

高齢者クラブ会員募集!!

21世紀は高齢者の世紀

〜長寿社会はあなたが主役〜

市民総参加による

ひろげよう夢

育てよう

福祉のこころ

発行・編集

岡谷市社会福祉協議会
〒394-0081

岡谷市長地権現町
四丁目11番50号

☎ 0266-24-2121

☎ 0266-24-3555

メールアドレス

okasha@alto.ocn.ne.jp

今や人生80年、90年という長寿社会。仕事や家事などで余裕がなかったみなさんにとって、高齢期はまさに人生の本番！

しかしながら、心身の衰えは止むを得ないもの。ともすると、居心地の良い我が家に関じこもってしまいがちです。これからの人生をより輝かせるためには、老いを自然なものとして受け入れながら、自立した生活を心がけること。そして、社会との接点を持ち続け、生きがいを見つけることが大切なのです。

地域社会においても、高齢者は言わば大切な資産。人生で培った経験や知恵を生かし、シニア世代に生涯現役で活躍していただくことが求められています。

自らの生活を豊かにするために

規則正しい生活を心がけましょう
頑張りすぎず、手軽な運動を毎日続けることが秘訣
新しい仲間をたくさん作って、楽しく交流
生涯学習で自分の世界をもっと広げて
趣味を極めて達人に
好奇心と行動力で、はつらつと
定期検診で早期発見、早期改善
いくつになっても、おしゃれ心を忘れずに



元気 いきいき いつも現役 ～実践のヒント～

地域社会を豊かにするために

仲間同士で、暮らしの中の支えあい
ボランティア活動はできるところから
地域の伝統・文化を伝える
地域活動や催事の世話役
暮らしやすいまちづくりへの提言
世代間交流で人生経験を大いに発揮
特技を生かして再就職



岡谷市高齢者クラブ連合会は、高齢者が主役となって参加する社会づくり、ネットワークづくり、地域づくりに取り組んでおり、第3次岡谷市高齢者保健福祉計画においても、主要施策の推進に関わる重要な団体として位置付けられています。

『魅力あるクラブづくりに努めています!』

—岡谷市高齢者クラブ連合会長に聞いてみました—

Q. 高齢者クラブの歩みを教えてください。

A. 岡谷市では昭和31年に発足し、半世紀近くにもわたって活動を続けてきました。
現在、約3,000名の仲間が加入し、22の単位クラブ（地区組織）があります。

Q. どんな活動をしていますか？

A. 「年寄りが集まって、カラオケやゲートボールをしている団体？」とお思いの方もいらっしゃるようです。確かに組織ができた当時は、親睦や生きがいづくりが大きな目的でしたが、近年は、『生活を豊かにする楽しい活動』と『地域を豊かにする社会活動』を両輪に、活動の幅を広げています。
単位クラブでは月例会を通じ仲間づくりをしながら、より地域に密着した活動を行っています。

Q. 今年は、特に活性化に力を入れているそうですね？

A. はい。全国的な傾向として、会員減少や活動の停滞が課題となっています。加入促進のためには、何と言っても魅力あるクラブづくりに努めなければなりません。そこで、会としての目標に掲げ、愛され信頼され、そして尊敬される高齢者でありたいと思っています。

平成16年度 岡谷市高齢者クラブ連合会
重点目標

『心と体の健康づくり』『会員増強』『美しいまちづくりへの奉仕活動』

Q. 加入したいのですが、どうすればいいでしょう？

A. 年齢は、65歳以上となっています。ぜひ、若い世代のみなさんの加入をお願いします。
「こんな活動してみたい」「もっと学びたい」「地域のために何かしたい」という意欲のある方、大歓迎です！まずは、地区会長または事務局へお声掛けください。
高齢者クラブをさらに魅力的な会にするために、あなたの加入をお待ちしています！！

◇お問合せ先◇

岡谷市社会福祉協議会（事務局）

☎ 24-2121 FAX 24-3555

メールアドレス okasha@alto.ocn.ne.jp

介護福祉課高齢者福祉担当

☎ 23-4811 内線1256 FAX 22-8492

メールアドレス kf@city.okaya.nagano.jp



固定資産の変更等の 申告・届出は忘れずに

税務課 資産税
内線 1129

■土地の利用状況が 変わったとき

土地をお持ちの方で、住宅用家屋の新・増築、敷地の拡張、建物を壊して駐車場にしたなど、土地の利用状況に変更があった場合には、必ず申告をお願いします。

■建物の取り壊しや、 新・増築をしたとき

建物をお持ちの方で、建物を取り壊したときや、未登記建物の所有権を異動した場合は、届出をお願いします。

また、建物の新・増築をされた場合にもご連絡をお願いします。

農薬は

きちんと使いまじょうり

農林水産課
内線 1237

これからの時期、農家や一般家庭で畑や樹木等へ農薬を散布する機会が増えると思われれますが、使用するときは、次の事項をしっかりと守ってください。

・登録のある農薬を使用してください。

さい
・農薬の散布は早朝・無風時に行いましょう

・農薬散布時には、散布中と分かるようにしましょう

農薬等によるアレルギー症状の発症、洗濯物等にかかったと言った苦情が寄せられています。周りに迷惑のかわからないようラベルをよく読み正しく使いましょう。

農業用廃プラスチック等の 回収を行います

日時：6月22日(火)

午前9時～11時30分

場所：JA信州諏訪

田中線管農センター駐車場

対象：農薬等ポリ容器、被覆用

ビニール、ポリフィルム、マルチシート、肥料袋等

持ち物：印鑑、処理料金

処理料金：農薬ポリ容器1袋 300

円、その他廃プラスチック類1

1kg 50円

イベント広場の 工事を行います

総務課

内線 1551

市役所正面イベント広場のタイル等補修工事に伴い、イベント広場が使用できなくなります。市民のみなさんには、大変不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

期間：8月31日(火)まで

水質浄化、省資源・省エネ促進、 地球温暖化防止などの意見を!

環境安全課
内線 1166

環境保全を推進するための岡谷市環境基本計画は、平成12年にスタートし、5年を経過することから、見直し作業に着手しています。そこで、5年間の状況・施策の動きなどを反映するため、環境市民懇談会を開催しますので、気軽にお出かけください。

日時：6月29日(火) 午後7時～

場所：イルプラザ・カルチャー

センター 多目的ホール

※イルプラザ屋上にある太陽光

発電システムを懇談会前に見学

してみてください。(希望者は、

午後6時30分に花屋側エレベ

ーター5階降り口に集合)

6月30日は事業系一般廃棄物 処理手数料の納期限です

環境清掃課
内線 1920

事業所(会社・お店)が収集場所へごみを出す場合は有料で、市の許可が必要となります。

納め忘れのないよう6月30日(水)

までに納めてください。また、口

座振替の方は残高を確認ください。

教科書展示会を開催

平成17年度から使用予定の小学校用教科書(候補)見本の展示会を行います。

展示期間：6月24日(木)～

7月13日(火)

※6/26・27・7/3・4は除く

時間：午前9時～午後5時まで

場所：諏訪教科書センター

(諏訪教育博物館内)

対象：どなたでもご覧になれます

問合せ：伊那教育事務所総務課

(☎026517616858)

ワン・ツー・ウォーキング

にご参加ください!

今、ウォーキングが見直され、身体にやさしい運動プログラムとして注目を浴びています。"もっと効果的に歩きたい"、"ウォーキングでダイエットしたい"という方、専門スタッフがお手伝いしますので、気軽にご参加ください。

日程：6月12日(土)より開催

中 月3回(9/18まで全12回)

時間：午前8時30分～

10時30分

集合場所：諏訪湖ハイツ裏玄関

(諏訪湖側)

対象：どなたでも結構です

問合せ：日程等詳しくは、やまび

こスケートの森トレーニン

グセセンター(☎2415210)まで

募集

内山霊園の使用者を募集

申込みは6月30日まで

環境安全課

内線1167

墓地がなく遺骨を抱え埋葬に困っている方を対象とさせていただきます。

募集区画：20区画

一区画の面積：4㎡(2m×2m)

聖地使用料：38万円

聖地管理料：3千円

応募資格：岡谷市に本籍または住所のある方(本籍だけの方は、市内に住所のある世帯主を管理人として定めること)で、自宅または寺院等に遺骨を保管し、埋葬に困っている方。

申込方法：6月30日(土・日曜日を除く)までに戸籍謄本、住民票、印鑑(認印)、火葬済証または寺院等の保管証明書を持参の上、環境安全課へ。

使用者の決定：7月9日(金)抽選のうえ使用者および使用聖地を決定します。



健康増進計画の

市民委員を募集

健康推進課

内線1184

昨年、市民一人ひとりが健康で生きがいのある生活が送れることを目指して、健康増進計画を策定しました。この計画を着実に推進するため、広く意見・提言をいただく市民委員を募集します。みなさんの応募をお待ちしています。

募集人員：4名(任期2年)

応募条件：市内在住の20歳以上の方

方

応募方法：任意用紙に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を明記のうえ、健康づくり全般、日ごろ感じていることなどレポート(800字程度)を添えて提出してください。

応募締切：6月25日(金) 必着

応募先：健康推進課保健指導担当

まで持参、郵送、Eメール

(ho@city.okaya.nagano.jp)で

応募ください。

男女共同参画推進市民会議に

参加してみませんか

生涯学習企画課

内線1459

岡谷市男女共同参画推進市民会議では、一人ひとりが大切にされ、個性と能力を発揮できる社会を目指して、市の実施するフォーラム

への参画や研修会を行っています。あなたも市民会議の一員となって、一緒に活動してみませんか?大勢のみなさんの応募をお待ちしています。

応募条件：市内在住の方

応募方法：任意用紙に住所・氏名・

年齢・職業・電話番号を明記の

うえ、申し込みください。

応募締切：6月30日(水) 必着

応募先：生涯学習企画課男女共同

参画担当まで持参、郵送、Eメ

ール (sg@city.okaya.nagano.jp)

で応募ください。

コミュニティ助成事業の

追加募集を行います!

地域振興課

内線1591

コミュニティ助成事業は、(財)自治総合センターが宝くじ普及広報に係る収入を財源として、コミュニティの健全な発展を図るとともに、宝くじの普及広報を目的として実施しています。

平成16年度の追加申請を受け付け

ますので、詳細は気軽にご相談く

ださい。

内容：住民のみなさんが自主的

に行うコミュニティ活動の促進

を図り、地域の連帯感に基づくと

自治意識を盛り上げることを目

指すもので、コミュニティ活動

に直接必要な施設または設備の

整備に関する事業

対象：地区住民のコミュニティ

組織(町内会等)またはコミュニ

ティ組織の連合体。

助成金：100万円～250万円

申込み：6月30日(水)までに、

地域振興課へ

下水道排水設備工事

責任技術者更新講習・試験

水道管理課

内線1422

■責任技術者更新講習

対象者：岡谷市に責任技術者の登録があり、(財)長野県下水道

公社の修了証または合格証の有

効期間が平成16年11月30日ま

の方

講習日：9月9日(木)

午後1時30分～4時30分

場所：伊那文化会館(伊那市)

受付期間：7月1日(木)～14日

(水) (土・日曜日は除く)

※この更新講習を受講しませんが、

岡谷市排水設備工事責任技術者

の登録更新ができなくなります

のでご注意ください。

■責任技術者試験

試験日：10月17日(日)

午後2時～4時

場所：信州大学農学部(南箕輪

村)

受付期間：7月29日(木)～8月

11日(水) (土・日曜日は除く)

受付場所：水道管理課

**シルク製品を
作りませんか**

商業観光課
内線1213

現在も受け継がれる伝統工芸の技はた織り・染色などによるシルク製品を作る受講生を募集します。

期 日：7月～12月

月3回(火・土・日)全26回

時 間：午前9時～正午
または、午後1時～4時

場 所：きぬのふるさと岡谷絹工房(大竜町1-1-3岡谷駅南側)

講 師：シルク岡谷ふるさと産業研究会員

対 象：経験不問

募 集 人 員：若干名(先着順)

会 費：半年分 5万円
申込み：6月23日(水)までに商業観光課へ

**やまびこ公園
草木染め教室**

日 時：▽7月8日(木) 午後1時～4時
▽7月9日(金) 午前9時30分～正午

場 所：やまびこ公園ピクニック広場休憩所

内 容：公園内の樹木を剪定した枝の抽出液を使い、絹のストールを染めます

定 員：30人(先着順)

参加料：1000円(材料費別途)

申込み：7月5日(月)までに、
やまびこ公園管理事務所(☎22-6313・☎23-9451)

**岡谷和楽荘臨時職員を
募集します**

和楽荘の宿直介護職員を募集します。

業務内容：介護宿直とそれに付随する業務「3日に一度の勤務」

期 間：平成17年3月末まで
勤務時間：午後5時40分～午前8時40分

採用条件：施設介護経験のある方
募集人員：1名

問合せ：応募方法等詳しくは、岡谷和楽荘(☎22-4057)まで

自衛官募集

募集コース：▽航空学生(21歳未満)▽防衛医科大学学生(21歳未満)▽防衛医科大学学生(21歳未満)▽一般曹候補学生(24歳未満)▽看護学生(24歳未満)▽曹候補士(27歳未満)▽2等陸・海・空士(27歳未満)

日 時：7月3日(土)、8月7日(土)

場 所：自衛隊諏訪募集事務所

※詳しくは、自衛隊諏訪募集事務所(諏訪市末広5-19 ☎53-6406 ホームページ <http://w2.avis.ne.jp/~tsdf-sw/>)まで。

**来春採用の
諏訪広域連合職員 募集**

募集職種：介護職

勤務先：特別養護老人ホーム恋月荘または救護施設八ヶ岳寮

募集人員：若干名

応募資格：昭和51年4月2日以降生まれ、短大もしくは専門学校を卒業または来春卒業見込の者

で、かつ介護福祉士または社会福祉士の資格取得者が資格取得見込みの者
採用後は諏訪郡内に住所を有するか通勤可能な者
応募期間：6月28日(月)～7月23日(金)
問合せ：応募方法等詳しくは、諏訪広域連合企画総務課(☎52-4141 内線329)

平成16年度 岡谷市職員採用試験受験者募集

試験区分・受験資格

試験区分		採用人員	受験資格 (共通…採用後、岡谷市内に長期間居住する人)
区分	職種		
上級	土木技術者	若干名	昭和52年4月2日以後に出生し、大学卒業または平成17年3月卒業見込の人(ただし大学院は、課程修了年数分を本人の生年月日に加算して上記に該当する人)
上級	保健師	若干名	昭和52年4月2日以後に出生し、保健師免許を有する人または平成16年度実施の国家試験で同免許取得見込の人
中級	保育士	若干名	昭和54年4月2日以後に出生し、保育士の資格を有する人または平成17年3月同資格取得見込の人
中級	栄養士 兼調理士	若干名	昭和54年4月2日以後に出生し、栄養士の資格を有する人または平成17年3月同資格取得見込の人

採用予定日……平成17年4月1日 試験日……7月25日(日)

試験会場……岡谷市役所

受験手続

▽申込先……総務課

▽受付期間……7月2日(金)まで 午前8時30分～午後5時15分(土・日除く)

申し込みは、受験者本人が直接してください。

※詳しくは「受験案内」がありますので、総務課までお問い合わせください。

※岡谷市ホームページ <http://www.city.okaya.nagano.jp/> から「受験案内」・「受験願書」・「履歴書」をダウンロードすることができます。

問合せ 総務課 (内線1555) ☎24-0689