

お誕生日おめでとう!

子どものくにに遊びに来た
おともだちですおおきくなつたね
2月生まれのおともだち

1さい



りとさん

はじめてのお誕生日おめでとう。生まれててくれてありがとうございます。だいすきだよ♡

1さい



いとせさん

1歳おめでとう。泣いたり笑ったり、どんな姿も大好きだよ♡ 楽しい思い出たくさんつくろうね!

●掲載のご希望は「子どものくに」まで ☎24-8403 (4月生まれ募集中) ●

地域おこし協力隊活動日記

岡谷市で過ごす初めての冬

岡谷市に移住して初めての冬がやってきました。長野県に移住したいと考えていたころは、夏の暑い時期でした。当時のわたしは、今よりもとにかく涼しい地域に行きたいという気持ちでいっぱい、冬の生活がどのようなものかあまり深く考えていませんでした。ですが、秋の終わり頃から、これまで感じたことのない冬の始まりのひんやりとした空気に「おやっ?」となりました。それからは、毎朝少しでもあったかいようにと祈りながら、玄関を開けています。肌を刺すような鋭い寒さに思わず、肩が凝るほど体をきゅっとそばめてしまいますが、その分空気が澄んでいて、大きく息を吸い込むくなる気持ちよさがあるなと感じます。道路や自転車のサドルが凍っていることに驚いたり、徐々に白く染まっていく山々を眺めたりと毎日が新鮮です。

地元の神奈川県に帰ると、寒さに強くなつたように

振る舞って余裕感をだします。「岡谷市での生活で鍛えられたんだね」と言ってもらえると、ちょっぴりうれしくなります。

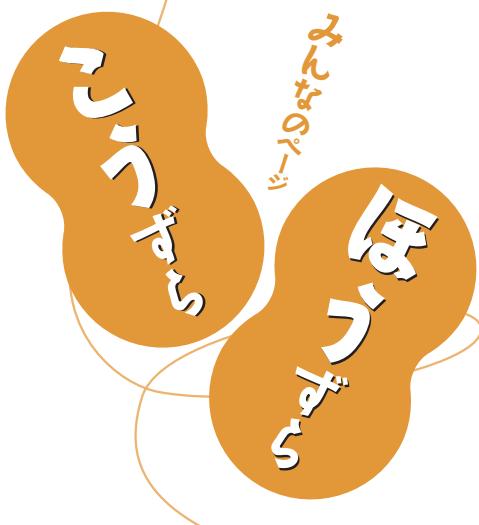
冷え切った身体を温泉に寄って温められるところも、移住したからこそできる冬の楽しみ方だと思います。こうして少しずつ、慣れない冬を好きな季節にしていけたらいいなと、長野県ならではの冬の楽しみ方を探し中です。



諏訪湖に反射する日の出の光は新鮮で感動しました!



地域おこし協力隊
笠井



「こうづら ほづら」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

1月の ハガキから

▼は広報広聴担当より

毎月、広報おかやの広報クイズ
楽しみにしています。岡谷のこと
を知ることができたり、脳トレに
なつたり。考えることをさせてい
ただき感謝です。

G・Sさん（長地片間町）

▼毎月楽しみにしていただきあ
りがとうございます。地元岡谷の
ことでも知らないことがあります
よね。先月号のクイズは難しく
て悩んだ、というお声を何件か
ありました。それでも、やりが
いがあるとか、帰省で集まつた家
族で協力した、という人もいて、
クイズファンが多くいるよう
うれしいです。

寒暖差の激しい日が続きます。
空気も乾燥し、喉が痛いときもた
うあります。



▼年が明けてぐんと冷え込むよ
うになりましたね。空気も乾燥し
ています。インフルエンザなどの
感染症はまだ油断できない
ですね。暖房や防寒着、マスク
もうまく使って、無理せずお過ご
しください。

M・Hさん（東銀座）

▼うなぎといえば岡谷のイメー
ジ、定着しているとうれしいで
す。厳しい岡谷の寒さを、岡谷の
うなぎを食べて乗り切ってくだ
さい。

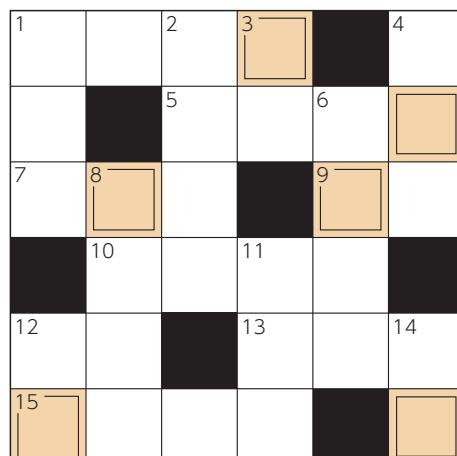
K・Yさん（本町）

◆ヨコのカギ

- 0055
- 12月号の答えの前半部分
- 集まって話し合うときのテーマ
- 伸、○○跡、○○加、○○求、○○憶
- 女性、年下、2親等
- 南風
- 足の方が多いですが、諏訪湖にもこのボートがあります
- 野球では3人います

◆タテのカギ

- 1月号の答えはわかりました？そして食べましたか？
- お正月にはこれをすりおろし、ご飯や汁に入れて食べます
-
- 0001
- 刀鍛冶は真っ赤な鉄をこれでつかみます
- 0025（+町）
- 決行
- 待ち遠しいですね。今年の横河川の桜はどうでしょう？
- 男性、年下、2親等の妻は○○のヨコ10



脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.482

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、うなぎのまち岡谷共通券
(1,000円分) をプレゼントします。

●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・オカヤペイカード番号(※カードを持っていない人はその旨お書きください)を
明記し、ひとと/or (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(ひとと/orは「こえ」に掲載させていただく場合があります)。2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▶

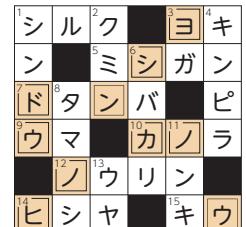


●1月号の答えと当選者

「カンノドヨウシノヒ」(寒の土用丑の日)

正解数30通(応募総数30通)の中から抽選で、

G・Sさん(長地片間町)、G・Kさん(長地梨久保)、M・Hさん(今井)、T・Mさん(堀ノ内)、M・Mさん(川岸東)に、オカ
ヤペイ500ポイントをプレゼントします。





令和8年2月号(毎月25日発行)
発行日:令和8年1月26日

発行:岡谷市(企画政策部秘書広報課) 印刷:株式会社中央企画

聴覚障がいを含めた、すべての障がいがある人への理解を 映画「ぼくが生きてる、ふたつの世界」岡谷上映会

岡谷市障害者福祉推進実行委員会では、聴覚障がいを含めあらゆる障がいに対する理解を深め、障がいに対する差別や偏見のない心やさしい社会を願って、映画「ぼくが生きてる、ふたつの世界」の上映会を行います。

「ぼくが生きてる、ふたつの世界」は、ろう者の両親のもとに生まれた五十嵐大さんの自伝エッセイをもとに、吉沢亮さん演じる主人公が“きこえる世界”と“きこえない世界”を行き来しながら、共生社会や家族のあり方を丁寧な映像表現で描いた作品です。ぜひこの機会にご覧ください。

日 時 **3月8日(日)** 2回上映

1回目 10:30～(開場10:00)

2回目 14:00～(開場13:30)

場 所 **カノラホール 大ホール**

前売券 一般・シニア・大学生:1,200円 ※小中高生は前売り券なし

当日券 一般・シニア:1,500円 大学生:1,300円
小中高生:800円

【前売券取扱所】

●岡谷市社会福祉協議会

(受付時間…8:30～17:15 土・日・祝日は休み)

●カノラホール

(受付時間…8:30～17:15 月・祝日の翌日は休み)

●笠原書店岡谷本店

(受付時間…9:00～21:00)

【主催】岡谷市障害者福祉推進実行委員会 【共催】信濃毎日新聞社・全諏訪聴覚障害者協会・岡谷市 【後援】岡谷市教育委員会

問合せ●社会福祉課(内線1257)／岡谷市社会福祉協議会 ☎24-2121

岡谷市役所 TEL 0266-23-4811 (代表)

人口の動き(令和7年12月1日現在)

人口 44,643人 前月比 -70 前年同月比 -711
世帯数 19,189世帯 前月比 -2 前年同月比 -62