

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
くなったね
1
月生まれのおともだち

2さい



みつきさん

いたずら大好きなお年頃。
これからも家族仲良く、気楽
にいきましょう。

2さい



りんたさん

りんた2歳おめでとう! ジャン
プが大好き! 滑り台が大好き! バ
ナナが大好き! 来年は何が大好
きになっているかな! もっともっ
と元気でたくましく育ってね!

1さい



りくとさん

りくちゃん1歳おめでとう!!
これからもたくさん遊んで、
たくさん食べて、大きくなーれ!

● 掲載のご希望は「こどものくに」まで ☎24-8403 ●

地域おこし協力隊 活動日記

思ったよりも息が白くならない…!?

岡谷に移住して2回目の冬。「寒い寒い」と息を
はぁーと吐いてみても、思ったより息が白くならないことが
多くあります。当然、白くなる日もあるのですが、「あれ?
この寒さで息が白くならないんだ…」と東北や北陸
で過ごしてきたこれまでの経験と、岡谷で吐く息の白さ
にズレを感じる事がしばしばあります。

息が白くなるには、①気温の低さ、②湿度、③空
気のちり、この3つの要素が大きく関わっているらしいで
す。岡谷は①の気温については十分に寒いですがね。
なので、思ったほど息が白くならないのは、②湿度が
低いこと、③空気がきれいなこと2点に起因していそう
です。

岡谷の冬は、ピリッと澄んだ空気が肌をなで、肺を
満たしてくれるあの感覚が好きです。確かに寒いことには
寒いですが空気のきれいさをじかに感じられて、大好
きな季節です。「息の白さ」という取るに足らない事



@NAGANO_OKAYA_LIFE



地域おこし協力隊
宮島

象一つとっても、移住してきた身としてはおもしろさを感じ
たりします。

11月の下旬には、移住者同士でそうした話を共有で
きるよう、「移住者交流会：オカヤトークの会」を開催
しました。“移住者”という共通項をもって集まり、岡谷の
好きなところなどを共有したりして、岡谷の良さを再認識
できました。引き続き定期的に開催したいと考えている
ので、興味のある人はぜひご連絡ください!



移住者交流会：オカヤトークの会のようす。
あっという間の2時間でした!



「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



12月の ハガキから

▼は広報広聴担当より

お葉洗いも終わり、あとは、漬
けあがりの食べごろを待つばか
りです。

○・Sさん（長地小秋）

▼寒いなか、お葉洗いお疲れさま
でした。お葉漬の味や作り方は
各家庭で違い、親から子へ、そし
て孫へと引き継がれてきていま
す。近年、ライフスタイルの変化
により、漬物をつける習慣が減っ
てきたように思いますが、寒い時
期のお茶うけには、やはり「お葉
漬け」は欠かせない一品です。漬
けあがりを楽しみですね。

紅葉もきれいでしたが、強風で
葉が落ちてしまっていてさびしい感
じがします。冬になってイルミ
ネーションが目立つようになり、

とてもきれいに思います。冬空も
またきれいです。

Y・Kさん（天竜町）

▼今年の秋は暖かい日が続き、葉
の色づきがなかなか進まず、紅葉
を楽しむ期間が短かったですね。
師走に入り、各所でイルミネー
ションが点灯し始めました。日に
日に寒さが増していますが、その
分、空気が澄んでいるため、イル
ミネーションの光も色鮮やかに
輝き、とてもきれいですね。蚕糸
公園や市役所前にも点灯してい
ますので、足を運んでみてはいか
がでしょうか。

わたしはワイズが好きで、いつ
も楽しみです。なかなかむずかし
くて、やつとできました。これか
ら楽しみにしています。寒くな
ってきたので、インフルエンザ
やかぜなどひかないように、気を
つけて過ごしたいです。

M・Aさん（川岸恵）

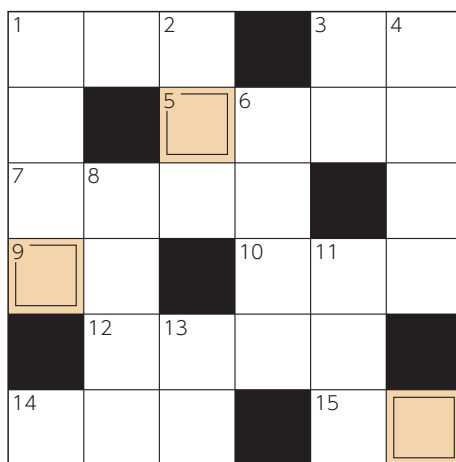
▼毎年、気温と湿度が低くなるこ
の時期には、体調を崩す人が多く
なりますね。日ごろから、うがい、
手洗い、室内の換気などを心がけ
るとともに、免疫力を高めておく
ために、十分な睡眠、バランスの
よい食事をとっていただき、元氣
にお過ごしください。ワイズを楽
しむことも、健康に役立ちそうで
すね。

◆ヨコのカギ

- 1 岡谷の初日の出の名所、高○○○
- 3 元日など日の丸を掲げるときに使うポール
- 5 岡谷南高校の校章にある花
- 7 1月7日に食べる粥
- 9 前の前の内閣総理大臣
- 10 お正月は○○○と過ごす人が多いですよ
- 12 塩嶺御野立記念祭は「○○○○、礼」で
終わります
- 14 市内にも何か所かある○○○神社。火の
神様を祀ります
- 15 ○○には二羽鶏がいる

◆タテのカギ

- 1 餅代
- 2 お正月ゆっくり過ぎて、仕事始めに○
○○しないよう気をつけましょう
- 3 ○○では年末年始に鯉を食べる習慣が
- 4 花岡区のお隣、そのお隣は諏訪市
- 6 菅原道真・崇徳天皇・平○○○○
- 8 お正月といえばお屠蘇。無病息災とこれ
を願います。
- 11 やはりお正月といえばこれ。豊作や家内
安全を願います。
- 13 初詣客全国2位の成田山新勝寺がある県



脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.469

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
教えてください。正解者のなかから抽
選で5名に、オカヤペイ300ポイント
をプレゼントします。

- 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。1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）

●12月号の答えと当選者

「コハンコウエン」（湖畔公園）

正解数26通さん（応募総数27通）の中から抽選で、H.Tさ
ん（郷田）、H.Kさん（山下町）、U.Sさん（川岸上）、Y.Kさん
（川岸中）、H.Eさん（長地源）に、オカヤペイ300ポイント
をプレゼントします。



体験・イベントの
詳細はこちら



TECHNO PLAZA OKAYA テクノプラザおかや



ものづくり フェア 2025

スタンプラリーをして
ガチャガチャを回そう!



※数に限りがあるため、
子ども限定となります。



キッチンカーも
来るよ!

ものづくり・ひとづくり・ゆめづくり
～未来を担うものづくり人材の笑顔のために～

2025年
2月1日(土)
10:00-16:00

入場・体験
無料

特別企画展

TPR(株)

- フリクション
体感機
- エンジンカット
モデルの展示
ほか



(株)日本ピスコ

- 空気砲・
フリゲーム
などで空気の
チカラを体験!



日揮グローバル(株)

- 宇宙教室
- VR体験
月面プラント
視察ツアー



長野トヨタ 自動車(株)

- 電動モビリティ
試乗体験
- トヨタ
シエンタの展示



産業技術総合研究所

- 電動モビリティ
試乗体験



大人も子どもも楽しめる
体験型ワークショップ
楽しい体験コーナー
盛りだくさん

会場 ものづくりワークショップ

- テクノプラザおかや
- イルフプラザ
- 市立岡谷美術考古館
- イルフ童画館
- 岡谷蚕糸博物館

同時開催イベント

イルフプラザ 3 階

マイコンカーラリー
テクノプラザおかや杯2025

岡谷蚕糸博物館
シルクファクトおかや

宮坂博文の世界展

テクノプラザおかや 2 階

新技術・新製品ものづくりチャレンジ
企業応援事業採択企業の展示

イルフプラザ 1 階

まちなかマルシェ
@ものづくりフェア

市立岡谷美術考古館

第32回
岡谷市内小学校児童版画展

イルフ童画館

武井武雄生誕130年記念展
新コレクション展part2

問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000