

岳北消防本部出動回数 3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	2	0	0	0	0	0	2件
救急	82	12	38	10	12	0	154件
今月の標語：ガス・油・電気・タバコに 防火の目							

飯山市内の交通事故件数 (1月からの累計)

	人身事故件数	死者	傷者
3月末	51	1	74
前年同期	36	0	48
今月の標語：その駐車 あなた以外が 困ってる			

千曲川表流水の水質検査結果 (3月7日採水)

検査項目	環境基準	3月の測定値
pH	5.8～8.6	7.0
BOD	2.0以下	0.5未満

ppm は、100 万分の 1

岳北クリーンセンターごみ処理量

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
3月	508トン	42トン	550トン	16トン
前年同月比	103%	123%	105%	99%

H17年度は、プラごみ分別を始めたH15年度より、燃えるごみが約270トン増加しました。春になり雪が解けると、ごみが大量に出てきます。できる限り分別を進めましょう。



△保育園の入園式の日、お母さんに手を引かれてやってきたちびっ子たち。玄関では、お母さんに世話を焼いてもらい、上履きを履く微笑ましい光景が。(4月4日、しろやま保育園で)

飯山市の気象 3月

平均気温	1.3℃ (－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)。 ()内は平年との比較 積雪量は昨年同期
最高平均気温	6.5℃ (±0℃)	
最低平均気温	－3.7℃ (－1.2℃)	
日照時間月計	149.8 時間	
降水量月計	127 mm (123%)	
積雪量 (3月31日)	102cm (70cm)	

飯山市の人口と世帯 (4月1日現在)

 総人口 25,625 人 (－130 人)	 男 12,366 人 (－68 人)	 女 13,259 人 (－62 人)	 世帯数 8,179 (－25)
出生：15 人	死亡：34 人	転入：105 人	転出：217 人
()内は前月との増減。住民基本台帳による			

納め忘れがあると
保険料を納め忘れたままにしておくと、老後に受取る年金(老齢基礎年金)が減ったり、受けられない場合があります。
そのほか、障害や死亡といった「万が一」のときに受けられる、障害基礎年金や遺族基礎年金も、保険料の未納が一定期間以上あると受けられません。
口座振替のご利用を
社会保険事務所では、納め忘れのない「便利・確実・安心」な口座振替のご利用

年金出張相談所の開設について
毎月、長野北社会保険事務所による年金出張相談所が、飯山商工会議所で開設されます。各月の日程は市報の19ページ「情報カレンダー」に記載しておりますので、ぜひご利用ください。

ご不明な点は
◇長野北社会保険事務所 0266(244)4100
◇市役所市民課国保年金係 0263111 内線152
までお問い合わせください。
困難なときには
経済的な理由などで保険料を納めるのが困難な方は、保険料納付が免除または猶予される制度があります。(前年の所得が一定以下であるなどの条件があります)
をお勧めしています。希望される方は、納付書または年金手帳・口座届出印・預貯金通帳を持参して金融機関、郵便局または社会保険事務所の窓口で手続きをお願いします。

こくみん年金

シリーズ 288

国民年金保険料の納め忘れはありませんか

納期限は翌月末日

国民年金保険料の納期限は翌月の末日になっています。納め忘れの期間があったら、早めに金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは社会保険事務所の窓口で納めましょう。



木島平 リアル パラワールド木島平ミーティング

4月1日・2日、木島平スキー場を会場に「リアル パラワールド木島平ミーティング」が開催されました。パラグライダーメーカー約20社の最新モデル試乗や、国内トップパイロットによるデモフライト、ターゲットサークル内に着地できれば豪華商品が当たる「ワンコインターゲット」などの催しが行われ、全国から約600人のパラグライダー愛好者が集まりました。また、スキーの速度感とパラグライダーの浮遊感を同時に楽しめる「スピードパラグライダー(写真)」の体験会も行われ、参加者から大きな関心が寄せられました。

野沢温泉村 第1回野沢温泉菜の花パノラママーチ

県内初の日本・温泉と健康ウォーキング、関東甲信越マーチングリーグ等の公式大会が5月13～14日、野沢温泉村で開催されます。春いっぱいの風景の中、全国各地の歩く仲間とウォーキングを楽しみませんか。■参加登録料：一般／事前1800円、当日2000円、高校生以下／事前800円、当日1000円、事前応募締切は4月25日(当日受付可) ■詳しくは実行委員会事務局(村商工観光課内) ☎85-3114 ホームページ <http://www.vill.nozawaonsen.nagano.jp/>



栄村 残雪の栄村に元気な歌声響く～村内で入園式～

4月4日(火)、村内の保育園で入園式が行われました。建物の周囲はまだ約2mもの積雪があり、春の訪れはまだ遠い雰囲気でしたが、新しく園児となる子どもたちは父母の皆さんに付き添われて登園し、入園式では保育園のお兄さん・お姉さんたちと一緒に「ちゅうりっぷの歌」を元気な声で歌いました。残雪の影響で外ではまだ遊べない状態ですが、早く雪が消えて、外で思いっきり遊べるようになるといいですね。



防災ナビ

第1回 避難生活を送るための非常持出品・備蓄品

「もしも飯山に大地震が起きたら…」万が一の時に備えて、救済体制が整うまでの約3日間を自力で乗り切るために、必要なものを準備しておきましょう。
非常持出品
避難時にすぐ持ち出せるよう、次のような物をつつまとめておきましょう。重さの目安は成人男性が15キロ、成人女性10キロです。
①貴重品：印かん、預金通帳など。
②非常食品：缶詰、水など。
③道具：缶切り、ビニール袋など。
備えのポイント
・非常持出の荷物は最小限にし、両手が使えないようにしましょう。
・赤ちゃんやお年寄りがいる場合は、粉ミルクや母乳瓶、常用薬も準備。
・備蓄品は家屋が倒壊しても取り出せるような場所へ保管。

いざという時の非常持出品
防災意識の高まりとともに様々な商品が開発されています。その一例をご紹介します

非常食品
この「いそべ餅」は3分間水に浸して、粉末しょうゆをかけ、のりを巻いてできあがり。簡単においしく作れて、保存期間が長い商品が数多く出ています。



手回し発電式ラジオ、懐中電灯
避難の際の必需品といわれるラジオ、懐中電灯も、電池が切れてしまえば意味がありません。電池が切れてしまった場合でも、発電できる商品も多く発売されています。

非常用トイレ
水洗式トイレの水が使えなくなった場合に便利です。便器などにビニールをかぶせて使用し使用後は汚物を凝固剤で固めて処分できるものなど、いくつかの種類があります。



- ④照明用具…懐中電灯、電池など。
- ⑤救急・衛生用品…胃腸薬、常用薬包帯、生理用品など。
- ⑥衣類…下着類、タオルなど。
- ⑦その他、携帯ラジオ、メガネなど。
- 備蓄品 被災後の生活を確保するため、次のような生活物資を確保しておきましょう。
- ①食料品…米、レトルト食品、菓子類など。
- ②水…飲料水は一人一日3ℓが目安。日ごろからのこまめな取り替えが大切です。また、炊事・洗濯・トイレなどの生活用水は、浴槽や洗濯機への貯水、庭先での雨水の貯水も。
- ③燃料…卓上コンロ、固形燃料など。