

三大疾患の特徴

むし歯	歯周病
<ul style="list-style-type: none"> <li>歯の質、食べ物（糖質）、ミュータンス菌の3つの要素が重なることでむし歯が作られる。</li> <li>過去に治療した詰め物やかぶせた冠のまわりにプラークが付着しやすく、むし歯になる。（二次う蝕）</li> <li>年齢を重ねると歯ぐきがさがり、歯の根が露出することでむし歯になる。（根面う蝕）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>プラークの中の歯周病菌により歯を支えている組織が壊れていく病気。</li> <li>自覚症状が少ない。初期症状は、歯茎の腫れ、出血などが見られる。</li> <li>心臓病や糖尿病を悪化させることや、胎児の成長に影響し、早産の原因になる可能性がある。</li> </ul>



歯とお口の健康をむし歯と歯周病から健康を守るために

歯と口の中が健康だといえることがたくさんあります。例えば、①食事がおいしく食べられる②肥満や生活習慣病そして誤嚥性肺炎予防などの予防につながる③発声がはつきりし、表情が明るく豊かになる④脳が活性化し、などが挙げられます。さらに、歯と口の中の健康状態は、身体と心の健康とも深いつながりがあります。

健康いっやま



「むし歯」と「歯周病」の予防はセルフケアとプロフェッショナルケア

むし歯と歯周病の予防するためには、原因となるプラークを毎日の歯磨きでしっかりと取り除くことが大切です。そのためにも、毎日のセルフケア

歯とお口の三大疾患「むし歯」と「歯周病」

むし歯と歯周病はプラーク（歯垢【しこう】）が原因で起こります。プラークが歯に付着したままになると、原因菌が増殖し、歯やお口の中で悪さをし、日常生活にも大きな影響をおよぼしかねません。

今では、大人の8割以上が歯周病といわれ、9割がむし歯を持つていると言われています。

【お問合わせ】  
保健福祉課健康増進係  
☎3111 内線174

今回の担当は  
小林里希子 保健師 でした

アが重要になります。

プラークを効果的に取り除くためのセルフケアポイント

①口や歯の状態に合わせた歯ブラシ（デンタルフロス、歯間ブラシ）を使用する②手鏡などを使用し歯並びに応じて磨き、磨き残しのないよう工夫する。③食後・特に就寝前の歯磨きをしっかりと行う。

セルフケアをしても、意外と磨けていない場所があったり、歯やお口の中の変化に気づけないことがあったりします。そのため、定期的に歯科医や歯科衛生士など、専門家に歯を点検してもらうこと（プロフェッショナルケア）も大切になります。

歯とお口の健康を守ることは、身体と心の健康につながります。日々の歯科習慣を心掛けていきましょう！

むし歯と歯周病を予防するためには日々のケアが大切です。

乳 幼児健診 予防接種 7月

会場：飯山市保健センター ☎ 62-3111 内線 181・174

ママサポートプログラム

対象者：出産後～生後1歳までのお子さんをお持ちのお母さん（お誕生日の月末まで参加できます）

時間：9:45～11:30（9:30開場）

●申し込みは必要ありませんので、お気軽にお越しください。

7月	mamaとbabyのしあわせトーク	ママのリラックスストレッチ	健康相談（母乳相談）	学習メニュー
	5日☎	12日☎	19日☎	26日☎

離乳食教室

日時：7月10日☎ 14:00開始

対象者：平成29年2月生まれ

予防接種

◆四種混合  
接種日：7月6日☎  
対象者：平成22年1月8日～平成29年4月7日生まれの方

◆日本脳炎  
接種日：7月11日☎  
対象者：平成22年1月13日～平成26年7月12日生まれの方

接種日：7月20日☎  
対象者：平成22年1月22日～平成26年7月21日生まれの方

持ち物：母子健康手帳、予診票（記入を忘れずに）  
受付時間：13:15～13:50



※母乳相談は予約制です。

乳幼児健診 受付：13:00～13:30

4カ月児	7月5日☎	平成29年2月生まれ
10カ月児	7月12日☎	平成28年7.8月生まれ
1歳6カ月児	7月19日☎	平成27年12月生まれ
2歳児	7月3日☎	平成27年6月生まれ
3歳児	7月26日☎	平成26年6月生まれ



いいやま愛 (i) ナビ を活用ください  
☆予防接種スケジュール自動作成機能搭載など子育てに役立つ情報が満載

いいやま愛 (i) ナビ 検索  
もしくは右のQRコードから



Eひと発見!

いいひと はっけん #135  
E(エ)ネルギッシュな E(イー)ヤマの皆さんを紹介します

市内でカメラを回す奥原さんを見かけたら、温かい声をかけてください。

奥原さんは、新潟市出身。学校を卒業後、神奈川県でテレビCMを制作するための裏方の仕事をしていました。昨年、飯山市出身の奥さまと結婚され、この春、飯山市に移住してきました。

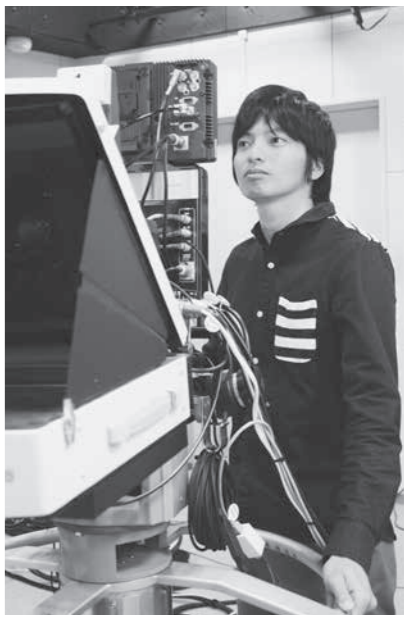
飯山市の印象についてたずねると、「草花や山の木々が深そうです。それでも「先輩方のカメラの動き、編集の仕方などを参考にしてもっとも」と技術を高めていきたいんです」と向上心を持って取り組んでいます。

6月の風のような、さわやかな笑顔が印象的な奥原さんは、この4月からインターネット飯山のスタッフとして市内を駆け回っています。

仕事を始めて2カ月が経ち、最近は一人で取材に行くことが多くなった奥原さん。取材してきたことを編集し、一つのニュースにまとめるまでが一連の仕事の流れです。入社当時は多かった先輩方からの指摘が、最近は少なくなり、それが自信につながっているそうです。

奥原さんは、新潟市出身。学校を卒業後、神奈川県でテレビCMを制作するための裏方の仕事をしていました。昨年、飯山市出身の奥さまと結婚され、この春、飯山市に移住してきました。

奥原光博さん 木島地区



先輩方の仕事を良く見て技術を盗んでいきたい

■平成28年度の相談件数から

平成28年度も市民の皆さまから市消費生活センターへ様々な相談が寄せられ、相談件数の合計は83件（27年度は105件）となりました。そのうち多くの相談が寄せられるものとして、通信販売、店舗購入、訪問販売、電話勧誘販売など物品の購入（契約）に関する相談が挙げられます。これらは、県が設置している北信消費生活センターに寄せられた相談件数からも同様のことがいえます。

相談者の多くは60歳代以上で、各種の詐欺や訪問販売に関する事で相談されるケースが多く見られます。高齢者世代でない方からの相談もありますが、若い世代の方になると、インターネットが関連した相談が多くなる傾向があります。

■市内でも被害が出ています

寄せられる相談の多くは、不審なメールが届いたり不審な訪問や電話があった段階で「こんな状況だどうすれば良いだろうか？」という内容

安心安全 消費生活 第20回

飯山市消費生活センター (市役所生活環境係内) ☎ 62-3111 (内192)



ですが、市内でも実際に被害が出てくるケースもありました。

その1つに、訪問して来た業者の話を断りきれず高額の商品をいくつも購入してしまったというケースがありました。業者は消費者の不安をおおるようなことを話しながら、商品の購入やサービスの契約を迫ってくるため、どうしても断りきれずに購入（契約）してしまつたという事例です。何か1つだけというつもりが、業者はこれに付け込んで次々と話を持ちかけるため、2つ目、3つ目と品物を購入してしまうことにつながってしまいます。

■今後も消費者問題啓発に努めます

市消費生活センターでは、消費者被害の発生を防ぐため、また市民の皆さまへの情報伝達のため、今後も市報や防災無線、チラシ等を使いながら啓発に努めてまいります。

また、市で行っている各種出前講座には消費者問題のメニューもありますので、集落で開催される会議や行事に合わせて計画してみたいかがでしょうか。開催ご希望の際は、市消費生活センターまでご相談ください。

また、市役所などの公的機関の職員をかたり保険料や医療費等の還付があるという電話をし、その後も電話で指示しながらATMへ誘導し操作させてお金を振込ませるといふ、いわゆる「還付金詐欺」のケースもありました。還付金がATMを経由して支払われるというのではないのです。ATMの操作に不慣れな高齢者をターゲットに、急がないと還付金が受け取れなくなるなど、気持ち焦るような話をされて巧みに誘導されてしまったものと考えられます。

## ハローワーク 北信地域求人情報 6月分

掲載する情報を「求人情報」のみにしぼり、飯岳地域一帯の情報を掲載しています。

■有効求人倍率（ ）内は前月（※臨時・季節職員を除く）  
 全数 3月 1.54倍 (1.71)  
 うち常用・パート 3月 1.36倍 (1.40)

■お問い合わせは 飯山公共職業安定所 ☎ 62-8609

職種	数	年齢	賃金(万円)	事業内容	就業場所
一般事務	1	40歳以下	14.0～16.0	一般廃棄物処理業	飯山市
営業	1	59歳以下	17.0～40.0	農畜産物・水産物卸売業	野沢温泉村
一般土木作業員	2	59歳以下	18.4～35.0	土木工事業	飯山市
一般事務	1	不問	14.2	電子計算機・同附属装置製造業	飯山市
野菜菜漬け製造全般・管理	3	40歳以下	14.7～15.0	農産保存食料品製造業	木島平村
防水・塗装作業	5	不問	17.6～33.1	塗装工事業	木島平村
配管工	1	64歳以下	20.0～30.0	管工事業	飯山市
一般土木作業員	2	40歳以下	17.2～20.0	土木工事業	飯山市
大型貨物自動車運転手	1	59歳以下	18.5～19.9	一般貨物自動車運送業	木島平村
看護師	1	不問	22.0～30.0	医療に附帯するサービス業	飯山市
とび職	2	59歳以下	17.6～31.6	とび・土工・コンクリート工事業	飯山市
半田修正・組立検査	5	45歳以下	15.7～16.9	電子デバイス製造業	飯山市
土木作業員	1	64歳以下	19.8～26.4	土木工事業	飯山市
貸切バス運転手	1	18歳～64歳	23.0～32.0	一般乗用旅客自動車運送業	飯山市
看護師・准看護師	2	61歳以下	20.5～26.0	病院	飯山市
ガソリンスタンド店員	1	不問	時給770～800円	燃料小売業	飯山市
食品の配送	1	59歳以下	時給900～1,300円	農畜産物・水産物卸売業	野沢温泉村
野菜菜漬け製造全般・管理	3	不問	時給800円	農産保存食料品製造業	木島平村
きのこ生産作業全般	2	不問	時給900～900円	一般貨物自動車運送業	飯山市
配達および準備(青果)	1	不問	時給800～900円	野菜・果実小売業	飯山市
夜間宿直職員	1	18歳以上	時給1,000円	老人福祉・介護事業	木島平村
倉庫の管理	1	59歳以下	時給800～1,200円	農畜産物・水産物卸売業	野沢温泉村
接客・厨房調理係	2	不問	時給800～860円	すし店	野沢温泉村
交通誘導警備員	6	18歳～64歳	時給812円	警備業	北信地区
ホール係	2	不問	時給880～900円	食堂・レストラン	飯山市
コンビニ店員	5	不問	時給820～1,050円	その他の各種商品小売業	飯山市
パチンコ店員	2	18歳～64歳	時給1,225～1,445円	遊戯業	飯山市
看護師・保健師	2	不問	時給1,266円	その他社会福祉・社会教育・保健業	飯山市
工場内作業	2	59歳以下	時給770円	洗濯業	飯山市
野菜・きのこ包装・梱包作業	2	不問	時給780円	農畜産物・水産物卸売業	飯山市

**全国版インターネットサービスのご利用を**  
 インターネットでご覧のハローワークの求人情報を下記のアドレスから検索できます。  
<https://www.hellowork.go.jp>

## 飯山市国際交流員 シヤノンのなにぬねノンちゃん日記♪

### ⑩ チャンスを生かせば、1人でも英語が上手になれる!

英語を1人で勉強したいと思っても、相手や先生がいなければ難しく、無理だと考えてしまうことが多いと思います。しかし、絶対に無理ではなく、相手はいなくても実際に英語を勉強する方法がありますよ!英語学習には、【読む】【書く】【聞く】【話す】といった4種類の方法があるので、1つずつ方法を見てみましょう。

**【読む】**  
 たくさん読むことで英語に慣れていきます。また、楽しく読むために、興味のある本や雑誌を読んでみましょう。子どもは好きな本を、初級レベルの方は簡単な英字新聞、例えばニューヨークタイムスの「The Times in Plain English」か「The Learning Network」がおすすめです。知らない単語を辞書で調べながら読むと、次に同じような本や雑誌を読むときに少しずつわかるようになります。わかるようになると読むことが楽しくなり、読解力もぎつとアップすると思います!

**【聞く】**  
 テレビと映画等、英語を聞くものいろいろあります。今はネットのおかげで、英語のメディアに簡単にアクセスできるようになりました。例えば外国の映画など、英語音声で聞くことに自信がなければ、日本語字幕を見ながら聞くことも良い勉強だと思います。次に、少し自信ができたなら日本語字幕を英語字幕に変えて聞く読解力もアップします。また、同様に好きな日本の映画などを英語吹替で聞くことも良いでしょう。好きな本と同じように、話がわかれば全ての言葉がわからなくても想像ができて、なんとなく意味が理解できるようになりますよ!

**【書く】**  
 今の時代はペンと紙だけではなく、書く機会がとても幅広いと思います。Lang-8というインターネットサイトでは自分の書いた文書を直してくれたり、アドバイスをくれるネイティブスピーカーがいます。こうしたサイト等はたくさんあり、本物の英語を使って交流できるでしょう。他には、ブログや日記を書く、生活でよく使う言葉をたくさん練習できます。読んだ本などで見つけた新しい文法や言葉を使ってみてくださいね!

**【話す】**  
 話すことは一番難しいと思います。ただ、今の時代はオンライン英会話やスカイプ等によって、外国にいる人とどこでも英語が話せるようになります。また、たとえ相手がいなくても1人で練習することもできます。そんな時は、正しい発音をするため鏡やテープレコーダーを使うことをお勧めします。唇と発音の違いに気づけるからです。ドラマの台詞をマネして話したり、音楽を聞いて歌ったりすることもお勧めです。

身近に外国人がいなければ外国語を勉強しようと思うことはあまりないかもしれませんが、外国語を勉強することは無駄ではありませんし、外国人観光客などが増えている中、外国語を使う機会が増えると思います。勉強する時に一番大事なことは、興味のあることについて勉強することです。楽しく、飽きずに続けられると思うので、がんばってみてください!今度、英語を勉強する方法やアプリケーション、コミュニケーションの取り方について書いてみたいと思っていますので、ぜひ読んでみてくださいね!

## Data file

### 岳北消防本部 出件件数【5月】

	飯山市	木島平	野沢温泉	栄	応援協定区域	管轄外	計
火災	1	0	0	0	0	0	1件
救助	3	0	0	1	0	0	4件
救急	101	25	16	26	4	0	172件

今月の標語：確認が防火に繋がる 第一歩

### 飯山市内の交通事故件数 (1月から累計)

	事故発生件数	死者	傷者
5月末	34	1	40
前年同期	19	1	22

交通安全の標語：思いやり 乗せて信濃路 咲く笑顔

### エコパーク寒川 ごみ処理量

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
5月	450㌧	34㌧	484㌧	14㌧
前年同月比	101%	116%	102%	108%

「もえるごみ 分ければ資源 リサイクル」  
 ごみの分別(プラ・古紙)にご協力ください。

### 飯山市の気象【5月】

平均気温	16.3℃ (+1.1℃)	※データは長野地域気象観測月報による。観測地点は飯山地域気象観測所(小沼)。( )内は平年比。
最高平均気温	23.3℃ (+1.3℃)	
最低平均気温	9.8℃ (+0.7℃)	
日照時間月計	217.4時間 (114%)	
降水量月計	63.5 mm (83%)	

### 飯山市の人口と世帯 (5月31日現在)

総人口	男	女	世帯数
21,630人 (-23人)	10,531人 (-9人)	11,099人 (-14人)	8,048 (-1)
出生：6人 死亡：22人 転入：48人 転出：55人			

( )内は前月との増減。住民基本台帳による

### 利融通情報 (不用品の交換)

◆譲ります (無料)  
 ポータブルトイレ① 自転車用チャイルドシート①  
 ジュニアシート① シルバーカー① 幼児用すべり台①  
 ローチェスト① ローボード①

◆譲ります (有料)  
 乗用トラクター前輪タイヤ② 農業用ホース②

◆譲ってください (無料)  
 幼児・低学年用自転車 (多数) 波トタン (多数)  
 ブルーヒーター① パラボラアンテナ① ミニディスク (多数)  
 シルバーカー (コンパクトタイプ) ①

◆譲ってください (有料でも可)  
 保冷庫① 男子学生服 (上下・詰襟) ① 三脚① 衣装ケース①

※掲載期間は6ヵ月間。市民環境課生活環境係 (☎ 62-3111 内線192) まで連絡いただくと、掲載品登録者を紹介しますので、当事者間で交渉をしてください。なお、品物の引き渡し後に生じた問題は当事者間で解決してください。市民環境課ホームページでも写真入りで掲載しています。

### 市内空間放射線量測定値 市民環境課生活環境係

5月中の市内空間放射線量測定値を公表します。すべての幼稚園、保育園、小・中学校で測定しましたが異常はありませんでした。各学校その他の観測位置点の数値はホームページで確認できます。

施設名(地区名)	測定日	天候	測定区分	測定値
飯山市役所(飯山)	5/31	曇	1m	0.05 μSv
(旧)岡山小学校(岡山)	5/31	曇	1m	0.07 μSv

## 防災ナビ



### 第134回 地震への備え

◆ 自然災害はいつ発生するかわからないものですが、中でも地震はある日突然やってくるため日頃からの準備がとても大切です。

①身の安全の備え  
 ◆家具類の転倒・落下・移動防止対策をしておく  
 ・家具等の固定や避難に支障のないよう配置をしておく  
 ◆けがの防災対策をしておく  
 ・避難に備えてスリッパやスニーカー、懐中電灯などをすぐ使える場所に置いておく。  
 ◆家屋や塀の強度を確認しておく  
 ・家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておく。また、塀も倒れないよう補強をしておく。

②初動対応の備え  
 ◆消火の備えをしておく  
 ・火災の発生に備えて消火器の準備や風呂の水のくみ置きをしておく。

◆火災発生時の早期発見と防止

③確かな行動の備え  
 ◆家族で話し合っておこう  
 ・家族が離れ離れになった場合の安否確認の方法や集合場所などを決めておく。  
 ◆地域の危険性を把握しておく  
 ・地域の防災マップに加えて、わが家の防災マップを作っておく。  
 ◆防災知識を身につけておく  
 ・新聞、テレビ、ラジオやインターネットなどから、防災に関する情報を収集し、知識を身につけておく。  
 ◆防災行動力を高めておく  
 ・防災訓練に参加して、身体防護、出火防止、初期消火、救出、応急救護、通報連絡、避難要領などを身につけておく。



1	土	第42回飯山市ちびっ子野球大会(長峰多目的グラウンド)【2日まで】
2	日	第15回飯山パドミントン交流会(市民体育館)
3	月	市職員(初級・一般事務)募集開始【8月2日まで・11ㄱ参照】
4	火	障がい者等の権利擁護相談会 13:30~16:00(飯山市福祉センター) 飯山市福祉医療費特別給付金 受給者証更新手続日【5日まで・6ㄱ参照】
5	水	第33回飯山市ゲートボール連盟設立記念大会(長峰多目的グラウンド)
6	木	
7	金	
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	いいやまアンチエイジング&メタボ対策研究会講習会【12ㄱ参照】 取引・証明用「はかり」定期検査(瑞穂・木島)【12ㄱ参照】
12	水	取引・証明用「はかり」定期検査(岡山・太田)【12ㄱ参照】
13	木	第16回飯山市議長杯市民マレットゴルフ大会(長峰マレットゴルフ場) 取引・証明用「はかり」定期検査(常盤・柳原)【12ㄱ参照】
14	金	取引・証明用「はかり」定期検査(市役所)【12ㄱ参照】
15	土	市民プールオープン【12ㄱ参照】
16	日	第52回飯山市剣道大会(市民体育館) 第23回みゆき野生生涯野球大会(市営野球場・長峰多目的グラウンド)
17	月	〈海の日〉 第44回高社卓球選手権大会(市民体育館)
18	火	
19	水	障がい者等の権利擁護相談会 9:30~12:00(飯山市福祉センター)
20	木	総合相談 9:00~15:00(飯山市福祉センター)【右記参照】
21	金	
22	土	
23	日	飯山市民交流テニス大会(市営庭球場) 第10回クラブチームバスケットボール大会(市民体育館)
24	月	
25	火	
26	水	
27	木	出張年金相談 10:00~12:00、13:00~15:00(飯山商工会議所)(要予約) もの忘れ相談会 13:30~15:30(飯山市福祉センター)(要予約)
28	金	廃食用油・古着の回収 9:00~11:00(市役所西側車庫)
29	土	第16回JA長野みゆき元気カップ少年野球大会(長峰多目的グラウンド)【30日まで】
30	日	
31	月	臨時福祉給付金(経済対策分)申請期限【8ㄱ参照】

### 7月の税金など

(納期限 7月31日)

固定資産税・・・2期  
国民健康保険税・・・1期  
介護保険料・・・4期  
後期高齢者医療保険料・・・1期  
上下水道使用料・・・5月分  
保育料・・・7月分  
CATV、インターネット使用料・・・7月分

口座振替日 7月26日(水)

### 土曜日の証明窓口

【発行日】  
毎週土曜日(ただし祝日を除く)

【受付時間】  
8:30~12:00

【発行できる証明の種類】  
・住民票の写し  
・戸籍の謄・抄本  
・印鑑登録証明書

【受付窓口】  
市役所1階 市民環境課窓口

### 総合相談

婦人相談や、人権・家庭相談、行政相談、経営法律相談など無料でご相談いただけます。

【相談日時】  
7月20日(木) 9:00~15:00  
(11:00~15:00は弁護士による無料法律相談、経営法律相談があります)

【会場】飯山市福祉センター(本町)  
【問合せ先】飯山市社会福祉協議会 ☎62-2840

◇人権相談  
月~金曜日(祝日除く)  
8:30~17:15  
法務局飯山支局 ☎62-2302

◇家庭児童相談・教育相談  
月~金曜日(祝日除く)  
教育委員会事務局 家庭児童・教育相談室(市役所1階)

◇女性相談  
月~金曜日(祝日除く)  
人権政策課男女共同参画係  
(相談専用電話番号 080-1080-9924)

◇心配ごと相談  
毎週水曜日 9:00~12:00  
飯山市福祉センター(要予約)

◇人権福祉総合相談  
月~金曜日(祝日除く)  
8:30~17:00  
いいやま人権福祉センター

◇いじめ電話相談  
月~金曜日(祝日除く)  
9:00~17:00  
☎62-3111 内線 100(いじめ相談専用) 飯山市教育委員会

◇障がい者等の権利擁護相談会  
【日時】7月4日(火) 13:30~16:00  
7月19日(水) 9:30~12:00  
【会場】飯山市福祉センター  
【問合せ先】北信圏域権利擁護センター ☎0269-26-2266

### 自衛官募集

自衛隊長野地方協力本部 ☎026-235-6026

【航空学生】高校卒業後、大空で活躍するパイロットになる最短コース

- 資格：高校卒業(見込含む)、21歳未満(空白)23歳未満(海自)の方
- 受付：7月1日(土)~9月8日(金)
- 試験日  
一次：9月18日(月)  
二次：10月17日(火)~22日(日)のいずれか1日  
三次：11月18日(土)~12月21日(木)のいずれか1日

【一般曹候補生】自衛官の中核となる自衛官を目指す。幹部自衛官への道も

- 資格：18歳以上27歳未満の方
- 受付：7月1日(土)~9月8日(金)
- 試験日  
一次：9月16日(土)・17日(日)のいずれか1日  
二次：10月7日(土)・8日(日)のいずれか1日

【自衛官候補生】自衛官の第一線で技能と体力を一心に磨く任期制自衛官

- 資格：18歳以上27歳未満の方
- 受付：男女ともに年間を通して行っています。
- 試験日  
男子：受付時にお知らせいたします。  
女子：9月24日(日)・10月15日(日)

### 今年は3種類!!「サマージャンボ」「サマージャンボミニ」「サマージャンボプチ」が7月18日から発売

公益財団法人 長野県市町村振興協会 ☎026-234-3611

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

【サマージャンボ】《1等》5億円×20本  
発売総額 600億円・20ユニットの場合  
《前後賞各》1億円×40本  
発売総額 600億円・20ユニットの場合

【サマージャンボミニ】《1等》1億円×45本  
発売総額 270億円・9ユニットの場合

【サマージャンボプチ】《1等》100万円×5,000本  
発売総額 150億円・5ユニット

●発売期間 7月18日(火)~8月10日(木)  
●抽選日 8月20日(日)  
※昨年のサマージャンボ、サマージャンボミニ 7000万の時効(平成29年8月14日(月))が迫っております。

### 「全国一斉不動産表示登記無料相談会」開催

長野県土地家屋調査士会事務局 ☎026-232-4566

土地の境界、登記に関する悩みや建物に関する登記等の悩みをお持ちの方、下記日時で全国一斉不動産表示登記無料相談会を開催いたしますのでご利用ください。

【日時】7月29日(土) 13:00~17:00  
※相談時間は1件30分まで

【会場】中野市中央公民館(中野市三好町一丁目4番27号)  
【その他】当日は混雑も予想されます。あらかじめ上記までご予約いただいてからお越しください。

### 上級救命講習会 受講者募集

岳北消防本部飯山消防署 ☎62-0119

岳北消防本部では、地域の皆さんにより多くの応急手当の知識と技術を身につけていただくため「上級救命講習会」を開催します。

【日時】8月6日(日) 8:30~17:30  
【場所】岳北消防本部 飯山消防署 講堂  
【内容】応急手当の重要性(AEDを含めた心肺蘇生法、止血法、異物除去、傷病者管理法、外傷の手当など)  
【定員】30名(定員になり次第締め切ります)  
【受講料】無料  
【申込締切】7月31日(月)  
【その他】実技のできる服装で参加ください。筆記用具、昼食等は各自で用意してください。講習修了者には【上級救命講習修了証】を交付します。

### 放送大学 10月入学生募集

放送大学長野学習センター ☎0266-58-2332

放送大学では平成29年度第2学期(10月入学)の学生を募集中です。  
放送大学はテレビ等の放送やインターネットを通して学ぶ通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、教養を深めたい、仕事のスキルアップをしたいなどさまざまな目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。  
【出願期間】6月15日(木)~9月20日(水)  
お気軽に長野放送大学長野学習支援センターまでお問い合わせください。資料も無料でさしあげています。  
【ホームページ】http://www.ouj.ac.jp/

### 「法定相続情報証明制度」が始まりました

長野地方務局 ☎026-235-6645

5月29日から全国の法務局において、各種相続手続に利用することができる「法定相続情報証明制度」が始まりました。

この制度は、法定相続人が誰であるのかを登記官が対外的に証明するものです。この制度を利用することで、各種の相続手続(相続登記や預金の払戻し等)において、戸除籍謄本等の代わりに提出することが可能となり、複数の手続を同時に進めることができるようになります。

詳しくは法務局ホームページまたは長野地方務局へお問い合わせください。

### 「平成29年度教科書展示会」開催

北信教育事務所 ☎026-234-9550

教科書展示会は、県教育委員会が教育関係者や保護者、地域の方々等広く県民に教科書をご覧いただき、理解を深めてもらうことを目的として実施しているものです。

【展示場所】飯水教育会館  
【展示教科書】小学校・中学校  
【展示期間】6月30日(金)~7月14日(金)  
【開館時間】平日9:00~17:30  
※今年から「道徳」の教科書も展示されます。