

新年祝賀名刺交換会を開催します

新型コロナウイルス感染症対策のため、文化センターで式典のみを行います。

- ◇日時 令和5年1月4日(水) 午前10時～
- ◇会場 下諏訪総合文化センター 大ホール
- ※会費は無料です。参会者名簿作成のため、期日までに申込書によりお申し込みください。
- ◇申込場所 下諏訪町(総務課)
下諏訪商工会議所
信州諏訪農業協同組合下諏訪支所
- ◇申込書 町ホームページ及び上記団体窓口
- ◇申込締切 令和4年12月9日(金)

☎ 下諏訪町 総務課 秘書室 ☎27-1111(内線210)

くらしと健康の無料相談会

～ 法律相談と健康相談 ～

失業、倒産、多重債務、家庭問題などについて弁護士が法律相談に応じ、併せて保健師による心の健康を含めた健康相談をお受けします。

- ◇日時 12月1・8・15・22日(いずれも木曜日)
午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)
- ※相談料無料。要予約。相談時間は1時間。相談希望日の前週金曜日正午までにお申し込みください。

☎ 諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課 ☎57-2927

放送大学 令和5年4月入学生募集

10代から90代の幅広い世代、8万5千人以上の学生が、大学卒業や学びの楽しみなど、様々な目的で学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。

- ◇出願期間 第一回：令和5年2月28日(火)まで
第二回：令和5年3月14日(火)まで
- ※資料請求は下記へ(無料)

☎ 放送大学長野学習センター ☎58-2332

12月の休日納税相談

- ◇開設日時 11日(日)・25日(日)
午前10時～午後1時
 - ◇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)
- ☎ 下諏訪町 税務課 収納係 ☎27-1111(内線236・237)

12月の税金等納期限・口座振替日

- ◇固定資産税 3期分
- ◇国民健康保険税 9期12月分
- ◇後期高齢者医療保険料 9期12月分
- ◇上下水道料(9・10月使用分) 12月分
- ◇温泉使用料(11月使用分) 12月分
- ◇介護保険料 9期12月分
- ◇保育料・給食費 12月分
- ◇水月壺園管理料 随時

12/26
(月)

⓪ 余分を買わない、作らない ① いつもの習慣 ② さあ、おいしく、食べきろう!
下諏訪町食べ残しゼロ よいさ運動を推進しましょう!

町・地域のお知らせ

所得申告のための資料が必要な方へ

所得申告に必要な令和4年1月から12月までに支払った国民健康保険税又は後期高齢者医療保険料額がわかる資料が必要な方は、国保年金係(町庁舎1階③番から⑤番までの窓口)へお越しください。

【ご持参いただくもの】

- ・国民健康保険証又は後期高齢者医療保険証
- ・本人確認のできるもの(運転免許証など)
- ◎代理の方がお越しになる場合
- ・本人確認のできるもの(運転免許証など)
- ・委任状又は本人との関係が確認できるもの
- ※証明書の発送を希望の方は、電話にて申請をお願いします。後日、納税義務者(世帯主)宛に送付します。

☎ 下諏訪町 住民環境課 国保年金係 ☎27-1111(内線137・140)

「町民税・県民税申告書」の郵送を終了します

例年、「前年中に町民税・県民税の申告をされた方」や「特に申告をお願いしたい方」には、1月下旬に申告書を送付しておりましたが、今年度からは町民税・県民税申告書の郵送を終了し、申告の案内ハガキをお送りいたします。

申告書は下諏訪町のホームページからダウンロードするか、庁舎2階 税務課町民税係の窓口にご用意しています。提出の際は、税務課町民税係までご郵送いただくか、ご持参ください。

なお、例年通り申告書の送付をご希望される場合は、用紙を郵送いたしますので、町民税係までご連絡ください。

☎ 下諏訪町 税務課 町民税係 ☎78-7375(直通)

諏訪税務署における相談の事前予約について

諏訪税務署では、一般的なご相談(制度や法令等の解釈・適用についてのご相談や手続案内など)を含め、直接、税務署で相談を希望される方につきましては、事前予約によりお受けしています。事前予約は、相談の前日までにお電話でお申し込みください。

なお、以下の国税に関するご相談のうち、個別具体的なお相談につきましては、曜日を限定して受付いたします。

- ・源泉所得税に関する相談 毎週火曜日
 - ・印紙税などの間接諸税に関する相談 毎週水曜日
 - ・相続税・贈与税及び譲渡所得に関する相談 毎週木曜日
- また、国税に関する一般的なご相談については、「国税局電話相談センター」を是非ご利用ください。

【相談の事前予約の方法】

諏訪税務署の代表電話 0266-52-1390 におかけいただき、音声案内が流れましたら「2」を選択してください。

【電話相談センターのご利用方法】

諏訪税務署の代表電話 0266-52-1390 におかけいただき、音声案内に従ってご相談内容に応じた番号を選択してください。

☎ 諏訪税務署 ☎52-1390

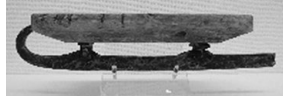
諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

◇休館日 12月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)
(年末年始休館) 12月29日(木)～1月3日(火)
◇料金 一般 350円 高校生以下 無料
※障がい者等の入館料免除・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)

当館所蔵「下駄スケート」の資料整理を行っています

諏訪湖博物館・赤彦記念館の正面横に「下駄スケート発祥の地」と書かれた石碑があるのを知っていますか？
かつて冬期の諏訪湖氷上や秋宮リンクでは農閑期の子どもを中心にスケートが楽しまれてきましたが、当時のスケート靴はたいへん高価なものでした。そこで、下諏訪町の飾り職人により一般にも安く手に入る下駄スケートが1906年(明治39)に開発されたといわれています。翌年、初めてのスケート大会が高浜湾で開催されるなど下駄スケートの誕生とともに諏訪地域ではスケート熱が高まっていくこととなりました。

下諏訪町で誕生し、諏訪地域から全国的に広まったとされる下駄スケートをこれからは保存・活用していくために、博物館では現在、町内や周辺地域より御寄贈いただいた関連資料の整理作業を行っています。
(一部、常設展示中)



カネヤマ式下駄スケート

下諏訪町立図書館 ☎27-5555

◇休館日 12月2日(金)・5日(月)・12日(月)・19日(月)・26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)
年末年始休館12月29日(木)～1月3日(火)
※12月28日・1月4日は17時までとなります。

◇ クリスマス工作教室 ◇

◇日時 12月4日(日)
◇時間 午前10時30分～午前11時30分
◇場所 下諏訪町立図書館 2階会議室
簡単にできるクリスマスにちなんだ工作会です。
ご家族でぜひご参加ください！

◇ おたのしみパック ◇

◇日時 12月10日(土)・11日(日)
図書館職員が選んだ本が2冊1パックになっています。
何の本が入っているかは借りてからの楽しみ♪

◇ おはなしのへやクリスマス会 ◇

◇日時 12月17日(土)
◇時間 午前10時30分～午前11時30分
◇場所 下諏訪町立図書館 2階会議室
子どもたちにおはなしのプレゼント！クリスマスの楽しいおはなし会です。

下諏訪町空き家情報バンク物件情報

令和4年11月16日現在

区	所在地	No.	賃貸等	条件等
第1区	桜町	203	売却	木造2階建 1,250万円
第3区	南四王	173	売却	木造2階建 1,150万円
第4区	武居南	184	売却	木造2階建 1,300万円
第5区	東高木	198	売却	木造2階建 1,200万円
第7区	東山田	195	賃貸	木造2階建 月3.8万円
第9区	星が丘	178	売却	木造2階建 450万円

※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。
また、空き家情報バンクの情報は、町ホームページからもご覧いただけます。

☎ 下諏訪町 産業振興課 移住定住促進室
☎27-1111(内線274)
メール iju@town.shimosuwa.lg.jp



しもすわ今昔館 おいでや

時計工房 儀象堂・星ヶ塔ミュージアム矢の根や ☎27-0001

◆クリスマスクロックを作りますか!

自分で組み立てた時計に絵を描いたり、装飾をしてオリジナルクロックを作っちゃおう!

【費用】クロック組立 2,500円(税込)～

※別途入館料がかかります。
※ご予約もお受けしておりますので、ご希望の日時をお気軽にお問い合わせください。

◆クリスマスプレゼントに
時計工房儀象堂の時計を。

儀象堂オリジナルウォッチをはじめ、かわいいキーホルダーウォッチや、おしゃれな腕時計などプレゼントにぴったりの商品がたくさん!大切な人へのクリスマスプレゼントに時計はいかがですか。

*開館時間 午前9時～午後5時
*正面入口横: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

2023年度
入学生募集



松本大学大学院

健康科学研究科
(博士前期課程/博士後期課程)

栄養と運動から健康づくりを学び社会に還元できる指導的人材を育成

総合経営研究科
(修士課程)

高度な経営知識と最新の課題に対応できる人材の育成をめざして

社会人の方のために特別な制度を設けています

- 講義は平日の夜間開講が中心
- 長期履修制度を利用して自分のペースで研究可能

健康科学研究科 博士前期課程 / 標準修業年限:2年 長期履修:3年または4年
健康科学研究科 博士後期課程 / 標準修業年限:3年 長期履修:4年～6年
総合経営研究科 修士課程 / 標準修業年限:2年 長期履修:3年または4年

事前相談

出願期間

試験日

出願開始2週間前までに研究志望分野を担当する教員と事前相談が必要

1/3(火)～1/27(金)

2/5(日)

詳しくはこちら



〒390-1295 長野県松本市新村2095-1 ☎0120-507-200 Email kouhou@t.matsui.ac.jp

12月の湖岸清掃:12月11日(日) 午前8時 集合場所:博物館駐車場 清掃範囲:みずべ公園～諏訪市境 担当:各種団体
※中止の場合は、午前7時15分に防災行政無線と町メール配信でお知らせします。

健康ステーション

★12月のマシン無料体験会のご案内★

◇各回60分・先着6名受付◇

★12月5日(月)

①午後2時～/②午後7時～

★12月17日(土)

①午前10時～
②午後1時30分～
③午後4時～

※下記まで電話でお申し込みください。

★健康フィールド無料開放日★

12月25日(日)

フットサルコートや遊びの広場
が無料で利用可能。

詳しくはお問い合わせください。

☎健康ステーション ☎0266-75-5546

高浜健康温泉センター 「ゆたん歩」

12月の営業案内

◇休館日◇ 6・13・20・27日(火)

※12月31日(土)は午後5時閉館となります。

歩行浴プールで 足腰丈夫なカラダづくりを

ゆたん歩の「歩行浴プール」は、年間通じて水温35～36℃に保たれており、とっても快適空間。

関節痛でお悩みの方も、らくらく体を動かすことができます。

運動不足解消に、ぜひ一度ご利用ください。



(予約制のため来館前にお電話ください)

☎ゆたん歩 ☎0266-26-2626

子育てふれあいセンター ぽけっと

12月の行事予定

6日(火) ファーストブック
9日(金) にこにこ講座
10日(土) 土曜開館
12日(月) おはなしいっぱい
15日(木) ママ講座1・2・3
0歳児ママ講座
19日(月) クリスマス会1
20日(火) クリスマス会2



★9日(金) にこにこ講座
クリスマスの三角帽子を作ろう

★10日(土)土曜開館

★15日(木)ママ講座1・2・3

0歳児ママ講座
『感染症対策』のお話です



★19日(月)、20日(火)
クリスマス会を実施します

☎子育てふれあいセンター ぽけっと
☎/FAX 27-5244

※詳しくは、町のホームページを
ご覧ください。「行事予定」のペ
ージが開きます。



12月の各種相談

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	22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。
*登記相談	8日	木	午後1時～午後4時	
行政相談	20日	火	午後1時～午後3時	
特設人権相談	6日	火	午前10時～午後3時	
住民相談・一般相談 消費生活相談	土日祝日を除く毎日		午前8時30分～午後5時15分	
*交通事故相談	8日	木	午前10時～午後3時	諏訪地域振興局 ☎57-2902
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 ☎57-2911 ※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)	土日祝日を除く毎日		午前9時～午後5時	下諏訪商工会議所 ☎27-8533 ※電話にて相談を受け付けます。
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
*税務相談	14日	水	午前10時～正午	税理士会事務局 ☎28-6666 (下諏訪商工会議所会館2階)
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			毎週土曜日
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 ☎28-3366 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。

元祖 塩天丼



インスタグラム始めました。最新情報を発信中!!

麺屋 宮坂商店



～宮坂商店トッピングバカ盛り～

ぎょつてりらーめん

バカシリーズ始めました。

- ネギバカラーメン
- のりバカラーメン
- たまごバカラーメン
- 3バカラーメン
- チャーシューキャニオン盛りラーメン



※写真はキャニオン盛り
800gです。

広告

12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。
※「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 午前9時~午後5時)	歯科当番医(診療時間 午前9時~正午)	当番薬局
4	日	花岡医院(岡谷市) 22-3525	土田歯科医院 28-3001	マツモトキョシ・岡谷天竜町店(岡谷市) 24-1801
11	日	市瀬医院 26-1717	なわ歯科医院(岡谷市) 26-0648	かえで薬局 26-1929
18	日	小野医院(岡谷市) 28-2776	浜歯科医院 28-4649	長地中央薬局(岡谷市) 26-2522
25	日	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
29	木	—	藤岡歯科医院(岡谷市) 22-2138	—
30	金	山崎医院(岡谷市) 22-3287	藤森医院歯科(岡谷市) 22-1829	山一小口薬局(岡谷市) 23-2206
31	土	イマムラ脳神経外科クリニック(岡谷市) 27-0019	しんえい歯科クリニック 27-7500	アイビー薬局(岡谷市) 26-1670
		諏訪共立病院 28-2012		ひまわり薬局 26-7226
1	日	牛山医院(岡谷市) 78-1192	ホワイト歯科医院(岡谷市) 28-2635	しなの調剤薬局天竜店(岡谷市) 75-5480
		諏訪マタニティークリニック 28-6100		土田薬局 28-3232
2	月	林内科・循環器科クリニック(岡谷市) 26-8100	あさひ中央台歯科診療所 26-1414	ウエルシア薬局岡谷長地北店(岡谷市) 26-0117
		さとう眼科医院 27-0085		イズミ薬局 28-0030
3	火	山田外科医院(岡谷市) 22-2382	三井歯科医院(岡谷市) 23-8427	やまびこ薬局(岡谷市) 21-2144
		諏訪共立病院 28-2012		ひまわり薬局 26-7226

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。

12月の健康診査等

- 休日・夜間緊急案内サービス ☎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・毎週火曜日・木曜日・土曜日・日曜日 午後7時~午後9時) ☎54-4699

種別	日	曜日	時間	場所
乳幼児健診	2 か月 (2022年 10月生)	23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 (2022年 8月生)	23日	金	
	10 か月 (2022年 2月生)	16日	金	
	1歳6か月 (2021年 5月生)	5日	月	
	2 歳 (2020年9・10月生)	7日	水	
	3 歳 (2019年 11月生)	6日	火	
心のほっと相談 ※要予約	22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	6・21日	火・水	午前9時~午前11時	
産前・産後サポート事業 ※要予約	6日	火	午前9時~正午	
離乳食スタート教室	13日	火	午前10時~午前11時	

12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	曜日	水道当番店			温泉当番店		
3	土	(株)親水工業	東山田第2	27-8399	(株)親水工業	東山田第2	27-8399
4	日	水道建設(株)	町屋敷3組	28-8139			
10	土	杉村設備(株)	塚田町	27-0575	小林住設	西四王	28-3527
11	日	(有)諏訪冷熱	西赤砂	28-6462			
17	土	スワンシステム(有)	東弥生町	26-8866	(株)親水工業	東山田第2	27-8399
18	日	林組工業所	本郷	28-6383			
24	土	(株)オスガ設備	岡谷市長地権現町	27-6622	林組工業所	本郷	28-6383
25	日	(有)藤森水道(藤のや)	岡谷市長地御所	27-7289			
29	木	(株)総建	五官	28-8295			
30	金	松澤工業(株)	曙町	28-0919	(有)諏訪冷熱	西赤砂	28-6462
31	土	(株)上條電設工業	社東町第2	23-5330			

☎【水道工事店について】下諏訪町 建設水道課 上水道管理係 ☎27-1111(内線228)
☎【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 ☎27-1111(内線222)

広告

地域の皆さまに信頼され親しまれる病院をめざします。



病院事業管理者 天野 直二 / 病院長 内山 茂晴

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