

こどものくに

0123

10・11月のイベント

参加無料

♣にこにこ運動会(申込み受付中)

みんなで楽しく運動会ごっこをします

日時…10月20日(月)

午前10時～・午前11時～(年齢別で2回)

対象…歩ける子どもさんと保護者

定員…各回20組

持ち物…水分、動きやすい服装(素足)、汗ふきタオル



♣どんぐりコンサート(申込み不要)

季節の歌や手遊びなどをみんなで楽しみましょう。

日時…10月22日(水) 午前10時30分～

出演…フラットら

♣ママの体操講座

(10月10日(金)よりどちらか一方を選んで申込み)

〈ピラティス〉 インナーマッスルを鍛えましょう

日時…11月10日(月) 午前10時～11時

対象…保護者 定員…20名

持ち物…動きやすい服装(素足または5本指ソックス)、水分、汗ふきタオル、ヨガマット(厚手のバスタオルでも可)

〈リフレッシュ体操〉 エアロビクスとストレッチ

日時…11月17日(月) 午前10時～11時

対象…保護者 定員…20名

持ち物…動きやすい服装、シューズ、水分、汗ふきタオル

♣離乳食講座(10月27日(月)より申込み受付)

調理実習と試食(保護者のみ)

日時…11月26日(水) 午前10時～11時30分

対象…保護者 定員…15名

持ち物…エプロン、三角巾、材料費(300円程度)

託児あり

託児あり

託児あり

申込み…こどものくに窓口まで

(電話でも受け付けます)



10月の行事	3日(金)	午前11時～	リズム遊び
	9日(木)	午前11時～	つくっちゃおう
	15日(水)	午前11時～	食べるのだいすき!
	16日(木)	午前10時30分～	ベビーマッサージ
	17日(金)	午前11時～	おおきなおはなしたまご
	23日(木)		食育相談
	24日(金)	午前10時～	双子のおしゃべり会
	24日(金)	午前10時～正午	子育て相談
	27日(月)	1日中いつでも	ぺったんこの日

申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

10月の諏訪湖ハイツ

♥ロビー展示

●硯和書道会 書道作品展

期間…10月1日(水)～15日(水)

●小口地区社会福祉協議会 絵手紙展

期間…10月16日(木)～31日(金)

♥ロビーコンサート・パフォーマンス

●ウクレレ レファ ウクレレコンサート

日時…10月5日(日) 午後1時～2時

●マナホラナフラスタジオ ハワイアンフラ

日時…10月18日(土) 午後1時～1時30分

●大正琴琴峰会 秋彩りコンサート

日時…10月25日(土) 午後1時～2時

ロビーコンサート・パフォーマンス出演者募集中!

出演希望者は、フロントまでお気軽にご相談ください。

♥「ハイツ」フリーマーケット 開催(芝庭)

本年度最後のフリマです。出店多数!リユース品(衣類・日用雑貨・玩具・骨董品・農産物・手作り品など)がバラエティ豊かに大集合!

日時…10月19日(日) 午前9時～午後4時

♥諏訪湖ハイツ温泉紹介

家族福祉風呂

車椅子の人も温泉を利用できます。1日4組限定、90分間、予約制です。ご予約、ご相談はフロントまでどうぞ。

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。

●温泉リハビリ友の会 会員募集中

仲間と一緒に「健康づくり」をしませんか?

♥ランニングステーション

(女性限定)

諏訪湖周辺での、運動やランニングの着替えにご利用ください。



臨時休業

温泉設備定期保全のため、10月16日(木)の温泉施設は終日休業します。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

温泉スタンド休止

水道課(内線1425)

源泉ポンプ取替工事・貯湯槽補修工事のため、10月29日(水)・30日(木)は、終日休止します。

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

カノラホール主催公演チケット 販売開始時間 変更のおしらせ…発売初日のみ 窓口:午前8時30分より、電話:午前10時より受付

2015年1月12日(月・祝) 午後1時・4時30分 2回公演



海岸で見つけた1枚の地図から、しまじろうたちの新たな冒険が始まります!

みみりん、とりっぴい、にゃっきい、ガオガオさんとともに、目指すは伝説の宝島。

島ではふしぎな住人たちがまっています。楽しい旅の果て、みんなは宝物を見つけることができるでしょうか?



© Benesse Corporation 1988-2014/しまじろう

【主催】カノラホール ((公財)おかや文化振興事業団)

【時間】①午後0時30分開場 午後1時開演

②午後4時開場 午後4時30分開演

【会場】大ホール

【チケット】全席指定 1,960円(ソサエティ会員特別価格あり)

※3歳児からチケット必要。2歳以下の幼児は保護者1名につき1名ひざ上鑑賞可。ただし、席が必要な場合は有料。

発売中

2015年1月18日(日) 午後5時30分開演

一青窈 TOUR 2014-2015 ~私重奏~



10月5日(日) 一般発売開始

新春は一青窈をカノラに迎えて…

2002年「もらい泣き」でデビュー。2年後にリリースされた「ハナミズキ」は、いまも歌い継がれるビッグロングヒット

…数多くのアーティストにカバーされ、カラオケでもおなじみの曲となっています。しっとり心にしみる、個人的で艶のある歌声を、ライブでぜひお楽しみください。

【主催】カノラホール ((公財)おかや文化振興事業団)

【時間】午後5時開場 午後5時30分開演 【会場】大ホール

【後援】ユニバーサルミュージック

【企画制作】大家/アイモット 【協力】アオイスタジオ

【チケット】全席指定 6,300円 ソサエティ会員 5,800円

※3歳児からチケット必要。2歳以下の幼児は保護者1名につき1名ひざ上鑑賞可。ただし、席が必要な場合は有料。

カルチャーセンター ホリデイスクエア アルパコンサート

アルパは、スペイン語でハープのこと。音色はもちろん、手彫りの彫刻や寄木細工などの装飾も美しい楽器です。

日時…10月4日(土) 午後1時30分開演 場所…イルプラザ3階 カルチャーセンター催事場

出演…アルパ・岡谷エレニータの会(市内を中心に、アルパ、ギター、パーカッションで演奏活動中)

プログラム…野に咲く花のように/コーヒールンバ/となりのトトロ/ミッキーマウスマーチ ほか

★イルプラザで当日有効のクーポン券を配布します。



問合せ●イルプラザ・カルチャーセンター ☎24-8404

入場無料

広告

年間300人以上が来院 無料相談受付中!

事故にあったら、今すぐお電話を

岡谷市民整体院 ☎0120-972-534



世界 de Go! 国際交流センターだより

www.oiea.jp Tel.24-3226 Fax.24-3229 oiea@oiea.jp



◎ 姉妹都市提携50周年に向けて ◎

みなさんご存知かと思いますが、岡谷市にはいくつか姉妹都市があります。そのなかでもっとも長く提携しているアメリカのミシガン州マウント・プレザント市とは、1965年の提携以来50年に渡って、高校生生活体験事業をはじめ、さまざまな交流事業を行ってきました。

高校生生活体験事業は、1年おきに派遣と受け入れを交互に行っている高校生対象のホームステイ事業です。第26回として、今年の8月に来岡したマウント・プレザント市の高校生6名からは「一生忘れられない貴重な体験ができた」と感想が寄せられています。

来年、2015年は、記念すべき姉妹都市提携50周年。8月には、高校生の派遣とは別に、約20人の市民訪問団を岡谷に迎え、お祝いの交流事業を行う予定です。岡谷にいながらに、異文化交流を体験できるチャンスのある年です。ホームステイの受け入れ、交流会参加など、積極的に交流事業に関わってみてはいかがでしょうか？

第27回高校生生活体験事業、姉妹都市提携50周年記念事業市民訪問団についての詳細は、改めて広報でご案内しますが、関心のあるみなさんは、気軽にお問い合わせください。



ロマネット <施設・イベント紹介>

☞ローマ風呂 ロマネットの泉質について
温泉ソムリエ 北原美鈴さんに聞きました。

温泉にも、人間の顔や性格のような特徴があり、それぞれに違いがあるのをご存知ですか。ロマネットの温泉は、ph8.3の弱アルカリ性。「美肌効果の湯」(詳しくは館内の温泉分析表をチェック!)と好評を得ています。もし泉質が弱酸性なら、殺菌作用があり、皮膚病などに効能が期待できる温泉になります。源泉の違いを体感し、自分に合った温泉を見つけられたら、温泉の楽しみがまた広がります。



問合せ●ロマネット ☎27-6080

☞今月のイベント

- 10月10日(金)は銭湯の日!
牛乳自販機の120円商品(牛乳・コーヒー牛乳・マミー)を50円で販売します。
- キッズわくわくプール
日時…10月13日(月・祝)・26日(日) 午前10時～午後6時
浮き輪や水遊びグッズの持ち込みOKです♪ プールご利用の子どもさん(小学生以下)には、お菓子のつかみ取りもあります。
- ロマネットの日(お客様サービスデー)
期日…10月17日(金)



設備メンテナンスのため休館

10月28日(火)・29日(水)は全館休館、30日(木)は朝風呂を休業し、午前10時より営業します。ご迷惑をおかけしますが、ご了承ください。

天気がいいとうれしくなります♪

太陽光発電も岡谷酸素

💡**とくとくと発電開始!!**

豊富な取り扱いメーカーから、お宅にぴったり!をご提案いたします。独自のアフターサービスもご用意しております。



☀️ 取り扱いメーカー ☀️

- ・ホンダソルテック ・長州産業 ・三菱電機 ・京セラ
- ・ソーラーフロンティア ・シャープ ・パナソニック



うちもそろそろ付けようかしら。
岡谷酸素に聞いてみましょう!



おとなりさん
「太陽光発電」はじめたんだったって。

岡谷酸素株式会社 岡谷営業所

岡谷市湖畔2-3-7 TEL: 0266-22-4931

広告

10月の図書館情報

絵本の読み聞かせ、語り、紙芝居、パネルシアターなどのおはなし会を定期的に行っています。

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時：10月21日(火) 午前10時30分 (30分程度)

☆おはなしの森(園児・小学生向け)

日時：10月4日・11日・18日の土曜日

午前11時～(20分程度)

☆第26回としよかん子ども読書まつり

日時：10月25日(土) 午後1時30分

10月26日(日) 午前10時30分

内容：絵本の読み聞かせ、人形劇、楽しい工作など

※会場はいつでも市立岡谷図書館2階会議室です。

◎10月の休館日：6日・14日・20日・27日・31日

今月のテーマボックス「秋だよ」

さつまのおいも



おいもは土のなかでくらしています。ある日、おいもの畑に子どもたちがやってきました。さあ、おいもと子どもたちのつなびきです。うんしょとこしょんしょとこしょよ…。やて、どっちが勝つのかな？ 秋の楽しい楽しいおはなしです。

中川ひろたか文 村上康成絵 〈童心社〉

10月19日(毎月第3日曜日)は「うち読でエ」読の日

問合せ●市立岡谷図書館

☎2212031 FAX 243838



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH 地上デジタル放送中!

10月の番組表

※番組は変更になる可能性があります。詳しくは岡谷市ホームページでご確認ください。

問合せ●広報情報課(内線1364)

放送内訳

朝5時～翌深夜2時まで、1時間プログラムを、21時間繰り返し放送しています。



桂由美「トーク&ブライダルショー」



直撃!! 特殊詐欺の姿

10月1日～15日までの放送番組

- 市民投稿作品「さあ、見てね!」
- 野菜万葉!! ～旬の野菜で料理～「サトイモ」
- 直撃!! 特殊詐欺の姿「特別口座預け替え」
- 写真で振り返る岡谷 9月編
- 文字放送

【特別番組】

岡谷市消防団 消防操法大会 (午前10時～・午後3時～・午後7時～)

10月16日～31日までの放送番組

- 市民投稿作品「さあ、見てね!」
- わが家のアイドルNo.57
- 直撃!! 特殊詐欺の姿「当たる数字」
- 発見! 武井武雄の足跡 Ep.1
- 文字放送

【特別番組】

蚕糸博物館開館記念 桂由美「トーク&ブライダルショー」(午前10時～・午後3時～・午後7時～)

シルキーチャンネルはデジタルの11チャンネルで放送しています。視聴には、テレビやチューナーなどのチャンネルの初期設定が必要です。設定方法がわからない場合は、LCV(☎0120-088-644)、または広報情報課(内線1364)までお問い合わせください。出張による設定をご依頼の場合は有料となります。

広告

エコドライブ、美しい環境とモビリティの楽しさを次世代へ。

ヴェゼル 特別金利 クレジットキャンペーン

Honda Financial Services

残クレ 残価設定型クレジット

実質年率 **1.9%**

このキャンペーンは予告なく終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。

【対象車種】ヴェゼル/ヴェゼル ハイブリッドの新車
【クレジット条件】残価設定型クレジット・所要資金(前払元金)が50万円以上で、お支払い回数は36/48/60回(回数により最終回のお支払い額、走行距離条件等が異なります)

Honda Financial Servicesは、株式会社ホンダファイナンスが提供する金融サービスブランドです。

ご契約にあたっては、株式会社ホンダファイナンスの審査が必要となります。審査の結果が受けられない場合がございます。

Honda Financial Services

詳しくは営業スタッフまでお問い合わせください。

なるほど便利。たしかに安心。



ヴェゼル HYBRID

1.5L VTEC+DDC 型式DAA-RU3(F)/7速デュアルクラッチトランスミッション+トルクシフト

ボディカラーはホワイトオーキッドパール(有料色:37,800円高)

Photo:ヴェゼル HYBRID(FE)

2,252,572円

※車両本体価格(消費税8%込み)

上記価格には写真の有色色の価格が含まれておりません。

Honda Cars 松本東 岡谷店



Honda Cars 松本東 岡谷店

TEL.0266-78-6120

〒394-0035 岡谷市天竜町2-2-32

営業時間:9:00~18:00 定休日/水曜日

http://www.hondacars-matsumotohigashi.jp/

メンバーズ登録で便利とおトクが広がる!

Honda C-cardメンバーズ

※入金・登録受付中!

http://www.honda.co.jp/C-CARD/



★車両本体価格は消費税(8%)込みの価格です。消費税以外の税金、保険料、登録等に伴う諸費用、リサイクル料金は別途申し受けます。

●車両本体価格には、応接/リンク修理キット・標準工具・ジャッキが含まれます。●販売店がセットする付随品は別途です。●車両本体価格には、特別装備品以外のメーカーオプションおよびディーラーオプションの価格が含まれておりません。●車両本体のみでもご購入いただけます。●写真は印刷のため、実際の色とは異なります。