

# 自動車のご当地ナンバープレート 「諏訪」を実現させよう！

～アンケートにご協力ください～

ご当地ナンバー「諏訪」の導入には、地域住民（自動車ユーザー）の意向であることが前提であり、諏訪地域の全自治体の合意があることに加え、地域のまとまり、県内のバランス等が必要とされています。

このため、諏訪広域連合では諏訪ナンバー創設促進委員会を立ち上げ、地域住民や団体、また、6市町村等と連携しながら、『諏訪』ナンバー実現に向けた活動を行なっていくため、「諏訪ナンバー創設に関するアンケート」を3月に全世帯対象で実施します。みなさんのご協力をお願いします。



## 期待される効果

- 諏訪地域に対する認知度が高まり、観光や地域産業全体の発展が期待できる
- 郷土意識（地域としてのまとまり感）がより強くなる
- 地域の安心・安全に役立つ

諏訪広域連合 企画総務課  
問合せ ☎54-4141 ☎58-1777  
E-mail suwakouiki@wide-suwa.net

## テクノプラザおかや通信

Vol.36

〒394-0028 岡谷市本町1-1-1  
☎21-7000 ☎21-7001  
<http://www.tech-okaya.jp>

### ご利用ください！助成制度

申請書提出期限：3月10日（木）

#### 借工場等への家賃

中小企業者が、創業あるいは事業拡大に伴い市内に工場等を借りた場合に、その家賃に相当する経費に対して、助成をします。

限度額：連続した2年間で1企業120万円  
（1申請につき60万円限度）

助成率：1/2以内

#### 測定機器などの使用料

創業後5年以内の中小企業者が体質強化を図るため、公的工業関係試験場で設備を使用、または試験を行ったときに生じた経費に対して、助成をします。

限度額：50万円  
助成率：1/2以内

### ～転入促進奨励金の申請手続きのお知らせ～

市内事業所への就職促進および人材確保等を目的に、市内に転入する勤労者世帯に対し、賃貸住宅の家賃補助を行っていますので、ご利用ください。

**対象者**…市外から市内へ転入し、市内事業所へ就職または、自営業者として市内で就業する方で市に住民登録をし、賃貸住宅に1年以上居住した、もしくは3月31日現在で居住（予定）している世帯の方（单身も含みます）。ただし、転勤により転入した世帯の方は除きます。

**交付額**…年額3万6000円

（2年間限度、1年ごとの事後申請になります）

### 《計量器の定期検査を受けましょう》

取引・証明に使用されている「はかり」の使用者は、適正にはかかれているかどうか、2年に1度の定期検査を受けなければなりません。

商店等で食品をはかる、または宅配便の取扱いなどに使用されるはかりが対象です。未受検の方は、3月末日までに受検してください。

### 岡谷湖畔公園マレットゴルフ場整備について

岡谷湖畔公園マレットゴルフ場整備のため、3月7日(月)から25日(金)までコースの使用ができません。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

### 「フラット35」は、住宅金融公庫がバックアップする民間金融機関の長期固定金利の住宅ローンです。

- 最長35年の長期固定型金利
- 融資限度最高額5000万円
- 保証料0円、繰上返済手数料0円
- 住宅の質を確保
- 中古住宅の取得も対象になります

住宅金融公庫ホームページ

<http://www.jyukou.go.jp/>

詳しくは、住宅金融公庫北関東支店

フラット35・ホットライン ☎027-232-6000

## 車両通行止めのお知らせ

道路改良工事のため、車両通行止めとなりますのでご協力をお願いします。

日時…3月7日(月)～29日(火)

終日通行止め

(一部通行止めを解除する場合は  
工事看板等でご案内します)

場所…市道25号線(中央通り線)

幸町交差点下から  
三沢タバコ店前まで



※お買い物のお客様は、徒歩にて通行可能です。お車は岡谷中央町駐車場(立体駐車場)をご利用ください。

午前7時  
～  
午前8時

# あいさつではじまる ふれあいたいむ

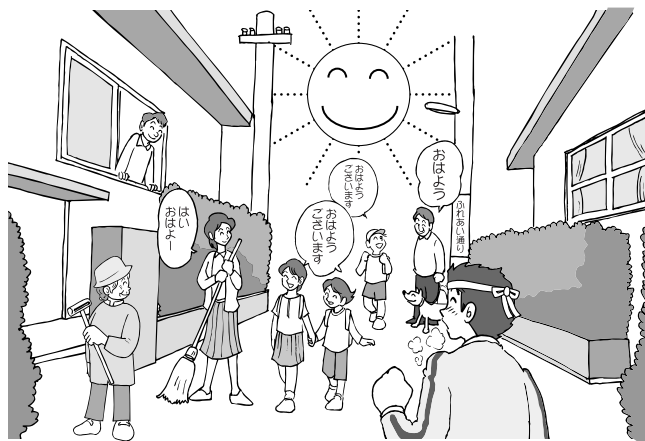
午後3時  
～  
午後5時

子どもを守るみんなの目

登下校の子どもたちの安全を守るため、みなさんのご協力をお願いします。

子どもたちの登下校時刻の時間帯に合わせて屋外活動をしましょう。「散歩」「犬の散歩」「ジョギング」「屋外清掃」「畑仕事」「除雪」などなど…屋外活動をしながら子どもたちを見守ってください。

屋外に出られない場合も、「ふれあいたいむ」の意識を持ちましょう。



市民総参加による子育てのまちづくり

子どもたちを守るには、地域住民の協力が必要不可欠です。

健康  
ひと目メモ  
No.329

花粉症の  
セルフケア

現在、日本人の約20%が花粉症とされ、もはや国民病とさえ言われています。

花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、鼻のアレルギー症状（くしゃみ、鼻水、鼻づまりの三大症状）などを起こす病気です。

今春に飛散するスギ花粉の量は、昨年の夏が猛暑で少雨であったため、花粉を飛ばすスギの雄花の成長が盛んで、飛散量が少なかった昨年春に比べ10〜30倍、例年比でも1.5〜2倍におよぶのではないかと予想がされています。

セルフケアのポイント

避花粉3原則「吸わない」「浴びない」「持ち込まない」が予防対策の基本

1 花粉情報に注意する。  
2 外出は、花粉飛散の少ない日に、なるべく肌の露出を少なく

して、花粉を吸い込んだり、皮膚に浴びないようにする。

3 飛散の多い時は、花粉の侵入を防ぐため、窓、戸を閉めておく。

4 マスクやメガネ、帽子などは、外出時の花粉回避の基本アイテム。マスクやメガネには、花粉専用のものもありますが、普通のマスクでも軽く水を湿らせたガーゼを1枚入れる工夫をするだけでも有効です。

また、コンタクトレンズは涙の流れが悪くなり花粉が停滞しやすいので、できればメガネに切り替える方がよいようです。

5 表面がけばけばした毛織物などのコートの使用は避ける。衣類に付いた花粉が鼻や目の粘膜に付着することもあります。できるだけ、毛皮や毛足の長いセーターよりもポリエステルやナイロンなどのすべすべした素材のコートを着るようにしましょう。

6 帰宅時、衣類や髪の毛をよく払い入室する。必ずうがいや洗顔をすることを習慣化して、皮膚や粘膜に浴びた花粉を取り去るようにします。

見落としがちなのが洗濯物です。洗濯物には花粉がかなり付着していることがあり、外でよく払い落としてから取り込むようにしましょう。

7 室内に花粉を持ち込まないように気をつけても、どうしても入り込んでしまいます。こまめ

に掃除機をかけるなど、掃除を徹底して室内の花粉を除去しましょう。

また、室内が乾燥していると、鼻やのどの粘膜が乾燥して花粉症を一層ひどくすることがあります。加湿器などを使って室内の湿度を50%くらいに保つとよいでしょう。

セルフケアをきちんと行い、症状を緩和し、つらいシーズンを乗り切りましょう。(医師会)

3月の休日緊急当番医・薬局

6 (日)	耳鼻咽喉科梅垣医院 本町3 ☎22-4800	梅垣薬局 中央町2 ☎23-4888
13 (日)	春山眼科医院 本町2 ☎21-2525	湖北堂薬局 本町1 ☎22-2325
20 (日)	つるみね共立(内科)診療所 川岸上1 ☎22-6680	川岸薬局 川岸中2 ☎24-3103
21 (月)	倉田(耳鼻咽喉科)医院 赤羽1 ☎23-7301	矢崎薬局 加茂町2 ☎23-7125
27 (日)	釜口(外科)医院 天竜町3 ☎22-2089	小坂薬局 田中町1 ☎22-8069

※緊急時の医療問合せ…休日・夜間緊急医案内サービス  
☎フリーダイヤル0120-890-422  
受付は原則として午前9時～正午です。

3月の歯科医院休日当番 (岡谷下諏訪歯科医師会)

6日(日)…林歯科医院 (下諏訪町社・☎28-6586)  
13日(日)…ララ歯科医院 (中央町1・☎21-1555)  
20日(日)…南信堂歯科医院 (加茂町2・☎22-3341)  
21日(月)…スマイル歯科医院 (湖畔3・☎24-0315)  
27日(日)…藤岡歯科医院 (本町1・☎22-2138)

※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。

# カメラ レポート

## 2/14 岡谷駅でうなぎ弁当販売

岡谷市の玄関口、岡谷駅で岡谷の名産「うなぎ」のかば焼きが入った駅弁「うなぎ弁当」(1,050円)の販売が始まりました。伝統を守り続けた「うなぎのまち岡谷」を積極的にアピールするとともに、新たに地元の名産を販売しようと、「うなぎのまち岡谷の会」が毎日、午前11時前後に搬入し限定5食で駅構内売店で販売を開始しました。旅行の際などにまとまった数量の予約販売も可能ですので、ぜひ一度、駅でしか買えない「うなぎ弁当」を味わってみましょう。



## 2/18 これまでの人生を振り返り、 今後を見つめる 1/2成人式開催

小井川小学校4年生(2学級/70人)のみなさんが、成人年齢の半分の10歳を区切りに、これまでの人生を振り返り、10年後の成人式までに何ができるのか考えるきっかけ作りとして、「1/2成人式」をカノラホール大ホールで開催しました。式では今まで総合的な学習の時間で取り組んできた太鼓演奏、創作オペレッタや踊り、合唱などの「10歳の思い出」と題したステージに保護者や関係者約400人が見守る中、自分たちで作りあげた式を精一杯披露していました。



## 2/13 農業シンポジウム 料理研究家 山本麗子さんが講演

信州の食材の活かし方を再認識し、農業を通じた高齢者の生きがいづくりや子どもたちの農業体験の必要性などについて考える、農業シンポジウムがカノラホール小ホールで開催されました。平成6年から東御市に移り住んでいる料理研究家の山本麗子さんの「おいしく作って、おいしく食べよう」と題した講演会が行われ、身近な料理のお話ということもあり、大勢集まった参加者のみなさんは豊かなライフスタイルの充実に向け理解を深めていました。



## 2/21 行財政改革プラン策定に向け 策定市民会議スタート

第1回岡谷市行財政改革プラン策定市民会議が行われ、林市長より一般公募も含めた委員20名に委嘱状が交付されました。この会議は、国の三位一体改革のなか、合併が白紙となり、ますます厳しくなる財政状況のなかであっても、市民総参加による特色あるまちづくりを推進できる行財政基盤の確立を目指すために、平成18年度から27年度までの10年間を計画期間とし、歳入の確保と歳出の削減、効率的な行政運営などの各種課題に的確に対応していく「岡谷市行財政改革プラン」を委員のみなさんの意見・提言を基に、12月までに策定していきます。