

こどものくに

0123

参加無料

1・2月のイベント

♣リトミック講座(1月5日(月)より申込み開始)

日時…1月23日(金)

午前10時～：ベビーリトミック(赤ちゃんもOK)

午前11時～：しっかり歩ける子ども向け

対象…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

♣元気に豆まき!(申込み不要)

新聞紙で作った豆を、投げっこしてあそびましょう。

やさしいオニもやってきます。

日時…2月2日(月) 午前11時～

♣絵本講座(1月27日(火)より申込み開始)

絵本やわらべ歌遊びを楽しみましょう。

日時…2月25日(水) 午前10時～11時

対象…子どもと保護者 定員…20組



申込み…こどものくに窓口まで(電話でも受け付けます)

楽しい行事を毎月実施! 申し込み不要です。

1月 8日(木)	午前11時～	つくっちゃおう
9日(金)	午前11時～	リズム遊び
15日(木)	午前10時30分～	ベビーマッサージ
16日(金)	午前11時～	おおきなおはなしたまご
21日(水)	午前11時～	食べるのだいすき!
26日(月)	1日中いつでも	べったんこの日
29日(木)		食育相談日

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)。4月以降初めて来られるときは、更新手続きをお願いします。

※12月29日(月)～1月3日(土)は休館日です。

申込み・問合せ●こどものくに ☎24-8403

1月の図書館情報

☆ちいさなおはなしの森(乳幼児向け)

日時…1月20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…1月10日・17日・24日の土曜日
午前11時～(20分程度)

☆冬の子ども工作教室

日時…1月31日(土) 午後1時30分～

内容…鬼のお面作り、牛乳パックなどを使ってリサイクル工作

持ち物…はさみ、のり、えんぴつ、ものさし(持ち物には、必ず名前を書いてください)

※小さい子どもさんは、必ず保護者と参加してください。

※会場はいつでも市立岡谷図書館2階会議室です。

☆本の福袋

今年も「本の福袋」を行います。何が入っているかは、開けてみてのお楽しみ!! いろんなジャンルの本を用意してお待ちしています。

期間…1月4日(日)～18日(日)

◎1月の休館日…1日～3日・5日・13日・19日・

26日・30日

今月のテーマブックス

「大きくなったらなにになる?」



1月18日(毎月第3日曜日)は「うち読でエコ読の日」

問合せ●市立岡谷図書館

☎22-2031 FAX 24-3838

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。

問合せ●子ども課(内線1264)



まずは
利用登録!

問合せ●

生涯学習課(内線1231)

学童クラブの対象学年を6年生までに拡大
市は、子育て支援を一層充実し、輝く子どもの育成を進めるため、現在の小学3年生までの学童クラブの対象学年を、平成27年度から、6年生までに拡大します。また、利用時間や利用料についても、見直しを行います。
詳細は、1月中に、各小学校を通じてご案内します。

健康ひと回メモ

No.447

高齢者の肺炎球菌ワクチンと 今年のインフルエンザ



テレビCMでもおなじみです。ご存じの方も多しと思いますが、高齢者を対象とした肺炎球菌ワクチンが、法改正によって国の定める定期接種となりました。

今年度は、平成27年3月31日までに、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる人と、101歳以上の人が公費補助の対象となっています。市からの通知により、市内医療機関ですでに接種を受けた、という人もいらっしゃるでしょう。

肺炎球菌には93種類の血清型（菌の細分類のこと）があり、定期接種で使用される「ニューモバックスNP」というワクチンは、そのうちの23種類の血清型に効果をもち、この23種類の血清型は、成人の重症の肺炎球菌感染症の原因の約7割を占めるという研究結果があります。しかし、一方では肺炎を起こす菌やウイルスはほかにも種類が多く、人に発症するすべての肺炎のなかでは、予防効果は半分以下ともいわれています。

それでも予防接種を受けることを勧めるのは理由があります。ひとつは高齢者は若い人と比べて肺炎にかかりやすく、肺炎が日本人の死因の第3位であることが挙げられます。そしてもうひとつの大切な

理由は、毎年冬期に流行する、インフルエンザとの関連性が明らかになってきたことです。

インフルエンザウイルスに感染すると、気道粘膜が障害されて二次性の細菌感染が起こりやすくなります。その時に肺炎球菌性肺炎発症の頻度が高くなり、しかも重症化することが多いのです。1918年に世界中で流行したインフルエンザ（いわゆるスペイン風邪）では、世界中で4000万人の人が死亡しましたが、亡くなった人の大半は細菌感染による肺炎が原因だったことが判ってきました。ですから、肺炎球菌ワクチンとインフルエンザワクチンによって、両方の感染症を予防することが重要となるのです。両ワクチンの同時接種については、東日本大震災後に宮城県で4665人に行われましたが、重篤な副作用は1例もなく、安全性に問題がないと考えられ、すでに欧米では同時接種が積極的に行われています。

日本では肺炎球菌ワクチンは生涯で1度の定期接種ですが、通知が届いたら必ず受けるようにしてください。インフルエンザの流行は今年も都会を中心に始まっています。ワクチン接種をするともに、うがい・手洗いを励行して感染に備えましょう。

（医師会）

平成27年度 長野県民交通災害共済 会員募集！

問合せ●市民生活課(内線1166・1172)

【一般加入】

区を通じては2月まで、市役所市民生活課・3支所・駅前出張所の窓口では、年間通じて申し込みます(年会費1人400円)。

加入期間…

平成27年4月1日～平成28年3月31日
中途加入の場合…

会費納入の翌日～平成28年3月31日

【団体加入】

小中学生の保護者のみなさん、小中学生の加入手続き方法にご注意ください。

4月1日現在で、市内の小中学校に在学する児童生徒（岡谷市に住民登録がある人）は、各学校ごとの団体加入となります。学校より通知が届きますので、学校へ加入申し込みをしてください(団体加入会費1人100円)。

市外の学校には団体加入が適用されません。市外通学している児童生徒は一般加入となりますので、区のとおりまとめ、または市役所・3支所・駅前出張所窓口にてお申し込みください(会費1人400円)。

【見舞金の請求】

加入している人が交通事故にあった時は、まず市役所窓口にお問い合わせ、請求方法を確認してください。

公費負担(申込書に名前を書かなくてよい人)

身体障害者手帳1・2級、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳1・2級を持っている小学生以上の人で、社会福祉課で手続きした人(平成27年4月1日現在)
上記手帳を持っていて、社会福祉課で申請手続きをしている人は、申し出のない限り、自動的に継続加入となります。新規に手帳を取得した人へは別途通知をしますので、申請してください。

岡谷市に住民登録のある未就学児(平成27年4月1日現在)
4月2日以後の出生、転入者も月ごとに市で加入手続きを行います。加入を希望しない場合は、4月30日までに市民生活課までご連絡ください。

第2次岡谷市環境基本計画の推進

1月の基本目標《地球環境の保全》
かけがえのない地球環境を守るまち

世界各地で地球温暖化による影響と考えられるさまざまな現象が発生しています。雨や雪が一度にたくさん降ったり、ぜんぜん降らなくて水不足になったりする、近年の異常気象なども、地球温暖化が原因ではないかといわれています。

おかや環境かるた



へっちゃらさ 寒い季節も
なんのその

深刻な地球温暖化にストップをかけるため、一人ひとりが問題意識を持ち、家庭、学校、事業所で「省エネ」を実践しましょう。

寒い冬 エネルギーをじょうずに使おう! 出典: 省エネルギーセンター
熱を出すものが、最もエネルギーを消費します

炊飯ジャー、電気ポット
「保温」はやめる

冷蔵庫
冬の温度調節は「弱」

風呂
続けて入り追い炊きしない

温水洗浄便座
・温水、便座温度は冷たくない程度に
・フタを閉めて便座を保温

暖房温度は20℃(以下に)
部屋着で体感温度が上がります
カーディガン…+2.2℃
ひざかけ…+2.5℃
ソックス…+0.6℃

電気こたつ、ホットカーペット
断熱マットを敷き、こたつ布団は二重に

灯油・ガス・電気ストーブ
・用途に合わせて使い分ける
・外出、就寝の15分前くらいに止める

冬こそエコドライブ

急発進、急加速、急停止をやめ、ふんわりアクセルと適度な車間距離で、エコドライブを心がけましょう。



野焼きは法律で禁止されています

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が、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。

【環境セミナー】 里山の自然について

参加無料

申込み不要

日時…2月7日(土) 午前10時30分～正午(10時開場) 場所…カノラホール 小ホール
主催…環境市民会議おかや・岡谷市安全会議・岡谷市

里山って? ライフスタイルの急激な変化につれ「人と自然とのつながり」が失われ、里山環境も大きく変わりつつあります。里山の魅力と現状について、いっしょに考えてみましょう。



「里山という環境」

講師…池田 正史さん
信州大学自然環境診断マイスター
県環境審議会委員、自然再生士、技術士



- 里山はなぜ重要か
- 里地・里山の変遷～縄文時代から～
- 健全な里山とこれからの里山活用

☆講師プロフィール☆

佐久市生まれ。東京農大造園学科卒。建設コンサルタント会社を定年退職後、非常勤のかたわら、災害跡地自然再生(湊地区災害跡地森を育てる会代表)、景観を考える会などボランティア活動中。

「里山で生きる」

講師…中野 國光さん
信州大学自然環境診断マイスター
県指導林業士、マツタケ山管理者



- ふるさとの文化
- 今、山や里で起きていること
- 獣との共生、放棄地の利用への取り組み

☆講師プロフィール☆

塩尻市生まれ。ふるさとで自給的農林業を営み、里山で山菜、キノコ、里地でアスパラガス、ブドウを中心に、野菜や稲作も行う。獣害、耕作放棄地の拡大阻止を目標にしたベリー類を試験栽培中。

「ごみ収集カレンダー」に 広告を掲載しませんか？

環境課では、「平成27年度ごみ収集カレンダー」に掲載する有料広告を募集します。ふるってご応募ください。

規格・数量：

ごみ収集カレンダー（B3判フルカラー画面印刷 全戸配布）

カレンダー表面下部の8枠のうち
の1枠（たて43mm×よこ62mm）

カレンダー裏面下部への表記

（社名、住所、電話番号）

掲載期間：平成27年4月1日～平成28年3月31日

掲載料：1枠5万円

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5日（月）～9日（金）の期間中に「岡谷市印刷物等に関する広告掲載申込書（様式第1号）」を環境課に提出してください。なお、応募希望者は、事前に説明がありますので、環境課までご連絡ください。

※応募多数の場合は選考

申込み・問合せ ●
環境課（内線1448・1449）

諏訪湖浄化講演会

日時…1月13日（火）午後6時30分～8時
場所…RAKO華乃井ホテル 2階パルケの間
テーマ…

「流域の視点で考える琵琶湖の保全・再生の方向性
～琵琶湖流域水物質循環モデルで汚濁の原因をさぐる～」

講師…滋賀県琵琶湖環境科学センター総合解析部門
主任研究員 佐藤 祐一さん

対象…どなたでも参加できます。

参加無料
申込み不要

問合せ ● 環境課（内線1446・1447）

水質汚濁事故を防止しましょう！

河川の水は、水道水や農業用水など幅広く利用されているため、水質汚濁事故が発生すると、多くの人の生活に影響を与え、動植物にも被害を及ぼすおそれがあります。

水質汚濁事故を起こさないよう十分注意し、豊かな水環境の保全にご協力ください。

水質汚濁事故を起こしたら・見つけたら

油や農薬などを流出させてしまったり、流れているのを発見したら、すぐにご連絡ください。

連絡先

●環境保全に関する関係機関

岡谷市環境課……☎23-4811（内線1446・1447）

県諏訪地方事務所環境課……☎57-2952

県環境部水大気環境課…☎026-235-7162

●危険物（灯油など）に関する関係機関

岡谷消防署……☎22-0119

●河川の管理者

県諏訪建設事務所維持管理課……☎57-2935

もったいないフェスタ2015関連イベント 「もったいないフリマ」 出店者募集



「もったいないフェスタ 2015」は、循環型社会の構築をめざし、日常生活のなかの“もったいない”に対する意識を深める目的で開催します。このイベントの一環としてオープンする「もったいないフリマ」に出店してみませんか？

開催日時…2月22日（日）午前10時～午後3時

出店場所…ララオカヤ2階 特設イベント会場

募集区画数…約40ブース

区画サイズ…1ブース：間口3m×奥行2.5m程度

出店費用…無料

出店条件…一般個人に限り（原則1人1ブース）。

食品や動物類の販売はできません。区画の割り振りは主催者が決めさせていただきます。

受付…1月13日（火）～（平日午前9時～午後5時）

※募集区画が埋まった時点で締め切ります。

不用食器（新品未使用に限る）

回収受付中！

市役所4階 環境課までお持ちください

申込み・問合せ ● 環境課（内線1448・1449）