



シゼンとヒトがつながる、すわ。

SUWA

広報すわ
NO.1119



1

2024 / 令和6年



特集

年頭のごあいさつ

1年を振り返る 令和5年諏訪市のあゆみ

P2~3

P4~5

お知らせ

中学生の「税についての作文・標語」.....P6

申告の準備はお早めに！.....P7

新型コロナワクチン接種/医療機関の適切な受診にご協力を.....P12

新年明けまして

おめでとうございます

公民館講座の男のおもしろ倶楽部
で「おのれしょ己書で年賀状に挑戦」が行われ
ました。自らが思うがまま、自由
に筆を走らせ、デジタルが主流と
なる中においてオンリーワンの文
字で心のこもった年賀状ができ上
がりました。

年頭のごあいさつ

あけましておめでとうございます。市民のみなさまには健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年5月に3期目の市政を担わせていただいて以来、初めての新年を身の引き締まる思いで迎えています。昨年は、3年もの長きにわたり流行の波を繰り返した新型コロナウイルス感染症が「5類」に移行し、諏訪湖祭湖上花火大会をはじめ、諏訪よいてこ、上諏訪街道まちあるき呑みあるきなどのイベントが本格的に復活し、街に笑顔と活気が戻り始めました。諏訪地域をメインに撮影された映画「怪物」が世界に称賛されるなど嬉しい話題の一方で、5月には霧ヶ峰で林野火災が発生し、夏の記録的な猛暑、各地で頻発する大雨災害など、危機管理対応を鍛えられた年でもありました。

当市では、昨年4月にゼロカーボンシティ推進室を設置し、本庁舎屋上などに太陽光発電設備を導入するなど各種のGXを、子育て現場や危機管理はじめ庁内のさまざまな分野にDXを推進してきました。また、今年度始動した「すわ未来創造」子どもゆめプロジェクトでは、学校の枠を超えて地域の将来を真剣に探求する子どもたちの姿に、市内の全小中一貫教育への期待が膨らみました。

さらに、国道20号諏訪バイパスは一部区間が半世紀ぶりに新規事業採択され、諏訪湖スマートインターチェンジの進捗、文化センターの保存活用のための改修に向けた基本設

計、上諏訪駅周辺まちなか未来ビジョンに基づく公民連携によるエリアプラットフォームの構築など、新時代に向けたコンパクトなまちづくりへの確かな歩みを進めています。

私たちは今、物価高騰、人口減少・超少子高齢化がもたらす人手不足、働き方改革、デジタル革命など正に急激な時代の変革期の真つ只中にあり、さらには緊迫する紛争や加速する温暖化など、世界規模での先行きの見えにくい状況に直面しています。市民生活や各事業者のみなさまが、このような厳しい経済状況を乗り越えられるよう下支えに注力いたします。今春には、希望の諏訪湖周サイクリングロードが全線開通となり、健康づくりや観光においてさらなる交流拡大と地域経済の活性化が期待されています。今年も引き続き上諏訪駅周辺の一体的な整備、未来創造ゆめスクールプラン、ひろがる笑顔、ゆめ保育所プランの推進など、今、この時代を生きる私たちが時機を逸することなく未来への責任を果たすため、分かり合う自由な対話を通して、諏訪を愛する全てのみなさんを同志として、勇気を持って、一つ一つ丁寧に事業を推進してまいりますので、みなさまのご理解とご協力をお願い申し上げます。

今年辰年、雲間を登る龍のごとく、力強い発展の年になりますよう祈念いたしますとともに、明るく未来への飛躍の年となりますようみなさまのご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。新年のごあいさつといたします。

諏訪市長
金子ゆかり

新年

行政

雲間を登る龍のごとく、力強い
発展の年に

令和6年 / 2024年

新年あけましておめでとうございます。
令和6年甲辰の新春を迎えるに当たり、市民のみなさまに諏訪市議会を代表して、謹んで年頭のごあいさつを申し上げます。

令和元年に世界で初めての感染者が報告され、また、我が国においても令和2年に感染者が確認されて以来、瞬く間に全国へと感染が拡大し、以後、3年以上もの長きにわたり未知のウイルスとの戦いを強いられました。

誰もが経験したことの無い不安を抱える未曾有の事態ではありましたが、市民のみなさまや事業者、医師会をはじめとする医療関係者のみなさまとともに、このコロナ禍を乗り越えることができました。そして、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の取り扱いが2類相当から5類に移行され、社会は4年ぶりに本格的なアフターコロナを迎えるようになります。徐々に経済活動が活発化しています。

市議会といたしましても、各党派・無所属議員の協力のもと、引き続き感染対策を進めるとともに、力強い経済の再生とさらなる飛躍に向け、関係各機関との連携を図りながら、全力で取り組んでまいり所存です。

さて、昨年は市議会議員の改選に伴い、老若男女問わず多様な人材となりましたが、投票率は44・83%と低く、今後の議員のなり手不足は地方議会に対する大きな課題であり、政治参画意識の醸成が求められると同時に、社会経済の急速な構造変化が進み、民意が多様化する中、地域の諸課題の解決に当たり、

住民の代表である市議会の役割と責任が増大してきている現状です。

諏訪市は今、大きく変わろうとしています。文化センターの大規模改修事業をはじめ、駅西口広場や諏訪湖イベントひろば(旧東洋バルヴ跡地)の「上諏訪駅周辺の一体的整備の推進」計画が浮上し、昨年は議会においても文化センターを巡り活発な議論が交わされました。まちの将来を左右する課題に向き合う議会の今後に注目してください。また、このことに限らず市民のみなさまの思いなどを、身近な議員に伝えていただきたいと思えます。

市議会では本年、全議員が一丸となり議会力・議員力のさらなる向上に向けて、各議員の資質とデジタル社会に対応した最善の地方議会のデジタル化への取り組みをスタートしてまいります。市議会に何が不足しているのか、市民のみなさまからのご意見・ご提案についてぜひともお声を聞かせていただけたら幸いです。

新たな年を迎え、二元代表制の一翼を担う市議会の役割はますます重要になってくるものと存じます。市民のみなさまの信頼と期待に応えられるよう、市民のためになる議会改革に取り組むとともに、安心・安全で活力ある諏訪市の実現に向け、全力を尽くしてまいります。

結びに、今年一年がみなさまにとりまして良い年となりますよう、心からご祈念申し上げます。新年のごあいさつといたします。

謹賀

議会

議会力・議員力の向上をめざし、
市民のための改革に努めます

諏訪市議会議員長
横山真

令和5年(2023年) 諏訪市のあゆみ

5月1日

●金子ゆかり市長3期目
初登庁



4月26日

●映画「怪物」諏訪シネマズ認定
諏訪地域をメインロケ地として
撮影



2月6日

●置き配バッグ活用実証
実験結果の公表



5月7日

●守屋山開山祭・
水呑場バイオト
イレ完成披露

4月1日

●「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」
を施行、受動喫煙防止重点区域
を指定し、周知啓発活動を実施

5月8日

●新型コロナウイルス
感染症が5類
感染症となり、諏
訪市新型コロナウイルス
感染症対策
本部廃止

4月23日

●諏訪市議会議
員一般選挙執行

4月1日

●国道20号諏訪バイパ
スの一部区間(5.6km)の
新規事業化が決定し、
国が事業に着手

6月



5月



4月



3月



2月



1月



5月28日

●第54回高島城
祭開催



5月4日

●霧ヶ峰で林野
火災発生
5月5日に鎮火

4月3日

●子育て応援アプ
リ「すわっ♪ぷり」
(母子手帳アプリ
「母子モ」の機能を
利用)の運用開始



1月4日

●コンビニ交付証明書
10円キャンペーンの開
始(8月31日まで実施)

3月30日

●諏訪湖サービスエリアに
接続するスマートインター
チェンジの名称が「諏訪湖
スマートインターチェン
ジ」に決定したことを公表

6月27日

●市政懇談会
「ゆかり市長と
まちかどトー
ク」開催(全6回)

5月6日

●第1回諏訪市二
十歳のつどい開催



4月24日

●上諏訪駅周辺まちな
か未来ビジョン公表



4月1日

●ゼロカーボンシ
ティ推進室設置

10月7日
●第43回諏訪市
こどもまつり開催



9月9日
●第23回諏訪市農業祭
開催

8月15日
●諏訪湖祭湖上花火大会を
4年ぶりに開催



10月11日
●連携協定に伴う
小型EVの公用車
への試行活用実施
(11月6日まで)



9月30日
●諏訪湖オータム
花火開催(全5回)

11月12日
●消防フェア開催



10月22日
●第35回諏訪湖マラ
ソン開催



10月6日
●児童セン
ター開館20
周年

8月1日
●蓼科保養学園
100周年

12月19日
●「ゆかり市長
の出張トーク」
開催



11月25日
●すわ未来創造「子ども
ゆめプロジェクト(ゆめ
プロ)」メンバーによる
市長への提言



10月11日
●第41回ニムラ舞
踊賞授賞式開催



9月30日
●諏訪五蔵「上諏
訪街道まちあるき
呑みあるき」開催

7月23日
●市消防団が第
65回長野県消
防ポンプ操法大
会小型ポンプの
部出場

8月2日
●文化センター改修の
基本設計予算が可決



10月1日
●くらしいきいきエコ
フェスタ開催



12月3日
●お得でSUWAプレ
ミアム付応援券販売

10月30日
●保育支援アプリ「コ
ドモン」の運用開始(10
月30日から順次導入)



中学生の『税についての作文・税の標語』

令和5年度中学生の“税についての作文”と“税の標語”の入選作品が決まり、令和5年11月22日に市役所で表彰式が行われました。入選者のみなさんを紹介するとともに、諏訪税務署長賞に選ばれた作文を紹介します(敬称略)。 ※作品名の紹介は、都合により省略しましたのでご了承ください。



■標語受賞者(寄せられた248点の作品の中から7点が入選)

【諏訪税務署長賞】

諏訪西中学校3年 藤森 朱里

【諏訪間税会長賞】

上諏訪中学校3年 青木 ののせ

【諏訪市長賞】

上諏訪中学校3年 久保 瑠梨芭・諏訪中学校1年 小平 佳奈・諏訪西中学校3年 小口 優・諏訪南中学校3年 井上 智尋・諏訪清陵高等学校附属中学校3年 茅野 智奈

■作文受賞者(寄せられた179点の作品の中から18点が入選)

【諏訪税務署長賞】

諏訪南中学校3年 井上 智尋

【長野県南信県税事務所諏訪事務所長賞】

諏訪中学校2年 松岡 美都稀

【関東信越税理士会長長野県支部連合会長賞】

諏訪中学校1年 三井 朔磨

【諏訪納税貯蓄組合連合会長賞】

上諏訪中学校3年 春宮 咲月・上諏訪中学校3年 小林 優和・諏訪中学校1年 福島 大輔・諏訪西中学校3年 西澤 侑真・諏訪清陵高等学校附属中学校3年 小林 莉子

【諏訪市長賞】

上諏訪中学校3年 熊井 実緒・上諏訪中学校3年 小岩井 唯・諏訪中学校2年 奥原 瑠栲・諏訪中学校3年 鈴木 一花・諏訪西中学校3年 濱 優名・諏訪西中学校3年 徳武 煌・諏訪西中学校3年 藤森 菜都・諏訪南中学校3年 山口 泰芽・諏訪南中学校3年 太田 旭・諏訪清陵高等学校附属中学校1年 中村 洸貴

僕の住んでいるまち

諏訪南中学校3年 井上 智尋

「ドーン」と大きな音がした。諏訪湖の花火大会だ。コロナの影響で三年間開催されなかった花火大会が四年ぶりに開催された。僕は花火が好きだ。だから今年花火大会があると知ってとてもうれしかった。

僕の住んでいる長野県諏訪市は諏訪湖が有名だ。その諏訪湖の上で打上花火をやるのが諏訪湖祭湖上花火大会だ。毎年八月十五日に行われるが、この日はとにかくたくさんの人が花火を観に諏訪に集まる。

母の知り合いで、旅館を経営している人がいる。今回四年ぶりの花火ということでも忙しいと言っていた。その旅館に母と訪ねた時「入湯税」という言葉を聞いた。僕は母に「入湯税って何？」と聞いた。母は「温泉に入る時に払う税金だよ。」と答えた。温泉に入るだけなのに税金払うの？と僕は少し疑問に思ったので入湯税について調べてみた。

インターネットで調べてみると、入湯税とは、温泉に入るお客さんがその施設を通じて市町村に納める地方税と書いてあった。諏訪市は花火大会と同じくらい温泉が有名だ。上諏訪温泉という名前でたくさんホテルや入浴施設で温泉を楽しむことができる。

諏訪で生まれ育った僕にとって上諏訪温泉はとても身近なものだ。日帰り温泉などもよく利用している。そんな身近なものに税金を払っていると知ってびっくりした。

りした。

そして使い道を調べたらおどろくことがあった。市のホームページに使い道について載っていた。いろんな施設の整備や観光の振興のために使われているのだ。観光施設などのために使われていると知って、少しうれしい気持ちになった。なぜなら諏訪の花火や温泉のために少しでも協力ができていると感じたからだ。僕が温泉に行ったときに払ったお金の一部が地域のために使われていると思うとこれからも、たくさん温泉を利用したいと思った。

入湯税のおかげで、住んでいる所がよりよくなり、観光に来てくれる人がふえる。入湯税を払うこと、そして入湯税の使い道。どちらもすばらしいなと僕は感じた。

今回、入湯税について調べて税金の大切さが改めて分かった。観光施設などがきれいで利用しやすいのは入湯税のおかげだ。

諏訪市は花火大会、温泉だけでなくたくさんの観光スポットがある。それらを支えているのは入湯税だと知った。

八月中はほぼ毎日のように諏訪湖で花火が上がっている。僕は今日もその花火を観に行く予定だ。そして今日は花火を観る前に温泉に行こうかと家族と話している。

諏訪市はとてもいい所だ。こんないい所をもっとよい所にするために、今日も入湯税をしっかり払いたいと思う。

確定申告、市・県民税(個人住民税)申告は2月16日(金)~3月15日(金)

申告の準備はお早めに!

申告に必要な証明書など、令和5年中の書類を今からそろえておきましょう。申告に必要な書類は次のとおりです。申告相談の日程など詳しい内容は、市ホームページや広報すわ2月号でお知らせします。

収入の種類	必要書類	備考
給与や賃金、公的年金等	<ul style="list-style-type: none"> ●給与所得の源泉徴収票 ●公的年金等の源泉徴収票 の原本 	源泉徴収票は、給与などの支払者(事業主など)や、日本年金機構などの公的年金等の支払者から送付されます。源泉徴収票が複数ある場合は、全てをご準備ください。
雑所得	<ul style="list-style-type: none"> ●個人年金の支払証明書 ●シルバー人材センターの配分金支払証明書 ●太陽光発電による売電収入が分かるもの など 	太陽光発電による売電所得の申告には、収入金額や減価償却費および売電割合が分かるものが必要です。
事業所得(営業、農業) 不動産所得	<ul style="list-style-type: none"> ●総収入金額および必要経費の内訳を記載した収支内訳書 など 	新型コロナウイルス感染症対策として国などから支給された給付金、助成金、協力金は課税対象となり、収入に含めなければならない場合があります。
生命保険や損害保険等の満期、解約返戻に関するもの	<ul style="list-style-type: none"> ●生命保険契約、損害保険契約等に基づく一時金の支払証明書(支払明細書) 	生命保険や損害保険の満期や解約などによって、保険金を一時金として受け取った場合は、「一時所得」の申告が必要になる場合があります。

控除項目	必要書類	備考
社会保険料控除	<ul style="list-style-type: none"> ①国民年金保険料、国民年金基金の掛け金 ●社会保険料(国民年金保険料)控除証明書 など 	日本年金機構などから送付されます。紛失などで再交付が必要な場合は、岡谷年金事務所(☎23-3661)へ確認してください。
	<ul style="list-style-type: none"> ②国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料など ●保険料(税)を支払ったことを証明する書類(領収書など) 	年金から天引きされた保険料(税)は、年金の受給者自身が支払っているため、社会保険料控除は受給者のみに適用されます。
生命保険料控除 地震保険料控除	<ul style="list-style-type: none"> ●保険料支払額等の証明書 	生命保険会社などから、契約者宛てに送付されます。
医療費控除	<ul style="list-style-type: none"> ①医療費控除を受ける場合 ●医療費控除の明細書 ※令和2年分の申告から、添付が必須となりました。 	令和5年中に支払った医療費や薬代を「医療を受けた人」「病院・薬局」ごとにまとめて記入してください。医療費通知(健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」など)を添付すると、明細の記入を省略できます。
	<ul style="list-style-type: none"> ②セルフメディケーション税制を受ける場合 ●健康の保持増進および疾病予防への取り組みを明らかにする書類(検診の結果通知表や予防接種の領収書など) ●セルフメディケーション税制の明細書 	令和5年中に支払ったスイッチOTC医薬品の購入費を「薬局名」「医薬品の名称」ごとにまとめて記入してください。※取り組みに要した費用は、控除対象となりません。※従来の医療費控除とセルフメディケーション税制による控除を併せて受けることはできません。
寄附金控除	<ul style="list-style-type: none"> ●寄附をした自治体や団体などから発行される寄附金の受領書や領収書、証明書 ※ふるさと納税(ふるさと寄附)で「ふるさと納税ワンストップ特例制度」を利用した場合、確定申告の必要はありません。(注) 	(注)ふるさと納税ワンストップ特例制度を利用した場合でも、次の場合は申告が必要です。 ○控除の追加や所得の申告のため、確定申告を行う場合 ○ワンストップ特例申請を、5団体を超える市区町村に行った場合

 **確定申告は、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」を利用するe-Taxが便利です。**

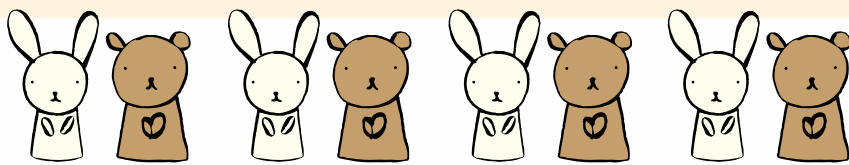
税務署での確定申告

確定申告会場を次のとおり開設します。

- 期間 2月16日(金)~3月15日(金) ※土・日曜日、祝日を除く
- 時間 午前9時~午後4時(受け付け:午前8時30分から)
- 会場 諏訪税務署(清水2-5-22)

入場には、入場整理券が必要です。

- ①国税庁公式LINEアカウントで事前発行
- ②会場での当日配布(配布状況により受け付けを終了する場合がありますので、オンラインでの事前発行をお勧めします)



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) こども課こども応援係(内線444)

～『ペアレンタルコントロール』を知っていますか～

子どもがスマホ、ゲーム機、パソコンなどを安全に使うために、保護者が子どもの生活や発達段階に応じてインターネット利用を適切に管理する機能を「ペアレンタルコントロール」といいます。

スマホやゲーム機などの使用に当たっては、子どもが「これなら守れる」と思えるルールを親子で話し合って作ることが大切です。子ども自身の言葉で、子ども自身が考えて作り、「もし守れないときはどうするのか」も子ども自身が考えるようにしましょう。

うまくいかないときには話し合っただけでルールを修正し、家庭に合ったルールを作っていきます。そうしたコミュニケーションが子どものITリテラシー(情報を自己の目的に適合するように使用できる能力)を高めることにもつながります。

【ペアレンタルコントロールの活用法】

- ゲームのやり過ぎを抑制・SNSの使用制限
ゲーム機やスマホの使用時間や使用アプリ、課金制限などを設定できます。
- 動画の見過ぎを抑制
YouTubeなどの視聴内容や時間を設定できます。
- 不適切なウェブサイトの閲覧を制限
暴力的表現やアダルトなど有害サイトの閲覧制限を設定できます。



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>



親子で柳沢運動プログラム

- 日程 ①1月11日(木) ②2月13日(火)
- 時間 午前10時~10時45分
- 対象 2歳~3歳の子どもとその保護者
- 定員 15組(先着順)
- 申し込み ①は受け付け中、②は1月12日(金)から申し込んでください。

もぐもぐごっくん(離乳食教室)

- 日時 1月24日(水) ○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
- 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。

チャレンジ工作

- 日時 1月27日(土) 午後2時~3時
- 対象 18歳までの子どもとその保護者
- 定員 15人(先着順)
- 内容 マイフレンド~手作りペットとお散歩しよう~
- 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 2月4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(先着順)
- 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
- 持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- 申し込み 1月9日(火)~25日(木)に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



西村 カンナちゃん
(0歳7か月)
早くみんなと
お話したいな♪



小泉 統矢ちゃん
(0歳8か月)
たくさん食べて
大きくなってね!



名取 柚菜ちゃん
(1歳6か月)
4月から保育園!
お姉ちゃんと一緒に
楽しんでいってね♡

【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	1月29日(月)	令和5年9月生まれ
10か月児健診	1月30日(火)	令和5年3月生まれ
1歳6か月児健診	1月12日(金)	令和4年6月生まれ
3歳児健診	1月11日(木)	令和2年12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 1月18日(木) ●会場 保健センター
- 対象 令和3年12月生まれ
- 受付時間 ○1日~15日生まれ…午前9時15分~9時45分 ○16日~末日生まれ…午前9時45分~10時15分
- 持ち物 母子手帳、記入済みの健康診査票、2歳児相談質問票、バスタオル

すこやか子育て相談(乳幼児対象) ※1週間前までに申し込み

- 日程、会場 ○1月22日(月)…保健センター ○1月25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…1月16日(火) ○生後7か月~9か月…1月24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1回目)	1月10日(水)	令和2年10月~12月生まれ
BCG	1月15日(月)	令和5年7月生まれ

- 受付時間 ○1日~15日生まれ…午後1時30分~1時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

栄養士が、みなさんの健康に
役立つ情報を紹介します！

太りにくい体をつくる「食べ方」のヒント

問 保健センター(内線591)

「血糖値」という言葉を聞いたことはありますか。血糖値とは、血液中の糖濃度のことで、食事をすると上がり時間が経つと下がります。太りにくい体を作るポイントは、血糖値の上がり下がりの変化を小さくすることです。

そこで、血糖値の変化を小さくする「食べ方」のヒントを3つ紹介します。

■「1日3食」を習慣にする

食事を抜くと、次の食事後の血糖値が急激に上がり、急激に下がります。食事を取る時間がない人やお腹がすかない人は、牛乳や豆乳を1杯飲むことから始めましょう。

■「野菜やメインのおかずから」食べる

野菜やおかずを先に食べることで血糖値の急激な変化を抑えられます。ごはんやパン、麺、芋などの糖質が多い食べ物は、食事の最後の方で食べるとよいです。甘い

物をどうしても食べたいときも、少量を食後のデザート感覚で食べるとよいでしょう。

■「バランスの良い食事」を心掛ける

一般的な1食分の目安量を紹介します。1～3日の間に、以下の「3グループを取りそろえた食事」の回数が増えるとよいでしょう。

①メインのおかず(肉、魚、卵、大豆製品)：未加熱なら片手の平、加熱後なら片手の平の2/3

②サラダやおひたし(野菜、海藻、きのこ類)：未加熱なら両手1杯、加熱後なら片手1杯

③ごはん類(ごはん、パン、麺、芋)：両手サイズのお茶碗中盛り1杯

※1日の活動量や治療中の病気などによって個人差があります。

今月の休日当番医・薬局(年末年始、1月、2月第一週)

月	日	医科(9:00~12:00,13:30~17:00)	歯科(9:00~12:00)	薬局
12	29日(金)	湖南関医院 ☎58-1680	行田歯科医院 ☎72-2639	ふたば湖南薬局 ☎75-1458
	30日(土)	松本医院 ☎52-3247 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	平林歯科医院 ☎52-1741	大坂屋薬局 ☎52-7756
	31日(日)	塩沢医院 ☎52-0038 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	かがやき歯科クリニック ☎62-4182	クオール大手薬局 ☎56-1150
1	1日(月・祝)	柳沢医院 ☎52-0159 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	池田歯科医院 ☎52-0177	二葉薬局 ☎52-1242
	2日(火)	なかす内科医院 ☎54-2230 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	どんぐり歯科医院 ☎72-6300	片倉薬局 ☎58-0529
	3日(水)	あるがクリニック ☎78-1235 (外科) 諏訪赤十字病院 ☎52-6111	伊藤歯科医院 ☎52-1890	あおぞら薬局 ☎54-5151
	7日(日)	諏訪豊田診療所 ☎52-1802	五味歯科医院 ☎73-5430	アイン薬局諏訪豊田店 ☎75-5840
	8日(月・祝)	上諏訪駅前ひろ整形外科 ☎78-8595	なごみ歯科クリニック ☎57-6480	薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店 ☎54-3120
	14日(日)	みやざき皮フ科クリニック ☎78-0005	堀歯科医院(茅野市) ☎73-7139	クスリのアオキ諏訪上川薬局 ☎78-4601
	21日(日)	諏訪城東病院 ☎52-3100	あおば歯科クリニック ☎54-4300	アイン諏訪薬局 ☎58-6450
	28日(日)	くぼた耳鼻咽喉科医院 ☎57-1187	岳歯科医院 ☎79-6226	薬局マツモトキヨシ大和店 ☎54-5101
2	4日(日)	きみづが整形外科 ☎78-4001	堀歯科医院 ☎52-1659	ららくま薬局 ☎58-0090

■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。休日当番医は諏訪市医師会・諏訪市歯科医師会ホームページにも掲載します。

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～中学生以下)



詳しくはこちら

救急車を呼ぶか迷うときの相談先

■おとな ☎#7119 ※ダイヤル回線、IP電話の場合は ☎026-231-3021 ○受付時間 平日

：午後7時～翌日午前8時、土・日曜日、祝日：午前8時～翌日午前8時

■子ども ☎#8000 ○受付時間 午後7時～翌日午前8時(毎日)



詳しくはこちら

※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】 年末年始・資料整理休館：12月29日(金)～1月31日(水) ※休館中、神宮寺足湯は平日の午前10時～午後3時のみ利用できます。

資料整理期間中は、職員が館内の資料調査と整理作業を重点的に行います。



市美術館
☎ 52-1217

【休館日】 毎週月曜日(1/8を除く)、12月29日(金)～1月3日(水)、1月9日(火)、資料整理休館：1月22日(月)～3月8日(金)

■特別展「過去の情景と未来の風景」

市美術館の成り立ちを紹介するとともに、現在制作を行うみなさんから出品された作品や収蔵作品を展示します。

●期間 開催中(～1月21日(日))

イベント

■つきいちアート1月「基礎から始めるデッサン講座」

初めての人も気軽に参加できる木炭デッサン講座です。

●日時 1月13日(土) 午後2時～3時30分

●対象 どなたでも参加できます。

●定員 8人(先着順)

●参加料 300円 ※入館料が別途かかります。

●申し込み 1月6日(土)までに、電話かEメールで申し込んでください。



原田泰治美術館
☎ 54-1881

【休館日】 毎週月曜日(1/8を除く)、12月28日(木)～1月1日(月・祝)

■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」

●期間 開催中(～4月7日(日))

■「原田泰治の世界をキルトで遊ぶ 絵画キルト作品展 - 3つのものがたり -」

●期間 開催中(～4月7日(日))

イベント

■キルティングを極めよう！「スマホショルダー作り」

●日時 1月20日(土) 午前10時～正午

●対象 中学生以上

●定員 10人(先着順)

●講師 小澤加代子氏

●参加料 2,000円 ※入館料、受講費、材料費を含みます。

●持ち物 裁縫道具一式

●申し込み 事前に、電話で申し込んでください。



すわっこ
ランド

☎ 54-2626



- 特別営業日(午後5時閉館)… 1月1日(月・祝)
- レッスン休講… 1月1日(月・祝)～3日(水)、8日(月・祝)
- ハッピーファーストサンデー(ソフトクリーム、ホットコーヒー各100円)… 1月7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)… 1月21日(日)
- ふろ・プールの日(入館料半額相当)… 1月26日(金)



図書館だより

市図書館 ☎52-0429

休館日… 毎週月曜日(1/8を除く)、12月28日(木)～1月3日(水)、1月9日(火)～15日(月)、28日(日)

おすすめの図書

■源氏物語入門

高木 和子 著(岩波書店)

『源氏物語』を自由に感じたり、考えたりして読めるように、問い掛けが多い本です。

信州風樹文庫 ☎58-1814

休館日… 毎週月曜日、12月28日(木)～1月3日(水)、31日(水)



■マトリョーシカのルーツを探して

「日本起源説」の謎を追う

熊野谷 葉子 著(岩波書店)

著者がロシアで聞き取りした内容や、日本国内で調査した内容をまとめた本です。



市図書館 定例イベント

会場：市図書館 申し込み：不要

【みんなで本を読む日】(毎月第3日曜日)

■貸し出し冊数拡大日

●日程 1月20日(土)、21日(日)

●貸し出し冊数 ○市図書館… 20冊 ○信州風樹文庫… 10冊(児童書のみ)

■ビブリオトークの会

好きな本を1冊持って、本の魅力を話しましょう。

●日時 1月21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 1月17日(水)

●時間 午前11時～11時30分

■おはなしきかんしゃ(園児・小学生向け)

●日程 1月6日(土)、20日(土)、27日(土)

●時間 午前11時～11時30分



新型コロナウイルスワクチン接種のご案内

(問) 新型コロナウイルス感染症対策室 ☎58-7225、☎58-7226

新型コロナウイルスワクチンは、3月まで公費負担により接種が受けられます。接種を希望する人は、早めの接種をご検討ください。最新情報は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

■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 ※令和5年秋・冬追加接種の期間内に接種できる回数は、1人1回です。
- 接種会場 市内医療機関での個別接種になります。使用するワクチンは、予約の際に確認してください。※集団接種は終了しました。
- 接種券 これまでにお送りした未使用の接種券を使用してください。なくした場合は再発行しますので、ご連絡ください。 ※これまでにお送りした接種券の使用期限は3月末です。
- 接種の予約 市内医療機関に、直接電話で予約してください。

■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。

■ほかのワクチンとの接種間隔

新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンは接種間隔がなく、同日接種もできます。
※インフルエンザワクチン以外のワクチンと、新型コロナワクチンとの接種間隔は2週間以上です。

■令和6年度以降の新型コロナワクチン接種

令和6年度以降の新型コロナワクチン接種は、個人の重症化予防を目的に、年1回の定期接種として秋・冬の時期に実施します。定期予防接種の対象者は、65歳以上の高齢者など、重症化リスクが高い人になります(インフルエンザワクチンなどにおける接種対象者と同様)。詳細は今後、広報すわなどでお知らせします。



新型コロナ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



医療機関の適切な受診にご協力ください

(問) 市民課国保医療係(内線118)

医療費は、年々増加しています。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や市税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。

■かかりつけ医を持ちましょう

通いやすく、相談しやすいかかりつけ医を持ちましょう。いつも同じ医師が診察するので、あなたの体質や病歴などを把握し、適切な治療を受けることができます。

■かかりつけ薬局・お薬手帳を持ちましょう

ポリファーマシーをご存知ですか?ポリファーマシーとは、多くの薬(6種類以上が目安)を服用することにより、副作用などの有害事象を起こすことです。単に服用する薬の数が多いことではありません。かかりつけ薬局やお薬手帳を活用することで、医師や薬剤師が飲み合わせの悪い薬がないかなどチェックすることができます。

■OTC医薬品の利用を検討しましょう

OTC医薬品は薬剤師などによる情報提供を踏まえ、症状に合わせて薬局などで購入できる市販の薬です。軽い症状の場合、薬剤師に相談の上でOTC医薬品を使うことも有効です。早めの対処で悪化を防げる場合もあります。

■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。



■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。

募集

みなさんのご意見をお寄せください

第5期諏訪市地域福祉計画・地域福祉活動計画素案のパブリックコメント

- 目的 市は、令和6年4月から開始する「第5期諏訪市地域福祉計画・地域福祉活動計画」の策定を進めています。この計画に対する意見を広く市民のみなさんに伺うため、パブリックコメントを行います。
- 募集期間 1月4日(木)～2月3日(土)
- 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、社会福祉課窓口(市役所2階)に持参するか郵送(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「地域福祉計画パブコメ」と明記してください。
(申)・(問) 社会福祉課社会係(内線231、236)、〒392-8511 高島一丁目22番30号、FAX 53-6073、Eメール shafuku@city.suwa.lg.jp

募集

みなさんのご意見をお寄せください

第2期諏訪市自殺対策計画案のパブリックコメント

- 目的 市は、誰も自殺に追い込まれることのない、生き心地の良い諏訪市の実現をめざすため、「第2期諏訪市自殺対策計画」の策定を進めています。この計画に対する意見を広く市民のみなさんに伺うため、パブリックコメントを行います。
- 募集期間 (受け付け中)～1月10日(水)
- 閲覧場所 保健センター、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、保健センターに持参するか郵送(最終日消印有効)、ファックスまたはEメールで提出してください。 ※意見用紙は、閲覧場所か市ホームページにあります。
(申)・(問) 保健センター(内線592)、〒392-0027 湖岸通り五丁目12番18号、FAX 58-0019、Eメール kenkoushien@city.suwa.lg.jp

募集

みなさんのご意見をお寄せください

第三次諏訪市環境基本計画一部改訂のパブリックコメント

- 目的 市は、令和3年度に策定した「第三次諏訪市環境基本計画」について、温室効果ガス排出量の独自算出方法や、脱炭素社会実現に向けた具体的戦略の追加をするための一部改訂を行う予定です。この計画に対する意見を広く市民のみなさんに伺うため、パブリックコメントを行います。



- 募集期間 1月22日(月)～2月9日(金)
- 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、環境課窓口(市役所2階)に持参するか郵送(最終日必着)、またはEメールで提出してください。ながの電子申請でも提出ができます。 ※意見用紙は、閲覧場所か市ホームページにあります。
(申)・(問) 環境課環境保全係(内線214)、〒392-8511 高島一丁目22番30号、Eメール kankyoku@city.suwa.lg.jp

募集

みなさんのご意見をお寄せください

第4次子ども読書活動推進計画案のパブリックコメント

- 目的 市は、子どもたちが読書の楽しさや喜びを知り、読書活動を広げていけるように、子どもの読書活動を推進する「第4次子ども読書活動推進計画」の策定を進めています。この計画に対する意見を広く市民のみなさんに伺うため、パブリックコメントを行います。



- 募集期間 12月26日(火)～1月26日(金)
- 閲覧場所 市役所1階ロビー、市図書館、信州風樹文庫、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、市図書館に持参するか郵送(最終日消印有効)、ファックスまたはEメールで提出してください。 ※意見用紙は、閲覧場所か市ホームページにあります。
(申)・(問) 市図書館 ☎ FAX 52-0429、〒392-0027 湖岸通り五丁目12番18号、Eメール library@city.suwa.lg.jp

※参加料・申し込みの記載がないものは、無料で、事前の申し込みは不要です。

※対象者・定員の記載がないものは、どなたでもご参加いただけます。

i 公的年金等の源泉徴収票を送付します

老齢年金を受給している人に「公的年金等の源泉徴収票」(令和5年中に受け取った年金総額を記したものを)を1月下旬に送付します。確定申告の際に添付書類として必要になります。大切に保管してください。 ※障害年金や遺族年金は、課税対象外のため送付しません。

(問) 岡谷年金事務所 ☎23-3661

i 第77回諏訪市消防出初式

消防団員や消防職員をはじめ、防火防犯組合連合会や消防関係団体から約500人が参加します。観閲式、はしご乗りを行った後、消防自動車なども参加して、文化センターから諏訪湖イベントひろば(旧東洋バルヴ跡地)まで分列行進を行います。行進終了後には、長年消防業務に功績や功労のあった消防団員の表彰式を文化センターで行います。はしご乗りの際には、宝投げがあります。ぜひお出かけください。

- 日時 1月7日(日) 午前9時30分
- 会場 ○観閲式…文化センター駐車場 ○表彰式…文化センターホール
- 駐車場 諏訪湖イベントひろば(旧東洋バルヴ跡地)をご利用ください。

(問) 消防課消防係 ☎52-0299

i 社会保険料控除のための納付済み額のお知らせ発行

確定申告や市・県民税(個人住民税)申告の際に、社会保険料控除を受けるため、国民健康保険税および後期高齢者医療保険料・介護保険料の「納付済み額のお知らせ(確定申告用)」が必要な人は、市民課⑥番・⑦番窓口(市役所1階)へお越しください。

- 発行開始日 1月16日(火)
- 持ち物 マイナンバーカードまたは運転免許証などの顔写真付きの身分証明書
- その他 ○本人または住民票上の同一世帯の人が来庁した場合に限り交付します。 ○来庁するのが困難な場合は電話で相談してください。 ○全員に発行しているものではありません。申し出により随時発行します。

(申)・(問) 市民課国保医療係(内線115、118)、(問) 介護保険料の内容: 高齢者福祉課介護保険係(内線293)

i 日本赤十字社の活動資金募集へのご協力ありがとうございました

日赤諏訪市地区は、令和5年7月から各町内会を通じて日本赤十字社の活動資金の募集を行い、590万2,142円の支援金が集まりました。みなさんから寄せられた支援金は、災害時の備え、救護活動、救護法講習の開催など、赤十字活動のために活用します。ご協力ありがとうございました。

(問) 社会福祉課社会係(内線236)

i 子宮頸がん検診はお済みですか

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

i 臨時災害放送局の伝達訓練を実施します

諏訪広域連合、諏訪地域6市町村、エルシーブイ株式会社は、地震などにより大きな被害が発生したときに、臨時災害放送局(LCV-FM)で被害の様子や安否情報、避難所情報、生活用品・食料品の配布などの情報を放送します。臨時災害放送局の情報伝達訓練を実施しますので、ぜひお聞きください。

スマートフォンなどでは、アプリ「FM++」で聞くことができます。アプリ内の設定で、諏訪地域6市町村の防災情報(メール配信)を受け取ることもできます。アプリのダウンロードは、スマートフォンなどでQRコードを読み取ってください。



▲QRコード

■臨時災害放送局伝達訓練

- 日時 1月17日(水)
 - 時間 午後1時30分~2時30分
 - チャンネル LCV-FM(76.9MHz)
- (問) 危機管理室市民安全係(内線258)

i お知らせ

i 1月定例教育委員会

- 日時 1月19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 本のリサイクル市

どなたでもリサイクル本を持ち帰ることができます。

- 日程 2月10日(土)
 - 時間 午前10時~午後3時
 - 会場 文化センターホワイエ(1階)
- (問) 市図書館 ☎52-0429

i 第2回かみすわ一箱古本市

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

- 日程 2月3日(土)
- 時間 午前10時~午後4時
- 会場 駅前交流テラス すわっチャオ



▲QRコード

- その他 イベントの詳細はQRコードを読み取りご覧ください。
- (問) 文化の場づくりを目標に何かやってみるチーム Eメール bunkanoba@gmail.com

STOP! 消費者トラブルを防ごう 相談は局番なしの188へ!

もうけ話を簡単に信じないで! 携帯電話に送られてきたSNSのメッセージやインターネット検索中に表示された投資や資産運用などの広告サイトにアクセスしてだまされる被害が県内で発生しています。「必ず」もうかる話や「簡単に」もうかる話はありません。投資を行う場合は実在する証券会社や金融商品取引業者であるか、金融庁のホームページで必ず確認し、大きなお金を動かすときは事前に家族などに相談しましょう。投資や金融庁・銀行をかたる詐欺については金融庁から注意喚起が出ています。投資などをする前に確認しましょう。

- 相談窓口.....
 - 消費者ホットライン…局番なし188
 - 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 ながの子育て家庭優待 パスポートカードの更新

有効期限が更新された新しい「ながの子育て家庭優待パスポート」、「多子世帯応援プレミアムパスポート」カードを対象の世帯主宛てに発送しました。今までお使いの令和6年3月31日が有効期限のカードは、お手数ですが各家庭で処分し、新しいカードを使用してください。

■ながの子育て家庭優待パスポート
年度末年齢18歳以下の子どもがいる世帯および妊娠中の人がいる世帯が使用できます。

■多子世帯応援プレミアムパスポート
年度末年齢18歳以下の子どもが3人以上いる世帯が使用できます。
(問) こども課子育て支援係(内線441)

i 自転車用ヘルメット購入 に補助金を交付します

自転車乗用時のヘルメット着用が努力義務化されたことにより、自転車用ヘルメットを購入した人に、補助金を交付します。

●申請期間 1月1日(月・祝)～令和7年3月31日(月)

●交付金額 購入金額の半額(上限2,000円) ※100円未満の端数切り捨て。交付は1人につき1回限り。

●対象 市内在住の16～18歳の人または高校生、65歳以上の高齢者

●交付条件 ○令和6年1月1日以降に購入した自転車用ヘルメットであること。○申請時に諏訪市に住所があり、対象年齢であること。○自転車乗用時に着用し、新品かつ安全基準を満たすものであること。

●必要書類 ○年齢が分かる身分証の写し ○領収書またはレシート ○補助金の振込先口座が分かるもの ○ヘルメットの認証が確認できるもの ○学生証(19歳以上の高校生のみ)

●申請方法 申請書に必要事項を記入して必要書類とともに建設課窓口(市役所別棟1階)へ持参または郵送を。

●その他 ○申請者が未成年(18歳未満)の場合は保護者が申請してください。
○必要書類、交付条件の詳細と申請書の様式は市ホームページを
▲QRコード
ご覧ください。



(申)・(問) 建設課交通安全係(内線257)

i 市役所庁舎の停電

市役所庁舎電気設備改修工事のため、計画停電を実施します。休日における日直での各種届け出の対応などに、通常時よりお時間をいただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

●日程 1月28日(日)

●時間 午前9時～午後5時(予定)
(問) 総務課庁舎車両管理係(内線339)

i 諏訪市子育てガイドブック の広告掲載にご協力を

子育て支援に関する情報をまとめた諏訪市子育てガイドブック「あゆステBOOK」2024年度版を(株)サイネックスとの協働により発行します(令和6年5月末発行予定)。



発行費用は広告料収入によって賄うことで、(株)サイネックスが編集、印刷を行い、市の子育て情報を発信します。今後、同社が市内の各事業所を訪問し、広告を募集する場合があります。本事業の趣旨をご理解いただき、ご協力をお願いします。

(問) ■あゆステBOOKについて：こども課子育て支援係(内線448) ■広告掲載について：(株)サイネックス長野支店☎026-267-7133

i 公用車を売却します

●車種 三菱ニューエアロバス(34人乗り)

●型式 KC-MM822H

●排気量 7.54リットル

●初年度登録年月 平成9年7月

●車検満了日 令和6年7月24日

●実走行距離 不明 ※メーター交換を数回しているとみられ、実走行距離は不明です。なお、現在のメーター表示は64,214kmです(令和5年11月17日現在)。

■車両閲覧・入札案内書配布・入札期間
●期間 1月15日(月)～29日(月) 午前8時30分～午後5時 ※土・日曜日、祝日は除く

●入札書提出先 総務課庁舎車両管理係(市役所1階会計課内)
※車両の見学もできますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。

(申)・(問) 総務課庁舎車両管理係(内線336)

i 相続登記の申請が義務化 されます

令和6年4月1日以降、不動産を相続した場合は、その取得を知った日から3年以内に相続登記の申請をすることが義務になります。4月1日より前に不動産を相続し、その取得を知っていた場合も対象です。相続未登記の不動産がないかを確認して、今から備えましょう。

(問) 長野地方法務局諏訪支局☎52-1043

i 諏訪地区小児夜間急病 センターの運営終了

諏訪地区小児夜間急病センターは令和6年3月31日(日)をもって運営を終了します。17年間のご利用ありがとうございました。お子さんが夜間に体調を崩し、お困りのときは次の相談窓口をご利用ください。

■長野県小児救急電話相談

夜間のけがや急病などの際、保護者が対処に戸惑うときや、医療機関を受診すべきかどうか判断が難しいときに、応急対処の方法や受診の要否などについて助言を行います。

●相談日時 毎日午後7時から翌朝8時

●利用方法 局番なしの「#8000」へ電話をしてください。

(問) 諏訪広域連合事務局企画総務課☎52-4141(内線374)

i 長野県最低賃金と特定最低賃金が改正されました

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」と、長野県内の特定の産業で働く労働者に適用される「特定(産業別)最低賃金」が次のとおり改正されました。

■長野県最低賃金

●対象 長野県内の事業場で働く全ての労働者

●時間額 948円

●発効年月日 令和5年10月1日

■特定(産業別)最低賃金

●対象、時間額、発効年月日 ○計量器・測定器等製造業…983円、令和5年12月24日 ○はん用機械器具等製造業…994円、令和5年12月20日 ○各種商品小売業…950円、令和5年12月31日

(問) 長野労働局労働基準部賃金室☎026-223-0555

※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。



相談

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 1月16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 1月9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



司法書士による 相続登記無料相談月間

司法書士による、相続登記に関する無料相談を実施します。相続登記に関する事でお困りの人は、ぜひご利用ください。

- 日程 2月1日(木)～29日(木) ※土・日曜日、祝日を除く。
 - 時間 午前9時～午後4時
 - 会場 県内の各司法書士事務所
 - 申し込み 事前に、相談を希望する司法書士事務所に申し込んでください。
- (問) 長野県司法書士会 ☎026-232-7492



全国一斉「遺言・相続」 無料相談会

- 日程 2月17日(土)
 - 時間 午前10時～午後4時
- 【相談方法】
- ①面談による相談
 - 会場 伊那公民館(受け付け：第1研修室)
 - ②オンラインによる相談
 - 相談方法 Zoomを使用します。
 - ③電話による相談(予約不要)
 - 電話番号 ☎0120-339-279(フリーダイヤル)

【①、②共通事項】

- 申し込み 1月19日(金) 午前9時～2月16日(金) 午後4時に、長野県司法書士会ホームページの ▲QRコード 予約フォームから申し込んでください。①のみ電話(☎026-232-7492)でも申し込むことができます。
- (申)・(問) 長野県司法書士会 ☎026-232-7492(土・日曜日、祝日を除く)



▲QRコード



シルバー人材センターの 入会説明会

- 日時 1月18日(木) 午後1時30分
 - 会場 諏訪市シルバー人材センター事務所(上川一丁目1516-5)
 - 対象 市内在住の60歳以上で、シルバー人材センターの趣旨を理解し、健康で働く意欲がある人
 - 申し込み 1月17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3月生

- 訓練期間 6か月間(3月1日(金)～8月29日(木))
- 対象 求職中の人
- 募集コース CADものづくりサポート科…15人
- 受講料 無料 ※テキスト代、作業服代などがかります。
- 申し込み 2月13日(火)までに、ハローワーク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



みやげ品審査会と開発事業 奨励金審査会の審査品

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

- 登録要件など、詳しくはお問い合わせください。
 - 申し込み 1月18日(木)までに、市ホームページまたは商工課窓口(市役所4階)で配布する所定の用紙に必要事項を記入して、提出してください。
 - その他 1月30日(火)に、市役所で審査会を行います。
- (申)・(問) 商工課商業振興係(内線431)

「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。



田んぼや畑に 雪を捨てないで!

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

ご理解とご協力をお願いします。
(問) 農林課農業振興係(内線411)



「スキーの日」イベント スノーシューで霧ヶ峰を散策

インタープリター(自然の専門家)と一緒に、冬の霧ヶ峰を散策しませんか。

- 日程 1月8日(月・祝)
 - 時間 午前10時30分～正午(集合：午前10時)
 - 会場 霧ヶ峰スキー場
 - 対象 小学生以上
 - 定員 13人(先着順)
 - 参加料 100円(保険料)
 - 申し込み 1月5日(金)までに、電話で申し込んでください。
 - その他 スノーシュー、ストックの無料貸し出しがあります。
- (申)・(問) 観光課施設管理係(内線423)



募集



諏訪郷友会の学生寮 長善館(東京)の入館生

- 所在地 東京都調布市若葉町1-43-1(京王線仙川駅から徒歩7分)
 - 対象 県内在住または県内高校に在学・卒業し、令和6年4月に東京都内や近郊の4・6年制大学へ入学予定または在学中の男子
 - 募集人員 10人程度
 - 入館金など ○入館金4万円(入館時) ○館費6万円(朝食・夕食代を含む月額) ○個室電気料
 - 面接日程 2月の毎週土曜日午後1時にオンライン面接を実施します。 ※詳しくは、お問い合わせください。
 - 申し込み 選考(面接)日の5日前までに、申し込んでください。 ※詳しくは、長善館ホームページをご覧ください。
- (申)・(問) (公財)諏訪郷友会事務局 ☎03-3300-7988(火・金曜日のみ)



▲QRコード

あそびの日～多世代交流～

- 日程 2月10日(土)
 - 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)
 - 申し込み 1月4日(木)から、電話か直接窓口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)

親子であそぼう

- 日程 ①2月5日(月)…鬼を作っちゃオ～！ ②2月21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10組(先着順)
 - 申し込み 1月4日(木)から電話か直接窓口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)

第2回すわっチャオ寄席古今亭雛菊落語会

- 日時 ①2月11日(日・祝) ②2月12日(月・休) 午後1時から(開場：午後0時30分)
 - 会場 駅前交流テラスすわっチャオ
 - 対象 小学生以上の市内在住者、在勤者、在学者
 - 定員 各日20人(先着順)
 - 出演 古今亭雛菊、橘家文吾(①のみゲスト出演)
 - 申し込み 1月5日(金)午前10時から、電話か直接窓口で申し込みを。
 - その他 ①は託児があります。希望する人は、申込時にご予約ください。
- (申)・(問) すわっチャオ☎75-5257(火曜日を除く午前9時～午後9時)

ゲートキーパー研修会

ゲートキーパーとは、悩みを抱える人に気付き、声を掛け、見守る人のことです。自分自身や大切な人の命を守るためにゲートキーパーについて学びませんか？

- 日時、会場 1月31日(水) 午後2時～3時30分 保健センター多目的ホール(2階)
 - 演題 命の価値と生きる意味を考える
 - 講師 朴相俊氏(佐久大学看護学部・大学院研究科教授)
 - 定員 50人(先着順)
 - 申し込み 電話か直接窓口で申し込んでください。
- (申)・(問) 保健センター(内線592)

すわっチャオの子育て講座はなまる家族DAY

お子さんと保護者の2人1組で体験する親子ヨガの講座です。お子さんとパパの参加も大歓迎です。親子で体を動かしてリフレッシュしませんか。

- 日程 2月17日(土)
 - 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 市内在住の年長クラス～小学校3年生の子どもとその保護者
 - 定員 8組(先着順)
 - 申し込み 1月4日(木)から、電話か直接窓口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)

諏訪市公式LINE

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



友だち登録はこちら

諏訪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 1月26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)

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。

- 日程 1月27日(土)
 - 時間 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、289)

講座

コリほぐし体操

- 日時 ①1月11日(木) 午前11時～11時30分 ②1月12日(金) 午前11時～11時30分 ③1月22日(月) 午後2時～2時45分 ④1月24日(水) 午後2時～2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)・(問) すわっチャオ☎75-5257(火曜日を除く午前9時～午後9時)

〈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

広告募集中

広告掲載を希望する人は、市ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

(申)・(問) 秘書広報課広報戦略係(内線325)



▲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。



スポーツ

市新春バドミントン交流会

- 日程 1月28日(日)
 - 時間 午前8時30分受け付け開始
 - 会場 市体育館
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者、協会登録者
 - 種目 ダブルス ※チーム分けは、主催者が決定した方法で行います。
 - 参加料 1,000円 ※当日集金
 - 申し込み 1月19日(金)までに、Eメールで申し込んでください。
 - その他 大会中のけがは応急処置のみとし、事故の責任は負いません。
- (申)・(問) 市バドミントン協会(雨宮)
Eメール suwashi.bad.asso@gmail.com

ゲートボール初心者教室

- 日程 2月4日(日)、11日(日・祝)、18日(日)、25日(日) 全4回 ※都合の良い日だけの参加でも構いません。見学は自由です。
 - 時間 午前9時～正午
 - 会場 屋内ゲートボール場(文化センター奥)
 - 対象 ゲートボール未経験者(1回～2回ほどの経験者も歓迎)
 - 申し込み 事前に、電話かファックスで申し込んでください。
 - その他 ○ゲートボールの用具は協会で作成します。○小・中学生は、保護者が送迎してください。
- (申)・(問) 市ゲートボール協会 ○丹下
…☎080-6935-0567、FAX 53-5633
○中島…☎・FAX 53-7873

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)

〈広告欄〉

救急法勉強会

日常で生かせる救命処置の勉強会を行います。思いがけなく事故に巻き込まれ、人命救助が必要な場面に遭遇したときに、助けられる知識を学ぶ機会です。ぜひご参加ください。



- 日程 2月17日(土)
 - 時間 午後2時～4時
 - 会場 湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
 - 定員 20人
 - 講師 日本赤十字社長野県支部救急法指導員
 - 申し込み 1月9日(火)～2月13日(火)に、電話で申し込んでください。
- (申)・(問) 社会福祉課社会係・諏訪市赤十字奉仕団事務局(内線236)

子育て・孫育て応援講座

「子どもの気持ちを聴き、支え、伸ばすコミュニケーション」について、経験豊富なお二人の話とワークショップで分かりやすく学びます。※1講座だけの参加も可能です。

- 日程 ①1月27日(土) ②2月17日(土)
 - 時間 午前10時～11時45分
 - 会場 市公民館視聴覚室(1階)
 - 対象 親、祖父母、教育関係者、学校や地域などで子どもに関わっている人、子育てに関心がある人
 - 内容 ①子どもの気持ちを聴くにはどうしたらいいの? ②大切な人の味方になるコミュニケーション術
 - 講師 ①宮澤節子氏 ②土橋桂子氏
 - 定員 30人(先着順)
 - 申し込み 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。
- (申)・(問) 市公民館☎53-6219(日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)



▲電子申請



65歳以上の人の健康づくり(介護予防)教室

①健康音動(おんど)

● 日程、会場、定員 下表のとおり

日程	会場	定員
1/10(水)	湯小路いきいき元気館	30人
1/15(月)	豊田公民館	30人
1/22(月)	カルチャーホームすわ	30人
1/29(月)	四賀公民館	30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
1/9(火)	※なかよし広場	30人
1/12(金)	とちの木ひろば	30人
1/16(火)	湯小路いきいき元気館	30人
1/19(金)	四賀公民館	30人

● 時間 午後1時～2時15分

※1月9日(火)は体力測定を行います。
(問) 高齢者福祉課高齢者福祉係(内線298)

③転倒予防教室

理学療法士がリハビリの視点から、自宅でできる体操をお教えます。個別に運動・生活指導も行いますので、転倒予防に関するご質問にも対応できます。年度内最後の教室です。ぜひご参加ください。

- 日時 2月28日(水) 午後1時～2時
 - 会場 駅前交流テラスすわっちゃオ
 - 定員 10人
 - 申し込み 1月9日(火)～12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。 ※予約期間を過ぎても空きがあれば参加できますので、お問い合わせください。
- (申)・(問) (株)いずみ☎55-8322



マチイロ

スマートフォン用アプリ「マチイロ」で、広報すわを配信しています。



▲QRコード



あなたの『学びたい』を応援します

4月入学生募集中
募集期間 3月12日(火)まで

放送大学 諏訪市諏訪1-6-1 アーク諏訪3階
長野学習センター ☎0266-58-2332



お問い合わせ資料の請求は



放送授業をお試し視聴する

〔放送大学(1983年設置)〕は、文部科学省・総務省共管の正規の通信制大学です。



冬2期市民テニス教室

- ①冬2期市民テニス教室(初心者・初級・中級クラス)
 - 日時 1月25日～3月28日の毎週木曜日 全10回 午後7時15分～8時45分
 - 定員、参加料 24人(先着順) 6,000円 ※初回到に集金します。
- ②冬2期市民テニス教室(上級クラス)
 - 日時 1月25日～3月28日の毎週木曜日 全10回 午後7時～9時
 - 定員、参加料 10人(先着順) 6,000円 ※初回到に集金します。
- ③中高年のための冬2期テニス教室(初心者・初級クラス)
 - 日程 1月25日～3月28日の毎週木曜日 全10回
 - 時間 ○前半…午前9時～10時45分 ○後半…午前10時55分～午後0時40分
 - 定員、参加料 前・後半各20人(先着順) 5,000円 ※初回到に集金します。
- ④中高年のための冬2期テニス教室(初級・中級クラス)
 - 日程 1月26日～3月29日の毎週金曜日 全10回
 - 時間 午前9時～11時
 - 定員、参加料 20人(先着順) 6,000円 ※初回到に集金します。

【会場、①～④共通事項】

- 会場 ①清水町体育館、②～④上川テニス場
 - 対象 市内在住者、在勤者、在学者、協会加盟団体に所属している人
 - 申し込み Eメール(教室名を件名)か電話で申し込んでください。その際、氏名、電話番号、テニス歴をお知らせください。①はできるだけメールかショートメールで申し込んでください。
 - その他 傷害保険は参加者自身でお入りください。
- (申)・(問) ①市テニス協会(細谷)☎090-4831-1340、Eメール y.hosoya1326@gmail.com
 ②～④市テニス協会(大浦)☎090-5777-7826、Eメール suwatennisjp@yahoo.co.jp



ジュニアスキー教室

- 日時 1月21日(日)、27日(土)、28日(日)、2月3日(土)、4日(日) 全5回 午前9時30分～午後2時30分 ※希望者は、2月4日(日)の市スポーツ祭スキー競技会に出場します。
 - 会場 霧ヶ峰スキー場
 - 対象 市内在住の小・中学生で、スキーの初心者から中級者
 - 定員 60人(先着順)
 - 講師 霧ヶ峰スキー学校教師(全日本スキー連盟公認指導員および認定指導員)
 - 参加料 1万8,000円(講習料、保険料、リフト代含む) ※申し込み後の返金はできません。
 - 申し込み 事前に、直接窓口か電話またはファックスで申し込みを。
 - その他 ○会場まで保護者が送迎してください。○休みの場合は連絡をしてください。○けがは応急処置のみ行います。○昼食は、各自持参してください。
- (申)・(問) 霧ヶ峰スキー学校☎・FAX 53-4997



困りごとご相談ください
2月の相談日程

法律相談 【要予約】

2月15日(木) 13:00～17:00
 ※1月19日(金)から予約受け付け。
 会場：市役所502会議室(5階)
 定員：8人 ※利益相反の際はお断りします。
 相談員：齋藤泰史弁護士
 予約先：市民課市民窓口係(内線116)

交通事故相談 【要予約】

2月8日(木) 10:00～15:00
 予約先：諏訪地域振興局☎57-2902

女性のための相談 【要予約】

2月7日(水)、17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

2月16日(金) 13:30～15:00
 会場：市役所502会議室(5階)
 相談員：行政相談委員
 市民課市民窓口係(内線116)

企業経営相談

平日 9:00～17:00
 商工課(内線431、433)

外国籍市民相談 ※ポルトガル語対応

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

心配ごと相談

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

結婚相談

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

在宅介護相談(毎日24時間対応)

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



休日緊急水道温泉修理当番店
(1月、2月第一週)

1/1(月・祝)	阿部設備☎53-1406
1/2(火)	大和設備☎58-1900
1/3(水)	倉島工業☎52-0754
1/6(土)	水道建設☎53-3965
1/7(日)	杉村設備☎52-4066
1/8(月・祝)	諏訪管工業☎52-6314
1/13(土)	丸三上田商店☎58-0171
1/14(日)	渋崎建設☎52-0443
1/20(土)	藤森土木建設☎52-1766
1/21(日)	伸晃☎52-3382
1/27(土)	倉島工業☎52-0754
1/28(日)	水道建設☎53-3965
2/3(土)	金子工務店☎53-3331
2/4(日)	杉村設備☎52-4066

○修理を行わなくても、調査、出張費用がかかる場合があります。
 ○水道局では、工事の標準単価を設定していません。



今月の納税・保険料
納期限は1月31日(水)

国民健康保険税(1月分)
 介護保険料(普通徴収10期1月分)
 後期高齢者医療保険料(7期1月分)



2024.1.1

SUWA

広報
すわ

NO.1119

登場者
募集!

「すわじん」「ぐる〜ぶ通信」は、各コーナーに登場していただける人・グループを募集中です。自薦他薦は問いません。

【応募・問い合わせ】

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



<EメールQRコード>

SUWAJIN No. 82



落語家
ここんてい ひなぎく
古今亭 雛菊 さん

約5年間の修行を経て、令和4年5月に二ツ目に昇進した雛菊さん。「修行中はなかなか自分の稽古ができなかつたが、二ツ目に昇進し、自分の好きなときに稽古ができるようになった。色々な話を覚えたので、今後は一つ一つの落語を大切に話していきたい」と笑顔で話してくれました。

で落語を披露することもあるが、小学生も笑って楽しめる話がある。また、お酒を飲みながら落語を楽しめるイベントもあるので、諏訪市でもぜひやってみてほしいと話します。

すわで輝く人たち
—すわじん—

一つ一つの落語を

大切に話していきたい

落語家として活躍する諏訪市出身の古今亭雛菊さん。大学時代に落語研究会へ勧誘されたことをきっかけに、落語を始めました。その後、寄席を見た際に人柄に引かれ、古今亭菊之丞師匠に入門します。

現在は主に東京で活動しつつ、諏訪市で寄席に出演したり、落語会を開いたりしています。落語の魅力について、「落語は思ったよりもハードルが低い。笑い話も人情話もあり、誰でも楽しめる。小学校

'人' “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非常事態。“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？ 防災行政無線放送が聞こえない

防災行政無線放送を聞き逃した場合に、確認する方法をご案内します。

- 電話(☎0120-68-8404(通話料無料))での聞き直し
- ホームページ、かりんちゃんねる(LCV-TV11チャンネル)
- 防災メール

放送内容がメールで届きます。登録方法は次のとおりです。

① 次のアドレスに空メールを送信

bousai.suwa-city@raidan.ktaiwork.jp
(右のQRコードからもメールを作成できます)



② 返信されてきた仮登録完了メールに記載のURLにアクセス

③ 利用規約に同意後、ユーザー情報を登録

■ 市公式LINEアカウント

防災メールと同じ内容や、市からのお知らせが届きます。

■ 戸別受信機の紹介

防災行政無線放送を自宅で聞くことができます。実費で購入できますので、1月26日(金)までにお問い合わせください。製造終了のため、今回が最後のご案内です。今後、部品在庫がない場合は、修繕ができません。アンテナ設置工事(別途有料)が必要な場合があります。

お問い合わせ:危機管理室市民安全係(内線255,258)

市ホーム
ページマチイロ
アプリ市公式
LINE市公式
Facebook市公式
YouTube

明けましておめでとうございます!今号の表紙にもなっていますが、新年といえば年賀状ですね。昔は年賀状を書いて友人に送っていましたが、今はLINEなど、SNSで挨拶をするのみとなりました。1枚1枚年賀状を書くのは大変でしたが、友人から送られてきた年賀状を読むのは楽しかったなというのを思い出しました。(C)

編集後記

■ 広報すわ2月号の配布日は、1月30日(火)~2月3日(土)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 2024.1 20

■ 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)オノウェ印刷
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。