

イーひと発見!

いいひと はっけん # 150

E(エ) ネルギッシュな
E(イー) ヤマの皆さんを紹介!

太田 貴晃 さん (右)
太田 悟 さん (左)
常盤地区

飯山市消防団第7分団第3部
ここで終わらせたくない
歴代のバトンを兄弟で繋ぐ



7月に行われた北信消防協会ポンプ操作大会の小型ポンプ操作の部で、兄弟で出場し優勝しました。その後の県大会では5位入賞という素晴らしい成績を収めています。

兄の貴晃さんは、3番員でポンプ操作を担当。コックを開いてから筒先から水が出るまでおよそ8秒。県大会で一番早かったということで「県一番の送水名人で言ってもいいかな」と照れながら話してくれました。

弟の悟さんは、自ら志願し今回初めて選手となり、飯山市の大会、北信大会と番員優勝をされています。悟さんは「選手は楽しい。一回やってみたいかった。」と話していました。

太田さん兄弟が所属している第3部(大倉崎区・上野区)では、5年に一度に市の大会に出場しており、歴代北信大会に出場していること。「言われたわけではなく、歴代のバトンをここで途切れさせたくなかった。サポートしていただいた皆さんに感謝したい。この技術を地域住民の生命、財産を守るために生かしたい。」とお二人から話していただきました。

みゆき野かわら版

広域情報

木島平村

幻の滝「樽滝」10月28日 秋の落水

年に2度しか姿を現さない、幻の滝と呼ばれている「樽滝」。高さ50mの岩盤を流れ落ちる美しい滝を見ようと毎回多くの方で賑わいます。近年パワースポットとしても注目され、雄滝と雌滝から成り立つ樽滝は、そのいわれから幸せになれると訪れるカップルもいるほどです。色づいた木々の中を流れ落ちる紅葉の「樽滝」をお楽しみください。

- 日時 10月28日(日) 午前8時30分から午後4時まで
 - 場所 木島平村滝見橋(国道403号沿い)
 - 問い合わせ 木島平村観光協会 電話 0269-82-2800
- ※周辺には駐車場がありませんので、係員の指示に従ってください。



野沢温泉村

御神木伐り出し見学とブナの森散策ツアー

国の重要無形民俗文化財に指定され、毎年1月15日に大勢の見物客でにぎわう「野沢温泉の道祖神祭り」。その社殿を造るための御神木を伐り出す作業の見学と、紅葉のブナ林散策をしてみませんか。参加者には旬のキノコ汁サービスがあります。

- 開催日 10月7日(日)
- 参加費 無料
- 募集定員 50名
- 申し込み等 野沢温泉観光協会 ☎ 0269-85-3155 <http://nozawakanko.jp/>



栄村

栄村文化祭・収穫祭同時開催!!

今年も文化祭と収穫祭を同時開催いたします。芸術の秋と題し、文化祭で心をリフレッシュしていただき、その後食欲の秋として、新米にきのこなど栄村の秋を堪能してみませんか? 大勢の皆さまのご参加をお待ちしております。お気軽にご来場ください。

- 開催日 10月21日(日)
- 場所 栄村村民広場(栄村役場)
- 内容 新米の試食や、特産品の販売、餅つき、太鼓演奏、コンサートなど
- 問い合わせ (文化祭関連) 栄村役場教育委員会 ☎ 0269-87-3118 (収穫祭関連) 栄村役場産業建設課 ☎ 0269-87-3113



▲栄村の新米と旬の山菜天ぷら試食会には毎年長蛇の列ができます。お早め!!

いいやま

N P O センター

だより

いいやまNPOセンター事務局 ☎・FAX 62-7030

NPO法人設立講座のご案内

NPO法人を立ち上げて社会貢献活動をしたい方を対象に、NPO法人設立講座が開催されています。

「NPO法人を立ち上げた い!」、「どんな活動だと認められるの?」、「NPO法人設立の手順は?」

そんな疑問にお答えしています。

市民活動をこれから始めようとしている方など、お気軽にご相談ください!

平成30年度NPO法人 設立講座(県庁会場)

▼会場
北信消費生活センター談話室
長野保健福祉事務所庁舎
長野市中御所岡田98-1

▼日程
毎月第2木曜日
午後1時~午後3時40分
※受講の申込みがない場合は、開催しません。

▼講座内容

【第1部】
午後1時~午後2時10分
NPO法人とは(設立要件、メリット・デメリット、責務など)

【第2部】
午後2時10分~午後3時
NPO法人の設立手順(申請書類の作成方法紹介)

【個別相談】
午後3時~午後3時40分
個別相談(事前申込要)

▼申込方法

NPO法人設立講座(県庁会場)受講申込書により、長野県庁県民協働課へFAX、電話またはメールでお申し込みください。

※開催日前週の金曜日午後5時までまでに申込みをしてください。

※受講申込書は、県のホームページからダウンロードできます。

※いいやまNPOセンターにも

受講申込書をご用意していますので、ご利用ください。

NPO法人の立ち上げをお考えの方は是非ご参加ください!

いいやまNPOセンター 交流会を開催しました

8月24日(金)、いいやまNPOセンター交流会を開催しました。

普段なかなか顔を合わせることもない会員同士、お互いの活動や地域の状況などについて、ざつとばらんに情報交換を行いました。

交流会は、終始和やかな雰囲気の中で行われ、それぞれの活動についての意見や提案が飛び交っていました。

また、今回の交流会についても計画がされ、有意義な時間になりました。

今後も交流会などを通して会員間の情報交換を行いたく思っています。



岳北消防本部
出場件数【8月】



	飯山市	木島平	野沢温泉	栄	広域協定区域	管轄外	計
火災	3	0	0	0	0	0	3件
救助	0	1	0	0	0	0	1件
救急	132	23	19	23	2	0	199件

今月の標語：消したかな 気にする心 消さないで

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
8月末	22	0	29
前年同期	36	0	50

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
8月	471ト	31ト	502ト	15ト
前年同月比	91%	109%	92%	97%

持込みの荷物は落ちていませんか？

エコパーク寒川へ搬入する際は、荷台などからの荷物の落下にご注意ください。

飯山市の気象【8月】



平均気温	25.2℃ (+0.6℃)	※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	31.5℃ (+0.9℃)	
最低平均気温	20.3℃ (+0.2℃)	
日照時間月計	190.4時間 (95%)	
降水量月計	114.0mm (100%)	

飯山市の人口と世帯 (8月31日現在)

総人口	21,224人 (-22人)	男	10,308人 (-6人)	女	10,916人 (-16人)	世帯数	8,048 (+12)
出生：16人		死亡：25人		転入：37人		転出：50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)
チャイルドシート③ ベビーチェア① 唐箕①
ベビーカー③ 折りたたみベッド① 学習机セット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
介護ベッド① 冷凍ショーケース①

◆譲ってください (無料)
波トタン (多数) MDメディア (多数) 食器棚①
ブルーヒーター① パラボラアンテナ① 蒸し器 (蒸籠) ①
エレキギター① 男女ランドセル各① 男女学生服各①

◆譲ってください (有料でも可)
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

8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地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)	8/29(水)	曇	1m	0.05 μSv
(旧)岡山小学校(岡山)	8/29(水)	雨	1m	0.07 μSv

健康 い い や ま

気軽に話してできる人はいますか？

9月は、自殺予防週間です。自殺はかけがえのない人生を終わりにし、ご自身だけでなく家族・友人・同僚・学校の先生・近所の人など、たくさんの方がここからたを痛む悲しいこととです。今回の健康い い や まは、自殺と健康がテーマです。

自殺は、ここが健康ではないから...と考える方は多いと思います。自殺と健康は色濃く関係していると言えますが、実は「自殺の原因＝健康問題」だけではありません。健康にトラブルがあるまでに、たくさんの方が関係しているのです。

はあります。お金のことでとても困っていません。家族、友人、同僚、学校の先生へ。最近になつて体調不良を訴える人が周りにいますか？ 家庭内で気になることはあります。

そこで、生活していく上でチェックしていただきたいポイントがいくつかあります。この記事をお読みいただいている方はラッキーです。この機会に健康のチェックポイントを一緒に考えてみませんか。

健康のチェックポイント

- ◆ちよつとしたことでも話せる人はいますか
- ◆頭によぎった人はいますか
- ◆自分自身を振り返る
- ◆学校での生活はどうですか
- ◆仕事では愚痴を言える同僚または上司がいますか
- ◆夜良く眠れていますか
- ◆理由もなく悲しくなること

学校での様子はどうですか？ 遅刻、欠勤が多くなつてきた方はいますか？ 健康のトラブルは、家族、仕事、友人関係、学校生活、お金といったことから始まるものと言えます。解決のポイントには「ちよつとしたことでも話せる人がいる」「周りの人が気が付ける」です。気付かないうちに感じているプレッシャーは誰でもあります。ちりも積もれば山となるというこわさがあるように、プレッシャーが積み、ここからでも疲れてしまうこともあり、1日5分でも良いので、健康のチェック

ポイントに目を向けていただき、自分自身を振り返ったり、家族や友人のことを考えてみてはいかがでしょうか。自分のこと、他人のこと、「気になる」ことがあれば、保健師にご相談ください。相談会も実施していますので、お気軽にご活用ください。

心HOT(ほつと)相談会

- 月1回開催します。日程等はお問い合わせください。
- 場所 飯山市保健センター
- お問い合わせ 飯山市役所 保健福祉課健康増進係
- 精神保健相談
- 第2月曜日午後1時から(思春期対象)、第4水曜日午後1時から

くらしと健康の相談

- 9月、12月、3月の毎週木曜日午後2時から午後4時まで
- 場所 北信保健福祉事務所
- お問い合わせ 北信保健福祉事務所健康づくり支援課
- ☎6104

【お問合わせ】

- 保健福祉課健康増進係 ☎3111 内線181
- 場所 北信保健福祉事務所
- お問い合わせ 北信保健福祉事務所健康づくり支援課 ☎6104

乳 幼児健診 予防接種 10月

会場：飯山市保健センター ☎62-3111 内線181・174

乳幼児健診 受付：13:00～13:30

4カ月児	10月3日(※)	平成30年5月生まれ
10カ月児	10月10日(※)	平成29年11月生まれ
1歳6カ月児	10月17日(※)	平成29年2・3月生まれ
2歳児	10月1日(月)	平成28年9月生まれ
3歳児	10月24日(※)	平成27年9月生まれ

ママサポートプログラム 時間：9:30開場 10:00～11:30

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(お誕生日月の月末まで参加できます)(申込不要 ※母乳相談は予約が必要です。)

10月	mamaとbabyのしあわせトーク 3日(※)	ママのリラク ストレッチ 10日(※)	離乳食のおはなし 17日(※)	健康相談 母乳相談 24日(※)
-----	-------------------------	---------------------	-----------------	------------------

離乳食教室

日時：10月9日(※) 14:00開始
対象者：平成30年5月生まれ

予防接種 受付：13:15～13:50

持ち物：母子健康手帳、予診票(記入を忘れずに)

- ◆日本脳炎
接種日：10月11日(※)
対象者：H23.4.13生～H27.10.12生
接種日：10月30日(※)
対象者：H23.5.2生～H27.10.31生
- ◆四種混合
接種日：10月25日(※)
対象者：H23.4.27生～H30.7.26生

2か月児ママの会

日時：10月26日(金) 14:00～15:30
対象者：平成30年8月生まれ
その月に、生後2か月になるお子さんをお持ちのお母さんのための会です♪対象者にはお知らせが届きます。



いいやま愛 (i) ナビをご活用ください

★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

または右のQRコードから

防災ナビ



第149回
身につけよう！応急手当

私たちは、いつ、どこで、突然のけがや病気におそれるのか分かりません。そんな時に、家庭や職場でできる手当のことを「応急手当」といいます。病院に行くまでに応急手当をすることで、けがや病気の悪化を防ぐことができます。こうした場合に備えて、応急手当の知識を身につけましょう。

- ◆骨折
①出血している場合は、止血する。
- ②添え木などを当て、痛くない位置で固定する。副子(棒や板、傘、ステッキ、段ボール、新聞紙、雑誌、毛布などで、骨折部分を動かさないように固定できるもの)などは骨折部分の上下の関節が固定できる長さのものを使用する。(疼痛防止・悪化防止)
- ③骨が突き出ているときは、直ちに119番通報してください。

◆切り傷などによる出血
①出血しているところを完全に止める。清潔なガーゼや布で強く押さえて止血する。(圧迫止血)

②患部を清潔に保ち、包帯などを巻く。(被覆包帯)
③直接血液に触れないようにビニール・ゴム手袋やレジ袋を利用する。(感染防止)

◆やけど
①水道水などきれいな流水で患部を十分に冷やす。(冷却)

◆応急手当の注意点
・傷口に直接、綿やちり紙を当てないようにしましょう。
・傷ややけどがひどい場合は、病院でみてもらいましょう。

この他にも心肺蘇生法や、AED(自動体外式除細動器)の使用など様々な応急手当があり、岳北消防本部(☎62-0119)では一般の方を対象とした講習会を受け付けています。興味のある方はお問い合わせください。

10月 情報カレンダー

1	月	
2	火	
3	水	
4	木	
5	金	
6	土	司法書士無料法律相談会 14:00～16:00 (飯山市福祉センター) 北信中体連新人大会 (野球) (市営球場) 【7日まで】
7	日	第45回飯山市駅伝大会 第38回市民弓道大会兼昇段昇格祝射会 (弓道場) 第58回飯山市長杯争奪バレーボール大会 (市民体育館)
8	月	第52回飯水柔道大会 (武道館)
9	火	障がい者等の権利擁護相談会【右記参照】
10	水	児童手当支給日【14ㄱ参照】 目の愛護デー【10ㄱ参照】
11	木	
12	金	
13	土	第18回いよいよ花フェスタ寺町花街道【13ㄱ参照】【14日まで】 農業用廃プラスチック類回収【10ㄱ参照】 第11回中高飯水カップバレーボール大会中学生の部 (市民体育館) 中体連地区新人大会 (剣道) (トピアホール)
14	日	斑尾高原トレイルランニングレース 2018
15	月	
16	火	
17	水	第27回飯山市教育長杯市民マレットゴルフ大会 (長峰マレットゴルフ場)
18	木	
19	金	
20	土	中体連地区新人大会 (バスケットボール) (市民体育館) 【21日まで】
21	日	
22	月	総合相談【右記参照】
23	火	障がい者等の権利擁護相談会【右記参照】
24	水	結核二次検診【10ㄱ参照】
25	木	出張年金相談 10:00～15:00 (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) 結核二次検診【10ㄱ参照】
26	金	廃食用油・古着の回収 9:00～11:00 (市役所西側車庫) 結核二次検診【10ㄱ参照】
27	土	
28	日	飯山市長選挙・飯山市議会議員一般選挙 (予定) 第16回秋桜杯家庭婦人バレーボール大会 (市民体育館)
29	月	
30	火	
31	水	

10月の税金など (納期限 10月31日)

市・県民税・・・3期
国民健康保険税・・・4期
介護保険料・・・7期
後期高齢者医療保険料・・・4期
旧統合簡水・斑尾簡水・・・8.9月分
上下水道使用料・・・10月分
保育料・・・10月分
CATV、インターネット使用料・・・10月分
口座振替日 10月26日(金)

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】
10月22日(月) 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
いよいよ人権福祉センター
- ◇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】10月9日(火) 9:30～12:00
10月23日(火) 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

ハローワーク

北信地域求人情報 9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・季節求人を除く)
全数 6月 1.37倍(1.30)
うち常用・パート 6月 1.31倍(1.28)
- 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
大工、大工見習い	2	18歳～59歳	15.0～30.0	一般土木建築工事業	飯山市
介護員	2	18歳～59歳	20.2～26.7	老人福祉・介護事業	木島平村
防水・塗装作業(見習い可)	5	不問	33.1～37.5	塗装工事業	木島平村
現場作業員及びオペレーター	2	64歳以下	17.8～24.5	土木事業(舗装工事業を除く)	野沢温泉村
電気工事作業員	2	44歳以下	17.5～27.0	電気工事業	木島平村
タクシードライバー	2	18歳以上	18.0～25.0	一般乗用旅客自動車運送業	野沢温泉村
旅館業務全般	1	不問	16.5～16.5	旅館、ホテル	野沢温泉村
生産管理者	1	59歳以下	18.0～25.0	工業用プラスチック製品製造業	飯山市
ぶなしめじパッケージ	2	64歳以下	15.0～15.0	その他の食料品製造業	栄村
フロント業務	1	64歳以下	18.0～25.0	旅館、ホテル	野沢温泉村
グループホーム介護員	1	60歳以下	18.4～22.9	老人福祉・介護事業	木島平村
重機オペレーター	1	59歳以下	20.0～35.0	土木事業(舗装工事業を除く)	飯山市
現場作業・現場管理	1	59歳以下	18.0～28.0	一般土木建築工事業	飯山市
貸切バス運転手	1	18歳以上	20.0～25.0	一般乗用旅客自動車運送業	栄村
成形オペレータ	2	50歳以下	18.0～23.0	工業用プラスチック製品製造業	栄村
パソコンの製造	3	不問	時給800円	電子計算機・同附属装置製造業	飯山市
訪問介護職員	1	64歳以下	時給1,100円	老人福祉・介護事業	飯山市
きのこ(なめこ)収穫・パッケージ作業	2	不問	時給900～1,000円	その他の食料品製造業	飯山市、木島平村
介護員	2	不問	時給900～950円	老人福祉・介護事業	木島平村
おやき販売	1	不問	時給900円	その他の食料品製造業	飯山市
旅館業務一般	2	不問	時給1,000～1,100円	旅館、ホテル	野沢温泉村
清掃全般	1	不問	時給900～1,100円	その他の宿泊業	飯山市
野沢菜漬加工現場作業	1	不問	時給800～850円	野菜漬・果物漬・漬物製造業	飯山市
介護職員	1	不問	時給830～1,100円	老人福祉・介護事業	飯山市
経理補助	1	不問	時給850～900円	旅館、ホテル	野沢温泉村
正看護師・准看護師	2	64歳以下	時給1,500円	一般診療所	飯山市
接客係	5	61歳以下	時給820～870円	旅館、ホテル	飯山市
タクシー運転手に係る業務全般	2	不問	時給850～900円	一般乗用旅客自動車運送業	栄村
農作業サポーター	3	不問	時給850円	障害者福祉事業	飯山市
集配	1	不問	時給950～970円	一般貨物自動車運送業	飯山市

全国版インターネットサービスのご利用を

インターネットで日本全国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



① 冒険がはじまるよ～ 自己紹介編

飯山市の皆さんはじめまして。

私は、新しい国際交流員のリアン・チェンです。リアンと呼んでもらえたらうれしいです。オーストラリアのメルボルンから来ました。絵を描くこと、おいしい食べ物を食べるのが好きで、食べ物の写真を撮ることも好きです。どうぞよろしくお祈りします。

まちで私を見かけたらぜひ声をかけてください。そして、おすすめの食べ物やレストラン、観光スポットがありましたら、ぜひ教えてくださいね。

さて、初回のコラムということで、私の出身地について少し紹介したいと思います。メルボルンはオーストラリアの南東にあるビクトリア州の都市で、コーヒーとカフェ、そして変な天気で有名なところ。メルボルンは、一日の中に四季があるといわれるほど急に気候が変わります。日本に来る直前オーストラリアは冬でしたが、春のようにとっても温かい一週間でした。また、時々真夏なのにひょうが降ることもあります。とても変な天気だと思いませんか？

メルボルンの冬は寒いけど雪が全く降らないので、飯山で一番楽しみにしているのは雪を見ることです。飯山の冬がとても楽しみです。メルボルンで雪を見なければ、4時間以上も運転してマウント・ブラー(Mount Buller)という雪山に行くしかありません。でも、マウント・ブラーの雪はふわふわな雪ではなく、氷みtainな雪なので転んだらとても痛いんです。

飯山の山や道などが雪に覆われて真っ白になるのがまだ想像できないので、本物のふわふわな雪を見たり、スノースポーツをしたりするのをすごく楽しみにしています。

メルボルンは、とても多文化的な都市です。メルボルンは、先住民とヨーロッパ、アジア、アフリカ諸国の移住民で構成されていて、町の中にはなんと約140もの文化があります。そのおかげで色々な国の食べ物を食べることができます。最近、特に台湾のタピオカドリンクが人気になっていて、日本の抹茶系ドリンクやスイーツもとても人気になってきました。皆さんもいつかぜひメルボルンに行ってみてくださいね。

国際交流員として働く外国人は、国際交流員になる前に日本に住んでいた経験がある人が多いです。私のように日本に住んでいた経験がない人は珍しいです。ですので、今は日本の文化を一生懸命に勉強しています。

社会人として働くことも、コラムを担当することも初めての経験です。楽しいコラムが書けるように、そして、これから飯山でたくさん国際交流ができるように頑張りたいと思います。

皆さん、これからどうぞよろしくお祈りします♪

