません。災害発生から3日間（72時間）は人命救助が最優先になります。初めの3日間（72時間）を自力で乗り越えられるよう準備しましょう。（推奨は1週間）

持ち出し品リスト

最低限準備しておきましょう！

出典：岡谷市防災ガイド

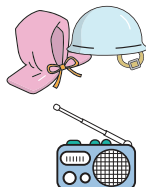
■命を守るための3品目

- ☐ 懐中電灯
- ☐ ホイッスル
- ☐ 靴（スリッパ）



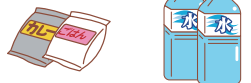
■防災用品

- ☐ ヘルメット・防災ずきん
- ☐ 持ち出し用リュック
- ☐ 携帯電話・充電器
- ☐ 軍手・手袋
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ 予備の電池



■保存水・非常食

- ☐ 保存水
- ☐ 非常食



■衛生用品

- ☐ 携帯トイレ
- ☐ ティッシュペーパー



■着替え・防寒着

- ☐ レインコート
- ☐ 上着・防寒着
- ☐ 下着・靴下

■救急用品

- ☐ 常備薬
- ☐ ばんそうこう・包帯・傷薬
- ☐ おくすり手帳



■貴重品

- ☐ 現金（紙幣・硬貨）
- ☐ 印鑑
- ☐ 預金通帳・証券類
- ☐ マイナンバーカード
- ☐ 身分証明書（コピー可）
- ☐ 健康保険証・免許証・障害者手帳



■お年寄りがいる場合

- ☐ 介護用品
- ☐ 流動食



■女性用品

- ☐ 生理用品
- ☐ 化粧品
- ☐ ひざかけ
- ☐ 手鏡

■乳幼児がいる場合

- ☐ 粉ミルク
- ☐ 離乳食
- ☐ 哺乳瓶
- ☐ 携帯やかん・燃料
- ☐ 紙おむつ・おしりふき
- ☐ 抱っこひも
- ☐ 防寒用品
- ☐ 母子手帳

4. 避難する。

事前に警戒レベルを確認し、避難情報が発令されたら速やかに行動しましょう。

警戒レベルにかかわらず、自分で危ないと思ったら下記の「4つの避難行動」を参考に、親戚の家や知人宅などへ避難することも大切です。自らの身は自ら守りましょう。

警戒レベル	避難情報等	とるべき行動
5	災害発生 又は切迫  きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保 ※1	命の危険 直ちに安全確保
〜〜＜警戒レベル4までに必ず避難！＞〜〜		
4	災害の おそれ 高い  ひなんしじ 避難指示	危険な場所から全員避難
3	災害の おそれ あり  こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難 ※2	危険な場所から高齢者等は避難
2	気象状況 悪化  大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)	自らの避難行動を確認
1	今後 気象状況 悪化のおそれ  早期注意情報 (気象庁)	災害への心構えを高める

※1 市町村が災害の状況を確実に把握できるものではないなどの理由から、警戒レベル5は必ず発令される情報ではありません。

※2 警戒レベル3は、高齢者等以外の人も避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

避難所だけが
避難じゃない！

4つの避難行動

1

行政が指定した
避難所への避難

防災ガイドで避難所の場所
を確認しておきましょう。



2

安全な親戚・知人宅
への避難

普段から災害時に避難すること
を相談しておきましょう。



3

安全なホテル・旅館
への避難

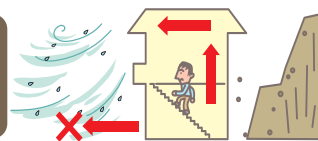
通常の宿泊料が必要です。
事前に予約・確認しましょう。



4

屋内安全確保
(垂直避難など)

大雨で足元が悪いなど避難することがかえって危険な場合、壊れにくい建物の高い階(斜面の反対側)に避難しましょう。自宅から動けない場合は斜面から離れた部屋など、より安全な場所へ避難しましょう。



登録
しよう！

避難行動要支援者登録制度

「防災情報に気づけるか心配…」「一人では避難できない」
「親族の緊急連絡先を知らせておきたい」など、避難行動
に不安のある場合は、避難行動名簿に登録をしておくこと
で災害時に支援を受けやすくなります。

問合せ：社会福祉課(内線1251)

防災訓練など
で活用し有事
に備えます

災害時の安否
確認や救助活
動がスムーズ
に行えます



支援者

地域で日頃
から見守りや
声がけを
行います



避難行動要支援者

個別の避難
計画を作成して
おくことで
安心です

行政のチカラ

コラム Column

能登半島地震発生から5か月。被災地の一日も早い復旧・復興を願い、岡谷市では職員を被災地に派遣しています。派遣人数延べ31名、派遣日数延べ100日を通し、避難所支援・給水活動・廃棄物処理等の業務にあたりました。また、本年度は石川県羽咋市に、中長期にわたり職員を派遣し、公費解体や災害認定などの復旧・復興支援に従事しています。

被災地への派遣で得た経験を、岡谷市の防災力の強化につなげてまいります。

上下水道施設整備の必要性

水道課 統括主幹 太田知則

能登半島地震の起こった翌日の1月2日に日本水道協会長野県支部の要請により、被害を受けた市町村に給水支援を行うため、給水車2台と職員4名が派遣されました。岡谷市は、宝達志水町において、断水となっている地域住民の方へ給水活動を行いました。活動中は、給水車の「岡谷市」という文字を見て、わざわざ長野県から大変感謝されました。飲み水はもちろんのこと、トイレもバケツの水を流して使用するなど、水のない生活の不便さを痛感し、岡谷市においても今後の上下水道施設整備の必要性をより感じました。



「チームながの」の一員として

企画課 主幹 田中卓雄

1月31日から2月5日までの6日間、輪島市立輪島高等学校に開設されている避難所運営を行うため、「チームながの」の一員として、職員2名が派遣されました。各種関連団体との調整や炊き出しの配膳、避難されている方へのサポートなど、円滑な避難所運営に携わりました。避難所では、避難されている方をはじめ、近隣の避難所から来られる方を支援するため、ボランティアの方や警察、病院、学校関係者、自衛隊、自治体職員など、多くの方が出入りしており、避難所運営に支障がないよう対応しました。



防災 訓練

土砂災害防災訓練を実施します

6月は「土砂災害防止月間」です。

土砂災害はいつどこで発生するかわからず、一度発生すると大きな災害につながります。これに備え、大雨による土砂災害を想定した情報伝達訓練と避難訓練を実施します。

日時 6月16日(日)
午前7時30分～10時(予定)

訓練対象地区

駒沢区(会場：駒沢公民館 ほか)

訓練参加機関など

駒沢区、岡谷市消防団(第9分団)、岡谷警察署、諏訪広域消防本部、岡谷市 など

訓練内容

災害対策本部設置訓練、避難誘導訓練、避難所の開設・運営、土のう作成、土のう積み訓練 など

※当日午前8時15分頃から防災行政無線(防災ラジオ、防災メールを含む)の放送があります。

活用 しよう!

災害対策に関する補助制度

▶住宅の耐震性を知りたい

専門の診断士が無料耐震診断を行います。

対象…以下のすべてに該当する住宅

- ・昭和56年5月31日以前に工事着手した住宅
- ・一戸建ての住宅(店舗などの併用住宅を含む)
- ・在来工法の木造住宅(賃貸、長屋、共同住宅は除く)増改築をしている場合は、他に要件あり。

▶住宅の耐震改修を考えている

耐震診断の結果、倒壊の可能性があるとして診断された住宅を耐震改修、または現地建替える場合、その費用の一部を補助します。

- ・耐震改修補助額…対象工事費の8割 ※限度額：100万円(長野県では、市町村の耐震改修の補助金に上乗せで補助を行います。最大50万円)
- ・現地建替え工事補助額…除却費の5割 ※限度額：83.8万円

▶土砂災害特別警戒区域内から岡谷市立地適正化計画の居住誘導区域内に住宅を移転する場合

その費用の一部を補助します。

※各補助制度を受けたい人は工事契約前にご相談ください。

詳しくは
こちらから



問合せ：危機管理室 内線1591

問合せ：都市計画課(内線1374)

〈特集2〉

川岸学園構想

ってどんなもの？

岡谷市の教育に関する大きなプロジェクトとして、たびたび話題にのぼる「川岸学園構想」とはどんなものでしょう。

どうして川岸なの？ 認定こども園は聞いたことがあるけれど、保育園はどう関わるの？ など、市民のみなさんの疑問を解消できるよう、2か月にわたり特集していきます。

川岸学園構想とは

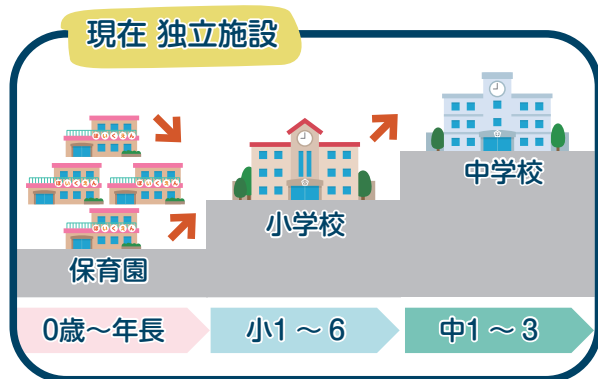
少子化が進む社会に適応した「魅力と活力ある学校づくり」を推進するため、川岸小学校の施設改修に合わせ、小学校校舎と隣接する岡谷西部中学校の校舎とを接続し、小中一貫教育を行う「義務教育学校」への移行をはかります。

それと同時に周辺の4つの公立保育園を統合した「幼保連携型認定こども園」を校地内に併設し、異年齢の子どもたちが切れ目なくつながる「新たな学び舎」をめざす構想です。

川岸学園構想による施設整備イメージ



川岸学園構想がめざす環境





川岸学園構想策定までの経過

人口減少社会と本格的な少子化の到来

2020年から見て、25年後の2045年には
現在の子どもたち(0～14歳)の人口が約40%減少する見込み。

※国立社会保障・人口問題研究所の将来推計人口より



小学校・中学校

1

学校施設の老朽化対策

市内小中学校の多くが築後40年が経過し
施設改修には多額の費用がかかる。

↓
今後は学校施設の長寿命化を基本とする改修を
推進し、少子化を見据えた校舎の適正規模に
よる整備が必要。

↓
改修費が単年度で大きくならないよう、
過去の改修履歴や劣化度等から優先順位を決定。

2

次期改修校を「川岸小学校」に決定

築年数や劣化度調査の結果を踏まえ、
次の改修校を「川岸小学校」に決定。

3

小中一貫校「義務教育学校」への移行

川岸地区は市内で唯一、小中学校が併設して
いるため、校舎間をつなぎ、
小中一貫した教育を行う
「義務教育学校」への移行をめざす。

保育園

1

保育施設の老朽化対策

施設の老朽化が著しく、施設の利用や
運営状況などの視点から今回の
整備対象地区は「川岸地区(西部地区)」とし、
保育園の集約化による再編が望ましい
と判断。

2

整備園の集約場所は 「川岸小学校の校地内」

整備する園では幼児教育の充実や小学校への円滑
な接続など、新たな付加価値を提供するため、
整備園は「川岸小学校の校地内」に併設。

3

市内初の 「公立幼保連携型認定こども園」を整備

保護者の多様な就労形態への対応や、
幼児期から義務教育期への一貫した
学びの連続性の確保と円滑な接続を図るため、
「公立の幼保連携型認定こども園」を設置。

幼保小中がつながる
新たな学び舎の創出

川岸学園構想

4つの基本方針

未来へとつなぐ魅力とやさしさある学校施設の整備
学校間をつなぐ小中一貫教育(義務教育学校)への移行
幼児期からのつながりある学び舎の創出
地域に支えられ、地域とつながる新コミュニティ・スクールの導入

「義務教育学校」「認定こども園」に
ついては、次月7月号にて詳しくお伝えします！

問合せ 川岸学園整備室 内線1234

岡谷市では、幼保小中の接続期の交流・連携を大切にしてい
ます。今までの取り組みを基盤に、さらにこれを充実させ
るために、各施設をつなぎ、異年齢の子どもたちが同じ空間
で過ごせる新たな環境を整えます。

岡谷市民病院の医療現場から、市民に役立つ関連情報を定期的にお送りします

風邪かなと思うその症状 もしかすると「溶連菌感染症」かもしれません



Hospital
ほすぴた
ルポ 72
Reportage

溶連菌感染症は、年間を通して感染する可能性があり、風邪と思いつつ放置していると症状が悪化し、まれに合併症を引き起こすことがあります。今回は、4月に岡谷市民病院に就任した小児科の倉田医師に溶連菌感染症についてお話をうかがいます。

―岡谷市民病院に就任しての感想は
職員の明るいあいさつがとても印象的で、みなフットワークが軽く、気持ちよく働くことができます。

―溶連菌感染症とは

正式には「A群β溶血性レンサ球菌咽頭炎」といい、レンサ球菌という細菌に感染することで発症します。

感染経路は、唾液や鼻汁を介する飛沫感染と、直接もしくはタオルなどを共用することで感染する接触感染があり、主に冬と春から初夏にかけて流行しますが、感染力が強いため、年間を通して感染が見られます。5歳から15歳頃の子どもが発症しやすい、大人は保菌していても症状が現れないことが多いです。

―子どもが感染すると、どのような症状が現れますか

主に38度から40度の突然の発熱と扁桃炎による咽頭痛(喉の痛み)が中心で、発疹、頸部リンパ節の腫れや倦怠感が現れるほか、頭痛や吐き気を伴うこともあります。一般的な風邪の症状と異なり、咳や鼻水はあまり出ないのが特徴です。



―合併症のリスクは

溶連菌の感染に気付かず放置し治療が遅れると、扁桃炎が悪化し中耳炎、副鼻腔炎や髄膜炎などの合併症を併発するリスクが高まるほか、治療後も高熱や関節痛を伴うリウマチ熱、血尿やむくみが現れる急性糸球体腎炎などを生じる恐れがあります。また、発症の頻度としては非常にまれですが、溶連菌感染症の中には劇症型と呼ばれるものがあり、発症後短時間で急激に進行し、多臓器不全やショック症状を引き起こすこともあります。

―治療法は

検査を行い、陽性になれば抗生剤を服用します。服用後、24時間以内に症状が落ち着いてきますので、熱が下がることが出来ます。抗生剤は10日分処方されるのですが、症状が治まったからといって抗生剤の服用をやめてしまうと再発や合併症を引き起こす恐れが生じるため、最後まで飲み切

ることが大切です。

―自然治癒でも治りますか

自然治癒も可能ですが、重症化や合併症を防ぐためには、適切な時期に抗生剤による治療を始めることが大切です。子どもに熱が出たときは、よく観察し、普段と様子が違う場合などは早めに受診してください。

―感染を防ぐには、どうしたら良いですか

現在、溶連菌感染症に対応するワクチンがないため明確な予防法はありませんが、感染経路である飛沫感染と接触感染を防ぐには、基本的な感染予防である手洗いやうがい、心がけることが大切です。また、溶連菌は一度感染しても繰り返し感染する恐れがありますので、家族内で感染者がいたら家の中でもマスクを着用し、タオルなどの共用は避けましょう。学校などでの流行状況も把握しておくと良いでしょう。

―市民のみなさんへひとこと

外来診察では、納得して帰ってもらえるよう患者さんとしつかり向き合い、「岡谷の子どもたちはみんな僕が診るぞ!」くらいの気持ちで診療を行っていきたいと思います。

問合せ ● 岡谷市民病院

0263-80000

小児科 倉田 敬 医師

福井医科大学を卒業後、信州大学医学部附属病院、長野県立こども病院などを経て、令和6年4月に岡谷市民病院に就任。小児科医長。体を動かすことが好きで、休日はランニングや子どものサッカーの練習に付き合うほか、絵を描くことが趣味で、主に女性のイラストを描き、7月には個展を予定している。



出典：(公社)日本水道協会

お知らせ

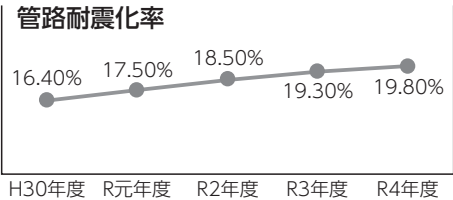
6月1日(土)から7日(金)は水道週間です
「たいせつに みずはみんなの たからもの」(今年度スローガン)

水道は、ほとんどの家庭に普及し、わたしたちの生活から切り離すことのできない重要な役割を果たしています。水道水ができるまでのしくみや料金、水の大切さなどについて、みなさんに理解を深めていただく期間が「水道週間」です。

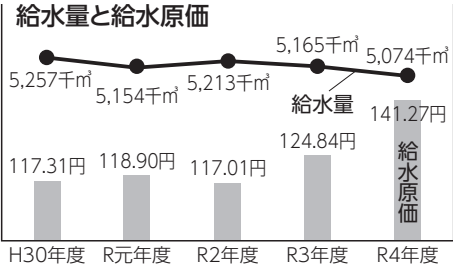
能登半島地震の被災地では、断水などにより不便な生活が続いていますが、岡谷市では災害のときでも水道水の供給を続けることができるよう、みなさんからの水道料金をもとに水道管路の更新工事や耐震化工事を進めています。

また、岡谷市の水道水は川の水や地下水を原水として水質基準に適合するよう処理してから、各施設を経由してお届けしていますが、近年、人口減少に伴い給水量が減少し、水道水1㎡をつくるためにかかる費用(給水原価)は増える傾向にあります。

水道を取り巻く状況が変化するなか、岡谷市では、安心・安全でおいしい水を将来にわたりお届けできるよう、効率的な事業運営に努めています。みなさんも、ぜひこの機会に水道について考えてみてください。



地震に強い水道をめざし、地震の揺れに強い水道管にかえており、管路耐震化率(管路全体に対する耐震対応管延長の割合)は上昇しています。



給水量は、人口減少に伴い約1%ずつ減少しています。
給水原価(水道水1㎡をつくるためにかかる費用)については、水道事業の運営費の増加や、給水量の減少にともない増える傾向にあります。



写真は、令和5年度に行った水道管の更新工事のようすです(オギノ岡谷店西側)。
水道管の更新工事は計画的に行っており、老朽管の解消に努めています。

問合せ●水道課(内線1411)

水道に関する出前講座

水道事業の内容について、水道課の職員が直接出向いてお話しします。

- 「水道水ができるまで」(水道水の生成過程の紹介) …約60分
- 「おかやの水道のいま、これから」

(安心・安全な水道の取組みの紹介) …約45分

日時…通年の月～金曜日 午前10時～午後9時

対象…市内に在住・在勤・在学の人で構成されるグループ(少人数でも可)

費用…講師派遣料は無料です。会場利用に必要な経費などは、申し込み側のみなさんの負担になります。

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

岡谷市の水道水はこうしてできている!

岡谷市の水道水ができるまでのようすを
YouTube動画で見ることができます! こちらから▶



水道メーターの交換にご協力ください

水道メーターは、計量法に定める有効期限(8年)毎に交換することになっています。本年度も6月から11月にかけて、期限切れとなる水道メーターの交換を行います。

対象となる家庭には、市が委託した水道事業協同組合(指定工事業者)から、事前にお知らせしますので、ご協力をお願いします。

- 交換にあたり手続きや手数料は必要ありません。ただし、増改築などが原因で交換ができない場合は、費用を負担していただく場合があります。
- 交換の際には声をかけますが、ご不在のときでも敷地内に入って交換することがありますので、ご了承ください。



問合せ●水道課(内線1416)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

岡谷市家庭介護者支援事業
介護者の心と体をリフレッシュ

参加無料

要事前申込み

家庭で介護している人、介護に関心のある人を対象にした教室です。介護者同士の交流もできますので、お気軽にお申し込みください。

送迎つき

※送迎希望者は申し込みの際にお伝えください。

日時	内容	場所・実施事業所	講師	定員	日時	内容	場所・実施事業所	講師	定員
6月4日(火) 午後1時30分～3時30分	アロマの香りと 骨盤底筋ヨガ	宅老所和が家 地域交流スペース (株)和が家 ☎75-2606	ヨガインストラクター 中島寛子さん 介護福祉士・アロマセラピスト 吉江真弓さん	15名	7月16日(火) 午後1時30分～3時	やさしいヨガで リラックス	ウェルハートおかや (福)有倫会 ウェルハートおかや ☎28-1000	ヨガインストラクター 本橋 香さん	12名
6月9日(日) 午前9時30分～11時30分	介護教室&腰痛 予防体操	絹の郷デイサービス さわやか絹の郷 信州おかや ☎24-8822	理学療法士 味澤将至さん	15名	7月17日(水) 午前10時～11時30分	上手に身体を 動かそう！ ～知って得する腰 痛予防～	介護老人福祉施設 さわらび (福)平成会 ☎21-1180	さわらび職員 藤澤汐里さん 中島美鈴さん	15名
6月27日(木) 午前10時～午後1時	認知症ケアの 最前線 「ユマニチュード を知る」	介護老人福祉施設 さわらび (福)平成会 ☎21-1180	さわらび職員 小澤佑太さん	15名	8月6日(火) 午後1時30分～3時30分	曼茶羅ぬり絵で リフレッシュ	宅老所和が家 地域交流スペース (株)和が家 ☎75-2606	色彩メンタル トレーナー 織部郁代さん	15名
6月28日(金) 午後1時30分～3時	心とからだをほぐ す簡単ストレッチ ①	ウェルハートおかや (福)有倫会 ウェルハートおかや ☎28-1000	柔道整復師 増澤孝信さん	12名	9月19日(木) 午前10時～11時30分	食事介助の ポイント ～誤嚥せずに 美味しく食べる～	介護老人福祉施設 さわらび (福)平成会 ☎21-1180	平成会職員 濱江里佳さん	15名

介護まると・個別相談会

介護に関する困りごと、悩みや不安など、1人で悩まずお気軽にご相談ください。専門職が対応します。

送迎なし

日時	内容	場所・実施事業所	相談員	定員	日時	内容	場所・実施事業所	相談員	定員
6月4日(火) 午後3時30分～4時	らくらく相談会	宅老所和が家 地域交流スペース (株)和が家 ☎75-2606	介護支援 専門員 伊藤郁美さん	1名	8月6日(火) 午後3時30分～4時	らくらく相談会	宅老所和が家 地域交流スペース (株)和が家 ☎75-2606	介護支援 専門員 伊藤郁美さん	1名
6月27日(木) 午後1時～	個別相談会 ～認知症に ついて～	介護老人福祉施設 さわらび (福)平成会 ☎21-1180	荒崎香苗さん	2名	6月～8月 ※日程は希望者 と相談します (1人1時間程度)	介護全般に ついて	ウェルハートおかや (福)有倫会 ウェルハートおかや ☎28-1000	ウェルハート おかや 職員	3名

教室・個別相談の申込み・問合せ●上記各事業所へ／家庭介護者支援事業に関する問合せ●介護福祉課(内線1282)

お知らせ

認知症サポーター養成講座を
開催します

参加無料

要事前申込み

認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かく見守る「応援者」です。特別何かをする人というよりは、物忘れで困った人と出会ったときに「どうしました？」とやさしく声をかけよう、という気持ちでいることが認知症サポーターの役割です。認知症の人でもそうでない人も“お互いさま”と思えることが、「認知症になっても安心して暮らせる岡谷市」につながります。

時間…午後2時～3時30分

場所…温泉デイサービス 湯けむり
(スワンドーム横)

講師…社会福祉法人 平成会 湯けむり
古内悦子さん・赤坂明美さん

持ち物…筆記用具

申込み…平成会事務局まで電話にてお申
し込みください。

開催日

6月14日(金)	11月15日(金)
7月15日(月・祝)	12月12日(木)
8月21日(水)	1月13日(月・祝)
9月16日(月・祝)	2月12日(水)
10月14日(月・祝)	3月20日(木・祝)

※1回完結の講座です。



問合せ●介護福祉課(内線1284)／平成会事務局 ☎0263-53-1151

information — 今月のお知らせ —

健康

勤労会館「サーキットトレーニング」講座
～ 筋トレ&有酸素運動 ～

複数の筋トレの間に有酸素運動を行い、総合的体力を高めるトレーニングです。

筋トレと有酸素運動、両方の効果が得られます。一緒に楽しく燃焼しましょう。

期日…6月20日・27日、7月4日・11日 毎週木曜日(全4回)

時間…午後7時～8時

場所…勤労会館 大会議室

対象…高校生以上

定員…20名(先着順。定員になり次第締切)

講師…フィットネスインストラクター 千葉有希子さん

持ち物…運動のできる服装、上ばき(スニーカーでも可)、ヨガマット、汗ふきタオル、飲み物

受講料…2,000円

申込み…勤労会館窓口にて受付中。

電話での仮受付も行います。6月13日(木)締切。



問合せ●勤労会館 ☎23-2201

健康

健康づくり運動講演会 ネモケン先生の
自然と身体を動かしたくなる
ウォーキング&筋トレ

健康づくりには適度な運動が大切です。近年、座位時間が長いことが課題となっており、これを解消するにはこまめに身体を動かすことが重要です。どんな場面でも歩くことは身体を動かすことの基本。ウォーキングを始めようと思っている人も、すでに取り組んでいる人も、楽しく身体を動かすコツと一緒に学びませんか。みなさんの参加をお待ちしています。



日時…6月15日(土) 午前10時～正午

場所…市民総合体育館(スワンドーム)

講師…松本大学大学院 教授・博士(医学)
根本賢一さん

持ち物…運動のできる服装、上ばき、汗ふきタオル、筆記用具、飲み物、バスタオル(体操で床に横になる際に必要な人)

参加無料

申込み不要

健康ポイント対象事業
ポイント・電子マネー
Okaya Pay
50ポイントもらえます

問合せ●健康推進課(内線1184)

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…。そんなあなたの不安や悩みをセミナーで解消し、あなたらしく働く準備と新たな生活・人生への第一歩を踏み出しましょう。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。女性のみなさん、ぜひご参加ください！

●無料の託児もあります(要事前申込み)。

●セミナーと説明会のどちらか一方のみの参加も可能。詳しくは市ホームページをご覧ください。こちらから▶



参加無料

託児あり

♥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21日(金) 午前10時～正午

場所…カルチャーセンター 多目的ホール 定員…20名

要申込み

♥ミニ就職説明会

日時…6月27日(木)

午前10時～正午(受付：9時40分～)

場所…カルチャーセンター 多目的ホール

申込み不要

問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

お知らせ

蚕糸博物館開館60周年・リニューアル10周年記念事業
日本絹文化フォーラム2024 (6th) を
開催します

テーマ：日本の色を引き出す糸の力

全国的な規模で絹文化に関する講演や情報交換を行う、「日本絹文化フォーラム」を開催します。今回は、きものジャーナリストの中谷比佐子さんをコーディネーターとして、高橋孝之さん、寺田豊さん、服部秀司さんの3名の染織作家のみなさんと語り合い、わが国の染織文化・技術のすばらしさを味わいます。みなさんの参加をお待ちしています。

【1日目】6月15日(土) 午後1時～5時(予定)

場所…カノラホール 小ホール

内容…基調講演「日本人の色と糸」、染織作家の活動事例紹介、パネルディスカッション「日本古来の色を究める」

参加無料

【2日目】6月16日(日) 午前9時～正午

内容…バスツアー(蚕糸博物館～市内の近代化産業遺産見学)

定員…20名(定員になり次第締め切り)

申込み…両日とも岡谷蚕糸博物館まで電話にてお申し込みください。6月11日(火)締切。

問合せ●日本絹文化フォーラム実行委員会事務局
(岡谷蚕糸博物館内) ☎23-3489

information — 今月のお知らせ —

健康

岡谷市民病院 市民公開講座

「血糖値から学ぶ、糖尿病」

～わたしの血糖値を知り、生活習慣の見直しに役立てよう～

今回は、岡谷市民病院糖尿病センターのスタッフらが中心となり、糖尿病について講演を行います。

当日は、講演会前に希望者へ血糖値の測定を行い、自身の血糖値を知ったうえで聴講することで、より理解を深めます。みなさんに役立つ情報が満載ですので、この機会にぜひご参加ください。お待ちしております。

事前申し込みが必要です

聴講無料

日時…7月6日(土)

午前9時～:血糖測定、10時～:講演会

場所…カノラホール 小ホール

※血糖値測定は先着200名まで。申込み方法、イベントの詳細は、岡谷市民病院ホームページ、またはチラシをご覧ください。

健康ポイント対象事業

Okaya Pay 50ポイントもらえます



座長

- 岡谷市民病院
糖尿病・内分泌代謝内科部長
佐藤亜位 医師
- 副看護部長 小野園枝

講師

- 糖尿病・内分泌代謝内科
田中博貴 医師
- 糖尿病看護認定看護師
広瀬宏美
- 管理栄養士 西村 梓
- 理学療法士 小口高義

問合せ●岡谷市民病院 庶務課 ☎23-8000(内線3631)

お知らせ

「オープンエアマーケット」
農産物直売イベント 開催

6・7・8・10月の第3土曜日は、農産物直売イベント「オープンエアマーケット」を開催します。生産者との会話を楽しみながら、新鮮な地元農産物・加工品が購入できますよ。

みなさんのお越しをお待ちしています。

【オープンエアマーケット 第1弾】

日時…6月15日(土) 午前9時～10時30分

(売り切れ次第終了)

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)

環境

6月は

「岡谷市を美しくする月間」です

●6月は「岡谷市を美しくする月間」です

岡谷市の豊かな自然と快適な住環境を守るため、市民のみなさんの積極的な清掃美化活動をお願いします。

●「その他プラスチック分別強化月間」

(6月1日～30日)

その他プラスチックの分別がごみの減量化につながります。市と岡谷市衛生自治会連合会では、月間中に各地区の収集場所に立ち合い、その他プラスチック分別の啓発を行います。分別の方法など、わからないことについてはご相談ください。

●ポイ捨て・不法投棄は犯罪です。絶対にやめましょう！

ポイ捨てや不法投棄は、景観を損なうだけでなく、環境にも悪影響を及ぼします。また岡谷市には、「岡谷市ポイ捨ての防止等に関する条例」があり、公共の場所や重点区域でたばこの吸いながら空き缶、犬のふんを放置すると、罰金(10万円以下)の対象となります。



問合せ●環境課(内線1446・1448)

環境

おかや3R探検隊の
参加者を募集します

未来の環境について一緒に考えてみませんか

樋沢地区で、食品残渣(家庭や店舗から出る食べ残しなど)から作ったたい肥で育てたトウモロコシの収穫体験、ガラスや陶器など埋立ごみの「最終処分場」を見学します。農業体験や、ごみ処理施設の見学を通じて、わたしたちの生活に深く関わっているごみのゆくえ、未来の環境について一緒に考えてみませんか。参加を希望する人は環境課までご連絡ください。

●3Rとは…Reduce(リデュース:物を大切に使い、ごみを減らす)、Reuse(リユース:使える物は、繰り返し使う)、Recycle(リサイクル:ごみを資源として再び利用する)の3つのRの総称です。(環境省ホームページより引用)

日時…8月3日(土) 午前中 ※予備日:8月31日(土)

内容…樋沢地区でトウモロコシの収穫体験、最終処分場の見学

対象…市内在住の小学生

※日時や内容などが変更となる場合があります。

問合せ●環境課(内線1447・1448)

募集

市営住宅 入居者募集

受付期間…6月3日(月)～11日(火) 午前8時30分～午後5時15分(土・日は除く)

申込み場所…長野県住宅供給公社 岡谷管理センター(都市計画課内)
直通☎78-3710

抽選会・入居説明会…6月13日(木) 午後1時30分～3時(予定) 市役所3階 301B会議室

入居指定日…7月1日(月)

【募集団地】 ※募集住宅は見学できます。日程や入居資格、提出書類など、詳しくはお問い合わせください。

団地名		所在地	建設年度	規模	構造	募集階	募集戸数	家賃(円)	駐車場(円)	エレベータ	単身入居
学ヶ丘		赤羽2	S53	3DKB	5階建	2階	1	17,900～26,700	3,700		
中村A-1		長地梨久保2	S56	3LDKB	3階建	1階	1	20,000～29,800	3,500		
小萩K-1		長地小萩2	S58	2DKB	4階建	4階	1	17,400～25,900	3,500		
小萩K-1		長地小萩2	S58	3LDKB	4階建	3階	1	22,200～33,100	3,500		
小萩K-2		長地小萩2	S59	3LDKB	4階建	4階	1	22,600～33,600	3,500		
中村C-1		長地梨久保2	S63	3DKB	4階建	3階	1	21,000～31,400	3,500		
中村C-2		長地梨久保2	H10	1DKB 高齢者用	4階建	1階	2	16,100～24,000	3,500		可
田中線		田中町2	H15	2DKY	4階建	2・4階	2	20,900～31,100	3,500	有	
加茂A		加茂町2	S45	3KB	7階建	2・3階	2	11,500～17,100	4,000	有	可
加茂B		加茂町2	S47	3KB	8階建	4階	1	13,000～19,400	4,000	有	可
通年募集	高尾T-2	川岸中1	S57	3LDKB	3階建	2階	1	20,300～30,300	2,400		可

規模表示…数字:室数、K:台所、DK:台所兼食事室、LDK:DK兼居間、
B:浴室(浴槽なし)、Y:浴室(浴槽あり)

(注) 募集住戸は一部を除き「B:浴室(浴槽なし)」ですが、前入居者が使用した浴
槽で新規入居者がそのまま引き続いて利用できる住戸もあります。

※家賃は、合算された所得額や同居者数により幅があります。

※裁量世帯(所得月額が158,001円～214,000円)の世帯は上記の家賃範囲で
はありません。

問合せ●長野県住宅供給公社 岡谷管理センター ☎78-3710

お知らせ

土木課からのお願いです

道路や歩道にはみ出した生垣や樹木は、せん定・伐採しましょう



標識が見えなくなっ
ていませんか？

枝が道へ
はみ出してはいませんか？

生垣で見通しの悪い道路に
なっていませんか？



住宅地の生垣や樹木の緑は、人々に安らぎを与えると
ともに、防災や防犯に大きな役割を果たしています。

しかし、生垣や樹木が「道路」や「歩道」にはみ出すと、
見通しが悪くなり、通行の妨げや標識が見えにくくなる
など、危険が生じることになります。

このようなことにならないように「道路など」にはみ出し
た生垣や樹木、覆いかぶさった枝葉のせん定・伐採を
お願いします。

また、市道上の違法駐車や障害物の設置は大変危険
です。安全に通行できる道を作るためには、みなさんの
協力が必要です。もう一度、家の周りの「道」の確認を
お願いします。

問合せ●土木課(内線1315～1318)

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

カルチャーセンター 季節の教養講座

平安時代を生きた人の心を紐解く 和歌の解説講座

大河ドラマ「光る君へ」で注目の和歌。古今和歌集から始まる八代集にふれて、和歌特有の表現方法や、枕詞などの修辞法、解説方法を学ぶことで、平安時代を生きた人の心を紐解きます。

日時…7月11日・25日、8月8日・22日、9月5日(全5回)

毎回木曜日 午後7時～8時30分

場所…カルチャーセンター 第7研修室

定員…15名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…元高等学校教員 今井秀幸さん

持ち物…筆記用具

受講料…1,000円(5回分) ※受付時に集金

申込み…6月6日(木) 午前10時からカルチャーセンター窓口にて受付。7日(金) から電話、電子申請(QRコードから)でも受け付けます。6月16日(日) までは市内在住・在勤の人のみ。6月27日(木) 締切。

詳しくは▼



申込みは▼



岡谷市職員出前講座

行政の仕組みや各課の事業内容など、みなさんが「知りたい! 聞いてみたい! 身につけたい!」ことを、市の職員が直接出向いて説明します。市ホームページに掲載の87講座からお選びください。

日時…通年

対象…市内に在住・在勤・在学の人で構成されたグループ(少人数でも可)

講師派遣費用…無料

申込み…生涯学習課窓口、電話、メール、ファックス、電子申請(QRコードから)にて受け付けます。

メール: shogai@city.okaya.lg.jp

FAX: 24-8442

※講座希望日の2週間前までにお申し込みください。

※材料費などの実費負担が必要な講座があります。

※会場手配や講座の進行は、申し込み側でお願いします。

※人気メニューは多くの人に利用
いただくため、開催回数に制限
があります。

詳しくは▼



申込みは▼



令和6年度 夏の学び舎

教養を高めて心豊かに。お気軽にご参加ください。

7月6日(土)	今井区の歴史と文化・遺産
7月13日(土)	幸せに歩き続けるために(股関節、膝の痛み)
7月20日(土)	日常生活の中で元気な身体を作ろう 実践!! 室内運動

内容は変更になることがあります。

日時…7月6日・13日・20日(全3回)

毎回土曜日 午前10時～正午(20日のみ11時まで)

場所…今井区公会所 大ホール

対象…市内在住の人、今井区民の人

定員…50名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…7月6日 元今井区長 松田弘三さん

7月13日 岡谷市民病院 整形外科医長 田中学医師

持ち物…7月20日のみ タオル、水分、歩きやすい服装、運動靴(室内用)

受講料…無料

申込み…6月3日(月) から今井区公会所にて受付。4日(火) から電話(☎22-2544)でも受け付けます。6月28日(金) 締切。

カルチャーセンター 季節の教養講座

色鉛筆アート講座

色鉛筆特有の表現方法などを学びながら、自分の描きたいものを楽しく描いてみませんか? 初心者大歓迎です!

日時…7月17日・24日・31日(全3回) 毎水曜日

午後1時30分～3時

場所…カルチャーセンター 第1・2多目的ホール

定員…15名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…三品彰豊さん

持ち物…色鉛筆(色数は問いません)、描きたいものの実物・写真など(決まっている人のみ)

受講料…600円 ※受付時に集金

申込み…6月12日(水) 午前10時からカルチャーセンター窓口にて受付。13日(木) から電話、電子申請(QRコードから)でも受け付けます。6月24日(月) までは市内在住・在勤の人のみ。7月3日(水) 締切。

詳しくは▼



申込みは▼



問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

会員募集!! 「学習グループ」に参加してみませんか?

学習グループとは、カルチャーセンターや公民館主催の講座をきっかけに、活動が続けたい人が集まり、自主的に活動しているグループです。会員を募集しているグループを紹介します! 趣味を探している人や何かに挑戦してみたい人など、気軽にお問い合わせください!

※令和6年2月実施の学習グループのアンケートに基づき掲載

グループ名	活動内容	学習日
絵画・美術		
墨雅会(ぼくがかい)	水墨画	第3木曜日/午前
パステルの会	パステル画	第2・4木曜日/午後
曼荼羅アート会	曼荼羅アート	第3水曜日/午後
曼荼羅アートの会夜の部	曼荼羅アート	第1・3金曜日/夜
和紙絵の会	和紙絵	第1・3土曜日/午後
手芸		
布ぞうりの会	布ぞうり作り	月1回 水曜日/午後
花園キルトの会	パッチワーク	第1・3木曜日/午前
金洋会	パンフラー	第1・3金曜日/午前
工芸		
装友会	掛軸、額装	第1・3月曜日/午後
諏訪焼物研究会	陶芸	不定期
木彫りの会	仏像彫刻	第2・4水曜日/午後
書		
書道清遼会イルフ	習字	第2・4月曜日/午後
杏月会(きょうげつかい)	ペン習字	第2・4金曜日/午前
清風会	ペン習字	第2・4木曜日/夜
運動		
気功の会	気功	第1・3月曜日/午前
岡谷イルフダンスの会	社交ダンス	毎週水曜日/夜
太極拳黄河の会	太極拳	毎週水曜日/午後
太極拳の会	太極拳	第1・3水曜日/午前
YOLOダンスサークル	ヒップホップダンス	毎週金曜日/午後
月曜ピラティス	ピラティス	毎月曜日/夜
ベレーザ	フラメンコ	第2・4土曜日/午後
イルフ・ヨーガの会	ヨーガ	火曜日/夜

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

グループ名	活動内容	学習日
料理		
男の腕まくり	料理	第1月曜日/午前
台湾料理愛好会	台湾料理	最終日曜日/午前・午後
音楽		
オカリナPip(ぴっぴ)	オカリナ演奏	第2・4土曜日/午前
あひるコーラス	合唱	第1・3・4火曜日/午前
川岸女声コーラス	合唱	月曜日/午前 ほか
女声コーラスしなの	合唱	毎週金曜日/午前・午後
やまびこ男声合唱団	合唱	毎週日曜日/午後
楽しいコーラス	合唱	第2・4金曜日/午後
岡谷合唱団	混声合唱	毎週火曜日/夜
混声合唱団岡谷せせらぎ会	混声合唱	不定期
文学		
しるくの会	口語短歌	第3火曜日/午前
未来山脈めぐみ会	新短歌	第1金曜日/午後
あづさ俳句会	俳句	第1・3水曜日/夜 第2・4木曜日/午後
諏訪四季俳句会	俳句	第1・2金曜日/午後
歌月会	百人一首	第1金曜日/午後
万葉集を楽しむ会	万葉集の学習	第1火曜日/午後
その他		
水仙の会(花)	生け花	第2・4土曜日/午後
水曜囲碁会	囲碁	毎週月曜日/午後
土師の会(はじのかい)	考古学	木曜日/午前～午後
詩吟愛好会	詩吟の朗詠	第2水曜日/午後
岡谷三脚クラブ	写真技術	月1回木曜日/夜
オリオン天文同好会	天体観測	第3木曜日/夜
岡谷映像サークル	ビデオ映画作成	第3木曜日/午前
岡谷近代化産業遺産を伝える会	ボランティアガイド	不定期
岡谷M50会(えむごーまるかい)	マジック	第2木曜日/午後

お知らせ

特定計量器の
集合場所検査を行います

取引・証明に使用するはかり(非自動はかり・分銅・おもりなど)は、計量法などの規定により、2年を超えない範囲で定期検査の受検が義務づけられています。(新しく購入したはかりは、検定を実施した日の翌月1日から1年以内に定期検査を受ける必要があります。)

対象となるはかりを所有する人は、6月12日(水)までに電話、メール(kougyou@city.okaya.lg.jp)、または電子申請(QRコードから)で予約のうえ受検してください。

なお、持ち運びが困難なはかりについては、所在場所検査となりますのでご連絡ください。

期日…6月25日(火)・27日(木)・28日(金)

時間…午前9時～11時・午後1時～3時

場所…市役所 計量検査室(市役所北 駐車場棟1階)

※検査は有料です。

詳しくはこちらを
ご覧ください。

詳しくは▶



申込み▶



問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

相 相談

子育て学習

乳幼児健診

金	土
	1
6	7
13	14
20	21
27	28
34	29

有丸竹下島商店
☎ 22-2406

株シンニチ設備
☎ 22-1365

株浜パイピング
☎ 23-6885

株林鉄工設備
☎ 23-3197

株イワナミ
☎ 22-2222

株アイテック
☎ 23-8500

株杉村設備
☎ 27-8632

信和設備株
☎ 22-3302

株総設工業
☎ 28-8504

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	12日(水)午前9時～正午 巡回相談(湊支所)	
	無料法律相談 【予約制】	18日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課(内線1254) 相談員：蒲生 路子弁護士 ※7月分予約：6月19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】	19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)	
生活・子育て	こども家庭センター (家庭児童相談など)	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 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) 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】 相談日程については、下記へお問い合わせください 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 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1259) ・女性カウンセラー(産業カウンセラー)による相談 【予約制】18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 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	12日(水)午後1時～4時 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：概ね35歳までの若年者 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	
	特許・発明相談	18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・成年後見等相談 社協心配ごと相談、家庭介護相談			
月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎24-2121			
結婚相談	相談日	時 間	場 所
	第2・4火曜日	午前10時～午後4時	社協相談室
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時	
		連絡先	市社協☎24-2121
			諏訪湖ハイツ☎24-2290 (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。

準備編 ▶ 6月21日(金) 午後7時～8時30分

内容：赤ちゃんを産むための体づくり・夫婦のコミュニケーション・産後のメンタルヘルスなど



今月の納税

◎市県民税 第1期

◎国民健康保険税 第3期

納期限…7月1日(月)

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1135)

日

月

火

水

木

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。

◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談に関するお問い合わせは ― 健康推進課 23-6141（直通）まで

●水道修理所当番店

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・こ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。
医療機関に確認の上、予約をして接種を行ってください。

今井整形外科
☎ 28-9933

大滝歯科医院
☎ 22-5678

ウエルシア薬局岡谷長地店
☎ 26-2512

十和設備(株)
☎ 24-0182

水道建設(株)
☎ 23-2662

(株)アイテック
☎ 23-8500

1歳6か月児健診
(R4年11月生)
午後1時～1時20分 受付

杉村設備(株)
☎ 27-8632

離乳食教室〈ごつくん教室〉
(R6年1月生)
[予約制・個別対応]

(有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

祐愛病院
☎ 23-0222

小口歯科第2クリニック
☎ 28-2883

スギ薬局岡谷店
☎ 78-8472

(株)上條電設工業
☎ 23-5330

相 育児相談
午前9時30分～11時 受付

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

信和設備(株)
☎ 22-3302

3歳児健診
(R3年5月生)
午後0時40分～1時20分 受付

(株)総設工業
☎ 28-8504

(有)三善工業
☎ 23-3446

小口医院(耳鼻咽喉科)
☎ 22-3068

アルプス矯正・小児歯科クリニック
☎ 55-4477

コスモファーマ岡谷薬局
☎ 78-8023

(株)オスガ設備
☎ 27-6622

岡谷酸素(株)
☎ 22-4931

(有)丸竹下島商店
☎ 22-2406

3～4か月児健診
(R6年2月生)
午後1時～1時20分 受付

十和設備(株)
☎ 24-0182

2歳児にこここ教室
(R4年5月生)
午前(個別通知します)

水道建設(株)
☎ 23-2662

諏訪共立病院
☎ 28-2012

湊歯科医院
☎ 78-7618

ひまわり薬局
☎ 26-7226

(有)ミヤサカ管工
☎ 22-9615

相 育児相談
午前9時30分～11時 受付

(株)シンニチ設備
☎ 22-1365

(株)浜パイピング
☎ 23-6885

9～10か月児健診
(R5年8月生)
午後1時～1時20分 受付

(株)上條電設工業
☎ 23-5330

離乳食教室〈はくぱく教室〉
(R5年6月生)
[予約制]

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

林眼科医院
☎ 28-6596

さつき歯科医院
☎ 27-5858

御子柴薬局
☎ 27-7056

(有)三善工業
☎ 23-3446

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）

◆乳幼児健診等

場 所／保健センター 2 階 乳幼児健診室

持 ち 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 歳児にこここ教室：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いただきます。

information — 今月のお知らせ —

健康
ひと回メモ
No.560

口腔機能低下症とその対応

先日、長野県の「年齢別

人口」のまとめが発表され、
2024年4月1日現在、

65歳以上が33・1%と約3分の1を占めました。後期高齢者（75歳以上）数も年々増え、令和2年の36万5000人から令和7年には40万4000人と3万人以上の増加が見込まれています。（長野県後期高齢者医療広域連合より抜粋）

後期高齢者健診の対象者に、歯科においても健診を行っています。その内容に口腔機能低下症に対する検査項目があります。

口腔機能低下症とは、その名の通り口腔内の機能（咀嚼、嚥下、構音、唾液、感覚）が低下していく症状です。原因は主に加齢ですが、その他にも疾患や障害などさまざまな要因があります。むし歯の有無や歯周病の状態などの検査項目に加え、口腔衛生状態（口のなかのきれいに磨けているか）、舌圧（ペロの力）、嚥下能力（食べ物をかみ砕いて飲み込む一連の動作）の検査、咬合力（かむ力）検査などさまざまな検査項目があります。この一連の検査診断を行ったうえで口腔機能の低下症を改善する対応を歯科医院では行っています。

以前、2023年11月号の広報おかやで「オーラルフレイルとその対応」について述

べました。

オーラルフレイルとは日常で見られるわずかなむせや食べこぼし、滑舌の低下など口腔機能が低下した状態を示すものです。オーラルフレイルによる口腔機能の衰えを検査し、その結果に基づき診断されたものを口腔機能低下症とします。そのため、オーラルフレイルと口腔機能低下症は厳密に区別されるものではありません。

口腔機能低下症と診断された場合、むし歯治療、合わない義歯（入れ歯）の調整、作り直し、歯周病の改善（ブラッシング指導や歯石の除去）だけでなく、発音のトレーニングや、唾液（つば）が出やすいよう唾液腺や筋肉のマッサージ指導、食事指導など対応はさまざまです。歯の本数は減っていないのに、入れ歯の調子は悪くないのに、口のなかでどこも痛いところもないのに、何故か食べ物を食べづらくなった、むせやすくなった、口のなかの乾燥がやすくなった、口のなかでザラザラする、そう感じた人は、一度かかりつけの歯科医院で相談してみたいかがでしょうか？

自宅などでも簡単にできる「オーラルフレイル対策のための口腔体操」などもありますので、こちらもぜひ活用してみてください。



こちらから▲

（岡谷下諏訪歯科医師会）



世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～



ニュージーランド出身のジャーレッド・スタンフォードです



岡谷市民のみなさん、Kia ora!（こんにちは）。4月1日から岡谷市の国際交流員になりましたジャーレッド・スタンフォードと申します。出身はニュージーランドのワンガヌイという町です。ワンガヌイ町はきれいな自然に囲まれて伝統があり、岡谷市とよく似ているので、このまちに住めることがうれしいです。

わたしは大学でソーシャルワーカーの勉強をし、卒業後はカウンセラーやまちづくりの仕事をしていました。大学卒業のころに日本の楽器「尺八」に出会い、興味を持つようになりました。2018年に尺八の道を極めるために来日し、高知県の佐川町に住み尺八を学びながらALTとして働きました。その経験を通して言語学習と文化交流にやりがいを感じるように

なり、現在も日本語学習と日本文化に興味を持っています。またニュージーランドの文化を伝えることも好きです。みなさんはニュージーランドの伝統的な“ハカ”をご存じでしょうか。とても迫力がある行事で、機会があればぜひみなさんと踊ってみたいと思います。

昨年は富山県国際交流員として勤めていました。さまざまなイベントに参加し、いろいろな人たちから良い影響を受けて大変勉強になりましたので、岡谷市でも経験を積み重ねて国際交流事業に一生懸命取り組み、岡谷市の魅力を経験してたくさんいい思い出を作りたいです。

みなさんとお会いする機会を楽しみにしています。そのときはぜひ気軽にKia ora（キョオラ）と声をかけてください。よろしく願いいたします。Thanks see you around!

お知らせ
アメリカシロヒトリを
駆除しましょう

アメリカシロヒトリは例年、6月中旬から9月中旬に大量発生します。サクラやクヰミなどの落葉広葉樹を好み、繁殖力が強いので、被害の拡大を防ぐには早期発見、駆除が重要です。市では市有地以外の駆除は行っていないため、各家庭で駆除をするか、専門業者へ依頼してください。

駆除方法は、絹糸状の巣を作っている段階では枝ごと切って踏みつぶすか、ごみ袋に密閉し燃やすごみとして処分してください。幼虫が活発に活動し始めた際には、薬剤散布が効果的です。薬剤の使用方法をよく読み、近隣への事前通知を行ったうえで、飛散に注意し散布してください。

問合せ●市民生活課(内線1171)

お知らせ
市長と語る
「まちづくりふれあいトーク」



「まちづくりふれあいトーク」は、これからのまちづくりについて市長が市民のみなさんへ説明を行うとともに、みなさんから

の思いやご意見などを一緒に語り合う機会です。どの会場でも自由に参加できますので、ご都合のよい会場にご参加ください。

開催日	時間	会場
6月3日(月)	午後7時～	柴宮館
6月4日(火)		花岡区民センター
6月26日(水)		横川公会堂
7月3日(水)		間下区民センター
7月8日(月)		今井区公会所
7月9日(火)		橋原公会所
7月10日(水)		小坂公民館
7月17日(水)		西堀区公会所
7月18日(木)		岡谷区公会所
7月19日(金)		小尾口区公民館
7月22日(月)		小口区民センター

全21回開催予定です。後半の日程は7月号にてお知らせします。

問合せ●秘書広報課(内線1366)

お知らせ
6月23日(日)～29日(土)は
男女共同参画週間です

「だれもがどれも選べる社会に」
(令和6年度キャッチフレーズ)

男性と女性が、職場で、地域で、学校で、家庭で、それぞれの個性と能力を最大限に発揮できる男女共同参画社会を実現するためには、市民のみなさん一人ひとりの取り組みが必要です。

この機会に、わたしたちのまわりの男女のパートナーシップについて考えてみましょう！

- 週間にあわせて、市役所ロビーにてパネル展示を行います。
- 岡谷図書館に、テーマブックコーナーを設置しています。

問合せ●地域創生推進課(内線1363)

お知らせ
ペットはマナーを守って
正しく飼いましょう！

ペットは家族の一員です。ペットも人も快適に暮らせるように、愛情と責任を持って、また、周囲に迷惑をかけない飼い方を実践しましょう！

イヌの飼育は、以下の点に注意しましょう

- 市への登録と年1回の狂犬病予防接種(狂犬病は人命に関わる恐ろしい感染症です)は、飼い始めたら必ず実施しましょう。
- 他人の迷惑にならないよう、つないで飼う、ふんの始末をするなどルールを守って飼いましょう。

ネコの飼育は、以下の点に注意しましょう

- ネコは繁殖力が強いので、不妊・去勢手術をお勧めします。
- ふん尿被害や不幸なネコを増やさないために、野良猫への安易な餌やりはやめましょう。
- ネコのふん尿はにおいが強く、他人の迷惑になります。また、交通事故、感染症などで亡くさないためにも、飼い猫は室内で飼育しましょう。

問合せ●市民生活課(内線1171)



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緊急地震速報の試験放送を、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…6月20日(木) 午前10時ごろ

問合せ●危機管理室(内線1594)

お知らせ
6月は「赤十字会員増強
運動月間」

日本赤十字社は災害時の救護活動をはじめ、救急法などの講習の普及や地域赤十字奉仕団・青少年赤十字活動など地域に根ざした活動を行っています。これらの活動は、活動資金によって支えられています。6月を「赤十字会員増強運動月間」として、赤十字会員、活動資金の募集を行いますので、多くのみなさんのあたたかいご支援ご協力をお願いします。

問合せ●日赤岡谷市地区事務局
(社会福祉課内 内線1251)

環境
野焼きは
近隣に配慮しましょう

野焼きは原則として禁止されていますが、農作業によって出た稲わらや少量の落ち葉などは、ごみなどの焼却に比べて焼却時の有害物質の排出や悪臭が少ないため、例外として認められています。少量・短時間での焼却についてはご理解ください。

また、焼却する際は下記の点に注意し、近隣の迷惑にならないように配慮しながら安全に行ってください。

- ▶少量、短時間で済ませる
- ▶洗濯物を干している時間帯を避ける
- ▶風の向きや強さに注意する
- ▶乾燥させてから焼却する

問合せ●環境課(内線1445・1446)

各種スポーツ教室(子ども) (シンコースポーツ(株)主催)

受講料…5,000円

(保険料・施設使用料込 10回分)

申込み…6月3日(月) 午後5時から市民総合体育館窓口にて受け付けます
(電話申込み不可・先着順。1回の申込みにつき2名まで)。受講料を添えて申し込んでください。

※教室により対象年齢が異なります。

◎第2期 HIP-HOPダンス教室 (年中～小学生)

期間…7月1日～9月30日

毎月曜日(計10回)

時間…午後4時10分～4時55分

(年中～小学1年生)

午後5時～5時50分

(小学2年生～6年生)

場所…市民総合体育館

定員…各25名

◎第2期 陸上教室(小学生)

期間…7月1日～9月30日

毎月曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…湖畔広場

(雨天時:市民総合体育館)

定員…20名

◎第2期 サッカー教室 (年中～小学生)

期間…7月2日～9月17日

毎月曜日(計10回)

時間…午後4時30分～5時30分

(年中～小学2年生)

午後5時30分～6時30分

(小学2年生～6年生)

場所…市民総合体育館

定員…各30名

おかやファミリースポーツプログラム 第2弾 親子でバドミントン体験

日時…7月13日(土) 午前10時～正午
(集合:午前9時45分)

場所…市民総合体育館

対象…市内の小学生とその保護者

受講料…500円

(子ども1人追加につき200円)

定員…親子25組

申込み…市民総合体育館窓口にて6月17日(月)から受付。7月2日(火)締切。

第17回 岡谷市民綱引大会

期日…7月7日(日)

場所…市民総合体育館

種目…一般(男子、女子、混合、男子6人制、女子6人制)(予定)

申込み締切…6月下旬ごろを予定

※詳細はお問い合わせください。

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)

岡谷市弓道協会主催 弓道初心者教室

弓道をやってみませんか。

期間…6月11日～7月16日

毎週火曜日(計6回)

時間…午後7時30分～9時15分

場所…市民総合体育館 弓道場

対象…市内在住・在学・在勤のおおむね18才以上の人

定員…10名(先着順)

受講料…3,000円(入館料含む・初回に集金)

申込み…市民総合体育館窓口にて受付

問合せ●岡谷市弓道協会

☎080-5140-8739 (担当:花岡)

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(7月分)…6月16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…6月16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

おかやファミリースポーツプログラム 第1弾 親子でバスケット体験

日時…6月16日(日) 午前10時～正午
(集合:午前9時45分)

場所…市民総合体育館

対象…市内の小学生とその保護者

受講料…500円

(子ども1人追加につき200円)

定員…親子50組

申込み…市民総合体育館窓口にて受付中。6月6日(木)締切



シルキーチャンネル

LCVデジタル12CH

ユーチューブライブ

6月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1364)

【6月3日よりチャンネルの番号が変更となります】

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(☎0120-123-8333)、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。

6月の
放送
番組

- しるくつきんぐ
- 運動不足を防ごう!おうちでできる簡単運動
- 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。

◎第2期 夜ピラティス(託児なし)

期間…7月3日～9月18日

第1・3・5水曜日(計7回)

時間…午後7時～8時

場所…市民総合体育館

定員…20名

受講料…4,200円

◎第2期 ピラティス教室

期間…7月5日～9月13日

毎週金曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ザ・サーキット教室

(託児なし)

期間…7月10日～9月18日

毎週水曜日(計8回)

時間…午後7時30分～8時30分

場所…市民総合体育館

定員…20名

受講料…4,800円

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

バレトン・ズンバ 無料体験会!!

Balletone、ZUMBAってどんなスポーツ? 無料で体験してみませんか。

日時…6月18日(火)

バレトン:午前10時～11時

ズンバ:午前11時10分～12時10分

場所…市民総合体育館

持ち物…上ばき、タオル、飲み物、ヨガマット

申込み…体育館窓口、または電話にて受け付けます。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

今月の子育てポイント(幼児期)

「いっぱいほめて

叱る時は静かに諭しましょう」

ちょつとしたことでもほめてあげることで、子どもはやる気と自信をもち、伸びていきます。叱るときは、その場で短く、子どもの目を見て、簡潔にさつぱりと。怒りにまかせて大きな声を出しても、子どもは、おびえるだけです。

～成長樹(期)子育て実践ポイントより～



各種スポーツ教室(一般) (シンコースポーツ株式会社主催)

受講料…6,000円 ※一部教室除く

(保険料・施設使用料込 10回分)

※当日参加も可能:1回900円

申込み…6月3日(月) 午前9時から市民総合体育館窓口にて受け付けます(電話申込み不可・先着順。1回の申込みにつき2名まで)。受講料を添えて申し込んでください。

※託児つき(一部教室除く)。希望者は6月15日(土)までにお申し込みください。(1歳児から。1教室1,000円・定員5名)※当日参加は託児不可

◎第2期 ベーシックエアロビクス教室

期間…7月1日～9月30日

毎週月曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ヨガ教室

期間…7月1日～9月30日

毎週月曜日(計10回)

時間…午前11時10分～12時10分

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 Balletone教室

期間…7月2日～9月10日

毎週火曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ZUMBA教室

期間…①7月2日～9月10日

毎週火曜日(計10回)

②7月5日～9月13日

毎週金曜日(計10回)

時間…午前11時10分～12時10分

場所…市民総合体育館

定員…各20名

◎第2期 スリムキックボクシング教室

期間…7月3日～9月11日

毎週水曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 こどもスポーツ教室 (年長～小学生)

期間…7月2日～9月17日

毎週火曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 卓球教室(小・中学生)

期間…7月3日～9月11日

毎週水曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

定員…20名



◎第1期 バレーボール教室 (小学生)

期間…7月3日～9月18日

毎週水曜日(計10回)

時間…午後5時30分～6時30分

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 野球教室(小学生)

期間…7月5日～9月27日

毎週金曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…湖畔広場(雨天時:市民総合体育館)

定員…20名

◎第2期 バドミントン教室 (小学4年生～中学生)

期間…7月5日～9月27日

毎週金曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

定員…20名

◎第2期 ミニバス教室(小学生)

期間…7月5日～9月13日

毎週金曜日(計10回)

時間…前半:午後6時30分～7時30分

後半:午後7時30分～8時30分

場所…岡谷田中小学校

定員…各40名

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

ご存知ですか？ 地区社会福祉協議会 (地区社協) が取り組む地域づくり

地区社協とは、地域に暮らす住民の皆さんが、その地域の福祉課題の解決に向けて、話し合い、自分たちでできることを考え、具体的に活動していく、住民の皆さんの主体的な地域福祉活動を推進する任意の団体です。

岡谷市社会福祉協議会とは、一緒に地域福祉を推進するパートナーの関係であり、子どもから高齢者まですべての市民が、住み慣れた地域で安全に安心して暮らすために、ともに支え合う地域づくりを進めています。

岡谷市では21地区すべてに地区社協があり、それぞれが地域の特性にあった独自の活動を行っています。

区役員や民生児童委員、町内会長など各種団体の代表者で構成され、皆さんが住み慣れた地域でいきいきと暮らせるよう、高齢者のサロン活動や配食サービス、世代間交流等、社会参加の促進などに取り組んでいます。

令和5年度の活動の一部を紹介します。



上浜地区社協 七夕祭り
たくさんの願い事を
吊りました。



小口地区社協 配食サービス
福祉推進委員・民生委員・
役員がお弁当を
お届けしています。



今井地区社協 保育園児の
じゃが芋掘り体験
じゃが芋は社協ともみじ会
で育てました。園児との
じゃが芋掘り交流はとても
爽やかなひと時でした。

各地区社協では、「つながり」を大切にした活動が行われ、社会的孤立を防ぐ
「顔の見える関係づくり」など「気にかかけ合う関係づくり」が進んでいます。

令和6年度 地区社会福祉協議会 会長 のみなさんです

ボランティアとして地区社協に参加したい方、また、困りごとがありましたらお住まいの地区社協会長にご相談ください。
連絡先は岡谷市社会福祉協議会までお問い合わせください。

地区名	氏名(敬称略)	地区名	氏名(敬称略)	地区名	氏名(敬称略)
今井	奥原 一由	小口	北村 隆雄	駒沢	宮澤 由己
間下	武居 俊樹	小井川	関島 良治	鮎沢	堀川 徳一
岡谷	小口 明彦	西堀	依田 悦男	橋原	山村 昌之
下浜	熊井 巻文	小坂	味澤 宏重	東堀	貝淵 晴久
小尾口	藤森 千広	花岡	小口 朝弘	中屋	山田 郁二
上浜	小口 学	三沢	城下 正明	中村	山田 喜久
新屋敷	西川 一昭	新倉	中島 邦彦	横川	宮坂 悦郎

主な内容

CONTENTS

地区社会福祉協議会の取り組み	22
サマーチャレンジ2024参加者募集／ 能登半島地震災害義援金について	23
岡谷市障害者福祉推進実行委員会の公募提案型事業のご案内	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

●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

参加者募集!

夏のボランティア体験 「サマーチャレンジ2024」

ボランティアをしてみたいけれど何をしたらいいのかわからない人。
将来、福祉に関わる事に携わりたい人。この夏、「初めの一步」を踏み出してみませんか?
新しい出会いや発見があなたを待っています!



- ★活動期間 **7月22日(月)～8月31日(土)**
- ★活動先 高齢者福祉施設・障がい者福祉施設・保育園・公共施設・社協事業 など
- ★参加対象 中学生・高校生・専門学校生・大学生・一般
原則として、期間中に同施設で2～3日間活動でき、事前研修に参加できる方
- ★参加費 500円(活動先により食事代・交通費等がかかる場合があります。)
- ★募集期間 6月12日(水)～6月28日(金)



岡谷市社協ホームページをご覧ください、申込みをしてください。

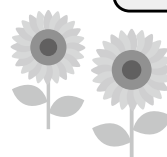
*活動先については先着順で決定します。

*中学・高校生の方は、夏休み期間外の活動は受け付けられません。

また、保護者の同意が必要になります。

- ★申込み・問合せ 岡谷市社会福祉協議会・岡谷市ボランティアセンター
「サマーチャレンジ2024」係 TEL: 24-2121

詳細・申込みは、
QRコードから



岡谷市共同募金委員会にお寄せいただいた 能登半島地震災害義援金について

岡谷市共同募金委員会は、諏訪湖ハイツにて募金箱を設置し義援金を募集してきました。
義援金は、各県の共同募金会を通じて被災者の皆様に届けられます。

- 新潟県共同募金会 令和6年能登半島地震災害義援金 7,685円
- 富山県共同募金会 令和6年能登半島地震災害義援金 9,494円
- 福井県共同募金会 令和6年能登半島地震災害義援金 4,841円
- 石川県共同募金会 令和6年能登半島地震災害義援金 1,722,362円

(窓口での受付: 岡谷市ダンス協会・下浜ダンスの会・岡谷イルフダンスの会・岡谷市社会福祉大会・岡谷市高齢者クラブ連合会・岡谷東部FC・ボーイスカウト岡谷第一団・湊小学校6年生・今井地区社協・岡谷イルフダンスの会・個人2名)
(令和6年3月31日までの受付分)



引き続き、令和6年能登半島地震災害義援金にご協力お願いいたします。
諏訪湖ハイツ入口に募金箱を設置し募金を受け付けています。
税制優遇制度があります。詳細は岡谷市社会福祉協議会へお問い合わせください。

岡谷市障害者福祉推進実行委員会の公募提案型事業のご案内



障がいのある方の可能性を広げ、 力を発揮できる事業について助成します。



目 的	障がいのある方の社会参加と生活訓練等の事業等を市民団体等が計画・実施するものについて、事前に提案を受け付け、その事業に対して、予算の範囲内で必要な経費を助成します。 なお、助成を受けた団体等・事業については、今後、「岡谷市障害者福祉推進実行委員会」との協働を検討いただき、市民総参加の福祉のまちづくりの推進を図ります。
対象団体グループ	・令和6年度までに「岡谷市障害者福祉推進実行委員会」に加入していない、市民団体、NPOなどで、市の障がい者福祉に貢献している（する意向の）団体等であること。 ・今後、「岡谷市障害者福祉推進実行委員会」等との連携が期待できる団体。
市民団体等の条件	・団体等の構成員の半数程度以上が岡谷市民であること。 ・事業内容を適正に実施できること。
対象事業	・岡谷市の障がいのある方の社会参加や生活訓練を促進する講習会・体験会・イベント等（調理教室、栄養教室、太鼓教室、キャンプ体験会、農作業体験会、障がい者ゲートボール教室等） ・障がい福祉サービス事業所等との連携（市内の事業所巡り、職業体験による交流等） ・障がいの理解啓発の活動等（リーフレットの発行、街頭啓発活動、統計調査等）
申請方法	社会福祉協議会にお問い合わせいただき申請書に必要事項を記入の上、「岡谷市障害者福祉推進実行委員会（事務局：岡谷市社会福祉協議会）」にご提出ください。
選考方法	・「市」「社協」「岡谷市障害者福祉推進実行委員会」の代表からなる「助成事業選定委員会」で審査、決定します。
そ の 他	採択された提案事業は、次年度以降、「岡谷市障害者福祉推進実行委員会」との連携や協働による継続実施や障がい福祉施策、予算等への反映を検討します。 詳細については市社協へお問い合わせください。
限 度 額	20万円
助成期間	令和7年3月31日（月）まで
申請期間	令和6年7月1日（月）から7月31日（水）まで
申 込 問 合 せ	「岡谷市障害者福祉推進実行委員会（事務局：岡谷市社会福祉協議会）」 〒394-0081 岡谷市長地権現町4-11-50 TEL 24-2121



* 岡谷市障害者福祉推進実行委員会 *

国際障害者年（昭和56年）を機に発足し、市内79団体で構成され、団体長さんには委員として障がい者・児の社会参加・生活訓練事業等の事業推進にご協力いただいています。

例えばこんなことに申請できます。

障がいのある方たちと一緒に
楽しいイベントを開こう。

障がいに関わる親グループ
の横のつながりを作りたい。



講師を呼んで障がいに関
する学習会を開きたい。

障がいに関する岡谷市民
の意識調査をしたい。

お気軽にお問い合わせください



利用できる人…0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
6月の休館日…11日(火) 毎月第2火曜日

ラララクッキング講座(6月12日(水)より申込み開始)

日時…7月12日(金) 午前10時15分～11時30分
対象…保護者 講師…こどものくに栄養士

ワンツーパーンチ講座(6月24日(月)より申込み開始)

おもいきり体を動かして汗を流しましょう。
日時…7月24日(水) 午前10時～11時
対象…保護者 講師…千葉有希子さん

託児あり

託児あり

予約不要の
イベント

6月 7日(金)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
19日(水)	食べるのだいすき、紹介と試食(栄養士)	午前11時～
21日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
25日(火)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
28日(金)	お誕生会	午前11時～
	ぺったんこの日(6月生まれの子ども対象)	午前10時30分～午後4時
	もぐもぐ相談(栄養士)	開館中いつでも
30日(日)	おもちゃの病院(無料修理)	午前10時～午後1時(受付)

楽しい行事を毎月実施!

つくっちゃおう(6月12日(水)より申込み開始)

「たこさんバケツ」を作ります。

日時…7月11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

(6月18日(火)より申込み開始)

日時…7月18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

日時…7月5日(金)
午前9時30分～11時30分

要予約

問合せ●こどものくに ☎24-8403

放課後子どもの居場所づくり事業のスタッフを募集します!

「放課後子どもの居場所づくり事業」は、おもに水曜日の放課後に、小学校で子どもたちが安心して遊べる居場所をつくる活動です。岡谷市では、市内全7小学校で実施しているこの事業に協力してくださる人を募集しています。

子どもたちに自分の特技や趣味を教えたい! という人はもちろん、見守りのみでも大歓迎です。少しでも興味がある人は、ぜひご応募ください!

申込み…インターネット(QRコードから)、または教育総務課へ電話にてお申し込みください。



各校の活動時間

学校名(名称)	活動時間
川岸小学校(とちっ子ひろば)	午後3時5分～5時
神明小学校(神明っ子はばたきラボ)	午後3時30分～5時
小井川小学校(おいかわっこ)	午後3時10分～4時30分
岡谷田中小学校(あやめ基地)	午後3時10分～5時
湊小学校(あそぼう日)	午後3時20分～4時30分
長地小学校(おさっちゃん)	午後3時30分～5時
上の原小学校(うえのはらっば)	午後3時5分～4時20分



問合せ●教育総務課(内線1214)



CANORA HALL カノラホールー岡谷市文化会館

カノラ・ウィークエンド・コンサート
CANORA WEEKEND CONCERT. ～新しい風のささやき～

新感覚の邦楽エンターテインメント!!
津軽三味線・民俗音楽団 あべや

7月15日(月・祝) 会場：小ホール
午後2時開演(午後1時30分開場)



出演

津軽三味線：阿部金三郎、阿部銀三郎
民謡：根本麻耶

曲目

津軽じょんがら節、民謡メドレー ほか

夏を彩る講談と琵琶語りの真髄!!
講談×琵琶～語りの競演

8月3日(土) 会場：小ホール
午後3時開演(午後2時30分開場)



出演 講談：一龍斎貞鏡
琵琶：坂田美子

演目 「源平盛衰記」より「扇の酌」
真景累ヶ淵 宗悦殺し、耳なし芳一 ほか

チケット **販売中** ※未就学児入場不可
各公演 全席自由2,500円
ソサエティ会員2,000円 小中高生500円

◆お得な2公演セット券あり
一般4,500円 ソサエティ会員3,500円

問合せ ☎ 24-1300

6月

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…6月18日(火)
午前11時～(30分程度)

★日曜日のちいさなおはなしの森★
(乳幼児向け)

日時…6月23日(日)
午前11時～(30分程度)

★おはなしの森★
(園児～小学生向け)

日時…6月1日・8日・15日・
22日・29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

「今日何つくる？」

6月16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

6月の休館日

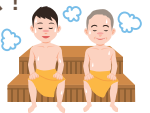
3日、10日、17日、24日、28日

問合せ ☎ 22-2031

美肌の湯 ロマネット

●サウナでデトックス!

ロマネットのサウナは
フィンランドサウナな
ので、高温の熱気で
たっぷりと発汗できます!
汗をかいて老廃物排出、新陳代謝UP、
夏バテしないカラダづくりをしましょう!
体調に合わせて無理のないサウナタ
イムをお過ごしください!



●食事処やまびこ ※変更になる場合もあり

6月の特撰おすすめメニューは【ジ
ンギスカン定食 870円】です。人気メ
ニュー復活!! 特製タレで炒めたラム
肉は、クセもなくお
いしいですよ♪



6月の休館日

4日、11日、18日、25日

問合せ ☎ 27-6080

6月の諏訪湖ハイツ

ロビー展示

- 小尾口写真同好会 写真展
期間…6月1日(土)～15日(土)
- フォト金曜会 花言葉写真展
期間…6月17日(月)～29日(土)

ロビーコンサート

- アンサンブル・スワンコンサート
日時…6月17日(月) 午後2時～3時
☆出演者募集中! ご相談はフロント
までお気軽にどうぞ。

■親水池

ご家族連れで遊びにお出かけください。

■ハイツフリーマーケット開催

日時…6月16日(日) 午前9時～午後3時
屋外芝庭(雨天中止)

6月の休館日

※温泉施設は毎週水曜日

19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17日(月)まで

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。

【次回展覧会】6月22日(土)～9月3日(火)

企画展 となりの国の絵本

躍動する韓国イラストレーション

近年、国際的な絵本コンペにおいて韓国絵本は受賞を重ね、その存在感を強めています。本展では韓国絵本の躍進を支える9人の作家の絵本原画やスケッチなどを展示し、韓国絵本の魅力をご紹介します。



スージー・リー「せん」2017年
Lines © Suzy Lee, 2017

イベント (要申込み)

★アイスクリンカップで小物入れをつくろう

日時…6月16日(日) 午後1時30分～
参加費…300円

※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)

6月の休館日

5日、12日、19日、26日

問合せ ☎ 24-3319



市立 岡谷美術考古館

特別企画展

おぐちかくほ
小口雀甫展 自然流の書

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。



「木」

ワークショップ

樹脂粘土でミニチュアパンを作ろう

日時…6月15日(土)

午後2時～

講師…藤森真弓さん

参加費…1,000円

定員…10名

申込み…6月6日(木)より受付開始



酒井館長と「はにわ」を作ろう

日時…6月30日(日)

午前10時30分～

対象…小学生以上

参加費…300円

定員…10名

申込み…6月17日(月)より受付開始



開館時間 授乳・おむつ替え室あり

午前10時～午後6時

6月の休館日

5日、12日、19日、26日

問合せ ☎ 22-5854



岡谷

シルクファクトおかや

企画展

中国古代復元絹織物展

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、龍の紋様を持つ絹織物を中心に展示します。



乾隆皇帝龍袍(部分)

イベント (要申込み)

♠ ギャラリートーク

解説…岡谷蚕糸博物館学芸員

日時…6月29日(土)

午後1時30分～2時30分

定員…20名

参加無料(要入館料)

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)

6月の休館日

5日、12日、19日、26日

問合せ ☎ 23-3489 (サンシハク)

世界和太鼓打ち比べコンテスト

今年も「岡谷太鼓まつり 世界和太鼓打ち比べコンテスト」を開催します。

太鼓の技と力を競い合う大会です。ぜひ会場でご覧ください。

会場…カノラホール 大ホール

6月29日(土)

一人打ちの部 予選

予選…午前9時50分～

歓迎演奏…午後4時～

審査発表・総評…午後4時30分～

6月30日(日)

一人打ちの部 本戦・団体の部 本戦

本戦…午前10時～

歓迎演奏…午後4時～

表彰式・閉会式…午後4時30分～

●30日は豪華賞品が当たる抽選会を開催!

※時間は変更になる場合があります。

入場
無料



同時開催

●地元高校生による書道パフォーマンス

●かんたん和太鼓づくり教室(要予約)

※定員になり次第、募集を締め切ります。

●おかやミニキッチンカーフェス

(主催:岡谷商工会議所)

時間…午前10時～午後4時ごろ(両日)

場所…市役所イベント広場



問合せ●岡谷太鼓まつり実行委員会事務局(岡谷商工会議所内) ☎23-2345

食育
ひろば

6月は「食育月間」

食材を見ること・触ることも食育です

保育園では、旬の食材を給食に取り入れています。子どもたちの苦手な食材も、実際に見ること、触ること、下ごしらえを手伝うことなどで、「これは何だろう」「こんな形なのか」「柔らかい」「いい香りがする」と興味が出てきます。自分が関わった食べ物が料理になって出てくると「どんな味がするのか」「食べてみようかな」という気持ちが出てきて、パクッと食べられることもあります。食に関わる体験を大切にしていきたいですね。

身近な食材を
見てみよう!
触ってみよう!

〈ふきの煮物〉～保育園給食メニューより～

栄養価(1人分): エネルギー 10kcal / たんぱく質 0.5g / 脂質 0.4g / 食塩 0.08g



〈材料〉4人分

ふき…………… 80g(約4本)
にんじん…………… 40g(1/5本)
油揚げ…………… 20g(2/3枚)
砂糖…………… 8g(約大さじ1)
しょう油…………… 8g(大さじ1/2)
かつお節…………… 1.2g(約小袋1/2)

〈作り方〉

- ① ふきを板ずりし、4～5分ゆでる。水にさらし皮むきをし、食べやすい長さに切る。
- ② にんじん、油揚げは短冊切りにする。
- ③ ふき、にんじん、油揚げを鍋に入れ、ひたひたになるくらいの水を入れ、柔らかくなるまで煮る。
- ④ 砂糖、しょう油を入れ水分がなくなるくらいに煮つめる。
- ⑤ かつお節を振り入れながら、煮からめる。



しょうずに
できたでしょ!



かわがすうつと
むけた!



問合せ●健康推進課(内線1177)

トピックス

まちのできごとやわだいをとおとけ



4/16 新入学児童にラベンダーのプレゼント 川岸小学校では記念植樹も

緑 化推進運動の一環として、市では緑の募金の還元金を活用して、1977年から新入学児童へのお祝いに木や花を贈呈しています。今年も、この春小学校に入学した児童304人全員にラベンダーがプレゼントされました。このうち、川岸小学校では、早出一真市長が児童の代表に花の鉢植えを手渡したほか、学校の花壇にドウダンツツジの苗木を一緒に植樹しました。



4/29 市内外からの多くの人で大にぎわい 2024シルクフェアinおかや

シ ルク岡谷の歴史を継承し、未来へつなげる「2024シルクフェアinおかや」が開催。岡谷蚕糸博物館や絹工房をはじめ市内各所で、糸取り、機織りなどの体験イベントや、音楽、まちあるき、スタンプラリーなど、さまざまな催しが繰り広げられました。また、「ゴジラ-1.0」のロケ地となった旧岡谷市役所庁舎の公開や、照光寺での蚕霊供養塔例大祭など、関連イベントも行われました。



5/3 赤、白、ピンク、紫、色鮮やかな花々 鶴峯公園つつじ祭り

中 部日本一の名所といわれる鶴峯公園のツツジが見頃を迎え、「つつじ祭り」が始まりました。約2万平方メートルの園内には、約30種、3万株のツツジが植えられ、色とりどりの花が咲き誇ります。ゴールデンウィークには好天に恵まれるなか、各種イベントも行われ、市内や県内外からも多くの人を訪れました。祭りは14日まで行われ、大いににぎわいました。



5/5 早朝の塩嶺小鳥の森で野鳥を観察 小鳥バスの運行開始

今 年も小鳥バスの運行が始まり、初日は県内外から38人が参加しました。小鳥バスは1954年に始まり、今年で71回目を迎えます。バスはJR上諏訪駅から各所で参加者を乗せ、午前6時頃に塩嶺小鳥の森に到着。日本野鳥の会諏訪支部会員の案内で、参加者は双眼鏡で小鳥の姿を見つけたり、さえずりに耳をそばだてながら、探鳥会を楽しみました。

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

おおき
な
った
ね
6
月
生
ま
れ
の
お
と
も
だ
ち



ナツメさん

ナツメちゃん、お誕生日おめで
とう! これからも元気に大き
くなってね! 大ききだよ~!



イオリさん

お外で遊ぶことが大好き!!
公園のすべり台も、じょうずに
すべれるようになりました。



ダンさん

どんなことにも興味津々で、
元気いっぱいなダンくん! 毎日た
くさん笑わせてくれて、ありが
とう♡

地域おこし協力隊 活動日記

畑ときどきカモシカ

趣味の登山をきっかけに、岡谷に引っ越してきてち
ょう丸2年が過ぎ、3,000メートル級のハヶ岳の山々
や諏訪湖の水面が季節ごとに変化する感動も、当
初に比べるとゆっくと薄れつつあり、旅人ではなく、よ
うやく住民になれてきたのかなと感じています。でも、や
はり何度遭遇しても感動する彼・彼女。体格はよい
のに、足は速い。灰がかった青色のような毛。国の
特別天然記念物・カモシカです。天然記念物のな
かでも「特別」が付くくらい価値が高く、国の宝ともいえ
るカモシカ。長野県の県獣としても指定されており、
岡谷のみなさんにはなじみの動物だと思います。

ある日、三沢区の桑畑で活動していると、不自然
に葉っぱがない桑の枝がありました。病気や何かで自
然に落葉したのだらうと思っていたところ、他にも同じよ
うな枝が畑の中にたくさんありました。その後、あまり気
にしていなかったのですが、ついに畑でばったり遭遇し、



OKAYA SILK



地域おこし協力隊
渡邊 陽子

おいしそうに桑の葉をムシャムシャと食べていました。ま
た違う日には、県道の歩道に佇むカモシカの姿があり
ました。

カモシカは主に東日本を中心に生息し、兵庫県で
生まれ育ったわたしには、まったくなじみのない動物で
したが、こんなに身近
なところで何度も遭遇
することができ、その
感動は薄れることなく、
自然豊かな環境に
日々感動しながら活動
しています。



カモシカに食べられた
後の桑の枝



「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



5月の ハガキから

▼は広報広聴担当より

広報おやかや5月号表紙の鶴峯公園のつつじはすばらしいですね。2〜3日テーブルに置いて眺めます。

M・Rさん(本町)

▼鶴峯公園のつつじ、とてもきれいですよね。つい見とれてしまいました。5月3日〜14日に開催された「つつじ祭り」には行かれましたか？今年も多くの人でにぎわいました。市花であるつつじを、もっと多くの方に見ていただければと思います。

春から夏へ、衣替えの季節です。衣装箱やタンスに長袖と半袖の入れ替えて連日大わらわです。
S・Yさん(成田町)

▼桜も散って季節の変わり目を感じています。しかし朝晩はまだ寒く、なかなか暖かくなりません。タンスの整理も大変だと思いますが、体調を崩しやすい季節です。お体には十分お気をつけください。そして、よい夏を迎えましょう。

岡谷に引っ越してきて2年目の春を迎えました。今年はいろいろな桜を見ることができました。夏には新しい家族が増える予定です。夫と家族3人で、岡谷のいろいろな場所へ出かけたいなと思っています。出産がんばります！

N・Hさん(神明町)

▼新しいご家族の誕生、楽しみにですね。体調にお気をつけて、元気な赤ちゃんを産んでください。また、岡谷市では、子育てしやすいまちづくりをめざしています。赤ちゃんが生まれたら、ぜひ「こどものくに」などもご利用ください。

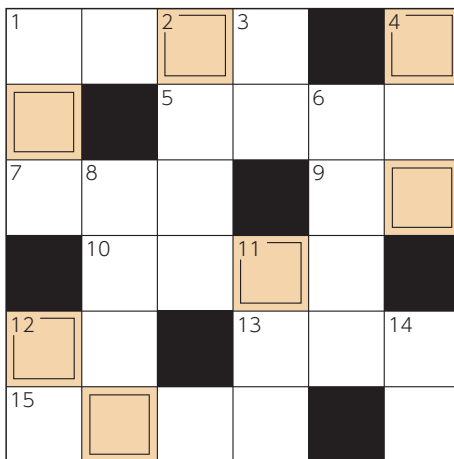


◆ヨコのカギ

- 1 向日葵
- 5 水門
- 7 ○○○フェア、○○○スイート
- 9 エスプレッソコーヒーにミルクなどで模様を描く○○アート
- 10 漁火
- 12 みなさんの足下、体操の競技にも
- 13 顔だけで20万、身体全体では500万とも
- 15 山をうつつて湖は〜♪ どの小学校？

◆タテのカギ

- 1 ○○○伊豆、○○○堀、○○○銀座
- 2 小井川区にある休園中の保育園
- 3 ペルー共和国の首都
- 4 太鼓をたたく人たち
- 6 もとは印刷方法のひとつですが、雑誌などでは違う意味に
- 8 日本のプロ野球では27.431m
- 11 一般的には工学、医学、薬学、農学などを学びます
- 12 教えさとす、いいきさせる、○○解雇、○○免職
- 14 ○○村区、○○屋区



脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.462

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、オカヤペイ300ポイントをプレゼントします。

●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、ひと言(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。6月10日必着。(ひと言は「こね」に掲載させていただく場合があります)

●5月号の答えと当選者

「パークライン」

正解数35通(応募総数36通)の中から抽選で、O・Kさん(湖畔)、A・Iさん(川岸東)、Y・Tさん(田中町)、K・Hさん(湊)、A・Hさん(加茂町)に、オカヤペイ300ポイントをプレゼントします。





©岡谷市/イルフ童画館
ラムラム王

童画の王様 武井武雄先生 生誕130年おめでとう

武井武雄は日本の童画界、絵本業界に多大な影響を与えた岡谷市が誇る童画家です。今年は武井武雄生誕130年記念の年で、全国での巡回展やさまざまなイベントを開催します。市民のみなさんもイルフ童画館に足を運んで、武井武雄のすばらしい作品の数々に改めて触れてみてください。



武井武雄 生誕130年記念 全国巡回展

生誕130年 武井武雄
幻想の世界へようこそ

目黒区美術館
7月6日～8月24日

◆
石川県立美術館
9月7日～10月6日

◆
一宮市
三岸節子記念美術館
10月12日～11月24日

問合せ●ブランド推進室(岡谷蚕糸博物館内) ☎23-3489