

10月は可燃ごみ減量推進月間です

可燃ごみの分別にご協力をお願いします！

可燃ごみの中には紙類などの資源物が多く入っています。ダンボール、新聞、雑誌、牛乳パック以外の **小さな紙** も資源物です。



★資源物として出せる主な紙類★

◎割箸袋



◎お菓子の箱



◎封筒 (フィルム状の窓の部分は可燃)



◎包装紙



◎シュレッダー紙



◎トイレトーパーの芯



◎チラシ



◎圧着はがき



◎たばこの箱 (外装フィルム、銀紙は可燃)



◎ティッシュの箱 (取り出し口のビニールは可燃)



小さな紙は使わなくなった紙袋（透明袋可）に入れて、中身が出ないようにし古紙の収集日に定位置に出してください。



★資源物として出せない紙類★

裏カーボン紙 金紙 銀紙 ビニールコーティング紙 感熱紙

10月は清掃工場焼却施設の点検および修繕工事を行ない、一炉運転となりますのでごみの減量にご協力ください

問合せ
環境清掃課（内線1920）
☎22-7040

がんばろうおかやフェスタ 2007

平成18年7月豪雨災害により様々なイベントが中止となる中、“元気をなくしているまちを何とか盛り上げよう”との思いで昨年開催された「がんばろうおかやフェスタ」が、その思いを風化させないようにと、「ファイト岡谷フェスティバル」と商業連合会の「第21回楽楽市」とのコラボレーションにより今年も開催されます。当日は、童画館通り・中央通りが歩行者天国となり、楽しいイベントが盛りだくさん！家族そろってお出かけください。

日時 10月6日(土)午前10時～午後3時30分 (各イベントは主に午前10時30分から)

ファイト岡谷フェスティバル

●こどもランド ～元気にあそぼう！～

会場：中央通りメモリー駐車場ほか

- ・ミニ機関車・バッテリーカー・ふわふわ遊具・金魚すくい
- ・駄菓子コーナー・魔弾戦記リュウケンドーがやってくる
- ・日本一に挑戦！綱引き対決・ピエロ芸人など

●まちなかコンサート

会場：大橋機械駐車場、ララオカヤ

- ・保育園児の遊戯・地元中高生、楽団の吹奏楽・アマチュアコーラスの合唱

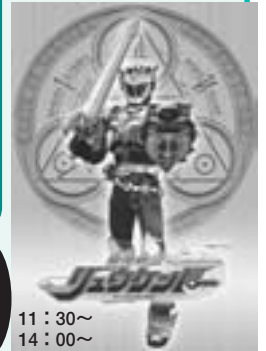
●ふれあい路上ライブ

会場：旧中田商店駐車場

- ・アマチュアバンド演奏、ダンスチームのダンス



魔弾戦記リュウケンドー
ゴッドリュウケンドーが
やってくる



観覧無料

11:30～
14:00～

©「魔弾戦記リュウケンドー」製作委員会/
テレビ愛知・ウィーヴ

●FIGHT岡谷資料展

会場：ララオカヤ

- ・平成18年7月豪雨災害関連のパネル、作文の展示



第21回

楽楽市

◆ララオカヤ会場

- ・海魚と遊ぼう(玉野市からきたお魚が来る!)
- ・岡谷スタンプポイント交換会
- ・いきいきマーケット・不動産フェア 等

◆童画館通り会場

- ・ミニうな井の無料サービス・子供太鼓
- ・MINAKOIわっさか・商業会イベント 等

◆イルフプラザ周辺会場

- ・東伊豆キンメ鯛味噌汁の無料サービス
- ・姉妹都市物産コーナー・店舗会出店 等

◆中央通り会場

- ・焼肉の無料サービス・屋台
- ・フリーマーケット・商業会イベント 等

◆アピタ会場

- ・ふわふわ遊具・パトカー、白パイの展示
- ・検眼、献血・燃料電池自動車の展示
- ・テナント会イベント 等

※ミニうな井、味噌汁、焼肉の無料サービスは12:00～

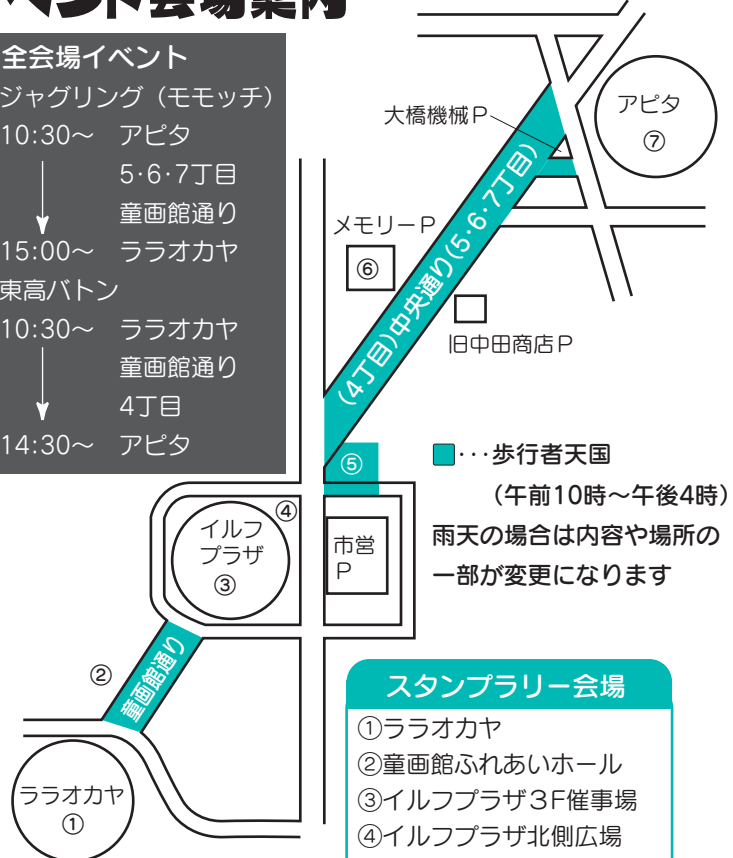
★スタンプラリー

全会場を通じて、クイズに答え5つのスタンプを集めると豪華景品が当たるチャンスが!

イベント会場案内

■全会場イベント

- ・ジャグリング(モモッチ)
10:30～ アピタ
5・6・7丁目
童画館通り
- ↓
- 15:00～ ララオカヤ
東高バトン
- 10:30～ ララオカヤ
童画館通り
- ↓
- 14:30～ アピタ
4丁目



…歩行者天国
(午前10時～午後4時)
雨天の場合は内容や場所の一部が変更になります

スタンプラリー会場

- ①ララオカヤ
- ②童画館ふれあいホール
- ③イルフプラザ3F催事場
- ④イルフプラザ北側広場
- ⑤立駐横姉妹都市ブース
- ⑥5・6・7丁目こどもランド
- ⑦アピタ駐車場

●問合せ：商業観光課地域活性化担当(内線1457) 商工会議所 ☎23-2345

2007年度 岡谷市民健康づくりのつどい

メタボリック退治の 風林火山大作戦



10月14日(日)

午前10時～午後3時

場所 イルフプラザ・カルチャーセンター

健康クイズラリー

健康クイズに答えて、先着200名に記念品プレゼント

心エコー検査体験・CCDカメラ検査体験

午前10時30分～、午後1時～

AEDデモンストレーション

午前10時30分～、11時30分～、午後1時30分

◇出陣式 午前10時～

野菜たっぷりサラダ大賞 表彰式

◇午前10時40分～

野菜たっぷりサラダ大賞 試食

福祉団体の協賛販売コーナー

ひだまりの家、革細工の会
つばさ作業所、岡谷福祉作業所

バルーンアート

風船でかわいい犬を作ろう!!

いざ体験!

足腰丈夫に!!

おたっしゃブーツキャンプ

午前10時30分～11時

カラダのびのび

やすらぎブーツキャンプ

午後0時30分～1時

メタボ撃退

ほっそりブーツキャンプ

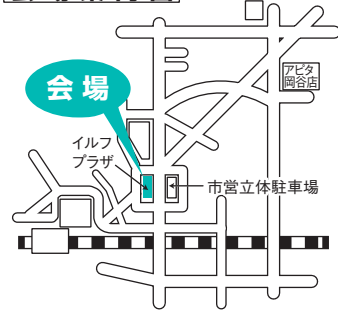
午前11時30分～正午

もっときれいに

ファットバーンブーツキャンプ

午後1時30分～2時

会場案内図



由布姫(ミス諏訪)がみなさんをお待ちしています。

● コーナー案内 ●

～己を知る 測定コーナー～

風

- ①心エコー検査体験
- ②CCDカメラ検査体験
医師会の先生による健康相談
- ③AEDデモンストレーション
- ④運動療法相談、高次脳神経障害相談、摂食言語障害相談
- ⑤歯科健診と相談、咬合力測定、口臭測定
- ⑥動脈硬化測定(A B I 血圧脈波検査装置使用)
- ⑦骨密度測定(超音波測定機使用)
- ⑧まちの保健室
(簡易血糖値測定、血圧測定、健康相談)
- ⑨体重体組成測定

～お悩み解消 相談コーナー～

林

- ⑩フッ素塗布、フッ素洗口
歯みがき指導と歯科相談
口腔ケア用品の展示と説明
- ⑪呼気一酸化炭素測定、禁煙相談
- ⑫運動、トレーニング体験
(ミニレッスン)、運動・減量相談
(各種ブートキャンプ)

～心と体の満腹 食のコーナー～

火

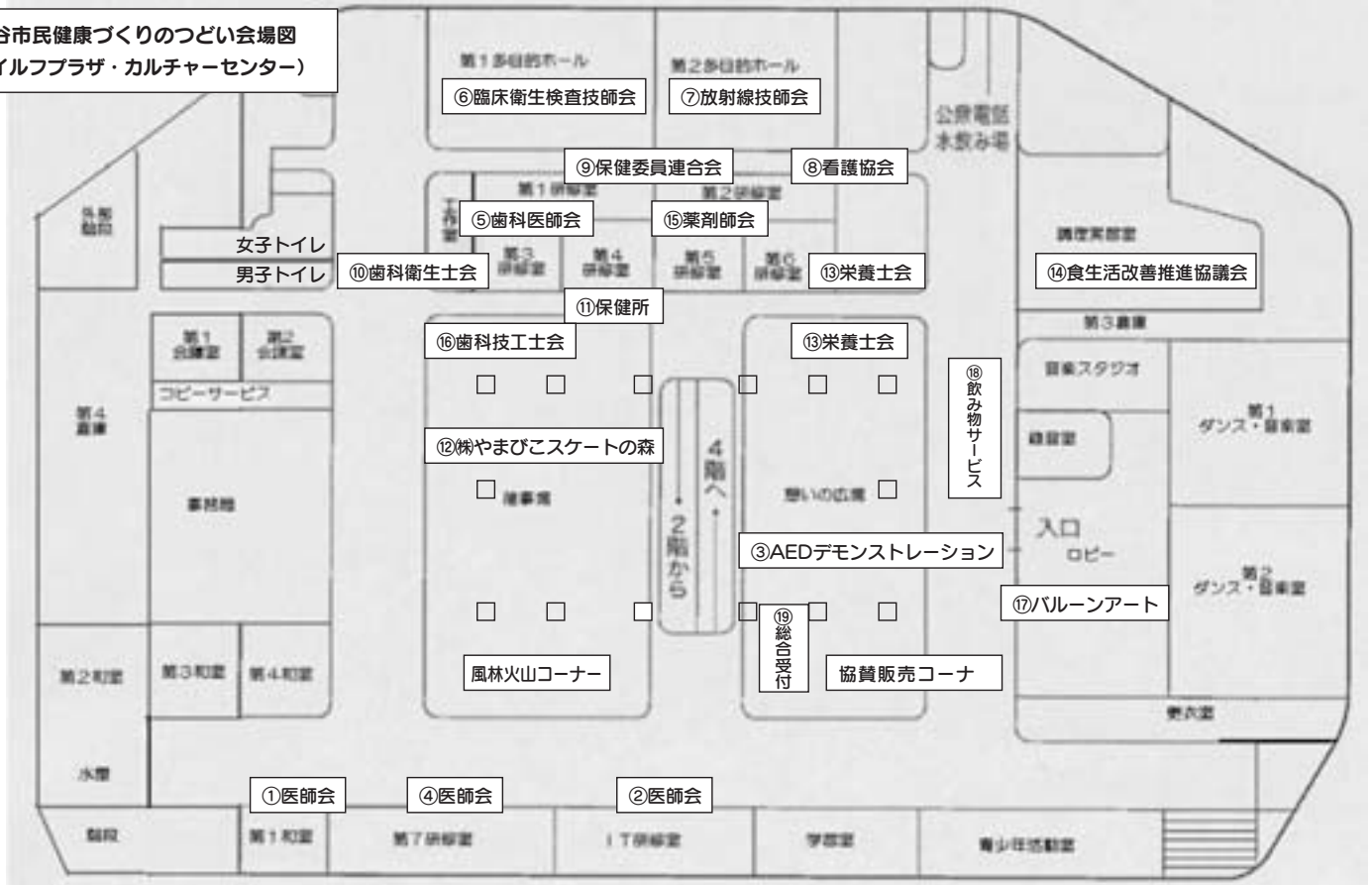
- ⑬栄養士によるメタボリックシンドローム相談
- ⑭野菜たっぷりサラダ大賞
「入賞レシピ」の発表と展示、レシピの配布
「大賞レシピ」の試食
健康バランス弁当「由布姫のごはん」
展示、レシピ配布
「かぼちゃコロケ」の試食

～やすらぎ 遊びと休憩コーナー～

山

- ⑮「森林・温暖化」パネルの展示
ハーブティーの無料サービス
(お薬相談も実施)
- ⑯歯科ほてい物に関するパネルと模型の展示
石膏人形に色づけ体験・プレゼント
- ⑰バルーンアートで遊ぼう
- ⑱飲み物の無料サービス
- ⑲由布姫に会おう

岡谷市民健康づくりのつどい会場図
(イルプラザ・カルチャーセンター)



主催 岡谷市・岡谷市民健康づくりのつどい実行委員会

参加団体 岡谷市医師会、岡谷下諏訪歯科医師会、歯科衛生士会諏訪支部、諏訪歯科技工士会岡谷地区会、岡谷薬剤師会、長野県栄養士岡谷地区会、岡谷市食生活改善推進協議会、岡谷市臨床衛生検査技師会、長野県放射線技師会南信地区支部、長野県看護協会諏訪地区支部、㈱やまびこスケートの森、岡谷市保健委員連合会、長野県理学療法士会、長野県作業療法士会、長野県言語聴覚士会、岡谷市高齢者クラブ連合会、岡谷市社会福祉協議会、岡谷市市長会、岡谷市民生児童委員協議会、岡谷市体育指導委員会、岡谷市小中学校長会、諏訪保健所 順不同

問合せ…健康推進課 (内線1181)