おおきくなったね

7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

いつきさん

1歳誕生日おめでとう! 強い足で地面をたくさん蹴って、大好きな車を一緒に見ようね!

ゆうとさん

1歳おめでとう!! これからの成長が楽しみだよ!! たくさんお出かけしようね♡

あいとさん

元気いっぱいのあいと、2歳おめでとう! あいとのペースで大きくなってね!

掲載のご希望は「こどものくに」まで　☎24-8403（9月生まれ募集中）

地域おこし協力隊 活動日記

地域おこし協力隊
伊東 ゆきの

@OKAYA_SILK

お蚕さまのポップコーンを自分で作ってみました

移住してはじめて岡谷の夏を迎えます。最近おうちのベランダでお風呂上がりに風を浴びて涼んでいると、遠くの方からカエルが鳴く声が聞こえてきて、耳から季節を感じました。

そんな日々のなか、最近岡谷にきてから初めてやってみたことがあります。それは、お蚕さまの蛹（さなぎ）を食べることです。これまでにもあらゆる昆虫食や珍味といわれるものを食べてきましたが、中でもお蚕さまの蛹はトップクラスのうま味が! これは自分で調理できるようにならなければ一流の岡谷人になれない!と思いまして、宮坂製糸所さんから蛹を少しお裾分けしていただき、乾いた蛹をフライパンで炒ってみました。まさにお蚕さまのポップコーンですね。岡谷蚕糸博物館の髙林館長によると、少し塩コショウを振りかけて食べる、この食べ方が最高とのこと。夜おうちで映画を見ながら、ビールと一緒にお蚕さまポップコーンを食べて、もうお腹はお蚕さまでいっぱいになりました。

昔から製糸工場でできた蛹は、佃煮や魚の餌、しぼった油で天ぷらや石けんなどに利用されていたようですが、糸をいただくだけではなく、食べ物としてもいただくことができるお蚕さまに頭があがりません。また少し岡谷シルクを深く知れたような気がしました。今年の夏の養蚕は、この栄養満点なお蚕さまをいただいてがんばります!

自家製お蚕さまポップコーンです
味変も検討したい限り

みんなのページ こうずら ほうずら

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

こえ 6月のハガキから

▼は広報広聴担当より

わが家の向かいの売り物件の空き家に、20代の若夫婦が移住してこられました。突然のご挨拶にびっくりしたと同時にうれしくて…！

とても明るいお二人で元気が湧いてきます。

K・Hさん（川岸中）

▼市としても、とてもうれしいできごとです。明るく元気な若夫婦の移住は地域にとっても心強いですね。新しい風が吹き込んできたようで、こちらまで元気がもらえそうです。これからのご近所付き合いも楽しみですね！

水田が緑のじゅうたんに染まりました。今年も豊作でありますよう願っております。

O・Sさん（長地小萩）

▼田んぼ一面に広がる緑の苗は、とてもきれいな景色ですね。まさに自然が織りなす季節の贈り物です。日ごとに日差しも増し、稲がすくすく育つようすに、生命の偉大さを感じずにはいられません。今年も豊かな実りが人々の暮らしを支えてくれることを願っています。

塩嶺小鳥バスに参加しました。キビタキ、センダイムシクイ、クロツグミなどのさえずりが聞けました。雨降りでしたが楽しめました。

M・Hさん（東銀座）

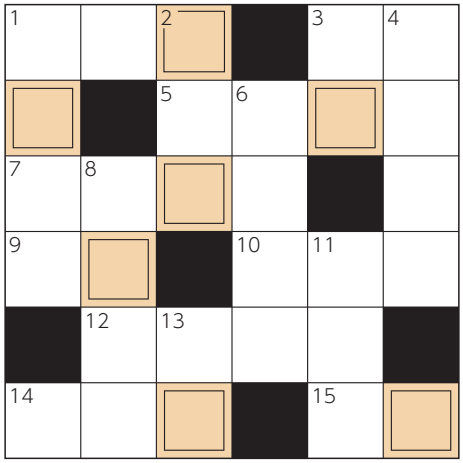
▼雨模様のなかでの観察とのことですが、小鳥たちの美しいさえずりに包まれ、すてきな時間を過ごされたのが伝わってきます。雨音と鳥の声が重なる静かな森の雰囲気も、また格別だったのではないでしょうか。次回もぜひご参加ください。

脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.475 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、樋沢産トウモロコシ（3本）引換券をプレゼントします。



◆ヨコのカギ

1 スマートICが今月27日に開通
3 ニュージーランドのマオリ族の民族舞踊
5 初代林国蔵の居宅。旧○○○○住宅
7 どちらかを選ばねば…でも悩ましい
9 ○○デレ。素っ気ないのか甘えたいのか
10 小口太郎作詞「○○○周航の歌」
12 世界遺産でもある先史時代の壁画で有名なフランスの洞窟
14 学校にたくさんあります。同じ名前の地名が富士見町にも
15 夏場はこれを刈るのも大変です

◆タテのカギ

1 3、4、5、6くらい？英語で言うとfew daysでしょうか
2 ヨコ1が開通すると、このあたりもにぎわいそうです
3 観蛍、西堀、小東、丸山
4 とびっくら
6 景色の良い公園です
8 報告・○○○○・相談
11 ○○○ピア岡谷（勤労青少年ホーム）
13 ○○器。古墳時代から平安時代にかけて生産された土器

●応募方法…はがきまたは電子申請にて受付。答え・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号を明記し、**ひと言**（特集や市政、広報に対するご意見、身近な話題など）をそえてお送りください（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10日必着。**

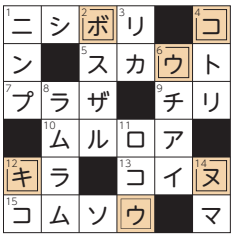
宛先「〒394-8510 岡谷市役所（住所不要）広報クイズ係」

電子申請は右のQRコードから▶

●6月号の答えと当選者

「キヌコウボウ（絹工房）」

正解数30通（応募総数30通）の中から抽選で、K・Yさん（川岸東）、H・Yさん（銀座）、N・Hさん（神明町）、N・Mさん（若宮）、M・Yさん（今井）に、オカヤペイ500ポイントをプレゼントします。



広報おかや ⑦
2025 No.1511
令和7年7月号（毎月25日発行）
発行日：令和7年6月25日
発行：岡谷市（企画政策部秘書広報課） TEL 0266-23-4811 FAX 0266-23-5022 〒394-8510 長野県岡谷市幸町8番1号 メールアドレス（秘書広報課） press@city.okaya.lg.jp
印刷：株式会社中央企画
▶穴あけにご利用ください
※QRコードは（株）デンソーウェーブの登録商標です

今年も開催！

参加無料

第56回 岡谷市 統計グラフコンクール

応募作品のなかから、審査会を通じて、
入賞・奨励賞を決めます。
入賞作品は、長野県統計グラフコンクールに出品します。

対象者　岡谷市在住の小・中学生

テーマ　自由

※小学校4年生以下は、児童自らが観察、または調査した結果をグラフにしたものとします。

応募締切日　8月22日（金）

※詳細については、6月中旬以降に「すぐーる」で配信するチラシをご覧ください。

かき方講習会を開催します！

保護者と一緒に参加してね！

統計グラフに挑戦してみたいけれど、
作り方がわからない人のために、「かき方講習会」を開催します！

日時…7月5日（土）午前10時～正午
場所…市役所6階 605会議室
講師…川岸小学校 海沼峰華教頭、岡谷東部中学校 椎名陽子教員
持ち物…筆記用具、学校で使用している絵の具セット
申込み…必要事項［①保護者氏名、②保護者連絡先、③参加する児童・生徒の氏名（複数人可）、④参加する児童・生徒の学校・学年］を、メールまたは電話にて、企画課までご連絡ください。
右のQRコードからも応募できます。
Eメール　joho@city.okaya.lg.jp
申込み締切…7月2日（水）

申込みは▶

統計グラフとは

統計に親しんでもらうことを目的に、自分で調査・観察したことを、グラフやイラストを使ってわかりやすいポスターに仕上げた作品のことです。

Congratulations!

〈令和6年度 岡谷市統計グラフコンクール 優秀作品〉
長野県統計グラフコンクール 第一部 佳作賞
岡谷田中小1年（当時）小倉万以子さんの作品

グラフを使って作品を表現していることが重要だよ。
たくさんのグラフやイラストを使って、入賞をめざそう！

問合せ●企画課（内線1528）

岡谷市役所　TEL 0266-23-4811（代表）

人口の動き（令和7年5月1日現在）

人　口	44,967人	前月比	−22	前年同月比	−639
世帯数	19,236世帯	前月比	+31	前年同月比	−25