



あなたとおかやを^{つな}ぐ

Okaya

2020

11

No.1455

広報 おかや



岡谷で働く。

〈特集〉

今月の表紙

東京でお菓子の勉強と仕事をしてUターンで地元に戻りました。
大好きな地元のお客様にお菓子で笑顔を届けられるよう、日々
がんばっています！



2,643社

岡谷市内の全事業所数です。
岡谷市には基幹産業である製造業を中心に多くの職種・働く場所があります。あなたの職能を活かし、伸ばせる仕事もきっとあります。
※平成28年経済センサス-活動調査(総務省／経済産業省)より



70.4%

令和2年度の市民アンケートで、岡谷市に住みたいと答えた人の割合です*。
住みたい理由の上位は、「自然環境が良い、買い物が便利、友人・家族がいる、働く場所がある」でした。
※住みたい、どちらかという住みたいと回答した人

“岡谷市の働く環境”

イマドキの
ロウダウジジョウ
in Okaya

35.3%

(2019年度実績)

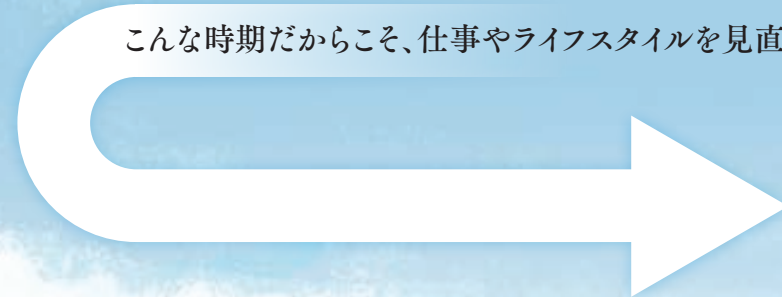
県外に進学した県出身学生の県内就職率です。
働く環境はあっても、Uターン率は低い水準です。コロナ禍をきっかけに、この数字も今後大きく変わるかもしれません。
※出典：Uターン就職状況等に関する調査(産業労働部)

90件

データは平成27年～令和元年の5年間に岡谷市の創業支援等の補助を受けた件数です。
岡谷市は起業への補助なども充実していて、ここ数年自分のお店を開く人も増えています。
※秘書広報課調べ



こんな時期だからこそ、仕事やライフスタイルを見直そう。



〈特集〉

岡谷で働く。

どんな仕事をしたいのか、どこで暮らしたいのか。就職あるいは転職という人生の大きな岐路を迎えたとき、改めて自分に問いかける人は多いのではないだろうか。

コロナ禍をきっかけにテレワークの普及やワーケーションの増加など働き方に大きな変革の波が訪れています。また、国内の移動制限などは、わたしたちに地元や家族の大切さを改めて気づかせる機会となりました。価値観や働き方が変わるなか、改めて都会から地元へ目を向けてみませんか。岡谷市には豊かな自然と多様な産業と働く場所があります。「地元が近いところ」ではなく、「都会に近いところ」で、都会にはない豊かな暮らしのなか、これからのキャリアを積んでみませんか。



子どもが近くに就職してくれて元気な姿が見られ安心です

長野県其自然や風景が好きなので戻ってきました



長野市出身
武井啓晃さん



《お二人のインタビューがP5にあります》



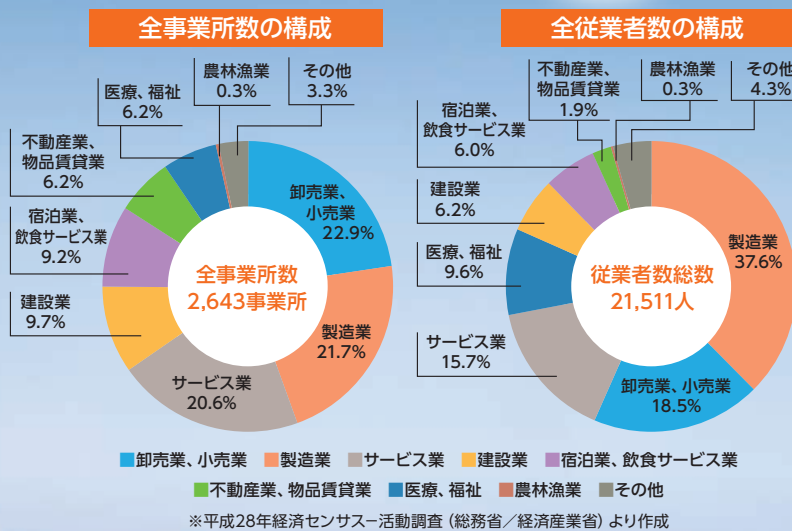
2人のお子さんを持つ
金澤かおりさん

INTERVIEW

インタビュー

“岡谷で働くきもち”

岡谷の産業
ここが凄い！
 岡谷市でつくられた部品は製品となって世界中で活躍しています。



精密加工技術の信頼性の高さを証明したSUWA小型ロケットプロジェクト
 諏訪地域が強みとする精密加工技術の向上を目的に、諏訪圏の企業に在籍者を主な対象とした「小型ハイブリッドロケット」の製作を通じた人材育成「SUWA小型ロケットプロジェクト」を、JAXA宇宙研、信州大学、公立諏訪東京理科大学などの協力・技術支援を受けながら行っており、秋田県能代市で4回の打ち上げ実験成功の後、令和2年3月1日、初めて諏訪湖での打ち上げ実験を行い、完璧な成功を収めました。岡谷市内の優良企業をはじめとする、諏訪地域の若い技術者のみなさんの集大成となりました。



株式会社岡谷組・土木工事部
 武井啓晃さん（入社11年目）

Q. 担当しているお仕事は？
 土木工事の施工管理をしていて、造るのは道路、堤防、砂防堰堤など幅広いです。現場の管理や、施工方法、材料、工程、工期などの全般的な管理をする仕事です。

Q. オフの日の楽しみ方は？
 高校時代は野球部で、今もチームに入っています。冬はスキーに行っていますが、諏訪地域のスキー場へも近いので便利ですね。

Q. 岡谷で働く理由・きっかけは？
 長野市出身で、愛知県の大学に進学しましたが、長野県の自然や風景が好きなので戻ってきたと思っています。専攻した土木工学を活かせる企業を探していたところ、岡谷組を知り、採用試験を受けました。



岡谷小学校跡地保全対策工事の現場で



会社の仲間と白樺湖のスキー場で



信越ハーネス株式会社・製造3係
 金澤かおりさん（入社7年目）

Q. 担当しているお仕事は？
 医療機器、通信機器などに使われるワイヤーハーネス※の最終組み上げを担当しています。加工されたワイヤーに、手作業でひねりを加えたり、コネクタなど

Q. いまの会社で働くことに決めた理由・きっかけは？
 子どもがいるので何かあったときのこと考えて、家の近くで仕事を探していました。いまの会社でちょうど中途採用の募集があつて見学に来たら、社内が整って、きれいで雰囲気も良かったので、ぜひ働きたいと思いました。



多品種のワイヤーハーネスを扱いますが、それぞれ組み上げ方が違うので、図面を見ながら正確に迅速に作業を進めます

親の立場でひとこと

社会人と大学生の子どもがいて、上の子は地元で就職しました。県外に進学している下の子にも、「生まれ育った地元で働くのがいいよ」と話しています。専門職の勉強をしているので、「就職口が地元であれば帰ってきてほしい」という気持ちは本人も持っているようです。

近くにいると元気な姿が見られて安心ですし、お互い助け合っていけるかなと思います。

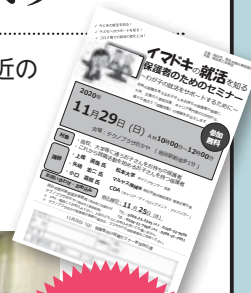
※ワイヤーハーネス：電力や電気信号を送る電線を束にした集合部品

岡谷市採用活動情報

イマドキの就活を知る保護者のためのセミナー

将来の就職を考える子どもをお持ちの保護者のみなさんが、知っておきたいこと、これから必要なこと、最近の就職活動の状況などをお伝えします。ぜひご参加ください。

- 日 時 11月29日(日)午前10時～正午 ●場 所 テクノプラザおかや
- 対 象 高校・大学などに通う子どもを持つ保護者、これから就職活動をする子どもを持つ保護者
- 講 師 ①松本大学 キャリアセンター 上條 直哉さん
②岡谷労務対策協議会 理事企業代表 人事担当 マルヤス機械株式会社 矢嶋 宏二さん
③キャリアディベロップメントアドバイザー 小口 喜照さん
- 参加費 無料(事前申込み制)
- 問合せ 工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000



就活生の
保護者必見!

令和2年度おかや就活サークル

その1 自分に合った仕事発見セミナー 先輩社員と語ろう!

12月28日(月) 場所: テクノプラザおかや

諏訪地域年末企業研究会

12月28日(月)
場所: ララオカヤ
※12月26日(土)
帰省バス運行日



その2 企業見学ツアー コロナ禍での就活と自己PRポイント セミナー

令和3年2月5日(金) 場所: テクノプラザおかや

諏訪地域企業研究会

令和3年2月6日(土) 場所: 未定
※2月4日(木)帰省バス運行日

その3 第一印象の重要性と 基本的なマナー習得セミナー 模擬面接体験

令和3年3月4日(木) 場所: テクノプラザおかや

諏訪地域合同就職説明会

令和3年3月5日(金) 場所: 茅野市民館
※3月3日(水)帰省バス運行日

全て参加無料(お昼はお弁当付)
帰省バス(新宿→岡谷)を使って実家に帰省できて、お財布にやさしい。
諏訪地域の就職イベントや、耳寄りな情報の収集が可能。

※参加対象は大学生・短大・専門学校や高校生(学年は問いません)、卒業後3年程度までの人。

●申込み方法(QRコードから申し込み!)

QRコードからアクセス! 詳細および申込みフォームが表示されますので詳細を確認のうえ、必要事項を入力し送信してください。読み込めない場合は、岡谷市ホームページにて「おかや就活サークル」と検索し、アクセスしてください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止または予定を変更する場合があります。

問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや) ☎21-7000

工・業・振・興・課・随・想

「子は育ち、学び成長し、挑戦する。」

「子の成長と挑戦を信じて、後押ししてあげることが親の務め」

岡谷を離れ、ふるさと岡谷はどのように見えるのでしょうか。

わたしたちのまち岡谷は、日本経済の一翼を担う約2,600の事業所に約21,000の人が働き、確かな技術と経営手腕で発展を続けてきました。

これを持続可能なものとするためには若い力が必要です。今だから「岡谷で学び、岡谷で働き、岡谷で生活する」を考えてみませんか。

Why I decided to go back to Okaya.

わたしが岡谷に決めたわけ!

岡谷で働く先輩に聞いてみました。

いろいろな選択肢があったと思いますが、あなたはなぜこの岡谷で働くことに決めたのですか、また岡谷のいいところ、自慢できることは何ですか?



金融業

諏訪信用金庫 長地支店
伊藤 沙樹さん(出身地: 諏訪市)



ガス

岡谷酸素株式会社 岡谷営業所
丸山 文葉さん(出身地: 松本市)



娯楽業

岡谷スカラ座
松下 大樹さん(出身地: 諏訪市)



医療

諏訪湖畔病院
高木 浩平さん(出身地: 岡谷市)



小売業

ヌーベル梅林堂 岡谷店
中村 美智子さん(出身地: 岡谷市)



福祉

介護老人福祉施設さくらび
田中 亜実さん(出身地: 飯山市)



公務

岡谷市役所
藤森 空木(出身地: 岡谷市)



製造業

株式会社平出精密
武井 彩夏さん(出身地: 岡谷市)

岡谷市長
今井 竜五

コロナに負けるな 岡谷のものづくり企業 奮闘中!



樹脂製品を溶かし、そのなかにレンズや金属を固定して一体化させる機械。より高機能の熱力シメ機を求めるメーカーニーズに応えた製品が完成した。

開発のきっかけは、コロナの影響で大きな案件が止まり、手が空く時期ができてしまったことです。当社は自動車関連機器の製造装置や検査装置が主力であるため、世界的に自動車の生産が減ったことで大きな影響を受けました。そのとき、この奨励金の話があり、今回の製品開発に取り組んだわけです。今回は、奨励金を活用して、当社製品の熱力シメ機の性能の向上を図ることができ、今後の販売の展開につながるものと感じています。

代表取締役
風間 賢男 さん

新型コロナウイルス感染症は、市内ものづくり企業の受注にも大きな影響を与えています。岡谷市では売り上げが減少するなか、「生産性向上に寄与する環境整備」「新たな研究開発」などにチャレンジする企業を奨励金で応援してきました。このコーナーでは、この奨励金を活用し新商品の開発などを行う企業をご紹介します。

ふだんはこういうものを作っています



全自動レンズ組み立てライン

自動車関連の自動レンズ組立機や検査装置などが主力製品です。この製品で作られるレンズユニットは、自動車のバックモニターや自動運転にも使われています。顧客ニーズに合わせた製品をオーダーメイドで製造しています。



カザマエンジニアリング(株) ホームページ▶

カザマエンジニアリング株式会社



問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

お買い物するなら岡谷、楽しむなら岡谷、 岡谷プレミアム商品券 第4次販売について

第1次～第3次販売において、引き換えられなかった商品券(引換券交付後や整理券配布後に購入されなかったもの)を再販売します。なお、より多くの人が購入できるよう、第3次販売において商品券を購入された人は、応募をご遠慮いただきますようお願いいたします。

販売数…1,819シート 利用期限…令和3年1月31日(日)
販売価格…1シート10,000円(額面13,000円分)
購入対象者…岡谷市民に限り、1人3シートまで
申込み方法…往復はがき(126円)に必要事項を記入のうえ、岡谷商工会議所へ送付してください。返信はがきで結果をお知らせします。**応募者多数の場合は抽選。**(応募は1人につき1通とし、記入漏れや重複申し込みは無効となります。)

応募期間…10月30日(金)～11月16日(月)(消印有効)
抽選結果…当選の有無にかかわらず、11月24日(火)から発送します。
購入方法…岡谷商工会議所にて販売します。当選した人は、当選はがきをお持ちいただき、現金で購入してください。

販売期間…11月25日(水)～12月18日(金)の平日:午前9時30分～午後4時
11月28日(土)、12月5日(土):午前9時30分～正午

問合せ●岡谷商工会議所 ☎23-2345 / 商業観光課(内線1453)

(往信表面)

(返信裏面)

63円 3940021

(往信)

岡谷市郷田1-4-11
岡谷商工会議所
プレミアム商品券発行

記入不要

抽選結果を印字しますので、こちらの面には何も記入しないでください

(返信表面)

(往信裏面)

63円 □□□□□□

(返信)

ご自分の
郵便番号
住所
氏名

(氏名に様をつけてください)

- ①購入希望シート数 ()シート
- ②郵便番号・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤平日昼間に連絡がとれる電話番号

※記載内容に不備があった場合は無効となります。
※新料金の往復はがきで応募してください。
(往復はがき1枚126円)

定期ワクチン接種を忘れずに! ロタウイルス胃腸炎のおはなし



今年10月からロタウイルスワクチンが定期接種となりました。ロタウイルスによる胃腸炎の重症化を防ぐためにも、忘れずにワクチンを接種しましょう。今回は、岡谷市民病院副院長、小児科の高木医師にロタウイルス胃腸炎についてお話をうかがいます。

ロタウイルスとは。

ロタウイルスは、ノロウイルスと並んでウイルス性胃腸炎の中では非常に重要なウイルスの一つです。便や吐いた物から感染しますが、少量のウイルスがお腹に入るだけで感染してしまう非常に感染力の強いウイルスです。1月頃から流行が始まり、3月、4月にピークを迎え、6月頃にやっと収まってきます。5歳未満の子どもがかかりやすく、特に2歳未満のお子さんは重症化しやすいので注意が必要です。

どのような症状が出るのでしょうか。

初めに激しく吐くことが多く、これが半日から1日くらい続きます。そのあと40度前後の高熱が2、3日続きます。嘔吐や発熱が収まってくると、今度は激しい水下痢が1週間程度続きます。下痢が続くと食事が進まなくなり吐き気を繰り返すなど、気が抜けない病気です。

気をつけるべきことは。

まず、脱水状態になったら受診しなくてはなりません。脱水になると、元気が



ロタウイルスワクチン接種の様子

ない、おしっこが出が悪く出ても色が濃いか、唇が乾燥するなどの症状が出てきます。一番わかりやすいのは体重減少で、5%の減少は中等度の脱水で状況によつては点滴が必要です。さらに10%程度だと重症の脱水なのでかなり緊急性を要します。

また、この病気は高熱による熱性けいれんを引き起こすことや、発熱がなくても下痢の症状だけでもけいれんを起こす胃腸炎関連けいれんになることもあり、この場合は急いで治療する必要があります。そして一番気をつけたほしいのは急性脳炎で、けいれんを起こして意識の戻りが悪いときはこの急性脳炎を疑います。

ロタウイルスワクチンについて。

ロタウイルスのワクチンは生まれてから6週から14週6日の間に1回目の接種をしないと、その子はもうワクチン接種ができなくなるので、忘れずに早めの接種をお勧めします。このワクチンは飲むワクチンなのですが、赤ん坊に確実にワクチンを摂取してもらうため、

接種の2時間前くらいから哺乳を控えて、おなかを空っぽの状態にして来ていただくのがいいかと思っています。なお、このワクチンでは腸重積という副反応がすることがあります。発生は2万5000接種に対して1件と非常にまれですが、1回目の接種後に1週間程度嘔吐を繰り返して哺乳ができなくなり、便全体に血が混じるなどの症状に注意してください。

小さいお子さんを持つみなさんへ。

前述のとおり、ロタウイルスは胃腸炎の症状だけでなく、けいれんや脳炎なども引き起こす病気ですので、忘れずにワクチン接種を行うことが大切です。また、これからRSウイルスの流行が始まるかもしれません。この病気も小さいお子さんほど重症になりやすい病気なので、そちらのほうも気をつけていってほしいですね。

問合せ●岡谷市民病院

☎23-8000

岡谷市民病院 副院長 小児科 高木 峰生 医師

信州大学医学部卒業後、東京大学医科学研究所などを経て、平成19年4月に岡谷市民病院に着任。岡谷市民病院副院長。休日は体力をつけるため、夫人とともに山歩きを楽しむ。高山植物や風景写真を撮ることが息抜きになっている。



特別会計等

特別会計とは、特定の事業を行う場合または特定の収入で事業を行う場合の会計です。経理を他の会計と区別するために設置します。

会計名	歳入	歳出
国民健康保険事業	46億8,730万4,928円	46億2,821万9,587円
地域開発事業	4,928万7,235円	3億2,492万6,341円
分収造林事業	973万4,605円	835万494円
霊園事業	7,413万8,693円	1,553万4,712円
温泉事業	3,190万187円	923万2,483円
後期高齢者医療事業	8億2,826万1,111円	8億620万9,311円
湊財産区一般会計	1,031万8,907円	69万8,352円

MEMO

表にある項目が特別会計で経理を行っている事業です。特別会計は法律や条例に基づいて設置しています。

◆市には「基金」と呼ばれる貯金があります

令和元年度末の基金残高（市の貯金）は、ふるさと納税などの寄附金による影響のほか、財政調整基金や減債基金への積立により、16基金合計で、約41億6,900万円となり、平成30年度末と比べて、約3億5,800万円の増となりました。



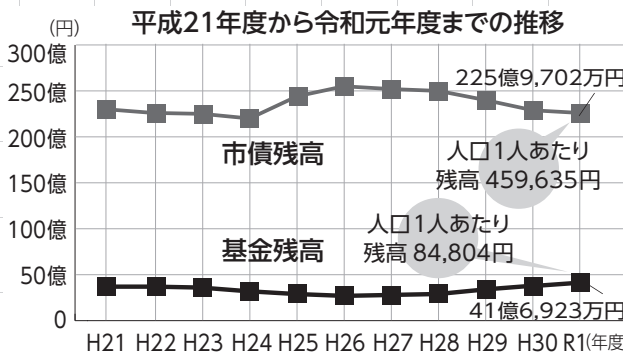
企業会計（収益的収支 消費税込み）

企業会計とは、一般会計やそのほかの特別会計とは異なり、民間企業と同様の経理を行うものです。

会計名	歳入	歳出
水道事業	9億4,820万7,033円	7億202万5,912円
下水道事業	17億5,124万7,789円	15億286万4,835円
病院事業	69億1,451万2,058円	70億3,350万2,682円

MEMO

独立採算制を追求する極めて企業色の強い事業を行う場合に、地方公営企業法の規定を受けて企業会計を設置しています。



◆これからの財政に向けて(財務指標)

★印のついた5指標は、一般会計等の普通会計だけでなく、企業会計や一部事務組合なども含めた市全体の財政状況を捉える判断指標です。

経常収支比率	財政の弾力性を示す指標として用いられ、数値が高いほど硬直化しているとされます。	89.6%	県下19市中12位
財政力指数	財政力の強弱を示すもので、数値が小さいほど税収入の能力が低く、交付税への依存度が高いとされます。	0.65	県下19市中 4位
★実質公債費比率	公債費の占める割合を示すもので、 25%を超えると黄色信号 となります。	9.7%	県下19市中17位
★将来負担比率	将来負担すべき負債額の割合を示すもので、 350%を超えると黄色信号 となります。	79.6%	県下19市中17位
★実質赤字比率	実質赤字、連結実質赤字、資金不足ともに発生していないため、数値はありません。		
★連結実質赤字比率			
★資金不足比率			

財務指標をもうすこしわかりやすく💡

- ①「経常収支比率」は収入（一般財源）に対する公債費や扶助費などの必要経費の割合を示したものです。低いほど財政に余裕（弾力性）があって新しい施策などにお金がかかけられます。
- ②「財政力指数」は地方交付税法の規定をもとに算出した自治体の財政力の指標です。1に近づくか、あるいは1を超えるほど財政力に余裕があるとされています。岡谷市は比較的高いですね。

- ③「実質公債費比率」は実質的な公債費（自治体の借金）が財政に及ぼす負担を表す指標です。財政を引き締め年々減少傾向にあります。
 - ④「将来負担比率」は財政規模に対して、公債費や長期契約などで将来支払うことが決まっているお金の割合です。こちらも減少傾向にあります。
- ※わかりやすくするため細かい点は省いていますのでご了承くださいね。

新型コロナウイルス感染症による影響や、人口減少による減収など、厳しい状況もありますが、職員一人ひとりが岡谷市の財政状況を認識したうえで、経費節減対策や事務事業の効率化などを着実に進め、健全な財政運営に取り組んでいきます。

問合せ●財政課(内線1532)



一般会計

市に入ったお金(歳入決算額)
201億744万1,736円
前年度比 +10億2,922万5,847円(5.4%増)

前年より
5.4% UP

市が使ったお金(歳出決算額)
193億4,562万6,694円
前年度比 +9億6,263万5,386円(5.2%増)

前年より
5.2% UP

残ったお金(実質収支額)
6億7,573万4,042円

前年度に比べ、歳入、歳出ともに増額となりましたが、歳入の確保と経費の節減に努めた結果、翌年度へ持ち越す財源を差し引いた実質収支は、前年度と同程度の6億7,573万4,042円の黒字決算とすることができました。

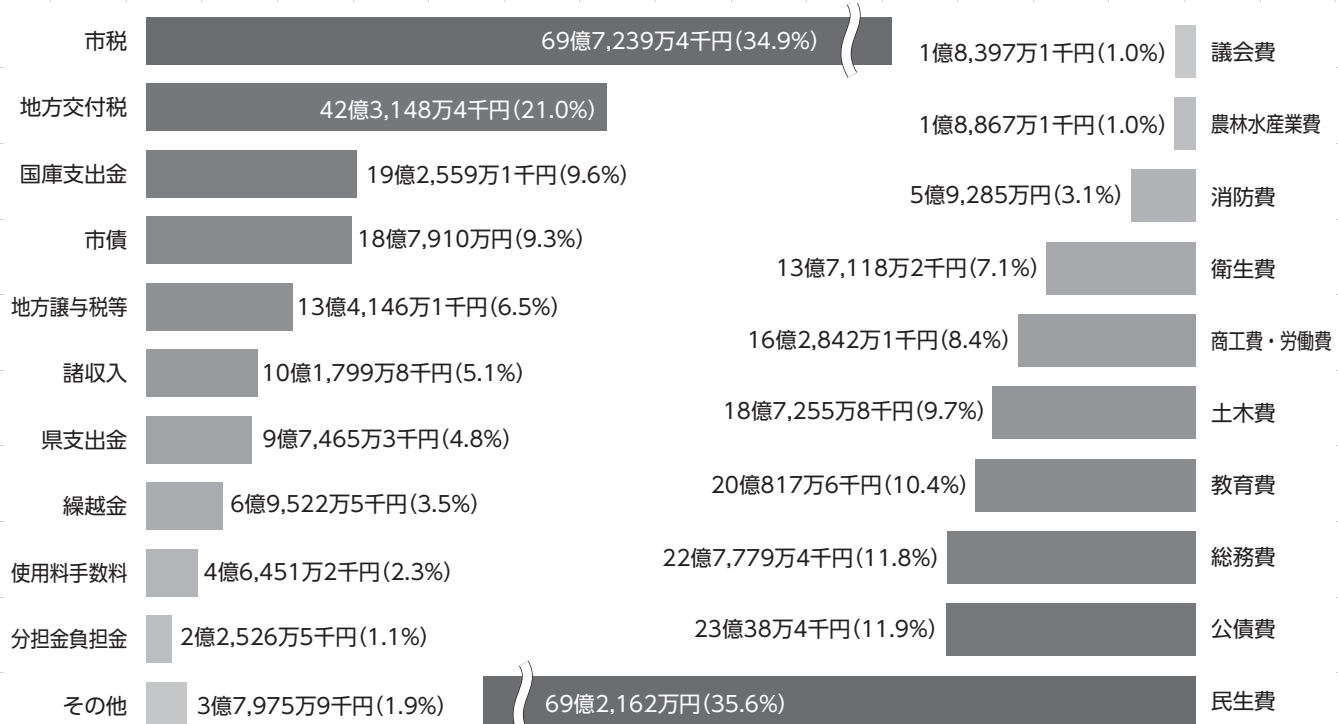
財政課
青木 陽太

みなさんの税金や、国・県からの補助金などのように活かされたかを報告します。

令和元年度 決算報告

令和元年度の一般会計、特別会計および企業会計の決算が、第3回市議会定例会で承認されましたのでお知らせします。

◆入ったお金・使ったお金をグラフにしてみます(決算書の構成比)



市に 入った お金

市が 使った お金

お知らせ

事業収入が減少している中小企業者・小規模事業者(個人事業主含む)に対して
固定資産税・都市計画税の軽減を行います

新型コロナウイルス感染症の影響で、事業収入が減少している中小企業者・小規模事業者※1の税負担を軽減するため、事業者の保有する建物や設備の令和3年度の固定資産税および都市計画税を、事業収入の減少幅に応じ軽減します。

2月～10月までの任意の連続する3か月間の事業収入の対前年同期比減少率	軽減率
50%以上減少	全額
30%以上50%未満	2分の1

問合せ●税務課(内線1129・1131・1132)

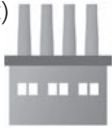
軽減対象…●事業用家屋および設備などの償却資産に対する固定資産税
●事業用家屋に対する都市計画税

申請方法…下記のすべての書類を添えて、期限までに税務課へ提出してください。

- 申告書(認定経営革新等支援機関等※2の確認を受けた原本)
- 特例対象資産一覧(申告対象に家屋がある場合)
- 令和3年度償却資産申告書

申請期限…令和3年2月1日(月)

- ※1 中小企業者・小規模事業者…資本金の額または出資金の額が1億円以下の法人。資本または出資を有しない法人または個人は従業員1,000人以下の場合。
- ※2 認定支援機関等…税理士、公認会計士または監査法人、中小企業診断士、金融機関(銀行、信用金庫等)、岡谷商工会議所(☎23-2345)など。



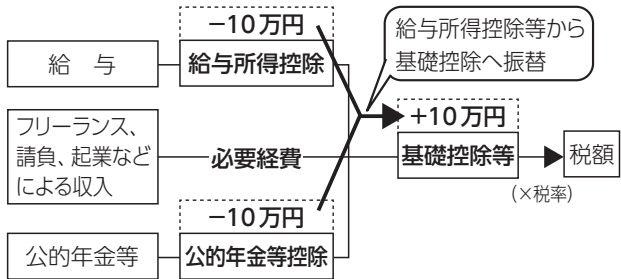
お知らせ

所得税・住民税の税制改正

令和2年分の年末調整、確定申告および令和3年度分の住民税申告から改正となるおもな事項は、次のとおりです。

【給与所得控除・公的年金等控除から基礎控除への振替】

給与所得控除と公的年金等控除額が一律10万円引き下げられます。その分、基礎控除が引き上げられます。(所得制限あり)



【所得控除・非課税措置に係る所得要件が変わります】

同一生計配偶者および扶養親族の合計所得金額の要件が、38万円以下から48万円以下に、配偶者特別控除に係る配偶者の合計所得要件が、38万円超123万円以下から48万円超133万円以下に、住民税の障がい者、寡婦、ひとり親等に対する非課税措置の合計所得金額が、125万円以下から135万円以下になるなど、所得要件が見直されます。

【所得金額調整控除が創設されます】

給与収入が850万円を超える人で、子ども・障がい者を扶養する人や、給与収入と公的年金などの収入の両方がある人には所得金額調整控除が適用になります。

【ひとり親控除が創設されます】

婚姻歴の有無や性別にかかわらず、生計を一にする子(総所得金額等が48万円以下)がいるひとり親について、同一の「ひとり親控除」を適用します。ひとり親控除、寡婦控除のどちらも、事実婚と同様の事情にあると認められる人は対象外となります。

改正前(寡婦(夫)控除)						改正後					
		配偶関係	死別		離別			死別	離別	未婚のひとり親	
		本人所得	500万円以下	500万円超	500万円以下	500万円超			500万円以下	500万円超	500万円以下
本人が女性	扶養親族有	子	35万円	27万円	35万円	27万円	寡婦控除	35万円	-	35万円	35万円
		子以外	30万円	26万円	30万円	26万円		30万円	-	30万円	30万円
		子以外	27万円	27万円	27万円	27万円		27万円	-	27万円	-
		無	26万円	26万円	26万円	26万円		26万円	-	26万円	-
本人が男性	扶養親族有	子	27万円	-	27万円	-	ひとり親控除	35万円	-	35万円	35万円
		子以外	26万円	-	26万円	-		30万円	-	30万円	30万円
		子以外	-	-	-	-		-	-	-	-
		無	-	-	-	-		-	-	-	-

※上段：所得税の控除額
下段：住民税の控除額

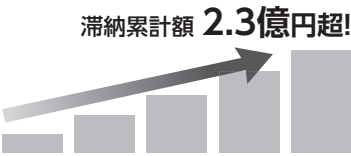
※詳細は、国税庁または岡谷市ホームページをご覧ください。

問合せ●税務課(内線1121・1122・1125～1127)

お知らせ

滞納者への徴収を強化します

市税は、岡谷市の歳入の約34%（令和2年度予算）を占める主要な財源です。滞納者は、全体のうちほんのわずかですが、毎年積み重なると膨大な額となり、国民健康保険税を合わせた滞納累計額は、2.3億円超に達しています。市では税の公平性を確保するため、税の徴収強化を図り、滞納処分に力を入れます。



滞納処分の種類と内容

納税者が納期限までに納付していない状態を「滞納」といい、税金を滞納したままにしておくと、本来納める税額以外に督促手数料、延滞金を納めることになるほか、次のような滞納処分を受け、強制的に税金の徴収を受けることになります。また、滞納処分は法律で定められており、本人の意思にかかわらず執行します。

【滞納処分は次の流れに沿って進められます】

- ①督促…納期限までに完納できない人に督促状を送付し納税を促します。
- ②催告…督促状送付後、一定期間内に納税されない場合、再度文書で催告を行います。
- ③財産調査…官公署、金融機関、勤務先、取引先などに対して財産調査を行います。
- ④差押…調査で把握した滞納者の財産を差押えます。
- ⑤換価…差押えた滞納者の財産を公売、取立により換価（換金）し、滞納している税金に充当します。

納税が困難なときはご相談ください

次のような事情で、市税などを納期限までに納めることができない場合、事情により分割での納付や、納税を猶予することができますので、お早めにご相談ください。

- 新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した
- 病気やケガで働けなくなった
- 失業や事業不振などで生計が維持できなくなった
- 災害や盗難で損害を受けた

問合せ●税務課(内線1138)

お知らせ

諏訪税務署からのお知らせ
今年度の「年末調整説明会」と「個人事業者等決算説明会」を中止します

年末調整関係資料は、源泉徴収義務者に対して別途発送します。なお、年末調整に関する各種情報は、国税庁ホームページに「年末調整特集ページ」がありますので、不明な点などはご参照ください。

個人事業者等決算説明会については、今後、国税庁において決算の方法に関する動画配信を検討しています。

11月11日から17日は「税を考える週間」です

国税庁では、納税者のみなさんに「税」の意義や役割を正しく理解していただけるよう、期間中、全国で税についての広報活動を実施しています。

問合せ●諏訪税務署 ☎52-1390

おかやのカルチャー おかカル！

カルチャーセンターや各公民館などの講座・イベント情報をお届けします

新型コロナウイルス感染拡大防止対策により、延期・中止になることがあります。ご理解ご協力をお願いいたします。

カルチャーセンター 若者向け講座 『思考の整理』で業務改善 リバウンドしないデスクの片づけ講座

事務・業務改善を目的としたオフィスでのデスクの片づけについて、グループワークなどを交えながら講座を行います。

期日…12月6日(日)：片づけの基本
12月13日(日)：思考の整理
12月20日(日)：リバウンドしない整理術 (全3回)

時間…午前10時～11時30分

場所…カルチャーセンター 多目的ホール

対象…概ね18歳～30歳でデスクの片づけについて後輩に指導する際の指針を知りたい人、職場での業務改善や生産性向上の推進役を担う人、そのほか希望する人

定員…30名(先着順・定員になり次第締め切り)

講師…事務業務改善コンサルタント CUBE代表
うえむら智子さん

受講料…1,000円(3回分) ※受講初日に集金

申込み…11月4日(水)の午前10時から受付。カルチャーセンター窓口、電話、電子申請(QRコードから)にてお申し込みください。12月2日(水)午後8時締切。



申込み・問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

長地公民館 生活講座 ヨガ基本講座 ～休日に関心と向き合い解放できる時間～



身体はスッキリ、心はホッとひといき。
いつかヨガをやってみたいと思っていたみなさん、
この機会に挑戦してみませんか？

期日…11月21日・28日、12月5日
(全3回) 毎週土曜日

時間…午後2時～3時30分

場所…長地公民館 講堂

定員…15人(先着順・定員になり次第締切)

講師…フリーヨガインストラクター 山中美智恵さん
持ち物…ヨガマットまたはバスタオル、汗ふき用タオル、飲料水

受講料…600円(3回分)

申込み…10月30日(金)～11月19日(木)の平日午前8時30分～午後5時15分に、公民館窓口または電話にて受付。

申込み・問合せ●長地公民館 ☎27-8080



シルキーチャンネル

LCVデジタル11CH

地上デジタル放送中！

11月の番組表

問合せ●秘書広報課(内線1364)

放送内訳

朝5時から翌深夜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。
※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。

視聴にはチャンネルの初期設定が必要です。詳しくは、LCV(☎0120-123-833)、または秘書広報課(内線1364)まで。

放送番組

- 音楽と運動による健康サポート事業
- わが家のアイドル No.93
- 岡谷市イベント情報
- 野菜万菜(再放送) ほか

【特別番組】
「岡谷市芸能祭チャンネル」
(午前10時～・午後3時～・午後7時～)

音楽と運動による健康サポート事業



わが家のアイドル No.93



募集

新入社員・若手社員 フォローアップ研修参加者募集

新入社員や若手社員のみなさんに新たな悩みなどが出てくるこの時期に、モチベーションの維持などのため、会社の枠を超えた研修会を開催します。事業者のみなさんは社員のみなさんの研修への参加をご検討ください。

日時…11月18日(水) 午後3時～5時

場所…テクノプラザおかや

対象…市内企業の入社3年目までの社員

応募期限…11月11日(水)

※詳しくはテクノプラザおかやホームページをご覧くださいか、お問い合わせください。

参加無料

要申込み

問合せ●工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

お知らせ

11月12日(木)～25日(水)は 「女性に対する暴力をなくす運動」実施期間



内閣府の定めた「女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク」

11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」

主唱：内閣府その他の男女共同参画推進本部構成府省庁

女性に対する暴力には、配偶者やパートナーからの暴力、性犯罪、売買春、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為など、さまざまな形態があります。配偶者やパートナーなど身近な人から暴力を受ける行為は「ドメスティック・バイオレンス(DV)」と呼ばれ、犯罪行為を含む重大な人権侵害です。暴力は、性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許される行為ではありません。解決への一歩を踏み出すのは、あなた自身です。一人で悩まず、勇気を出してまず相談を。秘密は守られます。

【相談窓口】(曜日は原則として)

♥長野県男女共同参画センター“あいとぴあ” ☎22-8822

- 一般相談：火～土曜日 午前9時～正午・午後1時～4時30分
- 女性のためのカウンセリング：毎月第2土曜日・第4金曜日(要予約)
- 女性のための法律相談：毎月第1・3木曜日(要予約)

♥長野県女性相談センター ☎026-235-5710

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

♥長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026-219-2413

♥長野県性暴力被害者支援センター“りんどうハートながの”

☎026-235-7123 毎日24時間対応

♥諏訪保健福祉事務所福祉課 ☎57-2911

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

♥「女性のための相談」：岡谷市企画課 ☎23-4811

毎月第3火曜日 午前10時～午後3時50分(要予約)

●11月17日(火)～30日(月) 啓発パネル展示(カルチャーセンター)

問合せ●企画課(内線1524)

お知らせ

令和3年 岡谷市成人式を開催します

期日…令和3年1月10日(日)

場所…カノラホール 大ホール

対象者…平成12年4月2日から平成13年4月1日までの出生者で、市内に在住する人および市内に親族が在住する人
※詳細は11月初めに対象のみなさんに通知します。

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、大幅な変更が生じる可能性があります。ご承知おさください。



問合せ●生涯学習課(イルプラザ3F) ☎24-8404

お知らせ

11月は 「児童虐待防止推進月間」です

児童虐待は社会全体で解決すべき問題です。

『189(いちはやく) 知らせて守る こどもの未来』

児童虐待とは

【身体的虐待】なぐる、ける、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、おぼれさせる など

【性的虐待】性的行為をする、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

【ネグレクト】閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、車のなかに放置する、同居人による虐待を放置する、病気のときに病院に連れて行かない など

【心理的虐待】言葉によるおどし、無視、兄弟姉妹間での差別的扱い、目の前で家族に暴力をふるう(DV) など

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときや、ご自身が出産や子育てに悩んだときには、下記の窓口に連絡してください。あなたの連絡が子どもを守るとともに、子育てに悩む保護者を支援するための大きな一歩となります。連絡は匿名で行うことも可能です。連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

オレンジリボンには子ども虐待を防止するというメッセージが込められています。



●児童相談所全国共通ダイヤル…☎189 (いちはやく)

●長野県児童虐待・DV24時間ホットライン…☎026-219-2413

●市役所虐待通報電話(24時間対応) …☎23-4767

●長野県子ども支援センター…☎0800-800-8035 子ども専用ダイヤル(無料)

問合せ●子ども課(内線1265)

くらしのカレンダー

11月
November

- 休 休日急病当番医院
- 歯 休日当番歯科医院
- 薬 休日当番薬局
- 水 水道修理当番店
- 相 相談
- 予 予防接種
- 乳 乳幼児健診
- 学 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
保険証を必ずお持ちください。午前中の診療となります。
- 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付けます。
受付時間／午前 9 時～午後 4 時 ☎ 23-8511
- 持 持続化給付金および家賃支援給付金個別相談（予約制）
- 雇 雇用調整助成金等相談日（予約制）

◆ 予防接種 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を最優先し、保健セン
ターで行っていた日本脳炎（第 1 期）の集団予防接種は医療機関での個別接種に
変更しました。医療機関に確認の上、予約をして接種を行ってください。

- ◆ 乳幼児健診等
場 所／保健センター 2 階 乳幼児健診室
持 ち 物／母子健康手帳・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・ファーストブック申込書（9～10 か月児健診のみ）
※ 2 歳児にこにこ教室：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）
聴力・視力検査をおこなってきてください。

◆ 予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康相談に関するお問い合わせは ―― 健康推進課（内線 1191）まで

日	月	火	水	木	金	土
1 山田外科医院 ☎ 22-2382 三輪歯科医院 ☎ 27-3084 山一小口薬局 ☎ 23-2206 十和設備(株) ☎ 24-0182	2 2 歳児にこにこ教室 (H30年10月生) 午前(個別通知します) 水道建設(株) ☎ 23-2662	3 平山医院 ☎ 27-8053 ももデンタルクリニック ☎ 28-0333 盛栄堂小池薬局 ☎ 28-6473 (株)アイテック ☎ 23-8500	4 1 歳 6 か月児健診 (H31年4月生) 午後(個別通知します) 杉村設備(株) ☎ 27-8632	5 2 歳児にこにこ教室 (H30年10月生) 午前(個別通知します) (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	6 (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	7 (株)浜パイピング ☎ 23-6885
8 イマムラ脳神経外科クリニック ☎ 27-0019 山岡歯科医院 ☎ 22-2472 アイビー薬局 ☎ 26-1670 (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	9 ① 10:00～11:30 ② 12:30～14:00 ③ 14:00～15:30 ④ 15:30～17:00 育児相談（予約制） 午前9時30分～11時30分 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	10 雇 ① 10:00～11:30 ② 12:30～14:00 ③ 14:00～15:30 ④ 15:30～17:00 信和設備(株) ☎ 22-3302	11 3 歳児健診 (H29年10月生) 午後(個別通知します) (株)総設工業 ☎ 28-8504	12 持 ① 10:00～11:30 ② 12:30～14:00 ③ 14:00～15:30 ④ 15:30～17:00 (有)三善工業 ☎ 23-3446	13 (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	14 (株)イワナミ ☎ 22-2222
15 春山眼科医院 ☎ 21-2525 山田歯科医院 ☎ 22-2131 アイン岡谷薬局 ☎ 23-2808 (株)オスガ設備 ☎ 27-6622	16 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931	17 (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406	18 3～4 か月児健診 (R2年7月生) 午後(個別通知します) 十和設備(株) ☎ 24-0182	19 水道建設(株) ☎ 23-2662	20 (株)アイテック ☎ 23-8500	21 杉村設備(株) ☎ 27-8632
22 諏訪共立病院 ☎ 28-2012 小松歯科クリニック ☎ 28-0008 ひまわり薬局 ☎ 26-7226 (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615	23 サツマ外科医院 ☎ 22-5180 牛山医院歯科 ☎ 22-6422 アイン岡谷薬局 ☎ 23-2808 (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365	24 雇 ① 10:00～11:30 ② 12:30～14:00 ③ 14:00～15:30 ④ 15:30～17:00 育児相談（予約制） 午前9時30分～11時30分 (株)浜パイピング ☎ 23-6885	25 9～10 か月児健診 (R2年1月生) 午後(個別通知します) (株)上條電設工業 ☎ 23-5330	26 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642	27 信和設備(株) ☎ 22-3302	28 (株)総設工業 ☎ 28-8504
29 今井整形外科 ☎ 28-9933 浦野歯科医院 ☎ 22-2854 御子柴薬局 ☎ 27-7056 (有)三善工業 ☎ 23-3446	30 (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197	諏訪地区小児夜間急病 センター（年中無休） ■診療時間 毎日 午後 7 時～ 9 時 ■診療科目 小児科 生後 3 か月以上 中学生まで （ケガ、やけど、ハチ刺され、 誤飲等は除く） 諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699		健康相談・栄養相談・ 歯科相談（月～金曜日） 午前 8 時 30 分 ～午後 5 時 15 分 ご相談のある人は お電話ください。		今月の納税 ◎国民健康保険税 第 8 期 納期限…11 月 30 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 1136）

● 各種相談日 ● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	11 日（水）午前 9 時～正午 庁舎 201 会議室
	無料法律相談 【予約制】	17 日（火）午後 1 時～5 時 問合せ：社会福祉課（内線 1254） 相談員：西村崇伸 弁護士 ※ 12 月分予約：11 月 18 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」
	高齢者のための司法書士による無料法律相談【予約制】	18 日（水）午後 1 時～4 時 司法書士が相談に応じます 問合せ：介護福祉課（内線 1279）
	家庭児童相談	月～金曜日 午前 9 時～午後 5 時 子ども課（内線 1266） 児童虐待 24 時間対応通報専用電話 ☎ 23-4767
生活・子育て	ひとり親家庭等相談	月～金曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分 社会福祉課
	生活困窮相談 （生活就労支援センター）	月～金曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分 社会福祉課
	子ども総合相談センター 学校生活、入学・進学、長期欠席、心身の発達等の相談	月～金曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 教育総務課
	子ども総合相談センター 分室	一般相談 月～金曜日（祝日は除く） 午前 8 時 30 分～午後 4 時 30 分 専門カウンセラー（臨床心理士）相談【予約制】 11 日（水）・25 日（水）午後 1 時～7 時（1 人 50 分） 会場：諏訪湖ハイツ 1 階 ☎ 24-2206
就 労	女性のための相談 【予約制】	17 日（火）午前 10 時～午後 3 時 50 分（1 人約 50 分） 問合せ：企画課（内線 1528）
	ひきこもりの状態にある人 やそのご家族の相談	月～金曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分 問合せ：社会福祉課（内線 1254）
	若者のための就労相談会 （夜間・休日）【予約制】	ご希望に合わせて日程を調整いたします。 対象者：44 歳までの人やその家族 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
	巡回労働相談 （勤労青少年ホーム）	18 日（水）午後 0 時 30 分～3 時 30 分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
企 業 経 営	持続化給付金および 家賃支援給付金 個別相談会【予約制】	対象：中小企業・小規模事業者・個人事業主・令和 2 年 1～3 月に新規開業した個人事業者（持続化給付金関連） 期日・時間はカレンダー内に記載 会場・問合せ：岡谷商工会議所 ☎ 23-2345
	雇用調整助成金等 個別相談会【予約制】	期日・時間はカレンダー内に記載 会場・問合せ：岡谷商工会議所 ☎ 23-2345
	経営相談窓口【予約制】	毎週月・金曜日 午前 9 時～午後 5 時 会場：テクノプラザおかや 問合せ：テクノプラザおかや ☎ 21-7000
	中小企業経営技術相談	月～金曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
農 業	ひと・しごと相談	月～金曜日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分 テクノプラザおかや ☎ 21-7000
	特許・発明相談	17 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	11 日（水）午後 1 時～4 時 会場：テクノプラザおかや 対象者：40 代前半までの人 問合せ：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 問合せ：農業委員会事務局（内線 1488）

ふれあいおしゃべり電話、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				
月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 社会福祉協議会 ☎24-2121				
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
	第2・4木曜日	午後 6時～9時		☎24-2290(内線3112) (080-5143-3202)

妊娠 5 ～ 7 か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中
※ 7 月から内容と時間を変更しました。
1 回目 ▶ 11 月 6 日（金）午後 7 時～8 時 30 分
内容：体づくり・安産のコツ・沐浴（シャワー浴）など
2 回目 ▶ 11 月 20 日（金）午後 7 時～8 時 30 分
内容：妊娠中の食事・産後のメンタルヘルス など
＊
女性のための健康相談【予約制】
予約受付時間（月）～（金）午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（1 人あたり 1 時間）
申込み・問合せ：健康推進課 ☎ 23-6141（直通）

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

岡谷市行財政改革プログラム 取組状況

1 岡谷市行財政改革プログラムの概要

(計画期間：令和元年度～令和5年度)

「第5次岡谷市総合計画」の将来都市像「人結び 夢と希望を紡ぐ たくましいまち岡谷」の実現に向け、基本方針に「持続可能な行財政運営の推進」を掲げ、市民福祉の増進やまちの活力と魅力を生み出し、将来を見据えた行財政運営を推進するため、「行財政改革プログラム」に重点改革項目などを定めて計画的に取組むものです。

2 令和元年度取組状況について

令和元年度は、「行財政改革プログラム」で定めた令和5年度末の目標達成に向け、積極的な取組を推進しました。「重点改革項目」における主な取組項目と効果額は次のとおりです。

重点改革項目	主な取組項目	効果額
行政運営に関する改革	「施策・事業の効率的推進」などによる削減	183万8,000円
歳入・歳出に関する改革	「ふるさと寄附金の促進」などによる収入確保 「公用車両の効率的な運用」などによる縮減	1億8,705万4,000円
人材育成・活用に関する改革	職員の適正配置と臨時職員の勤務時間の見直し など	-636万2,000円
公営企業会計の取組	「下水道事業の健全経営の維持」による縮減	5,935万3,000円

詳細は、市ホームページにて公表しています。



問合せ●行政管理課(内線1526)

お知らせ

助成制度を利用して 住宅の耐震診断・補強を行いましょう

①専門家(長野県木造住宅耐震診断士)による住宅の無料耐震診断

「耐震診断申込書」に必要事項を記入し、提出してください。

対象…以下のすべてに該当する住宅

- 昭和56年5月31日以前に着工した住宅(賃貸は除く)
- 一戸建ての住宅(店舗などの併用住宅を含む)
- 在来工法の木造住宅

②住宅の耐震補強工事費の補助

耐震診断の結果、総合評価が1.0未満の住宅の補強工事を行う場合に工事費用の一部を補助します。地震はいつ起きるかわかりません。自宅の安全への備えを始めましょう! 詳しくはお問い合わせください。

補助額…工事費の8割 ※限度額100万円



申込み・問合せ●都市計画課(内線1372・1374)

お知らせ

特殊詐欺から 大切な財産を守りましょう

対策機器購入費用などの2分の1を補助します!

県内において、今年に入り警察官や市役所職員などをかたり、キャッシュカードや預金通帳をねらう特殊詐欺が多発する極めて深刻な状況が続いています。岡谷市では、特殊詐欺や悪質な電話勧誘販売を初期段階で防止するため、被害を受けやすい高齢者を対象に、対策機能の付いた専用機器(固定電話に接続する装置)設置費用の一部を助成します。

対象者…市内在住の満65歳以上の人で、市税の滞納がない人(本人および家族)

補助額…特殊詐欺対策機器の購入および設置費用の2分の1以内で上限7,000円を補助します。

※1世帯1回限りです。

申請受付開始…11月4日(水)から

◆詐欺被害対策機器とは?

固定電話に接続するタイプで、詐欺被害を防止するための機能を全て有する機器

- ①電話の着信時に警告音声を発する機能
- ②通話の内容を自動的に録音する機能
- ③被害を引き起こす可能性のある電話の着信を拒否できる機能

※電話機本体は対象となりません。



問合せ●市民生活課(内線1166・1167)

お知らせ

「男女共同参画社会づくり」 ポスターコンクール作品展開催



小学生の部 最優秀賞

小・中学生を対象に、「男女共同参画社会」への理解と関心を深めてもらうことを目的として、毎年ポスターコンクールを行っています。今年度、応募のあったすべての作品を展示します。子どもたちが思い描く男女共同参画社会について、ポスターに表現された言葉や絵から、一緒に考えてみませんか。



中学生の部 最優秀賞

期間…11月17日(火)～30日(月)

場所…カルチャーセンター ロビー

問合せ●企画課(内線1524)

健康ひと回メモ No.517

新型コロナウイルス感染症の影響で自粛生活が続き、心身ともに不調を訴える人も多いようです。早く終息して不安から解放されたいですね。みなさんはお口の健康は維持できていますか?

もうすでにご存じの人も多いかもしれませんが、今や成人の7割が罹患しているといわれる歯周病が、さまざまな全身疾患のリスクを高めたり、悪化させたりすることが、多くの研究によって証明されています。また、インフルエンザなどのウイルスが口腔粘膜細胞に侵入し拡散していく際に、歯周病菌が出す酵素がその手助けをすることもわかっています。新型コロナウイルスの口腔粘膜からの感染や、肺炎の重症化も、口腔細菌の関与が疑われています。

かかりつけ歯科医院で、むし歯や歯周病をはじめとして粘膜疾患、顎関節症などのチェックをして健康維持をしましょう。6月号のひと回メモでも触れましたが、高齢の人はオーラルフレイルによる全身健康低下のサインを見逃さないように、ぜひお口の状態をチェックしてみましょう。

岡谷市では対象者に「二十歳の歯科健診」「三十歳の歯科健診」「成人歯科健診」「妊婦歯科健診」を、

歯科健診を受けましょう!

長野県後期高齢者医療広域連合では「後期高齢者歯科口腔健診」を実施しています。岡谷下諏訪歯科医師会会員診療所ではこれらの健診を受け付けています。受診期限がありますので、受け忘れないようお手元の通知を確認してください。

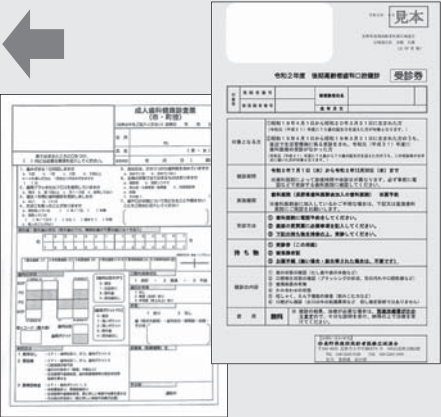
現在国内では新型コロナウイルス感染症拡大を受け、医療機関の受診控えによる病気の悪化が懸念されています。気になることがある場合は、まずはかかりつけ医、かかりつけ歯科医に電話で相談をして、受診の要否を確認しましょう。

【健診の概要】

(詳細は案内通知をご覧ください。)

- 二十歳の歯科健診(来年3月まで)むし歯、歯周病、親知らずの状態、歯並びなどを診査します。パノラマレントゲン撮影で歯やあご全体の状態を知ることができます。前歯のクリーニングを受けることもできます。
- 三十歳の歯科健診二十歳の健診に準じます。
- 成人歯科健診(来年3月まで)むし歯、歯周病、清掃状態・歯石の付着状態、顎関節などを診査します。

- 妊婦歯科健診(安定期に受診)歯・歯肉の状態を確認し、安心して出産できるよう問題がないか診査します。健診通知は母子手帳と一緒に配付されています。
- 後期高齢者歯科健診(本年12月まで)歯や歯肉の状態、欠損歯と義歯の使用状況、粘膜疾患、舌や嚥下(飲み込み)の機能検査など



【歯科医院を受診】

診査票や受診券、保険証、お薬手帳などを持って歯科医院を受診してください。

(岡谷下諏訪歯科医師会)

健康

40～74歳の国保加入者のみなさん 特定健康診査を受け忘れていませんか?

特定健康診査でクーポン券による風しん抗体検査も対応可能です。

【日曜日健診のご案内】

日時…11月15日(日) 午前8時30分～正午・午後1時～3時

場所…岡谷市保健センター 1階 研修室

申込み…11月2日(月) 午前8時30分から電話にて受付。希望の時間をご予約ください。定員になり次第締め切ります。(受付時間:平日 午前8時30分～午後5時15分)

※4週間から6週間で健診結果が出ます。結果説明会や教室などの案内が届きましたら積極的にご参加ください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、実施できない可能性があるため、早めの実施医療機関での受診をお勧めします。

実施期間は
11月30日(月)まで
費用は無料です!

まだ受診していない人は、医療機関に予約をして受診してください。

- 人間ドックについては、助成制度がありますのでお問い合わせください。(35歳～74歳の国保加入者で国保税に未納がない人が対象)
- 職場などで健診を受けた人は、健診結果の提供をお願いします。

日曜日健診の申込み・問合せ●医療保険課(内線1186)

★★★★各種スポーツ教室★★★★

◎ソフトバレーボール教室

期間…12月1日～1月26日
 毎回火曜日 計8回
対象…市内在住の小学3年生以上の人
時間…午後7時～9時
場所…市民総合体育館スワンドーム
定員…20名(先着順)
講師…岡谷市バレーボール協会
受講料…小・中学生1,000円
 高校生以上2,000円
保険料(任意) …小・中学生820円／高校
 生以上1,870円／65歳以上1,220円
申込み…11月4日(水) から市民総合体
 育館窓口で受付(電話申込み不可)。
 定員になり次第締め切ります。
問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800
 (公財)岡谷市スポーツ協会 ☎22-8850
 (平日 午前9時～午後5時)

◎小・中学生アイスホッケー教室

期日…12月6日(日)・20日(日) 計2回
対象…市内在住の小・中学生など
時間…午後4時30分～6時
場所…やまびこスケートの森
 アイスアリーナ
定員…30名(先着順)
講師…岡谷市アイスホッケー協会
受講料…1,000円(用具の貸出あり)
保険料(任意) …820円
申込み…11月16日(月)～30日(月)に市
 民総合体育館窓口で受付(電話申込み
 不可)。定員になり次第締め切ります。
問合せ●(株)やまびこスケートの森
 アイスアリーナ ☎24-2494

★★★★各種スポーツ教室★★★★
(シンコースポーツ(株)主催)

◎スポーツ教室無料体験会(成人)

シンコースポーツが通年で開催して
いる成人対象スポーツ教室を、無料で
体験できます。
日時…11月22日(日) 午前10時～正午
場所…市民総合体育館 2B会議室
受講料…無料
申込み…市民総合体育館窓口または電
 話にて受付。
※開催する教室、申し込み開始日はホ
 ームページにてお知らせします。
申込み・問合せ●
 市民総合体育館 ☎22-8800

今月のスポーツ

学校体育施設予約調整会議

日時(12月分) …11月15日(日)
 小学校：午後7時～
 中学校：午後7時30分～
場所…市民総合体育館
※必ず「学校体育施設開放利用団体登
 録通知書」とボールペンをお持ちくだ
 さい。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

個人利用者優先デー

毎月第3日曜日(概ね)に、市民総合体
育館(東体育館)を個人利用のために開
放します。ぜひご利用ください。
日時…11月15日(日)午前9時～午後6時
 (午後6時以降も状況により利用可)
使用料…1人2時間220円
 ※市内小中学生は子どもパスポー
 ト・学生証提示により無料

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

やまびこアイスアリーナ

ファミリースケートデー

やまびこスケートの森アイスアリーナ
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：1足530円
日時…11月7日(土)
 午前10時～午後3時
問合せ●(株)やまびこスケートの森
 アイスアリーナ ☎24-2494

やまびこ国際スケートセンター

オープン

日時…11月21日(土)
 午前8時～午後9時
●当日滑走無料
 貸し靴は有料：1足530円
※新型コロナウイルス感染症拡大防止
 のため、オープン式典および各種イ
 ベントは行いません。数量限定でポッ
 プコーン配布は行う予定です。
問合せ●やまびこ国際スケートセンター
 ☎24-5210

お知らせ 国民年金保険料は全額が
社会保険料控除の対象です

国民年金保険料は、社会保険料控除
として課税所得から全額控除されます。
令和2年度分に関しては、令和2年1月
1日から12月31日に納めた保険料の合
計金額となります。
この期間に納めた保険料のうち、「過
去の年度分や追納した額」、「家族の負
担すべき保険料を支払った額」も控除の
対象となります。
年末調整や確定申告の際に
社会保険料控除を受けるには…
保険料を支払ったことを証明する書
類の添付が必要です。対象の人には9
月30日までの納付分は令和2年11月上
旬、10月1日以降の納付分は令和3年
2月下旬までに「社会保険料(国民年金
保険料)控除証明書」を発送しますので、
大切に保管してください。
問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

お知らせ 子どものインフルエンザ予防
接種費用の一部を助成します

この冬は新型コロナウイルス感染症と
季節性インフルエンザの同時流行が懸
念され、国もインフルエンザワクチンの
接種を推奨しています。このため、本年
度に限り子どものインフルエンザの予防
接種に関わる費用の一部を助成します。
対象…接種当日に岡谷市に住民登録があ
 る生後6か月から中学3年生までの人
実施期間…令和2年10月1日(木)から
 令和3年1月31日(日)まで
助成金額…1回の接種につき1,000円
 (実施期間中に2回まで)接種後、市
 に申請し、指定口座へ振り込み
申請期限…令和3年3月31日(水)
問合せ●健康推進課(内線1177・1182)

お知らせ 国によるJアラートの
試験放送を行います

国による全国瞬時警報システム(Jアラ
ート)の全国一斉情報伝達訓練に伴う、緊
急地震速報の試験放送を、岡谷市防災行
政無線から放送します。試験ですので、
災害と間違えないようにしてください。
日時…11月5日(木) 午前10時ごろ
※災害などが発生した場合、試験放送
は中止となります。
問合せ●危機管理室(内線1592)

お知らせ 総合相談会
(なんでも相談会)開催

「借金が返せない」「眠れない」「仕事
が辛い」「人間関係に疲れた」など、
どこに相談していいかわからないさまざ
まな悩みや事情を、弁護士や精神科医
などの専門家がお聞きます。
※相談無料 事前申込み制(先着順)
日時…12月10日(木) 午後2時～4時
 (相談時間：各30分間)
場所…諏訪合同庁舎 5階 講堂(諏訪市)
申込み…諏訪保健福祉事務所健康づく
 り支援課(直通☎57-2927)まで電話
 にてお申し込みください。11月27日
 (金)締切。
問合せ●健康推進課(内線1184)

お知らせ お薬手帳を
携帯しましょう

『お薬手帳』は、いつ、どこで、どの
ようなお薬を処方してもらったか記録し
ておく手帳です。複数の医療機関を受
診するときなど、『お薬手帳』を見せる
だけで、ほかの医療機関で行われた治
療の経過を知ることができます。また、
薬の飲み合わせによる副作用を防いだ
り、同じ作用の薬を重複して処方するこ
とをなくすことができ、医療費の抑制に
もつながります。さらに、ご本人の体
質や持病を記録しておくことで、急病の
場合でもスムーズな治療につながりま
す。よりよい医療を受けるため、ぜひ『お
薬手帳』を活用し、携帯しましょう。
問合せ●健康推進課(内線1185)

環境 野外焼却の際は
近隣に配慮しましょう

野外焼却は禁止されていますが、農
作業によって出た稲わら、少量の落ち
葉などの焼却は例外として認められて
います。家庭でのごみの焼却と異なり、
有害物質の発生や悪臭が抑えられるも
のですので、少量、短時間の焼却につ
いてはご理解ください。焼却する人は、
洗濯物を干している時間などをさける、
風向きや風の強さに注意する、できる
だけ乾燥したものを少量ずつ焼却する
など、近隣への配慮を怠らないようにし
ましょう。相互理解を深め、トラブルを
回避しながら安全に行いましょう。
問合せ●環境課(内線1445・1446)

募集 内山霊園聖地使用者
募集

募集区画…12区画
1区画の面積…約4㎡(2m×2m)
聖地使用料…38万円
聖地管理料…3,150円／年
応募者の資格…岡谷市に本籍または住
所があり(本籍だけの人は、市内に
住所のある世帯主を管理人と定める
こと)、墓地がなく遺骨を抱え埋葬に
困っている人で、合葬式墓地「嶺風
苑」の使用許可を受けていない人。
※法人は、市内に主たる住所を有す
るものに限ります。
※定員に満たない場合は、遺骨のな
い人も対象とします(要問合せ)。
受付期間…11月4日(水)～13日(金)
 ※土・日を除く
申込み…戸籍謄本、住民票、印鑑(認
印)、埋火葬許可証の写し、または
寺院などの保管証明書をそろえて市
民生活課へ申請してください。
決定…11月20日(金)に抽選にて決定。
問合せ●市民生活課(内線1166)

募集 環境審議会委員を
募集します

環境保全に関する基本的事項につい
て、市長の諮問に応じて調査や審議を
行い、岡谷市の環境保全を推進してい
く岡谷市環境審議会委員を、広く市民
のみなさんから募集します。
募集人員…4名以内(任期2年)
応募資格…市内在住で、市の特別職、
常勤の一般職、議員、ほかの審議会
などの委員でない人。
応募方法…様式に住所・氏名・生年月
日・職業・電話番号を明記のうえ「環
境問題への提言」をテーマに小論文
(400字程度)を添えて、環境課まで
持参、郵送、Eメールで提出してくだ
さい。なお、様式はホームページ上
に記載してありますが、任意のもの
でも受け付けます。
応募締切…11月13日(金)
申込み・問合せ●環境課
 (内線1445・1446)
 Eメール seisou@city.okaya.lg.jp

もっと
お知らせ

募集やイベント、環境、健康など
まだまだお知らせしたいこと

今月号に掲載したイベントなどは、新
型コロナウイルス感染拡大防止対策によ
り、延期または中止になることがありま
す。詳しくは、各担当課にお問い合わせ
いただくか、市ホームページをご覧く
ださい。ご理解ご協力をお願いいたします。

募集 令和3年4月採用
岡谷市病院事業採用試験

職種…作業療法士 採用人数…若干名
受験資格…平成2年4月2日以降に出生
し、該当資格を有する人または令和
3年3月資格取得見込みの人
申込み受付…11月13日(金) までに受
験願書を岡谷市民病院庶務課へ郵送
ください(消印有効)。
※詳しくは「募集要項」をご覧ください。「募集要
項」は病院ホームページでご確認ください。
問合せ●岡谷市民病院庶務課 ☎23-8000

お知らせ 銃器により
野生鳥獣を捕獲します

農林業被害を及ぼすニホンジカなど
を、銃を使って捕獲します。大変危険
なため、一般の入山を禁止します。ご
協力をお願いします。
実施日
11月1日(日) 岡谷市・下諏訪町境
11月7日(土) 横河川上流・鉢伏山周辺
※詳細はホームページでご確認ください。
問合せ●農林水産課(内線1483)

お知らせ やまびこ公園の
今年の営業を終了

有料施設は11月8日(日) で営業を終
了します。(サマーボブスレーは11月3日
(火・祝)まで)
※冬期閉園中も入園はできますが、ジャ
ンボすべり台など遊具は使えません。
※トイレは、中央ひろば管理棟トイレの
一部のみ利用可能です。
問合せ●やまびこ公園管理事務所
 ☎22-6313

主な内容

CONTENTS

「新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮した地域住民等による福祉活動・ボランティア活動の進め方」のご案内	22
岡谷市高齢者クラブ連合会 奉仕活動の紹介	23
一時的な資金の緊急貸付に関するご案内	24
信州ふっこうフェスティバル	24

スローガン
みんなで築く
みんなの福祉
(あした)
みんなの未来

●発行・編集●

岡谷市社会福祉協議会
〒394-0081
岡谷市長地権現町4-11-50
☎ 24-2121
FAX 24-3555

ホームページアドレス
www.okaya-shakyo.or.jp

メールアドレス
info@okaya-shakyo.or.jp

「新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮した地域住民等による福祉活動・ボランティア活動の進め方」のご案内

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、地域住民等による福祉活動やボランティア活動は休止や延期等活動自粛を余儀なくされており多くの方が悩まれていることと思います。感染予防を徹底しどのように、地域住民等による福祉活動・ボランティア活動の再開をすればよいのかと、岡谷市社会福祉協議会にも相談が寄せられています。

全国でも同様の悩みがあり、社会福祉法人全国社会福祉協議会では、新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮した地域住民等による福祉活動・ボランティア活動の再開・実施する際の留意点を整理した「新型コロナウイルス感染拡大防止に配慮した地域住民等による福祉活動・ボランティア活動の進め方」をまとめています。

今回はその一部を紹介し、活動される皆様にはこれらの留意点をひとつの参考としていただき、感染状況等を勘案しながら福祉活動・ボランティア活動にお取り組みいただきますようお願いいたします。

詳細は「地域福祉・ボランティア情報ネットワーク」ホームページをご覧ください。

[https://
www.
zcwvc.net/](https://www.zcwvc.net/)

《活動の再開を検討する際のポイント》

01 担い手同士で話し合う

活動の再開にあたっては担い手同士が感染予防を徹底し、少人数で集まったり、Web会議等を活用して次の点に注意し話し合いを行います。

- ・担い手の中には、活動再開を躊躇したり、自粛生活の中で活動意欲を失いかけていたりしている人もいます。
- ・福祉活動やボランティア活動は、自主的・主体的なもので、無理強い禁物です。
- ・影響が長期化する中で、担い手一人ひとりが無理をせず、今、できることは何かを考えるように促します。

03 感染防止について担い手自身正しい知識を身につける

福祉活動やボランティア活動に取り組む団体やその担い手一人ひとり、新型コロナウイルス感染症の地域における流行状況や感染防止の方法等、正しい知識を身につけ感染拡大防止に取り組むことが大切です。

02 活動の再開方法等を検討する

福祉活動やボランティア活動を再開、実施する場合次の点に配慮します。

- ・「3つの密」(密集・密接・密閉)を避ける、マスクの着用、手洗い・手指消毒等の基本的な感染防止対策を導入し、感染及び感染拡大のリスクを可能な限り低減し実施します。
- ・電話・手紙・メールを活用する等、活動方法を見直し実施することが必要です。
- ・感染及び感染拡大リスクを低減できない場合は、これまでとは異なる新たな活動を検討・実施することが求められます。

04 活動に使える補助金・助成金等を活用する

補助事業の中には、新型コロナウイルス禍における地域住民等による福祉活動やボランティア活動に活用できるものがあります。詳しくは岡谷市社会福祉協議会までお問い合わせください。

05 利用者が安心して参加できるように適宜情報提供する

福祉活動・ボランティア活動の利用者・対象者は、高齢や障がい、疾病等により、新型コロナウイルスに感染した場合、重症化リスクが高い人が多いことが特徴です。利用者や対象者の中には参加や利用を躊躇する人も少なくないと思われるから次の点に配慮が必要です。

- ・活動再開にあたっては、それぞれの団体が取り組んでいる感染防止策を盛り込んだチラシ等を利用者や対象者に配布し、安心して参加・利用できることを伝えます。
- ・障がいのある方等に対しては、参加にあたっての困り事や配慮すべき事等をしっかり聞き取ります。

07 市町村社協によるバックアップ・相談体制等を確立する

岡谷市社会福祉協議会では、岡谷市と連携しながら、地域住民等による福祉活動・ボランティア活動のバックアップや相談を実施しています。お気軽にご相談ください。

09 全国取組事例を参考に新たな地域住民等による福祉活動を創設する

新型コロナウイルスの感染拡大により、ボランティア活動や市民活動は制限され、力を発揮しにくい状況にあります。このような状況下でも、“つながり”を継続するための活動方法や工夫、懸命な取り組みが全国各地で新たに生まれています。感染防止策を講じながら活動する方法や工夫を集め、悩み葛藤しながら活動している仲間たち取り組みが、ホームページで共有されていますので御覧ください。

未来の豊かな
つながりアクション
<https://tunagari-action.jp/>



岡谷市高齢者クラブ連合会 奉仕活動の紹介

高齢者クラブでは、年間を通じ各地区の単位クラブにおいて、様々な奉仕活動を行っています。

活動の内容は様々で区民センターの清掃や花壇の整備、区内公園の草刈り、神社の清掃、小学校登下校時の見守りなど長年にわたり、多くの会員が地域で活動していただいております。

また10月の理事会の終了後には、連合会役員に地域の役員も加わり諏訪湖ハイツ周辺や、横河川河口のゴミ拾いを行い、大変きれいにいただきました。

高齢者クラブの会員の皆様には、これからもお元気で地域でご活躍いただきたいと思います。



11月分

おかや温泉
ロマネット

岡谷市民特別割引券

大人 540円→400円
小人 280円→200円

本券1枚で5名様までご利用いただけます。
有効期限：令和2年11月1日～11月30日

キリトリ線

◎本券を切り取ってフロントにお持ちいただき、現金でお支払いください。
※他クーポン券・割引券との併用はできません。
※ご利用は1回のみです。
※朝風呂時は対象外
※現金や入浴券との引き換えはできません。
※スタンプサービス対象外

- ★毎週土曜日はファミリーデー
子ども(3歳～小学生)連れのご家族は入浴料が割引になります。週末は家族そろってロマネットへ♪
- ★食事処やまびこ 今月のおすすめ
11月のおすすめメニューは【ジギスカン(サラダ添え) 870円】です! 特製タレで炒めたラム肉はクセもなく、おいしくお召し上がりいただけます♪
※おすすめメニューは変更になる場合があります。

美肌の湯 ロマネット

- ★毎月26日は“風呂の日”
入浴料が割引になるお得な日です!
- ★毎年恒例! 秋の味覚販売! 館内掲示板でご確認ください。
- ★お知らせ
11月3日(火)は祝日のため営業します。朝風呂は休館、午後1時からの営業となります。
※11月10日(火)、11日(水)は設備メンテナンスのため、全館休館となります。12日(木)からは通常通りの営業です。

問合せ●ロマネット ☎27-6080

11月の 諏訪湖ハイツ

- ♥ロビー展示
●水墨画会「水墨画展」
期間…11月1日(日)～15日(日)
- ★ロビーコンサート・パフォーマンス出演者募集中!
- ♥「ハイツ」フリーマーケット 開催
今年最後の屋外芝生広場でのフリーマーケットです。
日時…11月15日(日) 午前9時～午後4時ごろ

- ♥災害支援チャリティー 大浴場半額デー
11月23日(月・祝) 勤労感謝の日は、大浴場入浴料が通常料金の半額です。当日の入浴料全額を共同募金会を通じて被災地に寄付します。
- ♥諏訪湖ハイツの温泉で健康づくりをしましょう
諏訪湖ハイツの温泉は効能がいっぱい! からだを温めての健康づくりにぜひお越しください。

問合せ●諏訪湖ハイツ ☎24-2290

世界おとどけ便 ～国際交流センターだより～

なぜに効く「チキン・ヌードル・スープ」



なぜを引いたときに「ヌードル(麺)」を食べると聞いてびっくりするかもしれませんが、スープには効果がたくさんあり作り方も

かんたんです。鶏がらスープにチキン、タマネギ、セロリ、ニンジン、そしてヌードルをゆでて入れます。味もおいしく栄養価も高いこの温かいスープを飲むと、体内から温まり元気になります。病気になったアメリカ人にとって、このチキン・ヌードル・スープはとてもほっとするものです。もちろん病気にならないことがいちばんですが、もしかぜを引いてしまったら、みなさんも作ってみませんか?

岡谷市版「マンホールカード」が完成しました!



マンホールのふたは、その土地の名所、名産物、文化などが描かれ、路上を飾るご当地ものとして近年注目を集めています。その絵柄を紹介したコレクションカード「マンホールカード」も人気があり、岡谷市でも市花「つつじ」をデザインした「マンホールカード」が完成しました。このカードを通じて下水道への理解や関心を深めていただければ幸いです。

- 配布開始日時…11月1日(日)から
午前9時～午後5時
- 場所…市役所4階 水道課下水道担当窓口
(土・日・祝日は岡谷蚕糸博物館シルクファクトおかや)
※事前の予約や郵送による配布は行いません。
※配布場所に来た人のみ、1人1枚無料で配布します。
※先着2,000名限定となります。

問合せ●水道課(内線1431)



申請の期限が12月末まで延長となりました。 新型コロナウイルス感染拡大の影響による休業等で、生活資金にお悩みの皆さまへ

一時的な資金の緊急貸付に関するご案内

新型コロナウイルス感染拡大の影響を踏まえ、休業等により生活資金でお悩みの方々に向けた、緊急小口資金等の特例貸付を実施しています。

緊急小口資金の特例貸付

緊急かつ一時的に生計の維持が困難となった場合に少額の費用の貸付を行います。

- 対象者
新型コロナウイルスの影響を受け、休業等により収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯
- 貸付上限額
10万円以内(ただし、世帯員に新型コロナウイルス感染症の罹患者等、要介護者、臨時休業した学校に通う子どもがいるときなどは20万円以内)
- 据置期間
1年以内
- 償還期間
2年以内
- 貸付利子・保証人
無利子・不要

新型コロナウイルスの影響を受け休業等により収入の減少があり、すでに緊急小口資金の特例貸付を利用された方も、新型コロナウイルスの影響を受け、収入の減少や失業等により生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっている世帯は、総合支援資金の貸付を利用できる場合がありますのでお問い合わせください。

総合支援資金(生活支援費)の特例貸付

失業者等、日常生活全般に困難を抱えており、継続的な相談支援と生活費を必要とする場合に貸付を行います。

- 対象者
新型コロナウイルスの影響を受け、収入の減少や失業等により生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっている世帯
- 貸付上限額
(単身世帯) 月15万円以内
(複数世帯) 月20万円以内
※貸付期間：原則3月以内
- 据置期間
1年以内
- 償還期間
10年以内
- 貸付利子・保証人
無利子・不要

総合支援資金貸付は、自立相談支援機関(まいさぼ)による継続的な支援を受けることが要件となります。事前に自立相談支援機関(まいさぼ)への利用申請をお願いします。

まいさぼ岡谷市 TEL 0266-23-4811(代表)

予約制とさせていただきます。

岡谷市社会福祉協議会 TEL 0266-24-2121に、ご連絡をお願いいたします。



信州ふっころフェスティバル

全プログラムを非対面型オンライン配信!

11月3日(火・祝) 11:00~14:00

- <メインチャンネル>
トークセッション(知事と学生によるセッションを予定!)
- ・各種表彰
 - ・シンポジウム
- <サブチャンネル>
- ・信州共生みらいアイディアコンテスト
 - ・長野県介護技術コンテスト
 - ・eスポーツ交流会
 - ・福祉のお仕事インスタPR大賞

地域で暮らす一人ひとりが感じる事ができる社会を創っていきたい。
この想いを共有するために、地域の暮らしをつくる「ふくし」に触れる機会を提供し、未来の福祉・介護人材の発掘と育成の機会とともに、福祉の心を育てる信州ふっころフェスティバルを開催します。

https://fukkor-fes.jp/

配信 URL→



イルフ童画館・岡谷美術考古館・岡谷蚕糸博物館は入館料が必要です。諏訪郡内在住・在学の小・中学生、市内在住・在学の高校生は無料です。

武井武雄の世界

イルフ童画館

収蔵作品展

新コレクション展

11月19日(木)～令和3年1月19日(火)



タイトル・制作年不詳
武井武雄

当館では2019年度までに、武井武雄をはじめ、林義雄、黒崎義介など、さまざまな作家の作品が寄託・寄贈されました。本展覧会では新収蔵された作品を一堂にご紹介します。

イベント

要申込み(一部を除く)

★キットパスでガラス窓に絵を描こう

日時…11月21日(土) 午前10時30分～

定員…5名 参加費…100円

★刊本作品読み語り&ギャラリートーク

(申込み不要・無料。ギャラリートークのみ要入館料)

日時…11月22日(日) 午前10時30分～

★岡工生制作の“ヌリドリ”に色を塗ろう

日時…11月28日(土) 午後1時30分～

定員…8名 参加費…400円

★牛乳パックキャンドルホルダーをつくろう

日時…12月5日(土) 午後1時30分～

定員…8名 参加費…100円

★新コレクション展 講演会(無料)

日時…12月6日(日) 午後1時30分～

定員…25名 講師…当館館長

開館時間

午前10時～午後5時

11月の休館日

1日～18日、25日

申込み・問合せ ☎24-3319

市立 岡谷美術考古館

特別企画展

今に生きる縄文

令和3年11月11日(月・祝)まで



縄文人が作り出した土器や土偶などのデザインは、現代の人々を魅了し、新たな作品のモチーフとしてよみがえっています。本展では、現存作家から縄文をモチーフとした絵画や彫刻、工芸などの作品を募り、現代の芸術のなかに生きる原始の芸術にも着目します。

関連イベント

出展者によるギャラリートーク

(要申込み)

日時…11月3日(火・祝)

午後1時30分～

※11月3日は、岡谷美術考古館・旧林家住宅・旧渡辺家住宅は入館無料

ワークショップ

身近な材料でつくるクリスマス・ツリー

(要申込み)

日時…11月21日(土)

午後2時～

参加費…300円

定員…10名

申込み…11月1日(日)～



開館時間

授乳・おむつ替え室あり

午前10時～午後5時

11月の休館日

4日、11日、18日、24日、25日

申込み・問合せ ☎22-5854

岡谷蚕糸博物館 OKAYA SILK MUSEUM

シルクファクトリー

岡谷

企画展示

信州の作家展 Part2 信州型染

—中島久雄 小紋染めとともに—

令和3年1月17日(日)まで

信州の染織作家にスポットを当てる第2弾。伊勢型紙を使って伝統の飯田の染色を地域の文化として残している小紋師・中島久雄氏。小紋染めの技法と作品をご覧ください。



岡谷蚕糸博物館・岡谷シルクSNSアカウント情報

博物館や製糸工場、岡谷シルクの魅力発信をしています。ぜひフォローしてください。

【岡谷シルク】



Facebook



Instagram



【岡谷蚕糸博物館】



Facebook



Twitter



Instagram

開館時間

午前9時～午後5時

(宮坂製糸所は午後4時まで)

11月の休館日

4日、11日、18日、24日、25日

問合せ ☎23-3489 (サンシハブ)

CANORA HALL

カノラホールー岡谷市文化会館

カノラタ・オーケストラ

第19回定期演奏会

12月20日(日)

午後2時開演(午後1時開場)



カノラタ・オーケストラの定期演奏会は、今年生誕250年を迎えたベートーヴェンと20世紀イギリスの作曲家ブリテンを組み合わせたプログラムをお届けします。時代も作風も異なる作曲家たちの作品は、スリリングな音楽体験をもたらしてくれます。ぜひ会場でお楽しみください。

プログラム

●ブリテン：シンプル・シンフォニー op.4

●ベートーヴェン：交響曲第7番イ長調 op.92 ほか

会場 大ホール

チケット 全席指定 1,000円(680席限定)

高校生以下無料

※高校生以下は要座席指定券

※新型コロナウイルス感染症感染拡大予防策を講じて実施します。

※指定席はソーシャルディスタンスを確保するために間隔を空け、座席数を減らした配席になっています。

申込み・問合せ ☎24-1300

11月の図書館情報

★ちいさなおはなしの森★

(乳幼児向け)

日時…11月17日(火) 午前11時～

★おはなしの森★

(園児～小学生向け)

日時…11月7日・14日・21日・28日の土曜日

午前11時～(20分程度)

★ぬいぐるみのおとまり会★

ぬいぐるみを図書館におとまりさせてみませんか? 図書館の仕事をしたり、館内を探検しますよ! おとまりのようすを撮影し、カードにしてプレゼントします。

期日…おとまり受付 11月21日(土)

お迎え 11月22日(日)

対象…あなたのぬいぐるみ(1人1つ)

参加条件…21日の「おはなしの森」にぬいぐるみと一緒に参加。ぬいぐるみが気に入った本を借りてね。

定員…10名(多数の場合は主催者側による抽選とさせていただきます。)

申込み期間…10月31日(土)～11月8日(日)

会場はいずれも2階会議室です。

今月のテーマブックス

みんなともだち

11月15日(毎月第3日曜日)は「うち読でエコ読の日」

11月の休館日

2日、4日、9日、16日、24日、27日、30日

申込み・問合せ ☎22-2031

0123 こどものくに

11月・12月のイベント

参加無料

つくっちゃおう

クリスマスリースを作ります。

日時…12月10日(木)

①午前10時～

②午前10時30分～

申込み…11月11日(水)から

予約開始

場所…育児談話室

ベビーマッサージとワンポイントアドバイス

日時…12月3日(木)

午前10時30分～

講師…こどものくに看護師

申込み…11月4日(水)から

予約開始

場所…育児談話室

歯っぴー相談(予約不要)

日時…11月6日(金)・25日(水)

午前10時30分～午前中

歯科衛生士が相談に応じます。

もぐもぐ相談(予約不要)

日時…11月26日(木)

開館中いつでも

栄養士が相談に応じます。

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。兄弟はマスクをしてください。

開館時間

利用者登録料が必要です

午前9時30分～午後5時30分

11月の休館日

10日

申込み・問合せ ☎24-8403

27 広報おかや 11月号 2020

26 広報おかや 11月号 2020

トピックス

まちのできごとやわだいをおとどけ



10/1 “飛び出せ元気な おかやっ子”事業 保育園スケート体験

“飛び出せ元気な おかやっ子”事業の一環である「保育園スケート体験」がやまびこアイスアリーナで始まりました。諏訪地域の伝統スポーツであるスケートに幼児の段階から親しんでもらう目的で平成27年から続いている催しで、年長を対象に各園1回ずつ開催されます。参加した園児たちはスタッフの指導のもと氷に慣れるところから始め、1時間ほどで立つて歩けるようになり、元気に氷の感触を楽しみました。



10/12~18 いま起こっていることを知り、地球の未来を考える 「おかや環境パネル展」

新型コロナウイルスの感染防止で中止となった「岡谷エコフェスティバル」の代替事業として、「おかや環境パネル展」がレイクウォーク岡谷にて開催されました。各階に設けたブースにレジ袋の有料化を契機に関心が高まったプラスチックごみ問題を中心とした、海や河川の汚染などのさまざまな問題を発信する展示が行われ、環境のために日常生活でできることを一人ひとりが考えるきっかけとなる催しとなりました。



10/12~23 「ふれあいたいむ」秋季推進旬間 朝の見守りボランティアを今井市長が激励

子どもを見守る活動を地域に広げる「ふれあいたいむ」の秋季推進旬間（12日～23日）に合わせ、岡谷市教育委員会は市内7小学校の通学路に立つボランティアを激励しました。14日には今井竜五市長や教育委員ら6名が、神明小学校の通学路にて間下区民センターから同校までの約1キロを見守りと触れ合いながら歩き、ボランティアに「おつかれさまです」などと声を掛け毎朝の取り組みに感謝を伝えました。



10/13 おひさまファームの会による 東堀保育園のサツマイモ収穫体験

信学会東堀保育園の年少から年長の約130人が、岡谷市研修農園の修了者でつくる「おひさまファームの会」が耕作する畑で、サツマイモの収穫体験をしました。今年は新型コロナウイルスの感染防止で苗植えの体験は見送りましたが、園児たちは年齢ごとに時間を分けて、あらかじめ会員が掘り出して土のなかに埋めたイモを「おおきいね」と笑顔で話しながら1本ずつ掘り出しました。収穫したイモは焼きいも会や豚汁会で味わう予定です。

本がい〜っぱい! ど・れ・に・し・よ・う・か・な

3歳になったら岡谷図書館へ! FIRST CHOICE BOOKはじめました!

好奇心旺盛で感情が豊かになる時期でもある3歳児。本も、よりストーリー性のあるものが楽しめるようになってきます。

岡谷図書館は、無料でたくさんの絵本と出合える場所です。外国語の絵本もたくさん☆ 子どもたちの創造や興味を広げてくれる「新しい世界への扉」でもある本。子どもたちが自ら選ぶ、本との出会いをスペシャルな形でお手伝いします。

- ♥ 図書館来館時に子どもさんの写真を撮り、写真と3歳児だけの特別な「イラスト付き図書館利用カード」をセットしたアニバーサリーカードにしてプレゼントします!
- ♥ 子どもさんは児童コーナーでゆっくり本を選んでください。司書がお手伝いします。
- ♥ 借りる本が決まったら、自分のカードでバーコードリーダーを使って自分で借りる体験を!



引換券を3歳児健診でお渡しします!!

たくさん本をバックにした図書館内での写真撮影は、貴重な記念になります! ぜひ岡谷図書館へ!!

問合せ●岡谷図書館 ☎22-2031

宝くじ助成金により整備しました

宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」を活用し、(一財)自治総合センターより宝くじの助成を受けて、湊・長地地区公民館で折りたたみテーブルなどを整備しました。また、同じく宝くじの社会貢献広報事業である「地域活動助成事業」を活用し、(公財)長野県市町村振興協会より宝くじの助成を受けて、小井川区でデジタルサイネージなどを整備しました。



◀長地地区
折りたたみテーブル



小井川区▶
デジタルサイネージ

問合せ●秘書広報課(内線1364)

今月の子育てキーワード(小学校 低学年)「笑顔で会話 ほめ言葉のシャワーをあげましょう」

一日の中で、親子で寄り添って話しをする時間を作りましょう。にこにこ笑顔で、子どもにほめ言葉のシャワーをあげましょう。笑顔で会話のできる、自分らしさに自信を持つ子どもに育てましょう。 ～成長樹(期)子育て実践ポイントより～

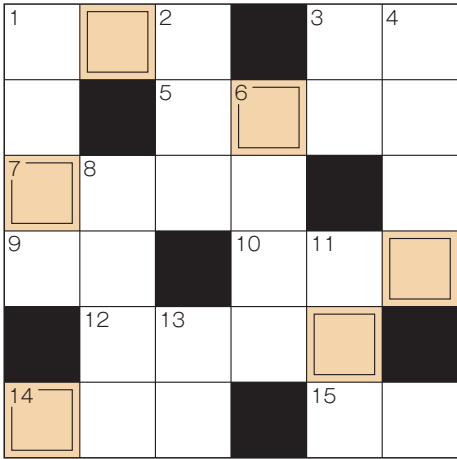
脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.419

クロスワードパズル

問題

二重枠の文字を並べ替えると岡谷市に関係のある言葉ができます。それを答えてください。正解者のなかから抽選で5名に、ロマネット入浴券をプレゼントします。



●応募方法…はがきに**答え・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号**を明記し、**ひと言**(特集テーマや、市政、広報に対するご意見や身近な話題など)をそえて「〒394-8510 岡谷市役所(住所不要) 広報クイズ係」までお送りください。11月12日必着。(ひと言は「こえ」に掲載させていただく場合があります)

●10月号の答えと当選者
「セイブチュウ(西部中)」

正解数41通(応募総数41通)のなかから抽選で、Y・Mさん(川岸中)、K・Yさん(山手町)、M・Yさん(塚間町)、N・Cさん(長地片間町)、I・Mさん(山下町)に、ロマネット入浴券をお送りします。

ハ	チ	ブ	セ	セ
イ	タ	チ	ア	イ
ツ	カ	マ	ジ	シ
ウ	テ	ン	グ	サ
オ	イ	ゲ	イ	ユ
カ	ポ	ン	キ	

◆ヨコのカギ

- 公演も少しずつ始まりました
- 〇〇口、〇〇足、〇〇耳、〇〇業
- 岡谷市初の女性副区長がいる区は
- 直角が連続する箇所。教習所でも苦勞しますね
- ホイールの外枠。タイヤをはめ込む部分
- 今年のお盆は寂しかったですが、来年のお祭りを楽しみに
- ボクシングの世界戦では12あります
- 諏訪市出身の舞踏家〇〇〇エイチ
- 寒の土用〇〇の日

◆タテのカギ

- 紅葉のきれいな出早公園は春のこの群生もみごと
- 船舶や航空機の進路を測る〇〇〇盤
- 今年は5月10日が〇〇の日でした
- スケートの森
- 今はレジャー用が多いですが、昔はおもな燃料でした
- 王、カフェ、広場
- 物や人の場所が変わる、部署や役職が変わる、字は違いますが同じ読み
- 返したり、切ったり、かいたり、取ったり、突いたり



「かくれんぼ」1956年 武井武雄

コロナ禍ではありますが、感染防止対策をしっかりと行い、過度に委縮せず、今後も折を見ながら、市民の皆様や事業者の支援につながる事業等を積極的に実施してまいります。イベントなどの際には、ご家族お揃いのうえ、多くの皆様にご参加をいただき、豊かな実りの秋となることを願っております。

今井竜五



「市長随想⑩」 「豊かな実りの秋」

秋も深まり、冬の足音が聞こえてくる季節となりました。今月は、晩秋とも言われ、寒さも増してくる時期となりますが、秋は、収穫・食欲・芸術・読書・スポーツなど、さまざまな「秋」があります。

例年であればさまざまな「秋」に合わせ、多くの祭りやイベントなどが開催されるところですが、残念ながら今年は、新型コロナウイルス感染症対策のため中止や縮小開催となつてしまいました。

そうした中、岡谷市では、新型コロナウイルス感染症の影響で農産物の販売機会や販路を失っている農業者などを応援するため、岡谷蚕糸博物館前の芝生公園「マルベリー(桑)広場」において、初めてのオープンエアマーケットを開催し、岡谷の「秋」を感じることができるようイベントを行っております。9月19日に開催した第1回では、個人や農業団体から参加者を募って農産物の販売を主に行いました。10月4日の第2回の開催では、野菜の販売のほか、消費者の会に出店していただくとともに、第1回に続き川岸小学校の6年生の児童による手作りの絹製品などの販売も行いました。感染症拡大防止対策を十分行っただけの開催としまし

たが、多くのお客様がご来場され、大変好評をいただきました。次の開催は11月14日(土)を予定しております。

「こうずら ほうずら」は市民のみなさんでつくるページです。市政や広報に対するご意見や身近な話題など、どんどんお寄せください。
宛先 ● 〒394-8510 岡谷市役所(住所不要) 秘書広報課広報広聴担当 行

こえ

10月の
ハガキから

▼は広報広聴担当より

朝、晩寒くなり、日の出は遅く、日の入りは早くなり、日中太陽が光輝いていることに感謝です。運動不足解消のため、休日の朝主人と2人でウォーキングを始めました。がんばって続けたいと思います。 Y・Nさん(神明町)

▼最近は本当に日の入りが早く、夕方帰るころには真つ暗になつていて驚きます。朝晩も冷えてきて、本格的に秋となりましたね。ご夫婦でウォーキング、すてきですね！寒くなつてくるとなかなか外に出たくなつてしましますが、朝から紅葉を見ながらのウォーキングは、いい一日をスタートできそうですね！〇〇の秋、いろいろなものがあります、みなさんはどんな

秋を満喫しますか？
インスタ、豆知識が楽しく、勉強になります。
Y・Kさん(長地御所)

▼10月号では、だれでも手軽に映える、写真が撮れるコッ、インスタグラムってなに？というところをかんたんにご紹介しました。実践していただけましたか？

紅葉の季節になり、みなさんの周りにも写真映えする景色が広がってくると思います。身近な岡谷の秋を、撮影、投稿してみたいかがでしょうか！みなさんの投稿を見て、岡谷のファンになつてくれる人が増えるかもしれません！

クロスワードパズルに挑戦するたび、知らないことが多いのに驚きます。いい勉強になります。
K・Kさん(山手町)

▼多くのみなさんから、「脳トレになつて楽しい」、「岡谷に住んでいるのに知らなかったことがあった」などの声が寄せられています。また、今までよりも家にいる時間が長くなったので、やったことがなかったパズルに挑戦してみた、という声もあり、広報を手にとつていただけていることがわかり、とてもうれいいます。わたしも毎回挑戦していますが、なかなか難しく苦戦しています…。いつも正解しているみなさんは本当にすごいですね！これからも挑戦して、岡谷についてもっと知つていただければと思います。

撮り歩きおかや Report 2



「かね吉」の焼きカレードリア
野菜たっぷり！
食欲の秋を楽しむぞー！
#かね吉 #お買い物するなら岡谷
#岡谷ランチ #okaya



横河川河口の秋桜
季節によってさまざまな表情を見せてくれる横河川。秋が楽しみ～♪
#横河川 #秋 #秋桜 #コスモス
#岡谷市 #長野県 #岡谷市観光協会

岡谷の魅力を発信



商業観光課
Instagram
[enjojoy_okaya]



岡谷市観光協会公式
Instagram
[tabitabi_okaya]

※写真は商業観光課Instagram、岡谷市観光協会Instagramに掲載されているものです。
※掲載希望についてはお問い合わせください。

問合せ●商業観光課(内線1453)



岡谷市

市木/いちい
市花/つつじ



人口の動き(令和2年9月1日現在)

人口	47,782人	前月比	-24	前年同月比	-521
世帯数	19,429世帯	前月比	-14	前年同月比	+58

新生活のための家賃や引越し費用を補助します

おかやでスタート!

最大
30
万円

結婚新生活支援事業

岡谷で
一緒に
暮らそう!

♡対象となる世帯

① 限度額 30 万円

- ・令和2年1月1日から令和3年2月28日までの間に婚姻届を提出
- ・婚姻日の年齢が共に34歳以下でありかつ、世帯の所得が340万円未満

② 限度額 15 万円

- ・令和2年4月1日から令和3年2月28日までの間に婚姻届を提出
- ・婚姻日の年齢が共に39歳以下でありかつ、世帯の所得が420万円未満の世帯(①に該当する世帯を除く)

♡補助の対象

- ・婚姻日以降、令和3年2月28日までの間に支払った住居費・引越し費用
住居費:住宅の購入費または賃料、敷金、礼金(保証金等を含む)、共益費、仲介手数料
引越し費用:引越し業者または運送業者への支払
※令和2年度の予算の範囲内で交付します。

※補助にはいくつか要件があります。詳しくは、社会福祉課までお問い合わせください。

問合せ●社会福祉課(内線1256)