

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：66.87km²（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、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

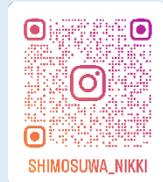
詳細：駐車場2台（四ツ角駐車場）

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

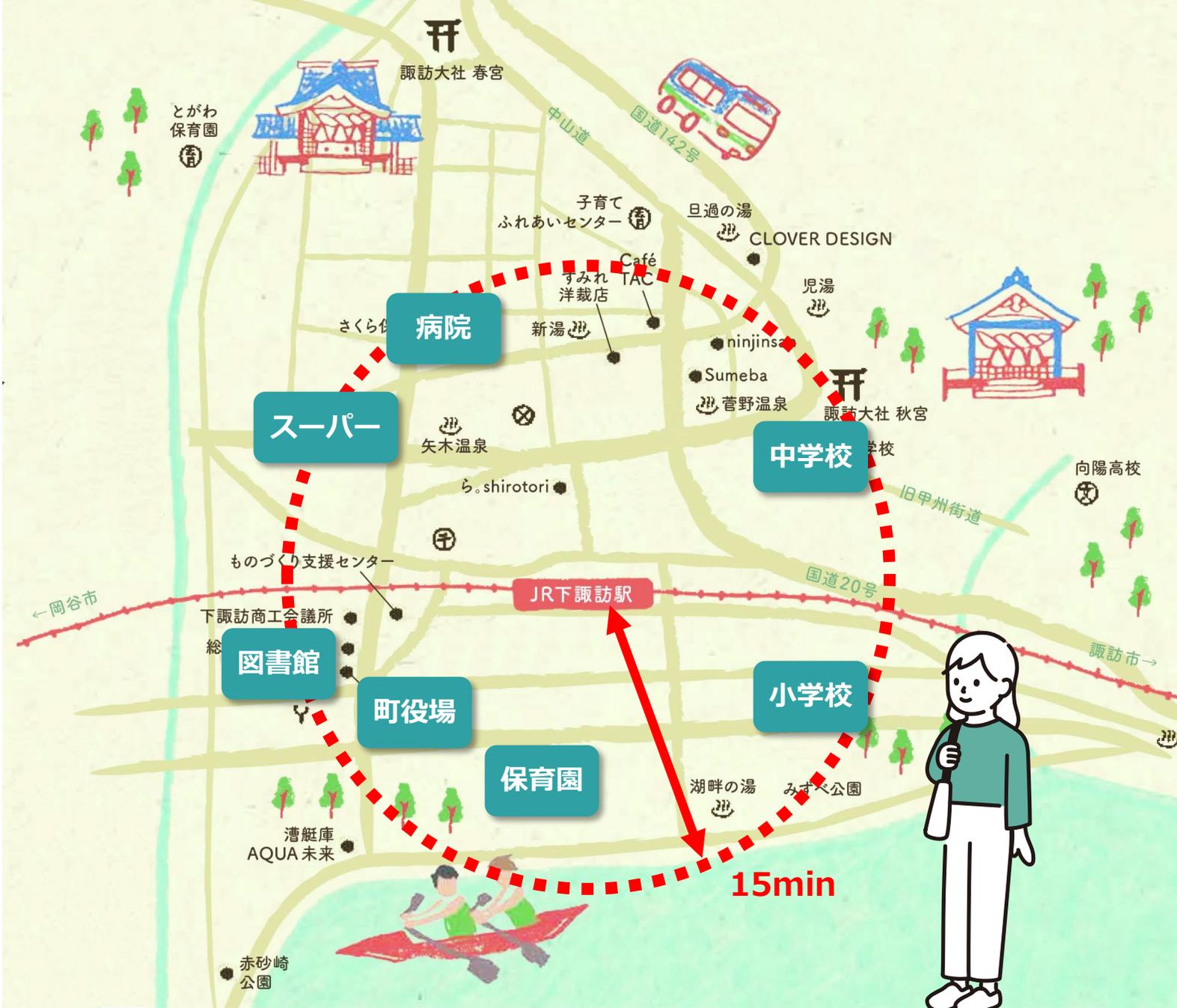
車で

- 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**

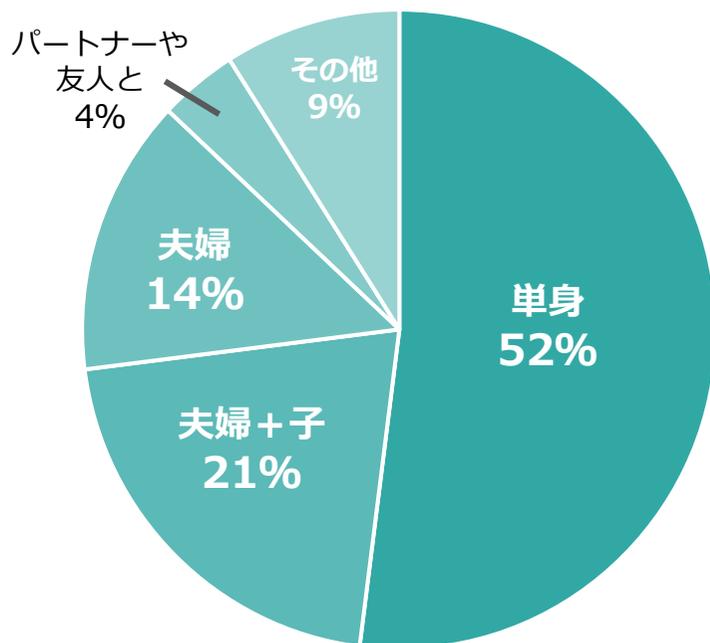
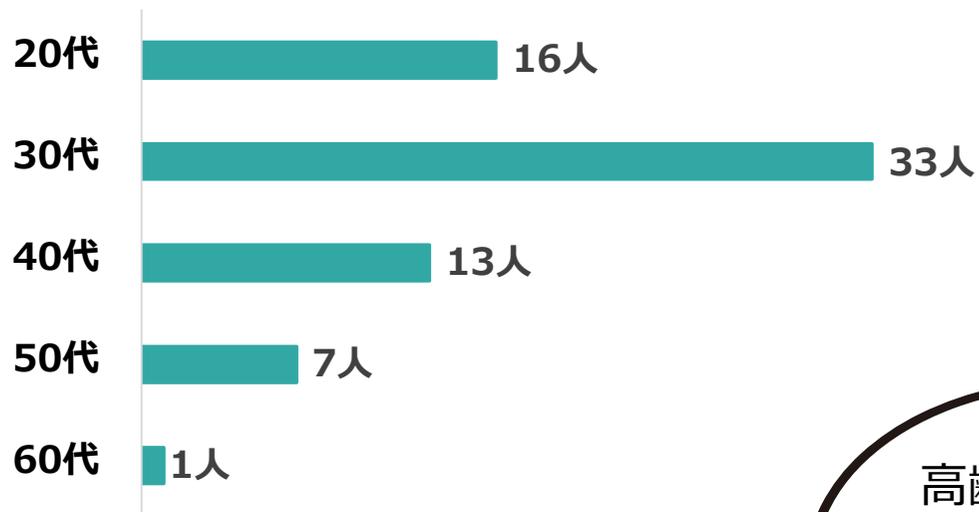
車がなくても！？ Walkable な町並み



中山道唯一の温泉宿場町で あなたの押し温泉は？



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。

下諏訪町老朽危険空家除却補助金

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}

※1 昭和56年6月31日以前に工事完了し、一年以上使用されていない一戸建て住宅で、1/2以上が住居として使用されていたもの
※2 空き家が自身の所有、共有(または他の相続人)の所有から相続の取得を承継している方

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

蓄電池の場合1件あたり20万円を補助)
補助(限度額10万円)
5万円)
※1ヒートポンプ、蓄電池、ハイブリット
以上の経費の1/2を補助(限度額5万円)
※2万円)

2/3を補助(限度額5万円)
購入費の8/10を補助(限度額5000円)

詳細



をください

担当課

住民環境課
ゼロカーボン推進室

下諏訪町移住・空き家相談窓口
ミーミーセンターズメバ

☎0266-78-9110 📧akiya@town.shimosuwa.lg.jp
火～土 10:00～17:00 ☎395-0061 長野県環境部下諏訪町3205-10

令和6年度 下諏訪町 移住・空き家に関する補助金

下諏訪町UIJ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か月以上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、空き家の家財道具を処分にかかる経費の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は、整備から2年以内の登録期間不可

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ます

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

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歳以下の場合には限度額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費がある世帯
- 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

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(それともなうフェンス等の設置も含む)、屋外

※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

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

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を補助した経費を補助。(限度額100万円)

※本補助金に加えて長野県住宅耐震化推進事業補助金(最大50万円)の対応となる場合がございます。

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

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)

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

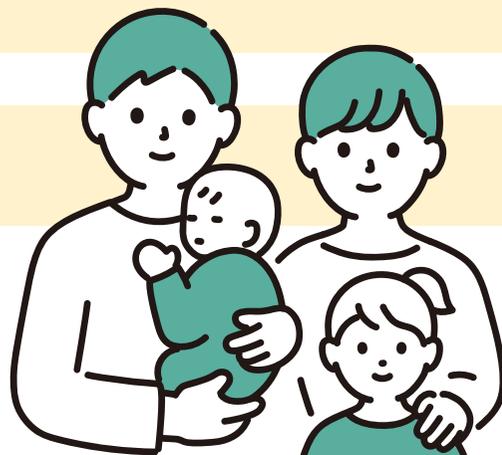
- ・すべての園で未満児保育・長時間保育・一時保育 実施
- ・保育園まで1 km以上離れて場所にお住まいの方は通園バス利用可 (2/3園対応)

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。

