

-  相談
-  乳幼児健診
-  予防接種
-  子育て学習

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政相談	13日(水)午前9時～正午 庁舎201会議室			
無料法律相談 【予約制】	19日(火)午後1時～5時 ※2月分予約：1/20日(水)～受付開始 社会福祉課			
高齢者の暮らしと財産 を守るための相談	21日(木)午後1時～4時 介護福祉課相談室			
ことばの教室 【予約制】	月・水曜日 午前9時30分～午後2時30分 子ども課			
家庭児童相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 子ども課 児童虐待24時間対応通報専用電話 ☎23-4767			
母子相談	月・火 午前9時～午後4時 水～金 午前10時～午後5時 社会福祉課			
教育相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 諏訪湖ハイツ教育相談室 ☎24-2206			
教育相談 【予約制】	(専門カウンセラー)13日(水)、27日(水) 午前11時30分～午後5時 申込み 諏訪湖ハイツ教育相談室 ☎24-2206			
夜間教育相談	19日(火)午後6時～8時 諏訪湖ハイツ教育相談室 ☎24-2206			
女性のための相談	19日(火)午前10時～午後4時 申込み 企画課 会場 イルプラザ・カルチャーセンター			
中小企業経営技術相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時30分 テクノプラザおかや ☎21-7000			
産業財産権相談会 (発明相談)	14日(木)午後1時～4時 テクノプラザおかや ☎21-7000			
ミニジョブカフェ 【予約制】	仕事に対する疑問や悩みについての相談 28日(木)午後1時～5時 会場 勤労青少年ホーム 対象者 概ね35歳未満 問合せ テクノプラザおかや ☎21-7000			
キャリアサポート 【予約制】	悩みを打ち明ける相手がいない、自分が我慢してい ればいいと思っている人のための相談所 10日(日)午前9時～午後0時30分 対象者 どなたでもOK テクノプラザおかや ☎21-7000			
高齢者職業相談	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時 庁舎内同相談室☎22-2687			
農地相談 【予約制】	月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時30分 農業委員会室			
ふれあいおしゃべり電話	月曜日～金曜日	社会福祉協議会 ☎24-2121		
ボランティア総合相談	午前8時30分			
金銭管理 財産保全相談	～午後5時30分			
社協心配ごと相談				
家庭介護相談				
結婚 相談	相談日	時間	場所	連絡先
	火曜日	午前10時～午後4時	諏訪湖ハイツ 312相談室	市社協☎24-2121
	第1・3土曜日	午前10時～午後4時		諏訪湖ハイツ☎24-2290(内線3112) (080-5143-3202)
	第2・4木曜日	午後6時～午後9時		

金	土
<p> さとう眼科医院 1 ☎27-0085</p> <p> 林内科・循環器科クリニック ☎26-8100</p> <p> あさひ中央台歯科診療所 ☎26-1414</p> <p> 御子柴薬局 ☎27-7056</p> <p> イズミ薬局 ☎28-6566</p> <p> 旭設備 ☎23-3764</p>	<p> 牛山医院 2 ☎78-1192</p> <p> 信濃医療福祉センター ☎27-8414</p> <p> 太田歯科医院 ☎22-4648</p> <p> 小坂薬局 ☎22-8069</p> <p> 土田薬局 ☎28-3232</p> <p> 丸竹下島商店 ☎22-2406</p>
8	9
<p> 離乳食教室(ステップ3) (21年1月～2月生) 集合午前9時50分</p> <p> オスガ設備 ☎27-6622</p>	<p> シンニチ設備 ☎22-1365</p>
15	16
<p> 旭設備 ☎23-3764</p>	<p> 総設工業 ☎28-8504</p>
22	23
<p> 離乳食教室(ステップ2) (21年6月～7月生) 集合午前9時50分</p> <p> アイテック ☎23-8500</p>	<p> 水道建設 ☎23-2662</p>
29	30
<p> ミヤサカ管工 ☎22-9615</p>	<p> イワナミ ☎22-2222</p>

今月の納税

- ◎市県民税 第4期
- ◎国民健康保険税 第10期
- 納期…2月1日(月)

納税は便利で確実な口座振替をご利用
ください。
期限内納付にご協力を!

問合せ●税務課(内線1135)

妊娠5～7か月の 「パパ・ママ教室」受講申込み受付中

3回目▶1月15日 産後のメンタルヘルス、お風呂の入れ方など

※2月5日から新しいクールが始まります。

申込み・問合せ 健康推進課 ☎23-6141(直通)



日	月	火	水	木
<p>●休日急病当番医院 受付は原則午前9時～午後5時です。 (午後については来院前に電話で連絡ください) ※緊急時の医療問合せ 休日・夜間緊急医療案内サービス 岡谷消防署 ☎22-0119</p> <p>●休日当番歯科医院 診察は午前中のみです。 ※保険証・高齢者受給者証を必ずお持ちください。</p> <p>●水道修理当番店 土・日・祝日を除き水道事業協同組合事務局でも受け付けます。 受付時間/午前9時～午後4時 ☎23-8511</p> <p>◆予防接種 受付時間/午後1時30分～2時20分 場 所/保健センター 持 ち 物/母子手帳・予診票 ※母子手帳を忘れると接種できません。</p>				
<p> 小野医院 ☎28-2776</p> <p> 諏訪共立病院 ☎28-2012</p> <p> あさひ中央台歯科診療所 ☎26-1414</p> <p> 長地中央薬局 ☎26-2522</p> <p> ひまわり薬局 ☎26-7226</p> <p> 十和設備 ☎24-0182</p>	<p>4</p> <p> 一般健康相談 受付午後1時30分～3時30分</p> <p> アイテック ☎23-8500</p>	<p>5</p> <p> BCG (21年7月6日～10月5日生)</p> <p> 林鉄工設備 ☎23-3197</p>	<p>6</p> <p> 1歳6か月児健診 (20年6月生) 受付午後1時～1時30分</p> <p> 林鉄工設備 ☎23-3197</p>	<p>7</p> <p> 2歳児にこここ教室 (19年12月生) 集合午前9時30分 [今井・小井川・長地地区]</p> <p> オスガ設備 ☎27-6622</p>
<p>10</p> <p> 川岸医院 ☎22-2562</p> <p> ジュンデンタルクリニック ☎24-8220</p> <p> 川岸薬局 ☎24-3103</p> <p> ミヤサカ管工 ☎22-9615</p>	<p>11</p> <p> 酒井医院 ☎22-2121</p> <p> 小口歯科第2クリニック ☎28-2883</p> <p> 湖北堂薬局 ☎22-2325</p> <p> 三善工業 ☎23-3446</p>	<p>12</p> <p> 浜パイピング ☎23-6885</p>	<p>13</p> <p> 3歳児健診 (18年12月生) 受付午後1時～1時30分</p> <p> 浜パイピング ☎23-6885</p>	<p>14</p> <p> 三種混合 (西堀・長地地区)</p> <p> 2歳児にこここ教室 (19年12月生) 集合午前9時30分 [今井・小井川・長地地区以外]</p> <p> 旭設備 ☎23-3764</p>
<p>17</p> <p> 翠川医院 ☎22-2084</p> <p> 諏訪共立病院 ☎28-2012</p> <p> 早出歯科医院 ☎28-0024</p> <p> 湖北堂薬局 ☎22-2325</p> <p> ひまわり薬局 ☎26-7226</p> <p> 杉村設備 ☎27-8632</p>	<p>18</p> <p> 三種混合 (西堀・長地地区以外)</p> <p> 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p> 丸竹下島商店 ☎22-2406</p>	<p>19</p> <p> 丸竹下島商店 ☎22-2406</p>	<p>20</p> <p> 3～4か月児健診 (21年9月生) 受付午後1時～1時30分</p> <p> 十和設備 ☎24-0182</p>	<p>21</p> <p> 十和設備 ☎24-0182</p>
<p>24</p> <p> 山田外科医院 ☎22-2382</p> <p> 浜歯科医院 ☎28-4649</p> <p> 山一小口薬局 ☎23-2206</p> <p> 松澤工業 ☎27-7642</p>	<p>25</p> <p> 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時</p> <p> 歯科相談(予約制) 食生活・栄養相談(予約制) 受付午前10時～正午</p> <p> アイテック ☎23-8500</p>	<p>26</p> <p> シンニチ設備 ☎22-1365</p>	<p>27</p> <p> 9～10か月児健診 (21年3月生) 受付午後1時～1時30分</p> <p> シンニチ設備 ☎22-1365</p>	<p>28</p> <p> ミヤサカ管工 ☎22-9615</p>
<p>31</p> <p> 野村ウイメンズクリニック ☎24-1103</p> <p> はつお歯科クリニック ☎23-8345</p> <p> 梅垣薬局 ☎23-4888</p> <p> 岡谷酸素 ☎22-4931</p>	<p>◆乳幼児健診等 場 所/保健センター 持 ち 物/母子手帳・おたずね用紙 (全てに共通) ※3～4か月、9～10か月児健診: パスタオル ※2歳児にこここ教室: 歯ブラシ・コップ・タオル ※3歳児健診: 尿 (配布済の検尿容器に採尿) 視力検査を行っててください。</p> <p>◆予防接種・乳幼児健診・子育て学習・健康相談に関するお問い合わせは——健康推進課 (内線 1191) まで</p>			

～ものづくり・ひとづくり・ゆめづくり～『さらなる夢を育む岡谷の“技”』

テクノプラザおかや“ものづくりフェア2010”

2月5日(金)・6日(土) 午前10時～午後6時30分(6日は午後4時)
テクノプラザおかや・ララオカヤ2F特設会場



岡谷の技術を見て・聞いて・さわって

みんなで楽しい★ものづくり

マイコンカーラリーテクノプラザおかや杯2010

2月6日(土) 正午～午後4時 テクノプラザおかや1F 特設マイコンカーラリーコース

問合せ●工業振興課 ☎21-7000

「来て、見て、買って、納得!!」 岡谷市観光みやげ品展示販売会

日時…2月6日(土) 午前10時～午後4時

場所…ララオカヤ2階

岡谷市にも、おいしいみやげ品がたくさんあることを知っていますか? 展示販売会では、優良みやげ品の味噌・お菓子・つけもの・川魚などがお買い得です。楽しいイベントも盛りだくさん! ご家族そろってどうぞ。



イベント内容

- 岡谷市観光みやげ品展示販売会【優良みやげ品が一堂に!】
- 観光みやげ品などが当たる大抽選会
【500本以上の景品を用意してお持ちしています】
- 姉妹都市物産コーナー【姉妹都市の物産がお買い得!】
- ちびっこコーナー【綿あめ、ポップコーンなど】

問合せ●商業観光課(内線1456)

「ごみ収集カレンダー」「ごみ分別ガイドブック」に広告を掲載しませんか?

環境課では、「平成22年度ごみ収集カレンダー」「ごみ分別ガイドブック」に有料広告を掲載します。全世帯に配布するため、大きな宣伝効果が期待できます。ふるってご応募ください。

規格・数量…

- ごみ収集カレンダー(A3判)(全戸配布)
カレンダー表面下部の6枠(1枠縦43mm×横93mm)
- ごみ分別ガイドブック(A4判)(全戸配布、保存版)
ガイドブック裏表紙の8枠(1枠縦57mm×横93mm)

掲載料…ごみ収集カレンダー 1枠75,000円

ごみ分別ガイドブック 1枠100,000円

掲載できない広告…法令や公序良俗に反するもの。政治、選挙、宗教、風俗に関連するもの、社会的主義主張。美観風致を害するものなど。

募集受付…1月4日(月)～8日(金)

※応募多数の場合は実績などにより選考

問合せ●環境課 ☎22-7040(直通)



1月17日は「防災とボランティアの日」 防災とボランティアパークを開催します!

災害はいつ自分たちの身に起きるかわかりません。みなさん、日頃の備えはできていますか?

市では、「防災とボランティア週間」に合わせ、岡谷消防署、市社会福祉協議会とともに、防災とボランティアパークを開催します。ぜひ会場で、**見て・触れて・聞いて・そして体験してください。**きっと何か備えのヒントを発見することができますよ!

防災カルタ大会や
風船プレゼントも
あるよ!

開催日 1月16日(土)

※展示の一部は15日(金)~21日(木)
※各コーナー、イベントの開催日時を確認のうえ、お出かけください。

会場 ララオカヤ1F (研修会はテクノプラザおかや)

毎年
1月17日は「防災とボランティアの日」、
1月15日~21日は「防災とボランティア週間」
防災とボランティア週間とは?
阪神・淡路大震災を機に、災害時におけるボランティア活動と自主的な防災活動についての認識を深め、災害への備えを充実強化しようと設けられました。
平成18年7月豪雨災害から3年半、阪神・淡路大震災から15年が経ちますが、今あらためてわたしたちの防災意識が問われています。

体験コーナー 午前10時~午後4時


- ◎避難所体験、非常食試食体験
「おいしいね!」種類豊富な最近の非常食
- ◎災害用伝言ダイヤル171体験
体験してください!災害時の声の伝言板
- ◎地震体験車 9時~正午 ララオカヤ入口南側道路付近
地震の時、あなたは冷静に行動できますか…?
- ◎防災カルタ大会 10時30分~
参加賞あります ちびっこ集まれ!

防災学習コーナー 午前10時~午後4時

- ◎インターネットによる防災学習
防災ゲームにもチャレンジしよう!

耐震診断コーナー 午前11時~午後3時


- ◎個人住宅の耐震相談
建築士があなたの家の耐震性をアドバイス!
- ◎あなたの家の耐震診断シミュレーション
パソコンを使った耐震診断シミュレーション
※簡単な自宅の図面が必要です。



炊出しコーナー 午前11時30分~


- ◎炊出しボランティアの実演 駅側入口
アツアツのどん汁が食べられます!

先着限定300食 好評品切れ御免!




展示コーナー 1月15日(金)~21日(木)

- ◎防災グッズの展示・販売 (16日 午前10時~午後4時)
防災グッズがズラリ、家庭での備えの参考に!
- ◎平成18年7月豪雨災害写真の展示
- ◎土砂災害防止法による区域指定の展示
- ◎地震防災関連パネルの展示
- ◎NPO・ボランティアのコーナー
- ◎消防団活動写真展
- ◎消防防災用具の展示
(16日 午前10時~午後4時)
防火衣(消防服)を着てみよう!



自主防災会合同研修会

- ◎防災研修会 テクノプラザおかや1F 大研修室
時間:午後1時30分~3時
講師:平成18年7月豪雨災害体験者
内容:「体験者と語る18年7月豪雨災害」(仮題)
定員:100名
- ◎普通救命講習会(事前申込み必要) ララオカヤ1F
入場無料!
どなたでも参加できます!
時間:午前9時~正午
講師:岡谷消防署職員
内容:AEDの使い方を含めた普通救命講習



問合せ●危機管理室(内線1591)