

イーひと発見!

いいひと はっけん # 151

E (エ) ネルギッシュな
E (イー) ヤマの皆さんを紹介し

今年(10月)からJICA(独立行政法人国際協力機構)の青年海外協力隊員として、ラオスのルアンパバンに行っている茜さん。きつかけは、高校の英語の教科書にあったUNHCR(国連難民高等弁務官事務所)の難民救済に関するコラムを読んで、困っている人たちの力になりたいと思ったことです。

高橋茜さん
あかね 柳原地区



青年海外協力隊員としてラオスへの派遣が決まった茜さん。9月21日に市役所を訪問し、国際協力について熱い思いを語りました。

大学でも国際協力について深く学びました。千曲市内の企業に就職後も、国際交流イベント等へ参加し、その際に元協力隊員の話を聞き、その方のすすめもあり、協力隊員の試験に挑戦し、6倍という超難関の中、合格しました。派遣先のルアンパバンは、町全体が世界遺産に登録されており、多く外国人の方が訪れます。茜さんが英語を教える生徒は、主に地元の公務員です。茜さんからは、「生徒がずっと通ってもらえるよう私らしく楽しい授業を心がけたい。」と話がありました。また、帰国後も、国際協力や交流に関わっていききたいと熱い思いを語っていました。

安心安全消費生活

第28回

平成30年度前半の相談から

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

早いもので平成30年度は後半に入りました。消費生活センターでは日々市民の皆様からの消費生活相談を受け付けておりますが、4月から9月末までの前半で52件の相談が寄せられました。

相談の種別としては店舗販売、通信販売、電話勧誘販売、訪問販売などの物品購入に関する相談が多く、身近なところで様々なトラブルが起こっていることがわかります。また、他にも着目すべき相談内容として「架空請求のメールやハガキ」「光回線の契約」に関する相談がありました。

▶ 架空請求は原点回帰?

センターに寄せられた架空請求の相談では、その方法として、メールによるもの、ハガキによるもの両方がありました。身に覚えの無い架空請求がメールで突然届くケースは無くなっていませんが、以前このコーナーでも紹介したことがある「総合消費料金に関する訴訟最終告知のお知らせ」というような題名のハガキが突然送られてくる事例が今も全国各地で相次いでいます。メールの場合はフィルタリング機能があり、悪質なメールのブロックが容易になっているため、あえて以前のような方法に戻し、消費者を不安にさせる文章を読ませようとしていると考えられます。

差出人の名称は公的機関に類似していて、文章中には裁判、財産差し押さえ、最終期限…といった消費者を不安にさせて連絡させようとする言葉でいっぱ



いですが、記載されている連絡先へ電話することで個人情報把握され、金銭の支払を求められる方向へ話が進みますので、絶対に連絡しないようにしましょう。

▶ 光回線サービスの契約は慎重に

大手通信事業者から光回線を借り受けた事業者により光回線サービスの勧誘を受け、最終的に契約したが、その内容に不満・理解できないという相談事例が全国的にみられます。今年度前半、市内でも同様の相談が寄せられました。

このような通信関係の料金プランなどは仕組みが複雑で、説明されてもすぐに理解できない場合があります。そのため、住んでいる地域全体が光回線になったので変更が必要であるかのような説明だったので契約をした、「今より安くなる」という説明を受けたが他のサービスとセットの契約だった場合に結局今と変わらない、あるいは高かったというようなケースがみられます。

事業者の勧誘は、突然の訪問や電話で来る場合がありますので、勧誘されてもすぐ返事をしない(家族と相談することや、内容が理解できない、必要がないと感じた場合はきっぱり断ることもトラブルが起らないようにする手段の1つです)。

今後も消費生活センターは地域の身近な相談窓口として役割を担ってまいります。今回ここで取り上げた件以外にも、消費生活関連でお困りの際は一人で悩まず、消費生活センターへご相談ください。



木島平村

第39回 木島平村民祭 開催

今年で39回を数える村をあげた一大イベント、「木島平村民祭」が開催されます。当日は、村内の団体による様々な催し物や即売会、力作揃いの村民による作品展、村内ダンスチームなどが参加する芸能発表会が行われます。大勢の皆さまのお越しをお待ちしています。

■日 時 10月27日(土) 午前9時から午後7時まで
■場 所 木島平村若者センター周辺(木島平村大字往郷911-7周辺)
■問い合わせ 第39回木島平村民祭実行委員会事務局
(木島平村農村交流館内) ☎ 0269-82-2041



野沢温泉村

おぼろ月夜の館特別展 笠松喬介 追悼展

2017年に逝去された笠松喬介氏の作品から野沢温泉村を描いた風景を中心に千曲川・安曇野・北アルプス周辺の四季折々のコンピュータ版画作品と過去に描いたスケッチ画等を展示。

■期 間 10月2日(火)~12月9日(日)
■入館料 大人300円 小中学生150円
■営業時間 午前9時~午後5時
■休館日 毎週月曜日
■問い合わせ おぼろ月夜の館(斑山文庫) ☎ 0269-85-3839



栄村

秋山・郷の市 2018 開催

今秋、栄村秋山郷観光協会と地域おこし協力隊のコラボ企画として、「秋山・郷の市2018」が切明温泉雄川閣前にて、開催されます。イベント期間中は、最高のおもてなしで、秋山郷をPRしていきますので、大勢の皆さまのお越しをお待ちしております。

■日 時 10月12日(金)から10月28日(日)(※8日を除く月曜は休業です。)
10時から15時半まで(※都合により時間が前後する場合があります。)
■場 所 切明温泉雄川閣前(※駐車場有、公衆トイレ有)
■販売品 栄村名物「キノコ汁」や郷土食「あんぼ」地元食材を使った「秋山ポークカレー」など販売予定。秋山ポークカレーは土・日・祝日のみの数量限定販売です。(平日の販売はありません)
■問い合わせ 栄村秋山郷観光協会 ☎ 0269-87-3333



岳北消防本部
出場件数【9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	3	0	0	0	4件
救助	0	1	0	1	0	0	2件
救急	84	17	17	17	10	0	145件

今月の標語：約束ね ゆびきりげんまん 火の始末

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
9月末	25	0	32
前年同期	39	0	54

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
9月	378 ^ト	20 ^ト	398 ^ト	11 ^ト
前年同月比	92%	70%	90%	90%

（ひとこと）寒くなり 灯油の出番 気をつけて

灯油を移し替える際は、その場を離れないようにしましょう。

飯山市の気象【9月】



平均気温	19.9℃	(-0.1℃)
最高平均気温	24.8℃	(-0.8℃)
最低平均気温	16.6℃	(+0.7℃)
日照時間月計	87.9時間	(68%)
降水量月計	188.5mm	(134%)

※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。

飯山市の人口と世帯（9月30日現在）

総人口 21,187人 (-37人)	男 10,292人 (-16人)	女 10,895人 (-21人)	世帯数 8,042 (-6)
出生：6人 死亡：36人 転入：32人 転出：39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	ふる釜セット①
ベビーカー③	折りたたみベッド①	学習机セット①
窓用エアコン①	吸引器①	テレビ台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）

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力で掲載しています。

市内空間放射線量測定値

市民環境課生活環境係

9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設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）	9/26（水）	曇	1m	0.05 μSv
（旧）岡山小学校（岡山）	9/26（水）	晴	1m	0.06 μSv

健康
いいやま

10月17日（23日）は「薬と健康の週間」です。

病気やけがを治すのに役立つ「薬」。しかし、程度に差はありますが、どんな薬でも副作用を起すリスクがあります。薬の正しい使い方を身に付けて、健康の維持・向上に役立てましょう。

薬は正しく使いましょう

◆用法・用量を確認しましょう！

▽1日に飲む回数は？飲むのは食前？食後？1回に飲む量は？薬を飲む前に説明文を読みましょう。

医師から処方された薬（医療用医薬品）は、指示された服用期間を守ることが大切です。

◆薬の副作用を確認しましょう！

▽どんな薬でも、副作用が生じるおそれがあります。人によつてはアレルギー反応などが起こる場合もあります。医師や薬剤師などに薬の副作用について確認しましょう。

◆薬の飲み合わせを確認しましょう！

▽薬と薬、薬と食品（健康食品など）の組み合わせに問題

ないか、医師や薬剤師などに確認しましょう。

◆他人の薬は使ってはいけません！

▽医師から処方された薬（医療用医薬品）は、一人ひとりにあわせて処方されています。安易に人にあげたり、人からもらった薬を使つてはいけません。

◆お薬手帳を活用しましょう！

▽お薬手帳は、飲んでいる薬の名前や量、飲み方を記載する手帳です。医療機関や薬局で提示することにより、薬の飲み合わせを確認したり、病歴やアレルギー歴などを確認できます。
また、ご自身でもその時の体調や体温・血圧などを記録することもできます。
お薬手帳をご自身の「健康日記」として活用しましょう。

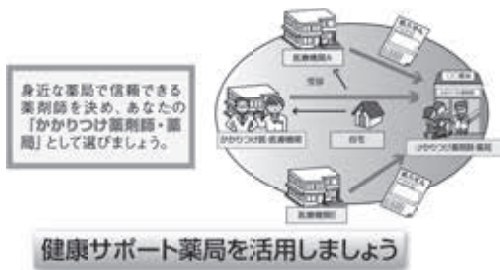
かかりつけ薬剤師・薬局を選びましょう

▼ふだんから利用する薬局を、「かかりつけ薬局」として決めておきましょう！

使用する薬を一つの薬局で管理することで、複数の医療機関から同じ薬が処方されたり、相互作用が起きるのを防ぐことができます。また、薬や健康に関してなんでも相談できる「かかりつけ薬剤師」を探しましょう。

薬のことはもちろん、健康に関する相談などにも応じてもらえます。

あなたの健康サポーターとして、「かかりつけ薬剤師・薬局」を活用しましょう。



【お問合わせ】
保健福祉課健康増進係
☎62-3111 内線181

乳 幼児健診 予防接種 11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	11月7日（㊥）	平成30年6月生まれ
10カ月児	11月14日（㊥）	平成29年12月生まれ
2歳児	11月5日（㊤）	平成28年10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。）

11月	mamaとbaby のしあわせトーク 7日（㊥）	ママのリラック スストレッチ 14日（㊥）	赤ちゃんの スキンケア 21日（㊥）	健康相談 母乳相談 28日（㊥）
-----	--------------------------------	-----------------------------	--------------------------	------------------------

離乳食教室

日時：11月9日（㊤）14:00開始
対象者：平成30年6月生まれ



予防接種 受付：13:15～13:50

持ち物：母子健康手帳、予防票（記入を忘れずに）

◆BCG・ポリオ（要予約）
接種日：11月8日（㊥）
対象者：H29.11.10生～H30.8.9生（BCG）

◆麻しん風しん
接種日：11月29日（㊥）
対象者：H28.12.1生～H29.11.30生（1期）
対象者：H24.4.2生～H25.4.1生（2期）

2か月児ママの会

日時：11月30日（㊤）14:00～15:30

対象者：平成30年9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。

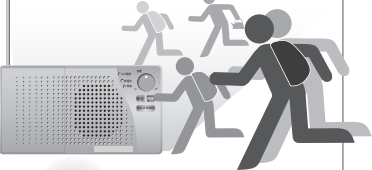


いいやま愛（i）ナビ | 検索
または右のQRコードから

いいやま愛（㊤）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

防災ナビ



第150回
秋季全国火災予防週間

11月9日（金）から15日（木）までの7日間、秋季全国火災予防運動が実施されます。

この運動は、火災が発生しやすい時季を迎えるに当たり、火災予防思想の一層の普及を図り、もって火災の発生を防止し、高齢者を中心とする死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的に全国一斉に行われます。

これから冬にかけての季節は、空気が乾燥する上、農作業などで行うたき火、暖房器具など家庭内での火気の使用も増えますので、火の取扱いは十分に注意する必要があります。

住宅火災 いのちを守る7つのポイント

◆3つの習慣
▽寝たばこは、絶対やめる。
▽ストーブは、燃えやすい物から離れた位置で使用する。

▽ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

◆4つの対策

▽逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。

▽寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。

▽火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。

▽お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

平成30年度全国統一防火標語『忘れてない？ サイフにスマホに火の確認』

11月30日（金）まで消防庁と一般財団法人日本損害保険協会の共催で「平成31年度全国統一防火標語」を募集していますのでぜひ応募ください。（ホームページ：https://houkaihyougo.jp）



1	木	
2	金	
3	土	シクロクロスミーティング飯山大会（長峰多目的グラウンド）【4日まで】
4	日	第 41 回飯山市民バドミントン大会（市民体育館）
5	月	
6	火	
7	水	
8	木	第 31 回飯山市マレットゴルフ協会長杯市民マレットゴルフ大会(長峰マレットゴルフ場)
9	金	
10	土	
11	日	第 39 回飯山市ジュニア駅伝大会（長峰多目的グラウンド） 森田カップバレーボール大会 高校・一般男子の部（市民体育館）
12	月	
13	火	障がい者等の権利擁護相談会【右記参照】
14	水	
15	木	
16	金	チャレンジ体力測定（飯山市保健センター）（要予約）【18㊟参照】
17	土	第 67 回長野県縦断駅伝競走大会（長野市～飯田市）【18日まで】
18	日	
19	月	
20	火	総合相談【右記参照】
21	水	年末調整説明会（飯山市公民館）【19㊟参照】
22	木	廃食用油・古着の回収 9:00 ～ 11:00（市役所西側車庫） 出張年金相談 10:00 ～ 15:00（飯山商工会議所）（要予約）
23	金	北信濃ミニバス優勝大会（市民体育館）
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	障がい者等の権利擁護相談会【右記参照】
28	水	
29	木	もの忘れ相談会 13:30 ～ 15:30（飯山市福祉センター）（要予約）
30	金	

11月の税金など
(納期限 11 月 30 日)

固 定 資 産 税・・・3期
国 民 健 康 保 険 税・・・5期
介 護 保 険 料・・・8期
後期高齢者医療保険料・・・5期
上水区域上下水道使用料・・・9.10月分
下水道受益者負担金・・・3期
保 育 料・・・11月分
CATV、インターネット使用料・・・11月分
口座振替日 11月26日(月)

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】
11月20日(火) 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】11月13日(火) 9:30 ～ 12:00
11月27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 10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 7月 1.51 倍 (1.37)
うち常用・パート 7月 1.41 倍 (1.31)
■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
設備工事、配管工	2	59 歳以下	18.0 ～ 25.0	建築材料卸売業	飯 山 市
電気工事技術者	1	64 歳以下	30.0 ～ 40.0	一般土木建築工事業	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
重機オペレーター、作業員	2	64 歳以下	20.0 ～ 28.0	一般土木建築工事業	栄 村
測量業務全般	2	40 歳以下	16.0 ～ 38.0	土木建築サービス業	飯 山 市
ホールスタッフ	1	不 問	16.0 ～ 23.0	食堂、レストラン(専門料理店を除く)	飯 山 市
自動車整備士	1	59 歳以下	17.0 ～ 24.9	自動車整備業	飯 山 市
野沢菜漬加工現場作業員	1	59 歳以下	13.8 ～ 15.5	野菜加工・果実加工、農産物食品製造業	飯 山 市
配管工及び土木作業員（見習い）	2	64 歳以下	22.0 ～ 26.4	管工事業(さく井工事業を除く)	飯 山 市
ルーム清掃	1	不 問	18.0 ～ 28.0	旅館、ホテル	飯 山 市
建設機械及び貨物自動車の整備	2	45 歳以下	20.0 ～ 35.0	産業用機械器具賃貸業	飯山市ほか
医師事務作業補助	1	不 問	15.8 ～ 18.1	労働者派遣業	飯 山 市
調理師	1	不 問	15.1 ～ 21.0	他に分類されない事業サービス業	飯 山 市
バス運転手	2	18歳～59歳	17.8 ～ 23.5	一般乗合旅客自動車運送業	飯山市ほか
土木工事現場作業員	2	不 問	20.7 ～ 27.4	土木工事業(舗装工事業を除く)	木 島 平 村
ガソリンスタンド販売員	1	不 問	時給 840 ～ 1,020 円	農林水産業協同組合(他に分類されないもの)	木 島 平 村
きのこ収穫作業	1	不 問	時給 830 ～ 850 円	一般貨物自動車運送業	飯 山 市
荷物の仕分作業員	2	59 歳以下	時給 900 円	一般貨物自動車運送業	飯 山 市
調理補助	1	不 問	時給 795 ～ 1,000 円	食堂、レストラン(専門料理店を除く)	飯 山 市
セルフガソリンスタンドの接客スタッフ	3	18 歳以上	時給 880 ～ 1,100 円	燃料小売業	飯 山 市
調理補助	1	64 歳以下	時給 850 ～ 950 円	他に分類されない事業サービス業	飯 山 市
レンタカースタッフ	1	不 問	時給 850 ～ 910 円	自動車賃貸業	飯 山 市
客室清掃業務	2	不 問	時給 880 円	電子デバイス製造業	飯 山 市
きのこのパッケージ作業	2	不 問	時給 830 ～ 1,000 円	その他の食料品製造業	飯 山 市
モスバーガーのハンバーガー製造と販売	2	59 歳以下	時給 900 円	菓子・パン小売業	野沢温泉村
きのこ、胡瓜栽培作業全般	2	64 歳以下	時給 810 ～ 950 円	その他の食料品製造業	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
カフェのホールスタッフ	1	不 問	時給 910 円	その他の運輸に附帯するサービス業	飯 山 市
接客・厨房調理係	1	不 問	時給 900 ～ 1,000 円	すし店	野沢温泉村
運転手	2	18 歳以上	時給 830 ～ 900 円	建物売買業、土地売買業	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
リアンの
るんるん♪飯山大冒険♪

② 祭りを楽しむ編 (=^・^=)

こんにちは、無事に2か月間の日本生活を過ごしたリアンです。

この2か月間はお祭りとイベントがたくさんあったので、冒険もたくさんできました。いくつかの祭りにも行ってみました。一番印象的だったのは奈良沢神社の大神狗でした。2メートルの松明を振り回す大神狗はとても迫力があって、熱くて、かっこよかったです。まさか観客の近くまで来て松明を振るとは思わなかった
ので、一番前に立っていた私は、びっくりしすぎて思わず友達の後ろに逃げました (笑)

祭りの余韻がまだ残っているということで、今回はメルボルンと飯山で行われる祭りについて話しましょう。

前回も少し話をしましたが、メルボルンはとても多文化的で約140もの文化があるところで、一年で色々な文化の祭りを楽しむことができます。日本、中国、ギリシャ、イタリア、ポーランド、韓国、マレーシアなどの文化を祝い祭りもあって、とてもにぎやかです。毎年2月に行うメルボルン日本夏祭りは人気の祭りの一つで、祭りのハイライトは盆踊りです。違う文化の中で育ってきた人々が一緒に踊って、祭りを楽しむのはとても不思議な光景です。

しかしながら、メルボルンで行う祭りのほとんどは楽しさと参加のしやすさに力を入れているので、祭りというよりもイベントです。メルボルン日本夏祭りのように、盆踊りなどの伝統はもちろん残ってはいますが、このような祭りは音楽と食べ物メインとなっているので誰でも簡単に参加できます。多文化的なメルボルンにとっては、同じメルボルンに住んでいる人々の文化について学ぶ良いチャンスだと思います。ちなみに、コミュニティーの祭りだと必ず絶叫マシンなどのアトラクションがあるので、祭りと言えば絶叫マシンと思う若者が多くいます。

それに比べて、飯山の祭りはとてもアットホームな感じがします。飯山の祭りは少ししか行けなかったけれど、どれもにぎやかで参加しているみんなが本当に楽しそうに見えました。コミュニティーのみんなと一緒に参加し、より良い祭りを作り上げるために練習と準備をするのがとてもいいと思いました。祭り一つ一つが深い歴史、伝統そして文化を守り続けたことが伝わります。特に、夜に行う祭りは見ている思わず息を呑むほどの神秘さがあふれていていました。

飯山の奈良沢大神狗や灯籠まつりのような歴史があって、そして芸術性もある祭りはメルボルンにはありませんが、これは場所と文化の違いだと思います。

どこであっても、祭りというのはみんなが集まって、楽しく祝うのが一番大事なことですな!

27 市報いいやま / 18.10

26