

広報 2019

令和元年  
No.903

9月号

# ちの Chino City

ちの市議会だより

特集

ほいくのげんば 成長のひろば

# 特集

## ほいくのげんば ～成長のひろば～



茅野市には公立保育園（市が運営）が15園、私立保育園（社会福祉法人が運営）が2園、私立認定こども園（社会福祉法人が運営）が1園、私立幼稚園（学校法人が運営）が1園あります。

仕事などで、家庭で子どもの保育ができない保護者に代わって0歳児から小学校就学前までの乳幼児を保育する場所であるとともに、様々な体験を通して未来を担う子どもたちの成長を育む場所となっています。子どもたちは自ら気づき考え、工夫しながら遊びをくりかえすことで学びの芽ばえが培われています。

「どうしてこのだんごむし、まるくならないの?」「やった!むずかしいめいろができたよ。たのしいね」そんな声が聞こえてくる園での生活。今号では「ほいくのげんば」の様子やそこで働く保育士さんの想いなどを紹介します。

問 幼児教育課 幼児教育係

☎ 72-2101

(内線622・623)

# ある1日の園の様子(北山保育園)

北山保育園の年長さんのクラスを1日取材させていただきました。



## 8:50 登園

子どもたちが元気に登園してきます。登園した子どもから竹馬の練習をしたりしていました。

## 9:00 朝の会

一日の日程の確認などを行います。この日は給食に出てくるスイカにちなんだ絵本の読み聞かせがありました。



## 9:30 体操

園の子どもたち全員が集まり体操をします。リズムに合わせて元気に体を動かしていました。

## 10:00 畑で収穫・プール遊び

畑で野菜の収穫!ナスやキュウリを収穫し給食に混ぜてもらいました。その後、隣の北山小学校のプールへ移動。大きなプールで水に親しみ、楽しんでいました。



## 11:30 給食

畑で収穫したナス入りのマーボー豆腐などを美味しく残さず食べていました。また大きなスイカも出てきて、みんな嬉しそうでした。

## 13:00 お昼寝

先生の読み聞かせとともに眠りにつきます。先生は寝ている間も子どもたちが安心して眠れるように気を配ります。



## 15:00 おやつ

この日のおやつはおせんべいと牛乳。お友達と仲良く話しながら食べていました。

## 15:20 帰りの会・お迎え

次の日のお当番さんの紹介などをして、みんなで輪になり「さようなら」のごあいさつ。「また明日」と保護者のお迎えで帰っていきました。



## 突撃インタビュー!

### 現役保育士に聞きました

# 「きっかけとやりがいは何ですか？」

小学生や中学生のなりたい職業ランキングで上位の保育士さん。そんな保育士さんに保育士になろうと思ったきっかけや、やりがいをお聞きしました。



一番近くで成長を見られる

よこうち認定こども園  
小倉 みかさん

#### 保育園の時の先生に憧れて

小さい頃から保育士になりたいと思っていました。私が保育園に通っていた時の担任の先生がとてもいい先生でしたので、そんな先生に憧れて私もなりたいと思いました。

#### できなかったことができた時

保育士のやりがいは一番近くで子どもたちの成長を見られることだと思います。昨日できなかったことが次の日にはできていたりします。そんな姿を見られた時には嬉しくなり子どもと一緒に喜べるので、素敵な仕事だなと感じています。

子どもたちはとても発想力が豊かなので、大人が思いつかないことも言ってきたりします。そういった考えもあるんだなと思いつつ、子どもの成長を日々感じます。



子どもを笑顔でいっぱいになりたい

中大塩保育園  
丸山 陽加さん

#### 高校生の時の授業がきっかけ

高校生の時に様々な分野の先生の話聞く機会がありました。その時に保育士の先生の話聞き、子どもの気持ちや接し方を考えるといった話から保育士という仕事に興味を持ちました。それがきっかけで職場体験にも保育園へ行きました。

#### 日々、表情や思いをとらえながら

子どもが笑顔でいっぱいになった瞬間にやりがいを感ずきます。どうして泣いているのか、何が嫌なのか分からずに悩むことは多いです。そんな時でも私の行動一つで子どもが楽しそうな表情になると嬉しくなります。子どもたちにどんな関わりをすると喜ぶか、笑顔になるかを考えながら保育という仕事と向き合っています。



心の動く瞬間を立ち会える

宮川保育園  
加藤 高史さん

#### 弟のお迎えで

中学生の時に歳の離れた弟のお迎えに行くことが多かったのですが、弟の担任である男性の保育士さんを見てなりたいなと思いました。またその時に寄ってきてくれる子どもたちと一緒に遊んでいたこともきっかけの一つです。

#### この仕事でしか味わえない

子どもが自ら「ごめんね」が言えた場面、周りの子ができたことを自分もできるようになりたいと努力している場面などに立ち会うと子どもの心の動く瞬間を見たと感じます。そんな子どもの成長に立ち会えることはやりがいの一つです。

また、子どもたちが頼ってきてくれた時や、保護者の方に感謝してもらった時には、この仕事でしか感じられないやりがいを感ずきます。



子どもの成長に寄り添う

宮川保育園  
西 太地さん

#### きっかけは大学生のとき

保育士になろうと思ったのは将来に悩んでいた大学生の頃。保育園の前を通りがかった時に園の様子を見て、子どもと遊ぶことを仕事にしたいと思いました。昔、団地に住んでいて小さな子どもと遊ぶのが好きだったことも理由だったと思います。そこで大学を辞めて、保育の専門学校に進みました。

#### 日々成長する子どもたちのたくましさ

年少のクラスを担当しているのですが、四月には自分の身の回りのことができない子や泣いてしまう子もいました。そんな子たちが行事や日々の生活を通してたくましく成長しています。その成長が見られること、その成長に寄り添えるところにこの仕事のおもしろさがあると思います。

## 一日保育士体験

市内の17保育園・1認定こども園では、一日保育士体験を行っています。これは、保護者の方が自分の子どものクラスに入り、保育園での生活や遊び、学びの実体験をしてわが子やほかの多くの子どもたちと触れ合うことで、子どもの育ちや育児に対する視野を広げ、家庭での育児を見直す機会のきっかけ作りをしています。

希望する方は在園している保育園・認定こども園へ、希望する日をお申し込みください。



### 一日保育士体験 参加者の声

牛山 和宏さん

他の友達と遊んでいる様子など、普段家では見ることのできない子どもの顔を見れたことがとても印象強いです。他の子どもたちの様子を見ながら、それぞれ遊びたいことも遊び方も違うので、こちらとしてもいい発見・経験になりました。

また、先生の接し方や話し方は勉強になりました。家での生活にも生かしていきたいなと思います。



子どもが主体の場として

自らの学びを育てる

「虹を作りたいよー!」

「虹が見えるのはどんなところかな?」

「海を作りたい!」

「じゃあ海の水は塩水だよね」

園では子どもたちのやりたいことや疑問に耳を傾け、それらを形にする手助けをしています。

例えば虹を作りたいという子どもがいるクラスでは、どうしたら虹を作れるかを考え、様々な場所で作ってみようと試みました。実際に虹が見られた時には、子どもたちは大変喜びました。

海を作りたいと話した子どものクラスは、海水はどのくらいの濃さの塩水なのかを考えて、子どもたち自身で塩の量を調整して海を作り出しました。

子どもたちは多くのご興味・関心を持っています。この二つの遊びは、子どもたちの「実験をしたい!」という声から広がった遊びでした。

子どもの想いに保育士が応えていくような環境でありたいと思っています。



ちの保育園  
園長 小池 のり子

行きたくなる園であるように

茅野市内の保育施設すべてが、子どもが行きたいと思える場所でありたいと思っています。子ども自身が安心できる場所、自分を出せる場所、そして楽しいと思える場所でありたいですね。そのためにも保育士は言葉遣いやかわり方を工夫して、子どもたち中心の園になるように努めています。

地域とともに成長を

地域の方々には、日ごろ園の子どもたちのことを気にしてくださり、とても感謝しています。これからも地域の方々と一緒に成長できる環境でありたいと思います。皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いします。

# 令和2年度 保育園等

# 入

# 所

# 受

# 付

令和2年度中に、保育園・認定こども園（以下「保育園等」という。）に入所を希望される児童の入所説明会と入所受付を行います。

4月からの入所に関わらず、産休・育休明けからの年度途中入所や、これから出産予定のお子さまの事前入所申し込みも出来ますので、令和2年度中に入所希望の方は入所説明会にお越しください。（保育園等への入所は生後6カ月を経過してからとなります。）

日程等は、次ページの一覧表をご覧ください。

## 入所できる児童

保育園等に入所できる児童は、児童の年齢と保育の必要性に応じた認定を受けた児童です。ただし1号認定児童は、保育園の定員管理に支障が無ければ入所することができます。

設定区分	対象年齢	対象者
1号	満3歳以上	2号認定に該当しない児童
2号		保育を必要とする事由に該当する児童
3号	満3歳未満	

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

**保育を必要とする事由**▶児童の保護者が次のいずれかに該当する必要があります。

- ①月64時間以上の就労（会社勤務、パートタイム、内職、自営業等）  
※原則として労働に見合った対価を給与または報酬等として受け取っている
- ②妊娠、出産（産前3カ月・産後6カ月）
- ③保護者の疾病、障害
- ④疾病、または身体に障害を有する親族の常時介護
- ⑤震災、火災、風水害等での災害復旧
- ⑥起業準備を含む求職活動（入所月を含む3カ月間）
- ⑦就学（職業訓練校等における職業訓練を含む）
- ⑧市長が認める①～⑦に類する状態にある

## 市外の保育園にも入所できます

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

## すでに保育園等に入所している児童の手続き

現在保育園等に入所している児童で、継続入所の申し込み等が必要な方には、通園している保育園等から別途お知らせします。（広域入所児童は除きます。）ただし、令和元年度中に保育を必要とする事由が喪失することにより、途中退園となる3歳未満の児童で、令和2年度から新たに入所を希望する場合は、入所説明会、入所受付にお越しください。

## 保育園の耐震改修工事を行います

みどりヶ丘保育園の統廃合について検討を行ってきた結果、市の方針として統廃合の時期を見直し、10年間存続することになりましたので、令和2年度から耐震性のないみどりヶ丘保育園の耐震工事を実施します。工事期間中は、近隣園での合同保育を予定しています。

詳細については、入所説明会でご案内いたします。



## 茅野聖母幼稚園入園受付

自園給食の試食があります！

**所在地** 茅野市仲町14-7 **予定定員** 120名

**開所時間** 午前8時～午後5時30分

【午前8時～8時30分 早朝預かり(無料)

午後2時45分～5時30分 午後預かり(有料)】

**入園説明会** 10月2日(水) 午前11時～

申込・予約は不要です。

**入園願書受付** 10月2日(水)受付開始 以降随時受付

**第1次願書締切** 10月11日(金)

**問** 茅野聖母幼稚園 ☎72-3512

## しゃれんどきっず園入園受付

**所在地** 茅野市ちの2819 **予定定員** 24名

**開所時間** 午前7時30分～午後6時30分

(土・日・祝日含む)

**入園説明会** 10月4日(金) 午後4時～ 申込不要

**入園願書受付** 10月23日(水)受付開始 以降随時受付

**願書締切** 10月30日(水)

**問** しゃれんどきっず園 ☎82-8066

## 令和2年度 入所説明会および入所受付日程表

入所説明会で保育の内容を聞いたり、保育園等の様子を見たりして、保護者が園を選択できます。ただし、年齢ごとの受け入れ可能人数を超える申し込みがあった場合は、第一希望以外の保育園等に入所していただく場合があります。

### 入所説明会 ※託児あり

**とき** 下記一覧表のとおりとなります。  
**受付時間は各保育園等で異なります。**

**ところ** 保育園等リズム室  
**内容** 入所申込書類の配布、記入方法の説明、保育の内容、保育園等の生活について  
**持ち物** 筆記用具

### 入所受付

**とき** 下記一覧表のとおりとなります。  
**受付時間は保育園等で異なります。**

**ところ** 保育園等 **内容** 入所申込受付、面接  
**持ち物** ・入所説明会で配布する入所申込書類 一式  
・その他入所説明会で提出を依頼するもの  
※入所説明会にお越しいただけない方は、市役所幼児教育課(6階72番窓口)にて書類のお渡し、説明等ができます。

	施設名	電話番号	開所時間	乳児	予定定員 (内3才未満児)	入所説明会			入所受付	
							受付	開始		
公	ちの保育園	72-3076	7:30~19:00	○	200 (50)	9月27日(金)	16:00	16:15	10月23日(水)	9:00~10:30
公	宮川保育園	72-2601	7:30~19:00	○	120 (30)	10月1日(火)	16:00	16:15	10月30日(水)	9:00~10:30
公	宮川第二保育園(注1)	72-2589	7:30~18:30	○	60 (21)	10月1日(火)	16:00	16:15	10月30日(水)	14:30~15:30
公	玉川保育園	72-3265	7:30~19:00	○	220 (50)	9月24日(火)	16:00	16:15	10月28日(月)	9:00~10:30
公	湖東保育園	78-2637	7:30~18:30	○	130 (40)	9月30日(月)	16:00	16:15	10月29日(火)	14:30~15:30
公	笹原保育園	76-2512	8:00~16:00		35 (5)	9月25日(水)	16:00	16:15	10月24日(木)	14:30~15:30
公	豊平保育園	72-2925	7:30~18:30	○	100 (20)	9月26日(木)	16:00	16:15	10月23日(水)	14:30~15:30
公	北山保育園	78-2330	7:30~18:30	○	100 (20)	9月30日(月)	16:00	16:15	10月29日(火)	14:30~15:30
公	中央保育園	72-2602	7:30~18:30	○	90 (24)	9月27日(金)	16:00	16:15	10月24日(木)	14:30~15:30
公	米沢保育園	72-6249	7:30~18:30	○	120 (30)	9月25日(水)	16:00	16:15	10月28日(月)	14:30~15:30
公	金沢保育園	72-2419	7:30~18:30	○	100 (20)	9月24日(火)	16:00	16:15	10月23日(水)	14:30~15:30
公	泉野保育園	79-3639	8:00~16:00	○	60 (17)	9月24日(火)	16:00	16:15	10月25日(金)	14:30~15:30
公	小泉保育園	72-7401	7:30~18:30	○	90 (24)	9月26日(木)	16:00	16:15	10月25日(金)	14:30~15:30
公	みどりヶ丘保育園	72-0333	7:30~16:00	○	90 (24)	10月1日(火)	16:00	16:15	10月30日(水)	14:30~15:30
公	中大塩保育園(注2)	72-3126	7:30~18:30	○	100 (26)	9月25日(水)	16:00	16:15	10月28日(月)	14:30~15:30
私	玉川どんぐり保育園	82-5588	7:30~19:00	○	210 (40)	9月26日(木)	16:15	16:30	10月25日(金)	9:15~10:30
私	わかば保育園	72-7016	7:30~19:00	○	200 (33)	9月30日(月)	16:15	16:30	10月24日(木)	9:15~10:30
私	よこうち認定こども園(注3)	75-1120	7:30~19:00	○	120 (33)	9月25日(水)	16:15	16:30	10月29日(火)	9:15~10:30

(注1) リノベーション工事期間中につき、会場は宮川保育園になります。

(注2) リノベーション工事期間中につき、会場は米沢保育園になります。

(注3) よこうち認定こども園に1号認定児童として入所を希望する場合は、よこうち認定こども園の受付日にお越しください。

茅野市ホームページでも詳細を確認いただけます。ご不明な点等ありましたら下記までお問い合わせください。

問 幼児教育課 幼児教育係 ☎72-2101 (内線622・623)

令和元年度

# 茅野市 総合防災訓練

9月1日(日) 午前8時～

地域住民、自主防災組織および防災関係機関が相互に連携して、茅野市総合防災訓練を実施します。

問い合わせ 防災課 ☎72-2101(内線182)

会場 長峰中学校



地震により壊滅的な被害が発生した場合を想定し、市民、自主防災組織及び防災関係機関による、人命に係る初期活動に重点を置いた訓練を実施します。本年の訓練は、「展示型訓練」ではなく、「実働型・実践型訓練」を行うため、訓練種目を限定し、実際の災害を想定した動きを確認する訓練を実施します。

## ☆総合防災訓練での訓練内容

- 災害対策本部の設置
- 安否確認訓練
- 広域医療救護活動訓練
- 情報伝達訓練
- 被害情報把握訓練
- 緊急車両通行用道路確保訓練
- 倒壊家屋からの救出訓練
- 避難所開設訓練
- ほか



## ☆各自主防災組織での訓練内容

午前7時に地震が発生した想定での訓練を実施していただきます。内陸性直下型の地震(震度7)が発生し市内全域にわたり家屋の倒壊、火災、道路の亀裂、土砂崩落による道路の寸断、水道管の破裂など大きな被害が生じたことを想定した訓練となります。区民の皆さん、自主防災組織役員、区関係団体役員の方に参加していただきます。

### ◇避難行動

住民は安否確認の後、区・自治会避難集合場所に避難を開始します。避難途中で住民の救出、初期消火、避難行動要支援者の支援を行いながら避難します。各自主防災組織で行われる訓練にご参加ください。

### ◇情報収集

区・自治会避難集合場所では直ちに自主防災組織の会長の下に情報収集や情報伝達等を行います。

前日8月31日(土)午後6時に防災訓練の事前告知放送を行います。また、当日9月1日(日)午前7時に防災訓練のためのサイレンを流しますが、訓練ですのであらかじめお知らせします。

# 水害・土砂災害について、市町村が出す避難情報と、国や県が出す防災気象情報を、5段階※1に整理しました。

※1 各種の情報は、警戒レベル1～5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。

〈避難情報等〉			〈防災気象情報〉	
警戒レベル	避難行動等	避難情報等	【警戒レベル相当情報(例)】	
<b>警戒レベル 5</b>	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。	<b>災害発生情報</b> ※2 ※2 災害が実際に発生していることを把握した場合に可能な範囲で発令〔市町村が発令〕	<b>警戒レベル5相当情報</b> 氾濫発生情報 大雨特別警報 等	
<b>警戒レベル 4</b> <b>全員避難</b>	速やかに避難先へ避難しましょう。公的な避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内より安全な場所に避難しましょう。	<b>避難勧告 避難指示(緊急)</b> ※3 ※3 地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合等に発令〔市町村が発令〕	<b>警戒レベル4相当情報</b> 氾濫危険情報 土砂災害警戒情報 等	
<b>警戒レベル 3</b> <b>高齢者等は避難</b>	避難に時間を要する人（ご高齢の方、障害のある方、乳幼児等）とその支援者は避難をしましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	<b>避難準備・ 高齢者等避難開始</b> 〔市町村が発令〕	<b>警戒レベル3相当情報</b> 氾濫警戒情報 洪水警報 等	
<b>警戒レベル 2</b>	避難に備え、ハザードマップ等により、自らの <b>避難行動を確認</b> しましょう。	<b>洪水注意報 大雨注意報等</b> 〔気象庁が発表〕	これらは、住民が自主的に避難行動をとるために参考とする情報です。	
<b>警戒レベル 1</b>	災害への心構えを高めましょう。	<b>早期注意情報</b> 〔気象庁が発表〕		

(国土交通省、気象庁、長野県が発表)

## Q&A

**質問1) 防災気象情報は出てるけど、避難情報が出ていないときはどうすればいいの？**

⇒市町村は、様々な情報をもとに、避難情報を発令する判断を行うことから、必ずしも防災気象情報と同じレベルの避難情報が、同時に発令されるわけではありません。

自らの命は自ら守る意識を持ち、防災気象情報も参考にしながら適切な避難行動をとってください。

**質問2) 避難指示(緊急)は、避難勧告と同じ警戒レベル4に位置付けられたけど、考え方が変わったの？**

⇒避難指示(緊急)は、地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促す場合などに発令されるもので、必ず発令されるものではありません。避難勧告が発令され次第、避難指示(緊急)を待たずに速やかに避難をしてください。

**質問3) 洪水で「警戒レベル4相当情報」が既に出ているなかで、土砂災害で「警戒レベル3相当情報」が出たけど洪水のレベルも4から3に下がったということなの？**

⇒洪水の危険性が4から3に下がったわけではありません。洪水は4のままで、土砂災害の3が追加されたのであり、その地域は洪水と土砂災害、両方の災害を警戒する必要があります。

### 各地区の防災マップを作りますか？

避難場所や危険箇所を記したマップになります。地域住民がいざというときの自主避難を議論し、防災情報や過去の災害状況を集約し、マップにすることで、住民みんなで災害に備え、犠牲者ゼロを目指します。

右図は2019年3月に米沢地区鑄物師屋区で作った防災マップです。

地区防災マップには、過去の災害状況、予兆状況、避難場所、地区の危険箇所等を記します。





# 令和元年度茅野市表彰式

～市の発展にお力をいただいた方々を表彰～

問 総務課 行政係  
☎72-2101(内線 132)

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

自治功労・産業功労・社会福祉功労・教育文化功労・人命救助功労として市長表彰が、また、篤志寄付、市政にご協力いただいた個人・団体に市長感謝状が贈られました。

## 茅野市表彰式表彰者(敬称略)

### ◇特別自治功労

柳 平 千代一 (地方自治の振興)

### ◇自治功労

鶴 石 悠 紀 (地方自治の振興)

五 味 正 明 (地方自治の振興)

柳 澤 孝 男 (地方自治の振興)

伊 藤 隆 生 (地方自治の振興)

### ◇産業功労

両 角 善 朗 (農業の振興)

(令和元年7月13日ご逝去)

五 味 嘉 江 (寒天業の振興)

### ◇社会福祉功労

金 井 武 志 (地域福祉の推進)

笠 井 嘉代子 (保護司の活動)

有 賀 英 和 (保護司の活動)

小 口 晋 平 (保健医療福祉の推進)

### ◇教育文化功労

長谷川 孟 三 (体育の振興)

山 岸 文 典 (体育の振興)

宮 坂 和 生 (社会教育の振興)

矢 崎 善 保 (社会教育の振興)

吉 田 一 雄 (地域教育の推進)

### ◇人命救助功労

宮 澤 敦 仁 (人命救助)

### ◇篤志寄付

伊 藤 淳 二 (一般寄付金)

株式会社ハイライト

代表取締役 岡 部 憲 一 (環境整備事業寄付金)

小 山 勲 (オルガンの寄贈)

藤 森 照 信 (スケッチ等の寄贈)

小 林 定 夫 (絵画の寄贈)

### ◇市政協力

上 原 久美子 (統計調査員)

小 林 丈 夫 (市税納税協力)

### ◇永年勤続(自治功労)

両 角 直 樹 加賀美 積

伊 藤 弘 通 五 味 正 忠

竹 内 こずえ 井 出 弘



# サイエンスフェスタ in ちの 2019

👑 **みて、さわって、つくってみよう!**

**参加費無料!**

## 体験コース

### ★オムニライド



一つの球に乗って移動する  
パーソナルモビリティ「オムニライド」  
様々な場面での活用が期待されている  
“未来の乗り物”に乗ってみよう!

### ★フラネタリウム

風船のような直径5メートルの  
エアドームに入って満天の星を  
体験できます!

会場：市民館アトリエ (2F)

投影時間

①12:10②12:50③13:30

④14:15⑤14:55⑥15:30

※入場整理券を12:00より配布します。



### ★ガウスの加速器



「おや 不思議!  
だんだん球が速く動くぞ。  
どうしてなんだろう?

### ★車輪のない電車



リニアモーターの仕組みを  
ちよつとのぞいてみよう!



### ★空気砲



「空気砲の空気は  
どのように飛び出すのかな?」

### ★科学実験ショー



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

## ものづくりコース

### ★3Dプリンタで オリジナルメダルを作ろ

3Dプリンタを使って、オリジナルのプラスチック  
製メダルを作る体験です。  
自分の作りたいメダルの形や、彫る文字などを  
考えてきてね!

- ・先着順 約60名受付
- ・体験時間 約30分
- ・対象年齢 小学生以上  
(PC操作はある程度できる方がよい)



### ★アイロンビーズ

熱可塑性樹脂の性質を利用して  
かわいいアクセサリーを作ろう!



### ★人工いくら



アルギン酸ナトリウム水溶液を  
塩化カルシウム水溶液に垂らすと、  
甘くてきれいな人工いくらが出来上がり!

### ★万華鏡

身近な材料を使って  
きれいな万華鏡を作ろう!



### ★プラ板

可塑性と弾性を  
理解して、世界に一つだけのプラ板を作ろう!



### ★DNAビーズ



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

### ★スーパーボール



ゴム樹脂のラテックスと  
クエン酸で、飛び跳ねる  
スーパーボールを作ろう!

### ★何でも飛ばそう!



紙を切ったり輪にしたりして、  
なんでも飛ばしちゃう!

### ★バルーンアート



空気を風船に閉じ込めて  
バルーンアートを楽しもう!

**9月15日(日) 正午~16時**  
**茅野市民館マルチホール、アトリエ**

◆主催 サイエンスフェスタ in ちの 2019 実行委員会  
[構成団体 茅野・産業振興プラザ/公立諏訪東京理科大学/東海大学付属諏訪高校]

◆共催 茅野市八ヶ岳総合博物館

◆後援 茅野市教育委員会/茅野市精密工業連合会/茅野TMO

お問い合わせ先  
茅野・産業振興プラザ ☎0266-75-2030



**10時~16時**  
**エキナカ市**  
**同時開催!**



茅野駅 2F 連絡通路に  
屋台村が出現!  
美味しいものがいっぱい!

## イベント

### 第29回茅野市農業祭 (第15回JA信州諏訪茅野市会場農業祭)

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



とき **9月23日**(月・祝)

ところ 茅野市運動公園

#### イベント内容

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

お願い ・駐車は指定の駐車場へお願いします。  
・ゴミはお持ち帰りください。

## イベント

### 参加者には景品をプレゼント! 森でエコサバイバル

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



茅野市地球温暖化対策地域協議会では、自然の中で楽しみながら環境について考え、いざという時に役立つ知識を習得できるイベントを開催します。どうぞ、ご家族やお友達とお越しください!

とき **9月7日**(土) 午後1時~3時30分(雨天決行)

ところ 青少年自然の森 管理棟駐車場集合

内容 ●森の中にある自然のエネルギーで火おこし体験  
●エコクッキング体験

定員 30名 (先着順)

持ち物 軍手・帽子・汚れてもよい服装

申込期間 9月4日(水)までに、氏名、住所、参加人数、  
ご連絡先を上記までお申し込みください。

## 講座

### 目指せ「厨房男子」! 男性料理教室

申込・問 健康づくり推進課(健康管理センター内) ☎82-0105



みんなに喜ばれる料理を作ってみませんか?  
いつもの家庭料理を、おいしく作れるコツを教えます!  
初心者の男性、大歓迎!あなたも厨房男子になりましょう!!

#### 第1回 鯛の手開きに挑戦

とき **9月27日**(金)

メニュー いわしのカラフルソース、きゅうりのごま風味漬け、レタスのミルクスープ

対象者 市内在住の男性 定員 18名

時間 いずれも午前10時~午後1時30分

ところ 健康管理センター 2階

参加費 300円

持ち物 エプロン、三角巾

## イベント

### 多留姫文学自然の里 稲刈まつり

問 生涯学習課 生涯学習係☎72-2101 (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、稲刈り鎌を使って手作業で稲刈りを行ない、はぜにかけて干す「稲刈まつり」を開催します。申し込みは不要ですので、お友達やご家族そろってご参加ください。これまで田植えや稲虫まつりに参加されなかった方など、どなたでも参加可能です。

とき **9月29日**(日) 午前9時30分~正午

ところ 多留姫文学自然の里「神田」

## 講座

# 認知症予防講座入門編

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 ☎72-2101 (内線334・335)

認知症と聞くと「嫌だな」、「パートナーが認知症になったらどうしよう」・・・そんな不安が頭をよぎります。でも、年をとれば、誰にでも起こり得ることです。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。

**参加費** 無料

**対象** 市内在住の65歳以上の方

**定員** 30人(申込先着順)

**申込期間**

9月9日(月)から、平日午前8時30分～午後5時15分まで、上記の申込先まで電話にてお申し込みください。

	開催日・場所	内容(予定)
第1回	10月8日(火) 午後1時30分～4時 諏訪中央病院講堂	『①認知症の方を地域で支える、②認知症基礎講座Ⅰ』 講師①：NPO法人福寿草理事長 小池 歩美 講師②：諏訪中央病院副院長 高木 宏明
第2回	10月16日(水) 午後1時30分～4時 諏訪中央病院講堂	『①介護保険と茅野市の高齢者福祉の取組、②認知症基礎講座Ⅱ』 講師①：茅野市高齢者・保険課 伊藤 浩志 講師②：諏訪中央病院副院長 高木 宏明
第3回	10月24日(木) 午後1時30分～4時 諏訪中央病院講堂	『①口腔ケアのお話、②頭とからだを動かそうⅠ』 講師①：歯科衛生士 笠原 一子 講師②：茅野市健康運動指導士 川崎 美絵子
第4回	10月30日(水) 午後1時30分～4時 諏訪中央病院講堂	『①栄養のお話、②認知症基礎講座Ⅲ』 講師①：管理栄養士 藤森 陽子 講師②：諏訪中央病院副院長 高木 宏明
第5回	11月7日(木) 午後1時30分～4時 諏訪中央病院講堂	『①認知症サポーターについて、②頭とからだを動かそうⅡ』 講師①：認知症キャラバン・メイト 藤野 真和 講師②：茅野市健康運動指導士 川崎 美絵子

## お知らせ

### (仮称)笹原保育園民営化運営 検討委員会の委員募集

問 幼児教育課 保育総務係 ☎72-2101 (内線625)  
FAX73-9843 Eメールyojikyoku@city.chino.lg.jp

笹原保育園の民営化にあたり、保育園の運営内容、運営経費、運営業者の選定方法などを検討していただきます。

**任期** 令和元年10月～令和2年9月(予定)

**応募資格**

- ・市内在住の18歳以上の方
- ・市内で子育てをしている方やこれから子育てをする子育て世代の方。
- ・平日の昼間または夜間に開催する会議に出席できる方。

**応募方法**

応募理由を400字程度にまとめ、氏名、住所、電話番号を明記し、Eメール、FAX、郵便などで幼児教育課へ提出してください。(様式は自由)

**募集人員** 若干名 **応募期限** 9月17日(火)

- その他** ・報酬や日当、旅費の支払いはありません。
- ・10月から、月1回程度の会議を予定しています。
  - ・会議中は、生後8か月以降の未就学児の託児を予定しています。
  - ・提出された応募書類はお返しできませんのであらかじめご了承ください。

## 講座

### 女性のための 自分も相手も大事にする コミュニケーショントレーニング

申込・問 家庭教育センター ☎73-0888

**アサーション(コミュニケーションスキル)を学びます。**

職場、地域、PTAの会合、サークル・団体の場やお友達に、自分の思いを上手に相手に伝えるための話し方、方法を学びます。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5日(土)、11月23日(土)**  
午前9時30分～正午  
※2回通して参加する講座です。

ところ **家庭教育センター**

講師 **安納吉野さん**  
(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

**参加費** 無料 **対象** 女性

**定員** 20名

**託児** ご希望の方は申込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)

## 令和元年度実施予定 コミュニティスポーツ教室（後期）

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

地区	教室名	日 時	定 員	参加料	会 場
ちの	インディアカ教室	9/5～9/26 毎週木曜日 全4回 19:00～21:00	20名	無料	永明小学校体育館
	後期ふらば～る教室	10/1～10/29 毎週火曜日 全5回 19:00～21:00	20名	無料	永明小学校体育館
宮川	後期インディアカ教室	9/4～12/11 (10月を除く) 毎週水曜日 全10回 19:00～21:00	30名	無料	宮川小学校体育館 (入口側半面)
	ニュースポーツ教室 (ヘルスポール)	10/2～10/30 毎週水曜日 全5回 19:00～21:00	30名	無料	宮川小学校体育館 (入口側半面)
米沢	ニュースポーツ教室 (後期)	9/6～12/13 (11/22を除く) 毎週金曜日 全14回 19:15～21:00	20名	無料	米沢小学校体育館 (入口側半面)
	秋 東急リゾート内ウォーキング	10/5 (土) 9:00～14:00	10名	無料	東急リゾート内 トレッキングコース
玉川	蓼科紅葉ハイキング	10/26 (土) 9:30～14:00	20名	無料	横谷溪谷周辺
	操体法教室	11/30 (土) 14:00～17:00	15名	無料	玉川地区コミュニティーセンター
泉野	ニュースポーツ教室②	9/3～12/19 (10/31・11/28を除く) 毎週火・木曜日 全32回 19:30～21:30	20名	無料	泉野小学校体育館ほか
金沢	心も体もリフレッシュ	9/11～11/13 毎週水曜日 全10回 19:30～21:00	30名	500円	金沢地区コミュニティーセンター
北山	インディアカ教室	8/26～11/25 (9/23を除く) 毎週月曜日 19:00～21:00	20名	無料	北山小学校体育館
	ウォーキング教室	10/26 (土) 10:00～12:00	20名	無料	花蒔周辺
湖東	インディアカ、ふらば～る教室	8/21～11/27 (9/18・25を除く) 毎週水曜日 全15回 20:00～22:00	20名	無料	茅野北部中学校体育館 (入口側半面)
	ウォーキング教室	10/26 (土) 10:00～12:00	20名	無料	花蒔周辺
	ハケ岳親子登山教室	9/7～9/8 1泊2日 6:00～翌日16:00	20名	要確認	夏沢鉱泉 硫黄山荘宿泊
	スノーシュー体験教室	1/18 (土)～1/19 (日) 1泊2日 10:00～翌日12:00	10名	要確認	夏沢鉱泉周辺 夏沢鉱泉宿泊
中大塩	ニュースポーツ教室	9/15 (日)・10/6 (日)・11/10 (日) 12/8 (日) 9:30～12:00	20名	無料	北山小学校体育館
	クップ・ペタンク教室	9/29 (日) 9:30～12:00	10名	無料	中大塩地区コミュニティーセンター 駐車場
	諏訪湖半周ウォーク	11/3 (日) 8:00～11:30	20名	無料	諏訪湖畔

申込・問 お近くのスポーツリーダーまたはスポーツ健康課 ☎72-8399

### 『生涯スポーツ健康講座』

申込・問 スポーツ健康課 ☎72-8399  
FAX 71-1646

生涯スポーツ健康講座を開催いたします。子どもから大人までご参加いただける内容となっております。

**持ち物** 運動のできる服装、上履き、タオル、水分補給用の飲み物

※茅野市健康づくりポイント対象事業（20歳以上の茅野市民の方）です。

教室No	とき	教室名	内容	会場	対象者	定員	締切
1	10月 5日(土) 9:00～12:00	体力測定	体力測定と体力年齢を算出し健康のための運動指導	総合体育館 サブ体育館	20才～79才	20名	9/25 (水)
2	10月16日(水) 14:30～16:00	トレーニング室器具 使用説明会	トレーニング器具の使い方とトレーニング方法を学ぶ	総合体育館 トレーニング室	20才以上	20名	10/7 (月)
3	10月19日(土) 10:00～12:00	筋膜リリース、ヨガ	継続してできる運動を学び、家庭内で継続してできるようにする	総合体育館 柔剣道場	20才以上	10名	10/9 (水)

# 令和元年度 第64回茅野市総合体育大会（後期）

競技種目	期日	会場	集合時間帯	申込締切	申し込み・問合せ先	その他
山 岳	8月31日(土) 9月1日(日)  1泊2日 宿舎： 雲取山荘	雲取山	詳細は、参加者による登山説明会にて行う。説明会の会場と日時は、後日参加者に連絡。	8月21日(水) 午後5：00まで (定員になり次第締め切ります)	事務局 田子 直美 〒391-0002 茅野市塚原1丁目 16-41 (株)プリテック内 Tel 0266-78-4750 FAX0266-78-4760 mail:tago@chinotabi.jp ※FAX、ハガキ、メールのいずれかの方法でお申し込みください。	参加費15,000円程度（交通費・宿泊費・保険代・事務費・他）※参加費は、参加人数により若干変更有。 参加希望者は、氏名、住所、電話番号、生年月日、血液型を記入し、お申し込みください。グループで参加する場合は代表者へ印をつけてください。
グラウンドゴルフ	8月17日(土)	蓼科パークホテル グラウンドゴルフコース	午前9：00	当日までに申込 (当日申し込み可)	事務局 小坂 佑子 Tel兼FAX 0266-52-4698	小学生高学年(4年生以上)、中学生、市内在住、在学、在勤者なら誰でも可。
スローピッチ・ソフトボール		自由広場	午前8：30	9月13日(金)	事務局 小平 正八 Tel 090-4153-9584	詳細は、事務局までお問い合わせください。
合 気 道	10月20日(日)	体育練成館	午前9：00 終了時間 午後0：00	当日までに申込 (当日申し込み可)	事務局 小池みはる Tel 090-2946-0315 Tel兼FAX 72-9455	演武会や、体験コーナーを企画しています。 電話または大会当日会場にて受け付けます。 運動のできる服装で参加。
バスケットボール		総合体育館 (メイン)	午前8：00	11月1日(金) 午後5：00まで	事務局 渡邊 大 Tel 090-7849-2922	中学生以上。市内在住・在勤者のチームで指定の用紙で申し込みください。
ゴ ル フ	11月17日(日)	蓼科高原 カントリークラブ	受付開始 午前7：30 スタート 午前8：34	11月8日(金) 定員になり次第、 締切ります。 (定員:80名)	茅野市ゴルフ協会 事務局 Tel 72-8341 FAX 72-5233	参加者のスタート時間は事前に代表者、参加者へ郵送します。 市内在住・在勤・別荘所有者。 参加料は、事務局までお問い合わせください。
ハンドボール	12月14日(土)	総合体育館 (メイン) 長峰中学校	午前8：00	12月2日(月)	事務局:長坂 直樹 Tel 090-1867-0054	市内在住・在勤・在学者 1チーム6名編成で申し込みください。
ス ケ ー ト	2020年 2月16日(日) (予定)	茅野市国際 スケートセンター (NAO ice OVAL)	開場 午前6：30	2020年 1月19日(日) 午後2：00まで 成人のみ当日 受付可能	茅野市スケート協会 会長 池上 泰司 Tel 72-0694	市内在住・在勤・在学者・市内小中学校出身者。指定の参加申込書と個人票を作成して申し込みください。大会当日受付の特別レースも予定しています。
カーリング	2020年 2月中旬予定 (予定)	未 定	午前8：00	未 定	事務局 平松 Tel 79-2618	市内在住・在勤・在学者。 1チーム4名編成で申し込みください。 個人での申し込みも可。
少林寺拳法	2020年 3月8日(日)	総合体育館 (柔剣道場)	午前11：00	当日までに申込 (当日申し込み可)	体育協会：鷹野 申し込み： FAX 82-0678	市内在住・在勤者及び少林寺拳法協会員 FAXでお申し込み下さい。
ス キ ー	2020年 3月上旬 (予定)	未 定	午前7：30 (予定)	未 定	体育協会 Tel 82-0606	市内在住・在勤・在学者。必ずスポーツ保険等に加入していること。指定の用紙で申し込みください。

## ◎備考

- ・参加資格は、必ずスポーツ保険等に加入しており、特別の規定がない場合茅野市在住、在勤、在学のいずれかの者であること
- ・各競技種目は、今年度の競技規則にて行ない、また、その他は要項・申し合わせ事項にて実施します。

## 申込・問

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

## 茅野市情報プラザ ～ICT講習会参加者募集のお知らせ～

### 暮らしに役立つパソコン！ワード講座（パソコンWindows10を使用）

文書作成に欠かせない定番ソフト「ワード」を使ってイラスト・写真・表の入った文章など一歩進んだテクニックを身につけましょう！

組	時 間	開 催 日
1組	午後1時30分～3時30分	9/27(金)、10/1(火)、10/4(金)、10/8(火)、10/11(金)、10/18(金)
2組	午後7時～9時	

**募集人員** 先着12名

**受講条件** 諏訪地域在住で、全日程出席できる方。ローマ字入力・マウス操作ができる方。

**参加費用** 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（公立諏訪東京理科大学 生涯学習センター内）

**申込期間** 8月27日(火)～9月20日(金) 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。
2. 申込時に、希望講座名・氏名・年齢・電話番号等を確認いたします。
3. 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 公立諏訪東京理科大学 生涯学習センター内

### ★茅野市情報プラザご案内★

茅野市情報プラザには、講習会の会場である多目的ホールのほかに、個人でパソコン・インターネットが利用できるネットワークセンターがあります。持ち込みパソコン・スマートフォン等でWifi接続が可能で、館内パソコンからのスキャナー・プリンターの利用、USBメモリの持ち込みもできます。(印刷は有料)また、パソコン・スマートフォンなどを使っていてわからないことがありましたら、スタッフが問題解決のお手伝いをしていますので、お気軽にご利用ください。

## コラム

# 医療の現場から



## 訪問看護ステーションより

諏訪中央病院訪問看護ステーションいろは 看護師 舟橋 岳示

最近、様々な場面で「訪問看護」ということばを耳にすることが多くなってきたと思います。訪問看護ステーションの看護師はどのような仕事をしているのでしょうか。

その前にひとつお伝えします。私たちは、訪問看護の対象者の方を「患者さん」とは呼びません。「利用者さん」とお呼びすることにしています。それは病院に入院して治療をしているのではなく、ご自宅で生活をされている方だからです。

では、具体的な業務内容です。利用者さんの体温、血圧等を測る全身状態の確認。日常生活のお手伝い（排泄、お風呂などの清潔等の介助）。病状により必要な人工呼吸器、人工肛門(ストーマ)や床ずれ、傷等の管理や処置、尿道カテーテルの交換、さらに内服薬の管理等を行っています。もちろん、状態により必要と判断したら、主治医への連絡も行います。

また、訪問看護の導入にあたり、退院前には多職種での話し合いに参加します。ご自宅に戻られてからは、利用者さんを囲んで多職種で健康状態の確認をしたり、サービス内容を検討する「担当者会議」に出席します。

なかなか見えにくい仕事ですが、私たちはこのようなことを行いながら地域を飛び回り、ご自宅での生活を応援しています。

なお、訪問看護を開始するにあたり、主治医からの指示書が必要となります。ご希望の場合、かかりつけの医師にご相談ください。

# 地域おこし協力隊が行く! Vol.18

ちの観光まちづくり推進機構では、市内の金沢大池、湖東笹原、北山芹ヶ沢の古民家を改装した宿泊施設の開業を来年春に目指しています。

主に国内外の富裕層のお客様が長期滞在することを想定し、茅野市内や市周辺観光、地域住民との交流拠点にしたいと考えています。

建物はもとの古民家の特徴や雰囲気を残し、地域の環境になじむものにします。内装には高級宿泊施設としてふさわしい雰囲気を目指した改装を施しますが、郷土の趣を活かすため、調度品にも地域の古道具などを配置する予定です。

開業にそなえ私たち地域おこし協力隊は、対象の地域で以下のような取り組みを開始しています。

- 宿泊客が楽しみながら地域や文化について理解できるよう、地域の人がガイドし、地域の暮らしを体験する滞在プログラムの開発。 例：まち歩きや郷土料理作り体験等
- 宿泊客が地域の食事を味わえるよう、郷土料理を中心とした質の高い仕出し料理の開発。
- 古民家の中で利用する古道具・古家具の募集。
- 国内外の旅行代理店やメディアへの営業や広報。 等々

## ちの古民家ステイ通信

今月から、皆さんにこのプロジェクトをより知っていただくために、進捗状況をご報告していきます！

### (1) 滞在プログラムの開発(金沢地区)

6月末に金沢地区で「郷土料理体験」のモニターツアーを行いました。また、農家の方々のお宅での「いなか暮らし体験」も、7月頭に金沢でモニターを実施し、今後実施予定です。さらに、同地区では「まち歩きプログラム」を地域の皆様と作っており、8月にモニターを行う予定です。



7/6 金沢「田舎暮らし体験」モニター



7/6 金沢「田舎暮らし体験」モニター

### (2) 古道具・古家具の募集

このページでもお知らせした古道具・古家具の募集について、皆様からご寄付を頂きました。ありがとうございました。引き続き募集していますので、ご関心があればご連絡ください（特に漆塗りのお椀、茶托、着物、帯、行灯）。



### (3) 郷土料理研究会の実施

宿泊客に提供するお食事として、市内の飲食業者さんと連携して郷土料理をベースとしたお料理の仕出しを準備しています。地域の郷土料理の担い手の方と、関心のある飲食業者さんの研究会をこれまでに3回実施し、今後も各季節に開催予定です。



本件にご興味のある市内飲食業者さんがいらっしゃいましたら、ご連絡ください。詳細をご説明しにお伺いします。

### (4) フェイスブック上での発信

ちの旅のフェイスブックで、古民家ステイの準備状況を発信していきます。一度ご覧ください。

<http://fb.me/chinotabi>



問い合わせ ☎0266-73-8550

(担当：高砂・渡辺(全般)、佐々木美幸・クリスティーナ(古道具)、佐々木麗美(料理))

税務課 諸税係 (内線179)  
 高齢者・保険課 医療保険・年金係 (内線322)



**高額な診療を受ける皆さんへ  
 『限度額適用認定証』等を申請しましょう**

医療機関に入院する時や高額な外来診療を受けた時に『限度額適用認定証』、『限度額適用・標準負担額減額認定証』(以下「認定証」)を保険証と一緒に提示することで、医療機関の窓口で支払う1か月の医療費(保険対象)が限度額までとなります。限度額は、年齢や所得区分により異なりますので、あらかじめ市役所高齢者・保険課で認定証の交付手続きが必要です。

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

**市民税非課税世帯の方の入院時の食事代の減額について**

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

(注) 国保税を滞納していると、認定証の交付が受けられない場合があります。

**第三者行為による保険診療は、届け出が必要です**

交通事故など、第三者による行為が原因でけがや病気になった時の医療費は、原則として加害者が負担するべきものですが、届出によって国民健康保険(以下「国保」)の被保険者証を使用して、医療を受けることができます。

その際には必ず高齢者・保険課の窓口で「第三者行為による傷病届」を提出してください。

この場合の医療費は、一旦、国保で支払いますが、後日、国保から加害者へ医療費の請求を行いますので、まずは国保の窓口にご連絡ください。

国保への届出の前に示談を済ませると、示談後は国保が使えないので、必ず示談をする前に届出をしてください。

詳細につきましては、医療保険・年金係までお問い合わせください。

**会社の倒産、解雇、雇い止め等の理由で離職され、国保へ加入された方は申告いただくことにより国保税が軽減される場合があります**

次の要件に該当する方は、雇用保険受給資格者証をお持ちのうえ、市役所の税務課または高齢者・保険課で申告をしてください。

○軽減の対象となる要件

雇用保険の(1)特定受給資格者、または(2)特定理由離職者として求職者給付(基本手当等)を受ける方で、ハローワークより発行された受給資格者証の離職理由が次の表の番号に該当する方。

離職理由	(1)特定受給資格者 (倒産・解雇などによる離職)	(2)特定理由離職者 (雇い止めなどによる離職)
受給資格者証の 離職理由番号	11、12、21、22、31、32	23、33、34

※高年齢受給資格者および特例受給資格者の方は対象となりません。

**一部負担金の減免及び徴収猶予、国民健康保険税の減免制度について**

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、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がありますのでご相談ください。

## ご存知ですか？国民年金の任意加入制度

**国民年金への任意加入は申出のあった月からの加入となり、遡って加入することはできません。**

### ★老齢基礎年金を満額に近づけたい！

60歳までに老齢基礎年金の受給資格を満たしていない場合や、40年の納付済期間がないため老齢基礎年金を満額受給できない場合などで年金額の増額を希望するときは、60歳以降でも国民年金に任意加入することができます(厚生年金保険、共済組合等加入者を除く)。なお、保険料の納付方法は口座振替が原則となります。

次の1～4のすべての条件を満たす方が任意加入をすることができます。

1. 日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方
2. 老齢基礎年金の繰上げ支給を受けていない方
3. 20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月(40年)未満の方
4. 厚生年金保険、共済組合等に加入していない方

### ★付加年金制度加入で増額！

国民年金第1号被保険者ならびに任意加入被保険者(65歳以上の方を除く)は、定額保険料に付加保険料を上乗せして納めることで、受給する年金額を増やせます。ただし、国民年金基金に加入している方は加入できません。

付加保険料額は1か月400円で、年金額は200円×付加保険料納付月数です。付加保険料を納めた分は2年間でモトが取れます！

付加保険料を納付することを希望しない場合は、付加保険料納付辞退申出書の提出が必要となります。

### ★海外に行くことになったら！

海外に居住することになった時は、国民年金は強制加入被保険者ではなくなりますが、日本国籍の方であれば、国民年金に任意加入することができます。任意加入されると保険料免除制度・納付猶予・学生特例納付制度の申請はできません。

任意加入被保険者の方が帰国し、日本国内に住所を有した場合(住民票への登録)、国民年金は強制加入被保険者となります。強制加入には手続きが必要です。一時帰国などで短期間だけ国内に住所を有した場合(住民票への登録)でも、その期間については強制加入被保険者となりますので手続きが必要になります。

## 年金について知りたいことが探せる「年金ポータル」をご利用ください！

年金ポータルは、年金に関する情報をインターネット上で容易に見つけられるために、厚生労働省が作成したポータルサイトです。

このポータルサイトでは自分の日常生活の中のシーンに合わせたテーマや、年金制度の基本的な仕組みについて、さまざまな関係機関のホームページから情報を探すことができます。専門用語をできるだけ使わずに、図やイラストによる解説でシンプルに説明しており、年金について知りたいことがすぐに探せる「入口」としてご利用いただけます。

年金ポータルへのURLアドレスは次のとおりです。

**URL [www.mhlw.go.jp/nenkinportal/](http://www.mhlw.go.jp/nenkinportal/)**





茅野市インターネット動画サイト「ビーナネットChino」では茅野市の生活や文化・魅力を動画配信しています。  
フォトニュースの出来事も一部配信中です。



## フォトニュース

### 心豊かな青少年の育成を目指して 茅野市・原村 青少年健全育成推進大会

7月10日、茅野市民館マルチホールで「茅野市・原村青少年健全育成推進大会」が開催されました。この大会は、茅野市、茅野市教育委員会、原村、原村教育委員会、中諏校長会、中諏生徒指導連絡協議会が主催となり、毎年7月に開催されています。

当日は、社会を明るくする運動作文コンテストで賞を受賞した3名が作文発表を行いました。どの作文も、自身の実生活を基にした心に響く内容で、皆さん真剣に聞き入っていました。

大会の後半は、「自分を大切にできる心を育てるために ～大人も子どもも十人十色・人っておもしろい～」をテーマに森田洋司大阪市立大学名誉教授が講演しました。



### 元気にはばたけ！

#### 小泉山 オオムラサキ放蝶会

7月14日、小泉山で飼育・保護活動をしている国蝶「オオムラサキ」の放蝶会を行いました。登山口にある保護施設で育ったオオムラサキを山へと放つイベントで約40人が市内外から参加しました。

子どもを中心に一匹ずつ羽化したオオムラサキを手に持ち、合図とともに一斉に放ちました。子どもたちは羽ばたいていく蝶を笑顔で手を振るなどしながら見送りました。

放蝶の他に保護施設内の見学も行われ、羽化の様子などを観察したり、写真に収めるなどして楽しんでいました。



## ❶ 脚腰おたっしや教室を開講します

運動機能の低下を予防し、楽しみながらできる脚腰おたっしや教室を開講します。講師は、諏訪湖畔病院内にありますメディカルフィットネス「あさがお」の健康運動指導士です。持ち物として上履き（踵のある靴タイプ）、ヨガマットまたはバスタオルをご持参いただき、お気軽にご参加ください。

**とき** 9月4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)

いずれも午前10時30分～11時30分

**ところ** ちの地区コミュニティセンター 第一・二会議室

**参加費** 無料

**対象** 市内在住の65歳以上の方

**問** 高齢者・保険課 高齢者福祉係 (内線334)

## ❷ オレンジ・カフェ茅野

「オレンジ・カフェ」を通して、認知症の理解や、認知症の方をどのように支えていくか、考えてみませんか？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。

今回は、茅野市保健師から『物忘れと認知症の違い』についてアドバイスを受けることができます。

**とき** 9月2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

**対象** 認知症の方やその家族、支援する方

**問** 高齢者・保険課 高齢者福祉係 (内線334)

## ❸ 令和元年度敬老の日お祝い品贈呈

茅野市では、高齢者の方の長寿のお祝いとして、令和元年度中に満88歳になれる方と満100歳になれる方へ、敬老の日の9月16日(月・祝)以降に、お祝い品を贈呈します。

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

**対象となる市民**

・満88歳(昭和6年4月1日～昭和7年3月31日生まれの方)

・満100歳(大正8年4月1日～大正9年3月31日生まれの方)

**問** 高齢者・保険課 高齢者福祉係 (内線334・335)

## ❹ 金婚式(結婚50周年)を迎えられるご夫婦の皆さまへ

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

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

対象となる方は、申込が必要となります。9月6日(金)までにお申し込みください。

**とき** 11月23日(土) 午後1時～3時

**ところ** 茅野市役所 8階大ホール

**対象** 昭和44年(1969年)4月～昭和45年(1970年)3月の間にご結婚されたご夫婦

**申込・問** 高齢者・保険課 高齢者福祉係(内線335)

## 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

尖石温泉「縄文の湯」は月曜日が定休日ですが、9月16日(月)敬老の日、23日(月)秋分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

## ❶ 9月の介護保険制度説明会

9月2日から10月1日までに65歳になる方を対象にしています。なお、介護保険制度に関心のある方もご参加いただけます。(申込不要)

**とき** 9月11日(水)

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)

## ❶ 統計グラフコンクール作品展示

統計グラフコンクールは、統計に親しんでいたいただき、日常生活の中で統計を利用することを知っていただくこと、また統計調査への理解を深めていただくことを目的に開催しています。

応募していただいた作品を次の期間展示します。どうぞご覧ください。

**期間** 8月28日(水) 午前8時30分～9月2日(月) 午後1時(土・日は除く)

**ところ** 茅野市役所 1階ロビー 展示スペース

**問** 地域戦略課 広報戦略係(内線234)

## ❶ 令和元年『茅野市の概要』(ハンディ版)を発行しました

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

◆手帳にはさんで持ち運べる大きさです。

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

**問** 地域戦略課 広報戦略係(内線234)

放送期間	こんにちは茅野市です 放送内容
9月1日 ～9月7日	●図書館の怪談 ●いきいきシニア! モジモバファッションショー
9月8日 ～9月14日	●健康づくりのつどい ●博物館で星空観察会
9月15日 ～9月21日	●仲間と楽しく 金沢小学校1、2年生遠足 ●茅野市総合防災訓練
9月22日 ～9月30日	●第13回ハケ岳縄文の里マラソン大会 ●遊びの広場

**問** 地域戦略課広報戦略係 ☎72-2101(内線235)

ビーナチャンネル  
番組表  
LCV11ch

### 基本放送スケジュール

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

※午前6時～翌日午前1時まで  
1時間プログラムを繰り返し放送  
しています。

♪ 音楽教室 ♪

1歳 (水) 10:00..お問い合わせ下さい  
2歳 (水) 11:00..8/28 9/7・21・28  
年少 (月) 16:10..8/26 9/2・9・30  
(水) 17:10..8/28 9/4・11・18・25  
年中長 (木) 16:10..8/29 9/5・12・19  
(土) 11:00..8/24・31 9/7・14・28

A 英語教室 R

1歳 (木) 10:00..お問い合わせ下さい  
2歳 (木) 11:00..8/22・29 9/  
年少 (火) 16:10..お問い合わせ下さい  
年中長 (金) 17:10..8/23・30 9/6・20・27

ヤマハ音楽・英語教室

無料見学開催中!

個人レッスン 30分無料体験受付中!

★ピアノ ★エレクトーン ★フルート  
★バイオリン ★トランペット

事前お申込み・お問い合わせは

(株)オグチ楽器 茅野センター  
茅野市仲町18-17  
茅野センター 高子 070-5571-9001

ヤマハシニア向け新コース! 青春ポップス  
♪歌って踊れるグループレッスン♪

8/23  
9/13・27 (金) 14:00(見学お気付け)

☎0120-970-091

## 農地パトロール(利用状況調査)

優良農地の確保と有効利用の促進を図るため、各地区の農業委員と農地利用最適化推進委員の方々が農地パトロールを行い、遊休農地の解消と違反転用発生防止に取り組んでいます。

7月1日～10月31日までを農地パトロール月間として活動します。

農地パトロールの結果は、農地台帳に情報として整備されますので、ご協力ください。

問 農業委員会事務局 (内線441・442)

## 図書館 休館に関するお知らせ

休館日 9月2日(月)、9日(月)、17日(火)、24日(火)、27日(金)、30日(月)

※通常、月曜日は休館日ですが、9月16日(月・祝)、23日(月・祝)は開館します。

問 茅野市図書館 ☎72-9085

## 第1回 読書ボランティア交流会

字のない絵本についての研修と、読み聞かせの実演、おはなし会に役立つミニ工作を予定しています。皆さんと楽しみながらスキルアップしていきましょう。多くのご参加をお待ちしています。

とき 9月5日(木)

午後6時30分～8時30分

ところ ゆいわーく茅野3階集会所

対象 市内にお住いの読書ボランティアの方と、これから読書ボランティア活動をしようと考えていらっしゃる方

定員 50名

申込期間 ～9月3日(火)

問 茅野市子ども読書活動応援センター ☎75-1250

## 図書館でティータイムを

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

とき 9月12日(木)

午前10時30分～11時30分

ところ 茅野市図書館前庭

参加費 無料

持ち物 コップ

問 茅野市図書館 ☎72-9085

## アメリカシロヒトリの発生にご注意ください

アメリカシロヒトリの大量発生時期になります。早期発見と駆除にご協力をお願いします。

※駆除は樹木の所有者の責任であり、市では市有地以外は行っていません。

アメリカシロヒトリは、蛾(ガ)の一種で毒はありませんが、大量発生した幼虫が近隣へ移ることでトラブルの原因になります。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、巣ごと枝葉を切り駆除してください。

巣網から分散してしまうと、薬剤での駆除が必要になります。ご自分で駆除できない場合は、消毒・害虫駆除等の業者にご相談ください。

詳しくは市ホームページまたは広報ちの7月号をご覧ください。

問 環境課 公害衛生係 (内線264・265)

## し尿・浄化槽汚泥くみ取り料の改定

10月1日の消費税率改定に併せて、し尿・浄化槽汚泥くみ取り料が改定されます。

【令和元年9月30日まで】

180リットル以下 2,100円

18リットル増すごとに 210円加算

【令和元年10月1日から】

180リットル以下 2,139円

18リットル増すごとに 213.9円加算

※上記により算出して得た額に1円未満の端数を生じたときは、これを切り捨てます。

くみ取り料は、市の条例によって決められています。し尿収集業者の経営安定と市民サービス維持のため、皆さまのご理解をお願いします。

※くみ取りは申し込みから2週間くらいかかります。改定前は混み合うことが予想されますので、お早目にお申し込みください。

くみ取りの申込

し尿 (有)伊沢衛生 ☎72-8514

(有)武居商事 ☎73-4375

浄化槽汚泥 (有)茅野市清掃協会

☎72-7722

料金改定の問い合わせ

環境課 公害衛生係 (内線264・265)

## 地域ケア会議

長野県交通政策課の担当者をアドバイザーに、高齢者の移動手段を確保するための制度・事業モデルに関する地域ケア会議を開催します。参加ご希望の方は、事前にお電話にてお申し込みください。

なお、この会議に参加ご希望の方で、住民主体の移動外出支援を実際に取り組むにあたって、アドバイザーへのご質問がある方は、申込時に質問事項をお知らせください。

とき 9月26日(木)

午後1時30分～3時30分

ところ 茅野市役所 8階大ホール

申込期間 ～9月13日(金)

問 高齢者・保険課 高齢者福祉係 (内線334・335)

## ながの子育て家庭優待パスポート事業の協賛店舗募集中

長野県では、買い物等の際に割引など各種サービスをご提供いただく「ながの子育て家庭優待パスポート事業」を実施しています。本パスポートは全47都道府県で使用できるため、多くの子育て世帯に活用していただいております。また、本事業においては多くの協賛店舗にご協力をいただいております。(長野県内約5,200店舗、茅野市内約130店舗)

現在、協賛していただける店舗を随時募集しておりますので、ご協力よろしくお願いたします。詳しくはお問い合わせください。

申込場所 市役所6階 子ども課69番窓口  
協賛店舗及びサービス内容については、ホームページをご確認ください。

●ながの子育て家庭優待パスポート事業協賛店舗検索サイト

【ホームページアドレス】

<http://pass.nagano-kosodate.net/ksearch/>

【QRコード】



申込・問 子ども課子ども・家庭支援係 (内線614)

# 環境館まつり開催

# もったいない市場

開催日 9月7日(土) 10:00～12:00

茅野市 可燃ごみ袋 プレゼント! 先着 150名様

おいしい ポップコーンもあるよ!

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

エコタウンの おもちゃ病院  
開館日時: 第2・第4土曜日 午前10:00～午後3:00

茅野環境館 エコタウンの おもちゃ病院  
茅野市塚原 2-11-23 ☎0266-82-0040

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

**博** **八ヶ岳総合博物館 休館に関するお知らせ**

**休館日** 9月2日(月)、9日(月)、17日(火)、24日(火)、30日(月)  
 ※通常、月曜日は休館日ですが、9月16日(月・祝)、23日(月・祝)は祝日開館します。  
**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

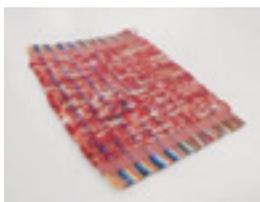
**博** **博物館からのお知らせ**

**■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。

**■さきおりコースター体験**

展示してある高機ではたおり体験ができます。細く裂いた布を横糸にして織るさきおりでコースターを作ってみませんか。  
**とき** 開館中、毎日(所要時間15分程度)  
**ところ** 総合博物館  
**参加費** 100円(別途入館料が必要です)  
**対象** 小学校高学年以上(踏み木に足が届く身長の方が対象になります)  
**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300



**博** **「長野県は宇宙県」スタンプラリー2019開催**

平均標高が日本一の長野県内には、多くの天文施設・プラネタリウムなどがあります。博物館を見学したり、イベントに参加してスタンプを集めるとオリジナルグッズがもらえます。  
**期間** 7月1日(月)～9月30日(月)  
**ところ** 総合博物館  
**料金** 通常入館料  
 詳しくは、「長野県は宇宙県」ホームページ <https://www.nro/nao.ac.jp/~uchuken/html/> をご覧ください。  
**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300



**尖** **縄文のビーナス誕生日(出土日)・八ヶ岳縄文の里マラソン大会 無料開館**

9月8日(日)は縄文のビーナス誕生日(出土日)および八ヶ岳縄文の里マラソン大会につき無料開館いたします。  
**問** 尖石縄文考古館 ☎76-2270

**尖** **縄文ゼミナール④ 「史跡 梅之木遺跡 竪穴住居の復元から分った縄文の暮らし」**

北杜市役所教育部学術課長の佐野隆さんによる講演会です。  
**とき** 9月7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** 無料(館内をご覧の場合、観覧料が必要です)  
**資料代** 100円  
**定員** 80名  
**問** 尖石縄文考古館 ☎76-2270

**尖** **縄文を楽しむ② 「縄文風のペンダントを作ろう」**

穴あきの高麗石を使ってペンダントヘッドを作る講座です。  
**とき** 9月14日(土) 午後1時～3時  
**ところ** 尖石縄文考古館  
**受講料** 1,000円  
**対象** 小学校5年生以上  
**定員** 10名  
**申込期間** ～9月8日(日) 先着順  
**申込・問** 尖石縄文考古館 ☎76-2270

**尖** **縄文を楽しむ③ 「土器文様の拓本のしおりを作ろう」**

棚畑遺跡と中ツ原遺跡出土の土器拓本を取り、ラミネートでしおりを作る講座です。  
**とき** 9月22日(日) 午前10時～11時30分  
**ところ** 尖石縄文考古館  
**受講料** 1,000円  
**対象** 小学校5年生以上  
**定員** 10名  
**申込期間** ～9月16日(月) 先着順  
**申込・問** 尖石縄文考古館 ☎76-2270

**博** **茅野市図書館 図書館を飾ろう!**

「紙芝居だいすき!」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。作れる方は、お家で秋の果物の飾りを作って持ってきて下さい。(20cm×20cmくらいのもの)  
**とき** 9月14日(土) 午前11時頃～  
**ところ** 茅野市図書館2階 おはなしの部屋前  
**対象** 「紙芝居だいすき!」に参加した方  
**問** 茅野市図書館 ☎72-9085

**博** **公立諏訪東京理科大学 出前授業講座 第1回 ～事故から学ぶ交通安全～**

今年度第1弾の今回は、工学部機械電気工学科の國行浩史准教授の講義です。最も身近で便利と言える自動車という交通手段ですが、今もなお多くの事故が発生しています。私たちは事故を防ぐためにどうすれば良いのでしょうか? 事故事例や統計から事故防止に向けた注意点を紹介します。  
**とき** 9月19日(木) 午後1時30分～3時  
**ところ** 茅野市図書館2階 会議室  
**定員** 20名  
**申込期間** 9月3日(火) 午前10時～  
**申込・問** 茅野市図書館 ☎72-9085  
**【今後のスケジュール】**  
 講座は1回ずつ完結です。お好きな講座のみ受講頂けます  
**第2回 10月17日(木)**  
 「光合成のしくみから植物工場まで」 渡邊康之教授  
**第3回 11月28日(木)**  
 「統計って何だろう」 奥原正夫教授

**尖** **尖石縄文考古館 休館に関するお知らせ**

**休館日** 9月2日(月)、9日(月)、17日(火)、24日(火)、30日(月)  
 ※通常、月曜日は休館日ですが、9月16日(月・祝)、23日(月・祝)は祝日開館します。  
**問** 尖石縄文考古館 ☎76-2270

## 八ヶ岳ブルーに包まれて!

2018年3月より  
新価格  
大幅 Price Down  
好評販売中!

平均販売区画面積 145坪 平均販売価格 545.2万円

### Green Hills

茅野市 グリーンヒルズ  
village で検索 🔍

グリーンヒルズヴィレッジ

様々なメリットがあります!

- ★茅野市子育て世帯住宅新築補助金 市内業者による建築 上限100万円  
市外業者による建築 上限50万円
- ★茅野市分譲住宅地紹介謝礼金制度
- 宅地内に上水道止水栓・下水道汚水樹・雨水排水水樹完備
- 市役所が囑託登記しますので、登記代理申請手数料が不要です
- 不動産仲介手数料も不要です ※登録免許税はかかりません

(売主) 茅野市(都市計画課 住宅団地販売担当) TEL.0266-72-2101(代)

(お問合せ先) 茅野・原 宅地建物取引業協会 TEL.0266-72-5840

## 博 プラネタリウム

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。9月「中秋の名月」。

**とき** 土・日曜日および祝日。  
各日 午前10時30分～午後1時30分～の2回  
※9月15日(日)は午前・午後ともに投影はありません。

**ところ** 総合博物館  
**定員** 各回20名(先着順)

**参加費** 要入館料

**その他** 整理券(当日分)は開館時より1人につき1枚お渡しします。なくなり次第、配布終了。

**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

## 守 神長官守矢史料館 休館に関するお知らせ

**休館日** 9月2日(月)、9日(月)、17日(火)、24日(火)、30日(月)

※通常、月曜日は休館日ですが、9月16日(月・祝)、23日(月・祝)は祝日開館します。

**問** 神長官守矢史料館 ☎73-7567

## ◎ 小池博史ブリッジプロジェクト からだワークショップ夏合宿 2019発表会

大自然のなかで自身の身体と向き合い、身体の根源的な“生きる力”を得た、ワークショップ参加者のパフォーマンスをお届けします。30年以上舞台を創り続けている演出家・小池博史による作品、どうぞお楽しみください。

**とき** 9月5日(木) 午後2時30分開演

**ところ** 茅野市民館 中庭、テラス

**料金** 無料

**演出** 小池博史

**出演** ワークショップ参加者

**主催** 株式会社サイ、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

## ◎ 茅野市民館をサポートしませんか2019 ワークショップ 「てとてで おはなししよう」

ろう者と聴者が共につくる人形劇団「デフ・パペットシアター・ひとみ」代表で、ろう者の人形劇俳優・善岡修さんを講師に、体を使った遊びを通して「人と意思を伝え合うときに大切なこと」を体験するワークショップを開催します。

**とき** 9月14日(土) 午後7時開始

**ところ** 茅野市民館 アトリウム

**料金** 無料

**講師** 善岡 修(人形劇団「デフ・パペットシアター・ひとみ」代表)

**定員** 30名(要申込み)

**対象** どなたでも

**問** 茅野市民館 ☎82-8222

## 博 キノコ観察会

午前中は吉田山でキノコを観察します。午後は博物館で観察したキノコについて学習します。(午前のみの参加も可能です。)

**とき** 9月14日(土) 午前9時～午後4時

**ところ** 吉田山

**講師** 小山明人さん(菌類懇話会)

**参加費** 無料(要申込)

**持ち物** 昼食、飲み物、歩きやすい服装

**申込期間** 8月20日(火)から受付

**申込・問** 八ヶ岳総合博物館

☎73-0300

## 博 キノコ展

身近で見られるキノコの実物を展示し解説します。鑑定も行います。

**会期** 9月15日(日)～16日(月・祝)

午前10時～午後4時

**ところ** ワークラボ八ヶ岳(ベルビア2階)

**料金** 無料

**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

## 博 古文書解読講座

茅野市内における江戸時代の文書を使い、古文書の解読をやさしく学ぶ連続講座(最終回)です。今回のみの参加も可能です。

**とき** 9月22日(日)  
午後1時30分～3時30分

または26日(木)午後7時～9時

**ところ** 総合博物館

**参加費** 500円(申込不要)

**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

## 博 博物館で星空観察会

またよく見える夏の星座観察や、望遠鏡を使った天体観察を行います。

**とき** 9月28日(土)

午後7時30分～9時

※雨天の場合、室内で星・宇宙のお話をします。

**ところ** 総合博物館

**講師** 市民研究員天文グループ

**参加費** 無料(申込不要)

**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

## 博 ワクワク科学工作

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

**とき** 9月29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

**申込期間** 8月20日(火)から受付

**申込・問** 八ヶ岳総合博物館

☎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** 9月7日(土)、8日(日)、27日(金)  
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(要申込)

**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の方が対象になります)  
\*原則、申込1回につき、記名1名とさせていただきます。

**申込期間** 8月20日(火)から受付

**申込・問** 八ヶ岳総合博物館

☎73-0300

## 博 星空観望会

季節の星座探訪と、大型天体望遠鏡による見ごろの惑星・天体の観察を行います。

**とき** 9月7日(土)  
午後7時30分～9時  
\*雨天曇天の場合は中止します。

**ところ** 北部中学校天体ドーム  
(北部生涯学習センター)

**講師** 博物館職員

**定員** 20名(要申込)

**参加費** 無料

**申込期間** 8月20日(火)から受付

**申込・問** 八ヶ岳総合博物館

☎73-0300

## 博 毎月お楽しみ会 博物館でお月見会・月夜のおはなし会

読書推進グループ読りーむinちのの皆さんによるおはなし・紙しばいや、月や星にまつわるお話をします。

**とき** 9月13日(金) 午後7時～9時

**ところ** 総合博物館

**参加費** 無料(申込不要)

**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎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。鑑定等はいりません。

**とき** 9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(申込不要)

**問** 八ヶ岳総合博物館 ☎73-0300

## 令和元年度秋季硬式テニス教室

ねらい

- ・硬式テニスの楽しさを理解すると共に、基礎技術(初歩的)を習得する。
- ・硬式テニスを通じて仲間づくりを行い、継続してテニスができるようグループの育成を図る。
- ・健康増進を図る。

コース

### ■早朝コース

8月31日(土)～11月9日(土)  
毎週土曜日午前6時～7時 雨天中止

### ■昼間コース

8月28日(水)～10月16日(水)  
毎週水曜日の午後1時～3時 全8回  
雨天中止の場合、後日の水曜日に振り替えます。

### ■夜間コース

8月28日(水)～10月16日(水)  
毎週水曜日午後7時30分～9時  
全8回  
雨天中止の場合、後日の水曜日に振り替えます。

ところ 茅野市運動公園テニスコート

参加費 昼間・夜間コース：3,000円  
早朝コース：2,000円  
開講日に納入をお願いします。

対象 テニス初心者・初級程度の方

定員 各コース20名程度

申込方法 テニス協会宮澤宅へFAXしてください。(コース名・住所・氏名・年齢・携帯番号など) FAXのない方は、宮澤携帯へ電話してください。

その他

- ・練習中のケガ、事故等は自己責任です。保険は各自でご加入の上ご参加ください。
- ・運動のできる支度、ラケット、テニス靴、飲料水持参でご参加ください。
- ・雨天時は中止です。わからない場合宮澤携帯までご連絡ください。
- ・参加人数が少ない場合、中止になることがあります。

問 茅野市テニス協会宮澤

FAX73-3309  
☎090-1118-3787



## 手話講習会

手話、聴覚障がい者への理解を広めることを目的とする、初心者向け手話講習会です。子どもの受講もできます。

とき 9月10日(火)～10月29日(火)  
毎週火曜日 午後7時～8時30分  
全8回

ところ ゆいわーく茅野(茅野市市民活動センター) 101、102会議室

参加費 1,000円

問 茅野市手話サークル 眞道美枝子  
☎090-9101-7828

## 戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者募集

この事業は、厚生労働省から補助を受け実施しているもので、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児の方を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を図ることを目的としています。

参加費 10万円

※実施地域等詳細はお問い合わせください。

問 茅野市遺族会 ☎72-2705(神林)

## 2019クリーンレイク諏訪ふれあいまつり

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

また来場者にはマンホールカードをプレゼントします。

とき 9月14日(土) 午前10時～午後3時

ところ 豊田終末処理場

(クリーンレイク諏訪)

問 長野県諏訪湖流域下水道事務所

☎58-2955

## 長野県計量モニター募集

皆さんが日常購入している食料品等について、内容量が正しく表記されているか調査を行い、感想やご意見を頂く、「長野県計量モニター」を募集しています。採用された方には、計量に使用するデジタルキッチンスケールを支給しますので、11月の1か月間、内容量の調査を行っていただきます。

また、2月に松本市内で開催予定の懇談会に出席していただきます。

(懇談会にご出席いただいた方には、県の規定に基づき、旅費を支給します。)

詳細はお問い合わせください。

募集人員 30名(募集期間内であっても募集人数に達した場合には、その時点で申込を締め切らせていただきますので、事前にご確認ください。)

応募期間 ～9月30日(月)

問 長野県計量検定所

☎0263-47-4006

FAX0263-47-9895

E-mail: keiryu@pref.nagano.lg.jp

HP <http://www.pref.nagano.lg.jp/keiryu/index.html>

## 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。事前申込は不要で、どなたでも参加できます。(毎月第2水曜日に定例会を開催しています。)

とき 9月11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

## アート楽しみ隊 vol.28 「ガクガク わくわく 額縁をつくらう!」

段ボールの枠にいろいろなもので飾りをつけてオリジナルの額縁を作ります。額の中の作品はあなたかも?

とき 9月7日(土) 午前10時～正午

ところ 茅野市民館 イベントスペース

参加費 100円

定員 20名(小学3年生以下は保護者同伴)

問 茅野市民館 ☎82-8222

## 美 中林忠良展 銅版画-腐蝕と光

日本版画界を代表する銅版画家で、茅野市・蓼科にアトリエを構える中林忠良(1937-)の展覧会。

期間 ～9月8日(日)

午前10時～午後6時

ところ 茅野市美術館

観覧料 一般500円、高校生以下無料

■学芸員によるギャラリートーク

とき 9月7日(土) 午後1時30分開始

ところ 茅野市美術館

参加費 無料(要展覧会チケット)

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222



《転位'16-光-I》2016年

## 美 寿齢讃歌 -人生のマエストロ-写真展14

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

期間 9月14日(土)～9月29日(日)

午前10時～午後6時

ところ 茅野市美術館 企画展示室

観覧料 無料

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222

## 美 第2期収蔵作品展 「そして、道は続く」

音楽写真家・木之下晃の作品をはじめ、地域ゆかりの作家の作品を展示します。

期間 9月14日(土)～10月27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

■学芸員による作品解説会

とき 9月21日(土) 午後2時開始

ところ 茅野市美術館 常設展示室

参加費 無料

問 茅野市美術館(茅野市民館内)

☎82-8222

## シルバー人材センター 刃物研ぎイベント

シルバー人材センターでは、好評をいただいています刃物研ぎを次のとおり開催します。

とき 9月22日(日) 雨天決行

受付時間 午前9時～正午

ところ 富士見ゆめひろば

料金 300円～500円(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

## シルバー人材センター 入会説明会・審査日程

説明会 9月11日(水) 午後2時～

審査会 9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

## ゆずりあおう ～不用品を活用し あいましょう～

### ゆずります

学習机/もちつき機(1升用)

### ゆずってください

卓球台(国際規格)/卓上ボール盤(穴開け作業用)/お昼寝布団(保育園用)/女児子ども用自転車(幼児用)

※金額は、無料～5,000円の範囲です。  
※チャイルドシートを無料で貸し出しています。

※最新情報は、「NPO法人エコタウンの」のホームページをご覧ください。

※交渉後の結果および登録後の取り消し、変更は必ず環境館へ連絡してください。

問 茅野環境館 ☎82-0040

(午前9時～午後5時:日・月曜日定休)

なお、広報紙が届くまでに一部交渉が成立する場合がありますのでご了承ください。登録期間は3か月あります。

## 9月の納税等

◆固定資産税・都市計画税(3期)

◆国民健康保険税(4期)

◆市営住宅使用料 ◆保育料

◆後期高齢者医療保険料(3期)

【納期限・振替日 9月30日(月)】

## 茅野市の人口

総人口 55,599人 (+47)

男 27,810人 (+12)

女 27,789人 (+35)

世帯数 23,421世帯 (+51)

( )内は前月比

令和元年8月1日現在(茅野市独自推計)

## 秋のチェーンソー基本操作講習会

「市民の森」吉田山の間伐材を利用し、チェーンソー初心者のための服装から基本姿勢、エンジンの掛け方、玉切り、ソーチェーンの研ぎ方、メンテナンスについて説明します。

とき 9月29日(日) 午前9時～午後3時  
雨天の場合: 10月6日(日)(開催時間は同じ)

ところ 「市民の森」吉田山  
水車小屋周辺

参加費 2,000円(保険代を含む)

対象 18歳以上の方でチェーンソーをほとんど使ったことのない方。

定員 15名(先着順)

持ち物 ※チェーンソー、※防護ズボン、※ヘルメット、動きやすい服装、安全靴、手袋(革製)、お弁当、飲み物(2ℓ程度)

※お持ちでない方には、お貸しします。

申込期間 氏名、性別、住所、電話番号(緊急連絡先)、チェーンソーの有無を明記のうえ、9月14日(土)から9月26日(木)までに下記へお申し込みください。

申込・問 ☎090-5437-2881(川手)

Eメール: kawate@8moribunka.org

主催 NPO法人 八ヶ岳森林文化の会

URL: <http://www.8moribunka.org/>

## + 諏訪中央病院 第247回ほろ酔い勉強会

「なぜ死ぬのが怖いのか～終活のススメ～」をテーマに円覚寺(神奈川県)より高名な横田南嶺老師、また幅広い活躍をされている漢方医の桜井竜生先生をお招きします! 院内またはホームページからお申し込みください。

とき 9月18日(水) 午後2時～4時

ところ 諏訪中央病院 講堂

問 諏訪中央病院 総務課広報調整係

☎72-1000(内線1557)

## + すわちゅう健康教室

■「めまいで悩んでいませんか」をテーマに、濱口實医師がやさしく、わかりやすくお話しします。お気軽にお立ち寄りください。健康に関するご質問・ご相談もお受けします。

とき 9月11日(水)

午前11時～正午

ところ 諏訪中央病院1Fエントランスホール

参加費 無料(申し込み不要)

■「知ってほしい! 尿失禁のこと」をテーマに、皮膚・排泄ケア認定看護師がわかりやすくお話しします。どうぞお立ち寄りください! ご質問・ご相談もお受けします。

とき 9月25日(水) 午前11時～正午

ところ 諏訪中央病院1Fエントランスホール

参加費 無料(申し込み不要)

問 諏訪中央病院 総務課広報調整係

☎72-1000(内線1557)

## チェーンソークラフト講習会

「市民の森」吉田山の間伐材を利用し、チェーンソーでイス、ベンチ、プランター、フクロウ、鳥の餌台等を製作します。

とき 9月8日(日) 午前9時～午後3時  
雨天の場合は9月15日(日)(開催時間は同じ)

ところ 市民の森(吉田山)  
水車小屋周辺

参加費 2,000円(保険代を含む)

対象 18歳以上の方でチェーンソー操作に慣れている方

持ち物 ※チェーンソー、※防護ズボン、※ヘルメット、動きやすい服装、安全靴、手袋(革製)、お弁当、飲み物(2ℓ程度)

※お持ちでない方には、お貸しします。

定員 10名(先着順)

申込期間 氏名、性別、住所、電話番号(緊急連絡先)、チェーンソーの有無を明記のうえ、8月25日(日)から9月5日(木)までに下記へお申し込みください。

問 ☎090-5437-2881(川手)

Eメール: kawate@8moribunka.org

主催 NPO法人 八ヶ岳森林文化の会  
URL: <http://www.8moribunka.org/>

## 市民の森 秋の観察会

### ～森林での菌類の働きを学ぼう～

きのこ(菌類)は、私たちに秋の味覚を楽しませてくれます。

それだけではありません。菌類は森林で重要な役割を担っています。

今回は、菌類の働き、他の生物との繋がりを講義と実地観察で学びます。

とき 9月28日(土)

午前10時～午後4時

ところ 午前: ゆいわーく茅野 集会室3  
午後: 市民の森(各自、自車で移動)

講師 出川洋介氏(筑波大学生命環境環境系助教)

参加費 1,000円(保険代を含む)

講義のみ受講の場合は500円

定員 20名(講義と実地観察)

10名(講義のみ)

持ち物 午後の観察に参加される方は、散策のできる服装、雨具、昼食、飲み物

申込期間 9月25日(水)までに、氏名、住所、連絡先を下記へお申し込みください。

申込・問 ☎090-7241-9816(井村)

Eメール e\_imura@8moribunka.org

主催 NPO法人 八ヶ岳森林文化の会

URL: <http://www.8moribunka.org/>



プッシュ通知で行政情報をお届け!

「広報ちの」の自動配信も!

ダウンロードはこちらから





# 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	9/3 (火) 13:00~17:00 ※電話予約は8/27 8:30~	市役所7階 会議室	市民課市民係 (内線256)	弁護士が利益相反と判断した場合はお断りする場合があります。法律相談を受けてから1年以内の方は予約できません。
行政相談 相談員：行政相談委員	9/10 (火) 9:00~12:00	市役所7階 会議室	市民課市民係 (内線256)	道路・農地・公害などの官公庁の仕事への要望や苦情、身の回りの問題でお悩みの方はご相談ください。
外国籍市民のための 相談	9/19 (木) 10:00~16:00	市役所7階 会議室	生涯学習課 (内線634)	受付内容：日常生活全般の悩み事 対象者：どなたでも 相談語：英語、ポルトガル語、タガログ語、中国語、日本語
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。	茅野市ひと・まち プラザ (ゆいわーく茅野)	生涯学習課 (内線634) または、 相談員 090-8846-0491	受付内容：日常生活全般の悩み事 対象者：どなたでも ※9月8日(日)(15時~16時)は中国語が分かる相談員が在席します。
若者向けキャリア・コンサル ティング【要予約】 相談員：ジョブカフェ信州 若年者就業支援アドバイザー	9/4 (水) 13:30~16:30	市役所8階 相談室	商工課 (内線435)	仕事探しに関してお悩みのおおむね40歳未満の方が対象です。
巡回労働相談 【要予約】	9/18 (水) 12:30~15:30	市役所7階 会議室	長野県南信労政事務所 ☎0265-76-6833 商工課商業労政係 (内線434)	労働条件、解雇・退職、過重労働、職場におけるハラスメントなどの労働問題全般について、労働相談員が公正・中立な立場でアドバイスをします。
司法書士法律相談 【要予約】	9/11 (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	9/6・13・20・27 (金) 9:00~12:00			
結婚相談	①9/7・21 (土) 13:00~16:00 ②9/13・27 (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	こども・家庭総合 支援拠点 「育ちあいちの」 市役所6階 (こども課内)	こども課 こども・家庭相談係 (内線615・616・ 617) 発達支援センター (内線618)	子育てや家庭問題、いじめ、不登校などの教育相談や発達に関する相談までお気軽にご相談ください。
家庭教育相談	毎週月~金曜日 (祝日除く) 9:00~17:00	家庭教育センター 相談室 (ちの地区コミュニ ティセンター北側)	家庭教育センター ☎73-4151	子育て、家庭教育相談から、いじめ、不登校などの教育相談までお気軽にご相談ください。
女性のための相談 【要予約】	9/14 (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。	家庭教育センター ☎73-4151	家族・夫婦、職場や地域の対人関係、夫や恋人(パートナー)からの暴力、その他いろいろな心配事について一人で悩まずご相談ください。
保護司による 非行・犯罪相談 【要予約】	9/27 (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。
地域職業相談室	木曜日を除く毎週月 ~土曜日(祝日除く) 10:00~17:30	茅野駅前 ベルビア2階	ふるさとハローワーク ☎ 72-2029 FAX 73-7933	/

# ＋ 休日当番医・当番歯科・当番薬局

日	名 称	所 在 地	電 話
9月 1日(日)	上原内科小児科医院	仲町7-16	72-2636
	笠原薬局	本町西21-4	72-2028
	スワン歯科クリニック	諏訪市城南2-2311-2	78-7730
8日(日)	耳鼻咽喉科三田医院	玉川4589-1	73-9233
	薬局マツモトキヨシ長峰店 今井歯科医院	宮川11359-1 玉川5024-1	71-2557 82-3066
15日(日)	藤森眼科	本町西1-34	82-1010
	アイン茅野薬局 落合歯科医院	玉川字荒神前4183-7 諏訪市豊田2453	82-1991 53-3800
16日(月・祝)	池田医院	ちの2808-1	73-0555
	茅野横内薬局 上條歯科医院	ちの2808-2 仲町8-7	82-5788 72-2687
22日(日)	原田内科呼吸ケアクリニック	玉川4496-1	82-7055
	ふたば玉川薬局	玉川4496-1	72-5488
	丸茂歯科医院	諏訪市豊田1037-2	58-0150
23日(月・祝)	浅川クリニック内科循環器内科	玉川3080-3	82-6813
	白樺薬局	玉川3086-1-2	82-6282
	はるも薬局	富士見町落合10399-86	78-7762
	土橋整形外科歯科医院	塚原2-2-22	82-0007
29日(日)	兵藤整形外科医院	玉川4544-2	82-1333
	薬局マツモトキヨシ長峰店	宮川11359-1	71-2557
	平林歯科医院	諏訪市大手1-16-2	52-1741

…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】

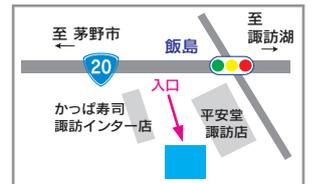
おむね15歳以下のお子さんの急病に年中無休で対  
 応しています。

### 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～



**はじめての資産運用**  
 新屋真摘 著 成美堂出版  
 資産運用について調べてみ  
 ませんか。自分に合うものを  
 探してみましょう。



**体が整う ツボの解剖図鑑**  
 福辻鋭記 著 エクスナレッジ  
 少し調子が悪い時はツボ押  
 しの出番かもしれません。試  
 してみたいいかがですか。



**ナチュラルおそうじ大全**  
 本橋ひろえ 著 主婦の友社  
 洗剤は5つで十分という著  
 者。汚れの性質を知るとこ  
 ろから始めてみましょう。



**日本の文様解剖図鑑**  
 寛 菜奈子 著 エクスナレッジ  
 着物や壺に描かれた文様。意  
 味や思いを込めてその文様  
 が使われているようです。



**ひとりで、考える一哲学する習慣を**  
 小島俊明 著 岩波書店  
 子ども向けアニメ曲から入る  
 哲学の世界。哲学って何？少  
 し覗いてみませんか。



**身近でできるSDGsエシカル消費②**  
 三輪昭子 著 さ・えら・書房  
 これからの世界のためにで  
 きることがあるみたい。少し  
 ずつ実践してみよう。



**物語 たくさんのお月さま**  
 ジェームズ・サーパー 作 徳間書店  
 お月さまは1つだけなのでし  
 ょうか。月を取ってきてほし  
 いと願う姫のお話。



**いまのわたしにできること**  
 リサ・バップ 著 WAVE出版  
 家族を待つ動物がいるシエ  
 ルターがあることを知った女  
 子。今の私にできることは…

### \*新 着 本\*

一 般 書	433 冊
そ の 他	121 冊
児 童 書	128 冊
絵 本	63 冊
購入しました。ご利用下さい。	
7月貸出冊数	23,969 冊
7月利用者数	6,324 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

**納豆の容器**はリサイクルでき  
 ますか？

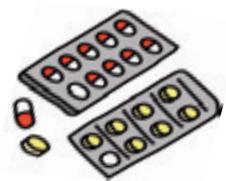
難易度 ★★★★★



**答** 納豆の容器は、トレイ状の物、紙カップ、わらを編んだ物、  
 経木などがあります。白いトレイ状の物は白色トレイとは異な  
 り、**容器包装プラスチック**となります。紙カップ状の物やそ  
 の他の素材の物は、可燃ごみとします。タレ、からしのパックは、  
 可燃ごみとしてもかまいません。

**飲み残した薬**は、どうしたら  
 いいの？

難易度 ★★★★★



**答** 薬は処方にしたがって飲み切ることが原則です。それでも、飲  
 み残した薬がある場合は、処方した医師に相談し、次回の処方する  
 量を調整します。やむをえず、廃棄する場合は、**可燃ごみ**とします。  
 そのままにしておくと、お子様の誤飲や、期限切れとなった薬を服  
 用すると副作用の危険があります。市販薬を廃棄する場合も、**可燃  
 ごみ**とします。ラミネートシートは、**容器包装プラスチック**です。



# 元気もりもり食育コーナー ⑨7

～毎月19日は元気もりもり食育の日～

食育推進委員会

## 「学校での畑作り」について紹介します

学校では、地元の生産者団体から野菜を届けていただき、新鮮でおいしい地元野菜を給食に取り入れていますが、時にはその生産者団体の方々が講師となり、学校菜園での野菜作りやお米作りを指導していただくなど、地域の方々との連携を図りながら食育を推進しています。

児童生徒には野菜作りの体験活動を通して、食に興味関心を持つ、作り手の苦勞を知る、自然の恩恵を知る、収穫や調理する喜びを知るなど、効果的な食育推進を図ることができます。

同じ通学区の小中学校で同じ生産者団体の方々と関わることも、魅力のひとつです。

自分たちで育てた野菜を収穫し、学級や給食で味わう日が楽しみです。



湖東小：サンサン会さんによる「じゃがいもの植え方」指導



北部中：「さつまいもの植え方」指導



お好きな夏野菜を入れて  
ください！

### 夏野菜のとん汁

材料（4人分） 1人分エネルギー：91kcal  
塩分：0.3g

- ・煮干し……………5g
- ・水分（だし汁）……600cc（蒸発するので少し多めに）
- ・サラダ油……………4g
- ・豚肉……………60g
- ・人参……………30g
- ・大根……………60g
- ・じゃがいも……………60g
- ・なす……………40g
- ・さやいんげん……………20g
- ・豆……………60g
- ・みそ……………大さじ1弱

貝だくさんの汁は、  
塩分を控える  
ことができます！



- 作り方**
- ①煮干しでだしをとる。
  - ②人参、じゃがいも、なす、大根はいちょう切り。豆腐はさいの目切りにする。
  - ③いんげんは軽く下ゆでしておく。
  - ④サラダ油で豚肉を炒め、火が通ったら野菜を入れて軽く炒めだし汁を加えて煮る。  
（野菜は硬いものから順に）
  - ⑤材料が煮えたら火を消し、みそを溶く。  
再び火をつけ豆腐を入れひと煮立ちさせて、最後に下ゆでしたいんげんを加えて出来上がり。

### 毎月19日は「元気もりもり食育の日」

毎日の食事に、茅野市産の「夏野菜」「秋野菜」をたくさん取り入れましょう。

# 見逃さないで！心のSOS

身近な人の変化に気づいたら…あなたにもできることがあります！

うつ病、依存症などの心の病気は、誰もがかかる可能性があります。

自分や身近な人の様子が「いつもと違うな」と感じたら…

### <気づき>

家族や仲間の変化に  
気づいて声をかけましょう

### <傾聴>

本人の気持ちを尊重し、  
耳を傾けましょう

### <見守り>

温かく寄り添いながら、  
じっくりと見守りましょう

### <つなぎ>

早めに専門家へ相談するよう促しましょう

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

## ～身近な相談機関～

厚生労働省「自殺対策」ホームページ抜粋

<p>《専門機関》</p> <p>長野県精神保健福祉センター(長野県自殺予防情報センター)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●専門的アドバイスを希望される方(臨床心理士が対応します)</li> <li>☎026-227-1810(平日9:30~17:15)</li> <li>●話を聴いてもらいたい方(心の電話相談員対応)</li> <li>☎026-224-3626(平日9:30~16:00)</li> </ul> <p>こころの健康相談統一ダイヤル(自殺予防のための相談)</p> <p>消えてしまいたい等思いがある、家族や知人から死にたいと訴えられている方、身内が自死して悲嘆している方が対象です。</p> <p>☎0570-064-556(平日9:30~16:00)</p> <p>いのちの電話(さまざまな心の悩み・自殺問題)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●自殺予防のいのちの電話 フリーダイヤル0120-783-556 毎月10日(8:00~24時間)</li> <li>●いのちの電話</li> <li>長野 ☎026-223-4343(毎日11:00~22:00)</li> <li>松本 ☎0263-29-1414(毎日11:00~22:00)</li> <li>諏訪保健所 ☎0266-57-2927(平日8:30~17:15)</li> </ul>	<p>《相談窓口》</p> <p>平日8:30~17:15(土・日・祝日除く)</p> <p>茅野市健康づくり推進課(健康管理センター内)</p> <p>☎0266-82-0105</p> <p>茅野市東部保健福祉サービスセンター</p> <p>【担当地域】玉川・豊平・泉野</p> <p>☎0266-82-0026</p> <p>茅野市西部保健福祉サービスセンター</p> <p>【担当地域】宮川・金沢</p> <p>☎0266-82-0073</p> <p>茅野市中部保健福祉サービスセンター</p> <p>【担当地域】ちの・米沢・中大塩</p> <p>☎0266-82-0107</p> <p>茅野市北部保健福祉サービスセンター</p> <p>【担当地域】北山・湖東</p> <p>☎0266-77-3000</p>
---	---

## 茅野市ではメンタルヘルス出張講座と心の健康相談を実施しています

### 中小企業向け メンタルヘルス出張講座

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

### こころの健康相談

臨床心理士による個別相談です。秘密は厳守いたします。日程、場所等は、相談者と臨床心理士と相談の上、決定します。まずは、健康づくり推進課へお問い合わせください。

(※原則心療内科、精神科などへ受診をしていない方が対象です。)

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

茅野市「生きる」自殺対策行動計画が策定されました。詳しくはホームページでご確認ください。



## こども通信

**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
おはなし0123 ブックメイト「ぐりとぐら」	9月10日(火) 11:15~12:00	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、手あそびがきつと、心温まるひと時を作ってくれるでしょう。
女性就業相談日	9月20日(金) 10:00~12:00	子育て中のママを応援！おでかけ就業相談
おはなし0123 「ぐるんぱ」	9月24日(火) 11:15~11:40	ボランティアさんによる絵本の読み聞かせです。絵本や手遊びを一緒に楽しみましょう。

**図書館** 開館時間 平日9:30~18:30 土・日・祝日10:00~18:00  
休館日 月曜日(祝日の場合は翌火曜日)、第4金曜日 ☎72-9085

イベント名	日時	対象	内容
0・1・2おはなし会	9月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	9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。
紙芝居だいすき!	9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。
どんぐりちいさなおはなし会	9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。
おなかの赤ちゃんおはなし会	9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。
パネルシアターであそぼう	9月16日(月) 10:45~	どなたでも	パネルシアターを見たり、さわったり、みんなで一緒に遊ぼう！

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

イベント名	日時	対象	内容
おはなし会 「えほんとなかよし」	9月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。
お月見の会	9月9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
絵本で子育て ～絵本のひみつ探しと 読み聞かせの基本～	9月11日、18日(水) 10:30~	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	「日本で一番読まれている赤ちゃん絵本はなあに？」など絵本のひみつ探しや親子で絵本を一緒に楽しむ喜びを味わいませんか。
遊びの広場 「体を動かそう」	9月12日(木) 10:00~11:00 受付9:30~	就園前の子どもと 保護者(申込不要)	広い場所でたくさん体を動かしましょう。 会場：茅野市総合体育館 持ち物：上履き(親子)、着替え、水分

## ● 各地区育児相談会

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

会場	日時	問い合わせ
玉川地区コミュニティセンター	9月10日(火) 午前10時～午前11時15分	東部保健福祉サービスセンター ☎82-0026
豊平地区コミュニティセンター	9月11日(水) 午前10時～午前11時15分	
泉野地区コミュニティセンター	9月26日(木) 午前10時40分～午前11時15分	
宮川地区コミュニティセンター	9月25日(水) 午前9時30分～午前11時	西部保健福祉サービスセンター ☎82-0073
金沢地区コミュニティセンター	9月26日(木) 午前9時30分～午前10時30分	
中大塩地区コミュニティセンター	9月17日(火) 午前9時30分～午前11時	中部保健福祉サービスセンター ☎82-0107
米沢地区コミュニティセンター	9月25日(水) 午前9時30分～午前11時	
湖東地区コミュニティセンター	9月19日(木) 午前9時30分～午前11時	北部保健福祉サービスセンター ☎77-3000

## ● 健康管理センターの相談・教室

☎82-0105

相談・教室	日時	内容	持ち物
赤ちゃん相談	9月6日(金)、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	9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。
ごっくん・もぐもぐ 離乳食教室	9月3日(火) 10:00～11:30	ごっくん: 生後4か月～6か月児向けの離乳食の作り方 もぐもぐ: 生後7か月～8か月児向けの離乳食の作り方 ※要予約	赤ちゃん用のスプーン、飲み物、おんぶ紐、お母さんのエプロン、三角巾
ぱくぱく離乳食教室	9月5日(木) 10:00～11:30	生後11か月～1歳2か月児向けの離乳食の作り方 ※要予約	赤ちゃん用のスプーン、飲み物、敷物 (レジャーシート等)

## ● 乳幼児健康診査

〔会場〕 茅野市健康管理センター  
 ☎82-0105

健診名	日程	受付時間	対象	持ち物
4か月児	9月11日(水)	午後0時40分～1時	2019年4月後半生まれ(16日以後生まれ)	母子健康手帳、問診票、バスタオル、 どんぐり手帳
	9月25日(水)		2019年5月前半生まれ(15日以前生まれ)	
※ファーストブックプレゼントがあります。				
10か月児	9月13日(金)	午後0時40分～1時	H30年11月前半生まれ(15日以前生まれ)	母子健康手帳、問診票、バスタオル、 どんぐり手帳
	9月30日(月)		H30年11月後半生まれ(16日以後生まれ)	
1歳 6か月児	9月2日(月)	午後0時40分～1時	H30年3月前半生まれ(15日以前生まれ)	母子健康手帳、問診票、どんぐり手帳
	9月27日(金)		H30年3月後半生まれ(16日以後生まれ)	
2歳児	9月9日(月)	午後0時40分～1時	H29年9月前半生まれ(15日以前生まれ)	母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、 コップ、タオル、どんぐり手帳
	9月26日(木)		H29年9月後半生まれ(16日以後生まれ)	
※染め出し液が服等に付着する場合があります。				
3歳児	9月10日(火)	午後0時40分～1時	H28年9月前半生まれ(15日以前生まれ)	母子健康手帳、問診票、目と耳に関するアンケート、 尿(郵送した用紙・容器をお使いください)、どんぐり手帳
	9月24日(火)		H28年9月後半生まれ(16日以後生まれ)	

## ● 予防接種

〔会場〕 茅野市健康管理センター〔持ち物〕 母子健康手帳、予診票、どんぐり手帳、体温計  
 ※BCGは抱っこ紐をお持ちいただくとスムーズです。

予防接種名	日時	対象	備考
BCG	9月4日(水)	生後5か月～12か月未満	生後5か月～12か月未満の間に1回接種します。 (標準接種5か月～8か月)
四種混合 (ジフテリア 破傷風 百日ぜき 不活化ポリオ)	9月6日(金)	生後3か月～7歳6か月未満	1期初回は3～8週間隔で3回接種します。 1期追加は初回3回目終了後、 1年～1年半の間に1回接種します。
	9月18日(水)		
日本脳炎	9月3日(火)	生後3歳～7歳6か月未満	1期初回は1～4週間隔で2回接種します。 1期追加は2回目終了後おおむね1年以上の間 隔で1回接種します。
	9月20日(金)		

(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(7日目から可)、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(28日目から可)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。

# 熱中！ クラブ活動

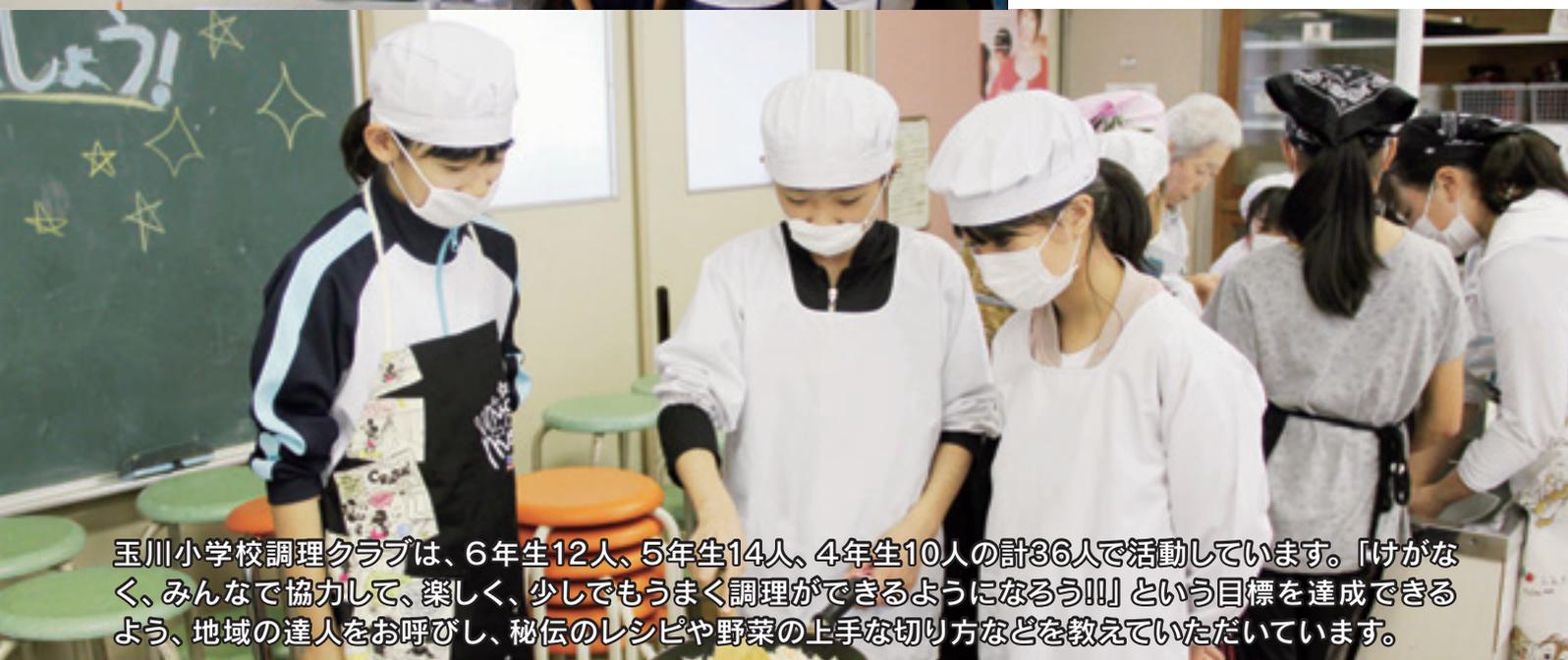
No.65



## 調理クラブのモットー

調理クラブは、次の3つをモットーに活動しています。

- ・みんなで調理を楽しむこと
- ・地域の達人から教えてもらった調理の知恵を活用すること
- ・食べることを楽しむこと



玉川小学校調理クラブは、6年生12人、5年生14人、4年生10人の計36人で活動しています。「けがなく、みんなで協力して、楽しく、少しでもうまく調理ができるようになるう!!!」という目標を達成できるよう、地域の達人をお呼びし、秘伝のレシピや野菜の上手な切り方などを教えていただいています。



## アピールポイント

地域の達人がいてねいに教えてくださり、おいしく美しく作る「調理の技」をたくさん学ぶことができます。また、家でもできるレシピなので、おうちで家族にふるまうこともできます。4、5、6年生が、学年の枠を超えて協力できるのも、アピールポイントです。

クラブ長 <sup>むらさき</sup> 村崎 あおい さん

## 代表者から



調理クラブでは、みんなが協力して楽しくできていて良いと思います。また、危険もなく安全に取り組んでいます。今までに食べたことのないものにチャレンジして、調理したり食べたりできるので、今後のクラブも楽しみです。地域の先生は、粉をこねるときに混ぜすぎないことや、野菜の上手な切り方などを詳しく教えてくれてすごいと思いました。

顧問 <sup>ひらさわ りえ</sup> 平澤 里恵 先生

## 顧問の先生から

地域の方をお呼びして、レシピや作り方を教わることは、日々の授業ではなかなかできないことで、大変有り難く思っています。一見シンプルに見えるレシピに隠れている様々な工夫、どんな調理にも生かせる秘伝の技など、料理本やレシピアプリなどでは知ることのできないものばかりです。とても充実した活動になっています。

玉川小学校調理クラブの活動の様子はビーナチャンネルでも放送します！  
放送日 9月1日～7日（正時からの30分番組内）

# おたんじょうび おめでとう



投稿フォームからも  
簡単に応募できます！

茅野市内にお住まいの  
11月生まれで3歳以下  
のお子さんの写真を募  
集します。①写真②氏名  
(子(ふりがな)・保護者・  
子の性別)③お子さんの  
生年月日④電話番号⑤  
コメント(50文字以内)  
をメールまたは封書で  
送ってください。メール  
の件名は「おたんじょう  
びおめでとう応募」とし  
てください。応募の締め  
切りは9月12日(木)。  
メールアドレス：  
c.senryaku@city.chino.  
lg.jp



長谷川 夏望 ちゃん  
平成29年9月4日生まれ 2歳

太陽みたいに元気な  
なつちゃん。お兄ちゃんと  
一緒に大きくなってね！



伊藤 玲菜 ちゃん  
平成29年9月4日生まれ 2歳

いつも元気いっぱい、  
歌と踊りが上手なれなち  
ゃん！お姉ちゃんと妹と  
仲良く遊んで大きくなっ  
てね♡



竹内 叶くん  
平成30年9月27日生まれ 1歳

かなたん1歳のお誕生日  
おめでとう★ 誰にでも  
ニコニコなかなたん。い  
つまでも笑顔で大きな  
あれ☆彡



犬飼 晴翔くん  
平成30年9月23日生まれ 1歳

晴翔お誕生日おめでとう！  
いっぱい遊んでいっぱい  
食べて大きくなってね！



荻原 慶一郎くん  
平成28年9月9日生まれ 3歳

お誕生日おめでとう！お  
しゃべりしたり、遊んだ  
り、楽しい毎日をありが  
と。元気に大きくなっ  
てね！

## 山林、畑、古民家、買取り相談受付

電話番号: 0266-72-5880

八ヶ岳ライフ 不動産鑑定士朝倉宏典

茅野市本町西5番23号 長野県知事(2)5281号



広  
告

茅野エリア内配達、  
市外・県外  
毎日全国発送！

法人様  
祝い花 開店花 葬儀生花 誕生日花



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

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

<広告欄> 広告の内容については、広告主へお問い合わせください。

広報 ちの Chino City No.903  
9月号

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



次号は10月号 9月19日(木)発行です

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



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