





#### Contents

-茅野市の給食と食育-

- 04 みんなで楽しくいただきます!
- 12 税の申告
- 16 のらざあ通信
- 17 令和5年 茅野市 区長·自治会長名簿
- 18 情報カレンダー
- 20 ピックアップ情報



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。

- 22 情報ネットワーク
- 26 こども通信
- 28 国保だより
- 29 国民年金だより
- 30 ミュージアム情報
- 32 栄養マンキッチン・病院コラム
- 33 フォトニュース
- 34 図書館だより・「ひと・こと・ばしょ」
- 35 市民掲示板·編集後記
- 36 Good Town Chino!!

#### 車山山頂「SKY TERRACE」 からの雪景色

真冬の車山山頂「SKY TERRACE」からの雪景色です。 冬ならではの 澄み切った青空と真っ白な雪の美しいコントラストを見ることができます。 また、天気のいい日には、八ヶ岳と富士山の両方を眺めることができます。 車山高原スカイパークスキー場のリフトに乗ることで簡単に訪れることが できます。



2月の納税等

納期限 2月28日火

#### 国民健康保険税(9期)

高齢者・保険課 272-2101 (内線 322) 保育料

#### 上下水道料金

水 道 課 ☎75-5500 (直通)

#### 下水道受益者負担金

水 道 課 ☎75-5500 (直通)

#### 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。

幼児教育課 272-2101 (内線 622)

#### 後期高齢者医療保険料(8期)

高齢者・保険課 272-2101 (内線 326)

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。



#### 1月1日現在の 茅野市の人口

55,657人 (-51)

27,876人 (-25)

27,781人 (-26)

世帯数 24,261世帯 (-16)

※( )内は先月比

※令和2年国勢調査を基に推計



ビーナチャンネル 11ch



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 Chino ビーナネットChino

BIRD'S EYE CHINO



茅野市の豊かな自然環境を鳥 の視点から捉える「Chino× BIRD'S EYE」の冬バージョン

自然豊かな冬の茅野市の風景をドロー ンによる映像でお楽しみください。









#### Information

#### 「ビーナネットChino」で配信中!

茅野市公式インターネット動画サイト 「ビーナネット Chino」で、保育園の 「カレー会」、「味噌づくり」の様子を 配信しています。



↑ご視聴はこちらから!

# 特集 - 茅野市の給食と食育 - みんなで楽しくいただきます

コロナ禍で、給食は全員が前を向いて静かに食事をする時間になりました。それでも、給食を食べている時は、にっこにこの笑顔を見せてくれる子どもたち。食事は、子どもたちが楽しみにしている時間だということに改めて気づかされます。毎日、提供されている給食は、栄養面や安全面に考慮して作ることはもちろんのこと、食を学ぶ時間とともに、茅野市産や長野県産の食材を使い、子どもたちに地元食材のおいしさや、郷土料理を伝える場にもなっています。

今月号では、そんな給食が作られる様子やそこに携わる方たちの声などをご紹介します。 また、茅野市食育推進計画(元気もりもり食育プラン)に基づいて、茅野市内の保育園で 行われているさまざまな食育活動もご紹介します。



#### 10:00 調理開始

で食材を調理していきます。





▲千草豆腐の準備をします。クラス数が多いので、均等に配分できるように具材を 分けます。一つ一つ、紙カップに注ぎ入れ、スチームコンベクションオーブンで蒸し ます。加熱温度を確認し(75℃以上で1分以上)、クラスごとに数えます。



▲サラダの野<mark>菜も</mark>加熱しています。大き ▲混ぜご飯は、具を給食室で作り、白い な釜の沸騰したお湯の中に野菜を入れ、 ご飯に混ぜて作ります。 加熱温度を確認して水で冷やします。



### 卵の検収





▲卵も野菜と同様に、数や状態を検品 します。卵は1個ずつカップに割り入れ て異常が無いか確認してから、食缶に入

肉や魚、卵などは、野菜とは別の専用 の冷蔵庫に運ばれ、調理されるまで保 管されます。



▲サラダや汁をボールや食缶に盛り分けます。



子どもたちの声

#### 生産者の声

だしは煮干し・鰹節・昆布を使用しています。

たくさんの具材を煮ていきます。

▲豚汁を作ります。こどもたちに食材本来の味を知ってもらうため、



丸茂さん

#### 茅野市のおいしい野菜をいっ ぱい食べてほしい

子どもたちに安心して給食を食べ てもらえるように、肥料や栽培環境 にこだわり、みなさんが笑顔でおい しく食べてくれている姿を思い浮か べながら野菜を作っています。朝採 れの新鮮な野菜をたくさん食べて、 地場団体 じゃがいもの会代表 元気に大きくなってください。

玉川小学校給食委員長 左髙 昊さん

#### 毎日おいしい給食ありがとう

僕は玉川で作られた野菜が大好 きです。セルリーやミニトマトな ど、野菜の味が濃くてとてもおい しいです。玉川小のみんなも毎日 給食を楽しみにしています。これ からも、給食に関わってくれてい る方々に感謝しながら給食をいた だきたいと思います。

## こどもたちの学校給食はどうやって作られているの?

~食材の受け取りからいただきますまで~

─ 玉川小学校では750食を調理しています。給食ができるまでをのぞいてみましょう! ─

## 8:15 野菜の下処理



## START





▶何種類もある大量の野菜 は、すべて人の手で食べやす い大きさにカットします。野 菜の量や種類によっては時 間がかかることもあります。



数量や食材の状態(鮮度や産地 など)を細かく検品します。その

後、野菜下処理室に運ばれます。

## 12:40 元気にいただきます







と手洗いをして、給食を取りに来ます。



#### 栄養士の子どもたちへの思い

#### 地元の野菜を知って ほしい

茅野市は地場産の食材を使 うことに力を入れ、年間を 通して給食に使用していま す。この日は、米、白菜、 ねぎ、大根、パセリが茅野 市産です。

#### 旬や季節を感じて ほしい

旬の食材は栄養価が高く、 香りや旨味が増します。 給食に出る食材から旬の 味を学んでほしいと思いま す。年間を通して行事食や 郷土食も献立に組み入れ ています。

#### 生活習慣病を予防して ほしい

子どもの頃から薄味に慣れて もらい、将来の生活習慣病の 予防に繋げます。薄味でも美 味しく食べられるよう、天然の だしをとって、旬の食材とおい しく調理します。また、香辛料 で味のアクセントをつけて塩分 を控える工夫をしています。

#### 苦手なものをおいしく 食べてほしい

煮る、焼く、炒める、揚げ るなど、さまざな調理法を用 いて、和・洋・中と味付け を変化させることで、苦手な 食材が少しでも食べられる ように工夫しています。

### 園児が楽しみながら栄養や食事を学ぶ 保育園での食育指導

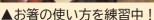
保育園では、茅野市食育推進計画(元気もりもり食育プラン)に基づき、子どもたちへの食育 活動を行っています。特に、栽培・収穫体験などは全園で取り組んでおり、子どもたちが自ら栽培・ 収穫することで食品を身近に感じ、料理や食事に関心を持てることを目指しています。活動の様 子は、10・11ページでご紹介します。

その他に、保育園の食育活動の一つとして、栄養士が園を訪問し食育指導をしています。お箸 の持ち方や朝食を食べる大切さ、おやつの食べ方など、毎月様々なテーマで園児が楽しみながら、 栄養や食事のことを学ぶ機会を作っています。また、そこでの学びを園児だけでなく保護者の方 とも共有していきたいという思いから、食育指導の内容をプリントにまとめて保護者の方へ渡し ています。食育指導が、普段の食生活を振り返るきっかけになればと思っています。



▲配布している食育指導 のプリント







▲栄養マンは、園児に大人気!



▲栄養士が行う食育指導の様子

#### 茅野市の食育で大活躍!3人の栄養マンを紹介します

3人の栄養マンは、主食・主菜・副菜を分かりやすく説明するために生まれたキャラクターです。保育園では、3人の 栄養マンと一緒に楽しみながらバランスの良い食事を学んでいきます。毎日の給食では、どの食材にどの栄養マンがい るのかをみんなで考えながら食べる姿が見られます。



ほかほかマン 主食(ごはん・パン・ めん など) 体を温めて、力のもと になるよ!

げんきマン 副菜(野菜・くだもの など) 病気になりにくい体を つくるよ!





ぱわーマン 主菜(肉・魚・豆腐・ 卵 など) 丈夫な体をつくるよ!



#### ~バリエーション豊かな献立~

#### お話し献立

本に出てくる料理を給食で食べることを通して、登場人物の 思いや考えを感じたり、本の世界と現実の世界が結びつくと いう楽しさを実感することで、より本を読むことや、食に関心 を持つことを願って提供しています。





「コロッケ」



▲「ぐりとぐら」から ▲「11ぴきのねこ ▲「だいこんはエライ」 「ぐりとぐらのカス とあほうどり」から から「大根のピリ辛煮」

#### 食文化を伝える

茅野市では、月に1回、郷土料理に親しむ日とし て「郷土料理の日」を実施しています。ふるさと の味や歴史、食文化を家庭や地域と共に伝えてい きたいですね。



▲のたもち(ずんだ)



▲かきひき大根

#### 伝統野菜・地場産食材を使った献立



▲諏訪紅カブの サラダ



▲金糸うりの ツナ和え

### 地域の行事に合わせた献立



▲御柱カツ

#### 行事食



▲【七夕献立】 七夕にゅうめ ん・笹かまの抹茶揚げ・星の チーズサラダ・メロン・牛乳



へ届ける給食ニュース などで、その日の献 立を紹介しています。

### 学校のレシピ、つくってみましょう

#### ぐりとぐらのカステラ

#### 材料(10人分:20㎝ケーキ型)

小麦粉	250g
ベーキングパウダー・	····· 10g
卵	5個
ハチミツ	30g
グラニュー糖	90g
バター・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	·····30g
牛乳	200ml

#### 作り方

\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*

- 卵を割りほぐし、ハチミツ、グラニュー糖、溶かしたバター、牛乳 を加えてよく混ぜる。(卵をしっかり泡立てるとふんわり仕上が ります。)
- ②に①をふり入れ、ダマができないようにさっくりと混ぜる。
- ④ 型に流し入れ、予熱しておいた170℃のオーブンで35~40 分焼く。

#### 大根のぴり辛煮



#### 材料(4人分)

大根1609	砂糖 小さじ2
にんじん ······ 40g	酒 小さじ1
しめじ 30g	みりん 小さじ1
油揚げ 309	しょうゆ小さじ2
小松菜 ······ 25g	豆板醬適量
ごま油小さじ 1	

#### 作り方

- 大根とにんじんは乱切り、しめじは小房に分ける。 油揚げは油抜きをし、短冊に切る。 小松菜は3cmの長さに切り、茹でる。
- ② 鍋にごま油を熱し、大根とにんじんを炒める。 水を加え、野菜に火が通ったら、しめじと油揚げ、 調味料を加えて煮る。
- はがしみたら小松菜を加える。







#### 湖東保育園 園長先生の声

湖東保育園では、今年度「育てた野菜でカレーを作ろう」を目標に、それぞれの年齢でカレーに入れた い野菜を決め、栽培活動を行ってきました。春に「大きくなーれ」と植えたじゃがいも・人参・ピーマン・なす・ かぼちゃ・枝豆・きゅうり・トマトが夏には収穫できました。カレー会の日は野菜を洗ったり、包丁で切ったり とクッキングの体験をした子ども達。

出来上がったカレーを「これ僕たちが育てた野菜が入っているんだよね」「だからいつもよりおいしいね」 と笑顔で食べていました。カレー作りを通じて色々な発見や体験ができました。カレー作り楽しかったね。









▲完成した味噌は給食で提供 しました。『みんなで作った味 噌はおいしいね』

## 去年作った

今年作った



▲ここからじっくり時間 をかけるとおいしい味噌 ができます。



▲最後に仕上げと、美 味しくなるおまじない をかけます。『おいし くな~れ!』

### えいつ!



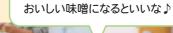
▲空気が抜けるよう に、力いっぱい投げ ます。

をまぶして丸めていき

ます。

### おいしい味噌ができるまで

小泉保育園では、毎年、地域の方に教わって、自分 たちで味噌づくりを行い、給食で味わっています。





▲ゆでた大豆を力いっぱい押しつぶします。



▲どうやって大豆が味噌に変身するの かを、みんなで勉強しました。



10 11

#### 5 税理士による相談会(無料)

市の申告相談会場内において、関東信越税理士会諏訪支部の会員による相談を下記の日程で行います。ご希望の方は、当日受付にてお申し出ください。ただし、受付できる方の要件は基本的に市と同様です。

日 程		時 間	会 場
3月3日(金)~3月9日(木)	※土・日は除く	9時~11時、13時~15時	市役所議会棟大会議室

#### 6 申告会場へお越しの際の注意事項

- ■新型コロナウイルス感染防止のため、**受付番号札を取ってから申告予定時刻に再来場いただく方法**で実施いたします。 再来場が難しい方は待合室でお待ちください。
- ■相談できる内容が限られていますので、以下の7、8を確認の上、ご来場ください。
- ■必ずマスクを着用の上、ご来場ください。咳や発熱(37.5℃以上)の症状がある場合には、申告をお断りさせていた だく場合があります。
- ■作成済の確定申告書はお預かりすることはできません。税務署に持参するか郵送してください。
- ■申告相談の期間前・期間中ともに市役所税務課窓口では、申告相談をお受けできません。

#### 7 相談時の持ち物

- ■「個人番号カード」(お持ちでない方は「通知カード」と運転免許証などの本人確認書類)
- ■前年の申告書の控え
- ■税務署から送付された確定申告に関する書類(確定申告の「お知らせはがき」や確定申告書類等がある方)
- ■所得や経費を証明する書類
- ・令和4年分の給与所得や公的年金等の「源泉徴収票(原本)」、報酬、配当、一時所得などの支払調書など
- ・事業所得、農業所得、不動産所得のある方は、「収支内訳書」(作成済のもの) および収入・必要経費のわかる帳簿等
- ・不動産所得のある方は、経費となる固定資産税額を証明する書類
- ■各種の控除を証明する書類(生命保険料控除証明書、国民年金保険料控除証明書、地震保険料等の支払証明書、医療費 控除の明細書(領収書をまとめて計算済のもの。おむつ代の医療費控除を受ける場合には「おむつ使用証明書」等が必要です。)、寄附金・義援金の領収書等)
- ■障害者控除を受けようとする方は、障害があることを証明する書類(各種障害者手帳等または障害者控除対象者認定書 ※65歳以上で一定の要件に当てはまる方は、高齢者・保険課または各保健福祉サービスセンターで発行ができます。)
- ■通帳など口座番号がわかるもの(所得税が還付となる方)
- ■利用者識別番号が分かる書類(お知らせはがき等)

#### 8 市・税理士に相談できないこと

- ■青色由告者
- ■亡くなられた方の申告
- ■令和3年分以前の申告
- ■土地や建物、株式、先物取引などの譲渡所得のある方
- ■仮想通貨取引のある方
- ■今回初めて住宅借入金等特別控除や雑損控除を受ける方
- ■税理士または税理士法人関与の法人の役員
- ■消費税、贈与税の申告
- ■災害による雑損控除を受けられる方

左記の申告は市、税理士相談 会場では相談できません。 諏訪税務署にご相談ください。

諏訪税務署での申告	問 諏訪税務署	<b>☎</b> 52-1390		
期間(土・日・祝E	を除く)	時間	会 場	
2月 1日(水) ~ 2月15日(水)	還付申告の方	受付 8時30分~16時	新士 <u></u>	
2月16日(木) ~ 3月15日(水)	すべての方	相談開始は9時~	諏訪税務署 1階	

入場には入場整理券が必要です。当日配布か、LINEを通じたオンラインでの事前発行も可能です。

## 税の申告

#### 所得税の確定申告・住民税の申告・国保税の申告

問 税務課市民税係 2572-2101 (内線 172・173・174)、諏訪税務署 252-1390 (自動音声案内) 高齢者・保険課 国保年金係 2572-2101 (内線 322)

この申告は、令和5年度の住民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料などを計算する上での基礎となるほか、各種届出、申請に必要な所得証明書等を交付するための重要な資料になります。3月15日(水)までに申告を済ませましょう。

申告期間:2月16日(木)~3月15日(水)

#### 茅野市の税の申告相談会

ご自身で確定申告書や住民税申告書を作成できない方を対象とした申告相談会を開催します。 昨年と変更点がありますので、ご注意ください。

#### 変更点

- ■申告相談会の会場が**茅野市役所議会棟大会議室の1か所**になります。 **※各地区コミュニティセンターでは実施しません**ので、ご注意ください。
- ■混雑を避けるため、行政区を指定した相談期間と自由に相談できる期間を設けました。
- ■午後の相談受付時間を1時間延長しました。
- 1 期 間 2月16日(木)~3月14日(火) ※3月15日例は市の相談会を開催しません。
- 2 受付時間 午前の部 9 時~11 時、午後の部 13 時~16 時
- 3 会 場 茅野市役所 議会棟大会議室 ※各地区コミュニティセンターでは実施しません。
- 4 日 程表をご確認ください。※土・日・祝日は除く

月	В	曜日	地区	_	行政区		
,,,		FEH	<b>7</b> 0 P.		午前の部 9時~11時	午後の部 13時~16時	
	16日	木	中大均	塩	中大塩1区	中大塩2区・3区・4区	
	17日	金	米;	沢	北大塩	埴原田·鋳物師屋·塩沢·米沢台	
	20日	月	北山	Щ	湯川	糸萱·蓼科·車山·蓼科中央高原	
2月	21日	火	北山	Щ	芹ヶ沢	柏原・白樺湖・鉄山・緑の村	
2/3	22日	水	湖 9	東	上菅沢·中村·花蒔·堀	山口・松原・新井・金山・須栗平・笹原・白井出・東平	
	24日	金	豊三	Ψ	下菅沢・福沢・下古田・上古田・山寺団地・ グリーンヒルズヴィレッジ	南大塩・御作田・塩之目・上場沢・広見・奥蓼科	
	27日	月	泉	野	下槻木·中道	大日影・上槻木・小屋場・若葉台・南蓼科台	
	28日	火	玉丿	III	粟沢・小泉	神之原·南小泉	
	1日	水	玉丿	III	山田·中沢·田道·菊沢·穴山	北久保・上北久保・子之神・小堂見・美濃戸・緑	
	2日	木	金法	沢	大沢・青柳・御狩野・金沢上・旭ヶ丘・ サンコーポラス旭ヶ丘	金沢下·大池·木舟·金沢台·新金沢	
	3日	金	ち (	の	本町	塚原·城山	
3月	6日	月		の 	上原・中沖・赤田・丁田・坂室・鏡湖	横内·茅野町·仲町	
	7日	火	宮丿	III	高部·新井·安国寺·田沢	西茅野・丸山・向ヶ丘・東向ヶ丘・みどりヶ丘	
	8日	水	宮丿	III	茅野・長峰・西山・墨筋内	中河原・両久保・ひばりヶ丘	
	9日~14日	木~火	自日	由	上記の日程でご都合がつかない方(土・日は除く)		

#### STEP 2

- □ 給与収入のみで、勤務先から源泉徴収票をもらっている。
- □ 公的年金等の収入のみである。
- □ 遺族の受ける恩給や年金、障害年金等の非課税所得のみで生活している 方で以前に市・県民税申告書を市に提出している。
- □ 市内に居住する人の税法上の扶養親族であり、事業所得や不動産所得、 個人年金などの雑所得、生命保険の満期返戻金などの一時所得が無い。

一つも当てはまらない方



住民税の申告をしましょう 申告方法についてはP12~13へ

#### 一つでもチェックの 入った方は



#### 申告不要です



所得税を納めすぎの方 は還付を受けるための 確定申告書の提出がで きます

#### ★国保税に関する申告について

所得税、住民税の申告がない方でも、国保税の算定のために申告が必要です。 申告が必要かどうか確認しましょう。

ご自身が18歳以上の国民健康保険加入者である。あるいは家族に国民健康保険に加入している者がいる世帯主の方





に加入している者がいる世帯主の方 所得税の確定申告や市県民税申告を行った。





はい

はい

はい

所得が給与収入のみの方で、勤務先から給与支払報告書が市へ提出され ている。



いいえ

所得が公的年金等(遺族年金、老齢福祉年金、障害年金は除く)のみである。



いいえ

所得税や市県民税の申告書、給与支払報告書または公的年金等(遺族年金、 老齢福祉年金、障害年金は除く)において被扶養者として報告されている。



いいえ

## 国保税の申告をしましょう 申告書の記入は税務課市民税係へ

収入の無い方や、失業中で雇用保険による失業給付のみで生活されている世帯の方などは国保税の申告が必要です。

申告相談の詳細については、茅野市公式ホームページ、ビーナチャンネルでも見ることができます



▲茅野市公式ホームページ



**【ビーナチャンネル** 

#### 令和4年分の確定申告は新型コロナウイルス感染拡大防止のため 電子申告をおすすめします!

#### パソコン・スマホでの申告

確定申告には、ご自宅等からパソコン・スマホでご利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です。

e-Tax・スマホ申告は24時間いつでも提出できます(メンテナンス時間を除く)。還付申告の場合、書面に比べ早期に還付がされます。

電子申告には3通りの方式があります。可能な方法で申告書を作成してください。

#### ① マイナンバーカード方式

#### 〈準備するもの〉

- ・マイナンバーカード
- ・(PC)ICカードリーダライタ
- ・(スマホ)マイナンバーカードの 読み取りが可能な機種

#### ② ID・パスワード方式

#### 〈準備するもの〉

・税務署で発行されたID・パス ワード(ID・パスワード方式の 届出完了通知)

#### ③ 印刷して郵送等で提出

自宅にプリンターが無い方はコン ビニでプリントすることができます。

#### 準備ができたら国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」へ

### 申告に関するフローチャート

#### あなたは申告が必要でしょうか?

申告が必要かどうかフローチャートを参考に確認してみましょう。

#### STEP 1

## ↓スタート

- (例:中途退職、副業でアルバイト、年収2,000万円超の方など)
- **給 │□ 年末調整で受けていない控除がある。 与 │ (医療費控除、寄付金控除等)**
- の 方 □ 給与所得の年末調整は受けたが、それ以外の所得が20万円を超えている。
  - □ 2か所以上の支払者から給与の支払いを受けた方などで、主な給与<u>以外</u>に ついて、住民税を自分で納付する方法を希望する方
- 年 □ 公的年金等の収入が400万円を超えている。
- 金 □ 公的年金等の収入が400万円以下で、それ以外の所得が20万円を超えて の いる。
- 方 □ 医療費控除、寄付金控除等がある。
  - □ 生命保険の満期返戻金などの一時所得があり、所得税を納める必要がある。
  - □ 事業所得や不動産所得(★青色申告)などがあり、所得税を納める必要がある。または予定納税・源泉徴収に係る所得税の還付を受ける。
- - □ ★純損失または雑損失が生じ、その繰越控除などを受ける。
  - □ ★住宅借入金等特別控除の適用を初めて受ける。
  - □ ★令和3年分以前の申告。

#### 一つも当てはまらない方



STEP2^

P12~13∧ **◆**の中生は市が関語

14

所得税の確定申告

申告方法については

をしましょう

★の申告は市が開設 する相談会場では受 付できませんので税 務署へ申告してくだ さい。

一つでもチェックの

入った方は



## 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」は事前予約制(お電話またはスマホアプリで)

運 行 日 土日祝日も毎日運行

|乗車の1週間前から1時間前まで

運行時間 8時から19時 (最終は18時30分出発)

#### 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

#### こんな時に「のらざあ」のご利用を

#### 子どもの習い事などの送迎に!

保護者のアプリを使って代理予約できます!

利用者が小学生以下の時は、使用者設定を変更してください。 乗車する時は、予約者(保護者)の名前を伝えてください。





#### 雪の日の移動に!

「のらざあ」はプロのドライバー!

凍結した道路や雪道になれていない方、運転が苦手な方はご利用を 検討ください。

「のらざあ」は登録したお電話番号にショートメッセージサービスで、 車両到着の30分前と5分前にお知らせします。

#### 「のらざあ」をご利用する時に、ご注意ください。

#### 早めのご予約を!

ご予約は1週間前から可能です。

ご予定が決まっている場合はお早目にご予約くだ

※当日予約では、ご希望の時間の予約が取れない 場合が増えています。

#### 割引設定はご予約前に!

ご予約が確定した後に割引設定しても、運賃には 反映されません。

アプリの場合は、ご予約前に「アカウント」の「使 用者設定」で設定してください。

※割引サービスの対象者は、高齢者、障害者、小 学生以下等です。

#### 「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!

このページは抜き取ってお使いください。

Prebruary

🚼 休日当番医院

📝 予防接種

🤰 休日歯科当番医院 😲 乳幼児健診

休日当番薬局 💮 子育て

※当番は変更となる場合があります。

水道緊急修理当番店

●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)

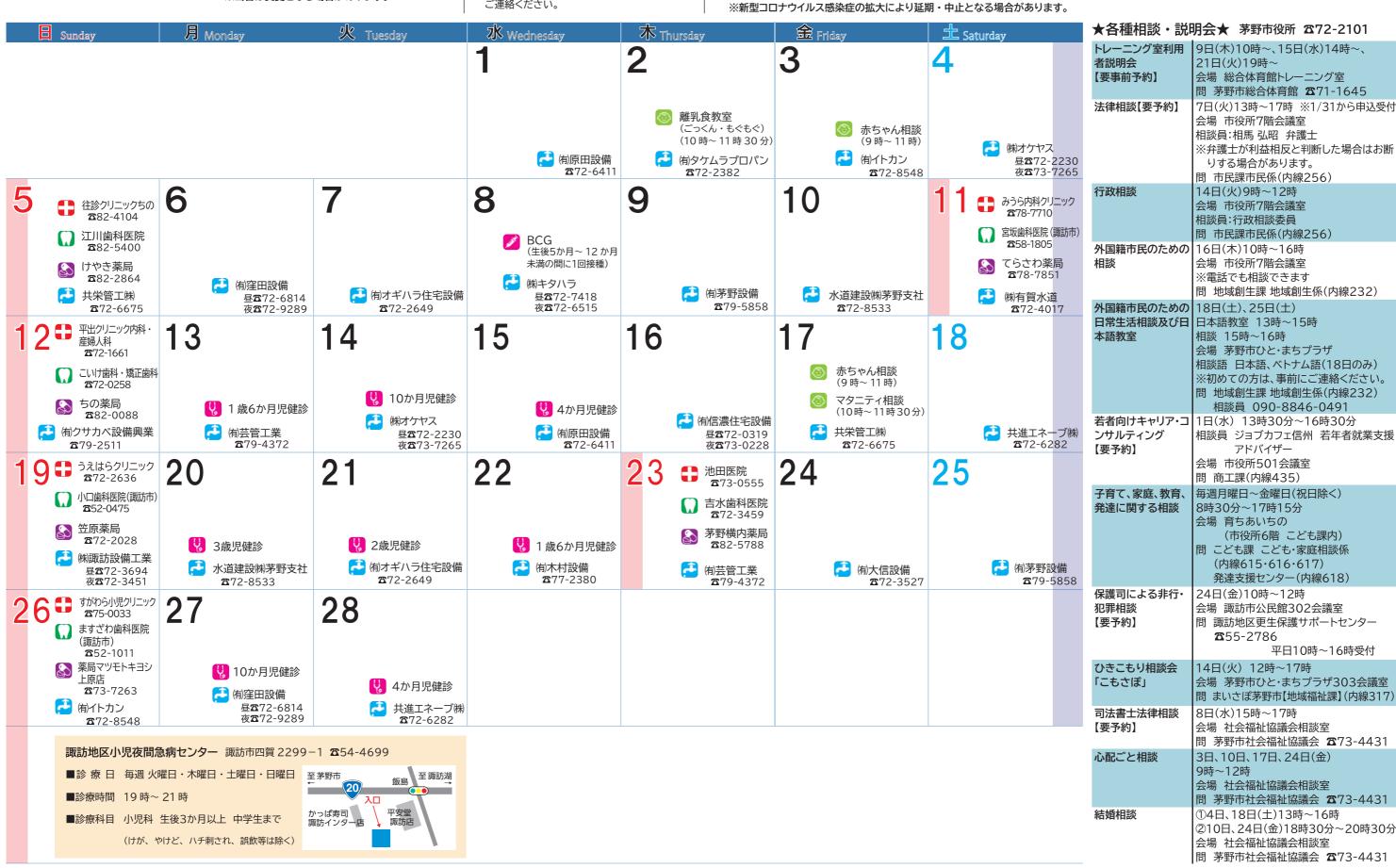
持ち物:【共通】赤ちゃん用のスプーン、飲み物(麦茶等) 【ごっくん】抱っこ紐またはおんぶ紐 【もぐもぐ】おんぶ紐 お母さんのエプロン 三角は

【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

【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。



### マイナポイント第2弾がまもなく終了します!

問 企画課マイナポイント支援申込窓口 ☎73-3930

#### 内容

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円分のポイント、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円分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 申請期限は、2023年2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等が必要) ※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



### 茅野市農業資材価格等高騰対策支援補助金

問 農林課 農政係 ☎72-2101 (内線 403)

#### 補助対象者

市内に住所を有する個人または市内に主たる事務所を有 する法人(人格のない社団等を含む)のうち次のいずれ かに該当する者

- ・令和3年税申告において、農業所得がある者(個人の場合)
- ・直前の事業年度税申告において、農業所得がある者(法
- ・認定農業者、認定新規就農者のうち、令和4年より営農 を開始した者

#### 必要書類

【個人・法人共通】

- ・交付申請書兼請求書(様式第1号)・誓約書(様式第2号)
- ・振込口座の通帳写し(口座名義、口座番号のわかるページ)
- ・令和3年分所得税青色申告決算書(農業所得用)の写し (青色申告の場合)・令和3年分収支内訳書(農業所得用) の写し(白色・市県民税申告の場合)
- ※令和4年より営農を開始した認定農業者、認定新規就 農者は令和4年税申告書類

#### 【法人】

・直前の事業年度税申告に添付した農業における経費が分 かる書類の写し

#### 補助金交付額

令和3年税申告(法人の場合は直前の事業年度税申告) において農業に係る経費として申告したもののうち、 肥料費、諸材料費、飼料費、動力光熱費の合計額に より次のとおり交付します。

※認定農業者、認定新規就農者のうち、令和4年より 営農を開始した者は、令和4年税申告において、農 業に係る経費として申告した者のうち、肥料費、諸 材料費、飼料費、動力光熱費の合計額による。

肥料費、諸材料費、動力光熱費の合計額	交付額
1円~10万円	1.5万円
10万円超~100万円	7.5万円
100万円超~200万円	15万円
200万円超~300万円	22.5万円
300万円超~500万円	45万円
500万円超~1,000万円	75万円
1,000万円超~	150万円

▶申請受付期限 令和5年2月28日

▶申請窓口 農林課 農政係(市役所5階63番窓口)

## information

### 区・自治会の資源物・不燃物の 収集日が変更になります

問 美サイクルセンター ☎72-2905

#### 内容

令和5年4月から、一部の区・自治会の資源物・不燃物の収集日が変更になります。

1717 J		HILONE	口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口口				700 90	
地区	行政区	変更前	変更後	地区	行政区	変更前	変更後	
	上原	第3火曜日	第4火曜日	玉川	上北久保	第2·4金曜日	第2・4月曜日	
+0	横内	第3月曜日	第3水曜日	工川	子之神	第2金曜日	第2月曜日	
ちの	茅野町	第1・3月曜日	第1・3火曜日	泉野	上槻木	第2水曜日	第2火曜日	
	本 町	第4火曜日	第3火曜日	永野	下槻木	第2水曜日	第2火曜日	
	高部	第1・3水曜日	第1・3金曜日		金沢上	第1·3木曜日	第1・3月曜日	
宮川	安国寺	第1・3水曜日	第1・3金曜日	金沢	金沢下	第1·3木曜日	第1・3月曜日	
	中河原	第1・3水曜日	第1・3金曜日	並バ	旭ヶ丘	第1·3木曜日	第1・3月曜日	
	埴原田	第1・3金曜日	第1・3月曜日		サンコーポラス旭ヶ丘	第1·3木曜日	第1・3月曜日	
米沢	鋳物師屋	第1・3金曜日	第1・3月曜日		柏原	第3金曜日	第1金曜日	
<b>木</b> 沢	塩 沢	第1・3金曜日	第1・3月曜日	46.1.	白樺湖	第1·3月曜日	第1・3火曜日	
	米沢台	第1・3金曜日	第1・3月曜日	北山	車山	第1月曜日	第1火曜日	
湖東	金 山	第3金曜日	第1金曜日		蓼科中央高原	第3金曜日	第1金曜日	
1545								

収集日が変更になる市民の皆さん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。

#### 永明寺山ふれあいの森を創る会 護演会

申込・問 環境課 環境保全係 2572-2101 (内線 263) FAX 82-0234

Email kankyo@city.chino.lg.jp

3月4日(土) 14時30分~

茅野市ひと・まちプラザ 3階 集会室

八ヶ岳山麓の縄文遺跡の発掘調査と、井戸尻 考古館の研究を通してわかること、そして現 代を生きる私たちの生活についても考えます。

井戸尻考古館 館長 小松降史 氏

#### 講師紹介\_

岡谷市に生まれ小学生のころから土器や石器 を拾って育つ。平成6年より井戸尻考古館勤 務。"自ら縄文人に近づく"を信条に当時の 生活や精神文化を学ぶ。

定員 20名(先着順)

料金 無料

▶申込方法 2月24日(金)までに、氏名、住所、連絡 先を上記までご連絡ください。

#### 市民の森を創る会 講演会

環境課 環境保全係 2572-2101 (内線 263) FAX 82-0234

Email kankyo@city.chino.lg.jp

2月16日(木) 15時30分~

茅野市ひと・まちプラザ 3階 集会室 内容

地球温暖化問題に直面する中で、森林や木材 利用の持つ様々な効果の解説を通して、今後 の森林の管理や林業のあり方についての講演。

信州大学 農学部 森林・環境共生学コース 准教授 安江 恒 先生

#### 講師紹介 \_

科学技術特別研究員(森林総合研究所)を 経て、2000年より現職。研究分野は森林 科学。気候変動と森林・樹木成長の関係に ついての研究を行っている。

20 名 (先着順)

無料 料金

▶申込方法 2月13日(月)までに、氏名、住所、連絡 先を上記までご連絡ください。

#### 都市計画変更(都市計画区域マ スタープラン) に係る意見募集

内「都市計画区域の整備、開発及び保全 の方針」の変更について、都市計画案 を縦覧します。

【縦覧期間と意見書の提出期間】 令和5年2月17日金~3月3日金 【縦覧内容】

都市計画区域マスタープラン(県決定) 【縦覧場所】

岡谷市役所都市計画課、諏訪市役所都 市計画課、茅野市役所都市計画課、下 諏訪町役場建設水道課、富士見町役場 建設課、長野県諏訪建設事務所整備 課、長野県建設部都市・まちづくり課

- 対 都市計画案に関係する地域にお住まい の方、その他利害関係者
- 申 意見書を提出される方は縦覧場所また は県ホームページにある「意見書」に 記入の上、縦覧期間中に縦覧場所と なっている各部署に持参または郵送し てください。ファックス、電子メールに よる提出はできません。

※詳しくは県ホームページをご覧くだ

問 〒392-8601 諏訪市上川1-1644-10 長野県諏訪建設事務所整備課 (0266-57-2936) 〒380-8570 長野市南長野幅下692-2 長野県建設部都市・まちづくり課 (026-235-7297)



プッシュ通知で行政情報をお届け!

App Store Google Play ホラダウンロード





#### Wanted

#### 「市民農園」利用者募集

内 ご利用希望の方は、各園主さんへおつ なぎします。

#### 【場所】

①玉川穴山(望岳の湯上)

②宮川丸山(丸山工業団地北)

③湖東笹原(鉢巻線上)

④玉川粟沢 (茅野市ゴルフ練習場第3 駐車場東側)

※トイレ、倉庫、水道等の設備はありま せん。

#### 【区画数】

①~④各農園若干(空き区画のみ)

※空き区画に対して人数が多い場合は 抽選

【面積】1区画約100㎡

【使用期間】令和5年4月~11月末日 (最長5年まで更新可)

- 対 茅野市内に居住している方 (茅野市内 の別荘の方も含む)で以下の条件を守 れる方
  - ●自家用野菜の栽培として使用すること
  - ●利用区画および周囲の通路清掃・除 草を行い、環境整備・保全に努める
  - ●栽培に必要な苗、資材、農機具等は、 ご自身でご準備いただきます
- ¥ 1シーズン 5,000円(畦畔の草刈り、 耕起等は園主が行います。)
- 申 2月22日(水までに窓口か 電子申請でお申し込みく ださい。



☎72-2101(内線404)

#### みんなのパソコン広場 パソコン初心者お助け隊

- 3月1日(水)、15日(水) 14時~17時 ワークラボ八ヶ岳
- ワード・エクセルの初歩的な操作など、 パソコン初心者のちょっとしたお困り ごとの相談、サポート(1人30分程度) 一日若干名

#### 500円

- 使用しているノートパソコン
- 3月1日(水)は1月23日(月)~2月17日 金、15日休は2月7日(月~3月3日金) までにお申し込みください。
- 企画課 行革・デジタル係 ☎72-2101(内線155、156)

#### 親子プログラミング体験

- 2月19日(1) 9時~11時 自宅(受講者にはZoomの会議IDを 含むURLを事前にメールで送付)
- Zoomを使ったオンライン講習で、親子 でScatchプログラミングを楽しむ講座
- 対 Zoom環境ができている方(Chrome またはEdgeを用意)
- 1月23日 (月)~2月3日 (金までにメール で氏名、住所、電話番号、メールアドレ スをお申し込みください。
- 企画課 行革・デジタル係 ☎72-2101(内線155、156) E-mail johoka@city.chino.lg.jp

#### 🚺 すわちゅう健康教室

- 2月16日休) 11時~11時30分 諏訪中央病院 (1Fエントランスホール 正面入口を入って右側)
- 内 テーマ:「生活習慣病について」 生活習慣病に関わる食事・運動につい てお話しします。ぜひお立ち寄りくださ い! ご質問・ご相談もお受けします。
- 濵口實(名誉院長)
- 無料(申込不要)
- 諏訪中央病院総務課広報調整係 ☎72-1000(内線1557)

#### 🚺 スマートフォン入門講座

- 時 3月7日火、10日金、14日火、17日 金、24日金、28日火 【アイフォーン】 10時30分~12時30分 【アンドロイド】
- 所 ワークラボ八ヶ岳

13時30分~15時30分

- 内 スマートフォンの文字入力、タッチ操作、 インターネット、カメラ操作など、実際 ご使用しているスマートフォン端末を 使って楽しく学ぶ講座
- 諏訪地域の方で全日程参加できる方
- 各講座6名
- ¥ 2,000円+テキスト代
- 持 スマートフォン
- 1月23日(月)~2月24日)金までに電話 でお申し込みください。
- 間 企画課 行革・デジタル係 ☎72-2101(内線155、156)

#### 1 要約筆記体験教室

- 時 3月4日出10時~正午
- 所 諏訪市総合福祉センター(いきいき元 気館) 3階 交流ひろば
- 途失聴・難聴者) にその場で話されて いる内容を要約して文字で伝える通訳 です。要約筆記に興味のある方、聞こ えに不自由を感じている方や、そのご 家族の方も気軽にご参加ください。
- ¥ 無料
- 持 パソコン
- # 2月24日 金までに電話、FAXでお申 し込みください。
- 問 地域福祉課 障害福祉係 ☎72-2101(内線315、316) FAX 73-0391

## 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。

#### 茅野市空き家なんでも相談会

- 時 2月16日(株)
  - 14時~16時(1組30分程度)
- 茅野市役所8階 大ホール
- 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。
- 2月2日休までにお申し込みください。
- 都市計画課 住宅係 ☎72-2101(内線538)
- 多留姫文学自然の里 「多留姫文学祭」
- 時 2月20日(月)~3月3日(金) 市役所の開庁時間中。最終日は15時まで。
- 茅野市役所1階ロビー
- 内 多留姫文学自然の里「多留姫文学祭」 では、多留姫の滝載酒亭(さいしゅてい) に設置してある投句箱に寄せられた俳 句や短歌を展示します。併せて「多留姫 文学自然の里創造委員会」の一年間の 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)

#### Event & Lectures

#### イベント・講座

#### 第2回 読書ボランティア交流会

- 時 2月25日出 13時30分~15時30分
- 所 ゆいわーく茅野 3階 集会室
- 内選書や読み聞かせの基礎についてお話を お聞きし、情報交換を行います。初めての 方もベテランの方も一緒に楽しく学んで、 今後へのエネルギーを充填しましょう!
- 対 茅野市内の読書ボランティアにかかわ る皆さん
- 定 30名
- ¥ 無料
- 持 10分以内で読める読み聞かせにおす すめの絵本1冊
- ※交流会の様子を撮影し、報道関係や広報 紙等で活用する場合があります。不都合 な点がありましたら、申し込みの際にお 知らせください。
- # 2月1日冰10時からQR コードによる電子申請また は電話でお申し込みください。
- 茅野市こども読書活動応援センター ☎75-1250または

☎72-2101(内線635)

告

- 内 茅野市プレミアム付商品券の利用期限 は、令和5年2月28日火までとなって います。利用期限を過ぎると無効とな り、また商品券の払い戻しはできませ んのでご注意ください。 取扱店にて忘れず、お早め
- 問 茅野商工会議所 **☎**72-2800

にご利用ください。

- ~不用品を活用し ∅ずりあおう あいましょう~
- 内 ゆずります

子ども勉強机/2人乗りベビーカー/ ベビーベッド/敷布団/テレビ/和座卓/ 食洗器/マッシャー/ネスカフェ・バリスタ/ ロフトベッド/軽トラ用荷台シート/ 散粒機/ツルハシ/餅つき機/ ケース入り人形(女の子)

ゆずってください オルゴール/電子レンジ

※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。

自動車の各種手続きを

長野運輸支局松本自動車検査登録事務所

☎ 050-5540-2043(音声案内037)

E-mail:zei-suwa@pref.nagano.lg.jp

忘れずに行いましょう

長野県南信県税事務所諏訪事務所

問 茅野環境館 ☎82-0040

問【自動車の各種手続き】

【自動車税】

**\$**57-2905

#### 電源立地地域対策交付金を 活用しています

- 内 電源立地地域対策交付金は、水力発電 施設等の所在する市町村の地域振興を 目的とし、周辺地域で行われる公共用 施設整備や、住民福祉の向上に資する 事業に対して、国から交付されます。 令和4年度の電源立地地域対策交付金 440万円は、高齢者福祉センター塩壺 の湯管理運営事業に活用しました。
- 間 企画課 企画係 ☎72-2101(内線154)
- 木質バイオマスエネルギー の利用促進をしています
- 内 木質バイオマスエネルギーは、ペレット(お がくずを固めたもの)や薪に代表される 循環型のエネルギーとして注目されてい ます。利用促進のため、間伐した樹木の おがくずでつくったペレットを燃料とする ペレットストーブの導入に対し、補助金を 交付しました。ホームページに木質バイオ マスの紹介や利用者の声を掲 載していますので、詳細はそ ちらをご覧ください。
- 問 農林課 林務係 ☎72-2101(内線408)

手続きを行ってください。

長野県公式「ながのグルー プマッチ」のご案内

- 内「ながのグループマッチ」は地域や業種 を超えたグループ交流を目的に、出会 いの機会を提供する長野県公式のグ ループマッチングサイトです。独身のグ ループを作り、異なる業種(異性)の皆 さんと交流してみませんか。
- 対 県内企業等に勤務する18歳以上で独 身の同性グループ(1グループ2~5名)
- 申 QRコードからお申し込みく ださい。
- 問 地域創生課 地域創生係 72-2101(内線232)
- 茅野市長・茅野市議会議員 選挙の立候補手続き説明会
- 時 3月24日金 14時~
- 所 茅野市役所議会棟 大会議室
- 内 茅野市長・茅野市議会議員選挙の立候 補手続き説明会を行います。
- 対 茅野市長・茅野市議会議員選挙への立 候補予定者及び関係者
- 申 不要(当日会場へお越しください。)
- 問 茅野市選挙管理委員会事務局 ☎72-2101(内線212)

自動車税種別割は毎年4月1日現在の所有者(または使用者)に対して課税される

県の税金です。令和5年3月末日までに名義変更・抹消登録・住所変更等の各種手

続が済んでいないと、次のようなトラブルが発生する可能性がありますので、必ず

●廃車にした、または手放したはずの自動車税種別割が令和5年度以降も課税され

※使用していないが、諸事情により抹消登録や名義変更が行えない等でお困りのと

また、手数料がかかりますが、自家用自動車協会、ディーラー、解体業者等で代行し

●引越先の住所に納税通知書が届かないことで、税金が滞納となってしまう。

各種手続きにつきましては、国土交通省の各運輸支局で行うことができます。

てしまう。(特に、個人間での売買はご注意ください。)

きは、南信県税事務所諏訪事務所までご相談ください。

ていただけます。詳しくはお問い合わせください。

#### 1 人権擁護委員紹介

- 内 人権擁護委員は法務大臣から委嘱された 民間の方々です。人権擁護委員は市民の 方々の人権意識を高めるために、地域の 中で人権思想を広め、人権侵害が起きな いよう見守り、人権を擁護していくことが 望ましいという考えから、人権の花運動を はじめ、街頭啓発や人権作文コンクールな どの活動を中心に、人権活動を行っていま す。また、「人権相談所」を定期的に開設し、 次の内容の相談をお受けしております。
  - ●「いじめ」「体罰」「不登校」「虐待」な ど子どもにかかわる問題
  - ●「セクハラ」「ストーカー」「性的差別」 など女性にかかわる問題
  - ●「親子·親族」「近隣」「部落差別」「同 和問題」等の問題
- 「境界」「借地・借家」 「相続」 等の問題 茅野市の人権擁護委員は次の皆さんです。 髙山衛さん、藤山武博さん、宮坂和生 さん、奥原貴美子さん、樋口和津子さ ん、小尾久子さん、北澤いずみさん、牛 尼俊彦さん
- ※令和5年1月1日付で樋口和津子さんが 再任、牛尼俊彦さんが新たに法務大臣 から委嘱されました。
- 問 市民課 市民係 ☎72-2101(内線254)

#### 1 長野県最低賃金改正

- 内 長野県内の事業場で働くすべての労働 者と、労働者を1人でも使用しているす べての使用者に適用される「長野県最 低賃金」(地域別最低賃金)が令和4年 10月1日から908円に改正されまし た。この機会に、賃金をご確認ください。
- 問 長野県労働局労働基準部賃金室 ☎026-223-0555 岡谷労働基準監督署 **22-3454**

#### Information

#### お知らせ

- 🚺 有害鳥獣の捕獲を実施します
- 時 2月18日(土)~3月12日(日)
- 所 鳥獣保護区を含む市内一円
- 内ニホンジカ、イノシシによる農林業等へ の被害を防止するため、山林内で、猟 銃を使用したニホンジカとイノシシの捕 獲活動を実施します。捕獲実施日には、 安全対策のため実施場所周辺に注意看 板等を設置します。実施日は、日程が 決まり次第、茅野市公式ホームページ、 農林課窓口、各地区コミュニティセン ター等に掲示します。実施期間中に野 外で作業するときや山林へ入るときに は、事故の防止にご協力ください。 なお、天候等により、日程等が変更と
- 問 農林課鳥獣被害対策室鳥獣被害対策係 ☎72-2101(内線408)

なる場合があります。

#### インボイス制度の適格請求 書発行事業者の登録申請

- 内 令和5年10月1日から、消費税の仕入税 額控除の方式としてインボイス制度が開 始される予定です。 適格請求書 (インボイ ス)を発行できるのは、「適格請求書発行 事業者」に限られます。この「適格請求書 発行事業者」になるためには、原則とし て令和5年3月31日までに登録申請書 を最寄りの税務署に提出し、登録を受け る必要がありますので、ご注意ください。
- 問 消費税軽減税率・インボイス制度電話 相談センター

【無料専用ダイヤル】 **☎**0120-205-553 【国税庁特設サイト】 QRコードをご確認ください。

#### 前 期日前投票所の投票立会人募集

- 内 茅野市選挙管理委員会では、投票立会 人を募集します。期日前投票の投票立 会人に申し込みをしていただいた方を、 「投票立会人登録者名簿」にあらかじめ 登録し、選挙執行の際は登録者の中か ら投票立会人を選任します。 【主な業務内容】
  - ・投票所の開閉に立ち会うこと。
  - ・投票所において、投票が公正に行わ れているか確認すること。
  - ・投票時間終了後、投票箱の施錠に立 ち会い、投票箱の鍵を封印すること。
- ・投票録の記載が真正であることを確 認し、署名すること。

#### 【期間】

- ◇長野県議会議員選挙 4月1日出~4月8日出 ◇茅野市長·茅野市議会議員選挙 4月17日(月)~4月22日(土) 【時間】
- (1日) 8時20分~20時10分
- (半日) 8時20分~14時15分または 14時15分~20時10分

#### 【報酬】

- (1日) 9,600円(源泉徴収あり) (半日) 4,800円
- ※登録期間は、本人から辞退の申出がない 限り継続します。
- ※無投票となった場合、期日前投票所は開 設されないため業務はございません。
- 対 茅野市内に住所を有し、茅野市の選挙人 名簿に登録されている18歳以上の方
- 申「投票立会人登録申込書」に必要事項 を記入し、茅野市選挙管理委員会事務 局へ提出してください。 登録申込書は 茅野市選挙管理委員会事務 局の窓口及び茅野市ホーム
- できます。 問 茅野市選挙管理委員会事務局 ☎72-2101(内線212)

ページ (QRコード) で入手

告

24

広

## 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 **☆7**1-1661 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」	2月14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」	2月28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

## ■ 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	2月4日、18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	2月4日、18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!】	2月11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	2月8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	2月18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	2月21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 273-0888

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】	2月7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!

4月生まれの方募集中! 2月12日(日)までに応募 してください。 対象 3歳までの方



ちゃ

2歳のお誕生日おめでとう。 お話しできる言葉が増えて きたね。笑顔をたくさんみ せてくれてありがとう。



## ことも通信

子ども・子育てに関する情報を お知らせします。



#### 育児中のママを対象としたサークル「ひよこつこクラブ」 諏訪中央病院 小児産科女性病棟 2572-1000

∃ 時 2月6日(月) 13時30分~15時

場所 諏訪中央病院 第3・4会議室

内 容 「予防接種について」小児科の佐藤先生からの お話しと助産師との育児相談

参加費無料

#### レッツベビーダンス

こども館 0123 広場 2571-1661

日 時 3月6日(月)10時15分~11時

場 所 こども館 0123 広場

内 容 赤ちゃんを抱っこしながらリズムに合わせて踊る エクササイズの「ベビーダンス」を行います。 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

申し込み 2月20日(月) 10時から電話で受付

対象 未就園児のお子さんとその親

当<mark>院で出産された方以外のご参加</mark>も歓迎

持ち物 母子手帳

申し込みお電話にてお申し込みください。

#### 赤ちゃん講座

こども館 0123 広場 2571-1661

日 時 3月1日(水) 10時30分~11時45分

場 所 こども館0123広場

内 容 お母さん同士なんでもおしゃべりしましょう。 保健師と栄養士にも子育てに関するアドバイ

対 象 生後0か月~7か月くらいまでの赤ちゃんとお母さん

料 金 無料

定 員 10組

申し込み 2月15日 (水) 10時から電話で受付

## 子育て世帯給付金

問 こども課 こども・家庭支援係 2572-2101 (内線 614)

### |子育で世帯物価高騰対策支援給付金

#### 【申請対象】

①令和4年9月分の児童手当受給者(公務員のみ)

②令和4年9月30日時点で高校生等(平成16年4月 2日~平成19年4月1日生まれ)の児童を養育する 父母等

③令和4年10月1日以降令和5年2月28日までに 生まれた児童を養育する父母等

#### 【支給額】

子ども1人当たり 1万5千円

#### 【申請方法】

申請が必要な方には、1月中旬に案内を送付しました。詳細については案内をご確認ください。

#### 【申請期限】

令和5年2月28日(火)

#### 【その他】

※令和4年9月分の児童手当を受給された方には12 月23日に支給が終了しました。(公務員除く)

### 子育て世帯生活支援特別給付金

#### 【申請対象】

平成16年4月2日 (障がい児の場合は平成14年4月2日) ~令和5年2月28日に生まれた子どもを養育する父母等のうち、次のいずれかに該当する方

・ 令和 4 年度住民税均等割が非課税の方

・新型コロナウイルスの影響で収入が減少し、住民税均 等割が非課税相当と認められる方

#### ※本給付金を既に受給された方は対象外です。

#### 【支給額】

子ども1人当たり 5万円

#### 【申請方法】

必要書類を市役所こども課こども・家庭支援係へ提出 してください。申請書は窓口または市ホームページ (QRコード)から取得できます。 **同学理** 

#### 【申請期限】

令和5年2月28日(火)

#### 【その他】

※18歳以下のお子さんがいるご家庭には、令和4年 7月に本給付金の案内を送付しました。

※詳細については、市ホームページをご確認ください。

No.542

## 国保だより

問い合わせ

高齢者・保険課 国保年金係 2072-2101(内線322・323・325)



#### 新型コロナウイルス感染症にかかる傷病手当金について

#### 【対象者(1から4のすべてに該当する方)】

- 1 勤務先から給与の支払いを受けている方
- 2 新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱等の症状があり感染が疑われる方
- ※勤務先の都合による休業、家族の看病等による休業、無症状の濃厚接触者として待機していた場合は対象となりません。
- 3 感染または感染の疑いにより、その療養のために労務に服することができず、その期間が3日間を超える方
- 4 労務に服することができない期間に対する給与の支払いを受けられない方

#### 【支給額】

(直近の継続した3か月間の給与収入合計額÷就労日数)×3分の2×(労務に服することができない期間の日数-3日間)

#### 【支給適用期間】

令和5年3月31日まで(「令和4年12月31日まで」から延長しました)

【申請に必要となる書類】

下記の1から3をご提出ください。

- ※各種申請書は、茅野市のホームページ (QRコード) からダウンロードいただけます。
- 1 国民健康保険傷病手当金支給申請書(世帯主記入用)
- 2 国民健康保険傷病手当金支給申請書(被保険者記入用)
- ※当面の間、臨時的な取り扱いとして、被保険者の医療機関の受診の有無にかかわらず、事業主記入欄に事業主の証明が必要です。
- 3 国民健康保険傷病手当金支給申請書(事業主記入用)
- ※事業主に作成を依頼してください。

なお、医師が記入する申請書は、臨時的な取り扱いとして不要とし、被保険者が療養のため労務に服さなかった旨を申請書(被保険者記入用及び事業主記入用)で事業主に証明していただくことにより、労務不能と認められる場合、傷病手当金を支給する扱いとします。

#### 「医療費のお知らせ」をお送りします

国民健康保険制度の役割を理解していただくとともに、健康の大切さについて関心を高めていただくことを目的として、 医療費等の総額や自己負担額、受診日数、受診医療機関等の名称 (柔道整復師の氏名) などを記載した 「医療費のお知らせ」 をお送りしています。 「医療費のお知らせ」 が届きましたら、受診内容等をご確認ください。

- ●令和4年1月~5月診療分……令和4年8月に発送済(再発行可)
- ●令和4年6月~10月診療分……令和5年2月に発送

#### 令和5年から、医療費のお知らせは、年1回の通知に変更になります

※令和4年11月診療分~令和5年10月診療分は、令和6年2月頃に発送予定です。

「医療費のお知らせ」は、確定申告でご利用になる場合、「医療費控除」の明細書に添付して使用できる場合があります。 医療費控除の申告をする方は大切に保管してください。

ただし、医療費通知は診療を受けた月から3、4か月後(審査機関での審査等を行った後)でないと作成できないため、確定申告の時期に間に合わない11月から12月診療分につきましては、領収書を基に「医療費控除」の明細書の作成をお願いします。医療費控除の申告手続きの詳細については、国税庁ホームページをご覧いただくか、税務署にお問い合わせください。





#### 国民年金保険料の便利でお得な納め方

国民年金保険料の納め方には、「現金納付」、「口座振替」、「クレジットカード納付」、「電子納付」があります。口座振替等の自動引き落としをご利用いただくと、納め忘れの心配がないうえ、金融機関等へ行く手間と時間が省けて便利です。さらに、一定期間の保険料を前もってまとめて納める「前納」制度をご利用いただくと、毎月振替に比べて保険料額が割引となり大変お得です!

	【参考】	令和4年度 納付方法	年間に支払う保険料	割引額	申込期限
	毎月納付		199,080円		
クレジ現	6か月前納	(4月~9月を4月末納付)	197,460円	1,620円	クレジットカード
レジットカー	のか、円 削削	(10月~翌年3月を10月末納付)	(98,730円×2期)	(810円×2期)	納付での前納の 申込期限は口座
カル ド ド	1年前納(4月~翌年3月を4月末納付)		195,550円	3,530円	振替と同じです
	2年前納(4)	月~翌々年3月を4月末納付)	382,780円	14,540円	
	翌月末振替(	毎月振替)	199,080円		振替開始希望月
	当月末振替(	早割・毎月振替)	198,480円	600円	の前々月
口座	6か月前納	(4月~9月を4月末振替)	196,820円	2,260円	前年度2月末日
山座振替	のか、一 自り利力	(10月~翌年3月を10月末振替)	(98,410円×2期)	(1,130円×2期)	当年度8月末日
	1年前納(4月	月~翌年3月を4月末振替)	194,910円	4,170円	前年度2月末日
	2年前納(4)	月〜翌々年3月を4月末振替)	381,530円	15,790円	世界と日本日

(注) 令和5年4月から口座振替またはクレジットカードで前納を希望される方は、令和5年2月末日までにお申し込みください。

#### 申込

茅野市役所または岡谷年金事務所

- ※口座振替またはクレジットカードでの納付を希望される場合は、事前に申し込みが必要です。 申込用紙は茅野市役所高齢者・保険課(1階7番窓口)または岡谷年金事務所に備え付けてあります。
- ※現金での前納を希望される場合は、年度途中からでも申し込めます。専用の納付書をお送りしますので、岡谷年金事務所までご連絡ください。
- ※インターネットなどを利用して納付する「電子納付」の契約方法等については、ご利用の金融機関へお問い合わせください。

#### 持ち物

①年金手帳または基礎年金番号通知書

②預金通帳またはキャッシュカード

③金融機関届出印

八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

神長官守矢史料館 ☎73-7567

2月6日(月)、13日(月)、20日(月)、 24日(金)、27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

#### 活動発表展

会 期 2月18日(土)~3月18日(土)

場 所 八ヶ岳総合博物館

内 容 令和4年度に総合博物館で 活動した市民研究員、博 物館はたおりボランティア ねじばなの活動記録や作 品などの展示

料 金 通常入館料(3月18日は 入館無料 15時まで)

#### 冬の探鳥会

日 時 2月5日(日)

8時30分~10時30分 集合場所 諏訪湖中央公園駐車場

(しんきん諏訪湖スタジアム隣)

講師 両角英晴さん(日本野鳥 の会諏訪支部)

定員 20名(要申込)

料 金 無料

#### 博物館で星空観望会&望遠鏡相談会

博物館

2月4日(土) 19時~20時30分

場所 八ヶ岳総合博物館

市民研究員天文グループ

定員 20名(要申込)

料金 無料

その他 雨天曇天の場合は室内で

星・宇宙のお話

#### 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 2月11日(土)、12日(日)、1 日時 2月25日(土) 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 2月12日(日) 19時~20時30分 10時~11時30分

定員 20名 参加費 無料

その他 雨天曇天の場合は中止

場所 北部中学校天体ドーム

ワクワク科学工作

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

「ピンホールカメラ」 日時 2月11日(土) 13時30分~15時 1 ※申込不要、参加無料、鑑定等は行いません。

> ★2月のプラネタリウム 「いろいろな星団」

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 ・※休止あり。予約時にお確かめください。



## 尖石縄文考古館

2月の休館日 6日(月)、13日(月)、20日(月)、 24日(金)、27日(月)

開館時間 9時~17時

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



**25** 76-2270

#### 考古館通信 Vol.8

#### 下手な石器(矢じり)

広報ちの令和3年2月号のVol.4で下手な土器を紹介しましたが、 石器にも下手なものがあります。矢じり作りは、黒曜石のどこを 割るのか見極めがむずかしい、いわゆる匠の技が必要な世界です。 考古館には、先端が尖ってなく横から見ると分厚い、とても刺さ りそうもない矢じりも展示してあります。上手な矢じりと並べてあ りますので、見比べてみてください。



## 血ミュージアム情報

#### 八ヶ岳総合博物館オススメ動画

### 「茅野レガシー」【冬】



ビーナネットChinoで ご覧いただけます。



#### 🗼 動画その① 冬の風物詩 『御神渡り・氷瀑』

茅野市神長官守矢史料館には「神渡」に関する史料があ ります。時代を越えて、人々の関心を集めてきた神秘的 な自然現象の秘密に迫ります。蓼科・横谷峡の氷の絶景 も紹介します。





#### ★動画その②幻の一等々『カノープス』

見ると長生きができるという伝説のある「カノープス」。 シリウスに次いで2番目に明るい星でありながら見つけ づらく、ごく限られた期間にわずかな時間しか観察でき ない幻の一等星です。冬の星空を見上げてみましょう。





茅野市民館 Chino Cultural Complex 茅野市美術館



未来に残したいレガシー茅野遺産。地域の人々に守り、受け継が

れてきたふるさとの魅力を再発見してみませんか。茅野市の冬の

**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/

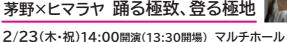


30

## アーティスト・イン・レジデンス推進事業

森下真樹×石川直樹

### みちのちのダンススケープ



● チケット料金〈全席自由〉500円 チケット発売日:1/28(土)

振付家/ダンサーの森下真樹さ ん、写真家の石川直樹さんが茅 野・諏訪地域を訪れ、歴史や風 土を深掘りし、未知の魅力を発 見する「みちのちのダンススケー プ」。地域リサーチをもとに複数 年に渡って創作を行っています。

2022年、御柱祭や八ヶ岳縦走登山を体験 し、地域の皆さんとダンスでつながってきた 森下さん。同じ時、石川さんはヒマラヤとカ ラコルムにある8000m峰の連続遠征に挑 んでいました。違う場所で、同じ時を過ごし てきたお二人それぞれの軌跡を、写真・映像 とともにトークやパフォーマンスで辿ります。

## 諏訪地区高等学校演劇連盟

#### 第14回冬季合同公演「傀-KAI-」

諏訪地区の高校演劇部が合同で舞台をつくりあげ、上演します。 共催:茅野市民館指定管理者 株式会社地域文化創造

#### A Tail Holder 茅野公演

3/4(土)18:00開演 3/5(日)15:00開演 マルチホール

※各回15分前開場

● チケット料金〈全席自由〉 一般:3,000円

U-24、ハート割、シニア割:2,000円 18歳以下:無料(お申込みください)

※U-24:24歳以下 ※ハート割:障がい者・療育手帳を お持ちの方、付添1名無料 ※シニア割:65歳以上 チケット発売日:1/20(金)

「ヒトがしっぽを失ったと言うのは本当だろう か?」―。ノルウェー在住の踊る人・濱田陽平(元 下諏訪町民)による、知っているはずのものがいつ

もと違った表情を見せる、光と影のソロダンス。

主催:A Tail Holder ちの実行委員会 共催:茅野市民館指定管理者 株式会社地域文化創造

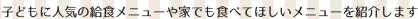
2/12(日)14:00開演(13:30開場) マルチホール 料金:無料(お申込みください)

※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。

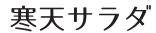
- ●開館時間(正面・東西通路入口) 9:00~19:00 ●受付時間(事務室窓口) 9:00~20:00 ●図書室・常設展示室 10:00~18:00
- 31



### 栄養マン★キッチン~給食大好き!~

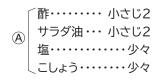






#### 材料(4人分)

角寒天・・・・・・1/2本 キャベツ・・・・・100g にんじん・・1/5本(20g) きゅうり・・1/2本(60g) 小松菜・・・・・・・40g



#### 【つくり方】

- 角寒天は水で洗い、3分くらい水につけてから、水気を 絞り小さくちぎる。



角寒天は水で戻して、そのまま海草として食べられます。食物繊維が豊富なため、おなかの調子をよくします。2月16日は「寒天の日」として、保育園、学校でも一斉に、給食で寒天を味わっています。 茅野市の特産品の角寒天をお家にある野菜でどうぞ♡



1人分エネルギー32kcal 食塩相当量0.2g

#### 病院コラム 医療の現場から

#### 諏訪中央病院のスローガン

諏訪中央病院 院長 吉澤 徹



企業に「社是」「経営理念」があるように、病院にもそれぞれスローガンや理念、医療方針があります。諏訪中央病院のスローガンは「あたたかな急性期病院」で今から15年以上前に掲げられました。基本理念は「やさしく、あたたかな、たしかな医療を目指す」であり、これらの文言は職員のネームプレートの裏に印刷されて、折に触れ目にすることができるようになっています。

急性期は急な病気や怪我を救急外来で受け入れて手術や入院治療することで命を守ります。これは自治体病院が 地域から求められる最大の使命です。私たちの病院は高度医療や24時間体制の救急医療に力を注いで最善の医療 に努めて参りました。

一方で医療の現場には治療困難な病気や看取りの場面もあり、そこでは患者さんを決して見捨てずに支えるあたたかさが不可欠であると考えてきました。急性期から最期の看取りまでを通じ、あたたかな病院であり続けるために、私たちはさまざまな取り組みを行ってきました。緩和ケア病棟や回復期リハビリテーション病棟、地域包括ケア病棟、療養型病棟、そして介護老人保健施設・福祉施設などはハード面から患者さんを支えます。在宅医療・訪問看護、リハビリテーションの充実、総合診療や通院治療センター、東洋医学、患者サポートセンターなどはソフト面から支えます。予防医学や疾病の早期発見も大切と考え、ドック健診センター、ほろ酔い勉強会や健康教室、公民館での出前講座などを展開してきました。

諏訪中央病院は全ての職員があたたかな眼差し、あたたかな心、あたたかな態度・姿勢で自分の仕事の使命を考え主体的に行動したいと願い、目指しております。

新しい年が皆様にとって良い一年となりますことを、心よりお祈りいたします。

## **ジ**フォトニュース



#### 災害時の相談業務に迅速に対応

#### 長野県弁護士会と災害時支援協定締結

12月20日、長野県弁護士会と災害時における相談業務に関する協定を締結しました。市役所で行われた協定書の調印には、長野県弁護士会の中村威彦会長が出席しました。

協定は、災害発生時に茅野市災害対策本部からの要請 に応じて被災者支援に関する相談の場を設置する内容と なっています。

長野県弁護士会は、平成28年に県と同様の協定を締結していますが、災害時により迅速に対応するために自治体との協定締結も進めています。



#### 高齢者の見守り、高齢者福祉に役立ちたい 高齢者の見守り活動に関する協定締結

12月21日、生活協同組合パルシステム山梨と高齢者の見守り活動に関する協定を締結しました。協定書の調印が市役所で行われ、生活協同組合パルシステム山梨の梅原隆子理事長が出席しました。

協定は、同組合の職員が配送業務で契約先を訪れた際に、契約者の服装が乱れていたり、過度な注文が繰り返されているなどの異変を察知した場合、市などに通報する内容となっています。

同組合は、平成24年に山梨県北杜市と同様の協定を 締結して以降、自治体との協定締結を進めています。



#### 子どもたちの研究や工夫の成果を表彰 第34回 研究・創意工夫展 表彰式

11月23日、茅野市の小中学生が夏休みなどに取り組んだ工作・絵画・研究作品を八ヶ岳総合博物館で展示する「研究・創意工夫展」の優秀作品表彰式を同博物館で開催しました。

今年は、研究の部が65点、工作の部が150点、絵画の部が63点の計278点の応募がありました。各部門ごと、茅野市長賞、教育長賞、博物館長賞、審査員特別賞が選出されました。

どの作品もさまざまな工夫が施され、丁寧に制作され た素晴らしい作品でした。



#### ロコモとフレイルを予防しカラダを整える 介護予防のための機能改善体操

12月13日、介護予防普及啓発事業の講演会「介護予防のための機能改善体操」が茅野市役所で開催され、約50人が参加しました。

NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会理事の 林部美代子さんが講師となり、移動するための能力が不 足したり、衰えたりした状態「ロコモティブシンドローム」 や加齢により心身が老い衰えた状態「フレイル」を予防 するための「機能改善体操」を行いました。参加者は、空 気を少し抜いたボールを使った体操などを通じて、体操 前と体操後の体の違いを体感しました。

## 图导館だより

本館休館日

開館時間

問い合わせ

24日金、27日(月) 平日 9時30分~18時

休日·祝日 10時~18時

**☎**72-9085



#### おすすめ図書



『モーター、マジわからん』と思った時に読む本 森本雅之/著 オーム社

スマートフォン、冷蔵庫、炊飯器、扇風機、 車・・・これらの異なる製品すべてにモーター が使われています。私たちの生活に必要不 可欠なモーターをできるだけ数式を使わず に図やイラストで楽しく解説します。



#### 梵字のきほん

橋本秀範/監修 メイツ出版

梵字は紀元前3世紀頃、古代インドにて誕生 したサンスクリット語を表記するために用い る書体で、お寺やお墓などでよく見られます。 近年では洋服のロゴやバッジなどファッショ ンにも使われています。梵字の起源や歴史、 基礎が学べる一冊です。

#### 図書館情報

■「デジとしょ信州」のご案内

図書館窓口にて「デジとしょ信州(市町村と県による協働電 子図書館)」に申し込みいただくと、ご自宅のパソコンやス マートフォン、タブレットから電子書籍を借りて読むことが可 能になります。詳しくは茅野市図書館のホームページ(QR コード)をご覧ください。

〈申し込み時に必要なもの〉

- ・図書館利用カード
- ・本人確認ができる身分証明書 〈注意点〉



- ・申し込みはお住まいの市町村の図書館で行ってください。
- ・分室、市民館図書室での申し込みはできません。
- ・電子図書館を利用する際の通信費はお客様負担となります。

#### 図書館イベント情報 場所:図書館

- ■茅野市図書館 ひなまつりおはなし会
- ●日 時 2月25日出10時30分~11時30分
- 内 容 図書館職員による春のおはなし会です。ひなまつ りのパネルシアターや、春の絵本など楽しみましょ う。どんぐり図書室には、おひなさまも飾ります。
- 定 員
- ●申込方法 2月4日±10時から電話か窓口で申し込み

#### 活動内容

音楽を通して会員相互の親睦を深め、豊かな人間性を養う。一般市民 向けの会を催し、共に音楽を楽しむ。

#### 声を合わせて歌い、気持ちをリフレッシュ

森の会は「唱歌」を歌う会として発足しました。現在は会員の思い出 の曲、歌ってみたい曲、そして先生が選曲された曲を歌集にして歌っ ています。

活動内容は、声を合わせて歌ったり、時には楽器も取り入れ、気持ち を発散しています。

本年度は、歌うためのポイントとなる「呼気」に着目しました。「北の国 から」をピアノの伴奏に合わせ、マスク着用でクワイア―ホン(ラッパ) を演奏しました。はっきりとした音を出す練習をすることによって呼吸 が鍛えられます。また、ベルも取り入れて異なる音色がプラスされ、曲 全体が豊かになり心地良さを味わう事が出来ました。

毎月第3水曜日10時から11時30分にゆいわーく茅野で活動してい ます。ご一緒に歌いませんか。お待ちしております。







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.22

森の会



市民活動については市民活動センター『ゆいわーく茅野』(275-0633)へお問い合わせください。



## 市民掲示板

#### ■茅野おやこ劇場3月低高選択 鑑賞例会

- ▲日時/3月19日(日) 【低学年(年少~小3)】13時~ 【高学年(小4以上)】18時15分~
- ▲場所/茅野市民館マルチホール
- ▲内容/
  - ◆人形劇団ココン◆

低学年…「カボとピノ」

高学年…「糸による奇妙な夜」 「カボとピノ」は、兄弟の様々な 日常を手操りによる人形で表現 した作品です。小さなお子さまか ら大人まで各々の視点でお楽し み頂けます。(年少未満のお子さ まも鑑賞可能:要相談)

「糸による奇妙な夜」は糸操り人 形による小作品集です。その不 思議な世界を堪能してみてくだ ! いっ

- ▲対象/茅野おやこ劇場会員(お試 し仮入会の制度あり)
- ▲会費/(年少以上)/1名:1,200円 /1か月(仮入会:3か月分前払い)
- ▲申込/3月12日までに、下記へお 申し込みください。
- ▲問/茅野おやこ劇場 担当(小池) **☎**080-1111-1298 E-mail

chino oyako gekijyou@yahoo.co.jp

▲その他/2月23日に見る前会を オンラインで開催します。こちら も合わせてお楽しみ下さい。

#### ■自分をふりかえる ライフチャートをつくろう

- ▲日時/2月5日(日) 13時30分~16時30分
- ▲場所/ゆいわーく茅野(市民活動 センター)1階会議室
- ▲内容/ライフチャートとは、これま での人生をふりかえり、幸福感や 充実感の上がり下がりを折れ線グ ラフで示した「バイオリズム」のよ うなもの。これまでの自分と思い 出をふりかえり、今につなぐ。今の 自分と向き合って、これからの生 き方につなぐ。そんなライフチャー トを、一緒につくってみませんか。
- ▲講師/本間 浩一氏(自分史活用 アドバイザー)
- ▲参加費/1,000円
- ▲定員/12名
- ▲主催/CROCO GA IRU(クロコ ガイル)
- ▲後援/茅野市·茅野市教育委員会
- ▲申込/QRコードまたは 下記アドレスへメール でお申し込みください。



▲問/CROCO GA IRU(クロコガ イル) 嘉瀬 清司

E-mail crocogairu@gmail.com

#### ■公共職業訓練(ハロートレーニング) 令和4年度3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 の職業訓練受講生の募集
- ▲募集コース/CADものづくりサ ポート科
- ▲定員/15人
- ▲訓練期間/6か月間(3月3日) ~8月30日(水))
- ▲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(テキスト代及び作 業服代等は実費)
- ▲申込先/ハローワーク諏訪
- ▲申込期限/2月15日(水)
- ▲問/ポリテクセンター松本 **☎**0263-58-3392

#### ■シルバー人材センター入会説明会

- ▲日時/2月9日休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

4月号に掲載希望の場合は2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



にほおばっている姿がとても可 菜の入ったカレ 噌を使たお味噌汁を美味しそう

もらいましたが、 知ってもらえたら嬉しい 保育園の子どもたちも取材させて 食を通じた子どもたちへの を見てもらい給食のありがたさや 自分たちで育てた 自分たちで作っ

や調 知りました。子どもたちにも今月の特 もさまざまな工夫がされ 理員さんの た、 今回の特集を通じて、 給食が作られていることを 丁寧な調理 T 献立に

学校での給食の様子を取材しました る日が訪れることを願っています。 とても印象的でした。 りしながら、 症が早く収束し、 味しそうに給食を食べてい 育を特集しました。 これ 子どもたちが笑顔で楽しそうに、 黙食をするなど制限があり から新型コロナウイル パ 学校の給食と保育園での ーテーションを設置した 楽しく給食を食べら 友達同士でお 現在は、 特集にあたり 、る姿が

Editor Note

## Good Town Chino!!

このコーナーでは、茅野市のいいところやまちづくりの 取り組みを紹介します。 文:地域創生課 広報係

## 茅野の匠 「ビーナネットChino」 で公開中!

こちらから 

茅野市インターネット動画サイト「ビーナネットChino」 では、茅野市の匠を紹介するシリーズ「茅野の匠」を公開 しています。伝統工芸品や味噌、ランプなどのさまざま なものが、高い技術を持った職人の手によって作られる 様子をご覧いただけます。

Vol:001 切り絵作家 濱 直史 さん

Vol:002 森の鍛冶屋 Ken's **METAL WORK** さん





Vol:004 信州鋸の名工 両角 金福 さん



Vol:005 鍛造製品の開発設計 りぶら さん



Vol:006 エレキギター製造 ダイナ楽器 さん



Vol:007 茅野の鍛冶屋・金物屋 有限会社 定正 さん



Vol:009 味噌造り一筋創業100年 丸井伊藤商店 さん







◎広報紙に掲載されたあなたの写真を1枚差し上げます。印刷/株式会社中央企画

ご希望の方は地域創生課広報係まで。