

月刊

クローズアップ

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

2021

7

No.216

2021.6.25発行

新聞紙で作る防災グッズ

ガールスカウトの日に合わせて、防災ネットワークしもすわから講師を迎え行われた防災講座で、新聞紙のスリッパやゴミ箱を作りました。

CONTENTS (内容)

公会所整備事業補助金にメニューを追加しました	2
健康ステーションマシン体験会開催 ほか	3
「避難情報のポイント」を確認しましょう	4
令和2年度新型コロナウイルス感染症対応 地方創生臨時交付金を活用した事業概要	6
選挙人名簿・住民基本台帳の閲覧状況	8
スワコエイトピークスミドルトライアスロン大会の延期	9
生涯学習	10
インフォメーション	16

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。

公会所整備事業補助金にメニューを追加しました

区や町内会が所有する公会所及び公民館の新築や増改築、改修などの整備を行う場合、予算の範囲内で以下の補助を受けることができます。

今年度から、停電時の機能強化を目的として、「蓄電システム設置事業」を補助メニューに追加しました。

内容、申請手続などの詳細については、総務課企画係までお問い合わせください。

【公会所整備事業補助金の対象事業】

補 助 対 象 事 業		補助率及び限度額
新築事業	更地に公会所を建てる事業	本体工事費の 5分の1以内とし、 500万円を限度
増築事業	既存の公会所の床面積を増加させる事業	
改築事業	既存の公会所の全部又は一部を除去し、用途、規模及び構造の著しく異なる公会所を建てる事業	
改修事業	既存の公会所の一部を修繕又は造り直す事業	
バリアフリー改修事業	既存の公会所の次に掲げる改修を行う事業 ・手すりの設置 ・段差解消 ・昇降機の設置 ・床等滑り防止のための素材変更 ・開き戸から引き戸への取替え ・和式便器から洋式便器への取替え	改修に要する経費の 2分の1以内とし、 200万円を限度
耐震診断事業	公会所の構造の安全性を評価する事業	診断に要する経費の2分の1以内
耐震改修事業	公会所が耐震改修の結果、地震に対して安全な構造となる事業	改修に要する経費で 200万円を限度
太陽光発電システム設置事業	公会所に太陽光発電システムを設置する事業	設備の設置に要する経費の 3分の1以内とし、100万円を限度
蓄電システム設置事業	公会所に蓄電システムを設置する事業	設備の設置に要する経費の 3分の1以内とし、100万円を限度
LED照明器具設置事業	公会所にLED照明器具を設置する事業	器具の設置に要する経費の 2分の1以内
冷房設備設置事業	公会所に冷房設備を設置する事業	設備の設置に要する経費の 3分の1以内とし、100万円を限度

昭和56年5月31日以前に建築された公会所で、下諏訪町地域防災計画に基づき、避難所に指定されている公会所の精密耐震診断及び耐震改修事業については、次のとおりです。

補 助 対 象 事 業		補助率及び限度額
精密耐震診断事業	建築物の耐震診断及び耐震改修の実施について技術上の指針となるべき事項の規定に基づき、地震に対する公会所の構造に関する安全性を評価する事業	国の補助金交付要綱に規定する避難所の補助対象経費の3分の2又は150万円のいずれか高い額を限度
耐震改修事業	精密耐震診断の結果、倒壊の危険性があると判断された公会所で、国の制度要綱に規定する避難所等の耐震改修に該当し、耐震改修の結果、地震に対して安全な構造となる事業	国の補助金交付要綱に規定する改修工事費の3分の2以内とし、200万円を限度

※補助を受ける場合は、工事の着手前に申請書や必要書類の提出が必要です。

※補助を受ける工事が完了したときは、実績報告書などを工事完了の日から30日以内、又は補助金の交付決定があった日の属する年度の3月末日のいずれか早い日までに提出していただきます。

※この要綱に基づき補助金を受けた公会所は、補助金を受けた日から3年を経過しないと新たに申請できません。

■ お問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係 ☎27-1111 (内線257)

広報

No.700

小さくてもきらりと
光る美しいまち

発行 下諏訪町
編集 総務課
情報防災係

〒393-8501
長野県諏訪郡下諏訪町4613-8
☎ 0266-27-1111
FAX 0266-28-1070
メール jyoho@town.
shimosuwa.lg.jp

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

健康ステーション マシン体験会開催



4月のプレオープンイベントでは71名の方にご参加いただき大好評だったイベントが7月に帰ってきます！



マシン体験会って？誰が参加できるの？

健康ステーションスタッフが各種マシンの使い方をご案内！実際に使って、試して、施設を知っていただく機会です♪対象は高校生以上の方です。参加費無料です。



有酸素系マシン



今後施設を使いたい場合は？

体験会では、利用者登録ができます。「これから施設を利用したい！」という方は、この機会に利用者登録をしていただくことで、次回の利用がスムーズになります。



筋力系マシン

マシン体験会

(各回定員6名/60分のマシン体験)

【開催日時】

◆7月28日(水) ①13:30～ ②16:00～ ③19:00～

◆7月31日(土) ①10:00～ ②13:30～ ③16:00～

【場 所】

◆健康ステーション(下諏訪町10616番地356)

参加を希望する方は、希望日と時間を決め、電話にてお申込みください。
先着順で受け付け、各回定員になり次第、締め切らせていただきます。

■ 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) ☎75-5546

令和3年度から新たな環境基本計画がスタートしました！

町の課題及び住民等の環境に対する取組状況等をふまえ、目指す環境の姿を実現するため、基本目標を設定しました。5月号に引き続きご紹介します。

基本目標② 豊かな自然と人が共生するまち<自然共生>

自然に順応し、自然と共生する知恵や自然観を培い、将来にわたりその恵みを得られるよう、自然の仕組みを基礎とする真に豊かな社会を目指します。



町が目指す環境の姿を実現するための環境施策にぜひご協力ください (詳細は町HPに掲載しています)

諏訪湖岸清掃・アレチウリ除去

下諏訪町諏訪湖浄化推進連絡協議会の協力により、毎月湖岸清掃を実施しています。アレチウリ除去も同時に行い、身近な水辺環境の保全に取り組んでいます。



農業の活性化

農産物即売会や農業祭、観光客への農産物の販売等を通じて、消費者である住民とのつながりを深めています。また、町民菜園としての遊休農地活用を促進します。



■ 問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 生活環境係 ☎27-1111 (内線142)



台風・豪雨等から身を守るために

「避難情報のポイント」を確認しましょう

町から発令される避難情報が変わります！

■主な変更点■

- ①警戒レベル4は「避難指示（緊急）」と「避難勧告」から「避難指示」に一本化されます。
- ②災害が発生・切迫し、警戒レベル4での避難場所等への避難が安全にできない場合に、自宅や近隣の建物で緊急的に安全確保をするよう促す情報を警戒レベル5「緊急安全確保」とします。
- ③早期の避難を促すターゲットを明確にするため、警戒レベル3の名称を「高齢者等避難」に見直します。

警戒レベル	状況	住民がとるべき行動	避難情報等	参考(これまで)
5	災害発生 または切迫	命の危険 直ちに安全確保	緊急安全確保※1	災害発生情報 (発生を確認した時に発令)
~~~~~ [ 警戒レベル4までに必ず避難！ ] ~~~~~				
4	災害の おそれ高い	危険な場所から全員避難	避難指示※2	・避難指示(緊急) ・避難勧告
3	災害の おそれあり	危険な場所から高齢者等は避難	高齢者等避難※3	避難準備・ 高齢者等避難開始
2	気象状況悪化	自らの避難行動を確認	大雨・洪水注意報 (気象庁)	大雨・洪水注意報 (気象庁)
1	今後気象状況 悪化のおそれ	災害への心構えを高める	早期注意情報 (気象庁)	早期注意情報 (気象庁)

※1：市町村が災害の状況を確実に把握できるものではない等の理由から、警戒レベル5は必ず発令されるものではありません。

※2：避難指示は、これまでの避難勧告のタイミングで発令します。

※3：警戒レベル3は、高齢者等以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたり、危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。



警戒レベル5はすでに安全な避難ができず  
命が危険な状況です。



危険な場所から警戒レベル3で〈高齢者等は避難〉  
警戒レベル4で〈全員避難〉しましょう。



避難先は小中学校・公民館だけではありません。  
安全な親戚・知人宅に避難することも考えてみましょう。

◇緊急時に身を寄せる避難先は、町が指定する指定避難所※4や指定避難場所※5、安全な親戚・知人宅など様々です。普段からどこに避難するか決めておきましょう。

※4：災害の危険性があり避難した住民等が一時的に滞在できる屋内収容施設。

※5：大規模災害時に一時的に避難できる屋外の施設として指定された町内の小中学校校庭・公園等。

# いざという時のために日頃から備えを

## 非常持出品・備蓄品の準備をしましょう！

### 【非常持出品】

～最低限そろえておきたいもの～

#### 備蓄食料

- 飲料水
- 非常食



#### 貴重品

- 健康保険証（コピー可）
- マイナンバーカード
- 現金（紙幣・硬貨）
- 通帳・印鑑



#### 日用品

- 携帯ラジオ
- 懐中電灯
- ヘルメット
- 軍手
- カイロ・冷却シート（寒さ・暑さ対策）
- 携帯電話充電器
- タオル
- ウェットタオル
- 歯磨きシート



#### その他

- お薬手帳
- 常備薬
- レスキューシート

#### 感染症対策用品

- マスク
- 体温計
- 消毒液
- 石けん
- 使い捨てビニール手袋



《各自状況に応じてご準備ください》

- アレルギー疾患の場合 …… アレルギーに対応した食品、常備薬など
- 赤ちゃんがいる場合 …… 母子手帳、粉ミルク・哺乳瓶、離乳食、紙おむつなど
- お年寄りがいる場合 …… 常備薬、流動食、介護用品など
- ペットがいる場合 …… ペットフード、トイレシート、ゲージなど

★非常持出品は、非常時すぐに取り出せる場所に保管しておきましょう。

★重すぎると避難の妨げにもなるので、最低限のものをリュックサックなどにまとめましょう。

### 【備蓄品】

～災害後に備えるためのもの～

#### 備蓄食料

- 飲料水
- 米
- 缶詰
- レトルト食品
- インスタント食品

#### 日用品

- カセットコンロ
- カセットボンベ
- ブルーシート
- トイレットペーパー
- ラップ・アルミホイル
- 救急セット
- ロープ
- 乾電池
- 新聞紙
- 簡易トイレ

#### 衣料品

- 着替え（下着）
- 防寒着



★備蓄品は災害発生から復旧までの数日間を支えるものです。できれば1週間分以上を準備。

## 食料品の備蓄は「ローリングストック」がおすすめです！

保存食だけが「備蓄」というわけではありません。

日頃から使っている食料品・生活必需品を少し多めに購入しておき、使ったら使った分だけ新しく買い足し、常に一定量の食材を家に備蓄しておく方法を「ローリングストック」といいます。

食料等を一定量に保ちながら、消費と購入を繰り返すことで、備蓄品の鮮度を保ち、いざという時にも日常生活に近い食生活を送ることができます。



## 必要な情報を自ら入手しましょう

### 防災気象情報

下諏訪町の防災気象情報について掲載しています。



### 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。



### 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。

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

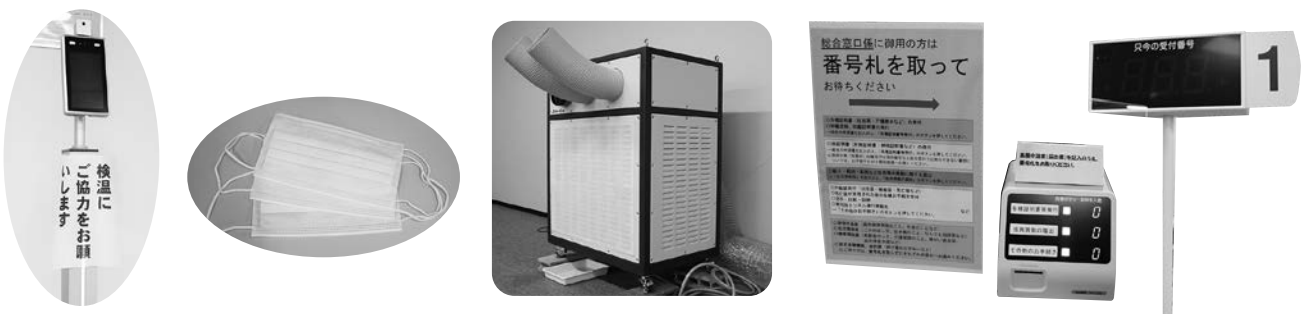
# 令和2年度新型コロナウイルス感染症対応 地方創生臨時交付金を活用した事業概要

新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するとともに、影響を受けている地域経済や住民生活を支援し地方創生を図るため、地方公共団体が地域の実情に応じてきめ細やかに必要な事業を実施できるように新たに創設された交付金です。

下諏訪町では、国の補正予算において3億4,787万1千円の配分があり、コロナ対策として活用させていただきました。令和2年度に新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金を活用した主な事業は以下の通りです。

## 1 マスク・消毒液の購入などの感染症対策

感染症対策用品供給事業	(福祉・介護施設や医療機関等へマスクや消毒液などの感染症対策用品を配布)	2,542千円
飛沫感染防止板設置事業	(飛沫感染等を防ぐため、庁舎窓口や公共施設にアクリルパーテーションを設置)	582千円
防災活動支援事業	(避難所におけるコロナ対策として、消毒液や間仕切り、移動式エアコン等を購入)	51,760千円
顔認証検温器設置事業	(感染症対策のため、利用者の多い公共施設に顔認証検温器を設置)	6,023千円
発熱外来設置準備経費負担事業	(岡谷市民病院に発熱外来を設置するための環境整備に係る経費を負担)	500千円
ハイム天白感染症対策事業	(ハイム天白での感染対策のため、換気設備の整備、オンライン面会システムを導入)	1,405千円
清掃センター感染防止対策事業	(町清掃センターの計量システムを改修し、対面による感染リスクの低減を図る)	4,675千円
小中学校トイレ改修事業	(衛生環境の改善を図るため、小中学校のトイレの洋式化を実施)	3,669千円
学童クラブトイレ改修事業	(衛生環境の改善を図るため、学童クラブのトイレの洋式化を実施)	495千円
学校給食衛生管理等改善事業	(安心安全な学校給食の配給を図るため、衛生機器及び給食用炊飯器などを更新)	3,300千円
受付番号呼出システム導入事業	(窓口での3密を避けるため、庁舎総合窓口へ受付番号呼び出しシステムを導入)	1,177千円
町内循環バス感染拡大防止対策事業	(町内循環バスあざみ号において、車内での密閉を避けるために換気設備を整備)	803千円
小児インフルエンザ予防接種助成事業	(生後6ヵ月から中学3年生までの児童を対象にインフルエンザの予防接種代を助成)	1,721千円
学校保健特別対策補助事業	(小中学校の感染症対策として、マスク・消毒液のほか感染対策に必要な備品を購入)	5,956千円



## 2 中小企業・小規模事業者等への支援

コロナ拡大防止協力企業等特別支援事業	(長野県と連携して、緊急事態措置等に伴い休業要請に応じた事業所に協力金を支給)	11,800千円
飲食店応援キャンペーン事業	(町内飲食店等のテイクアウト商品などを利用した場合、購入レシートと商品券を交換)	8,612千円
商工会議所地域経済対策支援事業	(飲食店応援事業、商連タイアップ売出事業、旅館ランチ日帰り入浴事業、旅館宿泊応援事業、個別相談会など)	2,000千円
制度融資信用保証料及び利子補給金事業	(コロナ禍における事業継続などを支援する信用保証料・利子補給金を拡充)	26,168千円
感染症予防対策製品等補助事業	(コロナ対策に必要な消毒液、非接触型体温計などの製品の購入に補助)	25,814千円
観光事業者等経営支援事業	(コロナの影響により経営状況が落ち込んでいる観光事業者等に対して支援金を支給)	18,197千円



飲食店応援キャンペーン事業については、第4弾が始まっています！  
町内飲食店で食べる、または持ち帰って食べたレシートを2,500円分集めて、特典と交換しましょう！

### 3 地域経済の活性化

プレミアム付商品券発行事業	(消費喚起を促し、地域経済の活性化を図るために、プレミアム付商品券を販売)	87,933千円
地域活性化事業 (産業フェア)	(落ち込んだ地域経済の活性化とまちなかの賑わいを創出する産業フェアを支援)	4,400千円
おんぱしら館誘客促進事業	(おんぱしら館よいさにおいて、コロナ対策を実施し、収束後の受入環境を整備)	1,730千円
観光誘客サイト構築事業	(地域の新たな魅力を伝えるため、国内及びインバウンド向けのホームページを充実)	7,000千円
観光誘客情報システム構築事業	(充実した観光情報の発信を行うため、門前ひろばの観光誘客情報提供システムを更新)	9,515千円
水辺空間活用事業	(停滞した地域の賑わいを創出するイベントに必要なテントやステージなどの購入)	7,100千円
あざみ館指定管理者支援事業	(あざみ館における、業務再開に向けた準備や、誘客に向けた取り組みに対する支援)	700千円
赤砂崎公園車中泊旅行施設等整備事業	(赤砂崎公園に車中泊用電源や3on3コートを整備し、3密を回避したレジャーを提供)	10,758千円



### 4 生活に困っている人々への支援

子育て応援商品券発行事業	(臨時休校等による子育て世帯の経済的負担を支援するための商品券を配布)	33,131千円
小中学校就学援助事業	(コロナ禍において経済的に困っている児童生徒を持つ家庭に対し、就学援助金を拡充)	4,862千円
がんばれ！未来を担う学生激励事業	(町外で親元を離れ懸命に生活をしている学生等に地域産品(激励品)を送付)	1,950千円
消費生活相談体制強化事業	(コロナに便乗した悪質商法等の被害を防ぐ広報や被害防止対策電話機等の購入へ補助)	530千円
コロナ支援制度紹介事業	(コロナに伴う支援制度について概要や申請方法等を一覧表で紹介するチラシを作成)	121千円



新型コロナウイルスに関連し、ワクチン接種に関する特殊詐欺の電話も全国で相次いでいます。不審な電話には十分注意してください。

### 5 情報発信の強化・デジタルトランスフォーメーションの推進

テレビ会議等環境整備事業	(遠隔会議や遠隔面接等の新しい生活様式に対応するためテレビ会議用パソコンを配備)	538千円
庁舎内公衆無線LAN環境整備事業	(庁舎や文化センターにWi-Fiを整備し、来庁者や観光客等への情報発信を強化)	2,972千円
公共施設予約システム改修事業	(情報化の推進を図るため、公共施設予約システムを利便性の高いシステムに改修)	9,900千円



### 6 学校の臨時休業等を円滑に進めるための環境整備

学校給食提供事業	(小中学校臨時休校中の登校日において、児童生徒に対して給食を提供)	1,727千円
修学旅行延期に伴う追加費用補償事業	(コロナによる影響で延期となった修学旅行の行程変更に伴うキャンセル料を負担)	360千円
児童生徒の端末等整備事業	(文部科学省GIGAスクール構想の実現に必要な1人1台のパソコンを整備)	29,810千円
外国人児童・生徒支援事業	(臨時休校による学習の遅れに対応するため、日本語指導を行う相談員を配置)	2,030千円
子ども・子育て支援交付金事業	(小学校の臨時休校中における学童クラブ開所に伴い、支援員の体制を拡充)	1,228千円
公立学校情報機器整備事業 (遠隔学習)	(小中学校の臨時休校等に伴う遠隔学習に必要な学習通信装置等を配備)	128千円
公立学校情報機器整備事業 (GIGA支援員)	(GIGAスクール構想の実現に伴い、専門的な知識を持つICT支援員を配置)	16千円
学校臨時休業対策補助事業	(小中学校の臨時休校に伴う学校給食のキャンセル分を町が負担)	472千円



■ 問い合わせ 下諏訪町 総務課 財政係 ☎27-1111 (内線265)

# 選挙人名簿・住民基本台帳の閲覧状況

公職選挙法及び住民基本台帳法により「選挙人名簿抄本」と「住民基本台帳」の閲覧は、公共・公益目的等で使用する場合に限定され、毎年度閲覧状況を公表することが定められています。ここでは令和2年度の閲覧状況を公表します。



## ●選挙人名簿（令和2年度選挙人名簿抄本の閲覧状況を公表します。）

申出者の氏名	利用目的の概要	閲覧日	閲覧に係る選挙人の範囲	申出者が法人である場合にあっては、その主たる事業所の所在地
有限会社エフワイエル 取締役 五反田 徹	調査研究 政治・選挙に関する世論調査 「令和2年度県政モニター」抽出のため (長野県企画振興部広報県民課からの受託による)	令和2年5月8日	全ての投票区から92人	松本市蟻ヶ崎台 24-3
自由民主党 長野県第四選挙区支部 支部長 後藤 茂之	政治活動 直近の選挙人状況の把握	令和2年7月20日 他6日間	全ての投票区	諏訪市上川 3-2212-1
一般社団法人 長野県世論調査協会 会長 小坂 壮太郎	調査研究 政治・選挙に関する世論調査 ①「豪雨災害への備えは」 ②「コロナ禍 現状と課題」のため	令和2年8月28日	第4投票区から20人	長野市南県町 680-5 信毎別館4F
協同組合長野シーアイ 開発センター 代表理事 相馬 豊恒	調査研究 政治・選挙に関する世論調査 「人権に関する県民意識調査」対象者抽出のため (長野県県民文化庁・男女共同参画課からの受託による)	令和2年9月8日	全ての投票区から20人	長野市大字西長野 2番地4
自由民主党 長野県第四選挙区支部 支部長 後藤 茂之	政治活動 直近の選挙人状況の把握	令和2年9月16日 他2日間	全ての投票区	諏訪市上川 3-2212-1
下諏訪町議会議員 増沢 昌明	政治活動 直近の選挙人状況の把握	令和2年9月29日	第1・2・5・8・9・10 投票区	
下諏訪町議会議員 松井 節夫	政治活動 直近の選挙人状況の把握	令和2年10月13日	第3・11・12・14 投票区	
下諏訪町議会議員 金井 敬子	政治活動 直近の選挙人状況の把握	令和2年10月16日	第3・4・6・7・8・13 投票区	
朝日新聞東京本社 世論調査部長 宮崎 太介	調査研究 政治・選挙などに関する世論調査 「世論調査の対象となる有権者を選ぶため」	令和2年10月26日	第2投票区から10人	東京都中央区 築地5-3-2
一般社団法人 長野県世論調査協会 会長 小坂 壮太郎	調査研究 政治・選挙に関する世論調査 ①「環境と暮らし2021」 ②「シリーズ調査「われら信州人～家族編Ⅴ」のため	令和3年3月12日	第5投票区から20人	長野市南県町 680-5 信毎別館4F

■ 問い合わせ 下諏訪町選挙管理委員会（下諏訪町総務課内） ☎27-1111（内線255）

## ●住民基本台帳（令和2年度の住民基本台帳の閲覧状況を公表します。）

### ・国又は地方公共団体の機関による閲覧状況

申出者の氏名	請求事由の概要	閲覧日	閲覧対象範囲
自衛隊長野地方協力本部 茅野地域事務所長	自衛官募集業務（自衛隊法第29条 第1項、同第35条）	令和2年4月21日～22日	平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの男女 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの男女
自衛隊長野地方協力本部 茅野地域事務所長	自衛官募集業務（自衛隊法第29条 第1項、同第35条）	令和3年2月24日	平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの男女 平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの男女

### ・個人又は法人による閲覧状況

申出者の氏名	利用目的の概要	閲覧日	閲覧対象範囲
区長会長 数納 隆利	地域住民の福祉向上に寄与する活動	令和2年5月15日	昭和21年3月31日までに生まれた男女
奥山 加蘭	昭和19年東南海地震に関するアンケート	令和2年7月15日	大正5年3月31日から昭和13年4月1日までに生まれた男女（80歳以上）
（一社）中央調査社	メディアがどのように利用されているかをたずねる調査	令和2年8月26日	平成16年9月末までに生まれた男女（16歳以上） 10区の一部

■ 問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 総合窓口係 ☎27-1111（内線134）

# スワコエイトピークス ミドルトライアスロン大会は 開催を延期いたします。

誰もが、心から安心して参加できる大会であるために。

6月26日(土)に開催を予定し、ここまで準備を進めて参りました「スワコエイトピークスミドルトライアスロン大会」は、誠に残念ながら開催を延期することと決定いたしました。新型コロナウイルス感染拡大収束への見通しが立たない中、地域の皆さまの安心と安全の確保を最優先にすべきと考えての判断です。新しい日程につきましては、地域の皆さまや関係する団体の皆さまと協議の上決定し、改めてお知らせいたします。

私たち実行委員会は、地域に根差し未来につなげる記念すべき第1回大会を、選手やそのご家族、そして地域の皆さまに心から安心して参加し楽しんでいただける大会とすることをお約束いたします。そのために与えられた期間を有効に活用し、ご協力いただいている多くの皆さまとともに、これまで以上に知恵を絞り、地域の皆さまとともに心から喜び合える大会の実現に向け、引き続き準備を進めてまいります。どうかご支援とご協力をいただけますよう、何とぞよろしくお願いいたします。

諏訪湖周・ハケ岳山麓トライアスロン大会  
(スワコエイトピークストライアスロン大会)実行委員会

大会長 金子 ゆかり  
実行委員長 岩波 寿亮



関わる全ての方に「参加してよかった」と  
必ず思っただけの大会にして参ります。

**SUWAKO  
PEAKS**  
MIDDLE TRIATHLON  
Technical support by Epson

☎ **0266-78-6996** 電話受付  
平日 9:00~16:00

実行委員会事務局 | 諏訪市高島3-1323-1(長野日報社内)

▶ 最新情報は公式 web サイトへ [スワコエイトピークス](#)

<https://suwako8peaks.jp>



# 生涯学習

No.566

かおり高い  
文化のまち

## 宝物のような時間

クローズアップしもうわ

生涯学習編集委員

林 はやし  
美奈 みな



『こんな事が起こるなんて』  
突然届いた聖火ランナー決定の知らせに、思わず口にしたのがこの言葉でした。嬉しく夢のような瞬間でした。当日見るであろう風景を思い浮かべワクワクしていた矢先、オリンピックが延期に。『こんな事が起こるなんて』同じ言葉なのに、こんなに

も状況が違うなんて…楽しみにしていただけに心が折れそうになりました。

その後、世の中が、自分自身の生活が大きな波に飲み込まれ、まさに『こんな事が起こるなんて』の連続。目に見えぬものに怯えオリンピックどころではなくなりました。

再び聖火ランナーの連絡が届いた時も喜びよりむしろ戸惑いでした。こんな状況で、多くの声を耳にする中「聖火リレーができるのか、走ってもいいのか？」正解が何かわからず、鬱々とした日々を過ごし悩みに悩みました。けれど「走りたいか？走りたくないか？」と聞か

れたら「やっぱり走りたい！幸運にも聖火リレーに関われることができるのだから精一杯笑顔で走ろう！仲間と一緒にボートに乗った時の様に楽しもう」と思うようになりました。

迎えた当日。満開の桜の下、高校のボート部後輩から受け継いだ聖火を手に走れることが、そこにいる誰もが笑顔でいてくれることが嬉しくて…これ



ボート部後輩から聖火を受け継いで

だったんだ。私が見たかった、私待ち望んでいた風景は。感謝と感激の数百メートル、時間にしてわずか数分の出来事でした。沿道の皆さんの笑顔を見た

時「感動したよ、元気もらったよ」と声をかけていただいた時やっとなの中でのモヤモヤが晴れ、走って良かったんだ！と心から思うことができました。

無事に安全にと力を尽くしてくださった運営の方々、恩師、友達、家族、多くの方々に支えられて走ることができました。人生で『こんな事が起こるなんて』。宝物のような時間をありがとうございました。



他のランナーと記念撮影

# まずはアクション！ヤツテミレバ

合同会社chiko (ちおこ) (御田町)

今野 (こんの) 由香里 (ゆかり)



理想の地域のイメージ図

昨年の4月に地域おこし協力隊の任期を終え、協力隊の同期であった綿引遥可さん^{わたひきはるか}と会社を設立しました。「合同会社chiko (ちおこ)」です。この名前は地域おこし協力隊の時に感じた地域への想いを引き継ぐとともに、地域を小さくおこす、そして地域で「なにかやろう！」とと思っている人の「黒子」の役割を担いたいという意味が込められています。

私たちには理想の地域のイメージがあります。「こんな地

域になったらいいな」、「こんな人や関係が増えたらいいな」が詰まった私たちの6つの理想をご紹介します。

① **みんなしあわせ八方良し**  
「自分は幸せだけど、誰かが幸せではない」ということはしたくありません。老若男女、誰もが幸せな地域であること。

② **モノも気持ちもめぐりあい**  
「あの人が作ったモノだから買いたい」という思いが地域に

沢山あったら、モノも気持ちもそしてお金も、気持ちの良い循環ができるはず。そんな経済循環のこと。

③ **つながりが生むおたがいさま**  
差し入れやおすそ分けをしてあげたくなったり、声をかけなくなったたり。干渉するのではなくて、おたがいさまのちょうど良い関係性のこと。

④ **そのままでもいいフツウも強み**  
自分が思う「フツウ」は違う人から見たら「スゴイ！」事かもしれない。活かすことができる！ということ。

⑤ **できることから小さくおこす**  
おこすということは「活かしてよりよくしていく」ということ。今あるモノや思いを、できることから育てていく。小さな力で物事は少しずつ変えることができる



小商い講座の仲間達

きること。

⑥ **まずはアクション！ヤツテミレバ**  
思い描いても、考えても、悩んでも、失敗するか、成功するかはやってみないとわからない。失敗をおそれないチャレンジ精神でまずは行動してみよう！ということ。

これら6つは自分自身の「こういう暮らしや働き方をしたい」という理想でもあります。メイン事業の「連続講座小商いヤツテミレバ！キャンプ」では自分の「ヤツテミレバ！」が試せる場所。そこに集った仲間

に刺激を受けながら、私自身も「ヤツテミレバ！」と、暮らしも仕事もチャレンジを続けていきたいと思っています。



ヤツテミレバ！を試せる場

# 「張り替える」という選択肢を

椅子張り店 Z a t o w a ざとわ (南四王) 北澤 きたざわ 佳奈子 かなこ



2016年8月、南四王で空き家となっていた工場を借りて、椅子やソファの生地を張り替える、椅子張り店「Zatowa (ザトワ座と輪)」をオープンしました。

座面や背もたれの生地の傷みだけでなく、クッションの弾力性の低下、バネやゴムの劣化によって座り心地が悪くなった椅子やソファの修理を専門としています。

張り替えの仕事は、日々異なる

形の椅子やソファに向き合い、その一つ一つに持ち主の思いがあつてとても面白い。そして、どこまでいってもアナログの仕事です。針や釘を一つ一つ抜き、一枚ずつ鋏で裁断し、一针ずつミシンで縫い、時には手縫いし、また一つずつ針や釘で張っていく。あまり知られていない職業ではありますが、ここにも椅子はあり、その椅子を張った人は必ずいるのです。

20代で転職し、いずれは独立したいと始めたこの仕事。京都



の椅子張り会社へ勤め、下諏訪で起業し、気がつけば椅子張り職人として10年の月日を過ごしています。職人と名乗るにはまだまだだなと思うことも多く、毎回はじめましての椅子達に日々正座です。

諏訪地域は交通の便もよく、県内に限らず近隣県よりご依頼いただくことも増えてきました。当店ではお客様にご予約いただき、直接椅子を持ち込んでいただき、直接椅子を持ち込んでいただくので、そんな遠方から来られたお客様へ下諏訪の観光地や飲食店をご紹介できることを、とてもうれしく思っています。

知っている人が誰もいなかった開業当初、この先どんなことがあってもこの諏訪湖の美しい景色を見ればまた立ち上げられると思い、この場所で開業すること

とを決めました。あれから5年が経ち、多くの仲間や友人ができ、ご近所の皆さんや町の皆さんにあたたかく見守っていただけていることに、とても感謝しています。

簡単に色々なものが手に入る時代になり、ものはあふれ、世の中には新しく安く買える家具たちが増えました。この便利さはこの先もそう変わることはないかもしれませんが、世界で一番小さな居場所である椅子を、その人にとって心地よい場所にしたい。愛着はあるけれど、汚れたり、破れたりして使えなくなった椅子を持っている方に、今の時代に合う形で再生できると



2018年7月展示会の様子

## 下諏訪町でのものづくり

あんず木工房（御田町）

みやがわ  
宮川

あずみ  
杏澄



今から12年前、私は木工房への就職がきっかけで下諏訪町に移住しました。今の場所があんず木工房になる前も別の方が運営する木工房でした。そこで3年ほどお世話になった後、同場所に「あんず木工房」をオープンしました。当工房は主に木製家具と木の食器を扱う木工房です。お客様から「ここへ置く棚が欲しい」「お子様のお祝いで木のお椀が欲しい」などご依頼いただいたものを制作したり、家具のがたつきなどの修理をお

受けしたりしております。少しでも暮らしに寄り添う仕事をしたいと思い、木工道具の刃研ぎの技術を活かしてご家庭の包丁研ぎも承っております。

工房には併設されたお店があり、ここで作られた木のコップやトレイなどを販売しております。

オープン当時の商店街は地元の方々の、町を元気にしようという様々な活動により空き店舗



軽くて割れない木製のコップ



四ツ角駐車場の近くです  
気軽にお入りください

ゼロを達成して間もない頃でした。私はその活動のおかげで下諏訪町にご縁ができた今の生活を送っています。

学生時代の多くを東京で過ごした私ですが、もともと両親が長野県の出身ということもあり下諏訪町での暮らしはゆったりしていてホッとします。

下諏訪でお店を開いて私が喜びや楽しさを感じることは、お客様から下諏訪町での思い出話が聞けること。繰り返し旅行に来てくれる人や、生活の一つの拠点としてずっと通い続けてくれる人がいるって、とても素敵なことだと思います。歴史や文化、温泉、老舗の宿、おいしい

和菓子屋、細い小道。去年は無かった新しいお店。そんな下諏訪町の魅力と地元の方々の温かさが素敵なご縁を作り続けているのだと日々感じます。

木製品は職人の技術と使い手のお手入れ次第で、何十年と暮らしを支え続けます。下諏訪町でものづくりをしていると、私が作るものも、誰かの思い出が詰まった存在になってくれたらと願わずにはられません。

これからも町やものを通して出会えるご縁を楽しみに、手を動かし続けたいと思います。



工房で作ったものは店内でも展示、販売しています

◎下諏訪図書館7月の休館日は、広報17ページをご覧ください。

# 信州で愛されてきた郷土食「塩丸イカ」

＼ 町屋敷の柳澤さんに伺いました /



海の遠い中部地方『塩の道』と呼ばれる交易路が発達していました。古くから塩を運ぶために、日本海や太平洋から巡らされた道です。

塩は貴重品ですが、何か漬け込んで一緒に運んだ方がより商品価値も高くなるため、江戸時代中期から『塩丸いか』が作られるようになったと言われています。市販のものは1～2時間は水にさらし、十分な塩抜きをして使います。自宅で作る塩イカは、塩抜きをしないでそのまま使えます。



## ◆ 塩（丸）イカの作り方

（保存性も高く、美味しい塩（丸）イカは自宅でも作れます）

- ① 冷凍イカの場合まず解凍し、わたを取り除き、皮をはぐ。
- ② お湯を50度程度に沸かし、イカを入れて、ゆっくりかき回す。
- ③ 5分位様子を見ながらかき回し、手で押して弾力が出てきたら、氷水に入れ冷ます。
- ④ 冷めたらザルに上げ、水気をきる。
- ⑤ イカの胴体の中・外・下足に軽く塩を振る。  
（フリーザーパックに入れ空気を抜き冷凍しておく、と、解凍後すぐ使える）

### レシピ1

#### 塩イカサラダ

【材料】 塩丸イカ …………… 2杯  
キャベツと白菜 500g キャベツだけでもOK  
キュウリ …………… 1本  
ミョウガ …………… 1本  
ニンジン …………… 1/2本  
ショウガ …… 少々  
ゴマ …………… 少々  
味の素 …………… 少々  
ゴマ油 …………… 少々

- ① 塩丸イカを塩抜きして1cmくらいの短冊切りにする。
- ② 白菜、キャベツを短冊切りにする。
- ③ キュウリを輪切りにする。
- ④ ミョウガ1本、ニンジン1/2本、ショウガ少々は千切りにし、塩もみする。
- ⑤ しっかり水切りをした①②③④に、ゴマ、味の素、ゴマ油を入れて味を調える。  
手でギュッと水気を絞り合わせる。



### レシピ2

#### 塩イカのマヨネーズ和え

【材料】 塩丸イカ …………… 1杯  
ミニトマト …………… 10個  
キュウリ …………… 1本  
マヨネーズ …… 大さじ3  
コショウ …………… 少々

- ① 塩丸イカを塩抜きして1cmくらいの短冊切りにする。
- ② ミニトマトを好みのサイズにカットする。
- ③ キュウリを輪切りにする。
- ④ ①②③をマヨネーズとコショウで和える。



【材料】	塩丸イカ	2杯	ニンニク	1かけ
(3人前)	ジャガイモ	中2~3個	コンソメの素	2個
	ニンジン	小1本	黒コショウ	少々
	玉ねぎ	中2~3個	塩	少々
	トマト	中1個	水	4カップ
	セロリ	1/4本		

- ① 塩丸イカを短冊切り(3×6cmくらい)にし、下足は食べやすく切る。
- ② ジャガイモ・玉ねぎ・トマトはそれぞれ1個を4つに分け、ニンジンは一口大に切る。
- ③ フライパンに油をひき、ニンニクを炒めてから切った野菜を入れさっと炒める。
- ④ 炊飯器に、水と①③とコンソメを入れてスイッチON。40分したら電源を切り20分蒸す。
- ⑤ 煮えたら、塩・コショウで味を整える。★市販の『塩丸イカ』を使う場合は、塩は無くても大丈夫です。



## 教育委員会からのお知らせ

### 町民大学 下諏訪を学ぶ②



演題

## 「さあ御柱だ 楽しもう 歴史と楽しさを木遣りと共に」

講師：小松 直人 先生 (下諏訪町観光案内所長)

日時：7月18日(日) 午後1時30分～午後3時00分

会場：文化センター小ホール ※当日受付(受講料100円)

みずのえとら

来年 壬寅年、天下の大祭御柱祭です。諏訪の人々は御柱と共に歩んでいます。様々な神事や行事、それに独特な生活習慣もあります。私は寅年に生まれ、7歳より御柱に参加し、御柱になくってはならない木遣りを奉仕させていただきました。多くの出会いやドラマと思い出いっぱいの御柱人生は私の宝物です。御柱の流れに沿って木遣りも披露しながら歴史と楽しさを伝えます。

### 町民大学 下諏訪を学ぶ③



演題

## 「世界の柱立て祭」

講師：高見 俊樹 先生

(一般社団法人大昔調査会代表理事・諏訪市文化財専門審議会委員)

日時：8月8日(日) 午後1時30分～午後3時00分

会場：文化センター小ホール ※当日受付(受講料100円)

諏訪の「おんばしら」は原始性が感じられる不思議なお祭りです。しかし、世界には実に多様な「柱立て祭」が存在します。また、日本列島各地の古い時代にも、「柱立て祭」的なものが多くあったことが分かってきました。次の御柱祭が間近に迫った今日、民族映像や写真を見ながら、広い視野から柱立て祭の不思議に迫ります。

## 就職・職場の悩み相談窓口のご案内

若者の就職に関する悩み、職場の悩みを相談してみませんか。夜間・休日やメールによる個別相談を受け付けています。

### 【若者のための夜間・休日相談】

- ◇利 用 事前に電話にてお申し込みください。  
基本は夜間・休日に個別相談を受け付けていますが、場合により日程や会場を調整します。オンライン・電話による相談も可能です。(約50分/人)

### 【若者のためのメール相談】

- ◇利 用 ジョブカフェ信州のホームページから、24時間受付。ホームページ下部の「ネットで相談」からご相談ください。

※相談はいつでも無料

- ※対 象 ①就職希望の方、職場の悩みをお持ちの方  
(44歳までの方)  
②ご家族の方

問 若年者地域連携事業推進センター ☎0263-27-5010

## サマージャンボは、PCやスマホからもインターネット購入できます！

### 「今年のサマージャンボ宝くじは、 1等・前後賞合わせて7億円！」

1等 5億円×23本

前後賞各 1億円×46本

※当せん本数は発売総額690億円・23ユニットの場合

### 「同時発売のサマージャンボミニは、 1等・前後賞合わせて5,000万円！」

1等 3,000万円×28本

前後賞各 1,000万円×56本

※当せん本数は発売総額210億円・7ユニットの場合

★発売期間：令和3年7月13日(火)～8月13日(金)

★宝くじの収益金は、長野県の販売実績により配分されますので、長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

## 7月の休日納税相談

- ◇開設日時 11日(日)・25日(日)  
午前10時～午後1時  
◇開設場所 町庁舎2階 税務課窓口  
◇内 容 税金等の納付及び納税相談(納税猶予等)

問 下諏訪町 税務課 収納係 ☎27-1111(内線236・237)

## 7月の税金等納期限・口座振替日

- ◇固定資産税 2期分  
◇国民健康保険税 4期7月分  
◇後期高齢者医療保険料 4期7月分  
◇温泉使用料(6月使用分) 7月分  
◇介護保険料 4期7月分  
◇保育料・給食費 7月分  
◇水月霊園管理料 年間使用料

8/2  
(月)

## 介護職員初任者研修受講支援事業について

### ～介護研修を受講して社会で活躍しませんか～

介護に関する基礎知識や技術を習得するために介護職員初任者研修を受講された場合、受講料の一部を助成します。

#### ◇助成対象者

現在ご家族の介護をされている方、またはご家族を介護した経験を生かして社会で活躍しようとする方

#### ◇助 成 額 5,000円

#### ◇必 要 書 類

介護職員初任者研修を受講した際の領収書

問 下諏訪町 保健福祉課 高齢者係 ☎27-1111(内線127)

## フードドライブしようin下諏訪

フードドライブとは、支援を必要としている人々や福祉施設等へ届けるために、家庭で利用されずに眠ってる食品を持ち寄る運動です。

3月に開催したフードドライブでは、約173kgの食品が集まり、こども食堂や社協を通じて、各ご家庭・団体へお届けすることができました。ご協力いただきました皆様、誠にありがとうございます。

次回につきましても、引き続き感染予防対策に努めた実施を予定しておりますが、状況により延期や中止とする場合があります。

◇日 時 7月31日(土) 午前10時～正午

◇場 所 下諏訪町高齢者能力活用センター  
(文化センター北側・商工会議所斜め前)

※活動についての詳細はお問い合わせください。

問 下諏訪フードドライブの会 増沢 ☎080-1022-9013

## 諏訪圏青年会議所からのお知らせ

～笑いあり♪涙なし♪笑顔でつくる男女参画の諏訪圏(まち)づくり～

男女共同参画社会の実現に向け、女性活躍の必要性をテーマに、進行役をお笑い集団NAMARAの江口歩氏、パネラーに諏訪市長の金子ゆかり氏や前副知事の中島恵理氏等を迎えディスカッションとグループワークを行います。

会場参加の他、WEB参加も可能です。

◇日 時 7月11日(日) 午後1時～  
(受付開始 午後12時30分)

◇場 所 RAKO華乃井ホテル2階パルケ  
(諏訪市高島2-1200-3)

◇定 員 会場参加50名、WEB参加30名

◇託 児 未就学児～小学6年生(先着10名)  
※予約時にお申し出ください。

◇その他 ・参加費無料  
・参加及び託児は事前予約制  
登録フォームは2次元コードからお願いします。



問 諏訪圏青年会議所(担当:倉嶋) ☎080-5109-4759

㊤ 余分には買わない、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！

諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

◇休館日 7月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26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)

企画展「今井邦子を取りまく人々」開催のお知らせ

今井邦子文学館にて企画展「今井邦子を取りまく人々」を開催します。企画展では、博物館で収蔵している今井邦子宛の手紙や邦子からの手紙などを紹介し、周りの人々との関わりや邦子の人柄について探ります。  
 ◇期 間 令和3年6月26日(土)～9月26日(日)  
 ◇場 所 今井邦子文学館 2階展示室  
 ※新型コロナウイルス感染拡大防止対策について(お願い)  
 ・手指消毒・マスク着用をお願いします。  
 ・密集状態を防ぐため、入館制限を行う場合があります。  
 ・感染拡大状況により、事業の一部を変更又は中止とします。

令和3年度 邦子忌についてのお知らせ

毎年、7月に実施しております「邦子忌」につきましては、今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、関係者による式典のみの縮小開催といたします。

下諏訪町立図書館 ☎27-5555

◇休館日 7月5日(月)  
 ◇臨時休館 7月12日(月)～7月26日(月)  
 ◇開館時間 午前9時30分～午後7時(火～金)  
 午前9時30分～午後6時(土日祝)

※図書館照明設備改修工事のため、長期休館となり、当初の図書館カレンダーと休館日が変更になっています。ご不便をおかけしますがご理解ご協力くださいますようお願いいたします。また、工事の状況により休館期間が変更になる場合があります。

☆20冊貸出実施中☆

長期休館前の6月29日から7月11日の間は、お一人20冊まで図書をご利用いただけます。是非ご利用ください♪

◎親子工作教室◎

◇日 時 7月3日(土)  
 午前10時30分～11時30分  
 ◇場 所 下諏訪町立図書館 2階 会議室  
 ◇内 容 七夕にまつわるおはなし会と  
 工作を親子で楽しみましょう♪  
 お気軽にご参加ください。  
 ◇参加費 無料



下諏訪町空き家情報バンク物件情報

令和3年5月31日現在

区	所在地	No.	賃貸等	条 件 等
第2区	新町上	189	賃貸	木造2階建 月3.5万円
第3区	西鷹野町	167	売却	木造2階建 780万円
	南四王	173	売却	木造2階建 1,150万円
	西鷹野町	177	売却	木造2階建 1,100万円
第4区	上久保	161	売却	木造2階建 300万円
	武居南	184	売却	木造2階建 1,300万円
第5区	北高木	176	売却	木造2階建 1,560万円
	東高木	188	売却	その他2階建 1,280万円
第9区	星が丘	171	売却	木造2階建 300万円
	星が丘	178	売却	木造2階建 450万円
	星が丘	186	売却 賃貸	木造2階建 売却 610万円 賃貸 月4万円
第10区	本郷	157	売却	木造2階建 1,200万円

※情報は町ホームページでもご覧いただけます。  
 ※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。

☎ 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

◆夏休みの自由研究に「時計作り体験」を!◆

時計工房儀象堂では、時計作りを体験することができます。夏休みの思い出に、一研究に、時計の仕組みを楽しく学んでみませんか。この機会に自分だけの時計を作ってみましょう!

◇費 用 腕時計：お問い合わせください  
 置時計：2,500円(税込)～  
 ※別途入館料がかかります。

★体験は毎日行っています。お気軽にお立ち寄りください。

★ご予約も随時受け付けています。どうぞご連絡ください。



*開館時間 午前9時～午後5時  
 *正面入り口横：足湯(午前10時～午後3時)、1階：売店・休憩コーナーはご自由にご利用いただけます。

一般財団法人 諏訪湖勤労者福祉サービスセンター  
**ウェルワーク諏訪湖**



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

●入会金…300円/人 ●月会費…500円/人

☎24-3010

ウェルワーク諏訪湖

検索

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

## 健康ステーション

## ★マシン体験会の様子★

初めてマシンを使用する方でも安心!  
7月のマシン体験会は2日間開催します。夏の暑さに負けない体力作りを始めてみませんか?

筋力系マシンは  
負荷調整も簡単!



有酸素系マシン  
で歩く・走るが  
自由自在!

☎ 健康ステーション ☎75-5546

## 健康フィールド

## 屋内フィールド

## ★気になる利用用途は?★

競技スポーツだけでなく、  
各種団体レクリエーションにも最適!



## 屋外フィールド

## ★気になる施設内部は?★

人工芝の空間が快適で、  
運動しやすい! 歩きやすい!



個人でも団体でも利用可能です。  
お問い合わせは健康ステーションへ。

子育てふれあいセンター  
ぽけっと

## 7月の行事予定

2日(金) 0歳児ママ講座「健康管理」  
6日(火) ファーストブック  
7日(水) BP①  
12日(月) おはなしいっぱい  
14日(水) BP②  
15日(木) ママ講座1・2・3「ヨガ」  
17日(土) 土曜開館・子育て講座  
21日(水) BP③  
28日(水) BP④

★17日(土)午前10:30~  
「子育て講座」

お孫さんを預かることがある方や、  
これからお孫さんが生まれる方を  
対象に、今どき育児の情報がわかる  
講座を行います。

*参加希望の方は、ぽけっとにお  
電話ください。

☎ 子育てふれあいセンター ぽけっと  
☎/FAX 27-5244

※詳しくは町ホームページをご覧ください。

## 7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		29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		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		30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 ※面接での相談については事前に予約をお願いします。
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		14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		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 ☎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。					



ジャンボ  
塩天丼(上)

テイクアウト承ります。 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)・・・1,800円
- 塩大えび天丼・・・1,300円
- 塩天丼・・・880円
- ジャンボ海老丼(上)・・・1,800円
- 大海老丼・・・1,300円
- 海老丼・・・880円

※タレに変更可能です。

※フライの丼です。

●カレー・丼ものもテイクアウトできます。

他メニュー多数あります。

※配達ではできませんので、予めご了承ください。 ※全て税込表示となります。

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

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

## 7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)	歯科当番医(診療時間9:00~正午)	当 番 薬 局
4	日	小口医院(岡谷市) 22-3068	牛山医院歯科(岡谷市) 22-6422	コスモファーマ岡谷薬局(岡谷市) 78-8023
11	日	釜口医院(岡谷市) 22-2089	浦野歯科医院(岡谷市) 22-2854	マツモトヨシ・岡谷天竜町店(岡谷市) 24-1801
18	日	よねやま内科クリニック(岡谷市) 22-8863	太田歯科医院(岡谷市) 22-4648	矢崎薬局(岡谷市) 23-7125
22	木	諏訪共立病院 28-2012	大滝歯科医院(岡谷市) 22-5678	ひまわり薬局 26-7226
23	金	平林医院(岡谷市) 22-3952	ジュンデンタルクリニック(岡谷市) 24-8220	やまびこ薬局(岡谷市) 21-2144
25	日	林内科・循環器科クリニック(岡谷市) 26-8100	小口歯科第2クリニック(岡谷市) 28-2883	御子柴薬局(岡谷市) 27-7056

## 7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・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 (2021年 5月生)	27日	火	時間は個別通知をご確認ください。
	4 か 月 (2021年 3月生)	27日	火	
	10 か 月 (2020年 9月生)	20日	火	
	1歳6か月 (2019年12月生)	19日	月	
	2 歳 (2019年 4月生)	13日	火	
	3 歳 (2018年 6月生)	7日	水	
心のほっと相談 ※要予約	29日	木	午後1時30分~午後3時30分	保健センター ☎27-8384 
すこやか相談(育児・栄養相談) ※要予約	2・21日	金・水	午前9時~午前11時	
産前・産後サポート事業 ※要予約	2日	金	午前9時~正午	
離乳食スタート教室	14日	水	午前10時~午前11時	
もぐもぐ学習会(離乳食教室)	16日	金	午前10時~午前11時	
成人健診等	子宮頸がん検診	1・16日	木・金	
	乳がん(マンモグラフィ)検診	2・12・26日	金・月・月	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	3・5・6・7日	土・月・火・水	

## 7月の休日水道・温泉当番店

※都合により工事店が変更される場合があります。

日	曜日	水 道 当 番 店	温 泉 当 番 店
3	土	松 澤 工 業 (株) 曙 町 28-0919	小 林 住 設 西 四 王 28-3527
4	日	(株)上 條 電 設 工 業 社 東 町 第 2 23-5330	
10	土	(株)親 水 工 業 東 山 田 第 2 27-8399	(株)親 水 工 業 東 山 田 第 2 27-8399
11	日	水 道 建 設 (株) 町 屋 敷 3 組 28-8139	
17	土	杉 村 設 備 (株) 塚 田 町 27-0575	林 組 工 業 所 本 郷 28-6383
18	日	(有)諏 訪 冷 熱 西 赤 砂 28-6462	
22	木	スワンシステム(有) 東 弥 生 町 26-8866	(有)諏 訪 冷 熱 西 赤 砂 28-6462
23	金	林 組 工 業 所 本 郷 28-6383	
24	土	(株)オ ス ガ 設 備 岡谷市長地権現町 27-6622	小 林 住 設 西 四 王 28-3527
25	日	(有)藤森水道(藤のや) 岡谷市長地御所 27-7289	
31	土	(株)総 建 五 官 28-8295	林 組 工 業 所 本 郷 28-6383

☎【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。



**岡谷市民病院**  
OKAYA CITY HOSPITAL

病院事業管理者/病院長 天野 直二

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](mailto: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

広告の内容については広告主にお問い合わせください。

にじいろ ジェーン

## 下諏訪町の企業紹介 第94弾

## 七彩Jeeen



クローズアップしもうでは、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（☎27-1111内線261）までご連絡ください。

湯田町中山道沿いに小さなたい焼き店をオープンしました。

中山道に賑わいを取り戻したいとの思いから、何かできないかと考えたのが始まりです。地域の皆様に気軽に立ち寄っていただける、親しみのあるお店を目指してスタッフ一同頑張っています。こだわりの自家製あんこやカスタードクリーム、季節オリジナルのたい焼きをご用意し、皆様のご来店をお待ちしています。お店の横には無料休憩所も設けていますので、観光の方だけでなく、地元の方々にもご利用いただければと思います。

また、ご予約も承っておりますので、お気軽にお声掛けください。

- ☐所在地 下諏訪町3433番地（湯田町）
- ☐営業時間 10：00～17：00
- ☐定休日 水曜日（不定休あり）
- ☐電話 070-4818-6293



## にちら/ なんでも相談室です

～なんでも相談室に寄せられる相談の一部をご紹介します～



隣地の草や木が大きくなって、自分の敷地内に入っているのですが、どうしたらよいでしょうか？



越境した草木は草木の所有者又は管理者が適切に管理する責任があります。所有者にご対応いただくようお願いをしてください。また、ご自身がお隣から越境した草の除草や木の剪定を求められたときは、早急に対応しましょう。町が直接、所有者への対応依頼や木の剪定、除草を行うことはできませんので、ご理解ください。日頃から挨拶をするなど近隣関係を良好に保ち、草木の越境が発生した際に気兼ねなくお願いできる関係性を築きましょう。

なお、隣地が空き家で所有者が不明の場合は、法務局で登記簿等の閲覧をすることで、土地や建物の所有者の氏名や住所を確認することができます。詳しくは法務局でお尋ねください。

所有している空き家は  
大丈夫ですか？

空き家は所有者が適切に  
管理する責任があります。

蜂の巣ができたり、屋根材の落下などにより、近隣の家屋や通行人に被害があった場合、損害賠償などの管理責任が問われます。

定期的に状態を確認しておきましょう。



「なんでも相談室」 直通 ☎28-3366

受付／午前8時30分～午後5時15分(土日祝除く)  
E-mail soudan@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年間保証

**月々1.1万円から**

オールメーカー取扱 4WDもOK!!

**KOYO 株式会社 光洋**

7大プレゼント!! 実施中!!

カーナビ ディーラー ETCなど!!

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～PM7:00 (水曜定休)

広告の内容については広告主にお問い合わせください。