

月刊

クローズアップ

しもすわ

2023

2

No.235
2023.1.27発行

中山道と甲州街道が会う 大社といで湯の宿場まち



秋宮スケートリンクで 初滑りを楽しむ子どもたち

防災に関する必要な情報を自ら入手しましょう!

下諏訪町防災行政無線
テレホン案内サービス

☎0120-27-2311
防災行政無線放送の直近の内容
を確認できます。

メール配信サービス

緊急放送や
暮らしの情報等を
メールで配信します。
※利用者登録が必要です。



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)

「住民満足度調査」の結果を公表します.....	2
所得税・住民税の申告相談	6
令和5年度の 軽自動車税(種別割)のお知らせ	8
マイナポイントを申し込むために必要なマイナンバーカードの 申請期限が令和5年2月末まで延長されました ...	10
令和5年(2023年)度の検診の申し込みが始まります! ほか...	11
生涯学習	12
運動不足解消! みんなの健康づくり・冬のヘルスアップ! ...	20
プランシュたかやまスキーリゾートからのお知らせ ほか ...	21
令和4年度子育て世帯生活支援特別給付金のご案内 ほか ...	22
新しい民生・児童委員さんをご紹介します	23
インフォメーション(お知らせ)	24
観光振興局 ほか	28

新教育委員会委員のご紹介

任期満了に伴う新しい教育委員会委員に、木村一恵さん（東山田）が令和4年11月29日に開かれた町議会12月定例会で、その任命について議会の同意を得て就任されました。任期は令和4年12月24日から4年間です。

また、これまで教育長職務代理者を務めていただいた河西雄一さんの任期満了に伴い、感謝状が贈られました。後任には藤澤美樹さんが新たに選任されました。



河西雄一さん



木村一恵さん

「住民満足度調査」の結果を公表します

平成28年4月にスタートした「第7次下諏訪町総合計画」について、令和3年4月より後期基本計画の計画期間が開始となり、本年度に2年目を迎えたことから、住民の皆様の現在の町政に対する満足度を把握し、前回アンケート調査との比較を行う中で関心の高い施策などの現状の把握や情報分析を行い、今後のまちづくりを考えるうえでの基礎資料とするため、15歳以上の町民の方と、小学校6年生、中学校3年生の皆様を対象に「令和4年度住民満足度調査」を実施しました。

調査結果の詳細については、町ホームページにも掲載しています。

調査にご協力いただいた皆様、誠にありがとうございました。

「令和4年度住民満足度調査」の概要

◇調査対象者

- ① 15歳以上(平成19年4月1日以前生まれ)の下諏訪町民1,000人(永住外国人を含む。)を無作為に抽出
- ② 下諏訪南小学校・下諏訪北小学校の6学年の児童全員
- ③ 下諏訪中学校・下諏訪社中学校の3学年の生徒全員

◇調査期間

- ① 令和4年9月22日(木)から10月21日(金)まで
- ②・③ 令和4年9月28日(水)から10月21日(金)まで

◇調査方法

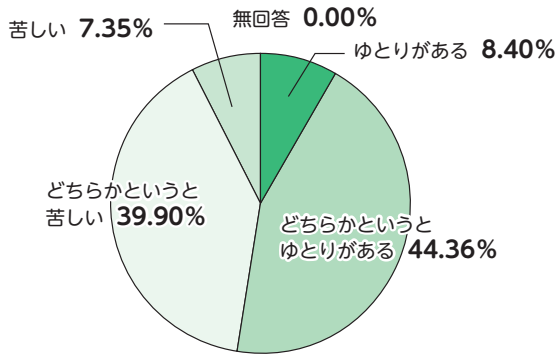
- ① 郵送によるアンケート調査票の配布・回収
(アンケート回答については、電子申請フォームでの申請も受付)
- ②・③ 各学校を通じて直接アンケート調査票を配布・回収

◇調査票の配布・回収結果

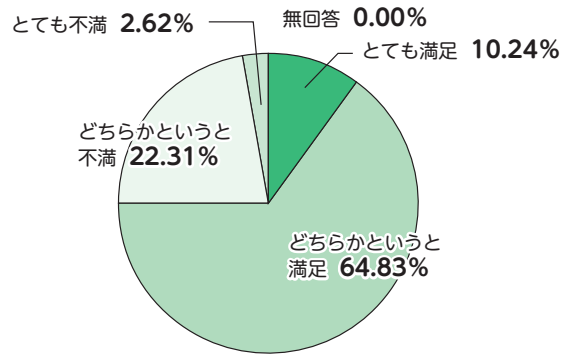
区分	配布数	回収数	回収率
① 15歳以上の町民	1,000件	381件	38.1%
② 小学校6学年	156件	145件	92.9%
③ 中学校3学年	156件	135件	86.5%

調査結果〈15歳以上の町民〉

Q.現在の暮らしの状況をどう感じていますか？



Q.下諏訪町での生活に満足していますか？



Q.町の施策で「満足している」もの、「不満を感じる」もの、「今後重要になると思う」ものを選んでください。

(複数回答可)

★『満足している』もの

1	飲み水の十分な供給	69.82%
2	ごみの減量化やリサイクルの推進	28.87%
3	公園や緑地の整備	18.64%
4	三角八丁などの住民参加型イベント	16.01%
5	お舟祭りや町民祭り	14.44%

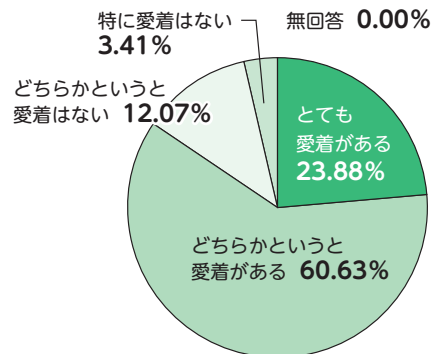
★『不満を感じる』もの

1	商店街の活性化	30.97%
2	企業の誘致	20.21%
3	大雨時の排水対策	19.16%
4	人口減少対策	18.90%
5	除雪・排雪対策	18.64%

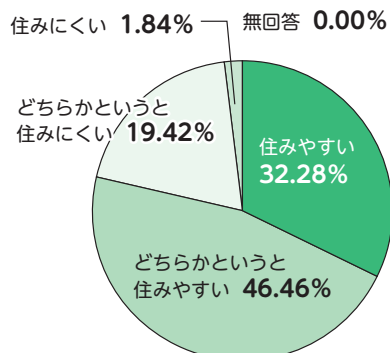
★『今後重要になると思う』もの

1	人口減少対策	37.01%
2	少子化対策	23.88%
3	企業の誘致	21.26%
4	商店街の活性化	21.00%
5	地震や水害などの災害への備え	19.69%

Q.下諏訪町に愛着を感じていますか？



Q.下諏訪町は住みやすい町だと思いますか？



Q.住みやすい、または住みにくい理由は？

(複数回答可)

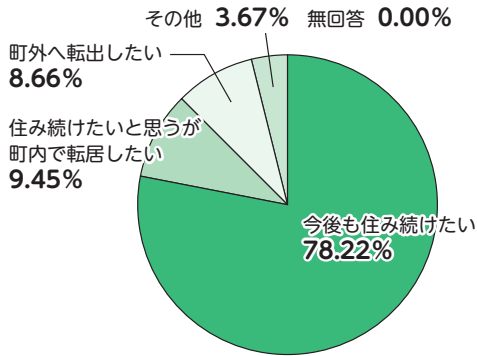
★住みやすいと思う理由

1	コンパクトな町である	37.67%
2	美しい自然豊かな町である	37.33%
3	諏訪大社下社がある	35.33%

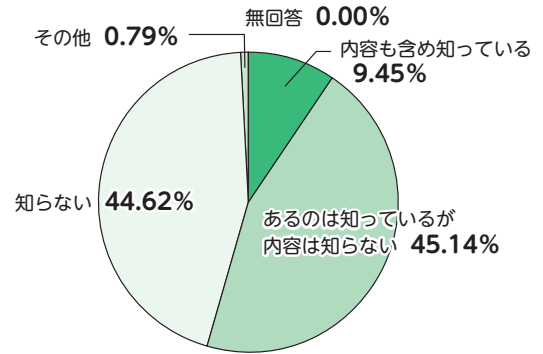
★住みにくいと思う理由

1	商業施設・店舗が少ない	75.31%
2	道路が狭い、交通の便が悪い	40.74%
3	地区役員などの負担がある	30.86%

Q. 今後も町に住み続けたいと思いますか？



Q. 町の「総合計画」を知っていますか？

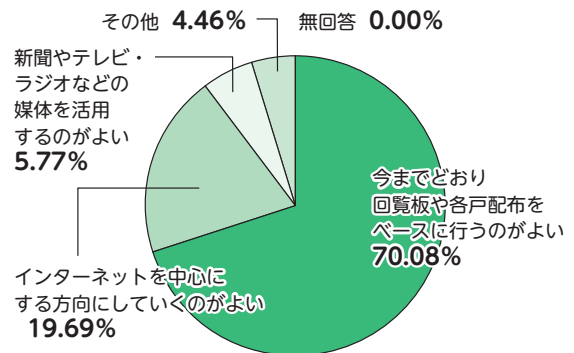


Q. 町からの情報をどうやって知りますか？

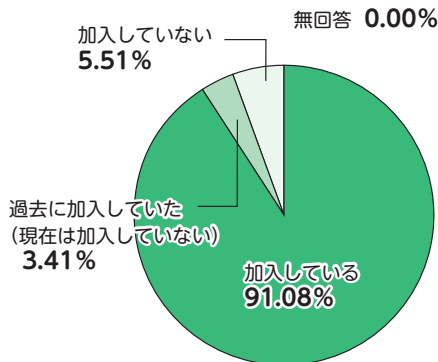
(複数回答可)

1	回覧板	81.10%
2	クローズアップしもすわ (広報誌)	69.55%
3	新聞・雑誌	60.10%
4	町ホームページ	32.55%
5	テレビ・ラジオ	13.39%

Q. 今後の町のお知らせ等の配布方法は？



Q. 区や町内会に加入していますか？



Q. 今後の町の行政運営に望むことは？

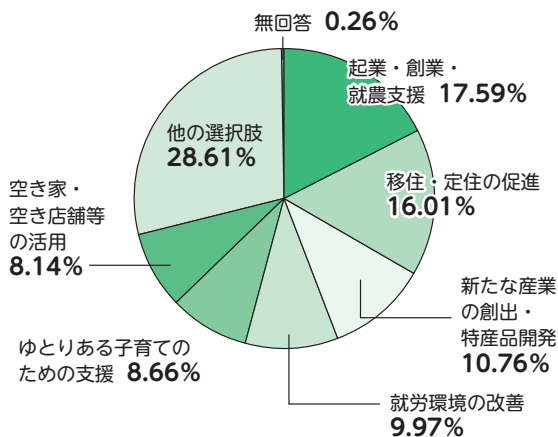
(複数回答可)

1	民間委託の推進	41.99%
2	職員の能力向上、窓口対応サービスの向上	37.53%
3	実績を持つ民間人材の活用	33.33%

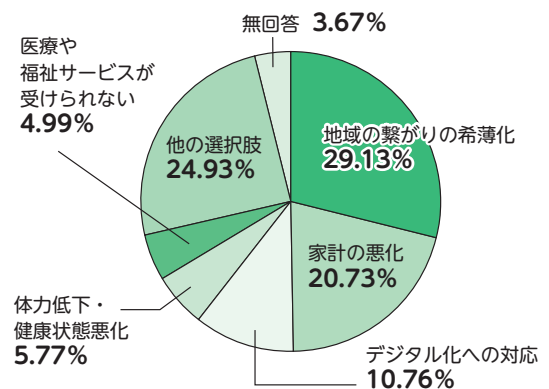
Q. 「SDGs」についてご存じですか？

1	すでに知っており、理解している	37.53%
2	言葉としては聞いたことがある	44.36%
3	聞いたことがない、知らない	17.85%
4	その他、無回答	0.26%

Q. 今後の人口対策の優先順位 1 位は？



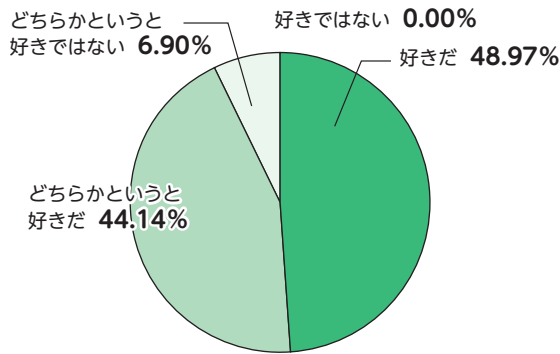
Q. 新型コロナウイルス感染症の影響度 1 位は？



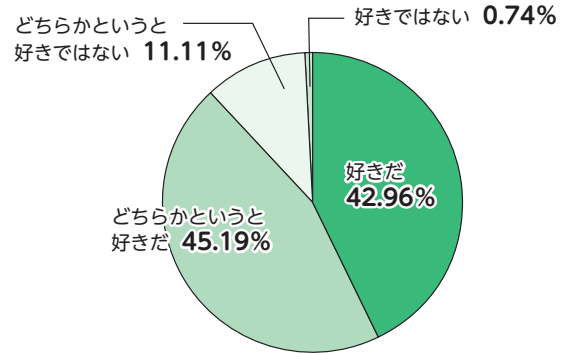
調査結果 〈 小学校6年生・中学校3年生 〉

Q. 下諏訪町のことが好きですか？

★小学校6年生



★中学校3年生



Q. 「好き」または「好きではない」と答えた理由は何ですか？

(複数回答可)

★小学校6年生

【好きな理由】

1	自然が豊かな町だから	54.81%
2	静かな町だから	44.44%
3	御柱祭やお舟祭りがあるから	42.22%

【好きではない理由】

1	お店が少なくて買物が不便	50.00%
2	スポーツ施設やレジャー施設が少ない	40.00%
2	将来働いてみたいと思う会社やお店が少ない	40.00%
2	諏訪湖の環境が気になる	40.00%

★中学校3年生

【好きな理由】

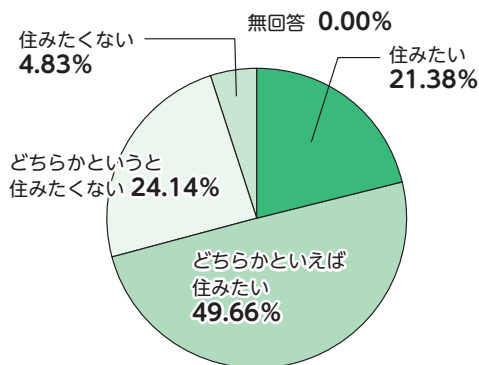
1	自然が豊かな町だから	53.78%
2	静かな町だから	46.22%
3	御柱祭やお舟祭りがあるから	36.97%

【好きではない理由】

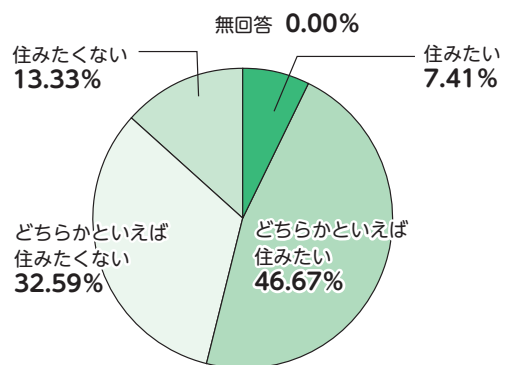
1	お店が少なくて買物が不便	87.50%
2	道路がせまくて通りにくく、交通の便が悪い	43.75%
3	将来働いてみたいと思う会社やお店が少ない	37.50%
3	友だちや兄弟と遊べる場所が少ない	37.50%

Q. 将来（高校や大学を卒業後）、下諏訪町に住みたいと思いますか？

★小学校6年生



★中学校3年生



Q. これからの下諏訪町のどんなところに力を入れてほしいと思いますか？

(複数回答可)

★小学校6年生

1	諏訪湖の環境を良くしてほしい	57.93%
2	ごみのポイ捨てをなくしてほしい	37.24%
3	自然をまもってほしい	32.41%

★中学校3年生

1	諏訪湖の環境を良くしてほしい	42.22%
2	買い物をしやすくしてほしい	37.78%
3	スポーツや遊びの場を増やしてほしい	32.59%

■ 問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係 ☎27-1111 (内線256)

所得税の確定申告・住民税の申告相談

令和4年分の所得税の確定申告と令和5年度住民税(町民税・県民税)の申告相談を以下の日程で行います。

新型コロナウイルス感染症対策を実施しています。

◆申告会場入口の検温と消毒にご協力ください。発熱などの症状がある方や体調のすぐれない方は、後日改めてご来場いただくようお願いします。◆会場内では、常時マスクの着用をお願いします。◆定期的に換気を行います。暖かい服装でお越しください。

新型コロナウイルス感染防止の観点から自己申告を推奨しています。

- ・確定申告書は、国税庁のホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成し、e-Taxで送信するか郵送で提出することができます。
- ・住民税(町民税・県民税)申告書は、町ホームページから用紙をダウンロードして作成し、郵送で提出できます。希望者には、用紙を郵送いたしますので、役場税務課町民税係にお問い合わせください。



提出先 所得税の確定申告書：諏訪税務署あて 〒392-8610 諏訪市清水2-5-22
住民税申告書：下諏訪町 税務課 町民税係あて 〒393-8501 下諏訪町4613番地8

【町での申告相談・税理士による無料確定申告相談 会場：町庁舎4階 講堂】

内 容	日 程 (土日祝日を除く)	時 間
町職員による確定申告 ・住民税申告相談	令和5年2月16日(木)～3月15日(水) (還付申告のみ2月14日(火)から受け付けます)	午前の部：9時～正午 ※ 午後の部：1時～4時
税理士による 無料確定申告相談	令和5年2月16日(木)～2月27日(月)	午前の部：9時～正午 ※ 午後の部：1時～3時

※正午から午後1時まではお昼休みになりますので、午前の受付は11時45分までとなります。

注意

以下の方は町での申告相談・税理士による無料確定申告相談ではお受けすることができません。
諏訪税務署で申告いただくか、個別に税理士または税理士法人にご相談ください。

- ◆住宅借入金等特別控除を初めて受ける方 ◆土地・建物など資産の売却等をした方(譲渡所得)
- ◆税理士または税理士法人が関与している法人の役員 ◆災害による雑損控除を受ける方 ◆過年度の申告
- ◆事業所得、農業所得、不動産所得及び雑所得を有する方で前年所得金額が300万円超の方
- ◆株式の譲渡損失の損益通算及び繰越控除の特例の適用を受ける方 ◆亡くなられた方の申告
- ◆外国からの退職金など、源泉徴収されないものがあつた方 ◆退職所得、贈与税、消費税、青色申告をされる方



◆申告相談の際 お持ちいただくもの◆

◇税務署からの申告お知らせがき、または利用者識別番号の通知書(届いている方のみ)

◇所得の証明となる書類

- (例) ・給与、公的年金等の源泉徴収票(複数箇所から支払を受けている場合はすべて)
・報酬の支払調書やシルバー人材センターの配分金支払証明書など
・営業、農業、不動産所得のある方は **作成済みの収支内訳書**

◇控除の証明となる書類

- (例) ・生命保険料、地震保険料の控除証明書・国民年金保険料の控除証明書
・医療費控除に関するもの

※職員による集計は行いませんので、事前に受診者および医療機関ごとに集計した明細書をお持ちください。

- ・寄附金受領証 ← ふるさと納税をされた方は必ずお持ちください
- ・障害者手帳など

◇前回の申告書控え、収支内訳書控え

◇預金通帳(所得税が還付される場合の振込先)

◇マイナンバーカード(個人番号カード)

※カードをまだお持ちでない方は、以下の①と②をご用意ください。



【マイナンバーカード】



①マイナンバー確認書類

- マイナンバーが記載された住民票
- 通知カード(住所・氏名が住民票に記載されている事項と一致しているもの)

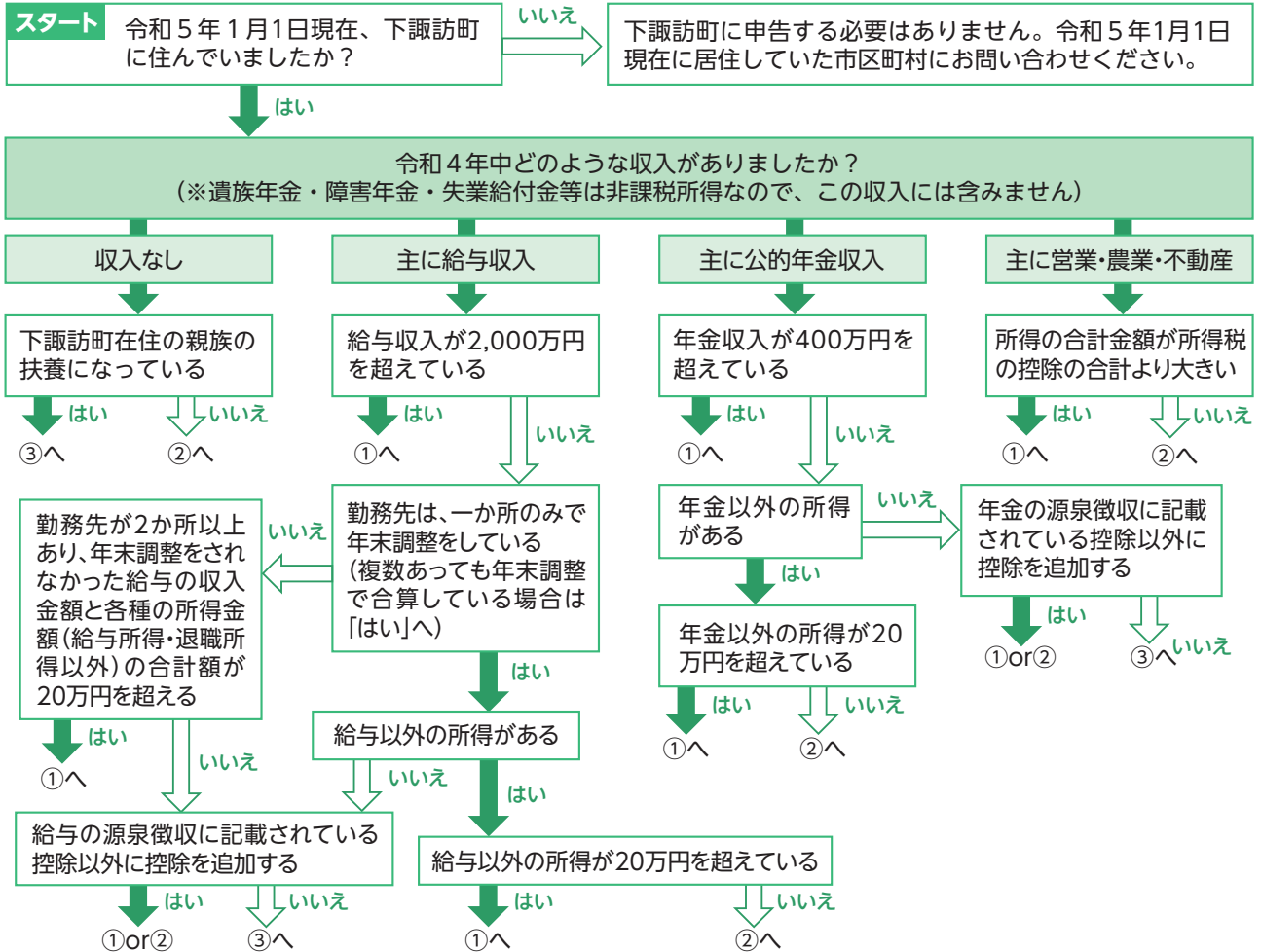


②身元確認書類

- 運転免許証
- 公的医療保険の保険証
- パスポート
- 障害者手帳
- 在留カード
- などのうちいずれか1つ

■ 問い合わせ 下諏訪町 税務課 町民税係 ☎78-7375 (直通)

～あなたは申告が必要？確認してみましょう！～



フローチャート判定結果 ※フローチャートは一般的な例となります。ご不明な点はお問合せください。

①	所得税の確定申告が必要です。	所得税の確定申告をすれば、住民税の申告は必要ありません。確定申告書「住民税・事業税に関する事項」欄に該当する事項・金額があれば必ず記入してください。
②	住民税の申告が必要です。1月16日から役場2階町民税係で受付可能です。	所得税が源泉徴収済みで、申告によって所得税の還付を受ける場合は、確定申告が必要です。(①or②の場合、追加の控除があり、所得税の還付を受ける方は確定申告が必要です。)
③	確定申告、町・県民税の申告は必要ありません。	一年間の収入がなく、税法上の扶養になっている方でも、各種手当を申請する際に、町・県民税の申告が必要になる場合があります。

諏訪税務署から確定申告のお知らせ

◇自宅からスマホで確定申告

確定申告には、ご自宅からスマホ・パソコンでご利用いただけるe-Tax・スマホ申告が便利です。国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を用いて、確定申告会場に出向かなくてもe-Taxで申告書を提出できます。今年の確定申告では、新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点からも、ぜひご自宅からe-Tax・スマホ申告をご利用ください。

◇所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設します。

開設期間 2月1日(水)から3月15日(水)まで(土・日・祝日を除きます。)

相談受付 午前8時30分から午後4時まで

相談開始 午前9時から

会場 諏訪税務署1階

確定申告会場の入場には、当日配付又は国税庁LINE公式アカウントから事前に取得した入場整理券が必要です。

※スマホをお持ちの方は、確定申告会場において、基本的にスマホを利用して申告書を作成していただきます。

※確定申告会場に来場される際は、マスクを着用していただき、できる限り少人数でお越しください。

※入場の際に検温を実施しています。咳・発熱等の症状のある方は入場をご遠慮いただく場合があります。

※午後4時前であっても、相談受付を終了する場合があります。

■ お問い合わせ 諏訪税務署 〒392-8610 諏訪市清水2-5-22 ☎52-1390(自動音声案内)

令和5年度の軽自動車税(種別割)のお知らせ

◆軽自動車税(種別割)とは◆

毎年4月1日(賦課期日)時点における車両の所有者等を納税義務者として納めていただく税金(年税)です。年度末(3月頃)における買い替え、廃車の際は4月1日までに抹消手続き等を行わなければ、次年度の税金がかかりますのでご注意ください。

また、年税のため、年度途中の申告・廃車による月割納付・月割還付はありません。

【参考】

- ・令和5年4月1日抹消手続き→令和5年度の軽自動車税(種別割)が課税となりません。
- ・令和5年4月2日以降抹消手続き→令和5年度の軽自動車税(種別割)が課税となります。

★令和5年度の納税通知書は5月上旬の発送となり、納期限は令和5年5月31日です。

◆小型特殊自動車(農耕作業用車、フォークリフト等)について◆

小型特殊自動車に該当する車両は、路上を走行する・しないにかかわらず所有していることに基づき課税されますので、所有している場合は軽自動車税(種別割)に関する申告をし、ナンバープレートの交付を受けてください。

※ナンバープレートは個々の車体番号に対して交付しますので使い回しはできません。

※所有者または代表者が変わる場合は、納税義務者を変更する必要がありますので、必ず申告をお願いいたします。

※農耕作業用車は自賠責保険に加入できませんので任意保険をご利用ください。

◆身体障がい者等に対する減免について◆

申請期限は、令和5年度軽自動車税(種別割)納期限の1週間前(令和5年5月24日)までです。納税通知書がお手元に届きましたら、申請をお願いします。申請要件や申請方法など事前の相談も受け付けていますので、問い合わせいただきますようお願いいたします。

軽自動車の車検は、**軽JNKs**で変わる!

令和5年1月から、**Jidoshazei Nofu Kakunin System** (軽自動車税納付確認システム(軽JNKs))で、**継続検査窓口**での**納税証明書の提示が不要**になります! ※詳細は裏面をご覧ください。

納税証明書の提示が原則不要!
継続検査申請(OSS/OCR) → 軽自動車検査協会 照会 ↓ ↑ 回答 → 軽JNKs (納付情報 ↑ 登録)

申請者 (申請書、自動車保険等) → 申請書類 → 納税情報 → 登録 → 軽JNKs → 照会 ↓ ↑ 回答 → 継続検査申請(OSS/OCR) → 申請者

紛失しても... 納税証明書の再交付申請 (不要!)

国土交通省・総務省・軽自動車検査協会・地方税共同機構 <https://www.ita.go.jp/jidosuya/>

ご注意ください

- 軽自動車税種別割の納付方法によっては、納付情報が軽JNKsに登録されるまで相応の日数を要する場合があります。
※車検をお急ぎの場合は、早めの納付をお願いします。
- 軽自動車税種別割を納付したにもかかわらず、軽JNKsに納付情報が登録されていない場合や、転入直後で軽JNKsへの登録がされていない場合など、軽JNKsに関するご質問は、市区町村の軽自動車税担当課にお問い合わせください。

よくあるお問い合わせ

Q1 軽自動車税種別割を納付後すぐに継続検査を申請したいのですが、軽JNKsでの納付確認はできますか?

A1 軽自動車税種別割を納付後すぐに継続検査を申請したい場合は、金融機関の窓口やコンビニ等でお支払いいただき、納税通知書に添付された納税証明書をご提示ください。なお、以下の場合は、使用の本拠地を管轄する市区町村へご相談ください。
・過去に未納があるため納税通知書に添付された納税証明書が有効でない場合
・納税証明書が添付された納税通知書等が手元にない場合

Q2 軽自動車税の未納がないにもかかわらず、軽JNKsで確認出さず、紙の納税証明書が必要になる場合がありますか?

A2 次のようなケースは、軽JNKsによる納付確認ができないため、紙の納税証明書が必要となる場合があります。
・納付したばかりのため、軽JNKsに納付情報が登録されていない場合
・中古車の購入直後の場合
・他の市区町村へ引っ越した直後の場合
・対象車両に過去の未納がある場合



1. 三輪および四輪車（660cc以下）

令和5年度は、「初度検査年月」が「平成22年3月」以前の車が「13年を経過した」車として扱われます。

自動車検査証の「初度検査年月」から経過年数により税額が変わります。

車種			自動車検査証の「初度検査年月」が平成27年4月以降	自動車検査証の「初度検査年月」が平成27年3月以前で	
				13年を経過しない	13年を経過した
三輪（乗用・貨物用）			3,900円	3,100円	4,600円
四輪以上のもの	乗用	自家用	10,800円	7,200円	12,900円
		営業用	6,900円	5,500円	8,200円
	貨物用	自家用	5,000円	4,000円	6,000円
		営業用	3,800円	3,000円	4,500円

電気自動車、天然ガス車、メタノール・混合メタノール車、ハイブリッド車（ガソリン）、被けん引車は経過年数にかかわらず、「13年を経過しない」税額となります。

税率の軽減について

以下の要件を満たす車両については税額が軽減されます。適用は該当車両につき1回限りで個別の申請などは不要です。

自動車検査証の「初度検査年月」が「令和4年4月から令和5年3月まで」で、下表の条件を満たすもの。

自動車検査証の「用途」	おおむね75%軽減の条件	おおむね50%軽減の条件	おおむね25%軽減の条件
乗用	電気自動車等 ^(※1)	★★★★ ^(※2) かつ 令和12年度 燃費基準90%達成車 (ガソリン軽自動車)	★★★★ ^(※2) かつ 令和12年度 燃費基準70%達成車 (ガソリン軽自動車)
貨物用			

軽減後の税額は以下のとおりです。

三輪（乗用・貨物用）			1,000円	2,000円	3,000円
四輪以上のもの	乗用	営業用	1,800円	3,500円	5,200円
		自家用	2,700円		
	貨物用	営業用	1,000円	軽減なし	
		自家用	1,300円		

※1 電気自動車等：電気軽自動車、天然ガス軽自動車

※2 ★★★★★：平成30年排出ガス基準50%低減達成車または、平成17年排出ガス基準75%低減達成車



2. 原付及び二輪車など

車種	区分	税額
原動機付自転車	50cc以下	2,000円
	50cc超90cc以下	2,000円
	90cc超125cc以下	2,400円
	ミニカー（50cc以下）	3,700円
小型特殊自動車	農耕作業用 （トラクタ、コンバイン、薬剤散布車、田植機など）	2,400円
	その他（ホイールロード、フォークリフトなど）	5,900円
軽二輪車	125cc超250cc以下	3,600円
小型二輪車	250cc超	6,000円
雪上車	—	3,600円
ボートトレーラ	—	3,600円

■ 問い合わせ 下諏訪町 税務課 収納係 ☎27-1111（内線238）

マイナポイントを申し込むために必要なマイナンバーカードの申請期限が令和5年2月末まで延長されました

マイナンバーカードで **第2弾**
マイナポイント

最大 **20,000**円分の
ポイントがもらえる! ※1、2



1 マイナンバーカードを取得された方のうち、マイナポイント第1弾の申し込みをしていない方 ※3 最大 5,000円 相当のポイント	+	2 マイナンバーカードの健康保険証としての利用申し込みをした方（既に利用申し込みをした方も含みます。） 7,500円 相当のポイント	+	3 公金受取口座の登録をした方（既に登録をした方も含みます。） 7,500円 相当のポイント
--	----------	---	----------	---

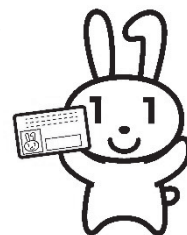
※1. マイナポイントを受け取るには、

令和5年2月末までに申請したマイナンバーカードが必要です。

※2. マイナンバーカードの申請後、カードが出来上がり次第はがき（マイナンバーカード交付通知書・電子証明書発行通知書）をお送りしています。マイナンバーカードの受け取りは交付用端末に限りがあるため予約制ですので、はがきが届いたところで、電話にてご予約ください。

※3. マイナポイントの申し込み後、選択したキャッシュレス決済サービスで20,000円までのチャージまたはお買い物をすると、ご利用金額の25%のマイナポイント（最大5,000円分）を受け取ることができます。

令和5年2月6日より転出届を オンラインで提出できます!



◎令和5年2月6日よりマイナポータル（ウェブサイト）※1から転出届を提出することができます。転出の際にご来庁いただくなくても、ご自身のスマートフォン等※2からお手続きができます。

なお、マイナポータルを通じて転出届の提出をした後は、別途、転入先市区町村の窓口で転入届等の手続きが必要です。

※1. マイナポータルは子育てや介護など、行政手続きのオンライン窓口です。利用するためには、マイナンバーカード（利用者証明用電子証明書が搭載されているもの）が必要です。

※2. マイナポータルにログインする際に、マイナンバーカードのICチップを読み取る必要がありますので、スマートフォンの場合は対応機種のみとなります。また、パソコンでもお手続きができますが、ICカードリーダーが必要となります。

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

令和5年(2023年)度の検診の申し込みが始まります!

町で実施するがん検診等の申し込みの時期となりました。40歳以上の方(子宮頸がん検診は20歳以上)は、町が実施する検診の対象者です。

町で実施する検診では、検診料の一部を町が負担しますので医療機関で受診する料金よりかなり割安、または無料で受けることができます。

◇申し込みの期間◇

令和5年2月中旬に申込書を郵送します。

締め切りは令和5年3月3日(金)です。期限までにお申し込みください。

◇申し込みできる検診の種類◇

- ①胃がん検診 ②大腸がん検診 ③子宮頸がん検診 ④乳がん検診(乳房マンモグラフィ撮影)
⑤肺がん検診 ⑥肺がんCT検診 ⑦結核健診(胸部エックス線撮影) ⑧骨密度検査
⑨後期高齢者の方の健診(76歳以上ほか)

☆対象となる年齢等は、申込書でご確認ください。

☆国保加入者の特定健診、節目年齢の成人歯科健診など、対象者全員に別途通知するものもあります。

◇申込書はご家族で一枚です◇

検診の対象者がいる世帯主の方に郵送します。

1枚の申込書に、対象者全員分記入できるようになっています。ご家族みなさんでご確認ください。

※該当する検診がない方の名前は、印字されていません。

今年度ポイント交換をしていない皆さまへお知らせ

しもすわ健康づくり応援ポイント



しもすわ健康づくり応援ポイントは、皆さまの健康づくりの取り組みに対しポイントを付与、100ポイント貯まると1,000円分の特典と交換できる事業です。年度内において、1人1回交換ができます。



◇対象者

町内に住所を有する20歳以上の方

◇ポイント付与

「人間ドック」、「特定健診」、「がん検診」、「保健センター・体育館で実施する健康づくり教室への参加」、「公民館講座への参加」、「ご自身の健康づくり実践」でポイント付与

◇特典交換

100ポイント貯まると、1,000円分の「下諏訪商連商品券」、「クオカード」のどちらかと交換できます。ポイントが貯まったら、管理シートを持って保健センターへお越しください。

管理シートは、①保健センター ②役場1階 国保年金係 ③体育館 ④文化センター公民館 生涯学習係 ⑤役場1階 健康コーナーふらっと ⑥健康ステーション の6か所で配布をしています。町のホームページからもダウンロード可能です。

★ポイントの貯め方★ ～個人の取り組みでポイントGet!～

「③自身の取り組み」欄を活用しましょう!

特典の交換は令和5年3月31日(金)まで。お早めに保健センターへお越しください。

■ 問い合わせ 下諏訪町保健センター ☎27-8384 (直通)



G

元気な

S

しもすわっ子

M

学びの発表会

11月26日(土)

生涯学習

No.585

かおり高い

文化のまち

町校長会代表挨拶



下諏訪北小学校長

坂本 さかもと

真一 しんいち

先日に行われたサッカーワールドカップカタル大会での対ドイツ戦、日本代表チームの大活躍は、素晴らしいかったですね。ニュースから感動と勇気をたっぷりいただきました。毎日積み重ねている練習の成果と尊さをたくさん感じました。昨日よりは今日、今日よりも明日というように、サッカー選手は毎日練習を積み重ねながら学んでいます。そして上達します。

同じように、園児・児童・生徒のみなさんが毎日積み重ねているもの、それが「学び」です。この前はできなかったことが今日できるようになる。この前は負けてしまったけれど、今日は勝つことができました。それはたいへん嬉しいことであり、楽しいことでもあります。そこには友情や連帯感も生まれます。学ぶことはとても楽しいことなのです。

さて、今日は「GSM 元気なしもすわっ子学びの発表会」です。下諏訪町内の保育園、小学校、中学校、特別支援学校、高等学校、そしてコミュニティスクールが一堂に会して、それぞれの「学び」を発表し合います。そのことによって、さらに自分たちの「学び」が深まり拡がっていきます。下諏訪町ならではのこの発表会も、この形となり今回で6回目を迎えました。ご参加のみならず、町の子どもの姿に学びながら、また地域における学校の役割に期待を寄せていただきながら、楽しい時間をお過ごしください。町全体が協働して、今日の発表会を創り上げることができれば幸いです。

地域に根ざし地域と関わり合いながらの学習を考える機会にしようと、11月26日(土)下諏訪総合文化センターで「GSM 元気なしもすわっ子学びの発表会」が開かれました。町内の保育園・小中学校、花田養護学校、下諏訪向陽高等学校、コミュニティスクールの代表がそれぞれ今年度取り組んだ学習や活動を発表しましたが、その様子の一部をお伝えします。

とがわ保育園

子どもたちが体を動かす遊びを楽しむために

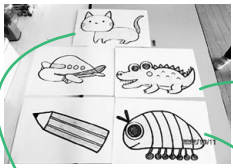
子どもたちと関わるなかで、話を聞くときにふらふらしたり、椅子から落ちたりする様子に、背骨を立てることが弱くなっているのではないかと問題に感じていました。そこで、町の健康運動指導士東城勸先生に相談し、昨年度より、子どもたちの体幹を鍛えるために、「コアキッズ体操」を指導していただいています。

動きのポイントをイラストで示して、子どもたちが意識できるようにしたり、生活の動線上に体を動かすコーナーを設けたりしたところ、少しずつ姿勢保持の時間が伸び、外遊びに積極的な子が増えてきました。発達段階に沿った動きを継続して行うことが大切だとわかりましたが、どうすれば楽しく無理なく続けられるのが課題として残りました。

そこで、今年度は、日常生活や遊びの中に、身体を動かす遊びを取り入れる工夫を考え、継続して体幹を使って動くことができるように取り組んできました。

とがわ保育園 取り組み紹介

すず組 (3歳児) 動物ストップゲーム
 いろいろな動物の動きをして体幹を鍛える
 曲に合わせて歩き、曲が止まったらカードの動物になってとまる。



ワニ



ネコ



ダンゴムシ

ひよこ組 (0・1歳児) 室内に坂道を設置
 バランス力、手足の力をつける
 アンパンマンに変身! 自由にハイハイ



下諏訪南小学校 6年2組 劇の発表

下諏訪町の地名から「なぜ、『承知川』と名付けられたの」

総合的な学習の時間では、みんなで思い出に残る、協力してできる劇をしたいという意見が多く挙がり、下諏訪町の民話から子どもたちに身近な承知川にある「承知橋」の劇をすることになりました。

(劇の台本一部抜粋) 『信州の民話伝説集成 南信編』宮下和夫編著2005年参照
 武田信玄が川中島の合戦に向かう途中のことでした。下諏訪の入口、久保村にさしかかると、ちょうどそこに橋がかかっていました。

神主 かけつける。「信玄様、この橋からは諏訪明神様のお住まいになります。馬に乗ったままでは困ります。歩いてお通りください。」

信玄 「なんだと、このおれに馬を降りろと言うのか。おれは信玄だぞ。」
 信玄は、そう言って聞き入れませんでした。

信玄 橋を渡り始める。半分ほど進んで、馬が揺れて転げ落ちる。
 信玄 もう一度、「では行くぞ」信玄、転げ落ちる。

家来 「二度も馬から落ちるなんて・・・」
 神主 かけつける。「信玄様、どうか歩いてお渡りください。明神様がおいかりのようです。」

家来 おびえ顔で信玄にささやく。「そうです。歩いていきましよう。このままでは、みんなの気持ちが落ち着かなくて、戦どころではなくなります。」

信玄 「承知した。歩いていくことにしよう。お前たちも馬から降りて渡れ。」
 こうして無事に下諏訪に着くと、さっそく諏訪神社に行きました。

信玄 「先ほどは、大変無礼なことをしてしまいました。どうかお許しください。これから上杉謙信を討ちに行くところですが、どうかわたしをお守りください。」

諏訪神社では、信玄の真心が伝わり「諏訪大明神」と書いたのぼりをさすけました。

村人① 「この橋は武田信玄が馬から落ちて、歩いて渡ることを承知した橋だったなあ。」

村人② 「どうやら、そのことで、この橋を承知橋、この橋の下を流れている川を承知川と呼ぶようになったようだよ。」



◎下諏訪総合文化センターの2月の休館日は、7・13・14・21・24・28日です。



御柱祭について調べてみよう



映画づくり
下諏訪北小学校 6年1組
「伝統の素晴らしさを考える」

映画をつくろう！
↓
伝統の大切さを
多くの人に伝えたい



映画づくり… 気をつけることは



今年は御柱の年ということで御柱祭とはどのようなお祭りなのか、柱になる木の決め方とか、なぜ木を曳くのか、どうして春宮と秋宮があるのかななどを調べました。

小学校生活最後ということもあり、調べたことを基に自分たちのオリジナル映画をつくろうということになりました。

映画のタイトルは、柱を曳く御柱になぞらえて旗を振りながら進むことから「御旗曳き」とつけました。

しかし、いざ映画づくりに挑戦してみると、セリフ、目線、間、表情、仕草など気をつけていきたいことがありましたが、みんなで話し合いながら進めていきました。

まだ映画は作成途中ですが、完成したら、参観日で家の人や全校のみんなに見てもらいたいと考えています。



出題者：2年3部 小阪 慶太郎

第5問

下諏訪町を流れる砥川に関する問題です。

砥川の川底に見られる「砥川転石」という石。この石を、古代の人は、何に利用したでしょう？

- ① 装飾品
- ② 家の材料
- ③ 刃物



社会科の地理の単元「地域学習の手法」という学習内容があり、その学習の延長として、歴史・地理・公民的なものから夏休みの課題で一人一問作成しました。GSMではその中から14問のクイズを発表しました。

*GSM発表会当日は新型コロナウイルス感染症防止のため、学級閉鎖となりましたので、9月30日文化祭(なぎがまつり)での発表ビデオを流しました。

出題者：2年1部 村田 暁生

第11問

問11 次は秋宮の問題。秋宮の「しめ縄」は、日本で何番目の大きさでしょう？

- ① 1位
- ② 2位
- ③ 3位



出題者：2年1部 両角 来輝

第6問

僕のおじいちゃんの家の隣にある石碑に関する問題です。この石碑は「ある場所」から見つかったものです。



「ある場所」とは、どこ？

- ① 家を建てるときに地面を掘っていたら出てきた。
- ② 諏訪湖の中から引き揚げてきた。
- ③ 家の物置から出てきた。

身近な地域 歴史の調査
下諏訪中学校 2学年社会科
「クイズで発表」

GSM元気なしもすわっ子学びの発表

第6問
答え

②諏訪湖の中から引き揚げてきた。

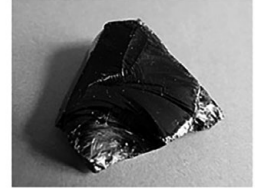


ちなみに…昔、この場所は諏訪湖
だったんだそうです。
(今、石碑がある場所！)

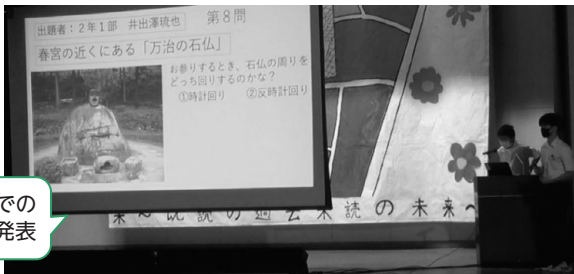


第5問 答え ③刃物

「砥川転石」とは、
黒曜石のことです。
古代の人々は黒曜石
を槍や弓の先の刃に利
用していました。
下諏訪町の黒曜石は、
日本中に運ばれ、日本
中で使われていました。



校友会での
動画を発表



正解は～ 第11問
答え

1位🏆
でした～🎉



いや～まさか日本一とは。
重さ500キロ、長さ13mなんです。

マレットゴルフ場整備



マレットゴルフの練習



マレットゴルフ大会参加

観光パンフレット



春宮「空飛ぶぶた!？」

学校中庭ガーデニング



総合的な学習の時間「社の時間」(全校縦割り)に、身近な環境を活かすために自分たちができること、興味あることをグループで考え取り組みました。

下諏訪中学校 総合的な学習の時間
社の時間 ～地域の方と共に・地域の良さを伝えるため～



- ・下諏訪に住んでいても初めて見た場所がありました。下諏訪で私たちがまだ知らない場所や歴史がたくさんあるので、町の皆さんにもいろいろ知ってもらいたいです。
- ・地域の方との活動をこれからも続けていきたい。
- ・地域のためにできることをこれからも探していきたい。
- ・自分たちが住む場所を大切にしていきたい。

◎下諏訪図書館の2月の休館日は、1・2・3・6・13・20・24・27日です。

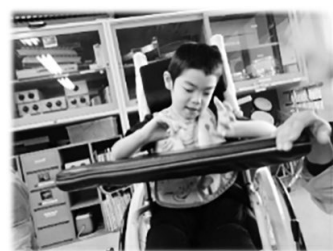
地域の力をお借りした校内及び校外活動の充実

花田養護学校は、医療的ケアを必要とする児童生徒も多く、コロナ禍においては、子どもたちの安全を第一に考え、試行錯誤しながらこれまでやってきました。

今年度は、地域のお力をお借りしながら進めてきた小学部の二つの取り組みを紹介します。

一つは、外部講師による音楽療法、もう一つは、小学部の3つの行事についてです。

重度重複障がいの子どもたちが在籍する春グループでは、今年度より音楽療法のセッションを取り入れています。春グループは6クラスありますが、それぞれの子どもたちの実態やその日の様子に合わせて、活動内容を組んでいただいています。



小学部では、例年、校外での学習の機会として、3つの行事を計画しています。1～4年生合同での親子遠足、5年生では宿泊学習、6年生では修学旅行です。

1～4年生の親子遠足は、保護者の参加をとり止め校内レクリエーションとして実施しました。そのメインイベントは、「アート塾てらーと」さんによるアートセラピーのワークショップです。

スポンジの筆を使って、ぎゅっと押したり、ぐいっと引き寄せたり、手に直接

絵の具をつけて、ダイナミックに色をつけて、世界に

一つだけの、自分だけの、「太陽のバッグ」が完成しました。昼食

は「いずみ屋」さんのお弁当。お弁当という特別感が子どもたち

とても嬉しかったようです。5年生の宿泊学習は、すべての

活動を校内に置き換えて実施しました。「kassaneベリータ

ンス」さんに来ていただき、体育館でベリーダンスを鑑賞しました。



いつもの体育館とは思えない異国情緒あふれる空間で子どもたちの好きな曲、知っている曲も踊っていた。子どもたちは笑顔いっぱい楽しんでいました。

そのほか、

体育館をアスレチックパークにして、身体を動かして遊び、タイダイ染めを体験しました。昼食は、「いずみ屋」さんのお弁当で形態食にも対応してもらいました。

6年生の修学旅行は、行き先を下諏訪町、諏訪湖周辺に設定し、校内組もリモートで参加しました。

出発して最初に行ったのは、ハーモ美術館のティーセントホールで音楽療法士の花見さんの歌とピアノのコンサートを鑑賞。コンサ

ートの後は、ホテル「紅や」さんへ移動しての昼食。さまざまな形態食にも対応いただき、おいしく

いただきました。ホテルの大きなお部屋をお借りして、お土産のお

買い物体験、フォトフレームの製作体験をした後は、ホテルの外に

出て、遊覧船に乗ったり、足湯に入ったりしました。校内組も、リモートで旅行隊の様子を観て、雰囲気を感じながら、足湯やお買い物体験を楽しみました。宿泊は「RAKO華乃井」さん、移動は「諏訪交通」さんと「ともゆきタクシー」さんにお願いました。車いすのまま乗り入れのできる福祉車両も使わせていただきました。できるだけ大きな揺れがないよう道を選んで走行してください。細やかな気遣いがとても嬉しく思いました。

コロナ禍で行動制限などある中でも、たくさんの方々にご協力いただき充実した活動を行うことができました。



下諏訪向陽高校 元生徒自治会長 植松 心希



生徒自治会長として学んだこと

この一年間で学んだこと

コロナ禍をどうプラスに転じたか

入学した時からコロナ禍であつたため多くの行事が中止になつたり、休校になつたり分散登校になつたりと、多くのことが制限されあこがれていた高校生活とは程遠い生活が続きました。私はコロナを言い訳にして、なにかを頑張るということがありませんでした。

しかし、そんな中でもなにかに夢中になって頑張っている人を見て、貴重な高校3年間をコロナを言い訳にして、無駄にしてしまいたくないと思い、2年生の夏に生徒自治会長候補という絶好のチャンスに飛びついたことが生徒自治会長という大役に立候補した理由です。

先輩方から生徒会を引き継ぎましたが、山ほどの問題と衝突しました。一番の問題は先輩方もできなかつた行事が多かつたことです。引き継ぎ会で先輩方の話を聞きましたが、行事の多くは中止になつたことでした。それに加え自分たちも経験したことのない行事がほとんどだったため、規制が緩和されてできる行事があつたとしてもどんなものかイメージができませんでした。

自分たちが経験したことのないイメージの湧かない行事を企画して運営していくことは、想像以上に難しいことでした。しかし、わからないからこそ今までのという固定概念がなくなり、新しいものを創っていく最高のチャンス！そこで、生徒会スローガンを「新境地」に決定！

「新境地」とは自らが開拓する考えといった概念を表し、コロナ前後を踏まえて新しいものをつくっていきたいという意味です。

生徒会の最大行事は向陽祭です。向陽祭を企画していく上でも数えきれないほどの問題に直面しました。

・感染者を絶対に出してはいけないという最低条件

・コロナ前の文化祭に近づけたいが、コロナ前を知らない。
・マスクを必ずしないといけないので、熱中症への懸念

まずは、過去の資料をUSBから引っぱり出してきたり、生徒会室にあるヒントを見つけ出したり、コロナ前の向陽祭がどんなものだったのかを知るところからはじめました。そうしたところ、過去の資料はどれも密なんて気にしない楽しそうなものばかり。

コロナウイルス流行前の文化祭に近づけて全校の皆さんに楽しんでもらいたい、しかし感染者を出さないようにするには多くの規制をかけざるを得ないという葛藤と闘い、生徒会役員でたくさん案を出し、先生方と数え切れないほど打ち合わせをして通常に近い形で行うことができました。

感染者を出さないように、役員が生徒の入退場するところで消毒を持って立ち、手指消毒と換気の徹底。熱中症への対策として、水分補給の時間をこまめにとる。「塩分チャージ」や「熱さまシート」の配布。そして、役員のモチベーションを上げるために、私から役員全員にキーホルダーと手紙をプレゼント。

結果、役員のみならず、生徒も無事成功を収めることができました。コロナ禍で入学し多くのことを我慢しながら生活していく中でコロナを言い訳にしている人も、なにも得るものはありませんでした。コロナのせいだと考えるのではなく、コロナのおかげでと、考え方を变えるだけで得るものはたくさんありました。

中止や延期など受け入れられないことも多くありましたが、生徒会役員一同前向きに考え、何回も折れてはみんな励まし合える生徒会のよさを感じることができました。

生徒自治会長という貴重な経験を務め、42期生徒自治会を創り上げてこられたことが私にとって高校生活一番の思い出です。

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

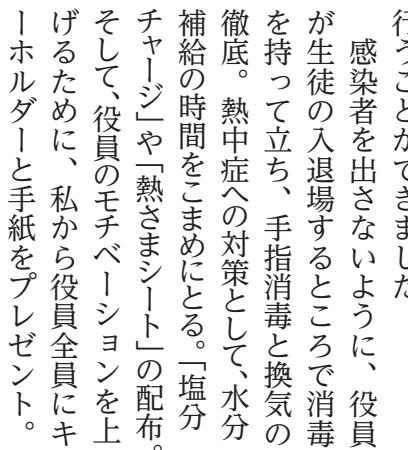
生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す

生徒自治会を創り出す



GSM元気なしもすわっ子学びの発表

なぎがまCS
 下諏訪南小学校・下諏訪中学校コミュニティスクール
 コロナ禍での活動紹介

なぎがまCSは、平成27年に地域連携部、学校支援部、広報部で組織され、南小・下諏訪中学校に育つ子どもたちの豊かな成長を地域全体で支えていこうとする仕組みです。

今年度も昨年度に引き続きコロナ禍で、地域連携合同会議を再開することができませんでした。また、学校支援部もコロナ前に行っていた大相撲荒汐部屋との交流、OBSESSION・諏訪クアルレットの音楽鑑賞、ブナ林整備は中止しました。

しかし、コロナの感染状況にもよりましたが、学校支援部の活動で、読み聞かせ、クラブ活動への支援、総合的な学習の時間や教科学習の支援、奉仕活動を実施することができました。

学校支援部



読み聞かせ支援



教科学習支援

家庭科ミシンの使い方

地域ボランティア団体と協働



諏訪湖ゴミ清掃



稲刈り

総合的な学習の時間



子どもたちの安全を守る取り組み



乙女りんご摘花

クラブ活動支援



調理クラブ



将棋クラブ

広報部



なぎがまCSだより 年1回発行

◇学校ごとの活動などを知ることができました。それぞれの学校で子どもたちが一生懸命取り組んでいる様子が見られて良かったです。特に花田養護学校の発表は、なかなか見ることができない学校内の取り組みや様子を見ることができ、知ることの大切さを感じました。

◇新型コロナウイルス感染がずっと続いて、行動制限やイベントの中止や縮小が続く中で、仲間とよく話し合い、一つのテーマでまとまり、成果を出している状況が発表され大変うれしく思いました。是非今後も継続して活動してほしい。

◇コロナ禍での授業は大変だと思いますが、今日の発表を拝見して元気な姿に感動しました。

◇子どもたちが主体的に下諏訪のことを知る・学ぶ、いろいろな方法を知ることができて良かったです。大人でも伝統を楽しみながら知ることができるといい機会となりました。子どもたちが楽しみながら学んでいる様子が伝わってきました。

参加者の感想から

◇どの発表も素晴らしいかったです。町内にある他の学校の活動を知ることができ、子どもたちも良い刺激になったと思います。

◇どの園、学校とも工夫をこらした素晴らしい学びをすることができ、とても参考になりました。また、うれしく感じました。下諏訪向陽高校の会長さんの話には心打たれるものがありました。コロナ禍で思うような学校生活を送れない中、コロナ禍でもできることを前向きに取り組まれた姿、感動的でした。

◇保育園から高校生までの活動を具体的に知ることができて、とても良かったです。コロナ禍ではありますが、みんなの中で考えて活動して、いい経験ができたようでも楽しい発表でした。参加して良かったです。

町立図書館のお知らせコーナー

下諏訪町立図書館「やまびこの会」会員が表彰を受けました

公益財団法人「鉄道弘済会」は、毎年朗読録音奉仕者の表彰を行っています。

今年度、下諏訪町立図書館で視覚障がい者の方たちのために音訳や編集作業をされているボランティア団体「やまびこの会」所属の河西澄江さん、生田公一さん、岩垂幸子さんがそれぞれ表彰されました。



～録音図書の一例～
『後宮の鳥』白川紺子/著 集英社 2018年

音訳ボランティア会員募集の説明会開催

日時：令和5年3月11日(土) 午後1時30分
会場：下諏訪町立図書館 2階 会議室

持ち物等：筆記用具、マスク着用

■ 連絡先 下諏訪町立図書館
(やまびこの会) ☎27-5555

朗読に興味のある方、読み聞かせの経験のある方、パソコン操作の得意な方など、あなたの特性が生かせるボランティアです。

ご興味のある方は、ぜひご参加ください。

下諏訪町公民館 春休み講座 参加者募集！

ドローン講座

～見て、さわって、飛ばしてみよう～



日時：3月19日(日)

午前9時30分～12時

会場：下諏訪総合文化センター 小ホール

講師：諏訪圏マルチコプター協会 矢沢将紀先生

対象：一般(小学4年生以上) 10名

受講料：無料

申込開始：窓口、電話 2月13日(月) 午前9時～

■ 申込み・問合せ 下諏訪町公民館 ☎28-0002

令和4年度 町民大学

「和田嶺合戦と諏訪の意地」

をYouTubeで配信しています



攘夷の実行を訴え京都をめざす水戸浪士らを、諏訪藩・松本藩が樋橋で迎え撃った「和田嶺合戦」についてのお話です

講師：諏訪湖博物館専門研究員
宿場街道資料館
小口 徹 先生



※YouTubeは二次元コードからご覧いただけます

二月のふえ

幼少の頃。私は古釘を畳・柱・縁側等に打ちつけるということが大好きなゴタぼうずだった。

毎日のように、我が家の縁側にひなたぼっこをしにくる近所のじいさんが、

「バカオッコなことして。ヨマーレゾ」(とんでもなく悪いことをして、叱られるぞ) 声を聞いて現れた母に、

「シミルナエ。年のせいかわりに腰にきちまってズデ(めっきり)だめだ」

へところは富士見・立沢
社会人になって。マイナス30度に達せんとする朝、同僚、

「ナシテ開かん、シバレテワヤダ。(手に負えない) ドアの鍵穴の奥まで凍ったべ。お湯持って来て」 女性社員、すぐ持ってきてドアにかけるが瞬時に水になって彼女の足下に。

「ヒー、シャツコイ、」
へところは北海道・北見

ちようど二月。昔の思い出である。

富士見から上諏訪の高校に通っていた頃は、同じ諏訪圏でもずいぶんヌクトイ所と感じたものである。諏訪湖は凍結していたのに。

地元の学校を出て大都会に。その頃の私はどうしたら標準語で滞りなく話せるか、ひたすら腐心していたように思う。

あからさまな差別はなかったにせよ、方言を口にするることにより「田舎者」と揶揄の対象となった時代背景もあった。

仕事をもち、全国に友人・知人が増えるにつれ、いつしか変な「構え」もなくなり、諏訪弁がちらほら出だし、それがまた各地の方言と混じり合って、人の「輪」と「和」が醸成されていったように思う。

標準語でかなえられない、味わい深いその地方、地方の言葉。なくなってしまう。

(編集委員 植松昌弘)



肩関節と大きな背中の筋肉を動かすことで、体あつたか

背中の運動



ピンと張った
タオルを持ちます

腕の引き伸ばし
10回×2セット



肩の運動



ピンと張った
タオルを持ちます

腕の上げ下げ
10回×2セット



寒い季節に取り入れたい!
お家でできる簡単タオル体操



家トレは物足りない!しっかり運動始めたい!!健康ステーションはどんなところ?
安心してお越しください♪ 今回は利用者の声をお届けします。

町内在住
藤森勝美さん (70代)

午前中に友人同士でご利用のお二人

町内在住
小池百合子さん (70代)



筋肉量を測定してくれ、成果が目に見えてとてもありがたいです。膝や腰の痛い所がありました。運動を続けていくうちにいつの間にか治っていました。今ではジムに行かないと何だか調子が出ないくらい、習慣になっています。

膝が痛くて本当に困っていました。健康ステーションへ来てからは痛みもやわらいでとても快適です。運動を休むとまた痛くなってくるので、継続することの大切さを感じています。



午後のご利用者

諏訪市在住
藤森大暉さん (20代)

ジムが初めての方も使いやすい施設だと思います。新しいマシンが揃っているところや、高重量に対応したフリーウェイトがあるのも通っている理由のひとつです。スタッフの声がけもあり、安心して利用することができます。基礎を教えてくれるので、1人で行くのが不安の方にもおすすめします。ロケーションも良く、若い方でも満足できる施設です。

夜のご利用者

町内在住
石井千代枝さん (40代)



一般のジムにもトレーナーの方はいますが、何か聞きたいことがあっても、いろいろ聞くには少し抵抗があります。健康ステーションでは効果を上げる方法や筋肉のこと、ちょっとしたマシンの使い方など、細かいことでも何でも聞きやすく、丁寧に教えてくださるので、安心して通うことができます。それと、ストレッチ専用マシンが珍しく、とても気に入っています!

ルディックウォーキング 3月コース

参加者募集

日時: 3月3日・10日・17日(金) 全3回
10時00分開始 12時00分解散
会場: (集合) 健康フィールド

◇申込み 2月1日(水)から受付開始◇

■ 申込み先
健康ステーション ☎75-5546 (直通)



下諏訪町民ご優待料金のご案内

大人リフト1日券

通常価格5,200円 ➔ **2,600円**

小学生リフト1日券

通常価格3,000円 ➔ **1,000円**

※運転免許証等、住所を確認できるものをご提示下さい。



ブランシュたかやまスキーリゾート

長和町大門3652

TEL: 0268-69-2232



消防団割

下諏訪町消防団員は、消防団カードを券売所へ持参いただくと、リフト1日券が**1,500円**で購入できます。

上記価格は、2022年12月10日(土)～2023年4月2日(日)の適用価格です。

問 下諏訪観光協会 ☎0266-26-2102
信州・長和町観光協会 ☎0268-68-0006

都市計画変更 (諏訪圏域都市計画区域マスタープラン) に係る意見を募集します

「都市計画区域の整備、開発及び保全の方針」の変更について、都市計画案の縦覧をします。

◇対象 象：都市計画案に関係する地域にお住まいの方、その他利害関係者

◇縦覧期間と意見書の提出期間：
令和5年2月17日(金)～3月3日(金)

◇縦覧内容：都市計画区域マスタープラン(県決定)

◇縦覧場所：下諏訪町役場建設水道課、岡谷市役所都市計画課、諏訪市役所都市計画課、茅野市役所都市計画課、富士見町役場建設課、長野県諏訪建設事務所整備課、長野県建設部都市・まちづくり課

◇意見書の提出方法：

意見書を提出される方は縦覧場所又は県ホームページにある「意見書」に記入の上、縦覧期間中に縦覧場所となっている各部署に持参又は郵送してください。ファックス、電子メールによる提出はできません。

※詳しくは県ホームページをご覧ください。

問 長野県諏訪建設事務所整備課 ☎0266-57-2936
〒392-8601 諏訪市上川1-1644-10
長野県建設部都市・まちづくり課 ☎026-235-7297
〒380-8570 長野市南長野幅下692-2

一定規模以上の土砂等の盛土等に 許可が必要になります 【長野県土砂等の盛土等の規制に関する条例】

盛土等による土砂等の崩落等による災害の発生を防止するため、「長野県土砂等の盛土等の規制に関する条例」が制定されました。この条例により、令和5年1月1日以降に行う一定規模以上の盛土等については、原則、県の許可が必要になります。

◇主な規制項目

- ・面積が3,000平方メートル以上または高さが5m以上の土砂等の盛土等を行う場合には県の許可が必要になります。
- ・県の許可を受けるにあたっては、周辺地域の住民に許可申請の内容を周知する必要があります。
- ・土地の所有者の方は盛土等の施工状況を定期的に確認する必要があります。
- ・条例の規定に違反した場合は、罰則(最大2年以下の懲役又は100万円以下の罰金)が適用されることがあります。

◇手数料(1件あたりの金額)

- ・新規の許可 55,000円
- ・変更の許可 34,000円
- ・譲受けの許可 34,000円

問 (平日 午前8時30分～午後5時15分)
長野県建設部砂防課調査管理係 ☎026-235-7316
E-mail:sabo@pref.nagano.lg.jp

まだ手続きがお済みでない方へ

令和4年度 子育て世帯生活支援特別給付金のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、食費等の物価高騰の影響に直面する低所得の子育て世帯に対し『令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金』を支給しています。

申請不要で本給付金を受け取ることができる世帯には「ひとり親世帯分」を6月に、「ひとり親世帯以外分」を7月に支給を行いました。新型コロナウイルス感染症の影響を受けて収入が下がっている方は、対象になる場合がございます。詳しくは下記担当にお問い合わせいただくか、町ホームページでご確認ください。

※一度、本給付金を受け取っている方へは重複して支給されません。

【支給対象】

①②の両方に当てはまる方

①令和4年3月31日の時点で18歳未満の児童（障害児の場合20歳未満）を養育する父母等

②令和4年度住民税（均等割）が非課税の方又は令和4年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった方

※令和5年2月末までに生まれた新生児等も対象になります

【支給額】対象児童1人につき5万円

【申請期限】令和5年2月28日（火）まで



■ 問い合わせ 下諏訪町 教育こども課 子育て支援係 ☎27-1111（内線714）

給付金に関する“振り込め詐欺”や“個人情報の詐取”にご注意ください。

ご自宅や職場などに下諏訪町から問い合わせを行うことがありますが、ATM(現金自動預払機)の操作をお願いすることや、支給のための手数料などの振り込みを求めることは絶対にありません。万が一不審な電話がかかってきた場合には、すぐに町担当者または最寄りの警察へご連絡ください。

令和5年新しい区長のみなさんです



第1区



なかむら としひろ
中村 敏廣さん
(東町中1)

第2区



やまだ たかみ
◎山田 孝實さん
(小湯の上2部)

第3区



おぐち けんじ
○小口 健二さん
(友之町)

第4区



たかぎ ひろかず
高木 宏和さん
(久保海道2組)

第5区



ながさき いさお
長崎 功さん
(南高木)

第6区



みのわ しんじ
箕輪 新吾さん
(町屋敷2組)

第7区



もとやま かずひこ
本山 和彦さん
(東山田第5)

第8区



まつざわ たかし
松澤 隆さん
(社東町第1)

第9区



みやさかのぶゆき
宮坂 信行さん
(星が丘第1)

第10区



ふるや ひろやす
古屋 博康さん
(西豊)

新しい民生・児童委員さんをご紹介します

みなさんの身近な相談相手として、地域福祉のために活動している民生委員・児童委員さんが改選され、厚生労働大臣から委嘱されました。

社会経験の豊富な委員が、日常生活のなかの「不安」「悩み」「心配事」などを、その方の立場になってともに考えます。

さまざまな問題でお困りの方につきましては、お住まいの担当区域の委員さんにお気軽にご相談ください。

◆任期：令和4年12月1日～令和7年11月30日（3年間）

【民生児童福祉委員協議会の役員は、次の皆さんです。】

会長 辻村 圭一
副会長 両角 京子
副会長 太田 秀子
副会長 小日向和彦
副会長 小松 利実



～まずはご相談ください～

民生・児童委員は、職務上知り得た情報は固く守り、公正公平な立場で職務にあたります。お気軽に担当区域の民生児童福祉委員にご相談ください。

第26期 民生・児童・福祉委員のみなさん

氏名	担当区域	氏名	担当区域
鮎澤 豊子	東町上・東町中2	中山 長門	西赤砂の一部
野口 正敏	東町中1・東町下	小日向和彦	西赤砂の一部
濱 克典	仲町・田中町	吉澤 英一	上久保1・2・久保海道1組・2組
竹前 秀人	大門1・3	林 晃	湖畔町南・北
吉田 廣	大門2・矢木町2	守屋陽一郎	武居南・北
増澤 伸一	矢木町1・3	福井千恵子	東高木
山本 進	桜町・緑町	大和 昭雄	西高木
宮坂 厚子	立町1部・2部	林 恵	南高木
山田 眞弓	小湯の上1部・2部・横町木の下	久保田和子	北高木
藤森より子	湯田町・湯田仲町	伊藤 民雄	萩倉東組・西組・東俣
増田 信一	新町上・下	小松 利実	町屋敷1組・2組
両角 京子	御田町・塚田町	赤羽 裕	樋橋・町屋敷3組・下屋敷
高木 鐵也	菅野町・上馬場・富士見町	高木 道子	東山田第1・第2
(選定中)	大社通・友之町・広瀬町	宮坂 典子	東山田第3・第5
武居千代子	中央通・平沢町・花咲町・中汐町	増澤 吉文	東山田第4・第7
高木 敦子	矢木東・魁町・春日町	北垣 直行	東山田第6
小松 順子	矢木西・西弥生町	清道 茂	社東町第1・第2の一部
小林 道子	東弥生町・栄町・曙町	海老澤美恵	社東町第2の一部・第3・第4
三枝つきみ	北四王・東四王	島津 榮一	星が丘第1・第2
山岡 清一	西四王1部・2部	中島小百合	星が丘第3・第5
林 繁子	西四王3部・4部	山田 利彦	西豊
川村 充	南四王1部	下條 知子	西浜・東豊
太田 秀子	南四王2部	熊谷 安夫	高浜
小口 寿子	東鷹野町	荒井紀久子	本郷・関屋
遠藤 公平	西鷹野町1部・西鷹野町2部の一部	牛山 敏子	五官・富ヶ丘
辻村 圭一	西鷹野町2部の一部	井上喜久美	(主任児童委員)
伊藤眞由美	清水町	萩田 均	(主任児童委員)
小松 正則	東赤砂の一部	風間眞由美	(主任児童委員)
今井八代子	東赤砂の一部	※主任児童委員は、地区全体を対象として活動します。	

■ 問い合わせ 下諏訪町 保健福祉課 福祉係 ☎27-1111 (内線122)

自動車の各種手続きを忘れずに行いましょう

- ◇自動車税種別割は毎年4月1日現在の所有者（または使用者）に対して課税される県の税金です。
令和5年3月末日までに名義変更・抹消登録・住所変更等の各種手続きが済んでいないと、次のようなトラブルが発生する可能性がありますので、必ず手続きを行ってください。
- ◇廃車にした、または手放したはずの自動車税種別割が令和5年度以降も課税されてしまう。（特に、個人間での売買はご注意ください。）
- ◇引越先の住所に納税通知書が届かないことで、税金が滞納となってしまう。
- ※使用していないが、諸事情により抹消登録や名義変更が行えない等で困りのときは、南信県税事務所諏訪事務所までご相談ください。各種手続きにつきましては、国土交通省の各運輸支局で行うことができます。
また、手数料がかかりますが、自家用自動車協会、ディーラー、解体業者等で代行していただけます。詳しくはお問い合わせください。

- 問 ▶ 自動車の各種手続きについての照会先**
長野運輸支局本本自動車検査登録事務所
☎050-5540-2043(音声案内037)
- ▶ 自動車税に関する照会先**
長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2905
E-mail:zei-suwa@pref.nagano.lg.jp

税関パネル展開催のお知らせ

- 税関は、昭和55年に諏訪市に設置され令和5年で43年目になりますが、まだまだ県内での知名度は低いのではないかと思います。そこで、諏訪圏の皆様へ貿易の窓口となる税関の役割をお伝えし、より身近に感じていただくため、令和4年に引き続き以下のとおり税関パネル展を開催します。
- ◇日にち 2月17日(金)～2月24日(金)
 - ◇場所 下諏訪総合文化センター1階
 - ◇内容 ・密輸取締り等のパネル展示・リーフレットの設置



問 財務省名古屋税関諏訪出張所 ☎58-5953

2月の休日納税相談

- ◇開設日時 12日(日)・26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)
- 問 下諏訪町 税務課 収納係 ☎27-1111(内線236・237)**

2月の税金等納期限・口座振替日

- ◇固定資産税 4期分
- ◇国民健康保険税 11期2月分
- ◇後期高齢者医療保険料 11期2月分
- ◇上下水道料(11・12月使用分) 2月分
- ◇温泉使用料(1月使用分) 2月分
- ◇介護保険料 11期2月分
- ◇保育料・給食費 2月分
- ◇水月霊園管理料 随時

2/28
(火)

⓪ 余分を買わない、作らない Ⓛ いつもの習慣 Ⓢ 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！

令和5・6年度 建設工事等入札参加資格審査申請の追加(中間)受付について

下諏訪町では、令和5・6年度に町が発注する建設工事及び建設コンサルタント等業務の入札参加資格審査申請の受付を次のとおり行います。

今回は追加受付のため、既に令和4・5・6年度の入札参加資格を有している方は、申請の必要はありません。

新規に入札参加資格を希望される方や、既に令和4・5・6年度の入札参加資格を有する方で、建設工事の業種の追加や建設コンサルタント等業務の登録部門及び希望業種の追加を希望される方、又は建設工事の再審査を希望される方は、追加(中間)申請をお願いします。

◇期間 令和5年2月1日(水)～2月28日(火)
(土・日・祝日は除く)

※郵送の場合は、2月21日(火)までの到着にご協力ください。

◇時間 午前8時30分～正午、午後1時～午後5時15分

◇場所 下諏訪町庁舎2階 総務課財政係

※提出書類など詳細については、町ホームページ

(<http://www.town.shimosuwa.lg.jp>) でご確認ください。

なお、物品、製造の請負、役務の提供等に係る入札参加資格審査申請の受付は行っていません。

問 下諏訪町 総務課 財政係 ☎27-1111(内線266)

自衛隊一般曹候補生の採用について

一般曹候補生とは、18歳以上33歳未満の者を対象に、陸上、海上、航空各自衛隊の部隊勤務を通じて、その基幹隊員となる陸・海・空曹自衛官を養成する制度です。一般曹候補生は、入隊後2年9月以降、選考により3曹へ昇任します。

●第1回

◇受付期間 3月1日～5月9日

◇試験期日 1次:5月19日～5月28日のうち指定する1日
2次:6月17日～7月2日のうち指定する1日

詳細は以下までお問い合わせください。

問 自衛隊長野地方協力本部茅野地域事務所 ☎82-6785

令和4年度県営住宅 2月統一募集

◇募集期間 2月6日(月)～2月15日(水)予定

※受付時間はお問い合わせください。

◇受付場所 長野県住宅供給公社諏訪管理センター

◇募集団地 諏訪建設事務所管内の県営住宅

◇募集内容 4月1日付入居可能住宅

問 長野県住宅供給公社諏訪管理センター ☎54-2010

パブリックコメントの募集について

下諏訪町では、「下諏訪町水道事業ビジョン(案)」及び「下諏訪町上下水道事業経営戦略(案)」について、町民の皆様からのご意見(パブリックコメント)を募集します。

◇募集期間 令和5年1月27日(金)～2月27日(月)

内容については、町ホームページまたは建設水道課窓口で確認ください。

問 下諏訪町 建設水道課 水道温泉経理係

☎27-1111(内線224・225)

諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

- ◇休館日 2月6日(月)・13日(月)・20日(月)・24日(金)・27日(月)
- ◇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)

ミニ企画展「想いを伝える島木赤彦の書」

博物館では下諏訪町ゆかりの歌人、島木赤彦に関する資料の調査・研究を行なっています。

今回の企画展では、資料調査によって新たに確認できた島木赤彦自筆の手紙や当時交流のあった人々の関係資料、島木赤彦の短歌等を初公開します。ぜひ、ご覧ください。

期間：2月4日(土)～3月27日(月)
※3月27日(月)は臨時開館
場所：諏訪湖博物館・赤彦記念館 赤彦展示室

下諏訪町立図書館 ☎27-5555

- ◇休館日 2月1日(水)～3日(金)・6日(月)・13日(月)・20日(月)・24日(金)・27日(月)
※図書館蔵書点検(年1回)のため、1月31日(火)～2月3日(金)は休館します。ご迷惑をおかけしますがご理解、ご協力をお願いします。
- ◇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)

◇ 大人のためのバレンタイン映画会 ◇

- ◇日時 2月12日(日) 午後2時～午後4時
- ◇場所 下諏訪町図書館 2階会議室
- ◇参加費 無料
- ◇上映作品 「フレンチ・カンカン」(1954年)(字幕スーパー) 主演ジャン・ギャバンのフレンチ・ミュージカルの傑作です。

◇ 親子工作会「シールブックを作ろう！」 ◇

- ◇日付 2月19日(日) 午前10時30分～午前11時30分
- ◇場所 下諏訪町図書館 2階会議室
- ◇定員 15組(要予約)
- ◇参加費 無料
- ◇持ち物 はさみ、マジックペン、シール など
自分だけのオリジナルシールブックを作りませんか？親子で是非ご参加ください。

【重要】3月13日(月)～22日(水)は図書館システム更新のため休館となります。詳細は図書館にお問い合わせください。

下諏訪町空き家情報バンク物件情報

令和5年1月16日現在

区	所在地	No.	賃貸等	条件等
第3区	南四王	173	売却	木造2階建 1,150万円
	清水町	206	売却	木造2階建 799万円
	西赤砂	207	売却	木造2階建 820万円
第4区	武居南	184	売却	木造2階建 1,300万円
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。

問 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

◆ ひな人形を展示します ◆

3月3日はひな祭りです。今年も、しもすわ今昔館おいでやではひな人形を展示します。優しい表情のひな人形。ぜひ足を運んでご覧ください。

場所：しもすわ今昔館おいでや 1Fロビー
期間：2月中旬～3月下旬
※無料でご覧頂けます。

◆ 特別企画展「時計の昭和」岡谷 哲男氏 ◆

「ファイブシリーズ」の展望、「グランドセイコー」の歩み等を展示します。

期間：3月26日(日)まで
会場：2階特別展示室
入館料：大人 600円 小人 300円

- *開館時間 午前9時～午後5時
2/28まで冬期営業 午前9時30分～午後4時
- *正面入口横：足湯(午前10時30分～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

春の無料体験・見学開催中

ヤマハ音楽教室(岡谷)

- 1歳 2/7、14、21(火)11:00～ 3歳 2/24(金)16:10～
- 2歳 2/7、14、21(火)11:00～ 4・5歳 2/24(金)17:10～

ヤマハ英語教室(岡谷) 4・5歳 2/7、14、21(火)16:10～

オグチ楽器個人レッスン

- ★ドラム…火、木、金(潮浜)
- ★ピアノ・エレクトーン…月～土
- ★ギター…ウクレレ…水、土
- ★クラリネット・サクソフ…火、木
- ★ヴァイオリン…ホ
- ★トランペット・チューバ…土

お申込み・お問合せは ●岡谷市神明町3-1-3(フォレストモール岡谷内) ●下諏訪南四王6142-2(焼肉楽園様横)

(株)オグチ楽器 ☎0120-970-091 ※30分無料体験開催中。※前にお問い合わせください。

あの頃の歌が、あの頃よりずっと楽しい。

青春ポップス
2/8、22日(水)
14:00 見学

好評実施中
お友達紹介キャンペーン

歌って踊れよう 青春ポップス ヤマハの教室で

「カラオケ以上、レッスン未満」歌の新しい楽しみ方!

1名90分/2名2時間 前3,850円(税込) 全5回 2,200円(税込) 随時入会受付 申込中 申込み要

2月の湖岸清掃：2月12日(日) 午前8時 みずべ公園 集合・開始 清掃範囲：高浜信号機～AQUA未来。
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

★2月のマシン無料体験会のご案内★

◇各回60分・先着6名受付◇

★2月6日(月)

①午後2時～/②午後7時～

★2月18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。



←筋トレマシン

ストレッチ
マシン→



📞 健康ステーション ☎75-5546

高浜健康温泉センター 「ゆたん歩」

2月の営業案内

◇休館日◇

2月7日・14日・21日・28日(火)

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)

◆健康イベント開催【ゆたん歩の日】

★2月26日(日)

午前9時30分～11時30分
(当日受付)

1日限りの
ゆたん歩の日
復活!!

①体組成測定&健康相談

②ミニ運動講座(30分ごと入替制)

※感染状況により中止する場合がございます。

📞 ゆたん歩 ☎26-2626

子育てふれあいセンター ぽけっと

2月の行事予定

1日(水)BP4

7日(火)ファーストブック

8日(水)接し方講座①

13日(月)おはなしいっぱい

14日(火)0歳児ママ講座

15日(水)接し方講座②

18日(土)土曜開館

21日(火)ママ講座1・2・3

22日(水)接し方講座③

27日(月)にこにこ講座



★14日(火)0歳児ママ講座

『歯の磨き方について』

★21日(火)ママ講座1・2・3

『お箸の持ち方』

★8、15、22日(水)

『子どもとの接し方講座』

★27日(月)にこにこ講座

『スクラップブック作り』

※ご希望の方は、
託児をお受けで
きます。
いずれの講座も
事前の予約が
必要です。

📞 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。



2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	16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	9日	木	午後1時～午後4時	
行政相談	21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	
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	9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	24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 ☎57-2911 ※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	8日	水	午前10時～正午	税理士会事務局 (下諏訪商工会議所会館2階) ☎28-6666
福祉総合相談	福祉相談	土日祝日を除く毎日		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	土日祝日を除く毎日		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	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 ☎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。			

あなたの「学びたい」を応援します

1科目から
学べます

4月入学生募集! 出願期間 3月14日(火)まで

放送大学

お問い合わせ
資料の請求は

長野学習センター

☎0266-58-2332



広告

2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 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
5	日	諏訪共立病院 28-2012	ホホワイト歯科医院(岡谷市) 28-2635	ひまわり薬局 26-7226
11	土	釜口医院(岡谷市) 22-2089	溝口歯科診療所 27-3838	マツモトキヨシ・岡谷天竜町店(岡谷市) 24-1801
12	日	あざみ胃腸科クリニック 28-0505	三井歯科医院(岡谷市) 23-8427	菜の花薬局 26-1500
19	日	よねやま内科クリニック(岡谷市) 22-8863	宮坂歯科診療所(岡谷市) 22-7275	矢崎薬局(岡谷市) 23-7125
23	木	高浜医院 28-3811	アポロ歯科医院(岡谷市) 23-8100	イズミ薬局 28-0030
26	日	林眼科医院(岡谷市) 28-6596	三輪歯科医院 27-3084	御子柴薬局(岡谷市) 27-7056

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。

2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 12月生)	24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 10月生)	24日	金	
	10 か月 (2022年 4月生)	17日	金	
	1歳6か月 (2021年 7月生)	6日	月	
	2 歳 (2020年 11月生)	14日	火	
	3 歳 (2020年 1月生)	7日	火	
心のほっと相談 ※要予約	16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	7・22日	火・水	午前9時～午前11時	
産前・産後サポート事業 ※要予約	7日	火	午前9時～正午	
離乳食スタート教室	15日	水	午前10時～午前11時	

2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		
4	土	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462
5	日	スワンシステム(有)	東 弥 生 町	26-8866			
11	土	林組工業所	本 郷	28-6383	林組工業所	本 郷	28-6383
12	日	(株)オスガ設備	岡谷市長地権現町	27-6622			
18	土	(有)藤森水道(藤のや)	岡谷市長地御所	27-7289	(株)親水工業	東山田第2	27-8399
19	日	(株)総建	五 官	28-8295			
23	木	松澤工業(株)	曙 町	28-0919			
25	土	(株)上條電設工業	社 東 町 第 2	23-5330	小 林 住 設	西 四 王	28-3527
26	日	(株)親水工業	東 山 田 第 2	27-8399			

☎【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

観光振興局

ZOOM UP!

下諏訪町の感動と賑わいを創出するために

あなたの旅をデザインする

をテーマに掲げ、観光振興における基盤整備と旅行商品開発による持続可能な観光を推進しています！

▶ 旅行商品の開発

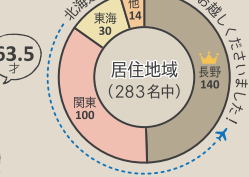


より多くの方に下諏訪へ訪れていただくための旅行商品を企画・実施しています！

2022年 旅行商品に参加してくれたお客様

男女比は4:6

10代	71.4%	28.6%
20代	100%	33.3%
30代	66.7%	77.3%
40代	22.2%	67.6%
50代	33.4%	61.6%
60代	44.8%	55.2%
70代	40.9%	59.1%



ホームページ



メンバー紹介②



部長 井上健太

旅行会社に10年間勤務し、より地域に踏み込んだ視点で観光に携わりたいと考え下諏訪町に移り住みました。地域の方々と本気でつくりあげる旅行企画で、下諏訪の魅力を多くのお客様に知っていただきたいと思います。町の皆様が自慢したくなるような観光地域づくりに精一杯努めてまいります。

よろしくおねがいします

下諏訪町観光振興局

〒393-0015 長野県諏訪郡下諏訪町3289番地
TEL 0266-27-1800 / FAX 0266-78-0023



今日からできる！地球温暖化対策

地球温暖化を防ぐためには毎日の中で二酸化炭素を出す量を減らすなど、わたしたち一人ひとりの行動が必要です。自分ができることを探して今日から始めてみましょう。

～できるだけ一回で受け取りませんか？～

新型コロナウイルスの影響によって、ネット通販は私たちにとって非常に身近な存在となりました。しかし、届けられる荷物の約1割が再配達で届けられている事はご存じでしたか？

宅配便を一度で受け取ることは、ドライバーさんの負担軽減はもちろん、トラック輸送によるCO₂排出量の削減にもつながります。宅配ボックスの利用やお届け通知サービスなど、宅配便の受け取り方もライフスタイルに合わせて選べる時代です。自分に合った賢い受け取り方を見つけましょう！



1回で受け取りませんか

こんなにたくさん!?再配達の悪影響

再配達にかかる時間
日本全国でおよそ

1.8億時間/年



※再配達専門のドライバーが約9万人もいる計算…

再配達で発生するCO₂
日本全国でおよそ

42万t/年



※一般家庭105,000世帯の年間排出量に相当…

◎再配達対策の一つとして「置き配」が有効です。通販サイトによっては場所を指定することで、不在時でも受け取ることが可能です。

問い合わせ：下諏訪町 住民環境課 生活環境係
☎27-1111(内線142)
E-mail: kankyou@town.shimosuwa.lg.jp

軽自動車

車検 自賠責 オイル交換

自動車税 諸費用 マット・パーカー

新車の軽自動車が7年間リース

オールメーカー取扱 4WDもOK!!

月々1.1万円から

Flat7

塩尻北インター店 松本市小屋南2-18-10

0120-114-239

営業時間 AM10:00~PM6:00 (水曜定休)

7大プレゼント!!実施中!!

カーナビ 洗車機 ETCなど!!

月々1万円から乗れる

株式会社 光洋

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。