

岡谷絹工房 新規受講生募集

機織り、染色の実技、知識を身につけてみませんか。自分で染めた糸を使って、絹のネクタイやマットを織ることができるようになります。会場の近代化産業遺産「旧山一林組製糸事務所」では、タイムスリップしたような気分が味わえます。

期間…平成24年1月～6月(火・土・日のいずれか選択)

※研修日は相談に応じます。

時間…午前の部 午前9時～正午／午後の部 午後1時～4時

場所…きぬのふるさと 岡谷絹工房

募集人員…若干名(定員になり次第締め切ります)

受講料…5万円(別途実費が必要です)

受付…12月18日(日)～1月13日(金)

※開館日には館内を見学できます。



申込み・問合せ●商業観光課(内線1453) 火・土・日は「きぬのふるさと岡谷絹工房」 ☎24-2245

新春 百人一首かるた大会

お正月遊びの定番「百人一首」のルーツは、奈良時代にまでさかのぼるそうです。新春にふさわしい伝統ある「百人一首」をみんなで楽しみましょう。

日時…1月7日(土) 午前10時～正午

会場…イルプラザ・カルチャーセンター 第1和室

対象…小学生以上ならどなたでも

参加費…1人200円

講師…歌月会のみなさん

申込み…12月10日(土)

午前9時より受付。窓口で参加費を添えてお申込みください。



問合せ●イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8401

川岸公民館 親子生活講座 クリスマスリースを作ろう

楽しいクリスマスはもうすぐ。プレゼントも楽しみだけど、今年はちょっとだけ手作り。季節のいろんな素材を使ったリースを作ってみよう!親子での参加もOKだよ。

日時…12月11日(日) 午前9時30分～

対象…市内在住小中学生とその親、園児(要保護者同伴)

定員…20名(定員になり次第締め切ります)

講師…久保田みすずさん

受講料…200円(当日集金)

材料代…1人1,000円

持ち物…ハサミ、ラジオペンチ、新聞紙

申込み…12月1日(木) 午前8時30分～

公民館窓口か、電話でお申し込みください。



申込み・問合せ●川岸公民館 ☎23-2200

サンタクロース募集

子どもたちに「夢と希望」を届けてください!

子どものいる家庭からプレゼントを預かり、クリスマス夜の夜に子どもたちに手渡しするボランティアサンタを募集します。

期日…12月24日(土) 集合時間…午後6時

集合場所…岡谷市勤労青少年ホーム

募集人員…5名(30歳代まで、男女問わず)

※衣装は勤労青少年ホームで用意します。事前に説明会あり。

申込み…12月1日(木)から電話受付開始



サンタクロースからプレゼントを受け取る家庭も募集!

配達日時…12月24日(土) 午後7時より

募集家庭…先着20家庭

※申し込み時に宅配の希望時間帯をお聞きます。

※12月15日(木)までにプレゼントを岡谷市勤労青少年ホームにお持ちください(期日厳守)。

申込み…12月1日(木)から電話受付開始



申込み・問合せ●岡谷市勤労青少年ホーム ☎23-2201 FAX24-3018

湊公民館 成人学校

申込み・問合せ●湊公民館 ☎22-2300

受講料…1講座1,000円(申し込み時にお支払いください)

申込み…両講座とも12月12日(月) 午前8時30分から26日(月)午後5時まで、公民館窓口または電話で受付(初日は窓口のみ)。※定員になり次第締め切ります。

杜氏が教える日本酒の魅力

多くの人に愛され、長い歴史のなかで生活に根付いてきた日本酒の種類・特徴、製造方法を杜氏さんから学びます。「日本酒の特徴を知ろう」「日本酒の材料と製造方法」「蔵元を見学しよう」の全3回。

期間…1月19日・26日、2月2日 毎週木曜日(全3回)

時間…午後7時～9時 定員…15名

講師…高天酒造(株)杜氏 伊藤 訓 先生

持ち物…筆記用具

※3回目は試飲をしますので、車の運転は禁止です。



気功入門

気功とは、「気」(生命のエネルギー)によって免疫力や自然治癒力を高める健康法。寒さ、疲れ、ストレスなどで体調を崩しやすい時期ですが、気功で元気になりましょう!

期間…1月11日・18日・25日・2月1日 毎週水曜日(全4回)

時間…午前10時～11時30分

定員…20名 講師…林 昭春 先生

イルプラザ・カルチャーセンター ステップアップ! 学びのセミナー

ボードウイービング入門

織り機を使わない簡単織物。毛糸とダンボールとピンとキャップを使います。手編みよりも毛糸の量が少なくとっても手軽。短時間で編み物風の作品が仕上がります(この講座では板で織る独自の織り方をします)。

日時…1月23日～2月20日 毎週月曜日(全5回) 午後7時～

定員…15名

講師…シルクボードの会のみなさん

持ち物…極太毛糸 約300g(ある人)

受講料…無料

材料代…約1,500円(毛糸代) ※毛糸持参の人は不要

申込み…12月17日(土) 午前9時から電話か窓口で材料費を添えてお申し込みください。(初日は窓口のみの受付です)

※カルチャーセンター事務室に作品の見本があります。

初心者
大歓迎!



申込み・問合せ●イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8401

こどものくに 0123

12・1月のイベント

❖ クリスマス会 (申込み不要)

劇、トーンチャイムやピアノ演奏、手遊び、クリスマスソングなど

日時…12月22日(木)

午前10時45分～11時30分

❖ おやつ講座

簡単でおいしいおやつメニュー

日時…1月18日(水)

午前10時～正午

託児あり

対象…保護者(試食は子どもさんと)

定員…15組

持ち物…材料費、エプロン、三角巾

申込み受付: 12月18日(日)より

❖ リトミック講座

参加無料

日時…1月24日(火)

午前10時～: 1歳半までのヨチヨチ歩きの子どもの向け

午前11時～: しっかり歩ける子どもの向け

対象…歩行ができる子どもと保護者

定員…各30組

持ち物…動きやすい服装、汗ふきタオル、水分

申込み受付: 12月24日(土)より

申込み…こどものくに窓口まで(電話でも受け付けます)

※おやつ講座は材料費がかかります。

※詳しくはお問い合わせください。

こどものくにへ 遊びに行こう!

利用できる人…0歳～3歳までの子どもとその保護者。兄弟がいる場合は就学前の子どもまで一緒に入館できます。

利用料…利用者登録200円(年度更新あり)



申込み・問合せ●こどものくに
☎24-8403

武井武雄の世界 イルフ童画館情報

市内在住・在学の小・中学生、高校生は無料です

問合せ ● ☎ 24-3319

【休館日】木曜日・12月31日・1月1日

【開館時間】午前9時～午後6時

【入館料】一般800円・中高校生400円・小学生200円

【年間入館券】一般2,000円・高校生1,000円

【イベントのお知らせ】会場：1階はらっぱ

★第4回 刊本作品読み語り&ギャラリートーク

刊本作品をスクリーンに映して読み語り。実物の刊本作品を手にとって鑑賞も。

日時…12月3日(土) 午前10時30分～

★はらっぱリコーダーコンサート

信大出身のリコーダーサークル「パステール」によるコンサート

日時…12月4日(日) 午後2時～

★木版画をもういちど(大人限定・要申込み)

日時…12月10日(土) 午前10時30分～午後4時

刊本作品 — 武井武雄が創った奇跡の美書たち —

2月14日(火)まで開催中

「刊本作品」は、ただの本ではありません。本の鬼といわれた武井武雄が、おはなし(本の内容)の世界を増幅させるべく、紙から装丁から、何から何までこだわり尽くして作り上げた美術品です。

生涯をかけて制作された刊本作品は全139作品。このすべてを一挙公開し、究極のアートが詰まった本の世界へご招待。併せて刊本作品の原画、版木など、武井が遺した刊本作品制作の素材もご覧ください。



★こどものはなが(高校生以下限定・要申込み)

日時…12月11日(日) 午前10時30分～正午

★クリスマス会

パネルシアターの後はラムラムサンタからメリークリスマス!

日時…12月18日(日) 午後2時～

★第5回 刊本作品読み語り&ギャラリートーク

日時…12月25日(日) 午前10時30分～

刊本作品をスクリーンに映して読み語り。実物の刊本作品を手にとって鑑賞も。

仲間のページ

平成25年3月卒業
予定の方対象!!

参加費無料!!
[開場時間内出入自由]

2011年
12月29日(木)
会場: ララオカヤ 2F
(岡谷駅前徒歩1分)
時間: 13:00~16:00
(受付12:30~)

12:15~12:45
「就職活動基礎講座」
予約不要! 会場内特設ブースにて

優良企業40社
参加予定!!

就活個別相談
コーナーも併設

諏訪地域 岡谷市・下諏訪町・諏訪市・茅野市・富士見町・原村

年末企業説明会 2013

どんな花、咲かす?

平成25年3月大学(院)、短大、高専、専修学校等の
新規卒業予定者を対象に就職面接会を開催。
希望をかかなる企業や仕事に出会えるチャンス。
この機会にあなかも参加してみませんか。

問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや) ☎21-7000
<http://www.work-suwa.jp/>

宝くじ助成金により整備しました

財団法人自治総合センターより宝くじの助成を受けて、横川区で複合機などを、小口区でキッチンコンロ台などを整備しました。また、財団法人長野県市町村振興協会より宝くじの助成を受けて、中屋区でキッチンセットなどを、東堀区で椅子を整備し、岡谷市でAEDを整備しました。

それぞれの区では、さらなる地域コミュニティ活動の向上に努めていきます。



小口区…キッチンコンロ台など



横川区…複合機など



中屋区…キッチンセットなど



岡谷市…AED



東堀区…椅子

身も心も温まる、『岡谷温泉』をご利用ください

問合せ●水道課(内線1412)

岡谷温泉の泉質は弱アルカリ単純泉。皮膚の汚れを洗い流し、肌をつややかにする作用があるほか、溶解している塩化物により体が芯から温まります。湯温が適温のため、加水の必要がなく、100%源泉で入浴できるのも魅力です。

岡谷温泉は、ロマネットや諏訪湖ハイツの公共浴場のほかに、岡谷温泉スタンドでもご利用いただけます。温泉スタンドでは、専用の温泉メタル(200ℓ用・300ℓ用)を投入し、温泉を持ち帰ることができます。ぜひご利用ください。

🔥温泉スタンド営業時間

11～4月…午前10時～午後9時・5～10月…午前8時～午後9時

🔥温泉メタル販売料金

●200ℓ用=100円 ●300ℓ用=150円

🔥温泉メタル販売場所

●市役所水道課 ●湊・長地・川岸支所 ●市民総合体育館
●JA信州諏訪田中線営農センター ●早川酒店 ●諏訪湖ハイツ

☆岡谷温泉スタンド感謝祭☆ 12月9日(金)～11日(日)

期間中、温泉メタル10枚のご購入で、メタル2枚贈呈!!
(1世帯20枚まで購入できます)

第2次岡谷市環境基本計画の推進

12月の基本目標

安全で安心な

すがすがしいまち

環境を巨汚し
してしまうと、もとの
きれいな状態に
戻すまでに長い時
間がかかります。

おやか環境かるた



みちばたにごみを落とすないつまでも

きれいな水や、空気を汚すことのないよう、
何気ない日常のくらしに注意を払って、みん
なで公害のない安全なまちをつくり、安心し
て生活できるようにしましょう。

市民のみなさん

●冬は灯油を多く使います。バルブの閉め忘れ
に注意し、大きいタンク(200ℓ以上)には
防油堤を設置して、油漏れを防ぎましょう。
●ごみのポイ捨てをしないよう、また犬のふん
は飼いが必ず後始末をしましょう。

事業者のみなさん

●有機溶剤など、化学物質は法令に基づいた
使用と、廃棄処理を確実にしましょう。
●漏油しないよう、関連設備の管理を徹底し
ましょう。

●ごみの自家処理のうち、野焼きは法律で禁
止されています。少量の落ち葉(たき)ビニール
や紙くずは禁止)や、農家での稲わらの焼却
などは例外として認められています。これ
らの場合でも時間帯や風向きに注意して、近
隣の迷惑にならないよう十分配慮しましょう。

ごみの分別が変わりました!

平成22年3月にお配りした、分別ガイドブック「おやか資源がいっぱい大作戦」に掲載されている分別の方法が、一部変更になりました。今後の分別にご注意ください。



ポンプ・中せんは
「その他プラ」へ

化粧品のびんは…

燃えないごみ→資源物(ガラスびん)



ジャムや海苔などのびんのふたは…

燃えないごみ→資源物(金属)

※収集について

今回変更となっているもののみ
が混入されていた場合は、3月末
までは周知期間とし回収しますが、
それ以外の資源物などが一緒に入
っていた場合は回収しない場合が
ありますのでご了承ください。



「燃えないごみ」分別について

最近「燃えないごみ」に「資源物」が入っているケ
ースが多く見受けられます。もう一度分別を見直し、
資源物の回収にご協力ください。少しでも「燃えない
ごみ(埋め立てるごみ)」を減らしていきましょう。

問合せ●環境課 ☎22-7040

年末の清掃工場へのごみの持込み

12月29日(木)はごみの収集がありません。持
込みごみのみ受け入れを行います。

受付時間…8時30分～正午

※29日の午後から1月3日までは、年末年始休業
です。

冬の寒さを防ぎ、エネルギーを上手に使いましょう!

【家庭の省エネ事典冬版 応用編】

寒冷地の岡谷では、夏よりも冬のエネルギー消費が多くなります。夏の電力の使用ピークが午後1時～4時頃なのに対し、冬は朝8時～夜7時頃まで、長い時間にわたって多く電力を消費します。今月は、冬の節電・節約のための具体的な方法を紹介します。エネルギーをムダなく使って、家計にもやさしい「うちエコ!」を実践しましょう。

あったか忍者
あった丸



環境省ウォームビズキャラクター

暖房など

ムダがいっぱい? まずは現状のチェック

暖房機、エアコン

- 設定温度が高い
- 人がいない部屋も運転
- フィルターを掃除したことがない
- 部屋が乾燥している

部屋の温度

- 顔がほてるが、足元が寒い
(床面よりも天井の温度が高い)

電気こたつ、電気カーペット

- 畳や床に直置き、または薄いマットしか敷いていない
- こたつの掛け布団は1枚
- 設定温度がいつも「強」

電気機器の同時使用

- こたつ、レンジ、オーブン、ポット、アイロン、ドライヤーなど、高い電力の機器を同時に使う

温水洗浄便器

- フタがいつも開けっ放し
- 便座暖房がとても温かい
- 洗浄水がとても温かい

風呂

- 家族で入浴の間隔があいてしまい、その度に追い焚きしている
- お湯を出しっぱなしにしている

水道の凍結防止帯

- 凍結防止帯を、コンセントに直接差し込んでいる (凍結温度以上の温度で通電)

冬の車の運転

- スタート時は暖機運転
- 夏と同じ運転をしている
- 雪道の発進時や停止時のスリップにヒヤリ

ひと手間の工夫 これならできるかも

- 設定温度を20℃に。必要ときだけON
- 外出時や就寝前は早めにOFFにし余熱で過ごす
- フィルターは2週間に1回程度掃除
- 同じ温度でも湿度が低いと寒く感じるので、加湿する

- 空気をかくはんして賢く暖房
扇風機を斜め上に向けて「弱」でまわすと、温度のムラがなくなる

- 断熱シートと下敷きマット、薄い掛け布団と厚い掛け布団、上下とも2枚重ねで放熱を防ぐと、設定温度を低くしても保温効果がある。
- 外出時や就寝前は早めにOFFにし、余熱で過ごす

- 電気製品を同時にたくさんに使わないようにすると、契約アンペアを下げるができる

- 使用しない時にフタを閉めておくと、便座暖房の熱が逃げない
- 暖房便座は冷たくない程度の温度に
- 洗浄水も冷たくない程度の温度に

- 家族が続いて入浴し、追い焚きを減らす
- 体や頭を洗っている時は、シャワーや蛇口のお湯を止めるようにする

- 市販の節電装置をつける
- 冬以外は凍結防止帯をコンセントから抜いておく

- 技術の進歩により、暖機運転は不要
- ふんわりアクセルとエンジンプレーキ (アクセルから早めに足を離す) で、冬のスリップ対策 & 燃費向上
- バスや電車を利用

節電で節約 こんなにお得! (節電・節約の数値は1年間の合計)

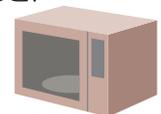
- 設定温度を1℃下げる→電力や灯油を8%程度節減
- フィルター掃除
→32kwh、740円節約



- 扇風機を使用しても消費電力が少ない→燃料や電気代の節約

- マットを敷き、二重掛け布団
→33kwh、760円節減
- 電気カーペットの設定温度「強」を「中」に→194kwh、4,500円節約

- 40A→30Aになると、1年間で3,300円お得



- 49kwh、1,100円の節約



- 追い焚き3回を1回に→ガスの場合38㎡、6,400円節約



- 1,045kwh、24,000円節約 (凍結防止帯が古いタイプの場合)

- 暖機運転なし→燃料10.5%削減
- ふんわりアクセル
→燃料9.7%削減
- 加減速の少ない運転→燃料5%削減

問合せ●環境課 ☎22-7040

データ出典：(財)省エネルギーセンター

環境のページ

水まわり

車の運転