

広報 2020

ちの
Chino City

令和2年
No.914

8月号



私たちのメッセージ みんなで乗り越えよう！

ビーナネット Chino で動画公開中



QRコードを読み込んで動画をご覧ください





今月の表紙・オススメ動画
「エールメッセージ」



長引くことが予想される新型コロナウイルスの影響
下で、最前線で戦う医療従事者や介護従事者、困難
な状況に立ち向かっている観光事業や飲食業に携わ
る方々からのメッセージと、こうした方々を応援す
る市民や関係者の皆さんからの応援メッセージをま
とめた動画が完成しました。

メッセージ撮影には大勢の皆さんにご協力をいた
だきました。

撮影したすべての映像を使用することができません
でしたが、皆さんの気持ちが伝わる温かい作品に仕
上がりました。ご協力いただいた皆さんありがとう
ございました。

 You Tube チャンネル登録で最新動画情報をチェック!



**新型コロナウイルス感染症の影響
により掲載内容から変更になっ
ている場合があります。**

イベント等を中止する場合には茅野市ホームペ
ージで周知しますのでご確認ください。ホームペ
ージをご覧になれない場合は各担当までお問い合わせ
ください。

02 もくじ

03 新型コロナウイルス感染症関連情報

04 募集・お知らせ

08 情報プラザ・病院コラム

09 後期高齢者医療制度

10 国保だより

11 国民年金だより

12 情報ネットワーク

17 無料相談・説明会

18 休日当番医・図書館の森・分別クイズ

19 元気もりもり食育コーナー

20 こども通信

23 地域おこし協力隊が行く!

24 おたんじょうびおめでとう

R2.7.1 現在

市の人口		対前月比
人 口	55,162人	(-60)
男	27,615人	(-41)
女	27,547人	(-19)
世帯数	23,427世帯	(-25)



茅野市Instagram
～今月の投稿紹介～

茅野市公式Instagram 6月24日の投稿



chino_nagano_official
長野県 茅野市



梅雨の晴れ間の夕暮れ時

#茅野市 #蓼科湖 #夕暮れ時 #湖 #ちのさんぽ
#長野県 #蓼科 #梅雨 #蓼科芸術の森彫刻公園

今、私たちにできること

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を抑えるために、そして一人ひとりが健康な生活を送るために今できることを考えましょう。

今月は新型コロナウイルス感染症に関する給付金等についてまとめたチラシ・冊子についてご紹介します。

●チラシ



広報ちの8月号(今号)に挟み込まれているチラシをご覧ください。
主な給付金等について掲載してあります。

●パンフレット



7月6日現在の給付金等の情報についてまとめたパンフレットを作成しました。
市民の皆さんにご活用頂ければと思います。

配布場所

市役所、各地区
コミュニティセンター、
温泉施設、コンビニエンスストア、銀行、農協等

チラシ、パンフレット共にホームページにも掲載してあります。
QRコードからご覧ください。



新型コロナウイルス感染症対策 学生就活応援事業



▲申込フォーム

問 茅野市労務対策協議会（茅野商工会議所内） ☎72-2800

茅野市労務対策協議会では、コロナ禍において就職活動に苦慮している学生の皆さんに、茅野市、茅野商工会議所と連携し、就活応援事業を実施します。

対象 来春（2021年）卒業予定の茅野市出身学生（大学、短大、専門学校、大学院生等）

内容 茅野市内等の企業情報を記載した冊子をお申込みいただいた方に、コロナ禍の生活応援品として、ギフト券（5,000円分）を併せて送付します。

申込期間 令和2年7月中旬～12月31日（予定）

- 申込み、冊子のご請求は無料ですが、1人1回限りです。数に限りがあります。
- 冊子および応援品は対象学生様の住所へ送付します。
- 申込みいただいた情報は、茅野市労務対策協議会以外で使用することはありません。

information

茅野市プレミアム付商品券のご案内

問 茅野商工会議所 ☎72-2800

茅野商工会議所では、新型コロナウイルス感染症に伴い落ち込んでいる地域経済の消費喚起を目的に、プレミアム率30%の茅野市プレミアム付商品券事業を実施します。

【商品券の概要】

- 商品券 1セット10,000円（13,000円分の商品券）
内訳 中小・大型店共通券8,000円分と中小店応援券5,000円分
- 商品券発売数 40,000セット（1人3セットまで申込可）
- 商品券使用期間 9月10日～令和3年1月31日

【購入できる方】 茅野市在住、在勤の方

【申込方法】

- はがきまたはウェブにて申込み
次の事項を記載し、茅野商工会議所あてに郵送ください。広報ちのに折り込みの付属はがき利用可
- ①氏名（ふりがな）②ご住所 ③連絡先（電話番号）④性別 ⑤年齢（ ）歳
- ⑥購入希望セット数 ⑦在勤者の場合は勤務先名

【商品券販売】

応募抽選で当選した方には、引換はがきを8月末までに送付します。引換はがきが届きましたら、茅野商工会議所が指定する場所に、引換はがきと現金をご持参いただき商品券をご購入ください。詳しくは、茅野商工会議所へお問い合わせいただくか、同ホームページ (<http://www.chinocci.or.jp>) をご覧ください。



▲申込フォーム

お知らせ

申込みが始まっています！
検診のお知らせ

問 健康づくり推進課（健康管理センター） ☎82-0105（土・祝日は除く）

検診の申込みが始まっています！なぜ検診を受ける必要があるのでしょうか？早期発見によって、「治療に繋がりがやすく」、「負担が少ない」と言われています。また、受診していただくと全員に健康づくりポイントを贈呈します。健康管理センターにお申込みください。

（１）マンモグラフィ検診（病医院）

対象者 昭和20年1月～昭和54年12月生まれの偶数年（和暦）生まれの方

実施期間 9月1日（火）～11月30日（月）

実施場所 指定医療機関（池田医院・諏訪中央病院）
自己負担額については、ホームページまたは「各種検診のご案内」をご覧ください。

（２）緑内障検診

対象者 今年度40・45・50・55・60・65・70・75歳になる方

実施期間 9月1日（火）～10月31日（土）

実施場所 指定医療機関（藤森眼科・細田眼科医院・ヨコイ眼科）
自己負担額については、ホームページまたは「各種検診のご案内」をご覧ください。

（３）20歳の歯科健診

対象者 平成12年4月生まれ～平成13年3月生まれ

実施期間 令和3年2月27日（土）まで

自己負担額 無料

（４）歯周疾患検診

対象者 今年度30・40・50・60・70歳になる方

実施期間 令和2年12月26日（土）まで

自己負担額 無料

※（３）（４）の対象者の方には4月に通知を送付しました。詳細は通知をご覧ください。

《個人情報について》

検診で得られた情報は国や県への報告のために統計処理（数値）で利用いたします。それ以外に利用することはありません。このことを承知の上で、受診していただくようお願いいたします。

お知らせ

茅野市観光事業者等
経営支援給付金

問 観光まちづくり推進課観光係 ☎72-2101（内線422・423）

新型コロナウイルスの感染拡大により業績が著しく落ち込んでいる下記事業者に対し、給付金を交付します。

対象事業者

令和2年5月1日以前から事業を営んでおり、今後も営業を継続する意思がある下記の3業種の事業者。

①観光事業者（金額：10万円）

②宿泊事業者

（金額：客室定員に応じ10万円～100万円）

③飲食店事業者（金額：10万円）

申請方法

市ホームページから申請書をダウンロードし、添付書類を同封し、観光まちづくり推進課まで郵送で提出してください。

申請期限 8月31日（月）期限厳守

※詳細については、下記の市ホームページをご覧ください。ただか、観光まちづくり推進課までお問合せください。

ホームページアドレス

<https://www.city.chino.lg.jp/soshiki/kankou>

お知らせ

金婚式（結婚50周年）を迎えられる
ご夫婦の皆さんへ申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係
☎72-2101（内線335）

← 昨年の金婚式の様子

茅野市では金婚式（結婚50周年）を迎えられるご夫婦の方へ、健康と長寿をお祝いし、ささやかですが、お祝品を贈呈します。対象となる方は申込みが必要となります。

対象 昭和45年（1970年）4月から

昭和46年（1971年）3月までの間にご結婚されたご夫婦

申込期限 ～9月4日（金）

児童扶養手当および特別児童扶養手当

問 こども課 こども・家庭支援係 ☎72-2101 (内線611)

【児童扶養手当】

父母の離婚などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育しているひとり親家庭等に支給されます。18歳到達後最初の3月31日までの間にある児童が対象です。また、所得制限があります。

手当月額 前年の所得により支給額が決まります。

全部支給の場合第1子43,160円、第2子10,190円、第3子以降6,110円

支給時期 市長の認定を受けると、認定請求した月の翌月分から支給され、奇数月に支払月の前月分までが支払われます。

【特別児童扶養手当】

心身に障害のある20歳未満の児童を養育している父母または養育者に支給されます。

申請には医師の診断が必要です（療育手帳がA判定の場合または身体障害者手帳の1～3級が交付されている場合は診断書が省略できる場合があります）。また、所得制限があります。

手当月額 児童1人につき52,500円または34,970円（障害の程度によります）

支給時期 県知事の認定を受けると、認定請求した月の翌月分から支給され、4月、8月、12月に、支払月の前月分までが支払われます。

〈申請が必要です〉

手当を受けるには申請が必要です。こども課窓口（市役所6階69番窓口）で必要書類を添えて認定請求の手続きをしてください。※詳しくはお問い合わせください。

〈現況届・所得状況届の提出を忘れずに〉

児童扶養手当受給資格者は現況届、特別児童扶養手当受給資格者は所得状況届の提出が必要です。該当する方は7月末に送付する通知をご覧ください。期限までに提出がない場合は手当の受給が出来なくなる場合がありますので、注意してください。

提出期間 児童扶養手当は8月3日～8月31日、特別児童扶養手当は8月12日～9月11日の平日午前9時～午後5時。8月29日・30日の土・日曜日は、議会棟大会議室にて午前10時から正午までと、午後1時～3時まで受け付けます。

その他詳細は個別にお送りする通知をご覧ください。

information

あなたの笑顔を「広報ちの」の表紙に 広報ちの モデル募集中

問 地域戦略課 広報戦略係 ☎72-2101 (内線235)

小学6年生以下の子どもが対象

表紙に出てみたい

モデルみたいに写真を撮られてみたい

とにかく目立ちたい

そんな方はご応募ください！



応募方法等詳細はホームページに掲載しています。

右のQRコードからご覧ください。



募集

市営住宅・サンコーポラス旭ヶ丘団地の入居者を募集します

申込・問 都市計画課 住宅建築係 ☎72-2101 (内線537)

団地名	建設年度	構造	間取り	募集戸数	家賃
ひばりヶ丘団地 A棟	平成7年度	耐火	3DKY	1戸	20,600円～33,300円
ひばりヶ丘団地 E棟	平成17年度	耐火	1DKY	1戸	14,000円～20,900円
小坂団地 B棟	平成元年度	耐火	3DKY	1戸	19,000円～28,300円
サンコーポラス旭ヶ丘	平成6年度	耐火	3DKY	10戸	36,000円～40,000円

※表の見方 間取りの数字は部屋数 「D K」はダイニングキッチン「Y」は浴室（風呂付）
 ※ひばりヶ丘団地E棟は60歳以上の夫婦または単身者向けの住宅です。

申込資格

- 以下の条件をすべて満たしている必要があります
- ①既に同居、または同居しようとする親族がいる方
 - ②世帯の合計月収が、15万8千円以下の方。ただし、高齢者世帯・障害者世帯・中学校卒業までの子がいる世帯等21万4千円以下の方
サンコーポラス旭ヶ丘団地は15万8千円を超え38万7千円以下の方
 - ③住宅に困っていることが明らかな方
 - ④市内に居住されている方、または市内に勤務場所を有する方
 - ⑤市町村税を滞納していない方
 - ⑥本人または既に同居、若しくは同居しようとする方が暴力団員でない方

入居説明・抽選会

茅野市営住宅設置及び管理条例により選考します。
 なお、申込者多数の場合は抽選となります。

とき **8月21日** (金) 午後1時30分～
 ところ 茅野市役所 議会棟会議室

申込受付期間

8月3日(月)～8月14日(金)
 午前8時30分～午後5時

入居可能日

9月1日(火)

募集

アクアランド茅野カルチャーセンター
令和2年度中期 受講生募集

申込・問 アクアランド茅野カルチャーセンター ☎73-7245 (受付時間は午前9時～午後8時、日曜休館)

申込みはセンター窓口にて受け付けます。内容等詳細についてはお問い合わせください。

受付開始 7月24日(金)	講座名	講座名	講座名	講座名
	ウェルカム英会話〔講師：岡村ようこ〕	9月7日～11月16日 毎週月曜日(全10回) 19:15～20:45	20名	5,000円
	ウェルカム英会話〔講師：津金美由紀〕	9月10日～11月19日 毎週木曜日(全10回) 13:30～15:00	20名	5,000円
	太極拳〔講師：笠原一代〕	8月18日～11月24日 毎週火曜日(全12回) 10:00～11:30	30名	6,000円
	気功〔講師：林昭春〕	8月25日～11月24日 毎週火曜日(全12回) 13:30～14:30	25名	6,000円
	楽しくニーハオ〔講師：王崇娟〕	9月3日～11月19日 毎週木曜日(全12回) 19:00～20:30	15名	6,000円
	ストレッチ体操〔講師：土橋 珠美〕	8月31日～11月16日 毎週月曜日(全11回) 10:00～11:45	15名	5,500円
	シニア向け コンディショニング 〔講師：土橋珠美〕	8月31日～11月16日 毎週月曜日(全11回) 13:30～15:00	40名	5,500円
	ハッピーエアロ(保育付・10ヶ月以上) 〔講師：土橋珠美〕	8月26日～11月25日 毎週水曜日(全14回) 10:00～11:45	50名うち 保育20名	7,000円 保育室1人 2,000円
	女性のためのボディメンテ 〔講師：土橋珠美〕	8月26日～11月25日 毎週水曜日(全14回) 13:30～15:15	30名	7,000円
		8月28日～11月27日 毎週金曜日(全14回) 13:30～15:00		
	ステップ台〔講師：土橋珠美〕	8月27日～11月26日 毎週木曜日(全14回) 10:00～11:45	40名	7,000円
		8月22日～11月21日 毎週土曜日(全14回) 10:00～11:45	40名	7,000円

茅野市情報プラザ ～ICT講習会参加者募集のお知らせ～

暮らしに役立つパソコン！【ホームページ作成講座】

「ペライチ」はインターネットを使って無料でホームページを作成できるツールです。豊富なレイアウトからデザインを選べ、スマホにも自動対応しています。「ペライチ」を使って簡単に作れるホームページを学びます。サークル、団体の活動紹介にいかがでしょうか。

講座日程	組	開 催 日	時 間
	①	9/8 (火)、9/11 (金)、9/15 (火)	午前10時30分～午後0時30分
	②	9/18 (金)、9/25 (金)、9/29 (火)	
	③	9/8 (火)、9/11 (金)、9/15 (火)	午後1時30分～3時30分
	④	9/18 (金)、9/25 (金)、9/29 (火)	

募集人員 各組定員6名 先着順

受講条件 諏訪地域の方で全日程参加できる方。ワード、メール等基本操作ができる方。インターネット通信が可能なノートパソコンをご持参できる方。

参加費用 受講料 1,000円

講習会場 ワークラボハケ岳（茅野駅前ベルビア 2階）

申込期間 7月22日(水)～8月17日(月) 午前10時～午後5時(土日・祝日は除く)

申込方法

- ・電話でお申し込みください。
- ・申込時に、希望講座名(組名)・氏名・年齢・住所・電話番号等を確認いたします。
- ・受講の際は、マスクの着用をお願いします。
- ・応募少数の場合または新型コロナウイルス感染症対策の状況により中止させていただく場合もありますので、あらかじめご了承ください。

申込・問 地域戦略課 情報政策係 ☎72-2101 (内線236・237)

コラム

医療の現場から



骨粗鬆症について

諏訪中央病院 リウマチ膠原病内科 蓼田 正祐

・なぜ骨粗鬆症が重要なのか？

骨粗鬆症は、加齢などの影響で骨が弱くなり(骨密度低下)、骨折の危険性が増大する疾患です。動脈硬化の結果、脳梗塞・脳出血・心筋梗塞などの血管系疾患を来しうる糖尿病や高血圧・脂質異常症などの生活習慣病と同様、対策を立てないと、骨折による健康寿命低下(寝たきり)を招き、生活の質が落ちてしまいます。

・どのような人、いつ骨密度を確認すれば良いか？

骨粗鬆症の危険の高まる年齢の方(女性は65歳以上、男性は70歳以上)、軽微な骨への外力により骨折(脆弱性骨折)が発生した場合、他の危険因子がある場合になります。[図参照]

・どこで評価をうければよいのか？

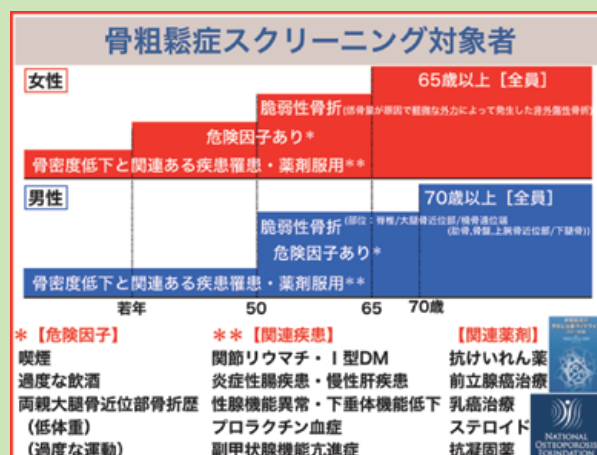
当院では2016年10月から骨粗鬆症外来を開設し、かかりつけ医師と連携を取りながら、骨粗鬆症評価・治療推奨を行っております。かかりつけ医師がいる方はかかりつけ医師に御相談の上、紹介状依頼、かかりつけ医師がいない方は、当院予約窓口にご相談ください。

・どのように対策を行うのか？

骨粗鬆症対策の最終目的は、脆弱性骨折を予防し、健康寿命を伸ばすことにあります。以下①と②が重要です。

①軽微な外力でも折れないように骨を丈夫にすること(生活習慣改善+薬)

②骨に外力が加わらないように転倒の予防や負担をかける動作を控えること(生活習慣改善+環境整備)



後期高齢者医療制度について

問 高齢者・保険課 医療保険・年金係
(市役所1階⑧番窓口) ☎72-2101(内線327・328)

後期高齢者医療制度は、75歳以上の方、および65歳以上75歳未満の方で加入を希望した方(障がい認定を受けた方)が対象(被保険者)になります。

●8月1日から後期高齢者医療被保険者証が新しくなります
令和2年8月1日からご使用いただく後期高齢者医療被保険者証を、7月下旬に住民票に記載された住所、またはお届けいただいている送付先へ郵送します(転送はしません)。

新しい被保険者証の色は「**橙色**」になりますので、お手元に届きましたら、住所・氏名・負担割合などの記載内容をご確認ください。

なお、新しい被保険者証は8月1日からお使いいただけますので、7月31日までは桃色の被保険者証を医療機関等へご提示くださいますようお願いいたします。有効期限の過ぎた被保険者証は、ご自身で裁断するなどして破棄してください。



旧(桃色)



新(橙色)

有効期限は
令和3年
7月31日です

○一部負担金(窓口負担)の割合について

令和元年中の所得による判定を行い、令和2年8月1日からの自己負担割合が決定されます。

① 市町村民税課税標準額が145万円以上の方…3割

《申請により1割負担になる場合の条件》

- ※対象になる方には申請書をお送りしています。
- 被保険者1人世帯・・・基準収入額383万円未満
- 被保険者1人でかつ70～74歳の方がいる世帯・・・基準収入額520万円未満
- 被保険者2人世帯・・・基準収入額520万円未満

② ①以外の方・・・1割

※世帯内に3割負担の被保険者がいる世帯に属する被保険者は、一部負担の割合が3割になります。(同一世帯の被保険者の一部負担割合は同じになります。)

* 注意 *

8月1日以降でも、判定に係る所得額の変更(年金の追加裁定・生命保険等の満期返戻金等の申告漏れなど)や世帯判定対象者の構成に変更があった時は、随時見直します。その結果、一部負担金の割合が変更した場合は、被保険者証の有効期限内であっても、新しい被保険者証をお送りしますので、古い被保険者証は使用せずにすみやかに高齢者・保険課 医療保険・年金係(⑧番窓口)に返還してください。

○人間ドック受診料の助成をします(請求期限は受診日の翌日から1年以内)

人間ドックを受診された方は、申請により日帰りドック:15,000円、一泊ドック:30,000円を補助します(脳ドックは対象外)。申請書は高齢者・保険課窓口にありますので、次の持ち物を持参の上、お越しください。

持ち物: 被保険者証、認印、ドック受診料領収書(原本)、振込口座のわかるもの

※補助の回数は同一人に対し一年度1回です。

○後期高齢者医療保険料について

長野県後期高齢者医療広域連合協議会の議決を受け、令和2年度・3年度の保険料は次のとおりになっております。後期高齢者医療保険料は被保険者1人ひとりに納めていただきます。

年間保険料(上限額64万円)

均等割額 40,907円

+

所得割額
(昨年の総所得-33万)
×
8.43%

所得の低い方や、後期高齢者医療制度加入直前に被用者保険(市町村国保・国保組合を除く)の被扶養者だった方は、保険料の軽減措置があります。

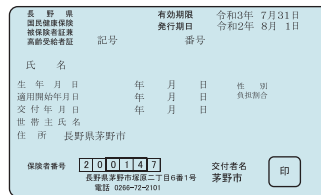
後期高齢者医療保険料の納付方法は、被保険者により異なりますので、7月中旬に送付します「保険料額決定通知書」をご覧ください。

～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保険料の減免について～

後期高齢者医療制度の被保険者の方が、新型コロナウイルス感染症により死亡又は、重篤な傷病を負った場合や事業収入等の減少が見込まれる場合は、後期高齢者医療保険料が減免されます。詳しくは、長野県後期高齢者医療広域連合ホームページをご覧ください。

国民健康保険被保険者証／福祉医療費受給者証 更新のお知らせ

現在、お持ちの保険証及び受給者証の有効期限は、令和2年7月31日までです。新しい保険証等は7月末までにお送りいたします。



だより

国民健康保険被保険者証と高齢受給者証がひとつになります。

70歳以上75歳未満の被保険者の方には、これまで国民健康保険被保険者証と高齢受給者証の2枚を交付していましたが、今回の更新から1枚となります。

【有効期限】 令和2年8月1日～令和3年7月31日

※昭和20年7月31日以前に生まれた方の有効期限は、75歳の誕生日の前日までです。誕生日からは国民健康保険に代わって後期高齢者医療制度に加入することになります。

福祉医療費受給者証

【対象者】 以下の表に該当する方

子ども	出生から中学校卒業まで
心身障害者	特別児童扶養手当2級以上の人 身体障害者手帳3級以上の人 (65歳以上の方は4級でも該当になる場合があります。) 療育手帳A1・A2・B1の人 精神障害者保健福祉手帳2級以上の人 障害年金1級の人 65歳以上国民年金法施行令別表該当者
母子・父子家庭など	18歳未満の児童を扶養している母及び児童 18歳未満の児童を扶養している父及び児童 父母のいない18歳未満の児童
75歳以上の低所得者世帯高齢者	市民税所得割を課せられていない世帯

【有効期限】 令和2年8月1日～令和3年7月31日

※受給資格区分によって有効期限が異なる場合がありますので、届いた受給者証をご確認ください。

上記有効期限と異なる有効期限の受給者証が届いた方は同封の通知をご確認いただき、該当する場合は更新の手続きをしてください。

また、更新の手続きは必要ありませんが、受給資格区分によっては、改めて手続きが必要になる場合があります。なお、子どもの受給者証の有効期限は中学校卒業までになっていますので、引続き現在お持ちの受給者証をお使いください。

新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の支給について

国民健康保険被保険者のうち、給与などの支払いを受けている被用者の方に傷病手当金を支給します。

【対象者】 新型コロナウイルス感染症に感染または感染が疑われ、その療養のために仕事を休んだ方

【支給額】 直近3ヶ月の平均収入（日額）の3分の2を基礎として算出

※申請を希望する方は、事前に高齢者・保険課医療保険・年金係へお問い合わせください。

国民年金保険料を納めることが困難なときは… ～保険料の免除・納付猶予制度があります～

保険料を納めることが経済的に難しいときは、申請によって保険料の納付が免除・猶予される制度があります。保険料を未納のままにしておくと、将来の老齢基礎年金や、いざというときの障害基礎年金、遺族基礎年金を受け取ることができない場合がありますので、お早めに申請をしましょう。

保険料免除制度

申請者本人、その配偶者、世帯主それぞれの前年所得が一定額以下の場合には、申請により保険料納付が全額免除または一部免除(4分の3、2分の1、4分の1)になります。

また、失業した場合は、雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票のコピーなどを添付すれば前年の所得に関係なく審査される特例もあります。

○免除期間は、老齢基礎年金の受給資格期間に入り、一部が年金額に反映されます。

納付猶予制度

50歳未満の申請者本人とその配偶者の前年所得が一定額以下の場合には、保険料納付が猶予されます。保険料免除制度同様、失業特例を使うこともできます。

～令和2年度の保険料免除・納付猶予申請の受付が7月から始まりまして～

免除・納付猶予の承認期間は7月(または国民年金加入月)から翌年6月までです。

学生納付特例制度

学生の方は、本人の所得が一定額以下の場合に在学中の保険料納付が猶予されます。

学生納付特例の承認期間は4月(または国民年金加入月)から翌年3月までです。

○納付猶予・学生納付特例期間は、老齢基礎年金の受給資格期間に入りますが、年金額に反映されません。

申請に必要なもの

- ・個人番号カードまたは個人番号通知カード ・本人確認のできる証明書(免許証等)
- ・年金手帳 ・印かん
- ・失業を理由とするときは、雇用保険受給資格者証または雇用保険被保険者離職票のコピー
- ・学生納付特例申請は、学生証のコピー(有効期限が裏面にある場合は必ず両面をコピー)または在学証明書

新型コロナウイルス感染症の影響により国民年金保険料の納付が困難となった場合の臨時特例免除申請が可能となりました。

対象となる方

以下、いずれも該当する方が対象になります。

1. 新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年2月以降に収入が減少した方。
2. 令和2年2月以降の所得の状況からみて、当年中の所得見込み額が、国民年金保険料の免除または学生納付特例の基準相当になることが見込まれる方

免除対象期間

令和2年2月分から令和3年6月分まで(学生納付特例は令和3年3月分まで)

※将来受給する年金額を増やすには、保険料免除や納付猶予、学生納付特例の承認を受けた期間の保険料を後から納める(追納する)必要があります(10年以内)。

保険料免除・納付猶予・学生納付特例は前年の所得を基準としていますので、所得の申告がないと審査できない場合があります。毎年の所得の申告は忘れずに行ってください。

① 特別定額給付金の申請はお済みですか？

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策として、一人10万円の給付をしています。

対象 4月27日時点で、住民基本台帳に記録されている者
受給権者は、世帯の世帯主
申込期間 ～8月24日(月)
問 特別定額給付金室
(内線567・568・569)

① 立木の伐採の届出について

茅野市の森林整備計画区域内の立木の伐採を行うときは、森林法の定めにより「伐採及び伐採後の造林の届出書」の提出が必要です。

伐採予定地が茅野市の森林整備計画区域内に含まれているかのご確認は、農林課林務係へお問い合わせください。

■伐採届けについて

森林や立木の伐採をする場合は、事前の届出が必要です。伐採届の提出は、伐採を行う90日前から30日前までに必要となりますので、早めの手続きをお願いいたします。

また、災害等に際し、緊急に伐採する場合は、事後の届出が必要となります。判断が難しい場合はお問合せ下さい。

■別荘分譲地内での立木の伐採について
別荘分譲地内での立木の伐採につきましては、管理事務所への申請が必要となる場合がありますので、伐採前に各管理事務所へご確認いただくようお願いいたします。

■届出方法

農林課林務係窓口または、茅野市ホームページに様式がありますので、必要書類添付の上、農林課林務係へご提出ください。

問 農林課 林務係 (内線405)

① 「平和祈念式」を開催します

茅野市平和祈念式実行委員会では、今年も核兵器の廃絶と世界の恒久平和の実現を祈念して、「平和祈念式」を行います。75年前、広島に原爆が投下された時刻に、参加者全員で黙とうを行い、献花をします。当日は、二度とあの恐ろしい体験を繰り返さないよう、平和への願いを込めた折鶴などをお持ちください。

とき 8月6日(木)

午前8時～午前8時30分

ところ 茅野市運動公園 平和の塔前

参加費 無料

主催 茅野市平和祈念式実行委員会

後援 茅野市、茅野市教育委員会

問 総務課行政係 (内線132)

募集

募 「第23回長野県障がい者文化芸術祭」展覧作品募集

長野県では、障害のある方の文化芸術活動の振興と社会参加を図るために「長野県障がい者文化芸術祭」を開催します。応募作品は令和元年8月以降に制作をしたもので、規格や詳細につきましては下記までお問い合わせください。

今年度は、新型コロナウイルス感染症対策のため、展示会場のほかWEBサイト上での作品展示も行います。

※新型コロナウイルス感染症の発生状況によっては開催中止となる場合もありますので、ご了承ください。

申込期間 ～8月7日(金)

部門 絵画、手芸、工芸、書道、写真、文芸

■文化芸術祭

とき 9月17日(木)～22日(火)

午前9時30分～午後4時30分

ところ 長野県障がい者福祉センター「サンアップル」

申込・問 地域福祉課障害福祉係
(内線316)

お知らせ

① 今年の茅野どんばんは中止します

8月8日(土)に予定していました茅野どんばんは、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、中止となりました。

問 地域戦略課広報戦略係 (内線234)

① 写生大会中止

8月8日(土)に茅野どんばん会場内の消防まつりにおいて予定していた写生大会は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は中止とさせていただきます。

問 茅野市防火協会 ☎72-0119

情報ネットワーク

お知らせ、募集案内、イベント情報など暮らしに役立つ情報をお届けします。

茅野市役所 ☎0266-72-2101(代表)
〒391-8501 塚原二丁目6番1号

医療・福祉

① 市営温泉施設は次の日も営業します

河原の湯、縄文の湯は木曜日、望岳の湯は金曜日が定休日ですが、8月13日(木)、14日(金)休まず営業しますので、ご利用ください。

問 河原の湯 ☎79-6162

縄文の湯 ☎71-6080

望岳の湯 ☎82-8833

① 献血のお願い

400ml献血を実施します。あなたの勇気ある一歩が尊い命を救います。ご協力をお願いします。

とき 8月13日(木) 午前10時～正午
午後1時～午後3時30分

ところ 茅野市役所議会議棟

対象 男性：17歳～69歳

女性：18歳～69歳

問 健康づくり推進課(茅野市健康管理センター内) ☎82-0105

① B・C型肝炎検査再開

中止になっていたB・C型肝炎検査が再開しました。対象の方には通知を送付しました。通知が届いていない方で、ご希望の方はお問い合わせください。

申込・問 健康づくり推進課(健康管理センター内) ☎82-0105

① 茅野市戦没者等合同追悼式

戦争による犠牲者を追悼し、恒久平和の実現を祈る「茅野市戦没者等合同追悼式」を開催します。

一般参加もできますので、ご来場ください。

とき 8月22日(土) 午後2時～

ところ 茅野市民館 マルチホール

問 地域福祉課福祉21推進係 (内線302)

八ヶ岳ブルーに包まれて！



Green Hills

village

グリーンヒルズヴィレッジ

様々なメリットがあります！

★茅野市子育て世帯住宅新築補助金 市内業者による建築 上限100万円
市外業者による建築 上限50万円

★茅野市分譲住宅地紹介謝礼金制度

・宅地内に上水道止水栓・下水道汚水樹・雨水排水樹完備

・市役所が嘱託登記しますので、登記代理申請手数料が不要です

・不動産仲介手数料も不要です

※登録免許税はかかりません

売主

茅野市(都市計画課 住宅団地販売担当) TEL.0266-72-2101(代)

お問合せ先

茅野・原 宅地建物取引業協会 TEL.0266-72-5840



2018年3月より
新価格
大幅 Price Down
好評販売中！

平均販売区画面積 145坪 平均販売価格 545.2万円

図書館



図書館 8月の休館日

8月3日(月)、11日(火)、17日(月)、
24日(月)、28日(金)、31日(月)

問 茅野市図書館 ☎72-9085



図書館の怪談

夏の終わりに背筋がひんやりするような、
ちょっぴり怖いおはなしはいかがでしょう。
いつもとは違った雰囲気が漂う夜の
図書館に、ご家族皆さんで涼みにきてく
ださい。

とき 8月27日(木) 午後7時～8時
開場 午後6時45分

ところ 茅野市図書館2階 閲覧室

定員 25名(定員になり次第締切)

申込期間 8月1日(土) 午前10時～

申込・問 茅野市図書館 ☎72-9085

尖石縄文考古館



尖石縄文考古館 8月の休館日

8月3日(月)、11日(火)、17日(月)、
24日(月)、31日(月)

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



ふるさと応援団観覧無料

8月21日(金)はふるさと応援団の方は、
観覧料が無料です。

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



茅野市そば生産者協議会 そばの刈取り申込受付開始

茅野市そば生産者協議会ではそばの刈取
り申込みを受け付けます。

JA信州諏訪両営農センター窓口にて用意さ
れる「申込書」と「栽培日誌」を提出し、「刈
取委託立札」を必要枚数(圃場数)受け取
ってください。

期間 8月13日(木)～8月31日(月)

ところ JA信州諏訪茅野市営農センター、
南部センター

問 農林課農業支援センター(内線404)



令和2年度 緑の募金運動の報告

総額は2,266,023円でした。ご協力あ
りがとうございました。

皆さんからいただいた募金のうち、約7
割が茅野市へ事業交付金として配分され、
市内各小中学校や公園、各区・自治会な
どの公共施設の緑化、新入学児童への記
念樹の配布などの緑化推進事業に役立て
られます。

問 農林課 林務係(内線405)



情報公開等の実施状況

茅野市情報公開条例及び茅野市個人情報保護条例の規定により、令和元年度の
運用状況について公表します。

1 情報公開制度の運用状況

情報公開の請求事項	請求に対する決定状況
建設工事等設計単価に関する事	全部公開2件
公共工事金入設計書に関する事	全部公開4件
住居表示に関する事	全部公開2件
登記異動修正済の地番図に関する事	全部公開1件
賃貸借契約書に関する事	部分公開1件
土地・家屋課税台帳に関する事	非公開1件
証明書等交付請求書に関する事	不保有1件
プロポーザルに関する事	全部公開2件 部分公開1件
筆界入り航空写真に関する事	全部公開1件
地方財政状況調査表に関する事	全部公開1件
計	17件

問 総務課行政係(内線132)

2 個人情報保護制度の運用状況

(1) 個人情報取扱事務の届出につ
いて

個人情報を取り扱う事務につ
いては、その目的や、どのような
個人情報を取り扱うかなどを、
個人情報取扱事務届出書に記録
しています。この届出書は、ど
なたでも閲覧できます。

(2) 開示請求、訂正請求等につ
いて

自己情報の開示等の請求は、4
件ありました。

ビーナチャンネル

番組表

LCV11ch

基本放送スケジュール

00分～	行政インフォメーション トピックス
20分～	投稿ビデオコーナー
30分～	文字放送

※午前6時～翌日午前1時まで
1時間プログラムを繰り返し放送
しています。

こんにちは茅野市です 放送内容

テレビを観ながら体を動かせる番組を放送しています。

・「おたっしや体操」

午前7時30分～、午後0時30分～、午後5時30分～

・「いきいき健康ルーム講座」おたっしや体操終了後

7月～9月は太極拳講座をお届けします。8月は「基
礎練習」です。

・「おうちでチャレンジかんたんピラティス」

午前11時30分～、午後3時30分～

・「メディカルヨガ」

「シニアクラス」午前8時30分～、午後7時30分～

「レディースクラス」午前9時30分～、午後8時30分～

「メンズクラス」午前10時30分～、午後9時30分～

問 地域戦略課広報戦略係 ☎72-2101(内線235)

茅野市営住宅 サンコーポラス旭ヶ丘

新婚さん&子育て世帯応援! 月々最大10,000円引き!
詳しくはご相談ください



日当たり良好!



ベランダからの眺望

入居者募集中!

随時内見可

3DK 家賃
月額使用料

36,000円～40,000円

〔住所〕
茅野市金沢1400-66
金沢小・保育園まで
約500m
JR青柳駅まで約1.2km



●建設年度/平成6年 ●LPガス ●給湯設備/有り ●水洗トイレ ●浴槽・風呂釜/有り
●自転車置き場/有り ●駐車場1台目無料(2台目月額3,000円) ●エレベーター/無し
茅野市 都市計画課 住宅建築係 TEL.0266-72-2101(内線537)

守 企画展「戦国武将からの手紙」

守矢文書にある戦国武将の書状を展示します。

会期 8月8日(土)～10月11日(日)

ところ 神長官守矢史料館

料金 通常入館料

問 神長官守矢史料館 ☎73-7567

茅野市美術館

美 CONTACT-つなげる情景 阿部祐己・源馬菜穂・林遼・吉野剛広

2020年に開館40周年を迎える茅野市美術館では、茅野市出身の写真家・阿部祐己(1984-)、諏訪市出身の画家・源馬菜穂(1985-)、下諏訪町出身の彫刻家・林遼(1985-)、北杜市在住の画家・吉野剛広(1967-)

の現代作家4人の展覧会を開催します。本展は、宝くじ助成金を使い実施します。



とき 7月24日(金・祝)～9月6日(日)
午前10時～午後6時

※火曜日休館

ところ 茅野市美術館

観覧料 一般500円、高校生以下無料

【関連イベント】

■アーティストトークー林遼・吉野剛広

とき 8月23日(日) 午後2時開始

ところ 茅野市民館ロビー

話し手 林遼(彫刻家)、吉野剛広(画家)

参加費 無料

定員 30名(先着、要事前申込、8月1日受付開始)

■アーティストトークー阿部祐己・源馬菜穂

とき 8月29日(土) 午後2時開始

ところ 茅野市民館ロビー

話し手 阿部祐己(写真家)、源馬菜穂(画家)

参加費 無料

定員 30名(先着、要事前申込、8月1日受付開始)

申込・問 茅野市美術館(茅野市民館内)
☎82-8222

その他施設・団体等

i 戦没者遺児による慰霊友好 親善事業 参加者募集

この事業は、厚生労働省から補助を受け実施しているもので、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児の方を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的としています。

参加費 10万円

※実施地域等詳細はお問い合わせください。

問 茅野市遺族会

☎72-2705(神林)

博 プラネタリウム8月のテーマ 「ガリレオ衛星」

とき 土・日曜日および祝日

*投影休止の日もあります。

各日 午前10時30分～午後1時30分～の2回

ところ 総合博物館

定員 各回10名(先着順)

参加費 要入館料

その他 整理券は、当日開館時から、お一人につき1枚お渡しします。

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 星空観望会

季節の星座探訪と、大型天体望遠鏡による見ごろの惑星・天体の観察を行います。

とき 8月22日(土)

午後7時30分～9時

*雨天曇天の場合は中止します

ところ 北部中学校天体ドーム(北部生涯学習センター)

講師 若宮崇令さん(前ハケ岳総合博物館館長)、博物館職員

定員 20名(要申込)

参加費 無料

申込期間 7月21日(火)から受付

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 草木染

藍の生葉で絹のストールを染めます。

とき 8月30日(日) 午前10時～正午

ところ 総合博物館

定員 10名

参加費 2,000円(材料費)

持ち物 エプロン、帽子、ゴム手袋

申込期間 7月21日(火) 午前10時～

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



守 矢史料館



守 神長官守矢史料館 8月の休館日

8月3日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)

問 神長官守矢史料館 ☎73-7567

ハケ岳総合博物館



博 ハケ岳総合博物館 8月の休館日

8月3日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 さきおりでランチョンマット

昔ながらの高機を使ってランチョンマットを織ってみましょう! 初心者も楽しく体験できます。お気軽にご参加ください。

とき 8月8日(土)、9日(日)

いずれも午前10時～11時30分と午後1時～2時30分

ところ 総合博物館

講師 ねじばな会員

定員 各回5名(要申込)

参加費 400円

対象 小学校高学年以上(踏み木に足が届く身長が対象になります)

*申込みは一人ずつ、1回まで

申込開始 7月21日(火)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館

☎73-0300

博 古文書解読講座

茅野市内における江戸時代の文書を使い、古文書の解読をやさしく学ぶ全6回の講座です。日曜日の午後と木曜日の夜の2回開講します。講座内容は同じです。今回のみの参加もできます。

とき 8月23日(日)

午後1時30分～3時30分

または27日(木) 午後7時～9時

ところ 総合博物館

参加費 500円(資料代・初回のみ)

申込 初回受講時、総合博物館の窓口で直接お申し込みください

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 古文書相談会

皆さんの古文書学習における疑問・質問などにお答えします。鑑定等は行いません。

とき 8月29日(土)

午後1時30分～3時

ところ 総合博物館

講師 博物館職員

参加費 無料(申込不要)

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

長野県からのお知らせ 環境配慮型住宅助成金

■リフォームタイプ

住宅のリフォームにかかる工事費の20%まで、最大50万円を助成します。

対象工事：省エネルギー化工事で、あわせてバリアフリー化、県産木材を使用、自然エネルギー設備を導入したリフォーム工事をする場合や子育て世帯及び移住世帯は助成額が増額されます。
※助成を受けるには、工事の契約をする前に長野県への申請が必要です。

■新築タイプ

環境にやさしく、体にやさしい。

地域の工務店で建てるあたたかな住まいで、快適・健康に暮らしませんか？

最新の住宅省エネ基準に適合し、県産木材を活用した住宅を新築する場合に、30～80万円を助成します。

詳しくは、HP「環境配慮型住宅助成金」で検索してご確認ください。

申込・問 長野県 建築住宅課
☎026-235-7339

ご存じですか？ 「中退共」の退職金制度

中小企業退職金共済制度（「中退共制度」）は、中小企業退職金共済法に基づき設けられた中小企業のための国の退職金制度です。中退共制度をご利用になれば、安全・確実・有利で、しかも管理が簡単な退職金制度が手軽に作れます。

中退共制度なら……

- 掛金の一部を国が助成します。
- 掛金は全額非課税。手数料も不要です。
- 社外積立型なので、管理が簡単です。
- パートタイマーさんも加入できます。

問 (独)勤労者退職金共済機構

中小企業退職金共済事業本部
☎03-6907-1234
FAX03-5955-8211

簡単管理 全額非課税 掛金助成
退職金は、国の制度を賢く活用

中退共
小企業退職金共済制度

「中退共」で検索！
<http://chutai-kyo.taisyokukin.go.jp/>

(独)勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部
TEL (03) 6907-1234

野焼きは違法です！

家庭や事業所から出るごみ類の野外焼却（野焼き）は、法律により禁止されています。地面に穴を掘っての焼却、ドラム缶による焼却なども「野焼き」と同じです。ご近所への迷惑、有害物質発生の原因にもなりますので「野焼き」はやめましょう！

違反者には厳しい罰則があります！

ごみ類を焼却した場合には、5年以下の懲役若しくは1,000万円以下の罰金、また法人に対しては、3億円以下の罰金が科せられます。

法律で認められているもの

- ・田畑の雑草やワラの焼却など、農業のためにやむを得ず行う焼却
- ・病害虫が付着した枝の焼却
- ・どんど焼き、キャンプファイヤーなど行事で行う焼却
- ・庭先での落ち葉たきなど軽微なものなど

市には、雑草などの焼却による煙の苦情が大変多く寄せられます。やむを得ず焼却するときは周りに迷惑をかけないように、よく乾燥させ、風向きや量、時間帯などに十分注意し、周りに一声かけるなど、ご近所とトラブルにならないよう気をつけましょう。また、風の強い日や建物付近での焼却は火災の原因になりますのでやめましょう。

家庭の庭から出た草木はたい肥化など、なるべく土に返しましょう。また、「燃えるごみ」としても処分できます。よく乾燥させてから指定袋（可燃ごみ）に入れ、ごみステーションへ出してください。（1回に5袋まで）

問 環境課 公害衛生係
(内線264・265)



▲野焼きで黒い煙があがる様子

マチイロ

プッシュ通知で行政情報をお届け！

「広報ちの」の自動配信も！

ダウンロードはこちらから

App Store からダウンロード Google Play で手に入れよう

自衛官候補生募集

自衛官候補生を募集しています。

資格は下記のとおりです。

詳細については、茅野地域事務所までお気軽にお問い合わせください。

募集資格 18歳以上33歳未満

受付期間 年間を通じて受付

試験科目 筆記試験、口述試験、適正検査および身体検査

試験日程 受付時にお知らせ

入隊時期 採用予定通知書でお知らせ

採用後「自衛官候補生」（特別職国家公務員）に任命され、自衛官となるために必要な教育訓練に専念する新しい採用制度です。

自衛官候補生として所要の教育を経て3ヶ月後に2等陸・海・空士（任期制自衛官）に任命します。任期制自衛官とは、陸上自衛官は1年9ヶ月（一部技術系は2年9ヶ月）、海上・航空自衛官は2年9ヶ月を1任期（2任期目以降は各2年）として勤務する隊員です。教育訓練を受けた後に各部隊・基地等に配属されます。約9ヶ月後、1等陸・海・空士に昇任し、さらに1年後、陸・海・空士長に昇任します。

問 茅野地域事務所（茅野商工会議所1階）
☎82-6785

個人事業税(前期分)の納期限は 8月31日(月)です

個人事業税は、個人で製造業・請負業・物品販売業・不動産貸付業・医業などの事業を行っている方に課税される県の税金です。

今年度の納税通知書を8月中旬に発送しますので、お手元に届きましたら、納期限までに納めてください。

金融機関窓口、県税事務所窓口、コンビニエンスストアでの納付（納付額30万円以下に限る）、ペイジー納付に加え、スマートフォン決済アプリ「Pay Pay」「LINE Pay」もご利用いただけるようになりました。

また、新型コロナウイルスの影響により、納税が困難な方につきまして、徴収猶予の特例制度が設けられています。前期分については納期限の8月31日(月)までの申請となりますので、お早めにご相談ください。

問

【課税についての問い合わせ先】

長野県南信県税事務所（伊那合同庁舎内）
☎0265-76-6807

【徴収猶予についての問い合わせ先】

長野県南信県税事務所諏訪事務所（諏訪合同庁舎内）
☎0266-57-2906

徴収猶予の特例制度について（県ホームページ）URL

<https://www.pref.nagano.lg.jp/zeimu/kurashi/kenze/aramashi/covid-19.html>

i シルバー人材センター 入会説明会・審査日程

説明会 8月12日(水) 午後2時～
審査会 8月21日(金) 午後1時30分～
ところ 茅野広域シルバー人材センター
 ※事前に申し込みの上、お越しください。
申込・問 茅野広域シルバー人材センター
 ☎73-0224 業務係

ゆずりあおう ～不用品を活用し あいましょう～

ゆずります

ベビーベッド／バウンサー／BS110℃
 アンテナ／鉄平石／オープンレンジ／コ
 タツ(長方形、掛布団付、6人用)／チャ
 イルドシート／ミニコンポ／ワンコーン
 スピーカー

ゆずってください

マキ割り用斧／ミシンの置き台

※金額は、無料～5,000円の範囲です。
 ※チャイルドシートを無料で貸し出して
 います。
 ※最新情報は、「NPO法人エコタウンち
 の」のホームページをご覧ください。
 ※交渉後の結果および登録後の取り消し、
 変更は必ず環境館へ連絡してください。

問 茅野環境館 ☎82-0040
 (午前9時～午後5時:日・月曜日定休)
 なお、広報紙が届くまでに一部交渉が成
 立する場合がありますのでご了承ください。
 登録期間は3か月あります。

8月の納税等

◆市県民税(2期) ◆上下水道料金
 ◆国民健康保険税(3期)
 ◆下水道受益者負担金(2期)
 ◆市営住宅使用料 ◆保育料
 ◆後期高齢者医療保険料(2期)
【納期限・振替日 8月31日(月)】

i 司法書士による 「空き家問題110番」

現在、わが国では空き家が急速に増え続
 けております。長野県の空き家率は19.6
 %で全国3位です。もはや放置すること
 ができない空き家問題について、私たち
 司法書士は、相続や遺言、不動産登記に
 携わっている専門性を活かせるのではな
 いかとの思いから、平成29年度から3
 年連続でこの相談会を開催しています。
とき 8月10日(月) 午前10時～午後4時
相談先 ☎0120-448-788
 ※相談は無料、秘密は厳守します。
 ※相談日のみ

相談例

- ・実家が空き家になって困っている。売
 る・貸す等は可能か。
- ・まだ空き家ではないが、家を継ぐ者が
 いない。どうなるのか。

主催 長野県青年司法書士協議会

i 司法書士による 「養育費相談会」

わが国では、残念ながら、離婚ひとり親
 家庭のうち子の養育費の取り決めをして
 いる世帯は半数にも満たず、取り決めが
 あったとしても多くの世帯においてその
 取り決めのおりには支払われていない、
 というのが現状です。子どもの貧困が社
 会問題といわれる中、私たち司法書士は、
 子供たちを貧困から救うには、養育費の
 支払いや養育費の取り決めのために、積
 極的な法的支援をすべきと考え、この無
 料電話相談会を企画しました。

とき 9月12日(土) 午前10時～午後4時
相談先 ☎0120-567-301
 ※相談は無料、秘密は厳守します。

相談例

- ・養育費を減額/増額してほしい
- ・養育費の話合いをしないまま離婚した
 けど、今から払ってもらえますか

問 長野県司法書士会
 ☎026-232-7492

その他施設・団体等

i フォスタリング・マンデー (里親制度個別説明会)

「里親(養育里親)」を知っていますか。さ
 まざまな理由で家族と暮せない子どもを、
 家族と暮せるようになるまでの間、家庭
 に迎え入れて一緒に暮らし、育ちをサポ
 ートする、子どものための制度です。諏
 訪の地域に里親が増えることで、子ども
 が慣れ親しんだ諏訪から離れずに育つこ
 とができます。制度を知ってもらうこと
 で、里親や里親家庭で暮らす子どもたち
 を支える地域づくりに取り組んでいます。
 「里親になってみたい」「制度を知りたい」
 など…個別説明会にお越し下さい。

とき 8月10日(月・祝)
 午前10時30分～午後0時30分
 ※予約は不要です

ところ 茅野駅前ビルベルビア3階
 こども館0123 会議室

内容 里親制度の説明、里親の体験談、
 DVD上映など

問

①児童家庭支援センターつつじ

☎75-1108
 (受付:月～水、金・土 ※祝日休み
 午前10時～午後5時)

②諏訪児童相談所

☎52-0056
 (受付:平日午前8時30分～
 午後5時15分)
 ※9月以降も、毎月第2月曜日午前に
 児童家庭支援センターつつじで開催
 します。(会場を変更する場合があります)

i こんなときはここへ

可燃ゴミと資源物について

美サイクルセンター ☎71-1633
 月～土曜日(祝日可)
 午前9時～午後4時30分

静香苑(火葬場)の予約・手続きについて
 市役所 ☎72-2101(年中無休)



熱中症予防のために屋外で人
 と2m以上離れているときは
 マスクをはずしましょう。
 また、こまめな水分補給を忘
 れずに。



無料相談・説明会

茅野市役所 ☎72-2101 (代表) オペレーターが電話に出ますので内線番号をお伝えください。

相談の種類	日 時	相談場所	連絡先	備 考
トレーニング室 利用者説明会 【要事前予約】	①8/13 (木) 10:00～ ②8/19 (水) 14:00～ ③8/25 (火) 19:00～	総合体育館 トレーニング室	茅野市総合体育館 ☎71-1645	当日の受付はしておりませんので、事前に電話での予約をしていただき、説明会当日は、必ず運動用の上履きをご持参ください。 ※利用者登録とトレーニング室利用の仕方の説明です。
法律相談 【要予約】 相談員： 諏訪在住弁護士	8/4 (火) 13:00～17:00 ※電話予約は7/28 8:30～	市役所7階 会議室	市民課市民係 (内線256)	弁護士が利益相反と判断した場合はお断りする場合があります。 法律相談を受けてから1年以内の方は予約できません。
行政相談 相談員：行政相談委員	8/11 (火) 9:00～12:00	市役所7階 会議室	市民課市民係 (内線256)	道路・農地・公害などの官公庁の仕事への要望や苦情、身の回りの問題でお悩みの方はご相談ください。
外国籍市民のための 相談	8/20 (木) 10:00～16:00	市役所7階 会議室	生涯学習課 (内線634)	受付内容：日常生活全般の悩み事 対象者：どなたでも 相談語：英語、ポルトガル語、タガログ語、中国語、日本語
外国籍市民のための 日常生活相談及び 日本語教室	8/1 (土)、9 (日)、15 (土) 22 (土)、29 (土) 13:00～16:00 ※開催日が変更になる場合 もありますので、初めての 方は、事前にご連絡ください。	茅野市ひと・まち プラザ (ゆいわーく茅野)	生涯学習課 (内線634) または、 相談員 090-8846-0491	受付内容：日常生活全般の悩み事 対象者：どなたでも
若者向けキャリア・ コンサルティング 【要予約】 相談員：ジョブカフェ信州 若年者就業支援アドバイザー	8/5 (水) 13:30～16:30	市役所8階 相談室	商工課 (内線435)	仕事探しに関してお悩みのおおむね 40歳未満の方が対象です。
司法書士法律相談 【要予約】	8/12 (水) 15:00～17:00	茅野市ひと・まち プラザ2階 社会福祉協議会 相談室	茅野市社会福祉 協議会 ☎73-4431	
心配ごと相談	8/7・14・21・28 (金) 9:00～12:00			
結婚相談	①8/1・15 (土) 13:00～16:00 ②8/7・21 (金) 18:30～20:30			
子育て、家庭、教育、 発達に関する相談	毎週月～金曜日 (祝日除く) 8:30～17:15	こども・家庭総合 支援拠点 「育ちあいの」 市役所6階 (こども課内)	こども課 こども・家庭相談係 (内線615・616・ 617) 発達支援センター (内線618)	子育てや家庭問題、いじめ、不登校 などの教育相談や発達に関する相談 までお気軽にご相談ください。
女性のための相談 【要予約】	8/8 (土) 10:30～、 11:30～、13:30～、 14:30～	電話予約時に 会場等をお知 らせします。	家庭教育センター ☎73-0888	家族・夫婦、職場や地域の対人関係、 夫や恋人（パートナー）からの暴力、 その他いろいろな心配事について 一人で悩まずご相談ください。
地域職業相談室	木曜日を除く毎週月～土曜日 (祝日除く) 10:00～17:30	茅野駅前 ベルビア2階	ふるさとハローワーク ☎ 72-2029 FAX 73-7933	
税務相談所 【要予約】	毎月第2水曜日 (3月を除く) 10:00～12:00	下諏訪商工会議所 会館2階 (下諏訪町4611)	☎28-6666	主催：関東信越税理士会諏訪支部
保護司による 非行・犯罪相談 【要予約】	8/28 (金) 10:00～12:00	諏訪市公民館 302会議室	諏訪地区更生保護 サポートセンター ☎55-2786	電話予約は平日10:00～16:00受付。 必要な場合には適切な専門機関をご 紹介します。 お気軽にご相談ください。

8月の休日当番医・当番歯科・当番薬局

日	名 称	所 在 地	電 話
2日(日)	中新田診療所 フジモリ薬局はら店 酒井歯科医院	原村13221-2 原村6585-1 本町西9-27	70-1331 79-5751 73-2822
9日(日)	リバーサイドクリニック りんどう薬局 クリーン歯科医院	宮川3975 宮川3990 諏訪市中洲福島5644-1	72-7010 73-9285 58-8121
10日(月・祝)	往診クリニックちの けやき薬局 矢崎歯科医院	ちの2664-1 ちの3243 米沢3-10	82-4104 82-2864 73-5678
14日(金)	諏訪中央病院 アイン茅野薬局 やまびこ歯科診療所	玉川4300 玉川4183-7 諏訪市沖田町3-22-2	72-1000 82-1991 78-7131
15日(土)	諏訪中央病院 茅野土屋薬局 野村デンタルクリニック	玉川4300 玉川4274-1 富士見町落合11184-14	72-1000 71-2122 62-9118
16日(日)	諏訪中央病院 アイン茅野薬局 ロッキー歯科医院	玉川4300 玉川4183-7 諏訪市中洲3612-4	72-1000 82-1991 58-3310
23日(日)	土橋整形外科歯科医院 矢崎薬局 やじま歯科医院	塚原2-2-22 塚原2-3783-1 本町西3-22	72-3226 73-6868 75-5125
30日(日)	藤森眼科 アイン茅野薬局 宮坂歯科医院	本町西1-34 玉川4183-7 諏訪市大手1-18-10	82-1010 82-1991 58-1805

…休日当番医 …休日当番薬局 …休日当番歯科

※休日当番医の診療時間は午前9時から午後5時まで、
当番歯科の診療時間は午前9時から正午までです。
※休日当番医・当番歯科・当番薬局は都合により変更
することがあります。

※休日の急病者のために、市内の病院・医院が交代
で診療しています。

※希望の診療科目に対応できない場合もありますので
ご了承ください。

※受診される場合は、保険証および福祉医療費受給証
(該当者のみ)、服用している薬または説明書を持参
してください。

※当日休日当番医が変更になっている場合があります。
最新情報は茅野消防署(☎72-0119)にご確認ください。

【諏訪地区小児夜間急病センター】

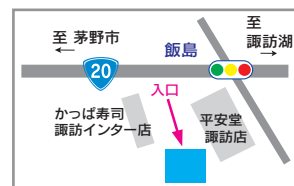
おおむね15歳以下のお子さんの急病に年中無休で対
応しています。

診療時間

午後7時～9時
(受け付け6時30分～9時)

住 所

諏訪市四賀2299-1
☎54-4699



図書館の森 ～ニューフェイス～



パソコンのしくみがよくわかる本
丹羽信夫 著 技術評論社
パソコンやセキュリティ、イ
ンターネットにSNS。そもそ
もどのようなもの？



老いの器量
下重暁子 著 海竜社
年を重ねることを実感し始
めた著者。日々の生活をして
いく上での考え方は。



お金の心理術
多胡 輝 著 ゴマブックス
お金を貯めたい。振り回され
ないたくない。お金の考え方
を見直してみませんか。



たれソース700
武蔵裕子 著 永岡書店
いつもとは違う味付けで新
しいレパートリーを増やし
てみましょう。



探して!見つけて! はじめての元素図鑑
マイク・パーフィールド 文 河出書房新社
水や空気のもとは何だろう。
小さくて見えないけれど、そ
れぞれ特徴があるみたい。



チェス
伝承遊びを伝える会 著 文芸堂
チェスはどういうゲームか
な。ルールや駒の動かし方
を調べてみよう。



どんなふうに見えるの? 林木
作/はたこうろう 絵 すずき出版
うつぶせのほく。さかだちし
たほく。空のくもにはどうみ
えているの?



おれ、ビートくいたい
マイケル・レックス さく 評論社
モンスターとビートという男
の子のお話。ビートはモン
スターに食べられちゃうの?

新 着 本

一 般 書 312 冊
そ の 他 187 冊
児 童 書 85 冊
絵 本 51 冊
購入しました。ご利用下さい。
6月貸出冊数 15,961 冊
6月利用者数 3,450 人

※各出版社に表紙写真使用許可をいただいています。

問い合わせ 茅野市図書館 ☎72-9085 www.libnet-suwa.gr.jp

美サイクルセンターからのお知らせ

レジ袋有料化
2020年7月1日スタート
レジ袋削減にご協力下さい

使用済みのプラスチックごみ
による海洋汚染が世界的に深
刻な問題になっています。

そのような背景から、令和
2年7月1日に全国一律でレジ袋の有料化が実施されました。
プラスチックごみの削減につながるよう、「常にマイバッグを
携帯する」ことなど、レジ袋有料化をきっかけとして、1人
ひとりのライフスタイルを見直し、できることから実践して
みましょう。

農薬・薬品は収集できません

可燃ごみに、中身が残っている薬
品・農薬などが混入すると有毒ガス
の発生により収集作業員に危険がお
よぶ場合があります。可燃ごみの袋
に入れないようお願いいたします。

●薬品・農薬及び容器は市で処理で
きないため、販売業者または処理業
者へご相談ください。

詳細は、美サイクルセンターまでお問い合わせください。 ☎72-2905



元気もりもり食育コーナー 108

～毎月19日は元気もりもり食育の日～ 食育推進委員会

「元気もりもり食育プラン」に基づいて、食育情報を紹介します。
 今月は「高血圧改善に効果のあるミネラル」について、紹介したいと思います。

高血圧改善に効果のあるミネラル カリウム カルシウム マグネシウム

カリウムは、余分なナトリウム（塩分）と結びついて、排出を促します。
カルシウムは、不足して血中濃度が下がると、血管の収縮につながり、血圧を上げます。
マグネシウムは、カリウムのナトリウム（塩分）排泄を助けたり、血管収縮を抑え血圧を下げます。

【カリウム・カルシウム・マグネシウム】が多く含まれる食材は？

海藻類



豆・ナッツ類



いも類



野菜類



果物類



乳製品



低脂肪乳は、飽和脂肪酸（高LDLコレステロールと関連が深い）が少なく、動脈硬化予防としておすすめです。
 体重が多い（肥満の）場合や、血糖値が高いと、高血圧の原因の一つになります。
 食べる量は、目安量を参考にしてください。
 腎機能が悪い人や糖尿病の人は、医師の指示に従って食べるようにしてください。

茹で野菜とハムの簡単白和え ～ミネラルたっぷり、コクと風味を生かした適塩レシピ～



材料〈4人分〉

1人分のエネルギー：62kcal 塩分：0.6g

ブロッコリー……………120g	A {	豆腐……………100g
減塩ハム薄切り………2枚		マヨネーズ……………小さじ2
		練りからし……………1cm
		塩……………少々
		こしょう……………少々

作り方

- ①豆腐はペーパーで包み、お皿で5分ほど重しをして水を切る。
 - ②ハムは短冊切りにする。ブロッコリーは食べやすい大きさに切りゆで、冷ましておく。
 - ③水を切った豆腐とAを混ぜ、ハムとブロッコリーを和える。
- ※ブロッコリーの他に、ほうれん草、にんじん、いんげん、オクラなどでも。

毎月19日は『元気もりもり食育の日』

緑黄色野菜には、カリウムの他に、免疫力を高めたり、代謝に必要なビタミンが多く含まれ、ガンや動脈硬化の予防効果も認められています。毎食意識して、とり入れていきましょう。



こども通信

● **0123広場** 開館時間 10:00～18:00 休館日 木曜日
☎71-1661

イベント名	日時	内容
女性就業相談日	8月26日(水) 10:00～12:00	子育て中のママの就労に関する悩みを相談できます。 専門の女性相談員が相談にのります。

● **図書館** 開館時間 平日9:30～18:00 土・日・祝日10:00～18:00
休館日 月曜日(祝日の場合は翌火曜日)、第4金曜日 ☎72-9085

各イベント再開にあたり、新型コロナウイルス感染拡大防止対策として、人数制限(先着順)を行います。ご了承ください。

イベント名	日時	対象	内容
0・1・2おはなし会	8月1日、15日 22日(土) 10:30～	0、1、2才のお子さん と保護者の方	わらべうた・親子あそび・絵本の読み聞かせなど、親子で楽しいひとときを!
おはなしわーど	8月1日、15日 22日(土) 11:00～	3才以上の方なら どなたでも	語りと絵本の読み聞かせを中心に、わらべうた・手遊びなどを行います。おはなしの世界が広がります。
紙芝居だいすき!	8月8日(土) 10:30～	どなたでも	おはなしとはひと味ちがう、楽しく愉快的紙芝居の世界をお楽しみください。
おなかの赤ちゃん おはなし会	8月15日(土) 13:30～	これから赤ちゃんを迎えられる 家族の皆さん	これから赤ちゃんを迎えられる家族のみなさんへのおはなし会です。楽しい手遊び・わらべうた・語り・絵本の読み聞かせなどです。

イベント名	日 時	対 象	内 容
おはなし会 「えほんとなかよし」	8月4日(火) 10:30～	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	「ブックメイトぐりとぐら」による遊びや歌を交えながらの絵本の紹介や読み聞かせです。
遊びの広場 「夏まつり」	8月20日(木) 10:00～11:00 受付9:30～	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	持ち物：上履き靴(親子)、着替え、水分
絵本で子育て ～絵本の魅力と 読み聞かせの基本～	8月25日(火) 10:30～	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	親の声で子どもに絵本を読んであげると子どもの心が育ちます。親子で絵本を一緒に楽しみ、絵本の魅力、面白さを体験しましょう。今月の絵本は何か？お楽しみに。

「体と心をぎゅーだっこ」 参加者募集

親子でしっかり向き合い、楽しみながら一緒に体を動かすなかで、子どもの心と行動を受け止める言葉がけや関わり方を見つけます。子どもの成長を幸せに感じる素敵な時間を作っていきましょう。

- 対 象

歩けるようになってから就園前の子どもと親
- 定 員

10組（定員になり次第締め切ります）
- 日 程

全8回（下記のとおり）※8回の連続講座です。
- 時 間

午前10時～11時 午前9時30分から受付
- 会 場

茅野市家庭教育センター（茅野市塚原1-9-16）
- 講 師

酒井久美子さん（親子運動指導員）
- 費 用

無料
- 持ち物

上履き(親子とも)、飲物、汗ふきタオル、ぞうきん2枚
- その他

この講座には託児がありません。講座に参加されない兄弟がいるご家庭はどなたかに見ていただきご参加ください。
- 申込期間

令和2年8月3日(月) 午前10時～
- 申込・問

家庭教育センター



回	期日	内容
1	9月 4日(金)	いろいろな身近な用具を使って、親子で楽しく体を動かして遊びます。 こんなものを使います… 牛乳パック、ぞうきん、短縄、ボール など
2	9月11日(金)	
3	9月18日(金)	
4	9月25日(金)	
5	10月 2日(金)	
6	10月 9日(金)	
7	10月16日(金)	
8	10月23日(金)	

新型コロナウイルス感染の拡大があった場合、下記の事業が中止となる場合があります。
お越しになる前に茅野市ホームページでご確認いただきますようお願いします。

● 各地区育児相談会

〔内容〕乳幼児の育児相談、栄養相談、身体計測等
※中大塩地区は成人の血圧測定、尿検査、健康相談も行います。

会 場	日 時	問い合わせ
玉川地区コミュニティセンター	8月 4日(火) 午前10時～午前11時15分	東部保健福祉サービスセンター ☎82-0026
豊平地区コミュニティセンター	8月 5日(水) 午前10時～午前11時15分	
宮川地区コミュニティセンター	8月19日(水) 午前9時30分～午前11時 *親子ふれあい遊び 午前10時30分～11時	西部保健福祉サービスセンター ☎82-0073
中大塩地区コミュニティセンター	8月18日(火) 午前9時30分～午前11時	中部保健福祉サービスセンター ☎82-0107
米沢地区コミュニティセンター	8月26日(水) 午前9時30分～午前11時	
北山地区コミュニティセンター	8月20日(木) 午前9時30分～午前11時	北部保健福祉サービスセンター ☎77-3000

● 健康管理センターの相談・教室

☎82-0105

相談・教室	日 時	内 容	持ち物
赤ちゃん相談 【要予約】	8月7日(金)、21日(金) 9:00～11:00	育児相談、栄養相談、身体計測 ※予約制となりました。	母子健康手帳、バスタオル
マタニティ相談	8月21日(金) 10:00～11:30	助産師による相談、マタニティヨガ ※要予約	母子健康手帳 ※運動のできる支度でお越しください。
ごつくん・もぐもぐ 離乳食教室	8月4日(火) 10:00～11:30	ごつくん:生後4か月～6か月児向けの離乳食の作り方 もぐもぐ:生後7か月～8か月児向けの離乳食の作り方 ※要予約	赤ちゃん用のスプーン、飲み物、おんぶ紐、お母さんのエプロン、三角巾

● 乳幼児健康診査

〔会場〕茅野市健康管理センター ☎82-0105
※ 受付時間は個別に通知します。確認してご来場ください。

健診名	日 程	対 象	持ち物
4か月児	8月 5日(水)	R2年3月後半生まれ(16日以降生まれ)	母子健康手帳、問診票、バスタオル ※ファーストブックプレゼントがあります。
	8月26日(水)	R2年4月前半生まれ(15日以前生まれ)	
10か月児	8月17日(月)	R1年10月前半生まれ(15日以前生まれ)	母子健康手帳、問診票、バスタオル
	8月25日(火)	R1年10月後半生まれ(16日以降生まれ)	
1歳6か月児	8月31日(月)	H31年2月生まれ ※8月は1回のみとなります。	母子健康手帳、問診票
2歳児	8月 6日(木)	H30年8月前半生まれ(15日以前生まれ)	母子健康手帳、問診票
	8月24日(月)	H30年8月後半生まれ(16日以降生まれ)	
3歳児	8月 3日(月)	H29年8月前半生まれ(15日以前生まれ)	母子健康手帳、問診票、目と耳に関するアンケート、尿(郵送した用紙・容器をお使いください)
	8月28日(金)	H29年8月後半生まれ(16日以降生まれ)	

● 予防接種

〔会場〕茅野市健康管理センター〔持ち物〕母子健康手帳、予診票、体温計
※BCGは抱っこ紐をお持ちいただくとスムーズです。

予防接種名	日 時		対 象	備 考
BCG	8月19日(水)	受付時間 午後1時15分 ～午後1時50分	生後5か月～12か月未満	生後5か月～12か月未満の間に1回接種します。 (標準接種5か月～8か月)
日本脳炎	8月 4日(火)	診察時間 午後1時30分～	生後3歳～7歳6か月未満	1期初回は1～4週間隔で2回接種します。 1期追加は2回目終了後おおむね1年以上の間隔で1回接種します。
	8月18日(火)	※受付時間を過ぎると接種できません。		
	日本脳炎は、8月1日から医療機関でも接種可能となります。事前に予約が必要です。 実施医療機関はホームページでご確認ください。			
四種混合 (ジフテリア 破傷風 百日ぜき 不活化ポリオ)	4月から医療機関での 接種となっています。		生後3か月～7歳6か月未満	1期初回は3～8週間隔で3回接種します。 1期追加は初回3回目終了後、 1年～1年半の間に1回接種します。

(注1) 四種混合、日本脳炎、ヒブ、小児の肺炎球菌、B型肝炎などの予防接種をした場合は6日以上(7日目から可)、BCG、麻しん・風しん(MR)、水痘などの予防接種をした場合は27日以上(28日目から可)の間隔で他の予防接種を行ってください。
(注2) 乳幼児、小・中学生までの予防接種履歴を管理しています。転入された方は、今までの接種状況をお届けください。

地域おこし協力隊が行く! Vol.29

観光に関わる宿泊施設、飲食店等に「茅野あんしん認証」を導入しました。

新型コロナウイルス感染症は日本全国の観光業にも大きな影響を与え、茅野市でも2020年の春から夏にかけて、施設自粛を余儀なくされてきました。緊急事態宣言が解除されて、徐々に営業再開をする施設も増えてきましたが、まだウイルスが完全になくなったわけではありません。

観光客のみなさまにとっても市民のみなさまにとっても、安心で、安全な観光とはなにか。それを示すための取り組みとして、地域おこし協力隊を中心とするちの観光まちづくり推進機構では、茅野市や市内の観光事業者とともに、感染予防の専門家の助言をいただきながら「Withコロナスタンダードちの委員会」を立ち上げました。

委員会では新型コロナウイルス感染症拡大防止のための明確な基準を示し、その基準をクリアした施設を認定する「茅野あんしん認証」を導入することにしました。(対象事業者：市内観光事業者、宿泊事業者、飲食事業者および機構会員事業者)

具体的には、各施設に対し衛生管理の理解・対策の実行に関する申告を求めたり、スタッフの講習の修了や施設ごとのマニュアルの作成を条件として、専門家による審査をおこなったりしたうえで、STEP1～STEP3の認定証を授与します。

認証を受けた施設では、施設内のカウンターやWebサイト上で認定証を掲示することができます。事業者の皆さんのPRにご活用ください。また、9月以降に市民の方が認証施設を体験するモニターツアーや、全国広告も予定しております。

この認証を導入することにより、茅野市内の観光施設が感染症対策に関する意識を高め、「安心・安全な茅野の観光」を実現して参ります。

ご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。

「茅野あんしん認証」についてのお問い合わせは、

Withコロナスタンダードちの委員会

事務局：(一社)ちの観光まちづくり推進機構

(担当：渡辺)

TEL：0266-73-8550

Mail:anshin@chinotabi.jp

Web:<http://navi.chinotabi.jp/news/7699/>



↑「茅野あんしん認証」認定証のイメージ



投稿フォームからも簡単に応募できます!

茅野市内にお住まいの10月生まれで3歳以下のお子さんの写真を募集します。①写真②氏名(子ふりがな)・保護者・子の性別③お子さんの生年月日④電話番号⑤コメント(50文字以内)をメールまたは封書で送ってください。メールの件名は「おたんじょうびおめでとう応募」としてください。応募の締め切りは8月11日(火)。メールアドレス: c.senryaku@city.chino.lg.jp



両角 朱莉ちゃん
令和元年8月4日生まれ
1歳

1歳おめでとう☆これからもすくすく元気に育ってね! 生まれてきてくれてありがとう。



平澤 翔麻くん
平成30年8月4日生まれ
2歳

手がかかって騒がしいけれど、翔ちゃんの笑顔に癒されているよ☆君は我が家の宝物! 大好きだよ☆



梯 夏帆ちゃん
令和元年8月2日生まれ
1歳

1歳の誕生日おめでとう! いつもたくさんの幸せをくれて本当にありがとう。元気に大きくなってね♪



長尾 彩音ちゃん
平成30年8月31日生まれ
2歳

2歳おめでとう。これからも元気に育ってね。



今井 仁美ちゃん
平成29年8月22日生まれ
3歳

☆お誕生日おめでとう☆産まれてきてくれてありがとう。いつまでも仲良しな2人でいてね!



両角 凛香ちゃん
令和元年8月17日生まれ
1歳

お誕生日おめでとう!! たくさん笑って楽しく過ごそうね。これからの成長も楽しみにしているよ!

山林、畑、古民家、買取り相談受付

電話番号: 0266-72-5880

八ヶ岳ライフ 不動産鑑定士朝倉宏典

茅野市本町西5番23号 長野県知事(2)5281号



広告



KOBAYASHI FLOWER SHOP
http://www.k-flower.co.jp http://roseshop.jp

〒393-0041 長野県諏訪郡下諏訪町西四王4997-7 フラワービル1F
コバヤシフラワーショップ TEL.0266-28-1188

広告

<広告欄> 広告の内容については、広告主へお問い合わせください。

広報 ちの Chino City No.914
8月号

発行/長野県茅野市 編集/企画部地域戦略課
〒391-8501 長野県茅野市塚原二丁目6番1号 ☎0266-72-2101
ホームページアドレス https://www.city.chino.lg.jp
印刷/(株)オノウエ印刷



次号は9月号 8月20日(木)発行です

◎広報紙に掲載されたあなたの写真を1枚差し上げます。ご希望の方は地域戦略課広報戦略係まで。
◎広報紙は茅野市内のお近くのコンビニエンスストア、金融機関、郵便局でも入手できます。

