

シゼンとヒトがつながる、すわ。

広報すわ

NO.1101

7

2022 / 令和4年



SUWA



特集 令和四年諏訪大社式年造営御柱大祭 P2~3

お知らせ

- 彫刻家・細川宗英一刻む思い.....P4
- 小丸山古墳を知ろう!.....P5
- 国民健康保険/後期高齢者医療制度/福祉医療費.....P6~7
- 新型コロナワクチン接種/諏訪湖祭湖上花火The Legacy.....P8
- みなさんの市政への“声”.....P14~15

諏訪大社 御柱祭

コロナ禍の中で行われた御柱祭。今までにない特別な形での開催となりましたが、7年に1度の大祭に、諏訪地域は氏子たちの熱気に包まれました。今号では、御柱祭の様子を写真で紹介します。



令和四年 諏訪大社
式年造營御柱大祭



七年に一度行われる御柱祭。コロナ禍の今回、山出しは1200年以上の歴史の中で初めてトレーラーで運搬され、静かな祭りのスタートとなりました。

一方、感染予防対策を講じ、氏子の参加がなくなった里曳きは多くのみなさんが柱を曳行しました。また、騎馬行列や長持ちも披露され、地域に熱気が戻りました。

地域のみなさんが力を合わせ、多くの困難を乗り越え開催された令和4年の御柱祭は、多くの人々の胸に残り続けることでしょう。

市美術館常設展示室開設20周年記念特別展

彫刻家・細川宗英 — 刻む想い —



市美術館は、細川宗英常設展示室開設20周年を記念して、諏訪市出身の彫刻家・細川宗英の展覧会を開催します。いくつもの主題の変遷をたどりながら細川が表現しようとした彫刻像をご覧いただき、ふるさとへの想いを感じてみてください。

(問) 市美術館 ☎ 52-11217

彫刻家・細川宗英

細川宗英(1930-1994)は、松本市に生まれた後、東京藝術大学進学までを諏訪で過ごしました。東京藝術大学研究科在学中から新制作協会展へ出品し、新人賞を受賞。その後、当時最年少で会員となります。国内外の展覧会への出品・受賞を重ね、母校である東京藝術大学の教授などを通して後進の育成にも力を注ぎ、63歳で逝去しました。



▲砂川No1(部分)

細川は、さまざまな主題や制作技法に取り組み、戦後、日本へもたらされた欧米の彫刻表現の影響を受けつつも、日本人としての表現を打ち立てようとしてきました。特徴的な風化し崩

れていく人間像からは、形が崩れながらも存在する人間の美しさや存在の普遍性を感じることができるといえるでしょう。

ふるさとへの憧憬



▲市美術館常設展示室

細川は、東京にアトリエを構えましたが、諏訪へたびたび帰郷し、八ヶ岳の麓の豊かな自然を、制作する上で心の拠りどころとしました。没後は作品の多くが諏訪市美術館へ寄贈され、2003年に細川宗英常設展示室が開設しました。

特別展では、初期から晩年までの彫刻やデッサンを、スケッチブックなどの資料とともに展示します。

イベント情報【要事前申し込み】

- つきいちアート7月 ギャラリートーク
「彫刻家・細川宗英について」
●日時 7月24日(日) 午後2時～3時
 - おはなし鑑賞会
●日時 7月31日(日) 午後2時～3時
 - つきいちアート8月
「素材を触って①粘土で作ろう！」
●日時 8月11日(木・祝) 午後2時～3時30分
 - 学芸員によるギャラリートーク
●日時 8月14日(日) 午後2時～2時30分
 - つきいちアート9月
「素材を触って②鑄造をしてみよう！」
●日時 9月11日(日) 午後2時～3時30分
- ※各イベントの申し込み情報などは、広報すわ施設ガイドのページでお知らせします。

常設展示室開設20周年記念特別展

彫刻家・細川宗英 — 刻む想い —

- 期間 7月9日(土)～9月19日(月・祝)
- 休館日 月曜日(祝日は開館)、祝日の翌日
- 開館時間 午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
- 入館料 一般520円、小・中学生150円(諏訪地域在住、在学の小・中学生は無料)



展示について詳しくはこちら▶

助成：(公財)花王芸術・科学財団、(公財)三菱UFJ信託地域文化財団

小丸山古墳 を知ろう！

現在、「諏訪国のルーツがわかるかも!?小丸山古墳出土品保存処理プロジェクト」と題して、クラウドファンディング(ある活動や事業に対して共感する人・応援したい人たちから資金を募る仕組み)を実施しています。

ここでは、小丸山古墳のことをさらに知っていただくため、古墳の歴史や出土品の一部を紹介します。
(問) 生涯学習課文化財係(内線582)

小丸山古墳のこれまでと現在

小丸山古墳の遺物を守ってきた、平林八幡講の平林大市さんからお話を聞きました。



平林八幡講
平林大市さん

豊田有賀地区、八ヶ岳連峰から諏訪湖までを一望できる所に小丸山はあり、頂上の八幡社は古くから平林八幡講の氏神として信仰されてきました。

大正時代、八幡社のお社の下から武具や馬具、装身具などが出土し、古墳があることが分かりました。その後の中央道建設によって古墳は姿を消し、今では遺物のみが残っています。平林八幡講所有の遺物は代々の世話人によって管理していましたが、後に市博物館で保管され、市有形文化財にも指定されました。市教育委員会の調査研究により、古墳や出土品のすばらしさから、地域を支配した人物の墓ではないかといわれています。

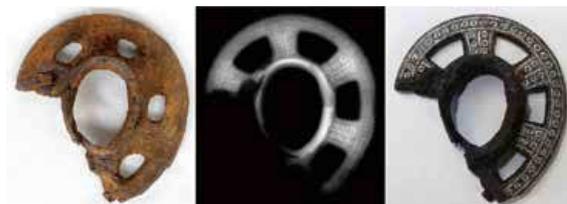
資料を未来に残すために平林八幡講の所有ではなくなる寂しさはありましたが、市に寄贈して保存処理をお願いすることにしました。今後、保存処理を通じて新たな発見が進み、調査研究などで、小丸山の名が諏訪はもとより県内でも重要な遺跡として語り継がれることを望みます。



▲在りし日の小丸山古墳

小丸山古墳を代表する遺物

象嵌装刀装具



処理前 エックス線画像 処理後

象嵌(鉄の地金に彫った細かい溝に銀線をはめ込む技法)を用いて装飾された大刀の鐔などがエックス線撮影調査の際に見つかり、保存処理を経て肉眼で見えるようになりました。

馬具

馬を飾るための装飾具などが多数見つかっています。金や銀で飾られたものもあり、往時はきらびやかに輝いていたことでしょう。



小札甲



古墳時代後期の甲は、小札と呼ばれる小さな鉄の板をひもでつなぎ合わせて作られていました。小丸山古墳の甲は、奈良県にある飛鳥寺に埋納されていたものとよく似た、当時最新式の甲であったことが分かりました。

保存処理事業と速報展

平成29年度から継続している保存処理事業で、令和3年度は3点の大刀の保存処理を終えました。

これまでに処理を終えた資料の一部とともに、速報展で展示します。

- 期間 7月2日(土)～31日(日)
- 会場 市博物館すわか昔ミニギャラリー(2階)

クラウドファンディングに関する情報はこちら

諏訪市 クラウドファンディング

検索

▲QRコード

保険証・受給者証の定期更新の時期になりました



国民健康保険

国民健康保険証

現在使用している保険証は、7月31日で有効期限が切れます。新しい保険証は、7月下旬に世帯主宛てに送付します。有効期限が切れた保険証は、各自で破棄するか、市役所市民課(1階⑥番窓口)、市公民館、4公民館(豊田・四賀・中洲・湖南)にある回収箱に返却してください。

限度額適用認定証など

- 制度の概要** 保険適用となる医療費が高額になる場合に、医療機関に限度額適用認定証などを提示すると、支払額が本来の自己負担額までとなります。
- 申請** 現在使用している限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証は、7月31日で有効期限が切れます。8月1日以降も認定証が必要な人や、新規で取得を希望する人は、8月以降に申請してください。

後期高齢者医療制度

後期高齢者医療保険証

現在使用している保険証は、7月31日で有効期限が切れます。新しい保険証は、対象となる人に7月中に送付します。有効期限が切れた保険証は、各自で破棄するか、市役所市民課(1階⑦番窓口)、市公民館、4公民館(豊田・四賀・中洲・湖南)にある回収箱に返却してください。

対象 ○75歳以上の人 ○65歳以上で一定の障がいがあると認定された人

- 旧保険証の色** 黄色
- 新しい保険証の色** 緑色
- 自己負担割合** 世帯状況や前年の所得状況に基づき、8月1日から新しい負担割合(1割または3割)が適用されます。
- 有効期限** 9月30日 ※10月1日から、自己負担割合に「2割」が新設されるため、今年度は、9月中に改めて新しい保険証を送付します。詳しくは、広報すわ9月号に掲載します。

後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証(限度額認定証)

- 制度の概要** 入院時または高額な外来診療受診時に、窓口で支払う一部負担金が限度額までとなり、食費・居住費も減額されます。
- 認定証の色** 青色(市町村民税非課税世帯の人)

【表】福祉医療費受給者証の対象者

乳幼児・児童	重度心身障がい者(児)	ひとり親家庭など
0歳から15歳までの児童(中学校3年生修了時の3月31日まで)	<ul style="list-style-type: none"> ①特別児童扶養手当1級・2級の人 ②身体障害者手帳1級・2級・3級の人(65歳以上の方は、4級でも該当になる場合があります) ③療育手帳A1、A2、B1の人 ④65歳未満で、障害年金1級9、10、11号の人 ⑤65歳未満で、20歳前に発症した障害年金2級15、16、17号の人 ⑥65歳以上で、障害年金1級・2級の人 ⑦精神障害者保健福祉手帳1級・2級の人 	<ul style="list-style-type: none"> ①ひとり親家庭で、18歳未満(20歳未満であれば高校卒業まで)の児童などを扶養している親とその児童など ②父母のいない18歳未満の児童など

福祉医療費受給者証

- 制度の概要** 市から認定された人が医療機関などで診療を受けた場合に、市加入保険者からの給付金のほかに、市
- 認定証の色** 若草色
- その他** ○今年度は、重度心身障がい者(児)と、ひとり親家庭の受給者証を更新します。○受給対象になると思われる人で、受給者証を持っていない人は、市民課国保医療係(市役所1階)に、お問い合わせください。

- 白色(負担割合が3割の保険証で、課税標準額が145万円〜690万円未満の人)
- 定期更新対象** 現在限度額認定証を持っていて、8月1日以降も引き続き条件に該当する人には、新しい認定証を送付します。新たに手続きをする必要はありません。
- 受給者証の色** 左表に該当する人
- 0歳から中学校3年生までの人…あじさい色(水色)
- それ以外の人…若草色

からも給付金を受けることができます。給付を受けるためには「福祉医療費受給者証」が必要です。

後期高齢者医療保険料額決定(変更) 通知書を7月中旬に発送します

保険料(年間保険料額)の計算方法(左図)

【図】保険料の計算方法

均等割額(被保険者1人当たり)
4万907円
+
所得割額
(前年の加入者の所得一 基礎控除43万円(※))×8.43%
年間保険料額 (上限額66万円)

※合計所得金額が2,400万円を超える人は、その金額に応じて基礎控除額が変わります。

保険料の減免・軽減制度
新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴う減免制度

新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯の主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った場合や、事業収入などの減少が見込まれる場合に、後期高齢者医療保険料が減免されます。詳しくは、市または長野県後期高齢者医療広域連合ホームページをご覧ください。

☎ 026122915320

被扶養者の軽減制度

●軽減対象・割合 後期高齢者医療制度の加入直前に、職場の保険等の被用者保険(市町村国保・国保組合を除く)の被扶養者だった人は所得割額がかららず、制度加入から2年間は均等割額が5割軽減されます。

均等割額の軽減制度(左表)

世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等の合計額	軽減割合・軽減後の均等割額
43万円(※1)+10万円× (給与所得者等の数(※2)-1)以下	7割軽減 1万2,272円/年
43万円(※1)+(28万5千円×被保険者数) +10万円×(給与所得者等の数(※2)-1) 以下	5割軽減 2万453円/年
43万円(※1)+(52万円×被保険者数) +10万円×(給与所得者等の数(※2)-1) 以下	2割軽減 3万2,725円/年

(※1)合計所得金額が2,400万円を超える人は、その合計所得金額に応じて基礎控除額が変わります。

(※2)給与所得者等の数とは、世帯内の後期高齢者医療保険被保険者と世帯主のうち、55万円を超える給与収入を有する人と、公的年金等の収入が125万円(65歳未満の場合は60万円)を超える人(給与所得を有する人を除く)の合計をいいます。

医療機関の適切な受診にご協力ください

医療費は、年々増加傾向にあります。医療機関などの窓口で支払う額は医療費の一部で、残りの医療費はみなさんの保険料などで賄われています。受診の際は、次のことに注意して健康管理や受診マナーの向上に取り組みましょう。

かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

通いやすく、相談しやすいかかりつけ医(薬局)を持ちましょう。

同じ病気で複数の医療機関を受診すると、重複する検査や投薬によって、かえって体に悪い影響を与えてしまう心配があります。医療費の増加にもつながるのでやめましょう。



休日や夜間の受診の前に考えましょう

軽症者の救急医療受診が増加し、緊急性の高い重症者の治療に支障が出る事例が発生しています。

救急医療は、割増の医療費が設定されています。明らかに急を要する場合は迷わず受診し、それ以外は診療時間内に受診するようにしましょう。



健康診断を受けましょう

病気の予防、早期発見・早期治療のために、年に1回健診を受けましょう。健診の結果はよく読み、食事や生活習慣の見直しに役立てましょう。

小児救急電話相談を活用しましょう

子どもの夜間のけがや急病などの際、看護師などから対処法や受診の判断のアドバイスを受けられます。

○電話番号 #8000(全国共通・局番なし)

○受付時間 午後7時～午前8時(長野県の場合)

ジェネリック医薬品を使いましょう

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、先発医薬品と同等の効き目があると国が認めた医薬品です。多くは費用が安く、味や大きさなどが飲みやすく工夫されている物もあります。医師や薬剤師に、利用について相談してみましょう。





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接種は、接種券が手元に届いた人から予約ができます。最新情報は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

■4回目接種について

- 接種会場 ○個別接種…市内23医療機関(使用するワクチンは、医療機関に確認してください) ○集団接種…諏訪赤十字病院(武田/モデルナ社ワクチン使用)
- 対象 3回目の接種から5か月が経過した、次の①か②に該当する人 ①60歳以上の人 ②18歳以上60歳未満で基礎疾患のある人、または重症化リスクが高いと医師が認める人
- 接種券の発送 ①… 3回目接種から5か月经過を目安に接種券を発送します。 ②… 3回目接種から5か月が経過する18歳以上60歳未満のみなさんに、接種券発行申請の案内はがきを送ります。対象になる人は、はがきが届き次第、電子申請(困難な場合は電話)で申請してください。

■武田社ワクチン(ノバボックス)の接種を行います

- 1・2回目および3回目でノバボックスの接種が可能になりました。市は、7月以降に集団接種を実施します。
- 接種会場 諏訪赤十字病院
- 対象 18歳以上の人
- 予約方法 送付済みの接種券をお手元に準備の上、コールセンターに電話をするか、インターネットで予約をしてください。
- 接種間隔 ○1・2回目… 1回目から20日以上空けて2回目を接種 ○3回目… 2回目接種から6か月以上経過後に接種

■3回目接種を希望するみなさん

市内医療機関で、ファイザー社および武田/モデルナ社のワクチン接種を行っています(12歳~17歳の方はファイザー社のみ接種可)。2回目接種から5か月が経過して接種を希望する人は、医療機関に直接お問い合わせください。

※これから1・2回目接種を希望する人は、新型コロナウイルスワクチン接種対策室にお問い合わせください。

ワクチン接種に関する最新情報
(市ホームページ)はこちら



第74回諏訪湖祭湖上花火 The Legacy 開催

(問) 諏訪湖祭実行委員会事務局(観光課内) (内線421、422)

新型コロナウイルス感染症の一刻も早い終息を祈りつつ、諏訪湖祭の意義と伝統を未来へつなぐため、今年も特別なスタイルで心に沁みる感動の花火をお届けします。ミニ水上スターマインを含む、1日約500発の花火が打ち上がります。

■日程 8月1日(月)~15日(月) ※雨天決行

■時間 午後8時30分~8時40分(毎晩10分間)

■打ち上げ場所 諏訪市湖畔公園前諏訪湖上

■観覧場所 有料観覧席はありません。湖畔公園内のお好きな場所でご覧ください。

■臨時駐車場 諏訪湖イベントひろば(旧東洋バルヴ跡地)…約250台 ※大型車の駐車はできません。

■諏訪湖畔で観覧するみなさんへお願い

- 発熱、強い倦怠感、咳、味覚・嗅覚異常などの症状がある場合は、来場を控えてください。
- 来場時は、必ずマスクを着用してください。
- 観覧中や移動の際は、人との距離(最低1メートル)を十分確保してください。
- 開催期間中の午後8時~9時は、湖畔公園内での飲食を禁止します。熱中症対策として、飲み物を飲むことはできます(酒類は禁止です)。
- 花火打ち上げ終了直後は、会場出口周辺の混雑が予想されます。来場されるみなさんは余韻もお楽しみいただき、ゆっくりお帰りください。
- 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)を、スマートフォンにインストールしてご利用ください。

今年も打ち上げの様子を生配信します!

開催期間中、LCVテレビ、LCV-FM(FM76.9MHz)、YouTubeなどで、花火の打ち上げの様子を生配信します。自宅や車中からも、臨場感あふれるリモート「諏訪湖の花火」をお楽しみください!

詳しくは、諏訪湖の花火
ホームページをご覧ください



◀QRコード

Topic 01 積極的な物品・役務の調達を継続します

令和3年度障害者優先調達の実績を報告します

市は、障害者就労施設などから積極的に物品・役務を調達するために、毎年独自の調達方針を策定しています。令和3年度の実績をお知らせします。

■目標 260万円以上 → 実績 244万1,893円

種別		目標額	達成額
物品	啓発用物品・記念品など	77万円以上	64万3,982円
	印刷	3万円以上	0円
役務	クリーニング	19万円以上	2万5,110円
	草取り・清掃作業	30万円以上	33万1,280円
	大型ごみ処理機管理委託	50万円以上	49万8,300円
	古紙回収再生事業委託	81万円以上	89万5,646円
	その他	—	4万7,575円

(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線233)

Topic 02 あなたが望む医療やケアを考えてみませんか

ライフドアすわ 開所5周年記念講演会

- 日程 7月16日(土)
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
- 演題 はじめよう！人生会議～いつ、だれと、どこで、何をどう話せばいいの？～
- 講師 西川満則先生(国立長寿医療研究センター緩和ケア診療部医長)、大城京子先生(快護相談所和び咲び副所長)
- 定員 80人(先着順)
- 申し込み 7月8日(金)までに、電話か、右のQRコードを読み取り、申し込みフォームから申し込んでください。



◀QRコード

(申)・(問) 諏訪市地域医療・介護連携推進センター(ライフドアすわ) ☎78-0477

Topic 03 低所得の子育て世帯を支援します

子育て世帯生活支援特別給付金・子ども支援特別給付金を支給します

長引くコロナ禍の中、物価高騰などに直面する子育て世帯の生活を支援するため、国事業の生活支援特別給付金を支給します。また、国の給付金対象者には、子どもの生活を支援する市独自の子ども支援特別給付金を上乗せして支給します。「ひとり親世帯分(A)」または「ひとり親世帯以外の子育て世帯分(B)」のどちらかで1回給付が受けられます。

対象で、給付を受けていない人からの申請を受け付けていますので、各申請窓口にお問い合わせください。

■ひとり親世帯分(A)

- 対象 次の①～③のいずれかに該当するひとり親世帯の人 ※Bの給付金を受け取った人を除きます。 ①令和4年4月分の児童扶養手当受給者 ②公的年金等(遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など)を受給していて、令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない人 ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなどして、収入が児童扶養手当の受給者と同じ水準になっている人



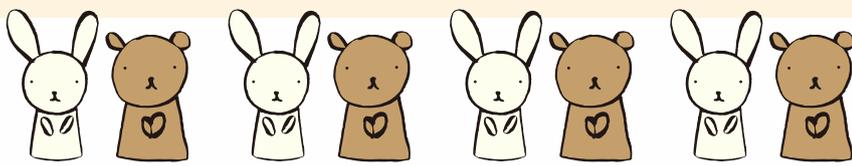
- 手続き ②・③に該当する人は、申請が必要です。 ※①の該当者は6月23日(木)に支給済み。
- 給付額 児童1人当たり10万円(国の給付分5万円+市の給付分5万円)
- 申請期限 令和5年2月28日(火)

(申)・(問) こども課子育て支援係(内線445、448)

■ひとり親世帯以外の子育て世帯分(B)

- 対象 次の①か②に該当する人 ※Aの給付金を受け取った人を除きます。 ①令和4年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の受給者で、令和4年度住民税均等割が非課税の人 ②平成16年4月2日(障がい児の場合は平成14年4月2日)～令和5年2月28日に生まれた児童を養育し、次のいずれかに該当する人 ○令和4年度住民税均等割が非課税の人 ○新型コロナウイルスの影響で家計が急変し、住民税均等割が非課税相当であると認められる人
- 手続き ②に該当する人は、申請が必要です。必要書類を郵送するか、市民課④番窓口(市役所1階)へ提出してください。申請書類は、窓口か市ホームページから取得できます。 ※①の該当者は6月30日(木)に支給済み。
- 給付額 児童1人当たり10万円(国の給付分5万円+市の給付分5万円)
- 申請期限 令和5年2月28日(火)

(申)・(問) 市民課市民窓口係(内線116、119)



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) 保健センター(内線592)

今月のテーマ

子どもとずっと一緒に イライラしてしまう

Question

新型コロナの感染が広がると外出を控え、家で子どもとずっと一緒に過ごすことが多くなります。そうすると、子どもがやることにイライラしてつい大きな声で叱ってしまい、後悔してつらくなります。どうしたらよいですか?(乳幼児の母親)

子どもは自分の気持ちがうまく表現できないので、すねたり、反抗したりすることで主張します。親はそれに感情的に反応するのではなく、どう表現したらよいか根気よく教えることが大切です。ただ、親も常に冷静ではられません。怒りが爆発しそうなときは、深呼吸や、子どもの安全を確認した上で距離をおくなどして気持ちを落ち着かせましょう。落ち着いたらじっくり話し、自分が悪いと思ったら素直に謝ることも大切です。その前に、まずは日ごろ家事や育児を頑張っている自分を褒めてあげましょう!

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>



離乳食・幼児食相談

- 日時 7月20日(水) 午前10時30分~正午
- 対象 乳幼児とその保護者
- 持ち物 なし
- 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。

親子で柳沢運動プログラム(※)

- 日時 7月22日(金) 午前10時~10時45分
- 対象 2歳~3歳の子どもとその保護者
- 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 ①7月26日(火) ②8月30日(火)
- 時間 午前10時~10時45分
- 対象 1歳6か月~3歳の子どもとその保護者
- 申し込み ①は受け付け中、②は7月27日(水)から、申し込んでください。

夏のあそびDAY!~えのぐであそぼう~

- 日時 8月2日(火) ①午前9時45分~10時30分
②午後2時~2時45分
- 対象 0歳~18歳の子どもとその保護者
- 定員 各回20人(先着順)
- 持ち物 手拭きタオル、親子ともに汚れてもよい服装
- 申し込み 7月14日(木)~31日(日)に、申し込んでください。

【(※)共通事項】

- 定員 10組(先着順)
- 持ち物 飲み物、汗拭きタオル、運動ができる服装

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



きょうすけ
関京介ちゃん
(2歳9か月)
いつもにこにこ、おにいちゃん
が大好きな三男です。



あすま
岩波明日真ちゃん
(1歳9か月)
お姉ちゃん大好き！いっぱい真
似っこして元気に大きくなーれ！



なっひ
有賀夏彩陽ちゃん
(1歳11か月)
最近のブームはお世話ごっこ！ぬい
ぐるみたちの優しいお姉ちゃん！

【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



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	7月25日(月)	令和4年3月生まれ
10か月児健診	7月26日(火)	令和3年9月生まれ
1歳6か月児健診	7月13日(水)	令和2年12月生まれ
3歳児健診	7月12日(火)	令和元年6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 7月21日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和2年6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 ○7月14日(木)…なかよし広場 ○7月15日(金)…保健センター ●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か月～9か月) ※要申し込み

- 日時 7月27日(水) 午後1時30分～2時30分
- 会場 保健センター ●持ち物 バスタオル

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3回目)	7月15日(金)	令和3年10月～12月生まれ
BCG	7月11日(月)	令和4年1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、予約票、バスタオル(着替え用)

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！

☆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！

分かっているけどやめられない！！

なぜ、ポテトやハンバーガーを食べたくなるのか？

問 保健センター(内線592)

ジャンクフードという言葉聞いたことはありますか？ジャンクは、ガラクタや役に立たないものを表し、ジャンクフードは高カロリー・高塩分にもかかわらず、ビタミンやミネラル、食物繊維などの栄養素があまり含まれない調理済みの食品のことをいいます。具体的には、ハンバーガーやドーナツ、アイスクリームなどの食品を指し、動物性脂肪や人工甘味料が含まれています。過剰な動物性脂肪を習慣的に摂取すると、高脂肪な食事への依存度が高まってしまいます。さらに、運動意欲も失ってしまうため、肥満になりやすくなります。

肥満になると、血糖値を下げるインスリンの働きの悪化や内臓脂肪の蓄積により体にさまざまな悪影響を与え、将来的に脳や心臓、腎臓などの障害につながる可能性があります。

諏訪市の令和3年度特定健診結果によると、受診者の約20%がメタボリック症候群該当者で、5人に1人が内臓脂肪による危険因子を持っています。今年度の特定健診を受診して、腹囲がメタボの診断基準以上(男性85cm、女性90cm)の人は、保健センターにご相談ください。

■ジャンクフードの体への悪影響を少しでも減らすために

○付け合わせにサラダや鶏肉などを加える。

○飲み物は無糖にする。

○揚げ物はヘルシーな素材(魚介類や
ささみなど)にして、衣を少なくする。○スナック菓子は皿に取り分け、1回に
1袋全部を食べない。

○カップ麺には野菜や海藻を入れる。

■動物性脂肪への依存を断ち切るために

○素材を加工していない食品を丸ごと食べる。

○白米を玄米にかえる(玄米は動物性脂肪に対する欲
求を抑える働きがあります)。

肥満抑制

がん予防

アレルギー軽減

過剰な食欲の抑制

玄米

さまざまな健康増進につながる効果



今月の休日当番医・薬局(7月、8月第一週)

月	日	医科(9:00~12:00, 13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
7	3日(日)	渡辺内科クリニック ☎53-6088	堀歯科医院 ☎73-7139	薬局マツモトキヨシ赤沼店 ☎58-9006
	10日(日)	清水眼科医院 ☎58-6802	湖柳歯科医院 ☎53-0506	清風堂さわやか薬局 ☎53-6288
	17日(日)	湖南関医院 ☎58-1680	岳歯科医院 ☎79-6226	ふたば湖南薬局 ☎75-1458
	18日(月・祝)	いちょう並木クリニック ☎58-5522	落合歯科医院 ☎53-3800	クスリのアオキ諏訪四賀薬局 ☎75-5291
	24日(日)	柳沢医院 ☎52-0159	やつがね歯科医院 ☎71-5454	エイコー堂原田薬局 ☎58-8040
	31日(日)	小島クリニック ☎56-1212	平林歯科医院 ☎52-1741	大坂屋薬局 ☎52-7756
8	7日(日)	諏訪城東病院 ☎52-3100	三井歯科医院 ☎62-5965	アイン諏訪薬局 ☎58-6450

■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。

【諏訪市医師会】

QRコード▶



【諏訪市歯科医師会】

QRコード▶



※参加料・申し込みの記載がないものは、入館料のみで、事前の申し込みは不要です。
※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、掲載するイベントなどが変更になる場合があります。



市博物館

☎ 52-7080



【休館日】 毎週月曜日(7/18を除く)、7月19日(火)

■特別展「諏訪信仰と御柱」

御柱祭や、諏訪社の神官家に残された品々を展示しています。



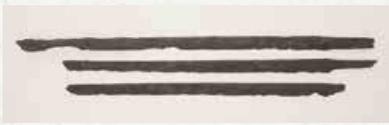
▲御札の版木

●期間 開催中(～8月21日(日))

■ミニギャラリー展「小丸山古墳令和3年度保存処理完了品公開展」

保存処理を終えた金属製品を展示します。

●期間 7月2日(土)～31日(日)



▲大刀

イベント

■ミニギャラリー展展示解説

●日時 7月16日(土) 午後1時30分～2時

■特別展展示解説

●日時 7月23日(土) 午後1時30分～2時



市美術館

☎ 52-1217



【休館日】 毎週月曜日(7/18を除く)、7月5日(火)～8日(金)、19日(火)

■常設展示室開設20周年特別展「彫刻家・細川宗英一刻む想ひー」

詳しくは、今号4ページをご覧ください。

●期間 7月9日(土)～9月19日(月・祝)



かえる蛙

イベント

■つきいちアート7月「トークイベント 彫刻家・細川宗英について」【要申込】

●日程 7月24日(日)

●時間 午後2時～3時

●講師 藤森民雄先生(彫刻家)

●定員 20人(先着順)

■おはなし鑑賞会【要申込】

●日程 7月31日(日)

●時間 午後2時～3時

●定員 15人(先着順)



原田泰治美術館

☎ 54-1881



【休館日】 毎週月曜日(7/18を除く)

■原田泰治の原点をさがして 油絵の世界

原田さんが、中学時代から大学時代にかけて描いた貴重な油絵画を展示しています。

●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。



▲高原の花

●期間 開催中(～令和5年4月9日(日))

■ギャラリーさざなみ「小林睦和写真展『ふるさと信州』」

信州をこよなく愛した原田泰治先生への追悼の思いを込めて、信州で撮影した情景30点を展示します。

●期間 7月6日(水)～8月7日(日)

すわっこ
ランド

☎ 54-2626

- 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)…7月3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)…7月17日(日)
- レッスン一部休講…7月18日(月・祝)、25日(月)～31日(日)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)…7月26日(火)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日…毎週月曜日
(7/18を除く)、7月19日(火)、29日(金)

信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日…毎週月曜日、
7月29日(金)

おすすめの図書(信州風樹文庫)

■人類冬眠計画 生死のはざまに踏み込む

砂川 玄志郎 著(岩波書店)

病気の子どもを1人でも多く救いたい著者は、「人工冬眠」に解決の可能性を見いだし研究者となりました。その計画とは？



■作家たちの17歳

千葉 俊二 著(岩波書店)

17歳は未完成？文学史に名を連ねる文豪たちがその年何に悩み、何を決断したのか、当時の日記や作品の言葉から読み取ります。



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 7月16日(土)、17日(日)、18日(月・祝)

●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

●日時 7月17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 7月6日(水)、13日(水)、20日(水) ※7/20はスポーツ課と共催のスペシャルバージョンです。

●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 7月9日(土)、16日(土)、23日(土)

●時間 午前11時～11時30分

令和3年度の声

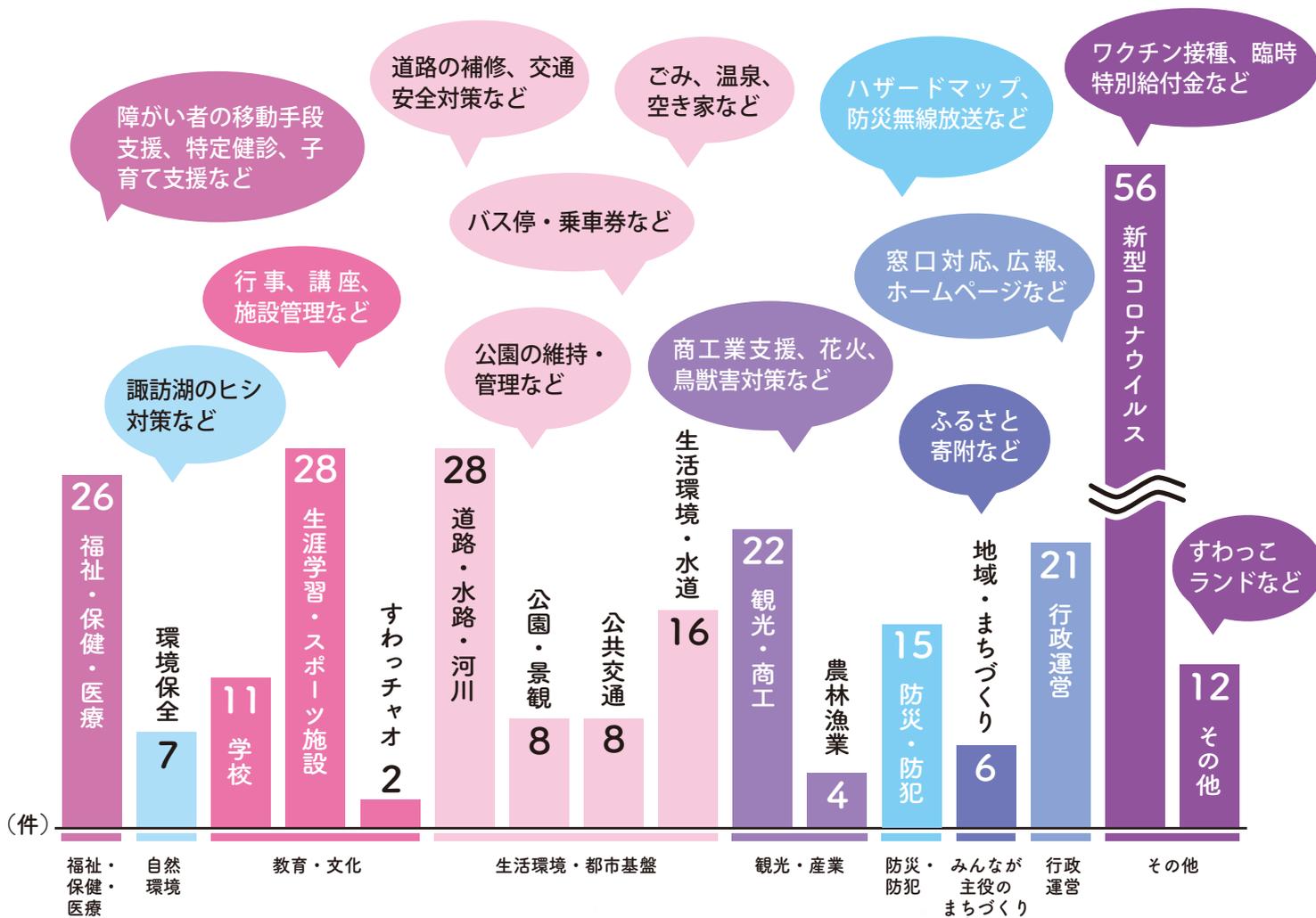
(令和3年4月～4年3月)

●種類別件数

- ・Eメール …116件
- ・郵送 …154件
- 計 …270件

たくさんの市政への“声” ありがとうございました

市民のみなさんから市長へ要望・意見・提案などを寄せていただく手段である提言制度。みなさんから寄せられた提言は、全て市長自ら目を通し、担当課で調査や検討をした上で、文書、電話、または訪問して可能な限り回答しています。



提言の中には、緊急性や重要性、予算上の制約からすぐに対応できないものや、内容が中・長期的な課題であったり、広域的な協議が必要であったりするために早期の実現が難しいものもあります。今後の市政運営の貴重な検討材料とさせていただきます。

■回答
市全体で、記入欄が小さく書きにくい申請書などの見直しを行いました。その結果、28件の申請書を修正しました。

■ご意見
市に提出する申請書の記入欄が小さく、必要な内容が書きにくいです。記入する内容の量に合った大きさに修正してもらえないでしょうか。

このようなご意見をいただきました。分野別では上のように、生活環境・都市基盤や新型コロナウイルス、教育・文化などに関する要望が多く、年齢の高い世代から多くの提言をいただきました。実際に寄せられたご意見の一部を紹介します。

市長へのてがみ、Eメール、ファックスで

お気軽に“声”を

お寄せください



「市長へのてがみ」は、市民のみならずと行政をつなぐ架け橋です。届いたご意見全てに目を通しています。日ごろ思うこと、気付いたことなど、遠慮なくお寄せください。一緒に住みよい諏訪市をつくりましょう。

諏訪市長 金子ゆかり

【ご意見・ご提案の送付に当たって】

- ▶回答を希望する場合は、必ず、住所・氏名・連絡先を記入してください。
- ▶回答までに約2週間お時間をいただきます。
- ▶次の場合は回答できません。
 - 匿名や、住所・連絡先の記載がないもの
 - 誹謗中傷を含むもの、公序良俗に反するもの
 - 営利・営業を目的とするもの
 - 宗教に関するもの
 - 趣旨が不明確で、市の業務と関係のないもの など
- ▶お寄せいただいたご意見・ご提案内容は、個人情報 を伏せた上で、広報すわや市ホームページで紹介する場合があります。

(問) 秘書広報課広報戦略係 ☎52-4141 (内線324、325)

15 広報すわ 2022.7

多くのご意見、ご提案をお待ちしています

※個人情報 を保護することができる 封書形式にしています。



料金受取人払郵便

諏訪局 承認 2211

差出有効期限 令和5年7月 31日まで。 切手はいりません。

(受取人)

諏訪市高島一丁目22番30号

諏訪市長 金子ゆかり 行



市長へのてがみ

「透明度 日本一のまち 輝く諏訪」に向けて

① キリトリ線

③ のり

② 山折り

③ のり

市長へのご意見・ご提案は3つの方法で

■郵送 このページをキリトリ線に沿って切り離し、次ページの手順に沿って折って、周囲をのり付けして郵便ポストに投函してください。切手は不要です。

■Eメール 下の市長アドレスへ直接送信するか、市ホームページ下段の「市長メール」から送信してください。右のQRコードを読み取って送信することもできます。



▲QRコード

- 市長アドレス mayor-yukari@city.suwa.lg.jp
- 市ホームページ <https://www.city.suwa.lg.jp>

■ファックス (0266)54-5050

② 山折り

② 山折り

③ のり

① キリトリ線

③ のり

※市長へのご意見・ご提案の方法は、毎月の「広報すわ」からの情報下欄にも掲載しています。

① キリトリ線

③ のり

② 山折り

③ のり

i 一般国道20号
諏訪バイパス展

諏訪バイパスの整備目的や効果、環境影響評価準備書などを紹介するパネルや、立体的なイメージ図などを展示します。将来のまちの姿を想像しながら、ぜひご覧ください。

- 日程 7月1日(金)～22日(金) ※毎週火曜日を除く
- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ(問) 国道バイパス推進室(内線270、271)

i 同じ悩みを持つ人同士で
交流しませんか

長野県精神保健福祉センターは、同じ悩みを持つ仲間と悩みを分かち合い、交流するためにグループミーティングを開催しています。

■開催中のグループミーティング、会場
○依存症(アルコール、薬物、ギャンブル)当事者グループミーティング…長野・松本会場 ○依存症家族グループミーティング…長野会場 ○自死遺族交流会「あすなろの会」…長野・佐久・上田・伊那・松本会場 ○青年期グループ(ひきこもりなど)…長野会場
※事前に、開催状況をお問い合わせの上、参加してください。

(問) 長野県精神保健福祉センター ☎026-266-0280

i 木造住宅の無料耐震診断、
耐震改修工事への補助

■耐震診断士の無料派遣

- 対象 昭和56年5月31日以前に建築工事に着手した、市内の木造戸建て住宅(一部併用住宅も可)
- 申し込み 申込用紙に必要事項を記入の上、都市計画課窓口(市役所別棟2階)に提出してください。申込用紙は、都市計画課窓口または市ホームページから取得できます。



▲QRコード

■耐震改修工事などの一部補助

住宅の耐震性を向上させるための工事(耐震補強、現地建て替えなど)や、避難路沿道などに倒壊の危険があると判断されたブロック塀などに対して行う工事への補助制度があります。詳しくは、お問い合わせください。

(申)・(問) 都市計画課建築住宅係(内線269)

i 並木DEコンサート♪

歩いて楽しいまちづくりのために、野外コンサートを開催します。

- 日時、会場 7月30日(土) 午後7時～8時 柳並公園 ※雨天中止
- 出演 内田歌穂(サクソ&SONGS)(問) 並木DEコンサート実行委員会(三井) ☎58-5687

i アルコールや薬物などの問題で悩んでいるみなさんへ

病気を正しく理解して回復できるよう、相談を受けたり活動をしったりしている団体があります。詳しい日時、活動内容などについては、各お問い合わせ先にご確認ください。

■諏訪保健福祉事務所での相談

【こころの健康相談】

- 日時 ○奇数月…第1金曜日 午後2時から ○偶数月…第1火曜日 午後2時から ※要事前予約

【思春期相談】

- 日時 毎月第4金曜日 午後2時から ※要事前予約

【保健師による相談】

- 日時 随時行っています。 ※電話相談も受け付けています。

■地域での活動

【茅野酒害者回復クラブ】

- 日時 毎週火曜日 午後7時～8時30分
- 会場 諏訪中央病院
- お問い合わせ 諏訪中央病院 ☎72-1000

【下諏訪酒害者回復クラブ】

- 日時 毎週木曜日 午後7時～8時30分
- 会場 諏訪共立病院
- お問い合わせ 諏訪共立病院 ☎28-2012

【AA諏訪グループ(断酒のための自助グループ)】

- 日時、会場 毎週水・土曜日 午後7時30分～9時 カトリック諏訪教会
- お問い合わせ AA甲信越セントラルオフィス ☎03-5957-3506

【アラノン諏訪グループ(アルコール依存症者の家族などの集まり)】

- 日時、会場 毎週土曜日 午後2時30分～3時30分 カトリック諏訪教会
- お問い合わせ NPO法人アラノン・ジャパン ☎045-642-8777
- (問) 諏訪保健福祉事務所健康づくり支援課 ☎57-2927

i 霧ヶ峰夏山リフトの運行

- 期間 7月9日(土)～8月28日(日)
- 時間 午前9時～午後4時30分 ※雨天運休
- 料金 片道200円、往復360円(問) 霧ヶ峰リフト管理事務所 ☎53-1664、観光課施設管理係(内線423)

i 霧ヶ峰キャンプ場を
ご利用ください

- 開場日時 7月2日(土)～9月25日(日) 午後1時～翌日正午 ※9月は土・日曜日、祝日のみ開場します。なお、9月10日(土)～11日(日)は閉場します。



- 料金 730円から
- その他 混雑時は、入場を制限する場合があります。

※詳しくは、お問い合わせください。(問) 霧ヶ峰キャンプ場事務所 ☎52-2833、開場期間外：観光課施設管理係(内線423)

i 日本赤十字社の活動資金
募集にご協力ください

日赤諏訪市地区は、7月の1か月間、日本赤十字社の活動資金の募集を行います。この資金により、災害救護活動や救急法、健康生活支援講習などの各種講習会の開催、生命と健康を守る血液事業の推進などを行います。各町内会を通じて募集しますので、ご協力をお願いします。

(問) 社会福祉課社会係(内線236、239)

STOP! 消費者トラブルを防ごう
相談は局番なしの188へ!

商品やサービスの購入の前に、トラブルの有無を調べる習慣をつけよう!

「注文後に口コミを見たら詐欺だと書いてあった」、「申し込み後に調べたら同じようなトラブルになっている人がいた」、「解約がなかなかできないとネットに書いてあった」といった相談が多く寄せられています。トラブルを未然に防ぐために、事業者の評判や商品の口コミ、解約時のトラブルの有無などを事前に調べる習慣をつけましょう。

■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▶

※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 図書館の夏休み イベント2022

夏休みに、図書館で工作教室を行います。

①パンダさんの小物入れを作ろう！の巻

●日程 7月24日(日)

②豆本を作ろう！の巻

●日程 7月30日(土)

【①・②共通事項】

●時間 午前10時30分(1時間程度)

●定員 6人(先着順)

●申し込み 7月16日(土)から、電話か直接窓口で申し込んでください。

③シールブックを作ろう！の巻

●日程 7月31日(日)

●時間 午前10時30分～11時30分
※1人15分程度。

●申し込み 不要。席が空いていれば参加できます。直接会場へお越しください。

(申)・(問) 市図書館 ☎52-0429

i 国民年金保険料 免除・納付猶予申請

前年度の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料が免除されます。経済的な理由で納付することが困難な人は、申請してください。免除・納付猶予の申請は、前年度に全額免除・納付猶予の承認を受けた人で継続を希望した人を除き、原則として毎年必要です。詳しくは、お問い合わせください。

■令和4年度分の免除・納付猶予申請
(令和4年7月～令和5年6月分)

●申し込み 7月1日(金)から、窓口で申請を受け付けます。

●審査対象 被保険者、配偶者、世帯主の前年度の所得

■過年度分の免除・納付猶予申請

●申し込み 随時受け付けています。

●免除期間 申請の2年1か月前～令和4年6月分(すでに保険料を納付済みの月を除く)

【共通事項】

●持ち物 基礎年金番号または個人番号が確認できる物、雇用保険受給資格者証または離職票(退職を理由として申請する場合)

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

「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。

i 産前産後期間の国民年金 保険料免除制度

産前産後期間に国民年金保険料の納付が免除されます。

●対象 免除期間に国民年金第1号被保険者の期間を有する人 ※出産日が平成31年2月1日以降の人が対象です。

●免除期間 平成31年4月以降の出産予定日(出産日)の前月から4か月間(双子以上の場合は6か月間)

●申し込み 出産予定日の6か月前から申請できます。出産予定日がわかる物(母子手帳など)を持参の上、申し込んでください。

●その他 ○この免除による年金給付額への影響はありません。○すでに保険料を納付している場合、還付の対象になります。

※詳しくは、お問い合わせください。

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

i マイナポイント第2弾が 始まっています

マイナンバーカードを取得し以下の手続きを行った人は、最大2万円相当のマイナポイントを受け取ることができます。いずれの手続きも、マイナンバーカードの申請を令和4年9月30日までにを行う必要があります。また、マイナポイントの申し込み期限は、令和5年2月末までです。市役所にも、ポイントの予約に必要なマイキーIDを設定できるパソコンがあります。

■マイナンバーカードをすでに取得した人およびこれから取得する人でマイナポイント第1弾に申し込んでいない人
マイナポイント申し込み後、指定のキャッシュレス決済で買い物やチャージをすると、利用金額の25%がポイントとして付与され、最大5,000円相当のマイナポイントが受け取れます。

■健康保険証として利用登録した人
7,500円相当のマイナポイントが受け取れます。

■公金受け取り口座の登録をした人
7,500円相当のマイナポイントが受け取れます。

※詳しくは、総務省マイナポイント事業ホームページをご覧ください。

▲QRコード
(問) マイナンバー総合フリーダイヤル

☎0120-95-0178



i 国民年金の手続きが 電子申請でできます

●対象手続き ○国民年金第1号被保険者加入の届出 ○国民年金保険料免除・納付猶予の申請 ○国民年金保険料学生納付特例の申請

※詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧くださいか、ナビダイヤル(☎0570-003-004)でご確認ください。

(問) 岡谷年金事務所 ☎23-3661

i 令和4年度国民健康保険税 特別徴収の税額決定

国民健康保険税は、世帯主を含む国民健康保険の加入者全員が65歳以上75歳未満の世帯では、原則、世帯主に支給される公的年金から天引き(特別徴収)されます。令和4年度の国民健康保険税の税額が決定したので、該当者に7月中旬に通知を郵送します。詳しくは通知をご覧くださいか、お問い合わせください。

(問) 市民課国保医療係(内線114)

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。



●日時 ○夜間…7月21日(木) 午後5時15分～7時 ○休日…7月24日(日) 午後1時～4時

●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)

i 7月は青少年の非行・被害防止全国強調月間です

夏休みが始まる7月は、青少年の非行・被害防止全国強調月間です。

次代を担う青少年が、社会における自らの役割と責任を自覚し、心豊かにたくましく成長していくことは全ての市民の願いです。しかし、さまざまな要因により社会全体が大きく変化する中で、少年犯罪の凶悪・粗暴化や低年齢化、いじめやインターネット利用を原因とする性犯罪被害など、青少年を取り巻く環境は、憂慮すべき状況にあります。

「青少年は地域社会からはぐくむ」という視点に立ち、家庭や学校、地域がそれぞれの立場で青少年のためのより良い環境づくりに取り組み、青少年健全育成活動を市民全員で推進しましょう。

(問) 教育総務課青少年係(内線465)

i 新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の支給

国民健康保険被保険者または後期高齢者医療制度の被保険者のうち、給与などの支払いを受けている被用者に傷病手当金を支給します。

●対象 令和2年1月1日～令和4年9月30日に、新型コロナウイルス感染症に感染または感染が疑われ、その療養のために仕事を休んだ人(濃厚接触による待機期間は対象外) ※対象期間は、延長する場合があります。

●支給額 直近3か月の平均給与収入(日額)の3分の2を基礎として算出した額

●申し込み 申請書を記入の上、郵送で提出してください。申請書は、市または長野県後期高齢者医療広域連合ホームページから取得できるほか、希望する人には郵送します。 ※申請を希望する人は、事前にお問い合わせください。



▲市ホームページ



▲広域連合ホームページ

(申)・(問) 市民課国保医療係(内線118、121)

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(<https://www.city.suwa.lg.jp>)をご覧ください。

i 犬のふんは飼い主が持ち帰りましょう

放置された犬のふんや尿によって、迷惑している人がいます。犬のふんや尿は、次のとおり飼い主が適切に処理しましょう。

○畑や家の玄関前で、ふんや尿をさせない ○ふんはきちんと持ち帰る ○尿は水で流す

※市は、動物のふんや空き缶などのポイ捨てを条例で禁じています。

(問) 諏訪保健福祉事務所食品・生活衛生課☎57-2929、環境課環境衛生係(内線211)

i ペットの飼い主はマナーを守りましょう

■犬の放し飼いは絶対にやめましょう 犬の散歩をするときは、必ずリードをつけましょう。また、犬の行動を制限できる人がリードを持ちましょう。

■猫は室内で飼いましょう

猫は室内で飼い、交通事故や野良猫などとの争いによるけが、感染症などから守りましょう。猫を自由に外に放して、近隣の人に迷惑をかけないようにしましょう。

■猫には首輪や迷子札をつけましょう 飼い猫だと分かるように、身元表示をしましょう。室内飼いでも、災害時などに逃げてしまう場合があります。

(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)

i サンデーリサイクルを実施しています

市は、資源物収集量が減少する中、利便性を確保してリサイクルを推進することを目的に、日曜日に資源物収集を行っています。

●日程 7月3日(日)

●時間 午前10時～正午

●会場 西友城南店・湖南店、いちやまマート諏訪店、ツルヤ上諏訪店、オギノ諏訪店

●対象品 ○カン類(アルミ缶・スチール缶、カセットボンベ) ○廃食油 ○リターナブルビン(ビールビン・一升ビン) ○その他プラスチック ○インクカートリッジ ○小型家電類(デジタルカメラ、ビデオカメラ、体重計、ヘアドライヤー、電動かみそり、ゲーム機、携帯電話、スマホ、タブレット)

(問) 環境課環境衛生係(内線211)

i 「サマージャンボ宝くじ」が発売されます

市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ」の収益金は、長野県内の販売実績によって配分され、市町村の明るく住みよいまちづくりなどに使われます。ご購入の際は、県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

●販売期間 7月5日(火)～8月5日(金)

●抽せん日 8月17日(水)

(問) 財政課財政係(内線311)

i ペレットストーブの設置補助金

●対象 市内在住者、市外から市内へ移住しようとする個人、市内に事業所を有する個人または事業者(公共的団体を除く)で、令和4年12月までに設置工事を完了し、実績報告書を提出できる人

●補助台数 1台 ※応募多数の場合は抽選。

●補助額 ペレットストーブ本体購入税抜き価格の2分の1以内(上限10万円)

●申し込み 7月1日(金)～22日(金)に、電話か農林課窓口(市役所4階)で申し込んでください。

●その他 補助基準があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

(申)・(問) 農林課耕地林務係(内線414)

i ともに生きる諏訪市民大会 映画上映会

男女共同参画を考える機会として、映画「ヒキタさん!ご懐妊ですよ」を上映します。

●日時 7月24日(日) 午後1時30分(開場:午後0時30分)

●会場 文化センター

●対象 市内在住者、在勤者、在学者

●定員 450人(先着順) ※定員に達した場合は、入場をお断りすることがあります。

●その他 ○当日は、マスクを着用してください。 ○入場時に氏名、住所、連絡先などの記入をお願いします。 ○託児サービスがあります。託児を希望する人は、7月15日(金)までに電話で申し込んでください(定員5人、先着順)。

(申)・(問) 地域戦略・男女共同参画課男女共同参画係(内線289)

※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。



令和4年度 自衛官候補生など

- 募集種目 ①航空学生 ②一般曹候補生 ③自衛官候補生
 - 受付期間 ①7月1日(金)～9月8日(木) ②7月1日(金)～9月5日(月) ③年間を通して受け付けています。
 - その他 受験資格、試験日程など、詳しくはお問い合わせください。
- (申)・(問) 自衛隊長野地方協力本部諏訪(茅野)地域事務所 ☎82-6785



相談



諏訪地区保護司会による 非行・犯罪相談

- 日程 7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)



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 7月15日(金)
 - 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 7月8日(金)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 7月23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)



公共職業訓練(ポリテクセンター)令和4年度9月生

- 訓練期間 6か月間(9月2日(金)～令和5年2月28日(火))
 - 対象 求職中の人
 - 募集コース、定員 CADものづくりサポート科 15人
 - 受講料 無料 ※テキスト代、作業服代などがかります。
 - 申し込み 8月18日(木)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



令和5年4月採用 諏訪広域連合の職員

- 採用職種 ①看護師(社会人)…1人 ②消防士(上級・中級・初級)…6人程度(各区分2人程度)
 - 勤務場所 ①救護施設八ヶ岳寮 ②消防本部または諏訪圏域内の消防署
 - 受付期間 7月19日(火)～8月25日(木)
 - 第1次試験日 9月18日(日)
 - その他 受験資格など詳しくは、諏訪広域連合ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) 諏訪広域連合企画総務課(諏訪市役所内)(内線373、374)



▲QRコード



置き配バッグ活用 実証実験市民モニター

市は、温室効果ガス排出量削減と、新しい生活様式導入における置き配バッグ活用の効果について実証実験を行うため、市民モニターを募集します。

- 実施期間 8月13日(土)～12月30日(金)
 - 実施方法 無償配布する置き配バッグを自宅に設置し、活用状況を隔週でインターネット回答
 - 対象 市内在住で実証実験に協力できる人
 - 人数 500人(先着順)
 - 申し込み 7月1日(金)から、ながの電子申請で申し込んでください。 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
 - その他 実証実験は、インターネット利用を前提にしています。利用が難しい人は、お問い合わせください。
- (申)・(問) 環境課環境保全係(内線215)



▲QRコード



ご利用ください 中小企業退職金共済制度

中小企業退職金共済制度(中退共)は、中小企業のための国の退職金制度です。掛け金助成や税法上の優遇が受けられるとともに、社外積立なので簡単に管理することができます。退職金制度でお困りの中小企業は、お気軽にご相談ください。

(問) (独)勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部 ☎03-6907-1234



募集



くるみ台団地の宅地分譲

- 募集区画数 54区画
 - 平均区画面積 250㎡程度
 - 販売価格 220万円～410万円
- ※申し込み方法など詳しくは、お問い合わせください。
- (申)・(問) 長野県住宅供給公社分譲担当 ☎026-227-4322



放送大学で学びませんか 第2学期(10月入学生)

放送大学は、インターネットなどを利用して授業を行う通信制の大学です。

- 出願期間 (受け付け中)～9月13日(火)必着 ※放送大学ホームページでも受け付けています。
- (申)・(問) 放送大学長野学習センター ☎58-2332(月曜日、祝日を除く)



▲QRコード



消費生活をテーマにした イラスト

消費生活について考えるきっかけになるよう、消費生活に関するイラストを募集します。応募していただいた作品は、令和4年度消費生活展(10月2日(日)開催予定)で展示・表彰します。

- 対象 市内在住者、在勤者、在学者
 - 申し込み 応募用紙に、作品、作品の説明、名前(ふりがな)、ペンネーム、住所、電話番号を記入し、8月31日(水)までに、市民課④番窓口(市役所1階)に提出してください。応募用紙は窓口か、市ホームページで取得できます。
- (申)・(問) 市民課市民窓口係(内線116)



▲QRコード

すわ☆あゆみステーション親支援プログラム

発達障がいに関する学習会を開催します。子どもの姿からその子を理解し、どのような対応をすればいいのかを、原哲也言語聴覚士から学びます。

- 日時 8月8日(月) 午後4時～6時
- 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
- 対象、定員 小・中学生の子どもの保護者、支援者 40人(先着順)
- 申し込み 7月1日(金)から、電話で申し込んでください。

(申)・(問) すわ☆あゆみステーション ☎75-1176

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。

- 日時、会場 8月3日(水) 午前9時30分～11時30分(受け付け：午前9時から) 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
- 対象、定員 3歳までの子どもとその保護者 15組(先着順)
- 申し込み 参加を希望する人は、お問い合わせください。申込書をお渡しします。

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

親子でenjoyサイエンス講座

■虫捕りと昆虫ペーパークラフトに挑戦!

- 日時 7月31日(日)
- 時間 午前9時～正午(受け付け：午前8時40分から)
- 会場 夢の海森林体験学習館
- 対象 市内の小中学生とその保護者
- 定員 8組(先着順)
- 参加料 700円(材料代、保険料など) ※当日集金します。
- 申し込み 7月4日(月)～22日(金)に、電話か直接窓口で申し込みを。
- その他 雨天時は、昆虫ペーパークラフトと木材クラフトづくりを行います。

(申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

彫塑講習会

土粘土か直付け粘土で、頭像や胸像を作ります。1日だけの参加や、クロッキー(速写)だけの参加もできます。

- 日時 7月16日(土) 午前9時～午後5時、7月17日(日) 午前9時～午後4時 全2回
- 会場 文化センター第3集会室(2階)
- 定員 20人(先着順)
- 講師 太田温先生
- 参加料 1,000円(高校生は無料) ※別途、粘土代がかかります。
- 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) 市美術会3部(松木) ☎52-7843

諏訪茶道伝統文化親子教室

親子で煎茶・抹茶を学べる教室です。

- 日時 7月23日(土)、8月7日(日)、9月11日(日)、10月16日(日)、11月6日(日)、12月11日(日)
- 時間 午前10時～正午(初回)
- 対象、定員 市内在住の小・中学生とその保護者 15組(先着順) ※5組ずつのグループに分けて行います。
- 会場 市公民館視聴覚室(初回)
- 申し込み 事前に、ファックスで申し込んでください。 ※詳しくは、お問い合わせください(留守の場合は、伝言を残してください)。

(申)・(問) 梶の葉庵 FAX 52-2883(宮坂)、☎58-5488(三ツ井)

講座

大人も子どもも楽しい☆手遊び教室

司書が、いろいろな手遊びを実演してお伝えします。

- 日程 7月10日(日)
- 時間 午前10時30分～11時30分
- 会場 市図書館視聴覚ホール(2階)
- 定員 40人(先着順)

※見学だけの参加もできます。

(問) 市図書館 ☎52-0429

65歳以上の人の健康づくり(介護予防)教室

①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
8/1(月)	湯小路いきいき元気館	各日
8/22(月)		20人
8/29(月)	豊田公民館	15人

●時間 午後1時30分～2時30分

②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
8/5(金)	とちの木ひろば	8人
8/9(火)	湯小路いきいき元気館	25人
8/19(金)	なかよし広場	8人
8/25(木)	すわっチャオ	10人

●時間 午後1時～2時15分

●その他 8月19日(金)、25日(木)の教室の際に、市保健師によるミニ健康講座を行います。

【①・②共通事項】

●申し込み 7月11日(月)～15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)

〈広告欄〉

人と樹～ひととき～
人と樹木の末永い付き合い方をご提案します。

- 特殊伐採
- 高木伐採・枝おろし
- 庭木の剪定
- 薪の販売

☎090-6865-5411
hitotoki.2020.06@gmail.com
諏訪市上諏訪8238 代表 矢鳥

「ひととき」で検索

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 —

お子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。

図書館 de ストレッチ

読書の合間にストレッチや体操を行い、楽しんで体を動かしましょう。



■親子(乳幼児)向け

乳幼児向けの読み聞かせ「きかんしゃポッポ」とコラボして、絵本の内容に合わせた体操を行います。

●日程 7月20日(水)

■一般向け

ラジオ体操を中心としたストレッチを行います。

●日程 8月3日(水)、19日(金)

【共通事項】

●時間 午前11時～11時30分

●会場 市図書館視聴覚ホール(2階)

●その他 ○動きやすい服装でお越しください。○イベント時に、関連書籍の展示を行います。

(問) スポーツ課 ☎57-2811

市民バドミントン大会

●日程 7月24日(日)

●時間 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、在勤者、在学者、協会登録者

●種目 ○男子ダブルス、シングルス ○女子ダブルス、シングルス ○ミックスダブルス ○小・中学生ダブルス、シングルス ※ダブルスは1種目のみエントリーできます。

●参加料 ○一般、高校生…1人1種目1,000円 ○小・中学生…1人500円 ※当日集金します。

●申し込み 7月15日(金)までに、Eメールで申し込んでください。

●その他 大会中のけがは応急処置のみとし、事故の責任は負いません。

(申)・(問) 市バドミントン協会(雨宮) Eメール suwashi.bad.asso@gmail.com

すわっチャオの子育て講座

①ヘタでいい!ヘタがいい!～絵手紙を描いチャオ～

●日程 7月10日(日)

●時間 午前10時～正午

●対象 市内在住の園児・小学生とその保護者

●定員 24人(先着順)

●参加料 100円

②家族でニュースポーツ 第1回「ポッチャ」に挑戦!

●日時 7月24日(日) 午前10時～11時30分、午後2時～3時30分

●対象 市内在住の小学生以下の子どものとその保護者

●定員 各回8組(先着順)

【①・②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、直接窓口または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9時～午後9時30分)

スポーツ

第16回ペタリンピック

●日時 7月24日(日) ○受け付け…午前8時15分 ○開会式…午前8時30分 ○競技開始…午前8時40分 ※雨天決行

●会場 憩いの杜ペタタンクコート

●対象 小学生以上 ※1チーム3人

●参加料 1チーム1,500円 ※当日集金します。

●申し込み 7月21日(木)までに、ファックスかEメールで申し込んでください。その際、ボールの有無をお知らせください。

(申)・(問) 市ペタタンク協会(佐藤) ☎・FAX 57-1919、Eメール sweet@kra.biglobe.ne.jp

コリほぐし体操

●日時 ○30分クラス…7月4日(月)午後2時、7月6日(水)午前10時 ○45分クラス…7月22日(金)午後2時 ○ポールストレッチ45分…7月15日(金)午後2時

●会場 駅前交流テラスすわっチャオ

●定員 各回20人(7月15日(金)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。参加時に次回の申し込みができます。

(申)・(問) すわっチャオ ☎75-5257(火曜日を除く午前9時～午後9時30分)

ファミリー・サポート・センター「まかせて会員」養成講座

●日程、内容 下表のとおり

日程	内容
7/28(木)	子育て支援サービスを提供するために 子どもの世話
8/4(木)	心の発達とその問題① 心の発達とその問題②
8/18(木)	子どもの遊び 小児看護の基礎知識① 小児看護の基礎知識②
8/25(木)	子どもの栄養と食生活 保育の心
9/1(木)	緊急時の対策と応急処置 身体の発達と病気 児童虐待と社会的養護

●時間、会場 午前10時30分～午後3時30分(初回) ふれあいの家

●対象、定員 20歳以上で子どもが好きな人 10人(先着順)

●申し込み 7月21日(木)までに、電話かファックスで申し込んでください。

(申)・(問) NPO法人すわ子ども文化ステーション(すわ子育て支援ネットワーク「ぶりん」) ☎・FAX 58-3494

〈広告欄〉

あなたの「学びたい」を応援します

10月入学生募集中!

出願期間 9月13日(火)まで

放送大学

お問い合わせ 資料の請求は

長野学習センター ☎ 0266-58-2332

手軽で 自由で 経済的

飛び込み練習会

8月7日(日)に開催する市スポーツ祭水泳競技大会に向けて、飛び込みの練習を競技形式で行います。

- 日程 7月31日(日) ※雨天決行
- 時間 午前9時～11時(受け付け:午前8時45分～8時55分)
- 会場 すわっこランド屋外50mプール
- 対象 市スポーツ祭水泳競技大会の参加者
- 参加料 ○小・中学生…400円 ○高校生以上…800円 ※入館料、保険料含む。当日集金します。
- 申し込み 7月14日(木)午後4時までに、水泳競技大会と合わせて申し込んでください。

(申)・(問) スポーツ課☎57-2811



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

市スポーツ祭水泳競技大会

- 日時 8月7日(日) 午前8時45分(競技開始) ※雨天決行
- 会場 すわっこランド屋外50mプール
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者
- 種目 ○小学生(3年生以下、4年生、5年生、6年生)・中学生・高校生…自由形・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ各50m・100m、個人メドレー・フリーリレー各200m ○一般(40歳未満、40歳以上)…自由形50m・100m・平泳ぎ50m・100m(40歳未満のみ)・背泳ぎ50m・バタフライ50m、個人メドレー・フリーリレー各200m ※エントリーは1人につき3種目(リレー種目を除く)までできます。
- 申し込み 7月14日(木)午後4時までに、申し込んでください。 ※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

公共施設予約システム利用者ID更新早朝窓口の設置

- 日程 7月4日(月)、12日(火)、20日(水)、28日(木)、8月5日(金)
 - 時間 受け付け:午前7時15分から
 - 会場 しんきん諏訪湖スタジアム
 - 持ち物 本人確認書類、スポーツ施設の利用及び利用者登録に関する同意書(対象者に郵送済み)
- (問) スポーツ課☎57-2811

ヨット、カヌーを体験しよう 諏訪湖ヨットジャンボリー

- 日時 7月18日(月・祝) 午後0時30分～4時30分(受け付け:正午から)
 - 集合場所 ヨットハーバー
 - 対象 小学校3年生以上
 - 定員 40人(先着順)
 - 参加料 1,000円(小・中学生500円)
 - 申し込み 7月12日(火)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

困りごとご相談ください 8月の相談日程

- 法律相談 【要予約】**
8月18日(木) 13:00～17:00
※7月20日(水)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:北川和彦弁護士
予約先:市民課市民窓口係(内線116)
- 交通事故相談 【要予約】**
8月12日(金) 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】**
8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
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**
8月19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(7月、8月第一週)

7/2(土)	シガテクノス☎52-5620
7/3(日)	阿部設備☎53-1406
7/9(土)	渋崎建設☎52-0443
7/10(日)	大和設備☎58-1900
7/16(土)	林組工業所☎58-1336
7/17(日)	倉島工業☎52-0754
7/18(月・祝)	渋崎建設☎52-0443
7/23(土)	原設備工業☎57-0703
7/24(日)	伸晃☎52-3382
7/30(土)	阿部設備☎53-1406
7/31(日)	水道建設☎53-3965
8/6(土)	杉村設備☎52-4066
8/7(日)	杉村設備☎52-4066

今月の納税・保険料 納期限は8月1日(月)

- 固定資産税(2期)
- 国民健康保険税(7月分)
- 介護保険料(普通徴収4期7月分)
- 後期高齢者医療保険料(1期7月分)

防災行政無線放送「広報すわ」の内容を、フリーダイヤル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)



