

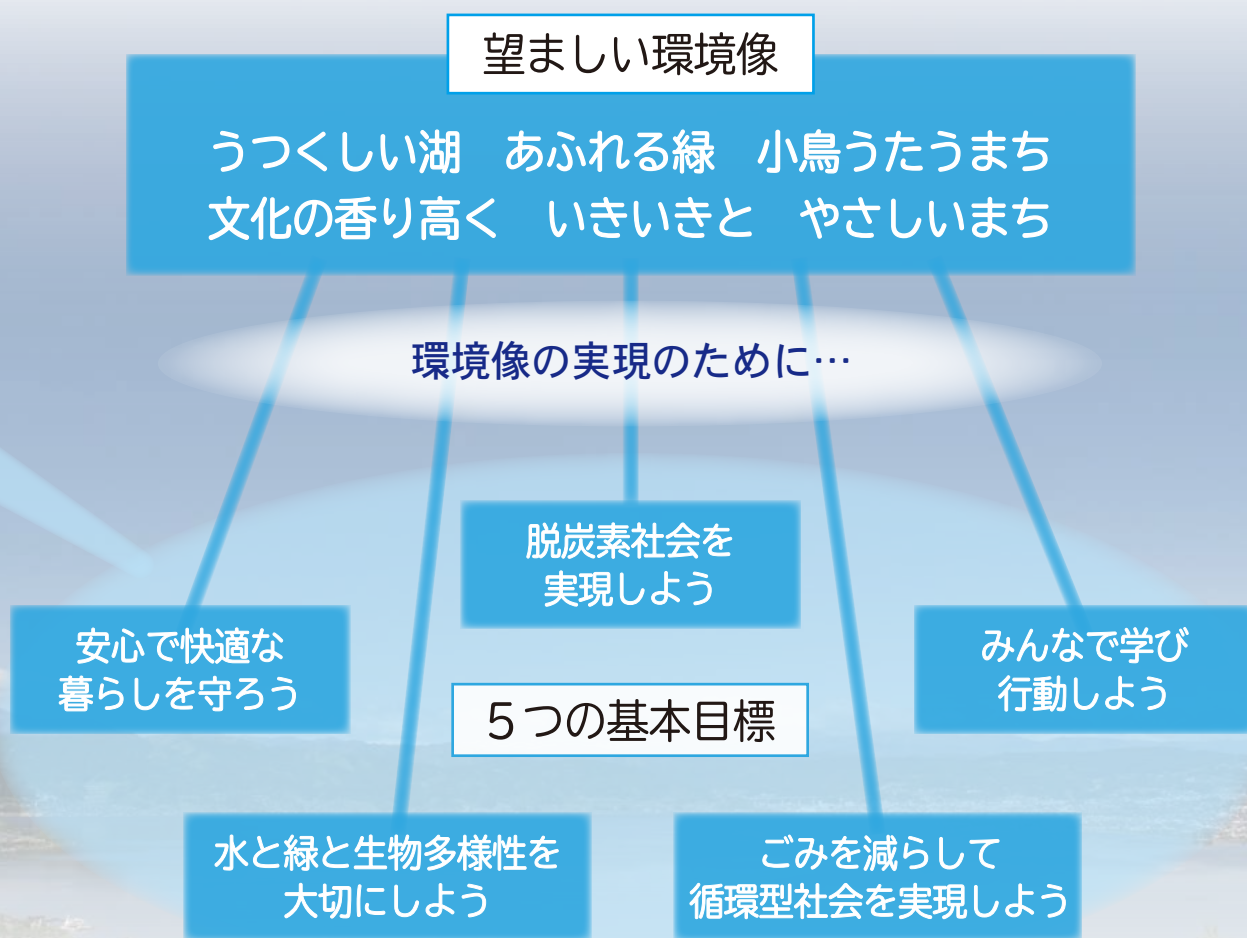
第三次諏訪市環境基本計画

〈2022 - 2031〉

(第二次諏訪市地球温暖化対策実行計画(区域施策編))

市は、今年3月に第三次諏訪市環境基本計画を策定するとともに、ゼロカーボンシティ宣言をしました。将来世代に今ある環境を残していくための計画の概要を紹介します。

(問) 環境課環境保全係 ☎52-4141(内線214、215)



基本目標の中身は、次のページで紹介！

環境基本計画とは？

環境の保全に関する各種施策を総合的かつ計画的に促進するための計画です。自然と人々が共存共栄する持続可能な社会を築き、市民の健康で豊かな生活を実現する。将来の世代に良好な環境を引き継いでいく。このような強い意志を持ち、今後10年の環境施策の方向性を示すため、第三次諏訪市環境基本計画を策定しました。

望ましい環境像

第二次計画と同様に、諏訪市民憲章でうたわれている理念を望ましい環境像として、引き続き掲げることとしました。

5つの基本目標

第三次諏訪市環境基本計画では、望ましい環境像実現のため、5つの基本目標を設定しました。この基本目標は、第二次計画までの取り組み結果や環境の現況、動向および課題、市民・事業者・中学生へのアンケートの結果、市民・事業者・行政の代表者から構成される市環境推進会議での検討および市環境審議会による審議を重ねながら設定しました。

基本目標達成のための取り組み

望ましい環境像の実現、基本目標の達成には、市民・事業者・行政それぞれの取り組みが必要で、市民のみなさんが担う取り組みの例は次のとおりです。力を合わせて取り組んでいきましょう。

I 脱炭素社会を実現しよう

気候変動による地球温暖化対策に取り組みます。

■脱炭素のまちづくりを進めよう

- 断熱改修などによる省エネルギー化
- 再生可能エネルギー設備の導入
- 緑化推進
- 脱炭素社会実現に関する情報収集

■ライフスタイルを変革しよう

- 節電・節水などの省エネルギーへの取り組み
- 高エネルギー効率家電への買い替え
- 公共交通機関や自転車の活用
- 4R(ごみを減らす・繰り返し使う・形を変えて使う・もらわない)の実践

■気候変動に適応したまちづくりを進めよう

- 災害リスクの把握
- 地域の側溝などの清掃や里山整備への参加
- 変動した気候に対応した健康管理



II 水と緑と生物多様性を大切にしよう

諏訪市を代表する自然環境である諏訪湖と霧ヶ峰、

それらにつながる**自然環境の保全**に取り組みます。

■泳げる諏訪湖を取り戻そう

- 水質汚濁の防止
- 湖畔などの美化活動やイベントへの参加・協力
- 諏訪湖の生態系を知る
- 諏訪湖に悪影響を及ぼす生物(外来生物など)を放流しない

■自然豊かな霧ヶ峰を保全しよう

- 霧ヶ峰とその生態系を知る
- 保全活動に参加する
- 歩道などの整備に協力する

■森林・里山・農地を守ろう

- 森林について学ぶ
- 里山整備活動への参加
- 市内産材の活用
- 市内農産物の地産地消

■生物多様性を保ち高めよう

- 生物多様性への関心
- 外来生物拡散防止
- 外来生物駆除活動への参加



III 安心で快適な暮らしを守ろう

市民が安心・安全に、そして快適に暮らせる**生活環境の確保**に取り組みます。

■安心で健康に暮らせるまちをつくろう

- 水源の保全
- 雨水の有効活用
- 野焼きをしない
- 騒音や悪臭発生防止
- 災害リスクの把握

■快適でうるおいのあるまちをつくろう

- 景観への配慮
- 景観づくり活動への参加
- 公園などの維持管理



IV ごみを減らして循環型社会を実現しよう

資源大量消費型社会から、**資源循環型社会へ転換**するための取組を進めます。

■資源を有効に活用しよう

- 4Rの推進
- マイボトルやマイバッグの利用
- 使い捨てプラスチック削減
- 食べ残しを減らす
- ごみの分別
- ポイ捨てや不法投棄をしない



V みんなで学び行動しよう

環境について知り、学び、そしてそれぞれが、

また連携して行動し、より良い諏訪市の環境づくりに取り組みます。

■環境教育を推進しよう

- 環境に関する情報収集
- 環境教育への参加や協力
- イベントへの参加や協力

■協働による環境保全活動を推進しよう

- 地域の環境保全活動への参加



第二次諏訪市地球温暖化対策実行計画(区域施策編)

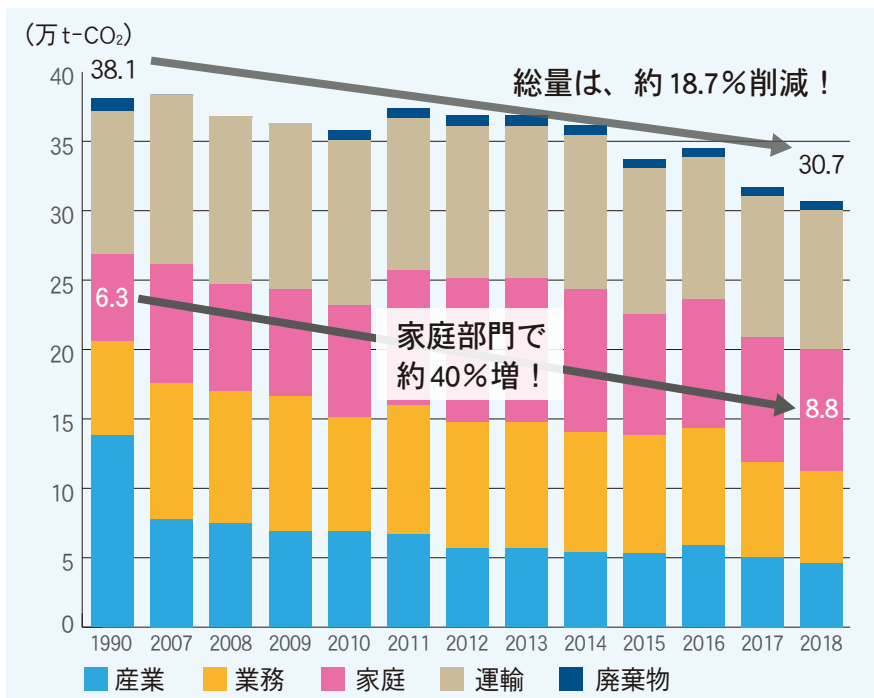
地球温暖化対策実行計画は、「区域の自然的社会的条件に応じて温室効果ガスの排出の抑制などを行うための施策」として位置付けられているものです。諏訪市の自然的・社会的条件に応じて温室効果ガスを削減し、進行する気候変動に適応する施策を推進するためのものであり、第三次諏訪市環境基本計画に含まれています。

諏訪市の温室効果ガス排出量推移

平成30(2018)年度に諏訪市全域から排出された温室効果ガスは、30万6,900t-CO₂でした。平成2(1990)年度の38万600t-CO₂に比べると約19%削減されていますが、第一次実行計画で目標とした令和2(2020)年度の28万5,000t-CO₂を、2万1,900t-CO₂余り上回っています。

平成2(1990)年度を基準にすると、産業部門と廃棄物部門は減少傾向です。家庭・業務・運輸部門も、いったん増加しましたが現在は減少傾向にあります。ただし、家庭部門は基準に対し140%という状況です。

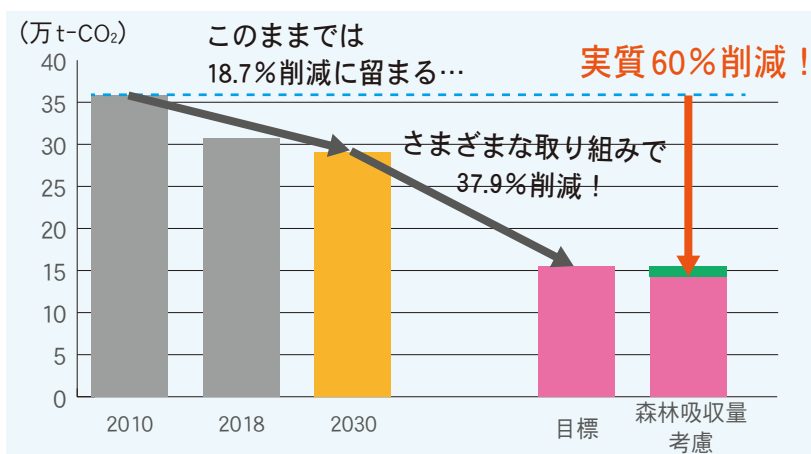
家庭から排出される温室効果ガスの削減が重要です。



諏訪市の温室効果ガス排出量の削減目標

令和12(2030)年度に、平成22(2010)年度比56.6%削減。森林吸収分1万2,200t-CO₂を考慮し、実質60%削減。これが、この計画における目標値です。この目標値は、長野県のゼロカーボン戦略に準じています。

現状のまま追加的な対策をしなければ18.7%の削減に留まりますが、さまざまな取り組みをすることで、さらに37.9%の削減をするという目標です。長期的には2050年カーボンニュートラル、温室効果ガス排出量実質ゼロをめざします。



第三次諏訪市環境基本計画の詳細は、市ホームページで確認できます。トップページで「環境基本計画」と検索するか、右のQRコードを読み取ってご覧ください。



▲QRコード

私たちが今すぐにできることもあります。例えば…

エコドライブ 省エネ家電使用 4Rの実践

ECO DRIVE



力を合わせて積極的に取り組んでいきましょう！

ゼロカーボンシティを宣言しました

3月26日、市は「ゼロカーボンシティ宣言」を行いました。2050年までに諏訪市における温室効果ガス排出量実質ゼロをめざします。諏訪市の美しい自然環境を守り、未来に引き継ぐためには、今すぐに気候変動対策に取り組む必要があります。カーボンニュートラル実現のため、市と市民・事業者のみなさんで一体となり、共に取り組んでいきましょう。



諏訪市ゼロカーボンシティ宣言 ～高原湖畔都市から脱炭素社会を目指す～

近年、世界各地で記録的な高温や大雨、大規模な森林火災や干ばつなど、地球温暖化が原因とみられる異常気象が頻発しており、これらは今や気候危機と言われています。長野県内においても、令和元年東日本台風による記録的な集中豪雨は、大規模な浸水被害をもたらした。諏訪市では、2021年8月に記録的な大雨により市内各所で浸水被害が発生しました。世界的にも稀有な定点観測記録を持つ、諏訪湖で冬期に出現する御神渡りも、近年では出現しない年が多くなり、578年の連続記録からも地球温暖化が証明されています。

2021年の国連気候変動枠組条約第26回締約国会議（COP26）では、世界の平均気温の上昇を産業革命以前に比べて1.5℃以内に抑え、2050年に温室効果ガス排出量実質ゼロに向けた各国の削減目標を強化するよう求め、合意に至りました。我が国においても、2020年10月に「2050年カーボンニュートラル」を宣言し、2021年10月には「2030年度において温室効果ガスを2013年度比で50%の削減という高みに向け、挑戦を続けていく」ことを新たな目標にして改訂された「地球温暖化対策計画」が閣議決定されました。

諏訪市は、日照時間が長く、諏訪湖や霧ヶ峰など美しい自然環境と豊富な水資源や温泉など多くの自然資源が存在します。これらを活用し、環境と調和した脱炭素社会を実現し、自然豊かな諏訪市を未来へ受け継ぐとともに、将来世代の生命を守るために、世界の皆さんと共に気候変動対策に取り組むことが私たちの責務だと考えます。

よって、ここに気候非常事態を深く認識するとともに、第三次諏訪市環境基本計画の発表に併せ、2050年までに諏訪市の温室効果ガス排出量実質ゼロを目指すことを宣言します。今後において、2030年度までに2010年度と比べて60%削減し、2050年実質ゼロを実現するために、市民・事業者・行政が一体となり地域ぐるみでシナリオを描き次の取組を行います。

- 1 人びとの暮らしと調和し地域特性を活かした再生可能エネルギーの利活用と二酸化炭素吸収源となる緑を増やす取組を推進します。
- 2 省エネルギーへの転換と二酸化炭素排出量削減のためにライフスタイルの変革を推進します。
- 3 SDGsが掲げる持続可能な社会を目指し、気候変動の影響に備えたまちづくりを推進します。
- 4 循環型社会を実現するため、燃やすごみ量の削減と分別による可能な限りのごみの再資源化を推進します。

令和4（2022）年3月26日

長野県 諏訪市長 **金子ゆかり**

カーボンニュートラルとは？

二酸化炭素などの温室効果ガスの排出量（※）と、植林・森林管理などによる吸収量（※）を差し引いた合計を実質ゼロにすることを、カーボンニュートラルと言います。

近年の夏の猛暑や台風の大規模化による大雨、暖冬などの気候変動は、地球温暖化が原因とされています。気候変動を食い止めるためには、人間の活動から排出される温室効果ガスの排出量を、2050年ごろまでに実質ゼロにする必要があるとされています。（※）人為的なもの

ゼロカーボンシティ宣言に賛同をお願いします

宣言には、4月15日までに140の事業所・団体・個人のみなさんから賛同をいただきました。市は、宣言に賛同いただけただけの団体などを引き続き募集しており、賛同いただいたみなさんを市ホームページで紹介しています。

カーボンニュートラルの実現をめざして市とともに取り組み、協力いただけるみなさんは、市ホームページをご確認の上、環境課に連絡をお願いします。

市地球温暖化対策補助金をご利用ください

地球温暖化対策には、再生可能エネルギーの活用が不可欠です。地中熱利用システムや定置型蓄電システムの自宅への導入を考えている人は、ぜひ補助金をご利用ください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲QRコード



▲QRコード

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)



高齢者福祉功勞

諏訪市西山の里なかよし広場運営協議会

平成14年に西山の里なかよし広場が開所されて以来20年間にわたり、多世代交流や自主的な活動の促進に尽力され、高齢者などの生きがい、健康および福祉づくりに貢献されました。

保健衛生功勞

柳澤 正志 さん

平成13年から柳沢医院に勤務し、20年間にわたり、地域住民の内科医療などに尽力されるとともに、学校医として児童、生徒の健康増進に貢献されました。

根橋 克明 さん

平成7年から根橋歯科医院に勤務し、26年間にわたり、地域住民の歯科保健の向上に尽力されるとともに、平成8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。

統計調査功勞

飯田 常弘 さん

平成12年実施の国勢調査員に任命されて以来延べ20年間にわたり、各種統計調査に48回従事されました。

産業功勞

S U W Aブランド推進委員会

令和3年度に、第14回産業観光まちづくり大賞において経済産業大臣賞を受賞されるなど、地域ブランド「S U W Aプレミアム」による諏訪地域のものづくりの技術や魅力の発信に貢献されました。

消防功勞

諏訪市消防団

令和3年8月豪雨に際し、河川などの警戒巡視や土のうの設置、排水活動、避難誘導などに尽力され、市民の安全確保と被害の軽減に貢献されました。

善行表彰

濱庄 一 さん

20年以上にわたり、明治時代以前から用水池として利用されている千貫溝の水源地周辺の泥上げ、落ち葉拾いなどの美化活動に尽力され、地域の環境衛生の向上に貢献されました。

教育長が交代しました

小島雅則氏が4月14日をもって教育長を退任することに伴い、3月議会で新たに三輪晋一氏を教育長に任命する人事案件を提出し、全会一致で同意を得ました。

新教育長に三輪晋一氏

新たに教育長に任命された三輪晋一氏(大和三丁目・60歳)は、昭和59年4月に教職に就き、高島小学校教頭、長野県教育委員会事務局教育次長を経て、令和2年度から2年間は、上諏訪中学校の校長を務めました。教育長の任期は、令和4年4月15日からの3年間です。



小島雅則教育長が退任

小島雅則教育長が、4月14日で退任しました。平成23年10月に就任後、通算4期10年6か月の長きにわたり教育長を務め、市教育行政の発展に尽力されました。退任式では、ものづくり教育やふるさと学習の実施、未来創造ゆめスクールプランに基づく小中一貫教育の開始などに触れ、将来を担う子どもたちに期待を寄せるとともに、みなさんの支援と協力に対して感謝を述べました。





観光GDで示した「諏訪市の未来の可能性」

諏訪市観光グランドデザイン(GD)を作成しました

“SUWAらしい”があふれる観光地

詳しくは、
市HPへ！

市は、観光による地域活性化をめざすために、総合的・長期的視点でまちの将来像を示す「諏訪市観光グランドデザイン(GD)」を作成しました。このGDをもとに、行政や観光事業者だけでなく、市民のみなさんと一緒に「“SUWAらしい”があふれる観光地」の実現をめざしていきます。
(問) 観光課観光係 ☎52-4141(内線421)



観光GDって何？

観光GDは、諏訪市の持つ魅力の磨き上げと観光資源の掘り起こしによる地域の活性化をめざして、行政や観光事業者だけでなく、市民のみなさんと市の未来の可能性を共有するためのビジョンです。

作成に当たっては、市職員や関係・観光団体のワークショップ、市民意見交換会など、多くの人と意見を交換してきました。

一緒に諏訪市の未来を創りませんか？

観光をめぐる環境は、コロナ禍における旅行スタイルや観光ニーズの多様化などによって大きく変化しています。今後、観光GDを実現するために、官民連携で話し合いの場を設けながら、地域一体となって具体的な観光施策を進めていきます。

基本理念

「“SUWAらしい”があふれる観光地」

- Vision 1** 地域資源を最大限に生かした
“SUWAらしさ”の創出
- Vision 2** “SUWAらしさ”の発信と
戦略的プロモーションの強化
- Vision 3** 官民連携／広域連携による
“SUWAらしさ”の強化
- Vision 4** “SUWAらしい”郷土愛と
おもてなしの磨き上げ

みんなで手をとり合って、
観光で諏訪市を元気に！

観光GDを広めよう！

市HPに名刺用テンプレートを用意しました。ぜひご活用ください。

諏訪市観光課

〇〇〇



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 ☎52-4141(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。お気軽にご利用ください。なお、講座の受講に当たっては、新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください。

- 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。

令和4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 | 24 | 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 | 統計からみる諏訪市 | 企画政策課 | | 25 | 在宅での介護を支える制度と仕組み | 高齢者福祉課 | |
| | 3 | わかりやすい市税の話 | 税務課 | | 26 | 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 | 諏訪湖イベントひろば(旧東バル跡地)の活用に向けて | 企画政策課 | 生活 | 27 | 学ぼう消費生活～子どもから高齢者まで～ | 市民課 |
| | | 5 | 市政に参加しよう！(パプコメを書いてみよう) | 企画政策課 | | 28 | ごみ減量化・資源化と自然環境 | 環境課 |
| | | 6 | 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 | | 29 | 生ごみ減量化について(生ごみダイエット・堆肥化しよう) NEW | 環境課 |
| | | 7 | 地方財政夜話(よばなし) | 財政課 | 30 | 2050ゼロカーボンシティ実現のために NEW | 環境課 | |
| 8 | | 認可地縁団体とは | 地域戦略・男女共同参画課 | 経済 | 31 | 中小企業のための各種支援制度 | 商工課 | |
| 9 | | かりんちゃんバスで生活を豊かに! | 地域戦略・男女共同参画課 | | 32 | 産業連携の可能性 | 産業連携推進室 | |
| 10 | | 男女共同参画社会とは | 地域戦略・男女共同参画課 | | 33 | 諏訪市観光グランドデザインの実現に向けて NEW | 観光課 | |
| 11 | わが家の防災対策 | 危機管理室 | 道路・都市計画 | 34 | 諏訪市の道路、水路 | 建設課 | | |
| 12 | 諏訪市に影響のある地震と対策 | 危機管理室 | | 35 | 地域で作る景観形成と街並みづくり | 都市計画課 | | |
| 13 | ハザードマップを活用して災害に備えよう NEW | 危機管理室 | | 36 | あなたの住宅は地震に対して安全ですか? | 都市計画課 | | |
| 14 | からだが変わる、簡単ヘルシーな食事 | 健康推進課 | | 37 | 地元・地域とつくる公園緑地 | 都市計画課 | | |
| 15 | かからなくてもすむ病気を避ける極意1(高血圧予防) | 健康推進課 | | 38 | 空き家について考えましょう | 都市計画課 | | |
| 16 | かからなくてもすむ病気を避ける極意2(糖尿病予防) | 健康推進課 | | 39 | 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 | 心が楽しくなる方法 | 健康推進課 | 水道・温泉 | 40 | 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 | 目からウロコの健診結果 | 健康推進課 | | 41 | 安全な水が家庭に届くまで | 施設課 | |
| | 19 | 「ずくナシ」を感じたら受ける講座(高齢者向け) | 健康推進課 | | 42 | 温泉が家庭に届くまで | 施設課 | |
| | 20 | 児童の福祉について | こども課 | 43 | 下水道はやさしく使しましょう | 施設課 | | |
| | 21 | 子どもとの関わり方について | こども課 | 生涯学習 | 44 | 未来に伝えよう諏訪市の文化財 | 生涯学習課 | |
| | 22 | 子どもの「食」を考える | こども課 | | 45 | 絵本などの読み聞かせ | 生涯学習課 | |
| 23 | 障がい児・障がい者のための福祉サービス | 社会福祉課 | 46 | | おじゃまします!出張博物館 | 生涯学習課 | | |
| 福祉 | | | | その他 | 47 | アートを身近に!市美術館が出張します | 生涯学習課 | |
| | | | | | 48 | 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 | |
| | | | | | 49 | なるほど・ザ・選挙 | 選挙管理委員会 | |



5月は消費者月間です

(問) 市民課市民窓口係(内線116)

私たちは、みんな消費者です。私たちの消費生活に関する行動は、現在そして未来の環境や社会の形成につながっています。この機会に消費生活について考え、消費者トラブルに巻き込まれない「だまされない消費者」、そして人や社会・地域などにも配慮した「自分で考える消費者」をめざしましょう。

【令和4年度消費者月間統一テーマ】

考えよう！大人になるとできること、気を付けること ～18歳から大人に～

「だまされない消費者」になるために

- 成年になると契約が簡単に取り消せないことを自覚しましょう
- 必要ないときはハッキリ断る勇気を持ちましょう
- うまい話はまず疑いましょう
- 気軽に財産の内容を教えないようにしましょう
- 署名や押印は不用意にしないようにしましょう

「自分で考える消費者」になるために

- 「今だけ」「ここだけ」「自分だけ」の消費行動から転換し、環境・人・社会に配慮した商品やサービスを選択しましょう。
- 原材料が環境にやさしいか考えましょう
 - 生産や廃棄の際に大量の廃棄物が出ないか考えましょう
 - 地域経済に貢献する商品か考えましょう
 - 家庭やお店で食べ残しをしないようにしましょう

市役所ロビー展を開催します

消費者月間に合わせ、消費者トラブルに遭わないための知識を身につけていただくことを目的に、パネルの展示やパンフレットの配布を行います。ぜひ、お立ち寄りください。

- 期間 5月9日(月)～20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。



新成人ブックプレゼント『種まくブック』

(問) 市図書館 ☎52-0429

市は、新成人ブックプレゼント事業「種まくブック」を始めます。本を読むことは、知識や知恵を取り込むこと、いわば自分に種をまくことです。種はやがて芽吹いて未来を切り開く力になるでしょう。これからたくさんの種をまいて力を蓄えてほしいという願いを込め、岩波新書または岩波ジュニア新書の中から、希望する本を1冊プレゼントします。

なぜ、岩波新書？

岩波新書を出版している岩波書店の創業者・岩波茂雄が市内中洲の出身だからです。その縁で生まれたのが信州風樹文庫です。本を読みたいという中洲の青年たちの熱意に応え、戦後から現在まで、岩波書店の全出版物を寄贈していただいています。

岩波新書は、日本で最初に創刊された新書のため、タイトル数も多く、テーマは多岐にわたっています。興味のある1冊を見つけてみてください。



▲信州風樹文庫

- 対象 平成14年4月2日～平成17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、案内とカタログを送付します。カタログや岩波書店ホームページなどを参考に、岩波新書または岩波ジュニア新書の中から好きな1冊を選び、5月1日(日)～7月31日(日)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。

申し込みはこちら

ながの電子申請▶



Topic 02

無料で接種が受けられます

子宮頸がんワクチンの キャッチアップ接種(救済措置)

平成25年から積極的勧奨を差し控えていた、子宮頸がんワクチンの接種が再開となりました。勧奨を差し控えていた間に接種の機会を逃した人は、従来の定期接種の対象年齢を超えてワクチン接種を受けることが可能です。対象者には、順次予診票を送付します。詳しくは、広報すわ6月号および市ホームページでお知らせします。

- 期間 4月1日～令和7年3月31日
- 令和4年度の対象 平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性
- (問) 保健センター(内線591)

Topic 01

4月に配布したマップの説明会です

ハザードマップ地区説明会を開催します

4月に配布した、新しいマルチハザードマップの見方や、追加された内容を紹介する説明会を開催します。

- 日時、会場 ○5月16日(月)…中洲公民館 ○5月17日(火)…市役所大会議室(5階) ○5月18日(水)…四賀公民館 ○5月19日(木)…湖南公民館 ○5月20日(金)…豊田公民館 午後7時～8時
- 持ち物 2022年保存版マルチハザードマップ
- 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。
- その他 当日は、マスクを着用してお越しください。
- (問) 危機管理室市民安全係(内線255、258)

Topic 03

お近くの公民館へお出掛けください

令和4年度生きがい学級を開催します

- 日程、内容、定員 表のとおり
- 時間 午前10時～正午(原則)
- 会場 申し込みをした公民館(原則)
- 対象 60歳以上の市内在住者
- 参加料 600円(資料代など) ※初回集金。別途、実習費や材料費が必要になる場合があります。
- 申し込み 5月6日(金)から、受講を希望する公民館へ、電話か直接窓口で申し込んでください。
- その他 あおぞら健康ウォーキングは、雨天時は屋内でウォーキング教室を行います。

| 市公民館(定員30人) (申)・(問) ☎53-6219 | |
|------------------------------|-----------------------|
| 日程 | 内容 |
| 6/2(木) | 上諏訪地区まちなみめぐりコースの紹介 |
| 6/16(木) | ポッチャ体験 |
| 7/28(木) | 市博物館企画展見学「諏訪信仰と御柱」 |
| 10/6(木) | あおぞら健康ウォーキング初級(湖畔・並木) |
| 10/20(木) | 笑顔、元気、そして歌 |
| 11/17(木) | 「五六郎とアホウ丸」諏訪湖治水の恩人 |

| 豊田公民館(定員20人) (申)・(問) ☎52-1587 | |
|-------------------------------|--------------------|
| 日程 | 内容 |
| 6/13(月) | 防災講演会「水害に備えて」 |
| 6/27(月) | ポッチャ体験 |
| 7/4(月) | 豊田の歴史よもやま話① |
| 8/1(月) | 豊田の歴史よもやま話② |
| 9/12(月) | あおぞら健康ウォーキング初級(豊田) |
| 10/3(月) | 笑顔、元気、そして歌 |

| 四賀公民館(定員20人) (申)・(問) ☎52-0504 | |
|-------------------------------|-----------------------|
| 日程 | 内容 |
| 6/9(木) | 養川セギの实地踏査 |
| 6/16(木) | 四賀の古刹を訪ねる①～地藏院～ |
| 7/14(木) | 笑顔、元気、そして歌 |
| 7/28(木) | ポッチャ体験 |
| 8/25(木) | 四賀の古刹を訪ねる②～頼重院～ |
| 9/29(木) | あおぞら健康ウォーキング中級(もみじ公園) |

| 中洲公民館(定員20人) (申)・(問) ☎52-1924 | |
|-------------------------------|--------------------|
| 日程 | 内容 |
| 5/30(月) | にこっとする短歌 |
| 6/13(月) | ポッチャ体験 |
| 7/11(月) | 花の話 |
| 8/8(月) | 笑顔、元気、そして歌 |
| 8/29(月) | マインドフルネス |
| 9/26(月) | あおぞら健康ウォーキング中級(前宮) |

| 湖南公民館(定員20人) (申)・(問) ☎52-0553 | |
|-------------------------------|-----------------------|
| 日程 | 内容 |
| 5/30(月) | 抹茶と煎茶のお点前「湖盆点前教室」 |
| 6/20(月) | 湖南のお寺「善光寺」訪問 |
| 7/11(月) | ポッチャ体験 |
| 8/4(木) | 八ヶ岳総合博物館「プラネタリウムを楽しむ」 |
| 9/5(月) | 笑顔、元気、そして歌 |
| 10/17(月) | あおぞら健康ウォーキング中級(本宮) |

Topic
05

会議は原則として公開で行います

事務事業に対する外部評価を実施します

市は、令和3年度に実施した事務事業の内部評価結果を踏まえ、第三者の視点で評価する外部評価委員会を開催します。傍聴する人は、感染症対策にご協力ください。

●日時、内容 下表のとおり

| 日程 | 開始予定時間 | 事業名 | 担当課 |
|--------------|--------|----------------|-------|
| 5月30日 (月) | 10:20 | 地球温暖化対策事業 | 環境課 |
| | 11:15 | 新規契約者確保事業(温泉) | 営業課 |
| | 13:00 | 橋梁長寿命化事業 | 建設課 |
| | 13:55 | 市税賦課徴収事業 | 税務課 |
| | 14:50 | シティプロモーション推進事業 | 秘書広報課 |

※1事業につき、45分程度を予定しています。

- 会場 市役所大会議室(5階)
 - 申し込み 不要。当日、会場で受け付けをお願いします。
 - その他 当日の進行状況により、開始時間は変更になる場合があります。
- (問) 企画政策課企画政策係(内線321)

Topic
04

みなさんのご意見をお寄せください

水循環・資源循環のみち2022(素案)のパブリックコメント

●目的 水循環・資源循環のみちは、生活排水施設の持続的な運営による良好な水と資源循環のための構想で、平成22年に策定しました。社会情勢や自治体の状況の変化を考慮して、現在見直しを進めている構想に対する意見を広く市民のみなさんに伺うため、パブリックコメントを実施します。

- 募集期間 5月9日(月)～6月7日(火)
- 閲覧場所 市役所1階ロビー、4公民館(豊田・四賀・中洲・湖南)、市ホームページ
- 意見を提出できる人 市内在住者、在勤者、在学者
- 提出方法 専用の意見用紙を用いて、住所・氏名・電話番号・意見を記入し、施設課(水道局2階)または環境課(市役所2階)へ持参するか、郵送(最終日消印有効)またはEメールで提出してください。 ※意見用紙は、閲覧場所にあります。

(申)・(問) 水道局施設課下水道係(内線768)、〒392-0021 上川一丁目1791番地、Eメールshisetsu@city.suwa.lg.jp

Topic
06

軽自動車や原付バイクなどをお持ちのみなさんへ

令和4年度軽自動車税(種別割)のお知らせ

(問) 税務課庶務・収納係(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5月31日(火)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」)を利用した納付が可能です。納税通知書に記載されたバーコードを読み込むと、支払うことができます。 ※スマホ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。



▲Pay Pay



▲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。

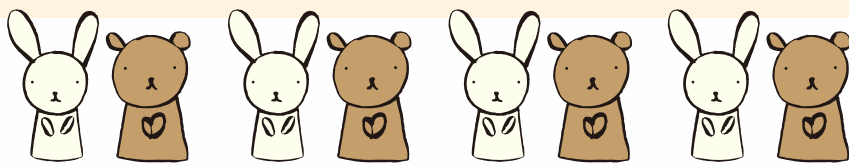
| 軽自動車の 車両区分 | 旧税率(年額) | 標準税率(年額) | 重課税率(年額) | | |
|---------------|---------------------|---------------------|---------------|---------|---------|
| | 初度検査年月が H27年3月以前 | 初度検査年月が H27年4月以降 | 初度検査後 13年超 | | |
| 三輪 | 3,100円 | 3,900円 | 4,600円 | | |
| 四輪以上 | 乗用 | 自家用 | 7,200円 | 10,800円 | 12,900円 |
| | | 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4年度の重課税率対象は、初度検査年月が平成21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

令和3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3年4月～令和4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4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。



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)

今月のテーマ

“あゆステ”って、
どんな相談ができるの?

Question

あゆステの総合相談窓口では、どのような相談ができますか? 家庭の困り事を抱えている保護者に利用を勧めたら、「こんなことでも相談していいのかな?」と、相談をためらっていました。

(子どもの支援に関わる福祉関係者より)

あゆステには、福祉や教育に関わる相談支援スタッフがたくさんいます。1回お話をするだけで気持ちが軽くなって帰る人もいれば、複雑な困り事を抱えて継続的に関わりを持つ人もいます。子育ての孤独感・しつけがうまくいかない・保育園や学校に行き渋る・発達が心配・学校生活や家庭生活の悩み・DV・児童虐待・青年期の自立に向けた悩みなど、どんな相談でも大丈夫です。早めの相談によって解決しやすくなることも多いです。「ちょっと聞いてみようかな」という気持ちで、お気軽にご利用ください。

コーナーで取り上げてほしい質問はこちら▶



個別相談の予約はこちら▶



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。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を講じながら開館しています。最新の情報は、お問い合わせください。

(申)・(問) 児童センター ☎54-7714(10:00~18:00)

ほかにも楽しいイベントがいっぱい!

掲載以外のイベントや詳しい内容は、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>



ママダンス~パパもいいよ~

- 日時 5月31日(火) 午前10時~10時45分
- 対象 おおむね1歳~3歳の子どもの保護者
- 定員 10組(先着順)
- 申し込み 事前に、申し込んでください。

にこにこ親子うんどう

- 日程 ①5月10日(火) ②6月8日(水)
- 時間 午前10時~10時45分
- 対象 1歳6か月~3歳の子どもの保護者
- 定員 10組(先着順)
- 申し込み ①は受け付け中、②は5月11日(水)から、申し込んでください。

親子で柳沢運動プログラム

- 日程 ①5月20日(金) ②6月15日(水)
- 時間 午前10時~10時45分
- 対象 2歳~3歳の子どもの保護者
- 定員 10組(先着順)
- 申し込み ①は受け付け中、②は5月21日(土)から、申し込んでください。

ベビーダンス

- 日程 ①5月24日(火) ②6月14日(火)
- 時間 午前10時~11時
- 対象、定員 首がすわった乳児~2歳の子どもの保護者 10組(先着順)
- 申し込み ①は受け付け中、②は5月24日(火)から、申し込んでください。

ピックアップ

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



はぎ た けんせい
萩田 憲政 ちゃん
(1歳1か月)
食えることが大好き！
健康に元気に大きくなってね(ハハ)



りつ
藤沢 律 ちゃん
(1歳5か月)
すくすく大きく
育ってね♪



まゆ こ
長井 麻祐子 ちゃん
(2歳6か月)
これからも元気いっぱい
遊ぼうね♪

【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



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
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

(申)・(問) 保健センター ☎52-4141 (内線591、592)

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

乳幼児健診

| | 日程 | 対象 |
|----------|----------|------------|
| 4か月児健診 | 5月27日(金) | 令和4年1月生まれ |
| 10か月児健診 | 5月31日(火) | 令和3年7月生まれ |
| 1歳6か月児健診 | 5月11日(水) | 令和2年10月生まれ |
| 3歳児健診 | 5月10日(火) | 平成31年4月生まれ |

- 受付時間 ○1日～15日生まれ…午後1時～1時20分
○16日～末日生まれ…午後1時30分～1時50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、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19日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和2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12日(木)…保健センター ○5月26日(木)…なかよし広場 ●受付時間 午前10時～11時
- 持ち物 母子手帳、バスタオル

離乳食教室(生後7～9か月) ※要申込

- 日時 5月25日(水) 午後1時30分～2時30分
- 会場 保健センター

予防接種

| | 日程 | 対象 |
|-------------|---------------------------------------|----------------|
| 日本脳炎 | ワクチンの供給状況により段階的に再開します。対象者には通知でご案内します。 | |
| 四種混合(初回1回目) | 5月18日(水) | 令和3年10月～12月生まれ |
| (追加) | 5月26日(木) | 令和2年7月～9月生まれ |
| BCG | 5月13日(金) | 令和3年11月生まれ |

- 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
- 持ち物 母子手帳、予診票、バスタオル(着替え用)

☆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！

高血圧の薬は、一生飲み続けないといけないの？

問 保健センター(内線592)

それは「あなた次第です」と言えるでしょう。血圧を下げる薬(降圧剤)は、絶対に一生飲み続けなくてはならないわけではありません。

「薬は副作用があるので、体に悪いのではないかと心配し、薬を飲みたいくないという人がいます。血圧が高いほど脳卒中の発症率は高くなり、命にも関わります。副作用の全くない薬はありませんが、副作用が起こる頻度は1%未満とされていますので、薬を飲むメリットの方が大きいのではないのでしょうか。降圧剤にはいくつかの種類がありますので、血圧が高い場合は、自身に合う薬をかかりつけ医に処方してもらいましょう。また、処方された降圧剤の副作用を知り、副作用の症状が現れたらかかりつけ医や薬剤師に相談してみましょう。

では、どうすれば降圧剤をやめられるのでしょうか？ 次の①～④に当てはまる人は、降圧剤をやめても正常血圧を維持できます。

- ①元の高血圧が軽度の人 ②正常体重を維持できている人
③食塩摂取量が少ない人 ④お酒をやめた人



高血圧の診断基準(いずれか1つ超えると降圧治療の対象)

| | 収縮期 | 拡張期 |
|-------|-----------|----------|
| 家庭で測定 | 135mmHg以上 | 85mmHg以上 |
| 病院で測定 | 140mmHg以上 | 90mmHg以上 |

高血圧は無症状です。血管は痛みを感じないので、破れるか詰まるまで症状がありません。血圧と体重を測ることを日課にして、健康管理をしていきましょう。市役所1階ロビーに新しい血圧計を設置しましたので、ご利用ください。



今月の休日当番医・薬局(5月、6月第一週)

| 月 | 日 | 医科(9:00~12:00, 13:30~17:00) | 歯科(9:00~12:00) | 薬局 |
|---|---------|--|---------------------|--------------------------|
| | 1日(日) | こいけこどもクリニック ☎75-5047 | 江川歯科医院 ☎82-5400 | 薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店 ☎54-3120 |
| | 3日(火・祝) | きくち泌尿器科クリニック ☎78-1045 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111 | 秋山歯科医院 ☎58-5271 | ららくま薬局 ☎58-0090 |
| | 4日(水・祝) | 清水クリニック ☎53-1625 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111 | こいけ歯科・矯正歯科 ☎72-0258 | かりん薬局 ☎56-3515 |
| 5 | 5日(木・祝) | 宮坂医院 ☎52-1711 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111 | 宮坂歯科医院 ☎58-1805 | ふたば元町薬局 ☎75-0288 |
| | 8日(日) | なかす内科医院 ☎54-2230 | 吉水歯科医院 ☎72-3459 | 片倉薬局 ☎58-0529 |
| | 15日(日) | 松本医院 ☎52-3247 | 丸茂歯科医院 ☎58-0150 | 大坂屋薬局 ☎52-7756 |
| | 22日(日) | 上諏訪駅前ひろ整形外科 ☎78-8595 | 行田歯科医院 ☎72-2639 | 薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店 ☎54-3120 |
| | 29日(日) | こやま乳腺・甲状腺クリニック ☎75-5800 | 笠原歯科医院 ☎52-0616 | モリキ諏訪城南薬局 ☎78-8652 |
| 6 | 5日(日) | やざわ虎クリニック ☎57-8300 | 五味歯科医院 ☎73-5430 | こころ薬局 ☎54-2788 |

■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。

■希望の診療科が当番医でないときは、事前に診療可能かどうか確認してください。

■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▶



市博物館
☎ 52-7080

【休館日】 毎週月曜日

■特別展「諏訪信仰と御柱」

●期間 開催中(～8月21日(日))

▲大祝苑で武田
信玄書状(大祝
諏方家資料)

イベント

■展示解説

●日程 5月28日(土)
●時間 午後1時30分～2時

■おおむかし何でも相談室

●日程 5月29日(日)
●時間 午後1時～3時(随時受付)

駐車場の利用制限

5月3日(火・祝)～5日(木・祝)は、
御柱祭の開催に伴い、一般車両の
駐車ができません。ご理解とご協
力をお願いします。市美術館
☎ 52-1217

【休館日】 毎週月曜日、5月6日(金)

■特集展示「中村恭子日本画作品展 脱創造
する御柱」、収蔵作品展「諏訪と御柱」「式年造営御柱大祭」の開催に合わせて、
下諏訪町出身の日本画家・中村恭子さんを
紹介しています。合わせて、収蔵
作品の中から諏訪や御柱を題材に
した作品を紹介しています。●期間 開催中(～7月3日(日))
《御柱図絵屏風》第一扇「杜の柱」
(中村恭子)▶

イベント

■つきいちアート5月「中村恭子さんによる
ギャラリートーク」【要申込】●日時 5月3日(火・祝) 午後2時～3時
●定員 30人(先着順)

■学芸員によるギャラリートーク【要申込】

●日時 5月21日(土) 午後2時～2時30分
●定員 15人(先着順)原田泰治美術館
☎ 54-1881

【休館日】 毎週月曜日

■原田泰治の原点をさがして 油絵の
世界

●期間 開催中(～7月31日(日))

■原田泰治が描く ふるさと信州の四季

原田さんが愛
情を込めて描き
あげた作品の中
から、ふるさと・
信州の四季折々
の風景を展示し
ています。

▲桜道

●期間 開催中(～令和5年4月9日(日))

■ギャラリーさざなみ「ぼくの絵わた
しの絵展～第81回全国教育美術展～」NHK長野放送局、公益財団法人教
育美術振興会主催「第81回全国教育美
術展」のうち、特選・入選に輝いた県内
の作品を展示します。

●期間 5月18日(水)～6月5日(日)

すわっ
こ
ランド

☎ 54-2626

- レッスン休講… 4月29日(金・祝)～5月6日(金)
- 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1日(日)
- 特別営業日… 5月5日(木・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15日(日)
- ふる・プールの日(入館料半額相当)… 5月27日(金)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日…毎週月曜日、
5月6日(金)、27日(金)

信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日…毎週月曜日、
5月3日(火・祝)～5日
(木・祝)、27日(金)

おすすめの図書(信州風樹文庫)

■たびするてんとうむし

イザベル・シムレール 文・絵、石津 ちひろ 訳(岩波書店)

卵を産む場所を探して飛び立ったてんとうむしですが、田園ではだまされてばかり。安心して卵を産める場所は見つかるのでしょうか。



■ヨーロッパ史入門

池上 俊一 著(岩波書店)

互いに影響し合い、時に融合し、分裂し、
切磋琢磨しながら群像劇のように発展して
きたヨーロッパの神髄が伝わる入門書。

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14日(土)、15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15日(日) 午後2時～3時

●定員 6人(先着順)

【おはなし会】

■きかんしゃポッポ(乳幼児向け)

●日程 5月4日(水・祝)、11日(水)、18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7日(土)、14日(土)、21日(土)、28日(土)

●時間 午前11時～11時30分




新型コロナウイルスワクチン接種のご案内

(問) 新型コロナウイルスワクチン接種対策室 ☎58-7225、☎58-7226

新型コロナウイルスワクチンは、接種券が手元に届いた人から接種の予約ができます。3回目接種は、2回目接種後に低下した感染予防効果や重症化予防効果などを高めることが示されています。最新情報は、市ホームページをご覧ください。

※掲載する情報は、4月20日(水)時点の情報です。

ワクチン接種に関する最新情報▶



■18歳以上のみなさん

現在、3回目接種を行っています。令和3年11月に2回目接種を終了した人には、5月以降に接種券を送ります。

- 対象 2回目接種から6か月経過した人
- 接種方法 集団接種(モデルナ社製ワクチン)または市内医療機関での個別接種(ファイザー社製またはモデルナ社製ワクチン)

※これから1・2回目接種を希望する人は、お問い合わせください。

■小児(5歳～11歳)のみなさん

現在、1・2回目接種を行っています。小児の接種は「努力義務」ではありません。予防効果と副反応を本人と相談し、保護者の意思で接種を判断してください。今後5歳になるお子さんへは、順次接種券を送ります。

- 接種方法 集団接種または市内医療機関での個別接種(小児用ファイザー社製ワクチン)



▲小児への接種に関する情報

■12歳～17歳のみなさん

現在、3回目接種が可能です。15歳以下の人は、保護者同伴で接種し、接種券の署名欄には保護者氏名を記入してください。

- 接種方法 市内医療機関での個別接種(ファイザー社製ワクチン)

家庭内感染が増えています

家庭内感染予防の重点ポイントを押さえておきましょう。

- 部屋を分ける ○マスク着用
- 手で触れる共有部分の消毒



▲詳しくは厚生労働省HPへ



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)

▲松本大学 根本賢一教授(ネモケン先生)

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 |
|----------|------------------------------------|
| 6/13(月) | 体力測定、計測 「若いと思っていたのに、実際は…」 |
| 7/1(金) | 「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 |
| 7/22(金) | 「効果的なウォーキング方法を身につけよう」 |
| 8/25(木) | 「超簡単筋力トレーニングで毎日を元気に！」 |
| 9/22(木) | 「知ってよかった！健診結果」 |
| 10/28(金) | 体力測定、計測「からだ改善測定」 |
| 11/15(火) | 閉講講座「ピン☆ピンきり運動を継続していこう」、体力測定結果説明 |

- 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人、令和3年度の特定保健指導対象者
- 定員 30人(先着順)
- 申し込み 5月6日(金)～27日(金)に、電話かながの電子申請で申し込みを。
- 持ち物 タオル、飲み物、上履き、運動ができる服装、マスク
- その他 ○新型コロナウイルス感染症の感染状況により、中止または延期する場合があります。○教室中のけがは、市加入保険による補償があります。



▲電子申請



活動量計
(アクティブ歩数付き万歩計)

総歩数やアクティブ歩数、総消費カロリーなどが測定でき、自分の体力に見合った運動がしっかりできているか知ることができます。

※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 学校づくり発表会

市内小・中学校の学校教育活動方針や重点的な取り組みの発表を、規模を縮小して開催します。

- 日時 5月30日(月) 午後7時～9時
- 会場 市役所大会議室(5階)
- 申し込み 電話でお問い合わせ。(問) 教育総務課学務係(内線461)

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(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を有する場合は、20歳未満まで)。

- 支給月額 ○全部支給… 4万3,070円 ○一部支給… 4万3,060円～1万160円 ○第2子加算額… 1万170円～5,090円 ○第3子以降加算額…6,100円～3,050円

- 支給日 奇数月の11日(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… 5万2,400円 ○2級該当児童…3万4,900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 市ジュニアリーダーズクラブ お楽しみ会

- 日程 5月29日(日)
- 時間 午前10時～午後3時30分
- ※市役所正面玄関集合・解散
- 会場 夢の海森林体験学習館
- 対象、定員 市内の小学校4年生～中学校3年生 約10人(先着順)
- 申し込み 5月19日(木)までに、電話か直接窓口で申し込んでください。(申)・(問) 教育総務課青少年係(内線465)

i 第53回高島城祭を開催します

- 日時 5月22日(日) 午前9時～午後2時20分(予定)
- 内容 ○お祭り広場・舞台…砲術、かみがたりネットワーク三市交流特別ステージほか ○展示・協賛行事…文芸作品展(短歌、俳句、川柳)、展示即売会(姉妹都市・出雲市・糸魚川市による特産品、野菜、陶芸品など) ○高島城天守閣…無料開放
- (問) 観光課観光係(内線421、422)

i マイナンバーカードの夜間・休日臨時窓口を開設します

新たにマイナンバーカードを申請する人や、すでにマイナンバーカードを申請済みで、手続きの案内通知を持っている人へカードをお渡しするための臨時窓口を開設します。

- 日程 ○夜間… 5月19日(木) 午後5時15分～7時 ○休日…5月29日(日) 午前9時～正午

- 会場 市民課②番窓口(市役所1階)

- 持ち物 ○個人番号通知カード ○本人確認書類(運転免許証やパスポートなどの顔写真付き身分証明書2点または顔写真付き身分証明書1点と健康保険証や年金手帳など1点) ○住民基本台帳カード(持っている人) ○個人番号カード交付手続きに関するご案内兼照会書(申請済みでマイナンバーカードを受け取る人のみ)

- その他 ○持ち物がそろわない場合、受け付けができないことがあります。ご注意ください。 ○カード申請時に使用する写真は、当日、市役所で無料で撮影できます。 ○新型コロナウイルス感染症の感染防止対策を行うため、ご案内までに長時間お待ちいただく場合があります。

(問) 市民課市民係(内線112)

新型コロナウイルス感染症の感染状況により、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。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

i お知らせ

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26日(木) 午後0時30分～終日
- (問) 観光課施設管理係(内線423)

i 投票所が変わります

第9投票区と第10投票区が統合されます。これまで、大手1・2区公会所で投票していた大手町のみなさんは、今年の夏に予定されている参議院議員選挙から、投票所が諏訪市公民館に変わります。



■統合後の投票区など

- 投票区 第10投票区
- 投票所 諏訪市公民館
- 投票区の町内会 大手町、西大手町、湖柳町、衣の渡
- (問) 選挙管理委員会事務局(内線341)



消費者トラブルを防ごう STOP! 相談は局番なしの188へ!

その警告画面と警告音は偽物かも!?

パソコンやスマホを使用中に、「ウイルスに感染している」と偽の警告画面や警告音により電話を掛けさせ、有償サポートなどの契約を迫る「サポート詐欺」の相談が増えていきます。最近では、電子マネーによる支払い被害も急増しています。警告が出た場合は簡単に信用せず、連絡などはしないようにしましょう。「サポート詐欺」に関する相談や対処法は、(独)情報処理推進機構(☎03-5978-7509)をご利用ください。

■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▶



※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 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。

- 実施日時 5月15日(日)～31日(火) 日の出～午前7時
 - 実施場所 豊田、湖南地区の平坦部水田地帯
 - 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)

i 翻訳・就労支援事業をご活用ください

市内事業者を対象に、技術・製品・サービスなどを紹介する多言語パンフレットの作成や各種マニュアルの翻訳、外国語を使ったやり取りなどを、外国語に精通したアドバイザーがサポートします。英語・中国語・ベトナム語に対応しており、A4用紙1枚程度の文量であれば事業者の費用負担はありません。

毎週水曜日の午前中は、諏訪商工会館内で事前予約制の相談室も開設しています。詳しくは、お問い合わせください。

(問) NPO 諏訪圏ものづくり推進機構
☎54-2588

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 | 諏訪1・2丁目、双葉ヶ丘、元町、南町、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 | 湖岸通り2・3・4・5丁目、洪崎、小川、南真志野、あけぼの団地 |

●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 5月定例教育委員会

- 日時 5月27日(金) 午後3時
- 会場 市役所302会議室(3階)

i 無許可の不用品回収業者にご注意ください!

一般家庭から出るごみ(一般廃棄物)の収集運搬と処分を行うためには、市の「一般廃棄物処理業の許可」が必要です。無許可の業者による廃家電や粗大ごみなどの廃棄物の回収は違法ですので、利用しないでください。

無許可の業者が行う廃棄物回収を利用すると、国内外で不適正な管理や処理がされたり、不法投棄されたりする場合があります。有害物質などの放出による環境破壊や健康被害が懸念されています。また、「無料だと思っていたら作業後に料金を請求された」といったトラブルに巻き込まれる可能性もあります。十分にご注意ください。

(問) 環境課環境衛生係(内線212)

i 令和4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 | 877円 |
| せん定作業 | 1時間 | 1,420円 |
| 田植え機作業 | 10a | 11,800円 |
| ”(側条施肥) | 10a | 12,600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 | 23,100円 |
| ”(結束あり) | 10a | 25,100円 |
| ”(もみ運搬) | 10a | 3,600円 |
| 耕起作業(トラクター・ロータリ) | 10a | 9,200円 |
| ”(2回目) | 10a | 8,200円 |
| あぜぬり | 18m | 1,300円 |
| 代かき作業(トラクター・代かきロー) | 10a | 9,300円 |

(問) 農業委員会事務局(内線416)

i 6月の市議会定例会

6月の市議会定例会は、6月7日(火)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30日(月)正午までです。



- 日程 ○招集日… 6月7日(火) ○代表・一般質問… 6月13日(月) ○一般質問… 6月14日(火)、15日(水) ○最終日… 6月23日(木)
- (問) 議会事務局(内線521)

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) 環境課環境保全係(内線214、215)

i 5月29日(日)は環境美化活動の日

市と衛生自治連合会は、例年全市一斉清掃を行っています。今年度は新型コロナウイルス感染症対策のため、規模を縮小して環境美化活動を行います。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
- 清掃場所 諏訪湖畔一帯(下諏訪町境からガラスの里まで)
- その他 ○開会式は行いません。直接会場(湖畔公園モニュメント前)にお越しください。○収集用ごみ袋は、会場で配布します。

■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 特定健診・後期高齢者健診を実施します

対象者に、5月下旬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30日(月)～9月24日(土)
 - 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 公用車を売却します

- 車種 トヨタハイエースディーゼル
 - 型式 KH-KZH116G
 - 排気量 2.98リットル
 - 初度登録年月 平成13年6月
 - 車検満了日 令和4年6月13日
 - 走行距離 22万4,287km(3/30時点)
 - 車両閲覧・入札案内書配布・入札期間
 - 日程 5月9日(月)～23日(月)午後5時 ※土・日曜日を除く
 - 入札書提出先 総務課庁舎車両管理係(市役所1階)
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください
 いただくか、お問い合わせください。
 (申)・(問) 総務課庁舎車両管理係(内線336)

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5年3月31日(金)
 - 対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で令和元年度以降抗体検査未実施の人
 - 検査方法 対象者に、5月中にクーポン券を郵送します。医療機関の窓口や、職場の健診の際にクーポン券を提示し、抗体検査を受けてください。 ※これから抗体検査を受ける人は、今回お送りするクーポン券を利用してください。有効期限が令和4年3月以前のクーポン券を持っている人は、破棄してください。
 - 実施医療機関 クーポン券に同封する通知か、厚生労働省のホームページをご覧ください。
 - その他 転入した人で抗体検査を受けていない人は、クーポン券を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 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的に止まります。

(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年度目以降は、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)で申し込んでください。

- 持ち物 基礎年金番号か個人番号(マイナンバー)が分かる物、認印、本人確認書類(運転免許証などの顔写真付きの物は1点、保険証などの顔写真がない物は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 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。電話とメールで相談できますので、お気軽にご利用ください。



- 日程 月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)
 - 時間 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…kawanishi-kenji@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、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)

i 市行政相談委員が総務大臣表彰を受賞しました

長年にわたり市行政相談委員として行政に対する苦情や相談の解決などに尽力された八幡靖子さんが、令和3年度の総務大臣表彰を受賞しました。

市は、毎月第3金曜日に行政相談窓口を開設しています。困ったことなどがあれば、お気軽にご相談ください。
 (問) 市民課市民窓口係(内線116)

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や重要度を把握し、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13日(金)までに、回答用紙を返信用封筒に入れて郵送(切手不要)するか、市役所受付に持参してください。インターネットでも回答できます。
- (問) 企画政策課企画政策係(内線322)

i ご活用ください！新婚新生活住まいる補助金

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4年1月1日～令和5年3月31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39歳以下 ○夫婦の所得の合計が、40万円未満 ○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、40万円。
 - 対象経費 令和4年1月1日～令和5年3月31日にかかった住宅取得費用、住宅借借費用、引っ越し費用
 - 申請期限 令和5年3月3日(金) ※申請を希望する人は、事前にお問い合わせください。
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ▲QRコード



(申)・(問) 地域戦略・男女共同参画課地域支援係(内線288)

※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。



相談



諏訪地区保護司会による 非行・犯罪相談

- 日時、会場 5月27日(金) 午前10時～正午 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)



巡回労働相談

労働条件、過重労働、職場のハラスメントなどの相談ができます。

- 日程 5月18日(水)
 - 時間 午後0時30分～3時30分
 - 会場 市役所403会議室(4階)
 - 申し込み 5月17日(火)午後5時までに、電話で申し込んでください。
 - その他 お急ぎの場合は、平日の電話相談も受け付けています。
- (申)・(問) 長野県南信労政事務所 ☎0265-76-6833



空き家に関する相談

空き家の管理、活用、解体などの電話相談ができます。

- 日程 5月16日(月)
 - 時間 午前10時～午後4時
 - 対象、定員 諏訪6市町村内に建物を所有する人 6人(先着順)
 - 申し込み 5月9日(月)までに、電話で申し込んでください。 ※対面での相談を希望する場合は、申し込みの際にお伝えください。
- (申)・(問) (公社)長野県建築士会諏訪支部 ☎58-6624



諏訪市空き家・空き地 バンク活用相談会(無料)

家や土地の賃貸や売却を検討している人の相談を受け付けます。

- 日程 5月28日(土)
 - 時間 午後1時～4時
 - 会場 諏訪商工会議所
 - 相談員 (公社)長野県宅地建物取引業協会諏訪支部(諏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、285)



募集



公共職業訓練(ポリテクセンター)令和4年度6月生

- 訓練期間 7か月間(6月3日(金)～12月26日(月))
 - 対象 求職中の人
 - 募集コース CAD / NC技術科、金属加工科、電気設備技術科
 - 定員 各科10人
 - 受講料 無料 ※テキスト代、作業服代などがかかります。
 - 申し込み 5月18日(水)までに、ハローワーク諏訪の職業紹介窓口で相談の上、申し込んでください。
- (申) ハローワーク諏訪 ☎58-8609、(問) ポリテクセンター松本 ☎0263-58-3392



広報すわの広告

- 募集枠数 広報すわ1号につき最大4枠 ※同一の申込者が広告を掲載する場合、広報すわ1号につき2枠まで掲載できます。
 - 金額 1枠8,800円(税込)
 - 申し込み 広告掲載を希望する月の前々月25日までに、申込書を記入の上、必要書類を添えて秘書広報課広報戦略係(市役所3階)に提出してください。申込書は、市ホームページからダウンロードできます。 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ▲QRコード
- (申)・(問) 秘書広報課広報戦略係(内線325)



市PR用ロゴマーク・キャッチコピーをご活用ください

市PR用ロゴマークとキャッチコピーは、市民や事業者のみなさんが作成する商品などさまざまなものに使用できます。

- 申し込み 申請書を記入の上、必要書類を添えて秘書広報課広報戦略係(市役所3階)に提出してください。申請書は、市ホームページからダウンロードできます。 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ▲QRコード
- (申)・(問) 秘書広報課広報戦略係(内線325)



2030年を迎えにゆく ～未来をTsunagu講演会

誰でも手軽にできる家庭ごみのリユース方法やフリマ活用例など、すぐに実践できる事例が学べる講演会を、市公式YouTubeチャンネルで公開しています。ぜひご覧ください。 ▲QRコード



- 演題 楽しもうリユースライフ～捨てない片づけ できることからSDGs
 - 講師 藤森妙子氏(住まいプランニング代表)
- (問) コワーキングスペースTsunagu ☎53-7055



自動車税(種別割)の 納期限は5月31日(火)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、スマホの決済アプリ「PayPay」、[LINE Pay]も利用できます。詳しくは、お問い合わせください。 ▲PayPay ▲LINE Pay



(問) 長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2905



諏訪税務署からのお知らせ

諏訪税務署は、インボイス制度に係る相談会と説明会を開催します。

■個人事業者向けインボイス発行事業者登録申請相談会

- 日時 5月13日(金) 午前9時30分～11時、午後1時30分～3時 ※各回同じ内容です。
- 持ち物 スマートフォン、マイナンバーカード

■インボイス制度説明会

- 日時 5月16日(月) 午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分 ※各回同じ内容です。

【共通事項】

- 会場 諏訪税務署3階会議室
 - 定員 各回32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) 諏訪税務署 ☎52-1390(代表)

諏訪塾と歩く「西街道歴史散歩：春」

- 諏訪塾のみなさんの案内でまち歩きを行います。
- 日程、内容 ①5月21日(土)…豊田：有賀地区 ②6月5日(日)…湖南：北真志野地区
 - 時間 午後1時～4時30分(受け付け：午後0時50分から)
 - 集合場所 市公民館裏駐車場
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者優先 ※小学生以下は、保護者同伴。
 - 定員 各回18人(先着順)
 - 参加料 各回100円 ※当日集金します。
 - 申し込み 5月2日(月)から、電話か直接窓口で申し込んでください。 ※①、②いずれか片方でも、両方でも申し込みできます。
- (申)・(問) 市公民館☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

65歳以上の人の健康づくり(介護予防)教室

市地域包括支援センターに申し込む教室です。

■健康音動(おんど)～音楽を使って身体を動かそう!～

● 日程、会場、定員 下表のとおり

| 日程 | 会場 | 定員 |
|---------|------------|-----|
| 6/6(月) | 湯小路いきいき元気館 | 20人 |
| 6/13(月) | 豊田公民館 | 15人 |
| 6/29(水) | カルチャーホームすわ | 15人 |

- 時間 午後1時30分～2時30分
- 健康柔ら体操教室
- 日程、会場、定員 下表のとおり

| 日程 | 会場 | 定員 |
|---------|------------|-----|
| 6/2(木) | 四賀公民館 | 15人 |
| 6/10(金) | とちの木ひろば | 8人 |
| 6/14(火) | 渋崎公民館 | 10人 |
| 6/21(火) | 湯小路いきいき元気館 | 25人 |
| 6/23(木) | すわっチャオ | 10人 |

- 時間 午後1時～2時15分
 - 【共通事項】
 - 申し込み 5月16日(月)～20日(金)に、電話で申し込んでください。 ※いずれの教室も、各月1人1回のみ参加できます。
- (申)・(問) 市地域包括支援センター(高齢者福祉課内)(内線298)

やまびこスケートの森に申し込む教室です。

■うちトレで元気アップ講座

- 日時 ○初回測定…5月25日(水)、27日(金) ○中間講座①…6月23日(木)、30日(木) ○中間講座②…7月20日(水) ○効果測定…8月24日(水)、26日(金) 午後1時～4時 ※指定の日程で、1時間30分程度。

- 会場 湯小路いきいき元気館
- 定員 20人(先着順) ※初めて受講するのみ受け付けます。
- 申し込み 5月10日(火)～11日(水)の正午～午後6時に、電話で申し込んでください。

■水中運動教室

- 日程 ○水曜日コース…6月1日、8日、15日、22日、29日 全5回 ○金曜日コース…6月3日、10日、17日、24日、7月1日 全5回
- 時間 午前10時30分～正午
- 会場 すわっこランド(要入館料)
- 定員 各コース15人(先着順)
- 申し込み 5月17日(火)～18日(水)の正午～午後6時に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) やまびこスケートの森☎24-5210

くらしと健康の相談会

- 弁護士による法律相談と、保健師による健康相談が受けられます。
- 日時 6月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23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

講座

春の自然観察ハイキング

①マップ片手に自然観察～蓼の海・大見山～

- 日程 5月20日(金)
- 時間 午前9時30分～11時45分(受け付け：午前9時20分から)
- 集合場所 蓼の海公園駐車場
- 定員 8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～

- 日程 6月10日(金)
- 時間 午前8時30分～正午(受け付け：午前8時15分から)
- 集合場所 八島湿原駐車場
- 定員 18人(先着順)

【①・②共通事項】

- 対象 市内在住者、在勤者、在学者優先
 - 参加料 100円 ※当日集金
 - 申し込み 5月2日(月)から、電話か直接窓口で申し込んでください。 ※①、②いずれか片方でも、両方でも申し込みできます。
 - その他 少雨決行。中止の場合は、電話で連絡します。
- (申)・(問) 市公民館☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

〈広告欄〉



ヤマハ音楽教室
無料体験レッスン実施中



| | | |
|--|--|---|
| <p>音楽教室</p> <p>2歳 5/11・18・25 (水) 11:00(茅野センター)</p> <p>年少 5/11(水) 16:10</p> <p>年中長 5/10(火) 16:10</p> | <p>個人レッスン</p> <p>★ピアノ ★エレクトーン ★ヴァイオリン ★ギター ★ドラム</p> | <p>青春ポップス</p> <p>♪歌って踊る♪ グループレッスン ★無料見学日★ 5/13・27(金) 10:30 会場：茅野センター</p> |
|--|--|---|

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

(株)オク子楽器

うちの子「結婚」しないのかしら?

— 独身のお子様の結婚相談承ります —



お客様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽にご連絡ください

☎0263-88-7009

結婚相談所 ムスベル

※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5回諏訪市・富士見町
陸上競技大会**

- 日程 7月10日(日) ※雨天決行
- 時間 午前9時
- 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。○高校生男女・一般男女(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1種目のみ出場できます。
- 申し込み 6月10日(金) 午後5時までに、市陸上競技協会ホームページから申し込みを。 ▲QRコード
- その他 今大会は、未公認大会です。(申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



**もっと上達したい小学生
長期水泳教室**

- 水泳技能の向上と心身の鍛錬を目的に、水泳教室を開催します。
- 日程 5月18日～9月2日の間で、水・金曜日のうち全24回
 - 時間 午後6時20分～7時30分
 - 会場 すわっこランド
 - 対象 ビート板無しで15m以上泳げる市内の小学生(3年生以上)
 - 定員 50人程度(先着順)
 - 参加料 1万6,000円(入場料含む)
 - 申し込み 事前に市水泳協会事務局へ電話連絡の上、5月8日(日)午後3時～4時に、すわっこランド研修室で申し込んでください。
 - その他 会場までの送迎は、保護者が責任を持って行ってください。なお、施設内への保護者の入場はできません。
- (申)・(問) 市水泳協会事務局(両角) ☎080-5146-2176



スポーツ

市ペタンク大会

- 日時 5月22日(日) 受け付け：午前8時15分から ※雨天決行
 - 会場 憩いの杜ペタンクコート
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者、市ペタンク協会員
 - 競技種目 ダブルス
 - 参加料 1組1,000円
 - 申し込み 5月20日(金)までに、ファックスかEメールで申し込んでください。
 - その他 ボールと用具は協会が用意します。
- (申)・(問) 市ペタンク協会(佐藤)FAX 57-1919、Eメール sweet@kra.biglobe.ne.jp

**マレットゴルフ
初心者講習会**

- 日程 6月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木) 全5回
 - 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
 - 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。
 - その他 用具がない人には貸し出します。
- (申)・(問) 市マレットゴルフ協会(遠藤) ☎・FAX 58-1408

「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。



コリほぐし体操

- 日時 ○30分クラス…5月12日(木) 午後2時、5月13日(金) 午前10時 ○ボールストレッチ45分…5月18日(水) 午後2時 ○45分クラス…5月23日(月) 午後2時
 - 会場 駅前交流テラスすわっちゃオ
 - 定員 各回20人(5月18日(水)のみ12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。 ※申し込みは、1人1回ずつできます。
- ※新型コロナウイルス感染警戒レベル5以上が発出されている場合は中止します。
- (申)・(問) すわっちゃオ ☎75-5257(火曜日を除く午前9時～午後9時30分)

**0歳児とお母さんの
共育ち講座**

- 日程、内容 下表のとおり
- | 日程 | 内容 |
|---------|---------------------|
| 5/26(木) | 開講 はじめましての会 |
| 6/8(水) | ベビーマッサージをしてみよう |
| 7/6(水) | 子どもの病気。こんな時どうする？七夕会 |
| 8/31(水) | 親子で楽しくふれあい遊び |
| 9/14(水) | はじめての絵本♡ |
| 9/28(水) | 閉講 おおきくなったねの会 |
- ※離乳食についての講座を、子どもの成長に合わせて個別に行います。
- 時間 午前10時～11時
 - 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)ほか
 - 対象、定員 令和3年10月～令和4年3月生まれの子どもとその保護者10組(先着順) ※第1子を優先。
 - 申し込み 5月16日(月)までに、電話かEメールで申し込んでください。
- (申)・(問) (福)おおぞら福祉会ひなどり保育園 ☎53-2408、Eメール info@hinadori.jp

**防災情報を中心に発信中！
諏訪市公式LINE**

諏訪市^{ライン}LINE公式アカウントでは、防災メールで配信する防災情報などを中心に、諏訪市のさまざまな情報を発信しています。LINEアプリ内で「友だち登録」をしておけば、プッシュ通知で確実に情報をお届けします。ぜひ、ご利用ください！

QRコードで友だち登録

右のQRコードを読み取り、「追加」ボタンをタップすると登録できます。



問い合わせ：秘書広報課広報戦略係(内線325)

🏃 スポーツ指導者研修会

スポーツ栄養学の基本などを学ぶ研修会を開催します。

- 日程、会場 ①5月26日(木)…駅前交流テラスすわっチャオ(同時オンライン配信も行います) ②6月1日(水)…市役所大会議室(5階) ※いずれも同じ内容です。
- 時間 午後6時30分～8時(受け付け：午後6時から)
- 対象 スポーツ指導者など ※市内在住者、在勤者を優先します。
- 定員 30人(先着順) ※オンライン配信は定員なし。
- 演題 スポーツ栄養実践編～日常生活に活かすには～
- 講師 藤森陽子氏((株)やまびこスケートの森 公認スポーツ栄養士・管理栄養士)
- 申し込み 5月16日(月)午後5時までに、ながの電子申請で申し込んでください。 ▲電子申請(申)・(問) スポーツ課☎57-2811



🏃 第46回市テニストーナメント(男女ダブルス)

- 日程 5月22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11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。
 - その他 傷害保険は各自で加入してください。
- (申)・(問) 市テニス協会(西村) ☎090-7921-3385、Eメール motoaki_nishimura@yahoo.co.jp



🏊 水泳の基礎を学ぶ 学童水泳教室

水泳シーズン前に、息継ぎの仕方など安全に楽しく水泳をするための基礎を学びます。

- 日程 ○前期…6月13日(月)～18日(土) ○後期…7月4日(月)～9日(土) ※前・後期共に木曜日を除く全5回。
 - 時間 午後6時30分～7時30分
 - 会場 すわっこランド
 - 対象、定員 市内在住の小学校2年生で泳げない児童 各期25人
 - 参加料 1,750円(入場料を含む)
 - 申し込み 5月20日(金)午後5時までに、ながの電子申請で申し込んでください。 ▲電子申請
 - その他 ○前期は6月6日(月)午後6時から、後期は6月27日(月)午後6時から、しんきん諏訪湖スタジアムで事前説明会を行います。 ○既往症がある人は、事前に医師の診断を受けてください。
- (申)・(問) スポーツ課☎57-2811



👉 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16日(木) 13:00～17:00
※5月20日(金)から予約受け付け。
会場：市役所501会議室(5階)
定員：8人 ※利益相反の際はお断りします。
相談員：矢崎正彦弁護士
予約先：市民課市民窓口係(内線116)
- 交通事故相談 【要予約】**
6月9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1日(水)、18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
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17日(金) 13:30～15:00
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

🚰 休日水道温泉修理所(5月、6月第一週)

| | |
|----------|--------------------|
| 5/1(日) | ヤジマ設備工業☎52-1777 |
| 5/3(火・祝) | 日設工業☎58-2281 |
| 5/4(水・祝) | 原設備工業☎57-0703 |
| 5/5(木・祝) | マルワ住設☎58-3337 |
| 5/7(土) | 林組工業所☎58-1336 |
| 5/8(日) | 電管エンジニアリング☎53-1421 |
| 5/14(土) | マルワ住設☎58-3337 |
| 5/15(日) | 日設工業☎58-2281 |
| 5/21(土) | 大和設備☎58-1900 |
| 5/22(日) | 原設備工業☎57-0703 |
| 5/28(土) | 諏訪管工業☎52-6314 |
| 5/29(日) | マルワ住設☎58-3337 |
| 6/4(土) | 日設工業☎58-2281 |
| 6/5(日) | 藤森土木建設☎52-1766 |

📡 今月の納税・保険料 納期限は5月31日(火)

軽自動車税(種別割)(全期)
介護保険料(普通徴収2期5月分)

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)



外来生物の駆除にご協力ください

問 環境課環境保全係(内線 214)

■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。

■特定外来生物とは

外来生物の中でも海外から持ち込まれ、地域の自然環境に大きな影響を与えたり農作物に被害を与えたりする生き物は、法律により「特定外来生物」に指定されています。特定外来生物の取り扱い(飼育・栽培・保管・運搬・輸入・野外へ放つ・野外へ植える・譲渡など)には、さまざまな規制が設けられています。

特定外来生物は生きている物に限られますが、個体だけでなく、卵・種子(胞子)、器官(分断された茎や根)も含まれます。

■特定外来生物(植物)の駆除にご協力

市内では、オオキンケイギク、アレチウリ、オオハングンソウの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。

⚠ 外来生物被害予防三原則

- 入れない: 外来種を非分布域へ「入れない」
- 捨てない: 外来種を「捨てない」「逃がさない」「放さない」
- 拡げない: 外来種を他地域に「拡げない」「増やさない」

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 5月～7月
- 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。繁殖力が強く、道端や河川敷などを中心に生育している。
- 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り、現地で枯らして燃やすごみとして焼却処分にする。現地に放置して土に返すこともできる(生きたままの運搬ができないため)。

▶ 広報すわ6月号掲載の「その2」では、アレチウリやオオハングンソウの駆除方法などを紹介します。

今号は、「すわじん」「ぐる～ぶ通信」のコーナーはお休みします。

ゼロカーボンシティの実現に向けて、地球温暖化防止に役立つ情報を紹介します。

(申)・(問) 環境課環境保全係(内線214)

始めよう！地球にやさしい生活

みんなでゼロカーボン

二酸化炭素排出量を確認してみよう

2050年カーボンニュートラル(温室効果ガス排出量実質ゼロ)を実現するためには、まず私たちの普段の生活でどれくらいの二酸化炭素を排出しているかを知ることが重要です。

市は、家庭で使っている電化製品がどのくらいの電力を消費しているかを計測できる、簡易型電力量表示器「エコワット」を貸し出しています。家庭で使用している電化製品の消費電力量や二酸化炭素排出量を把握して、省エネやゼロカーボンに取り組むきっかけにご活用ください！

エコワットとは？

計測したい電化製品とコンセントの間に取り付けるだけで、簡単に消費電力量や電気料金、二酸化炭素排出量などが計測できる機器です。



- 貸出期間 3週間
- 使用料 無料
- 申し込み 直接、環境課窓口(市役所2階)へお越しください(土・日曜日、祝日を除く)。

スマホ・パソコンからご覧ください！



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

今年は花粉症がとてもつらいです。新型コロナウイルス感染症と症状が似ているとのことで不安になりましたが、外へ出た途端に出るくしゃみ・鼻水・目のかゆみで「やはり花粉症だ」と確信しています。来年は、つらい思いをしないうちに、早めの服薬を始めたいと思います。飲めばすぐ効く特効薬が開発される日が来ればいいなあ。(Y)

編集後記