

—あなたの「歩み」、応援します！ あなたの「育ち」、応援します！—

市民とあゆむまちづくりへ 「出前講座」

岡谷市の行政は今どうなっているのか、生活の知識、気になる健康のことなど72のメニューをとり揃えております。市職員が直接出向いて説明いたします。

詳しいメニューにつきましては、「広報おかや6月15日号」に掲載しております。また各地区の公会所や、市役所生涯学習課にもパンフレットがありますのでご覧ください。

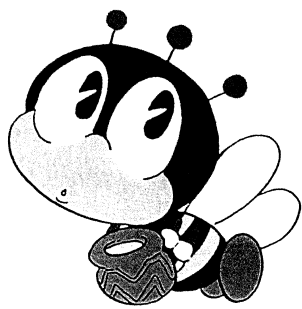
最近では市民の方から「以前利用したことがあり、参加者に大変好評だったのでまた受講したい。」「知人から大変よかったと聞いて、ぜひ利用してみたいと思った。」という声が多くなりました。現在は子育てグループや、地区の高齢者クラブ、福祉協議会などの団体の方の利用が多いですが、10名以上受講希望者を集めていただければ、どなたでも利用していただけます。ご近所、お仲間を集めてみませんか。これからは、読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋です。今回はそれぞれの目的にあった講座を紹介します。

食欲の秋

健康部門「元気の出る栄養教室」

健康部門「生活習慣病予防のはなし」

※食べ物がますますおいしくなる秋。これからも楽しく食事ができる様に、健康のことを考えた食事について学んでみませんか。また、「生活習慣病予防のはなし」では、健康な生活習慣を身につける方法を保健師がわかりやすくお話しします。



生涯学習のマスコット「マナビィ」

注文お待ち
しています!!

問い合わせ・申し込み

教育委員会

生涯学習課

☎ 23-4811

内線1459・1461

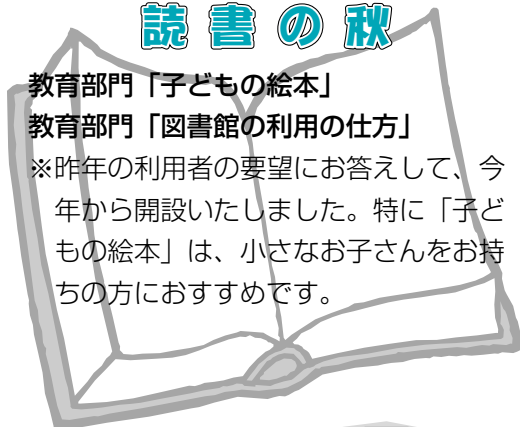
FAX 24-2755

読書の秋

教育部門「子どもの絵本」

教育部門「図書館の利用の仕方」

※昨年の利用者の要望にお答えして、今年から開設いたしました。特に「子どもの絵本」は、小さなお子さんをお持ちの方におすすめです。



スポーツの秋

教育部門「もっと身近にニュースポーツ
(チャレンジニュースポーツ!)」

教育部門「あなたの体力年齢は？」

(ドキドキ体力チェック)」

※「ニュースポーツ」は昨年とても人気であった講座です。今年もすでに多数の方が利用し、ニュースポーツの楽しさを実感していただいています。

それぞれの講座は、あらかじめ職員が決めた内容で行いますが、特に聞きたい内容や質問事項があれば事前にお聞きして、みなさんに満足していただける講座になるようにいたします。申し込みの際に、お伝えください。みなさんのご利用をお待ちしております。

おすすめ講座

まちづくり部門「市町村合併」

なぜ合併が必要なのか、合併して何をめざすのか、詳しくお話しします。

子育て講演会



プロフィール

1971年（昭和46年）上智大学心理学科卒業。警視庁少年第1課新宿少年センターや、長野県警察少年課において不登校の少年や保護者へのカウンセラーとして勤務。

1977年（昭和52年）長野県立子ども病院にてガン等の難治疾患、心身症、LD不登校、非行等の子どもや親のカウンセリングをする。

2000年（平成12年）4月独立し、現在穂高町の自宅に「ふりはた子どもの輝き相談所」開設。清泉女学院短大兼任講師、長野県立高等学校、公立中学校・小学校のスクールカウンセラー。ながの子どもの輝きセンター所長。

演題「特命天子たち」

子どもたちの心の悩み、家族への思いは何なのか。子どもたちの心のメッセージを通して「子どもたちはご先祖様からこの家につかわされた特命の天子である」と心の相談所は熱く語る。

講師 臨床心理士

「ふりはた子どもの輝き相談所」所長

ふり はた し ろう
降 簾 志 郎 先生

とき 9月4日（水）

午後7時～9時

ところ 岡谷市公民館

入場無料

◇お問い合わせは岡谷市教育委員会生涯学習課
(☎23-4811) (内線1471)

◇託児を希望される方は上記へ申し込んでください。

■ 図書館 ☎22-2031

特別整理期間による休館の

お知らせ

図書館と各公民館図書室では、資料の特別整理期間として、和本の虫干しや蔵書点検を行うため、期間中お休みとさせていただきます。

図書をご利用になりたい方には、大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

休館期間 9月24日（火）～10月3日（木）

ちいさなおはなしの森

日時 9月17日（火） 午前10時30分～

●おはなしの森（通常通り）

毎週土曜日 午後3時～と午後3時30分～（2回）



◇日程

日 時	場 所	内 容
9月14日(土) 午前10時～11時30分	郷土学習館	武田領時代の伝馬の道
9月28日(土) 午前10時～11時30分	郷土学習館	中山道慶長道から元和道への変遷
10月5日(土) 午前8時30分 ～午後2時30分	道筋探訪 《集合：郷土学習館駐車場》	中山道慶長道、国司の道、武田領時代の道 《柴宮～下諏訪方面～柴宮》
10月19日(土) 午前8時30分 ～午後2時30分	道筋探訪 《集合：長地支所駐車場》	国司の道、中山道元和道 《長地支所～今井～県道～長地支所》

講 師 蟹江 文吉 先生と〈岡谷市文化財審議員〉

参加費 無 料

テキスト おかや歴史の道文化財めぐり (1,500円)
※ご希望の方は当館にて販売しています

■お問い合わせは、郷土学習館まで

中山道以前の道を中心に、その道とそこに築かれた文化を知り、探訪することによりその心を思い、これからの文化の創造のあり方を考えます。

おかや歴史の道探訪と
文化財めぐり

☎FAX 26-7545

郷土学習館
市民講座のおしらせ

■岡谷市公民館 ☎22-3571 FAX 22-3581

古文書解読講座

古文書に歴史を読む

～胸ときめかす先人との出会い～

一字一句の解読はもちろんのこと、地元岡谷の古文書を通して江戸時代の人びととの出会いに胸ときめかせ、意外な真相に感動を覚えつつ、その時代背景にまで思いをはせてみましょう。

- ◆主 催 (財)八十二文化財団・岡谷市公民館
- ◆日 時 11月6日(水)～27日(水)
午後2時～4時 毎週水曜日 全4回
- ◆会 場 岡谷市公民館
- ◆講 師 今牧 久 (飯田市誌編纂委員)
- ◆申込み 9月1日より(先着順)

- ◆定 員 80名
- ◆資料代 2,000円
(蚕糸博物館の資料をテキストとして使用します)
- ◆申込み・問い合わせ
岡谷市公民館 ☎22-3571
(財)八十二文化財団 ☎026-224-0511

■蚕糸博物館・美術考古館 ☎FAX 22-5854

夏・秋を描いた風景画展

高橋貞一郎、志村 一男
早出 守雄、田中 隆夫
宮原 麗子、高橋 靖夫

夏・秋を題材とした風景画21点を展示しております。素朴で温かみを感じられる作品をぜひご覧ください。

9月29日(日)まで

- 時 間 午前9時～午後5時
- 休館日 月曜日、祝日の翌日
- 入館料 大人350円 こども150円
※市内在住または在学の高校生
以下は無料



初夏岡谷風景 高橋貞一郎 1949年

涼しい季節になりました。あなたもどんな寒いの秋にしますか？

講座名	期間・回数・定員	内容	講師	受講料	テキスト代等	持ち物
昼 季節のおもてなし料理 午前9:30~11:30	10/11・18、11/8・15 金曜日 4回 定員36人	季節の家庭料理 いつもと違ったお料理でお客様をおもてなし。材料は身近な食材で…	百瀬 博子先生	400円	3,200円	エプロン 三角巾 筆記用具
昼 箏 午前10:00~11:30	10/5~12/7 (11/2・23除く)土曜日 8回 定員10人	日本古来の和楽器を奏でてみませんか。初めての方の講座です。	山田ちづ子先生	800円	3,500円	筆記用具
昼 手づくりパン教室 午前9:30~12:30	10/6・20、11/10・17 日曜日 4回 定員36人	初めての方の講座です。手作りパンの並ぶ食卓は… ロールパン・アンパン・ピザ・カレーパン・クリームパンでいっぱい	牛山 幸子先生	400円	1,600円	エプロン 三角巾 筆記用具
昼 シルクスクリーン 午後1:30~3:30	11/5~12/3 火曜日 5回 定員15人	多色刷りできれいな年賀状を送りませんか。	林 保先生	500円	実費	鉛筆(4B) スケッチブック 色鉛筆 定規・消しゴム
昼 憧れのイタリア 午前9:30~11:30	10/17・24・31 11/7 木曜日 4回 定員20人	陽気で、明るい人と風土、料理やデザートを作りながら、ファッション・観光スポット歴史を学びましょう。	カラー・ロッチェ山先生	400円	1,000円	エプロン 三角巾 筆記用具
夜 ペン字検定 午後6:30~8:30	10/4~11/22 (11/1除く)金曜日 7回 定員30人	初めての方の講座です。文部省認定硬質書写技能検定4級に向けて学びます。	秋山 映湖先生	700円	1,500円	筆記用具
夜 かたこと英会話 午後6:30~8:30	10/9~12/4 (11/27除く)毎週水曜日 8回 定員20人	初めての方の講座です。英語の基礎・会話を学びます。英語恐怖症、でも外国人と話ができたらと思っている方の下地作りをします。	金子 敏男先生	800円	無料	筆記用具

9月11日(水) 受付開始!!

＝定員になり次第締切ります＝

◆対象者…市内在住か在勤の方

◆託児…ご希望の方は講座開講7日前までにはご連絡ください。

昼・夜の部とも 午前9時30分から **先着順**
申込みは、受講料・テキスト代を添えて婦人の家まで！
受付当日の、電話による申込みはできません！

※詳細事項については、婦人の家 ☎ 22-4149までお問い合わせください。

婦人の家バスハイキング

魚のアメ横 寺泊の旅

新潟の海、潮風に触れ心身のリフレッシュをしませんか。

日時 9月28日(土) 午前6時30分《婦人の家前集合》

コース 婦人の家——岡谷IC——三条燕IC——宝山酒造——弥彦神社
11:00~11:40 11:50~12:30
——寺泊(昼食・買い物)——SOWA美術館——中之島見附IC
12:50~14:20 14:30~15:20
——岡谷IC——婦人の家 19:30到着予定

参加費 6,800円(昼食代・入館料含みます) **募集人員** 40名

申込み 9月11日(水) 午後6時30分から
参加費を添えて婦人の家(☎ 22-4149)にお申し込みください。