

シゼンとヒトがつながる、すわ。

広報すわ
NO.1110

4

2023 / 令和5年



SUWA



特集

受動喫煙防止条例を制定しました P2~3
禁煙チャレンジ実施中！ P4

お知らせ

- 子育て応援アプリ「すわっ戸ぶり」..... P5
- 豊田公民館に工芸棟が完成しました..... P6
- 空き家・空き地バンク活用相談会..... P7
- 65歳以上の人の健康づくり教室/新成人ブックプレゼント..... P8
- 新型コロナワクチン接種/地球温暖化対策補助金..... P9
- 犬の登録・狂犬病予防注射..... P10

ものづくりの力を体験

3月11日(土)に、SUWAガラスの里でSUWAプレミアム認定商品の体験会が行われました。当日はたき火やまき割りの体験もあり、参加者がたき火でマシュマロを焼く姿がありました。

令和5年
4月1日
施行

誰もが健やかに暮らせる社会の実現をめざして

諏訪市受動喫煙のない 思いやりと健康のまちづくり条例 を制定しました

お問い合わせ
保健センター(内線591、592)

受動喫煙から大切な人・家族・自分自身を守るため 受動喫煙防止にご協力をお願いします

受動喫煙防止の必要性

受動喫煙とは、他人のたばこから出る煙や吐き出された煙を吸わされることを言います。喫煙が、がんや脳卒中、心筋梗塞、喘息などの病気を引き起こすことは広く知られています。受動喫煙についても、ほんのわずかであっても心臓発作などの疾患の発症リスクが急激に増加し、受動喫煙を原因とする死亡者が年間1万5千人にのぼると推計されています。(出典：「喫煙と健康」(厚生労働省))

諏訪市受動喫煙のない思いやりと健康のまちづくり条例(以降、条例)は、受動喫煙による健康への影響を防止し、次代を担う子どもたちをはじめとする市民のみなさんの健康を守るために、取り組みを進めることを目的としています。

条例の対象となるたばこ

条例では、たばこ事業法に規定する製造たばこと製造たばこ代用品を規制の対象としています。近年普及している、加熱式たばこも規制の対象となります。

※加熱式たばこ：たばこ葉などを専用の機器で加熱して発生させた蒸気を吸うタイプのたばこ製品。主流煙には健康に影響を与える有害物質が含まれていることは明らかで、研究調査が進められています。



国においても受動喫煙対策が強化されています

令和2年4月1日に健康増進法が改正され、受動喫煙への対策が強化されています。

- 多くの施設において、屋内が原則禁煙に
- 屋内での喫煙には喫煙室の設置が必要に
- 20歳未満の人は喫煙エリアへの立ち入り禁止
- 喫煙室には標識掲示が義務付けに

条例のポイント

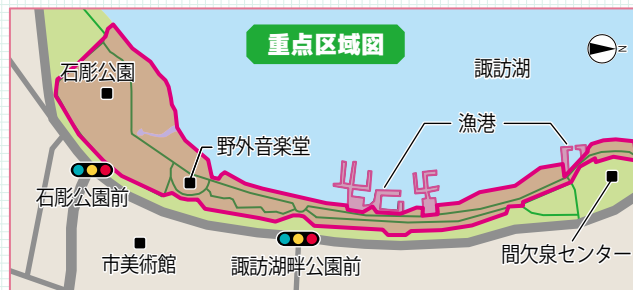
1 次の場所で周囲に人がいるときは喫煙をご遠慮ください

- 道路、公園、その他多数の人が利用する屋外
- 家や車の中で人がいるとき
- 子どもや妊婦が周囲にいるときは特に配慮する

健康増進法の改正により、屋内施設は原則禁煙が義務付けられています。

2 諏訪湖畔公園の一部を 受動喫煙防止重点区域に指定します

- 重点区域：石彫公園から間欠泉センターのサイクリングロードより湖側（遊覧船乗り場・漁港を含む）
- 区域内は喫煙禁止
- 区域外であれば人のいない場所で喫煙可能



受動喫煙防止対策の推進

1 市の役割

- たばこを止めたい人への禁煙支援を行います。
- ▶ 禁煙チャレンジ(禁煙外来治療費助成)を実施中！詳しくは、4ページをご覧ください。
- 受動喫煙による健康影響を防止するための情報提供・普及啓発を行います。
- 市が管理する施設の受動喫煙対策を行います。



2 市民や保護者のみなさんの役割

- 受動喫煙による健康への影響について理解を深め、市が行う施策に協力するように努めます。
- 公共の場所でも、私的な場所でも受動喫煙を生じさせないように配慮します。
- 妊婦や子どもの周りでたばこを吸わない、吸っている姿を見せない、煙のあるところに連れていかないなど、家族全員で受動喫煙防止対策に取り組みます。

3 事業者の役割

- 受動喫煙による健康への影響について理解を深め、受動喫煙を防止するための環境整備に努めます。
- 市が行う施策に協力するように努めます。

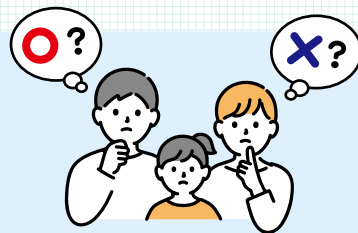
市が管理する施設の受動喫煙対策を進めます

市内小中学校・保育園などに加え、4月1日から健康増進法の第1種施設である市役所庁舎と水道局を、敷地内全面禁煙とします。敷地内に喫煙所は設置されませんので、ご理解、ご協力をお願いします。

※第1種施設：子どもや利用者、患者などに特に配慮すべき施設で、敷地内は原則禁煙です。学校、病院、児童福祉施設、行政機関の庁舎、バス、タクシー、航空機などが該当します。

たばこクイズ！ ○か×で答えてみよう！

- Q1 喫煙開始年齢が低いと、健康リスクが高くなる
- Q2 加熱式たばこは煙が出ないので、健康への影響はほとんどない
- Q3 換気扇の下で吸えば、周りにいる人への影響はない
- Q4 たばこを止めたら太ってしまったので、たばこを吸って体重を落とした方が健康にはよい
- Q5 たばこがやめられないのは「ニコチン依存症」という、「脳の病気」である
- Q6 たばこを吸いたいと思ったきっかけで、1番多いのは、「友人や知人にすすめられたから」



クイズの答えは4ページへ！

「そのたばこ やめませんか？」

禁煙チャレンジ実施中!

(禁煙外来治療費助成)



なくそう! 望まない受動喫煙

たばこがやめられないのは、「ニコチン依存症」という病気です。自分の意志が弱いせいではありません。医師からニコチン依存症と診断された場合は、禁煙外来の保険治療対象となります。市は、禁煙外来の治療費の自己負担分の3分の2以内の額を助成しています。この機会にぜひ、禁煙に取り組みましょう。
※加熱式たばこを吸っている人も禁煙外来の対象となります。

申・問 保健センター(内線591、592)

対象

市内在住で、次の全ての条件を満たす人

- 禁煙治療を希望している
- 禁煙外来治療を受け、定められた治療過程を終了している
- 市税の滞納がない

助成金額

禁煙外来の治療費や薬剤費の自己負担分の3分の2以内の額(上限1万円)

申し込み

医療機関に禁煙外来受診相談後、補助金登録申請書を保健センター窓口か、郵送で提出してください。なお、必ず治療開始前に申請してください。

詳しい内容や
補助金登録申請書の様式は、
市ホームページをチェック!



諏訪市禁煙チャレンジ

📄 手続きの流れ

1	禁煙外来受診相談 医療機関に相談
2	登録申請 補助金登録申請書を保健センターに提出
3	禁煙外来での治療 12週間の治療を受ける
4	助成金申請 治療終了後次の物を保健センターに提出 ○領収書 ○医療費明細書 ○治療終了証明 ○実績報告書
5	助成金の交付 指定の金融機関口座に振り込み

🏠 諏訪市内の禁煙外来(2022年9月現在)

医療機関名	住所	電話番号
五味医院	大手2-4-3	52-1126
諏訪赤十字病院	湖岸通り5-11-50	52-6111
諏訪豊田診療所	豊田2434-2	52-1802
高林内科呼吸器クリニック	湖岸通り1-13-11	54-1159
清水クリニック	湖岸通り5-13-18	53-1625
宮坂医院	元町4-10	52-1711
やざわ虎クリニック	高島1-21-14 こころのひろば内	57-8300
あるがクリニック	湯の脇2-6-3	78-1235

※やざわ虎クリニックは、現在、禁煙外来の受け付けを休止しています。

出典:「禁煙治療に保険が使える医療機関」(日本禁煙学会)

注意事項

- 禁煙チャレンジの利用は、1人1回までです。
- 禁煙外来を受診する予定の医療機関に、事前に治療が保険適用になるか確認し、登録申請をしてください。
- 医療用禁煙補助薬品の欠品、品薄状態が続いています。受診前に医療機関にご相談ください。

4月3日からスタート!

子育て応援アプリ すわっ月ぶり

諏訪市にお住まいの子育て世代を応援するアプリ「すわっ月ぶり」(母子手帳アプリ「母子モ」の機能を利用)の運用を、4月3日から開始します。妊娠から出産、子育て期にわたり切れ目のない支援をするために行っている各種母子保健事業、子育て支援事業に加え、アプリを導入し、妊娠、出産、子育てに役立つ情報を配信することで、より一層充実した子育て支援を行います。

紙の母子手帳と併せて、ぜひご活用ください! ※アプリの利用料金は無料ですが、通信料は利用者負担となります。

問 保健センター(内線591、592)

アプリの利用方法(初めて利用する人向け)

1

母子手帳アプリ「母子モ」をお手持ちのスマートフォンにダウンロード



💡 アプリのダウンロードは、ページ右下のQRコードから!

2

アプリのトップ画面から「はじめてご利用の方」を選択



3

プロフィールを設定



💡 お住まいの地域の郵便番号に、諏訪市内の郵便番号を入力!

すわっ月ぶり

by 母子モ

地域とつながる、安心の子育てアプリです
※現在使用している紙の母子手帳も引き続き必要です。併せてご利用ください。

成長記録モ!

大切な思い出を残せる

成長記録や楽しい思い出を記録、家族皆で共有できます。

街の育児情報モ!

地域とつながる安心子育て

地域の情報が届きます。また、必要な施設を検索できます。

予防接種モ!

複雑で面倒な予防接種スケジュールをカンタン管理!

誕生日と接種状況などから最適なスケジュールをご提案します。忙しい毎日でもプッシュ通知が届き、予定日を忘れず安心です。



母子モで検索!

母子モ

検索

Available on the App Store

GET IT ON Google Play



豊田公民館に

工芸棟が完成しました

豊田公民館の敷地内に工芸棟が完成し、4月1日(土)から利用を開始します。陶芸、紙・布・皮革などを扱う工芸、木工、彫刻などさまざまな創作活動に利用できます。会議やその他の活動でも、ぜひご利用ください。



工芸室



- 建物の構造 木造平屋建て
- 部屋の広さ 50㎡
- 設備 陶芸窯、作業机、椅子、暖房器具、水道、ホワイトボードなど



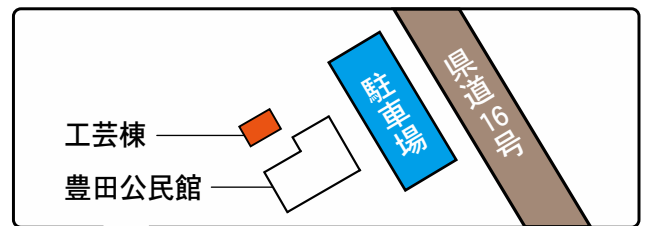
陶芸窯



- 窯の種類 酸化専用タイプの電気炉
- 炉内寸法 幅850mm×奥行き600mm×高さ810mm
- 消費電力 20kw



- 開館時間 ○平日…午前9時～午後9時
○土曜日…午前9時～午後5時 ※日曜日、祝日、12月28日～1月4日は休館
- 場所 諏訪市豊田2591(豊田公民館敷地内)
- 定員 15人
- 工芸室使用料 ○午前9時～正午… 660円
○午後1時～5時… 880円 ○午後6時～9時… 990円 ※暖房料がかかる期間があります。また、陶芸窯を使用する場合は、使用した電力量に応じて別途電気代が必要です。
- 予約方法 使用日の2か月前から受け付けます。事前に、電話か豊田公民館の窓口で申し込んでください。陶芸窯を使用する場合は、早めにご相談ください。



お問い合わせ：市公民館 ☎53-6219

予約申し込み：豊田公民館 ☎52-1587

相談
無料



令和5年度
諏訪市
空き家・空き地バンク
活用相談会



売却



賃貸



管理

市は、家や土地の売却や賃貸などを検討している人の相談を受け付ける相談会を、毎月1回(12月を除く)行っています。

家や土地のことでお悩みの人は、お気軽にご利用ください。

●日程 原則、毎月第4土曜日(下表のとおり)

4月22日(土)	8月26日(土)	令和6年1月27日(土)
5月27日(土)	9月23日(土・祝)	2月24日(土)
6月24日(土)	10月28日(土)	3月23日(土)
7月22日(土)	11月25日(土)	

●時間 午後1時～4時

●会場 諏訪商工会議所(市役所隣)

●相談員 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)

●申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。



諏訪市空き家・空き地バンク
～空き家・空き地サイト～

移住・定住を支援するため、市内の空き家・空き地を活用して「諏訪市空き家・空き地バンク」を開設しています。市内の空き家・空き地を売りたい、貸したいと希望する所有者からの物件情報を、空き家・空き地を利用したい人へ提供しています。右のQRコードを読み取るか、インターネットで「諏訪市空き家」で検索してアクセスしてください。

※空き家・空き地バンクに登録がある空き家の仲介手数料や、家財処分の経費の一部を補助する制度もあります。詳しくは、お問い合わせください。



諏訪市空き家



お問い合わせ

地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線283、285)

Eメール senryaku@city.suwa.lg.jp



65歳以上の人の健康づくり(介護予防)教室

(問) 市地域包括支援センター(高齢者福祉課内) (内線298)

今年度は、既存の教室の他に新しい教室が始まります。興味のある人はぜひご参加ください。

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
4/17(月)	豊田公民館	15人
4/24(月)	四賀公民館	15人
4/26(水)	湯小路いきいき元気館	20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
4/18(火)	湯小路いきいき元気館	25人
4/20(木)	カルチャーホームすわ	25人
4/21(金)	なかよし広場	8人
4/28(金)	豊田公民館	15人

● 時間 午後1時～2時15分

【①・②共通事項】

- 申し込み 4月10日(月)～14日(金)に、市地域包括支援センター(市役所2階高齢者福祉課内)へ電話で申し込んでください。 ※いずれの教室も、各月1人1回のみ参加可能です。

あたまからだ教室

New!!

全12回の教室です。ストレッチや筋力トレーニング、頭の体操を行います。詳細は、今号に挟み込みの「諏訪市健康づくり(介護予防)教室カレンダー」をご確認ください。

- 会場 すわっこランド
- 定員 15人
- 申し込み 4月10日(月)～11日(火)の午前10時30分～午後6時に、すわっこランド(☎54-2626)へ電話で申し込んでください。
- その他 すわっこランド入館料が必要です。



脳いきいき教室

全6回の教室です。頭と体を動かすプログラム(コグニサイズ)で認知症を予防します。詳細は、今号に挟み込みの「社協だより」をご確認ください。

- 会場 中洲公民館、湖南公民館、湯小路いきいき元気館 ※各会場ごとに実施します。
- 定員、参加料 各会場12人 1,200円
- 申し込み 4月3日(月)から、市地域包括支援センター(市役所2階高齢者福祉課内)か市社会福祉協議会(湯小路いきいき元気館2階)の窓口で申し込んでください。電話での申し込みはできません。



新成人ブックプレゼント「種まくブック」

(申)・(問) 市図書館☎52-0429

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

- 対象 平成17年4月2日～平成18年4月1日に生まれた市内在住者と諏訪市出身者
- 申し込み 市内在住の対象者に、案内とカタログを5月までに送付します。カタログや岩波書店ホームページなどを参考に、岩波新書または岩波ジュニア新書の中から好きな1冊を選び、5月1日(月)～10月31日(火)に、ながの電子申請で申し込んでください。
- その他 プレゼント本は、6月以降随時発送予定です。

なぜ、岩波新書？

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

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



▲信州風樹文庫

申し込みはこちら

ながの電子申請▶





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、特例臨時接種期間の延長により令和6年3月まで公費負担により接種を受けられます。令和5年度の接種開始時期や接種会場などの情報は、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、3月現在のものです。

■ 12歳以上の人の令和5年春開始の追加接種

- 対象者は、初回接種(1・2回目)を完了した65歳以上の人と、64歳以下の人で基礎疾患のある人や福祉施設に従事する人などです(前回接種から3か月以上の接種間隔が必要です)。
- 市内における接種開始時期や会場は、調整中です。
- 64歳以下の人には、接種券発行申請の案内はがきを送ります。接種を希望する人は案内を確認の上、接種券の発行を申請してください。
- 65歳以上の人には、接種券を接種可能時期に合わせて送ります。接種券到着後、接種希望日時や会場の予約ができます。詳細は、同封する案内をご覧ください。
※これまでにお送りした未使用の接種券も使用できます。

■ 小児(5歳～11歳)のオミクロン株対応ワクチン追加接種

- 接種対象者は、初回接種(1・2回目)を完了した人です(前回接種から3か月以上の接種間隔が必要です)。
- 市内における接種開始時期は、4月中を予定しています。会場は、調整中です。
- 接種券は、接種可能時期に合わせて送ります。接種券到着後、接種希望日時や会場の予約ができます。詳細は、同封する案内をご覧ください。 ※接種券発行申請の案内はがきが届いた場合、接種を希望する人は案内を確認の上、接種券の発行を申請してください。

■ 初回接種(1・2回目(生後6か月～4歳の乳幼児は3回目まで))

- 4月以降も市内で初回接種を受けられるよう調整中です。初回接種がまだの人は市ホームページをご覧ください。ワクチン接種対策室にお問い合わせの上、接種を検討してください。

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



地球温暖化対策補助金をご活用ください

(申)・(問) ゼロカーボンシティ推進室(内線214)

市は、2050年までに諏訪市の温室効果ガス排出量実質ゼロをめざすゼロカーボンシティ宣言をしました。脱炭素社会実現に向け、家庭における再生可能エネルギーの有効活用を推進するため、設備導入者への支援を行っています。
令和5年度からは、V2Hとソーラーカーポートシステムを補助対象に追加しました。

● 補助区分、補助金額 下表のとおり

補助区分	補助率	上限額
①地中熱利用システム	購入費および設置費用の3分の1以内	30万円
②定置型蓄電システム		10万円
③V2H NEW!	購入費および設置費用の10分の1以内	5万円
④ソーラーカーポートシステム NEW!		

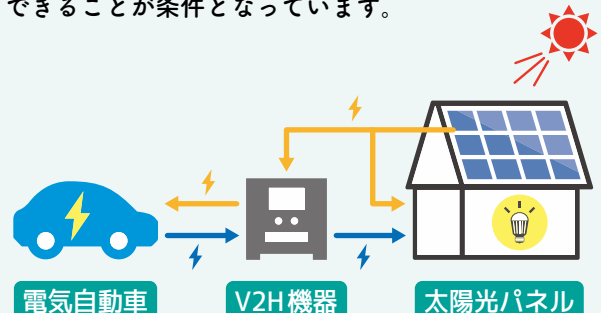
※②～④は、長野県内に本店か支店のある事業所と契約し、設置するものが対象です。また、④は③と同時導入の場合に補助の対象になります。

- 対象 次の全てに該当する個人 ○市内に住所を有する人 ○市税の滞納がない人 ○自らまたは生計を一にする単身赴任者などの家族が居住する住居(②は、新築を除く)へシステムを設置する人 ○令和5年度内に新たにシステムを設置する人

- 申し込み 必ず、工事着工前に申請書を記入の上、必要書類を添えてゼロカーボンシティ推進室窓口(市役所2階)に提出してください。申請書は窓口か市ホームページで取得できます。

新たなメニュー「V2H」とは？

V2Hとは、ビークルトゥホーム(Vehicle to Home)の略で、電気自動車などに充電した電力を、家との間で共有できるシステムです。自宅に設置した太陽光パネルで発電した電力を、電気自動車などに蓄電できることが条件となっています。



補助金について詳しくは、
市ホームページをご覧ください。



年に一度の狂犬病予防注射の時期になりました

犬の登録・狂犬病予防注射

市は、以下の日程で犬の登録・集合注射を行います。飼い主には、生後91日以上の子犬について、生涯1回の登録と毎年1回狂犬病予防注射を受けさせること、鑑札と注射済票を犬に着けることが義務付けられています。手続きを行わない場合、20万円以下の罰金が科せられることがあります。

問 環境課環境衛生係(内線211、212)、県獣医師会諏訪支部 ☎53-1155

4月14日(金)	
9:00~9:10	手長神社階段下(諏訪郵便局横)
9:20~9:30	北沢公民館
9:40~9:50	尾玉町ロータリー
10:00~10:10	双葉ヶ丘公民館
10:30~10:40	清水町3公民館
10:50~11:00	普門寺公民館
11:15~11:35	福島公民館

4月15日(土)	
9:00~9:30	市役所(正面玄関前)
9:50~10:00	文出公民館
10:15~10:25	小川公会堂
10:45~11:05	田辺公民館
11:20~11:30	福島新町公民館
11:50~12:00	沖田町公民館
12:15~12:25	神戸公民館

4月16日(日)	
9:00~9:30	文化センター(正門付近)
9:45~9:55	旧ふれあいの家跡地(湯の脇)
10:15~10:35	四賀公民館
10:55~11:25	中洲公民館
11:45~12:05	豊田公民館
12:20~12:30	諏訪合同庁舎(庁舎南側駐輪場前)

5月11日(木)	
9:00~9:20	ふれあい広場(大和)
9:40~9:50	立石町公民館
10:05~10:15	角間新田公民館
10:35~10:45	強清水駐車場
11:05~11:15	開拓地集荷所

5月12日(金)	
9:00~9:25	神宮寺公民館
9:40~9:50	北真志野公民館
10:20~10:30	上野公民館
10:50~11:00	板沢駐車場
11:15~11:25	後山構造改善センター

5月13日(土)	
9:00~9:20	市役所(正面玄関前)
9:40~9:50	諏訪湖イベントホール(旧東洋パルヴ跡地)前
10:05~10:20	湯小路いきいき元気館駐車場
10:35~10:50	四賀公民館
11:05~11:20	中洲公民館
11:35~11:50	湖南公民館
12:05~12:20	豊田公民館

- 料金 ○新たに犬を登録して予防注射を受ける場合…6,600円 ○登録済みで予防注射を受ける場合…3,600円
- 持ち物 案内はがき(登録済みの人)、料金(お釣りのないようにご用意ください)
- 申し込み 不要。犬の体調の良い日に、会場へお越しください。
- その他 ○雨天の場合も行います。 ○安全のため、犬を押さえることができる人が同伴してください。 ○犬のふんを片付ける用意をしてきてください。 ○過去に予防注射で異常を起こしたことがある場合や持病がある場合は、動物病院で予防注射を受け、環境課窓口(市役所2階)に届け出てください。 ○感染症対策にご協力ください。また、発熱などの症状がある場合は、来場を控えてください。

動物病院で犬の新規登録 手続きなどができます

県獣医師会諏訪支部加入の動物病院のうち、下表にある動物病院で、犬の新規登録(鑑札交付)手続きと狂犬病予防注射済票交付手続きができます。

●期間 毎年4月1日~12月末日

動物病院名	住所	電話
城南ペットクリニック	諏訪市高島1-17-5	☎58-7221
すえひろ動物病院	諏訪市末広5-14 AGUビル1階	☎75-1217
テンダーペットクリニック	諏訪市豊田1247-2	☎55-1400
諏訪かりん動物病院	諏訪市四賀1909	☎75-1014
ひらさわ動物クリニック	茅野市玉川5270-3	☎78-8516
ちの動物病院	茅野市本町西9-46	☎78-8861
ふじみ動物病院	富士見町落合 字樽沢10127-2	☎62-2327

犬・猫のマイクロチップの 装着が義務化されています

令和4年6月1日に改正された「動物愛護管理法」が施行され、ペットショップなどで販売される犬・猫について、マイクロチップの装着と指定登録機関((公社)日本獣医師会)への登録が義務化されました。このため、令和4年6月1日以降にペットショップなどから犬や猫を購入した場合は、マイクロチップの登録情報を飼い主の情報に変更する必要があります。

なお、令和4年6月1日以前から家庭で飼っている場合や犬や猫を譲り受けた場合については、マイクロチップの装着は努力義務(任意)となります。

マイクロチップの登録情報変更は
環境省ホームページへ



※転入、名義変更、死亡、鑑札または注射済票の再交付にかかる手続きは、集合注射の会場や動物病院ではできません。環境課窓口で手続きしてください(死亡手続きは、市ホームページからもできます)。

◆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)



2 / 9
(木)

未来ビジョンの最終案を確認



第6回未来ビジョン策定会議

第6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。最終回となる今回は、「上諏訪駅周辺まちなか未来ビジョン」の最終案を基に、さまざまなエリアの特性を生かしたまちづくりの方向性を確認しました。



2 / 14
(火)

地域と行政の意思疎通を図る



令和5年諏訪市区長会議

2月14日と15日に、市の新年度主要事業や区への支援制度を区長のみなさんに説明する区長会議を開催しました。質疑では、浸水被害が頻発する区の現状などさまざまな意見が出され、地域と行政が課題を共有しました。



2 / 22
(水)

企業版ふるさと納税第1号 寄附に感謝します



企業版ふるさと納税感謝状贈呈式

東京都のトレーラーハウス製造販売会社(株)パークホームズ・プラス様から200万円の寄附をいただき、感謝状を贈りました。贈呈式で池田社長は「首都圏の企業と、地方が結びつくきっかけになれば」と話しました。



3 / 7
(火)

信州ブランドアワード2022しあわせ信州部門



部門賞受賞報告

地域ブランドSUWAプレミアムを官民連携で展開するSUWAブランド推進委員会が、信州ブランドアワード2022の部門賞を受賞しました。受賞を受け市長に報告を行い、ブランドのさらなる発展を誓いました。



3 / 7
(火)

調査への長年の協力に感謝します



永年勤続統計調査員感謝状贈呈式

長年にわたり統計調査に従事した調査員に、市長から感謝状と記念品を贈りました。表彰を受けたお二人からは調査の際に苦労した話や、今後の調査活動への意欲を示す言葉がありました。



3 / 8
(水)

長年の高齢者への食支援などが評価されました



栄養関係功労者厚生労働大臣表彰受賞報告

栄養関係功労者として厚生労働大臣表彰を受けた管理栄養士の松木裕子さんが、受賞を市長に報告しました。松木さんは「『幸せ寿命』を伸ばすことが大切。今後も高齢者の食事支援に尽力していきたい」と抱負を述べました。

お知らせ

国民健康保険税が年金天引きの人へのお知らせです

「国民健康保険税の年金天引き」4月の天引き額は2月と同額です

国民健康保険税が年金から天引き(特別徴収)されている人の4月の天引き額は、2月の金額と同じです。令和5年度の年税額や天引き額については、7月にお知らせします。なお、6月と8月の天引き額も2月と同額となります。

●注意事項 ○令和5年度から資産割が廃止されますが、これまで資産割がかかっていた人も4月の天引き額は変わりません。4月～8月は、当該年度の税額が決まる前の仮の金額での天引きとなり、10月以降の天引き額で調整を行います。○世帯主が令和6年3月までに75歳になる場合は、年金からの天引きにはなりません。○年金天引き以外の納付方法(納付書払い、口座振替)の人には、6月に納税通知書を送付します。

(問) 市民課国保医療係(内線114)

お知らせ

申請する場合は、事前に相談してください

地域を活性化する支援金をご活用ください

【がんばる地域支援金】(対象：区や自治会)

■魅力発見・発信まちづくり事業

- 対象事業 地域の発展、魅力の発見および発信または活性化のための新たな事業
- 補助額 上限30万円(補助率：ソフト事業5分の4以内、ハード事業4分の3以内) ※リニューアル事業は上限20万円

■課題解決ハード事業

- 対象事業 区や自治会が管理・所有する施設・備品の維持修繕事業であって、対象経費15万円以上の事業 ※公民館、防犯灯、防災、消防、ごみステーション、温泉、神社、祭事の施設・備品などは対象外です。
- 補助額 下限5万円、上限20万円(補助率：3分の1以内)

【SUWAを磨くまちづくり支援金】

■若者まちづくり挑戦事業

- 対象 若者が主体の団体、グループ(構成員の半数以上が30歳未満の団体)
- 対象事業 市内で行われる広く市民に開かれた新たな事業であって、まちの活性化、地域の魅力発信、若者がまちづくりを考える機会の創出につながる事業



- 補助額 上限15万円(補助率：10分の10以内)

■輝くまち・ひと促進事業

- 対象 まちづくり事業を実施する団体、グループ
- 対象事業 市内で行われる広く市民に開かれた新たな事業であって、まちの活性化、地域の魅力発信、市民交流の活性化などにつながる事業
- 補助額 上限10万円(補助率：5分の4以内) ※リニューアル事業は上限8万円

【申請の流れ(共通)】

申請 → 審査 → 交付決定 → 事業実施

申請書提出期間：4月3日～令和6年2月末日

(申)・(問) 地域戦略・男女共同参画課地域支援係(内線288)

お知らせ

松くい虫の被害を防ぐために

枯れた松を見かけたら連絡を!

■松くい虫被害

松くい虫被害は、マツノザイセンチュウという小さな線虫と、マツノマダラカミキリによって、1～2か月で松全体が真っ赤になって枯れる伝染病です。 ※カラマツは枯れません。



▲マツノザイセンチュウ(大きさ1mmくらい)
(写真：県林業総合センター)

■マツノマダラカミキリ

松を枯らす原因となる、マツノザイセンチュウを何万匹も体に入れて運ぶ昆虫がマツノマダラカミキリです。このカミキリは、標高約900m以上では繁殖しにくいいため、今のところ標高の高い場所では松くい虫被害は拡大していませんが、近年の温暖化で活動が活発化する恐れがあります。



▲マツノマダラカミキリ
(写真：県林業総合センター)

■諏訪地域の状況と対策

昨年、諏訪市で初めて被害木が確認され、即時伐採駆除が行われました。県内各地域でも、被害が拡大しています。予防対策として、林業関係者などによる監視体制と、活動の強化などを行っています。被害木が確認された場合、県と連携しながら早期に適切な駆除を行います。



▲松くい虫の被害に遭った松
(写真：県林業総合センター)

■松くい虫被害を防ぐために

松くい虫被害の拡大を防ぐためには、葉が赤く変色した松や枯れた松を早期発見・駆除することが大切です。付近の山や公園などで枯れた松を見かけたら、農林課耕地林務係にお知らせください。

募集

みなさんのご意見をお寄せください

諏訪市再犯防止推進計画(案)へのパブリックコメント

諏訪市再犯防止推進計画は、安心・安全な地域づくりに向け、犯罪をした人などが社会で孤立することなく、地域社会の理解を得ながら円滑な社会復帰を果たせるよう支援していくための計画です。

- 募集期間 3月28日(火)～4月27日(木)
- 閲覧場所 市役所1階ロビー、4公民館(豊田・四賀・中洲・湖南)、市ホームページ
- 意見を提出できる人 市内在住者、在勤者、在学者
- 提出方法 専用の意見用紙を用いて、住所・氏名・電話番号・意見を記入し、社会福祉課(市役所2階)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。郵送の場合は、宛先横に計画案名を朱書きで明記してください。

(申)・(問) 社会福祉課社会係(内線231)、〒392-8511 諏訪市高島一丁目22番30号、FAX 53-6073、Eメール shafuku@city.suwa.lg.jp

お知らせ

4月1日からの変更です

市の組織の一部変更

(問) 企画政策課スマート化推進係(内線323)

■ 課などの変更

○ 市民環境部にゼロカーボンシティ推進室を新設。

○ 消防庶務課庶務係を消防課消防係に名称変更。

■ 係などの変更

○ 税務課の係を市民税係・資産税係・収納係に変更。

○ スポーツ課に国民スポーツ大会準備係を新設。

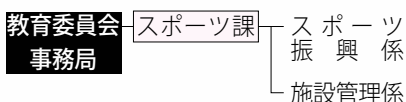
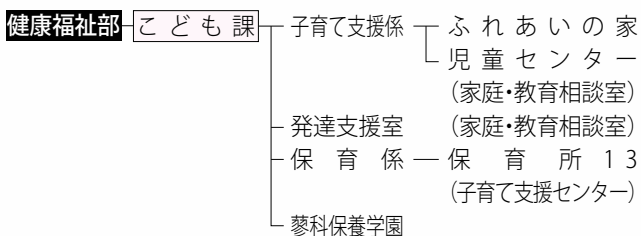
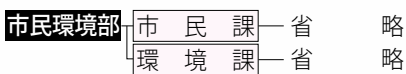
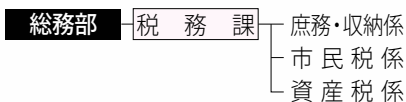
法人市民税、諸税に関する業務を、現在の庶務・収納係から市民税係へ移管。

令和10年度に長野県で開催される第82回国民スポーツ大会に向けた準備を担当。 ※令和6年度の佐賀大会から「国民体育大会」が「国民スポーツ大会」に名称変更。

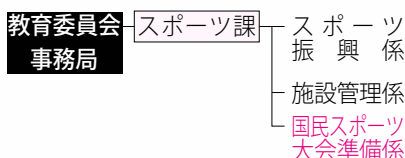
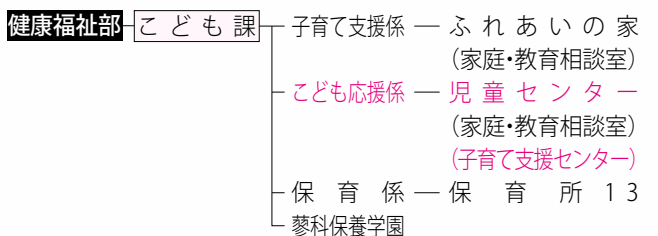
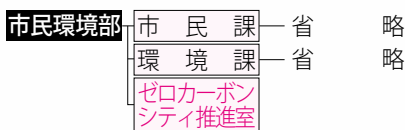
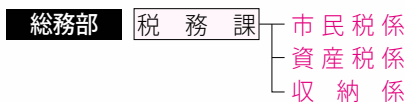
○ こども課発達支援室をこども応援係に名称変更。

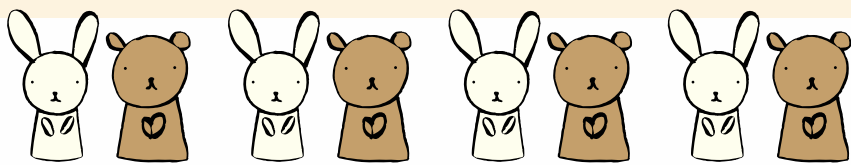
児童発達支援(療育)や放課後等デイサービスなどの利用窓口を社会福祉課から移管。

変更前(抜粋)



変更後(抜粋)





子どもと楽しく、一緒に育つ!

子育てナビ

子どもも大人も役立つ情報!

あゆステ通信

(問) すわ☆あゆみステーション(内線444)

CHECK!



小中学校、保育園を通して「すわ☆あゆみステーション相談窓口案内カード」を配布しました。困りごとや悩みごとがありましたら、お気軽にご相談ください。こども課窓口(市役所4階)でも配布をしています。

あゆステ通信への質問を募集しています

あゆステ通信では、子育て中のみなさんから寄せられた悩みや疑問などにQ&A形式でお答えします。日ごろの子育ての中で気になることや、取り上げてほしい質問などを募集しています。匿名でも大丈夫です。お気軽にお寄せください。



<QRコード>

相談の予約がオンラインでもできます

個別相談は、オンラインでいつでも予約ができます。右のQRコードを読み取り、氏名・連絡先・相談内容などを入力してください。相談方法も電話相談、面談相談、オンライン相談の中から選択できます。



<QRコード>

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>



初めましての会

- 日時 4月20日(木) 午前10時40分~11時10分
- 対象、定員 初めて児童センターを利用する0歳~3歳の子どもとその保護者 8組
- 持ち物 なし
- 申し込み 事前に、申し込んでください。

ベビーダンス

- 日時 ①4月21日(金) ②5月19日(金) 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、運動ができる服装
- 申し込み ①は受け付け中、②は4月21日(金)から、申し込んでください。

ママダンス~パパもいよいよ~(※)

- 日時 4月26日(水) 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 事前に、申し込んでください。

リトミック(※)

- 日程 ①4月27日(木) ②5月25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4月7日(金)から、②は4月28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、運動ができる服装

ピックアップ

わか家の すこやかさん

- ★対象…市内在住のおおむね6歳までのお子さん
- ★応募方法…郵送またはメールでご応募ください。
※メールの場合、画像のサイズは4Mバイトまで。
- ★記載内容…①名前(ふりがな) ②生年月日 ③ひとこと
④連絡先(住所、電話番号) ⑤保護者の名前



伊藤 文一郎 ちゃん
(1歳3か月)
家族のアイドル(*'艸`)
イタズラ好き!!でも可愛い
これからも
笑顔いっぱいでしょうね😊



杉本 青煌 ちゃん
(3歳4か月)
いつもやさしいあお。
今月から保育園がんばってね!



杉本 璃向 ちゃん
(1歳4か月)
おにいちゃんだいすきだ。
元気いっぱい大きくなってね。

【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



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)

※会場は、全て保健センターです。

※自宅で同居家族全員の検温と健康チェックをした上で、お越しください。

乳幼児健診

	日程	対象
4か月児健診	4月25日(火)	令和4年12月生まれ
10か月児健診	4月28日(金)	令和4年6月生まれ
1歳6か月児健診	4月14日(金)	令和3年9月生まれ
3歳児健診	4月13日(木)	令和2年3月生まれ

- 受付時間 ○4か月児健診・10か月児健診… 1日～15日生まれは午後1時～1時20分、16日～末日生まれは午後1時20分～1時40分 ○1歳6か月児健診・3歳児健診… 1日～15日生まれは午後0時50分～1時10分、16日～末日生まれは午後1時10分～1時30分
- 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 4月20日(木) ●対象 令和3年3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 ○4月17日(月)
- 受付時間 午前9時30分～10時30分
- 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 4月11日(火) 午後1時30分～2時30分
- 持ち物 バスタオル

予防接種

	日程	対象
日本脳炎(初回1回目)	4月27日(木)	令和2年1月～2月生まれ
四種混合 BCG	4月24日(月)	令和4年10月生まれ

- 受付時間 ○1日～15日生まれ…午後1時30分～1時50分 ○16日～末日生まれ…午後1時50分～2時10分
- 持ち物 母子手帳、予診票、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
女性相談に関すること……………☎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

市健康推進課栄養士おすすめ!



ヘルシーレシピ



問 保健センター(内線591)

やさいの米粉蒸しパン

■ 材料<直径5cmカップ5個分>

- ・米粉…100g
- ・ベーキングパウダー…小さじ2弱
- ・砂糖…大さじ1と1/2
- ・ニンジン…大1/2本(100g)
- ・水…100cc(米粉の種類によって異なる)
- ・カップまたは耐熱容器

A

■ 作り方

- ①ニンジンをすりおろす。
 - ②ボウルにAを入れて、泡立て器でよく混ぜる(ここから手早く作るのがコツ!)
 - ③②に水を加えて混ぜ、さらに①を加えて混ぜる。
 - ④③をカップや耐熱容器に注ぎ入れる。
 - ⑤電子レンジを500Wに設定し、④を約4分温める。
 - ⑥粗熱が取れたらでき上がり。
- ※冷めた頃がモチモチとして食べごろです。



— 1個分の栄養価 —

エネルギー	91	kcal
たんぱく質	1.3	g
脂質	0.2	g
塩分	0.2	g

ポイント

卵、牛乳、小麦アレルギーの人も食べられます。また、冷凍してすりおろした葉物野菜や、食塩無添加のトマトジュースなどでも作れます。



今月の休日当番医・薬局(4月、5月第一週)

月	日	医科(9:00~12:00, 13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
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
	9日(日)	清水眼科医院 ☎58-6802	堀歯科医院 ☎73-7139	アイン諏訪薬局 ☎58-6450
	16日(日)	こいけこどもクリニック ☎75-5047	根橋歯科医院 ☎52-1562	薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店 ☎54-3120
	23日(日)	みやざき皮フ科クリニック ☎78-0005	岳歯科医院 ☎79-6226	クスリのアオキ諏訪上川薬局 ☎78-4601
	29日(土・祝)	こうのハートクリニック ☎78-5810	こなみ歯科医院 ☎54-1678	共創未来クローバー薬局 ☎78-6126
30日(日)	塩沢医院 ☎52-0038	三井歯科医院 ☎62-5965	クオール大手薬局 ☎56-1150	
5	3日(水・祝)	なかす内科医院 ☎54-2230 (外科)諏訪赤十字病院 ☎52-6111	小口歯科医院 ☎52-0475	片倉薬局 ☎58-0529
	4日(木・祝)	松本医院 ☎52-3247 (外科)諏訪赤十字病院 ☎52-6111	やつがね歯科医院 ☎71-5454	大坂屋薬局 ☎52-7756
	5日(金・祝)	柳沢医院 ☎52-0159 (外科)諏訪赤十字病院 ☎52-6111	ますざわ歯科医院 ☎52-1011	エイコー堂原田薬局 ☎58-8040

■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。



市博物館
☎ 52-7080



【休館日】 毎週月曜日

■すわ大昔情報センター

諏訪市出身の考古学者・藤森栄一をはじめ、諏訪市にゆかりのある研究者が遺した図書や資料を利用できます。常駐スタッフが学習のサポートをしますので、お気軽にお声掛けください(要入館料)。

イベント

■おおむかし何でも相談室

諏訪の歴史や考古についての質問に答えます。土器や石器などの鑑定もします。



- 日程 4月30日(日)
- 時間 午後1時～3時(随時)



市美術館
☎ 52-1217



【休館日】 毎週月曜日

■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

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、旅を感じさせる作品を展示します。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

- 期間 開催中(～5月14日(日))

イベント

■つきいちアート4月「新聞紙でちぎり絵を作ろう!」

- 日時 4月8日(土) 午後2時(約1時間)
- 会場 カルチャーホームすわ
- 定員 8人(先着順)
- 参加料 100円(材料費)
- 申し込み 事前に申し込んでください。

■学芸員によるギャラリートーク

- 日時 4月15日(土) 午後2時(約30分)



原田泰治美術館
☎ 54-1881



【休館日】 毎週月曜日、4月19日(水)、20日(木)

■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—

- 期間 開催中(～4月18日(火))



◀第2回大賞
「ジャカラランダの丘」
荒木恒彦

■[追悼展]原田泰治の世界 鳥の目・虫の目 日本の旅

原田泰治美術館は、今年の7月に25周年を迎えます。四半世紀を迎えられることを記念するとともに、昨年3月に逝去された原田泰治氏をしのび、開館1周年記念として開催された展示の復刻展示を行います。

- 期間 4月21日(金)～8月27日(日)
- 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))



すわっ
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)… 4月2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)… 4月16日(日)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)… 4月26日(水)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日…毎週月曜日、
4月28日(金)

信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日…毎週月曜日、
4月28日(金)、29日(土・祝)

おすすめの図書(市図書館)

■曾良の正体『奥の細道』の真実

乾 佐知子 著(草思社)

これまで謎とされてきた「奥の細道」の旅の真相を解き明かします。



■自然と暮らす家

澤井 聖一 発行(エクスナレッジ)

ここ数年で、働き方や暮らす場所、生きる場所を見直す人が増えてきました。本書では、自然と調和した暮らしを紹介します。



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 4月15日(土)、16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 4月16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 4月5日(水)、12日(水)、19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 4月1日(土)、8日(土)、15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 厚生労働省の戦没者慰霊巡拝

- 派遣地域 ○国内：硫黄島 ○南方：東部ニューギニア、フィリピン ○中国：東北地方など
 - 実施時期 8月～令和6年3月
 - その他 各コースによって時期や期間、定員などが異なります。詳しくは、お問い合わせください。
- (問) 社会福祉課社会係(内線236)


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 4月24日(月)～27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 お出掛けください！認知症カフェえがお

- 認知症の人やその家族、地域の人など、どなたでも気軽にお越しください。日頃の悩みの相談や、交流を行います。
- 日程 毎月第3火曜日 ※祝日などにより、変更になる場合があります。
 - 時間 午後1時～2時30分(受け付け：午後0時45分から)
 - 会場 医師会検診センター
 - 参加料 1人100円
 - 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 諏訪市地域医療・介護連携推進センター(ライフドアすわ) ☎78-0477


i 誘客コンテンツ造成に向けた補助金

- 市は、令和3年度に作成した諏訪市観光ランドデザインの実現に向けて、諏訪市への誘客につながる観光コンテンツの造成や、磨き上げなどに必要な費用を補助する制度を設立します。市内の民間事業者や市民団体などが補助対象です。ぜひご利用ください。
- ※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。
- 
- ▲QRコード
- (申)・(問) 観光課観光係(内線421)


i 4月定例教育委員会

- 日程 4月21日(金)
- 時間 午後3時
- 会場 市役所302会議室(3階)


i 四種混合予防接種が個別接種になります

- 市は、これまで四種混合予防接種を集団接種で実施してきましたが、4月から医療機関での個別接種に移行します。なお、接種対象年齢について、これまでは生後3か月以上の人が対象でしたが、予防接種法の改正により、4月からは生後2か月以上の人が対象になります。
- 
- 会場 実施医療機関
 - 対象 生後2か月～7歳6か月未満の人
 - 接種回数 ○1期初回…3回 ○1期追加…1回
 - 持ち物 予診票、母子健康手帳、健康保険証
 - その他 医療機関へ事前に予約し、接種してください。接種間隔、実施医療機関などは、配布済みの「令和5年度諏訪市健康カレンダー」をご確認ください。
- (問) 保健センター(内線591)

i 風しんの抗体検査を受けましょう

- 実施期間 (実施中)～令和6年3月末 ※令和4年5月に郵送済みのクーポン券の有効期限が令和5年3月となっていますが、令和6年3月まで延長になりましたので、そのまま使用してください。
 - 対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で令和元年度以降抗体検査が未実施の人
 - 受診方法 医療機関の窓口や、職場の健診の際にクーポン券を提示し、抗体検査を受けてください。
 - 実施医療機関 詳しくは、市ホームページをご覧ください。
 - その他 転入した人で抗体検査を受けていない人や、クーポン券を紛失した人は、クーポン券を発行しますのでお問い合わせください。
- 
- ▲QRコード
- (問) 保健センター(内線591、592)


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。



▲QRコード

i お知らせ

i 二十歳のつどいの申し込みを忘れずに

- 二十歳のつどいの出席には、ながの電子申請からの申し込みが必要です。
- 日時 5月6日(土) 午後1時30分から(受け付け：午後0時45分から)
 - 会場 文化センター
 - 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 4月24日(月)までに、案内通知に記載のQRコードか下のQRコードを読み取り、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。
- 
- ▲電子申請
- (申)・(問) 生涯学習課生涯学習係(内線595)


STOP! 消費者トラブルを防ごう 相談は局番なしの188へ!

通販はクーリング・オフできない!
「通販で定期購入になっていたのに解約したい」という相談が高齢者に目立ちます。「クーリング・オフ」は「頭を冷やして考え直す」という意味で、事業者からの電話や訪問などにより、突然勧誘を受けて契約をした場合に適用される制度です。通販や店舗での購入など、自分の意思でお店を選び、冷静に商品を選択できる状況で契約した場合はクーリング・オフができません。原則は事業者の規則に従うことになります。商品注文の際は、①定期購入かどうか、②購入回数の縛りはあるか、③解約の方法を確認しましょう。

■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 燃やすごみ指定袋の支給

- 対象 市内に住所があり在宅で生活する人で、次のいずれかに該当する人
①生活保護受給世帯の世帯主 ②要介護認定または要支援認定を受けた人 ③身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた人 ④満3歳未満の乳幼児 ※②・③は、紙おむつ使用者に限り
ます。
 - 申し込み 環境課窓口(市役所2階)で申請してください。申請書は、環境課窓口か市ホームページで取得できます。
 - その他 過去に申請し、令和5年度も引き続き対象になる人には、案内はがきを送ります。
- (申)・(問) 環境課環境衛生係(内線211)

i 大型生ごみ処理機をご利用ください

- 家庭での生ごみの減量化を推進するため、福祉作業所「さざ波の家」に大型生ごみ処理機を設置しています。利用には登録が必要です。
- 対象 市内に住所があり、事業活動に伴って生じる生ごみの排出者でない人
 - 申し込み 住所や氏名などを証明できる書類(運転免許証・健康保険証など)を持参し、環境課窓口(市役所2階)で申請してください。申請後、IDカードを発行します。
 - その他 生ごみを処理するごとにIDカードにポイントが加算され、20ポイントにつき堆肥1袋と交換できます。
- (申)・(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)



募 集

i 高島城祭の催し物参加団体

- 5月28日(日)に開催する高島城祭で、長持ち、踊り、太鼓、歌、物品販売などの催し物に参加する団体を募集します(申込者多数の場合は先着順)。出演は20団体、出店は10団体を予定しています。
- 申し込み 4月3日(月)~14日(金)に、観光課窓口(市役所4階)にある申込用紙に必要事項を記入の上、提出してください。
- (申)・(問) 観光課観光係(内線422)

i からものの会講演会

- 4月に開催のからもの会に合わせた、岩波茂雄に関する講演会です。
- 日程 4月16日(日)
 - 時間 午前10時30分~正午
 - 会場 信州風樹文庫会議室(2階)
 - 定員 30人
 - 演題 岩波茂雄伊勢参詣記
 - 講師 岩波弘之氏(信州風樹文庫運営委員)
- (問) 信州風樹文庫☎58-1814

i 国民年金学生納付特例の継続申請

- 令和4年度に学生納付特例制度の適用を受けた学生のうち、申請時に添付した学生証が令和5年度も有効な人は、年金機構から学生納付特例申請書(はがき形式)が送られます。必要事項を記入して返送すると、継続申請ができます。それ以外の人で継続を希望する人は、再度申請手続きが必要です。
- 持ち物 在学期間が分かる学生証の写し(裏面に有効期限、学年、入学年月日の記載がある場合は裏面を含む)、本人確認ができる物
- (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…4月13日(木)、20日(木) 午後5時15分~7時 ○休日…4月22日(土) 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 山火事にご注意を

- 5月31日までを山火事予防強調月間として、春の山火事予防運動を行っています。春先は空気が乾燥し、山火事が発生しやすくなっています。大切な森林を守るため、次のことに注意しましょう。
- たき火をするときは十分に気を付け、風が強い日は行わない ○たばこの吸い殻は絶対に投げ捨てない
- (問) 農林課耕地林務係(内線414)

i ごみの出し方ガイドブックの配布

- 配布場所 環境課窓口(市役所2階)、市公民館、豊田・四賀・中洲・湖南の各公民館
 - その他 右下の市ホームページのQRコードを読み取り、取得ができます。また、ごみ分別アプリ「さんあ〜る」でも検索できます。
- ▲QRコード
- (申)・(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)



i 生ごみ堆肥化容器等設置補助金

- 生ごみの自家処理の推進などを目的に、生ごみ堆肥化容器などの購入費の一部を補助しています。
- 対象容器 ○生ごみ処理機(電動式) …1世帯当たり1基まで ○生ごみ堆肥化容器(コンポスト化容器など) …1世帯当たり2基まで
 - 補助金額 購入金額(税込)の4分の3以内で上限5万円(100円未満は切り捨て) ※補助対象は、容器本体の購入金額のみ。
 - 補助の条件 市内に住所があり、申請者または同一世帯の人が過去6年間に本補助金を受けていないこと(1世帯の補助対象容器数に満たない場合は、この限りではありません)
 - 申し込み 対象容器などを購入後、必要事項を記入した申請書、領収書の写し、型番入りの保証書の写し(領収書に型番などの記載がない場合のみ)、振込先が分かる書類、設置状況が分かる写真を持参し、環境課窓口(市役所2階)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。
- (申)・(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)

※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。

**誼訪地区保護司会による
非行・犯罪相談**

- 日時 4月28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、電話で申し込みを。(申)・(問) 誼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)

空き家に関する電話相談

- 日程 4月18日(火)
- 時間 午前10時～午後4時
- 対象、定員 誼訪6市町村内に建物を所有する人 6人(先着順)
- 申し込み 4月11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)長野県建築士会誼訪支部 ☎58-6624

講座

男のおもしろ倶楽部

男のプレミアム倶楽部(広報すわ3月号掲載)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
5/10(水)	開講式、先人が伝える災害の教訓
5/31(水)	自然災害に備える術を学ぶ
6/21(水)	死刑囚の歌集から考える
7/19(水)	寒天料理に挑戦
8/10(木)	マレットゴルフに挑戦
8/23(水)	研修視察 平和を問い直す
9/13(水)	あるのに見えないものを見る
10/18(水)	ワインスタンド作り挑戦
11/8(水)	明治維新直前、誼訪で起きた三大事件
11/28(火)	己書で辰年の年賀状に挑戦
12/13(水)	良寛さんの心と生き方を学ぶ
令和6年1/31(水)	新春演芸教室、閉講式

- 時間 午後1時30分～3時30分
- 会場 文化センター(初回)
- 対象 市内在住、在勤の男性
- 定員 40人(先着順)
- 参加料 1,500円(資料代、通信費など) ※初回集金。別途、現地学習費や実習教材費が必要です。
- 申し込み 4月12日(水)～18日(火)に、直接窓口か電話で申し込みを。(申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)

**高島城祭の文芸作品
短歌・俳句・川柳**

- 募集作品 ○短歌「当季雑詠」… 1人2首まで ○俳句「当季雑詠」… 1人2句まで ○川柳「自由詠」または「時事詠」…1人2句まで
- 応募方法 短冊を使用し、表面に作品と氏名、裏面に作品、住所、氏名、電話番号、部門(短歌、俳句、川柳のいずれか)を明記して、5月15日(月)までに、生涯学習課(市公民館内)または4公民館(豊田・四賀・中洲・湖南)へ提出してください。(申)・(問) 文化協会事務局(生涯学習課生涯学習係内) (内線595)

**令和5年度並木DEコンサート
の出演者**

- 日程 5月20日(土)、6月17日(土)、7月15日(土)、8月19日(土)、9月16日(土)、10月21日(土)
- 演奏時間 午後6時～7時
- 会場 柳並公園
- 申し込み 4月20日(木)までに、電話で申し込んでください。後日、実行委員会の審査結果をお知らせします。
- その他 雰囲気にとぎわらないもの、騒音の恐れがある場合などは、お断りすることがあります。(申)・(問) 並木DEコンサート実行委員会(三井) ☎090-1504-0979

相談

**誼訪市空き家・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 4月22日(土)
- 時間 午後1時～4時
- 会場 誼訪商工会議所
- 相談員 誼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)

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

**令和5年度
市職員採用試験**

- 採用職種 上級事務職、中級事務職、上級技術職(土木・建築)、中級保育士
- 日程 ○採用案内公表… 5月上旬 ○募集開始…5月中旬 ○第一次試験… 7月9日(日)
- ※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、335)



**霧ヶ峰草原再生作業
ボランティア**

- 日程 4月29日(土・祝)
- 時間 午前8時～11時(受け付け：午前7時30分から)
- 会場 霧ヶ峰小和田牧野管理地
- 申し込み 4月14日(金)までに、ながの電子申請か電話で申し込んでください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。 ▲QRコード (申)・(問) 環境課環境保全係(内線215)



市営墓地の使用者

①大熊墓地(湖南2491番地)・市営角間新田墓地(角間新田12952番地1)

- 募集区画 ○大熊墓地… 3区画 ○市営角間新田墓地…4区画
- 申し込み 4月10日(月)～28日(金)に、環境課窓口(市役所2階)で申し込んでください。申し込み多数の場合は、5月18日(木)午前9時から市役所201会議室(2階)で抽選を行います。詳しくは市ホームページをご覧ください。 ▲QRコード



②合葬式墓地(市営角間新田墓地内)

- 1つの納骨堂の中に多くの人の遺骨を埋蔵する墓地です。維持管理を行う必要がないため、墓地の承継者がいない人も生前に利用予約ができます。
- 使用料 ○個別埋蔵… 1体15万円 ○共同埋蔵…1体5万円
- 申し込み 随時、受け付けています。

【①・②共通事項】

- 対象 市内に住所または本籍がある人
- (申)・(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)



育児中の母親サークル ひよっこクラブ

- 日程 4月10日(月)
- 時間 午後1時30分～2時45分
- 会場 諏訪中央病院第3・4会議室
- 対象 未就園児とその母親
- 内容 産後の体操について
- 申し込み 事前に、電話で申し込みを。
(申)・(問) 諏訪中央病院小児産科女性病棟 ☎72-1000



親子であそぼう

- 日程 ①4月14日(金)…手形でさくらを作っちゃオ～！ ②4月24日(月)…リズムでるんるん♪
- 時間 午前10時～11時
- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
- 対象、定員 市内在住の未就園児とその保護者 各日7組(先着順)
- 申し込み 4月1日(土)から、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)



木の車を作っちゃオ～！

- 車だけでなく、ペンダントも作ります。
- 日程 5月14日(日)
 - 時間 午前9時30分～午後4時
 - 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
 - 対象、定員 園児・小学生とその保護者(乳幼児の同席可能) 22組(先着順)
 - 材料費 ○車…500円/個 ○寄せ木細工のペンダント…300円/個
 - 申し込み 4月1日(土)から、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)



スポーツ



ミニバスケットボール教室

- 日時 4月9日～令和6年3月17日の毎週火・木・土曜日 1回2時間～3時間
- 会場 市体育館、市内小学校体育館など
- 対象 小学生
- 参加料 年間1万5,000円(保険料など)
- 申し込み 4月9日(日)午前9時から、市体育館で行う開講式で申し込んでください(参加者は運動のできる服装で、水筒、タオルを持参)。
(申)・(問) 市バスケットボール協会(増田) ☎090-8464-4184



コリほぐし体操

- 日時 ①4月10日(月) 午後2時～2時30分 ②4月12日(水) 午前11時～11時30分 ③4月27日(木) 午後2時～2時45分 ④4月28日(金) 午前11時～11時45分
- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
- 定員 ①、③18人 ②、④12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)



0歳児とお母さんの 共育ち講座

- 日程 5月～10月 全8回
- 時間 午前10時～11時
- 会場 湯小路いきいき元気館、ひなどり保育園
- 対象 令和4年10月～令和5年3月生まれの子どもとその保護者
- 定員 10組(先着順)
- 内容 ベビーマッサージ、七夕会、離乳食講座など
- 申し込み 5月17日(水)までに、電話かひなどり保育園子育て支援センター公式LINEで申し込んでください。 ▲QRコード
(申)・(問) 社会福祉法人おおぞら福祉会 子育て支援センター(ひなどり保育園内) ☎53-2408



伝統文化を学ぶ能楽教室

- 伝統文化親子教室 観世流「子ども能楽教室」
- 日程 4月22日(土)、5月13日(土)、7月1日(土)、29日(土)、8月19日(土)、9月30日(土)、10月14日(土)、11月18日(土)、12月2日(土) 全9回 ※7月8日(土)、10月28日(土)に発表会があります。
- 時間 午後1時30分～3時
- 対象 幼児～高校生 ※保護者も一緒に参加できます。
- 内容 能楽の説明、仕舞の稽古など
- 参加料 年間500円(教本代)
- その他 袴の貸し出しがあります。
- 市能楽同好会「能楽教室お稽古」
- 日時 4月22日(土)、5月13日(土)、7月1日(土)、29日(土)、8月19日(土)、9月30日(土)、10月14日(土)、11月18日(土)、12月2日(土) 全9回 午前10時～11時30分 ※7月8日(土)、10月28日(土)に発表会があります。
- 内容 能楽の話、謡、能のDVD鑑賞など
- 参加料 1回2,000円 ※別途、教本代がかかります。
- 【共通事項】
- 年会費 2,000円
- 会場 カルチャーホームすわ
- 講師 松木千俊先生、松木崇俊先生
- 申し込み 4月15日(土)までに、電話で申し込んでください。
(申)・(問) 能楽教室事務局(河西) ☎52-0744



子育て支援センターにじいろたまごの第1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
4月28日(金)	10:00～10:30	ふれあいあそび	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
5月23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
6月9日(金)	10:00～10:20	ふれあいあそび	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
7月21日(金)	10:00～10:30	ふれあいあそび	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

- 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
- 対象 1歳～3歳の子どもとその保護者
- 定員 15組(先着順)
- 申し込み 4月3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 自宅で検温と健康チェックをした上で参加してください。
(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

※参加料・申し込みの記載がないものは、無料で、事前の申し込みは不要です。

※対象者・定員の記載がないものは、どなたでもご参加いただけます。

第63回諏訪市民ゴルフ大会

- 日程 5月7日(日) ※雨天決行
 - 時間 午前8時開始
 - 会場 諏訪湖カントリークラブ
 - 定員 150人(先着順)
 - 参加料 ○一般… 1万1,000円 ○会員… 1万円 ※セルフプレー代、昼食代、賞品代などを含みます。
 - 申し込み 4月30日(日)までに、電話かファックスで申し込んでください。
- (申)・(問) 諏訪湖カントリークラブ(市ゴルフ協会事務局) ☎52-1780、FAX 52-1737、長野日報社 ☎58-2000、FAX 58-5385、スポーツ課 ☎57-2811、FAX 57-2813

かけっこ教室～運動会で1等賞をめざそう!～

- 走ることの面白さを体験し、速く走るためのコツを学びます。
- 日程 5月20日(土)、27日(土) 全2回
 - 時間 ①午前9時～10時 ②午前10時30分～11時30分
 - 会場 諏訪中学校校庭 ※雨天の場合は清水町体育館
 - 対象 ①市内の小学校1・2年生 ②市内の小学校3年生～6年生
 - 定員 各回20人(申し込み多数の場合は、抽選になります)
 - 講師 長崎将利先生
 - 参加料 500円 ※初回集金
 - 申し込み 4月12日(水)～25日(火)に、ながの電子申請で申し込んでください。
 - その他 ○保護者も一緒に体を動かします。運動ができる服装でお越しください。○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



▲電子申請

ニュースポーツ用具をご利用ください

- 申し込み 市内在住者、在勤者、在学者は使用日の1年前から、そのほかの人は使用日の1か月前から、電話、ファックスまたは直接窓口で申し込んでください。
 - その他 貸し出しと返却は、平日午前8時30分～午後5時15分に、スポーツ課窓口で行います。詳しくは市ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) スポーツ課(しんきん諏訪湖スタジアム内) ☎57-2811、FAX 57-2813



▲QRコード

ニュースポーツを体験! みんなでスポーツ教室(春)

- さまざまなニュースポーツ体験をし、楽しみながら体を動かしましょう。
- 日程 5月9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)、6月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火) 全8回
 - 時間 ○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 ほか
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者(中学生以上)
 - 参加料 500円 ※初回集金
 - 申し込み 4月3日(月)～21日(金)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



▲電子申請

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

ステップエアロビクス教室

- 日程 5月12日(金)、19日(金)、26日(金)、6月2日(金)、9日(金)、全5回
 - 時間 午後7時30分～8時30分
 - 会場 市体育館
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者
 - 定員 25人(先着順)
 - 参加料 500円 ※初回集金
 - 申し込み 4月7日(金)～21日(金)に、電話、直接窓口またはながの電子申請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)



▲電子申請

学童水泳教室

- 水泳シーズン前に、息継ぎの仕方など安全に楽しく水泳をするための基礎を学びます。
- 日時 ○前期…5月15日(月)～20日(土) ○後期…6月12日(月)～17日(土) ※前・後期ともに木曜日を除く全5回。 午後6時30分～7時30分
 - 会場 すわっこランド
 - 対象、定員 市内在住の小学校2年生で泳げない児童 各期25人(申し込み多数の場合は、抽選になります)
 - 参加料 1,250円(入場料を含む)
 - 申し込み 4月18日(火)午後5時までに、ながの電子申請で申し込んでください。
 - その他 ○前期は5月8日(月)午後6時から、後期は6月5日(月)午後6時から、しんきん諏訪湖スタジアムで事前説明会を行います。○既往症がある人は、事前に医師の診断を受けてください。
- (申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



▲電子申請

〈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♪
無料体験レッスン実施中

<p>音楽教室</p> <p>年少(木) 16:10 4/9・23(日) 10:00 年中長(土) 11:00 4/9・23(日) 11:15</p> <p>※体験会場は両コースとも茅野センターとなります</p>	<p>個人レッスン</p> <p>★ピアノ ★エレクーン ★ドラム ★ギター ★ヴァイオリン</p>	<p>青春ポップス</p> <p>♪歌って踊る♪ グループレッスン ★無料見学日★ 4/21・28(金) 10:30 茅野センター</p>
--	--	--

お問い合わせは 諏訪センター 諏訪市諏訪2-2-7
教習担当:高子 070-5571-9001
☎ 0120-970-091

(株)オク子楽器

 **春季市民テニス教室**

①春季市民テニス教室

- 日時 4月13日(木)、20日(木)、27日(木)、5月2日(火)、11日(木)、18日(木)、25日(木)、6月1日(木)、8日(木)、15日(木) 全10回 午後7時15分～8時45分
- 定員、参加料 30人(先着順) 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)


- 日程 4月13日(木)、20日(木)、27日(木)、5月1日(月)、11日(木)、18日(木)、25日(木)、6月1日(木)、8日(木)、15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 4月14日(金)、21日(金)、28日(金)、5月8日(月)、12日(金)、19日(金)、26日(金)、6月2日(金)、9日(金)、16日(金) 全10回 午前9時～11時
- 定員 20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) ①市テニス協会(細谷)☎090-4831-1340、Eメール y.hosoya1326@gmail.com
②、③市テニス協会(大浦)☎090-5777-7826、Eメール suwatennisjp@yahoo.co.jp

 **第47回市テニストーナメント(男女シングルス)**

- 日程 5月14日(日)
 - 時間、会場 午前8時30分までにクリーンレイクテニスコートに集合 ※雨天中止。試合は、上川テニスコートでも行います。
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者、協会加盟団体登録者
 - 競技種目 男子シングルス(一般・上級)、女子シングルス(一般)
 - 参加料 2,000円 ※協会加盟団体登録者と高校生以下は1,500円。当日集金します。
 - 申し込み 5月3日(水・祝)までに、電話かEメール(件名を諏訪市シングルス大会申込)で申し込んでください。その際、氏名、所属団体または会社名、学校名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(西村)☎090-7921-3385、Eメール motoaki_nishimura@yahoo.co.jp

 **困りごとご相談ください**
5月の相談日程

法律相談 【要予約】

5月18日(木) 13:00～17:00
※4月20日(木)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：松下晋之介弁護士
予約先：市民課市民窓口係(内線116)

交通事故相談 【要予約】

5月11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】

5月20日(土) 10:30～16:50
予約先：男女共同参画係(内線289)

健康・こころ・子育て相談

平日 9:00～17:00
保健センター(内線591、592)

子どもの相談(学校・家庭・発達)

平日 9:00～16:00
すわ☆あゆみステーション(市役所4階)
学校教育に関すること☎75-8150、子ども・家庭・女性相談に関すること☎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

5月19日(金) 13:30～15:00
会場：市役所502会議室(5階)
相談員：行政相談委員
市民課市民窓口係(内線116)

企業経営相談

平日 9:00～17:00
商工課(内線431、433)

外国籍市民相談 ※ポルトガル語対応

平日 9:00～17:00
相談員☎090-1473-8423
(問) 地域支援係(内線284、288)

心配ごと相談


毎月第1・3金曜日(平日) 13:00～16:00
市社会福祉協議会(湯小路いきいき元気館内2階相談室)☎52-2508

結婚相談

毎月第1・3土曜日 13:00～16:00、
毎月第2・4水曜日 18:00～20:00
市社会福祉協議会(湯小路いきいき元気館内3階会議室)☎52-2508


在宅介護相談(毎日24時間対応)

聖母在宅介護支援センター☎52-3512
在宅介護支援センターかりんの里☎57-5533
在宅介護支援センター湯の里☎57-1000
在宅介護支援センター西山の里☎56-1000

 **休日緊急水道温泉修理当番店**
(4月、5月第一週)

4/1(土)	林組工業所☎58-1336
4/2(日)	日設工業☎58-2281
4/8(土)	マルワ住設☎58-3337
4/9(日)	原設備工業☎57-0703
4/15(土)	大和設備☎58-1900
4/16(日)	マルワ住設☎58-3337
4/22(土)	諏訪管工業☎52-6314
4/23(日)	藤森土木建設☎52-1766
4/29(土・祝)	シガテクノス☎52-5620
4/30(日)	スワテック建設☎78-9011
5/3(水・祝)	藤森土木建設☎52-1766
5/4(木・祝)	シガテクノス☎52-5620
5/5(金・祝)	スワテック建設☎78-9011
5/6(土)	アクアテック杉村☎75-0038
5/7(日)	阿部設備☎53-1406

○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5月1日(月)
固定資産税(1期)
介護保険料(普通徴収1期4月分)



2023.4.1

SUWA

広報すわ

NO.1110

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



普通救命講習の様子

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



防災活動団体

諏訪防災ネットワーク

防災について
一緒に考えませんか?

活動情報

- 活動日時 随時
- 場所 日によって異なります
- 問い合わせ ☎090-5515-4719(笠原)

「活動と魅力を教えて!」
災害時に命を守り、そして復興後も命をつなぐことができる地域づくり・体制づくりを目的として、令和2年度に発足しました。自分のできる範囲で災害に備えることや、災害発生時に自分の住んでいる場所でのように行動したらよいかを考えることを大切にしながら活動しています。主な活動は、防災講習会、小中学校での防災の授業、防災訓練への参加です。令和3年8月の大雨災害の際には、実際に避難所対応に入り、現地調査やボランティア活動も行いました。

普段の活動は、和気あいあいとした雰囲気の中にも緊張感を持ちながら行っています。防災に興味のある人は、お気軽にお問い合わせください。



始めよう!地球にやさしい生活 みんなでゼロカーボン

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お届けします。

再エネを車にためて 脱炭素

今年度から、地球温暖化対策補助金に「V2H」への補助が加わりました。

V2Hとは、ビークルトゥホーム (Vehicle to Home)の略、直訳すると「乗り物から家へ」という意味です。再エネを電気自動車などに蓄電して、その電気を家で使えるシステムです。



地球温暖化対策補助金については、
今号9ページをご覧ください。

V2H導入のメリットは?
動画で確認してみましょう。

市公式YouTubeチャンネルへ



お問い合わせ：ゼロカーボンシティ推進室(内線214)



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

毎月の編集後記ですが、どんな内容を書こうか毎回頭を悩ませています。約150字のスペースがなかなか埋まらない…。広報すわの担当になり数年経ちますが、まだまだ文章を書く鍛錬が必要ですね。そうこう書いているうちに残りのスペースもわずかになりました。4月からの新年度も、広報すわをよろしくお祈りします!(H)

編集後記

■広報すわ5月号の配布日は、4月29日(土・祝)～5月3日(水・祝)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。

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
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。
https://www.city.suwa.lg.jp