

お知らせ

精神障害者通院医療費公費負担制度

身体障害者更生医療費給付
を利用されているみなさんへ

社会福祉課
内線1254

精神障害者通院医療費公費負担制度および身体障害者更生医療費給付は、障害者自立支援法の施行により、自立支援医療として制度が変わります。4月1日からは、医療費の窓口負担が原則1割になります。（世帯の所得や病状によっては月々の上限が設けられます）

現在この制度を利用されている方には、個別通知が必要な申請のご案内をしますが、速やかに社会福祉課障害福祉担当で手続きを行ってください。（遅くとも2月末まで）

※医療機関によっては、書類を預かり、市への送付を代行してくれるところもあります。

所得税の還付申告はお早めに！

1月から税務署で受け付けています

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過ぎとなっている

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、2月1日～15日の還付申告相談をご利用になり、お早めに還付申告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>

無料登記相談所 開設

長野地方税務局諏訪支局では、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11日（水）

午後1時～4時

場所：イルフプラザ・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：長野地方税務局諏訪支局

（☎52-1043）



“シェイプアップ” おかや

ライター・スプレー缶は、必ず使い切り缶には穴をあけてから排出してください



最近ライターやスプレー缶を使い切らずに排出される方がいます。ガスが残った状態で、収集車へ入れると破裂し発火するおそれがあり大変危険です。

ライターやスプレー缶を排出する際には、必ず使いきるか穴を開けてガスを抜くなどしてから出してください。なお、スプレー缶は資源物ですので材質によりアルミ缶またはスチール缶として出してください。



今日のサンデーリサイクルデー（資源物回収日）は、1月29日（日）の午後1時～3時に、西友岡谷北店・南店の駐車場でを行います。当初1月・2月は行わない予定でしたが、エコライフ岡谷・岡谷市衛生自治会連合会の協力により実施することになりました

詳細は環境清掃課
☎22-7040

1月の基本目標 環境基本計画のさらなる推進！

物を大切にする循環型まちづくり

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。



△ひざかけなどWARM BIZの実践を！

市民のみなさんは…

- 電気・ガス・水道水・灯油・ガソリンなどの消費量を把握し、その節減に努めます。

事業者のみなさんは…

- WARM BIZ（ウォームビズ）を取り入れ省エネに努めます。

市民のみなさんは…

- ★水…風呂の残り湯を洗濯水に使用します【残り湯50ℓを洗濯に使った場合、年間で二酸化炭素約17kg、約5,000円の節減になります】
＜参考＞水道水の供給には、水を浄水場できれにする、蛇口まで届けるなど、多くの電気が使われているため、節約することは地球温暖化防止につながります。環境家計簿をつけましょう！
- ★電気…家電製品のコンセントはこまめに抜く、待機電力をカットできるテーブルタップを取り入れるなどします。【全国の二酸化炭素総排出量のうち約20%は家庭から】

事業者のみなさんは…

- ★WARM BIZとは…地球温暖化防止対策のための『寒い時には着る、過度に暖房機器に頼らない』という原点に返った、暖房温度20℃で働きやすく暖かく格好良いビジネススタイル。
＜実施例＞重ね着をする、インナーウェアを着る、座ってできる仕事はひざ掛けを使うと体感温度が違います。【カーディガン、上着を着ると体感温度が約2℃上がります】

◎詳しくは、環境安全課（内線1166）まで

笑顔で卒煙クリニック 開催

期 日…1月26日(木)
会 場…諏訪保健所
諏訪市上川1-1644-10

参加者…卒煙を希望される方
内 容…

- 各種測定
- 尿中ニコチン代謝物測定
- 吸気一酸化炭素濃度測定
- ニコチン依存度等
- 助言等
- 禁煙サポート
- ニコチン代替療法
- 禁煙開始日と禁煙宣言

※所要時間は一人1時間程度です
申込み・問合せ…1月20日(金)
までに諏訪保健所に申し込んで
ください。(☎57-2926)

給水装置工事事業者

下水道排水設備指定工事店

水道管理課
内線1413

指定工事店として次の業者を指
定しました。

◇日之出建工株式会社
箕輪町大字中箕輪

☎0265-707000
8737-1



考えよう家族みんなで健康づくり こどもの頃からの生活習慣病

講演会のお知らせ

日 時…1月28日(土)
午後1時30分～3時30分
(受付・測定は午後1時～)

会 場…諏訪市保健センター
2階多目的ホール

講 師…富山大学医学部 保健医

学講座教授 鏡森 定信先生
その他…先着100名に健康グッズを
プレゼントします。

・託児を希望される方は事前に申
込みをお願いします。

・受付終了後、保健師・管理栄養
士による健康・食事相談を行いま
す。気軽に立ち寄りくださ
い。

※血圧・体脂肪測定ができます。

測定希望の方はお早めにお出
かけください。

問合せ…糖尿病地域ぐるみ対策部
会事務局 諏訪保健所保健衛生
ユニット(☎57-2927)

岡谷湖畔公園

諏訪湖上噴水

凍結防止のため
3月27日(月)
まで停止します

1月 図書館情報 ☎22-2031

おはなしの森

日 時…1月7日・14日・21日〔毎回土曜日〕
時 間…午後3時～と午後3時30分～の2回

ちいさなおはなしの森

乳幼児向けの絵本の読み聞かせ・パネルシアター・
紙芝居など…

期 日…1月17日(火) 時 間…午前10時30分～

1月の テーマブックス

児童書

どうぶつ主人公

冬の子ども工作教室

日 時…1月28日(土) 午後1時30分～

場 所…岡谷図書館 2階会議室

内 容…☆おにの面

☆牛乳パック・ペットボトル等を使った
簡単工作

急ぐほど 正しくはつきり 110番

～緊急な事件・事故は、すぐ110番～

交通事故や泥棒、けんかなどの被害に遭わ
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!

通報のポイント

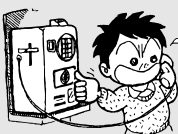
- ☆何があったか(交通事故、けんか、どろぼう等)
- ☆いつあったか(たった今、5分くらい前等)
- ☆どこであったか(岡谷市〇〇商店前等)
- ☆犯人の逃走方法(車のナンバー、人数、人相、服装等)

携帯電話からの通報時のお願い

- ☆自分の電話番号を確認してから通報してください。
- ☆通報している場所を明確に伝えてください。
- ☆運転中の通報は危険です。車両を停止させてから通報してく
ださい。
- ☆通話状態が悪い場合は、最寄の公衆電話を利用するか、場所
を変えてかけ直してください。

お急ぎでない相談・照会などは…

- ◆警察相談専用電話 #9110
- ◆岡谷警察署 ☎23-0110
- ◆お近くの交番・駐屯所にご連絡ください。



募集

岡谷駅南側の貸駐車場(月極)の 使用者を募集

都市計画課
内線 1334

都市計画課では、岡谷駅南貸駐車場の使用者を募集します。

電車通勤の方、お近くにお住まい、お勤めの方で、駐車場をお探しの方等は、この機会にぜひお申し込みください。

使用期間：許可の日から3月末まで

※使用期間後(4月1日から)は新たな申込み手続きをしていただきます。(年度毎更新)

使用料：1か月3500円

募集区画数：31台分

申込期間：1月10日(火)～

申込方法：都市計画課の窓口においてある申込書に所定の事項を記入のうえ、提出してください。

(印鑑持参)

※使用者は先着順により決定し、区画がいっぱいになり次第締切ります。

岡谷技術専門学校

平成18年度学生追加募集

募集科目：コンピュータ制御科

募集人員：20名

応募資格：高等学校を卒業した人
または卒業見込みの人

募集締切：1月18日(水)

提出書類：入校願、受験票、調査書(平成17年度高等学校卒業見込みの方)、卒業証明書のコピー、切手240円分

申込み・問合せ：岡谷技術専門学校
(☎22-2165)

申込み・問合せ：岡谷技術専門学校

暴力追放ポスター・標語を 募集します

内容：暴力団を許さない、暴力団を排除する意識の高揚を訴えるもの

応募要領：

◆ポスター：B3版画用紙(裏に氏名記入)

◆標語：Eメール、はがき、FAXで。

一人でも何点でも応募可能です。
締切：1月20日(金)

当日消印有効

その他：作品には必ず住所、氏名(ふりがな)、電話、年齢を入れてください。

入選作品は7月の「民事介入暴力対策長野大会」の席上で表彰します。

送付先・問合せ：〒380-8510

長野市南長野幅下692-2

(財)長野県暴力追放県民センタ

1(☎026-235-2140)

FAX 026-233-3741

E-mail:boutsui@mx2.avis.ne.jp

岡谷病院

1月16日(月)は
外来診察を
お休みします

第8回 市民学習会

心を育てるロールケーキ作り

～親子で参加しませんか!!～

日時 1月21日(土)
午後1時～3時

会場 イルプラザ・カルチャー
センター 調理室

講師 小林 靖広さん

持ち物 エプロン 材料費 1組500円

定員 20組 小学生の親子
(中学生・高校生も可)

申込み 1月10日(火)までに、生涯学習
のボランティア会横内達夫会長
問合せ (☎23-2962) まで

1月20日(金)は

無事故無違反
(M・M)デー

シートベルト着用を徹底しましょう!

飲酒運転は絶対にやめましょう!

～飲酒運転は犯罪です～

街頭献血にご協力ください

日時 1月4日(水)
午前10時～正午、午後1時～3時30分

会場 アピタ岡谷店 東側出入口

みなさんのご協力をお願いします

問合せ：健康推進課(内線1183)