

第70回 茅野市総合体育大会

参加資格 必ずスポーツ保険等に加入しており、特別の規定がない場合茅野市在住、在勤、在学のいずれかの者であること。

総合問合せ スポーツ健康課 (☎72-8399) / (特非) 茅野市スポーツ協会 (☎82-0606)

その他 ・各競技種目は、令和7年度の競技規則にて行い、また、その他は要項・申し合わせ事項にて実施します。

・各競技種目の詳細については、各競技の申込み先へお問い合わせください。

競技種目	期 日	会 場	申し込み・問合せ先	そ の 他
グラウンドゴルフ	9月2日(火) 9時～	自由広場	事務局 塩練 洋之 ☎ 79-3650 ※当日までに申込(当日申込可)	市内在住、在勤者なら誰でも可。
杖道	9月13日(土) 17時～	ちの地区コミュニティセンター体育館	事務局 澁谷 秀幸 ☎ 090-8499-0761 E-mail: suwajodokai@gmail.com 9月6日(土) 17時まで	小学生高学年～大人(男女問わず) 電話又はメールでお申し込みください。
ウォーキング	9月24日(水) 9時集合(上社入口駐車場)	上社～西山公園 ウォーク	事務局 ハイスポーツ ☎ 72-2646 ※当日時間までにお越しください。	詳細は、事務局までお問い合わせください。 弁当持参
バスケットボール	10月26日(日) 8時～	総合体育館 (メイン・サブ)	事務局 渡邊 大 ☎ 090-7849-2922 ※10月10日(金) 17時まで	中学生以上。市内在住・在勤者のチームで指定の用紙でお申し込みください。
サッカー	①小学生(4・5・6年生) 9月21日(日) 8時～	陸上競技場	茅野市サッカー協会事務局長 北澤 E-mail: chinocity.fa@gmail.com 【申込締切】 ①・②小学生 8月22日(金)まで ③社会人 10月3日(金)まで ④中学生 10月17日(金)まで	参加チームへは個別に連絡します。 大会実施要領は参加チームへ事前に配布予定です。
	②小学生(1・2・3年生) 9月23日(火・祝) 8時～			
	③社会人 11月2日(日) 8時～			
	④中学生 11月23日(日) 8時～			

information

まちづくり懇談会

☎ 秘書広聴課 秘書広聴係 ☎72-2101 (内線 121・122)

まちづくり懇談会(通称“まち懇”)は、市長と膝を交えて語り合う場として、毎年、多くの市民の皆さんにご参加いただき開催しています。

今年度は、次のテーマと日程により、これからのまちづくりについてご説明し、意見交換を行う中で、茅野市の未来を語り合います。

▶ **テーマ 未来を育てる力の創造** ～茅野市を変える、茅野市は変わる、
茅野市が変わるのは今しかない～

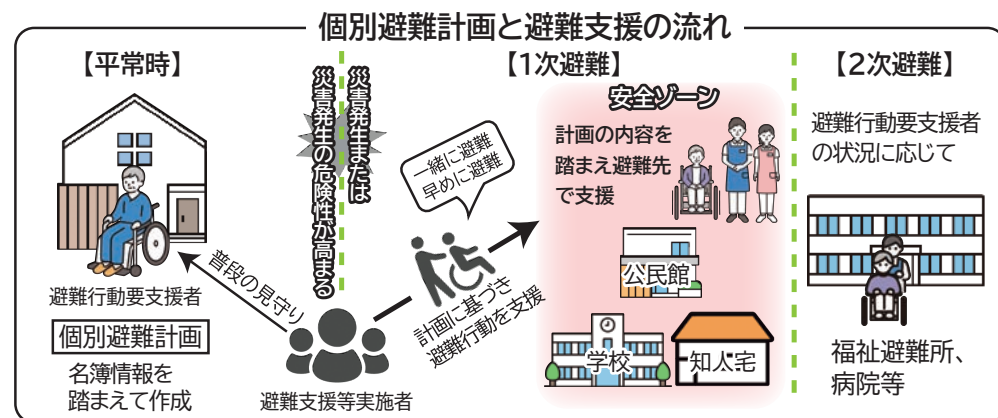
No.	開催日	時 間	会 場
1	9月22日(月)	19:00～20:30	金沢地区コミュニティセンター
2	9月24日(水)		米沢地区コミュニティセンター
3	9月30日(火)		豊平地区コミュニティセンター
4	10月2日(木)		宮川地区コミュニティセンター
5	10月6日(月)		泉野地区コミュニティセンター
6	10月14日(火)		玉川地区コミュニティセンター
7	10月15日(水)		湖東地区コミュニティセンター
8	10月20日(月)		北山地区コミュニティセンター
9	10月21日(火)		中大塩地区コミュニティセンター
10	11月4日(火)		ちの地区コミュニティセンター

個別避難計画で逃げ遅れゼロへ!! ～作成にご協力をお願いします～

☎ 保健福祉サービスセンター 福祉21推進係 72-2101 (内332)

過去の大規模災害では、近所の方々の支援や救助により、多くの命が救われてきました。茅野市では、高齢者や障害者など、災害時の避難に支援が必要な方の名簿（避難行動要支援者名簿）をもとに、いざという時の支援者や避難場所、避難方法などを、近所の方々や家族・親類などと話し合い、書面にしておく「個別避難計画」の作成を進めています。個別避難計画は、お住まいの地区の保健福祉サービスセンターにて、区・自治会、民生委員などの関係者の協力を得ながら作成します。

名簿に登録されている方を対象に、訪問などにより、現状についてお伺いしますので、ご協力をお願いします。



地域の皆様へのお願い

個別避難計画には、避難支援にあたる近所の方（避難支援等実施者）の協力が必要となります。避難支援等実施者は、救助ではなく、事前の避難行動を支援する方となります。皆様のご理解とご協力をお願いします。

information

こころの健康づくり

9月10日～9月16日は自殺予防週間です

一人で悩んでいませんか？

からだやこころの不調には、その背後にストレス状態を引き起こす要因となる出来事が潜んでいることが少なくありません。健康や金銭関係、家族や職場の人間関係など、解決が難しい問題を一人で抱え、過度なストレスを受けることで心身の不調をきたすと考えられます。◆心と身体の症状が続く時、身近に相談相手がない時、誰にも打ち明けられず不安や悩みで押しつぶされそうな時には、専門の相談機関を利用しましょう。

〇からだやこころの悩み

〇お金の悩み 収入の減少、借金、ローンの返済、失業

〇家庭の悩み 家族の介護、夫婦・親子間の不和

〇仕事の悩み 職場の人間関係、仕事のミスやトラブル、昇進・転勤による環境の変化

身近な相談機関

こころの健康相談統一ダイヤル

「消えてしまいたい」「家族や知人に死にたいと訴える人がある」「身近な人が自死して辛くてどうしようもない」など自殺に関する相談
☎0570-064-556 (平日9:30～16:00、18:30～22:30・受付は22時まで)
(土・日・祝日除く)

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8:00～翌朝8:00）☎0120-783-556
長野 ☎026-223-4343（毎日11:00～22:00）
松本 ☎0263-88-8776（毎日11:00～22:00）

長野県精神保健福祉センター（こころの健康に関する相談）

☎026-266-0280（平日8:30～17:15）（土・日・祝日除く）

諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援課

☎0266-57-2927（平日8:30～17:15）（土・日・祝日除く）

うつ病【自己チェック】

- ☐ 毎日の生活に充実感がない
- ☐ これまでに楽しんでやれていたことが、楽しめなくなった
- ☐ 以前は楽にできていたことが、今ではおっくうに感じられる
- ☐ 自分が役に立つ人間だと思えない
- ☐ わけもなく疲れたような感じがする

*上記の2項目以上にあてはまり、その状態が2週間以上ほとんど毎日続いていて、生活に支障が出ている場合は要注意です。（厚生労働省「うつ対策推進方策マニュアル」）

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 ※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

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金 （第十二回特別弔慰金）請求の受付について

☎ 社会福祉課 高齢福祉係 ☎72-2101（内線303）

今日の日本の平和と繁栄の礎となった、戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、第十一回特別弔慰金の支給に引き続き、第十二回特別弔慰金が支給されることになりました。

▶公務扶助料や遺族年金などを受ける方（戦没者の妻や父母等）がいない場合に…

第十二回特別弔慰金として額面 **27.5万円**（5年償還の記名国債）が支給されます。

支給順位 以下の順番による先順位のご遺族1人

1. 弔慰金の受給者（令和7年4月1日までに弔慰金の受給権を取得した方）
2. 戦没者等の子
3. 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹（死亡当時に生計をともにしていたかどうかで順番が変わります）
4. 上記1から3以外で、戦没者等の死亡当時まで1年以上生活をともにしていた三親等内の親族

請求期間

令和 **7** 年 **4** 月 **1** 日～令和 **10** 年 **3** 月 **31** 日
※請求期限を過ぎると請求することができなくなります。
※前回請求者が亡くなられた場合や支給対象となるか等のご相談は上記担当課へお問い合わせください。

前回（第十一回）特別弔慰金を請求した方には6月中旬に請求書類を郵送いたしますのでご確認ください。



information

情報モラル講演会「^{リスク}てのひらの上の危険」 ～スマホ社会に保護者が知っておくこと・できること～

☎ こども課 こども係 ☎72-2101（内線612）
E-mail : kodomoka@city.chino.lg.jp

いま、子どもたちの手のひらにあるスマートフォン。小さな画面の向こうには、私たち保護者の想像を超える世界が広がっています。講演では、実際に起きている事件から、なぜ起きたのか、リスクはどこにあったのかをわかりやすくお伝えします。スマホがマストアイテムとなるこれからの子どもたち。保護者として、本当に知っておくべきこと、いまからできることを一緒に考えてみませんか。

▶日時 令和7年 **9** 月 **3** 日(水) **19** 時～**20** 時**30** 分

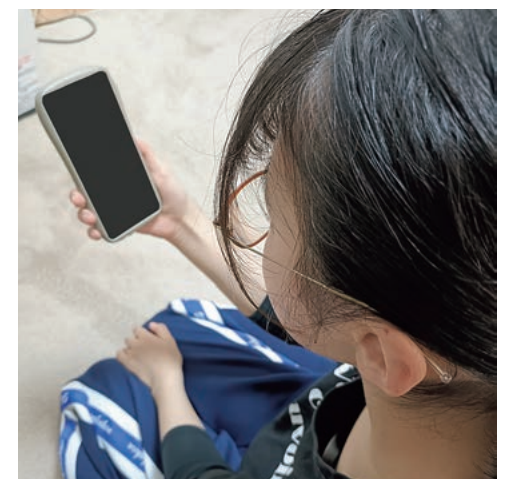
▶場所 茅野市ひと・まちプラザ ゆいわーく茅野 3階

▶講師 南澤 信之 先生（セーフティネット総合研究所所長）

▶参加費 **無料**

申込方法

電話、メール、QRコードのいずれかで
お申し込みください ➡



下水道に雨水を流していませんか

問 上下水道課 下水道管理係 ☎72-2101 (内線654・657)

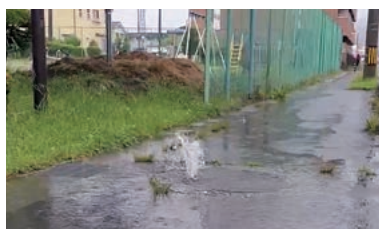
諏訪地域の下水道は、汚水だけを受け入れて処理しています。大雨の時は、大量の雨水が下水道に流れ込み、マンホールから汚水があふれたり、処理場近くの家でトイレが使えなくなったりしています。

原因のひとつとして、**雨水が雨どいを通して下水道に流れ込んでいることが考えられます。**

皆さんのお宅で、**雨水が間違えて下水道に入っていないか確認をし、入っているようであれば、雨水が下水道に入らない対応をお願いします。**

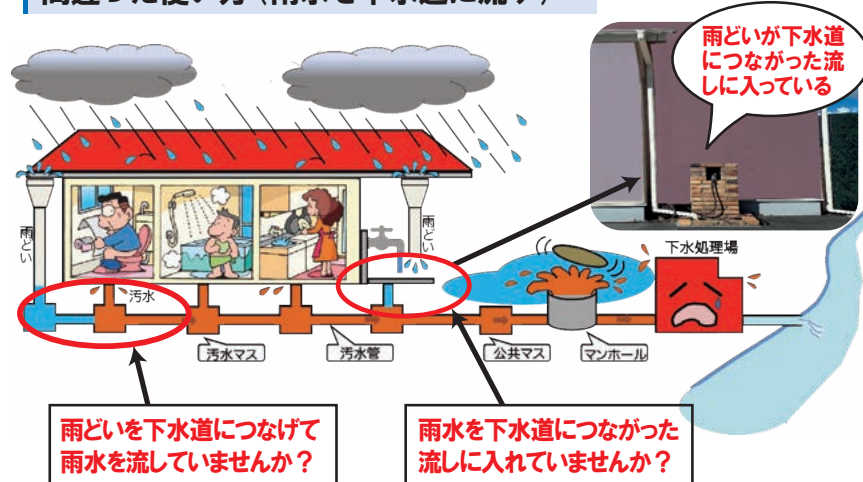
雨水が下水道に流れ込むと、汚水があふれ道路のマンホールの蓋が開くなど重大事故につながる危険性があります。

宅地内や道路にたまった雨水を流すために、汚水マスやマンホールを開けることは認められません。(転落事故につながり非常に危険です)



令和5年6月2日 茅野市ちの上原で撮影

間違った使い方(雨水を下水道に流す)



information

外国人生徒等奨学給付金制度 ～高校等進学のための奨学給付金のご案内～

問 学校教育課 学務係 ☎72-2101 (内線607)

勉学に意欲がある外国人生徒等に対し、社会に貢献し得る人材を育成することを目的に、進学準備資金および修学資金を支給します。

▶対象 以下の条件全てに該当となる方

- 外国人生徒等(本人または両親のいずれかが外国籍の方)であって、申請日において市内に1年以上住所を有し、かつ、申請書の提出日から1年以上継続して市内に居住する意思を有する中学校第3学年に在籍する者。
- 給付生と生計を一にする世帯が市民税非課税世帯であること。(父母または父母のいずれかが別居の場合は、その者が市民税非課税であること。)
- 給付生と生計を一にする世帯が生活保護世帯でないこと。
- 令和8年4月に高等学校等に在学予定であること。

▶支給額 150,000円 1回限り支給する。

▶支給人数 1年間に2名を上限とする。

▶募集期間 **9月8日～10月31日**

▶その他 その他奨学給付金に関する詳細については、在籍する中学校または、学校教育課 学務係へお問い合わせください。



2025クリーンレイク諏訪 ふれあいまつり

問 長野県諏訪湖流域下水道事務所 ☎58-2955

▶日時 **9月27日(土)** 10時～15時

▶場所 豊田終末処理場(クリーンレイク諏訪)

▶開催イベント

- ステージイベント
諏訪清陵高校書道部による書道パフォーマンスなど
 - 展示・実演
下水道関連の展示・実演
 - クリーンレイク諏訪の施設見学
いつもは見られない場所に入ってみよう!
 - 顕微鏡で微生物生物観察や下水道に関する実験
 - マスコットふれあい(アルクマ、めぐるん)
 - スタンプラリー
 - 軽食等の販売(キッチンカー)
- ※イベント内容は、変更になることもあります。

▶料金 無料



来場者にマンホールカードプレゼント!

マンホールカードは、平成28年から配布になった、下水道広報用カードです。掲載内容やデザインなど全国で統一して作られています。今年は新デザインをお披露目します。ぜひお楽しみに!



information

ルールを守って下水道を正しく使いましょう 9月10日は下水道の日

問 上下水道課 下水道管理係 ☎72-2101 (内線 654・657)

下水道は見えないところで大切な役割を果たしています。誤った使い方をするると詰まりが発生するなど、下水道が使用できなくなることがあります。

ルールを守って使用していただくよう市民の皆さんのご協力をお願いします。

1 トイレtpペーパー以外は流さない

トイレtpペーパー以外の新聞紙やティッシュペーパーなどの水に溶けにくいものを流すと詰まりの原因となります。



2 油を流さない

油は下水道で処理できません。水と油が化合すると、固まって下水管を詰まらせます。新聞紙や古い布に吸わせるか、凝固剤を使用するなどして処理しましょう。



3 詰まるものは流さない

固いものや布類は、下水管やポンプ、処理場でも詰まりの原因となります。また、トイレに“流せる”という商品も大量に流すと詰まりの原因になります。紙おむつやおしりふきなどもつまりの原因となりますので流さないでください。



講座

アクアランド茅野カルチャーセンター
令和7年度中期 受講生募集

問 アクアランド茅野カルチャーセンター ☎73-7245

- 集団での受講・運動が可能な方を対象とします。
 - 体調に不安のある方は、かかりつけ医に相談してからお申し込みください。
 - 申込は8月27日(水)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
ゆるめるカラダストレッチ 〔講師：土橋珠美〕	9月1日～11月17日 毎週月曜日 10:00～11:45(全9回)	15名	6,300円
シニア期からはじめる カラダづくりトレーニング 〔講師：笠原典子〕	9月8日～11月17日 毎週月曜日 13:30～14:45(全8回)	30名	5,600円
簡化二十四式太極拳 〔講師：笠原一代〕	9月9日～11月18日 毎週火曜日 10:00～11:30(全10回)	30名	7,000円
ハッピーエアロビクス 〔講師：土橋珠美〕	9月3日～11月19日 毎週水曜日 10:00～11:45(全12回)	35名	8,400円
女性のためのボディメンテ 〔講師：土橋珠美〕	9月3日～11月19日 毎週水曜日 13:30～15:00(全12回)	30名	8,400円
	9月5日～11月21日 毎週金曜日 13:30～15:00(全12回)	30名	8,400円
ステップ台 〔講師：土橋珠美〕	9月4日～11月20日 毎週木曜日 10:00～11:45(全12回)	35名	8,400円
	9月6日～11月22日 毎週土曜日 10:00～11:45(全12回)	35名	8,400円
英語で仲良くなろう 〔講師：松木美代子〕	9月11日～11月13日 毎週木曜日 13:30～15:00(全10回)	20名	7,000円
ZUMBA (ズンバ) 〔講師：笠原典子〕	9月25日～10月30日 毎週木曜日 13:30～14:30(全6回)	30名	4,200円

お知らせ

第35回 茅野市農業祭
(第21回JA信州諏訪農業祭)

問 農林課 農政係 ☎72-2101 (内線 442)
JA 信州諏訪 茅野中央支所 ☎72-2141



- ▶日時 9月20日(土) 8時30分～13時頃
- ▶場所 茅野市運動公園
- ▶内容
- はたらく車展示会
 - アンパンマンショー
 - 姉妹都市農水産物販売 (いわし、果物など)
 - 地元農産物の直売
 - 木工教室
 - 福引き など
- ▶その他 駐車は指定の駐車場へお願いします。

お知らせ

令和6年度 情報公開等
の運用状況を公表します

問 総務課 行政係 ☎72-2101 (内線 133)

茅野市情報公開条例及び茅野市個人情報の保護に関する法律施行条例の規定により、運用状況について公表します。

▶情報公開制度の運用状況
令和6年度情報公開の請求は、計29件ありました。

情報公開の請求事項	請求件数	請求に対する決定状況
建設工事等設計単価に関すること	9件	全部公開6件、部分公開3件
会議録・通知文書等に関すること	2件	部分公開2件
住居表示に関すること	2件	全部公開2件
選定事業者に関すること	2件	部分公開2件
筆界入り航空写真に関すること	5件	全部公開3件(うち、一部の項目にて不保有1件)、非公開1件、不保有1件
開発行為に関すること	2件	部分公開2件
茅野市公害防止条例に基づく特定施設に関すること	1件	部分公開1件
交付金申請に関すること	1件	部分公開1件
施設・活動団体に関すること	4件	全部公開3件、部分公開1件
家屋評価に関すること	1件	部分公開1件(うち、一部不保有)

▶個人情報保護制度の運用状況
自己情報の開示等の請求は、5件ありました。

帯状疱疹定期予防接種

問 健康づくり推進課(健康管理センター内) ☎82-0105



令和7年4月から帯状疱疹ワクチンが定期予防接種になりました。

- ▶対象 次の①または②に該当する方
- ① 令和7年度に次の年齢になる方(カッコ内は、生年月日)
65歳(S35.4.2～S36.4.1)、70歳(S30.4.2～S31.4.1)、
75歳(S25.4.2～S26.4.1)、80歳(S20.4.2～S21.4.1)、
85歳(S15.4.2～S16.4.1)、90歳(S10.4.2～S11.4.1)、
95歳(S5.4.2～S6.4.1)、100歳(T15.4.1以前)※
※100歳以上の方は、令和7年度に限り全員が対象となります。
→ 対象者の方には4月に通知をお送りしました。

② 接種日に60歳～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な方
→対象の方で接種を希望する方は
健康管理センターへお問い合わせください。



- ▶期間 令和8年3月31日まで(休診日を除く)
- ▶場所 指定医療機関
- ▶助成額 使用するワクチンや課税状況により助成額は、異なります。送付された通知をご覧ください。
- ▶転入の方へ 4月以降、茅野市に転入してきた方で、転入前に定期接種を受けていない場合は助成の対象となります。希望する方は、茅野市の予防票をお送りしますので担当までご連絡ください。

定期接種による公費負担を受けられる機会は生涯に一度だけです。例えば、65歳で一度対象になった方が定期接種を受けずに5年後に70歳になっても定期接種の機会はありません。

information

お知らせ

生涯スポーツ健康講座
「スポーツ指導者等講習
(テーピング)」

問 スポーツ健康課 スポーツ健康係 ☎72-8399

- ▶日時 9月16日(火) 19時～21時
- ▶場所 茅野市総合体育館 第一会議室・ミーティング室
- ▶内容 スポーツ指導者を対象とし、テーピングの基本的な巻き方や使い方を学びます。
- ▶講師 柔道整復師
- ▶対象 市内在住・在学・在勤のいずれかで18歳以上の方
- ▶持ち物 練習用テーピング(アンダーラップ2巻、ホワイト38mm 5巻程度)
- ▶定員 20名 お申し込みは
こちらから
- ▶料金 500円
- ▶申込方法 8月20日(水)～9月12日(金)までに申込フォーム(QRコード)からお申し込みください。
※申込フォームが利用できない方は、電話または総合体育館窓口までご連絡ください。



お知らせ

農地売買等事業のご案内

問 農業委員会事務局 農地係 ☎72-2101 (内線442)

- (公)長野県農業開発公社は、知事から農地中間管理機構の指定を受け、法律に基づく「農地売買等事業」を行っています。規模縮小や離農を考えている方などから公社が農地を買い入れて、規模拡大などを考える担い手農業者へ農地を売り渡しています。農地の売買にこの事業を活用すると、下記のようなメリットがあります。
- ▶農地を売りたい方
- ①登記手続きは公社が確実に行います。
 - ②登記時の登録免許税が10/1000に軽減されます。※1
 - ③不動産取得税の課税標準額の1/3が控除されます。※1
 - ④長期で低利の制度資金の対象とすることができます。
- ▶農地を買りたい方
- ①譲渡所得が800万円まで特別控除され、所得税が軽減されます。※1
 - ②農地売買の契約書作成や登記等の事務手続きを公社職員がサポートします。
- ※公社の農地売買には手数料等がかかります。
(※1)の項目については、「農業振興地域内の農用地区域内の農地」が対象です。