

場 所



基本情報

R7.1.1現在

- 人口：18,470人 ■世帯数：8,714世帯
- 面積：66,87km²（人口密度 282人/km²）
- 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、東京と名古屋からは自動車や電車で約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。
- 積雪量は少ない方ですが、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:諏訪神社の総本社、7年に1度の御柱祭は大変迫力があります。
- 諏訪湖:天気がい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っ越し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、人と繋がることができる、そんな“人が魅力”の「しもすわ」へ、まずは1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300～400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

- 町内の空き店舗や、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、商工会議所と連携した起業サポートを行います。
- 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ぽけっと」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（住宅取得補助金、UIJターン補助金等）
- 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

ミー ミー センター スメバ

(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1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

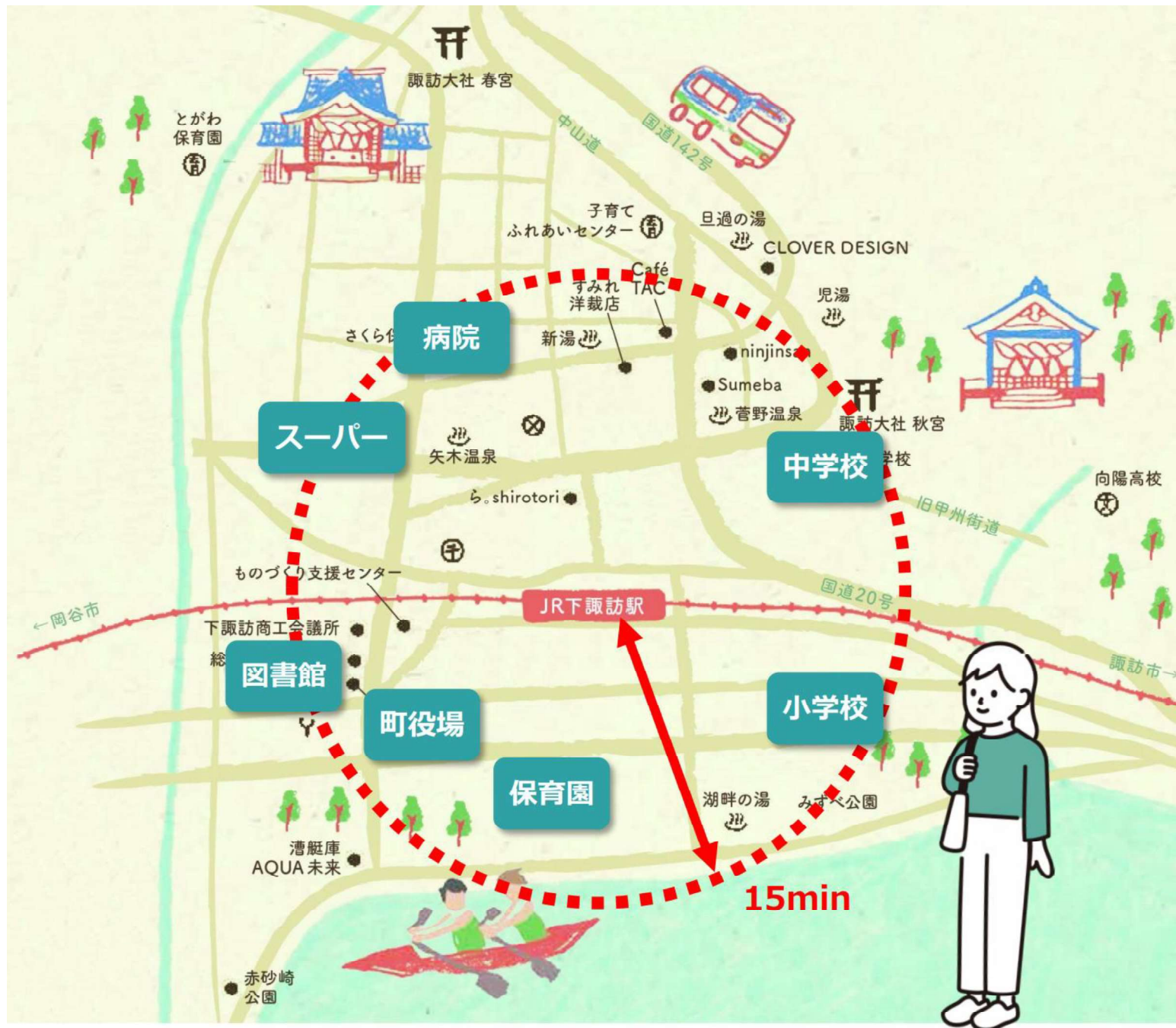
車で

- 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**

バスで

- ## ■バスタ新宿から 3時間半

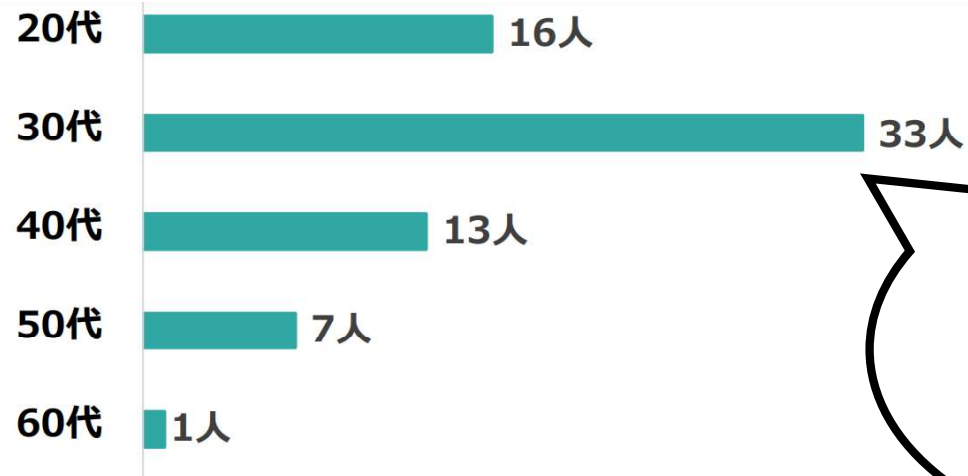
車がなくても！？ Walkable な町並み



中山道唯一の温泉宿場町で あなたの推し温泉は？

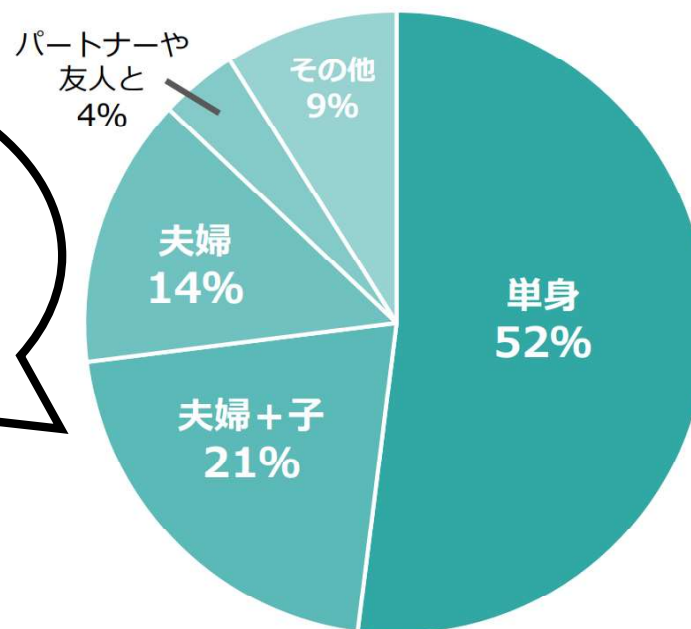


移住者がたくさん ソロ・女性人気も



意外と30～40代が多い！

高齢化ではあるが
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

令和7年度 下諏訪町

移住・空き家に関する補助金

下諏訪町 UIターン就業・創業移住支援事業補助金

移住の支援に関する補助

東京圏等の対象地域から移住し、長野県が支援する企業等へ就業した場合または社会的事業の創業等をする場合、単身者は60万円、2人以上世帯は100万円支給。18歳未満の世帯員1人につき100万円加算。

条件

- ・東京圏（埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県）、愛知県、大阪府から令和6年4月1日以降に下諏訪町に移住し就業または創業等
- ・下諏訪町に5年以上居住すること
- ・移住してから3カ月以上1年以内かつ就業後、創業支援金の交付決定から1年以内に申請
- ・要事前相談

詳細



担当課

産業振興課
商工係

下諏訪町空き家情報バンク利用促進補助金

空き家の家財道具処分にに関する補助

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

※家財道具処分補助の交付決定した場合、登録から2年以内の登録抹消不可

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。

※空き家情報バンクに登録手続きを行った仲介業者に限りより

条件

- ・空き家情報バンク登録物件
- ・事業完了から60日以内に申請

詳細



※家財道具処分

空き家仲介

担当課

産業振興課
商工係

チャレンジ起業支援事業補助金

店舗改修費に関する補助

町内の空き店舗を活用して初め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

- ・町内に居住する個人または町内に登記のある法人で初めて店舗を開店する方
- ・申請後2年以上の経営

詳細



担当課

産業振興課
商工係

下諏訪町移住定住促進住宅取得補助金

住宅取得費に関する補助

新築または空き家の購入による住宅（建物）取得費の1/2を補助。（限度額20万円）

条件

- ・町外から転入する予定の方または転入後5年を経過しない方
- ・町内会への加入
- ・住宅取得後5年以上の定住
- ・住宅取得後90日以内に申請

詳細



担当課

産業振興課
商工係

下諏訪町奨学金返還支援補助金

奨学金の返還に関する補助

下諏訪町在住の従業員に対し、奨学金返還支援を行った事業所へ奨学金返還の1/2を補助。（限度額10万円）

条件

- ・就業規則等で奨学金返還支援の制度を定めている事業所
- ・令和6年4月1日以降に雇用された従業員の方
- ・30歳未満の方（令和7年3月31日まで）
- ・申請後3年以上 下諏訪町に定住

詳細



担当課

産業振興課
商工係

下諏訪町結婚新生活支援事業補助金

住宅・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・共益費・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[※]）提出前に事前相談に来てください。

※夫婦共29歳以下の場合は限度額60万円になります

条件

- ・夫婦共39歳以下で結婚後町に住居がある世帯
- ・夫婦の前年度所得合計が500万円未満

詳細



担当課

産業振興課
商工係

下諏訪町安心安全対策・住宅省エネ化リフォーム補助金

安心安全対策工事補助

居室減災化工事（耐震シェルター・ベッド、壁や柱等の補強）、ブロック塀の除去工事（それにとまうフェンス等の設置も含む）、屋外広告物除去工事にかかる経費の1/2を補助。（限度額20万円[※]）

※空き家情報バンク登録物件は+10万円加算

省エネ化リフォーム工事補助

浴室など水回りの省エネ機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、窓・ドアの断熱改修工事にかかる経費の1/10を補助。（限度額20万円[※]）

※空き家情報バンク登録物件は+10万円加算

条件

- ・町内の住宅改修工事（工事費10万円以上）
- ・要事前申請（住宅改修審査会での審査後工事開始）
- ・年度内に完了する町内工事請負業者を利用の工事

詳細



担当課

産業振興課
商工係

下諏訪町耐震補強工事・除却工事補助金

耐震補強工事に関する補助

補強設計等費及び耐震補強工事費の4/5を合算した経費を補助。（限度額100万円）

※本補助金に加えて長野県住宅耐震化緊急加速事業補助金（最大50万円）の対象となる場合がございます。

除却工事に関する補助

建物の除却工事費を補助。（限度額83万8000円）

条件

- ・町で実施する無料耐震診断で耐震性の低い住宅と判定された町内の木造住宅

詳細



担当課

建設水道課
都市整備係

下諏訪町老朽危険空き家除却補助金

空き家解体に関する補助

町で実施する事前調査で老朽危険空き家と判定された空き家の解体にかかる費用の4/5を補助。（限度額80万円）

条件

- ・町で実施する事前調査で老朽危険空き家と判定された町内の住宅^{※1}
- ・空き家の所有者または相続人^{※2}

詳細



担当課

建設水道課
都市整備係

下諏訪町ゼロカーボン補助金

町内住宅・事業所の再エネ・省エネ改修工事に関する補助

【太陽光パネル】1件あたり10万円を補助（+蓄電池の場合1件あたり20万円を補助）

【設置用蓄電池】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）

【高効率給湯器^{※1}】設置費用の1/10を補助（限度額5万円）^{※1}ヒートポンプ、燃料電池、ハイブリット

【LED照明】購入・設置にかかる1万5000円以上の経費の1/2を補助（限度額5万円）

【普通充電設備】設置費用の1/3を補助（限度額2万円）

【電気自動車等】1件あたり10万円を補助

【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）

条件

- ・購入施工前に事前申請
- ・町内の住宅または事業所等^{※2}に設置すること

詳細



担当課

住環境課
ゼロカーボン推進室

下諏訪町

☎0266-27-1111 担当課をお伝えください

月～金 8:30～17:15 〒393-8501 長野県諏訪郡下諏訪町4613-8



下諏訪町移住・空き家相談窓口 ミーミーセンター スメバ

☎0266-78-9110 ㊟akiya@town.shimosuwa.lg.jp

火～土 10:00～17:00 〒393-0061 長野県諏訪郡下諏訪町3205-10



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



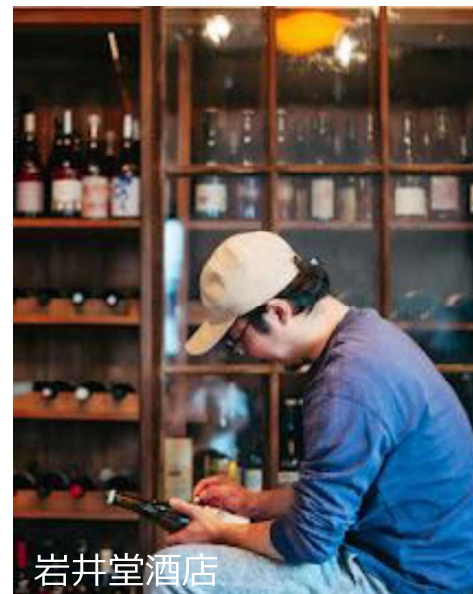
コノミ製パン所

デニッシュとハード系のパンが中心のお店



ちいとこ商店

授乳室完備の駄菓子とビールとコーヒーのお店



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



御柱祭だけじゃない 小さな町に熱いイベントが沢山

三角八丁

春と秋の年2回開催

下諏訪を楽しむ恒例のまち歩きイベント。

三角八丁エリアを中心に様々な団体がそれぞれの趣向を凝らした催し物などを出店・展示するイベントです。

宵祭り お舟祭り

7月31日・8月1日

毎年8月1日、御霊代を春宮から秋宮に移す遷座祭。御霊代に続いて翁媼人形を乗せた柴舟が曳行されることから「お舟祭り」と呼ばれています。宵祭りは、長持ちや神輿などのパレードが華やかに行われます。

まち歩きイベント

不定期開催

商工会議所や関連団体主催の下諏訪駅前通り周辺を歩行者天国にして屋台やキッチンカーの出店等による、まち歩きを楽しむイベント。歩いて、食べて、見て、聴いて・駅前通りを楽しんで♪

産業まつり

10月中旬頃

諏訪湖畔の秋のお祭りです。

イベントエリア、飲食・物販エリア、展示エリアに会場が分かれ、各エリアで様々な催しが行われます。

下諏訪角打

毎月第4日曜日

下諏訪駅前通りにて町内外から美味しいをテーマに飲食店が集います。ワイワイゆるゆる下諏訪を堪能してください。

個人店の独自のイベントをいろいろ開催

下諏訪には素敵なお店がたくさん。毎月あちこちで面白そうなイベントを開催しています。

