シゼンとヒトがつながる、すわ。

Suwa City

SUWA

広報すわ
NO.1138
8
2025 / 令和 7 年

特集 諏訪を治めた殿様が眠る場所
ー高島藩主諏訪家墓所ー P2〜3

暑い夏は水遊び！

青空の広がる日が増え、本格的な夏を迎えた7月、片羽保育園の園児たちが園庭で水遊びをしました。水鉄砲で遊んだり、プールに入ったりするなど、園児たちは水を使った遊びをびしょ濡れになりながら楽しみました。

お知らせ

すわ☆あゆみステーション・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P4〜5
諏訪市の財政状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P6〜7
地震への備えを確認しましょう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・P8
かりんちゃんバス路線の変更/マイナンバーカードの見方・・・・・・・P9
リチウムイオン電池の捨て方/お盆前後の家庭ごみの収集・・・・・・P16

注目Topics P10　Photoまちニュース P11　子育てナビ P12〜13　みんなの健康リレー P14　施設ガイド P15　くらしの情報 P17〜23

特集

諏訪を治めた殿様が眠る場所

―高島藩主諏訪家墓所―

高島藩主諏訪家墓所とは

諏訪市の温泉寺の奥にある高島藩主諏訪家墓所（以下、「温泉寺墓所」）は、江戸時代に諏訪を治めた高島藩主諏訪家のうち2代から8代までの藩主が葬られています（初代は茅野市の頼岳寺（らいがくじ））。また、その妻や子の墓も建てられています。

高島藩は3万石の小藩でしたが、他藩には例を見ない独特かつ立派な墓碑が建立され、歴代藩主に仕えた家臣らが奉納した石灯籠が並びます。荘厳な雰囲気に包まれ、歴史の重みを感じることができる場所ともなっています。

その貴重さから、平成29年（２０１７年）に茅野市の頼岳寺墓所とともに、諏訪市では初めて国史跡に指定されました。

■藩主一覧と墓所

代	藩主名	没年	墓所
1	頼水（よりみず）	1641	頼岳寺（茅野市）
2	忠恒（ただつね）	1657	温泉寺（諏訪市）
3	忠晴（ただはる）	1695	温泉寺（諏訪市）
4	忠虎（ただとら）	1731	温泉寺（諏訪市）
5	忠林（ただとき）	1770	温泉寺（諏訪市）
6	忠厚（ただあつ）	1812	温泉寺（諏訪市）
7	忠粛（ただかた）	1822	温泉寺（諏訪市）
8	忠恕（ただみち）	1851	温泉寺（諏訪市）
9	忠誠（ただまさ）	1898	吉祥寺（東京都）
10	忠礼（ただあや）	1878	吉祥寺（東京都）

ここがすごい！温泉寺墓所の特徴

①3代忠晴墓標

②御霊屋（解体前）

③地中の石畳

④石灯籠

①2代忠恒から8代忠恕の墓標は、高さ約2.7mという巨大なものです。卵を半分に割ったような形をしており、他に例をみない墓標です。

②2代忠恒の墓標のみ、木造の建物「御霊屋（おたまや）」に納められていました。寛文13年（1673年）の建築で、市内はもちろん諏訪地方にもほとんど残っていない江戸時代前期の貴重な建物です。

※老朽化のため、現在は解体して部材を保存しています。

③各藩主の墓標に通じる参道があり、石畳が敷かれていました。現在は失われているところもありますが、発掘調査で地中に埋もれているものがあることが分かりました。

④各藩主の参道の両脇に、家臣であった高島藩士が奉納した石灯籠が並んでいます。その数は117基もあり、初期のものはシンプルな造りですが、時代を追うごとに飾りや大きさが豪華になります。

墓所はどんどん傷んでいる…

最初に墓が作られてから約360年という長い年月が経ち、墓標が傾く、石灯籠の一部が倒れるなど、墓所のあちこちが傷んできており、訪れる人にとって非常に危険な状態です。当時は無かった木が生えるなど、景観も変わってしまっています。この状態が続くと、文化財としての価値が失われてしまうことになります。

倒れた石灯籠

荒れた参道

墓所の整備基本計画を作りました！

市は、貴重な宝である温泉寺墓所の文化財としての価値を守り、高めながら、より多くのみなさんに訪れてもらえるように、史跡高島藩主諏訪家墓所整備基本計画策定委員会を設けました。そして、保存や活用の具体的な考え方と方法を定めた計画を令和6年度に作りました。計画は、令和7年度～16年度の10年間です。

基本計画について詳しくはこちら▶

基本方針　**「藩主の廟所にふさわしい、尊厳性を高める」**

※廟所…高貴な人を祀る場所のこと

■前半の5年間で行うこと
①支障となっている樹木の伐採
②倒壊している、または倒壊の恐れがある石灯籠の復元・修理
③参道の階段・石畳の修理
④御霊屋の復元に向けた準備

その後、計画の見直しを経て、残りの5年間でさらに整備を進め、左図のような姿をめざします。
計画の実現には時間や費用がかかります。みなさんで市の宝である墓所の魅力を知り、伝えていきましょう。

市博物館特別展関連講演会

「高島藩主の菩提寺『温泉寺』と祈願寺『仏法紹隆寺』－ほとけの祈りと共にある藩主の暮らし－」

藩主の幼名や戒名、祈り、葬儀や法事など、藩主と寺院は深い縁でつながっていました。菩提寺・祈願寺との関係から、高島藩主やその祈りを住職が語り合います。

- **日時**　9月13日（土）　午後2時30分～4時
- **会場**　市博物館学習室　※入館料がかかります。
- **定員**　50人（先着順）
- **講師**　瀧瑞巖氏（温泉寺住職）・岩崎宥全氏（仏法紹隆寺住職）
- **申し込み**　8月16日(土)午前9時から、電話（市博物館☎52-7080）、メール（bunkazai@city.suwa.lg.jp）、ながの電子申請または市博物館窓口で申し込んでください。

▲電子申請

灯籠まつり

温泉寺墓所を守る活動をしている史跡御廟保存会が、毎年8月に灯籠に火を灯す祭りを行っています。ぜひご参加ください。

- **日程**　8月12日（火）
- **時間、会場**　〇勉強会…午後4時30分から　温泉寺　〇灯籠まつり…午後6時から　温泉寺墓所

諏訪の殿様に関する特別展「諏訪のお殿さま」を、市博物館で開催中です（9月23日(火･祝)まで）。ぜひお越しください。

このページに関するお問い合わせは、

＼ 子ども・家庭の“あゆみ”に寄り添います ／

諏訪市こども家庭センター

すわ★あゆみステーション（あゆステ）

（問）すわ☆あゆみステーション（こども課・教育総務課内）（内線 444）
（健康推進課内）（内線 592）

あゆステとは？

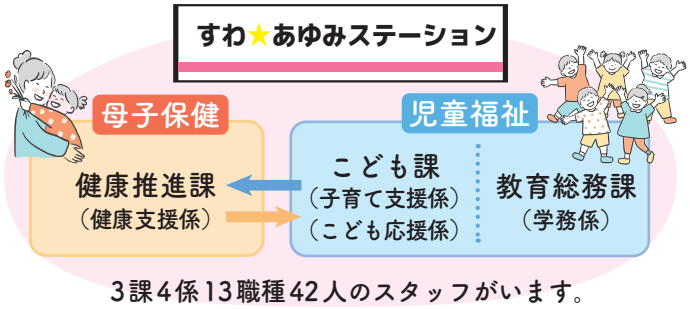
すわ☆あゆみステーション（あゆステ）は、妊産婦のみなさんや0歳から18歳までの子どもとその家庭が、安心して生活・子育てができるよう支援を行う総合相談窓口です。「児童福祉」と「母子保健」が一体となって、それぞれの家庭の状況に応じた支援を切れ目なく行います。お気軽にご相談ください。

さまざまな専門機関へのつなぎを含めて、困りごとの内容に応じた支援をしています。

チームによる支援の推進

相談スタッフがそれぞれの専門分野に応じて関わる、チーム支援を行っています。児童福祉部門（こども課・教育総務課）と母子保健部門（健康推進課）で、部局の枠を超えて取り組んでいます。

■チームによる支援の推進



3課4係13職種42人のスタッフがいます。

スタッフはどんな人？

保健師、保育士、教員、社会福祉士、心理士など、さまざまな資格を持つ職員が集まって「あゆステ」を構成しています。

■相談スタッフ

＜児童福祉＞
◯子ども家庭支援員（保健師、家庭相談員、教育支援指導主事）
◯心理担当支援員　◯巡回支援専門員
◯発達支援相談員　◯教育相談員
◯社会福祉主事　◯スクールソーシャルワーカー
◯女性相談員　◯母子父子自立支援員
＜母子保健＞
◯保健師　◯看護師　◯栄養士

★諏訪市での子育てを応援「あゆステBOOK」

妊娠・出産期から子どもの学齢期まで、安心して子育てができるよう、みなさんが利用できる制度や公共施設、相談窓口などの情報を幅広く掲載しています。

あゆステBOOK
電子書籍版はこちら▶

～あゆステから保護者のみなさん・子どもたちへのメッセージ～

子育てが苦しいと感じたり、子どもへの対応に困っていたりしませんか？悩みを誰かに聞いてほしい、つらい・かなしいと思っていませんか？話したい内容がまとまっていなくても大丈夫です。あゆステに連絡してみてください。

あゆステの役割

いちばん身近な相談の場

乳幼児健診、保育園、学校など、あゆステ窓口以外でも相談を受けられるよう、巡回や訪問をしています。

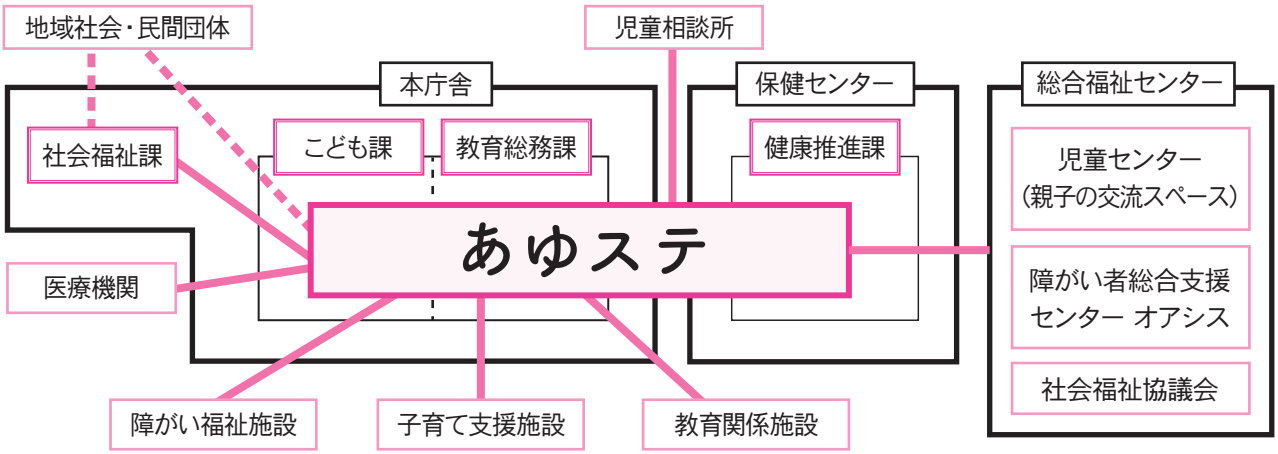
タテ・ヨコに支援をつなぐ

タテ糸として発達段階に応じた継続支援を行い、ヨコ糸として地域社会のさまざまな人や場所をつないでいます。

子育てを支える地域づくり

子育てを支える地域づくりのため、児童虐待防止や発達障がいに関する学習会などを実施しています。

あゆステ関係機関図



困りごとや悩みごとの相談

市役所4階(こども課・教育総務課内)☎52-4141
「あゆステへ」と伝えてください。

■相談内容・直通番号

- 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　☎75-8151
- 発達全般に関すること　☎75-1176

■受付時間
市役所開庁日の午前9時～午後4時

妊娠期から子育て期にわたる相談

保健センター(健康推進課内)☎52-4141(内線592)

■相談内容

- 妊娠・出産に関すること
- 育児に関すること(母乳、離乳食、歯科など)
- 健診などについて(妊婦、産婦、乳幼児)
- 不妊・不育治療費助成、未熟児養育医療、産後の支援、子どもの発達など

■受付時間
市役所開庁日の午前8時30分～午後5時15分

★相談日時の予約ができます

■電話、来庁による予約
市役所開庁日の午前8時30分～午後5時15分に電話またはあゆステ窓口(市役所4階)で予約ができます。

■オンライン予約
QRコードを読み取り、氏名、連絡先、相談したい内容、希望日時などを入力してください。

あゆステは、必要なときに、誰でも気軽に立ち寄れる駅(ステーション)となることをめざしています！

令和６年度下半期予算の執行状況

諏訪市の財政状況

令和６年度下半期（令和６年10月１日～令和７年３月31日）の一般会計・特別会計の予算状況などをお知らせします。 ※一般会計と特別会計（水道、温泉および下水道事業会計を除く）は、５月31日までの出納整理期間があるため、決算額ではありません。

一般会計（令和６年度下半期の予算状況の概要）

令和６年９月末現在の予算額に、その後６回の補正を行い、令和６年度最終予算は、右のとおりとなりました。市の主要な会計である一般会計の状況は下のグラフをご覧ください。

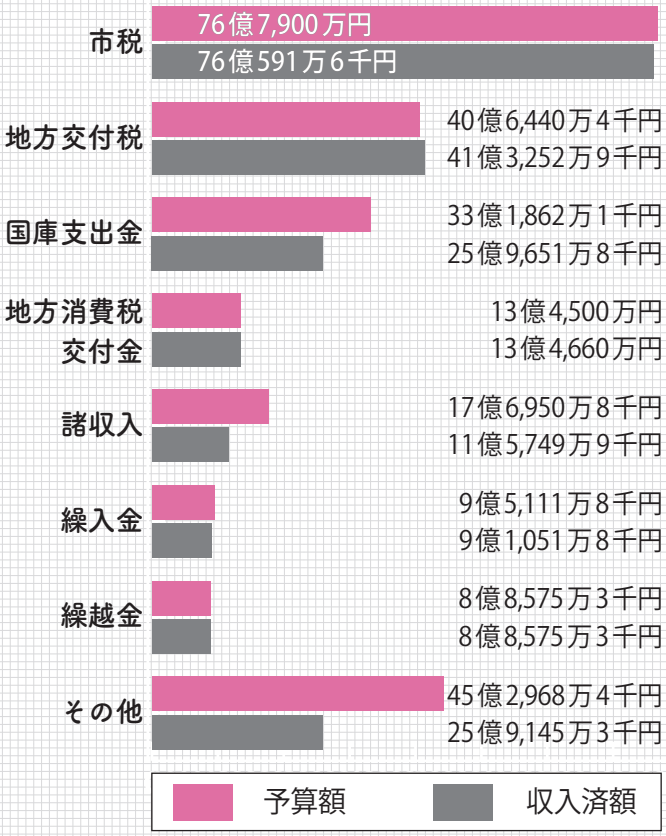
予算額（R6.9月末現在）	233億743万６千円
補正予算（６回）	12億3,565万２千円

最終予算額　245億4,308万８千円

歳入

R7.3.31現在

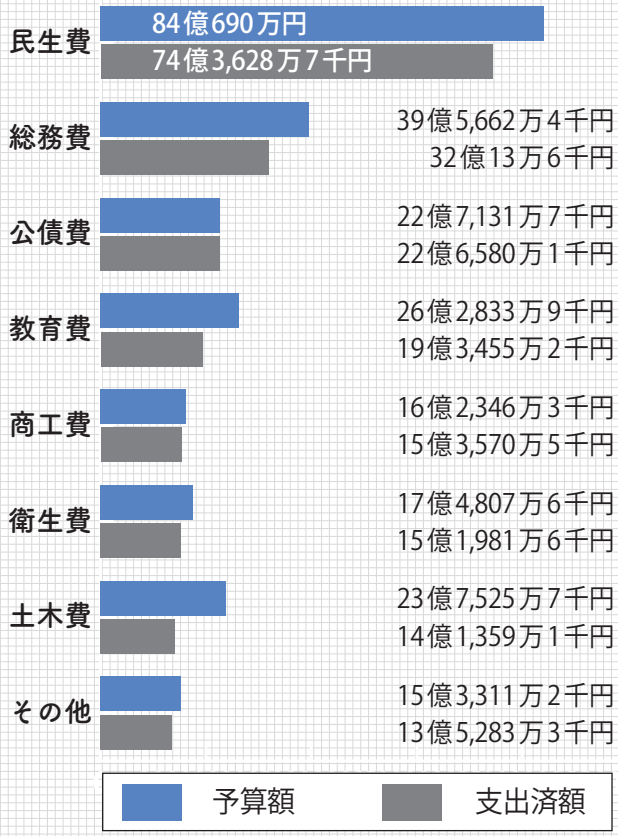
予算額	245億4,308万８千円
収入済額	212億2,678万６千円
収入割合	86.5％



歳出

R7.3.31現在

予算額	245億4,308万８千円
支出済額	206億5,872万１千円
支出割合	84.2％



▼解　説

- 歳入では、市税（市民税、固定資産税、軽自動車税など）や地方交付税、国庫支出金の割合が高くなっています。
- 歳出では、民生費（子育て支援や高齢者福祉などの費用）や総務費の割合が高くなっています。

財政課財政係☎52-4141（内線 311）

水道、温泉および下水道事業会計の決算状況

区分	収益的収入・支出		資本的収入・支出	
	収入済額	支出済額	収入済額	支出済額
水道	10億548万円	8億9,778万円	1億2,242万円	4億4,620万円
温泉	3億4,898万円	3億302万円	333万円	2億1,209万円
下水	20億9,074万円	19億393万円	3億4,535万円	12億2,543万円

▼解 説

- 水道事業会計、温泉事業会計、下水道事業会計は、収益を上げて賄う会計です。
- 用語解説
  - 収益的収入…料金収入や引き受けた工事の収益など。
  - 収益的支出…人件費や物件費、減価償却費、借り入れた企業債(借金)の利息など。
  - 資本的収入…事業を行うために借り入れる企業債(借金)など。
  - 資本的支出…建設改良費や企業債の返済元金など。

特別会計の予算執行状況

会計名	予算現額	収入済額	支出済額
国民健康保険	45億7,654万円	39億8,081万円	40億587万円
霧ヶ峰リフト事業	4,550万円	4,725万円	3,350万円
公設地方卸売市場事業	7,360万円	7,442万円	6,046万円
駐車場事業	1,370万円	1,249万円	936万円
後期高齢者医療	9億8,377万円	9億2,197万円	8億530万円

▼解 説

- 特別会計とは、特定の収入によって行った事業の収益を明確にするための会計です。

■市民1人当たりの市税負担額

※市税調定額を令和7年3月31日現在の市の人口(47,284人)で割った単純平均です。

市民税 7万3,380円	都市計画税 8,915円	軽自動車税 4,390円
固定資産税 6万9,696円	市たばこ税 7,220円	入湯税 1,456円

16万5,057円/年

このページに関するお問い合わせは、

地震への備えを確認しましょう

令和7年度市地震総合防災訓練

8/31 実施

防災関係機関の連携強化とともに、地域や市民のみなさんの防災意識の向上を目的に、防災訓練を実施します。**非常用持出品を持参し**、避難誘導訓練に積極的に取り組みましょう。

■主会場訓練

- 想定　午前7時30分…南海トラフ地震発生
- 会場　**諏訪南中学校**
- 対象地区　神宮寺、上金子、中金子、下金子、福島、福島新町、北福島、南町
- 訓練内容　避難所開設・運営訓練、避難誘導訓練、物資運搬訓練、炊き出し訓練など

※緊急速報メール送信訓練を午前8時30分ごろに行います。スマートフォンや携帯電話から大きな音が鳴りますので、ご承知おきください。場所によっては、他の自治体の情報を受信する場合があります。

非常用持出品を持参しましょう

■地区訓練（避難・要配慮者誘導訓練、初期消火訓練など）

- 対象地区　8月31日（日）に訓練を実施する市内各地区
- 会場　各地区で定めた会場　※詳しくは、各地区の役員へお問い合わせください。

地震が発生した後の行動を確認しましょう

■大地震が発生したら

- 緊急地震速報を聞いたら、身の安全や出口を確保しましょう。
- 揺れている間は、自分の身を守りましょう。
- 揺れがおさまったら火を始末し、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを下ろしましょう。
- 災害や避難の情報を収集し、隣近所の安否確認、助け合いをしましょう。誤った情報には注意しましょう。
- 自宅で生活できない場合は避難所へ行きましょう。しばらくの間は、非常用持出品（避難所に持って行く物資）、非常用備蓄品（在宅避難のための生活物資）で過ごしましょう。

■自助、共助と避難所

災害発生直後は、市の組織、職員も被災していてすぐには災害対応、支援活動ができません。そのため、しばらくの間は自助、共助が必要です。

- 一次避難所

地区の公民館などに地区が開設し、身の安全の確保や安否確認などを行います。広域避難所が開設されたら、広域避難所へ移動します。

- 広域避難所

▶**市立の小中学校など、公共施設に市が開設**する避難所です。開設した場合は、防災行政無線や防災メールなどで周知します。　※全ての広域避難所をすぐに開設するものではありません。

▶開設、運営には避難者の協力が必要です。避難所運営委員会（避難者が一時的に生活する場として環境を整えるための運営委員会）へ参加しましょう。

▶避難所に必要な物資、資機材の調達は、市の備蓄品の搬入、国や県からの支援、協定締結先の自治体・法人・団体などからの提供により、順次進めます。なお、全国的な被害がある場合は、支援に時間がかかるので、各家庭で非常用持出品を用意しましょう。

■非常用持出品、非常用備蓄品のご用意を

マルチハザードマップを参考に、食物アレルギーや乳幼児の月齢・年齢に考慮して非常用持出品、非常用備蓄品の用意をしましょう。非常食は、消費期限前に数や状態を確認し、入れ替えましょう。常用薬、お薬手帳がある人は、持ち出せるように用意しましょう。

■避難所に入る際の注意事項

- 避難所内は土足厳禁です。下履きを入れる袋、上履きを持参しましょう。
- 順番に入場し、各地区ごとの避難スペース、または福祉避難スペースに行きましょう。

お問い合わせ：危機管理室市民安全係（内線258）

かりんちゃんバス路線が変更になります

（問）地域戦略・男女共同参画課地域戦略係（内線289）

令和8年4月から かりんちゃんバス路線が変更になります

今後、チョイソコかりんちゃんが市の公共交通の主体となることから、かりんちゃんバスの現行路線を令和8年4月から再編します。なお、再編案は、9月の地域公共交通会議と地域公共交通活性化協議会で決議され、その後、市ホームページなどで公表する予定です。

再編後の市内における公共交通（バス）

チョイソコかりんちゃん（10月から本格運行）

かりんちゃんバス5路線（予定）（R8.4から）

- ○東方線（通勤・通学便）
- ○西方線（通勤・通学便）
- ○東方線（上諏訪駅・前宮前便）
- ○西方線（上諏訪駅・前宮前便）

※赤字の路線は再編後にできる新路線です。

- ○有賀・上社統合路線（かりんちゃんライナー）

諏訪湖周スワンバス2路線

- ○内回り線
- ○外回り線

岡谷茅野線（本線）

かりんちゃんバスの乗り方を紹介！

①乗りたいバスの路線を番号と色で確認！

かりんちゃんバスは全部で8つの運行ルートがあります。どの路線に乗ればよいか分かるように路線ごとに番号や色を設定しています。乗車の際に確認しましょう。

②目的地のバス停に近づいたら

降車するバス停が放送されたら、近くの降車ボタンを押します。

③降車するとき

運賃は後払いです。降車するときに運賃箱へ乗車料金（大人…150円、子ども…80円）を支払ってください。支払いは、現金、1日乗車券（大人…300円、子ども…150円）、回数券（12枚1,500円）、定期券、スマホ乗車券に対応しています。

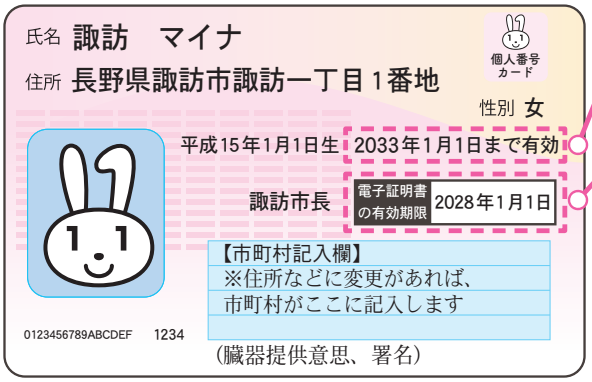
路線の番号と色の一覧（R8.3まで）

- ❶市内循環内回り線（あか）
- ❷市内循環外回り線（あお）
- ❸すわ外周線（ピンク）
- ❹すわライナー（きいろ）
- ❺かりんちゃん子バス東山線（みどり）
- ❻かりんちゃん子バス大和四賀線（くろ）
- ❼かりんちゃん子バス東西線（ちゃいろ）
- ❽有賀・上社統合路線（かりんちゃんライナー）（だいだい）

改めて マイナンバーカードの見方をご案内

（問）市民課市民係（内線112、120）

マイナンバーカードは、個人番号の証明や本人確認のときに公的な本人確認書類として利用できます。
さまざまな行政サービスを受けることができるようになるマイナンバーカードの見方を改めて説明します。



■マイナンバーカード自体の有効期限

18歳未満は5年、18歳以上は10年ごと更新します。

■電子証明書の有効期限

設定したパスワードや暗証番号は5年ごとに更新の必要があります。

- ●有効期限の切れる**3か月前**から更新ができるよ！
- ●更新手続きの通知が届いたら市役所で手続きしてね！

■マイナンバーカードをなくした場合は？！

❶マイナンバー総合フリーダイヤルでカードの一時停止手続き（☎0120-95-0178）
❷自宅外でなくした場合は、最寄りの警察に連絡
❸再交付の手続きは、諏訪市役所市民課へ

申請は予約不要で開庁時はいつでも！

マイナンバーカードの申請は、「予約不要」で市役所の「開庁時はいつでも」受け付けています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

注目 Topics

お知らせ

子どものために活動している団体を募集します

「未来を担う子どもたちへの支援事業」支援金申請のための説明会

市とセイコーエプソン株式会社は、「未来を担う子どもたちへの支援に係る連携協定」に基づき、市内の子どもの教育や生活の安定・向上のために活動する団体を募集し、選考の上、活動支援金を支給しています。団体の募集に当たり、説明会を行います。

- 日時　8月21日(木)　午後4時～5時
- 会場　市役所501会議室(5階)
- 対象　市内で子どもの教育や生活の安定・向上のための活動をする非営利団体
- 支援金額　1団体100万円まで(1年につき)
- 申し込み　8月1日(金)～20日(水)に、こども課窓口(市役所4階)か電話で申し込んでください。
- その他　説明会資料や申請様式は、8月22日(金)以降、こども課窓口か市ホームページで取得できます。

(申)・(問) こども課子育て支援係(内線448)

募集

まだまだ募集中！

二十歳のつどい実行委員会

令和8年5月開催予定の「二十歳のつどい」について、一緒に活動する実行委員をまだまだ募集中です。実行委員で話し合いながら二十歳のつどいを計画していきます。一生に一度の記念となる思い出づくりにぜひ、ご参加ください。

- 活動期間　令和8年5月まで
- 募集対象　令和8年諏訪市二十歳のつどい参加予定の人(平成17年4月2日から平成18年4月1日生まれの諏訪市在住者および諏訪市出身者)で、企画運営に協力できる人
- 募集人数　若干名(定員に達し次第、締め切ります)
- 活動内容　おおむね2か月に1回の会議、二十歳のつどいの企画・構成・運営補助
- 申し込み　ながの電子申請または電話、Eメールで申し込んでください。

▲電子申請

(申)・(問) 生涯学習課すわっチャオ☎75-5257、Eメール suwacchao@city.suwa.lg.jp

お知らせ

調整給付額の不足分を支給します

定額減税を補足する給付金(不足額給付)

令和6年度に実施した定額減税に伴い、定額減税しきれないと見込まれる人への給付金(当初調整給付)の算定額に不足が生じる人に対し、不足分を支給します。

- 対象　令和7年1月1日時点で諏訪市に住民票がある、次の不足額給付1または不足額給付2に当てはまる人
  ※本人の合計所得金額が1,805万円を超える人、死亡している人は対象外です。また、諏訪市に住民票がある場合でも、令和7年度個人住民税が他市町村から課税されている場合は、課税自治体から支給されます。

【不足額給付1】

対　象	当初調整給付の算定の際に、令和5年分所得に基づいて計算された当初の給付額と、令和6年分所得税額や定額減税の実際の金額が確定した後に計算された本来の給付額との間に不足額が生じた人
支給額	調整給付額の不足分(本来の給付額－当初の給付額)　※1万円単位に切り上げ

【不足額給付2】

対　象	本人および扶養親族等として定額減税の対象外であり、かつ低所得世帯向け給付の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しなかった人
支給額	原則4万円　※令和6年1月1日時点で国外居住者だった人は3万円

- 手続き　対象と見込まれる人に8月下旬ごろから9月にかけて順次案内を送付します。公金受取口座の登録状況などにより、対象者ごとに必要な手続きが異なりますので、送付する案内を確認の上、申請期限までに手続きをしてください。詳しくは、送付する案内か市ホームページをご覧ください。

▲ホームページ

(問) 税務課市民税係(内線131、132、133)

6月定例市議会の報告

会期：6月10日(火)～6月26日(木)

議決された条例や予算などから主なものを紹介します。審議の結果などは今号に挟み込みの議会だよりをご覧ください。

■公平委員会委員の選任…公平委員会委員に、現委員の飯田兼光(いいだかねみつ)さんが引き続き選任されました。

■議決された主な条例

- **諏訪市国民健康保険条例の一部改正**…新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金制度の適用期間が令和5年5月7日で終了し、請求権消滅時効の2年を経過したことから、当該手当金制度の規定を削除する改正です。

■令和7年度一般会計補正予算…5億1,077万8千円を補正し、累計額は231億9,077万8千円となりました。

- 総務費…4億7,191万7千円
- 民生費…163万9千円
- 衛生費…77万2千円
- 土木費…3,000万円
- 消防費…502万円
- 教育費…143万円

◆掲載者には写真を無料でお送りします。お気軽にご連絡ください。
（問）秘書広報課広報戦略係（内線325）

＼ まちの話題を写真でお届け！ ／
Photoまちニュース

6/24（火）

障がい者雇用の理解促進に向けて
おひさまマルシェ

6月24日～27日に、障がい者雇用の理解促進や障がい者施設の工賃アップ、就労意欲の向上を目的として、福祉事業所による販売会「おひさまマルシェ」を開催しました。出店事業者は、訪れた人に積極的に商品の販売をしました。

6/25（水）

霧ヶ峰の自然保護活動
霧ヶ峰自然保護パトロール

霧ヶ峰の森林化抑制と草原の保全・再生のため、自然保護パトロールを実施しました。3チームに分かれて遊歩道などを点検し、看板やグリーンロープの破損、森林化、ごみの投棄状況などを確認しました。

6/26（木）

米国の高校生が日本の生活を体験
米国セントルイス市の高校生が来訪

姉妹都市のセントルイス市の高校生が諏訪を訪れ、市長を訪問しました。高校生たちは、諏訪の印象や生活体験の抱負などを明るく話しました。諏訪での生活体験は6月21日～29日の9日間で実施し、交流を深めました。

6/29（日）

鉄人たちの熱き戦い
トライアスロン大会

諏訪圏域6市町村を舞台としたスワコエイトピークスミドルトライアスロン大会2025が開催されました。選手は、地元住民からの熱い応援を受け、スイム1.9km、バイク66.2km、ラン20.5kmのコースに挑みました。

7/1（火）

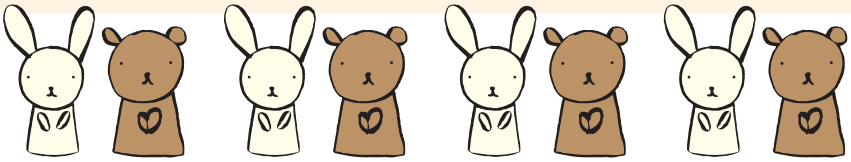
7月は青少年の被害・非行防止全国強調月間
青少年の被害・非行防止に向けた街頭啓発

上諏訪駅前と市内4中学校前で啓発物品を配布し、青少年の被害・非行の防止を呼び掛ける街頭啓発を行いました。市は、次代を担う青少年の被害・非行防止の推進に向けた取り組みを今後も進めていきます。

7/6（日）

開通前に諏訪市民へ先行披露
諏訪湖SIC（スマートインターチェンジ）開通前見学会

7月27日（日）の開通に先立ち、諏訪市民を対象とした見学会を開催しました。参加者は、完成までの経緯や施設の利用方法について説明を受けながら、開通後は立ち入れない自動車専用道路などを歩いて見学しました。



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(ケア)プログラム」に参加しませんか

家庭内のイライラ、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。
※各回同じ内容ですので、いずれか希望の日程に参加してください。

- 日程　9月2日(火)、10月15日(水)、11月6日(木)
- 時間　午前9時30分～11時30分
- 会場　ふれあいの家(清水3-3970-3)
- 対象　市内在住のおおむね2歳～6歳の子どもを持つ保護者
- 定員　各回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

ながの電子申請または電話(☎75-1176)、あゆステ窓口(市役所4階)で申し込んでください。

<電子申請>

ピックアップ

児童センター イベント

【申し込み・イベント参加に関する注意事項】
申し込みやイベントに参加する際、登録カードが必要です。登録カードがない人は、窓口で利用登録(再発行手続き)をしてから申し込み・参加をしてください。カードがない場合、電話での申し込みはできません。
(申)・(問) 児童センター☎54-7714(9:00～19:00)

もぐもぐごっくん(離乳食教室)

- 日程　①8月20日(水)　②9月10日(水)
- 時間　①午前10時30分～正午　②午前10時～正午
- 対象　乳幼児とその保護者
- 内容　①離乳食・幼児食の相談　②食の相談に沿った調理の実演　※試食は保護者の判断でしてください。
- 申し込み　不要。当日、直接会場へお越しください。

ママダンス～パパもいいよ～

- 日時　8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(先着順)
- 持ち物　飲み物、汗拭きタオル、運動ができる服装
- 申し込み　8月24日(日)までに申し込んでください。

らくらくクッキング

- 日程　8月30日(土)
- 時間　午前10時～正午(集合：午前9時45分)
- 対象、定員　保育園・幼稚園年中以上の子どもとその保護者　4組(先着順)
- 内容　じゃがいものみたらし餅、パイナップルラッシー
- 参加料　1組500円　※当日集金(お釣りのないようにお願いします)
- 持ち物　エプロン、三角巾、マスク、箸、タッパー
- 申し込み　8月26日(火)までに申し込んでください。

お友だちになる会

児童センターでお友だちをつくりませんか？

- 日時　9月11日(木)　午前10時30分～11時
- 対象　0歳～3歳の子どもとその保護者
- 申し込み　不要。当日、直接会場へお越しください。

ほかにも楽しいイベントがいっぱい！

リトミック、ベビーダンス、親子で柳沢運動プログラムなど詳しい内容は、児童センターホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

<児童センターHP>

わが家の 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…ながの電子申請（ページ下部QRコード）またはメール、郵送でご応募ください。
★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

田﨑 琉道（たさきるい） ちゃん
（1歳0か月）
男らしく逞（たくま）しく！
可愛い笑顔も忘れずに♡
大きくなってね

寺島 美月（てらしまみつき） ちゃん
（3歳1か月）
つきちゃん、大好きだよ
たくさん食べて遊んで寝て
大きくなーれ！

牛山 漣音（うしやまれお） ちゃん
（3歳2か月）
甘えんぼう れおたん♡
たくさん遊ぼうね♡

【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

▲電子申請

今月の乳幼児健診・相談

（申）・（問）保健センター☎52-4141（内線592、591）

乳幼児健診

	日　程	対　象
4か月児健診	8月25日（月）	令和7年4月生まれ
10か月児健診	8月26日（火）	令和6年10月生まれ
1歳6か月児健診	8月6日（水）	令和6年1月生まれ
3歳児健診	8月7日（木）	令和4年7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、会場　8月21日（木）…保健センター
●対象　令和5年7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

7・8か月児離乳食教室

●日程、会場　8月8日（金）…保健センター
●対象　令和6年12月生まれ
●受付時間　午後1時～1時20分　●持ち物　母子手帳、記入済みのおたずね票、離乳食のしおり、バスタオル、普段使っている離乳食スプーン、汚れてもよい服装

すこやか子育て相談（乳幼児対象）　※5日前までに申し込み

●日程、会場　8月29日（金）…保健センター
●受付時間　午前9時30分～10時30分
●持ち物　母子手帳、バスタオル

離乳食教室（生後5か月～6か月）　※5日前までに申し込み

●日程、会場　8月19日（火）…保健センター
●受付時間　午後1時10分～1時30分　●持ち物　母子手帳、離乳食のしおり、バスタオル、汚れてもよい服装

最新の子育て情報は、こちら
すわ あゆみステーション 子育て応援サイト Suwa Ayumi Station

問い合わせはコチラ

すわ☆あゆみステーション（市役所4階・保健センター）
妊産婦のみなさんや0歳から18歳までの子どもとその家庭が安心して生活・子育てができるよう支援を行う総合相談窓口です。それぞれの家庭の状況に応じた支援を切れ目なく行います。お気軽にご相談ください。

【困りごとや悩みごとの相談】
☎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……☎75-8151
発達に関すること……☎75-1176
直通はコチラ！

【妊娠期から子育て期にわたる相談】
☎52-4141（内線592）
妊娠・出産に関すること
育児に関すること（母乳、離乳食、歯科など）
健診など（妊婦、産婦、乳幼児）
不妊・不育治療費助成、未熟児養育医療、産後の支援など

今月は
給食で人気！学校栄養士おすすめ！
ヘルシーレシピ

問 教育総務課教育総務係（内線464）

鶏ごぼうサラダ

■材料<おとな4人分>

A
- 鶏ももこま肉（皮なし）…60g
- 酒…小さじ1
- 濃口しょうゆ…小さじ1/2
- 砂糖…小さじ1強
- みりん…小さじ1/3
- ごぼう…72g
- キャベツ…80g
- にんじん…16g
- マヨネーズ…大さじ2弱
- 細切りのり…適量
- 紅生姜…適量

■作り方

①ごぼうは洗って皮を包丁の背で軽く削り、斜めに切る。
②キャベツは短冊、にんじんは細切りにする。
③①、②をゆでて冷蔵庫に入れて冷ます。
④鍋にAを入れ、鶏ももこま肉をよく煮てから冷ます。
⑤③、④をマヨネーズ、紅生姜、細切りのりとあえる。
※野菜は歯ごたえが残るくらいにゆでると良いです。煮付けた鶏肉を使うので歯ごたえ、ボリューム感もあっておいしいサラダです。

1人分の栄養価

エネルギー	79	kcal
たんぱく質	3.8	g
脂質	4.9	g
塩分	0.4	g

ポイント

お好み焼き、たこ焼きのような味がするので、子どもはもちろん家族みんなで楽しく食べられます。

今月の休日当番医・薬局（8月、9月第一週）

月	日	医科（9:00～12:00、13:30～17:00）	歯科（9:00～12:00）	薬局
8	3日（日）	小島クリニック☎56-1212	土橋整形外科歯科医院☎82-0007	岩波湖畔薬局☎54-1873
	10日（日）	こやま乳腺・甲状腺クリニック☎75-5800	湖柳歯科医院☎53-0506	モリキ諏訪城南薬局☎78-8652
	11日（月・祝）	五味医院☎52-1126	酒井歯科医院☎73-2822	上諏訪薬局☎75-8007
	14日（木）	上諏訪駅前ひろ整形外科☎78-8595	落合歯科医院☎53-3800	薬局マツモトキヨシ上諏訪駅前店☎54-3120
	15日（金）	なかす内科医院☎54-2230	こまつ歯科医院☎78-1184	片倉薬局☎58-0529
	16日（土）	塩沢医院☎52-0038	平林歯科医院☎52-1741	クオール大手薬局☎56-1150
	17日（日）	きみづか整形外科☎78-4001	清水歯科医院☎62-5207	ららくま薬局☎58-0090
	24日（日）	高林内科呼吸器クリニック☎54-1159	丸茂歯科医院☎58-0150	諏訪スター薬局☎78-1378
	31日（日）	皮フ科わくいクリニック☎75-2231	こいけ歯科・矯正歯科☎72-0258	片倉薬局☎58-0529
9	7日（日）	すわ内科糖尿病クリニック☎75-1017	秋山歯科医院☎58-5271	高島スター薬局☎78-8666

■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。

子どもの夜間のけが・急病のときの相談先

☎＃8000 ※ダイヤル回線、IP電話の場合は☎026-235-1818 ○受付時間 毎日：午後7時～翌日午前8時

詳しくはこちら

救急車を呼ぶか迷うときの相談先

☎＃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

詳しくはこちら

8月 施設ガイド

開館時間　○市博物館、市美術館、原田泰治美術館
午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで）

※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（8/11は除く）、8月12日（火）

■特別展「諏訪のお殿さま－歴代高島藩主諏訪家の人・もの・思い－」

墓所が国史跡に指定されている歴代高島藩主諏訪家について、その活躍や人物像などを紹介しながら、市博物館が所蔵する諏訪家ゆかりの資料の品々を公開します。

●期間　（開催中）～9月23日（火・祝）

イベント

■甲冑（かっちゅう）試着体験（市博物館友の会共催）

●日程　8月10日（日）
●時間　午前10時～正午、午後1時～3時（随時受け付け）
●対象　身長140㎝以上の人（レプリカ甲冑のサイズの都合により）

■学芸員による特別展展示解説

●日程　8月24日（日）
●時間　午後1時30分～2時

市美術館
☎52-1217

【休館日】　毎週月曜日（8/11は除く）、8月12日（火）

■企画展「原輝美（てるみ）と諏訪の美術 －洋画開化の音がする－」

諏訪地域で最初期に海外で本格的に絵画を学んだ画家・原輝美を、諏訪地域で活動していた作家の作品とともに紹介します。

●期間　（開催中）～9月21日（日）
●入館料　一般310円、小・中学生150円（諏訪地域在住、在学の小・中学生は無料）、障がい者150円（介助者1人まで同額）

◀『製糸工女』1913（大正2）年

原田泰治美術館
☎54-1881

【休館日】　毎週月曜日（8/11は除く）

■原田泰治素朴画の世界「紙ふうせん」原画展

●期間　（開催中）～8月31日（日）

■原田泰治と行く「建物と暮らし」

●期間　（開催中）～8月31日（日）

イベント

■第25回ふれあい絵画教室「オリジナルトートバッグを作ろう！シルクスクリーン体験」

●日程　8月1日（金）～3日（日）
●時間　午前10時～11時
●対象、定員　諏訪地域在住の小学生・中学生　各日6人程度（先着順）
●参加料　無料　※ミュージアムパスポートを持参してください。
●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

●プールレッスン休講…8月1日（金）～13日（水）　●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）…8月3日（日）　●市スポーツ祭（50mプール）…8月3日（日）　●研修室レッスン休講…8月9日（土）～17日（日）　●夏休み特別営業…　8月14日（木）　●諏訪湖祭湖上花火大会開催に伴う休館…　8月15日（金）　●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）…　8月17日（日）　●ふろ・プールの日（入館料半額相当）…8月26日（火）　●諏訪郡市水泳競技大会（50mプール）…8月31日（日）

図書館だより

市図書館　☎52-0429
休館日…毎週月曜日（8/11は除く）、8月12日（火）、15日（金）

信州風樹文庫　☎58-1814
休館日…毎週月曜日、8月15日（金）、29日（金）

おすすめの図書

■世界一美味しい煮卵の作り方
家メシ食堂 ひとりぶん100レシピ
はらぺこグリズリー 著（光文社新書）

一人で食事をする時間が、最高に楽しくておいしい時間になるレシピを紹介しています。

■緑地と文化　社会的共通資本としての杜（もり）
石川 幹子（みきこ） 著（岩波書店）

都市の中の緑地の持続可能性について、歴史的国際比較の視点から問い直しています。

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　8月16日（土）、17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　8月17日（日）　午後2時～3時
●定員　6人（先着順）

【おはなし会】
■きかんしゃポッポ（乳幼児向け）
●日程　8月6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　8月2日（土）、9日（土）、23日（土）
●時間　午前11時～11時30分

リチウムイオン電池を混入して捨てないでください

（問）環境課環境衛生係（内線211、212）

ごみ収集車が燃えた、ごみ処理施設で火災が発生したなどの発火事故が全国的に多発しています。原因の多くは、リチウムイオン電池を含む電子機器が誤って「燃やすごみ」や「その他のプラスチック」に混入しているためです。

このような製品に使われています

私たちの暮らしを便利にする製品の多くにリチウムイオン電池が使われています。非常に便利な電池ですが、強い衝撃や熱に弱く、変形することで発熱・発火する危険性があります。

スマートフォン

モバイルバッテリー

ゲーム機など

正しい廃棄方法にご協力ください！

火災事故を防ぐために、リチウムイオン電池をはじめ、ニッケル電池、ニカド電池は、以下の方法により廃棄してください。

市内の回収協力店へ持ち込む

●ノジマ諏訪店（上川一丁目1507-2）　☎54-6171
●エディオン諏訪インター店（沖田町5-3）　☎71-1481

回収できない製品について

純正品でない製品や膨張・変形しているものは、安全上の理由から回収協力店では回収することができませんので、環境課（内線211、212）までご連絡ください。

お盆前後の家庭ごみの収集

（問）環境課環境衛生係（内線211）

8月11日（月・祝）～17日（日）は、下表のとおり家庭ごみの収集をします。ご理解とご協力をお願いします。

	種　類	8/11（月・祝）	8/12（火）	8/13（水）	8/14（木）	8/15（金）	8/16（土）	8/17（日）
収集	燃やすごみ、草類、剪定木・枝	該当地区	該当地区	該当地区	該当地区	休み	該当地区なし	該当地区なし
収集	資源物	該当地区なし	休み				該当地区なし	該当地区なし
			8/2（土）に振り替え収集	8/4（月）に振り替え収集	8/9（土）に振り替え収集	8/23（土）に振り替え収集		
持ち込み	剪定木等リサイクル施設 ☎52-0919（草類、剪定木・枝）	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～12:00	休み
持ち込み	諏訪湖周クリーンセンター ☎78-1590（燃やすごみ、大型可燃物）	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～16:00	8:30～12:00	休み
持ち込み	林金属工業 ☎52-2087（資源物全般）	休み						
持ち込み	南信美装 ☎57-1200（資源物全般）	休み	8:15～17:00	8:15～17:00	8:15～17:00	休み		
持ち込み	信州タケエイ ☎58-0022（大型可燃物、資源物全般）	休み	8:30～17:00	休み				
持ち込み	※紙類、缶類、ペットボトル類のみ常設のステーションに持ち込むことができます。							
他	津村商事 ☎27-6208（し尿収集）	休み	収集あり	収集あり	収集あり	休み		

※持ち込みは、正午～午後1時を除きます。

お知らせ

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(実入通院の日数14日以上)の場合…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)

8月と9月に機密文書を無料で回収します

●日時　①8月20日(水)　②9月17日(水)　午前9時～10時(予定)
●回収場所　諏訪湖イベントひろば建屋周辺(旧東洋バルヴ跡地)
●対象　市内事業所、在住者
●申し込み　①は8月6日(水)、②は9月3日(水)までに、ながの電子申請または電話で申し込んでください。
●その他　溶解証明書は発行されません。申し込みの際に当日の搬入量を確認します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
▲ホームページ
(申)・(問) 環境課環境衛生係(内線211、212)

ハンセン病元患者家族に対する補償金制度

補償金の法に基づき、対象になるハンセン病元患者の家族に国が補償金を支給します。

■補償金額が180万円の人
●対象　○配偶者(事実婚も含む)　○親、子　○親・子の配偶者および配偶者の親・子など
■補償金額が130万円の人
●対象　○兄弟姉妹　○祖父母、孫　○祖父母・兄弟姉妹・孫の配偶者および配偶者の祖父母・兄弟姉妹・孫など　○曾祖父母、ひ孫、おじ、おば、おい、めい
●申請期限　令和11年11月21日
●その他　○同居など、一定の要件が必要な場合があります。　○詳しくは、厚生労働省ホームページをご覧ください。
▲ホームページ
(申)・(問) 厚生労働省補償金相談窓口☎03-3595-2262(土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前10時～午後4時)

8月定例教育委員会

●日程　8月20日(水)
●時間　午後3時から
●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)

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　など
※詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧いただくか、ナビダイヤル(☎0570-003-004)でご確認ください。
(問) 岡谷年金事務所☎23-3661

国民年金保険料の前納は年度途中でもまとめ払い可能

口座振替・クレジットカード納付による振替方法で前納(6か月前納、1年前納、2年前納)を選択する場合、年度の途中からでも口座振替・クレジットカード納付によるまとめ払い(前納)ができます。

申出書の提出後、初回振替日に年度末(2年前納を選択した場合は、翌年度末)までの前納の保険料を振り替えます。

2回目以降の前納保険料の振替日は、振り替え済みの振り替え対象期間後の最初の4月末(6か月前納の場合は、4月末または10月末)です。
(申)・(問) 岡谷年金事務所☎23-3661、市民課国保医療係(内線115)

産前産後期間の国民年金保険料免除制度

●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
●免除期間　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か月前から申請ができます。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、市民課国保医療係(内線115)

南信地域自死遺族交流会「伊那あすなろの会」

大切な人を失ったという辛い気持ちを語り合い、支え合う場です。

●日時、会場　8月23日(土)　午後1時30分～3時30分　伊那市内
●対象　家族を自死で亡くした人
●申し込み　事前に、電話で申し込んでください。
(申)・(問) 伊那保健福祉事務所健康づくり支援課☎0265-76-6837

支援金の手続きはお済みですか？

令和6年度住民税が均等割のみ課税されている世帯(所得割が非課税世帯)とその子育て世帯には、6月に支給要件確認書と申請書を送付しました。手続きが済んでいない場合は、支給要件確認書か申請書に必要事項を記入の上、8月22日(金)までに給付金窓口(市役所2階)へ持参するか、郵送(当日消印有効)で提出してください。
(申)・(問) 社会福祉課社会係給付金担当(内線550、551)

消費者トラブルを防ごう STOP! 相談は局番なしの188へ！

課金トラブルにならない対策を！

未成年者が親の同意を得ずに契約をしたものは、「未成年者取消し権」で取り消しができると民法で決まっています。しかし、課金については、実際に課金をしたのが未成年だということを証明するのが難しく、親の管理責任を問われ、返金が難しいのが現状です。未成年者が課金をする際は、毎回承認する(パスワード・指紋認証・顔認証)、課金をしたら保護者にメールが届くように設定する、クレジットカードなどの明細をこまめに見るといった対策をしましょう。子どもに課金の仕組み(どうお金が払われるのか)を話すことも大切です。対策をして、トラブルを未然に防ぎましょう。

■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▶

市政への提言をお寄せください　●Eメール(市長アドレス)　mayor-yukari@city.suwa.lg.jp　●FAX(0266)54-5050
※市ホームページ下段の「市長メール」からも送信できます。

ふれあいの家臨時休館

次の日程で終日、臨時休館します。
●休館日　8月15日(金)、16日(土)
(問) こども課子育て支援係(内線448)

高島城の臨時休館

●休館日時　8月28日(木)　午後0時30分～終日　※館内清掃のため
(問) 観光課施設管理係(内線423)

第62回諏訪市戦没者追悼式

戦争の犠牲者を追悼し、平和への思いを新たにするため、戦没者追悼式を開催します。ぜひご来場ください。
●日時　8月23日(土)　午前11時から
●会場　湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
●その他　スーツなどの平服でお越しください。
(問) 社会福祉課社会係(内線231)

エキまちサロンpart16

まちづくりに関心を持つ人が1人から参加できる、交流と活動の場です。
●日程　8月21日(木)
●時間　午後6時～7時30分
●会場　駅前交流テラスすわっチャオ
●内容　上諏訪駅周辺を楽しむまちづくり
●申し込み　8月20日(水)午後4時までに、電話かEメールで申し込んでください。
(申)・(問) まちづくり整備課まちづくり整備係(内線273)、Eメール machiseibi@city.suwa.lg.jp

電柱・電線の支障物を見掛けたらご連絡を

電柱にカラスの巣や植物のつるの巻き上がりがある場合や、電線への飛来物や倒木の接触を発見した場合は、停電防止のため中部電力パワーグリッド株式会社へ電話かチャット(下記のQRコードを読み取り)で通報してください。なお、現地の写真を添付の上、チャットで通報した場合は、迅速な対応が可能です。そのため、チャットでの通報にご協力をお願いします。

▲QRコード

また、切れた電線を発見した場合は、絶対に触れないでください。
(問) 中部電力パワーグリッド株式会社諏訪営業所☎0120-984-900

並木DEコンサート♪

●日時、会場　8月23日(土)　午後6時～7時　柳並(やんなみ)公園　※雨天中止
●出演　Tang5＋YOKO(タンゴファイブプラスヨウコ)
(問) 並木DEコンサート実行委員会(三井)☎58-5687

緑の募金への協力ありがとうございました

(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187万9,424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)

特別児童扶養手当の所得状況届をご提出ください

●日程　8月12日(火)～29日(金)
●時間　午前8時30分～午後5時15分(休日を除く)
●会場　こども課窓口(市役所4階)
●持ち物　同意書、マイナンバー関係書類、その他必要書類(該当者)
●その他　○期限までに提出がない場合は、8月以降の手当が支給されないことがあります。　○所得申告をしていない人は、至急申告をしてください。
(申)・(問) こども課子育て支援係(内線445、448)

児童扶養手当現況届をご提出ください

●日程　8月3日(日)、4日(月)
●時間　午前9時～午後8時
●会場　市役所大会議室(5階)
●持ち物　児童扶養手当証書(水色)、養育費などに関する申告書、その他必要書類(該当者)　※対象者には、7月10日に通知を送付しました。詳しくは、通知をご覧ください。
●その他　○期限までに提出がない場合は、11月以降の手当が支給されないことがあります。　○所得申告をしていない人は、至急申告をしてください。　○所得超過による未申請の人で、所得の減少があった場合は、お問い合わせください。
(申)・(問) こども課子育て支援係(内線445、448)

世界平和を願う黙とう

原爆死没者と戦没者に哀悼の意を表し、世界恒久平和の実現を祈念して黙とうをささげます。
●日時　○広島市…8月6日(水)　午前8時15分　○長崎市…8月9日(土)　午前11時2分　○終戦記念日…8月15日(金)　正午
(問) 総務課庶務法規係(内線331)

花火大会(8/15)開催に伴うバスの特殊運行

●かりんちゃんバス・チョイソコかりんちゃん　全便運休
●スワンバス(内回り・外回り線)　特殊ダイヤで運行
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
(問) 地域戦略・男女共同参画課地域戦略係(内線289)

第77回諏訪湖祭湖上花火大会のプログラム販売

8月15日(金)に開催する、第77回諏訪湖祭湖上花火大会のプログラムを観光課窓口(市役所4階)と市観光案内所で販売をしています。
●金額　1冊：100円
●その他　広報すわへの挟み込みは行いませんが、プログラムは花火大会ホームページから見ることができます。

▲ホームページ

(問) 観光課観光係(内線422)

花火大会(8/15)の交通規制にご協力ください

8月15日(金)の諏訪湖祭湖上花火大会当日は、歩行者天国をはじめ、サイクリングロードの一部を含む市内各所で交通規制を実施します。多くの車が諏訪湖周辺に集中するため、市内全域で大変な交通渋滞が予想されます。ご理解とご協力をお願いします。

■歩行者天国エリア内の駐車場所有者のみなさんへ

歩行者天国エリア内は歩行者用道路となるため、車の運転はできません。駐車場利用者に「交通規制の時間内は車が出入りできなくなる」ことを周知してください。また、花火見物のために駐車場を利用する人に、駐車場の場所が分かる地図などを渡してください。
(問) 建設課交通安全係(内線252)

第28回長野県障がい者文化芸術祭inながの出展作品

●日時　9月20日(土)　午前9時～午後4時45分、9月21日(日)　午前9時～午後4時
●会場　長野県障がい者福祉センター(長野市)
●募集作品　絵画、手芸、工芸、書道、写真、文芸作品　※応募規定など詳しくは、お問い合わせください。
●申し込み　出品申込書を、8月8日(金)までに社会福祉課窓口(市役所2階)に提出してください。
(申)・(問) 社会福祉課障がい福祉係(内線232、233、235)

2025信州ねんりんピック長野県シニア作品展の作品

●展示期間　11月7日(金)～8日(土)　午前9時30分～午後5時
●会場　木曽町文化交流センター(木曽町)
●対象　60歳以上のアマチュアの人
●募集作品　日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真
●申し込み　所定の出品票を、8月20日(水)までに長野県長寿社会開発センター諏訪支部(諏訪合同庁舎内)に提出してください。作品は後日搬入します。
(申)・(問) 長野県長寿社会開発センター諏訪支部☎57-2910

暴力団追放運動に活用するポスター・標語

●内容　暴力団を許さない、暴力団を排除する意識の高揚を訴えるもの
●要領　○ポスター…B3判画用紙(裏に氏名明記)　○標語…Eメール、はがき、ファックスなどで何点でも応募できます。
●応募期限　9月5日(金)
●その他　○作品に必ず住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、職業または学校名(学年・組)、電話番号を明記してください。　○入選作品は、10月28日(火)に飯田文化会館(飯田市)で開催する県民大会で表彰されます。
(申)・(問) (公財)長野県暴力追放県民センター(〒380-0836長野市南長野南県町685-2長野県食糧会館5階)☎026-235-2140、FAX 026-233-3741、Eメール boutsui@mx2.avis.ne.jp

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11日(木)必着　※放送大学ホームページでも受け付けています。
▲ホームページ
(申)・(問) 放送大学長野学習センター☎58-2332(月曜日、祝日を除く)

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　①(受け付け中)～8月29日(金)　②(受け付け中)～9月2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茅野地域事務所☎82-6785

市の福祉関連施設の指定管理者を公募します

「諏訪市公の施設における指定管理者の手続等に関する条例」に基づき、次の施設の令和8年度～12年度の指定管理者を募集します。
●募集施設　①市福祉作業所さざ波の家(清水3-3663-4)　②市障がい者デイサービスセンター(小和田19-3)　③市障がい者自立支援センター(小和田19-3)　④市障がい者就労支援施設あおぞら工房諏訪(湖岸通り5-8-8)
●募集要項配布　8月12日(火)～21日(木)に、市ホームページで取得してください。
●申し込み　9月1日(月)～12日(金)に、申込書類を社会福祉課(市役所2階)へ持参するか郵送で提出してください。
■説明会
●日時　8月22日(金)　①午前10時から　②午前10時30分から　③午前11時から　④午後3時30分から
●会場　①～③湯小路いきいき元気館　④あおぞら工房諏訪
●申し込み　8月21日(木)までに、ながの電子申請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)

9月の市議会定例会

9月の市議会定例会は、8月26日(火)から議会棟3階本会議場で開会します。陳情・請願の受け付けは、8月18日(月)正午までです。
●日程　○招集日…8月26日(火)　○代表・一般質問…9月1日(月)　○一般質問…9月2日(火)、3日(水)　○最終日…9月17日(水)
(問) 議会事務局(内線521)

雇用のトラブルでお困りはありませんか？

長野県労働委員会は、労働問題の専門家が中立、公正な立場で、労働者個人と事業主との雇用のトラブル(解雇、賃金、パワハラなど)について、「あっせん」により円満な解決をお手伝いしています。

手続きは、簡単・無料で、秘密は厳守します。雇用のトラブルがある場合は、お問い合わせください。
(問) 南信労政事務所☎0265-76-6833、長野県労働委員会事務局☎026-235-7468

募　集

市営住宅入居者8月募集

●募集団地　水戸代団地(湖南)
●募集戸数　1戸
●単身入居　不可(2人以上の世帯向け住戸)
●間取り　2階建て3KY(台所・浴室浴槽付)
●家賃(月額)　21,500円～42,200円
●室内公開日　8月12日(火)～14日(木)　午後2時～4時(要予約)
●申し込み　8月12日(火)～22日(金)に、申し込んでください。　※申し込みには条件があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
▲ホームページ
●選考方法　抽選　※抽選は、9月3日(水)に市役所302会議室(3階)で行います。
●その他　○入居決定後10日以内に敷金(家賃の3か月分)を納入してください。　○連帯保証人または保証契約などの締結が必要です。
(申)・(問) 都市計画課建築住宅係(内線267)

相　談

認知症カフェえがお

●日程　8月19日(火)
●時間　午後1時～2時30分
●会場　医師会館検診センター
●申し込み　事前に、電話で申し込んでください。
(申)・(問) ライフドアすわ☎78-0477

ハローワーク諏訪の臨時相談窓口

ひとり親のみなさんを対象にした臨時相談窓口を開設します。
●日程　8月3日(日)、4日(月)
●時間　午前9時～午後5時
●会場　市役所大会議室(5階)
(問) ハローワーク諏訪☎58-8609

諏訪地区保護司会による非行・犯罪相談

●日程　8月29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)

●日時、会場　8月23日(土)　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285、289)

特設人権相談所

●日程　9月3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　いじめ、体罰、不登校、児童虐待、差別、離婚、借地・借家、近隣のもめごと、悩みごとなど、毎日の暮らしの中で起きるさまざまな問題
●相談員　市人権擁護委員
(問) 長野地方法務局諏訪支局☎52-1043

令和7年度諏訪市職員採用試験(春日程後期)

諏訪市で働くことの意欲にあふれ、地域の課題に果敢に挑戦できる人の応募を歓迎します。
●受付期間　8月1日(金)～27日(水)
●日程　第一次試験…9月21日(日)
●募集職種　上級事務職(障がいのある人)、上級社会福祉職、上級保健師
●その他　市職員採用試験について詳しくは、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。
▲ホームページ
(問) 総務課職員係(内線334、335)

令和8年4月採用 諏訪中央病院事務職員

●受付期間　(受け付け中)～8月18日(月)
●日程　第1次試験…　8月31日(日)　第2次試験…9月27日(土)
●募集職種　一般行政職(上級・中級・初級)
●勤務場所　諏訪中央病院、介護老人保健施設やすらぎの丘、介護老人福祉施設ふれあいの里、看護専門学校ほか
※詳しくは、諏訪中央病院ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。
▲ホームページ
(申)・(問) 諏訪中央病院庶務人事課庶務・人事係☎72-1000

諏訪湖浮遊ごみ回収作業ボランティア

●日時　9月6日(土)　午前7時30分～9時45分(受け付け：午前7時15分から)　※雨天・強風時中止
●集合場所　諏訪湖ヨットハーバー
●対象　〇カヤック…身長130cm以上の人(小・中学生は保護者と2人乗り)　〇ボート…小学生以上の人(小・中学生は保護者同伴)
●定員　50人(先着順)
●申し込み　8月28日(木)までに、電話または市ホームページ内のながの電子申請から申し込んでください。
▲ホームページ
●その他　傷害保険に加入します。
(申)・(問) 環境課環境保全係(内線214、215)

上諏訪駅前エリアチャレンジ2025の企画参加者

上諏訪駅周辺の将来像について、私たちがめざす駅周辺の姿を試す機会を設けます。駅周辺をどんな空間にしたいか、やってみたいことがある人は、ぜひ申し込んでください。
●日程　9月27日(土)、28日(日)
●時間　午前10時～午後5時
●会場　上諏訪駅西口駅前広場、上諏訪駅自由通路
●申し込み　8月20日(水)までに、市ホームページ内の申し込みフォームか電話またはまちづくり整備課窓口(市役所別棟2階)で申し込んでください。
▲ホームページ
(申)・(問) まちづくり整備課まちづくり整備係(内線272、273)

市文化祭の文芸作品・伊東市との姉妹都市交換文芸作品

●募集作品　〇短歌「当季雑詠」…1人2首以内　〇俳句「夏季・秋季雑詠」…1人2句以内　〇川柳「自由詠」…1人2句以内
●展示期間　11月1日(土)～3日(月・祝)に、すわっチャオで展示します。
●対象　市内在住者、在勤者、在学者
●申し込み　①市文化祭の文芸作品…応募用紙(すわっチャオ、市公民館、豊田・四賀・中洲・湖南公民館または市ホームページで取得可能)か任意のはがきに、作品、住所、氏名、電話番号を明記してください。②伊東市との姉妹都市交換文芸作品…硬い短冊の表面に作品、裏面に作品、住所、氏名、電話番号を楷書で明記してください。①と②どちらも、8月25日(月)までに、すわっチャオ、市公民館または豊田・四賀・中洲・湖南公民館に郵送か持参して提出してください。
●その他　〇入選者は、市文化祭で表彰します。作品は、市文化祭と伊東市役所で展示します。
(申)・(問) すわっチャオ☎75-5257(火曜日を除く)

■市文化祭の芸能祭・コーラス祭の休止
文化センターで行っていた芸能祭・コーラス祭(ステージ発表)は、文化センターの改修工事のため休止します。
(問) 市公民館☎53-6219

コリほぐし体操

●日時　①8月24日(日)　午前11時～11時30分　②9月10日(水)　午後2時～3時
●会場　駅前交流テラスすわっチャオ
●定員　①20人、②35人
●申し込み　事前に、電話か直接窓口で申し込んでください。
●その他　②は、後半にニュースポーツを実施します。
(申)・(問) すわっチャオ☎75-5257(火曜日を除く)

霧ヶ峰自然観察会

●日時　8月16日(土)、17日(日)　午前11時～正午、午後1時～2時　※各回同じ内容です。
●集合場所　車山肩バイオトイレ
●定員　各回10人程度(先着順)
●申し込み　事前に、Eメールで申し込んでください。　※定員に空きがある場合は、申し込みがない人も当日参加ができます。
(申)・(問) 霧ヶ峰自然保護指導員Eメール shidouin.kirigamine@gmail.com

子育て支援センターにじいろたまごの第2期講座(全4回)

●日時、内容、講師　下表のとおり

日　程	時　間	内　容	講　師
8月29日(金)	10:00～10:30	ふれあいあそびなど	支援センター職員
	10:30～11:00	ことばと発達	原哲也言語聴覚士
9月17日(水)	10:00～10:30	ふれあいあそび	支援センター職員
	10:30～11:00	子どもとの接し方	宮原規夫先生
10月24日(金)	10:00～10:40	親子運動	丸山先生・原先生
	10:45～11:00	絵本・手遊び	支援センター職員
11月14日(金)	10:00～10:20	ふれあいあそび	支援センター職員
	10:20～11:00	乳幼児の食について	市保育所栄養士

●会場　湯小路いきいき元気館交流ひろば(3階)
●対象、定員　1歳～3歳の子どもとその保護者　15組(先着順)
●申し込み　8月1日(金)から、電話か窓口、またはながの電子申請で申し込んでください(電話と窓口は午前9時～午後4時)。
▲電子申請
●その他　自宅で検温と健康チェックをした上で参加してください。
(申)・(問) にじいろたまご城南☎53-6513、にじいろたまごこなみ☎58-4522

チャイルドライン「受け手」養成講座

子ども専用電話を受ける人(ボランティア)を養成する講座です。
●日時、内容　下表のとおり

	日　程	時　間	内　容
①	8月31日(日)	10:00～12:00	チャイルドラインとは
②		13:00～15:00	子どもをとりまく現状と虐待
③	9月7日(日)	10:00～12:00	子どもへの暴力防止　人権教育プログラム
④		13:00～15:00	子どもとメディア
⑤	9月13日(土)	10:00～12:00	子どもの心の受け止め方
⑥		13:00～16:00	子どもの話を聴ける人になるために
⑦	9月20日(土)	10:00～12:00	子どもたちへの理解とサポート方法
⑧		13:00～15:00	若者の自尊感情を育む
⑨	9月27日(土)	10:00～12:00	心をひらく「聴き方」
⑩		13:00～15:00	子どもと心をつなぐ聴き方
⑪		15:00～16:00	チャイルドラインの活動とは

●会場　湯小路いきいき元気館会議室(3階)
●対象、定員　18歳以上の人　15人
●参加料　1万円(学生は5,000円)　※全11回分
●申し込み　8月22日(金)までに、電話かメールで申し込んでください。
※①～⑧は、1講座につき1,000円(学生は500円)で、個別に受講することもできます。希望者は、受講したい講座の番号をお伝えください。
(申)・(問) NPO法人すわ子ども文化ステーション(チャイルドラインすわ)
☎58-3494、Eメール kodomo@sukobust.com

くらしと健康の相談会 ～法律相談＆健康相談～

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。
●日程　9月4日～25日の毎週木曜日
●時間　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(諏訪合同庁舎2階)
●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健康づくり支援課☎57-2927

講　座

フレイル予防教室

■大切なお知らせ
全ての教室の詳細(日程・場所など)を毎月の広報すわに掲載していましたが、10月号から、申し込み不要の教室の詳細は広報すわへの掲載は行いませんのでご注意ください。申し込み不要の教室の詳細は、10月号に挟み込む『フレイル予防教室カレンダー(下半期)』か市ホームページでご確認ください。なお、申し込みが必要な教室の詳細は、これまでどおり掲載します。
■8月の教室
①ひらめきハツラツ体操　※新規教室
●日程、会場　8月5日(火)、29日(金)…湯小路いきいき元気館、20日(水)…駅前交流テラスすわっチャオ
●時間　午後2時30分～3時15分
②脳体力トレーニング教室　※新規教室
●日程　8月26日(火)
●時間　午後1時30分～3時
●会場　湯小路いきいき元気館
③健康音動(おんどう)
●日程、会場　8月7日(木)…湯小路いきいき元気館、27日(水)…市公民館別館
●時間　午後1時30分～2時30分
④健康柔(やわ)ら体操教室
●日程、会場　8月1日(金)…なかよし広場、8日(金)…とちの木ひろば、19日(火)…湯小路いきいき元気館
●時間　午後1時～2時15分
【①～④共通事項】
●持ち物　飲み物
(問) 高齢者福祉課高齢者福祉係(内線298)

スポーツ

市民バドミントン教室

●日時　9月4日～11月6日の毎週木曜日　午後7時20分～9時　全10回
●会場　市体育館
●対象　市内在住者、在勤者、在学者（中学生以上）
●定員　20人（先着順）
●参加料　3,000円　※初回集金
●申し込み　8月22日（金）までに、Eメールで申し込んでください。
（申）・（問）市バドミントン協会Eメール suwashi.bad.asso@gmail.com

市民登山「美ヶ原高原登山」

●日程　9月20日（土）
●集合時間　午前7時15分
●集合場所　三城いこいの広場駐車場（松本市）
●対象　小学校5年生以上の人（小学生は保護者同伴）
●定員　20人（先着順）

●参加料　1,000円（保険料など）
●申し込み　9月8日（月）までに、電話かEメール（件名：市民登山参加申し込み）または申し込みフォーム（右のQRコードを読み取り）から申し込んでください。その際、参加者全員の①住所、②氏名、③性別、④生年月日、⑤携帯電話の番号、⑥緊急連絡先（名前・間柄・電話番号）をお知らせください。

▲QRコード

●その他　事前説明会を9月11日（木）午後7時から、市役所302会議室（3階）で実施します。参加料を持参の上、参加してください。
（申）・（問）市山岳協会（久松）☎090-9666-5738、Eメール suwasankyou@gmail.com

秋季市民テニス教室

①秋季市民テニス教室
●日程　8月28日～10月23日の毎週木曜日　全9回
●時間　午後7時15分～9時
●定員　30人（先着順）
●参加料　6,000円　※初回集金

②中高年のための秋季テニス教室（初心者・初級クラス）
●日程　8月28日～10月23日の毎週木曜日　全9回
●時間　〇前半…午前9時～10時45分　〇後半…午前10時55分～午後0時40分
●定員　前・後半各20人（先着順）
●参加料　5,000円　※初回集金
③中高年のための秋季テニス教室（初級・中級クラス）
●日程　8月29日～10月24日の毎週金曜日　全9回
●時間　午前9時～11時
●定員　20人（先着順）
●参加料　6,000円　※初回集金
【①～③共通事項】
●会場　上川テニスコート
●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　8月22日（金）までに、Eメールで申し込んでください。
●その他　〇雨天中止による振り替えはありません。　〇傷害保険は各自で加入してください。
（申）・（問）市テニス協会（細谷）☎090-4831-1340、Eメール y.hosoya1326@gmail.com

すわっチャオの子育てイベント

①親子であそぼう！夏祭りごっこをしチャオ～！
●日程　8月20日（水）
●時間　午前10時～11時30分
●対象　0歳～3歳の子どもとその保護者（市内在住者、在勤者）
②子育て講座「はじめてシアター、はじめてコンサート」
●日程　8月30日（土）
●時間　午前10時30分～11時15分
●対象　0歳～保育園児の子どもとその保護者（市内在住者、在勤者）
【①・②共通事項】
●会場　駅前交流テラスすわっチャオ
●申し込み　8月1日（金）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）

地域づくり講座「学習的手法による地域づくり」

●日時　①9月12日（金）　午後2時～5時　②9月13日（土）　午前9時30分～午後0時30分　※両日同じ内容
●会場　茅野市役所大ホール（8階）
●対象　公民館・区（自治会）関係者、市町村職員、地域課題に興味のある人　など
●定員　各回100人程度（先着順）
●内容　〇講演会「学習的手法による地域づくり」…90分　〇グループディスカッション…90分　※講演会のみの参加もできます。
●申し込み　8月4日（月）～9月5日（金）に、電話か申し込みフォーム（右のQRコードを読み取り）で申し込んでください。

▲QRコード

（申）・（問）茅野市中央公民館☎72-3266

〈広告欄〉

うちの子「結婚」しないのかしら？
諦めずに仲人にご相談下さい

結婚相談所 ムスベル　まずはお気軽にご連絡下さい　☎0263-88-7009

広報すわの配布が不要な人はご連絡を

広報すわは、電子版（市ホームページ・アプリ「マチイロ」など）で読むことができます。電子版の活用や環境配慮の一環で、広報すわの配布の停止を希望する人は、ながの電子申請で申し込んでください。市ホームページ・「マチイロ」は、裏表紙のQRコードからご覧ください。
（申）・（問）秘書広報課広報戦略係（内線325）

▲電子申請

ボクシングエクササイズ体験教室

音楽に合わせてリズミカルに体を動かしましょう。

●**日時、会場** 8月29日(金) 午後7時～8時 清水町体育館
●**対象** 市内在住者、在勤者、在学者
●**定員** 40人 ※申し込み多数の場合は、初めての人を優先した上で抽選します。
●**申し込み** 8月1日(金)～15日(金)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** ○運動を制限されている人は、事前に医師の指示を受けてください。 ○教室中のけがは、市加入保険による補償があります。

(申)・(問) スポーツ課☎57-2811

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)

男の筋トレ教室

身近な健康づくりの第一歩として、正しい筋力トレーニングを学び、運動習慣を身に付けましょう。

●**日時** 9月3日～24日の毎週水曜日 午後7時～8時 全4回
●**会場** 清水町体育館
●**対象** 市内在住、在勤、在学の男性
●**定員** 15人(先着順)
●**参加料** 500円 ※初回集金
●**申し込み** 8月1日(金)～25日(月)の午後5時までに、ながの電子申請で申し込んでください。

▲電子申請

●**その他** ○運動を制限されている人は、事前に医師の指示を受けてください。 ○教室中のけがは、市加入保険による補償があります。

(申)・(問) スポーツ課☎57-2811

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。

みんなでスポーツ教室(秋)

勝敗にこだわらず、さまざまなニュースポーツを体験しませんか。

●**日程** 9月2日～10月28日の毎週火曜日(9月23日を除く) 全8回
●**時間** ○昼の部…午前10時～11時30分 ○夜の部…午後7時15分～8時45分
●**会場** 市体育館 ほか
●**対象** 中学生以上の市内在住者、在勤者、在学者
●**参加料** 500円 ※初回集金
●**申し込み** 8月6日(水)～20日(水)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

●**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

「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。

困りごと ご相談ください 9月の相談日程

法律相談 【要予約】
9月18日(木) 13：00～17：00
※8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：矢崎正彦(まさひこ)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】
9月11日(木) 10：00～15：00
予約先：諏訪地域振興局☎57-2902

女性のための相談 【要予約】
9月20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
9月19日(金) 14：00～15：30
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) 13:00～15:00
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(8月、9月第一週)

8/2(土)	水道建設☎53-3965
8/3(日)	スワテック建設☎78-9011
8/9(土)	電管エンジニアリング☎53-1421
8/10(日)	アクアテック杉村☎75-0038
8/11(月・祝)	阿部設備☎53-1406
8/16(土)	日設工業☎58-2281
8/17(日)	倉島工業☎52-0754
8/23(土)	アクアテック杉村☎75-0038
8/24(日)	渋崎建設☎52-0443
8/30(土)	杉村設備☎52-4066
8/31(日)	伸晃☎52-3382
9/6(土)	日設工業☎58-2281
9/7(日)	丸三上田商店☎58-0171

○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9月1日(月)

市県民税 (2期)
国民健康保険税 (8月分)
介護保険料 (普通徴収2期8月分)
後期高齢者医療保険料(2期8月分)

人口・世帯数(7月1日現在) ( )内は前月比
●人口：46,713人(+8) 男22,861人(+5)・女23,852人(+3)
●世帯数：21,456世帯 (+23) ※令和2年国勢調査確報値による諏訪市独自推計です。

2025.8.1 SUWA 広報すわ NO.1138

■発行　諏訪市
〒392-8511長野県諏訪市高島1-22-30
☎(0266)52-4141代表

■編集　秘書広報課広報戦略係　https://www.city.suwa.lg.jp
■印刷　(有)中央タイプ　■ポスティング　(株)浜新聞店
広報すわは環境にやさしい再生紙を使用しています。

登場者募集！

「すわじん」「ぐる～ぷ通信」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>

すわで輝く人たち
ーすわじんー
SUWA人

食材工芸で介護レクリエーションに新たな光を

介護福祉士として働く傍ら、食べられる材料で芸術作品を作り上げる「食材工芸」で才能を発揮する山田さん。元は調理師として働きながら氷彫刻の世界で活躍し、世界大会で優勝するほどの実力者です。培った氷彫刻の技術を他の分野で生かそうと、食材工芸へと新たな一歩を踏み出しました。山田さんは、飴細工やチョコレート細工といった菓子職人との技術交流を重ねると、その腕前をすぐに開花させ、洋菓子コンクールでは、氷彫刻で培った技術を駆使して見事なチョコレートの龍を創り上げ、初出場ながら初優勝という快挙を成し遂げました。その後、介護福祉士の道へ進んだ山田さん。介護現場で働く傍ら、食材工芸の技術を他の分野で生かせないかと考えていたところ、高齢者がさまざまなものを口に入れる様子を目にしました。そこで、高齢者が安全に楽しめるレクリエーションとして、「口に入れても安全な食材工芸」の可能性を見出しました。食材工芸は、食品であるため口に入れても安全で、身近な材料で安価に手軽にできるというメリットが魅力とのこと。山田さんに今後の目標を聞いたところ、「この食材工芸を、介護の世界におけるレクリエーションの新たな選択肢として広めていきたい」と熱く語ってくれました。

始めよう！地球にやさしい生活　みんなでゼロカーボン

ゼロカーボンシティの実現に向けて、地球温暖化防止に役立つ情報をお届けします。

補助金を活用して 宅配ボックスを設置しませんか

脱炭素社会実現へ向け、再生可能エネルギー・省エネ設備導入を支援する「諏訪市地球温暖化対策補助金」に、「宅配ボックス」の設置に対する補助を新設しました。宅配ボックスの設置は、再配達によるエネルギー消費と二酸化炭素排出を削減し、物流効率の向上に貢献します。さらに、荷物受け取りのための時間的拘束から解放されるなどのメリットもあります。この機会に、補助金を活用して自宅に宅配ボックスを設置してみませんか。

▶補助対象経費　宅配ボックスの購入費と設置費用
▶補助率　補助対象経費の50%（上限1万円）

補助金の詳細は、市ホームページをご覧ください

（問）ゼロカーボンシティ推進室（内線214）

国勢調査にご協力をお願いします

10月1日を基準日として国勢調査を実施します。
国勢調査は、国の最も重要な統計調査です。
インターネット回答でかんたん便利に！

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

■広報すわ9月号の配布日は、8月30日(土)～9月3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。

編集後記

先日、諏訪湖スマートインターチェンジの開通前見学会に参加しました。完成までの様子や利用方法の説明を受けながら、開通後は立ち入れない自動車専用道路を歩いて見学しました。8月には諏訪湖祭湖上花火大会も開催されますし、渋滞緩和に大いに期待です。新しいスマートインターチェンジを使って、ぜひ遠出を楽しみたいですね！（T）