

## お知らせ

地域住民のみなさんのご協力を！

市民総参加の

「ふれあいたいむ」実施へ

学校教育課

内線1451

最近、全国で児童連れ去り未遂事件等が発生しており、市内でも先月以降「不審者」の目撃情報が相次いでいます。岡谷市学校安全教育推進委員会では、学校、警察とともにパトロール等を行っていますが、地域住民のみなさんの協力が不可欠となっています。

このため教育委員会では、「地域ぐるみの学校安全推進モデル事業」の一環として、小中学校の登下校時間（午前7時～8時・午後3時～5時）を「ふれあいたいむ」として設定しました。

これは地域のみなさんに「散歩」「犬の散歩」、「ウォーキング」、「畑仕事」などの屋外活動をしていただきながら、同時に子どもたちを見守っていただくものです。

不審者・痴漢・いじめなどの犯罪抑止や子どもたちの安全確保、また、あいさつや声がけによる地域コミュニティ推進のため、市民のみなさんのご理解・ご協力をお願いいたします。

## 交通災害共済の出張受付

環境安全課

内線1175

「岡谷市交通災害共済」の出張受付を、各地区を巡回して行います。新規加入、継続の方も期限の切れる2～3か月前からでも更新できますので、会員証をお確かめのうえご利用ください。

日程・場所：別表のとおり

日 時	場 所
1月5日（水） 午後1時30分～3時	下浜区民センター、花岡区民センター、小坂公民館、上浜公民館、小尾口区公民館
1月6日（木） 午前10時～11時30分	鮎沢公会所、駒沢公民館、三沢コミュニティ施設
1月6日（木） 午後1時30分～3時	橋原区公会所、岡谷区公会所 新屋敷会館、間下区民センター
1月7日（金） 午後1時30分～3時	小口区民センター、小井川区民會館 今井区公会所、西堀区公会所
1月11日（火） 午後1時30分～3時	中屋区公民館、中村区民センター、横川公会堂、柴宮館

会費（年額）

中学生以下一人250円

大人一人350円

## 1月の基本目標 環境基本計画のさらなる推進！

### 物を大切に 循環型まちづくり

ごみの減量、リサイクルの推進、また、資源・エネルギーの有効活用に努めます。



△サンデーリサイクルデーでの資源物回収の様子

市民のみなさんは…

- ごみの発生を抑えるとともに、リサイクルできるものはきちんと分別し、資源として出します。

事業者のみなさんは…

- 生産、流通、サービスなど事業活動の各段階で、新エネルギー等の有効活用や、省資源・省エネに努めます。

#### ごみの減量

- 買い物袋（マイバック）を持参する、使い捨て製品の購入・使用を避けるなど、ごみとなるものは持ち込まないようにします。
- 家電製品、家具など大切に扱い、永く使用します。
- 販売店での食品トレイ、ペットボトルの回収、サンデーリサイクルデーの活用など資源物回収に積極的に参加します。

#### 省資源・省エネ対策

- 事業所建設時には、新エネルギーの導入について検討します。
- 白熱灯から蛍光灯、水銀灯からナトリウム灯に変更する、電灯などの汚れを取るなど照明効率に配慮します。
- オフィスでの暖房は設定温度20度以下を目安にします。
- 待機電力等削減のため、国際エネルギースターマーク表示があるものなど、省エネ型の機器を選びます。

◎詳しくは、環境安全課（内線1166）まで



国際エネルギー  
スターマーク

## “シェイプアップ”おやか

リサイクルの前に、まず物を大切に使い、次に物を繰り返し使しましょう！

### ごみを減らすための3R

ごみを減らすためのキーワードは「3R」と言われています。

3R（スリーアール）とは…

- ①Reduce（リデュース：物を大切に使い、ごみを減らす。「マイバックを利用するのモリデュース」）
- ②Reuse（リユース：使えるものは、何度でも使う）
- ③Recycle（リサイクル：回収して、一度原材料にもどしてから製品化する）

私たちの生活は、限りある資源に支えられています。リサイクルする前に、無駄なものを最初から持たない（リデュース）、何度でも繰り返し使うと（リユース）、リサイクルするよりも、ごみも資源の無駄使いもより少なくなります。次の世代の子どもたちが幸せに暮らしていくためには、限りある資源をどれだけ大切に使うかがとても大事です。

実践  
しよう！



ホフ「岡谷ペン助」です

詳細は環境清掃課

☎22-7040

**所得税の還付申告はお早め！  
1月から税務署に受け付けています**

確定申告の期間は、税務署や市の申告相談会場など大変に混雑します。源泉徴収や予定納税によって所得税が納めすぎとなっている方の、還付のための確定申告は1月から提出できます。ご自分で確定申告書を記入し郵送等で税務署に提出するか、還付申告相談(詳細は広報おかや1月15日号)をご利用になり、お早めに還付申告をされることをお勧めします。

また、国税庁ホームページの「所得税の確定申告書作成コーナー」にて、自宅のパソコンで申告書が作成できますので、ぜひご利用ください。

申告書の提出先：〒392-8610 諏訪市清水2-5-22 諏訪税務署総務課 (☎57-5211)  
国税庁 HP <http://www.nta.go.jp>

**油漏れ事故にご注意を！  
給油や保管は万全に！**

寒さも厳しさを増してきて、ご家庭、事業所でも灯油等を使用する機会が多くなる季節です。それに伴い灯油などの流出事故も多くなりますが、左記の点に留意し流出事故を防ぎましょう。

▽漏れ出た灯油などは、火災の危険性があるばかりでなく、土壌や地下水の汚染、また河川や諏

訪湖の水質汚濁を引き起こします。時には、水道水や魚類、農作物に多大な被害を与える怖れもあります。

▽流出事故の原因は、  
◆屋外タンクから給油するとき、ちよつと目を離れたときにあふれ出てしまった。

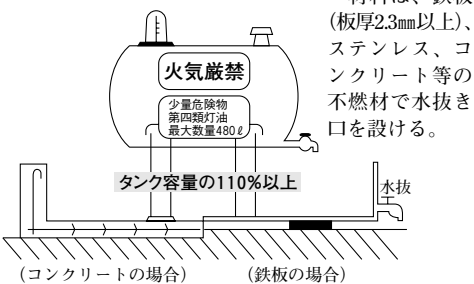
◆大雪などで屋外の給油配管やバルブが破損して、気づかないうちに漏れてしまったなどがほとんどです。

▽給油の際は、目を離さないように十分注意するとともに、屋外タンクや配管を定期的に点検し、漏油事故を防ぎましょう。

※万一、灯油などを流出させてしまった場合は、**岡谷消防署(☎22-0119)**または、**環境安全課(内線1166)**までご連絡ください。河川等に油が流れているのを発見した場合にも、同様に通報をお願いします。

200ℓ以上の灯油タンクには「防油堤」の設置が義務づけられています。

**防油堤の設置例**



**カノラホール**

**催し物あんない**

**カノラ  
ニューイヤーコンサート  
THE GALA OF JAPAN**

1月10日(月・祝) 午後3時開演  
全席指定5,000円 高校生以下2,000円

新春はカノラホールでウィンナ・ワルツやポルカ、オペラやオペレッタの序曲やアリアなど華やかで美しい名曲の数々を楽しみませんか。



指揮・お話  
松尾 亜子



ピアノ  
吉田 浩之



ソプラノ  
家田 紀子

喜歌劇「こうもり」序曲、ワルツ「春の声」、ポルカ「雷鳴と電光」「人知れぬ涙」「カタリカタリ」「踊りあかそう」「乾杯の歌」



松尾亜子とゆかいな仲間たち

詳しくは、**カノラホール(☎24-1300)** まで  
<http://www.lcv.ne.jp/~canora/>

**1月の『はらっぱがれんだあ』**

**明けましておめでとろぞぎぬます!**

**2日(日)** 《はらっぱはおやすみです》

**9日(日)** 午後2時～ — おあそびはらっぱ —  
☆まゆ玉をつくりましょう!

**16日(日)** 午後2時～ — おあそびはらっぱ —  
☆**新春 大カルタ大会**☆

イルフ童画館オリジナルの大型カルタで遊みましょう!

**23日(日)** 《はらっぱはおやすみです》

☆**北島新平・宮下和男ギャラリートーク**  
午後2時～ [第1企画展示室]

**30日(日)** 午後2時～ — おはなしはらっぱ —  
☆絵本のよみきかせ

**今年もはらっぱにあそびに来てね!**

※ 詳しくは、**イルフ童画館**  
(☎24-3319) まで

## 降雪時の

ごみ収集にご協力を！

環境清掃課

☎22-7040

冬期間、降雪により一時的にごみ収集が困難となる収集定位置があります。地区の衛生自治会を通じて連絡があった場合は、収集可能な別の定位置にごみを出す等、ご理解とご協力をお願いします。また、除雪車両による作業のため収集定位置に雪が残る場合があります。ご利用のみなさんで収集定位置が利用できるよう、除雪のご協力をお願いします。

## 無料登記相談所 開設

長野地方法務局諏訪支局では、岡谷出張所の閉鎖に伴う無料登記相談を開催しますので、ぜひご利用ください。

日 時：1月12日（水）

午後1時～4時

会 場：イルプラザ・カルチャーセンター 第2会議室

★相談は、長野県司法書士会諏訪支部所属の司法書士がお受けし、相談内容は秘密厳守されます。

問合せ：長野地方法務局諏訪支局

☎52-1043

## 募集

### スポーツ教室

市民総合体育館

☎22-8800

ママスポ広場 託児所付スポーツ教室（エアロビ）（全8回）

日 時：1月18日～3月8日

毎週火曜日 午前10時～正午

定 員：20組（先着順）

対 象：市内在住の1～4歳のお子さんをお持ちの母さん

場 所：市民総合体育館東体育館

申込み：1月16日（日）まで

女性エアロビクス教室（全8回）

日 時：1月21日～3月18日

毎週金曜日 午後7時～9時

定 員：30名（先着順）

対 象：市内在住、在勤、通学している女性の方

場 所：市民総合体育館2B会議室

申込み：1月18日（火）まで

ボウリング教室（全5回）

日 時：1月29日～2月26日

毎週土曜日

午後7時～8時30分

定 員：20名（先着順）

対 象：市内在住、在勤、通学している高校生以上の方

場 所：スポーツ岡谷

申込み：1月26日（水）まで

## 長野県障害者スキー大会

障害のある選手が、スキーを通じてスポーツの楽しさを体験するとともに、社会参加の促進を図る目的で開催します。

期 日：1月30日（日）

場 所：長野市飯綱高原スキー場

資 格：長野県に居住し、平成16年4月1日現在の満年齢が13歳

以上の身体障害者手帳所持者および知的障害者

申込み：①盲学校、ろう学校、養護学校の生徒、所属する学校校長

②その他、市福祉事務所

学校校長

申込み期限：1月11日（火）

※詳しくは、市社会福祉課（内線

1254）まで

## 障害者クッキング講座 開催

障害のある方を対象に、三色丼、けんちん汁、豆サラダ、デザートなどを作ります。

日 時：1月29日（土）

午前9時～午後1時

場 所：中部電力(株)諏訪営業所内調理実習室（下諏訪町）

定 員：10人

材料費：500円程度

申込み・問合せ：1月11日（火）～

26日（水）の間に諏訪地域障害者自立支援センター・オアシス

☎54-7713

☎54-7723

E-mail oasis03@po26.lcv.ne.jp

## 緊急時

あわてず あせらず 110番

1月10日は  
110番の日

～110番通報は、事件・事故の早期解決の決め手！～  
交通事故や泥棒、けんかななどの被害に遭われたり、見たとき、また不審な人や車を見かけたときは素早く110番してください！

### 110番の上手なかけ方

☆あわてずに、落ち着いて、簡潔に、要領よく、警察官の質問に答えてください。

### 通報のポイント

- ☆何があったか（交通事故、けんか、どろぼう等）
- ☆いつあったか（たった今、5分くらい前等）
- ☆どこであったか（〇〇町〇〇番地、〇〇商店前等）
- ☆犯人の逃走方法（車のナンバー、人相、服装、特徴等）

お急ぎでない相談・照会などは…

- ◆警察相談専用電話 #110
- ◆岡谷警察署 ☎23-0110
- ◆お近くの交番・駐屯所にご連絡ください。



## あなたのパソコンは大丈夫ですか？ セキュリティ相談受付中！ ～岡谷市パソコン相談室～

一般的な質問からコンピュータウイルスや個人情報保護など、セキュリティに関する質問までコンピュータに関する相談を無料で受けられます。

**開催日** 1月8日、22日、2月5日、19日  
3月5日、19日 (いずれも土曜日)

**時間** ①13:00～ ②13:30～  
③14:00～ ④14:30～  
⑤15:00～ ⑥15:30～  
⑦16:00～ ⑧16:30～

**申込み** 相談希望日前日(土日・祝日除く)までに、電話で予約してください。一人25分としますので相談希望日・時間帯および簡単な相談内容をお知らせください。

**申込先** 地域振興課 (内線1594)

**会場** (有)HAMA電器  
☎21-1500  
(中央町3-5-1)



直接会場へお越しください。  
入場 無料

**日時**…1月13日(木)  
午後2時～3時30分  
**場所**…諏訪湖ハイツ201号室  
**講師**…ウエルハートおかや  
**施設長** 西澤有喜子先生

心と体の健康法について

自分の健康を自分でつくるために、講演会と料理教室を開催しますので大勢の参加をお待ちしています。

介護予防教室 開催

**日時**…1月25日(火)  
午前10時～午後1時30分  
**場所**…イルフプラザ・カルチャ  
ーセンター調理室  
**対象者**…栄養素を考慮した食事に関心をお持ちの方  
**持ち物**…エプロン、三角巾、タオル  
**材料費**…500円  
**申込み**…1月21日(金)まで  
**問合せ**…ウエルハートおかや在宅  
介護支援センター(☎28-1100)

調理教室「カルシウムをしっかり補って骨粗鬆病を予防しよう」



## 冬の講座

申込み・問合せ

勤労青少年ホーム(☎23-2201・☎24-3010)まで、受講料を添えてお申し込みください。(電話での仮受けもします)

### 『一年の初めに』ホップ・ステップ・ジャンプ講座

◆リズムトレーニング(定員…30名)  
期間…1月25日～3月1日〔火曜日・全6回〕  
時間…午後7時～8時30分まで  
講師…エアロビクスインストラクター(スタジオビーチハウス)  
費用…受講料600円 受付…1月11日(火)午後6時～

◆ボクシング・フィットネス(定員…30名)  
期間…1月24日～2月28日〔月曜日・全6回〕  
時間…午後7時30分～9時  
講師…古川政典先生(エアロビクスインストラクター)  
費用…受講料600円 受付…1月7日(金)午後6時～

### 『料理バンザイ』味わい講座

◆休日の晩ご飯(定員…24名)  
期間…1月27日～3月10日〔木曜日・全6回〕  
時間…午後6時45分～8時45分  
講師…今井郁乃先生(管理栄養士)  
費用…受講料600円 材料費4,200円  
受付…1月6日(木)午後6時～

### 『冬を満喫』スポーツチャレンジ講座

◆スノーボードに挑戦!(定員…12名)  
期間…1月23日(日)午前8時集合  
時間…午前9時～11時 午後0時30分～2時30分  
講師…富士見パノラマ・スノーボードインストラクター  
費用…受講料100円 講習料900円  
リフト代、用具レンタル(要予約)  
受付…1月6日(木)午後6時～

### 『オリジナル作品』創作講座

◆ビーズアクセサリー(定員…18名)  
期間…1月26日～2月16日〔水曜日・全4回〕  
時間…午後7時～8時30分  
講師…武井梢先生(ビーズ講師)  
費用…受講料400円 材料費3,500円  
受付…1月7日(金)午後6時

対象者…市内在住・在勤の勤労青少年  
会場…勤労青少年ホーム、スノーボードは富士見パノラマスキー場