

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

i 年末の交通安全運動

時 12月15日(金)～12月31日(日)
内 【ドライバーの皆さんへ】
 冬期は、路面凍結によるスリップ事故が多発します。
 冬用タイヤを装着するとともに速度を落とした運転を心がけましょう。
 また、日没が早くなっていますので、早めのライト点灯をお願いします。
 夜間走行時はハイビームとロービームを効果的に使い分け、安全確認をするようにしましょう。
問 建設課 交通安全係
 ☎72-2101(内線512)

i 特設人権相談

時 12月7日(木) 10時～15時
所 茅野市役所 7階 会議室
内 人権擁護委員の特設人権相談所を開設します。
【相談内容】
 毎日の暮らしの中で起こる様々な問題例…いじめ・体罰・不登校・児童虐待、女性・外国人への差別問題、セクハラ・パワハラ、インターネットによる誹謗中傷など
￥ 無料
他 相談は無料で秘密は堅く守られます。
申 不要(直接会場にお越しください。)
問 市民課 市民係
 ☎72-2101(内線256)



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





i 令和6年度「地域発 元気づくり支援金」説明会

時 12月14日(木)
 14時30分～16時30分
所 諏訪合同庁舎5階 講堂
内 ●「地域発 元気づくり支援金」とは? 公共的団体等が住民とともに、主体的に取り組む、地域の元気を生み出すモデル的で発展性のある事業に対して、活用できる補助金です。
対 地域づくりに関する事業を行う団体
他 同日同場所にて、13時30分から、令和4年度の優良事業の表彰及び成果発表会を開催予定です。あわせてご参加ください。
申 参加希望者は12月8日(金)までに事前申込が必要です。
 長野県諏訪地域振興局ホームページから申込書をダウンロードの上、メール又はFAXにて諏訪地域振興局にご提出ください。
問 諏訪地域振興局 企画振興課
 ☎57-2901

親子ニュースポーツ体験会

12月16日(土) 10時～正午



親子で、誰でも簡単にできるニュースポーツ(ボッチャ・ふらば～る・ディスクゲッター・ディスクゴルフ等)を楽しく、自由に体験します。
●会場
 茅野市総合体育館メイン体育館
●対象
 市内在住の小学生親子
●定員
 20組
●料金
 無料

●持ち物
 運動のできる服装、上履き、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物
●申込方法
 期日までに、電話でお申し込みください。
【問い合わせ】
 スポーツ健康課 スポーツ健康係
 ☎72-8399

Information

お知らせ

i 12月10日～16日は北朝鮮人権侵害問題啓発週間です

内 平成18年6月、「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、国民の間に広く拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題についての関心と認識を深めるため、毎年12月10日～16日の1週間を「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」としています。
 拉致問題の進展には、解決を願う国民一人ひとりの声が何よりも強い力となると共に、被害者ご本人とご家族の大きな心の支えになります。市民の皆さんには、拉致問題を自分たちの問題としてとらえ、引き続き解決に向け温かいご支援をお願いします。
問 総務課 行政係
 ☎72-2101(内線132)
 茅野警察署 ☎82-0110

i スマートフォン入門講座

時 1月9日(火)、12日(金)、16日(火)、19日(金)、23日(火)、30日(火)
【アンドロイド(Android)**】**
 10時30分～12時30分
【アイフォン(iPhone)**】**
 13時30分～15時30分
所 ワークラボハケ岳
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
対 全日程参加できる諏訪地域の方
定 各講座6名
￥ 受講料2,000円+テキスト代
持 お使いのスマートフォン
申 11月27日(月)～12月21日(木)までに電話でお申し込みください。
問 DX推進課 自治体デジタル係
 ☎72-2101(内線242、243)

i 認知症の人の家族会

時 12月14日(木) 15時30分～16時
所 ウエルシア薬局茅野米沢店
内 認知症の方の症状や介護の悩みに先輩介護者さんからアドバイスももらったり、介護の悩みなどを打ち明けたりして、介護の合間にちょっとした息抜きにいらっやいませんか。
対 認知症の方を介護されているご家族
￥ 無料(申込不要)
他 「認知症の人の家族会」は「オレンジ・カフェ茅野(認知症予防講座)14時30分～15時30分開催」終了後に開催します。ご自由にご参加下さい。ただし「オレンジ・カフェ茅野」に参加される場合は申し込みが必要となります。
問 高齢者・保険課 介護保険係
 ☎72-2101(内線337)

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。

i 12月の介護保険制度説明会

時 12月13日(水) 9時30分～11時
所 茅野市役所 議会棟大会議室
内 介護保険制度を中心とした、65歳以上の方向けの介護・福祉・健康についてのお話
対 ・12月2日から1月1日までに65歳になる市民の皆さん(ご案内通知を送付します)
 ・介護保険制度に関心のある市民の皆さん
申 不要(直接会場へお越しください。)
問 高齢者・保険課介護保険係
 ☎72-2101(内線336・337)

i すわちゅう健康教室

時 12月14日(木) 11時～11時30分
所 諏訪中央病院(1Fエントランスホール)
内 テーマ:「がん検診について」
 がん検診についてお話しします。ご質問・ご相談もお受けします。
講 近藤優(外科部長)
￥ 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

i ChatGPT(生成AI)入門～

時 1月21日(日) 9時～11時
所 自宅(オンライン)
内 2023年のデジタルトレンドはChatGPTです。ChatGPTは文章作成が得意な生成AIです。ChatGPTを使えば、会社でビジネス文章の作成も行えます。ChatGPTはどのようなもので、どのような活用ができるか説明します。
【講座内容】
 ①ChatGPTの得意な分野と苦手な分野
 ②ChatGPTを宿題に使うとどうなる?
 ③ビジネス文章の作成
 ④翻訳や小説を書く
 ⑤ChatGPTの答えを鵜呑みにしてはいけない
対 ZOOMができる環境の方
定 15名
￥ 無料
申 11月27日(月)～12月27日(木)までに市ホームページまたはQRコードからお申し込みください。
問 DX推進課 自治体デジタル係
 ☎72-2101(内線242、243)



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

ゆずりあおう ~不用品を活用し
あいましよう~**内** ゆずります

こたつ/CDラック
テレビ台(幅100×奥行25×高さ30)
ゆずってください
将棋の駒と盤
ハシゴ・脚立

※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** 薪・ペレットストーブ正しく使って暖かい冬を

内 薪ストーブやペレットストーブですが、誤った使用方法により、すす・におい等によるトラブルが発生したり、火災の恐れもありますので、次の注意点を参考に安全に正しい使用をお願いします。

【注意点】

- よく乾燥した燃料を使いましょう。
- 不適切な燃料(廃材・ゴミ・接着剤や塗料が付着した材など)は燃やさないようにしましょう。
- ストーブや煙突の定期的な清掃と点検をしましょう。
- 煙突の位置や高さなど、周辺住民への配慮をしましょう。

問 環境課 公害衛生係 ☎72-2101(内線264・265)**アクアランド茅野カルチャーセンター 令和5年度後期講座****問** アクアランド茅野カルチャーセンター ☎73-7245

申し込みは11月24日(金)からセンター窓口にて受け付けます。内容等詳細についてはお問い合わせください。
受付時間：9時～20時(日曜休館)

講座名	日程	定員	受講料等
ウェルカム英会話 〔講師：松木 美代子〕	12月18日～3月4日 毎週月曜日 19:15～20:45(全8回)	13名	5,600円
	12月21日～2月29日 毎週木曜日 13:30～15:00(全9回)		6,300円
太極拳 〔講師：笠原 一代〕	12月12日～2月27日 毎週火曜日 10:00～11:30(全10回)	30名	7,000円
楽しくニーハオ〔講師：王 崇娟〕	1月11日～3月7日 毎週木曜日 19:00～20:30(全9回)	15名	6,300円
《ストレッチ》 ストレッチ体操〔講師：土橋 珠美〕	12月11日～3月11日 毎週月曜日 10:00～11:45(全11回)	15名	7,700円
《コンディショニング》 シニア向けコンディショニング 〔講師：西條 まゆ美〕	12月11日～3月11日 毎週月曜日 13:30～15:00(全11回)	30名	7,700円
《エアロビクス》 ハッピーエアロ〔講師：土橋 珠美〕	12月6日～3月13日 毎週水曜日 10:00～11:45(全14回)	35名	9,800円
《コンディショニング》 女性のためのボディメンテ 〔講師：土橋 珠美〕	12月13日～3月13日 毎週水曜日 13:30～15:00(全13回)	30名	9,100円
	12月15日～3月15日 毎週金曜日 13:30～15:00(全11回)		7,700円
《ステップ》 ステップ台〔講師：土橋 珠美〕	12月7日～3月14日 毎週木曜日 10:00～11:45(全13回)	35名	9,100円
	12月9日～3月16日 毎週土曜日 10:00～11:45(全14回)		9,800円