

飛びたとう！リュックにたくさん詰め込んで！ 人形劇「エルマーの冒険」

問合せ 茅野市ファミリー演劇鑑賞実行委員会事務局（生涯学習課内）
☎72-2101（内線 632）



とき **7月12日** (日)

午後1時開場／午後1時30分開演

ところ 茅野市民館 マルチホール

新型コロナウイルスによる影響について予測ができないため、
申込等の詳細は次号（6月号）でお知らせします。

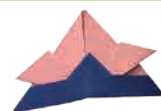
主催 茅野市ファミリー演劇鑑賞実行委員会



information



博物館こどもまつり



申込・問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

ゴールデンウィークは親子で楽しめる日替わりイベントがたくさん！各イベントの内容等はお問い合わせください。

作って遊ぼう！ワクワク科学工作【要申込】

とき 5月2日(土) 午前10時～11時30分

定員 16名

参加費 無料

参加資格 小学生以上

申込期間 4月21日(火)から受付

ボン菓子と囲炉裏端おはなし会

とき 5月3日(日・祝) 午前11時～正午

講師 読りーむinちの

参加費 通常入館料

親子で巣箱作り【要申込】

とき 5月4日(月・祝) 午前9時30分～正午

定員 親子10組

参加費 300円(材料費)

持ち物 軍手、作業しやすい服装

申込期間 4月21日(火)から受付



カブトと鯉のぼりを折ろう

とき 5月5日(火・祝) 開館時間中

参加費 通常入館料(申込不要)

わたあめを作ろう

とき 5月6日(水・休) 開館時間中

参加費 通常入館料(申込不要)

プラネタリウム特別投影「宇宙飛行士になろう！」

とき 5月2日(土)～6日(水・休)

各日 午前11時30分～午後0時5分

定員 各回20名

参加費 通常入館料

※整理券(当日分)は開館時からお一人につき1枚
お渡します。なくなり次第、配布終了。

イベント

第19回 小泉山体験の森 山開き

問 生涯学習課 生涯学習係 ☎72-2101 (内線635)



小泉山体験の森創造委員会と茅野市教育委員会がパートナーシップで整備した「小泉山体験の森」で、山開きを開催します。オカリナ演奏や小中学校の児童・生徒による歌や演奏、大学生の楽しいイベントなどを企画しています。

とき **5月30日(土)** 午前10時～ ※雨天中止
ところ 小泉山山頂
※雨天の場合や、新型コロナウイルス感染症の拡大状況により中止の場合は、登り口に案内看板を設置します。

イベント

多留姫文学自然の里 「田植まつり」

問 生涯学習課 生涯学習係 ☎72-2101 (内線635)



←昔ながらの手植えによる田植えを体験できます。

多留姫文学自然の里では、今年も田植まつりを開催します。長靴やタオルなど、田植のできる服装でお越しください。

とき **5月16日(土)** 午前10時～ ※雨天中止
ところ 多留姫文学自然の里「神田」
※雨天の場合や、新型コロナウイルス感染症の拡大状況により中止の場合は、多留姫文学自然の里「神田」にイベント中止の案内板を設置します。

募集

ちーぼ手作り作品の募集 (市役所で展示します!)

問 こども課 こども係 ☎72-2101 (内線612)



応募期限 5月22日(金)

応募先 市役所6階こども課 こども係

茅野市子ども会育成連絡協議会のマスコットキャラクター「ちーぼ」の手作り作品を募集しています。

募集作品はイラストやねんど細工、ぬいぐるみなど手作りの作品ならどんなものでもお待ちしております。作品は市役所ロビーで展示させていただき、その後返却します。

ちーぼについて

ちーぼは、6才の元気な男の子。子どもの集まる所に出かけていき一緒に遊ぶのが大好きです。「茅野市の坊や」から「ちーぼ」と名付けられました。

募集

グリーンパートナーを募集します!

応募・問 環境課 環境保全係 ☎72-2101 (内線263)
FAX 82-0234 Eメール kankyo@city.chino.lg.jp

市では、市内の八ヶ岳中信高原国定公園(公園区域)の環境美化活動や、登山道、案内板などの安全確認のために、ボランティアの巡視員(グリーンパートナー)を募集し、巡視(グリーンパトロール)を実施していただいています。

「自然を守りたい!」「多くの方に安全な登山を楽しんでもらいたい!」など熱意をお持ちのみなさん、一緒にグリーンパトロールに取り組みませんか。

グリーンパートナーはどんなことをするの?

- ・自主的な登山道のグリーンパトロール(随時)
- ・合同グリーンパトロールへの参加(年2回程度)
- ・パトロール状況の報告(年1回)
- ・連絡会議への出席(年1回)

応募資格

- ・公園区域の自然環境に興味があり、無償のボランティアとして積極的に活動していただける方
- ・グリーンパトロールを年間5日以上実施していただける方
- ・年齢20歳以上の健康な方

登録期間 登録日から令和5年5月31日まで

応募方法 氏名、住所、生年月日、電話番号を上記までご連絡ください。

「やさしい介護予防講座」第1期参加者募集

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101 (内線334)

65歳以上の方を対象として、やさしい健康づくり(準備運動、軽運動、整理運動)と、血圧や血糖値をよくする食事や“お口”の健康についてのお話を聞くことができる「やさしい介護予防講座」(1つの期につき計4回の講座)を開催します。

『やさしい介護予防講座』の特徴

①定員を設け、1つの期(4回)の中で、食事・口腔に関するお話と運動を通して、バランスよく学ぶことができます。講師は、やまびこスケートの森、管理栄養士、歯科衛生士が務めます。

②1回目の講座で、個人ごとに意識調査を行い、4回目の講座で意識の変化が見られたか考えます。

③腰や膝などに多少痛みがあり、歩くことがやや大変になっている方でも、無理なく楽しく体を動かす運動を行います。

この内、今回は、第1期の参加者募集を行います。
(第2期、第3期、第4期の参加者募集は、開催予定表にある受付開始日から受け付けます。)

多くの皆様のお申し込み、ご参加をお待ちしています。

申込期間 5月18日(月)～ 平日午前8時30分～午後5時15分

期	開催日・場所	定員	受付開始日
第1期	6月5日、6月19日、7月3日、7月17日 北山地区コミュニティセンター	10人(新規のみ)	5月18日から
第2期	9月11日、9月25日、10月9日、10月23日 泉野地区コミュニティセンター	15人 (新規10人、再受講5人)	8月17日から
第3期	11月11日、11月25日、12月2日、12月16日 11月は湖東地区コミュニティセンター 12月は豊平地区コミュニティセンター	20人 (新規15人、再受講5人)	10月19日から
第4期	2月2日、2月16日、3月2日、3月16日 玉川地区コミュニティセンター	30人 (新規20人、再受講10人)	1月18日から

なお、新型コロナウイルス感染状況などにより、開催日などを変更する場合があります。

information

65歳以上の方の介護保険料の一部を変更します

問 高齢者・保険課 介護保険係 ☎72-2101 (内線336・337)

令和元年10月の消費税10%の改定により、非課税世帯の被保険者の負担軽減を目的として、保険料の軽減を実施しています。令和2年度も引き続き保険料段階が第1段階から第3段階の方を対象に介護保険料を変更します。なお、第4段階から第14段階の方の軽減は行いません。



段階区分	対象	令和2年度の 保険料年額と保険料率	令和元年度の 保険料年額と保険料率
1	・ 老齢福祉年金を受給または生活保護受給の方	19,260円 (基準額×0.30)	22,470円 (基準額×0.35)
2	世帯全員が 住民税非課税 前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 80万円を超え120万円以下の方	32,100円 (基準額×0.50)	36,910円 (基準額×0.575)
3	前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が 120万円を超えている方	41,730円 (基準額×0.65)	43,330円 (基準額×0.675)

65歳以上の方(第1号被保険者)の介護保険料算出概要は以下のとおりです。

諏訪広域連合で
介護保険給付に
かかる費用



65歳以上の方の
負担割合(23%)



諏訪圏域6市町村の
65歳以上の人数



基準額
64,200円

令和2・3年度の保険料率が決まりました

問 茅野市 高齢者・保険課 医療保険・年金係 ☎72-2101 (内線327・328)
長野県後期高齢者医療広域連合 ☎026-229-5320

後期高齢者医療制度の保険料率は、医療給付費等を推計して2年ごとに見直されます。長野県における令和2・3年度保険料率は、右記の通りです。保険料額は7月以降に決定通知書を送ります。

保険料額は収入金額や世帯構成により異なります。

均等割額
40,907円

+

所得割額
所得金額
×
8.43%

=

年間保険料額
(限度額64万円)
100円未満の
端数切捨て

保険料の軽減（右表）

世帯の被保険者数に乗ずる金額について、5割軽減は「28万5千円」に、2割軽減は「52万円」にそれぞれ引上げます。これにより、それぞれの軽減該当条件が広がります。

令和元年度から実施されている低所得者に係る均等割軽減特例の見直しにより、世帯内の被保険者と世帯主の総所得金額等を合計した額が33万円以下の場合で、世帯内の被保険者全員が年金収入80万円以下（その他各種所得なし）に該当する場合は**令和2年度から7割軽減**、該当しない場合は、**令和2年度は7.75割軽減、令和3年度は7割軽減**が適用となります。

世帯内の被保険者と世帯主の 前年の総所得金額等を合計した額	軽減割合(軽減後の均等割額)	
	令和2年度	令和3年度
33万円^{※1}以下 の場合	7.75割軽減 (9,204円/年)	7割軽減 (12,272円/年)
うち、世帯内の被保険者全員が 年金収入80万円以下 (その他各種所得なし)の場合	7割軽減 (12,272円/年)	
33万円^{※1} + (28.5万円^{※2} × 世帯の被保険者数) 以下の場合	5割軽減 (20,453円/年)	
33万円^{※1} + (52万円^{※3} × 世帯の被保険者数) 以下の場合	2割軽減 (32,725円/年)	

※1 市県民税の基礎控除額。令和3年度は43万円

※2 令和元年度は28万円 ※3 令和元年度は51万円

information

令和2年度 軽自動車税(種別割)のお知らせ

問 税務課 諸税係 ☎72-2101 (内線180)

納入期限(口座振替日) 6月1日(月)

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在で軽自動車等を所有している方に年額が課税されます。

令和2年度軽自動車税(種別割)の納税通知書は、5月11日(月)に郵送します。納税通知書裏面に記載のある納付場所で納入期限内にご納付ください。また、口座振替をご利用の方はお申し込みいただいた口座の残高をご確認ください。

※転出・転居された場合に、車検証の定置場変更や住民票の変更を行っていないと、納税通知書が届かない事がありますのでご注意ください。

●減免制度 申請期限 5月25日(月)

申請先 市役所2階 税務課19番窓口

4月1日現在で次のいずれかに該当する場合は、軽自動車税(種別割)を減免する制度があります。適用には要件がありますので、詳細については税務課諸税係までお問い合わせください。

- ・身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちで、障害の等級が一定以上の方
- ・専ら身体障害者等の利用に供するための構造を有する車両(車いす搭乗車両等)
- ・社会福祉法人・特定非営利活動法人が公益のために直接専用する車両
- ・生活保護法の規定による保護を受ける者の所有する

軽自動車等のうち、福祉事務所長がその所有を認める車両

●車検用の軽自動車税(種別割)納税証明書について

・現金でご納付いただく方：納税通知書の領収書部分に付属の納税証明書を使用してください

※納税証明書が必要な方は、スマートフォン等の電子決済ではなく、コンビニエンスストアや提携の金融機関でお支払いください。

・口座振替でご納付いただく方：6月中旬に送付するハガキの納税証明書を使用してください

※口座振替でご納付いただく方で、6月1日から6月6日までの間に納税証明書が必要な場合は、口座振替後に通帳を記帳して市役所税務課でご提示いただき、申請してください。(市に支払いデータが届くまでには、1週間程度かかります。)

※納税証明書を紛失された場合は、市役所2階の税務課19番窓口・ベルビア出張所・ちの地区を除く各地区コミュニティセンターで再発行の申請をすることができます。(手数料無料)

～普通自動車の自動車税種別割について～

納入期限：6月1日(月)

※「Pay Pay」、「LINE Pay」での納付が可能です。

問 長野県南信県税事務所諏訪事務所

(☎57-2905)

スポーツ関連情報

コミュニティスポーツ教室

身近な小中学校体育館などを会場に、各地区のスポーツリーダーが企画運営する教室です。子どもから大人まで誰でもが、自分の体力に応じて気軽にできるスポーツを楽しむことでコミュニティを活性化させることを目的としています。皆様のご参加をお待ちしています。

申込・問 スポーツ健康課 ☎72-8399 またはお近くのスポーツリーダー

地区	教室名	日 時	定員	参加料	会 場
ち の	ニュースポーツ教室(前期)	5/12~8/25 毎週火曜日 全21回 19:00~21:00	20名	無料	永明小学校体育館
	ヘルスパレーボール教室(前期)	7/7~7/28 毎週火曜日 全4回 19:00~21:00	20名	無料	永明小学校体育館
宮 川	前期インディアカ教室	5/13~8/26 (4/29・5/6を除く) 毎週水曜日 全19回 19:00~21:00	30名	無料	宮川小学校体育館 (入口側半面)
米 沢	ニュースポーツ教室(前期)	5/15~8/28 (5/1・7/3・7/24・8/14を除く) 毎週金曜日 全18回 19:15~21:00	20名	無料	米沢小学校体育館 (入口側半面)
	春 吉田山ウォーキング	5/30(土) 9:00~14:00	15名	無料	吉田山
	夏 蓼科山ウォーキング	8/29(土) 8:00~15:00	10名	無料	蓼科山
玉 川	車山ハイキング	6/13(土) 9:30~14:00	20名	無料	車山周辺
	マレットゴルフ教室	7/14(火)、7/21(火)、7/28(火)計3回 9:00~11:00	20名	無料	運動公園マレットコース
金 沢	軽スポーツ教室	6/16~7/14 毎週火曜日 全5回 19:30~21:00	30名	無料	金沢小学校体育館
北 山	インディアカ教室	5/11~11/30 (8/10・8/17・9/21を除く) 毎週月曜日 全33回 19:00~21:00	20名	無料	北山小学校体育館
	インディアカ体験教室	6/20(土) 13:00~15:00	20名	無料	白樺湖公民館
	ノルディックウォーキング教室	10/24(土) 9:30~12:00	20名	無料	北山 河童と天狗コース(4.3km) 北山地区CC集合
湖 東	インディアカ教室	5/13~8/12 毎週水曜日 全17回 20:00~22:00 (4/29・5/6を除く)	20名	無料	茅野北部中学校体育館 (入口側半面)
	ハケ岳親子登山教室	8/8(土)~8/9(日) 1泊2日 6:00~翌日16:00	20名	要問合せ	夏沢鉱泉発 硫黄山荘宿泊
	インディアカ、ふらば〜る教室	8/19~11/25 毎週水曜日 全15回 20:00~22:00	20名	無料	茅野北部中学校体育館 (入口側半面)
中 大 塩	ニュースポーツ教室	6/13(土)・7/11(土)・8/8(土)・9/12(土) 10/10(土)・11/14(土) 19:00~21:00	20名	無料	北山小学校体育館
	クップ・ペタンク教室	8/30(日) 9:30~11:30	10名	無料	中大塩保育園園庭
	ボッチャ体験会	6/6(土) 19:00~21:00	10名	無料	中大塩地区コミュニティー センター 1階大広間

新型コロナウイルスの関係で教室の延期・中止がある場合があります。

第65回茅野市総合体育大会

詳細・申込方法はお問い合わせいただくか、茅野市ホームページをご覧ください。

競技種目	期日	会場	申込締切	申込み・問合せ先
インディアカ	6月7日(日)	総合体育館 (サブ)	5月27日(水) 午後5:00まで	スポーツ協会 ☎82-0606 FAX82-0678
空 手		総合体育館 (柔剣道室)	5月27日(水) 午後5:00まで	事務局 酒井 治 ☎72-8740
居 合 道			当日受付	事務局 山崎 勝 ☎090-4152-3847
マレットゴルフ		マレットゴルフコース	当日受付	事務局 一之瀬 正幸 ☎82-0218
ゲートボール		屋内ゲートボール場	6月1日(月) 午後5:00まで	事務局 牛尼 正幸 ☎090-2631-8281
ソフトボール		広場野球場	5月28日(木) 午後5:00まで	事務局 熊谷 洋 ☎73-0184 携帯090-3440-5884
弓 道		弓 道 場	一般は当日受付 高校生 5月26日(火)	事務局 竹内 ひかり ☎090-4460-6098
硬 式 テ ニ ス	7月4日(土)	庭 球 場	6月12日(金) 午後5:00まで	競技強化部 平林 健児 ☎080-9564-9865

備考

- ・総合開会式を、6月7日(日)午前8時00分から野球場にて開催します(雨天:総合体育館)
- ・参加資格は、必ずスポーツ保険等に加入しており、特別の規定がない場合茅野市在住、在勤、在学のいずれかの者であること。
- ・総合の問い合わせは、スポーツ健康課(☎72-8399)・(特)茅野市スポーツ協会(☎82-0606)まで

生涯スポーツ健康教室

今年度も生涯スポーツ健康講座を開講いたします。子どもから大人までご参加いただける内容となっております。
持ち物 運動のできる服装、上履き、タオル、水分補給用の飲み物

No.	期日	時間	教室名	会場	定員	締切
1	7月19日(日)	9:00 ~12:00	体力測定	総合体育館 メイン体育館	20名	7/15(水)
2	7月29日(水)	17:00 ~18:00	親子幼児運動教室	総合体育館 サブ体育館	20組	7/20(月)

申込・問 スポーツ健康課 ☎72-8399

茅野市スポーツ少年団



募集中!!

茅野市スポーツ少年団では令和2年度の団員を募集しています。入団を希望される方はスポーツ協会事務局までお問い合わせください。茅野市スポーツ少年団は1988年に設立され現在9種目、14団体があります。スポーツを楽しむスポーツ少年団の活動を通じて、協調性や創造性を養い、社会のルールや思いやりの心を学びます。その活動は、指導者、保護者をはじめ、地域の人々の手によって支えられています。

種目 柔道、剣道、空手道、少林寺拳法、バスケットボール、バレーボール
サッカー、バドミントン、陸上競技

申込・問 茅野市スポーツ協会 ☎82-0606

茅野市情報プラザ ～ICT講習会参加者募集のお知らせ～

講座名	内 容	講習日程	時 間	受講料	申込期間	対 象
ワード、エクセル、 パワーポイント 体験講座	三種の神器ともいえるソフトの体験コースです。初心者、我流で不安がある方等が対象です。仕事に役立てたい方にもお勧めの講座です。	6回 6/ 5(金) 6/ 9(火) 6/12(金) 6/16(火) 6/19(金) 6/23(火)	午後1時30分 ～ 3時30分	受講料 2,000円 + テキスト代	4/28(火) ～ 5/29(金)	各講座とも ・定員12名 (先着順) ・諏訪地域在住で、全 日程受講可能な方 ・文字入力、マウス操 作ができる方
大人のための プログラミング入門 スクラッチ	小学校でプログラミング教育が必修化されます。子どもや孫と一緒にできるように「スクラッチ」をやってみませんか。	3回 6/ 5(金) 6/ 9(火) 6/12(金)	午後7時 ～ 9時	受講料 1,000円 + テキスト代	4/28(火) ～ 5/29(金)	
タッチタイピング入門	仕事の効率アップ、スピードアップ！キーボードを見ずに文字入力するタッチタイピングを習いましょう！	3回 6/16(火) 6/19(金) 6/23(火)	午後7時 ～ 9時	受講料 1,000円 + テキスト代	5/7(木) ～ 6/10(水)	

- ・会場は 茅野市情報プラザ 多目的ホール（公立諏訪東京理科大学内）
- ・電話でお申し込みください。
- ・午前10時～午後5時30分 ・月曜は休館日
- ・申し込み時に、氏名・年齢・住所・電話番号等を確認します。
- ・応募少数の場合または新型コロナウイルス感染症の状況により中止させていただく場合もありますのでご了承願います。

申込・問 茅野市情報プラザ ☎82-7602 茅野市豊平5000-1 公立諏訪東京理科大学 生涯学習センター内

コラム

医療の現場から



諏訪中央病院で院内助産院が開始となっています

小児産科病棟師長 藤田 由理

諏訪中央病院では、助産師が中心の院内助産院が開始となり、令和2年1月より院内助産院で赤ちゃんが誕生しています。

出産までの流れを簡単にご説明しますと、妊娠している方、または妊娠の可能性のある方は、月曜日～金曜日に産婦人科外来医師の診察を受けていただいた後に、助産師より院内助産院の説明をいたします。

妊婦健診は、妊娠～出産までは助産師と医師それぞれの診察があります。

妊娠から出産までどのようなお産にしたいかをお伺いしながら、それぞれの妊婦さんの思いに寄り添い、助産師外来で、ゆっくりと時間をとりながら出産までサポートいたします。出産後は母児同室でおっぱいをあげること、赤ちゃんとの過ごし方、家に帰ってから困らないようにサポートさせていただきます。

ご家族も含めた両親学級の開催もあります。産後2週間健診および1ヶ月健診の他、母乳相談・育児相談もいつでも行っています。

当院は妊娠中から、管理栄養士、鍼灸師、理学療法士など多職種で産前産後をサポートしています。

出産後は、可愛い赤ちゃんとの新しい生活の中で身体の変化や、睡眠不足、育児への不安、生活リズムの変化など心身共にストレスがかかっている場合もあります。また、すぐに家族のサポートが受けられない場合もあります。そんなお母さんに利用していただける「産後ケア」があり、いつでもお受けしています。産後ケアについては、市が助成制度を設けていますので健康づくり推進課までご確認ください。

産後は育児サークルとして、3歳までの未就園児のお子さんとそのお母さんを対象にひよっこクラブも毎月開催しています。こちらは当院でお産をされた方に限らずどなたでもご参加できます。お友達を誘ってのご参加をお待ちしています。（※現在、新型コロナウイルス感染症の影響でお休み中です。）

当院ではお産を継続しています。お産に関すること、授乳や育児に関することなど何でもお気軽にご相談ください。お待ちしております。

地域おこし協力隊が行く! Vol.26

「ヤマウラスティ」いよいよ5月1日オープン! 公式Webサイトを紹介します!

茅野市内の木造古民家を大胆に改修し、1棟を丸々貸し切る素泊まりの宿泊施設として運営する「ヤマウラスティ」プロジェクト。今回は3月に公開された公式Webサイトをご紹介します。

●「ちの旅 ヤマウラスティ」公式Webサイト <https://yamaurastay.jp/>



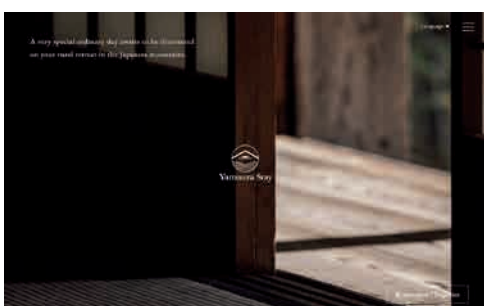
▲「ちの旅 ヤマウラスティ」のトップページ

最初に出てくるヤマウラスティのロゴは、茅野の古民家に多い本棟造りの屋根の形に、特徴的な風口(通風口)、そして「水が豊かな茅野」を示す水の流れを組み合わせたものです。丸で囲んだシンプルな線からなる全体の形は、古民家の蔵につけられた「鍔絵」を思わせる意匠になっています。ずっと見ていても飽きる事のない美しい形状の古民家と、穏やかな水の流れをロゴに込めることで、「ヤマウラスティの古民家で、穏やかな時間を過ごしてほしい」という、ちの旅の思いを表しています。



写真と言葉を使って、「ヤマウラスティ」のコンセプトを伝えていきます。プロデューサーであるアレックス・カー氏(東洋文化研究家)のインタビューも。

もちろん、インバウンドのお客様にも対応できるよう英語表記にも対応。



宿泊の予約、お申し込みは、Webサイトのフォームから入力できるようになっています。すでに、5月1日からの宿泊の受付を開始しています。PC、スマートフォンから、ご覧ください。