

City Public Relations Magazine

CHINO

広報ちの

3

2022

NO.933

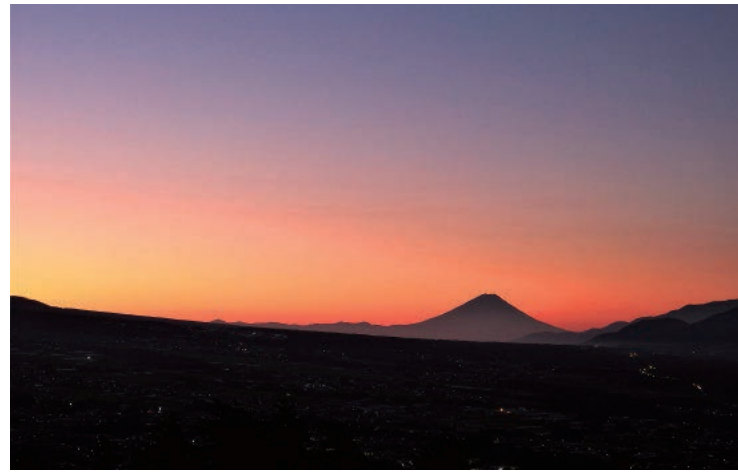
●掲載内容

- ・ 令和4年茅野市成人式
- ・ 2022年4月 成年年齢が18歳へ





nasu.biiiiimu



fabric_ma_manoa



no3bo



hayato_rin2



58.toshi



kuronyankotan



yuuai_a7

Contents

- 04 **令和4年茅野市成人式**
- 06 **2022年4月 成年年齢が18歳へ**
- 10 新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書
- 11 ピックアップ情報
- 14 こども通信
- 16 情報カレンダー
- 18 シニア情報
- 20 情報ネットワーク
- 23 栄養マンキッチン・病院コラム
- 24 国保だより
- 25 国民年金だより
- 26 フォトニュース
- 28 文化&芸術
- 30 図書館だより・「ひと・こと・ばしょ」
- 31 市民掲示板・編集後記
- 32 Good Town Chino!

注
新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載されている情報から変更となっている場合があります。



今月の写真 /

#ちのフォト 応募写真のご紹介

広報ちの令和3年12月号で募集した茅野市の写真「ちのフォト」。今月はその写真の一部をご紹介します。
Instagram、メール、直接の持参とたくさんのご応募をいただきました。このキャンペーンでの茅野市公式アカウントの投稿の閲覧数は67,496回でした。応募していただいた皆さん、ありがとうございました。

【表紙の写真】

宮川地区安国寺で夕方に撮影した写真です。



3月の納税等
納期限 3月31日(木)

国民健康保険税（10期）
高齢者・保険課 ☎72-2101（内線 322）

上下水道料金
水道課 ☎72-2101（内線 662）

市営住宅使用料
都市計画課 ☎72-2101（内線 537）



←年間の納期限一覧表は
こちらからご覧ください。

保育料
幼児教育課 ☎72-2101（内線 624）

後期高齢者医療保険料（9期）
高齢者・保険課 ☎72-2101（内線 327）

納付書は切り離さずに金融機関やコンビニエンスストアへ提出してください。ただし、バーコードが印字されていない納付書はコンビニエンスストアでは使用できません。



2月1日現在の
茅野市の人口

人口 56,069人 （-47）

男 28,071人 （-32）

女 27,998人 （-15）

世帯数 24,125世帯 （-13）

※（ ）内は先月比
※今号の数値から令和2年国勢調査の結果を反映しました。



ビーナチャンネル 11ch

**オス
スメ**

あそんでたべて
今日も元気いっぱい
毎日午前9時から放送

親子で一緒に楽しめるおうちで運動遊びや、「栄養マンおすすめレシピ」などを紹介します。



茅野市インターネット動画サイト
ビーナネットChino



1 second in winter in Chino

「茅野の1秒 冬 ~1 second in winter in Chino~」

茅野市の冬の生活を感じられるように、茅野市民特派員「チームちのくら」のメンバーを中心に、時計の針が1秒ずつ刻む切り取った60秒の動画です。



小平 志郎さん

感謝を忘れずに
新しいことへチャレンジを

無事に成人を迎えられたことをうれしく思います。

社会に出て多くの苦労がありました。まだまだ自分に足りないものばかりですが、20年間支えてくれた両親や周りの人への感謝を忘れずに、少しずつ恩返ししながら新しいことへチャレンジしていきたいです。



田中 実菜子さん

「大人」と言われる立場になり
誰かの支えになりたい

家族、友人、関わってくれた全ての方の支えで二十歳を迎えることができました。

まだまだたくさんの方に助けていただくことが多いかと思います。ですが、「大人」と言われる立場になった今、これからは誰かの支えとなる存在を目指して日々を大切に過ごしたいです。



水口 あいさん

誰かの力になれる大人に

今までは色々な方に支えてもらってきました。だからこそ、これからは成人としての自覚を持ち、誰かの力になれるような大人になりたいです。



高相 蓮太郎さん

地域の温かさを感じる

成人を迎えた今、地域の温かさを身にしみて感じています。私は東京に出て勉学に励んでいます。もちろん楽しいことばかりですが、都会に一人だと心が疲れてしまうこともありました。

そんなときに地元に戻ると温かく迎えてくれる家族や友人に助けられました。今度は次の世代が安心できるような茅野市になるよう、自分の培ってきた力を活かしていきたいです。



令和4年 茅野市成人式

平成14年		平成13年		
2月	1月	10月	9月	7月
ピクニック開催	ソルトレークシティー冬季オリンピック開始	欧州十二か国で単一通貨「ユーロ」流通開始	米大リーグでイチロー選手が日本人として初のMVPに選ばれる	ジブリ映画「千と千尋の神隠し」公開

国内・世界の出来事

平成14年		平成13年		
3月	2月	1月	9月	8月
茅野市西口市営駐車場・JR駐車場パークアンドライドがオープン	金沢保育園が完成	茅野市こども館がオープン	仮面土偶の愛称が「仮面の女神」に決まる	ふるさとグリーンライン開通

茅野市の出来事

新成人の皆さんが生まれた
平成13年度(2001年度)の
主な出来事

令和4年茅野市成人式は1月9日、茅野市民館を会場に行われました。

今回の成人式はマルチホールとコンサートホールの2会場開催やオンラインでライブ中継をするなど、新型コロナウイルス感染症対策を講じての開催となりました。

今年の新成人は平成13年4月2日〜14年4月1日生まれの668人で、その内405人が式に参加しました。

新成人代表としてあいさつをした北原慎太郎さんは「これから私たちは、自分の可能性を信じて、どのようなことにも失敗を恐れず挑戦し、積極的に行動していくことが大事だと思います。私たちはひとりりで生きているのではなく、多くの人に支えられていることを常に心に留め、感謝の気持ちを忘れずに誰かの役に立てるように成長していきたいと思っています。」と決意を述べました。

新成人の皆さんは、大人としての責任と自覚を胸に、新たな一歩を踏み出しました。

18歳でできることは主に契約！

親の同意なしでできることが増えます



成年になると親の同意を得ずに、自分の意思で契約ができます。しかし、それを狙った消費者被害が心配されます。正しい知識をもって悪質商法などに騙されないようにしましょう。

契約の例



クレジットカードを作れる



ローンが組める（借金ができる）



部屋の賃貸契約ができる

口約束でも契約は成立。これからは自分の責任です。
詐欺被害に遭わないように慎重な判断をしましょう。

「契約」とは、法的な責任が生じる約束のことで、普段の買い物など生活の中にたくさんあります。契約は権利や義務といった法的拘束力を持ち、一方的に取り消すことは原則としてできません。契約は慎重に行いましょう。

契約の取り消しができるとき

クーリングオフ

訪問販売や強引な電話勧誘などで慎重に検討する余裕がないまま契約を結んでしまった時のために、8日間以内であれば無条件で契約を取り消せる制度です。（マルチ商法などは20日間）

「消費者契約法」による取り消し

重要事項で嘘をつかれる、不利益を告げられないなどにより、消費者が誤認して契約した場合は取り消しができます。また、不安をあおったり、帰ってほしいという意思表示を無視されるなど困惑して契約した場合も取り消せます。

困ったときは
不安なときは
☎188
消費者ホットライン

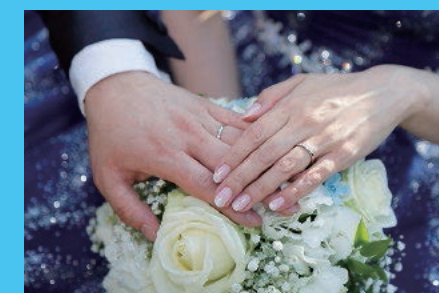
音声案内で最寄りの消費生活センターなどに繋がります。受付時間は相談窓口によって異なります。



18歳になるとできること



契約



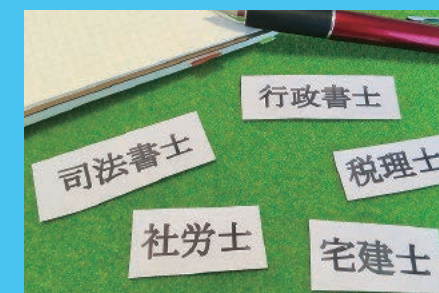
結婚



自動車運転免許の取得



投票



国家資格の取得

その他にも
・10年有効パスポートの取得
・外国人の帰化申請
・性別変更の申し立て など



20歳になるとできること



飲酒・喫煙

若いときの飲酒・喫煙は健康を害する恐れがあるため、年齢制限は20歳解禁です。
適量を心掛けましょう。



公営ギャンブル

競馬、競輪、競艇、オートレースなどの公営ギャンブルは、ギャンブル依存症の観点から、年齢制限は20歳です。

その他にも
・養子をとること
・国民年金の納付義務
・大型・中型免許の取得 など

成年年齢を20歳から18歳に引き下げることを内容とした「民法の一部を改正する法律」が、2022年4月1日から施行されます。

18歳になると何ができるようになるのか、まだ何はできないのかを、この法改正で成年になる18歳と19歳へ、成年になったばかりの人たちを見守る大人たちへお伝えします。

2022年4月 成年年齢が18歳へ





牛山 流空 さん
(8月で18歳)

自分のやることに責任が持てるように

ちょうど自分の代から成年年齢が18歳になるということで驚きました。ただ、できることは増えますが、特に何かやろうということはなく、成人になるよな、責任を持たないといけないよな、という気持ちでした。でもやはり責任ということは重要なことだと思うので、自分のやることに責任を持てる大人になりたいと思っています。



濱 大智 さん
(6月で18歳)

しっかりと自分の芯を持ってる大人になりたい

お酒とかタバコとか、18歳でもまだできないことはありますが、それでも賃貸契約とかできることが増えるという意味では、高校生という身分の中でも責任を持っていかなければいけないと思っています。今年の7月の参議院選挙も選挙権があるので投票に行きたいと思います。子どもにああいう大人になりたいと思われないう、芯を持っている大人になりたいです。

令和4年4月以降に新成人の親世代の皆さんへ



今後は、18歳になると親の同意なく契約を結べるようになりますが、簡単には取り消すことができなくなります。悪質商法には注意が必要です。

**大人の先輩として、伝えてあげてください。
また、助けてあげてください。**

親世代の皆さん向け Q & A



Q 子の成年年齢が引き下げられることによって、何がかわるのですか？

未成年者は父母の親権に服しますが、成年になると親権に服さなくなります。したがって、令和4年4月1日以降は、18歳、19歳の新成人は親権に服さないことになります。

Q 子が成年を迎えることで、注意すべきことはありますか？

未成年者が契約するときは、親などの法定代理人の同意が必要とされており、その同意がない契約は原則として取り消すことができます(＝未成年者取消権)。

成年になると親の同意なく契約できる反面、未成年者取消権は適用されず、契約から生じる責任を果たさなくてはなりません。そのため、保護のなくなった新成人が悪質商法のターゲットになる可能性があります。

そうした消費者トラブルに遭わないためには、未成年のうちから、契約に関する知識を学び、様々なルールを知った上で、その契約が必要かよく検討する力を身につけておくことが重要です。

Q 成年年齢が引き下げられた場合には、養育費の支払期間は18歳までですか？

養育費は、子が未成熟であって経済的に自立することを期待することができない場合に支払われるものなので、子が成年に達したとしても経済的に自立していない場合には、養育費の支払義務を負うことになります。

「子が成年に達するまで養育費を支払う」との取決めが行われていたとしても、取決めが行われた時点の成年年齢が20歳だとしたら、成年年齢が引き下げられたからといって、養育費の支払期間が「子が18歳に達するまで」ということになるわけではありません。

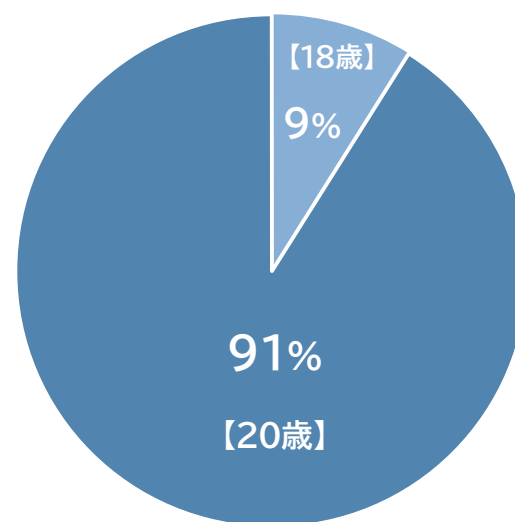


どうなる？これからの成人式

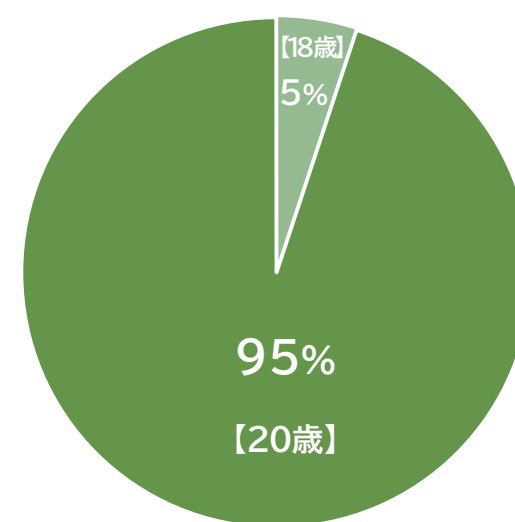
成年年齢が18歳に引き下げられることから、成人式はどうなるのかという話題が上がりました。茅野市でも令和元年度に当時の中学3年生(令和4年度に18歳になる学年)と保護者を対象にアンケートを行いました。

【質問】成人式の対象はどちらの年齢が良いですか？

【中学3年生】



【保護者】



アンケートで出た意見(抜粋)

【対象年齢18歳希望】

生徒

- ・成年年齢が18歳に引き下げられるなら、式も合わせていいと思う。

保護者

- ・受験、就職等色々ある時期なので、18歳で行うなら夏頃の開催が良いと思います。

【対象年齢20歳希望】

生徒

- ・18歳は受験などで忙しい。
- ・10代では社会を経験できていないから、20歳でいい。

保護者

- ・18歳は多くが学生で、多忙な時期。
- ・社会的に自立できるようになってからが良い。

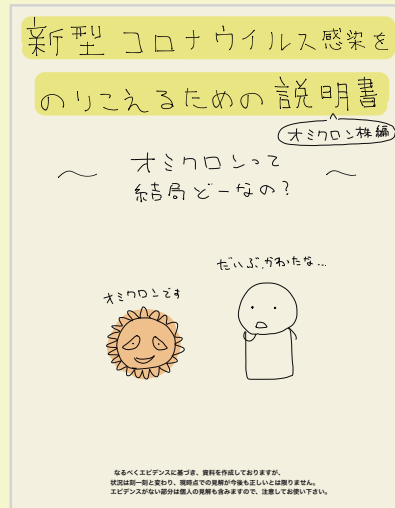
茅野市では20歳で開催していきます



アンケートの結果から、20歳を希望する方が多いことが分かりました。上記のアンケートの他に、令和2年成人式の出席申込者にもアンケートを実施しました(20歳希望：77%、18歳希望：12%、その他：11%)。

この他、有識者からも意見をいただき、茅野市では、開催時期は今まで通り1月、対象の年齢は20歳とすることに決定しました。また成人式という名称ではなく、別の名称で行います。

対象の年齢の方には毎年、通知をお送りしますのでご確認ください。



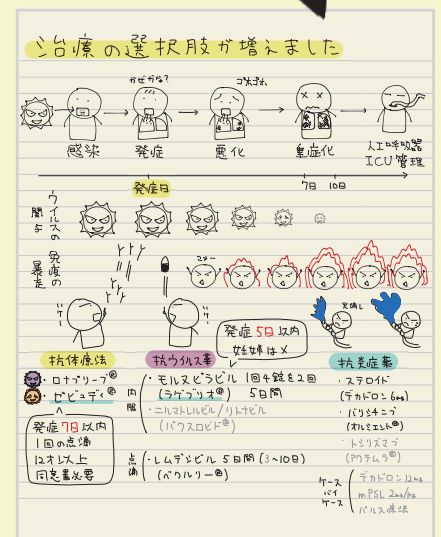
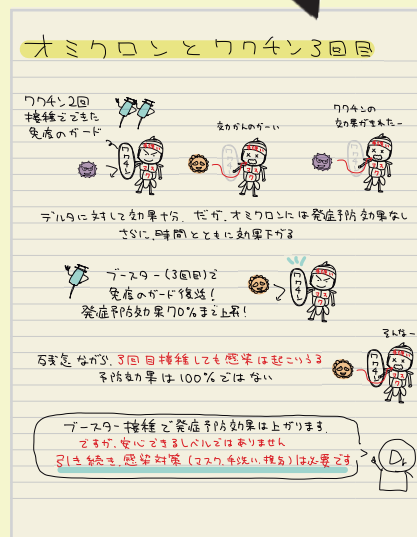
諏訪中央病院 玉井医師作成 新型コロナウイルス感染を のりこえるための説明書

諏訪中央病院の玉井道裕医師が作成している「新型コロナウイルス感染をのりこえるための説明書」。新型コロナウイルスについて分かりやすいということで、テレビでも紹介されています。1月には「オミクロン株編」(全24ページ)が公開されました。市民の皆さんもご一読ください。

オミクロン変異株って
どんなウイルス？

オミクロンに対する
ワクチン3回目の効果は？

コロナの治療って
何するの？



※上記ページは抜粋したページです。全ページをご一読ください。

諏訪中央病院ホームページ、茅野市ホームページで公開中です



諏訪中央病院ホームページ



茅野市ホームページ (ファイルサイズ縮小版)

令和4年度 長野県民交通災害共済

問 市民課 市民係 ☎72-2101 (内線 254)

◆見舞金 **2**万円 ~ **100**万円
(実入院・実通院2日) (死亡)

◆対象となる事故

- ・道路上を運行中の自動車、バイク、自転車等による衝突、転落、接触等の事故
- ・運行中の電車、バス、タクシー、航行中の航空機・船舶による事故

※日本国内での事故に限る

◆加入要件

- ・令和4年4月1日以降茅野市に居住している方
- ・大学生など被扶養者で就学のため市外に居住している方

※0歳から義務教育終了前までの幼児・児童・生徒(令和4年4月1日現在)は、市で会費を負担し、一括して加入手続きをしますので申し込みの必要はありません。

◆会員の期間

令和4年4月1日～令和5年3月31日

4月1日以降に申し込みの場合は、会費納入日の翌日から開始

◆申込方法

加入申込書に会費(1人400円)を添え、区・自治会または所定の金融機関などを通じてお申し込みください。

申込期限 3月31日(木)

※詳しい手続き方法は、区・自治会を通じて配布しましたチラシ、または市ホームページをご覧ください。

◆公費負担の申請が必要な方

下記の方は、市で会費を負担しますが、事前に申請が必要になります。市役所各担当窓口で手続きをしてください。

◎母子・父子家庭、寡婦(65歳まで)
・・・こども課

※交通災害共済という寡婦とは、市に母子家庭の届け出をしていた方です。

◎身体障害者・知的障害者・精神障害者の手帳をお持ちの方、生活保護を受給している方
・・・地域福祉課

手続きの期限 3月11日(金)

information

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金

問 非課税世帯給付金担当 ☎72-2101 (内線 567・568)
福祉21推進係 ☎72-2101 (内線 302・303・304)

◆対象

【対象①】令和3年12月10日に茅野市に住民登録があり、世帯全員の「令和3年度住民税(均等割)」が非課税の世帯

【対象②】「令和3年度住民税(均等割)」が課税されているが、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少し「住民税非課税相当」の収入となった世帯(家計急変世帯)

◆手続き方法

【対象①】確認書をお送りしました。必要事項をご記入のうえ、ご返送ください。

【対象②】申請が必要です。申請時点で茅野市に住民登録のある方は申請してください。

◆窓口

2月15日(火)～庁舎2階東側エレベーターホールに専用窓口を開設します。

◆申請受付開始

【対象①】2月15日(火)～

【対象②】3月中旬予定(決まり次第、ホームページ等でお知らせします。)

◆申請期限

【対象①】確認書到着後3か月以内

【対象②】9月30日(金)

◆支給方法 口座振込

3月上旬から順次振込予定です。

◆支給額 1世帯当たり10万円

※制度の詳細や支給の条件および日程等については、市ホームページをご覧ください。



募集 令和4年度「広報ちの」広告募集



ホームページをご覧ください

問 地域創生課 広報係 ☎72-2101（内線 235）

- ▶**内容** 市広報紙「広報ちの」有料広告の令和4年度分の募集を開始します。今年度から申し込みを第一期と第二期に分けて受け付けます。
【第一期】5月号(5月1日発行)分～令和5年4月号令和4年度分の希望枠を出していただき、市側で掲載枠の調整を行います。
【第二期】6月号(6月1日発行)分～令和5年4月号第一期で申し込みのなかった枠の中から先着順で掲載できます。
- ▶**申込条件** 茅野市広報紙広告掲載実施要領をご覧ください。
- ▶**申込期間** 【第一期】3月1日(火)～11日(金) 【第二期】3月23日(水)～随時受付
- ▶**応募方法** 申込書、広告原稿、事業概要の分かるもの(パンフレット等)、市外事業者の場合は納税証明書を持参または郵送で提出してください。実施要領の確認、申込書のダウンロードはホームページからお願いします。

お知らせ 茅野市に企業版ふるさと納税をしてくださった企業のご紹介

問 地域創生課 地域創生係 ☎72-2101（内線 232）

- ▶**内容** 地方創生応援税制(企業版ふるさと納税)は、国が認定した地方公共団体の地方創生プロジェクトに対して、市外に本社がある企業から寄附により応援していただく税制度です。令和3年12月時点で、令和2年度には2社、令和3年度には1社からご寄附をいただきました。いただいたご寄附は「茅野市地域創生推進事業～若者に「選ばれるまち」の実現を目指して～」の各事業に活用しています。
- ▶**寄附をしていただいた企業**
令和2年度
◆株式会社ヒトヒトプロモーション 様
(東京都港区・映像、音楽、Web制作)
◆株式会社ヤマウラ 様
(長野県駒ヶ根市・建設業)
令和3年度
◆伸和コントロールズ株式会社 様
(神奈川県川崎市・製造業)

軽自動車、バイクの各種手続きはお済みですか？ ～令和4年3月末までに確実に変更手続きを～

問 税務課諸税係 ☎72-2101（内線 180）

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在の軽自動車等の所有者または使用者に対して年額が課税されます。以下のような場合には、3月末までに手続きをしてください。



車種	手続き場所
原動機付自転車(125cc以下のバイク) トラクター	茅野市役所税務課 諸税係 ☎72-2101(内線180)
軽四輪・軽三輪	軽自動車検査協会 長野事務所松本支所 ☎050-3816-1855
軽二輪(125cc超250cc以下のバイク) 二輪小型(250cc超のバイク)	長野運輸支局 松本自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2043

※松本・諏訪ナンバーの車両については、代行機関の【自家用自動車協会諏訪支部 ☎: 0266-52-2244】でも手続きができる場合があります。(代行手数料がかかります)
～普通自動車については下記へお問い合わせください。～
○普通自動車の各種手続きについて【長野運輸局支局 松本自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2043】
○普通自動車の自動車税について【長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2905】

information

市営住宅・サンコーポラス旭ヶ丘団地 入居者募集

申込・問 都市計画課 住宅係 ☎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 E棟	平成17年度	耐火	1DKY	3戸	13,900円～20,700円
小坂団地 C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「DK」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、小坂団地は 2 人以上での入居者向けです。

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。

日時 **3月18日**(金) 13時30分～
場所 茅野市役所議会議事堂
※当日は、必ずマスクを着用していただくとともに、体調がすぐれない場合は会場にお越しになる前に都市計画課までお電話にてご連絡ください。

申込受付期間

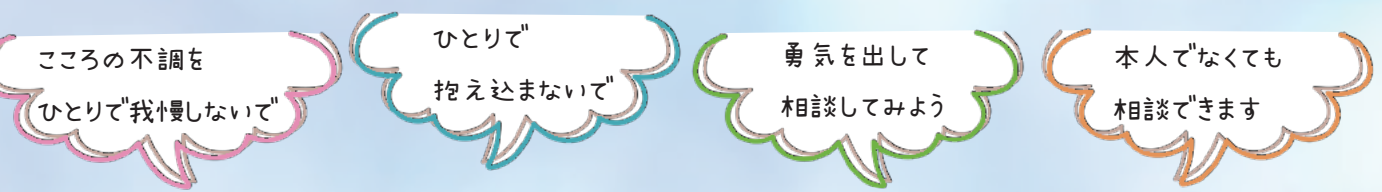
2月28日(月)～3月14日(月)
8時30分～17時

入居可能日

4月1日(金)

こころの健康づくり

3月は全国自殺対策強化月間です



身近な相談機関

- 長野県精神保健福祉センター
☎026-266-0280（平日 8:30～17:15）
- こころの健康相談統一ダイヤル（自殺予防のための相談）
☎0570-064-556（平日 9:30～16:00、18:00～22:00）
- 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 毎月10日 ☎0120-783-556（8:00～24時間）
長野 026-223-4343（毎日 11:00～22:00）
松本 0263-29-1414（毎日 11:00～22:00）
- 諏訪保健福祉事務所
☎0266-57-2927（平日 8:30～17:15）

市の相談窓口 平日 8:30～17:15（土・日・祝日除く）

- 健康づくり推進課（健康管理センター内）
☎0266-82-0105
※臨床心理士によるこころの健康相談の紹介等
- 東部保健福祉サービスセンター【地域】玉川・豊平・泉野
☎0266-82-0026
- 西部保健福祉サービスセンター【地域】宮川・金沢
☎0266-82-0073
- 中部保健福祉サービスセンター【地域】ちの・米沢・中大塩
☎0266-82-0107
- 北部保健福祉サービスセンター【地域】北山・湖東
☎0266-77-3000

NPO 法人自殺対策支援センター ライフリンク

SNS やチャットによる自殺防止の相談を行います。
月・火・木・金・日：17時～22時30分
水：11時～16時30分



LINE ↑
@yorisoi-chat



Twitter ↑
@yorisoiachat



チャット ↑
<https://yorisoi-chat.jp/>

子育て 定例イベント

● **0123広場** 開館時間 10:00～17:00 休館日 木曜日
 ☎71-1661 最新情報はホームページからご確認ください→



イベント名	日時	対象	定員	申込
おはなし0123 「ブックメイトぐりとぐら」	3月8日(火) 11:15～11:30	0、1、2、3歳の子どもと 保護者	なし	申込不要
おはなし0123 「ぐるんぱ」	3月22日(火) 11:15～11:30	0、1、2、3歳の子どもと 保護者	なし	申込不要

● **図書館** 開館時間 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

イベント名	日時	対象	定員	申込
0.1.2おはなし会	3月5日(土)、19日(土)、26日(土) 10:30～	どなたでも	6組	事前申込不要 当日整理券配布(先着順)
おはなしわ～るど	3月5日(土)、19日(土)、26日(土) 11:00～	3歳以上の方なら どなたでも	6組	事前申込不要 当日整理券配布(先着順)
紙芝居だいすき！ 【終了後：図書館を飾ろう】	3月12日(土) 10:30～	どなたでも	6組	事前申込不要 当日整理券配布(先着順)
どんぐりちいさなおはなし会	3月9日(水) 10:45～	どなたでも	3組	事前申込不要 当日整理券配布(先着順)
おなかの赤ちゃんおはなし会	3月19日(土) 11:30～	おなかの赤ちゃんと ご家族の方	6組	事前申込不要 当日整理券配布(先着順)
パネルシアターであそぼう	3月15日(火) 10:45～	どなたでも	3組	事前申込不要 当日整理券配布(先着順)

● **家庭教育センター** 開館時間 9:00～17:00 休館日 土曜日、日曜日、祝日
 ☎73-0888

イベント名	日時	対象	定員	申込
おはなし会「えほんとなかよし」【要予約】	3月1日(火)10:30～	就園前の子どもと保護者	5組	要申込
遊びの広場「終わりの会(おたのしみ会)」	3月10日(木) 10:00～11:00	就園前の子どもと保護者	20組	3月1日(火)10時～申込 受付開始



名取綾杜くん
 平成31年3月26日生まれ 3歳

あやとくん 3歳のお誕生日おめでとう!! みんなあやとくんが大好きだよ! すすく大きくなあれ!



牛山瑛斗くん
 令和2年3月10日生まれ 2歳

大好きなお菓子をかかえて!! おたんじょうびおめでとう♪ のびのびと元気に大きくなつてね☆



5月生まれの方募集中!
 投稿フォームから 3月15日(火)までに
 ご応募ください!
 対象 3歳までの方



こども通信

子ども・子育てに関する情報をお知らせします。



申請は令和4年3月末まで 子育て世帯への臨時特別給付金

問 こども課 こども・家庭支援係 ☎72-2101 (内線 614)

【対象児童】

- ①令和3年9月分児童手当対象児童(令和3年9月30日までに生まれた児童を含む)
- ②高校生相当(平成15年4月2日～平成18年4月1日生まれ)の児童
- ③上記①・②以外で令和3年10月1日～令和4年3月31日までに生まれた児童

【手続き】

申請が必要な方には、令和4年1月上旬に通知を発送しました。申請不要の方は、令和4年1月までに支給しました。

【支給額】

子ども1人当たり 10万円

【申請期限】

3月31日(木)

※制度の詳細や支給の条件については、市ホームページをご確認ください。



↑ホームページ

注

単身赴任等で、対象児童の住民票を茅野市に置いていない方には通知を送付していませんので、期限までに申請してください。申請書は市ホームページからダウンロードしていただくほか、窓口で受け取ることができます。

茅野市こども館 0123 広場

【場所】 茅野駅前ベルビア3階

【開館時間】 10時～18時

【定休日】 木曜日、年末年始(12/29～1/3) 【問い合わせ】☎71-1661

茅野市こども館0123広場は、雨や雪の日でもおもいきり遊べる『屋根付きの公園』です。

主に0歳～3歳までの乳幼児と親を対象とした子育て支援施設となっています。年齢発達を促す遊具や絵本、手づくりおもちゃがあり、親子でゆったりと遊ぶことができます。

子ども同士、親同士の出会いの場でもあります。また、子育てのちょっと気になることをスタッフに相談することもできます。

気軽に遊びに来てくださいね。

※開館時間は、10時～18時(現在は、新型コロナウイルス感染防止の消毒作業のため、17時までです。

※利用料は、利用登録時に、利用者カード代として100円いただきますが、それ以後はかかりません。

※3時間まで無料の地下駐車場をお使いください。



↑親子で楽しめるイベントも開催しています。



休日当番医院



休日歯科当番医院



休日当番薬局



水道緊急修理当番店



予防接種



乳幼児健診



子育て

※当番は変更となる場合があります。

●休日当番医院 診療時間：9時～17時
●休日当番歯科医院 診療時間：9時～12時
必ず保険証をお持ちください。
※休日当番医は変更となる場合があります。
最新情報は茅野消防署（☎72-0119）へご確認ください。
●水道緊急修理当番店
受付：平日 17時30分～翌日8時30分
土日・祝 8時30分～翌日8時30分
※当番店は変更となる場合があります。当番店へ連絡する前に茅野市役所（☎72-2101）までご連絡ください。

●予防接種【予約制になりました】
受付時間：13時15分～13時40分
場所：健康管理センター
持ち物：母子健康手帳、予防票、BCGは抱っこ紐とバスタオル
※集団接種と個別接種を行っている日本脳炎予防接種は令和4年4月から個別接種のみとなります
●乳幼児健診（受付時間は個別通知します）
場所：健康管理センター
持ち物：母子健康手帳、問診票、バスタオル（2歳児、3歳児以外）
目と耳に関するアンケートと尿（3歳児のみ）

予防接種、乳幼児健診、各地区以外の相談、教室についての申し込み、お問い合わせは…健康管理センター☎82-0105
※新型コロナウイルス感染症の拡大により延期・中止となる場合があります。

●離乳食教室【要予約】
対象：ごっくん（4～6か月児）、もぐもぐ（7～8か月児）
ぱくぱく（11か月～1歳2か月児）
持ち物：【共通】赤ちゃん用のスプーン、飲み物（麦茶等）
【ごっくん】抱っこ紐またはおんぶ紐
【もぐもぐ】おんぶ紐、お母さんのエプロン、三角巾
【ぱくぱく】敷物
●赤ちゃん相談、マタニティ相談【要予約】
場所：健康管理センター
持ち物：母子健康手帳、バスタオル（赤ちゃんのみ）

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
		1 1歳6か月児健診 ㈱キタハラ 昼☎72-7418 夜☎72-6515	2 ㈱クサカベ設備興業 ☎79-2511	3 2歳児健診 ㈱イトカン ☎72-8548	4 赤ちゃん相談（9時～11時） ㈱諏訪設備工業 昼☎72-3694 夜☎72-3451	5 ㈱オギハラ住宅設備 ☎72-2649
6 みうら内科クリニック ☎78-7710 矢崎歯科医院 ☎73-5678 てらさわ薬局 ☎78-7851 水道建設㈱茅野支社 ☎72-8533	7 3歳児健診 ㈱大信設備 ☎72-3527	8 玉川育児相談交流会（10時～11時15分） 離乳食教室（ごっくん・もぐもぐ）（10時～11時30分） 共進エネーブ㈱ ☎72-6282	9 豊平育児相談交流会（10時～11時15分） BCG（生後5か月～12か月未満の間に1回接種） 離乳食教室（ぱくぱく）（10時～11時30分） ㈱原田設備 ☎72-6411	10 ㈱芸管工業 ☎79-4372	11 日本脳炎（3歳～7歳6か月未満） ㈱オケヤス 昼☎72-2230 夜☎73-7265	12 ㈱信濃住宅設備 昼☎72-0319 夜☎73-0228
13 平出クリニック内科・産婦人科 ☎72-1661 平林歯科医院（諏訪市） ☎52-1741 ちの薬局 ☎82-0088 ㈱有賀水道 ☎72-4017	14 10か月児健診 ㈱クサカベ設備興業 ☎79-2511	15 中大塩健康相談（10時～11時30分） 4か月児健診 ㈱キタハラ 昼☎72-7418 夜☎72-6515	16 宮川・金沢育児相談交流会（絵本読み聞かせあり）（9時30分～11時） 1歳6か月児健診 ㈱窪田設備 昼☎72-6814 夜☎72-9289	17 2歳児健診 ㈱オギハラ住宅設備 ☎72-2649	18 赤ちゃん相談（9時～11時） マタニティ相談（10時～11時30分） ㈱大信設備 ☎72-3527	19 ㈱茅野設備 ☎79-5858
20 すがわら小児クリニック ☎75-0033 野村デンタルクリニック（富士見町） ☎62-9118 薬局マツモトキヨシ上原店 ☎73-7263 ㈱木村設備 ☎77-2380	21 池田医院 ☎73-0555 クリーン歯科医院（諏訪市） ☎58-8121 茅野横内薬局 ☎82-5788 はるも薬局（富士見町） ☎78-7762 ㈱諏訪設備工業 昼☎72-3694 夜☎72-3451	22 3歳児健診 ㈱イトカン ☎72-8548	23 米沢育児相談会（10時～11時30分） 4か月児健診 ㈱芸管工業 ☎79-4372	24 泉野育児相談交流会（10時～11時15分） ㈱原田設備 ☎72-6411	25 10か月児健診 ㈱信濃住宅設備 昼☎72-0319 夜☎73-0228	26 共栄管工㈱ ☎72-6675
27 うえはらクリニック ☎72-2636 ふじもりデンタルオフィス ☎71-1361 笠原薬局 ☎72-2028 ㈱窪田設備 昼☎72-6814 夜☎72-9289	28 ㈱有賀水道 ☎72-4017	29 ㈱タケムラプロパン ☎72-2382	30 共進エネーブ㈱ ☎72-6282	31 水道建設㈱茅野支社 ☎72-8533		

諏訪地区小児夜間急病センター 諏訪市四賀 2299-1 ☎54-4699

■診療時間
19時～21時（年中無休）

■診療科目
小児科 生後3か月以上
中学生まで
（けが、やけど、ハチ刺され、誤飲等は除く）

●各地区育児相談・健康相談
場所 各地区コミュニティセンター（宮川・金沢地区は宮川地区コミュニティセンター）
問い合わせ先
玉川地区、豊平地区、泉野地区…東部保健福祉サービスセンター ☎82-0026
宮川地区・金沢地区…西部保健福祉サービスセンター ☎82-0073
中大塩地区、米沢地区…中部保健福祉サービスセンター ☎82-0107

★各種相談・説明会★ 茅野市役所 ☎72-2101

トレーニング室利用者説明会【要事前予約】	10日(木)10時～、16日(水)14時～、22日(火)19時～ 会場 総合体育館トレーニング室 問 茅野市総合体育館 ☎71-1645
特設人権相談【要予約】	3日(木)10時～15時 会場 市役所7階会議室 問 市民課市民係(内線256)
法律相談【要予約】	①1日(火)13時～17時 ②9日(水)13時～15時 会場 市役所7階会議室 相談員:①小池正喜 弁護士 ②竹村隆 弁護士 ※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。 問 市民課市民係(内線256)
行政相談 相談員:行政相談委員	8日(火)9時～12時 会場 市役所7階会議室 問 市民課市民係(内線256)
外国籍市民のための相談	17日(木)10時～16時 会場 市役所7階会議室 相談語 英語、ポルトガル語、中国語、日本語 問 地域創生課 地域創生係(内線232)
外国籍市民のための日常生活相談及び日本語教室	5日(土)、13日(日)、19日(土)、26日(土) 13時～16時 ※開催日が変更になる場合もあります。事前にご連絡ください。 会場 茅野市ひと・まちプラザ 問 地域創生課 地域創生係(内線232) 相談員 090-8846-0491
若者向けキャリア・コンサルティング【要予約】	2日(水) 13時30分～16時30分 相談員 ジョブカフェ信州 若年者就業支援アドバイザー 会場 市役所704会議室 問 商工課(内線435)
子育て、家庭、教育、発達に関する相談	毎週月曜日～金曜日(祝日除く) 8時30分～17時15分 会場 育ちあいちの（市役所6階 こども課内） 問 こども課 こども・家庭相談係(内線615・616 直通☎73-4151) 発達支援センター(内線618)
家庭教育相談	毎週月～金曜日(祝日除く)9時～17時 会場 家庭教育センター 問 家庭教育センター☎73-0888
保護司による非行・犯罪相談【要予約】	25日(金)10時～12時 会場 諏訪市公民館302会議室 問 諏訪地区更生保護サポートセンター ☎55-2786 平日10時～16時受付
ひきこもり交流会「こもさぼ」	7日(月) 14時～16時 会場 茅野市ひと・まちプラザ 101会議室 問 まいさぼ茅野市【地域福祉課】(内線317)
司法書士法律相談【要予約】	9日(水)15時～17時 会場 社会福祉協議会相談室 問 茅野市社会福祉協議会 ☎73-4431
心配ごと相談	4日、11日、18日、25日(金)9時～12時 会場 社会福祉協議会相談室 問 茅野市社会福祉協議会 ☎73-4431
結婚相談	①5日、19日(土)13時～16時 ②11日、25日(金)18時30分～20時30分 会場 社会福祉協議会相談室 問 茅野市社会福祉協議会 ☎73-4431

訪問理美容助成事業 理髪店、美容院募集

内 容 在宅の寝たきりの高齢者などの心身のリフレッシュを図り、介護されている方の負担を軽減する「訪問理美容助成事業」に協力いただける理髪店、美容院の募集。利用者から依頼を受けて、自宅などへ出向いて理髪または美容サービスを行います。

応募条件 次の①、②の条件を満たし、市内に事業所を有する理髪店または美容院

①茅野市訪問理美容助成事業実施要綱に基づき、サービス提供を行うこと

②保健所から理容所開設検査確認済証または美容所開設検査確認済証の交付を受けていること

申込方法 通年で応募を受け付けています。お電話でお申し込みください。

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101（内線 334）

介護予防普及啓発事業 「トレーニング実践 お役立ち講座」

日 時 4月6日（水）～6月29日（水）（計12回）
毎週水曜日 10時30分～11時30分

場 所 ちの地区コミュニティセンター

内 容 日常生活でトレーニングを自主的に続け、体力や健康を維持し、介護予防に役立つ講座

講 師 医療法人研成会の健康運動指導士

対 象 市内在住の65歳以上の方（過去に同講座に参加された方は、定員に満たない場合のみ参加対象）

定 員 10名（申込多数の場合は抽選）

参加費 無料

申込方法 3月7日（月）～9日（水）にお電話でお申し込みください。

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101（内線 334）



いきいき健康ルーム講座情報

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101（内線 334）

場 所 高齢者福祉センター 塩壺の湯ゆうゆう館

内 容 高齢者の身体的、精神的な健康づくりや介護予防を目指す講座。

申込条件 ●お一人につき1講座、お申込みいただけます。
●過去に同講座を受講し修了された方も応募できます。しかし、定員に満たない場合のみ参加対象です。

対 象 市内在住の65歳以上の方（いきいきめんずハーモニー倶楽部は男性のみ）

参 加 費 無料

申込方法 3月10日（木）までに電話でお申し込みください。申込多数の場合は抽選となります。

講座名	日時	定員	講師
フラダンス講座	第1・3水曜日 13時30分～15時 (4月6日開講、6か月間・全12回)	10人	春原
リラックス・ヨガ講座 1班	第1・3水曜日 10時～11時 (※初回と最終回のみ9時30分～11時) (4月6日開講、6か月間・全12回)	10人	宇治
リラックス・ヨガ講座 2班	第2・4水曜日 10時30分～11時30分 (※初回と最終回のみ10時30分～正午) (4月13日開講、6か月間・全12回)	10人	杉浦
リラックス・ヨガ講座 3班	第2・4水曜日 13時30分～14時30分 (※初回と最終回のみ13時30分～15時) (4月13日開講、6か月間・全12回)	10人	杉浦
いきいきめんずハーモニー倶楽部1班	第1金曜日 10時～11時30分 (4月1日開講、12か月間・全12回)	10人	實吉
いきいきめんずハーモニー倶楽部2班	第2金曜日 10時～11時30分 (4月8日開講、12か月間・全12回)	10人	實吉
いきいきめんずハーモニー倶楽部3班	第3金曜日 10時～11時30分 (4月15日開講、12か月間・全12回)	10人	實吉

シニア情報

高齢者向けの教室や介護・医療に関する情報をお届けします。



茅野市健康熟年大学

期 間 令和4年4月～令和6年3月（2年間）

場 所 茅野市運動公園総合体育館等

内 容 『インターバル速歩』という、速歩とゆっくり歩きを3分間隔で繰り返すウォーキングと筋力アップや柔軟性を高める『ヨガ』を定期的に行いながら、医師による健康講話やハイキング、諏訪湖1周ウォーク、調理実習など様々な講座を通して同年代の仲間づくりをしながら、健康に関する知識を学び介護予防に役立てます。

対 象 市内在住の60歳以上の方

定 員 50名

料 金 健康熟年大学受講料 月額 1,000円
スポーツ安全保険料 加入希望者のみ実費負担
血液検査料(年2回) 実費負担(2,200円程度)

申込方法 3月25日（金）までに、お電話でお申し込みください。

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101（内線 334、335）



←体力測定



←諏訪湖1周ウォーキング

みんなのパソコン広場 ☆パソコン初級者お助け隊☆

日 時 4月6日（水）、20日（水）14時～17時

場 所 ワークラボハヶ岳

内 容 ワードエクセルの操作など、パソコン初級者のちょっとしたお困りごとの相談、サポート

定 員 1人30分程度（1日6名程度）

持ち物 使用しているノートパソコン

参加費 500円

申込方法 4月6日（水）は2月28日～3月25日、
4月20日（水）は3月14日～4月8日
にお申し込みください。

申込・問 企画課 行革・デジタル係 ☎72-2101（内線 155、156）

ポッチャボールセットの貸し出し

内 容 公式のポッチャボールセットの貸し出し

対 象 茅野市内の各種団体（個人は不可）

貸出場所 高齢者・保険課 高齢者福祉係（市役所1階）

料 金 無料

申込方法 随時受け付けています。電話にてお申し込みください。
※1回の貸し出しは、ポッチャボールセットを2セットまでとします。
※貸し出し日から返却日までの間は、原則3日以内
※令和4年度は1団体6回の貸し出しまで可

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101（内線 334）

後期高齢者医療の
窓口負担割合が
見直されます



令和4年10月1日から、後期高齢者医療被保険者のうち、一定以上の所得がある方は医療費の窓口負担割合が**2割**になります。被保険者の令和3年中の課税所得や収入額をもとに世帯単位で判定され、該当する方には「2割」と記載された被保険者証を9月末までにお送りします。

【2割負担の基準】

●「課税所得28万円以上」かつ
「年金収入＋その他合計所得金額が200万円以上」

●被保険者が2人以上の場合は、
「年金収入＋その他合計所得金額が320万円以上」

問 高齢者・保険課医療係 ☎72-2101（内線 327、328）
長野県後期高齢者医療広域連合 ☎026-229-5320

時：日時 所：場所 内：内容 講：講師 対：対象 定：定員 ￥：料金 持：持ち物 申：申込方法 問：問い合わせ

i 森林法改正に伴う伐採届出の記載事項が追加になりました

内 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」（以下伐採届）の提出をお願いしているところですが、令和4年4月1日から改正森林法が施行となり、伐採届に記載する事項が追加となります。

【変更点】
以下の記載事項を追加
(1) 集材の方法（伐採した木を搬出する場合のみ）
(2) 伐採または伐採後の造林を委託する場合、その委託先の住所（所在地）、氏名（名称）、電話番号
(3) 伐採後の造林にかかる鳥獣害の防止の方法（伐採後に造林が必要となる場合のみ）

【変更となる時期および記載要領】
令和4年4月1日以降に伐採届を提出する場合には上記の変更が適用となります。（伐採の期間が令和4年4月1日以降を含む場合でも、届出の日付が令和4年3月31日以前のもは変更の対象になりません。）

追加となった事項は、伐採届の「4備考」の欄にご記入ください。

対 茅野市の森林整備計画区域内の立木の伐採を行う方

申 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、必要書類を添付の上、農林課林務係へご提出ください。

問 農林課林務係
☎72-2101（内線405）

i 市町村対抗駅伝茅野市代表選考会

時 【小学生】全3回開催
3月13日(日)、19日(土)、23日(水)
15時30分集合
【一般】3月26日(土)9時集合

内 4月30日(土)に開催の松本平広域公園陸上競技場を発着とする市町村対抗駅伝競走大会に出場する、茅野市代表選手選考会

対 【小学生】小学4年生～6年生（正選手を男女各2名、補欠を男女各1名の選考）
【一般】中学生以上（中学男子3名、中学女子2～3名、一般男子6名、一般女子1～2名を選考、そのうち1名は補欠）

申 【小学生】3月4日(金)17時までに申し込み
【一般】中学生は前日までに電話で申し込み、高校生以上は申込不要です。

問 スポーツ健康課スポーツ健康係
☎72-8399

Information

お知らせ

i 茅野市農産物品目別アドバイザー制度

内 市内の新規就農者および市が推進する品目への生産転換希望の農業者に対し、熟練農業者がアドバイスをを行う制度を実施しています。

【対象品目】全14品目
だいこん、キャベツ、パセリ、ホーレンソウ、ブロッコリー、セルリー、エンダイブ、ズッキーニ、菊、りんどう、トルコギキョウ、カーネーション、カスミ草、アルストロメリア

問 茅野市農業支援センター
☎72-2101（内線402）

i この春から始めよう！パソコン入門講座

時 4月8日(金)、12日(火)、15日(金)、19日(火)、22日(金)、26日(火) 13時30分～15時30分

所 ワークラボハケ岳

内 マウス操作、文字入力の方法、インターネットを検索してWebページを見たり、名所の地図を探す方法、メールをやり取りする方法等を学ぶ講座

対 諏訪地域在住の方

持 ノートパソコン

￥ 1,000円＋テキスト代

申 2月28日(月)～3月18日(金)に、お電話でお申し込みください。

問 企画課行革・デジタル係
☎72-2101（内線155、156）

Wanted

募 集

i 自衛官候補生募集

内 自衛官候補生の募集
【試験科目】筆記試験、口述試験、適性検査および身体検査

対 18歳以上33歳未満

時 試験日程は受け付け時にお知らせ

申 年間を通じて受け付けています。お問い合わせください。

※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か月後に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か月（一部技術系は2年9か月）、海上・航空自衛官は2年9か月を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か月後、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

i 読りむinちの20周年記念 富安陽子さん講演会「物語が生まれるとき」

時 3月19日(土)13時30分～15時30分
所 マリオローヤル会館（茅野駅前ベルビア3階）

内 「まゆとオニ」「オニのサラリーマン」シリーズ等、数多くの作品を発表されている児童文学作家・富安陽子さんによる絵本や児童書など、作品ができるまでのお話

講 富安 陽子さん

定 100人（申込先着順）

￥ 無料

申 3月1日(火)10時から
電話・FAX・Eメールで受付。FAX・Eメールで申し込みの際は、聴講者の氏名、住所、電話番号をご記入ください。

問 読書の森 読りむinちの事務局（生涯学習課内）
☎72-2101（内線635）
FAX82-0237
Eメール dokushoc@city.chino.lg.jp

i 新入社員歓迎大会

時 4月13日(水)13時30分～

所 茅野市民館

内 今春、市内の各事業所に就職される新規就職者の門出を祝う大会

対 今春に新入社員の採用を予定されている市内事業所。自営業等の方の申し込みも歓迎

申 3月4日(金)までに、お電話でお申し込みください。

問 商工課 商業労政係
☎72-2101（内線434）

情報ネットワーク

要点のみを掲載しています。
詳しい内容は、各担当課・各施設・ホームページなどでご確認ください。
●イベント・講座…P20
●募集…P21 ●お知らせ…P21～22

i 茅野市空き家なんでも相談会・ミニセミナー

時 3月17日(休)
ミニセミナー13時30分～
個別相談会 14時～16時（1組30分）

所 茅野市役所 議会棟1階大会議室

内 空き家のことを気軽に相談できる無料相談会と専門家によるミニセミナー

申 3月3日(休)までにお申し込みください。
ミニセミナーは申込不要です。

※Web会議システムでの参加を希望の方は別途ご相談ください。

※申込時に空き家物件情報（住所等）を確認します。

問 都市計画課住宅係
☎72-2101（内線538）



プッシュ通知で行政情報をお届け！

ダウンロードはこちらから



Event&Lectures イベント・講座

i 小泉山体験の森「パネル展」多留姫文学自然の里「文学祭」

時 2月21日(月)～3月11日(金)
8時30分～17時15分
（最終日は16時まで）

所 茅野市役所1階ロビー

内 【小泉山体験の森「パネル展」】

小泉山体験の森創造委員会と茅野市教育委員会が整備した「小泉山体験の森」の紹介や1年間の活動記録と写真、創造委員会20周年の歩みを展示します。

【多留姫文学自然の里「文学祭」】
多留姫の滝蔵酒亭に設置してある投句箱に投句された中から、選句した俳句や短歌を展示します。あわせて「多留姫文学自然の里創造委員会」の1年間の活動記録やイベント写真も展示します。

問 生涯学習課生涯学習係
☎72-2101（内線635）

時：日時 所：場所 内：内容 講：講師 対：対象 定：定員 ￥：料金 持：持ち物 申：申込方法 問：問い合わせ

ゆずりあおう ～不用品を活用し あいましょう～

内 ゆずります

鉄平石/溶岩/台所テーブル/
桐の物入れ/テレビ台/アルミはしご/
アナログテスター/ひな人形/
電気コタツ/ゴルフクラブ

ゆずってください

ロフトベッド/冷蔵庫/ウィック/
男児用スキーセット(120～130cm)/
アイスホッケー関連用品/
補助輪つき自転車/炊飯器(5号炊き)/
エレクトーン/男児用ケース入り市松人形

※最新の情報はお問い合わせください。

※すでに交渉が成立している場合があります。
ご了承ください。

問 茅野環境館 ☎82-0040

i 春の全国火災予防運動

時 3月1日(火)～7日(月)

内 「おうち時間 家族で点検 火の始末」
春先は空気が乾燥し、風の強い日が多く、
小さな火でも大きく燃え広がるなど、火災
が発生しやすい時期です。また、いつ起こる
かわからない大地震への備えも大切です。

●地震火災を防ぐポイント

- ・住まいの耐久性を確保する。
- ・家具等の転倒防止対策(固定)を行う。
- ・暖房器具の周辺は整理整頓し、燃え
やすい物を近くに置かない。
- ・住宅用消火器等を設置し、使用方法
について確認する。
- ・住宅用火災警報器を設置する。(警報
器は定期的な点検が必要です。また
警報器の寿命はおおむね10年です。
設置から10年を経過したら本体の交
換を検討しましょう。)

問 消防課 消防係

☎72-2101(内線677)

i 宝くじの助成金で消防団の 活動服を購入しました

内 宝くじの受託事業収入を財源として実
施しているコミュニティ助成事業を活
用し、消防団の活動服を購入しました。
この事業は、宝くじの社会貢献広報事
業の一環として、地域社会の健全な発
展と住民福祉の向上を
目的に行われています。

問 消防課 消防係

☎72-2101(内線677)



↑購入した活動服

家庭版ごみの出し方の訂正

12月に各世帯に配布した家庭版ごみの出し方の記載事項に誤り
がありました。お詫びして訂正します。

訂正箇所

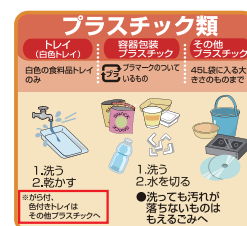
資源物・不燃物の分け方・出し方 プラスチック類

訂正前 ※がら付、色付きトレイは、その他プラスチックへ

訂正後 ※がら付、色付きトレイは、容器包装プラスチックへ

白色以外のトレイは、容器包装プラスチックに分別してください。

問 美サイクルセンター 電話 72-2905



訂正





こぎつねサラダ

材料(4人分)

白菜…………… 200g(4枚)
春菊…………… 120g(1袋)
にんじん …… 50g(1/3本)
油揚げ………… 30g(1枚)

しょうが(すりおろし)… 少々
塩…………… ひとつまみ
酢…………… 大さじ1
しょうゆ …… 小さじ2
砂糖………… 小さじ1/2
サラダ油………… 小さじ1

カリッとした油揚げの食感と、しょうが風味のドレッシングが野菜とマッチして、箸がすすみます。しょうがの辛味成分は、血管を拡張させて血の巡りをよくし、血液循環の改善、むくみの解消にも効果があります。料理の名前は、昔話にきつねは油揚げが好きだと描かれていることからです。

つくり方

- ① 白菜、春菊は食べやすい大きさに切り、にんじんはいちょう切りにする。
 - ② 油揚げは色紙に切り、フライパンまたはトースターでカリッとするまで焼く。
 - ③ 調味料を混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
 - ④ 野菜をさっと茹でて、冷やし、水分を絞る。
 - ⑤ ボウルに④の野菜と②の油揚げを入れ、③のドレッシングで和える。
- *春菊は、小松菜、ほうれん草、菜の花に変えてもおいしく食べられます。



1人分のエネルギー61kcal 食塩相当量0.7g

病院コラム 医療の現場から

スギ花粉症の最新治療

諏訪中央病院 耳鼻咽喉科部長 増山 敬祐



スギ花粉症の方にとって春は憂鬱な季節の訪れ。毎年、眼のかゆみ、くしゃみ、水っぱな、鼻詰まりでティッシュを手放せず、集中力が途切れ仕事や勉強に身が入らず、睡眠不足の状態が数ヶ月続きます。花粉症は一度発症すると毎年症状が出ます。近年では小児での発症も多くなり、大人になってからも花粉症で悩まされ続けることになります。また、薬物無効の重症花粉症も増えております。そこで、今日はそのような方におすすめの当科でも行っている最新治療についてお話をいたします。

まずはじめは、舌下免疫療法です。免疫療法とは、スギ花粉を体内に投与してスギ花粉に対するアレルギー体質の改善を図る治療法です。以前は皮下注射による免疫療法でしたが、最近は副反応が少なく家庭でも投与できる舌下免疫療法が主流となりました。まず、スギ花粉の舌下錠を舌の下におきます。1分間そのまま保持して飲み込みます。体調の悪い時を除き原則毎日行い、少なくとも3年間続けます。これによりスギ花粉に対する体質改善を行い、症状の緩和や集中力の改善が期待できます。8割の方に効果があり薬が要らなくなる方も増えています。ただし、スギ花粉の飛散期前から開始する必要があり、今年のスギ花粉症には間に合いませんが、来年度以降の治療にはおすすめです。

次に、抗IgE抗体療法です。薬物無効の重症のスギ花粉症の方に対する治療法で花粉症では世界初の薬です。スギ花粉症ではスギ花粉に対するIgE抗体が作られ、これが鼻のアレルギー細胞(肥満細胞)にくっつきスギ花粉と反応して肥満細胞からアレルギーを起こす物質が出てくしゃみや鼻水となります。このIgE抗体が肥満細胞にくっつくのをブロックするのが抗IgE抗体で、花粉症の時期に皮下注射で投与します。ただし、IgEの量と体重で投与できる量が決まっており、かつ薬物無効の重症スギ花粉症のみが対象となります。スギ花粉症でお悩みの方にはこれらの最新治療がおすすめです。

国保だより

問い合わせ

高齢者・保険課 国保年金係
☎72-2101(内線322)



就職・退職・進学・卒業などで国民健康保険について加入・脱退するとき

就職や退職、進学、卒業などにより、国民健康保険（以下「国保」）について加入や脱退する方は、手続きをする必要があります。

■現在茅野市国保に加入している方

◇就職等で健康保険等に加入した場合や茅野市を転出した場合は、茅野市国保の脱退手続きが必要となります。

◇就学のために他市区町村へ転出する場合は、引き続き茅野市で国保に加入することができます。転出の届け出の際に入学のわかる書類・在学証明書または学生証の写しをご持参ください。

学生用の茅野市国保の保険証をお持ちの方

◇卒業後、他市区町村に居住する場合は、茅野市国保の脱退手続きが必要となります。卒業したことがわかる書類をご持参ください。

◇学生証の有効期限が令和4年3月までの方で、4月以降も引き続き学生の場合は、届け出が必要となります。4月以降の在学証明書または新しい有効期限の学生証の写しをご持参ください。

■現在茅野市国保に加入していない方

◇茅野市に住所のある方で、退職等により、加入する健康保険等が無い場合は、茅野市国保の加入手続きが必要となります。

全ての届け出（申請）に共通して必要なもの

●届出をされる（窓口にお越しいただく）方の本人確認書類

- ①顔写真のついたものの場合1点（運転免許証、マイナンバーカード、各種障害手帳、パスポートなど）
- ②顔写真のないものの場合2点（保険証、診察券、通帳、キャッシュカード、年金手帳、学生証など）

●国保について、加入する方や脱退する方および世帯主のマイナンバーのわかるもの

マイナンバーカード、通知カード、マイナンバーの記載のある住民票など

国保の加入や脱退は自動的に切り替わりませんので、必ず手続き（届け出）をしてください。国保加入の届け出が遅れると、医療機関等の窓口で医療費を全額自己負担しなくてはいけなくなったりします。また、国保脱退の届け出が遅れると、国保税と健康保険等の保険料の二重払いが生じてしまう可能性があります。

変更の事由が生じてから、14日以内に高齢者・保険課に届け出をしてください。

国保の手続きでご不明な点については、高齢者・保険課 国保年金係へお問い合わせください。

国民健康保険税は納期までに納めましょう。期限内納付にご協力をお願いします。

●保険税の納付は便利な口座振替で！

金融機関等へその都度納めに行く手間が省け、納め忘れの心配がなく大変便利です。

【申込方法】預金通帳等と届出印をお持ちのうえ、税務課または茅野市指定の金融機関窓口でお申し込みください。

●事情により保険税の納付が困難な方は必ずご相談ください。

納税相談を行っていますので、未納のままにせず、必ずご相談ください。

相談窓口 税務課 収税係 ☎72-2101(内線194～199)

国民年金だより No.167

高齢者・保険課 国保年金係 ☎72-2101(内線324)
岡谷年金事務所 ☎23-3661

国民年金の任意加入制度をご存じですか？

国民年金から老齢基礎年金を受け取るためには、保険料納付済期間と保険料免除期間等を合算した期間が10年以上必要です。また、満額受け取るためには、20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めていなければなりません。やむをえない事情により60歳に達しても老齢基礎年金の受給資格期間10年が満たせなかった方や、年金を満額に近づけたい方のために、国民年金にはご本人の申し出により60歳から65歳になるまでの5年間、保険料を納めることができる「任意加入制度」があります。

「年金を受けるための受給資格期間が足りない!」「老齢基礎年金を満額に近づけたい!」という60歳以上の方には、任意加入への申し込みをおすすめします。

条件

次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。

- ☐ 日本国内に住所がある60歳以上65歳未満の方
- ☐ 老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
- ☐ 20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が40年(480月)未満の方
- ☐ 任意加入時に厚生年金保険に加入していない方

上記のほか、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。

保険料の納付状況調べるには

- 毎年、誕生月に日本年金機構から送られてくる「ねんきん定期便」で確認
- 「ねんきんネット」で確認 詳しくは、広報ちの11月号国民年金だよりをご覧ください。
- 岡谷年金事務所や加入していた共済組合へ確認

保険料の納付方法

任意加入の場合も、国民年金の保険料と同じで、月額16,610円(令和3年度)です。

納付方法は原則、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。

場 所 茅野市役所高齢者・保険課(1階7番窓口)または岡谷年金事務所

持ち物 ①年金手帳または基礎年金番号通知書 ②預金通帳 ③金融機関届出印

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」となります。

●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)
- ・付加年金の受給額(総額)……………12,000円(60月×200円)

※付加保険料を納めたい方は、任意加入とセットでの申し込みをおすすめします。

※国民年金基金に加入している方は付加保険料を納めることはできません。

※国民年金基金制度は、国民年金の第1号被保険者が老後の所得保障の充実を図るために、任意で加入する制度です。

詳しくは、「全国国民年金基金」にお問い合わせください。

☎0120-65-4192

ホームページアドレス <https://www.zenkoku-kikin.or.jp/>





小平奈緒選手 茅野市長表敬訪問

1月12日、北京オリンピックスピードスケート日本代表の小平奈緒選手が茅野市長を表敬訪問しました。

小平選手は「北京オリンピックでは、茅野市民の皆様と喜びを分かち合えるようなパフォーマンスを目指して頑張ってきたと思います。平昌オリンピック後に茅野市のスケートセンターに『NAO ice OVAL』と名前を付けていただいて、オリンピック期間中に市民の皆様にスケートを楽しんでいただけたような機会にもなればと思っています。」と話しました。

茅野市オリンピック出場選手後援会と市から激励金と花束をお渡ししました。

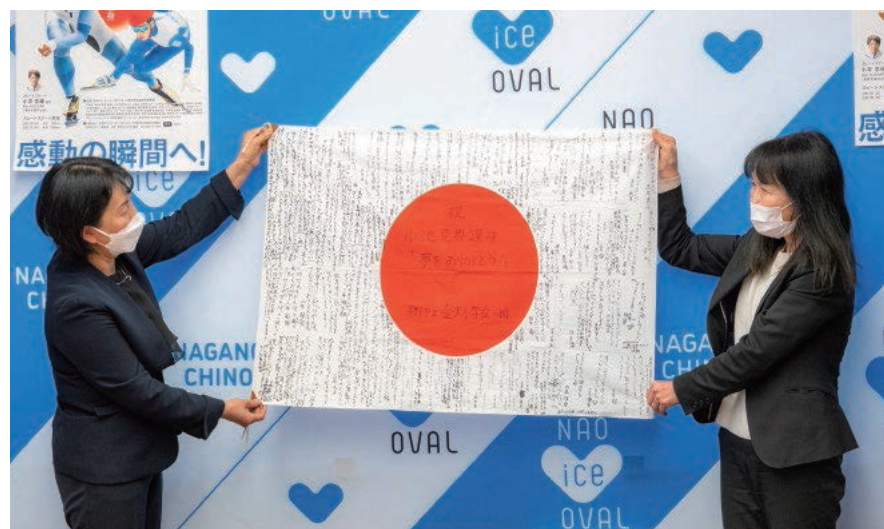


小池克典選手 激励金贈呈式

1月26日、北京オリンピックショートトラック日本代表の小池克典選手への激励金贈呈式を行いました。

新型コロナウイルス感染症の急拡大により、選手の健康管理の面から小池選手の母、利江さんに市役所へお越しいただき、茅野市出場選手後援会ならびに茅野市から激励金を、小池選手の母校の金沢小学校と長峰中学校ならびに後援会から応援旗をお渡ししました。

小池選手からは「応援して下さる皆様のご期待に応えられるよう、これまでの成果を発揮し、悔いの残らないよう頑張る所存です。」とメッセージをいただきました。



↑市役所2階企画課窓口で飾っています。
→国勢調査の結果はQRコードからご覧いただけます。



オンライン調査の推進が評価 「令和2年国勢調査オンライン回答 の推進に係る総務大臣表彰」を受賞

前回（平成27年）国勢調査に引き続き、オンライン調査による回答を積極的に推進し、その成果を上げた自治体として、「総務大臣表彰」を受賞しました。

これは国勢調査の結果精度の向上および調査事務の効率化につながるオンライン調査による回答を積極的に推進し、その成果を上げた地方自治体が表彰されるものです。「総務大臣表彰」は表彰の中でも最も良い賞で、全国の市（県庁所在地・政令市・特別区を除く）のうち15団体、長野県内では唯一の受賞となりました。

茅野市は回答率は50.1%で、前回（令和27年）調査に引き続き、2度目の受賞となりました。



茅野市男女共同参画のロゴマークが決まりました

公募していた男女共同参画のロゴマークが決定しました。応募総数97点の中から、茅野市男女共同参画推進大会実行委員会および茅野市男女共同参画推進会議のメンバーで選考会を行い、市内在住の吉田真理子さんの作品を選考しました。

ロゴマークのデザインは、茅野市の花「りんどう」をモチーフに男女関係なくお互いを尊重し、個々の能力が発揮できる社会をイメージして作られました。

このロゴマークははつらつ事業所の認定証のほか、男女共同参画に関する様々な事業で使用していきます。



消防出初式

1月9日、茅野市消防出初式が開催され、分列行進や表彰式を行い、地域を守る消防団が1年のスタートを切りました。

新型コロナウイルス感染対策から、規模を縮小しての開催となりましたが、分列行進では堂々とした姿で行進する消防団員の勇姿が見られました。

表彰式では、消防活動に貢献された方と無火災の区・自治会に賞状などを授与しました。

八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

神長官守矢史料館 ☎73-7567

博物館情報

休館日 3月7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)

開館時間 9時～17時(史料館は16時30分まで)

観覧料 博物館 大人310円、高校生210円、小中学生150円
史料館 大人100円、高校生70円、小中学生50円★check★
博物館
ホームページ

博物館で星空観察会

日時 3月5日(土) 19時～20時30分

場所 総合博物館

参加費 無料

定員 20名

申込 2月20日(日)から受付

※雨天の場合は室内で星・宇宙のお話をします。

苔テラリウムづくり～らくらくメンテで長く楽しむ～

日時 3月26日(土) ①10時30分～正午

②13時～14時30分

場所 総合博物館

参加費 2,500円

講師 大野好弘さん(園芸研究家)

定員 各回10名

申込 3月1日(火)10時から受付



定例イベントスケジュール

※申し込みは、前月20日(休館日の場合は翌開館日)から電話で受け付けます。
※イベントの詳細はホームページなどでご確認ください。

さきおりでランチョンマット

日時 3月12日(土)、13日(日)、

10時～11時30分と

13時～14時30分

※要申込、参加費400円

小学校高学年以上、定員5名

昼間の星をみる会

日時 3月13日(日)

10時～11時

場所 北部中学校天体ドーム

※要申込み、定員20名、参

加無料。雨天曇天の場合

は中止。

星空観望会

日時 3月26日(土)

19時～20時30分

場所 北部中学校天体ドーム

※要申込み、定員20名、参

加無料。雨天曇天の場合

は中止。

古文書相談会

日時 3月26日(土)

13時30分～15時

※申込不要

※参加費無料

★3月のプラネタリウム

「シリウス B に挑戦」

土日祝日の10時30分～、13時30分～

※定員8名、要事前予約。要通常入館料。



尖石縄文考古館



3月の休館日 7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)

開館時間 9時～17時

☎76-2270

考古館ホームページ

掲載されている以外の情報は
ホームページをご覧ください。

尖石縄文検定初級

日時 3月19日(土)

場所 尖石縄文考古館ガイダンスルーム

内容 縄文博士への第一歩！縄文検定初級の開催

対象 茅野市在住・在勤の方、茅野市博物館の
学習会員の方、日本遺産「星降る中部高
地の縄文世界」の構成文化財を所蔵する
市町村に在住の方

持ち物 筆記具、ノート

定員 40名(申込先着順)

参加費 無料

申込 3月18日(金)までにお電話でお申し込
みください。茅野市 5000 年祭記念タイムカプセル
封入物の返却内容 令和3年10月9日に、尖石縄文考古館にてタイムカ
プセルの開封式を執り行いました。
封入されていた手紙は、尖石縄文考古館に保管し
てあります。詳しい内容は尖石縄文考古館ホーム
ページに掲載してあります。返却をご希望の方は、
考古館までお問い合わせ下さい。

返却期間 令和4年2月1日(火)～令和5年2月1日(水)

→小学校や団体、個人など様々な方
からの手紙が封入されていました。

文化・芸術 Culture & Art

神長官守矢史料館・八ヶ岳総合博物館

企画展「御柱祭」



戦前の木落しの様子

長い歴史がある御柱祭。御柱祭の起源について記され
た古文書や、古い写真・史料などを通じて、これまでの
御柱祭の様子を伝えます。

会期 令和4年(2022年)

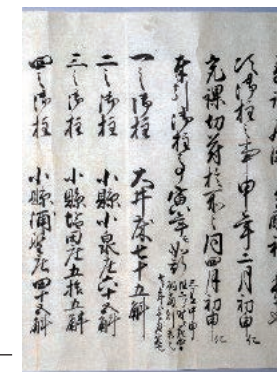
3月19日(土)～5月29日(日)

料金 各館とも、通常入館料

展示物の
みどころ

大宮御造営之目録 [写]

嘉暦四年(1329年)三月(明治5年写)

御柱の起源を記した
最古の年号をもつ史料宝殿造営についての記述とともに、
御柱を負担する郷村として大井
庄(佐久市岩田村)、小県郡小泉
庄(上田市小泉)などが記載され
ており、信濃国中で御柱を行って
いたことが分かる。

【神長官守矢史料館】

☎73-7567

展示物の
みどころ

薙鎌(なぎがま)

諏訪神社に古来より伝わる神器

薙鎌は、上社見立てのときに、御柱に決まった木に
打ち付けられる。諏訪明神は、風を収める、風を風
く神といわれる。「おまじない」の道具として、平安
時代頃から使われたと思われる。

【八ヶ岳総合博物館】☎73-0300

茅野市民館
Chino Cultural Complex
茅野市美術館
Chino City Museum of Art

茅野市塚原一丁目1番1号(JR茅野駅東口直結)

TEL 0266-82-8222 FAX 0266-82-8223

休館日 火曜日(火曜が祝日の場合、翌平日)、年末年始

http://www.chinoshiminkan.jp/



茅野市民館

茅野市美術館

茅野市民館・茅野市美術館

事業アイデア募集 2022→2023

茅野市民館・茅野市美術館では、地域のみなさんから事業についての
アイデア提案を募集します。詳しい内容や申込み方法はウェブサイトをご
覧いただくか、茅野市民館までお問合せください。※アイデアの内容やご意見は 2023 年度茅野市民館・茅野市美術館の事業
検討に生かします。

募集期間 3月2日(水)～3月31日(木)

対象 どなたでも(個人・グループ不問)

http://www.chinoshiminkan.jp/
info/2023idea.html

茅野市民館

Light It Up Blue ちの 2022

～ひろがれ! 青い光がつけるころ～

いろいろな個性を持つ人たちが「なぜこぜ」にいる社会。「違い」にふれ
て認めあい、広く、ゆるく、つながっていく。ともに生きる命とつながる
感性あふれる地域社会をめざし、毎年4月2日の「世界自閉症啓発デ
ー」にあわせ、茅野市民館をライトアップし、青い光で包みます。

ブルーライトアップ

4月2日(土) 18:30～22:00

【カウントダウン】18:15～18:30

4月3日(日)～9日(土) 19:00～22:00



※新型コロナウイルス感染症の影響により、変更等が生じる場合がございます。また当面の間、開館時間等を以下のとおりといたします。

●開館時間(正面・東西通路入口) 9:00～19:00 ●受付時間(事務室窓口) 9:00～20:00 ●図書室・常設展示室 10:00～18:00

関連企画「つながる」パネル展示

3月13日(日)～4月9日(土)9:00～19:00 スロープ

関連企画「なぜこぜフェス」

4月2日(土) ロビー

●なぜこぜアートワークショップ『ART IN BLUE』

～あなたの青「ブルー」を表現してみよう!～

13:00～16:00(予定) 講師: 西川直子

参加費: 無料 定員: 30名程度(お申込みください)

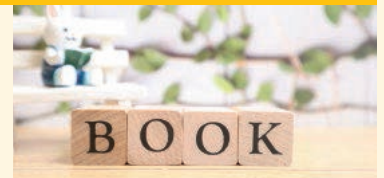
●なぜこぜ shop2022 13:00～16:30(予定)

●ほっしー☆とあそぼう 17:30～18:00(予定)

出演: ほっしー☆ 参加費: 無料

図書館だより

休 館 日 3月7日(月)、14日(月)、22日(月)、25日(金)、28日(月)
開 館 時 間 10時～18時
問 い 合 せ ☎72-9085



おすすめ図書



カスタムできる 球体ポップアップカード
月本せいじ／著 (グラフィック社)

紙を組み合わせてできる球体のポップアップカード。部屋に飾っても良いし、贈り物にしても良いかもしれません。最初は「超初級編」から作り始めてみましょう。



わたしたちの森
ジアナ・マリノ／作 (ポプラ社)

山火事に遭ってしまった動物たちを描いた絵本です。作者の故郷は2017年のカリフォルニアの火事で被害を受けました。火事後、動物たちは……

図書館イベント情報

場所：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

- 日 時 3月24日(木)16時30分～17時
- 内 容 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。
- 対 象 小学校低学年まで
- 定 員 3組
- 申 込 不要



活動内容

私達は被災地支援をはじめ、様々な活動をしています。それらを通して学んだことや教訓を、豊かな地域づくりに活かし、つなげていくことを大切にしています。最近子ども食堂やサロンに力を入れています。

みんながしあわせな地域を願って

『みんなでごはんinえがお』は、子どもの居場所として子ども食堂を開いています。スタッフとして参加してくれる、公立諏訪東京理科大学のボランティアのお兄さん達が子ども達に人気です。

また、『サロンえがお』は、“地域の縁側”の機能を持つサロンとして、様々な世代・立場の人が集える場です。多くの方に知っていただき、ここに来るとホッとできる、そんな場であることが願いです。これからもスピード感を持ち、ニーズや気づきを大切に活動していきます。

参加者および仲間を募集中です。

連絡先：090-1865-1862 (伊藤)

【活動日】

○みんなでごはんinえがお
毎月第2土曜日 10:30～14:30

場所 中央公民館

○サロンえがお

毎月26日 13:30～15:30

場所 『ゆいわーく茅野』



▲調理の様子

であう つながる
ひと・こと・ばしょ
～市民活動を紹介します～

vol.11

ボランティアグループ
えがお応援隊





市民掲示板

【シルバー人材センター入会説明会】

- ▲日時/3月9日(水)14時～
- ▲場所/茅野広域シルバー人材センター
事前にお電話でお申し込みください。
- ▲問/茅野広域シルバー人材センター
☎73-0224

【税関150周年「税関パネル展」】

- ▲期間/3月23日(水)正午～29日(火)15時
- ▲場所/茅野市役所1階ロビー
- ▲内容/財務省税関は、明治5年11月28日に「税関」へと呼称が統一されてから、令和4年で150周年を迎えます。また、諏訪市には昭和55年から事務所を開設しています。皆様に貿易の第一線にある税関の役割を知り、より身近に感じていただくため、税関パネル展を開催します。
- ▲問/名古屋税関諏訪出張所
☎58-5953

【公共職業訓練(ハロートレーニング)令和4年度4月生募集】

- ▲内容/離職された方が新たにものづくり関係の仕事に就くための職業訓練受講生を募集しています。
- ▲募集コース/CAD/NC技術科、金属加工科、電気設備技術科
- ▲定員/15人(CAD/NC技術科・電気設備技術科)、12人(金属加工科)
- ▲訓練期間/6か月間(4月5日(火)～9月30日(金))
- ▲実施場所/ポリテクセンター松本(松本市寿北7-17-1)
- ▲対象者/求職中の方
- ▲受講料/無料(テキスト代および作業服代等は実費)
- ▲申込先/ハローワーク諏訪
- ▲申込期限/3月16日(水)
- ▲問/ポリテクセンター松本
☎0263-58-3392

【家族の介護・看護等にお困りの方が利用できる支援をまとめました。】

- ▲内容/家族の介護に悩んでいて相談したい、支援サービスを受けたい等の窓口をまとめたポータルサイトを、県公式ホームページ内に作成しました。サイトをご覧ください、ご自身やご家屋の状況に応じて、お気軽にご相談ください。
- URL: <https://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-fukushi/kazoku-sodan.html>
- QRコードからもアクセスができます。
- ▲問/長野県健康福祉政策課
☎026-235-7093



市民掲示板へ掲載する情報を募集しています。

市民の方からのイベントや講座などの告知掲示板としてご利用ください。

- 申し込みは団体・グループで
- 企業・事務所の申込は不可
- 原稿提出締め切りは前々月の20日

5月号に掲載希望の場合は3月20日まで掲載ルールをご確認いただき、お申し込みください。
問 地域創生課 広報係 ☎72-2101(内線235)

申し込みはこちら



編集
後記

Editor
Note

今号では成人式の記事を掲載しましたが、実は私の妹が対象の年齢でした。私が広報担当1年目のときも上の妹が成人式でした。まさか自分の妹の成人式に自分も参加するとは思っていなかった(しかも2回も)ですが、そのおかげで話を聞く、写真を撮るのは頼みやすかったです。

私が成人式の時に当時の広報担当が撮影した写真を見返したことがあるのですが、一緒に働いている方がスタッフとして居たんだな、もう6年も経ってしまったのか、などと思いつつ懐かしく見てしまいました。

さて、3月号ということで、春の音が待ち遠しくなります。新型コロナウイルスの影響を受け続けていますが「寒さにふるえた者ほど太陽の暖かさを感じる」という言葉のとおり、今を耐えて暖かい社会が来ることを切に願います。

(編集担当)

ハヶ岳と茅野をめぐるマウンテントリップ 「初めての北ハヶ岳・ウィンターシーズン編」

動画配信チャンネル

Fun!Yatsugatake で動画公開中！

ちの旅アクティビティツアーを体験する企画。チャンネルのメイン出演者きんちゃんとあーちゃんが、初めての冬山でスノーシュー体験や地域の方と「凍み」を使った郷土料理体験をします。



スノーシュー体験

冬山の入門編といわれるスノーシュー。
雪山に覆われた静寂の中、銀世界に輝く北ハヶ岳白駒の池を目指します。



郷土料理体験

茅野の寒暖差の気候を生かした食材「凍み大根」や「凍み豆腐」、寒天を使った郷土料理を、地元のお母さんに教えてもらいながら作る体験です。

動画配信チャンネル

Fun!Yatsugatake

→QRコードから最新動画をチェック！



広告

広告

