

敬老祝お買物券の有効期限のお知らせ

9月の「敬老の日」に満88歳および満100歳の市民を対象に贈呈しました「敬老祝お買物券」は、有効期限が平成31年2月28日までとなっています。有効期限を過ぎますとご利用できませんので、お早めにご利用ください。

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係
(内線335)

オレンジ・カフェ茅野 11月の開催のお知らせ

「オレンジ・カフェ」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 11月5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 ウエルシア薬局担当者から『介護用品のあれこれ』についてのお話があります。

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)

いきいき健幸ルーム フラダンス講座受講者募集のお知らせ

12月からはじまるフラダンス講座の受講者を募集します。優しい動きと心地よい音楽で、心身ともに穏やかな時間を過ごしてみませんか。

とき 平成30年12月から平成31年3月までの全8回(①12月5日、②12月19日、③1月16日、④1月30日、⑤2月6日、⑥2月20日、⑦3月6日、⑧3月20日)
午後2時30分から3時45分まで(75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「いきいき健幸ルーム」(茅野市米沢)

対象 市内在住の65歳以上の方で、過去に「いきいき健幸ルーム」におけるフラダンス講座未受講の方。

参加費 無料

講師 春原 薫さん

申込期間 11月1日(木)から11月15日(木)までの、平日午前8時30分から午後5時15分まで、下記の申込先まで電話にてお申し込みください。

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。

申込・問 高齢者・保険課 高齢者福祉係
(内線334、335)

第12回茅野市男女共同参画推進大会を開催します

男女共同参画への関心や理解を高めるため、毎年開催しています。今年は、子どもが楽しめる映画の上映を行います。映画を見ながら、友情や勇気、優しさについて考えてみませんか。

家族でご参加ください。

大会テーマ「男女(わたし)たち!!
勇気100%」

内容

- ①茅野市男女共同参画推進会議における取組の紹介
- ②夢科ベルの会かおしゅん「ベル&ピアノ&うた」演奏・合唱
- ③映画上映「劇場版アニメ忍たま乱太郎忍術学園全員出動!の段」
- ④男女共同参画をテーマにした川柳の表彰式
- ⑤はつらつ事業所 パネル展示
- ⑥物品販売(お菓子・小物など)ひまわり作業所

とき 11月18日(日)

午前9時30分～正午

ところ 茅野市役所8階 大ホール

参加費 無料

問 生涯学習課生涯学習係(内線634)



©2011アニメ版「忍たま乱太郎」製作委員会

11月の介護保険制度説明会

11月2日から12月1日までに65歳になる方を対象にしていますが、介護保険制度に関心のある方もご参加いただけます。(申し込み不要)

とき 11月12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)

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

市営温泉施設は 次の日も営業します

望岳の湯は金曜日が定休日ですが、11月23日(金)勤労感謝の日も休まず営業しますので、ご利用ください。

問 望岳の湯 ☎82-8833

多留姫文学自然の里「餅つき大会」

多留姫文学自然の里では、手田植えによる田植えや稲刈り、昔ながらの脱穀機で行う脱穀まつりなど、1年を通して子どもたちにもち米作りの体験を提供しています。今年も、多留姫文学自然の里「神田」で収穫したもち米を使い、餅つき大会を開催します。屋外で行いますので、暖かい服装でお出かけください。

とき 11月3日(土・祝)

午前10時～正午

問 生涯学習課 生涯学習係(内線634)



ゆいわーくdeつながつchao!

コミュニティデザイナーである山崎亮氏の講演を聞き、それをきっかけにヒト・モノ・コトが「つながる」とどんなことが起こるのかを考えます。ゆいわーく茅野で「つながる」を体感してみませんか。詳細は『ゆいわーく茅野』へお問い合わせください。

とき 11月18日(日) 午後1時～5時

ところ ゆいわーく茅野 集会室

申込・問 市民活動センター

☎75-0633

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

秋の全国火災予防運動が行われます!

「忘れてない?サイフにスマホに火の確認」
11月9日(金)から15日(木)までの1週間、「秋の全国火災予防運動」が行われます。秋は空気が乾燥し火災が発生しやすい時季となります。次の「いのちを守る7つのポイント」を参考に普段の生活の中で火災予防を実践してください。

いのちを守る7つのポイント

～3つの習慣～

寝たばこは、絶対やめる。
ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

～4つの対策～

逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
寝具や衣類からの火災を防ぐために、防災製品を使用する。
火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器を設置する。
お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。
問 茅野消防署 ☎72-0119

農業用廃プラスチック等の回収を行います

使用済みの農業用廃プラスチック等の産業廃棄物は、排出者が責任を持って適正に処理するよう法律で定められています。処理にお困りの方は、有料で回収しますので、会場までお持ちください。

とき ①11月17日(土) 午前9時～11時
②11月24日(土) 午前9時～11時

ところ ①JA信州諏訪玉宮集荷所
(玉川小入口交差点南)
②JA信州諏訪北部集荷所
(尖石考古館西交差点上)

処理料金

- ・廃プラスチック類 1kg 40円(消費税込み)
- ・農ポリ容器 1袋 280円(消費税込み)
- ※当日現金にて精算となります。

対象資材 農業において使用したプラスチック類
被覆用ビニール/ポリフィルム/マルチシート/肥料ポリ袋/肥料紙(炭苦土、なたね粕、魚粕等の紙袋)/農業の空ポリ容器

※農業の空ポリ容器は、2回以上洗浄し、JAが指定する専用袋での排出となります。

注意事項 産業廃棄物を運搬する車両は、その内容の表示および書面の備え付け(携帯)が必要となります。詳細については、JA信州諏訪各営農センターまたは農林課までお問い合わせください。

問 JA信州諏訪茅野市営農センター
☎82-6100
農林課 農政係 (内線403)

男性料理教室

市内在住・在勤の男性を対象に料理教室を開催します。

簡単に作れる料理を実習しながら、料理の楽しさを体験しませんか?

大勢の方のご参加お待ちしております。

実習料理 中華丼

あさり和小松菜の蒸し煮
かきたま汁

とき 12月13日(木)

午前10時～午後1時

ところ 茅野市健康管理センター2階

対象 茅野市在住・在勤の男性

定員 30名(定員になり次第締め切ります)

講師 茅野市食生活改善推進員

参加費 1人350円

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、参加費

申込開始 10月22日(月)より電話で受付

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



子育てママの料理教室

調理実習と試食、食事の話

11月20日(火)【魚を食べよう!】

かじきのピカタ、ミネストローネ、お麴のゆかりんとう

12月5日(水)【おもてなし(パーティー料理)☆】

牛乳で作るおもてなし寿司、きらきら寒天

12月20日(木)【おせちを簡単に楽しく手作りしよう(ハハ)】

岩石卵、鶏肉の利休焼き、大根のみかんマリネ

※1組2回まで参加できます。

時間 各日午前9時30分～正午

ところ 茅野市健康管理センター2階

参加費 1回300円

対象 市内在住で0～18歳までの子どもを育てているお母さん

定員 各18人

託児サービスの定員 各12名

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具

11/20と12/20は、ご飯(お子さんの分も)水筒(お子さん用)、敷物(試食の時に必要があれば敷きます)

申込期間 11月1日(木) 午前9時から

電話受付、希望日をお知らせください。
申込・問 健康づくり推進課
(茅野市健康管理センター内)
☎82-0105

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 11月14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

油漏れ事故に気を付けましょう!

これからの季節、暖房を使用する機会が増えると、一般家庭や事業所のタンクから灯油などが漏れ出し、河川や用水路などに流出する事故が発生することがあります。その多くは、給油の途中でその場を離れた、バルブを締め忘れた、タンクやパイプの破損に気が付かなかったなど、不注意や普段の点検管理不足が原因となっています。

河川は農業用水などに利用されるほか、さまざまな生き物が生息し、市民の憩いの場にもなっています。油の流出はこれらの環境を汚染し、その処理に多くの費用がかかります。油流出事故の処理にかかった費用は、事故を起こした本人の負担となり、被害の状況によっては多額の損害賠償が請求されますので、給油の際は十分に注意してください。また、今一度タンク、パイプなどの点検をお願いします。
問 環境課 公害衛生係(内線264・265)

親子郷土料理講座

「第2次元気ももりもり食育プラン」がスタートしました。この目標のひとつ「地域の食文化を大切に守り、伝えます」の推進の一環として、子育て中の親子を対象に、郷土料理に親しむ講座を開催します。料理の試食をしながら、郷土料理にまつわる話や、食材の使い方、料理の作り方を学びましょう。

とき 11月5日(月)

午前10時30分～11時50分

ところ 茅野市健康管理センター2階

参加費 1組100円

対象 市内在住の子育て中の親子

定員 30組 定員になり次第締め切り

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、参加費

申込期間 10月31日(水)まで

申込・問 茅野市健康管理センター
☎82-0105



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	10/24	11/7・17・21
2歳	(水)	11:00	10/24	11/7・17・21
年少	(木)	16:10	10/25	11/8・15・22・29
	(土)	11:00		11/10・17・24
年中	(火)	16:10	10/23	11/6・13・20・27
	(土)	13:00	10/20	11/10・17・24

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	10/25	11/8・15
2歳	(木)	11:00	10/25	11/8・15
年少	(金)	16:10	11/2	9・16
年中	(火)	17:00	11/6	13・20・17

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!

うたっておどるよ ヤマハシニア向け新コース 青春ポップス

レッスン日

★10月26日	(金)	14:00～
★11月9日	(金)	14:00～
★11月30日	(金)	14:00～

体験も受付中!

(株)オグチ楽器 茅野市仲町18-17



縄文を楽しむ⑤ 「縄文風行燈を作ろう」

高岡呂遺跡の土器をモデルにして、あんどん(ランブシェード)を作ります。

とき 11月18日(日)
午前10時～午後3時

ところ 尖石縄文考古館

参加費 1500円

定員 5名

申込期間 10月18日(木)～11月11日(日)、
先着順

申込・問 尖石縄文考古館
☎76-2270



エゴマおはぎとドングリクッキー の試食会

考古館ボランティアが栽培したエゴマを使ったおはぎと、尖石史跡公園のドングリを使ったクッキーの試食会を行います。

とき 11月23日(金・祝)
午前11時30分～

ところ 尖石縄文考古館エントランス

料金 無料(館内をご覧の場合、観覧料が必要です)

定員 100食分用意いたしますが、無くなり次第終了とさせていただきます。

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



縄文教室⑤「黒曜石の槍と矢じりを作ってみよう」

黒曜石を使って、物を切ってみたり槍や矢じりを作ります。

とき 11月25日(日)
午前10時～午後3時

ところ 尖石縄文考古館

参加費 800円

対象 小学校5年生以上の方(小学校4年生以下の方は危険なので、参加はご遠慮願います)

定員 20名

申込期間 10月25日(木)～11月18日(日)、
先着順

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



縄文教室⑥ 「縄文時代の編み方を学ぶ」

「あんぎん」の横編み法で編み物作りをします。

とき 12月1日(土)・2日(日)
午前10時～午後3時

ところ 尖石縄文考古館

参加費 800円

定員 10名

申込期間 11月9日(木)～12月2日(土)、
先着順

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



八ヶ岳総合博物館 休館に関するお知らせ

休館日 11月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

問 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300



第2回 読書ボランティア交流会

読書ボランティアの皆さんとの情報交換会、実演など、日頃感じていることや本のことを話題にして親睦を深めましょう。多くの皆さんのご参加をお待ちしております。

とき 12月6日(木)
午前9時45分～11時45分

ところ ゆいわーく茅野3階集会室

参加費 無料

定員 50名

対象 読書ボランティアの方、読書ボランティアをしようと思っている方

申込期間 11月27日(火)～12月5日(水)

申込・問 生涯学習課こども読書活動
応援センター ☎75-1250



澤口たまみさん講演会 絵本で伝える自然や生きものの魅力

澤口たまみさんは、岩手大学農学部で応用昆虫学を専攻。宮澤賢治の後輩で、宮澤賢治の研究にも詳しく著書も多数。他にも子どもたちに向けて、虫や自然に関わるお話を書いています。今回は、ご自身の絵本に出てくる自然や生きものの魅力を講演していただきます。当日、サイン会も企画しております。

とき 11月18日(日)
午後1時30分～3時30分

ところ 茅野市役所8階大ホール

定員 150名

対象 読書ボランティアの方、読書ボランティアをしようと思っている方

問 生涯学習課こども読書活動
応援センター ☎75-1250



尖石縄文考古館 休館に関するお知らせ

休館日 11月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)、12月3日(月)、10日(月)

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



特別展「長野県宝指定縄文土器展」

茅野市内遺跡出土の縄文土器が長野県宝に指定されることを記念して対象の土器を展示します。

とき 10月6日(土)～11月25日(日)

ところ 尖石縄文考古館特別展示室

料金 通常観覧料

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



縄文ゼミナール⑤ 「北村縄文人とその暮らし」

長野県埋蔵文化財センター調査部長の平林彰氏による講演会です。

とき 11月10日(土)
午後1時30分～3時

ところ 尖石縄文考古館ガイダンスルーム

料金 資料代100円(館内をご覧の場合、観覧料が必要です)

定員 80名

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



図書館 休館に関するお知らせ

休館日 11月5日(月)、12日(月)、19日(月)、22日(木)、26日(月)

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 11月8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



茅野市図書館 図書館を飾ろう!

おはなし会に参加したあとに、2階おはなしの部屋前の飾りつけを一緒にしてみませんか。

とき 11月24日(土)
1回目 午前11時頃～
2回目 午前11時30分頃～

ところ 茅野市図書館2階 おはなしの部屋前

対象 おはなし会に参加した方

参加費 無料

問 茅野市図書館 ☎72-9085



茅野市図書館シリーズ企画 公立諏訪東京理科大学 出前授業講座 第3回～外国文学の読解講座～ナサニエル・ ホーソーン『ラパチーニの娘』を題材に～

第3弾の今回は最終回となります。講座は毎回内容が異なりますので、今回は初めての方も歓迎です。

今回は昨年度「エドガー・アラン・ポー」の作品の読解講座で好評頂きました奈良先生の講義を、同じくアメリカ文学から題材を変えてお送りします。

作品を知らない方でも、講義は内容の要約から行いますのでお楽しみ頂けます。より深く楽しみたい方は、作品を読んでからいらしてください。収録書籍については図書館までお問い合わせください。

とき 11月30日(金)
午後1時30分～3時

ところ 茅野市図書館2階 会議室

参加費 無料

定員 20名

申込期間 11月13日(火) 午前10時から
定員に達し次第受付終了

申込・問 茅野市図書館 ☎72-9085



第12回茅野市小中高生 調べ学習コンクール優秀作品展示

今年度、第12回茅野市小中高生調べ学習コンクールの表彰式とあわせて優秀作品を展示いたしますので、お出かけください。子どもたちのがんばった成果をご覧ください。なお、表彰式は11月13日(火)午後5時30分から市役所1階ロビーで行います。

とき 11月12日(月)～11月22日(木)

ところ 茅野市役所1階ロビー

問 生涯学習課こども読書活動
応援センター ☎75-1250



開館30周年記念事業 毎月お楽しみ会 いろいろばたおはなし会

いろいろばたで昔話を聞きましょう。

とき 11月23日(金・祝) 11時～正午

ところ 総合博物館

講師 読りーむ in ちの(読書推進グループ)

料金 通常入館料

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



プラネタリウム11月のテーマ 「織姫が北極星になる日」

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。11月は「織姫が北極星になる日」。

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

※11月4日(日)は、午前・午後ともに博物館投影はありません。

※11月23日(金・祝)の午前の回は11時30分からです。

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。なくなり次第、配布終了。

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



展示物の解説動画を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、ご覧ください。

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



神長官守矢史料館 休館に関するお知らせ

休館日 11月5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)

問 神長官守矢史料館 ☎73-7567



第九回 寒天寄席 「四代目 桂春團治襲名披露公演」

上方落語の大名跡、桂春團治の四代目襲名披露を、桂きん枝らと共ににぎやかに執り行います。

とき 11月30日(金)
午後7時開演(6時30分開場)

料金 [全席指定]
前売一等席3,000円、
当日一等席3,500円、当日二等席2,000円

主催 NPO法人サポートC 桂春團治襲名披露公演制作委員会

共催 茅野市民館指定管理者 (株)地域文化創造

問 NPO法人サポートC ☎82-8230
(13時～19時受付、火曜休)



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 11月10日(土)、11日(日)
いずれも午前10時～11時30分と午後1時～2時30分

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、申し込み一回につき、記名一名とさせていただきます。

申込開始 10月20日(土)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館
☎73-0300



しめ飾り作り

わらをよるところから始め、扇や鯛などを飾り付けて、しめ飾りを完成させます。手作りで新年を迎えませんか。

とき 12月1日(土)
午前9時30分～11時30分

ところ 総合博物館

講師 平沢治さん(泉野穴倉運営委員会)

定員 10名(要申込)

参加費 800円

持ち物 ペンチ、剪定ハサミ

申込開始 11月8日(木)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館
☎73-0300



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。11月は「光と音の楽しい電子工作」。

とき 11月18日(日)
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 各回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 10月20日(土)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館
☎73-0300



開館30周年記念事業 アンコールイベント 布ぞうり作り

布を裂いて編み込んだ「布ぞうり」を作ってみませんか。

とき 11月25日(日)
9時30分～16時30分

ところ 総合博物館

講師 平沢治さん(泉野穴倉運営委員会)

定員 10名(要申込)

参加費 500円

持ち物 3.5cm幅に裂いた綿の布(20メートル以上)、はさみ、昼食

申込開始 11月1日(木)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館
☎73-0300



第30回研究・創意工夫展

茅野市内の小中学生が夏休みに行った自由研究や図画工作を展示します。優秀作品は市長・教育長・博物館館長によって表彰されます。

とき 11月3日(土・祝)～12月9日(日)
表彰式 11月23日(金・祝)
午前10時～11時

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



茅野市制施行60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年」関連イベント

・トークショー「むかしの蓼科」

とき 11月10日(土)
午後1時30分～3時

ところ 総合博物館

講師 小池美秋さん(元第一銀行蓼科山荘管理人)
平林信裕さん(湯川区)

料金 無料

・ギャラリートーク

とき 11月24日(土)
午後1時30分～2時30分

ところ 総合博物館

講師 博物館職員

料金 無料

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



昼間の星を見る会 中止のお知らせ

現在、望遠鏡修理中のため、今年度予定されていた回はすべて中止とさせていただきます。

中止の日程 11月11日(日)、12月9日(日)、平成31年1月13日(日)、2月10日(日)、3月10日(日)

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300



星空観望会

季節の星座探訪と、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 11月17日(土)
午後7時～8時30分
*雨天曇天の場合は中止します。

ところ 総合博物館

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 10月20日(土)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館

☎73-0300



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 11月17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



博物館からのお願い

ご家庭で不要になったゆかた等がある方は無償でおゆずりください。博物館のさきおり体験に使わせていただきます。

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

① 歯科健診はお済みですか？ ～後期高齢者歯科健診～

長野県後期高齢者医療広域連合では、高齢者の方の健康づくり事業の一環として歯科健診を行います。

高齢になると、むせこんだり、のどにつかえたりすることが多くなり、これが原因で誤嚥性(ごえんせい)肺炎(細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎です。)を起こすことがあります。

お口の健康は、笑顔への第一歩です。固いものが食べにくい、入れ歯が合わない、特に自覚症状はないが、お口の状態を確認したい方など、費用は無料ですので、ぜひこの機会に受診しましょう。

対象 昭和17年4月1日～昭和18年3月31日生まれの被保険者(平成29年度に75歳になった方)

※対象者に対し、案内通知と受診券を6月下旬に送付しています。

健診期間 平成30年12月29日(土)まで
健診費用 無料

※健診により治療が必要な場合は、その治療費は本人負担となります。

対象医療機関 県歯科医師会所属の歯科医院

予約方法 対象医療機関へ直接予約をお願いします。

受診時に必要なもの 受診券、被保険者証
問 長野県後期高齢者医療広域連合 業務課 給付係 ☎026-229-5320

① 子どもから大人まで楽しめる オリエンテーリング体験会

オリエンテーリングとは、地図とコンパスを使って決められたチェックポイントを経由してゴールするまでの速さを競う競技です。

早稲田大学オリエンテーリングクラブでは、市民の森で開催するオリエンテーリング大会(詳細はホームページ参照 <https://kolc.wasedaoc.com/competition/oc/>)の開催に合わせて、地域の皆さんを対象にしたオリエンテーリング体験会を開催します。初心者の方でもスタッフが丁寧に説明しますので、子どもから年配の方まで誰でも楽しむことができます。いつもと違った目線であなたのまちを冒険してみませんか？

とき 11月11日(日) 雨天決行・荒天中止
受付時間 11時～14時
(ご都合のいい時間にお越しください。体験時間は約40分です。)

ところ 米沢小学校体育館にて受付(体験会は小学校周辺の屋外で実施)

主催 早稲田大学オリエンテーリングクラブ

対象 どなたでも(小学生未満は保護者同伴)

参加費 無料

持ち物 運動ができる服装、運動靴

申込み 事前申し込みは不要です。当日直接会場へお越しください。

問 早稲田大学オリエンテーリングクラブ 齋藤 ☎080-6775-9939

① 長野県地域発元気づくり支援金事業 講演・フォーラム

茅野市民生児童委員協議会発足60周年を迎え、民生児童委員の記念式典及び活動報告を行います。

講演会として篠原菊紀先生と鎌田實先生をお願いしています。

とき 11月28日(水)
午前11時～午後4時

ところ 茅野市民館 マルチホール

参加費 無料

定員 600名

問 地域福祉課福祉総務係(内線304)

① 第13回得する街のゼミナール (まちゼミ)

「まちゼミ」とは、茅野市内のお店が講師となり、プロならではの専門的な知識や情報、コツを無料で受講者(お客様)にお伝えする少人数制のゼミです。

期間 11月1日(木)～11月30日(金)

ところ 市内参加店舗

受講料 無料

※内容によっては、材料費がかかるものがあります。

※安心して受講していただくために、

お店からの販売は一切ありません。

※詳しくは茅野商工会議所へお問い合わせいただくか、インターネット「茅野まちゼミ」で検索してください。

受付開始 10月20日(土)～

問 茅野商工会議所 ☎72-2800

① 第8回 信州八ヶ岳新そばまつり

茅野駅周辺等を会場に新そばまつりを開催します。当日は、八ヶ岳山麓産のそば粉を使った新そばを、お手頃な価格(500円から)でお召し上がりいただけます。そば店の出店、物販・体験・展示の各ブースなどがあります。また、エキナカ市・エキナカ赤ちょうちんが、茅野駅連絡通路で同時開催されます。

とき 11月10日(土)

午前10時30分～午後3時

ところ 茅野駅西口弥生通り、茅野駅東口イベントスペース、宮川かんてんぐら前広場

問 信州八ヶ岳新そばまつり実行委員会 ☎72-3801

① 秋季初心者合気道体験教室

申し込み方法：HPのお問い合わせフォームまたは、氏名・性別・年齢・連絡先をメールにてお申し込みください。

とき 10月30日(火)～11月27日(火)

毎週火曜日 全5回

午後7時15分～午後8時15分

ところ 茅野市体育練成館

参加費 無料

問 茅野合気道協会 湊谷

メール: chinoaikidoukai@gmail.com

URL: <http://chinoaikidoukai.main.jp/>

① 平成30年度「諏訪地域障がい福祉 自立支援協議会フォーラム」

諏訪地域障がい福祉自立支援協議会では、『みんなが輝く地域づくりフォーラム』を開催します。午前10時から映画上映「みんなの学校」、午後1時から山本シュウ氏(別名「レモンさん」)の講演会を行います。

とき 11月10日(土)

午前10時00分～午後3時30分

ところ 諏訪市総合福祉センター

3階交流ひろば

参加費 無料

問 諏訪地域障がい福祉

自立支援協議会

事務局: 諏訪圏域障

がい者総合支援セン

ター オアシス

☎54-7713



① 映画「縄文にハマる人々」

日本人なら誰もが知る言葉でありながら、その実態のほとんどが未知のままだという「縄文時代」を題材にしたドキュメンタリー。上映終了後、山岡信貴監督のアフタートークあり。

とき 11月25日(日)

①開演10:00 ②開演13:00

ところ 茅野市民館マルチホール

料金 前売券1,400円、当日一般1,800円、大学生1,000円、高校生以下500円

主催 コミュニティシネマ松本CINEMAセレクト

共催 茅野市民館指定管理者 株式会社地域文化創造

問 コミュニティシネマ松本CINEMAセレクト 宮崎 ☎0263-98-4928

① 茅野市民館をサポートしませんか2018 ことばの力 リーディング公演(仮)

「おと・からだ・ことば」で劇場をもっと身近に感じるシリーズの第3弾。特攻隊員の遺した言葉をもとにした作品のリーディング(朗読)公演です。

とき 12月1日(土) 【昼】午後2時開演／【夜】午後5時開演

※各公演約1時間半予定

ところ 茅野市民館 アトリエ

演出 「ホタル帰る」、「特攻隊員の遺書」予定

出演 藤井由紀(劇団唐組)、中山一朗、久保庭尚子

料金 [全席自由]

一般1,000円、【昼】高校生以下無料／【夜】高校生以下500円

問 茅野市民館 ☎82-8222

① 第2期収蔵作品展 「自然と向きあう」

とき ～11月12日(月)

午前9時～午後7時 ※火曜休館

ところ 茅野市美術館 常設展示室

観覧料 無料

■きてみて！親子ギャラリーツアー

とき 10月28日(日) 午前11時開始

参加費 無料

■学芸員による作品解説会

とき 11月4日(日) 午後2時開始

参加費 無料

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222

① 第3期収蔵作品展

収蔵作品の中から、地域ゆかりの作家の作品を展示します。

とき 11月18日(日)～12月26日(水)

午前9時～午後7時 ※火曜休館

ところ 茅野市美術館 常設展示室

観覧料 無料

■きてみて！ギャラリーツアー

とき 11月23日(金・祝) 午前11時開始

参加費 無料

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222

i 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 11月11日(日) 雨天決行

受付時間 午前9時～正午

ところ 富士見町町民センター生活展

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

i シルバー人材センター 入会説明会・審査日程

説明会 11月14日(水) 午後2時～

審査会 11月22日(木)

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

ゆずりあおう ～不用品を活用し あいましょう～

ゆずります

座卓／ポータブルトイレ／麻雀牌／オーブントースター／スキー板とストック(4才～5才用)／大型犬小屋

ゆずってください

卓球のラケット(シェイクハンド)／掃除機／南部鉄ヤカン／鉄瓶／二槽式洗濯機／こたつ／チャイルドシート／冷蔵庫／洗濯機／LPガスコンロ／カットグラス／電動草刈り機／電動除雪機／電動バリカン

※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。でお知らせします。

11月の納税等

◆固定資産税・都市計画税(4期)

◆国民健康保険税(6期)

◆上下水道料金 ◆市営住宅使用料

◆保育料 ◆下水道受益者負担金(3期)

【納期限・振替日 11月30日(金)】

i 税を考える週間に各種 行事を開催します

11月11日(日)から17日(土)は、「税を考える週間」です。この期間は、全国的に税についての広報活動を実施しています。諏訪税務署でも、関係団体の協力により期間中に各種イベントを開催します。

【記念講演会】

とき 11月12日(月) 午後3時～5時

ところ RAKO華乃井ホテル

内容

・諏訪税務署長講話 上杉 陽一 署長
・講演「信大病院での脳死肝移植の体験と教育への想い」

講師 小宮山 淳 先生

主催 諏訪税務署管内納税関係団体
連絡協議会

【税の一日無料相談】

とき 11月14日(水) 午前10時～午後4時

ところ 茅野市役所議会棟大会議室

主催 関東信越税理士会諏訪支部

【クイズ番組放映】

「クイズ! 税金セミナー2018」

(LCVテレビで税を考える週間中に複数回放映)

問 諏訪税務署 総務課

☎57-5210(直通)

i 第12回 アルコール問題研修会 「つながろう! 地域で」

アルコール依存症専門病院の精神科医師にアルコール関連問題における地域連携について、お話をさせていただきます。入場無料、事前申込は不要。

とき 11月6日(火) 午後6時30分～8時
(午後6時から受付開始)

ところ 諏訪中央病院 講堂

講師 足立順代先生(こころの医療センター駒ヶ根)

主催 茅野酒害者回復クラブ

共催 諏訪中央病院・茅野市

問 諏訪中央病院患者サポートセンター
(松田・吉岡) ☎72-1000(代表)

i 平成30年度 長野県青少年健全育成県民大会

青少年健全育成年表彰、アトラクション、講演会等を行います。どなたでも参加可能ですので、ご希望の方はお申込みください。

とき 11月10日(土)

午後0時45分～4時

(受付・入場は午後0時15分から)

ところ 諏訪市文化センター

問 長野県将来世代応援県民会議(長野県県民文化振興部次世代サポート課内)

☎026-235-8996

+ 諏訪中央病院組合職員募集

平成31年4月採用の諏訪中央病院組合職員を募集します。詳細については、諏訪中央病院ホームページ(<http://www.suwachuo.jp>)の「採用情報」をご覧ください。

問 諏訪中央病院庶務係

☎72-1000(内線9110)

茅野市の人口

総人口 55,804人 (+ 5)

男 27,866人 (+ 4)

女 27,938人 (+ 1)

世帯数 23,202世帯 (+ 14)

()内は前月比

平成30年10月1日現在(茅野市独自推計)

i 楽しく子育て力UP講座 親学習プログラム 参加者募集

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たい。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の子育て中の親

日程 11月16日(金)、11月22日(木)、
11月29日(木)、12月7日(金)、
12月14日(金)、12月21日(金)
(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実費300円)

託児 生後8か月以上(要予約)

※1人1回200円

定員 10名(先着順) 市内在住者優先

受付開始 10月22日(月)～

申込・問 NPO法人 CLIP in すわ

中村 ☎72-2837

長田 ☎79-4555

i 平成30年分 年末調整 説明会を開催します

諏訪税務署では、給与等の支払いをしている事業者等の方を対象に、年末調整説明会を次のとおり開催します。

とき 11月15日(木)

午後1時30分～(2時間程度)

ところ 茅野市役所8階大ホール

持ち物 「年末調整のしかた」や「給与所得の源泉徴収票等の法定調書の作成と提出の手引」などのパンフレット

問 諏訪税務署 法人課税第一部門

☎57-5213(直通)

i 平成30年分 個人事業者 決算説明会のお知らせ

諏訪税務署では、個人事業者等の方を対象に決算書の作成方法や作成に当たっての注意点などについて、次のとおり説明会を開催します。説明会の時間は、1回2時間程度となります。

【営業所得関係(2回)】

とき 11月28日(水)

午前10時～、午後1時30分～

ところ 茅野商工会議所4階大会議室

【農業所得関係(2回)】

とき 12月5日(水) 午後1時30分～

ところ 茅野市営農センター会議室

とき 12月11日(火) 午後1時30分～

ところ Aコープ サン・ライフ店

2階会議室

※茅野市以外の説明会の日程やご不明な点は、諏訪税務署までお問い合わせください。

問 諏訪税務署 個人課税第一部門

☎57-5211(直通)

募 諏訪市中央病院看護専門学校 学生募集

受験資格 高等学校または中等教育学校を卒業(見込み)の者、またはそれと同等以上の学力がある者と認められた者。

願書受付期間

10月31日(水)～11月21日(水)(必着)

試験期日 12月5日(水)

詳細はお問い合わせください。

問 諏訪中央病院看護専門学校 庶務係

☎73-8808



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： 諏訪 雅頭 弁護士	11/6 (火) 13:00～17:00 ※電話予約は10/30 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	11/13 (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	11/15 (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	11/7 (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。
司法書士法律相談 【要予約】	11/14 (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	11/2・9・16・30 (金) 9:00～12:00			
結婚相談	①11/3・17 (土) 13:00～16:00 ②11/9・23 (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・家庭総合支援 拠点「育ちあいちの」 (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】	11/10 (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。	☎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】	11/30 (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。
暮らしと健康の相談会	12/6・13・20・3/7・ 14 (木) 10:00～15:00	諏訪保健福祉 事務所 (諏訪合同庁舎 2階)	諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援課 ☎57-2927	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。