

広報



すわ

私たちのふるさと 諏訪をもっと好きになる

SUWA



NO.1075

5

2020 / 令和2年



特集 神話の縁結び かみがたりネットワーク P2~3

表紙：西山公園を彩るこいのぼり

お知らせ

家庭系燃やすごみの有料化	P4
ウイルスに負けないからだをつくろう	P5
市長表彰	P6
あなたのまちの民生委員・児童委員	P7
令和2年度 よりあい塾講座メニュー	P8~9
子育てに関する計画/諏訪大社上社下社の算額	P16

新型コロナウイルス感染症
拡大の影響で、掲載する内
容が変更になる場合があり
ます。最新の情報は、市ホー
ムページをご覧ください
ただくか、お問い
合わせください。



神話の縁結び

かみがたりネットワーク

～ 時代を越えて3市を繋^{つな}げる物語 ～

市は、古事記などの物語を縁に古代からつながる島根県出雲市・新潟県糸魚川市との3市で、令和元年7月6日に「神話の縁結び かみがたりネットワーク」を設立しました。3市が地域間の交流を行うことで物語の認知度を上げ、交流人口の拡大を図ります。

(問) 観光課観光係 ☎52-4141 (内線421、422)

【関係する祭神・神社】

	祭 神	神 社
出雲市	おおくにぬしの おお かみ 大国主大神	出雲大社
糸魚川市	ぬ な かみ ひめ 奴奈川姫	奴奈川神社
諏訪市	あけ な ぶ かつのかみ 建御名方神	諏訪大社



▲令和元年7月6日、糸魚川市で調印式が行われました

3市を結んだ神話

出雲国の「大国主大神」は、高志国（現在の北陸地方）の沼河に住む「奴奈川姫」を妻にしようと、高志国へ出向きました。大国主大神が、奴奈川姫の家の外から求婚の歌を詠むと、奴奈川姫は歌を返し、翌日の夜、2神は結婚したとされています。やがて、2神の間に生まれた子が「建御名方神」。建御名方神は、沼河から姫川をさかのぼって諏訪に入り、諏訪大社の祭神になったとされています（古事記などの文献による）。

夫婦と親子の物語が、時代を越えて3市をつなげ、より深い縁で結ばれます。

神話の縁で結ばれた 2市のおすすめスポットを紹介!



わたしが
をご紹介します!

諏訪市観光課観光係
山川 崇 さん

出雲市

稲佐の浜(出雲市大社町)

国譲り、国引きの神話で知られる浜です。
浜辺の奥に、大国主大神と武甕槌神が国譲り
の交渉をしたという屏風岩があります。



旧大社駅(出雲市大社町)

明治45年に開業し、平成2年に営業を終え
ました。現在残る駅舎は、大正13年に改築さ
れた純日本風の木造平屋建てで、大正ロマン
漂う建築美は当時の息吹を醸し出しています。
平成16年に国の重要文化財に指定されました。



糸魚川市

弁天岩(糸魚川市能生)

約100万年前に、フォッサマグナの海底火山
の噴火によってできた岩で、島の中ほどに厳
島神社が併設されています。



小滝川ヒスイ峡(糸魚川市小滝)

ヒスイのふるさと糸魚川を象徴するヒスイ
の産地で、国の天然記念物に指定されていま
す。ここから流れ出たヒスイは姫川を下り、
河口付近の海岸はヒスイ海岸とも呼ばれ、愛
好者がヒスイを探し歩く姿が見られます。



さまざまな取り組みを進めています

3市は、連携しながらさまざまなPRを行うため、現在、
次の3つの取り組みを進めています。

■ホームページの開設

神話のエピソードや3市の名所、グ
ルメ、特産品などを紹介します。3市
の縁を多くの人に知ってもらい、今後、
それぞれの市を行き来する人口の拡大
を図ります。



▲QRコード

■パンフレットの発行

3市で共通のパンフレットを製作
しました。諏訪市では、観光課窓口
(市役所4階)などに設置しています。

■オリジナル切手の販売

ネットワーク設立のきっかけとなった川崎日香湊さん
の日本画10作品を採用した切手シートを、3市の郵便局
などで4月10日(金)から販売しています。



ご協力を
お願いします



▲諏訪湖周クリーンセンター
マスコット「えこぽん」

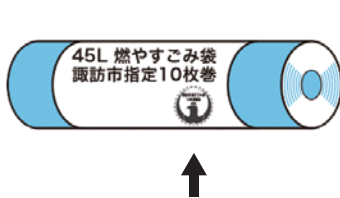
令和3年4月スタート

家庭系燃やすごみの有料化

市は、ごみの減量化や再資源化の促進、ごみ処理費用の負担の公平化を目的に、令和3年4月から家庭系の燃やすごみと大型可燃物を有料化します。市民のみなさんのご理解とご協力をお願いします。
(問) 生活環境課環境衛生係(内線211、212)

ごみ袋が青色に変わります

ごみ袋は、現在使用している黄色から、証紙付きの青色の指定袋に変わります。
新しい袋は、デザインが変更され10枚1セットのロール状で販売されます。



市が出荷を承認した袋には、紙帯に承認証が貼られています。購入する際に、ご確認ください。



大きさは3種類あります。袋代に加えて、袋の大きさごとに異なった手数料がかかります。

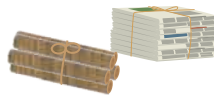


▲新しい袋のイメージ(収入証紙が印刷されています)

有料化に関するQ&A

Q 全部のごみが有料化されるのですか？

有料化されるのは、燃やすごみと大型可燃物です。燃やすごみの日にステーションに出すことができる剪定木・剪定枝や草類は、今までどおり無料です。また、資源物も無料で出すことができます。

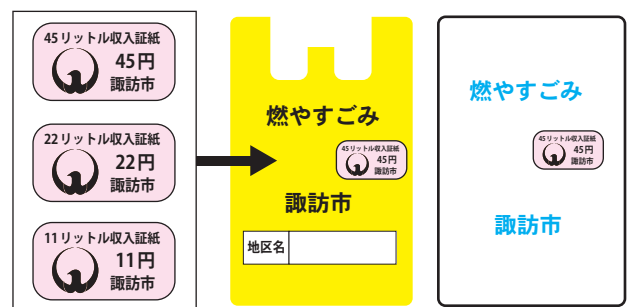


Q 諏訪湖周クリーンセンターに直接持ち込みたい場合は、どうすればいいですか？

証紙付指定袋に入れて持ち込む場合は、追加の手数料はかかりません。証紙付指定袋に入っていない場合や、袋に入らない大型可燃物を持ち込む場合は、10kgにつき110円の手数料がかかります。手数料は、諏訪湖周クリーンセンターで計量後、直接現金で支払ってください。(株)信州タケエイに大型可燃物を持ち込む場合も同様に、10kgにつき110円の手数料がかかります。

Q 今使っているごみ袋は使えなくなるのですか？

今使っている黄色や白色の袋も、袋の大きさに応じた手数料証紙シールを貼って出すことができます。45リットルの袋は45円、22リットルの袋は22円、11リットルの袋は11円分のシールを貼ってください。証紙シールは、令和3年3月から販売する予定です。なお、現在の黄色いごみ袋は、令和3年3月末で販売を終了します。



▲証紙シールを貼ることで現在の袋も使用できます。

新型コロナウイルスに 負けないからだをつくろう

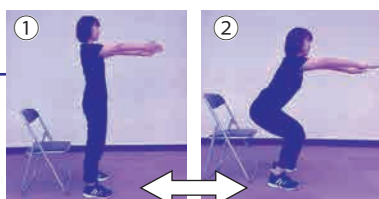


新型コロナウイルス感染症拡大の影響で外出する機会が減り、体を動かすことが減っていませんか？

活動量が少なくなることで体力や筋力が低下し身体機能が低下するだけでなく、生活習慣病のリスクも高まります。運動不足を解消できるよう、自宅でも簡単にできる運動の方法を紹介します。

(問) 保健センター(内線592)

スクワット



- ①足を肩幅より少し広めに開き、爪先は外側に向けます。

- ②お尻を後ろに突き出すイメージで腰を下ろしていきます。

①②を繰り返す

ポイント 膝が爪先よりも前に出ないようにしましょう。

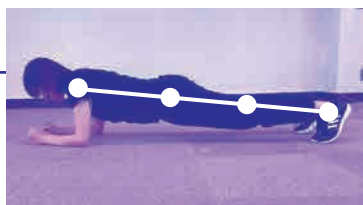
肩回し



- ①両手を肩に置きます。
- ②肘で大きな円を描くように肩を回します。

ポイント 肩甲骨を意識して動かしましょう。

体幹トレーニング



- ①うつ伏せになり、肘を肩の下に置きます。

- ②肘と爪先で体全体を支えて、そのままの状態を保ちます。

ポイント 肩・腰・ひざ・くるぶしが一直線になるようにしましょう。腰が反らないように、お腹に力を入れましょう。まずは10秒！秒数を少しずつ延ばしていきましょう。

ダウン腹筋



- ①手を胸の前で交差させます。
- ②その姿勢のまま、5秒かけて息を吐きながら上体を倒します。

ポイント 呼吸を止めないようにしましょう。膝を見ながら行くと首を痛めません。

回数や秒数は、自分の筋力や体力に合わせてみましょう。「少しきつめ」がポイントです！

こんなこともやってみましょう

- ラジオ体操・テレビ体操
- 散歩やウォーキング(人混みは避ける)…できるだけ**速歩**で負荷をかけると筋力がアップします。
- テレビを見ながら片足立ち…バランスや骨の強化に効果があります。
- 台所に立ちながらかかと上げ…ふくらはぎの筋肉に効きます。
- 家の中で、もも上げ・足踏み…ウォーキングと同じ効果があります。
- 入浴中に手をグーパー…腕を伸ばして行くと握力がアップします。

免疫力を高めるには、**運動・栄養・睡眠**そして、**笑顔**が不可欠です！ウイルスから身を守るため、日々の生活の中のできることに取り組みましょう。



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

廻本多都子さん

平成15年から3期12年にわたり、市議会議員として市政発展に貢献されました。この間、日赤対策特別副委員長をはじめ、社会文教副委員長、総務産業副委員長、国道バイパス特別副委員長の要職を務められました。

環境衛生功勞

木下 忠文さん

平成20年から12年間にわたり、諏訪市衛生自治連合会の会長として、全市一斉清掃や環境フェアなどの活動を推進し、環境衛生の向上に貢献されました（令和2年2月ご逝去）。

社会福祉功勞

久保田 正彦さん

平成19年から12年間にわたり、民生児童委員を務められ、東南部地区区域担当として、市民生活の安定と福祉の増進に貢献されました。

増沢 明さん

平成19年から12年間にわたり、民生児童委員を務められ、平成22年からは小和田地区副会長として、市民生活の安定と福祉の増進に貢献されました。

長崎 領二さん

平成19年から12年間にわたり、民生児童委員を務められ、平成25年からは中央地区会長として、市民生活の安定と福祉の増進に貢献されました。

岸 昌代さん

平成19年から12年間にわたり、民生児童委員を務められ、中央地区区域担当として、市民生活の安定と福祉の増進に貢献されました。

諏訪市身体障害者福祉協会

昭和25年から69年間にわたり、障がい者を取り巻く法律や福祉サービスが未整備であった時代から、身体障がい者の自立や社会参加の促進を図り、障がい福祉の向上に貢献されました。

保健衛生功勞

吉江 崇宏さん

平成10年の吉江内科医院の開設以来、21年間にわたり、地域住民の内科医療に尽力されるとともに、平成11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。

藤森 民雄さん

昭和63年から堀歯科医院に勤務し、平成11年からは専属の歯科医として31年間にわたり、地域住民の歯科保健の

交通安全功勞

諏訪市交通安全会連合会

昭和50年から44年間にわたり、道路への足型ペイントやミラー清掃などの交通安全活動を実施するとともに、諏訪湖祭湖上花火大会や諏訪湖マラソンなどのイベントにおいて交通整理を行い、交通安全行政の推進に貢献されました。

善行表彰

矢島 孝次さん

平成16年から15年間にわたり、諏訪市児童センターにおいて「チャレンジ工作」の講師として乳幼児、児童への工作指導を行い、情操教育の推進と発展に貢献されました。

塩尻鉄工株式会社

ものづくり教育奨励基金に1千万円を寄附され、教育行政の向上に貢献されました。

おはなし広場

平成5年から25年間にわたり、信州風樹文庫において児童書の補充や児童への読み聞かせ活動を実施して運営を支援するとともに、児童が本に触れる機会を提供し、読書活動の推進と発展に貢献されました。

あなたのまちの

民生委員・児童委員

～支えあう住みよい社会 地域から～

民生委員・児童委員は、地域の身近な相談役として、行政やさまざまな機関とのつなぎ役を担っています。困り事など、お気軽にご相談ください。

(問) 民生児童委員協議会事務局(社会福祉課社会係内) (内線 231、236)



民生委員制度は、大正6年に岡山県で誕生した「済世顧問制度」が源になっています。当初は、生活困窮者への支援を中心に活動していましたが、昭和21年には民生委員令が公布され、現在の「民生委員」に名称が改められました。現在は、救貧活動だけでなく、地域福祉の増進のために幅広い活動を行っています。

また、子育てを社会全体で支える「健やか」に子どもを産み育てる環境づくりを進めるために、平成6年に主任児童委員制度が創設され、さまざまな活動が展開されています。



▲民生委員・児童委員のマーク

民生委員・児童委員の 3つの基本姿勢

社会奉仕の精神

社会奉仕の精神をもって、社会福祉の増進に努めます。

基本的人権の尊重

相談内容や個人の情報を守り、個人の人格を尊重します。

政治的中立

職務上の地位を、政党や政治的目的のために利用しません。

Q1 民生委員・児童委員とは？

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱された地方公務員です(任期3年)。担当区域を持ち、地域住民の立場に立って心配事の相談や支援活動を行っています。

Q2 主任児童委員とは？

主任児童委員は、子どもや子育てに関する相談や支援活動を専門に担当する民生委員・児童委員です。担当地区を持つ民生委員・児童委員と連携しながら、児童健全育成に取り組んでいます。

Q&A

Q3 民生委員・児童委員の活動は？

担当区域の高齢者や障がい者、児童、妊産婦がいる世帯、母子・父子家庭などの生活上の困り事や心配事を聞き、さまざまな相談に応じます。また、必要な支援を受けられるよう、地域の関係機関に橋渡しをする「つなぎ役」として活動しています。

Q4 主任児童委員の活動は？

市役所や福祉事務所、児童相談所、学校と担当区域を持つ民生委員・児童委員との調整を行います。また、地域の子どもや子育て支援のキーパーソンとして、子どもについての相談に応じ、民生委員・児童委員と連携して問題解決に向けての支援活動を行っています。

令和2年度よりあい塾

講座メニューをお知らせします

行政のしくみや計画などを
分かりやすく説明します

市は、みなさんと市をつなぐ架け橋として、職員がみなさんのところへ出掛けて、行政のしくみやこれらの計画などを分かりやすく説明する出前講座「よりあい塾」を開催しています。お気軽にご利用ください。

●対象

市内在住者や在勤者、在学者で作る、おおむね10人以上の団体を対象とします。例えば、地区の自治会、会社、学校、ボランティアグループなどのみなさんです。

●時間・会場

原則、市役所の休日以外の午前10時から午後9時までの間で、約90分間です。会場は、申し込んだ団体側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、講座内容により、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

一覧表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

講座実施後のアンケートにご協力をお願いします。アンケート用紙は、申し込み後に通知する「よりあい塾引き受け通知書」と併せて送付します。よりあい塾は、学習活動のための

みなさんに出前講座「よりあい塾」を活用してもらい、市の仕事を身近に感じてもらうことで、一緒に快適で暮らしやすいまちづくりを進めていきます。

(申)・(問) 秘書広報課広報統計係

☎52-4141 (内線325)、

FAX 57-0660



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。なお、次のような場合は申し込みをお断りすることがあります。

●政治、宗教または営利活動を目的とする場合

●よりあい塾の目的に反すると認められる場合

●公の秩序を乱す恐れのある場合

**感染症拡大防止のため
当面の受け付けを休止します**

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、当面の間、申し込みの受け付けおよび開催を休止します。受け付けを再開する際は、広報すわや市ホームページなどでお知らせします。ご理解とご協力をお願いします。

よりあい塾

令和2年度 講座メニュー (1/2)

N …新しい講座

分野	No.	講座名	内容	担当課
行政	1	広げよう姉妹友好都市交流の輪	国内外の姉妹友好都市との交流の概要について	総務課
	2	統計からみる諏訪市	統計からみえる諏訪市の姿	秘書広報課
	3	わかりやすい市税の話	住民税、固定資産税、軽自動車税など身近な市税の話	税務課
	4	諏訪湖イベントひろば (旧東バル跡地)の活用に向けて	旧東バル跡地の具体的な活用に向けた意見交換	企画政策課
	5	市政に参加しよう!(パブコメを書いてみよう)	パブリックコメントにより意見を出してみませんか	企画政策課
	6	「輝く SUWA」の実現に向けて	まち・ひと・しごと創生総合戦略、総合計画のあらまし	企画政策課
	7	行政と地域の情報化(オープンデータってなに?) N	オープンデータに関する諏訪市の取り組みの紹介	企画政策課
	8	行政改革について	行政改革の取り組みについて	企画政策課
	9	これからの公共施設 ～次世代に大きな負担を残さないために～	今後の公共施設のあり方を一緒に考えましょう	企画政策課
	10	地方財政夜話(よばなし)	地方財政の仕組みと、諏訪市の財政状況	財政課

次ページに続く

分野	No.	講 座 名	内 容	担 当 課
まちづくり・防災	11	認可地縁団体とは	認可地縁団体の登録制度とその仕組み	地域戦略・男女共同参画課
	12	かりんちゃんバスで生活を豊かに!	各地区に最適なバス路線の活用方法をご提案します	地域戦略・男女共同参画課
	13	男女共同参画社会とは	男女共同参画社会実現に向けての啓発(紙芝居上演)	地域戦略・男女共同参画課
	14	わが家の防災対策	地域に影響のある災害と日ごろの防災対策	危機管理室
	15	諏訪市に影響のある地震と対策	過去の地震や今後予想される地震とその対策	危機管理室
	16	避難所運営ゲーム(HUG)	避難所で起こるさまざまな出来事への対応訓練ゲーム	危機管理室
健康・子育て	17	からだが変わる、簡単ヘルシーな食事 N	糖尿病、高血圧などの生活習慣病を予防する食生活	健康推進課
	18	かからなくてもすむ病気を避ける極意1(高血圧予防) N	高血圧を防いで脳、心臓、腎臓を守る	健康推進課
	19	かからなくてもすむ病気を避ける極意2(糖尿病予防) N	糖尿病による合併症、透析、網膜症などを防ぐ	健康推進課
	20	心が楽しくなる方法 N	ストレスはあってもいいんです。気づき、つなげて、見守ろう	健康推進課
	21	目からウロコの健診結果 N	生活習慣病は自覚症状がありません。健診結果で自分の体を知ろう	健康推進課
	22	児童の福祉について	子育て支援と子どもを取り巻く問題	こども課
	23	子どもとの関わり方について	親と子のより良い絆づくり	こども課
	24	子どもの「食」を考える	乳幼児、学童の成長期における「食」を考える	こども課
福祉	25	障がい児・障がい者のための福祉サービス	障害者手帳をお持ちの方が使える福祉サービスについて	社会福祉課
	26	災害時に地域で要援護者を支援するために	災害から身を守るために、本人、家族、地域ができる備え	社会福祉課
	27	地域福祉計画について	住民同士がお互いに支え合う地域づくりを進めましょう	社会福祉課
	28	在宅での介護を支える制度と仕組み	介護保険制度のあらましやサービス	高齢者福祉課
	29	高齢者の健康づくりと介護予防	健やかな高齢期と介護予防のための健康づくり	高齢者福祉課
生活	30	学ぼう消費生活～子どもから高齢者まで～	楽しく学んで、消費者トラブルから自分や家族を守ろう	市民課
	31	ごみ減量化・資源化と自然環境	ごみ分別と資源化の取り組み、家庭の省エネ、特定外来生物について	生活環境課
経済	32	中小企業のための各種支援制度	制度資金と補助制度の説明	商工課
	33	産業連携の可能性	産業間の連携による地域の活性化や課題解決	産業連携推進室
道路・都市計画	34	諏訪市の道路、水路	道路、水路の管理や改良	建設課
	35	住みよい街とは	土地区画整理事業による住みよい住環境	都市計画課
	36	地域で作る景観形成と街並みづくり	景観形成や街並みづくりへの取り組み、支援制度の紹介	都市計画課
	37	あなたの住宅は地震に対して安全ですか?	住まいの地震対策と耐震診断、耐震補強	都市計画課
	38	地元・地域とつくる公園緑地	地元・地域との協働による憩いの公園管理	都市計画課
	39	空き家について考えましょう	空き家に関する法令などの情報	都市計画課
	40	動き出した国道20号諏訪バイパス	構想の浮上から今までの経過と進捗状況について	国道バイパス推進室
水道・温泉	41	おいくらですか? 意外と知らない水道料金計算法	水道・温泉料金、下水道使用料、受益者負担金や温泉契約について	営業課
	42	安全な水が家庭に届くまで	水道水ができるまでの仕組み	施設課
	43	温泉が家庭に届くまで	温泉施設と、その現状	施設課
	44	下水道はやさしく使いましょう	ルールを守って快適環境を	施設課
生涯学習	45	未来に伝えよう諏訪市の文化財	文化財や遺跡の保護と活用、関係する行政手続きを講演会形式や現地・現物を見ながら説明会まで	生涯学習課
	46	絵本などの読み聞かせ	おはなし会(絵本、紙芝居、パネルシアターなど)	生涯学習課
	47	おじゃまします! 出張博物館	企画展や所蔵品などについての紹介。体験講座(銅鏡作りなど)もできます	生涯学習課
	48	アートを身近に! 市美術館が出張します	持ち出し可能作品が出向きます。本物に出会う感動をぜひ!	生涯学習課
その他	49	議会と市民のよりよい関係を作る「議会基本条例」	議会の仕組みや運営方法を分かりやすく解説	議会事務局
	50	なるほど・ザ・選挙	選挙制度や投票の方法、選挙の課題を分かりやすく説明	選挙管理委員会

Topic
01

住民税非課税世帯の第1～3段階の人の保険料が変わります

65歳以上の人の令和2年度の介護保険料が決まりました

介護保険料は、介護サービスや介護予防にかかる費用などから算出された基準額をもとに、所得などに応じて段階別に設定されます。令和元年10月の消費税率改定による経済的負担を軽減するため、第1～3段階の人の介護保険料が改定されます(第4～14段階の人の保険料は変わりません)。

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。

【令和2年度 年間保険料(改定する段階のみ抜粋)】

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(64,200円)×0.30	19,260円
		前年の合計所得金額(※)から、 公的年金に係る雑所得を控除した 金額と課税年金収入額の合計	80万円以下	2	基準額(64,200円)×0.50	32,100円
			80万円を超え、120万円以下	3	基準額(64,200円)×0.65	41,730円
			120万円を超える			

※合計所得金額…○収入金額から必要経費に相当する金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。○土地売却などに係る特別控除がある場合は、合計所得金額から「長期譲渡所得および短期譲渡所得に係る特別控除額」を控除した金額を用います。

(問) 高齢者福祉課介護保険係(内線 293、294)

Topic
02

軽自動車や原付バイクなどをお持ちのみなさんへ

令和2年度軽自動車税(種別割)についてのお知らせ (問) 税務課庶務係(内線 143、142)

■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6月1日(月)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月中旬に発送します。金融機関、郵便局、コンビニ、市金庫で納付できるほか、今年度からスマートフォンなどのアプリ(「PayPay」および「LINE Pay」)を利用した納付が可能になりました。納税通知書に記載されたバーコードを読み込むことで、支払うことができます。

※スマートフォンなどのアプリを利用した場合、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、市金庫でお支払いください。



▲PayPay



▲LINE Pay

■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
四輪以上	三輪	3,100円	3,900円	4,600円
	乗用 自家用	7,200円	10,800円	12,900円
	乗用 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
	貨物 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2年度の重課税率対象は、初度検査年月が平成19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

平成31年度(令和元年度)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 初度検査年月が平成31年4月～令和2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2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。



3/16
(月)

優れたデザイン性が評価されました SUWA プレミアム認定商品受賞報告

SUWA プレミアム認定商品のSEEK SPLが信州ブランドアワード2019を、Laurett'sがドイツのiF DESIGN AWARD2020を受賞しました。各商品とも、諏訪の技術を生かした優れたデザイン性が評価されました。



3/17
(火)

介護サービスの質の向上に寄与されました 介護なんでも相談員に感謝状贈呈

平成16年から16年にわたり、介護なんでも相談員として介護サービスの質の向上に寄与された2人に感謝状を贈呈しました。利用者と介護保険施設や行政との橋渡し役として、長年活躍していただきました。



3/30
(月)

被災地の災害復興事業のために派遣 長野市派遣職員出発式

令和元年東日本台風の被害を受けた長野市へ派遣される市職員の出発式が行われました。派遣期間は4月1日から1年間で、応急仮設住宅の管理運営業務に携わりながら被災地の復興に力を注ぎます。



3/30
(月)

観測史上初めての3月中の開花 高島公園桜開花報告

高島公園で、3月29日に桜の開花を確認し、翌日開花報告が行われました。暖冬の影響でこれまでで一番早い開花となり、3月中の開花は初めてでした。公園内の木々もほころび始め、春の訪れを感じる季節となりました。



4/2
(木)

発達障がいを知る機会に ブルーライトアップ高島城

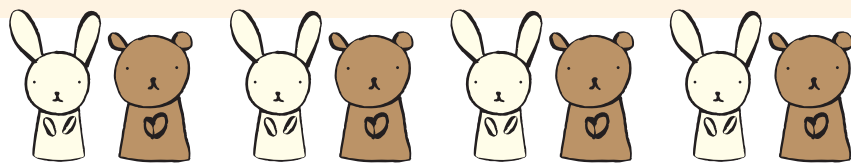
発達障がいについて理解を深めるきっかけとして、国連の定めた世界自閉症啓発デーに合わせた催しが行われました。癒やし・希望・平穏を表すシンボルカラーの青色で、高島城の姿が映し出されました。



4/3
(金)

安心安全な学校生活に役立てます 除菌脱臭スプレーの寄贈

児童・生徒が安心安全な学校生活を送るため、株式会社信州タケエイ様から除菌脱臭スプレーを寄贈していただきました。校内や備品などの除菌に活用し、子ども達の新型コロナウイルス感染症防止対策に役立てます。



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



今年度の市立保育園の重点テーマ

「絵本の読み聞かせ」に取り組みます

保育園が重視するテーマ

市立保育園では、普遍的なテーマとして「絵本」「運動あそび」「食育」の3本柱を重視しています。今年度は、「絵本」に取り組みます。このテーマは、絵本との関わりを通して子どもたちの成長を促すことを主眼として、「子どもたちが絵本に親しみ、絵本の読み聞かせを心地良いと思う中で、絵本がおもしろい、楽しいと感じてほしい」という願いを込めています。絵本の楽しさを

友だちと共感しながら、あそびを創り上げたり、探究心を深めたりすることにつながってほしいと思います。

絵本を通して

親子の触れ合いを大切に

家庭でも、絵本の読み聞かせを通して、親子の触れ合いを大切にもらうために、保育園では、絵本の選び方や楽しみ方をお知らせしていきます。この機会にぜひ、家庭でも絵本に関心を寄せてみてください。

絵本の選び方や楽しみ方を知り、子どもたちと一緒に、絵本を楽しんでみませんか。

(問) こども課保育係
(内線447)



市保育協会会長
関 ゆかり 園長

児童センターからのお知らせ

児童センターは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントを中止したり、臨時休館したりする対応をしています。ご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。最新の情報は、ホームページでお知らせしますので、ご確認ください。
(問) 児童センター ☎54-7714

児童センターの
最新情報はこちら→



<児童センターHP>

遊びに来たときは、気軽に声を掛けてね！

児童センターで働いている児童厚生員を紹介します

利用者の方の笑顔にたくさんの元気をもらっています。今後も、みんなの笑顔はじける児童センターにしていきたいです。



▲ 上原 啓一さん

ドッジボールが得意で、トランプやボードゲームなど遊ぶことが大好きです。ぜひ児童センターと一緒に遊びましょう。



▲ 今井 要太さん

児童センターに来館するみなさんに、気持ちよく過ごしてもらえよう、努めていきたいと思っています。



▲ 吉池 友子さん

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…郵送またはメールでご応募ください。
※メールの場合、画像のサイズは4Mバイトまで。
★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



松澤 星奈ちゃん
(1歳2か月)
いつもニコニコ元気いっ
ぱい!すくすく育ってね。



ふるかわ ひかり
古河 光湊ちゃん
(1歳2か月)
お兄ちゃんのまねっこ大好き!
にこにこ笑顔で過ごしてるよ。



あゆむ
岩波 歩ちゃん
(1歳5か月)
元気いっぱい!お兄ちゃん
とかけて大好き。

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



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ごと
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
発達に関すること……………☎75-1176

直通は
コチラ!



今月の乳幼児健診・相談・予防接種

(問) 保健センター ☎52-4141(内線591、592)

【駐車場】保健センター・検診センター→各会場または文化センター

※自宅で同居家族全員の検温と健康チェックをした上で、
マスクを着用して来てください。

※可能な限り、付き添いの保護者は1人としてください。

乳幼児健診

	日 程	対 象
4か月児健診	5月25日(月)	令和2年1月生まれ
10か月児健診	5月26日(火)	令和元年7月生まれ
1歳6か月児健診	5月1日(金)	平成30年10月生まれ
3歳児健診	5月7日(木)	平成29年4月生まれ

●受付時間 ○1日～15日生まれ…午後1時～1時30分 ○16
日～末日生まれ…午後1時30分～2時 ○4月対象者…午後2
時～2時15分 ●会場 保健センター ●持ち物 母子手
帳、記入済みの健康診査票、着替えを入れるバッグ、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【歯科相談・歯のフッ素塗布は中止します】

●対象 平成30年4月生まれ ●日程 5月21日(木) ●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 ●会場 保健セン
ター ●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、着替えを入れるバッグ、バスタオル

すこやか子育て相談(乳幼児対象)【中止します】

発育・発達の相談は、保健センターに連絡してください。

予防接種

【共通事項】

●持ち物 母子手帳、予診票、バスタオル(着替え用)

■日本脳炎(初回2回目) ●対象 平成29年1月～4月1日生
まれ ●日程 5月12日(火) ●受付時間 ○1日～15日生ま
れ…午後1時30分～1時55分 ○16日～末日生まれ…午後1時
55分～2時20分 ●会場 保健センター

■四種混合(①初回1回目 ②追加) ●対象 ①令和元年9月
～12月生まれ ②平成30年7月～9月生まれ ●日程 ①5月
11日(月) ②5月27日(水) ●受付時間 ○1日～15日生まれ…
午後1時30分～1時55分 ○16日～末日生まれ…午後1時55
分～2時20分 ●会場 保健センター

■BCG ●対象 令和元年11月生まれ ●日程 5月18日(月)
●受付時間 午後1時30分～2時20分 ●会場 医師会検診
センター

☆諏訪市子育てサイト

最新の子育て情報は、子育て情報をまとめ
た市ホームページの「諏訪市子育てサイト」を
ご利用ください。



☆子育てイベントカレンダー

市が主催する0歳～18歳の子どもと保護者
対象のイベント情報などを月間カレンダーに
しました。毎月25日前後に更新します。





Health & Happy Life

みんなの健康リレー

今月は

食改さんおすすめ!



ヘルシー

レシピ



(問) 保健センター(内線591)

肉巻きキャベツの梅照り焼き

ポイント

梅干しは塩分12%のものを使用しています。塩分濃度により、しょうゆの量を加減しましょう。



1人分の栄養価

エネルギー	217	kcal
たんぱく質	18.9	g
食物繊維	1.4	g
塩分	1.4	g

協力:市食生活改善推進協議会

【材料】<おとな2人分>

- キャベツ…100g
- 塩…少々
- 白いりごま…小さじ1
- 豚もも薄切り肉…6枚
- 梅干し…中1個
- しょうゆ…小さじ1
- みりん…大さじ1
- 小麦粉…大さじ1
- 油…小さじ2

【作り方】

- ①キャベツは太めの千切りにして塩を振って10分ほどおき、軽くもんで水気を絞り、ごまをまぶす。
- ②梅干しは種を取ってからたたき、Aと合わせておく。
- ③豚肉に、①を等分にのせて巻き、小麦粉を薄くまぶす。
- ④フライパンに油を熱し、③の巻き終わりを下にして並べ、転がしながら火が通るまで焼く。②を加え、絡ませながら汁気がなくなるまで焼く。

A



知ってカラダが得をする!

健康ひとくちMEMO

今月の紹介者

市スポーツ課
健康運動指導士
根橋 優幸 さん



(問) スポーツ課 ☎57-2811



体重より脂肪を減らすことが正しい減量

減量やダイエットというと、体重を減らすことと思いがちですが、大切なのは脂肪を減らすことです。

食事制限のみで減量した場合、脂肪量は変わらず筋肉量だけが減少し、活力ある生活を送るための体力をなくしてしまうという本末転倒な結果につながります。

人が1日に消費するエネルギーの60%は基礎代謝(何もしなくても消費されるエネルギー)です。中でも筋肉で一番多くのエネルギーを消費するため、筋力トレーニングによって筋肉を増やし基礎代謝量を上げることは、太り

にくい体を作るもとになります。加えて、体脂肪を燃焼させる有酸素運動を組み合わせ、長期的に継続していくことが大切です。一度に減量しようとせず、「平日に運動ができなかったから週末に少し多めに運動しよう」といったように、長い期間で考えるのが長続きのコツです。

■減量の3本柱

- 食事制限(間食を控える、適度な糖質制限)
- 筋力トレーニング
- 有酸素運動(ウォーキング、エアロビクスなど)

月	日	医科(9:00~12:00, 13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
5	3日(日・祝)	小松内科クリニック☎53-7631 (外科)諏訪赤十字病院☎52-6111	今井歯科医院☎82-3066	岩波湖畔薬局☎54-1873
	4日(月・祝)	塩沢医院☎52-0038 (外科)諏訪赤十字病院☎52-6111	正田歯科クリニック☎54-2575	クオール大手薬局☎56-1150
	5日(火・祝)	柳沢医院☎52-0159 (外科)諏訪赤十字病院☎52-6111	どんぐり歯科医院☎72-6330	エイコー堂原田薬局☎58-8040
	6日(水・休)	こいけこどもクリニック☎75-5047	藤森歯科クリニック☎52-1182	薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店☎54-3120
	10日(日)	松本医院☎52-3247	山田歯科クリニック☎70-0007	大坂屋薬局☎52-7756
	17日(日)	五味医院☎52-1126	落合歯科医院☎53-3800	日医調剤上諏訪薬局☎75-8007
	24日(日)	花田眼科☎57-8788	上條歯科医院☎72-2687	モリキ諏訪城南薬局☎78-8652
6	31日(日)	きみづか整形外科☎78-4001	丸茂歯科医院☎58-0150	ららくま薬局☎58-0090
	7日(日)	なかす内科医院☎54-2230	浅井歯科医院☎82-5888	片倉薬局☎58-0529

■必ず事前に連絡の上、受診してください。当番医・薬局は変わる場合があります。

■休日当番医はホームページにも掲載します。

■諏訪赤十字病院は外科のみです。

【諏訪市医師会】

QRコード▶



【諏訪市歯科医師会】

QRコード▶



今月の休日当番医・薬局
(5月、6月第一週)

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、市博物館、市美術館、原田泰治美術館、すわっこランド、市図書館、信州風樹文庫は、5月10日(日)まで休館します。状況により、休館期間を延長する場合があります。



市博物館

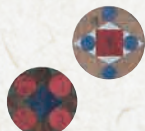
☎ 52-7080



【休館日】 臨時休館中(～5月10日(日))、毎週月曜日

■特別展「諏訪大社上社下社の算額」

幕末から明治時代にかけて諏訪大社上社下社に奉納された算額の修復が完了したことを記念し、特別公開します。詳しくは、今号16ページをご覧ください。



●期間 5月12日(火)～7月26日(日)

イベント

■おおむかし何でも相談室

諏訪の考古・歴史の質問に答えます。土器片や石器の鑑定もします。



●日程 5月31日(日)

●時間 午後1時～3時



市美術館

☎ 52-1217



【休館日】 臨時休館中(～5月10日(日))、毎週月曜日

■特集展示「志村一男 一心象で見る風景」、同時開催「令和元年度新収蔵作品展」

諏訪市出身の洋画家・志村一男の特集展示を、岡谷美術考古館(会期：5月14日(木)～)



と共同開催します。また、同時開催として新たに美術館に収蔵された作品のお披露目展示も行います。

●期間 開催中(～7月12日(日))

イベント

■つきいちアート5月親子ワークショップ「彩りこいのぼりを作ろう！」※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止します。



原田泰治美術館

☎ 54-1881



【休館日】 臨時休館中(～5月10日(日))、毎週月曜日

■原田泰治 取材の旅から「水に生き土に生きる」

農業や漁業など、水とともに生きる人々、土とともに生きる人々の姿を描いた作品を展示します。



「春の土」1998年 ©原田泰治

●期間 開催中(～6月14日(日))

延期のお知らせ

東京オリンピック・パラリンピックの延期により、広報すわ4月号挟み込みの「生涯学習だより」に掲載した『東京2020大会(日本博)参画プロジェクト企画展(原田泰治が描くふるさと信州の四季)』の会期を変更します。6月からの企画展は、広報すわ6月号でお知らせします。



すわっこランド



☎ 54-2626

●臨時休館中(～5月10日(日)) ●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17日(日) ●ふろ・プールの日(入館料半額相当)…5月26日(火)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429



休館日…臨時休館中(～5月10日(日))、毎週月曜日、5月29日(金)

信州風樹文庫 ☎58-1814



休館日…臨時休館中(～5月10日(日))、毎週月曜日、5月29日(金)

おすすめの図書(信州風樹文庫)

■アパレル興亡

黒木亮 著 (岩波書店)

戦後から平成までのアパレル業界の足跡。著者の描くフィクションはノンフィクションを超える！



■ベルリン1919 赤い水兵上・下

クラウス・コルドン 作

酒寄 進一 訳 (岩波書店)



1919年～1945年、激しく揺れ動いたベルリンを舞台に、そこに暮らした貧しい子どもの目を通して映し出される壮絶な物語。

市図書館 定例イベント

会場：市図書館 申し込み：不要

5月の定例イベントは、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、中止します。

中止イベント

【みんなで本を読む日】

■ビブリオトークの会

【おはなし会】

■きかんしゃポッポ(乳幼児向け)

■おはなしきかんしゃ(園児・小学生向け)

子どもたちの健やかな育ちと子育てを社会全体で応援します

子育てに関する計画を策定しました

市は、「第二期諏訪市子ども・子育て支援事業計画」および「“ひろがる笑顔”ゆめ保育所プラン」「保育所民営化ガイドライン」を策定しました。各計画の概要をご紹介します。計画の詳しい内容などは、市ホームページをご覧ください。

(問) こども課保育係(内線447)



■第二期諏訪市子ども・子育て支援事業計画

- 策定の趣旨 子ども・子育て支援策を総合的に推進することで、市の全ての子どもたちが幸せに輝くことができる地域社会の実現をめざします。
- 計画の期間 令和2年度～令和6年度(5か年)
- 施策の体系 次の4つを基本目標として、基本目標ごとに定めた施策目標に沿って計画を推進します。



【基本目標】

- 多様な幼児教育・保育の充実
- 地域社会全体での子育て支援の充実
- 安心して子育てできる環境づくり
- 子育てと仕事が両立できる環境づくり

■“ひろがる笑顔”ゆめ保育所プラン(保育所“笑顔プラン”)

- 策定の趣旨 人口減少や少子化の進行がもたらすさまざまな課題に対応しながら、限られた保育資源を効果的に配置することで、乳幼児期の子どもの育ちにとってより望ましい保育環境を構築していくため、長期的な視点から保育所の再編整備および運営に関する基本的な考え方を示すために策定しました。
- 計画の内容 保育所“笑顔プラン”は、将来を見据えた望ましい保育環境の方向性(適正規模、適正配置、民間活力)を整理した上で、プランの推進期間や進行管理、その際の留意事項などをまとめています。プラン推進の具体的な方法や進め方は、保護者や地域のみなさんとの対話・意見交換の場を設けながら検討していきます。



▲諏訪大社上社算額



▲公開する算額の一部

江戸時代、日本独自に発展した数学である和算が広まり、和算研究者から寺子屋でそろばんを学ぶ庶民まで、多くの人が和算に親しみました。やがて、難しい問題が解けたことを神や仏に感謝し、和算の問題や答えを絵馬に記した「算額」を寺社に奉納する風習が生まれ、全国各地で流行しました。

諏訪大社上社・下社にも、幕末から明治時代にかけて奉納された算額が今に残っています。両社の算額修復事業が完了したことを記念して、市博物館で特別に公開します。

特別展 諏訪大社上社下社の算額

- 期間 5月12日(火)～7月26日(日)
- 休館日 月曜日 ※5月10日(日)まで、臨時休館します。
- 開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
- 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)
- 所在地 諏訪市中洲171-2



市博物館特別展 諏訪大社上社下社の算額

諏訪大社上社・下社に残る算額の修復事業が完了したことを記念して、市博物館で特別公開します。

(問) 市博物館 ☎52-7080

※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。



ご活用ください！

新婚新生活住まいの補助金

新婚夫婦の新生活のスタートを応援します。

- 対象 次の要件を全て満たす夫婦
○令和2年1月1日～令和3年2月28日に婚姻届を提出し、受理された夫婦
○婚姻日に、夫婦の双方が34歳以下
○夫婦の所得の合計が、340万円未満
○対象となる住居が市内にあり、夫婦の双方が対象住居に住所を有している
○市税を滞納していない

- 補助額上限 30万円 ※婚姻日に、夫婦の双方が30歳未満の場合は、上限40万円。

- 対象経費 令和2年1月1日～令和3年3月5日に支払った住宅取得費用、住宅賃借費用、引っ越し費用

- 申請期限 令和3年3月5日(金) ※申請を希望する人は、事前にお問い合わせください。

(申)・(問) 地域戦略・男女共同参画課 地域支援係(内線288)



ご利用ください！

ミュージアムパスポート

市は、市内在学、在住の小・中学生のみなさんに博物館や美術館を気軽に利用していただくため、ミュージアムパスポートを市内の学校を通じて配布します。なお、配布は学校および博物館の再開後を予定しています。このパスポートで、諏訪地方6市町村の公立博物館・美術館19館や高島城の入館料が無料になります。

- 利用期限 令和3年3月31日(水) ※期間中は、何回でも使えます。

- 利用できる人 市内在学、在住の小・中学生(市外に在学、在住の場合は、お問い合わせください)。

- 利用方法 各館の受付で、ミュージアムパスポートまたは身分証明書などを提示してください。 ※同伴の保護者2人までは、団体割引料金で入館できます。

- 無料になる施設 ○市内…市博物館、市美術館、原田泰治美術館、高島城 ○市外…市博物館ホームページで確認してください。

- その他 市博物館、市美術館、原田泰治美術館の3館のスタンプを集めた人には、記念品を差し上げます。

(問) 市博物館 ☎52-7080



5月定例教育委員会

- 日程 5月28日(木)
- 時間 午後3時
- 会場 市役所302会議室(3階)



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28日(木) 午後0時30分～終日
- (問) 観光課施設管理係(内線423)



第72回諏訪湖祭湖上火火大会の開催について

毎年8月15日に開催している諏訪湖祭湖上火火大会は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、開催の可否を検討しています。開催の可否や実施方法などは、決定次第お知らせします。詳しくは、諏訪湖の花火ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

(問) 諏訪湖祭実行委員会(観光課内) (内線421、422)



自動車税(種別割)の納期限は6月1日(月)です

自動車税(種別割)は、4月1日現在で自動車(軽自動車、二輪車を除く)を所有している人に納めていただく県の税金です。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できます。また、ペイジー納付やインターネットからのクレジット納付に加え、スマートフォン決済アプリ「PayPay」、[LINE Pay]も利用できるようになりました。詳しくは、お問い合わせください。

(問) 長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2905

日常生活から感染症を予防しよう

- ◆手洗い…帰宅時や食事前など、こまめに手を洗いましょう。
- ◆咳エチケット…せきやくしゃみをする際は、マスクやハンカチ、肘の内側などで飛沫を防ぎましょう。
- ◆人混みを避ける…閉鎖した空間なども避けましょう。

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、掲載する催しや講座などを中止または延期する場合があります。今号に掲載している内容は、4月17日(金)現在の情報です。開催日の延期や中止など、最新の情報は市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



▲QRコード



お知らせ



高島城祭の開催を延期します

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月24日(日)に開催予定だった第51回高島城祭を延期します。

■高島城祭

- 延期日 10月18日(日) ※詳しくは、決定次第お知らせします。
- (問) 観光課観光係(内線421、422)

■文芸作品の募集

高島城祭の開催に合わせて募集している文芸作品(短歌、俳句、川柳)は、受け付けを休止します。再募集は、決定次第お知らせします。

(問) 文化協会事務局(生涯学習課生涯学習係内) (内線595)

諏訪市は「振り込め詐欺撲滅宣言」をしています

■対策は電話機から!!「相手は人をだますプロ」

詐欺電話を掛けてくる相手は、人をだますプロです。電話に出て話をしてしまうと、だまされる可能性が高まります。相手の電話番号が表示されるナンバーディスプレイや「録音します」とメッセージが流れる機能がある電話機などを設置して対策を強化しましょう。

市は、迷惑電話防止機器の購入に補助金を支給しています。

詳しくは、市民課④番窓口(市役所1階)にお問い合わせください。

- 相談窓口 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 ▶



(問) 市民課市民窓口係(内線116)

※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 大型生ごみ処理機をご利用ください

生ごみの自家処理が困難な世帯を対象に、さざ波の家に大型生ごみ処理機を設置して堆肥化を行っています。利用には、生活環境課窓口(市役所2階)で登録が必要です。

- 対象 次の要件を全て満たす人 ○市内に住所がある人 ○過去6年間に諏訪市生ごみ堆肥化容器等設置補助金の交付を受けていない人(コンポスト化容器は除く) ○事業活動に伴って生じる生ごみの排出者でないこと
- 持ち物 住所と氏名を証明できる書類(運転免許証、健康保険証など)
- 申し込み 生活環境課窓口(市役所2階)で所定の申込書を記入の上、提出してください。その場でIDカードを発行します。

- その他 生ごみを投入するごとに、IDカードにポイントが加算されます。20ポイントにつき、堆肥1袋と交換できます。
- (申)・(問) 生活環境課環境衛生係(内線212)

**i** 水道メーターを交換します

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	赤沼、飯島、桑原、神戸、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	諏訪1丁目、大手1・2丁目、高島1丁目、小和田南、湖岸通り4・5丁目、家下青木

- その他 ○交換は、水道局が契約した市内水道業者が訪問し、作業を実施します。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)。○交換時期は、メーターボックス上に車など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)

i 小型合併処理浄化槽の設置補助

- 対象 令和2年度中に、市内下水道事業計画区域外の区域の専用住宅に小型合併処理浄化槽(10人槽以下で、市補助金取扱基準を満たすもの)を設置する人 ※下水道事業計画区域内であっても、当分の間は公共下水道の整備が見込まれない区域を含みます。

- 補助上限額 ○5人槽…33万2,000円 ○7人槽…41万4,000円 ○10人槽…54万8,000円

- 申し込み 補助対象に該当するか、本申請前に審査しますので、必ず事前確認申込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。ただか、お問い合わせください。
- (申)・(問) 生活環境課環境保全自然エネルギー推進係(内線215)

i 生ごみ堆肥化容器等設置補助金をご利用ください

市は、生ごみの自家処理の推進などを目的に、生ごみ処理機(電動式)および生ごみ堆肥化容器(コンポスト化容器)の購入費の一部を補助しています。

- 補助対象 ○生ごみ処理機(電動式)…1世帯当たり1基まで ○生ごみ堆肥化容器(コンポスト化容器など)…1世帯当たり2基まで

- 補助金額 購入金額(税込み)の3分の2以内で上限4万円(100円未満は切り捨て) ※容器本体のみが補助対象となります。

- 申し込み 生ごみ堆肥化容器を購入後、①印鑑(認印可)、②領収書の写し、③型番入りの保証書(領収書に型番の記載がない場合のみ)、④振込先が分かるもの、⑤設置の状況が分かる写真(1基につき1枚)を持参し、申請書を記入の上、提出してください。※申請書は生活環境課窓口(市役所2階)または市ホームページから取得できます。

- その他 過去に市の補助金交付を受けた場合でも、6年以上経過していれば、新たに購入した際に補助金交付を受けることができます。

(申)・(問) 生活環境課環境衛生係(内線212)



▲QRコード

i 6月の市議会定例会

6月の市議会定例会は、6月1日(月)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22日(金)正午までです。

- 日程 ○招集日…6月1日(月) ○代表・一般質問…6月8日(月) ○一般質問…6月9日(火)、10日(水) ○最終日…6月17日(水)
- (問) 議会事務局(内線521)

i スプレー缶・カセットボンベの出し方にご注意

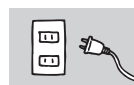
3月の資源物収集中に、火災が発生しました。スプレー缶やカセットボンベは、火災を防ぐため中身を使い切り、屋外の換気の良い火気の無い場所で必ず穴を開けて出してください。



(問) 生活環境課環境衛生係(内線211、212)

i エコワットで消費電力量を調べてみませんか

エコワットを使うと、電化製品の消費電力量などを簡単に確認できます。



- 貸し出し期間 3週間
 - 申し込み 直接、生活環境課窓口(市役所2階)へお越しください。
 - その他 諏訪市公共ポイント実証実験対象事業です。
- (申)・(問) 生活環境課環境保全自然エネルギー推進係(内線214、215)

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、風俗慣習上の行事を行うために必要なもの
- (問) 生活環境課環境保全自然エネルギー推進係(内線214、215)

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で、次のいずれかに当てはま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 ①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 ②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 ③母が婚姻によらない(未婚)で生まれた 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をもつ場合は、20歳未満まで)。

- 支給月額 ○全部支給… 4万3,160円 ○一部支給… 4万3,150円～1万180円 ○第2子加算額… 1万190円～5,100円 ○第3子以降加算額…6,110円～3,060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… 5万2,500円 ○2級該当児童…3万4,970円

- 支給月 4月、8月、12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)



マチを好きになるアプリ

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。



ダウンロードは
←こちら

i 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、年金の支払いが一時止まります。

- (申)・(問) ねんきんダイヤル☎0570-05-1165、岡谷年金事務所☎23-3661

i 国民年金保険料免除期間がある人に追納のお勧め

国民年金保険料の納付期間内に、免除や学生納付特例の承認を受けた期間があると、保険料を全額納めたときよりも老齢基礎年金の受給額が少なくなります。これらの期間の保険料は、10年以内であればさかのぼって納めることができます(3年目以降は、保険料に加算額が上乗せされます)。追納を希望する人は、岡谷年金事務所または市民課(⑤番窓口)で申し込みを。

- 持ち物 基礎年金番号か個人番号(マイナンバー)がわかるもの、認印、本人確認書類(自動車運転免許証などの顔写真付きのものは1点、保険証などの顔写真がないものは2点)
- (申)・(問) 岡谷年金事務所☎23-3661、市民課市民窓口係(内線119)

i 市民満足度調査・市民アンケートを実施します

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とともに、令和4年度を計画初年度とする第六次諏訪市総合計画に掲げる市がめざす将来像に市民のみなさんの意向を反映させるため、「市民満足度調査兼第六次諏訪市総合計画市民アンケート」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3,000人を無作為抽出します。
- 調査期日 調査票が届いた人は、5月15日(金)までに、回答用紙を返信用封筒に入れて郵送してください(切手不要)。インターネットでも回答できます。



▲ネット回答

- (問) 企画政策課企画政策係(内線322)

i 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。

- 日程 毎週月曜日・金曜日
- 時間 午前9時～午後2時
- 会場 市役所会議室
- 取り扱い言語 ポルトガル語
- その他 電話での相談も受け付けています。

- (問) 地域戦略・男女共同参画課地域支援係(内線284)

i 災害時要援護者リスト登録のご案内

市は、「災害時要援護者リスト」を作成し、要援護者支援に備えています。リストへの登録対象者には、5月下旬に案内を郵送します。登録を希望する人は、「要援護者登録台帳」を地区担当民生委員へ提出してください。

- 対象者 災害時要援護者リストに未登録の在宅生活者で、次のいずれかに当てはまる人 ○高齢者(要介護2～5) ○重度障がい者(身体障害者手帳1・2級、療育手帳、精神保健福祉手帳1・2級)

- (問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232)、FAX 53-6073

i にこにこ広場 親子であそぼう！

運動あそびと、子どもの育児や発達の相談ができます。

- 日程 ○コース①…7月8日(水)、8月26日(水)、9月9日(水)、23日(水) ○コース②…10月14日(水)、28日(水)、11月11日(水)、25日(水)、12月9日(水)、23日(水) ○コース③…令和3年1月13日(水)、27日(水)、2月10日(水)、24日(水)

- 時間 午前10時～11時15分
- 会場 児童発達支援センターこの街きつず学園
- 対象 6歳までの子どもとその保護者 ※相談は、18歳まで受け付けます。

- 定員 各コース8組 ※希望者が多い場合は、調整します。
- 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。

- (申)・(問) この街福祉会児童発達支援センターこの街きつず学園☎58-2343

※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 新型コロナウイルス感染症に関する事業者支援

市は、新型コロナウイルス感染症拡大により、経営環境に影響がある市内中小事業者のみなさんを支援するため、融資制度を設けています。また、商工会議所などは、新型コロナウイルス感染症に関する経営相談窓口を設置しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

(申)・(問) 商工課商業振興係(内線431)



▲QRコード

i 風しんの抗体検査を受けましょう

- 期間 通知が届いた日～令和3年3月31日(水)
 - 対象 ①昭和37年4月2日～昭和47年4月1日生まれの男性 ②昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
 - 検査方法 ①対象者に、風しん抗体検査を受けられるクーポン券を郵送しました。医療機関の窓口でクーポン券を提示し、抗体検査を受けてください。②対象者に、風しん抗体検査の受診推奨はがきを郵送しました。※昨年度配布したクーポンの有効期限は2020年3月になっていますが、2021年(令和3年)3月まで有効です。そのままご利用ください。
 - その他 過去に送ったクーポン券を紛失した人には再発行しますので、お問い合わせください。
- (問) 保健センター(内線591、592)

i 特定健診・後期高齢者健診を実施します

対象者に、5月11日(月)ごろに受診券と問診記入票を郵送します。事前に必要事項を記入し、受診してください。

- 期間 5月18日(月)～9月26日(土)
- ※新型コロナウイルス感染症拡大の状況により、日程の変更や期間の延長または中止する場合があります。
- 会場 市内の実施医療機関
- 対象 ○特定健診…国民健康保険に加入している40歳～74歳の諏訪市民 ○後期高齢者健診…後期高齢者医療保険に加入している諏訪市民

(問) 保健センター(内線591、592)

i 農業用廃プラスチックなどの有料回収

JA信州諏訪すわこ営農センターは、ダイオキシン発生対策のため、農家で不要になった廃プラスチックなどを有料で回収します。

- 日程 6月3日(水)
 - 時間 午前8時30分～11時
 - 会場 すわこ営農センター
 - 対象資材 被覆用ビニール、ポリフィルム、マルチシート、肥料ポリ袋、肥料紙袋など
 - 料金 廃プラスチック類60円/kg、農薬ポリ容器360円/袋
 - 持ち物 認印
 - その他 リサイクルのため、塩化ビニール類、肥料ポリ袋、肥料紙袋は分別回収します。
- (問) すわこ営農センター ☎57-2218、農林課農業振興係(内線411)

i 製造業事業所のみなさん工業統計調査にご協力を

6月1日を基準日として、工業統計調査を実施します。工業の実態を明らかにし、中小企業施策や地域振興などの重要な基礎資料となりますので、ご理解とご協力をお願いします。調査票にご記入いただいた内容は、「統計法」に基づき固く秘密が守られます。



- 対象 市内の全ての製造業事業所
 - 調査方法 統計調査員が電話または訪問し、事業の内容や従業者数などを伺う準備調査を行います。また、対象となる事業所に調査票を配布します。
 - 回答方法 インターネットまたは郵送提出 ※回答方法が変わります。
- (問) 秘書広報課広報統計係(内線324)

i 令和2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	860円
せん定作業	1時間	1,380円
田植え機作業	10a	11,700円
〃 (側条施肥)	10a	12,300円
〃 (苗運搬)	10a	3,300円
バインダー作業	10a	12,000円
ハーベスター作業	10a	9,800円
コンバイン作業(結束なし)	10a	23,800円
〃 (結束あり)	10a	26,600円
〃 (もみ運搬)	10a	3,600円
耕起作業(トラクター・ロータリー)	10a	8,800円
〃 (2回目)	10a	7,800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	9,300円

(問) 農業委員会事務局(内線416)

正しい手洗いをしましょう

新型コロナウイルスなどの感染症予防のため、正しい手洗いを心がけましょう。



① 流水でよく手を濡らして石けんをつけ、手のひらをよくこする。



② 手の甲をのばすようにこする。



③ 指先・爪の間を念入りにこする。



④ 指の間を洗う。



⑤ 親指と手のひらをねじり洗う。



⑥ 手首も忘れずに洗う。



河合曾良第311回忌 俳句大会の投句

■一般の部

- 募集作品 夏季雑詠(未発表の作品に限る)
- 投句料 3句1組1,000円(1人2組まで)
- 応募方法 投句用紙(コピー・指定の用紙以外でも可)に作品、住所、氏名、電話番号を記入して、5月20日(水)(必着)までに、郵送で提出してください。投句用紙が必要な人は、お問い合わせください。

■ジュニアの部(高校生以下)

- 募集作品 自由
- 投句料 無料(1人2句まで)
- 応募方法 はがきに、住所、氏名、電話番号、作品、学校名、学年を記入して、5月20日(水)(必着)までに、提出してください。

(応) 諏訪俳壇(平野秀一) ☎391-0100
諏訪郡原村17217-2087、☎55-4089、
(問) 諏訪市俳句連盟(矢崎) ☎52-6998



相 談



諏訪地区保護司会による 非行・犯罪相談

- 日程 5月29日(金)
- 時間 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) 諏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)



常設無料電話相談を ご利用ください

県司法書士会は、新型コロナウイルスの影響で法的な問題などを抱えている人の相談を受け付けています。
○消費者トラブルなど… ☎026-233-4110(毎週月曜日～金曜日正午～午後2時) ○労働トラブル… ☎026-232-2110(毎週水曜日午後5時～7時) ※その他、登記手続や雇用問題、ネットトラブルなどの相談も受け付けています。詳しくは、県司法書士会ホームページをご覧ください。
(問) 長野県司法書士会 ☎026-232-7492



議会だよりモニター

諏訪市議会は、議会だよりの一層の充実を図るため、議会だよりモニターを募集します。

- 対象、定員 市内に住所を有する満18歳以上の人 15人以内
- 申し込み 5月29日(金)(必着)までに、申込書を提出してください。
※詳しくは、今号挟み込みの議会だより第80号をご覧ください。
(応)・(問) 議会事務局(内線537)



公共職業訓練(ポリテクセンター)令和2年度6月生

- 訓練期間 7か月間(6月9日(火)～12月24日(木))
- 対象 求職中の人
- 募集コース、定員 ○CAD/NC技術科…6人 ○金属加工科…6人 ○電気設備技術科…6人 ○機械NC技術科…12人
- 受講料 無料 ※テキスト代がかかります。
- 申し込み 5月21日(木)までに、ハローワークの職業紹介窓口で相談の上、訓練受講申込書に必要事項を記入して申し込んでください。
(応) ハローワーク諏訪 ☎58-8609、(問) ポリテクセンター松本 ☎0263-58-3392



放課後児童クラブの指導員

- 職種 ①サポート指導員 ②夏休みサポート指導員
- 採用予定人数 各若干名
- 勤務場所 市内7小学校児童クラブ
- 雇用期間 ①雇用した日～令和3年3月31日(水) ②夏休み期間中(8/13～16を除く)
- 勤務形態 ①学校の下校時間、休校に合わせたシフト制(土・日曜日、祝日は休み) ②午前8時～午後6時30分のうち6時間程度
- 報酬 時間給1,040円
- その他 資格は不要ですが、教員免許、保育士などの資格所有者は歓迎します。②は、学生の応募も可能です。※詳しくは、お問い合わせください。
(応)・(問) 教育総務課青少年係(内線465)



銃器、網による有害鳥駆除

農業被害軽減のため、有害鳥の駆除を実施します。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。

- 実施期間 5月15日(金)～31日(日)
- 実施時間 日の出～午前7時、午前9時～正午
- 実施場所 豊田、湖南地区の平坦部水田地帯と西山山間地域の農地
- 対象 カラス、ドバト、カルガモなど
(問) 農林課農業振興係(内線411、412)



法定相続情報証明制度を ご利用ください

「法定相続情報証明制度」は、法定相続人が誰かを登記官が証明するものです。亡くなった人の出生～死亡の戸籍などを法務局に提出することが必要ですが、各種相続手続きで戸除籍謄本などの代わりにこの証明書を提出すると、時間短縮につながり、複数の手続きを同時に行うことができます。ぜひ、この制度をご利用ください。
※詳しくは、お問い合わせください。
(問) 長野地方法務局諏訪支局 ☎52-1043



募 集



障がい者“希望の旅”に 参加しませんか？

- 日程 7月5日(日)～6日(月)
- 時間 1泊2日 集合：午前6時15分
- 集合場所 文化センター入口前(自動車は、駐車場奥へ止めてください)
- 目的地 日本の屋根、日本アルプス立山「室堂平」と富山県金太郎温泉
- 対象 障がい者とその家族
- 定員 28人(先着順)
- 参加料 1人2万5,000円～3万円
- 申し込み 5月18日(月)までに、お問い合わせください。※詳しくは、個別に通知します。
- その他 手話通訳者が同行します。
(応)・(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232)、FAX 53-6073

「広報すわ」は、スワリブ(電子ブック)
(<http://ebooks.city.suwa.lg.jp>)でも公開しています。
ご覧ください。  Suwa Ebook Library

※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。

**市公民館の講座の
中止・延期について**

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和2年度に開催する次の公民館講座について、現在、中止の決定または延期の検討をしています。

●開催中止の講座 ○乳幼児子育て学級 ○アロマテラピー講座 ○ピラティス講座 ○春のパン作り講座 ○実用筆ペン講座 ○実践！ふるさとの自然を再発見 ○パソコン講座 ワード基礎編屋の部 ○パソコン講座 エクセル基礎編屋の部

●一度中止し、秋以降の実施を検討する講座 ○生きがい学級 ○女性セミナー ○古城を歩く ○男のおもしろ倶楽部 ○男のプレミアム倶楽部 ※秋以降に開催する場合は、広報すわ、市公民館公式ツイッター、市ホームページなどでお知らせします。

(問) 市公民館 ☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

**スポーツ****ニュースポーツを体験！
みんなでスポーツ教室(春)**

市は、全8回のみんなでスポーツ教室を開催します。誰でも気軽に楽しめるニュースポーツ体験を通じて、健康づくりをしましょう。

●日程 5月19日(火)、26日(火)、6月2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)、7月7日(火) 全8回

●時間 ○昼の部…午前10時～11時30分 ○夜の部…午後7時15分～8時45分

●会場 市体育館など

●対象 市内在住者、在勤者、在学者(中学生以上)

●参加料 1,200円 ※初回集金

●申し込み 事前に、電話かながの電子申請から申し込んでください。

●その他 ○教室中のけがは、保険の範囲内で対応します。○運動を制限されている人は、事前に医師の指示を受けてください。



▲QRコード

(申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811

**救急法講習会**

●日程 6月7日(日)

●時間 午前9時15分～正午

●会場 湯小路いきいき元気館(3階)

●定員 30人(先着順)

●申し込み 5月7日(木)

～25日(月)に、電話か直接窓口で申し込んでください。



(申)・(問) 社会福祉課社会係(内線236)、スポーツ課 ☎57-2811

**65歳以上の人の健康づくり(介護予防)教室(中止)**

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月から開催予定だった次の教室は中止します。今年度の教室開催については、決定次第広報すわや市ホームページなどでお知らせします。

■食べて!歩いて!四季めぐり(ウォーキング講座)

●日程 5月20日(水)、6月10日(水)、24日(水)

■水中運動教室(1コース目)

●日程 ○はりきりコース… 5月13日(水)～9月16日(水) ○ゆっくりコース… 5月15日(金)～9月18日(金)

■私の筋計画(1コース目)

●日程 5月7日(木)～7月16日(木)

■脳いきいき教室

●日程 5月20日(水)～7月22日(水)

■健康音動(おんど)～音楽を使って身体を動かそう!

●日程、会場 ○5月11日(月)…豊田公民館 ○5月18日(月)…四賀公民館 ○5月25日(月)…豊田公民館

■健康柔ら体操

●日程、会場 ○5月12日(火)…なかよし広場 ○5月19日(火)…立石町公民館 ○5月22日(金)…とちの木広場 ○5月26日(火)…湯小路いきいき元気館

(問) 市地域包括支援センター(高齢者福祉課内) (内線298)

すわっこいきいき体操をLCV(121チャンネル)で放送しています。運動不足の解消にご活用ください。

■放送時間…午前6時57分～7時、午後4時57分～5時(放送時間は変更になる場合があります)

※体操は、市ホームページでも紹介しています。

**諏訪市空き家バンク
物件登録相談会**

●日程 5月23日(土)

●時間 午後1時～4時

●会場 駅前交流テラスすわっチャオ

●相談員 (公社)長野県宅地建物取引業協会諏訪支部(諏訪地区宅地建物取引業者会諏訪分会)



●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、285)

**空き家に関する相談**

空き家の管理、売買や賃貸、解体などの相談ができます。

●日程 5月15日(金)

●時間 午前10時～午後4時

●会場 諏訪合同庁舎501会議室

●対象 諏訪6市町村内に建物を所有する人

●定員 6人(先着順)

●申し込み 事前に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) (公社)長野県建築士会諏訪支部 ☎58-6624

**講座****あそびのひろば**

親子で発達を促すあそびの体験や、子育ての悩み相談ができます。

●日程 6月16日(火)

●時間 午前9時30分～11時30分(受け付け:午前9時)

●会場 湯小路いきいき元気館(3階)

●対象 3歳までの子どもと保護者

●定員 15組(先着順)

●申し込み 所定の申込書を記入の上、ファックスまたは郵送で申し込んでください。 ※中止の場合は、申込者に連絡します。

(申)・(問) オアシス(諏訪圏域障がい者総合支援センター) ☎392-0024 諏訪市小和田19-3、FAX 54-7723、☎54-7713





第20回長野県 障がい者スポーツ大会

- 日程 9月13日(日)
 - 会場 松本平広域陸上競技場ほか
 - 対象 市内在住の障がいのある人
 - 種目 陸上競技、卓球、アーチェリー、フライングディスク、ゲートボール、サウンドテーブルテニス、ボッチャ、バスケットボールほか
 - 申し込み 5月1日(金)～6月5日(金)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233)

防災行政無線広報すわの確認方法

■フリーダイヤル…☎0120-68-8404(無料)

■防災メールサービス…

bousai.suwa-city@raidan.

ktaiwork.jpに空メールを ▲QRコード
送り、返信メールに従って登録を。
(問) 危機管理室市民安全係(内線258)



マレットゴルフ初心者講習会

- 日程 6月3日(水)、7月1日(水)、8月5日(水)、9月2日(水)、10月7日(水)
 - 時間 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
 - 内容 マレットゴルフのルール・マナー・基本的技術の講習、実技指導など
 - 参加料 1回100円
 - 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。当日の参加も可能です。
 - その他 用具のない人には、協会から貸し出します。
- (申)・(問) 市マレットゴルフ協会(牛山)
☎・FAX 53-6856

広報すわに掲載する広告を募集しています。詳しくは、市ホームページ(<http://www.city.suwa.lg.jp>)をご覧ください。



第44回市テニストーナメント(男女ダブルス)

- 日程 5月24日(日)
 - 時間、会場 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2,500円 ※協会加盟団体登録者と高校生以下のペアは2,000円。当日集金します。
 - 申し込み 5月13日(水)までに、電話かEメール(suwatennisjp@yahoo.co.jp)宛てに、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



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18日(木) 13:00～17:00
※5月20日(水)から予約受け付け。
会場：市役所501会議室(5階)
定員：8人 ※利益相反の際は断ります。
相談員：矢崎正彦弁護士

交通事故相談

【要予約】

6月11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3日(水)、20日(土) 10:30～16:50
予約先：男女共同参画係(内線289)

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(あゆステ)
(市役所4階)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、発達に関すること☎75-1176

育児相談

平日 9:00～16:00
城南子育て支援センター☎53-6513
こなみ子育て支援センター☎58-4522

行政相談

6月19日(金) 13:30～15:00
会場：市役所501会議室(5階)
相談員：中村泰大行政相談委員、八幡靖子行政相談委員

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

毎週月・金曜日(平日) 9:00～14:00
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



休日水道温泉修理所 (5月、6月第一週)

5/2(土)	アクアテック杉村☎75-0038
5/3(日・祝)	阿部設備☎53-1406
5/4(月・祝)	大和設備☎58-1900
5/5(火・祝)	倉島工業☎52-0754
5/6(水・休)	渋崎建設☎52-0443
5/9(土)	渋崎建設☎52-0443
5/10(日)	スワテック建設☎78-9011
5/16(土)	林組工業所☎58-1336
5/17(日)	アクアテック杉村☎75-0038
5/23(土)	マルワ住設☎58-3337
5/24(日)	阿部設備☎53-1406
5/30(土)	大和設備☎58-1900
5/31(日)	大和設備☎58-1900
6/6(土)	諏訪管工業☎52-6314
6/7(日)	倉島工業☎52-0754



今月の納税・保険料 納期限は6月1日(月)

軽自動車税(種別割)(全期)
国民健康保険税(5月分)
介護保険料(普通徴収2期5月分)
後期高齢者医療保険料(2期5月分)

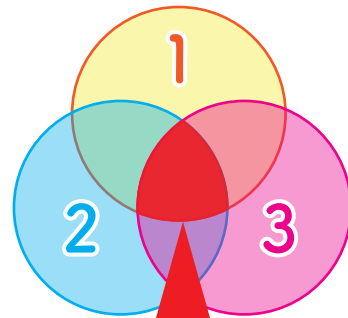
「広報すわ」は、市内コンビニエンスストアにも置いています。市ホームページ(<http://www.city.suwa.lg.jp>)でもご覧ください。



新型コロナウイルス感染症

緊急事態宣言発令中

3つの密を避けましょう



3つの条件がそろう場所がクラスター(集団)発生のリスクが高い!

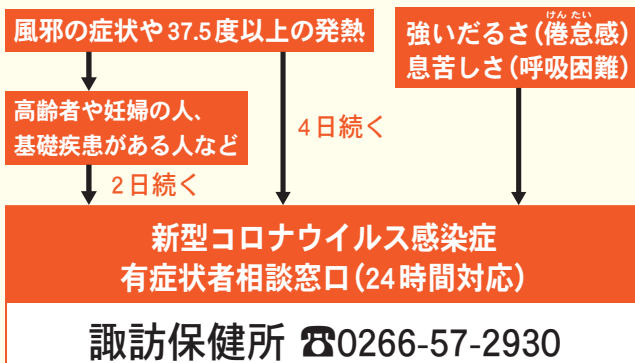
新型コロナウイルスへの対策として、**クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。**
日頃の生活の中で3つの密が重ならないよう工夫しましょう。

出典: 首相官邸HP より

みなさんへのお願い

○4月16日に、新型コロナウイルス感染症拡大を受けた緊急事態宣言の対象地域が、全都道府県に拡大されました。
○ゴールデンウィークを含め、当面の間は不要不急の外出を控えましょう。ご自身や大切な人の命を守るために、一人一人が責任を持って行動しましょう。

感染の疑いがある場合の対応



今号は、「すわじん」「ぐる〜ぶ通信」「なんでも情報局」のコーナーはお休みします。

ご覧ください!

スマホ・パソコンから



市ホームページ



マチイロアプリ



市公式 Facebook



市公式 YouTube

新型コロナウイルス感染症拡大の状況が刻一刻と変わる中、広報の編集作業も苦勞しました。当たり前だったことが当たり前ではなくなった今、不安やストレスを抱えている人も多いと思います。辛い日々が続きますが、大切な人と笑顔で過ごせる日が1日でも早く戻るように、みんなで協力して困難な時期を乗り越えましょう。(Y)

編集後記