

保健センター

6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	20日(水)	19年2月生まれ
9～10か月児	27日(水)	18年8月生まれ

- ▷受付…午後1時～1時30分
- ▷持ち物…母子手帳、バスタオル、おたずね用紙

■すくすく学級（離乳食の教室）

〈前期〉

- ▷日時…22日(金) 午前9時50分集合
- ▷該当児…平成19年1月～2月生まれ
- ▷持ち物…母子手帳、タオル、エプロン、三角巾

■パパ・ママ教室（参加目安…妊娠5～7か月位）

〈2回目〉

- ▷日時…15日(金) 午後7時～8時30分
- ▷内容…お父さんの妊婦体験、夫婦でできる妊婦体験など
- ▷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)

■歯科相談

- ▷日時…25日(月)午前10時～正午
- ※予約制となりますので事前にご連絡ください

■食生活・栄養相談

- ▷日時…25日(月) 午前10時～正午
- ※予約制となりますので事前にご連絡ください
- 予約専用電話☎23-6141

まちの保健室

◇ロケット（健康相談）

- 日時…15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）

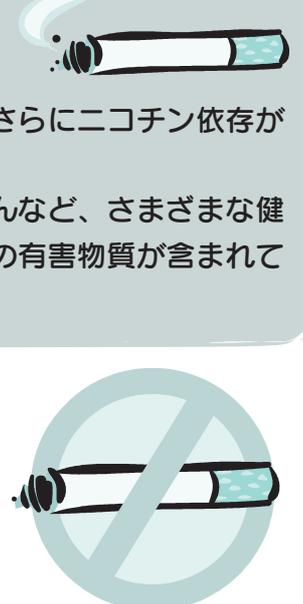
- 日時…25日(月) 午前10時～正午
- 場所…1階ロビー

6月6日まで禁煙週間です!!

たばこの害とは…

- ①たばこは、肺がんをはじめ、さまざまな生活習慣病の原因となっています。
たとえば… 脳卒中や心臓病の原因にもなります。
- ②若いときに吸い始めるほど、健康への影響が大きくなります。
吸っている期間が長くなるため、生活習慣病にかかる危険性が高まります。さらにニコチン依存が強くなり、やめようと思ってもなかなかやめられません。
- ③吸っている人だけでなく、周囲の人がたばこの煙を吸うと、同じように肺がんなど、さまざまな健康被害を受けます。喫煙者のたばこの先から出る煙には、吸う煙よりも多くの有害物質が含まれています。

たばこの害は自分だけの問題ではありません。ぜひこの「禁煙週間」中にたばこを吸うことが、自分の健康だけでなく、周囲の人の健康に影響が出てしまうことについて認識し、禁煙することも含め、どうしていくのが良いのか考えてみましょう。



景観ワークショップ開催のお知らせ

市では、19年度から20年度にかけて「住まい街並み形成マニュアル」を市民のみなさんと協働で策定する事業を行います。今年度はマニュアル策定のためのワークショップを開催しますので多くの方の参加をお願いします。ワークショップでの意見等は今後の景観形成事業に活用していきます。



今年度のワークショップは6月から偶数月の第3日曜日に行い、全5回を予定しています。参加者のみなさんの要望に添えて実施しますので、ご意見等ありましたらお聞かせください。

◇ワークショップに関する
問合せ・申込みは…
都市計画課建築担当
(内線1375)

Eメール tk@city.okaya.nagano.jp

第1回ワークショップの内容
 テーマ 諏訪湖周辺の景観形成について
 日時 6月17日(日)午前8時30分～午後0時30分
 場所 集合：市民総合体育館スワンドーム玄関前
 午前8時15分から受付開始
 下浜～湊湖畔の景観ウォッチング 約1時間
 意見交換：諏訪湖ハイツ202研修室 約2時間
 ※デジカメを持参できる方はお持ちください。
 ★参加希望者は事前に氏名、住所、電話番号を添えて、申込みをお願いします。

広告

岡谷市内耐震診断のお知らせ

あなたのマイホームは万が一の大災害に耐えられますか。

昭和56年以前※に住宅を建てられた方、住宅の耐震に不安を抱えている方は耐震診断および耐震改修を実施しておりますので、お問い合わせ下さい。

※昭和56年(1981年)6月に建築基準法が改正され、耐震性の高い設計が義務付けられました。昭和56年以降の家も耐震性の確認をおすすめ致します。

詳しい内容のお問い合わせは… 興和工業株式会社 電話23-2630 担当 伊藤まで

財源確保のため有料で広告を掲載しています

(介護保険)

～介護福祉課からのお知らせ～

◎65歳以上で介護保険料を年金天引きされている方(特別徴収の方)へ

介護保険料の平準化により6月・8月の天引き額を変更させていただくため、平成19年度介護保険料仮徴収額変更通知書を6月上旬にお送りします。市内では、約2,100人のみなさんに通知をお送りします。

Q.介護保険料の平準化とはなんですか？

A.これまで、年金から保険料が天引きされる時に、年度の前半と後半で保険料の額に大きな差が出てしまうことがありました。これは天引きする額を調整することができなかつたためによるものですが、介護保険法の改正により、18年度から仮徴収額の増額・減額の調整ができるようになりました。

諏訪広域連合では、6、8月の仮徴収額を調整して、今後、1回に納めていただく保険料がほぼ同額となるような処理を行います。この処理を介護保険料の平準化といいます。このため、仮徴収額の変更をさせていただきます。

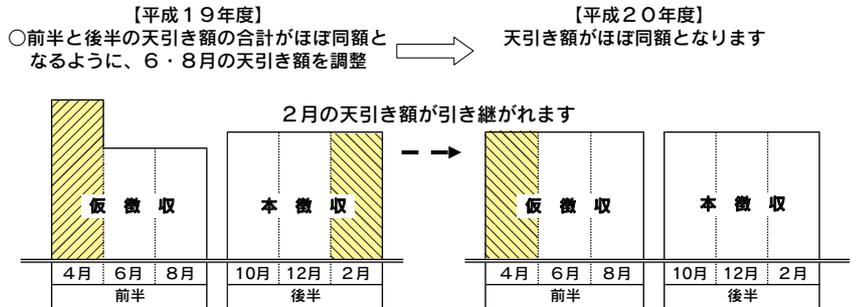
また、前半と後半の保険料額が変わらない方に関しては、この通知は送付されません。(保険料額が変更されません)

詳しくは、通知に同封されている説明文をご覧ください、不明な点はお問い合わせください。

【問合せ】

介護福祉課介護保険担当 (内線1283)
諏訪広域連合介護保険課
☎82-8161 (直通)

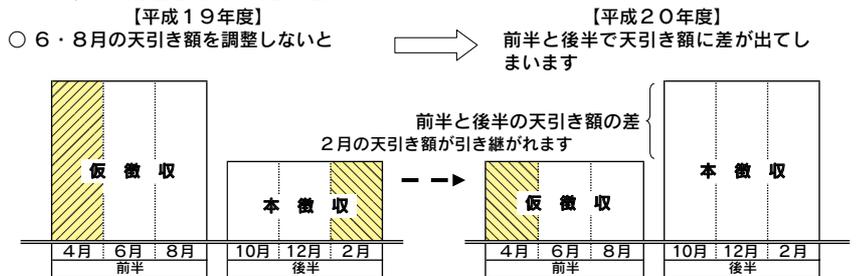
(平成19年度の前半が高かった場合の平準化)



- ・前半の天引き額変更を6月に通知
- ・後半の天引き額は7月に通知します

※平成19年度の前半が低かった場合は、6月・8月の天引き額は増額の調整がされます。

(平準化をしなかった場合)



文学散歩

『風林火山をめぐる甲斐の旅』

<高村光太郎の特別企画展>

読書サークル協議会のみなさんと一緒に、初夏の文学散歩に参加してみませんか。

◇日時…6月17日(日) 午前8時(図書館発)～午後6時(図書館着) 予定

◇見学場所…○景德院(武田勝頼公菩提寺)

○恵林寺

○武田神社

○山梨県立文学館

◇参加料…9,500円

◇申込み…6月5日(火)～10日(日)までに
参加料を添えて、市立岡谷図書館へ
お申し込みください。

※定員45名になり次第締め切ります。

問合せ…市立岡谷図書館 ☎22-2031 (主催 岡谷市読書サークル協議会)

国内初！ワイドカラーUV印刷を開発・実用化しました

ワイドカラーって？

ワイドカラーは緻密な色分解の調整と特殊な4色インキで、従来の4色オフセット印刷よりも
広色域・高濃度印刷が可能になる印刷方法です。

ハイデルベルグ・ジャパン、T&K TOKAとオノウエ印刷、三社で共同開発。

UV印刷って？

「広報おかや5/15号」当社広告ページをご覧ください。

どんなメリット？

- ①とにかく発色が鮮やか！
- ②速乾性による納期短縮！
- ③手触りのあるラフな用紙に印刷しても、インキが沈まない、擦れない。デザイナーさん必見！



株式会社 **オノウエ印刷**

高級カラー印刷専門

〒392-0015 長野県諏訪市中洲586番地

TEL 0266-52-8020(代表) FAX 0266-52-3058

URL <http://www.op-onoue.co.jp> E-mail ask@op-onoue.co.jp



ワイドカラーUV印刷で
刷られた製品

広告

財源確保のため有料で広告を掲載しています