

お知らせ

『地域サポーター・フォローアップ講座』 受講者募集のお知らせ

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101 (内線334、335)

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」において、地域住民主体の介護予防や集いの場など、地域づくりに積極的に取り組み、地域をけん引するリーダーを養成する『地域サポーター・フォローアップ講座』を開講します。

多くの皆様のお申し込み、ご参加をお待ちしています。

平成30年度 第2クール (定員30名)

回	月 日	時 間	内 容	講 師
1	10月 5日 (金)	13:30~ 15:30	①茅野市の高齢者福祉制度、介護保険制度を学びましょう ②地域でできる軽体操の実施方法Ⅰ	茅野市高齢者・保険課職員 (健康運動指導士)
2	10月12日 (金)		地域活動で役立つアイスブレイキング	竹中 雅幸
3	11月 2日 (金)		“100年人生” 健康に生きる秘訣	朴 相俊
4	11月16日 (金)		地域活動で役立つレクリエーション	竹中 雅幸
5	11月30日 (金)		①茅野市社会福祉協議会の取組 ②地域でできる軽体操の実施方法Ⅱ	茅野市社協職員 健康運動指導士

会場 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6841番地)

参加費 無料

講座対象者 脚腰おたっしや教室サポーター、高齢者クラブ役員、ボランティア活動実践者、その他希望者など

申込 随時、上記への電話にて受け付けています。定員に達しましたら、受付を終了します。

講座

平成30年度 第3回認知症予防講座の受講生を募集します

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101 (内線334・335)

65歳以上の方を対象として、頭と体を同時に刺激するようなゲーム要素のある運動を中心とした「認知症予防講座」を開催します。栄養や口腔ケアの話も聞ける計10回の講座です。

認知症の原因ははっきりわかっていませんが、「認知症になりにくい」生活習慣はわかってきています。「認知症になりにくい」生活習慣を学んで、早い時期から認知症の予防に取り組みましょう。

なお、今回募集の講座では、新規受講者枠(15名定員)と過去の本講座受講者再受講枠(15名定員)により募集します。

日時 平成30年10月2日(火)から
毎週火曜日 全10回
午後2時00分～午後3時30分まで
(詳細は右記)

ところ 茅野市運動公園 柔道場
(茅野市玉川500番地)

持ち物 筆記用具、水分補給のための飲み物

定員 30名

費用 無料

8月20日(月)から、電話で高齢者福祉係までお申込みください。

※受付時間は、

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。

	日 程	内 容 等
第1回	10月 2日	・開講式、オリエンテーション等
第2回	10月 9日	・あたま&からだの運動等
第3回	10月16日	・認知症予防と食べ物の話、あたま&からだの運動等
第4回	10月23日	・あたま&からだの運動等
第5回	10月30日	・あたま&からだの運動等
第6回	11月 6日	・あたま&からだの運動等
第7回	11月13日	・口腔ケアの話、あたま&からだの運動等
第8回	11月20日	・あたま&からだの運動等
第9回	11月27日	・あたま&からだの運動等
第10回	12月 4日	・まとめ、閉講式

発達障害の理解と支援の講演会について

申込・問 地域福祉課福祉総務係 ☎72-2101 (内線304)

発達障害は、最近、注目されている心身の状態です。この状態は、早ければ1～2歳で発見されることもあり、軽減するものの生涯続くと言われていています。「人付き合いが苦手」とか、「こだわりがある」などのため、生活のしづらさが起こりやすい状態です。脳の機能の多様性とも言われていますが、まだその本態を医学的に証明できていません。本人、家族が生活しやすい環境をつくるには、周囲の人々の寛容性や理解が必要です。その人を「困った人」として避けてしまうのではなく、その人との付き合い方やまわりの理解や環境を整えることで、その人らしい素晴らしい力を発揮できます。福祉21茅野では、発達障害について広く市民の皆様にご覧いただくための啓発活動のひとつとして、発達障害の理解と支援に向けた講演会を開催します。

○講演会

1 回目

平成30年8月29日(水) 午後7時から午後8時30分
「大人になってはじめて気づく発達障害
～職場での理解～」
講師 日本赤十字社 諏訪赤十字病院精神科
丸山 史先生

3 回目

平成30年10月17日(水)
午後7時から午後8時30分
「発達障害の地域連携」
講師 医療法人和心会松南病院 宮坂 義男院長

2 回目

平成30年9月17日(月) 午前10時から午前11時30分
「発達障害の子どもたち
— 他の子とどう違うの？ どう育てればよいの？ —」
講師 国立大学法人信州大学医学部
子どものこころの発達医学教室
附属病院長子どものこころ診療部 本田 秀夫教授

○会場 ゆいわーく茅野集会所
(茅野市ひと・まちプラザ3階)
○入場料 無料、どなたでもご入場いただけます。
○その他 託児あります。予約になりますので、ご希望の方は講演会開催日の10日前までにお申込みください。

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



てれびーな

※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。

放送期間	こんにちは茅野市です 放送内容
8月1日 ～8月7日	●日赤募金(活動資金)の募集について ●夏の交通安全運動出陣式 ●小泉山 オオムラサキ放蝶会
8月8日 ～8月14日	●市制施行60周年記念式典 ●茅野市・原村青少年健全育成推進大会 ●夏休みクラフト講座～夏休みの思い出を作ろう！～
8月15日 ～8月21日	●第42回茅野どんぱん ●親子料理教室 ●ロングモント市・茅野市ホームステイ交流事業
8月22日 ～月末	●胃がん・大腸がん集団検診が始まります ●少年リーダー育成研修事業 ●探検！よるの博物館～ナイトミュージアム～

問 地域戦略課広報戦略係 ☎72-2101(内線235)

お知らせ

個人事業税(前期分)の納期限は 8月31日(金)です

問 長野県南信県税事務所(伊那合同庁舎内) ☎0265-76-6807
長野県南信県税事務所諏訪事務所(諏訪合同庁舎内) ☎57-2905

個人事業税は、個人で製造業・請負業・物品販売業・不動産貸付業・医業などの事業を行っている方に課税される県の税金です。

平成30年度の納税通知書を8月中旬に発送しますので、お手元に届きましたら、納期限までに納めてください。また、金融機関窓口・県税事務所窓口に加えて、コンビニエンスストアでの納付(納付額30万円以下に限る)、ページー納付もご利用いただけるようになりました。

また、納税に便利な口座振替制度もあります。後期分の納付からご利用できますのでご相談ください。なお、県では障がい者の雇用、母子家庭の母・父子家庭の父の雇用等の取組みを応援する、減税制度を行っています。

詳しくは南信県税事務所までお問い合わせください。

【課税・制度についての問い合わせ先】

長野県南信県税事務所
(伊那合同庁舎内)

【納付についての問い合わせ先】
長野県南信県税事務所諏訪事務所
(諏訪合同庁舎内)



健康管理センターに集合！

合同開会式 午後1時～



第40回

健康づくりのつどい

♪ お互いに支えあい、その人らしく暮らせるまちづくり ♪

午後1時～3時30分まで 問 健康づくり推進課 健康総務係 ☎82-0105

健康に関する情報満載！

体験コーナー

- ◇血糖値を調べよう
～血糖値を測定してみませんか～
- ◇ツボの位置測定
- ◇トロミ剤を使った飲み物
- ◇子ども薬剤師体験

無料相談コーナー

- ◇健康相談（看護協会、医師会）
- ◇針灸相談（針灸師会）
- ◇食生活相談（栄養士会）
- ◇歯科検診（歯科医師会）など
- ◇接骨相談（接骨師会）



スタンプラリーがあるよ!!
健康クイズに答えてステキな
プレゼントをもらおう!!



8020運動推進！

80歳以上でご自分の歯が20本以上あることを目指すのが8020運動です！
該当者を当日記念品を添えて表彰します！

展示発表

見て感じて体験して健康に！

- ◇学校・保育園の給食と食育紹介 ◇寒天料理の紹介
- ◇結核はどんな病気？ ◇関節の痛み、あれこれ！
- ◇茅野市の健診について ◇てんかんを正しく理解しよう



2F 特設ステージで劇をやります！
午後2時と3時の2回公演。



先着300名様に
参加記念品をプレゼント！

ちーぼもくるよ！

※茅野市健康づくりポイント事業の対象です！ポイントは健康づくり推進課ブースでもらえます！

駐車場のご案内

お車でお越しの場合は、ゆいわーく茅野、健康管理センターの駐車場、茅野市役所、茅野警察署隣の茅野市職員用駐車場をご利用ください。

なお、ゆいわーく茅野の正面と健康管理センターの正面は、お客様の安全のため、駐車できない部分がありますのでご注意ください。

健康づくりのつどい実行委員会

茅野・原地区医師会/茅野市諏訪郡歯科医師会/茅野地区薬剤師会/長野県看護協会諏訪支部/長野県臨床検査技師会南信支部/中諏学校栄養士会/茅野市食生活改善推進協議会/茅野市接骨師会/茅野市栄養士会/結核予防婦人会/波の会(諏訪分会)/諏訪中央病院言語聴覚士チーム/諏訪中央病院/諏訪地区針灸師会

8月26日(日)はゆいわーく 市制施行60周年

第37回

ふれあいのつどい

♪ みんな同じ空の下 心をつなごう、ふれあおう ♪

午後1時～3時30分まで 問 地域福祉課 障害福祉係 ☎72-2101(内線316)

《出し物会場》 ゆいわーく茅野集会室(3階)

- 【ステージ発表】 歌、手話ダンス、精明太鼓、マジックショー等
- 【自由参加コーナー】 パン食い競争、ゲーム、手話講座
- 【お楽しみコーナー】 毎年恒例大ビンゴ大会

《マッサージコーナー》 ゆいわーく茅野フリースペース(3階)

視覚障害者の専門家によるマッサージ
(午後1時20分～2時頃)

《バザーコーナー》 ゆいわーく茅野会議室301・302(3階)

作業所の布小物・革製品・木工製品・クッキー・野菜等

《喫茶コーナー》 ゆいわーく茅野喫茶コーナー(1階) ～ゆつくりおくつろぎください～



ふれあいのつどい実行委員会

精明学園/茅野市視覚障害者福祉協会/茅野市聴覚障害者協会/ひよこ教室/茅野市手話サークル/あすなろセンター/ひまわり作業所/茅野市民生児童委員協議会/ボーイスカウト茅野第1団/ガールスカウト長野県第2団/茅野市手をつなぐ育成会/茅野市マジッククラブ/ボランティアグループ虹の会/ふくろう玉川/ハケ岳福祉農園/株式会社ぞうさん

第40回 茅野市消費生活展

♪ とともに築こう 豊かな消費社会 ♪

午後1時～3時30分まで 問 市民課 市民係 ☎72-2101(内線254)

消費生活・環境コーナー

- ◇パネル展示
～あなたも狙われている 特殊詐欺～
◇きれいな川、諏訪湖を取り戻そう！
・廃油、米のとぎ汁を使った環境にやさしい固形せっけん、EMプリンせっけん、活性液の販売
- ◇無農薬・減農薬の商品販売
・どくだみ健康十草茶、きざみのり、寒天(バラ天) 等

新鮮農産物の即売コーナー

- ◇産地直売：とれたて野菜、切花等
- ◇農家の知恵：漬物・常備菜レシピ

食と健康コーナー(米消費拡大)

- ◇朝食の展示
～早寝早起き朝ごはん(地産地消)～
- ◇パネル展示

知っていますか食品の現状!!

- ◇クイズに答えてプレゼントをゲット
- ◇遺伝子組み換え食品のこと
- ◇食料自給率のこと

消費生活展実行委員会

茅野市消費者の会/生活クラブ生活協同組合茅野支部/農村女性ネットワークちの/茅野市連合婦人会/長野県計量検定所

暮らしに身近な計量です

- ◇手動はかり体験(子ども対象)
- ◇パネル軽量器等の展示



ところ 茅野市中央公民館2階講堂
持ち物 上履き、おんべ、タオル等
 ※事前の申し込みは不要です。
 ※講習会当日、おんべを販売します。
 (1組800円)

平成30年度中期受講生募集 アクアランド茅野カルチャーセンター

- 集団での受講・運動が可能な方対象です。
- 体調に不安のある方は、かかりつけ医に相談してからお申し込みください。
- 見学は事前にご連絡ください。
- 受講者が一定数に満たない場合、開講できないことがあります。
- 申し込みは、窓口・電話で受け付けます。

受付開始…7月27日(金)から



講座名	内容	日程	定員	受講料等
ウェルカム英会話 〔講師:松木美代子〕	英語で会話できたらいいなと思っている方への英会話スタート講座です。 英会話の楽しさを感じてください。	9月10日～12月17日 月曜日 19:15～20:45	20名	12回 6,000円
		9月13日～12月13日 木曜日 13:30～14:45	20名	12回 6,000円
太極拳 〔講師:笠原 一代〕	意識・動作・呼吸のバランスを整える、練功十八法と太極拳で日々のストレスを解消しませんか？ ★★	9月4日～12月18日 火曜日 10:00～11:30	20名	16回 8,000円
気功 〔講師:林 昭春〕	60才になって気功を始めて、30年以上が過ぎ、現在91才まだまだ元気です。健康寿命を延ばすことを目指して気功を楽しみませんか。病に負けない自分をつくる、どなたにもできる健康法です。★	9月4日～12月18日 火曜日 13:30～14:30	25名	16回 8,000円
楽しくニーハオ 〔講師:王 崇娟〕	中国語で日常会話を楽しみませんか！ 中国や台湾の生活習慣や文化の違いについて話を聞きながら学びます。	9月6日～12月20日 木曜日 19:00～20:30	15名	16回 8,000円
《水中運動》 アクアビクス 〔講師:西條 まゆ美〕	水の特性を活かし、体への負担を軽くしながら音楽に合わせて楽しくアクティブに体を動かします。 脂肪燃焼、体力・筋力UPを目指します。★★★	8月27日～12月17日 月曜日 10:00～11:00	40名	14回 7,000円 入場料別途
《水中運動》 アクアウォーキング 〔講師:土橋 珠美〕	陸上での日常の生活が快適に行えるようになるからだづくりを目的とした水中歩行運動。「バランスをとる」「よい姿勢をつくる」を意識しながら、さまざまな方法で、さまざまな方向へ歩きます。 ①しっかり動きたい方コース ②初めての方、ゆっくり動きたい方コース ★★	9月7日～12月14日 金曜日 ① 9:30～10:30 ② 11:00～12:00	各 40名	14回 7,000円 入場料別途
ストレッチ体操 〔講師:土橋 珠美〕	加齢とともに硬くなりがちな筋肉の柔軟性を養い、程よく筋力を強化していきます。日常のいろいろな動作をバランスよく確実に行えるからだづくりをしましょう。 ★～★★	9月3日～12月17日 月曜日 10:00～11:30	15名	13回 6,500円
《コンディショニング》 いきいき元気に ここから体操 〔講師:土橋 珠美〕	シニア世代や、体力に自信のない方にもおすすめの、安心して楽しく参加できる体操です。 動かなければ筋肉は衰え、関節は硬くなっていきます。元気に日常を過ごせるからだづくりをはじめましょう！ソフトなボールを使います。★～★★	8月27日～12月17日 月曜日 13:30～15:00	50名	14回 7,000円
《エアロビクスダンス》 ハッピーエアロ (保育室付き・10ヶ月以上) 〔講師:土橋 珠美〕	エアロビクスダンスでリフレッシュ。骨盤まわりのコリをとり、ゆがみを改善するエクササイズと心身をリラックスさせるストレッチですっきりボディに！お子さんをお預かりします。★★★	8月29日～12月19日 水曜日 10:00～11:30	40名 保育室 20名	16回 8,000円 保育室1人 2,000円
《コンディショニング》 女性のための ボディメンテ 〔講師:土橋 珠美〕	からだ年齢若返りのエクササイズ。代謝アップの全身運動・体幹エクササイズで筋肉を正しく使い、コリやゆがみのないしなやかな身体づくりを目指します。ソフトなボールを使います。★★	8月29日～12月19日 水曜日 13:30～15:00	50名	16回 8,000円
《ステップ台》 ホットステップ 〔講師:土橋 珠美〕	ステップ台の上り下り運動。 普段使いそびれている股関節から脚全体の関節や筋肉をしっかり使い、代謝と筋力アップの効果を実感できるエクササイズ。★★★	8月30日～12月20日 木曜日 10:00～11:30	40名	16回 8,000円
		9月1日～12月22日 土曜日 10:00～11:30	40名	16回 8,000円

【運動レベル】 運動強度の感じ方には個人差があります。こちらの表示は目安としてお考えください。

- ★ 軽い運動量で、どなたでも気軽に参加できます。
- ★★ 適度な運動量で、どなたでも無理なく続けられます。
- ★★★ やや高めの運動量で、心地よい疲労感を味わえます。

申込・問 アクアランド茅野カルチャーセンター

☎73-7245 (受付時間 午前9時～午後8時<日曜休館>)

健康管理センターからのお知らせ

問 健康づくり推進課健康推進係
(健康管理センター)
☎82-0105(土日・祝日は除く)

①～③の検診を希望される方で、まだお申し込みをされていない方は、健康づくり推進課(健康管理センター内)までご連絡ください。後日受診についてのご案内を郵送いたします。
また、今回掲載した検診はすべて健康づくりポイント事業の対象になります！
検診を受診し、ポイントと安心を手に入れましょう！



①マンモグラフィ個別検診(病医院)

平成30年度マンモグラフィ個別検診を下記の日程で実施します。

対象者 昭和18年1月～昭和52年12月までの偶数年生まれの方(和暦)

検診実施期間 平成30年9月3日(月)～11月30日(金)

検診実施場所 指定医療機関(池田医院、諏訪中央病院)

検診自己負担額 500円

②胃がん・大腸がん集団検診

平成30年度胃がん検診(バリウムによる間接撮影)・大腸がん検診(便潜血検査)を下記の日程で実施します。
なお、胃がん検診は今年度から対象年齢が79歳までになりましたので、今まで受診していなかった方もこの機会に受診しましょう。

対象者 ◎胃がん検診 35歳～79歳の方(昭和14年4月～昭和59年3月生まれの方)

下記に該当する方は、現在実施中の個別検診で受診をお願いします。

- ・75歳以上で初めて胃がん検診を受ける方
- ・75歳以上で過去5年間胃がん検診を受けていない方

個別検診の申し込みは健康管理センターへお電話ください。

◎大腸がん検診 35歳以上の方(昭和59年3月31日までに生まれた方)

検診自己負担額 胃がん検診：500円 大腸がん検診：200円

検診実施日・場所

受付時間：午前7時～午前9時

9月3日(月) 北山地区コミュニティセンター	9月4日(火) 湖東地区コミュニティセンター	9月5日(水) 豊平地区コミュニティセンター	9月10日(月) 玉川地区コミュニティセンター
9月11日(火) 玉川地区コミュニティセンター	9月18日(火) 米沢地区コミュニティセンター	9月19日(水) 中大塩地区コミュニティセンター	10月2日(火) 宮川地区コミュニティセンター
10月3日(水) 宮川地区コミュニティセンター	10月9日(火) 金沢地区コミュニティセンター	10月10日(水) 健康管理センター	10月11日(木) 健康管理センター
10月15日(月) 健康管理センター	10月16日(火) 健康管理センター		

受付時間：午前7時～午前8時

9月21日(金) 泉野地区コミュニティセンター

受付時間：午前8時30分～午前9時30分

9月21日(金) 穴山公民館

③緑内障検診

平成30年度緑内障検診を下記日程で実施します。

対象者 今年度40・45・50・55・60・65・70・75歳になる方

検診実施期間 平成30年9月3日(月)～10月31日(水)

検診実施場所 指定医療機関(藤森眼科、細田眼科医院、ヨコイ眼科) **検診自己負担額** 200円

《個人情報について》

検診で得られた情報は、国や県への報告のために統計処理(数値)で利用させていただきます。それ以外に利用することはありません。このことについてご承知の上で受診していただくようお願いいたします。

④20歳歯科健診、歯周疾患検診を実施中です！

20歳の歯科健診、歯周疾患検診を実施しています。まだ受診をしていない方は、忘れないうちに受診しましょう。受診の際は、指定医療機関に電話予約をしてから受診してください。指定医療機関に電話予約をしてから受診してください。

	20歳の歯科健診	歯周疾患検診
対象者	平成10年4月～ 平成11年3月生まれの方	今年度30・35・40・45・50・55・ 60歳になる方
検診実施期間	平成30年5月7日～ 平成31年2月28日	平成30年5月7日～ 平成30年12月25日
検診内容	口腔内検査、レントゲン撮影	う歯および歯周疾患の検診
検診自己負担額	無料	200円
※検診の結果、治療が必要な場合は別途治療費がかかるので、十分な説明を受け納得の上で治療を受けてください。		



20歳の歯科検診では、普段なかなか撮ることのできない、口内パノラマ写真を撮ることができるよ！

上記の検診の自己負担額が無料になる方

ア 昭和24年3月31日までに生まれた方（70歳以上）……手続き不要です。

イ 平成30年度40・50・60歳になる方 ……………手続き不要です。

ウ 市民税非課税世帯または生活保護を受けている方……事前に手続きが必要です。下記にて申請してください。

健康づくり推進課（健康管理センター内）……☎82-0105

東部保健福祉サービスセンター……☎82-0026

西部保健福祉サービスセンター……☎82-0073

中部保健福祉サービスセンター……☎82-0107

北部保健福祉サービスセンター……☎77-3000

「からだにやさしいダイエット講座」参加者募集！！

～健康運動指導士が、あなたにあった運動を教えます！～
あなたもチャレンジしてみませんか

対象者 20歳以上の市民の方（男性も大歓迎です。）
時 間 午後1時30分～3時30分まで
場 所 茅野市健康管理センター 2階
定 員 30名（定員になり次第締め切り）
受講料 無料
持ち物 汗拭きタオル 飲み物
その他 動きやすい服装でお越しください。
申 込 8月31日（金）までに健康づくり推進課へお申込みください。



日頃の運動不足解消
におすすめ！！

ご応募お待ちしております！



参加した方には、健康づくり
ポイントを差し上げます。



日 程	内 容（3回コースです）
9月3日（月）	オリエンテーション 体組成計で体脂肪や筋肉量を計測しよう ダイエットにおすすめな運動の基本
11月28日（水）	減量のための食事のポイント 冬でも室内でもできる運動
2月26日（火）	ウォーキングの基本～歩き方で違う消費エネルギー！ まとめ

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

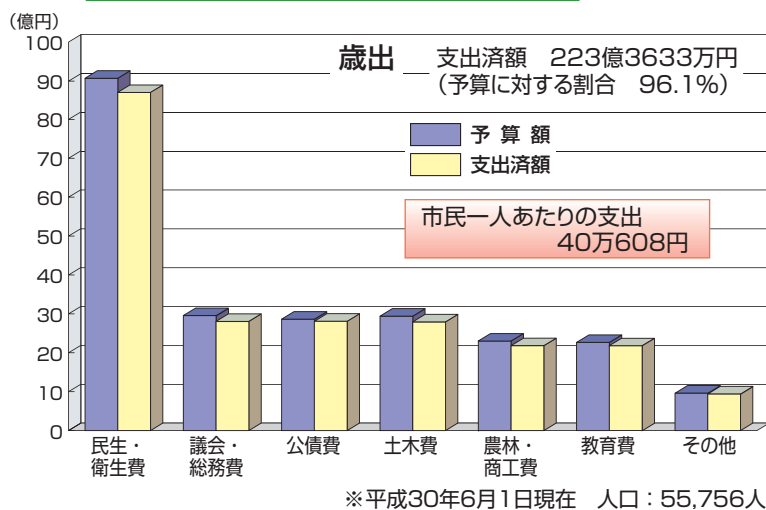
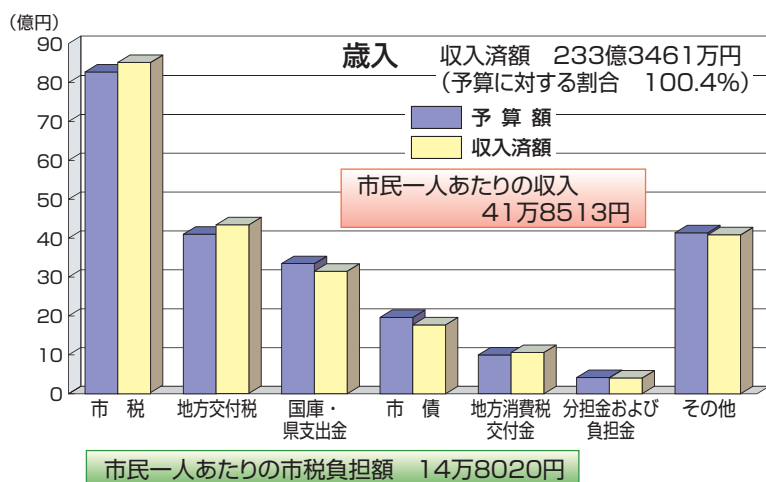
下半期の財政状況

平成29年度下半期の財政状況について、5月末の出納整理期間までの決算見込みをお知らせします。

一般会計予算は、下半期3回の補正と前年度からの繰越分を含め、232億4623万円になりました。前年度の同じ時期に比べて、10億5063万円、率にして4・4%の減となっています。

また、国民健康保険特別会計などの特別会計や企業会計、財産区特別会計も含めた平成29年度末の各会計の財政状況は次のとおりです。

一般会計の決算の状況(見込み)



平成29年度 会計別決算の状況(見込み)

会 計 区 分	予 算 現 額	収 入 済 額	予算に対する割合	支 出 済 額	予算に対する割合
一 般 会 計	232億4623万円	233億3461万円	100.4%	223億3633万円	96.1%
特別会計					
国民健康保険	67億8671万円	65億7700万円	96.9%	63億3754万円	93.4%
後期高齢者医療	6億8643万円	7億800万円	103.1%	6億8106万円	99.2%
計	74億7314万円	72億8500万円	97.5%	70億1860万円	93.9%
企業会計					
水道事業会計	(収入) 21億931万円	15億3003万円	72.5%		
(支出) 26億5895万円				19億5599万円	73.6%
下水道事業会計	(収入) 27億1061万円	26億8617万円	99.1%		
(支出) 36億6734万円				35億9295万円	98.0%
国保診療所特別会計	(収入) 2億3735万円	2億1915万円	92.3%		
(支出) 2億3954万円				2億1241万円	88.7%
計	(収入) 50億5727万円	44億3535万円	87.7%		
(支出) 65億6583万円				57億6135万円	87.7%
財産区特別会計	14億4603万円	14億4670万円	100.0%	11億3080万円	78.2%
合 計	(収入) 372億2267万円	364億9893万円	98.1%		
(支出) 387億3123万円				362億4708万円	93.6%

※企業会計で、支出額が収入額を上回る額については、積立金等で補てんしました。

※端数処理をしているため合計が一致しない場合があります。

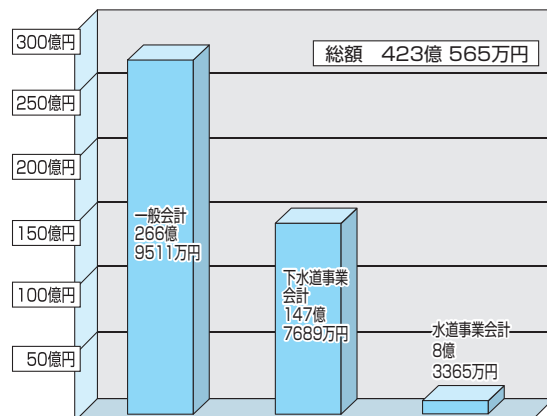
市有財産の状況 (平成30年3月31日現在)

区 分	
土 地	174万2827㎡
山 林	2万3074㎡
建 物	24万5754㎡
車 輛	123台
基 金	47億2960万円
出資金など	3億7399万円



市 債 の 状 況

市が道路建設や施設整備など大型の事業を行うために、公的資金や市中銀行などから長期にわたり借りたお金の状況



※市債は将来にかけて返済しなければなりません。返済額の約半分は、毎年、地方交付税として返済額に応じて国から市へ交付されます。

お知らせ

茅野市市制施行60周年記念 施設無料開館のお知らせ

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300 神長館守矢史料館 ☎73-7567
茅野市美術館 ☎82-8222 地域戦略課 地域創生係 ☎72-2101 (内線232、233)

茅野市市制施行60周年を記念して、8月1日(水)は以下の施設が無料開館します。60周年を記念した催しも行われますので、この機会に皆さんご来場ください。

- ・尖石縄文考古館 ・ハケ岳総合博物館
- ・神長館守矢史料館 ・茅野市美術館(茅野市民館内)



ハケ岳総合博物館では
企画展「茅野市60年 博物館30周年」を開催(9/15~11/25)



茅野市美術館では、信濃美術をみつめる「描くこと この地との出会い」を開催
東山魁夷《緑響く》1982年 長野県信濃美術館東山魁夷館蔵
※前期(7/28~8/13)で展示。後期(8/15~9/9)では《緑響く》(習作)を展示

平成29年度

「情報公開制度」と「個人情報保護制度」の状況を公表します

問 総務課 行政係
☎72-2101(内線 132)

市では、平成11年4月から、情報公開制度と個人情報保護制度を実施しています。
平成29年度におけるこの2つの制度の運用状況について公表します。

1. 情報公開制度の運用状況

情報公開制度は、市が持っている情報を市民の皆さんの選択により利用していただくための仕組みです。

市では、この制度を利用していただき、市民の皆さんに市政の状況について理解を深めていただくことで、パートナーシップのまちづくりの推進を目指しています。

情報公開の請求事項及び決定状況は下記のとおりです。

情報公開の請求事項	請求件数	請求に対する決定状況
建設工事等設計単価に関する事	5件	全部公開5件
公共工事金入設計書に関する事	9件	全部公開9件
住居表示に関する事	2件	全部公開2件
市税に関する事	1件	全部公開1件
財産区に関する事	1件	全部公開1件
認可地縁団体に関する事	1件	全部公開1件
備品等の購入に関する事	2件	部分公開1件、不保有1件
指定管理者制度に関する事	1件	部分公開1件
計	22件	全部公開19件、部分公開2件、不保有1件

2. 個人情報保護制度の運用状況

個人情報保護制度は、市民の皆さんのプライバシーを守るため、市が保有している個人情報の適正な管理や取扱いのルールを定め、さらに、自分に関する個人情報の開示・訂正・削除等を請求する権利を保障しています。

また、民間の事業者は、事業を行う上では、個人のプライバシーを侵害しないように努めるとともに、市の行う個人情報保護に関する施策に協力しなければならないことになっています。

(1) 個人情報取扱事務の届出について

個人情報を取り扱う事務については、その目的や、どのような個人情報を取り扱うかなどを、個人情報取扱事務届出書に記録しています。この届出書は、どなたでも閲覧できます。

(2) 開示請求、訂正請求等について

自己情報の開示等の請求は、3件ありました。

秋の「家庭犬しつけ方教室」を開催します

主催 長野県動物愛護会諏訪支部
後援 長野県獣医師会諏訪支部 諏訪飼犬管理対策協議会
諏訪保健福祉事務所

平成30年度、秋の「家庭犬しつけ方教室」を次のとおり開催します。
つきましては、一般家庭犬の参加を下記のとおり募集いたします。

1. 日時場所

第1回	(開講式・学科)	平成30年9月9日(日)	諏訪合同庁舎 301号会議室	13:30~15:30
第2回	(実 技)	平成30年9月16日(日)	諏訪合同庁舎 駐車場	13:30~15:30
第3回	(実 技)	平成30年9月23日(日)		
第4回	(実 技)	平成30年9月30日(日)		
第5回	(実 技)	平成30年10月7日(日)		
第6回	(実 技)	平成30年10月14日(日)		
第7回	(実技・終了式)	平成30年10月21日(日)		

※注意事項 ・ 1回目の開講式・学科は犬を同伴しないでください。ご家族皆さんの参加は自由です。
・ 1回目に全員の受付をし、名札、資料等を配布します。
・ 2回目以降の実技は、犬を同伴して参加してください。
・ 7回目の最終日には、実技のあと、終了式及び修了証の授与をいたします。

参加条件 犬種を問わず、登録、狂犬病予防注射を済ませた犬。
(発情中の場合は、ご相談ください)

募集頭数及び参加費用等

募集頭数 約30頭(申込順とし、頭数に達し次第終了とします)

参加費 2,000円、テキスト代500円、動物愛護会年会費1,000円(会員は不要)
その他、首輪・リード代(手持ちの場合は不要)です。

募集期間 平成30年8月31日(金)まで

申し込み方法 (<1>か<2>のどちらかの方法で申し込んでください)



<1>ハガキによる申込(以下の宛先に必要事項を記入の上、郵送してください)

〒392-8601 諏訪市上川 1-1644-10 諏訪保健福祉事務所内 動物愛護会諏訪支部事務局あて
※ハガキの裏面に記入すること

①住所氏名 ②電話番号 ③犬の名前 ④犬種 ⑤犬の年齢 ⑥犬の性別
⑦特徴(引っ張る、吠える、咬む、臆病、トイレが出来ない等)

<2>電話による申込(問い合わせ先) 長野県動物愛護会諏訪支部しつけ方部会 ☎23-5998(内田まで)

平成30年度「犬・猫の休日譲渡会」を開催します

主催 長野県諏訪保健福祉事務所(諏訪保健所)

諏訪保健所に保護されている「犬・猫の休日譲渡会」を開催します。収容されている犬・猫を実際にご覧いただき、飼育をご希望される方にお譲りします。

できるだけ多くの犬・猫が新しい飼い主さんに巡り会えるよう、皆様のご参加をお願いします。

とき 8月19日(日) 午前10時から午前11時まで

ところ 諏訪合同庁舎南側駐車場 動物舎(諏訪市上川1-1644-10)

内容 保健所に保護されている犬・猫の見学、譲渡。

※18歳以上の方で、終生飼養、室内飼育(犬を除く)、不妊処置等を約束していただける方へ犬・猫をお譲りします。

持参していただくもの等

(1)運転免許証等の身分証明書、キャリーケースなどを持参してください。(犬の場合は、首輪、リードを持参してください)

(2)譲り受ける場合は、申込書等2枚の書類に必要事項を記入していただきます。

その他

(1)犬・猫の収容状況により、事前に予告なく中止になる場合があります。中止の場合には、会場に中止になった旨の掲示を行います。

(2)犬・猫の譲渡は、平日午前8時30分から午後5時15分までいつでも行っていますので、お気軽に諏訪保健福祉事務所へおいでください。

問 長野県諏訪保健福祉事務所(諏訪保健所)

食品・生活衛生課 乳肉・動物衛生係 ☎0266-57-2929



市営住宅・サンコーポラス旭ヶ丘団地の入居者を募集します

団 地 名	建築年度	構 造	間取り	戸 数	家 賃
ひばりヶ丘団地 E棟	平成18年	耐 火	1DKY	1戸	14,100円～37,400円
小坂団地 B棟	平成元年	耐 火	3DKY	2戸	19,000円～28,300円
小坂団地 C棟	平成元年	耐 火	3DKY	3戸	19,000円～28,300円
サンコーポラス旭ヶ丘	平成6年	耐 火	3DKY	20戸	36,000円～40,000円

※表の見方 間取りの数字は部屋数 「Y」は浴室（風呂付）

※サンコーポラス旭ヶ丘団地は中堅所得者層向けの住宅です。

申し込み資格等

- ①既に同居、または同居しようとする親族がいる方
- 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な方
- 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

提出書類

- ・市内に居住されている方
- ①市営住宅入居申込書
- ②その他事実を証明するもの（婚約証明書等）
- ・市内に勤務場所を有する方
- ①市営住宅入居申込書
- ②住民票（入居予定者全員を記載した続柄表示のあるもの）
- ③所得・課税・扶養証明書または源泉徴収票（入居予定者全員分。ただし、中学生以下は除く。）
- ④納税証明書（入居予定者の納税義務がある方全員分）
- ⑤その他事実を証明するもの（給与証明書等）

入居可能日

平成30年9月1日(土)

申し込み受付期間

平成30年7月30日(月)から8月10日(金)
午前8時30分から午後5時まで

室内公開

募集の対象となっている団地の室内を次のとおり公開いたします。事前の申込みは不要です。

公開団地名および部屋番号	所在地	日 時
ひばりヶ丘団地 E808	宮川5000	8月1日(水) 10:00～10:30
小坂団地 B514	宮川5456	8月2日(木) 10:00～10:30

※見学用駐車場はありませんので、ご注意願います。
※公開する部屋は募集対象の一例です。実際に入居となる部屋とは階数・向き等が異なる場合があります。

申込・問 都市計画課 住宅建築係 ☎72-2101 (内線537)

開館30周年記念事業

博物館で楽しい夏休みの思い出をつくりませんか



問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博物館ってどんなところ？どんなイメージを持っていますか？普段は、展示を見学したり、知りたいことを調べたり、みなさんが自由に学習・研究できる場所です。たくさんの方に利用していただき、今年30周年を迎えますが、まだ利用したことがない人、しばらく利用していない人もいるのでは？今年の夏は、いつもとちょっと違った博物館を体験してみませんか。限定イベントを開催します。



ヨーヨー釣り、輪なげ、釣りゲームなどの楽しい遊びや、わたあめづくりを体験できます。

と き 8月11日(土・祝)
午前10時～午後4時
と ころ 総合博物館
料 金 通常入館料



夜の博物館を探検気分でもぐってみませんか。昼はできない夜限定のミッションにチャレンジしよう。展示室にある古民家では影絵遊びや怪談話もします。親子揃ってご参加ください。

と き 8月12日(日)
午後7時～8時30分
と ころ 総合博物館
料 金 無料
持ち物 懐中電灯
申込不要



住民基本台帳の閲覧状況を公開します

問い合わせ 市民課 戸籍係
☎72-2101 (内線252・253・258)

住民基本台帳法の一部改正により、平成18年11月1日から住民基本台帳の閲覧は、公共公益目的等で使用する場合に限定されました。また、毎年度、閲覧の状況を公表することになりましたので、平成29年4月1日から平成30年3月31日までの閲覧状況を公表します。＜(注) 受託者は、受：と表示してあります＞

平成29年度 国および地方公共団体の機関による閲覧の状況について

閲 覧 者	請 求 事 由 の 概 要	閲 覧 日	閲覧にかかる住民の範囲
総務省統計局統計調査部 受：一般社団法人新情報センター 宮島 洋子	総務省統計局の実施する「家計消費状況調査」に伴う対象者抽出のため(抽出数50人)	6月12日	湖東地区指定番地(6041、6105、6595-158～174、6595-204～209、6595-248、6595-278、6595-343～386、6595-442、5866～5868、5946～5966、6129～6509、6945)の平成29年4月2日現在16歳以上の男女
内閣府政策統括官(共生社会生活担当) 受：株式会社日本リサーチセンター 宮島 洋子	内閣府の実施する「青少年のインターネット利用環境実態調査」の対象者抽出のため(抽出数20人)	10月11日	宮川地区の平成11年11月2日～平成19年11月1日生まれの男女
総務省統計局統計調査部 受：一般社団法人新情報センター 宮島 洋子	総務省統計局の実施する「家計消費状況調査」に伴う対象者抽出のため(抽出数50人)	10月11日	城山指定地区(1～7、9～13)の平成13年4月1日以前に生まれた男女
防衛省 所長 木原 浩二 広報官 柴田 美立	自衛官及び自衛官候補生に関する募集事務に利用するため	2月5日～7日	出生の年月日が平成12年4月2日から平成13年4月1日までの男子及び女子(日本人住民に限る)及び平成8年4月2日から平成12年4月1日までの男子(日本人住民に限る)
総務省統計局 統計調査部 受：一般社団法人新情報センター 宮島 洋子	総務省統計局の実施する「家計消費状況調査」に伴う対象者抽出のため(抽出数100人)	2月14日	本町西指定地区(1～2、4～6、8～9、16)、仲町指定地区(1～4、8～12)の平成14年4月1日以前に生まれた男女

平成29年度 個人または法人による閲覧の状況について

閲 覧 者	請 求 事 由 の 概 要	閲 覧 日	閲覧にかかる住民の範囲
上原高齢者クラブ桃寿会会長 倉田 充	平成30年度の上原区高齢者クラブ桃寿会の新会員勧誘のための名簿作成のため	7月26日	上原区の昭和29年1月1日～昭和29年12月31日生まれの男女
中大塩区長会長 藤森 直和 稲垣 典元	中大塩地区で敬老の日対象者への記念品配布のため	8月21日	中大塩1区～4区の昭和22年12月31日以前生まれの男女
玉川分団第七部 小林 正芳	玉川分団第七部の新入団員勧誘のため	8月25日	穴山区の昭和55年4月1日～平成15年3月31日生まれの男性
豊平分団第四部 長田 米和	豊平分団第四部の消防団員勧誘のため	9月11日	下古田区の昭和58年3月31日～平成16年4月1日生まれの男性
塩沢老人クラブ 五味 久明 工藤 義直	塩沢老人クラブ新会員勧誘のため	12月4日	塩沢区の昭和25年1月1日～昭和32年12月31日生まれの男女
横内公民館長 若林 孝	横内公民館主催の成人式のため	12月6日	横内区の平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれの男女
穴山高齢者クラブ会長 小林 敏雄 田中 定善	穴山高齢者クラブの来年度新入会員対象者の調査のため	12月7日	昭和29年4月1日～昭和30年3月31日生まれの男女
日本たばこ産業株式会社 受：株式会社ビデオリサーチ 翠川 紹夫	日本たばこ産業が実施する2018年「全国たばこ喫煙者率調査」の対象者抽出のため(抽出数20人)	12月14日	豊平地区の昭和3年5月1日～平成10年4月30日生まれの男女
ちの分団第三部会計 功力 崇	ちの分団第三部の消防団員勧誘のため	1月9日	横内区の昭和48年4月1日～平成12年4月2日生まれの男性
横内区高齢者クラブ達楽会会長 牛山 利文 牛山 金次	平成30年度横内区達楽会のクラブ新規加入者調査のため	1月12日	横内区の昭和29年生まれ男女
ちの分団第一部団員 畑中 航介	ちの分団第一部の消防団員勧誘のため	1月31日	上原区の平成1年4月1日～平成12年3月31日生まれの男性

児童扶養手当・特別児童扶養手当受給者の皆さんへ 「現況届」等の提出をお願いします

～受給資格審査に必要です～

平成30年度の受給資格審査を行います。「現況届」の提出をお願いします。「現況届」受付についての詳細は、受付期間前（7月下旬）に該当する方に送付する通知をご覧ください。

児童扶養手当

受給資格

父母の離婚、父または母の死亡等により18歳未満の児童を養育している父母等

提出書類

- ①現況届 ②児童扶養手当証書
- ③課税資料等の閲覧同意書
- ④養育費申立書
- ⑤印鑑（ネーム印シャチハタ印は不可）
- ⑥公共料金（電気・ガス・水道代）の領収書等
- ⑦受給者と子どもの個人番号がわかるもの（個人番号カード・通知カード）
- ⑧その他必要書類（該当する方のみ）

※提出期限までに提出されない場合、12月の手当は支給されません。

※所得超過による未申請の方で、所得の減少があった方は7月中にお問い合わせください。

受付期間	受付場所	受付時間
8/1(水)～8/31(金)		
平日	茅野市役所 7階702会議室	午前8時30分～午後5時15分
集中受付期間 8/2(木)3(金)6(月)	茅野市役所7階ロビー	午前8時30分～午後7時00分
休日 8/18(土)8/19(日)	茅野市役所 議会棟大会議室	午前10時00分～ 午後12時00分 午後1時00分～午後3時00分

特別児童扶養手当

受給資格

身体または精神等に障害のある満20歳未満の児童を監護する父または母等

提出書類

- ①所得状況届
- ②特別児童扶養手当証書
- ③課税資料等の閲覧同意書
- ④身体障害者手帳、療育手帳（お持ちの方）
- ⑤印鑑（ネーム印シャチハタ印は不可）
- ⑥受給者と子どもの個人番号がわかるもの（個人番号カード・通知カード）
- ⑦その他必要書類（該当する方のみ）

※提出期限までにご提出されない場合は、11月の手当は支給されません。

受付期間	受付場所	受付時間
8/13(月)～9/11(火)		
平日	茅野市役所 7階702会	午前8時30分～午後5時15分
休日 8/18(土)8/19(日)	茅野市役所 議会棟大会議室	午前10時00分～ 午後12時00分 午後1時00分～午後3時00分

申し込み・問 こども課 こども・家庭支援係
☎72-2101（内線614）

お知らせ

河川愛護活動支援事業について

問 建設課 建設関連・バイパス対策係 ☎72-2101（内線522）

長野県では、より良い河川の維持管理と良好な河川環境の保全を目指し、より多くの県民の皆様に地域の河川を愛し親んでもらうために、「河川愛護活動支援事業」により、県管理河川において地域住民等が組織した団体が行う草刈や清掃などの自発的な活動について支援をしています。随時参加受付をしていますので、積極的にご参加ください。

事業内容

対象となる活動	県管理の一級河川における河川敷地の草刈、ゴミ拾い等の清掃、アレチウリ等、外来植物の駆除、その他、河川の維持管理と環境保全に寄与する作業
対象団体	区・自治会、高齢者クラブ、小中学校、企業、地域ボランティア等、概ね10名程度以上で組織する各種団体
支援内容	草刈、清掃等活動への報奨金支援、活動団体への表彰、団体名を表示した看板の設置、傷害保険への加入
参加方法	市建設課を通じ「団体登録申請書」を諏訪建設事務所へ提出



活動実績報告について

活動団体は毎年1回、活動実績報告書に活動実績を記載の上、市役所建設課を通じ、諏訪建設事務所へ報告をしていただきます。

平成29年度茅野市実績

活動団体 19団体、活動回数 47回、活動人数 のべ1945人

後期高齢者医療制度について

後期高齢者医療制度は、75歳以上の方、および65歳以上75歳未満の方で加入を希望した方（障がい認定を受けた方）が対象（被保険者）になります。

8月1日から後期高齢者医療被保険者証が新しくなります

平成30年8月1日からご使用
いただく後期高齢者医療被
保険者証を、7月下旬に住民票
に記載された住所、またはお
届けいただいている送付先へ
郵送します（転送はしません）。
**被保険者証は右記の封筒で
郵送しますので、届きまし
たら必ず開封し、中身をこ
確認ください。**



新しい被保険者証の色は「黄色」になりますので、お手元に届きましたら、住所・氏名・負担割合などの記載内容をご確認ください。
なお、新しい被保険者証は8月1日からお使いいただけますので、7月31日までは橙色の被保険者証を医療機関等へご提示くださいますようお願いいたします。有効期限の過ぎた被保険者証は、ご自身で裁断するなどして破棄していただいて結構です。

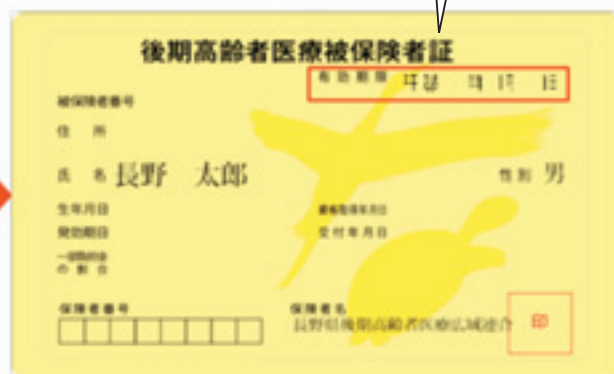
有効期限は
2019年
7月31日
です

旧(橙色)



平成30年7月31日まで

新(黄色)



平成30年8月1日から

一部負担金(窓口負担)の割合について

平成29年中の所得による判定を行い、平成30年8月1日からの自己負担割合が決定されます。

①市町村民税課税標準額が145万円以上の方・・・3割

《申請により1割負担になる場合の条件》 ※対象になる方には申請書をお送りしています。

被保険者1人世帯・・・基準収入額383万円未満

被保険者1人でかつ70～74歳の方がいる世帯・・・基準収入額520万円未満

被保険者2人世帯・・・基準収入額520万円未満

②①以外の方・・・1割

※世帯内に3割負担の被保険者がいる世帯に属する被保険者は、一部負担の割合が3割になります。
(同一世帯の被保険者の一部負担割合は同じになります。)

注意

8月1日以降でも、判定に係る所得額の変更(年金の追加裁定・生命保険等の満期返戻金等の申告漏れなど)や世帯判定対象者の構成に変更があった時は、随時見直します。その結果、一部負担金の割合が変更した場合は、被保険者証の有効期限内であっても、新しい被保険者証が送付されますので、古い被保険者証は使用せずにすみやかに高齢者・保険課 医療保険・年金係(⑧番窓口)に返還してください。

後期高齢者医療保険料について

長野県後期高齢者医療広域連合議会2月定例会の議決を受け、平成30年度・平成31年度の保険料は次のとおりになっております。

後期高齢者医療保険料は被保険者1人ひとりに納めていただきます。

$$\begin{array}{|c|} \hline \text{年間保険料} \\ \hline \text{(上限額 62万円)} \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \text{均等割額} \\ \hline \text{40,907円} \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \text{所得割額} \\ \hline \text{(平成29年中総所得 - 33万) \times 8.30\%} \\ \hline \end{array}$$

所得の低い方や、後期高齢者医療制度加入直前に被用者保険(市町村国保・国保組合を除く)の被扶養者だった方は、保険料の軽減措置があります。詳しくは高齢者・保険課 医療保険・年金係までお問い合わせください。

後期高齢者医療保険料の納付方法は、被保険者により異なりますので、7月中旬に送付します「保険料額決定通知書」をご覧ください。

人間ドック受診料の助成をします(請求期限は受診日の翌日から1年以内)

人間ドックを受診された方は、申請により日帰りドック：15,000円、一泊ドック：30,000円を補助します(脳ドックは対象外)。申請書は高齢者・保険課窓口にありますので、次の持ち物を持参の上、お越しください。

持ち物：被保険者証、認印、ドック受診料領収書(原本)、振込口座のわかるもの

※補助の回数は同一人に対し一年度1回です。

問 高齢者・保険課 医療保険・年金係(市役所1階⑧番窓口) ☎72-2101(内線328)

75歳以上健診を10月31日まで実施しています ～申込み受付中～

普段、医療機関で血液検査等を受けていない方は、健診を受けましょう。自己負担額は無料です。

内容：身体計測・血圧・尿検査・血液検査・医師の診察

場所：茅野・原地区の指定医療機関

★健診は申込制です。保険証の送付にあわせて、ご案内(申込書)をお送りします。今年度のお申し込みをしていない方は、下記までお申し込みください。

問 健康づくり推進課(茅野市健康管理センター内) ☎82-0105

農地を貸したい・借りたい 地元農業委員 または 茅野市農業委員会事務局 にご相談ください

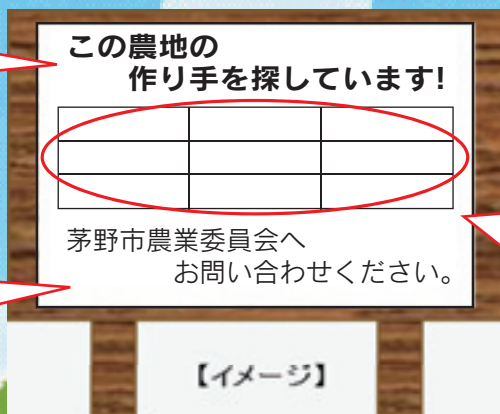


「農地を貸したい」とお考えの方へ

茅野市農業委員会事務局に、農地貸し出し希望の登録をして、貸したいとお考えの農地に周知するための＜掲示板＞を設置しませんか？
個人情報以外の農地情報をラミネート加工（防水加工）して、交付いたします。

交付する農地情報は、**A4サイズ**です。
（一般的な書類の大きさです）

掲示板の**準備・設置・安全管理**は
ご自身で行ってください



掲示板に掲載する 農地情報の内容

- ・登録番号
（事務局での管理番号）
- ・地目（田・畑など）
- ・面積
- ・希望貸出期間

※住所・名前・連絡先は
掲載しません

貸したい人	登録できる農地	●茅野市内に所有している田や畑など ●現に耕作できる農地 ●農業者年金の中の経営移譲年金該当農地は、要相談となりますので、お問い合わせください。 ●小面積や、形状の悪い農地は、意に沿えないことがあります。
	貸し付け条件等	（例）法人ではなく、個人農家に貸したい。 （例）市内に住んでいる人に貸したい。 （例）現状のまま耕作してくれる人に貸したい。
	賃借料	希望額は提示できますが、借りたい人の合意が必要です。
	申請または設定	①「農業経営基盤強化促進法」が定める利用権の設定 ②「農地法第3条」の申請…①あるいは②の手続きが必要になります。
借りたい人	借りられる人の条件	●耕作が目的であり、しっかりと管理ができる人。 ①自己所有農地 ②現在借りている農地 …①～③いずれかの面積を合わせると、3,000㎡を超える人。 ③新たに借りようとする農地 ●その他詳細は、農業委員会事務局にお問い合わせください。
	借りられる農地を探したい	地元農業委員または茅野市農業委員会事務局にご相談ください。
	申請または設定	①「農業経営基盤強化促進法」が定める利用権の設定 ②「農地法第3条」の申請…①あるいは②の手続きが必要になります。

茅野市農業委員会事務局 茅野市役所5階 ☎72-2101（内線441-442）

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 夏休み親子でプログラミング体験

子ども向けプログラミング言語「スクラッチ」を親子で体験します！

Windows10
を使用

1. 講習日程（2日間の計6時間講習）

時 間	開 催 日
午後1時00分～4時00分	8/18(土)、8/19(日)

2. 募集人員 定員10組（諏訪地域在住で全日程受講できる方対象）
3. 受講条件 小学校3年生～6年生の子どもと保護者
4. 参加費用 受講料1,000円＋テキスト代 ※講習会初日にお支払いいただきます。
5. 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）
6. 申込期間 8月16日(木)まで 午前10時～午後5時30分（月曜日は休館日）

講座② エクセルはじめの一歩

表計算の基礎を学びます。
社会人、各種団体の役員のみなさんの書類作成にも役立ちます！

Windows10
Excel2016を使用

1. 講習日程（6日間の計12時間講習）

組	時 間	開 催 日
1組	午後1時30分～3時30分	9/4(火)、9/7(金)、9/11(火)、9/14(金)、9/21(金)、9/28(金)
2組	午後7時～9時	

2. 募集人員 定員15名【うち持込分5名】（諏訪地域在住で全日程受講できる方対象）
3. 受講条件 「ワードはじめの一歩」受講者またはワードで簡単な文書・表作成ができる方
4. 参加費用 受講料2,000円＋テキスト代1,000円 ※講習会初日にお支払いいただきます。
5. 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）
6. 申込期間 8月23日(木)まで 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。

講座申し込みの際に持ち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。（大学行事のため8/4(土)～11(土・祝)、8/13(月)～15(水)は臨時休館いたします。）
（申込開始時は電話が混み合い、つながりにくくなる場合があり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がありますので、ご了承願います。

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

足の血管がボコボコ…。

「下肢(かし)静脈(じょうみゃく)瘤(りゅう)」かもしれません

諏訪中央病院 外科医師 山田 武男



足の血管がボコボコと膨らんで、ちょっと気になる…。そんな血管が浮き出てくる状態を下肢静脈瘤といいます。症状は見た目のほかに、足の痛み、重だるさ、むくみ、皮膚の色素沈着、かゆみ、夜間のこむらがえりなど、足に血液が溜まることによって起こる症状もあります。

そんな下肢静脈瘤はなぜ起きるのでしょうか。妊娠・出産、長時間の立ち仕事などにより静脈にある逆流防止弁が壊れてしまうことがあります。逆流防止弁が壊れると、重力に逆らって血液を心臓に送り返すことができなくなり、下方に血液が溜まってしまいます。すると静脈の内圧が高まって、血管が浮き出てしまったり、様々な症状がでてしまうのです。

静脈瘤は、視触診によりその程度や皮膚の変化をみてから、エコー検査で表在静脈の太さ、逆流の有無や程度、3DCT検査で静脈の走行、静脈瘤の形態などを確認します。いずれも、全く痛みのない検査で診断できます。

保存的治療法としては弾性ストッキングの着用がありますが、根本治療ではありません。静脈瘤の原因となっている、逆流が起きている静脈の治療が必要です。これまでは、表在静脈を手術で引き抜く方法(ストリッピング)が一般的で、1週間ほどの入院が必要でした。より低侵襲の治療法も試みられましたが、再発率が高いことが問題でした。

しかしここ数年でテレビでも取り上げられ、話題になっている血管内治療は、米国ではすでに一般的な治療法で、治療時間も短く、従来行われていた治療法に比べて身体への負担も少なく済むといわれています。当院でも導入したラジオ波治療は、手術当日に入院し治療を受け、翌朝エコー検査でチェックをして午前中に退院が可能です。

下肢静脈瘤は昔から血管外科の領域では多い疾患ですが、生命に関わる疾患ではないので、私も積極的に手術治療は勧めず、弾性ストッキング療法で経過をみていることが多くありました。しかしラジオ波治療を始めてみると、簡単に治るのなら治療を受けたいという患者さんが沢山いらっしゃいました。静脈瘤が気になる方は、是非一度ご相談ください。