

広報 2017

平成29年

No.880

ちの
Chino City

10月号

今夜、星を見にいこう

【今月の表紙】表紙の写真は八ヶ岳総合博物館が開催する星空観望会の様子です。北部中学校の天体ドームにある大型天体望遠鏡を覗けば宇宙旅行が始まります。博物館職員が旅行の添乗員となって、夢いっぱいの星の話をしてくれます。

街の明るい光が都会に比べて少ない茅野市。星を見る条件は揃っています。さあ、今夜、星を見にいこう。

茅野市の星空に 魅せられた人がある

天の川をみたことがありますか。天の川は英語でミルキーウェイ（ミルクの道）と言われるように、白く淡い光で空を横切っています。

その正体は銀河。私たちが住む「天の川銀河」という、1千億個以上もの星が集まる姿です。

都市部では見られなくなってしまう。天の川も、茅野市内では今も多く地域で見られます。

美しい星空の一番の条件は、周囲に明るいものがないということです。街中は看板や電灯などが多く、かすかな星の光はかき消されてしまいます。またたくさんビルや建物が視界を遮り、観察するのも難しいのです。美しい星空を求めて、都会から八ヶ岳山麓まで足をのばす人も増えているとか。

田舎には、茅野市には何にもない、という人がいます。でも余計なものがないから見えるものがあるのではないのでしょうか。

賑やかな都市部では見ることができない、茅野市だからこそ見られるものが私たちの頭上には広がっています。



茅野市立北部中学校内にある北部生涯学習センター。その中にある天体ドームには、大型天体望遠鏡が設置されています。ドーム内にあるパソコン画面で自分の好きな星を選択すると自動で望遠鏡が照準を合わせてくれます。

望遠鏡を覗けば宇宙旅行が始まります。高性能な望遠鏡ですが、誰でも利用できるって知っていましたか。

星の魅力をもっと感じるには八ヶ岳総合博物館に行くのがオススメです。

一般市民が参加できる市民研究員天文グループが毎月活動し、星や宇宙の知識を深めるレクチャーや観察会を行っています。

プラネタリウムでは、毎月テーマを変えながら、太陽系から遙か銀河を飛び回ります。職員がその場でナビゲーションするので、時には参加者のリクエストに応じて上映してくれます。

秋は空気が澄んで星空を観察するには絶好の季節です。

今夜、空を見上げてみませんか。

秋、^{いま}

空を見上げれば

隣の銀河、そして天の川の正体

秋の空にはアンドロメダ座が昇ってきます。

美しいアンドロメダ姫は海で暴れる化けクジラに襲われそうになったところを英雄ペルセウスに救われる物語で有名です。

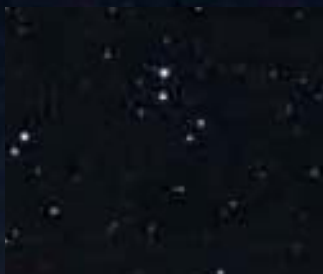
このアンドロメダ座には、「アンドロメダ銀河」という星の大集団があることでも知られており、肉眼でも見ることができます。アンドロメダ銀河までの距離は230万光年。光の速さで進んでも230万年かかるほどの距離です。しかし広い宇宙では、こんなに離れていてもお隣同士です。

私たちは天の川銀河の中にいます。数万光年の広がりをもつ銀河の外に行くことはできません。

しかしお隣の銀河の姿をみることで天の川銀河が似たような形をしていると理解することができます。

M31 アンドロメダ銀河

深まる秋。
どこまでも深い宇宙がみえてくる。



すばる望遠鏡がとらえたくじら座の方向の深宇宙領域。

この1.3度角×1.3度角の写真には80光年先の銀河も写っている。

提供 国立天文台

アンドロメダ姫に襲いかかる化けクジラはくじら座として空に見ることができます。ペルセウスが持っていたメドゥーサの魔力により石に変えられ海の底に沈んでしまったこのくじら座のあたりには最も遠くの銀河が次々見つかっている領域で「ディープフィールド（深宇宙）」と呼ばれます。

近年の巨大望遠鏡による観測では、120億光年という途方もなく遠いところにある銀河まで発見されているのです。

月の話 あれこれ

秋といえば、お月見の季節。今年の中秋（旧暦8月15日）は10月4日です。

またその約1か月後には、地域によって「十三夜（じゅうさんや）」というもうひとつのお月見の風習もあります。12月4日の満月は「スーパームーン」と呼ばれる今年最大の満月です。来年1月31日には皆既月食も起こります。

星にまつわる Q&A

天の川ってどこにみえるんですか？

花に見ごろの時期があるように、星や星座も見やすい時期とそうでない時期があります。

天の川の見ごろは夏と冬です。いずれも夏の大三角・冬の大三角という明るい1等星をつないでできる目印があり、その三角のなかを通り過ぎていく淡い白っぽい光が天の川です。

夏の大三角は12月頃まで見えますので、天の川さがしに挑戦してみてください。

市内で星がよく見える場所はどこですか？

八ヶ岳の山小屋や霧ヶ峰、車山高原などは標高が高く、街から離れているので、星を見るにはとてもよい場所といえます。ただし、どんなに周りが暗い場所でも月が出ている日は星は見えにくくなります。遠くにわざわざでかけるより、近所の星を見やすい場所を見つけておくのがおすすめです。

周囲に電灯が少なく、空の広い範囲が見渡せる広場や公園、自宅の庭などがいかもしれません。

※夜間の観察は、安全に十分留意し行うようにしましょう。

星や星座の見つけ方がわかりません。

夜空の星はどれも同じに見えてしまいがちですが、よく観察すると、明るさや色のちがいがあることに気がつきましたか。1等星は明るくて見つけやすいので、1等星がある星座から探してみましょう。

星図（次ページ参照）と実際の空を照らし合わせて、自分が見ているのがどちらの方角か確認します。今の時期は、西の空を見上げると、こと座の1等星ベガがみつかります。南にぼつんと光っているのはみなみのうお座のフォーマルハウトです。北東の空には冬の星座ぎょしゃ座の1等星カペラが昇っています。

明るい星を見たので、何か知りたいのだけど…。

星・星座さがしと同じように星図を使って調べることができます。そのときに重要なのが「何時ごろ」、「どの方角」に見えたかということです。時間が経つと、星もだんだん動いていつ見える位置が変わるからです。この2つがわかれば、かなりの確率で特定することができます。さらに高さ（空の高いところだったか、山際近くにみえていたか）や光り方の特徴（色・明るさ）までわかったら、博物館に質問してみてください。もしチカチカ点滅しながらみるみるうちに動いて行ったら…、それは飛行機です。

流れ星が見たい！

流星群の時期は流れ星を見るチャンスです。望遠鏡や双眼鏡がなくても観察できる天文現象です。流星群は毎年同じ時期に見られますが、年によって多いときと少ないときがあり、いつでもたくさん見られるとは限りません。また天気予報と同じで予報が外れることもあります。3大流星群のひとつふたご座流星群は毎年たくさんの流星が観測されているので特におすすめです。

星を楽しむために



星図を使ってみる

左の星図は、10月中旬20時ごろの空の様子

(10月初旬は21時ごろ、10月下旬は19時ごろ)

星空の観察に役立つ「星図(せいず)」では星の名前や星座を調べることができます。博物館のプラネタリウムでも毎月配布しています。書店などで購入できる「星座早見盤」も便利です。

星空観望会に行ってみる

茅野市北部生涯学習センター(北部中学校天体ドーム)で毎月一回、観望会を行っています。直径45cmの反射望遠鏡があり、みごろの惑星や星雲・星団を観察することができます。また実際の星空で星座の見つけ方を説明してもらえるので、すぐに星座さがしのコツを覚えることができます。

10月からは「昼間の星を見る会」を開催します。青空の中に光る星を見ることができるのは望遠鏡ならではの体験です。



星空観望会の予定

10月28日(土)

11月25日(土)

12月23日(土・祝)

2018年

1月20日(土)

2月24日(土)

3月24日(土)

時間は19時30分～20時30分

昼間の星を見る会の予定

10月8日(日)

11月12日(日)

12月10日(日)

2018年

1月14日(日)

2月11日(日)

3月11日(日)

時間は10時～11時

※参加受付は前月20日(休館日の場合、翌日)開始。

※八ヶ岳総合博物館(☎73-0300)にお申し込みください。



季節ごとの天文現象を調べる

10月

- 4日 中秋の名月
- 6日 満月
- 8日 りゅう座流星群が極大（1時間に4個程度）
- 10日 おうし座南流星群が極大（1時間に2個程度）
- 20日 新月
- 21日 オリオン座流星群が極大（1時間に5個程度）
※見頃は前後4～5日間の未明。月明かりの影響がなく、条件がたいへんよい。

11月

- 1日 十三夜
- 4日 満月
- 12日 おうし座北流星群が極大（1時間に2個程度）
- 18日 新月
しし座流星群が極大（1時間に2個程度）
※見頃は18日の未明。月明かりの影響がなく、極大時刻もますますで、比較的条件がよい。

12月

- 4日 スーパームーン（今年最大の満月）
- 14日 ふたご座流星群が極大（1時間に40個程度）
※見頃は14日の0時過ぎ。月明かりの影響が少なく、極大時刻もますますで、比較的條件がよい。
- 18日 新月



詳しいお問い合わせ先

八ヶ岳総合博物館

所在地：茅野市豊平6983 ☎73-0300

プラネタリウムに行ってみる



八ヶ岳総合博物館に昨年夏に導入されたモバイルプラネタリウム。まるで風船のように空気中で膨らんだ直径5メートルのエアドームの中に入って星空を体験します。移動式で学校・公民館などへの出前授業も行っていますが、毎週土・日曜日と祝日は博物館で一般投影を見学することができ、学芸員によるその日の星空解説と宇宙・天文の話を聞くことができます。テーマは月替わりなので、何度でも楽しめます。

一般投影のテーマ

- 10月 縄文人がみた星空
- 11月 ふたご座流星群をみよう
- 12月 大きい星・小さい星 ～星の進化～

投影日：土曜日、日曜日、祝日

投影時間：1日2回

①午前10時30分～11時15分

②午後1時30分～2時15分

※館事業により投影を行わない場合、日によって時間が異なる場合があります。毎月のスケジュールを確認するか、お問合せください。

縄文 | ハケ岳JOMONライフフェスティバル

2017.09.09-10.22 開催中

ハケ岳 JOMON ライフフェスティバル HP
http://www.city.chino.lg.jp/jomon/lifestival



縄文から現代へ

私たちの暮らしの原点は縄文時代にあると言われています。縄文から続くこの5000年の地で、“生きる”をテーマとしたライフフェスティバルを開催します。



記念オブジェ公開 尖石縄文考古館にて

ハケ岳JOMONライフフェスティバルにあわせ、尖石縄文考古館で記念オブジェを展示しています。

この作品は、アーティストの後藤映則^{ごとうあきのり}さんに制作を依頼しました。

後藤さんは、「SXSW Art Program 2017」(アメリカ)でアジア人で唯一作品を出展するなど、今世界的に注目の集まるアーティスト。目に見えない時間を形象化し、動きとの関係性や時間の美しさ、性質を追求する作品を展開中。3Dプリンタで出力されたオブジェに光線を当てることで、“とき”が表現されます。

今回制作されたのは、妊娠した女性を表していると考えられている「縄文のビーナス」。精緻に再現された母体には、光りを当てることで四肢と腹部に胎児の姿が浮かびあがります。

「縄文時代の人々が何のために土偶を作っていたのか、豊饒を願うだとか、子孫繁栄だとか、学者の間でも結論は出ていないという。自分としては“母性”に強いメッセージを感じて、作品に表したかった。縄文のビーナスが作られた5000年前と現代の最新技術との、大きな時間の隔たりがこの作品の中で結びついている不思議さも感じてもらいたい」と後藤さん。

フェスティバル記念オブジェは、尖石縄文考古館の国宝展示室とロビーにて展示しています。



茅野市尖石縄文考古館 (10月22日まで入館無料) ☎76-2270

午前9時～午後5時(入館は4時30分まで) (期間中9/25、10/10、10/16は休館)

※国宝土偶縄文のビーナスと仮面の女神は、京都国立博物館の特別展覧会へ出展のため、考古館では9月中旬からレプリカを展示します。

ハケ岳 JOMONライフフェスティバル 後半戦はアートイベント盛りだくさん!

開催中

- ・市民活動展(展示中～10/26 茅野市図書館にて)
- ・特別展「 $\frac{\text{CHINO}}{\text{茅野}} \times \frac{\text{縄文}}{\text{JOMON}}$ 」(開催中～10/22)
- ・縄文ライフフェスティバル開催記念
フレーム切手シート販売(販売中～10/22
茅野市・原村・富士見町の郵便局にて)
- ・プラネタリウム上映(9、10月の土、日、祝日
ハケ岳総合博物館にて)

まだまだあります!

- ・きのこ食中毒防止展(9/30・10/1 西友茅野横内店)
- ・Harumachi ～縄文カフェ～(10/14 ベルビア) など

ハケ岳JOMONライフフェスティバルに関するお問い合わせ
縄文プロジェクト推進室 ☎72-2101(内線233)

茅野市民館 縄文アートプロジェクト2017

- ・道しるべの土器ランプ (展示中～10/22)
- ・藤森照信 新作茶室 竪穴式茶室「低過庵」
- ・ギャラリーバードハウス (10/1～10/22)
- ・ギャラリーピオラハウス (10/1～10/22)
- ・こどもたちとみんなの JOMON アートワーク
(10/1～10/22)
- ・まちの展 Vol.4 (10/1～10/22)
- ・縄文のうつわ展 (9/22～10/2)
- ・JOMONフードスケープ (10/8ほか)

縄文アートプロジェクトに関するお問い合わせ
茅野市民館 ☎82-8222

10月7日(土)

第18回 宮坂英弉記念 尖石縄文文化賞授賞式 10:30 ~ 12:00

『宮坂英弉記念 尖石縄文文化賞』は、尖石遺跡を中心に縄文の村の研究に情熱を注いだ宮坂英弉氏の業績を記念し、縄文文化の研究に功績のあった方に贈られる賞です。授賞式では、受賞者の研究業績を市民の皆様にご紹介します。
(尖石縄文考古館ガイダンスルームにて・入場無料・申込不要)

縄文文化大学講座「星降る峠に黒耀石を求めてー縄文時代黒耀石鉱山の調査からー」 13:30 ~ 15:00

昨年度尖石縄文文化賞を受賞した大竹幸恵さん(長和町教育委員会)を講師に迎え、縄文文化賞を受賞したご自身の研究成果についてお話しいただきます。
(尖石縄文考古館ガイダンスルームにて・入場無料・申込不要)

尖石縄文の里 夜の火祭り 17:00 ~ 20:00 ※雨天の場合8日に延期

今夜だけは特別! 大人も子どもも、めいっぱい夜を楽しんじゃおうよ!
(尖石史跡公園にて・入場無料・申込不要)

- オープニング 17:00 ~
- 巨大縄文土器野焼きの会 17:30 にファイヤーストームへ点火
- 縄文土器太鼓と縄文ダンス 18:45 ~
- 縄文風おしるこの試食会 19:15 ~
□□□□他にも楽しい催し盛りだくさん! □□□□
- どんぐりの粉を使ったすいとん試食
- どんぐりクッキー、どんぐりマフィンの販売
- 縄文記念切手の販売
- オカリナの演奏 などなど



10月8日(日)

茅野市5000年 尖石縄文まつり2017 9:00 ~ 尖石縄文考古館周辺

縄文時代の人々も秋の実りの頃に、楽しくお祭りをしていたかもしれません。特別史跡「尖石石器時代遺跡」で、縄文時代を連想させる各種イベント、はたまた縄文時代では絶対に経験できないイベントで楽しく盛り上がりましょう!

- | | | |
|-----------------------|-----------------|------|
| ■オープニングイベント | 9:00 ~ | …会場① |
| ■縄文土器野焼き | 9:00 ~ 14:00 | …会場② |
| ■縄文市場 | 9:00 ~ 14:00 | …会場③ |
| ■尖石にぼくの、わたしの家をつくろう! | 9:00 ~ | …会場③ |
| ■縄文太鼓 | 9:30 ~ 11:30 | …会場① |
| ■縄文トレジャー縄トレ | 9:30 ~、13:30 ~ | …会場④ |
| ■縄文さんぽ | 10:00 ~、13:30 ~ | …会場③ |
| ■とがりっち工房 | 10:00 ~ | …会場② |
| ■ぼくらのプレイパーク | 10:00 ~ 15:00 | …会場② |
| ■峰丈流武道体験 | 10:00 ~ 14:00 | …会場③ |
| ■縄文支え合い広場 | 10:00 ~ 14:00 | …会場③ |
| ■ヒスイ色の糸萱かぼちゃを食べよう | 11:00 ~ | …会場③ |
| ■宇梶静江の「縄文人とアイヌのものがたり」 | 11:30 ~ 12:30 | …会場② |
| ■縄文食 | 11:30 ~ 13:30 | …会場③ |
| ■縄文の里コンサート | 12:00 ~ 14:00 | …会場⑤ |
| ■エンディングイベント | 14:30 ~ | …会場① |



10月9日(月・祝)

土偶の日・記念対談「土偶のリアル」を語る 13:30 ~ 15:00

土偶の魅力を発信し続けるライター・^{こんだあきこ}響田亜紀子さんと、茅野市尖石縄文考古館の守矢昌文館長が、世界から熱い視線を注がれる土偶について、「土偶のここが好き!」「ここが面白い!」など、愛情たっぷりに語りあいます。当日は「土偶の日」。全国の国宝土偶レプリカ5体を一挙公開!

(尖石縄文考古館にて・入場無料・申込不要)



イベント

第10回茅野市 ウォーキングのつどい

問 健康づくり推進課 健康総務係 ☎82-0105

今話題の「インターバル速歩」を体験しましょう！
インターバル速歩とは、ウォーキングの中に「さっさか歩き」と「ゆっくり歩き」を合わせることで、筋力・持久力を無理なく向上させることができるうえ、骨密度の増加や生活習慣病リスクの改善などにも効果的です。
この機会にぜひ体験し、今後のウォーキングに取り入れましょう。

とき **10月5日(木)**
午前10時～正午(受付 午前9時45分～10時)

集合場所 茅野市総合体育館入口

事前申し込みは不要です。参加費は無料。参加者に粗品をプレゼント。

晴天時は外で行います。雨天時は総合体育館内で行います。

持ち物 ウォーキングができる服装、水分補給の飲み物（歩きながら飲めるようにウエストポーチやリュック等があると便利です。）雨天時は上履き用運動靴、帽子、汗拭きタオル



お知らせ

電気設備改修工事に伴う 茅野市情報プラザ・茅野駅 ベルビア店の休業について

休業に関する問い合わせは各施設へお願いします。

市役所庁舎の電気設備改修工事を下記のとおり行います。工事に伴い下記のとおり茅野市情報プラザと茅野駅ベルビア店が休業となります。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

工事実施日について

雨天の場合は延期となります。

工事実施予定日 10月8日(日)

工事延期の場合は、10月28日(土)に実施します。

休業となる公共施設

施設名	制限内容
茅野市情報プラザ ☎82-7602	10/8・10/28いずれも休業となります。
茅野駅ベルビア店 ☎71-1663	10/8・10/28いずれも休業となります。

イベント

多留姫文学自然の里 脱穀まつり

問 生涯学習課 生涯学習係(内線634)

実りの季節になりました。

多留姫文学自然の里では、収穫祭ではぜにかけた稲を、足踏み脱穀機など昔ながらの機械を使って脱穀します。これまで、田植えまつりや収穫祭に参加されなかった方も参加できます。

とき **10月15日(日)**
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 長靴、軍手、タオル、帽子

服装 稲刈りができる服装(長袖など)



イベント

小泉山体験の森 秋の植物観察会

問 生涯学習課 生涯学習係(内線634)

四季折々の彩りをみせる「小泉山体験の森」で、秋の植物観察会を行います。この時期にしか見られない草花を探して、秋の小泉山を親子や地域の皆さんと楽しく散策してみませんか。

とき **10月7日(土)**
午前9時～正午頃 雨天中止
※中止の場合には、上古田登り口と上古田公民館に案内看板を設置します。

ところ 小泉山(上古田公民館集合・解散)

講師 小泉山体験の森創造委員会 ガイドスタッフ部会

内容 上古田公民館→親水ゾーン→下古田二本松→富士浅間神社→山頂→風穴→上古田口→上古田公民館とまわりながら植物を観察します。

参加費 無料



イベント

槻木の廻り舞台「秋の会」

問 泉野地区コミュニティセンター ☎70-1606

泉野を笑顔にするプロジェクトの一環として、槻木区地域活性化委員会・泉野小学校・泉野地区コミュニティ運営協議会が中心となって、地域の皆さんと一緒に楽しめる舞台を企画しました。

昭和30年代後半まで活動していた「柳川劇団」や泉野地区の子供たちの舞台発表など、地域の皆さんによる出し物が盛りだくさんです。

ぜひ、江戸時代に造られた、迫力のある舞台（間口7間、奥行5間）での発表を見に来てください。

とき **10月14日(土)**

午後1時開演 午後3時30分終演予定

ところ 槻木の廻り舞台／茅野市泉野下槻木

※小雨決行、雨天の場合は泉野小学校体育館にて実施

見物料 無料（おひねり大歓迎です。ぜひご用意ください）

注意事項 駐車場は泉野小学校周辺。舞台付近は交通規制があり車は入れません。

野外での鑑賞ですので敷物、雨具等お持ちください。



出演と演目

泉野小学校全児童、柳川劇団、泉龍太鼓保存会子供太鼓、東部中学校吹奏楽部、泉野保育園園児他地域の皆さんによる出し物、泉野の歌「すべてのいのちが」合唱 など

共催 槻木区地域活性化委員会、泉野小学校、泉野地区コミュニティ運営協議会

※この事業は、長野県「地域発 元気づくり支援金」事業です。

お知らせ

コワーキングスペースの愛称・コンセプトが決定！

平成30年
3月から

コワーキングスペース開設情報Vol.2

問 商工課 工業・産業振興係 ☎72-2101(内線433)

茅野駅直結 徒歩**1分**のベルビア**2階**に、2018年**3月** コワーキングスペースがオープン！

愛称 『ワークラボハケ岳』(WORK LABO YATSUGATAKE)

基本コンセプト 「働く実験室」

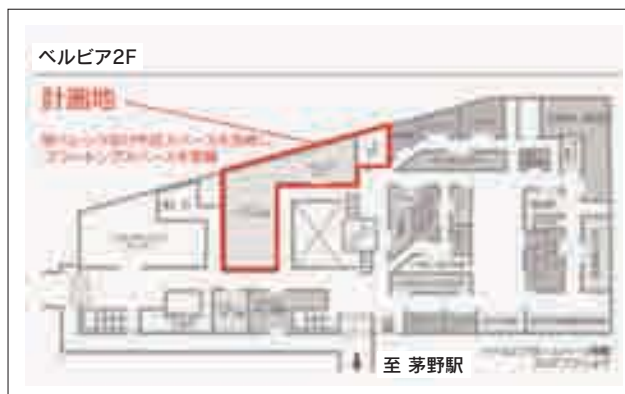
学生・企業・地域住民・別荘利用者など市内外の様々な人々が、豊かなワークライフの実現を目指し、様々な取組を試すことができる場所。

例えば、学生が将来の仕事を、地元企業が事業の継続発展を、地域住民がビジネスを通じた課題解決を、都市部企業が“新しい働き方”を創造的に実践できる場所です。

指定管理者募集予定

茅野市コワーキングスペース（愛称：ワークラボハケ岳）の運営を担っていただく指定管理者を募集します。

募集要項の配布は、平成29年9月下旬を予定しています。詳しくは、お問い合わせください。



電腦ひろばBELEC(ベレック)は平成29年11月末をもって営業終了となります(プリント工房、オープンステージ、パソコン教室を含みます)。

催事場(市民スペース)の貸出は平成29年12月末までとなります。

平成29年度 「まちづくり懇談会」(通称「まち懇」)

テーマ 「第5次茅野市総合計画に基づくこれからのまちづくり」

まちづくり懇談会(通称「まち懇」)では、市長と膝を交えて語り合う機会として、毎年その時の行政課題に沿ったテーマを決め、多くの市民の皆さんにご参加いただき意見交換を行っています。

茅野市では、市が行うすべての政策や施策、事業の根拠となる最上位の計画として、昭和48年度からの第1次総合計画に始まり、これまで4次にわたり総合計画を策定し、目指すべき都市像の実現に向けて地域経営を行ってきました。

平成30年度からの第5次茅野市総合計画の策定にあたり、昨年度のまちづくり懇談会でいただいたご意見や、各分野からいただいたご意見も踏まえ、現在検討を進めています。

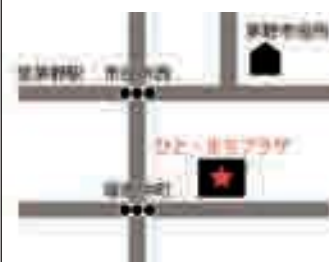
そこで、今年度のまちづくり懇談会では、第5次茅野市総合計画によるまちづくりについて市民の皆さんに説明し、将来像に向けての意見交換を行います。



【日時および会場】

開催日	開催地区	ところ	開催時刻
10月 6日(金)	米 沢	米沢地区コミュニティセンター	19:00開始 21:00終了
10月13日(金)	豊 平	豊平地区コミュニティセンター	
10月17日(火)	玉 川	玉川地区コミュニティセンター	
10月19日(木)	泉 野	泉野地区コミュニティセンター	
10月26日(木)	金 沢	金沢地区コミュニティセンター	
10月28日(土)	全地区	ひと・まちプラザ3階	13:30開始 15:30終了
10月30日(月)	湖 東	湖東地区コミュニティセンター	19:00開始 21:00終了
11月 6日(月)	北 山	北山地区コミュニティセンター	
11月 9日(木)	中大塩	中大塩地区コミュニティセンター	
11月13日(月)	諏訪東京理科大学	諏 訪 東 京 理 科 大 学	16:20開始 18:20終了
11月14日(火)	ち の	ちの地区コミュニティセンター	19:00開始
11月16日(木)	宮 川	宮川地区コミュニティセンター	21:00終了

【茅野市ひと・まちプラザ】



※全地区対象(ひと・まちプラザ会場)では託児を行います。

希望される方は10月25日(水)の午後5時までに、地域戦略課へお申し込みください。

※諏訪東京理科大学会場は、理料大生を対象に懇談会を行います。

問 地域戦略課 広報戦略係 ☎72-2101(内線234)

子育てママの料理教室

子育て中のお母さんを対象に料理教室を開催します。簡単に作れる料理の実習をしながら、料理の楽しさを体験しませんか。料理の苦手な方も大歓迎です。

今回のテーマは『簡単に楽しく手作りしよう♪』です。

託児サービスも行いますので、お気軽にご参加ください。

多くの方にご参加いただくため、同じ内容で2日間行います。ご都合の良い日にご参加ください。

と き 第1回 10月25日(水) 午前9時30分～正午
第2回 10月30日(月) 午前9時30分～正午

と ころ 茅野市健康管理センター 2階

内 容 調理実習と試食、食事の話

対 象 市内在住で0～18歳までのお子さんを育てているお母さん

定 員 先着 各18名 託児サービスの定員 各12名(定員になり次第、締め切らせていただきます)

参加費 300円

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、ご飯(お子さんの分も)、水筒(お子さん用)、敷物(食事の時に必要があれば敷きます)

申込受付 10月6日(金) 午前9時から電話受付

申込・問 健康づくり推進課 健康推進係(茅野市健康管理センター内) ☎82-0105
託児を希望される方は、併せてお申し込みください。

<料 理>
レンジシューマイ
ひじきの煮物
簡単!かぼちゃプリン



茅野市高齢者福祉センター塩壺の湯「ゆうゆう館」に

“いきいき健幸ルーム”を開設します！

茅野市では、高齢者の健康づくりや介護予防の拠点として「ゆうゆう館」内に
“いきいき健幸ルーム”を開設します。



“いきいき健幸ルーム”ってどんなところ？

★健康教室

転倒予防教室をはじめ、やさしいヨガや太極拳など多様な教室があります。

ボッチャ・スクエアステップなどを仲間同士で楽しめします。

栄養・お口の健康・こころの健康の講座も随時開催します。

★地域の役員さん・サポーターさんの活動のフォローアップ講座を開催します。

地域のサロンなどで活用できるレクリエーション、集いの場づくりに役立つ情報などをお伝えする講座を開催します。

★カフェコーナー “悠かふえ”

縁側気分で気軽におしゃべりできる小さなカフェコーナーを設けています。
日頃の小さな心配事もお聴きします。



開設にあたり、オープニング・イベントを行います。

と き 10月29日(日) 午前9時30分開場。午前10時から正午まで

と ころ 茅野市高齢者福祉センター塩壺の湯「ゆうゆう館」介護予防と集いの広場
(茅野市米沢6841番地)

対象者 市内にお住まいの65歳以上の方(ゆうゆう館利用対象者)

内 容 (予定)

10時～10時15分 オープニングの挨拶

10時15分～正午 ボッチャ、スポーツ吹矢の体験、

カフェコーナー“悠かふえ”の開設、

和太鼓演奏、フラダンス披露、ミニコンサートなど

先着100名様に、記念タオルを贈呈します。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 (内線334・335)

平成29年度 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	東部中学校	79-5050	やって味わうハンドボール	10月4日(水)	19:00～20:30	体 育 館	制限なし	
2	北山小学校	78-2234	楽しいコーラス	10月6日(金), 11日(水) 19日(木), 27日(金) 28日(土)	19:00～20:00	音 楽 室	50人	
3	泉野小学校	79-3712	合唱の楽しみ泉野コーラス	10月6日(金), 19日(木) 26日(木), 11月1日(水) 2日(木)	19:00～20:00	音 楽 室	制限なし	
4	永明小学校	72-2207	和太鼓を叩こう	10月12日(木), 19日(木) 26日(木), 11月9日(木) 16日(木), 30日(木) 12月14日(木) 1月11日(木), 18日(木) 25日(木), 27日(土)	19:00～21:00	視聴覚室	20人	動きやすい服装 10月12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。
5	米沢小学校	72-2409	楽しい科学実験	10月14日(土)	10:00～11:30	理 科 室	20人	
6	宮川小学校	72-3024	絵本を楽しもう	10月19日(木)	18:00～19:00	図 書 館	20人	
7	玉川小学校	72-2702	親子で楽しむ造形遊び	10月28日(土)	9:00～11:00	図 工 室	20人	のり はさみ 絵の具など (詳細は後日連絡)

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。

女性のための

アサーション トレーニングセミナー

アサーションとはコミュニケーション・スキルのひとつです。
職場で、地域やPTAの会合、サークル・団体の場や、お友達とも…
—自分の思いを上手に相手に伝えるための話し方、方法とは—
自分と相手、お互いを大切にしながら、それでも自分の意見、考え、気持ちを
率直に、素直に、その場にふさわしく表現してみましょう。

- と き** 10月21日(土)、11月18日(土) ※2回通して参加する講座です。
いずれも午後1時～4時
- ところ** 茅野市家庭教育センター(茅野市塚原1-9-16(ちの地区コミュニティセンター隣))
- 講 師** 柏原吉野 さん
(社)日本産業カウンセラー協会認定産業カウンセラー
アンガーマネジメントキッズインストラクター
- 定 員** 20人(女性限定) 申し込みが必要です。
- 費 用** 受講料は無料(託児希望者は子ども1人につき1回200円の託児代)
- 託 児** ご希望の方は申し込みの際にお知らせください。(生後8か月以上のお子さん対象)
- 申込・問** 茅野市家庭教育センター ☎73-0888

お父さんの
参加大歓迎!

10歳までにつけておきたい 思春期を越える底ヂカラ

わが子の思春期・自立を支えられる力を身に着けるための「生・性」についてのお話です。お父さん・お母さん自身が「性教育」について学ぶことで、子どもに語れる力を身につけていきましょう。

- と き** 10月29日(日) 午前10時から正午まで
- ところ** 茅野市家庭教育センター(茅野市塚原1-9-16(ちの地区コミュニティセンター隣))
- 対 象** 0～10歳の子を持つお父さん・お母さん、その他興味のある方
- 講 師** 竹内未希代 さん
- ※要申込**
- 費 用** 受講料は無料(託児希望者は子ども1人につき200円の託児代)
- 託 児** 先着18名まで(生後8か月以上のお子さん対象)
※託児も申し込みが必要です
- 申込・問** 茅野市家庭教育センター ☎73-0888

《講師プロフィール》
元高校教諭。きりりネット
ワーク代表。県内外、年間
数十校で生徒向け・保護者
向けに思春期のさまざまな
悩み・問題行動と向き合っ
た経験に裏打ちされた講話
を行っている。

母娘と女性のための護身術+護心術 Wen-Do (ウェン・ドゥー)

自分のチカラ、感じてみませんか?
ココロもカラダもすっきり、リフレッシュ! 自分に自信が持てます。

- と き** 11月11日(土) 午前10時～正午 **ところ** 家庭教育センター
- 講 師** 竹内未希代 さん(きりりネットワーク) **定 員** 30人(要申し込み)
- 対象者** 中学生以上の女性(中学生は保護者同伴)
- 持ち物** 水分補給用飲み物・動きやすい服装(スカート不可)・上履き
- 託 児** 生後8か月以上のお子さん対象
(ご希望の方は申し込みの際にお知らせください。)
- 費 用** 受講料は無料 託児希望者は子ども1人につき1回200円の託児代)
- 申込・問** 茅野市家庭教育センター ☎73-0888

Wen-Doとは?
カナダのトロントで
1972年に生まれ、女
性が自分をまもるた
めの心とからだの力に
気づくプログラムです。



市民の森 第9回育林祭

～身近な里山を守り育てよう～



間伐してきれいになったカラマツ林に、カエデとコナラの苗木を植樹して里山づくりのモデルとなる森を育成します。秋の里山で環境保全活動に参加してみませんか。企業や団体などグループでの参加も歓迎です。

と き 10月29日(日) 午前9時30分～午後1時
※雨天延期 予備日11月5日(日)

ところ 市民の森(吉田山)

内 容 ・苗木の植樹 ・下草刈り
・遊歩道の散策
・豚汁・焼き芋の会食

参加費 無料

持ち物 作業のできる服装、手袋、雨具、飲み物

主 催 市民の森を創る会・茅野市

申込方法 10月25日(水)までに、氏名(企業名)、参加人数、雨天の際の連絡先を下記事務局へご連絡ください。

申込・問 環境課 環境保全係 ☎72-2101(内線263)/FAX82-0234
Eメール kankyo@city.chino.lg.jp



NPO法人 八ヶ岳森林文化の会からのお知らせ URL: <http://www.8moribunka.org/>

チェーンソー基本操作講習会 参加募集!

～安全なチェーンソー操作で、楽しい薪づくり～

チェーンソー初心者のために、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などチェーンソーを安全に利用するための講習会を開催します。

と き 10月8日(日) 午前9時～午後3時 ※雨天の場合は、10月9日(月・祝)

ところ 市民の森(吉田山) 駐車場集合

定 員 15名(先着順) **参加費** 1,500円(保険代を含む)

服装・持ち物 山作業ができる服装(作業靴、長袖、手袋)、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、弁当、飲み物。
※ヘルメット、防護ズボン、チェーンソーは貸出可能です。
(数に限りあり)

主 催 NPO法人八ヶ岳森林文化の会



氏名、住所、チェーンソー等の有無、当日朝が雨の場合の連絡先を明記のうえ、10月1日(日)までに下記へお申し込みください。

申込・問 川手☎090-5437-2881 E-mail kawate@8moribunka.org

家族で楽しむ森の体験のお知らせ

～みんなでのんびり森の休日～

子育て家族を中心に、身近な自然環境(市民の森)で、リラックス感を体感しましょう。チップを敷いた小径を散策、森のなかでのランチ・喫茶、森で拾った小枝等を使ったクラフトを楽しめます。

と き 10月15日(日) 午前10時～午後3時頃まで
※雨天中止(中止の際は当日朝、連絡をします。)

ところ 市民の森(吉田山) 駐車場集合

定 員 20人(先着順) **参加費** 500円(保険、ランチ費用など) 小学生200円、小学生未満のお子様は無料。

持ち物 散策のできる服装、雨具、飲み物、

主 催 NPO法人八ヶ岳森林文化の会

氏名、住所、年齢、当日朝が雨の場合の連絡先を明記のうえ、10月10日(火)までに下記へお申し込みください。

申込・問 井村☎76-6885 E-mail imura@8moribunka.org





「滞在交流プログラム」って何だろう？

こんにちは、茅野市観光まちづくり協議会(事務局：観光まちづくり推進室)の広報担当、矢部です。
今回はみなさんに、私たちの活動を知っていただくため、私たちが地域の方と一緒につくろうとしている「滞在交流プログラム」について、説明します。

みなさんの「普段のくらしや営み」が貴重な体験になる

私たちは、観光を手段として、地域の課題を解決することをめざしています。

今、観光の主流は、かつてのような団体で大型バスを貸し切っていくつもの名所を巡っていくようなものではなく、**個人や家族で訪れた人がじっくりと腰を落ち着けて、「ここでしか味わえない体験」を楽しむもの**に変わってきています。

都会や海外から来た観光客にとっては、「地域ですつと行われてきた普段のくらしや営み」を体験することが、貴重な観光資源になります。たとえば、畑で新鮮な野菜と一緒に収穫して食べたり、地域に伝わる郷土料理を教わりながら一緒につくったり、地元の伝統文化や祭りに参加したり。このような、**ここでしか味わえない体験を地域の方とともにつくる旅行商品**が、「滞在交流プログラム」なのです。

具体的には？

滞在交流プログラムの一例として、今、私たちが実現に向けて、地域の方と一緒に検討しているプログラムの一部をご紹介します。

食材採りを通して「生きる力」を育む

農業体験

～摘み草料理&収穫体験～

【ターゲット】ファミリー、海外からの観光客など
【体験イメージ】農家の人と一緒に、田畑のあぜや庭に生える食べられる野草を摘んだり、作物を収穫して得た食材を調理して食べる。
【感動ポイント】**自分が食べるものを自分でとる経験を通じ、季節を感じ「生きる力」を学ぶ。**

地域に貢献する工業技術を学ぶ

商工業体験

～大人の工場見学～

【ターゲット】国内外の観光客や企業、学生など
【体験イメージ】農閑期に働く場所づくりや安全な食材の生産など、地域課題の解決をめざす企業の野菜工場を見学し、安心・安全な野菜を食べる。
【感動ポイント】**工業で地域貢献を行う経営者の話から、工業の未来や働くことの意義に思いを馳せる。**

料理を通じて季節と地域の恵みを知る

くらし体験

～郷土料理をつくって食べる～

【ターゲット】国内外の観光客
【体験イメージ】地域でとれる山菜・野菜や、冬の寒さと乾燥を生かしてつくった食材の郷土料理を、地元の人と一緒につくって食べる。
【感動ポイント】**季節や気候を生かした郷土料理で、自然の恵みと先人の知恵の素晴らしさを感じる。**

地域で残してきた文化を伝える

歴史・文化体験

～農村舞台での芸能体験～

【ターゲット】海外の観光客など
【体験イメージ】地域の方が守り残してきた農村舞台で、地域の方のガイドで伝統を学び、太鼓や民謡、踊りなどの演奏を味わい、参加する。
【感動ポイント】**単なるイベントではなく、地域の交流の要として伝えられてきた「芸能」に触れる。**

ここにあげたのはごくごく一部です。

これからも地域の方とともに、このような「普段のくらしや仕事、営み」を体験する滞在交流プログラムをつくりたいと考えています。

問

茅野市観光まちづくり協議会(事務局：観光まちづくり推進室)
☎72-2101(内線451)

茅野市情報プラザ ～パソコン講座参加者募集のお知らせ～

講座① オリジナル年賀状作成

Windows10
市販ソフトを使用

- ◇講習日程 11/10(金)、11/14(火)、11/17(金) 午後1時30分～3時30分(3日間の計6時間講習)
- ◇募集人員 定員10名(茅野市在住または在勤で受講条件を満たし、全日程受講できる方)
- ◇受講条件 初めてのワード講習会受講者またはワードで簡単な文書・表作成ができる方。
- ◇参加費 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。
- ◇講習会場 茅野市情報プラザ 多目的ホール(諏訪東京理科大学 生涯学習センター内)
- ◇申込期間 10/5(木)～10/18(水) 午前10時～午後5時30分(月曜日は休館日)

講座② オリジナル年賀状作成

Windows10
Word2016を使用

- ◇講習日程 11/21(火)、11/24(金)、11/28(火) 午後1時30分～3時30分(3日間の計6時間講習)
- ◇募集人員 定員10名(茅野市在住または在勤で受講条件を満たし、全日程受講できる方)
- ◇受講条件 初めてのワード講習会受講者またはワードで簡単な文書・表作成ができる方。
- ◇参加費 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。
- ◇講習会場 茅野市情報プラザ 多目的ホール(諏訪東京理科大学 生涯学習センター内)
- ◇申込期間 10/5(木)～10/18(水) 午前10時～午後5時30分(月曜日は休館日)

講座③ 無料ソフトでできる写真の加工

デジカメ写真の不要な物を消したり、シミや折れ線がついた昔の写真

Windows10を使用

真をスキャナーで取り込んで綺麗にできます。以前、習ったことがある方も申し込み可能です。

- ◇講習日程 11/10(金)、11/14(火)、11/17(金)、11/21(火)、11/24(金)、11/28(火)
午後7時～9時(6日間の計12時間講習)
- ◇募集人員 定員10名(茅野市在住または在勤で受講条件を満たし、全日程受講できる方)
- ◇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 受講料2,000円+テキスト代 ※講習会初日にお支払いいただきます。
- ◇講習会場 茅野市情報プラザ 多目的ホール(諏訪東京理科大学 生涯学習センター内)
- ◇申込期間 10/5(木)～10/18(水) 午前10時～午後5時30分(月曜日は休館日)

- 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、繋がりにくい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・電話番号等を確認いたします。
 3. 応募多数の場合は抽選により受講者を決定し、受講確定の電話を申し上げます。
テキスト発注・納期の関係上、連絡日から2日間以内に連絡が付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いた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、ご了承願います。

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

『景観周遊ツアー』参加者募集!

蓼科方面を中心に、茅野市の豊かな水や高地からの景色を巡ります。

と き 10月28日(土) 午前8時30分～正午(雨天決行)

ところ 茅野市役所正面玄関前集合 定員 先着15名

申込方法 10月2日(月)から住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数を下記の申し込み先へ午前9時～午後5時の間にご連絡ください。

日 程 8:30 市役所集合・出発 → 9:00 殿様水 → 9:55 八子ヶ峰公園
→ 10:20 女の神展望台 → 10:35 女の神氷水 → 11:00 大滝遊歩道
→ 12:00 市役所到着・解散

申込・問 都市計画課 公園景観係 ☎72-2101(内線536)
FAX82-0237 Eメール toshikeikaku@city.chino.lg.jp



景観づくり条例に基づく届出制度について

茅野市の美しい景観を守り、将来の世代に引き継ぐため、市では平成22年4月に「茅野市景観づくり条例」と「茅野市景観計画」を定め、景観づくりを推進しています。

市内の建物の新築・改築、屋根や外壁の塗り替えを行う場合は事前に届出が必要です。

また、この制度では景観づくり基準として、屋根や外壁に使用できる色の制限等がありますので、計画の際には必ずご確認ください。

詳しくは都市計画課公園景観係までお問い合わせください。

届出先・問 都市計画課 公園景観係 ☎72-2101(内線536)

きれいな茅野市 みんなで楽しむエコライフ

入場無料

高原の都市 エコフェスタ

会場：茅野市役所 議会棟
第2会場：茅野環境館

10月28日 土
午前11:00～午後3:00

～環境を考え、市民と共に歩み続けて20年～

美サイクル茅野・設立20周年

体験しよう！『触れる地球-Tangible Earth-』

開始時間●11:30 / 1:00 / 2:00 (各回約30～40分)

リアルタイムの気象情報や地球の温暖化シミュレーション、台風・津波の発生過程、雲の移動など、地球のダイナミズムを生きたかたちで体験できる、次世代のデジタル地球儀です。当日は講師による解説と共に体験できます。



感謝をこめて！来場者プレゼント

数に限りがあります。マイバッグをご持参の上、お早めにご来場下さい。

- ★有機たい肥「華科有機」
茅野市内から回収した生ごみで作った有機たい肥です。家庭菜園・園芸用などにどうぞ。軽くて臭いのない、扱いやすいたい肥です。
- ★「華科有機」で育った生花
有機たい肥を使って栽培した、きれいなアルストロメリアをさしあげます。

楽しむ・体験する

- ✓ 絵本読み語り「やつがたけのちっち」
参加者にはちっちのクッキーをプレゼント！
- ✓ 賞品つき！資源物分別ゲーム
- ✓ 里山の材料を使った動物作り教室
- ✓ 松かさ、小枝を使ったリース、名札作り
- ✓ ハーブティーの試飲サービス

学ぶ・考える

- ✓ 省エネクイズ
小中学校の環境学習・活動の展示
- ✓ 手作り石鹸の作り方の紹介など
- ✓ 特定外来生物の展示と駆除方法
- ✓ 各種団体の活動発表展示

好評！

おもちゃ病院

第2会場 茅野環境館

壊れたけれど大切なおもちゃ、
「エコタウンちの」の専属ドクター
が、無料診断・修理致します！
※ゲーム機など修理できない
ものもあります。



出展団体：NPO法人エコタウンちの／茅野市消費者の会／NPO法人ハッピネス森林文化の会／茅野市地球温暖化対策協議会／市民の森を創る会／茅野市河川保全整備推進協議会／NPO法人しなとべ／美サイクル茅野・美化推進部会／同 ごみ減量部会／同 環境給本部会／同 環境ボランティア部会／同 広報部会

主催：美サイクル茅野・茅野市 お問い合わせ：茅野市 美サイクルセンター TEL.0266-72-2905 / FAX.0266-71-1634

森の恵みを有効活用しよう!!薪づくり講習会

NPO法人八ヶ岳森林文化の会と茅野市による薪づくり講習会を開催します。チェーンソーの使い方の基本を習って薪づくりを安全に行うため、薪づくりに関心がある方や薪ストーブをお持ちの方の参加をお待ちしております。

と き 10月22日(日) 午前9時～午後3時ころ(当日雨天の場合の予備日10月23日(月))

※雨天での作業は危険を伴うため、少雨でも作業は行いません

ところ 市民の森(米沢吉田山)横河口 周辺 **定 員** 30名(先着順) (一世帯大人2人まで)

対 象 市内在住、在勤又は在学の成人の方

内 容 ①間伐材(主に広葉樹)を集材、玉切り、薪割り体験

②チェーンソーの基本操作、目立ての講習(つくった薪は、参加者で分けてお持ち帰りいただけます!)

持ち物 昼食、飲み物、山仕事のできる服装、作業用手袋

○持ち物のほかに以下の物をお持ちの方はご用意ください。

作業用ヘルメット、チェーンソー、防護ズボン、軽トラック ※道具のない方でも参加できます。

参加費 1人1,500円(材料費・燃料費として)

申込期間 10月2日(月)～10月13日(金) ※定員になり次第締め切らせていただきます。

申込方法 住所、氏名、性別、中止の場合の連絡先、チェーンソー経験の有無、軽トラックでの参加可否をご連絡ください。 ※申込受付は電話のみで行います。

申込・問 農林課 林務係 ☎72-2101 (内線405)

FAX72-4255 E-mail:norin@city.chino.lg.jp(メール・Faxでの申込受付はいたしません。)

平成29年度 認知症入門講座

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。

65歳以上の方が参加できます。ご応募お待ちしております。

と き 右記のとおり全5回の講座
午後1時30分～午後4時

ところ 諏訪中央病院講堂または
茅野市役所8階大ホール

持ち物 筆記用具、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。)

定員 30名

費用 無料

募集期間 10月10日(火)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。



	開催日・場所	内 容
第1回	11月2日(木) 諏訪中央病院 講堂	○ 認知症を理解する 1 診断のこと、治療のこと 2 認知症基礎講座Ⅰ ・認知症の基礎
第2回	11月16日(木) 茅野市役所 8階大ホール	○ 認知症の方を地域で支える 1 サービスを使って上手に介護する 2 頭とからだを動かそうⅠ ・笑って脳を活性化
第3回	11月24日(金) 茅野市役所 8階大ホール	○ 口腔のお話 1 よく嚥んで認知症予防 2 頭とからだを動かそうⅡ ・脳を鍛える体操
第4回	11月30日(木) 諏訪中央病院 講堂	○ 栄養のお話 1 認知症を予防するために 2 認知症基礎講座Ⅱ ・認知症の症状
第5回	12月14日(木) 諏訪中央病院 講堂	○ 介護者のお話 1 介護者の体験を聞く 2 認知症基礎講座Ⅲ ・認知症の方のケア

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

犬、猫の避妊・去勢手術に 助成金がでます



助成金額 避妊手術 5,000円 去勢手術 3,000円

支給時期 申込期限後、応募多数の場合は抽選となりますので、翌年1月以降になります。

対象期間 8月1日～平成30年1月31日に実施される手術

助成対象 ①犬：保護施設等からの譲渡犬、所有者がいらないため保護した犬

②猫：捨て猫、迷い猫、譲渡猫および野良猫等

申込期間 10月1日(日)～12月15日(金)

手術を行う病院 下記協力病院で手術を行ってください。

岡谷市 岡谷動物病院 ☎23-0058

諏訪市 城南ペットクリニック ☎58-7221

諏訪かりん動物病院 ☎75-1014

すえひろ動物病院 ☎75-1217

テンダーペットクリニック ☎55-1400

茅野市 カレンタック動物病院 ☎73-0748

ちの動物病院 ☎78-8861

ひらさわ動物クリニック ☎78-8516

富士見町 ふじみ動物病院 ☎62-2327

申込方法 助成を希望される方は、往復はがきに必要事項をご記入のうえ郵送してください。

記入事項はお問い合わせください。

※応募多数の場合は抽選となるため、助成金を受けられないことがあります。

※手術内容が分かる動物病院発行の領収書（コピー不可）が必要になりますので、大切に保管しておいてください。

※他の動物愛護団体等で助成を受けたものは受け付けできませんのでご了承ください。

問 長野県動物愛護会諏訪支部 ☎23-5998 長野県獣医師会諏訪支部 ☎53-1155

犬・猫の休日譲渡会

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。保護されている犬・猫を実際にご覧いただき、飼育をご希望の方にお譲りします。

1頭でも多くの犬・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 10月15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 犬舎(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。

譲渡にあたっては、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) 犬・猫を持ち帰る場合、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枚の書類を記載していただきます。

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、休日譲渡会以外にも、平日の午前8時30分から午後5時15分まで行っていますので、お気軽に諏訪保健福祉事務所へお越しください。

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



家庭ごみの野外焼却(野焼き)は禁止です。 一部の例外を除き廃棄物の野外焼却は禁止されています

「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、次の例外を除いて廃棄物(ごみ類)の野外焼却(野焼き)は禁止されています。地面に穴を掘っての焼却、ドラム缶による焼却などは「野焼き」と同じです。付近の住民の方への迷惑、有害物質発生の原因にもなりますので「野焼き」はやめましょう！

例外事項

- ・田畑でのワラの焼却など、農業などのためにやむを得ないものとして行われるもの
- ・病害虫が付着した枝の焼却など
- ・災害の予防や復旧等のために必要なもの
- ・どんど焼き、キャンプファイヤーなど地域の行事での焼却など
- ・庭先での落ち葉たきなど日常生活を営むための軽微なもの
- ・廃棄物処理基準に従って行う廃棄物の焼却

※例外事項の焼却についても、周囲に迷惑(洗濯物等への臭いの付着・灰の飛散等)をかけないことが基本です。やむを得ず焼却するときは、周囲に迷惑を掛けないように注意しましょう。

注意事項

- ・これからの時期は、田畑の雑草、ワラの焼却に対する苦情が大変多く寄せられます。やむを得ず焼却するときは、よく乾燥させて、風向き・焼却する量・時間帯などに気をつけましょう。

違反者には罰則があります

違反者に対して罰則規定が定められており、廃棄物を焼却した場合には、5年以下の懲役もしくは1,000万円以下の罰金が科せられます。また、法人に対しては、3億円以下の罰金が科せられます。不法焼却を目的として廃棄物の収集または運搬をした場合には、3年以下の懲役もしくは300万円以下の罰金が科せられます。

※家庭の庭から出た草木は、なるべく焼却せずに土に還しましょう。また「燃えるごみ」として処分できます。よく乾燥させ、指定袋(可燃ごみ)に入れて、ごみステーションへ出してください。

問 環境課 公害衛生係 ☎72-2101(内線264・265)

アメリカシロヒトリを駆除しましょう

問 環境課公害衛生係 ☎72-2101(内線264・265)

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

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

◇アメリカシロヒトリとは…

戦後アメリカから侵入した外来種の蛾(ガ)の一種です。成虫は白色で褐色斑があり、幼虫(毛虫)は黒く、長い白毛で覆われ、体長は3cmほどになります。被害にあいやすい樹木は、サクラ、クルミ、カキ、ウメ、プラタナス、クワ、ポプラ、ヤナギ、ハナミズキ、アンズ、キリなどの落葉広葉樹です。

◇発生時期は？

～庭・所有地のチェックをお願いします～

7月上旬頃に、成虫がサクラなどの広葉樹に数百から数千の卵を産むと、それが10日程度で幼虫になり、糸を吐いて巣網を作ります。10日前後生活した後、一気に分散し、落葉樹の葉っぱをすべて食べてしまいます。そして3cmほどに成長すると、繭(まゆ)を作りさなぎとなり、2～3週間ほどで成虫になります。このサイクルを年2回繰り返し、10月頃からさなぎになって越冬するので、幼虫の発生時期は7～8月と9～10月(気候によって変動)の年2回です

◇効果的な駆除方法

～早期発見で簡単駆除～

卵からかえったばかりの幼虫は、白い網状の巣を作り群生しているので容易に発見できます。できればその時期に高枝切りバサミなどで巣網ごと枝葉を切り取り、幼虫を踏みつぶすか、ごみ袋に入れて燃えるごみとして出してください。この段階では薬剤を散布しても薬

剤が直接幼虫にかからないため、あまり効果がありません。

◇薬剤散布による駆除

～飛散防止と声かけをお願いします～

巣網から分散してしまうと1匹ずつ駆除するのは大変なので、薬剤散布で駆除するしかありません。最寄りの販売店にご相談ください。散布にあたっては、使用説明書等をよく読み、隣接する住民や土地の所有者等への事前周知を行ったうえで、薬剤の飛散防止に注意しながら実施してください(池などに薬剤がかかると魚が死んでしまいます)。散布する方も肌が露出しないよう十分に気をつけてください。人や動物、作物、洗濯物などに危害を及ぼさないよう気をつけてください。

◇自分で駆除できない場合

自分で駆除できない場合は、消毒・造園・害虫駆除などの業者に直接ご相談ください。

※アメリカシロヒトリには毒がないので人への害はありませんが、空き家や駆除をしない家の庭から分散したアメリカシロヒトリが隣家に移り、トラブルとなる苦情が寄せられることがあります。お互い住みよい環境づくりのため、早期駆除を心がけましょう。



茅野市縄文かるた大会

「茅野市縄文かるた」を使ったかるた大会を行います。上位入賞者には、賞状や賞品を授与します。子どもから大人の方までぜひご参加ください。

と き **10月15日** (日)

個人戦 午前9時30分～正午

団体戦 午後12時45分～3時

受 付 午前8時30分～9時 (個人・団体)

午後12時20分～12時40分 (団体)

開会式・ルール説明 午前9時～9時30分

ところ 青少年自然の森研修棟 (尖石縄文考古館北側)

対 象 茅野市に在住・在勤・在学の方

部 門 個人戦 ①保育園・幼稚園児 (未就園児を含む) 40名

②小学校低学年 64名 ③小学校高学年 64名

④一般 (中学生以上) 24名

団体戦 ①小学校低学年 16組 ②小学校高学年 16組

③一般 (中学生以上) 8組 ④混合 (年齢、構成問わず) 8組

※1チーム3人で構成してください。

持ち物 昼食、上履き

その他 参加料無料 要申込 受付期間 10月1日(日)～6日(金) 先着順

※参加賞としてオリジナルクリアファイルと缶バッジを差し上げます。

申込・問 茅野市尖石縄文考古館 ☎76-2270



10月は

がん検診受診率50%達成に向けた集中キャンペーン月間です

国民の2人に1人は「がん」になり、3人に1人が「がん」でなくなっています。
自分自身やあなたを必要とする方のためにも「がん検診」を受けましょう！



検診内容	対象年齢	検診期間
胃がん検診 (集団)	35歳～74歳	9月11日(月)～10月18日(水)の間の15日間
大腸がん検診 (病医院)	35歳以上	11月30日(木)まで
大腸がん検診 (集団)	35歳以上	9月11日(月)～10月18日(水)の間の15日間
乳房エコー検診 (集団)	30歳～40歳	10月18日(水)、10月19日(木) 11月8日(水)
マンモグラフィ検診 (病医院)	41歳～75歳の奇数年生まれ	11月30日(木)まで
子宮がん検診 (病医院)	20歳以上	平成30年2月28日(水)まで

特定健診 (40歳～74歳までの国民健康保険加入の方) の医療機関での**受診期間は10月31日**までです。

年に1回は特定健診を受けましょう！

申込・問 健康づくり推進課 ☎82-0105

65歳以上インフルエンザ予防接種

市内に住所がある65歳以上の方や下記の要件に該当する方は、指定医療機関において**一部の自己負担**でインフルエンザの予防接種を受けられます。

対象者 市内に住所があり、下記に該当する方
 ・接種時に65歳以上で接種を希望する方
 ・接種時に60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器に重い病気のある方（身障手帳1級の方）のうち接種を希望する方

接種期間 10月16日(月)～12月25日(月)
 (休診日除く)

自己負担額 1,000円

※自己負担額が免除になる方

- ①生活保護を受けている方
 - ②市民税非課税世帯の方
- ①②に該当する方は、事前に健康づくり推進課(健康管理センター内)又は、各保健福祉サービスセンターへお申し込みください。

対象者となる方には「接種券(自己負担額免除券)」を交付いたします。

指定医療機関 市が指定する市内の医療機関は右記のとおりです。

※岡谷市、諏訪市、下諏訪町、富士見町、原村の指定医療機関でも接種できますので、健康管理センターへお問い合わせください。

注意事項

①**必ず医療機関に予約をしてから接種を受けてください。**

②インフルエンザの予防接種は、どうしても受けなければならないということではありません。本人が接種を希望する場合に限り接種を行います。

③指定医療機関以外での接種は、全額自己負担となります。

④受診時は、年齢・住所の確認ができる**保険証や免許証等**を持参してください。

問い合わせ・接種券発行

健康づくり推進課(健康管理センター内) ☎82-0105

接種券発行

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

※接種券は上記「自己負担額が免除になる方」に発行します。

市内指定医療機関

(指定医療機関は変更する可能性がありますので、ご了承ください。)

医療機関名	住所	電話
浅川クリニック内科循環器内科	玉川3080-3	82-6813
池田医院	ちの2808-1	73-0555
泉野診療所	泉野7088-1	79-3783
上原内科小児科医院	仲町7-16	72-2636
小口医院	宮川4441-3	72-2619
金沢診療所	金沢2202-2	72-3227
往診クリニックちの	ちの2664-1	82-4104
北山診療所	北山4808-1	78-2310
桜井内科医院	塚原1-14-45	72-6010
眞田医院	中大塩11-93	73-0731
耳鼻咽喉科 三田医院	玉川4589-1	73-9233
諏訪中央病院	玉川4300	72-1000
ちの泌尿器科	ちの256-14	82-5000
ちの皮フ科	本町西6-21	82-3210
ちのメンタルクリニック	ちの266-2	82-8277
塚田医院	本町西3-7	72-9898
土橋整形外科歯科医院	塚原2-2-22	72-3226
尖石診療所	豊平4485-1	71-6211
ともみ内科医院	本町東3-5	82-0424
原田内科呼吸ケアクリニック	玉川4496-1	82-7055
兵藤整形外科医院	玉川4544-2	82-1333
平出クリニック内科・産婦人科	ちの628-1	72-1661
平岡産婦人科	ちの2543-9	72-6133
ふたば小児科	仲町18-46	72-5330
みうら内科クリニック	塚原2-7-9	78-7710
矢嶋内科医院	ちの3494	72-2048
リバーサイドクリニック	宮川3975	72-7010

生涯スポーツ健康講座のご案内

参加無料

生涯スポーツ健康講座「スロージョギング」は、スポーツインストラクターの高野英樹先生をお招きして、家庭内でも簡単に継続してできる運動を学びます。「健康」を目指してお気軽にお申し込みください。

とき 10月23日(月) 午前10時～11時30分

ところ 茅野市運動公園周辺(雨天時：総合体育館メイン体育館)

持ち物 運動のできる服装、タオル、水分補給用の飲み物(雨天時：上履き)

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(定員なり次第締め切ります)

申込期限 10月17日(火)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)





10月1日から保険証が変わります 新しい保険証は9月中に送付します

現在、お使いの国民健康保険被保険者証(以下「保険証」)の有効期限は9月30日までです。

新しい保険証は世帯で加入している人の保険証をまとめて世帯主宛に郵送いたします。

10月以降お医者さんにかかるときは、新しい保険証を窓口にお出しください。

新しい保険証に記載されている方が転出しているとき、勤務先の健康保険に加入しているとき、また保険証の記載内容に間違いがあるときは、高齢者・保険課医療保険・年金係(市役所1階8番窓口)で手続きが必要になります。

なお、有効期限が切れた保険証は個人情報に記載されていますので、10月1日以降に市役所、各地区コミュニティセンター、各保健福祉サービスセンター、市役所ベルビア店へお返しいただくか、ご自身で裁断のうえ破棄してください。

保険証用のケースは市役所、各地区コミュニティセンター、各保健福祉サービスセンター、市役所ベルビア店に常備してありますので必要な方はお申し付けください。

新しい保険証の色は一般用は「空色」、退職者用は「桃色」です。

国民健康保険被保険者証		有効期限	平成30年 9月30日
記号	茅	番号	12345
氏名	タロウ 国保 太郎	性別	男
生年月日	昭和32年 4月 6日		
取得年月日	平成15年 6月 7日		
交付年月日	平成29年 10月 1日		
世帯主	住 所 長野県茅野市〇〇〇 1234番地5		
世帯主	国保 一郎		
保険者番号	200147	保険者名	茅野市
長野県茅野市塚原二丁目6番1号 電話 0266-72-2101			

一般用(空色)

国民健康保険被保険者証		有効期限	平成30年 9月30日
退記号	茅	番号	56789
氏名	コクホ ハナコ 国保 花子	性別	女
(被扶養者)	生年月日	昭和28年 5月 6日	
	該当年月日	平成23年 5月 5日	
	交付年月日	平成29年 10月 1日	
世帯主	住 所 長野県茅野市△△△ 6789番地5		
世帯主	国保 三郎		
保険者番号	67200147	保険者名	茅野市
長野県茅野市塚原二丁目6番1号 電話 0266-72-2101			

退職者用(桃色)

注意事項	保険医療機関等において診療を受けようとするときは、必ずこの証をその窓口で渡してください。
備考	
※	以下の欄に記入することにより、臓器提供に関する意思表示をすることができます。記入する場合は、1～3までのいずれかの番号を○で囲んでください。
1.	私は、脳死後及び心臓が停止した死後いづれでも、移植のために臓器を提供いたします。
2.	私は、心臓が停止した死後限り、移植のために臓器を提供いたします。
3.	私は、臓器を提供いたしません。
(1又は2を選んだ方で、提供したくない臓器があれば、×をつけてください。)	
	【 心臓・肺・肝臓・腎臓・脾臓・小腸・胆嚢 】
(特記欄)	
署名年月日	年 月 日
本人署名(自筆):	家族署名(自筆):

被保険者証裏面

ジェネリック医薬品を使用しましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)について

ジェネリック医薬品は、新薬の特許期限(20年～25年)が切れた後に販売される医薬品で、新薬と同じ成分、同じ効能・効果をもつ医薬品で、新薬に比べて安価な薬です。

また、ジェネリック医薬品を選ぶことは、自己負担額の節約や、伸び続ける医療費の節減になり、国民健康保険財政の改善につながります。

ジェネリック医薬品を希望するときは

ジェネリック医薬品は医療用医薬品ですので、病院や診療所の医師による処方せんが必要です。医師や薬剤師と相談しながら、自分に合ったお薬を選択して使用しましょう。

注 ①医師が変更すべきでない判断し処方せんに医師が署名している場合は、切替えることはできません。

②すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではありません。ジェネリック医薬品に切り替えられない場合もあります。

ジェネリック医薬品を希望することを医師や薬剤師に簡単に伝えられるように、

「ジェネリック医薬品希望カード」を、新しい保険証と一緒に送りますので、ご活用ください。

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。

福祉医療受給者の方へ

後期高齢者医療制度に加入している方は、給付金の振込月を変更します。

現在、診療月の2か月後の月末(金融機関営業日)に振込みをしていますが、平成29年8月診療分から診療月の3か月後の月末(金融機関営業日)に変更します。ご理解のほどよろしくお願いします。なお、ご不明な点・詳細につきましては高齢者・保険課(内線322)までお問い合わせください。

平成29年度 特定健診は受けましたか？

特定健診は、健康寿命を延ばす健診です。健診は大切なあなたの“健康のバロメーター”。忘れずに年に1回の特定健診を受診して、健康づくりにお役立てください。

対象は、茅野市国民健康保険に加入している40～74歳の方です。健診料は無料です。

特定健診は、個別健診(指定医療機関)と集団健診(茅野市健康管理センター)がありますので、どちらかを選んで受診してください。両方は受けられません。

◎個別健診(指定医療機関)

指定医療機関での実施期間は、10月31日(火)までです。
早目に予約をして受けるようにしてください。

◎集団健診(茅野市健康管理センター)

茅野市健康管理センターで行う集団健診の日程は、下記のとおりです。(要予約)

平成29年

11月24日(金)、11月25日(土)、11月26日(日)、12月21日(木)、12月22日(金)

平成30年

1月9日(火)、1月11日(木)、1月13日(土)

【いずれも受付時間は8時30分～15時】

※当日は、大腸がん検診(便潜血反応検査)を同時に受診できます。(自己負担額 200円)
希望する方は、お申し込み時にお伝えください。

ご希望の方は、茅野市健康管理センター☎82-0105へ電話予約をしてください。

特定健診の検査項目

- ・血液検査：GOT・GPT・ γ -GTP・中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール
空腹時血糖(HbA1c可)
- ・尿検査：尿蛋白・尿糖

※現在通院、治療をしている方も特定健診の対象です。

特定健診と同じ検査(検査項目は上記をご覧ください)を受けている方は、結果を茅野市健康管理センターにご提出いただければ、特定健診を受診したことになります。



気になる健診結果はありませんか？

茅野市健康管理センターでは、
保健・栄養相談を実施中です。
お気軽にご利用ください。

お問い合わせ先

茅野市 健康づくり推進課 健康推進係(茅野市健康管理センター内)

TEL0266-82-0105 FAX0266-82-0106

第39回市民スポーツ祭

開会式・表彰式 運動公園総合体育館(メイン)

午前8時15分～

10月9日(体育の日)

主催 NPO法人茅野市体育協会
茅野市
茅野市教育委員会

開会宣言

国旗・市旗・体協旗掲揚

主催者あいさつ

体育功労者・優秀選手表彰

来賓祝辞

選手宣誓

◆東海大学付属諏訪高等学校

チアリーディング部

◆大玉送り

◆茅野ギネスに挑戦

・大縄跳び

・10人11脚

◆玉入れ

◆ニュースポーツの紹介

◆ラッキー賞抽選会

天候にかかわらず体育館用の
上履きをご用意ください。

午後の部：下記の種目を楽しんでください。

ゲートボール 屋内ゲートボール場

○初心者教室と初心者大会

○午後1時～(午後0時30分まで受け付け)

○多くの公認指導員が親切指導

■問い合わせ 牛尼正幸 ☎090-2631-8281



弓道 弓道場

○市民弓道大会

○午後1時45分～(午後1時～受け付け)

○競技：近的12射(立射4矢×3回) 参加料：1人300円

○表彰：賞状1個人・団体各3位まで

賞品—多数用意(参加賞有)

■問い合わせ 清水 ☎090-7000-7339

卓球 総合体育館(サブ)

○第34回柿沢杯卓球大会 ○午後1時～

○一般(高校3年以上)・ジュニア・小中学生の各男女シングルス(茅野市卓球協会登録者および茅野市在住・在勤・在学生)

○現行の日本卓球協会ルールによる公式トーナメント方式、
使用球：ニッタク公式球(40%ホワイト)

○締切日 9月29日(金)午後7時厳守 ○ゼッケン着用

■申し込み・問 原 吉彦 ☎/FAX72-1324

陸上競技 陸上競技場

○第29回ミニ駅伝大会 ○午後2時～

・小学生の部(小学生のみ編成)→1区間1km

・中学生以上の部(小学生が入ってもよい)→1区間1km～2km

※学級、家庭、職場、地域、クラブ等で編成。男女不問

○受付 当日午後1時から広場野球場にて

■問い合わせ 小平昌紀 ☎090-1120-0034

硬式テニス テニスコート

○テニス講習会&クリニック 当日午後1時から受け付け

○対象者は初心者・初級・中級・ジュニア

■問い合わせ テニス協会指導普及部長

宮澤潤慶 ☎090-1118-3787

サッカー 自由広場

○U-10サッカー大会

○締切日 9月30日(土) 試合開始 午後1時

■問い合わせ 上條伸一 ☎090-3403-4375

マレットゴルフ マレットゴルフ場

○体育の日記念大会

○午後1時～

○茅野市民であればどなたでも

○午前7時から7時45分まで受け付け(クラブハウス)

■問い合わせ マレットゴルフ協会

事務局 小澤英人 ☎72-4430

☎090-4153-4430

バスケットボール 総合体育館(メイン)

○フリースロー大会(ミニ、ジュニア、高校、一般)

■問い合わせ 山村周一 ☎090-4534-2713

剣道 体育練成館

○豚汁会

○市民剣道大会 ○午後1時30分～

○受付 午後1時から練成館にて

■問い合わせ 藤原敏明 ☎090-3063-9547

ソフトテニス テニスコート

○第25回体育の日ふれあいソフトテニス大会

○当日会場へ午後1時集合。受け付け後、ペアを決めリーグ戦

■問い合わせ 伊東一英 ☎79-6857

居合道 総合体育館(剣道場)

○興味のある方体験・見学できます。(男女不問)

○午後1時～

○居合剣法・制定型居合・試し切り(一般)

○日本刀に触れてみよう！(小学生以上対象。保護者同伴)

■問い合わせ 山崎 勝 ☎090-4152-3852

問い合わせ：NPO法人茅野市体育協会 ☎82-0606

スポーツ体験実践発表会

本年度のスポーツ体験実践発表会は、平成29年11月11日(土)午後1時から「やつがねホール」にて行われます。それぞれのスポーツを通して体験又は実践したことについて、弁論方式で行われます。毎年内容のある発表がたくさん行われますので、是非、大勢の市民の方々に聴いていただきたいと思います。詳細については茅野市体育協会までお問い合わせください。

このスポーツ体験発表会は、平成20年2月16日(平成19年度)に市民館コンサートホールにおいて開催されたのが第1回目です。その時は小学生5名・中学生4名・一般3名計12名の発表者で行われました。平成25年11月16日(平成25年度)からは、会場をやつがねホールに移して行っており、今年で第11回目の開催となります。毎回10名を超える発表者があり、昨年度までの発表者は147名になりました。今年も活発な発表を期待しております。

加盟協会紹介

バスケットボール協会

茅野市バスケットボール協会では、バスケットを愛する人のため、小学生から社会人まで楽しめるよう活動しています。ミニバスチームには年間を通して活動を応援し、中学生や高校生には、先生方と連携して協会主催の大会や技術力アップ教室などを実施しています。また、市総合体育大会では、どなたでも参加していただけるようフレンドリーな大会運営をしています。

そのほか、長野県協会と連携した、選手権大会や一般大会などのハイレベルな大会もサポートしています。また、地元の東海大諏訪高校は今年も男女でインターハイ出場を果たしております。

協会員を随時募集しています！当協会への参加やコーチをしたい方、ぜひ一緒にやりましょう！！

少林寺拳法協会

少林寺拳法協会は、スポーツ少年団・東海大諏訪高・諏訪東京理科大学の3支部で協会を形成しています。小中高大生と社会人がお互いに協力し合い活動しております。

少林寺拳法は護身術であり、年齢や性別に関係なく修行できる武道として、日本国内では2,000支部、世界35か国にまで広がっています。長野県内には30支部があり、昨年、今年と茅野市で長野県大会を行い、拳士、観客を合わせて1,000人を超える人が集まりました。茅野市少林寺拳法協会は、この県大会で毎年多くの入賞者を輩出し、長野県内でも有数の強豪となっています。

練習は茅野市総合体育館の道場で行っています。いつからでも入会できますので、一度道場に見に来てください。





まちづくり講座

まちづくりとは「まちの元気」「ひとの元気」です。より豊かな地域社会の発展のために、まちづくりを様々な視点からとらえた公開講座です。

参加費 1回につき1,000円

会場 ゆいわーく茅野

●テーマ「プロデュースの視点から」 ～地域に継続した力を吹き込むために、 市民と行政が連携したまちづくり～

講師 高橋 信博 先生(山形県置賜総合支庁農村計画課/地域づくりプランナー)

とき 9月30日(土) 午前10時～午後4時

●テーマ「マネージメントの視点から」 ～今、ここに、生きる –21世紀の私たちが進む道– ～シナリオを実現するためのビジョンと戦略～

講師 播磨 靖夫 先生(一般社団法人たんぼぼの家理事長)
福島 明美 先生(地域クリエイター/茅野市市民活動参与)

とき 10月9日(月・祝)
午前10時～午後4時

●テーマ「事業計画づくり」 ～シナリオを実現するための魅力あるプログラムづくり～

講師 山崎 富一 先生(NPO法人笑顔せたがや事務局長)

とき 10月21日(土)
午前10時～午後4時

申込・問 ゆいわーく茅野(市民活動センター) ☎75-0633



第十回特別弔慰金の請求期限のお知らせ

戦没者等のご遺族の皆様へ 平成30年4月2日までに ご請求ください。

請求期限を過ぎると、第十回特別弔慰金を受ける権利がなくなりますので、お早めにご請求ください。

支給内容 国債名称 第十回特別弔慰金 国庫債券い号

額面 25万円(5年償還)

請求窓口・問

地域福祉課 福祉総務係(内線303)



10月の介護保険制度説明会

10月16日(月)午前9時30分～11時まで議会棟大会議室にて開催します。10月2日から11月1日までに65歳になる市民の皆さまには直接通知を送付します。介護保険制度に関心のある市民の皆さまもご参加いただけます。直接会場にお越しください。

問 高齢者・保険課 介護保険係
(内線336・337)



ひと・まちカレッジ

子どもから大人まで幅広い世代が市民活動に参加し、異年齢同士で楽しく活動する方法を紹介します。

発表者 茅野おやこ劇場

テーマ 幅広い世代でとことん楽しもう！

とき 10月24日(火) 午後6時30分～9時

ところ ゆいわーく茅野

問 ゆいわーく茅野(市民活動センター)
☎75-0633



講演会「ハケ岳の自然から学ぶ」

テーマ 雲の流れから見る気象の判断

講師 猪熊 隆之 先生(山岳気象専門会社ヤマテン代表取締役/茅野市縄文ふるさと大使)

テーマ 食べられる草・食べられない草

講師 米川 正利 先生(NPO法人蓼科・ハケ岳国際自然学校理事長)

とき 10月25日(水) 午後7時～9時

ところ ゆいわーく茅野

問 ゆいわーく茅野(市民活動センター)
☎75-0633

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

縄文の湯は月曜日が定休日ですが、10月9日(月)体育の日も休まず営業しますのでご利用ください。

問 縄文の湯 ☎71-6080



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。多くの皆さま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 10月17日(火)、10月26日(木)、
11月2日(木)、11月10日(金)、
11月17日(金)、11月24日(金)
(全6回) 午前10時～正午

会場 家庭教育センター

参加費 無料(茶菓子代として実費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 14名(先着順) 市内在住者優先

受付開始 9月21日(木) 受付開始

申込・問 NPO法人 CLIP in すわ
中村☎72-2837
長田☎79-4555



ご家庭の廃棄物を回収します

毎年、美サイクル茅野で実施している廃棄物の回収事業を今年も実施します。今年は11月25日(土)に茅野市運動公園で行います。会場のレイアウトや処理金額等詳細については広報ちの11月号(10月19日発送)にてお知らせしますのでご確認ください。なお、農薬や火薬、アスベスト(石綿)など危険物については回収しませんのでご了解ください。

問 茅野市美サイクルセンター
☎72-2905

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

広告



縄文風の小屋を 作ってみよう！

7月に開催して好評だった「縄文風の小屋作り」を再度行います。

今回は申込み不要・飛び入り参加OKです。興味のある方は是非ご参加下さい。

とき 10月8日(日)
午前8時30分～午後3時
※雨天中止

ところ 尖石史跡公園(縄文まつり会場)

受講料 無料

持ち物 軍手、作業のしやすい服装、マスク

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



土偶の日・記念対談 「土偶のリアル」を語る

豊田亜紀子氏(『はじめての土偶』『土偶のリアル』等著者)と当館館長による対談です。

とき 10月9日(月・祝)
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

受講料 無料

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



縄文ゼミナール④ 「曽根湖底遺跡」

講師 中島 透 氏(諏訪市教育委員会)

とき 10月14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

定員 80名

資料代 100円(館内をご覧の場合、観覧料が必要です)

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



縄文検定 初級・中級

縄文検定(初級・中級)を行います。縄文博士を目指してチャレンジしてみませんか？

合格者には、1年間の尖石縄文考古館無料観覧券を進呈いたします。

とき 10月14日(土)
午前9時集合 9時30分～正午

ところ 尖石縄文考古館

定員 各20名

受講料 無料

持ち物 筆記用具

その他 要申込・受付期間 10月2日(月)～10月10日(火) 先着順

※中級は昨年度までの初級合格者が受けられます。

申込・問 文化財係 ☎76-2386



茅野高校図書委員さんと楽しむ わくわくおはなし会

とき 10月26日(木)
午後4時30分～5時

ところ 茅野市図書館1階 どんぐり図書室 じゅうたんコーナー

内容 茅野高校図書委員さんによるおはなし会です。絵本や紙芝居などの楽しいおはなしがいっぱいです。

どなたでも参加いただけますので、ご家族・お友達をお誘いあわせてお越しください。

高校生のお兄さん、お姉さんといっしょにおはなしを楽しみましょう！

問 茅野市図書館 ☎72-9085



うちでえほんをたのしむ ワークショップ

とき 10月29日(日)・11月5日(日)
午前10時15分～正午
※2回連続講座となります。

ところ 茅野市図書館2階
おはなしの部屋

案内人 富岡 史棋(おやじのえほんよみきかせ・いちにち絵本喫茶)

対象 未就学児をお持ちの保護者の方

定員 20名

内容 家庭で絵本を楽しむための読み聞かせ講座です。読み聞かせの楽しみ方と絵本の紹介や、読み聞かせの実践、家庭で絵本を読むときの環境づくりなどをみなさんと楽しみたいと思います。お父さん・読み聞かせ未経験の方も大歓迎です!!

申込開始 10月14日(土)

午前10時～窓口カウンター、電話で受け付けます。

申込・問 茅野市図書館 ☎72-9085



尖石縄文考古館 開館に関するお知らせ

10月9日(月)祝日開館します。

10月10日(火)は振替休館します。

なお次の日は観覧料が無料です。皆さまでのご来館、お待ちしております。

9月9日(土)～10月22日(日)

八ヶ岳JOMONライフフェスティバル

問 尖石縄文考古館 ☎76-2270



きのこ中毒防止展

とき 9月30日(土)・10月1日(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。

・1日の午前11時からきのこ汁振る舞い(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)



図書館 開館に関するお知らせ

10月9日(月)は祝日開館します。

10月10日(火)は振替休館とします。

10月27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のサービスです。どなたでも参加できます。

参加費は無料です。

とき 10月12日(木)
午前10時30分～11時30分

ところ 茅野市図書館 **持ち物** コップ

問 茅野市図書館 ☎72-9085



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5弾 ～新聞を読み解く～

とき 10月19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 諏訪東京理科大学 経営情報学部教授
奥原 正夫 先生

内容 諏訪東京理科大学との連携シリーズ企画の第5弾です。今回は、新聞記事に掲載される統計数字を題材に、事実から真実を推測する手がかりを教えてもらいます。

定員 20名(定員になり次第締め切ります)

受講料 無料

申込開始 9月28日(木) 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6弾(最終回)

11月17日(金)は、奈良裕美子先生による『精神分析から読むエドガー・アラン・ポーの「盗まれた手紙」』の講義です。

ヤマハ音楽教室

音楽教室	英語教室
1歳 (水) 10:00	1歳 (木) 10:00
2歳 (水) 11:00	2歳 (木) 11:00
年少 (火) 16:10	年少 (火) 16:10
年中 (水) 16:10	年中 (水) 16:10

個人レッスン
30分単位授業中!!

ヤマハシニア向け新コース 音楽ポップス

♪カラオケ以上、レッスン未満、楽しくて手応えが通じる♪

レッスン日 体験も受付中!

★9月29日(金) 13:30～

★10月6日(金) 13:30～

- 対象: 50代～80代の方
- 月謝: ¥3,500(税別)
- 入会金: ¥2,000(税別)
- 開催地: 茅野市・岡谷市
- レッスン内容: 1回90分/月2回 (10～20人のグループレッスン)

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

(株)オグチ楽器 茅野市仲町18-12

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 10月28日(土)

午後7時～9時30分

*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 9月20日(水)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博

シダ観察会

博物館周辺を散策しながら、シダ植物を観察します。

とき 10月29日(日)

午前10時～午後3時

集合場所 総合博物館

講師 佐藤 利幸 さん

参加費 無料

申込開始 9月20日(水)から受付

持ち物 昼食・飲み物は各自ご用意ください。歩きやすい服装でご参加ください。

申込・問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博

プラネタリウム10月のテーマ「縄文人がみた星空」

空気で膨らませた直径5メートルのエアドームの中で美しい星空を体験できるプラネタリウム投影を行っています。季節の星座や天文現象、宇宙の話題を解説します。

とき 毎週土・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

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

博

第29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 10月28日(土)～12月3日(日)

表彰式 11月23日(木・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

博

講演会「茅野の自然環境と私たちの暮らしー特に植生からみた生物多様性の保全ー」

とき 11月5日(日)

午後1時30分～3時

ところ 総合博物館

講師 大窪 久美子 さん(信州大学教授)

参加費 無料(申し込み不要)

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博

さきおり展示即売会

博物館はたおりボランティア「ねじばな」の会員が制作したバッグ、ベスト、ランチョンマットなどを展示販売いたします。

とき 9月30日(土) 午前10時～午後4時、

10月1日(日) 午前10時～午後2時

ところ 茅野市民館イベントスペース

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博

昼間の星を見る会

大型天体望遠鏡を使って昼間の空の星を観察します。

とき 10月8日(日) 午前10時～11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 9月20日(水)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

博

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! 博物館はたおりボランティア「ねじばな」の指導のもと、楽しく体験できます。初心者の方もお気軽にご参加ください。

とき 10月14日(土)、15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 ねじばな会員

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、お申し込み一回につき、記名一名とさせていただきます。

申込開始 9月20日(水)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

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。鑑定等は行いません。

とき 10月14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

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。

10月は「振動モーターカーを作る」。

とき 10月22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 9月20日(水)から受付

申込・問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

尖

どんぐりみつけて、あそびましょ!

考古館で使用するどんぐり拾いを手伝っていただけませんか。どんぐりと交換でオリジナルの「タオルハンカチ」と「クリアファイル」を差し上げます。秋の史跡公園で宝物さがしをしてみませんか。

とき 10月14日(土) 午前10時～正午

ところ 尖石縄文考古館

定員 20名

受講料 無料

持ち物 帽子・軍手・袋

歩きやすく汚れても良い服装でご参加ください。

その他 要申込 9月20日(水)から10月6日(金) 先着順 雨天中止

※小学校4年生以下の方は保護者同伴でお申し込みください。

申込・問 尖石縄文考古館 ☎76-2270

尖

縄文教室⑤ 縄文時代の編み方を学ぶ

初日に縄文時代の編み物製品や編み方についての講演会、二日目に横編み法で作品製作をする講座です。

とき 10月21日(土)【初日講演会】午後2時～3時30分(講座申込者以外も受講可、講演会のみ聴講の場合受講料・申込不要)

10月22日(日)【2日目講座】午前9時30分～午後3時(作業は午後4時まで可)

ところ 尖石縄文考古館

定員 10名 受講料 800円

持ち物 作業のできる服装でお願いします。

その他 要申込・受付期間 9月21日(木)～10月13日(金) 先着順

*小学校5年生以上

申込・問 尖石縄文考古館 ☎76-2270

尖

縄文遺跡を巡るバスツアー

国特別史跡尖石遺跡、国史跡上之段遺跡・駒形遺跡、国宝「土偶」の出土した棚畑遺跡・中ツ原遺跡などの茅野市を代表する縄文遺跡を学芸員と「縄文」を識る部会員がご案内します。

とき 11月3日(金・祝)

午前9時～午後12時30分

集合場所 尖石縄文考古館

定員 30名

参加費 無料(資料代100円)

持ち物 飲み物、歩きやすい服装

その他 要申込・受付期間 10月3日(火)～10月27日(金) 先着順

※小学生以上(ただし小学生は保護者同伴) 雨天決行

申込・問 尖石縄文考古館 ☎76-2270

博

ハケ岳総合博物館 開館に関するお知らせ

10月9日(月)は祝日開館します。

10月10日(火)は振替休館します。

問 ハケ岳総合博物館 ☎73-0300

いのちの軽トラ市

軽トラックの荷台で地元のとれたて新鮮野菜や、果物、花、菓子などが販売されます。

とき 10月22日(日)

午前8時30分～11時30分

ところ JR茅野駅西口弥生通り

(午前7時～正午の間は、歩行者天国)

問 茅野TMO事務局 ☎72-3801

ハロウィンジャンボ宝くじの発売

平成29年度「ハロウィンジャンボ宝くじ」と「ハロウィンジャンボミニ」が下記のとおり販売されます。ハロウィンジャンボ宝くじは1等・前後賞合わせて5億円、同時発売のハロウィンジャンボミニは1等・前後賞合わせて5千万円です。なお、この宝くじの収益金は、長野県の販売実績により配分され、市町村の明るく住みよいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われますので、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

販売期間 10月11日(水)～10月31日(火)

発売場所 宝くじ売場

証票単価 300円

抽せん日 11月9日(木)

※詳細はお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

問 長野県市町村振興協会

☎026-234-3611

『すわよう祭』一般公開のお知らせ

諏訪養護学校では『すわよう祭』を開催いたします。

テーマ 『絆～みんなスマイル 楽しく輝く すわよう祭 2017～』

みなさんぜひお出かけください。

とき 9月30日(土)

午前9時40分～午前11時30分

ところ 長野県諏訪養護学校(富士見町)

内容 児童生徒の作品展示、手作り作品のバザー、模擬店、他

お車でお越しの際は、本校係員の指示に従い、学校校庭または校舎周辺をご利用ください。

問 諏訪養護学校 ☎62-5600

■JOMONフードスเคープ「縄文のうつわ展」

とき ～10月2日(月)

午前9時～午後7時

ところ 茅野市美術館 常設展示室

料金 無料

■関連企画 道しるべの土器ランプ

とき ～10月22日(日)

ところ 茅野市内各所

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222 FAX82-8223

美 縄文アートプロジェクト2017 アートインステレーション

■ギャラリー・バードハウス

街路の並木に小鳥の巣箱状の展示箱(ギャラリー)を設置して、公募作家のアート作品を展示する野外展。見慣れた風景が一変するアート空間が出現します。

とき 10月1日(日)～22日(日)

ところ 茅野市民館中庭～市役所通り

■まちの展 vol.4

茅野駅周辺の意外な場所がギャラリーに变身。散歩気分のまちなかアート巡りに出かけてみませんか?

とき 10月1日(日)～22日(日)

ところ 茅野駅周辺

■ギャラリー・ピオラハウス

茅野市民館 東広場に、花で覆われた小さなおうちが出現します。その不思議空間の中はどうなっているのかな?

とき 10月1日(日)～22日(日)

ところ 茅野市民館 東広場

■子どもたちとみんなのJOMON アートワーク

土器、オブジェ、竪穴式住居……、子どもたちが想像の翼を広げたJOMONアートの世界が出現します。

とき 10月1日(日)～22日(日)

ところ 茅野市民館 中庭

■JOMONフードスเคープ「現代的縄文食風景」

自然がはぐくむ力をいただき、分かち合い、命をつなぐ〈食〉。太古の縄文から続く、わたしたちの営み〈食〉のあり方を、食べて感じる〈フードスเคープ=食風景〉を提案します。

「現代的縄文食が味わえる荒神の古民家」

おいしいってどんなこと? 巡る四季のなかで豊穡を祝い、自然の力に想いを馳せ、命をつなげていく食。玉川荒神の古民家で、太古の縄文から続いてきた食の知恵や技と、現在の食材や調理法とを合わせた「現代的縄文食」をご用意します。

とき 10月8日(日)、9日(月・祝)、15日(日)、22日(日)

午前11時30分～午後2時

ところ 玉川荒神の古民家

定員 各日15名(要申込み、先着順)

料金 お一人2,000円(お子さま半額)

申込み ウェブサイトのお申込みフォームにてご予約ください。(http://www.chinoshiminkan.jp/jomon/foodscape/)

「社交場になる荒神の古民家」

会場の古民家は、お茶をしながらおしゃべりしたり、そのときとれた農産物のやりとりをしたり…といった、人の寄り合う場所。ふだんの暮らしを感じてみたい方はどうぞお立ち寄りください。

オープン日時 10月8日(日)～22日(日)

午前11時～午後6時

料金 無料

■藤森照信 新作茶室 竪穴式茶室「低過庵」

「トークイベント」

とき 10月20日(金) 午後6時30分

ところ 茅野市民館 マルチホール

出演 藤森照信 ほか

守 神長官守矢史料館 開館に関するお知らせ

10月9日(月)は祝日開館します。

10月10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「諏訪高島藩主廟所 国史跡指定記念 頼岳寺諏訪高島藩主廟所と諏訪氏」

平成28年に諏訪高島藩主廟所が国史跡となりました。これを記念して頼岳寺に関する古文書等を展示します。

とき 10月11日(水)～12月28日(木)

ところ 守矢史料館

料金 通常入館料

問 神長官守矢史料館 ☎73-7567

C トウバの喉歌ホームメイ ～甦る野生の記憶～

トウバ共和国の喉歌(ホームメイ)歌手を迎えるコンサート。初めて聴くのに懐かしい!魂を揺さぶる野生の音が、ここにある「自然」と「人間」の豊かさを甦らせます。

とき 11月2日(木) 午後7時

ところ 茅野市民館 コンサートホール

出演 アンドレイ・オッペイ、

アンドレイ・モングシュ

料金 一般3,500円(当日500円増)、茅野市民館友の会会員3,000円、中高生1,000円、小学生以下無料 ※ハート割引50%(障がい者・療育手帳をお持ちの方)

■関連企画 ホームメイワークショップ&レクチャー「トウバの文化と暮らし」

言語や文化からトウバを学ぶレクチャーと、ホームメイの体験ワークショップ。

とき 11月3日(金・祝) 午後1時30分

ところ 茅野市民館 アトリエ

ナビゲーター アンドレイ・オッペイ、アンドレイ・モングシュ、澤田香緒里、加納たえ子

料金 無料

定員 30名(要事前申込)

共同主催 Sawachi Cat Studio、茅野市民館指定管理者 株式会社地域文化創造

問 茅野市民館

☎82-8222 FAX82-8223



美 第2期収蔵作品展 「人・物・自然のあいだに」

藤森照信の収蔵作品などを展示。「人」「物」「自然」に関わる収蔵作品を「ライフ」(生命、人生、生活)をキーワードにみつめます。

とき ～11月5日(日)

午前9時～午後7時

ところ 茅野市美術館 常設展示室

観覧料 無料

※縄文アートプロジェクト2017関連事業

■きてみて!親子ギャラリーツアー

とき 10月9日(月・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 FAX82-8223

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 10月29日(日) 雨天決行

受付時間 午前9時～正午

ところ 健康管理センター前

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 10月11日(水) 午後2時～

審査会 10月20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

② ゆずりあおう ～不用品を活用し あいましょう～

ゆずります

人形のガラスケース／ひょうたん型の池／セラミックファンヒーター／ベビーベッド／和裁の裁ち台／三輪車／アナログテレビ／大型ソファ／チェア(3客)／オイルヒーター／三つ折りマット

ゆずってください

二槽式洗濯機／ダブルホットプレート／キッズバイク／エア付きマッサージチェア／諏訪の伝説(書籍)／大型冷蔵庫・冷凍庫

※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。

10月の納税等

◆市県民税(3期) ◆上下水道料金

◆国民健康保険税(5期)

◆市営住宅使用料 ◆保育料

◆後期高齢者医療保険料(4期)

【納期限・振替日 10月31日(火)】

③ 育児中のママを対象としたサークル 「ひよっこクラブ」

「親子遊び」について田村助産師が解説します。

未就園児のお子さんと一緒に親子で参加ください。当院で出産された方以外のご参加も歓迎です。

とき 10月2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

③ 諏訪中央病院 第9回 病院祭

とき 10月21日(土)
午前10時～午後3時

ところ 諏訪中央病院
※入場無料、雨天決行

問 諏訪中央病院 病院祭実行委員会
☎72-1000

③ 糖尿病教室

当諏訪赤十字病院では、糖尿病に関する知識を提供し、皆様の日常生活に活かしてもらうため、定期的に糖尿病教室を開催しています。今回は「糖尿病性腎症」について専門スタッフがわかりやすくお話し致します。

希望される方には血糖測定体験を行っています。講義終了後には情報交換会で交流の場を設けておりますので、是非ご参加ください。

とき 10月13日(金) 午後3時～4時

ところ 諏訪赤十字病院3階 第2会議室
テーマ・講師 糖尿病性腎症について
笠原医師(当院 腎臓内科)

参加費 200円、予約不要

問 諏訪赤十字病院 内科外来
☎57-6033

③ 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、年金制度ことなど、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。(費用無料)

とき 10月16日(月)
午後1時30分～4時30分

ところ 諏訪赤十字病院 新棟1階
がん相談支援センター面談室
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。

申込 予約優先です。
まずはお電話でお申込みください。

申込・問 諏訪赤十字病院 がん相談支援センター ☎57-7502(直通)

茅野市の人口

総人口	55,864人	(- 6)
男	27,872人	(+ 7)
女	27,992人	(-13)
世帯数	22,895世帯	(+14)

()内は前月比

平成29年9月1現在(茅野市独自推計)

④ 消費税軽減税率制度説明会

諏訪税務署では、事業者の方を対象として、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。多くの事業者の方に関係のある制度ですので、説明会にお越しください。

とき 10月25日(水) 午後2時～

ところ 茅野市役所8階大ホール

問 諏訪税務署 法人課税第1部門

☎52-1390

④ 第60回長野県母親大会

「生命を生み出す母親は生命を育て、生命を守ることをのぞみます。」このスローガンを掲げて母親・女性の願いを地域で、職場で語り合い歩み続けてきた大会です。どなたでも参加できます。男性も参加できます。

とき 10月15日(水) 午前9時30分～
午後4時15分(受付午前9時～)

ところ 永明小学校

内容 午前：分科会、特別講座、見学分科会

午後：文化行事(永明中学校吹奏楽部、永明小学校合唱団)、記念講演「一億総下流化社会～人権と社会保障を考える～」藤田孝典さん(ソーシャルワーカー)

参加費 1,000円

問 第60回長野県母親大会実行委員会
☎090-8087-9423(吉村)

④ 国際協力機構(JICA) 2017年度ボランティアの 秋募集説明会

募集期間 9月29日(金)～11月1日(水)
長野県内募集説明会

- ・9月30日(土) 午後2時～4時
上田市中央公民館2階 第1会議室
- ・10月4日(水) 午後7時～9時
松本市中央公民館(Mウィング)4階4-4会議室
- ・10月14日(土) 午後3時～4時30分
飯田市りんご庁舎3階 会議室2
- ・10月18日(水) 午後7時～9時
長野市生涯学習センター(TOiGO)3階 第2学習室
- ・10月22日(日) 午前10時～午後4時
JICA駒ヶ根青年海外協力隊訓練所
- ・10月26日(木) 午後7時～8時30分
伊那市いなっせ5階 研修室501

※10月22日(日) JICA駒ヶ根の説明会のみ、事前の参加予約と昼食代500円が必要になります。
(定員になり次第、予約終了)
それ以外の説明会につきましては、参加費無料・申込不要となっております。説明会についてのお問い合わせは、以下までお願いいたします。

問 ☎0265-82-6151

ファクシミリ0265-82-5336

電子メール：jicakjv-jocv@jica.go.jp

担当者：JICA駒ヶ根 工藤 裕美

④ 「読書の森 読りむinち」講演会

とき 10月15日(日) 午後1時30分～
(受付：午後1時)

ところ 茅野市役所8階大ホール
参加費無料

演題 読む力が未来をひらく

～生きる力を育てる読書支援～

講師 脇 明子 さん(ノートルダム清心

女子大学名誉教授)

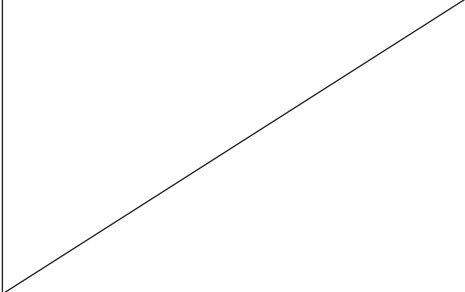
本を読むことにどのような意味があるのか、そして、目の前の子どもたちが未来に向かってたくましく生きていくために、どのような本をどのように子どもたちへ手渡していったらよいのか、実践に基づいた具体的なお話をさせていただきます。

問 生涯学習課 こども読書活動応援センター(茅野市図書館内)

☎75-1250 FAX73-8644

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： 藤森 誠二弁護士	10/3 (火) 13:00~17:00 ※電話予約は9/26 午前8時30分から	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。
人権相談 相談員：人権擁護委員	10/5 (木) 10:00~15:00	市役所7階 会議室	市民課市民係 (内線256)	いじめ・体罰・不登校・児童虐待等の相談、セクハラ・ストーカー・家庭内暴力等の相談、家族・近隣関係・騒音・公害等の相談、同和・男女差別等の相談。
行政相談 相談員：行政相談委員	10/17 (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。
「法の日」週間 無料法律相談所の開設について (予約不要)	10/4 (水) 受付時間 9:30~11:30 13:00~15:30	長野地方・家庭 裁判所 諏訪支部庁舎内	長野地方裁判所 諏訪支部庶務課 ☎52-9211	金銭・土地・交通事故等の問題、成年後見、離婚・扶養・相続等家庭内のもめ事、差別・いじめ等の人権問題、遺言や任意後見契約などの公正証書に関する問題などでお困りの方はお気軽にご利用ください。
「県下一斉司法書士 無料相談」相談所の開設について (予約不要)	10/3 (火) 受付時間 18:00~20:00	市役所 議会棟 大会議室	長野県司法書士会 諏訪支部 代表 堀内 ☎78-3693	・不動産の登記、会社(法人)の登記に関するもの、クレジット、消費者金融、カードローン等債務に関するもの、高齢者、障がい者等の財産管理に関するもの等お気軽にご相談ください。
外国籍市民のための 相談	10/19 (木) 10:00~16:00	市役所7階 相談室	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。対応言語は、英語、ポルトガル語、タガログ語、中国語、日本語です。
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	10/4 (水) 13:30~17:30	市役所8階 相談室	商工課 (内線432)	仕事探しに関してのお悩みのおおむね40歳未満の方が対象です。 次回の相談日は11/2です。
司法書士法律相談 【要予約】	10/11 (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	10/6・13・20・27 (金) 9:00~12:00			
結婚相談	①10/7・21 (土) 13:00~16:00 ②10/13・27 (金) 18:30~20:30			
子育て・教育相談	毎週月～金曜日 (祝日除く) 8:30~17:15	市役所6階 こども課	こども課 (内線615・616) ■24時間相談 ☎090-7721-6043	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。
発達に関する相談	毎週月～金曜日 (祝日除く) 8:30~17:15	発達支援センター (本町東15-14 中央保育園併設)	発達支援センター ☎82-2277	お子さんの発達に関する相談や検査を行っています。 電話相談、面接相談できます。
家庭教育相談室	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】	10/14 (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】	10月27日 (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。
中大塩地区 健康相談会	10月17日 (火) 9:30~11:00	中大塩地区 コミュニティ センター	☎82-0107 (中部保健福祉 サービスセンター)	成人の血圧測定、尿検査、健康相談等、乳幼児の育児相談、栄養相談、身体計測等

+ 休日当番医・当番歯科・当番薬局

日	名 称	所 在 地	電 話
10月 1日(日)	 上原内科小児科医院  リジョイス茅野薬局  茅野歯科医院	仲町7-16 玉川字荒神前4183-7 塚原1-14-5	72-2636 82-1991 72-4225
8日(日)	 ちの皮フ科  ニコニコ堂薬局  百瀬歯科医院	本町西6-21 本町西5-18 諏訪市四賀257-3	82-3210 82-2525 58-9876
9日(月・祝)	 塚田医院  アイン本町西薬局  かがやき歯科 クリニック	本町西3-7 本町西3-4 富士見町落合9983-57	72-9898 82-3660 62-4182
15日(日)	 おもだか皮膚科  ヤジマ薬局  こなみ歯科医院	ちの3502-1 ちの3502-1ベルビア内 諏訪市湖南5882-5	73-2525 72-2342 54-1678
22日(日)	 桜井内科医院  オギノSCフジモリ薬局  堀歯科医院	塚原1-14-45 塚原1-17-1 塚原2-5-51	72-6010 71-2578 73-7139
29日(日)	 藤森眼科  茅野土屋薬局  小口歯科医院	本町西1-34 玉川4274-1 諏訪市高島1-31-16	82-1010 71-2122 52-0475

 …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】

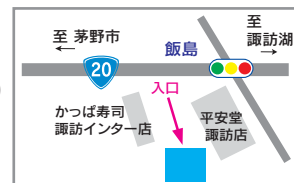
おむね15歳以下のお子さんの急病に年中無休で対応しています。

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～



おやこデート こどもと楽しむおでかけガイド 杉浦さやか 著 白泉社
大人とこども、お出かけで一緒に楽しむ場所を探すのは難しいようです。



クリエイティブ 折り紙 妖怪と干支と可愛い動物たち 山口 真 著 ソシム
胴体を先に折り、別の折紙で足を作るなど、少し工程は多いですが、挑戦してみたいかがですか。



眺望絶佳の打ち上げ花火 金武 武 著 玄光社
花火の特徴がわかるビジュアルブックです。お隣諏訪市の新作大会からの掲載もあります。



庖丁 信田圭三 著 ミネルヴァ書房
調理法によって様々な種類の包丁。研ぎ方や手入れ方法、特徴なども説明されています。



YUKICHI-福沢諭吉の青春物語 菅田龍一 著/中川 学 絵 くもん出版
教育者として知られ、慶應義塾大学のもととなる蘭学塾を開いた福沢諭吉。その諭吉の青春物語。



講談社の翻訳絵本 森のパンダ 唐 亜明 文/木下 晋 絵 講談社
実話かもととなった野生のパンダの物語です。パンダは山中でけがをしてしまいます。どうしよう…



簡単15分! 材料3つですいすいスイーツ 宮沢うらら 著 汐文社
材料はたった3つ。簡単に作れるおやつがいっぱい。挑戦してみたいかがでしょうか。



特急おべんとう号 岡田よしとか さく・え 福音館書店
おべんとうのおかずたちが、マラソンをしたり、特急電車に乗って遠足をしたり。どうなっちゃうの？

新 着 本

一 般 書	262 冊
そ の 他	130 冊
児 童 書	78 冊
絵 本	41 冊

購入しました。ぜひ、ご利用下さい。

8月貸出冊数	25,017 冊
8月利用者数	6,410 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

紙の再生(回収)ルート

古紙の回収はいろんなところでやってるけど、再生(回収)ルートは、どんな方法があるのでしょうか？

答 たしかに、いろんな所で回収が行われています。

- ・市での回収(市の回収ルート)
地区、大型店の駐車場、玉川コミュニティセンター、茅野環境館、美サイクルセンター等でのリサイクルステーション回収。
- ・集団回収(民間ルート)
PTAやスポーツ少年団等での回収。
- ・事業者による回収(民間ルート)
民間の古紙業者、新聞社、大型店の店舗等の事業者が行う回収。

民間ルートは、一般の古紙市場での取引で、古紙問屋経由で製紙会社へ送られます。

市の回収ルートは、市の施設で梱包し、直接に製紙会社へ送られる独自ルートなので、民間のルートに乗ることはありません。

紙は分類して古紙になる

紙類は、新聞紙、段ボール、その他の紙・雑誌、紙バック(白・銀)に分類します。その他の紙・雑誌とは、どんな紙でしょうか？



答 たくさんありますね。ごみとして捨てていませんか。不用となった紙は、再生(回収)ルートに乗せてはじめて、古紙として生かすことができます。皆さんの意識により、古紙になるか、紙ごみになるかが決まります。

可燃ごみの減量に、ご協力ください。

元気もりもり食育コーナー ⑦④

～毎月19日は元気もりもり食育の日～ 食育推進委員会

「元気もりもり食育プラン」に基づいて、食育情報を紹介します。
 今月は茅野市の食育推進キャラクター「3人の栄養マン」の保育園での活躍の様子をお伝えします。
 3人の栄養マンは、茅野市で生まれて、茅野市にしかないキャラクターです。



ほかほかマン

体をあたため、力のもと
 になります。
主食（ごはん・パン・麺など）



ばわーマン

もりもり筋肉や強い骨や
 血を作ります。
主菜（肉・魚・卵・豆腐・豆など）



げんきマン

病気に負けない元気な
 体を作ります。
副菜（野菜・果物）



給食で使われている食べ物を
 3人の栄養マンに分けて、食
 材や栄養を覚えていきます。



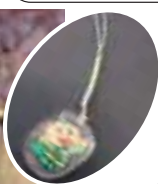
調理員さんは、子どもと関わる日に
 毎月季節の食材をお話しています。
 「ピーマンは何マンかな？」野菜を
 食べて丈夫なからだを作ろうね。



栄養士が食育指導をしたり、保育士
 は「毎月19日は元気もりもり食育の
 日」に**3人の栄養マン**のエプロン
 をつけて、食育の活動をしています。



一日保育士体験に来たお父さん



栄養マンのキーホルダーを作りました。子どもが
 喜んでくれて、カバンにつけています。
 3年体験すると3人そろいます。栄養マンの名前
 もわかるようになりました。（保護者の声）

じゃこのりトースト ～保育園のおやつで人気！朝食にもどうぞ～



材料（4人分） 1人当たりエネルギー 187kcal 塩分1.0g

8枚切り食パン……………4枚 とけるチーズ……………50g
 マーガリン……………大さじ1 刻みのり……………2g
 しらす干し……………20g

作り方

- ①食パンにマーガリンをぬり、しらす干し、とけるチーズ、のりの順にのせる。
- ②トースターでチーズが溶けるまで焼き、食べやすい大きさに切る。

毎月19日は『元気もりもり食育の日』



主食（炭水化物）＋主菜（蛋白）＋副菜（ビタミン）の『3人の栄養マン』がそろ
 うと、体の中で3人が手をつないで、元気もりもりな体になります。
 毎食意識して食べましょう。



フォトニュース



出土記念日をみんなで祝う 仮面の女神 誕生日パーティー

8月26日、国宝「土偶」(仮面の女神)の出土日を「誕生日」とした誕生日パーティーを茅野市民館中庭で開催しました。

このイベントは9月9日から始まった「ハケ岳JOMONライフフェスティバル」のプレイベント。

当日は真夏の青空の下、地元の肉料理を中心とした屋台が立ち並び、大人はビールといっしょに「ビアガーデン」を、子どもはヨーヨーすくいやカキ氷、射的などの「こども広場」を楽しみました。



↑会場では無料のフェイスペイントで縄文時代にタイムスリップ！縄文人になりきって土偶の誕生を祝った。



↑射的に挑戦する子どもたち。「こども広場」には長蛇の列ができた。



↑大人も子どももワイルドに鹿肉などのお肉を味わった。



人間の精神の在り方、生命力があふれる

藤森民雄展 生きること、その揺らめき

地域にゆかりの深い作家を紹介してきた茅野市美術館では、茅野市出身の彫刻家であり、茅野市縄文ふるさと大使でもある藤森民雄さんの展覧会を開催しました。1979～2016年までの作品51点を展示。藤森民雄さんの表現とその軌跡を振り返りました。8月11日と26日には、藤森民雄さんのギャラリートークが行われ、彫刻家になるまでの経緯や作品に込められた思いを伺いました。



↑ギャラリートークでこれまでの半生や作品づくりにおける思いを語る藤森民雄



諏訪湖とハケ岳が見渡せる多目的ホールが絶景 峠の茶屋リニューアルオープン

7月21日、杖突峠沿いにある峠の茶屋がリニューアルオープンしました。峠の茶屋は平成13年に茅野市と高遠町(現伊那市)が共同で購入しました。今年3月に両市から建物を購入した伸和コントロールズ(株)が改装工事を行い、この日、両市の関係者が参加してリニューアルオープンの式典と観光シンポジウムが行われました。



↓選任通知書を受け取る林元夫さん(右)と樋口繁次さん(左)



公立諏訪東京理科大学の開学に向けて 諏訪広域公立大学事務組合 監査委員選任

7月21日、諏訪広域公立大学事務組合では、組合の監査委員の選任通知書の交付式を茅野市役所で行いました。今回監査委員をお引き受けいただいたのは、茅野市代表監査委員の樋口繁次さんと下諏訪町議会議長の林元夫さんです。公立大学法人の設立団体である組合の会計処理や組合運営が適正に行われるように監査いただきます。

↓豊平小学校体育館では非常食の試食や防災グッズの展示もあった。



巨大地震を想定して 茅野市防災訓練

9月3日、茅野市総合防災訓練が行われました。午前7時から市内各地区で自主防災組織が震度7の巨大地震を想定し、実情に合わせた初動訓練を行いました。また、市の災害対策本部との通信訓練を行い、有事の際の連絡方法について確認しました。また午前10時からは豊平地区の避難所開設・運営訓練が行われ、豊平小学校体育館には避難してきた豊平地区の市民が集まり、避難所開設・運営における心構えや方法を学びました。



→手作りのキーホルダーの販売や、消しゴムスタンプを使ってオリジナルバックを作ることができる体験もありました。



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



こども通信

おしゃべりしながらエコな交流

豊平地区こども館 フリーマーケット

8月26日、豊平地区コミュニティセンターにてフリーマーケットが行われました。13の出店者が集まり、日用品から古着、おもちゃなどが並びました。出店者の多くが子育て中のママで、子どもが大きくなって使わなくなったものを「これは上の子が喜んで使っていた」など、お店に来た人と話しながら楽しい交流をしていました。

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
ちよっぴり早いハッピーハロウィーン(おひさまの会主催)	10月1日(日) 10:30~	CHUKOらんどチノチノの文化祭と同時開催! 0123広場では、何が出るかはお楽しみ! ヘルビアの協力店舗に出掛け、お店回りを楽しみましょう。当日は下駄箱が使用できませんので、靴を入れる袋をご持参ください。
おはなし0123「ブックメイトぐりとぐら」	10月10日(火) 11:15~	子どもに一度は出会わせたい絵本が登場します。やさしくあたたかな語りや手あそびが、きっと心温まるひと時を作ってくれるでしょう。
子育て講座「おっぱいののはなし」	10月17日(火) 11:15~	おっぱいについて心配なことはありませんか? 専門の先生からお話を聞いたり相談もできます。(講師 助産師 壬生正子先生)
おはなし0123「ぐるんぱ」	10月24日(火) 11:15~	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 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	10月7日、21日、 28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	10月7日、21日、 28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。
どんぐりちいさなおはなし会	10月11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。
紙芝居だいすき!	10月14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。
パネルシアターであそぼう	10月17日(火) 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!
おなかの赤ちゃんおはなし会	10月21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。

イベント名	日 時	対 象	内 容
お月見の会	10月2日(月) 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
おはなし会 「えほんとなかよし」	10月3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 「オリエンテーリング」	10月19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)	会場：運動公園時計台下集合（雨天の場合は総合体育館で室内遊び） 持ち物：帽子、着替え、水分（雨天の場合は上履き（親子））

レッツ、ベビーダンス!! ～抱っこで親子の絆を深めましょう～

ベビーダンスとは・・・赤ちゃんを抱っこしながらリズムに合わせて踊るエクササイズです。ママもパパも誰もが気軽にできる基本ステップ、サンバ・ブルース・ワルツのリズムに合わせて体を動かしましょう。親子が一体となってリズムに合わせて踊ることにより、スキンシップを通じて親子の絆を深めることができ、音楽を聞き、口ずさみ、肌にふれ、お互いのぬくもりや呼吸、匂いを感じながら踊ることができます。気軽に踏めるステップは夜泣きをしたときやぐずったときにも活用でき、産後のダイエット、心と体のリフレッシュになります。

- と き 10月25日(水) 午前10時～11時15分
- ところ 茅野市家庭教育センター（茅野市塚原1-9-16）
※ちの地区コミュニティセンター横
- 講 師 山本美枝先生(日本ベビーダンス協会 インストラクター)
- 対 象 首がすわった頃から1歳半くらいまでの赤ちゃんとお親
- 定 員 30組（定員になり次第締め切ります）
- 費 用 受講料無料、託児希望者は子ども1人につき200円の託児代
- 持ち物 抱っこ紐、赤ちゃんの着替え、汗ふきタオル、飲物、体温計
- 託 児 上のお子さんの託児ご希望の方は、申し込みの際にお知らせください。
- 申込先 家庭教育センター ☎73-0888
9月25日(月) 午前10時から受付



パパのためのベビーダンス&ママのリラックス気功

パパも育児を楽しもう

ママだけではなく、パパでも気軽にできる基本ステップ・サンバ・ブルース・ワルツのリズムに合わせて体を動かしましょう。パパが赤ちゃんとおダンスをしている間、ママはリラックス気功でリフレッシュ！家族でご参加ください。

- と き 11月19日(日) 午前10時～11時15分
- ところ 茅野市家庭教育センター（茅野市塚原1-9-16）
※ちの地区コミュニティセンター横
- 講 師 山本 美枝さん（日本ベビーダンス協会認定インストラクター）
天野美恵子さん（NPO法人日本健身気功協会理事・健身気功国際公認指導員）
- 対 象 首がすわった頃から1歳半くらいまでの赤ちゃんとお父さん・お母さん（赤ちゃんとお父さんだけでも参加できます。）
- 費 用 無料
- 定 員 30組（定員になり次第締め切ります）
- 持ち物 【ベビーダンス】 だっこ紐、赤ちゃんの着替え、汗ふきタオル、飲物、体温計
【リラックス気功】 バスタオルまたはヨガマット
- 申込先 家庭教育センター ☎73-0888
9月25日(月) 午前10時から受付



● 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	10月6日、20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	10月20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。
もぐもぐ離乳食教室	10月11日(水) 10:00～11:30	生後6～8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

● 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	10月 4日(水)	午後0時40分	H29年5月後半生まれ（16日以後生まれ）	問診票、母子健康手帳、どんぐり手帳、バスタオル
	10月25日(水)	～1時	H29年6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	10月12日(木)	午後0時40分	H28年12月前半生まれ（15日以前生まれ）	問診票、母子健康手帳、どんぐり手帳、バスタオル
	10月31日(火)	～1時	H28年12月後半生まれ（16日以後生まれ）	
1歳 6か月児	10月 5日(木)	午後0時40分	H28年4月前半生まれ（15日以前生まれ）	問診票、母子健康手帳、どんぐり手帳
	10月23日(月)	～1時	H28年4月後半生まれ（16日以後生まれ）	
2歳児	10月13日(金)	午後0時40分	H27年10月前半生まれ（15日以前生まれ）	問診票、母子健康手帳、どんぐり手帳、歯ブラシ、コップ、タオル
	10月24日(火)	～1時	H27年10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	10月11日(水)	午後0時40分	H26年10月前半生まれ（15日以前生まれ）	問診票、母子健康手帳、どんぐり手帳、目と耳のアンケート、尿（郵送した用紙・容器をお使いください）
	10月30日(月)	～1時	H26年10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	10月18日(水)	生後5か月～ 12か月未満の方	生後5か月～12か月未満の間に1回接種します(標準接種5～8か月)。
四種混合 (ジフテリア 破傷風 百日ぜき 不活化ポリオ)	10月 3日(火)	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1期初回3回目終了後、1年から 1年半の間に1回接種します。
	10月16日(月)		
日本脳炎	10月 2日(月)	生後3歳～ 7歳6か月未満	1期は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。
	10月17日(火)		

(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。

相談会名	日 時	会 場
中大塩地区健康相談会	10月17日(火) 午前9時30分～11時	中大塩地区コミュニティセンター
金沢地区育児健康相談	10月19日(木) 午前9時～11時	金沢保育園リズム室
玉川地区育児相談交流会	10月10日(火) 午前10時～11時15分	玉川地区コミュニティセンター 2階
豊平地区育児相談交流会	10月11日(水) 午前10時～11時15分	豊平地区コミュニティセンター
宮川地区育児相談会 &親子ふれあい遊び	10月18日(水) 午前9時～11時30分	宮川地区コミュニティセンター
北部育児相談会	10月19日(木) 午前9時30分～11時	星空館(北山地区コミュニティセンター)
よねざわこども館未就園児の集い &米沢育児相談会	10月27日(金) 午前10時～11時30分	米沢地区コミュニティセンター

北部中学校男子バレーボール部

熱中！ クラブ活動

No.45

所属人数12人

男子バレーボール部のモットー

良くも悪くも、日常生活がプレーに表れるもの。「よきバレーボール部員である前に、よき中学生であれ」という指導を受けて活動しています。まだまだできないことや課題は多いけれど、一歩ずつ上達し、人としても成長していきたいと思っています。

6月まで一緒にプレーしていた三年生に力があり、県大会出場（南信地区から4校）を目指して活動してきましたが、惜しくも地区大会で敗退してしまい、1・2年生での活動がスタートしました。「目標は、自分たちの力を把握してからでなければ現実的なものにならない」という方針で、現在はまだ具体的な目標を立てていません。ただ、先輩たちが目標を達成できなかった悔しさを自分たちが晴らしたいという思いは強く持っています。

アピールポイント

いつも熱心に応援してくれる保護者の皆様、忙しくても指導にかけつけてくれるコーチなど、多くの方々の熱い思いに支えられてバレーボールができています。

部長 ながさわ 長澤 ともや 知哉 さん

代表者から



自分たちが最高学年になり、気持ちの持ち方や練習への取り組みが変わった気がします。部活動を支えてくれている保護者の方や教えて下さる先生やコーチへの感謝を忘れず、これからもがんばりたいです。

顧問 うしやま 牛山 なおや 尚哉 先生

顧問の先生から



部員たちには活動の意味や目的を考え、支えてくれる方々への感謝の気持ちを忘れずに取り組んでほしいと願っています。そして、「部員たち一人ひとりの人間的成長」を最大の目的とし、それを達成するための過程で、試合で勝つなどの競技成績の向上が必要だと考え、日々指導に当たっています。

ビーナチャンネル

番組表

LCV11ch

※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。

問い合わせ 地域戦略課広報戦略係 ☎0266-72-2101 (内線235)

茅野市行政チャンネル「ビーナチャンネル」は
LCV11chで放送しています。
放送内容・時間等は予告なく変更する場合が
あります。

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
14分～ シリーズ番組
20分～ 投稿ビデオコーナー
30分～ 文字放送



てれびーな

放送期間

こんにちは茅野市です 放送内容

10月1日
～10月7日

●「中高年のための健康体操～体幹トレーニング～」参加者募集
●まちづくりコーディネーター養成講座
●北山小学校開校記念運動会

10月8日
～10月14日

●「スロージョギング」参加者募集
●多留姫文学自然の里 収穫祭
●0123広場ハロウィーン・CHUKOらんどチノ文化祭

10月15日
～10月21日

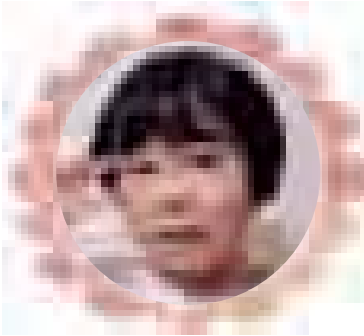
●ゆいわく 茅野1周年記念祭のお知らせ
●小泉山 秋の植物観察会
●茅野市民館 小学4年生招待公演「ピノッキオ」

10月22日
～10月31日

●金沢小学校 きのご遠足
●槻木廻り舞台「秋の会」
●縄文かるたのご紹介

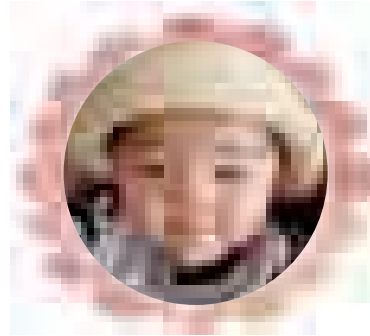
おたんじょうび おめでとう

茅野市内の12月生まれの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10月5日(木)。メールアドレス: c.senryaku@city.chino.lg.jp



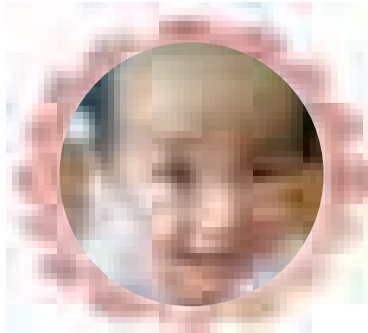
よこぜき 楓ちゃん
横関 楓ちゃん

H26.10.30生まれ 3歳
かえたん、誕生日おめでとう！
手遊び・お歌がとってもじょうずだね♪すくすく元気に大きくな～れ☆



おざわ ひなた
小澤 陽太くん

H28.10.8生まれ 1歳
お誕生日おめでとう♡
あつとゆうまに1歳だね。
いっぱい遊んで大きくなってね!!



おおうち あきとも
大内 秋朋くん

H28.10.1生まれ 1歳
ぽーちゃんお誕生日おめでとう。いっぱい食べて大きくなあれ。
「はやく歩けるようになってね」姉より。



なとり あいな
名取 藍那ちゃん

H27.10.25生まれ 2歳
2歳おめでとう☆
天真爛漫なあなちゃんとの毎日とはとても楽しいよ♪
沢山の愛に囲まれておっきくなあれ☆

KOBAYASHI FLOWER SHOP

〒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

http://www.k-flower.co.jp http://roseshop.jp

<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 No.880
10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11月号 10月20日(金)発行です

◎広報紙に掲載されたあなたの写真を差し上げます。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。

広
告