

山梨学院ともまなび講座(全5回)

平成24年度 基本テーマ

『現代社会における情報とのつきあい方』

第1回「ネット社会の潮流と情報マネジメント」

インターネットや携帯電話の普及によって、身のまわりの隅々までネットワークが広がるようになりました。最近ではツイッターやフェイスブックなど新たなツールも現れています。本講座ではIT利用環境のトレンドと情報マネジメントについてお話します。



講師…山梨学院大学経営情報学部 教授
伊藤 栄一郎 先生

日時…6月16日(土) 午後1時30分～3時30分
場所…イルプラザ・カルチャーセンター

参加無料

【次回予定】7月21日(土)

「個人と組織のための情報マネジメント入門」

講師：原 敏 先生

カルチャーセンター・岡谷M50会共催講座 簡単!?マジック入門講座



誰でもすぐに覚えられ、いつでも、どこでも簡単にできる初心者向けのマジックです。お手軽マジック、テーブルマジック、ステージマジックなど、盛りだくさんの楽しいマジックを習得してみませんか？

日程…6月21日・28日、7月5日・12日(毎週木曜日 全4回)

時間…午後7時～8時30分

定員…20名(初心者歓迎!)

対象…どなたでも(小学生は保護者同伴で4年生以上)

受講料…1,000円 材料費…500円

講師…岡谷M50会

申込み…6月4日(月) 午前9時から18日(月) 午後5時まで
に、受講料、材料費を添えて直接カルチャーセンターへお申込みください(受付初日の電話申し込みはできません)。
※定員になり次第締め切ります。

申込み・問合せ●イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

夏の学び舎

教養を高めて心豊かに、そして、仲間の輪を広げましょう。

時間…午前10時～11時30分(全4回)

会場…今井区公所 大ホール

参加無料

対象者…市内在住の人

定員…50名(定員になり次第締め切ります)

申込み…6月12日(火) 午前9時から受付(先着順)

※受付初日の電話申し込みはできません。

受付会場…今井区公所 ※全講座受講が原則です

日程	内容	講師
7月3日(火)	製糸業について ～生糸と今井五介～	岡谷蚕糸博物館 館長 高林 千幸 先生
7月10日(火)	木曾街道六十九次旅日記 ～各所にみられる名所・旧跡～	前 岡谷市文化財審議委員会 会長 横山 章 先生
7月17日(火)	日本酒との楽しいつきあい方 ～酒造りの楽しさ・苦労、 お酒の作法～	高天酒造 杜氏 伊藤 訓 先生
7月24日(火)	生体から学ぶ健康管理 ～ふくらはぎからの健康法～	せき接骨院 医院長 関 博和 先生

申込み・問合せ●今井区公所 ☎22-2544
イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404



岡谷市民音楽祭 『公募吹奏楽団』・『公募合唱団』 団員募集



11月3日(土・祝)にカノラホールで開催される「岡谷市民音楽祭」に参加する仲間を募集します。

公募吹奏楽団『ごちゃませウインドオーケストラ』

曲目…「スター・パズル・マーチ」「ジャパニーズグラフィ
ティ―Ⅷ～ウルトラ大行進」

参加資格…楽器を持参できる人

参加費…一般 500円 高校生以下 300円

公募合唱団『ウルトラしみん合唱団』

曲目…「地球星歌」「歌の玉手箱～歌い継ぎたい唱歌メドレー」

参加費…一般 500円 中学生以下 無料

第一次応募期間…吹奏楽団・合唱団ともに

6月1日(金)午前9時～8月10日(金)

●吹奏楽団練習日程(ほか4回予定)

8月26日(日)	午後1時～4時	イルプラザ・カルチャーセンター
9月6日(木)	午後7時～9時	カノラホール 小ホール

●合唱団練習日程(ほか4回予定)

8月31日(金)	午後7時～9時	イルプラザ・カルチャーセンター
9月9日(日)	午前10時～正午	多目的ホール ほか

※高校生以下の参加には、保護者の同意が必要です。

※参加費は吹奏楽団・合唱団とも、練習初日に集金します。

※締切後でも随時参加できます。

※有料託児サービスあり(事前の申し込みが必要)

申込み・問合せ●イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

いきいきママのヘルシー講座

「いきいきママのヘルシー講座」は、小さな子どもがいるお母さんの健康づくりのための教室です。育児から少し離れてリフレッシュし、心も身体も元気になるいませんか。



対象…H23年9月1日～H24年5月31日生まれの子どもさんのお母さん

※以前、この講座に参加したことのある人はご遠慮ください。

会場…市保健センター、こどものくに **定員**…30名

参加費…2,000円(調理実習材料費など)

申込み…6月4日(月)から29日(金)までに電話または健康推進課窓口にてお申し込みください。(定員になり次第締め切ります)

託児つき! (無料)

子どもさんと一緒に参加できます。幼児(兄、姉)の託児もできます。

日程	内容
8月3日(金) 午前10時～正午	オリエンテーション 簡易健康診断(血圧・尿検査・体脂肪測定) 口腔内チェック・歯のはなし
8月20日(月) 午前10時～正午	育児って大変? 育児って楽しい? (心理相談の先生によるアドバイス) グループワーク ～ママの声・ママの気持ち～
9月3日(月) 午前10時～正午	体を動かそう! 産後ママのためのエアロビクス
9月20日(木) 午前10時～正午	ママの体を振り返ろう!! ～夏バテ知らずの夏ごはん～ 調理実習「野菜たっぷりスープ」
9月28日(金) 午前10時～正午	ストレスチェック ～こころの健康～ アロママッサージ&ストレッチdeリラックス
10月12日(金) 午前10時～正午	「こどものくに」で遊ぼう! こどものくにの紹介 こどもとふれあおう! ベビーマッサージ

問合せ・申込み●健康推進課(内線1184・1191)

岡谷絹工房 新規受講生募集

機織り・染色の技術、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。会場は、近代化産業遺産「旧山一林組製糸事務所」。タイムスリップしたような気分が味わえます。

期間…7月～12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

受講料…5万円(別途実費が必要です)

申込み…7月1日(日)～10日(火)まで

※開館日には見学もできます。



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

2012 岡谷市職員出前講座

市民のみなさんが「知りたい!聞いてみたい!身につけたい!」ことについて、その業務を担当する市の職員が、直接地域に出向き説明します。教育・生活・健康・福祉・産業・まちづくり・行政など78講座のメニューを用意しています。ぜひご活用ください。

【ご利用方法】

1. 講座メニューから受講したい講座を選びます。
2. 市教育委員会生涯学習課へ申し込みます(窓口で所定の様式に記入、または電話・FAXでも受け付けます。講座を希望する日の2週間前までに申し込んでください)。
3. 後日、希望する講座の担当課より講座受付の確認連絡(電話など)をします。

対象…市内に在住、在勤、在学の人で構成されたグループ(少人数でも可)

講師料…無料(講座により材料費など実費負担)。会場手配や進行は、受講するみなさんでお願いします。

開催日時…原則として月曜日から金曜日の午前10時～午後9時(祝日、年末年始は除く) ※詳細はお問い合わせください。

問合せ●生涯学習課(内線1232)・FAX 24-2755

カルチャーセンター・和装彩の会 共催講座 浴衣で歩こう

初心者でも簡単に着られるようになる講座。お祭りやイベントに浴衣で出かけてみませんか。

日程…7月7日・14日・21日(毎週土曜日)

時間…午前9時30分～

場所…イルフプラザ・カルチャーセンター

対象…市内在住、在勤の16歳以上の女性(学生は除く)

定員…20名(定員になり次第締め切ります)

講師…よそおい和装学院長 島田美千子 先生・和装彩の会のみなさん

受講料…1,000円

持ち物…浴衣・半幅帯・小物一式(ひも・伊達締め・下着など)

申込み…6月16日(土) 午前9時から受付開始。カルチャーセンター窓口または電話でお申し込みください(初日は窓口のみ)。※定員に達しない場合、23日(土)から市外の人でも受付



申込み・問合せ●イルフプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

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。

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：バスタオル
※ 2 歳児にここに教室：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)
視力検査をおこなってきてください。

炎に関するお問い合わせは — 健康推進課 (内線 1191) まで

金	土
1	2
(株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	旭設備(株) ☎ 23-3764
7	8
旭設備(株) ☎ 23-3764	9
14	15
十和設備(株) ☎ 24-0182	十和設備(株) ☎ 24-0182
21	22
十和設備(株) ☎ 24-0182	23
28	29
(有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	(有)三善工業 ☎ 23-3446
3	4
(株)総設工業 ☎ 28-8504	杉村設備(株) ☎ 27-8632

●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 巡回相談(湊支所)			
無料法律相談 [予約制]	19日(火)午後1時～5時 社会福祉課 相談員：松村文夫 弁護士 ※7月分予約：6月20日(水)～受付開始 [利益相反に関わる相談内容については、お断りをする場合があります]			
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 司法書士が相談に応じます 介護福祉課相談室/生活福祉相談室			
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			
ひとり親相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 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(除・祝日) ☎ 24-2206			
教育相談 [予約制]	(専門カウンセラー) 6日(水) 午前10時～午後2時 28日(木) 午後2時～午後6時 (1人あたり50分) 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5時30分～8時 諏訪湖ハイツ教育相談室 ☎ 24-2206			
女性のための相談 [予約制]	20日(水)午前10時～午後3時50分 申込み：企画課 (1人あたり約50分) 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			
雇用調整助成制度等 個別無料相談	事業主等の希望に応じて随時受付(無料) 会場：テクノプラザおかや ほかに 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000			
特許・発明相談会 (産業財産権相談会)	19日(火)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] 若年者の就職活動における 疑問や悩みの相談	随時受付 会場：勤労青少年ホーム 対象者：概ね39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、我慢 すればいいと思っている人の相談所	10日(日)午前9時～午後0時30分 対象者：仕事上の悩みを抱えている人 テクノプラザおかや ☎ 21-7000			
農地相談 [予約制]	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 農業委員会室			
ふれあいおしゃべり電話	月曜日～金曜日 午前8時30分 ～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎ 24-2121			
ボランティア総合相談				
金銭管理 財産保全相談				
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		

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中

3回目 ▶ 6月8日(金) 産後のメンタルヘルス、お風呂の入れ方など
午後7時～8時30分

※7月13日(金) 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)



くらしのカレンダー

6月
JUNE

- 休日急病当番医院
- 休日当番歯科医院
- 休日当番薬局
- 水道修理当番店
- 相談
- 予防接種
- 乳幼児健診
- 子育て学習

- 休日急病当番医院
受付／原則午前9時～午後5時（午後は来院前に要電話連絡）
※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
- 休日当番歯科医院
診察は午前中のみです。
※保険証・高齢者受給者証等を必ずお持ちください。
- 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

◆予防接種・乳幼児健診・子育て学習・健康相談

今月の納税

○市県民税 第1期
○国民健康保険税 第3期
納期限…7月2日(月)
納税は便利で確実な口座振替がお勧めです。
口座振替の方は、残高確認をお願いします。
忘れずに納税しましょう。
問合せ●税務課（内線1135）

● 日本脳炎の予防接種について ●

3歳児（保育園年少相当）のお子さんはH22年度より、積極的勧奨となりました。
※1期として、初回接種を6～28日までの間隔で2回接種、その後、おおむね1年後に追加接種1回を行います。
※指定日で体調や都合の悪い方は、他の日程にお越しいただいても構いません。

日	月	火	水	木
3	4	5	6	7
<ul style="list-style-type: none"> 牛山医院 ☎ 78-1192 ララ歯科医院 ☎ 21-1555 梅垣薬局 ☎ 23-4888 (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406 	<ul style="list-style-type: none"> BCG (23年12月5日～ 24年3月4日生) (株)オスガ設備 ☎ 27-6622 	<ul style="list-style-type: none"> 三種混合 (西堀・長地地区) (株)オスガ設備 ☎ 27-6622 	<ul style="list-style-type: none"> 1歳6か月児健診 (22年11月生) 受付午後1時～1時30分 (株)浜パイピング ☎ 23-6885 	<ul style="list-style-type: none"> 日本脳炎予防接種(1回目) (20年4月2日～6月30日生) 2歳児にこにこ教室 (22年5月生) 集合午前9時30分 【今井・小井川・長地地区】 (株)浜パイピング ☎ 23-6885
10	11	12	13	14
<ul style="list-style-type: none"> あざみ胃腸科クリニック ☎ 28-0505 南信堂歯科医院 ☎ 22-3341 菜ノ花薬局 ☎ 26-1500 (株)アイテック ☎ 23-8500 	<ul style="list-style-type: none"> 三種混合 (西堀・長地地区以外) 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時 旭設備(株) ☎ 23-3764 	<ul style="list-style-type: none"> 日本脳炎予防接種(1回目) (20年4月2日～6月30日生) (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406 	<ul style="list-style-type: none"> 3歳児健診 (21年5月生) 受付午後1時～1時30分 (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406 	<ul style="list-style-type: none"> 日本脳炎予防接種(1回目) (20年7月1日～9月30日生) 2歳児にこにこ教室 (22年5月生) 集合午前9時30分 【今井・小井川・長地地区】 十和設備(株) ☎ 24-0182
17	18	19	20	21
<ul style="list-style-type: none"> つるみね共立診療所 ☎ 22-6680 スマイル歯科医院 ☎ 24-0315 高市薬局 ☎ 22-0781 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615 	<ul style="list-style-type: none"> (株)アイテック ☎ 23-8500 	<ul style="list-style-type: none"> (株)アイテック ☎ 23-8500 	<ul style="list-style-type: none"> 3～4か月児健診 (24年2月生) 受付午後1時～1時30分 (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365 	<ul style="list-style-type: none"> 日本脳炎予防接種(2回目) (20年4月2日～6月30日生) (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365
24	25	26	27	28
<ul style="list-style-type: none"> 藤森医院 ☎ 22-2281 諏訪皮膚科クリニック ☎ 27-5388 藤岡歯科医院 ☎ 22-2138 湖北堂薬局 ☎ 22-2325 盛栄堂小池薬局 ☎ 28-6473 (株)総設工業 ☎ 28-8504 	<ul style="list-style-type: none"> 育児相談・母乳相談 受付午前9時30分～11時 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615 	<ul style="list-style-type: none"> 日本脳炎予防接種(2回目) (20年4月2日～6月30日生) (有)三善工業 ☎ 23-3446 	<ul style="list-style-type: none"> 9～10か月児健診 (23年8月生) 受付午後1時～1時30分 (有)三善工業 ☎ 23-3446 	<ul style="list-style-type: none"> 日本脳炎予防接種(2回目) (20年7月1日～9月30日生) (株)総設工業 ☎ 28-8504