

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

2025

10

No.267

2025.9.26発行

時計を作ってみませんか？

まさかわ ひろし
© 笹川 寛司

機械式腕時計が新モデルとなりました！「しもすわ今昔館おいでや」で時計作りの体験をしてみませんか？

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)

野焼きは原則禁止です	2
65歳以上の予防接種について	3
第47回下諏訪町統計グラフコンクール 創意工夫を凝らした作品が集まりました	4
運動講座	5
昭和19年東南海地震 あなたの記憶・記録をおしえてください	6
防災訓練を行います	7
VC長野トライデント2025-26シーズン開幕戦無料ご招待! ほか	8
教育委員会からのお知らせ ほか	9
生涯学習	10
インフォメーション(お知らせ)	16
見に行こう!下諏訪町の文化財 ほか	20

防災メモ

10月は台風と秋雨前線に伴う甚大な大雨災害のリスクが高まる季節です。大雨による浸水・土砂災害に加え、暴風による停電被害等も念頭に、防災対策をしておきましょう。



お知らせ

広報 No.751

住みたいまち
元氣な声がひびくまち

野焼きは原則禁止です！

野焼き（野外焼却）は「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により、原則禁止されています。

法律に違反すると

『**5年以下の拘禁刑もしくは1,000万円以下の罰金、またはこの両方**』

の罰則が課せられることがあります。

野焼きが認められる例外にあてはまらないものは絶対に野焼き（野外焼却）しないでください！

野焼きが認められる例外

- 施設の管理のために国または地方公共団体が行うもの。（伐採草木の焼却など）
- 災害の予防・応急対策・復旧のために必要なもの。（災害時における木くず等の焼却など）
- 風俗習慣上または宗教上の行事。（どんど焼きや護摩焚きなど）
- 農業・漁業・林業を営むためにやむを得ないもの。（もみ殻焼きなど）
- 日常生活を営むために通常行われる焼却で、軽微なもの。（たき火、キャンプファイヤーなど）

一部の例外として認められている焼却であっても、周辺住民の方からの連絡で生活環境の保全に支障が生じていると判断した場合は、警察官や消防署員、役場職員が現地へ赴き、野外焼却の中止をお願いしています。

野焼きをする場合は

場所（住宅地では燃やさない）・時間帯（人が活動を始める時間帯を避ける）・風向きなど状況をよく考えましょう。

煙や臭いで周辺の住民に迷惑をかけないように、地域への最低限の配慮をお願いします。

枝茎やもみ殻といった農業に伴う不要物、剪定木や落葉といった庭作業で出た不要物などは下記処理方法も検討してください。

燃やさない処理方法

●畑や庭隅などで堆肥化する。

町ではコンポストの購入に対し補助するとともに、堆肥化促進剤を無料配布しています。

●資源物として出す、または直接町清掃センターへ持ち込む。（無料）

5月から11月の間は毎月第4週目に地区収集場所に出していただけます。

●焼却ごみとして出す。

短く切断し燃やすごみ袋に入れて出すか、45ℓの燃やすごみ袋で巻いて出してください。

野焼きはダイオキシンなどによる大気汚染の一因であり地球温暖化の原因にもなります。一部の例外を含めたあらゆる不要物の適正な処分を心がけていただくようお願いします。

近隣で野焼きをしてお困りの場合は
諏訪警察署（57-0110）及び下記連絡先までご相談ください。

■ 問い合わせ・通報

下諏訪消防署 ☎28-0119

下諏訪町役場 住民環境課 環境衛生係 ☎27-1111（内線142）

65歳以上の予防接種について

下諏訪町では高齢者のインフルエンザ予防接種と新型コロナウイルス感染症予防接種を、長野県内の登録医療機関で実施します。希望する方は、医療機関に直接ご予約ください。

いずれの予防接種も、公費負担の対象になるのは実施期間内にひとり1回のみです。

インフルエンザ予防接種

▶実施期間 令和7年10月15日(水)～**令和7年12月27日(土)** (医療機関の休診日は除く)

▶対象者 ①接種日において65歳以上の方

②接種日において60歳以上65歳未満で下記に当てはまる方

- ・心臓、腎臓又は呼吸器の機能に自己の身の^{じん}辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方
- ・ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方

▶接種回数 **実施期間内に1回**

▶料 金 **自己負担 1,200円**

※生活保護世帯、町民税非課税世帯の方は、自己負担が免除されます。補助券を発行しますので、予防接種を受ける前に、町保健センターに申請して下さい。

- ▶その他
- ・諏訪6市町村内の医療機関については、医療機関に予診票があります。
 - ・諏訪6市町村以外の医療機関で接種希望の場合は、町保健センターまで予診票を取りにお越しください。

新型コロナウイルス感染症予防接種

▶実施期間 令和7年10月15日(水)～**令和8年3月31日(火)** (医療機関の休診日は除く)

▶対象者 ①接種日において65歳以上の方

②接種日において60歳以上65歳未満で下記に当てはまる方

- ・心臓、腎臓又は呼吸器の機能に、自己の身の^{じん}辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障がい^{がい}を有する方
- ・ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がい^{がい}を有する方

▶接種回数 **実施期間内に1回**

▶料 金 **自己負担 3,800円**

※生活保護世帯、町民税非課税世帯の方は、自己負担が免除されます。補助券を発行しますので、予防接種を受ける前に、町保健センターに申請して下さい。

- ▶その他
- ・諏訪6市町村内の医療機関については、医療機関に予診票があります。
 - ・諏訪6市町村以外の医療機関で接種希望の場合は、町保健センターまで予診票を取りにお越しください。



第47回 下諏訪町統計グラフコンクール 創意工夫を凝らした作品が集まりました

今年は、下諏訪町統計グラフコンクールに40点(55人)の応募があり、8月28日(木)に審査会が開催されました。

応募いただいた全ての作品を11月8日(土)から11月30日(日)までの期間、下諏訪町立図書館で展示する予定です。児童・生徒のみなさんの力作をぜひご覧ください。

出品いただいた
皆さん、
ありがとう
ございました。



●**努力賞** 栗山 佳子
●**努力賞** 武井 わかな
●**銅賞** 田中 碧
●**銅賞** 林 思羽
●**銀賞** 府玻 龍明
●**金賞** 五味 匠都
●**金賞** 名取 真希

第3部 (小学5・6年生)

●**銀賞** 河西 真帆人
●**金賞** 土田 莞大

第2部 (小学3・4年生)

●**銅賞** 近藤 笑真
●**銀賞** 河西 名都
●**金賞** 栗山 侑果

第1部 (小学1・2年生)

●**共同作品 努力賞** 井上 安百合
●**銅賞** 小川 奎
●**共同作品 銅賞** 今井 梨心
●**銅賞** 下平 琉生
●**銅賞** 小林 くるみ
●**共同作品 銅賞** 小松 梨乃
●**銅賞** 藤森 咲良

●**共同作品 銀賞** 武居 聖奈
●**共同作品 銀賞** 倉田 優希
●**共同作品 銀賞** 熊谷 優希
●**共同作品 銀賞** 大野 弘稀
●**共同作品 銀賞** 花岡 龍人
●**共同作品 銀賞** 工藤 晃太郎
●**共同作品 金賞** 五味 愛理
●**共同作品 金賞** 中野 愛菜
●**共同作品 金賞** 高木 美結
●**共同作品 金賞** 小泉 愛菜

第4部 (中学生)

●**努力賞** 篠原 大和
●**努力賞** 横山 彩生
●**銅賞** 小河原 大地
●**銅賞** 山田 詩菜
●**銅賞** 代田 唯人
●**銀賞** 佐々 輔
●**銀賞** 小口 乃春

●**共同作品 銀賞** 池田 尊
●**金賞** 櫻庭 空我
●**金賞** 中村 万里
●**金賞** 飯島 快斗

第5部 (小中学生PC統計グラフ)

●**共同作品 努力賞** 今井 結羽
●**共同作品 努力賞** 今溝 ソラ
●**努力賞** 小林 瑠菜

応募いただいたすべての
作品を展示します。
ぜひ、ご覧ください。

期間：11/8～11/30
場所：下諏訪町立図書館

お友だち作品を
参考にしてみてもね！



審査会の様子

秋の健康づくり 運動講座 11選

講座① ダンベル&チューブトレーニング講座 ダンベルやチューブを使って、ご自身の運動メニューを増やしませんか？宅トレに繋げていきましょう。 日時：10月17日・24日・11月14日・28日 12月12日・19日(金) 午後2時～午後3時 会場：健康フィールド(屋内) 定員：19名 全6回	講座② ストロングネーション ～自重を効果的に使ってインターバルトレーニング～ 音楽に動きを合わせた高強度トレーニング。自重を使った筋トレや有酸素運動を行うレッスンです。 日時：10月15日・29日・11月12日・12月10日(水) 午後2時～午後3時 会場：健康フィールド(屋内) 定員：20名 全4回
講座③ 筋トレTRX+ヨガ レッスン TRX® サスペンショントレーニングとヨガの2つのエクササイズを一度に満喫できるレッスンです。 日時：10月6日・11月10日・12月1日(月) 午後2時～午後3時 会場：健康フィールド(屋内) 定員：19名 全3回	講座④ ピラティス 身体の柔軟性を高め、強化し、バランスを整えるエクササイズを行うレッスンです。 日時：10月9日・11月13日・12月11日(木) 午前10時30分～午前11時30分 会場：健康フィールド(屋内) 定員：20名 全3回
講座⑤ フィールド健康教室 芝生上でウォーキング、TRX® サスペンショントレーニング(筋力運動)、ストレッチなどを行う講座です。 日時：10月9日・23日・11月13日・27日 12月11日・25日(木) 午後2時～午後3時 会場：健康フィールド(屋内) 定員：19名 全6回	講座⑥ ポールでストレッチ トレーニングやカラダのケアにとっても有効なアイテムの使い方のコツとポイントをレッスンします。 日時：10月8日・29日・11月5日・26日 12月10日・24日(水) 午後7時～午後8時 会場：健康フィールド(屋内) 定員：19名 全6回
講座⑦ シニア運動塾 トレーニングマシン、プールでの運動を各回交互に行う講座です。★全6回のご参加をお願いします 日時：10月6日・20日・11月10日・17日 12月1日・15日(月) 午後2時～午後3時 会場：健康ステーション、ゆたんぽ 定員：シニア世代5名 全6回 ※電話申込み可	講座⑧ 代謝アップパワーヨガ 代謝アップを目指し、動きのあるヨガで全身を活性化。75分のレッスンでしっかりと丁寧に導きます。 日時：10月15日・22日・11月19日 12月3日・17日(水) 午後7時～午後8時15分 会場：健康フィールド(屋内) 定員：20名 全5回
講座⑨ コアトレーニング講座 TRX® を使った高強度インターバルトレーニング(HIIT)により、効率的なトレーニングが可能！ 日時：10月20日・27日・11月10日・17日 12月8日・15日(月) 午後7時～午後8時 会場：健康フィールド(屋内) 定員：19名 全6回	講座⑩ 親子で体操 ～バック転チャレンジ～ 親子で体幹を鍛えながらキッズ向けバック転導入練習を行う親子教室です。 日時：10月5日・11月16日(日) 午前10時～午前11時 会場：健康フィールド(屋内) 定員：園児親子 8組 全2回
講座⑪ ノルディックウォーキング教室 11月コース ウォーキングを中心に、ポールを使ったストレッチや筋トレも行うバランスの良い教室です。 日時：11月10日・17日(月) 午後1時30分～午後3時 集合：健康フィールド建物入口 会場：諏訪湖畔 健康スポーツゾーン 定員：20名 全2回	申込み方法 受付開始：9月29日(月) 正午から 成人向け講座はお一人につき2講座までの申込みとさせていただきます ●下諏訪町ホームページまたは申込みフォームよりお申し込みください。 ※申込みフォームからのお申込みが難しい場合は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込みフォーム内で非表示となります。 【申込みフォーム】 https://logoform.jp/f/Q1Vmj 

■ 問い合わせ 下諏訪町 教育こども課 健康スポーツ係 (健康ステーション内)
☎75-5546 FAX: 75-5547 E-mail: sports@town.shimosuwa.lg.jp

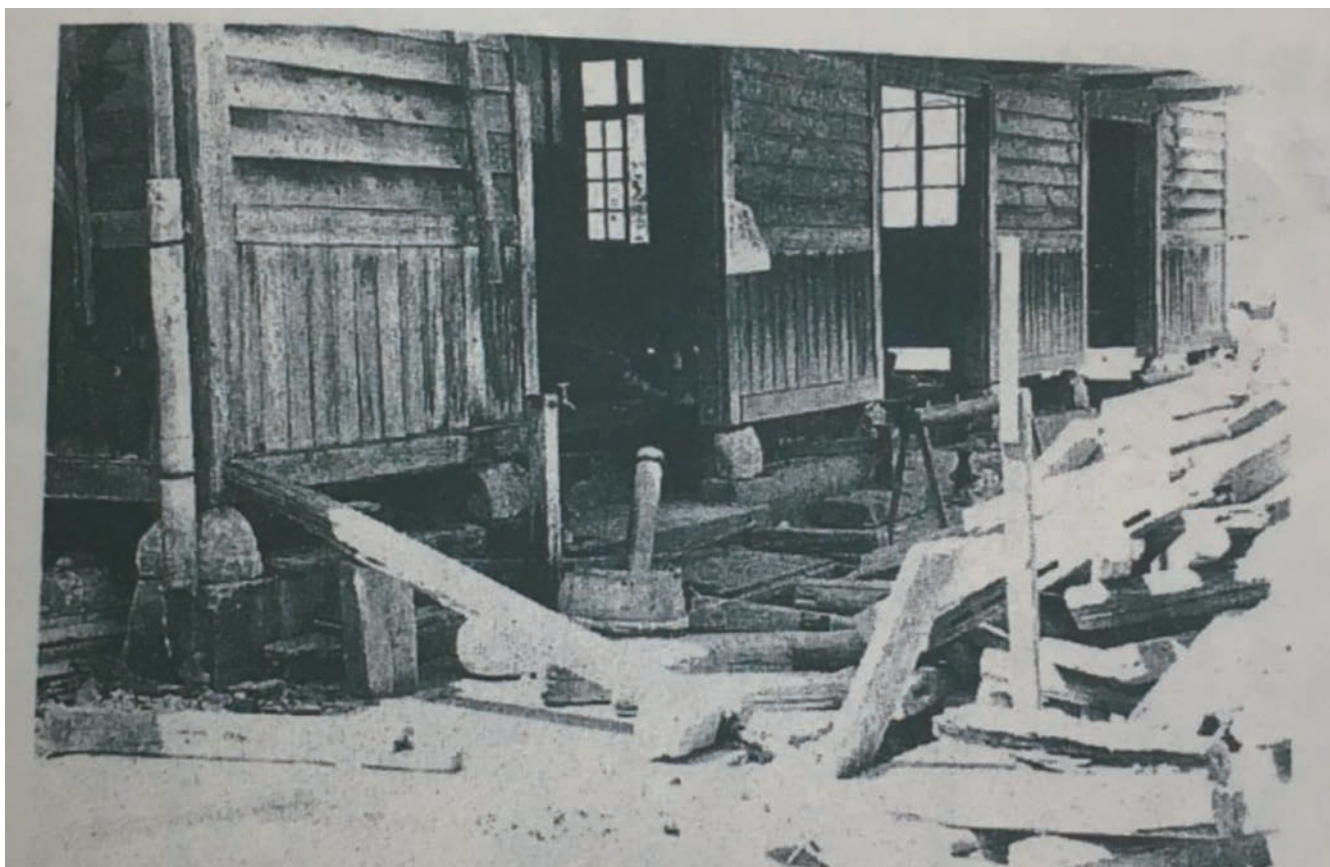
昭和19(1944)年東南海地震

あなたの記憶・記録をおしえてください

長野県と信州大学教育学部防災教育研究センターでは、昭和19年の東南海地震の諏訪地域での被害状況に関する情報を募集しています。

いつ・どこで・どのような人/ものに・なにが起きたのか、将来の災害に備えるための情報の元を集め、当時の被害情報をデジタル地図上に復元・記録してデータベース化し、今後の防災減災に役立てることを目的としています。ご協力いただける方からのご連絡をお待ちしております。

- 当時の状況に関するアンケートにお答えいただける方
- 体験者としてインタビューに応じていただける方
- 保存されている貴重な写真や資料等を共有していただける方
- 当時の情報や資料等を受け継がれているご家族の方



諏訪市教育委員会提供

「遠州灘地震によって被害を受け、床上げした北昇降口」(昭和19.12.17)

出典：『創立50周年記念誌五十年のあゆみ 諏訪市立城南小学校』

事業主体：長野県・信州大学教育学部防災教育研究センター

調査協力：下諏訪町総務課情報防災係兼危機管理室

■ 問い合わせ

信州大学教育学部防災教育研究センター「昭和東南海地震情報」担当

電話・FAX：026-238-4086 E-mail：bosai_center@shinshu-u.ac.jp



【詳細はこちら】

防災訓練を行います ～ご理解ご協力をお願いします～

★令和7年度長野県総合防災訓練（ヘリコプターを使用した訓練）

長野県総合防災訓練を実施します。訓練時間内において複数回ヘリの離発着を行いますので、離着陸の際にはご注意ください。

飛行音や強い風が予想されます。また、安全のため通行規制を行う場合があります。通行規制の際は、地上誘導員の指示に従ってください。

- ▶日 時 10月19日(日) 午前10時から昼12時40分までの間
- ▶場 所 赤砂崎公園（防災ヘリポート広場、公園左岸一帯）
- ▶使用ヘリ 陸上自衛隊CH47J輸送ヘリ 1機
長野県消防防災ヘリ 1機

※天候により、ヘリコプターが飛来しない場合があります。

■ 問い合わせ 長野県 危機管理防災課 ☎026-235-7184

★令和7年度長野県消防相互応援隊合同訓練

県内全ての消防本部の消防部隊が集結し、大規模災害を想定し「令和7年度長野県消防相互応援隊合同訓練」を実施します。訓練当日は、多くの消防車両が会場周辺を走行しますが、災害ではありません。

また、訓練に伴い、赤砂崎公園駐車場及び防災ヘリポート周辺の一部が通行規制となりますのでご承知おきください。

- ▶日 時 10月18日(土) 午前9時～10月19日(日) 昼12時30分
- ▶場 所 岡谷市、下諏訪町赤砂崎公園一帯
- ▶訓練種目 後方支援活動訓練（宿営訓練）…会場：赤砂崎公園一帯
救出救助訓練……………会場：岡谷市湖畔公園

■ 問い合わせ 諏訪広域消防本部 警防課 警防係 ☎21-5121（直通）

【R6年度長野県消防相互応援隊合同訓練の様子】



宿営訓練



救出救助訓練

VC長野トライデンツ ホームタウンの下諏訪町に在住、在勤の皆様を 2025-26シーズン開幕戦に観戦無料ご招待!!

■開催日時

10月25日(土) 午後2時5分～

10月26日(日) 午後1時5分～

■会場 エア・ウォーターアリーナ松本

■対戦チーム 日本製鉄堺ブレイザーズ

■対象者 下諏訪町在住、在勤者の方

■対象人数 各日100組200名様

事前申込が必要です。10月16日(木) 午後6時までにお申し込みください。



こちらより
VC長野トライデンツ
公式LINEの
友だち登録をしてくださ
い。登録後、申込に関する
メッセージが配信
されます。



[申し込みはこちら]

※定員を超過した場合は抽選となります。

当選結果は、10月17日頃にVC長野トライデンツ公式LINEよりお知らせします。

■問い合わせ VC長野トライデンツ事務局 ☎0265-98-6812

令和7年国勢調査を実施しています 国勢調査2025

国勢調査は、令和7年10月1日現在、日本に住んでいるすべての人と世帯が対象です。

調査票の回答は、簡単・便利なインターネット回答がおすすめです。インターネット回答のほか、紙の調査票を郵送または調査員に渡していただく方法もあります。

回答のご協力をお願いいたします

■問い合わせ 下諏訪町国勢調査実施本部 ☎27-1111 (内線397)

行こう。それぞれの頂へ。

信州やまなみ国スポ・全障スポ

第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会

2028

長野県で開催!

長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

国スポ冬季 2028年1月～2月 国スポ本大会・全障スポ 2028年9月～10月

教育委員会からのお知らせ

8月4日に開かれた町議会8月臨時会において、任期満了に伴い新しい教育長に山田 典史さん、新しい教育委員会委員に木下 学さんが、それぞれ任命について議会の同意を得て就任されました。

新教育長の任期は令和7年8月8日から3年間、新教育委員会委員の任期は令和7年8月12日から4年間です。



やまだ のりふみ
山田 典史さん



きのした まなぶ
木下 学さん

町は、住民のみなさんが自主的・主体的に取り組む公益事業を支援しています。これまでに実施された事業の取組を紹介します。

地域の活力創生チャレンジ事業 活動紹介 第20弾

「防災減災イベント×下諏訪町の『資源』＝地域の活性化と強靱化」

相次ぐ地震や豪雨災害により、人々の防災意識が高まっています。防災意識向上を目的に、関係団体の協力のもと、赤砂崎公園にて、親子防災キャンプを開催しました。6組15名の親子が参加し、薪割りや焚き火、非常食喫食体験を行ったほか、ロープワーク、消防団体験、非常用伝言ダイヤル体験といった、避難時に役立つスキルを体験しました。

また、下諏訪総合文化センターでは、防災講演会を開催しました。50名ほどが来場し、能登半島地震の被災地に避難所支援として向かった防災士による避難所実態の講演や非常食喫食体験、段ボールベッドで横になる体験等を行いました。

今後も活動を継続し、地域防災力向上を図ります。

申請者：日本防災士会長野県支部諏訪圏域ブロック
支援額：281,149円（令和6年度）



■ 問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係 ☎27-1111（内線257）

シルバー人材センター会員募集！

人生100年時代をいつまでも輝いて過ごすため、高齢化社会にチャレンジしてみませんか。当センターでは、セカンドライフを豊かにする、健康で無理なく働ける環境をお手伝いします。

▶主な仕事内容

施設管理、工場内軽作業、清掃、屋内外軽作業等、臨時的・短期的・補助的な仕事です。

▶会員になるには

下諏訪町（又は岡谷市）に在住の健康で働く意欲があり、技能・経験・知識を生かしたい60歳以上の方であればどなたでも会員になれます。入会を希望される方は、下記に記載の入会説明会に参加し、入会手続きを行ってください。

▶入会説明会について ※都合により変更となる場合があります

- ・ 日 時 毎月第2火曜日 午後1時30分から
- ・ 場 所 偶数月 下諏訪総合文化センター視聴覚室
奇数月 おかや総合福祉センター（諏訪湖ハイツ）

■入会申し込み・仕事の依頼

（公社）岡谷下諏訪広域シルバー人材センター

【本所】おかや総合福祉センター内 ☎23-0760

【支所】下諏訪町役場別棟1階 ☎28-0890

宝くじの助成金で整備しました

湖畔町は、一般財団法人自治総合センターの「コミュニティ助成事業」を活用し、コミュニティ活動に必要な備品等を整備しました。



◆湖畔町（一般コミュニティ助成事業）

コミュニティ活動を推進するため、湖畔町公会所にエアコン、会議テーブル、椅子、お座敷チェア、ホワイトボードを整備しました。

▶事業内容

会議用テーブル及びイス、
ホワイトボード、エアコン等
公会所備品の整備

▶事業費総額 2,479,084円
（うち助成額 2,400,000円）



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

■ 問い合わせ

下諏訪町 総務課 企画係 ☎27-1111（内線257）

生涯学習

No.617

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

「未来の諏訪大社氏子の皆さんへ届けよう」

御柱用材を育む会の活動を紹介します

御柱用材を育む会代表

田中 健二(東町上)



棚木場近くの山林にて「御柱の森づくり・樅の木街道植樹祭」参加者
(令和7年6月8日)

「御柱用材を育む会」は、平成8年(1996年)に発起人皆様方の努力で立ち上げられました。主に御柱がつつがなく後世に続くよう山見をして、樅の木の確認と育成をしていくこと、そのために必要な知識を学び、それを伝えていくことを目的として、大社職員・大社大総代・下諏訪町各区の人々で構成され発会いたしました。

令和7年(2025年)現在は町内各区有志約200名の会員が参加し活動を行っております。発会以来、広大な南信森林管理署東俣国有林(御柱の森)を舞台に樅の木の調査・育成保護に努めてまいりました。

御柱の森は、東俣国有林1630ヘクタールの内383ヘクタールです。平成14年(2002年)に御柱の森における森林活動に関する協定を南信森林管理署と御柱の森づくり協議会との間で締結し、活動を行っています。

御柱用材となる樅の木(ウラジロモミ)は日本の山地に自生する常緑針葉樹です。葉の裏が白いのが特徴で、高さ40メートルぐらいの太木になるものもあるそうです。現状、太さはそこまでないが成りは良いといった樅の木は、何本か発見しておりますので、将来の御柱候補木になれるよう成長してもらいたいと願っています。

調査活動で地図やコンパス等を持ちながら急傾斜な山中を歩いて思うことは、御柱用材になり得る真っ直ぐで目通り周囲3メートルを超えるような太木にはなかなか出あえないことと、鹿の糞の多

さでしょうか。

また、育成保護活動においては、「御柱の森づくり・樅の木街道植樹祭」と題し、大平棚木場(おだいらたなかば)御柱の森街道沿いを主にこれまで約500本の樅の木の苗木を植樹して参りました。

毎年、1メートル位の苗木を約15本植え付け、鹿等による食害防止用のネットを張り保護・補修作業等しております。

平成30年(2018年)に町政施行125周年を記念して、多くの町民の皆様方が参加し、125本植え付けた樅の苗木もすくすくと成長し、今では約3メートルぐらいの幼木へと成長しております。御柱の太木になるには、樹齢約150年かかります。自然環境の変化に順応し、歳月を重ね、大きな樅の木になってもらいたいと思います。

未来につなぐ御柱用材を育む



植樹のための道具一式と
防護柵用金網ネット



苗木、防護柵の支柱



「東俣御柱の森づくり 樫の木街道植樹記念
令和7年6月8日」看板



最後になりますが、御柱用材を育む会は発会以来30年を迎えようとしています。奥山での地道な活動ではありますが、活動を通じ着実に樫の木の成長と町内各地区の絆を育んできたと感じています。

諸先輩方の熱い想いを未来の諏訪大社氏子の皆さんへつなげるこの活動が、下諏訪町の良い伝統文化になりますよう、今後も地道に活動して参りたいと思います。



町木遣保存会では、「奥山に育て神の木 千年の杜に守れ育め 東俣を 皆さまよろしく頼むぞ」と、植樹祭のときだけ鳴く特別な木遣りを披露。「よいさ よいさ」で作業を盛り上げ、また植樹祭を締めくくった。

◎下諏訪総合文化センター10月の休館日は、7・14・15・21・28日です。

荒汐部屋の皆さんに聞きました！

番付は名古屋場所のもの



うらがべ
浦風親方
帰京され話聞けず



あらしお

荒汐親方

力士時代は内モンゴル初の力士として、家族のために頑張ってきた。親方になって一つ一つ力士に教えるのは難しいが、横綱を出したいと思い頑張っている。それぞれ形が違うので、パフォーマンスを上げ、力士一人一人の良さを引き出したい。力士たちも一生懸命頑張っている。新弟子の入門が大事だが、それが悩み。下諏訪にはよく来ていて、父母もつれてきた。名古屋場所に向けて下諏訪での合宿が大事になってくる。(講演会より)



わかたけ

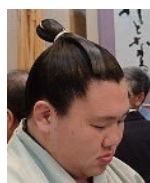
若隆景関 西関脇

稽古では基本、集中して土俵に上がる。下諏訪は温泉があり気候もよく過ごしやすい町。来場所は自分らしい相撲を見せていきたいです。

わかもと

若元春関 西前頭筆頭

一番一番よく考えて稽古している。娘が生まれたことが今までで1番嬉しかった。下諏訪は涼しくて稽古しやすい。ぜひ稽古場に見に来てください。



だいせい

大青山関 西十両六枚目

稽古では立ち合いを大切にしている。得意技は突き出し。昨年10月に十両へ昇進したことが1番嬉しかった。1日の楽しみは稽古後のバス。来場所(七月場所)も勝ち越します！

こうとく

荒鷲山関 東十両十四枚目

稽古で大切にしているのは前に出ること、一番一番集中。嬉しいのはファンの応援。下諏訪は温泉、足湯、景色、食べ物おいしい。朝1番にやることは歯磨き。



たんじ

丹治 東幕下二十枚目

稽古では基礎的な動きを大切にしている。得意技は寄り切りで、目標は勝ち越し。温泉が1日の楽しみ。頑張ります！

わかたか

若隆元 西三段目四十枚目

稽古は本場所と同じ相撲をとれるようにしている。強くなるには稽古。楽しみは稽古後に風呂へ入り、コーヒーを飲むこと。下諏訪はいいお店が多い。



かみたに

神谷 東三段目三十一枚目

荒汐部屋は楽しく、いい稽古相手がいる。以前空手をやっていて動体視力が活かせる。来場所は勝ち越し、幕下復帰が目標。下諏訪は風が涼しく洗濯物もすぐ乾く。

だいりん

大凜山 東三段目四十二枚目

稽古では立ち合いを厳しくし、集中が切れないようにしている。緊張するのは勝ち越しがかわついているとき。楽しみは温泉や涼しい夜の足湯。下諏訪の人は皆気さくに声をかけてくれる。



かんにゅう

寛龍 西序二段三枚目

稽古では怪我をしないように気を付けている。楽しみはご飯で、体重も増えちゃいました。1番嬉しかったのは、初めて三段目になったとき。温泉のあとのフルーツ牛乳がいい。

そうのしゅん

蒼乃駿 西序二段五十一枚目

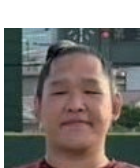
三段目にあがれるように頑張っている。目指す力士は兄弟子や同じ部屋の関取衆。相撲は稽古や動画で勉強。下諏訪は涼しく自然が多くて自分の故郷と同じ。



きりの

霧乃華 東序二段二十四枚目

付け人頑張ります。



わたに

綿谷 東序二段四十三枚目

稽古では膝を曲げて下から攻めることを大切にしている。来場所は勝ち越せるようにしたい。

ひだの

飛騨野 西序二段六十枚目

若い子たちと稽古一杯稽古している。稽古中に教えていただくことをしっかりできるようにする。あきらめない。下諏訪は皆大変よくしてくださり優しい。



ひろせ

廣瀬 東序二段八十枚目

部屋はアットホームで仲よし。今までで1番嬉しかったことは、親が動画配信で自分の勝ち相撲を見てSNSで「おめでとう」と言ってくれたこと。下諏訪は目の前に諏訪湖がある。天気の良い日にサイクリングロードを爆走します。目標は怪我なく無休場で頑張りたい。

さとう

研修生 佐藤

小学生から相撲を始めた。部屋の朝稽古を見ていたら親方が声をかけてくれた。絶対荒汐部屋に入ろうと思った。部屋は見ているよりきつく、やることも多い。稽古や動画を見て相撲を勉強。夢は関取になること。



うちうみ

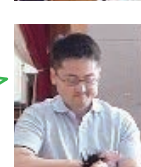
内海マネージャー

マネージャーになったのは、部屋のためにできることをやりたいから。おすすめのちゃんこ鍋は柚塩、鯉味噌。作るのに2時間~2時間半かかります。

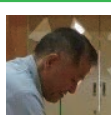
とこみつ

三等床山 床光

床山になったのは相撲が好きだから。稽古がある日は毎日基本仕事。ちょんまげは5~10分、大銀杏は30分かかかる。大銀杏の形を整えるのが大変。整える鬘棒は自分で作ります。



幕下行司
しきもりかず輝
式守一輝



一等床山
とこじん
床仁



事務局 **鈴木さん**
荒汐部屋は「一致団結」

名古屋場所部屋総合成績
74勝58敗

下中校友会新聞

下諏訪中学校校友会新聞会誌委員会では、みんなとの交流を広げることを目標に「下中校友会新聞」を作っています。今回は、地域のみなさんにも学年行事などを紹介し、学校の様子を知っていただきたいと思います。

地域に伝える 下諏訪中学校の学び

下諏訪中学校校友会
新聞会誌委員会

一学年 ふれあい学習

私たち一年生は、自然と触れ合い、多くの仲間と交流して親睦を深めるという目的で、7月9日・10日に「国立信州高遠青少年自然の家」へふれあい学習に行きました。

オリエンテーリングでは、山道をたくさん歩いて疲れましたが、自然を感じながら、班のみんなで協力してゴールできました。

夕食づくりではカレーライスを作りました。かまどで火をおこすのに苦労した班も多かったです。協力して調理が進み、家で作るのとは一味違ったカレーをおいしくいただきました。

キャンプファイヤーでは、フォークダンスやクイズなどで多くの友だちと仲を深められました。

これからの中学校生活でも、ふれあい学習で学んだ、仲間と協力し、団結して過ごすさを大事にしていきたいです。



一学年 職場体験学習

私たち二年生は、将来の進路について考える大切な経験の場として、「働くこと」に関わるマイスター体験・マナー講座・職場体験学習を行いました。

マイスター体験では、木曾漆器、染色、金属加工、表具、フラワー装飾、美容の中から一つを選んで体験をしました。

マナー講座では、一般社会で必要な礼儀やマナー、大切な心構えなどを教えていただきました。

職場体験学習先の飲食店では、味だけではなく心配りもしていることがわかりました。美術館では、館外の清掃や手入れをしたり、お客様にコーヒーを入れたりしました。たくさんのお仕事がある中で、優先順位をつけて、周りを見て行動することが大切だと学びました。

これらの貴重な体験や学びを三年生に向けて自分の進路選択に生かしていきたいと思います。



三学年 しもすわ未来議会

私たち三年生は、10月の未来議会に向けて活動しています。まずは、観光ガイドの方の案内で、下諏訪町の歴史や魅力などを紹介していただきました。

そこで訪れた場所は秋宮、春宮、下諏訪宿、慈雲寺、しもすわ今昔館、青塚古墳などです。バスで町内を巡回し、温泉施設も利用させてもらいました。下諏訪には、歴史ある場所や温泉など、自分たちが住んでいるのも気づかなかった多くの魅力がありました。一方で、諏訪湖や宿場などの見所が、ごみや空き地によって十分に伝わっていない現状も学びました。このほかにも、講演会やワークショップが行われ、町について考える重要な機会となりました。

これからも下諏訪町の歴史に触れたり魅力を見つけたりして、下諏訪町の未来をよりよくするには何が必要なのかを考えていきたいです。



図書館前に
紙芝居屋さん
も来ます♪

図書館まつり2025

10月18日・25日の2日間、図書館まつりを開催します。
今年もイベントも盛りだくさんです！ぜひお越しください♪
詳しい内容はチラシまたは町ホームページ等でご確認ください。



10月18日(土)

- ☆体験しよう！朗読点字
- ☆えいごのお庭
- ☆「花とみつばち」絵本であそぼう
- ☆耳で聴くお話の世界 など

10月25日(土)

- ☆おはなしの広場
(社中大型紙芝居読み聞かせ
おはなしのへや
人形劇「ふるやのもり」 など)
- ☆英語の劇 など

館内展示(10/4~10/31)

- ☆下諏訪俳句会
- ☆大型紙芝居原画展
「式部とお地蔵さま」
- ☆下諏訪BOOKプロジェクト

■ 問い合わせ 下諏訪町立図書館 ☎27-5555

下諏訪町教育長杯 第24回チャンスボール大会



- 日 時 11月9日(日)
受付 8:00~8:30 競技開始 9:00 ~ 終了 12:30頃
- 会 場 下諏訪体育館 アリーナ
- 募集数 12チーム(1チーム5人以上の編成) 男女混合・年齢は問いません
- 参加費 無料

◆当日は運動のできる服装で、上履き、タオル、飲み物をご持参ください。

チャンスボールは、カーリングとマレットゴルフを合わせた下諏訪生まれのニュースポーツです。
中央の的を挟んで交互に球を打ち合い、得点ゾーンの合計点が高いチームが勝ち。
最後の1球で逆転のチャンスがあるため、「チャンスボール」という名前がついています。

■ 申込み・問い合わせ 下諏訪体育館窓口 または ☎27-1455

月のこえ

近年は気温の高い日が続き、秋を実感することなく冬を迎えることが増えている。それでも、ふと金木犀の優しく甘い香りが漂ってくると、秋だなあと感じる。だんだんと陽が沈む時間が早くなり朝晩が冷え込んでくると、やはり真夏とは違うことを実感し、物寂しく何とも言えない気持ちになる。

秋はスポーツの秋、食欲の秋、読書の秋、風物詩を挙げればキリがない。体を動かすもよし、美味しい食べ物を求めるもよし、推しの作家や本を見つけるもよし、たくさん楽しむ方法がある。

自分は自他ともに認めるインドア派であり、休日は家で過ごすことが多い。特別インドアの趣味は持ち合わせていないが、敢えて言うのであれば、寝ることが好きだ。寝ている間は嫌なことも心配なことも、何も考えなくていい。目覚ましをかけずに寝たいだけ寝て、気付くと夕方か夜になっていることもある。休日を睡眠だけで終わらせるのもつたいに言われることもあるし、実際そう思うこともあるが、それはそれで休日らしい過ごし方だと感じる。

仕事以外でほとんど家から出ない程の不精だが、秋はたくさんさんの魅力にあふれているのも事実。比較的過ごしやすい季節なので、少し遠くに足を運んでみるにはよいタイミングに思える。秋の風物詩の中で一番興味をそえられるのは、やはり「食欲の秋」だろうか。これを機に美味しい食べ物を発掘したり、何か趣味を見つけてみたりと、新しい挑戦をして、たまには活動的になってみるのもよいかもしれない。

(教育こども課 林 美優)



「秋季一斉清掃」参加のお願い

一斉清掃を実施します。区ごとに担当区を設けていますが、家のまわりの道路、河川、ごみ収集場所などの身近な場所の清掃・美化活動も実践し町をきれいにしましょう。

▶日 時 10月5日(日) 小雨決行、順延無し
中止の場合は午前6時15分に防災行政無線、メール配信サービス及びしもすわインフォでお知らせします。

▶集合時間 午前7時(各集合場所)
午前7時から、あいさつと注意事項の説明を行い、その後、約1時間の清掃を行います。

▶持ち物 ゴム手袋、長靴等

▶清掃範囲

【諏訪湖岸・河川】

担当区	担当区域	集合場所
7区・8区	諏訪湖岸 (赤砂崎公園駐車場～岡谷市境)	赤砂崎公園 駐車場
3区	諏訪湖岸 (赤砂崎公園駐車場～ツ浜公園)	
2区・4区	諏訪湖岸 (博物館駐車場～みずべ公園)	博物館駐車場
5区	諏訪湖岸 (博物館駐車場～諏訪市境)	
10区	諏訪湖岸 (承知川～博物館駐車場)	承知川河口

【国道142号】

担当区	担当区域	集合場所
1区	慈雲寺～注連掛	慈雲寺
9区	注連掛～落合発電所～注連掛	注連掛
6区	木落し坂～萩倉口	萩倉口付近 待避所

☎ 下諏訪町 住民環境課 環境衛生係 ☎27-1111(内線142)



10月の休日納税窓口

▶開設日時 26日(日) 午前10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)



10月の税金等納期限・口座振替日

▶町民税 3期分
▶国民健康保険税 4期10月分
▶後期高齢者医療保険料 4期10月分
▶上下水道料(7～8月使用分) 10月分
▶温泉使用料(9月使用分) 10月分
▶介護保険料 4期10月分
▶保育料・給食費 10月分
▶水月霊園管理料 随 時

10/31
(金)



「行政相談」のご案内

行政に対する苦情、意見、要望、制度の疑問点等を住民の皆様からお聴きし、その解決や実現を目指す「行政相談」という制度があります。

相談は、総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が応じています。相談は無料で秘密は固く守られます。下諏訪町では、下記のとおり相談所を開設していますので、お気軽にご利用ください。

▶日 時 毎月第3火曜日 午後1時～午後3時
【秋の行政相談日 10月21日(火)】

▶場 所 町役場3階 住民相談室

▶行政相談委員 工藤 恵子さん

☎ 下諏訪町 住民環境課 生活相談係

☎27-1111(内線143)

県営住宅 10月補充募集

令和7年度県営住宅の補充募集を行います。

▶募集期間 10月20日(月)～10月24日(金) 予定
※受付時間はお問合せください。
▶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 12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

おしごと転職・移住フェアを開催します

諏訪地域の転職希望者や諏訪地域へのU・I・Jターン希望者を対象に就職説明会を開催します。魅力ある企業や仕事内容を知る良い機会です。諏訪地域でお仕事をお探しの皆さまの参加をお待ちしております。

▶日 時 11月1日(土) 午後1時～午後3時
▶場 所 イルフプラザ3F カルチャーセンター(岡谷市)
※参加費無料。事前申し込み不要。

☎ 下諏訪町 産業振興課 商工係 ☎27-1111(内線273)

ハロウィンジャンボ宝くじ

「今年のハロウィンジャンボは、
1等・前後賞合わせて5億円!」

1等 3億円×12本
前後賞各 1億円×24本
※当せん本数は、発売総額360億円・12ユニットの場合



「同時発売のハロウィンジャンボミニは、
1等・前後賞合わせて5,000万円!」

1等 3,000万円×50本
前後賞各 1,000万円×100本
※当せん本数は、発売総額150億円・5ユニットの場合

★発売期間 9月19日(金)～10月19日(日)
★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。



諏訪湖博物館・赤彦記念館

- ◇休館日 10月6日(月)・14日(火)・20日(月)・27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「浪人塚161周年」

元治元年(1864)、水戸浪士と高島・松本両藩によって「和田嶺合戦」が勃発しました。それから160年の節目に当たる昨年、地元下諏訪の人々が受け継いできた、戦死者の慰霊や水戸をはじめ関係者との交流などの営みを企画展で紹介しました。

今年度は、昨年のアフター企画展として、和田嶺合戦の概要及び161年続けられてきた慰霊の軌跡を辿っていきます。

- ▶開催日程 10月18日(土)
 ～11月16日(日)
 ▶場所 宿場街道資料館2階
 ▶入館料 無料



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 10月3日(金)・6日(月)・14日(火)
 20日(月)・27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)

図書館まつり 2025

- ▶日時 10月18日(土)・25日(土)

今年も毎年恒例の図書館まつりを開催します！普段よりスペシャルなおはなし会や本の朗読会、楽しい音楽の時間などイベント盛りだくさんです。

図書館まつりに合わせて様々な展示もありますので楽しみに♪イベントの詳細は生涯学習のページ、チラシ等でご確認ください。



昨年度の様子

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。

健康ステーション

- ◇休館日 10月7日(火)・10日(金)・14日(火)
 21日(火)・28日(火)・31日(金)
 ◇開館時間 平日：午前10時～午後9時
 土日祝：午前10時～午後5時

10月のマシン無料体験会のご案内

◇各回60分◇先着6名受付

★10月3日(金)

①午後3時～/②午後7時～

★10月18日(土)

①午前10時～/②午後1時30分～

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

【申込みフォーム】

<https://logoform.jp/f/qcZ3y>



問 健康ステーション ☎75-5546

…… ゆたん歩° ……

- ◇休館日 10月7日(火)・14日(火)・21日(火)・28日(火)
 ◇開館時間 風呂およびその他施設：午前9時～午後8時
 歩行浴プール：午前9時～午後5時

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)

日程：10月15、22、29日
 11月5、12、19日
 12月3、10、17日(水)
 時間：①ステップアップクラス
 午後2時～午後2時30分
 ②パーシッピクラス(初めての方におすすめ)
 午後2時30分～午後3時
 定員：各8名

おやこアクア部
 (2～3歳児 親子)

日程：10月16、23、30日
 11月6、13、20日
 12月4、11、18日(木)
 時間：午前10時～午前11時
 定員：親子5組

申込開始：9月29日(月) 9時

【申込みフォーム】

申込みフォームからお申し込みください。
<https://logoform.jp/f/cam6x>
 アクアウォーキングのみ、電話申込可。
 ご希望の方は、健康ステーションまで
 (☎0266-75-5546)お電話ください。



問 ゆたん歩° ☎26-2626

広告

秋の無料体験・見学開催中

- ヤマハ音楽教室(岡谷)
 1歳 10/7・21・28(火) 10:00～
 2歳 10/7・21・28(火) 11:00～
 3歳 10/2・16・23(木) 16:40～
 4・5歳 10/8・22・29(水) 16:40～
 10/4・11・25(土) 9:00～
 ヤマハ英語教室(岡谷) 10/7・14・21(火) 15:30～

上記以外にも日程がございます。



YAMAHA 特別店

ヤマハ音楽教室

オグチ楽器個人レッスン

ドラム・エレクトーン
 ギター・ウクレレ・ピアノ
 ヴァイオリン・フルート
 クラリネット・サクソ
 トランペット・チューバ

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横)

お申込み・お問合せは

☎0120-970-091



体験プレゼント
 シールブック

入会プレゼント
 メッシュボール



10/8、22日(水) 14:00 見学

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

「下諏訪町空き家情報バンク」

令和7年9月1日現在

現在の登録件数

売買 32件 賃貸 10件

登録物件の情報はコチラから
ご確認いただくかミーミーセ
ンターズメバまでお問い合わせ
ください。



下諏訪町空き家情報バンク

<https://kuguruto-shimosuwa.com/akiya>

今年度の成約件数

8件 (累計 198件)

町内に空き家を所有されている方は空
き家情報バンクへの登録をぜひご検討
ください。登録・空き家の相談はコチラへ。

空家・移住 相談窓口

ミーミーセンターズメバ

☎ 0266-78-9110

10時～17時(火～土) ☺ 下諏訪町3205-10

✉ akiya@town.shimosuwa.lg.jp

しもすわ今昔館 おいでや

開館時間 午前9時～午後5時
足湯 午前10時～午後3時
料金 大人600円/小中学生300円
※団体割引等あり

『イベントクロック』を作ろう！
季節限定クロックをつくりませんか？
絵を描いたり、パーツを使ったりし
てオリジナルのハロウィンクロックを
作っちゃおう♪

10月11日～31日は ハロウィンウィーク

期間中にご来館のお子さまへ
プチギフトをプレゼント！
受付のスタッフに
声をかけてください♪



合い言葉は『Trick or Treat!!』
(トリック オア トリート!)

問 しもすわ今昔館おいでや ☎27-0001

子育てふれあいセンター ぽけっと

10月の行事予定

2日(木)おはなしいっぱい
6日(月)にこにこ講座
8日(水)BP1
9日(木)ファーストブック
15日(水)BP2
16日(木)ママ講座1・2・3
18日(土)土曜開館
22日(水)BP3
23日(木)0歳児ママ講座
29日(水)BP4



行事内容

- ★ 6日(月) にこにこ講座
「つくってあそぼう」
- ★ 16日(木) ママ講座1・2・3
「保育園の生活」
- ★ 23日(木) 0歳児ママ講座
「ベビーマッサージ」

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。

問 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)

10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
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
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	住民環境課 生活相談係 ☎27-1111(内線143)
消費生活相談			
*法律相談	23日(木)	午後1時～午後5時	
*登記相談	9日(木)	午後1時～午後4時	住民環境課 生活相談係 ☎27-1111(内線143)
行政相談	21日(火)	午後1時～午後3時	
*交通事故相談	9日(木)	午前10時～午後3時	
*非行・犯罪相談	31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
*税務相談	8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
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。
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
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
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。
*結婚相談	毎週土曜日	午前10時～午後3時	老人福祉センター相談室 ☎28-2827 (事前予約専用番号) ☎27-8886

～一枚の和紙で折る連なる鶴～…連鶴 れんづる

連鶴講座のご案内!

●折って楽しく ●飾ってきれい ●あげて喜ばれ ●もらって嬉しい

感動の体験! 脳活に最適!

※見学・体験(材料費500円)も
自由にできます。

随時
受付中!

男女年齢
不問!

☆辰野講座(毎月第2水曜日)
宮木公民館

☆伊那講座(毎月第3日曜日)
東春近公民館(春近郷ふれ愛館)

☆駒ヶ根講座(毎月第3木曜日)
月花町協同館

☆飯田講座(毎月第1水曜日)
上郷公民館

いずれも午後1時30分～3時30分

♪たのしい・おもしろい♪

健康麻雀

初心者女性教室
ひばり会

・マナーと「簡単な新ルール」を
やさしく分かりやすく指導します。

毎週月曜日 12時～17時

◆宮田村民会館

広
告

お気軽にお問い合わせください。TEL.0265-85-2573(中城) 携帯080-5144-2573

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**

おとな(概ね15歳以上)の場合は

#7119へ

聴覚・音声・言語機能障がいがある方等で、
電話相談が難しい場合はメール相談ができます。
アドレス:qq7119@pref.nagano.lg.jp

受付時間 平日 午後7時～翌午前8時(メール相談は翌午前7時まで) / 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

10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)

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
5日(日)	山崎医院(岡谷市) 22-3287	たちばな歯科医院(岡谷市) 22-1228	やまびこ薬局(岡谷市) 21-2144
12日(日)	野村ウィメンズクリニック(岡谷市) 24-1103	栗田歯科医院(岡谷市) 24-5756	ウエルシア薬局岡谷長地店(岡谷市) 26-2512
13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
19日(日)	今井内科・胃腸科クリニック(岡谷市) 24-8688	藤岡歯科医院(岡谷市) 22-2138	薬局マツモトキヨシイワノ岡谷店(岡谷市) 21-1080
26日(日)	イマムラ脳神経外科クリニック(岡谷市) 27-0019	溝口歯科診療所 27-3838	アイビー薬局(岡谷市) 26-1670

休日当番医等は変更になる場合があります。最新情報は町ホームページをご確認ください。

10月の相談・健康診査等

*は事前に予約が必要です。

問 下諏訪町保健センター ☎27-8384

種別	日(曜日)	時間	場所
*産前・産後サポート事業	8日(水)	午前9時～正午	保健センター
離乳食スタート教室 (2025年4・5・6月生)	15日(水)	午前10時～午前11時	
すこやか相談(育児・栄養相談)	8日(水)・27日(月)	午前9時～午前11時	
*心のほっと相談	23日(木)	午後1時30分～午後3時30分	
成人検診等	国保特定健診(集団健診)	30日(木)・31日(金)	時間及び会場は個別通知をご確認ください。
	子宮頸がん検診	16日(木)・17日(金)	
	胃がん・大腸がん検診	1日(水)・2日(木) 3日(金)・6日(月)	
	骨密度検査	8日(水)・9日(木)	

10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
4日(土)	(株)総建 28-8295	(株)総建 28-8295
5日(日)	小林住設 28-3527	
11日(土)	スワンシステム(有) 26-8866	
12日(日)	(株)親水工業 27-8399	(株)親水工業 27-8399
13日(月)	水道建設(株) 28-8139	
18日(土)	杉村設備(株) 27-0575	杉村設備(株) 27-0575
19日(日)	(有)諏訪冷熱 28-6462	
25日(土)	(株)オスガ設備 27-6622	(株)オスガ設備 27-6622
26日(日)	(有)藤森水道(岡谷市) 27-7289	

問 【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)

あれ?と思ったらこちらへお問い合わせください

電気	停電したら	中部電力パワーグリッド株式会社 諏訪営業所	フリーダイヤル ☎0120-984-900 接続後*1を押す
ガス	都市ガスをお使いの方	諏訪ガス株式会社	☎22-7666
	プロパンガスをお使いの方	契約しているガス会社にお問い合わせください。	

一般財団法人 諏訪湖勤労者福祉サービスセンター
S 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!!

10・11月は「加入促進強化月間」

お問合せ

☎24-3010

ウェルワーク諏訪湖

検索

入会特典もあります。ぜひお問い合わせください!

しもすわ町の文化財



下諏訪町デジタルアルバム
「いいなり地蔵(矢澤進一)」

<https://d-commons.net/shimosuwa?c=&p=3394>
より引用



いいなり じ ぞうそん 言成地蔵尊

秋宮の隣に建てられていた神宮寺の境内には、「言成地蔵」と呼ばれるお地蔵様が祀られていました。どんな願い事も言うなりに叶えてくれるというこのお地蔵様は、厚く信仰されお参りする人が絶えなかったといひます。

明治元年(1868)に神仏分離令によって神宮寺が廃寺になり、お地蔵様は信者によって萩倉の地に移されました。しかし、お地蔵様は毎日少しずつ神宮寺跡の方に移動していたため、神宮寺跡(現在地)にお返しされたと伝えられています。

長きにわたって人々の拠り所となってきた言成地蔵尊。大願成就の祈願にぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか。

文：諏訪湖博物館・赤彦記念館 学芸員 望月 彩加

■ 問い合わせ 諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

イタリア訪問報告会の開催について

イタリアとの交流実現に向けて、オリンピック事前合宿からのレガシー継承事業を進めてまいりました。

このたび、ボート競技にゆかりのある自治体や関係団体を訪問してきた内容について、町民の皆さまへご報告する会を開催いたします。

また、交流事業の一環として「イタリア映画」の鑑賞会も併せて実施いたします。

ぜひ多くの皆さまにご参加いただき、国際交流の魅力にふれていただければ幸いです。

- ◆ 日 時：令和7年10月25日(土)
昼12時30分開場 午後1時30分開始
- ◆ 場 所：下諏訪総合文化センター 大ホール
- ◆ 内 容：イタリア訪問にかかる町長報告会
イタリア映画鑑賞会
上映作品 「弟は僕のヒーロー」



2024年1/12(金)よりシネスイッチ銀座、新宿シネマカリテ、YEBISU GARDEN CINEMA、アップリンク吉祥寺ほか全国順次公開
©COPYRIGHT 2019 PACO CINEMATOGRAFICA S.R.L.
NEO ART PRODUCCIONES S.L.
【公式サイト】 <https://mimosafilms.com/hero/>

初心者向き 健康ボウリング教室

何歳からでも始められる

健康ボウリング教室

①火曜午前
コース 11月4日～12月9日
9:30～約2時間半
毎週火曜日、全6回

②火曜午後
コース 11月4日～12月9日
13:30～約2時間半
毎週火曜日、全6回

③水曜午前
コース 11月5日～12月10日
9:30～約2時間半
毎週水曜日、全6回

お申込は、電話にて受付致します
ボウリング王国スポーツ岡谷店
長野県ボウリング場協会
ボウリング教室担当:根本(ねもと)

TEL:0266-22-9990

※平日・土日祝にかかわらず、随時受付を行っております
※教室の内容についてはスポーツ岡谷店ホームページからご確認いただけます
※右のQRコードから教室内容の確認・お申込みが可能です

■受講料(全6週 全日程含む)

6週で
1人 ¥2,000

ゲーム代・貸靴代・教材費・傷害保険料込み
※その他の費用は一切必要ありません。



ボウリング 1ゲーム無料券

本券で5名様まで有効

※本券で5名様までボウリング
1ゲームが無料となります。
※1組につき1日1枚のみご利用に
なれます。
※他の無料券やサービスとの併用は
できません。
※ご予約・大会では使用できません。
※貸靴代は別途料金となります。

有効期限:2025年11月30日(日)

スポーツ岡谷店

ボウリング王国 スポーツ岡谷店

岡谷市中央町2-2-1 イルフプラザアミューズメント2階
営業時間…月～金:9:00～21:00 土日祝:8:00～21:00



9月1日現在 人口:18,200人(－10) 男性:8,737人(－8) 女性:9,463人(－2)
()内前月比 世帯数:8,684世帯(－7)

※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。
©印刷/中央印刷株式会社

2025.10

20

広告