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
12
No.281
2026.11.27 発行



乙女リンゴ収穫！

【目につく場所】にペタリ

〈テレホン案内〉

防災無線の聞き直しは
ココに電話
☎0120−27−2311

火災などのお問合せは
ココに電話
☎0570−052−119

防災/ 行政情報はこちら

スマートフォン用アプリ

しもすわインフォ

アプリの名称 「ライフビジョン」
インストールはこちら▼

iPhone用　Android用

ピックアップ

令和９年度学童クラブの入所受付を行います …… 3
定期運動講座 …… 4
地震に備えておきましょう …… 6

防災メモ

寒波に備え水道の凍結対策を行いましょう。

お宅の住宅用火災警報器は大丈夫？

住宅用火災警報器は、火災により発生する煙を感知し、音や音声により火災の発生を知らせてくれる機器です。通常は、感知部と警報部が一体となっているため、機器本体を天井や壁に設置するだけで機能を発揮します。もしもの時に、住宅用火災警報器が作動しないという事態に陥らないように、適切に点検・交換をおこないましょう！



定期的に点検をしましょう！

１ヶ月に一度を目安に作動点検をしましょう。点検は、ご自身でおこなってください。

点検方法

本体のボタンを押すものや、ひもを引くもの等、機種によって点検方法が異なります。
正常な場合、正常を知らせる音声や警報音が鳴ります。
詳しくは製品に付属している取扱説明書を見て確認しましょう。



住宅用火災警報器本体の交換の目安は10年です！



本体の交換期限は機種によって異なりますが、設置から10年が目安となります。本体に表示された交換期限が過ぎた場合、機能異常を示す音や表示がされた場合は交換してください。（機種によっては電池交換で済む場合があります。）

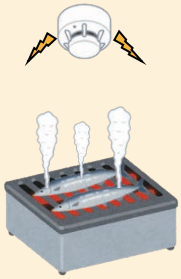
万が一に備え、警報が鳴ったときの正しい対処法を知っておきましょう！

火災のとき



大声で火事であることを知らせます。
火元を確認して119番通報、可能であれば初期消火を行いましょう。

火災でないとき



警報音停止ボタンを押す（ひもを引く）か、室内の換気をすると警報音は止まります。
ほこりがたまっている、調理中の湯気、煙の出る殺虫剤の使用などにより警報が鳴ることがあるため、注意が必要です。

電池切れ・機器異常の場合

短い音で「ピッ」と鳴ったり「ピッピッピッ」と一定の間隔で鳴ったりする場合は、電池切れまたは機器の異常が考えられます。電池を交換するか新しい火災警報器に交換してください。



※ここで示しているものは一例であり、取扱い方法は機種により異なります。各家庭で使用している火災警報器の取扱説明書を確認してください。

防火対策に努めましょう！

空気が乾燥し、暖房器具等の使用が増える冬季は火災が発生しやすくなります。たばこの不始末やコンロ、ストーブ周り等、日頃の生活を見直し、防火対策をおこないましょう。



コンロを使う時は火元から離れない。



コンセント周りを掃除し、ほこりがたまらないようにする。また、不要なプラグは抜く。



ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。

■ 問い合わせ　諏訪広域消防本部 予防課　☎21−5119（直通）
諏訪広域消防 下諏訪消防署　☎28−0119

健康福祉

お知らせ

12月3日～9日は「障害者週間」です

「障害者週間」は、国民が障がい者福祉について関心と理解を深めるとともに、障がいのある方が社会、経済、文化など、あらゆる分野の活動に参加しやすくなることを目指しています。

障がいの種類や程度は様々です。義足等を使用している方、内部障がいや難病のある方など、外見から分かりにくい障がいもあります。お互いの困りごとに気づき、相互に人格と個性を尊重し、理解し合うことは、だれもが暮らしやすい支え合える地域の第一歩です。

ヘルプマーク・ヘルプカードを知っていますか？



三つ折りのカードの中に必要な手助け等が書かれています。



【ヘルプマーク】

ヘルプマークとは、援助や配慮を必要としている人が、そのことを周囲に知らせるためのマークです。身につけた方を見かけたときは、電車やバスの席を譲る、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある手助けをお願いします。

【ヘルプカード】

ヘルプカードは、援助や配慮が必要な人が携帯し、災害時や困った時に、自身の障がいやお願いしたいことを伝えるためのものです。カードを提示されたときには、できる範囲でサポートをお願いします。

ヘルプマーク・ヘルプカードは、援助や配慮を必要としているどなたでも使用することができます。
保健福祉課福祉係（町役場１階）の窓口で配布しています。

･･･ 合同販売会 ･･･

諏訪地域の障がい者就労支援施設の皆さんが心をこめて作った、パン・クッキー、野菜やお弁当等の食べ物や、雑貨の販売会を開催します。お気軽にお越しください。

▶日　　時　12月3日(木)・4日(金)　　正午～午後1時
▶会　　場　下諏訪総合文化センター　モミの木モール

･･･ 作品展示 ･･･

花田支援学校の生徒さん、地域活動支援センターの皆さんの作品を展示します。ぜひ、お立ち寄りください。

▶展示期間　12月3日(木)～9日(水)
▶場　　所　下諏訪総合文化センター　モミの木モール

■ 問い合わせ　下諏訪町 保健福祉課 福祉係　☎27−1111（内線122）

子育て教育

お知らせ

令和９年度学童クラブの入所受付を行います

就労などの理由により「放課後に保護者等が家庭にいない児童」を対象に、令和９年度の学童クラブ入所受付を下記のとおり実施します。

学童クラブを利用するには毎年度申請が必要です。利用を希望される方は、忘れずにお申込みください。

書類等が必要な方は、『学童クラブ』または『教育こども課保育係』までお越しいただくか、町ホームページからダウンロードしてください。

入所の流れ

町から家庭へ	→	家庭から町へ	→	家庭から町へ	→	
11月		12月25日締切		1月～2月		3月上旬
入所案内配付		入所申請書提出（電子申請）		その他必要書類提出		入所決定

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

定期運動講座

	月曜日		水曜日
講座名	マットでコアコンディショニング	コアトレーニング講座	ポールでストレッチ
紹介	ゆるめる、動かす、つなげるエクササイズにより、本来持ち合わせている関節の機能や動作を取り戻します。マット1枚で動きやすい身体作りを!	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!	トレーニングやカラダのケアにと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。
時間	午後2時～午後3時	午後7時～午後8時	昼コース　午後2時～午後3時 夜コース　午後7時～午後8時
日にち	1月18日、25日	1月18日、25日	1月13日、27日
	2月8日、15日	2月8日、15日	2月17日、24日
	3月8日、15日	3月8日、15日	3月10日、24日
場所	健康フィールド(屋内)	健康フィールド(屋内)	健康フィールド(屋内)

	水曜日	木曜日	
講座名	夜のフローヨガ	ピラティス	フィールド健康教室
紹介	筋膜リリースで身体をほぐしてから、流れるように動くフロースタイル。難しいポーズよりも、身体を正しく使うことを大切に、カラダとココロに優しく向き合う時間を。	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です。その効果として、姿勢改善・インナーマッスルへの刺激・ストレス解消に繋がります。	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教室です。
時間	午後7時～午後8時	午前10時30分～午前11時30分	午後2時～午後3時
日にち	1月20日	1月14日	1月14日、28日
	2月3日	2月4日	2月4日、18日
	3月3日	3月11日	3月11日、25日
場所	健康フィールド(屋内)	健康フィールド(屋内)	健康フィールド(屋内)

	木曜日	金曜日
講座名	ストロングネーション	ダンベル＆チューブトレーニング講座
紹介	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います。キックやパンチの格闘技系の動きも楽しい教室です。	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?「家にあっても活用できない」「しっかり効かせる使い方を知りたい」といった方にオススメ。
時間	午後7時～午後8時	午後2時～午後3時
日にち	1月28日	1月15日、29日
	2月25日	2月12日、26日
	3月25日	3月12日、26日
場所	健康フィールド(屋内)	健康フィールド(屋内)



申込方法

■ 受付開始：12月5日(土)　午前9時から　(先着順)
■ 町ホームページまたは申込みフォームからお申込みください。
■ 講座の申込みはお一人につき2講座までとなります。
※インターネットからの申込みが難しい場合は、健康ステーションへお越しください。

■ 申込みフォーム
https://logoform.jp/f/cay3b

■ 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

歯科コラム
dental column

口臭が気になります。



「家族に口臭を指摘されました。自分では歯は良く磨いているつもりです。どうすれば良いのでしょうか？」

まずは歯科医院を受診してみてください。プロの目で、磨けていない歯の部分を指摘してもらえますのでブラッシング指導を受けてください。歯は磨いているつもりと本当に磨けているのは違います。

歯ブラシだけでは歯の50パーセントしか磨けないので残りの部分は歯間ブラシ又はデンタルフロスを使用します。使用方法や使用する歯間ブラシのサイズやデンタルフロスの種類などは個人で違いますので自己判断ではなく歯科医の指導に従ってください。(サイズのあっていない歯間ブラシを使うと歯と歯の隙間が広くなり食片が入り易くなります。) 又、むし歯がある場合は治療をしましょう。むし歯の穴に食べかすが入って臭いの原因になります。昔、治療をして銀歯が入っていても傍からむし歯になっている場合もあります。この場合は痛みが無い為、むし歯という自覚が無い場合もあります。 入れ歯を使っている方は必ず入れ歯専用の洗浄剤を使用して清掃をしましょう。

特に、口臭予防に効果のあるのは、舌の汚れをとる事です。夜、寝ている間にいびきをかかれる方は舌の表面が白くなっています。口を開いており唾液が出ていないので舌の表面に汚れが溜まって、これが口臭の原因になっています。柔らかい歯ブラシか舌磨き専用の器具で軽く舌の表面の汚れをこすりましょう。唾液は口の汚れを洗い流す働きをしていますので口腔内が乾燥してらっしゃる方も口臭がする場合もあります。口腔内乾燥症で口臭がある方には唾液補助スプレーの処方も出来る場合がありますので歯科医院にご相談ください。

なお、口腔内に原因が無い場合は全身疾患から口臭がする場合もありますので注意が必要です。

■ 問い合わせ　岡谷下諏訪歯科医師会　☎23−8320

健康福祉

女性のみなさん、がん検診はお済みですか？

乳がん・子宮頸がんは、早期に発見し、適切な治療を受けることが大切です。今年度、乳がん・子宮頸がん検診を申し込みされた方へ通知を送付しています。まだ受診していない方は、この機会に受診しましょう。申し込んでいない方や、保健センターでの検診を受けられなかった方も、県内の協力医療機関で受診できます。受診を希望する方は、保健センターへお問い合わせください。検診期間の終了間際は、予約が取りにくくなる場合があります。早めの予約・受診をしましょう。

検診期間：令和９年１月31日まで
※医療機関の休診日を除く

実施医療機関：県内協力医療機関
(詳しくは、通知に同封した医療機関一覧をご覧ください)

問 下諏訪町保健センター　☎27−8384(直通)
☎27−1111(内線290・291)

みんなで築こう　人権の世紀

～12月4日から10日までは「人権週間」です～


人権イメージキャラクター
人KENまもる君

考えよう
相手の気持ち
未来へつなげよう
違いを認め合う心


人権イメージキャラクター
人KENあゆみちゃん

ひとりで悩まないで！

特設人権相談所の開設について

毎日の暮らしの中で起こる様々な問題についてご相談ください。

夫婦・親子等の家庭内のもめごと、児童・生徒のいじめや不登校、男女差別、インターネットによる人権侵害、借地・借家の問題や近隣とのトラブルなど、ひとりで悩まず、町の人権擁護委員さんにお気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守ります。

▶日　時　令和8年12月4日 (金)
午前10時～午後3時まで (ご予約は不要です)
▶場　所　下諏訪町役場　地下1階　地下会議室

問 下諏訪町 住民環境課 生活相談係
☎27−1111(内線146)

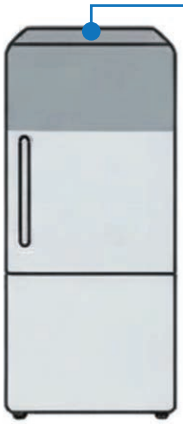
地震はいつ起こるか分からない！
地震に備えておきましょう

地震はいつ・どこで発生するか分かりません。近い将来、大地震が起こることが予測されています。
もしもの時、自分や家族の命を守る準備はできていますか?
できるだけ危険を回避できるよう備えましょう。

家の中をチェック！

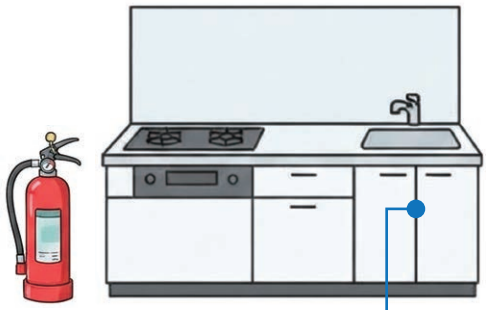
地震による家具の転倒・落下の被害を防ぐため、できることから対策してみましょう!

キッチン



突っ張り棒や転倒防止ベルト等で壁と固定する。

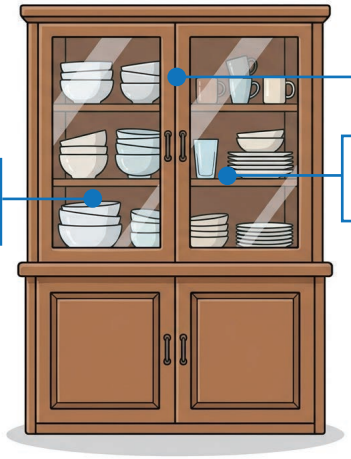
冷蔵庫



火元の近くに消火器を設置

消火器

扉に留め具を付ける。



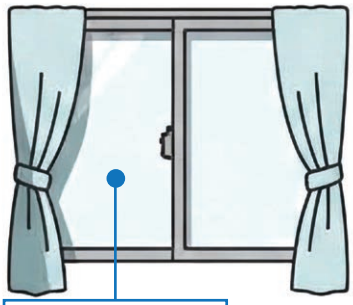
扉に留め具を付ける。

棚板に滑りにくい素材のシート等を敷く。

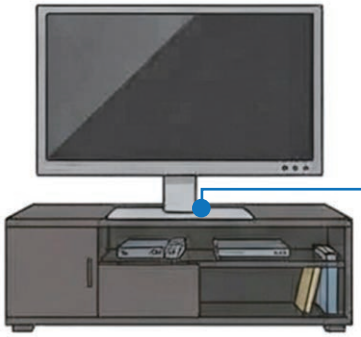
ガラス飛散防止フィルムを貼る。

食器棚

リビング

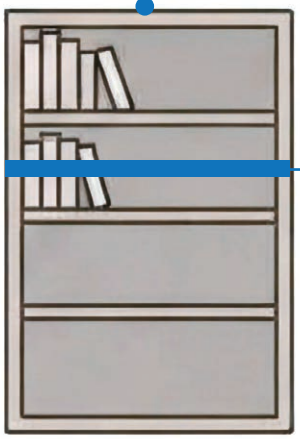


ガラス飛散防止フィルムを貼る。



ストラップ等で本体とテレビ台を固定する。

テレビ



突っ張り棒や転倒防止ベルト等で壁と固定する。

重い本は下の段に置く。本棚の端の硬い部分にひもやベルトなどを取り付けて、本が飛び出さないようにする。

本棚

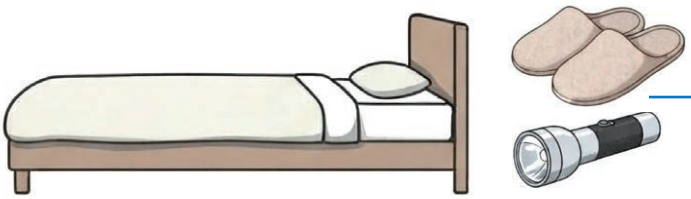


非常持ち出しリュック

取り出しやすいところに常備する。

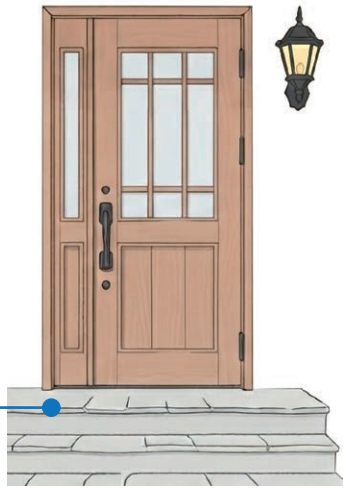
寝　室

できるだけ家具を置かないようにする。
家具を置く場合はなるべく背の低い家具にし、壁と固定する。

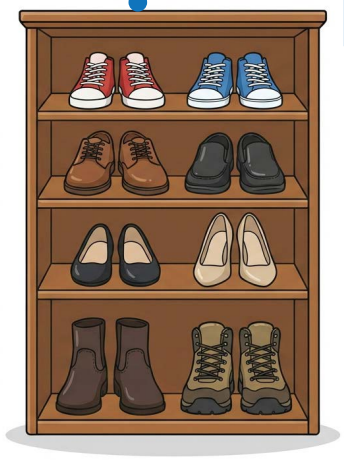


手の届くところに、懐中電灯やスリッパ等を備えておく。

玄　関



出入口や通路にものを置かない。



突っ張り棒や転倒防止ベルト等で壁と固定する。

靴箱

非常用の持出品チェック！

避難するのに必要なものを用意し、取り出しやすいところに置いておきましょう。
また、中身を夏用から秋・冬用に変えておきましょう。

☐ **食品等の賞味期限が切れていないか。**
市販品での備蓄も可能で、パックご飯、レトルト食品、缶詰、ゼリー飲料、栄養調整食品（固形タイプ）など賞味期限が長い食品は備蓄にお勧めです。賞味期限が近いものを普段から食べるようにし、ローリングストックを心がけましょう。

☐ **食品はご自身（ご家族）に合っているか。**
自分で噛めるものか、食物アレルギーはないかなど確認しましょう。

☐ **季節毎に必要な物は入っているか。**
冬はカイロ、アルミシート、冬用衣料（撥水（はっすい）性のもの）がお勧めです。



参考にこちらもご覧ください。

農林水産省
「災害時に備えた食品ストックガイド」

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

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。これまでに採択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22弾

「しもすわ地域猫共生プロジェクト」

町内でよくこんな声を耳にします。「近所の人が野良猫にエサをあげていて、年々増えているけど、トラブルが怖くて注意できない」「花壇や畑に猫が入ってきて爪とぎやトイレをされてホントに困っちゃう…」

しもすわ猫の会では、飼い主のいない猫（＝野良猫）を増やさないため、TNR（Trap/捕獲し、Neuter/不妊去勢手術を行い、Return/元の場所に戻す）活動を通じて、飼い主のいない猫の過剰な増加を防ぐ「地域猫活動」に取り組んでいます。

今年度は、町内の曙町をモデル地区として活動を実施しています。

地域の皆さまが主体となって、飼い主のいない猫を適切に管理し今以上に猫を増やさず、トラブルを減らす「環境衛生改善」のための活動です。地域の実情を知ることで、よりよい解決につながります。活動を広げていくため、ご相談・情報をお寄せください。



申請者：しもすわ猫の会　折井　康浩
支援額：530,000円（令和８年度）

しもすわ猫の会ホームページ
ぜひご覧ください。

■ 問い合わせ　下諏訪町 総合政策課 企画創生係　☎27−1111(内線257)

宝くじの助成金で整備しました

第四区は、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。

◆第四区（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、第四区公会所にフライトテーブル、イス、イス用台車、ホワイトボード、テント、掃除機、冷蔵庫、プリンターを整備しました。

事業費総額　2,517,350円
（うち助成額　2,500,000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。

第9区自主防災会は、公益財団法人長野県市町村振興協会の「地域活動助成事業」を活用し、地域の防災活動に必要な備品等を整備しました。

◆第9区自主防災会（地域防災組織育成助成事業）

地域防災力の強化を図るため、第9区公会所等に消火栓ホース、消火栓ホース格納箱、ハンドルバンド付ノズル管舘、LED投光器、投光器三脚を整備しました。

事業費総額　2,011,900円
（うち助成額　2,000,000円）





公益財団法人長野県市町村振興協会では、市町村振興宝くじ（サマージャンボ）の収益金を財源に、宝くじの普及広報を行うこと、コミュニティの健全な発展を図ることを目的に、自治会等のコミュニティ活動や自主防災組織が行う地域の防災活動に必要な備品等の整備に助成を行う「地域活動助成事業」を行っています。

■ 問い合わせ　下諏訪町 総合政策課 企画創生係　☎27−1111(内線258)

諏訪広域消防本部からのお知らせ

令和９年１月１日から５月31日まで
「林野火災注意報・警報」の運用が始まります

◎林野火災注意報・警報について

林野火災の予防上注意を要する気象状況になった際には、**「林野火災注意報」**を発令し、発令区域での火災予防条例に定める「火の使用の制限」について、**努力義務**を課すこととなります。

さらに、林野火災の予防上危険な気象状況になった際には、**「林野火災警報」**を発令し、発令区域での火災予防条例に定める「火の使用の制限」について、義務を課すこととなります。

➡「火の使用の制限」（下記制限）に従わない場合**「火の使用の制限」に違反した者に対して30万円以下の罰金又は拘留に処する**ことが消防法で定められています。

◎注意報・警報が発令された場合の規制について

火災予防条例第29条の規定により、以下のとおり**「火の使用の制限」**がかかります。



(1) 山林、原野等において火入れをしないこと。
(2) 煙火を消費しないこと。
(3) 屋外において火遊び又はたき火をしないこと。
(4) 屋外においては、引火性又は爆発性の物品その他の可燃物の付近で喫煙しないこと。
(5) 山林、原野等の場所で、火災が発生するおそれが大であると認めて広域連合長が指定した区域内において喫煙しないこと。
(6) 残火（たばこの吸殻を含む。）、取灰又は火粉を始末すること。

※注意報・警報の発令・解除の際は、防災行政無線、消防車両での巡回や諏訪広域連合ホームページへの掲載等により広報します。

― たき火の届出制度について ―

火災予防条例の一部改正により、たき火を行う場合は通年所定の様式による届出が必要となります。

※この届出は、火災と誤認して消防車が出動する等の混乱を避けるためのものであり、野焼きや焼却を許可するものではありません。ご理解いただきますようお願いします。

■ 問い合わせ　諏訪広域消防本部 予防課　☎21−5119（直通）

TRIDENTS
SHINSHU MATSUMOTO

信州松本トライデンツ ホームタウンの下諏訪町の皆様を 2026年ラストゲームに観戦無料ご招待!!



バレーボール国内最高峰SVリーグで活躍し、下諏訪町とホームタウンパートナー協定を締結する、信州松本トライデンツが2026年ラストゲームに観戦無料ご招待します。

■開催日時
　12月26日（土）試合開始　午後２時５分～
　12月27日（日）試合開始　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　ヴォレアス北海道
■対 象 者　下諏訪町在住、在勤者の方
■対象人数　各日先着200名様（定員に達し次第終了）

【チケット取得はこちら】

こちらより「信州松本トライデンツ公式LINE」のお友達登録をお願いします。登録後、チケット取得に関するメッセージが配信されます。

■ 問い合わせ
信州松本トライデンツ事務局
☎0265−98−6812

生涯学習

No.631

かおり高い 文化のまち

令和8年度下諏訪町人権教育研修会報告（令和8年10月5日）

外国人に対する憲法の人権保障・最高裁の考え方

～制度としての「裁判の公開」と人権保障～



1958（昭和33）年埼玉県戸田市出身。公立大学法人長野大学社会福祉学部教授、地域共生福祉研究所長。中央大学大学院博士後期課程を満期退学後、作新学院大学教授、東洋大学教授等を経て現職。憲法専攻、主として人権保障に関する日米判例比較の研究を行なっている。

宮原（みやはら） 均（ひとし）

町では、町民一人ひとりが人権尊重の精神にたって、身のまわりのあらゆる差別をなくし、真に平等で幸せな社会の実現をめざして取り組んでおります。

その一環として、例年「人権教育研修会」を開催しています。

今年度は、公立大学法人長野大学社会福祉学部の宮原均教授を講師にお迎えし、「外国人に対する憲法の人権保障・最高裁の考え方」を演題としてご講演いただきました。

本研修会では、法や憲法の基本的な構造から説き起こされ、私たちが直面する外国人の人権課題について、最高裁判所の具体的な判例を素材に多角的な解説をいただきました。今回はそのご講演内容に関して、司法の考え方を中心に報告します。

1 法の段階構造と裁判所の違憲立法審査権

私たちの社会には、憲法をはじめ、法律、条例といったさまざまなルールが存在します。これらはすべて人間社会におけるトラブルを解決するための道具ですが、人間が2人以上いれば必ずトラブルは発生し、それを放置することはできません。提示されたルールによって当事者を納得させ、解決を図るのが法の役割です。

しかし、同じトラブルに対して複数の法律が存在し、それぞれ異なる解決結果が導かれた場合、交通整理が必要となります。

その法的仕組みが「法の段階構造」です。段階構造とは上下関係、もっと言えば「強弱」の問題であり、下位の弱い法は上位の強い法に逆らうことはできません。いくら一生懸命に議会を通してルールを作ったとしても、常に上位の法に反していないかが重要であり、逆らっているルールは「無効」となります。



挨拶と講師の紹介をする山田典史教育長

◎諏訪湖博物館の12月の休館日は、7・14・21～31日です。

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721）
FAX 0266-28-0131
メール syougai@town.shimosuwa.lg.jp

最高法規である憲法はすべてのルールのトップに君臨します。国会が定めた法律であっても、違憲であれば無効になります。そして、国会の法律が客観的に合憲であるかどうかを事後的に審査し、無効を宣言する強力な権限が「違憲立法（法令）審査権」です。

ここで民主制のパラドックスに関する深い議論が提示されました。国会は自分たちが作った法律が合憲であるという絶対的な確信を持って世の中に送り出しています。それに対して、選挙で選ばれていない裁判所が違憲だと言って無効にすることについて、「なぜ裁判所の判断が国会より優先されるのか」という疑問が生じます。

国民主権の観点から見れば、選挙で選ばれた代表者からなる国会の専門性や民主的正当性は非常に高いといえます。これに対する解決策の一つとして「多数決原理のチェック」が挙げられます。国会の法律は多数派の意思の表れであり、時に多数派が少数派の利益を犠牲にして不当な利益を得ようとする場合があります。そのような多数派の横暴や少数派の犠牲をチェックできるのは、選挙を必要とせず司法権の独立が保障された裁判官であるというわけです。ただし、裁判官の国民審査などの制度との関係も含め、この問題は現在も議論が続けられています。



最高裁の考え方である「性質説」を説く宮原教授

2 自然権思想と外国人の人権保障における「性質説」

17～18世紀の市民革命や啓蒙思想に由来する「自然権思想」では、人権は国家が恩恵として与えたものではなく、人が生まれたときから当然に備わっている超国家的・前国家的権利であると捉えられます。神や自然から授かった生きる権利、幸福追求権、表現の自由などは、権力者がいようといまいと人間として生まれた以上は当然に備わっているものです。この考え方に立てば、日本国内にいる外国人にも当然に人権保障が及びます。

しかし、現実には地球上に国家が存在し、国家間の対立や戦争があるなかで、自国の国益や国民の生活を守る必要性があります。そのため、外国人の人権をどのように捉えるべきかという問題が生じます。

この課題に対して、最高裁判所の判例や学説で支持されているのが「性質説」です。これは人権をひとくくりにするのではなく、その「権利の性質」によって区別する考え方です。

保障されるもの

人格の核心を形成する精神的自由（思想の自由、信教の自由、表現の自由）や、裁判などの適正手続（デュープロセス）などは、外国人であっても保障されるべきものとされます。

保障されないもの

国民主権に基づく選挙権・被選挙権や、多額の財政負担を伴う生存権（健康で文化的な生活）、国家の自由裁量とされる入国の自由などが挙げられます。

議論のあるもの

経済活動の自由（財産権や職業選択の自由）などについては、細かな条件によって議論が分かれています。

このように、一般論だけでは割り切れない外国人の多様な背景や国際情勢の変化、日本社会への影

◎下諏訪総合文化センターの12月の休館日は、1・8・15・22・28・29・30・31日です。

響などを踏まえ、実際の事件を通じた具体的な判例の検討が重要となります。



人権教育研修会の様子

3 入国・在留と最高裁判所の判例（マクリーン事件）

憲法22条が保障する「居住・移転の自由」に関し、外国人の入国・在留については、国際慣習法上、どの国にとっても国家の自由裁量とされています。外国人が自分の希望する国に入国し生活する権利は、一般にはどの外国人にも保障されておらず、国家が自国に都合の良い人を受け入れる裁量を持っています。

しかし、法律によって一定の資格やルールを定めた瞬間から、その外国人にはデュープロセス（適正手続）などの具体的な権利が発生し、不当に侵害することは許されなくなります。

この入国の自由や在留管理をめぐる最も重要な最高裁判例が、昭和53年10月4日に起こった「マクリーン事件」です。英会話講師として日本に入国したアメリカ人マクリーン氏が、在留期間中にベトナム戦争に反対するデモ行進に参加するなどの活動を行ったところ、法務大臣が「日本の国益を害する」として在留期間の更新を拒絶しました。

マクリーン氏は、デモ行進への参加は憲法21条が保障する「表現の自由」であると主張し、更新拒絶は表現の自由の侵害であるとして争いました。最高裁は、外国人の在留管理は国家の自由裁量に属し、法務大臣の判断に著しい妥当性の欠如はないとして、請求を棄却しました。

これに対して憲法研究者からは、「更新の拒絶という形で間接的に表現の自由を制限することは、実質的な萎縮的効果をもたらし、前国家的人権である表現の自由と矛盾するのではないか」という強い批判がなされました。国家のエゴと前国家的人権の調和の難しさを象徴する事案です。

4 選挙権や公務員の管理職登用をめぐる法的課題

外国人の政治参加やキャリア形成についても、最高裁判所の重要な判断が示されています。

選挙権について
（平成7年最高裁判決）：

在日韓国人らが選挙人名簿への登録を求めた訴訟です。最高裁は、憲法15条第1項の「公務員を選定し、及びこれを罷免することは、国民固有の権利である」という文言に基づき、国政選挙の選挙権は日本国籍を有する者に限られ、外国人に及ばないとの判断を下しました。一方、地方自治を定める憲法93条の「住民」という表現については、地域社会に特段に密接なつながりを持つ外国人に対し、法律をもって地方選挙の選挙権を付与することは憲法上禁止されていない（立法裁量の範囲内）との含みが示されました。地方自治の本旨や地域社会への影響をめぐり、現在も実態重視の立場から賛否両論の議論が続いています。

公務員の管理職選考について
（平成17年最高裁判決）：

特別永住者の保健婦（現：保健師）が東京都の課長級職員選考の

◎下諏訪体育館の12月の休館日は、1・8・15・22・28・29・30・31日です。

受験を拒否された事案です。最高裁は、行政の一方的意思表示によって国民の権利義務を制限したり、新たな法的関係を形成する「公権力の行使」や、その統治に国民が最終的責任を負う国民主権の原理に照らし、管理職の職務には国籍要件を設けることに合理的な理由があるとして、受験拒否を合憲としました。これについても、実質的平等の観点や職務の性質に応じた個別検討の必要性から、大きな議論がなされています。

また、生存権をめぐる判例（不法残留外国人の生活保護請求に関する平成13年最高裁判決や、外国人への国民健康保険適用をめぐる平成16年最高裁判決）においても、画一的な法解釈だけでなく、日本での定住性や長期にわたる生活実態、人道的な配慮との間でいかにバランスをとるかという難しい課題が浮き彫りになりました。

5 ヘイトスピーチと表現の自由の限界（京都朝鮮学園事件）

研修の後半では、表現の自由の限界とヘイトスピーチの問題が取り上げられました。思想の内面は憲法19条により「絶対的自由」として完全に保障されていますが、それを外部に表出する「表現の自由（憲法21条）」は、優越的人権として尊重される一方で、他人の人権や社会秩序を脅かす場合には制限を受けます。これが憲法12条・13条が定める「公共の福祉」や「権利の濫用」の法理です。


真剣に聴講する受講者の皆さん

象徴的な裁判例として、平成25年の京都地裁による「京都朝鮮学園事件」が詳細に解説されました。京都朝鮮学校の周辺において、団体が拡声器を用いた大音量での怒声や、民族的アイデンティティを傷つけ人道上許されない差別的・侮辱的な言動（示威活動）を行った事案です。

裁判所は、これらの行為が学校の授業を妨害する「威力業務妨害罪」や、民族に対する激しい蔑視と差別意識に基づく「名誉毀損・侮辱」にあたると断定しました。人種差別撤廃条約の趣旨も踏まえ、公共の利益を名目とした批判であっても、その目的や手段、手法があまりにも威圧的・侮辱的であり、他人の人格権や子ども達の学びの環境を不当に侵害する場合は、憲法で保護される「表現の自由」の範囲外であり、断じて許されないことが明確に示されました。

ヘイトスピーチ解消法の理念とも深く結びつく重要な司法判断です。

おわりに

外国人の人権保障の問題は、単に「認めるか・認めないか」という二項対立ではなく、憲法上の理念である「個人の尊重」や「法の下の平等」と、主権国家としての統治機能や社会秩序、国民感情との間でバランスをとることが、極めて重要な課題であると認識させられました。

これから、更に多くの外国籍住民の方々と共存する、多文化共生の重要性が一層高まるものと予想されます。この研修会を通じ、偏見や差別のないお互いを尊重し合える世の中について、共に考える貴重な機会となりました。



◎下諏訪町立図書館の12月の休館日は、7・14・21・28・29・30・31日です。

台湾に学んだ、日本人の心
～私が感動した、今一番伝えたいお話～



牧野（まきの）　直樹（なおき）（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、新しい教育事業を展開中。モットーは「共感は、最高の助言」

「2026年7月に発生した熊本地震に対して、台湾からは政府、民間、自治体などから義援金が寄せられています。金額は、日本円で約15億円にのぼるということです。」

このようなニュースが報じられました。発災直後、どの国よりも早く、その日のうちに特別救助隊を派遣する準備をしてくださったのも、台湾でした。私は、台湾の皆様に対して感謝の気持ちに溢れ、涙が止まりませんでした。

これを読んでくださっている方の中には**「台湾の方は、なぜそんなにも、日本に対してよくしてくださるのだろうか？」**と疑問に思う方もいらっしゃるかもしれません。（わたしも最初はそうでした。）その疑問を紐解く鍵として、私が台湾に足を運び、現地の方や台湾人の方から教えていただいたエピソードを、数ある中からご紹介いたします。

①台湾では「日本精神（リップンチェンシン）」がほめ言葉

1895年から1945年までの約50年間、日本が台湾を統治した時代があります。さて、ここで質問です。**「統治」と聞いて、あなたはどのようなことを想像しますか？**

もしかすると、強制労働をさせたり、できた農作物を搾取したり…と思うかもしれませんが、日本は違いました。台湾の人たちの生活を向上させようと様々なことをしてきたのです。

ご縁があって出逢った、私の友人である、台湾人の通訳・翻訳者・李久惟（リージョー）さんによると、その時代を生きた台湾の祖父母世代の方に、当時の日本人について聞くと**「人が喜ぶためなら、見返りがなくても喜ぶ人たちだった」**という答えがいつも返ってきたそうです。人のために一生懸命働く「利他の精神」を、当時の日本人は背中を通して台湾人に教えてくれたというのです。ですから、台湾では礼儀正しい子を見たら、ほめ言葉としてこう言うそうです。**「この子はとても日本精神があるね」**と。

そのお話を李さんからお聴きして、日本を深く愛してくださる気持ちに心が震えました。先人の日本人の心を、台湾の方に教えていただいた思いがしました。



台湾での教育に大きな役割を果たした六氏先生（6名の日本人教師）のお墓にて（台北市の小学校「芝山巌学堂」跡）

②「烏山頭（うさんとう）ダム」の建設

日本が統治する前の台湾は、清国の統治を受けていました。当時は貧困で、飢餓にあえぎ、水害が起き、疫病で苦しむ状況でした。そこにやってきたのが日本人でした。

1930年、日本人により、台湾南部・台南市にある嘉南平野に農業用水を供給するために「烏山頭ダム」が竣工されました。途中、大事故で50名もの方が亡くなったり、関東大震災で日本からの資金が少なくなったりと、紆余曲折がありながら



烏山頭ダム（現地）

◎健康ステーション・健康フィールドの12月の休館日は、1・8・15・22・29・30・31日です。

も、現地の台湾の人と日本から来た人が力を合わせ、10年の歳月を要して完成しました。



完成記念の集合写真には、八田さんをはじめ、国籍関係なく映っています。



子ども向けの絵本にもなっています。

このダムの建設を進めたのは、水利土木技師・八田與一（はった よいち）さんでした。現地調査をした八田さんは、そこに住む人の悲惨な暮らし、過酷な土地を目の当たりにして、涙したそうです。

このダムのおかげで稲の収穫量はダムをつくる前の約6倍になりました。約100万人の人々の生活が豊かになりました。台湾に水や食糧が安定供給できるようになりました。ダムができ、水が水路に流れた時には人々は涙を流して喜んだそうです。お祝いのお祭りは、なんと3日間も続いたと言われています。

そして、貧しくて家の仕事をしていた子ども達は、生活が改善されて教育の機会が広がり、台湾社会が進歩し続けられたと言われています。現在、全世界で求められている半導体製造企業も、烏山頭ダムの水を利用しているそうです。

現地に行くと、そのダムの大きさに驚きました。写真ではなかなか伝わりにくいかもしれませんが、灌漑（かんがい）面積は約15万ヘクタール、香川県の県土に匹敵する広さです。このダムがつなぐ嘉南平野の農業用水路（排水、用水）の総延長は約1万9千キロメートル。これは地球を半周する長さです。


八田技師は24歳で台湾に渡ります。44歳でダム完成。1942年5月8日にフィリピンへ、次の灌漑調査に向かう途中の海上で、搭乗船が米潜水艦の攻撃を受け、戦禍により死亡。享年56歳。

「八田技師のことを、台湾の中学校の教科書では『台湾農業の父』と掲載されています」「毎年、八田技師の命日である5月8日に、慰霊祭が行われていて、たくさんの台湾人が手を合わせています」と、八田與一記念館の方や李さんから教えていただきました。

八田さんの墓前には、花束がたむけられていました。**台湾の皆さんが日本を大事に思ってくださる理由が、少しだけわかる気がいたしました。**

③感謝の心を、今と未来へ

台湾人の李さんは、20歳の時、テーブルいっぱいの食べ物を前に祖父様がこう言われたそうです。**「台湾は今たくさんの食べ物で溢れている。でもこれはどこから来たか知っているか？」**と。さらに**「いただきます」の意味**について教えられたそうです。「天地の恵みと多くの人々の働きに感謝して、命のもとを謹んでいただきますということだよ」と。台湾に広く知られていることわざで「飲水思源」があります。「水を飲む者は、その源に思いを致せ」という意味です。**李さんの祖父様は「日本人に助けられた」という感謝の気持ちを持ち続け、それを次の時代を生きる孫の李さんに伝えているのです。**その感謝のバトンを受け取り、私に伝えてくださる李さん。このバトンを、未来を担う日本の子どもたちに渡していきたいです。



「飲水思源」について、祖父様から教わった感謝を話される、李さん。

【参考文献】
『日本人に隠された《真実の台湾史》』：李久惟
『世界にもし日本がなかったら』：池間哲郎
『こころに残る現代史』：白駒妃登美

『おでかけ町長室』で町長と直接意見交換しませんか？
お気軽にお申込みください！
■ 問い合わせ 下諏訪町 総合政策課 企画創生係 ☎27−1111(内線258)
詳しくはこちら ➡

窓口・電話受付時間が変更となりました。
受付時間 午前9時〜午後4時30分

新年祝賀名刺交換会を開催します

新たな年の門出を祝し、新年祝賀名刺交換会を開催します。
下諏訪商工会議所、信州諏訪農業協同組合下諏訪支所、下諏訪町役場（2階 総務課）にて、会費を添えてお申し込みください。申込書は町ホームページよりダウンロードしていただくか、上記団体窓口からお持ちください。
【町ホームページ】

▶日　時　令和９年１月４日(月) 午前10時30分〜
▶会　場　門前ひろば食祭館
▶会　費　当日出席される方 2,000円（名簿掲載のみの方：無料）
▶申込締切　令和８年12月10日(木)

問 下諏訪町 総務課 秘書室　☎27−1111(内線 210)

確定申告のための資料が必要な方へ

確定申告等に必要な令和8年1月から12月までに支払った国民健康保険税額または後期高齢者医療保険料額がわかる資料が必要な方は、国保年金係へお越しください。なお、町役場4階で確定申告等される方は、この資料は不要です。

ご持参いただくもの
・本人確認のできるもの（運転免許証など）
●代理の方がお越しになる場合
・本人確認のできるもの（運転免許証など）
・委任状（任意の委任状または町ホームページに掲載の申請書兼委任状をお使いください。）
※来庁が難しい方については、ご相談ください。

問 下諏訪町 住民環境課 国保年金係　☎27−1111(内線137･139)

「諏訪地域企業研究会」を開催します

若手社員・採用担当者から企業の魅力を聞く「諏訪地域企業研究会」を開催します。
◎当日参加OK!（参加無料）　◎服装自由
【詳細はこちら】

▶日時　令和8年12月28日（月）
　　昼12時30分〜午後4時
▶会場　イルフプラザ３階カルチャーセンター

問 下諏訪町 産業振興課 商工係　☎27−1111(内線273)

12月の休日納税窓口

▶開設日時　12月27日(日)　午前10時〜正午
▶開設場所　町役場２階 税務会計課窓口
▶内　　容　税金等の納付及び納税相談

問 下諏訪町 税務会計課 収納係　☎27−1111(内線236･237)

12月の税金等納期限・口座振替日

▶固定資産税	3期分
▶国民健康保険税	6期12月分
▶後期高齢者医療保険料	6期12月分
▶上下水道(9〜10月使用分)	12月分
▶温泉使用料(11月使用分)	12月分
▶介護保険料	6期12月分
▶保育料・給食費	12月分
▶水月霊園管理料	随時

12/25(金)

農業用生産資材価格の高騰により影響を受けている農業者等の皆さまへ

長野県は、農業用生産資材価格の高騰により影響を受ける農業者等の皆さんを支援するため、補助金を交付する事業を実施しています。

▶申請期間
令和8年9月28日(月)から令和8年12月31日(木)まで
▶申請方法
郵送申請または電子申請（スマホ対応）
詳細は、専用ウェブサイトをご確認ください。
【専用ウェブサイト】

問 農業用生産資材価格高騰対策事業事務局
☎050−8897−0545

下諏訪町不妊・不育症治療助成事業について

下諏訪町では、不妊・不育症治療をされているご夫婦を対象に、治療に要した費用の一部を助成する、不妊・不育症治療助成事業を実施しています。令和８年度内に助成事業の利用を希望される方は、**令和９年３月31日(水)まで**に申請をお願いします。申請用紙等をお持ちでない方は、お早めに保健センターまでお問い合わせください。

▶対 象
不妊・不育症治療を行っている期間及び助成事業申請時に、下諏訪町に住民登録をしており、医療保険に加入されているご夫婦
▶助成額
不妊・不育症治療に要した費用のうち、医療保険の一部負担金および医療保険適応外(自由診療)治療費の合計額のうち５割。(助成上限額は年度10万円です。)ただし、医療保険各法に規定する高額療養費および付加給付等がある場合には、その額を控除します。

※１年以上経った治療費の助成は出来ません。長野県の実施する助成事業も申請期間が限られますので、助成事業の利用を考えている方はお早めにご相談ください。

問 下諏訪町 保健福祉課 保健予防係
☎27−8384(直通)　☎27−1111(内線290・291)

くらしと健康の相談会 〜法律相談と健康相談〜

失業、倒産、多重債務、家庭問題などについて弁護士が法律相談に応じます。あわせて、保健師による心の健康を含めた健康相談をお受けします。

▶日　時　12月3日、10日、17日、24日いずれも木曜日
　　午前10時〜午後3時(正午から午後1時を除く)
▶場　所　諏訪保健福祉事務所（諏訪合同庁舎２階）
▶相談料　無料

※相談時間は１時間です。
※予約が必要です。相談希望日の前週金曜日正午までにお申し込みください。

問 諏訪保健福祉事務所 健康づくり支援課　☎57−2927

よ 余分に買わない、作らない　い いつもの習慣　さ さあ、おいしく、食べきろう！
下諏訪町食べ残しゼロ よいさ運動を推進しましょう！

諏訪湖博物館・赤彦記念館

◇休 館 日　12月７日(月)、14日(月)、
21日(月)～31日(木)
◇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）

博物館臨時休館について

博物館につきまして、企画展の展示替え作業期間に伴い、下記のとおり休館とさせていただきます。

休館期間
令和８年12月21日(月)
～ 令和９年1月12日(火)まで

※企画展後期期間：令和９年1月13日(水)より開館

ご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

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　12月4日(金)、7日(月)、14日(月)、21日(月)
28日(月)、29日(火)、30日(水)、31日(木)
◇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)

クリスマス工作会

▶日　時　12月6日(日) 午前10時30分～11時30分
クリスマスにちなんだ簡単に作れる工作会です。
ご家族で是非ご参加ください！

Jazz in the winter afternoon

▶日　時　12月13日(日) 午後２時～４時
クリスマスにぴったりのジャズをレコードでお楽しみください。

おはなしのへやクリスマス会

▶日　時　12月19日(土) 午前10時30分～11時30分
子どもたちにおはなしのプレゼント！クリスマスの楽しいおはなし会です。

イベントの会場は全て下諏訪町立図書館2階会議室です。

問 下諏訪町立図書館　☎27−5555

※状況により内容は変更になる場合があります。

健康ステーション

◇休 館 日　12月1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、
29日(火)、30日(水)、31日(木)
◇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

時間短縮営業(午後5時閉館) 12月28日(月)

マシン無料体験会のご案内

◇各回60分　◇先着６名受付
★12月４日(金)
①午後３時～／②午後７時～
★12月19日(土)
①午前10時～／②午後1時30分～
【申込みフォーム】

親子トランポリン教室

▶講師：下諏訪町健康サポーター　百瀬 圭 先生（Tora jam）
▶日時：**令和9年1月17日(日)** 午前10時～11時
▶会場：健康フィールド（屋内）
▶対象：保育園児親子８組
申込開始：12月12日(土) 午前9時から
【申込みフォーム】

問 健康ステーション　☎75−5546

ゆたん歩°

◇休 館 日 12月1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29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

時間短縮営業(午後3時閉館) 12月30日(水)、31日(木)

ゆたん歩°の日　イベントのご案内

12月21日(月) 午前9時30分～11時30分　【事前申込不要】
当日は体組成測定や健康相談、ミニ運動講座を開催します！入館者はどなたでも参加可能となっていますので、お気軽にお立ち寄りください。

歩行浴プールで足腰丈夫なカラダづくりを

ゆたん歩°の歩行浴プールは、年間通じて水温35～36℃に保たれており、とっても快適な空間です。関節痛でお悩みの方も、らくらく体を動かすことができます。運動不足解消に、ぜひ一度ご利用ください。



（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

広告

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!!

新規加入事業所・個人会員大募集　事業主及び従業員
お問合せ ☎24-3010　ウェルワーク諏訪湖　検索

●12月の湖岸清掃　日時：12月20日(日) 午前8時　集合・開始：南大門諏訪湖側駐車場　範囲：博物館～諏訪市境
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。

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！

【ホームページ】 【LINE】

下諏訪町空き家情報バンク

令和８年11月１日現在

現在の登録件数

売買 36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

8件（累計216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
☎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

メンテナンス休館のお知らせ

館内設備等のメンテナンスのため、下記の期間休館とさせていただきます。

2026年12月1日～
2027年1月31日まで(予定)

詳細については、決まり次第ホームページやSNS等でお知らせします。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

問 しもすわ今昔館おいでや ☎27-0001

子育て・交流テラス わっこ

今月の予定

3日(木)にこにこ講座「スクラップブッキング」
4日(金)絵本読み聞かせ
5日(土)コルクで作る小さなトナカイ
　下諏訪で星と宇宙の話をしよう
6日(日)バルーンで作る小さなXmasツリー
10日(木)ファーストブック
23日(水)クリスマス会



予定の詳細情報

4日(金)おはなしいっぱい
時間:午前10時30分～

5日(土)コルクで作る 小さなトナカイ
時間:午前10時30分～ 定員:10名【要予約】
材料費:500円

下諏訪で星と宇宙のお話をしよう
時間:午後5時～7時　※前半室内

6日(日)バルーンで作る小さなXmasツリー
時間:午前11時～
対象:園児～小学生と保護者【先着6組】
材料費:100円

問 子育て・交流テラス わっこ
☎/FAX 27-5244

いのち支える 一人で悩みを抱えずに、まずは相談を

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）

12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	お問い合わせ
なんでも相談室	土日祝日を除く毎日	午前9時～午後4時30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9時～午後4時30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	24日(木)	午後1時～午後5時	
＊登記相談	10日(木)	午後1時～午後4時	
行政相談	15日(火)	午後1時～午後3時	
特設人権相談	4日(金)	午前10時～午後3時	
＊税務相談	9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9時～午後4時30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

職場の仲間と!友人と! 楽しいボウリング大会をしよう!



イベントをするならやっぱりボウリング!

予約受付中!!

ボウリング予約はこちらから▼

年末年始のご案内
12月31日(木) 8:00～18:00
1月1日(金)12:00～21:00

ボウリング王国 スポルト岡谷店 TEL:0266-22-9990　年中無休
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

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。
※1月1日～3日は使用不可。
有効期限:2026年12月31日(木)
スポルト岡谷店

広告

急な病気やケガで 救急車を呼ぶか病院に行くか 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
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、年末年始 午前8時～翌朝8時

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

こども（概ね15歳未満）の場合は
受付時間 **＃8000へ**
平日午後7時～翌朝8時
土日祝日、年末年始 午前8時～翌朝8時

12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	
6日（日）	つるみね共立診療所（岡谷市）	22−6680	三輪歯科医院	27−3084	川岸薬局（岡谷市）	24−3103
13日（日）	林眼科医院（岡谷市）	28−6596	ももデンタルクリニック（岡谷市）	28−0333	御子柴薬局（岡谷市）	27−7056
20日（日）	しもすわ肛門胃腸内科クリニック	78−3242	山岡歯科医院（岡谷市）	22−2472	土田薬局	28−3232
27日（日）	花岡医院（岡谷市）	22−3525	山田歯科医院（岡谷市）	22−2131	調剤薬局マツモトキヨシ・岡谷天竜町店（岡谷市）	24−1801
29日（火）	――	――	小松歯科クリニック	28−0008	――	――
30日（水）	林内科・循環器科クリニック（岡谷市）	26−8100	早出歯科医院（岡谷市）	28−0024	ウエルシア薬局岡谷長地北店（岡谷市）	26−0117
31日（木）	牛山医院（岡谷市）	78−1192	土田歯科医院	28−3001	しなの調剤薬局天竜店（岡谷市）	75−5480
	諏訪共立病院	28−2012			ひまわり薬局	26−7226

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。

12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（おはなし編）	24日（木）	午前9時30分～午前11時30分	保健センター
＊産前・産後サポート事業	4日（金）	午前9時～正午	
離乳食スタート教室（2026年6月・7月・8月）	18日（金）	午前10時～午前11時30分	
すこやか相談（育児・栄養相談）	4日（金）・16日（水）	午前9時～午前11時	
＊心のほっと相談	17日（木）	午後1時30分～午後3時30分	

12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	
5日（土）	杉村設備㈱	27-0575	杉村設備㈱	27-0575
6日（日）	㈲諏訪冷熱	28-6462		
12日（土）	小林住設	28-3527	小林住設	28-3527
13日（日）	林組工業所	28-6383		
19日（土）	㈱オスガ設備	27-6622	㈱オスガ設備	27-6622
20日（日）	㈲藤森水道（藤のや）	27-7289		
26日（土）	㈱総建	28-8295	㈱総建	28-8295
27日（日）	スワンシステム㈲	26-8866		
28日（月）	㈱上條電設工業	23-5330		
29日（火）	㈱親水工業	27-8399	㈱親水工業	27-8399
30日（水）	水道建設㈱	28-8139		
31日（木）	杉村設備㈱	27-0575	杉村設備㈱	27-0575

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）

広告



— 島木赤彦生誕150年 —

赤彦が詠んだ故郷の歌



諏訪湖博物館・赤彦記念館の歌碑

歌碑は元々旧町立博物館前にあったものが、下諏訪町立諏訪湖博物館・赤彦記念館に移されているよ。

かきびと君

島木赤彦連載企画の7回目は「春を待つ」短歌です。

「信濃路はいつ春にならん夕づく日入りて
しまらく黄なる空のいろ」

【歌訳】
信濃の国に春が訪れるのはいつになるだろう、
夕日が沈んでもしばらくの間、空は黄色く色づいている

大正15年２月の作で、赤彦が最晩年に詠んだ歌の中でも代表的な一首です。

日没の早い冬の空から日が少しずつ伸び、春の訪れを予感させている空の色は、病によって自身の行く先を案じ、焦燥に駆られている赤彦にとって、待ち遠しくもありどこか希望を感じさせる風景だったのではないでしょうか。

歌碑は昭和60年3月27日の赤彦60回忌の際に、下諏訪托装会が建立したもので、歌碑の文字は妻の久保田不二子夫人が書いたものです。

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

2026年12月25日より

こどもたちを 性暴力からまもる 新しい制度が始まります

教育・保育 などを行う **事業者** の皆さまへ

こどもに対する性暴力は
断じて許されません。
「こども性暴力防止法」に基づき、
こどもへの性暴力を防ぐための
取り組みが事業者に求められます。

こども家庭庁

事業者に求められること

- ☑ 性暴力の未然防止のための、現場でのルール作り・従事者向け研修の実施
- ☑ 性暴力の早期発見のための、面談やアンケートの実施・相談窓口の設置
- ☑ こどもと接する業務に就く人の性犯罪歴の確認　など

これらの取り組みを行った結果、従事者に性犯罪歴がある場合など、こどもへの性暴力が行われる「おそれ」があると認められる場合は、その従事者をこどもと接する業務に就かせないなどの対応が必要になります。

制度の対象は？

あらゆる教育・保育などを行う事業者が対象です。

学校や認可保育所などは、公立・私立を問わず全ての施設や事業者が対象となります。
放課後児童クラブや学習塾などの事業者はこども家庭庁に申請し、認定を受けた場合に法律の対象となります。

こまもろう（法定）

義務対象
- 学校（幼小中高特支、高専、高等専修学校）
- 認可保育所、認定こども園
- 児童養護施設
- 障害児施設 など

こまもろう（認定）

認定対象
- 認可外保育施設
- 一時預かり、病児保育
- 放課後児童クラブ
- 学習塾、スポーツクラブ など

国の認定を受けるとどうなる？

認定を受けた事業者は

- ☑ 法で定められた性暴力防止のための取り組みが求められます。（義務対象事業者と同様の取り組み）
- ☑ 事業者の認定の有無を保護者などが確認できるようになります。（こども家庭庁のウェブサイト上で事業者名が公表されます）
- ☑ 「こまもろうマーク」を施設の看板や広告に使うことができます。（認定事業者マーク）

事業者 ▶ こども家庭庁が認定事業者を公表 / 看板や広告に認定マーク表示 ◀ こどもや保護者 国民の皆さまが認定事業者を認知

教育・保育 などを行う **事業者** の皆さまへ

こどもを性暴力からまもるためには、こどもと関わる全ての方の理解と協力が必要です。
こどもが安心して教育・保育を受けられる社会を実現するため、
法の遵守と積極的な認定の取得をお願いいたします。

認定の取得には申請が必要です。
手順など詳しくは、こども家庭庁ウェブサイトをご確認ください。
詳しくはこちら　こども家庭庁

出典：こども家庭庁

広告

