

月刊 クローズアップ
しもすわ

2021
3
NO.212
2021.2.26発行

中山道と甲州街道が出会う 大社といで湯の宿場まち

しもすわ イート&テイクアウト

下諏訪町の飲食店で食べる・家に持ち帰って食べることで町の飲食店を応援しよう!

キャンペーンは
3月28日まで



★町内飲食店で飲食した**2,500円**以上のレシートと引き換えに、**500円**分のクオカードか下諏訪商連商品券いずれかがもらえます!

★特典の交換は、下諏訪商工会議所または下諏訪町産業振興課まで!

新型コロナウイルスの影響により、本誌に記載の行事等、急遽中止や延期となる可能性がありますので、不明な点等がありましたら各担当へお問い合わせください。

CONTENTS (内容)

令和2年度を振り返る	2
福祉タクシー・循環バス・公衆浴場 助成券の申請受付が始まります	4
いずみ湖公園・赤砂崎公園の利用申込みが始まります	5
下諏訪町諏訪湖浄化推進連絡協議会が 設立40周年を迎えました	6
令和3年4月1日から「持ち込み」による ごみ処理手数料等が変わります ほか	7
小規模工事等受注希望者の 登録有効期間の延長及び新規受付について ほか	8
マイナンバーカード申請のご案内	9
生涯学習	10
インフォメーション	16

令和2年度を振り返る

(R2.4~R2.12)



田植え



「下諏訪ローイングパーク (AQUA未来)」完成



「ら。shirotori」
オープン



足湯もあるよ!



「赤砂崎公園」全面供用開始



保育園水遊び



広報

No.696

小さくてもきりと
光る美しいまち

発行 下諏訪町
編集 総務課
情報防災係

〒393-8501
長野県諏訪郡下諏訪町4613-8
☎ 0266-27-1111
FAX 0266-28-1070
下諏訪町ホームページアドレス
<http://www.town.shimosuwa.lg.jp>
E-mail=jyoho@town.shimosuwa.lg.jp



運動会



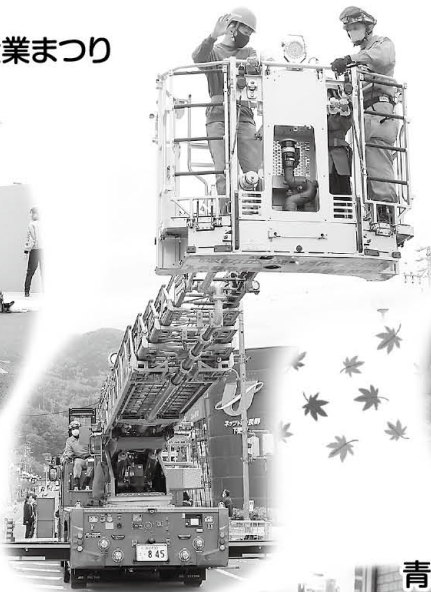
アルプス乙女収穫



しもすわ産業まつり

ふれあい消防広場

「星ヶ塔遺跡」発見100周年
(下諏訪町産黒曜石)



農業祭



青木町長退任

三角八丁

宮坂町長就任



保育園発表会



コロナ禍ではありましたが工夫を凝らし、事業やイベントが行われました。

福祉タクシー・循環バス・公衆浴場 助成券の申請受付が始まります

※継続を希望される場合は、年に一度申請の手続きが必要です。

「タクシー券」・「循環バス券(あざみ号・スワンバス)」・「公衆浴場券」の助成券の中からいずれかひとつを選択できます。

町に住民票があり、在宅の方(介護施設等に入所している方は除く)が下記に該当する場合、諏訪郡内に事業所があるタクシーや循環バス(あざみ号・スワンバス)または、町内の公衆浴場(一部の浴場を除く)の利用について、利用料の一部を助成します。

- ◆受付開始日 令和3年3月1日(月)から(土・日・祝日を除く)
- ◆受付時間 午前8時30分から午後5時15分まで
- ◆受付場所 町庁舎3階 第4会議室(※注)



(※注) 受付が大変混み合いますので、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、3月中は受付場所が変更となりますのでご注意ください。4月からは通常通り町庁舎1階健康福祉課高齢者係での受付となります。また、今年度に限り、6月末までに申請いただければ1年分の交付枚数とします。ご本人様が直接窓口に来ることができない場合は、代理の方のみでも手続きができます。分散した来庁にご協力をお願いします。

【対象者】 (令和3年4月1日現在)

- 1 満79歳以上の方(誕生日の日から)
- 2 介護保険の要支援認定を受けている方
(通院等で特段の配慮が必要な方は、申請の際にご相談ください。)
- 3 要支援認定者のうち、町の独居高齢者台帳に登録されている方
- 4 介護保険の要介護認定を受けている方
- 5 身体障害者手帳の交付を受け、障害程度が1級または2級に該当する方
- 6 精神障害者保健福祉手帳の交付を受け、障害程度が1級または2級に該当する方
- 7 療育手帳の交付を受け、障害程度がA1・A2・B1のいずれかに該当する方
- 8 人工透析患者の方で、「じん臓機能障害」に該当する身体障害者手帳の交付を受け、障害程度が1級・3級・4級のいずれかに該当し、かつ「自立支援医療受給者証」または「特定疾病療養受療証」をお持ちの方
- 9 運転免許証を自主返納し、「運転経歴証明書」または「申請による運転免許の取消通知書」をお持ちの方

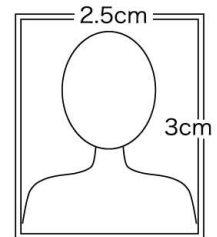
満79歳の誕生日を迎えた方や、あらたに上記2から9の対象者となった方は、その時点で申請の手続きをお願いします。

ただし、障がい者の方が使用する目的で、地方税法の規定により自動車税または軽自動車税の減免を受けている場合は、上記1から9の要件を満たしている方でも対象になりません。

【申請の際に必要なもの】

初めての方

- ①印鑑
(窓口に来る方の認印)
 - ②写真(利用者証作成用)
1枚(横2.5cm×縦3cm)
- ◆1年以内に撮影
正面を向き顔がはっきりわかる写真
(帽子、サングラスなしのもの)
- ◆顔写真が添付された書類(対象の級に該当する身体障害者手帳等の各種手帳または運転経歴証明書)をお持ちの方は、写真の提出は必要ありません。
(利用者証のかわりとして使用できます。)
- ③「各種手帳(身体障害者手帳等)」や「運転経歴証明書」または「申請による運転免許の取消通知書」をお持ちの方は申請時に窓口で提示をお願いします。



継続される方

- ①印鑑(窓口に来る方の認印)
- ②下諏訪町福祉タクシー等利用者証
※利用者証を紛失された方は再発行します。
顔写真(上記記載のもの)をお持ちください。
- ③上記②のタクシー等利用者証の交付を省略されている方は「各種手帳(身体障害者手帳等)」や「運転経歴証明書」

■問い合わせ 下諏訪町 健康福祉課 高齢者係 電話27-1111 (内線126・127)



いずみ湖公園・赤砂崎公園の 利用申込みが始まります



いずみ湖公園・赤砂崎公園(レジャー施設やグラウンド等の運動施設)

- ◇受付日時 令和3年4月2日(金) 午前9時～午前10時30分
 ※受付の順番は抽選とします。抽選は午前9時から行います。
 午前9時に抽選を行った後は、先着順に受け付けます。
 1団体1回の受付で各施設最大10日までの予約が可能です。それ以上予約する場合には、再度列の最後尾に並んでいただきます。
- ◇受付会場 下諏訪総合文化センター2階 集会室
- ◇上記以降の利用申込み方法
- 令和3年4月3日(土)から担当課各係(建設水道課 都市整備係・教育こども課 子育て支援係)、住民環境課 総合窓口係およびインターネットで予約を受け付けます。(インターネットでの予約は仮予約となりますので、7日以内に担当課各係または総合窓口係で本予約の手続きをしてください。)
 - 受付時間は土・日・祝日を除く、平日午前8時30分～午後5時15分までです。(電話での受付不可)
 - ※インターネットでの仮予約は24時間受付可能ですが、予約可能期間は利用する日の7日前までとなります。それ以降の予約はインターネットでは受け付けませんので直接各係窓口でお願いします。

【いずみ湖公園】

■問い合わせ 下諏訪町 建設水道課 都市整備係 (内線245)

施設名	利用期間及び時間	使用料	
マレットゴルフ場 (現地管理棟 電話58-8560)	4月18日(日)～11月7日(日) 午前9時～午後5時	個人利用	1人1日 200円
		団体利用 (総員50人以上)	1人1日 100円
テニスコート(全天候型8面) (現地管理棟 電話58-9772)	4月18日(日)～11月7日(日) 土・日・祝日のみ開園 (8月は毎日開園) 午前9時～午後6時	1面(1日)	6,000円
		1面(1時間)	800円
カヌー場(11艇) (現地管理棟 電話58-9772)	4月18日(日)～11月7日(日) 午前5時～午後7時	貸出利用(1人1時間)	200円
		持込利用(1人1時間)	100円
第1グラウンド(多目的)	4月18日(日)～11月7日(日) 午前5時～午後7時	1時間	500円
第2グラウンド(サブ)			

■問い合わせ 下諏訪町 教育こども課 子育て支援係 (内線714)

施設名	利用期間	使用料等
研修の家 (40畳2室・30畳3室)	5月1日(土)～ 10月31日(日)	使用料は、利用者の住所・年齢等により細かく区分されています。詳しくは担当係までお問い合わせください。
キャンプ場		無料 ※許可は必ず受けてください! (寝具・テント等は、利用者がご用意ください。)

○町内に在住または在学する高校生以下の方は、研修の家を利用する場合の使用料はかかりません。

○日帰りの利用時間帯は、午前9時から午後4時までです。

【赤砂崎公園】

■問い合わせ 下諏訪町 建設水道課 都市整備係 (内線245)

施設名	利用期間及び時間	使用料	
防災ヘリポート広場	通年 午前5時～午後7時	営利、営業の目的以外	1時間につき 500円
		営利、営業を目的	1日につき 45,000円
多目的広場		営利、営業の目的以外	1時間につき 500円
		営利、営業を目的	1日につき 30,000円
多目的グラウンド	4月18日(日)～翌3月31日(木) 午前5時～午後7時	営利、営業の目的以外	1時間につき 500円
		営利、営業を目的	1日につき 55,000円
砥川ふれあい渚	通年 午前5時～午後7時	営利、営業の目的以外	1時間につき 500円
		営利、営業を目的	1日につき 5,000円

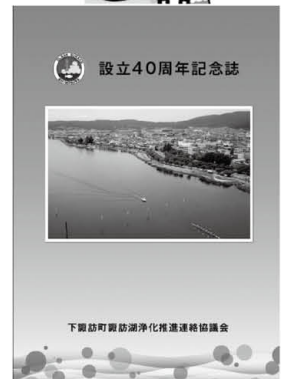
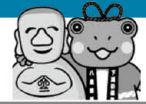
※各施設の様況や緊急時及び災害等により予約があっても使用できない場合がありますのでご了承ください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、マスク着用と、当日体調が優れない方の来場や、早朝より列をつくることはお控えください。

下諏訪町諏訪湖浄化推進連絡協議会が設立40周年を迎えました

下諏訪町諏訪湖浄化推進連絡協議会（湖浄連）は、「よみがえれ諏訪湖」「諏訪湖にトンボを」を合言葉に、毎月の湖岸清掃や諏訪湖クリーン祭等、諏訪湖における水質浄化及び環境の向上を目指した活動や諏訪湖に親しむ活動等、地道な取り組みをすすめてまいりました。

1月末に予定していた設立40周年記念式典は新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止となりましたが、パネル展や記念誌の配布を行いました。



記念誌の発行

湖浄連では、1980年（昭和55年）の設立から40周年を迎え、このたび記念誌を発行しました。10周年から節目ごとに発行しており、今回は40年間の活動を整理したほか、30周年以降の歴代会長の祝辞を掲載した湖浄連の歴史が詰まった一冊となっています。

記念パネル展

諏訪湖と湖浄連の40年間で写真で振り返るパネル展では約200枚の写真を展示し、諏訪湖浄化の苦労や諏訪湖の重要性などを考える機会となりました。



【諏訪湖浄化に関するポスター入選作品】

時代ごとに移り変わる諏訪湖の清掃風景



【昭和61年】

湖面のごみをコンクリート護岸からスコップなどを使って引き上げていました。



【平成11年】

ヒシの繁茂により、打ち上げられたヒシを手作業で回収していました。



【平成28年】

大きなごみが少なくなり、人工渚に打ち上げられたごみを、トングを使い拾っています。

■問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 生活環境係 電話27-1111（内線142）
（下諏訪町諏訪湖浄化推進連絡協議会事務局）

令和3年4月1日から「持ち込み」によるごみ処理手数料等が変わります

町では「下諏訪町廃棄物の処理及び清掃に関する条例」の改正に伴い、下記の通り、各種手数料を令和3年4月1日より改定いたします。

諏訪湖周クリーンセンター(岡谷市)への持ち込み〈燃やすごみ・動物の死体〉

項目	新手数料	旧手数料
家庭から排出される燃やすごみ(10kg当たり) 〈町指定「燃やすごみ袋」に入っていないもの〉	110円	100円
町指定「燃やすごみ袋」に入れてあるものは無料で受け入れます。		
事業者が排出する燃やすごみ(10kg当たり)	160円	150円
動物(ペット)の死体(1体)	940円	900円

下諏訪町清掃センター(水月公園上)への持ち込み〈資源物・埋立ごみ〉

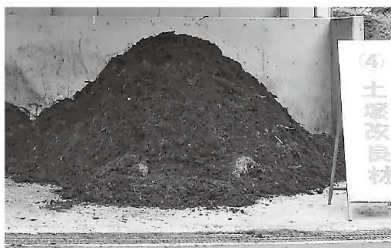
項目	新手数料	旧手数料
家庭から排出される埋立ごみ(10kg当たり) 〈町指定「埋立てごみ袋」に入っていないもの〉	110円	100円
町指定「埋立てごみ袋」に入れてあるものは無料で受け入れます。		
事業者が排出する資源物(10kg当たり)	160円	150円

※町指定「燃やすごみ袋」及び「埋立てごみ袋」の値段は変わりません。

土壌改良材・雑ウッドチップを無料配布しています

～春に向けて家庭菜園や花壇づくりにご活用ください～

町内から排出された草葉は発酵促進剤を加えて土壌改良材に、剪定木はウッドチップに加工し、町清掃センターにて無料でお渡ししています。剪定木の材質により良好なチップにならないものは雑ウッドチップとして、土壌改良材と一緒に畑や花壇、プランターにご利用いただけます。花や野菜を育てて、おうち時間を楽しく過ごしませんか。



草葉から作った
「土壌改良材」



剪定木を加工した
「雑ウッドチップ」



- ☆自家用車でお越しいただき、必要な量を持ち帰ることができます。
- ☆小枝・小石等の混入がありますが、ご了承ください。



■問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 生活環境係 電話27-1111 (内線141・143)

下諏訪町交通災害共済

～令和3年度分加入受付中～

1口400円で加入すると、万が一交通事故に遭ったとき、治療日数に応じてお見舞金が支給される助け合いの制度です。少額の会費で、もしもの時に備えられます。家族みんなで加入しましょう！

- ★1口につき、死亡時は100万円のほか、傷害の治療日数によりお見舞金が支給されます。お一人様2口まで加入できます。お見舞金が2倍になる2口加入がおすすめです！
- ★現在、町内会を通じて加入申込みを受け付けています。町庁舎1階住民環境課生活環境係でも直接お申し込みができます。



小規模工事等受注希望者の登録有効期間の延長及び新規受付について

町が発注する小規模な工事や修繕等の受注希望者を登録し、見積先の選定資料とすることにより、町内小規模事業者の受注機会の拡大を図ることを目的とした「小規模工事等受注希望者登録制度」の登録申請を受け付けています。

現在、令和元・2年度小規模工事等受注希望者の登録を行っているところですが、新型コロナウイルス感染症拡大の影響等により、令和3年3月31日までの登録の有効期間を有する方については、有効期間の終期を1年延長し、令和4年3月31日までとすることとしました。

既に令和元・2年度の登録を有している方は、申請の必要はありません。

なお、新規登録を希望される方は、次の事項に留意のうえ申請してください。

■対象となる工事 1件50万円未満の軽易な工事や修繕等

■登録できる方 次の要件を満たせば、建設業の許可の有無、経営組織、従業員数は問いません。

- 下諏訪町内に主たる事業所又は住所を有する方
- 町税を滞納していない方
- 入札参加資格者名簿に登録されていない方
- 希望業種を履行するために必要な資格、免許を有する方

■登録に必要なもの

- 小規模工事等受注希望者登録申請書(町ホームページからダウンロード可、総務課財政係でも配布)
- 法人にあっては登記事項証明書
- 資格、免許等が必要な業種を希望する方については、その資格者証や免許証等の写し
- 町税の納税証明書(すべての税目を完納したものに限り、税務課で交付)

■申請の受付 随時

■登録の有効期間 登録者名簿に登録した日から令和4年3月31日まで

■注意事項 本制度の登録をもって指名や契約を約束するものではありません。

■受付・問い合わせ 下諏訪町 総務課 財政係 電話27-1111(内線266)

歯科コラム dental column

こうけっせんやく 抗血栓薬と抜歯について

脳梗塞や心筋梗塞などを代表とする血栓性疾患の治療や予防に伴って処方される薬剤を、抗血栓薬と言います。一般的に「血液をさらさらにする薬」と言われ、服用されている方も多いのではないのでしょうか？抗血栓薬は抗血小板薬、抗凝固薬、血栓溶解剤に分類され、数百万の方が服用しているとされています。抗血栓薬を内服している患者さんは、一度出血をすると血が止まりにくい傾向がありますが、歯科治療の中で出血を伴う処置で最も一般的なのは抜歯です。従来、決まった指標が無かったため抜歯した後の出血を止まりやすくするために抜歯の前に抗血栓薬を止める、量を減らすなどしてから抜歯を行うといった慣習がありましたが、現在は、抗血栓薬の中止や減量を行うことによって起こる様々な弊害があることがわかってきています。抜歯に当たって抗凝固薬(ワルファリン)を中止することで約1%の確率で重い脳梗塞が発症することや、抗血小板薬(アスピリン)を中止することで脳梗塞の発症率が3~4倍になるといった報告もあり、基本的に抜歯前の抗血栓薬の中断や減量はしない方が良いという見解がなされています。ただ、複数の抗血栓薬を服用されている方や、複数本の歯を一度に抜歯しなければいけない場合などは抜歯後の止血がしにくいこともわかってきており、総合病院や大学病院等の歯科口腔外科等の専門施設で行ったほうが良い場合がありますので、担当の歯科医師と相談していただければと思います。

抗血栓薬を服用している方に気をつけていただきたいことがあります。一つは、先程述べた理由から「処方医に相談無く、自己判断で抗血栓薬を中止や減量すること」です。もう一つは担当歯科医師と処方医が連携をとって治療を行わなければいけない場合もあるため「抗血栓薬を服用していることを担当歯科医師に伝えること」です。これらに気をつけていただき、安全な歯科治療を受けていただければと思います。



■問い合わせ 岡谷下諏訪歯科医師会 電話23-8320

マイナンバーカード申請のご案内



まだマイナンバーカードをお持ちでない方へ
QRコード付き交付申請書が順次送付されます！

マイナンバーカードをお持ちでない方を対象に、マイナンバーカードの申請に必要な交付申請書が、地方公共団体情報システム機構から令和3年3月までに順次送付される予定です。

送付された申請書を使って、マイナンバーカードを申請することができます。
申請から交付まで1～2ヶ月程度かかりますので、ご希望の方は早めに手続きをお願いします。

マイナンバーカードの申請から交付までの流れ

①郵送やスマホで申請をします。



②申請をしてから約1～2ヶ月後に、交付場所などをお知らせする「交付通知書」(ハガキ)がご自宅に届きます。

③マイナンバーカードの交付は予約制です。交付通知書が届いたら、希望日時を電話で予約してください。その際に、持ち物などのご案内をさせていただきます。

④ご予約した日時にご本人様が町庁舎1階へお越しください。(※)

※ご本人が病気、身体の障害等のため町庁舎に来ることが難しい場合は事前にご相談ください。
※15歳未満の方が申請した場合は、ご本人と保護者の方に来庁していただく必要があります。
※マイナンバーカードの交付手続きは住所登録をしている市町村で行うため、他市町村にお住まいの場合は、住所地の市町村にお問い合わせください。

町庁舎1階のマイナンバーカード相談窓口では、写真撮影や申請書記入案内などのマイナンバーカード申請手続きのお手伝いをしています！お気軽にお越しください♪

■問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 総合窓口係 電話27-1111 (内線131・135)

マイナポイントのご案内

マイナポイントって？



マイナポイントは、マイナンバーカードを使って予約・申込みを行い、キャッシュレス決済サービスでチャージやお買い物をした場合に、ご利用金額の25%分のポイントもらえる仕組みです(一人あたり5,000円分が上限)。

マイナポイントがもらえるのは、令和3年3月までにマイナンバーカードを申請した方です。カード受取後、マイナポイントの申込みが必要です。

令和3年9月までのチャージまたはお買い物が対象です。

※国の予算等の状況によって変更となる場合があります。
※最新の情報はマイナポイント事業ホームページでご確認ください。

対象期間が変わりました！



■問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係 電話27-1111 (内線257)

発行 下諏訪町教育委員会
編集 生涯学習
編集委員会

〒393-8501
長野県諏訪郡下諏訪町4611-40
(下諏訪総合文化センター内)
☎ 0266-27-1111(内線718)
FAX 0266-28-0131
E-mail=syougai@town.
shimosuwa.lg.jp

分館活動この一年

一年間の分館活動を振り返って ～コロナ禍での様々な活動の一端を紹介します～

第一区 区民親睦会

分館長 小阪 祥一郎
こさか しょういちろう



チャンスポール

11月1日、下諏訪体育館において第一区分館「区民親睦会」を開催しました。小さな子供から年齢を問わず、楽しみながら運動できるニュースポーツです。体育館を4区画に分け、グループ毎で時間を区切り回ります。競技種目は、下諏訪町発祥のチャンスポール、スマイルボーリング、ペタンク、子供たちには空き缶積み等です。感染防止の為、検温、消毒、更には用具に直接触れないよう薄手のゴム手袋を全員に配布しました。

当日は大人子供合わせて47人の区民が参加されました。その大半は初体験の方々です。

当初は順調に競技が進行する心配でしたが、開始してすぐに珍プレー、好プレーに拍手が沸き起こり、笑顔が絶えることなく無事競技が進みました。未就学の子供たちも家族に加わり競技を楽しんでいました。

分館として初の試みでしたが、参加者からは「楽しかった」等の声が多く寄せられ、開催して本当に良かったと思えました。



空き缶積み

第二区 夏・冬の「寺子屋」

分館長 山田 貞幸
やまだ せいこう



桜の城址

新型コロナウイルス感染症が世界中を席卷し、我が国においても猛威を振るい、きつい制約を受ける中で分館活動でしたが、全運営委員の英知を結集し、区民の皆さんに評価をいただいた多くの質の高い事業を行うことができました。その事業の一つが「寺子屋」です。

夏の「寺子屋」は子供たちが夏休み帳の中で分からない所や調べたい事を持ち寄り、運営委員や地域の方が優しく、解りやすく、子供たちの目線に立ち教えました。「解った！出来た！」の声が寺子屋に溢れました。その後全員で桜の城址に登りナレーション付きの解説書により金刺盛澄もりずみについて学び、そして下諏訪町を俯瞰し、諏訪湖、学校、駅などを見つめ歓声を挙げ、感動していました。

事業後「寺子屋」を継続したいという多くの声をいただき、暮れには「冬の寺子屋」を開催し、冬休みの宿題の「書き初め」の作品作りを行いました。子供たちと一緒に運営委員も童心に帰り筆を運びました。子供たちは各自個性豊かで味わい深い作品を完成させ、「やった！」の声と笑顔に運営委員全員大きな充実感を味わいました。沢山練習した紙は1月9日に行った分館主催の「どんど焼き」に子供たちが持ち参し、字の上達、健康を祈りお焚き上げをしました。

夏、冬の「寺子屋」は地域が子供を育てる、地域のコミユニケーションを深め住民が楽しく元気に暮らせることを目的とするという分館の大きな使命の一助になった事業であり、今後も開催の継続を切望しています。



書き初めの作品

第三区

注連飾り作り講習会

分館長

諏訪

敏和

いわゆる新型コロナウイルス感染症に翻弄された本年度でしたが、12月20日に開催された注連飾り講習会が第三区分館としては最初の行事となりました。

例年お世話になっている小口欣彦様御一家に御指導と材料手配をいただきました。



注連飾り作り

37名22組(内、常連が約3分の2)の参加を得て、主題を玄関飾りにおいて製作に取り組みました。

参加者のうち常連組は、自分のペースで玄関飾りや輪注連などを組み上げていましたが、初心者をはじめ不馴れな参加



玄関飾り

者は講師の周囲に陣取り、部分品の所以や作成技能を教わりながら親子協力して作業をする姿も見受けられ、藁の文化を次代に繋ぐひとつの機会となりました。

第四区

区民マレットゴルフ大会

分館長

大和

孝敬

11月4日、いずみ湖公園マレットゴルフ場にて、区民マレットゴルフ大会を開催しました。

新型コロナウイルス感染拡大のため、講演会や文化祭など、様々な行事を中止せざるを得ない状況になってしまいました。役員で検討を重ねた結果、広々とした自然の中であれば開催可能との判断で、予定より遅れての開催が決められました。区民の皆さんに呼びかけ、老若男女50名が参加して、好プレー珍プレーを繰り広げました。

家族や仲間で構成されたグループは、18ホールを回り、笑い声や歓声がマレットゴルフ場に響き渡って、楽しんでいる区民の皆さんの姿が各所で見られました。



親睦目的とはいえ成績は気になるもので、成績発表は注目的。歓声と拍手の中、表彰式が行われ閉会となりました。

例年、大会後に開催している懇親会は中止となってしまいました。次回はコロナ禍が収束して開催できることを願っています。



マレットゴルフ

第五区

注連縄飾りとミニ門松講習会

分館長

武居

祐治

12月13日(日)に注連縄飾りとミニ門松講習会を高木公民館で開催いたしました。今年度はコロナ禍での行事となった為、計画段階から当日に至るまで細心の注意を払っての開催でしたが、毎年恒例の行事に30名の参加がありました。

用意した藁を使い、公民館の外では注連縄飾りを、館内でミニ門松作りを同時に行い、講師の方々のご指導と熟練者の協力の下で、毎年参加の方は手慣れた手つきで作成し、初心者や慣れていない方でもサポートを得ながら無事に完成させていました。

日頃あまり触れる事が少ない藁の感触を確かめ、苦労して作ったそれぞれの正月飾りは



注連縄飾り作り

愛着の湧く仕上がりとなった事とあります。この様な伝統文化は継続して企画していただきたいと思ひます。



ミニ門松作り

第六区

陶芸教室を開催しました

分館長 中野 信一
なかの しんいち



陶芸教室は六区では例年の行事で毎年楽しみにしておられる方も大勢います。あまりなじみのない事を身近で体験できる事は素晴らしい事で、地域で陶芸をやっておられる方に無理を言

て講師を受けて頂き毎年開催しています。今年度は特にコロナ禍での開催ということで、余計に無理を言ってお前部の、午後の部に分けて2回開催して頂きました。おかげで参加者の皆様も自分の作品作りに没頭出来、良い作品が生まれたものと思われまます。自分は芸術的センスが無い為、参加者の皆様にお配りする粘土を捏ねさせて頂きましたが、それだけでも楽しくできました。皆様の作品は講師の方に芸術的な色を塗って頂いたうえ、焼き上げて頂き、11月に開催の「第六区文化祭」に展示させて頂きました。



陶芸教室

第七区

がんばろう！七区

ささやかな秋祭り

分館長 藤森 則芳
ふじもり のりよし



抽選会

慣例であれば、熊野神社例大祭の前夜祭で各団体よりステージ発表、豪華景品が当たる抽選会を実施、当日は各団体より趣向を凝らした屋台が出店され、甘酒を振舞い、伝統の長持ちが練り歩き、例大祭は神事を中心として、前夜祭から大いに盛り上がり祭り一色に染まるひと時が当然であった。

コロナ禍の中、手探りながら区民の皆様が笑顔になる社会・文化活動の企画実行に努めた。前夜祭企画とし、盛大では無いが背後の山に音が響き渡り、迫力満点のたった6分間の花火大会。抽選会は、一か月前に全戸対象で抽選番号付き案内書を配布、一週間前に回覧で当選権利番号を発表、例大祭当日に当選権利者による抽選会を行い、三角くじをめくった瞬間の喜び一憂。



大上映会

発表会は、9月19日の北小運動会、9月26日の社中絆祭(絆太鼓、吹奏楽部発表)をビデオ撮影し、100分間に編集し大上映会。密集を避ける為、シークレットで屋台を出店。お子様対象の外れ無しのかくじが、老若男女が大いに盛り上がる場となった。新たに企画実行したこのひと時は、ささやかながらも祭り一色に染まった。

下諏訪町豆知識:知ってる?下諏訪町にある小字(町)名。その③ (最終)

一昨年町制施行125周年を迎えた下諏訪町。町は、町制施行以前から、また以後も少しずつ全体の形を変えて、現在に至っています。広報「クローズアップしもすわ」を作っていく中で、下諏訪町の町名(小字名)は複雑で、どの区にどこの町が属しているのかよく分からない、という声をお聞きします。今回はその第3弾、第6～10区の町名を紹介します。

- 第6区：萩倉(東組、西組)、樋橋、東俣、町屋敷(1、2、3組)、下屋敷。
- 第7区：東山田(第1～7)。
- 第8区：社東町(第1～4)。
- 第9区：星が丘(第1～3、5)。
- 第10区：西豊、西浜、高浜、東豊、本郷、五官、富ヶ丘、関屋。

第八区

クイズ&ウォークラリー

分館長 生田 隆史

今年も、コロナの影響でスタートから中止の連続となりました。区全体の行事についても開催中止となり、10月となってしまいました。半分が終了して、公民館としても何もしていないわけにはいかないと、各部長と話し合いをし、新しい企画を開催する事にしました。

「クイズ&ウォークラリー」とし、八区を歩く催し物を開催する事にしました。新しい企画とコロナ環境もあり、各場所にクイズを7か所設置し、クイズに答えて、最終的に、公民館に設置したポストに解答用紙を入れて頂く事としました。

解答にも試行錯誤をして、解答用紙に記入すると『はちくをあるく』となるようにして、歩いて頂くと答えが分かるように工夫しました。



個人で好きな時間に歩いて頂く事で、コロナ環境に配慮した企画となりました。初めての企画でしたが、何もしないより良かったと思います。

第九区

新事業「川柳募集」への挑戦

分館長 宮坂 信行

令和2年の分館活動は、新型コロナ流行により従前の分館活動を行うことが困難と判断し川柳募集事業に挑戦しました。

三密防止を心掛け、募集は応募用紙を区民に全戸配付、作品応募用紙の回収は、公会所に新たに「川柳応募ボックス」を設置し、区民に投稿してもらう方法により、極力接触を避けるよう配慮しました。募集にあたり、優秀作品の表彰や投稿者全員に抽選による記念品贈呈をPRしました。当初は低調な応募数でした。

そこで、区民に対し川柳に関心をもってもらえるよう応募させるよう作品を編集し、川柳作品集として全戸配付しました。

これが奏功し、応募期限(10月末)までに、約50名、200句を超える応募を達成することができました。応募作品は、マスクや星が丘を題材にした秀作が多く、9月、11月及び新春特集号の3回の作品集を発行し、区民の皆様には、川柳を「詠む」「読む」で楽しんでいただけたと思います。



川柳作品集



川柳応募ボックス

第十区

ボーリング大会とワカサギ釣り体験会

分館長 中村 隆志

第十区公民館でも多くの不安と困難での活動となり年間計画を再考しました。

任期の後半に予定していたボーリング大会を感染予防対策を徹底して7月開催とし、多くの区民に参加頂けたことは、困難の状況下での励みとなりました。

また、中・小規模催事に徹底し、開催の是非を各方面と相談しながら進めることに致しました。催事が中止となる中、11月8日(日)に例年の文化祭を開催日数や内容を縮小・工夫を致し、家庭教育講座(「ニュースポーツ講習会」ポッチャ)「諏訪湖底」曾根遺跡「講習会」の2講座とコラボージュする事で開催。

11月29日(日)には「ワカサギ釣り体験会」諏訪湖高浜沖でドーム船3隻を用意しての開催を致し、家族連れ等区民の皆様には、ポカポカ陽気の中で穏やかに楽しんで参加頂きました。地域の伝統及び文化等の困難な中で公民館活動を支援頂けた区民及び関係各位の皆様、スタッフに感謝申し上げます。ありがとうございました。



ワカサギ釣り体験会



ボーリング大会

縁を灯し、思い出に



観音崎珈琲 シマダ ミライ

初めまして。下諏訪町にて自家焙煎珈琲豆屋「観音崎珈琲」を営んでおります。シマダミライと申します。
皆様は「観音崎(カンノンザキ)」という地名を知っていますか？私が生まれ育った神奈川県横須賀市にあるローカルな海水浴場の名前なんです。今はそんな故郷横須賀の地名を借りて、下諏訪町にて珈琲豆を焙煎しております。

二十歳過ぎの頃にとっても大きな挫折を経験しました。その頃に自分の周りにあった全ての事を失い、毎日会いに行く人も向かう場所も無い生活を過ごしていました。
その時にあまりにもする事が無くて甲府の祖父の家に百姓仕事を手伝いに行き、その足で八ヶ岳の麓を訪れました。雑誌で見たとあるお店に行き、そこで覚えたてのブラックコーヒーを格好つけて注文をし、焚き火をしてポケーっとしていました。それからの記憶はあんまりありません。ただ次に思い出せる記憶は「30歳になるまでに八ヶ岳やアルプスの麓で珈琲豆を焙煎して暮らす」と今まで曇って見えた毎日が少し変わって見えた

ことです。
神奈川県内の珈琲屋を周って門を叩きました。が、修行させてもらえない場所と出会えずにいました。が横須賀市のある喫茶店が「雇ってはあげられないけれど、来てくれれば何でも教えてあげる」と言ってくれました。そのお店に通い、ブレンドを飲みながら、性懲りも無く夢を広げていました。
珈琲の世界のピラミッドの中でそのお店のブレンドがどの順位にいるのかはわかりませんが、私の中で一番の「思い出」の味になりました。現在観音崎珈琲で取り扱っている「観音崎ブレンド」はそんな私の思い出の味を再現したものです。幾つかの職につき少しだけ貯めたお金と着替えとギターだけ積み、流れてきた下諏訪町で沢山のヒトとホシスメバという家に出会い、「有難い」経験をさせていた



珈琲豆の焙煎

きました。

現在はそんな仲間たちと造り上げたキッチンカー「ペロシマダ」で珈琲を淹れ、町内外多くのお店でオリジナルブレンドの作成に携わらせていただいております。とても幸せな生活を送っています。きつと下諏訪町に出会えたのも縁だと思います。
(出店場所はインスタグラムかフェイスブックをご覧ください。)

そしてまだまだやりたい事や実現したい事がたくさんあります。いつかはこの下諏訪町内にて私自身が行き先が無く苦しんでいた時に救われたように、いつか誰かに小さな灯りを与えられるような空間(店舗)を創りたい。またそれが「いつかあなた」の思い出のひとつになれまじよう。に「そう思います。」



キッチンカー「ペロシマダ」

写真・花岡 凌



町立図書館からのお知らせ



インターネット上で「みんなで作る下諏訪町デジタルアルバム」を公開しています！
下諏訪町の古い写真が見られるだけでなく、ユーザー登録をすればお持ちの写真をアップすることもできます。
ぜひ、ご覧ください。

<https://d-commons.net/shimosuwa/>



スマートフォンからはこちら。
デジタルアルバムへ直接アクセスすることが出来ます。



●情報をさがす

キーワードを入力すると、関連した写真が説明と共に表紙されます

写真	タイトル	説明
	木落とし	御柱祭山出し、木落としの様子
	町制施行100周年事業	将来の御柱に使えるように「モミの苗木」の植林。この記念事業で植樹したモミの苗木は1000本、その後、モミの苗木の植樹活動は有志の皆さんの手により続けられている。植樹は苗木を植える作業ばかりでなく、鹿の食害から守る対策も伴う。



MESSAGE

追想の詩（最終章）

昭和53年10月、周りからはイメージの悪いバンドを組んだり、授業を抜け出してやまびこ団体のバレーボールを観戦したり。今から43年前、高校の恩師、武井貞夫先生が私の就職先を探してくださいました。あれから42年が経ち、まさかこの歳まで勤められるとは思わなかった。感謝しきれない。これも、超怖い野球部監督に恵まれたからか。お陰でどんな苦境にも逃げない気持ちと、縦社会の基礎を叩きあげられた。

令和に入り2年目の10月。忘れもしない最終回ノーマウト。松本伸二監督が私に「次行くよ。」と代打の合図をする。監督の期待に応えたい。スライダーを読み右中間ヘライナーを打ち返すことができた。試合後のミーティングで今日が私にとって最後の試合であることを知った。プロ野球で言う引退試合だ。同時に目頭が熱くなった。

令和3年、世界的にパンデミックが進行する中、人類は新しい年を迎えた。新型コロナウイルスの脅威。まるで映画の世界だ。誰もが想像しえなかった。振り返れば、人類は大きな危機に直面するたび何かにすがってきた。おまじないやお守り、そして妖怪まで。

武漢から一年。人類は確かなコロナ対策を手に入れない。

(本山 祥弘)

令和3年特定農地(町民菜園)利用者募集

町では、野菜栽培を通じた自然とのふれあいや農業に対する理解を深めていただくことを目的に、町民菜園の貸付を行っています。そこで、特定農地利用者を下記のとおり一般公募します。

- ◇抽選日時 令和3年3月4日(木) 午前9時30分
- ◇会場 下諏訪総合文化センター 小ホール
- ◇募集菜園 約130区画(下の原、大久保、小湯の上、西鷹野町、一ツ浜公園前、武居、殿村、東山田、高木)
- ◇利用料 目安750円～3,820円(年間)
面積等により異なります。
- ◇持ち物 印鑑・利用料

※当日、午前9時から会場内で整理券を配布します。
新型コロナウイルス感染防止対策へのご協力をお願いします。

■問い合わせ 下諏訪町 産業振興課 農林係
電話27-1111 (内線276)

下諏訪町プレミアム付商品券の利用期限について

下諏訪町プレミアム付商品券「万治の恵み」の有効期限は、令和3年3月31日までです。有効期限を過ぎると無効となりますのでご注意ください。

不明な点等ありましたらお問い合わせください。

■問い合わせ 下諏訪商工会議所
電話27-8533



諏訪圏青年会議所からのお知らせ ～知ってみよう!男女(ひと)のトリセツ～

男性脳と女性脳の違いを知り、お互いを活かしあえる関係性を学ぶ事業です。「妻のトリセツ」を著書とする「黒川伊保子氏」の特別講演映像の公開やワークショップ等を行います。参加費無料。会場参加の他、WEB参加も可能です(事前申し込みが必要です)。

- ◇日にち 令和3年3月19日(金)
- ◇会場・時間
 - ①岡谷商工会館：午前10時～正午
 - ②諏訪商工会館：午後2時～午後4時
 - ③茅野マリオローヤル会館：午後7時～午後9時
 詳細はお問い合わせください。

■問い合わせ 諏訪圏青年会議所(担当：倉嶋)
電話080-5109-4759

3月の休日納税相談

- ◇開設日時 14日(日)・28日(日)
午前10時～午後1時まで
- ◇開設場所 町庁舎2階 税務課窓口
- ◇内容 税金等の納付及び納税相談(納税猶予等)
- 問い合わせ 下諏訪町 税務課 収納係
電話27-1111 (内線236・237)

3月の税金等納期限・口座振替日

- (3月31日(水))
- ◇国民健康保険税 12期3月分
- ◇後期高齢者医療保険料 12期3月分
- ◇温泉使用料(2月使用分) 3月分
- ◇介護保険料 12期3月分
- ◇保育料・給食費 3月分
- ◇水月霊園管理料 随時

令和3年度奨学生募集のご案内

貸与奨学金

【利用できる方】

- 成績優秀で向学心を有しながら、経済的な理由によって修学が困難な方。
- 町内に1年以上居住し、現に、生活の本拠も町内にある方、またはあった方。
- 親権者が町内に住んでいる方。
- 扶養義務者の収入が一定以下である方。ただし、世帯構成員中2人以上に所得がある場合は合算されます。

【奨学金の額】

学校の区分	貸与金額
高等学校、専修学校(中卒)	月額 10,000円以内
高等専門学校、専修学校(高卒)、短期大学、大学	月額 25,000円以内

【償還減免について】

卒業後2年以内に下諏訪町内に居住し、貸与期間と同じ期間居住した場合、最大で1/2の免除を受けることができます。

給付型奨学金

「こども未来基金」を活用した返済の必要のない奨学金制度です。

町内に1年以上居住し、住民税非課税世帯であることが原則ですが、まずはご相談ください。

■問い合わせ 下諏訪町 教育こども課 教育総務係
電話28-0001 (直通)

フードドライブしようin下諏訪

フードドライブとは、支援を必要としている人々や福祉施設等へ届けるために、家庭に利用されずに眠っている食品を持ち寄る運動です。

感染予防対策に努めた実施を予定しておりますが、状況により延期や中止とする場合があります。

- ◇日時 3月27日(土) 午前10時～正午
- ◇場所 下諏訪町高齢者能力活用センター

(文化センター北側・商工会議所斜め前)

※活動に関する詳細はお問い合わせください。また、下中・社中学校の女子セーラー服をお譲りいただける方は事前に連絡をお願いします。

■問い合わせ 下諏訪フードドライブの会 増沢
電話080-1022-9013

新型コロナウイルスに感染もしくは疑いのある被保険者の方への傷病手当金の支給について、対象期間が延長されました

国民健康保険および後期高齢者医療制度の被保険者の方で、新型コロナウイルス感染症により労務に服することができなくなり、お勤め先から給与収入が得られなくなった方につきましては、傷病手当金の支給がありますので担当までお問い合わせください。

【対象期間】

令和2年1月1日～令和3年3月31日まで

■問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 国保年金係
電話27-1111 (内線137・140)

※新型コロナウイルス感染症の影響により、急遽、施設開館状況の変更、行事が中止・延期となる可能性がありますので、不明な点等がありましたら各施設・担当へお問い合わせください。

諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

- ◆休館日 3月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)
- ◆料金 一般 350円 高校生以下 無料
※その他、障がい者等の入館料免除や各種割引があります。
- ◆開館時間 午前9時～午後5時(ただし入館は午後4時30分まで)

第34回赤彦忌のお知らせ

諏訪湖博物館・赤彦記念館では、以下の日程で「第34回赤彦忌」を開催します。

島木赤彦を顕彰しその遺徳を偲ぶ「赤彦忌」は、赤彦の命日である3月27日に毎年開催しており、今回で34回目となります。

式典では、短歌の吟詠、赤彦童謡の唱歌のほか記念講演会を行います。

◇日時 3月27日(土) 午後1時30分～

◇場所 諏訪湖博物館・赤彦記念館 講堂

※式典の参加は無料です。また当日は、展示室も無料でご覧いただけます。

※当日は、柿蔭山房(赤彦の家)も特別公開いたします。

※駐車場に限りがありますので、公共交通機関等をご利用ください。

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、事業の一部を延期または中止する場合があります。

下諏訪町立図書館 ☎27-5555

- ◆休館日 3月1日(月)・5日(金)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)
- ◆開館時間 午前9時30分～午後7時(火～金)
午前9時30分～午後6時(土日祝)

◎春休み子ども映画会◎

◇日にち 3月30日(火)

◇上映時間・内容

①午前10時30分～午前11時30分

「おしりたんてい ププッふめつのせつとうだん」

おしりたんていが、助手のブラウンとともに事件を解決!

②午後1時30分～午後2時20分

「忍たま乱太郎の宇宙大冒険

withコズミックフロント☆NEXT」

乱太郎・きり丸・しんべいの3人が宇宙の大海原に飛び出す大冒険に出発します。

◇場所 下諏訪町立図書館 2階会議室

◇参加費 無料



下諏訪町空き家情報バンク物件情報

(令和3年1月31日現在)

行政区	所在地	No.	賃貸等	条件等	
第3区	西鷹野町	167	売却	木造2階建	780万円
	西四王	169	売却	木造2階建	1,850万円
	南四王	173	売却	木造2階建	1,150万円
	西鷹野町	177	売却	木造2階建	1,100万円
	西鷹野町	182	売却	その他2階建	550万円
第5区	北高木	176	売却	木造2階建	1,560万円
第6区	町屋敷	164	売却	木造2階建	480万円
第9区	星が丘	171	売却	木造2階建	300万円
	星が丘	178	売却	木造2階建	450万円
	星が丘	181	賃貸	木造平屋建	月額5万円
第10区	本郷	157	売却	木造2階建	1,300万円

※情報は町ホームページでもご覧いただけます。

※空き家をお持ちの方は、空き家情報バンクへの登録をぜひご検討ください。

■問い合わせ 下諏訪町 産業振興課 移住定住促進室
電話 27-1111 (内線274)
E-mail: iju@town.shimosuwa.lg.jp

しもすわ今昔館 おいでや

時計工房 儀象堂 ☎27-0001 星ヶ塔ミュージアム矢の根や ☎27-1800

◆春休み時計作り体験予約受付中!◆

春休みの思い出に時計作り体験はいかがですか? 儀象堂オリジナルウォッチや、世界にひとつ自分だけのクロックを作っちゃおう!

体験予約は毎日受け付け中! ご希望の方はお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症対策万全のものと行っております。



◇費用

・置時計(45分): 2,500円(税込)

・腕時計(20分): 4,860円(税込) 小学校1年生～(45分): 5,400円(税込) 小学校4年生～

※腕時計は在庫に限りがあります。

*開館時間 午前9時～午後5時

*正面入り口横: 足湯(午前10時～午後3時)、1階: 売店・休憩コーナーはご自由にご利用いただけます。

広告

ガソリンスタンド・灯油の配達・プロパンガス・住宅設備・リフォーム・鈴与のいき



パートさん アルバイトさん 大募集中!

未経験の方、学生さん、短時間の方でも大丈夫です!
ぜひお気軽にお問い合わせください。〔担当 こじま〕

井口エネルギー株式会社



〒393-0031 下諏訪町6082-1

TEL 27-5001 FAX 28-1313

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、急遽、施設開館状況の変更、行事が中止・延期となる可能性がありますので、不明な点等がありましたら各施設・担当へお問い合わせください。

高浜健康温泉センター 「ゆたん歩」

◇3月のゆたん歩の日は22日(月)です◇

ゆたん歩の日 健康相談 9:30~11:30

保健師による体組成測定と個別相談

測定では筋肉量・脂肪量など、カラダのバランスや特徴を知ることができます。測定結果や自身の健康について気になることは、その場で保健師がお伺いいたします。

ゆたん歩の日 健康ミニ講座 10:00~11:00

健康運動指導士による簡単エクササイズ

どなたでも気軽に入退室できる運動講座です。簡単なエクササイズやストレッチを体験し、習得することができます。月に1度の運動習慣、まずはここから！

※状況により、講座を中止または一部内容を変更して開催する場合があります。

◆令和3年度 ゆたん歩運動講座第1期について◆

令和3年度ゆたん歩運動講座第1期(4~6月)は、都合により休講とさせていただきます。第2期については、7月からの開催を予定しています。

ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

※教室の参加方法など、詳しくは町ホームページをご覧ください。

■問い合わせ ゆたん歩 電話26-2626

子育てふれあいセンターぽけっと

3月の行事予定

2日(火) ファーストブック

8日(月) おはなしいっぱい

9日(火) 0歳児ママ講座

10日(水) ママ講座1・2・3

13日(土) 土曜開館



★9日(火) 0歳児ママ講座
『脳の発達とあそびについて』のお話です。

★10日(水) ママ講座1・2・3
『発達について』のお話です。



◇いずれの講座も予約制で行います。

■問い合わせ 下諏訪町子育てふれあいセンター ぽけっと
電話・FAX: 27-5244
※詳しくは町ホームページをご覧ください。

3月 各種相談

相談は無料です。*は事前に予約が必要です。

相談名	日	曜日	時間	場所
*法律相談	25日	木	午後1時~午後5時	住民環境課 生活環境係 ☎27-1111 (内線143) までお問い合わせください。
行政相談	16日	火	午後1時~午後3時	
住民相談・一般相談	土・日・祝日を除く毎日		午前8時30分~午後5時15分	下諏訪町社会福祉協議会 ☎27-7396
消費生活相談				
*交通事故相談	11日	木	午前10時~午後3時	諏訪地域振興局 ☎57-2902
*非行・犯罪相談	26日	金	午前10時~正午	諏訪地区更生保護サポートセンター ☎55-2786
児童家庭・教育相談	土・日・祝日を除く毎日		午前8時30分~午後5時15分	教育委員会 ☎27-3204 ※面接での相談については事前に予約をお願いします。
女性総合相談	土・日・祝日を除く毎日		午前8時30分~午後5時15分	諏訪保健福祉事務所 ☎57-2927 ※面接での相談については事前に予約をお願いします。
建築なんでも相談 (リフォーム・耐震改修など)	毎月第3土曜日		午前9時~午前11時	下諏訪商工会議所 ☎27-8533 ※面談日については事前に確認をお願いします。
工業相談	土・日・祝日を除く毎日		午前9時~午後5時	ものづくり支援センター ☎26-2226
福祉総合相談	福祉相談	土・日・祝日を除く毎日	午前8時30分~午後5時15分	下諏訪町社会福祉協議会 ☎27-7396
	介護相談・権利擁護相談 成年後見相談			下諏訪町地域包括支援センター ☎26-3377
	結婚相談	毎週金・土曜日	午前10時~午後3時	老人福祉センター 相談室 ☎28-2827
なんでも相談室	土・日・祝日を除く毎日		午前8時30分~午後5時15分	住民環境課 なんでも相談室 どんな些細なことでも結構です。お気軽にお電話ください。 ☎28-3366

地域の皆さまに信頼され親しまれる病院をめざします。



岡谷市民病院
OKAYA CITY HOSPITAL

病院事業管理者/病院長 天野 直二

岡谷市本町4-11-33 TEL.23-8000

HP <https://www.okaya-hosp.jp/>

岡谷市民病院 検索

E-mail mail@okaya-hosp.jp

休診日 土・日・祝日/12月29日~1月3日

●健診センター TEL.23-8050

院内健診 人間ドック・生活習慣病予防健診・特定健診・婦人科検診 など
巡回健診 労働安全衛生法に基づく各種健診

※事業所や工場など指定場所に伺い健診を行いますので、お気軽にご相談ください。

●在宅ケアセンター

在宅介護・医療の悩みなど総合的に対応します。

訪問看護ステーション TEL.23-2000

居宅介護支援事業所 TEL.23-8700

広告

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

3月の休日当番医

※事前に電話で確認の上受診してください。
※歯科診療は「保険証」を必ずお持ちください。

※休日・夜間緊急医療案内
下諏訪消防署 ☎28-0119

日	曜日	当番医 (診療時間9:00~17:00)		当番歯科医 (診療時間9:00~正午)		当番薬局	
7日	日	野村ウィメンズクリニック (岡谷市)	24-1103	なわ歯科医院 (岡谷市)	26-0648	ウエルシア薬局 (岡谷市)	26-2512
14日	日	三沢医院	27-8760	浜歯科医院	28-4649	土田薬局	28-3232
20日	土	諏訪共立病院	28-2012	ララ歯科医院 (岡谷市)	21-1555	ひまわり薬局	26-7226
21日	日	今井内科胃腸科クリニック (岡谷市)	24-8688	南信堂歯科医院 (岡谷市)	22-3341	矢崎薬局 (岡谷市)	23-7125
28日	日	酒井医院 (岡谷市)	22-2121	スマイル歯科医院 (岡谷市)	24-0315	湖北堂薬局 (岡谷市)	22-2325

休日当番医等は、変更になる場合がありますのでご承知ください。

3月 健康診査等

- 休日・夜間緊急医療案内サービス ☎0570-088199 (ナビダイヤル)
- 諏訪地区小児夜間急病センター (15歳以下・午後7時~9時) ☎54-4699

種	別	日	曜日	時間	場所
乳幼児健診	2 か月 (2021年 1月生)	26日	金	時間は個別通知をご確認ください。	保健センター ☎27-8384
	4 か月 (2020年 11月生)	26日	金		
	10 か月 (2020年 5月生)	17日	水		
	1歳6か月 (2019年 8月生)	8日	月		
	2 歳 (2018年 12月生)	2日	火		
	3 歳 (2018年 2月生)	5日	金		
心のほっと相談 ※要予約		4・25日	木	午後1時30分~午後3時30分	
すこやか相談 (育児・栄養相談) ※要予約		9・22日	火・月	午前9時~午前11時	
産前・産後サポート事業 ※要予約		9日	火	午前9時~正午	
もぐもぐ学習会		10日	水	午前10時~午前11時	
乳がん(マンモグラフィ)検診		1・3・4日	月・水・木	時間は個別通知をご確認ください。	



3月の休日水道・温泉当番店

※都合により工事店が変更される場合があります。

日	曜	水道工事店				温泉工事店			
6	土	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462		
7	日	スワンシステム(有)	東 弥 生 町	26-8866	小 林 住 設	西 四 王	28-3527		
13	土	林 組 工 業 所	本 郷	28-6383	林 組 工 業 所	本 郷	28-6383		
14	日	(株) オスガ 設備	岡谷市長地権現町	27-6622	(株) 親水工業	東 山 田 第 2	27-8399		
20	土	(有) 藤森水道(藤のや)	岡谷市長地御所	27-7289	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462		
21	日	(株) 総 建	五 官	28-8295	小 林 住 設	西 四 王	28-3527		
27	土	松 澤 工 業 (株)	曙 町	28-0919	林 組 工 業 所	本 郷	28-6383		
28	日	(株) 上 條 電 設 工 業	社 東 町 第 2	23-5330	(株) 親水工業	東 山 田 第 2	27-8399		

■問い合わせ【水道工事店について】 下諏訪町 建設水道課 上水道管理係 【温泉工事店について】 下諏訪町 建設水道課 下水道温泉管理係
電話27-1111 (内線228) 電話27-1111 (内線222)

広告

信州のおみやげ贈りませんか?

銘菓・蕎麦・地酒・漬物
発送承ります。

大社通りの大きな提灯が目印!
 中山道下諏訪宿
 門前ひろば
食祭館
 ふる しょくさい
 お問い合わせ TEL.26-4931
 ホームページ shokusaikan.net/

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

下諏訪力創造チャレンジ事業 活動紹介 第9弾 「しもすわマルシェプロジェクト」

町では、住民による自主的・主体的に取り組む公益事業に対して支援をしています。クローズアップしもすわでは、これまでに実施された事業の取組を紹介しています。下諏訪力創造チャレンジ事業については下諏訪町 総務課 企画係（電話27-1111内線258）までご連絡ください。

マルシェは移住促進のみならず、人の繋がりを強くすると同時にまちや人を元気にする効果があると実感しており、継続的にマルシェを開催して交流を増やし、更にまちに活気を与えたいと思いました。

そこで星が丘に、買い物の場を創って賑わいを生み、人の繋がりを創出するため、しごと創生拠点施設ホシメバにて「ホシメバマルシェ」を開催しました。下諏訪町内や近隣でスモールスケールの商売を始めたい・始めたばかりという20組に、多岐にわたるジャンルの物品販売・ワークショップを開催していただきました。

町内のみならず町外や県外から約300名の多世代の方の来場があり、出店者と来場者で会話が弾み、会場各地で交流が生まれている様子でした。また、出店者の方からは「自分自身の活躍を知ってもらえる良い機会になった」などの感想をいただき、出店するチャレンジの場を提供できた手応えを感じています。



申請者：小林由香里・綿引遥可
 支援額：125,942円
 支援期間：令和元年度

まんじ 万治さん家の ち 健康ダイアリー

万治さん家は下諏訪に住む仲良し三世大家族。この1年、万治さん家の健康の話題や疑問に、保健センタースタッフが答えしてきました。さて、健康づくりに役立つことはあったでしょうか？万治さん家に感想をお聞きしてみましょう。
 イラスト：はんぺん

1年間、保健センタースタッフが万治さん家の疑問にお答えしてきましたが、いかがでしたか？

半年で4kg減量に成功したんだよ！おかげさまだったなあ。

困った時は保健センターに行ってみよって思ったよ。

血圧を下げるコツとヒートショックの話が良かったな。

ちょこっとエクササイズが良かったのよ。これなら続けられるわ。

野菜をたくさん食べられるようになったよ!!

熱中症予防が役に立ったわ。減塩って思ったより気軽にできるのね。


ちょこっとエクササイズ

今月は…「足の指」の運動

足指じゃんけんに挑戦!

レベルアップ★★
 慣れてきたら両足でやってみましょう

この1年、新型コロナウイルス感染症の影響で家にいる時間が長くなっていますが、健康づくりのためにできることはたくさんあります。身体のこと、心のこと、健診データのことなどお気軽に保健センターまでご相談ください。1年間読んでいただき、ありがとうございました。
 保健センター 27-8384



ジャンボ塩天丼(上)

テイクアウト承ります。

別途、容器代+50円を頂戴いたします。 ※事前にご連絡を頂ければ、お待たせせずにお渡しすることができます。

●ジャンボ塩天丼(上)…1,580円	●ジャンボ海老丼(上)…1,580円
●塩大えび天丼……………1,180円	●大海老丼……………1,180円
●塩天丼……………780円	●海老丼……………780円

※タレに変更可能です。 ※フライの丼です。

●天ぷらorフライ盛り合わせ(1人前)…700円 他メニュー多数あります。

※配達はできませんので、予めご了承ください。 ※全て税別となります。

下諏訪町西高木10616 営業時間 11:00~14:30/17:30~20:30 TEL.0266-26-1538
 ※新型コロナウイルスの状況によって、営業時間は変動いたします。

広告の内容については広告主にお問い合わせください。
 2月1日現在 人口 19,527人 (男 9,431人・女 10,096人) 世帯数 8,735世帯 ※住民基本台帳数値
 下諏訪町ホームページ <http://www.town.shimosuwa.lg.jp> ■印刷/オノウエ印刷 2021.3 20

下諏訪町総務課 ☎0266-27-1111 内線259 FAX0266-28-1070 E-mail jyoho@town.shimosuwa.lg.jp
 下諏訪町教育委員会 ☎0266-27-1111 内線718 FAX0266-28-0131 E-mail syougai@town.shimosuwa.lg.jp
 下諏訪町社会福祉協議会 ☎0266-27-7396 FAX0266-27-0890 ご意見・お写真などをお寄せください