

# しもすわ

中山道と甲州街道が会う 大社といで湯の宿場まち



癒しのアート

# KIZAN

～カワイイの原点 岩波其残～

## 町制施行130周年企画展

諏訪湖博物館・赤彦記念館にて開催中!



幕末から明治期に活躍し下諏訪にゆかりの深いアーティスト、岩波其残<sup>みざん</sup>。諏訪湖博物館・赤彦記念館では町制施行130周年企画展として岩波其残のユーモアあふれた作品を紹介しています! 詳しくは21ページをご覧ください。



### 防災に関する必要な情報を自ら入手しましょう!

#### スマートフォン用アプリ **しもすわインフォ**

インストールしていただく**アプリの名称は「ライフビジョン(Lifevision)」**です。

このアプリをインストールすることで下諏訪町の防災情報や生活に役立つ行政情報を入手できます。

インストールはこちら

iPhone用

Android用



★防災行政無線放送の直近の内容を確認できるテレホン案内

☎0120-27-2311

★火災などのお問い合わせ(通話料は発信者の負担となります。)

☎0570-052-119

### CONTENTS (内容)

令和6年新しい区長のみなさんです ほか	2
自転車用ヘルメット購入費を補助します	3
所得税・住民税の申告相談	4
令和6年度軽自動車税(種別割)のお知らせ ほか	6
下諏訪町保健センターからのお知らせ	8
「令和5年度下諏訪町ふるさと選抜啓発ポスターコンクール」 入選作品を紹介しします ほか	9
運動講座 ほか	10
町の地球温暖化対策実行計画を紹介しします	11
生涯学習	12
インフォメーション(お知らせ)	20
諏訪地区小児夜間急病センター運営終了のお知らせ ほか	24

### 防災メモ

大規模災害が発生すると、ガソリン、灯油等の燃料の入手が困難になります。車の燃料メーターが半分くらいになったら給油する、暖房用の灯油は無くなる前に購入する等、燃料を十分に確保しておくようにしましょう。





お知らせ

# 令和6年 新しい区長のみなさんです



◎会長 ○副会長

<p><b>第1区</b></p>  <p>なかむら としひろ <b>中村 敏廣さん</b> (東町中1)</p>	<p><b>第2区</b></p>  <p>やまだ まさひろ <b>山田 昌宏さん</b> (新町下)</p>	<p><b>第3区</b></p>  <p>おぐち けんじ ◎<b>小口 健二さん</b> (友之町)</p>	<p><b>第4区</b></p>  <p>すぎやま きよし <b>杉山 清さん</b> (湖畔町北)</p>	<p><b>第5区</b></p>  <p>おわ なおひろ <b>大和 尚弘さん</b> (南高木)</p>
<p><b>第6区</b></p>  <p>しのとう とみえ <b>篠遠 富恵さん</b> (萩倉東)</p>	<p><b>第7区</b></p>  <p>ますざわ まさひろ ○<b>増澤 正裕さん</b> (東山田第1)</p>	<p><b>第8区</b></p>  <p>いとう まもる <b>伊藤 守さん</b> (社東町第2)</p>	<p><b>第9区</b></p>  <p>かくりゅう よしのり <b>角龍 好徳さん</b> (星が丘第5)</p>	<p><b>第10区</b></p>  <p>こまつ かずお <b>小松 和夫さん</b> (東豊)</p>

## 「令和6年度地域の活力創生チャレンジ事業」を活用したい事業者を募集中です!

- 申請受付期間 令和6年1月12日(金)～令和6年2月22日(木)
- 対象者 町内で公益活動を行う団体もしくは個人  
※申請者等が未成年の場合は、責任を負える成人者が参加すること
- 対象事業
  - ① 町内で行う事業であること
  - ② 社会性及び協働性の高い公益的な事業であること
- 支援金額 原則として1事業上限100万円
- 対象外事業
  - ① 町が交付する補助金等の交付を受けた事業
  - ② 国・県の支出する補助金等の交付を受けた事業
  - ③ 宗教的活動、政治的活動及び公序良俗に反する事業
  - ④ 特定の企業、団体及び個人の利益を追求するための事業
- 対象外経費
  - ① 団体の運営費及び人件費並びに事務所の維持管理経費
  - ② 食糧費
  - ③ 直接事業に関わらない視察等の経費
  - ④ その他町長が不相当と認める経費
- 申請回数 採択を受けた同一申請者による同一事業の再申請は、2回を限度とし  
毎年度審査を行います。

# 自転車用ヘルメット購入費を補助します

令和6年  
1月1日  
受付開始



長野県自転車安全・安心PRキャラクター  
風野りん  
イラスト/南宮理真

自転車乗用時のヘルメット着用を推進するため、次のとおりヘルメットの購入金額の一部を補助します。

## ① 補助対象

下諏訪町に住所を有し、次の①または②を満たす方

- ① 満13歳～満18歳の方
- ② 満65歳以上の方

※年齢はいずれも申請の年度末時点

## ② 対象ヘルメット

令和6年1月1日以降に新品で購入し、安全基準を満たす認証マークが付されているもの

【認証マークの例】



SGマーク JCFマーク CEマーク GSマーク

## ③ 補助金額

購入金額(税込)の2分の1

- ・上限 2,000円
- ・ヘルメット使用者1人につき  
1回まで (1人につき1個まで)
- ・100円未満は切り捨て

## ④ 必要書類

- ・使用者の本人確認が出来る書類  
(学生証、運転免許証、保険証、マイナンバーカード表面等の写し)
- ・ヘルメットを購入したことを証明するもの  
(領収書等の原本又は写し)
- ・ヘルメットの認証が確認できるもの  
(安全基準マークの写真等)

## ⑤ 申請方法

未成年の方は**保護者が申請**してください ※18歳の方は保護者が申請することもできます

### ● オンラインによる申請

申請フォームは  
こちら



申請フォームに  
アクセスし必要事項を入力  
上記④記載の必要書類の写  
真を撮り、データ添付する

### ● 用紙による申請

#### ◇ 窓口申請の場合

窓口 (町役場別棟2階  
建設水道課建設管理係) で  
申請書を記入  
<窓口受付>  
月～金  
午前8時30分から  
午後5時15分  
(祝日・年末年始を除く)

必要書類と共に提出

#### ◇ 郵送申請の場合

申請書のダウンロード  
はこちら



下諏訪町ホームページから  
申請書をダウンロードし記入

必要書類と共に下記へ郵送する

送付先 〒393-8501  
下諏訪町4613番地8  
下諏訪町役場 建設水道課建設管理係

※令和5年度内に購入した場合 (令和6年1月1日から3月31日までに購入) は、  
令和6年3月31日までに申請をお願いします。

詳しくは下記へお問い合わせいただくか町ホームページをご覧ください。

■ お問い合わせ 下諏訪町 建設水道課 建設管理係 ☎27-1111 (内線242)



# 所得税・住民税の申告相談

所得税・住民税の申告は、住民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料などを算出する基礎となるほか、各種届出書、申請に必要な証明書等を交付する場合の重要な資料になります。

## 感染症等拡大防止のため、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」から作成することができます。
- ・住民税（町・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。希望する方には、用紙を郵送しますので、税務課町民税係までご連絡ください。

問い合わせ先 【所得税の確定申告書について】 諏訪税務署 ☎52-1390（自動音声案内）  
 【住民税申告書について】 下諏訪町 税務課 町民税係 ☎78-7375（直通）



## 【町での申告相談・税理士による無料確定申告相談 会場：役場4階 講堂】

内容	日程（土曜日・日曜日・祝日を除く）	受付時間
町職員による 申告相談	令和6年2月16日(金)～3月15日(金) (還付申告のみ2月14日(水)から受付)	午前の部：9時～11時45分 午後の部：1時～4時
税理士による 無料確定申告相談	令和6年2月26日(月)～2月28日(水) (収支内訳書や医療費控除明細書の書き方の相談のみ)	午前の部：9時～11時30分 午後の部：1時～3時

※咳、発熱などの症状がある方や体調のすぐれない方は来場を控えていただくようお願いいたします。  
 ※住民税の申告につきまして、上記日程以外は役場2階町民税係窓口にて受付いたします。

## 注意 次の申告は町の申告会場でお受けできません。 諏訪税務署にご相談ください。

- 土地や建物、株式、ゴルフ会員権などの資産の売却や交換（譲渡所得）
- 先物取引、仮想通貨取引 ●1年目の住宅借入金等特別控除 ●災害等による雑損控除
- 税理士または税理士法人関与の法人役員 ●青色申告 ●損失、繰越損失
- 消費税、贈与税、亡くなられた方の申告 ●令和4年分以前の所得税



## ◎申告相談の際 お持ちいただくもの

- ◆税務署からの「お知らせがき」や「利用者識別番号通知書」（お持ちの方のみ）  
 （下諏訪町から諏訪税務署あてに申告書の電子送信を行うために必要です。）
- ◆所得を証明する書類（配偶者控除を受けられる場合は、配偶者の分もご用意ください）  
 (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、個人年金、一時所得（生命保険料の満期や解約返戻金など）、配当などの支払証明書  
 ・営業、農業、不動産所得のある方は**作成済みの収支内訳書**  
 ・シルバー人材センターの配分金支払証明書など ・太陽光売電収入の**作成済みの収支内訳書**
- ◆控除を証明する書類  
 (例) ・国民年金保険料、健康保険料、介護保険料の領収書や控除証明書  
 ・生命保険料、地震保険料の支払額等の証明書  
 ・**作成済みの医療費控除の明細書**、医療費通知（医療費のお知らせ）  
 ※**職員や税理士による集計は行いませんので、事前に受診者ごと、医療機関ごとに集計した明細書をお持ちください。**「医療費通知に記載された事項」は明細書の「1」に記入します。  
 ・おむつ代の医療費控除を受ける場合には「おむつ使用証明書」等  
 ・寄附金受領証明書（申告をするとふるさと納税のワンストップ特例は無効となります）  
 ・各種障害者手帳または障害者控除対象者認定書
- ◆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）  
 （扶養親族がいらっしゃる場合は、扶養親族の分もご用意ください）



※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。

### ①マイナンバー確認書類

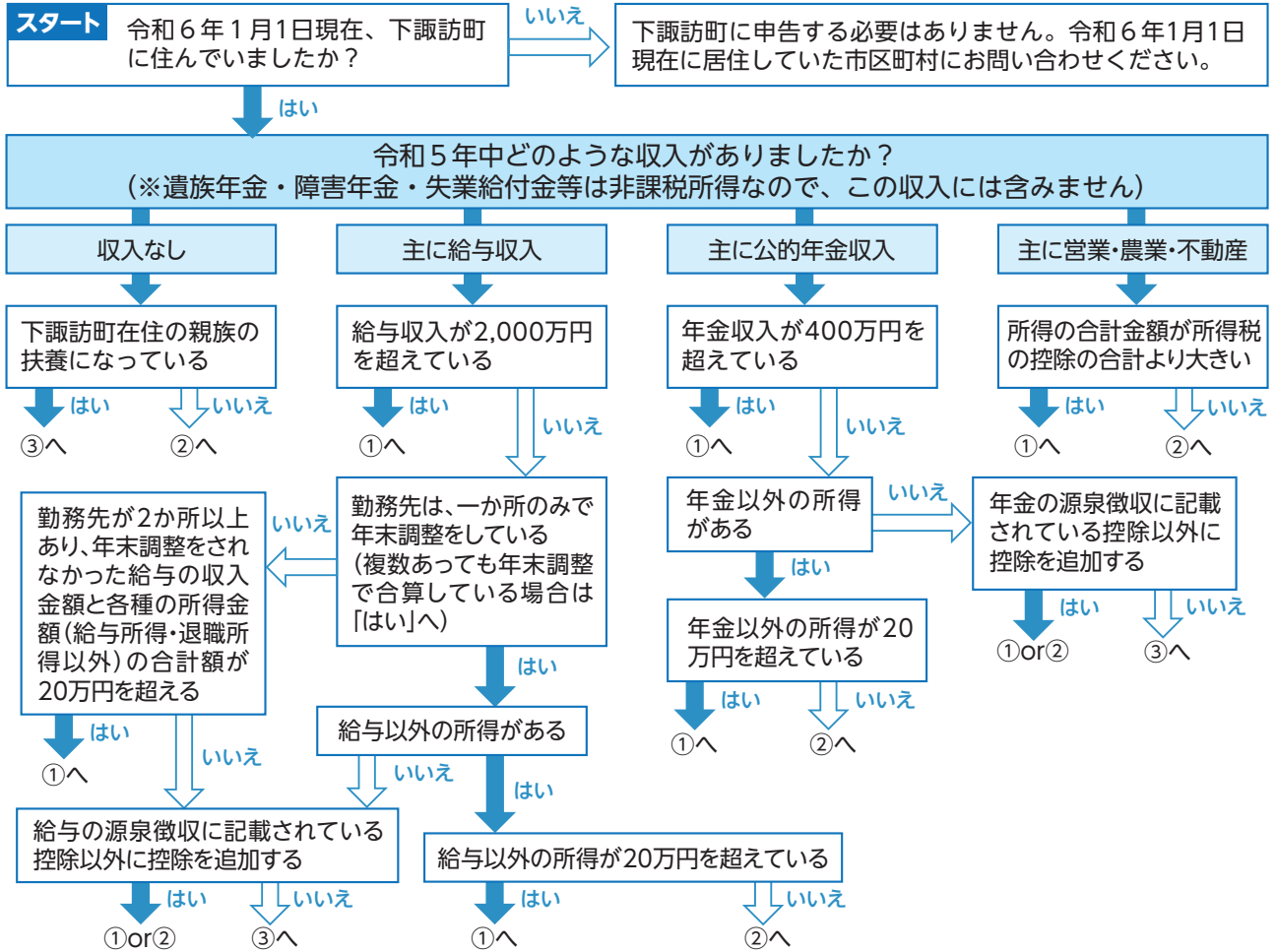
- マイナンバーが記載された住民票
- 通知カード(住所・氏名が住民票に記載されている事項と一致しているもの)



### 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

## ～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

### ◇確定申告はe-Taxをご利用ください。

確定申告には、ご自身のスマホ・パソコンから国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用するe-Taxが便利です。確定申告会場に出向かずに、ご自宅から確定申告ができますので、ぜひe-Taxをご利用ください。また、マイナポータル連携を利用すると、確定申告書の該当項目が自動入力されるため、寄附金受領証明書や医療費通知情報などを1件ずつ入力する手間が不要です。さらに、給与所得の源泉徴収票なども自動入力の対象になります。この機会に、ぜひマイナポータル連携のご利用をお願いします。

### ◇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いたします。

- ▶会場 諏訪税務署
- ▶期間 令和6年2月16日(金)から3月15日(金)まで (土、日及び祝日を除く)
- ▶時間 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

確定申告会場の入場には、次の方法により発行される入場整理券が必要です。

- ①国税庁LINE公式アカウントを通じたオンラインでの事前発行
- ②各会場で当日配付(配付状況により、相談受付を終了する場合がありますので、オンラインでの入場整理券の事前発行をおすすめします。)

※確定申告会場では、スマホ申告を基本とした相談体制としております。

※マイナンバーカードを利用して申告する場合は、併せてパスワード(①数字4桁及び②英数字6～16桁)が分かるようにしてお越してください。

※必要書類が不足する場合には、確定申告ができません。事前に国税庁ホームページなどで必要書類をご確認の上、お越してください。





お知らせ

# 令和6年度 軽自動車税(種別割)のお知らせ

## 軽自動車税(種別割)について

軽自動車税(種別割)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)に買い替え、廃車をし、4月1日までに抹消手続き等を行わない場合は、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6年4月1日抹消手続き→ 令和6年度の軽自動車税(種別割)が課税となりません。  
令和6年4月2日以降抹消手続き→ 令和6年度の軽自動車税(種別割)が課税となります。

令和6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6年5月31日です



### 1. 三輪および四輪車(660cc以下)

令和6年度は、「初度検査年月」が「平成23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」税率となります。

### ■ 税率の軽減について

下記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5年4月から令和6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	軽減なし	
	貨物用	営業用	1,000円		
		自家用	1,300円		

\*1 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 ※1	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） ※2	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（ホイールローダ、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

※1 二輪及び三輪以上の特定小型原動機付自転車を含む ※2 三輪以上の特定小型原動機付自転車を除く

### 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がされます**ので、所有している場合は軽自動車税（種別割）に関する申告をしていただき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6年度軽自動車税（種別割）納期限の1週間前（令和6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ご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。

### 軽自動車税納付確認システム（軽JNK S）について

令和5年1月から軽JNK Sがスタートしたことに伴い、継続検査窓口での納税証明書の提示が原則不要（自動二輪車を除く）となりました。

**ただし、以下のような場合には、従来と同様に紙の納税証明書が必要になります。**

- ・納付直後のため、軽JNK Sに情報が登録されていない場合（納付後1～2週間程度必要）
- ・名義変更（中古車の購入など）直後の場合
- ・他の市区町村へ引っ越した直後の場合
- ・対象車両に過去未納がある場合

■ 問い合わせ 下諏訪町 税務課 収納係 ☎27-1111（内線238）

## 宝くじの助成金で整備しました

「西弥生町自主防災会」は、公益財団法人長野県市町村振興協会が行う宝くじの社会貢献広報事業である「地域活動助成事業」を活用し、次のような備品等を整備しました。

#### ◆西弥生町自主防災会（地域防災組織育成助成事業）

有事の際における地域防災力強化を図るため、防災備品として発電機、投光器、簡易防災倉庫を購入し、西弥生町緑地公園に配備しました。

#### ▶事業内容

発電機、投光器等防災備品の整備

- ▶事業費総額 2,316,600円  
（うち助成額 2,000,000円）



公益財団法人長野県市町村振興協会では、市町村振興宝くじ（サマージャンボ）の収益金を財源に「地域活動助成事業」を行っています。

この事業は、宝くじの普及広報を行うこと、地域コミュニティの健全な発展を図ることを目的に、自治会等のコミュニティ活動や自主防災組織が行う地域の防災活動に必要な備品等の整備に対して助成しています。



問 下諏訪町 総務課 企画係

☎27-1111（内線257）



# 下諏訪町保健センターからのお知らせ

## ★令和6年(2024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6年2月中旬に申込書を郵送します。

**締切りは令和6年3月1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、節日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1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、ご家族の中で対象となる方全員分が記入できます。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。

## ★「しもすわ健康づくり応援ポイント」特典交換はお済ですか?

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てポイントを付与し、100ポイントたまると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

**しもすわ健康づくり応援ポイントが付与される取り組み**

健康になって  
1,000円  
もらっちゃお!



しもすわ健康づくり 応援ポイント対象事業	内 容	もらえる ポイント
1. 特定健診、生活習慣病検診 (職域含む)	特定健診・後期高齢者健診・人間ドック	各60 P
	がん検診(胃・大腸・肺・子宮・乳房)・骨密度検査	各20 P
	特定健診後の保健指導(初回・最終)	20 P
	歯科健診(妊婦/20・30・40・50・60・70歳/後期高齢者)	20 P
2. 健康づくり生涯スポーツ	精密検査の受診	20 P
	保健センター、公民館、体育館、健康ステーションが主催する健康講座や健康イベントに参加	各10 P
3. 健康づくりの自主的な取り組み		各10 P
4. 仲間との体力づくり(自主グループ)		20 P

**選べる特典** 100ポイントたまると、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。ポイントがたまったら、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。

しもすわ健康づくり応援ポイント で検索

個人の取り組みでポイントGet!  
管理シート「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6年3月29日(金)まで**  
お早めに保健センターへお越しください。



# 「令和5年度下諏訪町明るい選挙啓発ポスターコンクール」 入選作品を紹介します

下諏訪町明るい選挙啓発ポスターコンクールの入選作品が決定し、令和5年12月18日に町役場で表彰式が行われました。入選された9作品を紹介します。



下諏訪南小学校 6年  
しおしま ちか  
塩島 知佳



下諏訪北小学校 6年  
かとう りゅうたろう  
加藤 琉汰朗



下諏訪北小学校 6年  
ささ たすく  
佐々 輔



下諏訪北小学校 6年  
たかぎ ゆかな  
高木 結叶



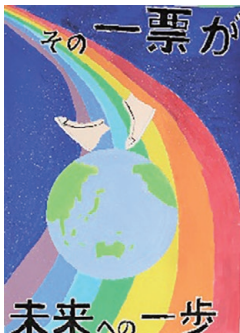
下諏訪社中学校 1年  
おの そうま  
小野 颯真



下諏訪社中学校 1年  
たなか りお  
田中 里桜



下諏訪社中学校 2年  
ささ こうたろう  
佐々 晃太郎



下諏訪社中学校 2年  
やまだ ちか  
山田 知花



下諏訪向陽高校 3年  
こたに あやな  
小谷 彩菜



〔町表彰式〕

■ 問い合わせ 下諏訪町選挙管理委員会 ☎27-1111 (内線255)

## 地域の活力創生チャレンジ事業 活動紹介 第17弾 「山道整備事業」

町は、住民が自主的・主体的に取り組む公益事業に対して支援をしています。これまでに実施された事業の取り組みを紹介します。

### チャレンジ事業実施後の声

春宮境内脇を通り旧中山道へ繋がる山道は、子どもたちの通学や近隣住民の往来に広く利用されています。

近年、春宮を起点として「伏見屋邸」「慈雲禅寺」などの史跡や観光スポットを歩いて巡る観光客も増加し、その導線としても、山道が利用されることがあります。

過去に整備された木製の手摺りが腐食等によって危険な状態となっており、訪れた方に、より良い景観の中を、安全に楽しくまち歩きしてもらうため、改修・整備を行いました。整備を行ったことで、子どもから高齢者の方まで安全に通行できるようになりました。

申請者：第一区春遊会 支援額：979,023円 (令和4年度)



■ 問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係 ☎27-1111 (内線257)



# 健康づくり 定期講座

講座

全3回

## ノルディックウォーキング3月コース

### ◆特徴◆

寒い季節がもうすぐ終わり、春を迎えます。ノルディックウォーキングは、全身の運動量を増やしながらか関節に負担をかけずに取り組める動作が多く、体力に自信がない方にもおすすすめです。気持ち軽やかに歩き出すための準備として、ノルディックウォーキングをしませんか？

日時：3月4日・11日・25日（月）  
午後1時30分～午後3時30分  
定員：20名  
集合：健康フィールド



## 受講者の声

ポールがあることで、普段より歩く距離と時間が伸びた。体力がないと思っていたところ、自信になった。

膝に不安があったが、ポールで負担が軽減したことが分かった。「こういうことか」と実感することができた。

歩く仲間がいると励みになる。



## 申し込み方法

受付開始：2月5日（月）午前9時

- 申し込みフォームよりお申し込みください。
- ※申し込みフォームからのお申し込みが難しい場合は直接健康ステーション窓口までお越しください。
- 受付が完了した時点で参加決定となります。（先着順）
- ※定員に達した講座は申し込みフォーム内で非表示となります。

【申し込みフォーム】  
<https://logoform.jp/f/ny2Dw>



## ■問い合わせ

下諏訪町 教育こども課 健康サポート係  
（健康ステーション内）

☎75-5546 FAX：75-5547

E-mail：kenkous@town.shimosuwa.lg.jp



その他

## 非常持出袋（リュック）を点検しましょう

平成29年度に斡旋販売した「家庭用災害備蓄品」における食品等の賞味期限が切れる時期です。今一度、備蓄非常持出袋の中身を確認して、万が一の災害時に備えましょう。詳しくは町ホームページをご覧ください。

### ---非常持出袋確認のポイント---

- 食品等の賞味期限が切れていないか。  
（市販品での備蓄も可能です。パックご飯、レトルト食品、缶詰、ゼリー飲料、栄養調整食品（固形タイプ）など賞味期限が長い食品は備蓄にお勧めです。賞味期限が近いものを食べるようにし、普段からローリングストックを心がけましょう。）
- 食品はご自身（ご家族）に合っているか。  
（自分で噛めるものか、食物アレルギーはないか）
- 季節毎に必要な物が入っているか。  
（冬はカイロ、アルミシート、冬用衣料（撥水性のものがお勧めです）、夏は汗拭きシート、冷却パック、帽子など）



町ホームページはこちら



農林水産省が「災害時に備えた食品ストックガイド」を公開しています。食品備蓄のポイントが分かりやすくまとめられたガイドです。参考にこちらでもご覧ください



■ 問い合わせ 下諏訪町 総務課 危機管理室 ☎27-1111（内線262）



お知らせ

# 町の地球温暖化対策実行計画を紹介します

下諏訪町は、地球温暖化対策に向けて多くの町民の方や事業所と協力し、様々な取り組みを通じて二酸化炭素排出削減を目指しています。

## 業務・その他部門

事業所・ビル、商業・サービス施設  
その他の活動における削減の取り組み

削減目標  
削減率51% (17,281 t-CO<sub>2</sub>)

### 業務用電気機器等の効率改善

電気機器や照明機器、給湯機器の排出削減対策を講じることが急務となっていることから、エネルギー効率に優れた機器の導入等を図ります。

業務用電気機器（OA機器等）、業務用照明機器の効率を改善するため、買い換え時点やレンタル更新時点における最高水準の性能を有する機器を積極的に導入し、エネルギー効率の向上を図ります。



LEDは小型で長寿命なため、廃棄物を減らせることにもつながります。



合同会社chioko  
こんの ゆかり  
今野由香里さん

その他の  
取り組み

- ・夏季・冬季の、省エネ・節電
- ・高効率機器の導入
- ・ゼロカーボンアクション30、COOLCHOICEの実施

## 家庭部門

家庭部門の取り組みは二酸化炭素排出量だけでなく  
光熱費の削減にもつながります

削減目標  
削減率60% (23,828 t-CO<sub>2</sub>)

### うちエコ診断の実施

家庭部門のさらなる脱炭素ライフスタイルへの転換を促進するため、家庭からの二酸化炭素排出量を見える化し、ライフスタイルに合わせた具体的かつ効果的な地球温暖化対策についてアドバイスを行う家庭エコ診断制度「うちエコ診断」を活用します。



うちエコ診断を受診されたご家庭では、年間平均約6万円の光熱費が節約されたそうです。

南小学校PTA  
こまつりえ  
小松理恵さん

その他の  
取り組み

- ・夏季・冬季の、省エネ・節電
- ・ガスの省エネ
- ・エネルギー効率の高い機器の購入

## 運輸部門

自動車、船舶、鉄道での移動において  
エコドライブ、スマートムーブなどによる省燃料を推進します

削減目標  
削減率45% (17,917 t-CO<sub>2</sub>)

### スマートムーブの取り組み

スマートムーブは日常生活においてマイカーを中心としている移動手段を見直し、CO<sub>2</sub>排出量の削減を目指す取り組みです。「移動をエコに」を合言葉にして、公共交通機関の利用、自転車や徒歩での移動などに取り組みます。

「移動」を「エコ」に。  
smart move

ECO DRIVE



通勤・通学・買い物・旅行など、私たちは毎日どこかへ出かけます。エコで賢い移動にチャレンジしてみませんか？



町衛自連前副会長  
みやさか みつひで  
宮阪充英さん

その他の  
取り組み

- ・次世代自動車（電気自動車（EV）など）の導入
- ・エコドライブの実践
- ・宅配便の再配達削減

## 廃棄物分野

3R（リユース、リデュース、リサイクル）  
の推進によってごみを減量します

削減目標  
削減率37% (1,175 t-CO<sub>2</sub>)

### 生ごみリサイクルの取り組み

燃やすごみの多くを占める「生ごみ」は、そのほとんどが水分であることから、燃やすためには多くのエネルギーが必要になります。生ごみを燃焼することなく、堆肥としてリサイクルする「生ごみリサイクル事業に参加します。

家庭から出る燃やすごみの1/3が生ごみです。リサイクルをして燃やすごみを減らしましょう！



◀生ごみ処理機器  
(電気式)



◀生ごみ処理機器  
(コンポスト)



生ごみリサイクル推進員  
なりさわ たかこ  
成澤孝子さん

その他の  
取り組み

- ・ごみ分別促進アプリ「さんあ〜る」の使用
- ・下諏訪町食べ残しゼロ「よいさ運動」の実施
- ・廃プラスチックのリサイクル

G

元気な

S

しもすわっ子

M

学びの発表会

12月2日(土)

# 生涯学習

No.597

かおり高い  
文化のまち

12月2日(土)下諏訪総合文化センターで地域に根ざし地域と関わり合いながら学習を考える「G S M 元気なしもすわっ子学びの発表会」がありました。町内の園・小中学校・花田養護学校・下諏訪向陽高等学校の生活の様子や学習の取り組みが発表されました。本誌では、その発表について紹介いたします。

町校長会代表挨拶



下諏訪北小学校長

坂本 真一

さかもと しんいち

二学期もあと一か月足らずで終わりますが、その後半においても、園・各学校では文化祭や音楽会が行われたり、公開授業や公開保育なども行われたりして、今年は感染症流行の影響をあまり受けることなく、学校行事や活動がより活気づいていました。その様子も多く発信され、みなさんの素敵な姿に心動かされる機会がたくさんありました。

毎日の生活の中で、園児・児童・生徒のみなさんが積み重ねているもの、それが「学び」です。「この前は分からなかったことが今日は分かるようになった」「この前はできなかったことが今日はできるようになった」と、それはとても嬉しいことであり、学ぶことは楽しいことでもあります。共に学ぶことで友情も育まれ、学びによって得られたものが、やがて地域や社会に広がっていきます。

さて、今日は「G S M 元気なしもすわっ子学びの発表会」です。下諏訪町ならではの、この発表会も今の形となつてから今回で7回目を迎えました。下諏訪町内の保育園、小学校、中学校、特別支援学校、高等学校が一堂に会して、それぞれの学校の「学び」の様子を発表し合います。そして、この会は自分たちの「学び」をさらに深め広げるための絶好のチャンスです。

ご参会の保護者・地域の皆様、町の子どもたちの学びの姿をご覧ください。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、どうぞ楽しい時間をお過ごしください。子どもたちの発表を通して、町全体みんなで学び合う気持ちで、今日の発表会を創り上げることができれば幸いです。

## 参加者の感想から

◆花田養護学校の発表を見ることができて、本当によかったです。郷土に関する発表は、地域のことをよく知る人に補助についてもらうことで誤読などがなくなると思いました。調べ物の発表では、典拠が示されていないので詳しくは分かりませんが、ネット情報に頼っているのかなと感じました。いろいろ書きましたが、全般として、発表をする子どもたちがのびのびと元気にでき、他校をしっかりと見ることができて、よい交流になったのではないのでしょうか。貴重な機会をつくっていただきありがとうございます。発表者だけでなく、他の子どもたちが見ると、すばらしい化学反応が起こるのではないかと思います。

◆昨年度より、学んだことを発表する機会となったように感じました。花田養護や向陽の生徒の発表は、個(その子)の心の成長を感じるものでした。コロナが5類となり、人と関わることの大切さや楽しさが発表に表れていました。発表会のための発表ではなくて、普段の園での生活、学校生活、子どもたちの知的好奇心や興味を感じられる姿や学びの足跡を発表していただけるといいなと思いました。

さくら保育園

季節の遊びを楽しむ子ども達

昨年度は自然とのかかわりの中で自然の変化を楽しみ、遊びの充実を図ってきました。今年度は一番身近な保育園の園庭に目を向け、子どもたちと季節の遊びを意識して楽しんでできました。季節の遊びを楽しむなかで、子ども達が意欲的に遊びをつくり出す姿が多く見られました。

なにか、もようがみえるね



はっぱきれいだね

春のお散歩

春はお散歩に行くにはいい季節。春宮や浮島に出かけました。葉っぱを見つけて手にすると、陽の光にあてて葉っぱの模様を見ている姿がありました。子どもたちの発見と驚きの遭遇です。

ジュースはいりませんか？



夏の遊び

砂場に水を流して川づくり、竹の樋を使ってのながしそうめん、色水のジュース屋さんにてバーベキューごっこ、小さなお友達も水遊びを楽しみました。水遊びは心を解放し楽しむことができました。

ながしそうめんしよう



バーベキューおいしいよ



小さなお友だちもいっしょ



秋のお店屋さん

お散歩やお家で見つけてきたドングリや松ぼっくりを使ってアイスやカップケーキを作りました。小さなお友だちも買いに来てくれて、異年齢交流も楽しむことができました。

どれがいい？



いらっしやいませ～



ドングリのカップケーキ



## 下諏訪南小

6年1組



### 「みずべの時間」～しもすわの生き物を守ろう～

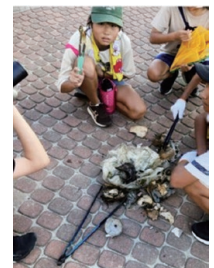
私たちは、ゴミ拾いとペット（動物）について、調査などの活動を行っています。ゴミ拾いは道德の授業でボランティアについて学んだことがきっかけで、私たちがボランティアをしてみたいと思い始めました。ゴミ拾いの時に見つけた4匹の捨て猫との出会いがきっかけで、ペットの命を守るための活動にも興味を持ちました。湖浄連※の小口智徳さんから「海ごみゼロプロジェクト」についてのお話をお聞きし、諏訪湖にもマイクロプラスチックがあることや、諏訪湖にゴミが捨てられていると海の生き物にも影響を与えるということを学びました。※下諏訪町諏訪湖浄化推進連絡協議会



小口さんのお話をお聞きしてからゴミ拾いへ



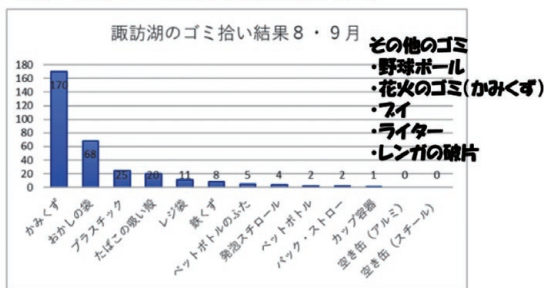
花火の殻も落ちていました



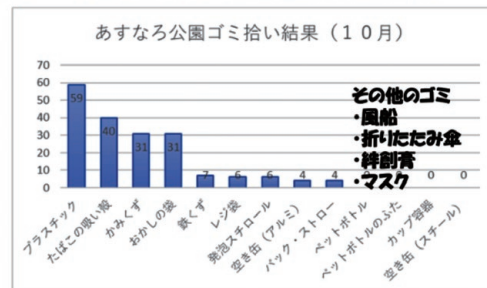
ゴミは分別して記録

これまでに諏訪湖や公園、町の中などゴミ拾いをしてきました。プラスチックゴミや紙ゴミが特に多く落ちていました。ゴミが多く落ちているのは、「まあいっか」という軽い気持ちで捨ててしまうからだと思います。

#### ゴミ拾い調査の結果(諏訪湖周辺)



#### 町のゴミ(あすなろ公園周辺)調査結果



川ごみサミットに参加しました

私たちはこのことを11月18日(土)おかや総合福祉センターで行われました「川ごみサミット」でも発表しました。マイクロプラスチックなど目に見えないゴミについて学んだり、同じようにゴミ拾い活動をしてゴミを減らそうと呼びかけをしている小学生の発表を聞いたりしました。私たちが「まあいっか」とゴミを捨ててしまう人を減らせるように、ポスターを作り目に見えるところに掲示したり、呼びかけたりしていきたいです。

また、ペットについての調査も引き続き行ってきたいと思います。

## 下諏訪北小

4年1組

## 流れ星天文台 ～宇宙博士を目指して～

私たち下諏訪北小学校4年1組は、「宇宙」をテーマに活動を行ってきました。これまでの「流れ星天文台」の活動の様子をまとめました。

4学年目標

### 流れ星



まばや こつぱう  
シュッと素早く行動して、一人一人が輝ける学年にしよう。



そのために

- ・授業で発言をする
- ・お互いに助け合う
- ・あきらめずに最後までやりぬく

### 他教科との連携

学年目標は星に関係しています。また、算数「大きな数」、理科「月の動き」などの単元の学習でも、総合的な学習の時間と関わりを持たせながら学んできました。そして、音楽会でも宇宙に関する曲を発表しました。

### 惑星づくり

調べ学習を進めていくと、少しずつ星に興味が出てきました。そこで、太陽系で代表的な8つの星を作ることにしました。「水・金・地・火・木・土・天・海」の8つの惑星を作りました。模造紙に直径50cmの円を描き、それぞれの惑星の特徴を表現していきました。完成した惑星は、教室に飾って、いつでも眺められるようにしてあります。



### 音楽会 大成功！！

音楽の先生にお願いして、宇宙に関係する曲を選びました。合奏「銀河鉄道999」、合唱「この星に生まれて」を全校の前で発表しました。模造紙と段ボールで作った惑星たちも大活躍でした。

「G S M元気なしもすわっ子学びの発表会」では、録音ですが、音楽会で発表した曲をBGMとして流すこともできました。

### 星空観測会

これまでに星空観測会を2回行いました。夜、校庭に集合して、星座早見盤を使って星を探しました。夏の観測会は、雲がかかっている日でしたので、ほとんど観測ができませんでした。ですが、雲の切れ間から1等星の「スピカ」を見ることができました。長時間待ってようやく見えた一つの星に、みんなが喜びました。

2回目の観測会では、天体望遠鏡を2台設置し、月、土星、木星を観測することができました。月面のクレーターや、土星の輪、木星の衛星などが観測でき、とても充実した会になりました。



### 今後の活動

これまでは、自分たちの知識をつけるために、調べ学習をしたり、専門家に教えてもらったりと、受動的な活動が多かったです。今後は、自分たちが誰かに伝えられるような能動的な活動を中心に行っていきます。例えば、年明けに予定している第3回星空観測会では、身近な人を招待して、宇宙の素晴らしさをより多くの人に知っていただく活動を行う予定です。「流れ星天文台」の活動は、まだまだ続きます。

## 下諏訪中

### 社会科 ～世界の国々調べ～

1年生の授業では、国調べを行い、自分で選んだ世界の中から2か国を比較して新聞形式にまとめました。GSMの発表では「美味しい食べ物」と「有名スポット」について調べたことを劇にして発表しました。



ここはとある旅行会社、新婚夫婦A・Bが旅行の相談に訪れました。店員) いらっしゃいませー、当店はそれぞれの専門家が自慢の旅行先をお勧めします。

- A) 私、美味しい物食べに行きたーい!
- B) ウーンいいね! いいね!



**エジプト**です。この国のコシヤリは最高ですよ。なぜなら、コシヤリはエジプトの伝統料理で、マカロニやチキンブイヨン、トマトなどでつくる料理です。辛口もあっておいしいです。



**アメリカ**です。この国のハンバーガーは最高ですよ。なぜなら、ハンバーガーは日本の約2倍もあり、満腹感間違いなしです。



**韓国**です。この国のキムチは最高ですよ。なぜなら、白菜などの野菜がたっぷり入って、にんにくが効いたお漬物です。食欲も出ますし、ごはんが進みます。寒い季節は、お鍋に入れてもいいです。



**イタリア**です。この国のパスタやピザは最高ですよ。なぜなら、イタリアの気候は、温暖で、地中海性気候と言います。トマトやオリーブの栽培に適しているのです、それらをふんだんに使った料理が美味しいです。



**アイスランド**です。この国のアイスランドディック・ロブスターは最高ですよ。なぜなら、海に囲まれた、アイスランドでは、日本に負けないくらい漁業が盛んで、新鮮な魚介類がたくさんとれます。



- A) 私、有名スポットに行きたいなー
- B) ウーンいいね! いいね!



**アメリカ**です。この国の自由の女神は見ものです。なぜなら、多くの移民の憧れの象徴として、港の入り口に立っています。大きさもあり、一目見れば、心を奪われます。



**モルディブ**です。この国のマーレ環礁は素晴らしい場所ですよ。なぜなら、海の透明度が高く、サーフィンやダイビングが楽しめます。

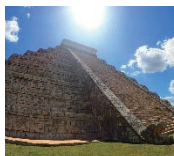


「海外旅行に行くなら、どこに行きたい?」

- 1位 アメリカ
- 2位 韓国
- 3位 フランス

1年生のアンケート

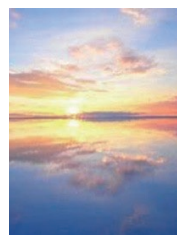
**メキシコ**です。この国のチチェン・イツァは見ものです。なぜなら、独特なピラミッドの形をしており、石段が、1年を表す365段あり、春分秋分の日、ヘビの姿が影となって映るなど、不思議な仕掛けがたくさんある遺跡です。



**オーストラリア**です。この国には有名スポットはたくさんあります。なぜなら、シドニーにあるオペラハウスは、白い貝殻や帆を張った船をイメージして、建てられており、建物の中には、劇場やオペラホールなどがあります。



**ボリビア**です。この国のウユニ塩湖は見ものです。なぜなら風が吹かないとき、空の景色がそのまま湖面に映る景色が素晴らしいです。さらに、塩湖では、リチウムが取れるので、電気自動車には欠かせない資源も取れますしね!





## 下諏訪社中

### 総合的な学習の時間 やしろ 社の時間 やはら ～地域の歴史に学ぶ～

総合的な学習の時間内の30時間を「社の時間」といい、6つの講座の中から全校生徒が希望する講座を選択し、学年を越えて探究活動に取り組んでいます。地域の歴史に学ぶ講座では、「リノベーション」「下諏訪の産業」「下諏訪の建築」の3つのテーマで追究してきたことを発表しました。

## リノベーション

リノベーションとは、中古住宅に対して機能・価値の再生のための改修、その家の暮らし全体に対処した包括的な改修を行なうこと

「NPOしもすわあきないプロジェクト」原雅廣さんのお話を聞きました。リノベーションには費用と労力が必要だけど古いところを残しながらきれいにし、また形を変えてお店にしたり、家にしたりもできます。

建物の外見は同じでも、屋内が劇的に変わっていること、柱など構造上欠かせないものはそのまま活用されていること、リノベーションには人にすごいと思わせる工夫がいっぱいあるんだなと思いました。



## 下諏訪の製糸業

蚕の繭から糸をとること



### ◆なぜ、製糸業が下諏訪町で栄えたのか？

- ・水が諏訪湖・天竜川をはじめとして豊富にあった。
- ・繭の保存に適する乾燥した気候だった。
- ・原料の繭を近隣から得やすかった。
- ・燃料である薪や亜炭<sup>※</sup>(あたん)などが得られた。
- ・技術開発者がいた。
- ・工女さんの労働力が得られた。



※炭化度の低い石炭の一つ

### ◆下諏訪町の製糸業が衰退した理由は何か？

- ・海外の低価格の繭が入ってきた。
- ・後継者不足など社会的構造が変化した。
- ・日本人の生活様式が和装から洋装へ変化したことにより、絹の消費量が減った。



## 下諏訪の建築

### クイズ 伏見屋邸の屋根が低く作られているのはなぜでしょう？



### こたえ

刀を持っている人が、屋根が低くて刀を振り回せないようにするため。

## 取組を通しての振り返り

- ・下諏訪の様々な建築物や歴史について学び、下諏訪の今まで知らなかったような魅力や建築方法や建物などを知ることができました。楽しく、面白く学ぶことができました。
- ・自分たちで歩いて、施設を見たり、学校で移住してきた方などからお話を聞いたりして、自分たちの住んでいる町のよいところ、大切にしていきたいものを学ぶことができました。
- ・3年間継続してこの講座で学び、同じことを何度も聞くことになるのかと思っていたけど、毎年新しいことを学べ、たくさんの人からたくさんの情報をもらうことができ、さらに下諏訪のことが好きになりました。

# 自分らしく生活するために

花田養護学校高等部3年

こぼやし  
小林 幹太

私は脳性麻痺により、歩くことが困難で車椅子で生活しています。また、書くこと・話すことがスムーズにできず、自分の思いをどうやって伝えたらよいかずっと悩んでいました。

そんな中、中学部3年生の時に、新型コロナが流行すると、外出に制限がかかるようになりました。楽しみにしていた修学旅行は予定を変更し学校内で行いました。残念な気持ちはありましたが、外出を控え家で過ごすことが大切だと考えました。

そこで、自分の考えをより多くの人に伝えるために「ステイホーム」を呼びかける動画を作成し、SNSに投稿しました。動画を投稿したことで、見た人からコメントももらったり、声をかけてもらったり多くの反響がありました。この経験から、私には表現方法として映像があると知ることができました。そ



スーパーマーケットで買い物学習

れから、映像をコミュニケーション手段として身につけたいと考えるようになり、独学で映像編集をしてみました。

高等部に入學し、楽しいと思うことを映像で表現してきました。楽しいことの二つは、2年生の時から行っている一人暮らしです。一人暮らしをすることで、自分でできること、人に手伝ってもらうこと、そして環境を整えることで一人でできることがあると感じました。できるこ

とが広がることで、生活を自分で作り上げることの楽しさを知りました。その楽しい生活を多くの皆さんに紹介したくて動画を作成し、「GSM元気なしもすわっ子学びの発表会」でも見ていただきました。動画を見た方々が少しでも楽しい気持ちになってもらえたら嬉しいです。

文化祭では実行委員となりました。学校には様々な障がいのある小学生から高校生までの幅広い年齢層の友達がいいます。すべての友達が平等に楽しめるレクリエーションとして、ユニバーサルスポーツであるボッチャはどうかと考えました。しかし、本来のボッチャはルールが難しいため、誰でも楽しめるようにルールを簡略化して提案したところ、いろいろな友達に楽しんでもらうことができました。

私は今、大学進学を目指しています。高等部では文化祭ムービーや入学希望者説明会用の学校紹介動画などを制作しました。大学でさらに専門的な知識や技術を身につけ、私の感じている「楽しい」を見てくれる人に共感してもらえ

ような映像を作りたいです。

また、たくさんの人と関わり、新しい友人を作りたいです。友人と行ったことのない所に行き、私の行動範囲を広げたいです。

そして、将来は映像業界へ就職し、直面する課題に対し新たな視点に立った作品を作りたいです。さらに、自分の生き方を通して、障がい生きにくさではなく、自分らしくないものとして伝えることができるような大人になり、社会貢献していきたいです。



レクリエーションで玉入れ



英語の授業、学習シートにタブレット端末で入力

# 一年間の生徒会活動を振り返って

下諏訪向陽高等学校3年

利根川 とねがわ 俊哉 しゅんや



本日は、生徒会長に立候補した理由、生徒会を引き継いで直面した課題、行った活動(行事)について発表したいと思います。

まず初めに僕が生徒会長に立候補した理由ですが、それは生徒会長としての活動を通して成長したいという思いからでした。しかし、周りから応援の声を聞くようになり、自己成長だけでなく、周りの期待に応えたいと思うようになりました。

生徒会を引き継いで直面した課題は三つありました。一つ目は「副会長と馬が合わない」、二つ目は「公約の実現が難しい」、三つ目は「コロナ前の資料が少ない」です。

まず、一つ目の「副会長と馬が合わない」問題ですが、これは僕が右なら副会長は左、お互いにああ言えばこう言うような状態で、お世辞にも仲がいいとは言えず、最初は協力して物事を進めるのが非常に困難でした。しかし、様々な仕事を共にこなしていく内に相互理解が進み、協力して活動に取り組むことができるようになりました。

二つ目は、「公約の実現が難しい」問題です。僕は公約として業間休み中のスマートフォンの使用許可、部活終わりのジャージ下校の許可、要するに校則の改正を掲げました。しかし、校則を改正するにあたって問題点がいくつも出てきました。情けないことに、校則の改正を達成することはできませんでした。このような不甲斐ない結果になってしまった理由は、校則を改正することによる影

響を客観視することが出来ず、後先を考慮せずに自分達の希望だけで公約を掲げてしまったことにあると思います。結果的には公約を実現する事が出来ず、全校の皆さんの期待を裏切ってしまった。生徒の前で謝罪させていただきました。そうしたところ、「校則の改正が出来なかったことは残念だが、文化祭などの行事がすごく楽しかったので、気にしなくて大丈夫だよ」などの声をかけていただき、とても温かい学校だと感じました。

三つ目は、「コロナ前の資料が少ない」問題です。行事を企画運営していく上で、資料も少なく困惑することも少なくありませんでしたが、他の役員と情報を共有して支え合い、時には先生方のお力も借りながら取り組みました。また、コロナ前のことが分からないが故にリスタートとして新たな試みにも挑戦していくことを意識しました。

最後に今年の向陽祭の様子をご覧ください。



全校で



開祭式



体育祭

スマートフォン等から固定電話へ電話をおかけの際は、諏訪地域の市街局番 0266 を含めて発信してください。  
例) 下諏訪町役場 27-1111 ➡ 0266-27-1111



## 令和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。

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おりません。

提出書類など詳細については、町ホームページでご確認ください。

▶受付期間 2月1日(木)～2月29日(木)  
(土・日・祝日は除く)

※郵送で申請される場合は、2月22日(木)までの到着にご協力ください。

▶受付時間 午前8時30分～正午  
午後1時～午後5時15分

▶受付場所 町役場2階 総務課 財政係



町ホームページはこちら

☎ 下諏訪町 総務課 財政係 ☎27-1111(内線266)

## 令和5年度県営住宅 2月統一募集

▶募集期間 2月6日(火)～2月20日(火)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

☎ 長野県住宅供給公社諏訪管理センター ☎54-2010

## 一般曹候補生を募集します

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。詳細は下記までお問い合わせください。

☎ 自衛隊長野地方協力本部 茅野地域事務所 ☎82-6785



## 2月の休日納税窓口

▶開設日時 25日(日) 午前10時～午後1時

▶開設場所 町役場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)



## 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

2/29  
(木)

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年度 シルバーネット訪問事業

町内にお住まいの高齢者のお困りごとをお聞きしたり、各種制度やサービス等について案内を行ったりする「シルバーネット訪問事業」を実施します。

町から委託を受けた在宅介護支援センターの職員が個別訪問いたしますので、ぜひお気軽にご相談ください。

▶期 間 通年

▶対 象 お一人で生活されている75歳以上の方  
概ね80歳以上の高齢者のみの世帯

※原則として介護保険サービス等や町の高齢者福祉サービス未利用の方を予定しています。

▶その他 管理人等がいる集合住宅等、有料老人ホーム等は訪問対象外

※在宅介護支援センター職員は、身分証明書として所属する法人が発行する「職員証」を携行しております。訪問に際し不安な点や不審な点等がございましたら、担当係へご連絡ください。

☎ 下諏訪町 保健福祉課 高齢者係 ☎27-1111 (内線127)

## 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6年で44年目になります。税関をより身近なものと感じていただくため、税関パネル展を開催しますので、ぜひご覧ください。

▶期 間 2月8日(木)～2月14日(水)

▶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



☎ 財務省名古屋税関諏訪出張所 ☎58-5953

## 令和5年度 口腔衛生推進研修会 市民公開講座を開催します

講演「<sup>こうくう</sup>口腔ケアとがん治療の関係について」



講師 諏訪赤十字病院  
特殊歯科口腔外科 部長  
みやざわ ひでき  
宮澤 英樹 先生

最近、がん治療前、治療中、治療後の一連の期間に口腔ケアを行うことで、治療に伴う合併症・副作用減少、入院期間の短縮ができることが分かってきました。今回は、講師の先生に口腔ケアが、がん治療と密接に関わり、質の高い

がん診療の一翼を担っていること、また普段からの口腔ケアが、がん治療においていかに大切なかをお話いただきます。

▶日 時 令和6年3月9日(土曜日)

午後2時30分～ (開場：午後2時)

▶場 所 岡谷市カノラホール 大ホール

▶対 象 岡谷市、下諏訪町、近隣にお住まいの方または通勤通学している方

※入場無料・事前予約不要

※参加される皆様各自で体調確認をおこない、お越しくださいますようお願いいたします。



あかし れいま  
長野県民健口大使「朱紫 令真」さんの  
トークショーもあります

主催 岡谷下諏訪歯科医師会、岡谷市、下諏訪町、  
岡谷市地域包括支援センター、  
下諏訪町地域包括支援センター

☎ 下諏訪町保健センター ☎27-8384(代)



## 諏訪湖博物館・赤彦記念館

- ◇休館日 5日(月)・13日(火)・19(月)・26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(入館は午後4時30分まで)

### 企画展「癒しのアートKIZAN ～カワイイの原点、岩波其残～」開催中!

当館では下記の日程で企画展を開催しています。

- ▶開催期間 現在開催中～  
2月25日(日)
- ▶開催場所 特別展示室



いわたなみきざん ふみで  
岩波其残 (1815年～1894年)は文出村(現：諏訪市文出)で生まれ、生涯を通して俳諧、俳画の創作に力を注ぎました。その他にも多芸であった其残は絵画や染焼などの作品も残しています。現在開催中の企画展では、当館所蔵コレクションを一同に公開しています。ぜひご覧ください。

諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

## 下諏訪町立図書館

- ◇休館日 1日(木)・2日(金)・5日(月)・13日(火)・19日(月)・22日(木)・26日(月)
- ※図書館蔵書点検のため、1月30日(火)～2月2日(金)は休館します。
- ◇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(月) 午後2時～午後4時
- ▶上映作品 「離愁」(1973年)(字幕スーパー)  
ジョルジュ・シムノン原作。第二次世界大戦下のフランスを舞台に主人公とユダヤ人女性の切ない恋が描かれます。
- ▶場所 下諏訪町立図書館 2階会議室
- ▶参加費 無料



### 親子工作会

- ▶日時 2月18日(日) 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
- ▶参加費 無料



下諏訪町立図書館 ☎27-5555 ※状況によりイベントの内容は変更になる場合があります。ご了承ください。

## 下諏訪町 空き家情報バンク物件情報

令和6年1月1日現在

区	所在地	No.	賃貸等	条件等
第1区	矢木町	227	賃貸	木造平屋建 2.7万円/月
	湯田町	221	売却	木造3階建 2,800万円
第2区	湯田町	234	売却	木造3階建 1,800万円
	南四王1部	215	売却	木造2階建 990万円
第3区	広瀬町	216	賃貸	RC造3階建 7.0万円/月
	矢木西	226	賃貸	木造2階建 5.4万円/月
	東鷹野町	231	賃貸	木造2階建 6.5万円/月
	北四王	232	賃貸	木造2階建 3万円/月
	南四王	240	売却	木造2階建 690万円
第4区	久保海道	238	賃貸	木造2階建 5万円/月
	町屋敷	224	売却	木造2階建 670万円
第6区	秋倉	230	売却	木造2階建 300万円
	下屋敷	242	売却	木造2階建 900万円
	東山田	235	売却	木造2階建 498万円
第7区	星が丘	218	売却	木造平屋建 350万円
	星が丘	219	売却	木造2階建 457万円
	星が丘	228	賃貸	木造2階建 5.9万円/月
	星が丘	237	売却	木造2階建 450万円
第10区	五官	239	売却	鉄骨造+木造2階建 800万円
	五官	241	売却	木造2階建 1,344.6万円
	西豊	243	売却	木造2階建 2,300万円

※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最新情報は、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

星ヶ塔ミュージアム矢の根や 時計工房 儀象堂

### ひな人形を展示します

3月3日はひな祭りです。今年も、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 1階ロビー  
▶期間 2月中旬～3月下旬  
※無料でご覧頂けます。



ハッピー  
バレンタイン

チョコと一緒に、時計のプレゼントはいかがですか? ショップコーナーでは、時計以外に雑貨なども販売しております。ぜひ、ご来館ください。

- ※開館時間 午前9時30分～午後4時
- ※正面入口横：「足湯」午前10時～午後3時30分  
1階：売店・休憩コーナーはご自由にご利用いただけます。
- しもすわ今昔館おいでや ☎27-0001

広告

## 春の無料体験・見学開催中

- ヤマハ音楽教室(岡谷)
  - 1歳 2/27(火) 11:00～
  - 2歳 2/6・13・20(火) 10:00～
  - 3歳 2/18(日) 10:00～
  - 4・5歳 2/16(金) 16:10～
- ヤマハ英語教室(岡谷) 3歳 2/27(火) 17:10～

オグチ楽器個人レッスン  
★ドラム…火・水・木・金  
★ピアノ・エレクトーン…月～土  
★クラリネット・サクソフ…火・木  
★ヴァイオリン…木  
★ギター・ウクレレ…水・土  
★トランペット・チューバ…土



青春ポップス

2/7・21日(水) 14:00 見学

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



スマートフォン等から固定電話へ電話をおかけの際は、諏訪地域の市街局番 0266 を含めて発信してください。  
例) 下諏訪町役場 27-1111 → 0266-27-1111

### 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2日(金)
  - ①午後3時～/②午後7時～
- ★2月17日(土)
  - ①午前10時～/②午後1時30分～
  - ③午後3時30分～

定員各回6名の申込み制です。  
下記申込みフォームにアクセスしてお申し込みください。



<https://logoform.jp/form/N3wp/219788>

📍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6日(火)・13日(火)  
20日(火)・27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、とっても快適な空間です。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° ☎26-2626

### 子育てふれあいセンター ぽけっと

#### 2月の行事予定

- 5日(月) おはなしいっぱい
- 6日(火) ファーストブック
- 7日(水) 子育て講座①
- 13日(火) 0歳児ママ講座
- 14日(水) 子育て講座②
- 17日(土) 土曜開館
- 20日(火) ママ講座1・2・3
- 21日(水) 子育て講座③
- 26日(月) にこにこ講座



#### 行事内容

- ★7日、14日、21日(水)「子育て講座」  
具体的な子育てに関するスキルを学び、お子さんとの関係を築くための講座です
- ★13日(火)0歳児ママ講座「歯の磨き方について」
- ★20日(火)ママ講座1・2・3「お箸の持ち方」
- ★26日(月)にこにこ講座「スクラップブック」  
いずれも予約が必要です。下記までお問い合わせください

※詳細は町ホームページから「月の行事予定」をご確認ください。

📍子育てふれあいセンター ぽけっと ☎/FAX 27-5244



「消えてしまいたい」「家族・知人に死にたいと訴える人がいる」「身内が自殺して辛い」などの自殺に関する相談ができます。  
こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556  
平日(祝日・年末年始除く) 午前9時30分～午後4時、午後6時30分～午後10時30分(受付/午後10時まで)

### 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	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	
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	8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	16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	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 午前10時～午後3時
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	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。	住民環境課なんでも相談室 ☎28-3366

# ウェルワーク諏訪湖

一般財団法人 諏訪湖勤労者福祉サービスセンター



下諏訪・岡谷の事業所と商店の「福利厚生」をサポート!!

新規加入事業所・個人会員大募集 事業主及び従業員

お問合せ

☎24-3010

ウェルワーク諏訪湖

検索

- 入会金…300円/人
- 月会費…500円/人

広告

急な病気やケガで救急車を呼ぶか迷ったときには **看護師が** 緊急・重症の場合は迷わず **119番**  
 病院に行くか **アドバイスします**

**おとな** (概ね15歳以上) の場合は **#7119**へ

受付時間 平日 午後7時～翌午前8時 / 土日祝日 午前8時～翌午前8時

**子ども** (概ね15歳未満) の場合は **#8000**へ

受付時間 毎日 午後7時～翌午前8時



## 2月の休日当番医

- 休日・夜間緊急医療案内 下諏訪消防署 ☎28-0119
- 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・木曜・土曜・日曜 午後7時～午後9時) ☎54-4699

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(日)	諏訪マタニティークリニック 28-6100	ララ歯科医院(岡谷市) 21-1555	永田薬局 27-8123
11日(日)	イマムラ脳神経外科クリニック(岡谷市) 27-0019	小松歯科クリニック 28-0008	アイビー薬局(岡谷市) 26-1670
12日(月)	諏訪共立病院 28-2012	スマイル歯科医院(岡谷市) 24-0315	ひまわり薬局 26-7226
18日(日)	春山眼科医院(岡谷市) 21-2525	藤岡歯科医院(岡谷市) 22-2138	アイン岡谷薬局(岡谷市) 23-2808
23日(金)	高浜医院 28-3811	藤森医院歯科(岡谷市) 22-1829	イズミ薬局 28-0030
25日(日)	サツマ外科医院(岡谷市) 22-5180	しんえい歯科クリニック 27-7500	日本調剤岡谷薬局(岡谷市) 21-1175

## 2月の健康診査等

種別	日(曜日)	時間	場所
乳幼児健診	2 か月 (2023年 12月生)	27日(火)	保健センター ☎27-8384 
	4 か月 (2023年 10月生)	27日(火)	
	10 か月 (2023年 4月生)	16日(金)	
	1歳6か月 (2022年 7月生)	5日(月)	
	2 歳 (2021年 11月生)	14日(水)	
	3 歳 (2021年 1月生)	6日(火)	
心のほっと相談 ※要予約	15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	5日(月)・21日(水)	午前9時～午前11時	
産前・産後サポート事業 ※要予約	5日(月)	午前9時～正午	
ハッピーマタニティ教室 ※要予約	3日(土)・28日(水)	午前9時30分～正午	

## 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	日(曜日)	水道当番店	温泉当番店
3日(土)	(株)総建 28-8295	(有)諏訪冷熱 28-6462	17日(土)	杉村設備(株) 27-0575	小林住設 28-3527
4日(日)	松澤工業(株) 28-0919		18日(日)	(有)諏訪冷熱 28-6462	
10日(土)	(株)上條電設工業 23-5330		23日(金)	スワンシステム(有) 26-8866	
11日(日)	(株)親水工業 27-8399	(株)親水工業 27-8399	24日(土)	林組工業所 28-6383	林組工業所 28-6383
12日(月)	水道建設(株) 28-8139		25日(日)	(株)オスガ設備 27-6622	

☎【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

1年に1回は健康診断を受診して身体の状態をチェックしましょう!

**院内健診**

人間ドック・生活習慣病予防健診・婦人科検診(町クーポン対応)など、各種検診に対応いたします。(オプション検査も多数ご用意しております。)

**巡回健診**

検診車で事業所へお伺いし、法律に基づく健診を行います。内容等お気軽にご相談下さい。



**岡谷市民病院**  
OKAYA CITY HOSPITAL

令和5年度分  
予約受付中

**健診センター TEL.23-8050**

岡谷市本町4-1-33 [HP] <https://www.okaya-hosp.jp/>

● 諏訪地区小児夜間急病センター ●

# 運営終了のお知らせ

皆さまに支えられ運営してまいりました  
 諏訪地区小児夜間急病センターは、  
**令和6年3月31日**をもちまして、  
 運営を終了します。  
 17年間のご利用に感謝申し上げます。



## お子さんが夜間に体調を崩され、お困りのときは

### ▶ 長野県小児救急電話相談



局番なしの **#8000**

お子さんの夜間のけがや急病等の際、保護者の方が対処に戸惑うときや、医療機関を受診すべきかどうか判断が難しいときに  
 応急対処の方法や受診の判断について助言を行っています。  
 (https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/sodan/shonikyukyuu.html)

### ▶ ONLINE QQ こどもの救急



公益社団法人日本小児科学会により監修されているウェブサイトです。夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか、判断の目安を提供しています。  
 (http://kodomo-qq.jp)



お問い合わせ 諏訪広域連合事務局 企画総務課 TEL 0266-52-4141 内線 374

<https://www.union.suwa.lg.jp/>



## 私たちは長野県SDGs推進企業です

持続可能な開発目標を私たちの社会で拡げるため、町内企業の取組を紹介します。 県への登録順

### うごく蕎麦屋さん (宿泊業・飲食サービス業)



#### ●SDGs達成に向けた経営方針等

異なる3社の飲食店が集まって活動をしているキッチンカー事業です。私たちは、人と人(企業と個人を含む)を繋ぐ事を念頭に活動しています。使用する原料は八ヶ岳産そば粉100%にこだわり、地元味噌蔵の溜り味噌を使用し諏訪ならではの蕎麦を作り、地域社会の貢献をし、より良い商品とサービスでお客様の喜びに寄与しています。また、刻々と変わっていく世の中に対応しながら、時代に合わせた商品・サービスの提供に努めています。

#### ●重点取組

- ①使用する器やパック類は再生利用可能なものを使用。独自機械・技術の導入による、調理時の水量の削減
- ②地元契約企業からの食材の仕入れ
- ③3社共同販売による各店舗の宣伝



### 長野県SDGs推進企業とは?

企業活動等を通じて、SDGs(持続可能な開発目標)の達成に意欲的に取り組む県内企業等を登録・PRする長野県独自の制度です。

令和6年1月1日時点で2,153の企業が登録を行っています。

#### 登録企業を募集中!

長野県ではSDGs推進企業を随時募集中!登録企業は県のホームページに掲載され、登録マーク(右図)を名刺や自社ホームページに掲載して取り組みをPRすることが可能です。

下諏訪町でも、本記事にてPRを行います!ぜひご登録ください!



長野県SDGs推進企業登録制度や登録申請の方法についてはこちらから ※登録無料



問い合わせ: 下諏訪町 住民環境課 ゼロカーボン推進室 ☎27-1111(内線141)

**軽自動車**

車検 自賠責 オイル交換

自動車税 諸費用 マット・カバー

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!!**

**1.1万円**から

月々1万円から乗れる

**フラット7**

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)

KOYO 株式会社 光洋

**7大プレゼント!! 実施中!!**

カーナビ 充電器 ETCなど!!

1月1日現在 人口:18,823人(-14) 男性:9,080人(-1) 女性:9,743人(-13)  
 ( )内前月比 世帯数:8,740世帯(+10) ※住民台帳数値

下諏訪町ホームページ <https://www.town.shimosuwa.lg.jp>



広告の内容については広告主にお問い合わせください。 2024.2  
 ©印刷/中央印刷株式会社

広報 下諏訪町 発行 編集 下諏訪町 発行 編集 下諏訪町 発行 編集

生涯学習 下諏訪町教育委員会 発行 編集 下諏訪町 発行 編集 下諏訪町 発行 編集

社協だより 下諏訪町社会福祉協議会 発行 編集 下諏訪町 発行 編集 下諏訪町 発行 編集

月刊アクトアップ 2024.2