

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 すわちゅう健康教室

時 10月9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:「フレイルと運動」
 フレイルと運動についてお話しします。ご質問・ご相談もお受けします。
講 濱口寛(名誉院長)
￥ 無料(申込不要)
問 諏訪中央病院 経営企画課広報調整係 ☎72-1000(内線1557)

i 第15回諏訪中央病院病院祭

時 10月18日(土) 9時30分～15時
所 諏訪中央病院
内 健康に関する測定や体験コーナー、各種コンサート、キッズコーナー、キッチンカーなど多数の企画をご用意しています。お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。
問 諏訪中央病院 病院祭運営事務局 ☎72-1000

i 認知症の人の家族会

時 10月22日(水) 10時30分～正午
所 ゆいわーく茅野 303会議室
 ※いつもと会場が違うのでご注意ください。
内 認知症の方の症状や介護の悩みなどを打ち明けたり相談したりして、介護の合間にちょっとした息抜きにいらしゃいませんか。
対 認知症の方を介護されているご家族
￥ 無料(申込不要)
問 保健福祉サービスセンター 福祉21推進係 ☎72-2101(内線332)

i 就職説明会(おしごと転職・移住フェア)

時 11月1日(土) 13時～15時
所 イルフプラザ3階 カルチャーセンター
内 諏訪地域の企業約80社が参加予定! 諏訪地域の転職希望者や諏訪地域へのU・I・Jターン希望者を対象とした就職説明会「おしごと転職・移住フェア」を開催いたします。魅力ある企業や仕事内容を詳しく知るチャンスです。諏訪地域でお仕事をお探しの皆さん、ご参加をお待ちしています。また、ご家族や、お知り合いにもぜひご案内ください。
対 転職希望者、U・I・Jターン希望者、令和8年3月学卒者
￥ 無料
問 商工課 商業労政係 ☎72-2101(内線434・435)

i 街かど企業ガイダンスin茅野

時 10月28日(火)、11月25日(火)、12月23日(火)、令和8年1月27日(火)、2月24日(火)、3月24日(火)
 13時30分～15時
所 ワークラボハケ岳 フリーラウンジ
内 求人応募をする前に、企業の担当者へ個別に知りたいことや不安なことなど、何でも相談できる「街かど企業ガイダンスin茅野」を開催します。
対 求職者
￥ 無料(申込不要)
他 参加企業等については問い合わせ先へご確認をお願いします。
問 ハローワーク諏訪 ☎58-8609
 茅野市地域職業相談室 ☎72-2029
 商工課 商業労政係 ☎72-2101(内線434)

i 介護保険制度説明会

時 10月8日(水) 9時30分～11時30分
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 ・10月2日から11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 保険課 介護保険係 ☎72-2101(内線335)

i 生涯スポーツ健康講座「みんなでニュースポーツ」

時 10月19日(日) 10時～正午
所 茅野市総合体育館 サブ体育館
内 小学生から大人まで、みんなでニュースポーツを楽しむ教室です。
講 スポーツ推進委員
対 市内在住・在勤、小学生以上の方
定 30名
￥ 無料
持 体育館用の運動靴、運動のできる服装、タオル、飲料水
申 9月20日(土)～10月10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で、参加者氏名(フリガナ)・性別・年齢・生年月日・住所・電話番号をお知らせのうえ、お申し込みください。
問 スポーツ健康課 スポーツ健康係 ☎72-8399

お申し込みはこちら



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 生涯スポーツ健康講座「スポーツ指導者等講習(スポーツ栄養学)」

時 11月7日(金) 19時～21時
所 茅野市総合体育館 第一会議室・ミーティング室
内 スポーツ指導者を対象として、運動をする人のパフォーマンス向上・怪我の予防・身体作りのためのスポーツ栄養学を学びます。
講 アスリートフードマイスター
対 市内在住・在学・在勤 中学生以上
定 20名
￥ 500円
申 9月20日(土)～10月31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で、参加者氏名(フリガナ)・性別・年齢・生年月日・住所・電話番号をお知らせのうえ、お申し込みください。
問 スポーツ健康課 スポーツ健康係 ☎72-8399

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 でインストール

Event & Lectures

イベント・講座

i 茅野市空き家なんでも相談会

時 10月16日(水) 13時30分～15時20分(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 市内に空き家をお持ちの方
定 9組
持 空き家物件情報
他 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 10月2日(水)までに電話でお申し込みください。
問 都市計画課 住宅係 ☎72-2101(内線538)



槻木廻り舞台「秋の会」



●日時 10月4日(土) 13時～
 ●場所 槻木廻り舞台
 ●内容 泉野地区の子どもたちの舞台発表や柳川劇団など、地域の皆さんによる出し物が盛りだくさんです。江戸時代に造られた、迫力ある舞台での発表を見にきてください。
【問合せ】
 泉野地区コミュニティセンター
 ☎70-1606

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 10月は「個別労働紛争あっせん制度」周知月間です

内 県労働委員会では、労働問題の専門家が中立、公正な立場で、労働者個人と事業主との雇用のトラブル(解雇、賃金、パワハラ等)について、「あっせん」により円満な解決をお手伝いしています。

￥ 無料

他 秘密は厳守されます。

問 南信労政事務所

☎0265-76-6833

県労働委員会事務局

☎026-235-7468

i 旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた方等に対する補償金等を支給します

内 請求に関する受付・相談を県の専用窓口で行っています。弁護士が無料でサポートする制度もありますので、詳細については、下記相談窓口までお問い合わせください。

【支給対象】

旧優生保護法による優生手術・人工妊娠中絶などを受けた本人とその配偶者

【支給額】

①補償金 本人：1500万円

配偶者：500万円

※本人・配偶者死亡の場合はその遺族

②優生手術等一時金 本人：320万円

③人工妊娠中絶一時金 本人：200万円

【請求期限】 令和12年1月16日まで

問 【受付・相談窓口】

長野県庁(本館4階)

旧優生保護法補償金等受付・相談窓口(健康福祉部 疾病・感染症対策課)

☎026-235-7143

FAX: 026-235-7170

E-mail: yu-sodan@pref.nagano.lg.jp(専用)

※受付時間は平日8:30~17:15

(祝日、年末年始を除く)

i ハロウィンジャンボ宝くじ等の発売

時 販売期間：9月19日(金)~10月19日(日)
抽せん日：10月28日(火)

所 宝くじ売場

内 令和7年度「ハロウィンジャンボ宝くじ」、「ハロウィンジャンボミニ」が下記のとおり発売されます。

《ハロウィンジャンボ宝くじ》

1等・前後賞合わせて5億円

《ハロウィンジャンボミニ》

1等・前後賞合わせて5,000万円

証票単価：300円

この宝くじの収益金は、長野県の販売実績に応じて配分され、市町村の明るく住みよいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われますので、県内の宝くじ売場でお買い求めください。

問 長野県市町村振興協会

☎026-234-3611

i 一部温泉施設と『ゆうゆう館』の臨時休館

時 【対象月日】

9月30日(火) 13時~

※10月1日(水)からは、通常通り営業します。

対 【臨時休館対象施設】

河原温泉河原の湯、尖石温泉縄文の湯、玉宮温泉望岳の湯、高齢者福祉センターゆうゆう館

内 利用料金改定に伴い、一部温泉施設とゆうゆう館は上記のとおり臨時休館になります。なお、金沢温泉金鶏の湯と米沢温泉塩壺の湯は通常通り営業しますので、ご利用ください。

問 社会福祉課 高齢福祉係

☎72-2101(内線304)

i AI乗合オンデマンド交通「のらざあ」アプリ講習会

時 ①11月7日(金)、14日(金)
10時30分~12時30分
②11月11日(火)、18日(火)
13時30分~15時30分

所 米沢温泉 塩壺の湯

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します。(乗車いただく際は乗車料金が発生いたします)

対 どなたでも

￥ 無料

申 9月26日(金)~10月31日(金)までに電話でお申し込みください。(当日参加も可)

問 DX推進課 自治体デジタル係

☎72-2101(内線242、243)



Information

お知らせ

i 読書の森 読りーむinちの「25年のあゆみ」ロビー展開催

時 【開催期間】10月21日(火)~31日(金)
(最終日は15時まで)

所 市役所1階 ロビー

内 読書の森 読りーむinちのは25周年記念事業の一環で、「25年のあゆみ」と題し、発足からこれまでの軌跡や、ファーストブックプレゼント、セカンドブックプレゼントなど活動の様子を展示します。

問 読書の森 読りーむinちの事務局
(生涯学習課内)

☎72-2101(内線635)