



小出 一也^{かずや}さん 飯山地区

常盤地区出身で現在母校で

もある飯山北高校で英語教師をしています。授業や男子バレー部顧問のほかにも二つの仕事を担当しています。

一つ目は「高校統合」の関係で、平成19年に行われた第1次統合（飯山南高校と照丘高校↓飯山高校）から現在進行中の第2次統合（飯山北高校と飯山高校↓飯山（新）高校）に関わっています。

その業務の内容は、中野市以北の小・中学校に出向いて児童・生徒と保護者を対象に説明会を実施したり、統合する高校間の学校運営（授業



校則、行事等）に関する調整を行ったり、新校舎建設等に関して県教育委員会との折衝、予算請求等です。

二つ目は小・中・高が連携して児童生徒の学力を上げようという取り組みである「飯山カリキュラム」です。

英語に関しては、以前から野沢温泉小・中学校で現場の先生方と一緒に外国語活動・英語の授業に関わってきましたが、昨年度から城北中にも出向き、市内の中学校との連携も始めました。

今年度は「英語理解度測定調査」の担当となり、野沢温泉小学校と市内8小学校の4・6年生に対して調査を通じて、より効果的な外国語活動・英語の授業についての研究を行っていく予定です。

多忙な中の息抜きは、土曜日の夜、水泳で県のジュニア強化選手になっている2人のお子さんをプールへ送迎して練習を見ていることという、忙中閑ありの小出先生です。

魅力的な学校づくりを通して飯山を盛り上げていきたい

E (エ)ネルギッシュな
E (イー)ヤマの皆さんを紹介!

健康

いやま

「健康増進計画」のお話

「生活習慣病予防・重症化予防のために特定健診を受けよう」

▽各地区を会場に7月22日からスタート

▽年齢40歳以上75歳未満の飯山市国民健康保険加入の方が対象

▽約7千円程かかる健診が昨年度から個人負担なし（無料）

▽お医者さんにかかっている人も受けましょう

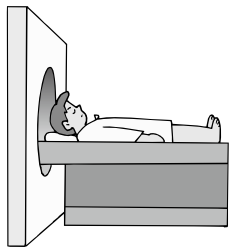
1 動脈硬化が進行すると心疾患や脳血管疾患を引き起こす危険が高まります

偏った食生活や睡眠不足、運動不足、喫煙、飲酒、ストレスなどの積み重ねが原因となつて発症する「がん（悪性新生物）」、「心疾患（狭心症や心筋梗塞）」、「脳血管疾患（脳梗塞やクモ膜下出血）」といった病気のことを生活習慣病といいます。

生活習慣病の中でも、心疾患や脳血管疾患は動脈硬化が要因となる病気です。

特にお腹周りの内臓に脂肪が蓄積した「内臓型肥満」に

高血圧、脂質異常症、高血糖といった状態が重なる動脈硬化を進行させ、心疾患や脳血管疾患を急速に招く危険性が高まります。



2 特定健診でわかるメタボリックシンドロームの危険性
健診では体の状態を把握するための検査項目がいくつかありますが、特にメタボリックシンドロームに着目しています。

「メタボリックシンドローム」は内臓脂肪型肥満に加えて、高血圧・脂質異常症・高血糖の危険因子をいずれか2つ以上併せ持った状態であり、「動脈硬化症の予備群」ともいえる状態です。

メタボリックシンドロームでは危険因子をまったく持たない人に比べ、心疾患や脳血管疾患の発症リスクが10倍以上になります。危険因子の数が多いほど発症リスクが高くなります。



実家屋つまようじ・工房 (アトリエ) 創夢可 (そうむか) ギャラリーサロン2周年目

実家のような居場所や交流・仕事の場づくりを行い、育自志縁(いくじしえん)や虐待・孤立防止、大人の発達障がいなどの周知などに取り組むことで、地域活性化を図っている実家屋つまようじ。その中の活動のひとつ、アート活動を工房創夢可(アトリエそうむか)と名付け、昨年の7月に個人宅を開放し、ギャラリーサロンをオープンしました。実家屋つまようじの取組について代表の石塚薫さんから話を伺いました。

「昨夏開設し、今年5月にリニューアルオープンしたギャラリーサロンには、県内外から来館者がいらっしゃいました。いいやま NPO センター・飯山観光局・長野県観光協会のホームページにも載せていただいたので、それを見て来てくださる方々も増えてきました。新幹線飯山駅から車で5分程なのに里山の中腹にあるここは、辺り一面、野山と畑なので、街中からお越しの方は、景色を見ているだけでも癒されたり、目の前の畑で作業中の老夫婦を見て「高橋まゆみさんの人形の写真みたい!」と喜ばれたりします。田舎では当たり前の風景も、都会に住む方にとっては、新鮮な非日常や、なつかしい風景です。そういう観光資源が飯山にはたくさんあり、私の作る「実(み)木(き)草(くさ)くらふと」もその一つです。乾燥植物で作った、小さな小さな動物やキャラ



クターに癒されるということ…。自然素材の力でしょうか。ここは自然いっぱい、チョウの楽園、野生動物の庭、散歩やランニングに来る方も多い、駅から近い里山です。個人宅のため建物も古く、予算もないですが、少しずつ改善しています。冬期間は休業しますが、来季は春休み頃からのオープンを目指しています。

ここのモットーは「人生を楽しむ!」です。楽しさは分かち合い、辛さは支え合いです。生きづらい方も「生きやすく」から「生きがい」に、どんな状況でも自分をあきらめない、楽しい方はより楽しくです。

ギャラリーサロンの常設展示は、私の「実本草くらふと」・詩・写真・絵等を展示販売し、また、北信越地域在住の作家たちの手作りアート作品も展示販売中です。(一部をご紹介します、ドリームキャッチャー、木工芸品、絵、キャンドル、アクセサリー類、手芸品など) 昼食を食べたい方は各自ご持参して過ごしていただけます。

おかえりなさい、心の実家へ 代表 石塚 薫 寄稿

- 開館日 不定期(電話またはいいやま NPO センターホームページで開館予定をご確認ください。)
- 開館時間 10:00～16:00
- 入場料 大人(18歳以上)300円、中高生200円、3歳～小学生100円、0歳～2歳 無料
- 製作体験 300円～3000円
- 問合せ 実家屋つまようじ ☎67-2564(代表石塚)

3 健診後には必ず結果を確認し生活習慣の見直しを
生活習慣病の初期は自覚症状がないことも多いため、いつのまにか病気が進行してしまつてしまうことがあります。生活習慣を見直し、改善することによって病気の予防となり、早期発見・治療により健康を回復し健康寿命を延ばすことにつながります。



生活習慣改善は、からだ本来持っている良くなる力を引き出すことになります。



●平成25年度高齢者実態調査(飯山市)における、介護が必要になった要因の1位は高齢による衰弱28・5%、脳血管疾患が4位で22・5%です。長野県の脳血管疾患の割合は21・2%です。

乳幼児健診 予防接種 8月

会場：飯山市保健センター ☎62-3111 内線630

【乳幼児健診・離乳食教室】受付：13:00～13:45

- ・4か月児 8月6日(水)平成26年3月生まれ
- ・10か月児 8月11日(月)平成25年9月生まれ
- ・1歳半児 8月20日(水)平成25年1月生まれ
- ・2歳児 8月4日(月)平成24年7月生まれ
- ・3歳児 8月27日(水)平成23年7月生まれ

◆もぐもぐ離乳食教室 対象：平成26年3月生まれ日 時：8月8日(金)14:00～15:30

【予防接種】(全地区対象)
持ち物：母子健康手帳、予診表(記入を忘れずに)

◆四種混合(受付 13:00～13:30)

◆三種混合(受付 13:30～14:00)

接種日：8月7日(木)

①1期初回：3ヵ月～6歳半になるまでに3週間隔で3回接種(1歳になるまでが望ましい)

②1期追加：1期初回の3回目接種日から1年～1年半までの間に1回接種(7歳半になるまでに)

※接種後1週間は他の予防接種はできません

◆日本脳炎(受付：13:15～14:00)

接種日：8月12日(火)・26日(火)

①1期初回：3歳～6歳半になるまでに1週間隔で2回接種

②1期追加：1期初回終了の翌年に1回接種(7歳半になるまでに)

※接種後1週間は他の予防接種はできません

◆ポリオ(受付 13:30～14:00)

接種日：8月28日(木)

①初回：3ヵ月～6歳半になるまでに3週間隔で3回接種(1歳になるまでが望ましい)

②追加：初回の3回目接種日から1年～1年半までの間に1回接種(7歳半になるまで)

※接種後1週間は他の予防接種はできません

◆BCG(受付 13:00～13:30)

接種日：8月28日(木)

3ヵ月～1歳になるまでに1回接種

(5ヵ月～8ヵ月になるまでが望ましい)

※接種後4週間は他の予防接種はできません

ハローワーク

北信地域求人情報

7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（ ）内は前月全数4月0.88倍(1.07)うち常用・パート4月0.77倍(0.91)(※臨時・季節職員を除く)

■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
野菜菜漬加工現場作業	2	不 問	14.2～15.6	缶詰・保存食料品製造業	飯 山 市
一般事務	1	59以下	10.9	市町村機関	飯 山 市
ホールスタッフ〈急募〉	2	不 問	12.7	運輸に付帯するサービス業	飯 山 市
配管工・助手、現場代人	1	不 問	21.0～37.0	設備工事業	中 野 市
プラスチック製品の検査	1	44以下	12.0	プラスチック製品製造業	栄 村
ペンション業務全般	2	不問2住込	16.0	学習支援業	木島平村
エノキ栽培作業〈急募〉	1	不 問	13.5	その他の食料品製造業	木島平村
営業	1	59以下	17.0～30.0	工業用プラスチック製品製造業	飯 山 市
配達・営業	1	50以下	15.0～18.0	その他の各種商品小売業	飯 山 市
建設作業員	2	不 問	18.0～30.0	一般土木建築工事業	飯 山 市
建築板金工	1	不 問	15.0～20.0	木造建築工事業	木島平村
半田修正・組立検査	2	40以下	15.2～16.1	電子デバイス製造業	飯 山 市
現場作業員	2	50以下	18.0～25.0	建築工事業	飯 山 市
工場作業員	1	44以下	15.0～20.0	製材・木製品製造業	木島平村
宅配業務	1	不 問	15.0～20.0	貨物運送取扱業	飯 山 市
野菜菜漬加工現場作業	1	不 問	時給775～850円	缶詰・保存食料品製造業	飯 山 市
施設運営管理、販売	2	不 問	時給760～900円	運輸に付帯するサービス業	飯 山 市
青果配達及び準備	1	不 問	時給750～800円	野菜・果実小売業	飯 山 市
保育園バス等運転者	1	不 問	時給800～1215円	一般貸切旅客自動車運送業	飯 山 市
きのこの製造	1	不 問	時給713～800円	その他の食料品製造業	飯 山 市
接客・調理補助	2	不 問	時給750～1000円	そば・うどん店	飯 山 市
製造、販売	3	不 問	時給780～900円	その他の食料品製造業	飯 山 市
ルーム、厨房係	2	不 問	時給800～1150円	旅館、ホテル	野沢温泉村
接客	2	不 問	時給800～950円	食堂、レストラン	飯 山 市
現場作業員	2	不 問	時給1100～1200円	一般土木建築工事業	野沢温泉村
ケーキ、焼菓子製造	1	不 問	時給780円	菓子・パン小売業	飯 山 市
調理員	1	不 問	時給900円	老人福祉・介護事業	木島平村
客室清掃係	1	不 問	時給800円	旅館、ホテル	飯 山 市
青果、加工食品担当	3	不 問	時給760～800円	各種食糧品小売業	飯 山 市
販売員	9	不 問	時給800～1050円	各種食糧品小売業	木島平村

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

キャロリンの部屋

NO.35

アメリカの夏って… 涼しすぎる？

日本は真夏になれば、市役所のイスの上だと洋服が汗で濡れる程の暑さです。私は体質的に汗っかきなので、京都で留学していた時、大学のキャンパスを案内してくれた生徒たちは私の汗の量に驚いて、何回も話題になりました。去年、同じジムに通っていて、仲良くなったおばあさんが突然、タオルで私の額を拭き始めながら、「びしょびしょだね」と言いました。大変暑い日には、アメリカで日常的なクーラーの効いたオフィスビルに入る瞬間に、一陣の寒風が顔に当たることを思い出して、想像で楽しめます。

夏が暑い地域から来ましたので、この気候に慣れるべきかもしれません。湿地帯であるワシントンDCの夏は平均気温は30℃台になり、ビル街の相対湿度は90%を超える日が多いです。つまり、飯山市よりも暑くジメジメしている不快な都市です。しかし、建物の内外温度差はびっくりするほど大きいです。各建物、オフィスビル、レストラン、店ではエアコンをガンガン効かせて、20℃台前半に室内を冷やします。タンクトップやTシャツを着て通っている人々は、建物に入る時にセーターを着るのを目にすることが珍しくないのです。(便利な点は、仕事着は夏でも冬でもオフィスの中では、ほぼ同じものを着ることです。)

日本人が省エネルギーの取り組みに努力している一方で、アメリカでは冷却エネルギーの使用量が上がっています。建物全体に一定の気温が保たれる中央空調方式を使っている家屋は60%以上で、新築の家屋では9割ぐらいになっています。誰も使っていない部屋を冷却するのはもったいないのですが、夏になったらエアコンは使いつばなしのものになります。職場にはエアコンがないと、耐え難い状態に思われています。こういう訳で、夏にアメリカに帰ったら、エアコンが効いている環境に慣れていない私はすぐ寒くなります。

冷却エネルギー消費量を比べたら、アメリカ人の使う量は日本人の2倍です。なぜかというと、アメリカでは、電気料金は日本の半額以下なので、費用を削減する意欲が比較的低いです。それと、エネルギー使用と関係のある環境問題についての意識が低い状態です。世論調査によると、地球温暖化を懸念するという人は半分しかいなくて、温暖化というものは信じないと答えた人は16%になっています。環境問題意識を広げようとしている団体がありますが、アメリカ全土のエネルギー消費率を削減する「節電運動」がアメリカで成功する可能性は低いと思います。

だから、汗をかくのは嫌なことです。日本の省エネルギーへの努力を尊敬します。これから、アメリカが日本の先例を倣って、省エネルギー思考に向かえば良いと思います。

Data file

岳北消防本部

出場件数【6月】

	飯山市	木島平	野沢温泉	栄	応援協定区域	管轄外	計
火 災	0	0	0	0	0	0	0件
救 助	0	0	0	0	0	0	0件
救 急	85	18	12	11	3	0	129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
6月末	38	0	56
前年同期	57	1	84

今月の標語：夏の交通安全やまびこ運動実施中
7月19日(土)から7月25日(金)

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
6月	394ト	36ト	431ト	13ト
前年同月比	104%	92%	103%	101%

8月9日(土)午前9時～11時の間、エコパーク寒川で粗大ごみの臨時受け入れを行います。
また、7月27日(日)に資源物の休日回収を行います。会場は市役所正面玄関雁木下です。ご利用をお待ちしています。

飯山市の気象【6月】

平 均 気 温	21.2℃ (+1.6℃)	※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	27.3℃ (+2.1℃)	
最低平均気温	16.3℃ (+1.5℃)	
日照時間月計	174.6時間 (116%)	
降 水 量 月 計	53.0mm (48%)	

「火の用心」と聞くと、冬場を思い浮かべる方も多いと思いますが。
しかし、夏場は「花火」や「キャンプ」などで直接火を扱う機会も多くなるため、いろいろなケースで事故が報告されています。
そんな夏ならではの注意点をまとめましたので、夏休みのレジャーへ出かける前に、ぜひ一読ください。
小さな子どもほど注意！
花火は正しく遊びましょう
夏の風物詩「花火」。子どもたちにとって楽しみな季節となりました。
しかし、気軽に楽しめる花火も、取り扱いを誤ると火災や火傷などの事故につながりかねません。火災や火傷などの事故が起こらないよう十分注意して遊びましょう。

着火剤を使用する際は、充分な距離をとり、適量を守り、つぎ足しはしないなど注意事項を守って正しく使用しましょう。

花火を安全に遊ぶポイント
① 気象条件を考え、風の強い時は花火をしない
② 燃えやすいものがなく、広くて安全な場所を選ぶ
③ 子どもだけでなく大人と一緒に遊ぶ
④ 説明書をよく読み、注意事項を必ず守る
⑤ 水バケツを用意し、遊び終わった花火は必ず水につける
バーベキューでは火の後始末も忘れずに！
バーベキュー後の炭の不適切な処理によって火災が発生しています。
バーベキューを行った後の炭は水をかけるなど完全に消火してから適切な処理をしましょう。また、火起こし等に使用する着火剤を、火が弱くなってきたからといってつぎ足す行為は、突然火が大きくなったり爆発するおそれがあるため大変危険です。

飯山市の人口と世帯

(6月30日現在)

総人口 22,900人 (－7人)	男 11,123人 (－1人)	女 11,777人 (－6人)	世帯数 8,118 (－2人)
出生：21人	死亡：23人	転入：43人	転出：48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② 犬小屋小型犬用① ベビー歩行器①
ソファ (セット) ① ベビーラック① 介護ベッド①
乳児遊具② 座椅子① 冷蔵庫① おまる② 収納庫①

◆譲ります (有料)

パソコンキーボード② 農業用ホース② スキー板①

◆譲ってください (無料)

制服・体操着 (中野立志館高・女子) ① 菓切カッター①
ベビーカー② 灯油式風呂釜① ベビーラック② 羽釜①
ベビーバス① アルミサッシ① 幼児・低学年用自転車・多数
波トタン・多数

◆譲ってください (有料) 耕運機①

※掲載期間は6ヶ月間。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

6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定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)	6/25	晴	1m	0.07
岡山小学校(岡山)	6/25	晴	1m	0.10

◇いじめ電話相談 9時～17時（土・日・祝日を除く）
☎3111 内線100（いじめ相談専用） 飯山市教育委員会

「特殊詐欺非常事態宣言」発令中 県内では今年、高齢者を中心に特殊詐欺の被害が過去最多のペースで発生しており、「特殊詐欺非常事態宣言」が長野県知事より発令されています。「自分だけは大丈夫」とは思わず、「もしかしたら被害にあうかもしれない」と意識して、いざ詐欺の電話やパンフレットが来ても冷静に対応できるように心の準備をしておきましょう。もし詐欺と思われる電話や手紙が来たり、困ったことがあったりしたら、飯山警察署（☎62-0110）または飯山市消費生活センター（☎62-3111）まで連絡してください。

1金	市制施行60周年記念式典（6ページ参照）
2土	司法書士会無料法律相談会 14時～16時 飯山市福祉センター 信越自然郷9市町村交流野球フェスタ 長峰運動公園 男女共同参画啓発講演会（22ページ参照）
3日	火葬場休み 第13回飯山3複団体バドミントン大会 泉台小ほか
4月	巡回労働相談 17時30分～20時30分 中野市勤労青少年ホーム
5火	
6水	
7木	第4回飯山市人権同和・企業人権教育講座 「ナチスによるユダヤ人の迫害について」 講師 斉藤寿雄さん 飯山市公民館（入場無料） 16時～ 第12回信毎杯市民マレットゴルフ大会 長峰マレットゴルフ場 北陸新幹線 新型車両 歓迎イベント
8金	
9土	火葬場休み いいやま灯籠まつり（7ページ参照） エコパーク寒川臨時開場日 9時～11時 第9回飯山市・武蔵野市交流野球大会 第13回北信越地区高校野球長野県大会北信予選会予備選 市宮野球場 13日まで
10日	長野県知事選挙投票日（5ページ参照） 高校剣道錬成会 市民体育館 11日まで 図書館まつり（33ページ参照）
11月	
12火	日体大カップバレーボール大会高校男子の部 市民体育館 14日まで
13水	
14木	千曲川河畔納涼花火大会 20時～（9ページ参照）
15金	火葬場休み 平成26年度飯山市成人式（26ページ参照） 北陸新幹線飯山駅プロジェクトエクスションマッピング（7ページ参照） 森田カップバレーボール大会高校女子の部 市民体育館・飯山高 17日まで

◇心配ごと相談 毎週水曜日9時～12時 飯山市福祉センター（要予約）
◇人権福祉総合相談 月曜日～金曜日8時30分～17時 いいやま人権福祉センター

16土	
17日	第60回市長杯ソフトテニス大会 市宮庭球場
18月	
19火	
20水	総合相談 9時～15時 飯山市福祉センター（下記参照） 健康相談日 9時30分～11時 飯山市保健センター
21木	火葬場休み
22金	廃食用油・古着の回収 9時～11時 市役所西側車庫
23土	飯山市総合防災訓練 外様地区（11ページ参照） 飯水中体連新人技術講習会（卓球・野球） 市民体育館・市宮野球場 第75回市長杯兼北信大会予選少年野球大会 多目的グラウンド 24日まで 斑尾ジャズ2014 24日まで（13ページ参照）
24日	第39回飯山市ジュニア水泳大会 市民プール
25月	火葬場休み
26火	
27水	
28木	出張年金相談 10時～12時 13時～15時 飯山商工会議所（予約制）
29金	
30土	
31日	火葬場休み

お知らせ

◇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 080-10800）9924

飯山市役所
62-3111

改修工事に伴う火葬受付について
岳北広域行政組合 衛生管理係
☎2781

みゆき野斎苑火葬炉の設備改修工事を8月22日（金）から8月28日（木）まで行います。
この間、火葬受付が1日3件までとなりますので、ご理解をお願いします。
●期間中（1日3件）
9時・12時・15時

2014信州ねりんピック参加者・作品募集
2014ねりんピック実行委員会
☎026（226）3741

●スポーツ交流大会 10種目
【開催期日】 9月20日（土）
【会場】 小諸市南城公園
【参加資格】 県内在住60歳以上
【参加費】 1人500円
【申込締切】 7月31日（木）
●高齢者作品展 6部門
【出品者資格】 県内在住60歳以上のアマチュアの方
【出品作品】 1人1点とし、出品者により創造された未発表の作品
【申込締切】 7月31日（木）

◇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 080-10800）9924



【展示日程】 9月20日（土）～21日（日）
【展示場所】 長野県障がい者福祉センター
【主催】 長野県、長野県障害者文化芸術祭実行委員会
【応募部門】 絵画、手芸、工芸、書道、写真（平成25年8月以降に制作した作品）
平日8時30分～17時15分
【応募資格】 県内に住所を有する障害児・者
【応募点数等】
○いずれかの部門で個人作品1点
○作品の大きさに制限があります
【応募締切】 8月8日（金）
【応募・問合せ先】 保健福祉課 障がい福祉係
☎3111 内線189

「中退共」の退職金制度のお知らせ
中小企業退職金共済事業本部
☎03（6907）1234

●国の制度だから安心・確実
●新規加入や掛金月額を増額する場合、掛金の一部を国が助成します。
●掛金は全額非課税で、手数料もかかりません。
●外部積立型だから管理が簡単
●従業員ごとの納付状況や退職金試算額を事業主にお知らせします。
●退職金は、中退共から直接従業員へ支払われます。
●パートさんも加入できます。
【問合せ先】

（独）勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部
☎03（6907）1234
ファクス 03（5955）8211
詳しくはホームページをご覧ください。「中退共」で検索
平成26年度入国警備官募集
法務省東京入国管理局
☎03（5796）7111

【受験資格】

①平成26年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して5年を経過していない者および平成27年3月までに高等学校または中等教育学校卒業見込みの者
②人事院が右記①に掲げる者に準ずると認める者

＜警備官＞（社会人）

昭和49年4月2日以降に生まれた者（右記①に規定する期間が経過した者および人事院が当該者に準ずると認める者に限る）
【試験の区分・採用予定数】
警備官 約30名
警備官（社会人） 若干名

【試験の日程】

●受付期間 7月22日（火）9時～7月31日（木）
「受信有効」
●原則インターネット申込み
●インターネット申込専用アドレス
http://www.jiji-shiken.go.jp/jiken.html
●郵送又は持参の受付期間 7月22日（火）～7月25日（金）
7月25日（金）までの通信日付印有効
●第1次試験 9月28日（日）
合格者発表日 10月15日（水）
●第2次試験 10月28日（火）～10月30日（木）
第1次試験合格通知書で指定する日時
最終合格者発表日 11月25日（火）

●試験地 東京都ほか8都市
【問合せ先】 法務省東京入局管理局
総合求人情報サイト
「信州人キャリアナビ」
県庁労働雇用課
☎026（235）7201

県内への就職を希望する若者向けの、新卒採用情報や説明会情報、インターンシップ情報が満載の「信州人キャリアナビ」
◇人権常設相談所 毎週月・水曜日9時～12時（祝日除く）
法務局飯山支局 ☎2302

県内で就職を考えている方はぜひご覧ください。夏休みに帰省するお子さんたちにもぜひ教えてあげてください。
「ホームページ」
https://career.nagano.jp/

【コンテンツ】

▽新卒採用情報、会社説明会情報
▽インターンシップ情報
▽中途採用情報
▽信州人キャリアインタビュー
▽トップインタビュー信州
【問合せ先】 県庁労働雇用課 メール
rodokoyo@pref.nagano.jp

自衛官募集

自衛隊長野地方協力本部 長野地域事務所 ☎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】 高卒（見込み含む）
21歳未満の者
【受付】 8月1日（金）～9月9日（火）
【試験日】 1次 9月23日（火）
＜一般書候補生＞

中校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歳未満の者
【受付】 8月1日（金）～9月9日（火）
【試験日】 1次 9月20日（土）
＜自衛官候補生＞ 第一線で活躍する任期制自衛官

【資格】 18歳以上27歳未満の者
【受付】 男子は年間を通じて 女子 8月1日（金）～9月9日（火）
【試験日】 男子 1次 9月20日（土） 女子 1次 9月28日（日）