

City Public Relations Magazine

CHINO

茅野市広報紙
広報ちの

6

令和8年
2026

NO.984



特集

茅野市の小中学校の給食・食育
～楽しくたべて元気もりもり～

Contents

- 04 茅野市の小中学校の給食・食育
- 08 TOYOTA GAZOO Racing Rally Challenge 2026 in 八ヶ岳 茅野
- 10 茅野市女性起業支援プログラム 実践-ジッセン-発表会
- 12 茅野市プレミアム付生活応援券のご案内
- 13 投票終了時刻の繰上げ及び期日前投票所の一部廃止について
- 13 第71回 茅野市総合体育大会日程
- 14 ピックアップ情報
- 18 情報カレンダー
- 20 情報ネットワーク
- 23 シニア情報
- 24 福祉医療費給付金制度が変わります
- 25 栄養マンキッチン・病院コラム
- 26 こども通信
- 28 ミュージアム&ライブラリー情報
- 30 国保だより
- 32 国民年金だより
- 33 フォトニュース
- 34 ちの観光News・ゆいわーく茅野お知らせ
- 35 市民掲示板・編集後記

今月の写真 / **TOYOTA GAZOO Racing Rally Challenge 2026 in 八ヶ岳 茅野**



広報ちの5月号 P23 高血圧特集記事の誤りについて

「地区別 血圧が高い人割合」の棒グラフの順位に誤りがありました。下記の通り訂正してお詫びいたします。

下の血圧 85 mmHg以上（収縮期血圧）の割合

【訂正前】 1位 湖東、2位 泉野、3位 北山

【訂正後】 1位 湖東、2位 北山、3位 中大塩



ビーナチャンネル
12ch

オス
スメ

「健康体操」
毎日午前8時から放送

一日の始まりにおススメな「朝の体操」や
諏訪中央病院監修の運動などを紹介します。



茅野市インターネット動画サイト
ビーナネットChino



抹茶ミルクゼリー

【食改さんおススメレシピ】

抹茶ミルクゼリー

食生活改善推進協議会によるおススメ
レシピの紹介です。

砂糖を控えめにする事で、抹茶ミルクの
コクとあずきの甘さが引き立ちます。

子どもも大人も楽しめる和風デザートです。



6月の納税等
納期限 6月30日(火)

市県民税 (1期)

税務課 ☎72-2101(内線 172~174)

国民健康保険税 (1期)

保険課 ☎72-2101 (内線 322)

上下水道料金 (6月分)

上下水道課 ☎75-5500 (直通)

市営住宅使用料 (6月分)

都市計画課 ☎72-2101 (内線 537)

保育料等 (6月分)

幼児教育課 ☎72-2101 (内線 623)

納付書は切り離さず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。



5月1日現在の
茅野市の人口

人口 54,574人 (+52)

男 27,356人 (+20)

女 27,218人 (+32)

世帯数 25,075世帯 (+133)

※()内は先月比
※令和2年国勢調査を基に推計

茅野市の食育

—多くの方に守られる子どもたちの楽しい時間—

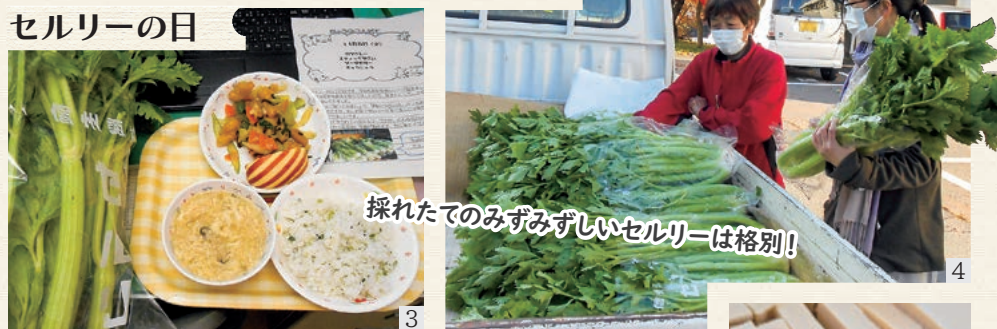
茅野市の食育は、地域の生産者の方や保護者の方など多くの方のご協力により、子どもたちが地元食材や郷土料理の魅力、食の大切さや料理の楽しさを学べるようになっていきます。

地元の食材や郷土料理を美味しく学ぶ

寒天の日



セルリーの日



諏訪紅かぶ



凍り豆腐



塩いか



毎月19日は「元気もりもり食育の日」

茅野市では、毎月19日を食について考えるきっかけの日として、給食では地元食材を取り入れたり、郷土料理を味わえるような工夫をしています!

1.寒天を米と炊き込んだり、ハンバーグなどに混ぜたり、和え物、汁物、デザートなど、各校で工夫を凝らしています! 2.毎年、長野県寒天水産物加工業協同組合様などから沢山の寒天をご提供いただいています。3・4.朝収穫したばかりのセルリー。市内生産者の方に感謝! 5・6.「凍み」を生かした郷土の味。煮物、揚げ物など給食のレシピのバリエーションは豊富。7・8.農村女性ネットワークの皆さんが栽培された伝統野菜の諏訪紅かぶ。酢を入れるときれいなピンク色に! 9.塩をおなかに詰めて運ばれてきた、昔はとても貴重品だった塩いか。

「子どもたちのためにみんなで協力して安全でおいしい給食を作ろう!」
そんな温かい想いで、学校の給食室では、毎日心を込めて美味しい給食を作っています。

茅野市の小中学校の給食・食育

〜楽しくたべて元気もりもり〜

茅野市では、自校給食ならではの強みを活かし、栄養や安全に配慮しながら、茅野市産や長野県産の旬の食材を取り入れた献立作りを行っています。また、お弁当作りなど、ご家庭の協力を得た食育の取り組みも行っています。

こうした給食や取り組みは、子どもたちが地元食材や郷土料理の美味しさとともに、食の大切さや楽しさを学ぶ機会となっています。今回の広報ちのでは、そんな茅野市の給食ができるまでの過程や食育の様子について特集します。



のたもち



かきひき大根



10・11.皮引きでひいた大根は早く味がしみ、保存した大根もおいしく食べられるスピード料理。12.のたはすりつぶした枝豆に砂糖と塩を入れて味付けをしたもので、半分潰したごはんのにた(ぬた)をかけています。

手作り弁当の日

一年に1回児童生徒がお弁当作りにかわり、そのお弁当を持ってくる日



手作り弁当の日を始めて14年・・・

子どもたちのできることが増え、成長を感じるという感想が多く聞かれます。また、自分や家族のことを想って用意することは、様々なことに気づく機会になっています。ご家庭の協力は不可欠ですが、これからも大切にしていきたい食育の一つです。

手作り弁当の感想から

小学生低学年

- はじめてたまご焼きをつくりました。くるってやるのがむずかしかったです。
- 間がたくさんできてしまったのでくずれてしまったから、こんどから間をできるだけあけないようにしたいです。

小学生高学年

- 家族と楽しくお弁当が作れてよかった。ピーマンの肉詰め焼きが難しかった。
- 炊飯器の使い方がわかった。栄養バランスが考えられた。お弁当を作る大変さが分かった。

中学生

- お母さんに卵焼きの作り方を教わりながら作りました。特にその中でも一番卵を巻くのが難しかったです。この手作り弁当の機会に卵焼きを作れるようになったので、とても嬉しいです。

小学生保護者

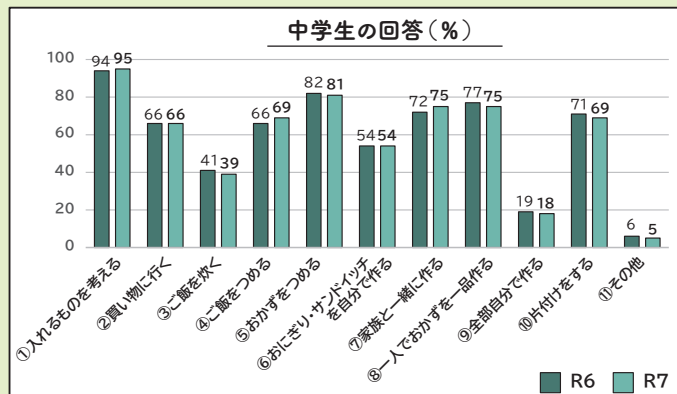
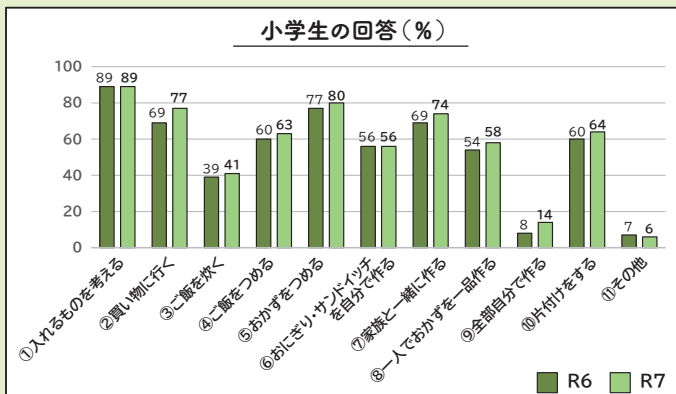
- 自分のできる場所を探して一生懸命に作っている姿に、去年よりも成長を感じました。
- 「お弁当ってさ、愛情が入っていると思うんだ」と言っていた言葉に、本当だなと母も思いました。

中学生保護者

- 毎年、好きなおかずを考えるため、だいたい同じようなメニューになるのですが、年々できることが増えていくので、成長を感じやすいです。今年も頑張りました。
- 小学校の時から積み重ねてきているので、当日も気負うことなく自然に取り組むことができました。このような機会がないと、なかなか自分でお弁当を作ることはないので、とても有意義でした。

学校みんなに聞いてみました!!

Q お弁当作り どんなことに取り組みましたか?



こどもたちの学校給食ができるまでを覗いてみよう!

～食材の受け取りからいただきますまで～

＝ 今回は、毎日890食を調理している永明小中学校の給食共同調理場を覗いてみました!! ＝

8:00 野菜の下処理



◀下処理室に運ばれた野菜は流水で3回以上洗浄し、泥や虫を丁寧に落としていきます。

▶野菜はすべて人の手でカットしていきます。



◀切った野菜は、小学校用と中学校用に分けておきます。

START

7:45 食材納品・検収



- 本日の献立**
- ごはん
 - 魚のタイ風唐揚げ
 - 焼き春巻き
 - 豆乳スープ
 - 牛乳

◀給食に使用する食材が届き、数量や鮮度などの検品をします。この日は茅野市で採れた小松菜を納品していただきました。

12:20 配膳



GOAL

12:40

元気にいただきます!



調理員さんの想い



永明小中学校 給食室長
といで ようこ
戸出 陽子 さん

大人になっても心に残る「おいしい記憶」を届けたい

安心・安全を第一に、子どもたちが盛り付けやすく食べやすいよう工夫して調理しています。何よりの願いは、給食の時間が「楽しかった記憶」として大人になっても心に残ることです。これからも、調理員全員で力を合わせ、おいしい給食を通して子どもたちの元気な毎日を支えていきます。

栄養士さんの想い



永明小中学校 栄養教諭
かない かずえ
金井 和恵 さん

豊かなふるさとの味を感じて、元気で健康に育ってほしい

将来ずっと元気で健康に過ごせる「食事の見本」になるような献立作りを心掛けています。給食で「おいしい」や「うれしい」といった前向きな気持ちになってほしいです。また、美味しくて豊かなふるさとの食材をたくさん味わって、子どもたちの体や心が健やかに成長してほしいと願っています。

10:30 調理開始

野菜などの下処理が終わると、大きな釜やオープンで食材を調理していきます。副菜や汁物は、小学校と中学校別々の釜で作っています。

○ 魚のタイ風唐揚げ



▲魚は一つ一つ丁寧に衣をつけ、油で揚げていき、最後に加熱温度を確認します。

! 魚の検収



◀魚も野菜と同様に数や状態を検品します。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。

○ 焼き春巻き



▲大きな釜で具材を炒めて味付けをし、加熱温度を確認します。献立にサラダがある日は、野菜をスチームコンベクションオープンで加熱し、その後に真空冷却器で冷却することで、野菜の栄養やうま味がなくならないようにしています。



▲タイ風唐揚げの下味をつけます。小学校と中学校では学校給食摂取基準により食べる量が異なるため、魚の大きさも違います。

○ 豆乳スープ



▲具材を炒めてから水分を加えて煮て、調味料等を加えて仕上げていきます。和風の汁物の日は、こどもたちに食材本来の味を知ってもらうため、だしは煮干し、鰹節、昆布を使用しています。



! クラスごとに分ける

▶ 順次仕上がった料理を、クラスごとに分けていきます。



学校給食費の負担軽減

● 令和8年度の学校給食費（給食費1食あたり） ▶ 小学校：355円 ▶ 中学校：420円

● 給食費の保護者負担について

小学校の場合 令和8年度から創設された国の給食費負担軽減交付金を活用し、保護者負担を大幅に軽減いたします。

中学校の場合 昨年度に引き続き、物価高騰対策臨時交付金を活用し、1食あたり60円の補助をいたします。

————— 今後も楽しい給食時間となるよう、美味しい給食作りに努めていきます。



Rally challenge in 八ヶ岳 茅野

— Photo report — 2026.04.19 [sun]





4月19日、「トヨタ・ガズー・レーシングラリーチャレンジin八ヶ岳茅野」が開催されました。メイン会場の茅野市運動公園には、関係者や来場者ら約2万3000人が訪れました。

TGRラリーチャレンジは、入門者向けのラリー競技会で、トヨタ自動車が開発するモータースポーツ活動の1つです。今回行われた八ヶ岳茅野大会は、全国12か所で開催されるラリーチャレンジの第2戦で、全国から多くのチームが参戦しました。

当日は、東海大学付属諏訪高等学校のチャリディング部と吹奏楽部による発表を含めたオープニングセレモニーを行い、開幕。競技開始のセレモニアルスタートでは、野球場前に設置されたゲートをラリーカーが1分間隔で1台ずつくぐり、多くの観客者に見送られて発車しました。

市運動公園、ピラタス麥科、八ヶ岳の3エリアをスペシャルステージ（SS）とし、SS間を移動するリエゾンに設けられた「リエゾン応援スポット」には多くの観客が集まり、桜が丁度見頃を迎えた聖光寺周辺でも、ラリーカーに手やフラッグを振ってエールを届ける様子が見られました。

運動公園内には、「電動バイク&自転車のトライアル」、「はたらく車」、「トヨタガズーレーシングパーク」、「トヨタ販売店車両展示」、「飲食物販」などさまざまなブースが設けられ、子どもから大人まで車に親しみながら楽しむ姿が見られました。



2026年

2月21日

茅野市民館
アトリエホール
にて実施

茅野市女性起業支援プログラム

実践-ジッセン-発表会

発表会の“全体像と舞台裏”を、皆様にお届けします！

2026年2月21日、茅野市民館アトリエホールにて
「起業支援プロジェクト〈実践〉発表会」を開催しました！

✓ 実践-ジッセン-とは？

従来の全体で行うセミナーとは異なり、「実践」はセミナーを受けて終わる起業支援ではありません。一人ひとりの状況に合わせて“自分だけのロードマップ”を描き、実際に行動しながら進めていくプログラムです。SNS等の情報発信セミナーやオンラインを使った課題解決セミナー等も実施し起業伴走もしていきます。

特に本プログラムでは家事・育児・仕事等を行っていく中で、社会のためや自己実現のために前に進もうとしている方々を支援しています。そのため個別セッションを中心とした設計にしており、それぞれの生活リズムに合わせて柔軟に取り組むことが可能です。

課題も進み方も人それぞれだからこそ、現状を整理し、小さく実行し、フィードバックを得る。このサイクルを繰り返しながら、起業を“現実のもの”にしていきます。

一歩を踏み出す現場

女性起業支援プログラム特集
“はじめの一歩”のリアル

FROM IDEA TO
ACTION

評価される場じゃない。全員が当事者として関わる発表会。

本発表会は、すでに動き出している事業や取り組みの「現在地」を持ち寄り、参加者・行政・ゲストが立場を越えて関わりながら、その場で次の一手を具体化していく場として実施されました。

当日は10名が登壇し、出店・サービス開始を予定している方など、具体的なアクションや計画を前提とした発表が行われました。

一方的に発表して終わるのではなく、全員が当事者として関わり、その場でブラッシュアップが進むことで、「次に何をやるか」が明確になる発表会となりました。

※以下内容は、発表会当日に発表された内容の概要をもとに掲載しています。

清水亜実さん

「あの時の自分」を、もう一人もつくらないために。

誰にも頼れず、心も体もギリギリだった産後の経験。

「母親なんだから自分が頑張ればいい」と思いながらも、本当は限界だった——その実体験が、清水さんの原点です。

“孤独な孤育てをなくしたい”という思いから、訪問型産後ケアや赤ちゃん食堂といった取り組みをスタート。一番しんどい時期に、直接会いに行き、話を聴き、支える仕組みをつくっています。

すでに地域での活動も始まっており、単なるアイデアではなく「どう届けるか」「どう広げるか」という具体的なフェーズに入っています。今後は行政や企業との連携も視野に入れながら、産前から繋がれる支援体制の構築を目指しています。

「過去の自分のような人を、一人にしない」

その思いが、そのまま事業として形になり始めています。



小林あゆみさん

“好き”を、売るところまでやってみた。

もともとお菓子作りは好き。でも、「販売したことはない」。そんな状態から、小林さんの挑戦は始まりました。

今回の発表会に向けて、自らコンセプトを設計し、商品を開発し、実際に販売イベントを企画・実施。SNSでの発信も重ねながら、来場導線まで自分でつくり上げていきました。

イベント当日は想定を大きく上回る来場があり、用意したお菓子は早い時間で完売。2日間で200個以上を販売する結果となりました。

「作るのが好き」から「価値として届ける」へ。

実際に売るところまでやり切ったことで、次の展開に繋がる具体的な手応えと課題が見えた挑戦となりました。



茅野市プレミアム付生活応援券のご案内



物価高騰の影響を受けている市民生活を支援するとともに、地域経済活性化のため、物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、茅野市内の店舗等で使えるプレミアム率50%の「茅野市プレミアム付生活応援券」を発行します。市民の皆さんに等しく購入していただくため、市役所から全市民の皆さん（令和8年4月1日時点で茅野市の住民基本台帳に登録のある方）に購入引換券（ハガキ）を順次発送します。購入引換券（ハガキ）を郵便局へ持ち込むことで「茅野市プレミアム付生活応援券」をご購入いただけます。

生活応援券（商品券）の概要

販売価格 10,000円／1セット（15枚綴り）

購入上限 1セット／1人

中小・大型店共通券



9枚（9,000円分）

中小店専用券



6枚（6,000円分）

- **購入対象者** 令和8年4月1日時点で茅野市の住民基本台帳に登録のある方
※対象者の方には5月中旬から6月中旬にかけ茅野市から購入引換券（ハガキ）を郵送します。
- **購入方法** 郵送された購入引換券（ハガキ）を郵便局（市内10箇所）へ持ち込み購入
※お支払いは現金のみ一括購入となります。 ※代理の方でも購入いただけます。
- **指定購入場所** 市内郵便局10箇所

郵便局名	開業時間		
	平日	土曜・祝日	日曜
茅野	9時～19時まで	取扱なし	9時～12時まで
茅野駅前、茅野上原、玉川、ちの本町、信濃金沢、米沢、豊平、北山、蓼科	9時～17時まで	取扱なし	取扱なし

※一部で昼時間帯の窓口業務を休止しています。

- **購入期間** 6月29日（月）～9月30日（水）
- **追加購入** 購入期限を過ぎて残った生活応援券（商品券）は再販売します（11月を予定）。
購入引換券（ハガキ）に追加購入希望欄を設けてありますので、追加購入希望の方は、追加購入希望欄へ○印を記入してください。希望者が再販売セット数を超えた場合は抽選となります（お一人様1セットのみ）。当選者は再販購入引換券（ハガキ）の発送をもって代えさせていただきます。
- **利用期間** 7月1日（水）～12月31日（木）
- **利用店舗** 取扱店として登録された茅野市内にある店舗・事業所
店舗等は随時茅野商工会議所ホームページで公開していきます。
右記QRコードで取扱店舗・事業所の一覧が確認できます。
<https://chino-city.hp.peraichi.com/premium8>
※取扱店舗一覧（チラシ）は今月号（広報ちの6月号）に折り込んであります。



お問い合わせ先

● **購入引換券（ハガキ）に関するお問い合わせ**
茅野市商工課
☎0266-72-2101（内線434・435）

● **生活応援券（商品券）に関するお問い合わせ**
茅野商工会議所
☎0266-72-2800

投票終了時刻の繰上げ 及び期日前投票所の 一部廃止について



令和8年8月1日以後に執行される選挙から、右記のとおり、市内全投票所において投票日当日の投票終了時刻を変更します。また、期日前投票所の一部を廃止します。

変更点1

市内全投票所の当日の投票終了時刻を1時間繰り上げます

現行 7時～20時



8月1日以後 7時～19時

※次の7投票所は、投票日当日の投票時刻が7時から18時までとなります。

第44笹原投票所、第45柏原投票所、第46湯川投票所、第47芹ヶ沢投票所、第48糸萱投票所、第49白樺湖投票所、第50蓼科投票所

変更点2

下記の期日前投票所を廃止します

- 北山地区コミュニティセンター
- 湖東地区コミュニティセンター

※8月1日以後は、茅野市役所の期日前投票所をご利用ください。

詳細はホームページ(QRコード)でご確認ください。



問 選挙管理委員会事務局 ☎72-2101 (内線212)



第71回 茅野市総合体育大会日程



- 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8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	申込期限	申し込み・問合せ先	その他
卓球	7月5日(日) 8時30分受付 (9時開講式)	総合体育館 (サブ)	6月26日(金) 19時	事務局 加納 圭 ☎090-4180-6045 E-mail: kanou5406kei@gmail.com	申込:住所、氏名、所属、参加種目を記入 種目:一般男・女シングルス、ジュニア男・女シングルス、 小中学生男・女シングルス ゼッケン着用(A4版程度)
硬式テニス	7月11日(土) 9時～	庭球場	7月5日(日) 17時	競技強化部 平林 ☎080-9564-9865 HP: http://www.chino.naganotennis.info	ミックスダブルス 初級ダブルス(性別不問)
ソフトテニス	7月5日(日) 8時～	庭球場	6月17日(水) 17時	理事長 伊東 一英 ☎090-3440-6327 E-mail: csta.takeuchi@gmail.com (事務局)	[中学生の部] 中学生男子・女子【一般の部】一般男子・ 女子【シニアの部】シニアミックス リーグ戦、現行のソフトテニスルールブックにより運営
柔道	7月12日(日) 10時～	ちの地区コミュニ ティセンター体育館	当日受付可	事務局 小林 ☎090-2917-7782	電話または大会当日会場で受け付けます 出場者は必ずスポーツ保険に加入していること
剣道	7月26日(日) 13時～	ちの地区コミュニ ティセンター体育館	当日受付	事務局 長田 三郎 ☎090-1867-2259	市内在住・在勤者および市内剣道クラブ員
バレーボール	7月26日(日) 8時～	総合体育館 (メイン・サブ)	7月6日(月) 17時	理事長 伊藤 英雄 ☎090-9660-3422 住所: 茅野市ちの1220-18	ソフトバレーボールの部 中学生の部 レディーズバレーの部
陸上競技場	7月25日(土) 7時30分～	陸上競技場	7月6日(月) 17時	事務局 小平昌紀 ☎090-1120-0034	種目や申し込み方法については、諏訪陸上競技協会 ホームページに掲載する大会要項で確認してください
ポッチャ	7月25日(土) 8時30分～	総合体育館 (サブ)	7月19日(日)	宮川スポーツ協会事務局 小平 正八 ☎090-4153-9584	詳細は、事務局までお問い合わせください

オオキンケイギク（特定外来生物）を駆除しましょう

☎ 環境課 環境保全係 ☎72-2101（内線 263）

E-mail : kankyo@city.chino.lg.jp

特定外来生物に指定されているオオキンケイギクが茅野市内で確認されています。もし庭先などで見かけたら駆除していただき、拡大防止にご協力ください。

オオキンケイギクの特徴

- ・コスモスに似た形状の黄色い花を咲かせる。
- ・花びらの先端には不規則なギザギザが4～5つある。
- ・葉は細長いへら状で、根元から放射状に生える。
- ・強靱な繁殖力で在来種の生息場所を奪い、生態系に悪影響を及ぼす。



特徴や駆除方法などの詳細は茅野市のホームページをご覧ください。

駆除方法

- ・丁寧に抜き取る。広範囲に生育している場合は地上部を刈り取る。
- ・翌年以降も種子の発芽や根茎からの再生がみられなくなるまで継続する。
- ・作業時の土壌かく乱を避け、埋め戻す。

処分方法

駆除したオオキンケイギクは、種子や根などが出ないように密閉できるゴミ袋などに入れて枯らし、燃えるゴミとして処分する。
※特定外来生物は生きたまま運搬することが原則禁止されています。

特定外来生物とは

外来生物法により、生態系や、農林水産業、人の生活に悪影響を及ぼすおそれがあるとして、指定された生き物や植物です。栽培や飼育などは原則禁止されています。

information

アメリカシロヒトリを駆除しましょう

☎ 環境課 公害衛生係 ☎72-2101（内線264・265）

毎年、アメリカシロヒトリが多く発生しています。被害の拡大を防ぐには、早期の発見と駆除が大切です。各家庭などで発生したアメリカシロヒトリの駆除にご協力ください。

※防除、駆除は樹木の所有者の責任であり、市では市有地以外での駆除は行っていません。個人で駆除していただくか、直接専門業者にご依頼ください。

アメリカシロヒトリとは…

外来種の蛾（ガ）の一種です。毒はありませんが、繁殖力が非常に強く、幼虫は集団で植物を食い荒らしてしまいます。幼虫の発生時期は7～8月と9～10月（気候によって変動）の年2回です。

早期発見で簡単駆除

卵からかえったばかりの幼虫は、白い網状の巣を作り群生しているので容易に発見できます。できればその時期に高枝切りバサミなどで巣ごと枝葉を切り取り、幼虫を踏みつぶすか、ゴミ袋に入れて燃えるごみとして出してください。この段階では薬剤を散布しても薬剤が直接幼虫にかからないため、あまり効果がありません。

薬剤散布による駆除

巣網から分散してしまうと1匹ずつ駆除するのは大変なので、薬剤散布で駆除するしかありません。最寄りの販売店にご相談ください。散布にあたっては、使用説明書等をよく読み、隣接する住民等への事前周知を行ったうえで、薬剤の飛散防止に注意しながら実施してください。

自分で駆除できない場合は…

消毒・造園・害虫駆除などの業者に直接ご相談ください。

※アメリカシロヒトリには毒がないので人への害はありませんが、空き家や駆除をしない家の庭などから分散したアメリカシロヒトリが隣家に移り、トラブルとなる苦情が多く寄せられます。出来るだけ早期駆除を心がけましょう。

令和8年度 農作業標準労賃・機械作業標準料金

問 農業委員会事務局 ☎72-2101 (内線 442)

▶内容 今年度の農作業標準労賃と機械作業標準料金が、農業委員会で決まりました。労賃や料金の支払いの際は参考にしてください。

【農作業標準労賃 (1日8時間)】

作業の種類		賃金 (1時間あたり)
稲作・畑作	一般作業	1,061円
草刈り	畦畔管理作業	1,900円
果樹	せん定作業	1,590円

- 稲作・畑作の一般作業労賃は県最低賃金に準拠しています。
- 草刈りは刈払機・燃料代等を含みます。
- 食事は、作業者の負担としています。
- 1日当たり実労働時間8時間を基準としています。
- ほ場条件等が悪い場合は、協議して別途割増料金としてください。
- 燃料価格の影響については、双方の話し合いにより調整してください。

【機械作業標準料金 (10アール当たり)】

作業の種類	料金	摘要
耕起 (稲作・畑作)	8,300円	トラクターとロータリー12cm耕起を標準*
代かき (一番・二番とも5a未満割増)	8,800円	トラクターと代かきハロー*
畦塗り作業1mあたり	82円	
田植え作業	12,000円	田植え機植え付けのみ* 側条施肥田植え1,000円増 (肥料代別)
刈取作業 (バインダー)	12,300円	結束ひも含む
脱穀作業 (ハーベスター)	11,100円	生脱 20%増
肥料散布 (散布のみ)	4,000円	ライムソアー・ブロードキャスター
コンバイン	24,800円	コンバイン刈り 籾搬入及び結束ひもは別途

- 各作業の詳細については委託時に確認してください。
- ※の作業については5a未満2割増
- 上記金額は、目安とします。ほ場条件 (作業の難易、土質、大小等) により加減できます。
- 燃料価格の影響については、双方の話し合いにより調整してください。

information

令和8年度 農地の賃借料情報

問 農業委員会事務局 ☎72-2101 (内線 442)

- ▶内容 ●農用地利用集積等促進計画 (中間管理権設定)、農地利用集積計画 (利用権設定) による令和8年3月末時点で賃貸借がついている農地が対象
- 10a(1,000㎡) あたり、1年間の金額
 - 算出した賃料を四捨五入し100円単位とした
 - 物納による貸借は除く
 - 使用貸借 (無償による貸借) は除く
 - 農業用施設は除く



本情報は“目安”として参考にしていただき、実際に賃借料を設定する場合には当事者間で十分協議してください

(単位: 円)

現況地目	調査内容	ちの	宮川	米沢	豊平 豊平泉	玉川	泉野	金沢	湖東	北山	市内平均
田 (計:1,518件)	最高額		15,000	16,200	23,300	10,000	11,600	7,100	11,400	100,000	24,325
	平均		2,800	5,400	2,800	3,000	2,700	2,400	3,200	4,800	3,388
	最低額		500	500	500	500	500	500	300	300	450
	件数	0件	160件	153件	219件	265件	165件	34件	211件	311件	
畑 (計:605件)	最高額		15,000	10,000	40,000	20,000	8,000	12,900	10,000	22,900	17,350
	平均		4,100	3,700	3,000	3,300	1,900	11,000	2,300	3,700	4,125
	最低額		1,000	700	200	1,000	500	10,000	200	500	1,763
	件数	0件	68件	42件	255件	65件	80件	3件	63件	29件	

市営住宅・サンコーポラス旭ヶ丘団地の入居者募集

問 都市計画課 住宅係 ☎72-2101 (内線 537)

団地名	建設年度	構造	間取り	募集戸数	家賃
ひばりヶ丘団地 A棟	平成7年	耐火	3DKY	1階 2戸	20,000円～29,900円
小坂団地 A棟	昭和62年	耐火	3DKY	2階 1戸 3階 1戸	18,700円～27,900円
小坂団地 C棟	平成元年	耐火	3DKY	3階 3戸	19,000円～28,300円
小坂団地 D棟	平成2年	耐火	3DKY	4階 1戸	19,300円～28,700円
サンコーポラス旭ヶ丘	平成6年	耐火	3DKY	複数戸	36,000円～40,000円



※表の見方：間取りの数字は部屋数、「DK」はダイニングキッチン、「Y」は浴室（風呂付）

▶ 申込資格等

以下の条件をすべて満たしている必要があります。

- ①既に同居、または同居しようとする親族がいる方（ただし、サンコーポラス旭ヶ丘は単身入居可能。また、小坂団地に限り、高齢者や障害者等の場合は単身入居可能です。）
- ②世帯の合計月収が、15万8千円以下の方。ただし、高齢者世帯・障害者世帯・中学校卒業までの子がいる世帯等は21万4千円以下の方、サンコーポラス旭ヶ丘団地は15万8千円を超え38万7千円以下の方
- ③住宅に困っていることが明らかの方
- ④市内に居住されている方、または市内に勤務場所を有する方
- ⑤市町村税を滞納していない方
- ⑥本人又は既に同居、若しくは同居しようとする方が暴力団員でない方

▶ 申込受付期間

期間 **5月25日** (月) ～ **6月19日** (金)
時間 8時30分～17時

▶ 入居説明・抽選会

茅野市営住宅設置及び管理条例により選考します。
なお、申込者多数の場合は抽選となります。

日時 **6月25日** (木) 10時～
場所 茅野市役所7階 705会議室

▶ 入居可能日 令和8年 **7月6日** (月)

information

お知らせ

野焼きは原則禁止です

問 環境課 公害衛生係 ☎72-2101 (内線264・265)

法律で廃棄物の野外焼却は、原則禁止されています

【例外として認められている焼却】

- 農業のためにやむを得ないもの
- 災害の予防、応急対策または復旧のために必要なもの
- どんど焼き、キャンプファイヤーなど地域行事など



苦情が寄せられています

毎年、野焼きに対して「洗濯物に臭いがついて困る」「のどが痛い」といった苦情が大変多く寄せられます。

野焼きは害虫の発生を防ぐなどの効果があり、古くから農地などで行われてきた大切な作業ですが、周辺へ迷惑にならないよう下記の例のような配慮をお願いします。



【配慮例】

- (1) 風の弱い日の選択
- (2) 焼却物の乾燥
- (3) 焼却物を小分けにする
- (4) 周辺の住宅に周知する
- (5) 堆肥化や燃えるごみとしての処分

お知らせ

水道メーターの取り替え

問 上下水道課 給水維持係 ☎72-2101 (内線666)



▶ 内容 水道メーターは、計量法で有効期限が **8年**と定められており、上下水道課では有効期限前にメーターの取替えを実施しています。

メーターの取替え対象となるお宅には、ハガキでのご案内後、上下水道課が取替を委託した工事店がお伺いします。

なお、取替えに係る費用の負担はございません。メーター取替えの際は、ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

▶ 対象 使用水量計測用のメーターの取替え対象の方


▶ その他 上下水道課や業者の名をかたり、費用を請求するなどの悪質な行為にはくれぐれもご注意ください。

お知らせ 令和8年度 大腸がん集団検診



申込・問 健康づくり推進課（健康管理センター内） ☎82-0105

日程	時間	場所
6月15日(月)	9時～9時30分	北山地区コミュニティセンター
	10時～10時30分	湖東地区コミュニティセンター
6月16日(火)	9時～9時30分	米沢地区コミュニティセンター
	10時～11時	中大塩地区コミュニティセンター
6月18日(木)	9時～10時	玉川地区コミュニティセンター
	10時30分～11時	金沢地区コミュニティセンター
6月19日(金)	9時～9時30分	泉野地区コミュニティセンター
	10時～10時30分	豊平地区コミュニティセンター
6月24日(水)・25日(木) 7月6日(月)～9日(木)	午前9時～11時 ※上記以外の時間を希望する方はご相談ください。	茅野市健康管理センター

- ▶ **検査内容** 便潜血反応
- ▶ **対象** 35歳以上（平成4年4月1日までに生まれた方）
- ▶ **自己負担額** 200円
- ▶ **申込方法** 上記問合せ先までお電話、または申込フォーム（QRコード）からお申し込みください。

- ▶ **その他** ・お申込みいただくと、検査容器が自宅へ郵送されます。
・地区に関わらずご都合のよい場所へご提出ください。

お知らせ 令和8年度 胃がん検診

申込・問 健康づくり推進課（健康管理センター内） ☎82-0105

- ▶ **日時** 9月18日(金)、24日(木)、25日(金)、28日(月)、29日(火)、30日(水)
7時30分～10時
- ▶ **場所** 茅野市健康管理センター
- ▶ **検査内容** バリウムによるX線検査
- ▶ **対象** 35歳～79歳の方
（昭和22年4月2日から平成4年4月1日生まれ）
- ▶ **自己負担額** 500円



- ▶ **申込方法** 上記問合せ先までお電話、または申込フォーム（QRコード）からお申し込みください。



お申し込みは
こちらから




- ▶ **その他** 今年度から病院で実施する胃がん検診（バリウム検査）がなくなりました。
健康管理センターで実施する検診をお受けください。

お知らせ 乳がんマンモグラフィ検診

申込・問 健康づくり推進課（健康管理センター内） ☎82-0105

- ▶ **日時** 7月：7日(火)、9日(木)、23日(木)
8月：7日(金)、20日(木)、21日(金)
10月：5日(月)
9時～11時、13時～14時
- ▶ **場所** 茅野市健康管理センター
- ▶ **検査内容** 乳腺専用のX線装置を用いたレントゲン検査
- ▶ **対象** 41歳～75歳（昭和26年4月2日から昭和61年4月1日生まれ）

- ▶ **自己負担額** 500円
- ▶ **申込方法** 上記問合せ先までお電話、または申込フォーム（QRコード）からお早めにお申し込みください。



- ▶ **その他** ・女性の技師が担当します。
・2年に1度の検診になります。



イベント 料理講座受講者募集

申込・問 健康づくり推進課（健康管理センター内） ☎82-0105



- ▶ **日時** 6月25日(木) 10時～正午
- ▶ **場所** 茅野市健康管理センター
- ▶ **料理名** 豚肉とセロリのピリ辛丼、塩麩ポトフ、抹茶ミルクゼリー
- ▶ **対象** 茅野市在住、在勤の方
- ▶ **定員** 20名 ▶ **料金** 1人 300円
- ▶ **持ち物** エプロン、三角布、筆記具、飲物
- ▶ **申込方法** 5月20日(水)～6月17日(水)までに、お電話または申込フォーム（QRコード）からお申し込みください。


7時
～12時
で症状をお伝えください。

ます。
9) へご確認ください。

。当番店へ連絡する前に茅野市役所 (☎72-2101)

- 赤ちゃん相談【要予約】
場所：茅野市健康管理センター1階
持ち物：母子健康手帳、バスタオル
※毎月2回開催のうち、2回目には離乳食の試食をご用意しています。
- マタニティ講座・ヨガ【要予約】
場所：茅野市健康管理センター1階
持ち物：母子健康手帳

予防接種、健診、教室、その他詳細については、下記までお問い合わせください。
茅野市健康管理センター (☎82-0105)

	金 Friday	土 Saturday
	5 赤ちゃん相談 (9時～11時) マタニティ講座 (10時～11時30分) 共栄管工(株) ☎72-6675	6 設備工業(有) ☎73-4698
	12 株式会社ハラ ☎72-7418 夜☎72-6515	13 株式会社クサカベ設備興業 ☎79-2511
	19 赤ちゃん相談 (9時～11時) マタニティヨガ (10時～11時30分) 共進エネーブ(株) ☎72-6282	20 窪田設備(有) ☎72-6814
	26 株式会社平成 ☎72-1181	27 株式会社タケムラプロパン ☎72-2382
	3	4

★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】	11日(木)10時～、17日(水)14時～、23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】	2日(火)13時～17時 10日(水)13時～15時 ※5/26から申込受付 会場 市役所7階会議室 相談員 矢崎 正彦 弁護士(2日) 相談員 竹村 隆 弁護士(10日) ※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	9日(火)9時～正午 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)
特設人権相談	4日(木)10時～15時 会場 市役所7階会議室 問 市民課 市民係(内線256)
外国籍市民のための相談	18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	6日(土)、14日(日)、20日(土)、27日(日) 日本語教室 13時～16時 相談 16時～17時 会場 茅野市心とまちプラザ 相談語 日本語、ベトナム語(20日のみ) ※初めての方は、事前にご連絡ください。 ※日本語教室は、初級～中級の方が主な対象 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】	3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 定員 3人/1日(1人1回50分程度) 会場 市役所5階相談室6 問 商工課(内線434)
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】	26日(金)10時～正午 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「こもさほ」	9日(火) 正午～17時 会場 茅野市心とまちプラザ 問 まいさほ茅野市【社会福祉課】(内線317・318)
司法書士法律相談【要予約】	10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
結婚相談【要予約】	12日、26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

00」
医療に関






対処の方法

茅野市小児オンライン相談サービス

- 相談時間 平日：18時から翌朝9時まで
土日祝：24時間
- 相談内容 小児の体調不良やけがに関する相談
専用アプリから医師へ相談できます。(事前ダウンロードが必要です。) 詳細は、市ホームページまたは上記QRコードからご確認ください。



6 June

-  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
 -  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～1
- 休日当番歯科医院 診療時間：9時～
- ・受診を希望する際は必ず事前に電話
- ・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 (☎72-011
- 水道緊急修理当番店
- 受付：0時00分～翌日0時00分
- ※当番店は変更となる場合があります
- までご連絡ください。

日 Sunday	月 Monday	火 Tuesday	水 Wednesday	木 Thursday
31	1  (有)信濃住宅設備 昼☎72-0319 夜☎73-0228	2  (有)木村設備 ☎77-2380	3  (有)茅野設備 ☎79-5858	4  (有)窪田 ☎72
7  桜井内科医院 ☎72-6010  藤森歯科クリニック (諏訪市) ☎52-1182  ウエルシア薬局茅野 本町店 ☎82-8220  (有)大信設備 ☎72-3527	8  (有)イトカン ☎72-8548	9  (株)平成 ☎72-1181	10  (有)タケムラプロパン ☎72-2382	11  (株)諏訪 昼☎7 夜☎7
14  みうら内科クリニック ☎78-7710  五味歯科医院 ☎73-5430  てらさわ薬局 ☎78-7851  (株)有賀水道 ☎72-4017	15  (株)オケヤス ☎72-2230	16  (有)木村設備 ☎77-2380	17  (有)信濃住宅設備 昼☎72-0319 夜☎73-0228	18  (有)原田 ☎72
21  うえはらクリニック ☎72-2636  正田歯科クリニック (諏訪市) ☎54-2575  ヤジマ薬局 ☎72-2342  (有)茅野設備 ☎79-5858	22  共栄管工(株) ☎72-6675	23  設備工業(有) ☎73-4698	24  (有)大信設備 ☎72-3527	25  (株)キタ 昼☎7 夜☎7
28  ヨコイ眼科 ☎72-2316  かがやき歯科クリニック (富士見町) ☎62-4182  カタクリ薬局 ☎55-2596  (株)オケヤス ☎72-2230	29  (有)イトカン ☎72-8548	30  (有)クサカバ設備興業 ☎79-2511	1	2

長野県救急安心センター「# 7 1 1 9」

- 相談時間 平日：19時から翌朝8時まで
土曜日、日曜日、祝日：8時から翌朝8時まで
 - 相談内容 大人(おおむね15歳以上)の方の病気やけがなどの救急医療に関する相談
- すぐに病院に行った方がいいのか、迷った際に看護師等の専門家に相談できる窓口です。



長野県小児救急電話相談「# 8 0 0」

- 相談時間 19時から翌朝8時まで(毎日)
- 相談内容 小児の病気やけがなどの救急に関する相談

お子さんの夜間のケガや急病等の際に応急対応や受診の可否等について助言を行います。

i 親子でチャレンジ! 調べる学習講座

- 時** 基礎講座 6月13日(土)、14日(日)
まとめ方講座 7月4日(土)、5日(日)
いずれも13時～16時30分
- 所** 茅野市図書館 2階閲覧室
- 内** 親子で楽しく、図書館の本を使って身近な疑問を調べる学習にチャレンジしてみませんか。6月はテーマの絞り方を中心とした基礎講座、7月はまとめ方を中心としたまとめ方講座です。それぞれ1日でミニ調べる学習を完成させます。基礎講座、まとめ講座のどちらか一方で、両方参加していただいてもかまいません。
- 講** 茅野市子ども読書活動応援センター 名取元子
- 対** 市内在住の小中学生とその保護者
- 定** 各日とも8組
- ¥** 無料
- 持** 筆記用具、水分補給用の飲み物
- 他** ・7月の講座に申し込む方は、調べたいことをある程度考えてきてください。
・講座の様子を撮影し、報道関係や広報紙等で使用する場合があります。使用の可否について、申し込みの際にお知らせください。
- 申** 5月23日(土)10時～各回前日までに、電子申請(QRコード)または電話にてお申し込みください。
- 問** ・茅野市子ども読書活動応援センター(茅野市図書館内) ☎75-1250
・生涯学習課 ☎72-2101(内線635)
E-mail: dokushoc@city.chino.lg.jp

お申し込みは
こちらから



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 「のらざあ」アプリ講習会

- 時** ①7月7日(火)、14日(火)
13時30分～15時30分
②7月21日(火)、28日(火)
13時30分～15時30分
- 所** 玉宮温泉望岳の湯
- 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ます。
- 対** どなたでも
- ¥** 無料 ※乗車いただく際は乗車料金が発生いたします。
- 持** お使いのスマートフォン
- 申** 5月25日(月)～6月30日(火)までに電話でお申し込みください。※申込期間を設けますが、当日参加も可能です。
- 問** DX推進課 自治体デジタル係
☎72-2101(内線242、243)

i すわちゅう健康教室

- 時** 6月11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:「むくみについて」
むくみについてお話します。ご質問・ご相談もお受けします。
- 講** 濱口 實(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)

Event & Lectures

イベント・講座

i 介護保険制度説明会

- 時** 6月10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** ・6月2日から7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 認知症の人の家族会

- 時** 6月24日(水) 10時30分～正午
- 所** 茅野市役所7階 702会議室
- 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)
- 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 第26回 長野県障がい者
スポーツ大会参加者募集

時 7月5日(日)：ツインバスケットボール(身)
9月12日(土)：アーチェリー(身)・ボウリング(知)
9月13日(日)：水泳(身・知)
9月19日(土)：卓球(身・知・精)・サウンドテーブルテニス(身)・ボッチャ(身)
9月20日(日)：フライングディスク(身・知)
9月26日(土)：バスケットボール(知)、ソフトバレーボール(精)
9月27日(日)：陸上競技(身・知)
※バスケットボール(車椅子)は未定
※参加状況により日時・会場が変更する可能性があります。

所 長野市(水泳・アーチェリー・ボウリング)、千曲市(ボッチャ)、松本市(陸上)、安曇野市(卓球・サウンドテーブルテニス・バスケットボール・ソフトバレーボール)、塩尻市(ツインバスケットボール)、茅野市(フライングディスク)

内 「長野県障がい者スポーツ大会」を9月に開催！陸上、卓球等の個人競技や、ソフトバレーボール等の団体競技の全12種目を実施。令和8年度大会から陸上競技・水泳に「ダウン症(知)」「低身長(身)」の区分が追加されます。

対 県内在住で障がいのある12歳以上(令和8年4月1日時点)の方

料 無料

申 6月5日(金)までに窓口、電話、FAXのいずれかでお申し込みください。

問 社会福祉課 障害福祉係
☎72-2101(内線315・316)
FAX 73-0391

i 第1回 読書ボランティア交流会

時 6月26日(金) 10時15分～12時
所 図書館 2階閲覧室
内 選書や読み聞かせの基本について学びます。また、読み聞かせをする上での悩みや困っていることなども質問できます。

講 おはなしくれよんのみなさん
対 市内の読書ボランティアに関わる皆様

定 30名

料 無料

持 筆記用具

他 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。

申 受付開始：5月25日(月)10時～電子申請(QRコード)または電話にてお申し込みください。

問 茅野市こども読書活動応援センター
☎72-2101(内線635)

i 茅野市空き家なんでも相談会

時 6月25日(木) 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。
・今後の開催は、7月23日(木)、8月27日(木)を予定しています。

申 6月11日(木)までに電話またはQRコードよりお申し込みください。

問 都市計画課 住宅係
☎72-2101(内線538)

i 生涯スポーツ健康講座
「ウォーキング教室」

時 6月26日(金) 14時～16時
所 茅野市総合体育館 柔剣道場
内 ウォーキングの基本を学ぶ教室です。※天候状況により、教室の後半に運動公園内ウォーキングコースまたは体育館を歩く予定です。

講 トレーナー 鷹野和美先生
対 市内在住、在勤 20歳以上の方

定 20名

料 500円

持 運動のできる服装、屋外用と屋内用の運動靴、タオル、飲料水

申 5月20日(水)～6月21日(日)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、下記問合せ先まで電話、または総合体育館窓口までお問い合わせください。

問 スポーツ健康課 スポーツ健康係
☎72-8399

i 生涯スポーツ健康講座
「体力測定」

時 7月5日(日) 9時～正午
所 茅野市総合体育館 メイン体育館
内 体力測定を行い、体力年齢を算出し健康のための運動指導を行います。

講 ファミリー健康体力向上アドバイザー
対 市内在住の20歳から79歳までの男女

定 20名

料 無料

持 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 5月20日(水)～6月30日(火)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、下記問合せ先まで電話、または総合体育館窓口までお問い合わせください。

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 で手に入れよう

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 まちづくり講座**時** 9時～21時の間(内容によって所要時間が異なります。)

平日休日を問いません。(ただし、年末年始は除く。)

所 茅野市内**内** 講座メニューは防災や救命、親子で楽しめる絵本や遊びなど様々なものを用意しています。ホームページ(QRコード)に掲載してありますのでご覧ください。**対** 原則、茅野市内に在住、在勤、在学している5人以上の方で構成された団体・グループ**￥** 無料**他** ・政治・宗教・営利を目的とした催しには出席しません。
・ご希望に添えない場合もありますのでご了承ください。**申** 開催希望日の14日前までに各メニューの担当課にお電話ください。**問** 自治・協働課 地域コミュニティ係

☎72-2101(内線:141・142)

Medical & Welfare

医療・福祉

i 不妊・不育症治療費助成事業が一部変更になりました**内** 令和8年4月1日から不妊及び不育症治療費助成事業が一部変更になりましたのでお知らせします。**【変更点】****①添付書類の変更**

納税証明書(夫婦2人分)の提出は必要なくなりました。

②対象の拡大

県の不妊治療(先進医療)費用助成事業、不育症治療支援事業の助成を受けた場合も助成の対象となりました。(必ず先に県の申請を行ってください。)

なお、県の申請を行った場合は、県に提出した証明書の写しがあれば、医師証明書の提出を省ける場合があります。

③申請書類の変更

申請書の書式が変更になりました。茅野市のホームページからダウンロード可能です。

④対象者の変更

夫婦二人とも、茅野市に1年以上在住していることが要件でしたが、いずれか一方でも申請できるようになりました。

問 健康づくり推進課 ☎82-0105

Information

お知らせ

i 暮らしと健康の相談会
～法律相談と健康相談～**時** 6月4日、11日、18日、25日

いずれも木曜日

10時～15時(正午～13時を除く)

相談時間は1時間

所 諏訪保健福祉事務所(諏訪合同庁舎2階)**内** 失業、倒産、多重債務、家庭問題などについて弁護士が法律相談に応じ、あわせて保健師による心の健康を含めた健康相談をお受けします。**￥** 無料**申** 相談希望日の前週金曜日正午までに電話でお申し込みください。**問** 諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援課 ☎57-2927**i** 特設人権相談**時** 6月4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)

i 令和8年度課税証明書の発行日**時** 発行開始日 6月9日(火)**内** 令和8年度(令和7年分)課税証明書は6月9日(火)から発行します。北山・金沢・泉野地区コミュニティセンターや茅野駅前ベルビア出張所でも6月9日から発行しますのでご利用ください。

なお、マルチコピー機での証明書発行は、年度切替作業のため6月7日、8日の両日休止となります。また、6月9日以降、令和7年度(令和6年分)の課税証明書はコンビニエンスストアでは取得できなくなりますのでご注意ください。

問 税務課 市民税係

☎72-2101(内線172・173・174)

i 若者世代・子育て世代対象「まちづくり懇談会」**時** 7月5日(日) 14時30分～16時**所** ベルビア1階「8Peaks living」**内** 若者世代・子育て世代の皆さんと市長が膝を交えて語り合う機会として、ベルビア1階にオープンした駅前賑わい交流拠点「8Peaks living」を会場に、運営者の皆さんと共催で「まちづくり懇談会」を実施します。

10年後、20年後の若者世代・子育て世代の皆さんが担っていく未来の茅野市をどんなまちにしたいか、何を残したいか、そのために今、何をすべきかなどを一緒に考えましょう。

詳細はホームページ(二次コード)をご確認ください。

**対** 茅野市に関わりのある若者世代・子育て世代の方**申** 不要**問** 秘書広聴課 秘書広聴係

☎72-2101(内線121・122)

i 諏訪地域6市町村事業承継個別相談会を実施します**時** 6月23日(火):テクノプラザおかや(岡谷市役所)

7月22日(水):茅野市役所

8月25日(火):諏訪市役所

10月20日(火):富士見町役場

12月16日(水):原村役場

R9年2月10日(水):下諏訪町役場

内 後継者を見つけたい、後継者に事業を譲りたい、どのようなスケジュール感で進めればよいかわからないなど、事業承継に関するお悩みを、事業承継に精通した相談員に相談することができます。**対** 事業承継について相談を希望する方**￥** 無料**他** 事前予約制・秘密厳守**申** 公益財団法人長野県産業振興機構長野県事業承継・引継ぎ支援センターに直接お申し込みください

☎026-219-3825

Fax:026-219-3826

E-mail:hikitsugi@nice-o.or.jp

問 商工課工業・産業振興係

☎72-2101(内線433)



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。



茅野市認知症高齢者等個人賠償責任保険

内容 認知症の方が他人にケガを負わせたり、他人の財物を壊したりして法律上の損害賠償責任を負う場合に備えて、認知症の方を被保険者とする個人賠償責任保険に市が契約者として加入します。

利用につきましては、各保健福祉サービスセンターへご相談ください。(申請内容によってはご利用できない場合があります。)

【相談・申請窓口】

●豊平・玉川・泉野地区:

東部保健福祉サービスセンター ☎82-0026

●宮川・金沢地区:

西部保健福祉サービスセンター ☎82-0073

●ちの・米沢・中大塩地区:

中部保健福祉サービスセンター ☎82-0107

●湖東・北山地区:

北部保健福祉サービスセンター ☎77-3000

対象 茅野市に住民登録があり、認知症と診断されている方

※寝たきり等により、日常生活において他人の財物を壊したりする可能性が明らかにならない方は対象にはなりません。

問合せ 保健福祉サービスセンター 福祉21推進係
☎72-2101 (内線332)

ポッチャボールセットの貸し出し

内容 公式のポッチャボールセットの貸し出しを行っています。

※1回の貸し出しは、2セットまで

※令和8年度の貸し出しは、1団体6回まで

※貸出日から返却日までの間は、原則3日

貸出場所 保健福祉サービスセンター 福祉21推進係
(ゆいわーく茅野 2階)

対象 市内の各種団体 (個人は不可)

料金 無料

申込方法 随時受け付けています。電話にてお申し込みください。

申込・問 保健福祉サービスセンター 福祉21推進係
☎72-2101 (内線332)

オンラインフレイル予防講座 SSAP+ 6月の開催予定

日時 6月4日、11日、18日、25日
毎週木曜日 13時30分~15時

場所 下記の地区コミュニティセンターで同時開催
(中大塩、宮川、湖東)

内容 「SOMPOスマイルエイジングプログラム(SSAP)」オンライン講師によるフレイル予防教室です。「運動」「認知機能トレーニング」「栄養指導」「社会参加」の4つの要素を同時に実施します。

講師 SOMPO ケアシナプソロジーアドバンス教育トレーナー 村上理香

対象 市内在住の65歳以上の方

申込方法 事前申し込み不要。お気軽にご参加ください。

その他 一緒にSSAP+の運営を行ってくれるSSAP+サポーターも募集しておりますので、ご興味のある方はご連絡ください。

問合せ 保健福祉サービスセンター 福祉21推進係
☎72-2101 (内線332)

みんなのパソコン広場 パソコン初心者お助け隊【エクセル・ワード】

日時 7月1日(水)・15日(水)
①14時~ ②15時~ ③16時~

場所 ゆいわーく茅野 1階 会議室101

内容 ワード・エクセルの初歩的な操作、ちょっとしたお困りごとの相談、サポート

定員 各講座2名

持ち物 使用しているノートパソコン

受講料 1,000円

申込方法 5月25日(月)~6月30日(火)までに電話でお申し込みください。

※お申し込みの際に、ワードまたはエクセルのご希望をお伝えください。

申込・問 DX推進課 自治体デジタル係
☎72-2101 (内線242・243)



令和8年8月診療分から

福祉医療費給付金制度が変わります ～将来にわたり支え続けるために～

令和8年8月診療分から、福祉医療費給付金制度の一部を見直します。

今回の見直しは、制度の公平性や持続性を確保しながら、子どもや精神障がいのある方への支援を拡充し、将来にわたり持続可能な制度とするために行うものです。

見直しの背景

医療費の増加や高齢化の進展により、給付額は年々増加しています。制度創設時と比べ、社会状況や医療のあり方も大きく変化しています。限られた財源の中で、必要な支援を持続していくため、制度全体の見直しを行うものです。

今回の見直しの考え方

今回の見直しは、給付を一律に縮小するものではありません。制度の公平性を確保しながら、支援の必要性が高い分野へ重点的に配分し、将来にわたり持続可能な制度としていくものです。

何が変わるのか？

支援の拡充

子どもの医療費の無償化

医療機関窓口での受給者負担金（500円）を無償化します



精神障がい者の入院医療費助成

これまで「通院のみ」が対象だった医療費助成について、入院医療費も対象となります



制度の整理

市独自の資格区分の整理

- 特別児童扶養手当受給者の資格は終了
- 公的年金受給者の資格は終了
- ➔ 障がい者や子どもなどの他の資格に該当する場合は、引き続き医療費助成の対象となります
- 75歳以上住民税所得割非課税世帯の資格は終了（※1 経過措置あり）



ひとり親家庭・障がい者

所得要件を設けます

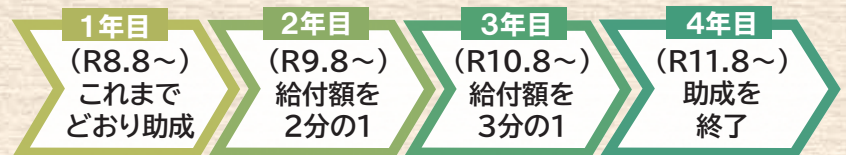
※18歳以下の子どもは、これまで同様に、所得に関わらず医療費助成を受けられます

制度全体

入院時の食事代（入院時食事療養費・生活療養費）の助成は終了となります

※1 経過措置について（重要）

75歳以上住民税所得割非課税世帯の方については、今回の見直しにより資格そのものが終了となることから、急激な負担増とならないよう、段階的に助成を見直します。



市民の皆さまへ

資格や助成内容が変わる場合がありますが、多くの方は引き続き医療費助成の対象となります。多くの方は手続きが不要です。対象となる方には個別にご案内します。

制度の詳しい内容や対象となる条件については、市ホームページに掲載していますので、ご確認ください。（2分でわかる説明動画も掲載しています。）➔

問 保険課 後期高齢・福祉医療係 ☎72-2101（内線326）





凍り豆腐の和風グラタン

【材料(大人2人分)】

凍り豆腐…… 1枚	バター…………… 小さじ1(3g)
牛乳…… 200cc	小麦粉…………… 大さじ1と1/2
じゃがいも… 70g	とろけるチーズ…………… 20g
玉ねぎ…… 70g	みそ…………… 小さじ1
ほうれん草… 50g	コンソメ(顆粒タイプ)… 小さじ1/3
ハム…………… 2枚	

【作り方】

- ① ボールに牛乳を入れ、凍り豆腐を戻して軽く絞り、半分に切って薄切りにする。
- ② ボールに残った牛乳に、みそ、コンソメを加えよく混ぜあわせておく。
- ③ じゃがいもは皮をむき5mmの厚さのいちょう切りにし、500Wのレンジで4分加熱する。玉ねぎは薄切りにし、ハムは1.5cmの色紙切りにする。
- ④ 鍋に湯を沸かし、ほうれん草を茹でて冷水に取り、水気を切ったら3～4cmの長さに切っておく。
- ⑤ フライパンにバターを入れ、溶けたら玉ねぎを入れ、しんなりするまで炒める。ハムを入れ、さらに炒め、小麦粉をふり入れる。
- ⑥ じゃがいも、凍り豆腐を加え、②を少しずつ入れて混ぜながら沸騰させ、とろみがつくまで弱火で煮る。
- ⑦ ほうれん草を加え、火を止める。
- ⑧ アルミカップなどに盛り付けて、上からとろけるチーズを散らす。
- ⑨ オーブントースターに入れ、チーズに焼き色がつくまで焼く。



1人分エネルギー244kcal 食塩相当量1.2g



動画は
こちらから

病院コラム 医療の現場から

マイナ保険証で医療がもっと安心に!

諏訪中央病院 事務部 広報調整係 小笠原真理子



病院の受付で「マイナンバーカードをお持ちですか?」と聞かれたことはありませんか?

マイナンバーカードを「マイナ保険証」として使用するだけでなく、医療情報の提供に同意することで、私たちの健康と暮らしを守るための大きなメリットがあります。

1 より正確で安心な診療へ

医療情報を提供することで、より正確で安心な診察が受けられ、初めての医療機関や薬局で、過去のお薬情報や受診歴・診療情報・特定健診の結果を共有することができます。お薬手帳を忘れた際や、普段飲んでいる薬の名称がわからない時でも、情報共有により薬の飲み合わせや重複を自動でチェックしてくれるため、データに基づいた安心の医療につながります。

2 もしもの時の「救急・災害時の活用」

救急車で運ばれた際や災害時などの緊急事態にも活用されます。昨年10月から全国展開している「マイナ救急」は、救急現場において救急隊員がマイナ保険証を活用し、医療情報を把握することにより、円滑な搬送先医療機関の選定や適切な処置を行うことができます。大規模災害でお薬手帳や常備薬を紛失してしまった場合、普段飲んでいる薬の名称がわからなくても、過去のデータに基づいて適切な処方継続することができます。

3 高額医療費の自動適用

医療費の負担や事務手続きを簡素化することができます。入院や手術などで医療費が高額になる場合、これまでは事前に「限度額適用認定証」を申請する必要がありましたが、マイナ保険証を利用すれば、窓口での支払い額が最初から自己負担限度額までに抑えられます。事前の準備や、一時的に高額の医療費を用意する負担がなくなります。

マイナンバーカードは、医療情報を共有することで、私たちの健康と暮らしを守り、最適な医療につなげる大切なツールです。医療機関へ受診される時は、ぜひマイナ保険証を提示しましょう。



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。



にこにこ

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 6月17日(水) 10時～正午
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 ベビーマッサージ、育児相談を行います。
参加費 2,000円(補助券をお持ちの方は無料)
対象 生後2～4か月の赤ちゃんとお母さん
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
持ち物 産後ケアの補助券(お持ちの方)、母子健康手帳、着替えやオムツ、授乳用品など
申込方法 お電話にてお申し込みください。

だっことおんぶ

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 6月25日(木) 10時～正午
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 キャリーを使ってだっことおんぶを実演と育児相談。(各種キャリーをお試しできます。)
参加費 2,000円(補助券をお持ちの方は無料)
対象 3・4ヶ月～1.6歳児までの赤ちゃんとお母さん
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
持ち物 タオル、母子健康手帳、産後ケアの補助券(ある方)、抱っこひも(お持ちの方)
申込方法 お電話にてお申し込みください。

手がた・足がたアートをやってみよう

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 ① 6月10日(水) 10時～11時
② 6月24日(水) 10時～11時
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 手がた、足がたをとってアートをつくります。
参加費 300円～500円(材料代)
対象 未就園児のお子さんと保護者
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
持ち物 よごれでも良い服装、タオル、母子健康手帳
申込方法 お電話にてお申し込みください。

おっぱいの話

こども館 0123 広場 ☎71-1661

日時 6月2日(火) 11時15分～正午
場所 こども館 0123 広場
内容 授乳中の親の不安を解消し、安心して子育てができるようになるために、専門的な知識を持っている助産師さんから話を聞いたり、質問に答えていただきます。
講師 みぶ母乳育児相談室 壬生正子さん
対象 子育て中の保護者の方どなたでも
参加費 無料
申込 不要

育児中のママを対象としたサークル『ひよこっこクラブ』

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 ① 6月1日(月) 10時～11時30分
② 6月15日(月) 13時30分～14時45分
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 ①「トイレトレーニングとオムツ選びについて」について助産師からのお話し。
②「子どもの熱中症について」について小児科医師からのお話し
対象 未就園児のお子さんと保護者(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
参加費 無料(申込不要)
持ち物 母子健康手帳、お子さんに必要な物、バスタオル(体重測定希望の方のみ)



産後ヨガ

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 6月19日(金) 13時30分～
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 赤ちゃんと一緒にヨガを行います。育児相談もできます。
参加費 550円
対象 3か月以降のお子さん
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
申込方法 お電話にてお申し込みください。

ベビーダンス

諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000

日時 6月26日(金) 13時30分～
場所 諏訪中央病院 2階 小児産科女性病棟
内容 首がすわった赤ちゃんを抱っこ紐で支えながらおどります。
参加費 550円
対象 首がすわった4～5ヶ月以降のお子さん
(当院で出産された方以外のご参加も歓迎)
申込方法 お電話にてお申し込みください。

わらべうた遊び

こども館 0123 広場 ☎71-1661

日時 6月30日(火) ① 10時30分～10時50分
② 11時15分～11時45分
場所 こども館 0123 広場
内容 親子でふれあいながら、わらべうたの歌とリズムにあわせて楽しめます。
講師 平林南海子さん
対象 ① 0、1歳の子どもと保護者
② 2、3歳の子どもと保護者
参加費 無料
申込 不要

子育て 定例イベント

● 0123 広場

開館時間 10:00~18:00 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」	6月9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」	6月23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 土・日・祝日10:00~18:00
休館日 月曜日(祝日の場合は翌日)、第4金曜日
☎72-9085 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
0.1.2おはなし会	6月6日、20日、27日(土) 10:30~	どなたでも	なし	申込不要
おはなしわ〜るど	6月6日、20日、27日(土) 11:00~	3歳以上の方ならどなたでも	なし	申込不要
にじいろのろうそく	6月6日(土) 11:30~	小学生以上の方(大人も歓迎)	なし	申込不要
紙芝居だいすき!	6月13日(土) 10:30~	どなたでも	なし	申込不要
パネルシアターであそぼう!	6月16日(火) 10:45~	どなたでも	なし	申込不要
おなかの赤ちゃんおはなし会	6月20日(土) 11:30~	おなかのあかちゃんとそのご家族	なし	申込不要
どんぐりちいさなおはなし会	6月11日(木) 10:45~	どなたでも	なし	申込不要

● 地区こども館

どの地区のこども館も自由にご利用いただけます。
開館時間や休館日、他イベント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	場所	対象	定員	申込
えほんとなかよし	6月2日(火) 10:30~11:30	ちの地区こども館 ☎73-0881	未就園児親子	なし	申込不要
未就園のつどい 園児さんと交流しよう	6月17日(水) 10:00~11:30	米沢地区こども館 ☎72-5211	未就園児親子	なし	申込不要
豊平キッズワールドで遊ぼう (親子フラダンス)	6月19日(金) 10:30~11:30	豊平地区こども館 ☎82-2611	未就園児親子	なし	申込不要

※お申し込みは、各地区のこども館までお問い合わせください。

※各地区のこども館では、こどもたちの見守りボランティアを募集しています。ご興味のある方は、こども課 ☎72-2101(内線612)へお問い合わせください。



投稿フォームから
ご応募ください!

8月生まれの方募集中!

6月12日(金) までに応募してください。

対象 3歳までの方



まつと
あおし
松土 蒼志くん
令和7年6月24日生まれ
1歳

毎日可愛い笑顔と癒しをありがとう。ご飯いっぱい食べて、たくさん遊んで大きくなあれ! 大好き!



図書館だより

本館休館日 6月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、26日(金)、29日(月)
開館時間 平日 9時30分～18時
土・日・祝日 10時～18時
問い合わせ ☎72-9085



図書館情報

■茅野市図書館 セタおはなし会

- 日時 7月4日(土) 10時30分～11時30分
- 場所 茅野市図書館2階 おはなしの部屋
- 内容 図書館職員による季節の特別おはなし会です。セタに関連した大型絵本の読み聞かせやパネルシアターを上演します。おはなし会に参加したあとは、セタの飾り付けをしませんか？
- 対象 どなたでも
- 定員 30名
- 料金 無料
- 申込方法 6月13日(土) 10時から、QRコード、電話または図書館カウンターで、お申し込みください。



■図書館でティータイムを

- 日時 6月11日(木) 10時30分～11時30分
- 場所 茅野市図書館前庭
- 内容 ボランティアグループ「レモングラス」の皆さんによる図書館の庭で採れたハーブも使ったハーブティーのサービスです。
- 対象 どなたでも
- 料金 無料

■「茅野市版ボードゲーム」制作ワークショップ

- 日時 6月20日(土) 13時～16時
- 場所 茅野市図書館2階おはなしの部屋
- 内容 茅野市内の名所を巡って、オリジナルのボードゲームを作ります。シリーズ講座の第1回です。
- 講師 ゲームパレット茅野
- 対象 小学校3年生以上
- 定員 10名
- 料金 無料
- 申込方法 5月9日(土)～6月5日(金)までにQRコードからお申し込みください。



茅野市民館
Chino Cultural Complex
茅野市美術館
Chino City Museum of Art



開館時間 9:00～20:00 ※施設利用のある場合は22:00まで
図書室 9:00～19:00
TEL 0266-82-8222 **FAX** 82-8223
休館日 火曜日(火曜が祝日の場合、翌平日)、年末年始
住所 茅野市塚原1-1-1(JR茅野駅東口直結)

茅野市民館ホームページ



金子三勇士 ピアノ・リサイタル

金子三勇士デビュー15周年

7/11(土) 14:00 コンサートホール
チケット(全席指定) 4,500円

ピアノの貴公子がおくる
リスト&シューマンの世界

日本の若手ピアニストを代表する金子三勇士のピアノ・リサイタルを、今年も蓼科からお届けします。今回は、同時代を生きた二人の大作曲家、リストとシューマンの名曲の数々をお楽しみいただきます。

デビュー15周年を迎える金子三勇士が、時空を超えて師と仰ぐリストの思いに応え、今だからこそ「一人でも多くの人に生演奏を」お届けします。



©Seiichi Saito



©studio MaaR



©Atsushi Yamaguchi

～蓼科にクラシック音楽の花束を～ 第6回 蓼科高原音楽祭

瀬崎明日香 & マルモ・ササキ ヴァイオリン×チェロ デュオ・リサイタル

7/19(日) 14:00 コンサートホール
チケット(全席指定) 3,500円

美しく温かい響きに包まれる
至福の時間

国内外で活躍するヴァイオリン奏者の瀬崎明日香と、チェロ奏者のマルモ・ササキを迎えるデュオ・リサイタル。「室内楽の濃密さとオーケストラの奥行きを同時に味わえる」ヴァイオリンとチェロの、美しく温かい響き。弦楽器同士ならではの響きの溶け合いを、馴染み深い名曲の数々でお楽しみください。

※未就学児の入場はご遠慮ください

※【特別室での親子席(10席)】4歳以上の未就学児と保護者対象
ご希望の方はチケット購入時に市民館までお申し込みください。

チケット販売状況などはHP等でご確認ください



主催:蓼科高原音楽祭実行委員会 共同主催:茅野市民館指定管理者 株式会社地域文化創造

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

博物館 6月1日、8日、15日、22日、29日
史料館 6月1日、8日、15日、22日、29日、30日

開館時間

博物館 9時～16時30分(見学は17時まで)
史料館 9時～16時30分

入館料

博物館 大人400円、大学生・高校生300円、小中学生200円
史料館 大人200円、大学生・高校生150円、小中学生100円

★ check ★



博物館
ホームページ



史料館
ホームページ

信州星景写真展・大西浩次「茅野展」2026

宇宙と地球が交差する瞬間

— はやぶさ帰還の記録と八ヶ岳の星空 —

帰還シーンと現地の星空、宇宙探索を支える
信州の星空の写真を展示します。



場所 八ヶ岳総合博物館

期間 5月23日(土)～7月12日(日)

料金 通常入館料

企画展「守矢文書にみる安土桃山時代」
ギャラリートーク

日時 6月20日(土)
10時30分～、13時30分～
場所 神長官守矢史料館
料金 通常入館料

— 神長官守矢史料館 臨時休館 —

6月29日(月)～7月1日(水)まで
全館くん蒸のため臨時休館します。

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 6月13日(土)、14日(日)
10時～11時30分
場所 八ヶ岳総合博物館
対象 小学校高学年以上
定員 各回6名
参加費 500円(入館料別)
※要申込

星空観望会

日時 6月20日(土)
19時30分～21時
場所 北部中学校天体ドーム
(北部生涯学習センター)
講師 市民研究員・博物館職員
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

「やさいの絵の具で入浴
剤を作ろう」
日時 6月14日(日)
10時～11時30分
場所 八ヶ岳総合博物館
定員 16名
参加費 300円
※要申込

古文書相談会

日時 6月14日(日) 10時30分～正午
※要申込、参加無料、鑑定等はいりません。

★6月のプラネタリウム 「惑星パレード」

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

6月の休館日 1日(月)、8日(月)、15日(月)、
22日(月)、29日(月)

開館時間 9時～16時30分
(観覧は17時まで)

☎76-2270

E-mail togariishi.m@city.chino.lg.jp

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。



縄文教室②「仮面の女神を作ってみよう」

日時 6月27日(土)・28日(日) 10時～15時30分

場所 尖石縄文考古館

内容 国宝「土偶」(仮面の女神)を実物大で作り、乾燥後、野焼きを体験する講座

対象 高校生以上(下記①および②の両方の条件を満たす方)

①6月27日(土)・28日(日)の両日参加できる方

②10月11日(日)に予定している野焼きに参加できる方

(※野焼きに参加しないと焼くことができません)

定員 10名(申込多数の場合は抽選)

料金 1,500円(予定)

持ち物 昼食、汚れてもよい服装、汚れてもよいタオル2枚、ビニール袋(50cm×50cm位のもの)

申込方法 5月26日(火)～6月14日(日)に電話またはメールでお申し込みください。(先着順ではありません。)



縄文教室「いろいろな土偶を作ってみよう(連続体験講座)」

6月から10月まで各月1回、全国のいろいろな土偶を、粘土1kgで2時間程度で作る講座です。
詳細は考古館のホームページに掲載します。

国保だより

問い合わせ

保険課 国保年金係

☎72-2101(内線322)



令和8年度 国民健康保険税の概要をお知らせします

国民健康保険税は、国民健康保険加入者の皆さんが病気やケガをしたときに安心して医療費などの給付を受けられるように公平に負担をお願いしています。

今月の国保だよりでは、令和8年度の国民健康保険税の算出方法と昨年度からの変更点について解説します。

※以下、国民健康保険税を「国保税」、国民健康保険を「国保」、国民健康保険加入者を「加入者」と省略します。

1 国保税の算出方法



国保税は、医療給付に充てる「医療分」、後期高齢者医療制度を支える「後期高齢者支援金分」、介護保険のサービスに充てる「介護分」、子育て世帯に対する給付の拡充に充てる「子ども・子育て支援金分」の4つから構成されています。医療分と後期高齢者支援金分と子ども・子育て支援金分は加入者全員にかかります。介護分は40歳以上65歳未満の加入者にかかります。

それぞれ所得から割り出した額と、加入者1人にかかる額、18歳以上加入者1人にかかる額、世帯ごとにかかる額を合計して年税額が決定します。令和8年度は以下の表のとおり計算します。

	医療分	後期高齢者支援金分	介護分	子ども・子育て支援金分
所得割 (令和7年の所得に対して計算)	(令和7年中の総所得金額等 -最大43万円) ×6.58%(税率)	(令和7年中の総所得金額等 -最大43万円) ×2.88%(税率)	(令和7年中の総所得金額等 -最大43万円) ×2.38%(税率)	(令和7年中の総所得金額等 -最大43万円) ×0.01%(税率)
均等割 (加入者1人ごとの額)	24,000円×世帯内の加入者数	10,600円×世帯内の加入者数	10,000円×世帯内の40歳以上 65歳未満の加入者数	100円×世帯内の加入者数
18歳以上均等割 (18歳以上の加入者1人ごとの額)				5円×世帯内の18歳以上の 加入者数
世帯別平等割 (世帯ごと一律)	24,600円	9,500円	8,100円	100円
課税限度額	670,000円	260,000円	170,000円	30,000円

医療分合計+後期高齢者支援金分合計+介護分合計(介護分は40歳以上65歳未満のみ)+子ども・子育て支援金分合計



国保税の年税額

※年度途中に加入、脱退した場合は加入月数に応じて月割り計算します。

2 国保税の納付

【納税義務者】 **納税義務者は世帯主です。**

世帯主が国保に加入していなくても納付書は世帯主あてに送付します。

【納税通知書】 令和8年度の納税通知書は、6月中旬に世帯主へ送付します。

【支払い回数】 支払いは通常、6月から翌年3月までの計10期です。1期あたりの納付額は、年税額をお支払い回数で割った額です。100円未満の端数は、初回に合算します。

【支払い方法】 現金払い、スマートフォンでの決済または口座振替

現金払い、スマートフォンでの決済の方は、6月に送付される納付書でお支払いください。

口座振替を希望の方は、税務課 諸税係(内線192)までお申し出ください。

3 子ども・子育て支援金【新設】

令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が始まりました。「子ども・子育て支援金制度」とは全ての世代から子ども・子育て支援金を拠出いただき、それによる子育て世帯に対する給付の拡充を通じて、こどもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組みです。

「子ども・子育て支援金」分は、令和8年度から国保税に含めて納付いただくことになります。

	質問	回答
Q1	こどもに対しても課税されるのですか？	こども（18歳に達する日以後の最初の3月31日以前である方。高校生年代まで。）については、子ども・子育て支援金分の均等割額が全額軽減されます。
Q2	18歳以上均等割とは何ですか？	Q1のとおり、こどもの均等割額を全額軽減する分について、18歳以上の加入者にご負担いただくものです。

制度の詳細については、
[こども家庭庁のリーフレット\(QRコード\)をご確認ください](#)→



4 その他昨年度からの変更点

課税限度額が変更になりました

国保税負担の公平を図るために医療分の課税限度額が年間66万円から67万円に引き上げられます。令和8年度から新設された子ども・子育て支援金分の課税限度額は年間3万円です。

	医療分	後期高齢者支援金分	介護分	
令和7年度	660,000円	260,000円	170,000円	
▼				
	医療分	後期高齢者支援金分	介護分	子ども・子育て支援金分
令和8年度	670,000円	260,000円	170,000円	30,000円

低所得世帯に対する軽減基準が変更になりました

経済動向等を踏まえて5割、2割の軽減世帯の基準が引き上げられます。

	7割	5割	2割
令和7年度	43万円 + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下	43万円 + (30万5千円 × 加入者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下	43万円 + (56万円 × 加入者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下
▼			
	7割	5割	2割
令和8年度	43万円 + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下	43万円 + (31万円 × 加入者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下	43万円 + (57万円 × 加入者数) + 10万円 × (給与所得者等の数 - 1) 以下



国民年金だより No.210



保険課 国保年金係 ☎72-2101(内線324)
岡谷年金事務所 ☎23-3661

令和8年度(6月15日支払い分)からの年金額

65歳になったとき…

老 齢 基 礎 年 金

◇満額の場合 **847,300円** (昭和31年4月1日以前に生まれた方**844,900円**)

20歳から60歳になるまでの40年間の保険料をすべて納めると、満額の老齢基礎年金を受け取ることができます。厚生年金保険の被保険者の期間と合わせて受給資格期間が10年(120月)以上ある方は、老齢基礎年金を受け取ることができますが、納付状況や免除期間などにより、上記の満額より年金額が少なくなります。お勤めしていた期間の年金は、老齢厚生年金として受け取れます。

もしも、一家の働き手に先立たれたら…

遺 族 基 礎 年 金

◇子のある配偶者が受け取るとき **847,300円+(子の加算額)**

(昭和31年4月1日以前に生まれた方**844,900円**)

◇子が受け取るとき(次の金額を子の数で割った額が、1人あたりの額となります。)

847,300円+(2人目以降の子の加算額)

※1人目および2人目の子の加算額 ……1人につき 243,800円

3人目以降の子の加算額 ……1人につき 81,300円

国民年金に加入中の方が亡くなったとき、その方に生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」が、遺族基礎年金を受け取ることができます。

遺族基礎年金の支払いは、子が18歳(子に障害がある場合は20歳)に到達する年度の末日までです。

もしも、病気やケガで障害が残ったら…

障 害 基 礎 年 金

◇1級障害 **1,059,125円+(子の加算額)**

(昭和31年4月1日以前に生まれた方**1,056,125円**)

◇2級障害 **847,300円+(子の加算額)**

(昭和31年4月1日以前に生まれた方**844,900円**)

※1人目および2人目の子の加算額 ……1人につき 243,800円

3人目以降の子の加算額 ……1人につき 81,300円

国民年金に加入中の病気やケガにより、障害の状態にある間は障害基礎年金を受け取ることができます。

障害基礎年金を受け取るためには、一定の保険料納付要件があります。

20歳前に障害となった場合は、20歳になったときに請求ができます。この場合本人の所得によって支給制限があります。





災害時の円滑な飲料水供給に寄与 市水道事業協同組合からの災害飲料水用 簡易給水槽の寄付および災害協定再締結

3月25日、市役所で、茅野市水道事業協同組合と災害協定の再締結を行いました。また、災害時に使用できる飲料水用簡易給水槽5基が市に寄付されました。

寄付があった災害飲料水用簡易給水槽は、容量が約350Lで袋状の折り畳み式で、軽トラックなどに積んで効率よく、安定して水を運べる作りとなっています。

今回の寄付に対して、今井市長は「素晴らしい給水槽を寄付いただいて感謝しています」と話しました。



きのこが収穫できるのを楽しみにして キノコの菌打ち講習会

3月22日、茅野市運動公園の焼肉広場で、「きのこの菌打ち講習会」が開催されました。

当日は約40人が参加し、講師を務めるNPO法人八ヶ岳森林文化の会の指導のもと、各々のほだ木にドリルで等間隔に穴を開け、開けた穴にシイタケの菌駒を木槌などで打ち込む体験を楽しみました。

参加者からは、「市の広報で見つけていい機会だと思い参加した。収穫したらたき火か炭で焼いて醤油をかけて食べたい」など収穫を待ち望む声が聞こえました。



交通ルールを学んで、事故防止につなげる 長野トヨタ自動車およびNTPトヨタ信州 による交通安全啓発冊子贈呈式

4月16日、交通安全事故防止等を目的として、長野トヨタ自動車およびNTPトヨタ信州からうんこ交通安全ドリルなどの交通安全啓発冊子が贈呈されました。

寄贈は、市内小学1年生、市内全保育園児・幼稚園児、免許更新等を行う高齢者を対象としており、代表して玉川小学校1年生の児童が受け取りました。

ドリルを受け取った児童からは、「(ドリルがもらえて)嬉しい」と喜ぶ様子が見られました。



性別に関係なく、いきいきと活躍できる社会を想って 「男女共同参画をテーマにした川柳」表彰式

3月23日、市役所で、令和7年度「男女共同参画をテーマにした川柳」の表彰式が開催されました。

今年は、「性別に関係なく、誰もが学校や職場、家庭の中でいきいきと活躍できる社会をイメージできる作品」をテーマとして437作品の応募があり、当日は入賞者11名に表彰状と記念品が授与されました。

今回入賞した作品は、茅野市ホームページ



ちの観光 News

今回は **八ヶ岳開山祭**

八ヶ岳開山祭って？

毎年6月第一日曜日に行われる、八ヶ岳の山開きの
お祭りことです！八ヶ岳観光協会が主体となり、登山
客の安全を祈願するお祭りです。

このお祭りは、北八ヶ岳会場・南八ヶ岳会場の2つ
の会場に分けて行われ、毎年たくさんの登山を愛する
観光客が訪れます。

各会場では参加者に対し、安全祈願のお札と記念ピン
バッジが配布されます。ピンバッジをコレクション
している観光客もいるとか！

また、開山祭前日には、各山小屋ごとに前夜祭が行
われ、前日から山小屋ステイを楽しむ観光客や地元民
も多いイベントです！



ピンバッジは毎年デザインが変わります！
コレクションしたくなる気持ちがわかる…！

開山祭に関する詳しい情報は
茅野市観光案内所 (TEL 73-8550) へ！

産業経済部 観光課観光係 TEL 72-2101(内線423)

はじめまして！

ゆいわーく茅野 運営委員です！！



問 自治・協働課 市民活動係 ☎72-2101(内線142)

ゆいわーく茅野は、市民等と茅野市、茅野市社会福祉協議会の3者が、協働で運営しています。
ゆいわーく茅野の運営や事業等について、みんなで話し合う場として運営委員会が設置されています。
運営委員は、ボランティア・NPO・市民活動・地域コミュニティ・企業・学校関係者、公募による市民・市
社協職員の異業種、異分野の方々で構成されています。

令和8年度からは、15名の運営委員さんと
新たなスタートをしました！

R8・9年度運営委員会

- | | | |
|--------|--------|--------|
| ●牛山 雄二 | ●本橋 美幸 | ●前澤 伸哉 |
| ●牛山 玲子 | ●猿谷 大和 | ●宮坂 貞博 |
| ●清水 麗嘉 | ●田村 満理 | ●池田 怜央 |
| ●武澤 一枝 | ●三澤 好美 | ●川上 天駟 |
| ●田島 幸秀 | ●中嶋 愛理 | ●瀧本 翔太 |

(敬称略)



2年間よろしく願いいたします！

市民掲示板

障がい者対象AI活用科 訓練生募集!

- ▲期間/10月6日(火)~11月30日(月)
- ▲場所/日本ナレッジ(株)エンジニア訓練教育センター(下諏訪町4867-8)
- ▲内容/生成AIの使い方、活用方法を身につけることを目的とした障がい者対象の受講生を募集します。
- ▲対象者/ハローワークに求職登録をしている障害者手帳をお持ちの方(医師の意見書可)で、ワードやエクセルの基本操作ができる方。
- ▲定員/6名
※応募者が定員に達しない場合は開講しない場合があります。
- ▲募集期間/6月22日(月)~9月4日(金)
- ▲問/長野県南信工科短期大学校
☎0265(71)5051

kajii「食器はうたう」 公演のお知らせ

- ▲日時/6月28日(日)
13時15分開場/13時30分開演
- ▲場所/ハケ岳自然文化園
- ▲内容/茅野おやこ劇場6月鑑賞例会のお知らせです。
クマーマと創の二人からなる音楽ユニット。「音楽と楽器をもっと身近に」という願いから茶碗・ペットボトル・空き缶等から200種類以上の日用品楽器を創り出しています。
それらを用いて奏でられた音楽は唯一無二の世界観とワクワクを作り出します。全国各地で1000回以上のステージを開催し好評を得ています。
- ▲対象/会員のみ
- ▲申込/ご覧になりたい方は茅野おやこ劇場へご入会ください。お問い合わせは下記連絡先までメールにてお願いいたします。
- ▲問/茅野おやこ劇場
E-mail:chino_oyako.gekijyou@yahoo.co.jp

呼吸筋ストレッチ体操教室 第1回

- ▲日時/6月9日(火)、16日(火)、23日(火)、7月7日(火)、14日(火)、21日(火)、
毎回13時30分~14時30分(6回)
- ▲場所/玉川神ノ原・花岡接骨院内
- ▲内容/呼吸を整えて、『体』と『心』の健康を維持。誰でも簡単に出来る体操です。一緒に頑張りましょう。
- ▲定員/10名
- ▲参加費/初回330円(テキスト代)1回200円
- ▲持ち物/タオル、飲み物
- ▲申込/事前に電話でお申し込みください。
- ▲問/NPO法人 安らぎ呼吸プロジェクト 花岡(認定指導士)
☎090-1059-6948

合気道体験会

- ▲日時/
・6月2日(火)19時15分~20時15分
・6月7日(日)10時15分~11時15分
・6月9日(火)19時15分~20時15分
・6月14日(日)10時15分~11時15分
- ▲場所/原村社会体育館1F柔道場
- ▲内容/茅野合気道会では小学生から70代まで一緒に稽古しています。「武道は難しそう…」「運動経験がないから不安…」そんな心配は一切不要です!試合や勝敗を競うことがない合気道は、どなたでも無理なく始められる武道です。心と体を心地よく動かす合気道の魅力を体験してみませんか?
上記いずれかの日でご参加ください(複数回参加も大歓迎)
- ▲対象/小学生以上
- ▲参加費/無料
- ▲申込方法/メールもしくはホームページ(二次元コード)からお申し込みください。
- ▲問/茅野合気道会 柴田
☎080-5110-7607
E-mail:chinoaikidou@gmail.com



税関パネル展開催のお知らせ

- ▲日時/6月8日(月)~6月12日(金)
- ▲場所/茅野市役所1階ロビー
- ▲内容/税関は、昭和55年に諏訪市に設置され令和8年で46年目になります。今回で5年目となりますが、税関の役割をお伝えするとともに税関をより身近なものと感じていただきたく、以下のとおり税関パネル展等を開催します。
・密輸取締り等のパネル展示
・リーフレットの設置
・密輸入手口のレプリカ展示
- ▲問/財務省名古屋税関諏訪出張所
☎0266-58-5953

みんなの環境館

- ▲日時/6月27日(土)
(受入)9時30分~(販売)11時~
- ▲場所/ゆいわく茅野3階
- ▲問/もったいないを考える茅野
☎090-1865-7933

シルバー人材センター入会説明会

- ▲日時/6月17日(水) 14時~
- ▲場所/富士見事務所
- ▲申込方法/事前に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

標高1800mの初夏の千駄刈の森を楽しむ

- ▲日時/6月13日(土)10時集合
(所要時間:2~3時間)
- ▲場所/蓼科・ハケ岳国際自然学校
- ▲講師/当校インタープリター藤本智
- ▲定員/15名
- ▲参加費/大人1,000円、子ども500円
- ▲持ち物/筆記用具、行動食または昼食、歩きやすい服装
- ▲申込・問/蓼科・ハケ岳国際自然学校
☎0266-67-1115
E-mail:office@or.jp
HP(QRコード)に申込フォームあり
※要予約(1週間前まで)



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10日
- 8月号に掲載希望の場合は6月10日まで掲載ルールをご確認いただき申し込みをしてください。

問 地域創生課 広報係
☎72-2101(内線235)



Editor Note 編集後記

今回は給食について特集しました。ご協力いただいた皆様ありがとうございました。取材を通して、様々な方のご協力と尽力があった、美味しい給食ができていたのだと改めて知ることができました。子どもたちが美味しい給食を食べて健康に育って欲しいと願う方々の温かい気持ちや伝わる特集内容となっていれば嬉しいです。内容として、私事ですが、なんと4月から私に後継者ができ、先輩と呼ばれる立場となりました。彼らの持つ新しい目線や知識に刺激を受けながら、かつて私が先輩に支えられたように、彼らを支えることができる良い関係を作っていきたいと思っています。一先ずは、張り切って空回りしないように気を付けたいと思います。

(編集担当)

CHINO

次号(広報ちの7月号)
の発行日は、

6月18日(木)

を予定しています。

広告

広告

広告

広告

広告

City Public
Relations
Magazine

CHINO

茅野市広報誌
広報ちの

6

令和8年
2026

NO.984

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 ☎0266-722101
印刷／株式会社中央企画



↑茅野市
ホームページ

◎ 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。
※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。