



シゼンとヒトがつながる、すわ。

SUWA

広報すわ

NO.1107

1

2023 / 令和 5 年



特集 年頭のごあいさつ P2~3
1年を振り返る 令和4年諏訪市のあゆみ P4~5
お知らせ

選挙を知ろう! P6~7
諏訪市文化センターの魅力に迫る! P8
防災行政無線放送が聞こえないときは P9
中学生の『税についての作文・標語』 P10
申告の準備はお早めに! P11
年末年始の新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ/休日当番医 P14
新型コロナワクチン接種/上諏訪駅周辺のまちづくり P16

新年明けまして
おめでとうございます
早朝の霧ヶ峰高原では、澄んだ
空気の中朝焼けの富士山を見る
ことができます。
今年の干支は卯。みなさんに
とって、素晴らしい飛躍の年と
なりますように。

令和5年の新春を寿ぎ、謹んでご祝詞を申し上げます。

昨年は1月から新型コロナウイルス感染症のまん延防止等重点措置が長野県に適用され、我慢の日々が続きました。新型コロナウイルス感染症は、オミクロン株が拡大した第6波から、第7波、第8波と襲い掛かり、ワクチン接種の促進などの対応に加え、ロシアのウクライナ侵攻に由来する物価高騰や歴史的な円安が私たちの生活に打撃を与える中、市民生活や事業者を守る経済対策に注力し続けた日々でした。

そのような中、諏訪地方では関係者のみなさまの工夫とご努力により、変則的ではありましたが7年に1度の「大祭」諏訪大社式年造営御柱大祭が催行され、この祭りを契機に諏訪地方に活気が戻り始めたと感じます。年間を通して地域の小宮では人々が集い、祭りに付き物の直会はできない状況もありましたが、協力一一致で四方に柱を建てる御柱祭のご奉仕と一緒に体験する中で、地域やご縁を結ぶ人々の絆は、こうした祭りを通して築かれていることを改めて深く感じた1年となりました。

そして、長引くコロナ禍ではありませんでしたが、諏訪市政として重要な第六次諏訪市総合計画が始動し、ゼロ

カーボンシティ宣言、観光グランドデザインの完成、受動喫煙のない思いやりと健康のまちづくり条例の制定などの施策を新たにスタートするとともに、一般国道20号諏訪バイパスや（仮称）諏訪湖スマートインターチェンジ、湖周サイクリングロード整備などの継続事業にも精力的に取り組む、新時代に沿ったまちづくりへの確かな歩みを進めることができました。このことは、市民のみなさまをはじめ、関係各位のご理解と並々ならぬご支援、ご協力によるものと、心より感謝を申し上げます。

本年は、いよいよ市長就任2期目の締めくくりを迎えます。マニフェストを総括し、その成果を振り返るとともに、磨けば輝く諏訪市の多くの素材を大切に、「魅力の架け橋―高原湖畔都市」として更に発展することをめざし、全力で邁進したいと存じます。引き続き、みなさまのご指導、ご協力を心からお願ひ申し上げます。感染症の一日も早い収束を願いつつ、本年がみなさまにとりまして素晴らしい1年となりますよう、また諏訪市にとりまして力強く、明るい未来へ進む希望の年となりますようご祈念申し上げます、年頭のご挨拶といたします。

新年

諏訪市長
金子ゆかり

行政

磨けばさらに輝く

魅力の架け橋―高原湖畔都市へ

令和5年／2023年

新年明けましておめでとうございます。みなさまには、心穏やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

諏訪市議会を代表しまして一言ご挨拶申し上げます。

諏訪市においては昨年、7年に1度の御柱祭をみなさまの創意、協力のもと見事に成功させ、神社から小さな祠に至るまで真新しい柱が建てられ、清々しく新年を迎えております。改めて諏訪の人々の熱意・心意気に敬意を表す次第です。また、スワコエイトピークスミドルトライアスロン大会が諏訪圏域6市町村を舞台に初開催され、無事に成功いたしましたことは、将来に向けても明るい兆しとなりました。

各種事業においては、(仮称)諏訪湖スマートインターチェンジ整備、湖周サイクリングロードの整備などのインフラ整備事業の進展や、ゼロカーボンシティ宣言、第3次環境基本計画策定などの環境への取り組み、経済面では地域ブランドSUWAプレミアムが産業観光まちづくり大賞を受賞するなど、未来に期待が広がる話題の多い年でありました。

しかしながら一方では、長引くコ

ロナ禍や、ロシアによるウクライナへの軍事侵攻など、予断を許さない状況が続いています。市議会ではこの軍事侵攻を強く非難する決議を採択し、力による現状変更を許さない姿勢を表明いたしました。こうした要因や、急激な物価の高騰は生活に暗い影を落としています。

このような危機的状況にあたり、国・県・市による緊急経済対策などによりみなさまの生活をお守りし、早期の回復に取り組んでまいります。新型コロナウイルス感染症は「ウィズコロナ」の段階だと感じています。3年間で学んだ知識を生かし、感染を防ぎながらも活動を止めない、柔軟な発想で前に進んでまいりましょう。加えまして、今だからこそ「SDGs」にあるように健全で持続可能な社会を、未来の子どもたちに残す努力をしてまいりたいと思います。

市議会としましては、活力ある諏訪市の未来のために、市民のみなさまの声に耳を傾け、いただいた英知を結集して市政に邁進してまいります。

市民のみなさまにとりまして、本年が実りある、健康で明るい幸せな年でありますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶いたします。

謹賀

議会

困難なときこそ
未来への夢を創りましょう

諏訪市議会議員
吉澤美樹郎



令和4年(2022年) 諏訪市のあゆみ

5月3日～5日、14日～16日

- 諏訪大社御柱祭里曳き(上社：3日～5日、下社：14日～16日)



4月2日、8日、9日

- 諏訪大社御柱祭山出し(上社：2日、下社：8日、9日)



1月9日

- 第72回諏訪市成人式開催



6月30日

- 官民連携上諏訪駅周辺未来ビジョン策定会議スタート



5月22日

- 第53回高島城祭開催
3年ぶりにお祭りとして開催

6月



5月



4月



3月



2月



1月



4月1日

- 市庁舎で使用する電気を、実質再生可能エネルギー100%に転換

4月1日

- 第六次諏訪市総合計画スタート

3月31日

- 老人福祉センター閉館

2月1日

- 市公式LINEアカウントの運用開始
8月には機能拡張を実施



6月25日

- スワコエイトピークスミドルトライアスロン大会初開催



4月1日

- 新型コロナウイルス感染症自宅療養者とその家族向けに「あんしん療養キット」の配布開始(9月30日まで実施)

3月30日

- 7年ぶりに諏訪市マルチハザードマップを改訂



1月31日

- SUWA プレミアムの活動が産業観光まちづくり大賞「経済産業大臣賞」受賞決定

3月26日

- ゼロカーボンシティ宣言
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



4月14日

- 小島雅則教育長退任



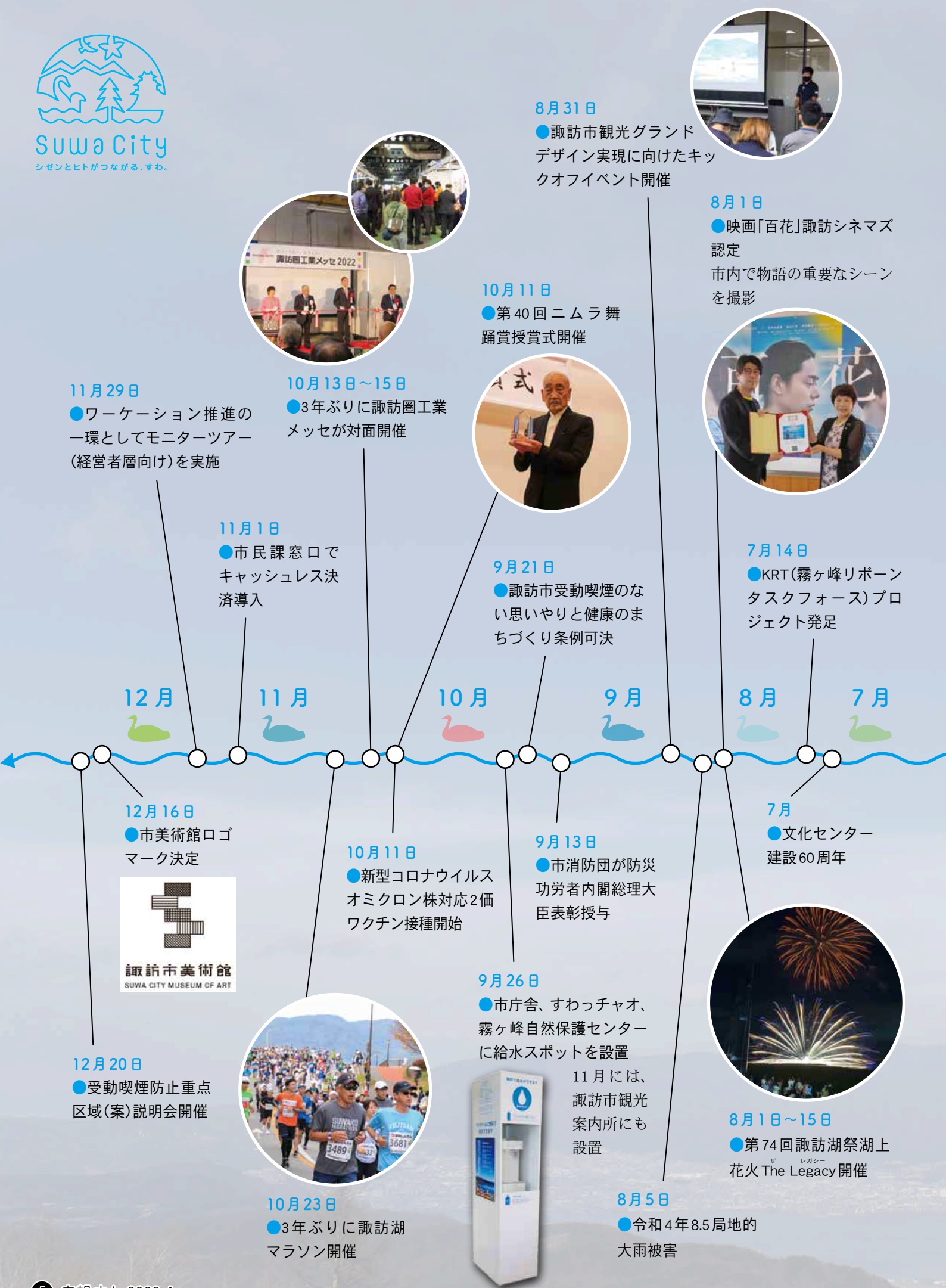
4月15日

- 三輪晋一教育長就任



4月

- 諏訪市観光グランドデザイン完成



選挙特集

選挙を知ろう！

「どの候補者に投票すればいいのかな」「投票ってどうやってするのか」「投票日は休日だから出掛けたい」など、選挙に関する疑問や問題を解決し、あなたの大切な1票を投じましょう。

若者の投票率が

低迷しています

選挙は、「より良い生活や社会にしたい」という私たちの声や願いを政治に届けて、それを実現してくれる代表者を選ぶことです。今、有権者の投票離れが進み、投票率は下降傾向です。

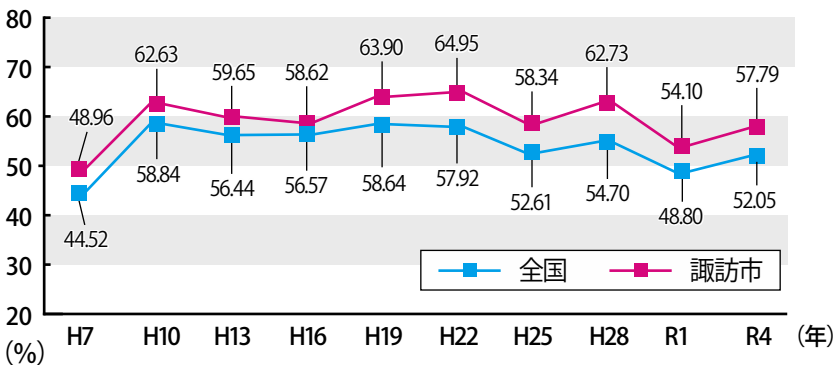
グラフは、参議院議員選挙の投票率の推移(図1)と令和4年7月に行われた参議院議員選挙の年代別投票率(図2)を表しています。

グラフを見ても分かるように、

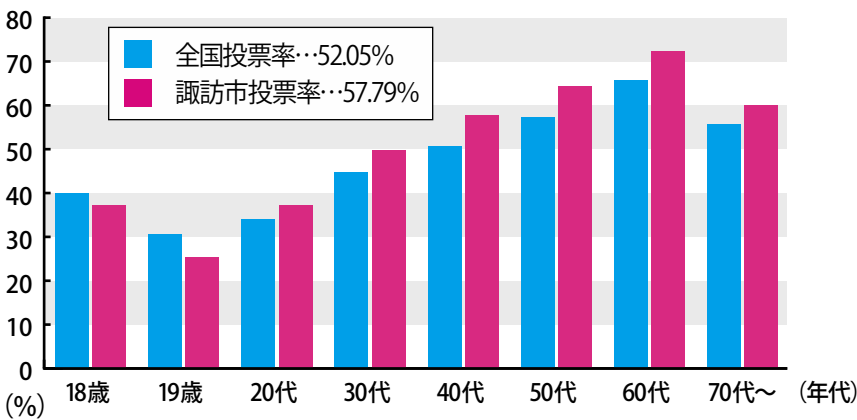
令和4年の参議院議員選挙の投票率は、過去の選挙の中でも低い結果でした。特に、10代・20代の投票率の低さは深刻な問題となっており、未来を担う若い世代の意見が政治に届きにくくなっています。

有権者一人一人が投票に行くことが、明るい未来につながる第一歩です。

【図1】参議院議員選挙投票率の推移



【図2】令和4年参議院議員選挙 年代別投票率



選挙について、総務省ホームページ「なるほど!選挙」で、詳しく解説しているよ。



総務省
ホームページ



めいすいくん
「めいすいくん」は明るい選挙のイメージキャラクターです。

選挙の疑問を解決します！

選挙の疑問を、めいすいくんと一緒に解決していきましょう。



投票する候補者や政党を決めるときに参考にできるものを紹介するよ

Q. 候補者の政策などを知りたいときは、どうすればいいの？

A. 選挙公報を見てみよう。選挙公報は、候補者のプロフィールや政策、主張などを示した新聞のようなものだよ。投票日の2日前までにみなさんの手元に届くように、公職選挙法で決まっているんだよ。

※投票前の情報収集方法として、ほかにも「インターネット」「政見放送」「街頭演説」「公開討論会」「選挙公約(マニフェスト)」があります。

候補者名や政党名を書く投票用紙を渡しています。

入場券と名簿を見て本人確認をしています。入場券を忘れても、運転免許証などで本人確認ができれば投票できます。

いざ投票へ！
実際に投票の流れを見てみよう

投票用紙交付係

名簿対照係

受付係

投票に来た人数を確認しています。

身体の事情などにより、投票用紙への記載が困難な場合は、係員による代筆ができます。投票所で申し出てください。

まず、受付係に入場券を出そう！



入口

入場券は、郵送で各家庭に送られます。

投票記載台

さあ、投票用紙に候補者名を書くぞ！
間違えないようにと。

投票用紙を投票箱に入れるぞ！

投票記載台には、立候補者の氏名などが書かれた一覧表が貼ってあります。

さあ帰ろう。投票は簡単！
あっという間に終わっちゃった。明るい未来になるといいな。

出口

これでおしまい！

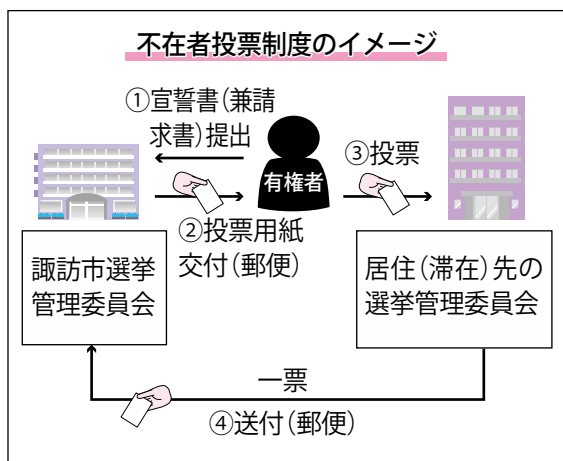
投票用紙を持ち帰ってはけません。

※投票所では、新型コロナウイルス感染症対策を実施します。

遠方にいる多くの人に利用されています！

不在者投票制度

選挙期間中、出張や学業などで市外に滞在している人は、諏訪市に戻って来なくても滞在先の選挙管理委員会で投票できます。手続きに必要な宣誓書(兼請求書)は、市ホームページからダウンロードできます。



※県の選挙管理委員会が指定する病院・施設に入院・入所している人は、その病院や施設で投票することができます(市内8か所)。

期日前投票

投票日に仕事や学校、旅行、冠婚葬祭などの予定があって投票できない場合は、投票日の前に投票できます。

●期間 選挙期日の公示(告示)日の翌日～投票日の前日

●投票所 選挙管理委員会が指定する場所

●投票時間 午前8時30分～午後8時(原則)

※具体的な投票所や投票時間は、お送りする入場券をご確認ください。

郵便等による不在者投票

身体に重度の障がいがあるために投票所で投票することが困難な人で、選挙管理委員会から証明を受けた人は、自宅などで投票用紙を記載し、選挙管理委員会に郵送することで投票できます。詳しくは、お問い合わせください。

在外投票

仕事や留学などで外国に住んでいる人は、事前に手続きをしておくことにより、外国にいなが投票できます。投票できるのは、国政選挙(衆議院議員・参議院議員)のみです。

投票日に投票所へ行けなくても大丈夫！
行けない場合の投票方法を紹介するよ



国登録有形文化財

諏訪市文化センターの魅力に迫る！

諏訪市文化センターは、昭和37(1962)年に北澤工業株式会社の福利厚生施設「北澤会館」として建設されました。その後、昭和52(1977)年に諏訪市が取得し、文化施設として活用しています。

平成26(2014)年には、優れた造形などが評価されて国登録有形文化財に登録されました。

建設から60周年を迎えた文化センターの「ココがすごい！」をいくつか紹介します。文化センターをご利用の際は、建物の細部もぜひご覧ください。

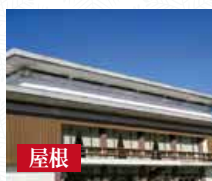
文化センターのココがすごい！

設計者

文化センターを設計したのは、建築家の吉田五十八(1894-1974)です。現代建築に日本の伝統様式を融合させた近代数寄屋建築の大家で、秩父宮、吉田茂、岸信介、岩波茂雄などの邸宅や日本芸術院会館などの建築を手掛けました。その優れた業績で文化勲章を受章し、没後は「吉田五十八賞」が設けられました。文化センターは、吉田の代表作の1つです。

水平を強調した直線の屋根は、吉田の建築の特徴の1つです。また、入母屋造り風のホール屋根、千本格子風の装飾、海鼠壁風の壁、寺社建築風の手すりをつけたバルコニーなど、随所に日本建築をアレンジした意匠が取り入れられています。

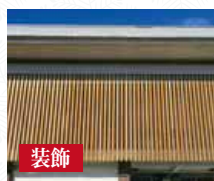
外観



屋根



ホール屋根



装飾



壁



バルコニー

内装

コンクリートに木目を転写させた梁、美しい貝をはめ込んだ扉の取っ手、特注の照明器具、定式幕を思わせるホール入口の扉、寺社建築の垂木を重ねたような作りで金箔を散らした金砂子張りのホワイエ天井など、凝った作りになっています。



梁



扉取っ手



照明



ホール入口扉



ホワイエ天井

ホール

羽を広げたような広い間口で花道や廻り舞台を備えたホールは、歌舞伎など日本の伝統芸能の上演に向いた作りになっています。天井は、屋根の三角形を模したデザインが繰り返し使われています。



舞台



天井

緞帳は2張あります。日本画家の杉山寧(1909-1993)と東山魁夷(1908-1999)が、この建物のためにそれぞれ「昇る陽」、「清暁」を描き、それを基に緞帳が作られました。文化勲章を受賞した2人の作品がそろって贅沢な空間です。

緞帳



杉山寧「昇る陽」



東山魁夷「清暁」



防災行政無線放送が聞こえない…

確認する方法があります



防災行政無線放送が聞き取りづらかったとき、後から確認する方法があります。

ご自身に合った方法をご利用ください。

(問) 危機管理室市民安全係(内線 255、258)

電話

以下の番号(フリーアクセス)へ電話をかけると、放送内容を確認できます(通話無料)。

☎0120-68-8404

ホームページ・かりんちゃんねる

災害が差し迫っているときは、市ホームページやかりんちゃんねる(LCV-TV11チャンネル)に放送内容を表示します。

※各種週間のお知らせなど、表示しない情報もあります。

戸別受信機

防災行政無線放送を自宅で聞くことができる「戸別受信機」の案内をしています。希望する人は実費で購入できますので、危機管理室にお問い合わせください。



●問い合わせ期限 1月27日(金)

※受注生産となり、製造には約1年かかります。

※設置場所の状況により、別途アンテナ設置工事が必要になる場合があります(工事費別)。

防災メール

防災メールに登録しておくと、放送内容がお手元のスマホやパソコンなどに届きます。放送が流れたことに気付かなくても、情報が届くので安心です。

登録の流れ



①空メールを送信

次の送信先アドレスに、件名・内容を入れずにメールを送信してください。QRコードを読み取って送信することもできます。

■送信先アドレス

bousai.suwa-city@raidai.ktaiwork.jp

■QRコード



②返信されてきた仮登録完了メールに記載のURLにアクセス



③利用規約に同意後、ユーザー情報を登録

※迷惑メールの設定をしている場合は、メールが届かない場合があります。



市公式LINEでも受信できます！

防災メールと同様の内容を、市公式^{ライン}LINEでも受信できます。その他の市のお知らせも受信できますので、右のQRコードからぜひ友だち登録をお願いします！

※防災メールの内容を受信するには、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。



▲QRコード

中学生の『税についての作文・標語』

令和4年度中学生の“税についての作文”と“税の標語”の入選作品が決まり、令和4年11月28日に市役所で表彰式が行われました。入選者のみなさんを紹介するとともに、諏訪納税貯蓄組合連合会長賞に選ばれた作文を紹介します(敬称略)。

■受賞標語(寄せられた198点の作品の中から4点が入選) 【諏訪税務署長賞】

『創ろうよ 幸ある未来を 全員で』
上諏訪中学校3年 宮下 るるあ

【全国間税会総連合会入選】

『税金は 暮らしを支える パートナー』
諏訪西中学校3年 高木 七海

【関東信越間税会連合会長賞】

『消費税 一番身近な 支え合い』
諏訪清陵高等学校附属中学校3年 林 鈴花

【諏訪市長賞】

『納税は 義務でもあるけど 思いやり』
諏訪清陵高等学校附属中学校3年 大蔵 真佑季



■受賞作文(寄せられた155点の作品の中から11点が入選) 【諏訪納税貯蓄組合連合会長賞】

『生活の為の納税』 諏訪中学校3年 田中 岳

【諏訪市長賞】

『税金を払っていくうえで大切なこと』

上諏訪中学校3年 小松 愛子

『将来のための税金』

上諏訪中学校3年 川村 優衣

『税金があることの幸せ』

上諏訪中学校3年 宮澤 花音

『未来への一歩』

諏訪中学校3年 山田 怜亜

『税金のイメージ』

諏訪西中学校3年 篠原 心杏

『税の授業を受けて感じたこと』

諏訪西中学校3年 神田 駿平

『世界のおもしろい税金』

諏訪西中学校3年 市川 爽真

『税の授業を通して感じたこと』

諏訪西中学校3年 友野 利娃

『暮らしの根っこ』

諏訪南中学校2年 井上 智尋

『宝箱』

諏訪清陵高等学校附属中学校2年 雨宮 伊吹

生活の為の納税

諏訪中学校3年 田中 岳

税金について知っていることは何でしょうか。私達は税金をいくらか支払っているのでしょうか。

今中学生の私にとって、一番身近な税金といえば消費税です。しかし、物を買ったとき、レジで求められた金額を支払うだけで、税金を納めているという感覚は無く、深く考えた事もありませんでした。

夏休み中にサッカーで使用するスパイクを購入しました。金額は二万二千五百五十円です。税抜二万五百円。つまり国に二千五百円を納めたわけです。日本の人口一億二千五百万人、中学校生徒数三百二十万人の内の一人がたった一足靴を買っただけで二千元超の納税。ソックス一つで税金は百九十円。その他にも、遠征時の宿泊代やバス代等にも消費税がかかっています。少し考えただけでも毎日たくさん税金を納めていた事がわかります。

国に入る税金の六割が税金だといえます。国にとっては私達国民が快適で安心して生活していける為に使えるとても重要な収入源です。「金は天下の回り物」といったことわざがあります。お金は一箇所にとどまるものではなく、常に人から人へ回って世の中を絶えず動いているもの、という意味です。これは税金に対しても言えることでしょう。有意義に使ったお金で納税し、そのお金で私達の生活を助けてもらっ

ている。いずれ自分にも帰ってくるというわけです。

日々、税金を納めているという意識はありませんでしたが、毎日歩く通路の整備、病院に掛かった時の費用負担、有事の際や警察、消防。これらを支えているのは私達一人一人の行動なんだと改めて気付かされました。

もし税金がなかったら、どんな世の中になっているのでしょうか。道路や橋は壊れたまま放置され、どこへ行くにも危ない目に遭いながら遠回りをして、火事があったとしても費用が高くて消防が呼べない、という事もあるかもしれません。具合が悪くても病院に行けなければ今世界中で猛威を振るっているコロナウイルスも比べものにならない位にまん延していると思われます。

マイナスイメージばかりが先行しがちな納税は、縁の下の方持ちと同じく、上辺だけでは分からない、生きていく為に必要不可欠なものだということです。

学校に行き、好きなサッカーをし、毎日ご飯を食べる事。この日本で生活していくには、やはり税金とは切っても切れない関係です。せっかく豊かで世界でも治安の良い国として認められている日本に産まれてきたからには国を維持し、よりよい日本に発展させていく為に税を理解し、納税の義務を果たしていこうと思います。

確定申告、市・県民税(個人住民税)申告は 2月16日(木)~3月15日(水)

申告の準備はお早めに！

申告に必要な証明書など、令和4年中の書類を今からそろえておきましょう。申告に必要な書類は次のとおりです。申告相談の日程など詳しい内容は、市ホームページや広報すわ2月号でお知らせします。

(問) 税務課市民税係 ☎52-4141 (内線 131、132、133)

収入、所得に関する証明書や書類

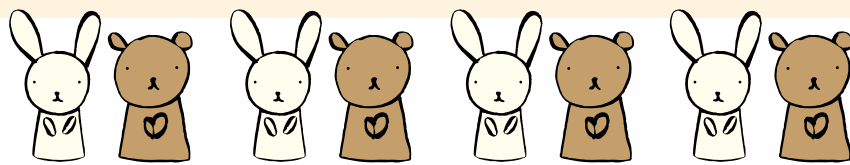
収入の種類	必要書類	備考
給与や賃金、公的年金等	●給与所得の源泉徴収票 ●公的年金等の源泉徴収票 の原本	源泉徴収票は、給与などの支払者(事業主など)や、日本年金機構などの公的年金等の支払者から送付されます。源泉徴収票が複数ある場合は、全てをご準備ください。
雑所得	●個人年金の支払証明書 ●シルバー人材センターの配分金支払証明書 ●太陽光発電による売電収入が分かるもの など	太陽光発電による売電所得の申告には、収入金額や減価償却費および売電割合が分かるものが必要です。
事業所得(営業、農業) 不動産所得	●総収入金額および必要経費の内訳を記載した収支内訳書 など	新型コロナウイルス感染症対策として国などから支給された給付金、助成金、協力は課税対象となり、収入に含めなければならない場合があります。 (例) 月次支援金、事業復活支援金、新型コロナウイルス第6波対応事業者支援金 など
生命保険や損害保険等の満期、解約返戻に関するもの	●生命保険契約、損害保険契約等に基づく一時金の支払証明書(支払明細書)	生命保険や損害保険の満期や解約などによって、保険金を一時金として受け取った場合は、「一時所得」の申告が必要になる場合があります。

所得から控除されるものに関する証明書や書類

控除項目	必要書類	備考
社会保険料控除	①国民年金保険料、国民年金基金の掛け金 ●社会保険料(国民年金保険料)控除証明書 など	日本年金機構などから送付されます。紛失などで再交付が必要な場合は、岡谷年金事務所(☎23-3661)へ確認してください。
	②国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料など ●保険料(税)を支払ったことを証明する書類(領収書など)	年金から天引きされた保険料(税)は、年金の受給者自身が支払っているため、社会保険料控除は受給者のみに適用されます。
生命保険料控除 地震保険料控除	●保険料支払額等の証明書	生命保険会社などから、契約者宛てに送付されます。
医療費控除	①医療費控除を受ける場合 ●医療費控除の明細書 ※令和2年分の申告から、添付が必須となりました。	令和4年中に支払った医療費や薬代を「医療を受けた人」「病院・薬局」ごとにまとめて記入してください。医療費通知(健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」など)を添付すると、明細の記入を省略できます。
	②セルフメディケーション税制を受ける場合 ●健康の保持増進および疾病予防への取り組みを明らかにする書類(検診の結果通知表や予防接種の領収書など) ●セルフメディケーション税制の明細書	令和4年中に支払ったスイッチOTC医薬品の購入費を「薬局名」「医薬品の名称」ごとにまとめて記入してください。※取組に要した費用は、控除対象となりません。※従来の医療費控除とセルフメディケーション税制による控除を併せて受けることはできません。
寄附金控除	●寄附をした自治体や団体などから発行される寄附金の受領書や領収書、証明書 ※ふるさと納税(ふるさと寄附)で「ふるさと納税ワンストップ特例制度」を利用した場合、確定申告の必要はありません。(注)	(注) ふるさと納税ワンストップ特例制度を利用した場合でも、次の場合は申告が必要です。 ○控除の追加や所得の申告のため、確定申告を行う場合 ○ワンストップ特例申請を、5団体を超える市区町村に行った場合

各所得や控除の内容、申告について詳しくは、市ホームページで確認できます。市ホームページのトップページの記事ID検索で「4914」と検索するか、右のQRコードを読み取ってご覧ください。





子どもと楽しく、一緒に育つ！

子育てナビ

子どもも大人も役立つ情報！

あゆステ通信

今月のテーマ

子どもの爪噛みを やめさせたい

Question

保育園の年中の子どもが1歳の時から自分の手の爪を噛んでいて、数年間一度も爪を切ったことがありません。やめさせたいのですが、何かいい方法があったら教えてください。

(保育園に通うお子さんの保護者)

(問) こども課発達支援室(内線444)

子どもが爪を噛む理由は、ストレス、不安、寂しさ、癖になっているなどがあります。その行為は一過性のものも多く、無理にやめさせようとすると、そのストレスで悪化する場合もあるので注意が必要です。また、原因となる不安、不満を解消しないと、別の行動に移行するだけで解決にならない場合もあります。「やめなさい」などの直接的な言い方ではなく、子どもの心の声に耳を傾け対応することが大切です。日々忙しいとなかなか難しいですが、子どもと向き合う時間を意識してつくってみましょう。

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▶



ピックアップ

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(10:00~19:00)

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 1月18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。

にこにこ親子うんどう(※)

- 日程 ①1月11日(水) ②2月7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1月12日(木)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 1月20日(金)
- 時間 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 受け付け中です。事前に、申し込んでください。

ママダンス~パパもいいよ~(※)

- 日程 ①1月24日(火) ②2月21日(火)
- 時間 午前10時~10時45分
- 対象 0歳~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1月24日(火)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、運動ができる服装

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



大輪 璃茉 ちゃん
(1歳4か月)
にいにが大好き！
元気に大きくなあれ



小口 桔平 ちゃん
(3歳8か月)
優しいお兄ちゃん
いつも笑顔をありがとう



北原 汰一 ちゃん
(1歳8か月)
いつも笑顔をありがとう
元気に育ってね

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



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	1月31日(火)	令和4年9月生まれ
10か月児健診	1月27日(金)	令和4年3月生まれ
1歳6か月児健診	1月6日(金)	令和3年6月生まれ
3歳児健診	1月10日(火)	令和元年12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 1月19日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和2年12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 ○1月23日(月)…保健センター ○1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か月～9か月) ※要申し込み

- 日時 1月24日(火) 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 (初回2回目)	1月11日(水)	令和元年7月～9月生まれ ワクチンの供給状況により段階的に再開しています。対象者には通知でご案内します。
四種混合 (初回3回目)	1月12日(木)	令和4年4月～6月生まれ
B C G	1月20日(金)	令和4年7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>

年末年始の新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

新型コロナ検査キットを無料配布します！

諏訪圏域・3医師会は、諏訪圏域・新型コロナ検査無料配布・自己検査支援センターを開設します。諏訪圏域6市町村に在住する発熱などの症状がある人を対象に、抗原定性検査キットを無料で配布し、希望者には看護師が自己検査の指導を行います。

●開設期間 12月30日(金)～1月3日(火)

●時間 午前9時～正午

●会場 諏訪湖イベントひろば(旧東洋パルヴ跡地)

●対象 次の全ての条件を満たす人 ○諏訪圏域6市町村に在住していることを保険証、免許証などで証明できる人 ○重症化リスク(65歳以上、基礎疾患がある、妊娠中など)がないことを自己申告できる人 ○自家用車で来場できる軽症者 ※無症状者は対象外です。

●配布数 各日60セット(先着順)

(問) 諏訪地域・外来検査センター ☎75-1113(対応日時：12月30日(金)～1月3日(火) 午前9時～正午 留守番電話による音声案内)

医療の供給が低下する年末年始期間のお願い

●新型コロナウイルスへの感染の疑いがある場合、重症化リスクがない軽症の人は、可能な限り薬事承認された抗原定性検査キットによる自己検査をしてください。また、薬局やドラッグストアで購入できる医薬品により、自己治療をお願いします。

●年末年始に向けて、あらかじめ薬局などで抗原定性検査キットや解熱鎮痛薬などを購入し、体調不良時の自己検査やセルフケアに備えてください。

(問) 諏訪保健福祉事務所 ☎57-2926



詳しくは、市ホームページをご覧ください。



月	日	医科(9:00～12:00, 13:30～17:00)	歯科(9:00～12:00)	薬局
12	29日(木)	吉江内科医院 ☎52-2525 五味医院 ☎52-1126	丸茂歯科医院 ☎58-0150	しづさき薬局 ☎57-1333 上諏訪薬局 ☎75-8007
	30日(金)	あるがクリニック ☎78-1235 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	ふじもりデンタルオフィス ☎71-1361	あおぞら薬局 ☎54-5151
	31日(土)	いちょう並木クリニック ☎58-5522 小松内科クリニック ☎53-7631(※) (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	根橋歯科医院 ☎52-1562	クスリのアオキ諏訪四賀薬局 ☎75-5291 クオール大手薬局 ☎56-1150(※)
1	1日(日・祝)	渡辺内科クリニック ☎53-6088 高林内科呼吸器クリニック ☎54-1159 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	矢崎歯科医院 ☎73-5678	小山薬局 ☎58-2177 諏訪スター薬局 ☎78-1378
	2日(月・休)	清水クリニック ☎53-1625 諏訪豊田診療所 ☎52-1802(※) (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	こなみ歯科医院 ☎54-1678	かりん薬局 ☎56-3515 豊田土屋薬局 ☎75-5840(※)
	3日(火)	小島クリニック ☎56-1212 宮坂医院 ☎52-1711(※) (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	野村デンタルクリニック ☎62-9118	岩波湖畔薬局 ☎54-1873 ふたば元町薬局 ☎75-0288(※)
	8日(日)	諏訪城東病院 ☎52-3100 岸耳鼻咽喉科医院 ☎52-2025	なごみ歯科クリニック ☎57-6480	二葉薬局 ☎52-1242 大坂屋薬局 ☎52-7756(※)
	9日(月・祝)	小松整形外科 ☎75-2355 高林内科呼吸器クリニック ☎54-1159	林歯科クリニック ☎72-5788	薬局マツモトキヨシ赤沼店 ☎58-9006 諏訪スター薬局 ☎78-1378
	15日(日)	こうのハートクリニック ☎78-5810	あおば歯科クリニック ☎54-4300	共創未来クローバー薬局 ☎78-6126
	22日(日)	宮坂医院 ☎52-1711	こまつ歯科医院 ☎78-1184	ふたば元町薬局 ☎75-0288
	29日(日)	小松内科クリニック ☎53-7631	クリーン歯科医院 ☎58-8121	アイン諏訪薬局 ☎58-6450
	5日(日)	あるがクリニック ☎78-1235	江川歯科医院 ☎82-5400	あおぞら薬局 ☎54-5151

■年末年始の期間において、広報すわ12月号掲載時から追加された休日当番医(医科)・薬局があります。

■(※)の休日当番医(医科)・薬局は、診療時間、営業時間が午前9時～午後1時までです。

■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▶

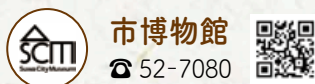


■諏訪赤十字病院は、外科のみです。



今月の休日当番医・薬局
(年末年始、1月、2月第一週)

※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】 年末年始・資料整理休館：12月29日(木)～1月31日(火) ※休館中、神宮寺足湯は平日の午前10時～午後3時のみ開業します。

資料整理期間中は、職員が館内の資料調査と整理作業を重点的に行います。



市美術館

☎ 52-1217

【休館日】 毎週月曜日(1/9を除く)、12月29日(木)～1月3日(火)、1月10日(火)、資料整理休館：1月31日(火)～3月17日(金)

■学校連携展「諏訪西中学校+YANOBIーみんなのスワシビー」

諏訪西中学校3学年のみなさんと、デザインユニットYANOBIとの展示です。

●期間 開催中(～1月29日(日))

■市美術館のロゴマーク決定！

投票へのご協力ありがとうございました。詳しくは、美術館ホームページをご覧ください。



イベント

■つきいちアート1月「羊毛フェルトで雪だるまを作ろう！」

●日時、会場 1月21日(土) 午後2時～3時30分 市公民館

●定員、参加料 8人(先着順) 300円

●講師 橋口優氏(画家)

●申し込み 事前に申し込みを。



原田泰治美術館

☎ 54-1881

【休館日】 毎週月曜日(1/2、9を除く)、12月28日(水)～1月1日(日・祝)

■原田泰治の世界をキルトで遊ぶ「絵画キルト作品展」ー長野県受賞作品ー

●期間 開催中(～4月18日(火))

■ギャラリーさざなみ絵画キルト新作展ー原田泰治の世界ー

●期間 開催中(～4月18日(火))

イベント

■吊るし雛体験講座「ちりめんで作るほおずき」

吊るし雛の伝統技術と、ちりめん生地を使いコロンとしたかわいい「ほおずき」を作ります。併せて、吊るし雛の由来や、モチーフの意味などを紹介します。



●日時 1月21日(土) 午前10時～正午

●定員 10人(先着順)

●参加料 2,000円(入館料、材料費など)

●持ち物 裁縫道具一式

●申し込み 事前に申し込みを。

すわっこ
ランド

☎ 54-2626

- 特別営業日(午後5時閉館)…1月1日(日・祝)
- 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)…1月1日(日・祝)
- レッスン休講…1月1日(日・祝)～4日(水)
- 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)…1月15日(日)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)…1月27日(金)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429



休館日…毎週月曜日(1/9を除く)、12月28日(水)～1月3日(火)、10日(火)、27日(金)

信州風樹文庫 ☎58-1814



休館日…毎週月曜日、12月28日(水)～1月3日(火)、27日(金)

おすすめの図書(信州風樹文庫)

■はじめての動物地理学

増田隆一 著(岩波書店)

なぜ生き物はそれぞれ住む場所が決まっているのでしょうか。そんな素朴な疑問を解き明かすのが動物地理学です。



■“正しい”を疑え！

真山仁 著(岩波書店)

著者は、東日本大震災後から座右の銘を「正しさを疑え」とするようになりました。「正しい」を疑う理由を、さまざまな角度から説明しています。



市図書館 定例イベント

会場：市図書館 申し込み：不要

【みんなで本を読む日】(毎月第3日曜日)

■貸し出し冊数拡大日

●日程 1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 1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 1月4日(水)、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 1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、令和5年3月まで公費負担により接種を受けられます。接種がまだの人は、接種が可能となりましたら早めの接種をご検討ください。

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



12歳以上の人の追加接種(3・4・5回目)

年齢	使用ワクチン	前回からの接種間隔		
		3回目	4回目	5回目
12歳～17歳	ファイザー (オミクロン株対応型)	3か月		—
	モデルナ (オミクロン株対応型)			
18歳以上	ファイザー (オミクロン株対応型)	3か月		
	モデルナ (オミクロン株対応型)			
		ノババックス	6か月	

広報すわ12月号に掲載した記事の内容に誤りがありました。訂正箇所は12歳以上の人の追加接種(3・4・5回目)の表で、正しくは左表のとおりです。訂正しおわびします。

- 初回接種時の使用ワクチンにかかわらず、左表のとおり接種ができます。これから接種を受けようとするワクチンに定められた接種間隔を空けて接種してください。
- 上記のいずれかのワクチン(ノババックスについては11月8日以降)で追加接種を受けた人は、従来型ワクチンを含めてその後の追加接種はできません。
- 個別接種による接種を希望する場合は、それぞれの医療機関に日程などを確認して予約してください。

小児(5歳～11歳)および乳幼児(生後6か月～4歳)の人の接種

- 接種会場 ○集団接種…諏訪赤十字病院 ○個別接種…指定された医療機関
- 接種の予約 市ホームページなどで日程と会場を確認し、予約・相談センター(☎0570-002-090)への電話かインターネットで予約をしてください。 ※12歳以上の人の接種と異なり、それぞれの医療機関では受け付けていません。
- 小児および乳幼児の接種は、ともに3回目までです。それぞれ2回目からの接種間隔が異なりますのでご注意ください(小児：5か月以上、乳幼児：8週間以上)。
- 他のワクチンとの接種間隔は、2週間以上です。ただし、インフルエンザワクチンとの接種間隔はありません。



上諏訪駅周辺未来ビジョンの策定に向けて将来像を整理しました

上諏訪駅周辺のまちづくり

(問) 都市計画課街路区画整理係(内線264、265)

未来ビジョンとは、市民・事業者・行政で共有するエリアの将来像で、地域の特性を踏まえためざす姿や、その実現に向けた施策や役割分担を示すまちづくりの構想です。現在、公民連携によって構成される未来ビジョン策定会議を行っており、12月までに5回の策定会議と現地視察を行いました。

今までの会議で、めざすべき上諏訪駅周辺の将来像を整理し、まちづくりの目標(テーマ)や、目標実現のための取り組みについてさまざまな意見が出されました。今後は、目標実現のための推進体制や行程も議論していく予定です。

策定会議より一私たちがめざす上諏訪駅周辺の将来像一



美しい



楽しい



懐かしい



優しい



目指す

上諏訪駅周辺の魅力・資源を余すことなく
感じることができるまちにしたい!

01

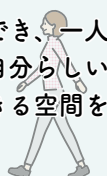
上諏訪の魅力・資源を 体感できる暮らしがあるまち

大切に育まれてきた歴史、花火や祭りなどの伝統文化、温泉や路地などの生活文化、諏訪湖や河川などの自然を身近に感じることができる暮らしをめざしたい。

02

魅力・資源の活用が 実感できる空間があるまち

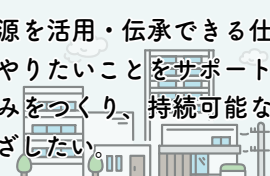
安全にまちなかを散策でき、一人一人の心地良い時間、自分らしい時間を過ごすことのできる空間をつくりたい。



03

上諏訪の魅力・資源を 引き継ぐ仕組みがあるまち

魅力や資源を活用・伝承できる仕組みや、やりたいことをサポートする仕組みをつくり、持続可能なまちをめざしたい。



Topic
01

価格高騰の影響を受ける事業者を支援します

製造業者価格高騰対策支援補助金を交付します

新型コロナウイルス感染症の影響に加え、原油・電力の価格高騰や、円安に伴う物価の上昇により影響を受けている事業者に対して補助金を交付します。

- 交付要件 ○令和3年11月1日以前から事業を開始し、市内に事業所を構えるとともに諏訪市に法人設立(設置)異動等申告書を提出している中小企業者(法人)
○主たる事業が、日本標準産業分類の「大分類E製造業」であること ○売上高または売上総利益について、令和3年12月～令和4年11月のいずれかの月の額が、前年同月と比較して10%以上減少していること ○売り上げの減少が確認できる書類を提出できること
○今後も事業を継続する意思があること

- 交付金額 30万円 ※交付は、1法人につき1回限り。
- 申し込み 補助金交付申請書に必要事項を記入の上、必要書類を添付して、1月31日(火)までに商工課窓口(市役所4階)に持参するか郵送(最終日消印有効)で申請してください。申請に必要な添付書類など詳しくは、市ホームページをご覧ください。申請に必要かお問い合わせください。



▲QRコード

(申)・(問) 商工課工業振興係(内線433、432)、〒392-8511 諏訪市高島一丁目22番30号

Topic
02

みなさんのご意見をお寄せください

諏訪市地域公共交通計画(案)のパブリックコメント

- 目的 諏訪市地域公共交通計画は、地域公共交通についての課題を洗い出し、解決に向けた施策を考え、持続可能な地域公共交通を構築するための令和5年度以降5か年の指針となる計画です。この計画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行います。



- 募集期間 1月16日(月)～2月14日(火)
- 閲覧場所 市役所1階ロビー、地域戦略・男女共同参画課(市役所3階)、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、地域戦略・男女共同参画課へ持参するか郵送(最終日消印有効)、ファックスまたはEメールで提出してください。※意見用紙は、閲覧場所か市ホームページにあります。

(申)・(問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線289、283)、〒392-8511 諏訪市高島一丁目22番30号、FAX 57-0660、Eメール senryaku@city.suwa.lg.jp

Topic
03

贈らない! 求めない! 受け取らない!

ルールを守って明るい選挙を

公職選挙法では、次の行為は禁止されています。ご注意ください。

■ 寄附禁止

- 特定の場合を除き、選挙区内の有権者や未成年者、施設、市町村に対してお金や物(お中元、お歳暮、入学祝い、結婚祝い、お祭りの寄附、餞別など)を贈ること
※公職の候補者などが自ら出席する結婚披露宴および葬式における祝儀や香典を除き、全て罰則の対象です。

- 有権者が公職の候補者などに対して寄附を求めること

■ あいさつ状・あいさつを目的とする有料広告の禁止

- 公職の候補者などが、選挙区内の人に対し、答礼のための自筆によるものを除き、年賀状などの時候のあいさつ状(電報なども含む)や各種大会の祝い、人の死亡に関するあいさつ、大会出場に際しての激励のあいさつ、災害見舞いなどを出すこと

- 公職の候補者などや後援会が、選挙区内の人に対し、新聞、雑誌、テレビ、ラジオなどにあいさつを目的として有料の広告を出すこと



(問) 選挙管理委員会事務局 ☎52-6046

候補者の推薦会での注意

今年の4月に予定されている統一地方選挙(県議選、市長・市議選)に向けて、候補者の推薦や選考を行う場合、あらかじめ特定の人を決めておき、その会において単に了承させ、形式的に決定することは「事前運動の禁止」に触れる恐れがあります。各人が全く白紙の状態が集まり、相談の上で推薦すべき候補者を決めることは差し支えありません。また、自治会や町内会などでの名において推薦する場合、推薦に同意できない住民などから批判や異議が出ることがありますので、十分注意してください。

統一地方選挙に立候補を予定しているみなさんへ

立候補の準備や手続き、選挙運動の方法などが記載された冊子「地方選挙早わかり」を、1月中旬から1冊1,800円で販売します。購入を希望する人は、市選挙管理委員会事務局までお問い合わせください。

※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 貨物自動車運送事業者 価格高騰対策支援補助金

- 対象 令和4年4月1日以前に、市内に事業拠点を有する中小企業者であって、主たる事業が貨物自動車運送事業法第2条第1項に規定する貨物自動車運送事業であり、市税を完納し、補助金の交付申請をする時点において廃業していない事業者
 - 必要書類 市内に事業所を有することを証明する書類の写し、補助金受取口座が分かる物の写し、対象車両の自動車検査証の写し ほか
 - 補助金額 ○普通自動車(大型・中型トラック)…1台4万円 ○小型自動車(小型トラック)、軽自動車…1台1万円 ○二輪自動車…1台5千円 ※1事業者当たり15台分を上限とします。
 - 申請期限 1月31日(火)
- ※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 長野県生活困窮世帯 緊急支援金

電力・灯油・食料品などの価格高騰による家計への負担増を踏まえた県の施策として、住民税所得割非課税世帯や令和4年1月以降に予期せず家計が急変した世帯を支援するため、緊急支援金を支給します。

- 対象 次の①か②に該当する世帯
①令和4年度住民税所得割が非課税の世帯(基準日:令和4年9月30日)
※住民税所得割が課されている人の扶養親族等のみの世帯を除きます。
②令和4年1月以降の収入が予期せず減少し、住民税所得割が非課税相当の収入となった世帯
 - 手続き ①…1月上旬ごろ送付する確認書に必要事項を記入の上、返信用封筒で期限までに送付してください。②…給付金窓口(市役所2階)にお越しください。申請書をお渡しします。
 - 支給額 1世帯当たり3万円
 - 申請期限 2月28日(火)
 - その他 国の電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金の案内が届いている住民税非課税世帯は、長野県生活困窮世帯緊急支援金の対象ではありません。
- (申)・(問) 社会福祉課社会係(内線550、551)

i 日本赤十字社の活動資金募集へのご協力ありがとうございました

日赤諏訪市地区は、令和4年7月から各町内会を通して日本赤十字社の活動資金の募集を行い、714万4,486円の資金が集まりました。みなさんから寄せられた支援金は、災害時への備え、救護活動、救急法の開催など、赤十字事業のために活用します。ご協力ありがとうございました。

(問) 社会福祉課社会係(内線239)

i コンビニ交付証明書 10円キャンペーン

コンビニ交付サービスの利用向上およびマイナンバーカード普及促進を図るために、マイナンバーカードを利用したコンビニでの証明書交付に係る手数料を、期間限定で1件10円にするキャンペーンを行います。

- 期間 1月4日(水)～8月31日(木)
 - 時間 午前6時30分～午後11時
 - 場所 全国のコンビニエンスストア ※コピー機の「行政サービス」から発行できます。
 - 対象証明書 住民票、記載事項証明書、印鑑証明、戸籍の謄本・抄本、戸籍の附票、所得・課税・扶養証明書
- (問) 市民課市民係(内線112)

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…1月19日(木) 午後5時15分～7時 ○休日…1月22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。○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。
- (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。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 上諏訪一箱古本市

エキまちカイギのチームが企画した、1箱の本を持ち寄った1日だけの本屋さんが集まるフリーマーケット型の古本市です。

- 日程 2月4日(土)
 - 時間 午前10時～午後4時
 - 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
- (問) 文化の場づくりを目標に何かやってみるチーム Eメール bunkanoba@gmail.com

i 公的年金等の源泉徴収票を送付します

老齢年金を受給している人に「公的年金等の源泉徴収票」(令和4年中に受け取った年金総額を記したものを)を1月下旬に送付します。確定申告の際に添付書類として必要になります。大切に保管してください。 ※障害年金や遺族年金は、課税対象外のため送付しません。

(問) 岡谷年金事務所 ☎23-3661



消費者トラブルを防ごう
STOP! 相談は局番なしの188へ!

出前講座をご利用ください

近年、電話で金銭を要求してくる「電話でお金詐欺」の被害が増え続けており、いつ自分に近寄ってくるかわかりません。最新の手口を知り、被害を未然に防ぐ知恵を付けましょう。講座では、寸劇やクイズで分かりやすくお伝えします。地域で集まりなどがある際は、ぜひご検討ください。申し込みはインターネットでもできます。「諏訪市よりあい塾」で検索してください。

- 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▶



i 2030年を迎えにゆく 未来をTsunagu webセミナー

ゲームが脳に与える影響の解説や、eスポーツなどの基礎用語を教えます。市公式YouTubeチャンネルで公開中ですので、ぜひご視聴ください。



▲QRコード

- 題目 「新しい世界を創るゲームの未来図〜ゲーミフィケーションを取り入れて、新しい未来を生きてみよう!」
- 講師 長澤大輔氏(株式会社A&S)
- (問) 商工課 コワーキングスペース Tsunagu ☎53-7055

i 子宮頸がん検診はお済みですか

- 期間 (受け付け中)〜2月末(医療機関の休診日を除く)
- 対象 20歳以上の女性
- 実施医療機関 ○要予約…あおぞらレディス&マタニティクリニック(☎54-4103)、諏訪赤十字病院(予約先:健診センター☎57-6042) ○予約不要…青木産婦人科医院
- 持ち物 子宮頸がん検診受診票(記入して持参)、保険証など住所が確認できる物、診察券(持っている人)、健康手帳(持っている人)
- その他 検診受診票は、市健康カレンダーにつづってあります。
- (問) 保健センター(内線592)

i 農業者への価格高騰対策 支援補助金

原油・電力の価格高騰や、円安に伴う肥料などの農業資材の急激な物価高騰の影響を受けている市内農業者を支援します。

- 対象 市内に住所または主たる事業所を有する農業者
- 必要書類 ○個人…令和3年分所得税青色申告決算書(農業所得用)または令和3年分収支内訳書(農業所得用)の写し ○法人…直前の事業年度の税申告で添付した農業における経費が分かる書類の写し ○共通…補助金受取口座が分かる物の写し など
- 申し込み 1月31日(火)までに、農林課窓口(市役所4階)に申請書(窓口またはホームページで取得)と必要書類を提出してください。
- (申)・(問) 農林課農業振興係(内線411)

i 本の福BOOKろ

司書お薦めの本のセット「福BOOKろ」を、1人につき1袋まで貸し出します。

- 日程 1月4日(水)から(無くなり次第終了)
- 会場 市図書館1階メインコーナー(問) 市図書館 ☎52-0429

i 「スキーの日」イベント スノーシューで霧ヶ峰を散策

インタープリター(自然の専門家)と一緒に、冬の霧ヶ峰を散策しませんか。

- 日程 1月9日(月・祝)
- 時間 午前10時〜正午(集合:午前9時30分)
- 会場 霧ヶ峰スキー場
- 対象 小学生以上
- 定員 15人(先着順)
- 参加料 100円(保険料)
- 申し込み 1月6日(金)までに、電話で申し込んでください。
- その他 スノーシュー、ストックの無料貸し出しがあります。
- (申)・(問) 観光課施設管理係(内線423)

i 迷惑電話防止機器購入 補助金をご利用ください

市は、迷惑電話防止機器購入費の一部を補助します。

- 対象機器 固定電話機に取り付ける特殊詐欺抑止装置または当該特殊詐欺抑止装置と同等の機能を有する固定電話機本体 ※留守番電話機能のみの固定電話機は、対象外です。
- 対象者 市内に住所を有する満65歳以上で、対象機器を市内の居宅に設置する人 ※1世帯につき1台まで。
- 補助金額 購入金額(税込み)の2分の1以内で、上限5千円(100円未満は切り捨て) ※台数に限りがあります。
- 持ち物 印鑑(認め印も可)、領収書の写し(品目・金額・購入先が明確な物)、振込先が分かる物(預金通帳など)、機器の仕様が分かる書類(機器のカタログ・パンフレットなど)
- 申し込み 対象機器を購入後、申請書に必要事項を記入の上、市民課市民窓口係(市役所1階)に提出してください。 ※申請書は、市ホームページから取得できるほか、市民課窓口にあります。
- (申)・(問) 市民課市民窓口係(内線116)

i 田んぼや畑に 雪を捨てないで!

除雪の際は、田んぼや畑に雪を捨てないでください。雪に混ざった石やごみが田んぼや畑に入ってしまうと、春に手作業で取り除かなければならず、大変な労力になります。雪は指定された雪置き場に持ち込んでください。

ご理解とご協力をお願いします。
(問) 農林課農業振興係(内線411)

i 「種まくブック」の 申し込みは1月31日まで

令和4年度新成人ブックプレゼント事業「種まくブック」の申し込みが済んでいない人は、1月31日(火)までに、ながの電子申請で申し込んでください。



▲電子申請

- 対象 平成14年4月2日〜平成17年4月1日生まれの人
- (申)・(問) 市図書館 ☎52-0429

i 諏訪圏域の都市計画の変更 に係る原案の閲覧・公聴会

諏訪圏域(原村を除く)の都市計画区域の整備、開発および保全の方針の変更について、都市計画案の閲覧・公聴会を開催します。

■閲覧

- 閲覧期間 1月5日(木)〜27日(金)
- 閲覧内容 都市計画区域マスタープラン(県決定)
- 閲覧場所 諏訪市役所都市計画課、岡谷市役所都市計画課、茅野市役所都市計画課、下諏訪町役場建設水道課、富士見町役場建設課、諏訪建設事務所整備課、長野県建設部都市・まちづくり課

■公聴会

- 日時 1月29日(日) 午前10時30分
- 会場 諏訪合同庁舎
- 対象 都市計画案に関係する地域に住んでいる人、その他利害関係者
- その他 公聴会で公述(発言)を希望する人は、1月20日(金)までに、閲覧場所または県ホームページにある公述申出書を、閲覧場所へ持参するか郵送で提出してください。提出がない場合、公聴会では中止します。
- (問) 諏訪建設事務所整備課 ☎57-2936、長野県建設部都市・まちづくり課 ☎026-235-7297

※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 第76回諏訪市消防出初式

- 日程 1月8日(日)
 - 時間 午前9時30分
 - 会場 ○観閲式…諏訪湖イベントホール(旧東洋バルブ跡地) ○表彰式…文化センター
- (問) 消防庶務課庶務係 ☎52-0299



募集

放送大学で学びませんか
第1学期(4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)～3月14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)

シルバー人材センターの
入会説明会

- 日時 1月19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 1月18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

みやげ品審査会と開発事業
奨励金審査会の審査品

市は、商工業の振興と観光事業の発展を目的に、優良なみやげ品を登録し、各種物産展やパンフレットでPRしています。また、みやげ品の開発・改良を促進するため、1件10万円の奨励金を設けています。審査を希望する事業者は、申し込んでください。

登録要件など、詳しくはお問い合わせください。

- 申し込み 1月18日(水)までに、商工課窓口(市役所4階)で配布する所定の用紙に必要事項を記入して提出してください。
 - その他 1月30日(月)に、市役所で審査会を行います。
- (申)・(問) 商工課商業振興係(内線431)

i 1月定例教育委員会

- 日時 1月20日(金) 午後3時
- 会場 市役所302会議室(3階)

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。お問い合わせください。

(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)

燃やすごみ旧指定袋用
証紙シールの販売終了

家庭系燃やすごみの有料化に伴い、小売店で行っている燃やすごみの旧指定袋(黄・白色)に貼る証紙シールの販売を、令和6年3月31日で終了します。証紙シールを貼った旧指定袋は当面の間使用できますが、証紙シールを購入する際は、今後の使用枚数を考慮してください。なお、購入後の証紙シールの返品はできません。 ※諏訪市役所売店(平日午前10時～午後4時)でのみ、証紙シールのバラ売りを行っています。

(問) 環境課環境衛生係(内線211)

生涯学習課文化財係の
執務室が移転します

1月23日(月)から生涯学習課文化財係の執務室が、次のとおり市公民館から市博物館へ移転します。

- 受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日は係員不在)
- 場所 市博物館内(諏訪市中洲171-2)
- 電話番号 ☎52-8522
- ファックス番号 52-6990
- その他 文化財係に用件があり博物館に来館した際は、建物正面向かって左側の職員玄関で、インターホンを押してください。

(問) 生涯学習課文化財係(内線582)

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、ご利用ください。

☎0120-68-8404(無料)

諏訪税務署
確定申告会場の開設

- 日程 2月1日(水)～3月15日(水)(土・日曜日、祝日を除く)
- 時間 午前9時～午後4時(受け付け：午前8時30分から)
- 会場 諏訪税務署(清水2-5-22)

※入場の際は、当日配布または国税庁LINE公式アカウントから事前に取得した、入場整理券が必要です。詳しくは、国税庁ホームページをご覧ください。



▲QRコード

(問) 諏訪税務署 ☎52-1390



自宅からe-Tax(電子申告)で確定申告しませんか

確定申告は、自宅からスマホやパソコンで申告できるe-Taxが便利です。多くの人が来場する確定申告会場に行かずに、申告書の作成、提出ができます。詳しくは、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご覧ください。



▲QRコード

新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点からも、ぜひ自宅でe-Taxをご利用ください。

(問) 諏訪税務署 ☎52-1390、e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570-01-5901

自転車の交通ルールを
守りましょう

自転車は、道路交通法では車の仲間です。危険な自転車走行は、歩行者や自動車の妨げになり、交通事故の原因となります。次の交通ルールを守り、自転車の安全運転にご協力をお願いします。



■交通ルール

- 車道走行を原則とし、左側を通行する
 - 歩道走行は例外とし、歩行者を優先する
 - 交差点では信号と一時停止を守る
 - 夜間はライトを点灯する
 - 飲酒運転は絶対にやめる
 - ヘルメットを着用する(今後、全年代での着用が努力義務化されます)
- (問) 建設課交通安全係(内線252、257)

子どもの思いを聴く講座

子どもとのコミュニケーションのとり方を学ぶ講座です。

- 日程 2月26日(日)
- 時間 午後1時30分～3時30分(受け付け：午後1時から)
- 会場 文化センター第2集会室(2階)
- 定員 30人
- 講師 宮澤節子氏(長野県チャイルドライン推進協議会事務局長)
- 申し込み 1月5日(木)から、電話かファックスまたは直接窓口で申し込んでください。

(申)・(問) 市公民館 ☎・FAX 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
2/6(月)	豊田公民館	15人
2/13(月)	湯小路いきいき元気館	20人
2/20(月)	四賀公民館	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
2/3(金)	湯小路いきいき元気館	25人
2/7(火)	なかよし広場	8人
2/10(金)	とちの木ひろば	8人
2/16(木)	豊田公民館	15人
2/21(火)	渋崎公民館	10人

- 時間 午後1時～2時15分

- その他 2月16日(木)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 1月16日(月)～20日(金)に、電話で申し込んでください。 ※全教室、各月1人1回のみ参加可能。
- (申)・(問) 市地域包括支援センター(高齢者福祉課内) (内線298)



講座

コリほぐし体操

- 日時 ①30分クラス…1月11日(水) 午後2時、1月12日(木) 午前10時 ②45分クラス…1月30日(月) 午後2時 ③ボールストレッチ45分…1月27日(金) 午後2時
- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
- 定員 ①、②12人 ③8人 ※いずれも先着順
- 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)



ともに生きる 諏訪セミナー

長野県の眼科医の育児休業の取り組みを聞き、育児と仕事の両立について考えます。

- 日時 1月22日(日) 午後1時30分から(開場：午後1時) ※90分間の講演の後、30分間の意見交換グループワークをします。
- 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
- 題目 「長野県の眼科における男女共同参画」男性の育児休業は一生に数回しかない非常に貴重なことである
- 講師 野原雅彦氏(長野県眼科医会男女共同参画担当)、朱さゆり氏(信州大学眼科)、金児由美氏(長野赤十字病院)、赤羽圭太氏(諏訪赤十字病院)
- その他 託児サービスを利用する場合は、1月13日(金)までに電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 地域戦略・男女共同参画課 男女共同参画係(内線289)



相談



諏訪地区保護司会による 非行・犯罪相談

保護司が相談に乗り、必要な場合は専門機関を紹介します。

- 日時 1月27日(金) 午前10時～正午
- 会場 市公民館302号室(3階)
- 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 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 1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 1月10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。

- 日時 1月28日(土) 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)

〈広告欄〉

2023年度
入学生募集



松本大学大学院

健康科学研究科

(博士前期課程/博士後期課程)

栄養と運動から健康づくりを学び社会に還元できる指導の人材を育成

総合経営研究科

(修士課程)

高度な経営知識と最新の課題に対応できる人材の育成をめざして

社会人の方のために特別な制度を設けています

- 講義は平日の夜間開講が中心
- 長期履修制度を利用して自分のペースで研究可能

健康科学研究科 博士前期課程 / 標準修業年限:2年 長期履修:3年または4年
健康科学研究科 博士後期課程 / 標準修業年限:3年 長期履修:4年～6年
総合経営研究科 修士課程 / 標準修業年限:2年 長期履修:3年または4年

事前相談

出願開始2週間前までに研究志望分野を担当する教員と事前相談が必要

出願期間

1/3(火)～1/27(金)

試験日

2/5(日)

詳しくはこちら



〒390-1295 長野県松本市新村2095-1 ☎0120-507-200 Email kouhou@t.matsuo.ac.jp

※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。

ゲートボール初心者教室

- 日程 2月5日(日)、12日(日)、19日(日)、26日(日) 全4回 ※都合の良い日だけの参加でも構いません。
 - 時間 午前9時～正午
 - 会場 屋内ゲートボール場(文化センター奥)
 - 対象 ゲートボール未経験者(1回～2回ほどの経験者も歓迎)
 - 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 ○ゲートボールの用具は協会会で用意します。○小・中学生は、保護者が送迎してください。
- (申)・(問) 市ゲートボール協会 ○丹下
…☎080-6935-0567、FAX 53-5633
○中島…☎・FAX 53-7873

ジュニアスキー教室

- 日時 1月15日(日)、21日(土)、22日(日)、28日(土)、29日(日) 全5回 午前9時30分～午後2時30分 ※希望者は、1月29日(日)の市スポーツ祭スキー競技会に出場します。
 - 会場 霧ヶ峰スキー場
 - 対象 市内在住の小・中学生で、スキーの初心者、中級者
 - 定員 60人(先着順)
 - 参加料 1万8,000円(講習料、保険料、リフト代含む)
 - 申し込み 事前に、直接窓口か電話またはファックスで申し込みを。
 - その他 ○会場まで保護者が送迎してください。○けがは応急処置のみ行います。○昼食は、各自持参してください。
- (申)・(問) 霧ヶ峰スキー学校☎・FAX 53-4997

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。

**里親制度と考える地域の
子育て支援フォーラム**

里親制度を含む地域の子育て支援について、児童養護施設出身の視点で社会を考え、発信するYouTube配信者「THREE FLAGS」や地域の支援者と一緒に考えるフォーラムを開催します。

- 日程 2月12日(日)
- 時間 午後1時30分～4時30分
- 会場 岡谷市文化会館カノラホール
- 内容 基調講演「社会的養護を必要とする子ども達の現状について」、パネルディスカッション「社会的養護と里親制度について」

- 申し込み 2月3日(金)までに、ながの電子申請から申し込んでください。
- ▲電子申請
(申)・(問) 長野県諏訪児童相談所☎52-0056

**スポーツ****市新春バドミントン交流会**

- 日程 1月29日(日)
 - 時間 午前8時30分受け付け開始
 - 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 ダブルス ※チーム分けは、主催者が決定した方法で行います。
 - 参加料 1,000円 ※当日集金
 - 申し込み 1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 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(浜野)
FAX 57-2813、Eメール stairen@po30.lcv.ne.jp

救急法勉強会

日常で生かせる救命処置とAED(自動体外式除細動器)の使用についての勉強会を行います。人命救助のための知識を学ぶ機会ですので、ぜひご参加ください。



- 日程 2月18日(土)
 - 時間 午後1時30分～3時
 - 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
 - 定員 20人
 - 講師 日本赤十字社長野県支部救急救指導員
 - 申し込み 1月10日(火)～2月10日(金)に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 社会福祉課社会係・諏訪市赤十字奉仕団事務局(内線239)

すわっチャオの子育て講座**①お正月あそびをしチャオ～!**

絵本の読み聞かせ、親子のふれあい遊び、こま回し、福笑い、かるた取りなどをします。

- 日程 1月11日(水)
- 時間 午前10時～11時
- 対象、定員 市内在住の未就園児とその保護者 7組(先着順)

②鬼のお面を作っちゃオ～!

絵本の読み聞かせ、親子のふれあい遊び、リトミック、節分にちなんだ鬼のお面作りをします。

- 日程 2月1日(水)
- 時間 午前10時～11時
- 対象、定員 市内在住の未就園児とその保護者 7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)

〈広告欄〉

あなたの「学びたい」を応援します**4月入学生募集中!****出願期間 3月14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





冬季市民テニス教室

①冬季市民テニス教室

●日時 1月26日(木)、2月2日(木)、9日(木)、16日(木)、20日(月)、3月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木) 全10回 午後7時15分～8時45分

●定員、参加料 24人(先着順) 6,000円 ※初回に集金します。

②冬季市民テニス教室(上級者のみ)

●日時 1月26日(木)、2月2日(木)、9日(木)、16日(木)、20日(月)、3月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木) 全10回 午後7時～8時45分

●定員、参加料 10人(先着順) 6,000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(初心者・初級クラス)

●日程 1月26日(木)、2月2日(木)、9日(木)、16日(木)、20日(月)、3月2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30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、参加料 前・後半各20人(先着順) 5,000円 ※初回に集金します。

④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 1月27日(金)、2月3日(金)、10日(金)、17日(金)、24日(金)、3月3日(金)、10日(金)、17日(金)、24日(金)、31日(金) 全10回 午前9時～11時

●定員、参加料 20人(先着順) 6,000円 ※初回に集金します。

【会場、①～④共通事項】

●会場 ①清水町体育館、②～④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。

(申)・(問) 市テニス協会(大浦) ☎090-5777-7826、Eメール suwatennisjp@yahoo.co.jp



市スポーツ祭スキー競技会

●日時、会場 1月29日(日) ○受け付け：午前8時～8時20分 ○開会式：午前8時30分 霧ヶ峰スキー場

●種目 回転デュアルタイムレース方式

●競技 ○小学生低学年男子の部 ○小学生高学年男子の部 ○中学生男子の部 ○一般(高校生以上)男子の部 ○女子(小学生～一般)の部

●対象 市内在住者、在勤者、在学者

●参加料 無料 ※別途、リフト代が必要です。

●申し込み 1月15日(日)までに、個人の場合は、ながの電子申請から、団体の場合は、市ホームページから申込書をダウンロードし、メールで申し込んでください。



▲電子申請

●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。

(申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811、Eメール sports@city.suwa.lg.jp



困りごとご相談ください 2月の相談日程

法律相談

【要予約】

2月16日(木) 13:00～17:00

※1月20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：矢島久資弁護士

予約先：市民課市民窓口係(内線116)

交通事故相談

【要予約】

2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】

2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

にじろたまご城南 ☎53-6513

にじろたまごこなみ ☎58-4522

行政相談

2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



休日緊急水道温泉修理当番店 (1月、2月第一週)

1/1(日・祝)	伸晃 ☎52-3382
1/2(月・休)	水道建設 ☎53-3965
1/3(火)	杉村設備 ☎52-4066
1/7(土)	大和設備 ☎58-1900
1/8(日)	シガテクノス ☎52-5620
1/9(月・祝)	スワテック建設 ☎78-9011
1/14(土)	杉村設備 ☎52-4066
1/15(日)	アクアテック杉村 ☎75-0038
1/21(土)	電管エンジニアリング ☎53-1421
1/22(日)	阿部設備 ☎53-1406
1/28(土)	スワテック建設 ☎78-9011
1/29(日)	大和設備 ☎58-1900
2/4(土)	伸晃 ☎52-3382
2/5(日)	倉島工業 ☎52-0754

○修理を行わなくても、調査、出張費用がかかる場合があります。

○水道局では、工事の標準単価を設定していません。



今月の納税・保険料 納期限は1月31日(火)

国民健康保険税(1月分)

介護保険料(普通徴収10期1月分)

後期高齢者医療保険料(7期1月分)



2023.1.1

SUWA

広報
すわ

NO.1107

登場者
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>



SUWAJIN No. 79

株式会社 NAVICUS

藤森 美帆 さん

仕事では、サービスの利用者に対して1番良い物が提供できるように、常に新しいものや、楽しい体験を作りたいという思いを持っている藤森さん。今後の目標は、「自分が関わったサービスで、利用者が笑顔になることを1番に考えている。利用者の人生最後の瞬間に、これが好きでよかったと思ってもらえるようなものを提供していきたい」と笑顔で話してくれました。

すわで輝く人たち

—すわじん—

SUWA



自分が関わったサービスで

利用者を笑顔にしたい

SNSの運用代行や、企業のコミュニケーション支援をする会社で働いている藤森さん。諏訪市出身で、現在は都内で働いていますが、数か月に1度、諏訪市に帰ってワーケーション(観光地やリゾート地で、休暇をも多くてリフレッシュ)

楽しみながら働くスタイルをしています。ワーケーションの魅力は、「普段とは違う場所働くことができる。諏訪市は首都圏からのアクセスがよく、自然も多くてリフレッシュ

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

給水スポットが観光案内所にも!

広報すわ11月号で、諏訪市役所(1階ロビー、3階エレベーターホール)、駅前交流テラスすわっちゃオ、霧ヶ峰自然保護センターに給水スポットを設置したことをお知らせしましたが、新たにJR上諏訪駅構内の諏訪市観光案内所にも給水スポットを設置しました。

給水スポットは、マイボトルをお持ちいただければ誰でも使うことができます。マイボトル活動は循環型社会、脱炭素社会実現のために誰もができる活動の1つです。できることからみんなで一緒に取り組みましょう!

問 環境課環境保全係(内線215)



給水スポット側面には、脱炭素社会実現に向けた諏訪市からのメッセージを載せています。

高原湖畔都市から
脱炭素、海洋プラスチック削減を
実現しましょう!

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

お正月は毎年初詣に行き、お参りをして「健康第一」を祈っています。そのおかげか、ここ数年は体調が悪くなることがあまりなかったように思えます。体が資本という言葉もありますが、元気にこの1年を過ごしていきたいです。今年のお正月も初詣に行きつつ、おいしい物を食べて、ゆっくりとした時間を楽しみたいと思います。(C)

編集後記

■広報すわ2月号の配布日は、1月28日(土)~2月1日(水)の予定です。

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

広報すわ 2023.1 24

■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。