

シゼンとヒトがつながる、すわ。

広報すわ  
NO.1113



# SUWA

# 7

2023 / 令和 5 年



## 特集 市美術館企画展「And Again」 P2~3

## 色づく高原

### お知らせ

- 国民健康保険・後期高齢者医療制度・福祉医療費のお知らせ・・・P4~5
- 諏訪市教育大綱を策定しました・・・・・・・・・・・・・・・・・・P6
- 諏訪よいてこ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P7
- 市政への“声”をお寄せください・・・・・・・・・・P14~15

6月上旬、霧ヶ峰高原ではレンゲツツジが咲き始め、高原を鮮やかに彩っていました。周りの草花も芽吹き始め、爽やかな風とともに夏の気配を感じる季節になりました。

市美術館は平成25年度から学校連携事業として、市内の小・中・高等学校と諏訪地域出身や在住、諏訪市の地域性に関心を持つ作家が連携した企画展を行ってきました。

平成27年度からは「学校連携展」という名称で、作家とのコラボレーション展を実施。作家が学校を訪れワークショップを行い、児童・生徒が制作した作品と作家の作品を美術館で展示したり、児童・生徒とともに作品鑑賞を行ったりする活動をしてきました。

本展は、これまで学校連携展に関わった8組の作家を、2年にわたり特集するものです。今年度は、常田泰由、源馬菜穂、小川格、松本春崇の4人を紹介します。

学校連携展を通して諏訪市と関わりを持った作家たちが、再び市美術館を会場に展示を行います。それぞれの作家の新たな作品を、ぜひご覧ください。



お が わ い た る

**小川 格**

1969年東京都出身

ベルギー王立アントワープ美術アカデミー(ベルギー)修了後、2002年から茅野市を拠点に制作をしています。ワークショップ、アートプロジェクトの企画・運営を手掛け、Ongoing Collectiveとしての活動も行っています。小川が描いているものは、中空のイメージです。それは空虚さや不安感と同時に、無垢なものや可能性にあふれたものとして現れ、柔らかな色彩と相まって画面に浮遊するように漂います。



掲載作品：実存ゴッコ 2022年



まつもと はる たか

**松本 春崇**

1958年滋賀県出身

多摩美術大学大学院美術研究科修士課程修了後、フランス政府給費を受けてエコール・デ・ボザールパリに留学。2003年には文化庁新進芸術家海外研修員として、ニューヨークに滞在しました。諏訪地域を「縄の聖地」とする松本は、「四つ」をテーマに縄文絵画の制作、家を縄で十字に縛る「家縛りプロジェクト」などを行っています。それは西洋の美術に、日本のひも縄につながる美意識を取り入れる試みともいえるでしょう。



掲載作品：縄文式ちょっとマレヴィッチ「草刈り人」2022年

## 学芸員によるギャラリートーク

学芸員が展示解説を行います。

- ▶ 日時 8月13日(日) 午後2時～2時30分
- ▶ 対象 どなたでも参加できます。
- ▶ 定員 なし
- ▶ 申し込み 不要

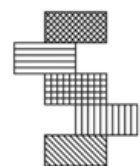
※イベントの会場は、全て市美術館です。

※参加料の記載のないイベントは、入館料のみで参加できます。

※申し込みが必要なイベントは、電話かEメール(scm-art@city.suwa.lg.jp)で申し込んでください。

## 学校連携展アーカイブ

- 平成25年度 「学校で出会う、美術館で見つめるー学校収蔵美術展ー」学校が収蔵している美術作品を借用、市美術館へ展示する展覧会を実施(市内小中学校)
- 平成26年度 「上諏訪中学校コラボレーション展 身近な植物を見つめて 野村千春の植物と、わたしの植物」作品鑑賞から展示までを連携して行うコラボレーション展示
- 平成27年度 「上諏訪中学校+常田泰由 かたちをみつけて」
- 平成28年度 「上諏訪中学校+源馬菜穂 わたしの風景」
- 平成29年度 「四賀小学校+橋口優 山と学校」
- 平成30年度 「中洲小学校+小川格 からっぽからはじめて」
- 令和元年度 「諏訪清陵高校+松本春崇 ひも縄の精霊とつながるもの」
- 令和2年度 「高島小学校+今村克 ホームクルスのお祭り日」
- 令和3年度 「諏訪清陵高校/城南小学校+倉谷拓朴 青の時代」
- 令和4年度 「諏訪西中学校+YANOBI みんなのスワシビ」



諏訪市美術館  
SUWA CITY MUSEUM OF ART

# And Again

2023年7月22日土 — 9月24日日



ときだ やすよし

常田 泰由 1980年下諏訪町出身

東京造形大学造形学部絵画専攻卒業後、愛知県立芸術大学大学院美術研究科専攻を修了し、現在は東京造形大学で助教を務めています。常田は、日常の中にあるものの形やその組み合わせに目を向け、色彩豊かな版画作品やコラージュ、アートブックの制作を行っています。近年は、アートブックの制作を通じて参加者たちがコミュニケーションを行うワークショップなどを展開しています。



掲載作品：flower & w+n+l+g 2021年 ©柳場大



げんま なほ

源馬 菜穂 1985年諏訪市出身

愛知県立芸術大学美術学部油画専攻卒業後、同大学大学院美術研究科博士前期課程(油画・版画領域)を修了し、2018年から岡谷市を拠点に、カフェ、ギャラリー、絵画教室の運営とともに制作活動を行っています。源馬は、自身が風景を見たときに感じる思いをきっかけに絵を描いていると言います。淡い色彩と伸びやかな筆致で描かれた風景は、私たちの記憶にある場所とつながっていきます。



源馬菜穂ポートレート©平林岳志

掲載作品：雨と光II 2023年 ©青木真一

## イベント情報

### つきいちアート7月

#### 「誰でもマティス!？」

小川格さんと展示作品鑑賞後、画家アンリ・マティスのような切り抜きによる作品を作ります。

- ▶ 日時 7月29日(土) 午後2時～3時
- ▶ 対象 どなたでも参加できます。 ※小学生以下は保護者同伴。
- ▶ 定員 10人
- ▶ 講師 小川格
- ▶ 申し込み 事前に申し込んでください。

### つきいちアート8月

#### 「透明水彩絵具でお気に入りの風景を描こう」

源馬菜穂さんと展示作品鑑賞後、透明水彩絵具の具であなたのお気に入りの風景を描きます。

- ▶ 日時 8月5日(土) 午前9時30分～正午
- ▶ 対象 小学校3年生以上 ※小学生は保護者同伴。
- ▶ 定員 8人
- ▶ 講師 源馬菜穂
- ▶ 参加料 300円(入館料別)
- ▶ 申し込み 事前に申し込んでください。

### つきいちアート8月

#### 「小さな本を作ろう」

常田泰由さんと展示作品鑑賞後、小さな本を作ります。参加者が交流しながら製本まで行います。

- ▶ 日時 8月5日(土) 午後1時～4時
- ▶ 対象 小学校4年生以上 ※小学生は保護者同伴。
- ▶ 定員 8人
- ▶ 講師 常田泰由
- ▶ 参加料 500円(入館料別)
- ▶ 申し込み 事前に申し込んでください。

### つきいちアート9月

#### 「縄文原体で絵を描こう」

松本春崇さんと展示作品鑑賞後、「縄文原体(縄文土器に縄目を付けたひもや縄のこと)」を使って縄文人のように絵を描きます。

- ▶ 日時 9月9日(土) 午後2時～3時30分(予定)
- ▶ 対象 どなたでも参加できます。
- ▶ 定員 10人
- ▶ 講師 松本春崇
- ▶ 参加料 300円(入館料別)
- ▶ 申し込み 事前に申し込んでください。

# 保険証・受給者証の定期更新の時期になりました

## 国民健康保険

### 国民健康保険証

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

### 限度額適用認定証など

●制度の概要 保険適用となる医療費が高額になる場合に、医療機関に限度額適用認定証などを提示すると、支払額が本来の自己負担額までとなります。なお、オンライン資格確認システムの稼働により、医療機関で限度額の区分を確認することができるようになったため、窓口での認定証の提示が不要となる場合があります。

●申請 現在使用している限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証は、7月31日で有効期限が切れます。8月1日以降も認定証が必要な人や、新規で取得を希望する人のうち次の条件に該当する人は、8月以降に市へ申請してください。

○オンライン資格確認システムが導入されていない医療機関を受診する場合

○申請月以前の12か月以内に90日を超える入院をしており、食事療養費が減額の対象になる場合

※認定証の発行には、国民健康保険税の滞納がないなど、一定の条件があります。

## 後期高齢者医療制度

### 後期高齢者医療保険証

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

- 対象 ○75歳以上の人 ○65歳以上で一定の障がいがあると認定された人
- 旧保険証の色 桃色
- 新しい保険証の色 だいたい色
- 自己負担割合 世帯状況や前年の所得状況に基づき、8月1日から新しい負担割合(1割、2割、3割)が適用されます。

### 後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証(限度額認定証)

●制度の概要 入院時または高額な外来診療受診時に、窓口で支払う一部負担金が限度額までとなり、食費・居住費も減額されます。

●認定証の色

- 青色(市町村民税非課税世帯の人)
- 白色(負担割合が3割の保険証で、課税標準額が145万円〜690万円未満の人)

●定期更新対象 現在限度額認定証を持っており、8月1日以降も引き続き条件に該当する人には、新しい認定証を送付します。新たに手続きをする必要はありません。

●受給者証の色

- 0歳から18歳到達後の最初の3月31日までの人：あじさい色(水色)
- それ以外の人：若草色
- その他 ○今年度は、重度心身障がい者(児)と、ひとり親家庭の受給者証を更新します。○受給対象になると思われる人で、受給者証を持っていない人は、市民課(市役所1階⑥番窓口)に、お問い合わせください。

## 福祉医療費受給者証

●制度の概要 市から認定された人が

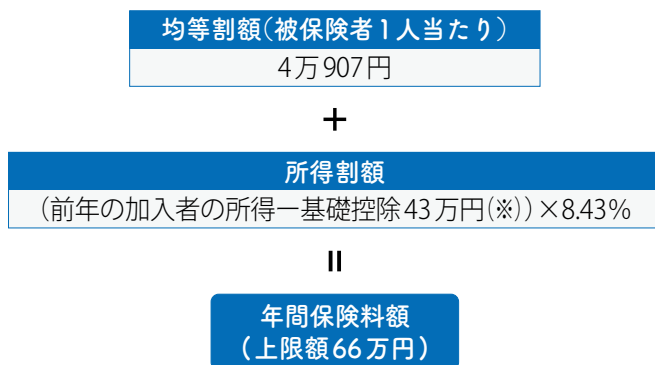
【表】福祉医療費受給者証の対象者

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

# 後期高齢者医療保険料額決定(変更) 通知書を7月中旬に発送します

保険料(年間保険料額)の計算方法(左図)

【図】保険料の計算方法



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

均等割額の軽減制度(左表)

世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等の合計額	軽減割合・軽減後の均等割額
43万円+10万円× (給与所得者等の数(※1)-1)以下	7割軽減 1万2,272円/年
43万円+(29万円×被保険者数)+ 10万円×(給与所得者等の数(※1)-1) 以下	5割軽減 2万453円/年
43万円+(53万5千円×被保険者数)+ 10万円×(給与所得者等の数(※1)-1) 以下	2割軽減 3万2,725円/年

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

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

## 医療機関の適切な受診にご協力ください

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

### かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

通いやすく、相談しやすいかかりつけ医(薬局)を持ちましょう。

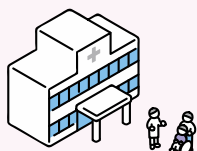
同じ病気で複数の医療機関を受診すると、重複する検査や投薬によって、かえって体に悪い影響を与えてしまう心配があります。医療費の増加にもつながるのでやめましょう。



### 休日や夜間の受診の前に考えましょう

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

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



### 健康診断を受けましょう

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

### 小児救急電話相談を活用しましょう

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

○電話番号 #8000(全国共通・局番なし)

○受付時間 午後7時~午前8時(長野県の場合)

### ジェネリック医薬品を使いましょう

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



# 諏訪市教育大綱 を策定しました

## ① 教育大綱とは？

- ▶ 諏訪市の学術および文化の振興に関する総合的な施策の目標や、施策の根本となる方針です。

詳しくは、  
市ホームページ  
をチェック！



## ② どうやって定めたの？

- ▶ 市長が総合教育会議(市長と教育委員会が教育に関する問題について、自由な発言を通じて意見交換や意志統一を図るための会議)において、令和5年3月14日に策定しました。
- ▶ 教育委員会では、関係者や学識経験者の意見を聞き、素案をまとめました。さらに市民のみなさんからのパブリックコメントや小学校5年生～中学生の計606件の意見や思いをもとに、多くのみなさんの力で定めることができました。



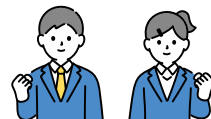
## — 教育大綱の基本理念 —

誰もが輝き 誰もが幸せ

新たな時代を切り拓き <sup>ひら</sup>つながり続ける 学びの和

この基本理念のもと、誰もが心身共に健やかで幸せに未来を生き抜くため、次のことをめざします。

- 皆が一緒に同じペースで同じことを行うことよりも、多様な個性や自立した個が尊重され、つながりあいながら対話や議論により、新たな価値を生み出していくこと
- 互いに寄り添い、支え合うことで誰ひとり取り残されることなく、可能性が最大限活かされ、かけがえのない存在として自立すること
- 誰もが誰とでも、いつでもどこでも、自分らしくかつ楽しく豊かな体験を通して探的に学び続けること
- 学びを礎として世代を超えて協力し合い、誰もが幸せに生きることができる社会のつくり手となれること



## 【教育大綱の基本方針】

### ① 学校教育

自らを拓き、未来を生きる  
子どもを育てる

### ② 地域教育

地域に学び、地域に生きる  
子どもを育てる

### ③ 生涯学習・文化芸術


学びや文化芸術に、親しみ、  
活かし、つなぐ

### ④ スポーツ振興

誰もが気軽に楽しく親しめる  
スポーツ

### ⑤ 文化財保護・活用

諏訪の特色である文化遺産を  
守り、活かす

 具体的な取り組みは「諏訪市教育振興基本計画」で示しています。市役所1階ロビーに設置している冊子か、右のQRコードを読み取り閲覧してください。



# 第44回市民まつり

# 諏訪よいてこ

## 7月22日(土) 開催

### 催事の部 午後3時15分～6時30分

- 柳並通り…メインステージ、姉妹都市物産展、飲食屋台
  - 柳並公園…バザー
  - JR上諏訪駅諏訪湖口広場…こども広場「みんなを守るお仕事紹介コーナー」、諏訪商工会議所青年部ほか
  - 湖明館通り…第47回湖明館通り夏まつり
- ※一部終了時間が異なる場合があります。

### 踊りの部 午後4時50分～6時30分

- 柳並通り～並木通り…諏訪よいてこ、お諏訪節など、3つの踊りで盛り上がりましょう！
- ▶諏訪よいてこ
- ▶よいテクノバージョン(振り付け自由)
- ▶お諏訪節

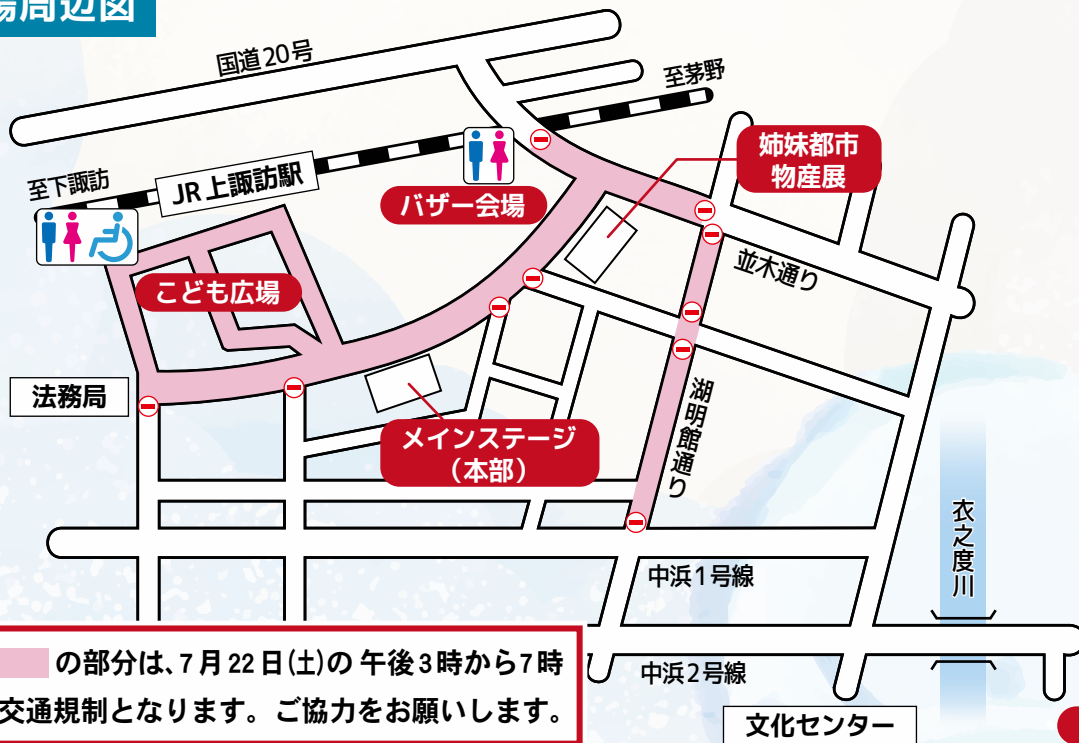
※会場周辺での小型無人飛行機(ドローンなど)の使用はご遠慮ください。

※催し物は、内容や場所などが変わる場合があります。

※交通規制に伴い、かりんちゃんバス・スワンバス・路線バス(霧ヶ峰線)は、迂回運行となります。

臨時停留所など、詳しくはアルピコ交通株式会社(☎72-7141)に、お問い合わせください。

### 会場周辺図



駐車場は諏訪湖イベントひろば(旧東洋バルウ跡地)、諏訪市役所駐車場(正面玄関側)をご利用ください。

この部分は、7月22日(土)の午後3時から7時まで交通規制となります。ご協力をお願いします。

お問い合わせ

諏訪よいてこ実行委員会事務局(諏訪商工会議所内)  
☎52-2155・090-3222-2155(祭り当日のみ)

諏訪よいてこ  
ホームページ



お知らせ

## 積極的な物品・役務の調達を継続します 令和4年度障害者優先調達の 実績を報告します

市は、障害者就労施設などから積極的に物品・役務を調達するために、毎年独自の調達方針を策定しています。令和4年度の実績をお知らせします。

■目標 260万円以上 → 実績 244万2,707円

種別		目標額	達成額
物品	啓発用物品・記念品など	77万円以上	65万2,550円
	印刷	3万円以上	0円
役務	クリーニング	19万円以上	1万1,745円
	草取り・清掃作業	30万円以上	35万4,000円
	大型ごみ処理機管理委託	50万円以上	49万8,300円
	古紙回収再生事業委託	81万円以上	92万6,112円
	その他	—	0円

(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線233)

お知らせ

## ライフドアすわ開所6周年記念講演会 人生の終わりは自分で決める

- 日程 8月5日(土)
- 時間 午後2時～3時30分
- 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
- 内容 ○第1部…演題「在宅医療と地域包括ケアシステムACP(人生会議)・リビングウィルはなぜ大切か」、講師「杉山敦先生(杉山外科医院院長・松本市医師会顧問)」  
○第2部…演題「諏訪市版リビングウィルについて」、講師「松本宙明先生(諏訪市医師会副会長)、関元博先生(諏訪市医師会理事)」
- 定員 100人(先着順)
- 申し込み 8月2日(水)までに、電話か右のQRコードを読み取り、申し込みフォームから申し込んでください。



▲杉山敦先生



▲QRコード

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

お知らせ

## 令和5年春・夏追加接種は8月末まで 新型コロナウイルスワクチン接種のご案内

新型コロナウイルスワクチン接種は、接種券が手元に届いた人から予約ができます。最新情報は、市ホームページをご覧ください。

新型コロナウイルス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歳以上の人の令和5年春・夏追加接種(8月末まで)

- 対象 初回接種(1・2回目)を完了し、前回接種から3か月以上を経過した次の①か②に該当する人 ①65歳以上の人 ②64歳以下の人で基礎疾患などがあり重症化リスクが高いと医師が認める人、または医療機関や高齢者施設などに従事する人
- 接種会場 ○個別接種…市内医療機関 ○集団接種(土曜日のみ実施)…諏訪赤十字病院 ※個別接種、集団接種共に、使用するワクチンは予約の際に確認してください。
- 接種券の発送 ①…接種可能な時期に合わせて接種券を送ります。 ②…接種可能な時期に合わせて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。 ※これまでにお送りした未使用の接種券も使用できます。
- 接種の予約 接種券到着後、同封する案内を確認の上、予約をしてください。

(問) 新型コロナウイルス感染症対策室 ☎58-7225、☎58-7226

### ■小児(5歳～11歳)のオミクロン株対応ワクチン追加接種

- 対象 初回接種(1・2回目)を完了し、前回接種から3か月以上を経過した人
- 接種会場 指定の医療機関
- 接種券の発送 接種可能時期に合わせて送ります。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。
- 接種の予約 接種券到着後、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。

### ■令和5年秋・冬追加接種(9月以降)

9月以降の追加接種は、初回接種(1・2回目)を完了した5歳以上の人が受けられます。接種券の発送時期など詳細が決まり次第、市ホームページや広報すわなどでお知らせします。



◆掲載者には写真を無料で送ります。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)



5/13  
(土)

### 小・中学生と高校生が諏訪市の未来を考える ゆめプロキックオフイベント

市内の小・中学生と高校生が、諏訪市のまちづくりについて考える「子どもゆめプロジェクト“ゆめプロ”」のキックオフイベントを行いました。自己紹介やSDGsに関するクイズを行い、参加者同士の交流を深めました。



5/18  
(木)

### 「SUWAらしい」観光地の実現に向けて 諏訪市観光GDキックオフイベント

諏訪市観光グランドデザイン(GD)の実現に向けたキックオフイベントを開催しました。観光事業者などを中心に約30人が参加し、市の補助金を活用した事業者による事例発表や、参加者同士の交流会が行われました。



5/21  
(日)

### 台風や局地的豪雨に備える 水防訓練

出水期を前に、水防活動の基礎知識と技術を習得するため水防訓練を行いました。消防団員のほか、地区の役員や市新入職員も参加し、土のうの作成方法や土のう積み工法などを学びました。



5/28  
(日)

### 4年ぶりに通常開催 第54回高島城祭

高島公園で第54回高島城祭を開催しました。露店が出店され、ステージでは古式砲術国宝松本城鉄砲隊の砲術や、市内の団体による歌やダンス、楽器演奏などの披露があり、多くの人が来場するにぎわいを見せました。



6/1  
(木)

### 災害時の対応について確認 市災害対策本部状況付与型図上訓練

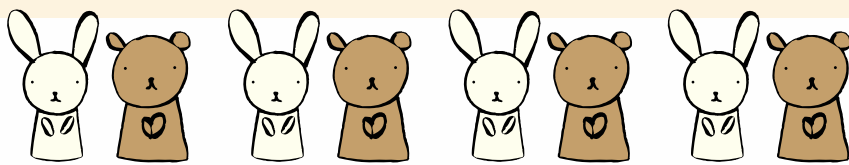
水害に備えた水防図上訓練を行いました。訓練では災害対策本部や各対策部の対応を確認するとともに、新たに構築した情報管理・共有システムを運用し、情報通信技術を活用した災害対応について意見を交わしました。



6/3  
(土)

### 駅周辺のまちづくりを考える 未来ビジョン策定記念イベント

上諏訪駅周辺のまちづくりの将来像を示した「上諏訪駅周辺まちなか未来ビジョン」の策定記念イベントを開催しました。参加者は、未来ビジョンについて理解を深めた後まち歩きを行い、まちづくりのアイデアを出し合いました。



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441)

### すわ☆あゆみステーション児童虐待防止学習会

### ヤングケアラーを支えるために～子ども達に関わる私たちができること～

ヤングケアラーについて理解を深めながら、ヤングケアラーを早期に発見するための着眼点や支援の際に配慮する事柄などを学ぶ、支援者向けの学習会を開催します。



- 日程 8月4日(金)
- 時間 午後1時30分～3時
- 会場 市役所大会議室(5階)
- 対象 教育・福祉・医療・介護関係者など
- 定員 70人
- 講師 田中悠美子先生(一般社団法人ケアラーワークス)

#### 申し込み

7月3日(月)～28日(金)に、電話(☎75-8151)かすわ☆あゆみステーション窓口(市役所4階)またはながの電子申請で申し込んでください。



<電子申請>

## 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。  
(申)・(問) 児童センター☎54-7714(9:00～19:00)

#### 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>



### もぐもぐごっくん(離乳食教室)

- 日程 7月12日(水)
- 時間 ○午前10時～10時30分…調理の実演 ○午前10時30分～正午…食の個別相談
- 対象 乳幼児とその保護者
- 内容 おかゆ、軟飯、ふかし野菜の調理の実演・試食  
※保護者の判断で試食をしてください。
- 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。

### 救急法講座

- 日程 7月13日(木)
- 時間 午前10時～11時
- 対象 0歳～3歳の子どもの保護者
- 定員 16人
- 申し込み 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 ①7月14日(金) ②8月19日(土)
- 時間 午前10時～10時45分
- 対象 2歳～3歳の子どもの保護者
- 定員 15組
- 持ち物 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7月15日(土)から申し込んでください。

### チャレンジ工作

- 日程 7月30日(日)
- 時間 午後2時～3時
- 対象 0歳～18歳の子どもの保護者
- 定員 15人(先着順)
- 内容 ゴム動力を使ったおもちゃ「戻るだるま」
- 申し込み 7月7日(金)から、申し込んでください。

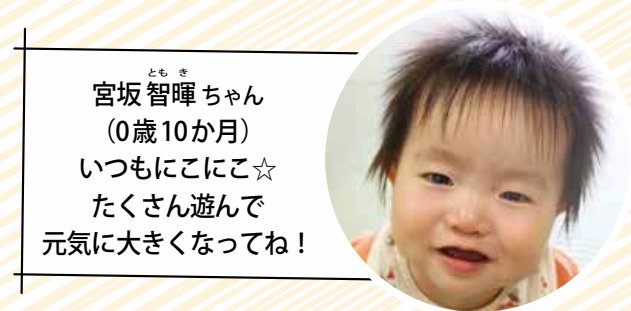
ピックアップ

# 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



山本 匠海 ちゃん  
(2歳0か月)  
電車と恐竜が  
大好きなたくくん、  
これからもたくさんの  
笑顔を見せてね!



宮坂 智暉 ちゃん  
(0歳10か月)  
いつもにこにこ☆  
たくさん遊んで  
元気に大きくなってね!



田村 百愛 ちゃん  
(2歳5か月)  
たくさん遊んで笑って  
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



## 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!

## 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	7月25日(火)	令和5年3月生まれ
10か月児健診	7月28日(金)	令和4年9月生まれ
1歳6か月児健診	7月5日(水)	令和3年12月生まれ
3歳児健診	7月6日(木)	令和2年6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
- 会場 保健センター ●持ち物 母子手帳、記入済みの健康診査票、バスタオル ※3歳児健診は、目と耳のアンケート、尿10cc程度(清潔な容器に入れて)も持参

### 2歳児相談

- 日程 7月20日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和3年6月生まれ
- 受付時間 ○1日~15日生まれ…午前9時15分~9時45分 ○16日~末日生まれ…午前9時45分~10時15分
- 持ち物 母子手帳、記入済みの健康診査票、2歳児相談質問票、バスタオル

### すこやか子育て相談(乳幼児対象) ※1週間前までに申し込み

- 日程、会場 ○7月24日(月)…保健センター ○7月13日(木)…なかよし広場 ●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 ※要申し込み

- 日時 ○生後5か月~6か月…7月12日(水) ○生後7か月~9か月…7月26日(水) 午後1時30分~2時30分
- 会場 保健センター ●持ち物 バスタオル

### 予防接種

	日程	対象
日本脳炎(初回2回目)	7月13日(木)	令和2年3月~4月生まれ
BCG	7月18日(火)	令和5年1月生まれ

- 受付時間 ○1日~15日生まれ…午後1時30分~1時50分 ○16日~末日生まれ…午後1時50分~2時10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！

## 加熱式たばこと電子たばこの違いって！？

問 保健センター(内線592)

近年、「新型たばこ」といわれる加熱式たばこや電子たばこが急速に普及しています。加熱式たばこと電子たばこは同じ扱いをされがちですが、実は全く異なる製品です。

## ■加熱式たばこ(たばこ製品)

加熱式たばこは、たばこ葉を燃焼させずに電氣的に加熱し、発生した蒸気を吸引するたばこ製品です。紙巻たばこと同じたばこ葉を使用するため、蒸気にはニコチンを含む有害物質が含まれています。ニコチンは急速に脳に達し、快感を生じさせる物質(ドーパミン)を放出させるため、強い依存性があり、禁煙治療の対象になります。

## ■電子たばこ(たばこ類似製品)

電子たばこは、たばこの葉を使用せず、リキッドと呼ばれる液体を加熱してその蒸気を吸うもので、多種多様なフレーバー(香り)が付いている製品がほとんどです。たばこの葉は使用していないので、ニコチンやタールは含まれません(日本では、法律によりニコチン入りの電子たばこの販売は禁止されています)。リキッドの主成分はプロピレングリコールと植物性グリセリンで、どちらも食品添加物として使用されている物質です。人体への悪影響は少ないとされていますが、肺の奥に吸い込んだときの安全性まで保障されているわけではありません。

## 各製品の違い

	紙巻たばこ	加熱式たばこ	電子たばこ
たばこ葉	使用	使用	使用なし
ニコチン	あり	あり	なし(海外はあり)
燃焼・煙	あり	なし	なし
有害化学物質	あり	あり	あり
たばこ事業法	対象	対象	対象外

## ■健康への影響

加熱式たばこも電子たばこも体内に有害物質が取り込まれるのは明らかで、健康への影響は現在研究中です。加熱式たばこは煙は出ませんが、吐き出した呼気には目に見えない有害物質が含まれており、周囲への配慮が必要です。紙巻たばこだけでなく、加熱式たばこも諏訪市受動喫煙防止条例に基づき、規制の対象になります。

健康影響について、  
厚生労働省ホーム  
ページをチェック

▲加熱式たばこ



▲電子たばこ



## 今月の休日当番医・薬局(7月、8月第一週)

月	日	医科(9:00~12:00, 13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
7	2日(日)	小島クリニック ☎56-1212	浅井歯科医院 ☎82-5888	岩波湖畔薬局 ☎54-1873
	9日(日)	小松整形外科 ☎75-2355	笠原歯科医院 ☎52-0616	クスリのアオキ諏訪四賀薬局 ☎75-5291
	16日(日)	皮フ科わくいクリニック ☎75-2231	上條歯科医院 ☎72-2687	片倉薬局 ☎58-0529
	17日(月・祝)	こやま乳腺・甲状腺クリニック ☎75-5800	クリーン歯科医院 ☎58-8121	モリキ諏訪城南薬局 ☎78-8652
	23日(日)	あるがクリニック ☎78-1235	山田歯科クリニック ☎70-0007	あおぞら薬局 ☎54-5151
	30日(日)	五味医院 ☎52-1126	ロッキー歯科医院 ☎58-3310	上諏訪薬局 ☎75-8007
8	6日(日)	吉江内科医院 ☎52-2525	やじま歯科医院 ☎75-5125	しづさき薬局 ☎57-1333

■希望の診療科が当番医でない場合があります。必ず事前に連絡の上、診療可能かどうか確認してから受診してください。

■当番医・薬局は変わる場合があります。

■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。



市博物館  
☎ 52-7080



【休館日】 毎週月曜日(7/17を除く)、  
7月18日(火)

■特別展「ありがとう・あの時を忘れない 蓼科保養学園・メモリアル 未来を創る子どもたちに寄り添って—想い紡ぐ100年物語—」

蓼科保養学園は、大正12年に医師小澤侃二が子どもたちを連れて、茅野市蓼科で保養訓練を行ったことに始まります。戦後は諏訪市に移管され運営を行ってきましたが、令和4年度末に閉園しました。今年は開園100周年になるため、学園の歴史や当時の様子などを展示します。 ※開催に当たり、蓼科保養学園の写真などを募集します。詳しくは、今号20ページをご覧ください。



▲保養訓練の様子  
(昭和8年ごろ)

●期間 7月29日(土)～9月24日(日)



市美術館  
☎ 52-1217



【休館日】 毎週月曜日(7/17を除く)、7月  
18日(火)～21日(金)

■特集展示「赤羽史亮 SOILS AND SURVIVORS」  
ふみ あき ソイルズ アンド  
サブタイトル 収蔵作品展「めぐる表現」

茅野市在住の画家・赤羽史亮さん(1984-)を紹介します。

●期間 開催中(～7月17日(月・祝))

■企画展「And Again」

●期間 7月22日(土)～9月24日(日)

イベント

■つきいちアート7月「誰でもマティス!？」

●日時 7月29日(土) 午後2時～3時

■つきいちアート8月

○「透明水彩絵具でお気に入りの風景を描こう」

●日時 8月5日(土) 午前9時30分～正午

○「小さな本を作ろう」

●日時 8月5日(土) 午後1時～4時

※企画展、各イベントについて詳しくは、今号2～3ページをご覧ください。



原田泰治美術館  
☎ 54-1881



【休館日】 毎週月曜日(7/17を除く)

■[追悼展]原田泰治の世界 鳥の目・虫の目 日本の旅

昨年3月に逝去された原田泰治氏をしのび、原田氏の画業の中でも印象深く、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。全127点の原画に加え、原田氏の画材や取材道具も併せて展示します。

●期間 開催中(～8月27日(日))



▲「泣うちわ  
(丸亀/香川県)」



すわっこ  
ランド



☎ 54-2626

- ハッピーファーストサンデー(ソフトクリーム、ホットコーヒー各100円)… 7月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)… 7月16日(日)
- レッスン休講(研修室・プール)… 7月17日(月・祝)
- レッスン休講(プール)… 7月24日(月)～31日(月)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)… 7月26日(水)



## 図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日…毎週月曜日  
(7/17を除く)、7月  
18日(火)、28日(金)

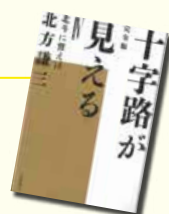
信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日…毎週月曜日、  
7月28日(金)

### おすすめの図書(風樹文庫)

■完全版 十字路が見えるIV 北斗に誓えば  
きたかた 北方謙三 著(岩波書店)

「大水滸伝」シリーズの作家が自らの過去と現在を語る、名言があふれる1冊になっています。



### ■新種発見物語

島野智之・脇司 編著(岩波書店)

新種を発見する過程で味わう、11人の研究者の驚きや喜びを追体験できる。地球上には、まだ多くの発見されていない生物がいるらしい。



## 市図書館 定例イベント

会場：市図書館 申し込み：不要

【みんなで本を読む日】(毎月第3日曜日)

■貸し出し冊数拡大日

●日程 7月15日(土)、16日(日)、17日(月・祝)

●貸し出し冊数 ○市図書館…20冊 ○信州風樹文庫…10冊(児童書のみ)

■ビブリオトークの会

好きな本を1冊持って、本の魅力を話しましょう。

●日時 7月16日(日) 午後2時～3時

●定員 6人(先着順)

【おはなし会】

■きかんしゃポップオ(乳幼児向け)

●日程 7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 7月8日(土)、15日(土)、22日(土)

●時間 午前11時～11時30分

# 令和4年度の声 (令和4年4月~5年3月)

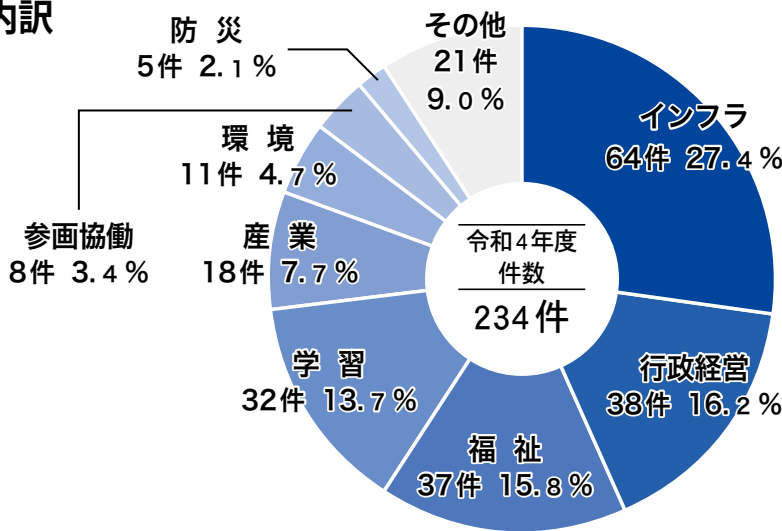
# たくさんの市政への“声” ありがとうございました

## 種類別件数

- 郵送 …154件
- Eメール … 79件
- ファックス … 1件
- 計 …234件

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

## 分野別内訳



※各分野の分類は、第六次諏訪市総合計画の基本方針による。

## 分野別主な内容

分野	主な内容
インフラ	道路の補修、交通安全対策、公園の維持・管理、公共交通機関など
行政経営	市役所の窓口対応など
福祉	蓼科保養学園、受動喫煙など
学習	学校行事、生涯学習講座、イベント、施設管理など
産業	商工業支援、花火、霧ヶ峰など
環境	ゼロカーボンシティ宣言、ごみの回収など
参画協働	区・自治会など
防災	防災行政無線放送など
その他	すわっこランド、新型コロナウイルスワクチン接種など

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

令和4年度に諏訪中央公園の親水池をリニューアルし、直上噴水とアーチ噴水を整備しました。また、市内の4つの都市公園の遊具も更新し、インクルーシブ遊具(年齢、性別、文化、障がいの有無などにかかわらず誰もが遊ぶことのできる遊具)を設置しました。

### ■回答

諏訪市に広げてきれいな公園や、水遊びができる公園を整備してほしい。

### ■ご意見

このようなご意見をいただきました。分野別では上記のように、インフラ整備や市役所の窓口対応などの行政経営、福祉に関する内容が多く、年齢の高い世代から多くの提言をいただきました。実際に寄せられたご意見の一部を紹介します。

このようなご意見をいただきました。

市長へのてがみ、Eメール、ファックスで

お気軽に“声”を

お寄せください



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

諏訪市長 金子ゆかり

【ご意見・ご提案の送付に当たって】

- ▶回答を希望する場合は、必ず、住所・氏名・連絡先を記入してください。
  - ▶回答までに約2週間お時間をいただきます。
  - ▶次の場合は回答できません。
    - 匿名や、住所・連絡先の記載がないもの
    - 誹謗中傷を含むもの、公序良俗に反するもの
    - 営利・営業を目的とするもの
    - 宗教に関するもの
    - 趣旨が不明確で、市の業務と関係のないもの など
  - ▶お寄せいただいたご意見・ご提案内容は、個人情報 を伏せた上で、広報すわや市ホームページで紹介する場合があります。
- (問) 秘書広報課広報戦略係(内線324、325)

15 広報すわ 2023.7

多くのご意見、ご提案をお待ちしています

※個人情報 を保護することができる 封書形式にしています。



料金受取人払郵便

諏訪局 承認 2333

差出有効期限 令和6年7月 31日まで。 切手はいりません。

(受取人)

諏訪市高島一丁目22番30号

諏訪市長 金子ゆかり 行



市長へのてがみ

「磨けば輝く 透明度日本一の 高原湖畔都市」の実現へ

① キリトリ線

③ のり

① キリトリ線

② 山折り

③ のり

市長へのご意見・ご提案は3つの方法で

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

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



▲QRコード

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

■ファックス (0266)54-5050

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

③ のり

② 山折り

① キリトリ線

③ のり

② 山折り

③ のり

③ のり

※参加料・申し込みの記載がないものは、無料で、事前の申し込みは不要です。

※対象者・定員の記載がないものは、どなたでもご参加いただけます。

## 📖 令和5年度諏訪市総合計画外部検証委員会を開催します

市が令和4年度に実施した事業について、第三者の視点で検証する諏訪市総合計画外部検証委員会を開催します。会議は、原則として公開で行います。

●日時、事業名、担当課 下表のとおり

日程	時間	事業名	担当課
7月5日(水)	10:35から	デジタル田園都市国家構想交付金事業	商工課、環境課、生涯学習課
	13:10から	総合福祉センター管理運営事業	社会福祉課
	13:45から	ICT教育推進事業	教育総務課
	14:25から	ごみ減量化推進事業	環境課
	15:00から	ふるさと寄附金事業	地域戦略・男女共同参画課

●会場 市役所302会議室(3階)

●その他 当日の進行状況により、開始時間が前後する場合があります。

(問) 企画政策課企画政策係(内線321)

## i お知らせ

### i 7月定例教育委員会

●日時 7月14日(金) 午後3時

●会場 市役所302会議室(3階)

(問) 教育総務課教育総務係(内線463)

### i 並木DEコンサート♪

野外コンサートを開催します。

●日程 7月15日(土) ※雨天中止

●時間 午後6時~7時

●会場 柳並公園(並木通り)

●出演 我楽多

(問) 並木DEコンサート実行委員会(三井)

☎58-5687

## 市長へのてがみ

広報すわ 2023. 7 **16**

①キリトリ線に沿って切る。 ②---に沿って折る。 ③裏面の  にのりをつけて貼る。

④郵便ポストに投函。切手は不要です。ご意見・ご提案に当たっては、15ページをご覧ください。

この裏にのりをつける

② 谷折り

① キリトリ線

みなさんのご意見・ご提案を、お気軽にお寄せください。

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

住所(*)	〒			氏名(*)		
	年代	性別	受付		No.	
電話(*)				受付		

ご意見・ご提案に対する回答を希望しますか?

はい ・ いいえ

※ご意見・ご提案内容は、名前を伏せて広報紙などで紹介する場合があります。

※回答を希望する場合は、(\*)を必ず記入してください。

② 谷折り

この裏にのりをつける

① キリトリ線

のり面

切り取らないでください。

のり面

この裏にのりをつける

② 谷折り

① キリトリ線



**i** マイナンバーカードの夜間・休日臨時窓口を開設します

新たにマイナンバーカードを申請する人や、すでに申請済みで手続きの案内通知を持っている人へカードをお渡しするための臨時窓口を開設します。

- 日時 ○夜間… 7月13日(木) 午後5時15分～7時 ○休日… 7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** 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)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** 産前産後期間の国民年金保険料免除制度

産前産後期間に国民年金保険料の納付が免除されます。

- 対象 免除期間に国民年金第1号被保険者の期間を有する人 ※出産日が平成31年2月1日以降の人が対象です。
- 免除期間 平成31年4月以降の出産予定日(出産日)の前月から4か月間(双子以上の場合は6か月間)
- 申し込み 出産予定日の6か月前から申請できます。出産日または出産予定日が分かる物を持参の上、申し込んでください。
- その他 ○この免除による年金給付額への影響はありません。○すでに保険料を納付している場合、還付の対象になります。 ※詳しくは、お問い合わせください。(申)・(問) 岡谷年金事務所☎23-3661、市民課市民窓口係(内線119)

**i** 国民年金保険料免除・納付猶予申請

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

- 令和5年度分の免除・納付猶予申請(令和5年7月～令和6年6月分)
- 申し込み 7月3日(月)から、窓口で申請を受け付けます。
- 審査対象 被保険者、配偶者、世帯主の前年度の所得
- 過年度分の免除・納付猶予申請
- 申し込み 随時受け付けています。
- 免除期間 申請の2年1か月前～令和5年6月分(すでに保険料を納付済みの月を除く)

【共通事項】

- 持ち物 基礎年金番号または個人番号が確認できる物、雇用保険受給資格者証または離職票(退職を理由として申請する場合)
- (申)・(問) 岡谷年金事務所☎23-3661、市民課市民窓口係(内線119)

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

**i** 国民年金の手続きが電子申請でできます

- 対象手続き ○国民年金第1号被保険者加入の届け出 ○国民年金保険料免除・納付猶予の申請 ○国民年金保険料学生納付特例の申請
- ※詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。(問) 岡谷年金事務所☎23-3661

**i** 令和5年度国民健康保険税特別徴収の税額決定

国民健康保険税は、世帯主を含む国民健康保険の加入者全員が65歳以上75歳未満の世帯では、原則、世帯主に支給される公的年金から天引き(特別徴収)されます。令和5年度の国民健康保険税の税額が決定したので、該当者に7月中旬に通知を郵送します。詳しくは通知をご覧ください。お問い合わせください。(問) 市民課国保医療係(内線114)

**STOP!** 消費者トラブルを防ごう  
相談は局番なしの188へ!

課金トラブルを未然に防ごう!


未成年者が親権者の同意を得ずに契約したときは、「未成年者取消権」で原則取り消しができると民法で定められています。しかし、ゲームの課金は未成年者が課金したという実証が難しいため、全額返金が非常に困難です。トラブルを防ぐために、ゲームの課金について、夏休み前に次の点を確認しておきましょう。

■ゲームの課金について、夏休み前に確認したいこと

- ①課金するときは、毎回パスワードを入力しているか
- ②課金したときは、親権者の携帯電話などに通知が届くようになっているか
- ③他人に不正利用されないように、パスワードを定期的に変更しているか
- ④課金をするときの約束事や課金の仕組みを伝えているか
- ⑤18歳以上の人は成人のため、課金の取り消しができないことを知っているか

■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▶ 

※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** 霧ヶ峰夏山リフトの運行

- 期間 7月8日(土)～8月27日(日)
  - 時間 午前9時～午後4時30分 ※雨天運休
  - 料金 片道200円、往復360円
- (問) 霧ヶ峰リフト管理事務所 ☎53-1664、観光課施設管理係(内線423)

**i** 夏のこわ～いおはなし会

①おばけのおはなし会&プチ工作  
かわいいおばけのおはなし会と、おばけの工作をします。

- 時間 午後2時～3時

②怪談のゆうべ

- 時間 午後5時～5時30分

【①・②共通事項】

- 日程 8月5日(土)
  - 会場 市図書館視聴覚ホール(2階)
  - 定員 20人(先着順)
- (問) 市図書館 ☎52-0429

**i** すわ子ども司書体験

カウンター業務や図書館探検など、図書館司書の仕事を体験しませんか？

- 日程、内容 ○8月2日(水)…おはなし会にチャレンジ！ ○8月3日(木)…本をコーティングしてみよう！ ○8月4日(金)…本のデータを入れてみよう！

- 時間 午前9時30分～正午
  - 対象 市内在住の小学校4～6年生
  - 定員 各日3人(先着順)
  - 申し込み 7月8日(土)から、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

**i** 夏の工作教室

①豆本を作ろう！

- 日程 7月29日(土)
- 定員 6人(先着順)
- 持ち物 はさみ、カッター、カッティングマット、筆、定規、筆記用具
- 申し込み 7月8日(土)から、電話か直接窓口で申し込んでください。

②恐竜を作ろう！

- 日程 7月30日(日)
- 持ち物 はさみ、カッター、カッティングマット
- 申し込み 不要。席が空いていれば参加できます。

【①・②共通事項】

- 時間 午前10時30分～正午
  - 会場 市図書館第1会議室(2階)
- (申)・(問) 市図書館 ☎52-0429

**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** 霧ヶ峰キャンプ場をご利用ください

- 開場日時 7月1日(土)～9月30日(土) 午後1時～翌日正午 ※9月は土・日曜日、祝日のみ開場します。なお、9月9日(土)～10日(日)は閉場します。
  - 料金 730円から
  - その他 混雑時は、入場を制限する場合があります。
- ※詳しくは、お問い合わせください。
- (問) 霧ヶ峰キャンプ場事務所 ☎52-2833、開場期間外：観光課施設管理係(内線423)

**i** 花火<sup>ライン</sup>枚敷席券が当たる！ 市公式LINEキャンペーン

市公式LINEの登録者の中から抽選で、「第75回諏訪湖祭湖上花火大会枚敷席券」をプレゼントします。

- 応募期間 (受け付け中)～7月6日(木)正午
- 対象 市公式LINEの登録者(応募期間内に、新たに登録した人も含む)のうち、受信設定アンケートの回答者
- 応募方法 専用の応募フォームから申し込んでください。応募フォームは、市公式LINEから対象者に配信します。
- 当選数 10組20人
- 当選発表 7月7日(金)に、当選者に市公式LINEからのメッセージで発表します。

※キャンペーンについて、詳しくは市ホームページをご覧ください。

(問) 秘書広報課広報戦略係(内線325)



▲QRコード

**i** サンデーリサイクルを実施します

- 日程 7月2日(日)
  - 時間 午前10時～正午
  - 会場 西友湖南店
  - 対象品 ○カン類(アルミ缶・スチール缶・カセットボンベ) ○その他プラスチック ○廃食油 ○リターナブルビン(ビールビン・一升ビン) ○インクカートリッジ ○携帯電話、スマートフォン、タブレット端末 ○その他の紙、紙パック
- (問) 環境課環境衛生係(内線211、212)

**i** 諏訪湖祭湖上花火大会のお知らせ

■有料枚敷席券の一般抽選販売  
8月15日(火)に開催する「第75回諏訪湖祭湖上花火大会」の有料枚敷席券の一般抽選販売を開始します。

- 受付期間 7月3日(月)～10日(月)
- 販売席種 ○マス席(特別マス、一般マス、一般ハーフマス) ○ブロック席 ○石彫公園エリア指定席(S席、A席、B席、C席) ○湖畔公園エリア指定席
- 結果通知 7月13日(木)に抽選し、当落を通知します。
- 券の発送 8月4日(金)以降、順次発送予定です。
- 申し込み インターネット(チケットぴあ)で申し込みを受け付けます。右のQRコードを読み取り、申し込んでください。



▲QRコード

※詳しくは、諏訪湖の花火ホームページをご覧ください。

(問) 諏訪湖祭実行委員会事務局(観光課内)(内線421、422)

■花火大会当日の駐車場

今年の花火大会から大会当日の混雑を避けるため、公式の駐車場が有料事前予約制駐車場になります。また、会場周辺の個人・法人から空き駐車場を募集します。

- 申し込み 駐車場の予約・募集は、駐車場や空きスペースの貸し出しを行う「akippa(アキッパ)」が行います。詳しくは、akippaホームページ ▲QRコードをご覧ください。
- (問) akippa ☎0120-543-132



▲QRコード

**i** 7月は青少年の非行・被害防止全国強調月間です

夏休みが始まる7月は、青少年の非行・被害防止全国強調月間です。

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

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

(問) 教育総務課青少年係(内線465)



## 募 集



### シルバー人材センターの入会説明会

- 日程 7月20日(木)
  - 時間 午後1時30分から
  - 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 7月19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



### 地域の清掃やごみ拾いなどのお手伝いをします

上諏訪中学校は「住みつづけられる街づくり」をテーマにしたSDGs学習の一環で、生徒と教員で構成したボランティア部隊をつくりました。地域の清掃活動やごみ拾いなどのお手伝いをしますので、次の日時で地域の清掃などがあり、ボランティア部隊のお手伝いを希望する場合は、ご連絡ください。

- 日程 7月14日(金)
  - 時間 午後3時~4時30分
  - 作業場所 上諏訪中学校徒歩圏内
  - 申し込み 事前に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 上諏訪中学校 ☎52-0745

**i** 日本遺族会の慰霊友好親善事業

- 実施地域 西部ニューギニア、中国、フィリピン、ミャンマーなど
  - 実施時期 9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231)

**i** 日本赤十字社の活動資金募集にご協力ください

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

※詳しくは、今号に挟み込みの「赤字は、動いてる!」をご覧ください。

(問) 社会福祉課社会係(内線236、231)

**i** 障子・ふすま張り就業体験

- 日程 7月11日(火)
  - 時間 午前9時~午後4時
  - 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に入会を希望する人
  - 講師 笹岡輝雄氏
  - 申し込み 7月7日(金)までに、電話か直接窓口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

**i** 長野県パートナーシップ届出制度が始まります

長野県パートナーシップ届出制度は、双方またはいずれか一方が性的マイノリティである2人が、互いを人生のパートナーとすることを県へ届け出て、県は届け出を受領したことを証明する制度です。7月10日(月)から届け出を受け付け、8月1日(火)から証明書を交付します。

- ※制度の概要や届け出方法について、詳しくは長野県ホームページをご覧ください。
- (問) 長野県人権・男女共同参画課 ☎026-235-7102

**i** 「サマージャンボ宝くじ」が発売されます

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



- 販売期間 7月4日(火)~8月4日(金)
  - 抽せん日 8月18日(金)
- (問) 財政課財政係(内線311)

**i** 翻訳・就労支援事業をご活用ください

市内事業者および市内事業所で従事する労働者を対象に、技術・製品・サービスなどを紹介する多言語パンフレットの作成や各種マニュアルの翻訳、外国語を使ったやり取りなどを、外国語に精通したアドバイザーが支援します。英語・中国語・ベトナム語に対応しており、A4用紙1枚程度の分量であれば事業者の費用負担はありません。

毎週水曜日の午前中は、諏訪商工会館内で事前予約制の相談室も開設しています。

※詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲QRコード

(問) NPO 諏訪圏ものづくり推進機構 ☎54-2588

**i** ペレットストーブの設置補助金

- 対象 市内在住者、市外から市内へ移住しようとする個人、市内に事業所を有する個人または事業者(公共的団体を除く)で、令和5年12月までに設置工事を完了し、実績報告書を提出できる人
  - 補助台数 1台 ※応募多数の場合は抽選。
  - 補助額 ペレットストーブ本体購入税抜き価格の2分の1以内(上限10万円)
  - 申し込み 7月3日(月)~21日(金)に、電話か農林課窓口(市役所4階)で申し込んでください。
  - その他 補助基準があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) 農林課耕地林務係(内線414)

※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。



## 講座

### てつなぎひろば

■キラキラ夏の水あそび～まっくろになつて楽しんじゃおう～

●日程 ①7月12日(水) ②7月19日(水) ※雨天中止

●時間 午前9時45分から

●会場 ひなどり保育園園庭

●対象、定員 ①0歳～1歳の子どもとその保護者 ②2歳～3歳の子どもとその保護者 各日15組(先着順)

●申し込み 7月3日(月)～18日(火)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

### 65歳以上の人の健康づくり(介護予防)教室

#### ①転倒予防教室

●日程 8月2日(水)

●時間 午後1時～2時

●会場 駅前交流テラスすわっチャオ

●定員 10人(先着順)

●申し込み 7月3日(月)～7日(金)の午前8時30分～午後5時に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) (株)いずみ ☎55-8322

#### ②健康音動(おんど)～音楽を使って体を動かそう！～

●日程 8月7日(月)、28日(月)

●時間 午後1時30分～2時30分

●会場 湯小路いきいき元気館

●定員 各日20人

#### ③健康柔ら体操教室

●日程、会場、定員 下表のとおり

日程	会場	定員
8/4(金)	とちの木ひろば	8人
8/8(火)	湯小路いきいき元気館	25人
8/18(金)	なかよし広場	8人
8/25(金)	駅前交流テラスすわっチャオ	10人
8/29(火)	カルチャーホームすわ	25人

●時間 午後1時～2時15分

#### 【②・③共通事項】

●申し込み 7月10日(月)～14日(金)に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) 市地域包括支援センター(高齢者福祉課内) (内線298)



### 放送大学で学びませんか 第2学期(10月入学生)

放送大学は、インターネットなどを利用して授業を行う通信制の大学です。さまざまな目的の人が学んでいます。

●出願期間 (受け付け中)～9月12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)



## 相談



### 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 7月22日(土) 午後1時～4時

●会場 諏訪商工会議所

●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)

(問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線283、285)



### 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。

●日程 7月28日(金)

●時間 午前10時～正午

●会場 市公民館302号室(3階)

●申し込み 事前に、電話で申し込んでください。

(申)・(問) 諏訪地区更生保護サポートセンター ☎55-2786(土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後4時)



### 空き家に関する電話相談

空き家の管理、活用、解体などの電話相談ができます。

●日程 7月18日(火)

●時間 午前10時～午後4時

●対象、定員 諏訪6市町村内に建物を所有する人 6人(先着順)

●申し込み 7月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)長野県建築士会諏訪支部 ☎58-6624



### 令和5年度 自衛官候補生など

●募集種目 ①航空学生 ②一般曹候補生 ③自衛官候補生

●受付期間 ①7月1日(土)～9月7日(木) ②7月1日(土)～9月5日(火) ③年間を通して受け付けています。

●その他 受験資格、試験日程など、詳しくはお問い合わせください。

(申)・(問) 自衛隊長野地方協力本部諏訪(茅野)地域事務所 ☎82-6785



### 令和6年4月採用 諏訪広域連合の職員

●採用職種 ①一般行政職(上級)…1人程度 ②消防士(上級・中級・初級・社会人)…4人程度(各区分1人程度)

●勤務場所 ①諏訪広域連合事務局 ②消防本部または諏訪圏域内の消防署

●受付期間 7月18日(火)～8月22日(火)

●第1次試験日 9月17日(日)

●第2次試験日 10月15日(日)

●その他 受験資格など詳しくは、諏訪広域連合ホームページをご覧ください。



▲QRコード

(申)・(問) 諏訪広域連合企画総務課(諏訪市役所内) (内線373、374)



### 蓼科保養学園の写真・思い出(文章)

市博物館特別展「蓼科保養学園・メモリアル」の開催に当たり、蓼科保養学園の写真や思い出(文章)を募集します。いただいた写真や文章は確認の上、市博物館で展示、または記念誌に掲載します。

●応募方法 氏名、住所、電話番号、氏名公表の可否、入園年度(何期生かまで記載)、写真に添える一言(写真の場合のみ)を明記して、9月24日(日)までに、郵送(当日消印有効)か持参、またはEメールで市博物館へ提出してください。

●その他 ○写真は写っている人に同意を得てください。また、市で使用する際にサイズの変更やトリミングを行うことがあります。 ○文章は展示や記念誌の掲載に合わせて添削することがあります。また、展示や掲載ができないことがあります。

(申)・(問) 市博物館 ☎52-7080、Eメール suwamu@city.suwa.lg.jp



### 第2回子どもも大人も一緒に諏訪の自然探究講座

- 日時 7月22日(土) 午前8時～正午(集合：午前7時50分)
- 集合場所 市公民館裏駐車場
- 対象 ①市内在住、在学の小学校5年生～中学生とその保護者 ※中学生は保護者なしでも参加できます。②市内在住者、在勤者
- 定員 ①10組(計20人) ②10人 ※いずれも先着順
- 内容 諏訪盆地や諏訪湖はどうやってできた?
- 講師 小口徹氏(令和3年度NHKブラタモリ地学案内)
- 参加料 1人100円 ※当日集金
- 申し込み 7月3日(月)から、電話か直接窓口で申し込んでください。(申)・(問) 市公民館☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



### 第3回子どもも大人も一緒に諏訪の自然探究講座

- 日時 8月6日(日) 午前7時～11時30分(集合：午前6時50分) ※雨天の場合は、午前10時～正午
- 集合場所 市公民館裏駐車場
- 対象 ①市内在住、在学の小学校5年生～中学生とその保護者 ※中学生は保護者なしでも参加できます。②市内在住者、在勤者
- 定員 ①6組(計12人) ②10人 ※いずれも先着順
- 内容 渡り蝶「アサギマダラ」を見つけに八島ヶ原湿原へ行こう ※雨天の場合は、市公民館で講話
- 講師 青木由親氏(自然昆虫写真家)
- 参加料 1人100円 ※当日集金
- 申し込み 7月10日(月)から、電話か直接窓口で申し込んでください。(申)・(問) 市公民館☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



### 誕生日新聞を作ろう!

- 新聞データベースを使って、自分が生まれた日のオリジナル新聞を作りますか?
- 日程 7月26日(水)、27日(木)、8月2日(水)、3日(木)、9日(水)、10日(木)
  - 時間 午後1時～3時
  - 会場 市図書館
  - 対象 小学生
  - (申)・(問) 市図書館☎52-0429



### ニジマスのつかみどりとアウトドアクッキングにチャレンジ!

- 日程 8月5日(土) ※雨天決行
- 時間 正午～午後3時
- 会場 夢の海森林体験学習館
- 対象 市内在住、在学の小学生以上の子どもとその保護者
- 定員 10組(先着順) ※1組につき子どもは2人まで。
- 参加料 子ども1人につき300円 ※当日集金します。
- 申し込み 7月3日(月)から、電話で申し込んでください。(申)・(問) 生涯学習課生涯学習係(内線582、595)



### あそびのひろば

- 親子で発達を促すあそびの体験や、子育ての悩み相談ができます。
- 日時 8月2日(水) 午前9時30分～11時30分(受け付け：午前9時から)
  - 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
  - 対象、定員 3歳までの子どもとその保護者 15組(先着順)
  - 申し込み 参加を希望する人は、お問い合わせください。申込書をお渡しします。(申)・(問) オアシス(諏訪圏域障がい者総合支援センター)〒392-0024 小和田19-3、☎54-7713、FAX 54-7723



### おはなし会 ステップアップ教室

- 大型絵本やパネルシアター、仕掛け絵本など、おはなし会をさらに楽しくする演目の取り入れ方を学ぶことができる教室です。
- 日程 7月8日(土)
  - 時間 午後2時～3時30分
  - 会場 市図書館視聴覚ホール
  - 定員 20人(先着順)
  - (申)・(問) 市図書館☎52-0429



### ファミリー・サポート・センター「まかせて会員」養成講座

- お子さんを一時預かり(サポート)する人を養成する講座です。
- 日程、内容 下表のとおり

日程	内容
7/27(木)	子育て支援サービスを提供するために 小児看護の基礎知識
8/3(木)	保育の心 子どもの遊び
8/10(木)	子どもの世話 身体の発達と病気
8/24(木)	心の発達とその問題 児童虐待と社会的養護
8/31(木)	子どもの栄養と食生活 緊急時の対策と応急処置 サポートをするために

- 時間 午前10時～午後4時30分 ※初回のみ午前10時30分～午後5時
- 会場 ふれあいの家
- 対象、定員 20歳以上で子どもが好きな人 10人(先着順)
- 申し込み 7月21日(金)までに、電話かファックスで申し込んでください。
- その他 託児があります。希望する人は、事前に申し込んでください。(申)・(問) NPO法人すわ子ども文化ステーション(すわ子育て支援ネットワーク「ぶりん」)☎・FAX 58-3494

〈広告欄〉



### 市ホームページで“声の広報”を公開しています

視覚障がい者や高齢の人のために、諏訪市赤十字奉仕団朗読班による「広報すわ」を朗読した音声データを、市ホームページで公開しています。

音声データを希望する人には、無料でCDを郵送します。希望する人は、お問い合わせください。

(問) 秘書広報課広報戦略係(内線325)



▲QRコード

### 親同士のお見合い交流会



同じ想いを持つ親御様同士の「お見合い交流会」です

日時：7月23日(日) 14:00

対象：未婚のお子様を持つ親御様  
(女性30～40歳 男性35～45歳)

参加費：お1人 6,500円(税込)  
ご夫婦でも同額で

場所：松本市勤労者福祉センター  
3階3-2会議室

お気軽にご連絡ください

主催：結婚相談所ムスベル

☎0263-88-7009

※参加料・申し込みの記載がないものは、無料で、事前の申し込みは不要です。

※対象者・定員の記載がないものは、どなたでもご参加いただけます。

**親子であそぼう**

季節にちなんだ制作、絵本の読み聞かせ、親子のふれあい遊びなどをします。

- 日程 ①7月26日(水)…リズムでるんるん♪ ②8月18日(金)…夏まつりをしチャオ～!
  - 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 0歳～3歳の子どものとその保護者(市内在住者・在勤者)
  - 定員 各日8組(先着順)
  - 申し込み 7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**

**飛び込み練習会**

市スポーツ祭水泳競技大会(今号23ページ参照)に向けて、飛び込みの練習を競技形式で行います。

- 日程 7月30日(日) ※雨天決行
  - 時間 午前9時～10時30分(受け付け：午前8時45分～8時55分)
  - 会場 すわっこランド屋外50mプール
  - 対象 市スポーツ祭水泳競技大会の参加者
  - 参加料 ○小・中学生… 1人400円 ○高校生以上… 1人800円 ※入館料、保険料含む。当日集金します。
  - 申し込み 7月14日(金)午後4時までに、水泳競技大会と合わせて申し込んでください。
- (申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811

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)

**蔵前理科教室  
ふしぎ不思議(くらりか)**

楽しい理科実験教室を開催します。最新科学の面白いテーマについて、親子と一緒に学びましょう。

- 日程 8月5日(土)
  - 時間、内容 ○午後1時～2時30分…ギンギシプロペラ(小学校低学年向け) ○午後3時～4時30分…カード型顕微鏡(小学校高学年向け)
  - 会場 文化センター
  - 対象 市内在住の小学生とその保護者
  - 定員 各回20組(先着順)
  - 講師 蔵前工業会(東京工業大学同窓会組織)
  - 申し込み 7月26日(水)までに、電話かながの電子申請で申し込んでください。
- ▲電子申請  
(申)・(問) 商工課工業振興係(内線433)



**昆虫をよく知って  
お友達になろう**

どなたでも楽しむことができ、昆虫に興味を持ってもらえるような講演会です。自由研究にもお役立てください。

- 日程 7月30日(日)
  - 時間 午後2時～3時30分
  - 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
  - 対象 ○市内在住の小学生とその保護者 ○市内在住者、在勤者、在学者
  - 定員 50人(先着順)
  - 講師 中村寛志氏(放送大学長野学習センター面接授業講師・信州大学名誉教授)
  - 申し込み 7月1日(土)午前10時から、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  
(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)



**デッサンの基礎を学び  
静物画に活かす講座**

リンゴをモチーフに鉛筆デッサンの基礎、静物画の構図とモチーフの組み合わせ方を学び、彩色をします。作品は第45回諏訪市美術展に出品します。

- 日程 7月23日(日)
  - 時間 午前9時50分～午後4時
  - 会場 文化センター第2集会室
  - 定員 25人(先着順)
  - 講師 藤森民雄先生
  - 参加料 1人600円(高校生以下無料) ※当日集金
  - 申し込み 7月15日(土)までに、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 市美術会(宮坂武芳) ☎090-3902-8221、市美術会(宮坂一子) ☎52-0653

**すわっチャオの子育て講座**

■りょうちゃん&ともちゃんのまつり太鼓

和太鼓達人の塩原良氏と、獅子舞や玉すだれなどを披露する和芸師の前田とも氏の公演です。

- 日程 8月11日(金・祝)
  - 時間 午前10時30分～11時30分
  - 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
  - 対象 園児・小学生とその保護者
  - 定員 100人(先着順)
  - 参加料 親子1組(大人1人、子ども1人)1,300円 ※2人目からは大人1人1,000円、子ども1人500円が別途かかります。
  - 申し込み 7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)

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。

〈広告欄〉

**あなたの「学びたい」を応援します**

**10月入学生募集中!**

**出願期間 9月12日(火)まで**

**放送大学** お問い合わせ資料の請求は **長野学習センター** ☎0266-58-2332

手軽で 自由で 経済的

**市民バドミントン大会**

①小・中学生の部

- 日程 7月29日(土)
- 対象 市内在住者、諏訪市スポーツ少年団加入者
- 種目 ○小学校低学年(3年生以下)の部…ダブルス、シングルス ○小学校高学年(4年生以上)の部…男子ダブルス、男子シングルス、女子ダブルス、女子シングルス ○中学生の部…男子ダブルス、男子シングルス、女子ダブルス、女子シングルス ※希望する場合は、上位クラスへ出場ができます。



- 参加料 1人500円 ※当日集金します。

②一般の部

- 日程 7月30日(日)
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者、協会登録者
- 種目 男子ダブルス、男子シングルス、女子ダブルス、女子シングルス、ミックスダブルス ※ダブルスは1種目のみエントリーできます。
- 参加料 1人1種目1,000円 ※当日集金します。

【①・②共通事項】

- 時間 受け付け：午前8時30分
- 会場 市体育館
- 申し込み 7月21日(金)までに、Eメールで申し込んでください。
- その他 ○優勝者に記念品を授与します。 ○大会中のけがは応急処置のみとし、事故の責任は負いません。

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

**市スポーツ祭水泳競技大会**

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



▲QRコード

(申)・(問) スポーツ課☎57-2811

**困りごとご相談ください**  
8月の相談日程

**法律相談 【要予約】**

8月17日(木) 13:00~17:00  
※7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：矢崎正彦弁護士  
予約先：市民課市民窓口係(内線116)

**交通事故相談 【要予約】**

8月10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】**

8月2日(水)、19日(土) 10:30~16:50  
予約先：男女共同参画係(内線288)

**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**

8月18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**  
(7月、8月第一週)

7/1(土)	倉島工業☎52-0754
7/2(日)	杉村設備☎52-4066
7/8(土)	金子工務店☎53-3331
7/9(日)	諏訪管工業☎52-6314
7/15(土)	原設備工業☎57-0703
7/16(日)	金子工務店☎53-3331
7/17(月・祝)	林組工業所☎58-1336
7/22(土)	アクアテック杉村☎75-0038
7/23(日)	丸三上田商店☎58-0171
7/29(土)	水道建設☎53-3965
7/30(日)	ヤジマ設備工業☎52-1777
8/5(土)	スワテック建設☎78-9011
8/6(日)	アクアテック杉村☎75-0038

○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7月31日(月)

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

# 諏訪湖DEウォーク参加者募集!

自分のペースで諏訪湖周のウォーキングを行うイベント「諏訪湖DEウォーク」を開催します。諏訪湖とふれあい、諏訪湖の魅力を再発見するとともに、運動習慣を身に付けませんか?参加者のうち、記録用紙を提出した人には参加賞をプレゼント!みなさんの参加をお待ちしています!



**実施期間** 9月1日(金) ~ 10月31日(火)

**参加費無料!**

**定員** 500人(先着順)

**誰でも参加できる!**

- **申し込み** 7月3日(月)~28日(金)に、Eメール、ながの電子申請または地域支援係(市役所3階)で申し込んでください。その際、①氏名、②生年月日、③住所、④電話番号をお知らせください。電話、ファックスでの申し込みはできません。※地域支援係では、午前8時30分~午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)に受け付けを行います。



▲電子申請

- **実施方法** ○実施期間内にウォーキングを行い記録用紙を提出した人に、参加賞を差し上げます。○1回目(9月分)の記録用紙を提出期間中に提出した人に、「クッキー引換券」「原田泰治美術館入館券」をお送りします。

クッキーは、原田泰治美術館で引き換えできます。○2回目(10月分)の記録用紙を提出期間中に提出した人に、「すわっこランド入館券」をお送りします。○1回目と2回目の記録用紙を、それぞれ提出期間中に提出した人に、「みそ引換券」をお送りします。みそは、諏訪湖間欠泉センターで引き換えができます。

- **その他** ○ながの電子申請サービスは、1つのメールアドレスで1人のみの申し込みとなります。複数名で申し込みを希望する人は、ながの電子申請以外の方法で申し込んでください。○月間累計歩数の上位ランキングを、市ホームページで公表します。※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

申し込み  
お問い合わせ

地域戦略・男女共同参画課地域支援係 ☎52-4141(内線288)  
Eメール suwakodew@city.suwa.lg.jp

今号は、「すわじん」「ぐる〜ぶ通信」のコーナーはお休みします。

## ！ “もしも”に備える 諏訪市防災NEWS

いつ発生するかわからない自然災害。“もしも”に備えるための防災情報をお届けします。

### ！ どうする?土のうの備え

浸水害の恐れがある場合、自身の安全を確保することが最優先となります。その上で、住宅に床上・床下浸水が起きてしまうと、家財などに被害が生じ、今後の生活に支障が出てしまいます。そこで、災害リスクを軽減するために、土のうを事前に準備しておき、いざというときに土のうを積むことが有効です。

- **設置候補場所** 玄関扉前、勝手口扉前、通気口など
- **使用目安** 1メートルの幅で、高さ30センチメートルあたりの土のう数は10袋

### ● 土のうの入手方法

市が備蓄する土のうは、市管理施設や被災箇所の応急対策、消防団の応急対策のための備蓄となっており、個人には配布していません。

今後の水害に備えて土のうが必要だと考えられる場合は、ホームセンターなどで事前に購入の上、準備をお願いします。



お問い合わせ:危機管理室市民安全係(内線255,258)



市ホームページ



マチイオアプリ



市公式LINE



市公式Facebook



市公式YouTube

7月に入り、暑い季節になるとカレーが食べたくなくなります。自分で作る時、野菜については基本のタマネギ、ジャガイモ、ニンジンを入れますが、肉は豚のひき肉を使うのが小さなこだわりです。辛口でよく作りますが、あまりにも辛いと食べられないので、程よく辛いカレーを食べて、今年の夏も乗り越えたいと思います。(C)

編集後記

■広報すわ8月号の配布日は、7月29日(土)~8月2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。



2023.7.1 SUWA

広報すわ

NO.1113

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