

インフォメーション ● 岡谷市役所 電話 23-4811・ファックス 23-5022 (広報直通) E-mail johno@city.okaya.lg.jp

## 募集

### 「岡谷市男女共同参画計画」策定検討委員「募集

市は、「第5次岡谷市男女共同参画計画」を策定するにあたり、市民の視点に立った計画づくりを進めるために、市民のみならずから委員を募集します。  
**応募資格**：市内在住または市内に勤務している20歳以上の人  
**募集人員**：3名程度  
**任期**：平成26年2月～計画が策定されるまで(平成27年3月予定)  
**委員の仕事**：計画策定に関する協議のほか、必要に応じて協議、調査、作業などを行います。(8月頃までの素案作成が主な仕事となります。8回程度開催)

**応募方法**：「岡谷市男女共同参画計画策定検討委員応募」と明記のうえ、住所、氏名、年齢、性別、電話番号を記入。レポート(4000字程度)。テーマ「男女共同参画について思ふこと」を添えて応募してください。窓口のほか、郵送、FAX、電子メールでも受け付けます。  
**提出先**：〒394-8510 岡谷市役所企画課男女共同参画担当

FAX 24-0689  
 Eメール kikaku@city.okaya.lg.jp  
 応募締切日：1月17日(金)  
 問合せ ● 企画課(内線1528)

## スポーツ

問合せ ● スポーツ振興課  
 ☎ 2218804

### 学校体育施設予約調整会議

日時(1月分)：

12月15日(日) 小学校：午後7時～  
 中学校：午後8時～

**場所**：市民総合体育館第1会議室  
 ※学校体育施設を使用する場合は、事前に登録が必要です。詳細はスポーツ振興課まで。

### 冬季のスポーツ施設の営業について

#### ●市宮庭球場

通常営業：午前8時30分～午後9時30分：11月末日まで  
 短縮営業：午前10時～午後9時30分  
 12月1日(日)～13日(金)  
 短縮営業：午前10時～午後6時  
 12月14日(土)～27日(金)：1～2月の土日祝日：3月1日(土)～31日(月)  
 短縮営業：午前10時～午後4時  
 1月6日(月)～2月28日(金)の平日  
**●市宮岡谷球場、市民スポーツ広場(湖畔、川岸、今井西)**  
 12月8日(日)まで通常営業  
 12月9日(月)～3月末まで閉場(予定)

### 岡谷湖畔公園マレットゴルフ場冬季の閉鎖について

今年度より、冬季間(12月～3月)はコース保全のため閉鎖します。ご理解とご協力をお願いします。  
 問合せ ● 土木課(内線1319)

### 第35回元日マラソン

期日：1月1日(水・祝)  
 時間：受付：午前7時40分～  
 開会式：午前8時～

**集合場所**：市民総合体育館正面駐車場  
**コース**：市民総合体育館～釜口水門～体育館(4km)

### ファミリースケートデー

市内スケート施設を、市内に在住、在勤、在学のみなさんに無料開放します(貸し靴は有料)。  
**やまびこ国際スケートセンター**  
 12月7日(土) 午前8時～午後9時

### 各種スポーツ教室

申込み：各教室開始の1か月前から市民総合体育館窓口で受け付けます(電話申込不可)。受講料を添えて申し込んでください。定員になり次第締め切ります。  
 ※受講料のほかに保険料(任意)がかかります。

#### ◎小学生フットサル教室

期間：1月22日～2月12日 毎週水曜日(計4回)  
 対象：市内在住の小学1～6年生  
 時間：午後6時30分～8時30分  
**場所**：市民総合体育館 東体育館  
 定員：30名  
 受講料：500円

#### ◎ママスポ広場

(ヨガ&有酸素運動教室 託児あり)  
 期間：1月21日～3月18日 毎回火曜日(計8回)  
 対象：市内在住・在勤で1～4歳児を育児中の女性  
 時間：午前10時30分～正午  
**場所**：市民総合体育館第2B会議室  
 定員：20名  
 受講料：2000円

**◎女性健康体操教室**

期間…1月21日～3月18日 毎回火曜日(計8回)

対象…市内在住・在勤の女性

時間…午後7時30分～9時

場所…市民総合体育館第2B会議室

定員…20名

受講料…2000円

以上問合せ●市民総合体育館内(公財)

岡谷市体育協会 ☎2218850

(平日午前9時～午後5時)

**各種スポーツ教室**

(シンコースポーツ(株)主催)

受講料…幼児・小学生…3500円

一般…5000円(ともに10回分)

申込み…一般対象の教室は12月2日

(月)午前9時より、幼児・小学生

対象の教室は同日午後5時より、

体育館にて受け付けます(先着順)。

受講料を持参してください。

※電話での申し込みはできませんので

ご了承ください。

**「幼児・小学生」**

**◎第4期野球教室(小学生)**

期間…1月10日～3月14日 毎週金

曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

**◎第4期サッカー教室**

期間…1月8日～3月12日 毎週水

曜日(計10回)

時間…午後4時～5時(幼児)

午後5時～6時(小学生)

場所…市民総合体育館

**◎第4期フットサル教室**

期間…1月7日～3月18日 毎回火

曜日(計10回)

時間…午後4時～5時(幼児)

午後5時～6時(小学生)

場所…市民総合体育館

**◎第4期卓球教室(小学生)**

期間…1月8日～3月12日 毎週水

曜日(計10回)

時間…午後5時～6時

場所…市民総合体育館

**◎第4期HipHopダンス教室**

期間…1月7日～3月18日 毎回火

曜日(計10回)

時間…午後4時30分～5時30分(幼児)

午後5時30分～6時30分(小学生)

場所…市民総合体育館

**◎第3期ミニバスケット教室**

期間…1月10日～3月14日 毎週金

曜日(計10回)

時間…午後7時～8時(小学生)

場所…田中小学校

**◎第2期一般エアロビ教室(託児あり)**

期間…1月10日～3月14日 毎週金

曜日(計10回)

時間…午前10時～11時

対象…一般成人男女

場所…市民総合体育館

以上問合せ●市民総合体育館内シン

コースポーツ(株) ☎2218800

**おしらせ**

**「成人式の申込み」**

**至急お願いします！**

成人式の参加申し込みを締め切りますので、まだ申し込みをしていない人は、至急、参加申込書(郵便はがき)をお送りください。なお、通知が届いていない、はがきを紛失、などの場合は、お問い合わせください。

日時…1月12日(日)

受付…午後1時～ 記念行事…午

後2時～ 式典…午後2時30分～

場所…カノラホール大ホール

該当者…平成5年4月2日から平成

6年4月1日までに生まれた人で、

市内に在住の人、または、市内に親

などが在住の人

問合せ●生涯学習課(内線1231)

**第65回人権週間**

**「特設人権相談所」開設**

12月4日から10日までの「人権週間」に合わせて「特設人権相談所」を開設します。はじめ、児童虐待、セクハラ、ストーカー、男女差別、家庭内・近隣のもめごとなど、人権に関する日頃の

悩みごとの解決にご利用ください。

相談は無料で秘密は堅く守られます。直接会場にお越しください。

日時…12月4日(水)午前10時～午後3時

場所…諏訪湖ハイツ

相談員…人権擁護委員

問合せ●長野地方事務局諏訪支局

☎5212440

**諏訪・子ども人権の集い**

諏訪地方の児童・生徒による「人権の花」の育成活動発表や、生活のなかから人権について体験し、学んできたことの作文発表を行います。自由に聴講できますので、お気軽にご参加ください。

日時…12月14日(土)午後1時30分～

場所…諏訪市文化センター大ホール

問合せ●長野地方事務局諏訪支局

☎5212440

**犬・猫を飼うときは  
マナーを守って**

動物の鳴き声や臭いは、飼い主が考える以上に広がっています。周りの人が快適に暮らせるよう飼育環境に気を配り、迷惑をかけないように、ペットを管理しましょう。また、責任をもって飼えないのなら、飼い主のわからない猫にえさを与えないでください。ふん尿や庭を荒らすなどで近隣の迷惑になるほか、不幸なノラ猫を増やす原因にもなります。

問合せ●市民生活課(内線1166)

## 高齢者のみなさん、インフルエンザ予防接種はお済みですか？

諏訪地域内の実施医療機関なら、どこでも接種できます

**対象**…65歳以上の人、または60歳～64歳の人で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有するとして厚生労働省令で定める人。※接種日に上記の年齢を迎えていること

**実施期間**…12月25日(水)まで ※休診日を除く

**接種方法**…実施医療機関から希望する医療機関を選んで事前に予約し、接種を受けてください。

**自己負担金**…1,000円

※ただし、生活保護世帯、市民税非課税世帯に属する人は無料。該当者は、事前に健康推進課へ印鑑を持参し、無料券の発行を申請してください。

**接種時の持ち物**…保険証、自己負担金または無料券

※予診票は各医療機関にあります。

※詳しくはお問い合わせください。

問合せ●健康推進課(内線1182)

## 12月の諏訪湖ハイツ

### ♥ロビー展示

#### ●シニア大学遊墨会31 水墨画作品展

期間…12月1日(日)～15日(日)

#### ●吉田久子つるし雛 会員のつるし雛展

期間…12月16日(月)～1月15日(水)

### ♥ロビーコンサート

#### ●銭娜二胡教室 二胡演奏会

日時…12月14日(土) 午後1時～2時

**ロビーコンサート出演者募集中!** フロントまでお気軽に。

### ♥クリスマスツリー飾り

今年も大きなクリスマスツリーを、12月8日(日)～25日(水)の予定で飾ります。お楽しみに。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

### ♥諏訪湖ハイツ温泉紹介

#### 家族福祉風呂

1人では入浴が困難、術後で大浴場は無理、そんな人のための福祉風呂です。ご家族で温泉をお楽しみください。申込みはフロントへ。

#### 温泉リハビリ施設(歩行プール&機能訓練室)

身体の衰えを感じる人、衰えることなく現状を維持したいと考えている人。そんな人のための運動教室です。優しく、のんびり身体を動かしてみませんか。

#### ●HASセンターいきいき運動教室

[冬に入っても転倒予防体操 パート3]

日時…12月17日(火) 午後7時～8時

### ♥足湯をご利用ください

湖周でのランニング・ウォーキングの後、また散歩の帰りに、足湯で筋肉をほぐしてみたいはかがでしょうか。ご利用ください。

## ロマネット <12月のイベント>

### ☞ウォーターピラティス

日時…12月14日(土) 午後1時～2時

体幹部を鍛えて引き締め&代謝UP!! 温水プールで身体を動かし、冬に備えましょう!! 高校生以上、どなたでも。

### ☞休日はパパも一緒にスイミング(参加者随時募集中!!)

日時…12月1日(日)・15日(日)

午前10時30分～11時30分

楽しく遊び、親子のコミュニケーションをとりましょう!

### ☞ふくらはぎ温め健康法

日時…12月13日(金) 午後1時～1時40分

『ふくらはぎを温めて10歳若返る方法』

### ☞キッズわくわくプール

日時…12月8日(日)・22日(日) 午前10時～午後6時

プールに浮き輪や水遊びグッズの持ち込みOK!

### ☞ロマネットの日(お客様サービスデー)

期日…12月20日(金)

ご利用に感謝し、粗品をプレゼント!

### ☞ロマネット ロビーフリマ 雑貨、果物などを格安で!

日時…12月22日(日) 午前8時～

### ☞ベビースイミング

日時…平日 午前10時30分～11時30分

※木曜は午前11時45分～午後0時45分の回もあり

### ☞ヘルシーアクア

日時…平日 午後2時～3時・午後7時30分～8時30分

※ベビースイミング、ヘルシーアクアは12月25日(水)～1月3日(金)まで休講です。

申込み・問合せ●ロマネット ☎27-6080

# CANORA HALL インフォメーション

カノラホール〈岡谷市文化会館〉  
TEL 24-1300 FAX 24-1412

12月14日(土) 午後4時開演

第7回 緑と湖のまち音楽祭

## 新日本フィルハーモニー 交響楽団

2007年、弱冠20歳にして、ロン・ティボー国際コンクール(パリで開催)第1位に輝き、世界的注目を集めるに至った若きピアニスト田村響。これまでにショパン、フォーレ、ラフマニノフ(協奏曲)、新曲課題の最優秀演奏者に贈られる各賞を総なめし、日本のみならず海外でも数多くのリサイタルを開催している期待の演奏家の『グリーグ作曲ピアノ協奏曲イ短調』を、ぜひお聴きください。



発売中

【主催】岡谷市・カノラホール(公財)おかや文化振興事業団・(公財)日本交響楽振興財団・岡谷市教育委員会

【会場】大ホール

【時間】午後3時30分開場 午後4時開演

【チケット】全席指定 一般4,000円(ソサエティ会員3,600円)・小中高生1,000円

【曲目】グリーグ：組曲「ホルベアの時代から」作品40より／グリーグ：ピアノ協奏曲イ短調作品16／ベートーヴェン：交響曲第3番変ホ長調「英雄」作品55

2014年1月8日(水) 午後7時開演

## ウィーン・サロン・オーケストラ ニューイヤー・コンサート2014



ウィーン・サロン・オーケストラは、ウィーン・フォルクスオーパー管弦楽団のメンバーによって、音楽の都ウィーンを訪れる人々に、ウ

ィーンならではの音楽を！と結成されました。今回は、ウィーン行くことなくそんな演奏の楽しめる夢のような機会…岡谷の新年を「ウィーンの調べ」が華麗に彩ります。

【主催】カノラホール(公財)おかや文化振興事業団

【共催】信濃毎日新聞社

【後援】オーストリア大使館、日墺文化協会

【時間】午後6時30分開場 午後7時開演 【会場】大ホール

【出演】シモーナ・アイジンガー(ソプラノ)、アンドレアス・ヤンコヴィッチ(バリトン)、ウド・ツヴェルファー(指揮&ヴァイオリン)

【プログラム】J.シュトラウス：ワルツ「ウィーン気質」／喜歌劇「こうもり」より序曲ほか／ワルツ「美しく青きドナウ」／レハール：喜歌劇「メリー・ウイドウ」より ほか

【チケット】全席指定 S席5,500円・A席4,500円(ソサエティ会員 S席5,000円・A席4,000円)／小中高生2,000円

発売中

岡谷市子育て支援サイト  
子育て支援メールマガジン

## げんきっずおかや

<http://www.city.okaya.lg.jp/kosodate/>

子育てに関する、お知らせ・行事案内・手続きなど、パソコンや携帯電話に月2回配信。

まずは利用登録！

.....  
今すぐアクセス▶▶  
.....



問合せ●子ども課(内線1264)

広告

ご入居のご負担を少なく、介護サービス品質はそのまま。



24時間介護付き有料老人ホーム

さわやか 絹の郷 信州おかや  
〒394-0021 長野県岡谷市郷田二丁目1番24号

☎ 24-8822  
絹の郷 検索

※上記は入居時年齢91歳以上の場合です。※入居時の年齢によって入居時のお支払いが異なります。詳しくはお問い合わせください。※月払い利用料は居室A-aの場合です。居室の向きや景観によって家賃相当額が異なります。※月払い利用料の内訳は、管理費・家賃相当額・食費の合計です。介護保険自己負担やその他の有料サービスは含みません。

新プラン ご利用しやすい入居一時金のお支払い方法  
入居一時金年払い方式

入居時のお支払い

74万円~

入居一時金・年払い方式  
入居時年齢91歳以上

月々のお支払い

15.9万円~

月払い利用料：A-a居室の場合

【施設概要】施設名/さわやか絹の郷信州おかや ■所在地/〒394-0021長野県岡谷市郷田二丁目1番24号/TEL:0266-24-8822/FAX:0266-24-8824 ■施設までの主な交通手段/JR東日本中央本線岡谷駅から徒歩28分(2.2Km)JR岡谷駅よりバス7分 神明町下車徒歩5分  
■敷地面積/3,578.35㎡ ■延床面積/2,965㎡ ■居室面積/18㎡~23㎡ ■居室数/全79室 ■今回募集数/20室 ■入居要件/入居時65歳以上、自立・要支援・要介護 ■新築/平成23年9月1日竣工 ■構造/鉄骨コンクリート造 地上4階建 ■事業開始年月/平成23年10月1日 ■募集型/特定施設入居者生活介護・介護予防特定施設入居者生活介護 ■事業者番号/長野県指定 第2070400557号 ■自由利用の権利形態/利用権方式 ■土地建物所有権/土地・建物所有権 ■事業内容/介護サービス10名(1階) ■利用料の支払方法・一時金方式 ■入居一時金/180万円~500万円(償却期間内の返金制度あり、短期解約特例あり) ■月額利用料/管理費・61,000円、月額家賃相当額/47,000円~72,000円、食費・51,300円(30日限食) ※介護保険1割負担分、電気代、おむつ代、医療費の実費、その他実費は別途徴収 ■人員体制/2.5:1以上 ■居室区分/全室個室 ■居室付帯設備/照明・エアコン・洗面台・トイレ・緊急通報装置・カーテン・収納大小スプリンクラー・介護用ベッド・寝具一式 ■共用設備/食堂・テイルーム・談話室・喫煙室・理美容室・健康相談室・大浴場・備浴・機械浴 ■事業主体名/TPRトータルサービス株式会社 ■所在地/〒394-0002 長野県岡谷市赤野一丁目1番32号/TEL:0266-23-8817/FAX:0266-24-0543 ■ホームページ/http://www.tpr-swyk.jp ■広告有効期限/平成25年5月24日~平成25年7月23日