



平和への思いを伝える

令和7年度 飯山市中学生平和学習派遣事業参加報告

飯山市中学生平和学習派遣事業として、8月5日から6日までの2日間、広島市で行われた「広島市原爆死没者慰霊式並びに平和祈念式」に、市内中学生10名を派遣しました。参加した生徒に、見聞きし、学んだことについて、文章にまとめていただきました。

参加日程

- 【5日】
- ・広島平和記念資料館見学
・原爆の子の像に
千羽鶴を奉納
(写真①)
 - ・原爆ドーム見学(写真②)
 - ・被爆体験伝承講話
(写真③)
- 【6日】
- ・慰霊式、祈念式参列
(写真④⑤)

当たり前ではない平和

城南中 高山 芭菜

私は広島平和記念資料館を訪れる前までは、原爆投下の表面しか知らなかったが、退館した時には胸が締め付けられるほど内容が濃いものでした。たった二つの原爆が大切な人、平和を奪ったのです。また平和への誓いでは小学六年生が平和について発言をされていて、私は言葉を失うほど胸に響くものがありました。平和は、手を加えながら発展させていくものだと考えることができました。

広島から得たもの

城南中 丹沢 桜衣

広島平和学習を通して私は、資料館を見学したり、平和式典に参加したり

して、原爆の悲劇を次の世代へと語り継ぎ、風化させない使命を学ぶことができました。また、八十年間続けてきた平和を当たり前と思わず、小さな努力をすることで平和を築くことができると信じていきたいです。また、この先も、広島街でおこった出来事に対する気持ち、さらに深めていくことで、初めて本当の平和が達成できると思いました。

平和と原爆

城南中 上松 柊惶

広島平和学習に行き、今まで以上に原爆の恐ろしさを体感できました。広島平和記念資料館では、曲がってしまった三輪車や、原爆が落ちた時間で止まってしまった時計など、教科書で

もっと知っていく必要があると感じました。

平和をつなぐことの大切さ

城南中 六川 翠心

私はこの広島平和学習で、私の中の曖昧であった戦争のイメージが、具体的な事実や人々の証言などを通して、現実で身近な出来事として受け止めることができ、そして伝えていくことの重要性を知ることができました。印象に残っているのは、資料館を出た後にぐったりしている外国人の人たちの姿です。被爆を経験していない国の人も関心をもった知ろうとしていました。このような一人一人の意識や行動で、今の平和は繋がっていると思いました。

戦争が人々から奪ったもの

城北中 江口 瑚々音

広島平和学習を通して、戦争が奪うものは命だけではないこと、家族との絆や日常の暮らし、笑顔や夢、そして心の平和までも奪っ

てしまうこと、生き残った人たちも、深い心の傷を抱えながら生きてきたことを感じ、「戦争は終わっても苦しみは終わらない」と気付かされました。戦争を二度と繰り返さない未来を、私たち一人ひとりが創っていくことが大切だと改めて実感することができました。

私は「広島島の過去と今」というテーマをもち、広島を訪ねました。学校の平和学習や社会の授業で得た知識はそれなりにあると思っていました。ですが、実際に広島を訪ねし私たちがもっている知識はほんの一部だと実感しました。広島平和記念資料館や原爆ドームを見学したり、平和祈念式典に参加したりすることで平和に対する気持ちが変わりました。被爆から八十年が経ち被爆者が少なくなっている今、後世にこの歴史を伝えていくのが私たちの使命なのです。

被爆者から受け継ぐ思い

城北中 飯塚 心愛

私は広島へ行き、「私ができること」を学んできました。当時の写真などを自分の目で実際に見て今生きていることはすごく幸せなことだなと感じました。平和祈念式典の中で私が印象に残っていることは、子ども代表の平和への誓いです。私たちには次の世代へ語り継いでいく使命がある

想いやりの【わ】

城北中 小坂 彩心

広島平和学習に参加して私は、戦争の悲惨さと平和の重要性について改めて深く考えることができました。一発の原子爆弾で罪のない多くの人々が命を落とし、傷つき、家族や友人を失った悲惨な出来事を決して忘れてはならないと思いました。二度と同じ過ちを繰り返さないために、私は広島で学んできたことを多くのの人に正しく伝え、日常の中にできる小さな行動から平和を広めていきたいと強く思いました。

私たちの使命

城北中 水橋 凜

私は広島へ行き、「私ができること」を学んできました。当時の写真などを自分の目で実際に見て今生きていることはすごく幸せなことだなと感じました。平和祈念式典の中で私が印象に残っていることは、子ども代表の平和への誓いです。私たちには次の世代へ語り継いでいく使命がある

見たものがたくさんありました。その中で印象が強かったのはパネルに書かれていた言葉です。「お父さん、待って…」など当時の状況がわかるこの言葉で、とても悲しい気持ちになりました。こんな悲しい過去があったことを、伝えつなぐことが大切だと感じました。

平和を繋ぐために必要なこと

城南中 佐藤 玄成

広島平和学習を通して、僕は平和を繋いでいくにはどうしたらいいかを学ぶことができました。一番印象に残っている、平和への誓いで小学生の二人が伝えてくれたことの中に「自分のこととして考え、平和について関心を持つこと。」という言葉がありました。これから年月が経つにつれ被爆者の方々から直接お話を聞ける機会が少なくなっていくと思います。平和を繋いでいくためには、原爆や戦争について一人一人が関心を持ち、

ということを気づかされた平和への誓いでした。私たちができることは、被爆者が少なくなっているこの時代に戦争という歴史を語り継ぐことです。

過去を知り未来へつなげる

城北中 倉科 世梨

1945年8月6日午前8時15分、広島に原子爆弾が投下され多くの命が奪われました。爆心地近くは凄まじい熱や爆風、放射線により多くの人が重い被害を受けました。原爆ドームを実際に見たことで、教科書では感じられなかった衝撃を受け次の世代に伝えたいという思いが強まりました。これからの私たちに何ができるのか。平和が続くにはどうしたら良いのか。家族や友達に、どれだけの恐ろしい出来事なのか伝え語り合いたいです。



相乗りタクシーのご利用方法

はじめに

一般市民

発着地を、自宅に指定したい場合は、利用前に自宅登録の手続きをお願いします。

■自宅登録（9月12日～）

自宅登録希望の方は、右の二次元コードの「ながの電子申請サービス」より、お申し込みください。



自宅登録
フォーム

観光客

目的地から目的地までの利用となります。
（例：飯山駅からいいやま湯滝温泉までなど）

特定市民割引対象者

■「特定市民割引」利用申し込み

広報8月号と一緒に送りした利用申込書に必要事項をご記入のうえ、飯山市役所企画財政課までお申し込みください。

■会員登録・自宅登録（10月1日～）

特定市民割引を受けるには、会員登録（Suicaの登録など）が必要です。市役所職員が対面で登録のお手伝いをします。会員登録の詳細については右の二次元コードより、マニュアルをご確認ください。



会員登録
マニュアル

※ Suica は東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。

ご利用の流れ（10月15日～）

① 事前予約

配車アプリから、乗降場所、出発もしくは到着日時、乗車人数などを指定して、事前予約をしてください。

※特定市民割引対象者は電話予約も可能です。（午前8時から午後5時まで）

■事前予約

利用日の1週間前から
利用前日の午後5時まで

■当日予約

午前8時から利用の1時間前まで
※利用したい時間が午前7時から午前9時の間の場合は、前日の午後5時までの事前予約が必要です。



② 乗車

予約した日時に、ご指定の乗降場所でお待ちください。
※配車アプリで予約した方は、車両の到着時にアプリにお知らせが届きます。

※特定市民割引対象者は、登録したSuicaを車内の端末にタッチすることで、特定市民割引が適用されます。登録のSuicaをお持ちでないと特定市民割引は適用されません。



③ お支払い

目的地に到着後、車内で現金またはSuica、クレジットカードでお支払いください。



いいやま相乗りタクシー
ご利用マニュアル



いいやま相乗りタクシー
目的地一覧

注意事項

- ・車両の空き状況により、希望の時間に予約できない場合があります。
- ・天候や道路事情でやむを得ず到着が遅れる場合があります。
- ・往復利用の場合でも行きと帰りはそれぞれ別の運行となりますので、買い物などの間車両を待機させることはできません。

運行時間

午前7時～
午後10時

運行期間

令和7年（2025年）
10月15日（水）～
令和8年（2026年）
1月31日（土）

運行地域

飯山市
野沢温泉村
木島平村



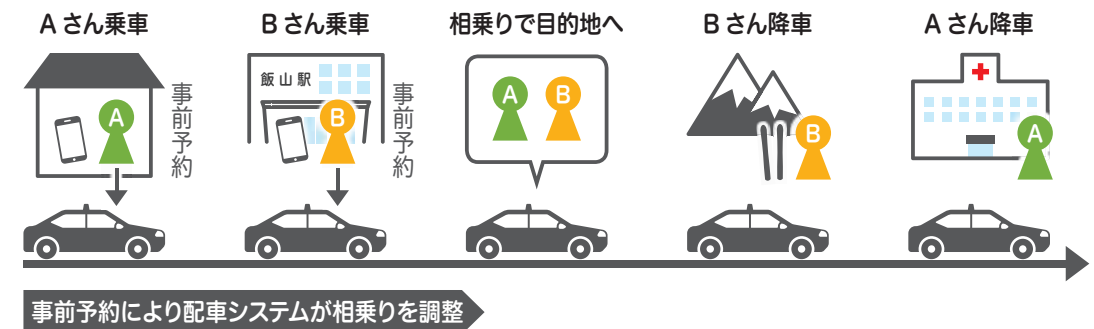
クローズアップ

いいやま
相乗りタクシー
実証実験

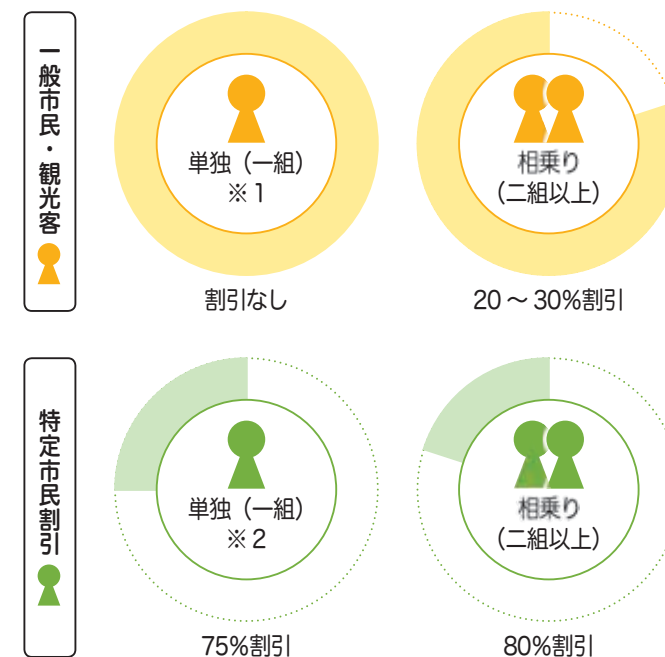
飯山市内の公共交通の利便性を高めるため、本年10月から新しい公共交通「いいやま相乗りタクシー」の実証実験を開始します。なお、現在運行している「乗り合いタクシー」は、実証実験期間中も引き続き運行します。

いいやま相乗りタクシーとは

「いいやま相乗りタクシー」は、配車アプリまたは電話での事前予約を受け、自宅から目的地まで送迎するサービスです。同じ方向や時間帯の予約を調整し、相乗りで効率的に運行します。（相乗りがない場合は1組でも対応します）



利用料金



- ・タクシー料金を基準に、相乗りの場合は「相乗り割引」として20～30%の割引が適用されます。（相乗り組数や距離で割引は異なります）
 - ・高齢者等の「特定市民割引」対象の方は、相乗りなしでも75%割引、相乗り時は80%割引となります。
- ※1：一般市民・観光客は、一組1人から5人まで予約可能
※2：特定市民は、一組1人から2人まで予約可能

特定市民割引の対象者

- ・75歳以上の方
 - ・65歳以上で運転免許証を保持していない方
 - ・障害者手帳を保持し、運転免許証を保持していない方
 - ・運転免許証を保持しているが、病気などの事情で運転ができない方 など
- ※ご自身が対象となるかご不安な方は、お気軽にお問い合わせください。

堤下住宅

市営住宅の入居者を募集します



移住定住推進課 住宅係 TEL 0269-67-0740

堤下住宅



- 戸数 1戸
- 構造 鉄骨造 2階建
- 間取 2K
- 家賃 11,100～16,600円/月
- 駐車場 有り(無料)
- 保証金 70,000円

- 入居資格 次の全てに該当する方
 - ・2人以上の親族で入居する方、または3カ月以内に婚姻予定の方(別途条件により、単身でも入居できる場合あり)
 - ・世帯収入が市で定める基準額以下の方
 - ・住宅に困窮していることが明らかな方
 - ・市税等を滞納していない方
 - ・暴力団員でない方
 - ・市が定める要件を満たす連帯保証人を設定できる方

連帯保証人の要件

- ・申込者と別生計の方
- ・収入状況について市長が適当と認める方
- ・公営住宅に入居していない方ほか

- 入居可能日 11月4日(火)【入居指定日:11月17日(月)】
- 申込方法 申込書および添付書類の提出
(提出先:市役所2階移住定住推進課住宅係へご持参下さい《郵送不可》)
- 申込期間 9月22日(月)から10月10日(金)まで(土、日、祝日を除く)
※午前8時30分から午後5時15分まで
- 選考方法 申込件数が募集戸数を超えた場合は抽選とします
《抽選日時》10月21日(火)午前10時から【飯山市役所4階 第1委員会室】

Pick up!

いいやま脱炭素フェア 2025 を開催します



ゼロカーボン推進課 ゼロカーボン推進係 TEL 0269-67-0732

2050年のカーボンニュートラル達成に向け、身近な地球温暖化対策と防災・減災への取組をご紹介します。皆さまのご来場をお待ちしております。

- 会場 飯山市文化交流館なちゅら 大ホール、駐車場
- 日時 9月28日(日) 午前10時から午後4時まで
- 内容
 - ・住宅よろず相談(省エネ、断熱、耐震、克雪、防災など)
 - ・展示&相談窓口(太陽光発電、蓄電システム、省エネ機器、住宅断熱など)
 - ・牛乳パック10枚でトイレトーパー1つと交換
 - ・親子で楽しむワークショップ「ランタンづくり」(事前申込制)

- ・積み木で遊ぼう!&紙芝居
- ・親子木工教室
- ・建設機械でクレーンゲーム体験
- ・電気自動車、燃料電池車の展示
- ・地震体験車による地震体験
- ・免震構造模型の展示
- ・土砂災害と流域治水のミニ模型による実演 など



※内容は変更になる場合があります。詳しくは飯山市ホームページをご覧ください。

よくある質問

- Q 実証実験後は、いいやま相乗りタクシーは使えないのですか?
A 1月末でいいやま相乗りタクシーは一旦終了します。2月以降はこれまでと同様、路線バスや乗り合いタクシーをご利用ください。今後は実証実験の結果を踏まえて、令和8年度(2026年度)に本格導入できるよう、準備を進めてまいります。
- Q スマホを持ってないと相乗りタクシーは利用できないのですか?
A 通常はスマホの配車アプリでご予約いただきますが、高齢者など特定市民割引の対象者で、配車アプリが使えない方は、電話での予約も受け付けます。
- Q 目的地からの帰りは家まで送ってもらえますか?
A 帰りはご登録いただいたご自宅までお送りします。なお、ご利用の場合は、行きと帰りそれぞれの事前予約が必要になります。
- Q 観光客も利用できますか?
A いいやま相乗りタクシーは観光客も利用できます。市外にお住まいのご友人がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介いただくようお願いします。
- Q 支払いの際に「飯山市福祉乗り物利用券」は利用できますか?
A 「飯山市福祉乗り物利用券」をはじめ、他の割引等を併用することはできません。
- Q 新聞でSuicaカードのセキュリティに問題があったと報道されていましたが大丈夫でしょうか?
A 新聞で報道されたセキュリティ問題は、平成29年(2017年)以前に出荷されたSuicaカードの一部に問題があったという内容です。Suicaはカードのセキュリティに加え、システム全体でさまざまなセキュリティ対策をしており、今回の実証実験に関しても問題なくご利用いただけます。詳細は、JR東日本のホームページをご確認ください。

日本版ライドシェアの実証実験が始まります

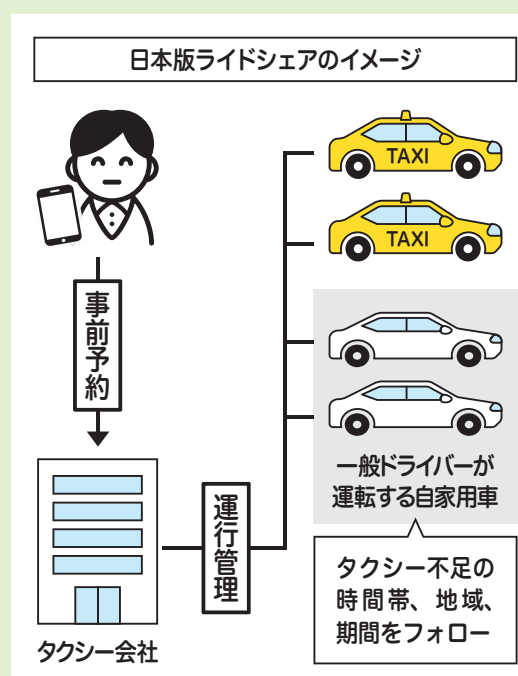
日本版ライドシェアとは、タクシー運転手不足を解消するために、タクシー会社の管理下で一般のドライバーが自家用車を使って有料で人を運ぶサービスのことで、飯山市では、冬季に増加するインバウンド需要に対応可能なタクシー車両台数を確保するため、飯山駅を中心に広域的な運行が可能となる「日本版ライドシェア」の実証実験を行います。

- 運行期間(予定) 令和7年(2025年)12月1日(月)から
令和8年(2026年)3月31日(火)まで

- 配車エリア(予定) 飯山市、中野市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村
- 予約・決済方法 配車アプリから事前予約をしてください。運賃は通常のタクシー料金を基に計算され、事前に確定します。キャッシュレスが基本となり、現金は原則利用できません。

日本版ライドシェアのドライバーになりませんか

今後詳細な条件が決まり次第、日本版ライドシェアのドライバーを募集する予定です。関心がある方がいらっしゃいましたら、以下の連絡先までご連絡ください。
飯山市地域公共交通会議事務局
(飯山市役所企画財政課) 電話:0269-67-0722



雨の中会場を彩る

第19回いいやま灯籠まつりを開催

8月11日、今年で19回目となる「いいやま灯籠まつり」を本町商店街周辺で開催しました。

当日は、降雨の影響により、飯山小学校の児童による鼓笛隊パレード、ダンスイベント「IIYAMA DANCE FES!（イイヤマダンスフェス）」、癒しの演奏、いいやまスノーワンドーランドなど一部のイベントが中止となり、規模を縮小しての開催となりましたが、本町アーケード内

に約2000個の灯籠が並べられるなど、灯籠が雨に濡れないための工夫も施され、会場を鮮やかに彩りました。

また、いいやま灯籠まつりの一環として、飯山高校美術部の生徒が中心となり、飯山駅の空間に飾りつけを行う「飯山駅空間演出」と、高橋まゆみ人形館、子ども館さらでも灯籠の演出があり、多くの人で賑わいました。



開催セレモニーで行われた飯山高校書道部のパフォーマンス



本町アーケードに並べられた灯籠

2050年のゼロカーボンに向けて

城南中学校普通教室断熱改修ワークショップを開催



天井裏に断熱材を敷き詰める城南中学校の生徒

8月6日と7日の2日間（公財）長野県建築士会、飯山市建設業協会、飯水岳北建設労働組合のご協力のもと、城南中学校普通教室断熱改修ワークショップを実施しました。

このワークショップは、2050年のゼロカーボン達成に向けた取り組みの一環として企画され、ワークショップを通じて断熱の重要性や改修の内容について

広く周知することを目的としています。

当日は、城南中学校の生徒とその保護者、一般参加者を含む約30名が集まり、教室の天井裏と南側の壁に断熱材を敷き詰める作業や、内窓の設置など実践的な作業を体験しました。今後、断熱化した教室と、断熱化していない教室を比較し効果の検証を行う予定です。

施設の幅広い活用を

千曲川河畔納涼花火大会に市営飯山シャンツエを開放

8月14日、飯山商工会議所が主催する「千曲川河畔納涼花火大会」に合わせ、市営飯山シャンツエの無料開放を行いました。

この取り組みは、令和10年（2028年）に開催する国民スポーツ大会ジャンプ競技の会場として決定したことを受け、施設の幅広い活用を目的とした研究の一環として企画したものです。

当日は、市営飯山シャンツエのブレイキングゾーン（施設下部）を、午後7時から午後9時までの2時間にわたり開放し、約100名の来場者が花火を観覧しました。

開放されたブレイキングゾーン内の観覧場所では、寝ころびながら花火を見る方など、思い思いに花火を楽しんでいました。



市営飯山シャンツエから見える花火

「いいやまライトダウンスターウォッチングの集い」を開催

8月22日、戸狩温泉スキー場で「いいやまライトダウンスターウォッチングの集い」と題し、講演会および観望会を開催しました。

講演会では、長野高専教授で「長野県は宇宙県」連絡協議会代表の大西浩次先生を講師にお迎えし、「いいやまで『この夏の星を見る』をテーマに講演いただきました。大西先生は、昔と今の宇宙観の

違いや、観光の視点からみた星空観察の魅力についてお話しいただきました。

引き続き行われた観望会では、大西先生による星空解説を受けながら、参加者は夏の星空を楽しみました。また、天体望遠鏡による星の観察も行われ、普段肉眼では見ることのできない星々の姿を間近で堪能しました。



夏の星空について語る大西先生

秋に備えてツキノワグマの生態や被害防止対策を学ぶツキノワグマに関する講演会を開催



ツキノワグマ被害防止対策について解説する瀧井さん

8月30日、飯山市文化交流館なちゅらで、農学博士であり長野県クマ対策員を務める瀧井曉子さん（NPO法人信州ツキノワグマ研究会）を講師にお迎えし「ツキノワグマに関する講演会」を開催しました。

この講演会は、秋に増加するツキノワグマの出没に備え、ツキノワグマの生態や正しい被害防止対

策を学ぶことを目的に開催され、約150人が参加しました。

講演の中で瀧井さんは、「引き寄せない、滞在させない、出会わない」をキーワードに「クマと人との適切な距離を保つことが大切。私たちの努力でクマを人里に近付きにくくすることができます」と具体的な対策について解説いただきました。

地域に開かれた学びの場へ

城北小学校新校舎竣工式・内覧会を開催

8月23日、飯山市立城北小学校の新校舎竣工式を開催しました。

竣工式には、城北小学校建設に携わった関係業者や教育関係者のほか、市議会、区長会、PTAなどの関係者約60名が参加。式典に先立ち、各団体等の代表者によるテープカットも行われました。式典の挨拶で江沢市長は「子どもたちの豊かな学びと成長を支えるとともに、地域の皆さまとのつながりを一層深め、開か

れた学校づくりに力を入れていきたい」と述べ、新校舎での学びに期待を寄せました。

また、8月28日には一般市民向けの内覧会を開催し、1000人を超える方々が来校しました。参加者からは「木をふんだんに使っていて、温かみがある」「ブックメディアラウンジが開放感があって心地良い」など新校舎に対する高評価の声がありました。



城北小学校新校舎竣工式のテープカット



城北小ブックメディアラウンジを内覧する来校者



小型鳥獣捕獲用 わな講習会を行います

森林農地整備課 鳥獣対策係
Tel.0269-67-0734

鳥獣保護管理法や、わなの取り扱いに関する知識を学び、考查に合格することで、小型鳥獣捕獲の許可を取得できます。ご参加ください。

■日時 10月1日(水) 午前9時30分から午前11時30分まで

■場所 市役所4階第3委員会室

■対象

小型鳥獣による農作物被害を受けた方で、ご自身の建物や、敷地内にわなを設置して、小型鳥獣を捕獲したい方

■持ち物

筆記用具

■申込期限 9月29日(月)までに、森林農地整備課鳥獣対策係まで電話でお申込みください。

お気軽にご相談ください
行政相談について

飯山市社会福祉協議会
Tel.0269-62-2840

9月1日(月)から10月31日(金)までは行政相談月間です。行

政相談とは、行政相談委員が行政サービスに関する苦情や要望などを受け付け、関係機関と協力し、問題解決や要望の実現を目指す制度です。相談は無料で、秘密は固く守られます。相談日など詳しくは、30ページの総合相談をご覧ください。

■日時 10月1日(水) 午前10時から午後4時まで

■場所 長野市役所第一庁舎5階151会議室

長野県不動産鑑定士協会
Tel.026-2555228

不動産の売買・相続などでお悩みの方へ 不動産鑑定士無料相談会のご案内

■日時 10月1日(水) 午前10時から午後4時まで

■場所 長野市役所第一庁舎5階151会議室

区などに自走式草刈機を貸出します

道路河川課 維持係
Tel.0269-67-0737

「協働のいじしゅうぜん事業」において、市が所有する自走式草刈機を区等へ貸出し

■応募資格

18歳以上の健康な方、要普通免許

■任用期間

12月から翌年2月まで

■応募期間および提出書類

10月31日(金)までに、履歴書(写真添付)および資格・免許証(写)を危機管理防災課まで提出してください。

心の不安、話してみませんか ころろHOT(ほっと相談会)のお知らせ

保健福祉課 健康増進係
Tel.0269-67-0727

精神保健福祉士による心の健康相談会を開催します。ご本人はもちろん、ご家族、関係者のみの相談も行っています。相談は予約制です。事前にご連絡をお願いします。

■日時

10月20日(月) 午前10時から正午まで

■場所 飯山市保健センター

■相談内容

うつ、人間関係の悩み、ひきこもり、不登校、子どもや思春期の心の悩み、医療機関にいけない、眠れない、死にたい…など

ますのでご利用ください。

■協働のいじしゅうぜん事業

区と市が協働で「おてんま」といわれている集落維持整備活動を行うことにより活動を持続可能なものとし、公共施設を維持修繕するもの

■使用場所

「協働のいじしゅうぜん事業」の作業範囲

■貸出費用

無料

■貸出期間

雨天に弱いため基本1日(土日等は要相談)

■貸出方法

原則先着申込順(事前に担当課までご確認ください)

■貸出機械

①ラジコン式草刈機(ハンマーナイフモア)

②自走斜面草刈機(ロータリ式フリーナイフ)

追悼平和式典の会場が変更となりました

保健福祉課 社会福祉係
Tel.0269-67-0727

広報飯山8月号の13ページでお知らせした飯山市戦没者・開拓殉難者追悼平和式典の会場が変更となりましたのでお知らせします。

(変更後) 飯山市戸狩農林漁業体験実習館(トピアホール)(変更前) 飯山市文化交流館なちゅうら

国勢調査インターネット回答相談会

企画財政課 企画調整係
Tel.0269-67-0722

国勢調査のインターネット回答をお手伝いします。申し込み不要です。お越しくください。

■持ち物

調査票が入った封筒一式、スマートフォンまたはパソコン(お持ちの方のみ)

■日程

日にち	9:30~11:30	14:00~16:00
10/1(水)	飯山市公民館(101教室)	秋津地区活性化センター
10/2(木)	木島地区活性化センター	瑞穂地区活性化センター
10/3(金)	常盤地区活性化センター	外様地区活性化センター
10/6(月)	太田地区活性化センター	岡山地区活性化センター
10/7(火)	柳原地区活性化センター	富倉地区活性化センター

結核二次検診の日程

胸部レントゲン検診間接撮影

保健福祉課 健康増進係 Tel.0269-67-0727

受診料
無料

65歳以上の方を対象に結核検診を行います。対象の方には事前に検診票を送付しますので、ご確認ください。感染症予防のため、発熱・咳等の症状がある方は受診をご遠慮ください。

実施日	地区	会場名	受付時間
10/16 (木)	秋津	秋津地区活性化センター	9:00 ~ 9:50
	木島	木島地区活性化センター	10:10 ~ 10:50
	瑞穂	瑞穂地区活性化センター	11:10 ~ 11:50
	常盤	常盤地区活性化センター	13:00 ~ 14:00
10/17 (金)	岡山	岡山地区活性化センター	9:00 ~ 9:20
	太田	太田地区活性化センター	9:40 ~ 10:00
	外様	外様地区活性化センター	10:10 ~ 10:30
	柳原	柳原地区活性化センター	10:40 ~ 11:10
	富倉	富倉地区活性化センター	11:30 ~ 11:40
	飯山	飯山市保健センター	13:00 ~ 14:30

広報飯山8月号の訂正とお詫び

令和7年(2025年)8月15日発行の広報飯山8月号において誤りがありました。

被表彰者ならびに関係各位にご迷惑をお掛けしましたこととお詫びし、訂正いたします。

■訂正箇所

○3ページ「被表彰者ならびに功績概要」右列「段目 岩澤幹直さんの読み仮名 正・いわさわ もとなお 誤・いわさわ みきな

樹木の伐採・剪定は
ツリーワークス太田

●高くなり過ぎた木 ●屋根やお墓の上に伸びた木
●車両が入れない場所の木など

切ることが難しいと思われていた樹木の伐採、お任せください！
ロープワークによる特殊伐採技術で、安全・効率的に施工いたします。
一般的な庭木の剪定作業も承っております。

090-7173-7534 (オタ直通) info@treeworks-ota.com
現地を確認の上お見積もりいたします。お気軽にお問合せを！ 飯山市常盤 1120-4

買取のまるよし イオン中野店 / 年中無休

捨てないで！ こんなお品物も大歓迎です！

●石取れ・壊れたアクセサリ ●サイズが合わない指輪 ●名前入りアクセサリ ●金歯・万年筆のペン先などの金製品 ●ガラス割れやサビOK!壊れたブランド時計 ●傷ありブランドバッグ ●書き損じハガキ ●余った年賀状

中野市大字一本木252-1 (イオン中野店内1F) [営業]10:00~19:00 土・日曜のみ18:00まで 飯山市出身の店主、吉越です！お気軽にどうぞ！

TEL.0269-27-4886 古物商許可証番号：長野県公安委員会第48103200010号

洋酒買取 飲まずにしまっている未開封のウイスキー・ブランデー・ワインなど箱がなくても買取いたします！

シャッターのことならなんでも！
信濃シャッター工業
Shinano Shutter Industry
TEL.026-400-4316

お気軽に
見積無料

〒381-1221 長野市松代町東条 248-1

「特殊詐欺に気を付けましょう！」
「電話でお金の話が出たらそれは詐欺です！」という注意喚起は以前からよく耳にします。皆さんの中にはこのような注意喚起に慣れてしまい「もう聞き飽きた」と感じたり、「だまされる人はいるの?」とどこか自分には関係ないことと感じたりしている方もいるのではないのでしょうか。しかし、詐欺の被害は依然として発生し続けています。長野県内では令和6年(2024年)中の「電話でお金詐欺」の被害が約9億5千万円に上りました。令和7年(2025年)はこれをさらに上回るペースで発生しており、飯山警察署管内でも複数件の被害が報告されています。

安心安全
消費生活

その警察官、本物ですか？

飯山市消費生活センター（市民環境課生活環境係内）
Tel 0269-67-0726（課代表）

消費者ホットライン Tel 188



▲本物の警察官はビデオ通話に誘導しません

警察官を名乗る者から電話があっても簡単には信用せず、落ち着いて対応しましょう。心配な時は電話を切った上で、消費生活センターか飯山警察署へご相談ください。

最近急増している手口は、警察官を名乗る者が携帯電話に電話をかけてきて、LINEなどのビデオ通話に誘導した上で「あなたの口座が詐欺に使われている」「逮捕状が出ている」などと言いき金を要求するものです。ビデオ通話では警察官の格好をした者が警察手帳や逮捕状らしきものを見せることで本物の警察官だと信じ込ませ、個人情報などを聞き出し「身体検査をする」などと言って裸になるように要求したりし、最終的にはそれらしい理由を付けて金銭を振り込ませようとします。

ご自身、ご家族の財産を詐欺被害から守るために何より大切なことは、詐欺被害は他人事ではなく、いつ自分の身を襲ってくるかわからないものだとして認識することです。そして詐欺の手口を知り、備えることも必要です。

健康

無理なくできる減塩のコツ

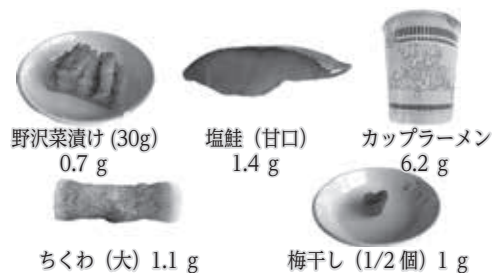
保健福祉課 健康増進係 Tel 0269-67-0727（課代表）

食塩の摂りすぎは、心筋梗塞や脳卒中の原因となる高血圧のほか、腎臓病や胃がんなどのリスクを高めます。飯山市民の平均的な1日当たりの食塩摂取量は、男性12.4g、女性9.9gで、男女ともに目標量（男性7.5g未満、女性6.5g未満）を大幅に上回り、摂りすぎている状況です。健康を守るために、自身ができる方法で減塩生活をスタートさせましょう。

●無理なくできる減塩のコツ

- ・食品に含まれる塩分量を知る。
- ・減塩調味料や減塩食品を利用する。
- ・麺類の汁は全部飲まない。
- ・汁物は野菜たっぷりにして、汁を少なくする。
- ・漬物や汁物を、1食果物に替えてみる。

よく食べる食品に含まれる食塩量



〈当たるとスッカリ！クイズコーナー〉

Q. 体内の余分な塩分を減らすことができるのはどっちでしょう。

- ① 水やお茶を飲む
- ② 野菜や果物を食べる

A. 答えは 30分 をご覧ください。

米農家の挑戦!キッチンカー「てんでこまい」

飯山の魅力を
おにぎりで発信

常盤地区 今清水 達洋 さん

Instagram QR code

遊 び心を持ちながらも、仕事に一生懸命な姿勢が魅力の今清水さん。SNSや趣味の釣り、ゴルフなどを通じて広がった人々との繋がりが、販売活動や新たな機会に結びついており「仕事も遊びもてんでこまいです!」と笑顔で語ります。米 農家の仕事は、これから繁忙期を迎え、イベントなどへの参加が難しい時期ですが、農業の落ち着く冬には、近隣のスキー場や地元イベントなどで販売を予定しているとのこと。今清水さんは「てんでこまいを通じて、飯山の魅力を発信し、地域を盛り上げていきたい」と思いを語りました。

常 盤地区にお住いの今清水さんは、短大卒業後に家業である米農家を継ぎ、現在は家族とともに営んでいます。今年の3月からは、地元のお米のおいしさを広めるためにキッチンカー「てんでこまい」を始動し、自身が育てたお米を使用したおにぎりや、汁物を販売して、飯山の魅力を発信しています。キッチンカーのアイデアは「飯山は米どころなのに、おにぎり屋さんなどのお米を手軽に味わえる場所が少ない」という気づきから生まれました。また、「自分のお米を販売したい」「新しいことに挑戦したい」との思いもその背景にあります。

イー E

ひと

発見!

いいひと はっけん # 232

E (エ) ネルギッシュに
E (イー) ヤマで活躍している
皆さんを紹介します

グロリアのいいやま



二次元コードでInstagramをチェック!

44 特別編：贈り物をする時の異文化交流

先月、日中友好交流都市中学生卓球交歓大会が北京で開催され、私は飯山市ー深圳市福田区合同チームの通訳として参加しました。私の国籍はカナダですが、香港で17年間生活しましたので、友好都市である深圳市福田区との連絡仲介役や、中国文化を説明するガイドもこれまでしてきました。異文化交流で最初にしたことは、深圳市福田区向けのプレゼント選びでした。中国では、プレゼントとして送ってはいけないものはいくつかあります。代表的なのは時計です。時計の中国語は「鐘 (ジョン)」、終わりを意味する「終」と同じ発音です。時計を贈ることは、「送鐘」→「送終 (死者を見送る)」と大変不吉です。他には扇子、



飯山市ー深圳市福田区チーム団体写真 (グロリア：2列目左)

靴などがあります (不吉な言葉と同じ発音)。

選手向けのプレゼントは赤いものをおすすめしました。中国では、赤はとても縁起が良い色で、お祝いの場面でよく使われています。例えば、中国の新年「春節」の時に赤い服を着る伝統があります。今回の卓球大会ですと、赤いものを贈る時に「開門紅 (カイメンホン)」という言葉が使えます。「開門紅」は中国語で「幸先の良いスタート」という意味があります。

日本では、縁起が良いものと贈らない方が良いものは何でしょうか?