



あなたとおかやを^{つな}結ぐ

OKAYA

2026

5

No.1521

広報 おかや



〈特集〉

7月から

水道料金 が変わります

岡谷市は今年度
市制施行90周年

今月の表紙

桜舞う入学式の季節となりました。緊張と期待を胸に、上級生が持つ花のアーチをくぐる新入生。どんな生活が待っているのか、楽しみです。

岡谷市公式
ホームページ



広報おかや



岡谷市
公式SNS



友だち追加は
こちらから

〈特集〉

7月から

水道料金

が変わります

7月に、9年ぶりとなる水道料金の改定を行います。
市民のみなさんに、その経緯と内容をお伝えします。

経緯

水道料金は原則として3年ごとに見直しを行っており、現行の水道料金は平成29年度に平均9.7%の引上げの改定を行ってから8年が経過しています。

今回の見直しは、令和8年度から令和10年度までの3年を対象としており、今後3年間の収入および支出などから検討を行いました。水道事業を取り巻く状況は厳しさを増しており、人口減少や節水機器の普及により水需要が減少して水道料金収入が減少する一方、エネルギー価格や物価高騰の影響により、動力費や修繕費、管理・保守費など水道水の供給に必要な費用が増加しているほか、老朽化が進む水道施設の更新や耐震化、再構築を進めるために多くの費用が必要となっています。水道事業は、市民のみなさんからいただく水道料金によって運営しており、将来にわたり安全で安心な水道水の安定した供給を継続するためには、水道料金の改定が必要であると判断したものです。



実際どうなるの？

実際にどのくらい変わるのかを、平均的な世帯を想定したモデルケースで示します。

口径13mm 2か月分 消費税込

料金改定シミュレーション

※水道料金のみ(下水道料金は含まれません)

4人：使用水量50m³

現行料金 6,226円



新料金 7,398円

差額 1,172円

(1日：約19円)



2人：使用水量32m³

現行料金 4,265円



新料金 4,943円

差額 678円

(1日：約11円)



単身：使用水量16m³

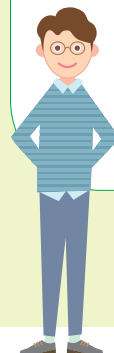
現行料金 3,370円



新料金 3,823円

差額 453円

(1日：約8円)



使用水量は目安です。同じ世帯人数でも、使用状況により水量は異なります。

水道料金改定の実際

● 概要

- 改定率 平均16.8%
- 改定期間 令和8年度から令和10年度まで(3年間)
- 改定日 令和8年7月1日
※下水道使用料は改定しません。

料金改定について、詳しく解説していきます。



● 新料金の適用時期

水道メーターの検針を2か月分ごとに行っています。
 6月30日以前から継続使用している場合は、
 検針日が、**奇数月**の地区は、令和8年 **10月請求分** (7月検針分)から、
偶数月の地区は、令和8年 **11月請求分** (8月検針分)から、**新料金が適用されます。**
 7月1日以降に使用を開始する場合は、**初回から新料金が適用されます。**

● 料金の計算方法

水道料金は、使う水の量に関係なく水道メーター(量水器)の口径に応じて決まる「**基本料金**」と、
 使う水の量に応じて決まる「**水量料金**」からなっています。

水道料金 = 基本料金 + 水量料金(水量区分ごとに計算)

岡谷市では、主に一般家庭が使用する口径13mmの件数が全体の95%を占めており、その中でも比較的使用水量が少ない使用者の負担を考慮して、料金改定率は**基本料金を10%、水量料金を25%の改定とし、平均で16.8%**とすることとしました。

● 料金表

基本料金表 2か月分 消費税込

口径	現行料金	新料金	差額
13mm	2,596円	2,855円	259円
20mm	6,138円	6,751円	613円
25mm	12,276円	13,503円	1,227円
40mm	37,884円	41,672円	3,788円
50mm	85,184円	93,702円	8,518円
75mm	239,404円	263,344円	23,940円
100mm	511,632円	562,795円	51,163円

水量料金表 1m³あたり 2か月分 消費税込

水量区分	現行料金	新料金	差額
1～30m ³	48.4円	60.5円	12.1円
31～60m ³	108.9円	136.4円	27.5円
61m ³ 以上	133.1円	166.1円	33.0円

● 料金計算イメージ

〈計算例〉
 4人世帯：口径13mm、使用水量50m³として

基本料金 ①
2,855円

水量料金 ② (1～30m³)
60.5円×30m³=1,815円

水量料金 ③ (31～60m³)
136.4円×20m³=2,728円
(=50m³－30m³)

合計 **7,398円**

例えば…



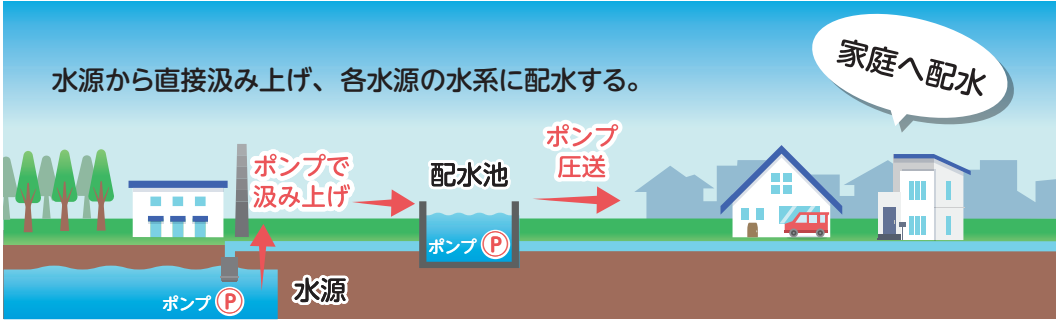
くみ

岡谷市では、市民のみなさんからお支払いいただいた水道料金を財源に、水道事業基本計画に基づいて、**①水道施設の再構築**、**②水道施設の耐震化**、**③老朽化した施設の更新**を推進しています。



〈従来の方式〉 電気ポンプ式

Before



1 水道施設の再構築

岡谷市では、計画的に配水システムの切り替えを行っています。従来の、各水源から電気ポンプで水を汲み上げて配水する「電気ポンプ式」から、高い場所に配水池を整備し、複数の水源から水を集めて自然流下によって配水する「自然流下式」に切り替えていきます。これにより、市内全域に効率良く配水できるようになり、配水ポンプにかかる電力量などが節約できます。

電気ポンプ式

デメリット

- ①多くの電力がかかる
各水源から電気ポンプを使って水を配るため、多くの電力量が必要です。
- ②災害時のリスク
各水源から直接各給水地域に水を配っているため、災害時に水源等が被害を受けると、その給水地域に水を配ることが困難になります。
- ③施設維持の費用
管理する水道施設が多くなるため維持費が増加します。



再構築に伴って整備した施設を紹介します

今井上向配水池



- 小井川配水池を更新し、より耐震性に優れた構造で配水池、管理棟を新築。
 - 補給する水源は、宗平寺、片間町、河原口、小井川浄水場の各水源となっており、有事の際でも給水可能。
- 令和4年(2022年)3月建設
配水池容量：4,800m³
配水池：耐震ステンレス構造
配水量：1日平均約10,000m³

片間町水源

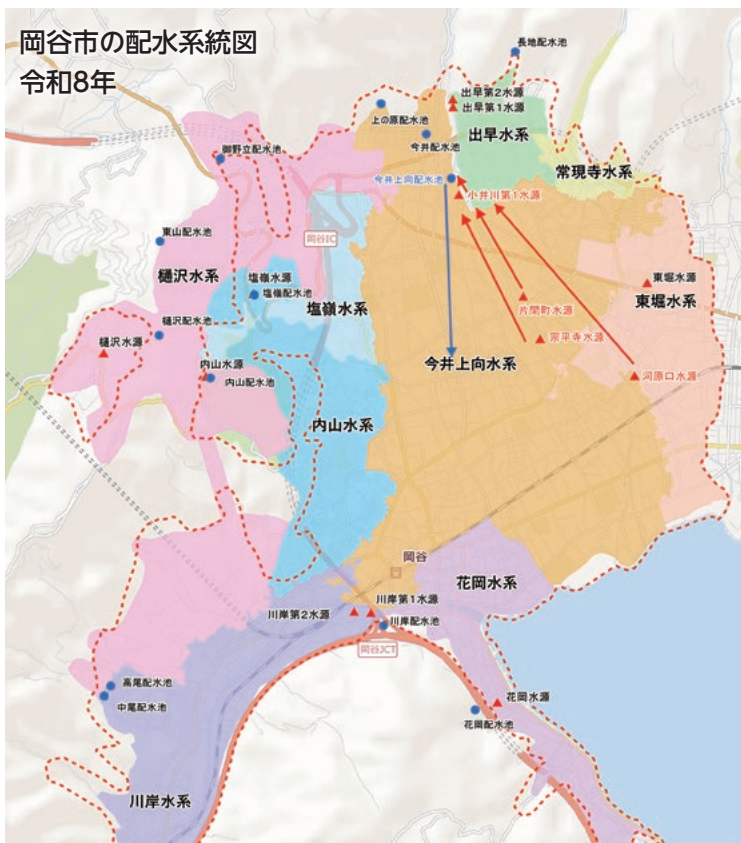
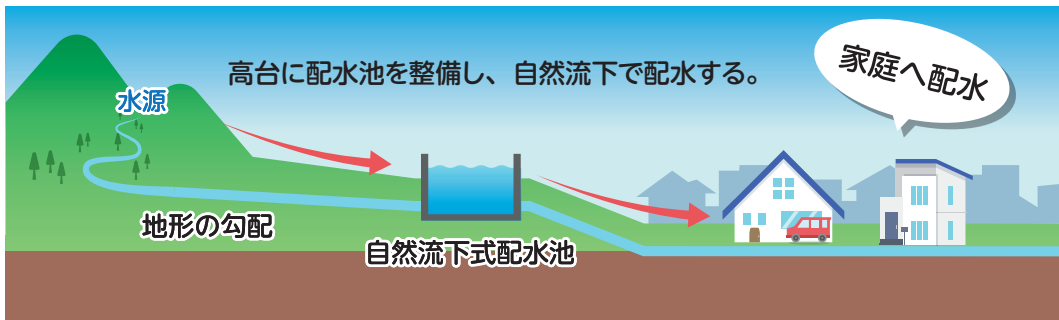


- 深井戸新規掘削、管理棟、浄水池を新築。
 - 井戸水と河原口水源からの原水を浄水処理し、今井上向配水池へ送水。
 - 旧片間町水源廃止。
- 令和6年(2024年)6月建設
耐震ステンレス構造
施設能力：2,800m³/日
浄水池：700m³

岡谷市の水道事業へのとり

〈再構築後の方式〉 **自然流下式** **NEW**

After



自然流下式

メリット

①経済的効率化

複数の水源から水を集め、高い場所にある配水池から水を配っています。これにより配水ポンプにかかる電力量等を節約し、効率的に市内に水を配ることが可能になります。

②停電対策

ポンプを使わないため、災害時等の電力が無い場合でも、配水池に集めた水を配ることができます。

③施設のスリム化

市内の水道施設を見直し、統合廃止すべき施設を見極めていきます。これにより、施設維持にかかる費用を抑えることができます。

凡例

▲ 水源	今井上向水系	塩嶺水系	東堀水系
● 配水池	内山水系	川岸水系	樋沢水系
虚線 給水区域	出早水系	常現寺水系	花岡水系
→ (blue) 水を配っている線	→ (red) 水を集めている線		

宗平寺水源



- 既存の宗平寺水源を改築。
- 深井戸はそのまま使用し、浄水池を改修。
- 配水設備を廃止し、今井上向配水池への送水施設として設備改良。

令和4年(2022年)12月建設
施設能力：2,500m³/日
浄水池：200m³

河原口水源



- 既存の河原口水源を改築。
- 浄水池、滅菌設備、配水設備を廃止し、片間町水源への送水施設として設備改良。

令和7年(2025年)2月建設
施設能力：3,000m³/日

大規模地震に備え、主要な配水池の耐震診断や耐震補強工事などを継続して進めています。
併せて、岡谷市民病院や消防署、警察署などの公共施設や災害時に避難所となる小中学校など、災害時に重要拠点となる施設への管路の耐震化を行っています。

管路の耐震化

大きな地震などの災害が発生した場合、水道管が破損し大規模な断水被害が予想されます。このため、新しい水道管の布設時や、古くなった配水管の取り替え時に、地震に強い管へ順次交換しています。

また、地震などによる地盤沈下発生時に管が抜けにくくなるよう、可とう性（しなやかにたわむ性質）・伸縮性がある継手を使用しています。

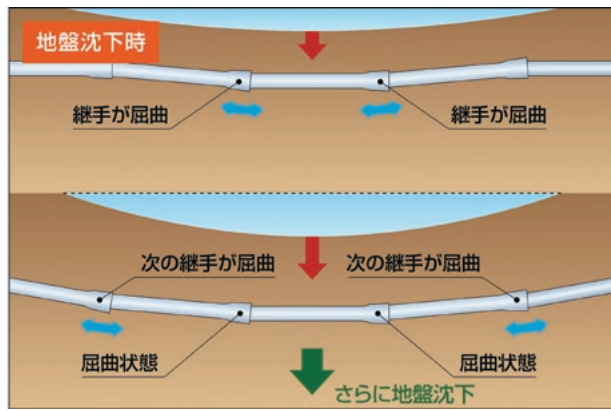


新しい水道管の布設工事のようす

可とう性・伸縮性がある継手を使用した管



つり上げることで、管のたわみを確認できます



地盤沈下時に管がたわみ、管が抜けにくい構造です

自家発電設備の設置

令和4年以降に更新された水源・配水池では、施設の耐震化を行う際に、停電時にも施設が稼働できるよう、自家発電設備を設置しています。

これにより、災害などによる停電時でも配水することが可能となります。



宗平寺水源の自家発電設備



既に廃止された岡谷配水池

古くなった配水池は、耐震性を備えたものに順次更新を行っています。

100年以上運用している施設もあるため、引き続き施設整備が必要となります。

今年度、この施設整備計画の見直しを予定しています。

2

水道施設の耐震化

3

老朽化した施設の更新

学ぶ

水道について学び、日々の生活に生かしませんか？

水道水にかかる費用

毎日、蛇口から安全安心な水道水を供給するためには、目に見えないコストがたくさんかかっています。

動力費

ポンプなど施設にかかる電気代

洗浄・消毒にかかる薬品代

薬品費



修繕費

水道管・施設の修繕代

検針などにかかる委託代

管理・保守費

水道事業の大切さ

水道事業は昭和27年に発足して以降、大正末期から昭和初期にかけて建設された各地域の水道を統合しながら水道水を供給してきました。

現在、水道施設の更新を順次進めています。老朽化した施設がまだ残っているため、引き続き整備が必要となります。

しかし、人口減少などに伴い給水収益が減少する一方で、エネルギー価格や物価高騰の影響を受け費用が増加していることから、このままでは事業資金が不足することが見込まれます。今後も安全安心な水道水の供給を行うため、水道料金改定にご理解ご協力をお願いします。



水道課 宮坂

岡谷市の水道水ができるまで



YouTube動画にて、岡谷市の水道水の生成過程を紹介しています。

上下水道料金の減免を行います

国で行っている物価高騰対策により、岡谷市でも上下水道料金の減免を行います。

- 時期** 6月、7月請求分
 - 対象** 市内全世帯(一部の公共施設を除く)
 - 手続き** 不要
 - 金額** 2か月分の基本料金を減免
- ※国の重点支援地方交付金を活用します。

岡谷市職員出前講座

水道課の事業内容について、水道課の職員が出向いてお話をします。



- 「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」
(安全・安心な水道の取組の紹介) … 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(少人数可)
- 費用** 講師派遣料は無料です。会場の利用に必要な経費などは申し込みのみ皆さんの負担になります。
- 問合せ** 岡谷市教育委員会 生涯学習課(カルチャーセンター)
☎24-8404 FAX.24-8442
E-mail: shogai@city.okaya.lg.jp

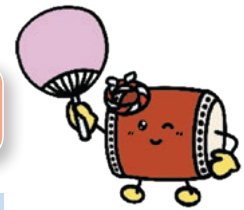
問合せ ● 水道課 (内線1411・1422)

「健康貯金」のまちをめざして おかやヘルスサポート事業 令和8年度 健康づくり講演会を開催します

岡谷市では、子どもから高齢者まで、市民一人ひとりがいつまでも健康でいきいきとした生活が送れるよう「健康貯金」のまちをめざし、健康寿命の延伸に向けた健康づくりを支援する取組を実施しています。
令和8年度は、各世代でかかりやすい病気をテーマに3回の健康づくり講演会を開催します。
すべてのテーマの講演を聞き、健康の達人に!!

第1弾!

高血圧 ～原因、関連する疾患、治療～



岡谷市健康増進計画
マスコットキャラクター
たいこちゃん

高血圧を予防し、循環器疾患を防ぐため、日々の生活習慣の改善を行うことが大切です。
高血圧の病気や予防について、知識を学び、さらに身体も動かし、すぐに始められる健康づくりの方法を学んでみませんか。

日時… **5月23日(土)**
午後1時30分～3時
(受付:午後1時～)

場所… **カノラホール(小ホール)**

講師

- **高血圧について**
岡谷市民病院 副院長 循環器内科部長
翠川 隆 医師
- **食事について**
岡谷市民病院 栄養科
花岡万智子 管理栄養士
- **運動と生活について**
岡谷市民病院 リハビリテーション科
田丸将平 作業療法士

参加無料

申込み不要



●●●●●●●●●● 令和8年度 今後の講演予定 ●●●●●●●●●●

第2弾 **骨粗しょう症について**
9月26日(土) 午後1時30分～3時
カノラホール 小ホール

第3弾 **小児期のアレルギーについて**
11月14日(土) 午後1時30分～3時
カノラホール 小ホール

ポイント電子マネー
Okaya Pay
健康ポイント対象事業
50ポイント

問合せ●健康推進課(内線1185)

健康

生活習慣改善のきっかけづくりに! 「おうちエクササイズお試し講座」受講者募集

運動をしたいけど何から始めたらいいかわからない…、食生活を見直したい…とお悩みのみなさん、ぜひご参加ください!
この講座では、家庭でも簡単に取り組める運動のコツを学んだり、食生活に関する知識を身につけたりすることができます。
体組成測定もできますので、ご自身の身体の状態も確認してみませんか?



日時…6月9日(火) 午前9時30分～(2時間程度)
※9月、11月にも開催予定
場所…岡谷市保健センター 研修室
参加費…1回500円
対象…岡谷市国民健康保険の被保険者
※医師から運動の制限を受けている人は受講できません。
定員…10名(先着順、定員になり次第締め切り)
申込み…医療保険課にて随時
受付(講座の1週間前まで)

ポイント電子マネー
Okaya Pay
健康ポイント対象事業
200ポイント

問合せ●医療保険課(内線1186) / 講座内容について: やまびこスケートの森トレーニングセンター ☎24-5210

お知らせ

税金の納め忘れはありませんか？ 5月は滞納整理強化月間です

納税は国民の義務です！

市民のみなさんに納めていただいている市税は、福祉や教育など市のさまざまな事業を支えています。国民健康保険税も市民のみなさんの健康を守る医療保険制度の基礎であり、いずれも市を支える大切な財源です。納期限までに納付していない市税などがある人は、早急に納付してください。

税金を納め忘れると どうなる？


税金を期限内に納めなかった場合、納期限内に納付しているみなさんとの公平性を保つため、延滞金を納付していただくこととなります。また、税金を納付する能力があるにもかかわらず納期限を過ぎても納付しない場合は、法律に基づき財産（預貯金や給与、生命保険、不動産など）の差押えや公売などの滞納処分を行います。その他、徴収困難な滞納者については、長野県地方税滞納整理機構に移管し、滞納処分の強化を図ります。

納付が困難な場合は 納税相談を！

災害、盗難、事業の廃止、病気やケガなど、やむを得ない事情により納期限までに納付が困難な場合は、徴収猶予や分割納付することができる場合があります。滞納になる前にご相談ください！

市税などの納付方法

税目ごとに、それぞれに納期限がありますので、お手元の納税通知書をご覧ください、利用可能な納付方法をご確認ください。

- 金融機関等での納付
納付書裏面に記載の金融機関等の窓口で、現金にて納付できます。
- コンビニエンスストアでの納付
納付書裏面に記載のコンビニエンスストアで、現金にて納付できます。
- スマートフォン等の電子決済
スマートフォン等に対応アプリを起動し、納付書に印刷されているQRコードまたはバーコードを読み取って納付できます。QRコード対応アプリについては、「地方税お支払サイト」でご確認ください。
- 「地方税お支払サイト」での納付
「地方税お支払サイト」へアクセスし、納付書に印刷されているQRコードを読み取って納付ができます。支払方法などの詳細は「地方税お支払サイト」を **地方税の納付は eL-QRで 簡単キャッシュレス**  詳細はこちら→
- 口座振替
市税などの納付には、納め忘れがなく、便利で確実な口座振替をお勧めします。市役所または各支所、金融機関にある「市税等口座振替依頼書」に必要事項を記入し、窓口へ提出してください。詳しくは取り扱い金融機関や市役所税務課までお問い合わせください。
- ★地方税共同機構の「地方税お支払サイト」とは
ご自宅やオフィスに届く納付書に印刷されたQRコード(eL-QR)やeL番号を使い、スマートフォンやパソコンで地方税の支払いができるサイトです。「地方税お支払サイト」からクレジットカード、インターネットバンキング、口座振替(ダイレクト方式)、ペイジー番号発行により納付することができます。※別途手数料がかかります。

問合せ●税務課(内線1138・1139)

環境

おかやエコフェスタ2026を 開催します

テーマ「つなげよう！みんなで育む未来の自然」

今回は「未来の自然」をテーマとして、森づくりや諏訪湖に生息する水生生物の展示を行うほか、マイクロプラスチックの宝探しや触れる地球儀など、楽しいイベントを企画しています。未来の自然を育むために、自分たちに今何ができるか、一緒に考えてみませんか。



開催期間…5月13日(水)～17日(日) 午前9時～午後9時
場所…レイクウォーク岡谷
(メイン会場：1階レイクコート、ほか専門店など)

【内容】(★は16日・17日のみの開催です。)

- 「森づくり」に関する展示 ●植林事業に関する展示
- 諏訪湖の水生生物展示
- ★マイクロプラスチックの宝探しワークショップ
- ★触れる地球儀「ダジック・アース」の展示
- ★微生物観察コーナー
- ★専門店によるエコクイズラリー



詳しくは▲

問合せ●環境課(内線1445・1446)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

令和8年度の軽自動車税 軽自動車をお持ちのみなさん、各種手続きを忘れずに行いましょう

■ 軽自動車税の納期限は6月1日(月)です

軽自動車税は、毎年4月1日時点における軽自動車、原動機付自転車、小型特殊自動車、二輪の小型自動車の所有者（または使用者）が納める税金です。

納税通知書は、5月上旬に発送します。市役所窓口、金融機関、郵便局、コンビニでの納付のほか、スマホなどのアプリ（「PayPay」「楽天Pay」など）や、地方税統一QRコードを利用して納付ができます。詳しくは市ホームページをご覧ください。
※スマホなどのアプリや地方税統一QRコードを利用した場合、領収書が発行されません。領収書や納税証明書（継続検査用）が必要な場合は、市役所窓口、金融機関、郵便局、コンビニでお支払いください。

■ 原付・小型特殊自動車・二輪車の税率

	車両区分	税額
原動機付自転車	50cc以下	2,000円
	125cc以下かつ最高出力4.0kW以下	2,000円
	特定原付	2,000円
	90cc以下	2,000円
	125cc以下	2,400円
	ミニカー	3,700円
小型特殊自動車	農耕作業用	2,400円
	その他の小型特殊自動車	5,900円
二輪車	軽二輪車	3,600円
	二輪の小型自動車	6,000円

■ 障がい者の減免申請の期限は5月25日(月)です

身体や精神に一定の障がいがある人、またその人と生計をともにしている人が所有する軽自動車は、申請により軽自動車税を減免する制度があります。期限までに税務課窓口で申請の手続きをしてください。

※詳しくは、広報おかや3月号または市ホームページをご覧ください。

※障害の等級や使用要件などによって対象にならない場合があります。

■ 三輪以上の軽自動車の税率

初度検査年月によって異なる税率が適用されます。初度検査から13年経過した車両は、重課税率が適用されます。令和8年度の重課税率対象は、平成25年3月以前の車両です。

軽自動車の 車両区分	旧税率	標準税率	重課税率		
	初度検査年月 平成27年3月以前	初度検査年月 平成27年4月以降	初度検査後 13年超		
三輪	3,100円	3,900円	4,600円		
四輪 以上	乗用 貨物	自家 営業	7,200円	10,800円	12,900円
		自家 営業	4,000円	5,000円	6,000円
			3,000円	3,800円	4,500円

問合せ●税務課(内線1127)

募集

介護相談員を募集します

介護福祉課では、介護相談員を募集しています。

介護相談員は、介護施設などを訪問し、利用者がよりよいサービスを受けられるように利用者から悩みや不安などを聞いて、事業所や行政に橋渡しをする役割で、現在15名の相談員が熱心に活動をしています。

資格などは不要で、研修を通じて相談員として活動していただけます。福祉(介護保険)に関心と熱意を持ち、活動に協力したださるみなさんからの応募をお待ちしています。

募集期間…

5月1日(金)～20日(水)

申込み…介護福祉課までお問い合わせください。



問合せ●介護福祉課(内線1278)

お知らせ

令和8年度の自動車税の 納期限は6月1日(月)です

納税通知書がお手元に届いたら、納期限までに納付をお願いします。

県税事務所窓口のほか、全国の金融機関および郵便局、コンビニエンスストアでの納付が可能です。

また、納税通知書に印字のQRコードをスマートフォンの各種決済アプリで読み取ることで、納付が可能です。

さらに、「地方税お支払サイト」から、クレジットカード、インターネットバンキングなどによる納付など、さまざまな納付方法をお選びいただけます。

詳しくは長野県ホームページをご覧ください。



■ 県税の納付方法についてのホームページ

<https://www.pref.nagano.lg.jp/zeimu/kurashi/kenze/aramashi/aramashi/nofusaki.html>

問合せ●長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2905

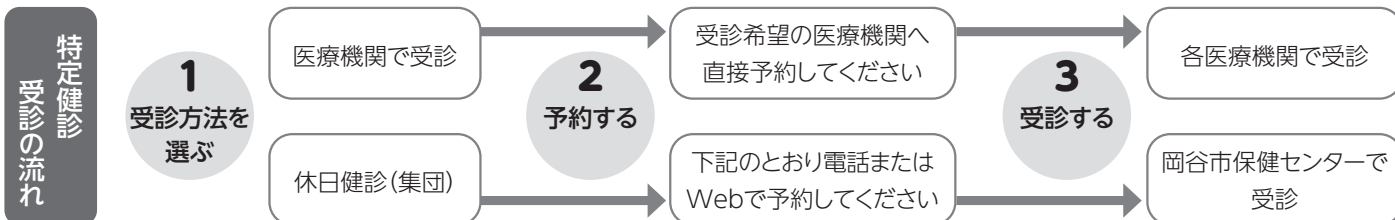
健康

国保加入の40～74歳のみなさん 年1回は「特定健診」を受けましょう!

実施期間…6月1日(月)～11月30日(月)

通常約9,000円が「無料」で受診できます

特定健診を受診して、生活習慣病等の早期発見・早期治療につなげましょう! 5月下旬に対象のみなさんへ、受診に必要な「受診券」と「健診のご案内」を送付します。自分の体の状態を知るためにも、ぜひ受診してください。



休日健診のご案内

健診日	Web申し込み開始日	電話申し込み開始日
6月28日(日)	5月20日(水)～	5月27日(水)
9月12日(土)		7月24日(金)
11月29日(日)		10月13日(火)
12月13日(日)		10月27日(火)

時間…午前8時～11時15分

※全ての日程で歯科健診(無料)も実施します。

※Web申し込みをする人は、市ホームページまたは5月下旬に送付する「健診のご案内」に記載されたQRコードからお申し込みください。



問合せ●医療保険課(内線1186)

募集

審議会の委員を募集します! 一緒に市政を考え、意見をお聞かせください

都市計画審議会

岡谷市の都市計画に関する事項について、法に基づき調査や審議を行います。

応募資格…市内在住の20歳以上で他の審議会などの委員になっていない人

定員…2名

任期…2年(6月1日～令和10年5月31日)

応募方法…任意の用紙に住所・氏名・年齢・職業・連絡先を明記のうえ、「岡谷市のまちづくりについて」のレポート(800字程度)を添えて、都市計画課まで提出してください。E-mail、郵送でも受け付けています。

E-mail

toshikei@city.okaya.lg.jp

応募締切…5月11日(月)必着

問合せ●都市計画課(内線1371)

男女共同参画審議会

男女共同参画に関する現状を継続的に調査・把握するとともに、施策の実施状況や目標の達成状況について評価・点検を行います。

応募資格…市内在住で、男女共同参画の取り組みに意欲があり、他の審議会などの委員になっていない人

定員…3名程度

任期…2年(6月3日～令和10年6月2日)

応募方法…任意の用紙に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ、「私の考える男女共同参画社会」のレポート(800字程度)を添えて、地域創生推進課まで提出してください。E-mail、郵送でも受け付けています。

E-mail sousei@city.okaya.lg.jp

応募締切…5月15日(金)必着

問合せ●地域創生推進課(内線1363)

勤労青少年ホーム 運営審議会

勤労青少年ホームの円滑な運営のため、調査・審議を行います。

応募資格…市内在住の18歳以上で他の審議会などの委員になっていない人

定員…2名以内

任期…2年(6月1日～令和10年5月31日)

応募方法…任意の用紙に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ「勤労青少年ホームの利活用について」のレポート(400字程度)を添えて、工業振興課まで提出してください。E-mail、郵送でも受け付けています。E-mail kougyo@city.okaya.lg.jp

応募締切…5月15日(金)必着

※詳しくは、テクノプラザおかやホームページをご覧ください。

問合せ●工業振興課
(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

不妊治療への支援を
拡充しました

妊娠を希望する人が、妊娠しやすい年代に治療を受けられるよう、岡谷市不妊及び不育症治療費等助成事業（このとり支援事業）の内容を、より利用しやすく見直しました。

【変更点】

一般不妊治療助成事業

	令和7年度まで	令和8年度から
助成額	対象経費のうち本人負担額の2分の1以内 年額5万円以内	対象経費のうち本人負担額の2分の1以内 上限なし
申請期限	助成の対象となる治療が終了した日の属する年度の3月31日	

生殖補助医療助成事業

	令和8年3月31日以前に 終了した治療	令和8年4月1日以降に 終了した治療
助成額	対象経費のうち本人負担額の2分の1以内 1回当たり上限5万円以内	対象経費のうち本人負担額の2分の1以内 1回当たり上限10万円以内
申請期限	治療終了日の翌日から 起算して90日以内	治療終了日の翌日から 起算して6か月以内

●申請には事前に対象要件の確認が必要となります。詳しくは市ホームページを確認のうえ、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1185）

募集

養蚕体験の募集を
開始します！

三沢区民農園にいる4万頭のお蚕さまに餌やりを行うための桑の調達や、はた織り体験を通じて、岡谷市の文化や魅力を体験していただけます。

期日…6月13日(土)または20日(土)

場所…岡谷蚕糸博物館→三沢区民農園(桑畑)→三沢区民農園(蚕室)

対象…市内外問わず養蚕に興味のある人

※中学生以下は保護者同伴のこと。

定員…12名

参加費…3,000円

申込み…5月1日(金)午前9時から電話にて受付。定員になり次第締め切ります。5月31日(日)午後5時締切。



問合せ●ブランド推進室(岡谷蚕糸博物館内) ☎23-3489

募集

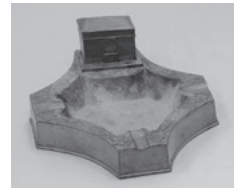
市制施行に関する
記念品を探しています！

岡谷蚕糸博物館では「岡谷市市制施行90周年記念展」を開催するにあたり、市制施行を記念して制作された品、市制施行に関する写真などを探しています。

市民のみなさんがお持ちの品、あるいは民間企業などで今までに市制を祝って作られた品がありましたら、ぜひご連絡ください。記念品にまつわるエピソードを添えて展示させていただきます。

募集期限…5月1日(金)～6月15日(月)

申込み…蚕糸博物館まで電話でご連絡ください。



市制施行記念の灰皿(昭和11年)

問合せ●岡谷蚕糸博物館 ☎23-3489

お知らせ

第十二回特別弔慰金の
支給について

戦後80周年にあたり、戦没者などの遺族に特別弔慰金を支給します。第十二回特別弔慰金は、償還額を年5万円から年5万5千円に増額し、額面27万5千円、5年償還の記名国債を交付します。

支給対象者…令和7年4月1日(基準日)時点で、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける人(戦没者等の妻や父母等)がいない場合に、以下に掲げる順番により遺族お一人に支給します。

1. 令和7年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
2. 戦没者などの子
3. 戦没者などの(1)父母 (2)孫 (3)祖父母 (4)兄弟姉妹
※戦没者などの死亡当時、生計関係を有していることなどの要件により順番が入れ替わります。
4. 上記1～3以外の戦没者などの三親等内の親族(おい・めいなど)
※戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人に限ります。

請求期限…令和10年3月31日まで(期限厳守)

留意事項…特別弔慰金は、遺族を代表するお一人が受け取るものです。遺族間の調整は記名国債を受け取った人が責任を持って行うことになります。

申請済の人へ…裁定結果については、市町村での受付後、約1年～1年半程度かかる見込みです。市から県への書類を提出済ですが、県および国の裁定に時間がかかっています。

問合せ●社会福祉課(内線1263)

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

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80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

講師派遣費用…無料

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

E-mail: 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、申し込み側のみなさんでお願いします。

※人気メニューは多くの人にご利用いただくため、開催回数に制限があります。

詳しくは▼



申込みは▼



カルチャーセンター 季節の教養講座 楽しく学べる! やさしい英会話講座

あいさつや日常生活で使える基本的な英会話を学びます。英語が久しぶりな人、初心者、大歓迎です! この機会に英会話を学んでみませんか。

日時…6月2日・16日・23日・30日(全4回) 毎回火曜日
午後6時30分~8時

場所…カルチャーセンター 第7研修室

講師…ジャーレット・スタンフォードさん

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

申込み…市内在住・在勤の人は5月7日(木) 午前10時からカルチャーセンター窓口で受付。8日(金) から電話、電子申請(QRコードから)でも受け付けます。市外の方は5月15日(金) から受付。5月26日(火) 締切。

申込みは▼



問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

長地公民館・長地吹矢クラブ 共催講座 ゲーム感覚で楽しく健康に! スポーツウェルネス吹矢講座

スポーツウェルネス吹矢は、的をめがけて腹式呼吸で矢を放つスポーツです。誰でもゲーム感覚で楽しく、集中力を養うことができ、健康にもつながります。初心者向けの講座です。

日時…5月21日、6月11日(木) 午後1時30分~3時

場所…長地公民館

講師…日本スポーツウェルネス吹矢協会公認指導員

松井 節夫さん

定員…15名(先着順・定員になり次第締め切り)

持ち物…動きやすい服装・運動靴

受講料…500円 ※講座初日に集金

申込み…4月24日(金) から長地公民館窓口、電話、E-mail(osachi@city.okaya.lg.jp)、電子申請(QRコード)にて受付。
5月20日(水) 締切。

申込みは▼



問合せ●長地公民館 ☎27-8080

+++++ 令和8年度 いちい学級 +++++

健康で充実した毎日を送るために、一緒に学ぶ仲間との交流のなかで、新しい自分の扉を開きませんか。

友人やご近所もお誘いあわせのうえ、お気軽にお申し込みください。

対象…市内在住の概ね60歳以上の人

時間…カルチャーセンター：午前10時～11時30分、湊・川岸・長地公民館：午後1時30分～3時(回によって変更あり)

受講料…1人1,200円(講座初日に集金)※材料費などは講座の内容に応じて別途集金します。

申込み…各公民館：5月7日(木)午前9時から各館窓口にて受け付け開始。初日は窓口のみ。8日(金)以降は電話でも受け付けます。
カルチャーセンター：5月20日(水)午前9時からカルチャーセンター第7研修室にて受け付け開始。初日は窓口のみ。21日(木)以降は電話でも受け付けます。※定員になり次第締め切り。※詳しくは各館にお問い合わせください。

(敬称略)

カルチャーセンター(定員40名)		湊公民館(定員20名)		川岸公民館(定員30名)		長地公民館(定員40名)	
期日	講座内容(講師)	期日	講座内容(講師)	期日	講座内容(講師)	期日	講座内容(講師)
6/11 (木)	開講式・オリエンテーション 万葉集に親しもう (山田喜久)	5/29 (金)	開講式 ～今年度も元気に始めよう～ 毎日の体操と癒しのヨガ (高橋愛)	5/27 (水)	開講式 ～響きを体感!～スペイン の鼓動、情熱のフラメンコ (ロス・ピナレスエストラーザ)	5/28 (木)	開講式 元プロレスラーが元気に教えま す! おうちでも簡単にできる! 健康エクササイズ(青柳直貴)
7/9 (木)	「終活」に向けての準備や 心構え (太田博久)	6/5 (金)	神話伝承の世界と「オカヤ」 (坂間雄司)	6/10 (水)	最新! 電話でお金詐欺の手口 (岡谷警察署生活安全課職員)	6/4 (木)	誰でも楽しめる! ポッチャ体験で 交流を深めよう! (岡谷市社会福祉協議会職員)
7/16 (木)	パラスポーツ「ポッチャ」を 楽しもう (岡谷市社会福祉協議会職員)	6/19 (金)	～楽曲の背景を学びながら～ 一緒に楽しく歌おう (佐原玲子)	6/24 (水)	～姿勢と呼吸を整える～ 簡単椅子ヨガ&楽々体操 (中島寛子)	6/18 (木)	岡谷の伝統産業① ～味噌は朝の毒消し!?～ 学んで作ろう!! 岡谷味噌 (中島優)
7/23 (木)	聞いて歌って心温まる ひとときを (藤森敬一)	6/26 (金)	～榎垣外遺跡を学ぶ～ 古代スワの主都「オカヤ」 (山田武文)	7/8 (水)	【岡谷市民病院よりあい講座】 血圧のおはなし	6/25 (木)	岡谷の伝統産業② 明治以来、四代で作り続けて きた醤油のお話や味比べ体験 (高橋保久)
8/6 (木)	骨粗鬆症の予防と対策 (朱尚孝) ※午後1時30分～3時	7/10 (金)	【お料理講座】 ヘルシーだけど栄養が とれるおやつ作り (岡谷市健康推進課職員)	7/22 (水)	歌声コンサートin川岸 (小山治男)	7/9 (木)	「古本」から学び、伝える!! 昭和東南海地震の記録証 言や店主お勧めの本の事 などなど(宮城未来)
8/20 (木)	歌・コーラスの楽しさ (林のぞみ)	7/17 (金)	【お出かけ講座】 岡谷の味噌づくりを学ぶ (松亀味噌株式会社)	8/26 (水)	川岸公民館いちい学級 ぼっちゃ交流大会 (岡谷市社会福祉協議会職員)	7/16 (木)	避難所生活に必要なことを 考えましょう (北原由紀)
9/2 (水)	【岡谷市民病院よりあい講座】 認知症 ～治療できる認知症～	9/11 (金)	しあわせを運ぶ リレーションづくり (下山恵子)	9/9 (水)	直観の科学 ～直観や経験を 数値であらわす～ (飯田洋市)	9/10 (木)	【岡谷市民病院よりあい講座】 こころからだの 健康づくり
9/17 (木)	60歳代から考えるお金の 「使い方・置き方・ 殖やし方・残し方」 (佐久眞盛春)	9/25 (金)	転倒予防と体のバランス (藤堂庫治)	9/16 (水)	みんなで楽しく歌いましょう ～童謡唱歌～ (佐原玲子)	9/24 (木)	足の爪を整えると 歩きやすくなる♪ 正しい爪切りを学ぶ (原田ゆきこ)
10/1 (木)	読書って幅広い、おもしろい ～館内案内と便利な読書・ 読み聞かせ体験～ (岡谷市図書館職員)	10/2 (金)	～文化祭出品に向けて～ 切り絵作品を作ろう (日達あけみ)	9/30 (水)	正しい身体の使い方II (小松孝史)	10/1 (木)	臨床美術体験 アートで脳トレ!! ～五感を刺激して健康に～ (藤森るり)
10/15 (木)	プラ・ゴミ分別学習会 (岡谷市環境課職員)	10/9 (金)	エンディングノートの 書き方を学ぶ (岡谷市社会福祉協議会職員)	10/7 (水)	味噌を作ってみよう! (中島優)	10/8 (木)	歌声コンサートin長地 (小山治男)
10/22 (木)	小学校へ行ってみよう 岡谷市立神明小学校	10/23 (金)	楽しく楽器体験& ミニコンサート (いろはにこんぺいとう)	10/21 (水)	お出かけ歴史館 ペーパークラフトで 土器をつくろう (長野県立歴史館職員)	10/22 (木)	議会見学& 議員さんとの座談会 (岡谷市議会)
10/29 (木)	閉講式 犯罪から身を守る (岡谷警察署職員)	10/30 (金)	閉講式 ～クロモジ茶とともに～ &ミニコンサート (湊小学校)	10/28 (水)	閉講式 秋のコンサート (いろはにこんぺいとう)	11/5 (木)	閉講式 事故から学ぶ交通安全 (國行浩史)

問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404・湊公民館 ☎22-2300・川岸公民館 ☎23-2200・長地公民館 ☎27-8080

+++++ 令和8年度 輝く子育て支援学級 +++++ 託児あり

未来に輝く心豊かな子どもが育つよう、仲間同士で学びあい、楽しくリフレッシュしませんか。託児サービスもあります。

対象…市内在住の未就学児を持つ保護者(4か月～3歳児を持つ保護者優先 ※託児あり)

時間…午前10時30分～正午

受講料…保護者1人につき1,400円(講座初日に集金) ※材料費などは講座の内容に応じて別途集金します。

申込み…4か月～3歳児を持つ保護者:5月8日(金)午前9時から各公民館窓口にて受け付け開始。午前中は窓口のみ。午後以降は電話でも受け付けます。12日(火)以降は電子申請(QRコードから)でも受け付けます。

未就学児を持つ保護者全般:5月12日(火)午前9時より各公民館の窓口、電話または電子申請(QRコードから)にて受け付け開始。
 ※定員になり次第締め切り。※詳しくは各館にお問い合わせください。

(敬称略)

湊公民館 (定員12名・託児12名)		川岸公民館 (定員12名・託児14名)		長地公民館 (定員12名・託児14名)	
期日	講座内容(講師)	期日	講座内容(講師)	期日	講座内容(講師)
5/27 (水)	開講式・オリエンテーション ママのおしゃべりティータイム (公民館職員)	5/28 (木)	開講式・オリエンテーション アイスブレイク de ハッピー! (公民館職員)	5/26 (火)	開講式・オリエンテーション ～ようこそ♪子育て支援学級へ～ (公民館職員)
6/3 (水)	今日はみんなでイチゴ狩り! ～ママと一緒にウキウキ♡～ (公民館職員)	6/4 (木)	親子でLet's go! 美味しくいちご狩り♡ (公民館職員)	6/2 (火)	ママと一緒に♪ 作って遊ぼう ～描くたびに色が変わる?! 魔法のク レヨン～(久保田里美)
6/10 (水)	アフターピクス&やさしいyoga ～リラックス効果 de ストレス解消～ (高橋愛)	6/18 (木)	【私らしくhappyに】 音楽にノッてHIPHOPで踊っちゃおう♪ (maco)	6/16 (火)	ちょっとしたコツで写真が変わる! ～スマホで我が子の『今』を残そう～ (三井明日香)
6/24 (水)	煌めきのビーズアクセサリー ～スワロフスキー de お洒落なペン ダント～(大槻文子)	7/2 (木)	【私らしくhappyに】 これ美味しい♡プロに学ぶスイーツ (山田真希子)	6/23 (火)	目指せ美Body! ～脂肪燃焼エクササイズ～ (千葉有希子)
7/8 (水)	高台の太鼓道場へGo! ～聴く・観る・打つ de 『岡谷太鼓』を 体感～(東方健)	7/16 (木)	【私らしくhappyに】 好きな香りで…極上オイルのアロマ石鹸 (杉浦さち)	7/7 (火)	避難生活の衣・食・住 ～避難所支援の経験から～ (北原由紀)
7/15 (水)	パティシエと作る本格スイーツ ～ふわ!! フルーツロールケーキ☆ クッキー de デコ～(永谷恒夫)	7/30 (木)	【私らしくhappyに】 プリザーブドフラワーで素敵アレンジ♪ (山本深雪)	7/14 (火)	ママと一緒に♪ ～畑で野菜を収穫しよう!～ (公民館職員)
8/26 (水)	【アートをお届け!】 ジャグリング&バルーン～観てワクワク ☆作ってウキウキ～(永井多聞)	8/27 (木)	親子でLet's go! イルフ童画館『バルバルさん』から広がる 絵本の世界(イルフ童画館学芸員)	7/28 (火)	ママと一緒に♪ 映像空間体験 ～わくわくどきどき水族館へGo～ (ビジュアルアーツハケ岳)
9/2 (水)	【蚕糸博物館出張講座】 お蚕さんからの贈り物～繭の花びら de 幸せ呼ぶブーケ♡～(蚕糸博物館職員)	9/3 (木)	【私らしくhappyに】 美味しく安心☆天然酵母のパン作り (杉浦さち)	8/25 (火)	正しく知りたい腸活～腸のはたらきを 知って健康美を目指そう!～ (小野舞夏)
9/9 (水)	ステップ de 心も弾むフォークダンス♪ ～さあ! 輪になって世界を踊ろう～ (牛山信子)	9/10 (木)	【私らしくhappyに】 美味しく安心☆味噌を手作りしちゃおう♪ (中島優)	9/1 (火)	国産小麦を使って ～キャラクターパン&編み編みパン を作ろう!～(高木わか子)
9/30 (水)	職人と作る江戸前寿司 ～握って、巻いて、至福の一皿☆秘伝 あれこれ～(杉田進)	9/17 (木)	【私らしくhappyに】 onlyoneのレジアクセサリー♡ (高橋恵子)	9/15 (火)	ぐっすりねんね講座 ～眠りの土台を育てるコツ～ (茅野真梨奈)
10/7 (水)	家庭で伝えるいのちのはなし ～赤ちゃんはどうやって生まれてくるの～ (伊藤こず恵)	10/1 (木)	【私らしくhappyに】 ココロとカラダのメンテナンス☆ ゆがみ直し整体体操(高田結)	9/29 (火)	甘い癒しの時間♪ ～楽しく手軽にお菓子作り～ (岡谷市子ども課職員)
10/21 (水)	筋膜リリース&バレトン ～凝りをほぐして☆楽しく脂肪燃焼～ (藤森望)	10/15 (木)	【私らしくhappyに】 数秘&カラー♡癒しと許しの世界へ (御子柴博子)	10/13 (火)	諏訪湖で湖上さんぽ ～非日常が味わえるrowing体験～ (朝倉大真)
11/4 (水)	今日はみんなで大根掘り! ～大きな葉っぱがドーン&栄養満点 レシピ♡～(公民館職員)	10/29 (木)	【私らしくhappyに】 保育園の人気給食第3弾☆の試食! (保育園栄養士)	10/27 (火)	ママと一緒に♪ 英語であそぼ ～楽しく英語に触れてみよう～ (英語講師)
11/11 (水)	閉講式 クロモジ茶でリラックスまとめの会 (公民館職員)	11/12 (木)	まとめの茶話会 こっそり託児をのぞいちゃおう♪ (公民館職員)	11/10 (火)	閉講式 ～思い出と一きんぐ～ (公民館職員)

問合せ●湊公民館 ☎22-2300・川岸公民館 ☎23-2200・長地公民館 ☎27-8080

休日

相談

子育て学習

乳幼児健診

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

金	土
1	2
7	8
14	15
21	22
28	29
5	6
12	13
19	20
26	27
3	4
10	11
17	18
24	25
31	

水道建設(株)
☎ 23-2662

(株)アイテック
☎ 23-8500

松澤工業(株)岡谷支店
☎ 27-7642

信和設備(株)
☎ 22-3302

岡谷酸素(株)
☎ 22-4931

十和設備(株)
☎ 24-0182

(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

行政相談	13日(水)午前9時～正午 庁舎201A会議室
無料法律相談 [予約制]	19日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課(内線1254) 相談員：藤森 郁美 弁護士 ※6月分予約：5月20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]	20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1282)
子ども家庭センター まゆっこベースおかや (家庭児童相談など)	月～金曜日 午前9時～午後4時30分 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9時～午後4時30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9時～午後4時30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9時～午後4時30分 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9時～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9時～午後4時30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] 19日(火)午後1時～3時50分 (1人約50分) 問合せ：地域創生推進課(内線1363)
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9時～午後4時30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9時～午後4時30分 問合せ：社会福祉課(内線1254)
移住相談	月～金曜日 午前9時～午後4時30分 問合せ：地域創生推進課(内線1368)
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	13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
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	19日(火)午後1時～4時 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
農地相談 [予約制]	月～金曜日 午前9時～午後4時30分 問合せ：農業委員会事務局(内線1488)

社協心配ごと相談、ボランティア総合相談、結婚相談(要予約)
金銭管理・成年後見・終活相談、家族介護相談
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

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 ▶ 5月15日(金) 午後7時～8時40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



今月の納税

◎軽自動車税 第1期

納期限…6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1136)

※マイナンバーカード窓口開設日 (夜間[要予約])

⊕ 休日急病当番医院

🏠 休日当番薬局

🦷 休日当番歯科医院

🔧 水道修理当番店

日 月 火 水 木

●当番医に電話相談してから受診をしてください。
「マイナ保険証」、「資格確認書」のいずれかを必ずお持ちください。
●休日急病当番医院 受付/原則午前9時~午後5時
※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 午前中の診療となります。

●水道修理当番店
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。

◆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 (内線 1191) まで

<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ 酒井医院 ☎ 22-2121 🏠 湖北堂薬局 ☎ 22-2325 🦷 太田歯科医院 ☎ 22-4648 🔧 杉村設備(株) ☎ 27-8632 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ 小口医院(耳鼻咽喉科) ☎ 22-3068 🏠 コスモファーマ岡谷薬局 ☎ 78-8023 🦷 あさひ中央台歯科診療所 ☎ 26-1414 🔧 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ 信濃医療福祉センター ☎ 27-8414 🏠 土田薬局 ☎ 28-3232 🦷 ジュンデンタルクリニック ☎ 24-8220 🔧 (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ 諏訪共立病院 ☎ 28-2012 🏠 ひまわり薬局 ☎ 26-7226 🦷 さつき歯科医院 ☎ 27-5858 🔧 (株)浜パイピング ☎ 23-6885 	<ul style="list-style-type: none"> 🔧 (株)上條電設工業 ☎ 23-5330
<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ さくら並木クリニック ☎ 78-7876 🏠 しなの調剤薬局赤羽店 ☎ 75-2808 🦷 溝口歯科診療所 ☎ 27-3838 🔧 (株)総設工業 ☎ 28-8504 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> 👪 相 育児相談 午前9時30分~11時 受付 🔧 (有)三善工業 ☎ 23-3446 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔧 (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔑 マイナンバーカード 夜間窓口開設日 [要予約] 午後5時30分~7時45分 👪 1歳6か月児健診 (R6年10月生) 午後0時40分~1時10分 受付 🔧 (株)イワナミ ☎ 22-2222 	<ul style="list-style-type: none"> 👪 離乳食教室<ぐっくん教室> (R7年12月生) [予約制・個別対応] 🔧 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ 出早クリニック ☎ 78-8152 🏠 しなの調剤薬局 ☎ 75-5993 🦷 三井歯科医院 ☎ 23-8427 🔧 (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔧 水道建設(株) ☎ 23-2662 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔧 (株)アイテック ☎ 23-8500 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> 👪 3~4か月児健診 (R8年1月生) 午後0時40分~1時10分 受付 🔧 杉村設備(株) ☎ 27-8632 	<ul style="list-style-type: none"> 👪 2歳児にこここ教室 (R6年4月生) 午前(個別通知します) 🔧 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615
<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊕ 花岡医院 ☎ 22-3525 🏠 調剤薬局マツモトキヨシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801 🦷 宮坂歯科診療所 ☎ 22-7275 🔧 (株)上條電設工業 ☎ 23-5330 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔧 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642 👪 相 育児相談 午前9時30分~11時 受付 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔧 信和設備(株) ☎ 22-3302 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> 👪 9~10か月児健診 (R7年7月生) 午後0時40分~1時10分 受付 🔧 (株)総設工業 ☎ 28-8504 	<ul style="list-style-type: none"> 🔧 (有)三善工業 ☎ 23-3446
<p>31</p> <ul style="list-style-type: none"> 🔑 マイナンバーカード 休日窓口開設日 午前9時~12時 ⊕ 向山内科医院 ☎ 23-6272 🦷 山岡歯科医院 ☎ 22-2472 🏠 クラフトさくら薬局岡谷店 ☎ 21-2301 🔧 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622 	<p>健康相談・栄養相談・ 歯科相談 (月~金曜日)</p> <p>午前9時 ~午後4時30分 問合せ 健康推進課 23-6141 (直通)</p>	<p>◆乳幼児健診等</p> <p>場 所/保健センター 2階 乳幼児健診室</p> <p>持 ち 物/母子健康手帳・おたずね用紙 (全てに共通)</p> <p>※ 3~4か月児健診、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)</p> <p>※ 2歳児にこここ教室: 歯ブラシ・コップ・タオル</p> <p>※ 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。</p>		



旧林家住宅で 茶会を開催します

国重要文化財の旧林家住宅で、茶会を開催します。明治時代に造られた日本家屋で、薫り高い日本の文化を味わってみませんか。

- 日時**…6月14日(日)
午前9時30分から午後2時までの間にお越しください。
- 場所**…旧林家住宅(御倉町2-20)
- 定員**…10名(先着順・定員になり次第締め切り)
- 料金**…茶券1,000円(表千家流・裏千家流の二席分)
- 申込み**…5月8日(金)から旧林家住宅(☎22-2330)にて受付。
お電話でお申し込みください。24日(日)締切。
(午前9時～午後4時 水曜休館)

問合せ●生涯学習課 ☎78-8522



やまびこ公園・岡谷湖畔公園 5月のイベント

- ノルディック・ウォーキングサークル(要申込み)
日時…5月8日(金) 午前10時～(受付:午前9時45分～)
※所要時間:1時間程度
場所…岡谷湖畔公園(雨天中止)
対象…65歳以上の人 定員…10～15名
講師…酒井千春さん
(日本ノルディックウォーキング協会公認インストラクター)
参加費…500円(ポールをレンタルする場合は200円別途)
申込み…やまびこ公園管理事務所
- やまびこ春季マレットゴルフ大会(要申込み)
日時…5月14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
参加資格…高校生以上の一般男女 参加費…500円
申込み…やまびこ公園管理事務所
- 令和8年度 第1回やまびこ草木染教室(要申込み)
日時…5月21日(木) 午前10時～
場所…やまびこ公園中央ひろば
参加費…1,000円(染用ストール代別途:1,200円～)
申込み…やまびこ公園管理事務所
- 新緑の探し物ゲームを家族といっしょに!(要申込み)
日時…5月31日(日) 午前9時45分～(受付:午前9時30分～)
※所要時間:1時間程度
場所…鳥居平やまびこ公園(雨天中止)
対象…小学校1年生～4年生と保護者
定員…20名 講師…高村克己さん
参加費…1,100円(保護者は無料)
申込み…やまびこ公園管理事務所

問合せ●鳥居平やまびこ公園管理事務所 ☎22-6313



省エネ家電&再エネ設備設置 補助のお知らせ

長野県が実施している、省エネ家電または再エネ設備等を導入する経費の一部を補助する制度をご紹介します。

省エネ家電等購入応援キャンペーン

- 対象**…対象店舗で省エネ性能の高い家電製品等を購入した場合、品目に応じたポイント等を交付。
詳しくは▲
- 対象設備**…エアコン、冷蔵庫、温水機器、テレビ、LED照明器具
- 購入期限**…令和9年1月31日 ※予算に達し次第、早期に終了する場合あり
- 申請期限**…令和9年2月14日
- ポイント額(円分)**…2,000～8万ポイント ※品目に応じて変動



クルマとつなぐ屋根ソーラー補助金

- 対象**…申請者が居住する県内の住宅に設置された補助対象設備
- 対象設備**…太陽光パネル、蓄電池、V2H、EV
- 補助金額**…10万円～40万円 ※設備に応じて変動
☆家庭用再エネ設備等導入補助金(岡谷市)との併用も可。
- 受付開始**…4月1日(水)～



問合せ●環境課(内線1445・1446)



令和7年度の岡谷市のごみ量が減りました

市民のみなさんのご協力により、令和7年度の総ごみ量、燃やすごみ量ともに前年度を大幅に下回りました。1人1日当たりのごみ量も減少し、県内でもごみ量が少ない自治体の上位に位置しています。昨年度からプラスチック資源の分別収集が始まったこともあり、燃やすごみ量の削減につながっています。さらなるごみ減量に、ご理解とご協力をお願いいたします。

一方で、一部に分別ルールに違反したごみも見受けられます。いま一度、「岡谷市家庭ごみ収集カレンダー 分け方・出し方」をご確認いただき、正しい分別・排出にご協力をお願いいたします。

	令和6年度	令和7年度	前年比
総ごみ量(t)	11,353	11,060	-293
燃やすごみ量(t)	9,749	9,502	-247
その他プラスチック収集量(t)	365	401	36
1人1日当たりごみ量(g)	667.6	660.1	-7.5

【プラスチック資源のリサイクル回収をご利用ください】

家庭で不要となったプラスチック資源のうち、長辺が30cmを超えるものは、サンデーリサイクルデー(奇数月の最終日曜日に開催※)で回収しています。プラスチックごみの減量とリサイクルの推進のため、ご利用ください。 ※11月より開催場所・時間が変更。

【アパートに住んでいるみなさんへ】

市内で出された燃やすごみは、全て諏訪湖周クリーンセンターで焼却されています。ごみをアパート独自の排出場所に出している場合も、分別など基本のルールを守り、ごみの減量とリサイクルの推進にご協力ください。

問合せ●環境課(内線1447・1448)

健康 ひと回メモ

No.580

認知症

「認知症」とは、さまざま

な病気により脳の神経細胞の働きが徐々に変化し、認知機能（記憶力・判断力など）が低下して社会生活に支障を来した状態をいいます。

わが国では高齢化の進展とともに、認知症と診断される人も増加しています。

65歳以上の高齢者を対象にした令和4年度の調査の推計では、認知症の人の割合は約12%、認知症の前段階と考えられている軽度認知障害（MCI）の人の割合は約16%とされ、両方を合わせると3人に1人が認知機能にかかわる症状があることとなります。なお、軽度認知障害の方の全てが認知症になるわけではありません。

認知症の初期症状

- 年をとればだれでも物忘れは多くなりますが、加齢による物忘れは、体験したことの一部を忘れる（例：朝ごはんを食べたことは覚えていて、何を食べたのか思い出せない）
- 物忘れの自覚がある
- 症状は極めて少しずつしか進行しない
- これに対して、認知症による物忘れは、体験したことの全てを忘れていく（例：朝ごはんを食べたこと自体を忘れていく）
- 物忘れの自覚がない（初期には自覚の

あることが少なくない）

・症状は進行する

などがあげられます。参考にしましょう。さらに今が「いつ」なのか、今いる場所が「どこ」なのかという、時間・場所などを把握する認知機能（見当識）が低下します。

気になる点があれば、医療機関を受診しましょう。

認知症の予防

認知症発症について、最近の報告書では、そのリスク因子（危険因子）として以下のことがあげられています。

18歳までのリスク因子

「教育機会の不足」があげられていますが、これは日本の通常学校教育で十分です。

18歳から65歳までのリスク因子

難聴・高LDLコレステロール血症・うつ病・頭部外傷・運動不足・糖尿病・喫煙・高血圧・肥満・過度の飲酒

65歳を超えた年代のリスク因子

社会的孤立・大気汚染・視力障害

このように生活習慣病のリスク因子であるとされる項目も多く、若いころからの生活習慣の改善が認知症の予防に役立ちます。また、難聴や視力障害なども注意すべき疾患です。

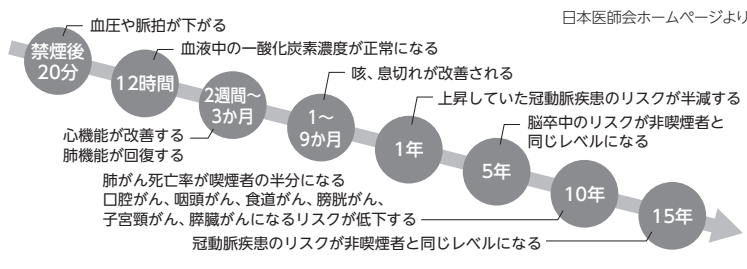
（岡谷市医師会）

健康

5月31日は世界禁煙デー

この機会に禁煙にチャレンジしませんか？《5月31日～6月6日は禁煙週間》

禁煙を短期的、あるいは長期的に続けると、体の機能の改善や病気の改善や病気になるリスクの低下などさまざまな効用が期待できることが明らかになっています。



一定の基準を満たす人は保険で禁煙治療が行えます！

健康保険を使った標準禁煙治療は3か月です。加熱式たばこも禁煙治療の対象となります。禁煙治療が受けられる医療機関は、日本禁煙学会ホームページに掲載されていますので、事前に医療機関に確認して、受診してください。



▲日本医師会禁煙推進Webサイト

たばこを吸うときは、受動喫煙防止を徹底しましょう

屋外や家庭など、喫煙が禁じられていない場所でタバコを吸うときも、まわりの人に煙を吸わせないように配慮をお願いします。



問合せ●健康推進課(内線1184)

募集 令和8年度 長野県障がい者
スポーツ大会 参加者募集

「第26回長野県障がい者スポーツ大会」が開催されます。一人で複数の競技に参加できるようになりました。

【実施競技】

ボッチャ、水泳、陸上、ボウリング、ソフトバレーボール、卓球・サウンドテーブルテニス、フライングディスク、アーチェリー

開催期間…9月12日(土)～27日(日)

開催場所…千曲市、松本市、長野市、安曇野市、茅野市

対象…市内在住の障がいのある12歳以上(4月1日時点)の人

参加費…無料

申込み締切…6月11日(木)

※日時・会場など、詳細は長野県公式ホームページをご覧ください。

問合せ●社会福祉課(内線1221)

募集 岡谷市地域福祉支援会議
一般公募委員を募集します

市では、すべての市民が健康でいきいきと安心して暮らせる福祉都市の実現を図るため、岡谷市地域福祉支援会議を年数回開催し、地域福祉計画などさまざまな福祉計画の策定、点検、評価や、福祉の施策などについて意見を求めています。広く市民のみなさんから地域福祉や保健福祉に関する意見、提言をいただくため、一般公募委員を募集します。

募集人員…若干名

応募資格…市内在住の18歳以上の人
任期…2年

(7月4日～令和10年7月3日)

選考方法…レポート提出

テーマを「障がい者福祉」・「高齢者福祉」・「地域福祉」の中からひとつを選択し、日ごろ感じていること、もっとこうあるべきといった観点から、意見を800字程度にまとめてください。

応募方法…社会福祉課まで持参、郵送またはE-mailでご応募ください。

E-mail: fukusi@city.okaya.lg.jp

募集締切…6月12日(金)

問合せ●社会福祉課(内線1222)

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19日(金)までに電話、メール、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。

申込み▶



E-mail: kougyo@city.okaya.lg.jp

なお、持ち運びが困難なはかりは、所在場所検査となりますのでご連絡ください。

期日…6月24日(水)・25日(木)・26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▶



問合せ●工業振興課

(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

お知らせ あなたのまちの身近な
民生委員・児童委員

～支えあう 住みよい社会 地域から～

5月12日は全国民生児童委員協議会連合会が定めた「民生委員・児童委員の日」、この日から1週間は「活動強化週間」です。

〈民生委員・児童委員と主任児童委員〉

厚生労働大臣によって委嘱されたボランティアで、地域住民の身近な相談相手であり、専門機関へのつなぎ役です。法律上の守秘義務を有しており、安心して相談できる相手です。

※主任児童委員は、子どもや子育て家庭への支援を専門に担当する民生委員・児童委員です。

〈ご相談ください〉

乳幼児から高齢者まで、だれもが安心して暮らせるよう、地域の民生委員・児童委員は、生活上の悩みごとや心配ごとなど幅広く相談に応じます。相談内容の秘密は堅く守られますので、安心してご相談ください。

問合せ●社会福祉課(内線1222)

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 令和8年経済センサス-
活動調査を行います

全ての産業分野における売上(収入)金額や費用などの経理項目を同一時点で網羅的に把握し、わが国における事業所・企業の経済活動を全国および地域別に明らかにするとともに、事業所および企業を対象とした各種統計調査の母集団情報を得ることを目的としています。

調査期日…令和8年6月1日現在

調査対象…すべての事業所(個人で経営している商店なども含む)および企業

調査書類の配布方法

●調査員による調査…国より調査書類が配布された事業所のうち、インターネット未回答の事業所および新たに把握した事業所に配布する方法

●直轄調査…国より企業の本社などに傘下の事業所の調査書類を郵送する方法

回答方法…インターネット回答、郵送回答、調査員へ提出

回答期間…詳しくは▶



●国より郵送された調査票での回答…4月23日(木)まで

●調査員により配布された調査票でのインターネット回答…6月8日(月)まで

●調査員により配布された調査票(紙)での回答…6月8日(月)まで

問合せ●企画課(内線1528)

環境 諏訪湖及び河川一斉清掃
を実施します

生活にやすらぎを与える「諏訪湖」を美しくするため、一斉清掃を行いますので、みなさんのご協力をお願いします。

日時…5月24日(日) 午前6時～(1時間程度・小雨決行)

内容…一般ごみ・空き缶・ペットボトルの回収など

範囲…諏訪湖畔・市内河川

※当日の午前5時に、岡谷市LINE公式アカウントや市ホームページで実施の有無についてお知らせします。

問合せ●環境課(内線1447・1448)

◎一般ゴルフ教室

対象…市内在住・在学・在勤の高校生以上の人

期間…5月27日～7月29日

毎週水曜日(計10回)

時間…午後7時～9時

場所…みどり湖ゴルフセンター

定員…22名(先着順)

受講料…2,000円

申込み…5月11日(月)～18日(月)

※ボール代は、毎回個人ごと精算

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)

各種スポーツ教室
(シンコースポーツ株主催)

◎はつらつ健康体操教室(一般)

久しぶりに身体を動かしたい人、健康になりたい人、お待ちしております。

日時…毎週水曜日 午後2時～3時

場所…市民総合体育館

定員…15名

受講料…1回600円

◎らくらく水中運動教室(一般)

初心者大歓迎!! 水泳が苦手な人でも大丈夫!

日時…毎週火曜日 午後2時～3時

場所…市民水泳プール

定員…15名 受講料…1回700円

以上申込み…当日、窓口にて受付。

受講料をお持ちください(保険料・施設使用料含む)。電話申込み不可。

◎パーソナルスイムレッスン (小学生～一般)

個人の要望・レベルに合わせたレッスン。初心者から上級者まで対応。種目なども相談に応じます。

期日…平日(土・日・祝日は要相談)

時間…午後1時～7時のうち1時間

場所…市民水泳プール

受講料…1回2,500円(料金は保険料・施設使用料込)

申込み…事前に窓口(プール)、または電話にて受付。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

市民水泳プール ☎23-6820

バレーボールのまちづくり実行委員会 新企画 女性対象バレーボールクリニック

VC長野トライデンツ選手によるバレーボールクリニックです! 初心者もレベルに応じて行いますので、選手と触れ合いながら、バレーボールを楽しみましょう。

日時…6月6日(土)

午前9時30分～11時

※終了後に記念撮影なども予定♡

場所…市民総合体育館 スワンドーム

対象…諏訪地域の高校生以上の女性

受講料…1,000円(オリジナルグッズ付)

定員…60名(先着順)

申込み…5月8日(金) から

QRコードにてお申し込み

みてください。5月22日(金)締切。

問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

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)。

※スポーツ保険に加入する場合は、高校生以上2,020円、65歳以上1,220円の任意保険があります。

◎かんたんアクアビクス教室

市民水泳プールで水中運動しませんか。泳げなくても大丈夫。教室が終わったら、プール室内にある岡谷温泉に浸かってリラックス。心も体もリフレッシュしましょう。

対象…市内在住・在学・在勤の高校生以上の人

期間…6月3日～7月22日

毎回水曜日(計8回)

時間…午後7時～8時30分(水中運動は1時間)

場所…市民水泳プール

定員…15名(先着順)

受講料…4,000円(入館料含む)

申込み…5月8日(金)～27日(水)

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議(6月分)

日時…5月17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 第1会議室

※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。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

市民総合体育館

大規模改修工事について

5月も東体育館の工事のため、東体育館アリーナ、柔剣道場、トレーニングルーム、第2A・B会議室、幼児体育室が利用できません。駐車場スペースにも限りがあります。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。※スワンドームは利用できます。引き続き施設各所が工事中となりますので、気をつけてご利用ください。

問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

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14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…市内の小中学生とその保護者

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…5月13日(水) から市民総合体育館窓口または電話にて受付。6月4日(木)締切。

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)

今月の子育てポイント(小学校高学年期) 「子どもに温かい眼差しを向けましょう」

結果はどうであれ、やろうとしている気持ち、頑張っている姿に温かい眼差しを向けましょう。
～成長樹(期)子育て実践ポイントより～



令和8年度 岡谷市社会福祉協議会の事業

岡谷市社会福祉協議会は、地域福祉の推進のために様々な事業を行います。事業の推進にあたっては、関係機関、各種団体、市民の皆さんとの協働を基本にしています。令和8年度事業計画から基本目標と、事業の一部をご紹介します。詳細な内容は、岡谷市社会福祉協議会までお問い合わせください。

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」



基本目標

“つながる ⇨ つなげる ⇨ ひろげる ⇨ まもる”を
キーワードに、基本理念の実現をめざして、
以下の4つの基本目標を掲げ、事業を推進します。

基本目標

1

支えあいがつながる地域づくりの推進

【岡谷市社会福祉大会、ふれあいボランティア祭り合同開催】

第1部として、地域において社会福祉活動に尽力されている方々へ社会福祉大会で顕彰を行い、第2部では地域福祉、障がい者福祉やボランティア活動等に関する啓発、多くの市民がふれあい・交流ができることを目的とした地域交流イベントを同日開催します。



11月7日(土) 午前10時30分から おかや総合福祉センター

※詳細は広報おかや10月号にてお知らせいたします。



基本目標

2

支援をつなげる体制づくりの推進

【車いす移送車の貸し出し事業】

車いす移送車を貸し出すことで、高齢・障がい等により移動に困難さを抱える方々が、活動範囲を広げることができるよう支援します。



利用料金

1回あたり300円に加えて、走行距離に応じて下の表に定める燃料代を実費としてご負担いただけます。

距離	燃料代	距離	燃料代
5 km 未満	150円	25 km 以上 30 km 未満	900円
5 km 以上 10 km 未満	300円	30 km 以上 35 km 未満	1050円
10 km 以上 15 km 未満	450円	35 km 以上 40 km 未満	1200円
15 km 以上 20 km 未満	600円	40 km 以上 45 km 未満	1350円
20 km 以上 25 km 未満	750円	45 km 以上 50 km 未満	1500円



※50 km 以上は、5 km ごとに150円加算する。

主な内容

CONTENTS

令和8年度 岡谷市社会福祉協議会の事業……………22・23

みんなの広場 えいぶるのご案内……………24

岡谷市社会福祉協議会の総合相談のご紹介……………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

【まゆっこサポート（住民参加型在宅福祉サービス）】

“地域のために何かしたい”という思いを持つ【協力会員】が簡単な生活支援のお手伝いを行います。助けを必要とする人と支えたい人が繋がれるよう支援します。現在協力会員を募集中です。お問い合わせは岡谷市社会福祉協議会まで。

○家事援助サービス

食事の支度、衣類の洗濯・補修、住居の掃除・整理、生活必需品の買い物、話し相手 など。

協力会員が対応できる範囲でのお手伝いとなります。

○草取り等サービス

草刈り（機械を使用するもの）、草取り（機械を使用しないもの）



基本目標

3

参加・協働をひろげる仕組みづくりの推進

介護についての学習会を行いました。生きがいデイサービスに参加をご希望の方は岡谷市社会福祉協議会までお知らせください。



【生きがいデイサービス事業】

介護予防を目的とした事業です。それにとどまらず、地域のつながりづくりになっています。

生きがいデイサービスは、市内に60のグループがあり、体操や制作、茶話会を通じて高齢者が楽しく交流する場となっています。



【ボランティア体験事業（サマーチャレんじ）】

中学生以上を対象とした、夏休み期間にボランティア活動等を体験できる機会です。

高齢者福祉施設・障がい者福祉施設、保育園などでボランティアを体験します。詳細は、広報おかや6月号でお知らせします。ぜひ、お申し込みください。



基本目標

4

暮らしの安全・安心をまもる環境づくりの推進

【介護保険事業・障害福祉サービス事業】

岡谷市社会福祉協議会は、長野県あるいは諏訪広域連合から指定を受け、居宅介護支援事業所、訪問介護事業所、就労継続支援B型事業所の3事業所において、介護保険事業および障害福祉サービス事業を行っています。

【権利擁護事業の推進】

・岡谷市成年後見支援センターの運営

「成年後見制度」の普及啓発を行い、気軽に相談できる窓口づくりや専門的な相談及び手続き支援を行います。また、制度の利用促進を図るため、行政・専門職・関係者・家庭裁判所等と諏訪地域6市町村により構成する「地域連携ネットワーク」の構築による連携強化を図ります。

終活に関する総合窓口の機能を加え、終活事業全般のコーディネーター役として必要な機関、事業者と連携します。

ご紹介しきれなかった事業については岡谷市社会福祉協議会のホームページでぜひご覧ください。

○ 成年後見支援センターの特設相談日を設けています。
○ 成年後見制度のほか、終活に関する相談など成年後見支援センター職員が市役所で相談に応じます。

日 程・・・5月20日（水）
場 所・・・市役所2階 203会議室
料 金・・・無料

申込み・・・原則として予約制です。窓口、または電話でお申し込みください。

○ 問合せ●岡谷市社会福祉協議会 ☎24-2121

○ 岡谷市役所 ☎23-4811 / 社会福祉課（内線1252） / 介護福祉課（内線1282）



みんなの広場 えいぶる

おかや総合福祉センター（諏訪湖ハイツ）に、フリースペースを設置しています。学習や話し合いの場としてぜひご利用下さい。



【情報コーナー】

- ・ 社会福祉協議会
- ・ ボランティアセンター
- ・ 子ども食堂情報



譲り合って利用しましょう。

利用案内

どなたでも利用いただけます。

利用例：

- ・ 学習
- ・ 他団体との交流
- ・ 調べ物
- ・ 活動後の休憩や打ち合わせ

予約：不要

Wi-Fi：おかや Wi-Fi 利用可能

飲食：可能

ごみ：各自お持ち帰り下さい。

岡谷市
給水スポットも
設置されています。
ぜひ
ご利用ください。



岡谷市社会福祉協議会の総合相談のご紹介

心配ごと相談
ボランティア相談
家庭介護相談

時 間：午前 8：30～午後 5：15
場 所：社会福祉協議会
相談員：社会福祉協議会職員
※相談内容は何でも構いません。
お電話でお待ちしています。

結 婚 相 談

時 間：午前 8：30～午後 5：15（原則）
相談日：事前のご予約をお願いします。
場 所：総合福祉センター 社協相談室
相談員：社会福祉協議会職員

岡谷市成年後見支援センター

時 間：午前 8：30～午後 5：15
電話又は窓口にて相談をお受けします。
※来所の際は、事前にお電話で来所の時間をご相談ください。
社会福祉協議会のホームページで、制度についてのパンフレットをご覧いただけます。

お電話を
お待ちしております。
電話番号は
24-2121





5月の休館日
12日(火)

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
(現金のみ・年度更新)
開館時間…午前9時30分～午後5時30分

あのね、さいて講座(NPプログラム)

(5月7日(木)より申込み開始)
お母さん同士、気軽に子育てのお話をします。
日時…6月3日・10日・17日・23日(火)、7月1日・8日(全6回)
6/23以外毎回水曜日 午前10時～正午
対象…できる限り6回全てに出席できる人

託児あり

♡予約が必要なイベント

心理相談員による子育て相談
日時…6月8日(月)
午前9時30分～11時30分

つくっちゃおう
(5月11日(月)より申込み開始)
「とびだせ ぴょんぴょんガエル」をつくります。
日時…6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(随時受付)**
日時…6月18日(木) 午前10時30分～
講師…こどものくにスタッフ



♡予約が不要なイベント

5月 7日(木)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
15日(金)	直ちゃんの日	午前11時～
20日(水)	たべるのだいすき(栄養士)レシピ紹介と試食	午前11時～
22日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
25日(月)	ぺったんこの日(5月生まれの子対象)	午前10時30分～午後4時
	5月生まれのお誕生会	午前11時～
26日(火)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～正午
27日(水)	ふたごの会	午前10時30分～
28日(木)	もぐもぐ相談(栄養士)	開館中いつでも
31日(日)	おもちゃの病院	受付:午前10時～午後1時

問合せ●こどものくに ☎24-8403

イングリッシュピクニックを開催します

毎年大人気の多国籍交流イベントです! さまざまな国の人と一緒に、ゲームや食事を楽しみながら、リアルな英会話にチャレンジしてみませんか。英語に自信がなくても大丈夫! どなたでも大歓迎です。みんなで楽しく交流しながら、英語で国際交流を楽しみましょう!

日時…6月6日(土)
午前10時30分～午後2時(予定)
場所…岡谷湖畔公園(事前に集合場所とスケジュールを参加者にお知らせします。)
定員…30名(先着順)
参加費…1,000円(お弁当、お茶付き)
申込み…国際交流センターのホームページまたは電話にてお申し込みください。
5月29日(金)締切。



問合せ●(公財)おかや文化振興事業団 国際交流センター ☎24-3226 <https://oiea.jp/>

CANORA HALL

カナラホールー岡谷市文化会館

宝くじ文化公演
おぺらくご『フィガロの結婚』

6月20日(土)

午後3時開演(午後2時開場)

「おぺらくご」は、上方落語の重鎮・桂米團治が取り組む、オペラの演目を題材に、落語の軽妙な語りを加えてわかりやすく表現する舞台芸術です。モーツァルトのオペラ「フィガロの結婚」の見どころを盛りだくさんに凝縮した必見のステージを、前半のモーツァルト名曲選と合わせてお楽しみください！



語り手：桂米團治



指揮：松井慶太

出演

桂米團治(語り手)・松井慶太(指揮)
三井清夏(伯爵夫人/ソプラノ*上田市出身)
小林香奈(スザンナ/ソプラノ*須崎市出身)
西村薫(ケルビーノ/メゾソプラノ)
オーケストラ・アンサンブル金沢(管弦楽)

プログラム

第1部：モーツァルト名曲選
第2部：おぺらくご『フィガロの結婚』

会場 大ホール

チケット **販売中**

全席指定 3,000円
高校生以下 1,500円
※未就学児入場不可
※宝くじの助成により特別料金になっています。



主催：岡谷市・(公財)おかや文化振興事業団
(一財)自治総合センター

問合せ ☎ 24-1300

5月の

図書館情報

絵本の読み聞かせ、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。

4月23日から5月12日は子ども読書週間です。この期間にあわせて子ども向けの楽しいイベントを開催しています！また期間中は貸出冊数の上限が10冊から20冊になっています。この期間にぜひたくさん本を借りて読書を楽しんでください！

★おはなしの森★

(園児～小学生向け)

日時…5月2日・9日・16日・
23日・30日の土曜日
午前10時30分～(20分程度)

★ちいさなおはなしの森★

(乳幼児向け)

日時…5月19日(火)
午前11時～(30分程度)

★第43回手づくり絵本巡回展★

期日…5月30日(土)・31日(日)

会場：1階児童コーナーまたは2階会議室

今月のテーマブックス

「おでかけしよう♪」

5月17日(毎月第3日曜日)は
「家庭読書の日」

5月16日・17日は、貸出冊数の上限が
10冊から20冊になります。

開館時間 午前9時30分～午後6時30分

5月の休館日

7日、11日、18日、25日、29日

問合せ ☎ 22-2031

美肌の湯 ロマネット

●休館日のお知らせ

5月5日(火)は祝日のため通常営業、5月7日(木)は振替休館となります。5月19日(火)、20日(水)、21日(木)は設備メンテナンスのため、休館となります。ご来館の際はご注意ください。

●ロウリュ熱波 開催!

5月27日(水)はサウナにてロウリュ熱波を開催!開催時間は館内掲示板でご確認ください。

●コミック新タイトル入荷!

2階休憩室のコミック約90冊を入れ替えました!お楽しみください!

●ロマネット LINE 公式アカウント

特別営業日などの情報を配信しています!友だち追加は



こちらから→

5月の休館日

7日、12日、19～21日、26日

問合せ ☎ 27-6080

5月の 諏訪湖ハイツ

ロビー展示

●絵手紙の会 昭和の思い出手紙
期間…5月1日(金)～15日(金)

■災害支援チャリティー大浴場割引デー
5月5日(火・祝)こどもの日は、大浴場入浴料が割引となります。
大人 200円、岡谷市在住65歳以上100円、中学生以下無料
*当日の入浴料全額を各地で発生した災害支援金として寄付します。

■ハイツフリーマーケット開催

日時…5月31日(日) 午前9時～午後3時
屋外芝庭(雨天中止)

■親水池で水遊び

子どもたちお待ちかねの親水池が4月末にオープン。連休など、ご家族そろって遊びにお出かけください。

5月の休館日 ※温泉施設は毎週水曜日

20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16日(火)まで
ふくざわ ゆみこ 絵画原画展
あたたかな もりの仲間たちとともに
 ふくざわゆみこさんは、今年、絵本作家としてデビュー 30周年を迎えます。これまでに70冊ほどの絵本を執筆し、多くのファンを魅了してきました。本展ではデビュー作をはじめ、ふくざわさんの代表作をご覧ください。


 『もりのはなやさん』
 (Gakken 2024年)
 ©Yumiko Fukuzawa

イベント

- ★GW特別イベント
武井武雄のぬり絵と缶バッチづくり
 日時…5月2日(土)～6日(水・振休)
 午前10時～午後4時
 参加費…缶バッチのみ100円
 申込み不要
- ★かるがもの花びんをつくろう
 日時…5月9日(土) 午後1時30分～
 参加費…300円 (要申込み)
- ★ギャラリートーク
 日時…5月16日(土)
 午前10時30分～
 参加費…入館料 申込み不要
- ★羊毛フェルトで森のなかまたちをつくろう
 日時…5月30日(土) 午後1時30分～
 参加費…400円 (要申込み)

開館時間 午前9時～午後6時
 (最終入館：午後5時30分)

5月の休館日
 13日、20日、27日

問合せ ☎ 24-3319

市立 岡谷美術考古館

収蔵作品展
 岡谷美術協会一働く人々の生活に潤いを
4月29日(水・祝)～7月11日(土)
 戦後まもない1947年に発足した総合美術団体 岡谷美術協会の出品作家の作品を展示します。


 高橋貞一郎 「天竜川岸風景」

考古企画展
スクモ塚古墳
 岡谷市史跡指定55周年
4月29日(水・祝)～7月11日(土)
 長地にあるスクモ塚古墳出土の須恵器、鉄剣類を展示します。

ワークショップ (要申込み)
ハート模様のミサンガを作ろう
 日時…5月30日(土) 午後2時～
 参加費…500円
 申込み…5月18日(月)～29日(金)
 対象…大人
 定員…5名


新企画 だれでもいつでも楽しめるWS
 グループの要望に応じてワークショップができます。3～10人のグループでお申し込みください。希望する人は内容・日時をご相談ください。酒井館長が行います。






5月の休館日
 7日、13日、20日、27日

問合せ ☎ 22-5854

岡谷蚕糸博物館
 OKAYA SILK MUSEUM
シルクファクトリア


企画展 5月24日(日)まで
諏訪のものづくりⅢ 製糸業と味噌醸造業


 製糸工場での食事
 堀川組の献立簿
 (大正15年)より再現

関連イベント (要申込み)
 ▲講演会「シルクから味噌へー工場の味噌汁から始まった岡谷味噌ー」
 講師…小藤菜緒さん
 日時…5月16日(土) 午後2時～3時30分
 会場…岡谷蚕糸博物館
 きぬのひろば・企画展示室
 定員…30名 参加費…入館料

企画展 5月28日(木)～6月28日(日)
牛首焼きもの展～日本の伝統を世界へ～
 石川県白山市白峰で古くから生産されている牛首焼。岡谷市出身のテキスタイルデザイナー故・宮坂博文氏の指導もあり、世界へ市場を広げました。牛首焼の歴史と未来への展望を、着物や制作現場の写真などを通して実感していただきます。

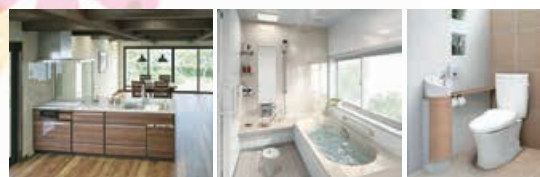
イベント
 ▲まゆちゃんワークショップ
「桃から生まれた桃太郎」
 日時…5月17日(日)
 ①午前10時～ ②午後1時30分～
 会場…岡谷蚕糸博物館 まゆちゃん工房
 参加費…800円 定員…各回20組
 (小学4年生以下は保護者同伴)
 ※電話で事前にお申し込みください。
 (定員になり次第締め切り)

5月の休館日
 7日、13日、20日、25～27日

問合せ ☎ 23-3489 (サンシハク)

広告

住まいの困りごと、リフォームのご相談は
まるごと岡谷酸素へ!



水まわり(キッチン・バス・トイレ)を中心とした、さまざまなリフォームを行っております。お気軽にご相談ください!

岡谷酸素株式会社 岡谷営業所 岡谷市湖畔1-15-6 TEL: 0266-22-4931



5月は水防月間です

これから梅雨期を迎えます。

「土石流などの土砂災害」や「洪水」は、一瞬にして多くの人の生命や財産を奪う恐ろしい災害です。

家の周りの危険箇所を確認し、避難場所や避難経路、非常持出品、連絡手段などを家族と話し合い、早めの避難ができるように備えましょう。

洪水や溢水などの水害に対する、知識と心構えを共有し、一人ひとりが水防に取り組みましょう。

身を守るのは「早めの避難」です！

土砂災害にはこんな前兆現象が！

- 山鳴りがする
- 急に川の流れが濁り、流木が混ざっている
- 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- 腐った土のにおいがする ●斜面から水がふき出す

●命を守る情報！災害に備えて登録しましょう

市のLINEやメール配信サービスに登録しておくと、防災行政無線情報・気象情報・地震情報などがスマートフォンなどに届きます！



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

QRコードからサイトに接続後登録、またはtt-okaya@sg-p.jpに空メールを送信後に返信されるメールに従い登録



●防災行政無線を聞き逃した…そんなときは！

指定の電話番号に電話すると、放送内容を確認できる「防災行政無線テレホンサービス」を開始しました！

☎0266-24-2050

※事前登録不要(通話料がかかります)

※LINE等の受信にかかる通信料は利用者の負担となります。

※LINEやメール配信の登録について不明な点は、企画課(内線1528)へお問い合わせください。

問合せ●危機管理室(内線1594)

令和8年度 諏訪広域 防災講演会
「雨が降る前に知っておきたいこと」
 ～平成18年7月豪雨から20年 諏訪地域の土砂災害とこれからの備え～

平成18年7月豪雨災害から20年を迎える節目に、当時の経験と教訓に加えて諏訪地域に伝わる災害の記録をあらためて振り返るとともに、次世代へどのように伝えていくべきかを考えます。当日はメイン会場のほか、サテライト会場を設け、メイン会場のようなすをリアルタイムに中継します。

日時…5月24日(日) 午後1時30分～(受付:午後0時45分～)

メイン会場…カノラホール 小ホール

サテライト会場…市役所9階 大会議室

要申込み

【基調講演】

「諏訪地域の災害伝承」

講師…笹本正治さん(信州大学名誉教授・長野県立歴史館参与)

「諏訪地方の豪雨と土砂災害～平成18年7月・昭和58年9月豪雨災害から～」

講師…牧野裕至さん(博士[環境学]・元 国土交通省砂防部長)

【パネルディスカッション】

「諏訪湖周辺の過去の土砂災害・水害の紹介

災害伝承や地域での防災の取組について」

こちらからも
申し込みます



申込み…事前に土木課まで電話でお申し込みください。

※パネル展示や防災グッズの販売も行います。(グッズ販売はメイン会場のみ)

問合せ●土木課(内線1311・1314)



シルキーチャンネル

LCVデジタル12CH

ユーチューブライブ

5月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1364)

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。

《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

- わが家のアイドル
- 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。



鶴峯公園 つつじ祭り

つつじの名所として有名な鶴峯公園では、5月上旬から中旬にかけて、色とりどりのつつじが咲き誇ります。祭りの期間は屋台も並び、公園はにぎやかな雰囲気になります。初夏の陽気のなか、かわいらしいつつじが咲く華やいだ園内の散策を満喫してください。

期間…5月1日(金)～17日(日)

臨時駐車場…川岸スポーツ広場

普通車：1台600円



詳しくは▶



問合せ●商業観光課(内線1456)

トピックス

まちのできごとやわだいをおとどけ



3/27 ウナギロックフェスティバルを中心に複合イベントが開催決定

音 楽イベントを核にした、複合イベント「LAKE SUWA WONDERLAND プロジェクト(レイク・スワ・ワンダーランド・プロジェクト)」が、10月3日・4日の2日間、市民総合体育館などで開かれることが決定。この日、名誉実行委員長の早出一真市長と、市出身で発起人の笠原陽治実行委員長が会見を開き、中心となる音楽フェスは「UNAGI ROCK FESTIVAL(ウナギロックフェスティバル)」となることなど、概要を発表しました。



4/2 例年より早く開花 花見客でにぎわう横河川沿いの桜並木

今 年も横河川沿いでは、ソメイヨシノを中心に約4キロにわたり400本の桜が一斉に咲き誇り、市内外から多くの花見客が訪れました。昨年より7日早い4月2日に開花し、河口から上流にかけて徐々に花をつけ、9日ころからは満開になりました。4日から19日にかけては横河川桜まつりも開催され、ライトアップされた夜桜のトンネルが、幻想的な世界を作り出しました。

おおきく なったね 5月生まれのおともだち

おたんじょうび
おめでとう!



なぎほさん
1歳おめでとう!
ニコニコ笑顔大好き!!



なのかさん
なのちゃん1歳おめでとう☆
これからもたくさん笑って
大きくなってね!!

● 掲載のご希望は「こどものくに」まで ☎24-8403 (7月生まれ募集中) ●

地域おこし協力隊 活動日記

第4回移住者交流会「オカヤトークの会」を開催しました!

岡谷市へ移住した人同士のコミュニティを作り、悩みや困りごとを払拭できるような場になると同時に、岡谷市への移住を検討している人に対し移住の判断材料を提供することを目的として、これまで3回開催してきた移住者交流会「オカヤトークの会」。3月に第4回を開催しました。会場は、昨年11月に岡谷市にオープンしたカフェ「COFFEE10」さんの、2階イベントスペースをお借りました。

白を基調とした開放的なスペースに自然光の温かみのある空間のなかで、トークテーマやレクリエーションは特に設けず、参加者同士で自由に交流し、お話を楽しんでいただきました。都会の空気や、電車通勤の辛さなど、都心から移住してきた人ならではの話で盛り上がり、改めて岡谷市の魅力を感じる場面も多かったです。なかには岡谷市への愛を熱く語ってくれ



@NAGANO_OKAYA_LIFE



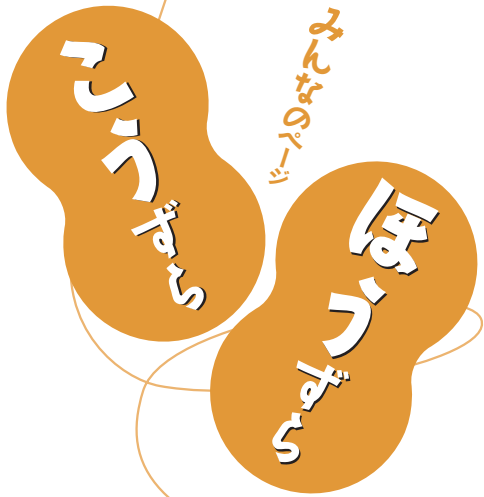
地域おこし協力隊
笠井

た人もいらっやったりと、終始和やかな雰囲気となりました。また、参加者それぞれがさまざまな理由で移住してきたことを共有し合い、先輩移住者のお話から新たな発見も生まれてきました。

「オカヤトークの会」の開催をきっかけに、今後の移住者同士のつながりが広がったり、この場がいざというときに頼れる存在になったらいいなと思います。



第4回「オカヤトークの会」イベントのようす



「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

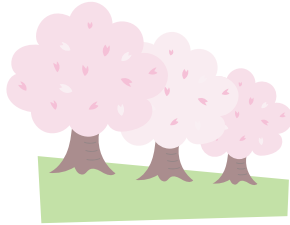
こえ

4月の
ハガキから
▼は広報広聴担当より

横河川の桜が満開です。開花してからアツという間でした。美しいです。

M・Nさん(東銀座)

▼ちょうど満開のときのおたよりありがとうございます。今年も市内の桜がとともきれいでしたね。横河川にもたくさんの方が桜を見に来ていて、その風景もとてもすてきでした。



不眠症の話がありました。わたしは不眠症で困っていますので、12の指針を参考にし、よく眠れるようにしたいです。

M・Tさん(川岸東)

▼4月号の「健康ひとロメモ」ですね。読んでくださってありがとうございます。不眠に悩んでいる人は多そうです。健康ひとロメモは、毎回みなさんの健康の悩みや気になることに対して役立つ内容となっています。ぜひこれからも参考にしてください。



4月からまた、子どもと一緒に「こどもく」へ行くことを楽しみにしています！

K・Aさん(長地権現町)

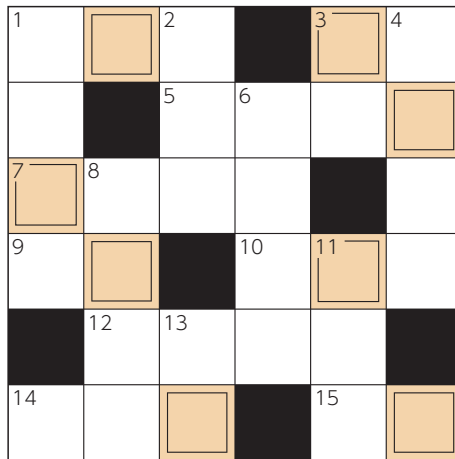
▼「おでかけこどもく」もありましたが、「こどもく」の再開を待ち望んでいた人は多かったのではないのでしょうか。こどもくには、遊具や手作りおもちゃで楽しく遊べます。音楽にあわせた体操などの時間もあり、職員に相談もできますので、お気軽に利用してください。

◆ヨコのカギ

- 1 先月29日の○○○フェアは今年も大盛況
- 3 岡谷のモノづくり技術で作られた精密○○
- 5 考古館
- 7 今年初めにコミュニティ施設を新築
- 9 塚間川沿いの○○桜は今年も見事でした
- 10 セーフ⇄
- 12 非常に重い、重厚感がある
- 14 岡谷市はシルキーバス、諏訪市は○○ちゃんバス
- 15 発条

◆タテのカギ

- 1 正式名称は東堀正八幡宮
- 2 犬や猫などに付けます
- 3 下社秋宮の近く遊泉ハウス○○
- 4 鉢伏山で接する市
- 6 スポーツなどで自分の体を支えたり、バランスを保ちます
- 8 今年も小鳥バスが始まります。耳を澄ませば野鳥の○○○が
- 11 商品が並んでいるところ
- 13 ○○デレ。そのギャップが魅力



脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.485 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500ポイント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)。5月10日必着。

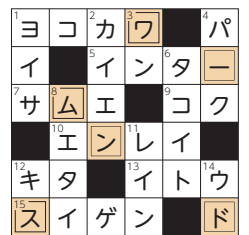
宛先「〒394-8510 岡谷市役所(住所不要) 広報クイズ係」

電子申請は右のQRコードから▶



●4月号の答えと当選者「スワンドーム」

正解数53通(応募総数53通)の中から抽選で、S・Yさん(長地梨久保)、I・Yさん(長地源)、Y・Kさん(川岸中)、O・Tさん(長地梨久保)、F・Mさん(長地片間町)に、オカヤペイ500ポイントをプレゼントします。



令和9年4月採用予定

岡谷市役所職員採用試験



試験区分	募集職種	採用人数
上級	一般事務・一般事務(社会福祉士)・土木技術者・建築技術者・保健師・保育士	若干名
中級	一般事務・土木技術者・保育士	若干名

受付期間 5月15日(金) 必着

試験会場 岡谷市役所

試験日程 一般事務: 6月7日(日) 専門職: 6月21日(日)

※受験資格や試験日程など、詳しくは「受験案内」をご覧ください。
「受験案内」はホームページからダウンロードできます。

岡谷市
ホームページ ▶



問合せ●総務課(内線1554)

窓口・電話の
受付時間短縮を
試行的に実施します

試行期間 5月11日(月)～9月30日(水)

受付時間 午前8時30分～午後5時15分 ⇨ (変更後) 午前9時～午後4時30分

対象施設 市役所庁舎および3支所(湊・川岸・長地)

岡谷市役所 TEL 0266-23-4811 (代表)

人口の動き
県の人口統計情報システムの遅延により、人口の公表が1か月遅れます。令和8年3月1日現在の人口は6月号に掲載します。