



特集 令和5年度 主な事業と予算案
新時代を展望する 堅実遂行予算
お知らせ

P2~7

市税と水道料金のスマホ決済利用可能アプリが増えます.....P8
第1回諏訪市二十歳のつどい.....P9
福祉医療費給付金の対象年齢拡大.....P10
新型コロナワクチン接種/信州諏訪ふるさと寄附.....P11

ごみ収集カレンダーが
入っています！



冬を彩る輝き

諏訪地域の各所でアイスクャン
ドル2023が開催され、氷越
しのあたたかな光が冬の夜を幻
想的に彩りました。

令和5年度 主な事業と予算案

新時代を展望する

堅実遂行予算

新型コロナウイルス感染症は、約3年にわたり全世界で猛威を振るってきましたが、私たちのこれまでの価値観や意識、行動様式を大きく変える機会ともなりました。諏訪市においても、このポストコロナ時代を見据え、デジタル革命・グリーン革命を必須とする新しい時代への変革に対して、市民目線で住民福祉の向上を図りながら、的確な見通しを持って歩みを進めていくとの思いを込め、令和5年度当初予算案に「新時代を展望する堅実遂行予算」というキャッチフレーズを付け、2月13日に発表しました。

お問い合わせ

主な事業に関すること：企画政策課企画政策係(内線321、322)
予算案に関すること：財政課財政係(内線311、312)



第六次諏訪市総合計画に掲げる 将来像をめざして

令和5年度は、第六次諏訪市総合計画の2年目に当たります。第六次諏訪市総合計画には、「魅力の架け橋 高原湖畔都市 ～シゼンとヒトがつながる、すわ。～」という将来像を掲げています。諏訪市に今ある魅力を生かし、つなげていくこと。諏訪市が、魅力同士がつながる架け橋のような場所になるようにと掲げたこの将来像の実現に向けて、令和5年度も引き続き事業を着実に実施していきます。

将来像の実現のためにはどの分野の施策も重要ですが、特に5分野に着目して取り組みを紹介します。

＜令和5年度主要事業テーマ＞

- 01 福祉・教育施策の充実
- 02 防災力強化・インフラ整備
- 03 ポストコロナ時代の経済対策
- 04 ゼロカーボンシティ実現に向けた取り組み
- 05 DX(デジタルトランスフォーメーション)の推進



みんなが健やかに暮らし、安心して子どもを育てられるまちに

福祉・教育施策の充実

子どもからお年寄りまで全ての人が健康で安心して暮らせる環境づくりを推進するため、それぞれのライフステージに合ったきめ細やかな施策を行います。

＜安心な子育て環境・子ども支援＞

- ▶ 出産・子育て応援事業
妊娠時から出産・子育てまで一貫した支援
- ▶ 新生児聴覚検査の公費負担化
全ての新生児の受検・早期支援
- ▶ 子育て支援アプリの導入
アプリによる予防接種スケジュールなどの管理
- ▶ 福祉医療費給付対象年齢の拡大
16歳から18歳までの医療費負担を軽減



- ▶ 子どもの発達段階に応じた相談支援
0歳から社会的自立に至るまでを継続支援
- ▶ “ひろがる笑顔”ゆめ保育所プラン
保育・幼児教育サービスの充実をめざす
- ▶ 保育所ICTシステムの導入
保護者の利便性向上・充実した保育サービスの提供
- ▶ 保育所で使用したおもちゃの回収
保護者の負担軽減・衛生管理の向上



＜充実した教育環境＞

- ▶ 未来創造ゆめスクールプラン
全中学校区で分離型小中一貫教育をスタート
- ▶ 自立生活支援員の拡充
安心・安全な学校生活を送るための学習・生活面での支援
- ▶ 保護者向け情報配信システムの導入
多機能のシステム導入で利便性向上
- ▶ 給食費の物価高騰分に対する公費補助
保護者負担の軽減



＜健康長寿をめざして＞

- ▶ 受動喫煙防止に向けた取り組み
望まない受動喫煙の防止・健康増進
- ▶ 介護予防事業の充実・認知症高齢者支援
誰もが健康で安心して暮らせるまちづくり
- ▶ 新型コロナウイルスワクチン接種対策室の継続
新型コロナウイルス感染症への継続対応
- ▶ 医療費適正化事業
保健指導の充実・支援拡充

02

非常時の安全安心、日常生活も便利に

防災力強化・インフラ整備

市民の生命と財産を守るため、近年多発する自然災害に備え、自助・共助・公助による防災力強化を図ります。また、道路などのインフラの整備を、計画的かつ継続的に進めていきます。

地域防災力の強化

- ▶ 自主防災組織への支援
地域防災力の向上・共助の推進
- ▶ 防災士資格取得補助
地域で活躍する防災人材の育成
- ▶ 防災用倉庫の設置
諏訪南中学校防災倉庫新設
下金子水防倉庫更新



地域消防力の強化

- ▶ 分団ポンプ車更新事業
計画的な車両更新による消防力強化
- ▶ 準中型免許・警防課入校費用補助
消防団の育成による地域消防力強化



着実なインフラ整備

- ▶ スマートIC整備事業
- ▶ 国道20号バイパス推進事業
住民との合意形成・事業推進
- ▶ 橋梁長寿命化事業
きょうりょう
計画的な橋梁の点検・修繕・更新
- ▶ 河川の管理・改修
しゅんせつによる河川流路確保・保全



災害への対策

- ▶ 自然災害防止事業
計画的な河川・水路の整備
- ▶ 気象情報システムの運用
“すわそらサイト”で気象情報伝達



03

地域の稼ぐ力を取り戻し、まちににぎわいをよみがえらせる

ポストコロナ時代の経済対策

地域の稼ぐ力を取り戻し、まちににぎわいをよみがえらせるため、ポストコロナ時代における積極的な経済対策を行います。

観光誘客の促進

- ▶ 誘客コンテンツ造成プロモーション事業
観光ランドデザインの実現に向けたコンテンツの造成



- ▶ 諏訪湖祭湖上花火大会
コロナ禍からの復興と地域に希望と元気を与えるイベントとして、8月15日に大会形式で開催



- ▶ 【KRT※関連】霧ヶ峰宿泊付イベント誘客事業
霧ヶ峰高原への誘客促進

- ▶ 【KRT関連】市有林整備事業
霧ヶ峰高原へ向かう道路の安全性を高めるための支障木除去
※KRT・霧ヶ峰活性化のための具体的な施策を検討する組織（キリガミネ・リボン・タスクフォース）



地域企業を元気に

- ▶ 奨学金返済支援制度応援補助金
企業における優秀な人材確保を支援し、経営基盤の強化を図る
- ▶ SUWA プレミアムブランディング強化事業
SUWA プレミアムの更なるブランド力向上
- ▶ 新技術・新製品開発事業補助金
- ▶ 商店街活性化事業

- ▶ AI・IoT導入支援事業補助金
企業の生産性向上を後押し
- ▶ デジタル化推進アドバイザー導入
企業のAI・IoTなどによるデジタル化支援
- ▶ 伴走型支援事業
他機関と連携することで中小企業の課題を解決し、稼ぐ力を向上



04

地球規模の課題解決を高原湖畔都市から

ゼロカーボンシティ実現に向けた取り組み

市は、令和3年度に第三次環境基本計画を策定し、ゼロカーボンシティ宣言をしました。市民、事業者、行政が一体となって取り組み、地球規模の課題解決に向けて歩みを進めます。

市役所がゼロカーボンシティを先導

- ▶ 市庁舎施設等照明LED化事業
- ▶ 市庁舎空調設備更新事業
省エネ機器導入でCO₂排出量削減
- ▶ 市施設電気の実質再生可能エネルギー 100%化
新たに23施設の使用電力を転換

- ▶ ペーパーリサイクル推進事業
- ▶ 公用車の電気自動車導入
環境負荷の少ない公用車の配備
- ▶ グリーンボンド購入
資金運用でも環境、SDGsに貢献



ゼロカーボンの社会実装へ

- ▶ 地球温暖化対策補助事業
家庭における再生可能エネルギーの有効活用を後押し
- ▶ 職場環境整備促進補助金
- ▶ ゼロカーボンアクション浸透事業
事業者と脱炭素社会実現に向けた取り組みを展開
- ▶ 森林づくり事業
森林整備によるCO₂吸収量増加と水源保全・治山、自然の魅力向上



環境意識醸成

- ▶ 次世代に向けた環境啓発
保育園や小中学校、地域における環境啓発活動などの実施
- ▶ 市民の協働意欲醸成
市施設における環境展示などの実施
- ▶ ごみ減量化推進事業
- ▶ 剪定木等リサイクル事業
燃やすごみ量の削減とごみの再資源化推進の意識醸成により、循環型社会実現



05

もっと身近に、もっと便利に

DXの推進

市民にとって負担が軽く、効率的な行政サービスの提供をめざし、AIなどのさまざまなデジタル技術を社会に浸透させて、誰も取り残さないDX(デジタルトランスフォーメーション)を推進します。

市民生活をもっと便利に

- ▶ ソーシャルメディアを活用した情報発信の強化
- ▶ すわなびの活用
すわなびによる観光・生活の利便性向上
- ▶ 電子図書館の活用
- ▶ 市民の利便性向上・窓口の混雑緩和
証明書などのコンビニ交付サービスの利用手数料を8月31日まで10円に
キャッシュレス決済の活用
- ▶ ミライロIDの活用
公共施設などの利用者の利便性向上



業務の効率化

- ▶ 統合型GIS※の活用
オープンデータを市民・企業などが利用可能に
一体化したデータ活用による業務効率化
※GIS…地理情報システムのこと。
- ▶ 保育所ICTシステムの導入
保護者の利便性向上・充実した保育サービスの提供

行政経営の最適化

- ▶ 業務スマート化プロジェクト
ICTの活用・利用者目線に立ったDX

用語解説

- ▶ ICT…情報通信技術のこと。通信技術を活用したコミュニケーションを指す。
- ▶ DX…情報通信技術の浸透が、人々の生活をあらゆる面でより良い方向に変化させること。
- ▶ AI…人工知能のこと。人間の思考過程と同じような形で動作するプログラムなどを指す。
- ▶ IoT…「モノのインターネット」と呼ばれる。自動車、家電、施設などあらゆるモノがインターネットにつながり、情報のやり取りをすることで、新たな付加価値を生み出すこと。

新時代を展望する

堅実遂行予算

当初 予算 案

予算総額 320億2,521万5千円

一般会計 209億円

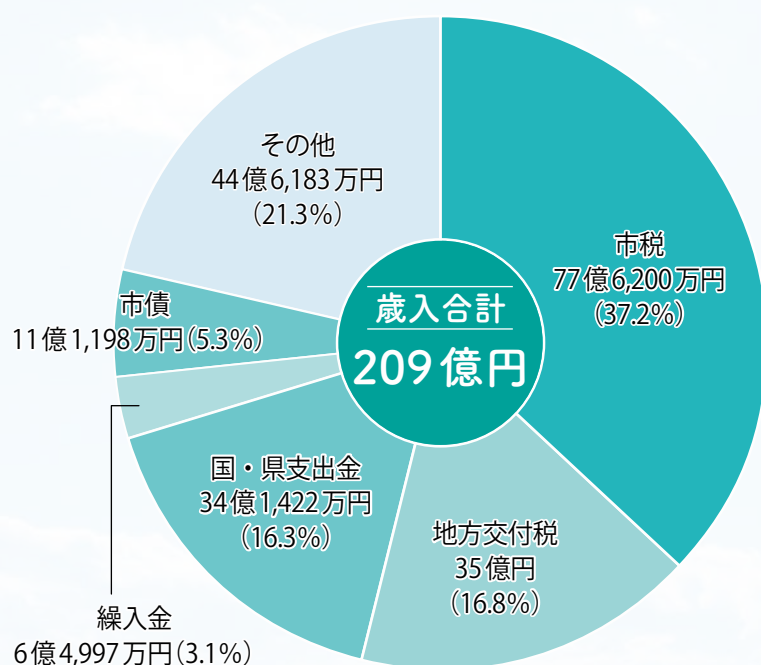
特別会計 56億1,078万5千円

公営企業会計 55億1,443万円

令和5年度予算案の一般会計の予算総額は209億円で、前年度当初予算に比べて9億円(4.5%)の増となりました。この予算案は3月定例市議会で審議されます。

※図表中の金額は1万円未満を四捨五入しているため、合計額や差し引き額が一致しない場合があります。

一般会計 歳入



主要な収入である市税の計上額は、77億6,200万円で、前年度に比べて2億1,100万円(2.8%)の増となっています。個人市民税、法人市民税、固定資産税のいずれも増を見込んでいます。

地方交付税は前年度に比べ、1億4,000万円(4.2%)増の35億円を見込んでいます。

用語解説

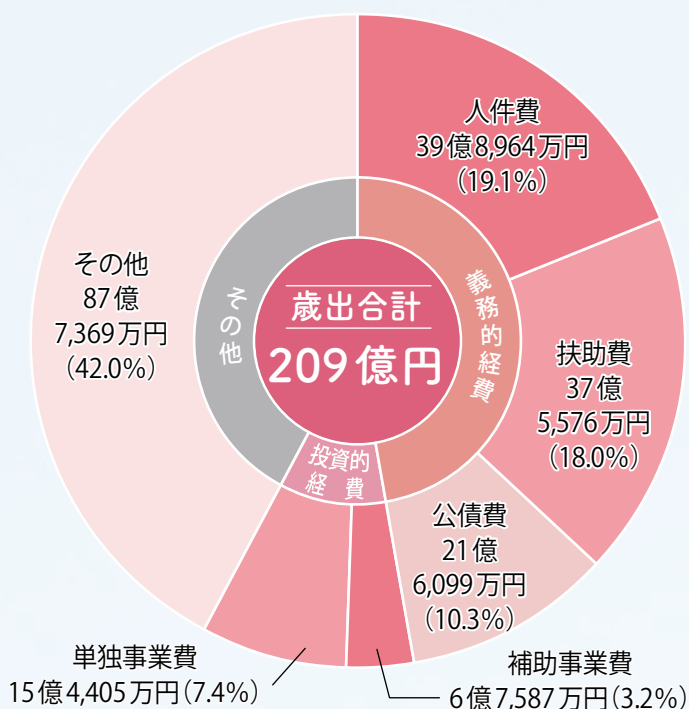
- ▶ 市税…みなさんに納めていただく市民税や固定資産税などの税金
- ▶ 地方交付税…財政力に応じて国から交付されるお金
- ▶ 国・県支出金…市町村が行う事業に対して国・県から交付されるお金
- ▶ 市債…市の借入金(借金)で償還が長期にわたるもの
- ▶ 繰入金…積立金(基金)から繰り入れるお金

各会計別の予算額

会 計	令和5年度	令和4年度	前年比(%)
一般会計	209億円	200億円	9億円 (+4.5)
特別会計	56億1,078万5千円	57億517万8千円	△9,439万3千円 (△1.7)
国民健康保険	46億8,828万円	48億1,782万円	△1億2,954万円 (△2.7)
霧ヶ峰リフト事業	4,452万円	5,336万9千円	△884万9千円 (△16.6)
公設地方卸売市場事業	4,337万円	4,668万9千円	△331万9千円 (△7.1)
駐車場事業	1,368万8千円	1,203万7千円	165万1千円 (+13.7)
後期高齢者医療	8億2,092万7千円	7億7,526万3千円	4,566万4千円 (+5.9)
公営企業会計	55億1,443万円	53億5,903万円	1億5,540万円 (+2.9)
水道事業	15億1,803万1千円	15億3,264万6千円	△1,461万5千円 (△1.0)
温泉事業	5億8,407万1千円	4億9,930万4千円	8,476万7千円 (+17.0)
下水道事業	34億1,232万8千円	33億2,708万円	8,524万8千円 (+2.6)

一般会計 歳出

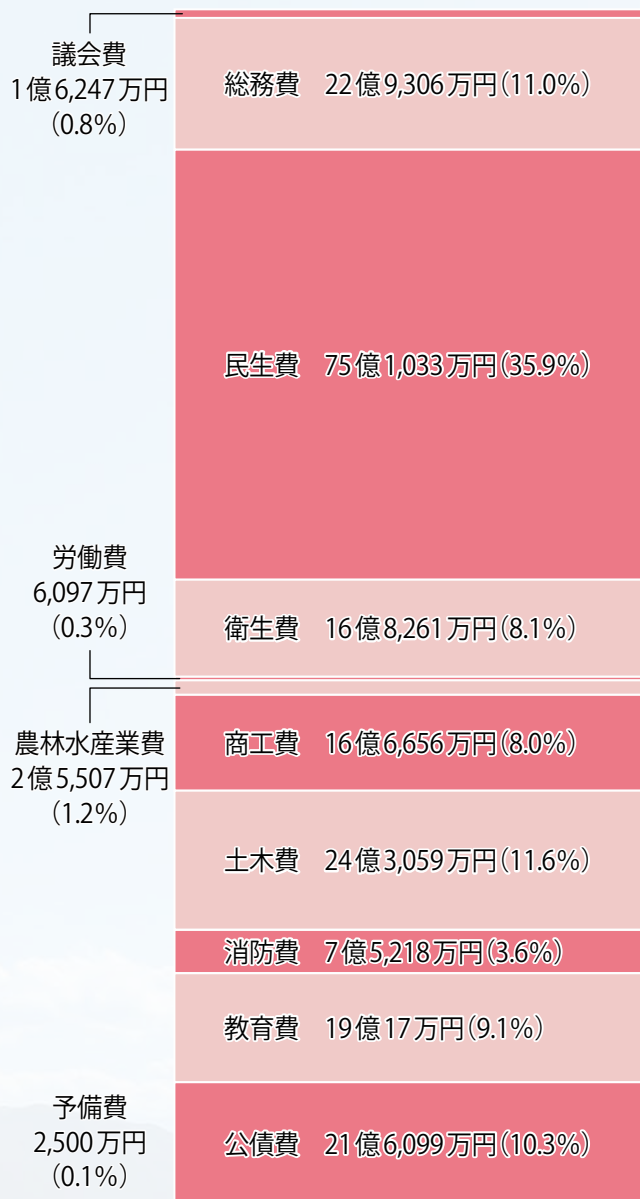
歳出 性質別グラフ



「目的別」と「性質別」のグラフは、ともに一般会計の歳出を表しています。目的別歳出は、市がどんな行政目的のためにどれくらいの支出をするのか、という視点から分類する方法です。行政サービスの水準や行政上の特色などを知ることができます。性質別歳出は、支出が義務付けられている人件費や扶助費、公債費の「義務的経費」と、社会資本を整備するための経費である「投資的経費」、「その他の経費」に分けることができます。

諏訪市が持っている「可能性」を最大限に引き出し、未来につながる各種施策に取り組むとともに、市民生活に直結する事業を積極的に展開しながら、財政規模に即した財政運営を進めていきます。

歳出 目的別グラフ



用語解説

- ▶ 議会費…議会運営の経費
- ▶ 総務費…行政の事務などに関する経費
- ▶ 民生費…障がい者、高齢者に対する福祉や子育て支援などの経費
- ▶ 衛生費…環境保全、疾病予防、健康増進などの経費
- ▶ 労働費…雇用促進や労働者のために要する経費
- ▶ 農林水産業費…農林業振興支援や生産基盤整備などの経費
- ▶ 商工費…商工業や観光振興のための経費
- ▶ 土木費…道路や河川など社会資本整備のための経費
- ▶ 消防費…消防事業や防災対策に要する経費
- ▶ 教育費…教育や生涯学習の充実、文化・スポーツ振興などの経費
- ▶ 公債費…事業を行うために借りたお金の元金・利子などを支払う経費
- ▶ 予備費…予算編成で予期しなかった支出に対応するための備え
- ▶ 人件費…報酬や給与などの経費
- ▶ 扶助費…高齢者、児童、障がい者などに対する支援のための経費

市税と水道料金のスマホ決済アプリが増えます

4月から市税と水道料金は、「PayPay」^{ペイペイ}と「LINE Pay」^{ラインペイ}に加えて、「d払い」^{デーユー}と「au PAY」^{ペイ}を使ったスマホ決済(スマートフォンなどのアプリを利用した支払い)ができるようになります。納付書に記載のバーコードを読み込むことで、24時間どこでも簡単に支払うことができます。

(問) ○市税…税務課庶務・収納係(内線137、138、139、141) ○水道料金…水道局営業課料金係(内線755～758、777)

利用の流れ

お持ちのスマホで
アプリを起動

納付書のバーコードを
スキャン

内容を確認して支払い



▲PayPayの場合

■利用できる市税・水道料金

- 市税…市県民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税
- 水道料金…水道料金、温泉料金、下水道使用料

🔍 登録方法などは、ガイドページをご覧ください。



PayPay



LINE Pay



d払い



au Pay

■利用上の注意事項

- ▶ご利用の際には、事前にスマホアプリをダウンロードし、登録を行った後、お金のチャージが必要です。
 - ▶決済手数料は無料ですが、通信料は利用者負担です。
 - ▶支払いができる市税は、30万円未満です。水道料金は、PayPay・d払い・au PAYでは30万円未満、LINE Payでは5万円未満です。
 - ▶コンビニでは、原則としてスマホ決済による市税と水道料金の支払いができません。現金でお支払いください。
 - ▶領収証書は発行されません。領収証書が必要な場合は、取扱金融機関かコンビニでお支払いください。
 - ▶スマホ決済後、取り消しや変更はできません。あらかじめ納付書の税金の種類、納期限などをご確認ください。
- ※次の納付書は、スマホ決済ができません。取扱金融機関の窓口か市役所でお支払いください。
- バーコードの印刷がないもの
 - 汚れなどにより、バーコードの読み取りができないもの
 - 支払期限を過ぎたもの

📄 地方税統一QRコードを利用した支払い

4月から、市税の納付書に地方税統一QRコードが印刷され、QRコードを読み取ることでパソコンやスマホから支払いができるようになります。支払いの際は、eLTAX(地方税ポータルシステム)^{エルタックス}やスマホ決済を利用します。QRコード対応金融機関であれば、全国の金融機関で支払いができます。

地方税統一QRコードが印刷される市税は、市県民税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険税(普通徴収)です。

(問) 税務課庶務・収納係(内線137、138、139、141)

🏢 納付書支払いができる金融機関の変更

4月3日(月)から、市発行の納付書で支払いができる金融機関が、八十二銀行、みずほ銀行、長野銀行、長野県信用組合、諏訪信用金庫、長野県労働金庫、信州諏訪農業協同組合、ゆうちょ銀行・郵便局(長野県・新潟県内に限る)になります。

三井住友銀行窓口における納付書支払いは、原則として3月31日(金)をもって終了になりますが、地方税統一QRコードが印刷された市税の納付書は、継続して三井住友銀行でも支払いができます。

(問) 会計課出納係(内線151、152)



第1回諏訪市二十歳のつどい

5月6日(土)

諏訪市文化センターホール

● 受付：午後0時45分から

● 開会：午後1時30分

● 終了予定：午後3時

これまで20歳になった人たちを祝い、励ますため1月に開催してきた「旧成人式」を、新たに就職や進学を経験し、人生における今後の目標や決意を再確認する場にしてほしいという願いを込め「二十歳のつどい」として開催します。

対象

平成14年4月2日～平成15年4月1日に生まれた、諏訪市在住者と諏訪市出身者

申し込み

— 期間 —

3月8日(水)～4月24日(月)

— 方法 —

- 参加を希望する人は、申込期間内にながの電子申請で申し込んでください。詳しくは、案内通知や市ホームページなどでお知らせします。
- 諏訪市在住の人(令和5年1月1日現在、諏訪市に住民票がある人)には、案内通知を郵送します。
- 諏訪市出身で諏訪市に住民票がない人は、市ホームページなどで申し込み方法を確認の上、ながの電子申請で申し込んでください。後日、案内通知を郵送します。

その他

- 新型コロナウイルス感染症の状況などにより、日程や内容を変更する場合があります。
- 二十歳のつどいの開催時期は、対象者から募集した実行委員と検討し、全ての対象者が20歳を迎えていることや、陽気も穏やかで晴れ着を着ることができる時期であるなどの理由から決定しました。

最新の情報は、市ホームページをご覧ください。

諏訪市二十歳のつどい



お問い合わせ：生涯学習課生涯学習係(内線595)

福祉医療費給付金の 対象年齢を18歳まで拡大します

本給付金は、病院などの窓口で500円を支払うことで医療を受けることができる制度です。

4月から、これまで中学校修了時までとしていた支給対象年齢を、満18歳に達する年度の年度末まで拡大します。

また、ひとり親世帯の人や、障がい者で受給資格のある中学校修了以降の人は、現在は自己負担額を一旦窓口で支払い、500円を超えた分を2か月後に支給していますが、4月からは満18歳に達する年度の年度末まで窓口での負担が500円になります。

(問) 市民課国保医療係 (内線117)



現行制度

		0歳	15歳	18歳		75歳
子ども						
障がい者						
ひとり親 世帯など	親					
	子					



対象年齢拡大後

		0歳	15歳	18歳		75歳
子ども						
障がい者						
ひとり親 世帯など	親					
	子					

□ …窓口負担500円

□ …2か月後に500円を超えた分を支給

✋ 該当者には、新しい受給者証を郵送します

- 令和5年度に満16歳～満18歳になる人(平成17年4月2日～平成20年4月1日生まれの人)…3月中に受給者証を郵送します。 ※ひとり親世帯の人や、障がい者で受給資格のある人は、3月中に新しい受給者証(薄い水色)を郵送しますので、4月以降は新しい受給者証を利用し、現在使用している受給者証(若草色)は破棄してください。
- 上記以外の人(平成20年4月2日以降に生まれた人)…3月中に新しい受給者証を郵送します。申請は不要です。

✋ 医療機関の適正受診にご協力ください

福祉医療の財源は、市民のみなさんの税金や長野県の財源で成り立っています。今後も制度を維持するために、かかりつけ医を持ち、早期受診を心掛けてください。また、ジェネリック医薬品を積極的に利用し、適正受診にご協力ください。



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を未接種の人は、現時点で公費負担により接種を受けられる3月末までの接種をご検討ください。4月以降の接種時期や、回数などは未定です。最新情報は詳細が決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。 ※掲載する情報は、2月現在のものです。

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



接種を受ける際の注意事項

- 12歳以上の人は、オミクロン株対応2価ワクチンの追加接種を初回接種時の使用ワクチンにかかわらず受けられます(前回接種から3か月以上の接種間隔が必要です)。
 - オミクロン株対応2価ワクチンで追加接種を受けた人と、令和4年11月8日以降に従来型ノババックスワクチンで追加接種を受けた人は、3月末まで追加接種を受けることはできません。
 - 集団接種による接種を希望する場合は、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してください。接種会場は、諏訪赤十字病院1階ロビーです。
 - 12歳以上の人が個別接種による接種を希望する場合は、医療機関に日程などを確認して予約してください。
 - 12歳未満の小児および乳幼児の個別接種会場は、指定された医療機関です。接種の予約は、医療機関では受け付けていません。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してください。
- ※12歳未満の小児および乳幼児の2回目接種の日程と、乳幼児の3回目接種の日程は、初回接種の日程により指定されます。指定の日程で都合がつかなくなった場合は、ワクチン接種対策室へご連絡ください。



信州諏訪ふるさと寄附金の事業報告・お礼の品募集

(問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線 285)

寄附金受入額と使い道

市は、地域活性化、関係人口創出、諏訪市の魅力発信、諏訪市のファンの増加を目的に、信州諏訪ふるさと寄附金事業(ふるさと納税事業)に取り組んでいます。

令和4年度は、1月末現在で2,257件・1億6,556万5千円の寄附をいただきました。近年では、信州諏訪ふるさと寄附金を財源の一部として活用し、諏訪南中学校武道場、駅前交流テラスすわっチャオ、柳並線延伸部分やんなんの建設を行いました。

お礼の品協賛事業者募集中!

1万円以上の寄附をいただいた市外在住の人に、感謝の気持ちとして寄附金額に応じた諏訪市の特産品などの「お礼の品」を贈っています。諏訪市のさらなる魅力発信とふるさと寄附金事業拡大のため、随時、「お礼の品」を募集しています。地場産品(市内で作られたものなど)や市内で体験できるサービス(宿泊券など)を提供する法人か個人、その他市長が認めた組織・団体であれば、お礼の品協賛事業者の登録申請ができます。お気軽にお問い合わせください。

こんなお礼の品を募集しています!

- ・ 諏訪市らしさを感じるもの
- ・ 諏訪市にゆかりのあるもの
- ・ 諏訪市の魅力を感じることができもの
- ・ 諏訪市に訪れてもらえるもの(各種体験や宿泊など) など

お礼の品の例



テンホウ・フーズ
テンホウのぎょうざ

丸安田中屋
チーズケーキアントルメ



商品や事業者をPR!協賛事業者のメリット

インターネット上のふるさと納税ポータルサイトや市ホームページなどによる情報発信により、企業PRや商品PRを行います。



詳しくは市ホームページへ

お礼の品協賛事業者の認定には、選定委員会による審査を行います。詳しくは市ホームページをご覧ください。



お知らせ

令和5年度の課税内容の確認ができます

固定資産税の課税について確認を

■縦覧

令和5年度の価格が適正かどうかを確認するために、土地所有者は土地の、家屋所有者は家屋の、いずれも市内の価格を見ることができます。ただし、所有者を特定することや、非課税・免税点未満の物件を見ることはできません。

●縦覧できる人 諏訪市の固定資産税納税者および同居の親族、納税管理人 ※それ以外の人は、委任状が必要です。

●縦覧日時 4月3日(月)～5月1日(月)の平日 午前8時30分～午後5時15分

●縦覧場所 税務課資産税係(市役所1階⑩番窓口)

●手数料 無料

■固定資産課税台帳の閲覧

令和5年度固定資産課税台帳は、4月3日(月)から閲覧することができます。固定資産課税台帳は、固定資産税や都市計画税の算定基礎となるもので、土地や家屋などが登録されています。納税義務者は、自分の資産内容を確認することができます。

●手数料 左の縦覧期間中の閲覧は、無料 ※過年度分(平成31年度～令和4年度)は、手数料がかかります。

■納税通知書の発送

4月中旬に発送します。内容をご確認ください。

※縦覧・閲覧する人は、本人確認ができる物(運転免許証など)をお持ちください。

(問) 税務課資産税係(内線134、135、136)

令和5年 新区長が決まりました(敬称略)

※年の途中で変更になる区もあります。

(問) 地域戦略・男女共同参画課地域支援係(内線288)

■大和・湯の脇地区

自治会名	区長名
大和一区	藤森 秀則
大和二区	矢島 虎雄
大和三区-1	島津 進
大和三区-2	進藤 孝一
大和五区	小松 宏
中村区	岩本 和夫
湯の脇一区	武内 広志
湯の脇二区	鮎沢 克好
湯の脇三区	濱 登

■駅前・中央・山の手・湖畔・並木地区

自治会名	区長名
茶臼山区	柴 恭人
中浜町区	野口 信雄
湖柳町区	堀内 武文
西大手町区	細田 正彦
大手二丁目区	八幡 保三
大手町三丁目区	小泉 和彦
衣之渡区	松本 昌之

■小和田地区

自治会名	区長名
湯小路区	原田 哲雄
田宿区	鎌倉 久至
新小路区	小松 寿
北小路区	宮坂 武
弁天一・三区	中山 裕太
弁天二区	小松 勝彦
城南一丁目区	宮澤 正幸
高島町	大島 芳明
みどり区	久保田 豊
島崎一区	小池 良光
島崎二区	宮坂 茂樹
渋崎区	林 光宏
杉菜池区	宮澤 要

■四賀地区

自治会名	区長名
神戸区	後藤 清美
飯島区(上)	上原 登
飯島区(下)	北原 和明
赤沼区(前期)	松木 宏
赤沼区(後期)	松木 勝一
霧ヶ峰農場	林 一男
沖田町	渡辺 信悟

■東南部地区

自治会名	区長名
角間町	山田 民良
清水一区	杵渕 隆
清水二区	鶴岡 重雄
清水三区	中澤 申平
清水四区	市村 光一
赤羽根区	両角 浩志
伝柳町	伊藤 光
北澤区	河西 正一
南澤町	名取 紀行
榊町	小林 裕政
尾玉町	六川 永一
双葉ヶ丘区	小林 祐一郎
金山区	小平 耕司
緑ヶ丘区	河西 昭彦
角間新田区	谷川 秀樹
くるみ台区	守屋 将法
強清水自治会	有賀 義晃

■駅前・中央・山の手・湖畔・並木地区

自治会名	区長名
富浜町区	坂井 幸雄
浜町一区	大塚 榮天
浜町二区	百瀬 直毅
片羽区	岩本 一成
本町一丁目	三村 昌弘
本町二丁目	中川 厚子
末広一丁目	佐藤 めぐみ
末広二区	油井 隆
上町区	上條 恭平
中町区	百瀬 博子
和泉町区	宮坂 健二
柳町区	石井 昌仁
桑原町区	伊東 宏明
立石町	藤本 和寿
桜ヶ丘区	河西 一

■豊田地区

自治会名	区長名
文出区	鈴木 猛之
小川区	林 吉浩
有賀区	宮下 吉裕
上野区	笠原 武
覗石区	笠原 公明

■四賀地区

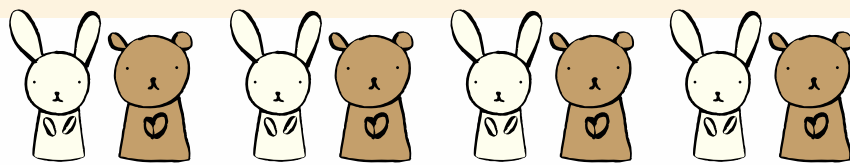
自治会名	区長名
武津区	宮坂 一彦
細久保区	大木島 惣之助
普門寺区	小池 幹男
桑原区	石田 喜章

■中洲地区

自治会名	区長名
神宮寺区	伊東 敏隆
上金子区	両角 真澄
中金子区	小林 秀樹
下金子区	原 孝志
福島区	田中 健吾
福島新町区	土橋 修
北福島区	城田 健一
南町地区	上原 隆弘

■湖南地区

自治会名	区長名
田辺区	藤森 浩人
大熊区	藤森 清
南真志野区	原 善昭
北真志野区	金子 義政
後山区	藤森 正規
板沢区	藤森 光
あさひ区	雨宮 良子



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

きょうだいげんかに対する親の関わり方

Question

6歳と5歳の兄弟が1日に何回もけんかをします。手が出そうときや、ひどい言葉が出たとき以外は放っておきますが、自分に余裕がないときは感情的に怒ってしまいます。どのような関わり方や声掛けをしていけばよいでしょうか。

(問) こども課発達支援室(内線444)

「きょうだいげんかは社会性を身に付ける絶好のチャンス」といわれています。けんかを通じて、理不尽さや気持ちの伝え方、仲直りの仕方など多くのことを学びます。状況に応じて静かに見守ったり、仲裁に入ったりしながら、子どもの成長を応援してあげましょう。仲裁に入る場合は平等に2人の話を聞き、何がいけなかったのかを子ども自身が考えられる手助けをしてあげましょう。子育て中に余裕がなくて感情的になってしまうこともあります。ゆったりとした気持ちで見守ってあげたいですね。

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

- 日程 ①3月1日(水) ②4月12日(水)
- 時間 午前10時30分～正午
- 対象、持ち物 乳幼児とその保護者 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 3月8日(水)
- 時間 午前10時～10時45分
- 対象 1歳6か月～3歳の子どもとその保護者
- 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～パパもいよいよ～(※)

- 日程 3月14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 受け付け中です。事前に、申し込んでください。

親子で柳沢運動プログラム(※)

- 日程 ①3月15日(水) ②4月14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 ①は受け付け中、②は3月16日(木)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



三嶋 柑奈 ちゃん
(1歳5か月)
いつも元気な
笑顔をありがとう



竹松 律 ちゃん
(1歳8か月)
イタズラ大好きで
元気いっぱい!



鹿川 笑愛 ちゃん
(3歳4か月)
乗り物大好き!!
4月から保育園楽しみです。

【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	3月24日(金)	令和4年11月生まれ
10か月児健診	3月22日(水)	令和4年5月生まれ
1歳6か月児健診	3月2日(木)	令和3年8月生まれ
3歳児健診	3月1日(水)	令和2年2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 3月16日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和3年2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 ○3月23日(木)…なかよし広場 ○3月27日(月)…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 3月17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

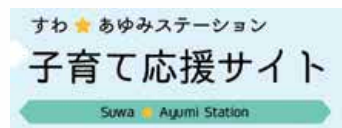
予防接種

	日 程	対 象
日本脳炎(初回2回目)	3月8日(水)	令和元年10月～12月生まれ
四種混合(初回2回目)	3月9日(木)	令和4年7月～9月生まれ
BCG	3月6日(月)	令和4年9月生まれ

- 受付時間 ○1日～15日生まれ…午後1時30分～1時55分
○16日～末日生まれ…午後1時55分～2時20分
- 会場 保健センター
- 持ち物 母子手帳、予診票、バスタオル(着替え用)

☆諏訪市子育て応援サイト

最新の子育て情報は、市ホームページの「諏訪市子育て応援サイト」をご利用ください。



<QRコード>



知ってカラダが得をする！

健康ひとくちMEMO

保健師が、みなさんの健康に
役立つ情報を紹介します！

諏訪市で肥満の人、増えています！！

問 保健センター(内線592)

諏訪市の特定健診の結果を経年的に見ると、内臓脂肪型肥満の人が増えています。健診受診者のうちメタボリック症候群該当者の割合は、平成28年度が15.7%、令和3年度が20%で、特に男性の割合が高いです。また、男性の約半数は腹囲が基準値を超えています。

脂肪細胞はエネルギーを貯めるだけでなく、いろいろな物質を出しています。過剰に蓄積された脂肪細胞からは、悪玉サイトカインという体に悪影響を及ぼす物質が出ていることが、最近の研究で分かってきました。悪玉サイトカインは、インスリンの働きを悪くする物質、血圧(特に下の血圧)を上げる物質、血栓を作る物質などを分泌します。そのため、内臓脂肪が多いと糖尿病や高血圧などの生活習慣病を誘発し、動脈硬化を進めます。



腹囲が気になる人や、健診でメタボリック症候群の該当になった人はご相談ください。

※メタボリック症候群：腹囲が男性85cm以上・女性90cm以上に加えて、高血圧・高血糖・血中脂質異常のうち2つ以上が合併した状態。

■内臓脂肪型肥満の基準値(おへその高さで計測)

○男性：腹囲85cm以上

○女性：腹囲90cm以上

■内臓脂肪を減らすコツ

○腹八分目を目安として、食事中はゆっくりよくかむ

○脂肪が蓄積されやすい夕食や夜食を避ける

○ジャンクフードや動物性脂肪の多い食品は控える

○緑黄色野菜やきのこなど、食物繊維が豊富な食品を積極的に食べる

○カロリー消費のために、いつもより10分多く歩いたり、動いたりする

○有酸素運動だけでなく、スクワットや腹筋による筋力アップが効果的

毎日の積み重ねが大切！
めざせ肥満予防！

今月の休日当番医・薬局(3月、4月第一週)

月	日	医科(9:00~12:00, 13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
3	5日(日)	湖南関医院 ☎58-1680	五味歯科医院 ☎73-5430	ふたば湖南薬局 ☎75-1458
	12日(日)	吉江内科医院 ☎52-2525	湖柳歯科医院 ☎53-0506	しぶさき薬局 ☎57-1333
	19日(日)	五味医院 ☎52-1126	行田歯科医院 ☎72-2639	上諏訪薬局 ☎75-8007
	21日(火・祝)	やざわ虎クリニック ☎57-8300	落合歯科医院 ☎53-3800	こころ薬局 ☎54-2788
	26日(日)	きくち泌尿器科クリニック ☎78-1045	かがやき歯科クリニック ☎62-4182	ららくま薬局 ☎58-0090
4	2日(日)	いちょう並木クリニック ☎58-5522	丸茂歯科医院 ☎58-0150	クスリのアオキ諏訪四賀薬局 ☎75-5291

■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▶

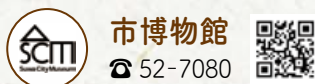


【諏訪市歯科医師会】

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

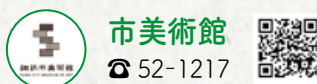
☎ 52-7080

【休館日】 毎週月曜日、3月22日(水)

■ミニ展示「もっと知って！土偶の魅力」

●期間 開催中(～3月31日(金))

諏訪実業高校2年生による「文化ビジネス研究」授業の成果として、土偶や縄文時代に着目した展示や企画を行っています。博物館の収蔵品を用いて、土偶の見せ方や解説パネルを工夫し、SNSでの情報発信やクイズアプリの開発も行いました。高校生の発想や感性による斬新な展示です。



市美術館

☎ 52-1217

【休館日】 資料整理休館中(～3月24日(金))、毎週月曜日

■資料整理休館

資料の整理や、展示替えを行うため長期休館となります。ご理解、ご協力をお願いします。

■収蔵作品展「旅する視線」同時開催令和2・3年度修復完了作品お披露目展

●期間 3月25日(土)～5月14日(日)

市美術館に収蔵されている約1,400点以上の作品の中から、テーマに沿って展示を行います。

併せて、令和2・3年度に修復した作品の展示も行います。



▲「漁港」
戸田祐暉



原田泰治美術館

☎ 54-1881

【休館日】 毎週月曜日

■原田泰治の世界をキルトで遊ぶ「絵画キルト作品展」―長野県受賞作品―

令和4年に終了した絵画キルト作品展に今まで寄せられた作品のうち、長野県内から出品された受賞作品21点を紹介します。

●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―原田泰治の世界―

●期間 開催中(～4月18日(火))



▲第2回大賞「ジャカランダの丘」
荒木恒彦

イベント

■原田泰治の世界をスタンプで遊ぼう！ミニハンカチづくり

原田泰治さんの描いたイラストや、いろいろな形を組み合わせてオリジナルミニハンカチを作ります。小さな子どもから大人まで楽しめるワークショップです。

●日時 3月19日(日)～26日(日) 午前10時～正午、午後1時～3時 ※所要時間30分

●定員、参加料 各回30人(先着順) 500円

●申し込み 事前に電話で申し込んでください。



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)…3月5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)…3月19日(日) ●レッスン休講…3月21日(火・祝) ●ふろ・プールの日(入館料半額相当)…3月26日(日)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429



休館日…毎週月曜日、
3月14日(火)～19日(日)、
21日(火・祝)、22日(水)

信州風樹文庫 ☎58-1814



休館日…毎週月曜日、
3月14日(火)～19日(日)、
21日(火・祝)、22日(水)、31日(金)

おすすめの図書(信州風樹文庫)

■認知症のわたしから、10代のあなたへ
さとうみき 著(岩波書店)

若年性認知症と診断され家に閉じこもっていた著者が、どのように気持ちを切り替え、前を向けるようになったかをつづります。



■源氏物語補作 山路の露・雲隠六帖 他二篇
今西 祐一郎 編注(岩波書店)

源氏物語を踏まえて、その続きや書かれていない場面、異なる趣向をつづった源氏愛にあふれる後世の4作品を1冊に収めた。



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 3月25日(土)、26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 3月26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 3月1日(水)、8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 3月4日(土)、11日(土)、25日(土)

●時間 午前11時～11時30分

※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 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 3月9日(木) 午後0時30分～終日

(問) 観光課施設管理係(内線423)

i 新入社員歓迎大会

- 日程 4月5日(水)
- 時間 午後3時30分～5時15分
- 会場 文化センター ※YouTubeによるオンライン配信も予定しています。
- 対象 新規で市内企業に就職する人
- 内容 式典、記念講演会
- 参加料 1人1,000円
- 申し込み 参加事業所は、申込書に必要事項を記入し、3月10日(金)までに負担金(参加者数×参加料)を添えて申し込んでください。 ※申込時に、オンライン配信のURLをお伝えします。

(申)・(問) 商工課工業振興係(内線433)

i 障がい者の軽自動車税・自動車税の減免申請

障がいの等級などによって条件が異なります。また、令和4年度から郵送やながの電子申請(一部)での申請も可能になりました。詳しくは、お問い合わせください。

- 減免の基準 ○障害者手帳(身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳など)を持ち、一定以上の障がいがある人 ○車検証に記載されている自動車の所有者が障がい者本人であること(手帳の種類、障がい者の年齢によって、この限りではありません) ○障がい者本人または障がい者と生計を一にする人が運転すること
- 申し込み ○軽自動車税(種別割)…お問い合わせください。 ○軽自動車税(環境性能割)・自動車税(種別割・環境性能割) …ながの電子申請で申し込むか、申請書などを持参または郵送して提出してください。



▲電子申請

(申)・(問) ■軽自動車税(種別割): 税務課庶務・収納係(内線143) ■軽自動車税(環境性能割)・自動車税(種別割・環境性能割): 長野県南信県税事務所諏訪事務所 ☎57-2905

i 紙おむつ購入費助成事業

重度知的障がい者に、令和5年度分の紙おむつ購入費用助成券を発行します。

- 対象 市内在住で、療育手帳A1、A2を持つ3歳以上の人
- 申し込み 3月15日(水)から、社会福祉課窓口(市役所2階)で申し込んでください。

(申)・(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232、233、235)

i タクシー乗車券を発行 重度障がい者(身体・知的・精神)

令和5年度分のタクシー乗車券を発行します。3月15日(水)から申請を受け付けます。利用期間は4月1日(土)～令和6年3月31日(日)です。対象の人は、社会福祉課窓口(市役所2階)または郵送で申請してください。申請書は、窓口か市ホームページで取得できます。



- 対象 次のいずれかに該当する人 ①身体障害者手帳1、2級の人 ②療育手帳A1、A2の人 ③精神障害者保健福祉手帳1、2級の人 ※施設入所者、自動車税や軽自動車税の減免を受けた人は対象外です。

(申)・(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232、233、235)、FAX 53-6073

i 寝台タクシー券を発行 重度身体障がい者、重度要介護者

令和5年度分の寝台タクシー券を発行します。3月15日(水)から申請を受け付けます。利用期間は4月1日(土)～令和6年3月31日(日)です。対象の人は、社会福祉課窓口(市役所2階)または郵送で申請してください。申請書は、窓口か市ホームページで取得できます。

- 対象 通院などの際に、通常のタクシーが利用できないため、寝台タクシーを利用する市民税非課税世帯の人で、次のいずれかに該当する人 ①介護保険の要介護度3、4、5の人 ②身体障害者手帳1、2級の人 ※タクシー乗車券の発行を受けた人、施設入所者、自動車税や軽自動車税の減免を受けた人は対象外です。

(申)・(問) ①高齢者福祉課高齢者福祉係(内線291、292、298) ②社会福祉課障がい福祉係(内線232、233、235)、FAX 53-6073

新型コロナウイルス感染症の感染状況によるイベント・講座などの開催情報や、市公共施設の開館情報は、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 すわをかしまつり スンプラリー開催中**

今年も大好評のスンプラリーを開催しています。ぜひご参加ください。

- 期間 (開催中)～3月19日(日)
- 参加方法 ①2月18日(土)の新聞に折り込み済みのスタンプカード台紙を切り取り、和洋菓子店・パン屋の参加店で買い物をしてスタンプを集めてください。500円以上購入すると、スタンプが1つもらえます。 ②6店舗分のスタンプを集めて、店頭応募箱へ入れてください。
- その他 ○応募した人には、1,000円分の商品券をプレゼントします。さらに、抽選で参加店のお菓子の詰め合わせが当たります。 ○応募用のパンフレットは参加店に置いてあります。

(問) 第17回をかしまつり実行委員会 (諏訪商工会議所内) ☎52-2155



**消費者トラブルを防ごう
STOP! 相談は局番なしの188へ!**

消費生活センターを覚えておいて!

4月から親元を離れて1人暮らしを始める人などは、消費生活センターを覚えておきましょう。消費生活のトラブルは、契約者本人が居住地のセンターへ相談することが基本です。契約者以外の人から相談が来た場合、センターは助言のみを行います。引っ越しをした際は、最寄りのセンターを確認しておきましょう。188に電話をかけ、居住地の郵便番号を入力すると最寄りのセンターへつながります。

■相談窓口……………
○消費者ホットライン…局番なし188
○市消費生活センター…☎52-8199 (平日8:30～17:15)
ホームページQRコード▶



i SUWA プレミアム 認定商品体験会

地域ブランドのSUWAプレミアム認定商品に触れる体験型イベントを開催します。参加者には特典がありますので、ぜひお越しください。

- 日程 3月11日(土)
- 時間 正午～午後4時
- 会場 SUWA ガラスの里イベントスペース
- その他 詳細は右のQRコードを読み取り、ご確認ください。



▲QRコード

(問) 産業連携推進室産業連携推進係
(内線451)

i 統一地方選挙 立候補手続き等説明会

■長野県議会議員一般選挙

- 日時 3月15日(水) 午後2時
- 会場 伊那合同庁舎講堂(伊那市)

■諏訪市長・市議会議員一般選挙

- 日程 3月20日(月)
- 時間 午後1時30分
- 会場 市役所大会議室(5階)

【共通事項】

- その他 立候補の準備や手続き、選挙運動の方法について解説した「地方選挙早わかり」を、1冊1,800円で販売しています。購入を希望する人は、お問い合わせください。

(問) 選挙管理委員会事務局 ☎52-6046

i 小型ロケットの 打ち上げ実験

地方創生の目的で、諏訪圏域5市町村が信州大学に委託しているSUWA小型ロケットプロジェクトにおいて、ロケットの打ち上げ実験を行います。

- 日時 ○準備… 3月18日(土) (予備日：3月25日(土)) 終日 ○実験… 3月19日(日) (予備日：3月26日(日)) 終日
- 会場 諏訪湖ヨットハーバー
- その他 ○上記の日時は、諏訪湖ヨットハーバー(駐車場を含む)へ関係者以外立ち入りはできません。○規制区域外での見学は可能です。○天候、その他の事情によっては延期または中止にします。

(問) 信州大学諏訪圏サテライトキャンパス(航空宇宙システム研究拠点宇宙システム部門) ☎21-1561

i 3月定例教育委員会

- 日時 3月10日(金) 午後3時
- 会場 市役所302会議室(3階)

i 公務員の児童手当

公務員は、児童手当が勤務先から支給されます。勤務先が変わり、新たに公務員になった児童手当の受給者は、15日以内に勤務先と市役所で手続きをしてください。退職などで公務員でなくなる場合も、勤務先と市役所で手続きが必要です。

(問) 市民課市民窓口係(内線119)

i 国民年金の加入手続きを お忘れなく

年金は20歳～60歳の人が全員加入することになっています。会社を退職したときは、退職日から2週間以内に国民年金への加入手続きが必要です。支払いが難しい人は免除制度もありますので、お問い合わせください。

- 手続き窓口 岡谷年金事務所、市民課⑤番窓口(市役所1階)
 - 持ち物 基礎年金番号が分かる物、退職日が分かる書類、雇用保険被保険者離職票(免除申請をする人)
- (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… 3月16日(木) 午後5時15分～7時 ○休日… 3月26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)

i 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)

i 野焼きは原則禁止です！

廃棄物(ごみ、草類)の焼却(野焼き)は、法により原則禁止されており、違反者には罰則が科せられます。例外として認められている焼却も、やむを得ない場合に限り、近隣の迷惑にならないように行うことが必要です。近隣から苦情申し立てがある場合などは、配慮や改善の指導をしています。



■例外として認められている焼却

○農業、林業、漁業を営むためにやむを得ず行われるもの ○災害の予防、応急対策または復旧のために必要なもの ○どんど焼きなど、風俗慣習上の行事を行うために必要なもの

(問) 環境課環境保全係(内線214、215)

i インボイス制度説明会

事業者向けに、10月から開始する消費税のインボイス制度の説明会および登録申請サポート会を開催します。

- 日程 3月17日(金)
 - 時間 午後2時～3時30分
 - 会場 岡谷商工会館3階ホール
 - 定員 30人(先着順)
 - 申し込み 3月10日(金)午後5時までに、電話で申し込んでください。
 - その他 ○個人事業者に限り、スマートフォンで登録申請ができます。その際は、マイナンバーカードとスマートフォンをお持ちください。○新型コロナウイルス感染症の状況により、延期または中止にすることがあります。○来場の際は、公共交通機関をご利用ください。
- (申)・(問) 諏訪税務署個人課税第一部門 ☎57-5211、岡谷商工会議所 ☎23-2345

※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。



募集

シルバー人材センターの
入会説明会

- 日時 3月16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 3月15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



放課後児童クラブの支援員

- 採用予定人数 若干名
 - 勤務場所 市内6小学校児童クラブ
 - 勤務形態 ○学校の下校時間、休校に合わせたシフト制で午後6時30分まで ○1日3時間程度かつ週3日程度からの勤務 ○土・日曜日、祝日、8/13～16、12/29～1/3は休み
 - 報酬 時間給1,060円～1,194円(条件により異なる)
 - 応募資格 資格不要 ※教員・保育士などの資格を持っている人は、ご相談ください。
- (申)・(問) 教育総務課青少年係(内線465)



相談



不動産評価等の無料相談会

- 日時 4月5日(水) 午前10時～正午、午後1時～4時
 - 会場 市役所403会議室(4階)
 - 相談内容 売買、交換、相続、借地、担保、賃貸借などに係る不動産評価
- (問) (一社)長野県不動産鑑定士協会 ☎026-225-5228

諏訪市空き家・空き地
バンク活用相談会(無料)

- 日時 3月25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)



総合教育会議

- 日時 3月14日(火) 午後2時～4時
 - 会場 市役所大会議室(5階)
 - 議題 教育大綱について
 - その他 傍聴ができます。感染症対策を講じた上でご参加ください。
- (問) 企画政策課企画政策係(内線321)

市図書館・信州風樹
文庫の臨時休館

- システム更新のため、臨時休館します。期間中は図書館ホームページも停止するため、インターネットからの貸し出し延長や予約ができません。
- 休館期間 3月13日(月)～22日(水)
- (問) 市図書館 ☎52-0429

森林体験学習館を
ご利用ください

- 市内在住、在勤、在学の人誰でも使うことができます。
- 開館期間 4月～11月
 - 休館日 月曜日(祝日の場合は、その翌日) ※7月24日(月)～8月7日(月)は、休館日を設けません。
 - 利用時間 ○日帰り…午前9時～午後4時 ○宿泊…午後4時までに入館し、翌日午前9時以降に退館
 - 所在地 上諏訪12968-1
 - 費用 ○日帰り…無料 ○宿泊…310円(予定)/人(寝具利用者)、1団体につき1泊500円(光熱水費) ※宿泊は同居家族のみ受け付けます。
 - 申し込み 利用を希望する日の2か月前から、電話で予約を受け付けます。利用する日の1週間前までに、生涯学習課窓口(市公民館内)に使用許可申請書を提出してください。
 - その他 感染症対策のため、利用制限を設けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) 生涯学習課生涯学習係(内線595)



▲QRコード

諏訪市公式LINE

市LINE公式アカウントでは、市のさまざまな情報を発信しています。ぜひご利用ください！



友だち登録は
←こちら

諏訪市防災気象情報
システム「すわそらサイト」

愛称を「すわそらサイト」と命名して、諏訪市防災気象情報システムをリニューアルしました。愛称は、「諏訪の空(天気)が分かるサイト(ホームページ)」という理由から名付けました。「すわそらサイト」では天気予報、雨雲予測、降水量、河川水位情報など、日常生活から災害の危険が迫る場面まで、必要な情報が確認できます。また、画面のリニューアルを行い、より見やすくなりました。

愛称のとおり、「すわ」の「そら」が詳しく確認できますので、ぜひご利用ください。

(問) 危機管理室市民安全係(内線258)

3/1～7 春の全国火災予防
運動を実施します

令和4年中の諏訪市内における火災件数は7件で、そのうち建物火災は4件でした。昨年と比較すると、建物火災は3件減少し、全体で7件減少しました。「お出かけは マスク戸締り 火の用心」を標語に、春の全国火災予防運動を実施します。

■住宅用火災警報器を設置していますか？

住宅用火災警報器を設置すると、火災発生時の死亡や損害拡大のリスクが大幅に減少します。火事の早期発見と被害の軽減、大切な家族の命を守るために、住宅用火災警報器を早急に設置してください。設置方法などについて、お困りの際は、諏訪消防署(☎52-0119)にお問い合わせください。

■住宅防火・命を守る「3つの習慣・4つの対策」

【3つの習慣】

- ①寝たばこは、絶対やめる。
- ②ストーブは、燃えやすい物から離れた位置で使用する。
- ③ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

【4つの対策】

- ①逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
 - ②寝具、衣料品、カーテンは、防災品を使用する。
 - ③火災を初期で消すために、住宅用消火器を設置する。
 - ④高齢の人や身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。
- (問) 消防庶務課庶務係 ☎52-0299

📖 コリほぐし体操

- 日時 ①30分クラス… 3月6日(月) 午後2時、3月8日(水) 午前10時 ②45分クラス… 3月23日(木) 午後2時 ③ボールストレッチ45分…3月17日(金) 午後2時
- 会場 駅前交流テラスすわっちゃオ
- 定員 ①②12人 ③8人 ※全て先着順
- 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) すわっちゃオ ☎75-5257(火曜日を除く午前9時～午後9時30分)

📖 男のプレミアム倶楽部

男のおもしろ倶楽部(広報すわ4月号掲載予定)との重複受講はできません。

- 日程、内容 下表のとおり

日程	内容
4/25(火)	開講式、ラインを始める
5/23(火)	新緑の乗鞍三名滝巡り
6/13(火)	かりんをめぐる話
6/21(水)	死刑囚の歌集から考える
7/11(火)	マレットゴルフ体験
8/8(火)	三峰山ハイキング
9/5(火)	下社旧御射山社見学
10/3(火)	白駒池紅葉散策
10/17(火)	葡萄の摘み取り体験
12/5(火)	読み聞かせと朗読
令和6年1/16(火)	太極拳体験
2/13(火)	ピザづくり
3/12(火)	元気になる音楽、閉講式

- 時間、会場 午後1時30分～3時30分(初回) 中洲公民館(初回)
- 対象 市内在住、在勤の男性
- 定員 20人(先着順)
- 参加料 1,500円 ※初回集金。別途、現地学習費などが必要です。
- 申し込み 3月22日(水)～29日(水)に、直接窓口か電話で申し込みを。
- (申)・(問) 市公民館 ☎53-6219

📖 65歳以上の人の健康づくり(介護予防)教室

- 4月開催の教室の申し込みは、4月10日(月)～14日(金)に受け付けます。詳しくは、広報すわ4月号に挟み込み予定の令和5年度健康づくり(介護予防)カレンダーをご覧ください。
- (問) 市地域包括支援センター(高齢者福祉課内) (内線298)

📖 はじめての読み聞かせ教室

- 読み聞かせ初心者に向けた教室です。
- 日時 3月25日(土) 午前10時30分～正午、午後2時～3時30分 ※各回同じ内容です。
- 会場 市図書館 視聴覚ホール
- 定員 各回6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)・(問) 市図書館 ☎52-0429

📖 令和5年度諏訪6市町村広域手話奉仕員養成講座

- 日時 4月10日(月)～令和6年2月19日(月)の間で、祝日を除く毎週月曜日(全41回) 午後7時～9時
- 会場 諏訪湖ハイツ(岡谷市)
- 対象 原則、次の3つの要件を満たす人 ①諏訪圏域6市町村在住者、在勤者、在学者 ②手話の学習経験がない人 ③全日程に出席できる見込みの人
- 定員 20人(応募者多数の場合は抽選)
- 参加料 3,300円(テキスト代)
- 申し込み 3月6日(月)午前8時30分～3月24日(金)午後5時に、岡谷市社会福祉協議会のホームページで申し込んでください。
- (申)・(問) 岡谷市社会福祉協議会 ☎24-2121



▲QRコード

📖 諏訪地区保護司会による非行・犯罪相談

- 日程 3月31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、電話で申し込みを。
- (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

- 日程 3月15日(水)
- 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 3月8日(水)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

📖 講座

📖 ひきこもりに関する学習会

- 日程 3月23日(木)
- 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)
- 対象 ひきこもり状態の人の家族や支援者 ※ひきこもりの当業者は参加できません。
- 内容 ひきこもりの基本理解と家族の対応について
- 講師 長野県精神保健福祉センター職員
- 申し込み 3月22日(水)までに、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 諏訪市社会福祉協議会 ☎52-2508

〈広告欄〉

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。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎0263-88-7009

結婚相談所ムスベル

♪ヤマハ音楽教室♪

無料体験教室実施中

音楽教室

年少(木)16:10 3/12(日)10:00
年中長(土)11:00 3/12(日)11:15
※会場は両コースとも茅野センターとなります

個人レッスン

★ピアノ
★エレクーン
★ドラム ★ギター
★ヴァイオリン

青春ポップス

♪歌って踊る♪
グループレッスン
★無料見学日★
3/17・31(金)10:30
茅野センター

お問い合わせは

諏訪センター 諏訪市諏訪2-2-7
教室担当:高子 070-5571-9001
☎ 0120-970-091

(株)オクチ楽器

※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。



スポーツ



レディースソフトテニス教室

●日程 4月4日(火)、11日(火)、18日(火)、25日(火) 全4回

●時間 午前9時～正午

●会場 上川テニスコート

●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



もっと上達したい小学生長期水泳教室

水泳技能の向上と心身の鍛錬を目的に、水泳教室を開催します。

●日程 4月19日(水)～10月27日(金)の間で、原則水・金曜日のうち全37回 ※8月6日(日)市スポーツ祭を含む。

●時間 午後6時30分～7時30分

●会場 すわっこランド

●対象 ビート板無しで15m以上泳げる市内の小学生(3年生以上)

●定員 50人程度(先着順)

●参加料 2万5,000円(入場料含む)

●申し込み 事前に市水泳協会事務局へ電話連絡の上、3月25日(土)午後4時～5時に、すわっこランド研修室で申し込んでください。

●その他 会場までの送迎は、保護者が責任を持って行ってください。なお、施設内への保護者の入場はできません。

※詳しくは、市水泳協会ホームページをご覧ください。



▲QRコード

(申)・(問) 市水泳協会事務局(両角) ☎080-5146-2176



市公民館 女性セミナー

●日程、内容 下表のとおり

日程	内容
4/26(水)	開講式、勇壮な和太鼓演奏
5/17(水)	牛伏川フランス式階段工の見学・自然散策
5/24(水)	死刑囚の歌集から考える
6/21(水)	ポッチャをプレーしよう
7/12(水)	井戸尻考古館、歴史民俗資料館、蓮池などの見学
7/19(水)	霧ヶ峰自然保護センターの見学と高原散策
7/26(水)	満蒙開拓団の歴史から考える
8/2(水)	フラダンス入門
9/6(水)	風呂敷で何でも包もう！
9/20(水)	ハザードマップを活用して、防災
10/4(水)	おいしいお菓子づくり
11/8(水)	11/15(水) 11/22(水) いやしのフルート演奏、閉講式

●時間 午後1時30分～3時30分(初回)

●会場 文化センター(初回)

●対象 市内在住、在勤の女性

●定員 60人(先着順) ※AとBの2グループに分け、30人ずつ募集します。どちらのグループも全日程受講できますが、グループごとに活動が異なる場合があります。Bグループは、5月17日(水)、8月2日(水)の回で4km程度歩きます。詳しくは、チラシや市ホームページをご覧ください。

●参加料 1,500円 ※初回集金。別途、現地学習費や材料費などが必要です。

●申し込み 3月14日(火)～17日(金)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(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



乳幼児子育て学級

●日程、内容 下表のとおり

日程	内容
4/25(火)	開講式、オリエンテーション
5/9(火)	親子で楽しむ運動遊び
5/16(火)	親子で図書館に出かけよう
5/30(火)	出張美術館ミニアート教室
6/6(火)	親子で楽しむいちご狩り
6/20(火)	CAREプログラム、温かい人間関係作り
6/27(火)	おやつづくり
7/4(火)	健康な歯をつくるために(歯科医師会)
7/11(火)	笑顔でママヨガ
7/25(火)	夏休み行事：美術館で親子アート鑑賞
8/1(火)	夏休み行事：すわっチャオでミニコンサート
8/23(水)	親子でフラダンス
9/6(水)	目指せ“防災ママ”
9/12(火)	遊覧船&足湯、湖畔散歩
9/26(火)	魔法のコミュニケーション
10/3(火)	英語でハロウィン
10/17(火)	成長と思い出を振り返ろう、閉講式

●時間 午前10時～11時30分(原則)

●会場 カルチャーホームすわ ほか

●対象、定員 市内在住の3歳以下の乳幼児とその保護者 ※未受講の人に限ります。 20組(先着順)

●参加料 1,500円 ※初回集金。6月6日(火)、9月26日(火)は別途集金があります。

●申し込み 3月3日(金)～4月7日(金)に、電話か直接窓口またはながの電子申請で申し込んでください。▲電子申請



●その他 託児サポートがあります。(申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

〈広告欄〉

THINX

徹底的なデータ解析が

あなたを合格に導く、

シンクスの科学的アプローチ。

事業者:atama plus株式会社



3/20-4/4 春期講習 無料!

無料体験期間中は最大4回通塾可能です。

上諏訪校 諏訪市諏訪1丁目3-11

お問い合わせ 0120-962-381

小・中・高に対応 www.thinx.info





市町村対抗駅伝競走大会 諏訪市代表の選考会

4月29日(土・祝)に開催される市町村対抗駅伝競走大会の代表選考会です。

●日時 3月25日(土)(予備日:3月26日(日)) ○受け付け:午前9時~9時15分 ○スタート:午前9時30分

●場所 宮川橋(すわっこランド前)付近のジョギングロード ※変更の可能性あり

●内容 ○小学校3~5年男・女…1.5km ○小学校6年、中学校1・2年男・女、中学校3年女子、高校以上女子…3km ○中学校3年男子、高校以上男子…6km

●参加資格 市内在住の小学校3年生以上

●申し込み 3月1日(水)~16日(木)に、ながの電子申請で申し込んでください。



▲電子申請

(申) スポーツ課 ☎57-2811、(問) 市陸上競技協会(進藤) ☎090-5348-6344



いざという時のために スポーツ保険に加入を

●補償対象 グループ活動中や往復途上を含めた傷害事故、賠償責任を負う事故 ※4人以上の団体が対象

●保険期間 4月1日(または加入手続きの翌日)~令和6年3月31日

●保険掛け金 ○中学生以下…800円 ○高校生以上64歳以下…1,850円 ○65歳以上…1,200円 ※1人当たりの年額(他にも種類あり)。詳しくはお問い合わせいただくか、

スポーツ安全協会ホームページをご覧ください。

(問) スポーツ安全協会長野県支部 ☎026-219-2474



▲QRコード



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



ジュニアテニス教室(硬式)

●日程 4月8日(土)、15日(土)、22日(土)、29日(土・祝)、5月13日(土)、20日(土)、27日(土)、6月3日(土)、10日(土)、17日(土)、24日(土) 全11回

●時間 ○初心者・初級…午後1時~3時 ○中級以上…午後3時~5時

●会場 クリーンレイクテニスコート

●対象 市内の小学生(原則3年生以上)、中学生

●定員 40人(先着順)

●参加料 6,500円 ※初回集金

●申し込み 4月1日(土)から、電話かEメールで申し込んでください。その際、氏名、学年、保護者の氏名、電話番号、メールアドレス、テニス歴をお知らせください。

(申)・(問) 市テニス協会(宮澤) ☎090-1828-9664、Eメール suwa.tennis.jp@gmail.com

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。



困りごとご相談ください 4月の相談日程

法律相談

【要予約】

4月20日(木) 13:00~17:00
※3月20日(月)から予約受け付け。
会場:市役所502会議室(5階)
定員:8人 ※利益相反の際は断ります。
相談員:蒲生路子弁護士

予約先:市民課市民窓口係(内線116)

交通事故相談

【要予約】

4月13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】

4月5日(水)、15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

4月21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 (3月、4月第一週)

3/4(土)	杉村設備 ☎52-4066
3/5(日)	金子工務店 ☎53-3331
3/11(土)	電管エンジニアリング ☎53-1421
3/12(日)	林組工業所 ☎58-1336
3/18(土)	スワテック建設 ☎78-9011
3/19(日)	丸三上田商店 ☎58-0171
3/21(火・祝)	ヤジマ設備工業 ☎52-1777
3/25(土)	渋崎建設 ☎52-0443
3/26(日)	電管エンジニアリング ☎53-1421
4/1(土)	林組工業所 ☎58-1336
4/2(日)	日設工業 ☎58-2281

○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3月31日(金)

国民健康保険税(3月分)
介護保険料(普通徴収12期3月分)
後期高齢者医療保険料(9期3月分)

防災行政無線放送「広報すわ」の内容を、フリーアクセスでも案内しています。聞き逃してしまったときは、ご利用ください。
☎0120-68-8404(無料)



2023.3.1

SUWA

広報
すわ

NO.1109

■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。

令和5年度 健康カレンダーを配布します



健康カレンダーには、各種検診の案内、結核健診・子宮がん検診の受診票、乳幼児健診・相談、乳幼児予防接種の案内、市内医療機関一覧表などが載っています。
(問) 保健センター(内線591)

■健康カレンダーの配布場所

健康カレンダーを広報すわ3月号と一緒に配布します。広報すわと一緒に届かなかった人や、複数部必要な人は次の場所で入手してください。

- 保健センター、市役所受付、市公民館、市内4公民館
(豊田・四賀・中洲・湖南)、駅前交流テラスすわチャオ

■各種検診の受診には申し込みが必要です

各種検診を受診するには、申込締め切り日までに健康カレンダーにつづられている「検診申込ハガキ」を保健センターへ送付するか、ながの電子申請で申し込んでください。電話での申し込みはできません。なお、結核検診は申し込みが不要です。



▲電子申請

- 申込締め切り日:4月3日(月)

※ハガキの場合は最終日必着

CHECK! 早期発見・治療のためにがん検診を受けましょう

日本人の**2**人に**1**人ががんにかかり、**3**人に**1**人が亡くなっています。がんは日本人の死因第1位で、その割合は年々上昇傾向にあります。がんの初期は症状がない場合も多く、自覚症状がないまま進行していきます。

市のがん**検診**は**無料**で受けられます(肺がんCT検診以外)。ぜひこの機会にがん検診の申し込みをし、自身の健康のために定期的に検診を受けましょう。

今号は、「すわじん」「ぐる〜ぶ通信」のコーナーはお休みします。

ゼロカーボンシティの実現に向けて、地球温暖化防止に役立つ情報を紹介します。



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)

置き配バッグ活用実証実験の結果

昨年8月~12月に、市民モニターのみなさんと「置き配バッグ活用実証実験」を行いました。これは、置き配バッグを活用し、荷物の再配達と二酸化炭素排出量の削減、新しい生活様式の導入の効果を実証するための取り組みです。



実証実験によってどのような効果が?
短い動画で確認してみましょう。

市公式YouTubeチャンネルへ



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

今年の冬は鍋を食べることが多く、3日間連続で鍋を食べたときもありました。今はいろいろな鍋のもとが売っており、「昨日はキムチ鍋にしたから今日は寄せ鍋にしようかな…」と日によって違う味を楽しめるので、連日続いて飽きません。個人的にはがんもどきを入れると、つゆの味が染みておいしいのでおすすめです。(C)

編集後記

■広報すわ4月号の配布日は、3月27日(月)~3月31日(金)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 2023.3 24