

# 岡谷市病院職員募集

## 平成17年度採用【平成18年1月1日採用予定】

| 募集職種 | 応募資格                            | 募集人員 |
|------|---------------------------------|------|
| 看護師  | 左記職種の免許を有する者で、昭和35年4月2日以降に生まれた人 | 数名   |
| 助産師  | 左記職種の免許を有する者で、昭和35年4月2日以降に生まれた人 | 数名   |

### ■受験手続

- ◎申込先 岡谷病院庶務課、塩嶺病院庶務課
- ◎受付期間 10月17日（月）まで

### ■試験日

10月31日（月）岡谷市役所

※詳しくは「受験案内」がありますので、岡谷病院庶務課（☎23-8000）、塩嶺病院庶務課（☎22-3595）までお問い合わせください。

## 平成18年度採用【平成18年4月1日採用予定】

| 募集職種  | 応募資格                                                  | 募集人員 |
|-------|-------------------------------------------------------|------|
| 理学療法士 | 左記職種の免許を有する者または平成18年4月までに同免許取得見込み者で、昭和45年4月2日以降に生まれた人 | 1名   |
| 看護師   | 左記職種の免許を有する者または平成18年4月までに同免許取得見込み者で、昭和36年4月2日以降に生まれた人 | 数名   |
| 助産師   | 左記職種の免許を有する者または平成18年4月までに同免許取得見込み者で、昭和36年4月2日以降に生まれた人 | 数名   |

ご応募  
お待ちしております



2005 国勢調査

基準日は  
平成17年10月1日  
です

## 調査票は届きましたか？

調査票が届いていない方は、至急、地域振興課までご連絡ください

- ◆10月1日現在で、全国一斉に行われています。
- ◆調査票の記入は終わりましたか？ 再度、記入漏れがないか、ご確認ください。
- ◆近日中に、調査員が調査票の回収にお伺いします。

### ご注意ください!!

過去の国勢調査では、市職員の名前をかたり「国勢調査のために必要である」として、個人情報聞き出そうとする事例がありました。

国勢調査では、調査票の記入漏れ等を確認させて頂く場合を除き、電話等での聞き取り調査は行っていないので、このような「かたり調査」にはご注意ください。また、不審な事例が発生した場合には、地域振興課まで直ちにご連絡ください。

<お問合せは…>

地域振興課  
情報担当  
(内線1593)

## 禁煙の勧め

健康増進法が施行されて以降、ここ数年愛煙家の立場は苦しくなるばかりですが、日本だけではなく世界的にも喫煙は非社会的な習慣になりつつあり、周囲の人にも気を遣わなければならない状況になっています。

喫煙の害の中でも本人だけではなく副流煙による他人に対する健康被害まで周知されては、愛煙家も一度は禁煙という言葉が頭をよぎっているのではないのでしょうか。

禁煙に挑戦して一度で成功する人はかなり少ないそうですから、何回失敗しても構わないという気楽な気持ちでチャレンジしてみるのもひとつの方法です。ただし、精神力や気合いだけで乗り切ろうとするのは無謀なことで、ほとんどの人はすぐにつまずいてしまします。大切なのは計画性を持って禁煙に挑むことです。

そもそもタバコの習慣性は煙に含まれるニコチンの血中濃度の高さと心理的依存によるものとされ

ていますが、ある日突然タバコを止めるとニコチンの血中濃度が下がり、心理的にもイライラ感が同時に襲ってくるのでかなり辛い思いをしなくてはなりません。

そうならないためには徐々にタバコの本数を減らしていけばいいのですが、誰かが監視していかない限り一人では難しいかもしれません。

そこでテレビにも登場していますが、禁煙補助剤といわれるものが発売されています。いちばんよく知られているのがニコチンガムですが、これはタバコの代わりにガムを噛んで身体に依存性のあるニコチンを吸収させるものです。

また医師の処方が必要なのですが、皮膚に貼り付けてニコチンを吸収させるパッチも売られています。

この二つの製品は禁煙の最初に襲ってくるニコチンの血中濃度の低下を緩和してくれるので禁煙の初期にあまり辛い思いをしなくてよくなります。そして計画性を

持つて禁煙を進めていくことができますからかなり効果的であることは間違いありません。

しかし心理的依存に対しては助けてくれる薬などはありませんから、禁煙開始後何ヶ月も経ってニコチンが身体から抜けてから失敗することもあります。

大切なのは禁煙に対して挫折しそうな自分をイメージするのではなく、気楽に計画性を持って始めるといふことにつきまします。「1本だけ」の誘惑に陥って多少遠回りしても必ず誰でもゴールすることができます。(医師会)

### 10月の休日緊急当番医・薬局

受付は原則として午前9時～正午です。

|           |                           |                          |
|-----------|---------------------------|--------------------------|
| 2<br>(日)  | はやし内科<br>中央町1 ☎21-2220    | 南信堂薬局<br>中央町3 ☎22-2955   |
| 9<br>(日)  | 山崎(内科)医院<br>東銀座1 ☎22-3287 | 御子柴薬局<br>長地源2 ☎27-7056   |
| 10<br>(祝) | 平林(内科)医院<br>本町2 ☎22-3952  | ファミリー薬局<br>天竜町3 ☎24-1801 |
| 16<br>(日) | 小谷内科医院<br>長地小萩2 ☎28-4509  | 一二三堂薬局<br>幸町2 ☎22-2915   |
| 23<br>(日) | 林眼科医院<br>長地柴宮1 ☎28-6596   | 山一小口薬局<br>銀座2 ☎23-2206   |
| 30<br>(日) | 浜整形形成外科医院<br>本町1 ☎24-3011 | 高市薬局<br>川岸上3 ☎22-0781    |

※緊急時の医療問い合わせ…休日・夜間緊急医案内サービス  
☎フリーダイヤル0120-890-422

### 10月の歯科医院休日当番 (岡谷下諏訪歯科医師会)

- 2日(日)…ホワイト歯科医院(長地小萩3・☎28-2635)
- 9日(日)…前川歯科医院(堀ノ内2・☎22-3871)
- 10日(祝)…山田歯科医院(天竜町3・☎22-2131)
- 16日(日)…三井歯科医院(神明町3・☎23-8427)
- 23日(日)…アポロ歯科医院(東銀座2・☎23-8100)
- 30日(日)…栗田歯科医院(本町3・☎24-5756)

※診療は午前中のみ。保険証・老人手帳を必ずお持ちください。



## 保健センター

## 10月の保健日程

健康推進課  
(内線1191)

## ■乳幼児健康診査

| 区 分     | 期 日    | 該当児       |
|---------|--------|-----------|
| 3～4か月児  | 19日(水) | 17年6月生まれ  |
| 9～10か月児 | 26日(水) | 16年12月生まれ |

▷受 付…午後1時～1時40分

▷持ち物…母子手帳、バスタオル、おたずね用紙

## ■ポリオ

| 期 日    | 対 象 者      |              |                   |
|--------|------------|--------------|-------------------|
|        | 1 回 目      | 2 回 目        | その他               |
| 13日(木) | 17年1・2月生まれ | 16年7月生まれ     | 7歳半<br>未満未<br>接種者 |
| 18日(火) | 17年3月生まれ   | 16年8・9月生まれ   |                   |
| 25日(火) | 17年4月生まれ   | 16年10・11月生まれ |                   |
| 27日(木) | 17年5・6月生まれ | 16年12月生まれ    |                   |
| 31日(月) | 全対象者(補足)   |              |                   |

▷受 付…午後1時30分～2時20分

☆ワクチンは、6週間以上の間隔をあけて2回飲みます。(10月が1回目の場合は、翌年が2回目となります。)

▷持ち物…母子手帳・予診票  
(忘れた場合は予防接種ができません)

## ■三種混合(百日咳・ジフテリア・破傷風)

▷日 時…11日(火) 17日(月)

午後1時30分～2時20分受付

▷対象者…〈Ⅰ期初回〉平成17年6月生まれの人  
〈Ⅰ期追加〉平成16年9月に3回目を終了した人  
〈その他〉7歳半未満で未接種の人▷地区割…11日は西堀、長地地区  
17日は上記以外の地区▷持ち物…母子手帳、予診票  
(忘れた場合は予防接種ができません)

## ■パパ・ママ教室(参加目安一妊娠5～7か月位)

〈2回目〉

▷日 時…21日(金) 午後7時～9時

▷内 容…お父さんの妊婦体験、夫婦でできる妊婦体操、ベビーマッサージなど

▷持ち物…母子手帳、筆記用具、  
テキスト(初回参加者は当日お渡しします)

## ■すくすく学級〈離乳食の教室〉

〈前期〉

▷日 時…21日(金) 午前9時50分集合

▷該当児…平成17年5月～6月生まれ

▷持ち物…母子手帳、タオル、エプロン、三角巾

## ■栄養相談(一般の方を対象)

▷日 時…24日(月) 午前9時～11時30分

## ■歯科相談(一般の方を対象)

▷日 時…24日(月) 午前9時～11時30分

## ■育児相談

▷日 時…24日(月) 31日(月) ◎24日は母乳相談あり  
午前9時30分～11時

## まちの保健室

## ◇ロマネット(健康相談・血圧測定)

日 時…21日(金) 午後1時～3時30分  
場 所…2階休憩室

## ◇諏訪湖ハイツ(健康相談・血圧測定)

日 時…24日(月) 午前9時30分～正午  
場 所…1階ロビー

## 平成17年度のセット検診が10月の日程で終了となります

お申し込みをされた方は、忘れずに受診しましょう。まだ、お申し込みされていない方も受診可能ですので、お早めに健康推進課までお問い合わせください。

| 期 日    | 場 所 | 19日(水) | 小井川<br>区民会館 |
|--------|-----|--------|-------------|
| 11日(火) | 柴宮館 | 20日(木) |             |
| 12日(水) |     | 21日(金) |             |
| 13日(木) |     | 24日(月) |             |
| 14日(金) |     | 25日(火) | 保健センター      |
| 17日(月) |     | 26日(水) |             |
| 18日(火) |     | 27日(木) |             |

時間 午前7時30分～9時30分

内容 基本健康診査、胃・大腸・肺・前立腺がん検診、  
肝炎ウイルス検査※緑内障検診の実施期間も10月が最終月となります。  
対象者(今年度中に40、45、50、55、60、65歳  
になられる方)で受診を希望される方は、忘れずに  
受診してください。

問合せ 健康推進課 保健予防担当 内線1183

# 10月の相談

岡谷市役所 ☎23-4811

| 相談事項                  | 日 時                                 | 場 所                           | 相談事項                    | 日 時                                     | 場 所                     |
|-----------------------|-------------------------------------|-------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------|-------------------------|
| 消費生活相談                | 月曜日～金曜日<br>午前8時30分～午後5時15分          | 環境安全課                         | 女性のための相談                | 13日(木)<br>午前10時～午後4時<br>[申込]生涯学習企画課     | イルフプラザ・カルチャーセンター        |
| 一日合同行政相談              | 20日(木)午前10時～午後3時<br>[問合せ]環境安全課      | イルフプラザ・カルチャーセンター              | 教育相談(専門カウンセラー)<br>[予約制] | 14日(金)、21日(金)<br>午前9時～午後5時<br>[申込]教育相談室 | 諏訪湖ハイツ教育相談室<br>☎24-2206 |
| 無料法律相談〔予約制〕           | 18日(火)午後1時～5時<br>※11月分予約:10/19～受付開始 | 環境安全課                         | 中小企業経営技術相談              | 月曜日～金曜日<br>午前8時30分～午後5時15分              | テクノプラザおかや<br>☎21-7000   |
| 保健福祉総合相談〔心配ごと相談〕      | 月曜日～金曜日<br>午前9時～午後4時                | 福祉相談室                         | 税 務 相 談                 | 27日(木)<br>午後1時～3時                       | 庁舎401A・B会議室<br>内線1128   |
| ふれあいおしゃべり電話           | 月曜日～金曜日<br>午前8時30分～午後5時15分          | 社会福祉協議会<br>☎24-2121           | 内 職 相 談                 | 18日(火)<br>午前10時～午後3時                    | 諏訪湖ハイツ<br>☎57-2911      |
| 家庭介護相談                | 月曜日～金曜日<br>午前8時30分～午後5時15分          | 社会福祉協議会<br>☎24-2121           | 高 年 齢 者<br>職 業 相 談      | 月曜日～金曜日<br>午前9時～午後4時                    | 庁舎内同相談室<br>直通☎22-2687   |
| 家庭・児童母子相談             | 月曜日～金曜日<br>午前9時～午後5時                | 児童福祉課                         | 農 地 相 談<br>[予約制]        | 月曜日～金曜日<br>午前8時30分～午後5時                 | 農業委員会室                  |
| ことばの相談                | 月曜日<br>午前9時30分～午後2時30分              | 児童福祉課(ことばの教室)                 | 在宅介護支援センター              | 月曜日～金曜日<br>午前8時30分～午後5時15分              | 市立岡谷病院<br>☎23-8700      |
| 身体障害者相談員<br>障 害 者 相 談 | 第2土曜日<br>午後1時30分～3時30分              | 諏訪湖ハイツ<br>311号相談室<br>☎23-2781 |                         | 月曜日～土曜日(祝祭日を除く)<br>午前8時30分～午後5時         | ウェルハートおかや<br>☎28-0778   |
| 障害者ケアマネジメント相談         | 月曜日<br>午前10時～午後4時                   | 社会福祉協議会<br>☎24-2121           | こころの健康相談<br>[予約制]       | 11日(火)午前9時～午後1時<br>25日(火)午後1時～5時        | 健康推進課<br>☎23-6141       |
| 教 育 相 談               | 月曜日～金曜日<br>午前8時30分～午後5時             | 諏訪湖ハイツ<br>教育相談室<br>☎24-2206   |                         |                                         |                         |

## 10月の水道修理当番店

| 日  | 当 番 店     | 電 話     | 日  | 当 番 店     | 電 話     |
|----|-----------|---------|----|-----------|---------|
| 1  | 旭 設 備     | 23-3764 | 16 | 三 善 工 業   | 23-3446 |
| 2  | 丸竹下島商店    | 22-2406 | 17 | 林 鉄 工 設 備 | 23-3197 |
| 3  | イ ワ ナ ミ   | 22-2222 | 18 | オ ス ガ 設 備 | 27-6622 |
| 4  | 〃         | 〃       | 19 | 〃         | 〃       |
| 5  | 岡 谷 酸 素   | 22-7609 | 20 | 浜パイピング    | 23-6885 |
| 6  | 〃         | 〃       | 21 | 〃         | 〃       |
| 7  | 信 和 設 備   | 22-3302 | 22 | 総 設 工 業   | 28-8504 |
| 8  | 十 和 設 備   | 24-0182 | 23 | 杉 村 設 備   | 27-8632 |
| 9  | 藤 森 水 道   | 27-7289 | 24 | 旭 設 備     | 23-3764 |
| 10 | シンニチ設備    | 22-1365 | 25 | 〃         | 〃       |
| 11 | 信 和 設 備   | 22-3302 | 26 | 丸竹下島商店    | 22-2406 |
| 12 | 上條電設工業    | 23-5330 | 27 | 〃         | 〃       |
| 13 | 〃         | 〃       | 28 | 十 和 設 備   | 24-0182 |
| 14 | 林 鉄 工 設 備 | 23-3197 | 29 | 水 道 建 設   | 23-2662 |
| 15 | ミヤサカ管工    | 22-9615 | 30 | 松 澤 工 業   | 27-7642 |
|    |           |         | 31 | 十 和 設 備   | 24-0182 |

土・日・祭日を除き、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

## イルフ童画館情報

### ☎ 武井武雄絵本原画展『ももたろう』



ももたろう 武井武雄

3階武井武雄作品展示室  
11月30日(水)まで

ももたろうの絵本原画全  
18点を展示します。  
イルフ童画館では初公開  
です。ぜひ、ご鑑賞くだ  
さい。

### ☎ 銅版画家 樋勝朋巳展

2階第一企画展示室 11月8日(火)まで

### 10月の『はらっぱがれんだあ』午後2時～

2日(日) 9日(日) —おはなしはらっぱ—  
16日(日) 23日(日) 絵本の読み聞かせ  
30日(日) —おはなしはらっぱ— スライド



# 高齢者の インフルエンザ予防接種について

予診票は各医療機関の窓口にあります

**今年は個別通知の発送はしませんのでご注意ください**

**諏訪地域内実施医療機関 のどこでも受けることができます**

- 対 象 者** ①65歳以上で接種を希望する方（接種日に65歳の誕生日を迎えていること）  
②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器に障害がある方（法に定める方）で、接種を希望する方
- 接 種 期 間** 10月15日（土）～12月24日（土）まで
- 接 種 方 法** 実施医療機関の中から、希望する医療機関に事前に電話等で接種日時を予約し、接種を受ける。
- 接 種 内 容** インフルエンザHAワクチン1回接種
- 自己負担金** 1,000円  
※ただし、生活保護世帯、市町村民税非課税世帯に属する方は無料となり、予防接種券を発行しますので、該当の方は健康推進課までお申し出ください。

**接種時の持ち物** 保険証、自己負担金または予防接種券  
※予診票は各医療機関に準備してありますので、お受け取りください。

☆市外で接種をご希望の方は、健康推進課または各市町村へお問い合わせください。

## 高齢者インフルエンザ予防接種実施医療機関（岡谷市内） （50音順）

| 医 療 機 関 名      | 電 話 番 号 | 医 療 機 関 名    | 電 話 番 号 |
|----------------|---------|--------------|---------|
| 今井整形外科         | 28-9933 | 野村ウィメンズクリニック | 24-1103 |
| 今井内科胃腸科クリニック   | 24-8688 | 花岡医院         | 22-3525 |
| イマムラ脳神経外科クリニック | 27-0019 | 林クリニック       | 23-1135 |
| 岡谷塩嶺病院         | 22-3595 | 林外科・内科医院     | 28-1200 |
| 小口医院           | 22-2437 | 林産婦人科医院      | 23-6110 |
| 小口クリニック        | 24-4114 | はやし内科        | 21-2220 |
| 小野医院           | 28-2776 | 平林医院         | 22-3952 |
| 釜口医院           | 22-2089 | 藤森医院         | 22-2281 |
| 川岸医院           | 22-2562 | 堀江内科医院       | 23-4840 |
| 小谷内科医院         | 28-4509 | 翠川医院         | 22-2084 |
| 後藤医院           | 22-5222 | 向山内科医院       | 23-6272 |
| 酒井医院           | 22-2121 | 矢嶋医院         | 22-5560 |
| サツマ外科医院        | 22-5180 | 山崎医院         | 22-3287 |
| 白川産婦人科医院       | 22-2184 | 山田外科医院       | 22-2382 |
| 市立岡谷病院         | 23-8000 | 祐愛病院         | 23-0222 |
| 諏訪湖畔病院         | 27-5500 | 米山医院         | 22-2880 |
| つるみね共立診療所      | 22-6680 |              |         |

詳しくは…健康推進課（内線1181）まで

# ファミリーフェスティバル

10月10日(祝)  
AM10:00~PM3:00

2005



場所 岡谷市民総合体育館

## 体育館前駐車場

- ◆マレットゴルフホールインワンゲーム
- ◆綿あめ・ポップコーン・ジュース(無料)
- ◆野外科理 ◆ハンバーガー販売
- ◆工作車、はしこ車、救急車  
乗車体験コーナー(午前中のみ)
- はしこ車は、先着60名、  
午前10時より整理券配布
- ◆緊急サインと手旗信号

## 10トントラックスステージ

- (雨天時 東体育館)
- ◆あそばんしょ  
(田中つとむのワークショップ)  
午前11時~午後1時~
- ◆その他、何があるかはお楽しみ

## 遊び・スポーツ

## 東体育館

- ◆作って遊ぼう ◆ニュースポーツ
- ◆2005 岡谷のギネスにチャレンジ  
(空き缶積み、そうきんかけ 他)
- ◆剣道紙風船割り
- ◆あそばんしょ(雨天時)  
(田中つとむのワークショップ)  
午前11時~午後1時~

## スワンドーム (西体育館)

- ◆親子でふれあう料理作り(要予約※)  
3色おにぎりとヨーグルトサラダ  
午前10時から正午 定員:親子で60名  
(持ち物/エプロン・三角巾)
- ◆バボちゃんアタックゲーム
- ◆バドミントンホットショット
- ◆落書きコーナー ◆お下がり交流会
- ◆親子で楽しむ小物作り  
(松笠・どんぐり等を使って作ります)
- ◆昔の遊び ◆ふわふわ
- ◆チャレンジみんで1・2ビート
- ◆エアロビック体験(要予約※)  
午前11時:初めてのエアロビック  
午後1時:デューク更家風ウォーキングと  
脳刺激体操 各回定員20名

## ステージアトラクション

- ◆神明小4年3部 燃えろ!神明太鼓  
午前10時10分~10時30分
- ◆恒例大ジャンケン大会  
午後2時20分~

●上履き・下足入れを持参して下さい。

●雨天でも実施します。(一部のコーナーは中止となります。)

●駐車場は市民総合体育館西側駐車場及び湖畔広場(雨天時は使用不可)をご利用下さい。

●無料コーナーなどは数に限りがあります。終了の際はご了承下さい。

※「親子でふれあう料理作り」、「エアロビック体験」は10月1日(土)から受付いたします。

参加希望者は、教育委員会スポーツ振興課(電話22-8800)まで電話でお申込ください。

先着順で定員になり次第しめきります。

主催 ファミリーフェスティバル実行委員会

申込み・問合せ スポーツ振興課 ☎22-8800

広報 **おかや** No.1247

平成17年10月1日号  
毎月1日・15日発行

■発行日/平成17年9月30日

■発行編集/岡谷市企画部地域振興課

☎0266-23-4811 ☎0266-23-5022  
〒394-8510 長野県岡谷市幸町8番1号

■岡谷市ホームページアドレス

<http://www.city.okaya.nagano.jp/>

■印刷/株式会社 美膳堂



[市章]

人口のうごき 平成17年8月1日現在

●人口 55,022人 (+9)

男 26,938人 (+16)

女 28,084人 (-7)

●世帯数 20,176世帯(+27)

( ) 内は前月比

◆市の木 いちい ◆市の花 つつじ



この広報紙は地球にやさしい大豆油インキと古紙配合率100%再生紙を使用しています。

