



クローズアップ

城北小学校



新校舎で新たなスタート

今年の春に開校した、城北小学校の新校舎が7月に完成し、9月1日の2学期から児童の新しい校舎での学校生活が始まりました。

新校舎の建設に際しては、昨今の物価高騰や人手不足に対応し、当初の計画より完成時期を約4か月遅らせ令和5年(2023年)8月に着工、約2年をかけて予定どおり完成したものです。

新校舎完成を祝う竣工式を、8月23日に開催し、建設を手掛けた関係業者や、地元関係者など約60名が出席しました。また、8月28日には一般市民向けの内覧会が行われ、1000人を超える地域住民が新校舎を訪れました。

さらに、9月12日には開

校記念行事が開かれ、校歌を作曲したTAIRIK(タイリク)さんがリーダーを務めるTSUKEMEN(ツケメン)によるコンサートと、城北小学校の鼓笛隊や城北中学校の吹奏楽部による演奏が披露されました。このイベントには、児童、保護者、地域の方々など約700人が参加し、演奏を楽しみました。



開校記念行事で行われたTSUKEMENコンサート



ブックメディアラウンジ



普通教室



校舎外壁のソーラーパネル



石油を使わない体育館の暖房設備



校舎北側階段下の学習スペース

校舎の機能・特徴

ブックメディアラウンジを中心とした多様な活用

図書館機能を備えたブックメディアラウンジは、2階建ての校舎中央に吹き抜けで配置されており、どの教室からもアクセスしやすく、児童の個性や特性に配慮した多様な利用が可能です。ここを基点に図書やICT機器を活用した学習など、多様な活動が展開できる等機能が充実しています。

廊下とつながる教室で開放的な空間

城北小学校の普通教室は、教室と廊下の壁がなく、大きく開けられる扉になっています。児童は、教室と廊下をつないだ広いスペースの開放的な空間で活動することにより、心にゆとりが生まれ、また、複数クラスや教員同士の連携や協働的な取り組みが促進されます。

環境に配慮した校舎で冬も夏も快適に

校舎の外側に断熱材を配置する外断熱構造と、断熱ガラスにより校舎全体の断熱性を高めていることで、暑い夏や寒い冬にも快適な環境で学ぶことができます。また、太陽光パネルの設置や、石油を使わない暖房などにより、省エネ性能が高く、環境に配慮した校舎となっています。

インタビュー interview

城北小学校 児童会長
高橋 直太郎 さん

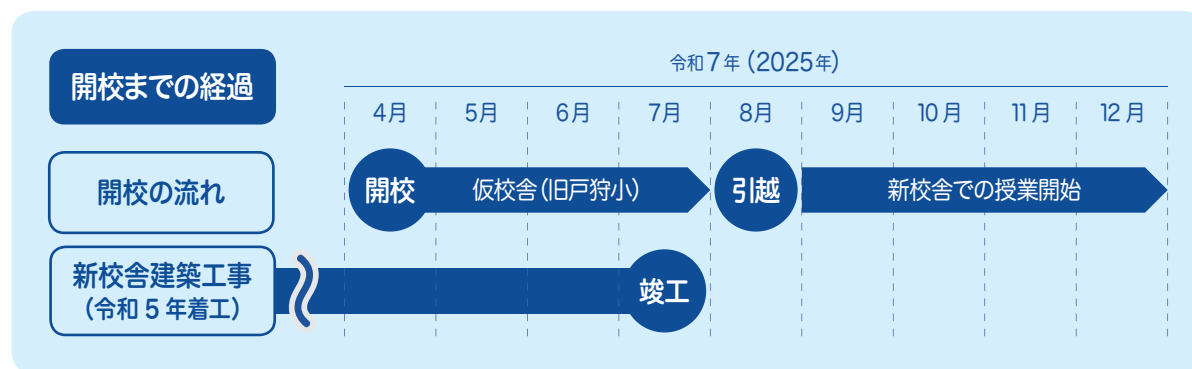
新しい校舎は、とてもきれいで過ごしやすい



環境です。教室が開放的な作りになっていたり、普通の図書館とは違うブックメディアラウンジでは、ワクワク感を感じながら学習できます。お気に入りの場所は、校舎北側の階段から中学校が見えるところで、よくそこの学習スペースで勉強をしています。新しい校舎なので設備が新しく、移動や授業もスムーズで楽しいです。広いスペースで、友達と社会科の調べ学習をしたり、図工の絵を描いたり、自由で快適な学習ができます。

工事概要

【事業費】	校舎建築工事	34億7089万円
	設計工事監理	1億3110万円
【工事概要】	構造種別	鉄骨造
	構造形式	ラーメン構造
	規模	地上2階
	建築面積	4536.9㎡
	延床面積	6970.21㎡





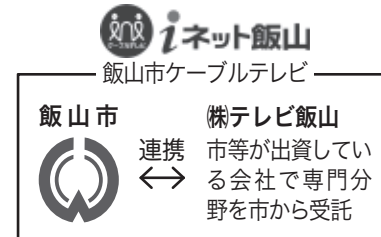
飯山市ケーブルテレビ i ネット飯山の現状と課題

事業戦略課 情報政策係 TEL 0269-67-0724

飯山市ケーブルテレビ（i ネット飯山）は、地域に密着した情報の提供により、地域社会のコミュニケーションの構築、産業の振興および市民福祉の向上を目的に、飯山市が整備を行い、飯山市と JA ながの、飯山商工会議所が出資する株式会社テレビ飯山と連携し、テレビジョン放送およびインターネット接続サービスを提供しており、平成 14 年（2002 年）4 月から事業を運営しています。本年の 5 月に飯山市ケーブルテレビ事業の民間事業者への事業承継について方針を発表しました。市民の皆さまと情報を共有するため、同事業の現状や課題を踏まえ、事業承継について検討するに至った経過などについてお知らせします。

■i ネット飯山って？

飯山市ケーブルテレビの略称です。



①現状 老朽化と機器の生産終了

伝送路方式 光と同軸ケーブルの組み合わせ（HFC）

◆ケーブルの老朽化

同軸ケーブルの耐用年数は 13 年。整備から 23 年が経過。

◆一部種類の同軸ケーブル生産終了

長距離を伝送する同軸ケーブルが生産終了で在庫なし。

◆同軸ケーブル機器の生産終了

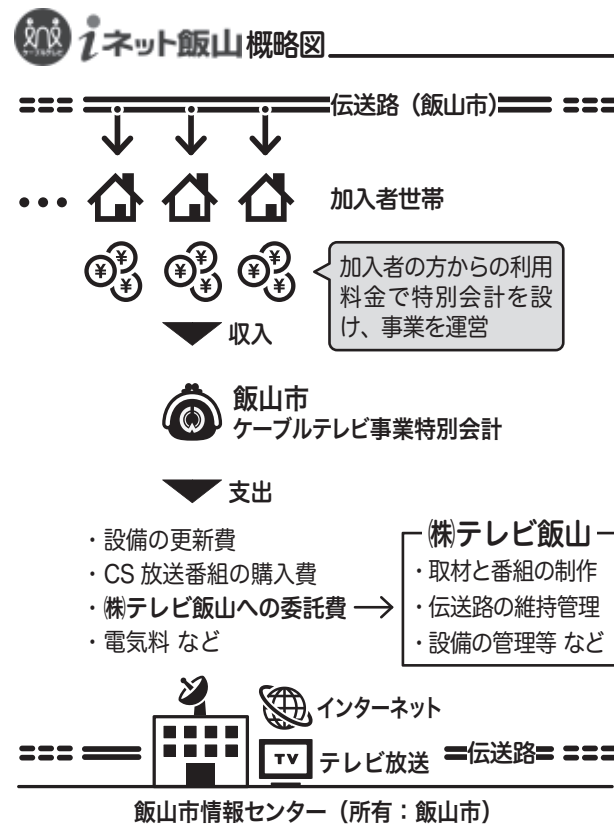
同軸ケーブルの信号を増幅させるアンプやケーブルを分岐させる機器が令和 9 年（2027 年）で生産終了。

伝送路の早急な再整備が必要

②課題 再整備に 17.1 億円の多額な費用が必要

伝送路方式 光ケーブルのみ（FTTH）
これ以外の伝送路方式なし

再整備（約 390km 新設）した場合の伝送路方式は、光ケーブルのみを使用した（FTTH）方式しかありません。再整備費は、付随する機器を含め、概算で 17.1 億円です。再整備した場合は、加入者への負担も増える見込みです。



③検討 4つの選択肢

◆飯山市が伝送路を再整備

- 再整備に多額な費用が必要（概算 17.1 億円）。
- 長期財政推計から再整備に国庫補助金などを活用しても現在の利用料金を 1.8 倍にする必要あり。
- 行政では急速な通信技術の進歩により、時代に即した住民サービスの提供が難しい状況。

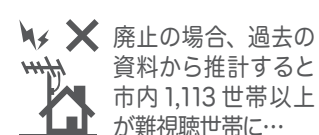
◆民間の伝送路を利用

- 民間が所有する伝送路の使用料が高額で加入者の利用料金を「伝送路を再整備した場合」以上に大幅に増額しないと事業の運営ができない。



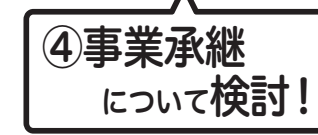
◆ケーブルテレビの廃止

- テレビ放送をアンテナで受信ができない難視聴地域でテレビが見られなくなる。
- 災害時に防災無線を補完する情報伝達の役割が果たせない。
- 加入世帯でアンテナの設置が必要となる。



◆民間事業者への事業承継

- 地上波テレビ放送の難視聴対策、放送・通信サービスの提供、災害時の情報伝達の役割を維持しながら、社会の変化・急速な技術的進歩に対応したサービスの提供が期待できる。



廃止の場合、過去の資料から推計すると市内 1,113 世帯以上が難視聴世帯に…

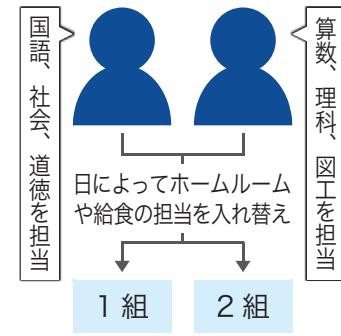
④事業承継について検討！

教育内容

3 年生以上は

「学年担任制」を採用

同じ学年を担当する 2 人の教員が、国語や算数などの教科で教科担任制をとったり、日によってホームルームや給食を担当する教員を入れ替えたりすることで、児童にとって、より相談しやすい環境を実現します。



地域との連携で ふるさと学習の充実

地域の方々と連携を取りながら、学校区内の自然環境、文化、歴史などを体験し学習するふるさと学習活動を各学年で年間を通じて行います。（棚田での米づくり、鍋倉山の自然学習等）

地域との連携「コミュニティ・スクール」

小中一体型 コミュニティ・スクール

地域の皆さんに意見をいただき、活動に参加いただくことで、よりよい学校づくりを行うための組織である「コミュニティ・スクール（学校運営協議会）」は、城北小学校開校にあたり、よりよい地域と学校の関係を築くため、隣接する城北中学校とあわせて「小中一体型コミュニティ・スクール」としてスタートしました。

放課後子ども教室 （アフタースクール）

新たな取り組みとして「放課後子ども教室（アフタースクール）」が始まりました。地域の方に「市民先生」として参加いただき、4、6 年生の希望する児童に釣り、ダンス、写真、英会話など、通常の学校生活では体験できないさまざまな活動を、市民先生の指導のもとで行っています。

インタビュー

城北小学校 校長
小田切 浩一 先生

学年担任制は、教員同士で情報共有ができ、児童一人ひとりとより深く向き合うことができます。

また、小中一体型コミュニティ・スクールにより、地域の方に授業やアフタースクールの講師として参加いただくなど、地域との連携も図られ充実しています。特にアフタースクールでは、多彩な講座が用意され、児童が放課後に友達と好きなことを学び遊べる点は非常に良い取り組みです。新校舎をきっかけに、児童が「学びたい」という意欲を育み、充実した学校生活を送れることを願っています。



アフタースクール 染物講座



アフタースクール ダンス講座



アフタースクール 料理講座



福島棚田での稲刈り体験



アフタースクール 釣り講座



Pick up!

冬の暮らしを守り、安心して暮らせるために

高齢者等玄関先除雪への支援



危機管理防災課 防災消防係 TEL 0269-67-0721

市では、高齢・障がい・病気等で冬期間の道路から玄関先までの自力除雪が困難な世帯に対し、緊急時避難路確保を目的として、区長が選定した除雪作業員による除雪支援を行います。対象等詳しくは、危機管理防災課までお問い合わせください。また、区長から依頼がありましたら、作業のできる方は、支援員としてご協力をお願いします。

■対象世帯（抜粋）

高齢・障がい・病気等のため除雪路線の道路から玄関先まで自力で除雪が困難な世帯

このほか課税状況等の要件がありますので詳しくはお問い合わせください。また、原則、同一区内に除雪能力を有する直系の親族がいる場合は対象外です。

■対象作業

積雪が15cm以上となった場合に、通路幅を概ね1m確保する除雪作業。1日当たり何回でも対象。（年間上限あり）

■申請の取りまとめ

各区の区長（申請後、該当要件の審査あり）

■作業料と世帯の負担額

○世帯員の住民税（所得割） 非課税世帯の場合

支援員への作業料		「市」助成額		「世帯」負担額
2,000円/回 1時間超	=	2,000円/回 1時間超	+	0円/回 (負担なし)
4,000円/回		4,000円/回		

○世帯員の住民税（所得割） 課税世帯の場合

支援員への作業料		「市」助成額		「世帯」負担額
2,000円/回 1時間超	=	1,500円/回 1時間超	+	500円/回 1時間超
4,000円/回		2,500円/回		1,500円/回

Pick up!

高齢者の皆さまへ

新型コロナウイルス感染症予防接種のお知らせ



保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727

令和7年度（2025年度）新型コロナウイルス感染症予防接種を実施いたします。個人の重症化予防を目的として、原則65歳以上の方を対象に年に1回の定期接種となります。季節性インフルエンザ予防接種と同様、接種対象者に努力義務はありません。感染予防の効果と副反応のリスクを、市ホームページ等で確認いただき、理解いただいた上で、接種をご検討ください。希望される方は各医療機関へお申し込みのうえ接種をお願いします。詳しくは、市役所保健福祉課へお問い合わせいただくか、市ホームページをご確認ください。



二次元コードで
ホームページを
チェック！

■対象者

飯山市に住所がある①または②の方
①接種日現在で65歳以上
②60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓、呼吸器等に重い病気のある方（身体障害者手帳1級程度）

■実施期間

10月1日（水）～翌年3月31日（火）
（医療機関により異なる場合があります）

■接種費用

自己負担額4,500円
（1人1回に限りです）

■申込方法

下記の医療機関に直接申込みください。

新型コロナウイルス感染症予防接種 指定医療機関

清水内科小児科医院 TEL 0269-62-2351	畑山医院 TEL 0269-67-2888	片塩医院 TEL 0269-62-2136
いいやま診療所 TEL 0269-67-0100	みゆき会クリニック TEL 0120-801-030	いいやまファミリークリニック TEL 0269-62-7080
小田切医院 TEL 0269-62-2039	北信州診療所 TEL 0269-65-1200	飯山赤十字病院 TEL 0269-62-4195

Pick up!

冬の暮らしを守り、安心して暮らせるために

変える変わる冬の暮らし「雪かき支援事業」のご案内



危機管理防災課 防災消防係 TEL 0269-67-0721

本年度も市内全集落を対象に冬期間における市民の安全と安心を確保するため、自らの労力で自宅などの除排雪ができない除雪困難世帯に対して、市民、事業者、行政が協働して雪かき支援を行います。支援内容は、日常居住している家屋の屋根の除排雪や車庫、倉庫等の屋根の除排雪などです。（課税状況、作業対象等により、費用負担の場合あり）詳しくは、お問い合わせください。

■対象世帯

次のいずれかに該当する世帯で、自らの労力で自宅などの除排雪ができない世帯

- 高齢者世帯
（65歳以上のみの世帯または65歳以上と18歳未満のみの世帯）
- 母子・父子世帯
（現に配偶者がいない65歳未満の母または父と18歳未満のみの世帯）
- 高齢者世帯と母子・父子世帯の混合世帯
- 傷病・障がい者世帯
（生計の中心となる方が、傷病または心身の障がい者である世帯）
- 入院世帯
（在宅に戻ることが確実で短期的な入院により、一時的に留守となる世帯）
- 冬期間不在となる世帯で管理人を定めて家屋を管理する世帯 など

■対象とならない世帯

中野市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村、飯山市に、労力または資力の協力を得られる父母・子など親族がいる世帯

■作業対象

- 日常居住している家屋の屋根の除排雪
- 車庫、倉庫等の屋根の除排雪 など

■作業対象とならないもの

- ・現に居住していない空き家
- ・日常の道路から玄関先までの除雪（7ページの高齢者等玄関先除雪への支援を参照）

雪かき支援員募集中

- 期間 12月上旬～2月末
- 任用 市会計年度任用職員（フルタイム）18歳以上、職務可能で健康な方（12名）
- 勤務 8:30～17:15（月額209,000円～）
- 業務 除雪困難世帯の見守り、民間等事業者との調整、除排雪作業ほか

■申請方法

昨年度、雪かき支援事業の対象となった方

お住まいの地域を担当する民生児童委員に相談

新規で対象世帯の要件に該当する方

市役所危機管理防災課 TEL 67-0721 まで連絡

特徴1
除雪困難世帯と雪かき支援事業者を仲介

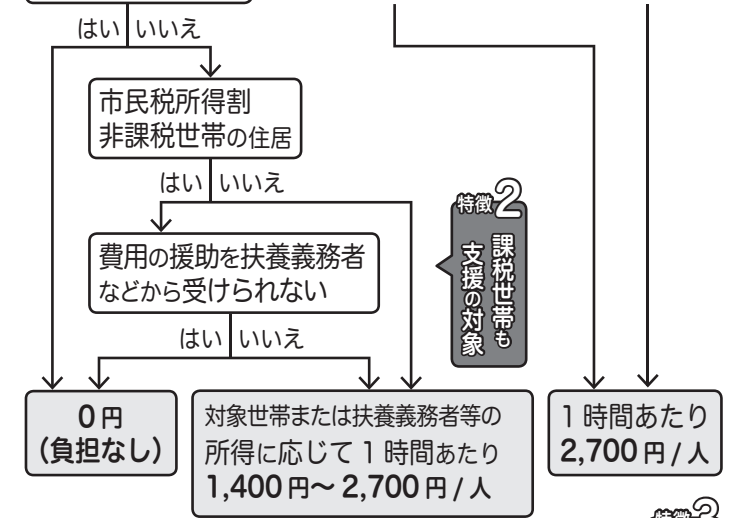
■負担額（概略図）

作業員

現に居住している建物
生活保護世帯の住居

車庫や倉庫などの住居以外の建物

冬期間不在で管理人が管理している建物



除雪機等

除雪機 20馬力未満

除雪機 20馬力以上

重機を使用

1時間あたり 3,500円/台

1時間あたり 5,000円/台

かかった分の費用を負担

特徴3
料金を明確化

除雪機等の費用が無料となる場合

現に居住している建物に限り、生活保護世帯と市民税所得割非課税世帯は費用負担はありません。なお、「車庫や倉庫などの居住以外の建物」および「冬期間不在で管理人が管理している建物」は、全ての方に費用負担があります。



建設機械でクレーンゲームを体験する親子

9月28日、「いいやま脱炭素フェア2025」を、飯山市文化交流館なちゅらで開催しました。このイベントは2050年のカーボンニュートラルの実現を目指して、実現に向け、身近な地球温暖化対策と防災・減災対策を目的として企画されました。

当日は、省エネ・断熱や耐震など住宅に関する課題や悩みをサポートす

る「住宅よろず相談」のほか、太陽光発電・住宅断熱、省エネ機器・電気自動車の展示が行われました。

また、エネルギーの創・蓄・省を親子で楽しく学べるランタンづくりや、親子木工教室、建設機械を使ったクレーンゲームなどの体験型イベントも充実しており、来場者は楽しみながら脱炭素や防災について学ぶことができました。



参加者で協力し行われた避難所開設訓練



救護訓練で人が運搬する参加者



ペット同行避難訓練で避難するペット

9月28日、飯山市防災訓練を、外様地区で実施しました。これは、防災体制の強化、地域防災力の向上を目的とし、毎年実施しています。

外様地区活性化センターの体育館で行われた避難所開設訓練では、地域の方、消防団員、市職員が協力し、テントや簡易ベッドなど、実際に避難所で必要なものを準備する訓練を行いました。

外様地区で実施された避難所開設訓練では、地域の方、消防団員、市職員が協力し、テントや簡易ベッドなど、実際に避難所で必要なものを準備する訓練を行いました。

壊家屋救助訓練などが行われました。また、初めての取り組みとして、ペット同行避難訓練が実施され、参加者の関心を集めました。

防災体制強化と地域防災力向上を目指して 外様地区で飯山市防災訓練を実施



懇親会の最後に万歳をする参加者

9月21日、ふるさと飯山会総会・懇親会が都内のホテルで開催されました。ふるさと飯山会は首都圏などにお住まいの飯山市出身者や飯山市にゆかりのある方などで構成されています。

当日は、会員57名が参加したほか、長野県人会連合会、松井専務理事、ふるさと応援団木島平会高木会長、東京栄村会の阿部副会長、飯山市から

は伊東副市長、議長・副議長・各常任委員長が来賓として参加しました。

会場では、「たけのこ汁」などが振る舞われ、ふるさとの味を懐かしむ声が多く聞かれました。加えて、飯山市の特産物や農産物の販売も行われ、懇親会の最後には恒例となっている信濃の国を全員で合唱し、会を閉じました。

ふるさと飯山会総会・懇親会を開催

子育て世帯と高齢者の皆さまへ

インフルエンザ予防接種のお知らせ

保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727

実施期間 10月1日(水)～翌年3月31日(火)【医療機関により異なる場合があります】

—— 子どものインフルエンザ予防接種費用を補助 ——

■対象者

接種方法	対象 (接種時年齢)	上限額	回数
注射	1～15歳 (中学3年生まで)	2,000円/回	1～12歳は2回まで 13歳以上は1回まで
経鼻	2～15歳 (中学3年生まで)	4,000円/回	1人1回まで

■申込方法

指定医療機関に直接お申し込みください

※指定医療機関以外で予防接種を受ける方は、接種後に市への補助申請の手続きが必要になります。詳細は保健福祉課健康増進係にお問い合わせください。(中野市にも一部指定医療機関があります)

■その他

- ・いいやま診療所は小学校1年生以上。
- ・みゆき会クリニックは3歳以上。
- ・飯山赤十字病院は完全予約制。(かかりつけのみ)
- ・接種の際は必ず電話で確認・予約をしてください。接種時は保護者が同伴し、必ず母子手帳をお持ちください。

—— 高齢者のインフルエンザ予防接種実施 ——

■対象者

- 飯山市に住所がある、①または②の方
- ①接種日現在で65歳以上
- ②60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓、呼吸器等に重い病気のある方(身体障害者手帳1級程度)

■接種費用

自己負担額 1,000円(1人1回に限りです)

■申込方法

指定医療機関に直接お申込みください

インフルエンザ予防接種 指定医療機関	
清水内科小児科医院	北信州診療所(高齢者のみ)
いいやま診療所	戸狩診療所
小田切医院(1歳以上)	片塩医院
畑山医院	いいやまファミリークリニック
服部医院	飯山赤十字病院
みゆき会クリニック	

福寿町団地

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

福寿町団地



- 住所 飯山市大字飯山 2255-2
- 戸数 1戸(4階)
- 構造 鉄筋コンクリート造4階建
- 間取 2LDK
- 家賃 22,100～32,900円/月
- 駐車場 有り(3,500円/月)
- 保証金 家賃3カ月相当

■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
- ・世帯収入が市で定める基準額以下の方
- ・暴力団員でない方
- ・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
- ・市が定める要件を満たす連帯保証人を設定できる方

■入居可能日

12月1日(月)【入居指定日:12月15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

10月20日(月)から11月7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
申込件数が募集戸数を超えた場合は抽選とします

■選考方法

《抽選日時》11月19日(水)午前10時から

【飯山市役所4階 第2委員会室】

用語解説

【歳入】

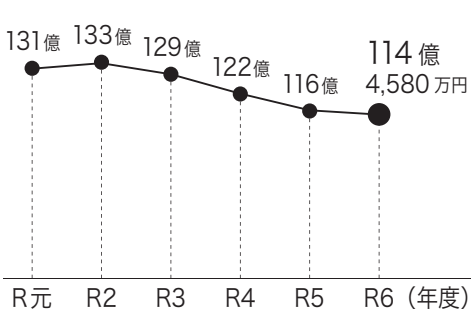
- 市税
市民税、固定資産税、軽自動車税、たばこ税など
- 諸収入
他の収入科目に含まれない収入をまとめたもの。延滞金、預金利子、宝くじ収益金など
- 分担金・負担金
分担金は、市の事業により特に利益を受ける者から、その受益の限度において徴収されるもの。負担金は、地方公共団体が、他の市や住民に課するもので健康診断受診者負担金が代表的なもの
- 地方交付税
どの市町村でも一定の行政サービスを行えるように、国から交付されるお金
- 市債
市が建設事業などの財源とするための長期の借入金で、償還が一般会計年度を超えるもの
- 国庫支出金
市が行う事業に対し、必要性に応じて国から交付されるお金
- 地方譲与税
国税として徴収した税の一部または全部を一定の基準に従って譲与されるお金
- 各種交付金
地方消費税、自動車取得税などを財源とした交付金

【歳出】

- 義務的経費
支出が義務付けられている経費。人件費・扶助費・公債費などのお金
- 投資的経費
道路や学校の建設など、社会資本整備に要するお金
- 扶助費
高齢者や児童、障がい者などへの支援に要するお金
- 公債費
市の借入金の返済にかかるお金
- 物件費
市の事業に必要な消耗品や備品、委託料などに要するお金
- 繰出金
特別会計の事務事業を補助するため、一般会計から特別会計に支出するお金

市債残高

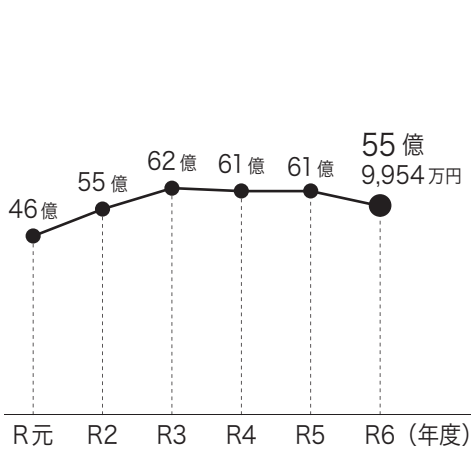
市債残高 114 億 4,580 万円 前年度比 2 億 4,489 万円の減



市債は、大きな事業をするために借り入れるお金のことで、多世代で利用する社会資本を公平に負担する役割も担っています。令和6年度は合計で 15 億 6,640 万円の借入を行い、利子 3,199 万円を含む 18 億 4,328 万円を償還しました。

基金残高

基金残高は 55 億 9,954 万円 前年度比 4 億 7,178 万円の減



主な取り崩しは、ふるさと寄附金寄附者の意向に添う 60 事業へ充当するための愛する飯山ふるさと基金の取り崩しが 4 億 6,530 万円、減債基金の取り崩しが 3 億円、財政調整基金の取り崩しが 4 億 6,300 万円などです。一方で、愛する飯山ふるさと基金に 3 億 86 万円、財政調整基金に 3 億 190 万円、減債基金に 2 億 4,132 万円など、計 8 億 5,855 万円の基金積立を行いました。

特別会計

普通会計以外の特別会計についても全会計において黒字決算を計上 ※いずれも普通会計に算入していないもの

特別会計名	歳入	歳出	差引残額
国民健康保険	21 億 3,614 万円	20 億 8,177 万円	5,437 万円
簡易水道	7,658 万円	6,956 万円	702 万円
介護保険	29 億 7,993 万円	27 億 9,293 万円	1 億 8,700 万円
後期高齢者医療	3 億 2,110 万円	3 億 2,030 万円	80 万円
駐車場事業	6,478 万円	6,408 万円	70 万円

企業会計

独自収入でその経費をまかなう独立採算を原則とする会計

企業会計名	歳入	歳出	差引残額
水道事業会計	収益的収支	6 億 2,543 万円	5 億 5,054 万円
	資本的収支	4,510 万円	4 億 4,784 万円
下水道事業会計	収益的収支	13 億 7,023 万円	13 億 3,222 万円
	資本的収支	4 億 3,576 万円	8 億 8,151 万円

令和6年度（2024 年度）普通会計・特別会計

決算報告

令和6年度（2024 年）の普通会計の決算額は、

歳入（収入）182 億 7,664 万円

歳出（支出）170 億 7,169 万円

となりました。（1 万円未満四捨五入により端数処理）



歳入は前年度比 11 億 4,283 万円増加
ふるさと寄附金の減（約 7,000 万円）、市民税及び固定資産税の減（約 4,000 万円）があつたものの、城北小学校建設に係る市債の増（約 3 億 600 万円）及び国庫支出金の増（3 億 500 万円）、財政調整基金や環境施設整備基金等の繰入金の増（約 2 億 400 万円）、地方交付税の増（約 1 億 900 万円）などにより増加しました。

歳出は前年度比 8 億 8,379 万円増加
愛する飯山ふるさと基金及び減債基金等への積立金の減（約 1 億 927 万円）、ふるさと寄附金返礼品等の減による物件費の減（約 804 万円）があつたものの、新たな小学校づくり事業等に伴う普通建設事業費の増（約 8 億 650 万円）、除雪経費等の増による維持補修費の増（約 2 億 691 万円）などにより増加しました。

普通会計 歳出 170 億 7,169 万円

		(前年比)	
義務的経費 (34.6%)	人件費 (14.8%)	25 億 3,432 万円	10.2% ↑
	うち職員給 (8.5%)	14 億 5,819 万円	9.5% ↑
	扶助費 (9.0%)	15 億 4,392 万円	2.9% ↓
	公債費 (10.8%)	18 億 4,328 万円	0.5% ↑
投資的経費 (17.8%)	普通建設事業費 (17.6%)	29 億 9,783 万円	40.6% ↑
	災害復旧事業費 (0.2%)	3,523 万円	388.4% ↑
その他経費 (47.6%)	物件費 (12.1%)	20 億 6,857 万円	3.7% ↓
	補助費等 (15.5%)	26 億 4,497 万円	26.4% ↑
	繰出金 (5.9%)	10 億 527 万円	42.9% ↓
	積立金 (5.0%)	8 億 5,855 万円	18.3% ↓
	維持補修費など (9.1%)	15 億 3,975 万円	21.2% ↑

市税の内訳

税目	決算額	構成比	増減率
固定資産税	12 億 7,078 万円	50.7%	2.3% ↓
市民税	8 億 9,717 万円	35.9%	1.3% ↓
市たばこ税	1 億 5,892 万円	6.3%	1.5% ↓

普通会計 歳入

182 億 7,664 万円

		(前年比)	
自主財源 (35.5%)	市税 (13.7%)	25 億 534 万円	1.7% ↓
	諸収入 (3.9%)	7 億 528 万円	1.1% ↑
	分担金・負担金・寄附金・繰入金 など (17.9%)	32 億 7,329 万円	4.6% ↑
依存財源 (64.5%)	地方交付税 (34.6%)	63 億 2,149 万円	3.1% ↑
	市債 (8.6%)	15 億 6,640 万円	29.4% ↑
	国庫支出金 (12.6%)	23 億 1,160 万円	18.0% ↑
	県支出金 (3.8%)	6 億 9,556 万円	4.2% ↑
	地方譲与税等 (4.9%)	8 億 9,768 万円	13.3% ↑

主な使い道

特徴的な事業（1万円未満四捨五入）【 】 昨年比

民生費 35億7,240万円【2.8%↑】

- 介護・訓練等給付事業 (5億6,675万円)
- 保育所運営事業 (2億1,736万円)
- 物価高騰対応給付金給付事業 (2億1,295万円)
- 医療給付事業 (1億3,676万円)
- 城北中学校区統合小学校児童クラブ整備事業 (8,157万円)
- 子ども館・児童クラブ等運営事業 (7,209万円)
- 高齢者等玄関先除雪支援事業 (1,408万円)

総務費 28億611万円【8.1%↓】

- ふるさと寄附金推進事業 (5億5,825万円)
- 公共交通運行事業 (1億3,201万円)
- 地域おこし協力隊事業 (5,676万円)
- 持続可能な集落活動事業 (2,292万円)
- 区長行政事務委託事業 (1,800万円)
- 衆議院議員総選挙執行事業 (1,170万円)
- 令和5年度（繰越）飯山市民生活応援券発行事業 (809万円)
- コミュニティ助成・地域活動助成事業 (670万円)
- 物価高騰対応個人住民税定額減税対応事業 (166万円)

教育費 27億9,036万円【70.3%↑】

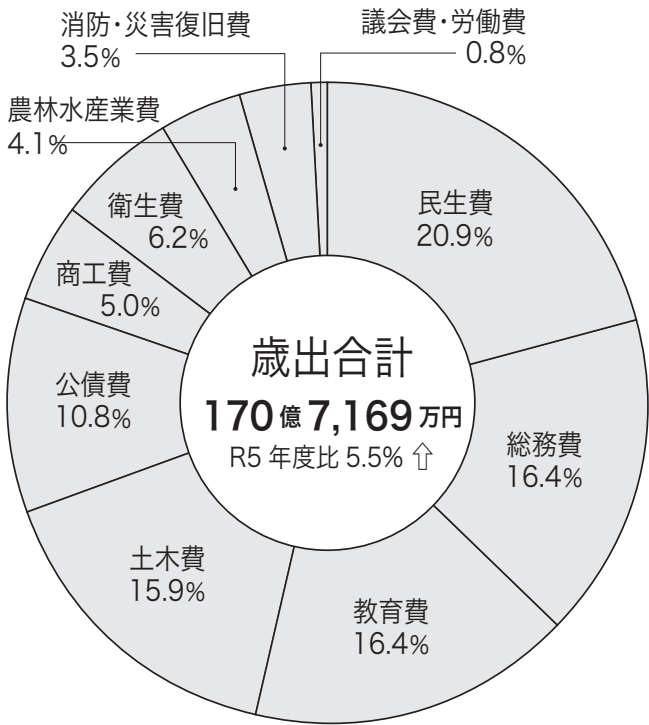
- 新たな小学校づくり事業 (16億1,960万円)
- 小学校管理事業 (9,749万円)
- 飯山市文化交流館・公民館管理事業 (7,656万円)
- スクールバス整備事業 (4,892万円)
- 学校給食費負担軽減事業 (3,695万円)
- 中学校管理事業 (3,426万円)
- 英語教育推進事業 (2,553万円)
- 第82回国民スポーツ大会開催事業 (1,437万円)
- 小中学校ICT教育推進事業 (1,435万円)

土木費 27億1,919万円【23.2%↑】

- 除雪対策費・除雪機械整備 (10億396万円)
- 市営住宅整備事業 (2億723万円)
- 新統合小学校周辺道路環境整備事業 (1億9,509万円)
- 市道舗装修繕事業 (8,499万円)
- 移住支援・定住支援事業 (2,671万円)
- 市道改良事業 (2,124万円)
- 飯山城址整備事業 (1,602万円)

商工費 8億4,443万円【44.8%↓】

- 中小企業資金預託信用保証事業 (3億332万円)
- 観光施設指定管理事業 (1億2,801万円)
- 誘客宣伝観光振興事業 (2,840万円)
- 観光施設整備事業 (1,744万円)
- 観光イベント等補助事業 (578万円)



衛生費 10億6,028万円【7.1%↓】

- 岳北広域分担金（衛生関係） (3億8,510万円)
- 地域中核医療機関支援事業 (1億8,333万円)
- 予防接種等事業 (1億2,001万円)
- 母子保健事業 (3,892万円)
- 資源循環推進事業 (3,837万円)
- 健康増進事業 (2,399万円)
- カーボンニュートラル推進事業 (2,001万円)
- 医師招聘推進事業 (1,800万円)
- 市民健康診査事業 (1,732万円)

農林水産業費 6億9,684万円【6.4%↑】

- 中山間地域等直接支払い事業 (8,125万円)
- 県施行農地整備事業 (7,207万円)
- 農村多面的機能支払交付金事業 (6,879万円)
- 木島地区湛水防除施設改修事業 (2,625万円)
- 新規就業農総合支援事業 (2,596万円)
- 森林整備事業 (1,661万円)

消防・災害復旧費 5億9,405万円【16.4%↑】

- 非常備消防運営事業 (8,557万円)
- 消防防災施設整備事業 (4,991万円)
- 雪かき支援事業 (3,097万円)
- 災害復旧事業（農業関係） (2,775万円)
- 防災・減災対策事業 (1,175万円)
- 災害復旧事業（土木関係） (662万円)

健全化判断比率と資金不足比率

令和6年度の「実質公債費比率 11.6%」は、国の定める基準を下回っており健全な状態で、将来負担比率は、将来負担額を充当可能財源等が上回ったため数値なしとなっています。また、すべての公営企業会計で資金不足はなく健全な状態です。

【健全化判断比率】

実質赤字比率、連結実質赤字比率

実質赤字額がないため（黒字のため）「－」で表示しています。

実質公債費比率、将来負担比率

実質公債費比率は、前年度同値、将来負担比率は、将来負担額を充当可能財源等が上回ったため「数値なし」となっています。今後も行財政改革などに取り組み、健全な財政運営を行ってまいります。

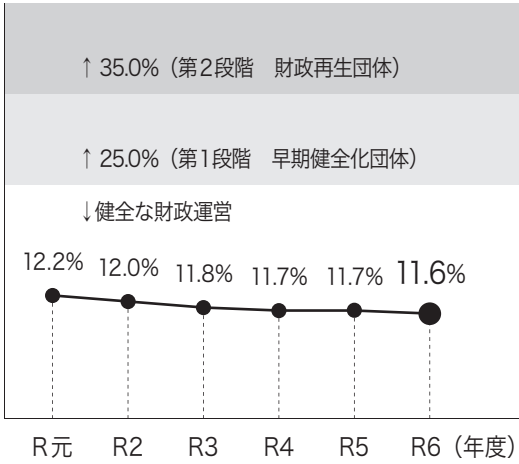
指 標	令和5年度	令和6年度	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	－	－	13.59%	20.00%
連結実質赤字比率	－	－	18.59%	30.00%
実質公債費比率	11.7%	11.6%	25.0%	35.0%
将来負担比率	－	－	350.0%	

【資金不足比率】

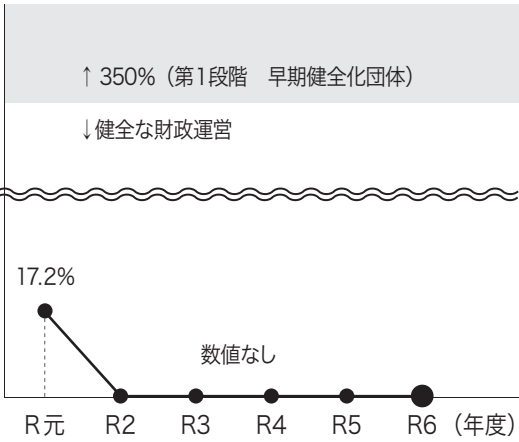
公営企業会計の決算において、資金不足がないため「－」で表示しています。「資金不足比率」は各公営企業の資金不足額が、事業規模に対してどの程度あるかを示す数値で、基準値を超えると「経営健全化計画」を定める必要があります。

特別会計の名称	資金不足比率	経営健全化基準
水道事業	－	
下水道事業	－	20%
簡易水道	－	

▼実質公債費比率の推移



▼将来負担比率の推移



用語解説

■**実質赤字比率**
一般会計などを対象とした実質赤字額の標準財政規模（標準税収入額等に普通交付税等を加算した額）に対する比率です。

■**連結実質赤字比率**
全会計を対象とした実質赤字額の標準財政規模に対する比率です。

■**実質公債費比率**
地方公共団体の収入に対する借金返済額の比率を示すもので、普通会計の公債費に下水道事業会計や水道事業会計などへの繰出金（公債費相当）と岳北広域等への分担金（公債費相当）を加算し、財政負担の度合いを判断するものです。18%を超えると地方債発行について国や県の許可が必要となります。

■**将来負担比率**
地方公共団体の一般会計などの借入金（地方債）や将来支払っていく可能性のある負担などの残高を現時点で指標化し、将来財政を圧迫する可能性の度合いを示す比率です。350%を超えると健全化計画を策定し、財政の健全化を図らなければなりません。



今年健康診断を受け忘れていませんか？

特定健診（集団健診・個別健診）をご活用ください

市民環境課 国保年金係 TEL 0269-67-0726 / 保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727

国民健康保険に加入されている40歳から74歳までの方は、特定健診を無料で受診することができます。7～8月の集団健診を受診できなかった場合は、11月に実施される集団健診（二次特定健診）または通年で受診可能な個別健診をご利用ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。担当課までお問い合わせください。



二次元コードで
ホームページを
チェック！

集団健診（二次特定健診）

- 対象年齢 40歳から74歳までの国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度加入者
- 健診費用 無料
- 健診会場 保健センター
- 健診日時 11月14日（金）、17日（月）
午前7時30分から午前9時30分まで
午後1時30分から午後3時まで
- 受診方法 ①保健福祉課健康増進係へ電話で申し込み
②市から問診票を郵送
③ご都合の良い日程で受診
※令和7年（2025年）1月頃の各種健診申し込みの際に、市で行う集団健診を申込みされた方には、6月に問診票をお送りしてあります。なくされた場合は、ご連絡ください。

個別健診

- 対象年齢 40歳から74歳までの国民健康保険加入者
- 健診費用 無料
- 受診期間 令和8年（2026年）3月31日まで
- 受診方法 ①市民環境課国保年金係へ電話で申し込み
②市から受診券を郵送
③受診日を予約し受診
※令和7年（2025年）1月頃の各種健診申し込みの際に、医療機関で行う個別健診を申込みされた方には、5月に受診券をお送りしてあります。なくされた場合は、ご連絡ください。

個別健診実施医療機関

飯山赤十字病院	いいやまファミリークリニック
みゆき会クリニック	北信総合病院
長野市民病院	長野中央病院

国民健康保険人間ドック補助金

国民健康保険に加入されている方に、人間ドックの検査費用の一部を補助しています。受診前に、市民環境課国保年金係で申請してください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

- 対象年齢 35歳（受診する年度末までに35歳に達する方を含みます）から74歳までの国民健康保険加入者
- 補助金額 日帰りドック：20,000円、一泊二日ドック：25,000円
※年度内に35・40・45・50・55・60・65・70歳の誕生日を迎えられる方は、30,000円（対象：日帰り、一泊二日）

指定医療機関

飯山赤十字病院	みゆき会クリニック
北信総合病院	長野市民病院
長野中央病院	新生病院

※指定医療機関以外での受診でも補助金申請をすることができます。受診後に、領収書・検査結果・印鑑・振込口座のわかるものをお持ちになって、国保年金係でご申請ください。

後期高齢者医療保健でも、人間ドックの検査費用の一部を補助しています。詳しくは保健福祉課健康増進係までお問い合わせください。

注意

同一年度内で、集団健診、個別健診、国民健康保険人間ドック補助金、後期高齢者医療保険人間ドック補助金を重複して受けることはできません。

保育園入園申し込みのご案内

子ども育成課 子育て支援係 TEL 0269-67-0741

来年4月から新たに保育園への入園を希望されるお子さんの申し込み受付を開始します。また、来年度途中の入園や、現在通園中の保育園から転園を希望される方も受付期間内にお申し込みください。

なお、在園児の人数等の状況により、受け入れ人数に制限が生じる場合があります。その際はご希望に添えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。

- 書類配布 10月14日（火）
- 受付期間 10月14日（火）から11月4日（火）まで
- 書類配布・受付 市内保育園、市役所子ども育成課

【市内の保育園一覧】

保育園名	定員	土曜	休日	連絡先
しろやま保育園	90	○	○	62-5595
木島保育園	100	○	×	62-5888
秋津保育園	70	△	×	62-0476
いずみだい保育園	70	△	×	62-5889
常盤保育園	80	△	×	62-5804
瑞穂保育園	60	△	×	65-2515
とがり保育園	100	○	△	65-4250
めぐみ保育園（私）	110	○	×	62-2129

※「○」実施、「△」要相談、「×」実施なし

- 利用可能時間 7：30～19：00（めぐみ保育園7：00～19：30）
- ※利用できる時間（保育の必要量）は認定区分により異なります。



■入園の要件について

- 保育園の入園には、以下の要件をすべて満たす必要があります。
- ・保護者及び児童が飯山市に住民票を有していること。
- ・児童が満1歳（めぐみ保育園は満6か月）に到達していること。
- ・保護者が「保育を必要とする事由」に該当し、保育の必要性の認定を受けていること。

【保育を必要とする事由（例）】

- ① 就労・就学
- ② 妊娠・出産・育児
- ③ 病気や障害、親族の介護 など

■幼稚園の入園申し込みについて

幼稚園は保育の必要性を問わず利用できます。幼稚園への入園申し込みについては、直接幼稚園へお問い合わせください。
飯山中央幼稚園 TEL 0269-62-2679

■保育料・給食費に関するお知らせ

飯山市では、保護者の負担軽減を目的に、保育料や給食費に関する支援を行っています。3歳以上の園児については、国の制度に基づき保育料が無償化されています。また、低所得世帯や多子世帯を対象にした保育料の減額や免除制度を設けています。詳しい内容については市ホームページをご確認いただくか、子ども育成課へお問い合わせください。

さらに、令和7年度から市内すべての保育園・幼稚園で給食費が完全無償化されました。園内で炊いた温かいご飯を全園児に提供しています。（主食がパン等の日もあります）



二次元コードで
ホームページを
チェック！

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。お気軽にお問い合わせを！ 飯山市常郷 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 飲まずにしまってお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！



源泉所得税説明会のご案内

信濃中野税務署
法人課税部門
Tel 0269-22-3280

令和7年度税制改正により
①基礎控除の見直し②給与所得控除の見直し③特定親族特別控除の創設④扶養親族等の所得要件の改正⑤生命保険料控除の見直し等が行われました。このため、令和7年(2025年)12月に行う年末調整や12月以降の源泉徴収事務が円滑に行えるよう、次のとおり説明会を開催します。

なお、説明会は事前予約制で行いますので、参加希望の方は信濃中野税務署までご連絡ください。

【中野市】

■日時

11月25日(火)

午前10時から午前11時まで
午後1時から午後2時まで

■場所

中野市中央公民館

■定員

各100名

【飯山市】

■日時

11月27日(木)

午前10時から午前11時まで
午後1時から午後2時まで

■場所
飯山市公民館

■定員
各100名

価格転嫁交渉サポートセミナー(労務費転嫁編)のご案内

長野県産業労働部
経営・創業支援課
Tel 026-235-7195

長野県では、県内企業の皆様を対象に、価格転嫁交渉のポイントを学ぶセミナーを開催します。今回は、「労務費転嫁指針」の解説や、個別相談会を実施します。

■日時

11月19日(水)午後1時30分から午後3時30分まで(個別相談はセミナー終了後から午後4時30分まで)

■場所

長野県飯山庁舎大会議室(飯山市静間1340-1)

■講師

公正取引委員会事務局

■取引部

企業取引課

■定員

50名(オンライン参加100名)



セミナーのお申し込みはこちら

住民票等コンビニ交付サービスの一時停止について

市民環境課 市民係
Tel 0269-67-0726

システムメンテナンスのため、マイナンバーカードを使用したコンビニエンスストアでの住民票等証明書の発行が停止となります。停止期間が長く、ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■サービス停止期間

10月27日(月)から11月10日(月)まで(いずれも終日)

建物の新築・増築・減築・取り壊しをされたらご連絡ください

税務課 資産税係
Tel 0269-67-0723

建物の固定資産税は、毎年1月1日時点で現存するものに課税されます。今年12月末までに新築、増築、取り壊しを行う方は税務課までご連絡ください。なお、建物を取り壊した場合、翌年度から取り壊した建物分の固定資産税は課税されなくなりますが、取り壊しのご連絡がない場合は、翌年度以降も課税されますのでご注意ください。

■高齢基礎年金を受給の方

前年の年金収入金額と他の所得との合計額が
昭和31年(1956年)4月2日以後生まれの方は
889,300円以下 → 909,000円以下
昭和31年(1956年)4月1日以前生まれの方は
887,700円以下 → 906,700円以下

■障害基礎年金・遺族年金受給者の方

前年所得額が4,721,000円以下 → 4,794,000円以下

10月から年金生活者支援給付金の支給要件が改定されました

市民環境課 国保年金係
Tel 0269-67-0726

年金生活者支援給付金の支給要件の改定された箇所は左記のとおりです。
ご不明な方・ご請求にお困りの方は給付金専用ダイヤル0570-054092までお問い合わせください。

飯山市消防団フェスタ開催

危機管理防災課 消防防災係
Tel 0269-67-0721

飯山市消防団主催による飯山市消防団フェスタを開催します。当日は消防ポンプ車などが大集合し、地震体験や煙中体験など防災の体験ができます。また、AR(拡張現実)浸水体験機器を使用し、よりリアルな浸水の様子を体験できます。

■日時 11月3日(月・祝)
午前10時から午後3時まで

■会場 飯山市役所前駐車場
■内容 消防車両の展示、消火器体験、煙中体験、地震体験車、防災グッズ展示販売、自衛隊ブースなど

飯山市ケーブルテレビ

放送日時などタイムリーにお届け!

iネット飯山 公式 LINE スタート

事業戦略課 情報政策係 Tel 0269-67-0724

これまで、市民の皆さまより番組放送日時に関するお問い合わせを多くいただいております。市民の皆さまに、よりタイムリーな情報をお届けできるよう、本サービスを開始いたしましたのでご利用ください。

■配信内容

学校行事、市内イベント、議会中継などの日時をお知らせするほか、番組表や料金なども確認できます。

■iネット飯山公式 LINE 登録方法

2次元バーコードからお友達登録してください。

■イベントの広報

文字放送や番組に出演して広報したいという方は、iネット飯山 Tel 0269-81-3000 までお問い合わせください。

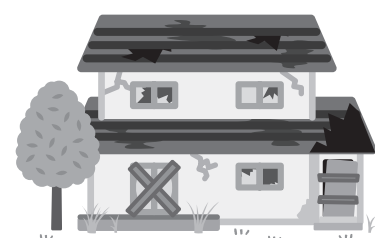


お家の終活セミナーを開催します

移住定住推進課 空き家対策係 Tel 0269-67-0740

自宅や実家が空き家となる見込みの方、空き家を所有・管理されている方を対象としたセミナー、相談会を開催します。参加は無料です。なお、相談会に参加を希望される方は、移住定住推進課 空き家対策係までご連絡ください。

■日時 11月8日(土)
※受付は午前9時30分から
■会場 飯山市福祉センター3階 会議室
■内容 ○セミナー
午前10時から午前11時45分まで
「空き家にならないための法律」
「お家の終活ノート」
○空き家相談会(事前要予約)
正午から午後2時まで
司法書士・宅地建物取引士・市職員による空き家相談会



二次元コードでホームページをチェック!

国際交流事業 第5回「クイズエイ」

クイズで遊んで
賞品をゲットしよう!

企画財政課 企画調整係
Tel 0269-67-0722

みんなで楽しいゲームやクイズをしながらカナダのことを学びませんか?第5回の「クイズエイ」にぜひご参加ください!

■日時 11月8日(土)
午後2時から午後3時30分まで
■会場 飯山市公民館101教室
■対象 市内小学4年生以上
■定員 10名(先着順)
■内容 英語クイズ(ランキングクイズ)
カナダの〇×クイズ
カナダ地図のデジタルパズル
カナダの名物かるた
神経衰弱
■申込期限 10月29日(水)

クイズエイのお申し込みはこちら!



「広報飯山」への広告掲載を募集しています

事業戦略課 Tel 0269-67-0724

規格等

紙面の下段1色刷り(白黒)1枠当たり縦46mm、横86mm(2枠一括掲載も可能)掲載期間は1月単位とし、最長6月

広告料

1枠当たり月額5,500円(税込)
同一内容で6月引き続いて掲載する場合は、1枠当たり27,500円(税込)





ゼロカーボンミーティング 2025in 北信州

地球温暖化と雪 ～どうなる？北信州の雪と暮らし～

長野県北信地域振興局 環境課 TEL 0269-23-0202 (直通)

「雪」をキーワードに、地球温暖化が、雪と密接に関係する北信州の生活や産業に今後どのような影響を与えるのか、講演会やパネルディスカッションを通して、一緒に考えてみませんか。

■日時 11月19日(水)
午後1時30分から午後3時50分まで

■会場 飯山市文化交流館 なちゅら 小ホール

■内容

○基調講演

地球温暖化で
日本の雪・信州の雪は
どのように変わるのか



気象庁気象研究所 応用気象研究部
第一研究室室長 川瀬 宏明 氏

参加
無料

○パネルディスカッション

【テーマ】

北信州の雪と暮らしを考えよう

【ファシリテーター】

長野県環境保全研究所 自然環境部長

浜田 崇 氏

【パネリスト】

河野 健児 氏 (nozawa green field 代表 / 野沢温泉村)

尾日向 梨沙 氏 (雪国飯山ソーラー発電所オーナー / 飯山市)

佐藤 嘉一 氏 (佐藤農園代表 / 飯山市)

■その他

・申込方法等、詳しくはお問合せください。

長野県内の最低賃金は
1,061 円です

長野労働局 労働基準部 賃金室
TEL 026-223-0555

長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、令和7年(2025年)10月3日から時間額1,061円に改正されました。この機会に、ご確認ください。なお、対象となる賃金は、通常の労働時間・労働日に対応する賃金で、臨時に支払われる賃金、精皆勤手当、通勤手当および家族手当などは含まれません。また、中小企業・小規模事業者等に対する賃金の引き上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施していますので、ご活用ください。



二次元コードで
ホームページを
チェック！

【助成金に関するお問い合わせ先】

○業務改善助成金

長野労働局雇用環境・均等室 TEL 026-223-0560

○キャリアアップ助成金

長野労働局職業対策課 TEL 026-226-0866

70歳からの元気はつらつ講演会

地域包括支援センター TEL 0269-67-0728

高齢期を迎え、上手に心身を整えていくために、自身との付き合い方や、今後の人生を考えるきっかけとなるような内容です。年齢は問わず、どなたでもご参加いただけますのでお気軽にご参加ください。

■日時 11月10日(月)
午後1時30分から午後3時30分まで

■会場 飯山市文化交流館 なちゅら 小ホール

■内容

○第1部 講演会

「人生100年時代

自分をさがして

まだまだこれから！」

学校法人四徳学園 長野保健医療大学

副学長 兼 看護学部長 松本あつ子 先生

○第2部 寸劇

「知ってる？そんな制度があったのか！」

北信地域権利擁護部会

啓発・研修プロジェクトメンバーのみなさん



宝くじの助成金で区民事業活動の備品を整備しました

総務課 庶務係
TEL 0269-67-0720

(二財)自治総合センターの宝くじの受託事業収入を財源に実施している「コミュニティ



二次元コードで
ホームページを
チェック！

■配布箇所
対象駅(飯山駅、戸狩野沢温泉駅など)の窓口

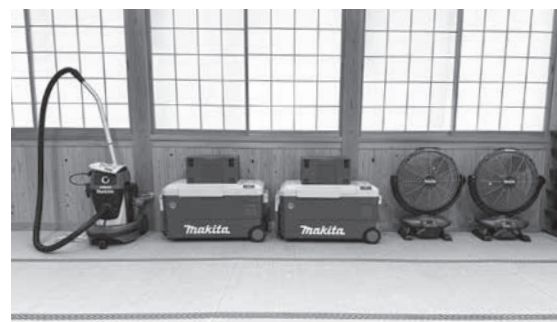
■実施期間

11月30日(日)まで※予定数がなくなり次第終了

飯山線沿線地域活性化協議会ではマイレール意識の醸成及び観光客の満足度向上を目的として、対象の駅の窓口で「手をふろう運動に参加します」と宣言すると、飯山線デザインのうちわが貰えるキャンペーンを実施します。詳しくはホームページをご覧ください。

商工観光課 観光係
TEL 0269-67-0731

飯山線にみんなで手をふろう！応援キャンペーンを実施します



左から集じん機、保冷保温庫、扇風機



テント2張と横幕

「ティ助成事業」を活用し、野坂田区が区民事業活動の備品を整備しました。コミュニティ助成事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として行われており、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与しています。

介護に関する入門的研修の参加者を募集しています

保健福祉課 高齢者介護保険係 TEL 0269-67-0727

飯山市では、介護に関する基本的な知識や技術を学ぶことができる入門的研修を実施します。

■対象者

次の要件の全てに該当する方

①市内に住所を有し、福祉・介護分野への就業を希望する方、介護に興味・関心があり勉強したい方

②4日間の研修全てを受講できる方

■費用

無料

■研修時間

午前9時から午後4時まで
(途中昼休憩1時間)

■研修日程・会場

開催日程		研修内容(予定)	会場(予定)
1日目	11月18日(火)	介護に関する基礎知識、介護の基本	飯山市公民館 (飯山市大字飯山1436番地1)
2日目	11月20日(木)	基本的な介護の方法、実習	
3日目	11月25日(火)	障がいの理解、介護における安全確保	
4日目	11月28日(金)	認知症の理解	



二次元コードで
ホームページを
チェック！

「介護職員初任者研修」
の受講をお考えの方へ

入門的研修を修了されていると「介護職員初任者研修」の一部(21時間分)が免除されます。

食後高血糖に気をつけよう

保健福祉課 健康増進係 Tel 0269-67-0727（課代表）

1. 「食後高血糖」とは？

食後2時間を過ぎても血糖値が正常値に戻らず高い状態のことをいいます。これは血糖値を下げるインスリンの分泌が少なかったり、働きが不十分だったりするために起こります。食後高血糖が続くと、糖尿病や動脈硬化を引き起こす恐れがあります。

2. 食後高血糖を防ぐために？

①規則正しく食事をする

食事と食事の間隔が長く空くと、血糖値の急上昇や食後高血糖を引き起こしやすくなります。1日3食、規則正しく食事をすることでインスリンが適切に働き食後高血糖を防ぐことができます。

②食べる順番を工夫する

副菜や主菜を先に食べることで糖の吸収を緩やかにし、食後高血糖を防ぐことができます。



〈当たるとスッカリ！クイズコーナー〉

Q. 食後高血糖の予防のコツは他にもあります。

次のうちどちらでしょう？

① よくかんで食べる

② 食後は安静に過ごす

A. 答えは 42番 をご覧ください。



第195回

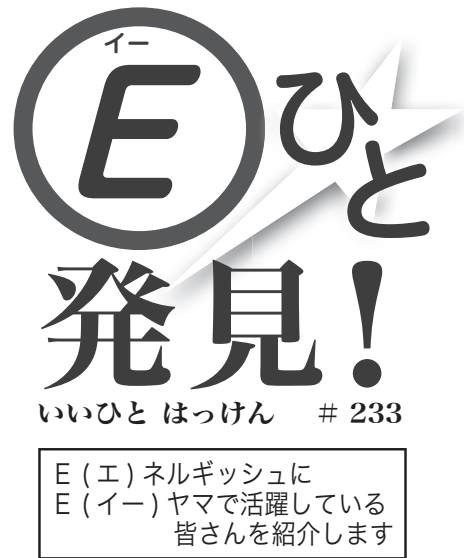
「消火栓」や「防火水そう」付近は駐車禁止！



危機管理防災課 Tel 0269-67-0721

皆さんは、「消火栓」や「防火水そう」をご存知ですか？
これらは、消火活動には欠かすことのできない施設で、火災発生時、消火に必要な水を消防隊に供給するものです。
「消火栓」や「防火水そう」は道路脇や歩道などに設置されており、その位置を示すため、標識を掲げているもの、路上やフタにマーキングをしているものなどがあります。また、「消防水利」として指定されているプール、池、井戸、河川なども、消火活動に使用しています。
これらの消防水利等の周辺は、道路交通法で駐車が禁止されています。また、消防隊は定期的に調査や点検・整備を行い、いつどこで火災が発生しても、直ちに消火活動ができる体制をとつ

- ※道路交通法で駐車を禁止されている場所（消防関係）
- 1 消防水利の周辺
 - (1) 消火栓から5m以内の部分
 - (2) 消防用防火水そうの給水口もしくは吸管投入孔から5m以内の部分
 - (3) 消防用防火水そうの側端またはこれらの道路に接する出入口から5m以内の部分
 - (4) 指定消防水利（プール、池、井戸、河川等）の標識が設置されている位置から5m以内の部分
 - 2 その他
 - (1) 消防用機械器具置場（消防自動車等の車庫や消火用ホース格納箱等）の側端またはこれらの道路に接する出入口から5m以内の部分
 - (2) 火災報知機から1m以内の部分
 - (3) 駐車車両の右側の道路上に3.5m以上の余地がない場合



木 島平村出身で介護福祉士の宮崎さんは、有尾区にて就労準備多機能型児童通所事業所「はんど」を今年8月に開設しました。この施設では、発達に課題を抱える子どもたちに向けて児童発達支援や放課後等デイサービス、さらには社会生活に必要なスキルを養うソーシャルスキルトレーニングを行っています。幼少期から就業に向けた準備を進めることで、将来の課題を軽減し、より実りある生活を目指して支援を行っています。

中 学校時代から福祉職を志していた宮崎さんは、専門学校で介護福祉士の資格を取得後、老人ホームや障がい者施設などに勤務し、福祉の現場に真摯に向き合い続けてきました。この経験の中で「幼少期からの手厚い支援が、社会生活の課題を軽減できる」という強い思いを抱き、自身の施設を地元で設立しました。また、支援は18歳で一区切りとされがちですが、その後子どもたちに寄り添い続けたいという熱い思いも語ります。

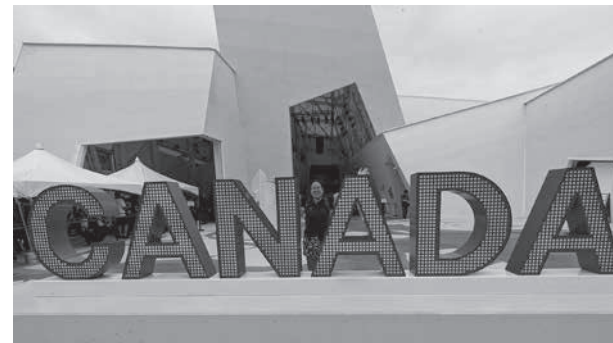
発達に課題を抱える子どもたちの支援には、早期の発見・対応が大切であり、周囲の方々の理解が重要です。宮崎さんは「私たちは行政や学校などと連携し、子どもたちを支援します。お子様の発達にお悩みの方は、お気軽にご相談ください」と呼びかけました。



45 特別編：大阪万博での異文化交流

先月、大阪万博に行きました。母国であるカナダのパビリオンのほか、日本館や、旅行に行きたい国々のパビリオンも訪れました。

カナダのパビリオンでは、専用のタブレット端末を使い、ARを通じてカナダ各州を代表する風景を体験しました。雄大なロッキー山脈、大草原の麦畑、美しいケベックの街並みを見て、懐かしい思い出がよみがえりました。その後、併設の店で大好きなプーティンとメープルシロップ味のソフトクリームを食べて、大満足でした。当日入館した人はほとんど日本人でしたので、カナダの魅力が伝われば幸いです。



カナダのパビリオン

日本館も素晴らしかったです。一番印象に残ったのは、日本における藻類の研究と応用でした。藻類には様々な優れた特性があります——杉よりも多くの二酸化炭素を吸収し、タンパク質が豊富で、ヒマワリよりも多くの油を生産できます。展示を見て、タンパク質が多い海藻が世界の食糧危機の解決に役立つと思いましたが、外国人の私にはタンパク質目的で毎日海藻を食べるのは難しいと思いました。

150か国以上が参加する大阪万博に行くことで、ミニ世界旅行をしたような気分でした。最先端技術と未知の文化に触れることができ、とても有意義で楽しかったです。