

あなたとおかやを^{つな}結ぐ

OKAYO

2021
11
No.1467

広報 おかや



そして
今が
いざというときだ

いざというときは
やらねば
ならない

マンガで学ぶ岡谷市公共施設マネジメント

〈特集〉

逆境!! 公共施設

今月の表紙

今月の特集は、長期にわたる計画が求められている「公共施設」です。マンガでわかりやすく解説していますので、現状を理解し、みんなで岡谷の未来を考えていきましょう。

東部中学校や
西堀保育園が
新しくなって
公共施設が
充実してきたと
聞くけど

そういえば
公共施設の何とかがって
前の広報おかやで
読んだような…

おおこれだ
マンガで解説されている



えーっと
高度成長期には
人口が増加して
さまざまな
公共施設が建設され
まちは急成長を
してきたが…



人口が減少する
状況下

公共施設は
余剰となり



建物の老朽化も
進んでいる

しかもすべての施設を
更新していくとなると
かかる費用は



40年間、
毎年30億円!

岡谷市は
毎年これだけの
費用を
負担できるのか



もしかして今
公共施設は
逆境にあるのでは
ないか

**逆境!?
公共施設**





- 目標達成のための3つの基本方針**
- **【基本方針1 資産総量の適正化】**
 - 公共施設の適正な規模・機能等を検討
 - 施設統合、集約化、民間譲渡
 - **【基本方針2 長寿命化の推進】**
 - 公共施設、インフラ施設の計画的な予防保全
 - 維持管理費の低減と財政負担の平準化
 - **【基本方針3 更新費用等の財源確保】**
 - 利用者増による収入確保や受益者負担の見直し
 - 財産処分、民間活力の導入

現 状

- 公共施設の棟数は212、延床面積は約30.4万㎡
- 今後40年間の更新費用 約30億8,000万円/年

↓

目 標

- 今後10年間で延床面積 8%以上減
(2025年までに約2万4,000㎡削減)
- 今後40年間で延床面積 20%以上減
(2025年までに約6万1,000㎡削減)
- 年間の更新費を6億7,000万円に縮減

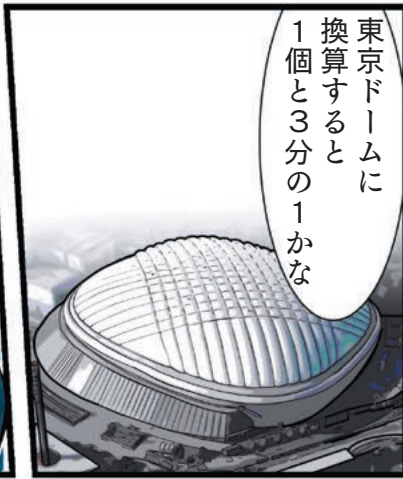
岡谷市公共施設等総合管理計画とは？

かんたんに説明すると、岡谷市の公共施設の現状と数値目標について書かれたものです。





東京ドーム
行ったことないし
テレビで
野球も見えないし



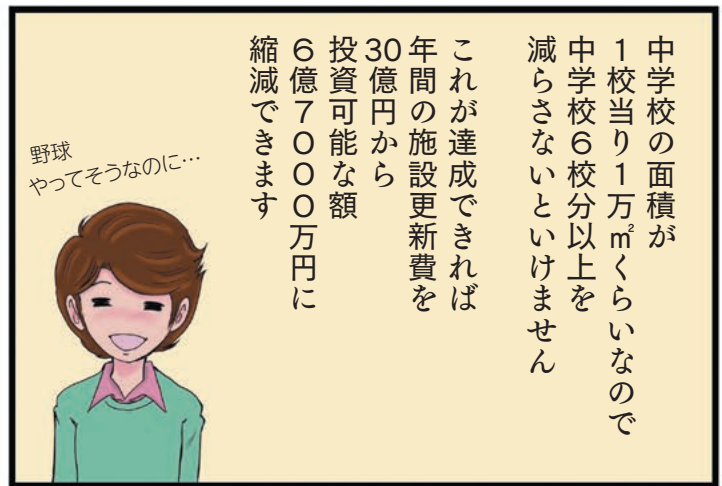
東京ドームに
換算すると
1個と3分の1かな



公共施設の
面積を
6万1000㎡
減らすとあるが
いくつかの
施設を減らせば
いいの？



中学校6校分の
建物って
何をなくせばいいの？
だって
今も
使っているんだぞ



野球
やってそうなのに...

中学校の面積が
1校当り1万㎡くらいなので
中学校6校分以上を
減らさないといけません
これが達成できれば
年間の施設更新費を
30億円から
投資可能な額
6億7000万円に
縮減できます



この白書で
なくせる施設が
わかるの？
単純な比較で
なくしても
いいものなの？

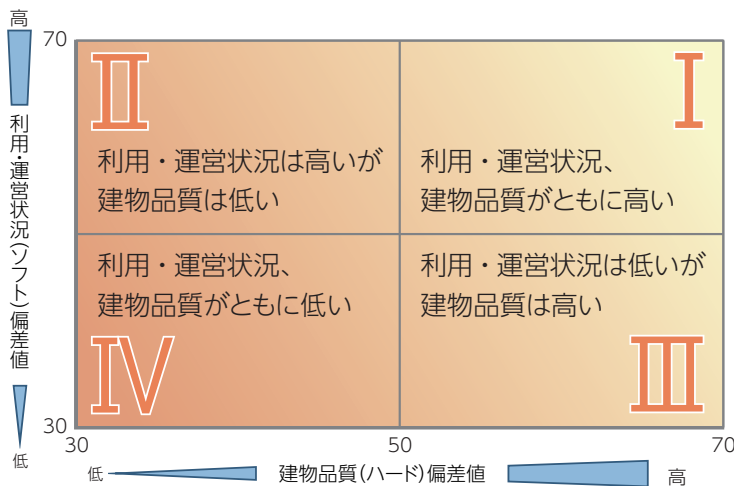


公共施設の
利用状況を
一覧で比較
できるよう
公共施設白書を
毎年発行しています



なんだ、この白書
各施設の利用状況や
収入・支出まで
まるわかりじゃないか！

公共施設を利用状況や建物品質から評価しています

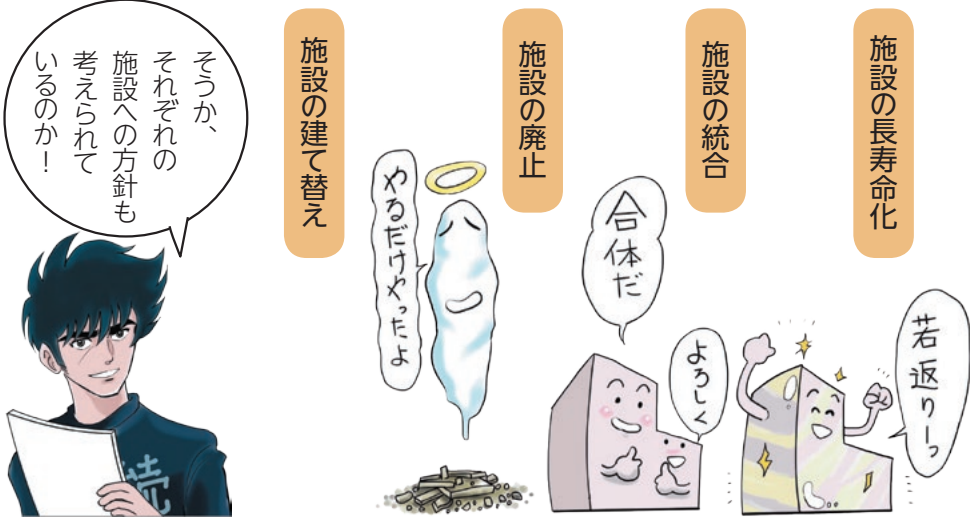


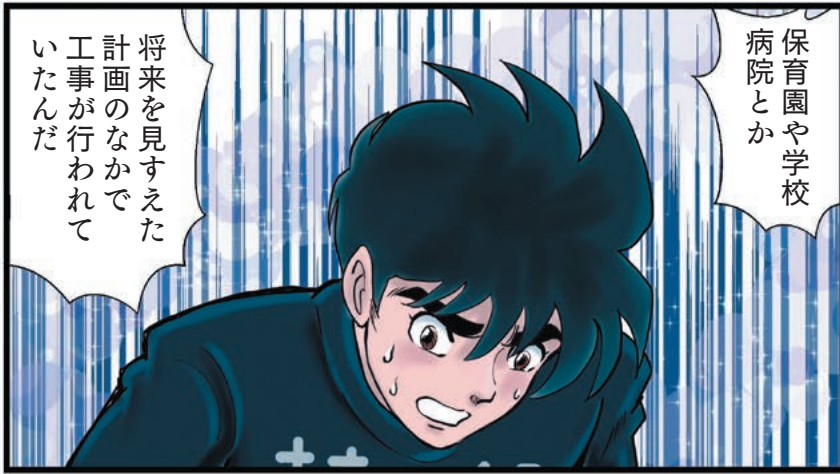
岡谷市公共施設白書とは？
この白書には
各公共施設の収入・支出や
その施設の評価が
載っています。
この評価を参考に
今後の方針を決めています。

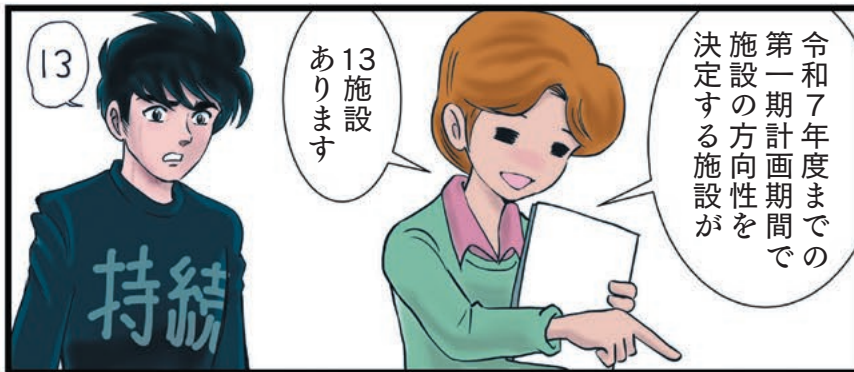




岡谷市公共施設個別施設設計画とは？
個別施設設計画には、どの施設をどのように管理していくのかが載っています。
これまで実施してきたもの、これから実施予定のものも載っているのでぜひ一度ご覧ください。







13施設の現状

- 岡谷市勤労青少年ホーム
- 岡谷市勤労会館
機能を確保しながら、他の施設との連携により、多様な利用方を検討
- 岡谷市鶴峯会館(鶴峯公園内)
- 岡谷市塩嶺閣(塩嶺御野立公園内)
- 岡谷市塩嶺野外活動センター
- 生涯学習課分室
施設の老朽化を勘案し、必要性を検討
- ララオカヤ
施設の廃止に向けて、岡谷市以外の権利の取得を実施中
- 岡谷市やまびこ国際スケートセンター
民間譲渡や休止・廃止を含め検討
- 旧岡谷市通園訓練施設まゆみ園
売却予定
- 岡谷健康福祉施設ロマネット
温浴施設の性質上、建物の一部に課題があり、民間活力も含め検討
- 旧東堀保育園園舎
機能廃止により、建物の利活用を除却解体を含め検討
- 岡谷市宮陸上競技場
市宮陸上競技場としての位置づけは維持し、公認の更新は行わない予定
- 温泉スタンド給湯施設
規模縮小し、移転更新中

問合せ●行政管理課(内線1529)

岡谷市民病院の医療現場から、市民に役立つ関連情報を定期的にお送りします

子どものインフルエンザ 今年の冬の対処法



昨年は、新型コロナウイルス感染症予防のため、マスクや手洗いなどが徹底されたためか、インフルエンザの流行がありませんでした。では、今年の見込みはどうなのでしょう。小児科の高木医師にお話をうかがいました。

— 今年のインフルエンザ流行の見込みは。

昨年、子どもの間ではインフルエンザだけではなく、冬の風邪ウイルスであるRSウイルスの流行もありませんでした。ところが、今年4月頃からRSウイルスの流行が急拡大し、例年の3倍程度の規模で推移しています。インフルエンザも昨年お休みした分、今年は感染が広がる可能性があります。

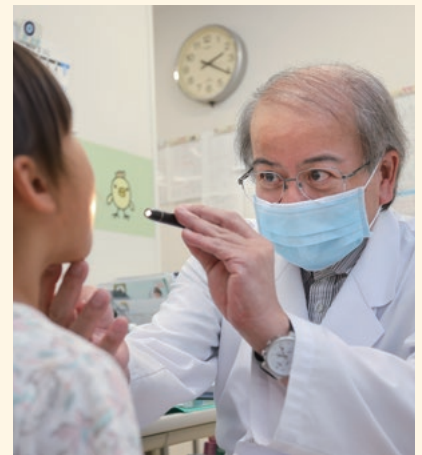
— インフルエンザの症状について。

突然の高熱から始まり、咽頭痛、頭痛、関節痛、倦怠感などの全身症状が強く表れます。最初に吐き気やおう吐を伴うこともあります。また、発熱して3日後くらいからは咳が増えてきます。これらの症状は新型コロナウイルスとほぼ同じで、症状から両者を区別することはできません。

— 特に注意が必要な点は。

けいれんを何回も繰り返す、15分以上続く、けいれん後の意識の回復が悪い場合などは、インフルエンザ脳症の可能性があるので速やかに受診してください。

また、年長児に多い症状で、屋根か



ら飛び降りるなどの異常行動があります。熱が下がった後に起きることもあるので、完治するまでは子どもを一人にしないよう気をつけてください。

このほか、発熱時に黒い服を着た人など変な物が見えると言っておびえることがあります。これは熱せん妄という症状で、1時間〜2時間程度で落ちれば心配ありません。

— 受診の「めやす」について。

まず事前に電話相談が必要になります。岡谷市民病院では、周囲の感染状況や自身の行動歴、ワクチン接種歴などをとらえ、インフルエンザ、新型コロナウイルスのどちらの検査を行うのか、または両方行うのかを決めます。インフルエンザの診断は迅速診断キットを使って行いますが、発熱直後は鼻腔内のウイルス量が少なく陰性と判断されてしまうので、発熱から12時間〜24時間くらい経過した時点での検査を行っています。

— 治療薬について。

インフルエンザには抗ウイルス薬を用います。乳幼児はタミフルドライシロップを処方されることが多いのですが、苦くて飲みにくいので、牛乳アレルギーがなければ、チココアイスやチココペーストなどに混ぜることを勧められています。使用開始から48時間以内に熱が下がってきますので、開始翌日に発熱が残る場合は、解熱剤を使用してもう1日様子を見る必要があります。

— 市民のみなさんへひとこと。

昨年流行がなかった分、インフルエンザの抗体は低下していると思われるかもしれません。今年の冬は、新型コロナウイルスとインフルエンザが同時に流行する可能性があります。二つのウイルスに同時に感染した場合のような症状が出るのか、まだ分かっていません。引き続き、マスクや手洗いなどの感染予防をし、希望される方はワクチン接種を行ってください。

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。

新型コロナウイルスのワクチン接種を希望する人はお早めに!

岡谷市では、国の方針に基づき11月前半までに、希望するすべての人がワクチン接種を受けられる体制を整えてきました。市民のみなさんへの接種も進み、集団接種会場の予約者数も減少し、空きが出ている状態です。

こうしたことから、集団接種については、11月6日・7日(2回目)をもって終了とします。

なお、ワクチンに限りはありますが、市内の医療機関で

はワクチン接種がまだ受けられますので、接種を希望する人は、市内の個別接種実施医療機関に予約をして、接種を受けるようにしてください。

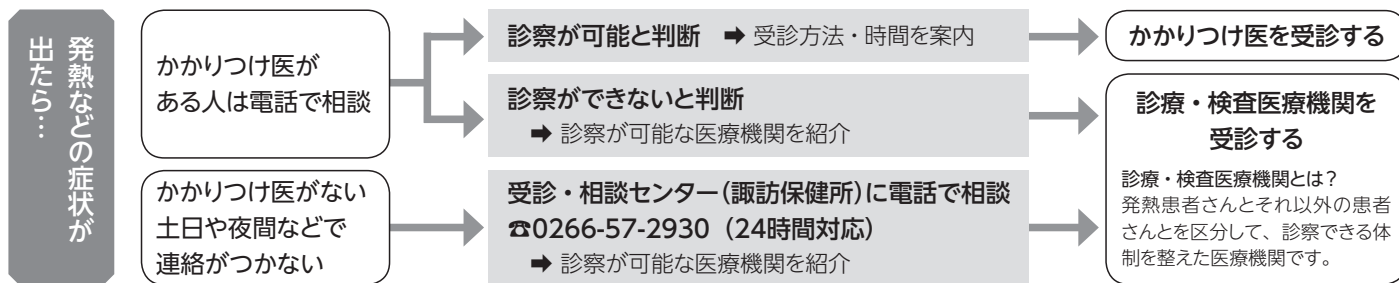
岡谷市では引き続き、ワクチン接種を希望する市民のみなさんが、接種を受けられるよう、体制を確保していきます。

個別接種実施の医療機関 ▶



新型コロナ? それともインフルエンザ? 発熱した場合の相談・受診について

これからインフルエンザの流行する季節になります。発熱などの症状が出たら、かかりつけ医などの身近な医療機関へ相談してください。



問合せ●新型コロナウイルスワクチン接種対策室 ☎0570-007-055

健康

身近にあるウォーキングコースを歩いて、健康ポイントをゲットしよう! 「あるき太郎ウォーキングラリー」開催中

with コロナ時代を
元気に過ごそう!!



「あるき太郎 信州 おかやをあるこうMap」のウォーキングコースを歩いて、健康ポイントをゲットしよう! 市内在住の小学生以上なら、だれでも参加できます。

期間終了まで、あと1か月です。寒さに負けずウォーキングをして、ポイントをゲットしましょう。

ポイント入手方法

- ①健康推進課・各支所・市ホームページで「あるき太郎 信州 おかやをあるこうMap」を手に入れよう。
- ②Mapのコースを実際に歩いてみよう。
- ③Mapに実際に歩いた日を記入しておこう。
※歩数や消費カロリーの記入は任意です。
- ④ポイント交換期間中に健康推進課に提出して、ポイント引換券をもらおう。
 - コースの完歩回数により健康ポイントがもらえます(右記)。
 - ポイントは、オカヤペイ加盟店で交換して利用できます。

Mapは
こちらから▶



コース名		距離	コースの特長
花回廊	かたくりコース	9.0km	春は桜、秋は紅葉を楽しめる
	さくらコース	6.0km	
中山道コース		9.1km	江戸時代に整備された中山道を歩く
絲まち	東回廊コース	3.7km	製糸業にまつわる近代化産業遺産をめぐる
	西回廊コース	4.7km	
鎌倉街道 壱萬歩	川岸コース	7.5km	鎌倉幕府の御家人が「いざ、鎌倉!」とはせ参じた道
	天竜コース	4.5km	
	湊西街道コース	5.4km	
由布姫街道コース		2.8km	湊西街道のオプションコース。小坂観音院まで往復

【健康ポイント付与条件】

コース完歩回数1~2回で50ポイント、3~4回で100ポイント、5~6回で200ポイント、7~8回で300ポイント、9回以上で500ポイントをプレゼント!



実施期間...11月30日(火)まで

ポイント交換期間...12月1日(水)~28日(火)

問合せ●健康推進課(内線1181)

一般会計

市に入ったお金(歳入決算額)
267億7,892万6,140円
 前年度比 +66億7,148万4,404円(33.2%増)

前年より
33.2% UP

市が使ったお金(歳出決算額)
259億2,582万5,357円
 前年度比 +65億8,019万8,663円(34.0%増)

前年より
34.0% UP

残ったお金(実質収支額)
6億2,059万6,783円

新型コロナウイルス感染症対策事業などに多額の経費が必要となりましたが、国・県からの補助金などを有効に使用したことなどにより、翌年度に使う財源を差し引いた実質収支は、前年度と同程度の6億2,059万6,783円の黒字決算とすることができました。

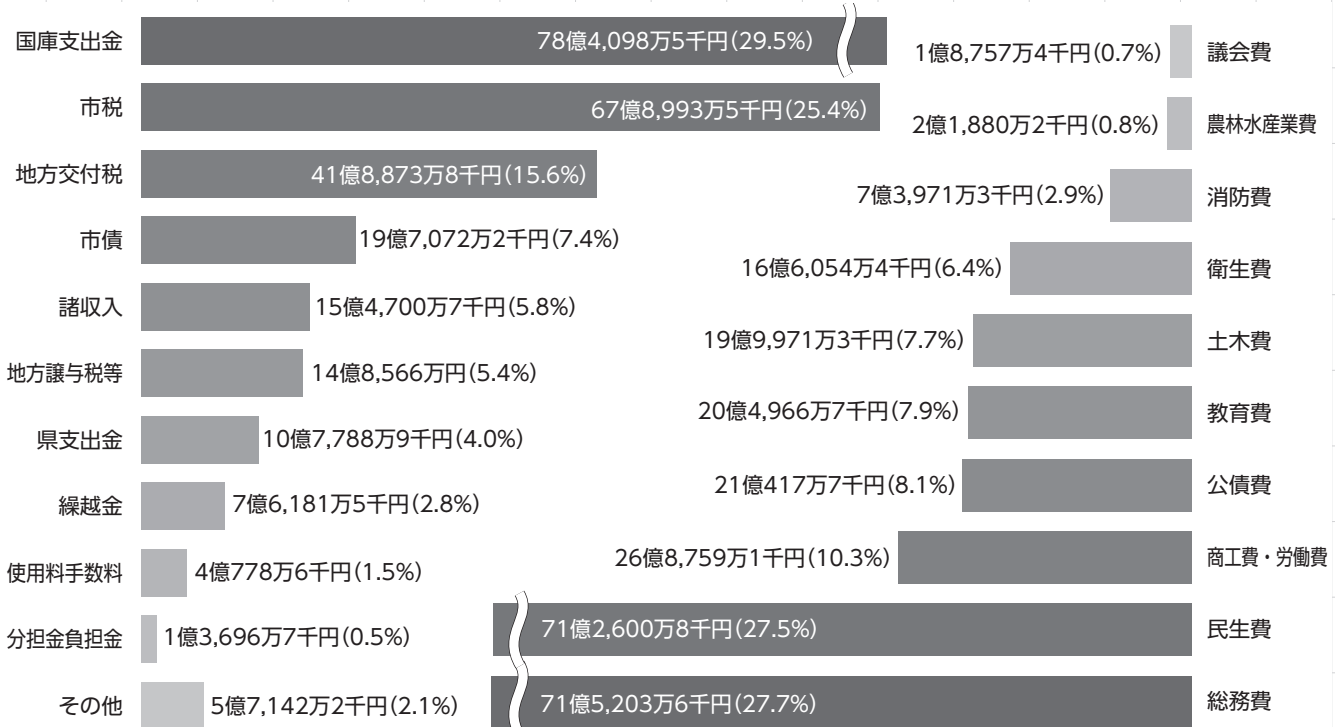
財政課
 宮坂 洋平



みなさんの税金や、国・県からの補助金がどのように使われたかを報告します
〔令和2年度決算報告〕

令和2年度の一般会計、特別会計等および企業会計の決算が、市議定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した(決算書の構成比)



市に **入った** お金

市が **使った** お金



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	44億5,161万6,480円	43億4,884万7,613円
地域開発事業	1,235万6,996円	2億7,678万5,110円
分収造林事業	1,950万3,700円	1,806万2,289円
霊園事業	7,667万4,447円	1,745万362円
温泉事業	3,926万2,952円	1,863万4,498円
後期高齢者医療事業	8億6,099万6,959円	8億3,964万9,859円
湊財産区一般会計	1,095万9,263円	53万5,883円



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2年度末の基金残高(市の貯金)は、ふるさと納税の寄附金などにより、令和元年度末と比べて約6,800万円増の約42億3,700万円となりました。



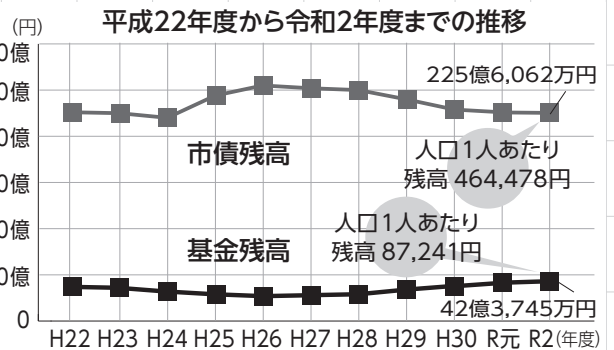
企業会計 (収益的収支 消費税込み)

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	11億5,988万872円	6億9,773万505円
下水道事業	19億7,002万788円	14億9,969万6,546円
病院事業	70億2,860万3,913円	70億2,035万2,290円



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。	91.0%	県下19市中13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。	9.2%	県下19市中15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。	68.2%	県下19市中17位
★実質赤字比率	一般会計や特別会計、下水道などの企業会計の赤字額の割合を示すもので、 一定の数値になると黄色信号 となります。		
★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を超えると普通交付税が交付されません。

- 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。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。

全国の地方自治体と同様に、人口減少が進むことなどにより、市税をはじめとした歳入は減少が見込まれる一方で、歳出は社会保障関係経費や公共施設等の老朽化対策経費のほか、感染症対策や災害復旧に要する経費が増加することが予想されます。引き続き、限られた財源を効率的・効果的に活用し、必要な事業を着実に実施しながらも、将来にわたって持続可能な健全で安定した行財政運営の確立に向けて取り組んでいきます。



問合せ●財政課(内線1532)

information — 今月のお知らせ —

お知らせ

オープンエアマーケット
— 秋のホクホク感謝会 —

2021年のオープンエアマーケットもフィナーレを迎えます。岡谷の新名物「シルクスイート」や、寒さが増す時期に美味しい秋野菜を豊富に取り揃え、みなさんのお越しをお待ちしています。

日時…11月13日(土) 午前9時～11時(売切れ次第終了)
場所…岡谷蚕糸博物館 マルベリー広場(芝生広場)



問合せ●農林水産課(内線1486)

お知らせ

岡谷市収穫祭を開催します!

地元産の秋野菜・旬の果物などを、生産者から直接買える農産物販売イベントです。採れたての美味しい農産物をたくさんご用意してお待ちしています。ぜひご来場ください。

日時…11月6日(土) 午前9時～11時
場所…市役所 イベント広場(正面玄関前)

農林水産課
新村 香子



問合せ●農林水産課(内線1487)

お知らせ

11月は
「子ども・若者育成支援強調月間」です

現在、新型コロナウイルス感染症対策に伴い、子どもも大人も日常生活にさまざまな制約が課され、その影響は子どもたちを取り巻く環境にも大きな変化をもたらしています。

わたしたちは、「青少年は地域社会からはぐくむ」という原点に立ち返り、子ども・若者を孤立させず、家庭、学校、職場、地域などが一体となって、子ども・若者を温かく見守り、声をかけ、励まし、ときには注意や指導ができる地域づくりをめざしましょう。



伸びよう 伸ばそう 青少年

問合せ●生涯学習課(イルプラザ3F) ☎24-8404

お知らせ

令和4年
岡谷市成人式を開催します

期日…令和4年1月9日(日)

※1月10日(成人の日)ではありませんので、ご注意ください。

場所…カノラホール 大ホール

対象者…平成13年4月2日から平成14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

対象者およびそのご家族には、式典への参加案内を11月上旬から送る予定です。11月下旬になっても届かない場合は、ご連絡ください。なお、参加案内は下記のように送付します。

状況例	参加案内の送付先
①本人が岡谷市に在住の場合	本人の市内の住所
②本人は市外に転出、親などが岡谷市に在住の場合	親などの市内の住所
③本人もその親なども市外に転出している場合	本人の転出先の住所(5年以内の転出に限る)。届かない場合は送付する住所をご連絡ください。

※市外に転出していても、岡谷市成人式に参加できます。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、大幅な変更が生じる可能性があります。ご承知おきください。

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

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、下記の窓口にご連絡してください。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。



- 市役所虐待通報電話(24時間対応) … ☎23-4767
- 諏訪児童相談所 … ☎52-0056
- 長野県児童虐待・DV24時間ホットライン … ☎026-219-2413
- 児童相談所全国共通ダイヤル … ☎189 (いちはやく)
- 長野県子ども支援センター … ☎0800-800-8035 (無料子ども専用ダイヤル)

問合せ ● 子ども課(内線1265)

募集

内山霊園の 聖地使用者を募集します

募集区画…5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です。
 受付期間…11月4日(木)～15日(月) ※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18日(木)に抽選にて決定。

問合せ ● 市民生活課(内線1171)

お知らせ

11月12日(金)～25日(木)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、配偶者などからの暴力、性犯罪、ストーカー行為など、さまざまな形態があります。配偶者などからの暴力は「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。一人で悩まず、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)
- ▼「まいさば女性相談Day」：岡谷市社会福祉課 ☎23-4811
毎月第1金曜日 午前8時30分～午後5時15分

- 11月11日(木)～18日(木) 啓発パネル展示(レイクウォーク岡谷1階)

問合せ ● 企画課(内線1524)

お知らせ

イマドキの就活を知る 保護者のためのセミナー

就職活動を控える子どもをサポートするため、保護者のみなさんが知っておきたいことをテーマに、大学のキャリアセンター担当者、地元企業の人事担当者、キャリア専門家の3方向から「就職活動の今」をお伝えします。ぜひご参加ください。

日時…12月5日(日) 午前10時～正午

場所…テクノプラザおかや

参加無料

要申込み

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始める子どもを持つ保護者

講師…①諏訪東京理科大学 キャリアセンター 加藤 聡一さん

②山二発條株式会社 人事担当 渡辺 一成さん

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

問合せ ● 工業振興課(テクノプラザおかや内) ☎21-7000

お知らせ

滞納者への徴収を強化します

滞納累計額 2.3億円超!



市税は、岡谷市の歳入の約31%（令和3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、納税の猶予を受けられる場合がありますので、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）

差押とは

地方税法では、滞納となっている税金は財産を差押えて処分することにより、徴収しなければならないと定められています。

「差押」とは、所有者から財産を処分する権利を奪うことをいいます。差押を受けると、自らが所有する財産でありながら処分などの自由がなくなります。逆に、差押を執行した機関は、財産を処分する権利を取得することになります。所有者に代わり、財産の売却や権利の行使また契約を解約することにより、支払われた金銭を税金に充当できるようになります。

【市がおもに実施する差押】

●給与・賞与・年金等差押

国税徴収法および各社会保険制度の規定に基づき、差押禁止額を除いたすべての支給額が差押の対象です。

●生命保険差押

生命保険契約に基づく、保険金支払請求権や解約返戻金支払請求権などが、差押の対象です。

●敷金・入居保証金の差押

アパートや賃貸マンション、事務所など賃貸契約をするときに所有者に預ける敷金や入居保証金は全額差押の対象です。

●不動産差押

土地・家屋などの不動産は、抵当権設定の有無にかかわらず差押の対象です。

●搜索・動産差押

滞納者の自宅や事務所などを搜索し、発見された金銭や有価証券、装飾品、自動車、オートバイなどは動産として差押の対象となります。差押財産は、公売などにより換価して税に充てます。具体的には、全国から参加できるインターネット公売などです。

健康

40～74歳の国保加入者のみなさん
年1回の特定健診、受け忘れていませんか？

実施期間は11月30日（火）まで

通常約7,500円が「無料」で受診できます

- ▶受診する医療機関には事前に予約が必要です。
- ▶定期通院中で検査を受ける人や勤務先での健康診断を受ける人は、健診結果の提供にご協力ください。
- ▶人間ドックを受診する人は、助成制度がありますのでご利用ください。

問合せ●医療保険課（内線1186）

日曜日健診のご案内（無料）

今年度最後の日曜日健診を実施します。まだ受診していない人はご利用ください。

日時…11月28日（日）午前8時30分～正午

場所…岡谷市保健センター 1階 研修室

申込み…11月1日（月）午前8時30分から電話受付開始。医療保険課に希望時間を電話でお申し込みください。定員になり次第締切。

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、中止となる場合がありますので、ご了承ください。

健康ひと回メモ

No.529

電動歯ブラシについて

長く続くコロナ禍で、家庭でのお口のケアの大切さも見直されてきています。

そこで今回は、電動歯ブラシについて少し述べさせていただきます。

電動歯ブラシは、ブラシの動きと振動数の違いによって「一般的な電動歯ブラシ」、「音波式電動歯ブラシ」、「超音波式電動歯ブラシ」に分けられます。

「一般的な電動歯ブラシ」は、電動のブラシが振動、回転運動(約2000〜7000回/分)をすることで歯垢を除去します。

「音波式電動歯ブラシ」は、電動のブラシに音波振動(約3万〜5万回/分)を発生させて歯垢を除去します。音波水流を発生させることで、毛先の届きにくい歯間部や奥歯などの歯垢を効果的に除去できるものや、リニア音波振動による微細な動きと極細毛により、歯周ポケット内の歯垢をかき出すものなどがあります。

「超音波式電動歯ブラシ」は、高い周波の超音波(約1.6メガヘルツ以上)で歯とブラシの付着を弱め、歯からプラークをはがします。

これらのうち、「音波式電動歯ブラシ」がプラークの除去にもっとも効果を期待できると言われています。

電動歯ブラシは、手磨きでは除去しづらい歯垢を取り除いてくれたり、ブラッシング時間を短縮できるなど、便利な一面があります。一方で、電動で磨いているからといって雑にブラッシングしてしまうと、電動歯ブラシ本来の効果を発揮できず、手磨きより磨けていない、なんてことにもなりかねません。さらに、使用法を誤ると歯や歯茎に悪影響を及ぼすこともあります。

そして、電動歯ブラシでも歯石は取れません。歯石とは、歯に付着した歯垢(プラーク)が石灰化し、固くなってしまったものです。歯科医院で専用の器具を用いて除去するしか方法はありません。しかし、歯石の発生の予防は電動歯ブラシで可能です。お口のなかの歯垢が歯石になる前に除去することで、歯石の形成を予防することができます。

また、それぞれのお口の状況に合わせて、フロスや歯間ブラシなどの補助的清掃用具の使用も必要です。

電動歯ブラシの正しい使用法がわからない方やこれから電動歯ブラシの購入を検討している方、補助的清掃用品も併用した正しいブラッシング方法を知りたい方は、かかりつけ歯科医院で歯科医師や歯科衛生士に相談してみましよう。

(岡谷下諏訪歯科医師会)

お知らせ

岡谷市行財政改革プログラム 取組状況

問合せ●行政管理課(内線1526)

1 岡谷市行財政改革プログラムの概要

「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、行財政改革に関する具体的な取組内容を示すため、本プログラムを策定し取り組んでいます。計画期間は令和元年度から令和5年度までの5年間になります。

2 令和2年度の取組状況について

本プログラムでは、持続可能な行財政運営を推進し、基金の取り崩しに頼らない歳入に見合った行財政運営を図るため、3つの数値目標を掲げ進捗を管理しています。また、改革に取り組むにあたり、実行性を確保するため44項目の実施計画を定めており、28項目について目標達成となったことから、63.6%の達成率となりました。 ※達成率:目標達成項目数/全実施項目数

【プログラムに掲げる数値目標の進捗状況】

項目	目標値	実績値	目標値との差	目標値に対する状況
公共施設の延床面積	290,700㎡以下の延床面積に縮減する	289,892.11㎡	-807.89㎡	関連計画の推進によって、目標値を807.89㎡超える縮減が図られたことから 目標達成
基金残高(財政調整基金および減債基金)	(令和5年度末目標)15億円以上の基金残高を確保する	17億300万円	2.03億円	基金の取崩しを最小限にとどめるなど、目標値を2億300万円上回る基金残高となったことから 目標達成
市債残高	218億5,000万円以下の市債残高に縮減する	225億6,000万円	7億1,000万円	大規模な施設整備などによって、目標値よりも市債残高が7億1,000万円を超えていることから 目標未達成

詳細は、市ホームページにて公表しています。



・こどもの予防接種は、全て医療機関で行う個別接種になりました。
センターで行う集団接種はありません。
事前に確認の上、予約をして接種を行ってください。

乳児健診等
所／保健センター 2階 乳幼児健診室
物／母子健康手帳・おたずね用紙（全てに共通）
～4か月、9～10か月児健診、1歳6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）
1歳児にここに教室：歯ブラシ・コップ・タオル
2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ください。

相談に関するお問い合わせは — 健康推進課（内線 1191）まで

4	5	6
1	12	13
8	19	20
5	26	27

1歳6か月児健診
(R2年4月生)
午後(個別通知します)

株 林鉄工設備
☎ 23-3197

株 イワナミ
☎ 22-2222

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

株 アイテック
☎ 23-8500

●各種相談日● 岡谷市役所 ☎ 23-4811

行政・法律	行政相談	10日(水)午前9時～正午 庁舎202会議室													
	無料法律相談 [予約制]	16日(火)午後1時～5時 問合せ：社会福祉課(内線1254) 相談員：藤森郁美 弁護士 ※12月分予約：11月17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]													
生活・子育て	高齢者のための司法書士による無料法律相談[予約制]	17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													
	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、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] 10日(水)・24日(水)午後1時～7時(1人50分) 会場：諏訪湖ハイツ1階 ☎ 24-2206													
	女性のための相談 [予約制]	16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)													
	まいさぼ女性相談Day 生活や暮らしの相談	毎月第1金曜日 午前8時30分～午後5時15分まで 問合せ：社会福祉課(内線1254)													
	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)													
	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	10日(水)午後1時～4時 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													
就労	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)	17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	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													
	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													
農業	特許・発明相談	16日(火)午後1時～4時 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)													
結婚相談	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													
		<table border="1"> <thead> <tr> <th>相談日</th> <th>時間</th> <th>場所</th> <th>連絡先</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>火曜日</td> <td>午前10時～午後4時</td> <td rowspan="3">諏訪湖ハイツ 312相談室</td> <td>市社協 ☎ 24-2121</td> </tr> <tr> <td>第1・3土曜日</td> <td>午前10時～午後4時</td> <td>諏訪湖ハイツ ☎ 24-2290(内線3112)</td> </tr> <tr> <td>第2・4木曜日</td> <td>午後6時～9時</td> <td>(080-5143-3202)</td> </tr> </tbody> </table>	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)	第2・4木曜日	午後6時～9時
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)												
第2・4木曜日	午後6時～9時		(080-5143-3202)												

妊娠5～7か月の「パパ・ママ教室」受講申込み受付中 [予約制]

※申し込み状況により、別日にご案内する場合がございます。

2回目 ▶ 11月12日(金) 午後7時～8時30分
内容：妊娠中の食事・産後の生活について 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)

今月の納税

◎国民健康保険税 第8期

納期限…11月30日(火)

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)

くらしのカレンダー

11月
November

-  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
-  乳幼児健診
-  子育て学習

発熱や呼吸器症状のある人は、受診・相談コールセンター（57-2930）または、当番医に電話相談してから受診をしてください。

- **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

乳幼児
保健セ
医療機

- ◆ **乳幼児
場 持 ち**
※ 3
※ 2
※ 3

◆ 予防接種・乳幼児健診・子育て相談・健康機

日	月	火	水	木
<p>諏訪地区小児夜間急病センター (年中無休)</p> <p>■ 診療時間 毎日 午後7時～9時</p> <p>■ 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)</p> <p>諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699</p>	1	2	3	4
<p>■ 診療時間 毎日 午後7時～9時</p> <p>■ 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)</p> <p>諏訪市四賀 2299-1 ☎ 54-4699</p>	<p> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	<p> 信和設備(株) ☎ 22-3302</p>	<p> 小口医院 (耳鼻咽喉科) ☎ 22-3068</p> <p> 藤岡歯科医院 ☎ 22-2138</p> <p> コスモファーマ岡谷薬局 ☎ 78-8023</p> <p> (株)総設工業 ☎ 28-8504</p>	<p> 2歳児にこここ教室 (R1年10月生) 午前(個別通知します)</p> <p> (有)三善工業 ☎ 23-3446</p>
<p> 林内科・循環器科クリニック ☎ 26-8100</p> <p> しんえい歯科クリニック ☎ 27-7500</p> <p> ウエルシア薬局長地北店 ☎ 26-0117</p> <p> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</p>	8	9	10	11
<p> 育児相談 (予約制) 午前9時30分～11時30分</p> <p> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	<p> (有)丸竹下島商店 ☎ 22-2406</p>	<p> 3歳児健診 (H30年10月生) 午後(個別通知します)</p> <p> 十和設備(株) ☎ 24-0182</p>	<p> 水道建設(株) ☎ 23-2662</p>	
<p> 諏訪共立病院 ☎ 28-2012</p> <p> 藤森医院歯科 ☎ 22-1829</p> <p> ひまわり薬局 ☎ 26-7226</p> <p> (有)ミヤサカ管工 ☎ 22-9615</p>	15	16	17	18
<p> (株)シンニチ設備 ☎ 22-1365</p>	<p> (株)浜パイピング ☎ 23-6885</p>	<p> 3～4か月児健診 (R3年7月生) 午後(個別通知します)</p> <p> (株)上條電設工業 ☎ 23-5330</p>	<p> 松澤工業(株)岡谷支店 ☎ 27-7642</p>	
<p> 林眼科医院 ☎ 28-6596</p> <p> ホワイト歯科医院 ☎ 28-2635</p> <p> 御子柴薬局 ☎ 27-7056</p> <p> (有)三善工業 ☎ 23-3446</p>	22	23	24	25
<p> 育児相談 (予約制) 午前9時30分～11時30分</p> <p> (株)林鉄工設備 ☎ 23-3197</p>	<p> 釜口医院 ☎ 22-2089</p> <p> 溝口歯科診療所 ☎ 27-3838</p> <p> マツモトキヨシ・岡谷天竜町店 ☎ 24-1801</p> <p> (株)イワナミ ☎ 22-2222</p>	<p> 9～10か月児健診 (R3年1月生) 午後(個別通知します)</p> <p> (株)オスガ設備 ☎ 27-6622</p>	<p> 岡谷酸素(株) ☎ 22-4931</p>	
<p> 諏訪共立病院 ☎ 28-2012</p> <p> 三井歯科医院 ☎ 23-8427</p> <p> ひまわり薬局 ☎ 26-7226</p> <p> 水道建設(株) ☎ 23-2662</p>	28	29	30	31
<p> (株)アイテック ☎ 23-8500</p>	<p> 杉村設備(株) ☎ 27-8632</p>	<p>健康相談・栄養相談・ 歯科相談 (月～金曜日)</p> <p>午前8時30分 ～午後5時15分</p> <p>問合わせ 健康推進課 23-6141 (直通)</p>		

お知らせ 社会保険料控除証明書が
発行されます

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となり、その年の1月1日から12月31日までに納付した保険料が対象となります。

社会保険料控除を受けるためには、納付したことを証明する書類の添付が義務付けられています。

このため、令和3年1月1日から9月30日までに国民年金保険料を納付した人へ、「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」を11月上旬までに日本年金機構より送付する予定です。送付書類は大切に保管し、年末調整や確定申告の際には必ずこの証明書（または領収証書）を添付してください。

また、10月1日から12月31日までの間に今年はじめて国民年金保険料を納めた人には、令和4年2月上旬に送付する予定です。

なお、家族の国民年金保険料を納付した場合も、本人の社会保険料控除に加えることができますので、家族あてに送られた控除証明書を添付のうえ申告してください。

国民年金制度は、税法上とても有利なだけでなく、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方となる制度です。保険料は納め忘れないようキチンと納めましょう！

問合せ●岡谷年金事務所 ☎23-3661

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（金）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 やまびこ公園の
今年の営業を終了

有料施設は11月7日（日）で営業を終了し、冬季は休園します。

※サマーボブスレーの営業は、11月3日（水・祝）までです。

※冬期閉園中も園内の散策などはできますが、ジャンボすべり台など遊具は使えません。

※閉園中に、園内で除草・伐採・除雪などの公園整備作業があります。作業車両の通行などがありますので、園内に入る際は十分にご注意ください。また、中央階段で工事が行われる予定のため、工事期間中は一部立ち入り制限となります。

※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

**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、変更または中止になることがあります。

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

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ため、毎年ポスターコンクールを行っており、今年度のすべての応募作品を展示します。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。

期間…11月11日（木）～18日（木）

場所…レイクウォーク岡谷
1階 レイクコート

問合せ●企画課（内線1524）

お知らせ 認可地縁団体の
認可要件が変わります

11月26日より認可地縁団体の認可要件が変わり、不動産などの保有の有無、予定がなくても、条件を満たすことで認可を受けられるようになります。詳しくはお問い合わせください。

問合せ●秘書広報課（内線1364）



世界おとどけ便

～国際交流センターだより～



ブラック・フライデーの紹介



みなさん、こんにちは。国際交流センターのキャロラインです。もうすぐクリスマスの季節になりますね。今年のクリスマスセールを楽しみにしている人も多いことでしょう。

ところで、「Black Friday」（ブラック・フライデー）というセールの聞いたことがありますか？なぜブラック（黒）という言葉が

使われているのか、なぜフライデー（金曜日）なのだろうと疑問に思う人もいるでしょう。これはアメリカのThanksgiving（感謝祭）と関係があります。感謝祭が11月末にあり、その後すぐクリスマスの季節に変わります。長い期間クリスマスショッピングをするために、感謝祭では小売店が1日限定のセールを実施します。感謝祭は11月の第4木曜日で、翌日の「金曜日」がセール日です。この金曜日を「ブラック・フライデー」と呼び、1年でもっとも売り上げが多いということで、「ブラック＝黒字」となります。小売店にとって、年末に「赤字」にならないためのラストチャンスです。

それではみなさん、I hope you find some nice Black Friday sales.

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21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。

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ています。ぜひご利用ください。

日時…11月21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

大人220円、小人110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

In Body 設置デー

自分のカラダを知ろう! 身体を構成している体成分(筋肉量、脂肪量、基礎代謝など)を一目で見ることが可能な高性能の体成分分析マシンを1日限定で設置します。

日時…11月19日(金) 午前9時～午後9時

場所…市民総合体育館

使用料…1回500円

以上問合せ●市民総合体育館

☎22-8800

お知らせ

発達を促す遊びを体験 第3回 あそびのひろば

親子で発達を促すあそびを体験しませんか? ひろばで交流したり、専門家へ相談することで、子育ての悩みや不安を軽くしましょう。参加は無料ですが、申し込みが必要です。

日時…11月17日(水) 午前9時30分～
11時30分(受付:午前9時～)

場所…湯小路いきいき元気館(諏訪市)

対象…3歳児までの親子

定員…15組(定員になり次第締切)

申込み…アンケート付き申込書に記入のうえ、下記センターにFAXにてお申し込みください(FAX 54-7723)。申込書は子ども課にあります。

問合せ●諏訪圏域障がい者総合支援センター オアシス ☎54-7713

お知らせ

個人事業者等決算説明会 は中止します

税務署主催の令和3年分の個人事業者等決算説明会は中止します。なお、国税庁では今後決算の仕方に関する動画配信を行うことを検討しています。

●年末調整説明会を取りやめます

今後、税務署主催の年末調整説明会はいりません。年末調整に関する各種情報は、国税庁ホームページ(「年末調整特集ページ」)を設けていますので、不明な点はそちらをご覧ください。関係書類の様式もダウンロードできます。

●国税庁ホームページ

<https://www.nta.go.jp/>

問合せ●諏訪税務署 ☎52-1390(代)
自動音声案内の「2」をお選びください。

お知らせ

まいさぼ女性相談Day を開設しました

まいさぼ岡谷市では、毎月第1金曜日に、まいさぼ女性相談Dayを開設します。相談には、女性の相談員が対応します。生活や暮らしのなかでの困りごとなど、安心してご相談ください。

日時…毎月第1金曜日

午前8時30分～午後5時15分

場所…市役所社会福祉課

問合せ●社会福祉課(内線1254)

環境

農作業などに伴う野焼きは 近隣に配慮しましょう



野焼きは原則として禁止されていますが、農作業によって出た稲わら、少量の落ち葉などは一部例外として認められています。ごみなどの焼却とは異なり、有害物質の排出や悪臭が抑えられるものですので、少量、短時間での焼却についてはご理解ください。

また、焼却する人は下記の点に注意し、近隣の迷惑にならないように配慮しながら安全に行ってください。

- ▶ 少量、短時間で済ませる
- ▶ 洗濯物を干している時間帯を避ける
- ▶ 風の向きや強さに注意する
- ▶ できる限り乾燥したものを焼却する

問合せ●環境課(内線1445・1446)



◎トレーニングパーソナルレッスン
(一般)

個人の要望に応じた運動メニューの提案と運動指導。

期日…平日(土・日・祝日は要相談)

時間…正午～午後9時のうち1時間

場所…市民総合体育館内トレーニングルーム

受講料…1回1,500円

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

◎パーソナルスイムレッスン
(小学生～一般)

個人の要望・レベルに合わせたレッスン。初心者から上級者まで対応。

期日…平日(土・日・祝日は要相談)

時間…午後1時～7時のうち1時間

場所…市民水泳プール

受講料…1回1,800円

問合せ●市民水泳プール ☎23-6820

以上申込み…窓口または電話で受付。

トレーニングは体育館まで、スイムはプールまでご連絡ください。(料金は保険料・施設使用料込)

◎小・中学生アイスホッケー教室



期日…12月5日(日)、19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

保険料(任意) …820円

申込み…市民総合体育館窓口で受付
(電話申込み不可)。11月29日(月)
締切。定員になり次第締め切ります。

※用具のない人は貸出も行います。

問合せ●スポーツ振興課 ☎22-8804

★各種スポーツ教室★
(シンコースポーツ(株)主催)

◎はつらつ健康体操教室(一般)

日時…毎回水曜日 午後2時～3時

場所…市民総合体育館

定員…10名

受講料…1回500円

申込み…当日窓口にて受付。

問合せ●市民総合体育館 ☎22-8800

◎らくらく水中運動教室(一般)

日時…毎回火曜日 午後2時～3時

場所…市民水泳プール

定員…15名

受講料…1回600円

申込み…当日窓口にて受付。

問合せ●市民水泳プール ☎23-6820

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14日(日)

午前10時30分～午後3時30分

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23日(火・祝) 午前8時～

●当日滑走無料

貸し靴は有料：1足530円

問合せ●やまびこ国際スケートセンター
☎24-5210

★★★各種スポーツ教室★★★

◎ソフトバレーボール教室

期間…11月30日～1月25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(木) 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●市民総合体育館内
(公財)岡谷市スポーツ協会 ☎22-8850
(平日 午前9時～午後5時)

今月の子育てキーワード

(小学校低学年期)

「わが家のしつけは
お手伝いから」

日々、子どもが家の中の仕事に関わることにより、様々な体験を通して得られた達成感や感謝の気持ち、知恵や工夫が、将来自立できる人間を育てます。

～成長樹(期)子育て実践ポイント
より～



シルキーチャンネル 11月の番組表

LCVデジタル11CH

ユーチューブライブ

TVでの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。

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時間プログラムを繰り返し放送しています。

※番組は変更になることがあります。

放送
番組

- わが家のアイドル
- 市役所のおしごと
- 岡谷市民病院 健康教室
- 岡谷インフォメーション ほか

【市民投稿番組募集中!】シルキーチャンネルでは市民のみなさんから寄せられた動画を放送しています。詳しくは秘書広報課にお問い合わせください。

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症拡大防止のため、延期・中止することがあります。講座などに参加する際は、マスクの着用など感染対策へのご協力をお願いします。

令和3年度 岡谷市文化祭のお知らせ

今年度の岡谷市文化祭は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、下記のとおりとします。

- ◆第39回 市民伝統音楽芸能祭
日時…11月6日(土) 午後1時～
場所…カノラホール
内容…ダンス、日本舞踊、ハワイアン音楽、箏合奏、二胡演奏の発表
- ◆第48回 市民朗吟祭
日時…11月20日(土) 午後3時～
場所…カノラホール
内容…岡谷岳風会、天龍吟詠会による朗吟
- ◆第55回 岡谷展
日時…11月11日(木)～14日(日)
午前10時～午後6時 ※最終日は午後4時まで
場所…カルチャーセンター
内容…岡谷市美術会による日本画、洋画、書、彫刻、工芸の展示

【動画配信のみを予定】

- ◆第15回 岡谷演劇祭
(配信日時・内容については、岡谷市ホームページ、市民新聞などでお知らせいたします。)

【中止部門】

- ◆第77回 市民音楽祭
- ◆第49回 市民舞踊祭



過去の文化祭のひとつ

岡谷市 生涯学習大学 スポーツ現場からみた 最新スポーツ栄養学

効率的な食事とは? 筋肉をつけるには? 日本代表やプロスポーツチームの栄養サポートなど、スポーツ現場の経験をもとに最新の栄養学を解説します。健康のために運動している人からアスリートまで、また食事をサポートしている人、興味のある人は、ぜひご参加ください。



日時…12月12日(日) 午後1時30分～3時30分

場所…カルチャーセンター 多目的ホール

対象…どなたでも

定員…40名(先着順・定員になり次第締切)

講師…松本大学 人間健康学部 健康栄養学科 専任講師
管理栄養士/公認スポーツ栄養士 長谷川尋之さん

受講料…無料(ただし要申し込み)

申込み…11月15日(月) 午前10時から、カルチャーセンター窓口、電話、電子申請(QRコードから)により受付。12月10日(金) 午後5時締切。



カルチャーセンター 季節の教養講座

～誰かに話したくなる～ 教えて! 星空講座

生活のなかに溶け込んでいる天文や、美しい星空から宇宙へと興味を深めてみませんか。空を見上げることで、気分が穏やかになり、リラックス効果も期待できます!



日時…12月2日、9日、16日(全3回)

毎回木曜日 午後6時30分～8時

場所…カルチャーセンター 第7研修室(2・16日)

岡谷田中小学校 校庭(9日)

※雨天・曇天の場合、カルチャーセンター第7研修室

定員…15名(先着順)

※お子さんを連れての受講はできません。

講師…八ヶ岳総合博物館 前館長 若宮崇令さん

持ち物…筆記用具

受講料…受講料600円(3回分・初回集金)

申込み…11月4日(木) 午前10時からカルチャーセンター窓口にて受付。5日(金)から電話、電子申請(QRコードから)でも受け付けます。11月14日(日)までは市内在住・在勤の人のみ。11月24日(水) 午後8時締切。



問合せ●カルチャーセンター(生涯学習課) ☎24-8404

主な内容

CONTENTS

岡谷市社会福祉協議会会費収納にご協力
ありがとうございました……………22

岡谷市高齢者クラブ連合会奉仕活動の紹介
岡谷市高齢者クラブ入会のお誘い……………23

信州ふところフェスティバル
一時的な生活資金の緊急貸付に関するご案内……………24

スローガン
みんなで築く
みんなの福祉
みんなの未来

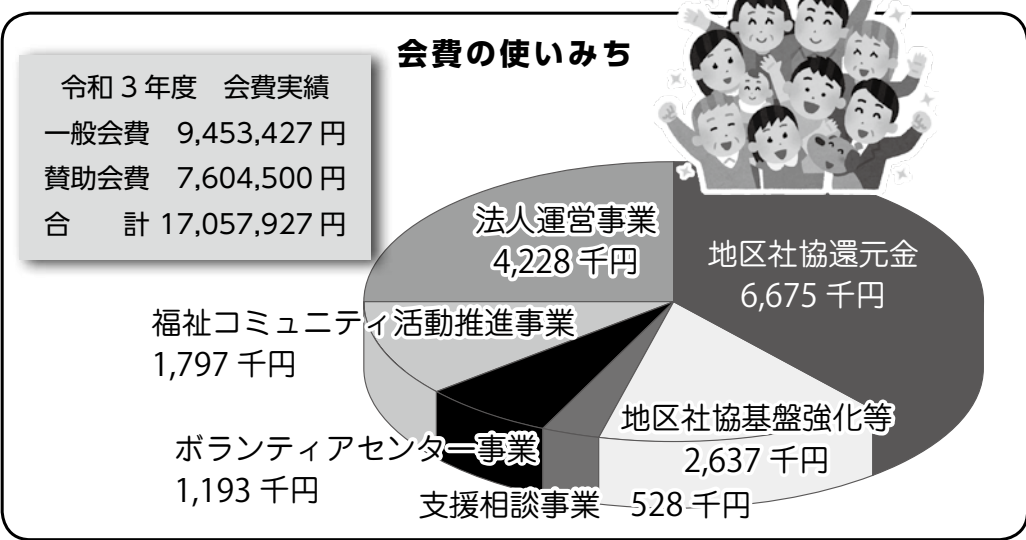
●発行・編集●
岡谷市社会福祉協議会
〒394-0081
岡谷市長地権現町4-11-50
☎ 24-2121
☎ 24-3555
*
ホームページアドレス
www.okaya-shakyo.or.jp
*
メールアドレス
info@okaya-shakyo.or.jp

令和3年度

岡谷市社会福祉協議会会費収納にご協力ありがとうございました!!

市民のみなさまのご理解とご協力をいただき、本年度納入いただいた会費は、17,057,927円の実績を上げることができました。

会費は、岡谷市社会福祉協議会が推進する地域福祉事業の唯一の独自財源であり、地区社協（地区社会福祉協議会）など小地域の福祉活動を支える大切な財源となっています。ご賛同いただいたみなさまに厚くお礼を申しあげるとともに、ご報告いたします。



岡谷市社会福祉協議会が行う事業へ充当しています。(7,746 千円)

- ・岡谷市社会福祉大会
- ・ボランティアセンター運営事業
- ・心配ごと相談事業
- ・金銭管理財産保全サービス事業
- ・結婚相談事業
- ・まゆっこサポート事業
- ・車いす移送車貸出サービス事業 など



車いす移送車貸出



ボランティア団体・個人が利用できる印刷機

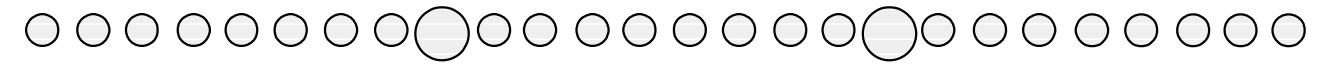
地区社協等へ直接還元され、様々な活動に使用されます。(9,312 千円)

【地区社協とは?】 岡谷市には全 21 地区に地区社協（地区社会福祉協議会）があり、共につながり支え合う地域を目指して、地域の特色に応じた活動をしています。

【活動の一部を紹介します。】

- ・昼食会・配食サービス
昼食会・配食サービスを通じて、地域の高齢者等への声掛けや見守り活動を行います。
- ・世代間交流事業
保育園児との交流を行っています。
- ・ふれあいいきいきサロン
地域住民が集って仲間・生きがい・居場所づくりを行っています。
- ・敬老会事業
- ・他にも様々な事業を行っています。

詳細は岡谷市社会福祉協議会ホームページ「21 地区社協」のページを御覧ください。



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。

西堀 桜寿会

西堀区公会所の花壇づくり

公会所入り口の、プランターに花を植えました。11月頃まで町内ごとに当番を決めて、水やりなど手入れをしています。



公会所へ訪れる皆さんから好評を得ています。

花岡 えんじゅ会

神社境内及び忠誠碑周辺の草刈り、清掃

冬の期間を除く毎月、午前8時から1時間、地域にある5箇所の神社と忠誠碑を整備しています。



怪我に気をつけて、お菓子や飴玉、水分を取りながら無理なく楽しくやっています。

今井 えんれい会

公園の草取り、街路樹の剪定

礎成公園と国道20号バイパス公園の草取りと、木の剪定を行いました。



毎年春と秋の2回実施しています。

小井川区 長寿会

花の植え付け

公園に、会員と近所の方と一緒にジャーマンアイリスを植えました。



来年花がきれいに咲くことを楽しみにしています。

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。

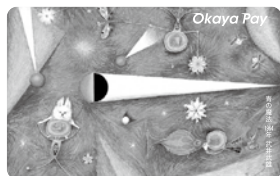
岡谷市高齢者クラブ入会のお誘い

高齢者クラブに入会すると・・・

- ① 地域に新しい仲間ができます
- ② 体力の維持・健康の増進になります
- ③ 知識や経験を活かし、新しい能力を発揮できます
- ④ 社会活動への参画と奉仕活動等の地域貢献ができます



今年度高齢者クラブに入会すると新規加入者には、**オカヤペイ500ポイント引換券**をお渡ししています。



【加入については】

ご自分のお住まいのクラブ役員さんにおたずね頂くか岡谷市社協（クラブ事務局）までご連絡下さい。
TEL 24-2121（諏訪湖ハイツイン）

あなたの入会をみんなで待っています！

こんな行事にも参加できます。（市連合会行事）
・カラオケ大会・体育大会
・マレットゴルフ大会（県・市）
・芸能祭・ボウリング大会・作品展など
日頃の活動や練習の成果を発表したり、大会などで腕だめしすることもできますし、なによりこうした組織活動が健康長寿にプラスの影響を与えることが明らかになっています。



2021 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13日(土) 10:30 ~ 15:00

<メインチャンネル>

地域共生スペシャルトーク

(阿部知事と各福祉分野の次世代リーダーが福祉の未来について語り合います)

・介護の日スペシャルトーク など

<サブチャンネル>

・かえる放送局

(ひきこもり当事者、障がい当事者、発表や主張歌でつなぐリレー)

・長野復興ちゃんねる

(令和元年東日本台風災害から2年、被災地は今、地域課題に向き合う住民活動の推進を紹介します。)

<ホームページ>

・福祉のお仕事！インスタ PR 大賞

・ふっころアンテナ・ショップ

(障害者就労支援事業所の、素材に拘り時間を惜しまない手作業で作られた製品をご覧ください。)

信州ふっころフェスティバルは、信州の自然と風土の中で、「ごちゃまぜ」の力を原動力に、様々な個性や多様性が地域で輝く共生とふくしの未来を、みんなで感じる集いとして開催します。

視聴は下記ホームページをご確認ください。

<https://fukkorofes.jp/>



「ふっころ」は、『福祉の心』をイメージした長野県社会福祉協議会の公式キャラクターです。



11月末までの受付です。お早めにご相談ください。

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 一時的な生活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、貸付の対象世帯を低所得世帯以外に拡大し、休業等により生活資金でお悩みの方々に向けた、償還免除の特例を設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について

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 ■ 償還期間 ■ 貸付利子・保証人
1年以内 2年以内 無利子・不要

主に失業された方等向け(総合支援資金)

生活再建までの間に必要な生活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、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

※ 従来の低所得世帯に限定した取扱を拡大。
※ 新型コロナウイルスの影響で収入の減少があれば、失業状態になくても、対象となります。

■ 貸付上限額

・(二人以上) 月20万円以内
・(単身) 月15万円以内

貸付期間：原則3月以内

■ 据置期間 ■ 償還期間 ■ 貸付利子・保証人
1年以内 10年以内 無利子・不要

お問合せ先 岡谷市社会福祉協議会 TEL 24-2121

貸付相談受付は原則予約が必要となりますので、事前に岡谷市社会福祉協議会へお問い合わせください。

予約可能時間：(月曜日から金曜日まで 10:00 から 15:00)

0123 こどものくに



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マスク着用で入館できます。
利用者登録…200円(年度更新)

開館時間…午前9時30分～午後5時30分
11月の休館日…9日(火)
(毎月第2火曜日)

親子ベビーフラダンス講座(11月1日(月)より申込み開始)

日時…12月1日(水) 午前10時～11時15分

対象…親子 **場所**…3F ダンス室

講師…沓掛加奈子さん

持ち物…靴下、飲み物

予約不要の
イベント

11月12日(金)	歯っぴー相談(歯科衛生士)	午前10時30分～午前中
17日(水)	食べるのだいすき	午前11時～
19日(金)	おおきなおはなしたまご	午前11時～
22日(月)	ぺったんこの日 (11月生まれ対象)	午前10時30分～午後4時
25日(木)	もぐもぐ相談(栄養士)	開館中いつでも

楽しい行事を毎月実施!

つくっちゃおう(11月12日(金)より申込み開始)

クリスマスリースを作ります。

(11月のつくっちゃおうに未参加の人対象)

日時…12月9日(木)

①午前10時30分～ ②午後2時30分～

ベビーマッサージとワンポイントアドバイス

(11月2日(火)より申込み開始)

日時…12月2日(木) 午前10時30分～

講師…こどものくに看護師

子育て相談(要予約) **日時**…12月8日(水) 午前中

問合せ●こどものくに ☎24-8403

公共施設のFREE Wi-Fi 広がってます!

問合せ●秘書広報課
(内線1362)

秘書広報課
名取はつ音



今年度、以下の施設にWi-Fi環境を整備しました。

無料でWi-Fiを利用できますので、ぜひご利用ください。

- 市民総合体育館(スワンドーム) ●市役所：1階ロビー
- 諏訪湖ハイツ：201・202・204会議室、コンベンションホール、大会議室
- 湊・川岸・長地の各公民館 ●カルチャーセンター：各研修室

【すでにWi-Fiが使える施設】

- 岡谷図書館 ●岡谷蚕糸博物館
- イルプラザ：3階(憩いの広場) ●こどものくに
- 諏訪湖ハイツ：1階ロビー ●テクノプラザおかや

使い方

お手持ちのスマートフォンなどのWi-Fi設定画面を開き、対象のネットワークを選択してPASSを入力してください。PASSは各施設に掲示されています。

このステッカーが
目印です▼



CANORA HALL
カノラホールー岡谷市文化会館

ベリーグッドマン

“必ず何かの天才”
TOUR 2021-2022

11月21日(日)

午後6時開演(午後5時開場)



3人組のヴォーカルユニット「ベリーグッドマン」。全日本学童軟式野球大会の公式テーマ曲も手がけ、プロ野球選手の登場曲としても使用されるベリーグッドマンの楽曲は、「パワーソング」とも呼ばれています。幅広い世代から支持を得ている彼らのパワフルな歌声をご体感あれ!

会場 大ホール

チケット 全席指定 6,800円 **販売中**
ソサエティ会員 6,300円
*3歳からチケット必要

後援: abn 長野朝日放送
企画・制作: ARIGATO MUSIC
ローソンエンタテインメント

※本公演は、政府や各自自治体によるガイドラインに従いながら、新型コロナウイルス感染症予防対策を徹底して実施します。
※取容率は会場定員の50%にて実施します。

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16日(火) 午前11時～

★おはなしの森(園児～小学生向け)★
日時…11月6日・13日・20日・27日の
土曜日 午前11時～(20分程度)

★日曜日のちいさなおはなしの森
(乳幼児向け)
日時…11月28日(日) 午前11時～

★ぬいぐるみのおとまり会★
ぬいぐるみが図書館の仕事をしたり、館内を探検しますよ! そのようすを撮影し、カードにしてプレゼントします。
期日…おとまり受付 11月20日(土)
お迎え 11月21日(日)
対象…あなたのぬいぐるみ(1人1つ)
参加条件…20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(多数の場合は抽選)
申込み期間…10月30日(土)～11月7日(日)

会場はいずれも2階会議室です。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、中止となる場合があります。

今月のテーマブックス ゆめの世界へ

11月21日(毎月第3日曜日)は
「うち読でエコ読の日」

11月の休館日

1日、4日、8日、15日、22日、24日、26日、29日

問合せ ☎22-2031

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。
本券を切り取ってフロントにお持ちください。
有効期限:令和3年11月1日～11月29日

キリトリ線

美肌の湯 ロマネット

●お得な日替わりサービスデー
入浴と食事付きプランの《湯ったりデー》をはじめ、《モーニングスパ》、《シニアデー》、《ファミリーデー》、《風呂の日》など曜日別で開催中!

●23日(火・祝)は営業します
11月23日(火)は祝日のため、朝風呂は休館、午後1時より特別営業します。

※上記クーポン券は、他クーポン券・割引券との併用はできません。朝風呂時は対象外。スタンプサービス対象外。ご利用は1回のみ。

11月の休館日

2日、9日、10日、16日、30日

問合せ ☎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(月)～15日(月)
●鮎澤 毅 世界遺産白川郷の一年写真展
期間…11月16日(火)～30日(火)

☆コンサート・パフォーマンス出演者募集中!

●9日はメンテナンス休業します
11月9日(火)はポンプ入替のため温泉施設は休業、10日(水)に振替営業します。
●災害支援チャリティ 大浴場半額デー
11月23日(火・祝)は、大浴場入浴料を通常の半額とし、当日の入浴料全額を災害支援金として寄付します。

11月の休館日

17日 ※温泉施設は毎週水曜日

問合せ ☎24-2290

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

企画展 12月28日(火)まで

秋山あゆ子展 -絵に宿る虫しぐれ-

『くものすおやぶん』、『みつばちひめ』シリーズの絵本や『虫けら様』など、虫の漫画を描き続けてきた秋山あゆ子さんの展覧会です。少し奇妙ながらも愛嬌がある虫たちの世界をご紹介します。



くものすおやぶん とりものちよう 表紙 2003年
©秋山あゆ子

同時開催

武井武雄 収蔵作品展 テーマ:虫

武井武雄の作品のなかから「虫」を描いた作品を展示します。楽器を演奏したり、お話をしたり、まるで人間のように暮らす虫たちの世界をお楽しみください。

イベント

★秋山あゆ子展 関連イベント

「むし絵本のいろいろ」

日時…11月7日(日) 午後1時30分～

講師…当館学芸員(無料・申込み不要)

★ぬすつと かくればねをつくってみよう

日時…11月14日(日) 午後1時30分～

参加費…200円 **要申込み**

※そのほかのイベントは、ホームページをご覧ください。

開館時間

午前9時～午後6時(最終入館:5時30分)

11月の休館日

4日、10日、17日、24日

問合せ ☎24-3319



市立 **岡谷美術考古館**

特別企画展 11月14日(日)まで

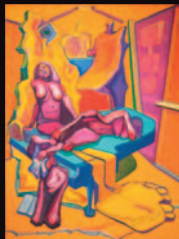
てるひさ
翠川昭久と11人の彫刻家

収蔵作品展

高橋靖夫 回顧展

11月18日(木)～令和4年1月10日(月・祝)

本年4月29日に、岡谷市出身の画家 高橋靖夫氏(1938-2021)が逝去されました。画家 高橋貞一郎の五男で、国画会展において多くの賞を受賞。近年は、濃密かつ澄明な色彩で人間・動物・花々を描く「地にあるものたち」シリーズを制作。後進の指導など、美術文化の発展にも寄与しました。本展では当館収蔵作品を紹介しながら高橋氏を偲びます。



高橋靖夫「ピアノ遊び」1969年

ワークショップ

クリスマスオーナメントをつくろう

松ぼっくりのミニツリーを丸いカプセルに入れてオーナメントを作ります。

日時…11月20日(土)

午前10時30分～正午

参加費…300円

定員…8名(要申込み)



11月3日(水・祝)は開館記念日のため無料

開館時間

授乳・おむつ替え室あり

午前10時～午後6時

11月の休館日

4日、10日、15日～17日、24日

問合せ ☎22-5854



岡谷

企画展示

岡工110周年記念展

「製糸業と諏訪蚕糸野球」

(長野県地域発元気づくり支援金活用事業)

11月14日(日)まで

岡谷工業高等学校は、明治45年に平野農蚕学校として誕生



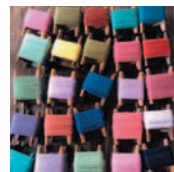
し、製糸業の発展を支える人材を育成、地域に貢献してきました。その歩みと、製糸業の発展を背景に大活躍した諏訪蚕糸学校野球部の資料を展示しています。

信州の作家展Part3

「小岩井絨工房 伝統を繋ぐ・紡ぐ・織る」

11月18日(木)～令和4年2月13日(日)

長野県内には、シルク作品を制作している染織作家が各地域で活躍しています。シルク岡谷からその魅力を発信する企画展、第3弾! 創業以来変わらぬ手織りで上田紬を織り続ける、小岩井絨工房三代目カリナさん・良馬さん姉弟の紬の魅力と色彩の世界を、ぜひご堪能ください。



※新型コロナウイルス感染状況により、企画展の展示・イベント内容に変更の可能性があります。今後の対応はホームページやSNSをご覧ください。

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、10日、15日～17日、24日

問合せ ☎23-3489 (サンシハク)



徳州・岡谷 太鼓まつり

ポスターコンテスト作品募集

昨年から2年連続で開催がかなわなかった岡谷太鼓まつりですが、来年の第53回市民祭岡谷太鼓まつりをPRするための、ポスター・チラシのデザインを募集しています。

最優秀賞はポスター、優秀賞はチラシのメインビジュアルとしてデザインを採用されるほか、賞品なども用意していますので、ぜひ応募してください！

対象…高校生(15歳)以上でプロ、アマ問いません。グループでの応募も可能です。

提出先…岡谷商工会議所(岡谷太鼓まつり実行委員会宛て)へ持参または郵送

応募締め切り…11月30日(火)

※詳細はQRコードから特設サイトをご覧ください。



問合せ●商業観光課(内線1454)

出早公園もみじ祭り

10月25日(月)～11月7日(日)

出早小萩神社の社叢^{しゃそう}は、植物の種類も多く、市の天然記念物に指定されています。カエデを中心とした園内240種(木本類50種、草本類190種)の草木が、赤、黄、だいたいなど、さまざまな色で秋の訪れを感じさせてくれます。



問合せ●商業観光課(内線1455)

トピックス

まちのできごとやわだいをおとどけ



9/19 台風一過の青空のもと 公立6保育園で運動会を開催

市 内公立6保育園の運動会がこの日、一斉に行われました。各園とも、観覧者の制限や開催時間の短縮など、新型コロナウイルスの感染予防に配慮しながらの開催となり、保護者らは声援の代わりに拍手などでエールを送りました。昨年新園舎が完成した西堀保育園では、年長児が「GOTTA☆みなこい!!」を披露するなど、全10種目で元気よく練習の成果を披露しました。



9/29 市内最大容量の防災倉庫が イルプラザ平面駐車場横に完成

中 央町1丁目の県道岡谷茅野線沿いに防災倉庫が完成し、竣工式が行われました。新倉庫は軽量鉄骨造平屋建て延床面積190㎡。土のう袋やブルーシートのほか、避難所用の簡易テントやベッド、新型コロナウイルス感染対策用のマスク、防護服などを保管。市内中心部で緊急輸送道路に面しているため、物資のスムーズな輸送が期待されます。



10/1 JR岡谷駅構内に 岡谷市初の観光案内所がオープン

豊 富な観光資源の情報発信と、関係・交流人口の拡大に向けて、市と観光協会が開設。観光案内のほか、e-バイクやポケットWi-Fiの貸し出し（テレワークなど利用者に限る）、シルキーバスの乗車券や土産物の販売など、サイクルツーリズム、ワーケーション事業の拠点としての機能も兼ね備えています。営業時間：午前9時～午後5時、水曜定休（祝日・7月下旬～8月末は営業）



10/9 滑らかで濃厚な甘さが特徴の シルクスイートの収穫体験

シ ルク岡谷にちなんだ、新しい名産品として普及を進めているサツマイモ「シルクスイート」。岡谷市農業技術者連絡協議会主催の収穫体験が、市民22組約70名が参加して、諏訪湖畔の畑で行われました。参加者がスコップを手に土を掘ると、大きなシルクスイートが次々と出てきて、みんな大喜びのようでした。収穫した1割は参加者が持ち帰り、残りは普及啓発活動に活用されます。

「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



こね

10月のハガキから

※は広報広聴担当より

うつやフレイルにならないよう気をつけながら過ごしていきましょう。一人つてさみしいです。どちらかが残されるつて当たり前です。みなさんも伴侶の方と仲良くね。

※フレイル：加齢や疾患によって身体的・精神的な機能が徐々に衰え、心身のストレスに弱くなった状態のこと。

C・Mさん(加茂町)

▼常に身近にいるときは、パートナーの大切さを感じることはなかなかできませんが、うれしいことも悲しいことも一緒に乗り越え、ともに生活してきた相手をだいに思うことつて大切なことですね。いつまでも元気で長生きしてください。

岡谷：寒くてなんでも凍ってしまう冬はちよつと苦手ですが好きです。知らないところなどたくさんあります。調べていこうと思つています。

K・Hさん(長地梨久保)

▼今の時期であれば、秋の出早公園はいかがですか？ オオモミジやイロハモミジが神社を取り囲むように植えられており、色鮮やかな紅葉が秋の訪れを感じさせてくれます。ほかにも、数本の十月桜もあり、例年10月から強い霜が降りるまで楽しめます。今年の「出早公園もみじ祭り」は、10月25日から11月7日まで開催されます。ぜひ、お出かけいただき、秋を感じてみてはいかがでしょう。

あつという間に秋。野山の木々も色づいてとてもよい季節です。食べ物もおいしい季節になり、何を食べてもおいしく感じる日々です。コロナに負けないでみんなでがんばろう！

K・Yさん(天竜町)

▼秋になると、不思議と「いもくりなんきん」という言葉が思い浮かびます。そのなかの芋(サツマイモ)で特に注目は、「シルクスイート」！ 絹のような滑らかな食感で上品な甘さが特徴のサツマイモです。焼き芋はもちろん、スイートポテトなど、さまざまに食べ方で楽しめます。

「#岡谷市」「#okaya」「#お買い物するなら岡谷」をつけて岡谷を盛りあげよう！
 このコーナーでは、市内のいろいろな“映える”写真を紹介していきます。
 みなさんもInstagramで身近なおかやを発信してみませんか？

撮り歩きおかや Report 14



Okaya

Toriaruki_Okaya!

「カフェ ヒルパレー」の1番人気! パンケーキスタンダード♡おしゃやかな空間で、ゆったりとしたひとときを!
 #カフェ ヒルパレー #カフェ #お買い物するなら岡谷 #okaya

Okaya

Toriaruki_Okaya!

秋めく森。足元には山栗やドングリなどがいっぱい。地面を見ながら秋の宝探し。
 #御野立公園 #山栗 #秋みつけた #栗イガ #岡谷市 #岡谷市観光協会

📍 岡谷の魅力を発信

商業観光課
Instagram
[enjoy_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)

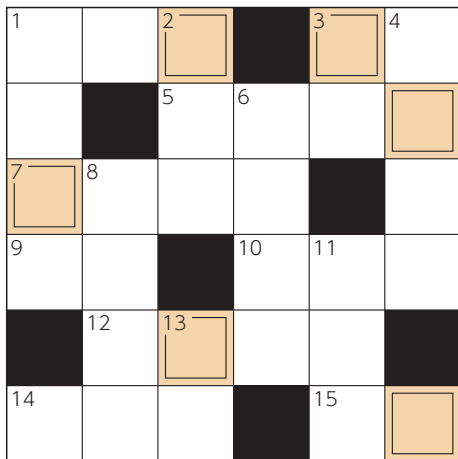
脳トレにいかがですか？

広報クイズ No.431

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する言葉ができます。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。



◆ヨコのカギ

- 1 楽市○○○
- 3 アマ⇒
- 5 区民センターは保育園と神社の間
- 7 パパアニューギニアの都市。さらば
- 9 ○○無策
- 10 長野県出身の島田秀平さん得意の古い
- 12 特許
- 14 方言ではないのですが、このあたりの人はよく使います。ずるい、せこい、狡猾
- 15 温泉成分が凝縮した○○花

◆タテのカギ

- 1 西堀区で行われている子どもたちのふれあいの場。○○○○広場
- 2 樹氷で有名
- 3 フランス語で小さいという意味
- 4 天王森の横、本町・中央町の交差点は○○○○の辻とも
- 6 小麦粉に含まれる成分。アレルギーのある人のために○○○○フリー食材も
- 8 国道20号のこれ、下諏訪でも工事が始まりました
- 11 温泉街などによくある共同浴場。ロマネットもこれのひとつでしょうか
- 13 ○○のいい言葉、そういう○○で、ほうほうの○○

●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、一言(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10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
「スワンドーム」

正解数47通(応募総数48通)のなかから抽選で、H・Tさん(赤羽)、H・Hさん(加茂町)、E・Mさん(大栄町)、T・Nさん(長地柴宮)、S・Kさん(長地梨久保)に、ロマネット入浴券をお送りします。



「ねこのおいしゃ」1957年 武井武雄

市民の皆様には、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行を避けるため、両方の接種を受けていただきたいと思えます。

接種を希望される場合にも、市のワクチン接種対策室までお問い合わせください。

今井 竜五



【市長随想⑧】
「インフルエンザ予防接種」

晩秋を迎え、今年もインフルエンザの流行が心配される季節となりました。

1年前の同じ時期は、新型コロナウイルス感染症との同時流行が心配されましたが、幸いなことに、全国的にインフルエンザウイルスの検出事例はほとんどなかったそうです。

この要因として、日本感染症学会では、手指消毒やマスクの着用、三密の回避、国際的な人の移動の制限などの新型コロナウイルス感染防止対策が、インフルエンザの感染予防についても効果的であったと考えられるとされています。

では、今年の流行はどうなるのでしょうか。海外では今年に入ってからインフルエンザが流行した国もあり、これらの国や地域でウイルスが保存され、国境を越えた人の移動の再開により、世界中へウイルスが拡散される懸念があります。

昨年の冬から今年の春にかけて、日本でインフルエンザに罹(ひ)かした人は少数であったため、社会全体の集団免疫が形成されていないと考えられ、海外からウイルスが持ち込まれれば、大きな流行を起こす可能性も心配されるそうです。

インフルエンザ予防接種は、新型コロナウイルスワクチンの2回目の接種を受けてから2週間が経過していれば接種することができます。また、65歳以上の高齢者、60歳以上で心臓などに障(さ)がいのある方は、自己負担1200円(市民税非課税世帯に属する人は無料)で接種が受けられます。

なお、12歳以上で新型コロナウイルスワクチン未接種の方は、個別接種を実施している市内医療機関のほか、県が設置する会場でも接種が可能です。接種を希望される場合にも、市のワクチン接種対策室までお問い合わせください。



岡谷市 ×



PayPay

付与総額6,000万円相当

広報おやか 11
2021 No.1467

岡谷まるごとショッピングモール化!

当店でPayPay残高でお支払いすると*

第2弾

最大 10% 戻ってくる

付与上限

1,000円相当 / 回、5,000円相当 / 期間

簡単1分!

PayPayアプリのダウンロードはこちら



第2弾 キャンペーン期間:2021年 11月1日 ▶ 12月15日まで

ただし、期間中であっても還元総額の上限に達した場合は、早期にキャンペーンを終了します。

*ヤフーカード以外のクレジットカードは対象外 ※付与されるPayPayボーナスはPayPay / PayPayカード公式ストアでの利用可能。出金・譲渡不可 ※複数のキャンペーンが適用される場合、付与額が高いものが適用され、重複適用されない場合があります。重複適用された場合でも、付与率は最大66.5%となります。詳細はPayPay ホームページをご確認ください。

PayPayの導入を希望する事業者は、岡谷商工会議所までお問い合わせください。 ☎23-2345

キャンペーンに関する問合せ ● 岡谷商工会議所 ☎23-2345 / 岡谷市商業観光課 (内線1453)

Okaya Pay Okaya Payを活用した消費喚起事業を実施予定!

ポイントを利用してお買い物をした方を対象とした、抽選イベントを実施予定です。

実施時期: 12月1日(水) から1か月程度 ※キャンペーンの詳細が決まり次第、ホームページや新聞広告などでお知らせします。

問合せ ● 岡谷商工会議所

☎23-2345

人口の動き(令和3年9月1日現在)

人口	47,059人	前月比	-42	前年同月比	-723
世帯数	19,288世帯	前月比	-2	前年同月比	-141

令和3年11月号(毎月25日発行)
発行日: 令和3年10月25日

発行: 岡谷市(企画政策部秘書広報課) TEL 0266-23-4811 FAX 0266-23-5022
〒394-8510 長野県岡谷市幸町8番1号 メールアドレス(秘書広報課) john@city.okaya.lg.jp
印刷: 株式会社中央企画

広報おやか 11 No.1467