

広報2018

ちの
Chino City

ちの市議会だより



平成30年
No.891

9月号



防災特集 災害で犠牲にならないために ～その目は突然やってくる～

皆さん、9月1日は防災の日です。災害等もしもの時の備えは準備していますか。今月の特集では、災害が起きた時取るべき対応や、事前に確認してほしいことを掲載しました。いつ来るかわからない災害に備え、今できる準備をしましょう。



災害で犠牲にならないために ～その日は**突然**やってくる～

みんなの
お家は大丈夫？



平成23年の東日本大震災発生から7年半。その間にも、平成26年広島土砂災害、平成27年鬼怒川の氾濫、平成28年の熊本地震、平成29年九州北部豪雨、そして先日(平成30年)7月豪雨…。毎年多くの方が尊い命を亡くされています。明日は我が身かもしれません。災害で犠牲にならないために、最低限必要な備えを一緒に考えましょう。

災害で犠牲にならないためには、「災害は必ず起きる」という危機感を持っていただくことと、そのとき「自分と家族の生命は自分自身で守る」という意識が最も大切です。

かつては、多くの皆さんが、自然災害から生き延びること、家族を守ることが、当たり前のこととして、自らがやらなければならないと考えていました。しかし、近年の激甚化する災害では、個人でできる対策には限界があることから、公助(国、県、市、消防、警察、自衛隊など)の役割が年々大きくなってきました。茅野市としても、必要な対策を進めています。

ただし、災害は、その規模が大きくなればなるほど、対策が全ての皆さんに届くには、どうしても時間がかかります。また、それぞれの方が、行政がお届けする情報や対策を、積極的に受け取りに行く必要があります。例えば、避難勧告などの情報を、市では確実に出す必要があります。しかし、どんな情報を出しても、待っているだけではその情報が届かないかもしれません。情報を受け取る側にも、受け取るための努力が必要です。また、災害時には、ご近所同士の助け合いが欠かせません。

ただし、近年の激甚化する災害では、もはや個人の皆さん、自主防災組織、行政、防災関係機関が、それぞれ別々に動いていても、犠牲者をゼロにすることは困難です。これからは、自助、共助、公助が一体となって、地域社会として自然災害に立ち向かわなければなりません。

茅野市総合防災訓練に参加しましょう



今年度の茅野市総合防災訓練は、震度7の巨大地震が発生した場合を想定し、市内10地区を対象とした通信訓練、各地区の実情に合わせた初動訓練を実施します。また、市内の指定避難所の内、基本避難所(小中学校、八ヶ岳総合博物館、笹原保育園)を開設する、避難所開設訓練を実施します。激甚災害発生時に必要な活動を知っていただくため、地震発生直後の初期活動の訓練を、昨年度に引き続き行います。

■と き 9月2日(日) サイレン吹鳴 午前7時～

■ところ 市内一円

問 防災課 防災係(内線182)



災害に備えて確認すべきこと4選!!



地震に備えて 家の中の安全を確認しましょう

地震に備えて、「落下・転倒防止対策」「身の安全対策」を行うために、家の中の安全チェックを実施しましょう。

- ・ガラスには飛散防止フィルムを張りましょう。
- ・吊型電灯はソケット部分をテープで巻いて、固定しましょう。
- ・家具はその場所にあった固定用具を使って、正しく固定しましょう。
- ・冷蔵庫は倒れないように、金具などを使って固定しましょう。
- ・寝室や子ども部屋には家具を置かない。
- ・安全避難のための出入り口や通路にものを置かない。
- ・テレビ台の上のテレビには飛び出さないようにストッパーをつけましょう。



ブロック塀の撤去、補強等を支援します

先の大阪北部地震では、ブロック塀の倒壊により尊い二人の方の命が失われました。危険ブロック塀への対処は全国的な緊急課題となっています。茅野市においては補助金制度を創設し、市民のみなさんの危険ブロック塀の撤去、補強、建替えを積極的に支援します。内容は、状況に応じて費用の1/2～2/3を補助するものです。補助金の詳細は、都市計画課住宅建築係までお問い合わせください。

問 都市計画課 住宅建築係（内線537）

非常持ち出し品では命は救えない！ 本当に必要なものは何？

非常持ち出し用品は、避難生活を余儀なくされた場合の「避難便利グッズ」です。無いからといって命を落とすようなものではありません。ただし、毎日飲まなければならない薬など、どうしても用意しておくべきものがあります。『我が家にとって本当に必要なものは何か？』それぞれの家庭で考えましょう。目安は、「家族で3泊程度の登山をするときの装備」を最低限の基準として、置き場所、種類分け（すぐに持ち出すもの、備蓄品として保管するものなど）も工夫しましょう。また、非常持ち出し用品とは別に用意しておくべきものがあります。これまで国内で発生した災害の教訓から、被災地では『枕元3点セット』（懐中電灯、スリッパ、ホイッスル）を準備しています。これは、避難とは関係なく、家族分用意しましょう。



家族との連絡方法を確認

家族がバラバラになってしまった時、安否確認ができるように日頃から確認方法や集合場所などを決めておきましょう。災害時には携帯電話の回線が繋がりにくくなります。伝言サービスを利用しましょう。



平成29年九州北部豪雨、平成30年7月豪雨の被災地に学ぶ

近年発生している豪雨災害でも、犠牲者がゼロだった地域があります。こうした地域では、どのような避難をしたのでしょうか。

豪雨災害で犠牲にならないためには、「安全な場所」へ避難するしかありません。しかし、どこが「安全な場所」なのか、避難の方法、避難のタイミングは、住んでいる場所（予想される危険の種類と程度）によって異なります。とは言え、個人が避難の判断をすることは、非常に困難です。このため、犠牲者がゼロだった地域では、ご近所同士で話し合い、避難のタイミングと避難場所を決めてありました。その基準に従い、声を掛け合って避難した結果が犠牲者ゼロにつながっています。

茅野市でも、こうした被災地の教訓を参考に、犠牲者ゼロを目指しましょう。

**みんなで『逃げる』から、『逃げない』という人がいなくなる
みんなで『逃げる』から、『逃げられない』人のことが気にかかる**

茅野市には3人の名誉市民がいます。それぞれの時代を生きた3人の偉人の姿には、現在を生きる私たちが受け継ぐべき地域の在り方を見ることができるでしょう。市制施行60周年である今、熱いまなざしで郷土を見つめ続けた3人の偉業を紐解くことで、それぞれが伝えたかった後世へのメッセージを受け取り、歴史を学ぶことはもちろん、未来を切り拓くことに繋がるのではないのでしょうか。



宮坂 英式 考古学者

Fusakazu Miyasaka 明治20年～昭和50年

古代文化に情熱を注ぐ

特別史跡尖石をはじめ、長年に渡って埋蔵文化財の発掘や保護に情熱を注がれた人物で、昭和25年に藍綬褒章、昭和41年に勲四等瑞宝章、昭和49年に吉川英治文化賞、昭和51年には生前の功績に対して従五位勲四等旭日小綬章が贈られています。著書、論文も多数あり、中でも『尖石』（茅野市教育委員会刊）、『渋川』（尖石考古館刊）、『蓼科』（同）が著名です。昭和42年1月1日、茅野市で初となる名誉市民の称号が贈られました。



矢崎 虎夫 彫刻家

Torao Yazaki 明治37年～昭和63年

日本彫刻界の巨匠

芸術活動一筋の人生を歩まれ、日本彫刻界の巨匠として国内外に認められるとともに、市の芸術文化の向上にも多大な貢献をされました。昭和52年から56年までの間に5回に渡る紺綬褒章と、昭和57年に勲四等瑞宝賞が贈られ、同年12月には名誉市民の称号が贈られました。氏の作品は、パリ・パリセンヌ公園の「雲水群像」、国立近代美術館の「托鉢像」、第33回国民体育大会のモニュメント「やまびこ群像」、尖石考古館の「縄文の手」など多数あるほか、茅野市の蓼科高原美術館にも数多く展示されています。



小平 邦彦 数学者

Kunihiro Kodaira 大正9年～平成9年

世界に認められた数学者

昭和13年に東京大学理学部数学科、16年に同物理学科を卒業され、助教授時代を経た後、渡米し、大学教授として活躍されました。帰国後も東京大学、学習院大学で理学部教授を歴任。鋳物師屋に疎開中に執筆した論文が数学のノーベル賞といわれるフィールズ賞の受賞に繋がりました。そのほか藤原賞、ウルフ賞などの世界的に著名な賞を数々受賞されています。昭和62年に勲一等瑞宝章が贈られ、昭和63年には名誉市民の称号が贈られました。その後も、東京大学名誉教授、日本学士院会員などの要職に就き活躍されました。



平成30年度茅野市表彰式

～市の発展にお力をいただいた方々を表彰～

問 総務課 行政係
☎72-2101(内線 132)

平成30年度茅野市表彰式が、8月1日(水)に市役所大ホールで行われました。茅野市表彰式は、市政や公益、教育文化などの発展に功績のあった個人や団体を顕彰するものです。

自治功労・産業功労・社会福祉功労・教育文化功労として市長表彰が、また、篤志寄付をいただいた個人・団体に市長感謝状が贈られました。

茅野市表彰式表彰者(敬称略)

◇自治功労

両 角 光 子 (地方自治の振興)
伊 東 俊 夫 (地方自治の振興)
小 尾 定 良 (地方自治の振興)
茅野市河川保全整備
推進協議会 (地方自治の振興)
茅野市地球温暖化対策
地域協議会 (地方自治の振興)
市民の森を創る会 (地方自治の振興)

◇産業功労

牛 山 仁 志 (養蚕業の振興)
柳 澤 徳 一 (地域の産業振興)

◇社会福祉功労

藤 森 五 男 (保護司の活動)
小 池 すみ子 (地域の健康づくり活動)
伊 藤 和 子 (地域の健康づくり活動)
五 味 や す (地域の健康づくり活動)
傳 田 トクエ (地域の健康づくり活動)
守 矢 レイ子 (地域の健康づくり活動)
伊 藤 喜美子 (地域の健康づくり活動)
竹 村 た か (地域の健康づくり活動)
中 川 和 子 (地域の健康づくり活動)
両 角 はつゑ (地域の健康づくり活動)
河 西 たもつ (地域の健康づくり活動)
藤 森 政 子 (地域の健康づくり活動)
溝 口 希理子 (地域の健康づくり活動)

◇永年勤続 (自治功労)

牛 山 津人志
両 角 光 明

◇教育文化功労

知 見 秀 雄 (学校医)
眞 田 幸 昭 (学校医)
伊 藤 慎 男 (青少年健全育成)
柳 沢 孝 夫 (青少年健全育成)
熊 谷 洋 (社会教育の振興)
矢 崎 美知子 (国際交流の活動)
百 瀬 真理子 (国際交流の活動)
小 平 美智子 (国際交流の活動)
深 井 恵 子 (国際交流の活動)
小 海 嘉 介 (文化継承の活動)

◇篤志寄付

株式会社ハイライト
代表取締役 岡部憲一 (環境整備事業寄付金)
南新電気工業株式会社
代表取締役社長 金子好成 (総務事業寄付金)
仲 田 征 一 (地域活性化事業等寄付金)
塩尻鉄工株式会社
代表取締役社長 仲田征一 (教育振興事業寄付金)
茅野ライオンズクラブ
会長 浜 一成 (教育振興事業寄付金)
共進エネーブ株式会社
代表取締役 小松原進 (太陽光LED外灯の寄贈)
セイコーエプソン株式会社
代表取締役社長 碓井 稔 (投影機器の寄贈)
藤 森 照 信 (スケッチの寄贈)
藤 森 民 雄 (彫刻の寄贈)
立 川 玄 八 (デッサンの寄贈)
柴 田 忠 弘 (絵本原画の寄贈)



講座

平成30年度 認知症予防入門講座の受講生を募集します

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101 (内線334・335)

認知症と聞くと「嫌だな」、「パートナーが認知症になったらどうしよう」……そんな不安が頭をよぎります。でも、年をとれば、誰にでも起こり得る病気です。認知症を正しく理解して、ご自身の健康づくりに役立ててみませんか。

と き 10月25日(木)から11月29日(木)まで 全5回の講座

午後1時30分～4時

ところ 諏訪中央病院講堂

参加資格 市内在住の65歳以上の方

定 員 30名

費 用 無料

持ち物 筆記用具、必要な方は水分補給のための飲み物（第2回と第3回は運動をします。動きやすい服装、靴で参加してください。）

申込期間 9月25日(火)から

電話で茅野市役所 高齢者・保険課
高齢者福祉係までお申込みください。

※ 受付は、平日 午前8時30分～午後5時15分までです。

※ 定員になり次第締め切ります。

	開催日	内 容 (予定)
第1回	10月25日(木)	『①認知症の方を地域で支える、②認知症基礎講座Ⅰ』 講師①：市内事業所施設長 講師②：諏訪中央病院医師
第2回	11月1日(木)	『①介護保険と茅野市の高齢者福祉の取組、②頭とからだを動かそうⅠ』 講師①：茅野市高齢者・保険課職員 講師②：茅野市健康運動指導士
第3回	11月8日(木)	『①口腔ケアのお話、②頭とからだを動かそうⅡ』 講師①：歯科衛生士 講師②：茅野市健康運動指導士
第4回	11月15日(木)	『①栄養のお話、②認知症基礎講座Ⅱ』 講師①：管理栄養士 講師②：諏訪中央病院医師
第5回	11月29日(木)	『①認知症サポーターについて、②認知症基礎講座Ⅲ』 講師①：認知症キャラバン・メイト 講師②：諏訪中央病院医師

お知らせ

(仮称)都市計画道路観音通線 街路樹検討委員を公募します

申込・問 都市計画課都市計画係 ☎72-2101 (内線534)

長野県と茅野市では、都市計画道路観音通線の茅野駅東口から市役所東交差点までの区間において、電線を地中に埋める「無電柱化事業」を計画しております。無電柱化に伴い、道路防災機能が向上し、安全で快適な通行空間が確保されるだけでなく、良好な景観が形成されます。事業の実施にあたり、歩道内に電線共同溝と呼ばれる管を埋設するため、現在植樹されている街路樹（プラタナス）が支障になります。

つきましては、新たな街路樹を選考していただくため、(仮称)都市計画道路観音通線 街路樹検討委員会の委員を次のとおり募集します。

任 期 平成30年9月下旬頃～街路樹選考まで

応募資格 市内在住、在勤、在学でまちづくりに熱意のある方

募集人員 若干名

応募方法 都市計画課都市計画係までご連絡をお願いします。

応募期限 9月14日(金)

選考結果 応募者ご本人へ連絡します。

その他

・(仮称)都市計画道路観音通線街路樹検討委員会は月1回程度の開催を予定しています。
・当委員会は、市の条例や規則に基づくものではないため報酬や日当の支払いはありません。



お知らせ

平成30年 住宅・土地統計調査

問 地域戦略課 広報戦略係 ☎72-2101 (内線234)

○調査の内容

総務省統計局(長野県・茅野市)では、10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、全国約370万世帯の方々を対象とした大規模な調査です。

○調査の目的

今回の調査では、住宅数や国民の居住状況だけでなく、①「高齢化社会を支える居住環境」、②「耐震性・防火性等の住宅性能水準の達成度」、③「土地の利用状況」のほか、「空家等対策の推進に関する特別措置法」が施行されたことにより「空き家の実態」を把握することをねらいとしています。

○調査回答のお願い

調査期間中抽出された世帯へ、統計調査員が調査書類を配布いたします。

調査への回答は、インターネットでの回答を推進しています。ご理解とご協力をお願いします。

詳しくは、

住宅・土地統計調査

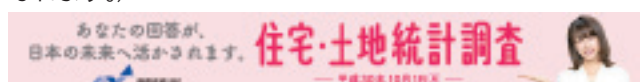
検索

住宅・土地統計調査コールセンター

TEL 0570-78-3939 IP電話の場合は03-5539-5230

設置期間 平成30年10月26日(金)まで

受付時間 午前8時～午後9時(土・日・祝日もご利用になれます。)



「防災工作&エコバッククッキング体験会」を開催します！

問 環境課 環境保全係 ☎72-2101（内線263） FAX 82-0234
メール kankyo@city.chino.lg.jp

茅野市地球温暖化対策地域協議会（愛称：エコパートナーシップちの）では、楽しみながら防災と環境について体験していただき、市民一人ひとりが身近な省エネに対する関心や理解を深め、家庭での省エネルギーなどの取組を進めていくために「防災工作&エコバッククッキング体験会」を開催します。

どうぞ、ご家族やお友達とお誘いあわせの上お越しください！

★防災皿★



★エコバッククッキングで作る蒸しパン★



と き 9 月 15 日(土) 午後1時～3時

と ころ 茅野市民館イベントスペース

参加費 無 料

定 員 20名（先着順とさせていただきます）

内 容 ○防災工作

新聞紙でいろいろな形のお皿やエコバック等を作ってみよう！

○エコバッククッキングでふわふわ蒸しパン作り

ポリ袋を使って、最小限の水と材料で蒸しパンを作って食べてみよう♪

○省エネクイズ

家庭での省エネに役立つクイズに答えて、素敵なエコグッズをプレゼント！

主 催 茅野市地球温暖化対策地域協議会

申込・問 9月12日(水)までに、氏名、住所、参加人数、ご連絡先を上記問い合わせ先へお申し込みください。

お知らせ

あなたの命を守る「耐震シェルター」

問 都市計画課住宅建築係 ☎72-2101（内線539）

そんな方は



「耐震シェルター」ご存知ですか？
比較的安価で手軽に命を守る方法です。

費用が高くて、
耐震工事ができない...



※倒壊実験写真



ベッドタイプもあります
本体費目安：40万円程
設置費用等目安：16万円程

耐震シェルター設置費用の1/2以内の額、上限20万円の補助を行っています。（昨年の施工例：本体費27万円程＋設置費用29万円程＝56万円程（参考）【補助金20万円】）

要件

※耐震診断を行い、診断結果が総合評点1.0未満であること。

※昭和56年5月31日以前に着工された住宅が対象です。

（その他要件あり）

○他にも耐震改修工事に対する補助もあります

（耐震改修工事費用の4/5以内の額、上限100万円）

お知らせ

特別養護老人ホームの入所申込先が変わります

問 諏訪広域連合 介護保険課介護審査係 ☎82-8162
茅野市役所 高齢者・保険課高齢者福祉係
☎72-2101（内線335）

諏訪広域連合では、特別養護老人ホームの入所までの調整を円滑にするため、入所申込み窓口を市から入所を希望される特別養護老人ホームに変更します。

10月1日以降に申請をされる方

- ・平成30年10月1日から諏訪圏域内の特別養護老人ホームに直接申請をお願いします。
- ・申請書等については諏訪広域連合のホームページに掲載させていただきます。また、特別養護老人ホーム独自の申請書等については、各特別養護老人ホームへお問い合わせください。

すでに申請をされている方

- ・現在、待機されている方の再申請は不要です。
- ・10月以降に入所希望施設を増やす場合は、希望される特別養護老人ホームへ直接申請をお願いします。



お知らせ

郵便局・諏訪広域証明書交付サービスは、平成31年3月29日(金)をもって終了します

問 住民票等に関する問い合わせ…市民課戸籍係 ☎72-2101 (内線252、253、258)
税証明に関する問い合わせ…税務課各証明書交付担当係 ☎72-2101

郵便局における証明書交付サービスと諏訪6市町村における証明書交付サービスは、平成31年3月29日(金)をもって終了することになりました。茅野市にお住まいの方は茅野市役所のほか、ベルビア出張所・各地区（ちの地区を除く）コミュニティセンターで証明書交付サービスを継続しますのでご利用ください。

なお、諏訪6市町村では、平成31年3月1日(金)より、マイナンバーカードを利用してコンビニエンスストア等に設置されているマルチコピー機から証明書が取得できるサービスを開始いたします。詳しい情報は、「広報ちの」や「ホームページ」等で順次お知らせします。

※コンビニ等で取得できる証明書

印鑑証明書、戸籍の謄本・抄本、住民票、所得・課税・扶養証明書



マイナンバーカード
使ってネ!!

マイナちゃん

詳しくは **コンビニ証明書交付サービス** で検索

平成31年3月1日から証明書交付サービスが受けられるコンビニエンスストア

茅野市内

平成30年5月28日現在

	地区	コンビニ名	場所		地区	コンビニ名	場所
1	ちの	ファミリーマートちの本田店	横内ビックワン横	16	豊平	ローソン茅野豊平店	福沢工業団地入口交差点上
2		セブンイレブン茅野市ちの店	あけぼの隧道交差点横	17	湖東	セブンイレブン茅野堀店	堀交差点下
3		ローソン茅野中沖店	諏訪IC手前	18	米沢	ローソン茅野米沢店	鋳物師屋交差点前
4		セブンイレブンちの運動公園店	仲町南交差点上	19		セブンイレブン茅野米沢店	北大塩交差点横
5		ファミリーマート茅野塚原二丁目店	市役所西	20	北山	ローソンビーナスライン白樺店	池の平ホテル横
6		ファミリーマート茅野本町東店	本町古屋敷交差点前	市境近隣店舗			
7		ローソン茅野本町西店	酒井歯科前	1	諏訪市	ファミリーマート諏訪神戸店	国道20号沿い中神戸交差点
8		セブンイレブン茅野本町西店	茅野警察署横	2		ファミリーマート諏訪インター店	沖田4丁目交差点横
9		セブンイレブン茅野城山店	本町城山交差点下	3		ファミリーマート諏訪沖田二丁目店	沖田3丁目交差点東
10		セブンイレブン茅野宮川店	宮川保育園前	4		セブンイレブン諏訪インター店	諏訪インター手前
11	宮川	ローソン茅野宮川店	茅野郵便局横	5	富士見町	ファミリーマート富士見町店	国道20号沿いテンノウ横
12		セブンイレブン茅野安国寺店	東洋精機工業前	6		ファミリーマート諏訪南インター店	エプソン富士見工場前
13	玉川	ファミリーマート茅野神之原西店	小泉山交差点横	7		ローソン富士見町富士見店	諏訪南IC入口交差点横
14		セブンイレブン茅野玉川店	玉川小学校横	8	原村	セブンイレブン信州原村店	原村保育所横
15		セブンイレブン茅野長峰店	御柱街道沿い	※ショッピングモールや薬局、日本郵便においてもサービス店舗が拡			

※ショッピングモールや薬局、日本郵便においてもサービス店舗が拡大されていく予定です。

マイナンバーカード（個人番号カード）とは??

マイナンバーカードとは、マイナンバー（個人番号）が記載された顔写真付きのカードです。マイナンバーカードは、通知カードとともに皆さまの住所地に送付されました「個人番号カード交付申請書」等により申請した方に交付されます。マイナンバーカード（個人番号カード）の申請をご希望の方は、茅野市役所市民課戸籍係までお問い合わせください。

※通知カードでは、コンビニ交付サービスで証明書を取得することはできません。

※マイナンバーカードの交付は、申請後1カ月程度時間がかかります。



▲マイナンバーカード

公証週間について

問 諏訪公証役場 ☎53-4641

法務省と日本公証人連合会では、毎年10月1日から7日までの1週間を「公証週間」と定めて、皆さんに公証制度を正しく理解していただくとともに、この制度のご利用を呼びかけています。公証制度は、私たちの日常生活における法的紛争を未然に防止し、法律上の権利や義務を明確にし安定させることを目的として、証書の作成等の方法により、一定の事項を公証人に証明させる制度です。この公証事務を担当する公証人は、判事、検事、法務事務官などを長く務めた法律実務の経験豊かな者の中から法務大臣が任命した法律の専門家です。

次のような約束事には公正証書の作成をお勧めします。

- ・遺言
- ・お金の貸し借り
- ・不動産の売買や貸し借り
- ・離婚に伴う養育費や慰謝料等の支払
- ・任意後見契約

(公正証書によることが必要です)

大切な契約や取引において公正証書は皆さんの権利を正しく確実に守ってくれます。県内の公証役場は別表のとおりです。

名 称	所在地	電話番号
長野公証役場 公証人 須田 信行 栗原 雄一	〒380-0872 長野市大字南長野妻科437-7 長野法律ビル1F	026-234-8585
上田公証役場 公証人 永井 栄次	〒386-0023 上田市中央西1-15-32 富国生命上田ビル3F	0268-22-5477
松本公証役場 公証人 猪 信雄	〒390-0874 松本市大手2-5-1 モモセビル3F	0263-35-6309 (電話) 0263-35-7309 (FAX)
諏訪公証役場 公証人 柿村 清	〒392-0026 諏訪市大手2-17-16 信濃ビル3F	0266-53-4641
飯田公証役場 公証人 田玉 修一	〒395-0033 飯田市常盤町30番地 飯伊森林組合ビル2F	0265-23-6502
伊那公証役場 公証人 田畑 恵一	〒396-0015 伊那市中央4907-4 久保田ビル2F	0265-73-8622
佐久公証役場 公証人 竹村 政男	〒385-0027 佐久市佐久平駅北26番地7 藤ビル2F	0267-54-8305

ビーナチャンネル
番組表

LCV11ch

基本放送スケジュール

- 00分～ 行政インフォメーション
トピックス
- 20分～ 投稿ビデオコーナー
- 30分～ 文字放送

※午前6時～翌日午前1時まで
1時間プログラムを繰り返し放送しています。



てれびーな

放送期間	こんにちは茅野市です 放送内容
9月1日 ～9月7日	●はつらつ事業所の募集 ●災害時浄水装置の配備 ●「小学生運動教室(かけっこ)」参加者募集
9月8日 ～9月14日	●博物館でお月見会 ●北山小学校クラブ活動 ●統計グラフコンクール表彰式
9月15日 ～9月21日	●保育園等入所受付 ●第21回小津安二郎記念・夢科高原映画祭開催のお知らせ ●からだであそぼう
9月22日 ～月末	●第12回八ヶ岳縄文の里マラソン大会 ●北山小学校全校習字 ●企画展「茅野市60年 博物館30周年」

問 地域戦略課広報戦略係 ☎72-2101(内線235)

講座

糖尿病と、おいしく付き合いましょう！ 糖尿病講座 参加者募集

申込・問 茅野市健康づくり推進課(茅野市健康管理センター内)
☎82-0105

糖尿病の方やそのご家族、糖尿病に興味のある方の講座です。野菜たっぷりメニューの試食や個別相談もできます。どうぞ、お気軽にご参加ください。男性の方もお待ちしております。

★参加費は無料です

と き 10月9日(火) 午前10時～午後1時

ところ 茅野市健康管理センター

募集人員 24名(先着順)

申込締切 10月3日(水)

内 容 糖尿病連携手帳には何が書いてあるの？
血糖値を上げない食べ方
おすすめレシピの試食
※ランチ付きの講座です。

持ち物 糖尿病連携手帳
(お持ちの方)
筆記用具

※(社)長野県栄養士の助成
事業です。



平成31年度保育園等入所受け付けを行います

問い合わせ

幼児教育課 幼児教育係

☎72・2101(内線623)

平成31年度中に、保育園・認定こども園（以下「保育園等」という。）に入所を希望される児童の入所説明会と入所受け付けを行います。日程等は、次ページの一覧表をご覧ください。

なお、現在保育園等に入所している児童で、継続入所の申し込み等が必要な方には、通園している保育園等から別途お知らせします。（広域入所児は除きます。）

保育園等の選択

入所説明会に出席して、保育園の内容を聞いたり、保育園等の様子を見たりして、保護者が園を選択できます。

ただし、年齢ごとの受け入れ可能人数を超える申し込みがあった場合は、第一希望以外の保育園等に入所していただく場合があります。

入所できる児童

保育園は、保育の必要性の認定を受けた、2号・3号認定児童が入所できます。ただし、3歳以上の児童は、保育園の定員管理に支障がなければ、1号認定児童として6時間以内（8時～14時）の時間で入所することができます。

よこうち認定こども園は、2・3号認定児童と1号認定児童がそれぞれ定員枠内で入所できます。（1号定員：各学年5名

《保育の必要性の認定》

「保育の必要な事由」の①～⑧を考慮し、3つの区分の認定を行います。

1号認定：2号認定に該当しない満3歳以上の児童で保育園等での特別利用保育を希望する場合

2号認定：満3歳以上の児童で「保育の必要な事由」に該当し、保育園等での保育を希望する場合

3号認定：満3歳未満の児童で「保育の必要な事由」に該当し、保育園等での保育を希望する場合

《保育の必要な事由》

児童の保護者が次のいずれかの事由に該当する必要があるります。

①就労している（会社勤務、パートタイム、内職、自営業等）

※1か月64時間以上の就労を常態とし、原則として労働に見合った対価を給与又は報酬等として受け取っている

②妊娠中である、または産後間

がない（産前3か月・産後6か月）

③病气、または身体に障害を有している

④長期間にわたり疾病の状態にある、または身体に障害を有する親族を常時介護している

⑤震災、火災、風水害等で災害の復旧を行っている

⑥起業準備を含む求職活動（入所月を含む3か月）を継続している

⑦就学している（職業訓練校等における職業訓練を含む）

⑧市長が認める①～⑦に類する状態にある

申し込みの受け付け

入所説明会で配布する申込書類に必要事項を記入し、希望の保育園等の受付日に提出してください。直接も併せて行いますので、できる限り第1希望の保育園等にお子さまを連れてお越しください。

ただし、都合がつかない場合

は、その他の保育園等の受付日に提出することも可能です。

※よこうち認定こども園に1号認定児童として入所を希望する場合は、よこうち認定こども園の受付日にお越しください。

入所の承諾

4月入所のお子さまには、2月中旬に入所決定のお知らせを送付します。年度途中入所のお子さまについては、入所月の1か月前に送付します。

認定こども園は、施設から別途ご案内いたします。

年度途中入所の予約

産休・育休明けからお子さまを入所させたい、これから出産予定のお子さまを入所させたい等の理由で、年度途中から入所を希望する場合も事前に申し込みをすることが出来ます。

平成31年度中に入所希望の方は、入所説明会にお越しください。（保育園等への入所は生後6か月を経過してからとなります。）

市外の保育園等にも入所ができます

茅野市に居住していても、

「保護者の就労先が茅野市外にあり、就労時間と通勤時間を考慮したときに、認定時間内では送迎ができない」などの理由が認められる場合に限り、他市町村の保育園を選択することができます。

希望する保育園がある市町村と調整が必要になりますので、幼児教育課に直接ご相談ください。

保育園等のリノベーション（大規模改修工事）を行います

保育園施設等の安全性の確保および長寿命化を図るため平成31年度から宮川第二保育園、中大塩保育園のリノベーション工事を行います。

工事期間中に該当園に入所している児童は、近隣の保育園等で合同保育を行います。

詳細については、入所説明会でご案内します。



平成31年度 入所説明会および入所受け付け日程表

入所説明会

と き 下記一覧表のとおりとなります。

受付開始 15:45 説明会 16:00(おおむね1時間程度) **ところ** 保育園等リズム室

内 容 入所申込書類の配布、記入方法の説明、保育の内容、保育園等の生活について

持ち物 筆記用具 ※託児あり

入所受け付け

と き 下記一覧表のとおりとなります。受付時間は保育園等で異なります。

ところ 保育園等 **内 容** 入所申し込み受け付け、面接

- 持ち物**
- ・入所説明会で配布する入所申込書類 一式
 - ・保育料引き落とし希望口座の通帳、印鑑
 - ・入所希望児童の健康保険証
 - ・身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳(在宅障害児(者)がいる世帯の方)
 - ・児童扶養手当証書、特別児童扶養手当証書(受給されている世帯の方)
 - ※年次更新のため、入所受け付け日までに、新しい証書が交付されていない場合は、後日提出ください。
 - ・どんぐり手帳
 - ・保護者および入所希望児童のマイナンバー(個人番号)カード
 - またはマイナンバー(個人番号)通知カード
 - ・入所受付に来られる方の身分が証明できるもの(顔写真付きのもの1点、または顔写真のないものは2点以上)

	施設名	所在地	電話番号	開所時間	乳児	予定定員 ()内は内 3才未満児	入所説明会	入 所 受 付	
公	ちの保育園	塚原1-13-5	72-3076	7:30~19:00	○	200(50)	10月3日(水)	10月24日(水)	9:00~10:30
公	宮川保育園	宮川4458-2	72-2601	7:30~19:00	○	120(30)	10月1日(月)	10月29日(月)	9:00~10:30
公	宮川第二保育園	宮川1277-1	72-2589	7:30~18:30	○	60(21)	9月25日(火)	10月26日(金)	14:30~15:30
公	玉川保育園	玉川3439	72-3265	7:30~19:00	○	220(50)	9月27日(木)	10月25日(木)	9:00~10:30
公	湖東保育園	湖東5646-1	78-2637	7:30~18:30	○	130(40)	10月3日(水)	10月30日(火)	14:30~15:30
公	笹原保育園	湖東1298-1	76-2512	8:00~16:00		35(5)	9月26日(水)	10月26日(金)	14:30~15:30
公	豊平保育園	豊平2486-1	72-2925	7:30~18:30	○	100(20)	9月26日(水)	10月29日(月)	14:30~15:30
公	北山保育園(注1)	北山4810-1	78-2330	7:30~18:30	○	100(20)	10月3日(水)	10月30日(火)	14:30~15:30
公	中央保育園	本町東15-14	72-2602	7:30~18:30	○	90(24)	9月27日(木)	10月29日(月)	14:30~15:30
公	米沢保育園	米沢6160	72-6249	7:30~18:30	○	120(30)	9月25日(火)	10月31日(水)	14:30~15:30
公	金沢保育園	金沢1164-1	72-2419	7:30~18:30	○	100(20)	10月2日(火)	10月25日(木)	14:30~15:30
公	泉野保育園	泉野2650-1	79-3639	8:00~16:00	○	60(17)	10月1日(月)	10月24日(水)	14:30~15:30
公	小泉保育園(注2)	玉川927-243	72-7401	7:30~18:30	○	90(24)	10月2日(火)	10月25日(木)	14:30~15:30
公	みどりヶ丘保育園	宮川8630-1	72-0333	7:30~16:00	○	90(24)	9月25日(火)	10月24日(水)	14:30~15:30
公	中大塩保育園	中大塩8-12	72-3126	7:30~18:30	○	100(26)	9月27日(木)	10月31日(水)	14:30~15:30
私	玉川どんぐり保育園	玉川2213-1	82-5588	7:30~19:00	○	210(40)	10月2日(火)	10月26日(金)	9:00~10:30
私	わかば保育園	宮川11020	72-7016	7:30~19:00	○	200(33)	10月1日(月)	10月30日(火)	9:00~10:30
私	よこうち認定こども園	ちの2576-1	75-1120	7:30~19:00	○	120(33)	9月26日(水)	10月31日(水)	9:00~10:30

(注1) リノベーション工事期間中につき、会場は湖東保育園になります。

(注2) リノベーション工事期間中につき、会場は玉川保育園になります。

茅野聖母幼稚園の入園受け付け

所 在 地 茅野市仲町14-7 **予定定員** 120名

開所時間 午前8時~午後5時30分【午前8時~8時30分 早朝預かり(無料)

午後2時45分~5時30分 午後預かり(有料)】

入園説明会 9月3日(月) 11:00~ **昨年度から始めている自園給食の試食があります!**

お申し込み・予約は不要です。多くの方のご参加お待ちしております。

入園願書受付 9月3日(月) 受付開始 以降随時受付 第1次願書締切り9月14日(金)

問い合わせ 茅野市聖母幼稚園 ☎72-3512

小津安二郎から21世紀の映画へ

小津監督が一貫して描き続けた「家族」をテーマに「小津」の精神を念頭に置きながら、珠玉の映画上映、ゲストによる舞台トークを繰り広げます。

2018年
9/22(土)~30(日)



第21回小津安二郎記念
蓼科高原映画祭

8/25(土) プレイベント開催 会場／茅野市民館 中庭
— 蓼科☆クラブビアフェスト —
ビールを片手に家族で映画を!

クラブ
ビール

おいしい
フード

東海大学付属諏訪高校
ステージパフォーマンス

星空
シアター チア☆ダン
女子高生がチアダンスで全米制覇しちゃったホントの話

12:00~ 乾杯!

17:30~18:30

19:00~21:00

9/22 (土)	23 (日)	24 (月・休)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)	30 (日)
空海K・K・Aー 美しき王妃の謎 終わつた人 グレイテスト・ショーマン	瞬間の流星 よあけの焚き火 北の桜守	リメンバー・ミー 名探偵コナン ゼロの執行人	リメンバー・ミー ハチ公物語 よあけの焚き火	グレイテスト・ショーマン DESTINY 鎌倉ものがたり	DESTINY 鎌倉ものがたり ハチ公物語	北の桜守 妻よ薔薇のように 家族はつらいよⅢ	陽信孝さん講演会 茅野市民館コンサートホール 幼な子われらに生まれ 東京物語 名探偵コナン ゼロの執行人	忍びの国 グレイテスト・ショーマン おじいちゃん、死んじゃったって。 八重子のハミング 学生ロマンス 若き日 陽信孝さん講演会 茅野市民館コンサートホール 妻よ薔薇のように 家族はつらいよⅢ 終わつた人 花に嵐 妻よ薔薇のように 家族はつらいよⅢ
新星劇場							茅野市民館	新星劇場

チケット ガイド

- フリーパス券 …4,500円 (9/22~9/30に行われるすべての上映作品をご覧いただけます)
- 1回券 前売 800円 / 当日 1,000円
- 回数券 (4枚綴り) 3,000円 ●学割 (大学生以下) 1回券より200円引

実行委員会事務局／茅野市役所 観光まちづくり推進課内
〒391-8501 茅野市塚原2-6-1 TEL.0266-72-2101 FAX.0266-72-5833

最新情報はホームページで 蓼科高原映画祭 検索

第28回茅野市農業祭 (第14回 J A 信州諏訪茅野市会場農業祭)

と き 9月29日(土) 午前8時30分~午後3時

ところ 茅野市運動公園

イベント内容

- ・アンパンマンショー 握手・撮影会
- ・プリキュアショー 握手・撮影会
- ・姉妹都市農水産物販売 (丸干しいわしなど)
- ・地元農産物の直売・木工教室・餅つき大会・米つりコーナー
- ・福引き・陸上記録会など

お願い

- ・駐車は指定の駐車場へお願いします。・ゴミはお持ち帰りください。
- ・アンパンマンショー、プリキュアショーにお越しのお客様は上履きをご用意ください。

問 JA 信州諏訪 茅野市中央支所 ☎72-2426 農林課 農政係 ☎72-2101 (内線403)



平成30年度 9月~10月実施の「学校開放講座」案内

	学校名	電話番号	講座名	期 日	時 間	会 場	定員	持ち物・その他
1	永明小学校	72-2207	和太鼓を叩こう (全11回の連続講座)	9月27日(木) 10月 4日(木) 10月22日(月) 11月 1日(木) 11月 8日(木) 11月15日(木) 11月22日(木) 11月29日(木) 12月 3日(月) 12月13日(木) 12月15日(土) (発表) 全11回	19:00~20:30	視聴覚室	20人	動きやすい服装。 9月27日開始、 11回の連続講座です。途中から参加 希望の方はご相談ください。
2	泉野小学校	79-3712	合唱の楽しみ泉野コーラス	10月 3日(水)	19:00~20:00	音楽室	なし	
3	東部中学校	79-5050	合唱を楽しもう	10月 9日(火)	18:30~20:30	第2音楽室	なし	

どなたでも、どの講座でも参加できます。講座の内容等については、直接該当校に問い合わせてください。

見逃さないで！心のSOS

身近な人の変化に気づいたら… あなたにもできることがあります！

うつ病、依存症などの心の病気は、誰もがかかる可能性があります。

自分や身近な人の様子が「いつもと違うな」と感じたら…

<気づき>

家族や仲間の変化に気づいて
声をかけましょう

- ・心の悩みや様々な問題を抱える人が発するまわりへのサインになるべく早く気づきましょう。
- ・変化に気づいたら「眠れていますか？」など自分にできる声かけをしましょう。

<傾聴>

本人の気持ちを尊重し、耳を傾けましょう

- ・悩みを話してくれたら時間をかけて、できる限り傾聴しましょう。
- ・話題をそらしたり、訴えや気持ちを否定したり、表面的な励ましは逆効果です。気持ちを尊重し、共感した上で、相手を大切に思う自分の気持ちを伝えましょう。

<つなぎ>

早めに専門家へ相談するよう促しましょう

- ・心の病気、社会・経済的な問題などを抱えているようなら、公的相談機関、医療機関などへの専門家へ相談につなげましょう。
- ・相談を受けた人も1人で抱えず、プライバシーに配慮しながら、本人の気持ちや状況を理解してくれる家族や友人、上司といったキーパーソンに協力を求めましょう。

<見守り>

温かく寄り添いながら、
じっくりと見守りましょう

- ・自然な雰囲気からだや心の状態について声かけをし、あせらず優しく寄り添いながら見守りましょう。
- ・必要に応じ、キーパーソンとなる人と連絡を取り、専門家に情報を提供しましょう。

厚生労働省「自殺対策」ホームページ抜粋

茅野市ではメンタルヘルス出張講座とこころの健康相談を実施しています

中小企業向け メンタルヘルス出張講座

市内中小企業向けのメンタルヘルス出張講座を行っています。
(臨床心理士・セラピスト、インストラクター等が企業に出向いて講座をします)
費用は茅野市が負担します。内容など、健康づくり推進課へご相談ください。



こころの健康相談

臨床心理士による個別相談です。秘密は厳守いたします。日程、場所等は、相談者と臨床心理士と相談の上、決定します。
まずは、健康づくり推進課へお問い合わせください。(※心療内科、精神科などへ受診をしていない方が対象です。)

メンタルヘルス出張講座・こころの健康相談に関する申し込み・問い合わせ先
健康づくり推進課(健康管理センター内) ☎82-0105

平成30年度実施予定 コミュニティスポーツ教室（後期）

身近な小中学校体育館などを会場に、各地区のスポーツリーダーが企画運営する教室です。子どもから大人まで誰でもが、自分の体力に応じて気軽にできるスポーツを楽しむことでコミュニティを活性化させることを目的としています。皆さんのご参加をお待ちしています。

地区	教室名	日 時	定 員	参加料	会 場
ちの	インディアカ教室後期	9/6～9/27 毎週木曜日 全4回 19:00～21:00	20名	無料	永明小学校体育館
	ふらば～る教室後期	10/2～10/30 毎週火曜日 全5回 19:00～21:00	20名	無料	永明小学校体育館
宮川	ふらば～る教室	9/19～10/17 毎週水曜日 全5回 19:00～21:00	30名	無料	宮川小学校体育館 (入口側半面)
米沢	ニュースポーツ教室（後期）	9/7～12/14 毎週金曜日 全15回 19:15～21:00	15名	無料	米沢小学校体育館 (入口側半面)
	秋のウォーキング	10/6(土) 9:00～14:00	15名	無料	上社前宮
玉川	マレットゴルフ大会	9/18(火) 9:00～12:00	20名	無料	運動公園マレットゴルフコース
	蓼科紅葉ハイキング	10/27(土) 9:30～14:00	20名	無料	蓼科湖畔から周辺
泉野	ニュースポーツ教室②	9/4～12/20 (11/1、11/29を除く) 毎週火・木曜日 全30回 19:30～21:30	20名	無料	泉野小学校体育館
金沢	心も体もリフレッシュ	9/12～11/14 毎週水曜日 全10回 19:30～21:00	30名	500円	金沢地区コミュニティセンター
北山	後期インディアカ教室	9/3～11/26 (9/24を除く) 毎週月曜日 全13回 19:00～21:00	20名	無料	北山小学校体育館
	秋季ノルディックウォーキング教室①	9/5(水) 9:00～12:00	20名	無料	集合:北山コミュニティー 会場:白樺湖周辺
	秋季ノルディックウォーキング教室②	10/18(木) 9:00～12:00	20名	無料	守屋山
	スノーシューハイキング教室	(3月初旬) 9:00～12:00	10名	無料	八子ヶ峰周辺
湖東	ウォーキング教室	10/21(日) 10:00～12:00	10名	無料	青少年自然の森周辺
	スノーシュー体験教室	1/13(日)～1/14(月・祝) 1泊2日 10:00～翌日12:00	10名	要問合せ	夏沢鉱泉周辺 夏沢鉱泉宿泊
中大塩	諏訪湖半周ウォーク	10/21(日) 8:00～11:30	30名	無料	諏訪湖畔

申込・問 お近くのスポーツリーダーまたはスポーツ健康課 ☎72-8399

ヨガ教室

生涯スポーツ健康講座「ヨガ教室」は、ヨガインストラクターの檀千早先生をお招きして、ヨガ初心者の方や身体の硬い方でも安心して受けられる、リラクゼーションとリフレッシュを目的とした「ヨガ」を学びます。2回ございますが、1回でのご参加も受付しますので、お気軽にお申し込みください。

と き 9月26日(水) 午前10時～11時30分、10月3日(水) 午前10時～11時30分

ところ 茅野市総合体育館柔剣道場

持ち物 運動のできる服装、タオル、水分補給用の飲み物

対象者 20才以上の市内在住で、健康に関心のある方

定 員 20名（定員になり次第締め切ります）

申込期限 9月26日(水)までにスポーツ健康課(総合体育館) 申込・問 スポーツ健康課 ☎72-8399 FAX71-1646

体力測定

生涯スポーツ健康講座「体力測定」では、ファミリー健康体力向上アドバイザーの先生をお招きして体力の測定を行います。参加費は無料です。お気軽にお申し込みください。

と き 9月30日(日) 午前9時00分～12時

ところ 茅野市総合体育館メイン体育館

対象者 20才～75才までの市内在住者

持ち物 運動のできる服装、上履き、タオル、水分補給用の飲み物

申込期限 9月20日(木)までにスポーツ健康課(総合体育館) 申込・問 スポーツ健康課 ☎72-8399 FAX71-1646

平成30年度 第63回茅野市総合体育大会（後期）

競技種目	期日	会場	集合時間帯	申し込み締切り	申し込み・問合せ先	そ の 他
合 気 道	10/21(日)	体育練成館	午前9:00 終了時間 午後0:00	当日までに申し込み (当日申し込み可)	事務局 小池みはる TEL 090-2946-0315 TEL兼FAX 72-9455	演武会や、体験コーナーを企画しています。 電話または大会当日会場にて受付けます。 運動のできる服装で参加。
バスケット ボール	10/28(日)	総合体育館 (メイン)	午前8:00	10月12日(金) 午後5:00まで	事務局 渡邊 大 TEL 090-7849-2922	中学生以上。市内在住・在勤者のチームで指定の用紙で申し込みください。
ゴ ル フ	11/4(日)	鹿島南蓼科 ゴルフコース	受付開始 午前6:30 開会式 午前7:00	10月25日(木) 定員になり次第、 締切ります。 (定員:100名)	茅野市ゴルフ協会 事務局 TEL 72-8341 FAX 72-5233	参加者のスタート時間は事前に代表者、参加者へ郵送します。 市内在住・在勤・別荘所有者。 参加料は、事務局までお問い合わせください。
ハンドボール	12/15(土)	総合体育館	午前8:00	12月3日(月)	事務局:長坂 直樹 TEL 090-1867-0054	市内在住・在勤・在学者 1チーム6名編成で申し込みください。
ス ケ ート	平成31年 2/17(日) (予定)	茅野市国際 スケート センター	開場 午前6:30	平成31年 1月20日(日) 午後2:00まで 成人のみ当日 受付可能	茅野市スケート協会 会長 山岸 文典 TEL 73-3354	市内在住・在勤・在学者・市内小中学校出身者。指定の参加申込書と個人票を作成して申し込みください。大会当日受け付けの特別レースを予定しています。
カーリング	平成31年 2月中旬 (予定)	未 定	午前8:00	未 定	事務局 平松 TEL 79-2618	市内在住・在勤・在学者。 1チーム4名編成で申し込みください。 個人での申し込みも可。
少林寺拳法	平成31年 3/2(土)	総合体育館 (柔剣道場)	午前10:00	当日までに申し込み (当日申し込み可)	体育協会:鷹野 申し込み: FAX 82-0678	市内在住・在勤者及び少林寺拳法協会員 FAXでお申し込み下さい。
ス キ ー	平成31年 3月上旬 (予定)	未 定	午前7:30 (予定)	未 定	体育協会 TEL 82-0606	市内在住・在勤・在学者。必ずスポーツ保険等に加入していること。指定の用紙で申し込みください。

- ・参加資格は、必ずスポーツ保険等に参加しており、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
- ・各競技種目は、平成30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。

申込・問

総合の問い合わせ 茅野市教育委員会スポーツ健康課 (☎72-8399)・(特)茅野市体育協会 (☎82-0606)
各競技種目の詳細につきましては、上記の申し込み・問合せ先までお願いします。

生涯スポーツ健康講座のご案内

小学生運動教室

生涯スポーツ健康講座「小学生運動教室」では陸上競技の先生から走り方のコツを学びます、お気軽にお申し込みください。

と き 9月13日(木) 午後6時～7時30分 **と ころ** 茅野市総合体育館サブ体育館

対象者 市内在住の小学生 **定 員** 20人(定員なり次第締め切ります)

持ち物 運動のできる服装、運動靴(天候などの状況で屋内、屋外の両方をご持参ください。)
タオル、水分補給用の飲み物

申込期間 8月23日(木)～9月6日(木) **申込・問** スポーツ健康課 ☎72-8399 FAX71-1646

トレーニング室器具使用説明会

生涯スポーツ健康講座「トレーニング室器具使用説明会」では、トレーニングインストラクターの山本陽介先生をお招きして当体育館内のトレーニング室の器具の使用方法和初めてトレーニングをおこなう方へアドバイスを入れながら健康増進のためのトレーニング方法を学びます。又講習会後にトレーニング室利用者登録者説明会を行います。お気軽にお申し込みください。

と き 9月12日(水) 午後2時30分～4時、10月17日(水) 午後2時30分～4時

と ころ 茅野市総合体育館トレーニング室

持ち物 運動のできる服装、上履き、タオル、水分補給用の飲み物

対象者 20才以上の市内在住・在勤者で健康に関心のある方

申込期限 9月6日(木)までにスポーツ健康課(総合体育館) **申込・問** スポーツ健康課 ☎72-8399 FAX71-1646

計量器(はかり)の定期検査を実施します



取引や、各種の証明に使用する「はかり」をお持ちの皆さんは、計量法の規定により、2年に1回長野県知事の検査を受ける必要があります。

今年度は、当市を対象として下記日程によりこの検査が実施されますので、「はかり」を持参し、必ず検査を受けてください。

なお、検査には手数料(検査代金)が必要となりますので、検査当日でご用意ください。

【検査対象のはかり】 取引や証明に使用する「はかり」(計量士の検査に合格し、届け出をしたものは除く)

「取引」とは…商品の売買、農家の出荷(米・きのこ・野菜・果実等)、運送・保管およびその他業務上の計量、ならびに薬局での医薬品の調剤等の計量
「証明」とは…官公庁・学校・保育園・幼稚園および福祉施設の体重測定等公的な計量、ならびに病医院・診療所・保健所等の健康診断、または診断書を発行するための計量

【持参品】 ○はかり(おもり・分銅等付属品一式も持参してください)

○検査手数料(右の手数料表参照)

【日程・会場】

検査日	会場	時間	検査対象地区
9月25日(火)	玉川地区 コミュニティセンター	午前10時～正午	豊平、玉川、泉野
	北山地区 コミュニティセンター	午後1時30分～3時30分	北山、湖東、米沢、中大塩
9月26日(水)	茅野市中央公民館	午前10時～正午	茅野市全域
9月27日(木)	(旧茅野市文化センター)	および 午後1時～3時30分	

【はかりの定期検査手数料】

はかりの種類	ひょう量等	手数料 (1個当たり)
電気式はかり ・電気抵抗線式 ・誘電式 ・電磁式 ・光電式 ・圧電式 等	100kg以下	1,400円
	100kgを超え 250kg以下	1,800円
	250kgを超え 500kg以下	2,300円
機械式はかり		
直線目盛指示はかり		250円
ばね式指示はかり	100kg以下	500円
	100kgを超え 250kg以下	900円
	250kgを超え 500kg以下	1,500円
棒はかり		250円
手動天びん	感量比 1/10,000以上	500円
	感量比 1/10,000未満	1,000円
等比皿手動はかり	100kg以下	500円
手動はかり	100kg以下	500円
	100kgを超え 250kg以下	900円
	250kgを超え 500kg以下	1,500円
手動指示併用はかり	100kg以下	500円
分銅・おもり		10円

問い合わせ 長野県計量検定所 検定・検査課 ☎0263-47-4006 茅野市商工課商業労政係 ☎72-2101 (内線434)

NPO法人 ハケ岳森林文化の会からのお知らせ URL: <http://www.8moribunka.org/>

チェーンソークラフト講習会 参加者募集!

市民の森の間伐材カラマツを活用し、チェーンソーを使用してイス、プランター、ベンチなどのクラフト品を制作する講習会です。

と き 9月16日(日) 午前9時～午後3時(予備日9月23日(日))

と ころ 市民の森駐車場集合

主 催 NPO法人 ハケ岳森林文化の会

対 象 チェーンソーをお持ちで、クラフト品の制作に興味のある方

定 員 10名(先着順)

費 用 2,000円/人(保険代金含む)

持ち物 チェーンソー、防護ズボン、防護メガネ、厚手の手袋
昼食、飲み物

申込・問 9月2日(日)～
9月13日(木)に氏名、住所、
電話番号をご連絡ください。

☎090-5437-2881(川手)

Eメール

kawate@8moribunka.org



秋のチェーンソー基本操作講習会 参加者募集!

チェーンソー初心者のための安全で楽しい薪づくりの講習会を開催します。

と き 9月30日(日) 午前9時～午後3時(予備日10月7日(日))

と ころ 市民の森駐車場集合

主 催 NPO法人 ハケ岳森林文化の会

定 員 15名(先着順)

費 用 2,000円/人(保険代金含む)

講習内容 ・操作時の服装、姿勢、持ち方、エンジンの掛け方
・キックバックについて
・玉切り方法
・ソーチェーンの研ぎ方やメンテナンス
(練習で玉切りした材をお持ち帰りできます。)

持ち物 山作業ができる服装(作業靴、長袖、手袋)、弁当、ヘルメット、防護ズボン、チェーンソー、チェーンソー用やすり
※一部貸出し可能

申込・問 9月2日(日)～9月27日(木)
に、氏名、住所、緊急連絡先(電話、携帯)、
チェーンソー等の有無を連絡ください。

☎090-5437-2881(川手)

Eメール kawate@8moribunka.org



イベント

第20回親子自然体験楽習会 参加者募集のご案内

申込・問 茅野市子ども会育成連絡協議会（茅子連事務局：こども課 こども係） ☎72-2101（内線612）

「自然の中で煙まみれになり一生懸命食事作りをする体験を」、また「自然を生かした遊びを子ども達に体験してもらいたい」。そんな願いから、親子で自然を楽しみながらふれあう機会として「親子自然体験楽習会」を下記のとおり開催します。

と き 10月20日(土) 午前9時から 21日(日) 11時30分まで（1泊2日）
（日帰りでの参加はできません。）

ところ 茅野市豊平「青少年自然の森」（尖石縄文考古館の北側）

実施プログラムの内容

- ①秋で遊ぼう！ ウォークラリー!!
- ②火起こし体験
- ③アウトドアクッキング
- ④記念品づくり

（内容が変更になる場合もありますので、あらかじめご了承ください）

対象者 茅野市内に在住する健康な家族で、アウトドア活動に興味のある方
（原則として、参加されるお子さんは小学1年生以上）

募集定員 家族16組（家族ごとで申し込んでください）

参加料 大人1名1,500円、子ども1名1,000円（保険料、食料費、材料費、宿泊代）

講師 茅野市リーダースクラブ(CLC)、シニアリーダー

申込方法 申込書に住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を記入の上、参加料を添えて9月26日(水)までに上記事務局へ申し込んでください。なお、先着順で定員になり次第締め切らせていただきますのでご了承ください。

その他 開催中のケガ等については応急処置のみを行います。宿泊は宿泊棟の大部屋で他の家族と一緒にあります。ご不明な点は、上記事務局までお問い合わせください。

主催 茅野市子ども会育成連絡協議会（茅子連） 後援 茅野市教育委員会

※事務局は市役所6階です。参加希望の方は参加料と申込書を事務局へ持参してください。申込書は事務局にありますのでお手元がない場合は、事務局窓口でご記入いただいても結構です。



お知らせ

男女共同参画をテーマにした川柳を募集します

問 生涯学習課生涯学習係 ☎72-2101（内線634）

募集内容 男女共同参画をテーマにした川柳

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

応募資格 茅野市に在住、在勤、在学の小学生以上の方

応募規定 作品は、他のコンテスト等に応募していない、自作の未発表作品に限ります。応募用紙1枚につき3点まで応募できます。

応募方法 応募用紙に記入し提出してください。応募用紙は、生涯学習課及び茅野市図書館、中央公民館、各地区コミュニティセンター等の施設にあります。また、茅野市ホームページよりダウンロードできます。ファックス、Eメールによる応募も受付します。

記入事項 ①応募作品、②郵便番号、③住所、④氏名（ふりがな）、⑤年齢、⑥職業または学校名・学年、⑦電話番号

応募先 茅野市教育委員会事務局 生涯学習課（茅野市役所6階）

電話 0266-72-2101（内線634） FAX 0266-73-9843 E-mail shogaigakushu@city.chino.lg.jp

応募期限 9月28日(金)（当日消印有効）

選考等 小学生の部・中学生の部・一般の部に分けて選考します。

各部ごと、最優秀賞1点、優秀賞2点、佳作3点を決定します。

入賞作品は、11月18日(日)開催の茅野市男女共同参画推進大会において表彰します。

応募いただいた小中学生には参加賞を贈呈します。

その他 ・入賞作品は、茅野市のホームページ、広報等において公表します。また、男女共同参画啓発事業に使用します。

・受賞者の氏名、学校名、学年を報道機関等に情報提供することがあります。作品の応募をもって承諾を得たものとします。

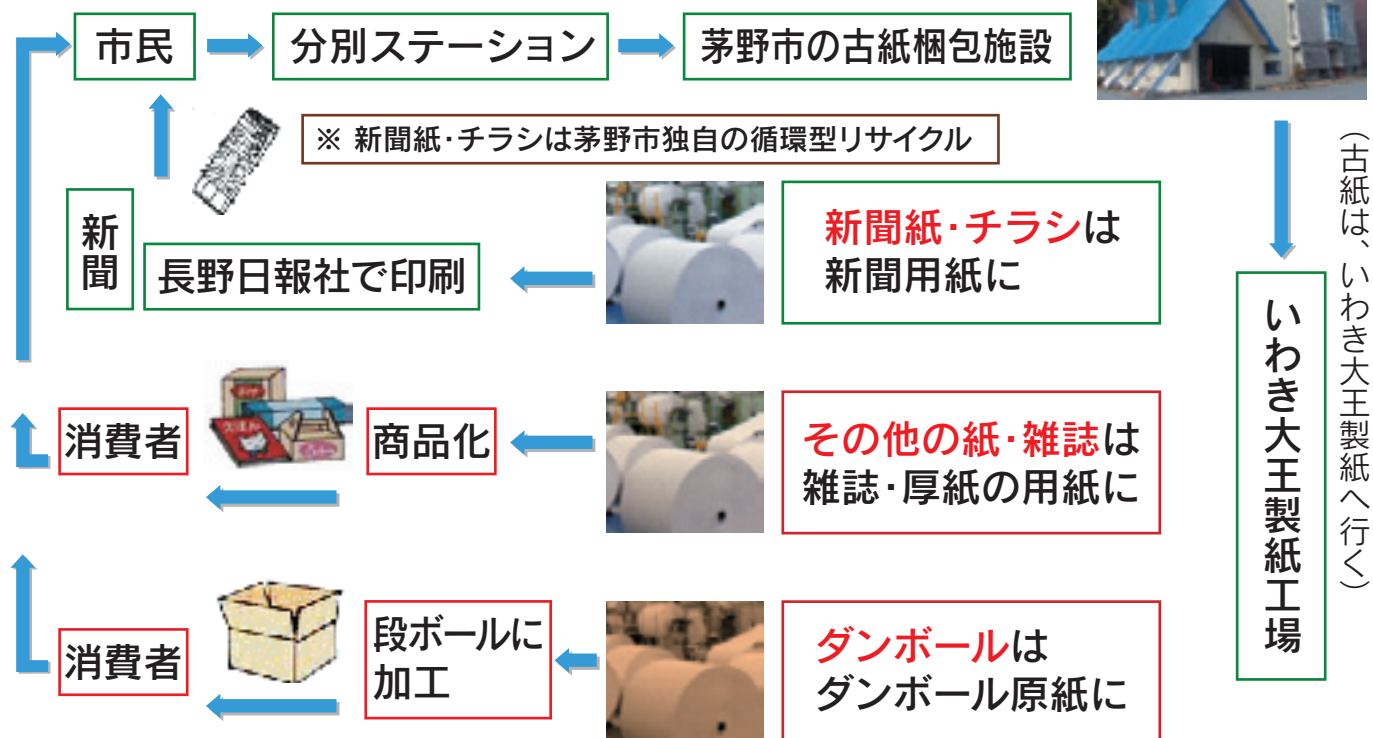
・応募作品は返却いたしません。

主催 茅野市男女共同参画推進会議 推進大会実行委員会・家庭・教育専門部会

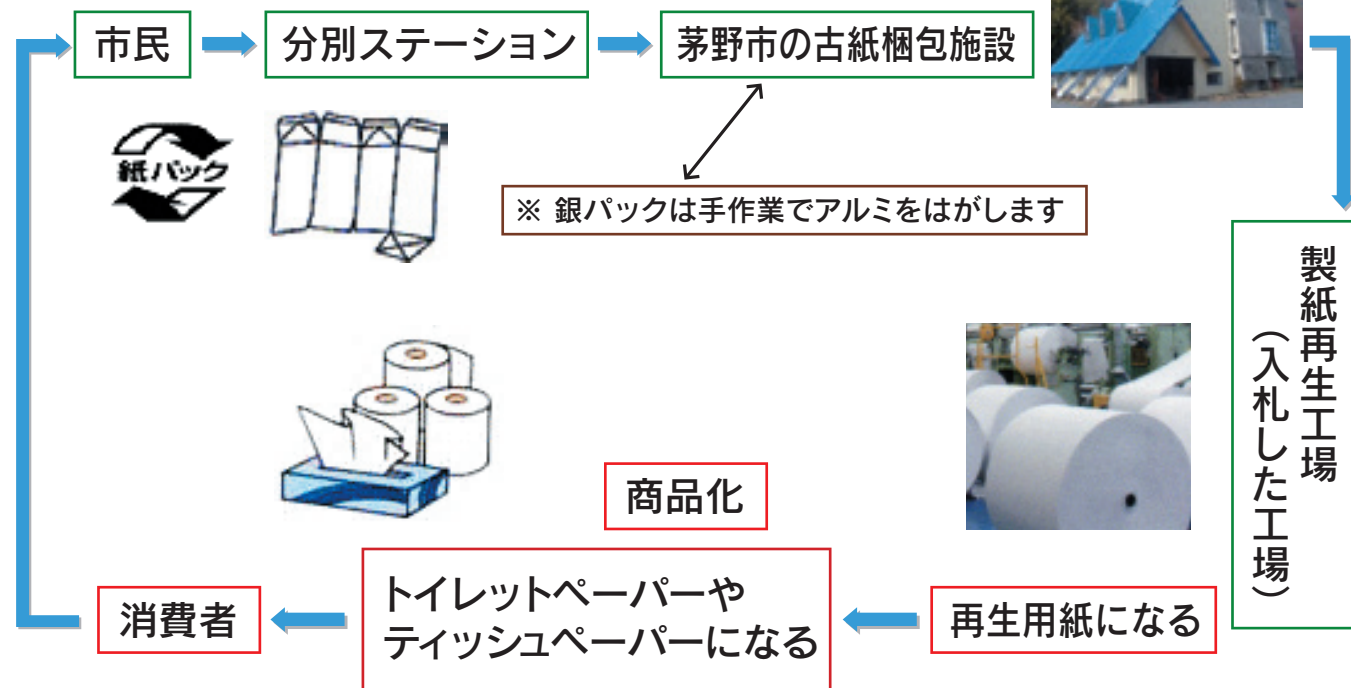


ごみの減量化・紙類の更なる資源化へ [紙類のリサイクルの流れ] 知っていますか？

新聞紙・その他の紙・雑誌・ダンボールの流れ



紙パック(白)・紙パック(銀)の流れ



※茅野市の[紙類のリサイクルの流れ]です

あなたの手「資源」か「ごみ」の分かれ道

美サイクル茅野・ごみ減量部会//お問合せは、茅野市美サイクルセンター ☎72-2905

サイエンスフェスタ in ちの 2018

みて、さわって、つくってみよう

体験学習

★電気モグラ

世界一小さな電車



★フラネタリウム

風船のような直径5メートルのエアドームに入って満天の星を体験できます。

会場：市民館アトリエ（2F）

投影時間

①12:10②12:50③13:30

④14:15⑤14:55⑥15:30

（各回約25分。定員20名。先着順）

※入場整理券を12:00より配布します。

テーマ「今宵の星空」



★ヘモグロビン測定



ヘモグロビンは健康と活力のバロメーター！
採血しないで測定します。

★科学実験ショー



- 液体窒素を使った極低温の世界（風船、花、テニスボール、マシュマロ）
- 不思議な溶液（紅茶を透明に、カメレオン、一瞬で青くなる溶液、メントスコラ）
- 空中に浮く（風船ヘリコプター、ロケット風船、ビッグバルーン）
- 光と音（バンジーチャイム、音階パイプ）ほか

★ホバークラフト

空気のでて浮き上がる！
人が乗っても大丈夫！



★空気砲

空気砲の空気はどう飛び出すのかな？
いろいろ調べてみよう



ものづくりコース

★3Dプリンタで

オリジナルメダルを作ろう！

3Dプリンタを使って、オリジナルのプラスチック製メダルをつくる体験

自分の作りたいメダルの形を考え、彫る文字などのイメージをスケッチします。

実施時間（1回につき6人まで）

①12:15～、②12:30～

（以降15分おき実施）、最終は15:00～

・先着順 約80名受付

・体験時間 約30分

・対象年齢 小・中学生

（PC操作がある程度できる方がよい）

※希望者は事前に茅野・産業振興プラザ（☎0266-75-2030）へ

9月5日までに申し込みください（平日9:00～17:00受付）。



★発光スティック

チューブの中でホタルの光を再現してみよう！



★トコトコ人形

トコトコ人形で歩く人形や動物などを使って競争しよう！



★元気なタイ

あれっ！この鯛、ピクピク動くよ。どうしてだろう？



★アイロンビーズ

熱可塑性樹脂の性質を利用してかわいいアクセサリを作ろう！



★バルーンアート

空気を風船に閉じ込めてバルーンアートを楽しもう！



★スーパーボール

ゴム樹脂のラテックスとクエン酸で飛び跳ねるスーパーボールを作ろう！



★万華鏡

身近な材料を使ってきれいな万華鏡を作ろう。



★スライム

身近な材料で、グミのようなカラフルスライムづくりに挑戦！



★フラ板

可塑性と弾性を理解して世界に一つだけのフラ板を作ろう！



★人エイクラ・水のカプセル

アルギン酸ナトリウム水溶液を塩化カルシウム水溶液に垂らすと、甘くてきれいな人エイクラが出来上がり！



★DNAビーズ

4種類の塩基が二重らせん構造につながった遺伝子本体のDNAこのDNAモデルをビーズで作ろう！



9月16日(日) 正午～16時

茅野市民館マルチホール、アトリエ

◆主 催 サイエンスフェスタ in ちの 2018 実行委員会

[構成団体 茅野・産業振興プラザ／公立諏訪東京理科大学／東海大学付属諏訪高等学校]

◆共 催 茅野市八ヶ岳総合博物館

◆後 援 茅野市教育委員会／茅野市精密工業連合会／茅野TMO

お申し込み・お問い合わせ先

茅野・産業振興プラザ ☎0266-75-2030

参加費無料！

10時～16時

エキナカ市

同時開催！



茅野駅2F連絡通路に
屋台村出現！

駅の通路に美味しいものが
いっぱい！



茅野市情報プラザ ～ICT講習会参加者募集のお知らせ～

講座① GIMPでできる写真の加工

Windows10

無料ソフトを使って、デジカメ写真の不要な部分を消したり、好みのイメージに編集加工してみましょう！

組	時 間	開 催 日
1組	午後1時30分～3時30分	10/12(金)、10/16(火)、10/19(金)、10/23(火)、10/26(金)、10/30(火)
2組	午後7時～9時	

募集人員 定員12名【うちPC持込分2名】（諏訪地域在住で全日程受講できる方対象）

受講条件 パソコンの基本操作（特にマウスの操作がスムーズで、ファイルやフォルダ操作）ができる方。

参加費用 受講料2,000円+テキスト代1,700円

講習会場 茅野市情報プラザ 多目的ホール（公立諏訪東京理科大学 生涯学習センター内）

申込期間 9月14日(金)～9月28日(金) 午前10時～午後5時30分(月曜日は休館日)

※会場のパソコン利用10台分を超える参加者につきましてはご自分のパソコンを持ち込んで受講可能ですが、会場のパソコンと同一環境が条件となります。講座お申込みの際に持込みパソコンの詳細をお伺いします。

申込方法

1. 電話でお申し込みください。
（申込開始時は電話が混み合い、繋がりに難くなる場合もございますがご容赦ください。）
2. 申し込み時に、希望講座名(組名)・氏名・年齢・電話番号等を確認します。
3. 応募多数の場合は抽選により受講者を決定し、情報プラザより受講確定の電話を差し上げますが、テキスト発注・納期の関係上、連絡日から2日間以内に連絡がつかない場合は受講キャンセルとなります。なお、抽選から漏れた方へは連絡しませんのでご了承ください。
4. 応募少数の場合は中止させていただく場合もありますので、ご了承ください。

申込・問 茅野市情報プラザ ☎82-7602 茅野市豊平5000-1 公立諏訪東京理科大学 生涯学習センター内

コラム

医療の現場から



「お薬手帳 お使いになっていますか？」

諏訪中央病院 薬剤師 伊藤 明美

皆さんはお薬手帳を普段お使いになっていますか？お薬手帳はいつ、どこでどんな薬をもらったか、アレルギー・副作用情報などを記録しておく手帳のことです。

お薬手帳には飲んでる薬の情報（もちろん前に飲んだことのある薬の情報も）が詰まっています。かかりつけの医療機関に受診していればわかる薬の情報も、他の医療機関ではお薬手帳が手掛かりになります。飲んでる薬が少なければ薬の名前・飲み方を憶えているかもしれませんが、何種類も薬をもらっていれば憶えられません。そんな時にはお薬手帳の出番です。出かけた先で急に病院にかかる事になってもお薬手帳から飲んでる薬がわかります。薬をもらう時に、同じ効果のものを飲んでいないか、飲み合わせの悪い薬はないかなど確認できます。

お薬手帳は薬の情報の他に、普段薬を飲んでいて気になる症状があった時、先生や薬剤師にどんな症状があったのかを伝えられるように、メモとしても使うことができます。この情報から、薬による副作用を早いうちに防ぐことができるかもしれません。

また、病院・医院ごとにお薬手帳を別にしてしているのを目にすることがありますが、一冊にまとめて使うことをお勧めします。

以前は外の薬局にお薬手帳を持っていくと料金が高くなりましたが、今は持っていったほうが少しだけ安くなります。

使っていなかった、持っていないという皆さん。明日からお薬手帳を活用してみませんか？



地域おこし協力隊が行く! Vol.6

名画《緑響く》とコラボしたツアーをつくりました!

茅野市市制施行60周年を記念して、東山魁夷画伯の《緑響く》が7月末から9月初めにかけて茅野市美術館にて展示されています。

東山画伯と言えば、繊細な色遣いで知られる日本を代表する日本画家で、茅野市内にも多くのファンがいらっしやると思います。そして実は、水面に映る木々の緑が美しい名画《緑響く》は、茅野市にとって関わりの深い作品なんです!

絵に描かれている美しい池のモデルとなっているのは、茅野市奥蓼科にある「御射鹿池」。東山画伯は、奥蓼科の温泉旅館、渋・辰野館にご滞在され、何度も御射鹿池に通って絵のイメージを膨らませていったそうです。また、御射鹿池は冷害を避けるための「農業用温水ため池」としてつくられ、そこに湛えられている水は今でも茅野市内の笹原地区の田畑を潤している、大切な場所。



こうしたことから、今回、地域おこし協力隊のメンバーが中心となって、茅野市美術館の協力で名画の世界にじっくりと浸れる、とっておきのツアーを企画しました。題して、「名画の生まれた風景を訪ねる“緑響く”深緑の御射鹿池ツアー」。

美術館で絵を見たあと、そのモデルとなった御射鹿池をじっくりと眺め、東山画伯が滞在した渋・辰野館でご主人のお話をお聞きます。さらに、御射鹿池を管理し、その水の恵みを利用している笹原地区の方に、御射鹿池の水の行き先を教えてください。

「旅を通じて、訪れる人と暮らす人をつなぎ、この地で生きる人の知恵やよろこびにふれる出会いをつくる」、まさに「ちの旅」らしいツアーに仕上がっています。

このツアーをはじめりとして、より茅野を深く、じっくり味わっていただけの旅を、つくっていきたいと思っています。

ツアーの詳細、お問い合わせは (一社)ちの観光まちづくり推進機構(ちの旅案内所) ☎0266-73-8550へ



▲ツアーの募集用に作成したチラシ

国

保

だより

高額な診療を受ける皆さんへ 『限度額適用認定証』を申請しましょう

医療機関に入院する時や高額な外来診療を受けた時に『限度額適用認定証』、『限度額適用・標準負担額減額認定証』(以下「認定証」)を保険証と一緒に提示することで、医療機関で支払う1か月の医療費(保険対象)の支払いが自己負担限度額までとなります。

窓口での支払金額が少なくなりますのでこの制度のご利用をお勧めいたします。事前に市役所高齢者・保険課に認定証の交付手続きをしてください。なお、自己負担限度額は所得区分により異なります。

認定証の有効期限は毎年7月31日となっています。引き続き必要な場合は、再度交付手続きをする必要があります。

(注) 国保税を滞納していると、認定証の交付が受けられない場合があります。

認定証の交付手続きが必要な方	事前の手続き	病院・薬局などで
●70歳未満の方 ●70歳以上の方で所得区分が低所得者Ⅰ、Ⅱの方 - 現役並みⅠ、Ⅱの方	市役所で「認定証」の申請をしてください	「認定証」を窓口で提示してください

※70歳以上の方で、所得区分が一般、現役並みⅢの方は「高齢者受給者証」を提示することで自己負担額までの支払いとなります。

市民税非課税世帯の方の入院時の食事代の減額について

市民税非課税世帯の方は、事前に申請し交付された「認定証」を医療機関の窓口で提示することで、入院中の食事代が減額されます。過去12か月の入院日数の合計が91日以上になった場合は、申請をすることで食事代が更に減額されます。該当される場合は早めにご申請ください。

平成30年8月診療分から、高額療養費の自己負担上限額が変わります

70歳以上の皆さまへ

●平成30年7月診療分まで

適用区分		外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
現役並み	課税所得 145万円以上の方	57,600円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% 《多数回44,400円※2》
一般	課税所得 145万円未満 ※1	14,000円 [年間上限 144,000円]	57,600円 (多数回44,400円※2)
低所得者	Ⅱ 住民税非課税世帯区分 Ⅰ 住民税非課税世帯区分Ⅰ※3	8,000円	24,600円 15,000円

●平成30年8月診療分から

適用区分		外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
現役並み	Ⅲ 課税所得 690万円以上	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1% (多数回 140,100円※2)	
	Ⅱ 課税所得 380万円以上 690万円未満	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% (多数回 93,000円※2)	
	Ⅰ 課税所得 145万円以上 380万円未満	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% (多数回 44,400円※2)	
一般	課税所得 145万円未満 ※1	18,000円 [年間上限 144,000円]	57,600円 (多数回44,400円※2)
低所得者	Ⅱ 住民税非課税世帯区分 Ⅰ 住民税非課税世帯区分Ⅰ※3	8,000円	24,600円 15,000円

※1 世帯収入の合計額が520万円未満(1人世帯の場合は、383万円未満)の場合や、「旧ただし所得」の合計額が、210万円以下の場合も含まれます。

※2 過去12か月以内に3回以上、上限額を超えた場合は、4回目から「多数回該当」となり、上限額が下がります。

※3 住民税非課税世帯(年金収入80万円以下など)

●75歳到達月は、国保と後期高齢者医療制度の限度額がそれぞれ2分の1になります。

第三者行為による保険診療は、届け出が必要です

交通事故など、第三者による行為が原因でけがや病気になった時の医療費は、原則として加害者が負担するべきものですが、届出によって国民健康保険(以下「国保」)の被保険者証を使用して、医療を受けることができます。その際には必ず高齢者・保険課の窓口で「第三者行為による傷病届」を提出してください。この場合の医療費は、一旦、国保で支払いますが、後日、国保から加害者へ医療費の請求を行いますので、まずは国保の窓口にご連絡ください。国保への届出の前に示談を済ませると、示談後は国保が使えないので、必ず示談をする前に届出をしてください。

詳細につきましては、医療保険・年金係までお問い合わせください。

一部負担金の減免及び徴収猶予、国民健康保険税の減免

災害により死亡または家屋に重大な損害を受けたときや、失業等による特別な理由により、生活が著しく困難になった場合、申請により、医療機関へ支払う一部負担金の減免や徴収猶予する制度、また国民健康保険税の減免の制度等がありますのでご相談ください。

詳細につきましては、医療保険・年金係(内線323)、税については税務課 諸税係(内線179)までお問い合わせください。

国民年金保険料の「後納制度」について

過去5年以内に納め忘れた国民年金保険料を納付することで将来の年金額を増やすことができる「後納制度」が平成27年10月から平成30年9月までの3年間に限り実施されています。

後納制度を利用することで年金額を増やすことや、年金の受給ができなかった方が受給資格を得られることがあります。

老齢年金を受け取るためには、保険料納付済期間と保険料免除期間などを合算した資格期間が原則として10年以上あれば老齢年金を受け取ることができます。そのため、後納制度を利用し不足している保険料を納めることにより、年金の受給ができなかった方が受給資格を得られる可能性があります。

ただし、すでに老齢基礎年金を受給している方などは、後納制度の利用はできません。

後納保険料を利用するには、申込みが必要です。

詳しくは、「ねんきん加入者ダイヤル」(☎0570-003-004)又は岡谷年金事務所(☎23-3661)へお問い合わせください。

ご存知ですか？国民年金の任意加入制度

★老齢基礎年金を満額に近づけたい！

老齢基礎年金は20歳から60歳になるまでの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取ることはできません。

納め忘れなどで保険料の納付済期間が40年に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの5年間任意加入して保険料を納めることにより、満額または満額に近づけることができます。

加入日は遡ることはできませんので申出された日からの加入になります。

なお、平成20年4月1日から保険料の納付方法は口座振替が原則となっています。

★付加年金制度加入で増額！

第1号被保険者(および任意加入被保険者)で国民年金基金に加入していない方は、定額保険料に加えて付加保険料を納めると老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。

付加保険料額は1か月400円で、年金額は200円×付加保険料納付月数となり大変お得です。定額保険料同様に、前納すると割引になります。

付加保険料を翌月末までに納付されなかった場合、当該月から付加保険料を納めることができなくなりますのでご注意ください。再度納付希望される場合は、改めて申込みが必要となります。

★海外に行くことになったら！

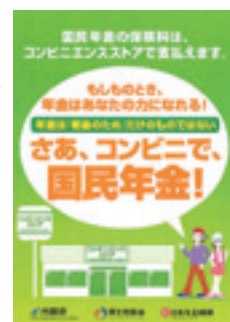
海外に転出する場合は、国民年金に加入する義務はなくなりますが、希望により任意加入することができます。任意加入されると保険料免除制度・納付猶予・学生特例納付制度の申請はできません。

国民年金保険料の納付書をお持ちの方へ

国民年金保険料は、銀行などの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアで納付することができます。コンビニエンスストアでは休日や夜中でも納付ができますので大変便利です。

納付書に記載されている、納付期限(翌月末)までに保険料納付をお願いします。

なお、使用期限と記載されている場合は、使用期限を過ぎるとその納付書は使用できません。





在宅医療と介護の連携強化

「茅野市医療・介護連携支援窓口」開所式

6月27日、「茅野市医療・介護連携支援窓口」の開所式が諏訪中央病院で行われました。諏訪中央病院患者サポートセンターに設置され、在宅生活を支援する医師や介護サービス事業所からの相談を受け、連携調整を行います。在宅療養や訪問診察などに関する一般の人の医療相談にも応じます。



フォトニュース

姉妹都市へ救援物資

岡山県総社市災害派遣職員 出発式

茅野市と姉妹都市の岡山県総社市では6日夜に記録的な大雨による大雨特別警報が発表され、市内全域に緊急の避難指示が出され、市内各所で家屋の浸水や犠牲者が出ました。

7月9日、災害時の相互応援協定に基づき、甚大な被害を受けた総社市に救援物資を届けるために市の職員を2名派遣しました。ブルーシート200枚以上と飲料水、安全靴を届けるとともに、継続的な支援に向けて被災地のニーズを調査し、帰庁後に状況報告が行われました。



更なる発展を祈念 60周年を華やかに祝う

茅野市市制施行60周年記念式典

8月1日、茅野市市制60周年記念式典が茅野市民館にて盛大に開催されました。式典とともに小平奈緒選手への特別市民栄誉賞贈呈式と記念講演会が行われました。

式典では柳平市長が「パートナーシップのまちづくりの理念の下、あらゆる主体が互いに連携し協働するまちづくりを目指していく」と街の将来について述べました。

市民栄誉賞授与式とともに国際スケートセンターの愛称も発表。「NAO ice OVAL」に決まりました。小平選手は自らの名前が入った愛称に「こんなに自分の名前に誇りを持てる日はありません」と涙を流しながら喜びました。

美しくて不思議な霧ヶ峰を知る

講演会 霧ヶ峰賛歌

地域を歩く 霧ヶ峰の自然

7月8日、自然写真家の西村豊さんによる講演会「霧ヶ峰賛歌」が行われました。大勢の方が参加し、霧ヶ峰の不思議な様子を撮った写真に皆さん興味津々でした。

7月15日には実際に霧ヶ峰を歩く「霧ヶ峰の自然」が行われ、西村さんの解説を聞きながら、霧ヶ峰の自然と触れ合いました。野生の鹿に遭遇したり、不思議な形をした石を見つけたりと普通に歩いているだけでは分からないことを解説してもらい、霧ヶ峰の自然を堪能していました。





地域の在来植物を守ろう！

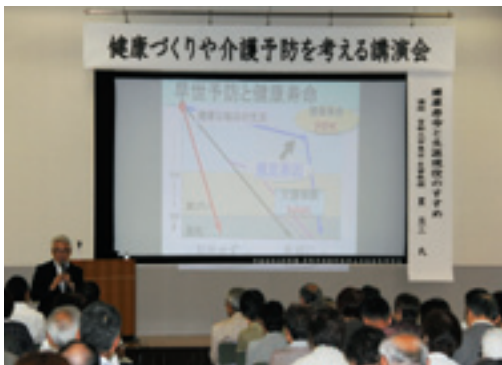
オオハンゴンソウ駆除作業

6月30日に青少年自然の森で市民ボランティアの皆さんによるオオハンゴンソウの駆除作業が行われました。オオハンゴンソウは強靱な繁殖力により他の植物を駆逐してしまう侵略的な植物で特定外来生物に指定されています。地域の豊かな生態系を守るために特定外来生物の駆除にご協力ください。

伝統の文化を体験

こて絵講座

7月1日、ハケ岳総合博物館開館30周年記念アンコールイベントとして、こて絵づくり講座が行われました。「こて絵」とは、漆喰を、こてで盛り上げ、蔵などに書いたものです。左官職人の下平武さん、悟さん親子の指導により、19cm四方のこて絵を作りました。皆さん集中して作業を進め、昼時間も作業を続けていたいという声もあったほど夢中になっていました。



元気で長生きする秘訣とは

健康づくりや介護予防を考える講演会

7月7日、健康づくりや介護予防を考える講演会が、市役所大ホールで行われました。「健康寿命と生涯現役のすすめ」と題し、首都大学東京の名誉教授、星旦二さんを講師にお呼びしました。長野県の寿命が長い理由やどういった人が長生きかということ、星先生らしい言葉で話していただき、会場は大変盛り上がりしました。休憩時には健康運動指導士の指導で簡単な体操も行われました。

小泉山の蝶や自然とふれあおう！

小泉山 オオムラサキ放蝶会

夏の植物観察会・オオムラサキ観察会

7月8日、オオムラサキ放蝶会が小泉山のオオムラサキ保護施設で行われました。子どもから大人まで多くの方が参加し、オオムラサキが飛び交う山になるよう約40匹を放ちました。

7月15日には、夏の植物観察会・オオムラサキ観察会が小泉山にて行われました。中沢口をスタートして上古田口のオオムラサキ保護施設までを植物を観察しながら歩きました。参加した子どもたちは様々な植物や生き物にとっても興味を持って、観察会を楽しんでいました。



遊歩道で繋がる

「遊歩道でつなぐ前宮・本宮散策マップ」完成発表

7月15日、諏訪大社上社前宮と本宮の周辺の史跡などを紹介した「遊歩道でつなぐ前宮・本宮散策マップ」の完成発表会が前宮本殿前で行われました。公民館関係者や一般市民ら60人以上が参加し、マップをたどっての散策も行われました。

諏訪市と茅野市の公民館や有識者が連携して制作が進められてきました。散策マップはA2サイズで両面カラー、史跡や施設、遊歩道の情報だけでなく駐車場や飲食店などの情報も掲載されています。マップは茅野市中央公民館などで配布しています。

❶ 平成30年度敬老の日祝い品贈呈のお知らせ

茅野市では、高齢者の方の長寿のお祝いとして、平成30年度中に満88歳になられる方と満100歳になられる方へ、敬老の日の9月17日(月・祝)以降に、お祝い品を贈呈します。

申し込みは不要ですが、敬老の日より前に茅野市から転出された方や、お亡くなりになられた方にはお贈りできませんので、ご了承ください。

対象となる市民

- ・満88歳(昭和54年4月1日～昭和64年3月31日生まれの方)
- ・満100歳(大正7年4月1日～大正8年3月31日生まれの方)

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係(内線335)

❷ 金婚式(結婚50周年)を迎えられるご夫婦の皆さまへ

茅野市では金婚式(結婚50周年)を迎えられるご夫婦の方へ、ささやかなお祝い品を贈呈いたします。

今年度、対象となる方は昭和43年(1968年)4月から昭和44年(1969年)3月までの間に結婚されたご夫婦です。

回覧板でもお知らせし、お申し込みいただいているところですが、再度お知らせします。

対象となる方は、お申し込みが必要となります。9月7日(金)までにお申し込みください。

とき 11月21日(水) 午前10時～正午
ところ 茅野市役所 8階大ホール
(金婚祝贈呈式にご出席できない場合も、お祝い品をお贈りいたします。)

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係(内線335)

❸ 多留姫文学自然の里 収穫祭

実りの季節になりました。

多留姫文学自然の里では、稲刈り鎌を使い、手作業で稲刈りを行い、はぜにかけて干す「収穫祭」を開催します。申し込みは不要ですので、友達やご家族そろってご参加ください。これまで田植えや稲虫まつりに参加されなかった方など、どなたでも参加可能です。

とき 9月29日(土)
午前9時30分～正午(雨天中止)

ところ 多留姫文学自然の里「神田」
持ち物 稲刈り鎌(ある人)、長靴、軍手、タオル、帽子

服装 稲刈りができる服装(長袖など)

問 生涯学習課 生涯学習係(内線634)

❹ 家族ほのぼのサロン

精神障害者のご家族の会です。悩みや不安、体験などを自由に語り合うことができます。事前申し込みは不要で、どなたでもご参加いただけます。(毎月第2水曜日に定例会を開催しています。)

とき 9月12日(水) 午後1時30分～

ところ ひまわり作業所 会議室
(茅野市宮川4297)

対象 精神障害者のご家族

参加費 300円(お茶代等)

問 NPO法人やまびこ会 ☎73-2334

❺ 認知症と介護を考える講演会

認知症の方を地域で支えることを考える講演会を開催します。入場無料、事前申込み不要で、どなたでもご参加いただけます。多くの皆様のご参加をお待ち申し上げます。

とき 10月1日(月)
午後1時30分～3時30分

ところ 茅野市役所 8階大ホール
演題 「認知症を地域で支える～認知症の治療になぜ地域の関わりが必要なのか～」

講師 安曇野ななき診療所
院長 岸川 雄介氏

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係(内線334)

情報ネットワーク

お知らせ、募集案内、イベント情報など暮らしに役立つ情報をお届けします。

茅野市役所 ☎0266-72-2101(代表)
〒391-8501 塚原二丁目6番1号

❶ 市営温泉施設は 次の日も営業します

縄文の湯は月曜日が定休日ですが、9月17日(月) 敬老の日
9月24日(月) 秋分の日振替休日にも休業せず営業しますので、ご利用ください。

問 縄文の湯 ☎71-6080

❷ 統計グラフコンクール作品展示

統計グラフコンクールは、統計に親しんでいただき、日常生活の中で統計を利用することを知っていただくこと、また統計調査への理解を深めていただくことを目的に開催しています。応募していただいた作品を次の期間展示します。子ども達の力作を是非ご覧ください。

展示期間 8月29日(水)～9月3日(月)
正午(土・日は除く)

ところ 茅野市役所 1階ロビー
展示スペース

問 地域戦略課 広報戦略係(内線234)

❸ 平成30年『茅野市の概要』(ハンディ版)を発行しました

茅野市の主要な統計情報をハンディ版にまとめた『茅野市の概要』を発行しました。

◆手帳にはさんで持ち運べる大きさです。

◆市役所2階地域戦略課広報戦略係、各地区コミュニティセンター、茅野駅前ベルビア出張所、図書館の各窓口で、無償配布しています。どうぞご利用ください。

問 地域戦略課 広報戦略係(内線234)

❹ 9月の介護保険制度説明会

9月2日から10月1日までに65歳になられる皆さまを対象にしておりますが、介護保険制度に関心のある皆さまもご参加いただけます。(申し込み不要)

とき 9月10日(月)
午前9時30分～11時

ところ 茅野市役所 議会棟大会議室

問 高齢者・保険課 介護保険係(内線337)



プッシュ通知で行政情報をお届け!

「広報ちの」の自動配信も!

ダウンロードはこちらから



信濃毎日新聞

暮らしに 仕事に 役立つ信毎

地域の話から世界のニュースまで一紙で分かる

県内の経済記事 たっぷり詳しく
生活防衛 豊富なチラシでお得情報

ライフスタイルを彩る
週刊すわは金曜日

■ 信毎Web <http://www.shinmai.co.jp/>



購読のお申し込みは ☎0120-81-4341 又は 最寄りの信毎販売店へ

図書館 開館に関するお知らせ

9月17日、24日(月)は祝日開館します。
9月18日、25日(火)は振替休館とします。
9月28日(金)は月末休館とします。
問 茅野市図書館 ☎72-9085

図書館で ティータイムを

ボランティアグループ「レモングラス」の皆さんによるハーブティーのサービスです。

とき 9月13日(木)
午前10時30分～11時30分
ところ 茅野市図書館前庭
持ち物 コップ
問 茅野市図書館 ☎72-9085

はじめましての読み聞かせ ～読み聞かせ入門講座～

保育園や小学校などで読み聞かせをされる保護者の方を中心に、本の選び方や、読み聞かせの実技などの講座です。

とき 9月16日(日)・9月30日(日)
10月14日(日)・10月28日(日)
11月11日(日)・11月25日(日)
※6回連続講座です。
午前10時10分～午後12時10分

ところ 茅野市図書館2階
おはなしの部屋

※テキストとして『えほんのせかいこども
のせかい』を使います。お持ちでない方は
受付の際、購入をお願いします。

申込開始 9月1日(土) 午前10時～
電話、窓口にて。

申込・問 茅野市図書館 ☎72-9085

茅野市図書館 おはなし&ハンドメイド ～ポストカードをつくってみよう!～

切り絵やちぎり絵、手紙に関する本の紹介や絵本の読み聞かせをしたあと、本の帯を使って、お気に入りの絵本のポストカードを作ります。

とき 9月29日(土)
午前10時15分～正午

ところ 茅野市図書館2階
おはなしの部屋

対象 3歳以上の方(小学生以下のお子
さんは保護者付き添い)

定員 10名

申込開始 9月8日(土) 午前10時～
電話、窓口にて。

申込・問 茅野市図書館 ☎72-9085

茅野市・麻績村・東御市健康大学 ポッチャ交流会 参加者募集

県内でポッチャを高齢者スポーツとして
取り入れている茅野市、麻績村、東御市
健康大学の交流会を開催します。

茅野市からの参加者を募集しますので、
奮ってお申込みください。

とき 9月21日(金)
午前8時 茅野市運動公園出発
午前9時45分から ポッチャ交流会
午後4時 茅野市運動公園到着予定

ところ 麻績村地域交流センター
会場までの往復は、貸切バスで
移動します。

参加資格 市内在住のおおむね
65歳以上の方

参加費 おひとり700円(昼食代を含む)

参加定員 15人

募集開始 9月3日(月)から、電話により
受付です。(先着順)

受付時間は、平日午前8時30
分から午後5時15分までです。

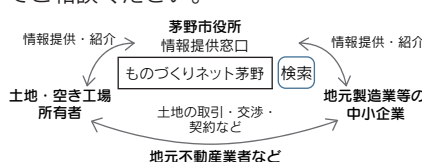
持ち物等 参加決定者に、通知によりお
知らせします。

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係
(内線334、335)

事業用の空き土地・空き工場の 情報提供のお願い

現在の堅調な景気回復を受けて、地元製
造業等の中小企業の皆さんから、工場増
設や更新のための空き土地・空き工場の
相談が多く寄せられています。

市では、ホームページを通じて空き土地・
空き工場の情報提供を行っていますので、
情報をお持ちの方はぜひ問い合わせ先ま
でご相談ください。



問 商工課 工業・産業振興係(内線433)

「農機レンタル事業」への 補助を行っています

農業振興ビジョンの小規模農家支援事業
として、JA信州諏訪で行っている「農機
レンタル事業」に対し、レンタル料金の
1/2を補助しています。

補助事業期間

完了日 平成30年11月30日まで

申込先 JA茅野市農機センター又は、
JA南部センター

問 農林課 農政係(内線403)

オレンジ・カフェ茅野 9月の開催のお知らせ

「オレンジ・カフェ」とは、認知症の方や
その家族、支援する方が集い、話し合い、
情報交換する場です。事前申し込み不要
ですので、お気軽にご参加ください。お
飲み物をご用意してお待ちしています。

とき 9月3日(月)
午後2時30分～3時30分

ところ ウエルシア茅野本町店
(茅野市本町西4604-1)

お話 ウエルシア薬局の管理栄養士から
『バランスのよい食事とは』につい
て話があります。

参加費 無料

その他 オレンジ・カフェ茅野は、平成
31年1月までは毎月1回開催し
ます。毎月の開催予定は、広報
ちのにてお知らせします。

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係
(内線334、335)

いきいき健康ルーム 太極拳講座 「基本の“き”」受講者募集

初めての方でも安心して取り組める太極
拳講座を開講します。

柔らかく、穏やかな太極拳の動作で姿勢
や呼吸を整え、健康な心と身体を養いま
しょう。

とき 10月4日から毎週木曜日
9ヶ月間(2019年6月まで)
午前11時15分～12時45分
(90分間)

ところ 茅野市高齢者福祉センター
塩壺の湯ゆうゆう館内「いきい
き健康ルーム」(茅野市米沢)

参加条件 市内在住の65歳以上の方で、過
去に「いきいき健康ルーム」に
おける太極拳講座未受講の方。

定員 12名(先着順)

受講料 無料

講師 清野 賢一 さん

募集開始 9月18日(火)から、下記の申
込先へ電話にて募集します。

受付は平日午前8時30分～午
後5時15分までです。

その他 申込後、受講決定者には、持ち
物等の詳細を
送付します。

問 高齢者・保険課
高齢者福祉係
(内線334、335)



ヤマハ音楽・英語教室

無料レッスン見学開催中

音楽教室

1歳 (水) 10:00 お問い合わせ下さい
2歳 (水) 11:00 8/22 9/-5-12-19
年少 (木) 16:10 8/23-30 9/6-13-20
年中長 (火) 16:10 8/28 9/4-18-25
(土) 13:00 8/25 9/1-8-15-29

個人レッスン

30分無料体験受付中!

お申込み・お問い合わせは ※見学日は日時が限定されています。事前にお問い合わせください。

茅野センター担当 高子 070-5571-9001 ☎ 0120-970-091

英語教室

1歳 (木) 10:00 お問い合わせ下さい
2歳 (木) 11:00 8/23 9/6-13-20
年少 (金) 16:10 8/24 9/7-14-21
年中長 (火) 16:10 8/28 9/4-11-25

おうちに眠っているピアノ、始めてみませんか?

ピアノ無料診断実施中!

うたっておどれる♪ ヤマハシニア向け新コース 青春ポップス

レッスン日

★8月31日(金) 14:00～
★9月14日(金) 14:00～
★9月21日(金) 14:00～

㈱オグチ楽器

茅野市仲町18-17



**茅野市制施行60周年
博物館開館30周年記念事業
企画展「茅野市60年 博物館30周年」**

昭和33年に茅野市が誕生してから60年。家並みや生活風景の移り変わりが感じられる昔懐かしい写真を展示します。また博物館の古いポスター・チラシなどを展示し、30年の歩みをご紹介します。

会期 9月15日(土)～11月25日(日)

ところ 総合博物館

料金 通常入館料

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



**講演会
「コケの世界～コケを見分ける～」**

コケとはどのような植物なのでしょう。それぞれに美しいコケ植物の見分け方のポイントについて解説します。気になるコケのある方は、当日、お持ちください。

とき 9月1日(土)

午後1時30分～3時

ところ 総合博物館

講師 平岡 照代 さん

(平岡環境科学研究所)

参加費 無料(申込不要)

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



さきおりでランチョンマット

昔ながらの高機を使ってランチョンマットを織ってみましょう！初心者の方も楽しく体験できます。お気軽にご参加ください。

とき 9月8日(土)、9日(日)、28日(金)
いずれも午前10時～11時30分と
午後1時～2時30分の2回

ところ 総合博物館

講師 博物館はたおりボランティアねじばな

定員 各回5名(要申し込み)

参加費 400円

対象 小学校高学年以上(踏み木に足が届く身長が対象になります)

※原則、お申し込み1回につき、記名1名とさせていただきます。

申込開始 8月21日(火)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館

☎73-0300



**尖石縄文考古館
館長によるギャラリートーク**

守矢館長による「縄文のビーナス」についてのギャラリートークを行います。

とき 9月8日(土)

午前11時～正午 午後2時～3時

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



**縄文を楽しむ②
「縄文風のペンダントを作ろう」**

穴あきの高麗石を使ってペンダントヘッドを作る講座です。

とき 9月16日(日)

午前9時30分～正午

ところ 尖石縄文考古館

定員 10名 **受講料** 800円

その他 要申込、受付期間は8月16日(木)～9月9日(日)、先着順

申込・問 尖石縄文考古館

☎76-2270



**縄文を楽しむ③
「ドッキーを作ろう」**

土器そっくりのクッキーを作る講座です。

とき 9月23日(日) 午前9時～午後3時

ところ 尖石縄文考古館

定員 10名 **受講料** 800円

その他 要申込、受付期間は8月23日(木)～9月16日(日)、先着順

申込・問 尖石縄文考古館

☎76-2270



**ハケ岳総合博物館
開館に関するお知らせ**

9月17日(月)、24日(月)は祝日開館します。

9月18日(火)、25日(火)は振替休館します。

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



**「長野県は宇宙県
スタンプラリー」開催中**

平均標高が日本一の長野県内には、多くの天文施設・プラネタリウムなどがあります。博物館を見学したり、イベントに参加してスタンプを集めるとオリジナルグッズがもらえます。

期間 7月21日(土)～11月4日(日)

ところ 総合博物館

料金 通常入館料

その他 詳しくは、長野県は宇宙県ホームページ

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



**茅野市図書館 シリーズ企画
諏訪東京理科大学 出前授業講座
第1回 ～不思議な数学!～**

不思議で面白い数学の世界をのぞいてみませんか。公立諏訪東京理科大学から先生をお招きし、わかりやすく解説して頂きます。

とき 9月20日(木)

午後1時30分～午後3時

ところ 茅野市図書館2階 会議室

講師 公立諏訪東京理科大学 共通教育センター教授 金井 範夫 先生

定員 20名(定員になり次第締め切ります)

受講料 無料

持ち物 なし

申込開始 9月4日(火) 午前10時～

申込・問 茅野市図書館

☎72-9085

今後のスケジュール 第2回10月18日、第3回11月30日(毎回、講師・授業内容は変わります)。



月夜のおはなし会

秋の夕暮れ時、ハケ岳総合博物館の一角お借りしておはなし会を開催します。ハケ岳総合博物館の30周年をお祝いし、昔から伝わる地元のおはなしや、大型絵本や紙芝居の読み聞かせ、手遊びなどを地域の皆様と一緒に楽しみませんか。申込は不要です。ご近所お誘い合わせいただき、ご参加ください。

日時 9月21日(金) 午後7時～9時

場所 茅野市ハケ岳総合博物館

問 「読書の森 読りーむinちの」事務局
茅野市こども読書活動応援センター
☎75-1250



**尖石縄文考古館
開館に関するお知らせ**

9月17日(月)、24日(月)は祝日開館します。

9月18日(火)、25日(火)は振替休館します。

なお次の日は観覧料が無料です。皆さまのご来館、お待ちしております。

9月8日(土)

「縄文のビーナス」誕生日(出土日)

9月9日(日)

ハケ岳縄文の里マラソン大会

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270

環境館まつり開催

もったいない市場

開催日 9月8日(土) 10:00～12:00

茅野市
可燃ごみ袋
プレゼント!

おいしい
ポップコーンもあるよ!

お問い合わせ
茅野環境館
TEL 82-0040
茅野市環境 2-11-23
(茅野市役所裏・旧消防署前)

※特設会場のみ無料配布・マイバッグご持参下さい※当日は市役所駐車場をご利用下さい。※雨天の場合は中止です。

**エコタウンの
おもちゃ病院**

開催日時：9月4・5・6日
9月12:00～4:00

茅野環境館 エコタウンの
おもちゃ病院

茅野市環境 2-11-23
☎0268-82-0040

茅野市役所
茅野市環境
茅野市役所
茅野市環境

美 茅野市市制施行60周年記念事業
信濃美術をみつめる
「描くこと この地との出会い」

とき 7月28日(土)～9月9日(日)
午前10時～午後6時 火曜休館

ところ 茅野市美術館

観覧料 一般500円、高校生以下無料

〈関連企画〉

■きてみて！ギャラリートゥアー

とき 9月1日(土) 午前11時開始

ところ 茅野市美術館

参加費 無料(要展覧会チケット)

■学芸員によるギャラリートーク

とき 9月2日(日) 午前11時開始

ところ 茅野市美術館

参加料 無料(要展覧会チケット)

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222

美 寿齢讃歌ー人生の
マエストロー写真展13

写真を通して人生の達人であるお年寄りを称え、またそこに写り込む地域文化を世界に届け、未来へ伝えていく公募写真展。

とき 9月15日(土)～9月30日(日)
午前10時～午後6時 火曜休館

ところ 茅野市美術館 企画展示室

観覧料 無料

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222

美 鶴田真由×小林紀晴写真展
Silence of India

茅野市出身である写真家・小林紀晴と女優・鶴田真由がともに旅したインドの世界を写した写真展。

とき 9月15日(土)～9月30日(日)
午前10時～午後6時

ところ 茅野市美術館 常設展示室

観覧料 無料

〈関連企画〉

■トークイベント・サイン会

鶴田真由×小林紀晴

出演 鶴田真由さん、小林紀晴さん

とき 9月17日(月・祝) 午後2時開始

ところ 茅野市民館マルチホール

料金 無料

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222

i 2018クリーンレイク諏訪
ふれあいまつり

クリーンレイク諏訪の施設見学や地域マスコットとのふれあい、プランクトン観察、スタンプラリーなど楽しいイベントがいっぱい！

また来場者にはマンホールカードをプレゼントします。

とき 9月8日(土) 午前10時～午後3時

ところ 豊田終末処理場

(クリーンレイク諏訪)

問 長野県諏訪湖流域下水道事務所

☎58-2955

博 プラネタリウム9月のテーマ
「中秋の名月」

エアドームで季節の星座のお話や宇宙の映像を体験できます。テーマは毎月変わります。

とき 土・日曜日および祝日。
各日午前10時30分～と、午後1時30分～の2回

※9月9日(日)、16日(日)は午前・午後ともに投影はありません。

ところ 総合博物館

定員 各回20名(先着順)

参加費 要入館料

その他 整理券(当日分)は開館時よりおひとりにつき1枚お渡しします。

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 博物館でお月見会

月や星にまつわるお話をします。デジタル月球儀「ダジック・ムーン」を使いながら、月の裏側やヒミツについて紹介します。※読書推進グループ読りむちのの皆さんによる月夜のおはなし会と同時開催。

とき 9月21日(金) 午後7時～9時

ところ 総合博物館

料金 無料(申し込み不要)

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 展示物解説動画のQRコードを
読み取って見てみよう！

展示物の案内板にQRコードを設置してあります。スマートフォンなどで読み取っていただくと、解説動画が見られます。タブレットの貸し出しもしていますので、ぜひご覧ください。

申込・問 ハケ岳総合博物館

☎73-0300

守 神長官守矢史料館
開館に関するお知らせ

9月17日(月)、24日(月)は祝日開館します。9月18日(火)、25日(火)は振替休館します。

問 神長官守矢史料館 ☎73-7567

守 企画展「幕末の諏訪」
ギャラリートーク

とき 9月22日(土)
午後1時30分～2時30分

ところ 神長官守矢史料館

料金 通常入館料

問 神長官守矢史料館 ☎73-7567

C 茅野市民館を
サポートしませんか2018
「舞台で音楽家は何を考えるか」

チェンバロ奏者・作編曲家の杉本周介が演奏や市民館技術スタッフとの対談を通じて古楽・ジャズなど様々なジャンルに通底する舞台表現としての音楽を皆さんと一緒に楽しく考える講座です。

とき 10月12日(金) 午後7時30分開演

ところ 茅野市民館 マルチホール

出演 杉本周介さん、原諤子さん

定員 100名(要申込み)

参加費 無料

申込・問 茅野市民館 ☎82-8222

博 古文書相談会

皆さんの古文書学習における疑問・質問などにお答えします。鑑定等はいりません。

とき 9月15日(土) 午後1時30分～3時

ところ 総合博物館

講師 博物館職員

参加費 無料(申し込み不要)

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 キノコ観察会

午前中は吉田山でキノコを観察します。午後は博物館で観察したキノコについて学習します。

とき 9月15日(土) 午前9時～午後4時

ところ 吉田山

講師 小山 明人 さん(菌類懇話会)

参加費 無料(要申込)

持ち物 昼食、飲み物、歩きやすい服装

申込開始 8月21日(火)より受付

申込・問 ハケ岳総合博物館

☎73-0300

博 キノコ展

身近で見られるキノコの実物を展示し解説します。鑑定も行います。ご来場の方に、キノコの図柄のオリジナルマグネットをプレゼントします。(各日先着150名)

とき 9月16日(日)～17日(月・祝)

午前10時～午後4時

ところ ワークラボハケ岳(ベルビア2階)

料金 無料

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博 ワクワク科学工作

やさしい科学工作を通じて、科学の不思議さやおもしろさを体験してもらいます。9月は「走る円盤」。

とき 9月23日(日・祝)

午前10時～11時30分

ところ 総合博物館

講師 市民研究員実験工作グループ

定員 16名(要申し込み)

参加費 300円

参加資格 小学生以上

申込開始 8月21日(火)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館

☎73-0300

博 星空観望会

季節の星座探訪と、大型天体望遠鏡による見ごろの惑星・天体の観察を行います。

とき 9月29日(土)

午後7時30分～9時

*雨天曇天の場合は中止します

ところ 北部中学校天体ドーム(北部生涯学習センター)

講師 博物館職員

定員 20名(要申し込み)

参加費 無料

申込開始 8月21日(火)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館

☎73-0300

① きのこ中毒防止展

とき 9月29日(土)・30(日)
いずれも午前10時～午後4時
ところ 西友 横内店
内容
・展示会…食用・毒きのこ各種展示します。
・きのこ鑑別所…きのこを鑑別しますのでお持ち寄りください。
・30日の午前11時30分からきのこ汁200食振る舞い(予定)
問 諏訪食品衛生協会 ☎57-1205
健康づくり推進課健康総務係
☎82-0105(健康管理センター)

① シルバー人材センター 刃物研ぎイベント

シルバー人材センターでは、好評をいただいています刃物研ぎを次のとおり開催します。
とき 9月23日(日) 雨天決行
受付時間 午前9時～正午
ところ 富士見町
料金 300円から(研ぐものにより金額は異なります)
対象のもの 包丁・はさみ類など
問 茅野広域シルバー人材センター ☎73-0224

① シルバー人材センター 入会説明会・審査日程

説明会 9月12日(水) 午後2時～
審査会 9月21日(金) 午後1時30分～
ところ 茅野広域シルバー人材センター
※事前に申し込みの上、お越しください。
申込・問 茅野広域シルバー人材センター ☎73-0224 業務係 矢島

① ゆずりあおう ～不用品を活用しあいましょう～

ゆずります
手織機(小)／犬小屋／犬のゲージ／マレットゴルフのスティック(男性用)／ひな人形(7段飾り)／学習机／日本人形(ガラスケース入り)／アナログテレビ(32インチ)／麻雀牌／オーブントースター／子ども用スキー／一輪車(乗り物)／ドレッサー

ゆずってください
ロックミシン／コンピュータミシン／急須／南部鉄のヤカン／セミダブルベッド／ランタン(電池式以外)／二槽式洗濯機
※金額は、無料～5,000円の範囲です。
※チャイルドシートは無料で取り扱っています。
※最新情報は、「NPO法人エコタウン」のホームページをご覧ください。
※交渉後の結果は必ず環境館までご連絡ください。
問 茅野環境館 ☎82-0040
(午前9時～午後5時:日・月曜日定休)
なお、広報紙が届くまでに一部交渉が成立する場合がありますのでご了承ください。登録期間は3か月あります。

9 月の納税等

◆固定資産税・都市計画税(3期)
◆国民健康保険税(4期) ◆保育料
◆市営住宅使用料 ◆上下水道料金
◆後期高齢者医療保険料(3期)
◆下水道受益者負担金(1期)
【納期限・振替日 10月1日(月)】

① 社会保険労務士による がん患者さんのお仕事相談

休職や復職のこと、雇用保険のこと、年金制度のことなど、治療と就労に関するご相談に社会保険労務士とがん相談支援センター相談員がお応えします。
とき 9月10日(月)
午後1時30分～4時30分
ところ 諏訪赤十字病院 がん相談支援センター面談室(新棟1階)
相談員 社会保険労務士(長野県社会保険労務士会諏訪支部)
※相談には、がん相談支援センター相談員も同席します。
対象 がん患者さん、そのご家族
※他院通院中の方もご利用いただけます。
費用 無料
※予約優先です。まずはお電話でお申込みください。
問 諏訪赤十字病院 がん相談支援センター ☎57-7502(直通)

① 楽しく子育て力UP講座 親学習プログラム NPプログラム

NPプログラムは親のための学習サポートプログラムです。子育ての悩みや関心のあることを話し合いながら自分に合った子育ての仕方を見つけていきます。市の事業として『NPO法人 CLIP in すわ』へ委託しています。多くの皆さんのご参加をお待ちしています。
対象 0歳から就学前の子どもを子育て中の親
日程 9月26日(水)、10月3日(水)、10月10日(水)、10月17日(水)、10月24日(水)、10月31日(水)(全6回)
時間 午前10時～正午
会場 家庭教育センター
参加費 無料(初回のみ茶菓子代として300円)
託児 生後8か月以上(要予約)
※託児費用一部実費負担あり
定員 10名(先着順) 市内在住者優先
受付開始 8月21日(火)から
申込・問 NPO法人 CLIP in すわ
本問 ☎72-7296
中村 ☎72-2837

① 縄文文化講座 「信濃と出雲-古代から近世」

とき 8月26日(日)
午後1時30分～3時
ところ マリオローヤル会館3階
講師 藤岡 大拙 さん(島根県立大学短期大学部名誉教授)
参加費 無料
主催 夢科文庫・NPO縄文文化輝く会・茅野市教育委員会
問 夢科聖光寺内 夢科文庫 ☎67-2397

茅 野市の人口

総人口	55,792人	(+24)
男	27,854人	(+3)
女	27,938人	(+21)
世帯数	23,162世帯	(+29)

()内は前月比
平成30年8月1日現在(茅野市独自推計)

① 長野県計量モニターを募集しています

皆さんが日常購入している食料品等について、内容量が正しく表記されているか調査を行い、感想やご意見を頂く、「長野県計量モニター」を募集しています。採用された方には、計量に使用するデジタルキッチンスケールを支給しますので、11月の1か月間、内容量の調査を行っていただきます。また、2月に松本市内で開催予定の懇談会に出席していただきます。(懇談会にご出席いただいた方には、県の規定に基づき、旅費を支給します。)詳細はお問い合わせください。
募集人員 30名まで(募集期間内であっても募集人数に達した場合には、その時点で申込を締め切らせていただきますので、事前にご確認ください。)
応募期限 9月28日(金)
申込・問 長野県計量検定所
(松本市島立1020松本合同庁舎内)
TEL0263-47-4006
FAX0263-47-9895
E-mail: keiryoy@pref.nagano.lg.jp
HP <http://www.pref.nagano.lg.jp/keiryoy/index.html>

① 諏訪中央病院 第241回 ほろ酔い勉強会

特別講演「最新の不妊治療と将来の展望～現在の不妊治療について解りやすく説明します。～」
山梨大学医学部産婦人科平田修司教授をお招きしての特別講演となります。予約不要、入場無料
とき 9月19日(水) 午後2時～4時
ところ 諏訪中央病院 講堂
問 諏訪中央病院 総務課広報調整係 ☎72-1000(内線1557)

① すわちゅう 健康教室

テーマ「がんと生活習慣病 ～乳がん・子宮がんをわかりやすく解説!～」
「健康に気を付けたいけれど、どんなことをしたらいいの?」濱口医師が解説します。お気軽にお立ち寄りください。
とき 9月13日(木)
午前11時～11時30分
ところ 諏訪中央病院 1Fエントランスホール
参加費 無料(申し込み不要)
テーマ「そのままになっていませんか? 検査結果、ここが大事!」
当院の臨床検査技師がやさしく解説します。お気軽にお立ち寄りください!
とき 9月27日(木) 午前11時～正午
ところ 諏訪中央病院 1Fエントランスホール
参加費 無料(申し込み不要)
問 諏訪中央病院 総務課広報調整係 ☎72-1000(内線1557)

① 育児中のママを対象としたサークル 「ひよこっこクラブ」

「子供の皮膚トラブル」について皮膚科医師がお話します。未就園児のお子さんと一緒に親子でご参加ください。当院で出産された方以外のご参加も歓迎です。
とき 9月3日(月) 午後1時30分～
ところ 諏訪中央病院(第3・4会議室)
参加費 無料(申し込み不要)
問 諏訪中央病院 小児産科女性病棟 ☎72-1000



無料相談

茅野市役所 ☎72-2101 (代表) オペレーターが電話に出ますので内線番号をお伝えください。

相談の種類	日 時	相談場所	連絡先	備 考
法律相談【要予約】 相談員：矢崎 正彦 弁護士	9/4 (火) 13:00～17:00 ※電話予約は8/28 8:30～	市役所7階 会議室	市民課市民係 (内線256)	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。 法律相談を受けてから1年以内の方 は予約できません。
行政相談 相談員：行政相談委員	9/11 (火) 9:00～12:00	市役所7階 会議室	市民課市民係 (内線256)	道路・農地・公害などの官公庁の仕 事への要望や苦情、身の回りの問題 でお悩みの方はご相談ください。
外国籍市民のための 相談	9/20 (木) 10:00～16:00	市役所7階 会議室	生涯学習課 (内線634)	日常生活全般の悩み事について相談 に応じます。日本人の方からの外国 籍市民に関わる相談も受け付けます。 相談語は、英語、ポルトガル語、タ ガログ語、中国語、日本語です。
外国籍市民のための 日常生活相談及び 日本語教室	毎週日曜日 13:00～16:00 ※開催日が変更になる 場合もありますので、 初めての方は、事前に ご連絡ください。	茅野市市民活動 センター (ゆいわーく茅野)	生涯学習課 (内線634) または、 相談員 岡元 090-8846-0491	日常生活全般の悩み事について相談 に応じます。日本人の方からの外国 籍市民に関わる相談も受け付けます。 毎月第2日曜日(15時～16時)は中国 語が分かる相談員が在籍します。 併せて、日本語教室も開催します。
若者向けキャリア・コンサル ティング【要予約】 相談員：ジョブカフェ信州 若年者就業支援アドバイザー	9/5 (水) 13:30～17:30	市役所8階 相談室	商工課 (内線435)	仕事探しに関してお悩みのおおむね 40歳未満の方が対象です。
巡回労働相談 【要予約】	9/19 (水) 12:30～15:30	市役所8階 相談室	長野県南信労政事務所 ☎0265-76-6833 商工課商業労政係 (内線434)	労働条件、解雇・退職、過重労働、職場 におけるハラスメントなどの労働問 題全般について、労働相談員が公正・ 中立な立場でアドバイスをします。
司法書士法律相談 【要予約】	9/12 (水) 15:00～17:00	茅野市ひと・まち プラザ2階 社会福祉協議会 相談室	茅野市社会福祉 協議会 ☎73-4431	
心配ごと相談	9/7・14・21・28 (金) 9:00～12:00			
結婚相談	①9/1・15 (土) 13:00～16:00 ②9/14・28 (金) 18:30～20:30			
子育て、家庭、教育、 発達に関する相談	毎週月～金曜日 (祝日除く) 8:30～17:15	市役所6階 こども課内	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)	子育てや家庭問題、いじめ、不登校 などの教育相談や発達に関する相談 までお気軽にご相談ください。
家庭教育相談	毎週月～金曜日 (祝日除く) 9:00～17:00	家庭教育センター 相談室 (ちの地区コミュニ ティセンター北側)	家庭教育センター ☎73-4151	子育て、家庭教育相談から、いじめ、 不登校などの教育相談までお気軽に ご相談ください。
女性のための相談 【要予約】	9/8 (土) 10:30～、 11:30～、13:30～、 14:30～	電話予約時に 会場等をお知 らせします。	家庭教育センター ☎73-4151	家族・夫婦、職場や地域の対人関係、 夫や恋人(パートナー)からの暴力、 その他いろいろな心配事について 一人で悩まずご相談ください。
保護司による 非行・犯罪相談 【要予約】	9/28 (金) 10:00～12:00	諏訪市公民館 302会議室	諏訪地区更生保護 サポートセンター ☎55-2786	電話予約は平日10:00～16:00 受付。必要な場合には適切な専門機 関をご紹介します。 お気軽にご相談ください。
若者のための夜間相談会 【要予約】	毎月第3火曜日 18:00～20:00	諏訪市公民館 (偶数月) テクノプラザおかや (奇数月)	若年者地域連携事業 推進センター ☎0263-27-5010 メール renkei@comm-i.com	就職を希望する学生や一般の方、職場の 悩みをお持ちの方(44歳まで)が対象で す。ご家族からの相談もOK。お一人50 分程度の個別相談となります。

+ 休日当番医・当番歯科・当番薬局

日	名 称	所 在 地	電 話
9月 2日(日)	平出クリニック内科・産婦人科	ちの628-1	72-1661
	日医調剤 ちの薬局	ちの628-4	82-7820
	落合歯科医院	諏訪市豊田2453	53-3800
9日(日)	ちの皮フ科	本町西6-21	82-3210
	ニコニコ堂薬局	本町西5-18	82-2525
	五味歯科医院	ちの2575-1	73-5430
16日(日)	おもだか皮膚科	ちの3502-1	73-2525
	ヤジマ薬局	ちの3502-1ベルビア内	72-2342
	丸茂歯科医院	諏訪市豊田1037-2	58-0150
17日(月・祝)	耳鼻咽喉科三田医院	玉川4589-1	73-9233
	薬局マツモトキヨシ長峰店	宮川11359-1	71-2557
	三井歯科医院	富士見町落合9984	62-5965
23日(日)	藤森眼科	本町西1-34	82-1010
	アイン茅野薬局	玉川字荒神前4183-7	82-1991
	平林歯科医院	諏訪市大手1-16-2	52-1741
24日(月・祝)	池田医院	ちの2808-1	73-0555
	茅野横内薬局	ちの2808-2	82-5788
	吉水歯科医院	本町東3-46	72-3459
30日(日)	原田内科呼吸ケアクリニック	玉川4496-1	82-7055
	ふたば玉川薬局	玉川4496-1	72-5488
	池田歯科医院	諏訪市諏訪2-2-10	52-0177

……休日当番医
 ……休日当番薬局
 ……休日当番歯科

※休日当番医の診療時間は午前9時から午後5時まで、
 当番歯科の診療時間は午前9時から正午までです。
 ※休日当番医・当番歯科・当番薬局は都合により変更
 することがあります。
 ※休日の急病患者のために、市内の病院・医院が交代
 で診療しています。
 ※希望の診療科目に対応できない場合もありますので
 ご了承ください。
 ※受診される場合は、保険証および福祉医療費受給証
 (該当者のみ)、服用している薬または説明書を持参
 してください。
 ※当日休日当番医が変更になっている場合があります。
 最新情報は茅野消防署(☎72-0119)にご確認ください。

【諏訪地区小児夜間急病センター】

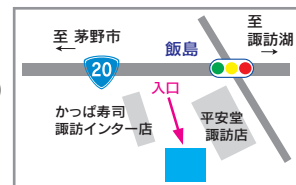
おむね15歳以下のお子さんの急病に年中無休で対
 応しています。

診療時間

午後7時～9時
 (受け付け6時30分～9時)

住 所

諏訪市四賀2299-1
 ☎54-4699



図書館の森 ～ニューフェイス～



たすけて!エクセルがむずかしいっす
 みやしたゆきこ 著 日経BP社
 新入社員と先生の会話で進ん
 でいきます。エクセルの起動
 方法から説明がされています。



世界を変えた 100の文書
 スコット・クリスチャンソン 著 創元社
 紹介されている中に世界初のウ
 ェブサイトがあります。始まりは
 どんなものだったのでしょうか。



シニアの白内障 緑内障 加齢黄斑変性
 「目の老化」はこうして食い止める! NHK出版
 目の不調には病気が隠れてい
 ることもあるようです。定期
 検査での早期発見が重要です。



未来製作所
 幻冬舎
 犬のようなパソコンに部屋よう
 な自動車。5人の作家が描く不
 思議な物語です。未来はこんな感じ?



地図を広げて
 岩瀬成子 著 偕成社
 弟を連れて出ていった母が亡く
 なり、家に戻ってきた弟。父と姉
 と弟のぎこちない2ヶ月の物語。



しぜんのかたち せかいのかたち 建築家
 フランク・ロイド・ライトのお話 K.L.ゴイン
 グ文/ローレン・ストリンガー 絵 BL出版
 アメリカで一番偉大といわれる建築家、フ
 ランク・ロイド・ライトについての物語です。



やねはほくらのひるねするばし
 小野かおる さく 福音館書店
 日本・世界の屋根について作り方
 などを紹介しています。昼寝をす
 るネコ目線の意見も登場します。



うさぎのマリーのフルーツパーラー
 小手鞠るい 文 講談社
 マリーさんのお店は大人気。けれ
 ど、ある日お休みするとの張り紙
 が。マリーさんどうしたのかな。

新 着 本

一 般 書 291 冊
 そ の 他 129 冊
 児 童 書 110 冊
 絵 本 87 冊

購入しました。ぜひ、ご利用下さい。

7月貸出冊数 24,107 冊
 7月利用者数 6,248 人

※各出版社に表紙写真使用許可をいただいています。

問い合わせ 茅野市図書館 ☎72-9085 www.libnet-suwa.gr.jp

美サイクル茅野 分別クイズ

出題:美サイクル茅野・ごみ減量部会

衣類(古着)はどうしたら
 いいの?

難易度 ★★☆☆☆



答 古着は、基本的には衣料品として流通します。洗濯をして
 ボタン等を取らずに、リサイクルステーションの「衣類」へ出
 しててください。汚れている物、毛糸類、古着として着られない
 物は可燃ごみへ出しててください。ウールの製品は、車の防音材
 などとして活用されます。

百科事典などの表紙が厚い本
 はどうしたらいいの?

難易度 ★★☆☆☆



答 厚い表紙とビニールがあれば取り除き、こちらは可燃ごみ
 に出してください。表紙を取り除いた本は、リサイクルステー
 ションの「その他の紙・雑誌」へ出しててください。厚表紙の分
 離方法は、見開き両側の背表紙側をカッターナイフで切り離し
 ます。



元気もりもり食育コーナー (85)

～毎月19日は元気もりもり食育の日～ 食育推進委員会

「学校の食育」について紹介します

食べ物にもっと興味や関心を持ってもらいたいと考え、小学校では、グリーンピース、そら豆、とうもろこしなどのさやむきや皮むきの体験をして、食材にふれる機会を増やしています。



そら豆のさやむき体験では、豆はもちろんですが、絵本「そらまめくんのベット」に出てくるふかふかの「さやのベット」も見ることができます。児童は大きなそら豆にも、ふかふかのさやにも驚いていました。むいてもらったそら豆は、給食のポテトサラダに入れました。豆類が苦手な児童でも、自分でむいたお豆は大事そうに食べる姿が見られました。

「朝食をしっかりと食べる」という指導にも力を入れています。規則正しい生活をするために、一日のはじめの食事はとても大切です。毎日食べることと「主食・主菜・副菜」をそろえて食べることを大事に考えています。家庭に、朝食の大切さをお便りで発信したり、PTA試食会でお話したり、児童生徒にはお昼の放送で伝えたり、ほかに授業や体重測定の時間に扱うなど、朝食の大切さを広めています。朝食をしっかりと食べて、朝から元気に遊んだり、学んだりしてほしいです。



そら豆入りポテトサラダ



そら豆は5月はじめが旬です。旬の時期にはスーパーなどにも出ますので、子どもさんと一緒にさやから出して、作ってみてください。



材料(4人分)

1人分エネルギー：77kcal 塩分0.3g

そら豆(豆の量).....60g
じゃがいも.....150g
にんじん.....30g
きゅうり.....1/2本
玉ねぎ.....1/8個
マヨネーズ.....大さじ3
塩、こしょう.....適宜

作り方

- ①そら豆はさやから出し、豆のうすい皮をむき、ゆでてさます。
 - ②じゃがいも、にんじんはいちよう切りにして蒸す、さます。(じゃがいもは好みでつぶして下さい。)
 - ③きゅうりは輪切り、玉ねぎはうすくスライスし、水にさらす。(学校ではゆでてさまします。)
 - ④①～③をマヨネーズ、塩、こしょうで和える。
- ※そら豆は、ゆでた大豆や枝豆などにかえてもおいしく食べられます。



毎月19日は『元気もりもり食育の日』

旬の栄養いっぱいの野菜を食卓にたくさん取り入れましょう。



こども通信

各地区こども館で行われている
行事や体験の情報は「どんぐり
通信」のホームページで紹介し
ています。



どんぐり通信HP

● **0123広場** 開館時間 10:00～18:00 休館日 木曜日
☎71-1661

イベント名	日 時	内 容
食育講座－親子で楽しむ食育－ (食育推進ボランティア)	9月5日(水) 11:15～12:00	親子を中心に、多世代がふれあい昔ながらの味を伝える地産地消の食育イベントです。今回は「のたもち」です。
おはなし0123 ブックメイト「ぐりとぐら」	9月11日(火) 11:15～11:40	子どもに一度は出会いたい絵本が登場します。やさしくあたたかな語りや手遊びが、きっと心温まるひと時を作ってくれるでしょう。
女性就業相談日	9月18日(火) 10:00～12:00	子育て中のママを応援！おでかけ就業相談
子育て講座 「お医者さんの話」 (諏訪中央病院 武井義親先生)	9月19日(水) 11:15～12:00	皆さんがもっている悩みをお医者さんに聞いてみませんか？お医者さんと話せる良い機会です。
おはなし0123 「ぐるんぱ」	9月25日(火) 11:15～11:40	ボランティアさんによる絵本の読み聞かせです。絵本や手遊びを一緒に楽しみましょう。

● **図書館** 開館時間 平日9:30～18:30 土日・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	内 容
0・1・2おはなし会	9月1日、15日、 22日(土) 10:30～	0、1、2才のお子さん と保護者の方	わらべうた・親子あそび・絵本の読み聞かせなど、親子で楽しいひとときを！
おはなしわーど	9月1日、15日、 22日(土) 11:00～	3才以上の方なら どなたでも	語りと絵本の読み聞かせを中心に、わらべうた・手遊びなどを行います。おはなしの世界が広がります。
紙芝居だいすき！	9月8日(土) 10:30～	どなたでも	おはなしとはひと味ちがう、楽しく愉快的紙芝居の世界をお楽しみください。
どんぐりちいさなおはなし会	9月12日(水) 10:45～	どなたでも	親子あそびやわらべうた、絵本の読み聞かせなどがあるおはなし会です。
おなかの赤ちゃんおはなし会	9月15日(土) 13:30～	これから赤ちゃんを迎えられる家族の皆さん	これから赤ちゃんを迎えられる家族のみなさんへのおはなし会です。楽しい手遊び・わらべうた・語り・絵本の読み聞かせなどです。
パネルシアターであそぼう	9月17日(月) 10:45～	どなたでも	パネルシアターを見たり、さわったり、みんなで一緒に遊ぼう！

● **家庭教育センター** 開館時間 9:00～17:00 休館日 日曜日、祝日
☎73-0888

イベント名	日 時	対 象	内 容
おはなし会 「えほんとなかよし」	9月4日(火) 10:30～	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	「ブックメイトぐりとぐら」による遊びや歌を交えながらの絵本の紹介や読み聞かせです。
遊びの広場 「体を動かそう」	9月13日(木) 10:00～11:00 受付 9:30～	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	広い体育館で体を動かして遊びます。みんなで楽しみましょう。 会場：茅野市総合体育館 持ち物：上履き靴(親子)、水分、着替え
絵本で子育て ～絵本のひみつ探しと 読み聞かせの基本～	9月19日、26日(水) 10:30～	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	絵本のひみつ探しや親子で絵本を一緒に楽しみ、子育てに絵本を使う喜びを味わいませんか。今月の絵本は何か？お楽しみに。
お月見の会	9月27日(木) 10:00～	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	みんなで、お月見の話を聞いた後、お月見だんごを作ります。 会場：ちの地区コミュニティセンター 持ち物：エプロン、お手拭きタオル

● 健康管理センターの相談・教室

☎82-0105

相談・教室	日 時	内 容	持ち物
赤ちゃん相談	9月7日(金)、21日(金) 9:00～11:00	育児相談、栄養相談、身体計測、乳房マッサージ ※乳房マッサージは要予約(生後4か月くらいまで)	母子健康手帳 ※乳房マッサージの方はタオル3枚 (3枚のうち1枚は白いもの)
マタニティ相談	9月21日(金) 10:00～11:30	助産師による相談、マタニティヨガ ※要予約	母子健康手帳 ※運動のできる支度でお越しください。
ごっくん・もぐもぐ 離乳食教室	9月11日(火) 10:00～11:30	ごっくん:生後4か月～6か月児向けの離乳食の作り方 もぐもぐ:生後7か月～8か月児向けの離乳食の作り方 ※要予約	赤ちゃん用のスプーン、飲み物、 おんぶ紐、お母さんのエプロン、 三角巾
ぱくぱく離乳食教室	9月13日(木) 10:00～11:30	生後11か月～1歳2か月児向けの離乳食の作り方 ※要予約	赤ちゃん用のスプーン、飲み物、 敷物(レジャーシート等)

● 乳幼児健康診査

〔会場〕茅野市健康管理センター
☎82-0105

健診名	日 程	受付時間	対 象	持ち物
4か月児	9月12日(水)	午後0時40分	H30年4月後半生まれ（16日以後生まれ）	母子健康手帳、問診票、バスタオル、 どんぐり手帳
	9月26日(水)	～午後1時	H30年5月前半生まれ（15日以前生まれ）	
	※ファーストブックプレゼントがあります。			
10か月児	9月14日(金)	午後0時40分	H29年11月前半生まれ（15日以前生まれ）	母子健康手帳、問診票、バスタオル、 どんぐり手帳
	9月28日(金)	～午後1時	H29年11月後半生まれ（16日以後生まれ）	
1歳 6か月児	9月7日(金)	午後0時40分	H29年3月前半生まれ（15日以前生まれ）	母子健康手帳、問診票、どんぐり手帳
	9月25日(火)	～午後1時	H29年3月後半生まれ（16日以後生まれ）	
2歳児	9月10日(月)	午後0時40分	H28年9月前半生まれ（15日以前生まれ）	母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、 コップ、タオル、どんぐり手帳
	9月21日(金)	～午後1時	H28年9月後半生まれ（16日以後生まれ）	
	※染め出し液が服等に付着する場合があります。			
3歳児	9月11日(火)	午後0時40分	H27年9月前半生まれ（15日以前生まれ）	母子健康手帳、問診票、目と耳に関するアンケート、 尿（郵送した用紙・容器をお使いください）、どんぐり手帳
	9月20日(木)	～午後1時	H27年9月後半生まれ（16日以後生まれ）	

● 予防接種

〔会場〕茅野市健康管理センター〔持ち物〕母子健康手帳、予診票、どんぐり手帳、体温計
(体温は当日、会場で測定してください。)◎受け付けはホールに並んだ順に行います。

予防接種名	日 時	対 象	備 考
BCG	9月4日(火)	生後5か月～12か月未満	生後5か月～12か月未満の間に1回接種します。 (標準接種5か月～8か月)
四種混合 (ジフテリア 破傷風 百日ぜき 不活化ポリオ)	9月5日(水)	生後3か月～7歳6か月未満	1期初回は3～8週間隔で3回接種します。 1期追加は初回3回目終了後、 1年～1年半の間に1回接種します。
	9月18日(火)		
日本脳炎	9月3日(月)	生後3歳～7歳6か月未満	1期初回は1～4週間隔で2回接種します。 1期追加は2回目終了後11か月以上の間隔で 1回接種します。
	9月19日(水)		

(注1) 四種混合、日本脳炎、ヒブ、小児の肺炎球菌、B型肝炎などの予防接種をした場合は6日以上、BCG、麻しん・風しん(MR)、水痘などの予防接種をした場合は27日以上の間隔で他の予防接種を行ってください。

(注2) 乳幼児、小・中学生までの予防接種履歴を管理しています。転入された方は、今までの接種状況をお届けください。

● 各地区育児相談会

〔内容〕乳幼児の育児相談、栄養相談、身体計測等
※中大塩地区は成人の血圧測定、尿検査、健康相談も行います。

会 場	日 時	
中大塩地区コミュニティセンター	9月18日(火)	午前9時30分～午前11時
玉川地区コミュニティセンター	9月11日(火)	午前10時～午前11時15分
豊平地区コミュニティセンター	9月12日(水)	午前10時～午前11時15分
泉野地区コミュニティセンター	9月27日(木)	午前10時40分～午前11時15分
宮川地区コミュニティセンター	9月19日(水)	午前9時30分～午前11時
湖東地区コミュニティセンター	9月20日(木)	午前9時30分～午前11時
米沢地区コミュニティセンター	9月25日(火)	午前9時30分～午前11時

おたんじょうび
おめでとう



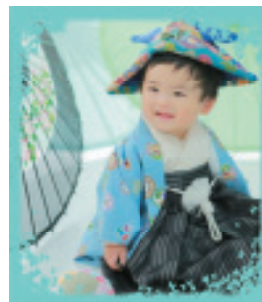
投稿フォームからも
簡単に応募できます!

茅野市内にお住まいの
11月生まれで3歳以下
のお子さんの写真を募
集します。①写真②氏名
(子ふりがな)・保護者・
子の性別)③お子さんの
生年月日④電話番号⑤
コメント(50文字以内)
をメールまたは封書で
送ってください。メール
の件名は「おたんじょう
びおめでとう応募」とし
てください。応募の締め
切りは9月11日(火)。
メールアドレス:
c.senryaku@city.chino.
lg.jp



長谷川 夏望 ちゃん
平成29年9月4日生まれ 1歳

誕生日おめでとう!
お兄ちゃんに負けないく
らい元気で可愛くて大好
きだよ!たくさん食べて
大きくなってね!



五味 庵くん
平成29年9月19日生まれ 1歳

お誕生日おめでとう!
びよんびよん跳ねる事が
大好きな庵くん。これか
ら元氣いっぱいすくす
く成長してね!



赤羽 優奈 ちゃん
平成29年9月19日生まれ 1歳

お誕生日おめでとう!
いつも笑顔の優奈、幸せ
いっぱいくれてありがと
う。これからもいっぱい
思い出つこうね!



高橋 杜太くん
平成28年9月5日生まれ 2歳

お誕生日おめでとう!
沢山食べていっぱい遊ん
で、元氣いっぱい大き
くなってね!



伊藤 玲菜 ちゃん
平成29年9月4日生まれ 1歳

1歳のお誕生日おめでと
う!
いつも笑顔のれなちゃん
お姉ちゃんとたくさん遊
んで大きくなってね!

山林、畑等、買取り相談受付中

電話番号: 0266-72-5880

ハケ岳ライフ 不動産鑑定士朝倉宏典

茅野市本町西5番23号 長野県知事(2)5281号



広
告



KOBAYASHI FLOWER SHOP
http://www.k-flower.co.jp http://roseshop.jp

〒393-0041 長野県諏訪郡下諏訪町西四王4997-7 フラワービル1F
コバヤシフラワーショップ TEL.0266-28-1188

広
告

<広告欄> 広告の内容については、広告主へお問い合わせください。

広報 ちの Chino City No.891
9月号

発行/長野県茅野市 編集/企画部地域戦略課
〒391-8501 長野県茅野市塚原二丁目6番1号 ☎0266-72-2101
ホームページアドレス http://www.city.chino.lg.jp
印刷/(株)オノウエ印刷



次号は10月号 9月20日(木)発行です

◎広報紙に掲載されたあなたの写真を1枚差し上げます。ご希望の方は地域戦略課広報戦略係まで。
◎広報紙は茅野市内のお近くのコンビニエンスストア、金融機関、郵便局でも入手できます。



広報紙は資源保護と環境保全
のため、古紙配合率100%再生
紙とベジタブルインキを使用し
ています。