

月刊

クローズアップ

2020

9

NO.206

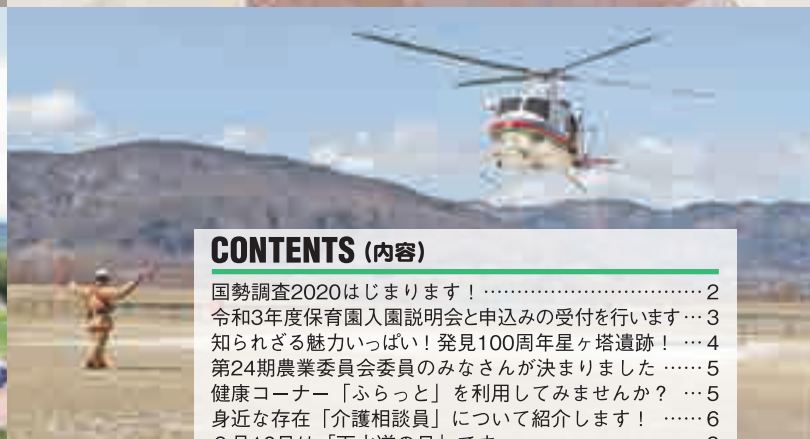
2020.8.28 発行

しもすわ

中山道と甲州街道が出会う 大社といで湯の宿場まち



憩いと遊びの場 赤砂崎公園



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)

国勢調査2020はじまります！	2
令和3年度保育園入園説明会と申込みの受付を行います	3
知られざる魅力いっぱい！発見100周年星ヶ塔遺跡！	4
第24期農業委員会委員のみなさんが決まりました	5
健康コーナー「ふらっと」を利用してみませんか？	5
身近な存在「介護相談員」について紹介します！	6
9月10日は「下水道の日」です	8
屋外広告物の定期点検はお済みですか？	8
しもすわフォトストーリー	9
生涯学習	10
インフォメーション	16

国勢調査2020 はじまります!

日本国内に住む、すべての人と世帯を対象とした5年に一度の大調査「国勢調査」を、全国一斉に実施します。

【調査の対象】

◆国勢調査は、令和2年(2020年)10月1日現在、日本に住んでいるすべての人及び世帯が対象です。

【調査について】

◆9月中旬から、調査員がみなさまのお宅を訪問し、調査書類の配布を行います。

◆回答は、できる限りインターネットでお願いします(郵送も可能です)。

・インターネット回答の場合、パソコン、スマートフォン、タブレット等で、24時間いつでも簡単に3ステップ(※)で回答できます。

(※3ステップ：①アクセス、②ログイン、③回答)

・インターネットで回答された世帯は、紙の調査票の提出は不要です。

◆国勢調査の結果は、災害時に必要な物資を備えたり、コンビニの出店計画に利用されるなど、わたしたちの生活の身近なところに役立てられています。

◆国勢調査では、調査書類の配布や調査票の受け取りについて、新型コロナウイルス感染症の感染予防に努め実施します。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

◆調査により回答いただいた内容は、統計の作成に関連する目的以外に使用することはありません。



国勢調査ってどんな調査?



全世界帯が対象



日本に住んでいるすべての人と世帯が対象です。生まれたばかりの赤ちゃんや外国人の方も対象に含まれます。

全16問でかんたん



出生の年月や職業など世帯員に関する質問と、住居の種類や世帯員の数などの世帯に関する設問の16問です。

回答の義務あり



法律で回答することが義務付けられています。回答が確認できない場合、国勢調査員が調査票の受け取りにお伺いします。

インターネット回答期間

9/14(月) → 10/7(水)

調査票(紙)での回答期間

10/1(木) → 10/7(水)

■問い合わせ 下諏訪町 総務課 情報防災係 電話27-1111 (内線261)

令和3年度 保育園入園説明会と申込みの受付を行います

令和3年4月以降に、保育園へ新規に入園を希望される乳幼児の保護者を対象に入園説明会を開催します。保育園の入園には、子ども・子育て支援新制度に基づき、保護者（両親）が保育の必要な事由に該当することが必要です。

●保育を必要とする事由●

- (1) 就労（会社員・パート・臨時・自営業・内職など）
- (2) 妊娠・出産（出産予定月とその前後2か月を含む計5か月）※応相談
- (3) 保護者の疾病・障がい（療養等に必要だと医師が認めた期間）
- (4) 同居親族の介護・看護（介護・看護に必要だと医師が認めた期間）
- (5) 災害復旧（震災・風水害・火災その他の災害の復旧にあたる期間）
- (6) 求職活動（求職活動に係る証明書の提出後、仕事を始めるまで（最長3か月））
- (7) 就学（就学中の場合は在学期間）※趣味の講座やカルチャースクールを除く。
- (8) 育児休業取得中に、既に保育を利用している子どもがいて継続利用が必要であること（条件有）
※保育園の定員に余裕がある場合は、保育を必要とする事由に該当しない家庭の乳幼児も入園することができます。
この場合は私的契約となり、保育料は最高金額になります。



●入園説明会日程●

日 時：10月7日（水） ①14:30～15:30 ②19:00～20:00

場 所：下諏訪総合文化センター小ホール / 持ち物：筆記用具

※ どちらの時間帯も説明会の内容は同じです。ご都合のよい時間帯にご出席ください。

※ 年度途中の入園希望の方（妊娠中の方を含む）もご出席ください。

※ 当日どうしても出席できない方は、この日の前後に文化センター1階 子育て支援係までお越しください。

※ 新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、可能な限り、保護者の方一人での参加をお願いします。

※ お子さんをご自宅で見ることができない場合は、若干名の託児も可能ですので、当日、受付にてご相談ください。



●町内保育園一覧●

区分	保育園名	所在地	電話番号	定員	対象
公 立	さくら保育園	214-16 (矢木町)	27-8764	170	生後8ヶ月から 就学前
	とがわ保育園	社6725-2 (東山田)	27-3315	165	
	みずべ保育園	4729-1 (西四王)	27-8781	165	
事業所内	たんぼぼ保育園	134-8 (矢木町)	55-1096	地域枠 4 従業員枠 11	生後8週から3歳未満

●公立保育園入園申込み受付日程● 入園希望の各保育園にて受付を行います。

- さくら保育園 10月29日（木） 9：30～10：30 受付当日は三者面談がありますのでお子さんと一緒にお越しください。
とがわ保育園 10月26日（月） 9：30～10：30 ※面談は入園可否とは関係ありません。
みずべ保育園 10月30日（金） 9：30～10：30

●事業所内保育所入園受付● 11月13日(金)までに教育こども課子育て支援係へお申し込みください。

保育園では こんな支援や活動を行っています

おはなしの広場

（とがわ保育園内）

在園のお子さんを対象に、ことばの発達や行動に心配がある場合、ことば遊びや親子遊びなどしながら、相談・指導を行っています。お気軽にご相談ください。



せせらぎ園

（とがわ保育園内）

せせらぎ園は親子で通園していたとき、お子さんの療育や保護者の方からの相談をお受けしています。また、専門機関と連携して親子への支援を行っています。



だっこの会

（各保育園内）

未就園児・在園児の母親でつくる子育て勉強会「だっこの会」が各保育園内にあります。親子で活動しながら交流しています。お近くの保育園にお尋ねください。

保育園へ遊びに来てね！（各保育園）

未就園のお子さんを対象にした保育園開放日や、来年度入園予定のお子さんを対象にした一日入園（来入児交流）を行っています。保護者の方も一緒に、保育園での遊びや食事など体験してみませんか。

■問い合わせ 下諏訪町 教育こども課 子育て支援係 電話27-1111（内線716）

知られざる魅力いっぱい!発見100周年星ヶ塔遺跡!

星ヶ塔黒曜石原産地遺跡とは…?～歴史と経過～

- ①大正9年、考古学者の鳥居龍蔵が、霧ヶ峰山塊の北西部にある星ヶ塔山の東斜面で、黒曜石原産地遺跡を発見。
- ②昭和34～36年にかけて行なわれた調査によって、縄文時代の黒曜石採掘遺跡であることを確認。
- ③平成9～25年にかけて行われた下諏訪町教育委員会の調査で、さらに約35,000㎡の範囲に黒曜石の採掘跡が193ヶ所分布していることが確認されるとともに、縄文時代前期と晩期の黒曜石採掘坑を発見。
- ④平成27年3月10日に国史跡に指定される。

星ヶ塔遺跡100周年を記念したトークショーやイベントを予定しています。ぜひお越しください。

発見100周年 星ヶ塔遺跡

黒曜石鉱山を 発見した歴史と物語



01 100周年記念トークショー

参加無料

9.20[日] 13:30～16:00 / 下諏訪総合文化センター
＜やまびこホール＞

事前申込制
定員150名

【記念講演講師】 国鳥羽元鳥羽神社記念博物館元館長 **高島 芳弘 氏**

- 1部 星ヶ塔発見ストーリーを語る記念講演とトークショー
- 2部 縄文の黒曜石の魅力を語るトークショー

映像を交えながら、縄文文化の研究者によるディスカッション形式のトークショーをお楽しみください。

出演者：高島 芳弘氏・小松 隆史氏(井戸尻考古館)・佐野 隆氏(北杜市教育委員会)・高見 俊樹氏(大昔調査会)
三上 道也氏(大昔調査会)・宮坂 清(下諏訪町教育委員会)



◆参加申込み
受付期間◆
9月1日
～9月15日

電話申し込み
☎0266-27-1627まで(諏訪湖博物館・赤星記念館)
お名前・参加人数・電話番号をお伝えください。

メール
QRコードよりメールアドレスを読み取って頂き、お名前・参加人数・電話番号をご記入の上、ご連絡ください。



*定員に達し次第受付終了とさせていただきます。予めご了承ください。*参加人数の超過に際しては、参加人数の把握と方が一停止になった場合のご連絡以外で対応することはございません。

02 100周年記念企画展 星ヶ塔ミュージアム矢の根や ＜しもすわ今昔館おいでや内＞

9.5[土]→11.8[日]

星ヶ塔遺跡発見ストーリーに関する資料、昭和の調査に関する資料、諏訪～山梨県の縄文時代の黒曜石に関する資料、青森県三内丸山遺跡の縄ヶ峰産黒曜石製石蔵などの展示を予定しております。
※展示内容が変更になる場合がございます。予めご了承ください。



- ◆100周年記念トークショー「場所：下諏訪総合文化センター」参加無料／事前申込制／定員150名
- ◆100周年記念企画展「場所：星ヶ塔ミュージアム矢の根や」入館料が必要です。

■問い合わせ 下諏訪町 産業振興課 文化遺産活用係（諏訪湖博物館） 電話27-1627

第24期農業委員会委員のみなさんが決まりました

農業委員の任期満了に伴い推薦・公簿を行った結果、条例の定数と同じ8人が推薦され、議会の同意を得て、新たに第24期農業委員として任命されました。（現職1人、新規7人）

町農業委員会は7月20日、町長応接室にて任命書交付式を行い、町長から委員一人ひとりに任命書を手渡しました。任期は令和2年7月20日から令和5年7月19日までの3年間です。

新しい農業委員の皆さんには、農業を取り巻く厳しい情勢のなか、農業者の代表として、また公正な立場で、農業に関わる様々な決定や承認、子どもたちへの食農教育の推進、農産物即売会や農業祭などの事業に携わっていただきます。魅力とやりがいのある農業経営づくりに期待がかかります。



会長
しのとう まさみつ
篠遠 正光 さん
(萩倉東組)



職務代理
ますざわ いさお
増澤 功生 さん
(東山田第3)



委員
ふじもり ひでしげ
藤森 秀茂 さん
(西四王1部)



委員
こまつ やすし
小松 康志 さん
(西赤砂)



委員
ほそだ かつひろ
細田 勝博 さん
(高浜)



委員
たかぎ みちこ
高木 道子 さん
(東山田第1)



委員
なかもら しげお
中村 茂夫 さん
(大門2)



委員
ながさき いくお
長崎 育夫 さん
(東高木)

■問い合わせ 下諏訪町農業委員会（産業振興課内）電話27-1111（内線276）

健康コーナー「ふらっと」を利用してみませんか？



町民の皆さんが自身の健康について考えるきっかけとなるように、そして気軽にふらっと立ち寄り、いつまでも体形と健康をフラット（平常）に保っていただけるようにと、町庁舎1階ロビーに、健康コーナー「ふらっと」を設置しました。

併せて、町が行う各種健康教室や事業に関するチラシも設置してありますので、お気軽にお立ち寄りください。



たいそせいけい 体組成計

体重や体脂肪率だけでなく、筋肉や脂肪量、骨などのバランスをチェックする機能がついた体重計です。

自分の体の状態を知ること、体重を減らすだけでなく、筋肉を増やして体脂肪を落とす健康的な体づくりに役立ちます。



血圧計

日本人の3人に1人は高血圧といわれており、いま日本人の「国民病」ともいえる高血圧。生活習慣病の中でも最も患者数が多い病気で、その数は約4300万人ともいわれています。

食事療法や運動療法とともに、血圧測定を行い血圧管理をしましょう。



■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・138）

身近な存在「介護相談員」について紹介します!

介護相談員とは、市町村が「事業の実施にふさわしい人格と熱意をもってしていると認めた人で、一定水準以上の養成研修を受けた人」と定められています。

町では介護相談員派遣事業として6名の介護相談員を委嘱し、毎週水曜日に特別養護老人ホーム、介護老人保健施設やグループホーム等の介護施設の訪問をしています。

※現在は新型コロナウイルスの影響で訪問活動は中止とさせていただいております。

※令和2年4月から地域支援事業実施要綱が一部改正となり『介護相談員』が『介護サービス相談員』に名称変更になりましたが、当町における名称は、本年度において馴染みのある介護相談員のままとさせていただきます。



▶声なき声を聞くのも「しごと」

たとえ相談を受けなくても、利用者さんとの何気ない会話や行事に参加することなどを通じて、問題や改善点などを発見したら、必要に応じて施設・事業者に伝えるのも、介護相談員の役目です。



▶認知症の人の話も上手に聞ける

介護相談員は、研修を通じて認知症の人への基本的な知識と対応などを学んでいます。世間話をしたり、一緒に時間を過ごしたりして信頼関係を築くなかで、本人になにか不安な気持ちがあって行動にあらわれていないか、適切なケアがなされているかなどをみてとり、施設と問題の解消、ケアの改善に向けて相談することができます。



町で活動されている6名の介護相談員さんの声

～介護相談員での体験～ 塩野入相談員

介護相談員の活動は利用者さんの傾聴が大切なことです。私は傾聴ボランティアをしていたことが、利用者さんの傾聴に大変役に立ちました。傾聴で知り得たことは守秘義務で他言はしませんが、自分の人生観に大きく役立ちました。

介護相談員活動では多くの利用者さんの傾聴をしました。誰一人同じ人生を歩んだ人はいません。お話ししてくださることのほとんどは、子どもの頃の生い立ち、仕事についてのことなどです。介護相談員以外の仕事の中で、これほど多くの人生話を聞くことはありません。

私の母親位の年代から、私と同年代の方が多く、お話に共感できることが多く、楽しく傾聴させて頂いています。

生まれ故郷の隣村出身の利用者さんとは、言葉、食べ物、遊びなども同じで、懐かしく傾聴したこともあります。コロナ問題が早期に解決し、活動の再開を願っています。

～利用者さんとの心の交流～ 牛山相談員

施設訪問の日、利用者さんが、「よく来てくれたね。待っていたよ」「体に気をつけて、また来てね」と言ってくれます。

一人一人の思いに耳を傾け、じっくり話を聴きます。何度かお会いしている間に、本音を言ってもらえる信頼関係を築け、一緒に笑ったり、泣いたり。日々の生活で不満や不安に感じているお話を伺うこともあります。

施設サービスの現状を把握し、介護の質を高める手助けが大きな仕事ですが、利用者さんとの心の交流を続けていくことが出来れば良いと思っています。

時々職員の方の想いをお聞きすることもあります。解決は出来ませんが、日々大変な仕事の中、少しでも心休まればとお聞きしています。コロナ禍の中、利用者さんを守ってくださっているみなさんには、心から感謝の気持ちでいっぱいです。

【心のつばやき：利用者家族さまにお願い】入所されている方の一番の願いはご家族との面会です。淋しがっていません。コロナ禍が落ち着いたら少しでもお時間を作り、会いにいらしてくださいませか…。

▶え!車いすを押してもらえないの

「介護相談員がやってはいけないこと」がいくつかあります。また、介護施設と利用者さんとの橋渡し役としての仕事になります。訪問施設以外でのご家庭での介護などの相談は町健康福祉課や地域包括支援センターなどの別機関にご相談ください。

★やってはいけないこと★

- ①サービス提供事業者の評価
- ②車いすへの移乗、食事の介助など「介護」にあたる行為
- ③利用者さん同士のトラブルの仲裁
- ④家族問題に関する介入
- ⑤遺言・財産処分に関する相談
- ⑥物品の修理



～笑顔のために～ 熊谷相談員

人はみんな公平に年を取っていきます。そして公平に幸せな老後を過ごす権利があると思っています。施設に入所したことにより理不尽な扱いを受けたり悲しい思いをしたりしないよう利用者さんと施設の橋渡しとなり、利用者さんが笑顔で生活でき幸せな毎日が送れるようお手伝いができることを願って活動しています。

小さい頃からお年寄りとあまり接した経験がなかったので、施設を訪問してお話ができるか、受け入れてもらえるか心配でしたが、きちんと向き合ってお話してくれる利用者さんが多くてうれしく思っています。1施設につき1か月に1度の訪問ですが顔を覚えてくれて「元気だった？」と尋ねてくれる方もいてお互いに笑顔でお話が始まります。これからも利用者さんのどんなお話にも耳を傾け、大変な仕事で苦勞している職員の方のお話にも耳を傾け、両者が笑顔で穏やかな毎日を過ごしていけるように活動していきたいと思ひます。

～笑顔からスタート（介護相談員ってなに）～ 藤森相談員

「こんなに長く生きてしまって、早くお迎えが来ないかな～」 「なにもやる気になれないし、ご飯食べて寝ているだけ」 「望みは孫の顔を見たい」と小さな夢を語ります。

施設訪問では大多数の方が高齢者で、しかも病氣等で障がい者になってしまった人が多数を占めています。訪問当初はいぶかしい顔で見ていた利用者様も、何回か訪問し挨拶を交わすうちに、向こうから話しかけてくれたり、話したい顔のそぶりが伝わってきます。

一般的に介護相談員ってなにをする人？と疑問を持つ人は多いかと思ひます。介護相談員は、利用者様との何気ない会話を通じて苦情や不満等を聞き、個人の要望なのか、介護の質に関わることなのかなど事実を見極めて、事業者側とのサービスの質の提案や、場合によっては町の事務局を通じて適切な対応策を取ります。介護相談員は、サービス利用者・サービス提供者・行政機関の橋渡し役です。

そのためのスタートは利用者様との信頼関係を築くことが重要で「おはようございます」「こんにちは」の挨拶から始まります。そして笑顔を絶やさずに話しやすい雰囲気を作っていきます。

今後の課題としては、高齢者が陥りやすい孤独感の解消や精神的サポートが必要かと思ひます。

～介護相談員はこんな仕事をしています～ 山口相談員

介護相談員として、一定の水準以上の養成研修後、私は平成26年から施設（事業所）を訪問しています。

介護相談員は、職務上で知り得た秘密をもらしてはいけない守秘義務が課せられ、利用者さんのプライバシーを守りつつ、傾聴します。ある程度傾聴の研修、認知症についての知識も学んでまいりましたが、最初は右も左もわからず、先輩に幾度となく質問、そして今日まで参りました。そんな先輩の後ろ姿を拝見しながら、利用者さんといつしか笑顔で挨拶、段々とお互いに心から信頼し合えるうちに不満や不安を口にされるようになり、段々と不安から抜け出され笑顔に変わられ、訪問の楽しみを。また待っているから～の一言。そんな言葉が一番嬉しいときですね。

高齢者の心理、認知症の方とのコミュニケーション技法、習得はなかなか難しいですが、そんな中で利用者さんが口に出来ないことや問題があれば、介護相談員は利用者さんの住みよい居場所の為、行政と施設（事業所）との問題解決の橋渡しにと訪問を続けております。

～介護相談員になって～ 中山相談員

相談員は特別養護老人ホームなどの介護保険施設を訪問し、入所者やその家族からの疑問や要望を受けその相談内容を事業者へ「橋渡しをする」ことにより、不安、疑問の解消を図り、介護サービスの質を向上させる一助になることを目的にしています。また、介護相談員自身が気づいた「気付き」を施設に提言することで介護サービスを向上させる目的もあります。

私が相談員になって2年過ぎましたが、先輩相談員の方々に指導を仰ぎながら訪問する中で、利用者さんと世間話を楽しみ一緒に時間を過ごし、少しずつ信頼関係を築き「待っていたよ」の言葉と「笑顔」に励まされます。日々の観察の中で気付かなければならない小さな変化を見逃さず、緊張感をもってこれからも業務に当たっていきたいと思ひます。

また、施設を利用している多くの利用者の皆様は、施設にあった介護を受けて安心安全の中で穏やかに楽しく暮らしておられます。しかし、自分から望んで入所しておられるかどうか気になることもあります。少子高齢化や晩婚化により一人暮らしで子どものいない方など、家族のありようが大きく変わってきている昨今、家族に介護されることが望めないことが多く、多くの方が本人の意思を大事にしての選択だと思ひますが、判断力のあるうちに自分の老後のイメージをして介護も含めたあり方を考え、そしていつまでも自分らしく自立した生活ができるよう提案し、考えていきたいと思ひます。



■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）



9月10日は「下水道の日」です



下水道の日は、国土交通省、環境省、都道府県、市町村などが全国一体となって、下水道についてみなさんのご理解と関心を深めていただき、下水道の普及を促進するために設けられたものです。

なぜ9月10日なの？

下水道には、お風呂や台所、トイレなど家庭等から出る汚水を下水道管を通して下水場に集め、浄化し自然に帰す役割のほかに、雨水をすみやかに流し、街が水浸しにならないようにする役割もあります。

例年1年を通して短い時間に多く雨が降るのは、8月から10月の台風がくる季節です。中でも、9月10日は立春から数えて220日目にあたり、昔は大きな台風が来る日とされていました。この台風の季節の特別な日が、下水道の雨水を流すという役割となじみがあるという理由で、9月10日が「下水道の日」と定められました。

下水道への接続のお願い

下水道は、快適で衛生的な生活環境づくりと豊かな自然環境の保護に大きな役割を果たしています。これまで公共下水道事業には多額の費用を投資しており、その結果、川や諏訪湖の水質や周辺の環境が改善されてきました。自然環境保護・生活環境の向上と施設を有効利用するためには、まだ接続を済ませていない家庭の、一日も早い接続が望まれています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

★公共下水道に接続するメリットは？★

◎環境衛生が向上します◎

し尿のみを処理する単独処理浄化槽の場合は、トイレの排水しか処理しないため、台所やお風呂等の雑排水は側溝等へ流れていきます。また、し尿と雑排水を同時に処理する合併処理浄化槽でも、適正な維持管理ができていないと機能が低下し、汚れた水が側溝等へ流れることとなります。これらが水質汚染の大きな原因になっています。さらに、臭いなどにより周りの皆さんが迷惑しています。公共下水道に接続すれば、側溝等への生活雑排水の排出がなくなり、悪臭、ハエや蚊などの害虫の発生が減少するだけでなく、きれいな川や海を未来に残すことができます。

■問い合わせ 下諏訪町 建設水道課 下水道温泉管理係 電話27-1111 (内線221・222)

屋外広告物の定期点検はお済みですか？

近年全国的に、適切に管理されていない屋外広告物が見受けられ、平成27年2月には札幌市において、建物に取り付けられた看板が落下し、歩行者を直撃する重大事故が発生しました。

このような状況を受け、長野県では「屋外広告物条例」を一部改正し、平成29年10月1日より定期点検が義務化されました。

【定期点検の実施】

屋外広告物を表示、設置し、または管理する方は、日常の補修その他の管理に加え、危害防止等のため、簡易な広告物等を除くすべての広告物について、定期的に点検を行わなければなりません。

- 点検時期⇒屋外広告物を表示、設置、改造した時及びその後3年以内ごと
- 簡易な広告物等（除かれるもの）⇒はり紙、はり札、立看板類、広告幕類、アドバルーン、壁面等に描かれたもの、法令で表示等が義務付けられているもの
- 広告物本体の高さが4mを超える屋外広告物の点検を実施できるのは、屋外広告士または屋外広告物条例施行規則で定める者（建築士、電気工事士、その他）です。

【点検結果の保管・報告】

- 点検結果の記録は、屋外広告物を除却するまでの間、保管しなければなりません。
- 町長の表示・設置の許可を受けている屋外広告物は、許可の更新時に、直近の点検結果の報告書を提出する必要があります。

詳しい制度の内容、点検資格者、点検記録の様式は、長野県ホームページをご覧ください。

<https://www.pref.nagano.lg.jp/toshikei/kurashi/sumai/kokoku/jore/index.html>

■問い合わせ 長野県建設部 都市・まちづくり課 景観係 電話026-235-7348

下諏訪町 建設水道課 都市整備係

電話27-1111 (内線245)



6/13
(土)

新鮮な野菜や果物を味わって！ 下諏訪町農産物即売会「朝市」

安全で新鮮な野菜や果物、切り花などを生産者が直接販売する、恒例の「朝市」が始まりました。販売者は新型コロナウイルス感染症の予防対策として、マスクやフェイスシールド、手袋を着用しての実施となりました。

短時間での開催でしたが、営業開始を心待ちにしていた地域の方々が朝早くから訪れました。8月には盆花や夏野菜などを販売する「お盆セール」も開催されました。朝市は10月31日まで週3回行われます。

6/19 駅前交流情報拠点施設 「ら。shirotori」オープニングセレモニー

「日常をつなぐひろば ら。shirotori」のオープニングセレモニーが行われました。当日は、旧シロトリ写真館の城取誠さんも駆けつけ、過去の町の様子から今後への期待等、集まった関係者らに笑顔で語りました。

町内外の方々の協力によって改修された施設が、地域の人と、町に訪れた人が交流できる場となるようお願いがこめられています。



7/11
(土)

郷土ゆかりの歌人をしのぶ 第72回「邦子忌」

町ゆかりの歌人、今井邦子（1890～1948年）をしのぶ「邦子忌」が、今井邦子文学館で開催されました。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため規模を縮小し、関係者のみで行われましたが、短歌や童話の朗読は、遺徳をしのび、歴史を感じる時間となりました。

また、同館で開催中の企画展「今井邦子の歌」では、愛用したすずりや関係図書などの展示もあり、女性歌人今井邦子の足跡を改めて振り返る機会となりました。



8月 林吉広さん教育委員就任

任期満了に伴う新しい教育委員会委員に、林吉広さん（東山田）が6月17日に開かれた町議会6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8月8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北原三千代さんの任期満了に伴い、8月11日に開かれた臨時教育委員会で、教育長職務代理者に萩田均さんが新たに選任されました。



生涯学習

No.556

かおり高い 文化のまち

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

「給食を通して、健康な下中生に」

下諏訪中学校 栄養教諭 北山 沙紀
きたやま さき



「今日の給食おいしかったよ」給食室で食器を返しに来る生徒を待っていると、たくさんの生徒が話しかけてくれます。「部活でおながが空くからものと給食出してよ」「魚は苦手だよ」・・・

私が献立を立てるときに考えなければいけない要素はたくさんあります。エネルギー量や塩分量、食材の価格や産地など…。ですが一番に思い浮かぶのは生徒の顔です。給食を通して子どもたちと触れ合っていると、献立を考えるとときも自然と子どもの顔が浮かんできます。下中生はとてよく給食を食べてくれるので、残食はほとんどありません。そんな中でも苦手な食べ物がある子はいます。その子どもたちがどんな料理だったらいしく食べてくれる



るだろう、苦手だからと言って食べないのではなく、少しでもいいからチャレンジできるようにメニューはなんだろう。そんなことを考えながら日々の献立を考えています。

また、給食はただ食事をするだけでなく、望ましい食習慣や食事のマナー、地域の食材や郷土食について学んだり、給食に携わる人たちに感謝したりと、いろいろなることを学ぶことができる場です。給食は年間でおよそ二百日あります。子どもたちの1年間の食事のおよそ5分の1を担っているということになります。

海外にはこのようなことわざがあります。「you are what you eat」あなたが食べたものでできている」という意味です。これからの社会を担っていく子どもたちにとって、生涯の健康はとても重要です。その健康の土台に「食」があり、栄

養士として健康な体の土台づくりに参加させてもらっていると感じています。給食を通して「食」の大切さを子どもたちに伝えていきたいと思っています。



下中の生徒たちは、4時間目が終わると給食室前の給食見本を楽しく見ている姿があります。給食を楽しむ姿勢が、給食室の励みとなっています。

これからも給食を通して、生徒が心も体も元気に大きく成長できるように、また安心・安全でおいしい給食を提供できるように、心を込めて給食づくりを行っていききたいと思います。



学校給食を家庭で楽しく作ろう！

給食レシピ



☆キムタクごはん☆

長野県発祥、長野県の給食の定番メニュー！
子どもたちにも大人気です。

〈材料〉 4人分

- ごはん・・・茶碗4杯分
- 豚肉・・・小間切れ 50g
- つぼ漬け・・・50g
- キムチ・・・50g
- 長ねぎ・・・20g
- しょうゆ・・・小さじ1
- 砂糖・・・小さじ1/3
- 料理酒・・・小さじ1
- 炒め油・・・適量

〈作り方〉



- ① 長ねぎはみじん切りにしておく。
- ② フライパンに油をひいて長ねぎを炒める。
- ③ 豚肉を加えて、火が通ったらつぼ漬けとキムチを加える。
- ④ しょうゆ、砂糖、料理酒で味をつける。
- ⑤ ごはんと④を混ぜてできあがり。



☆森のサラダ☆

きのこは長野県の特産物。食物繊維も
たっぷりです！

〈材料〉 4人分

- しめじ・・・40g 
- えのき・・・40g
- A { しょうゆ・・・小さじ1
- 砂糖・・・小さじ1/2
- キャベツ・・・120g
- 小松菜・・・40g 
- にんじん・・・20g
- B { しょうゆ・・・小さじ1と1/2
- 酢・・・小さじ1と1/2
- こしょう・・・少々
- サラダ油・・・小さじ1/2

〈作り方〉

- ① しめじ、えのきは石突をとって、バラバラにする。
- ② キャベツ、にんじんはせん切り、小松菜は3cm幅に切る。
- ③ しめじとえのきは左表Aで煮て味をつけて、冷ましておく。
- ④ 野菜はさっと茹でて、冷ましておく。
- ⑤ 冷めた野菜に③と左表Bを入れて和えてできあがり。



教育委員会が行う事業・行事計画

－ 9月～3月－

◆ 実施機関および問い合わせ・申込み先 ◆

下諏訪町公民館・下諏訪町勤労青少年ホーム(下諏訪総合文化センター内) ☎28-0002

受付開始日時及び場所 : 9月11日(金) 午前9時00分～ 文化センター小ホール(1階)
 ※申込み受付初日は窓口受付のみ、その後は電話での仮予約が可能です。
 ※申込み受付初日の午後1時以降より代筆での申込みが可能です。(午前中の受付は本人に限り)
 ※いずれの申込み方法も、土・日・祝日は受付ができませんのでご了承ください。

◆ 講座の申込みをされる皆さんへ ◆

町民すべてが「一生涯学習」を目指していますので、新しく受講される方を優先とさせていただきます。

- ・申込みは町内在住在勤の方で先着順とし、定員に達し次第締め切らせていただきます。
- ・講座ごとの受講料は、教材費・保険料等で全日程分です。(受付時に前納していただきます)
- ・講師の都合、または受講者が少人数の場合は、中止になることがあります。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、5月より開講の上半期講座を中止とさせていただいており、受講を楽しみにされていた皆様に学習の機会がご提供できず、ご迷惑をおかけしました。
 この度、下半期講座につきましては、講座内容に応じた感染防止対策を行い、開講いたします。
 是非たくさんの皆様に講座にご参加いただき、ご自身の生涯学習の機会にお役立てください。
 皆様のご参加をお待ちしております！

下半期の講座内容につきましては、近日中に班回覧されます、「令和2年度下諏訪町公民館講座受講生募集」や、町のホームページ、文化センター内で配布しているチラシをご覧ください。

町民大学 ー 下諏訪を学ぶー

下諏訪町公民館 ☎28-0002

講座内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
④下諏訪3万年の歴史と未来 講師：石埜 穂高(コミュニケーションコンサルタント・スワニズム編集長)	9月6日(日) 13:30～15:00	文化センター あすなるホール	一般 20人 受講料 各100円
⑤三角八丁ぶら歩き～普通の三角八丁も魅力がいっぱい～ 講師：小口 徹(諏訪湖博物館専門研究員・宿場街道資料館)	10月18日(日) 13:30～15:00	文化センター やまびこホール	


実施機関および問い合わせ・申込先

下諏訪総合文化センター ☎28-0018

事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
子ども映画会	家族で楽しめる映画会を予定しています。	9月6日(日) 時間未定	文化センター やまびこホール	中学生以下 700円 大人 1,000円

実施機関および問い合わせ・申込先

生涯学習係 ☎27-1111 (内線718)

町人権教育研修会	「SNS等メディアによる人権侵害がおこらない安心して暮らせる地域社会にするために」 講師：矢澤智都枝先生 (「子どもとメディア信州」幹事)	9月17日(木) 14:00～	文化センター あすなるホール	新型コロナウイルス感染拡大防止のため関係者のみとさせていただきます
成人式	成人式式典 	1月10日(日) 12:00～	文化センター やまびこホール	平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方

生涯学習に参加してみませんか

※新型コロナウイルス感染症の状況により、内容が変更又は、中止となる場合があります。

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪体育館 ☎27-1455		
事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
早朝ラジオ体操閉会式	下諏訪町全9会場でおこなわれていた早朝ラジオ体操の閉会式	10月11日(日) 6:30~	あすなる公園 (雨天時は体育館アリーナ)	早朝ラジオ体操参加者
体力づくり教室	バドミントン教室	11/21、11/28 12/5、12/12	下諏訪体育館	詳しくはスポーツ振興係まで(要申込)
	スポーツウエルネス吹矢教室	11/14、11/21 12/5		
第19回チャンスボール大会	下諏訪町発祥のニュースポーツ「チャンスボール」の大会	11月15日(日) 8:30~	下諏訪体育館アリーナ	参加無料(要申込) 1チーム5人構成
氷上祭	秋宮スケートリンクにて氷上の大運動会を行います。	1月24日(日) 9:00~	秋宮スケートリンク	参加無料(申込不要)
<p>体育施設無料開放日は、11月3日(火・文化の日)、1月11日(月・成人の日)、 2月11日(木・建国記念の日)、2月23日(火・天皇誕生日)です。</p>				

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪町立図書館 ☎27-5555		
おはなしのへや	絵本の読み聞かせや紙芝居、パネルシアターなど	毎週土曜日 11:00~11:30	あすなる公園 (雨天時は会議室)	参加自由 30人 概ね4歳以上
おはなしのへやプチ	手遊び、絵本の読み聞かせ、紙芝居、パネルシアターなど	毎週木曜日 11:00~11:30	ミニシアター	参加自由 30人 概ね3歳以下
「セカンドブックのつどい」での読み聞かせ	家庭で絵本の読み聞かせの習慣が育つことを願い、2歳を迎えた子どもさんに、2冊目の絵本を手渡しで贈る。	月1回(木) 10:30~ 9/3、10/1、11/5、 12/3、1/7、2/18、 3/4	会議室 	2歳を迎えた子どもと親
館内「テーマブックス」の展示	季節にちなんだ本の紹介と展示	9月~3月		
家庭読書の日	家庭で読書に親んでもらうため、毎月テーマを決め本等を紹介する。	毎月第2日曜日		
図書館シネマ	「シャレード」、「陽光桜」、「家康、江戸を建てる」を上映。	9月16日(水) ~18日(金) 14:00~	会議室	中学生以上 定員30名
図書館まつり	週末に分散して、おはなし会、こども古本市、朗読会などの企画で図書館に親んでもらう。	10/10(土)、10/17(土) 10/24(土)、10/31(土)	会議室 ほか	自由参加
古本市	図書館で廃棄する本・雑誌、町民から提供された本などを無料で持ち帰ってもらう。	11月8日(日)	会議室	自由参加
おたのしみパック	何の本が入っているかは借りてからのお楽しみ。本が1パック2冊で用意されていて、通常貸出数のほかに借りられます。	12月5日(土) ~6日(日)	館内	自由参加
クリスマス工作会	クリスマスにお部屋に飾れる簡単な工作	12月6日(日) 10:30~	会議室	参加自由 30人 概ね5歳以上
お話の部屋クリスマス会	子どもたちにお話のプレゼント!	12月19日(土) 10:30~	//	幼児から小学生
図書館JAZZ	JAZZのレコード・CDの鑑賞会です。篠原豊先生の選曲・解説で大人のJAZZを楽しむ。コーヒーサービス付き。	12月20日(日) 14:00~16:00	//	大人対象
図書館カルタ大会	図書館所蔵の絵本カルタ、郷土カルタ、布カルタ、百人一首などで楽しみます。	1月5日(火) 11:00~	//	幼児から大人
デジタルアルバムサポーター養成講座	郷土写真を調べる方法やその活用方法を学ぶとともに、参加者の方の所蔵する古い写真のデジタル化ができるように講座を開きます。	2月23日(火) (予定) 13:00~15:00	//	大人対象
春休みこども映画会	図書館所蔵のDVDを上映	3月30日(火) 10:30~、13:30~	//	幼児から小学生

●今年度下半期の町内各校の公開日時等●

※来校の折には、事務室で受付を通していただくようお願いします。

※新型コロナウイルス感染防止のため一般公開できない場合もあります。詳細は学校日より、HP等でご確認ください。

学校名及び問い合わせ先  下諏訪町立下諏訪南小学校  27-5000				
行事名	実施日時		対象(学年)及び内容	
第50回運動会	9 / 19 (土)	8:40~11:50 (雨天順延)	会場:校庭 連学年ごと実施 詳しい問い合わせは学校へ	
校内音楽会	10 / 23 (金)	8:40~12:10	学年毎	合唱、合奏の発表
家族祖父母参観日	11 / 20 (金)	未定	全学年	授業参観
50周年記念式典・行事	1 / 23 (土)	未定	詳しい問い合わせは学校へ	
学年別地域公開参観日	2 / 5 (金) 5・6年、2 / 10 (水) 3・4年、2 / 17 (水) 1・2年 ----- 授業参観・学級懇談会 13:55~14:40			
学校名及び問い合わせ先  下諏訪町立下諏訪北小学校  27-2288				
第50回運動会	9 / 19 (土)	8:30~11:30 (雨天順延)	会場:校庭 詳しい問い合わせは学校へ	
校内音楽会	10 / 30 (金)	9:00~11:30	全 校	合唱・合奏の発表
地域公開参観日	11 / 13 (金)	13:55~	全学年	授業参観・人権講演会・学級懇談会
50周年記念式典・行事	1 / 9 (土)	11:00~13:30	会場:第一体育館 詳しい問い合わせは学校へ	
学年別地域公開参観日	2 / 2 (火) 3・4年、2 / 10 (水) 5・6年、2 / 16 (火) 1・2年 ----- 授業参観・学級懇談会 13:55~14:40			
学校名及び問い合わせ先  下諏訪町立下諏訪中学校  27-3000				
なぎがま祭	9 / 25 (金)	9:00~16:00	全 校	展示見学
2年職業体験	9 / 29(火)~30(水)(予定)		2学年	職場体験
音楽会	10 / 29 (木)	午前中	全 校	会場:下諏訪総合文化センター
地域公開参観日 (状況により公開できないことがあります)	11 / 6 (金)	8:45~16:00	全学年	公開授業
	2 / 18 (木)			公開授業・PTA後期総会
学校名及び問い合わせ先  下諏訪町立下諏訪社中学校  28-7600				
絆祭	9/25(金)26(土)	9:00~16:00	全 校	展示見学
音楽会	10 / 31 (土)	13:30~15:30	全 校	会場:下諏訪総合文化センター
地域公開参観日 (状況により公開できないことがあります)	10 / 13 (火)	8:40~14:20	全学年	公開授業、給食試食会
	2 / 9 (火)			公開授業、PTA後期総会
2年職業体験	11 / 9(月)~10(火)(予定)		2学年	職場体験
学校名及び問い合わせ先  長野県花田養護学校  28-3033				
第15回学校祭 花はな祭	10 / 9 (金)	9:00~14:10 (一般公開なし)	全 校	展示見学・体験、音楽のつどい、 PTAバザー (花田養護学校3、4階)
参観日	11 / 20 (金)	12:30~13:40	全校授業参観	
	1 / 22 (金)		全校授業参観	
	2 / 19 (金)		全校授業参観 中学部バザー 高等部まとめの会	
学校名及び問い合わせ先  下諏訪向陽高等学校  28-7582				
地域公開授業	10 / 23 (金)	13:35~15:25	全学年	5・6校時授業公開 中学生授業見学および学校評議員会に 合わせて公開*事前に教頭まで電話で申込み。

※紙面の関係上、記載されていない行事があります。ご了承ください。

生涯学習に参加してみませんか

実施機関および問い合わせ・申込先		下諏訪町立 諏訪湖博物館・赤彦記念館		☎27-1627
事業名	事業内容	開催日時	開催場所	対象・定員・参加方法
星ヶ塔遺跡発見100周年 記念トークショー	星ヶ塔遺跡発見の意義と中部高地の縄文文化及び日本遺産を今後どのように活かしていくのかを考える記念講演とトークショー	9月20日(日) 13:30~16:00 (予定)	下諏訪総合文化センター 大ホール	定員150名 要事前申込
星ヶ塔遺跡現地見学会	下諏訪町の東侯国有林内にある国史跡「星ヶ塔黒曜石原産地遺跡」を見学するバスツアー。 (一部で足場の悪い山道を歩きます、歩きやすい服装で御参加ください。)	10月下旬 (日にち未定)	下諏訪総合文化センター (集合)	午前/午後1回ずつ 各回定員15名 事前申込制
縄文体験教室	黒曜石の発掘体験や石器づくり、アクセサリーづくりをとおして、縄文時代のくらしや当時の人々の知恵について学ぶ。子供を中心とする体験教室。	10月 (日にち未定)	星ヶ塔ミュージアムを予定	定員20名 詳細につきましては、決定次第ホームページ等でお知らせいたします
第20回 島木赤彦童謡コンクール 表彰式	身近な暮らしや風土などを題材とした童謡作品の入賞者表彰式。 応募期間は10月7日(水)まで、入賞作品発表は12月中旬ごろ。	令和3年 1月23日(土) 午後2時から	諏訪湖博物館 ・赤彦記念館	詳細につきましては、決定次第ホームページ等でお知らせいたします
第34回 赤彦忌	日本を代表するアララギ派歌人島木赤彦を偲び、功績を伝えていくことを目的に、式典及び講演会等を行います。	令和3年 3月27日(土) 午後1時30分から	諏訪湖博物館 ・赤彦記念館	詳細につきましては、決定次第ホームページ等でお知らせいたします

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

町人権教育研修会のお知らせ

本年度のテーマ：「SNS等メディアによる人権侵害について考え、
自分なりの具体的な実践につなげよう」

日程：9月17日(木) 午後2時00分～午後4時00分

会場：下諏訪総合文化センター(あすなろホール) 小ホール

講演：「SNS等メディアによる人権侵害がおこらない安心して暮らせる地域社会にするために」

講師：「子どもとメディア信州」幹事 矢澤 智都枝 先生

SNS等による誹謗中傷や根拠のない無責任なうわさの書き込みや拡散による人権侵害の事例から、インターネットやメディアによる人権侵害について自分事として考える機会になることを願っています。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、関係者のみとさせていただきます。

※問い合わせ：教育こども課 生涯学習係 担当：曾根原 27-1111(内線)715

九月のこゝろ

全国的なレジ袋の有料化が始まり約2ヶ月が経ちますが、皆さんの生活に変化はありましたか？

以前からエコバックを持ち歩いている人にとっては特段変化が感じられないことでも、その習慣が無かったけれど、この機会にエコバックを持ち歩こうと思うようになった人にとっては、日常の中で気にするべき習慣がひとつ増えたように思います。

こんな風に些細なことでも、何かを「習慣化」することは結構大変だなぁと思います、自分の日々の中で習慣となっていることが何か考えたとき、継続していつて良い習慣もあります、好ましくない習慣も多く見つかり、ハッとさせられました。

まさかレジ袋の有料化について書くこととして、自分の習慣について見つめ直すことになると思ってもみませんでした。が、思いがけず良い機会になりました。

何か世の中が変わろうとするとき、ただぼんやりと他人事だなぁと思って通り過ぎることが多かつたけれど、これから一度自分事として考えてみることも「習慣化」していこうと思います。

が！まずは未だに買い物4回に1回はエコバックを忘れてしまうところからどうにかしなければ…。

(小松 怜子)



宝くじの助成金で整備しました

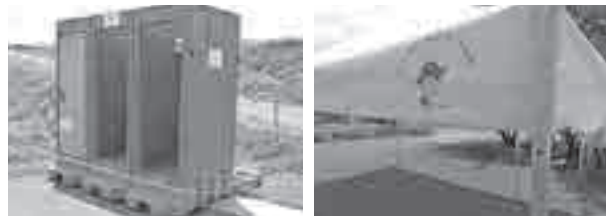
赤砂町内会は(一財)自治総合センターの「コミュニティ助成事業」を活用し、次のような備品等を整備しました。

一般財団法人自治総合センターは、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源にコミュニティ活動に必要な備品や集会施設の整備、安全な地域づくり等に対して助成を行い、地域のコミュニティ活動の充実・強化を図ることにより、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与するための「コミュニティ助成事業」を行っています。

◆赤砂町内会 (一般コミュニティ助成事業)

コミュニティ活動を推進するため、簡易トイレ、テントを購入し、一本柳ふれあいの里に配備しました。

- 事業内容…簡易トイレ、テントの購入
- 事業費総額…2,666,180円 (内助成額 250万円)



■問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係
電話27-1111 (内線257)

放送大学10月入学生募集

放送大学は、テレビ、ラジオ、インターネットなどを利用して授業を行う通信制の大学です。10代から90代の幅広い世代の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。

◇出願期間 ~9月15日(火)

■問い合わせ・資料請求 (無料)

放送大学長野学習センター
電話58-2332

9月の休日納税相談

◇開設日時 13日(日)・27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)

9月の税金等納期限・口座振替日

〈9月30日(水)〉

- ◇国民健康保険税 6期9月分
- ◇後期高齢者医療保険料 6期9月分
- ◇温泉使用料 (8月使用分) 9月分
- ◇介護保険料 6期9月分
- ◇保育料・給食費 9月分
- ◇水月霊園管理料 随時

ノルディックウォーキング 10月コース 参加者募集

◇日 時 10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

◇集 合 スポーツコミュニティセンター

◇講座内容 <健康スポーツゾーンを歩きます>

第1回:「ヘリポート筋トレ&ぐるっとノルディック」

第2回:「地形を利用した心肺機能向上ノルディック」

第3回:「季節を楽しむノルディックとポール遊び」

第4回:「スピード・歩幅コントロール・歩きのまとめ」

◇申込み 8月31日(月)から



赤砂崎公園は諏訪湖を眺めながら歩くことができ、とても気持ちがいいですよ!

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)

くらしと健康の相談会

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、あわ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 9月3・10・17・24日 木曜日
午前10時~午後3時
(正午から午後1時を除く)

※相談無料。相談時間は1時間。

弁護士の相談にも保健師が同席します。

※要予約。相談希望日の前週金曜日正午までにお申込みください。

◇場 所 諏訪保健福祉事務所 (諏訪合同庁舎2階)

■問い合わせ 諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課
電話57-2927

長野県福祉大学校学生募集

長野県福祉大学校では、来年度の保育学科、介護福祉学科の学生を募集します。

◇保育学科学校推薦型選抜

・出願期間 10月2日(金)~10月16日(金)

・試験日 10月30日(金)

・募集人数 30名程度

(保育学科一般選抜は令和3年2月に実施)

◇介護福祉学科

・出願期間 11月6日(金)~11月16日(月)

・試験日 11月26日(木)

・募集人数 20名

※詳しくはお問い合わせください。

■問い合わせ 長野県福祉大学校 教務室 入試係
電話57-4821

※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 9月7日(月)・14日(月)・28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)

星ヶ塔遺跡発見100周年記念特別展

1920年の星ヶ塔遺跡発見時の関連遺物や写真、その後の調査研究の成果を示す資料のほか、諏訪地方や山梨県の縄文遺跡から出土した黒曜石資料、青森県三内丸山遺跡から出土した星ヶ塔産の黒曜石で作られた矢じりを展示します。

- ◇期間 9月5日(土)～11月8日(日)
- ◇場所 星ヶ塔ミュージアム矢の根や(しもすわ今昔館内)
- ◇入館料 大人600円、小・中学生300円(団体割引等あり)
(入館料はしもすわ今昔館のもので)

星ヶ塔遺跡発見100周年記念トークショー

星ヶ塔遺跡発見の意義と中部高地の縄文文化及び日本遺産を経て今後どのように活かしていくのかを考える記念講演とトークショーを開催します。

- ◇日時 9月20日(日) 午後1時30分～午後4時(予定)
- ◇場所 下諏訪総合文化センター 大ホール(要事前申込)
- ※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、事業の一部を延期または中止とする場合があります。

下諏訪町立図書館 ☎27-5555

- ◆休館日 9月4日(金)・7日(月)・14日(月)・23日(水)・24日(木)・28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)

◎図書館シネマ◎

- ◇日時 9月16日(水)～9月18日(金)
午後2時～午後4時
- ◇場所 下諏訪町立図書館 2階 会議室
- ◇参加費 無料
- ◇上映作品
9月16日(水)
「シャレード」



- オードリー・ヘップバーン主演のミステリー・コメディの傑作。
- 9月17日(木)
「陽光桜」
平和への願いを込めて新しい桜を作り出した高岡正明の物語。
- 9月18日(金)
「家康、江戸を建てる」
徳川家康と、家康の夢に人生をかけた熱い男たちのドラマ。
※前編・後編の2部構成になっています。

下諏訪町空き家情報バンク物件情報

(令和2年7月31日現在)

行政区	所在地	No.	賃貸等	条件等	
第3区	南四王	139	売却	木造2階建	1,200万円
	中汐町	166	売却	木造2階建	1,490万円
	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
	西赤砂	172	賃貸	その他2階建	月6万5千円
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
第10区	本郷	157	売却	木造2階建	1,300万円

※空き家情報バンクは町ホームページや町産業振興課窓口でもご覧いただけます。

※空き家をお持ちの方で売買や賃貸をお考えの方は、空き家情報バンクへの登録をぜひご検討ください。

※空き家情報バンクの詳細につきましては担当までお問い合わせください。

■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

◆『敬老の日』9月21日(月・祝)◆
シニア65歳以上の方入館無料

※年齢がわかるものをご提示ください。

ータイムスリップしてみませんかー

時計の原点でもある「水運儀象台」をはじめ、和時計から現代の時計までを展示しています。昔懐かしい時計をご覧くださいながら歴史を感じてみませんか。

★特別展「女性を彩った時計展」★

戦前・戦後の女性用時計のコレクションが並びます。まるでジュエリーの様に美しい時計たち、この機会にぜひご覧ください。

〈期間〉9月13日(日)～10月25日(日)
(開期が延長になることがあります。)

〈会場〉一階ロビー

※入館料はかかりません

*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

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・鈴与のでんき



パートさん アルバイトさん 大募集中!

井口エネルギー株式会社

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]



〒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」

◇9月のゆたん歩の日は28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を行います。
測定では、筋肉量・脂肪量等、身体のバランスや特徴を知ることができます。

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を行います。
簡単なエクササイズやストレッチ等が体験できるミニ講座です。
※状況により講座を中止する場合があります。あらかじめご了承ください。

敬老週間のお知らせ

9月16日(水)~9月21日(月・祝)
の6日間、敬老週間を行います。

「下諏訪町ふれあいカード笑顔くん」を提示の上、
高齢者1回券または回数券で入館した方に、次回から
利用できる無料入館券をお一人につき1枚差し上げ
ます。
この機会にぜひご利用ください。

入館者は、健康相談と健康ミニ講座どちらも参加いただけます。
※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

9月の行事予定

- 1日(火) ファーストブック
- 2日(水) 子どもの接し方講座①
- 8日(火) ママ講座1・2・3
「小児の応急手当」
- 9日(水) 子どもの接し方講座②
- 12日(土) 土曜開館
- 14日(月) おはなしいっぱい
- 16日(水) 子どもの接し方講座③
- 25日(金) 0歳児ママ講座「離乳食」



- ★8日(火) ママ講座1・2・3「小児の応急手当」
- ★25日(金) 0歳児ママ講座「離乳食」(※要予約)
- *詳細は、月の行事予定でご確認いただくか、
ぽけっとにお電話ください。

■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。

9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	24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	15日	火	午後1時~午後3時	
特設人権相談	5日	土	午前10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	児童家庭・教育相談
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	10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	25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
*税務相談	9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

先祖

塩天丼

テイクアウトメニュー

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
- 塩大えび天丼……………1,180円
- 塩天丼……………780円
- ジャンボ海老丼(上)…1,580円
- 大海老丼……………1,180円
- 海老丼……………780円
- 天ぷらorフライ盛り合わせ(1人前)…700円

※タレに変更可能です。

※フライの丼です。

他メニュー多数あります。

テイクアウト承ります。

※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。

広告

9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	
6日	日	川岸医院(岡谷市)	22-2562	南信堂歯科医院(岡谷市)	22-3341	川岸薬局(岡谷市)	24-3103
13日	日	林眼科医院(岡谷市)	28-6596	スマイル歯科医院(岡谷市)	24-0315	御子柴薬局(岡谷市)	27-7056
20日	日	平林医院(岡谷市)	22-3952	藤岡歯科医院(岡谷市)	22-2138	やまびこ薬局(岡谷市)	21-2144
21日	月	諏訪共立病院	28-2012	藤森医院歯科(岡谷市)	22-1829	ひまわり薬局	26-7226
22日	火	山崎医院(岡谷市)	22-3287	しんえい歯科クリニック	27-7500	山一小口薬局(岡谷市)	23-2206
27日	日	祐愛病院(岡谷市)	23-0222	ホワイト歯科医院(岡谷市)	28-2635	しなの調剤薬局(岡谷市)	75-5993

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。

9月 健康診査等

種	別	日	曜日	時 間	場 所
乳幼児健診	2 か月 (2020年 7月生)	18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 5月生)	29日	火		
	10 か月 (2019年 11月生)	23日	水		
	1歳6か月 (2019年 2月生)	11日	金		
	2 歳 (2018年 6月生)	1日	火		
	3 歳 (2017年 8月生)	7日	月		
心のほっと相談 ※要予約		3・24日	木	午後1時30分~午後3時30分	☎27-8384
すこやか相談 (育児・栄養相談) ※要予約		4・16日	金・水	午前9時~午前11時	
産前・産後サポート事業 ※要予約		4日	金	午前9時~正午	
もぐもぐ学習会		9日	水	午前10時~午前11時	
成人検診等	子宮頸がん検診	10・14日 15・18日	木・月 火・金	時間は個別通知をご確認ください。	
	胃・大腸がん検診	23・24・28 29・30日	水・木・月 火・水	時間及び会場は個別通知をご確認ください。	
	国保特定健診※要予約	25日	金	午前8時~午前11時30分 午後1時~午後3時	

9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		
5	土	(有) 林組工業所	本 郷	28-6383	林組工業所	本 郷	28-6383
6	日	(株) オスガ設備	岡谷市長地権現町	27-6622	小林住設	西 四 王	28-3527
12	土	(有) 藤森水道(藤のや)	岡谷市長地御所	27-7289	林組工業所	本 郷	28-6383
13	日	(株) 総 建	五 官	28-8295	(株) 親水工業	東 山 田 第 2	27-8399
19	土	松 澤 工 業 (株)	曙 町	28-0919	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462
20	日	(株) 上條電設工業	社 東 町 第 2	23-5330	小林住設	西 四 王	28-3527
21	月	(株) 親水工業	東 山 田 第 2	27-8399	(株) 親水工業	東 山 田 第 2	27-8399
22	火	水道建設(株)	町 屋 敷 3 組	28-8139	林組工業所	本 郷	28-6383
26	土	杉村設備(株)	塚 田 町	27-0575	小林住設	西 四 王	28-3527
27	日	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462	(有) 諏訪冷熱	西 赤 砂	28-6462

■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 ☎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

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
お問合せ 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。

下諏訪町の企業紹介 第86弾 「ちいとこ商店」

クローズアップしמושわでは、町内の企業を紹介しています。内容は各企業から提出いただいた原稿を基に掲載しています。掲載を希望する企業は下諏訪町 総務課 情報防災係（電話27-1111 内線261）までご連絡ください。

「ちょっとした気持ち」で、ぜひ遊びに来てください！駄菓子とビールとコーヒーのお店【ちいとこ商店】は、下諏訪町から徒歩5分ほどにある御田町商店街にあります。お店の入り口にたくさんの駄菓子や昔懐かしいおもちゃをそろえて、みなさんをお迎えます。100円玉の中に詰まった楽しみをどうぞ【ちいとこ商店】で見つけてください！そして、店主が愛してやまないクラフトビールを日本国内から厳選して4 TAP（4種類）をご用意しております。缶やボトルでもご提供いたします。エスプレッソコーヒーにも楽しみを織り混ぜて。

広くて大きなカウンターとゆっくりくつろげる小上がり席、授乳室もご用意しております。おひとりで、お友達やご家族でぜひお越しください。（free Wi-Fi、コンセントあります）

- 所在地 下諏訪町3217番地5（御田町）
- 営業時間 10:00~22:00（変更の可能性あり）
- 定休日 火曜日（不定休あり）
- G-mail chitoko.s@gmail.com
- ※営業時間、定休日についてはSNSでご確認ください。



まんじ ち 万治さん家の

健康ダイアリー



万治さん家は下諏訪町に住む仲良し三世家族。健康が取り柄でしたが、最近は少し健康のことが気になるようで…その疑問に保健センタースタッフが答えします。

万治さん家と一緒に健康について考えてみましょう！

保健センター 電話：27-8384 イラスト：はんぺん



今日学校に、保健センターの保健師さんが来て、授業をしたんだよ。

保健センターの保健師さん？
どんな授業だったの？タバコの話？



それは小学生の時でしょ。今日はねー、困った時は、町の保健師も相談者になれるから、覚えておいてほしいとか。
あと、友だちの様子がいつもと違うときは、声をかけてあげてほしいとも言ってたなあ。

そうなんだ、そんな授業があるんだね。一人で悩まないで！ってことなんだね。相談先を知っておくことは良いことだよな。
他にはどんな話があったの？もっと聞かせて。



ちょこっとエクササイズ



今月は…

「おなか」の体操

1. イスに深く座り、座面を手でつかんで安定した姿勢を作ります
2. 両ひざをつけたまま、両足を床から浮かしましょう（5~10秒キープ）



保健師

町では、2018年3月に、「下諏訪町のち支える自殺対策推進計画」を策定しました。その重点施策の一つである、子ども・若者層への支援として、「困難やストレスに直面した際に、信頼できる大人に相談することができる」ことを目標にしています。その推進のため、中学生に対しSOSの出し方に関する授業を学校と協力しながら実施しています。相談者として、家族や学校の先生はもちろんのこと、地域の保健師や相談機関があることも知っておいてほしいと思います。

無駄のないリフォーム計画を!!

現在のお住まいを、終の住処としてお考えの方

今後、同居をお考えの方 など

お気軽にフリーダイヤルまでご連絡ください

ご家族の要望が整理できる資料をセットで無料進呈中、専門技術者がご相談にも対応いたします。



プランニングブック

実際のお施主の声



無料進呈



長野事業所 / 〒399-0014 長野県松本市平田東2-19-3 クリアール1階
午前9時~午後6時(土・日・祝も受け付けております)



0120-456-204

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

8月1日現在 人口 19,688人 (男 9,504人・女 10,184人)
下諏訪町ホームページ <http://www.town.shimosuwa.lg.jp>

世帯数 8,810世帯 ※住民基本台帳数値

■印刷/オノウエ印刷

2020.9

20