City Public Relations Magazine

CHINO

茅野市広報紙
広報ちの
1
令和５年
2023
NO.943

特集

未来につなぐ スケートの輪

1月の納税等
納期限 1月31日㈫

←年間の納期限一覧表はこちらからご覧ください。

国民健康保険税（8期）
高齢者・保険課　☎72-2101（内線 322）

保育料
幼児教育課　☎72-2101（内線 622）

上下水道料金
水　道　課　☎75-5500（直通）

後期高齢者医療保険料（7期）
高齢者・保険課　☎72-2101（内線 326）

市営住宅使用料
都市計画課　☎72-2101（内線 537）

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。

12月1日現在の
茅野市の人口

人口	55,708人	（−96）
男	27,901人	（−60）
女	27,807人	（−36）
世帯数	24,277世帯	（−43）

※（　）内は先月比
※令和２年国勢調査を基に推計

City Public Relations Magazine
CHINO
茅野市広報紙 広報ちの 1 令和5年 2023 NO.943

Contents

04 令和5年 新春市長インタビュー
06 未来につなぐスケートの輪
10 茅野市「この1年」
12 公共施設等の年末年始のお休み
13 ピックアップ情報
14 のらざあ通信
15 マイナポイント第2弾がまもなく終了します!
16 情報カレンダー
18 人事行政の運営等の状況
20 こども通信
21 シニア情報
22 情報ネットワーク
24 国保だより
25 国民年金だより
26 ミュージアム情報
28 栄養マンキッチン・病院コラム
29 フォトニュース
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 中学生の税についての作文・税の標語・租税教育推進校 合同表彰式

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
未来につなぐスケートの輪 on NAO ice OVAL

11月23日に開催された「未来につなぐスケートの輪 on NAO ice OVAL」。子どもたちにとって小平奈緒さんと交流を深める機会、小平さんからたくさんのことを学ぶ素晴らしい機会になりました。
6～9ページにイベントの様子を掲載しています。

茅野市インターネット動画サイト
ビーナネットChino

ビーナチャンネル 11ch

←ビーナチャンネル番組表はこちらから

広報ちの12月号の訂正

広報ちの12月号「【特集2】あなたの血圧大丈夫!? 高血圧について一緒に考えてほしいこと」12ページのBMIの計算式に誤りがありました。
（誤）BMI　体重÷身長（m）×身長（m）＝
（正）BMI　体重÷｛身長（m）×身長（m）｝＝
訂正してお詫び申し上げます。
ホームページは修正したものを掲載しています。

令和5年 新春市長インタビュー

明けましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になり、ありがとうございました。一年間市民の皆さまには、市政へのご理解、ご協力をいただきましたことに感謝を申し上げます。

本年もまた、どうぞよろしくお願いいたします。

令和4年（2022年）を振り返って

■デジタル田園健康特区の指定

国は、デジタル技術の活用によって、地域における健康、医療に関する課題の解決に重点的に取り組む複数の自治体をまとめて指定し、地域のデジタル化と規制改革を強力に推進するためにデジタル田園健康特区の選定を行ってきました。令和4年4月に石川県加賀市、岡山県吉備中央町、茅野市の3自治体が国から指定されました。茅野市は、諏訪中央病院などと連携した在宅医療における看護師の特定行為の拡大や、タクシーによる医薬品配送などの規制改革を提案しました。現在、国や他の2自治体とさまざまな調整を行い、改革の準備を進めています。

■新しい公共交通システムのスタート

AI乗合オンデマンド交通「のらざあ」の本格運行をスタートいたしました。これは、市内の新しい公共交通を考える中で、市民の皆さまが病院や買い物などに行く時に、「行きたい時に、行きたい場所にいける」交通手段となるものです。また、4月から5路線に拡充し、中・高生を中心にご好評いただいている「通学通勤バス」、障害のある方の足としてご利用いただいている、社会福祉協議会の「移送サービス」。この3つを組み合わせて、新しい公共交通を構築いたしました。これらのサービスは、まだ始めたばかりで課題もありますが、利用者の声を聞きながら改善し、もっと便利な公共交通システムを作り上げていきたいと考えています。

■グリーンヒルズビレッジの完売

交流人口・関係人口の増加を目指し、茅野駅前のコワーキングスペース「ワークラボ八ヶ岳」を核にして、市内の別荘管理事務所やホテル、旅館等でも仕事ができるコワーキングスペースの設置に対して支援事業を行いました。合計53ヶ所（別荘地内5ヶ所、ホテル旅館等48ヶ所）のコワーキングスペースが設置され、若い人たちの多様な働き方に合った環境が整備されています。こうした移住交流事業を推進し、茅野市へ住んでもらう方を増やしていく必要があります。昨年、グリーンヒルズビレッジの区画が完売いたしました。全226区画の内、91区画をこの4年間で販売し、購入者の約半分が、30代から40代です。若者に選ばれるまちとして今後の地域の活性化に向けて大きく期待しています。

■尖石遺跡の整備

茅野市のルーツは縄文です。そのシンボルの尖石遺跡を特別史跡尖石石器時代遺跡第2期整備基本計画に基づき、史跡公園のサイン多言語化表示や、支障木の伐採などを行いました。また、特別史跡の指定から70周年を迎えたことから、改めて「尖石石器時代遺跡」の価値を認識し、広く発信するためのシンポジウムを開催し、縄文ファンの皆さまに喜んでもらえるための環境整備や情報発信を進めました。

令和5年（2023年）の展望

■第6次総合計画の策定

今年は市の最上位計画である第6次総合計画の策定がいよいよ本格化します。この計画では、茅野市を人が行き交うまち・交流拠点にしていきたいと考えています。そのためには、観光振興や産業振興に取り組み、多くの皆さまに観光やビジネスで訪れてもらうことが必要になります。そして経済活動が活発になり、さらに茅野市に進出する企業や店舗が増えるための好循環としていきます。人の交流が活発なまちを創るためには、今まで茅野市が一生懸命取り組み、市民の皆さまと作り上げてきた福祉・環境・教育の分野のまちづくりを、今まで以上に磨き上げていく必要があります。さらなる超少子化・高齢化、人口減少が続いていくことから、DX（デジタルトランフォーメーション）の技術を活用し、パートナーシップのまちづくりを守っていきます。

■デジタル田園健康特区としての取組

昨年、国から指定を受けたデジタル田園健康特区については、医療と福祉の連携を大きなテーマとしています。「諏訪中央病院」、「やすらぎの丘」、「ふれあいの里」などの施設や茅野市社会福祉協議会と連携を進める中に、デジタル技術を加えていくことを考えています。昨年から整備を始めているデータ連携基盤（都市OS）を整備して、情報の連携や有効活用をよりスムーズに、そして確実なものになることを目指す年にしたいと考えています。

■まちづくりの課題解決に向けて

昨年実施したまちづくり懇談会では、市民の皆さまとの活発な意見交換ができました。ほとんどの地区で「役の受け手不足」、「ごみの収集に関すること」を課題として挙げていました。こうした課題は、市だけで解決できる問題ではありません。市で課題や考え方を整理し、市民の皆さまとキャッチボールをして、より良い形を見つけていきたいと考えています。まず今年は、「役員の受け手不足」について、市が市民の皆さまにお願いする役を整理し、話し合いを始めていきたいと考えています。

■ゼロカーボンの推進

地球温暖化対策のために温室効果ガスの排出のニュートラルを目指す取組として、茅野市、富士見町、原村の首長による「八ヶ岳西麓の豊かな自然環境と共生する未来に向けた共同宣言」に基づき、既存住宅への屋根置き型太陽光発電設備と蓄電池の設置補助を進めています。また、茅野市地球温暖化対策地域協議会と連携した普及啓発活動を推進するほか、公共施設の照明のLED化や温泉施設への木質バイオマスボイラーの導入の検討などを始めていきたいと考えています。

■交流人口・関係人口の拡大

茅野市を知っていただく。そして訪れていただき、見て感じてもらい、茅野市ファンを増やす取組として、多くのイベントを計画しています。その一つが、「TOYOTA GAZOO Racing Rally Challenge in 八ヶ岳茅野」です。このイベントはモータースポーツを通じて、市民はもちろん多くの皆さまに茅野市を知ってもらい、訪れて楽しんでいただくためのイベントです。今年は、4年ぶりにレースだけでなく観客を動員し、イベントなども行う完全開催を目指して計画していますのでお楽しみください。また、茅野市に住む人たちが、コワーキングスペースなどを活用して、本社のある首都圏や中京圏に、月に数回行けばよい新しい働き方に対応する取組を考えていきます。

この3年間は、コロナ禍で、皆さまも本当に大変な日々を過ごしてきたと思います。その中でもたくさんのご協力をいただき、茅野市もここまで駆け抜けてくることができました。

今年は、コロナに負けない茅野市で、より一層みんなで頑張っていきたいと思います。

本年もお世話になりますが、よろしくお願いいたします。

茅野市長　今井 敦

特集 未来につなぐスケートの輪

10月22日の引退会見で「今後は皆さんともっと近い場所で交流していきたい。」と話していた元スピードスケート選手の小平奈緒さん。さっそく茅野市で子どもたちと交流できるイベントとして、NAO ice OVALのオープニングセレモニーに合わせた「未来につなぐスケートの輪 on NAO ice OVAL」と、母校である豊平小学校で講演会を行いました。講演やスケートのアドバイス、体を動かすゲームなどを通じて子どもたちと交流を深めたイベントの様子を紹介します。

未来につなぐスケートの輪

on NAO ice OVAL 2022.11.23

未来につなぐスケートの輪

11月23日、茅野市運動公園国際スケートセンター（NAO ice OVAL）で、「未来につなぐスケートの輪 on NAO ice OVAL」が開催されました。公益財団法人日本オリンピック委員会（JOC）と茅野市の共催で、JOCのTEAM JAPANシンボルアスリートソーシャルアクション事業の一環としてスケートセンターのオープニングセレモニーに合わせて実施されました。長野県内の小中学生スケートクラブ員154人が参加し、小平奈緒さん（TEAM JAPANシンボルアスリート／相澤病院）と交流しました。参加者には、JOCと共に小平さんも制作に関わったイベント用のオリジナルパーカーがプレゼントされ、これを着用してイベントがスタートしました。

イベントでは、まず小平さんが講演を行いました。真剣な眼差しを向ける子どもたちに、スケートを始めた3歳の頃から学生時代、平昌オリンピックでの金メダル獲得、ラストレースまでのさまざまな経験を振り返りながら、両親や周りの人に支えられた話や人に寄り添うこと、仲間に思いを寄せる大切さを語りました。

講演後は、当初予定していたスケートリンクでの滑走が雨で中止となったため、テントハウス内で交流会を行いました。グループごとに分かれて全身を使ったじゃんけんや10人グループで手をつなぎ1つのフラフープを全員がくぐり抜けるゲームなどを楽しみました。小平さんもグループに加わって子どもたちと交流を深めました。小平さんとのじゃんけんの勝者やゲームの優秀者には、TEAM JAPANオフィシャルグッズのニット帽やマフラーが贈られました。プレゼントを獲得しようと子どもたちは一生懸命ゲームに挑戦し、会場は大いに盛り上がりました。

小平さんと結城コーチの「スケートのはなし」

ゲーム後には、小平さんと小平さんのコーチを務めた結城匡啓さんによる「スケートのはなし」と題した講演が行われました。子どもたちは先ほどのゲームの時と打って変わって、結城さんと小平さんの話を真剣に聞いて、技術を自分のものにしようとする様子が見られました。講演では、結城さんがこれまで書き留めてきた秘密のノートも特別に公開しながら、子どもたちにスケートの技術を伝えました。小平さんをお手本にスタートの際の足の使い方や重心の位置、カーブでの骨盤の使い方のポイント、スタートで右腰をトントンする理由など普段聞くことのできない貴重な話を聞きました。

講演後の質問コーナーでは、たくさんの子どもたちが積極的に手を挙げて質問しようとしていました。小平さんは、「最初はたくさん転びましたか」「大変だった練習は何ですか」といった質問に丁寧に答えていました。

Interview 子どもたちの声

参加した子どもたちに感想や今年の目標を聞きました

小池　昴 さん
＝玉川小学校スケートクラブ＝

知らないことを色々学べたり、知らない学校の子と触れ合って仲良くなれたので良かった。
今年は500mで1分10秒を切りたい。

北原　陽菜 さん
＝金沢小学校スケートクラブ＝

小平さんのスタートやコーナーの仕方を学ぶことができてよかった。
景品はもらえなかったけど、友達と協力してゲームを楽しくできた。
今年は500mで50秒、1000mで1分42秒を切りたい。

多賀谷　文乃 さん
＝永明中学校スケート部＝

目標は、自己ベストを出すことと表彰台にのぼること。

長田　未央果 さん
＝永明中学校スケート部＝

普段関わることのない人たちとたくさん関わることができてよかった。

伊東　快 さん
＝泉野小学校スケートクラブ＝

色々なことを教えてもらったり、色々な学校の人と交流できて楽しかった。
教えてもらったとおりにコーナーを滑れるように頑張りたい。
今年は500mで50秒を切りたい。

平林　大和 さん
＝金沢小学校スケートクラブ＝

人との触れ合いができて楽しかった。スタートの時、小平さんのスタートの時の足を真似してみたい。
今年は500mで55秒、1000mで2分を切りたい。
パーカーは、学校とかに着ていきたい。

NAO ice OVAL オープニングセレモニー

NAOiceOVALオープニングセレモニーに先立ち、小平さんへの表彰状の贈呈が行われました。この表彰は、北京2022冬季オリンピックに出場し、茅野市の名声を高めた者として顕彰する市長表彰です。今井茅野市長から小平さんへ表彰状と記念品が贈られました。

その後、長野県スケート連盟会長の野口行敏様から小平さんへ花束の贈呈が行われました。

表彰後のオープニングセレモニーでは、関係者らによるあいさつの後、小平さんによる開場宣言が行われ、茅野市運動公園国際スケートセンター（NAOiceOVAL）がオープンしました。小平さんの宣言後、スケートセンターでは、花火が打ち上げられ、オープンを盛大に祝いました。

また、セレモニーの中で、小平さんから令和5年1月8日に開催される茅野ジュニアスケート大会に小平さんが来場し、健闘した子どもに対して、「小平奈緒杯」を贈呈することも発表されました。

小平奈緒さんインタビュー

―イベントで楽しみにしていることは

残念ながら雨で子どもたちと一緒にリンクで滑ることはできませんが、これから冬のシーズンになり、リンクでスケートをすることをみんなも楽しみにしてくれていると思うので、その楽しみな気持ちをもっともっとスケートが好きだという気持ちに繋げることができるように今日は楽しい会にしたいと思っています。

―イベントを行っての感想は

スケートの話をしたり、私がこれまで歩んできた道のりを子どもたちと振り返ることで、子どもたちがこれから自分たちが歩いていく未来を想像しながら今日のイベントを過ごすことができたのかなと思います。ソーシャルアクションという社会を豊かにしていく機会の一つとしてJOCや茅野市に協力していただき叶った一つの夢なので、これをきっかけにこのようなイベントをこれからもできるように私自身も成長していけたらと思っています。

―子どもたちなどとの交流を通じて考え方に変化は

キラキラした目の子どもたちと一緒にこのような活動ができることはすごく夢があってワクワクします。今まで大きな夢を追いかけてきましたが、今度はみんなの夢を一緒に追いかけていけるような存在になりたいと思っています。

―技術的な指導をしていく予定は

技術的な指導をしていくよりかは、やってみたいなと思えるきっかけになる言葉を投げかけてあげると子どもたちが自分たちで学びを広げていけるような思考になると思います。何かを教えるというよりは、学びの仕掛けをしてあげてそこから自分でその学びを広げていけるようにできればいいかなと思います。

―プログラムを作るうえで大事にしたことは

子どもたちの自由な発想が失われないように、学びの芽を摘まないように、こんな考え方や意識の仕方があるよということを伝えることを大事にしました。

―スケートを始めたいと思っている子どもたちに伝えたいことは

始めるきっかけは何でもいい。自分からやりたいと思えることがすごく大事だと思う。周りの大人たちは支えてあげて、子どもたちのワクワクしている気持ちを大事にしてほしいと思います。

豊平小学校　講演会（2022.11.10）

11月10日、小平奈緒さんが母校の豊平小学校で「人とつながる」を演題に講演会を行いました。これまでの経験を踏まえて、人との繋がりや支え合うことの大切さを子どもたちに伝えました。質問コーナーでは、たくさんの子どもたちが手を挙げて「豊平小学校で1番好きな場所はどこですか」「緊張をどのようにほぐしていますか」などの質問をしていました。小平さんは、真剣にアドバイスをしたり、笑顔で質問に答えていました。

講演会終了後には、豊平小学校スケートクラブの子どもたちが、小平さんにメッセージボードを贈りました。

2022 茅野市「この1年」

2022年も残すところあとわずかになりました。
茅野市の一年間の主な出来事を、市政中心に写真とともに振り返ります。

1月

茅野市男女共同参画のロゴマークが決定①

2月

北京2022冬期オリンピック開幕（4日）
茅野市出身の小平奈緒選手・小池克典選手が出場②③

北京2022冬期パラリンピック開幕（4日）

3月

東急不動産株式会社、東急リゾーツ&ステイ株式会社、一般社団法人諏訪広域脱炭素イノベーション協会と地域循環共生圏に関する包括連携協定を締結（14日）

公益社団法人茅野広域シルバー人材センターと空家等の適正な管理の推進に関する協定を締結（15日）

永明小・中学校新校舎の建設開始（25日）④

4月

国家戦略特区の1つである「デジタル田園健康特区に指定⑤

諏訪大社御柱祭　上社山出し（2日）

TOYOTA GAZOO Racing Rally Challenge in 八ヶ岳茅野（16～17日）

5月

諏訪大社御柱祭　上社里曳き（3～5日）⑥

6月

小平奈緒選手からオランダのユリの新品種「コダイラ」の贈呈（2日）⑦⑧

尖石縄文考古館が入館者100万人を達成（24日）⑨

7月

マイナンバーセンターリニューアルオープン（1日）⑩

茅野どんばん中止

株式会社ダイナムと災害時支援協定を締結（22日）

株式会社キッツ、学校法人先端教育機構事業構想大学院大学と「若者に選ばれるまち」の実現に向けた包括協定を締結・「若者に選ばれるまちプロジェクト研究」発足（28日）

8月

「尖石遺跡」史跡指定地西側民有地の発掘調査開始

AI乗合オンデマンド交通「のらざあ」運行開始（22日）⑪

9月

第25回小津安二郎記念・蓼科高原映画祭を開催（17～25日）

尖石遺跡特別史跡指定70周年記念シンポジウムを開催（9日）⑫

スピードスケート小平奈緒選手現役ラストレース（22日）

10月

宮川小学校開校150周年記念式典（28日）⑬

11月

「尖石遺跡」史跡指定地西側民有地で現地説明会を開催（5日）⑭

未来につなぐスケートの輪 on NAO ice OVALを開催（23日）⑮

公共施設等の年末年始のお休み（12/28～1/5）

		28日（水）	29日（木）	30日（金）	31日（土）	1日（日）	2日（月）	3日（火）	4日（水）	5日（木）
市役所			休	休	休	休	休	休		
地区コミュニティセンター			休	休	休	休	休	休		
茅野市役所ベルビア出張所			休	休	休	休	休	休		
茅野市マイナンバーセンター			休	休	休	休	休	休		
コンビニでの証明書等の交付			休	休	休	休	休	休		
市民活動センター（ひと・まちプラザ）			休	休	休	休	休	休		
コワーキングスペース（ワークラボ八ヶ岳）			休	休	休	休	休	休		
環境施設	諏訪南清掃センター				休	休	休	休		
		○休業期間中（12/31～1/3）はごみ収集を行いません。								
	諏訪南リサイクルセンター				休	休	休	休		
	し尿・浄化槽汚泥のくみ取り	○営業日については、各社にお問合せください。年末は混み合いますので、早めにお申込みください。 し尿：伊沢衛生 ☎72-8514　武居商事 ☎73-4375　浄化槽汚泥：茅野市清掃協会 ☎72-7722								
	静香苑				午後休	休	休	休		
	茅野環境館	休	休	休	休	休	休	休	休	休
教育・文化施設	茅野市中央公民館		休	休	休	休	休	休		
	家庭教育センター		休	休	休	休	休	休		
	図書館	休	休	休	休	休	休	休	休	
	尖石縄文考古館		休	休	休	休	休	休		
	八ヶ岳総合博物館		休	休	休	休	休	休		
	神長官守矢史料館		休	休	休	休	休	休		
	青少年自然の森	○12月～2月は冬季休業								
	茅野市民館・茅野市美術館		休	休	休	休	休	休		
温泉施設等	アクアランド茅野				【営業時間】9時～17時	休	【営業時間】10時～17時			
	金沢温泉金鶏の湯	休				休			休	
	河原温泉河原の湯		休			休				休
	尖石温泉縄文の湯		休			休				休
	玉宮温泉望岳の湯			休		休				
	米沢温泉塩壺の湯	休				休			休	
	高齢者福祉センター塩壺の湯「ゆうゆう館」		休	休	休	休	休	休		
	白樺湖温泉すずらんの湯				【営業時間】 正午～19時					
	アクアランド茅野・カルチャーセンター				休	休	休	休		
スポーツ施設等	運動公園内施設		休	休	休	休	休	休		
	国際スケートセンター				【営業時間】～16時	【営業時間】14時～				
	千駄刈自然学校		休	休	休	休	休	休		
保健福祉・医療・子育施設等	保健福祉サービスセンター		休	休	休	休	休	休		
		○電話でのご相談はお受けします								
	諏訪中央病院		休	休	当番医	当番医	当番医	休		
	リバーサイドクリニック		休	休	休	休	休	休		
	北山診療所		休	休	休	休	休	休		
	こども館0123広場		休	休	休	休	休	休		
	地区こども館（ちの・玉川・金沢・北山以外）	休	休	休	休	休	休	休	休	休
	ちの地区こども館	休	休	休	休	休	休	休	休	
	玉川地区こども館		休	休	休	休	休	休	休	休
	金沢地区こども館	休	休	休	休	休	休	休		
	北山地区こども館	休	休	休	休	休	休	休	休	
	CHUKOらんどチノチノ		休	休	休	休	休	休		

軽自動車の車検は、

軽JNKSで変わる！

令和5年1月から、
Jidoshazei Nofu Kakunin System
軽自動車税納付確認システム（軽JNKS（ジェンクス））で、
継続検査窓口での納税証明書の提示が（原則）不要になります！

【茅野市役所　税務課　諸税係　0266-72-2101（内線180・179・192）】

●納付方法によっては、納付情報が軽JNKSに登録されるまで数日かかる場合があります。
●次のような場合は、紙の納税証明書が必要となります。
・納付後すぐに車検を受ける場合
・過去に未納がある場合
・二輪の小型自動車の車検の場合
・車両購入直後の場合

詳しくはこちら
（茅野市ホームページ）

information

大型店駐車場での資源物・不燃物収集の変更

問 美サイクルセンター ☎72-2905

▶内容

第2、第4土曜日に大型店駐車場で行っている資源物・不燃物収集が令和5年4月から（一部は3月から）大きく変わります。

店舗名	変更内容	変更日時
オギノ茅野ショッピングセンター	収集終了	令和5年3月25日（土曜日）で終了
ザ・ビッグ茅野店	収集終了	令和5年3月25日（土曜日）で終了
ビッグ1茅野横内店	収集終了	令和5年3月25日（土曜日）で終了
メリーパーク	収集終了	令和5年2月25日（土曜日）で終了
Aコープサンライフ店	収集時間変更	令和5年4月8日から13:00～15:00に変更
Aコープピアみどり店	収集時間変更	令和5年4月8日から13:00～15:00に変更
西友茅野横内店	収集時間変更	令和5年4月8日から13:00～15:00に変更
西部保健福祉サービスセンター	新　設	令和5年3月11日（土曜日）から開始 13:00～15:00

終了する収集場所につきましては、これまで多くの方にご利用いただきありがとうございました。
収集場所が少なくなり市民の皆様にはご不便をおかけしますが、引き続きごみの分別にご協力ください。

のらざあ通信

問　地域創生課　地域創生係　☎72-2101（内線232）

「のらざあ」の年末年始の運休について

12月30日（金）から1月3日（火）の5日間は「のらざあ」は運休します。

この期間は、コールセンターもお休みとなります。
スマホアプリでは、この期間も予約可能です。

「のらざあ」は事前予約制（お電話またはスマホアプリで）

運行日	年末年始（12/30 ～ 1/3）を除く毎日（土日祝日も運行）
運行時間	8時から19時（最終は18時30分出発）
予　約	乗車の1週間前から1時間前まで

電話でのご利用

コールセンターまでお電話ください

電話番号　0266-78-6318

受付時間　7：30 ～17：30

アプリでのご利用

アプリをQRコードからダウンロードしてください。

iOS　アプリロゴマーク　Android

「のらざあ」の待ち時間の短縮について

※待ち時間を短縮するため、乗車予定時間の幅を短縮します。

「のらざあ」は、乗り合い運行のため、乗車予定時間には幅があります。この幅を20分から10分に短縮します。

●今まで（例）

【希望時間】　【乗車予定時間】
10時出発　⇒　10時～10時20分
正常な運行の場合、待ち時間が最大20分

●これから（例）

【希望時間】　【乗車予定時間】
10時出発　⇒　10時～10時10分
正常な運行の場合、待ち時間が最大10分
➡**待ち時間の10分短縮！**

※12月中旬から変更予定です。

「のらざあ」に関するお知らせ

最新情報は市ホームページでお知らせしています。
ご利用方法やよくあるご質問を公開しています。

最新情報はこちらから！

マイナンバーカードでマイナポイント 第2弾

マイナポイント第2弾がまもなく終了します！

マイナポイント第2弾

マイナポイントの申請期限は、2023年2月末までとなっています。マイナンバーカードをお持ちで、まだマイナポイントを申請がお済みでない方はお早めのお手続きをお願いします。
ポイントは、健康保険証利用申し込みを行った方に7,500円相当のポイント、公金受取口座の登録を行った方に7,500円分のポイントが付与されます。

【ポイント申込終了時期】
2023年2月末

【申込方法・付与方法】
最新の情報や詳細は、総務省マイナポイント特設ページ（QRコード）をご確認ください。

マイナポイント申込支援窓口

内 容　マイナポイントの申込や健康保険証の利用申込み、公金受取口座の登録のお手伝いをします
場 所　ベルビア2階（マイナンバーセンター内）
定休日　毎週木曜日、第3土曜日の翌日日曜日
問合せ　0266-73-3930（直通）
その他　マイナンバーカードを新規取得された方への、5,000円相当のポイント付与も引き続き行っています。（選択したキャッシュレス決済サービスでチャージまたはお買い物をする期限も2023年2月末までとなります。）
マイナポイントの対象となる**マイナンバーカードの申請期日は、2022年12月末までとなります。**

【支援窓口に必要な持ち物】
①マイナンバーカード
②マイナンバーカード発行時に設定した4桁のパスワード
③電子決済サービス（ID/セキュリティーコード）
※電子決済サービスによってはマイナポイント申込みにあたって、事前申込が必要な場合がります。
④公金受取口座を登録する場合は、振込する口座がわかるもの（通帳など）

マイナポイント　検索

マイナンバーカードつくりましょう！

お近くのコミュニティセンターでも申請ができます

12月から「各地区コミュニティセンター」、「市民活動センター『ゆいわーく茅野』」でも、申請受付（申請書に顔写真を貼り付けて郵送で申請する方法限定）ができるようになりました。
顔写真撮影無料、手ぶらでも申請できます。

そのほかの申請方法　**ご自身のご都合に合わせて選べます**

くわしくは、「広報ちの10月号」の6ページに掲載してございます。
※右のQRコードを読み取って茅野市ホームページ内「広報ちのバックナンバー」をご覧ください。

市民課・マイナンバーセンター・各地区コミュニティセンター・ゆいわーく茅野 での窓口申請サポートは
年内は 12月28日（水）までです
※12月29日～31日は スマホ・郵送等、ご自身での申請は可能です

「持っててよかった」と思う場面がこれから必ずあります！

受け取りましょう！

カードの交付通知書（封書）が届いていたけれどまだ受け取っていない方

封書には**「交付予定期間」**が記されていますが、期間を過ぎていても受取れます。マイナポイント締切間近です！
混み合う前に受取って、マイナポイントを申込みましょう！

マイナポイントはマイナンバーカードを受取ったあと別途申込が必要です！
マイナンバーカードの申請をしただけではマイナポイントはもらえないよ
交付通知書をなくしてしまった方は下記【問合せ】先まで相談を！

茅野市マイナンバーセンター
（ベルビア2階　茅野市役所ベルビア出張所内）
【問合せ】0266-75-0120（直通）10時～18時半
【定休日】毎週木曜日、第3土曜の翌日曜日、年末年始

マイナンバーカードと上手にお付き合い！
マイナンバーカード総合サイト　検索

2023　このページは抜き取ってお使いください。

1 January

- 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：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【予約制です】**
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、予診票、抱っこ紐、バスタオル
※日本脳炎の集団接種は令和3年度で終了しました。
●**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）

●**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）

予防接種、乳幼児健診、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。

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday	金 Friday	土 Saturday
1 諏訪中央病院 ☎72-1000 矢崎歯科医院 ☎73-5678 アイン茅野薬局 ☎82-1991 ㈲原田設備 ☎72-6411	**2** 諏訪中央病院 ☎72-1000 こなみ歯科医院（諏訪市） ☎54-1678 アイン茅野薬局 ☎82-1991 共進エネーブ㈱ ☎72-6282	**3** くぼ泌尿器科クリニック ☎75-1720 野村デンタルクリニック（富士見町） ☎62-9118 てらさわ薬局 ☎78-7851 ㈲オギハラ住宅設備 ☎72-2649	**4** 水道建設㈱茅野支社 ☎72-8533	**5** ㈲芸管工業 ☎79-4372	**6** 赤ちゃん相談（9 時～ 11 時） 共栄管工㈱ ☎72-6675	**7** ㈲木村設備 ☎77-2380
8 土橋整形外科歯科医院 ☎72-3226 なごみ歯科クリニック（諏訪市） ☎57-6480 笠原薬局 ☎72-2028 ㈱有賀水道 ☎72-4017	**9** リバーサイドクリニック ☎72-7010 林歯科クリニック ☎72-5788 りんどう薬局 ☎73-9285 ㈲大信設備 ☎72-3527	**10** 1 歳6か月児健診 ㈲茅野設備 ☎79-5858	**11** ㈲信濃住宅設備 昼☎72-0319 夜☎73-0228	**12** 10 か月児健診 離乳食教室（ごっくん・もぐもぐ）（10 時～ 11 時 30 分） ㈲窪田設備 昼☎72-6814 夜☎72-9289	**13** 3歳児健診 離乳食教室（ぱくぱく）（10 時～ 11 時 30 分） 共進エネーブ㈱ ☎72-6282	**14** ㈱諏訪設備工業 昼☎72-3694 夜☎72-3451
15 ヨコイ眼科 ☎72-2316 あおば歯科クリニック（諏訪市） ☎54-4300 フジモリ薬局 ☎72-2200 ㈲タケムラプロパン ☎72-2382	**16** 2歳児健診 ㈲イトカン ☎72-8548	**17** BCG（生後5か月～ 12 か月未満の間に1回接種） ㈲芸管工業 ☎79-4372	**18** 4か月児健診 ㈲オギハラ住宅設備 ☎72-2649	**19** ㈱有賀水道 ☎72-4017	**20** 赤ちゃん相談（9 時～ 11 時） マタニティ相談（10時～ 11時30分） 水道建設㈱茅野支社 ☎72-8533	**21** ㈲クサカベ設備興業 ☎79-2511
22 池田医院 ☎73-0555 こまつ歯科医院 ☎78-1184 茅野横内薬局 ☎82-5788 ㈱オケヤス 昼☎72-2230 夜☎73-7265	**23** 3歳児健診 共栄管工㈱ ☎72-6675	**24** ㈲信濃住宅設備 昼☎72-0319 夜☎73-0228	**25** 2歳児健診 ㈲木村設備 ☎77-2380	**26** ㈲窪田設備 昼☎72-6814 夜☎72-9289	**27** 1 歳6か月児健診 ㈲大信設備 ☎72-3527	**28** ㈱キタハラ 昼☎72-7418 夜☎72-6515
29 桜井内科医院 ☎72-6010 クリーン歯科医院（諏訪市） ☎58-8121 矢崎薬局 ☎73-6868 ㈲茅野設備 ☎79-5858	**30** 10 か月児健診 ㈱諏訪設備工業 昼☎72-3694 夜☎72-3451	**31** 4か月児健診 ㈲クサカベ設備興業 ☎79-2511				

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 日　毎週 火曜日・木曜日・土曜日・日曜日
■診療時間　19 時～ 21 時
■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）

年末年始　休日当番医のお知らせ

●**休日当番医**　※必ず事前に電話で症状をお伝えください。

当番日	病 院	診療時間	住 所	電話番号
12月30日㈮	原村診療所	9時～17時	原村6649番地3	79-2716
12月31日㈯	諏訪中央病院	9時～17時	玉川4300	72-1000
令和5年1月1日㈰	諏訪中央病院	9時～17時	玉川4300	72-1000
令和5年1月2日㈪	諏訪中央病院	9時～17時	玉川4300	72-1000
令和5年1月3日㈫	くぼ泌尿器科クリニック	9時～17時	仲町14-24	75-1720

●**休日当番薬局**

当番日	病 院	診療時間	住 所	電話番号
12月30日㈮	フジモリ薬局はら店	9時～17時	原村6585番地1	79-5751
12月31日㈯	茅野土屋薬局	9時～17時	玉川4274-1	71-2122
令和5年1月1日㈰	アイン茅野薬局	9時～17時	玉川字荒神前4183-7	82-1991
令和5年1月2日㈪	アイン茅野薬局	9時～17時	玉川字荒神前4183-7	82-1991
令和5年1月3日㈫	てらさわ薬局	9時～17時	塚原2-7-28	78-7851

●**臨時発熱外来当番医**

当番日	病 院	診療時間	住 所	電話番号
12月30日㈮	浅川クリニック内科循環器内科	9時～13時	玉川3080-3	82-6813
令和5年1月3日㈫	往診クリニックちの	9時～13時	ちの2664-1	82-4104

●**臨時当番薬局**

当番日	病 院	診療時間	住 所	電話番号
12月30日㈮	白樺薬局	9時～13時	玉川3086-1-2	82-6282
令和5年1月3日㈫	けやき薬局	9時～13時	ちの3243	82-2864

臨時発熱外来当番医について、来院の際は次のとおり対応いたしますのでご了承ください。
※直接の来院はお控えください。必ず事前にお電話をお願いします。
※電話順にて来院時間をご案内いたします。
※診療可能人数になり次第、受付終了となります。
※電話が混み合い繋がりにくい場合がありますので、ご了承ください。

※以下の方は、諏訪中央病院にお電話の上、受診してください。
・「基礎疾患のある方」
・「妊娠されている方」
・「息切れ、呼吸苦など呼吸器症状のある方」
・12 月 30 日（金）に受診を希望される小学生以下の方
・1 月 3 日（火）に受診を希望される 65 歳以上の方

★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】	12日(木)10時～、18日(水)14時～、24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
法律相談【要予約】	10日(火)13時～17時　※12/27から申込受付 会場　市役所7階会議室 相談員：齋藤 泰史　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	10日(火)9時～12時 会場　市役所7階会議室 相談員：行政相談委員 問　市民課市民係(内線256)
外国籍市民のための相談	19日(木)10時～16時 会場　市役所7階会議室 ※電話でも相談できます 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	21日(土)、28日(土) 日本語教室　13時～15時 相談　15時～16時 会場　茅野市ひと･まちプラザ 相談語　日本語、ベトナム語(28日のみ) ※初めての方は、事前にご連絡ください。 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】	11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501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･617) 発達支援センター(内線618)
保護司による非行･犯罪相談【要予約】	27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
ひきこもり相談会「こもさぽ」	10日(火)　12時～17時 会場　茅野市ひと･まちプラザ 問　まいさぽ茅野市【地域福祉課】(内線317)
司法書士法律相談【要予約】	11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	6日、13日、20日、27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	①7日、21日(土)13時～16時 ②13日、27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

令和3年度
人事行政の運営等の状況

市の人事行政運営等について市民のみなさんにご理解いただくため、「茅野市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員の任用、給与、服務等について、令和３年度の概要を公表します。（給与等については、令和４年４月１日の状況も併せて公表します。）

問　総務課 職員係　☎72-2101（内線 134・135）

1 任免および職員数

① 採用の状況（R3.4.2 ～ R4.4.1）

職　種	行　政	保健師	保育士	栄養士	医療職	看護師	合　計
男　性	3						3
女　性	4	1	3				8
計	7	1	3	0	0	0	11

② 退職の状況（R3.4.2 ～ R4.4.1）

職　種	行　政	保健師	保育士	栄養士	医療職	看護師	合　計
男　性	10						10
女　性		1	5				6
計	10	1	5	0	0	0	16

③ 職員数の状況（各年度４月１日現在）

区　分	行　政	保健師	保育士	栄養士	医療職	看護師	合　計
令和4年度	363	21	115	10	2	2	513
令和3年度	363	21	117	10	2	3	516
差　引	0	0	-2	0	0	-1	-3

2 給与に関すること

令和3年度一般会計における人件費の決算額は、35億2,152万円で、歳出決算額283億5,976万円の約12%です。
なお、この人件費には市長、副市長、教育長及び市議会議員などの特別職に支給される給料、報酬、手当などを含んでいます。

① 一般行政職の級別職員数の状況

《行政職給料表》

区分		1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	合計
標準的な職務内容		主事	主任	主査	係長（副主幹）	課長補佐（主幹）	課長（副参事）	部長（参事）	
R4.4.1 現在	職員数	21人	50人	93人	73人	35人	26人	10人	308人
	構成比	6.8%	16.3%	30.2%	23.7%	11.4%	8.4%	3.2%	100.0%
R3.4.1 現在	職員数	24人	53人	86人	73人	32人	27人	10人	305人
	構成比	7.9%	17.4%	28.1%	23.9%	10.5%	8.9%	3.3%	100.0%

一般行政職、とは「地方公務員給与実態調査」に基づく区分であり、公表のうち「1－（3）職員数の状況」の各年度職員数の合計から医療・看護職、税務職、福祉職、企業職等を除いた職員数を「一般行政職」の対象としています。

② 職員の平均給料月額、平均給与月額、平均年齢の状況

区分		一般行政職		
		平均給料	平均給与	平均年齢
R4.4.1 現在	茅野市	322,239円	369,929円	44歳　5月
	長野県	本原稿作成時点で未公表		
R3.4.1 現在	茅野市	322,756円	372,181円	43歳　11月
	長野県	335,200円	401,899円	45歳　3月

③ 特別職の報酬等の状況（R4.4.1現在）

区分		月額	期末手当
給料（注）	市長	907,000円	（令和3年度支給割合）
	副市長	736,000円	6月期　1.675月分
	教育長	662,900円	
報酬	議長	435,000円	12月期　1.675月分
	副議長	364,000円	
	議員	332,000円	計　3.35月分

（注）茅野市特別職の職員の給与に関する条例の一部を改正する条例により、上記の金額から、市長10%、副市長7%、教育長3%を減額しています。

④ 職員の初任給の状況（R4.4.1現在）

区分		初任給	採用後2年経過日給料月額
茅野市	大学卒	182,200円	199,900円
	高校卒	150,600円	158,900円
長野県	大学卒	192,600円	
	高校卒	158,100円	

⑤ 職員給与費の状況（各年度一般会計予算）

区分	職員（A）	給与費				1人当たり給与費 年　額（B/A）
		給料	職員手当	期末・勤勉手当	計（B）	
4年度	515人	1,871,693千円	290,282千円	821,160千円	2,983,135千円	5,792千円
3年度	514人	1,845,504千円	266,896千円	812,257千円	2,924,657千円	5,690千円

（注）職員手当には児童手当および退職手当を含みません。

⑥ 一般行政職の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況

区分			経験年数10年	経験年数20年	経験年数25年	経験年数30年
R4.4.1現在	茅野市	大学卒	268,775円	330,467円	370,640円	391,469円
		高校卒	―	302,800円	―	365,817円
R3.4.1現在	長野県	大学卒	274,064円	361,591円	379,567円	403,059円
		高校卒	238,077円	286,183円	352,646円	374,243円

（注）経験年数とは、卒業後直ちに採用され引き続き勤務している場合は、採用後の年数をいうものです。

⑦ 職員手当の状況

期末・勤勉手当（令和3年度支給割合）

茅野市		
期別	期末	勤勉
6月期	1.275月分	0.950月分
12月期	1.275月分	0.950月分
計	2.55月分	1.90月分
職務の等級による加算措置　有		

時間外勤務手当（令和3年度一般会計）

支給総額	147,357千円
職員1人当たり支給月額	27,168円

退職手当

区分	茅野市		
R4.4.1 現在	（支給率）	自己都合	応募認定・定年
	最高限度額	47.709月分	47.709月分
	勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
	勤続35年	39.7575月分	47.709月分
	その他の加算措置	・調整額加算措置（調整額×60月） ・定年前早期退職の特例 措置（２％～45％）	

特殊勤務手当（令和3年度一般会計）

区分	全職種
職員1人当たり支給月額	217円
代表的な手当の名称	滞納処分手当 福祉業務手当 劇毒物取扱手当 保健指導手当 死亡動物等収集作業手当

その他の手当

区分	内容	国の制度との異同
扶養手当	扶養親族のある職員に支給されます。	同じ
住居手当	借家または借間に居住し、一定額を超える家賃を支払っている職員に支給されます。	同じ
通勤手当	通勤のために交通機関または交通用具等で通勤する職員に支給されます。	同じ

⑧ ラスパイレス指数の状況

ラスパイレス指数とは、国家公務員と地方公務員の給料水準を、国家公務員の職員構成を基準として、学歴別、経験年数別に平均給料月額を比較し、国家公務員の給料を100 とした場合の地方公務員の給料水準を指数で示したものです。

年度	ラスパイレス指数
令和3年度	96.5
令和2年度	96.1

3 勤務時間その他の勤務条件に関すること

① 勤務時間、休憩時間の状況（標準的なもの）

本庁			
勤務時間		休憩時間	閉庁日
始業時刻	終業時刻		
午前8時30分	午後5時15分	正午から午後1時まで（1時間）	土曜日及び日曜日 祝日法に規定する休日 12月29日～翌年1月3日まで

② 年次休暇の取得状況（R3.1.1～R3.12.31）

概要	平均取得日数	備考
1年につき20日付与 ※翌年に繰越可能 （最大20日）	10.3日	年間を通して在職した正規職員の平均です。

4 休業に関する状況

育児休業取得者数	部分休業取得者数	育児短時間勤務取得者数
13人	4人	0人

（注）取得者数は、令和元年度に新たに育児休業、部分休業または育児短時間勤務を取得した職員数です。

5 退職管理の状況

令和3年度に課長相当職以上で離職した者の再就職の状況 （離職後2年間に再就職したものに限る）	2人

6 分限および懲戒処分等の状況

分限処分		
	人数	内訳
職員の身分保障を前提としつつ、職員を果たすことが期待できない時に、職員の意に反する不利益な取扱いをすることをいいます。公務の能率の維持と適正な行政運営の確保を目的としています。	8人	免職0人、降任0人、降給0人、休職8人

懲戒処分等		
	人数	内訳
公務員が一定の義務違反を行った場合に任命権者がその職員の責任を問うための制裁等です。組織の規律と秩序の維持を目的としています。	2人	免職0人、停職0人、減給0人、戒告2人

7 研修および勤務成績の評定の状況

① 研修の状況

区分	研修内容	受講者数
1　自主研修	通信教育受講者、自主学習会	133人
2　派遣研修	自治大学校等　9項目	9人
3　一般・課題別研修	新規採用職員研修等　30項目	471人
4　政策研修	人事評価研修等　6項目	710人

② 人事評価の状況

評価の回数	評価の時期	被評価者数
年1回	3月	516人

8 福利および利益の保護の状況

① 福利厚生制度の状況

区分	内容等
市町村職員共済組合事務	・保険加入、脱退手続き等 ・短期給付（保健、福祉事業等）手続き等
職員安全衛生事業	・定期健康診断　13項目　受診実人員　491人 ・人間ドック助成　受診者42人（内脳ドック併用4人） ・メンタルヘルス対応　相談事業等の実施
職員互助会補助事業	・職員福利厚生事業補助金　1, 600, 000円 職員互助会会員数（R3年度）　569人 会員1人あたり　2,811円

② 公務災害補償制度の状況

加入団体	災害件数
地方公務員災害補償基金長野県支部	3件

③ 利益の保護の状況

不利益処分に関する不服申立てに係る書類の交付件数	0件

9 服務の状況

区　分	人　数	内　容　等
職務に専念する義務の免除	46人	市関係団体の事務従事及び兼職並びに福利厚生等
営利企業等の従事制限	0人	営利企業等の事務又は業務に従事する場合等

10 公平委員会の報告事項

区分	件数
勤務条件に関する措置の要求の状況	0件
不利益処分に関する不服申立ての状況	0件

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。

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」	1月10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」	1月24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 平日9:30～18:00 休日・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

イベント名	日 時	対 象	定 員	申込
0.1.2おはなし会	1月7日、21日、28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	1月7日、21日、28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！	1月14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	1月11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	1月21日(土) 11:30～	おなかの赤ちゃんと そのご家族	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	1月17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】	1月10日(火) 10:30～	就園前の子どもと 保護者	5組	要申込

おたんじょうびおめでとう

投稿フォームから
ご応募ください！

3月生まれの方募集中！
1月12日（木）までに応募してください。
対象 3歳までの方

加藤（かとう） 和心（なごみ） ちゃん
令和4年1月1日生まれ　1歳

いつもみんなを笑顔にしてくれるなごみちゃん☆いっぱい遊んでいっぱい笑ってすくすく大きくなってね！

田中（たなか） 彩晴（いろは） ちゃん
令和4年1月4日生まれ　1歳

いつもニコニコな彩晴。家族みんなが幸せだよ。産まれてきてくれて本当にありがとう。

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。

みんなのパソコン広場 ☆パソコン初級者お助け隊☆

日　時　2月1日（水）、15日（水）14時～17時
場　所　ワークラボ八ヶ岳
内　容　ワードエクセルの初歩的な操作など、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日若干名（1人30分程度）
持ち物　使用しているノートパソコン
受講料　500円
申込方法　2月1日㈬は12月26日㈪～1月20日㈮、2月15日㈬は1月10日㈪～2月3日㈮まで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）

認知症サポーター養成事業「認知症サポーター養成講座を開催しませんか？」

内　容　認知症について正しく理解し、地域の中で認知症の人やその家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」になるための講座（90分）を申込する方の都合に合わせて開催できる事業
場　所　茅野市内（申込する方が用意）
講　師　認知症キャラバン・メイト（市が派遣）
定　員　5名以上
参加費　無料
その他　受講終了者には、認知症サポーターの証として「オレンジリング」をお渡しします。
申込方法　開催希望日の1か月前までに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「65歳からのエアロビクス＆トレーニング講座」

日　時　1月20日、27日、2月10日、17日、24日、3月10日、17日、24日　※全8回
いずれも金曜日　13時30分～14時30分
場　所　茅野市総合体育館　2階　サブ体育館
内　容　有酸素運動（エアロビクス）と自体重を使った筋力トレーニングを通して、生活習慣病の予防や筋力の維持、向上を図ります。60分しっかり動く介護予防講座です。
講　師　健康運動指導士
対　象　市内在住の65歳以上の方
定　員　40人（申込多数の場合は抽選、初めての方優先）
参加費　無料
申込方法　1月11日（水）までに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「やさしい介護予防講座～10年後の自分のために～」

日　時　①2月1日（水）、②2月15日（水）、③3月1日（水）、④3月15日（水）　※全4回
13時30分～15時
場　所　茅野市中央公民館　3階談話室
内　容　やさしい健康づくり（準備運動、軽運動、整理運動）と、血圧や血糖値をよくする食事や“お口”の健康についての話を聞くことができる介護予防講座
講　師　（株）やまびこスケートの森TRC　指導員
対　象　市内在住の65歳以上の方
定　員　10人（申込多数の場合は抽選、初めての方優先）
参加費　無料
申込方法　1月13日（金）までに、電話でお申込みください。
申込・問　高齢者・保険課　高齢者福祉係
☎72-2101（内線334）

認知症総合支援事業「オレンジ・カフェ茅野」健康栄養相談会

日　時　1月23日（月）14時～15時30分
場　所　ウエルシア薬局　茅野本町店
内　容　体組成・握力・貧血度・血圧の測定、お薬・栄養相談など
※内容は変更になる場合があります。
対　象　認知症の方やその家族、支援する方
定　員　8人（定員になり次第、申込受付を終了）
参加費　無料
その他　・所用時間　20分程度
・感染症対策のため、順次入れ替え制を予定
申込方法　1月4日（水）から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）

認知症予防事業　認知症予防入門講座

日　時　2月1日（水）、2月15日（水）、2月22日（水）　全3回
午後1時30分～午後3時
場　所　茅野市市民活動センター（ゆいわーく茅野）
内　容　認知症の理解や予防について学ぶ講座です。
第1回　フレイルと認知症Ⅰ
第2回　口腔ケアの話、フレイルと認知症Ⅱ
第3回　栄養の話、フレイルと認知症Ⅲ
講　師　諏訪中央病院　髙木宏明医師・理学療法士飯山恵美さん・栄養士、歯科衛生士　高宮さつきさん、健康づくり推進課　管理栄養士
対　象　市内在住の65歳以上の方
定　員　15人（申込多数の場合は、抽選）
参加費　無料
申込方法　1月13日（金）までに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）

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

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。

Information

お知らせ

新型コロナウイルス感染防止強化対策補助金の申請はお早めに

内 新型コロナウイルス感染拡大防止強化に向けた新規設備投資に対する補助金を設けています。申請期限が令和5年1月31日までとなっていますので、お早めにご申請ください。支給要件や支給額など詳細はホームページ（QRコード）をご覧ください。

対 市内に事業所等を有する中小企業者等であって、新型コロナウイルス感染症対策を実施しているもの

問 商工課　工業・産業振興係
☎72-2101（内線432、433）

宝くじの助成金で備品を整備しました

内 この事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、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です。地域のコミュニティ活動の充実・強化や災害から守るための活動に支援を行っています。令和4年度は、一般財団法人自治総合センターによる助成で、高部区がノートパソコン、プリンター、キャビネット、卓球台等のコミュニティ活動備品を、ひばりヶ丘区が発電機、チェンソー、テントなどの防災資機材を整備しました。また、公益財団法人長野県市町村振興協会による助成で、新井区がエアコンを、田沢区がテーブル、イス、プロジェクター、お祭り用備品等を整備しました。

問 パートナーシップのまちづくり推進課
コミュニティ推進係
☎72-2101（内線141）
防災課　防災係　☎72-2101（内線182）

茅野市空き家なんでも相談会

時 1月20日㈮
14時～16時（1組30分程度）
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個別相談会（無料）を開催します。
対 空き家相談者
定 9組
持 空き家物件情報
※Web会議システムでの参加を希望される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）をあらかじめ確認します。
申 1月6日㈮までにお申し込みください。
都市計画課　住宅係
問 ☎72-2101（内線538）

すわちゅう健康教室

時 1月17日㈫　11時～11時30分
所 諏訪中央病院　1階　エントランスホール
内 テーマ：「快眠について～よく眠れてますか!?～」みなさん睡眠はとれていますか？最近寝付けないなという方はぜひ！心地良い睡眠のとり方についてお話しします。ご質問・ご相談もお受けします。
講 濵口　實（名誉院長）
¥ 無料（申込不要）
問 諏訪中央病院　総務課広報調整係
☎72-1000（内線1557）

Event＆Lectures

イベント・講座

AI乗合オンデマンド交通「のらざあ」講習会

時 2月7日㈫、14日㈫、21日㈫
※上記のうち1日
【「のらざあ」のアプリのインストールと予約】
10時30分～12時30分
【「のらざあ」に乗ってみる】
13時30分～15時30分
所 ワークラボ八ヶ岳
内 AI乗合オンデマンド交通「のらざあ」のアプリのダウンロード、インストールと使い方を学び、実際に予約して利用する講座
対 茅野市在住の方で、3日間のうち1日参加できる方
定 各講座6名
¥ 受講料無料（乗車料金は自分で負担）
持 スマートフォン
申 12月26日㈪～1月20日㈮までに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）

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

大学入学共通テストによる車両混雑へご理解・ご協力ください

【日時】
1月14日㈯、15日㈰
【内容】
大学入学共通テストの実施に伴い、本学周辺道路（理科大通り）が、受験生の送迎車両により大変混雑します。本学を試験場とする受験生の在籍する高等学校に、自家用車による送迎の自粛および公共交通機関の利用をお願いしますが、本学周辺道路（理科大通り）が混雑の際は、ご協力いただきますようお願いします。
【問合せ】
公立諏訪東京理科大学　☎73-1201

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
衣装ケース/整理ダンス/ブルーヒーター/掃除機/シニアカー/シングルベッド/子ども学習机

ゆずってください
電子レンジ/オーブンレンジ/せいろ/蒸し器

※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

小中学生優秀作品展

優秀と認められた図工・美術・書写作品の展示を行います。小中学生の力作を多くの方にご覧いただきたいと思います。

問 学校教育課　学務係　☎72-2101（内線605）

図工・美術の部

茅野市と原村の小中学生の作品展

会期
1/19（木）～1/23（月）
9：00～18：00（最終日は15：00まで）

会場
茅野市美術館市民ギャラリー

入場無料

書写の部

茅野市の小中学生の作品展

会期
1/25（水）～2/9（木）
8：30～17：30（最終日は16：00まで）

会場
茅野市役所　1階ロビー

入場無料

広告

No.541

国保だより

問い合わせ
健康づくり推進課（茅野市健康管理センター内）
☎82-0105

受けて良かった！特定健診

～集団健診開催中です～

今年度の健康診断を受けていない方に、ハガキを10月にお送りしました。申し込みはお済みですか。40歳～74歳で国保に加入している方は、健診料9,000円のところ自己負担なしで健康診断が受けられます。お医者さんを定期受診している方も対象です。
今年度受けることのできる日が残り少なくなっています。今年度まだ健康診断を受けていない方は、今すぐ健康管理センターに予約のお電話を！

国保特定健診集団日程

日　程　1月11日㈬、1月24日㈫
時　間　【午前の部】8時45分～11時　　【午後の部】13時30分～14時30分

特定健診に関するQ&A

Q 特定健診を受けると、いいことあるの？

A はい。血管が長年ダメージを受け続けると、脳卒中や心臓病、腎臓病などの重篤な病気になりやすいことがわかっています。**自覚症状は全くないので**、どの程度ダメージを受けているのかを知ることができます。

Q ダメージの状態がわかると、どうしたらいいか教えてもらえるの？

A はい。保健師や管理栄養士が、結果の説明をしながら、体の中で何が起こっているのかのイメージを教えてくれます。お医者さんを定期受診している方も、いつもの検査項目以外の検査も受けることができます。

Q 今年度は忙しくて、健診を受けられそうにないけど、どうすればいいの？

A 車は定期的に点検をして故障しないようにしています。体も同じです。
令和5年度の受診票を5月上旬に郵送しますので、早めに健診を受けて、健康でいてください。

年に1回は健康診断を受けて、安心を手に入れたいですね。

※特定健診を受けた方は、国保のドック受診の補助金を受けることはできませんので、ご注意ください。

国民年金だより No.175

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

あなたも国民年金を増やしませんか？

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。

保険料の納付状況がわからないとき

■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

国民年金の保険料は、月額16,590円（令和4年度）です。手続きした月の分から保険料を納めることができます。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。

申し込み

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（年額）……12,000円（60月×200円）
※65歳から国民年金を受け取り始めて2年で、付加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。
※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。

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 1月1日(日)～3日(火)、10日(火)、11日(水)※[博物館のみ]、16日(月)、23日(月)、30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

守矢史料館企画展「卯年の古文書」

日時 1月4日(水)～2月12日(日)
場所 神長官守矢史料館
料金 通常入館料

至徳 4(1387) 年3月20日付
諏訪信有書状

プラネタリウム一般投影 1月「シリウスのひみつ」

日時 1月の土日祝日
10時30分～、13時30分～
場所 八ヶ岳総合博物館
定員 8名
料金 通常入館料
申込 お電話にてお申し込みください。
その他 休止あり。予約時にご確認ください。

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 1月7日(土)、8日(日)
10時～11時30分と
13時～14時30分
対象 小学校高学年以上
定員 5名
参加費 400円
※要申込

星空観望会
日時 1月28日(土)
19時～20時30分
場所 北部中学校天体ドーム
定員 20名
参加費 無料
その他 雨天曇天の場合は中止
※要申込

ワクワク科学工作「静電気で遊ぼう！」
日時 1月15日(日)
10時～11時30分
場所 総合博物館
定員 16名
参加費 300円
※要申込

古文書相談会
日時 1月14日(土)
13時30分～15時
参加費 無料
その他 鑑定等は行いません。
※申込不要

尖石縄文考古館

Chino × Jomon

1月の休館日　1日(日)～3日(火)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30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。

考古館通信 Vol.7

縄文人とうさぎ

明けましておめでとうございます。今年はうさぎ年ですね。縄文人にとって、うさぎは重要な食料でした。シカやイノシシに次いで、いろいろな遺跡から骨が出土しています。右の写真は、市内北山の栃窪岩陰(とちくぼいわかげ)遺跡から出土した、エチゴウサギの骨です。考古館に展示してあります。

美術館ってどんなところ？ 知って体験、興味ひろがる連続講座！

Chino City Museum of Art 茅野市美術館

アートで地域をサポートしませんか#2 美術館編

美術館をもっと楽しもう！

美術館サポーターの進行による「対話による作品鑑賞」の様子

第1回 美術館の仕事
1/14(土)13:30～16:00　茅野市民館アトリエ

第2回 茅野市美術館サポーターの活動
1/21(土)13:30～16:00　茅野市民館アトリエ

第3回 みるを楽しむ～対話による作品鑑賞～
1/28(土)13:30～16:00　茅野市民館アトリエ ほか

第4回 他の美術館を知ろう
2/4(土)13:30～15:30　茅野市民館アトリエ

第5回 美遊com.定例会を見学しよう
2/11(土・祝)10:00～12:00　茅野市民館アトリエ

美術館の活動やさまざまなアートについて知り、体験する講座です。鑑賞から一歩ふみだして、美術館をもっと楽しんでみませんか？

参加費：無料(15名程度、事前にお申込みください)

※なるべく全回に参加ください。5回のうち3回以上参加された方には修了証を発行いたします。

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/

宇崎竜童 50th anniversary 弾き語りLIVE 2023 JUST GUITAR JUST VOCAL

2月18日(土)15:00開演(14:30開場)
茅野市民館 マルチホール
チケット料金〈全席指定〉**5,500円**
※未就学児の入場は、ご遠慮ください。
チケット発売日：1月7日(土)
※電話による受付は1月8日(日)からとなります。

ダウン・タウン・ブギウギ・バンドでのデビューから50年。ミュージシャンとして、あるいは山口百恵をはじめ多くのアーティストや映画・舞台などへ楽曲を提供する音楽家として、目覚ましい活動を続けてきた宇崎竜童が、名曲の数々をギター1本で歌い上げる。

Program(予定曲)
港のヨーコ・ヨコハマ・ヨコスカ
想い出ぼろぼろ
イミテイション・ゴールド
さよならの向こう側　他
※曲目は都合により変更となる場合があります

茅野市美術館　第4期収蔵作品展

手がつむぐ、いろ・かたち

1月11日(水)～3月27日(月)
10:00～18:00　常設展示室　観覧料：無料

日本画、版画、工芸の作家10名の作品を展示します。2022年2月に逝去した工芸家・長田豊土さんの特集とともに、版画家・濵澄三さん、工芸家・小松幸代さん、宮坂正木さんの新収蔵作品を紹介します。培われた技術と豊かな表現をお楽しみください。

長田豊土
《印花紋花器》1962年

展示作家
武井武雄(版画家)
増沢荘一郎(版画家)
濵澄三(版画家)
渡辺隆夫(日本画家)
飯田荘七(版画家)
長田豊土(工芸家)
中林忠良(版画家)
宮坂正木(工芸家)
小松幸代(工芸家)
岩波昭彦(日本画家)

※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

Vol.21

栄養マン★キッチン～給食大好き！～

子どもに人気の給食メニューや家でも食べてほしいメニューを紹介します

かぼちゃとさつまいものサラダ

材料（2人分）

かぼちゃ	75g	マヨネーズ	20g
さつまいも	75g	塩	0.6g
プロセスチーズ	10g	こしょう	少々
にんじん	20g	サラダ菜	適量

【つくり方】

❶プロセスチーズは、1cm角位のサイコロ状に切る。
❷さつまいも、かぼちゃ、にんじんは1㎝角位のサイコロ状に切る。
❸サイコロ状に切った、さつまいも、かぼちゃ、にんじんを耐熱容器に入れて少量の水を加え、ラップをかけて600Wの電子レンジで柔らかくなるまで3～4分加熱する。
❹③の粗熱がとれたらチーズ、マヨネーズ、塩、こしょうを加え混ぜ合わせる。

【調理のポイント】

マヨネーズを少し減らして、プレーンヨーグルトを加えてもおいしいです。

彩りがきれいなサラダです。野菜本来の甘さに、チーズの塩気と食感がアクセントになります。野菜のビタミンで、感染症の予防を。

動画でも作り方を配信しています

1人分エネルギー178kcal　食塩相当量0.6g

病院コラム　医療の現場から

フレイル予防　―「フレイル予防・改善方法」編―

諏訪中央病院　理学療法士　飯山 恵美

前回はフレイルについて説明させていただきましたが、今回は「フレイル予防・改善方法」についてお伝えしていきます。「フレイルかもしれない」と不安になった方もいらっしゃるかもしれませんが、大丈夫です！フレイルは予防・改善ができると言われています。

01　フレイルの予防・改善

フレイルの予防・改善のためには、以下の3つをバランス良く行う事が大切になります。

①栄養・口腔：食事は3食、バランス良く（たんぱく質も）摂る。
②運　　動：定期的に運動を行い筋力低下を予防する。
③社 会 参 加：地域の活動へ参加したり、趣味活動などを行い、人と接する機会を作る。（茅野市の予防事業等もおすすめです。広報ちのの情報をチェック！）

02　「ずく」を出しましょう

まずは日ごろから「ずく」を出すことから始めてみましょう。どんなことに「ずく」を出したらよいのか、例を挙げてみると、

・食事のときにいつもより多く噛む。
・話すときに、いつもより表情豊かに、お口も大きく。
・回覧板を回したついでに家の周りを歩く。
・買い物に歩いて行ってみる。
・エレベーターではなく階段を使う。
・こたつでゴロゴロせず家の中や外で動く、などです。

ずくを出すことに慣れてきたら、本格的にフレイル対策をしていきましょう。

◎簡単にできる運動・フレイル予防のための体操を当院YouTubeチャンネル（QRコード）で紹介していますので自分に合うものを見つけて、継続してみてください。

毎日の小さな積み重ねが元気な体を作ります。早速、フレイル予防を始めましょう

フォトニュース

縄文集落の広がりを考える上での重要な発見

尖石遺跡での現地説明会

11月5日、国の特別史跡「尖石石器時代遺跡」の西側に隣接する民有地で行っている発掘調査の現地説明会が開催されました。市内外から約80名が参加し、文化財課の職員の説明を聞きました。

今回の調査では、竪穴住居跡ともいえる縄文時代中期中頃の土器を伴う大きな掘り込みが1か所、縄文時代中期とみられる土坑（貯蔵穴や柱穴など）が21か所見つかりました。また、6本の柱から構成される掘立柱建物跡が同遺跡では初めて見つかり、縄文集落の広がりを考える上で極めて重要な発見となりました。

紅葉が美しい森になることを願って

市民の森第14回育林祭

10月29日、「市民の森第14回育林祭」が開催されました。茅野市と市民の森を創る会が主催し、茅野市地球温暖化対策地域協議会が共催する形で行われ、市内企業の㈱キッツメタルワークス、東洋精機工業㈱、野村ユニソン㈱（順不同）や一般参加者など約40人が参加しました。

今年は、カエデの苗木20本を市民の池を周回する遊歩道沿いに植樹しました。参加者は、植樹したカエデが大きく育ち、美しい紅葉を見せてくれることを期待しながら植樹を行っていました。

宇宙飛行士としての体験などについて語る

土井隆雄さん（宇宙飛行士）講演会

11月19日、公立諏訪東京理科大学で土井隆雄さん（宇宙飛行士・京都大学特定教授）が講演会を行いました。八ヶ岳総合博物館で開催されている企画展「信州天文文化100年」の関連イベントとして開催され、県内外から約130人が参加しました。

打ち上げの際に搭乗したスペースシャトルでの体験や宇宙での生活、宇宙から見た地球の美しさなどについて語り、参加者は貴重な体験談に耳を傾けていました。

講演後には、国立天文台天文情報センター長の山岡均さんと土井さんの対談も行われました。

小中校生の力作を表彰

茅野市小中高校生調べ学習コンクール表彰式

11月7日、「第16回茅野市小中高校生調べ学習コンクール表彰式」が茅野市役所で開催され、入賞者（審査員特別賞を除く）が今井市長はじめ各賞の授与者から表彰状と盾を受け取りました。

今年は、1,247作品1,251名の応募があった中から、市長賞・読書の森読りーむinちの賞・茅野市こども読書活動応援センター賞に1作品1名ずつ、教育委員会賞・審査委員長賞の小学生低学年・中学年・高学年・中学生から各1作品4名ずつ、審査員特別賞には11作品11名が選出されました。

図書館だより

本館休館日　1月1日㈰～4日㈬、10日㈫、16日㈪、23日㈪、27日㈮、30日㈪
開館時間　平日 9時30分～18時
休日・祝日 10時～18時
問い合わせ　☎72-9085

おすすめ図書

日本人が知らない世界の祝祭日辞典
斗鬼正一／著　淡交社

世界には歴史や文化に根差した特徴的な祝祭日があります。いかなる活動も禁止される静寂の祝日、町中が緑一色に染まるスイスのお祭り…文化人類学者が日本人の知らない祝祭日を紹介します。

なぜ、その地形は生まれたのか？
松本穂高／著　日本実業出版社

霧ヶ峰はなぜのびやかな高原になったのか、決して涸れない白糸の滝、ギザギザの天橋立など、日本各地の成り立ちが興味深い地形を80か所取り上げ、自然地理の視点からなぜその地形が生まれたのかを探る一冊です。

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**　1月26日㈭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。高校生のお兄さん、お姉さんと一緒におはなしを楽しみましょう！
- **対　象**　小学校低学年まで
- **定　員**　3組（事前申込不要）

■「読み聞かせを楽しもう」④

- **日　時**　1月28日㈯13時30分～15時
- **内　容**　絵本の魅力を学び、読み聞かせ方法の学習、実践。選書の観点や、選んだ本の魅力を楽しく学び合います。年4回講座の4回目。
- **講　師**　JPIC読書アドバイザー　牛山圭吾先生
  前茅野市こども読書活動応援センター　林尚江先生
- **定　員**　24名
- **持ち物**　読み聞かせ実演に使う絵本または児童書1冊
- **申込方法**　茅野市図書館へ電話で申し込み

Yui Work Chino　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.21

手話ダンス「虹の会」

活動内容
市内の保育園や福祉施設からの依頼を受け、手話ダンスを5曲ほど披露しています。手話ダンスを通じて、保育園児や障がいをお持ちの方、デイサービスの利用者さんと交流しています。

「共に生きるを学び」「共に育ちあい」「共に楽しむ」
手話ダンスを見ていただき、園児から高齢者の方々までが手話を覚えていただいたり、一緒に踊っていただくことで交流ができ、障がい者と“共に生きる”を知っていただけることを信じて活動しています。
以前は、歌手からお呼びがかかり、舞台でバックダンスを踊った事もありました。
現在は、コロナで2年ほど思うように練習もできず、保育園や福祉施設などに出向くことができなくて残念ですが、また保育園や福祉施設で手話ダンスが披露できる日が来ることを願って、練習を頑張っています。
毎月第2、第4木曜日に宮川地区コミュニティセンターやゆいわーく茅野で活動しています。
活動に興味のある方の見学も大歓迎です。

市民活動については市民活動センター『ゆいわーく茅野』（☎75-0633）へお問い合わせください。

市民掲示板

学生寮「長善館」（東京都調布市）令和5年度入館生募集

▲応募資格／①長野県に居住し県内または県外の高校に在学あるいは卒業し、本寮から通学範囲内にある4・6年制大学（夜間（二部）は除く）へ進学予定の男子学生
②心身共に健康で学生寮の自治活動や行事に積極的に参加し、共同生活に適応できる方
▲募集人数／約10名
▲選考方法／
・書類審査（推薦合格者）
・書類審査と面接
▲申込手続き／下記書類を希望する面接選考日の5日前までに下記へ郵送または直接提出してください。
①入館申込書兼身上書（指定用紙に自筆記入。用紙はQRコードからダウンロード可）
②出身高校が発行する調査書
③証明写真2枚（3ヶ月以内に撮影したもの。サイズ4cm×3cm）
▲面接選考日及び会場／

	日 時	場 所
第2回	2月4日(土)	諏訪市セイコーエプソン企業年金基金会館ゆうむ25
	2月5日(日)	松本市松本商工会議所（松本商工会館）
第3回	3月4日(土)	長野市長野県教育会館
	3月5日(日)	諏訪市セイコーエプソン企業年金基金会館ゆうむ25

・いずれの日程も13時開始
・試験前、合格発表前でも面接可。住所に関係なくどの会場でも受けられます。
▲応募書類提出・問合せ／公益財団法人諏訪郷友会　諏訪事務局（横内）
〒394-0035岡谷市天竜町3-3-14
☎0266-75-2241
E-Mail　chouzen.suwa@gmail.com
※募集要項・提出書類のダウンロードは長善館ホームページ（QRコード）から

里親制度と考える地域の子育て支援フォーラム

▲日時／2月12日(日)
13時30分～16時30分
（開場：13時）
▲場所／岡谷市文化会館「カノラホール」小ホール（岡谷市幸町8－1）
▲内容／里親制度を含む地域の子育て支援について、自身が児童養護施設出身の視点から社会を考え、新しい未来を作るための“声”を発信するYouTube配信者「THREE FLAGS」と地域の支援者と一緒に考えるフォーラムを開催します。
基調講演…「社会的養護を必要とする子ども達の現状について」
パネルディスカッション…「社会的養護と里親制度について」
▲講師／THREE　FLAGS氏
▲参加費／無料
▲申込／2月3日(金)までにQRコードからお申し込みください。
▲問／長野県諏訪児童相談所
（平日：8時30分～17時15分）
☎52-0056
E-mail suwajido@pref.nagano.lg.jp

カーリング教室・大会参加者募集

▲日時／2月12日(日)　10時～15時
▲場所／カーリングホールみよた
北佐久郡御代田町草越1173－1735
▲内容／カーリング教室・大会
▲対象／茅野市在住・在勤・在学の方
▲参加費／大人1,000円
小中学生500円
▲持ち物カーリングシューズ（無い方は上履き用シューズ）、昼食
▲申込／当日まで受け付けます。
▲問／茅野市カーリング協会
小泉 ☎72-0888（バブン珈琲店内）
福田 ☎090-3063-2977

シルバー人材センター入会説明会

▲日時／1月11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

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
3月号に掲載希望の場合は1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

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。
2023年ですが、私は体を動かすことを目標にする年にしたいと思っています。昨年、あまり運動をせずに過ごしたら、体力がとても落ちた実感がありました。なので、今年は学生時代に部活動で行っていた野球やテニスなどに積極的に参加したり、ジムに行って体を鍛えたいと思います！
さて、今月の広報ちのでは、「未来につなぐスケートの輪 on NAO ice OVAL」を特集しました。あいにくの雨で、リンクでの交流は中止になってしまいました。ですが、交流会で行ったゲームの際の子どもたちのたくさんの笑顔、小平さんの講演や結城コーチとのスケートのはなしの時の真剣な眼差しを見ることができた素晴らしいイベントでした。小平さんとの交流や講演は、子どもたちにとってとても貴重で忘れられない体験になってのではないでしょうか。
（編集担当）

City Public Relations Magazine
CHINO
茅野市広報誌
広報ちの
1
令和5年
2023
NO.943

中学生の税についての作文・税の標語・租税教育推進校　合同表彰式

11月22日、「中学生の税についての作文・税の標語・租税教育推進校」の合同表彰式が開催されました。
「中学生の税についての作文」、「税の標語」は、将来を担う中学生に税について関心を持ってもらうこと、税について正しい理解を深めてもらうことを目的として毎年、行っています。今年は市内4中学校から395点の応募がありました。
「租税教育推進校」は、児童・生徒に対する租税教育の推進のための基盤整備等に、特に功績のあった学校や教育委員会等に感謝状を贈呈する表彰制度です。

QR コードから中学生の税についての作文をご覧いただけます。

「中学生の税についての作文」

【茅野市長賞】
永明中学校　3年2組　河野　杏紗さん
永明中学校　3年3組　西川　生吹さん
北部中学校　3年1部　野澤　優月さん
北部中学校　3年2部　青柳　璃子さん
長峰中学校　3年1組　岡田　侑也さん
長峰中学校　3年1組　山岡　佑有さん
東部中学校　3年2部　岩井　千奈さん
東部中学校　3年3部　柳澤　大雅さん

【諏訪納税貯蓄組合連合会長賞】
東部中学校　3年1部　本木　陽菜さん
東部中学校　3年1部　柳澤　莉音さん
東部中学校　3年2部　矢島　史悠さん

「税の標語」

【諏訪税務署長賞】
永明中学校　3年1組　櫻井　　陸さん

「租税教育推進感謝状贈呈校」

【諏訪税務署長感謝状】
茅野市立湖東小学校

発行／長野県茅野市　編集／企画部地域創生課広報係　https://www.city.chino.lg.jp
〒391-8501 長野県茅野市塚原二丁目6番1号 ☎0266-72-2101
茅野市ホームページ
印刷／株式会社中央企画
◎広報紙に掲載されたあなたの写真を1枚差し上げます。
ご希望の方は地域創生課広報係まで。

広告
広告