

シゼンとヒトがつながる、すわ。

広報すわ
NO.1102



SUWA

8

2022 / 令和4年



特集 すわ☆あゆみステーション

P2~3

お知らせ

- 都市公園に行こう! P4
- 市公式LINEリニューアル P5
- 諏訪市の家計簿 P6~7
- 乗ってみよう! かりんちゃんバス P8
- 新型コロナワクチン/マイナンバーカード/松くい虫に注意 P16

市公式LINEが
リニューアル!



友だち登録はこちら

わあい! 冷た~い!
暑い日が続く中、片羽保育園
の園児たちは冷たいプールで
泳いだり水をかけあったりし
て大はしゃぎ!

子ども・家庭の“あゆみ”に寄り添います すわ★あゆみステーション(あゆステ)

(問) すわ★あゆみステーション (こども課・教育総務課内) (内線 444)

あゆステとは？



すわ★あゆみステーション(あゆステ)は、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、自立に向けた悩みのほか、女性からの相談(子育て以外の相談も可)も受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

さまざまな専門機関へのつなぎを含めて、困り事の内容に応じた支援をしています。

- 場所 市役所4階(こども課・教育総務課内)
- 電話 ☎0266-52-4141(「あゆステへ」と伝えてください。直通電話もあります)
 - 学校教育に関すること ☎0266-75-8150
 - 子ども・家庭に関すること ☎0266-75-8151
 - 女性からの相談 ☎0266-75-8151
 - 発達全般に関すること ☎0266-75-1176
- 時間 市役所開庁日の午前9時～午後4時

★相談日時の予約ができます

○電話、来庁による予約

市役所開庁日の午前8時30分～午後5時15分にお問い合わせください。

○オンライン予約

QRコードを読み取り、氏名や連絡先、相談したい内容、希望日時などを入力してください。



相談予約はこちら▶

★子育てに関する質問をオンラインで募集しています

広報すわに掲載している「あゆステ通信」(今号は12ページに掲載)で、子育て中のみなさんからの質問や相談にQ&A形式でお答えします。

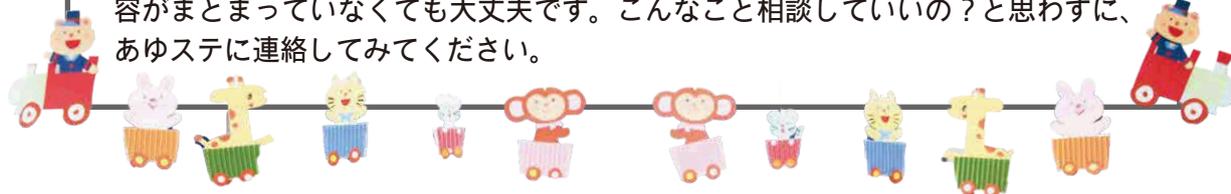
普段の子育ての中で「ちょっと聞いてみたいな」「こんなときはどうしたらいいのかな」などの疑問点や悩み事をお気軽にお寄せください。



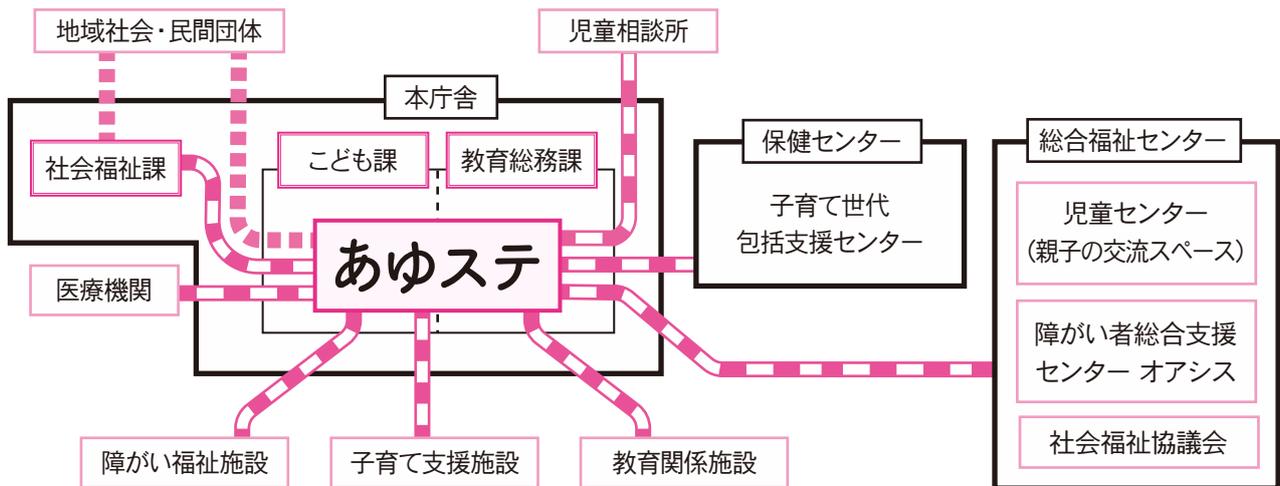
オンラインで気軽に
質問したい人はこちら▶

～あゆステから保護者のみなさん・子どもたちへのメッセージ～

子育てが苦しいと思っていたり、子どもへの対応に困っていたりませんか？
悩みを誰かに聞いてほしい、つらい・かなしいと思っていませんか？話したい内容がまとまっていなくても大丈夫です。こんなこと相談していいの？と思わずに、あゆステに連絡してみてください。



あゆステ関係機関図



あゆステの役割



いちばん身近な相談の場

乳幼児健診、保育園、学校など、あゆステ窓口以外でも相談を受けられるよう、巡回や訪問をしています。

タテ・ヨコに資源をつなぐ

タテ糸として発達段階に応じた継続支援を行い、ヨコ糸として地域社会のさまざまな人や場所をつないでいます。

子育てを支える地域づくり

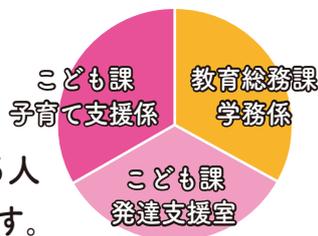
子育てを支える地域づくりのため、児童虐待防止や発達障がいに関する学習会などを実施しています。

チームによる支援の推進



相談スタッフがそれぞれの専門分野を持ち寄り、チーム支援を行っています。福祉部門(こども課)と教育部門(教育総務課)で、部局の枠を超えて取り組んでいます。

2課3係13職種25人のスタッフがいます。



スタッフはどんな人?



保健師、保育士、教員、社会福祉士、心理士など、さまざまな資格を持つ職員が集まって「あゆステ」を構成しています。

■相談スタッフ

- 子ども家庭支援員(保健師、家庭相談員、教育支援指導主事)
- 心理担当支援員 ○巡回支援専門員
- 発達支援相談員 ○教育相談員
- 社会福祉主事 ○スクールソーシャルワーカー
- ソーシャルワーカー(女性相談員)
- 母子父子自立支援員

あゆステは、必要なときに、誰でも気軽に立ち寄れる駅(ステーション)となることをめざしています!



都市公園に行こう！

市は、安全で安心な場となる公園をめざして、今年度から、公園施設長寿命化計画を基に老朽化した遊具のリニューアルを順次行っていきます。新しくなる遊具で遊びにお出掛けください！

(問) 都市計画課公園緑地係 ☎52-4141 (内線 281)

都市公園の遊具をリニューアルします

令和5年3月末までに、立石公園・諏訪中央公園・高島公園・沖田公園の遊具をリニューアルする予定です。工事中はご迷惑お掛けしますが、ご協力をお願いします。

立石公園遊具のイメージ



諏訪中央公園遊具のイメージ



高島公園遊具のイメージ



沖田公園遊具のイメージ



諏訪中央公園に 噴水が誕生します

老朽化した親水池を改修し、直上噴水とアーチ噴水を整備します。

池面から噴き出す水を見たり、触れたりして楽しむことができます。

▶
イ
メ
ー
ジ



もっと便利に、使いやすく！

諏訪市公式 LINE



8月1日(月)から、諏訪市^{ライン}LINE公式アカウントに新機能を導入します。

より便利に、より使いやすく生まれ変わる諏訪市公式LINEを「友だち登録」いただき、ぜひご利用ください！



ここが変わる！諏訪市LINE公式アカウント

Point

1

受信設定で欲しい情報を受け取れる！



受信設定をタップ！

受信設定をすることで、欲しい情報だけをLINEで受け取ることができます。「総合メニュー」の受信設定から設定してください。子育て情報専用の受信設定もあります。 ※緊急時の防災情報などは、設定にかかわらず配信する場合があります。

受信設定項目

- 性別 ○年齢 ○居住地
- 受け取りたい情報(防災メール、イベントなど)
- 施設からのお知らせ

子育て受信設定項目

- 出産予定日
- 子どもの年齢
- 子育て関連情報(イベントなど)
- 子育て関連施設からのお知らせ

Point

2

知りたい情報をメニューから調べられる！



調べたい項目をタップ！

各種手続きや行政サービスの情報を、「メニュー」から調べることができます。

Point

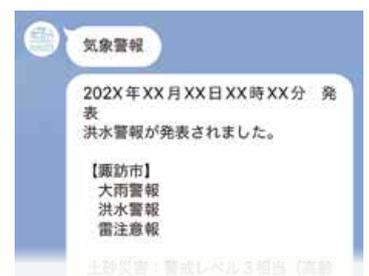
3

防災メールと連携！

諏訪市防災メールで配信された内容を、LINEのメッセージで受け取ることができます。

防災メールの内容をLINEで受け取るには、受信設定で「防災メール」の項目を選択する必要があります。

※防災メールでは、災害発生時の情報、気象情報、地震情報、市からのお知らせなどを配信しています。



※掲載している画像は、運用開始前のものです。今後、変更になる場合があります。

諏訪市LINE公式アカウントの「友だち登録」は、次の2つの方法で！

QRコードで登録

右のQRコードを読み取り、「追加」ボタンをタップして登録。



アプリ内検索で登録

LINEアプリ内で、「諏訪市」または「@suwacity」で検索。「諏訪市」を選び、「追加」ボタンをタップして登録。



諏訪市の家計簿

(問) 財政課財政係 ☎52-4141 (内線311)

令和3年度下半期(令和3年10月1日～令和4年3月31日)の一般会計・特別会計の予算状況などをお知らせします。 ※一般会計と特別会計(水道、温泉および下水道事業会計を除く)は、5月31日までの出納整理期間があるため、決算額ではありません。

一般会計 (令和3年度下半期の予算状況の概要)

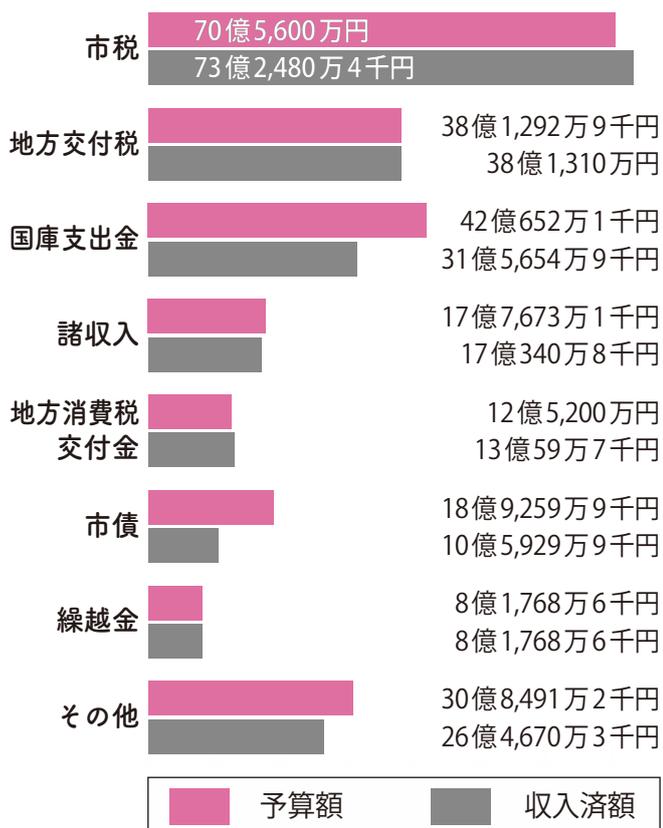
令和3年9月末現在の予算額に、新型コロナウイルス感染症対策経費を含め、その後6回の補正を行い、令和3年度最終予算は、右のとおりとなりました。市の主要な会計である一般会計の状況は下のグラフをご覧ください。

予算額(R3.9月末現在) 210億7,563万3千円
補正予算(6回) 28億2,374万5千円

最終予算額 238億9,937万8千円

歳入 予算額 238億9,937万8千円
収入済額 218億2,214万6千円
R4.3.31現在 収入割合 91.3%

歳出 予算額 238億9,937万8千円
支出済額 201億8,303万4千円
R4.3.31現在 支出割合 84.5%



解説

- ▶ 歳入は、家計でいうと給料などの収入のことです。
- ▶ 歳入では、市税(市民税、固定資産税、軽自動車税など)や国庫支出金、地方交付税の割合が高くなっています。

- ▶ 歳出は、家計でいうと食料費や光熱水費、ローンの返済などの支出のことです。
- ▶ 歳出では、民生費(子育て支援や高齢者福祉などの費用)や総務費の割合が高くなっています。

水道、温泉および下水道事業会計の決算状況

区分	収益的収入・支出		資本的収入・支出	
	収入済額	支出済額	収入済額	支出済額
水道	9億6,758万円	8億3,249万円	2億3,180万円	5億3,936万円
温泉	3億7,830万円	3億2,319万円	83万円	1億3,759万円
下水	21億3,728万円	18億5,487万円	3億7,028万円	13億2,122万円

解説

- ▶水道事業会計、温泉事業会計、下水道事業会計は、収益を上げて賄う会計です。
- ▶用語解説
 - 収益的収入…料金収入や引き受けた工事の収益など。
 - 収益的支出…人件費や物件費、減価償却費、借り入れた企業債(借金)の利息など。
 - 資本的収入…事業を行うために借り入れる企業債(借金)など。
 - 資本的支出…建設改良費や企業債の返済元金など。

特別会計の予算執行状況

会計名	予算現額	収入済額	支出済額
国民健康保険	49億7,359万円	45億2,261万円	45億7,267万円
霧ヶ峰リフト事業	5,203万円	5,235万円	3,877万円
公設地方卸売市場事業	4,568万円	4,567万円	2,587万円
駐車場事業	1,238万円	989万円	859万円
後期高齢者医療	7億7,377万円	7億4,869万円	6億5,731万円

解説

- ▶特別会計とは、特定の収入によって行った事業の収益を明確にするための会計です。

■市民1人当たりの市税負担額

※市税調定額を令和4年3月31日現在の市の人口(48,419人)で割った単純平均です。

市民税
6万9,130円



都市計画税
8,189円



軽自動車税
3,621円



固定資産税
6万3,652円



市たばこ税
7,009円



入湯税
992円



15万2,593円/年



乗ってみよう！

かりんちゃんバス

(問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係 ☎52-4141(内線 285、289)

みなさんは、かりんちゃんバスに乗ったことはありますか？

通院や買い物、飲み会など、さまざまな移動手段として利用されているかりんちゃんバスをぜひご利用ください！

かりんちゃんバスの乗り方は？

①乗りたいバスの路線を番号と色で確認！

かりんちゃんバスは全部で8つの運行ルートがあります。

どの路線に乗ればよいか分かるように路線ごとに番号や色を設定しています(右の一覧を参照)。乗車の際に確認しましょう。



▲バスの番号表示

②目的地のバス停に近づいたら

降車するバス停が放送されたら、近くの降車ボタンを押します。

降車ボタン▶



③降車するとき

運賃は後払いです。降車するときに運賃箱へ乗車料金(大人…150円、子ども…80円)を支払ってください。支払いは、現金、1日乗車券(大人…300円、子ども…150円)、回数券(12枚1,500円)、定期券、スマホ乗車券に対応しています。

▼ 路線の番号と色の一覧

- ①市内循環内回り線(あか)
- ②市内循環外回り線(あお)
- ③すわ外周線(ピンク)
- ④すわライナー(きいろ)
- ⑤かりんちゃん子バス東山線(みどり)
- ⑥かりんちゃん子バス大和四賀線(くろ)
- ⑦かりんちゃん子バス東西線(ちやいろ)
- ⑧有賀・上社統合路線
(かりんちゃんライナー) (だいだい)



バスの時刻やバス停の位置など詳しくは、かりんちゃんバス時刻表または市ホームページをご覧ください。

市ホームページ▶



かりんちゃんバスの疑問にお答えします

市は、「目的地に行くためにどのバスに乗ればよいか分からない」、「バス停の場所や時刻が分からない」といった、かりんちゃんバスに関する相談を受け付けています。

バスについて不明なことがあれば、お気軽にお問い合わせください。



運転免許証の自主返納者に回数券を交付しています

市内在住の65歳以上の人が運転免許証を自主返納(※)した際に、かりんちゃんバス回数券(12枚つづり)を1冊交付しています。詳しくは、お問い合わせください。免許返納に関するお問い合わせは、諏訪警察署(☎57-0110)へお願いします。

(※)自主返納とは、有効期間内に自らの意思で運転免許証を返納することです。

かりんちゃんバスをもっと使いやすく！便利なサービスをご利用ください

スマホ乗車券

スマホ用アプリ「バスもり!」を使って、かりんちゃんバスの乗車券(1日券、回数券、定期券)を購入できます。ぜひ、ご利用ください！

乗車券の購入方法やアプリの使用方法など、詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲QRコード



スマホアプリ「信州ナビ」

「信州ナビ」は、出発地と目的地を選ぶだけで、かりんちゃんバスを含む、県内の公共交通(バス・鉄道)の経路や運賃、時刻表などを調べることができるアプリです。



【iPhone用】



【Android用】

◀アプリのダウンロードはこちら

◆掲載者には写真を無料でお送りします。お気軽にご連絡ください。
(問) 秘書広報課広報戦略係(内線325)



6/11
(土)

いらなくなった食器を使いたい人へ 第8回不用食器ぐるぐる市

不用食器ぐるぐる市が3年ぶりに行われ、不用食器の持ち込みと使いたい食器の持ち帰りに多くの人が訪れました。諏訪市「くらし」から環境を考える会をはじめ、学生ボランティアも参加し、食器の選別などを行いました。



6/18
(土)

市民ボランティアのみなさんと作業を実施 上川アレチウリ駆除

県の駆除強化月間に合わせ、繁殖力が強く、他の植物の生育に影響を及ぼす恐れがある特定外来生物アレチウリの駆除作業を実施しました。併せて外来生物のハルザキヤマガラシの駆除も行い、合計160kgを回収しました。



6/24
(金)

市民のみなさんと市長が直接対話 ゆかり市長とまちかどトーク

6月24日～7月13日に、市内5会場で計6回、市政懇談会を開催しました。参加者は、今年度の特定テーマ「地域公共交通について」をはじめ、市政に対する意見など、日ごろ感じていることを直接市長に伝えました。



6/25
(土)

魅力があふれるコースを堪能 地域初のトライアスロン大会開催

スワコエイトピークスミドルトライアスロン大会が初めて開催されました。選手は、地元住民からの熱い声援と拍手を受け、スイム2km、バイク78km、ラン20km、合計100kmのコースに挑みました。



6/30
(木)

上諏訪駅周辺の活性化に向け議論 官民連携会議をスタートしました

第1回官民連携上諏訪駅周辺未来ビジョン策定会議を開催しました。会議には市内各種団体の代表者などが参加し、年度内に「上諏訪駅周辺まちなか未来ビジョン(仮称)」の策定を行います。今後、第6回まで開催します。



7/12
(火)

第5代中央気象台長としても活躍 第55回藤原咲平先生をしのぶ会

お天気博士として親しまれた藤原咲平先生をしのぶ会が、霧ヶ峰霧鐘塔近くの記念碑前で行われました。親族や関係者約20人が参加し、1人ずつ献花をしたり、先生が詠んだ歌を朗読したりして故人をしのびました。

Topic 02

新成人ブックプレゼント事業

「種まくブック」の受け付けを延長します

新成人に、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冊贈る事業の申し込み期間を延長します。

- 申し込み期限 令和5年1月31日(火)
- 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 対象者に送付した案内をご覧ください、期限までにながの電子申請で申し込んでください。

(問) 市図書館 ☎52-0429

Topic 01

地震への備えを確認しましょう

諏訪市地震総合防災訓練を実施します

防災関係機関の連携を強化するとともに、市民のみなさんの防災意識を高めることを目的に、従来の規模で総合防災訓練を実施します。 ※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、規模の縮小や中止をする場合があります。



■地震総合防災訓練

- 日程 8月28日(日)
- 想定 午前7時30分…南海トラフ地震発生
- 会場 ①諏訪中学校 ②湖南小学校
- 対象地区 ①上諏訪地区、四賀地区(諏訪中学校区) ②湖南地区(児童、関係団体役員のみ)
- 訓練内容 避難誘導訓練、多数傷病者救出訓練、自衛隊派遣訓練、物資運搬配給訓練、消火訓練、土のう作成訓練 など
- その他 ○午前7時45分ごろ、緊急速報メールの送信訓練をします。スマホや携帯電話などから大きな音が鳴りますのでご注意ください。 ○訓練への参加を予定する人は、各自で感染症・熱中症対策をお願いします。

■地区訓練(避難・要配慮者誘導訓練、初期消火訓練など)

- 対象地区 8月28日(日)に訓練を実施する市内各地区
- 会場 各地区で定めた会場 ※詳しくは、各地区の役員へお問い合わせください。

(問) 危機管理室市民安全係(内線258)

Topic 03

高校改革 ～夢に挑戦する学び～

県立高校再編・整備計画【三次(案)】の住民説明会が開催されます

- 日時 ○8月26日(金) 午後3時～4時30分、午後6時～7時30分 ○8月27日(土) 午後3時～4時30分
- 会場 文化センター
- 定員 各回80人
- 申し込み 不要。当日、直接会場へ。 ※定員に達した場合は、入場をお断りすることがあります。

(問) 長野県教育委員会事務局高校再編推進室 ☎026-235-7452

Topic 04

お盆前後のごみの収集

8月10日(水)～17日(水)の家庭ごみの収集

(問) 環境課環境衛生係(内線211)

8月10日(水)～17日(水)は、下表のとおり家庭ごみの収集をします。ご理解とご協力をお願いします。

	種 類	8/10(水)	8/11(木・祝)	8/12(金)	8/13(土)	8/14(日)	8/15(月)	8/16(火)	8/17(水)
収集	燃やすごみ、草類、 <small>せん</small> 剪定木・枝	該当地区	該当地区	該当地区	—	休み	—	該当地区	該当地区
	資源物	該当地区	休み	該当地区	—	休み	—	—	該当地区
持ち込み	剪定木等リサイクル施設 ☎52-0919(草類、剪定木・枝)	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00	8:30～ 12:00	休み	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00
	諏訪湖周クリーンセンター ☎78-1590(燃やすごみ、大型可燃物)	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00	8:30～ 12:00	休み	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00	8:30～ 16:00
	林金属工業 ☎52-2087 (資源物全般)	9:00～ 17:00	休み	9:00～ 17:00	—	—	休み	—	9:00～ 17:00
	南信美装 ☎57-1200 (資源物全般)	8:15～ 17:00	休み	8:15～ 17:00	—	—	休み	—	8:15～ 17:00
	信州タケエイ ☎58-0022 (大型可燃物、資源物全般)	8:30～ 17:00	休み	8:30～ 17:00	—	—	休み	—	8:30～ 17:00
他	津村商事 ☎27-6208 (し尿収集)	収集あり	休み	収集あり	—	—	—	—	収集あり

※持ち込みは、正午～午後1時を除きます。

Topic
0675歳以上の方が元気で過ごすために
保健指導や健康教育を行っています

市は、75歳以上のみなさんを対象に、健診後の保健指導やさまざまな場所での健康教育などを行っています。健康に不安がある人は、ぜひご相談ください。

■主な取り組み

- 健診や医療、介護の情報から、市内の75歳以上の人にどのような健康課題があるか見つけます。
 - 見つかった課題から、保健指導を受けた方がよい人に通知を送り、訪問などで保健指導を行います。
 - 高齢者が集まる場所へ保健師などが出向き、課題に沿ったテーマの健康教育や、健康に不安がある人の相談を受けます。
 - 必要な人や困っている人に受診を勧めたり、介護サービスなどを紹介したりします。
- (問) 保健センター(内線592)

Topic
07申請期限が近づきました
非課税世帯相当に家計が急変した世帯への臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症に係る国の対策として、家計が急変した世帯を支援するため、臨時特別給付金を支給しています。該当する世帯は、期限までに申し込んでください。

- 対象 新型コロナウイルス感染症の影響により、令和4年1月以降の収入が減少し、住民税非課税世帯相当の収入となった世帯 ※すでに支給を受けた世帯は除きます。
 - 手続き 住民税非課税世帯等臨時特別給付金窓口(市役所2階)へお越しください。申請書をお渡します。
 - 給付額 1世帯当たり10万円
 - 申請期限 9月30日(金)
- (申)・(問) 住民税非課税世帯等臨時特別給付金窓口(内線550)

Topic
05在宅で介護をしている人同士の交流の場
介護者リフレッシュ交流会、
家族介護教室

■介護者リフレッシュ交流会

【タクシー送迎付き お出掛け・交流】

- 日程、内容 ①9月28日(水)…御柱ツアー下社編 ②10月4日(火)…御柱ツアー上社編
- 定員 各回10人(先着順)
- 参加料 各回1,000円程度 ※買い物は自己負担
- 申し込み ①は9月21日(水)まで、②は9月27日(火)までに、電話で申し込んでください。

【音楽とハーブ、語り合い・分かち合い リフレッシュ】

- 日程、内容 ①9月21日(水)…音楽でリフレッシュ！二胡コンサート ②10月20日(木)…みんなで語り合い・分かち合い ③11月17日(木)…ハーブとアロマを生活に
- 定員 ①・②各回20人(先着順) ③15人(先着順)
- 参加料 ①・②各回300円 ③500円
- 申し込み 各開催日の3日前までに電話で申し込みを。

【共通事項】

- 対象 市内在住の要支援1以上の人を介護していて、市内に住所がある人

■家族介護教室

- 日程、内容 ①8月31日(水)…認知症行動・心理症状の理解 ②9月15日(木)…排泄介助 適切な紙パンツ・パットの選択 ③10月14日(金)…簡単介護食、栄養補助食品
- 対象 市内在住の介護者、介護に関心がある人
- 定員 各回20人(先着順)
- 参加料 各回300円程度
- 申し込み 各開催日の3日前までに、電話で申し込んでください。



※詳しい日程や内容は、今号に挟み込みの社協だよりをご覧ください。今後の新型コロナウイルス感染症の感染状況により、内容を変更する場合があります。

(申)・(問) 市社会福祉協議会 ☎52-2508、(問) 高齢者福祉課 高齢者福祉係(内線298)

6月定例市議会の報告

会期：6月7日(火)
～23日(木)

議決された条例や令和4年度補正予算などから主なものを紹介します。審議の結果などは今号に挟み込みの議会だよりをご覧ください。

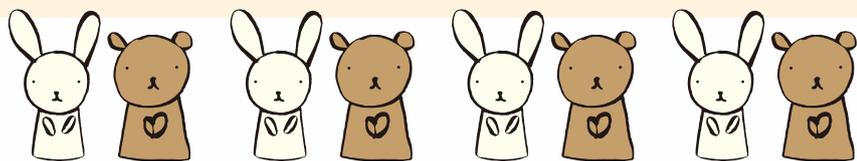
■諏訪市等公平委員会委員の選任…公平委員会委員に、新たに関基さんが選任されました。

■承認された主な条例

●諏訪市国民健康保険税条例の一部改正…国民健康保険税のうち、基礎課税額に係る課税限度額を63万円から65万円に、後期高齢者支援金等課税額に係る課税限度額を19万円から20万円に引き上げる改正です。

■令和4年度一般会計補正予算…13億822万6千円を補正し、累計額は213億822万6千円となりました。

○総務費…7億1,153万7千円 ○民生費…1億5,751万6千円 ○衛生費…1億2,402万8千円 ○労働費…200万円
○商工費…1億7,981万5千円 ○土木費…6,200万円 ○消防費…100万円 ○教育費…7,033万円



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

小さい子どもに スマホを見せてもいいの?

Question

生後4か月と3歳の子どもがいます。親がスマホを見ていると、興味を持って近づいてきます。見せるとしばらく夢中になるので、つい見せてしまうことがあります。小さい子にスマホなどを見せてもいいのでしょうか?(乳幼児の母親)

生まれてから幼児期までは、発達や人格形成に大切な時期です。自分を守ってくれる人(主に親)から安心感を得て愛着を育むことが、人格形成に大きな影響を与えます。目を合わせて授乳する、外で五感を使って遊ぶことなどが、自分や他者を大切に、体の使い方を覚え、心身の発達を促します。スマホは興味を持つかもしれませんが、他者との交わりはなく、五感を使って思い切り遊ぶこともできません。便利ですが、他に大切な遊びがたくさんあります。約束が守れる年齢になったら、時間やルールを決めて使わせるようにしましょう。

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>



中学生とのふれあいイベント ドキドキだっこ

- 日程 9月5日(月)、7日(水)、9日(金)
- 時間 午前10時~11時10分
- 対象、定員 乳幼児とその保護者 各日10組程度
- 申し込み 8月3日(水)から、申し込んでください。

ベビーダンス

- 日程 ①8月23日(火) ②9月20日(火)
- 時間 午前10時~11時
- 対象、定員 首がすわった乳児~おおむね2歳の子どもとその保護者 10組(先着順)
- 持ち物 抱っこひも、飲み物、汗拭きタオル
- 申し込み ①は受け付け中、②は8月23日(火)から、申し込んでください。

親子で柳沢運動プログラム(※)

- 日時 8月24日(水) 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。

リトミック(※)

- 日程 ①8月25日(木) ②9月22日(木)
- 時間 午前10時~10時50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8月26日(金)から、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

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



伊藤 杏ちゃん
(0歳10か月)
いつもにこにこで
すくすく大きくなってね。



伊藤 和香ちゃん
(2歳10か月)
これから家族の癒やしでいてね。
すくすく大きくなあれ!!



藤森 亜芽ちゃん
(1歳3か月)
あんよがじょうずになっ
たよ!

【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	8月29日(月)	令和4年4月生まれ
10か月児健診	8月30日(火)	令和3年10月生まれ
1歳6か月児健診	8月4日(木)	令和3年1月生まれ
3歳児健診	8月3日(水)	令和元年7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 8月18日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和2年7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 8月22日(月) ●受付時間 午前10時～11時
- 会場 保健センター ●持ち物 母子手帳、バスタオル

離乳食教室(生後5か月～6か月) ※要申し込み

- 日時 8月19日(金) 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1回目)	8月8日(月)	令和4年1月～3月生まれ
(追加)	8月23日(火)	令和2年10月～12月生まれ
BCG	8月1日(月)	令和4年2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>



今月は

学校栄養士さんおすすめ!



ヘルシー

レシピ



問 保健センター(内線591)

白身魚のタルタル焼き

■ 材料<おとな4人分>

- ・白身魚の切り身(たら、さわら、かじき、さけなど) …4切れ
- ・白ワイン…小さじ1
- ・塩…適量
- ・こしょう…適量
- ・卵…1個
- ・玉ねぎ…40g
- ・パセリ…適量
- ・マヨネーズ…大さじ1と1/2

■ 作り方

- ①鍋にお湯を沸かして卵を入れ、ゆで卵を作る。
- ②魚にAで下味をつけ、5分ほど置く。
- ③玉ねぎ、パセリはみじん切りにする。
- ④ゆで卵の殻をむいてフォークなどでつぶし、③とマヨネーズを入れて混ぜ、タルタルソースを作る。
- ⑤②に④をのせ、オーブントースターで12~13分焼く。



— 1人分の栄養価 —

エネルギー	135	kcal
たんぱく質	11.6	g
カルシウム	16.0	mg
食物繊維	0.2	g
塩分	0.4	g

👉 ポイント

ご飯にもパンにも合う魚料理です。少ない塩分なのにうまみがあるソースなので、おいしく食べられます。



今月の休日当番医・薬局(8月、9月第一週)

月	日	医科(9:00~12:00, 13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
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
	11日(木・祝)	高林内科呼吸器クリニック ☎54-1159	池田歯科医院 ☎52-0177	諏訪スター薬局 ☎78-1378
	14日(日)	みやざき皮フ科クリニック ☎78-0005	こいけ歯科・矯正歯科 ☎72-0258	クスリのアオキ諏訪上川薬局 ☎78-4601
	15日(月)	くぼた耳鼻咽喉科医院 ☎57-1187	クリーン歯科医院 ☎58-8121	諏訪薬局 ☎54-2820
	16日(火)	こいけこどもクリニック ☎75-5047	今井歯科医院 ☎82-3066	薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店 ☎54-3120
	21日(日)	吉江内科医院 ☎52-2525	正田歯科クリニック ☎54-2575	しぶさき薬局 ☎57-1333
	28日(日)	こうのハートクリニック ☎78-5810	林歯科クリニック ☎72-5788	クローバー薬局 ☎78-6126
9	4日(日)	小松内科クリニック ☎53-7631	やまびこ歯科診療所 ☎78-7131	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▶





市博物館

☎ 52-7080



【休館日】 毎週月曜日、8月12日(金)

■特別展「諏訪信仰と御柱」

●期間 開催中(～8月21日(日))



▲青磁の破片(旧御射山遺跡出土)

イベント

■展示解説

●日程 8月20日(土)

●時間 午後1時30分～2時

■夏休みおむかし何でも相談室

●日程 開催中(～8月28日(日))

●時間 開館時間中随時受け付け



市美術館

☎ 52-1217



【休館日】 毎週月曜日、8月12日(金)

■常設展示室開設20周年記念特別展「彫刻家・細川宗英一刻む想いー」

●期間 開催中(～9月19日(月・祝))



イベント

■つきいちアート8月「素材を触って①粘土でつくろう!」【要申込】

●日程 8月11日(木・祝)

●時間 午後2時～3時30分

●会場 文化センター第2集会室(2階)

●対象 小学生とその保護者

●定員 8組(先着順)

●参加料 300円

■学芸員によるギャラリートーク【要申込】

●日時 8月14日(日) 午後2時～2時30分

●定員 20人(先着順)



原田泰治美術館

☎ 54-1881



【休館日】 毎週月曜日、8月2日(火)

■宮崎学写真展「アニマル黙示録ー自然界からのメッセージー」

駒ヶ根市を拠点に、動植物に囲まれた環境の中で社会的視点に立った「自然界の報道写真家」として活動する宮崎学さんの写真展です。



▲台湾リス

●期間 8月3日(水)～12月4日(日)

■原田泰治が描く ふるさと信州の四季

●期間 開催中(～令和5年4月9日(日))

■ギャラリーさざなみ「山極千三 銅板細工『原田泰治の世界』」

原田泰治の世界を銅板で表現した作品約35点を展示します。また、銅板細工の技法を使って制作された昆虫も紹介します。

●期間 8月10日(水)～9月11日(日)

すわっこ
ランド

☎ 54-2626

- プールレッスン休講…8月1日(月)～19日(金)
- 夏休み特別営業…8月4日(木)、11日(木・祝)
- 市スポーツ祭(50mプール)…8月7日(日)
- 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)…8月7日(日)
- 研修室レッスン休講…8月10日(水)～21日(日)
- 50mプール低水位…8月13日(土)～21日(日)
- 臨時休館…8月15日(月)
- 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)…8月21日(日)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)…8月26日(金)
- 諏訪郡市水泳大会(50mプール)…8月28日(日)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日…毎週月曜日、
8月12日(金)

信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日…毎週月曜日、
8月11日(木・祝)、16
日(火)

おすすめの図書(市図書館)

■映画を早送りで見ると

稲田 豊史 著(光文社)

今や全世代に広がる早送り視聴。巨大化した消費社会は芸術までも変えてしまうのか。

■帆神 北前船を馳せた男 工楽松右衛門
玉岡 かおる 著(新潮社)

帆の改良で江戸海運に革命をもたらした男の一代記。第41回新田次郎文学賞受賞作。



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 8月20日(土)、21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 8月21日(日) 午後2時～3時

●定員 6人(先着順)

【おはなし会】

■きかんしゃポップポ(乳幼児向け)

●日程 8月3日(水)、10日(水)、17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 8月6日(土)、20日(土)、27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。

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



■4回目接種について

- 対象 3回目の接種から5か月が経過した、次の①～③のいずれかに該当する人 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 ③重症化リスクが高い人が集まる医療機関または高齢者施設などの従事者
- 接種券の発送 ①… 3回目接種から5か月経過を目安に接種券を発送します。 ②・③… 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、案内はがきに記載の手順に沿って、ながの電子申請(困難な場合は電話)で申請してください。申請には、はがきに記載の申請番号が必要です。

■武田社ワクチン(ノバボックス)の集団接種

市は武田社ワクチン(ノバボックス)の集団接種を諏訪赤十字病院で実施しています。接種を希望する人は、接種日時や予約方法を市ホームページでご確認ください。

■接種証明書(海外渡航用・国内用)の発行

接種証明書は、接種日時点に住民票がある自治体で発行可能です。発行方法によって申請に必要なものが異なります。詳しくは、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

- 発行方法 ○デジタル(スマートフォン画面) ○郵送(書面) ○保健センター窓口(書面)



マイナンバーカードの申請は9月末までがおすすめ!

(問) 市民課市民係(内線112)

さまざまな行政のサービスを使えるようになるマイナンバーカード。9月末までに取得して手続きをすると、最大2万円分のお得なポイントがもらえます。夜間や休日にも窓口を開設しますので、ご利用ください。

- 平日(午前8時30分～午後5時15分)
- 日程 月曜日～金曜日(祝日を除く)
- 長野県知事選挙前特別窓口
- 日時 ○8月4日(木)、5日(金) 午後5時15分～8時
○8月6日(土) 午前9時～正午
- 夜間窓口(午後5時15分～7時)
- 日程 8月18日(木)、9月15日(木)、10月20日(木)、11月17日(木)、12月15日(木)、令和5年1月19日(木)、2月16日(木)、3月16日(木)
- 休日窓口(午前9時～正午)
- 日程 8月27日(土)、9月25日(日)、10月22日(土)、11月27日(日)、12月24日(土)、令和5年1月22日(日)、2月25日(土)、3月26日(日)

【共通事項】

- 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 ○予約は不要です。 ○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。



松くい虫の被害を拡大させないために

枯れた松を見つけたら連絡を!

(問) 農林課耕地林務係(内線413、414)

7月4日、市内上諏訪立石町地区付近で、枯れたアカマツの松くい虫被害が確認されました。被害木は早期に駆除しましたが、被害拡大防止のため、被害のあった地区付近の森林の監視体制を強化しています。

被害拡大を防止するためには、早期発見・駆除が重要です。木全体の葉が赤く枯れたアカマツを見つけたら、情報提供をお願いします。



※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 9月の市議会定例会

9月の市議会定例会は、8月30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、8月22日(月)正午までです。

- 日程 ○招集日…8月30日(火) ○代表・一般質問…9月5日(月) ○一般質問…9月6日(火)、7日(水) ○最終日…9月21日(水)
- (問) 議会事務局(内線521)

i 第74回諏訪湖祭湖上花火 The Legacyを開催します

- 日程 8月1日(月)～15日(月)
- 時間 午後8時30分～8時40分 ※雨天決行
- 打ち上げ場所 湖畔公園前諏訪湖上
- その他 開催期間中は、LCVテレビ・ラジオ、YouTubeなどで花火の様子を生配信します。 ※配信の視聴方法や、花火観覧の際の感染症対策など詳しくは、諏訪湖の花火ホームページをご覧ください。



▲QRコード

(問) 諏訪湖祭実行委員会事務局(観光課内)(内線421、422)

i 第6波対応事業者・納入業者への支援金支給

新型コロナウイルス感染症第6波により、①経済的に大きな影響を受けている事業者と、②長野県が令和4年1月25日付けで発出した、営業時間短縮などの要請に応じた飲食店と定期的な納品による直接商取引をしている卸売業者などに、支援金を支給します。

①第6波対応事業者支援金

- 対象 市内に事業所を構えて事業を営む宿泊業、旅行業、タクシーや観光バスの道路旅客運送業

②拡大防止協力店舗等関連事業者支援金

- 対象 市内に事業所を構えて事業を営む飲食料品卸売業、めん類製造業、清酒製造業、洗濯業、運転代行サービス業

【①・②共通事項】

- 申し込み 申請書を記入の上、必要書類を添えて、8月31日(水)までに商工課窓口(市役所4階)に提出してください。 ※詳しくは、お問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。

(申)・(問) 商工課商業振興係(内線431)

i 8月定例教育委員会

- 日時 8月19日(金) 午後3時
- 会場 市役所302会議室(3階)

i 個人事業税(前期分)の納期限は8月31日(水)です

今年度の納税通知書を8月中旬に発送します。納期限までに納めてください。金融機関、県税事務所窓口、コンビニエンスストアでの納付やペイジー納付に加え、スマートフォン決済アプリ「PayPay」、「LINE Pay」を利用した納付もできます。

※納税が困難な人を対象に、徴収猶予の制度が設けられています。前期分について制度を適用する場合、8月31日(水)までに申請が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

(問) ■納付:長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2906 ■課税:長野県南信県税事務所 ☎0265-76-6807

i 市有地を公売します(一般競争入札)

■物件

- 所在地 ①大字湖南4194番8
- ②大字湖南4194番22



- 地目 宅地
- 面積 ①1647.74㎡(約498坪)
- ②328.73㎡(約99坪)
- 用途地域 第一種住宅地域
- 入札案内書の配布、入札参加申請受け付け

- 日時 (受け付け中)～8月10日(水) 午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)
- 受け付け場所 財政課(市役所3階)

■入札

- 日時 8月25日(木) 午前11時
- 会場 市役所501会議室(5階)
- ※詳しくは、お問い合わせください。
- (申)・(問) 財政課管財契約係(内線315)

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。

長野県知事選挙の開票会場変更

8月7日(日)執行予定の長野県知事選挙の開票会場を、市役所大会議室(5階)に変更します。

(問) 選挙管理委員会事務局(内線341)

i お知らせ

i 下半期国民年金保険料前納は割引が適用されます

下半期国民年金保険料の口座振替、クレジットカード納付、納付書払いによる前納は割引が適用されます。希望者は8月31日(水)までに、手続きをしてください。 ※詳しくは、お問い合わせください。

■口座振替

- 申し込み 金融機関、岡谷年金事務所または市民課市民窓口係(市役所1階)で申し込んでください。

- 持ち物 基礎年金番号が分かる物、銀行口座が分かる物(預金通帳など)、金融機関の届け出印

■クレジットカード

- 申し込み 岡谷年金事務所か市民課市民窓口係で申し込んでください。

- 持ち物 基礎年金番号が分かる物、クレジットカード

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

STOP! 相談は局番なしの188へ!

ゲーム課金は簡単には取り消せない! パスワードの管理と設定の見直しを

民法では、未成年者であれば親権者の同意のない契約を未成年者取消権で取り消せるとしていますが、ゲーム課金は「子どもが課金した」という証明が難しく、取り消しが困難です。子どもに課金の仕組みを教えたり、課金の際には毎回パスワードを入力する設定にしたりするなど、事前に対策をしましょう。

■相談窓口

- 消費者ホットライン…局番なし188

- 消費生活センター…☎52-8199 (平日8:30～17:15)

ホームページQRコード▶



※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 怪談の夕べ2022

- 日時、会場 8月6日(土) 午後4時～4時30分 市図書館
 - 定員 40人(先着順) ※定員に達した場合、参加をお断りすることがあります。
- (問) 市図書館 ☎52-0429

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 8月27日(土) 午後7時～8時 柳並公園 ※雨天中止
 - 出演 Tang5+YOKO(ジャズ)
- (問) 並木DEコンサート実行委員会(三井) ☎58-5687

i 地元農家による花と野菜の販売

- 生活改善グループ連絡協議会が、花と野菜の販売を行います。
- 日時 8月1日(月)～5日(金) 午前10時～午後1時 ※5日(金)は正午まで。各日、売り切れ次第終了。
 - 会場 市役所1階ロビー
- (問) 農林課農業振興係(内線412)

i 自死遺族交流会「伊那あすなるの会」のお誘い

- 同じ体験をした人たちが気持ちを語り合い、支え合っていく場所です。
- 日程 8月27日(土)、11月26日(土)、令和5年2月25日(土)
 - 時間 午後1時30分～3時30分
 - 会場 伊那市内
 - 対象 家族を自死で亡くした人
 - 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 諏訪保健福祉事務所(諏訪保健所)健康づくり支援課 ☎57-2927

i クリーンレイク諏訪下水道ふれあい見学会

- 日程 9月10日(土)
 - 時間 午前9時30分～11時30分
 - 会場 クリーンレイク諏訪
 - 対象 諏訪地域6市町村または立科町在住者
 - 定員 40人 ※定員以上の申し込みがあった場合は抽選。
 - 申し込み 8月19日(金)までに申し込んでください。
- (申)・(問) 長野県諏訪湖流域下水道事務所 ☎58-2955

i 新型コロナウイルス感染症に係る介護保険料の減免

介護保険第1号被保険者(65歳以上の人)で、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、介護保険料が減免されます。詳しくは、諏訪広域連合ホームページをご覧ください。

(問) 諏訪広域連合介護保険課 ☎82-8161、高齢者福祉課介護保険係(内線293)

i 市町村と県による協働電子図書館が始まります

県内市町村と長野県の協働により、電子書籍を貸し出す協働電子図書館のサービスが始まります。

- 開始日 8月5日(金)
 - 利用申し込み 市内在住で図書館の利用登録をしている人は、市図書館か信州風樹文庫窓口で申し込んでください。
 - 持ち物 図書館の利用カード、市内在住が確認できる物(運転免許証や保険証など住所の記載がある物)
 - その他 長野県立図書館ホームページからも申し込みができます。詳しくは、お問い合わせください。
- (申)・(問) 市図書館 ☎52-0429

i 里親制度テーマブック展示と個別説明会

多くの人に里親制度を知ってもらうため、テーマブック展示と個別説明会を開催します。

- テーマブック展示
 - 期間 8月2日(火)～31日(水) ※市図書館の休館日を除く。
 - 会場 市図書館
- (問) 市図書館 ☎52-0429
- 個別説明会
 - 日程 8月11日(木・祝)
 - 時間 午前10時～午後3時
 - 会場 文化センター第1集会所
 - 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。
 - その他 午前10時30分と午後1時30分から、里親制度を知ってもらうための絵本の読み聞かせを行います(申し込み不要)。
- (申)・(問) 長野県諏訪児童相談所 ☎52-0056

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 8月25日(木) 午後0時30分～終日
- (問) 観光課施設管理係(内線423)

i お出掛けください！おひさまマルシェ

- 諏訪地域の障がい就労支援施設などのみなさんが、総菜や雑貨などの品物を日替わりで販売します。
- 日程 8月22日(月)～25日(木)
 - 時間 午前11時～午後2時ごろ ※販売状況により、早めに終了する場合があります。
 - 会場 市役所1階ロビー
- (問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232)

i 特別児童扶養手当の所得状況届をご提出ください

- 日時、会場 8月15日(月)～31日(水) 午前8時30分～午後5時15分(休日を除く) こども課窓口(市役所4階)
- 持ち物 特別児童扶養手当証書(全部停止の人は除く)、マイナンバー関係書類、その他必要書類(該当者)
- その他 ○期限までに提出がない場合は、8月以降の手当が支給されないことがあります。○所得申告をしていない人は、至急申告をしてください。

※詳しくは、お問い合わせください。
(申)・(問) こども課子育て支援係(内線445、448)

i 児童扶養手当現況届の提出をお願いします

- 日程 8月11日(木・祝)～13日(土)
 - 時間 午前9時～午後7時
 - 会場 市役所大会議室(5階)
 - 持ち物 児童扶養手当証書(水色)、養育費等に関する申告書、その他必要書類(該当者) ※対象者には、7月8日に通知を送付しました。詳しくは、通知をご覧ください。
 - その他 ○期限までに提出がない場合は、11月以降の手当が支給されないことがあります。○所得申告をしていない人は、至急申告をしてください。○所得超過による未申請の人で、所得の減少があった場合は、お問い合わせください。
- (申)・(問) こども課子育て支援係(内線445、448)



**令和5年度市職員募集
第2弾 8/1受け付け開始**

- 採用職種 ○上級社会福祉職…若干名
○中級保育士…若干名 ○上級事務職(障がいのある人対象)…若干名
- 第一次試験日 9月18日(日)
- 受付期間 8月1日(月)～19日(金)
- ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ▲QRコード
- (申)・(問) 総務課職員係(内線334)



**ゼロカーボンシティ実現
に向けた実践アイデア**

- みなさんが日々の生活の中で実践している脱炭素社会実現に効果的なアイデアを募集します。
- 募集内容 家庭や事業所で実践した温室効果ガス排出量削減・吸収量増加に効果があると思われるアイデア
 - 募集期間 8月1日(月)～令和5年1月31日(火)
 - 提出方法 市ホームページで取得できる応募様式に必要な事項を記入し、メールか郵送で提出してください。 ※詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ▲QRコード
 - その他 いただいたアイデアは、市役所ロビー展などで紹介します。
- (申)・(問) 環境課環境保全係(内線215)



**暴力団追放運動に
活用するポスター・標語**

- 内容 暴力団を許さない、暴力団を排除する意識の高揚を訴えるもの
 - 要領 ○ポスター…B3判画用紙(裏に氏名明記) ○標語…Eメール、はがき、ファックスなどで何点でも応募できます。
 - 応募期限 9月9日(金)
 - その他 ○作品に必ず住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、職業または学校名(学年・組)、電話番号を明記してください。 ○入選作品は、11月2日(水)にキッセイ文化ホール(松本市)で開催する県民大会で表彰されます。
- (申)・(問) (公財)長野県暴力追放県民センター(〒380-0836長野市南長野南県町685-2長野県食糧会館5階) ☎026-235-2140、FAX 026-233-3741、Eメール boutsui@mx2.avis.ne.jp



放送大学10月入学生

- 放送大学は、インターネットなどを活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。
- ▲QRコード
- (申)・(問) 放送大学長野学習センター ☎58-2332(月曜日、祝日を除く)



**第25回長野県障がい者文化芸術祭inながの
出展作品**

- 日時、会場 9月24日(土) 午前9時～午後4時45分、9月25日(日) 午前9時～午後4時 長野県障がい者福祉センター(長野市)
 - 募集作品 絵画、手芸、工芸、書道、写真、文芸作品 ※応募規定など詳しくは、お問い合わせください。
 - 申し込み 出品申込書を、8月12日(金)までに社会福祉課窓口(市役所2階)に提出してください。
- (申)・(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232、233)



**10/26(水)～30(日)開催
市文化祭の作品・団体**

- 文芸作品
 - 作品 ○短歌[当季雑詠]…1人2首以内 ○俳句[夏季・秋季雑詠]…1人2句以内 ○川柳[安心・速い]…1人2句以内
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者
 - 申し込み 応募用紙(市公民館、豊田・四賀・中洲・湖南公民館または市ホームページで取得)か任意の用紙に、作品、住所、氏名、電話番号を明記し、9月1日(木)までに、市公民館に提出してください。
 - 市民芸能祭出演団体
 - 日程 10月29日(土)
 - 時間 1団体10分以内
 - 対象 市内芸術文化団体(音楽、伝統芸能など)
 - 申し込み 応募用紙(市公民館か市ホームページで取得)に必要な事項を記入し、8月26日(金)までに市公民館に提出してください。
 - その他 募集期間後に開催する代表者会議で、開催の可否や実施方法などを決定します。
- (申)・(問) 生涯学習課生涯学習係(内線595)



世界平和を願う黙とう

- 原爆死没者と戦没者に哀悼の意を表し、世界恒久平和の実現を祈念して黙とうをささげます。ご協力をお願いします。
- 日時 ○広島市…8月6日(土) 午前8時15分 ○長崎市…8月9日(火) 午前11時2分 ○終戦記念日…8月15日(月) 正午



第59回諏訪市戦没者追悼式

- 戦争の犠牲者を追悼し、平和への思いを新たにするため、戦没者追悼式を開催します。
- 日時、会場 8月20日(土) 午前11時～正午 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
 - その他 スーツなどの平服でお越しください。
- (問) 社会福祉課社会係(内線236)



**シルバー人材センター
の入会説明会**

- 日時 8月18日(木) 午後1時30分
 - 会場 諏訪市シルバー人材センター事務所(上川一丁目1516-5)
 - 対象 市内在住の60歳以上で、シルバー人材センターの趣旨を理解し、健康で働く意欲がある人
 - 申し込み 8月17日(水)までに、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) (公社)諏訪市シルバー人材センター ☎57-1388



募 集



**伊東市との姉妹都市交換
文芸作品**

- 作品 ○短歌[当季雑詠]…1人2首以内 ○俳句[夏季・秋季雑詠]…1人2句以内 ○川柳[窓]…1人2句以内
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者
 - 申し込み 硬い短冊の裏面に作品、住所、氏名、電話番号を楷書で明記し、9月1日(木)までに、市公民館または豊田・四賀・中洲・湖南公民館に提出してください。
 - その他 ○入選者は、市文化祭で表彰します。 ○作品は、市文化祭と伊東市役所で展示します。
- (申)・(問) 生涯学習課生涯学習係(内線595)

※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。

 **親子でenjoyサイエンス講座**

■超低温の不思議な世界を覗いてみよう!

- 日程 8月27日(土)
 - 時間 午前9時30分～正午
 - 会場 カルチャーホームすわ
 - 対象 市内の小学生とその保護者
 - 定員 8組(先着順)
 - 参加料 500円(資料代、材料費など) ※当日集金します。
 - 申し込み 8月5日(金)から、電話か直接窓口で申し込んでください。
- (申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(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**

①健康音動(おんど)

●日程、会場、定員 下表のとおり

日程	会場	定員
9/5(月)	湯小路いきいき元気館	20人
9/12(月)	四賀公民館	15人
9/28(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

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
9/2(金)	湯小路いきいき元気館	25人
9/9(金)	とちの木ひろば	8人
9/15(木)	四賀公民館	15人
9/20(火)	豊田公民館	15人
9/30(金)	なかよし広場	8人

●時間 午後1時～2時15分

●その他 9月20日(火)の教室の際に、ミニ健康講座を行います。

【①・②共通事項】

●申し込み 8月15日(月)～19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)

■水中運動教室

- 日程 ○水曜日コース… 9月7日、14日、28日、10月5日、12日 全5回 ○金曜日コース… 9月9日、16日、30日、10月7日、14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 8月23日(火)～24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

 **諏訪地区保護司会による非行・犯罪相談**

- 日程 8月26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)

 **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 9月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22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、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 諏訪保健福祉事務所(諏訪保健所)健康づくり支援課 ☎57-2927

 **講座**

 **1日アートスクール**

学芸員を講師に、絵の描き方や画材の使い方を学びます。

- 日程 8月6日(土)
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 会場 原田泰治美術館
- 対象 諏訪地域在住の小・中学生
- 定員 10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) 原田泰治美術館 ☎54-1881

 **ニジマスのつかみどりとアウトドアクッキングにチャレンジ!**

- 日程 8月20日(土) ※雨天決行
- 時間 午後1時30分～4時30分
- 会場 蓼の海森林体験学習館
- 対象 市内在住、在学の小学生以上の子どものとその保護者
- 定員 6組(先着順) ※1組につき子どもは2人まで。
- 参加料 子ども1人につき300円 ※当日集金します。
- 申し込み 8月3日(水)～10日(水)に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) 生涯学習課生涯学習係(内線595)

 **相談**

 **ハローワーク諏訪の臨時相談窓口**

ひとり親のみなさんを対象にした臨時相談窓口を開設します。

- 日程 8月11日(木・祝)、12日(金)
 - 時間 午前9時～午後7時
 - 会場 市役所大会議室(5階)
- (問) ハローワーク諏訪 ☎58-8609

 **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 8月17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 8月16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 8月17日(水)
- 時間 午前10時～午後4時
- 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 8月9日(火)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 8月27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)

第29回すわ大昔フォーラム

映画「ものがたりをめぐる物語」完成披露上映会とトークイベントを開催します。

- 日時 8月27日(土) 午後1時～4時 (開場：午後0時30分)
 - 会場 文化センターホール
 - 定員 100人(先着順)
 - 申し込み 8月3日(水)～26日(金)に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 市博物館☎52-7080

はじめての将棋教室

- 日時 9月3日(土)、10日(土)、17日(土)、11月5日(土)、12日(土)、19日(土)、26日(土)、12月3日(土) 全8回 午前10時～11時30分
 - 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
 - 対象、定員 市内在住、在勤、在学の将棋初心者(小学生以下は保護者同伴) 10人(先着順)
 - 申し込み 8月10日(水)午前10時から、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)

すわっチャオの子育て講座

①親子でクッキング 簡単おやきを作っちゃオ～!

- 日程 8月11日(木・祝)
- 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 6組(先着順)
- 参加料 300円

②夏のおはなしフェスタ

- 日時 8月27日(土) 午前10時～11時、午後2時～3時
- 対象 市内在住の中学生以下の子どものとその保護者(優先)
- 定員 各回70人(先着順)

③はなまる家族DAY

お父さんは子どもと運動遊び、お母さんはヨガでリフレッシュ!

- 日時 9月10日(土) 午前10時～11時
- 対象 1歳6か月～3歳の子どものとその保護者
- 定員 8組(先着順)

【①～③共通事項】

- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
 - 申し込み 事前に、直接窓口か電話で申し込んでください。
- (申)・(問) すわっチャオ☎75-5257(火曜日を除く午前9時～午後9時30分)

コリほぐし体操

- 日時 ○30分クラス… 8月4日(木) 午後2時、8月5日(金) 午前10時 ○ボールストレッチ45分… 8月18日(木) 午後2時 ○体操+ニュースポーツ60分…8月24日(水) 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(先着順) ※8月18日(木)のみ12人
 - 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)

すわ☆あゆみステーション 親支援プログラム

子どもと大人の絆を深めることを応援する、CAREプログラムを行います。

- 日時 9月14日(水)、10月13日(木)、11月11日(金) 午前9時30分～11時30分 ※いずれの日程も同じ内容です。
 - 会場 ふれあいの家 ※オンライン開催になる場合があります。
 - 対象 市内在住の、おおむね2歳～6歳の子どもの保護者
 - 定員 各日6人(先着順)
 - 申し込み 8月1日(月)から、電話で申し込んでください。 ※託児サービスがあります(要予約)。
- (申)・(問) すわ☆あゆみステーション(内線444)

子育て支援センターにじいろたまごの第2期講座(全4回)

●日時、内容、講師 下表のとおり

日程	時間	内容	講師
8月26日(金)	10:00～10:30	ふれあいいそび	支援センター職員
	10:30～11:00	ことばと発達	原哲也言語聴覚士
9月27日(火)	10:00～10:30	親子運動	酒井久美子先生
	10:30～11:00	親子で作ろう	支援センター職員
10月21日(金)	10:00～10:30	ふれあいいそび	支援センター職員
	10:30～11:00	子どもとの接し方	宮原規夫先生
11月11日(金)	10:00～10:20	ふれあいいそび	支援センター職員
	10:20～11:00	乳幼児の食について	市保育所栄養士

- 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
 - 対象、定員 1歳～3歳の子どものとその保護者 15組(先着順)
 - 申し込み 8月1日(月)から、電話か直接窓口で申し込んでください(午前9時～午後4時)。
 - その他 ○保護者はマスクを着用して参加してください。 ○自宅で検温をして参加してください。
- (申)・(問) にじいろたまご城南☎53-6513、にじいろたまごこなみ☎58-4522

霧ヶ峰自然観察会

霧ヶ峰の自然を守る自然保護指導員が、霧ヶ峰を丁寧に案内します。

- 日時 8月13日(土)、14日(日)、21日(日) 午前11時～正午、午後1時～2時 ※各回同じ内容です。
 - 集合場所 車山肩バイオトイレ横
 - 定員 各回10人程度(先着順) ※申し込み不要。直接お越しください。
 - 持ち物 飲み物、運動靴、帽子、雨具
- (問) 霧ヶ峰自然保護指導員(福島)☎080-2563-7980

創業体験談セミナー 諏訪地域創業スクール2022

①創業体験談セミナー

- 日程 8月17日(水)
- 時間 午後6時～7時30分

②諏訪地域創業スクール2022

- 日程 10月1日(土)、8日(土)、15日(土)、29日(土)、11月12日(土)、26日(土) 全6回
- 参加料 10,000円
- その他 時間や参加料の支払い方法など詳しくは、お問い合わせください。

【①・②共通事項】

- 会場 茅野商工会議所
- 対象 創業を予定している人など
- 定員 30人(先着順)
- 申し込み 右のQRコードを読み取り、①は8月8日(月)、②は9月12日(月)まで ▲QRコードに申し込んでください。



(申)・(問) 茅野商工会議所☎72-2800

※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。

男の筋トレ教室

- 日程 9月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水) 全4回
 - 時間 午後7時～8時
 - 会場 清水町体育館
 - 対象 市内在住、在勤、在学の男性
 - 定員 10人(先着順)
 - 参加料 1,000円 ※初回集金
 - 申し込み 8月3日(水)～24日(水)に、ながの電子申請で申し込んでください。
 - その他 教室中のけがは、市加入保険による ▲電子申請補償があります。
- (申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



ニュースポーツを体験！ みんなでスポーツ教室(秋)

- 日時 9月6日～11月8日の毎週火曜日 全10回 ○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
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者(中学生以上)
 - 参加料 1,500円 ※初回集金
 - 申し込み 8月1日(月)～23日(火)に、電話かながの電子申請で申し込んでください。
 - その他 教室中のけがは、市加入保険による補償があります。
- (申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



マチイロ

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

市民バドミントン教室

- 日時 8月25日～10月27日の毎週木曜日 全10回 午後7時20分～9時
 - 会場 市体育館
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者
 - 定員 20人(先着順)
 - 参加料 3,000円 ※初回集金
 - 申し込み 8月19日(金)までに、Eメールで申し込んでください。
- (申)・(問) 市バドミントン協会(雨宮)
Eメール suwashi.bad.asso@gmail.com

ボクシングエクササイズ教室

- 日時 9月2日(金)、9日(金)、16日(金)、30日(金)、10月7日(金)、14日(金) 全6回 午後7時～8時
 - 会場 市体育館
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者 ※18歳未満は保護者同伴
 - 定員 30人(先着順)
 - 参加料 1,500円 ※初回集金
 - 申し込み 8月5日(金)午前9時～8月24日(水)に、電話か直接窓口で申し込んでください。
- (申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

エアロダンササイズ教室

- 日程 9月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水) 全4回
 - 時間 午前10時～11時
 - 会場 市体育館
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者
 - 定員 30人(先着順)
 - 参加料 1,000円 ※初回集金
 - 申し込み 8月1日(月)～23日(火)に、電話かながの電子申請で申し込んでください。
 - その他 教室中のけがは、市加入保険による補償があります。
- (申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



スポーツ

レディースソフトテニス教室

- 日時、会場 9月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火) 全4回 午前9時～正午 上川テニス場
 - 対象 市内在住、在勤の女性
 - 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 市ソフトテニス協会内諏訪レディースソフトテニスクラブ(茅野)
☎72-2818

市民登山「飯盛山」

- 日程 9月11日(日)
 - 集合時間 午前8時
 - 集合場所 清里駅(山梨県北杜市)
 - コース 清里駅～登山口～飯盛山～千ヶ滝～清里駅 ※往復約6時間
 - 対象 小学校4年生以上(小学生は保護者同伴)
 - 定員 20人(先着順)
 - 参加料 1,000円(保険料など)
 - 申し込み 8月30日(火)までに、電話、Eメール(件名：市民登山参加申し込み)または申し込みフォーム(右のQRコードを読み取り)から申し込んでください。その際、参加者全員の①住所、②氏名、③性別、④生年月日、⑤携帯電話番号、⑥家族の電話番号をお知らせください。
 - その他 事前説明会を9月7日(水)午後7時から、市役所501会議室(5階)で行います。参加料を持参し、参加してください。
- ※詳しくは、お問い合わせください。
(申)・(問) 市山岳協会(朝岡) ☎090-4755-5112、Eメール suwasankyoku@gmail.com



〈広告欄〉

3億解答以上の学習ビッグデータで
「伸びる」を科学する次世代学習塾。

THINX

事業者:atama plus株式会社



7.1[金]
シンクス、松本に続き
上諏訪開校!

夏期講習
*無料!!

上諏訪校 諏訪市諏訪1丁目3-11

お問い合わせ 0120-962-381

シンクス 検索 www.thinx.info

*夏期講習時に初めて体験する方が対象です

🏃 秋季市民テニス教室

①秋季市民テニス教室

- 日時 8月25日(木)、9月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)、10月6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木) 全10回 午後7時15分～8時45分
- 定員 30人(先着順)
- 参加料 6,000円 ※初回に集金します。

②中高年(35歳以上)のためのテニス教室(初心者・初級クラス)

- 日時 9月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)、10月3日(月)、6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木) 全10回
- 時間 ○前半…午前9時～10時45分 ○後半…午前10時55分～午後0時40分
- 定員 前・後半各20人(先着順)
- 参加料 5,000円 ※初回に集金します。

③中高年(35歳以上)のためのテニス教室(初級・中級クラス)

- 日時 9月2日(金)、9日(金)、16日(金)、19日(月・祝)、30日(金)、10月7日(金)、14日(金)、21日(金)、24日(月)、28日(金) 全10回 午前9時～11時
- 定員 18人(先着順)
- 参加料 6,000円 ※初回に集金します。



【①～③共通事項】

- 会場 上川テニス場
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者、協会加盟団体に所属している人
 - 申し込み Eメール(教室名を件名)か電話で申し込んでください。その際、氏名、電話番号、テニス歴をお知らせください。
 - 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(大浦) ☎090-5777-7826、Eメール suwatennisjp@yahoo.co.jp

🏃 市民ロードレース大会

- 日程 9月25日(日) ※小雨決行
 - 時間 午前9時競技開始予定
 - 会場 スポーツ広場周回コース
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者
 - 種目 ○小学1・2年生の部…1km
○小学3・4年生の部…1.5km ○小学5・6年生の部…2km ○中学生の部…3km ○高校生・一般の部…3km ※全ての種目を男女別に行います。
 - 申し込み 8月26日(金)までに、市陸上競技協会ホームページから申し込んでください。 ▲QRコード
 - その他 大会中のけがは、市加入保険による補償があります。 ※詳しくは、市陸上競技協会ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) 市陸上競技協会(矢花)Eメール yabana@suwashi-rk.com、(問) スポーツ課 ☎57-2811



▲QRコード



困りごとご相談ください
9月の相談日程

法律相談

【要予約】

9月15日(木) 13:00～17:00
※8月19日(金)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：山田直哉弁護士
予約先：市民課市民窓口係(内線116)

交通事故相談

【要予約】

9月8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】

9月10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

9月16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
(8月、9月第一週)

8/6(土)	杉村設備 ☎52-4066
8/7(日)	杉村設備 ☎52-4066
8/11(木・祝)	諏訪管工業 ☎52-6314
8/13(土)	林組工業所 ☎58-1336
8/14(日)	丸三上田商店 ☎58-0171
8/20(土)	日設工業 ☎58-2281
8/21(日)	日設工業 ☎58-2281
8/27(土)	アクアテック杉村 ☎75-0038
8/28(日)	原設備工業 ☎57-0703
9/3(土)	水道建設 ☎53-3965
9/4(日)	マルワ住設 ☎58-3337



今月の納税・保険料
納期限は8月31日(水)

市県民税(2期)
国民健康保険税(8月分)
介護保険料(普通徴収5期8月分)
後期高齢者医療保険料(2期8月分)

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

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、ご利用ください。
☎0120-68-8404(無料)



登壇者募集!

「すわじん」「ぐる～ぶ通信」は、各コーナーに登場していただける人・グループを募集中です。自薦他薦は問いません。

【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 <EメールQRコード>



2022.8.1

SUWA

広報すわ

NO.1102

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

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



市内で活動するGOODな団体、サークルなどを紹介!

ぐる～ぶ通信



囲碁・将棋クラブ

新長寿会

一緒に囲碁・将棋をしませんか? 会員募集中!

活動情報

- 活動日時 毎週月～土曜日 午後1時～4時(希望があれば、土曜日の午前中に小学生までのお子さんを教えます)
- 場所 ふれあいの家
- 問い合わせ ☎57-4567 (ふれあいの家)

「活動と魅力を教えてください!」
 発足から30年以上の老人福祉センターで活動していたクラブで、今年からふれあいの家に場所を移し、新長寿会として再スタートしました。現在は、囲碁を中心に楽しんでいます。

囲碁や将棋は、戦略を練りながら頭を使うだけでなく指先も使うため、脳が活性化されます。認知症予防にも効果的で、生涯楽しめる趣味としておすすめです。いつでも会員を募集しています。60歳以上であれば、男女問わず参加できます。初心者も大歓迎で、分かりやすく教えながら対局します。また、小学生までのお子さんを対象に、多世代の交流を楽しみながらレッスンをすることもできます。駐車場もありますので、お気軽にお越しください。

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。

始めよう! 地球にやさしい生活

みんなでゼロカーボン

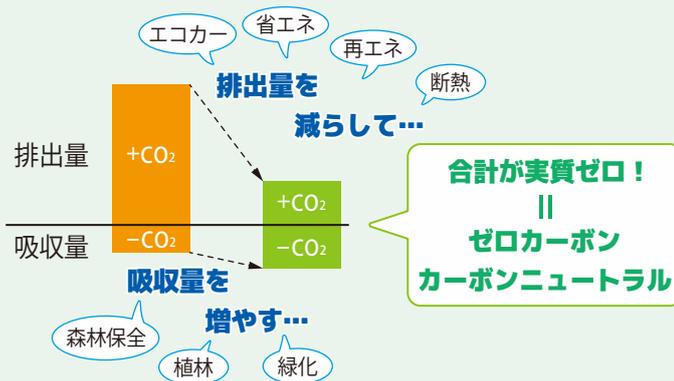
問 環境課環境保全係(内線215)

ゼロカーボンってなんだろう?

Q. ゼロカーボン、カーボンニュートラルってどういうこと?

A. 温室効果ガスの排出量-吸収量=0にすることです。

地球温暖化の原因とされる温室効果ガスの排出量を減らすとともに、森林などによる吸収量を増やすことで、排出量を「実質ゼロ」にする。これがゼロカーボン、カーボンニュートラルです。



さまざまな取り組みの積み重ねがゼロカーボンシティ実現につながります!

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

今年は早い梅雨明けでしたが、今号編集の7月上旬は天気の悪い日が多かった気がします。とはいえいよいよ夏本番! 暑い夏に食べたい物といえばアイスクリームです。最近はお菓子屋さんのチョコレートアイスにはまって、ほぼ毎日食べてしまいます。お腹を壊さないように気を付け、アイスとともに夏を乗り越えたいと思います! (H)

編集後記