

シゼンとヒトがつながる、すわ。



# SUWA

広報すわ NO.1115

2023 / 令和5年

# 9

**特集** ゼロカーボンクエスト 脱炭素の高原湖畔都市 P2~5

**お知らせ**

地震災害に備える・・・P6~7

第75回市スポーツ祭・・・P8~9

令和6年度保育園等の入園・転園手続き・・・P10

新型コロナワクチン接種/下水道の日・・・P16

注目Topics P11 子育てナビ P12~13 みんなの健康リレー P14 施設ガイド P15 暮らしの情報 P17~23



# ゼロカーボンクエスト

## 脱炭素の高原湖畔都市

私たちが立ち向かわなくてはならないゼロカーボン。でも、なぜ取り組む必要があるの？そもそもゼロカーボンってどういうことなの？この記事を読めば、少し身近に感じることができるかもしれません。さあ、未来に向けてゼロカーボンを知ろう。

はなす  
▶ しらべる  
どうぐ

▶ ゼロカーボン  
水質保全  
外来生物

### 生活への脅威

▶ 地球温暖化は安心な生活を脅かす

地球温暖化は、私たちが安心して暮らせる日常を脅かします。日本ではここ数年、異常気象による局地的な豪雨が毎年のように発生しています。

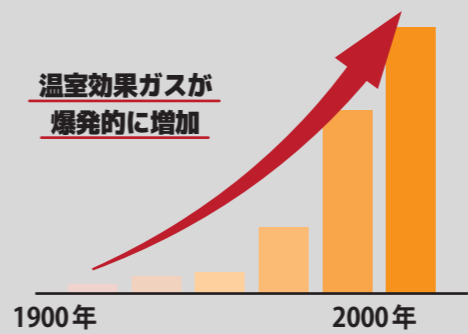
諏訪市でも令和3年8月の豪雨のように、これまでのインフラでは対応できない規模の雨が降り、水害に見舞われました。また、猛暑日の増加により、熱中症による救急搬送件数も増加しています。安心できる暮らしにも、地球温暖化は脅威をもたらしています。



### 温室効果ガスの増加

▶ 温室効果ガスが引き起こす地球温暖化

温室効果ガスが爆発的に増加



二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)を含む温室効果ガスが、人間活動の拡大とともに爆発的に増加。その結果、温室効果ガスが増えすぎ、地球がサウナのような状態になり余分な熱を逃すことができなくなっています。それが、地球温暖化という現象です。

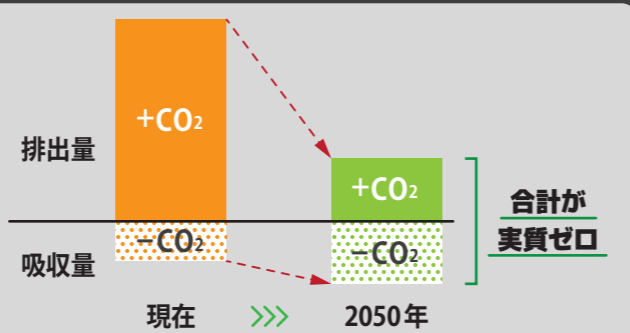
ちなみに、温室効果ガスのうち4分の3はCO<sub>2</sub>です。CO<sub>2</sub>の「C:炭素=カーボン」がゼロカーボン、カーボンニュートラルの言葉の由来です。

### ゼロカーボンをめざす

▶ 排出量から吸収量を引いてゼロ

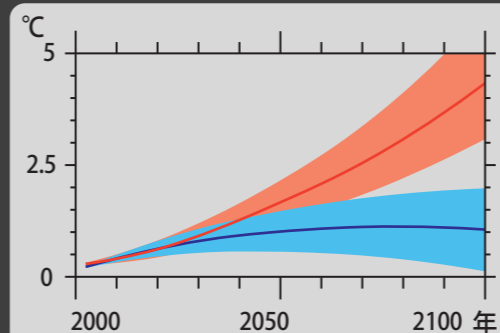
温暖化対策でゼロカーボン。でも、CO<sub>2</sub>を全く排出しないことなんて無理なんじゃ・・・。

ゼロカーボンといっても、CO<sub>2</sub>を全く出さないわけではありません。CO<sub>2</sub>の排出量を減らすとともに、森林などによる吸収量を増やし、足し引きした結果、排出量を「実質ゼロ」にする。このことをゼロカーボン、カーボンニュートラルと言います。地球温暖化を止めるには、この状態にする必要があります。



### 地球温暖化が進んでいる

▶ 何もしないとさらに5°C近く気温が上昇



2081年~2100年の平均気温  
■ 現状を上回る対策をしなかった場合  
▶▶ 2.6~4.8°C上昇  
■ 厳しい対策をした場合  
▶▶ 0.3~1.7°C上昇

このまま何も対策をしないと、今世紀末にはさらに5°C近く地球の平均気温が上昇してしまうと予測されています。

現在もさまざまな影響を及ぼしている地球温暖化ですが、すぐに対策に取り組まないとさらなる影響が懸念されます。事態は一刻を争います。



### すぐ、誰でもできる、 マイボトル

マイボトルを使うことで、使い捨てプラスチック容器の利用を減らし、製品製造時に発生するCO<sub>2</sub>排出を抑制します。環境にもお財布にも優しい取り組みです。諏訪市でも、7カ所の公共施設に給水スポットを設置しています。



### 宅配荷物は、 1回で受け取り

便利なネットショッピングですが、再配達になってしまうと余計なCO<sub>2</sub>排出につながります。時間指定、置き配といった工夫をすれば再配達手配の手間もなく1回で受け取り、再配達の際のCO<sub>2</sub>排出の抑制にもつながります。



### お得におうちに、 再エネ導入

再エネとは再生可能エネルギーの略で、太陽光など環境に優しい自然界のエネルギーのことです。諏訪市は日照時間が長く、太陽光発電に非常に有利です。自宅で発電した電気を自宅で使えば、電気の自給自足になり、もしものときの非常用電源にもなります。

### せっかく住むなら、 高性能住宅

人生で最も高い買い物ともいわれている住宅。性能の高い住宅にすると、夏は涼しく、冬は暖かい暮らしが実現できます。効率の良いエネルギー消費で光熱費の削減にもつながり、結果的に家計にも優しいおうちになります。



### 近くなら歩こう スマートムーブ

近くのコンビニ。車で行ってませんか？スマートムーブは日常生活の移動手段を工夫し、CO<sub>2</sub>排出量を削減しようという取り組みです。近くなら歩いて行く、通勤を自転車にしてみる。日頃の運動不足解消にもなり、季節の変化を感じる機会にもなります。



### 最新機能がついた 省エネ家電

家電製品の買い換えにはお金がかかりますが、電気代が下がり結果的に安くなることもあります。冷蔵庫は、10年前の製品と比較すると約40%も省エネ化が進んでいます。省エネだけではなく便利な機能もついているので、お得に快適な生活が実現できます。



# それが、 ゼロカーボンアクション

地球規模で難しい問題。でも、誰にでも取り組めることはある。

#### 身近な世界的問題

地球温暖化は、遠い世界の出来事のように感じられるかも知れませんが、私たちが生活に密着したとても身近な問題です。



ここ数年、地球温暖化による気候変動が原因とされる異常気象が頻発しています。また、そういった大きな問題に加え、私たちの身近な生活にも影響を及ぼしています。小学生の生活を思い浮かべると、数十年前、小学校のプールの授業は「気温が低い」からできないという日がありました。今は「気温が高過ぎる、水温が高

過ぎる」からできないということが起きています。夏に外で遊べる時間が限られてしまったり、高原湖畔都市でも夜は寝苦しかったりと、生活のさまざまなことに影響が及んでいます。

#### 地域文化への影響

地球温暖化は頻発する災害や健康への脅威だけではなく、多方面へ影響があります。

諏訪地域のシンボリックな存在である諏訪湖。冬になると「御神渡り」という現象が起こります。寒い日が続くと諏訪湖が凍り、氷同士が押し合う結果氷がせり上がる、神話にも関連する現象です。

全国ニュースでも取り上げられる程注目を集めています。

今年も発生しませんでした。10年前は毎年発生していた御神渡りも、ここ10年間で発生したのは1回だけです。地域特有の文化も、地球温暖化の影響を受けています。



#### 地域経済への影響

諏訪市の主要産業は、工業と観光です。世界の市場で取引を行う工業界は、「脱炭素への対応」を求められています。観光業でも、インバウンド(訪日外国人旅行者)や、社会課題に関心の高い旅行者を中心に、環境配慮が新たな価値として位置付けられています。

ます。

時代に沿った対応をしないと、地域の活力を生む仕事を得る機会を失うことにもつながります。世界の市場で生き残るには、時代に沿った対応が不可欠です。

#### 選ばれ続ける地域に

今後も諏訪市が活力を維持していくには、脱炭素時代に選ばれる地域になる必要があります。

諏訪市はゼロカーボンシティ宣言をしていますが、宣言をしたからといって地球温暖化の対策ができたわけではありません。みなさんと一緒に取り組むことで、初めて対策が始まったといえます。関係者だけでなく、全ての人が一丸となって取り組みを行う必要があります。

ゼロカーボンは環境に良いだけでなく、生活や経済にもプラスの影響を生み、生活の質の向上にもつながります。より良い社会実現のために、できることから始めましょう。



ゼロカーボンシティ推進室職員

●紹介している取り組みは、ゼロカーボンアクションの一部です。ほかにもたくさん取り組みがあります。  
●QRコードを読み込むと、市公式YouTubeチャンネルでそれぞれの取り組みに関連する動画が見られます。



～1923年9月1日に発生～

関東大震災から100年

# 地震災害に備える

(問) 危機管理室市民安全係 (内線 258)



出典：(一財)消防防災科学センター「災害写真データベース」

## ■ 関東大震災から100年

もしも今、大地震が発生したら、あなたは自分の命、家族の命、仲間の命を守れますか？そのための備えをしていますか？

大正12年(1923年)9月1日の午前11時58分、東京都と神奈川県を中心とする南関東で推定マグニチュード7.9の関東大震災が発生しました。地震の後に発生した火災が原因で、10万人以上の方が亡くなりました。東京都や横浜市では6割の家屋が破損したため、多くの住民が家族と住居を失いました。震源から比較的遠い諏訪市内においても、若干の家屋が倒壊したという記録が残っています。

今年が関東大震災の発生から100年です。消防庁では、過去から学び、いつか来る災害に備えるため、「関東大震災100年」の特設ホームページを開設しています。普段からの備えで必要なことや、地震が発生したときにとるべき行動、揺れが収まった後の行動を具体的に知ることができます。地震への備えを確認しましょう。

特設ホーム  
ページはこちら



## ■ 被害を想定してみましよう

諏訪市マルチハザードマップの81ページから88ページには、地震の仕組み、市内の被害想定、対策などを掲載しています。諏訪市に最も影響のある地震は、糸魚川―静岡構造線断層帯(南側)で、推定最大震度は震度7です。木造建物や耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物に被害が生じ、人は揺れに翻弄されて自分の意思では行動できません。被害想定は、次の表のとおりです。

### ■ 市内の建物被害(棟)

	全壊	半壊
揺れ	9,670	5,560
土砂災害	50	200
液状化	90	510

### ■ 市内の人的被害(人)

	死者数	負傷者数	重傷者数
建物倒壊	830	4,200	1,500
土砂災害	10	10	わずか

危機管理室  
(市役所3階)  
で配布中！



諏訪市マルチハザードマップは、知っておくと役立つ防災情報や災害発生時の恐れがある場所などを確認し、災害発生時に適切な避難行動がとれることを目的に作成しています。危機管理室(市役所3階)で配布しているほか、市ホームページでも公開しています。

## 日ごろからの備えが大切です

大地震はいつ発生してもおかしくありません。平常時から備えを万全にして、いざというときに備えましょう。今号の裏表紙「もしも」に備える 諏訪市防災NEWS」で市の備蓄品を紹介していますが、避難所では、すぐに食料などを用意することが困難な場合もあります。避難する際は、自分や家族の食料や水、持病薬など、必要な物を必ず持参しましょう。

### 危険把握の備え

- ハザードマップで地域の災害リスクを確認しておく
- 避難経路や避難場所を確認しておく
  - ※いつもの道路が通行できない場合も想定しておく
- 普段使う施設の安全性や、日ごろ通行する道路のブロック塀の倒壊の危険性などをあらかじめ把握する
- 地域の防災訓練に参加する

### 物資の備え

- すぐに避難できるように非常用持出品をまとめて、持ち出しやすい場所に保存しておく
- 食料や燃料などの生活必需品を備蓄する(最低7日分。普段から多めに買い物をして、使ったら買い足す「ローリングストック」がおすすめ)

### 建物の備え

- 地震火災を防ぐため、感震ブレーカーを設置する
- 倒れそうな家具や冷蔵庫などの大型電化製品は固定する
- 棚の物が落ちないように滑り止めシートなどを敷く
- ガスコンロや石油ストーブなど火気の近くに落下する物を置かない
- 避難しやすいように通路を整理整頓しておく
- 住宅の耐震診断をして、必要な場合は耐震改修をする

### 連絡手段の備え

- 家族間での安否確認の手段を確認しておく
  - ※「電話が通じない時は〇時に〇〇〇〇へ集合する」など、具体的に細かく決めておく

## 地震発生時の行動マニュアル

### 地震発生

#### 自分の身を守る

大きな揺れを感じた場合や緊急地震速報を受けた場合は、姿勢を低くして頭を守り、揺れが収まるのを待ちましょう。自宅以外の施設にいる場合は、係員の指示に従いましょう。

### 2~5分

#### 火の始末で火災防止

大揺れが収まったら台所やストーブなどの火の始末をし、電気のブレーカーを下ろし、ガスの元栓を閉めましょう。

### 5~10分

#### わが家の安全確認、確保

家族の身の安全を確認、確保し、災害情報や避難情報を入手しましょう。避難可能な出口も確保しましょう。

### 10分~半日

#### 隣近所の安否確認、助け合い

隣近所と協力して救助が必要な人の救出、消火活動を行いましょう。

### 半日~5日

#### 非常用持出品で生活

地震発生後の数日間は、水、食料、電気などの供給が途絶えるため、非常用持出品を使って生活する必要があります。非常用持出品を用意するときは、この状況を想定しましょう。マルチハザードマップの11ページに非常用持出品のチェックリストが載っています。



# 第75回 諏訪市スポーツ祭

★詳しくは、諏訪市スポーツ祭開催要項をご覧ください。開催要項は、スポーツ課窓口、市内スポーツ施設、市役所ロビーで配布しているほか、市ホームページからも取得できます。



屋外競技種目

## ■開会式および体育功労章・有功章表彰式

●日時 10月7日(土) 午前8時から

## 弓道 10月7日(土)

- 時間、会場 午前9時 市弓道場
- 競技方法 金的…一手、近的…8射(一般・高校の各部門5位まで)

## ゲートボール 10月8日(日)

- 時間 受け付け:午前8時20分~8時30分 開始:午前9時
- 会場 市屋内ゲートボール場
- 参加料 1チーム2,000円
- 申し込み 9月2日(土)~23日(土・祝)に、岡崎さん(☎080-2036-0288)へ申し込んでください。

## バスケットボール 10月8日(日)

- 会場 清水町体育館
- 種目 高校生・一般の男女の部
- 参加料 高校生…2,000円、一般…3,000円
- 申し込み 主将会議(9月28日(木)午後7時市公民館)に出席し、申し込んでください。問い合わせは、飯田さん(☎090-8329-0596)まで。

## 空手道 10月8日(日)

- 会場 市武道館
- 対象 市内在住者、在勤者、市協会員
- 種目 形・組手競技の園児~一般(学年・男女別) ※個人戦
- 参加料 1種目1,000円
- 申し込み 9月15日(金)までに、藤森さん(Eメール jka\_suwa@yahoo.co.jp)へ申し込んでください。

## 合気道(演武会) 10月7日(土)

- 時間 午前10時~11時30分
- 会場 諏訪中学校体育館武道場
- 内容 少年の部・一般の部の演武披露、師範による解説と稽古指導。 ※当日の参加者は、見学のみです。
- その他 通常の稽古の日時や場所などについては、平林さん(☎52-3229)にお問い合わせください。

## バドミントン 10月8日(日)、9日(月・祝)

- 時間 受け付け:午前8時30分 開会式:午前9時
- 会場 市体育館
- 対象 小中学生の部(10月8日)…市内在住者、スポーツ少年団加入者、一般の部(10月9日)…市内在住者、在勤者、在学者、市協会員
- 種目 各部シングルス・ダブルス
- 参加料 小中学生の部…1人500円、一般の部…1人1種目1,000円 ※当日集金
- 申し込み 小中学生の部は9月22日(金)、一般の部は9月29日(金)までに、雨宮さん(Eメール suwashi.bad.asso@gmail.com)へ申し込んでください。

★「参加料」の記載のない種目は無料です。  
★「対象」の記載のない種目は、市内在住者、在勤者、在学者が対象です。  
★「申し込み」の記載のない種目は、申し込み不要です。直接会場へお越しください。

## ダンススポーツ 10月1日(日)

- 時間 開場:午後6時 開始:午後6時30分
- 会場 市体育館
- 対象 市内外のソシアルダンス愛好者(年齢、性別不問)
- 種目 ダンスタイム、トライアル(ルンバなど)
- 参加料 500円

## 卓球 10月15日(日)

- 時間 集合:午前8時30分 開始:午前9時
- 会場 市武道館(道場)
- 種目 中学生、高校生・一般シングルス(男女別)
- 申し込み 中学生は、事前に学校ごと受け付け。高校生・一般は、当日、会場で受け付け。

## 剣道 10月7日(土)

- 時間、会場 集合:午前9時まで 市武道館(道場)
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者、市協会員
- 種目 小学生(学年別)、中学生男女(学年別)、高校生・一般男女別、一般男子(50歳以上) ※個人戦
- 申し込み 9月21日(木)までに、内山さん(☎070-1005-8611、Eメール suwa\_ken\_kyokai@yahoo.co.jp)へ申し込んでください。

## ソフトバレーボール 10月9日(月・祝)

- 時間、会場 受け付け:午前9時まで 清水町体育館
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者、協会登録チーム
- 種目 フリーの部、40歳以上の部、50歳以上の部
- 申し込み 9月27日(水)午後4時までに申し込んでください。問い合わせは、中島さん(☎090-4181-7452(午後5時15分以降))へ。

## 柔道 10月9日(月・祝)

- 時間、会場 集合:午前9時 市武道館(柔道場)
- 種目 個人戦…小学生(1~2年、3~4年、5~6年の各男女別)、中学生(男女別、男子は学年別)、高校生・一般(男女別、男性は段位別)、団体戦…1チーム5人で、事業所や学校単位で編成(段位制限なし)
- 申し込み 事前に、武井さん(☎52-1183、☎392-0026 大手2-15-1)へ申し込んでください。

## ボウリング 10月14日(土)

- 時間 集合:午後7時30分 開始:午後8時
- 会場 ココレーン上諏訪店
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者、JBC長野県連会員
- 種目 個人戦(男女混合)
- 参加料 18歳未満…2,000円、一般…2,500円
- 申し込み 10月13日(金)までに、川上さん(☎090-2239-6563、Eメール khideki@po15.lcv.ne.jp)かココレーン上諏訪店(☎75-5255)へ申し込んでください。

## マレットゴルフ 10月10日(火)

- 時間 受け付け:午前7時30分~8時 開始:午前8時30分 ※小雨決行
- 会場 クリーンレイク諏訪マレットゴルフ場
- 競技方法 36ホール、パー144、ストロークプレー

## セーリング 9月24日(日)

- 時間 受け付け:午前8時 開始:午前10時 ※雨天決行
- 会場 諏訪湖ヨットハーバー
- 対象 市内在住、在勤、在学のヨットレース経験者
- 種目 一般の部(ソリング)
- 参加料 1人3,000円
- 申し込み 9月12日(火)までに、増田さん(☎090-8328-6989)へ申し込んでください。

## ペタンク 10月8日(日)

- 時間 受け付け:午前8時15分から ※雨天決行
- 会場 中央公園憩いの杜ペタンクコート
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者、市協会員
- 種目 トリプレット(1チーム3人)
- 参加料 1チーム1,500円 ※当日集金
- 申し込み 10月4日(水)までに、佐藤さん(FAX 57-1919、Eメール sweet@kra.biglobe.ne.jp)へ申し込んでください。その際に、ボールの有無をお知らせください。

## 野球 9月23日(土・祝)、24日(日)、10月8日(日)、9日(月・祝)

- 会場 中学生の部…しんきん諏訪湖スタジアム、小学生の部…清水町野球場
- 対象 市内在住の小・中学生で編成したチーム
- 競技方法 中学生の部(9月23日、24日)…リーグ戦、小学生の部(10月8日、9日)…トーナメント戦
- 参加料 中学生の部…1チーム8,000円、小学生の部…1チーム7,000円
- 申し込み 主将会議(中学生の部…9月13日(水)、小学生の部…9月27日(水)、いずれも午後7時しんきん諏訪湖スタジアム)に出席し、申し込んでください。

## ソフトテニス 10月8日(日)

- 時間 受け付け:午前8時から 開会式:午前8時30分(試合前練習:男子…午前7時30分から、女子…午前7時から) ※小雨決行
- 会場 男子…上川テニス場、女子…クリーンレイク諏訪テニスコート
- 対象 ジュニアの部…市内在住の小・中学生、ジュニア教室生徒、高校・一般・シニアの部…市内在住者、在勤者、在学者、協会員、クラブ加入者
- 種目 男女別個人戦(ダブルス)、ジュニア、高校、一般、シニア(45歳以上)
- 参加料 小・中学生…1ペア1,200円(保険料を含む)、高校生…1ペア1,500円(保険料を含む)、一般・シニア…1ペア1,800円(保険料を含まない) ※当日集金
- 申し込み 9月29日(金)までに、宮下さん(FAX 53-4749、☎392-0016 豊田2588)へ申し込んでください。

## ゴルフ 10月9日(月・祝)

- 会場 諏訪湖カントリークラブ
- 競技方法 18ホールストロークプレー新ペリア方式
- 参加料 会員…10,000円、会員以外…11,000円
- 申し込み 事前に、諏訪湖カントリークラブ(☎52-1780、FAX 52-1737)へ申し込んでください。

## ボート体験・初心者教室 10月9日(月・祝)

- 時間 集合:午前8時30分
- 会場 下諏訪ローイングパーク(AQUA 未来)
- 対象 どなたでも結構です(経験は問いません)。
- 申し込み 10月6日(金)までに、宮坂さん(☎090-3900-1831)へ申し込んでください。

## 諏訪湖太極拳交流演武会 10月7日(土)

- 時間 午前9時~午後4時 ※小雨決行
- 会場 湖畔公園 ※雨天時は市体育館
- 対象 太極拳友好団体、愛好家
- 参加料 1人1,000円
- 申し込み 9月10日(日)までに、秋山さん(☎ FAX 27-8759、Eメール genki8202keiko@gmail.com)へ申し込んでください。

## ノルディックウォーキング体験会 10月7日(土)

- 時間 午前9時~正午 ※小雨決行
- 会場 諏訪中央公園芝生広場
- 対象 どなたでも結構です(中学生以下は保護者同伴)。
- 申し込み 事前に、藤森さん(☎090-5310-6032、Eメール fujimo3201320@docomo.ne.jp)へ申し込んでください。
- その他 貸し出し用のポール(300円)があります(要事前予約)。

## ソフトボール 10月8日(日)

- 時間 監督会議:午前9時
- 会場 諏訪湖ヨットハーバーグラウンド
- 対象 市協会登録チーム、可能な限り市内在住・在勤者で編成したチーム(学生を除く)
- 競技方法 男女別トーナメント戦
- 参加料 市協会登録チーム以外は、1チーム3,000円
- 申し込み 9月20日(水)午後5時までに、小澤さん(☎090-8843-0697、Eメール seiictiolub@outlook.jp)へ申し込んでください。

## テニス 10月15日(日)

- 時間 集合:午前8時30分 ※雨天中止
- 会場 クリーンレイク諏訪テニスコート(集合場所)ほか
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者、市協会員
- 種目 シングルス(男子上級、男子一般、女子)
- 参加料 一般…2,000円、高校生以下・協会員…1,500円 ※当日集金
- 申し込み 10月4日(水)までに、西村さん(☎090-7921-3385、Eメール motoaki\_nishimura@yahoo.co.jp)へ申し込んでください。

※入園申込書類の配布、申し込み受け付け、入園説明会に出席の際、事前の申し込みは必要ありません。

## 市立保育園の申込書類配布・申し込み受け付け

### 入園申込書類の配布

- 下表の申込書類配布日に書類を受け取り、必要事項を記入して申込受付日に提出してください。
- 申込書類は、第1希望の園で受け取ってください。都合が合わない場合は、次の①～③のいずれかの方法で書類を受け取ってください。①第1希望の園で日時の予約をして受け取る。②第2希望の園の書類配布日に受け取る。③9月11日(月)以降に、こども課(市役所4階)で受け取る。



### 申し込み受け付け

- 申込受付日に面接をします。お子さんと一緒にお越しください。
- 希望する園の申込受付日時に申し込みができない場合は、10月4日(水)～6日(金)の午前9時～正午の都合のよい日時に申込会場へお越しください。
- どの受付日にも申し込みができない場合、市役所こども課で受け付けます(書類申し込みの最終締め切り日は10月27日(金))。その場合、面接は10月31日(火)に行います。

※最終締め切り日以降も申し込みはできますが、その時点で定員に空きのある園へ案内します(定員調整のため、すぐに案内できない場合があります)。

※年度途中の入園を希望する人は、入園希望月の前々月15日までに入園申込書を提出してください。

保育園名	入園申込書類配布日時 会場：各園		申込受付日時 会場：湯小路いきいき元気館3階		
	片羽保育園	9月7日(木)	13:30～15:00	10月4日(水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 誕生月ごとに時間帯を区切って受け付けます。 ○12月～3月生まれ …9:00～10:00 ○8月～11月生まれ …10:00～11:00 ○4月～7月生まれ …11:00～12:00</li> <li>● きょうだい同時申し込みの場合は、いずれか1つの時間帯で全員分の申し込みをしてください。</li> </ul>
渋崎保育園	9月14日(木)	14:30～15:30	10月5日(木)		
城南保育園	9月15日(金)	13:30～15:30	10月5日(木)		
中洲保育園	9月14日(木)	13:30～15:30	10月4日(水)		
こなみ保育園	9月14日(木)	13:30～15:30	10月6日(金)		
豊田保育園	9月14日(木)	13:30～15:30	10月6日(金)		
四賀保育園	9月15日(金)	14:00～15:30	10月6日(金)		
赤沼保育園	9月14日(木)	13:30～15:30	10月5日(木)		
神戸保育園	9月14日(木)	14:30～15:30	10月4日(水)		
角間川保育園	9月15日(金)	13:30～15:30	10月4日(水)		
きみいち保育園	9月15日(金)	13:30～15:30	10月5日(木)		
文出保育園	9月15日(金)	14:30～15:30	10月6日(金)		
城北保育園	9月8日(金)	14:00～15:00	10月4日(水)		
全園対象			10月5日(木)	18:00～19:00	

### 市立園間の転園を希望する場合

書類の受け取り・申込書の提出共に、現在通っている園で行ってください。申込書類は、10月27日(金)までに提出してください。面接はありません。

## 私立保育園などの入園説明会・申し込み受け付け

- 各園で説明会を行います。希望する園の説明会に出席してください。
- 説明会は、なるべく保護者のみの出席をお願いします。託児はありません。
- 申込受付日に面接をします(すわせいぼ幼稚園は別日)。お子さんと一緒にお越しください。

園名	入園説明会日時 会場：各園	申込受付日時 会場：各園
ひなどり保育園	9月19日(火) R5年4月2日以降生まれ…10:00から R3年4月2日～R5年4月1日生まれ…15:00から	10月13日(金) 10:00～11:00
聖ヨゼフ保育園諏訪	9月12日(火) 13:00～14:00	10月12日(木) 10:30～12:00
認定こども園 すわせいぼ幼稚園	9月26日(火) 10:00から ※9:30から園紹介の動画が見られます。	10月11日(水) 在園児・卒園した人の きょうだい・子ども…9:00～10:00 その他の人…9:20～10:00 ※面談は10月23日(月)か24日(火)
きらり諏訪赤十字病院園 きらり諏訪日赤第二保育園	随時受け付け…土・日曜日、祝日を除く9:30以降に、直接電話で申し込んでください。 きらり諏訪赤十字病院園 ☎52-2663、きらり諏訪日赤第二保育園 ☎78-0135	
(株)クローバーホールディングス ふくしだい保育園	9月10日(日) 14:00から 9月11日(月) 18:00から 9月12日(火) 10:00から(お子さんの同伴可能)	10月2日(月) 10:00～11:30



お知らせ

## 9月10日～16日は自殺予防週間です 気付いてください！あなたや 大切な人の“こころのSOS”

自殺に対する誤解は多く、ほとんどの人は「助けてほしい」とメッセージを発信しているといわれています。自分や大切な人の“こころの声”に耳を傾けてみましょう。

### ■自殺に対する誤解

- 自殺は弱い人がすること
- 死ぬと言う人ほど自殺はしない
- 自殺は何の前触れもなく起こり、予防はできない
- 自殺未遂をする人は、もともと死ぬ気がない
- 自殺をする人は冷静に死を選び、死ぬと完全に決めている

### ■1人で悩まず相談しましょう【相談窓口】

- 保健センター ☎52-8592(平日8:30～17:15)
- いのちの電話松本 ☎0263-88-8776(毎日11:00～22:00)
- こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556(平日9:30～16:00、18:30～22:00)
- よりそいホットライン ☎0120-279-338(毎日・24時間)(間)保健センター(内線592)

お知らせ

## いつでも、安心・便利に利用できます 水道利用の申し込みには 電子申請をご利用ください

引越しなどにより新しく水道を使用したいときや使用をやめたいときは、ながの電子申請から申し込みができます。スマートフォンやパソコンからいつでも利用できる、安心で便利なサービスです。ぜひ、ご利用ください。

### ■申し込み方法

以下のQRコードを読み取り、画面の案内に従い申し込んでください。



水道の  
開始(開栓)



水道の  
休止(閉栓)

### ■注意事項

- 申し込みをした当日に、開栓・閉栓を行うことはできません。開栓・閉栓希望日の2日以上前に申し込みをしてください。
  - 内容に不備がある場合などに、Eメールや電話で確認をすることがあります。
  - 申し込みにはメールアドレスが必要ですが、サービスへの利用者登録は必須ではありません。
  - 申し込み内容の確認・受け付け後、受理メールをお送りします。
  - その他の注意事項は、申込時にご確認ください。
- (問) 水道局営業課料金係(内線755、756、757、758)

お知らせ

## ご理解・ご協力をお願いします 国道20号の車両通行止め

「上諏訪街道まちあるき呑みあるき」開催のため、国道20号の一部が車両通行止めになります。近隣や、通行されるみなさんにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

- 規制日時 9月30日(土) 正午～午後6時
- 規制区間 諏訪2丁目交差点～元町交差点



- その他 大型車は会場周辺に侵入してしまうと、迂回(うわい)ができません。広域迂回ルートをご利用ください。広域迂回ルートについて詳しくは、右のQRコードを読み取りご確認ください。
- ▲QRコード  
(問) まちあるき呑みあるき実行委員会(諏訪観光協会内)  
☎52-2111



お知らせ

## 長年にわたる数々の功績を評価 ニムラ舞踊賞受賞者が決定しました

### ■第41回ニムラ舞踊賞受賞者

- 受賞者 福田 一雄さん(指揮)

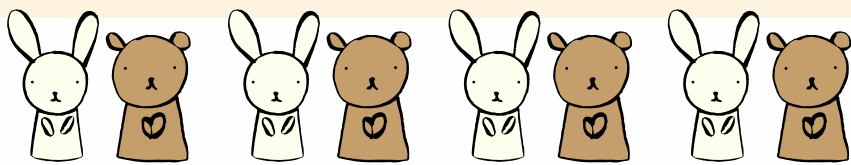


- 受賞理由 70年以上にわたり、日本のバレエ界において指揮者、音楽監督、作・編曲者として、また、多くの若い指揮者を指導、育成してその振興に貢献しています。2022年には多数のバレエ界有志により、卒寿記念特別公演「～語り継ぐバレエの軌跡～マエストロ福田一雄のドリーム・プロジェクトスペシャル・ガラ『バレエの情景』」が開催され、その業績をたたえ謝意が示されました。これまでの長年にわたるバレエ音楽に関する高い貢献、優れた業績が高く評価されました。

### ■授賞式

- 日時 10月11日(水) 午後4時
  - 会場 市図書館視聴覚ホール
  - 申し込み 不要。直接会場へお越しください。
- (問) ニムラ舞踊賞運営委員会事務局(生涯学習課生涯学習係内)(内線595)





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

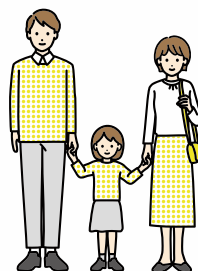
(問) すわ☆あゆみステーション(内線444)

### すわ☆あゆみステーション親支援プログラム

### 「子どもと大人の絆を深める CARE<sup>ケア</sup>プログラム」に参加しませんか

家庭内のイライラや、子どもが言うことを聞いてくれないなど、子育てについての悩みを抱えていませんか。子どもとの関係をもっと楽しく、ずっと楽なものにできるヒントが詰まった講座です。

- 日程 9月12日(火)、10月11日(水)、11月9日(木) ※全日程同じ内容です。
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 会場 ふれあいの家(諏訪市清水3丁目3970-3)
- 対象 市内在住のおおむね2歳～6歳の子どもの保護者
- 定員 各日6人(先着順)
- 講師 すわ☆あゆみステーション保健師(CARE-Japan認定ファシリテーター)
- 申し込み 事前に、電話かすわ☆あゆみステーション(市役所4階)で申し込んでください。



## 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 9月13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。

### 親子で柳沢運動プログラム(※)

- 日時 9月15日(金) 午前10時～10時45分
- 対象 2歳～3歳の子どもとその保護者
- 定員 15組
- 申し込み 事前に、申し込んでください。

### ママダンス～パパもいよいよ～(※)

- 日時 9月26日(火) 午前10時～10時45分
- 対象 0歳～3歳の子どもとその保護者
- 定員 15組
- 申し込み 事前に、申し込んでください。

### らくらくクッキング

- 日時 10月15日(日) 午前10時～正午
- 対象 4歳以上の子どもとその保護者
- 定員 4組
- 内容 ココアカップケーキ、ピロナシェイク
- 参加料 1組500円
- 申し込み 9月15日(金)から、申し込んでください。
- その他 今後も開催を予定していますが、1組1回のみ参加となります。

### 【(※)共通事項】

- 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

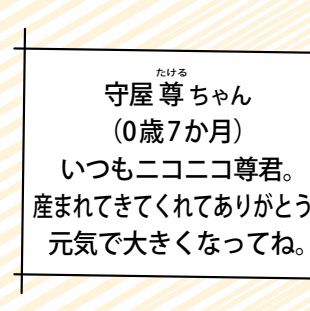


# わか家の すこやかさん

- ★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



中山美月ちゃん  
(1歳6か月)  
いつもにこにこ笑顔の  
みつきがだいすき!



守屋尊ちゃん  
(0歳7か月)  
いつもニコニコ尊君。  
産まれてきてくれてありがとう。  
元気で大きくなってね。



大嶋夢花ちゃん  
(0歳7か月)  
みんなを笑顔にしてくれるゆめ!!  
これからも沢山笑って沢山遊んで  
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	9月26日(火)	令和5年5月生まれ
10か月児健診	9月22日(金)	令和4年11月生まれ
1歳6か月児健診	9月8日(金)	令和4年2月生まれ
3歳児健診	9月7日(木)	令和2年8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 9月21日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和3年8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 ○9月15日(金)…保健センター ○9月28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…9月14日(木) ○生後7か月～9か月…9月20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)	9月6日(水)	令和2年5月～6月生まれ
BCG	9月12日(火)	令和5年3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  
役立つ情報をご紹介します！

受動喫煙～三次喫煙(サードハンドスモーク)をご存じですか？～

問 保健センター(内線592)

## ■受動喫煙と健康への影響

本人は喫煙をしなくても、喫煙者の吐き出した煙や、火の付いたたばこの先端から出る煙(副流煙)を吸わされてしまうことを受動喫煙といいます。たばこの煙は、肺がんをはじめとする多くのがんや、心筋梗塞や脳梗塞などの循環器系疾患、慢性閉塞性肺疾患(COPD)などの呼吸器疾患の原因になります。また、低出生体重児や乳幼児突然死症候群(SIDS)のリスクを高めるなど、妊婦のみならず乳幼児の健康にも影響があることが明らかになっています。

## ■見えない煙 三次喫煙(サードハンドスモーク)とは？

たばこの火が消された後に残留する化学物質を吸入することを「三次喫煙」、または「残留受動喫煙」と呼びます。たばこ由来のニコチンや化学物質は、喫煙者の髪の毛や衣類に染み込んだり、カーテンやソファ、壁に付着したりした後、徐々に空气中に再放散されます。部屋で過ごす時間が長い乳幼児などは、三次喫煙による影響が懸念されます。

## ～たばこの煙のよくある誤解 Q&amp;A～

Q)換気扇の下で吸えば大丈夫？

A)換気扇を回しても料理の香りが室内に漂うように、家庭用の換気扇では十分に換気ができません。



Q)空気清浄機のある場所で吸えば大丈夫？

A)空気清浄機で粒子状成分(ニコチンやタール)は除去できても、たばこの有害物質(ホルムアルデヒドやハンゼンなどの発がん性物質)は取り除くことができません。

Q)外で吸えば大丈夫？

A)喫煙後もしばらくは吐く息や衣類に化学物質が付着しています。また、近隣の家にたばこの煙が流れ、周囲の人が影響を受ける可能性があるため配慮が必要です。

健康影響について、  
厚生労働省ホーム  
ページをチェック

▲受動喫煙



▲三次喫煙

## 今月の休日当番医・薬局(9月、10月第一週)

月	日	医科(9:00~12:00, 13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
9	3日(日)	清水クリニック ☎53-1625	堀歯科医院 ☎73-7139	かりん薬局 ☎56-3515
	10日(日)	柳沢医院 ☎52-0159	やまびこ歯科診療所 ☎78-7131	ライフ薬局諏訪 ☎53-6288
	17日(日)	松本医院 ☎52-3247	清水歯科医院 ☎62-5207	大坂屋薬局 ☎52-7756
	18日(月・祝)	高林内科呼吸器クリニック ☎54-1159	スワン歯科クリニック ☎78-7730	諏訪スター薬局 ☎78-1378
	23日(土・祝)	きみづか整形外科 ☎78-4001	酒井歯科医院 ☎73-2822	ららくま薬局 ☎58-0090
	24日(日)	みやざき皮膚科クリニック ☎78-0005	諏訪矯正・予防歯科 4S ☎53-2666	クスリのアオキ諏訪上川薬局 ☎78-4601
10	1日(日)	清水眼科医院 ☎58-6802	ふじもりデンタルオフィス ☎71-1361	諏訪薬局 ☎54-2820

■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▶



## 諏訪地区小児夜間急病センター

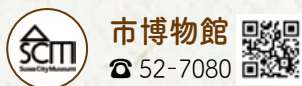
諏訪市四賀 2299-1 ☎54-4699

■診療日時：毎週火曜日、木曜日、土曜日、日曜日 午後7時～9時 ※必ず受診前に、電話で症状をお伝えください。

■診療科目：小児科 生後3か月以上～中学生(けが、やけど、ハチ刺され、誤飲などは除く)



※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。



【休館日】 毎週月曜日(9/18を除く)、9月19日(火)

### ■特別展「蓼科保養学園・メモリアル」

7月29日に始まった特別展も、いよいよ今月24日(日)までとなりました。

9月3日(日)にはイベント「竹馬に挑戦しよう!あの時の先生たちと話しをしよう!」(動画上映会)、蓼科保養学園現地見学会が開催されます。展示と合わせてお楽しみください。



▲イベントの様子

●期間 開催中(～9月24日(日))



【休館日】 毎週月曜日(9/18を除く)、9月19日(火)、26日(火)～29日(金)

### ■特別展「過去の情景と未来の風景」の作品募集

11月11日(土)～令和6年1月21日(日)に開催する特別展で、市美術館の収蔵作品とともに、みなさんから出品された作品を展示します。

●応募受付期間 10月1日(日)～9日(月・祝)

●募集点数 40点(1人1点、先着順)

●作品規格 ○平面20号(72cm×60cm)以内  
○立体:幅35cm×高さ40cm×奥行35cm以下  
※そのほかは、お問い合わせください。

●出品料 無料

●申し込み 申込用紙に必要事項を記入し市美術館へ持参するか、郵送、ファックスまたはEメールで提出してください。申込用紙は、市美術館か市美術館ホームページで取得できます。

●その他 作品の搬入出は、ご自身でお願いします。

※詳しくは、市美術館ホームページをご覧ください。どうか、お問い合わせください。



【休館日】 毎週月曜日(9/18を除く)

### ■開館25周年記念特別企画展 第3回高橋まゆみ人形展「やっと会えた、ぬくもり溢れるふるさとの風景、人、こころ」

こぼれんばかりの笑顔とあふれる涙。人情味あふれる人形を作る高橋まゆみさんの人形展を、6年ぶりに開催します。「ぬくもり」をテーマに、人形80体を展示します。

●期間 8月31日(木)～11月26日(日)

### ■開館25周年記念特別企画展「原田泰治の世界一本の道ふるさとから世界へ」

開館25周年を記念し、ふるさとを描き始めた初期作品から、世界を描いた100号の大作、デザインや絵本の世界、そして絶筆となった作品まで原田氏の画業を振り返ります。



▲「思い出の電車(1985年)」

●期間 8月31日(木)～令和6年4月7日(日)



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)…9月3日(日)
- サンキューリレー(屋外50mプール)…9月10日(日)
- 屋外50mプール閉場…9月10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)…9月17日(日)
- レッスン休講…9月18日(月・祝)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)…9月26日(火)



## 図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日…毎週月曜日(9/18を除く)、9月2日(土)、19日(火)

信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日…毎週月曜日、9月2日(土)、23日(土・祝)

### おすすめの図書(風樹文庫)

#### ■カラー版 名画を見る眼!

高階 秀爾 著(岩波書店)

累計82万部、50年以上読み継がれてきた西洋美術鑑賞の手引書が、カラー版になって新登場です。



#### 扉をひらく哲学 人生の鍵は古典のなかにある

読書と思索を通して若者の経験が少しでも豊かなものになるようにと、11人の古典研究者が本を紹介します。



### 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 9月16日(土)、17日(日)、18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 9月17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 9月6日(水)、13日(水)、20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 9月9日(土)、16日(土)、23日(土・祝)

●時間 午前11時～11時30分



# 新型コロナウイルスワクチン接種のご案内

(問) 新型コロナウイルス感染症対策室 ☎58-7225、☎58-7226

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

※掲載する情報は、8月18日現在のものです。今後、変更になる場合があります。



## ■ 12歳以上の人の令和5年秋・冬追加接種

- 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 ○個別接種…市内医療機関 ○集団接種…諏訪赤十字病院
- 市内における接種開始予定時期 ○個別接種…9月下旬 ○集団接種…10月以降
- 接種券の発送 前回の接種日を基準として、高年齢順に9月上旬以降に順次発送します。市外の医療機関がかりつけ医で、接種券の到着が接種を予定する日に間に合わないといった場合はご連絡ください。 ※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。

## ■ 11歳以下の人の令和5年秋・冬追加接種

小児(5~11歳)および乳幼児(生後6か月~4歳)の追加接種は、接種会場や日程が12歳以上の人と異なるため、接種券に同封する案内をご確認ください。詳しくは、お問い合わせください。

## ■ これから初回接種(1・2回目)を受ける人へ

これから初回接種を希望する人は接種会場が限定されるため、接種券の発行と併せてお問い合わせください。

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



# 下水道を正しく使いましょう! ~9月10日は下水道の日~

(問) 水道局施設課下水道係(内線767、768、769)

下水道は誤った使い方をすると、管が詰まるなどして使えなくなってしまいます。また、下水道管やマンホールの工事などは、下水道の維持管理と埋設している道路の交通安全のために欠かせないものです。私たちの暮らしを支えている下水道の正しい使用と、工事などへのご協力をお願いします。



### 01 洗剤は適量を使う

台所洗剤、洗濯洗剤は適量使用を心掛けましょう。節水にもつながります。



### 04 トイレトペーパーを使う

トイレに、ティッシュペーパーを流すことはできません。流せるという商品も、大量に流すと詰まりの原因になります。



### 02 ごみを流さない

風呂場の排水口へのネット、台所の三角コーナーなどを活用しましょう。食べ残しなども、必ず三角コーナーを通して排水しましょう。



### 05 マンホールを開けない

マンホールは、ごみを捨てる場所ではありません。ガスが発生している場合もあり大変危険なため、絶対に開けないでください。



### 03 油は絶対に流さない

油は管の詰まりの原因となるとともに、衛生害虫発生の原因にもなります。お皿などの油も、拭き取りを心掛けましょう。

## 大雨時の節水要請にご協力ください

下水処理が滞っている際に、節水をお願いしています。低い位置にある住宅などで下水道が使えなくなるといった影響があるため、不急の排水は控えてください。なお、雨水や池の水などを下水道に流すことは認められていません。



※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** 緑の募金 288万円以上に

(公財)長野県緑の基金の呼び掛けで行われた今年の「緑の募金」は、総額288万4,214円に達しました。みなさんから寄せられた募金は緑の基金に納められ、市内の緑化の推進や健全な森林づくり、国内外での緑豊かな環境づくりに生かされます。ご協力ありがとうございました。

(問) 農林課耕地林務係(内線414)

### **i** 議会報告会を開催します

市議会は、市民に開かれた議会、信頼される議会をめざし、議会活動の情報や定例会の審議の様子などを積極的に発信しています。次の日程で、文化センター改修事業を中心に報告会を開催します。ぜひお越しください。

●日時 9月26日(火) 午後7時から

●会場 文化センター第1集会室

(問) 議会事務局(内線520、537)

### **i** 農業祭を開催します

第23回諏訪市農業祭・第19回JA信州諏訪農業祭諏訪市会場を開催します。ぜひご来場ください。

●日程 9月9日(土)

●時間 午前9時～午後1時(閉場)

●会場 諏訪湖イベントひろば(旧東洋バルヴ跡地)

●内容 地元農産物の販売、アルパカ触れ合い体験、飲食物などのテイクアウト販売コーナー、展示会・販売会・農業相談コーナー

(問) 農林課農業振興係(内線411、412)

### **i** 住宅・土地統計調査対象者はご協力をお願いします

総務省は10月1日を基準日として、全国で住宅・土地統計調査を行います。9月中旬に、無作為に選ばれた市内の約2,000世帯に調査員が調査書類を配布します。回答は、インターネット・郵送・調査員による回収のいずれかの方法で提出してください。調査内容は、統計を作成するために使用する以外の目的には一切使用しません。ご理解とご協力をお願いします。

(問) 企画政策課スマート化推進係(内線360)

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

### **i** 今年度の不用食器ぐるぐる市は中止します

例年会場としている諏訪湖イベントホール(旧東洋バルヴ跡地建屋)の利用停止に伴い、公設地方卸売市場を代替地として実施の検討をしてきましたが、駐車場スペースの確保が困難なことや、会場の狭さなどの理由により、10月8日(日)、9日(月・祝)に開催を予定していた不用食器ぐるぐる市は中止します。来年度以降の予定は、決まり次第お知らせします。

(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)、諏訪市「くらし」から環境を考える会(佐藤) ☎090-3147-6251

### **i** 湖南公民館で廃食油の回収を始めました

環境課(市役所2階)で回収している廃食油を、湖南公民館でも回収しています。廃食油はリサイクルできる貴重な資源物で、加工・作業油やせつけんなどに生まれ変わります。

●回収時間 ○平日…午前9時～午後5時 ○土曜日…午前9時～正午

●回収場所 湖南公民館入り口

●回収できる油 家庭から出る廃食油 ※ペットボトルか元の容器に入れてください。

●回収できない油 灯油やエンジンオイルなどの鉱物油、飲食店から出る業務用油

(問) 環境課環境衛生係(内線211)

### **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月末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 9月1日(金)～15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。くかお問い合わせください。

(申)・(問) 農林課耕地林務係(内線414)

## **i** お知らせ

### **i** サンデーサイクルを実施します

●日程 9月10日(日)

●時間 午前10時～正午

●会場 いちやまマート諏訪店

●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** 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)

### **STOP!** 消費者トラブルを防ごう 相談は局番なしの188へ!

契約書交付が電磁的方法でも可能に  
令和5年6月1日から契約書などの交付に関して、紙での交付を原則としつつ、電磁的方法(メールや磁気ディスク)でも交付することが可能になりました。しかしそれは、事業者が申込者の承諾を得た上で、申込者が電子計算機(パソコンやスマートフォン)を日常的に使うことができ、なおかつ電磁的交付を受けるために自ら電子計算機を操作することができる場合に限りです。電磁的方法による契約書の交付は申込者の同意が必要です。覚えておきましょう。

■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▶



※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** 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… 9月14日(木) 午後5時15分～7時 ○休日… 9月23日(土・祝) 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。○2月末までにカードを申請した人のマイナポイントの申込期限は9月末までです。窓口が混み合うことが予想されますので、早めの申し込みをお願いします。

(問) 市民課市民係(内線112)

**i** 並木DEコンサート♪

野外コンサートを開催します。

●日程 9月16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 Tang5+YOKO

(問) 並木DEコンサート実行委員会(三井) ☎58-5687

**i** かりんちゃんバスの時刻表改正

10月1日(日)から、かりんちゃんバスの時刻表が改正されます。詳細は、今号に挟み込みの「かりんちゃんバス時刻表」をご覧ください。

●変更点 一部ダイヤ、一部バス停留所の名前

(問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線289)

**i** ご存じですか？ 交通災害見舞金

諏訪市に住民票がある人(外国人を含む)が、交通事故による災害を受けた場合に、見舞金を支給します。

●見舞金の額 ○傷害の場合…実入院の日数14日以上で上限1万5,000円 ○死亡の場合…12万5,000円

●申請期限 事故発生日から2年以内 (申)・(問) 市民課市民窓口係(内線116)

**i** 年金受給者 令和6年分 扶養親族等申告書の提出を

対象者には、「令和6年分扶養親族等申告書」を、9月中旬から送付します。申告書の提出は、令和6年分の年金から源泉徴収される所得税の控除を受けるために必要です。対象の人は、必ず提出してください。

●対象 ○65歳未満で、1年間の年金額が108万円以上の人 ○65歳以上で、1年間の年金額が158万円以上の人

(問) 岡谷年金事務所 ☎23-3661

**i** 年金生活者支援給付金 請求書の提出を

年金生活者支援給付金は、所得が一定額以下の人の年金に上乗せされる給付金です。現在未受給で新たに対象となる人は、8月下旬から送付される請求書(はがき型)を提出してください。

●対象 ○高齢基礎年金受給者…世帯全員が住民税非課税の65歳以上の人で、自身の前年の年金などの収入額とその他の所得の合計額がおおむね88万円以下 ○障害基礎年金・遺族基礎年金受給者…前年の所得がおおむね472万円以下

(問) 年金生活者支援給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092

納税ごよみ(令和5年度下半期) ~納期限内の納付にご協力をお願いします~



月	納期限 (口座振替日)	国民健康 保険税	固定資産税	市・県民税 (普通徴収)	市・県民税 (特別徴収)
9月	10月2日(月)	9期	3期		毎月10日 ※コンビニエンスストア、アプリでの納付はできません。
10月	10月31日(火)	10期		3期	
11月	11月30日(木)	11期	4期		
12月	12月25日(月)	12期		4期	
令和6年1月	令和6年1月31日(水)	101期			
2月	2月29日(木)	102期			
3月	4月1日(月)	103期			

※全国のコンビニエンスストアまたはスマートフォンなどのアプリで納付ができます。

※納期限までに納められない場合は、税務課収納係へご相談ください。

**i** 税金を滞納すると、滞納処分(財産差し押さえ・公売)を受けることになります

各税の納期限までに税金を納めないことを「滞納」と言います。滞納をすると、本税とは別に「督促手数料」や「延滞金」が発生します。さらに、督促状を受け取っても、納付または相談や連絡がない場合は、財産調査(勤務先への給与照会や金融機関への預貯金調査など)の上、財産の差し押さえを行います。

【問い合わせ先】

- 市・県民税…税務課市民税係(内線131、132、133)
- 固定資産税…税務課資産税係(内線134、135、136)
- 軽自動車税…税務課市民税係(内線142、143)
- 国民健康保険税…市民課国保医療係(内線114、115、121)
- 納税についてのご相談…税務課収納係(内線137、138、139、141)【市役所1階10番窓口】



**i** 適正に設置されていますか？  
屋外広告物適正化旬間

市は、屋外広告物条例により、看板などの設置を禁止する「禁止地域」と、設置に許可申請が必要な「許可地域」を設けています。9月1日～10日の「屋外広告物適正化旬間」に、一斉点検を行います。この機会に、確認をお願いします。○表示禁止物件…街路樹、ガードレール、信号機、道路標識、電柱、橋など ○禁止広告物…著しく汚染・破損・老朽化したもの、信号機や標識に類似したもの、蛍光塗料を使用したものなど ※詳しくはお問い合わせください。  
(問) 都市計画課計画係(内線262)



**募 集**



霧ヶ峰高原草原再生作業  
ボランティア

- 日程 9月23日(土・祝) ※小雨決行、荒天の場合は中止
- 時間 午前9時～11時(受け付け：午前8時30分から)
- 作業場所 霧ヶ峰インターチェンジから車山肩方面
- 対象 高校生以上の人
- 申し込み 9月13日(水)までに、ながの電子申請か電話またはEメールで申し込んでください。



▲電子申請

(申)・(問) 環境課環境保全係(内線215)、Eメール kankyuu@city.suwa.lg.jp



米国セントルイス市で  
ホームステイと通学体験

- 米国セントルイス市でホームステイをしながら高校へ通学する「高校生セントルイス生活体験事業」への参加者を募集します。
- 期間 令和6年3月6日(水)～16日(土)(予定)
  - 対象 市内在学、在住の高校生 ※米国からのホームステイを受け入れられることが条件になります。
  - 定員 若干名
  - 参加料 42万円(予定)
  - 申し込み 10月6日(金)までに、所定の用紙に記入の上、申し込んでください。
- (申)・(問) 諏訪国際交流協会事務局(総務課内)(内線331)



9月18日(月・祝)は“敬老の日”敬老祝金、祝品を贈呈

敬老の日を迎えるに当たり、市・県・国は、下表の該当者に祝金や祝品を贈って敬老の気持ちを表し、長寿をお祝いします。市または各地区の民生委員が該当する家庭を訪問します。

年齢	生年月日など	内容
88歳	昭和10年4月1日～昭和11年3月31日	祝金(市)
99歳	大正13年4月1日～大正14年3月31日	祝金(市) 祝品(市)
100歳	大正12年4月1日～大正13年3月31日	祝品(市・県・国)
市内最高齢(男女各1人)		祝品(市)

(問) 高齢者福祉課(内線292、291)



第43回諏訪市子どもまつり

- 日時、会場 10月7日(土) 午前10時～午後0時30分 文化センター、カルチャーホームすわ ほか
  - 対象 幼児～小学生くらいまでの子どもとその家族
  - 内容 体験コーナー(和太鼓、楽器)、工作コーナー(化石レプリカ、羊毛クラフト)、お楽しみコーナー(金魚すくい、持ち帰り用焼き菓子販売)
  - その他 当日は、保険加入カードを提出してください。詳しくは、市ホームページをご覧ください(9月下旬に公開予定)。
- (問) 教育総務課青少年係(内線465)



▲QRコード



結核健診を受けましょう

9月24日～30日は結核予防週間です。結核は現在も日本で年間1万人以上の方が発症し、約2,000人が命を落としています。結核の早期発見・治療のために、結核健診を受けませんか。

■結核健診

- 日程 9月27日(水)
  - 対象 65歳以上の市内在住者(年度内に65歳になる人を含む) ※今年度、肺がん検診および結核健診を受けた人、肺がんCT検診を申し込んだ人は除く。
  - 持ち物 結核健診受診票(広報すわ3月号と同時配布済みの「令和5年度諏訪市健康カレンダー」につづってあります)、健康手帳(持っている人) ※詳しくはお問い合わせください。
- (問) 保健センター(内線591)



9月定例教育委員会

- 日時 9月15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)



麻しん・風しんの定期  
予防接種を受けましょう

麻しん・風しんは人から人へ感染する病気です。定期予防接種の対象の人は、期間内に接種をしてください。

- 会場 実施医療機関
  - 対象 ○1期…1歳～2歳未満の人 ○2期…平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれの人 ※2期の接種期限は令和6年3月31日(日)です(休診日を除く)。
  - 接種回数 1期・2期 各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。実施医療機関などは、広報すわ3月号と同時配布済みの「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)



忘れていませんか？  
特定健診・後期高齢者健診

今年度の受診期限が迫っています。未受診の人は、ぜひ受診しましょう。

- 期間 (実施中)～9月22日(金)
- 対象 ○特定健診…国民健康保険に加入している40歳～74歳の諏訪市民 ○後期高齢者健診…後期高齢者医療制度に加入している諏訪市民 ※対象者には、受診券・問診票を郵送済みです。なくした人はお問い合わせください。

■特定健診の集団健診

- 実施期間中に特定健診を受診できない人を対象に、集団健診を行います。
- 日時 10月13日(金)、15日(日)、16日(月)、22日(日) 午前9時～10時30分、午後1時～2時30分 ※10月16日(月)、22日(日)は午前のみ
  - 会場 保健センター
  - 対象 国民健康保険に加入している40歳～74歳の諏訪市民 ※75歳以上の人は対象になりません。
  - 定員 各日若干名(先着順)
  - 受診料 無料
  - 申し込み 必ず事前に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 保健センター(内線591、592)

※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。

## くらしと健康の相談会

弁護士による法律相談と、保健師による心の健康を含む健康相談が受けられます。

●日時 9月7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木) 午前10時～正午、午後1時～3時(1人1時間)

●会場 諏訪保健福祉事務所

●申し込み 希望する日の前週金曜日の正午までに、電話で申し込んでください。

(申)・(問) 諏訪保健福祉事務所(諏訪保健所)健康づくり支援課 ☎57-2927

## 調停手続相談会

裁判所の調停委員が、調停手続きの利用に関する相談に応じます。

●日時 10月28日(土) 午前10時～午後3時(受け付け：午後2時30分まで) ※1人20分程度

●会場 駅前交流テラスすわっチャオ  
●相談内容 離婚、養育費、面会交流、遺産分割、親族間の争い事、金銭貸借、近隣とのトラブル、交通事故、土地や建物に関する争い事など

●その他 ○この相談会は紛争解決を図るものではありません。○実際に訴訟や調停になっている事件の相談や、法律的な判断を求めるような相談はできません。

(問) 長野地方・家庭裁判所諏訪支部庶務課 ☎52-9211(土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時)

## 講座

### 10月てつなぎ広場 ミニミニ運動会

●日程 10月11日(水)

●時間 午前9時50分～11時30分

●会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)

●対象、定員 0歳～3歳の子どもとその保護者 35組(先着順)

●申し込み 9月25日(月)～10月3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

## 不動産評価などの無料相談会

●日時 10月4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

## 特設人権相談所

●日程 9月6日(水)

●時間 午前10時～午後3時

●会場 市役所502会議室(5階)

●相談内容 毎日の暮らしの中で起こるさまざまな問題【例】いじめ、離婚、扶養、差別、借地・借家など

●相談員 市人権擁護委員

(問) 長野地方務局諏訪支局 ☎52-1043

## 県下一斉 司法書士の無料相談

●日時 10月3日(火) 午後5時～7時

●会場 市公民館

●相談内容 不動産や会社などの登記、多重債務問題、裁判所へ提出する書類の作成、借地借家問題など(問) 長野県司法書士会諏訪支部 ☎78-6923

## 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、会場 9月23日(土・祝) 午後1時～4時 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)

## 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 9月19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 9月12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

## 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。

●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)

## シルバー人材センターの 入会説明会

●日程 9月21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 9月20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

## 公共職業訓練(ポリテクセンター)令和5年度10月生

●訓練期間 6か月間(10月4日(水)～令和6年3月29日(金))

●対象 求職中の人

●募集コース、定員 ○CAD/NC技術科…15人 ○金属加工科…12人 ○電気設備技術科…15人

●受講料 無料 ※テキスト代、作業服代などがかかります。

●申し込み 9月14日(木)までに、ハローワーク諏訪の職業紹介窓口で相談の上、申し込んでください。

(申) ハローワーク諏訪 ☎58-8609、(問) ポリテクセンター松本 ☎0263-58-3392

## 相談

### 諏訪地区保護司会による 非行・犯罪相談

●日時 9月29日(金) 午前10時～正午

●会場 市公民館302号室(3階)

●申し込み 事前に、電話で申し込んでください。

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





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、会場、定員 下表のとおり

日程	会場	定員
10/10(火)	湯小路いきいき元気館	20人
10/11(水)	カルチャーホームすわ	25人
10/17(火)	豊田公民館	15人

● 時間 午後1時～2時

● 申し込み 9月4日(月)～8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。 ※申込期間を過ぎても、定員に空きがある場合は参加できますので、お問い合わせください。

(申)・(問) (株)いずみ ☎55-8322

②フレイル予防教室

フレイルは早めの予防が大切です。現在の体の状態を分析し、フレイル予防の個別アドバイスを運動指導士が提案します。

● 日時、会場 10月19日(木) 午後1時30分～3時 市体育館

● 定員 25人(先着順)

● 申し込み 9月26日(火)～27日(水)の正午～午後6時に、電話で申し込んでください。


(申)・(問) やまびこスケートの森 ☎24-5210

■健康柔ら体操教室と健康音動(おんど)

これまで事前申込制としていましたが、10月からは申し込み不要です。各月の予定を「諏訪市健康づくり(介護予防)教室カレンダー」でご確認いただき、直接会場へお越しください。

(申)・(問) 市地域包括支援センター(高齢者福祉課内) (内線298)

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)

〈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



「睡眠」と「健康」の知恵袋講座

● 日程 ①10月3日(火) ②10月10日(火) ※いずれも同じ内容です。

● 時間 ①午後1時30分～3時 ②午後7時～8時30分

● 会場 市公民館視聴覚室

● 対象 市内在住者、在勤者、在学者

● 定員 20人(先着順)

● 申し込み ①、②から希望する日を選び、9月4日(月)～15日(金)に、ながの電子申請か電話または直接窓口で申し込んでください。



▲電子申請

(申)・(問) 市公民館 ☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



空き家の利活用を考える講座

都市計画課と公民館の連携講座です。空き家問題の現状と取り組みに焦点を当て、専門家の話を聞き、現地を見学して空き家の利活用について学びます。



● 日程 9月20日(水)、27日(水)、10月7日(土)、11日(水) 全4回

● 時間 午後7時～8時30分 ※10月7日(土)のみ、午前10時から午後1時30分からのどちらかを選択

● 会場 文化センター ※10月7日(土)は現地見学(雨天決行)

● 対象 空き家に関心がある人

● 定員 30人(先着順)

● 申し込み 9月5日(火)から、直接窓口か電話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) 市公民館 ☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



市民手話講習会

手話初心者を対象に、手話講習会を開催します。

● 日程 10月12日(木)、19日(木)、26日(木)、11月2日(木)、9日(木)、16日(木) 全6回



● 時間 午後7時30分～9時

● 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)

● 対象 市内在住、在勤の手話初心者

● 定員 20人程度(先着順)

● 申し込み 10月5日(木)までに、電話かファックスまたは直接窓口で申し込んでください。

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



第4回子どもも大人も一緒に諏訪の自然探究講座

● 日程 9月24日(日)

● 時間 午前7時～正午(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) ②7人 ※いずれも先着順

● 内容 霧ヶ峰は台地?それとも火山? ※車山登山を行います。雨天の場合は登山を中止し、市公民館で講話をします。

● 講師 両角徹生氏(八ヶ岳総合博物館館長)

● 参加料 1人100円 ※当日集金

● 申し込み 9月4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)

**♪ヤマハ音楽教室♪**  
無料レッスン見学実施中

<p><b>音楽教室</b> 年中長 (土) 11:00 ♪お問い合わせください♪</p> <p>※見学会場は両コースとも茅野センターとなります</p>	<p><b>個人レッスン</b> ★ピアノ ★エレクトーン ★ドラム ★ギター ★ヴァイオリン</p>	<p><b>青春ポップス</b> ♪歌って踊る♪ グループレッスン ★無料見学日★ 9/1・22(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 教室担当:高子 070-5571-9001 ☎ 0120-970-091

**(株)オク子楽器**

※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。

**市民ハイキング**

- 日程 10月15日(日) ※小雨決行
- 時間 ○受け付け…午前7時から  
○出発…午前7時30分 ○市役所  
帰着…午後5時(予定)
- 集合場所 市役所正面玄関前
- 目的地 阿寺溪谷(大桑村)
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者
- 定員 35人(先着順)
- 参加料 3,000円 ※申し込み後、  
スポーツ課窓口で支払ってください。
- 申し込み 9月7日(木)から、直接  
窓口か電話で申し込んでください。
- その他 ○バスの座席が必要な子ど  
もは、参加料がかかります。 ○参  
加料支払いの際に、バスの座席を決  
定します。 ○当日のけがは、市加  
入保険による補償があります。  
(申)・(問) スポーツ課(しんきん諏訪湖  
スタジアム内) ☎57-2811

**健康ボウリング教室**


- 日程 ○月曜日(午前)コース… 10  
月16日、23日、30日、11月6日  
○月曜日(午後)コース…10月16日、  
23日、30日、11月6日 ○火曜日(午  
前)コース…10月17日、  
24日、31日、11月7  
日 ○金曜日(午前)  
コース…10月6日、13  
日、20日、27日
- 時間 ○午前コース…午前10時～  
正午 ○午後コース…午後1時～3時
- 会場 ココレーン上諏訪店
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者
- 定員 各コース24人(先着順)
- 参加料 2,000円(ゲーム代、貸し  
靴代、教材費など) ※初回集金
- 申し込み 事前に、電話で申し込みを。  
(申)・(問) ココレーン上諏訪店(後藤) ☎  
090-1253-2904、市ボウリング協会  
(川上) ☎090-2239-6563

**あそびの日～多世代交流～**

- あやとり、お手玉、紙ひこうき、石  
けりなど、昔ながらの日本の遊びをお  
じいちゃん、おばあちゃんからお孫さ  
んまで、多世代で楽しめます。また、  
けん玉検定にも挑戦できます。
- 日程 10月15日(日)
- 時間 午前10時～正午
- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
- 対象、定員 乳幼児・保育園児・小  
学生とその保護者 50人(先着順)
- 参加料 無料 ※けん玉検定を希望  
する人は、検定料80円
- 申し込み 9月1日(金)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**

**ボクシングエクササイズ  
教室**

- 音楽に合わせてリズムカルに全身を  
動かし、持久力向上と脂肪燃焼・スト  
レス解消をめざしましょう。
- 日程 9月29日(金)～10月27日(金)  
毎週金曜日 全5回
- 時間 午後7時～8時
- 会場 市体育館
- 対象 市内在住者、在勤者、在学者
- 定員 30人 ※申し込み多数の場  
合は、抽選になります(初めての人  
を優先)。
- 参加料 500円 ※初回集金
- 申し込み 9月2日(土)   
～14日(木)に、ながの  
電子申請で申し込んで  
ください。 ▲電子申請
- 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

**国登録有形文化財  
諏訪市文化センターの魅力**

- 国登録有形文化財である文化セン  
ターの、文化財としての魅力を紹介す  
る講演会です。
- 日時、会場 9月16日(土) 午後1時  
30分～3時 文化センター第2集会室
- 講師 二村悟氏(工学院大学客員研  
究員)
- 申し込み 事前に、電話で申し込みを。  
(申)・(問) 生涯学習課文化財係 ☎52-8522

**親子であそぼう**

- 日程 ○9月11日(月)…花火を作っ  
チャオ～! ○9月22日(金)、10月  
4日(水)…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 0歳～3歳の子どもとその保  
護者(市内在住者・在勤者)
- 定員 各日8組(先着順)
- 申し込み 9月1日(金)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)

**コリほぐし体操**

- 日時 ①9月7日(木) 午前11時～  
11時30分 ②9月8日(金) 午後2  
時～2時30分 ③9月20日(水) 午  
前11時～11時45分 ④9月25日  
(月) 午後2時～3時 ※④はニュー  
スポーツをします。
- 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
- 定員 ①、③12人 ②、④18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  
時に次回の申し込みができます。  
(申)・(問) すわっチャオ ☎75-5257(火曜  
日を除く午前9時～午後9時30分)

〈広告欄〉

**諏訪住宅公園内に新しくなってオープン**

**SHOE MART 靴のシュート 諏訪店**

営業時間 10:00～20:00 TEL 0266-75-1990

**足の無料計測実施中**

店舗情報は  
こちらから

オープン特別  
**10% OFF**

有効期限 2023/12/31

※一部ブランドは、割引対象外となります。  
※他の商品割引券・割引券・割引企画との  
併用はできません。  
※1 足元の値下げ品除く定番商品対象

QRコード

067023300109

令和6年度  
**准看護学生募集中**

試験日 : 令和5年10月28日(土)  
募集定員 : 30名  
試験科目 : 国語, 作文, 数学, 面接  
※詳細等お問い合わせは下記までご連絡下さい

諏訪市医師会附属准看護学院  
〒392-0027 諏訪市湖岸通り5-12-5  
TEL 0266-52-0632  
URL http://www.suwashi-ishikai.jp



**子どもスケート教室**

- 日程 10月14日(土)、21日(土)、28日(土)、11月4日(土) 全4回
  - 時間 午後6時50分～7時50分
  - 会場 やまびこスケートの森アイスアリーナ(岡谷市宇内山4769-14)
  - 対象 市内在住の保育園・幼稚園年中児～小学校6年生のスケート初心者
  - 定員 70人 ※申し込み多数の場合は、抽選になります(初めての人を優先)。
  - 参加料 500円 ※別途、レンタルスケート靴代が必要です。
  - 申し込み 9月21日(木)正午までに、ながの電子申請で申し込んでください。 ▲電子申請
  - その他 ○10月2日(月)、5日(木)の午後6時から、しんきん諏訪湖スタジアムで事前説明会を開催します。いずれかの日程に出席してください。○教室には保護者が送迎し、必ず付き添ってください。
- (申)・(問) スポーツ課 ☎57-2811



▲電子申請

**市民ロードレース大会**

- 日程 10月1日(日) ※小雨決行
  - 時間 午前9時競技開始予定
  - 会場 スポーツ広場周回コース
  - 対象 市内在住者、在勤者、在学者
  - 種目 ○小学1・2年生の部…1km ○小学3・4年生の部…1.5km ○小学5・6年生の部…2km ○中学生の部…3km ○高校生・一般の部…3km ※全ての種目を男女別に行います。
  - 申し込み 9月11日(月)正午までに、市陸上競技協会ホームページから申し込んでください。
  - その他 大会中のけがは、市加入保険による補償があります。 ※詳しくは、市陸上競技協会ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) 市陸上競技協会(矢花)Eメール yabana@suwashi-rk.com、(問) スポーツ課 ☎57-2811



▲QRコード

**第22回諏訪オープンテニス大会**

- 日程 9月17日(日) ※雨天中止
  - 時間 午前8時30分集合
  - 会場 クリーンレイクテニスコート(集合場所)、上川テニス場
  - 対象 県内在住者、在勤者、在学者、市テニス協会加盟団体登録者
  - 定員 32組(先着順)
  - 競技種目 ミックスダブルス
  - 参加料 1チーム3,000円 ※チームの両者が協会加盟団体登録者の場合は2,500円。当日集金します。
  - 申し込み 9月6日(水)までに、電話かEメール(件名を諏訪オープン大会申込)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**  
10月の相談日程

- 法律相談 【要予約】**  
10月19日(木) 13:00～17:00  
※9月20日(水)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：佐藤義彦弁護士  
予約先：市民課市民窓口係(内線116)
- 交通事故相談 【要予約】**  
10月12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】**  
10月4日(水)、21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**  
10月20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**  
(9月、10月第一週)

9/2(土)	丸三上田商店 ☎58-0171
9/3(日)	大和設備 ☎58-1900
9/9(土)	藤森土木建設 ☎52-1766
9/10(日)	倉島工業 ☎52-0754
9/16(土)	倉島工業 ☎52-0754
9/17(日)	渋崎建設 ☎52-0443
9/18(月・祝)	伸晃 ☎52-3382
9/23(土・祝)	水道建設 ☎53-3965
9/24(日)	杉村設備 ☎52-4066
9/30(土)	電管エンジニアリング ☎53-1421
10/1(日)	諏訪管工業 ☎52-6314
10/7(土)	スワテック建設 ☎78-9011

○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10月2日(月)

固定資産税(3期)
国民健康保険税(9月分)
介護保険料(普通徴収6期9月分)
後期高齢者医療保険料(3期9月分)

# 上諏訪エリアチャレンジ vol.1 @末広通り

1日限定で実施 上諏訪駅周辺歩きたくなるまちなかづくり社会実験

市は、商店街でリノベーションが進む末広・小和田周辺を、歩いて楽しく居心地のいい居場所(ウォーカブルゾーン)とすることをめざしています。

9月18日(月・祝)に行われる「諏訪圏フォーラム(主催:(公社)諏訪圏青年会議所)」内で、末広の道路空間に人工芝やテーブル・イスなどを設置して居場所づくりを行い、どのような変化が見られるかを検証する社会実験を行います。くつろぎ空間・遊び空間・体験空間などを整え、誰でも使える滞在空間を生み出します。ぜひ、お越しください。

**日時** 9.18 月・祝 午前10時→午後4時

**会場** 末広通り



※社会実験実施区間で、開催日の午前7時30分～午後5時30分に車両通行止め規制を行います。

諏訪圏フォーラム全体の内容は、(公社)諏訪圏青年会議所ホームページをご覧ください。



**内容** エキまちカイギメンバーや、地元商店街などによるお楽しみブースやキッチンカーの出店

社会実験イメージ



お問い合わせ：都市計画課街路区画整理係(内線 264、265)

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？ 備蓄品の備え

市は、諏訪市地域防災計画で「食料品等の備蓄・調達計画」と「生活必需品の備蓄・調達計画」を定め、備蓄品管理や災害協定締結先からの供給体制の確保に努めています。また、市内の広域避難所の全小学校と諏訪中学校に防災倉庫を設置し、食料品や生活必需品、防災資機材などを整備しています。しかし、市が用意する備蓄品だけでは、住民のみなさんの要望に沿った物を全て用意することは困難です。

各自で3日間分程度の非常用持出品や、1週間分程度の家庭での備蓄品の用意をお願いします。また、高齢者や乳

幼児、持病がある人など、個人の特性や女性視点を反映した備蓄をお願いします。

#### ■市防災倉庫備蓄品(代表的なもの)

非常食、飲料水、毛布、レスキューシート、衛生用品(マスク、三角巾、ガーゼ、消毒液、生理用品など)、トイレ用ペーパー、簡易トイレ、トイレ用テント、紙コップ、皿、スプーン、懐中電灯、カセットコンロ、発電機、乾電池、投光器、ブルーシート、救助工具セット、浄水器、折畳式リアカー、段ボールベッドなど



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



マチイロアプリ



市公式LINE



市公式Facebook



市公式YouTube

今号の表紙にもなっている第75回諏訪湖祭湖上花火大会の取材に行きました。花火が上がるたびに、周囲からは楽しげな歓声や、子どもたちの「たまや～！」といった大きな掛け声上がり、私自身も写真撮影をする手を止めて、綺麗な花火に見入る時間がありました。写真を撮るのは難しかったですが、素敵な夏の思い出になりました。(C) 編集後記

■広報すわ10月号の配布日は、9月29日(金)～10月3日(火)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 2023.9 24

2023.9.1 SUWA 広報すわ NO.1115

発行 諏訪市 千392-8511 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。