広報2020
ちの
Chino City

令和２年
No.915
9月号

ちの市議会だより 第34号
特集　今、災害が起きたら…
令和３年度　保育園等入所受付

茅野市初！
道の駅「ビーナスライン蓼科湖」がオープン！

広報2020
ちの Chino City
令和２年
No.915
9月号

今月の表紙
道の駅　ビーナスライン蓼科湖

７月17日（金）、道の駅ビーナスライン蓼科湖がオープン。
主にハード整備は茅野市が、誘客の施設整備や仕組みづくりについては地元蓼科を中心に実施する「公民協働」による道の駅です。
農産物の直売所やアイスクリーム屋さんがあります。

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。

もくじ

02　もくじ
03　特集　今、災害が起きたら…
08　保育園等　入所受付
10　国勢調査
12　講座・お知らせ
13　高齢者福祉サービス
14　令和２年度茅野市表彰式
15　情報プラザ・病院コラム
16　こころの健康づくり
17　スポーツ関連情報
18　国保だより
19　国民年金だより
20　情報ネットワーク
25　無料相談・説明会
26　休日当番医・図書館の森・ごみの出し方
27　元気もりもり食育コーナー
28　こども通信
31　地域おこし協力隊が行く！
32　おたんじょうびおめでとう

R2.8.1　現在

市の人口		対前月比
人　口	55,148人	（－14）
男	27,610人	（－5）
女	27,538人	（－9）
世帯数	23,435世帯	（＋8）

プレゼント＆アンケート

表紙にも登場した蓼科アイス 無料券を抽選で25名様にプレゼント

蓼科アイス　住所：茅野市北山4035-2906

【お店の紹介】
道の駅「ビーナスライン蓼科湖」にできたアイスクリーム屋さん。
昭和の時代に、日本映画界の巨匠・小津安二郎監督ら、文人墨客に愛された同名喫茶店の“復刻店”。
濃厚なバニラソフトや旬の果実が入ったソフトなどがあります。

■応募方法
①住所、②氏名、③年齢、④今月の「広報ちの」の感想を書いて、下記の方法でご応募ください

〈郵送の場合〉
〒391-8501　茅野市塚原2-6-1
地域戦略課 広報戦略係宛
〈メールの場合〉
c.senryaku@city.chino.lg.jp
件名を「広報ちのプレゼント応募」としてください。

9月15日（火）締切
〈WEBからの場合〉
スマホからＱＲコードで簡単に応募できます。

特　集

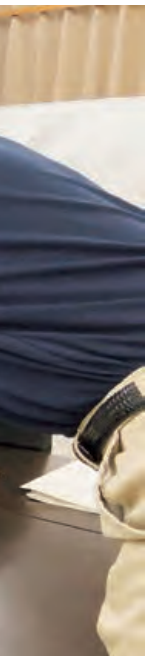
コロナが心配
今、災害が起きたら…

避難したいけど、どうしよう

新型コロナの感染が怖いなぁ

災害からの避難を優先

密集状態になりやすい避難所では、新型コロナウイルスの感染が広がるリスクがあります。しかし、それを恐れ、漠然と「避難しない」という選択が一番危険です。今、災害が起こったら、迷わずに行動できますか。



感染リスクが高い今だからこそ伝えたい

災害時の「避難の心得」

新型コロナウイルス感染症に対する恐怖は、避難の判断を鈍らせてしまうかもしれません。今までよりもしっかりとした心構えや準備をしないと、迷わずに避難をすること、安心・安全を得ることは難しくなってしまうでしょう。現在のような状況だからこそ知っていただきたい避難の心得をお伝えします。

みんなで『逃げる』から、
『逃げない』と言う人がいなくなる
みんなで『逃げる』から、
『逃げられない』人のことが気にかかる

新型コロナウイルス感染症の流行と災害

新型コロナウイルス感染症が全国的に流行しています。新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防は大切ですが、災害が発生した時には、まず自分と家族の生命を守ることが最も大切です。安全な場所に避難して、生命の安全が確保された後で、感染症の感染拡大予防について考えましょう。

令和元年東日本台風（令和元年台風19号）、令和2年7月豪雨に学ぶ

昨年の令和元年東日本台風や先日の令和2年7月豪雨では、幸い茅野市では大きな災害が発生しませんでしたが、災害は毎年全国で発生し、多くの方が尊い命をなくされています。災害で犠牲にならないために、最低限必要な備えを一緒に考えましょう。

豪雨災害で犠牲にならないためには、「安全な場所」へ避難するしかありません。しかし、どこが「安全な場所」な

風水害から身を守る

準備・確認してほしいこと　「マイ・タイムライン」を作ってみよう！

災害が発生する前に、安全に避難するにはどのようなことが必要になるのか考えて作りましょう

●住んでいる地区の災害リスクを知る
- 土砂災害警戒区域等に入っていないか
- 過去に災害が起こった場所はないか

●避難場所・経路を調べる
- 地区の一時避難場所はどこか
- 避難場所までの経路に危険な場所はないか
- 移動手段や時間はどうなるか

●警報等の内容を調べてどんな行動をとるか知る
- レベル3の避難準備・高齢者等避難開始で避難する
- 茅野市防災気象情報で○○観測所の時間雨量が○㎜を超えたら避難する

●災害発生前後の情報収集方法を調べる
- 茅野市防災気象情報
- 茅野市防災ガイドブック
- テレビ・ラジオ
- 長野県河川砂防情報ステーション

詳細はQRコードを読み込んでご覧ください→

区の中で防災マップの作成や危険個所の確認、災害時の行動等を事前に確認しています。これにより災害時に適切な行動をとることにつながります。

のか、避難の方法、避難のタイミングは、住んでいる場所（予想される危険の種類と程度）によって異なります。とは言え、個人が避難の判断をすることは、非常に困難です。このため、地域では犠牲者をゼロにするため、ご近所同士で話し合い、避難のタイミングと避難場所を決めてあります。地域によっては、各区・自治会で詳細な防災マップを作成している地区もあります。避難の際は、地区の基準やマップを活用して、声を掛け合って避難することで、犠牲者ゼロにつながります。

茅野市でも、今までの災害の教訓を参考に、犠牲者ゼロを目指しましょう。

問　防災課　防災係
☎72－2101
（内線182）

風水害から身を守る

車での避難・安全確保

交通事故・避難中の被災にお気を付けください

●洪水・土砂災害に係る警戒レベル３（右図参照）の発表と同時に避難するなど余裕を持った行動をお願いします。
●車で避難できる場所をマップで公開しています➡

エコノミークラス症候群を甘く見ないで！

●食事や水分を十分とらない状態で、車の中など狭い座席で長い間同じ姿勢をとっていると、肺塞栓や脳卒中、心臓発作などを起こす恐れがあります。
●大雨の最中でも車の中で足首などの運動を続けましょう！
●水分を十分にとりましょう！

水・食事・携帯トイレを準備してください

●避難の際は最低限の水と食料、携帯トイレをお持ちください。

いつか来る災害に備え

今こそやっておいてほしい

防災マップを確認しよう

自分の住んでいる場所の情報や知識をもとに安全に避難することが大切です。防災マップは災害のリスクや危険が予測されるときの行動の手助けとなるように作成されています。いつか必ず起こる災害に備え、いま必要なことを確認してみませんか。

防災ガイドブックはお持ちですか？

茅野市では『茅野市防災ガイドブック（ハザードマップ）』を作成しています。防災ガイドブックでは、市内全域の土砂災害の危険区域や、上川、宮川および諏訪湖の氾濫による浸水の範囲を予測し、可視化しています。また、雪害や地震に関する内容も掲載しており、様々な災害に備えるために防災ガイドブックを活用できます。

大切なのは「事前の準備」「早めの避難」の徹底。災害の危険が近づくとともに避難の選択肢は減ります。周囲の状況によっては、ためらわずに最寄りの避難所に避難することも必要です。いざというときに冷静な判断ができるよう、家族で防災ガイドブックを開いてみませんか。

【茅野市防災ガイドブック】

令和２年３月に各家庭へお配りしました。お持ちでない方は市役所でお渡しします。

配布場所　茅野市役所３階防災課窓口
各地区コミュニティセンター等

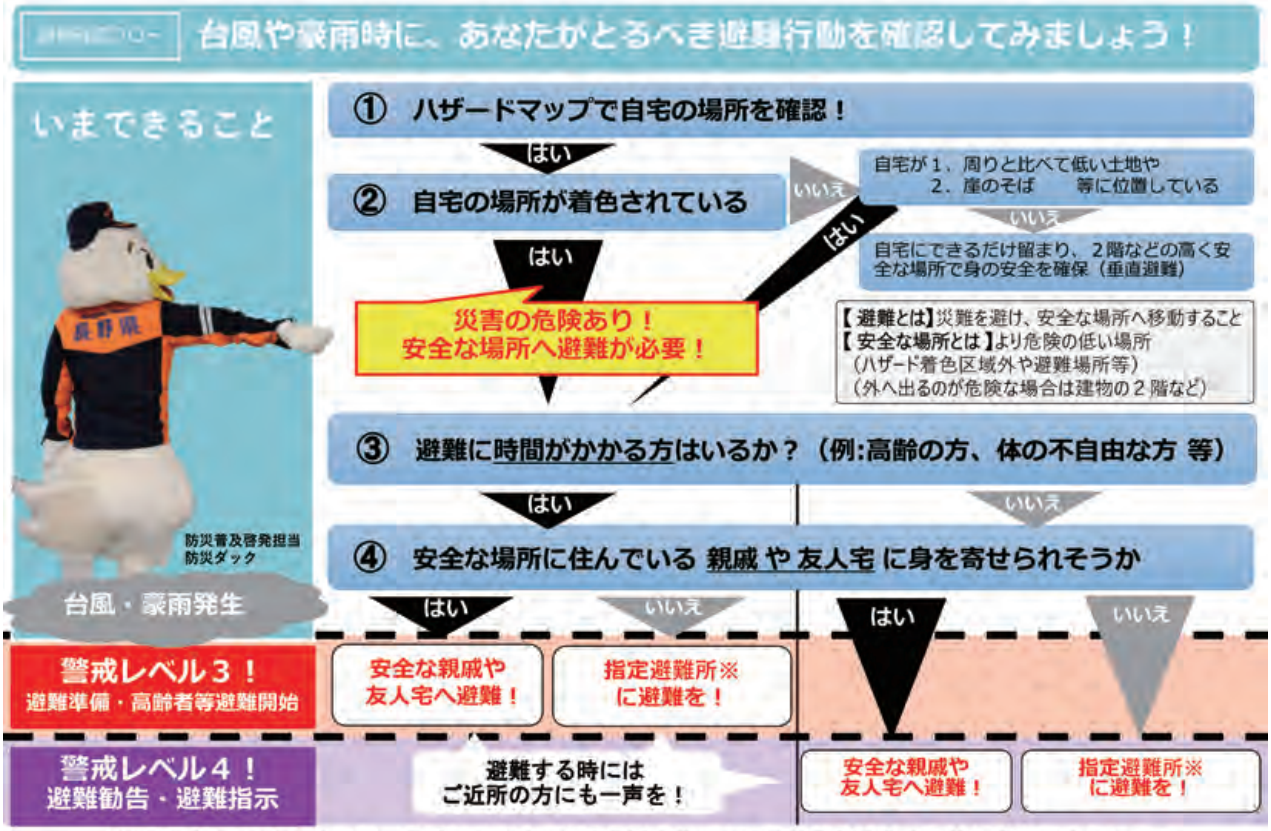
茅野市防災ガイドブックはホームページからも見ることができます。
こちらからご覧ください➡

災害に備える☑チェック

家族で確認しましょう

災害時などで避難所に行く際には、最初の１日間をしのぐための物品を持参するようお願いします。必要最低限の持ち出し品は次のものがあります。リュックサックなどにいれておきましょう。

□飲料水（500mlを1人2～3本）	□非常食（1人2～3食）	□毛布・アルミブランケット	□タオル
□懐中電灯	□ホイッスル	□携帯レインコート	□ウエットティッシュ
□常備薬	□マスク	□携帯トイレ（1人３回分程度）	□現金（千円札や小銭を数日分）



※最善の策ではないですが、警戒レベル３・４発表時の車による避難及び車内での安全確保も可とします。

令和３年度 保育園等 入所受付

令和３年度中に、保育園・認定こども園（以下「保育園等」という。）に入所を希望される児童の入所説明と入所受付が始まります。なお、現在保育園等に入所している児童で、継続入所の申し込み等が必要な方には、通園している保育園等から別途お知らせします。（広域入所児童は除きます。）

入所説明会と入所受付の方法が例年とは異なります。ご注意ください。

入所できる児童

保育園等に入所できる児童は、児童の年齢と保育の必要性に応じた認定を受けた児童です。ただし１号認定児童は、保育園の定員管理に支障が無ければ入所することができます。

設定区分	対象年齢	対象者
1号	満３歳以上	２号認定に該当しない児童
2号		保育を必要とする事由に該当する児童
3号	満３歳未満	

※よこうち認定こども園とちのせいぼ幼稚園は、１号認定の定員が決まっています。

保育の利用を必要とする事由▶児童の保護者が次のいずれかに該当する必要があります。

①月64時間以上の就労（会社勤務、パートタイム、内職、自営業等）
　※原則として労働に見合った対価を給与または報酬等として受け取っている
②妊娠、出産（産前3か月・産後6か月）
③保護者の疾病、障害
④疾病、または身体に障害を有する親族の常時介護
⑤震災、火災、風水害等での災害復旧
⑥起業準備を含む求職活動（入所月を含む３カ月間）
⑦就学（職業訓練校等における職業訓練を含む）
⑧市長が認める①～⑦に類する状態にある

入所の申込方法

各園または市役所で配布する申込書類に必要事項を記入し、保育を必要とする事由にあてはまる書類をご用意のうえ受付日に入園予定児童を連れてお越しください。

保護者が園を選択できます

保育園等の様子を見たり、保育の内容を聞いて保護者が園を選択できます。
ただし、年齢ごとの受け入れ可能人数を超える申し込みがあった場合は、第一希望以外の保育園等に入所していただく場合があります。

年度途中入所の予約

これから出産予定のお子さま、産休・育休明けからお子さまを入所させたい等の理由で、令和３年度途中から入所を希望する方も申し込みを受け付けます。（保育園等への入所は生後６か月を経過してからとなります。）

市外の保育園にも入所できます

「保護者の就労先が茅野市外にあり、就労時間と通勤時間を考慮したときに、認定時間内では送迎ができない」などの理由が認められる場合に限り、他市町村の保育園を選択することができますので、幼児教育課に直接ご相談ください。

ちのせいぼ幼稚園入園説明会

とき　10月１日（木）午前11時～
自園給食の試食があります。
参加申込や予約は不要です。
マスク着用でのご参加をお願いいたします。
当日風邪症状や発熱等ある場合には参加できませんのでご了承ください。
新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止となる場合があります。
開催の有無については園のホームページに掲載いたします。ご確認のうえ、ご参加ください。
問　ちのせいぼ幼稚園　☎72－3512

しゃれんどきっず園入園受付

定員　24名
開所日時　週７日(土・日・祝日含む)
　午前７時30分～午後６時30分
入園説明会　10月６日（火）午後５時～
入園願書受付　10月７日（水）～以降随時受付
入園願書締切　10月13日（火）
面接は10月14日（水）以降に行います。日程については別途ご連絡します。
０歳児（生後８か月～）のみ入園受付をします。
※１歳・２歳は定員に達しているため受付はしません。
問　しゃれんどきっず園　☎82－8066

令和３年度　入所説明および入所受付

今年度の入所説明は働いている保護者の負担軽減と在園児への影響、そして新型コロナウイルス感染防止等の観点から、方法を変更します。入所の受付の流れは以下のとおりです。

入所受付の流れ

①第一希望の園または市役所に必要な書類を取りに行きましょう

入所の申込みに必要な書類や入所のための手引きをお渡しします。入所受付の日程は手引きに掲載します。

配布場所　市内の園または市役所６階　幼児教育課
配布期間　９月14日（月）～９月30日（水）の平日
配布時間　園の場合　下記の一覧の平日開所時間内
　　市役所　午前８時30分～午後５時15分
持ち物　筆記用具（受付表の記入をお願いします）
※送迎時間（午前７時30分～９時、午後３時30分～４時30分）は混み合いますのでご遠慮ください。
※みどりヶ丘保育園が第一希望の方は園が工事中のため、宮川保育園に書類を取りに行ってください。

②ビーナネットChinoやビーナチャンネルで説明を聞きましょう

保育園の入所に関する説明を動画で配信します。①でお渡しする「保育園等入所の手引き」を手元にご用意のうえご覧ください。

配信場所　茅野市公式インターネット動画番組サイト「ビーナネットChino」、ビーナチャンネル
※市役所６階エレベータホール（東側）でもご覧になれます。
配信期間　９月14日（月）～

③入所の申込・面接へ行きましょう

期間や場所は①で配布する書類に記載してありますのでそちらをご覧ください。

持ち物　茅野市保育所等入所申込書・児童台帳一式と付票（記入してお持ちください）、その他提出を依頼するもの、筆記用具、印鑑

受付完了！

園の一覧

	施　設　名	所　在　地	電話番号	開所時間（平日）	開所時間（土曜日）	乳児	予定定員（内3歳未満児）
公	ちの保育園	塚原1-13-5	72-3076	7:30～19:00	7:30～18:30	○	200（50）
公	宮川保育園	宮川4458-2	72-2601	7:30～19:00	7:30～14:00	○	120（30）
公	宮川第二保育園	宮川1277-1	72-2589	7:30～18:30	7:30～13:00	○	60（21）
公	玉川保育園	玉川3439	72-3265	7:30～19:00	7:30～14:00	○	220（50）
公	湖東保育園	湖東5646-1	78-2637	7:30～18:30	7:30～13:00	○	130（40）
公	笹原保育園	湖東1298-1	76-2512	8:00～16:00	8:00～12:00		35　（5）
公	豊平保育園	豊平2486-1	72-2925	7:30～18:30	7:30～13:00	○	100（20）
公	北山保育園	北山4810-1	78-2330	7:30～18:30	7:30～14:00	○	100（20）
公	中央保育園	本町東15-14	72-2602	7:30～18:30	7:30～13:00	○	90（24）
公	米沢保育園	米沢6160	72-6249	7:30～18:30	7:30～13:00	○	120（30）
公	金沢保育園	金沢1164-1	72-2419	7:30～18:30	7:30～13:00	○	100（20）
公	泉野保育園	泉野2650-1	79-3639	8:00～16:00	8:00～12:00	○	60（17）
公	小泉保育園	玉川927-243	72-7401	7:30～18:30	7:30～14:00	○	90（24）
公	みどりヶ丘保育園	宮川8630-1	72-0333	7:30～16:00	7:30～13:00	○	90（24）
公	中大塩保育園	中大塩8-12	72-3126	7:30～18:30	7:30～13:00	○	100（26）
私	玉川どんぐり保育園	玉川2213-1	82-5588	7:30～19:00	7:30～14:00	○	210（48）
私	わかば保育園	宮川11020	72-7016	7:30～19:00	7:30～14:00	○	200（39）
私	よこうち認定こども園	ちの2576-1	75-1120	7:30～19:00	7:30～14:00	○	120（36）
私	ちのせいぼ幼稚園	仲町14-7	72-3512	7:30～18:30			105

茅野市ホームページでも詳細を確認いただけます。ご不明な点等ありましたら下記までお問い合わせください。

問　幼児教育課 幼児教育係　☎72－2101（内線622・623）

令和２年 国勢調査

国勢調査2020

全16問　**回答義務**

令和２年10月１日時点で
日本に住むすべての
人と世帯が対象です。

回答時間

調査の対象

調査の流れ

調査員がご自宅へお伺いして、インターネット回答用 ID と調査票をお渡しします。

配布期間

9/14(月) → 9/20(日)

回答方法は２種類

インターネットによる回答

回答期間

9/14(月) → 10/7(水)

調査票（紙）の記入による回答

インターネット回答が無かった世帯へ調査員が回収に伺います。
郵送での回答も可能です。

回収期間

10/1(木) → 10/15(木)

ご回答はできる限りインターネットでお願いします

新型コロナウイルス感染拡大防止のため調査書類の配布や受け取りをできる限り世帯の皆さんと調査員が対面しない非接触の方法で実施します。

パソコンで回答

国勢調査オンライン　検索　**または**

URL　https://www.e-kokusei.go.jp

茅野市ホームページの
国勢調査バナーをクリック

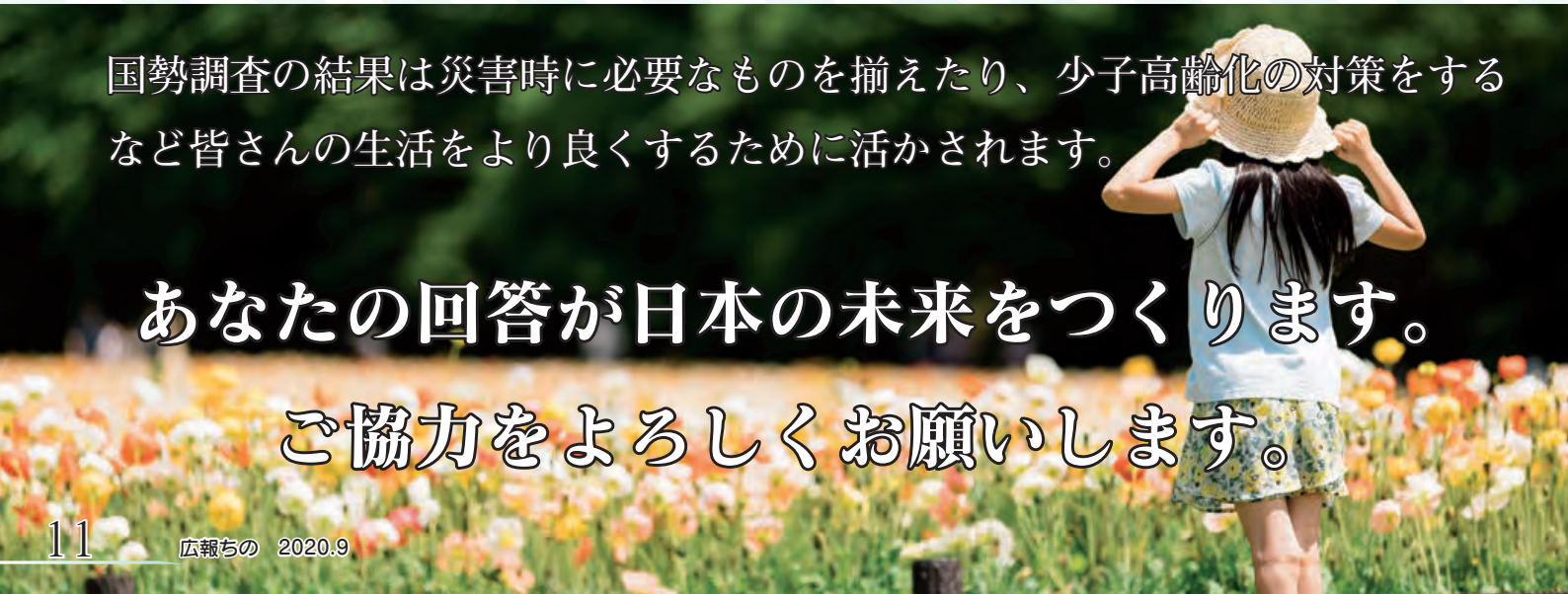
スマートフォンやタブレットで回答

パソコンでの回答方法に加えてQRコードを読み込んで回答できます。
（右のQRコードからも、調査員がお渡しする書類の中のQRコードどちらでも可）

↑回答フォーム

○新型コロナウイルス感染症の影響により、日程や調査の方法が変更される場合があります。

問い合わせ　地域戦略課 広報戦略係　☎72－2101（内線234）



講座 学校開放講座（9月～10月分）

問　永明小学校 ☎72－2207　東部中学校 ☎79－5050

学校開放講座は、市内の学校が持つ人的・物的財産を活用して、広く市民の皆さんの生涯学習に役立てようとするものです。市民のどなたでも参加いただけます。参加申込、講座の内容等については、直接該当校に問い合わせてください。

■地域の皆さんもご一緒に、コーラスを心と体で楽しもう

とき　9月24日（木）10月1日（木）、8日（木）、15日（木）、22日（木）
午後7時～8時10分

ところ　永明小学校 第2音楽室

持ち物・定員　なし

■合唱を楽しもう

とき　10月13日（火）、22日（木）、28日（水）
午後6時30分～8時30分

ところ　東部中学校 第2音楽室

持ち物・定員　なし

※どちらの講座も新型コロナウイルス感染症の状況により中止になる場合があります。

お気軽にご参加ください

講座 血圧が気になる人の料理教室

問　健康づくり推進課（茅野市健康管理センター内）☎82－0105

高血圧と食生活について学びながら、料理教室を行います。申込みをお待ちしています。
※コロナウイルス感染予防対策を行いながら、実施します。

日程・内容

9月23日（水）鶏肉の酒蒸し梅肉ソース添え、じゃが芋の生姜酢あえ
10月1日（木）鮭とブロッコリーの塩炒め、大根の肉巻き

時間　午前10時～正午
ところ　茅野市健康管理センター
参加費　一回 300円　**対象**　市内在住の方
定員　各15人
持ち物　エプロン、三角巾、マスク、筆記用具

お知らせ マイナポイント（最大5,000円）の取得が始まります！

問　茅野市マイナンバーセンター　☎75－0120

令和2年9月から、国が個人にポイントを付与するマイナポイント事業が開始されます。
マイナンバーカード取得者を対象として、キャッシュレス決済（○○ペイや電子マネー）で使えるマイナポイント（最大20,000円の買い物やチャージに対して、5,000円相当のポイント）が付与されます。
ポイントの取得には、①マイナンバーカードの取得、②マイナポイントの予約・申込みが必要となります。
このうち、マイナポイントの申込（利用するキャッシュレス決済の選択）を7月から受け付けています。
マイナポイントの予約や申込は、パソコンやスマートフォンからご自宅で行えますが、パソコンやスマートフォンがアプリ非対応の方は茅野市マイナンバーセンター（茅野駅前ベルビア出張所内）でも行えます。

ポイントの予約・申込みはお済みですか？
マイナンバーカードをお持ちで予約・申込みがお済みでない方はお忘れなく！

お知らせ 2年に一度！必ず受けてください 計量器（はかり）の定期検査

問　長野県計量検定所 検定・検査課 ☎0263－47－4006
商工課 商業労政係（内線434）

取引や、各種の証明に使用する「はかり」をお持ちの皆さんは、**計量法の規定により、2年に1回長野県知事の検査を受ける必要があります。**今年度は、当市を対象として下記日程により検査が実施されますので、「はかり」を持参し、必ず検査を受けてください。

対象　取引や証明に使用する「はかり」（計量士の検査に合格し、届出をしたものは除く。）

持ち物　はかり（おもり・分銅等付属品一式含む）
検査手数料

日程・会場

検査日	会　場	時　間	検査対象地区
9月15日（火）	玉川地区コミュニティセンター	午前10時～正午	豊平、玉川、泉野
	北山地区コミュニティセンター	午後1時30分～3時30分	北山、湖東、米沢、中大塩
9月16日（水）～17日（木）	茅野市中央公民館	午前10時～正午 午後1時～3時30分	茅野市全域

前回の検査を受けた方には通知が届きますので、詳細をご確認ください。
また、検査料等の詳細は右のQRコードから長野県計量検定所のホームページでご確認ください。

高齢者福祉サービスをご利用ください

市は、高齢の皆さんが住み慣れた地域で生活が続けられるよう、様々な高齢者福祉サービスの提供を行っています。今回は、サービスの一部を紹介します。

日常を支援するサービス

■**緊急通報装置の貸出し**
緊急時の連絡を容易にする機器をお貸しします。(自己負担あり)

■**自宅への訪問による理容、美容サービスへの助成**
支援方法　在宅の寝たきりの人などに助成券を交付します。
助成額　１回あたり1,500円（１人あたり年間４回を限度）

■**配食サービス**
昼食または夕食を、ご事情に応じて居宅に配達し、安否の確認を行います。(自己負担あり)

■**移送サービス**
自力で公共交通機関を利用できない人を対象に車イスのまま乗り降りできる自動車で、外出を支援します。(自己負担あり)

■**成年後見制度などの利用支援**
成年後見の申立などを必要としている人で、申立費用や後見人などへの報酬の支払いが困難な方に、費用や報酬の全部または一部を助成します。

在宅で介護する方へのサービス

■**介護用品の購入費用を援助**
対象　おむつ等の介護用品を必要とする人（要介護３から要介護５までの認定を受けている人）を介護している、市民税非課税世帯の人
助成額　１ヶ月あたり6,300円以内（年間75,000円以内）

■**介護者に入浴券、マッサージ券を支給**
対象　在宅において寝たきりまたは認知症である人を常時介護している介護者
助成内容　入浴券は年間12回利用分を限度、マッサージ券は年間6回利用分を限度に助成します。
※入浴券は、市営温泉施設および河童の湯で利用可能です。

■**徘かいされる高齢者の所在地を把握**
位置検索システム専用の端末機などを貸与します。

■**介護者が急な都合で介護できない場合の支援**
介護施設に緊急宿泊した時の経費の一部を助成します。
対象　介護認定を受けている方

介護保険サービスを補うサービス

■**訪問介護、訪問看護、短期入所、通所サービスを補います**
介護保険での限度額を超えて介護サービスが必要な人に、介護保険と同じ負担割合でサービスを利用していただけるように支援します。
※ご利用にあたっては、介護支援専門員（ケアマネジャー）にご相談いただく必要があります。

■**福祉用具のレンタルを補います**
一時退院や一時帰宅にあたり、福祉用具が必要な場合に、レンタル料金を補助します。
対象用具　車イスおよびその付属品、特殊寝台およびその付属品、床ずれ防止用具、体位変換器、徘かい感知機器、移動用リフト(つり具部分を除く)、スロープ(可動式のもの)
※福祉用具レンタルする業者は、市が指定した業者となります。

相談、申請窓口

今回紹介しましたサービスのご利用につきましては、次の各保健福祉サービスセンターまでお気軽にご相談ください。

■豊平・玉川・泉野地区の方は、
　東部保健福祉サービスセンター　☎82－0026
■宮川・金沢地区の方は、
　西部保健福祉サービスセンター　☎82－0073
■ちの・米沢・中大塩地区の方は、
　中部保健福祉サービスセンター　☎82－0107
■湖東・北山地区の方は、
　北部保健福祉サービスセンター　☎77－3000
※営業時間　平日午前８時30分～午後５時15分

なお、『配食サービス』と『移送サービス』につきましては、お近くの保健福祉サービスセンター内にある社会福祉協議会にご相談ください。

令和２年度茅野市表彰式

～市の発展にお力をいただいた方々を表彰～

問　総務課　行政係
☎72－2101（内線 132）

令和２年度茅野市表彰式が、８月３日（月）に市役所大ホールで行われました。茅野市表彰式は、市政や公益、教育文化などの発展に功績のあった個人や団体を顕彰するものです。
産業功労・社会福祉功労・教育文化功労として市長表彰が、また、篤志寄付をいただいた個人・団体、市政にご協力いただいた個人に市長感謝状が贈られました。

茅野市表彰式表彰者（敬称略）

◇産業功労

細　田　秀　司　（地域の産業振興）
田　村　一　司　（地域の産業振興）
土　橋　英　一　（地域の産業振興）
相　川　文　治　（地域の産業振興）
矢　﨑　貞　和　（地域の産業振興）
矢　﨑　裕　嗣　（地域の産業振興）
朝　倉　祐　一　（地域の産業振興）
小　尾　幸太郎　（地域の産業振興）
仲　山　美代子　（地域の産業振興）
吉　田　克　人　（地域の産業振興）
矢　島　章　司　（地域の産業振興）

◇社会福祉功労

名　取　忠　義　（地域福祉の推進）
伊　藤　　衛　（保護司の活動）
五　味　勝　子　（地域の健康づくりの活動）
壬　生　正　子　（母子保健の向上）

◇教育文化功労

細　田　源　浩　（学校医）
勅使川原はすみ　（青少年健全育成）

◇篤志寄付

株式会社ハイライト
代表取締役　岡部　憲一　（環境整備事業寄付金）

足　立　孝　幸　（車両の寄贈）
柳　澤　英　夫　（皮革製品の寄贈）

一般社団法人諏訪法人会
会長　今　井　　誠（図書カードの寄贈）

堀　内　龍　也　（洋画の寄贈）
田　中　道　哲　（銅版画の寄贈）
志　村　勝　久　（洋画の寄贈）
藤　森　照　信　（スケッチ等の寄贈）
中　林　忠　良　（銅版画の寄贈）
小　山　　勲　（オルガンの寄贈）

◇市政協力

小　平　榮　三　（統計調査員）
山　中　英　子　（統計調査員）

▲受賞者代表あいさつをした細田秀司さん

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！【ワード講座】【エクセル講座】

文書作成に欠かせない定番ソフト「ワード」、表計算やグラフの作成ソフト「エクセル」を初歩から学びます。

講座日程

	組	開　催　日	時　間
ワード講座	①	10/6(火)、10/9(金)、10/13(火)	午前10時30分～午後0時30分
	②	10/16(金)、10/20(火)、10/23(金)	
エクセル講座	①	10/6(火)、10/9(金)、10/13(火)	午後1時30分～3時30分
	②	10/16(金)、10/20(火)、10/23(金)	

募集人員　各講座各組定員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。文字入力、マウス操作ができる方。
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。(Mac PCは対応できません。)

参加費用　受講料1,000円＋テキスト代

講習会場　ワークラボ八ヶ岳(茅野駅前ベルビア　２階)

申込期間　８月24日(月)～９月16日(水)　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の影響により中止させていただく場合もありますので、あらかじめご了承願います。

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

あなたの大腸を守って。

外科部長　髙安　甲平

2016年より当地で大腸がん診療をさせていただいております。こちらで日々患者さんを診察するうち、以前の地域に比べ進行がんの患者さんの割合が高い印象を受けておりました。実際に調べてみると、リンパ節転移をともなうステージⅢの進行大腸がんの割合が全国平均の２倍ほどあることがわかりました。

市の健康管理センターにも協力をいただき、様々な要因をしらべてみたところ、茅野市の大腸がん検診の受診率が非常に低いことがわかりました。長野県全体では日本全国の平均と同等なのですが、茅野市では県内77市町村中72位の受診率でした(平成29年調べ)。

がん検診のがん発見効果については否定的な意見もありますが、2017年の全国統計では検診を契機に２万７千人の大腸がんが発見されています。大腸がんの治療は、ごく早期であればお尻からの「内視鏡」で取ってしまうことができます。ただし、このような初期段階でご自身でわかるような症状がでることは、ほとんどありません。その段階で発見されないと次第に大きくなり、腸ごと切り取る手術が必要になります。がんが大腸やまわりのリンパ節だけにとどまっている場合は、お腹の傷を小さくできる「腹腔鏡手術」で取ることができます。さらに発見されずに時間が経つと肝臓や肺などに転移をして、体への負担が大きな手術が必要になったり、手術では取りきれず抗がん剤の治療が必要になったりします。

がんをなるべく早い段階で見つけるため市の健康管理センターと協力して、市民の皆さんに大腸がん検診のことをもっと知っていただく取り組みをしております。大腸がん検診は35歳以上の茅野市在住の方が対象で、病院や診療所で受ける①病医院検診と、各地の公民館やコミュニティーセンターで行う②集団検診があります。①病医院検診は対象の方から健康管理センターに連絡していただき、送られてくる受診票をもって対象医療機関を受診していただきます。やや手間がかかるため当院では不定期で手間を減らすためのキャンペーンをしております。院内ポスターで告知をしておりますので、当院にお越しの際はチェックしてみてください。９月からは②集団検診も行なっております。詳しくは市のホームページや健康管理センター(☎0266－82－0105)までお問い合わせください。

9月10日～9月16日　自殺予防週間

見逃さないで！心のSOS

身近な人の変化に気づいたら…あなたにもできることがあります！

うつ病、依存症などの心の病気は、誰もがかかる可能性があります。

自分や身近な人の様子が「いつもと違うな」と感じたら…

＜気づき＞
家族や仲間の変化に気づいて声をかけましょう

＜傾聴＞
本人の気持ちを尊重し、耳を傾けましょう

＜見守り＞
温かく寄り添いながら、じっくりと見守りましょう

＜つなぎ＞
早めに専門家へ相談するよう促しましょう

・心の病気、社会・経済的な問題などを抱えているようなら、公的相談機関、医療機関などへの専門家へ相談につなげましょう。
・相談を受けた人も１人で抱えず、プライバシーに配慮しながら、本人の気持ちや状況を理解してくれる家族や友人、上司といったキーパーソンに協力を求めましょう。

厚生労働省「自殺対策」ホームページ抜粋

～身近な相談機関～

《専門機関》

長野県精神保健福祉センター（長野県自殺対策推進センター）
- **専門的アドバイスを希望される方（臨床心理士が対応します）**
  ☎026－227－1810（平日9：30～17：15）
- **話を聴いてもらいたい方（心の電話相談員対応）**
  ☎026－224－3626（平日9：30～16：00）

こころの健康相談統一ダイヤル（自殺予防のための相談）
消えてしまいたい、家族や知人から死にたいと訴える人がいる、身内が自死して辛くてどうしようもないなど自殺に関する相談
☎0570－064－556（平日9：30～16：00）

いのちの電話（さまざまな心の悩み・自殺問題）
- **自殺予防のいのちの電話**　フリーダイヤル0120－783－556
  毎月10日（8：00～24時間）
- **いのちの電話**
  長野　☎026－223－4343（毎日11：00～22：00）
  松本　☎0263－29－1414（毎日11：00～22：00）
  諏訪保健所　☎0266－57－2927（平日8：30～17：15）

《相談窓口》
平日8：30～17：15（土・日・祝日除く）

茅野市健康づくり推進課（健康管理センター内）
☎0266－82－0105

茅野市東部保健福祉サービスセンター
【担当地域】玉川・豊平・泉野
☎0266－82－0026

茅野市西部保健福祉サービスセンター
【担当地域】宮川・金沢
☎0266－82－0073

茅野市中部保健福祉サービスセンター
【担当地域】ちの・米沢・中大塩
☎0266－82－0107

茅野市北部保健福祉サービスセンター
【担当地域】北山・湖東
☎0266－77－3000

茅野市ではメンタルヘルス出張講座と心の健康相談を実施しています

中小企業向け　メンタルヘルス出張講座

市内中小企業向けのメンタルヘルス出張講座を行っています。（臨床心理士・セラピスト、インストラクター等が企業に出向いて講座をします）費用は茅野市が負担します。内容など、健康づくり推進課へご相談ください。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため延期または中止になることがあります。

こころの健康相談

臨床心理士による個別相談です。秘密は厳守いたします。日程、場所等は、相談者と臨床心理士と相談の上、決定します。まずは、健康づくり推進課へお問い合わせください。
（※心療内科、精神科などへ受診をしていない方が対象です。）

メンタルヘルス出張講座・こころの健康相談に関する申し込み・問い合わせ先
健康づくり推進課（健康管理センター内）☎82－0105

スポーツ関連情報

コミュニティスポーツ教室（後期）

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。皆さんのご参加をお待ちしています。

申込・問　お近くのスポーツリーダーまたはスポーツ健康課　スポーツ健康係　☎72－8399

地区	教室名	日時	定員	参加料	会場	内容
ちの	ニュースポーツ教室（後期）	9/1～2/23　毎週火曜日　全26回 19:00～21:00	20名	無料	永明小学校体育館	ふらば～る・バドミントン・インディアカを楽しむ
	ヘルスバレー教室（後期）	11/3～11/24　毎週火曜日　全4回 19:00～21:00	20名	無料	永明小学校体育館	ヘルスバレーのルールを知りゲームを楽しむ
宮川	後期インディアカ教室	9/2～12/9（10月を除く） 毎週水曜日　全11回 19:00～21:00	30名	無料	宮川小学校体育館（入口側半面）	インディアカのルールと方法を知り、ゲームを楽しむ
	ニュースポーツ教室	10/7～10/28 毎週水曜日　全4回 19:00～21:00	30名	無料	宮川小学校体育館（入口側半面）	ニュースポーツのルールと方法を知り、ゲームを楽しむ
米沢	ニュースポーツ教室（後期）	9/4～12/11 毎週金曜日　全15回 19:15～21:00	15名	無料	米沢小学校体育館（入口側半面）	ふらば～る、バトミントン、ソフトバレーを楽しむ
	秋　八子ヶ峰ウォーキング	10/3（土） 9:00～14:00	10名	無料	八子ヶ峰高原	自然観察と交流を楽しむ
玉川	蓼科紅葉ハイキング	10/24（土） 9:30～14:00	20名	無料	蓼科湖畔周辺	紅葉を見ながら楽しく歩こう
	操体法教室	11/28（土）、12/19（土）、1/16（土） 計3回 14:00～17:00	15名	無料	玉川地区コミュニティセンター　2F	ストレッチで体のゆがみをなおし、健康的な生活をしましょう
金沢	心も体もリフレッシュ	9/16～11/18　毎週水曜日 全10回 19:30～21:00	30名	500円	金沢地区コミュニティセンター	ソフトヨガ、気功、ボール、ロープを使った筋力アップエクササイズ
湖東	スノーシュー体験教室	1/16（土）～1/17（日）　1泊2日 10:00～翌日12:00	10名	要確認	夏沢鉱泉周辺 夏沢鉱泉宿泊	スノーシューの装着と方法を知り、雪山の散策を楽しむ
中大塩	諏訪湖半周ウォーク	11/7（土） 8:00～12:00	20名	無料	諏訪湖畔	諏訪湖畔でウォーキングを楽しむ

新型コロナウイルス感染症の影響により教室の延期・中止がある場合があります。

高齢者・保険課　医療保険・年金係　☎72－2101（内線322）

国保だより

高額な診療を受ける皆さんへ／『限度額適用認定証』等を申請しましょう。

医療機関に入院または、高額な外来診療を受ける時に『限度額適用認定証』、『限度額適用・標準負担額減額認定証』（以下「認定証」）を保険証と一緒に提示すると、医療機関の窓口で支払う１か月の医療費（保険適用分）が限度額までとなります。限度額は、年齢や所得区分により異なりますので、あらかじめ高齢者・保険課で認定証の交付手続きが必要です。
認定証の有効期限は毎年７月31日となっています。引き続き必要な場合は、更新手続きをしてください。
（注）国保税を滞納していると、認定証の交付が受けられない場合があります。

市民税非課税世帯の方の入院時の食事代の減額について

市民税非課税世帯の方は、事前に申請し交付された「認定証」を医療機関の窓口で提示することで、入院中の食事代が減額されます。過去12か月の入院日数の合計が91日以上になった場合は、申請をすることで食事代が更に減額されます。該当される場合は早めにご申請ください。

第三者行為による保険診療は、届け出が必要です

交通事故など、第三者による行為が原因でけがや病気になった時の医療費は、原則として加害者が負担するべきものですが、届出によって国民健康保険（以下「国保」）の被保険者証を使用して、医療を受けることができます。その際には必ず高齢者・保険課の窓口で「第三者行為による傷病届」を提出してください。
この場合の医療費は、一旦、国保で支払いますが、後日、国保から加害者へ医療費の請求を行いますので、まずは国保の窓口にご連絡ください。国保への届出の前に示談を済ませると、示談後は国保が使えないので、必ず示談をする前に届出をしてください。
詳細につきましては、医療保険・年金係までお問い合わせください。

倒産・解雇などによる離職（特定受給資格者）や雇い止めなどによる離職（特定理由離職者）によって国保へ加入された方には国保税の軽減制度について

会社の倒産、解雇、雇い止め等の理由で離職され、茅野市国民健康保険（以下「国保」）へ加入された方は申告いただくことにより国民健康保険税（以下「国保税」）が軽減される場合があります。
次の要件に該当する方は、雇用保険受給資格者証をお持ちのうえ、税務課または高齢者・保険課で申告をしてください。

○軽減の対象となる要件

平成22年３月31日以降に離職し、雇用保険の（１）特定受給資格者、または（２）特定理由離職者として求職者給付（基本手当等）を受ける方で、ハローワークより発行された受給資格者証の離職理由が次の表の番号に該当する方。

離職理由	（１）特定受給資格者 （倒産・解雇などによる離職）	（２）特定理由離職者 （雇い止めなどによる離職）
受給資格者証の 離職理由番号	11、12、21、22、31、32	23、33、34

※高年齢受給資格者および特例受給資格者の方は対象となりません。

一部負担金の減免及び徴収猶予、国民健康保険税の減免制度について

災害により死亡または家屋に重大な損害を受けたときや失業等、特別な理由により生活が著しく困難になった場合、申請により、医療機関へ支払う一部負担金の減免や徴収猶予する制度、また国民健康保険税の減免の制度がありますのでご相談ください。

問い合わせ　税務課　諸税係（内線179）
高齢者・保険課　医療保険・年金係（内線325）

国民年金だより No.152

高齢者・保険課　☎72-2101
医療保険・年金係　（内線 326）
岡谷年金事務所　☎23-3661

あなたも国民年金を増やしませんか？

★年金の「未納」「未加入」「免除」期間がある60歳以上の方へ

やむを得ない事情により国民年金保険料を納めなかった期間や、国民年金に加入していなかった期間があると、その期間に応じて年金額が少なくなってしまいます。

国民年金にはご本人の申出により「60歳以上65歳未満」の５年間（納付月数480月まで）、国民年金保険料を納めることで、65歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができる【任意加入制度】があります。「年金額を満額又は満額に近づけたい方」にはお勧めです。

国民年金任意加入制度　Q＆A

Q．任意加入に条件はありますか？

A．次の１～４のすべての条件を満たす方が任意加入をすることができます。

1．日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方
2．老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
3．20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月（40年）未満の方
4．厚生年金保険、共済組合等に加入していない方

・年金の受給資格期間を満たしていない65歳以上70歳未満の方も加入できます。
・外国に居住する日本人で、20歳以上65歳未満の方も加入できます。

Q．任意加入によるメリットはありますか？

A．●65歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができます。
●万が一の際にも備えられます。
一定の要件を満たせば、加入期間中に、思わぬ事故や病気で障害が残ったときに障害基礎年金が、一家の働き手が亡くなったときには遺族基礎年金が受け取れます。
●長生きするほど、生涯に受け取る年金額も多くなります。
●納めた保険料は社会保険料控除の対象となります。

Q．毎月の保険料はいくらになりますか？

A．国民年金の保険料は月額16,540円（令和２年度）です。
保険料の納付方法は口座振替になります。
また、保険料の前払いにより割引される前納制度もあります。

さらに受け取る年金額が増える付加年金の納付もおすすめです！

毎月の保険料に加えて月額400円の付加保険料を納めると、老齢基礎年金とあわせて付加年金を受け取れます。

付加年金額（年額）は、「付加保険料納付月数×200円」で計算します。

●60歳から65歳になるまで付加保険料を納めた場合
・５年間の付加保険料納付額（総額）…24,000円（60月×400円）
・付加年金額（総額）……12,000円（60月×200円）

つまり、65歳から国民年金を受け取り始めて２年で、付加年金保険料の合計額に見合う付加年金額を受け取ることができます。（令和２年度の保険料額、年金額で計算しています。）
※付加保険料を納めるには申し込みが必要です。

茅野市情報プラザ 臨時休館延長

公立諏訪東京理科大学の新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を受けて、休館措置を当面の間継続させていただきます。ご利用の皆さんには引き続きご不便をおかけいたしますが、ご理解をいただきますようお願いします。
なお、業務再開は決定次第、市ホームページにてお知らせします。

問　地域戦略課情報政策係（内線236、237）

令和２年度 敬老の日お祝い品贈呈

茅野市では、高齢者の方の長寿のお祝いとして、令和２年度中に満88歳になられる方と満100歳になられる方へ、敬老の日の９月21日（月・祝）以降に、お祝い品を贈呈します。
申し込みは不要ですが、敬老の日より前に茅野市から転出された方や、お亡くなりになられた方にはお贈りできませんので、ご了承ください。

対象
- 満88歳（昭和７年４月１日～昭和８年３月31日生まれの方）
- 満100歳（大正９年４月１日～大正10年３月31日生まれの方）

問　高齢者・保険課　高齢者福祉係（内線335）

9月21日（月）～9月30日（水） 秋の全国交通安全運動

秋の全国交通安全運動がはじまります。県外からの観光客に、長野県の交通マナーを誇れるように、ゆとりと思いやりを持った運転に心がけましょう。
また、道路交通法の改正で、あおり運転が「妨害運転罪」として新設されています。車間距離を十分に取り、急な車線変更や不必要な急ブレーキなど、他車に迷惑をかけるような運転はしないようにしましょう。

問　建設課　交通安全係（内線512）

お知らせ

茅野市総合防災訓練

今年度の茅野市総合防災訓練は、震度７の巨大地震が発生した場合を想定し、市内10地区を対象とした通信訓練、各地区の実情に合わせた初動訓練を実施します。また、市内の指定避難所の内、基本避難所（小中学校、八ヶ岳総合博物館、笹原保育園）を開設する、避難所開設訓練を実施します。
激甚災害発生時に必要な活動を知っていただくため、地震発生直後の初期活動の訓練を、昨年度に引き続き行います。

とき　９月６日（日）
午前７時～　サイレン吹鳴
午後８時30分～　通信訓練

ところ　市内一円

問　防災課　防災係（内線182）

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金（第十一回特別弔慰金）

戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、第十回特別弔慰金の支給に引続き、第十一回特別弔慰金が支給されることになりました。
請求書類につきましては、前回（第十回）特別弔慰金を受給した方に請求書類を郵送しています。前回受給者が亡くなられた場合や支給対象となるか等のご相談は担当課へお問い合わせください。

受付日　９月15日（火）金沢、16日（水）泉野、18日（金）米沢・中大塩※、24日（木）ちの、30日（水）湖東、10月１日（木）玉川、５日（月）宮川、６日（火）北山、９日（金）豊平
午前９時～正午（９月24日、10月１日、５日は午前９時～午後３時30分）

ところ　各地区コミュニティセンター

※中大塩地区の方は米沢地区コミュニティセンターにて受付、上記受付日以外は担当課での受付となります。

問　地域福祉課　福祉21推進係（内線304）

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

健康づくり講座「敵は高血圧にあり」

ボケ防止や、健康づくりのために、特に高血圧に関わる対応が大事なことはわかっているが、具体的にどうしたらよいか。そんな疑問にそれぞれに応じたヒントが得られる講座を、市健康福祉部の保健師・管理栄養士の方の協力で企画しました。味覚検査や血圧測定など、体験しながら学びましょう。

とき　９月11日（金）
午後１時30分～午後３時

ところ　茅野市図書館　２階

定員　20名（先着順）

申込期間　８月11日（火）～９月６日（日）

申込・問　茅野市図書館　☎72－9085

茅野市不妊及び不育症治療費助成事業

不妊および不育症の治療を受けたご夫婦に、治療費の一部を助成しています。
平成31年４月から新たに、長野県から助成を受けている方も対象となっています。

対象　助成金の交付申請する日の１年以上前から市内に居住（住民票がある）している戸籍上の夫婦。ただし、市税の滞納がないこと。

申請期間
長野県助成交付金決定、または一連の治療が終了した日、の翌日から起算して３か月以内に申請してください。

注意事項
- 長野県で行われている「長野県不妊に悩む方への特定治療支援事業」の対象となる方は、そちらが優先となります。
- 平成31年４月より添付書類が変更になっています。
- 同一のご夫婦に対して、不妊及び不育症治療それぞれ5回までです。
- 申請前に、下記までご相談ください。

問　健康づくり推進課（茅野市健康管理センター内）☎82－0105

Green Hills village
グリーンヒルズヴィレッジ
茅野市 グリーンヒルズ で検索
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・下水道汚水桝・雨水排水桝完備
• 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す
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

図書館

図書館 ９月の休館日

９月７日(月)、14日(月)、23日(水)、25日(金)、28日(月)
問　茅野市図書館　☎72－9085

図書館でティータイムを

ボランティアグループ「レモングラス」の皆さんによるハーブティーのサービスです。図書館の庭で採れたハーブも使った季節香るお茶をお楽しみください。
とき　９月10日（木）
　　午前10時30分～11時30分
ところ　茅野市図書館前庭
持ち物　マイカップ
問　茅野市図書館　☎72－9085

図書館を飾ろう！

「紙芝居だいすき！」に参加したあとに、２階おはなしの部屋前の飾りつけを一緒にしてみませんか。秋の果物の飾りをしてもらいます。
とき　９月12日（土）午前11時頃～
ところ　茅野市図書館２階　おはなしの部屋前
対象　「紙芝居だいすき！」に参加した方
問　茅野市図書館　☎72－9085

公立諏訪東京理科大学 出前授業講座①

図書館での開講４年目になる、公立諏訪東京理科大学の先生方による出前授業講座の今年度第１回目です。平田陽一教授による「住宅用太陽光発電システム設置前から卒FIT後まで」と題して、固定価格買取制度が昨年より順次終了となる中（これを卒FITと言います）今後10年近くは電池の寿命の生かし方など問われます。先生の実際の体験談をもとに皆さんの参考になるお話がお聞きできます。
とき　９月17日(木)
　　午後1時30分～３時
ところ　茅野市図書館２階
対象　高校生以上
定員　20名(申込先着順)
申込期間　８月11日(火)～９月11日(金)
申込・問　茅野市図書館　☎72－9085

ペレットストーブ等の購入補助

交付対象者　茅野市内に居住もしくは事業所等を有する個人または事業者（地方公共団体および公共団体は除く）で、令和３年２月末までに運転確認ができるよう設置工事を完了できる方
交付対象台数　８台
補助率等　ペレットストーブまたはペレットボイラー本体の購入に要する経費の２分の１以内(上限10万円)
補助対象条件
・補助対象とするペレットストーブまたはペレットボイラーは、県内に事業所または代理店を有する者から購入すること。
・使用するペレットは、県内のペレット製造施設で製造されたもので、長野県の林業および木材産業の振興並びに県産材の利用促進に資する県産間伐材を利用したものを使用すること。
受付開始日　８月28日(金)
必要書類
・購入を予定しているものの見積書の写し
・購入を予定しているものの外観が分かるパンフレット等
受付期間　８月28日(金)～９月11日(金)
※期間中の申込み台数が８台を超えた場合は、抽選にて交付対象者を決定します。９月14日(月)以降、申込みが対象台数に満たない場合は、先着順とします。
申請手続き等の詳細については、担当までお問い合わせください。
申込・問　農林課林務係（内線405）

アメリカシロヒトリの発生にご注意ください

アメリカシロヒトリの大量発生時期になります。早期発見と駆除にご協力をお願いします。
※駆除は樹木の所有者の責任であり、市では市有地以外での駆除は行っていません。
アメリカシロヒトリは、蛾(ガ)の一種で毒はありませんが、大量発生した幼虫が近隣へ移ることでトラブルの原因になります。
卵からかえったばかりの幼虫は白い網状の巣を作り群生しているので、巣網ごと枝葉を切り駆除してください。
巣網から分散してしまうと、薬剤での駆除が必要になります。ご自分で駆除できない場合は、消毒・害虫駆除等の業者にご相談ください。
詳しくは市ホームページまたは広報７月号をご覧ください。
問　環境課　公害衛生係（内線264）

農地パトロール(利用状況調査)

優良農地の確保と有効利用の促進を図るため、各地区の農業委員と農地利用最適化推進委員の方々が農地パトロールを行い、遊休農地の解消と違反転用発生防止に取り組んでいます。
７月１日～10月31日までを農地パトロール月間として活動します。
農地パトロールの結果は、農地台帳に情報として整備されますので、ご協力ください。
問　農業委員会事務局
　　（内線441・442）

ビーナチャンネル番組表 LCV11ch

基本放送スケジュール

00分～	動画放送「こんにちは茅野市です」
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。

放送番組の紹介

テレビを観ながら体を動かせる番組を放送しています。
・**「おたっしゃ体操」**
午前７時30分～、午後０時30分～、午後５時30分～
・**「いきいき健幸ルーム講座」**おたっしゃ体操終了後
７月～９月は太極拳講座をお届けします。９月は「太極拳の型～八式太極拳～」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 入居者募集中！ 随時内見可
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
3DK 家賃 月額使用料 36,000円～40,000円

ベランダからの眺望
〔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)

博 植物観察会

蓼科サイクリングロード周辺の植物観察を行います。
とき　9月12日(土) 午前8時30分～正午
集合場所　博物館駐車場
講師　岩波均さん（市民研究員植物グループ指導者）
参加費　無料(要申込)
服装・持ち物　歩きやすい服装、飲み物、記録帳等
申込期間　8月20日(木)から受付
申込・問　八ヶ岳総合博物館
☎73－0300

博 コケ観察会

青少年自然の森周辺のコケ観察と学習を行います。
とき　9月17日(木) 午後1時～3時
集合場所　尖石縄文考古館駐車場
講師　平岡照代さん
（平岡環境科学研究所）
参加費　無料(要申込)
服装・持ち物　歩きやすい服装、飲み物、記録帳等
申込期間　8月20日(木)から受付
申込・問　八ヶ岳総合博物館
☎73－0300

博 キノコ観察会

午前中は吉田山でキノコを観察します。午後は博物館で観察したキノコについて学習します。(午前のみの参加も可能です。)
とき　9月19日(土) 午前9時～午後4時
ところ　吉田山
講師　小山明人さん(菌類懇話会)
参加費　無料(要申込)
服装・持ち物　昼食、飲み物、歩きやすい服装
申込期間　8月20日(木)から受付
申込・問　八ヶ岳総合博物館
☎73－0300

博 キノコ展

身近で見られるキノコの実物を展示し解説します。鑑定も行います。
会期　9月20日(日)～21日(月・祝)
午前10時～午後4時
ところ　ワークラボ八ヶ岳(ベルビア2階)
料金　無料
問　八ヶ岳総合博物館　☎73－0300

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

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　9月12日(土)、13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　博物館はたおりボランティアねじばな
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
申込期間　8月20日(木)から受付
申込・問　八ヶ岳総合博物館
☎73－0300

博 作って遊ぼう!ワクワク科学工作

やさしい科学工作を通じて、科学の不思議さやおもしろさを体験してもらいます。9月は「紙コップを使っておもちゃを作ろう！」。
とき　9月13日(日)
午前10時～11時30分
ところ　総合博物館
講師　市民研究員実験工作グループ
定員　16名(要申込)
参加費　300円
対象　小学生以上
申込期間　8月20日(木)から受付
申込・問　八ヶ岳総合博物館
☎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。
とき　9月20日(日)
午後1時30分～3時30分
または 24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)
申込方法　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　八ヶ岳総合博物館　☎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　9月26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　八ヶ岳総合博物館　☎73－0300

図書館

茅野高校図書委員さんと楽しむわくわくおはなし会

茅野高校図書委員さんによるおはなし会です。絵本や紙芝居などの楽しいおはなしがいっぱいです。どなたでも参加いただけますので、ご家族・お友達と一緒にお越しください。高校生のお兄さん、お姉さんといっしょにおはなしを楽しみましょう！
とき　10月1日(木) 午後4時30分～5時
ところ　茅野市図書館1階どんぐり図書室じゅうたんコーナー
定員　3組
問　茅野市図書館　☎72－9085

第1回 読書ボランティア交流会

博報文庫の絵本や紙芝居の紹介、ミニおはなし会の実演、読書ボランティア同士の情報交換会を予定。多くのご参加をお待ちしています。
とき　9月16日(水)
午前9時45分～11時45分
ところ　ゆいわーく茅野3階集会室
対象　市内にお住いの読書ボランティアの方と、これから読書ボランティア活動をしようと考えている方
定員　30名
問　茅野市こども読書活動応援センター
☎75－1250

尖石縄文考古館

尖 尖石縄文考古館 9月の休館日

9月7日(月)、14日(月)、23日(水)、28日(月)
問　尖石縄文考古館　☎76－2270

八ヶ岳総合博物館

博 八ヶ岳総合博物館 9月の休館日

9月7日(月)、14日(月)、23日(水)、28日(月)
問　八ヶ岳総合博物館　☎73－0300

美 寿齢讃歌－人生のマエストロ－写真展15

人生を積み重ねた高齢者の奥深い表情や、生活を営む姿を大切に記録し、未来に残したい。お年寄りを被写体に全国から公募のあった85名の写真を展示します。
※関連展示：没後5年・木之下晃氏を偲んで―「木之下晃と寿齢讃歌」
会期　9月12日(土)～27日(日)
午前10時～午後6時
※9月15日(火)、23日(水)休館
ところ　茅野市美術館　企画展示室
観覧料　無料
問　茅野市美術館(茅野市民館内)
☎82－8222

美 第2期収蔵作品展「木之下晃－音楽を撮る」

2020年に没後5年となる長野県諏訪市出身の写真家・木之下晃の作品を特集します。
会期　9月12日(土)～10月5日(月)予定
午前10時～午後6時
※9月15日(火)、23日(水)、29日(火)休館
ところ　茅野市美術館　常設展示室
観覧料　無料
問　茅野市美術館(茅野市民館内)
☎82－8222

その他施設・団体等

i 市民の森　秋の観察会

～市民の森の秋の草花を楽しむ～
昔から秋の七草はその美しさを鑑賞して楽しむものと言われています。
暑い夏が終わり、植物たちは競って色とりどりの花を咲かせ、森を彩ります。
軽い散策をし、秋の草花を鑑賞しましょう。
とき　9月6日(日)　午前9時～正午
ところ　市民の森　第一駐車場集合
講師　白鳥保美さん（諏訪教育会自然研究部植物委員会委員）
参加費　500円
定員　20名
持ち物　散策のできる服装、雨具、飲み物
申込期間　9月3日(木)まで
主催　NPO法人　八ヶ岳森林文化の会
URL：https://8moribunka.org/
申込・問　井村　☎090－7241－9816
メール：e_imura@8moribunka.org

守矢史料館

守 神長官守矢史料館 9月の休館日

9月7日(月)、14日(月)、23日(水)、28日(月)
問　神長官守矢史料館　☎73－7567

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－つながる情景 阿部祐己・源馬菜穂・林遼・吉野剛広

地域ゆかりの作家を紹介してきた茅野市美術館は、2020年で開館40周年を迎えます。本展では、諏訪地域や八ヶ岳山麓出身・在住の現代作家4人を特集します。
[展示作家]
阿部祐己（写真家・茅野市出身、1984-）
源馬菜穂（画家・諏訪市出身、1985-）
林遼（彫刻家・下諏訪町出身、1985-）
吉野剛広（画家・北杜市在住、1967-）
会期　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
問　茅野市美術館(茅野市民館内)
☎82－8222

博 プラネタリウム9月のテーマ「火星最接近」

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～と午後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　八ヶ岳総合博物館　☎73－0300

博 博物館で星空観察会

夏の星座観察をしたり、望遠鏡を使った天体観察を行います。
とき　9月12日(土)
午後7時30分～9時
※雨天の場合、室内で星・宇宙のお話をします。
ところ　総合博物館
講師　若宮崇令さん（前八ヶ岳総合博物館館長）、博物館職員
定員　20名(要申込)
参加費　無料
申込期間　8月20日(木)から受付
問　八ヶ岳総合博物館　☎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　9月26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（前八ヶ岳総合博物館館長）、博物館職員
定員　20名(要申込)
参加費　無料
申込期間　8月20日(木)から受付
問　八ヶ岳総合博物館　☎73－0300

博 ふるさと工芸講座「はたおりを知ろう」(全5回)

糸巻きから織機の準備まではた織りの基本の工程を学びながら、本格的な織りを体験してみませんか。
とき　10月18日(日)、25日(日)
11月8日(日)、15日(日)、29日(日)の全5回。
1～4回目　午前10時～正午
5回目　時間は後日調整。
ところ　総合博物館
講師　博物館職員、博物館はたおりボランティアねじばな
定員　5名(要申込)
参加費　1,000円(初回のみ)
対象　原則、毎回参加できる方。踏み木に足が届く身長の方。
申込期間　9月15日(火)から受付
申込・問　八ヶ岳総合博物館
☎73－0300

交通事故相談所のご紹介

長野県では、交通事故に遭ったり、交通事故を起こし、困っている方に、適切なアドバイスを行うため、県内３か所に「交通事故相談所」を開設しています。損害賠償の請求方法、過失割合の算定方法、示談の方法等について、専門の相談員が電話や面接による相談に応じています。
相談は「何度でも無料」ですので、お気軽にご利用ください。相談内容に関する秘密は守ります。交通事故のことでお困りの方は、何なりとご相談ください。

相談先
長野本所　☎026－235－7175
（長野地域振興局南庁舎９階）
松本支所　☎0263－40－1949
（松本地域振興局２階）
飯田支所　☎0265－53－0429
（南信州地域振興局１階）

相談受付時間　月曜日から金曜日
午前８時30分～午後５時
（年末年始および祝休日を除く）

ゆずりあおう　～不用品を活用しあいましょう～

ゆずります
ズボンプレッサー／折りたたみベッド／学習机／コンバイン用米袋

ゆずってください
少人数食卓セット／洗濯機／ランタン／シングルバーナー／迷路の本

※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。

９月の納税等

◆固定資産税・都市計画税
◆国民健康保険税　◆上下水道料金
◆市営住宅使用料　◆保育料
◆後期高齢者医療保険料（３期）
【納期限・振替日　９月30日（水）】

しあわせ信州ふるさと割がスタート

新型コロナウイルス感染拡大の影響により厳しい状況にある県内事業者を応援するため、（一社）長野県観光機構が運営するインターネット通販サイト「NAGANOマルシェ」（長野県観光機構本店・Yahoo!ショッピング店・楽天市場店）にて、販売価格の３割引で商品が購入できる「しあわせ信州ふるさと割」を実施中です！

○しあわせ信州ふるさと割の３大特徴！
その①　「全品３割引」で購入できる！
その②　「ここでしか買えない！特別なアソートメント商品」をご紹介！
その③　「観光地の旅気分でお買い物」が楽しめます！

キャンペーン期間
６月26日（金）～12月25日（金）
（割引可能額が上限に達した時点で、割引販売は終了となります）
ご購入はQRコードからアクセスできます→

問　長野県営業局
☎026－235－7248

訪問型サービスA講習

茅野広域シルバー人材センターでは、11月から訪問介護員が対象者のご自宅にお伺いして、掃除、洗濯、買い物、調理など、身体介護を除く支援を行う「訪問型サービスA」の開始を予定しており、本サービスに従事するために必要な知識・技能を取得できる講習を以下の内容にて実施します。受講を希望される方はご応募ください。
なお、講習修了者はシルバー人材センターの「訪問型サービスA」に従事することができます。

とき　10月６日（火）、７日（水）、８日（木）、９日（金）～30日（金）のうちのどこか１日
ところ　ゆいわーく茅野　101・102会議室
受講料　無料
対象　60歳以上でシルバー人材センターに入会し就業を希望される方、シルバー人材センターの会員で日常生活支援の仕事をされていない方
定員　15名
申込期間　８月24日（月）～９月23日（水）
申込・問　茅野広域シルバー人材センター
☎73－0224

シルバー人材センター入会説明会・審査日程

説明会　９月９日（水）午後２時～
審査会　９月18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

その他施設・団体等

令和２年度秋季硬式テニス教室

ねらい
・硬式テニスの楽しさを理解すると共に、基礎技術（初歩的）を習得する。
・硬式テニスを通じて仲間づくりを行い、継続してテニスができるようグループ　の育成を図る。
・健康増進を図る。

コース
早朝コース
８月29日（土）～11月14日（土）
毎週土曜日午前６時～７時
昼間コース
９月２日（水）～10月21日（水）
毎週水曜日の午後1時～３時
夜間コース
９月２日（水）～10月21日（水）
毎週水曜日午後７時30分～９時

ところ　茅野市運動公園テニスコート
参加費
昼間・夜間コース：１人3,000円
早朝コース：１人2,000円
開講日に納入
対象　テニス初心者、初級程度
定員　各コース20名程度
申込方法
テニス協会宮澤宅へFAXしてください。（コース名・住所・氏名・年齢・携帯番号など）FAXのない方は、宮澤携帯へ電話してください。
その他
・練習中のケガ、事故等は自己責任ですので保険は各自でご加入の上ご参加ください。
・運動のできる支度、ラケット、テニス靴、飲料水持参でご参加ください。
・雨天で中止の場合、メールで連絡します。
・新型コロナウイルス感染症の影響および参加人数が少ない場合、中止になることがあります。

申込・問　茅野市テニス協会　宮澤
☎090－1118－3787　FAX73－3309

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）

表紙モデル募集中

「広報ちの」の表紙やビーナネットChinoなどに出演していただくモデルを募集しています。お気軽にご応募ください。
申込方法等の詳細はホームページに掲載してあります。QRコードからアクセスできます。

問　地域戦略課　広報戦略係（内線235）

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】	①9/ 3（木）10：00～ ②9/ 9（水）14：00～ ③9/15（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： 佐藤　義彦 弁護士	9/1（火） 13：00～17：00 ※電話予約は8/25 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	9/8（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	9/17（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	9/5（土）、13（日） 19（土）、26（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	9/2（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】	9/9（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	9/4・11・18・25（金） 9：00～12：00			
結婚相談	①9/5・19（土） 13：00～16：00 ②9/11・25（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 「育ちあいちの」 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】	9/12（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	下諏訪町商工会議所 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】	9/25（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。

９月の休日当番医・当番歯科・当番薬局

日	名　　称	所　在　地	電　話
6日(日)	ともみ内科	本町東3-5	82-0424
	ふたば本町薬局	本町東3-5	82-7288
	林歯科クリニック	ちの555-1	72-5788
13日(日)	矢嶋内科医院	ちの3494	72-2048
	のぞみ薬局	ちの3386	73-7680
	落合歯科医院	諏訪市豊田2453	53-3800
20日(日)	細田眼科医院	本町西15-32	71-2727
	ビーナスフジモリ薬局	本町西15-36	78-7732
	こまつ歯科医院	塚原1-2-32	78-1184
21日(月・祝)	リバーサイドクリニック	宮川3975	72-7010
	りんどう薬局	宮川3990	73-9285
	スワン歯科クリニック	諏訪市城南2-2311-2	78-7730
22日(火・祝)	ヨコイ眼科	宮川4470	72-2316
	フジモリ薬局	宮川4532	72-2200
	はるも薬局	富士見町落合10399-86	78-7762
	江川歯科医院	ちの257-7	82-5400
27日(日)	桜井内科医院	塚原1-14-45	72-6010
	オギノSCフジモリ薬局	塚原1-17-1	71-2578
	こなみ歯科医院	諏訪市湖南5882-5	54-1678

…休日当番医　…休日当番薬局　…休日当番歯科

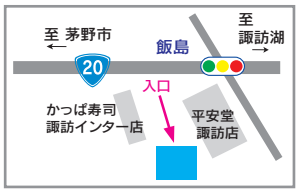
※休日当番医の診療時間は午前９時から午後５時まで、当番歯科の診療時間は午前９時から正午までです。
※休日当番医・当番歯科・当番薬局は都合により変更することがあります。
※休日の急病患者のために、市内の病院・医院が交代で診療しています。
※希望の診療科目に対応できない場合もありますのでご了承ください。
※受診される場合は、保険証および福祉医療費受給証（該当者のみ）、服用している薬または説明書を持参してください。
※当日休日当番医が変更になっている場合があります。最新情報は茅野消防署（☎72-0119）にご確認ください。

【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～

自分で動ける子が育つ 魔法の言いかえ 叱りゼロ！ 田嶋英子 著 青春出版社
子どもの将来を左右するかもしれないという親の口癖。子どもが動く魔法の言葉とは。

免疫力を高めて病気にならない知恵とコツ 主婦の友社
免疫の話から体に良い食べ物の話までよく読んで、病気に負けない体を作りましょう。

折り鶴クラフト 森本美和 著 講談社
折り鶴も見せ方次第でオシャレに大変身。普段と違う折り鶴の世界を楽もう。

ぼくが13人の人生を生きるには身体がたりない haru 著 河出書房新社
解離性同一障害の著者の身体には13人の人格が存在している。haruさんの日常とは。

12歳の少女が見つけたお金のしくみ 泉 美智子 著 宝島社
子どもが行った調べ物をベースにして作られた本です。お金のしくみってどういうもの？

7年目のランドセル 内堀タケシ 写真／文 国土社
日本で6年間使われたランドセルたち。7年目もどこかで使われているようです。

うさぎになったゆめがみたいの おくはら ゆめ 作 BL出版
みーちゃんは、夢の中でうさぎになりたいと思っています。さてなれたのかな？

やたいのおやつ ふじもと のりこ 作・絵
おいしそうなやたいのおやつがいっぱい。食べてみたいのはどれ？

＊新 着 本＊

一 般 書	312 冊
そ の 他	110 冊
児 童 書	76 冊
絵 本	46 冊

購入しました。ご利用下さい。

7月貸出冊数	19,262 冊
7月利用者数	4,740 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

美サイクル茅野　分別クイズ

出題：美サイクル茅野・ごみ減量部会

不要になった植木鉢、プランターはどのように捨てればよいですか。
難易度 ★★★☆☆

答 陶磁器製の植木鉢は不燃ごみの指定袋に入れて、リサイクルステーションに出して下さい。
プラスチック製の植木鉢、プランターで可燃物の指定袋に入るものは、指定袋に入れてごみステーションに、入らないものは不燃物処理場に持ち込みをお願いします。その場合、10kg72円の手数料がかかります。

ソファー・マットレスを処分したいのですが、どのようにすればよいですか。
難易度 ★★★☆☆

答 粗大ごみは必ず、「可燃部分」と「不燃部分」に分けて、可燃部分は諏訪南清掃センターへ、不燃部分は不燃物処理場へそれぞれ持ちこんでください。スプリング等が入ったソファー・マットレスは、解体して布・クッション部分は諏訪南清掃センターへ、スプリング等金属類は不燃物処理場へ持ち込みしてください。ご自分での解体、施設への搬入が難しい場合は、民間の処理業者へ処理を依頼してください（有料）。

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 ⑨

～毎月19日は元気もりもり食育の日～　食育推進委員会

茅野市の小中学校、保育園には、地元の生産者団体の方々から新鮮でおいしい野菜を届けていただいています。年間を通しておよそ20品目前後（多い所では30品目近く）の野菜を使用しています。

届けていただいている主な野菜

たまねぎ・にんじん・じゃがいも・大根・ほうれん草・キャベツ・きゅうり・白菜・ブロッコリー・トマト・セルリー・なす・長ねぎ・コリンキー・さつまいも・夕顔・アスパラガス・かぼちゃ・金糸瓜・いんげん・ズッキーニ・水ぶき・にんにく・ピーマン・とうもろこしなど

地場産団体の活動に参加してみませんか？

地場産団体名	地区	納入先
じゃがいもの会	玉川	玉川小・東部中・玉川保
みどり市	米沢	永明小・永明中・米沢小 豊平小・米沢保・中央保
湯川ひまわり会	北山	北山小・北山保
湖東サンサン会	湖東	湖東小、北部中、湖東保

地場産団体名	地区	納入先
花梅の会	金沢	金沢小・金沢保
グループ菜々種	宮川	宮川小、長峰中、わかば保 みどりヶ丘保、玉川どんぐり保
泉野の会	泉野	泉野小
しらかばの会	豊平	豊平小、豊平保

この活動が今後も継続、さらに推進できますようご協力いただける方を募集しています。
茅野市役所　学校教育課　☎72－2101(内線603)まで　お気軽にご連絡ください。

ラタトゥイユ　地元の野菜をたくさん食べて元気もりもり!!

材料〈4人分〉
1人分のエネルギー：74kcal　塩分：0.7g

- オリーブオイル……小さじ1
- にんにく……1かけ
- ベーコン……30g
- たまねぎ……80g
- コリンキー……30g
- なす……60g
- ズッキーニ……40g
- トマト……80g
- かぼちゃ……80g
- カットトマト缶……80g
- コンソメ顆粒……小さじ1と1/2
- 塩……小さじ1/5
- こしょう……少々
- ブロッコリー……60g

作り方

①にんにくはみじん切り、ブロッコリーは小房に切り分ける。そのほかの野菜はすべて角切りにする。
②ベーコンも角切りにする。
③ブロッコリーは下ゆでしておく。
④オリーブオイルでにんにくを炒め香りがでたら、ベーコン、たまねぎを炒める。
コリンキー、なす、ズッキーニを加えさらにさっと炒めて水を加え煮る。途中でかぼちゃ、トマト、カットトマト缶を加え煮る。コンソメ、塩、こしょうで味付けをして、最後にブロッコリーを加えてできあがり。

毎月19日は『元気もりもり食育の日』

食育情報は、広報以外にも茅野市ホームページ、ビーナチャンネル、ビーナネット、保育園、学校のおたよりでも発信しています。ご家庭での食生活の参考にしていただき、子どもも大人も「元気もりもり」を目指しましょう。

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	9月15日（火） 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	定員	内　容
0・1・2おはなし会	9月5日、19日 26日（土） 10：30～	0、1、2才の お子さんと 保護者の方	6組	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！
おはなしわーるど	9月5日、19日 26日（土） 11：00～	3才以上の方 なら どなたでも	6組	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！	9月12日（土） 10：30～	どなたでも	6組	おはなしとはひと味ちがう、楽しく愉快な紙芝居の世界をお楽しみください。
どんぐりちいさな おはなし会	9月9日（水） 10：45～	どなたでも	3組	親子あそびやわらべうた、絵本の読み聞かせなどがあるおはなし会です。
おなかの赤ちゃん おはなし会	9月19日（土） 13：30～	これから赤ちゃん を迎えられる家族 の皆さん	6組	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。

● 家庭教育センター

開館時間　9：00～17：00　**休館日**　日曜日、祝日
☎73－0888

イベント名	日　時	対　象	内　容
おはなし会 「えほんとなかよし」	9月1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。
絵本で子育て ～絵本の魅力と 読み聞かせの基本～	9月29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。今月の絵本は何かな？お楽しみに。

レッツ、ベビーダンス!!

～抱っこで親子の絆を深めましょう～

「ベビーダンス」とは、赤ちゃんを抱っこしながらリズムに合わせて踊るエクササイズです。親子が一体となってリズムに合わせて踊ることにより、スキンシップを通じて親子の絆を深めることができ、お互いのぬくもりや呼吸、匂いを感じながら踊ることができます。気軽に踏めるステップは夜泣きをしたときやぐずったときにも活用でき、産後のダイエット、心と体のリフレッシュにもなります。

■と　き　**10月8日(木)**
午前10時～11時15分

■ところ　家庭教育センター
■講　師　山本美枝さん（一般社団法人日本ベビーダンス協会認定インストラクター）
■対　象　首がすわった頃から1歳半くらいまでの赤ちゃんと親
■定　員　15組
■費　用　受講料無料
■持ち物　抱っこ紐、赤ちゃんの着替え、汗ふきタオル、飲物、体温計
■託　児　上のお子さんの託児ご希望の方は、申込の際にお知らせください。
■申込期間　9月7日(月) 午前10時から受け付けます。
■申込先　家庭教育センター　☎73－0888

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	9月 8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	9月 9日(水)	午前10時～午前11時15分	
泉野地区コミュニティセンター	9月24日(木)	午前10時40分～午前11時15分	
宮川地区コミュニティセンター	9月16日(水)	午前9時30分～午前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	9月15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	9月23日(水)	午前9時30分～午前11時	
湖東地区コミュニティセンター	9月17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】	9月4日(金)、18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	9月18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。
ごっくん・もぐもぐ離乳食教室	9月1日(火) 10:00～11:30	ごっくん：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
ぱくぱく離乳食教室	9月2日(水) 10:00～11:30	生後11か月～1歳2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、敷物(レジャーシート等)

● 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	9月 9日(水)	R2年4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。
	9月30日(水)	R2年5月前半生まれ（15日以前生まれ）	
10か月児	9月14日(月)	R1年11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
	9月25日(金)	R1年11月後半生まれ（16日以降生まれ）	
1歳6か月児	9月11日(金)	H31年3月前半生まれ（15日以前生まれ）	母子健康手帳、問診票
	9月29日(火)	H31年3月後半生まれ（16日以降生まれ）	
2歳児	9月 3日(木)	H30年9月前半生まれ（15日以前生まれ）	母子健康手帳、問診票
	9月24日(木)	H30年9月後半生まれ（16日以降生まれ）	
3歳児	9月 8日(火)	H29年9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)
	9月28日(月)	H29年9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	9月15日(火)	**受付時間** **午後1時15分～午後1時50分** **診察時間** 午後1時30分～ ※受付時間を過ぎると接種できません。	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 生後5か月～8か月)
日本脳炎	9月 2日(水)		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。
	9月18日(金)			
	8月1日から医療機関でも接種可能になりました。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.30

今年の行楽シーズンは　茅野に泊まろう！

夏はそろそろ終わりに差し掛かっていますが、９月の茅野市は実はまだまだ良い季節。そのあとには、高いところから順番に木々が色づいていく、紅葉のシーズンも待ち構えています。

今年の観光は、春からの「新型コロナウイルス感染症」の影響を大きく受け、茅野の観光のトップシーズンである７～８月の夏休み期間も、例年に比べ観光客数が大きく落ち込んでいます。一方で、海外旅行や、遠くに出かける旅行の代わりに「団体ではなく個人で」「近い距離で」旅行して、近くの魅力を再発見しよう、という声が上がっています。

この機会に、茅野市民のみなさまがふだん、「馴染みがない」と感じているかもしれない茅野のさまざまな観光地を訪れ、ホテル、温泉旅館、ペンションなどバラエティ豊かな宿泊施設に泊まってみませんか？　長野県にお住まいの方がおトクに宿泊できる制度なども予定されています。詳しくは「茅野観光ナビ https://navi.chinotabi.jp/」をチェック！

（北八ヶ岳　苔の森）

（横谷峡の紅葉）

（秋の蓼科湖）

（白樺湖と蓼科山）

もちろん、多くの人が行き交う観光だからこその安心・安全へのとりくみは欠かせません。先月号の広報ちのでご紹介したとおり、地域おこし協力隊を中心とした「ちの観光まちづくり推進機構」では、感染症専門家の監修に基づいた「茅野あんしん認証　https://navi.chinotabi.jp/news/7699/」を策定し、現在、市内の多くの宿泊施設、飲食店が認証の取得に向けてとりくんでいます。めざすのは、「どこよりもあんしんな茅野」。

観光客も茅野市民も、誰もが安心して遊べる、旅の目的地として、ぜひ、その取り組みを見に来てください。

おたんじょうび おめでとう

茅野市内にお住まいの**11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９月15日（火）。
メールアドレス：c.senryaku@city.chino.lg.jp

投稿フォームからも簡単に応募できます！

宮澤　茉央（まひろ）くん
令和元年９月23日生まれ　１歳

お誕生日おめでとう☆！
いつも沢山の笑顔をありがとう。
逞しく、元気に育ってね☆！

梯　里帆（りほ）ちゃん
平成29年９月18日生まれ　３歳

３歳のお誕生日おめでとう！
明るくて笑顔いっぱいの里帆ちゃん。これからもずっとよろしくね☆

伊藤　玲菜（れな）ちゃん
平成29年９月４日生まれ　３歳

３歳のお誕生日おめでとう♡
いつも笑顔いっぱいで可愛いれなちゃんが大好きだよ！

広告

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

<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.915
９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10月号　９月24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。

VEGETABLE OIL INK