

# 下諏訪町（しもすわまち）

## 場所



## 基本情報

R5.11.1現在

- 人口：18,851人 ■世帯数：8,732世帯
- 面積：66.87km<sup>2</sup>（人口密度 282人/km<sup>2</sup>）
- 主な地域内の移動手段：  
自家用車、バス、自転車

## 特徴

### 地理・交通

長野県のほぼ中央に位置し、東京からも名古屋からも自動車や電車で約2時間30分、大阪からは約4時間30分の距離です。

### 気候 (冬の様子)

- 冬の冷え込みは厳しく、平均最低気温は-5度以下です。
- 積雪量はそれほど多くありませんが雪かきは必要、車を持つならスタッドレスタイヤが必須です！

### 名物

- 諏訪大社下社:諏訪神社の総本社、7年に一度の御柱は大変迫力があります。
- 諏訪湖:天気が良い日は富士山を望める映えスポットです。

### PRポイント

- 「mee mee center Sumeba（ミーミーセンタースメバ）」では基本的な移住から、住まいや空き店舗の情報ははじめ先輩移住者の紹介もします。
- コンパクトシティだからこそできる「まちを歩きながら」の移住相談がおすすめです。

## 移住の取組

### 移住支援制度

- 住宅取得補助金…移住を機に下諏訪町にて住宅を取得された方へ取得費の一部を補助 補助率:1/2、限度額:20万円
- 結婚新生活支援…結婚を機に下諏訪町で新しい生活をスタートする世帯へ住宅費用や引越費用等の一部を補助（所得制限有）  
夫婦ともに39歳以下の場合 限度額:30万円  
夫婦ともに29歳以下の場合 限度額:60万円

### 担当からのメッセージ

- 「しもすわ」を知り尽くした地域おこし協力隊や町移住担当者が、皆様に寄り添った相談を行っています。人が人を呼び人と繋がることのできる、そんな“人が魅力”の「しもすわ」へ、まずは一度遊びに来てください！

### 連絡先

【下諏訪町役場 産業振興課商工係兼移住定住促進室】

電話：0266-27-1111 下諏訪町移住情報提供サイト →

E-mail：iju@town.shimosuwa.lg.jp



## 暮らし

- 生活に必要な駅、役場、病院、スーパー、銀行などが町の中心部にまとまっていて、徒歩や自転車でも移動ができます。
- 町内には280～400円で入れる公衆浴場（温泉）が多数あり、早朝から入ることができるのも魅力です。
- 諏訪湖をウォーキングしてからの温泉...なんてこともできます！

## しごと

- 空き店舗や町内に開業した方の紹介を行い、事業者間のネットワークの構築や、実際に起業ができるサポートも行います。
- 空き店舗等を活用して新しくお店をオープンさせるときの改修費等に対して補助金を交付します。

## 住まい

- アパートが多数あるほか、一軒家の空き家もあります。移住相談窓口では不動産事業者の物件情報のほか独自の物件情報も提供していますので、どこにも載っていない情報にも出会えるかも!?
- 住宅を取得した際にも補助金がありますので、お問い合わせください。

## 子育て・教育

- 町内には保育園が3園あるほか、学童クラブ、放課後子ども教室など働く世帯へのサポート体制が整っています。未就園児を対象にした「子育てふれあいセンターぼけっと」では、子育て世帯のパパ、ママ同士の繋がりができる場所として好評です。

## 交通情報

- 町内循環バス「あざみ号」、諏訪湖周を循環する「スワンバス」（あざみ号、スワンバスともに大人/150円・相互に乗り換えも可能）
- 福祉タクシー券  
79歳以上の高齢者や各種手帳をお持ちの方に助成しています。

## 移住体験

- 今のところ移住体験住宅はありません。  
ゲストハウス等に滞在しながら、まちの魅力を感じてください。

## 移住支援制度

- 移住促進関連補助金（住宅取得補助、改修補助等）
- 空き家情報バンク制度
- 起業支援（制度融資、店舗改修費等）

## 移住相談窓口 (mee mee center Sumeba)

mee mee center Sumebaは、移住を検討している方に町の魅力や住まいの紹介、しごとの情報など「地元の人に聞きたいこと」、実際に移住した先輩たちの話を聞くことができます。

日時：10:00～17:00（日・月休み）

場所：長野県諏訪郡下諏訪町3205-10

問合せ先：0266-78-9110

詳細：駐車場2台（四ツ角駐車場）

地域おこし協力隊公式SNSはこちら → → →

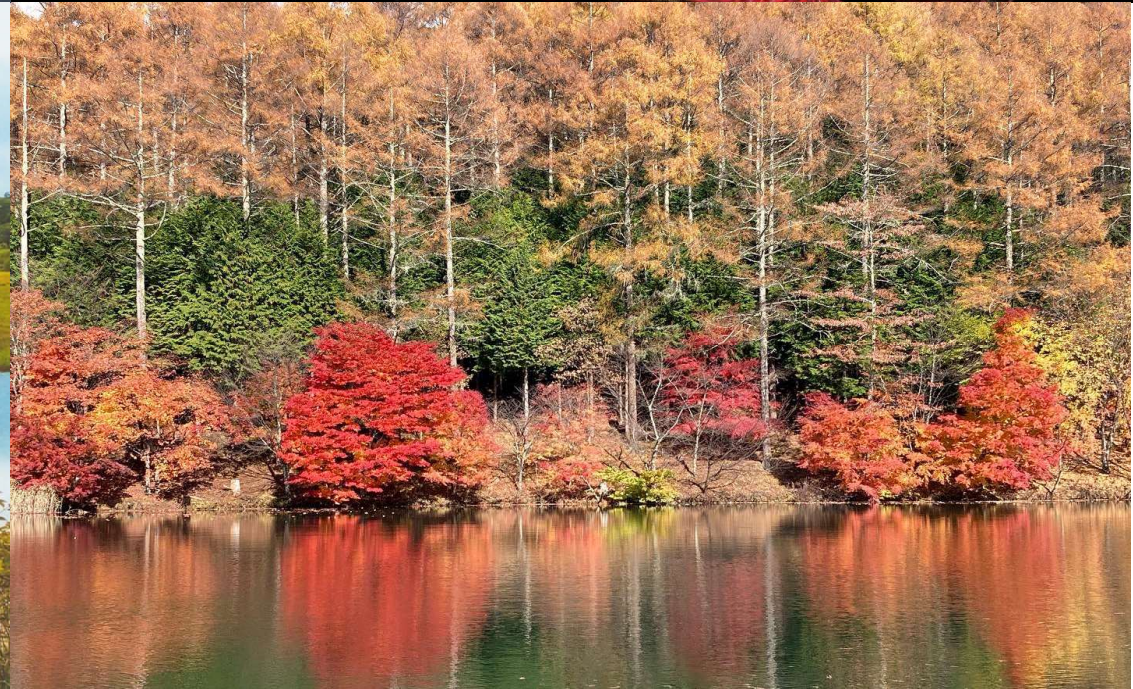
Facebook



Instagram



# 湖から山、湿原まで。恵まれた自然環境



# 諏訪大社と、7年に一度の御柱祭。



# 都心部からのアクセス …意外と近い？



## 電車で

- 新宿駅から 特急あずさで **2時間半**
- 名古屋駅から特急しなので

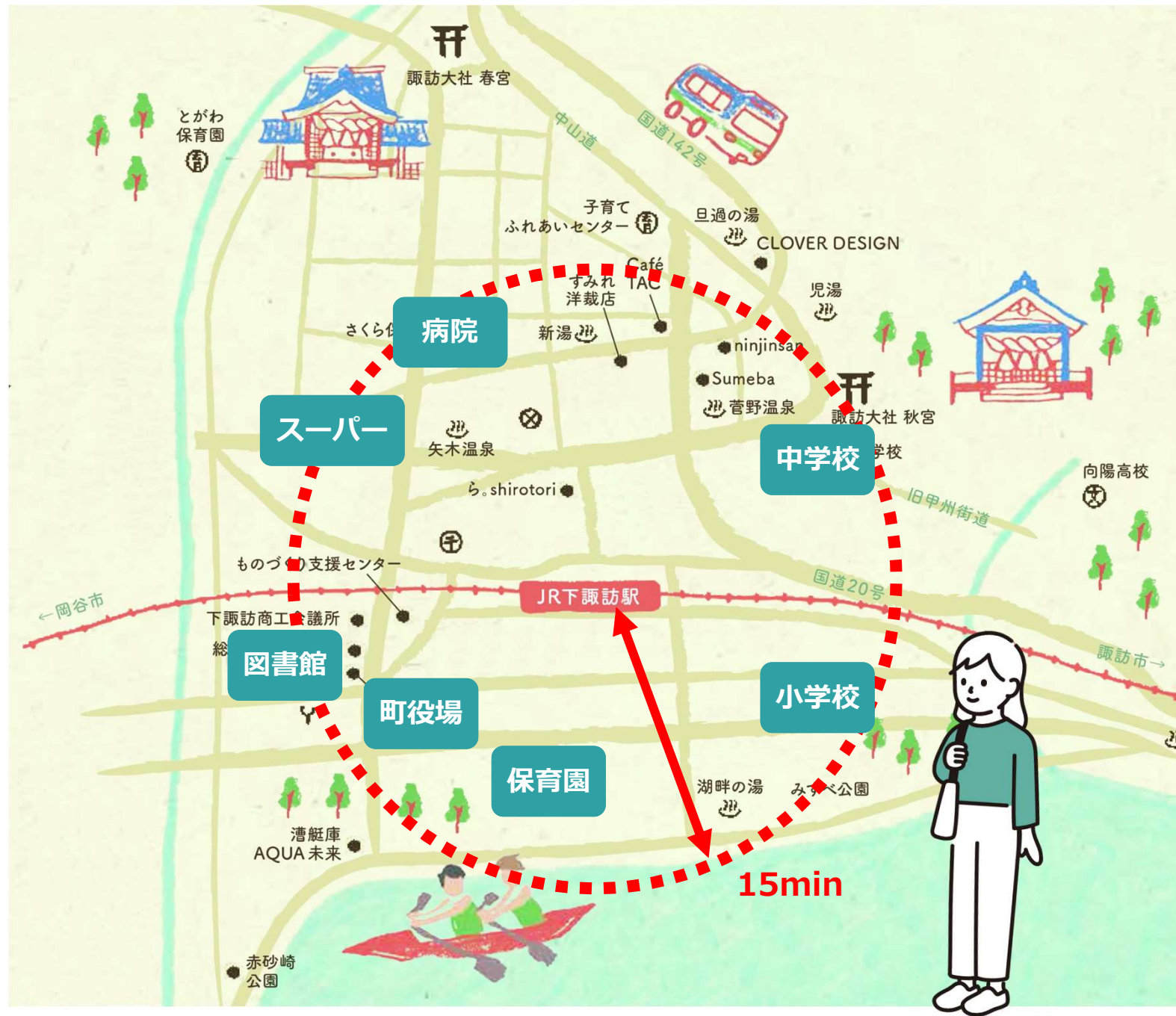
## 車で

- 東京方面から **3時間**
- 名古屋方面から
- 大阪方面から **4時間半**

## 高速バスで

- 新宿バスタから **3時間半**

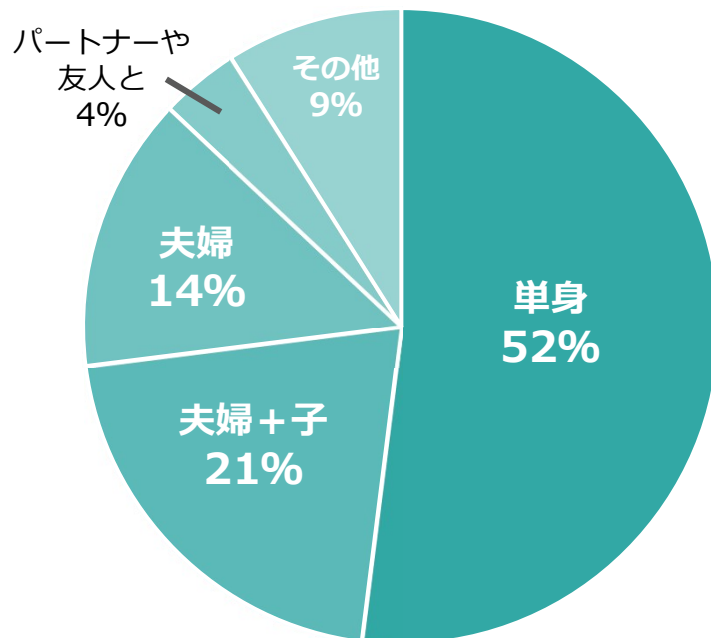
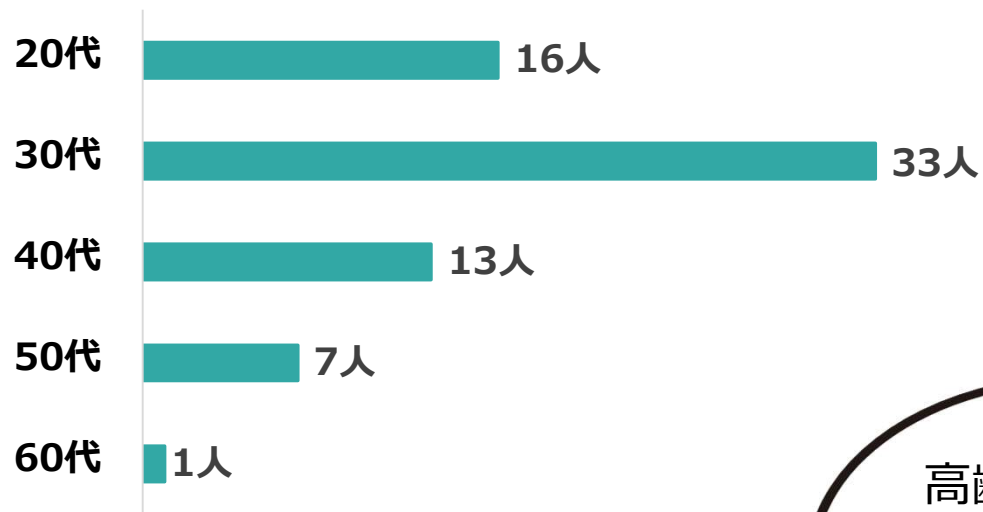
# 車がなくても！？ Walkable な町並み



# 中山道唯一の温泉宿場町で あなたの推し温泉は？



# 先輩移住者がたくさん。ソロ・女性人気も。



意外と30~40代が多い！

高齢化はあるが  
子育て世代も  
たくさん。

移住者の  
横の繋がりが強い！



# 移住に役立つ補助制度も充実。



## 2023年度 移住・空き家関連補助金

**下諏訪町空き家情報バンク利用促進補助金**  
担当課：産業振興課商工係

対象：  
空き家情報バンク登録物件

### ・空き家の家財道具処分に関する補助

町内に事業者を置く一般廃棄物業者または産業廃棄物を利用して行う、空き家の家財道具処分にかかる経費の1/2を補助（限度額：20万円）

### ・空き家の仲介に関する補助

空き家情報バンク掲載物件の成約1件につき一律5万5000円を仲介業者に補助

**下諏訪町移住定住促進住宅取得補助金**  
担当課：産業振興課商工係

対象：  
町外から転入する方  
転入後5年を経過しない方

### ・住宅取得費関する補助

新築または空き家の購入による住宅取得費の1/2を補助（限度額：20万円）  
条件：町内会への加入・住宅取得後5年以上の定住

**下諏訪町安心安全対策・  
住宅省エネリフォーム補助金**  
担当課：産業振興課商工係

対象：  
町内の住宅改修工事  
(工事費10万円以上)

### ・安心安全対策工事補助

【居室減災化工事】 旧耐震住宅の耐震シェルター・耐震ベッド・壁、柱、梁等の補強工事  
【ブロック塀の除却工事】 ブロック塀の除去、それに伴うフェンス等の設置工事  
【屋外広告物除去工事】 落下の危険のある看板等の除去工事  
町内事業者が行う上記工事にかかる経費の1/2を補助（限度額：20万円 ※空き家バンク登録物件は10万円加算）

### ・省エネ化リフォーム工事補助

【浴室・洗面所・キッチン・トイレのリフォーム工事】 省エネ性能を向上させる機器への変更工事  
【屋根・外壁・室内の断熱改修工事】 室内の断熱材の追加、外皮の断熱性能を向上させる工事  
【窓・ドアの断熱改修工事】 二重サッシの設置、複層ガラス窓への変更、断熱ドアへの変更工事  
町内事業者が行う上記工事にかかる経費の1/10を補助（限度額：20万円 ※空き家バンク登録物件は10万円加算）

お問合せ

mee mee center Sumeba

〒393-0061 長野県諏訪郡下諏訪町 3205-10 tel: 0266-78-9110

空き家に関するご相談  
akiya@town.shimosuwa.lg.jp



**下諏訪町結婚新生活支援事業補助金**  
担当課：産業振興課商工係

対象：  
夫婦共39歳以下で婚姻後  
町に住民票がある世帯

### ・住宅費・引越し費用・リフォーム費用に関する補助

婚姻を契機とする転入または転居にかかる住居費用（購入費用・賃料・敷金・礼金・共栄費・仲介手数料等）・引越し費用・リフォーム費用にかかる経費の補助（限度額：30万円 ※夫婦とも29歳以下の場合は限度額60万円）  
条件：夫婦の前年度所得合計が500万円未満

**チャレンジ起業支援事業補助金**  
担当課：産業振興課商工係

対象：  
町内に居住する個人・  
町内に登記のある法人で  
はじめて店舗を開店する方

### ・店舗改修費に関する補助

町内の空き店舗を活用して事業を開始する際の、店舗改修費の1/3を補助（限度額：100万円）  
条件：2年以上の経営

**下諏訪町ゼロカーボン補助金**  
担当課：住民環境課生活環境係

対象：  
町内在住者かつ  
しもすわゼロカーボン  
サポーターに登録している方

### ・町内住宅の省エネ改修費に関する補助

【太陽光パネル】1件あたり10万円を補助 【太陽光パネル+蓄電池】1件あたり20万円を補助  
【家庭用蓄電池】蓄電容量1kWhあたり2万円を補助（限度額：10万円） 【ポータブル蓄電池】購入費の1/3を補助（限度額：2万円）  
【高効率湯器（ヒートポンプ・燃料電池・ハイブリット）】設置費用の1/10を補助（限度額：5万円）  
【LED照明】従来品との交換にかかる経費の1/2を補助（限度額：5万円）  
【生ごみ処理機】1万円を超える機器：購入費の2/3を補助（限度額：5万円）・2000円～1万円以内の機器：購入費の8/10を補助（限度額：5000円）  
※補助対象の条件については住民環境課生活環境係までお問合せください

**耐震改修支援事業補助金**  
担当課：建設水道課都市整備係

対象：  
町内木造住宅の所有者

### ・耐震改修工事に関する補助

町で実施する無料の耐震診断を実施後に行う、耐震改修設計費と耐震改修工事費の8/10を合算した経費を補助（限度額：100万円）

### ・除却工事に関する補助

町で実施する無料の耐震診断を実施後に行う、建物の除却工事費を補助（限度額：83万8000円）

お問合せ

下諏訪町役場

〒393-8501 長野県諏訪郡下諏訪町 4613-8 tel: 0266-27-1111



# 移住者による 空き家をリノベーションした店舗が続々と



本田食堂  
信州産の食材にこだわったレストラン



カフェとホイスコーレ teltis  
手芸教室が併設されたカフェ



ちいとこ商店  
老若男女楽しめる授乳室完備カフェ



岩井堂酒店  
ナチュラルワインが立ち飲みできるショップ

# 下諏訪町で、子育て。

## 公立保育園 : 3園

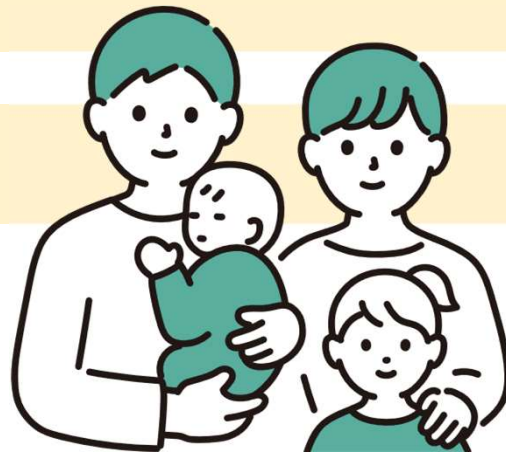
- ・すべての園で未満児保育・長時間保育・一時保育 実施
- ・保育園まで1 km以上離れて場所にお住まいの方は通園バス利用可 (2/3園対応)

## 公立小学校 : 2校

- ・2校とも全学年対象の放課後及び長期休暇、土曜日等に開設の学童クラブ設備

## 公立中学校 : 2校

## 公立高等学校 : 1校



## 赤砂崎公園

諏訪湖に面して湖水と信州の山並みを望む良好な景観の中スポーツやピクニックが楽しめる。



## 下諏訪ローイングパーク

県内唯一の常設競技用ボートコースが完備。毎年秋にはレガッタ大会を開催。諏訪湖と富士山を一望できる足湯も。

