

月刊

クローズアップ

しもすわ

2024

4

No.249

2024.3.22発行

中山道と甲州街道が会う 大社といで湯の宿場まち



新年度は健康なカラダ作りで START!

健康ステーションには、筋力トレーニングマシン以外にも身体のバランスを整えるストレッチマシンもあります。まずはストレッチからはじめてみませんか。

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)

諏訪湖の周り 走ってみよう! 歩いてみよう!	2
「デザインマンホールふた」を制作しました	3
令和6年4月1日から町の組織が変わります ほか	4
「第73回社会を明るくする運動 作文コンテスト」の 入選者を紹介します ほか	5
水道料金改定のお知らせ	6
「だっこ会」に参加しませんか? ほか	8
運動講座 ほか	9
令和6年度予算(案)の概要についてお知らせします	10
生涯学習	14
インフォメーション(お知らせ)	20
簡単おいしい! 今月のレシピ ほか	24

防災メモ

備蓄食糧は、調理の必要がなく、袋を開ければすぐ食べられるレトルト食品を備えておくと安心です。
備蓄食糧や衛生用品は、古いものから使用して、使った分を補充するローリングストックを心がけましょう。

令和6年3月諏訪湖サイクリングロード全線開通

諏訪湖の周り 走ってみよう！ 歩いてみよう！

諏訪湖周サイクリングロードは、「諏訪に住み、働き、集うすべての人々が、多様な目的のために身近な交通手段として、自転車を安全で快適に利用できる諏訪湖まちづくりを目指します」を基本コンセプトに、下諏訪町、岡谷市、諏訪市と長野県が分担して工事を進め、このたびサイクリングロード全線が開通します。



利用者の声

サイクリングロードができてどうですか？



走りたい速度でサイクリングできる！

諏訪湖は高低差が少ないので、負担なく走れるコースだと感じています。以前は、諏訪湖を1周するために車道を走らなければいけない区間があり、走行中の車の邪魔にならないか不安でしたが、自転車用のレーンが整備されたので自分の走りたい速度でサイクリングを楽しめるようになりました♪



快適にジョギングできる！

諏訪湖のジョギングロードは、ゴムチップ舗装で整備されていて、道路を走るより、怪我のリスクが少ないので、ランナーに快適な環境が整っていると思います。健康のため、大会に向けてなど、様々な目標を持って諏訪湖を走っています。下諏訪町区間は、春は桜、秋は紅葉を見ながら走ることができ、皆に誇れる場所です。



安全にウォーキングできる！

サイクリングロードが整備されたことで諏訪湖周りの見通しが良くなり、安全に歩くことができるようになりました。歩きながら、富士山や諏訪湖の四季折々の姿を見るのが楽しみです。仲間と長年ノルディックウォーキングを続けていますが、2本のポールを使うので脚・腰・膝への負担が軽く年齢問わず楽しめると思います。みなさんも始めてみませんか？



町はレンタサイクルの貸し出しをしています。

詳しくは [下諏訪町 レンタサイクル](#) [検索](#)

ノルディックウォーキング講座を開催します。興味のある方は本誌 [9](#) ページをご覧ください。



諏訪湖サイクリングロードが開通したことで、より安全に、楽しく体を動かすことができるようになりました。みなさんも諏訪湖におでかけしてみませんか？

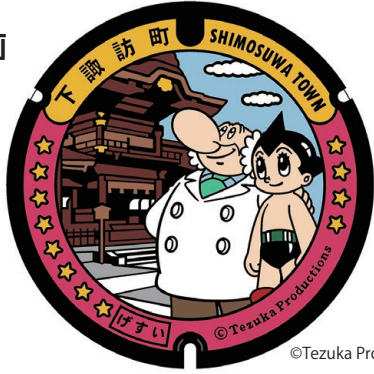
■ 問い合わせ 下諏訪町 建設水道課 建設管理係 ☎27-1111 (内線242)

「諏訪大社下社」と「鉄腕アトム」のコラボ！

町では、下水道事業への理解と関心を深めるとともに住民の皆様や観光客の方々に楽しんでいただくことを目的に、新たに2枚のデザインマンホールふたを制作しました。

マンホールふたには、諏訪大社下社の秋宮の幣拝殿・春宮境内と「鉄腕アトム」の主人公アトム、アトムの育ての親 お茶の水博士がデザインされています。

デザイン画



▲「秋宮の幣拝殿と鉄腕アトム、お茶の水博士」



▲「春宮境内と鉄腕アトム」

町役場正面玄関でデザインマンホールふたを展示しています。ぜひ見に来てね！

◆なぜこのコラボレーションが実現したの？

「鉄腕アトム」の作者で、日本の漫画家・アニメーション作家として知られる手塚治虫氏は、鎌倉時代の諏訪大社下社大祝（当時の諏訪大社神職）金刺盛澄の弟、手塚太郎（金刺光盛）の子孫とされています。下諏訪町とゆかりがあることから、今回のコラボレーションが実現しました。

◆マンホール設置場所(2か所)はこちら！

1 「高札ひろば」公衆トイレ前



▲取材を受けました



「秋宮の幣拝殿と鉄腕アトム、お茶の水博士」



下諏訪町総合観光ガイドより

2 「おんばしら館よいさ」あずまや前



▲マンホール設置風景



「春宮境内と鉄腕アトム」



下諏訪町総合観光ガイドより

只今マンホールカード作成中！お楽しみに♪ **Coming soon...**

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



お知らせ

令和6年4月1日から町の組織が変わります

【新設】

- ◎教育こども課内に「こども家庭センター」を設置し、妊産婦や子育て家庭に対して一体的な支援を行います。
- ◎教育こども課 スポーツ振興係に「国民スポーツ大会準備室」を併設し、2028年に開催が予定されている、第82回国民スポーツ大会に向けた競技会場の準備などを行います。

【再編】

住民環境課

生活環境係

◎環境衛生係

ごみ、ゼロカーボン、犬の登録に関すること など

◎生活相談係

消費生活の相談、あざみ号、交通災害共済に関すること など

教育こども課

子育て支援係

◎保育係

保育園、学童クラブ、児童手当に関すること など

◎こども家庭相談係

こども家庭相談、ひとり親家族に関すること など

※「こども家庭センター」に関する業務も担当します。

■ 問い合わせ 下諏訪町 総務課 庶務法規係 ☎27-1111 (内線255)



お知らせ

令和6年度休日窓口のご案内

令和6年度より、各種休日窓口の日時は下記のとおりとなります。

証明書交付等休日窓口

- ▶開庁日 毎月第4日曜日
- ▶開庁時間 午前9時～正午
- ▶場所 役場1階 住民環境課 総合窓口係
- ▶取扱業務

印鑑登録及び証明書の発行には本人確認が必要です。運転免許証など官公署で発行した写真付きの証明書をお持ちください。

①証明書の発行

発行できる証明書の種類	手数料
戸籍謄本・抄本（全部・個人事項証明書）（下諏訪町に本籍のある方のみ）	450円/1通
除籍謄本・抄本/改製原戸籍謄本・抄本（下諏訪町に本籍のある方のみ）	750円/1通
住民票の写し	300円/1通
身分証明書	300円/1通
印鑑登録証明書	300円/1通
所得・課税・扶養証明書	300円/1通
納税証明書（個人）	300円/1通

②印鑑登録

③マイナンバーカード（個人番号カード）の交付及び電子証明書の更新

※③は事前予約が必要です。 予約連絡先：☎27-1111 (内線135)

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

休日納税窓口

- ▶開庁日 毎月第4日曜日
- ▶開庁時間 午前9時～正午
- ▶場所 役場2階 税務課 収納係
- ▶取扱業務

①町税、役場に関係する料金等の支払い ※町税以外(水道料金など)のお支払いには納付書をご持参ください。

②納税相談

■ 問い合わせ 下諏訪町 税務課 収納係 ☎27-1111 (内線237)

クローズアップしもすわ3月号(令和6年2月22日発行)16ページ掲載「令和6年3月1日より戸籍制度が利用しやすくなります」について一部訂正し、お詫び申し上げます。

(誤) 本人、配偶者(離別、死別を除く) → (正) 本人、配偶者(離別を除く)

「第73回社会を明るくする運動 作文コンテスト」の 入選者を紹介します

家庭や学校の日常生活で犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする「社会を明るくする運動」への理解を深めてもらうために、「社会を明るくする運動 作文コンテスト」が行われました。町内の小中学校の児童・生徒の皆さんから175作品の応募をいただき、17作品が町のコンテストで入選しました。さらにその中から5作品が長野県作文コンテストに推薦され、南小6年の武井新太さん、下中3年の佐々木右京さんが入選しました。

【長野県作文コンテスト】

●入選

南小6年 武井 新太
下中3年 佐々木 右京

【下諏訪町作文コンテスト】

●長野県推薦作品

南小6年 山邊 愛海
南小6年 園原 茜
下中3年 両角 來輝

●町入選

南小6年 追川 心春
南小6年 菊原 麻那
南小6年 栗山 琴葉
南小6年 塩島 知佳
南小6年 吉澤 樹唯
北小5年 中村 永姫
北小6年 中緒 希実
下中2年 鮎澤 柚麻
下中2年 高谷 楓
下中2年 宮田 真那
下中3年 谷内 一輝
下中3年 村田 暁生



町は1月15日に表彰式を行い、長野県作文コンテストに推薦された方には、作品を朗読していただきました。あいさつや気づかい、家族のことなど、様々な視点で「社会を明るくする」にはどうすればいいのか、みなさんの想いが伝わり、朗読後にはひとりひとりに大きな拍手が贈られました。



■ 問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 生活環境係 ☎27-1111 (内線143)

※4月1日より生活相談係

諏訪税務署からお知らせ

◆所得税・個人住民税の定額減税に係る説明会の開催について

令和6年度税制改正に伴い、所得税・個人住民税の定額減税が実施されますので、源泉徴収義務者の方を対象とした説明会を以下の日程で開催します。

説明会は事前予約制です。参加される方は事前予約の上、参加いただきますようお願いいたします。予約方法は、国税庁ホームページの「定額減税特設サイト」に掲載されております。

国税庁ホームページ「定額減税特設サイト」
<https://www.nta.go.jp/users/gensen/teigakugenzei/index.htm>



【説明会日程】

・ 4月11日(木)	午後2時～午後4時	カノラホール(岡谷市)
・ 4月16日(火)	午後2時～午後4時	諏訪市民文化ホール(諏訪市)
・ 4月23日(火)	午後2時～午後4時	茅野市役所8階大ホール(茅野市)
・ 5月9日(木)	午後2時～午後4時	カノラホール(岡谷市)
・ 5月14日(火)	午後2時～午後4時	茅野市役所8階大ホール(茅野市)
・ 5月16日(木)	午後2時～午後4時	諏訪市民文化ホール(諏訪市)

■ 問い合わせ 諏訪税務署 法人課税第一部門 ☎57-5213



お知らせ

水道料金改定のお知らせ

水道事業は、皆様からいただく水道料金により成り立っています。災害に強い水道施設・管路への更新を進め、安心安全な水道水を安定してお届けするために、水道料金を改定します。

料金改定の主な理由

1. 収支の改善のため

人口減に伴い水の使用量が減り、水道料金収入が減少する一方で、近年の物価上昇などに伴い、安全な水を作るために必要な経費は増加しています。現行料金を継続すると令和6年度以降は赤字となる見込みであり、水道事業の経営を維持するための収入確保が必要な状況です。

2. 料金回収率の改善のため

水道事業は、経営に必要な費用を水道料金で賄う独立採算制を原則としており、必要な経費を料金で回収しなければなりません。しかし、近年、水道水を作るための費用（給水原価）が、水を供給して得た収益（供給単価）を上回る原価割れの状態が続いています。

3. 施設を更新し安心安全な水道を維持するため

水道事業の開始から90年以上が経過し、水道施設や管路の老朽化が進んでいます。災害が発生しても安定して水道水を供給できるように、計画的な施設の更新・耐震化が必要ですが、財源が不足しており、必要な工事を行うことが難しい状況です。



▲送水管の漏水修繕工事

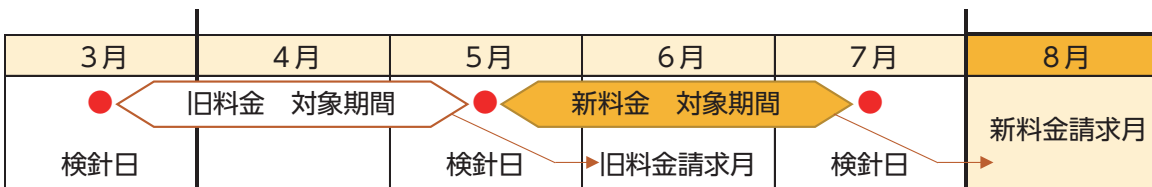
必要な工事ができないと…

老朽化した施設や水道管は壊れやすくなります。また、耐震化できていないと、地震などの災害発生時に水道管が破損し、断水や道路の陥没、施設の故障による水の供給の停止など、生活に大きな支障をきたす恐れがあります。

新料金の適用時期

令和6年8月請求分から新料金が適用されます

令和6年7月検針時にお届けする「上下水道使用量のお知らせ」に、新しい料金での請求額が記載されます。



料金改定: 4月1日

新料金での請求

※転居などで4月1日以降に水道の使用を開始した場合は、初回(5月)の検針から新料金が適用されます。

新料金表 (税抜・2か月)

平均改定率: 17.6% (下水道使用料の改定はありません)

メーターの口径	基本料金 (2か月分)		水量料金 (1mにつき)		
	新料金	増減額	水量区分	新料金	増減額
13mm	1,550円	(+524円)	1 ~ 20m ³	13円	(-11円)
20mm	4,100円	(+1,356円)	21 ~ 40m ³	105円	(+20円)
25mm	6,700円	(+2,208円)	41 ~ 100m ³	135円	(+21円)
40mm	16,100円	(+1,952円)	101m ³ ~	150円	(+5円)
50mm	23,600円	(+2,864円)	公衆浴場	80円	(+5円)
75mm	58,200円	(+7,116円)			
100mm	98,600円	(+12,092円)			

() 内は現行料金との差額



料金改定による影響額の例（税込・2か月分）

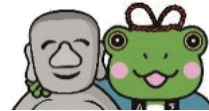
一般的なご家庭における現行料金と新料金との差額は、次のとおりとなります。目安としてご覧ください。

【口径13mmの場合】

使用水量	10m ³	20m ³	30m ³	40m ³	50m ³	60m ³	70m ³	80m ³	90m ³	100m ³
現行料金	1,392円	1,656円	2,591円	3,526円	4,780円	6,034円	7,288円	8,542円	9,796円	11,050円
新料金 (現行料金との差額)	1,848円 (+456円)	1,991円 (+335円)	3,146円 (+555円)	4,301円 (+775円)	5,786円 (+1,006円)	7,271円 (+1,237円)	8,756円 (+1,468円)	10,241円 (+1,699円)	11,726円 (+1,930円)	13,211円 (+2,161円)



自宅の水道メーターの口径や、
普段の使用水量はどうやって調べればいいのか？



検針票を
見てみよう！

上下水道使用量のお知らせ（検針票）の見方

普段使っている水量で影響額を確認したい方は、次の手順で料金を試算できます。

上下水道使用量のお知らせ

このお知らせによる納入はできません。

下諏訪町1234番地56

下諏訪 まんじ様

お客様番号	検針順序	
1234567-001	00000-00000-00000	
メーター番号	口径m/φ	用途
6999910413	13	一般用計算

令和 6年 4月分

ご使用期間 1月 1日 ~ 3月 1日

今回指針 150 m³

前回指針 100 m³

旧メーター使用量 0 m³

水道使用量 50 m³

下水道使用量 50 m³

水道料金 4,780円

下水道使用料 7,601円

(内消費税 434円)

(内消費税 691円)

今回の振替日は

ご請求額 12,381円

4月 30日の予定です。

(内消費税 1,125円)

ご自宅の水道メーターの口径や、2か月間の使用水量は、検針時にお届けする「上下水道使用量のお知らせ（検針票）」で確認できます。水道の検針は、奇数月の前半に行っています。

- ア メーターの口径
- イ 水道使用量（2か月分）
- ウ 水道料金
- エ 下水道使用料

上下水道料金簡易計算ツールでは
ア と イ から改定後の
水道料金を確認できます。

上下水道料金簡易計算ツールをご利用ください

改定後の水道料金は、町ホームページ掲載の
上下水道料金簡易計算ツールで確認できます。



下諏訪町 水道料金 検索

水道料金の使い道 ～しもすわの水を未来に受け継いでいくために～

◆水道管の更新・耐震化

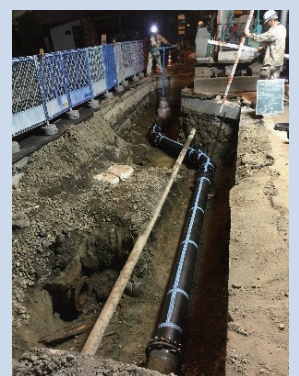
町内には約117kmの水道管がありますが、そのうち耐震化されていない水道管は約8割にのぼります。漏水調査の結果をもとに、老朽化した水道管の更新や、地震に備えた耐震化を進めていきます。特に、損傷すると給水に大きな影響が生じる大口径の水道管や、災害対応拠点となる病院や避難所などへつながる配水管を優先し、計画的に更新・耐震化を進めていきます。

◆いつでも安心して安全に使える水道の維持

皆様からいただいた水道料金は、水道水を作るために使われています。

下諏訪町は、表流水・湧水・地下水と多様な水源を有しており、豊かな自然の恵みに支えられ、良好な水質を保っていますが、安全な水道水にするためには適正な浄水処理が必要です。

今後も、皆様に安心して飲んでいただける水道水を供給していくために、水道施設を適正に管理し、万全な水質管理体制を維持していきます。



▲配水管布設替工事
地震に強い水道管に
更新していきます。

■ 問い合わせ 下諏訪町 建設水道課 水道温泉経理係 ☎27-1111 (内線224~227)



「だっこの会」に参加しませんか？



子育てを一人で抱えず、子育てについて相談したり、親子で身体を動かしたりできます

「だっこの会」とは、0歳～3歳までの下諏訪町未就園児・在園児とそのママたちが集まる和やかな子育て勉強会です。現役の子育てママたちが企画・運営しており、町保育園の各園活動と3園合同活動があります。季節にあわせた様々な活動を会員のみなさんで楽しんでます。いつからでも入会できます。是非ご参加ください。

はじまりの会&体験会

日時：4月17日(水) 午前9時30分から
会場：スポーツコミュニティーセンター
(下諏訪スタジアムのとなり)
申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。



★ 参加者の感想 ★

いちご狩りやハロウィンイベントなど色々なイベントがあり、子どもも親も楽しむことができました。お母さん同士で話もでき、情報交換したり子育てのことで共感し合えたりできたので参加してよかったです♪



■ 問い合わせ 下諏訪町 教育こども課 子育て支援係 ☎27-1111 (内線714)
※4月1日より保育係

「デジとしょ信州」 スタートしています

令和4年8月5日から、長野県にお住まいの方ならどなたでも無料で電子図書館が利用できるサービス「デジとしょ信州」がスタートしています。タブレットやスマートフォン、パソコンからいつでも電子書籍を読むことができ、一度に1人2冊まで7日間お借りいただけます。貸出期間が過ぎると自動で返却されるので返却忘れの心配もありません！

下諏訪にお住まいの方は下諏訪町立図書館でお申し込みいただくと、利用できます。ぜひお申込みください！

令和5年版 2023 市町村と県による協働電子図書館 デジとしょ信州 長野県民はだれでもいつでもどこからでも

パソコン・スマホ・タブレットで読む 電子書籍(コンテンツ)……77市町村で分担購入 視覚障害者向け電子図書館 アクセシブルライブラリー

電子図書館(プラットフォーム 本棚のような役割)……県立図書館で維持

県立図書館 公民館図書室 市町村立図書館

電子図書館の窓口のない自治体の住民 県立図書館を通じて申請

電子図書館の窓口のある自治体の住民 住所のある自治体で申請

市町村と県による協働電子図書館運営委員会

デジとしょ信州利用の流れ

下諏訪町立図書館のカウンターで申込み用紙に記入 → その場でカード番号とパスワードを発行 → ログイン → 読みたい本を借りる

※事務手続きの都合上、ログインできるようになるまで少し時間がかかります

電子書籍のサンプルは、利用の申込みをせずに、ご覧いただけます。
「デジとしょ信州」のサイトをご覧になりたい方はこちら →



<https://shinshu-kyodo-library.overdrive.com/>

■ 問い合わせ 下諏訪町立図書館 ☎27-5555



さわやかな季節、
運動のスタートにおすすめ！

運動講座 2選

講座
①

みずべフィットネス 全6回

日本人に推奨される運動量は毎日40分のウォーキングと週2、3日の筋力トレーニングとされています。これらの習慣づくりのための運動講座として、より有効な歩き方を習得し、必ず効く筋力トレーニングを実践で学べます。「確かな方法」「実感する成果」を感じましょう。

日程：5月22日・29日(水)
6月5日・12日・19日・26日(水)
時間：午前10時～正午
定員：20名
集合：高木運動公園
会場：健康スポーツゾーン
持ち物：屋外で運動ができる身支度
水分補給用の飲み物
備考：雨天時は屋内の健康フィールドでトレーニングを行います。室内履きをご用意ください。

講座
②

ノルディックウォーキング 5月コース 全4回

外歩きが快適な新緑の季節にノルディックウォーキングが楽しめます。メインの歩く動きのほか、ポールによるストレッチや筋トレを行うことで相乗効果を実感できます。

日程：5月9日・16日・23日・30日(木)
時間：午前10時～正午
集合：健康フィールド駐車場
会場：健康スポーツゾーン
定員：20名



申し込み方法

受付開始：4月15日(月) 午前9時から

- 下諏訪町ホームページまたは申し込みフォームよりお申し込みください。
※インターネットのよる申し込みができない場合は、お電話でお申し込みください。

【申し込みフォームはこちら】 <https://logoform.jp/f/Yx8uV> →



- 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。

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

令和6年度 狂犬病予防注射のお知らせ

下記日程にて、町内で狂犬病予防注射を実施します。

実施日	実施会場および時間		
4月19日(金)	社東町公民館 9:00～9:10	東山田公民館 9:20～9:35	長坂公会所 9:50～10:00
	町屋敷公会所 10:10～10:20	萩倉地区公民館 10:30～10:40	文化センター噴水広場 11:00～11:30
4月20日(土)	春宮駐車場 9:00～9:40	協和館 9:50～10:00	秋宮参拝者駐車場 10:10～10:30
	富部地区公民館 10:40～10:55	高木公民館 11:05～11:20	四王公会所 11:30～11:50
5月25日(土)	文化センター噴水広場 9:00～9:30	四王公会所 9:40～9:50	富部地区公民館 10:00～10:25
	春宮駐車場 10:40～11:00	—————	—————

- 当日の持ち物：お知らせハガキ・手数料(3,600円/1頭)
※犬の登録がお済みでない場合は登録料3,000円が別途必要になります。
- 体調不良の犬、制御が難しい犬は動物病院で接種をお願いします。
- 動物病院で接種した場合には注射済証を町へ提出してください。



■ 問い合わせ 下諏訪町 住民環境課 生活環境係 ☎27-1111 (内線143)

※4月1日より環境衛生係

令和6年度予算(案)の概要についてお知らせします

令和6年度予算(案)は、継続事業となる町道大久保山道線改良や町道田中線歩道改良、南小学校体育館等の照明設備のLED化に加え、高木橋の架け替え、安心安全のための道路改良、総合文化センターの大ホール改修、消防団屯所の改修など幅広い投資的事業を実施します。

また、地球温暖化対策、地域福祉推進支援、移住定住の促進、交通安全対策などの補助事業の充実を図るとともに、増加の一途にある社会保障関連の経費を十分手当てしながら、子育て、教育、健康、防災などの各種事業を精力的に推進し、多様な住民要望にも配慮した積極型の予算となりました。

新年度においても、第7次下諏訪町総合計画基本構想に掲げた「力を合わせて未来を拓くまちづくり」「自然の恵みを大切にすまちづくり」「優しさと生きがいをもつひとづくり」「絆で支え合う健康長寿のまちづくり」「産業の活力と賑わいのあるまちづくり」「安心安全で暮らしやすいまちづくり」の6つの基本理念のもと、住民のみなさんに寄り添いながら町政運営を進めてまいります。

予算(案)の主な施策内容

①力を合わせて未来を拓くまちづくり

- ◇協働推進事業
 - ◇母子保健事業
 - ◇出産・子育て応援事業
 - ◇移住定住促進対策事業
- など

②自然の恵みを大切にするまちづくり

- ◇再エネ導入可能性調査事業
 - ◇家庭用・事業者用ゼロカーボン補助事業
 - ◇山林維持管理事業
 - ◇空家等対策事業
- など

③優しさと生きがいをもつひとづくり

- ◇姉妹都市交流事業
 - ◇保育所管理運営事業
 - ◇浪人塚160周年記念事業
 - ◇中高生海外研修事業
 - ◇総合文化センター改修事業
- など

④絆で支え合う健康長寿のまちづくり

- ◇福祉タクシー等助成事業
 - ◇重層的支援体制整備事業
 - ◇疾病予防事業
 - ◇スポーツ教室等開催事業
 - ◇健康運動支援事業
- など

⑤産業の活力と賑わいのあるまちづくり

- ◇奨学金返還支援補助事業
 - ◇商工業振興助成事業
 - ◇観光振興事業
 - ◇ものづくり支援センター運営事業
 - ◇ランドデザイン策定事業
- など

⑥安心安全で暮らしやすいまちづくり

- ◇防災ネットワークしもすわ補助事業
 - ◇町道大久保山道線等改良事業
 - ◇高木橋架け替え事業
 - ◇地上式消火栓設置事業
 - ◇消防団車両更新事業
- など

会計別予算額(案)

会計名		予算額	前年度比
一般会計		92億円	14.1%
特別会計	国民健康保険特別会計	18億9,460万円	5.6%
	駐車場事業特別会計	720万円	18.0%
	後期高齢者医療特別会計	4億4,790万円	11.1%
	交通災害共済事業特別会計	1,400万円	0.0%
	温泉事業特別会計	2億7,500万円	△1.2%
	特別養護老人ホーム事業特別会計	2億5,520万円	4.0%
	東山田財産区会計	140万円	△12.5%
企業会計	水道事業会計	収益的支出	2億7,240万円 8.6%
		資本的支出	2億3,080万円 △7.9%
	下水道事業会計	収益的支出	6億2,630万円 △1.2%
		資本的支出	2億2,130万円 △45.5%

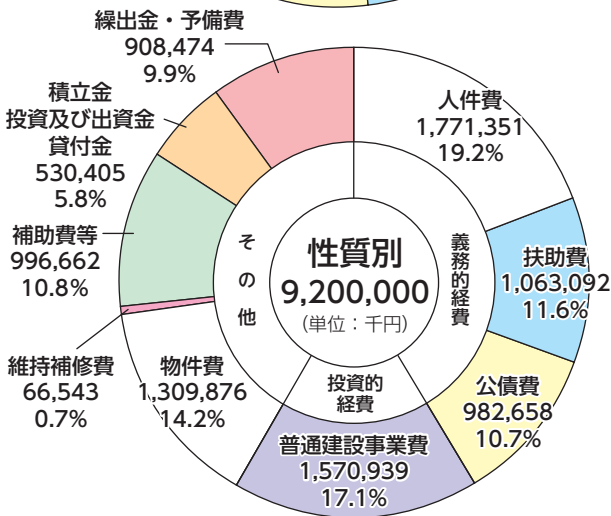
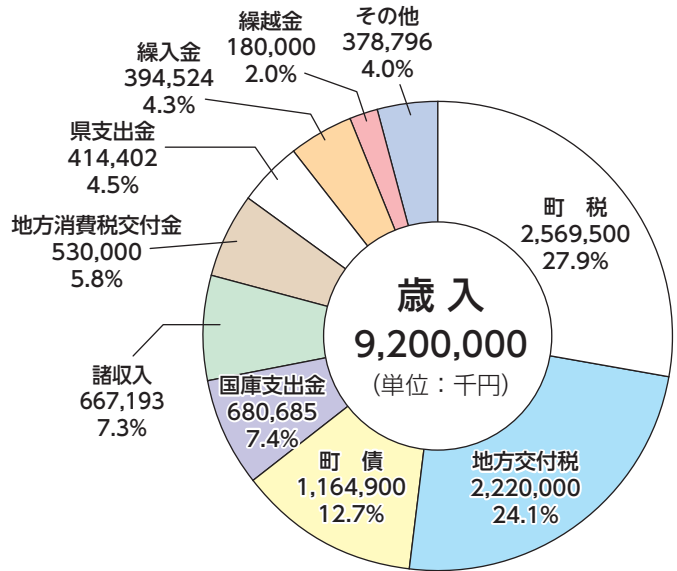
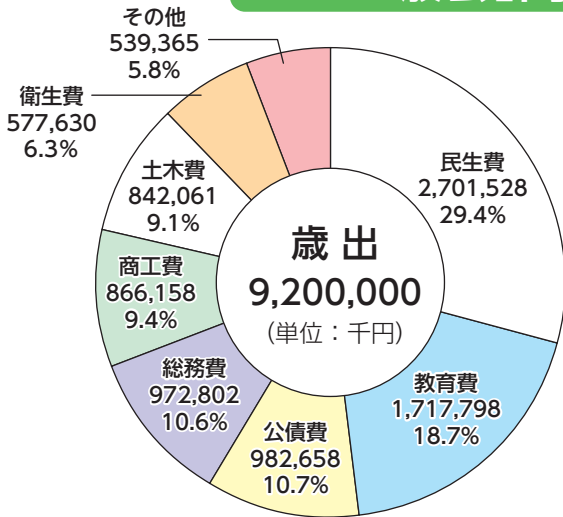
【会計区分】

「一般会計」は、町が行う事業の大部分を占める会計で、支出には皆様から納めていただく町税や地方交付税などを主な財源としています。

これに対し、「特別会計」は、特定の事業を行うために設けられた会計で、支出を保険料や使用料などの収入(財源)で賄っています。

また、事業によって得る収入で支出を賄う独立採算型の会計を「公営企業会計」と呼び、当町では水道事業会計と下水道事業会計がこれにあたります。

一般会計予算の内訳(案)



●性質別内訳のワンポイント解説●

性質別内訳は、歳出について同じような使われ方をするものを分類したものです。

- 【人件費】 特別職や職員の給料、議員の報酬などに使われるお金
- 【扶助費】 法によって義務付けられている福祉や医療の費用として給付されるお金など
- 【公債費】 町債(借入金)の返済に充てられるお金
- 【普通建設事業費】 施設建設、道路や公園などの整備に充てられるお金
- 【物件費】 消耗品、光熱水費、備品購入、事業の委託費などに充てられるお金
- 【補助費等】 各種の補助金や負担金として使われるお金
- 【貸付金】 商工業振興の制度融資などに活用されるお金
- 【繰出金】 一般会計から特別会計に繰り出されるお金

「未来を切り拓き、飛躍するまちに！」

下諏訪町長 宮坂 徹

令和6年度は町長任期の最終年となりますが、町政の継続と公約実現に向けた通年予算編成とし、予算規模は、総合文化センターの改修、高木橋の架け替え、学校施設等の照明設備の改修といった大型事業の実施により92億円と大型予算になりましたが、町民の皆様が笑顔で「住みたいまち、元気な声、住民要望にも配慮して取り組んでまいります。

今年度は水戸天狗党との和田嶺合戦から一六〇周年を迎えます。企画展や講演会などを開催し、関係する自治体等と交流の促進を図ってまいります。

子ども・子育て、教育関連事業では、教育こども課に「こども家庭センター」を設置し、こどもとその家庭が抱える多様な複合的な課題に、相談支援体制を充実・強化してまいります。

また、保育所での副食費の一部公費負担、学校給食食材費値上げ分の半額を補助し、価格高騰の保護者への負担軽減と質・量の安定提供を図ります。

これまで中学生を対象としてきた海外研修事業を高校生まで枠を拡げ、世界に目を向け国際理解を深める教育の醸成につなげてまいります。

社会福祉関係では、求められる支援が多様化、複雑化する中、介護、

障がい、子ども、生活困窮など各分野連携の包括的支援体制を構築し、断らない相談支援に向けた重層的支援体制整備事業を実施してまいります。

地球温暖化対策では、再エネ・省エネ普及促進に対し、補助制度を事業所にも拡大し、家庭用では電気自動車購入に対する補助を新設いたします。

商工業振興では、商工業振興助成事業をはじめ、各種補助制度で商工会議所など各種団体、金融機関と連携し起業創業、生産性向上、事業持続化をしっかり支援してまいります。

観光振興では、第3次観光振興計画に掲げる「住んでよし、訪れてよしの観光都市しらすわ」の実現を目指し、持続可能な観光地域づくりを推進してまいります。

空家等対策事業では、老朽危険空家の除却に費用の一部を助成する補助金を創設し、安心安全なまちづくり推進と、住宅用地の活用、流通促進を図ります。

移住交流拠点事業の旧矢崎商店は、国登録文化財への登録を見据え、文化財の最大限の活用が図れるよう、建物の保全方法を調査し、改修に向けた準備を進めてまいります。

より良いまちづくりの推進に、引き続きのご支援をお願い申し上げます。

小さくてもきらりと光る美しいまち

1 力を合わせて未来を拓くまちづくり

○公会所整備事業	(地域コミュニティの拠点である公会所の整備を補助)	3,250千円
○協働推進事業	(協働のまちづくりに向けた地域の活力創生チャレンジ事業支援金等の実施)	5,520千円
○地方創生応援税制寄附金事業	(企業版ふるさと納税制度に基づく寄附の受入れを推進)	322千円
○母子保健事業		19,635千円
産婦健康診査事業	(出産後間もない時期の産婦に対し医療機関等で健康診査を実施)	950千円
産後ケア事業	(通所型・宿泊型のサポートにより、きめ細やかな産後ケアを実施)	920千円
新生児聴覚検査事業	(全ての新生児を対象とした公費負担による聴覚検査の実施)	485千円
○出産・子育て応援事業	(安心して出産・子育てができるよう伴走型相談支援と経済的支援を実施)	12,712千円
○移住定住促進対策事業		36,012千円
地域おこし協力隊委嘱事業	(地域おこし協力隊員による移住定住促進)	16,999千円
空き家等流通促進事業	(流通可能な空き家の掘り起こしと移住総合サイトの充実)	5,721千円
空き家等家財道具処分補助事業	(空き家バンクへの登録を促進するため、家財道具の処分費用等を補助)	1,000千円
空き家等仲介補助事業	(空き家バンク登録物件の成約の際に仲介業者へ定額補助)	880千円
移住定住促進住宅取得補助事業	(町外の方が新たに住宅を取得して当町に居住する場合に補助)	4,000千円
新規 Uターン就業・創業移住支援補助事業	(都市圏から移住し、町内で就業・創業する者へ支援金を支給)	3,200千円
○しごと創生推進事業	(しごと創生拠点施設ホシメバなどを活用した起業創業支援を実施)	2,726千円
○結婚新生活支援事業	(新婚世帯の住居費、引越費用等を補助し、経済的支援を実施)	1,316千円
新規 ○移住交流総合拠点母屋保全調査事業	(旧矢崎商店の母屋保全改修調査を実施)	3,300千円

2 自然の恵みを大切にすまちづくり

新規 ○再エネ導入可能性調査事業	(総合文化センターへの太陽光発電設備の導入調査を実施)	2,200千円
○家庭用ゼロカーボン補助事業	(新たに電気自動車等の購入及び太陽光発電設備更新への補助を追加)	3,000千円
新規 ○事業者用ゼロカーボン補助事業	(事業者への太陽光発電設備・高効率給湯設備・省エネ設備導入に対する補助)	1,000千円
○生ごみ処理機器設置補助事業	(地球温暖化対策の一環として生ごみ処理機器購入に対する補助)	550千円
○鳥獣被害防止対策事業	(野生鳥獣による農作物被害の抑制対応や防護柵への補助等)	2,561千円
○山林維持管理事業		10,896千円
民有林整備事業	(森林環境譲与税を活用した民有林の除間伐を推進)	6,617千円
○町有林整備事業	(森林の多面的機能を発揮するため間伐等により町有林を計画的に整備)	6,204千円
○林道維持管理事業		5,165千円
新規 林道維持補修事業	(森林整備の基盤となる林道等を計画的に補修)	3,536千円
新規 ○空家等対策事業	(空家の事前調査実施及び除却に対し補助を実施)	4,319千円

3 優しさと生きがいをもつひとづくり

○姉妹都市交流事業	(愛知県南知多町へ小学生が訪問し交流を実施)	631千円
○ひとり親世帯等児童激励金事業	(ひとり親世帯等の児童の福祉の増進を図る激励金を拡充)	1,990千円
○保育所管理運営事業		276,962千円
保育所給食提供事業	(物価高騰による保護者の経済的負担を軽減し、安定的な給食を提供)	32,000千円
保育所施設改修事業	(みずべ保育園の温水器やとがわ保育園の空調設備の改修等)	3,766千円
新規 ○子ども・子育て支援事業計画策定事業	(第3期子ども・子育て支援事業計画の策定)	3,971千円
新規 ○博物館修繕事業	(諏訪湖博物館のエントランス天井、展示室壁面などの修繕を実施)	2,651千円
新規 ○浪人塚160周年記念事業	(浪人塚160周年を記念した講演会及び企画展を開催)	1,300千円
○星ヶ塔ミュージアム指定管理事業		9,581千円
展示デジタル化事業	(星ヶ塔ミュージアム展示室のリニューアルのため、デジタルサイネージを増設)	5,978千円
新規 ○中高生海外研修事業	(中学生に加え、新たに高校生をオーストラリアに派遣し国際理解教育を推進)	12,202千円
○学校教育環境の充実		
学校給食食材費等高騰対策事業	(物価高騰による保護者の経済的負担を軽減し、安定的な給食を提供)	3,498千円
新規 小学校プール改修事業	(老朽化している北小学校の小プールを改修し、安全対策を図る)	5,245千円
新規 南小学校照明設備改修事業	(南小学校の大体育館及び小体育館の照明設備のLED化を実施)	25,290千円
新規 北小学校側溝改修事業	(北小学校西側の側溝改修を実施)	3,806千円
新規 中学校電話設備整備事業	(下諏訪中学校、社中学校の環境充実のため教員へPHSを配備)	7,535千円
小中学校英語教科補助指導事業	(国際理解を深めるため小中連携した英語教育の推進)	32,464千円
新規 A Iドリル導入事業	(1人1台端末を活用した個別最適化された学びの推進)	4,070千円
特別支援教育充実事業	(多様化する児童生徒へのきめ細やかな支援を実施)	25,728千円
○こども未来基金活用事業	(こどもらんどや居場所づくり、給付型奨学金など多様な教育支援を実施)	4,100千円
○未来へつなぐ歴史文化伝承事業	(地域の組織や団体による自主的な歴史文化を伝承する活動に補助)	1,000千円
○学童クラブ運営事業	(保護者が放課後家庭にいない児童のために遊びや生活の場を提供)	26,229千円
新規 ○研修の家設備改修事業	(研修の家のウッドデッキを改修)	1,463千円
新規 ○総合文化センター改修事業	(総合文化センターの大ホールの改修工事及び小ホール等の実施設計)	877,029千円

4 絆で支え合う健康長寿のまちづくり

○社会福祉協議会補助事業	(地域福祉を推進する活動への補助)	20,000千円
○福祉タクシー等助成事業	(満79歳以上の高齢者や免許返納者等へ助成し、外出機会を創出)	23,500千円
新規 ○重層的支援体制整備事業	(多様化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制の整備を実施)	31,867千円
○難聴者補聴器購入補助事業	(聴力の低下により補聴器が必要となった方へ購入費用の一部を補助)	600千円
○地域活動支援センター運営事業	(障がいのある方に作業訓練や生活訓練を通じて地域交流への参加を支援)	14,236千円
○障がい者自立支援給付事業	(障がいのある方が自立した生活を送れるためのサービスを提供)	497,718千円

○在宅高齢者支援事業	(日常生活用具の給付、緊急通報体制の整備などによる支援)	25,083千円
○後期高齢者医療運営事業	(県広域連合による後期高齢者医療保険事業の運営に対する負担金)	351,617千円
○特別養護老人ホーム運営事業	(県内唯一の公設公営であるハイム天白を維持するための繰出金)	28,000千円
○包括的支援事業	(増加する高齢者に対し、住み慣れた地域での包括的ケアを実施)	28,056千円
○地域支援任意事業	(配食サービスなど特色を活かした柔軟な高齢者支援を実施)	9,114千円
○老人福祉センター指定管理事業	(高齢者の健康増進、レクリエーション、介護予防等を図る施設の運営)	15,273千円
○福祉医療給付事業	(乳幼児から高校生、ひとり親世帯、障がい者等の診療費用の一部を給付)	150,483千円
○救急告示病院運営補助事業	(救急医療の確保や地域医療充実のため救急告示病院へ補助)	2,000千円
○疾病予防事業		88,875千円
新規 新型コロナワクチン予防接種事業	(予防接種法に基づく新型コロナウイルスワクチン予防接種の実施)	31,600千円
○健康ポイント事業	(健康診断などにポイントを付与し、健康づくりの習慣化を図る)	3,000千円
○スポーツ教室等開催事業	(ミズノスポーツサービス等との連携によるスポーツ教室等を実施)	3,038千円
○高浜健康温泉センター管理事業	(高浜健康温泉センターろ過昇温用ガス給湯器の修繕を実施)	31,740千円
○健康運動施設管理事業	(健康ステーション、健康フィールド等の健康運動施設の管理)	8,384千円
○健康運動支援事業	(町民の健康づくりの取組を支援し、健康寿命の延伸を図る)	2,607千円

5 産業の活力と賑わいのあるまちづくり

新規 ○奨学金返還支援補助事業	(下諏訪町に居住する従業員へ奨学金返還支援を行っている企業への補助)	500千円
○商工業振興助成事業	(町内商工業の振興を図るための助成等)	10,000千円
○商店街環境整備補助事業	(新たに商店街への防犯機器設置等に対する補助を追加)	500千円
○チャレンジ起業支援補助事業	(空き店舗等で商業活動を行うための店内改装費用等への補助)	2,000千円
○臨時経済対策事業	(商工会議所で実施する産業まつり等の経済対策への補助)	5,000千円
○しもすわ今昔館指定管理事業	(観光情報発信拠点として星ヶ塔ミュージアムと一体的に運営)	10,743千円
○八島ビジターセンター指定管理事業	(八島高原の魅力伝える山岳観光の案内拠点として運営)	839千円
○おんばしら館指定管理事業	(御柱祭や祭文化等の観光情報発信拠点として運営)	3,515千円
○観光振興事業		84,106千円
地域おこし協力隊委嘱事業	(地域おこし協力隊員による観光推進)	16,445千円
観光協会補助事業	(観光振興に関する各種事業への補助)	12,000千円
観光振興推進事業	(関係団体と連携し、観光の産業化を目指した観光振興局への補助)	28,444千円
旅行商品開発事業	(まち歩き促進・着地型旅行商品の開発などに対する補助)	10,006千円
情報発信誘客事業	(効果的な誘客のために必要な観光情報の発信や宣伝への補助)	3,600千円
○ものづくり支援センター運営事業	(商工会議所との連携による企業の情報発信と受注拡大への支援)	25,128千円
○グランドデザイン策定事業	(諏訪湖畔地区、社地区のグランドデザインを策定)	6,690千円
○オリンピック交流継承事業	(オリンピック事前合宿を行ったイタリアとの交流)	1,000千円

6 安心安全で暮らしやすいまちづくり

○地域公共交通活性化事業	(地域公共交通協議会において、地域公共交通計画を策定)	3,800千円
○町内循環バス運行事業	(地域に根差した町内循環バス「あざみ号」の運行)	39,488千円
○諏訪湖周バス共同運行事業	(岡谷市、諏訪市との共同による湖周バス「スワンバス」の運行)	4,357千円
○移動販売事業	(市街地から離れた場所に居住する住民を対象に、移動販売車による買い物支援を実施)	5,144千円
○防災ネットワークしもすわ補助事業	(新たに向陽高校生が防災士資格を取得した際の補助を追加)	1,680千円
新規 ○公衆無線LAN環境整備事業	(新たに駅前広場で利用できる公衆無線LANを整備)	550千円
○戸籍電子情報処理事業	(戸籍への氏名の振り仮名法制化対応)	8,589千円
○マイナンバー普及促進事業	(マイナンバーカードの申請及び普及促進を図る)	10,266千円
○資源物等処理事業		103,868千円
新規 プラスチック分別収集モデル事業	(プラスチック分別収集を試験的に実施)	807千円
○個別避難計画作成事業	(避難行動要支援者の迅速な避難支援を行うため個別避難計画を作成)	223千円
○安心安全対策・住宅省エネ化リフォーム補助事業	(住宅の減災化、省エネ化リフォームに係る改修費用の一部を補助)	6,000千円
○道路維持補修事業	(道路維持補修、町道の除雪・融雪など)	109,104千円
○町道大久保山道線等改良事業	(大雨による冠水対策のため、町道大久保山道線等の側溝を改修)	18,100千円
新規 ○町道西赤砂3号線改良事業	(町道西赤砂3号線の側溝設置及び舗装工事を実施)	20,000千円
○町道田中線歩道改良事業	(傷みの激しい町道田中線の歩道を改修)	20,000千円
新規 ○町道古川通り線歩道改良事業	(町道古川通り線の歩道改良工事を実施)	12,000千円
新規 ○町道宮街道線改良事業	(高木橋通行止めに伴う迂回路対策として町道宮街道線の一部拡幅を実施)	13,000千円
新規 ○諏訪湖サイクリングロード案内看板設置事業	(諏訪湖サイクリングロードへ案内看板を設置)	4,000千円
新規 ○橋りょう補修事業	(補修が必要な医王渡橋ほか5橋の補修設計を実施)	31,678千円
○高木橋架け替え事業	(老朽化している高木橋の架け替えを実施)	224,358千円
○鰻沢浚渫事業	(近年の大雨災害を受け、鰻沢の浚渫による冠水対策を図る)	999千円
○赤砂崎公園管理事業		17,947千円
新規 赤砂崎公園大型テント設置事業	(大相撲荒汐部屋による相撲交流及び夏合宿に向け大型テントを設置)	1,202千円
新規 諏訪湖岸浮標設置事業	(砥川右岸の利用者の安全確保のため浮標を設置)	2,464千円
○赤砂東山田線整備費負担事業	(県が実施する赤砂東山田線整備に対する地元負担金)	80,000千円
○消防団活動事業	(各分団の運営交付金や、準中型免許取得者への補助などを実施)	6,749千円
新規 ○消防団屯所改修事業	(第4分団屯所の屋根・外壁の修繕を実施)	2,767千円
新規 ○地上式消火栓設置事業	(下屋敷地区にある地下式消火栓を地上式消火栓へ切替)	7,720千円
新規 ○消防団車両更新事業	(第6分団の消防ポンプ車を小型動力ポンプ付積載車に更新)	16,637千円

※新年度予算について、町が実施する事業を予算と照らし合わせ、目的別に分かりやすくお知らせすることを目的として「事業別予算ガイド」を町ホームページで公表しています。詳細は、町ホームページからご覧ください。

「事業別予算ガイド」はこちら 





生涯学習

No.599

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
メール syougai@town.
shimosuwa.lg.jp

春、新たなステージへ

教育長 松崎 泉
まつざき いずみ



◆ 町中に広がる笑顔

昨年度は「4年ぶりの開催おめでとございます」という挨拶が会合やイベント等の冒頭に多く聞かれるようになりました。5月、新型コロナウイルス感染症上の位置づけが2類から5類に変更されたことで、会合や交流等の制限がなくなり、町の中に日常生活が戻ってまいりました。

私の区も、待ちに待った地区行事の夏祭りが4年ぶりに開催され、木遣りと共に長持ちや太鼓の演奏など、子どもたちと彼らを守る地域の皆様の笑顔があふれて

いました。三角八丁やお舟祭りの復活など、お祭りは私たちを幸せな気分にかけてくれますね。

◆ 新たな再出発に向けて

この3年間、学校教育ではコロナ禍の中、様々な工夫がありました。学級閉鎖等で登校ができませんときのタブレット端末によるリモート授業、教室が密にならないための分散登校、人数制限や時間短縮による運動会・音楽会等の学校行事、黙食による給食など、従来の方法から離れ、いかに子どもたちの感染拡大を防ぐことができるかに終始してまいりました。

しかし、これらのことから学んだことは、以前当たり前であったことを見直し、物事の見方や

考え方を変え、よりよい方法を見出していくことの大切さであると考えます。制限が緩和されると新たな再出発の中で、成果と課題を踏まえ改革に向けた実践を積み重ねていくことが重要です。

◆ 子どもの側に立つ教育を

卒業式、入学式などの儀式的行事の主役は子どもたちです。来賓の皆様のご列席につきましては通常に戻しましたが、応援してくださるお気持ちを大切にしながら式進行など簡略化させていただいたことなど、ご理解いただければ幸いです。このように、従来の踏襲から精選に向けた試みが様々な場面で見られる年となりますが、それぞれのお立場からのご意見ご助言をいただき、「子どもの側に立つ」学

校教育・家庭生活の推進に注力したいと思えます。

◆ 幸せな未来に向けて

さて、令和6年度のスタートです。この4月、ご入学、ご進学、ご就職される皆様、誠におめでとうございます。お一人お一人の皆様が、新たな出会いや、ご家族・友人・応援してくださる方々に感謝しながら、将来を幸せに過ごすための目標をもち、前向きに生き抜くことこそ、素敵な未来を切り拓くことにつながるものと考えます。

結びに、全ての皆様のご健勝とご多幸をお祈りし、年度初めのご挨拶とさせていただきます。





ノルウェーから下諏訪へ

下諏訪北小学校 E.L.T ハーコン・リスネス



私は下諏訪北小学校で勤務し、日本文化の奥深さを学ぶために、そして、なによりも下諏訪の皆さんと一緒に様々な探求をするために、昨年11月下旬に下諏訪にまいりました。着任したばかりですが、すでに皆さんの喜びと興奮に満ちた時間を過ごしています。私が皆さんから学んでいるのと同じくらい、私も皆さんにたくさんの貢献をしたいと思っています。

下諏訪に到着直後から、皆さんの温かさやホスピタリティに安らぎを感じています。お店ではどの店員さんにも私に対して忍耐強く対応していただき、街角でのフレンドリーな挨拶にも

感謝しています。そして、何より下諏訪北小学校の同僚の方々のサポートなしには、どうすることもできなかつたと思います。

ノルウェー語の辞書を片手に出迎えてくれたり、私の国へ行ったことのある校長先生から旅の話や聞かせていただいたり、私より良い教師になるのを助けてくれる毎日の先生方の素晴らしいサポート、そして、まだまだ未熟な私の日本語に対する先生方の限らない忍耐は、言うまでもありません。

このような熱心な教育者の方々とともに働き、そして学習熱心な子どもたちとともに時間を過ごすということは、私に日々皆さんのインスピレーションを与えてくれます。この町がコミュニティ精神と包容力で繁栄していることは、着任早々にはっ

きりと分かりました。この町の人々の純粋な優しさは、自分の故郷から遠く離れているにもかかわらず、私を歓迎し、くつろがせてくれる場所だと感じています。

教師として、私が子どもたちの人生の1ページに参加することができ、その成長に貢献できることを光栄に思っています。子どもたちは優しい心を持ち、勤勉です。学校で私たちはよく笑い、そのお返しに私に日本語を教えてくださいたいです。ノルウェーで教師になるための勉強をしていたとき、「生徒たちは自分を取り巻く社会を映す鏡である」と教えられました。子どもたちと一緒に働くということは、まさにその通りだと思います。

毎朝教室の窓から、周囲の山々や丘陵、中心が光輝く諏訪湖、そして、晴れた日には富士山も見えます。他の町ではなかなか見られない自然と街の調和があります。魅惑的なのは景色

だけではありません。美しい神社があるこの町の文化遺産は、絶えることのない豊かに織りなされた伝統を醸し出しています。前回の盛大な御柱祭は見逃しましたが、5年後に見られることを楽しみにしています。

これからも皆さんとともに生活していく中で、さらに友好を深めていきたいと思っています。

【取材協力】

(株) エー・トゥー・ゼット

児玉美樹路



4年生の英語授業風景



校舎も心もきれいな学校に



下諏訪南小学校

宇佐美 穂々



私は令和6年度南小学校の児童会長になりました宇佐美穂々です。私が目指す学校は、「校舎もキレイ!!心もキレイ!!」な学校です。そのために、取り組みたいことが二つあります。

一つ目は、「真剣に清掃しよう週間」の実施です。これは清掃委員会と協力して、清掃をしながら、他のクラスの様子をみんなでチェックします。お互いに評価を合せて、良かったところとおしかったところを伝え合い、また次の清掃に生かすようにします。みんなで過ごす校舎をキレイにして、気持ちよく過ごせるようにしたいです。

二つ目は、「ふわふわ言葉週間」の実施です。一日に一回も「ちくちく言葉(言われると悲しくなる言葉)」を言わずに過ごして、学校中を「ふわふわ言葉(言われるとうれしくなる言葉)」でいっぱいにします。一週間実施したら、クラスごとに「ふわふわ言葉メダル」を渡します。この週間を行うことによって、いつの間にか「ちくちく言葉」がなくなって「ふわふわ言葉」である南小学校にしたいです。

私はこの二つを行い、校舎も心もキレイで誰もが楽しく過ごせる南小学校をつくっていききたいです。そして、私をはじめ、児童会役員から元気な姿を見せていくことで、みんなが笑顔いっぱいな学校にしたいです。

児童会長として



下諏訪北小学校

丸茂 蒼和



僕が、令和6年度児童会長になりました丸茂蒼和です。僕が、児童会長として目指したい学校は、今よりもっとクラスや学年をこえて全校が仲良くなることです。そのために取り組みたいことが三つあります。

一つ目は、全校で遊べる行事を作っていきたいと思います。例えば、全校でランダムにグループを作ってクイズ大会をしたり、全校でおにごっこをしたりしたいです。各委員会と相談して、全校のみんながやりたいことをできるようにしたいと思っています。

二つ目は、給食をもっと楽しい時間にしていきたいと思っています。新型コロナウイルス流行の影響で黙食になっていました。コロナは落ち着きましたが、以前のように戻っていません。それが寂しいという意見がありました。そこで、給食を盛り上げたので、みんなにアンケートを取り、各委員会と協力して、それを実行していきたいと考えています。例えば、みんなが好きな音楽を流したり、毎日クイズを出したりすれば、給食がもっと楽しい時間になると思います。

三つ目は、名刺交換です。今までは姉妹学年とやってきましたが、それでは全校とは仲良くなれません。僕は、全校で名刺交換をやりたいです。そうすれば名前や特徴を知ることができると、名刺なのでいつまでもとっておけて、名前を覚えられたいと思います。

僕はこの三つのことをみなさんといっしょに取り組み、楽しくて元気な学校にしていきたいです。



「For you For me」

仲間のために、自分のために



下諏訪中学校
石井 遼太郎
いししい りょうたろう

「For you For me」とは、「仲間のために」「自分のために」という意味を持ちます。この言葉は、一年生の時の担任の先生に教わりました。私はこの言葉を意識しながら、日々の生活を送っています。

私は男子バレーボール部のキャプテンを引き受けています。引き受けた時の目標は、しばらく出場できていなかった県大会へ出場することでした。そのために、チームのみんなのプレーのすばらしい所やもっと成長できる所をプレゼンにまとめ共有することで、キャプテンとして仲間の成長を意識しました。「仲間のために」という意識が、目標だった県大会への出場につながりました。

そして、今年度、私は校友会長に選出されました。クラスの仲間や先生から背中を押してもらい立候補し、当選しました。私を信頼し、支えてくれる「仲間のために」、下諏訪中学校の伝統を守りながら全員が参加できる校友会を目指します。

「仲間のために」を意識することで、自分自身の責任感や周りへの気づかひも成長したと感じています。それは、「自分のため」にもなっています。これからも、自分を成長させてくれた人たちへの恩返しのためにも、「For you For me」を意識して生活していきたいです。

後悔のない一年に



下諏訪社中学校
中澤 保乃
なかざわ ほの

私は中学校生活最後の一年を後悔なく、そして、「やりきった!」と思えるように頑張りたいことが主に二つあります。

一つ目は今までのやり方にとらわれない私たちの時代に合った学校にしておくことです。もちろん、今までのやり方どおり続けていくべきものはいくつかあると思います。ですが、生徒の意見を聞き、必要性の感じられない校則をよりよいものに改善していくなど、今よりも生活しやすい学校にしていきたいです。また、生徒の中心となる本部会のメンバーと意見や案を交換するなど、積極的にコミュニケーションをとっていきます。

二つ目は、部活動です。私は女子バスケットボール部で活動しています。中学校生活最後の中体連まで、残り数か月しかありません。私には得意なプレーがこれといってなく、シュートに自信が持てるまで練習できていないので、このまま終わってしまうと絶対に後悔してしまいます。なので、もっと体力をつけたり、シュートに自信が持てるまで自主練習をしたりするなど、努力をして最後の日を迎えたいです。人数は、1・2年生合わせて7人と、とても少ないですが、ともに汗を流して頑張ってきた仲間と後悔なく笑って終われるように努力したいです。以上のことを頑張っていきます。



学校生活最後の一年間に向けて

長野県花田養護学校

土橋 来輝
つちはし らいき

僕は小学部からこの花田養護学校で学んでいます。12年間を過ごしてきた花田養護学校を卒業することは今から想像しても寂しいですが、その後の長い人生を送るにあたって、しっかりと目標をもって最後の一年間を充実したものになるよう、頑張っていきたいと思っています。

僕には気管切開と胃ろうがあり、医療的ケアが必要です。ですが、今では気管カニューレや胃ろうボタンの交換、吸引や注入といったことなど、自立に向けて多くのことができるようになってきています。夜間の呼吸器管理と薬の管理がありますが、それも主治医の先生と相談しながら自分でできるよう進めていきたいです。そうすることで、学校卒業後、グループホームで自立した生活が送れます。そのために、グループホームでの宿泊体験や事業所での産業現場等における実習にも取り組んでいきたいと思っています。

学校では、高生会長（高等部生徒会長）として明るく楽しい高等部にしたいと思っています。そのために朝の会や休み時間にみんなの好きな曲を聴いたり、「UNO」やトランプなどのゲームをしたりして、友達との仲を深めたいです。

最後に、僕には夢があります。それはメジャーリーグの大谷翔平選手に会うことです。将来一人で飛行機に乗ってアメリカへ行き、大谷翔平選手とキャッチボールがしたいです。そのためにも、最後の一年間を自立への一歩として過ごしていきたいと思っています。

切り替える



下諏訪向陽高校

太田 花鈴
おおた かりん

早いもので高校生活も最後の一年を迎えました。私はこの二年間、部活動を中心に学校生活を送ってきました。

私は吹奏楽部に所属しています。冬に行われたアンサンブルコンテストでは、仲間と朝や放課後に何度も曲を吹き、課題を見つけて練習をしました。大会ではあまりいい結果を残すことはできませんでしたが、練習の際にお互いに教え合ったことで仲間とともに成長できたと思います。

そこで、私のこれからの目標は「切り替える」ことです。卒業後は、今まで取り組んできた吹奏楽や音楽とは全く違うことに挑戦するつもりです。そのため、部活動だけに力を注ぐのではなく、進路に対しても、毎日コツコツ勉強をしたり、オープンキャンパスに行ったり、検定を取得したりするなど、自分のできることから少しずつ、切り替えをしたいと思います。

また、もう一つ力を入れたいことがあります。それは「当たり前」のことができるようになることです。高校生になり、中学生の時には大きい声でできていた挨拶や、人に対して感謝を伝えることに恥ずかしさを感じ、積極的に行えなくなっていました。しかし、挨拶やお礼が言えない人は、社会に出たときに周りからの信頼が得られなくなるのではないかと思います。今のうちから当たり前前にできるよう、挨拶や感謝を伝える努力をしたいと思います。

最後の高校生活である一年間、一日一日を大切に、これらの目標を掲げながら過ごしていきたいです。

梅の木



西赤砂 有賀^{あるが} 晶子^{あきこ}

義母の名前は「うめ」といいます。義母のお父さんが名づけ親です。「松竹梅といって、梅は下だが、梅は運がいい！幸せになれるぞ。」と付けてくれたそうです。

（以後、義母を「おばあちゃん」と呼びます。）

おばあちゃんが生まれた日は伊那の恵比寿講で花火が上がったそうです。おばあちゃんは梅が大好きで、庭に木があり、お花が咲くと、きれいだねと楽しみ、実がなると梅干し、リキュール漬け、梅漬けと楽しそうに作っていました。94歳の最後の日まで「幸せだ、幸せだ」と言っていました。

しばらくして、古くなった家を解体することになりました。梅の木を残したかったのですが、引越先庭は狭く植えることができず、他にも声をかけたのですが、引き取り手がなく、一緒に切ってしまうことになりました。

今年（令和5年）も花が美しく咲きました。華道連盟に所属している私は、最後のこの美しい姿を生け花で皆さんに見ていただけたらと、文化センター入口に展示しました。

「おばあちゃん、ごめんね。これが大事にしていた梅の最後だよ！」



「でも、本当にきれいだね。」と梅に語りかけました。梅はちらほら、枝も素敵。つぼみも咲いている花も絵画のようでした。生けた私も皆様に見ただけの時があったことに心から感謝しました。その時に「この梅いいですねー！」と言ってくさる方がいて、誰かこの梅の木をもらってくれる人がいないかと話をしました。

すると、町公民館の館長さんが、「当館で引き取ってもいいよ。」と言ってくささり、「えー！本当ですか？」と、もう嬉しいやら信じられない展開となりました。偶然の出会いにより、町職員の皆様のお力添えで、おばあ

ちゃんの大切な木の命が残せることになったのです。

梅の木は、文化センターの噴水とあすなろ公園の間に植えていただきました。私は、その梅の木にたびたび会いに行っています。今、実がなっています。

一生のうちでこんなにうれしいことに出会うことはないと思います。「本当にありがとうございます。喜びで胸がいっぱいです。」

（令和5年4月執筆）



令和6年3月14日撮影



植えられた梅の木（令和6年2月撮影）

体育施設無料開放日のお知らせ

下諏訪町にお住まいの方は、下記の日程について、体育館・屋内運動場・総合運動場などの体育施設を無料でご利用いただけます。是非ご活用ください。

- | | |
|------------|-------------|
| ① 4月29日（月） | ⑦ 10月14日（月） |
| ② 5月 5日（日） | ⑧ 11月 4日（月） |
| ③ 5月 6日（月） | ⑨ 1月13日（月） |
| ④ 7月15日（月） | ⑩ 2月11日（火） |
| ⑤ 8月12日（月） | ⑪ 3月20日（木） |
| ⑥ 9月16日（月） | ◇全て祝日です |

★午前9時～午後5時まで、1人（1グループ）につき、2時間使用可能
※大会等により、一部施設が利用できない場合がございます。
※冬期間（⑨⑩⑪）は、屋外施設閉鎖のため、屋内施設のみご利用いただけます。

☎ スポーツ振興係 ☎ 27-1455

早朝ラジオ体操を実施します！

日時 4月1日（月）から10月14日（月）まで

毎朝6時30分スタート

※実施期間については、会場ごとに異なる場合があります。

実施会場（9会場）

下諏訪北小学校校庭・春宮境内
子育てふれあいセンターぱけっと
下諏訪中学校校庭・あすなろ公園
下諏訪南小学校校庭・信金湖浜支店
津島神社境内・橋本政屋駐車場

ラジオ体操で健康な毎日！
お気軽にご参加ください。



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

春は特に山火事に注意しましょう

春は空気が乾燥し、季節風が強く吹くこと等から、林野火災(山火事)が多発する時季であるため、3月1日～5月31日まで「春の山火事予防運動」を実施しています。山火事を防ぐために、以下の点を心がけましょう。

■燃えやすいものに注意

- ・枯れ草等のある火災が起こりやすい場所ではたき火等しない。

■消火を確認

- ・火の使用中はその場を離れず、使用後は完全に消火する。

■気象条件を考える

- ・強風時及び乾燥時には、たき火・火入れをしない。

■たばこの始末に注意

- ・たばこは、指定された場所で喫煙し、必ず火を消す。
- ・投げ捨てはしない。

■火入れは許可を受けて行う

- ・火入れを行う際は、必ず許可を受ける。

☎ 長野県 林務部 森林づくり推進課 ☎026-235-7270

『ライポくん安心メール』を登録しましょう

長野県警察は、県内で発生した子供に対する声かけ事案や特殊詐欺の前兆事案など、防犯、交通事故、防災等に関する情報をライポくん安心メールとして配信しております。ぜひご活用ください。

▶登録手順

右記二次元コードから長野県警ホームページにアクセスし注意事項を必ずお読みください。



インターネットからのメール受信拒否をしている方は設定の解除後、[yb74.asp.cuenote.jp][police.pref.nagano.lg.jp]のドメイン指定をお願いします。

- (1) raipo667001@yb74.asp.cuenote.jpへ空メールを送信
- (2) 返信メールが来るのでURLをクリック
- (3) 登録画面に従って登録する。(性別、生年、情報種別、情報エリアの選択は必須項目となります。)

長野県警察官の募集について

長野県警察では、警察官を募集しています。

- ・長野県警察官採用試験(A)(第1回)(令和7年4月採用)
- ・長野県警察官採用試験(B)(令和6年10月採用)

▶受付期間：4月15日(月)まで

▶第1次試験日：5月12日(日)

※受験相談等行っております。詳細は下記までお問合せください。

☎ 諏訪警察署 総務課 ☎57-0110



4月の休日納税窓口

▶開設日時 28日(日) 午前9時～正午

▶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)



4月の税金等納期限・口座振替日

- ▶固定資産税 1期分
- ▶国民健康保険税 1期4月分
- ▶後期高齢者医療保険料 1期4月分
- ▶上下水道料(1～2月使用分) 4月分
- ▶温泉使用料(3月使用分) 4月分
- ▶介護保険料 1期4月分
- ▶保育料・給食費 4月分
- ▶水月霊園管理料 随時

4/30
(火)

⓪ 余分を買わない、作らない ㊦ いつもの習慣 ㊧ さあ、おいしく、食べきろう!

下諏訪町食べ残しゼロ よいさ運動を推進しましょう!

自衛隊幹部候補生の募集について

自衛隊幹部候補生とは、一般・歯科・薬剤科のコースから、各自衛隊の幹部自衛官となる者を養成する制度です。

第1回

▶受付期間 3月1日(金)～4月12日(金)

▶試験期日 1次：4月20日(土)・21日(日)
(4月21日は海・空飛行要員のみ)

2次：5月24日(金)～30日(木)

3次：海・空飛行要員のみ

(海) 6月20日(木)～24日(月)

(空) 7月13日(土)～8月1日(木)

※詳細は以下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

不動産鑑定士無料相談会のご案内

土地についての関心を高め、その理解を深めることを目的に不動産評価等の無料相談会を開催しますので、お気軽にお出かけください。

日時	会場
4月2日(火)	諏訪市役所 403会議室 飯田市役所 A203・204会議室
4月3日(水)	上田商工会議所 第1会議室 野沢会館(生涯学習センター)1・2号会議室 伊那市役所 303会議室
4月5日(金)	長野市役所 151会議室 松本市役所 第2応接室

※時間はいずれも午前10時～午後4時(正午～午後1時の間を除く)
※売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借等に係る不動産評価について不動産鑑定士に相談できます。
※予約不要です。直接会場にお越しください。

☎ (一社)長野県不動産鑑定士協会 ☎026-225-5228

随時受付 **建築士による**
空き家リフォーム
無料相談
0266-58-6624

困っていることは何ですか?
耐震・断熱など
お気軽にご相談ください!

公益社団法人
長野県建築士会諏訪支部



諏訪湖博物館・赤彦記念館

- ◇休館日 1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・30日(火)
- ◇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)

諏訪湖博物館ミュージアムグッズ好評発売中!

昨年度開催の企画展「癒しのアートKIZAN〜カワイイの原点、岩波其残〜」の企画展記念マグネット、図録を博物館にて限定発売中です!ご自宅でもカワイイ作品に癒されてみてください。



記念マグネット
500円(税込)



企画展図録 1,000円(税込)

詳細は博物館までお問い合わせください。

問 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(月)・5日(金)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・30日(火)
- ◇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)

こどもの読書週間(4月23日～5月12日)企画

★「どの本読もうか?読んであげたいこの本」スペシャル版
毎年、下諏訪町立図書館では「図書館職員が選ぶ読みかさに適した本リスト」を作成しています。
今回は過去10年間におすすめした本をまとめ、スペシャル版リストを作成!ご自宅や学校での読み聞かせにぜひご活用ください♪
リストは町ホームページからもご覧いただけます。

毎月第2日曜日は町内一斉家庭読書の日です。

図書館では家庭読書の日に合わせて毎月色々なテーマの本を紹介するコーナーを作っています。
お家でゆっくり本を読む時間を作りましょう。



問 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。



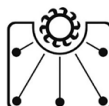
下諏訪町 空き家情報バンク物件情報

令和6年3月1日現在

区	所在地	No.	賃貸等	条件等
第1区	矢木町1	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	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
第3区	東鷹野町	231	賃貸	木造2階建 6.5万円/月
	南四王1部	240	売却	木造2階建 690万円
	春日町	244	売却	木造2階建 715万円
第4区	上久保1	245	賃貸	木造2階建 7.8万円/月
	町屋敷3組	224	売却	木造2階建 670万円
第6区	秋倉東	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
	東山田第1	235	売却	木造2階建 498万円
第7区	東山田第6	246	売却	木造2階建 700万円
	東山田第7	248	売却	木造平屋建 680万円
	星が丘第5	218	売却	木造平屋建 350万円
第9区	星が丘第5	219	売却	木造2階建 457万円
	星が丘第3	237	売却	木造2階建 450万円
	五宮	239	売却	鉄骨造+木造2階建 800万円
第10区	西豊	243	売却	木造2階建 2,300万円
	西浜	247	売却	木造2階建 180万円

*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。

問 下諏訪町 産業振興課 移住定住促進室
☎27-1111(内線274)
メール iju@town.shimosuwa.lg.jp



しもすわ今昔館 おいでや

星ヶ塔ミュージアム矢の根や 時計工房 儀家堂

4月20日(土) 入館料無料

ぶらりしもすわ 三角八丁 其の三十八

当日は裏口も解放します。お気軽にお立ち寄りください♪

時計工房 儀家堂

時計の歴史や、仕組みが学べる展示をしています。
タイムスリップしたような雰囲気をお楽しみください。

星ヶ塔ミュージアム矢の根や

縄文時代の人と黒曜石の関わりを学べるミュージアムです。
この機会に、黒曜石の魅力に触れてみてください。

- *開館時間 午前9時～午後5時
- *正面入口横:「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。

問 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 | 4/9・16・23(火) 11:00～ |
| | 2歳 | 4/16・23(火) 10:00～ |
| | 3歳 | 4/7(日)・20(土) 10:00～ |
| | 4・5歳 | 4/7(日) 11:00～・26(金) 16:10～ |
| ヤマハ英語教室
(岡谷) | 4・5歳 | 4/2(火) 16:00～ |
| | 小学1年 | 4/2(火) 17:00～ |

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



入会プレゼント 体験プレゼント



青春ポップス

4/10・24日(水) 14:00 見学



オグチ楽器

教室

- 岡谷市神明町3-1-3 (フォレストモール岡谷内)
- 下諏訪南四王6142-2 (諏訪保険サービス様)

お申込み・お問合せは

☎0120-970-091



4月の湖岸清掃: 4月21日(日) 午前7時 南大門諏訪湖側駐車場 集合・開始 清掃範囲: 博物館～諏訪市場
中止の場合は午前側6時15分に防災行政無線、町メール配信、しもすわインフォでお知らせします。

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

4月のマシン無料体験会のご案内

◇各回60分・先着6名受付◇

- ★4月5日(金)
 - ①午後3時～/②午後7時～
- ★4月20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込みください。



<https://logoform.jp/f/UpurU>

★体組成測定会★

4月25日(木)・28日(日)

健康ステーション利用者の方を対象とした無料測定会です。ぜひ、トレーニングにご活用ください。

☎健康ステーション ☎75-5546

高浜健康温泉センター 「ゆたん歩」

4月の営業案内

◆休館日 4月2日(火)・9日(火)
16日(火)・23日(火)・30日(火)

歩行浴プール 運動講座 参加者募集

アクアウォーキング ※初心者対象講座		
日程(全9回)[水曜日]	時間	定員
4月10・17・24日	①午後2時～	各8名
5月8・15・22日	午後2時30分	
6月5・12・19日	②午後2時30分～3時	

おやこアクア部 2～3歳児クラス		
日程(全9回)[水曜日]	時間	定員
4月11・18・25日	午前10時～午前11時	5組
5月9・16・23日		
6月6・13・20日		

●申込開始：3月25日(月) 9時から
下記申込みフォームからお申し込みください。
アクアウォーキングは電話での申込みも可能ですので、電話で申込みをする場合は健康ステーションにご連絡ください。

<https://logoform.jp/f/E1nwl>

☎講座に関すること 健康ステーション ☎75-5546
☎施設に関すること ゆたん歩 ☎26-2626

子育てふれあいセンター ぽけっと

4月の行事予定

- 3日(水) BP
- 8日(月) おはなしいっぱい
- 9日(火) ファーストブック
- 10日(水) BP
- 12日(金) 0歳児ママ講座
- 13日(土) 土曜開館
- 16日(火) ママ講座1・2・3
- 17日(水) BP
- 22日(月) にこにこ講座
- 24日(水) BP



行事内容

- ★ 8日(月) おはなしいっぱい
絵本や紙芝居など、楽しいお話をします
- ★ 12日(金) 0歳児ママ講座
『生活リズムと寝かしつけ』
- ★ 16日(火) ママ講座1・2・3
『兄弟の育て方』
- ★ 22日(月) にこにこ講座
『つくってあそぼう』親子でこのぼりを作ります
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



いのち
支える

「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)

4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	25日(木)	午後1時～午後5時	住民環境課 生活環境係 *4月1日より生活相談係 ☎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
*非行・犯罪相談	26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	10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	住民環境課なんでも相談室 ☎28-3366	



当店のインスタグラムを・・・

Follow me!



日々の様々な出来事やまかない、お知らせなど
毎日発信中！フォロー＆いいね！お願いします。



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 アドバイスします** 緊急・重症の場合は迷わず **119番** 病院に行くか

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

こども (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



4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
- ※諏訪地区小児夜間急病センターは令和6年3月31日をもって運営終了となります。

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
7日(日)	諏訪共立病院 28-2012	ももデンタルクリニック(岡谷市) 28-0333	ひまわり薬局 26-7226
14日(日)	出早クリニック(岡谷市) 78-8152	アポロ歯科医院(岡谷市) 23-8100	しなの調剤薬局(岡谷市) 75-5993
21日(日)	つるみね共立診療所(岡谷市) 22-6680	山田歯科医院(岡谷市) 22-2131	川岸薬局(岡谷市) 24-3103
28日(日)	花岡医院(岡谷市) 22-3525	あさひ中央台歯科診療所 26-1414	調剤薬局マツモトキヨシ・岡谷天竜町店(岡谷市) 24-1801
29日(月)	諏訪共立病院 28-2012	牛山医院歯科(岡谷市) 22-6422	ひまわり薬局 26-7226

4月の健康診査等

種別	日(曜日)	時間	場所
乳幼児健診	2 か月 (2024年 2月生)	26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 (2023年 12月生)	26日(金)	
	10 か月 (2023年 6月生)	19日(金)	
	1歳6か月 (2022年 9月生)	15日(月)	
	2 歳 (2022年 1月生)	17日(水)	
	3 歳 (2021年 3月生)	16日(火)	
心のほっと相談 ※要予約	25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)	8日(月)・24日(水)	午前9時～午前11時	
産前・産後サポート事業 ※要予約	8日(月)	午前9時～正午	

4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
6日(土)	(有)藤森水道(岡谷市) 27-7289	小林住設 28-3527
7日(日)	(株)総建 28-8295	
13日(土)	松澤工業(株) 28-0919	林組工業所 28-6383
14日(日)	(株)上條電設工業 23-5330	
20日(土)	(株)親水工業 27-8399	(株)親水工業 27-8399

☎【水道工事店について】下諏訪町 建設水道課 上水道管理係 ☎27-1111(内線228)
☎【温泉工事店について】下諏訪町 建設水道課 下水道温泉管理係 ☎27-1111(内線222)

広告

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。



新しい検診車納車しました

岡谷市民病院
OKAYA CITY HOSPITAL

令和6年度分 予約受付中

健診センター TEL.23-8050

岡谷市本町4-11-33 [HP] <https://www.okaya-hosp.jp/>



おすすめ活用法

- ・納豆や豆腐、卵かけご飯などの醤油代わりに。
- ・お肉や煮物の味付けに。
- ・唐揚げの下味に。

レシピを作成した方の紹介

中山友香さん(湯田町)は、麹を使った発酵調味料の講師として食育応援隊に登録しています。令和5年度は、下諏訪町食生活改善推進協議会の学習会で「発酵調味料講座」の講師を担当しました。今回は、しょうゆに置き換えて麹を活用できる「醤油麹」と「醤油麹の焼きおにぎり」をご紹介します。



醤油麹

【材料：1回分】
 米麹(生)…200g 醤油…300ml
【作り方】
 ①米麹をバラバラになるようほぐす。
 ②醤油を加えムラなく混ぜる。
 ③清潔な容器に入れ、熟成させる。
 (夏は約7日、冬は約10日)
 ・常温で置き、1日1回かき混ぜる。
 ・硬いようなら醤油を注ぎ足す(分量外)
 ※発酵するので、蓋は密閉せず少しずらしておく。
 ※米麹がやわらかくなり、とろみが付いたら完成です!



醤油麹の焼きおにぎり

【材料：ご飯お茶碗2杯分】
 青じそ(せん切り)…3枚分
 白炒りごま…大さじ1 ごま油…適宜
 醤油麹…大さじ1/2 甘酒…大さじ1/2
【作り方】
 ご飯に青じそとごまを加え混ぜ、おにぎりを作り、フライパンで両面を焼く。醤油麹と甘酒を混ぜ合わせ、焼いたおにぎりに塗る。

食育応援隊 下諏訪町では、「住民との協働による食育の推進」に取り組んでいます。その一環として平成24年から料理が得意な住民の方に食育応援隊としてご登録いただき、食育の一端を担っていただいています。レシピを作る、盛り付けを考える、食材を購入する、調理実習の準備をする等、その時々に参加される方が楽しめる工夫をしています。

ZOOM UP! 健康ステーション

活躍! 健康サポーター

健康サポーター事業を紹介します

「健康サポーター制度」とは…

専門的な知識や経験をお持ちの方や、ご自身で積極的に運動に励まれている地域の皆さんなどの「地域人材」にご協力いただくことで、町が実施する健康づくりの取り組みをさらに推進するとともに、皆さんの活躍の場を創出することを目的としたものです。

具体的には、町が主催する運動講座の講師やアシスタント、健康ステーションでのトレーニング補助、関連行事への協力などをお願いしており、内容に応じた報酬をお支払いします。

健康サポーター事業の説明・登録は随時行っています。
 ご興味のある方はお気軽にご連絡ください。

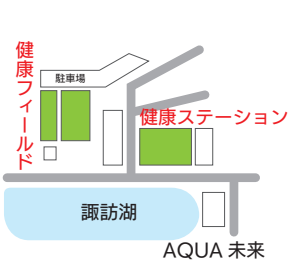


メンバー紹介



健康サポーター 石垣麻衣子

現在、フリーでヨガ講師をしながら、マシン指導やヨガクラス指導を担当しています。健康ステーションでは、利用者様がひたむきに身体を動かす姿にいつも元気をいただいています。町民の皆さんが、健やかな心身と共に日々元気に過ごすことができるように、精一杯サポートしてまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



- ◆開館時間 健康ステーション 午前10時～午後9時 (土・日・祝 午後5時まで)
 - 健康フィールド屋内 午前10時～午後9時 (土・日・祝 午後5時まで)
 - 屋外 午前10時～午後5時
 - ◆休館日 火曜日(火曜日が祝日と重なる場合は、その前日)
 - ※詳細は町ホームページまたは営業カレンダーをご覧ください。
- ☎ 下諏訪町 教育こども課 健康サポート係 ☎75-5546

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
毎月1.1万円から オールメーカー取扱 4WDもOK!!
7大プレゼント!! 実施中!!
 カーナビ 充電器 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~PM6:00 (水曜定休)

3月1日現在 人口:18,759人(-24) 男性:9,049人(-7) 女性:9,710人(-17)
 ()内前月比 世帯数:8,723世帯(-5) ※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。 2024.4
 ©印刷/中央印刷株式会社

広告