

あなたとおかやを^{つな}ぐ

OKAYA

2024

8

No.1500

広報 おかや

〈特集1〉
岡谷蚕糸博物館 開館60周年
リニューアルオープン10周年

〈特集2〉
武井武雄 生誕130年記念



今月の表紙

「カイコ学習」が盛んな岡谷市では、お蚕さまは身近な存在です。この日は蚕糸博物館近くの小口保育園の園児たちが、保育園でお蚕さまを飼うための大切な約束を学芸員さんに教わり、春に生まれた春蚕を大切に園に持ち帰りました。無事に大きくなってほしいですね。



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





1



2

1 昭和39年10月15日開館当時の蚕糸博物館外観
2 4条繰り諏訪式繰糸機



SILK FACT OKAYA
岡谷蚕糸博物館

〈特集1〉

岡谷蚕糸博物館 開館 60周年
リニューアルオープン 10周年

for the future

これからのシルクのために



“未来への礎”

岡谷市に蚕糸博物館がある理由

岡谷蚕糸博物館は、昭和39年10月15日に開館し、今年で60周年を迎えます。また、平成26年8月1日に現在の場所に移転し、「岡谷蚕糸博物館—シルクファクトおかや」としてリニューアルオープンして10周年となります。

改めて、岡谷市の歴史に関係の深い蚕糸博物館誕生の経緯と、この記念すべき年に予定されている、さまざまなイベントを紹介します。

蚕 糸業が盛んであった岡谷市では、戦前より、市をはじめ市民のみならず、全国的にも貴重である「シルク」の歴史を後世に伝えることの必要性を感じ、蚕糸業に関する資料が散逸してしまわないように収集し、大切に保存していくことが重要だと考えていました。

そのようななか、シルク岡谷と言われた蚕糸業の最盛期を担っていた片倉工業株式会社が、1958(昭和33)年に、諏訪市の「懐古館」(現・諏訪市美術館)に保存・展示していた蚕具類・製糸機械類などの貴重な資料を岡谷市に寄贈したことをきっかけに、市民の間に蚕糸博物館建設の機運が高まりました。

市内の製糸業者が中心となり、全国の蚕糸関係者や一般市民に募金の

協力を働きかけたことも大きな力となり、1964(昭和39)年10月15日に全国的にも珍しい蚕糸業に特化した「市立岡谷蚕糸博物館」が開館しました。その後は、博物館としての役割を長く果たし、岡谷市の蚕糸業について、その歴史を伝えてきました。

50 年目の節目の年、平成26年には、シルクに関する研究を行っていた市内の施設を改装。その

場所に移転し、民間の宮坂製糸所を併設することで、博物館の見学と同時に工場見学もできる施設に生まれ変わりました。さまざまな体験を通して蚕糸について深く学ぶことができる、全国的にも類いまれな博物館として、今日まで10年にわたり、蚕糸を広める役割を果たしています。



6



4



4



4



4



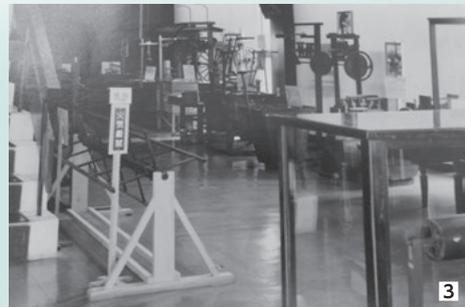
7



8



5



3

写真で振り返る60年

⑥平成26年8月1日リニューアルオープン式典
⑦宮坂製糸所での諏訪式繰糸機による繰糸
⑧エントランスの「岡谷市鳥瞰図」で学ぶ小学生

④足踏み式座繰りや揚げ返し、機織りなどによる体験学習
⑤令和元年企画展「草木染ー山崎斌・青樹・和樹 三代の軌跡ー」

③開館当時の1階展示室



小学校でのカイコ学習のようす

博物館の役割は、資料の収集保存、調査、学術的研究、企画展示、刊行物の発行、お客さまのご案内、普及活動としての講演会の開催、学習活動、岡谷近代化産業遺産群の伝承など多岐にわたります。そのなかで私たちが大切にしているのは、子どもたちへの「カイコ学習」です。お蚕さまを育てるといいますが、子どもたちにとってかけがえのない経験から限らない学びの世界が広がっていきます。こうした活動を通じ、郷土の人々の努力や、創意工夫をして産業を築き上げてきたことなどを学ぶことにより、郷土への想い・愛着・誇りが芽生えてくるものと思います。

〈インタビュー〉
館長に聞く！
これからの蚕糸博物館について
「常に生まれ変わる
博物館を目指して」
岡谷蚕糸博物館の役割は？

博物館の将来像・夢は？

最終製品である織物の製織工程までを一貫して見られる博物館にしたいということです。蚕の飼育から繰糸、織物の製品化まで一貫して見ることができ、体験できる博物館にしたいですね。体験したことは一生忘れません。これからの活動のキーワードは「体験」だと思っています。

来館される方への想いは？

これからの博物館の姿として、展示内容や行事の充実を図ることはもちろんですが、人と人とのつながりが大切です。おもてなしの心でお客さまに接し、また来たい、また体験したいと思っていただけるリーダーやSNSのフォロワーを、一人でも多く増やしていくことが大切だと思います。

海外からの見学者も増えつつあります。日本のシルクを知りたかったら、まず岡谷蚕糸博物館へ、という場所にしたいですね。



岡谷蚕糸博物館 館長 高林 千幸

セレモニーイヤーに開催されるイベント

8/22 Thu ~ 11/10 Sun

企画展「Yumi Katsuraの世界」

日本の伝統美をシルクに託し、世界で挑戦し続けるユミカツラの作品の数々が岡谷に並びます。

【オープニングイベント】

ユミカツラクリエイティブチーム 藤原綾子さん、森永幸徳さんによる展示解説

日時……8月22日(木) 午前10時～

会場……岡谷蚕糸博物館 (要申込み・要入館料)

定員……30名

申込み……8月9日(金) 午前8時30分～(先着順)

電話にてお申し込みください。

9/23 Mon

岡谷蚕糸博物館 開館60周年・リニューアルオープン10周年記念式典

開館60周年・リニューアルオープン10周年記念事業の特別企画として式典を開催します。記念講演会として、岐阜県飛騨市の都竹市長をお招きして、講演していただきます。

「飛騨と岡谷一糸ひき工女を通じた豊かな産業交流の歴史」

講師……岐阜県飛騨市長 都竹淳也さん

日時……9月23日(月・振休) 午後1時30分～3時30分

会場……カノラホール 小ホール (申込み不要・聴講無料)

10/2 Wed

Yumi Katsura トーク&ファッションショー ～シルクの魅力・ユミカツラの世界～

日時……10月2日(水) 午後3時～6時(2時30分開場)

会場……カノラホール 大ホール (要申込み・聴講無料)

【地元高校生ステージ】 諏訪実業高校服飾科

【第1部 トークショー】

「桂由美先生の心にふれて」 岡谷蚕糸博物館館長 高林千幸

「Yumi Katsura 59年のあゆみ」

ユミカツラクリエイティブチーム 藤原綾子さん、森永幸徳さん

【第2部 ユミカツラ・ファッションショー】

世界を魅了するユミカツラのドレスを、心ゆくまでお楽しみください。

※入場には入場整理券が必要です。事前にお申し込みください

【申し込み方法】 往復はがきにて。定員を超えた場合は抽選。

結果は9月20日前後に発送します。

(往信面記入内容) 岡谷市郷田1-4-8 岡谷蚕糸博物館

ユミカツラ トーク&ファッションショー係

【申し込み締切】 9月5日(木) 必着

応募は1枚につき1名(本人のみ)。複数応募はご遠慮ください。



(往信表面) (返信裏面) (返信表面) (往信裏面)

<p>3940021</p> <p>(往信) 岡谷市郷田 1-4-8 岡谷蚕糸博物館 ユミカツラト ーク&ファッション ショー係</p>	<p>この面には何も記入しないでください (入場整理券・結果通知を印字します)</p>	<p>0000000</p> <p>(返信) ご自分の 郵便番号 住所 氏名</p>	<p>ご自分の ①氏名 ②電話番号 ③住所</p>
--	---	--	---------------------------------------



岡谷蚕糸博物館
シルクファクトおやか



公式サイト



Facebook



instagram

問合せ

ブランド推進室 (岡谷蚕糸博物館内)
TEL 23-3489 (サンシハク)

11/16 Sat・17 Sun

シルクサミット 2024 in 糸都岡谷

シルクサミットは、カイコ・シルクに興味を持ち、各分野で活躍している人々との意見交換・情報交流・技術交流を進め、蚕糸技術の継承・普及、新たなシルク産業の形成や文化の醸成に寄与することを目的としています。シルクの産地を巡り、年1回、順番に開催していますが、本年は開館60周年・リニューアルオープン10周年を記念して、岡谷市で10年ぶり、4回目の開催となります。

日時・内容…11月16日(土) 午前10時～ 午後1時～ 上映「シルク時空をこえて」
講演・発表

11月17日(日) 午前9時～正午 近代化産業遺産めぐり

会場……カノラホール 小ホール ほか

※詳細は、ホームページなどで随時公開



7



8



9



10



11



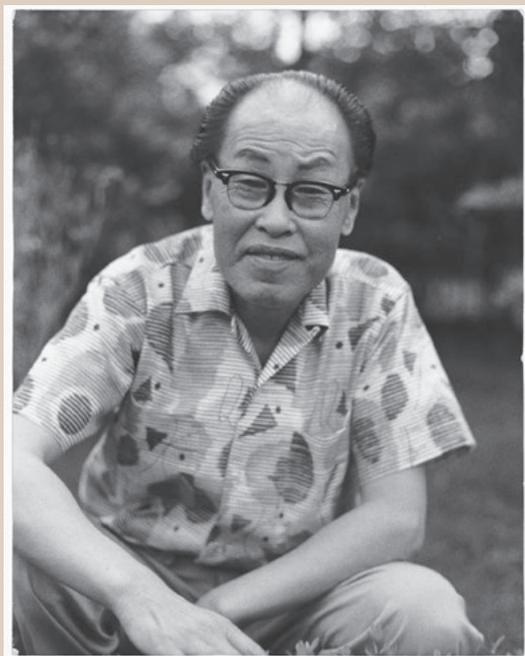
12



13

武井武雄の世界に
会いにきませんか？

今年、岡谷市出身の芸術家武井武雄が
生まれて130年となる年です。改めて、
懐かしい けれど あたらしい”
ほっとする けれど ぞわぞわする”
知っていたようで 知らなかった”
武井武雄の世界に触れてみませんか？



武井武雄

武井武雄
生誕130年
〈特集2〉 武井武雄 生誕百三十年記念



1



2



3



4



5



6

1. 空のおこう (1964年) 2. 近くの世界 空 (1950年)
3. 夢を造る工場 (1963年) 4. とけいのうた (1974年)
5. 青の魔法 (1964年) 6. おしくらまんじゅう (1967年)
7. ひとりぼっちの人魚 (1964年) 8. 鬼 (1958年)
9. 刊本作品No.84 「平和白書」 (1970年)
10. かたちのおうた (1955年)
11. 五人の楽師 (1977年) 12. 上方いろはかるた
絵札 (1974年) 13. ダビデの竖琴 (1966年)

武井武雄の世界



武井武雄は1894年に平野村（現・岡谷市）で生まれました。小学校の頃にはすでに絵描きになると公言していたようです。諏訪中学校（現・諏訪清陵高校）をへて、憧れだった東京美術学校（現・東京芸術大学）西洋画科へ進学します。美校では黒田清輝、藤島武二に学び、卒業後は洋画家としての道を歩んでいきました。

大正時代中期は『赤い鳥』など、質の高い子ども向け雑誌が次々と創刊されました。しかし、当時それらの雑誌に掲載されている絵は童話や童謡の単なる添え物にすぎず、また画家たちの絵も上手でしたが、片手間で、真に子どもを感動させる絵は多くありませんでした。武井も生活のために児童雑誌に絵を描いていましたが、このような状況に不満を抱き、子どものための絵こそ芸術を創作する覚悟で取り組まなければ、子どもの心を動かす絵は画けない、これこそ男子一生の仕事に相応しいと、童画家として生きていくことを決意します。因みに、子どもの心に触れる絵を『童画』と呼称したのも武井が最初です。武井は1922年に創刊された、絵に重点を置いた雑誌『コ



自画像 1910年

ドモノクニ』に企画段階から関わり、創刊号の表紙や題字を手がけ、その斬新で独特な表現は多くの子どもたちを驚嘆させました。以降、生涯を通して『キングダーブック』など数多くの児童雑誌に絵を描き、日本中の子どもたちに愛される童画家となり、その表現の卓抜さは後続する多くの画家、漫画家、絵本作家、イラストレーターたちに多大なる影響を与えました。童画家以外にも武井には、詩人、童話作家、版画家、造本家、デザイナーなどの顔があり、さまざまな領域に挑戦しました。童画はもちろんですが、版画や刊本作品なども芸術性は高く、子どものみならず大人をも魅了しています。イルフ童画館では武井の作品や資料だけでなく7000点を収蔵しており、3か月ごとの展示替えでバラエティ豊かな武井芸術を紹介しています。生誕130年を迎えた今、改めてその輝きに出会ってみてはいかがでしょうか。

代表作品紹介

星曜日(1965年)

この作品に添えられた詩で、武井は“星曜日こそ星空の最も美しい日なのだ”と記しています。思い思いに過ごす動物たちが描かれ、そんなたわいのない日々こそが幸せで美しいのだと教えてくれる、温かさに包まれた武井のタブロー作品です。



星曜日 1965年



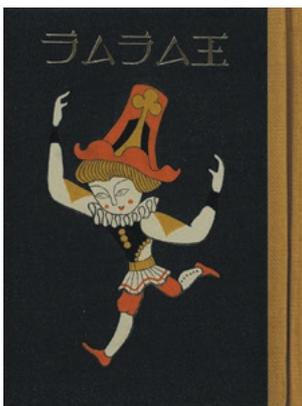
赤ノッポ青ノッポ 1948年

赤ノッポ青ノッポ(1948年)

1934年に朝日新聞に連載されたのが最初で、昔話「桃太郎」の後日談として描かれた創作話です。その後、複数の大手出版社から発刊されるほどの人気で、手塚治虫も心に残る作品の一つとしてその名を挙げています。

刊本作品のセカイ

「刊本作品」とは、絵画や彫刻と同様に本を芸術の対象と捉えて、武井により創作された本形式の作品を称し、1935年から1983年に亡くなるまで139作品が生み出されました。武井は装幀、物語、印刷方法、素材など制作の全てを指揮し、作品には一つとして同じ表現様式のものはありません。その徹底したこだわりは随所に見られ、例えば『ナイルの葦』(No.108)では使用するパピルス栽培から始め、完成まで4年半もかかりました。これらの刊本作品は、その美しさから“本の宝石”とも言われ、基本的には「親類」と呼ばれる会員だけが購入できる限定本でした。



刊本作品No.55「ラムラム王」1965年

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

暑い季節は心臓に負担がかかりやすい!?

夏場の心筋梗塞にご注意を



Hospital
ほすびた
ルポ 74
Reportage

心筋梗塞は、主に冬場に多くみられる疾患ですが、暑い季節にも注意が必要です。今回は、4月に岡谷市民病院に着任した循環器内科の野本史佳医師に、心筋梗塞についてお話をうかがいます。

— 岡谷市民病院に着任しての感想は

看護師をはじめ、みなさんとても親切で、働きやすい病院だと感じています。南信地域に来るのは初めてですが、患者さんも優しく、楽しく仕事ができています。

— 心筋梗塞とは

心臓の筋肉(心筋)に血液を与える血管(冠動脈)が閉塞することで、酸素や栄養が行き渡らなくなり、心筋細胞が壊死してしまう疾患です。冠動脈が完全にふさがると、激しい胸の痛みが長時間にわたって持続するほか、呼吸困難や意識の消失などを経て、死に至ることがあります。心筋梗塞の前兆として、冠動脈が狭まると「狭心症」という一時的に胸が圧迫されるような痛みが現れるほか、肩や首、歯や顎などに放散痛(本来の疾患部位と違う箇所痛みを感じる症状)がみられることもあります。

— 冠動脈が閉塞する原因は

代表的な原因として、動脈硬化が挙げられます。動脈硬化とは、血液中に増した悪玉コレステロールが血管内に蓄積され、プラーク(血管壁の内側のこぶ)となって血管を狭めてしまう状態をいい、血管が狭まると血流が悪化し、血管内に炎症を起こすため血栓を形成しやすく、この血栓が狭まった血管を塞ぐことで心筋梗塞を発症します。

悪玉コレステロールは、偏った食生活や運動不足などの生活習慣に起因しており、高血糖、高血圧、脂質異常症などの人は動脈硬化を引き起こしやすいほか、血管は加齢とともに老化し、50歳以降から心筋梗塞を発症する割合が高くなります。

— 季節性の要因について

夏場の暑い季節は、血液を循環させて熱を放散し体温を下げるため、心拍数が増え心臓に負担がかかりやすいほか、大量の汗をかき体内の水分が失われると、血液中の水分も減り血液の濃度が増すため血栓が形成されやすく、心筋梗塞を発症するリスクが高くなります。

一方で、冬場の寒い季節は、寒暖差で血管が急激に収縮するため血圧が上昇し、動脈硬化のみられる部位に負荷がかかることで、心筋梗塞を発症しやすくなります。

— 心筋梗塞の症状が現れた場合の対応について

発症すると致死率の高い疾患なので、胸の痛みが15分以上続くなど心筋梗塞の症状が疑われる場合は、直ちに医療機関での治療が必要になります。多くの場合、冠動脈を内側から広げるカテーテル治療で閉塞した冠動脈を開通させますが、適応できない場合は、ほかの血管を冠動脈に移植し血液の新しい通り道を作る冠動脈バイパス手術を行います。壊死した心筋細胞は元に戻らないので、治療が遅れると心機能が低下しその後の日常生活に支障をきたすことから、少しでも早く血流を改善させ、心筋細胞の壊

死を減らすことが重要になります。

当院では365日、24時間、循環器内科の医師が対応できる体制を取っていますので、痛みが続くような場合は電話で相談し、急を要する際は救急車で搬送してもらおうなど、速やかに受診してください。

— 心筋梗塞を発症するリスクを減らすために気をつけることは

夏場に関しては、水分をこまめに摂取することが大切で、喉が渇いていなくても時間を決めて意識して水分を摂りましょう。スポーツドリンクや経口補水液などは砂糖や塩分が多いので、飲み過ぎには注意してください。それほど汗をかいていなければ、お水やお茶でも十分です。

また、心筋梗塞の原因である動脈硬化を防ぐには、血糖値、血圧、脂質をコントロールすることが大切で、普段からバランスの良い食事や適度な運動を心がけて生活習慣の改善に努めるほか、喫煙も動脈硬化を引き起こす原因になるので、禁煙は必須です。自覚症状が少ないため、定期的に健康診断や人間ドックを受け、何か異常を指摘されたら放置せず早めに医療機関を受診しましょう。

— 市民のみなさんへひとこと

みなさんのお役に立てるよう頑張りますので、何か困ったことがあれば気軽に相談してほしいと思います。



循環器内科 野本 史佳 医師

信州大学医学部を卒業後、信州大学医学部附属病院などを経て、令和6年4月に岡谷市民病院に着任。映画鑑賞が趣味で、休日はミュージカル映画を見て過ごすほか、実際に劇場まで足を運び、演劇鑑賞を楽しんでいる。

問合せ
岡谷市民病院
☎23-8000

お知らせ

地区分散型防災訓練を実施します 地域の防災訓練に参加しましょう!

「自助」「互助」「共助」「公助」…いつ発生するかわからない災害に対し、それぞれの役割を果たすことは、とても重要です。

9月1日を中心に、各区において防災訓練が実施されますので、積極的に参加しましょう。また、自宅や周辺の危険区域の確認、家具の固定や備蓄品の準備など、防災・減災への備えを再確認しましょう。



今年度は、東堀区をモデル地区とし、 糸魚川—静岡構造線断層帯地震を想定した訓練を実施します

日時…9月1日(日) 午前8時～9時30分

場所…柴宮館

内容…災害対策本部設置訓練、避難誘導訓練、
避難所開設・運営訓練 など

※当日、午前8時ごろから、サイレンおよび防災行政無線(メール配信@おかやなどを含む)の放送と緊急速報メールの訓練配信があります。

※同日、午前7時45分ごろに、諏訪市地震総合防災訓練において、緊急速報メールの配信を予定していますので、周辺地域にお住いのみなさんは、ご理解、ご協力をお願いします。



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-p.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

メール配信@おかや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)まで。

問合せ●危機管理室(内線1592)

お知らせ

定額減税補足給付金 (調整給付金)の手続きについて

定額減税しきれない人へ
定額減税補足給付金(調整給付金)が支給されます

定額減税補足給付金(調整給付金)とは、令和6年度税制改正による所得税・個人住民税の定額減税の実施に伴い、減税しきれない人に対し、その差額を給付金として支給するものです。

支給対象の人には、8月下旬ごろに市からご案内の通知を送付します。案内に従って、所定の手続きをお願いします。

手続きの詳細が決定次第、市ホームページにて随時お知らせします。



こちらから▲

※制度内容については、内閣官房の「新たな経済に向けた給付金・定額減税一体措置」のページをご覧ください。



こちらから▲

問合せ●企画課(内線1527)

お知らせ

新たな住民税非課税世帯等 に対して給付金を支給します

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6年度に、新たに住民税非課税世帯となった世帯と、住民税が均等割のみ課税世帯となった世帯に給付金を支給します。対象者には申請書類を送付していますが、申請期限がありますので、忘れないように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(国制度)

対象世帯…「令和6年度に、新たに住民税非課税世帯」となった世帯、
「令和6年度に、新たに住民税均等割のみ課税世帯」となった世帯
対象外となる世帯(いずれか1つでも当てはまれば対象外)

- ・「令和5年度分の住民税が非課税である世帯」が対象の給付金(電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金)を既に受給した世帯
- ・「令和5年度分の住民税が均等割のみ課税世帯」が対象の給付金(物価高騰重点支援給付金)を既に受給した世帯
- ・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

給付額…1世帯あたり10万円 申請期限…9月30日(月)

手続き方法…①市から支給要件確認書が届いた場合、②市から申請書が届いた場合、どちらも申請が必要です。

問合せ●社会福祉課(内線1251・1222)

市の財政状況をお知らせします

令和5年度下半期 (令和5年10月1日～令和6年3月31日)

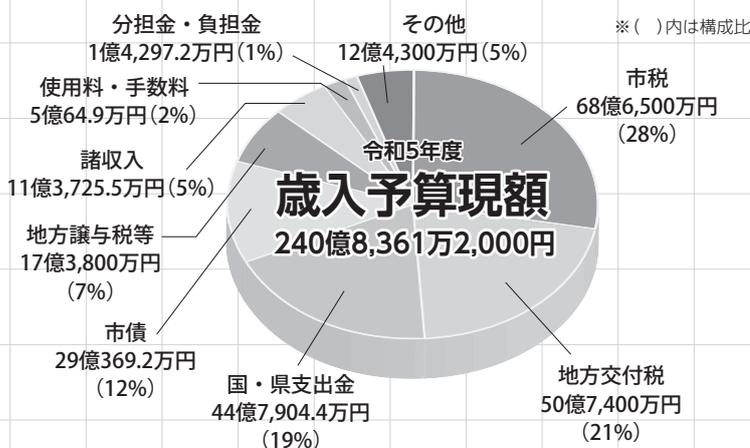
市では、みなさんからお預かりした税金がどのように使われたのかをお知らせするため、年2回「財政事情の公表」を行っています。今回は、令和6年3月31日時点の歳入歳出予算の状況などを紹介します。※出納整理期間が5月31日まで設けられていますので、令和5年度決算額とは異なります。

問合せ●財政課 (内線1532)

一般会計歳入歳出最終予算額…240億8,361万2,000円

令和5年度下半期では、10回の補正予算を行い、14億129万円を増額しました。これにより、最終予算額は令和4年度に比べ、6億8,189万5,000円の増となりました。

歳入の状況 収入済額…210億7,848万3,569円(収入率…87.5%)



市税	市民税、固定資産税、軽自動車税など
地方交付税	全ての地方団体が一定の水準を維持できるように国から交付されるお金
国・県支出金	一定の事業に使いみちを特定して国・県から交付されるお金
市債	学校などの公共施設の改修や道路を造るときなどに借りる借金
諸収入	税の延滞金、預金利子など
地方譲与税等	自動車重量譲与税、配当割交付金、地方消費税交付金、地方特例交付金など

歳出の状況 支出済額…205億2,143万6,785円(執行率…85.2%)

民生費

高齢者や障がい者の福祉、子育て支援などの経費

衛生費

各種検診や環境対策などの経費

商工費

産業、商業の振興や雇用拡大などの経費

教育費

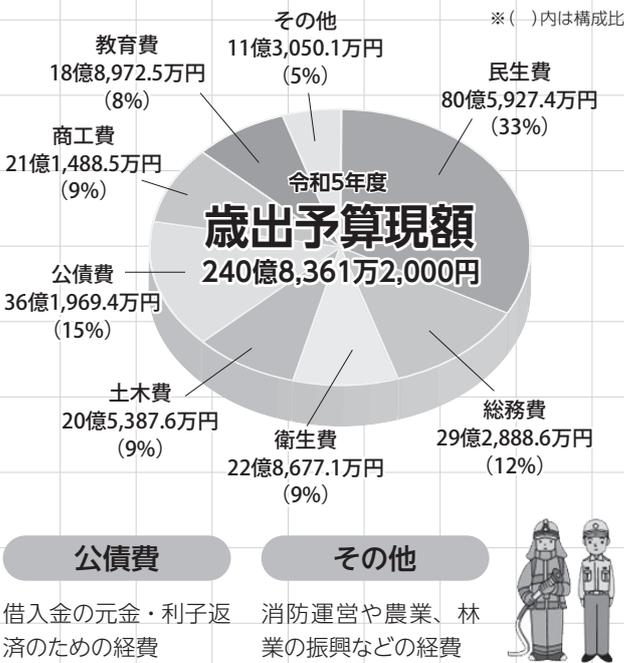
小・中学校や社会教育、スポーツ振興などの経費

土木費

道路・公園整備などの経費

総務費

市役所の運営や防災・コミュニティ振興などの経費



令和5年度の歳入は、主要一般財源である市税や地方交付税などで、当初予算額を超える収入が確保できる見込みです。一方で歳出は、扶助費などの社会保障関係経費や公共施設の老朽化対策に要する経費のほか、原油価格・物価高騰への対応に係る経費を要しましたが、国の交付金などを有効に活用し、より効率的かつ効果的な執行に取り組んだ結果、引き続き、健全財政を維持することができる見込みです。

原油価格・物価高騰や海外景気の下振れなど、先行きが不透明な現状ではありますが、本市が持つ独自の強み、特色を活かしながら、将来のまちに多くの夢と希望を描くことができる確かなまちづくりを進めていきます。



お知らせ

令和7年度 岡谷市公立入園説明会・入園申し込み (保育園、幼稚園、認定こども園、事業所内)

※令和7年4月1日～令和8年3月31日に入園を希望する人が対象です。

【入園説明会】

第1希望の園へご出席ください。

①市内公立11保育園

日時…10月10日(木) 午後7時～

※公立保育園の説明会に当日出席できない場合は、10月11日(金)から18日(金)までの間に、子ども課窓口へお越しください。資料をお渡します。

②ヤコブ幼稚園

日時…8月23日(金) 午前10時～

③聖母幼稚園

日時…8月22日(木) 午前10時～

②・③は入園希望の子どもを連れて来園してください。

④瑞穂幼稚園

日時…随時開催しますので、詳細は園にお問い合わせください。

⑤信学会東堀こども園(同日2回実施)

日時…9月26日(木) 午後2時～・7時～

⑥ひまわり保育園

日時…10月9日(水) 午後7時～

⑦聖ヨゼフ保育園岡谷

日時…9月27日(金) 午後7時～

⑧きらり岡谷市民病院園

日時…随時開催しますので、詳細は園にお問い合わせください。

※私立保育園などの説明会に当日出席できない場合は、直接各園にお問い合わせください。

【入園申し込み】

●市内公立11保育園・ひまわり保育園・

聖ヨゼフ保育園岡谷

日時…10月24日(木)

午前8時30分～午後5時15分

●信学会東堀こども園

日時…10月25日(金) 午前9時30分～午後5時

※施設ホームページからの予約受付になります。

●ヤコブ幼稚園・聖母幼稚園

日時…10月15日(火) 午後1時～2時30分

●瑞穂幼稚園

園に直接お問い合わせください。

●きらり岡谷市民病院園

園に直接お問い合わせください。

※申し込みの詳細は説明会もしくは資料をご参照ください。

	施設名	電話番号	3歳未満児保育	開園時間(月～土曜日)
①	小口保育園	22-2489	6か月から	平日 午前7時30分～午後7時30分 土曜日 午前7時30分～午後6時30分
	今井保育園	22-2935	1歳から	
	あやめ保育園	22-2680	6か月から	
	川岸保育園	22-3829	1歳から	
	成田保育園	22-2464	6か月から	
	みなと保育園	22-3566	6か月から	
	若草保育園	23-4811	なし	
	長地保育園	27-4194	6か月から	
	西堀保育園	22-7670	6か月から	
	神明保育園	22-4555	1歳から	
	横川保育園	28-1180	1歳から	
②	私立 ヤコブ幼稚園	22-2618	2歳から	平日 午前8時40分～午後3時 早朝:午前7時50分～(母就業の場合のみ)、夕方:～午後6時(だれでも)
③	私立 聖母幼稚園	22-5090	満3歳から	平日 午前8時40分～午後3時 早朝:午前7時50分～(母就業の場合のみ)、夕方:～午後6時(だれでも)
④	私立 瑞穂幼稚園	22-3806	満3歳から	平日 午前9時～午後3時 早朝:午前8時～ 延長:～午後5時30分(原則)
⑤	私立 信学会東堀こども園	27-9366	6か月から	平日・土曜日 午前7時30分～午後7時30分
⑥	私立 ひまわり保育園	27-2816	産休明けから	平日 午前7時～午後7時30分 土曜日 午前7時～午後6時30分
⑦	私立 聖ヨゼフ保育園岡谷	24-1477	産休明けから	平日・土曜日 午前7時30分～午後7時30分
⑧	私立 きらり岡谷市民病院園	23-6656	6か月から (未満児のみ)	平日・土曜日 午前7時30分～午後8時

◆**保育園に入園できる基準**…保育園への入園は、父母ら保護者が次のいずれかに該当し、児童を保育できないと認められることが条件です。

- 月48時間以上の就労(フルタイム、パートタイム、内職など)
- 就学(職業訓練校などでの職業訓練を含む)
- 妊娠・出産
- 虐待やDVのおそれがある場合
- 保護者の疾病、障がい
- 育児休業取得中に、既に保育を利用している児童で継続利用が必要な場合(原則として3歳児以上)
- 同居または長期入院などをしてい
- 親族の介護・看護
- 災害復旧
- そのほか上記に類する状態として市が特別に認める場合
- 求職活動(起業準備を含む 最長3か月間)

【注意事項】

※産・育休明けの職場復帰などに伴い、令和7年度中に乳児の入園を希望する人は、出生前から入園の予約ができます。

※令和8年4月初日から1日保育が必要な場合は、慣らし保育(半日保育)を令和8年3月中に行う必要があるため、令和7年度(今回)の入園申し込みを行ってください。

※信学会東堀こども園・ヤコブ幼稚園・聖母幼稚園・瑞穂幼稚園は、『保育園に入園できる基準』に該当しない世帯の子ども(3歳以上に限る)も利用できます。

問合せ●子ども課(内線1227・1261)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

ロマネット プリペイドカード利用終了 および回数券発行について

【プリペイドカード利用終了について】

新札対応の券売機変更に伴い、プリペイドカードの利用を終了することとなりました。ご不便・ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしく申し上げます。

チャージ可能期間…7月31日(水)まで

利用可能期間…令和7年3月31日(月)まで

●プリペイドカード残金は、現金での返金できません。

残金の端数は、入館の際に現金と併用してご利用ください。

【プリペイドカード利用終了に伴う回数券発行について】

プリペイドカード利用終了に伴い、新たなサービスとして8月1日(木)より回数券の発行を開始します。なお、回数券の発行は、現金またはQRコード決済のみの取り扱いになります。

券種	通常価格	特別価格	有効期限
朝風呂 5:30～9:00 (11枚つづり)	大人 3,300円	▶ 3,000円	購入から 1年間
入浴風呂 10:00～22:30 (11枚つづり)	子ども 3,300円	▶ 3,000円	
	大人 6,600円	▶ 6,000円	

問合せ●健康推進課(内線1181)

お知らせ

高齢者生きがいデイサービス 援助員・ボランティア養成研修会

「岡谷市高齢者生きがいデイサービス」では、各区において多くの援助員・ボランティアの協力により定期的に活動が行われています。あなたも「ボランティア」や「援助員」になってみませんか？初めての人も、お友だちとの参加も大歓迎です。お気軽にご参加ください！

場所…諏訪湖ハイツ 大会議室

時間…午後3時～4時

聴講無料

申込み…社会福祉協議会にある申込書に必要事項を記入し、社会福祉協議会に持参・郵送・FAXいずれかにて提出。

日程	内容
8月30日(金)	開講式、オリエンテーション、生きがいデイの目的、現状について 特別養護老人ホームについて、食事と嚥下体操について(特別養護老人ホーム洗心荘より)
9月17日(火)	遊具紹介(岡谷市社会福祉協議会より)
9月30日(月)	おすすめレクリエーション講座(中信レクリエーション協会より)
10月9日(水)	認知症について(介護福祉課より)、閉講式

問合せ●介護福祉課(内線1283)

お知らせ

8月は「道路ふれあい月間」です 「渡ります 元気な命が 歩いています」

(令和6年度「道路ふれあい月間」代表標語)

道路は人や車が通るばかりではなく、ガスや上下水道などの通り道でもあり、わたしたちの暮らしには欠かせない大切な施設です。「道路ふれあい月間」では、道路の役割や重要性を改めて認識し、道路を常に広く、美しく、安全に利用できるように、道路の愛護活動や正しい利用の啓発などの各種活動が行われます。岡谷市では、7月下旬から8月下旬まで、市立岡谷図書館とのコラボ企画「図書館de講座」のなかで道についての特設コーナーを設けます。この機会に、『道』について考えてみましょう。



8月10日は「道の日」

【8月10日は「道の日」です】

道路の意義や重要性について関心を持ってもらうため、国は、昭和61年度に8月10日を「道の日」と制定しました。

【道路にごみを捨てないでください】

道路やその周辺にごみが捨てられていることがあります。路上のゴミは景観を損ねるだけでなく、通行の妨げになり、歩行者などに危険が生じることもあります。みなさんが安心して道路や歩道を通れるよう、きれいな状態を保つようご協力をお願いします。



問合せ●土木課(内線1315～1318)

お知らせ

8月15日(木)・16日(金)の ごみ・資源物の収集はお休みです

8月15日と16日は、収集場所にごみや資源物を出さないようご協力をお願いします。

	8/13 (火)	8/14 (水)	8/15 (木)	8/16 (金)	8/17 (土)
ごみ・資源物の収集	○	○	休み	休み	○

★ごみを持ち込む場合

	持ち込み先	8/13 (火)	8/14 (水)	8/15 (木)	8/16 (金)	8/17 (土)
燃やすごみ	諏訪湖周 グリーンセンター 月～金曜： 午前8時30分～午後4時 土曜：午前8時30分～正午	○	○	○	○	○
埋立ごみ 草枝	(株)アイ・ コーポレーション 午前9時～午後4時	○	○	○	○	○

問合せ●環境課(内線1447・1448)



児童扶養手当現況届の提出をお願いします

児童扶養手当の支給を受けている人（支給停止の人を含む）は、前年の所得や受給資格を確認するため、毎年8月中に現況届の提出が必要です。該当する世帯には、7月上旬に通知を送付しました。内容を確認のうえ、提出をお願いします。なお、期限までに提出がない場合は、11月以降の手当が受けられなくなる場合がありますので、ご注意ください。

【通常受付】

日時…8月1日(木)～30日(金) 平日午前8時30分～午後5時15分
場所…市役所2階 社会福祉課

【夜間受付】

日時…8月1日(木)・2日(金) 午後5時30分～午後7時30分
場所…市役所9階 大会議室

【休日受付】

日時…8月3日(土) 午前9時～午後3時
場所…市役所9階 大会議室

提出するもの…現況届（当日現地で記入）、養育費に関する申告書（当日現地で記入）、児童扶養手当証書（ピンク色用紙・全部支給または一部支給者のみ）、その他必要な書類（7月上旬に送付した通知に同封）

※令和6年度分（令和5年1月1日から令和5年12月31日）の税申告が済んでいない人は、現況届提出前に税務課で所得の申告をしてください。

問合せ●社会福祉課(内線1263)



産前産後期間の国民年金保険料は免除になります！

免除期間…出産予定日、または出産日が属する月の前月から4か月間（以下「産前産後免除期間」）は、国民年金保険料が免除になります。なお、多胎妊娠（2人以上の赤ちゃんを同時に妊娠）の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から数えて6か月間の国民年金保険料が免除されます。
※産前産後期間の免除制度では、免除された期間も保険料を納付したものととして、老齢基礎年金の受給額に反映されます。

※産前産後免除期間中に、すでに国民年金を納付している場合は、免除申請をすることで納付分が還付されます。

対象…産前産後免除期間に国民年金第1号被保険者の期間を有する人

※すでに出産した人も、出産日が平成31年2月1日以降であれば対象となります。

届出時期…出産予定日の6か月前から届出可能ですので、速やかに手続きしてください。

※届出をしないと免除になりませんので、ご注意ください。

必要な書類…出産予定日または出産日を確認できる母子健康手帳
届出先…市民生活課窓口（国民年金担当）

詳しくはこちらから▼

問合せ●市民生活課(内線1158)
岡谷年金事務所 ☎23-3661



国保加入の40～74歳のみなさん “特定健診” 忘れていませんか？

生活習慣病やメタボリックシンドロームを早期に発見し、健康を維持しましょう
実施期間…11月30日(土)まで

▶お手元に受診券(青色の封筒)がない人は、受診券の申し込みが必要です。

休日健診+歯科健診のご案内(無料) 平日の受診が難しい人に

日時…10月6日(日) 午前8時～9時30分(15分単位)
場所…岡谷市保健センター 1階 研修室
申込み…8月23日(金) 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。

全国健康保険協会(協会けんぽ)長野支部の特定健診(被扶養者)対象者のみなさんも…

10月6日(日)の休日健診を500円で受けられますので、ご予約ください。また、希望する人は、自費で貧血、心電図、眼底などの検査が追加で受けられます。歯科健診はありません。

時間…午前9時45分～11時(15分単位) 定員…45名
予約先…9月20日(金)までに長野県健康づくり事業団にお申し込みください。

問合せ●国保：医療保険課(内線1186)
協会けんぽ：長野県健康づくり事業団 ☎0120-106-969(予約)



「男女共同参画社会づくり」ポスターコンクール 作品募集

岡谷市では、一人ひとりの人権を尊重し、多様な生き方を認め合いながら、誰もが学校・家庭・職場・地域で能力を十分に発揮することができる社会をめざしています。

小・中学生のみなさん、あなたの考える、男女が社会の対等な一員として活躍する世界はどんなものですか？ポスターにしてご応募ください。

対象…市内の小中学校に在学する児童・生徒（小学生は5・6年生）

テーマ…男女共同参画社会づくりの趣旨に沿ったテーマ（文字）を作品に入れてください。

大きさ…四つ切りサイズ(用具・材料は自由)

申込み…学校から配布されたチラシの「応募票」を作品の裏に貼り、8月23日(金)までに学校に提出、または地域創生推進課に直接持参してください。

※応募作品は自作・未発表のものに限ります。
※入賞作品の著作権は主催者に帰属し、チラシ・広報などに使用します。

令和5年度 中学生の部 最優秀賞



問合せ●地域創生推進課(内線1363)

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IT講座

シニア向けスマホ講座 インターネットに繋いでみよう

Wi-Fiについて、Eメール・ショートメールの送信・返信方法、文字入力の練習、検索機能の使い方についてなど、スマホとインターネットに関することを学びます。※2回とも同内容。

日時…8月27日(火)、9月3日(火) 午後2時～3時30分

場所…カルチャーセンター 第2多目的ホール

対象…市内在住・在勤のスマホ初心者

講師…Sunao Design 山崎勇輝さん

定員…15名(先着順・定員になり次第締め切り)

持ち物…ご自分のスマートフォン

受講料…200円

申込み…8月2日(金) 午後2時から
電話(カルチャーセンター)にて受付。
8月12日(月・振休) 締切。



カルチャーセンター 季節の教養講座

古典文芸から探る風物詩

秋の風物詩といえば、紅葉狩りや月見。冬の風物詩といえば、雪見やお正月。古今和歌集、新古今和歌集、古事記などの古典文芸からこれらの源泉を探ります。

日時…9月14日・21日、10月5日、11月16日(全4回)

毎回土曜日 午前10時～11時30分

場所…カルチャーセンター 第7研修室

対象…18歳以上の人

講師…全国大学国語教育学会会員 原藤芳明さん

定員…15名(先着順・定員になり次第締め切り)

持ち物…筆記用具

受講料…800円 ※受付時に集金

申込み…8月5日(月) 午前10時からカルチャーセンター窓口にて受付。6日(火) から電話、電子申請(QRコードから)でも受け付けます。8月17日(土)までは、市内在住・在勤の人のみ。8月28日(水) 締切。



輝く子育て応援講座(第5回・6回) 今回は「ママ安心講座」です

日時	講座名	講師	会場
9月20日(金) 午前10時30分～正午	0歳から できる子育て	大滝歯科医院 歯科医師 大滝素世さん	第1・2 多目的ホール
9月27日(金) 午前10時30分～正午	子どもの 救急法	岡谷消防署 救急救命士	第1・2 ダンス音楽室

対象…市内在住で乳幼児(4か月～3歳)の母親と子ども(託児あり)

定員…親子10組(先着順・定員になり次第締め切り)

受講料…1回100円 ※受付時に集金

申込み…8月23日(金) 午前10時からカルチャーセンター窓口にて受付。8月29日(木) 締切。

岡谷市文化祭のお知らせ

開催日は次のとおりです。出品・出演は各部門ごと受け付けています。参加の申し込み締め切りが部門によって異なるのでご注意ください。なお、おかや演劇祭の受付は終了しました。

◆展示部門(日本画、洋画、版画、書道、写真、陶芸など)

- ・作品展…10月25日(金)～27日(日)
- ・第58回岡谷展…11月7日(木)～10日(日)

◆上演部門(音楽、舞踊、民謡、伝統芸能など)

- ・第81回市民音楽祭…11月3日(日・祝)
- ・第18回おかや演劇祭…11月29日(金)～12月1日(日)
- ・第51回市民舞踊祭…10月19日(土)
- ・第42回市民伝統音楽芸能祭…11月23日(土・祝)



詳しくは▶

岡谷市民音楽祭「公募吹奏楽団」団員募集中

11月3日(日・祝)にカノラホールで開催される「第81回市民音楽祭」の公募吹奏楽団「ごちゃまぜウインドオ～ケストラ2024」に参加する仲間を募集します。

曲目…「さくらのうた」福田洋介作曲 2012年度吹奏楽コンクール課題曲、「ディスコ・キッド」東海林修作曲 1977年度吹奏楽コンクール課題曲

参加資格…楽器を持参できる人

練習日程…9月12日(木)～計9回

参加費…一般500円、高校生以下300円

応募締切…8月31日(土) 2回目以降からの参加も可能

※詳細は、カルチャーセンターへ直接お問い合わせいただくか、左記岡谷市文化祭のQRコードから市民音楽祭の情報をご覧ください。

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

健康ひと回メロ

No.562

熱中症

熱中症は、暑い所において、汗

により体の中の水分や塩分が
減ってしまったり、体温が上が
りすぎてしまうことで起こりま

す。健康な人でも、部屋や車の中においても、
夜でも、湿度が高いだけでも、なる可能性の
ある病気です。はじめは、めまいや立ちくら
みがして、次第に頭痛や吐き気へと症状が進
み、ひどくなると意識がもうろうとし、命に
もかわかる怖い病気です。

日本救急医学会では、熱中症の重症度を次
のように分類しています。

I度…めまい、立ちくらみ、生あくび、大量
の発汗、筋肉痛、筋肉の硬直、体の硬直(こ
むらがえり) ※意識障害を認めない

II度…頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、集中
力や判断力の低下

III度…中枢神経障害、意識障害、小脳症状、
けいれん発作、肝・腎機能障害、血液凝固
異常

I度では、涼しい所での安静、体表冷却※、
口からの水分と塩分の補給などの処置を行い、
それでも改善しないときやII度以上は、医療
機関に搬送しましょう。

※体表冷却：氷、アイスパック、冷たいタオルな
どを、動脈が表面を走行している場所(首、
腋の下、そけい部)に当てて体温を下げる方法。

体の中で水分をたくさん蓄えておくことが
できる筋肉の量が少なく、体温を調節する力
もまだ発達していない子どもや、筋肉が衰え、
喉の渇きに対する感覚も鈍くなる中高年
は、体の水分が不足しやすくなります。暑い

季節、子どもや中高年はこまめに水分をとる
ように心がけましょう。

熱中症になったときは、水だけではなく塩
分なども補わなければなりません。スポーツ
ドリンクでは塩分が足りないことがありますの
で、たくさん汗をかいたのために、バラ
ス良く調整された「経口補水液」を常備してお
くとよいでしょう。

自宅で熱中症になる高齢者の特徴として

- ADL(日常生活)が比較的保たれている
- 認知症を指摘されている
- 要介護認定を受けていないか、認定を受け
ていてもサービスは未使用

- 独居(昼間は独居)か、配偶者と2人暮らし
● 自宅に空調設備がないか、あっても使用し
ていない

などがあげられ、高齢者へのサポートが熱中
症の予防に重要と考えられています。

外出時には、天気予報、暑さ指数、熱中
症警戒アラートも役立てましょう。また、喉
が渇く前に、冷えた水や麦茶を1時間に1回
はとりましょう。つばの広い帽子をかぶる、吸
水性・速乾性のある服にする、黒色の服を避
ける、水をたくさん入れた水筒を持つ、塩分
を含んだあめを持つ、できたら速乾性、冷却
効果のある機能性タオルを持つて行くことも
お勧めします。

冷たいペットボトルなどを持ち、手のひらに
大量に流れる熱い血液を冷やすと体温を下げる
効果を高めます。手を直接冷水でぬらすの
も効果的です。

(岡谷市医師会)



募集期間…8月28日(水)まで
第1次試験(教養・適性検査・論文)…9月22日(日・祝)
第2次試験(面接)…10月26日(土)
※消防士職種は体力測定あり

詳しくは、諏訪広域連合ホームページをご覧いた
だくか、諏訪広域連合企画総務課へお問い合わせせ
ください。

URL <https://www.union.suwa.lg.jp/>



問合せ●諏訪広域連合 企画総務課(諏訪市役所内) ☎52-4141

募集

令和7年4月採用 諏訪広域連合職員を募集します

職種	区分	勤務場所	募集数
介護福祉士	上級	救護施設八ヶ岳寮 (茅野市)	1名程度
	中級		
消防士	中級	消防本部または	1名程度
	初級	諏訪圏域内の消防署	1名程度

カルチャーセンター ホリデイスクエア Happy Smile HULA ~観て、踊って、笑顔になろう~

フラダンス練習団体「モキハナ」「ノヘア」ほかメンバーによる、ハワイアンフラの発表会を開催します。フラをレクチャーするコーナーも予定しています。どなたでもお誘いあわせてお越しください。

日時…8月31日(土) 午前11時開演・正午終演予定
場所…カルチャーセンター 催事場

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

観賞無料

申込み不要

・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。
 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

1	2	3
8	9	10
5	16	17
2	23	24
9	30	31

1歳6か月児健診
 (R5年1月生)
 午後1時～1時20分 受付

信和設備(株)
 ☎ 22-3302

有(株)三善工業
 ☎ 23-3446

十和設備(株)
 ☎ 24-0182

水道建設(株)
 ☎ 23-2662

諏訪マタニティークリニック
 ☎ 28-6100

宮坂歯科診療所
 ☎ 22-7275

永田薬局
 ☎ 27-8123

(株)上條電設工業
 ☎ 23-5330

松澤工業(株)岡谷支店
 ☎ 27-7642

2歳児にこにこ教室
 (R4年7月16日～31日生)
 午前(個別通知します)

(株)オスガ設備
 ☎ 27-6622

岡谷酸素(株)
 ☎ 22-4931

(有)ミヤサカ管工
 ☎ 22-9615

(株)シンニチ設備
 ☎ 22-1365

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	今月はありません		
	無料法律相談 [予約制]	20日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課（内線1254） 相談員：山田直哉弁護士 ※9月分予約：8月21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]	21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）		
	子ども家庭センター (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] 21日(水)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 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]	21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	20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	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 (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 ▶ 8月23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

8月

August

-  休日急病当番医院
-  休日当番歯科医院
-  休日当番薬局
-  水道修理工番店
-  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。
- 水道修理工番店
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
持
ち
※
※
※

◆予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康

日	月	火	水	木
<p>今月の納税</p> <p>◎市県民税 第2期 ◎国民健康保険税 第5期 納期限…9月2日(月)</p> <p>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。</p> <p>問合せ●税務課（内線1135）</p>		<p>健康相談・栄養相談・ 歯科相談 (月～金曜日)</p> <p>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)</p>		
<p>4</p> <ul style="list-style-type: none">  イマムラ脳神経外科クリニック ☎ 27-0019  早出歯科医院 ☎ 28-0024  アイビー薬局 ☎ 26-1670  (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none">  育児相談 午前9時30分～11時 受付  (株)イワナミ ☎ 22-2222 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none">  (株)オスガ設備 ☎ 27-6622 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none">  3歳児健診 (R3年7月生) 午後0時40分～1時20分 受付  岡谷酸素(株) ☎ 22-4931 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none">  離乳食教室(ごっくん教室) (R6年3月生) [予約制・個別対応]  (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406
<p>11</p> <ul style="list-style-type: none">  西川小児科 ☎ 27-0011  土田歯科医院 ☎ 28-3001  かえで薬局 ☎ 26-1929  (株)アイテック ☎ 23-8500 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none">  春山眼科医院 ☎ 21-2525  なわ歯科医院 ☎ 26-0648  アイン岡谷薬局 ☎ 23-2808  杉村設備(株) ☎ 27-8632 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none">  (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none">  諏訪共立病院 ☎ 28-2012  溝口歯科診療所 ☎ 27-3838  ひまわり薬局 ☎ 26-7226  (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none">  釜口医院 ☎ 22-2089  三井歯科医院 ☎ 23-8427  調剤薬局マツモトキヨシ岡谷天竜 ☎ 24-1801  (株)浜パイピング ☎ 23-6885
<p>18</p> <ul style="list-style-type: none">  サツマ外科医院 ☎ 22-5180  山岡歯科医院 ☎ 22-2472  日本調剤岡谷薬局 ☎ 21-1175  信和設備(株) ☎ 22-3302 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none">  (株)総設工業 ☎ 28-8504 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none">  (有)三善工業 ☎ 23-3446 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none">  3～4か月児健診 (R6年4月生) 午後1時～1時20分 受付  (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none">  2歳児にこここ教室 (R4年7月1日～15日生) 午前(個別通知します)  (株)イワナミ ☎ 22-2222
<p>25</p> <ul style="list-style-type: none">  林内科・循環器科クリニック ☎ 26-8100  南信堂歯科医院 ☎ 22-3341  ウエルシア薬局長地北店 ☎ 26-0117  (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none">  育児相談 午前9時30分～11時 受付  十和設備(株) ☎ 24-0182 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none">  水道建設(株) ☎ 23-2662 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none">  9～10か月児健診 (R5年10月生) 午後1時～1時20分 受付  (株)アイテック ☎ 23-8500 	<p>29</p> <ul style="list-style-type: none">  離乳食教室(はくはく教室) (R5年8月生) [予約制]  杉村設備(株) ☎ 27-8632

募集 草刈りの作業員を募集します

市内の公園、緑地帯の草刈りをする作業員を募集します。

日給…7,500円

作業時間の目安…1日6時間・週3～4日

期間…11月中旬まで

●草刈機(ビバー)を使い慣れている人歓迎。

※不明な点は、お気軽にお問い合わせください。

問合せ●土木課(内線1319)

お知らせ 令和7年 二十歳を祝う会(旧成人式)のお知らせ

期日…令和7年1月12日(日)

場所…カノラホール 大ホール

対象…平成16年4月2日から平成17年4月1日までの間に生まれた人で、市内に在住する人、および市内に親族が在住する人

※詳細は、11月ごろに対象のみなさんに通知します。

問合せ●生涯学習課(イルプラザ3F) ☎24-8404

お知らせ 全国一斉『こどもの人権相談』強化週間

いじめや家庭内における虐待などに悩む子どもたちの声を聴くため、専用相談電話「こどもの人権110番」、インターネット人権相談受付窓口「こどもの人権SOS-eメール」およびSNS(LINE)による人権相談を開設して、こどもをめぐる人権相談に無料で応じています。

平日の受付時間を延長し、土日にも相談に応じる「全国一斉『こどもの人権110番』強化週間」を実施します。あなたの悩みごとや困りごとについて、ひとりで悩まず、気軽に相談してください。

期間…8月21日(水)～27日(火)

▶こどもの人権110番

☎0120-007-110

▶LINE相談

アカウント名

「法務局LINEじんけん相談」

ID @linejinkensoudan

友だち登録はQRコードからも可能です。

問合せ●長野地方法務局諏訪支局

☎52-1043

こちらから▼



募集 市の封筒に広告を掲載しませんか

市から市内の家庭、事業所に発送する封筒の裏面の広告です。大きな宣伝効果が期待できますので、ぜひご応募ください。

広告媒体・数量…定形郵便封筒(縦23.5cm×横12cm)の裏面 5万枚

広告枠サイズ…縦5cm×横9cm(1色刷り)×4枠

掲載料…1枠 35,000円

使用期間…10月(予定)から1年間(封筒がなくなるまで)

掲載できない広告…法令や公序良俗に反するもの。政治、選挙、宗教、風俗に関連するもの。社会問題に関する主義主張。美観風致を害するものなど。

応募方法…会計課で配布する募集要項を確認のうえ、申込書を会計課に提出してください。市ホームページからダウンロードもできます。

募集期間…

8月1日(木)～19日(月)

問合せ●会計課(内線1114) 詳しくは▲



お知らせ やまびこ公園 8月の行事

▶やまびこ白雲マレットゴルフ大会(要申込み)

日時…8月29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

参加費…500円

対象…高校生以上の一般男女

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2夜

Summer JAZZ Night

日時…8月31日(土)

午後6時開場・午後6時30分開演

場所…やまびこ公園レストラン

出演…宮沢克郎カルテット

+ Special Guest YOKO

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、カノラホール(☎24-1300)にて販売

問合せ●鳥居平やまびこ公園管理事務所

☎22- 6313

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…8月28日(水) 午前11時ごろ

問合せ●危機管理室(内線1594)

お知らせ 原爆の日、終戦の日にサイレンを鳴らします

8月6日(広島)と9日(長崎)は「原爆の日」、15日は「終戦の日」です。市では、次の時間に防災行政無線でサイレンを鳴らします。原爆死没者と戦没者の冥福と世界恒久平和を願って黙とうをささげましょう。

- ・8月6日(火) …午前8時15分
- ・8月9日(金) …午前11時2分
- ・8月15日(木) …正午

問合せ●総務課(内線1559)

お知らせ ツキノワグマに注意しましょう

県内において、目撃情報が相次ぎ、6月上旬には人身被害が2件発生したことから、県は6月5日～8月31日まで「ツキノワグマ出没注意報」を発令しました。市内においても、複数の目撃情報が寄せられているので、注意しましょう。

- 農作業や入山の際には、ばったり遭遇に十分注意してください。
- 子連れのクマには特に注意しましょう。
- 山に入る際には、鈴、ラジオなど音の出るものを携帯しましょう。

※里地でクマを見かけた際には、農林水産課までお知らせください。詳しくは▶

問合せ●農林水産課(内線1482)



お知らせ 子宮頸がんワクチン
キャッチアップ接種について

子宮頸がんワクチン（HPVワクチン）は、積極的な接種勧奨の差し控えにより接種を逃した人を対象に、キャッチアップ接種期間が設けられています。

期間は、令和7年3月31日までです。子宮頸がんワクチンは全3回の接種が必要で、完了までに半年かかりますので、希望する人は早めに接種を始めましょう。

対象者…平成9年4月2日から平成20年4月1日生まれ的女子で、HPVワクチン接種をしていない人

キャッチアップ接種期間…令和7年3月31日まで（医療機関の休診日を除く）

接種費用…無料

接種場所…市内医療機関（以前封書で送付した通知で確認、または健康推進課までお問い合わせください。）

詳しくは▶



問合せ●健康推進課（内線1182）

お知らせ 食を通じた健康づくり
パネル展

健康づくりやフレイル予防に関するパネル展示を、諏訪湖ハイツで行います。ぜひご覧ください。

また、展示期間中の2日間、栄養士会による無料の「健康相談」を行います。身体測定や握力測定のほか、手のひらをセンサーに当てるだけで簡単に野菜摂取量を測定する「ベジチェック」も体験できます！お気軽にお立ち寄りください。

▶ **パネル展示**

期間…8月19日（月）～29日（木）

▶ **健康相談**

日時…8月20日（火）・26日（月）

午後2時～4時

場所…諏訪湖ハイツ 1階ロビー

問合せ●介護福祉課（内線1281）



環境 特定外来生物の駆除にご協力ください

『特定外来生物』とは、生態系や人の生命・身体、農林水産業へ被害を及ぼす、または及ぼすおそれがある外来生物のことで、諏訪地域でもオオキンケイギクやオオハンゴンソウ、アレチウリなどの繁殖が確認されています。この地域で育まれた豊かな自然環境を守るため、『特定外来生物』の駆除にご協力ください。

詳しくは▶

【諏訪地域で見られる特定外来生物

（植物）】

●『オオキンケイギク』…花は直径5～7cmで橙黄色。葉はへら状から3～5つに分裂し両面あらい毛がある。5～7月に道路沿や河川敷などで多くみられる。

●『オオハンゴンソウ』…花は直径5～7cmで黄色。葉は浅い切れ込みから5～7つの深い切れ込みが入り分裂する。7～10月に諏訪湖岸や河川敷・畑などで多く見られる。

●『アレチウリ』…花は直径1cm程度。葉は広いハート形で両面ざらついている。つる性植物で、巻きひげで他のものに巻き付く。7～10月に諏訪湖岸や河川敷・畑などで多く見られる。

【駆除のポイント（植物の場合）】

『特定外来生物』は繁殖力が強いので、繰り返し駆除することが大切です。駆除後は繁殖を防止するため、次のことを必ず守って行ってください。

●原則として、駆除した場所から持ち出さないでください。燃やすごみとして出す場合は、枯死させてから指定袋に入れて種子などがこぼれないように、袋の口をしっかりとしばってください。

【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。駆除活動における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）

お知らせ オープンエアマーケット
第3弾

第3土曜日の直売イベント「オープンエアマーケット」では、生産者との会話を楽しみながら、青空のもとでお買い物ができます。旬を迎えた樋沢のトウモロコシのほか、朝採れ夏野菜や果物などを数多くご用意して、みなさんのお越しをお待ちしております。

日時…8月17日（土）午前9時～10時30分（売切れ次第終了）

場所…岡谷蚕糸博物館 マルベリー広場（芝生広場）

問合せ●農林水産課（内線1487）

環境 省エネ家電で
猛暑を乗り切りましょう

地球温暖化の影響により、暑い日が続いていることから、夏季はエアコンなどの使用頻度が増加します。熱中症予防のため、冷房機器などは適切に使用する必要がありますが、これにより、地球温暖化の原因のひとつである二酸化炭素の排出量も増加します。

近年は家電機器などの省エネ性能は大幅に向上していますので、機器を購入する際に、省エネ型の製品を選択することが家庭の省エネと二酸化炭素排出量の削減につながります。家電を買い替える際は省エネ性能の製品を選ぶ目安として、製品の「省エネルギーラベル」を参考にしましょう。

●ラベルにはメーカーなどが製品の省エネ性能を表示しています

多段階評価点…製品の省エネ性能を高い順に5つ～1つの星、または5.0～1.0までの41段階で表示。種別（電気・ガス・石油）を問わない。



省エネルギーラベル…機器区分ごとに定められた省エネ基準をどの程度達成しているかを％で表示。

年間の目安エネルギー料金…エネルギー消費効率（年間消費電力量等）を、年間の目安電気料金でわかりやすく表示。

この夏は安定した電力需給ができると思込めますが、『ゼロカーボンシティ』に向けた取り組みは、毎日消費するエネルギーと密接な関係があります。日ごろから省エネを意識しましょう。

問合せ●環境課（内線1445・1446）

**総合型地域スポーツクラブ
やまびこ健康スポーツクラブ 会員募集**

さまざまなスポーツや文化活動を通じて、生きがいある生活の実現、仲間づくり、地域交流をめざします。

レッスン内容…卓球、筋トレ&ストレッチ、ノルディックウォーキング

レッスン日…毎週月・火・金曜日

時間…

- 卓球：午前10時～11時30分
- 筋トレ&ストレッチ：午後1時～2時30分(月曜日のみ)
- 健康ウォーキング：月1回程度。バスで観光地に出かけ、ウォーキングを行います。

場所…市民総合体育館

会費…年会費5,000円(健康ウォーキング会員は1,000円)、1レッスンにつき125円(非会員は500円)

※健康ウォーキングは、会費以外に当日の参加料が必要な場合があります。

申込み…電話にて受付。

問合せ●

やまびこ健康スポーツクラブ事務局
☎090-8326-0193(担当：高林)

**体力・運動能力テスト
参加者募集**

自分の体力年齢がわかります。参加は無料ですので、ぜひご参加ください。

日時…9月1日(日)

午前10時～正午(予定)

(集合：午前9時45分)

対象…20歳～79歳の市民

内容…

- 20歳～64歳(握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、立ち幅跳び、20mシャトルラン)
- 65歳～79歳(握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行)

場所…市民総合体育館

申込み…電話または市民総合体育館窓口にて受付

問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(9月分)…8月18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。ご利用ください。

日時…8月18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。

営業時間のご案内

市民総合体育館、市営球場、市営庭球場、市民スポーツ広場、市民水泳プールの8月15日(木)の営業は、午後4時までです。

以上問合せ●市民総合体育館

☎22-8800

ソフトテニス体験会 参加者募集

日時…8月31日(土) 午前10時～午後3時

午前中：体験会、午後：ミニゲーム

(小学生：正午まで、中学生：3時まで)

場所…市営庭球場

対象…市内・近隣市町村の小中学生

受講料…無料

持ち物…運動ができる服装、帽子、運動靴、汗ふきタオル、飲み物、昼食(中学生のみ)、ラケット(持っていない人はお貸しします)

申込み…当日、庭球場にて午前9時30分から受付

※お楽しみ抽選会があります。

問合せ●岡谷市スポーツ少年団

☎22-8850

☎090-1113-1027(担当：田中)



高齢者世帯状況調査にご協力をお願いします

岡谷市では、市内にお住まいの65歳以上の人を対象に、実態を把握し、緊急時に地域や関係機関との連携によって必要な援護が行えるように、「要援護高齢者台帳」の整備を行っています。7月から12月にかけて、お住まいの地区を担当する民生委員が訪問し、聴き取りによる調査を行います。ご理解ご協力をお願いします。

訪問対象…65歳以上の市民

調査時期…7月から12月の間

調査対象

以下の世帯にあてはまる人は、家族の状況や緊急連絡先をお聞きします。

- (1) 65歳以上の1人暮らしの人
- (2) 75歳以上の人のみで生活する世帯
- (3) 65歳以上の人のみで生活する世帯で、介護認定者、障がい者手帳等の取得者がいる世帯

※64歳以下の方が同居している世帯でも、以下の項目に該当する場合

- (1) 同居する64歳以下の方が介護認定者、障がい者手帳などの取得者である
- (2) 日中、夜間に65歳以上の方が1人になってしまう
- (3) 日中、夜間に65歳以上の介護認定者、障がい者手帳などの取得をしている65歳以上の人のみになってしまう
- (4) 同居者が未成年である

ご注意

- 民生委員は身分証明証を提示します。
- この調査で金融機関や、口座情報などをお聞きすることは絶対にありません。不審なことがあった場合は、介護福祉課、または岡谷警察署までお問い合わせください。

問合せ●介護福祉課(内線1282)

今月の子育てポイント(中学校期)

「子育ては

子どもの気持ちの理解から

忙しい親が多く、子どもの話をじっくり聞いてあげられないことが多くなっています。今、自分の子どもはどんな気持ちで話しているか、常に気にかけてあげましょう。

～成長樹(期)子育て実践ポイントより～



◎ベーシックエアロ無料体験会

日時…8月18日(日) 午後2時～3時
 場所…市民総合体育館
 定員…20名(先着順)
 受講料…無料
 申込み期限…8月17日(土)まで

以上申込み…窓口または電話で受付。
 体育館での教室・イベントに関しては
 体育館まで、プールでの教室・イベ
 ントに関してはプールまでお問い合わせ
 ください。(料金は保険料・施設使
 用料込)

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800
 市民水泳プール ☎23-6820

今年もやります!

岡谷市民水泳プール夏祭り2024

各種ゲームやビンゴ大会など、イベ
 ント盛りだくさん。景品もあります★

日時…8月15日(木) 時間は未定

場所…市民水泳プール
 (屋外幼児プール)

対象…小学生

※小学3年生以下の子どもは、必ず
 保護者が一緒にプールに入るよう
 にしてください。

定員…未定

参加費…未定

申込み…8月1日(木)より市民水泳プ
 ール窓口または電話にて受付。

※未定部分は、岡谷市民総合体育館の
 ホームページをご覧ください。

問合せ●市民水泳プール ☎23-6820

自分の体を知ろう!

体成分を一目で見ることができると
 高性能の分析マシンを常時設置して
 います。

場所…市民総合体育館

使用料…1回500円

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

各種スポーツ教室・イベント (シンコースポーツ(株)主催)

◎はつらつ健康体操教室(一般)

日時…8月7日・21日・28日
 毎回水曜日 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

申込み…当日窓口にて受付。受講料を
 お持ちください。

◎らくらく水中運動教室(一般)

日時…8月20日・27日
 毎回火曜日 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

申込み…当日窓口にて受付。受講料を
 お持ちください。

◎トレーニングパーソナルレッスン (一般)

個人の要望に応じた運動メニューの
 提案と運動指導。※要事前申込み
 期日…平日(土・日・祝日は要相談)
 時間…正午～午後4時のうち1時間
 場所…市民総合体育館内トレーニング
 ルーム
 受講料…1回1,800円

◎キッズ体操教室

今年度から開催予定の、マット運動
 を中心とした体操教室です。体験して
 みませんか。

日時…8月18日(日) 午後2時～3時

場所…市民総合体育館

対象…年中～小学3年生

定員…15名(先着順)

受講料…無料

申込み期限…8月17日(土)まで

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
 口で受け付けます(電話申込み不可・
 先着順)。詳しくはお問い合わせくだ
 さい。

受講料…小中学生：1,000円(保険料：
 820円)、高校生以上：2,000円(保
 険料：1,870円、65歳以上は1,220
 円)

◎小中学生バドミントン教室

期間…8月30日～11月15日
 毎回金曜日(計8回)

時間…午後7時～9時

対象…市内の小学4年生～中学3年生

場所…市民総合体育館

定員…30名(先着順)

申込み…8月5日(月)～26日(月)

◎卓球教室

期間…9月2日～11月18日
 毎月月曜日(計8回) ※祝日除く

時間…午後7時～9時

対象…市内在住・在勤・在学の小学4
 年生以上の人

場所…市民総合体育館

定員…30名(先着順)

申込み…8月5日(月)～26日(月)

問合せ●(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)



シルキーチャンネル

LCVデジタル12CH

ユーチューブライブ

8月の番組表

TVでの視聴にはチャンネルの初期設定が必要です。
 詳しくは、LCV(☎0120-123-833)、または秘書広報課まで。

問合せ●秘書広報課(内線1364)

《放送内訳》朝5時から翌深
 夜2時まで、1時間プログラ
 ムを繰り返し放送しています。
 ※番組は変更になることがあります。

放送
 番組

- スケート体験教室
- 今日も元気にいただきます おかやっ子給食レシピ
- 運動不足を防ごう! お家でできる簡単運動
- 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。

主な内容

CONTENTS

岡谷市障害者福祉推進実行委員会からのお知らせ 文化のつどいを行いました……………	22
朗読講座受講生募集／ 岡谷市社会福祉協議会 結婚相談事業紹介……………	23
福祉機器リサイクル事業をご利用ください／ 令和7年度赤い羽根共同募金団体公募配分事業公募……………	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

岡谷市障害者福祉推進実行委員会からのお知らせ

“ふれあい踊り連”に参加しませんか？

岡谷市障害者福祉推進実行委員会は、「第55回市民祭岡谷太鼓まつり MINAKOI わっさか～流し踊り～」に「ふれあい踊り連」として参加します。

「ふれあい踊り連」は、障がいのある方と交流を図り、市民のみなさんに障がい者福祉に理解を広めることを目的に実施しています。

障がいのある方とボランティア、市民のみなさんで、お祭りを楽しみましょう。

興味のある方・参加を希望される方は、事務局の岡谷市社会福祉協議会にお問い合わせください。



岡谷太鼓まつり

踊れなくても大丈夫！
誰でも参加できます！

当日のとびこみ参加もOKです
下記の日時に会場へお越しください

☆日 時：8月14日（水）午後6時～

☆会 場：イル7童画館前

☆募集範囲：岡谷市民・

岡谷市障害者福祉推進実行委員会所属団体



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、障がい者の完全参加と平等の実現のため活動を続けています。市内79団体で構成され、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。

文化のつどいを行いました



7月10日（水）諏訪湖
ハイツで昨年に引き続き
「文化のつどい」が開催
されました。多くの方が参加
され、キーボードの演奏に
合わせて楽しく歌ったり、
缶バッジやメモスタンドな
ど各団体のブースで自分だ

けのオリジナル工作を楽しみました。ニュースポーツレクリエーション、ポッチャやフライングディスクなどで楽しく体を動かし盛り上がりました。

参加者からは「体を動かすことがとても楽しかった」という声や「かわいいキーホルダーを作ることができて嬉しい」といった声が多く聞かれ、参加者同士でも歌やスポーツを通して盛り上がり、とても賑やかな「文化のつどい」になりました。



朗読講座 受講生募集

朗読の基本を学ぶ講座です。読み聞かせや朗読ボランティアをしてみたい方、一緒に学びませんか。朗読の基本を学ぶと、昔話や絵本はもちろん文芸作品も内容がよく伝わる読み方ができるようになります。誰かのために声で想いを伝える、そんな活動を一緒にしませんか。

📅 日時 9/4 9/11 9/25 10/2 10/9 (毎回水曜日) 午前10時～正午

📍 会場 おかや総合福祉センター (諏訪湖ハイツ) 202 研修室

👥 定員 20名

💰 参加費 500円

👤 講師 「朗読の会まどか」会員のみなさん

📞 申込み・問合せ 市社協 TEL 24-2121 FAX 24-3555



市社協では目の不自由な方のために、広報おかやの内容をCDに吹き込み希望者に郵送する「声の広報事業」をおこなっています。

こうした音声図書の作成は『朗読の会まどか』のグループの皆さんにお願いしています。

なお、録音された広報は市立岡谷図書館や、岡谷市の「広報おかや」ホームページでどなたでも聞くことができます。例えば、高齢のため視力が落ちた方や、ラジオのように聞きたい方など、ぜひご活用ください。

音声ファイルは

岡谷市ホームページ > 市政情報 > 広聴・広報 > 広報おかや >

広報おかや〇月号 (音声ファイル) を選択してください。

※「声の広報事業」の音声CDの利用は、文字による情報入手が困難で身体障害者手帳をお持ちの方が対象です。詳しくは岡谷市社会福祉協議会までお問い合わせください。

声の広報QRコード



岡谷市社会福祉協議会 結婚相談事業紹介

社協では、結婚について前向きに考える男女の出会いを応援する事業として、結婚相談員による登録者同士のお見合いなどのお手伝いをしています。

すてきな出会いがありますよう、

ぜひ足を運んでみてください!



お互いの希望・条件などを重視しマッチングをおこなっております。登録をきっかけに情報を得て出会いの機会を積極的に増やしていきましょう。

Q 個人情報はい?

A 秘密は厳守します。

結婚相談専属相談員及び社会福祉協議会職員が対応します。

ご記入いただいた登録用紙をすべての方にお見せする訳ではありません!

条件等を確認し本人の了解を得た上で相手方にお見せしています。



～ 結婚相談所のご案内 ～

【開設日時】

毎月 第2・4火曜日 10:00～16:00

毎月 第1・3土曜日 10:00～16:00

【開設場所】

おかや総合福祉センター (諏訪湖ハイツ)

社協1F相談室 (フロント奥)

【相談料・登録料】

無料 (登録・相談・紹介にかかる費用は必要ありません)

【登録方法】

相談日に来所していただき登録票に必要事項を記入してください。未婚の方であれば、年齢制限・市内外問わずどなたでも登録できます。

※登録は、ご本人の来所が条件となります。



お知らせ 福祉機器リサイクル事業をご利用ください!

ご家庭で不要になった福祉機器はありませんか? まだ使える…捨てるにはもったいない…という時にリサイクル事業をご利用ください。必要な方へ情報を提供し役立てていただきます。

《取扱品目》 車いす・シルバーカー・歩行器・シャワーベンチ等

※原則として未使用または清潔で利用可能な状態のものをご提供ください。

《リサイクル事業の流れ》

社協へ物品の登録をし、譲り受けてみたい方からの連絡を待ちます。

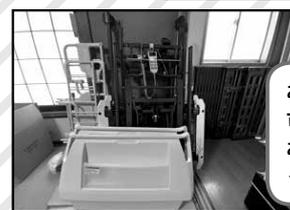
連絡が来たら当人同士で交渉していただき、物品のやり取りをしていただきます。

※市社協への物品登録期間は3カ月間とし、その間、物品は自己管理となります。

譲り受けてみたい方がいない場合もありますので、ご了承ください。

お譲りします

- 電動介護用ベッド
- ポータブルトイレ
- 浴槽内ステップ



お気軽に岡谷市社協までお問い合わせください。

ボランティア団体、福祉団体の「やりたいこと」を「できる」にかえる

令和7年度赤い羽根共同募金 団体公募配分事業を公募します

岡谷市共同募金委員会は、地域福祉の向上に寄与する発展性・継続性のある団体の事業に対し資金面から支援し、地域住民が安心して暮らせるまちづくりを目指すことを目的に、共同募金の公募配分事業を行っています。

さまざまな地域課題や社会課題を解決するために、ボランティア団体などの活動を支えます。

- 対象団体： 岡谷市を拠点とし活動を進めている、地域福祉の向上に寄与する団体・グループ
且つ、発展性・継続性のある団体
- 対象事業： ① 地域福祉を目的とした福祉団体やボランティア団体の活動費 ② 講演会・研修費
③ 調査・研究費 ④ 文化・スポーツ活動費

配分対象外：介護保険事業、営利を目的としているもの、他の助成金を受けている事業

配分額：限度額10万円

申請方法：申請書を申請受付期限までにご提出ください。
(要綱や申請書は岡谷市社会福祉協議会ホームページにあります。)

申請受付期限：令和6年9月30日(月)

お問合せ：長野県共同募金会 岡谷市共同募金委員会
事務局 岡谷市社会福祉協議会 電話 0266-24-2121



おかげさまで70周年





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
8月の休館日…20日(火) 通常毎月第2火曜日

リラックスヨガ講座(8月5日(月)より申込み開始)

ヨガでリフレッシュしましょう。
日時…9月5日(木) 午前10時～11時 対象…保護者
講師…本橋 香さん 持ち物…ヨガマット・水分

親子リトミック講座(8月26日(月)より申込み開始)

親子でリトミックを楽しみます。
日時…9月25日(水) 午前10時～11時 対象…親子(1～2歳)
講師…山縣清香さん 持ち物…水分

託児あり

楽しい行事を毎月実施!

つくっちゃおう(8月12日(月・振休)より申込み開始)

「ボールクラッカー」を作ります。
日時…9月12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

(8月19日(月)より申込み開始)
日時…9月19日(木) 午前10時30分～
講師…こどものくにスタッフ

予約不要のイベント

8月 2日(金)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
19日(月)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
21日(水)	たべるのだいすき、紹介と試食(栄養士)	午前11時～
22日(木)	もぐもぐ相談(栄養士)	開館中いつでも
23日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
26日(月)	ぺったんこの日(8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～

子育て相談
日時…9月11日(水)
午前9時30分～11時30分

要予約

問合せ●こどものくに ☎24-8403

世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～

わたしの地元、ワンガヌイ町を紹介します

Kia Ora everyone!
みなさん、こんにちは! 国際交流センターのジャーレッドです。今回はわたしの地元、ワンガヌイ町を紹介します。
ワンガヌイ町は、ニュージーランド北島の西海岸にあり、首都ウエリントンから約200km北に位置する、ワンガヌイ川の河口のまちです。人口は4万7千人で、岡谷市とほぼ同じです。ワンガヌイ町は温暖な気候で大変過ごしやすく、夏の最高気温は32℃、冬は5℃以下にはなりません。雪が降ることはありませんが、近くにあるルアペフ(Ruapehu)山とタラナキ(Taranaki)山の山頂には雪があります。
「ワンガヌイ」は、ニュージーランドのマオリ語で「大事な港」という意味です。河口から島の中心まで船で通行でき、土壌も豊かで、むかしから貿易が盛んな地域です。また、自然に

囲まれて、とても美しいところです。
ワンガヌイ町は芸術面でも評判が高く、最も知られているのはマオリ民族の彫刻とガラスアートです。地元の芸術家が作品を展示したり販売する「川市場」が、毎週土曜日に開催されます。食べ物も売られていて、わたしはよくパイナップルドーナツを買いに行きました。
また一年中さまざまな町のイベントがありますが、一番人気があるのはラフトレースです。多くの会社やグループが自作の船で競争します。ほとんどの船が沈んでしまい、とてもおもしろくて盛り上がります。
みなさんもぜひ、ワンガヌイ町に行ってみてください。



CANORA HALL

カナラホールー岡谷市文化会館

カナラ探偵事務所 クラシック探訪
Vol.1 芸術の発祥、イタリアの情熱

9月14日(土)

午後2時開演(午後1時30分開場)

音楽評論家の真嶋雄大がプロデュースする、新シリーズがスタート! 全5回シリーズで、各国のクラシック音楽の歴史を解説と演奏を交えながらご紹介します。記念すべき第1弾は「イタリア」編。



奥村 愛(ヴァイオリン)



上野優子(ピアノ)

出演

ヴァイオリン：奥村 愛
ピアノ：上野優子
ソプラノ：小林千津穂
フルート・語り：横内 詢
プロデュース・語り・台本・作曲：真嶋雄大

プログラム

J.S.バッハ：イタリア協奏曲より
ヴィヴァルディ：四季より
カッチーニ：アヴェ・マリア
プッチーニ：歌劇「トスカ」より
〈歌に生き、恋に生き〉
パガニーニ：ラ・カンパネラ
ボザ：イタリア幻想曲(ほか予定)

会場 小ホール

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

問合せ ☎ 24-1300

8月の

図書館情報

★ちいさなおはなしの森★
(乳幼児向け)

日時…8月20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…8月25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…8月3日・10日・17日・
24日・31日の土曜日
午前11時～(20分程度)

★夏休み特集のおはなしの森★

日時…8月2日(金) 午前11時～(30分程度)
内容…戦争の絵本の読み聞かせや
諏訪地方の民話の朗読など

★こわ～いおはなしの森★

日時…8月3日(土) 午後6時30分～(閉館後)
内容…くら～い夜の図書館で、怖くなるような絵本の読み聞かせや、パネルシアターなどを行います。
持ち物…図書館利用カード

会場は2階会議室または1階児童コーナーです。

今月のテーマブックス

「戦争と平和」

8月18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

8月の休館日

5日、13日、19日、26日、30日

問合せ ☎ 22-2031

美肌の湯 ロマネット

●プリペイドカード利用終了のお知らせ

新紙幣対応の券売機への変更に伴い「プリペイドカード」が利用終了となります。プリペイドカードをお持ちの人はお早めにご利用ください。詳しくは本誌12ページをご覧ください。



●特別営業日のお知らせ

8月13日(火)はお盆期間のため、朝風呂は休館、午後1時から営業します。

●食事処やまびこ ※変更になる場合もあり

8月の特撰おすすめメニューは【豚カレーうどん(半ライス付) 870円】です。スパイスの効いたカレースープが夏にピッタリ!



8月の休館日

6日、20日、27日

問合せ ☎ 27-6080

8月の諏訪湖ハイツ

ロビー展示

●ゆずの会「絵手紙展」

期間…8月1日(木)～17日(土)

●岡谷市健康推進課

「食を通じた健康づくりパネル展」

期間…8月19日(月)～30日(金)

■諏訪湖花火大会 観覧席提供(8月15日)

花火大会当日、中2階のバルコニー・大会議室、中3階のコンベンションホールは午後6時から、芝庭は朝から無料開放します。
※バーベキュー・花火など火の使用禁止

■「ハイツ」フリーマーケット開催

日時…8月11日(日・祝) 午前9時～午後3時
場所…屋外芝庭(雨天中止)

■親水池で水遊び

ご家族みなさんでお出かけください。

8月の休館日 ※温泉施設は毎週水曜日

21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 となりの国の絵本
躍動する韓国イラストレーションの世界
 9月3日(火)まで

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

同時開催 武井武雄 収蔵作品展
 童画や版画、刊本作品など、さまざまなジャンルの作品を通じ、武井の多才な姿をご覧ください。

武井作品の全国巡回展
生誕130年 武井武雄展
幻想の世界へようこそ
 期間…8月25日(日)まで
 会場…東京都目黒区美術館

イベント

- ★マジック染でカゴバッグをつくろう
 日時…8月3日(土) 午後1時30分～
 参加費…500円(要申込み)
- ★ごかんノートワークショップ
 日時…8月11日(日・祝) 午前10時30分～
 申込み不要・要入館料
 ※ごかんノートはショップで購入可能
- ★刊本作品読み語り&ギャラリートーク
 日時…8月17日(土) 午前10時30分～
 申込み不要・ギャラリートークのみ要入館料
 ※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)

8月の休館日
 7日、14日、21日、28日

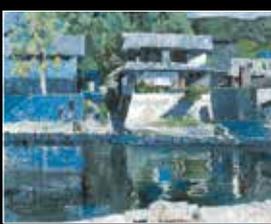
問合せ ☎ 24-3319



市立 **岡谷美術考古館**

特別企画展
高橋貞一郎・中島覚雄 師弟展(前半)
 9月16日(月・祝)まで

岡谷市出身の洋画家 高橋貞一郎(1897-1955)と、高橋に絵を学んだ伊那市出身の中島覚雄(1921-1985)の作品をともに展示します。



高橋貞一郎「天竜川岸風景」

ワークショップ (要申込み)
「はにわ」を作ろう
 日時…8月17日(土)
 午前10時30分～
 参加費…300円
 定員…10名
 申込み…8月1日(木)より受付



デコパージュのジュートバッグをつくろう
 日時…8月31日(土) 午後2時～
 対象…中学生以上
 定員…10名
 参加費…700円
 申込み…
 8月19日(月)より受付



開館時間 授乳・おむつ替え室あり
 午前10時～午後6時

8月の休館日
 7日、21日、28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 8月18日(日)まで
中国古代復元絹織物展
 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。



展示のようす

**岡谷蚕糸博物館60周年
 リニューアルオープン10周年記念**

企画展 ユミカツラの世界
 8月22日(木)～11月10日(日)
 日本の伝統美をシルクに託し、世界で挑戦し続けるユミカツラの作品の数々が再び岡谷に並びます。
 ※詳細はP4をご覧ください。

イベント

- ▲わくわくふれあいシルクサマーセミナー2024(要申込み)
 カイコの解剖や、農研機構の研究員のお話、まゆ工作など盛りだくさんのセミナーです!
 日時…8月10日(土)
 午前9時～午後3時30分
 参加費…500円(入館料別途)
 対象…小・中学生親子 20組
- ▲ごかんノートワークショップ
 日時…8月11日(日・祝)
 午前10時30分～11時30分
 申込み不要・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)

8月の休館日
 7日、19日、20日、21日、28日

問合せ ☎ 23-3489 (サンシハク)

長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”フォーラム
「誰ひとり取り残さない世界を
～ジェンダー平等がカギ」

現代社会の諸問題を解決するための貴重なヒントを提供します。新たな視点と知識を得る絶好の機会です。

岡谷市では、カルチャーセンターでパブリックビューイングを行いますので、ぜひご参加ください。

日時…9月7日(土) 午後1時30分～3時(受付:午後1時～)

講師…大沢 真理さん

(経済学者、東京大学名誉教授、
元 東京大学大学執行役・副学長、
元 社会科学研究所所長)



受講方法…

オンライン配信(Zoomウェビナー)
サテライト会場(カルチャーセンター IT研修室)

定員…オンライン:制限なし、サテライト会場:20名

申込み…電子申請(QRコードより)、または
電話にてお申し込みください。8月30日
(金)締切。



要申込み

聴講無料

問合せ●地域創生推進課(内線1363)

発達障がい 講演会
「発達障がいの子どもたち
～子どもの不可解な行動には理由がある～」

「ささいなことでもかんしゃくをおこす」、「偏食があって食べない」、「自分からは話すのに人の話は聞かない」、「学校に行っていたのに突然不登校に」、「うちの子発達障がい?」など気になることはありませんか。なぜ? どうして? そのような行動をとるのかわかれば育児は楽になります。

NHKでも紹介された信州大学医学部附属病院の本田秀夫教授にご講演いただきます。生活に不安を抱えた子どもや家族、教職員など、多くのみなさんの参加をお待ちしています。

日時…8月24日(土) 午後1時30分～3時30分(開場:午後1時)

場所…カノラホール 小ホール

講師…本田 秀夫さん

(信州大学医学部子どものこころの発達医学教室教授・医学部附属病院子どものこころ診療部部长)

※託児があります。(予約制・定員あり)



申込み不要

聴講無料

託児あり

問合せ●子ども課(内線1226)

考古講演会
「高松塚古墳のいまむかし
～古墳壁画を未来につなぐ～」

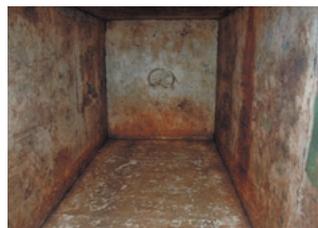
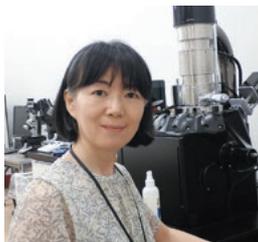
戦後最大の発見となり、大きな注目を集めた高松塚古墳の極彩色壁画をはじめ、キトラ古墳の壁画などの文化財保存の技術、方法などを岡谷市出身の専門家が講演します。ぜひ、お気軽にご参加ください。

日時…8月25日(日) 午後2時～3時30分

場所…カノラホール 小ホール

講師…降幡 順子さん(岡谷市出身)

京都国立博物館学芸部
上席研究員 兼 保存科学室長
博士(学術)



高松塚古墳石室内部

申込み不要

聴講無料

問合せ●市立岡谷美術考古館 ☎22-5854

岡谷市民病院 市民公開講座
「救うのはあなただ！突然倒れた方の
救命方法を身に付けよう！」

突然死はだれにでも起こりえます。突然心臓が止まってしまった場合、一刻も早く胸骨圧迫を開始し、AED(自動体外式除細動器)を用いた心肺蘇生を行う必要があります。

今回は、救命救急に関わる専門の資格を有する、岡谷市民病院の医師などのスタッフにより

- 「心臓マッサージのやり方」
 - 「AED(自動体外式除細動器)の使い方」
- をレクチャーします!

体験ブースは4か所で所要時間はおよそ10分です。
ぜひ、お気軽にお立ち寄りください。

日時…9月1日(日) 午後1時30分～3時

場所…レイクウオーク岡谷 1階 レイクコート

講師…大橋慎一郎医師 ほかスタッフ



申込み不要

聴講無料

問合せ●岡谷市民病院 庶務課 ☎23-8000



「小児科・産婦人科オンライン相談」をご利用ください

今年度からスタートした「小児科・産婦人科オンライン相談」は、スマホやパソコンで簡単に小児科医、産婦人科医、助産師に相談できるサービスです。利用したみなさんからも好評です。まだ利用していない人も、ぜひご活用ください。
対象…市内在住の妊産婦、15歳までの子を持つ保護者、女性

Q どのような相談が多いですか？

A 子どもの発熱や、嘔吐、^{おと}湿疹といった症状に対する相談が多くありました。また、ご自身の体調に関する相談もありました。

相談は、日常のなかでの健康に関する何気ない悩みや不安から、病院を受診するかどうかの判断など、どんなことでも構いません。お気軽にご相談ください。

いつでも簡単に小児科医や産婦人科医などにつながる可以利用できるオンライン相談は、無料で利用できます。詳しいサービス内容や利用方法は、ホームページをご覧ください。

詳しくはこちらから▶



Q オンライン相談を利用した人の感想を教えてください

A オンライン相談を利用した人には、委託業者(株式会社Kids Public)から任意のアンケートをお送りしています。

- とても丁寧に対応してもらえ、助かった。
- 医療機関を受診すべきか悩むことが多いので、相談できてありがたかった。
- 初産で初めてのことばかりだったので、相談できほんとうによかった。
- 不安が消え、気持ちが楽になった。
- メールで気軽に相談でき、とてもうれしい。まだ利用していない周りの人にも薦めた。

などの声が寄せられています。「こんなこと聞いていいかな?」など思わず、ぜひ気軽にご相談ください。

問合せ●健康推進課(内線1177)

トピックス

まちのできごとやわだいをおとどけ



6/24 記念碑に向かい一礼 塩嶺御野立記念祭

日 本一短い祭りと言われる塩嶺御野立記念祭の春季例祭が塩嶺御野立所で行われました。この祭りは1916年に始まり、春は岡谷市、秋は塩尻市の当番で実施。今年は両市の経済、観光、行政などの関係者約150人が出席し、明治天皇巡幸記念碑の前に整列し「一同、礼」の掛け声で20秒ほど拝礼し、祭りは終了となりました。その後は今井区公会所に移動し、両市の懇親を深めました。



6/29・30 熱気に包まれ勇壮な響きがこだまする 世界和太鼓打ち比ベコンテスト

太 鼓の技と力を競い合う「世界和太鼓打ち比ベコンテスト」がカノラホールで行われ、全国から集まった打ち手による競演が繰り広げられました。29日の予選に続き、30日には本選が行われ、最優秀賞に当たる文部科学大臣賞は、一人打ちがマスターズの上龍さん、団体は一般の青木村義民太鼓保存会「志魂」が受賞。同受賞者には、8月の岡谷太鼓まつりに出演する権利も授与されました。

おおきくなったね



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

3さい



コハクさん

こっちゃん、3歳おめでとう!
これからも元気いっぱい大きくなつてね!

1さい



ツムギさん

いつもニコニコかわいい笑顔でたくさんの癒しと幸せをありがとう。すくすく育つてね。
1歳おめでとう。

1さい



マナツさん

ここまで大きな病気やけがもなく育ててくれてありがとう!
毎日幸せだよ!

地域おこし協力隊 活動日記

畑ときどきキジ

岡谷に引っ越してきて、困ったことある?と聞かれることが多いのですが、スーパーも薬局も大好きな山も、必要なものはすべてある!と断言したいくらい、特に困ることもなくありがたい限りで、返答に困ることがあります。冬の雪道も困ると言えば困るのですが、雪がない地域に育つと1cmでも雪が降るとうれしくなり、大変な雪かきのときも、ゲレンデみたいだと喜んでやっているの、皆にあきれられています。なので、唯一困っていることを挙げるのであれば、草刈りでしょうか。春から夏にかけて、雨が降るごとに毎日すごい勢いで伸びていく雑草たち。

三沢区民農園では三沢区に3,000㎡程度の桑畑を管理していますが、草刈りで春から夏は大忙しです。梅雨時になれば、追い打ちをかけるように、雑草たちはどんどん成長し、桑の木の高さをゆうに越えていきます。先日、桑畑の草刈りを皆でしていると、突然キジのメスが飛び出してきました。桑の木と雑草の陰に隠れていた

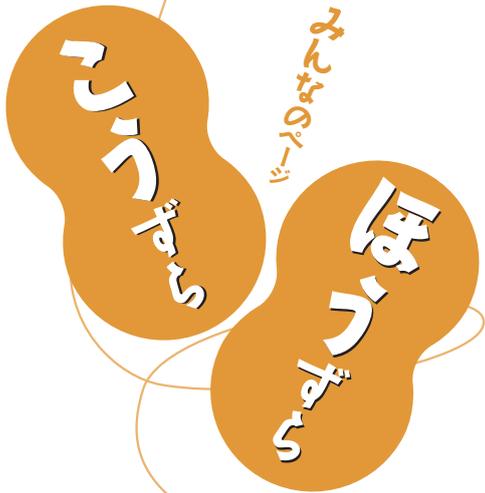


地域おこし協力隊
渡邊 陽子

ようですが、ビーバーの音がガンガン鳴るなかで何をしていたのかのぞいてみると、木の根本に4つの卵がありました。草刈りが行われているなか、キジのお母さんはギリギリまで卵を守っていたと考え、親が子を思う気持ちはどの世界でも同じなのですね。草刈り困ったな～いやだな～と思っていましたが、キジのお母さんの勇気と愛を思うと、なんだか日々頭が下がる毎日です。



発見したキジの卵



「こうざら ほうざら」は市民のみなさんでつくるページです。市政や広報に対するご意見や身近な話題など、どんどんお寄せください。宛先 ● 〒394-8510 岡谷市役所 (住所不要) 秘書広報課広報広聴担当 行

こえ

7月のハガキから

▼は広報広聴担当より

夏本番に入ったように、毎日がむし暑いですね。孫を追いながらの公園は、暑さに耐える毎日です。

M・Mさん (赤羽)

▼7月に入り、真夏日となる日もありますね。特に日中は、身の危険を感じるくらい暑いときがあります。そんななか、元気いっぱい遊び子どもたちが熱中症にならないか心配になりますね。こまめな水分補給と暑さ対策を忘れず、お孫さんと遊ぶ日々を楽しんで、夏を満喫してください。

長いこと岡谷に住んでいます。知らないすてきな場所や行事が多くてびっくりです。これから

は市報をお供に行事に参加したり、景色のいい場所に行ってみます。

K・Mさん (川岸中)

▼この夏もたくさんイベントが開催されます。ぜひ、多くのイベントに参加してほしいと思います。また、広報でもそのようすや、きれいな景色などをお伝えしたり、岡谷市の魅力をどんどん発信していきたいと思っておりますので、これからも広報を手にとって読んでみてください。

線状降水帯の発生する季節のまっただななです。しかしながら、たぶん警報や指示が出て、つい「まあ、こころは大丈夫だろう」と根拠のない判断をしそつで怖いです。

M・Hさん (東銀座)

▼最近、大雨、雷、突風などの警戒情報が多発しています。いつ自然災害が起きるか、まったく予想ができません。そのために、普段から非常時に備えた情報収集や非常食、家庭用品を備蓄し、保存状態など定期的にチェックしておきましょう。また、岡谷市LINE公式アカウントでも情報を発信していきますので、ご登録よろしく願います。

脳トレにいかがですか?

広報クイズ No.464

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4名に、樋沢産トモロコシ(3本)引換券をプレゼントします。

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

タ	ロ	ウ	イ	ノ
マ	ナ	シ	ク	ボ
ノ	コ	ギ	リ	ト
シ	オ	ウ	ツ	ケ
タ	チ	バ	カ	ケ

◆ヨコのカギ

- 岡谷で多い名字。特に小井川あたり
- 春に秋に楽しめる公園、神社
- 昭和を代表するマンガ家たちが暮らしたアパート○○○荘
- パリオリンピックで期待の女子○○投げ、北口選手。結果はいかに!
- 長野県で5番目に人口が多い自治体
- 赤や黒、遊んだり、埃がたったり
- 辺境の地や離島に送られる罰
- 県木はカイコウズ・クスノキ、県鳥はルリカケス、県花はミヤマキリシマ

◆タテのカギ

- 1955年編入の村
- 市役所、カノラホールは○○○○町
- 今年日本に復帰し、57歳でなお現役
- アルプス踊りはこの上で踊ります
- 製糸家の旧宅。幻の金唐革紙
- 小さいつづが特徴。ラズベリーやブラックベリーもこの仲間
- このお堂の周りもヨコ1のみなさんが多いですね
- 土が盛り上がって小高くなった所。岡谷にもコウモリ、スクモなどが
- こちらの市は8番目

●応募方法…はがきに答え・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、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。8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)

●7月号の答えと当選者

「タケイタケオ(武井武雄)」

正解数70通(応募総数70通)の中から抽選で、M・Mさん(神明町)、H・Tさん(本町)、O・Iさん(長地御所)、S・Mさん(川岸上)に、樋沢産トモロコシ(3本)引換券をプレゼントします。

