

シゼンとヒトがつながる、すわ。

広報すわ

NO.1123

5

2024 / 令和6年



SUWA



災害に備えて

市は、毎年関係機関と共に市内の危険箇所の防災パトロールを実施し、危険度の確認を行っています。また、諏訪南中学校に諏訪市内で9棟目となる防災倉庫を設置し、防災物品を整備するなど災害に備えています。そのほか、地域の力で防災・減災を進めるため、「地域防災力向上支援事業」を開始し、みんなで取り組む災害に強いまちづくりを推進しています。

特集 地域の力で防災、減災を進めましょう P2~3

お知らせ

- 第76回諏訪湖祭湖上花火大会有料席券市民先行販売 P4~5
- 市政功労・善行で市長表彰 P6
- 民生委員・児童委員/主任児童委員 P7
- ご利用ください!よりあい塾 P8
- 下水道に雨水を流していませんか/AIオンデマンド交通利用説明会 P9
- 5月は消費者月間です/特集展示「山崎豊三—やまざき とよみ—そぞろ 塑造の境界—」 P10
- 健康づくりプロジェクトからだ改善セミナー /令和6年度介護保険料 P11

地域の力で防災、減災を進めましょう

～「共助」をより一層推進するため、「地域防災力向上支援事業」が始まりました～

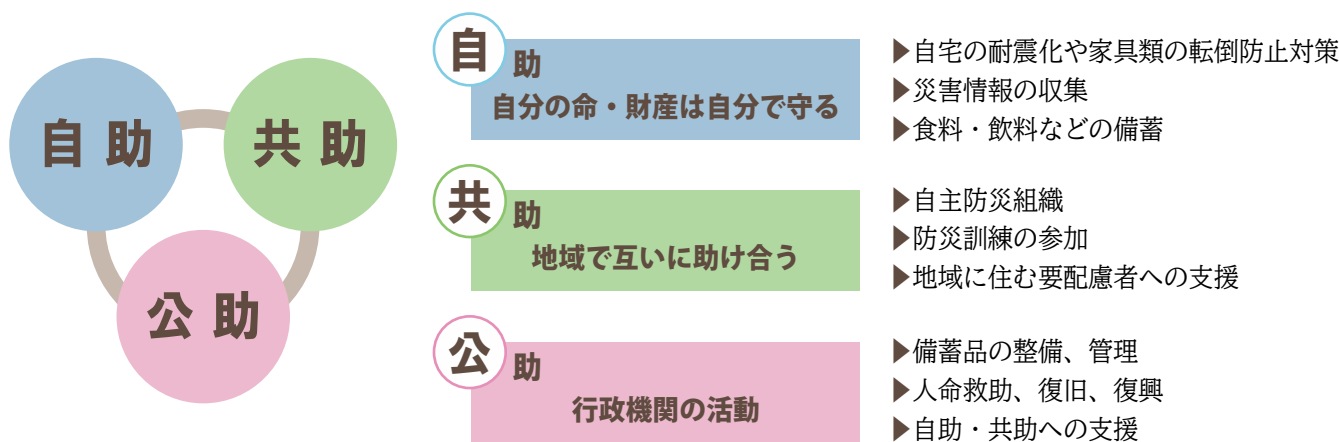
地震や洪水、台風などの自然災害による被害を最小限に抑えるためには、自分の命は自分で守る「自助」、地域で助け合う「共助」、行政が救助や支援をする「公助」の取り組みが必要です。

大規模災害時は、公助の機能に限界があるため、「自助・共助・公助」が連携することにより、住民と行政が一体となって地域防災力を高めることが重要となります。

令和5年度まで実施していた共助の推進を目的とした「自主防災組織防災資機材整備等事業」、防災士の資格取得推進のための「自主防災組織活動支援事業」は終了し、新事業は防災意識の向上、研修、防災訓練などのソフト事業を対象に加えました。「自助」の災害用備蓄品の用意については、裏表紙の「もしも」に備える諏訪市防災NEWSをご覧ください。



—く みんなで取り組む災害に強いまちづくり —



—く 防災資機材等整備補助および防災・啓発事業補助 —

■ 補助要件

住民の共助に基づく自発的な防災組織として市に届け出た団体のうち、市内で地域の防災活動を行う団体。 ※単独の区、複数の区・団体・企業などが構成する団体、市内全域を活動範囲とする団体が対象です。

■ 補助対象経費

① 防災資機材の購入費 防災および減災のための資機材の整備経費

| | 資機材の例 |
|-----------|---|
| 保管庫など | 備蓄用資機材収納庫、防災資機材保管用棚 ※設置工事費を含む |
| 情報伝達用具など | メガホン、携帯用無線機、ラジオ など |
| 救出、救護用具など | はしご、担架、ヘルメット、救助資機材、チェーンソー、エンジンカッター、バール、救命ロープ、救急薬品、救急用品、自動体外式除細動器(AED)および付随するパッド・バッテリー、雨がっぱ、安全長靴、強力ライト、誘導棒、避難誘導看板 など |
| 避難所用具など | 車いす、リヤカー、パーテーション、簡易ベッド、災害時用毛布、スポットクーラー、簡易トイレ、トイレ用消耗品、投光器、非常用発電機、蓄電池、携行缶、テント、コードリール、ビニールシート、標旗、腕章、防災ベスト・ビブス など |
| 給食、給水用具 | 保存食、保存水、粉・液体ミルク、炊飯器、防災用水槽、給水タンク、浄水器 など |
| その他 | 土のう袋・砂、消火器、消防ホース格納庫、軽量可搬消防ポンプ、防災遊具、水中ポンプ、その他市長が特に必要と認めたもの |

ご注意ください！ 防災、減災以外に主に使用できるものや手数料は、対象となりません。

● 公民館などの備品となるもの(机、いす、カーペットなど)、リース物品、携帯電話、スマートフォン、パソコン、手数料(廃棄物、送料、代金引換手数料など)は対象外です。

■補助対象経費

②放送施設の整備費 防災などのために設置する放送施設設置整備事業に要する経費

③除雪器具の購入費 小型除雪機、融雪機、雪かき など

④防災・啓発事業補助

- 防災訓練…組織単独、協定・覚書締結先の組織との共催
- 地域防災マップ作成、災害危険箇所調査…地域のリスクを調べ、知り、残す
- 防災学習、啓発活動、視察研修…経済的経路、入場料、運賃、資料費が対象
- 避難所運営委員会の設置…会議や運営に係る紙代、印刷代、事務用品が対象
- 避難所開設・運営マニュアルの整備
- 避難所開設・運営力向上に資する講座・研修等経費



■補助額

| | 補助割合(上限額) | |
|------------|------------------|--------------------|
| ①防災資機材の購入費 | 1回目…3分の2以内(30万円) | 2回目以降…2分の1以内(20万円) |
| ②放送施設の整備費 | 1回目…3分の2以内(20万円) | 2回目以降…2分の1以内(20万円) |
| ③除雪器具の購入費 | 2分の1以内(20万円) | |
| ④防災・啓発事業補助 | 2分の1以内(5万円) | |

※回数は、令和5年度まで実施していた「自主防災組織防災資機材整備等事業」での補助回数を含みます。補助回数は、各年度、各事業で1回ですが、一次避難所を開設して使用した資機材や食料補充は、市長が特に認める場合に限り2回目以降も補助対象となります。

※補助額は、補助対象額に補助割合を掛けて1千円未満を切り捨てた額です。

■申請方法

事業内容が分かる計画書、見積書などを添付の上、交付申請書を提出してください。申請に必要な書類は、市ホームページに掲載しています。また、危機管理室市民安全係(市役所3階)でも配布しています。



▲QRコード

— < 防災士資格取得補助 > —

■防災士とは？

防災士は、地域住民の自主的かつ地域防災力強化のために、地域防災の担い手、また、防災リーダーとして自主防災組織の防災アドバイザー的な立場として活動する認定特定非営利活動法人日本防災士機構が認証した人です。3月末時点で、全国で284,566人の防災士が累計で認証されています。

※出典…認定特定非営利活動法人日本防災士機構ホームページ(<https://bousaisi.jp/>)

■補助要件

令和5年4月1日以降に防災士の資格を取得して市内に住所があり、市税などを滞納していない人

※防災士資格の取得前の補助ではありませんので、ご注意ください。申請には、自主防災組織の長の推薦が必要です。また、防災リーダーとして継続して自主防災組織と協働するため、市が自主防災組織、自治会および消防団へ提供する名簿への登録に同意が必要です。他の助成制度の財政的支援を受ける場合は、補助対象になりません。

■補助対象経費

日本防災士機構が認定した研修実施教育機関による研修講座の受講料、受講に必要な教材費、防災士資格取得試験受験料、防災士教本代(退職者を含む、分団長以上の消防団員のみ対象)

■補助額

| | 補助割合(上限額) |
|-----------|----------------------|
| 防災士資格取得補助 | 10分の10以内(1人につき3万5千円) |

※補助額は、補助対象額に補助割合を掛けて1千円未満を切り捨てた額です。

■申請方法

防災士の証明書類、補助対象経費の領収書、防災士名簿への登録・提供の同意書を添付の上、交付申請書を提出してください。申請書は自主防災組織の長の推薦(書類への署名)が必要です。

第76回諏訪湖祭湖上花火大会

有料席券市民先行販売のお知らせ

8月15日(木)に開催する、「第76回諏訪湖祭湖上花火大会」の有料席券の販売方法をお知らせします。
市民先行販売は市民特別料金となっていますので、申込方法を確認の上、申し込んでください。

共通注意事項

- マス席、ブロックエリア、石彫公園・湖畔公園エリアごと、1個人、1企業につき1回の申し込みのみ受け付けます。各席ごと重複した申し込みがあった場合、無効となります。 ※マス席、ブロックエリアについては、はがき・インターネットの両方で申し込みがあった場合、全ての申し込みが無効となります。
- 市民先行販売は、諏訪市民以外の申し込みは無効となります。
- 抽選結果のお問い合わせについては、一切お答えできません。
- 全ての有料席について、3歳以上は入場券が必要です。
- インターネットを利用した購入の場合、チケット代金に加え、システム利用料などがかかります。
- 転売目的や、ネットオークションなどでの購入は禁止しています。
- 栈敷席内は禁煙です。
- 暴力団、暴力団員または暴力団関係者への入場券の販売および当日の入場はお断りします。

はがき・インターネットによる販売

はがき(記入例参照)かインターネット(チケットぴあ)で申し込みを受け付ける栈敷席です。申し込み締め切り後、抽選で当落を決定します。インターネットによる申し込みは、5ページ右下のQRコードから行ってください。

- 受付期間 5月1日(水)～24日(金) ※はがきの場合は、5月24日(金)必着。受付期間外に到着したはがきは、無効となります。インターネットの場合は、受付期間外の申し込みはできません。
- 結果通知 6月7日(金)に抽選し、当落を通知します。 ※はがきによる申し込みの場合、当選者だけに通知します。
- 券の発送 8月5日(月)以降、順次発送予定です。

マス席

- 金額 ○特別マス席…1マス(16人)：16万円
○一般マス席…1マス(16人)：14万円
○ハーフマス席…1マス(8人)：7万円
- 販売数 ○特別マス席…27マス
○一般マス席…43マス
○ハーフマス席…26マス
※申し込みの際は、いずれか1つを選んでください。

ブロックエリア(入場券)

- 金額 6,000円
- 販売数 1,200人分 ※1回の申し込みで、10人分まで申し込みができます。

はがき記入例

■申し込み先

〒392-8511

諏訪市役所 観光課内 諏訪湖祭実行委員会

「栈敷席係」宛

●注意事項

- はがきに装飾用のシールなどは貼らないでください。
- 字が消えるボールペンは、使用しないでください。
- 切手の料金不足の場合、実行委員会でははがきを受け取れません。
- 申し込みいただいた個人情報(住所、氏名、電話番号)は、有料席券販売にのみ使用し、他の目的には一切使用しません。

花火大会「〇〇席」希望

※席の種類(特別マス席・一般マス席・ハーフマス席、ブロックエリア)の記入がない場合は無効となります。

※ブロックエリアの場合は、希望人数も記入してください。

〒392-〇〇〇〇

住所 諏訪市〇〇町〇〇-〇〇

フリガナ 〇〇〇〇
氏名 〇〇〇〇

電話番号(必ず連絡の取れる番号)

〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇

インターネットのみによる販売

インターネット(チケットぴあ)からの申し込みのみを受け付ける枠数席です。申し込み締め切り後、抽選で当落を決定します。申し込みは、ページ右下のQRコードから行ってください。 ※はがきによる受け付けは行いません。

- 受付期間 5月1日(水)～24日(金) ※受付期間外の申し込みはできません。
- 結果通知 6月7日(金)に抽選し、当落を通知します。
- 券の発送 8月5日(月)以降、順次発送予定です。

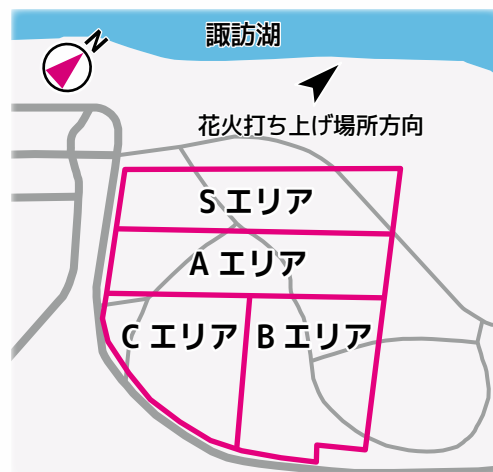
石彫公園エリア(入場券)

- 金額 ○Sエリア…7,000円 ○Aエリア…6,000円
○Bエリア…5,000円 ○Cエリア…3,500円
- 販売数 ○Sエリア…約800人分 ○Aエリア…約800人分
○Bエリア…約900人分 ○Cエリア…約500人分
※1回の申し込みで、S・A・B・Cエリアのそれぞれ10人分まで申し込みができます。ただし、当選は1席種のみ、最大10人分です。
- その他 以前行っていた、文化センターでの販売は行いません。

湖畔公園エリア(入場券)

- 金額 5,000円
- 販売数 約1,950人分
※1回の申し込みで、10人分まで申し込みができます。

石彫公園エリア分け イメージ図



有料席券一般販売

マス席、ブロックエリア、石彫公園・湖畔公園エリアの一般販売を、インターネット(チケットぴあ)で行います。市民のみなさんを含め、全ての人を対象とした抽選販売です。 ※枠数席の料金が変わります。

- 受付期間 6月24日(月)～7月7日(日)

個人協賛制度

- メッセージ花火(国内在住者対象)
- 個人協賛イス席(国内在住者対象)
- 諏訪エリア協賛花火(諏訪地域6市町村在住者対象)

花火大会への個人の協賛制度です。協賛者には協賛金基準により、枠数席券を差し上げます。

- 受付期間 5月1日(水)～6月28日(金) 平日午前8時30分～午後5時15分
- 申し込み 観光課窓口(市役所4階)か、現金書留で申し込んでください。

花火大会駐車場は、 有料事前予約制です

空き
駐車場も
募集!

昨年の花火大会から大会当日の混雑を避けるため、以下の駐車場が有料事前予約制駐車場になっています。また、会場周辺の個人・法人から空き駐車場を募集します。

- 有料事前予約制駐車場 ○上諏訪中学校校庭 ○上諏訪小学校校庭 ○城南小学校校庭・市役所 ○諏訪中学校校庭 ○豊田小学校校庭 ○県合同庁舎 ○ヨットハーバーの一部 ○諏訪湖スタジアム ○クリーンレイク諏訪 ○すわっこランド ○第一精密工業団地

- 申し込み 駐車場の予約・募集は、駐車場や空きスペースの貸し出しを行う「akippa(アキッパ)」が行います。詳しくは、akippa ホームページをご覧ください。
(問)akippa ☎0120-543-132



インターネット販売の申し込みはこちら

マス席、ブロックエリア、石彫公園・湖畔公園エリアのインターネットによる市民先行販売の申し込みは、特設サイト(チケットぴあ)で受け付けます。右のQRコードを読み取り特設サイトにアクセスし、必要事項を入力の上、申し込んでください。



諏訪湖祭湖上花火大会の最新情報やその他の席の販売情報は、諏訪湖の花火ホームページをご覧ください。



市政功勞・善行で市長表彰

市の表彰規則に基づき、市政の発展、振興などに功績のあったみなさんが、4月1日に表彰されました。多大な貢献に対して感謝申し上げます(順不同)。

(問) 総務課庶務法規係(内線331)



市政有功表彰

井上登さん

平成23年から3期12年の長きにわたり、市議会議員として市政発展に貢献されました。この間、総務産業副委員長、社会文教副委員長、議会運営副委員長の要職を務められました。

伊藤浩平さん

平成23年から3期12年の長きにわたり、市議会議員として市政発展に貢献されました。この間、議長、副議長、総務産業委員長、社会文教副委員長の要職を務められました。

横山真さん

平成19年から延べ3期12年の長きにわたり、市議会議員として市政発展に貢献されました。この間、副議長、議会運営委員長、総務産業副委員長の要職を務められました。

保健衛生功勞

柏原英尚さん

平成12年のこなみ歯科医院の開設以来、23年の長きにわたり、地域住民の歯科保健の向上に尽力され、平成14年からは学校医として児童、生徒の健康増進に貢献されました。

建設事業功勞

渡邊芳紀さん

平成25年から10年の長きにわたり、市国道20号諏訪バイパス建設促進期成同盟会の会長を務められ、国道20号諏訪バイパス建設の事業化に大きく貢献されました。

防災功勞

社会福祉功勞

社会教育功勞

小池玲子さん

社会教育委員をはじめとして、民生委員推薦会、防災会議、国民保護協議会など多数の委員会、審議会などの委員を長きにわたり務められ、市政の発展に貢献されました(令和5年9月ご逝去)。

防犯功勞

森口三千子さん

昭和49年に市少年補導委員に就任以来、市少年友の会、諏訪防犯協会連合会女性部諏訪支部などの委員、役員を歴任され、30年以上の長きにわたり地域の安全の確保に貢献されました。

善行表彰

株式会社SUNホールディングス

奨学基金に600万円、産業振興事業基金に500万円を寄附され、教育行政と商工行政の向上に寄与されました。



民生委員・児童委員 / 主任児童委員



Q 「民生委員・児童委員」ってどんな人？

A 民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱され、地域住民の立場に立って、生活や福祉全般に関する相談に応じ、見守りや援助活動をします。支援を必要とする地域のみなさんと、行政や専門機関をつなぐパイプ役です。諏訪市には、民生委員・児童委員が120人(主任児童委員16人を含む)があり、現在の委員の任期は令和4年12月1日～令和7年11月30日の3年間です。



Q 「主任児童委員」ってどんな人？

A 主任児童委員は、子育てや不登校、いじめなど、児童福祉の相談や支援活動を専門的に担当する民生委員・児童委員です。担当地域を持つ民生委員・児童委員と連携しながら、地域住民の子育て支援や放課後児童クラブなどの児童健全育成活動に取り組んでいます。



Q どんな活動をしているの？

A 民生委員・児童委員は、地域住民の生活実態と福祉ニーズを把握し、支援を必要とする人が福祉サービスを適切に利用できるように必要な情報提供を行って、相談や助言などをします。それぞれ担当地域を持ち、地域住民の良き相談相手となり、必要な支援が受けられるよう関係機関に橋渡しをする「つなぎ役」になります。



♥ 一人で悩まずにお気軽にご相談ください

民生委員・児童委員(主任児童委員を含む)は、活動上知り得た情報について守秘義務が課せられており、相談した人の秘密は固く守られます。悩んでいること、心配なこと、福祉関係で知りたいことがありましたら、近くの民生委員・児童委員や主任児童委員へ、お気軽にご相談ください。



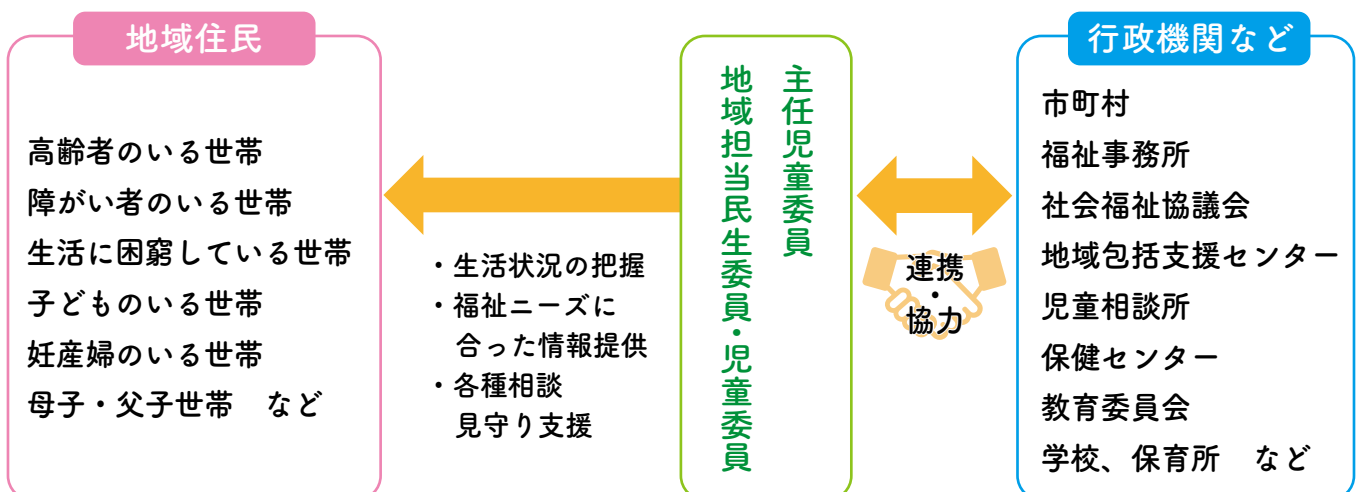
👉 民生児童委員協議会の取り組み

市の民生委員・児童委員全員が所属する「諏訪市民生児童委員協議会」は、行政・関係機関・団体と協働して、地域福祉の推進に取り組んでいます。民生委員・児童委員一人一人の活動が充実したものとなるよう支援し、民生委員・児童委員の資質向上に努めています。また、市内8地区にそれぞれ地区協議会が置かれており、地域内の情報を共有し、住民のみなさんと共に「誰もが住みやすい地域づくり」に取り組んでいます。



▲民生児童委員研修会の様子

民生委員・児童委員、主任児童委員の活動



市の職員がみなさんのもとへ出掛けます

ご利用ください！よりあい塾

申・問 秘書広報課広報戦略係(内線325)、FAX 57-0660

市は、職員がみなさんのところへ出掛けて、行政の取り組みなどを説明する出前講座「よりあい塾」を開催しています。

- 対象 市内在住者、在勤者、在学者でつくるおおむね10人以上の団体
 - 団体の例 ○地区の自治会 ○会社 ○学校 ○ボランティアグループ など
- 時間・会場 原則、市役所の休日以外の午前10時から午後9時の間で、約90分間。会場は、申し込んだ団体で用意してください。
- 費用 職員は無料で派遣します。ただし、内容によっては、教材費などの実費が必要となる場合があります。
- 申し込み メニューから希望する講座を選んで、開催予定日の3週間前までに、秘書広報課(市役所3階)にある申込書に必要事項を記入して申し込んでください。申込書は、市ホームページからも取得できます。電話またはファックスでも申し込むことができます。メニュー以外の講座を希望する場合は、ご相談ください。
- お願い よりあい塾は、学習活動のための講座です。質問や意見交換は結構ですが、苦情や陳情、批判などはご遠慮ください。

講座メニューなど、詳しくは市ホームページをご覧ください。



令和6年度 講座メニュー

| 分野 | No. | 講座名 | 担当課 | 分野 | No. | 講座名 | 担当課 | |
|--------|---------------------|-------------------------------|-------------------------------|---------|-------------------------------------|-------------------------|---------------------|--------------|
| 行政 | 1 | 広げよう姉妹友好都市交流の輪 | 総務課 | 福祉 | 27 | 災害時に地域で要援護者を支援するために | 社会福祉課 | |
| | 2 | 諏訪市役所職員の仕事について 新 | 総務課 | | 28 | 在宅での介護を支える制度と仕組み | 高齢者福祉課 | |
| | 3 | 統計からみる諏訪市 | 企画政策課 | | 29 | 高齢者の健康づくりと介護予防 | 高齢者福祉課 | |
| | まちづくり・防災 | 4 | わかりやすい市税の話 | 税務課 | 生活 | 30 | 学ぼう消費生活～子どもから高齢者まで～ | 市民課 |
| | | 5 | 諏訪湖イベントひろば(旧東バル跡地)の整備に向けて | 企画政策課 | | 31 | ごみ減量化・資源化と環境保全 | 環境課 |
| | | 6 | 市の主要な事業・取組を知ろう | 企画政策課 | | 32 | みんなで取り組む脱炭素ライフスタイル | ゼロカーボンシティ推進室 |
| | | 7 | 魅力の架け橋 高原湖畔都市(第六次諏訪市総合計画)について | 企画政策課 | 経済 | 33 | 中小企業のための各種支援制度 | 商工課 |
| | | 8 | 地方財政夜話(よばなし) | 財政課 | | 34 | 産業連携の可能性 | 商工課 |
| 9 | | 認可地縁団体とは | 地域戦略・男女共同参画課 | 35 | 諏訪市観光グランドデザインの実現に向けて | 観光課 | | |
| 10 | | 今後の公共交通について | 地域戦略・男女共同参画課 | 36 | 「諏訪湖の花火」の由来と移り変わりについて確かめよう(小・中学生向け) | 観光課 | | |
| 11 | | AIオンデマンド交通とは 新 | 地域戦略・男女共同参画課 | 道路・都市計画 | 37 | 諏訪市の道路、水路 | 建設課 | |
| 12 | | 男女共同参画計画について | 地域戦略・男女共同参画課 | | 38 | 地域で作る景観形成と街並みづくり | 都市計画課 | |
| 13 | | 自主防災組織の役割とマニュアル作成 新 | 危機管理室 | | 39 | あなたの住宅は地震に対して安全ですか? | 都市計画課 | |
| 14 | わが家のマイタイムライン作成・防災対策 | 危機管理室 | 40 | | 地元・地域とつくる公園緑地 | 都市計画課 | | |
| 15 | 諏訪市に影響のある地震と対策 | 危機管理室 | 41 | | 空き家について考えましょう | 都市計画課 | | |
| 16 | ハザードマップを活用して災害に備えよう | 危機管理室 | 42 | | 動き出した国道20号諏訪バイパス | 国道バイパス推進室 | | |
| 健康・子育て | 17 | 避難所運営ゲーム(HUG) | 危機管理室 | 水道・温泉 | 43 | おいくらですか? 意外と知らない水道料金計算法 | 営業課 | |
| | 18 | 上諏訪駅周辺における公民連携のまちづくり 新 | 都市計画課 | | 44 | 安全な水が家庭に届くまで | 施設課 | |
| | 19 | からだが変わる、簡単ヘルシーな食事 | 健康推進課 | | 45 | 温泉が家庭に届くまで | 施設課 | |
| | 20 | 健診結果と生活習慣病 | 健康推進課 | 46 | 下水道はやさしく使いましょう | 施設課 | | |
| | 21 | こころの健康 | 健康推進課 | 生涯学習 | 47 | 未来に伝えよう諏訪市の文化財 | 生涯学習課 | |
| | 22 | フレイル予防 | 健康推進課 | | 48 | 絵本を楽しもう! | 生涯学習課 | |
| | 23 | 児童の福祉について | こども課 | | 49 | おじゃまします! 出張博物館 | 生涯学習課 | |
| 24 | 子どもとの関わり方について | こども課 | 50 | | アートを身近に! 市美術館が出張します | 生涯学習課 | | |
| 福祉 | 25 | 子どもの「食」を考える | こども課 | その他 | 51 | 議会と市民のよりよい関係を作る「議会基本条例」 | 議会事務局 | |
| | 26 | 障がい児・障がい者のための福祉サービス | 社会福祉課 | | 52 | なるほど・ザ・選挙 | 選挙管理委員会 | |



下水道に雨水を流していませんか？

(問) 水道局施設課下水道係(内線 767、768)

大雨のときに、マンホールから汚水があふれたり、家庭で下水道が使いえなくなったりするといった問題が発生し、困っている人がいます。原因の1つとして、雨水が下水道に流れ込んでいること(誤接続)が考えられます。

雨水が下水道に流れ込まないように施工されているはずですが、今一度、お住まいの家の雨どいが下水道につながっていないか確認をお願いします。詳しくは、お問い合わせください。

■ 下水道は正しく使しましょう



諏訪市^{エーアイ}AIオンデマンド交通の利用説明会

(問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線 289)

10月1日(火)から開始する諏訪市AIオンデマンド交通のテスト運行に先立ち、利用方法が分かる説明会を開催します。

| 日程 | 時間 | 会場 |
|----------|----------|-------------|
| 5月8日(水) | 午前10時~正午 | 市役所大会議室(5階) |
| 5月8日(水) | 午後2時~4時 | 市役所大会議室(5階) |
| 5月15日(水) | 午前10時~正午 | 豊田公民館 |
| 5月15日(水) | 午後2時~4時 | 湖南公民館 |
| 5月22日(水) | 午後2時~4時 | 中洲公民館 |
| 5月23日(木) | 午後2時~4時 | 四賀公民館 |



イメージ図

参加料は**無料**で、申し込みは**不要**です。**直接会場**にお越しください。

希望者は当日、AIオンデマンド交通利用のための**事前会員登録**をすることができます。

なお、事前会員登録を希望する人のうち、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人は、持参してください。AIオンデマンド交通利用時に割引が適用されます。

※今後、上記の日程の他にも各地域で説明会の開催を予定しています。出前講座として、みなさんの身近な場所にお伺いすることもできますので、お気軽にお問い合わせください。



5月は消費者月間です

(問) 市民課市民窓口係(内線116)

【令和6年度消費者月間統一テーマ】

デジタル時代に求められる消費者力とは

社会のデジタル化の進展により、私たち消費者の利便性が増す一方で、通信販売やSNSをきっかけとしたもうけ話など、子どもから高齢者まで幅広い世代でトラブルが増加しています。デジタル時代の消費生活を楽しむために、必要な知識を身に付けましょう。



市役所ロビー展を開催します

令和5年度第42回諏訪市消費生活展企画「デコってオリジナルエコバッグを作ろう」の作品の写真展を開催します。また、通信販売、美容エステ、引っ越しなど、トラブルが多い事例をクイズを交えた展示で紹介します。クイズに参加した人には、先着順で景品をお渡しします。※景品は数に限りがあります。

- 期間 5月8日(水)～17日(金) ※平日のみ
- 時間 午前8時30分～午後5時15分
- 会場 市役所1階ロビー

消費者月間とは？

「消費者保護基本法(消費者基本法の前身)」が昭和43年5月に施行されたことから、その施行20周年を機に、昭和63年から毎年5月を「消費者月間」としています。



特集展示「山崎豊三 — 塑造の界限 —」

(問) 市美術館 ☎52-1217

市美術館は、私たちの身近な所で精力的に制作活動を行っている作家の現在を紹介するという目的のもと、平成25年度から特集展示を開催しています。令和6年度は、安曇野市在住の彫刻家・山崎豊三さん(1955 -)を紹介します。

彫刻家・山崎豊三

山崎豊三さんは1955年、長野県南安曇郡豊科町(現安曇野市豊科)に生まれました。東京造形大学美術学部彫刻専攻卒業後、山岸鋳金工房でブロンズ鑄造に従事しました。現在は、安曇野市で農業と並行して制作を行っています。塑造(粘土などの素材をこねて形を作り出すこと)を中心に制作している山崎さんは、「塑造とは何か」という疑問を自身の制作の原点とし、活動を行っています。そこに至るまでどのような道を歩んできたのか、その変遷を作品と共に紹介します。



▲山崎豊三 作品「茸 no20」(右)・「茸 no21」(左)
※撮影：MGMフォートサービス

- 開催期間 5月18日(土)～7月7日(日)
- 休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)
- 開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
- 会場 市美術館
- 入館料 一般310円、小・中学生150円(諏訪地域在住・在学の小・中学生は無料)、障がい者150円(介助者1人まで同額)
- その他 収蔵作品展「彫刻と複製」を同時開催します。市美術館に収蔵している荻原碌山『小児の首』を起点として、彫刻作品を紹介します。

イベント情報

■ 展覧会イベント

「山崎豊三によるアーティストトーク」

- 日時 5月25日(土) 午後1時～2時
- 会場 市美術館
- 講師 山崎豊三氏

■ 学芸員によるギャラリートーク

- 日時 6月15日(土) 午後2時～2時30分
- 会場 市美術館



健康づくりプロジェクト からだ改善セミナー

(申)・(問) 保健センター(内線592)



市は、松本大学と提携して活動量計を活用した健康づくりを5か月間サポートします。活動量計付きで無料で参加でき、体の変化を実感できます。お気軽にご参加ください。男性の参加も大歓迎です。

●日程、内容 下表のとおり

| | 日程 | 内容 |
|---|-----------|-----------------------------------|
| ① | 6月7日(金) | 体力測定、計測「若いと思っていたのに、実際は…」 |
| ② | 6月24日(月) | 「やれば変わる! 効果的な運動実践」体力測定結果説明、運動処方 |
| ③ | 7月19日(金) | 「効果的な運動実践について」 |
| ④ | 8月29日(木) | 「超簡単筋力トレーニングで毎日を元気に!」 |
| ⑤ | 9月25日(水) | 「知ってよかった! 健診結果と食事の話」 |
| ⑥ | 11月1日(金) | 体力測定、計測「からだ改善測定」 |
| ⑦ | 11月22日(金) | 閉講講座「ピン☆ピンきらり運動を継続していこう」、体力測定結果説明 |



▲根本賢一氏
(松本大学教授)

●時間 午前9時30分～11時30分

●会場 市体育館ほか

●対象 ○市内在住で運動を制限されていないおおむね40歳～74歳の人 ○令和5年度特定保健指導対象の人 ※それぞれ未受講の人に限りです。

●定員 30人(先着順)

●講師 根本賢一氏(松本大学教授)、松本大学学生

●持ち物 運動ができる服装、タオル、上履き、飲み物、スマートフォン、ヨガマット

●申し込み 5月7日(火)～24日(金)に、ながの電子申請か電話で申し込みを。

●その他 ○教室中のけがは、市加入保険による補償があります。 ○未就学児の託児はありません。



▲電子申請



令和6年度の介護保険料が決まりました

(問) 高齢者福祉課介護保険係(内線293)

65歳以上の人の介護保険料は、介護保険サービスや介護予防にかかる費用などから算出した基準額を基に、所得などに応じて段階別に設定されます。諏訪広域連合が保険者になって共同で運営しているため、諏訪地域6市町村は同じ基準額です。諏訪地域の介護保険給付にかかる費用の増加に伴い、3年ごとに見直される保険料基準額が変わりました。

【令和6年度介護保険料】○第1～3段階(住民税非課税世帯)の保険料率は、公費により軽減されています。

| 住民税 | | 前年の合計所得金額など | 段階 | 保険料率 | 年間の保険料 | |
|------------|------------|-----------------------|--------------------|----------|-----------|---------|
| 本人 | 世帯 | | | | | |
| 非課税 (●) | 非課税 (●) | 老齢福祉年金受給者または生活保護受給者 | | 1 | 基準額×0.285 | 18,981円 |
| | | 前年の合計所得金額(※) | ●● 80万円以下 | | | |
| | | － | ●● 80万円を超え、120万円以下 | 2 | 基準額×0.485 | 32,301円 |
| | | 雑所得(公的年金分)金額 | ●● 120万円を超える | 3 | 基準額×0.65 | 43,290円 |
| | | ＋ | ●● 80万円以下 | 4 | 基準額×0.90 | 59,940円 |
| | 課税年金収入額 | ●● 80万円を超える | 5 | 基準額 | 66,600円 | |
| 課税 (●) | 課税 (●) | ●● 80万円未満 | 6 | 基準額×1.05 | 69,930円 | |
| | | ●● 80万円以上125万円未満 | 7 | 基準額×1.10 | 73,260円 | |
| | | ●● 125万円以上200万円未満 | 8 | 基準額×1.35 | 89,910円 | |
| | | ●● 200万円以上300万円未満 | 9 | 基準額×1.60 | 106,560円 | |
| | | ●● 300万円以上400万円未満 | 10 | 基準額×1.70 | 113,220円 | |
| | | ●● 400万円以上600万円未満 | 11 | 基準額×1.90 | 126,540円 | |
| | | ●● 600万円以上1,000万円未満 | 12 | 基準額×2.05 | 136,530円 | |
| | | ●● 1,000万円以上1,500万円未満 | 13 | 基準額×2.20 | 146,520円 | |
| | | ●● 1,500万円以上 | 14 | 基準額×2.35 | 156,510円 | |

※合計所得金額…収入金額から必要経費に相当する額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。

お知らせ

子育て世帯を支援します 子育て加算給付金を支給します

物価高騰による家計への負担増を踏まえ、対象世帯に給付金を支給します。

- 対象 次の①か②に該当する世帯主 ①令和5年度住民税が非課税の世帯(令和5年度諏訪市電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金で、追加支給分の7万円を受給した世帯)のうち、生計同一関係にある18歳以下の子どもがいる世帯の世帯主 ②令和5年度住民税が均等割のみ課税されている世帯(令和6年度諏訪市物価高騰対応重点支援給付金で10万円を受給した世帯)のうち、生計同一関係にある18歳以下の子どもがいる世帯の世帯主
 - 手続き 5月中に送付する支給のお知らせが届いた世帯には、順次給付金を支給します。確認書が届いた世帯は、必要事項を記入の上、返信用封筒で期限までに送付してください。
 - 支給額 児童1人当たり5万円
 - 申請期限 8月31日(土)
- (申)・(問) 社会福祉課社会係(内線550、551)



講座

好きな講座を受講してください 生きがい講座を開催します

令和3年度から開催してきた、高齢者向け講座の「生きがい学級」が変わります。これまでは会場ごと全6回の連続講座でしたが、令和6年度は、どの講座でも、どの会場でも、1講座単位から選ぶことができます。

- 日程、内容 軽運動、歌、健康講話、地域・自然散策、スマホ教室など、5月～9月に開催する講座について募集します。詳しくは、各公民館に置いてあるチラシまたは市ホームページをご覧ください。
 - 会場 市公民館、豊田公民館、四賀公民館、中洲公民館、湖南公民館
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者 ※一部年齢制限を設ける講座もあります。
 - 申し込み 5月1日(水)～17日(金)に、各公民館の窓口か電話または市ホームページ内のながの電子申請で申し込んでください。
- (申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



▲QRコード

お知らせ

軽自動車や原付バイクなどをお持ちのみなさんへ 令和6年度軽自動車税(種別割)のお知らせ

(問) 税務課市民税係(内線143)

■原付・小型特殊自動車・二輪車の税率

| 車両区分 | | 税率(年額) |
|---------|-------------------------|--------|
| 原動機付自転車 | 排気量50cc以下(ミニカーを除く) | 2,000円 |
| | 排気量50cc超、90cc以下 | 2,000円 |
| | 排気量90cc超、125cc以下 | 2,400円 |
| | ミニカー(排気量50cc以下) | 3,700円 |
| 小型特殊自動車 | 農耕用小型特殊自動車 | 2,400円 |
| | その他小型特殊自動車 | 5,900円 |
| 二輪車 | 軽二輪車(排気量125cc超、250cc以下) | 3,600円 |
| | 二輪の小型自動車(排気量250cc超) | 6,000円 |

■軽自動車税(種別割)の納期限は5月31日(金)です

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在に軽自動車・原動機付自転車、小型特殊自動車、二輪の小型自動車を所有する人に納めていただく市の税金です。

納税通知書は5月上旬に発送します。金融機関、郵便局、コンビニ、市金庫での納付のほか、スマホなどのアプリ(「PayPay」、[LINE Pay]、[d払い]、[au PAY])や地方税統一QRコードを利用した納付ができます。納付方法については詳しくは、市ホームページをご覧ください。※スマホなどのアプリや地方税統一QRコードを利用した場合、領収書が発行されません。領収書や納税証明書(継続検査用)が必要な場合は、金融機関、郵便局、コンビニ、市金庫(市役所1階)でお支払いください。

■三輪以上の軽自動車の税率

初度検査年月によって異なる税率が適用されます。

| 軽自動車の車両区分 | 旧税率(年額) | 標準税率(年額) | 重課税率(年額) | | |
|-----------|-----------------|-----------------|-----------|---------|---------|
| | 初度検査年月がH27年3月以前 | 初度検査年月がH27年4月以降 | 初度検査後13年超 | | |
| 三輪 | 3,100円 | 3,900円 | 4,600円 | | |
| 四輪以上 | 乗用 | 自家用 | 7,200円 | 10,800円 | 12,900円 |
| | | 営業用 | 5,500円 | 6,900円 | 8,200円 |
| | 貨物 | 自家用 | 4,000円 | 5,000円 | 6,000円 |
| | | 営業用 | 3,000円 | 3,800円 | 4,500円 |

※初度検査から13年が経過した車両は、重課税率が適用されます。令和6年度の重課税率対象は、初度検査年月が平成23年3月以前の車両です(燃料の種類が電気、天然ガス、メタノール、混合メタノール、ガソリン電力併用の軽自動車と被けん引車は除く)。

■三輪以上の軽自動車のグリーン化特例(軽課)

令和5年度に取得した一定の環境性能を有する三輪以上の軽自動車は、軽自動車税(種別割)が軽減されます。グリーン化特例の適用は1年限りです。

- 対象 初度検査年月が令和5年4月～令和6年3月の三輪以上の軽自動車のうち、一定の環境性能を有するもの
- 内容 令和6年度分の軽自動車税(種別割)が、おおむね25%～75%の範囲で軽減されます。

募集

セントルイス市姉妹都市提携 50 周年記念 セントルイス市への 訪問団参加者を募集します

今年9月、諏訪市と米国セントルイス市は姉妹都市提携50周年を迎えます(昭和49年9月23日締結)。セントルイス市への記念訪問団の参加者を募集します。

- 訪問期間 10月26日(土)～11月1日(金)
- 対象、定員 どなたでも結構です。約10人(定員になり次第、申し込みを締め切ります)
- 内容 セントルイス市長表敬訪問、姉妹都市提携50周年記念式典への出席、現地の高校への訪問 など
- 参加料 63万円(予定) ※宿泊費別
- 申し込み 5月8日(水)～31日(金)に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) 諏訪国際交流協会事務局(総務課内) (内線331)

お知らせ

新成人に本を贈ります 新成人ブックプレゼント 「種まくブック」

「種まくブック」は新成人のお祝いに本を贈る事業です。本を読むことで、自分という畑に知識や知恵の種をまき、未来を開く力にしてほしいという願いを込めています。贈るのは、諏訪に縁のある岩波書店発行の岩波新書・ジュニア新書です。希望の本を1冊お選びください。

- 対象 平成18年4月2日～平成19年4月1日に生まれた市内在住者と諏訪市出身者
- 申し込み 市内在住の対象者に、案内を5月に送付します。案内や市ホームページなどを参考に好きな1冊を選び、5月1日(水)～10月31日(木)に、ながの電子申請で申し込んでください。
- その他 プレゼント本は、6月以降随時発送予定です。

(申)・(問) 市図書館 ☎52-0429



▲電子申請

お知らせ

安心して暮らすことができる社会をめざして 4月1日施行 諏訪市犯罪被害者等支援条例

誰もががある日突然、犯罪などに巻き込まれる恐れがあります。犯罪被害者やその家族、遺族の多くは、犯罪による直接的な被害、事件後の精神的ショック、経済的な損失のほか、周囲の心ないうわさ、SNSにおける誹謗中傷などの二次被害に苦しむことがあります。

被害から早期に回復し、生活を再建できるように「諏訪市犯罪被害者等支援条例」を制定しました。被害者などに寄り添った支援を行い、誰もが安心して暮らすことができる地域社会の実現をめざします。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲QRコード

■みなさんのご理解とご協力をお願いします

犯罪被害に遭った人の置かれている状況や気持ちをくみ取り、被害者やその家族が1日も早く日常生活を取り戻せるよう、うわさや中傷などの二次被害を生じさせない配慮をお願いします。



■主な支援内容

- 犯罪被害者等支援金の支給
- 遺族支援金または重傷病支援金の支給
- 日常生活支援助成金の交付
日常生活に必要な民間または公共サービスを使用した際の費用の一部を助成します。支援メニューは、家事・育児・介護支援、配食支援、一時保育支援、転居支援、報道対応支援、弁護士相談支援です。

(問) 社会福祉課社会係(内線231)

3月定例会市議会の報告

会期：2月20日(火)
～3月14日(木)

議決された条例や予算などから主なものを紹介します。審議の結果などは今号に挟み込みの議会だよりをご覧ください。

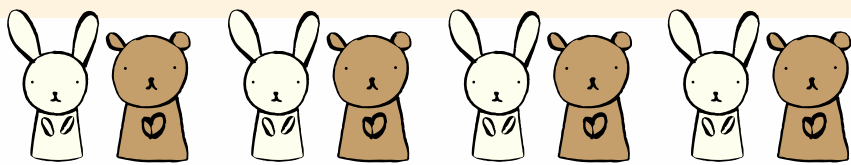
■令和6年度当初予算…一般会計予算額216億6,000万円ほか8会計(詳しくは、広報すわ3月号をご覧ください)

■令和5年度一般会計補正予算…5億2,111万8千円を補正し、累計額は236億160万7千円となりました。

●総務費…1億9,784万6千円 ●民生費…4,932万8千円 ●衛生費…41万3千円 ●労働費…3,000万円 ●農林水産業費…1,866万9千円 ●土木費…1億100万円 ●教育費…120万円 ●諸支出金…1億6,000万円

■議決された主な条例

- 諏訪市犯罪被害者等支援条例…犯罪被害者等基本法に基づき、犯罪の被害に遭った人などが早期かつ円滑に、安心して生活できるように、犯罪被害者等の支援に関し必要な事項を定めるための条例です。
- 諏訪市工場立地法準則条例…一定規模の工場の敷地面積に対する生産施設や緑地面積の割合について、企業誘致や工場の集約を図ることを目的として、国の基準に代えて、諏訪市の実情に応じた割合に緩和するための条例です。
- 諏訪市奨学金条例の一部改正…高等学校の奨学生に対する奨学金の支給額を引き上げる改正です。



子どもと楽しく、一緒に育つ！

子育てナビ

子どもも大人も役立つ情報！

あゆステ通信

(問) すわ☆あゆみステーション(内線444)

すわ☆あゆみステーション発達支援学習会

子どものネット依存・ゲーム依存の理解と対応

～子どものSOSを見逃さない！早期発見・早期対応のためのヒント～

近年、インターネットやゲームへの依存が社会問題となっています。子どもたちは、インターネットやゲームの刺激的な世界に夢中になり、気付かないうちに依存状態に陥ってしまうことがあります。

学習会では、インターネットを使用しているときの脳の状態など、依存のメカニズムについて解説し、早期発見・早期対応のためのヒントを紹介します。

- 日時 6月21日(金) 午前10時～正午
- 会場 市役所大会議室(5階)
- 対象 子どもの保護者、支援者、学校関係者など
- 定員 60人
- 講師 青田 実果先生(すわ☆あゆみステーション心理担当支援員)

申し込み

5月1日(水)～6月17日(月)に、ながの電子申請か電話(☎75-1176)またはすわ☆あゆみステーション窓口(市役所4階)で申し込んでください。



<電子申請>

児童センター イベント

【申し込み・イベント参加に関する注意事項】

申し込みやイベントに参加する際、登録カードが必要です。登録カードがない人は、窓口で利用登録(再発行手続き)をしてから申し込み・参加をしてください。※カードがない場合、電話での申し込みはできません。(申)・(問) 児童センター☎54-7714(9:00～19:00)

チャレンジ工作

- 日程 5月26日(日)
- 時間 午後2時～3時
- 対象 18歳までの子どもとその保護者
- 定員 20人
- 内容 「マジックスクリーン」という仕掛けおもちゃ
- 申し込み 事前に、申し込んでください。



もぐもぐごっくん(離乳食教室)

- 日程 ①5月15日(水)…相談日 ②6月5日(水)…調理の実演
- 時間 ①午前10時30分～正午 ②午前10時～正午
- 対象 乳幼児とその保護者
- 内容 ①離乳食・幼児食の相談 ②①の相談のときに出た食材の調理実演
- 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。



お友だちになる会

- 児童センターでお友だちをつくりませんか？
- 日時 5月10日(金) 午前10時30分～11時
 - 対象 0歳～3歳の子どもの保護者
 - 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。

ほかにも楽しいイベントがいっぱい！

リトミック、ベビーダンス、ママダンス～パパもいよいよ～、親子で柳沢運動プログラムなど詳しい内容は、児童センターホームページをご覧ください。



<児童センター HP>

わか家の すこやかさん

- ★対象…市内在住のおおむね6歳までのお子さん
- ★応募方法…ながの電子申請(ページ下部QRコード)またはメール、郵送でご応募ください。
- ★記載内容…①名前(ふりがな) ②生年月日 ③ひとこと
④連絡先(住所、電話番号) ⑤保護者の名前



の あけしゅうせい
野明 秀星 ちゃん
(2歳0か月)
2歳おめでとう♡
たくさん笑って
過ごそうね☆



清水 リオナちゃん
(2歳1か月)
いつもニコニコな
リオちゃん!
すくすく大きくなってね!



あずさ
今井 杏咲 ちゃん
(2歳1か月)
たくさん元気に
遊んで
すくすく育ってね!

【応募・問い合わせ】
〒392-8511 諏訪市役所 秘書広報課広報戦略係
☎52-4141(内線325)
Eメール koho@city.suwa.lg.jp



▲電子申請



今月の乳幼児健診・相談

(申)・(問) 保健センター ☎52-4141 (内線591、592)

※自宅で健康チェックをした上で、お越しください。

乳幼児健診

| | 日程 | 対象 |
|----------|----------|------------|
| 4か月児健診 | 5月28日(火) | 令和6年1月生まれ |
| 10か月児健診 | 5月24日(金) | 令和5年7月生まれ |
| 1歳6か月児健診 | 5月9日(木) | 令和4年10月生まれ |
| 3歳児健診 | 5月8日(水) | 令和3年4月生まれ |

- 受付時間 ○4か月児健診・10か月児健診… 1日～15日生まれは午後1時～1時20分、16日～末日生まれは午後1時20分～1時40分 ○1歳6か月児健診・3歳児健診… 1日～15日生まれは午後0時50分～1時10分、16日～末日生まれは午後1時10分～1時30分
- 持ち物 母子手帳、記入済みの健康診査票、バスタオル
※3歳児健診は、目と耳のアンケート、尿10cc程度(清潔な容器に入れて)も持参

2歳児相談

- 日程 5月23日(木) ●対象 令和4年4月生まれ
- 受付時間 ○1日～15日生まれ…午前9時15分～9時45分 ○16日～末日生まれ…午前9時45分～10時15分
- 持ち物 母子手帳、記入済みの健康診査票、2歳児相談質問票、バスタオル

すこやか子育て相談(乳幼児対象) ※1週間前までに申し込み

- 日程、会場 ○5月29日(水)…保健センター ○5月16日(木)…なかよし広場 ●受付時間 午前9時30分～10時30分 ●持ち物 母子手帳、バスタオル

離乳食教室 ※3日前までに申し込み

- 日時 ○生後5か月～6か月…5月15日(水) ○生後7か月～9か月…5月21日(火) 午後1時30分～3時
- 会場 保健センター ●持ち物 バスタオル

👉 予防接種について

- 定期予防接種が変わりました
 - ①BCGと日本脳炎が個別接種になり、全ての予防接種が個別接種になります。
 - ②五種混合接種が始まりました。五種混合は、四種混合とHib(ヒブ)が混合されたワクチンです。
 - ③小児用肺炎球菌が13価から15価ワクチンになります。
- ※詳しくは、健康カレンダーをご覧ください。

問 い合わせはコチラ

すわ☆あゆみステーション(あゆステ) (市役所4階)
0歳から18歳までの子どもとその家庭などの困り事に関する総合相談窓口です。子育て、発達、家庭、学校、自立に向けた悩みなど、お気軽にご相談ください。
☎52-4141(電話口で「あゆステへ」とお伝えください)
学校教育に関すること……………☎75-8150
子ども・家庭に関すること…………☎75-8151
女性相談に関すること……………☎75-8151
発達に関すること……………☎75-1176

直通は
コチラ!

☆諏訪市子育て応援サイト

最新の子育て情報は、市ホームページの「諏訪市子育て応援サイト」をご利用ください。



<QRコード>



知ってカラダが得をする！

健康ひとくちMEMO



保健師が、みなさんの健康に
役立つ情報を紹介します！



問 保健センター(内線591、592)

健診、受けていますか？

健診を受ける3つの理由

理由①



生活習慣病は
進行するまで
自覚症状がありません

理由②



健診は自分の
健康状態を知る
絶好のチャンスです

理由③



早期発見・早期治療が
時間もお金も
一番かからないからです

○令和6年度 特定健診・後期高齢者健診を実施します

対象者には、健診1週間前を目途に案内・受診券・問診記入票を郵送します。
事前に必要事項を記入して、受診してください。

費用は
無料

- 期間 5月27日(月)～9月21日(土)
- 会場 市内の実施医療機関 ※予約が必要な医療機関があります。詳しくは、郵送する案内をご確認ください。
- 対象 ○特定健診…国民健康保険に加入している40歳～74歳の市民
○後期高齢者健診…後期高齢者医療制度に加入している市民
- その他 社会保険などに加入している人は、加入先の健康保険組合または、勤務先にお問い合わせください。詳しくは、市ホームページをご確認ください。



▲QRコード

今月の休日当番医・薬局(5月、6月第一週)

| 月 | 日 | 内科(9:00~12:00, 13:30~17:00) | 歯科(9:00~12:00) | 薬局 |
|---|---------|--|-------------------|--------------------------|
| 5 | 3日(金・祝) | 諏訪豊田診療所 ☎52-1802 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111 | 林歯科クリニック ☎72-5788 | アイン薬局諏訪豊田店 ☎75-5840 |
| | 4日(土・祝) | くぼた耳鼻咽喉科医院 ☎57-1187 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111 | 湖柳歯科医院 ☎53-0506 | 諏訪薬局 ☎54-2820 |
| | 5日(日・祝) | 清水クリニック ☎53-1625 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111 | 上條歯科医院 ☎72-2687 | かりん薬局 ☎56-3515 |
| | 6日(月・休) | きみづか整形外科 ☎78-4001 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111 | 丸茂歯科医院 ☎58-0150 | ららく薬局 ☎58-0090 |
| | 12日(日) | やざわ虎クリニック ☎57-8300 | 堀歯科医院 ☎73-7139 | こころ薬局 ☎54-2788 |
| | 19日(日) | 塩沢医院 ☎52-0038 | 平林歯科医院 ☎52-1741 | クオール大手薬局 ☎56-1150 |
| | 26日(日) | 五味医院 ☎52-1126 | 三井歯科医院 ☎62-5965 | 上諏訪薬局 ☎75-8007 |
| 6 | 2日(日) | こいけこどもクリニック ☎75-5047 | 池田歯科医院 ☎52-0177 | 薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店 ☎54-3120 |

- 希望の診療科が当番医でない場合があります。必ず事前に連絡の上、診療可能かどうか確認してから受診してください。
- 当番医・薬局は変わる場合があります。 ■休日当番医は諏訪市医師会・諏訪市歯科医師会ホームページにも掲載します。

子どもの夜間のけが・急病のときの相談先

☎ #8000 ※ダイヤル回線、IP電話の場合は ☎026-235-1818 ○受付時間 毎日：午後7時から翌朝8時



詳しくはこちら

救急車を呼ぶか迷うときの相談先

☎ #7119 ※ダイヤル回線、IP電話の場合は ☎026-231-3021 ○受付時間 平日：午後7時～翌日午前8時、土・日曜日、祝日：午前8時～翌日午前8時



詳しくはこちら

※参加料・申し込みの記載がないものは入館料のみ、事前の申し込みは不要です。



市博物館
☎ 52-7080

【休館日】 毎週月曜日(5/6を除く)、5月7日(火)

■すわ大昔情報センター

諏訪市出身の考古学者・藤森栄一をはじめ、諏訪市にゆかりのある研究者が遺した図書や資料を利用できます。常駐スタッフが学習のサポートをしますので、お気軽にお声掛けください(要入館料)。



イベント

■おおむかし何でも相談室

諏訪の歴史や考古学についての質問に答えます。土器や石器などの鑑定もします。

●日時 5月26日(日) 午後1時～3時(随時)



市美術館
☎ 52-1217

【休館日】 毎週月曜日(5/6を除く)、5月7日(火)～17日(金)

■収蔵作品展「移ろう季節の散歩道」

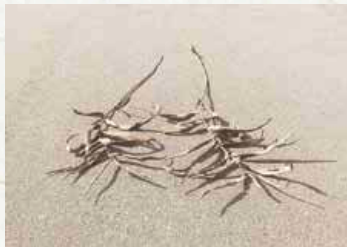
市美術館には、約1,500点以上の作品が収蔵されています。その中から季節の移ろいをテーマに作品を選出し、展示します。

●期間 開催中(～5月6日(月・休))

■特集展示「山崎豊三－塑造の界限－」同時開催収蔵作品展「彫刻と複製」

安曇野市在住の彫刻家・山崎豊三さんを紹介いたします。また同時開催として、収蔵作品展を開催します。市美術館に収蔵している荻原碌山『小児の首』を起点として、彫刻作品を紹介いたします。

●期間 5月18日(土)～7月7日(日)



◀山崎豊三 作品
「葦 no20」(右)
「葦 no21」(左)
※撮影:MGMフォー
トサービス



原田泰治美術館
☎ 54-1881

【休館日】 毎週月曜日(5/6を除く)

■原田泰治が描く「美しい日本の童謡・唱歌展」

●期間 開催中(～9月29日(日))

イベント

■ゴールデンウィークイベント「このぼりガーランド作り&原田泰治ぬりえに挑戦！」

色画用紙を切ったり、貼ったり、目やうろこを描いたりするなど自由にアレンジして、室内に飾れるかわいいこのぼり飾りを作ります。また、原田泰治氏が描いた絵の塗り絵にも挑戦できます。

●日程 5月3日(金・祝)～5日(日・祝)

●時間 午前10時～正午、午後1時～3時



すわっこ
ランド

☎ 54-2626

- レッスン休講…5月3日(金・祝)～6日(月・休)
- ハッピーファーストサンデー(ソフトクリーム、ホットコーヒー各100円)…5月5日(日・祝)
- こどもワイワイデー(中学生以下の入館料無料、ソフトクリーム100円)…5月19日(日)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)…5月26日(日)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日…毎週月曜日(5/6を除く)、5月7日(火)、31日(金)

信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日…毎週月曜日、5月3日(金・祝)～5日(日・祝)、31日(金)

おすすめの図書

■百人一首 編集がひらく小宇宙 田淵 句美子 編(岩波書店)

長い間、藤原定家が撰者とされてきた『百人一首』。著者の研究で、後任による改編が明らかになりました。その論証を紹介いたします。



■食べものから学ぶ現代社会 私たちが動かす資本主義のカラクリ 平賀 緑 著(岩波書店)

食べ物から資本主義経済を解き明かす本です。本書は現代社会編としてまとめています。



市図書館 定例イベント

会場：市図書館 申し込み：不要

【みんなで本を読む日】(毎月第3日曜日)

■貸し出し冊数拡大日

●日程 5月18日(土)、19日(日)

●貸し出し冊数 ○市図書館…20冊 ○信州風樹文庫…10冊(児童書のみ)

■ビブリオトークの会

好きな本を1冊持って、本の魅力を話しましょう。

●日時 5月19日(日) 午後2時～3時

●定員 6人(先着順)

【おはなし会】

■きかんしゃポップオ(乳幼児向け)

●日程 5月1日(水)、8日(水)、15日(水)

●時間 午前11時～11時30分

■おはなしきかんしゃ(園児・小学生向け)

●日程 5月4日(土・祝)、11日(土)、18日(土)、25日(土)

●時間 午前11時～11時30分

※参加料・申し込みの記載がないものは、無料で、事前の申し込みは不要です。

※対象者・定員の記載がないものは、どなたでもご参加いただけます。

i 「学びの和」発表会

市が進めている教育施策や、市内中学校区ごとの小中一貫教育の取り組み、コミュニティスクール活動の取り組みなどを発表します。

- 日程 5月20日(月)
- 時間 午後7時～8時30分
- 会場 市役所大会議室(5階)
(問) 教育総務課学務係(内線461)

i 市民満足度調査にご協力ください

市民のみなさんの市政に対する満足度と重要度を把握し、今後の行政運営に反映させるため、「市民満足度調査」を実施します。調査票が届いた人は、ご協力をお願いします。

- 対象 市内在住の18歳以上の人から無作為抽出した3,000人
- 調査期日 調査票が届いた人は、5月17日(金)までに、インターネットから回答してください。回答用紙を返信用封筒に入れて郵送(切手不要)するか、市役所受付に持参する方法でも回答できます。
(問) 企画政策課企画政策係(内線321、322)

i 水道メーター(量水器)を交換します

水道メーター(量水器)は、計量法に基づき8年ごとに新しいメーターに取り替えることになっています。今年は、次の地域のメーターが対象です。

| 実施時期 | 地区、施設など |
|-----------|--|
| 5月下旬～6月中旬 | 大和1・2、湖岸通り1、清水3、赤羽根、武津、中金子、下金子、市・県・国の各施設、学校、病院、工場の一部対象箇所 |
| 6月下旬～7月中旬 | 大熊、水戸代団地、湖南団地の一部、北真志野 |

- その他 ○交換作業は、水道局が契約した市内業者が訪問し行います。○費用は市が負担します。○日程は事前にお知らせします(屋外での作業のため立ち会いは不要です)。○交換時期や2か月ごとのメーター検針の際は、メーターボックス上に車やその他の物を置かないようにご協力をお願いします。
(問) 水道局営業課料金係(内線755、757、758、778)

i おひさまマルシェ

障がい就業支援施設などのみなさんが、品物を日替わりで販売します。

- 日程 5月27日(月)～30日(木)
- 時間 午前11時～午後2時 ※早めに終了する場合があります。
- 会場 市役所1階ロビー
(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232)

i 20歳になったら子宮頸がん検診を受けましょう

- 期間 6月～令和7年2月末(医療機関の休診日を除く)
- 対象 20歳以上の女性
- 実施医療機関 ○要予約…あおぞらレディース&マタニティクリニック(☎54-4103)、諏訪赤十字病院(予約先: 健診センター☎57-6042)
- 持ち物 保険証など住所が確認できる物、診察券(持っている人)
- その他 今年度から、「子宮頸がん検診受診票」は、各医療機関または保健センターに置いてあります。なお、8月と11月に行われる集団検診は、ながの電子申請で受け付け中です。詳しくは、市健康カレンダーをご覧ください。
(問) 保健センター(内線592)

i 森林体験学習館をご利用ください

- 開館期間 (開館中)～11月
- 休館日 月曜日(祝日の場合は、その翌日) ※7月22日(月)～8月5日(月)は、休館日はありません。
- 利用時間 ○日帰り…午前9時～午後3時30分 ○宿泊…午後3時30分までに入館し、翌日午前9時以降に退館
- 所在地 上諏訪12968-1(夢の海公園内)
- 費用 ○日帰り…無料 ○宿泊…1団体につき1泊500円(光熱水費)、340円/人(寝具利用者)
- 申し込み 利用を希望する日の2か月前から、電話で予約を受け付けます。利用する日の1週間前までに、市公民館窓口で使用許可申請書を提出してください。
※詳しくは市ホームページをご覧ください。
▲QRコード
(申)・(問) 市公民館☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



i お知らせ

i 5月定例教育委員会

- 日時 5月23日(木) 午後3時
- 会場 市役所302会議室(3階)
(問) 教育総務課教育総務係(内線463)

i 諏訪高島城の臨時休館

- 館内清掃のため、臨時休館します。
- 休館日時 5月30日(木) 午後0時30分～終日
(問) 観光課施設管理係(内線423)

i 高島城を無料開放! 高島城祭5月26日(日)

- 日程 5月26日(日)
- 時間 午前9時～午後5時(予定)
- 内容 ○お祭り広場・舞台付近…式典、チャリティー餃子、砲術、木遣り、太鼓、ダンスほか ○展示・協賛行事…文芸作品展(短歌、俳句、川柳)、展示即売会(野菜、陶芸品など)
- 交通規制(通行止め)
高島城西側の市道…午前8時30分～午後4時(予定)
(問) 観光課観光係(内線421、422)

STOP! 消費者トラブルを防ごう
相談は局番なしの188へ!

金融商品詐欺の被害が増加!

インターネットやSNS上で知り合った投資家などを名乗る相手から、メッセージのやりとりを通じて「もうかる株を教える」「取引のタイミングを教える」などと虚偽の情報を教えられ、相手の言うとおりに指定された口座に高額の現金を振り込む、または、指定されたアドレスに暗号資産を送信するなどの被害が増加しています。①「必ずもうかる・資産を増やせる」などのもうけ話は詐欺を疑う。②インターネットの広告やSNS、ダイレクトメッセージなどでの投資話はアクセスしない。③相手が全く関係のない個人や法人名義の口座を指定したら詐欺を疑う。不安を感じたら警察や消費生活センターに相談しましょう。

■相談窓口.....

- 消費者ホットライン…局番なし188
- 消費生活センター…☎52-8199(平日8:30～17:15)

ホームページQRコード▶

i 並木DEコンサート♪

- 日程 5月18日(土) ※雨天中止
- 時間 ○アフタヌーンコンサート“音の庭”…午後3時30分から ○並木DEコンサート(出演:諏訪市民吹奏楽団)…午後6時~7時
- 会場 柳並公園(並木通り)
- (問) 並木DEコンサート実行委員会(三井)☎58-5687

i 児童扶養手当・特別児童扶養手当のご案内

■児童扶養手当

離婚などによりひとり親となった家庭などで、次の対象のいずれかに該当する児童を監護している母もしくは父、または養育者に支給されます。

- 対象 ○父母が婚姻を解消した後、父または母と生計を同じくしていない児童 ○父または母が重度の障がいの状態(国民年金の障害等級1級程度)にある児童 ○母が婚姻によらない(未婚)で生まれた児童 など ※原則、児童が18歳になる年の年度末まで支給されます(児童が心身に中程度以上の障がいがある場合は、20歳未満まで)。
- 支給月額 ○全部支給…4万5,500円 ○一部支給…4万5,490円~1万740円 ○第2子加算額…1万750円~5,380円 ○第3子以降加算額…6,450円~3,230円
- 支給日 奇数月の11日(その日が休日の場合は直前の平日)に支給。

■特別児童扶養手当

重度もしくは中程度の身体障がいまたは知的障がい、精神障がいがある20歳未満の児童を監護している父もしくは母、または養育者に支給されます。

- 支給月額(1人につき) ○1級該当児童…5万5,350円 ○2級該当児童…3万6,860円
- 支給月 4月、8月、11月の年3回で支給。

【共通事項】

- 手続き こども課(市役所4階)で、申請してください。 ※支給要件や所得制限があります。詳しくは、お問い合わせください。
- 手当の支払い 認定を受けると、認定請求をした月(全ての書類がそろった時点)の翌月分から支給されます。(申)・(問) こども課子育て支援係(すわ☆あゆみステーション内)(内線445)

i 全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送

以下の日程で、試験放送、訓練を実施します。

- 国民保護の情報伝達試験
 - 日程 5月22日(水)、8月28日(水)、11月20日(水)、令和7年2月12日(水)
 - 時間 午前11時ごろ
- 緊急地震速報訓練
 - 日程 6月20日(木)、11月5日(火)
 - 時間 午前10時ごろ
 - その他 訓練時に警報音が鳴ります。(問) 危機管理室市民安全係(内線258)

i 5月と6月に機密文書を無料で回収します

- 日程 ①5月15日(水) ②6月19日(水)
- 時間 午前9時~10時(予定)
- 回収場所 諏訪湖イベントホール(旧東洋バルブ跡地)
- 対象 市内事業所、在住者
- 申し込み ①は5月7日(火)、②は6月5日(水)までに、ながの電子申請または電話で申し込んでください。 ▲電子申請
- その他 溶解証明書は発行されません。申し込みの際に当日の搬入量を確認します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)



i 5月26日(日)は 全市一斉清掃の日

雨天時の実施については、当日午前5時以降に市役所へお問い合わせください。中止の場合は、市ホームページでもお知らせします。

- 諏訪湖畔清掃(小雨決行)
 - 実施時間 午前6時~7時
 - 集合場所 湖畔公園モニュメント前
 - 清掃場所 諏訪湖畔一帯
 - その他 ○収集用ごみ袋は、会場に配布します。 ○第一生命保険株式会社との包括連携協定事業として、参加者の活動量に応じて慈善団体へ寄附をします。
- 居住地区周辺清掃
 - 実施時間 各地区で決めたとおり
 - 集合場所 各地区で決めたとおり
 - 収集方法 燃やすごみ、資源物に分別し、各地区のごみステーションへ各収集日に出してください。(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)

i 空家跡地活用支援事業補助金(解体補助)

土地の売却や駐車場利用などのために空き家を解体する所有者に、解体にかかる費用を補助します。

- 対象 市内に空き家を持っている人
- 補助額 空き家解体などにかかる費用の10分の1に相当する額、または解体による固定資産税増額分の2倍に相当する額に3万円を加えた額のいずれか低い額(上限20万円)。
- 申請期限 令和7年2月末まで
- その他 補助金の予算額の上限に達し次第、受け付けを終了します。(申)・(問) 都市計画課建築住宅係☎(内線267)

i 野焼きは原則禁止です!

廃棄物(ごみ、草類)の焼却(野焼き)は、法により原則禁止されており、違反者には罰則が科せられます。例外として認められている焼却も、やむを得ない場合に限り、近隣の迷惑にならないように行う必要があります。近隣から苦情申し立てがある場合などは、配慮や改善の指導をしています。

■例外として認められている焼却

- 農業、林業、漁業を営むためにやむを得ず行われるもの ○災害の予防、応急対策または復旧のために必要なもの ○どんど焼きなど、風俗慣習上の行事を行うために必要なもの (問) 環境課環境保全係(内線215)

i 自動車税(種別割)の納期限は5月31日(金)です

納税通知書が届きましたら、納期限までに納付をお願いします。金融機関、郵便局、コンビニ、南信県税事務所諏訪事務所などで納付ができます。また、「PayPay」、「楽天ペイ」、「d払い」などのスマートフォン決済アプリから、納税通知書に印刷されているQRコードを読み取ることで納付ができます。さらに、スマートフォン、パソコンから「地方税お支払いサイト」に接続し、QRコードを読み取ることで、クレジットカードや、インターネットバンキングなどによる納付も可能です。



- ※詳しくは長野県ホームページをご覧ください。 ▲QRコード (問) 長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2905

※参加料・申し込みの記載がないものは、無料で、事前の申し込みは不要です。

※対象者・定員の記載がないものは、どなたでもご参加いただけます。

**誼訪市男女共同参画
審議会公募委員**

男女共同参画社会推進のため、市民のみなさんの意見を聞いて、施策に反映させるための審議委員を募集します。

- 任期 委嘱の日～令和8年3月31日
- 対象 市内に住所を有する満18歳以上の平日昼間の会議に出席できる人 ※市の他の審議会・委員会などの委員は応募できません。
- 募集人数 2人
- 申し込み 5月17日(金)までに、申込書に必要事項を記入し、郵送、Eメールまたは地域戦略・男女共同参画課窓口(市役所3階)で申し込んでください。
- その他 申込書は窓口または市ホームページから取得できます。(申)・(問) 地域戦略・男女共同参画課 男女共同参画係(内線288)、Eメール senryaku@city.suwa.lg.jp

相談

**誼訪市空き家・空き地
バンク活用相談会(無料)**

- 日時 5月25日(土) 午後1時～4時
- 会場 誼訪商工会議所
- 相談員 誼訪宅地建物取引業協会
- 持ち物 公図、登記事項証明書(ある人)
- (問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線283、289)

特設人権相談所

- 日程 6月3日(月)
- 時間 午前10時～午後3時
- 会場 市役所502会議室(5階)
- 相談内容 いじめ、不登校、差別、借地・借家など、毎日の暮らしの中で起きるさまざまな問題
- 相談員 市人権擁護委員
- (問) 長野地方方法務局誼訪支局 ☎52-1043

**誼訪地区保護司会による
非行・犯罪相談**

- 日時 5月24日(金) 午前10時～正午
- 会場 市公民館302号室(3階)
- 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 誼訪地区更生保護サポートセンター ☎55-2786(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後4時)

国民年金保険料の前納

国民年金保険料を口座振替、クレジットカードで納付する場合、保険料が割引される「前納制度」を年度途中からでも選択できるようになりました。申出書の提出後、初回振替日に前納分の保険料を振替します。

(申)・(問) 岡谷年金事務所 ☎23-3661、市民課市民窓口係(内線119)

年金受給者が所在不明の場合は届け出が必要です

年金を受け取っている人が1か月以上所在不明になっている場合は、同じ世帯の人が岡谷年金事務所に届け出をする必要があります。届け出後、現況申告書が送付されますが、現況申告書の返信がない場合は、年金の支払いが一時的に止まります。

(申)・(問) 岡谷年金事務所 ☎23-3661

募集

消費生活展の参加団体

10月6日(日)に文化センターで開催予定の消費生活展の参加団体を募集します。市内で消費生活に関わる活動を行っている団体はぜひご参加ください。

- 申し込み 5月31日(金)までに、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 市民課市民窓口係(内線116)

新体操クラブオリーブ団員

- 日程 毎週金曜日
- 時間 午後6時～7時
- 会費 入会金2,000円、月3,500円
- その他 5月31日(金)、6月7日(金)に体験レッスンを予定しています。
- (申)・(問) 新体操クラブオリーブ(宮澤) ☎090-5547-7214

**シルバー人材センターの
入会説明会**

- 日時 5月16日(木) 午後1時30分
- 会場 誼訪市シルバー人材センター事務所(上川一丁目1516-5)
- 対象 市内在住の60歳以上で、シルバー人材センターの趣旨を理解し、健康で働く意欲がある人
- 申し込み 5月15日(水)までに、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) (公社)誼訪市シルバー人材センター ☎57-1388

6月の市議会定例会

6月の市議会定例会は、5月29日(水)から議会棟3階本会議場で開会します。陳情・請願の受け付けは、5月21日(火)正午までです。

- 日程 ○招集日… 5月29日(水)
- 代表・一般質問… 6月4日(火)
- 一般質問… 6月5日(水)、6日(木)
- 最終日… 6月14日(金)
- (問) 議会事務局(内線521)

銃器、網による有害鳥駆除

実施を知らせる看板がある場合や銃の音がする場合は、近づかないでください。

- 実施日時 5月15日(水)～31日(金) 日の出～午前7時、午前9時～正午
- 実施場所 豊田や湖南地区の平坦部水田地帯、西山山間地域の農地
- 対象 カラス、ドバト、カルガモ、アオサギ
- (問) 農林課農業振興係(内線411、412)

**令和6年度 農作業標準
労賃・機械作業料金**

この金額は目安です(消費税は別途)。労働時間の長短や過重な労働、特殊作業、急を要する作業、作業しにくい耕地などの場合は、この限りではありません。実態に応じて、両者で話し合って決めてください。金額は、1日当たりの実労働時間8時間を基準とします。稲の倒伏田の割増料金は、倒伏の程度により最高10割とします。耕起作業は、半年に1回のサイクル、1年間で2回行うことが望ましいとされているため、1年間で2回実施される場合は下の表のとおりとし、それ以外は1回目と同じとします。

| 作業項目 | 単位 | 金額 |
|---------------------|-----|---------|
| 一般農作業 | 1時間 | 948円 |
| せん定作業 | 1時間 | 1,490円 |
| 田植え機作業 | 10a | 12,900円 |
| ” (側条施肥) | 10a | 13,700円 |
| ” (苗運搬) | 10a | 3,500円 |
| バインダー作業 | 10a | 12,300円 |
| ハーベスター作業 | 10a | 10,300円 |
| コンバイン作業(結束なし) | 10a | 24,800円 |
| ” (結束あり) | 10a | 27,300円 |
| ” (もみ運搬) | 10a | 3,800円 |
| 耕起作業(1回目) | 10a | 9,800円 |
| ” (2回目) | 10a | 9,000円 |
| あぜぬり | 18m | 1,300円 |
| 代かき作業(トラクター・代かきハロー) | 10a | 10,300円 |

(問) 農業委員会事務局(内線411)

📖 すわっチャオの親子講座

■親子であそぼう

- 日程 ①6月12日(水)…リズムでるんるん♪ ②6月21日(金)…手作りおもちゃを作っちゃオ～!
- 時間 午前10時～11時
- 対象 0歳～3歳の子どもの保護者(市内在住者・在勤者)
- 定員 各日10組(先着順)

■第1回子育て講座「親子でクッキング」～伝えよう、郷土食～

- 日程 6月1日(土)
- 時間 午前10時～午後0時30分
- 対象 園児・小学生とその保護者(市内在住者・在勤者)
- 定員 6組(先着順)
- 参加料 1組600円

【共通事項】

- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
- 申し込み 事前に、直接窓口か電話で申し込んでください。
- (申)・(問) すわっチャオ ☎75-5257(火曜日を除く午前10時～午後7時)

📖 フレイル予防教室

①健康音動(おんど)

- 日時、会場 5月1日(水)…四賀公民館、8日(水)…湯小路いきいき元気館、17日(金)…豊田公民館、22日(水)…カルチャーホームすわ 午後1時30分～2時30分

②健康柔ら体操教室

- 日時、会場 5月7日(火)…豊田公民館、10日(金)…とちの木ひろば、14日(火)…湯小路いきいき元気館、21日(火)…四賀公民館、24日(金)…駅前交流テラスすわっチャオ、31日(金)…湯小路いきいき元気館 午後1時～2時15分

③フレイル予防教室(要申し込み)

- 日時、会場 6月14日(金) 午後1時30分～3時 市体育館
- 定員 15人(先着順)
- 申し込み 5月14日(火)～17日(金) 午後1時～4時に、電話で申し込みを。
- (申) やまびこスケートの森 ☎24-5210

④ずくなし料理教室(要申し込み)

- 日時、会場 7月25日(木) 午前10時～正午 カルチャーホームすわ
- 定員 20人(先着順)
- 参加料 700円 ※当日集金
- 申し込み 6月4日(火)～7日(金) 午後1時～4時に、電話で申し込みを。
- (申) やまびこスケートの森 ☎24-5210

【①～④共通】

- (問) 高齢者福祉課高齢者福祉係(内線298)

📖 0歳児とお母さんの共育講座

- 日程 5月～10月 全8回
- 時間 午前10時～11時30分
- 会場 湯小路いきいき元気館
- 対象 令和5年10月～令和6年3月生まれの子どもの保護者
- 定員 10組(先着順)
- 内容 ベビーマッサージ、七夕会など
- 申し込み 5月10日(金)までに、電話かひなどり保育園子育て支援センター公式LINEで申し込みを。
- (申)・(問) ひなどり保育園 ☎53-2408



▲QRコード

📖 市公民館主催の講座

■春の自然観察ハイキング

- ①大見山で自然観察～ヤマツツジの回廊を通して絶景の展望台へ～
- 日時 5月19日(日) 午前中(集合: 午前9時20分～9時30分)
- 集合場所 蓼の海森林体験学習館
- 定員 20人(先着順)

②鳴き声で自然観察～八島湿原のシュレーゲルアオガエルと蓼の海の春ゼミ～

- 日時 6月5日(水) 午前中(集合: 午前7時30分～7時40分)
- 集合場所 市公民館裏駐車場
- 定員 18人(先着順)

【①・②共通事項】

- 対象 市内在住者、在勤者を優先
- 参加料 100円 ※当日集金
- 申し込み 5月1日(水)から、電話か直接窓口で申し込んでください。

■諏訪塾と歩く「上諏訪歴史散歩:春」

- ①横溝正史の足跡を訪ねて
- 日程 5月26日(日)
- 時間 午後1時～4時
- 集合場所 市公民館玄関前
- ②小和田の歴史を訪ねて
- 日程 6月9日(日)
- 時間 午後1時～4時
- 集合場所 市役所高島城側駐車場

【①・②共通事項】

- 受付時間 午後0時50分から
- 対象 4km以上歩ける人 ※市内在住者、在勤者、在学者を優先します。
- 定員 各回20人(先着順)
- 参加料 各回100円 ※当日集金
- 申し込み 5月7日(火)から、電話か直接窓口で申し込んでください。
- (申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

📖 暮らしと健康の相談会

- 日時 6月6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木) 午前10時～正午、午後1時～3時(1人1時間)
- 会場 諏訪保健福祉事務所
- 申し込み 希望する日の前週金曜日の正午までに、電話で申し込みを。
- (申)・(問) 諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課 ☎57-2927

📖 事業承継個別相談会

事業の後継者を探している人や、事業承継の進め方を知りたい人を対象とした個別相談会を開催します。

- 日程 5月23日(木)、6月26日(水)
- 時間 午前10時～午後5時15分 ※1人最大半日程度
- 対象 事業主、事業の後継者
- 申し込み 希望する日の1週間前までに、電話で申し込んでください。
- その他 詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) 商工課(内線432)



▲QRコード

📖 外国籍市民に係る相談窓口をご利用ください

市は、外国籍市民相談窓口を設置しています。区や自治会役員のみなさんからの相談も受け付けています。

- 日時 月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時～午後5時
- 相談員 川西ケンジ氏
- 相談先 ○電話番号…☎090-1473-8423 ○Eメール…kawanishikenji@putz-network.com
- 取り扱い言語 ポルトガル語
- その他 相談員と電話がつかない場合は、少し時間を置いて掛け直すか、Eメールでご連絡ください。
- (問) 地域戦略・男女共同参画課地域支援係(内線288)

📖 講座

📖 よみきかせ講座

- 読み聞かせ初心者向けの講座です。
- 日程 5月18日(土)
- 時間 午後1時30分～2時30分
- 会場 市図書館第1会議室(2階)
- 定員 20人(先着順)
- (問) 市図書館(内線587)

※参加料・申し込みの記載がないものは、無料で、事前の申し込みは不要です。

※対象者・定員の記載がないものは、どなたでもご参加いただけます。

第24回長野県障がい者スポーツ大会

- 対象 市内在住の障がいのある人
- 種目 陸上競技、ボッチャなどの個人競技、車いすバスケットボールなどの団体競技 全12種
- 申し込み 6月3日(月)までに、電話か直接窓口で申し込んでください。
(申)・(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232、233、235)

ヨット講習会

- 日時 5月12日～9月8日の毎月第2日曜日 午前10時～午後4時
- 会場 諏訪湖ヨットハーバー管理棟前
- 対象 小学校4年生以上の人
- 参加料 初回のみ2,000円、以降無料(中学生以下は初回のみ1,000円)
- 申し込み 5月10日(金)までに、電話かEメールで申し込んでください。
(申)・(問) 市セーリング協会(増田) ☎090-8328-6989、Eメール jymasuda@po9.lcv.ne.jp

マレットゴルフ初心者講習会

- 日時 6月6日～7月4日の毎週木曜日(全5回) 午前8時30分(受け付け：午前8時から) ※雨天中止
- 会場 クリーンレイク諏訪マレットゴルフ場
- 対象 ○マレットゴルフ初心者 ○マレットゴルフのルール、マナーなどの受講を希望する人
- 内容 マレットゴルフのルール・マナー・基本的技術の講習、実技指導
- 参加料 1回当たり100円 ※別途で初回のみ資料代500円が必要です。
- 申し込み 事前に、電話かファックスで申し込んでください。
(申)・(問) 市マレットゴルフ協会(小松) ☎ FAX 52-3767

市民ヨガ教室

- 日時 5月30日～6月27日の毎週木曜日(全5回)、午前10時～11時30分
- 会場 市武道館道場
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者
- 定員 託児付き…5人、託児なし…25人 ※申し込み多数の場合は、抽選になります(初めての人を優先)。
- 参加料 500円 ※初回集金
- 申し込み 5月2日(木) 午前9時～17日(金) 午後5時に、ながの電子申請で申し込んでください。 ▲電子申請
- その他 ○教室中のけがは、市加入保険による補償があります。 ○託児の対象は、1歳～未就学児で、費用は無料です。
(申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



第7回諏訪市・富士見町陸上競技大会

- 日程 7月7日(日) ※雨天決行
- 時間 午前9時競技開始
- 会場 茅野市運動公園陸上競技場
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者
- 種目 ○小・中学生…学校へ通知します。 ○一般男女(高校生～30歳未満、40歳未満、50歳未満、50歳以上)…100m、1,500m、走り幅跳び、砲丸投げ ※1人2種目まで出場できます。
- 申し込み 6月7日(金)午後5時までに、小・中学生は学校ごとにEメールで申し込んでください。一般の部は諏訪陸上競技協会ホームページから申し込んでください。
(申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811、Eメール sports@city.suwa.lg.jp



▲QRコード

コリほぐし体操

- 日時 ①5月9日(木) 午後2時～2時30分 ②5月20日(月) 午前11時～11時30分
- 会場 駅前交流テラスすわっちゃオ
- 定員 各日18人(先着順)
- 申し込み 事前に、電話か直接窓口で申し込んでください。
(申)・(問) すわっちゃオ ☎75-5257(火曜日を除く午前10時～午後7時)

すわ☆あゆみステーション 親支援プログラム

- 子どもの様子を気楽に聞きあう、おしゃべりプログラムを行います。
- 日時 6月11日(火)、18日(火)、25日(火) 午前9時30分～11時30分
 - 会場 ふれあいの家
 - 対象 市内在住の1歳～3歳の子どもの保護者で、全日程に出席できる人
 - 定員 8人(先着順)
 - 申し込み 5月1日(水)から、電話で申し込んでください。
 - その他 託児サービスがあります(要予約)。
(申)・(問) すわ☆あゆみステーション ☎75-1176

スポーツ

ニュースポーツ用具をご利用ください

- 市は、年齢・目的に応じて、多種多様なスポーツレクリエーションを楽しむニュースポーツ用具を無料で貸し出しています。貸し出し用具や申し込み方法、利用規則など、詳しくは市ホームページをご覧ください。
(申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



▲QRコード

〈広告欄〉

うちの子「結婚」しないのかしら?
諦めずに仲人にご相談下さい

結婚相談所 **まずはお気軽にご連絡下さい**
ムスベル ☎0263-88-7009

♪ヤマハ音楽教室♪
無料レッスン見学実施中

| | | |
|---|--|---|
| 音楽教室 年少 (土) 10:00 5/11・18・25 年中長 (土) 11:00 5/13・20・27 (月) 16:10～ ※見学会場は両コースとも 茅野センターです | 個人レッスン ★ピアノ ★エレクトーン ★ドラム ★ギター ★ヴァイオリン | 青春ポップス ♪歌って踊る♪ グループレッスン ★無料見学日★ 5/10・24(金) 10:30 茅野センター |
|---|--|---|

お問い合わせは
(株)オク子楽器
諏訪センター 諏訪市諏訪2-2-7
教室担当:高子 070-5571-9001
☎ 0120-970-091

🏃 キッズ運動あそび教室

- 日程・種目 ①6月16日(日)…とび箱・マット ②6月22日(土)…鉄棒 ③6月29日(土)…なわとび ④7月6日(土)…まとめ(全種目) 全4回
 - 時間 ○小学校1年生クラス…午前8時45分～10時 ○小学校2・3年生クラス…午前10時30分～11時45分
 - 会場 清水町体育館
 - 対象 市内在住の小学校1～3年生
 - 定員 各クラス25人 ※申し込み多数の場合は、抽選になります(初めての人を優先)。
 - 参加料 500円 ※初回集金
 - 申し込み 5月13日(月)～27日(月)午後5時に、ながの電子申請で申し込みください。 ▲電子申請
 - その他 ○保護者も一緒に体を動かします。運動ができる服装でお越しください。 ○教室中のけがは、市加入保険による補償があります。
- (申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



🏃 第48回市テニストーナメント(男女ダブルス)

- 日時、会場 5月26日(日) 午前8時30分までにクリーンレイクテニスコートに集合 ※雨天中止。試合は、上川テニスコートでも行います。
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者、協会加盟団体登録者
 - 競技種目 男子ダブルス(一般・上級)、女子ダブルス(一般)
 - 参加料 1組3,000円 ※協会加盟団体登録者のペアと、高校生以下のペアは2,500円。当日集金します。
 - 申し込み 5月15日(水)までに、電話かEメール(件名を諏訪市ダブルス大会申込)で申し込んでください。
- (申)・(問) 市テニス協会(西村) ☎090-7921-3385、Eメール motoaki_nishimura@yahoo.co.jp



マチイロ

スマートフォン用アプリ「マチイロ」で、広報すわを配信しています。



▲QRコード

🏃 市民バドミントン大会 小中学生の部

- 日時 5月18日(土) 受け付け：午前8時30分から
 - 会場 市体育館
 - 対象 市内在住者、スポーツ少年団に加入している人
 - 種目 ①小学校低学年(3年生以下)の部…ダブルス、シングルス ②小学校高学年(4年生以上)の部…男子・女子ダブルス、男子・女子シングルス ③中学生の部…男子・女子ダブルス、男子・女子シングルス
 - 参加料 1人1種目500円 ※当日集金
 - 申し込み 5月10日(金)までに、Eメールで申し込んでください。
- (申)・(問) 市バドミントン協会 Eメール suwashi.bad.asso@gmail.com

防災行政無線放送「広報すわ」の内容を、フリーアクセスでも案内しています。聞き逃してしまったときは、ぜひご利用ください。

☎0120-68-8404(無料)



困りごとご相談ください 6月の相談日程

法律相談 【要予約】

6月20日(木) 13:00～17:00
 ※5月20日(月)から予約受け付け。
 会場：市役所502会議室(5階)
 定員：8人 ※利益相反の際はお断りします。
 相談員：五味正明弁護士

交通事故相談 【要予約】

6月13日(木) 10:00～15:00
 予約先：諏訪地域振興局 ☎57-2902

女性のための相談 【要予約】

6月5日(水)、22日(土) 10:30～16:50
 予約先：男女共同参画係(内線288)

健康・こころ・子育て相談

平日 9:00～17:00
 保健センター(内線591、592)

子どもの相談(学校・家庭・発達)

平日 9:00～16:00
 すわ☆あゆみステーション(市役所4階)
 学校教育に関すること ☎75-8150、子ども・家庭・女性相談に関すること ☎75-8151、発達に関すること ☎75-1176

育児相談

平日 9:00～16:00
 にじいろたまご城南 ☎53-6513
 にじいろたまごこなみ ☎58-4522

行政相談

6月21日(金) 14:00～15:30
 会場：市役所502会議室(5階)
 相談員：行政相談委員
 市民課市民窓口係(内線116)

企業経営相談

平日 9:00～17:00
 商工課(内線431、433)

外国籍市民相談 ※ポルトガル語対応

平日 9:00～17:00
 相談員 ☎090-1473-8423
 (問) 地域支援係(内線284、288)

心配ごと相談

毎月第1・3金曜日(平日) 13:00～16:00
 市社会福祉協議会(湯小路いきいき元気館内2階相談室) ☎52-2508

結婚相談

毎月第1・3土曜日 13:00～16:00、
 毎月第2・4水曜日 18:00～20:00
 市社会福祉協議会(湯小路いきいき元気館内3階会議室) ☎52-2508

在宅介護相談(毎日24時間対応)

聖母在宅介護支援センター ☎52-3512
 在宅介護支援センターかりんの里 ☎57-5533
 在宅介護支援センター湯の里 ☎57-1000
 在宅介護支援センター西山の里 ☎56-1000

🚰 休日緊急水道温泉修理当番店 (5月、6月第一週)

| | |
|----------|---------------------|
| 5/3(金・祝) | 水道建設 ☎53-3965 |
| 5/4(土・祝) | 杉村設備 ☎52-4066 |
| 5/5(日・祝) | 諏訪管工業 ☎52-6314 |
| 5/6(月・休) | 金子工務店 ☎53-3331 |
| 5/11(土) | 杉村設備 ☎52-4066 |
| 5/12(日) | 倉島工業 ☎52-0754 |
| 5/18(土) | 電管エンジニアリング ☎53-1421 |
| 5/19(日) | 渋崎建設 ☎52-0443 |
| 5/25(土) | スワテック建設 ☎78-9011 |
| 5/26(日) | 伸晃 ☎52-3382 |
| 6/1(土) | 水道建設 ☎53-3965 |
| 6/2(日) | 林組工業所 ☎58-1336 |

○修理を行わなくても、調査、出張費用がかかる場合があります。
 ○水道局では、工事の標準単価を設定していません。

📅 今月の納税・保険料 納期限は5月31日(金)

軽自動車税(種別割)(全期)
 介護保険料(普通徴収2期5月分)

「広報すわ」は、市内コンビニエンスストアにも置いています。市ホームページ(<https://www.city.suwa.lg.jp>)でもご覧ください。

■外来生物とは

外来生物とは、人間の活動によってほかの地域から持ち込まれ、本来その地域には生息・生育していなかった生き物(動物・植物)のことを言います。外来生物は繁殖力が非常に強いことが多く、いったん生息・生育してしまうと駆除するには多くの労力と長い時間が必要です。

■特定外来生物(植物)の駆除にご協力ください

市内では、オオキンケイギク、アレチウリ、オオハongoソウの3種類の特定外来生物(植物)の生育が確認されています。自宅の敷地内などで見かけた場合は、駆除にご協力をお願いします。

特定外来生物 オオキンケイギク



- 分類 キク科、多年草
- 開花時期 4月～7月
- 生育場所 道端や河川敷など
- 特徴 高さ30cm～70cm程度。直径5cm～7cmほどのキバナコスモスに似た黄色い花をつける。
- 駆除方法 種子ができる前に根まで全て抜き取るか、刈り取った後、現地で枯らして燃やすごみとしてごみステーションに出す。
- 駆除の時期

| 5月 | 6月 | 7月 | 8月 |
|----|----|----|----|
| 発芽 | | | |
| | 結実 | | |
| ★ | | | |

★:駆除に効果的な時期

▶ 広報すわ6月号掲載の「その2」では、アレチウリとオオハongoソウの駆除方法を紹介します。

⚠ 外来生物被害予防三原則

- 1 入れない**
外来種を非分布域へ「入れない」
- 2 捨てない**
外来種を「捨てない」「逃がさない」「放さない」
- 3 拡げない**
外来種を他の地域に「拡げない」「増やさない」

お問い合わせ：環境課環境保全係(内線214、215)

今号は、「すわじん」「ぐる～ぶ通信」のコーナーはお休みします。

“もしも”に備える 諏訪市防災NEWS



いつ発生するかわからない非常事態。“もしも”に備えるための防災情報をお届けします。

諏訪市の天気を知る
▲すわそらサイト

災害用備蓄品を用意しましょう

災害による避難、ライフラインの停止や物流の停滞に備え、家庭の非常用持出品は最低3日分、非常用備蓄品は最低7日分を用意しましょう。非常食は、ローリングストック法で消費期限前に定期的に食べて新しい物を入れ替え、持出品や備蓄品は定期的に数や品質を確認しましょう。

●非常用持出品の例

ラジオ、電池、携帯電話充電器、予備バッテリー、救急医療品、現金、懐中電灯、乾電池(多めに用意)、非常食(アルファ米、カンパン、缶詰、レトルト食品)、保存水、紙コッ

プ、紙皿、箸類、衣料、女性用品、ウェットティッシュ、防寒具、軍手、タオル、雨具、乳幼児用品(粉ミルク、調乳用の水、液体ミルク、哺乳瓶、離乳食、おむつ、お尻拭き、衣料、防寒着、抱っこひも、靴、帽子) ※乳幼児用品は、月齢に合わせて見直しましょう。

●非常用備蓄品の例

飲料水(1人1日3リットル)、給水用ポリタンク、卓上コンロ、ガスボンベ、調理器具、毛布、寝袋、洗面用具

●ペット用品の例

ゲージ、リード、餌、水、給餌用の器、トイレ用品

お問い合わせ：危機管理室市民安全係(内線255、258)



市ホームページ



マチイロアプリ



市公式LINE



市公式Facebook



市公式YouTube

今年度も新しく始まり心機一転…ということで、4月に家のフライパンを買い替えてみました。これまで使っていたものは3年ほど愛用していたため、焦げつきがひどくなっていましたが、新しく買ったものは焦げつかず、とても感動しました。新しい戦力を手に入れたので、健康診断に向けて自炊をがんばりたいと思います。(C)

編集後記

■広報すわ6月号の配布日は、5月29日(水)～6月2日(日)の予定です。

※広報すわに掲載された社名・商品名などの名称は、一般に関係各社の商標・登録商標です。



2024.5.1

SUWA

広報すわ

NO.1123

発行 諏訪市 〒392-8511 長野県諏訪市高島1-22-30 (0266)52-4141 代表

編集 秘書広報課広報戦略係 印刷 ポスティング(株)オノウエ印刷 広報すわは環境にやさしい再生紙を使用しています。 https://www.city.suwa.lg.jp