

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

2026

2

No.271

2026.1.23発行



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。

★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

インストールはこちら

iPhone用

Android用



CONTENTS (内容)

令和8年 新しい区長のみなさんです ほか	2
令和8年度から「子ども・子育て支援金制度」が始まります 3	
「物価高対応子育て支援手当」のご案内 ほか	4
新しい民生児童福祉委員さんを紹介します	5
所得税・住民税の申告相談について	6
令和8年度 軽自動車税（種別割）のお知らせ	8
下諏訪町保健センターからのお知らせ	10
赤砂崎公園新複合施設 近況報告 ほか	11
生涯学習	12
インフォメーション（お知らせ）	20
見に行こう！下諏訪町の文化財 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つたら給油する、暖房用の灯油は余裕を持っておく等、燃料を十分に確保しておきましょう。



お知らせ

令和8年 新しい区長のみなさんです

◎会長 ○副会長

広報 No.755

住みたいまち
元気な声がひびくまち

「令和7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まりました。入選された6作品を紹介します。




下諏訪北小学校6年
みやさか まゆ
宮坂 茉佑さん



下諏訪北小学校6年
もりすぎ みづき
森杉 瑞希さん



下諏訪北小学校6年
わかき ふうり
若木 風季さん



▲町表彰式 (12月19日)



下諏訪社中学校2年
さかいわせ すずか
境澤 寿々花さん



下諏訪社中学校2年
ささ たすく
佐々 輔さん



下諏訪社中学校2年
しらた ゆいと
代田 唯人さん

■問い合わせ 下諏訪町 選挙管理委員会 ☎27-1111 (内線255)



お知らせ

令和8年度から

「子ども・子育て支援金制度」が始まります

令和8年度から開始する「子ども・子育て支援金制度」は、全世代の皆様から支援金を拠出いただき、それによる子育て世帯に対する給付の拡充を通じて、子どもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組みです。子育て世帯への経済的支援を拡充するため、令和8年度4月分からみなさんが加入している医療保険料（税）（社会保険、国民健康保険、後期高齢者医療保険など）とあわせて「子ども・子育て支援金」を拠出いただきます。

※実際に徴収が開始する時期は加入する医療保険によって異なります。

支援金額は加入する医療保険制度や所得に応じて異なりますが、全ての医療保険制度の加入者で平均すると、令和10年度で月額450円（令和8年度は250円）と試算されています。

・・・「子ども・子育て支援金」が充てられる事業・・・

児童手当の拡充

- 所得によらず、支給の対象となります。
- 支給期間を高校生年代まで延長します。
- 第3子以降はより手厚く、一人当たり月3万円に大幅増額します。
- 4か月に1回から、2か月に1回の支給になります。

支給対象	児童手当(月額)	
	0歳～3歳未満	3歳～小学生
所得960万円未満	1.5万円	1万円
所得制限なし	1.5万円	1万円
支給対象	児童手当(月額)	第3子以降
0歳～3歳未満	1.5万円	3万円
3歳～小学生	1万円	
中学生	1万円	
高校生	1万円	

※令和6年10月分から拡充

育児時短就業給付

「育児時短就業給付」を創設し、
子どもが2歳未満の間に、時短勤務を選択した場合に、
時短勤務時の賃金の原則10%を支給します。

※令和7年度から実施

育児期間中の 国民年金保険料免除

国民年金の第1号被保険者の方を対象に、
育児期間中の国民年金保険料免除措置を創設します。



※令和8年10月から実施

妊婦のための支援給付

「伴走型相談支援」

の面談と合わせて、

・妊娠届出時に5万円

・妊娠後期以降に

妊娠している

子どもの数×5万円

を支給します。



妊娠届出時
5万円

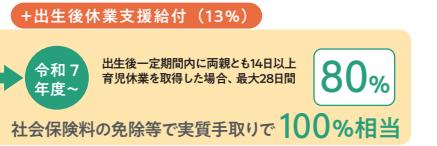
妊娠している
子どもの数
×5万円

※令和7年度から制度化

出生後休業支援給付

「出生後休業支援給付」を創設し、
子の出生直後の一定期間内に

両親ともに14日以上の育児休業を取った場合、
最大28日間、手取りの10割相当を支給します。



※令和7年度から実施

こども誰でも通園制度

「こども誰でも通園制度」は、
保育所等に通っていない0歳6ヶ月から
満3歳未満のこどもが
時間単位等で柔軟に利用できる制度です。
(こども1人当たり10時間／月)

※令和7年度は希望自治体、令和8年度より全国実施

詳しくはこども家庭庁のホームページをご覧ください。



[こども家庭庁ホームページ]



お知らせ

「物価高対応子育て応援手当」のご案内

0歳から高校3年生までの児童手当を受給している保護者に対し、児童1人につき2万円の「物価高対応子育て応援手当」を1回限りで支給いたします。既に児童手当を受給している方は登録済の銀行口座へ支給いたしますので、原則、申請等の手続きは必要ありません。

ただし、以下に該当する方は申請書をご提出ください。

本手当の支給対象の方には通知を送付しております。詳細につきましては通知をご覧ください。

申請が必要な方

- 令和7年10月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の保護者
- 所属庁から児童手当を受給している公務員

■問い合わせ 下諏訪町 教育こども課 保育係 ☎27-1111 (内線714)

お知らせ



令和8年2月より各種証明書や郵送物で使用する文字が標準化されます

すべての自治体が同じ文字を使い行政事務を効率化するため、住民票の写しや町がみなさまへ発送する郵送物の宛名などに用いる文字が今までと違ったデザインになる場合があります。

標準化に際し戸籍では従来の文字を保持し続けます。



どのように変わりますか？

部首の大きさ、曲げはねの違い、一部の長さの違いなど、デザインの差（「字形」の違い）の範囲内で変わるものがあります。漢字の骨組み（「字体」の違い）は変わりません。



字体は同じだが 字形（デザイン）が変わる例

硬 → 硬

文字構成要素の大きさの違い

雪 → 雪

文字構成要素内の画の長さの違い

湾 → 湾

文字構成要素内の曲げ止めと曲げ跳ねの違い

空 → 空

文字構成要素内の画と画の接觸、非接觸の違い



行政事務標準文字とは何ですか？

「行政事務標準文字」は、すべての自治体が同じ文字を使うことによって効率的な行政サービスの実施や大規模災害への迅速な対応ができるよう導入するものです。戸籍や住民票で使用されている標準的な文字をもとにデジタル庁が作成しました。



今までの漢字は使えないですか？

行政事務標準文字は、自治体が発行する証明書や印刷物などで使われるものであって、住民の方が同じ文字を使用しなければならないというものではありません。書類などに使う文字は、手書きの文字であればこれまで通りに使えます。コンピューターから入力する文字は行政事務標準文字を利用することになります。



■問い合わせ 下諏訪町 総務課 情報防災係 ☎27-1111 (内線260)

住民環境課 総合窓口係 ☎27-1111 (内線132)



お知らせ

新しい民生児童福祉委員さんを紹介します

みなさんの身近な相談相手として、地域福祉のために活動している民生委員・児童委員さんが改選され、厚生労働大臣と町から委嘱されました。

社会経験の豊富な委員が、日常生活の中の「不安」「悩み」「心配ごと」などその人の立場にたってともに考えます。さまざまな問題でお困りの方は、地区担当の委員さんにお気軽にご相談ください。

任期は、令和7年12月1日～令和10年11月30日（3年間）です。

【役員】 ○会長 ○副会長

氏名	担当地区	氏名	担当区域
ひらばやし 平林 明美	東町上・東町中2	まづくら 松倉 和夫	西赤砂の一部
なかむら 中村 敏廣	東町中1・東町下	みやさか 宮坂まさ子	西赤砂の一部
はま 濱 克典	仲町・田中町	せぎり 瀬切 浩	上久保1・2・久保海道1組・2組
かさい 河西 稔	大門1・3	ながさき 長崎 繁巳	湖畔町南・北
なかむら 中村 茂夫	大門2・矢木町2	もりや 守屋陽一郎	武居南・北
うしやま 牛山賀代子	矢木町1・3	ふくい 福井千恵子	東高木
やまもと 山本 進	桜町・緑町	ながさき 長崎 哲也	西高木
さくらい 櫻井 厚子	立町1部・2部	おわ 大和 昌子	南高木
つちだ 土田ひろ美	小湯の上・横町木の下	○久保田和子	北高木
ふじもり 藤森 博光	湯田町の一部（旧湯田町・湯田仲町）	しのとう 篠遠 富恵	萩倉東・西・東俣
ますだ 増田 信一	湯田町の一部（旧新町上・下）	○小松 利実	町屋敷1組・2組
たるかわ 樽川 正子	御田町・塚田町	あかはね 赤羽 裕	樋橋・町屋敷3組・下屋敷
つちだ 土田 磯子	富士見町・菅野町・上馬場	たかぎ 高木 道子	東山田第1・第2
なんば 難波 輝人	大社通・友之町・広瀬町	みやさか 宮坂 典子	東山田第3・4の一部（旧第3）・第5
たかぎ 高木 孝廣	平沢町・中央通・花咲町・中汐町	ますざわ 増澤 吉文	東山田第3・4の一部（旧第4）・第7
○高木 敦子	春日町・矢木東・魁町	きたがき 北垣 直行	東山田第6
そうで 早出 英喜	矢木西・西弥生町	おぐり 小栗ひろみ	社東町第1・第2の一部
こばやし 小林 道子	東弥生町・栄町・曙町	とよの 豊野 邦利	社東町第2の一部・第3・第4
なかい 中井 節子	北四王・東四王	いいじま 飯島 京子	星が丘第1・第2
やまあか 山岡 清一	西四王1部・2部	やざき 矢崎美知代	星が丘第3・第5
はやし 林 繁子	西四王3部・4部	やまだ 山田 利彦	西豊
かわむら 川村 充	南四王1部	いとう 伊藤 静子	西浜・東豊
たなか 田中 重子	南四王2部	くまがい ○熊谷 安夫	高浜
おぐち 小口 寿子	東鷹野町	あらい 荒井紀久子	本郷・関屋
きのした 木下 留美	西鷹野町1部・西鷹野町2部の一部	はやし 林 あい子	五官・富ヶ丘
つじむら ○辻村 圭一	西鷹野町2部の一部	いのうえ 井上喜久美	(主任児童委員)
やまざき 山崎ゆう子	清水町	はぎた 萩田 均	(主任児童委員)
こまつ 小松恵美子	東赤砂の一部	かざま 風間眞由美	(主任児童委員)
いまい 今井八代子	東赤砂の一部	※主任児童委員は、地区全体を対象として活動します。	

～まずはご相談ください～

民生委員・児童委員は、職務上知り得た秘密は固く守り、常に公正な立場で職務にあたっています。お気軽に近くの民生委員・児童委員または、主任児童委員にご相談ください。

■問い合わせ 下諏訪町 保健福祉課 福祉係 ☎27-1111 (内線121)

所得税・住民税の申告相談

この申告は住民税、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。

申告期間中の混雑緩和のため、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。

【町での申告相談】会場：町役場4階講堂

日程 … 令和8年2月16日(月)～3月16日(月)

※還付申告のみ2月12日(木)より受付

時間 … 午前9時～11時45分

午後1時～4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。

下記の申告は諒訪税務署へご相談ください

※町の申告相談ではお受けできません。

- 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) ● 1年目の住宅借入金等特別控除
- 先物取引、仮想通貨取引 ● 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 ● 令和6年分以前の所得税申告
- 消費税、贈与税、亡くなられた方の申告

申告時にお持ちいただくもの

◆ 税務署からの「お知らせはがき」や「利用者識別番号通知書」(お持ちの方のみ)

※下諒訪町から諒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

(配偶者控除がある場合は、配偶者の分もご用意ください)

【証明書類の例】

- ・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

【証明書類の例】

- ・生命保険料、地震保険料の支払額等の証明書
 - ・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
 - ・作成済みの医療費控除の明細書、医療費のお知らせ
- ※医療費のお知らせに記載された額を「1」に記入してください。
- ※医療費のお知らせに記載のない領収書は、受診者ごと・医療機関ごとに集計し、「2」に記入してください。
- ・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(ふるさと納税のワンストップ特例は無効となりますので申告が必要です)
 - ・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)

(扶養親族がいる場合は、扶養親族の分もお持ちください)
※カードをお持ちでない方は、以下の①と②をご用意ください。

申告会場へお越しのみなさんへ

混雑緩和の為、行政区ごと割当の日を設定しました。

※目安ですので、お住まいの行政区割当日以外の日でも相談できます。

期日	区	行政区
2月16日(月)	1区	東町・大門・仲町・桜町・矢木町・田中町・緑町
2月17日(火)	2・4区	立町・湯田町・御田町・塚田町・横町木の下・小湯の上・上久保・武居・久保海道・湖畔町
2月18日(水)	3区	四王
2月19日(木)	3区	赤砂
2月20日(金)	3区	上記(四王・赤砂)以外
2月24日(火)	5・6区	高木・萩倉・樋橋・東俣・町屋敷・下屋敷
2月25日(水)	7・8区	東山田・社東町
2月26日(木)	9・10区	星ヶ丘・富ヶ丘・西豊・西浜・高浜・東豊・本郷・五官・閑屋
2月27日(金)	1区	東町・大門・仲町・桜町・矢木町・田中町・緑町
3月2日(月)	2・4区	立町・湯田町・御田町・塚田町・横町木の下・小湯の上・上久保・武居・久保海道・湖畔町
3月3日(火)	3区	四王
3月4日(水)	3区	赤砂
3月5日(木)	3区	上記(四王・赤砂)以外
3月6日(金)	5・6区	高木・萩倉・樋橋・東俣・町屋敷・下屋敷
3月9日(月)	7・8区	東山田・社東町
3月10日(火)	9・10区	星ヶ丘・富ヶ丘・西豊・西浜・高浜・東豊・本郷・五官・閑屋
3月11日(水)～16日(月)		上記日程で都合がつかない方

マイナンバーカードをお持ちでない方は持参してください

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・氏名が住民票記載事項と同一のもの)のうちいずれか1つ

②本人確認書類

- + ● 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

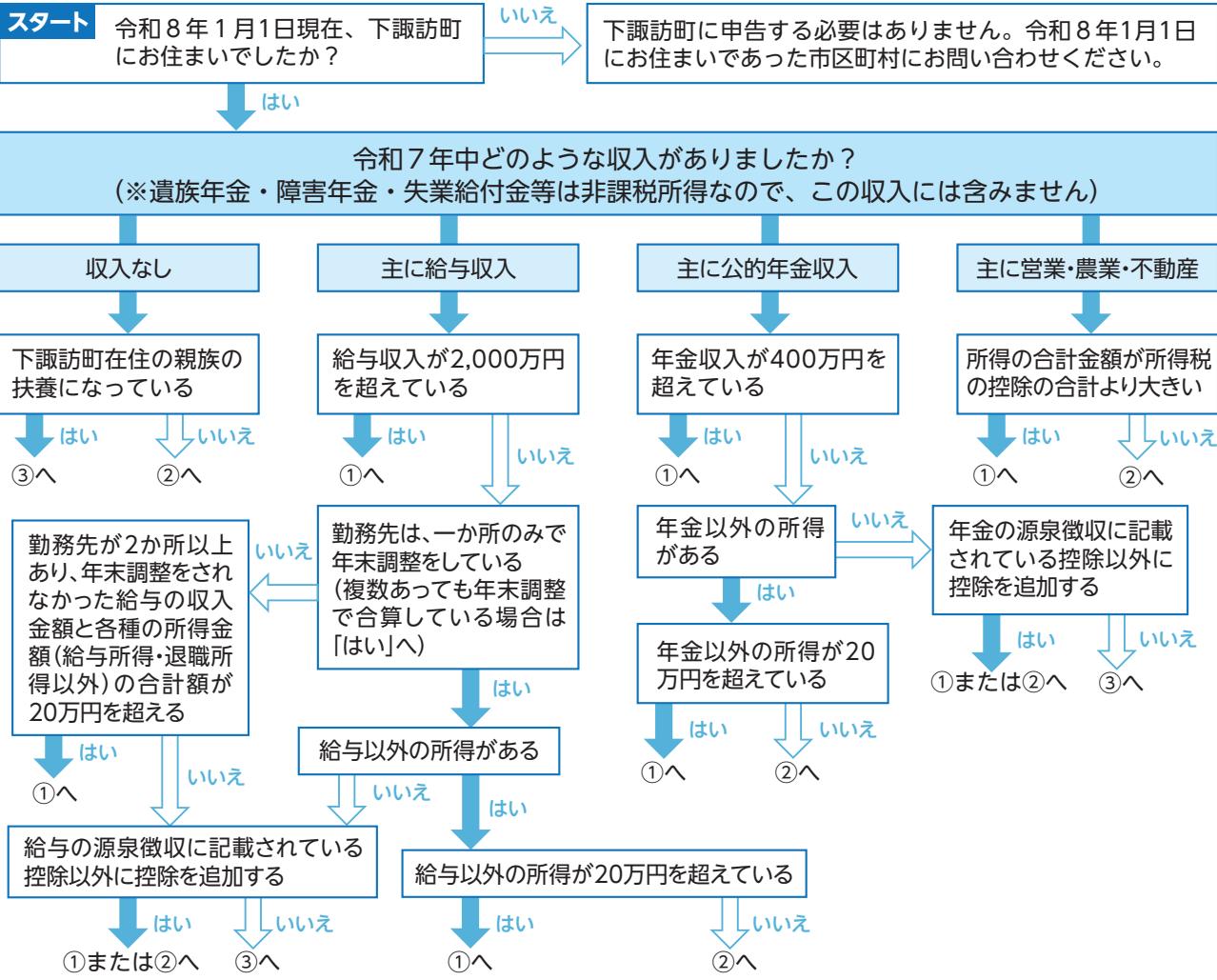
■問い合わせ

【所得税の確定申告書について】

諒訪税務署 ☎ 52-1390 (自動音声案内)

【住民税申告書について】 下諒訪町 税務課 町民税係 ☎ 78-7375 (直通)

～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。ご不明な点はお問い合わせください。

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26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、ご自身のスマートフォン・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。

●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します

- ▶会場 諏訪税務署
- ▶期間 令和8年2月16日（月）から3月16日（月）まで（土日祝日を除く）
- ▶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



国税庁LINE
公式アカウント

※確定申告会場での相談は、国税庁LINE公式アカウントによるオンライン事前予約をお願いします。

※マイナンバーカード及び電子証明書の有効期限にご注意ください。有効期限を過ぎた場合、e-Tax手続等のご利用ができませんので、お早めに更新手続をお願いします。

※令和7年10月1日より、新たにe-Taxで申告される方へは「マイナンバーカード方式」をお願いしています。

既に「ID・パスワード方式」の届出をされている方は、引き続き「ID・パスワード方式」をご利用いただけます。



お知らせ

令和8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

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)における買い替え、廃車の際は4月1日までに抹消手続き等を行わなければ、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8年4月1日抹消手続き→ 令和8年度の軽自動車税(種別割)が課税となりません。
令和8年4月2日以降抹消手続き→ 令和8年度の軽自動車税(種別割)が課税となります。

令和8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8年6月1日**です



1. 三輪および四輪車(660cc以下)

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。

令和8年度は、「初度検査年月」が「平成25年3月」以前となっている車が「13年を経過した」車として扱われます。

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	営業用	6,900円	5,500円
		自家用	10,800円	7,200円
	貨物用	営業用	3,800円	3,000円
		自家用	5,000円	4,000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7年4月から令和8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
乗用		★★★★★(※2) かつ 令和12年度 燃費基準90%達成車 (ガソリン軽自動車)
貨物用	電気自動車等(※1)	

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
四輪以上 のもの	乗用 営業用	1,800円
	自家用	2,700円
	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. 原付および二輪車など

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
	50cc超125cc以下かつ最高出力4.0kW以下（新基準原付）	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
ポートトレーラ	—	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

【令和7年度に減免を受けられていた方】

対象となる車体やその所有者、減免理由（障がいの等級など）に変更がない方については令和8年度も自動的に減免となるため申請が不要です。

※対象となる車体やその所有者、減免理由（障がいの等級など）に変更がある場合は下記のとおり変更申請が必要となります。申請がない場合、令和8年度の減免を受けることができません。

【新規申請・変更申請される方】

1年を通して受付をしていますので申請をお願いします。なお、令和8年度分の申請期限は、令和8年度軽自動車税（種別割）納期限の1週間前（令和8年5月25日）までです（必着）。期限を過ぎた場合は、令和9年度からの適用となりますのでご注意ください。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します。

軽自動車税納付確認システム（軽J N K S）について

令和5年1月から軽J N K Sがスタートしたことに伴い、継続検査窓口（車検）での納税証明書の提示が原則不要となりました。

ただし、以下ののような場合には、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J N K 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
- ・対象車両に過去の未納がある場合



お知らせ

下諏訪町保健センターからのお知らせ

★令和8年度(2026年度)の検診の申込みが始まります!

町で実施するがん検診等の申込み時期となりました。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8年2月中旬に申込書を郵送します。

締切は令和8年3月5日(木)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(X線)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後期高齢者健診(76歳以上の方)

※対象となる年齢等は、案内通知・申込書でご確認ください。

◇申込書はご家族で1枚です◇

検診の対象者がいる世帯の世帯主の方に郵送します。

ご家族の中で対象となる方全員が、1枚の申込書に記入することができます。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氏名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」特典交換はお済みですか?

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。

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

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	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(妊娠/20・30・40・50・60・70歳/後期高齢者)	20 P
	精密検査の受診	20 P
2.健康づくり・生涯スポーツ・イベント	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
5.デコツーリズム		10 P

特典交換 特典の交換は、年度内において1人1回までです。

100ポイントたまると、1,000円分の「健康ステーション利用料補助券」「クオカード」「図書カード」と交換ができます。

※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!また、前年の健診結果
を使って、「ボーナスポイント」もGet!



特典の交換は令和8年3月31日(火)まで!
お早めに保健センターへお越しください。



赤砂崎公園新複合施設 近況報告！

2026年春「赤砂崎公園 右岸広場 砥川ふれあい渚」にオープンする新複合施設の名称公募につきまして、多数のご応募をいただき、誠にありがとうございました。

総勢218名もの皆さまから、心のこもった多彩な名称案をお寄せいただき、心より御礼申し上げます。いずれも、当施設の未来を思い描いた素晴らしい力作ばかりでした。名称が決定次第、町のホームページなどで発表させていただきます。どうぞ楽しみにお待ちください。

現在、当施設の建築工事は順調に進行中です。11月末から建物の建て方(骨組みの組み立て)作業を開始しました。2026年3月初旬には建物が完成する予定です。

カフェレストランのメニューをはじめとした出店内容についても、営業開始に向け、準備が進められているようです。

より多くの皆さまにお楽しみいただけるよう、テイクアウトメニューの提供も予定とのことです。ぜひ、ご期待ください！



1月上旬時点の様子

令和8年度地域の活力創生チャレンジ事業に申請する事業を募集中です

下諏訪町では、「地域の活力創生チャレンジ事業支援金」により、地域住民等が協働して行う自主的かつ公益的な事業を支援しております。

●申請受付期間

令和8年3月6日（金）午後5時まで

※申請に当たっては、事前に内容等の相談を総務課企画係までお願いします。
(相談期間：令和8年1月～3月6日)



●対象者

町内で公益活動を行う町民等（団体もしくは個人）

※申請者等が未成年者の場合は、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自主的・公益的な事業であること

※当事業の支援終了後も事業が継続して行われていくよう努めてください。

●支援金額

原則として1事業上限100万円（ただし予算の範囲内）

申請事業は、4月に行う審査会において事業内容を審査します。

■問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係 ☎27-1111（内線257）

令和8年 町民菜園（特定農地）利用抽選会のお知らせ

当町では、住民の皆様が小さい規模で手軽に農業を行えるよう、農業入門用の畠として「町民菜園」の貸し出しを行っています。令和8年の町民菜園利用者を下記のとおり公募いたします。ご希望の方はご参加ください。

○抽選日時……………令和8年3月4日（水）午前10時（受付：午前9時45分より）

○会 場……………下諏訪総合文化センター2階 集会室

○募集予定菜園数……約37区画

○募集菜園名…………小湯の上、下の原、石佛、赤砂、一ツ浜公園前、西鷹野町、武居、東山田

○利 用 料……………目安 1,000円～3,000円（年間）※面積等により異なります。

○持 ち 物……………利用料

※受付時間内にお越しの方は全員抽選に参加でき、早くお越しいただいても当選確率は変わりません。

■問い合わせ 下諏訪町 産業振興課 農林係 ☎27-1111（内線276）

生涯學習

No.621

地域に学び 地域で育つ



下諏訪南小学校長

野村 のむら
修治 しゅうじ

とがわ保育園

わらべうたについて

『わらべうた』と聞いて、皆さんはどのようなイメージを持つでしょうか？「子どもの遊び？」もしくは「古臭い？」といった印象でしょうか。

現代では、わらべうたに触れる機会が少なくなり、インターネットゲームなど一人ができる娯楽が増えています。それに引き換え、わらべうたは必ず誰かと一緒に使う遊びです。周りの人と触れ合いながら、人と関わる温かさを感じることができます—それがわらべうたです。

今年度、とがわ保育園では、わらべうたを積極的に取り入れた保育をしてきました。0歳児から5歳児まで、年齢の発達に合わせたわらべうたを選び、繰り返し楽しみました。わらべうたは、とても奥が深く、その遊びの中では文学体験・音楽体験・人間関係の体験が育つと言われています。子ども達がわらべうたを楽しんでいる様子を見ていると、保育士のまねをしながら言葉を口ずさんだり、旋律に合わせて歌えるようになったり、相手の目を見て手をつなぎ、鼓動を感じながら身体表現をしたりする姿が見られました。子どもだけではなく、保育士もとても楽しくて、笑顔があふれる時間を過ごすことができます。そして、生の人間の声で歌うわらべうたには、子どもの脳（心）を活性化させ、人対人の直接関係の中で発達が進むことが実証されています。

わらべうたは道具も機械もいりません。ふとした時にいつでも楽しめ、心から満たされ、終わった後には幸福感を味わえる遊びです。これからも、たくさん楽しんでいきたいと思います。



発行 下諏訪町
教育委員会
編集 生涯學習
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 syouga@town.
shimosuwa.lg.jp

下諏訪南小学校

「ロマンとクリーンを求めて出航！我らシチューファミリー」

(シチューには、「温かい、味を出し和えるクラス」という意味が込められています。)

昨年度、学級として諏訪湖の周りを探検し、ゴミ拾い活動をしてきました。

今年度は、諏訪湖の水上にはどんなゴミが浮いているのか関心をもち、自分たちで製作したペットボトルのいかだで湖上に繰り出しました。



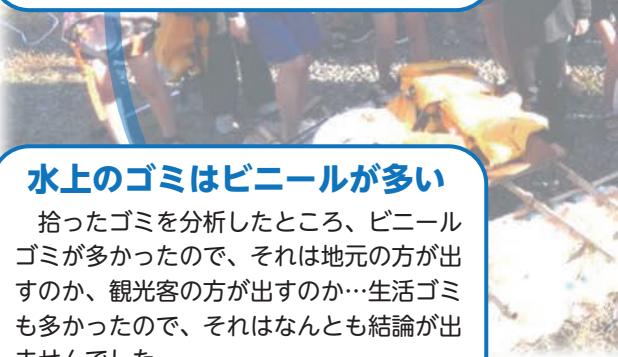
どんないかだにしたら浮かぶのか？

いかだなんて誰も作ったことがない。担任の先生も初めてのいかだづくり。ペットボトルが何本いるのか、どんなふうにつなげたら壊れないのか、誰もがわからない中で、学校のプールを貸し切って、みんなで実験の日々…。



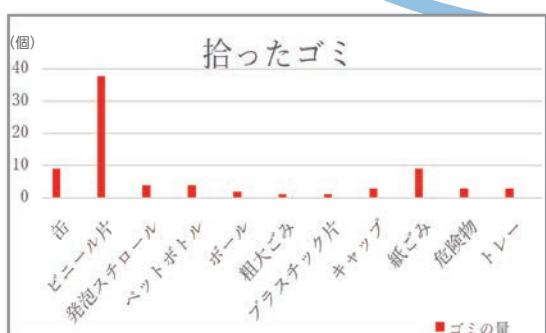
諏訪湖を守っていくためには

活動を通して、ゴミを捨てないでほしいという思いが強くなりました。自分たちの成長を見守ってくれた諏訪湖だからこそ、大事にしていきたいです。これからも自分たちにできることを考えながら、きれいな諏訪湖を守っていきたいです。



水上のゴミはビニールが多い

拾ったゴミを分析したところ、ビニールゴミが多くだったので、それは地元の方が出すのか、観光客の方が出すのか…生活ゴミも多かったので、それはなんとも結論が出ませんでした。



いろんな種類のゴミを拾いました。

お家の方の力も借りて

材料は自分たちで持ち寄ったものが中心。お家の方がとても協力的で、大量のペットボトルや木材、ひもやラップなどをおそらく分けしてもらいました。作り方をネットで調べ、それをもとに製作開始！



何とか形になりました！

グループごとに個性あふれるいかだを作り、諏訪湖に浮かべてみました。波で少しぐらついたり、水草にオールが引っかかったりして最初はうまくこげませんでしたが、だんだん安定してこげるようになりました。

水上のゴミ拾いは、いかだに乗って手を伸ばしたり、網やトンクスを使ったりして回収しました。全部のゴミは拾いきれませんでしたが、少しでもきれいにすることができたよかったです。活動の結果、いかだが沈むことなく岸まで戻ってくることができました。



6年1組 『下諏訪公園プロジェクト』

①取り組みのきっかけ

私たちは、学区内に子どもが遊べる公園が少ないのではないか、また、すでにある公園も遊びやすい状態になっていないのではないかと感じました。下諏訪町をより良くするために、楽しく安全に遊べる公園について考えたいと思い、このプロジェクトを始めました。

②行った調査

まず、北小学校の学区内にある公園をすべて実際に回り、次の点を調べました。

- ・公園の広さ
- ・遊具の数や種類
- ・トイレや水飲み場の有無
- ・ベンチや日陰の様子



調査した公園の場所は地図にまとめ、調査中の様子は写真で記録しました。

③分かったこと



- ・多くの公園で遊具が少ない
- ・トイレや水飲み場がない公園がある。
- ・日陰やベンチが整っている公園もある。
- ・道路の近くにあり、安全面が心配な公園がある。

実際に調べたことで、今まで知らなかった公園や設備の状況を知ることができました。

④今後の活動

公園について、役場で聞いたお話や校内アンケートで集めた意見をもとに、公園にあつたらよい遊具や設備を考えていきます。その内容を実現してもらえるように、役場や議会に提案することを目標にしています。



6年2組 『蚕の学習』

①取り組みのきっかけ

クラスでどのような学習をするか話し合いを行い、グループに分かれてプレゼンテーションをしました。その中で、「蚕を飼ってみたい」「繭（まゆ）のコサージュを作って、卒業式でつけたい」という考えにまとまり、「蚕の学習」に取り組むことになりました。

②蚕の成長を見守って



6月に蚕を岡谷蚕糸博物館から譲り受け、蚕の世話をしました。

飼い方を教わり、えさとなる桑の葉を学校の周囲で探し、自分たちで葉を集めたり、近所の方にお願いしたりしながら、集めました。毎日学校で世話をしたり、観察したり、土日には持ち帰って世話をする中で、愛着も湧きました。大切に世話をしたことでの、繭になった喜びを感じました。

秋蚕も飼うことを決め、同じように世話をし、繭になりました。



③今後の活動

蚕の飼育を通して、興味をもった諏訪の養蚕業について岡谷蚕糸博物館で学ぶ予定です。また繭のコサージュ作りにも取り組んでいく予定です。

下諏訪中学校

1学期の終業式に、校友会の福祉正副委員長さんから、諏訪ユネスコ協会より「音楽大使」の依頼があることが紹介され、関心のある生徒に参加の呼びかけが行われました。

音楽大使は、子どもたちが地域のお年寄りの方々に得意な楽器等を演奏し、喜んでいただくことを主な活動としています。今回は、生徒たちが高齢者施設等を訪問し、ミニコンサートを開いて交流を図るというご提案をいただきました。これを受け、吹奏楽部を中心に、日頃から音楽を通して人に喜んでもらいたいという思いをもつ生徒が応募し、活動に参加することとなりました。

● 打合せ

9月はじめに、諏訪ユネスコ協会会長の平出さんと音楽大使担当の中村さんが来校し、打合せを行いました。「お年寄りの方は、若者と関わるだけでうれしいし、一緒に歌を歌うこともとても楽しんでくれる」というお話を伺いました。それを聞いて、楽器の演奏だけでなく、様々な工夫でお年寄りの方を楽しませたいと感じ、とても楽しみになりました。その後、歌も取り入れながら演奏内容を決め、練習を行いました。

● 本番

10月15日



11月14日



11月18日



施設を訪問して演奏することは初めてだったので、とても緊張しました。しかし、演奏を始めると、お年寄りの皆さんのがリズムにのったり、手拍子をしたりして、楽しんでくださっている様子がわかりました。また、楽器の演奏だけでなく、一緒に歌う時間も設けました。音源をうまく準備できずに、アカペラになってしまふこともありましたが、それでも楽しそうに歌っていただき、アンコールまでいただいてびっくりました。帰るときには外まで送ってくれる方もいて、本当に来て良かったと思いました。



音楽を活かしたボランティア活動を通して

『最初は何ができる』のか不安もありましたが、これまで培ってきた音楽の技術を活かして挑戦してみたいと思い、応募しました。施設のお年寄りの方を目の前にして緊張は最高潮でしたが、演奏を始めるとお年寄りの皆さんがあなたが音楽を心から楽しんでくださっていることがわかりました。その中で、演奏することの喜びを私たち自身も感じることができました。あらためて音楽のすばらしさを実感できた活動となり、また来てほしいと言っていただけのこと大きな励みとなりました。これからも、音楽で人を幸せにできる活動を続けていきたいと思いました。

◎下諏訪町図書館 2月の休館日は、2・3・4・5・6・9・12・16・24日です。

地域の未来を考える 統計グラフ講座

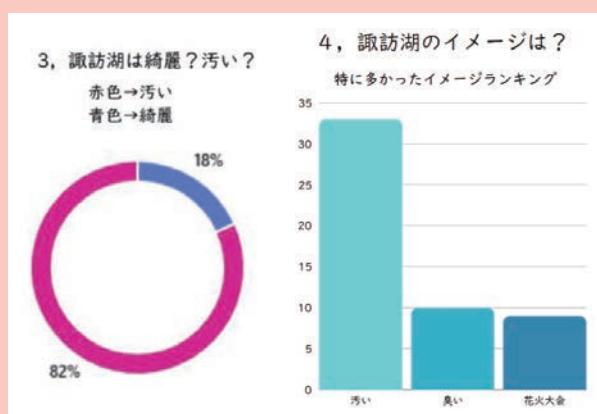
下諏訪中学校

社中学校では、総合的な学習として複数の講座に分かれて、縦割り班（1年生から3年生まで混ざったグループ）で学習に取り組んでいます。「地域芸能に触れる講座」や「地域の歴史に学ぶ講座」など、さまざまな講座があり、生徒は興味・関心に応じて学習を進めています。今回発表する「地域の未来を考える統計グラフ講座」では、個人やグループで統計グラフを作成し、その結果をもとに地域の未来について考える活動に取り組みました。ここでは各学年代表3名の作品の一部を紹介します。

なお、調査はインターネット上のアンケートフォームを用いて実施し、町内を対象とした調査は掲示や保護者の皆さまへの呼びかけにより行いました。県内を対象とした調査では、学校で使用している情報共有システムを活用して回答を集めました。

『諏訪湖について』

対象：諏訪地域の方 153人 1年 中島 夕夏子



諏訪湖のイメージについてアンケートを行ったところ、第1位は「汚い」、第2位は「臭い」、第3位は「花火大会」でした。年代別に見ても、現在の諏訪湖を汚いと感じている人が多いことがわかりました。

一方、50代以上の方では、昔の諏訪湖のほうがきれいだったと答える人が多く、今と昔の違いは水のきれいさにあると考えられます。「きれい」と答えた人の中には、遠くから見るときれいという意見もありましたが、全体では汚いを感じている人が半数以上でした。今回、さまざまな年代の方にアンケートを行い、諏訪湖に対する見方や、今と昔の違いを知ることができました。

『～次世代に受け継ぐ～長野県の太平洋戦争』

対象：県内の小中学生 541人 2年 代田 唯人



アンケートの結果、太平洋戦争中に長野県で起こった出来事について、「何も知らない」と答えた人が半数を超えていました。

一方で、知っている内容として最も多く挙げられていたのは、長野県各地の空襲でした。これは、県内でも代表的な太平洋戦争中の出来事なので、多く挙げられたのだと思います。

しかし全体として見ると、地域で起こった戦争について具体的に知っている人は少なく、身近な出来事として捉えにくい状況にあることから、太平洋戦争が県内に及ぼしていた影響についての認識が、年々人々の中で薄れてきていると考えました。

統計グラフを通して、これまで知らなかった人に少しでも伝わり、次世代へ受け継がれて行くことを願っています。

『下諏訪町のお祭りのことどう思ってる？～』

3年 小河原 大地

調査対象：町内の中学生 200人



下諏訪町のお祭りについて、お舟祭りや宵祭り、三角八丁など、町内のさまざまなお祭りに多くの人が参加していることがわかりました。また、屋台を増やしてほしい、参加型のイベントを作ってほしいといった内容面の要望に加え、ごみの持ち帰りや道の整備などの環境面での意見もありました。今後は、日本全国のお祭りの特色などを調べて比較し、下諏訪町のお祭りの魅力を引き出していくたいです。

もっとこうしてほしいという要望を教えてください

- ごみを持ち帰ってほしい
- 屋台を増やしてほしい
- 参加型のイベントを作ってほしい
- 道を整備して歩きやすくしてほしい など

～遠隔社会見学の主催校として～

遠隔社会見学とは

外出に制限のある生徒が「社会見学で本物を知る、見る機会が少ない」という声から生まれた遠隔授業です。企業のサポートのもと、社会見学先の様子をICT機器で中継し、全国の特別支援学校が全国の画面を通して一緒に参加します。

第11回目となる今年度は、花田養護学校が主催校を務めました。当日は、諏訪地域を舞台とした映画やアニメのロケ地・モデル地が紹介されたほか、代表生徒が地元企業を見学し、実際に作業に取り組む様子が中継されました。

調べよう！

ロケ地マップや配布資料を使って、諏訪地域が映画やアニメの舞台になっていることを調べました。さらに、映画撮影の誘致を行う諏訪圏フィルムコミッションの担当者の方からお話を聞いたり、インターネットを活用したりして理解を深めました。



配布資料

出かけよう！

事前に調べた内容をもとに、身近な諏訪地域の見学に出かけました。立石公園から諏訪湖を望み、また諏訪湖では、映画の撮影で実際に使用された足こぎボートに乗船し、作品の舞台となつた場所を体感しました。



立石公園



諏訪湖

発表しよう！

学習のまとめとして、PowerPointのスライドや発表用原稿を作成し、学校紹介ビデオも制作しました。これらを活用し、10月31日にはZoomを利用して、全国の特別支援学校26校、261名の児童生徒に向けて学習成果を発信しました。当日は、諏訪湖間欠泉センターから中継を行い、諏訪圏フィルムコミッションの宮坂さんへのインタビューや館内展示の見学の様子を紹介しました。インタビューでは、印象に残っている撮影場所や諏訪地域の魅力についてお話を聞きました。あわせて、エプソンミズベ株式会社の見学・体験の様子もリアルタイムで中継しました。



Zoomにて発信

～遠隔社会科見学を通して～

- ・遠隔社会見学をきっかけに諏訪地域を知ることができました。古い建物や神社も撮影に使われていることに驚きました。
- ・知っている場所がロケ地になっていると分かり、その場所や映画に興味を持ちました。また、参加校の皆さんに自分たちの地域のロケ地を調べてもらい、新たな発見がありました。
- ・全国のロケ地を知ることができました。発信の際にリアクションボタンで反応を返してくれて嬉しかったです。
- ・諏訪圏フィルムコミッションの宮坂さんや他校の皆さんと交流でき、普段体験できないことができて楽しかったです。

高校生活の活動を通して

下諏訪向陽高校

下諏訪向陽高校 前生徒自治会副会長

平林 芭奈



下諏訪向陽高校3年生の
平林芭奈です。

私が生徒会副会長として力を
入れて取り組んだ活動を紹介し
ます。

私服登校の実践

向陽高校は制服登校が校則と
して決められていますが、生徒か
らの「制服だと自転車が漕ぎづ
らい」「部活の後に制服へ着替え
るのが大変」という意見から、夏
休み明けから2週間私服登校を行
いました。夏に行った私服登校
についてアンケートをとった結
果、生徒からは「自分の好きな服
装ができるよかったです」「また私服
登校を取り入れてほしい」という
意見が多くありました。この結果
を踏まえ、標準服化に向けた
取り組みは次期生徒会へ引き継

がれ、11月から12月までの1か月
間、再び私服登校を行いました。
この活動を通して、仲間と協
力しながら物事を進めることが
大切さを学びました。

ヘルプマーク講演会の実現

私は2年次、3年次の探究活
動を通してヘルプマークについて
学んできました。

2年生の時には、ヘルプマーク
の意味や役割について調べる活動
を行いました。調べていく中で、
障がいのある人への差別や誤解
は、今も会社のさまざまな場面
で見られ、その解決には、周りの
人の理解が大切だと感じまし
た。また、障がいのある人への配
慮は少しずつ広がっているもの
の、ヘルプマークのことは、ま
だ十分に知られていないなど感
じました。

そこで、ヘルプマークについて多
く的人に知つてもらい、多様性や
助け合いについて考えるきっかけ
だと思います。



このように、高校での探究活動
を通して、まだ知らなかつた知識
や考え方を学ぶことができまし
た。また、自分の考えを友達に伝
え、友達の考えも知る機会とな
り、お互いの意見や考えを共有
し合うこともできました。そして
人はそれぞれの能力があり、自
分のできること、できないことを
理解することが自分を知ること
にも繋がるのだと感じました。今
後も自分をより深く知るために
も、多くの人と
関わっていきた
いと思います。



講演会「多様性と助け合いの社会を知ろう」



下諏訪町の色を活かした入学式

にしたいと思い、今年は長野県へ
ルプマークディレターの方をお招
きし、「多様性と助け合いの社会
を知ろう」というテーマで講演会
を行いました。講演会の中で特に
印象に残っているのはケーススタ
ディです。今回のケーススタディ
は、ある問題に対し自分がその
立場だったらどう解決するかを
友達と考えるものでした。友達
とお互いの意見を共有すること
ができ、自分の考え方を広がり
ました。

地域に美しい街を。プレゼント

「ひとつ拾えば、ひとつだけきれいになる！」

牧野 直樹（星が丘）



教員として18年間勤務した後、現在「牧野直樹教育研究所」「信州本〇塾」代表として、相談、研修講師等、新しい教育事業を開拓中。モットーは「共感は、最高の助言」

下諏訪駅にサンタクロース！

「今年も、ありがとうね！」と車の窓を開けて、手を振る運転手の方。笑顔で、手を振り返すサンタクロース。その右手にはトング。左手には白い袋をもっています。白い袋の中に入っているものは……ああ何でしょう？

12月20日、「クリスマスごみひろい」を開催し、3歳～78歳までの有志約40人で、下諏訪駅周辺のごみを拾いました。

この「クリスマスごみひろい」は、「地域に美しい街をプレゼントしよう」という趣旨で、兵庫県の元小学校教諭、西村徹先生の呼びかけから始まり、全国各地に広がりました。長野県での開催は、今年で11年目になります。

「町がきれいになつてうれしい！」

ごみ拾いは、下諏訪駅周辺を3つの方面に分かれて行いました。これまでの活動で、心に残ったエピソードを、たくさんある中から2つご紹介します。

①「ああ、拾えてよかつた！」

「あつ！あつたよ！」この小学生

の子どもは、捨ててある空き缶を、まるで、宝物を発見したように嬉しそうです。けれども、線路のフェンスの奥にあるので、手が届きません。そこで、中学生のお兄さんをはじめ、家族みんなで手を伸ばし、拾うことができました。「ああ、拾えてよかつた！」とつぶやきました。「もし拾わなかったら、誰にも拾われず、ずっとそこにあつたでしょう？」と私に話してくれました。優しい子だなあと感じました。ちなみに、この家族は3世代そろって、毎年ご参加いただいています。

②「見ようとすれば、見えてくる

「ぱっとみたら、そんなに落ちていないかなと思つたけど、よく見たら、たばこの吸い殻やお菓子の袋が、落ちていますね」と拾いな

がら語る高校生。今回、みんなで拾ったごみの総重量は約25キログラムでした。「ひとつ拾うたびに、大好きなこの街が、ひとつきれいになつていくのが嬉しかったです。」と感想を発表する彼女に、参加した大人みんなが、大きな拍手を送りました。

また来年も会いましょう！感謝！



一緒にごみ拾いに参加してくださいました方々、活動に温かい応援を送つてくださる下諏訪町の皆様方には、感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。次回は2026年12月19日（土）9時～10時20分の予定です。ご関心をお持ちの方は、どうぞご連絡ください。ご案内いたします。

（連絡先 090-2722-8136）

町長と直接意見交換を行う「おでかけ町長室」を実施しています。各種団体はじめ、
町内に在住・通勤・通学されている2人以上のグループでお気軽にお申込みください！
問 下諏訪町 総務課 企画係 ☎ 27-1111(内線256) 詳しくはこちら →



コンビニ証明書交付サービス停止について

各種証明書のコンビニ交付サービスについて、システム標準化対応のため、以下の日時においてサービスを一部ご利用いただけません。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力をよろしくお願いします。

全ての証明書発行・戸籍の利用登録申請

- ▶ 停止期間 2月1日(日) 午後11時から
2月17日(火) 午前6時30分まで

戸籍証明書及び戸籍の附票・戸籍の利用登録申請

- ▶ 停止期間 2月20日(金) 午後11時から
2月24日(火) 午前6時30分まで

問 下諏訪町 住民環境課 総合窓口係 ☎ 27-1111(内線132)

障がいを持つ方の家族のための支え会いセミナーを開催します

精神障がい者家族支援会の水谷さよ氏と小林紳一氏を講師に招き、講演・座談会を開催します。

- ▶ 日 時 3月3日(火) 午後1時30分～午後3時30分
- ▶ 会 場 諏訪市総合福祉センター3階 交流ひろば
- ▶ 対 象 障がいをお持ちの方の家族、市町村・医療機関・障害福祉事業所の従事者、精神保健に関心のある方
- ▶ 参 加 費 無料
- ▶ 申込方法 参加希望の方は下記にご連絡ください。

問 諏訪圏域障がい者総合支援センターOアシス ☎ 54-7713

県営住宅 2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 2月12日(木)～2月26日(木)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 4月1日付入居可能住宅

問 長野県住宅供給公社諏訪管理センター ☎ 54-2010



2月の休日納税窓口

- ▶ 開設日時 22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)

問 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 8期2月分
- ▶ 後期高齢者医療保険料 8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 8期2月分
- ▶ 保育料・給食費 2月分
- ▶ 水月靈園管理料 隨時

3/2
(月)

よ 余分に買わない、作らない い いつもの習慣 サ さあ、おいしく、食べよう！

下諏訪町食べ残しそゼロ よいさ運動を推進しましょう！



火葬場の使用料金が変わります

岡谷市・下諏訪町・辰野町の3市町で構成する「湖北行政事務組合」では、湖北火葬場「湖風苑」を運営していますが、燃料費や光熱水費高騰の影響により、火葬場使用料が改定されます。

湖風苑の火葬場使用料 令和8年4月1日の申請分から

区分	岡谷市及び下諏訪町の住民の金額	左記以外の住民の金額
13歳以上	12,000円(10,000円)	60,000円(50,000円)
13歳未満	8,000円(7,000円)	43,000円(36,000円)
死産児等	5,000円(4,000円)	24,000円(20,000円)

※()は旧料金

問 下諏訪町 住民環境課 生活相談係 ☎ 27-1111(内線143・146)



歯科健診の受診はお済みですか

下諏訪町では、今年度20・30・40・50・60・70歳になる方を対象に歯科健診を実施しています。虫歯や歯周病は気づかぬうちに進行します。お口の健康を保つため、ぜひ歯科健診をご活用ください。

受診期間：令和7年8月1日～令和8年3月31日
(医療機関の休診日を除く)

実施場所：岡谷市内・下諏訪町内の歯科医院
＊詳細は通知でご確認の上、受診してください

期間が間もなく終了するため、時期によっては予約が取りにくくなることがあります。まだ受診していない方は、お早めにご受診ください。

問 下諏訪町 保健福祉課 保健予防係 ☎ 27-8384

令和8年度シニア大学諏訪学部学生募集

- ▶ 対 象 おおむね50歳以上の県内在住者
- ▶ 会 場 諏訪合同庁舎、諏訪湖ハイツ他
- ▶ 定 員 60人(先着順)
- ▶ 学習期間 2年間(年間21日 60時間)
- ▶ 学習内容 教養講座・趣味選択講座・地域づくり講座
- ▶ 授 業 料 年12,000円(教材費など別途負担あり)
- ▶ 募集期間 2月2日(月)～3月31日(火)
- ▶ 応募方法 願書を諏訪学部事務局(諏訪合庁2F福祉課)か保健福祉課高齢者係(町役場1階)へ持参または郵送

詳しくは、ホームページをご覧ください。

(https://www.nicesenior.or.jp/daigaku/index/)



問 長野県長寿社会開発センター諏訪支部 ☎ 57-2910

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。

問 自衛隊長野地方協力本部茅野地域事務所 ☎ 82-6785

月刊クローズアップしもすわのPDFデータ・音声データを
町HPで公開しています。ご覧になりたい方・お聞きになりたい方はこちら



諏訪湖博物館・赤彦記念館

- ◇休館日 2月2日(月)、9日(月)、12日(木)
16日(月)、24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)

柿蔭山房(赤彦の家)の内部を見学してみませんか

アララギ派歌人・島木赤彦の住居であり、江戸時代後期に建てられた高島藩士の屋敷でもある町指定文化財「柿蔭山房」。普段は外観のみ見学が可能ですが、希望者には事前申請によって内部も見学していただけます。

ご希望の方は諏訪湖博物館・赤彦記念館までお気軽にお問い合わせください！

柿蔭山房を利用していくだける団体を募集中です

学習会やイベント等、活動や発表の場として柿蔭山房を利用していくだける団体を募集しています。
ご希望の方は、諏訪湖博物館・赤彦記念館まで！

問 諏訪湖博物館・赤彦記念館 ☎27-1627

健康ステーション

- ◇休館日 2月3日(火)、9日(月)、10日(火)、
17日(火)、20日(金)、24日(火)
- ◇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

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6日(金)

①午後3時～ / ②午後7時～

★2月21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

春の無料体験・見学開催中

ヤマハ音楽教室(岡谷)

1歳	2/24(火) 10:00～
2歳	2/17・24(火) 11:00～
3歳	2/26(木) 16:30～
4歳	2/26(木) 16:40～

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・サックス
トランペット・チューバ



体験プレゼント
シールブック



青春ホップス
2/4・25(水)14:00 見学



生徒募集
シニアのための
脳トレ
ピアノ
音楽でアンチエイジング
チャレンジとアノ！

2/19(木)11:00～



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



2月の湖岸清掃：2月15日(日)午前8時 集合・開始：みづべ公園 清掃範囲：高浜信号機～AQUA未来

中止の場合は午前7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。



- ◇休館日 2月2日(月)、3日(火)、4日(水)、5日(木)、6日(金)、
9日(月)、12日(木)、16日(月)、24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)

※図書館蔵書点検(年1回)のため、2月2日(月)～6日(金)は休館します。
ご迷惑をおかけしますがご理解、ご協力をお願いいたします。

大人のためのバレンタイン映画会

上映作品 「プリシラ」 (2024年公開作品)

▶日時 2月11日(水)

午前の部：午前10時～正午

午後の部：午後2時～午後4時

※午前・午後とも同じ内容です。

▶場所 下諏訪町立図書館 2階会議室



親子工作会

親子で参加できる簡単な工作会です。お気軽にご参加ください♪

▶日時 2月22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

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。

..... ゆたん歩°

- ◇休館日 2月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24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。運動不足解消に、ぜひ一度ご利用ください。



(歩行浴プールは予約制のため来館前にお電話ください)

問 ゆたん歩° ☎26-2626



諏訪地域就職企業ガイド

諏訪地域の就職情報をホームページ・LINEで随時発信中！



information

下諏訪町空き家情報バンク

令和8年1月1日現在

現在の登録件数

売買 35 件

賃貸 5 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ス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

13 件 (累計 203 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

ミーミーセンタースメバ

④ 0266-78-9110

10時~17時(火~土) ④ 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4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

※2月28日まで毎週水曜日休館

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。ぜひご覧ください。

▶場所 しもすわ今昔館おいでや
1Fロビー

▶期間 2月中旬~3月下旬

※無料でご観覧いただけます。

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、時計以外にも雑貨なども販売しております。
ぜひ、ご来館ください。

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

2月の行事予定

2日(月) おはなしいっぱい

9日(月) ファーストブック

13日(金) 0歳児ママ講座

14日(土) 土曜開館

17日(火) ママ講座1・2・3

24日(火) にこにこ講座



行事内容

★13日(金) 0歳児ママ講座
「歯のみがき方」

★17日(火) ママ講座1・2・3
「お箸の持ち方」

★24日(火) にこにこ講座
「スクラップブッキング」

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



「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
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	
消費生活相談			
*法律相談	26日(木)	午後1時～午後5時	住民環境課 生活相談係 ☎27-1111(内線143)
*登記相談	12日(木)	午後1時～午後4時	
行政相談	17日(火)	午後1時～午後3時	
*交通事故相談	12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	27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	4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			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	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 (事前予約専用番号) ☎28-2827 ☎27-8886

つけ麺

こだわりの
「つけ麺」をご賞味ください

麺屋 宮坂商店

広告



救急車を呼ぶか 病院に行くか

看護師が
迷ったときには **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～翌朝8時(メール相談は翌朝7時まで)／土日祝日 午前8時～翌朝8時

こども(概ね15歳未満)の場合は
#8000へ

受付時間 平日 午後7時～翌朝8時
土日 午前8時～翌朝8時

2月休日当番医

- 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	
1日(日)	平山医院	27-8053	大滝歯科医院(岡谷市)	22-5678	盛栄堂小池薬局
8日(日)	釜口医院(岡谷市)	22-2089	ジュンデンタルクリニック(岡谷市)	24-8220	調剤薬局マツモトキヨシ・岡谷天竜町店(岡谷市)
11日(水)	諏訪共立病院	28-2012	アポロ歯科医院(岡谷市)	23-8100	ひまわり薬局
15日(日)	林眼科医院(岡谷市)	28-6596	三輪歯科医院	27-3084	御子柴薬局(岡谷市)
22日(日)	あざみ胃腸科クリニック	28-0505	ももデンタルクリニック(岡谷市)	28-0333	クスリのサンロード岡谷店
23日(月)	山崎医院(岡谷市)	22-3287	山岡歯科医院(岡谷市)	22-2472	やまびこ薬局(岡谷市)

休日当番医等は変更になる場合がありますのでご承知ください。

2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
*ハッピーマタニティー教室	7日(土)	午前9時30分～正午	保健センター
	26日(木)		子育てふれあいセンターぱけっと
*産前・産後サポート事業	9日(月)	午前9時～正午	
離乳食スタート教室(2025年8・9・10月生)	10日(火)	午前10時～午前11時	
すこやか相談(育児・栄養相談)	9日(月)・25日(水)	午前9時～午前11時	
*心のほっと相談	19日(木)	午後1時30分～午後3時30分	保健センター

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
1日(日)	(株)上條電設工業 23-5330	
7日(土)	小林住設 28-3527	小林住設 28-3527
8日(日)	スワンシステム(有) 26-8866	
11日(水)	(有)藤森水道(岡谷市) 27-7289	
14日(土)	水道建設(株) 28-8139	水道建設(株) 28-8139

日(曜日)	水道当番店	温泉当番店
15日(日)	杉村設備(株) 27-0575	
21日(土)	(有)諏訪冷熱 28-6462	
22日(日)	(株)上條電設工業 23-5330	(株)上條電設工業 23-5330
23日(月)	林組工業所 28-6383	
28日(土)	(株)オスガ設備 27-6622	(株)オスガ設備 27-6622

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

テイクアウトも承ります。お花見や行楽シーズンのお供にご利用ください。

元祖

塩天本[®]

TEL.0266-26-1538

11:00～13:45L.O. 17:30～19:45L.O.
火曜日、第3火曜日とその翌日



見に行こう！ しもすわ町の文化財



下諏訪町デジタルアルバム「石像弥勒菩薩座像」みらい所蔵



弥勒菩薩座像 町指定文化財

土田墓地入口には「弥勒春芳、天正二年甲戌十月二十八日」と刻まれた菩薩像が鎮座しています。

春芳は甲斐国の戦国武将武田氏の経済を支えた富豪であり、武田勝頼の時代に神宮寺千手堂・三重の塔の再建の命を受け、この弥勒像を刻んで工事の無事を祈願したとされます。また、千手堂の工事中、毎日工事場に姿を見せ、工人たちに湯茶を振る舞う親切な老婆がいましたが、その老婆は工事が済むとぱつたり姿を見せなくなつたといいます。人々は、あの老婆は弥勒菩薩の化身ではないかと噂をして、そのお姿を石に刻んで感謝を込めて祀ったという「茶くみ婆さん」の伝説が伝わっています。

穏やかな表情と心温まる伝説を残すこの菩薩像は、長い年月を経て今も人々に親しまれています。

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

「第3期下諏訪町未来を創る総合戦略(案)」 「第7次下諏訪町男女共同参画計画(案)」に対するパブリックコメントを募集します

現在、策定を進めている「第3期下諏訪町未来を創る総合戦略」及び「第7次下諏訪町男女共同参画計画」について、広く皆さまからのご意見をお聞きするため、次のとおりパブリックコメントを募集します。詳細については、町ホームページをご確認ください。

募集期間 令和8年1月29日（木）～2月27日（金）

第3期下諏訪町未来を創る総合戦略(案)

人口減少に対応し、将来にわたって活力あるまちづくりを進めるための取組みを具体化するものです。

第7次下諏訪町男女共同参画計画(案)

男女が性別による差別をされず、こどもからお年寄りまで全ての人がお互いを認め合い、活躍することが出来る社会を実現するためものです。

戦略案及び計画案は募集期間中、町ホームページ及び企画係窓口（役場2階）で公開します！

■問い合わせ 下諏訪町 総務課 企画係 ☎27-1111（内線257）

1月大感謝祭

新車の軽1万円から

車検 0円 自動車税 0円 自賠責 0円 諸費用 0円 オイル交換 0円 マット・バイザー 0円 頭金 0円

ご成約

カーナビ ドライブレコーダー ETCなど!!

8大プレゼント!!

月々1万円から乗れる

フラットA

塙尻北インター店 松本市小屋南2-18-10

0120-114-239

営業時間 10:00～18:00 毎週水曜／第2木曜定休

1月1日現在
()内前月比

人口:18,101人(-28) 男性:8,702人(-6) 女性:9,399人(-22)
世帯数:8,667世帯(-9)

※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

2026.2