

ノルディックウォーキング11月コース参加者募集

- ◇日時 11月5日・12日・19日・26日 月曜日 全4回
午後1時30分～午後3時30分まで
- ◇会場 赤砂崎公園 諏訪湖畔を歩きます。
- ◇講座内容
第1回「ポールの取り扱い方・はじめのポール術」
第2回「基本の歩き・ポールストレッチ」
第3回「ポールエクササイズ・歩きのバリエーション」
第4回「the ノルディックウォーキング」
- ◇申込み 10月1日(月)から受付開始◇

ノルディックウォーキングとは??

膝や腰の負担は軽減し、上肢運動量が多くエネルギー消費量はアップ!初めての方でも安心して取り組める新しいウォーキングスタイルです。

■申込み・問い合わせ

下諏訪町保健センター 電話27-8384 (直通)

平成30年度県営住宅入居者募集

諏訪管内の県営住宅入居者の募集を10月に行います。

- ◇日時 平成30年10月22日(月)～
10月26日(金)まで
- ◇場所 住宅供給公社 諏訪管理センター
- ◇内容 12月1日付入居可能住宅
- 問い合わせ 長野県住宅供給公社 諏訪管理センター
電話54-2010

今年のハロウィーンジャンボは賞金が充実!魅力UP!

今年のハロウィーンジャンボは、1等・前後賞合わせて5億円!

- 1等 3億円×9本
- 前後賞各 1億円×18本

※当せん本数は発売総額270億円・9ユニットの場合
同時発売のハロウィーンジャンボミニは、1等・前後賞合わせて5,000万円!

- 1等 3,000万円×20本
- 前後賞各 1,000万円×40本

※当せん本数は発売総額120億円・4ユニットの場合
宝くじの収益金は販売実績により分配されますので、ぜひ長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。
発売期間は、平成30年10月1日(月)から10月23日(火)まで!!

平成30年住宅・土地統計調査にご協力をお願いします

総務省統計局(長野県・下諏訪町)では10月1日現在で住宅・土地統計調査を実施します。

この調査は、住生活に関する最も基本的で重要な調査で、住戸数や国民の居住状況だけではなく、「高齢化社会を支える居住環境」、「耐震性・防火性等の住宅性能水準の達成度」、「空き家の実態」等を把握することを目的としています。

調査期間中、統計調査員が調査書類を配布します。調査への回答はインターネットまたは調査票で回答することができます。調査にご協力をお願いします。



町民号バスツアー2018秋「日間賀島フグ料理満喫日帰りツアー」

南知多町と下諏訪町の姉妹都市提携を記念して実施する日帰りバスツアーの第2弾。好評いただいた夏のツアーに続き、今回は日間賀島を訪ね、旬のフグ料理を満喫するツアーを実施します。

- ◇日にち 平成30年11月4日(日)
- ◇旅行代金 おひとり様12,000円
(フグ料理の昼食付)
- ◇参加対象者 下諏訪町内在住者
(未成年のみの参加はできません。)

- ◇募集人数 80名(最少催行人数35名)
- ◇申込期間 平成30年9月21日(金)から
10月15日(月)まで

※定員になり次第締切らせていただきます。(先着順)
下記町内旅行会社へお申込みください。
詳細は町ホームページをご覧ください。

■申込み・問い合わせ

- (株)来夢ツアー 電話26-1734
- (株)エヌ・ティー・エス・ツアー 電話26-3350
- (有)シンリク観光 諏訪営業所 電話75-5454

第6回消防ふれあいひろば開催

下諏訪町消防団では、第6回消防ふれあいひろばを開催します。

子どもも大人も参加できる催しを準備して、皆様のご来場をお待ちしております!!

- ◇日時 平成30年9月30日(日)午前10時～正午
- ◇場所 あすなろ公園
- ◇内容 ふれあい音楽ひろば、
ダンインジャー(右写真)
防火衣試着コーナー、
各種体験 など



■問い合わせ 下諏訪町 消防課 電話28-0119

第17回チャンスボール大会開催

家族や友達と一緒に出場してみませんか?

- ◇日時 平成30年11月4日(日)
午前8時～12時30分
- ◇参加条件 1チーム5人編成(年齢不問)
- ◇参加チーム数 24チーム
- ◇参加費 無料
- ◇申込締切日 平成30年10月19日(金)
午後5時まで



※上記のチーム数を超える申込みがあった場合、抽選をおこない、参加チームを決定します。



チャンスボールとは?

「カーリング」と「マレットゴルフ・ゲートボール」を合わせた下諏訪町発祥のニュースポーツです。中央の的を挟んで交互から球を打ち合い得点ゾーンの合計点が高い方の勝利。最後の1球で逆転チャンスがあるため「チャンスボール」という名前がついています。

■問い合わせ 下諏訪体育館 電話27-1455

諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

- ◆休館日 10月1日(月)・9日(火)・15日(月)・22日(月)・29日(月)
- ◆料金 一般 350円 小・中学生 170円
※諏訪6市町村に在学または在住の「小学生・中学生」及び下諏訪町内に在住・在学する「高校生」は、入館無料となります。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)

◎郷土の歌人 島木赤彦の住居(柿蔭山房)公開中



日本を代表するアララギ派歌人島木赤彦(1876-1926)の旧宅であり、江戸時代に高島藩へ仕えた久保田家の住宅でもある建物は、文化文政年間(1804-1829)に建てられたと

推定され、ほぼ当時のままの姿を今に伝えています。

町指定文化財でもある貴重な建物の内部を、10月まで一般公開しています。この機会にぜひお越しください。

- ◇公開期間 10月までの土日と祝日
午前9時～午後5時(入館4時30分まで)
- ◇入館料 無料 ※予約は不要です。

下諏訪町立図書館 ☎27-5555

- ◆休館日 10月1日(月)・5日(金)・9日(火)・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)

◎エンジョイ・フォト・SUWA写真展◎

10月6日(土)～11月1日(木)

◎図書館まつり◎

10月20日(土)～21日(日)
詳しくは生涯学習のページをご覧ください。

◎あなたの記念日の新聞を印刷しよう◎

図書館で信毎データベースを使って誕生日・結婚記念日などあなたの大切な記念日の新聞の一面をコピーしてみませんか。図書館まつり期間中に限り一人1枚無料です。

10月14日(日)は 町内一斉家庭読書の日です。

今月のテーマ
「魔法や不思議なお話」



下諏訪町空き家情報バンク物件情報

(平成30年8月31日現在)

行政区	所在地	No.	賃貸等	条件等	
第1区	矢木町	117	売却	木造平屋建	1,490万円
	立町	131	賃貸	木造2階建	月5万6千5百円
第2区	新町上	134	売却	木造2階建	応相談
	南四王	139	賃貸	木造2階建	月6万7千円
第4区	武居南	137	売却	木造2階建	応相談
	上久保	138	賃貸	木造2階建	月4万円
第5区	北高木	135	売却	木造2階建	450万円
第6区	下屋敷	132	売却	木造2階建	300万円
第7区	東山田	130	賃貸	木造2階建	月3万8千円
	東山田	133	売却	木造2階建	250万円
第8区	社東町	126	売却	木造2階建	2,292万円
第10区	高浜	129	売却	木造2階建	1,050万円

※詳細は町ホームページでもご覧いただけます。

■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

◆『イベントクロック』を作ろう！

季節限定のクロックをつくってみませんか？絵を描いたり、パーツを使ったり、オリジナルのハロウィーンクロックを作っちゃおう！お部屋がきっとかわくなるよ☆



◆10月20日～31日『Trick or Treat!!』

10月20日～31日はハロウィーンウィーク!!
期間中ご来館のお子さまへちょっとしたプレゼントをご用意しています♪

『Trick or Treat!! (トリックオアトリート)』が合い言葉(^o^)

ご来館の際に受付のスタッフにお声がけください♪

- *開館時間 午前9時～午後5時
- *正面入り口横：足湯 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

ヤマハ音楽・英語教室
秋の無料見学レッスン実施中!
音楽教室 年中・年長さんコース
募集中! 月曜日16:10～
ピアノ エレクトーン
ヴァイオリン フルート ドラム

ヤマハシニア向け新コース**青春ポップス**
★岡谷フォレストモール(無料見学) **10月10・24日(水) 14:00**

●対象:50代～80代の方 ※1960年～のヒット曲をグループでカラオケレッスン!



お家に眠っているピアノでピアノを始めてみませんか?

ピアノ無料診断実施中!

すべてのお問い合わせは

(株)オクチ楽器

0120-970-091 ●岡谷本社：岡谷市神明町3-1-3
●湖浜支店：下諏訪町南四王6142-2

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

高浜健康温泉センター 「ゆたん歩」

◇10月のゆたん歩の日は22日(月)です◇

㊦ゆたん歩の日(10月22日) 9:30~12:00 ㊦

健康相談 保健師による体組成測定と個別相談

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

㊦入館者は当日ご自由に参加していただけます。

第4期(10月11月講座)全コース事前に申込みが必要です。

①アクアツール・エクササイズ

日にち:10月10日、17日、24日、31日
11月7日、14日、21日 水曜日 全7回
時間:14:00~15:00

②ゆたん歩健康学級(午前) ③らくらく・水中歩行教室(午後)

日にち:10月11日、18日、25日
11月1日、8日、15日、22日 木曜日 全7回
時間:②10:00~11:30 ③14:00~15:00

④今からはじめる水中筋力アップ講座(男性限定)

日にち:10月15日、22日、29日
11月5日、12日 月曜日 全5回
時間:10:30~11:30

⑤おやこアクア部(1~3歳児 親子)

日にち:10月12日、19日、26日
11月2日、9日 金曜日 全5回
時間:10:30~11:30

■問い合わせ ゆたん歩 電話26-2626

※教室の参加方法等、詳しくは町のホームページまたはお電話ください。

子育てふれあいセンターぽけっと

10月の行事予定

- 1日(月) うたのぽけっと
- 2日(火) ファーストブック
- 5日(金) 子どもの接し方講座⑤
- 6日(土) 土曜開館
- 9日(火) おはなしいっぱい
- 10日(水) BP①
- 12日(金) 子どもの接し方講座⑥
- 16日(火) つくってあそぼう
- 17日(水) BP②
- 18日(木) 0歳児ママ講座
- 20日(土) 土曜開館
- 24日(水) BP③
- 25日(木) ママ講座1・2・3
- 31日(水) BP④



「0歳児ママ講座」

10月18日(木) 10:30~

栄養士さんによる「離乳食」のお話しです。



■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

※詳しくは町のホームページをご覧ください。

10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。
*登記相談	11日	木	午後1時~午後4時	
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	
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
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~正午	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
税務相談	10日	水	午前10時~正午	税理士事務局 ☎28-6666 (下諏訪商工会議所会館2階)
福祉総合相談				
・福祉相談				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		午前8時30分~午後5時15分	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	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



諏訪信用金庫では、各種特別金利預金商品をお取扱い中です。

◇子育て応援定期預金・定期積金 ◇相続定期預金「絆」

◇おもいやり(年金優遇定期預金) ◇ネクストステージ(退職金運用定期預金)

商品の詳しい内容は、最寄りの当金庫本支店までお気軽にお問い合わせください。

◆下諏訪支店 27-5678 ◆御田町支店 28-0311 ◆湖浜支店 28-2611

諏訪信用金庫

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。

10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	春山眼科医院(岡谷市) 21-2525	三輪歯科医院 27-3084	アイン岡谷薬局(岡谷市) 23-2808
8日	月	諏訪共立病院 28-2012	下島歯科医院(岡谷市) 28-0333	ひまわり薬局 26-7226
14日	日	牛山医院(岡谷市) 78-1192	山岡歯科医院(岡谷市) 22-2472	マツモトキヨシ・レイクウォーク岡谷店(岡谷市) 21-1080
21日	日	諏訪皮膚科クリニック 27-5388	山田歯科医院(岡谷市) 22-2131	盛栄堂小池薬局 28-6473
28日	日	つるみね共立診療所(岡谷市) 22-6680	前川歯科医院(岡谷市) 22-3871	高市薬局(岡谷市) 22-0781

休日当番医等は、変更になることがありますのでご承知ください。

10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 (平成30年 8月生)	30日	火	午前9時~	保健センター ☎27-8384
	4 か月 (平成30年 6月生)	30日	火	午後0時45分~	
	10 か月 (平成29年 12月生)	26日	金	午後0時45分~	
	1歳6か月 (平成29年 3月生)	3日	水	午後0時45分~	
	2 歳 (平成28年 7月生)	2日	火	午前9時~	
	3 歳 (平成27年 9月生)	15日	月	午後0時45分~	
予防接種	四種混合	9日	火	午後2時~午後2時30分	※保健センター改修工事のため、ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。
	B C G	23日	火	午後2時~午後2時30分	
	日本脳炎	17日	水	午後2時~午後2時30分	
心のほっと相談 ※要予約		18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)		1・15日	月	午前9時~午前11時	
産前・産後サポート事業		1日	月	午前9時~正午	
成人検診等	子宮検診	4・10日	木・水	午後1時~午後1時45分	
		11・12日	木・金		
	胃・大腸検診	22・23日	月・火	午前7時30分~午前9時30分	
	24・25・26日	水・木・金	老人福祉センター		

10月 休日水道工事店

日	曜	指定工事業者	住所	電話
6	土	松澤工業(株)	曙町	28-0919
7	日	(株)上條電設工業	社東町第2	23-5330
8	月	(株)親水工業	東山田第2	27-8399
13	土	水道建設(株)	町屋敷3組	28-8139
14	日	杉村設備(株)	塚田町	27-0575
20	土	(有)諏訪冷熱	西赤砂	28-6462
21	日	スワンシステム(有)	東弥生町	26-8866
27	土	(有)林組工業所	本郷	28-6383
28	日	(株)オスガ設備	岡谷市長地権現町	27-6622

※都合により工事店が変更される場合があります。
 ■問い合わせ 下諏訪町 建設水道課 上水道管理係 電話27-1111 (内線228)

10月の休日納税相談

- 開設日時 13日(土)・14日(日)
午前10時~午後4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
- 問い合わせ 下諏訪町 税務課 収納係
☎27-1111 (内線236・237)

10月の税金等納期限・口座振替日

- (10月31日(水))
- ・町県民税 3期分
 - ・国民健康保険税 7期10月分
 - ・後期高齢者医療保険料 7期10月分
 - ・上下水道料(7・8月使用分) 10月分
 - ・温泉使用料(9月使用分) 10月分
 - ・介護保険料 7期10月分
 - ・保育料 10月分
 - ・水月霊園管理料 随時

広告

夜の食祭館は しゃぶしゃぶ食べ放題

諏訪地方初登場!
 50種類以上、全て食べ放題



食べ放題は夜のみ実施します

ミニ丼、一品料理、サラダなど
 50種類以上が食べ放題!!
 豚しゃぶスペシャルコース
 2,480円(税別)より

営業時間
 お土産 10:00~18:00
 ランチ 11:00~14:00
 夜の部 17:30~22:00

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

お問い合わせ ふろ しょくさい
 TEL: 26-4931
 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。