

# 広報飯山

令和 7 年 12 月号  
December, 2025 No.333

市報いいやま・・・ 2～17 頁  
教育委員会だより・・・ 18～19  
生涯学習だより・・・ 20～27  
いいやま社協だより・・・ 28～31  
ふるさと北信濃・・・ 32～35  
暮らしの情報掲示板・・・ 36～39

## ●COVER《表紙》

阿部製紙で伝統的工芸品「内山紙」の卒業証書を  
すく、木島小学校の6年生。



クローズアップ

## ■ 飯山市この一年 (関連 2～3 頁)

## ■ 新しい民生委員・児童委員を紹介します (関連 4 頁)

令和 8 年度 (2026 年度) の

## ■ 予算編成にあたり皆さまのご意見を募集しています (関連 6 頁)



鳥獣被害  
防止アプリ **けものおと**  
獣の出没状況をご覧いただけます。



**NAGANO ebooks**

広報飯山をwebでご覧いただけます。





クローズアップ

## 飯山市この一年

今年も残すところあとわずかとなりました。今月のクローズアップでは、飯山市のこの一年間を写真とともに振り返ります。

年明けには、台湾台北で開催された科学の世界大会において、飯山高校自然科学部MBR班が、日本代表として出場し、「生化学部門」11チーム中1位に輝きました。

冬には、国内の各種スキー大会で市内選手が活躍し、さらには世界大会で飯山高校の坂本季花（きつか）選手がジャンプ女子団体で3位に入賞するなどの活躍に飯山市が湧きました。

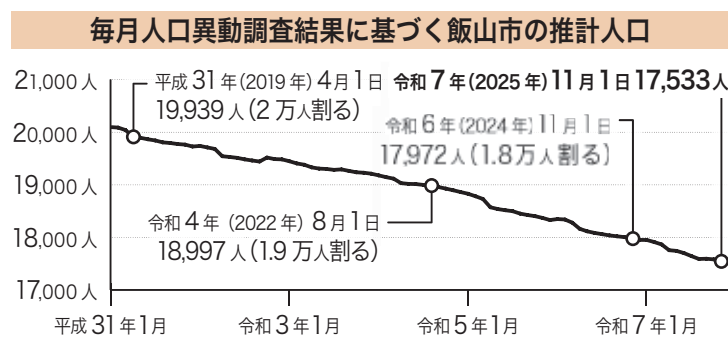
春には、4つの小学校（泉台・常盤・戸狩・東）が統合した城北小学校が開校したほか、北陸新幹線開業10周年記念イベントを開催し注目を集めました。

夏には、城北小学校の新校舎が完成し、開校記念式典が行われました。さらに、3年に一度執り行われる国の重要無形民俗文化財である「小菅の柱松行事」や、雪活用として、飯山の雪を大阪まで輸送した新たな挑戦「2025いいやマスノーワンダーランドin大阪」も注目を集めました。

秋には、滋賀県で開催された「わたSHIGA輝く国スポ2025」で、飯山市に住所を置く細見選手と酒井選手が活躍しました。また、地域の足を確保するための新たな取り組みとして「いいやま相乗りタクシー」の実証実験がスタートしました。

一方、今年の4月には住宅街で男女3人が熊に襲われる事件が発生し、熊被害防止対策を前年度より

クローズアップ 飯山市この一年



11月 10月 9月 8月 7月 6月 5月 4月 3月 2月 1月

- ・台湾国際科学フェアIISFに飯山高校自然科学部が出場
- ・第42回 いいやま雪まつり開催
- ・第25回かまくら祭り開催
- ・第62回全国中学校スキー大会クロスカントリー女子3キロラシカルで木内絢花（あやか）選手が優勝、女子3キロフリーで田中希果（のぞみ）選手が優勝
- ・第74回全国高等学校スキー大会で飯山高校スキー部が男子総合優勝・女子総合準優勝
- ・あきた鹿角国スポ2025クロスカントリー少年女子5キロラシカルで木内絢花（あやか）選手が優勝
- ・北陸新幹線飯山駅開業10周年記念イベント開催
- ・学校法人タイケン学園と連携協定を締結
- ・ノルディックジュニア世界選手権 ジャンプ女子団体に坂本季花（きつか）選手が出場し3位入賞
- ・城北小学校が開校
- ・2025全日本ジュニアスキー選手権梅池大会スノーボード競技ビックエア種目で菊池花鈴（かりん）選手が優勝
- ・第42回 いいやま菜の花まつり開催
- ・飯山市水防訓練を実施
- ・飯山市が「交通死亡事故ゼロ1000日」を達成
- ・国の重要無形民俗文化財「小菅の柱松行事」開催
- ・少雨による農業用水の渇水対策を開始
- ・姉妹校協定を締結している、オーストラリア・バーストハイキヤンパス校が6年ぶりに飯山市を訪問
- ・第82回国民スポーツ大会の長野県開催が正式に決定され、飯山市で冬季大会スキー競技会、本大会カヌー（スプリント）競技の開催が決定
- ・下水道使用料の改定
- ・2025ユーススカイランニング世界選手権に小林華蓮（かれん）選手が出場し、バーティカルユースC部門で3位入賞
- ・城北小学校新校舎が完成
- ・城南中学校普通教室断熱改修ワークショップを実施
- ・第18回 いいやま灯籠まつり開催
- ・2025いいやマスノーワンダーランドin大阪を開催
- ・ツキノワグマに関する講演会を開催
- ・飯山市防災訓練を実施
- ・わたSHIGA輝く国スポ2025カヌースプリントカヤックシングル500級・200級の2種目で細見茉弥（まや）選手が優勝し、MVPを受賞
- ・市長が市民と語る飯山シャントエジャンプ台の改修」を開催
- ・第52回飯山市駅伝大会開催
- ・「いいやま相乗りタクシー」実証実験を開始
- ・第82回国民スポーツ大会飯山市準備委員会から信州やまなみ国スポ・全障スポ飯山市実行委員会に改組
- ・環境省主催で「緊急銃猟に係る現地研修会」を開催







介護予防のための

郵送でお届け、返信用封筒で回答

## 「基本チェックリスト」の提出にご協力ください



地域包括支援センター TEL 0269-67-0728

11月に、対象となる方へ基本チェックリストを郵送しました。内容は、現在の心身の状況や日常生活の様子等を伺うものです。ご記入いただき、同封の返信用封筒でご返送いただきますようお願いいたします。結果は、令和8年（2026年）2～3月に個別に郵送します。必要な方には介護予防教室等への参加を勧めています。

介護予防のためには、自分の心身の状態を把握し、それに合わせた対策をすることが大切です。今回の結果をご自身の介護予防に役立て健康に過ごしましょう。

■対象 令和8年（2026年）3月末現在で65歳以上の方（介護認定者・事業対象者は除く）

■配布 11月に郵送 ■提出方法 同封の返信用封筒で返送 ■提出期限 12月26日（金）

飯山市と連携協定を締結している

## 長野保健医療大学が飯山市の基本チェックリストを分析

基本チェックリスト調査の結果は、適切な介護予防教室への案内に役立てているほか、長野保健医療大学と協働し市民の健康寿命を延ばすための研究に活用しています。

■わかったこと

80歳を境に介護になりやすい基本チェックリストの分野が違ってくるようになりました。79歳以下の方は「運動器」、80歳以上の方は「理解」や「気分」に該当すると要介護リスクが高まります。ご自身の結果を確認し、介護予防教室等への参加を検討しましょう。



冬も元気に過ごそう！

## 飯山いきいき体操を紹介します

長野保健医療大学監修



地域包括支援センター TEL 0269-67-0728

冬の運動不足解消とフレイル予防を目的に、地域包括支援センターと長野保健医療大学で作成した体操をiネット飯山「健康チャンネル」や飯山市公式YouTubeで公開しています。家の中でも簡単にできる体操ですので、動画を見ながら冬の間も体を動かし、元気に春を迎えられるよう、ぜひご活用ください。



健康チャンネル  
YouTube

iネット飯山、YouTube をご覧になれない方は、広報飯山12月号に挟み込みの「飯山いきいき体操」パンフレットをご活用ください。



### バランス体操

全身を使った体操で、バランス感覚を養います



### 寝た姿勢の体操

寝た姿勢で、体に負担をかけずに行う体操です



### 足の筋力トレーニング

転倒予防に効果のある、下半身の筋力を鍛える体操です



### 頭と体を使った体操

体を動かし脳を刺激する、認知症予防に効果のある体操です。



## 新しい民生委員・児童委員を紹介します



保健福祉課 社会福祉係 TEL 0269-67-0727

### ■役割と活動は？

支援を必要とする人が、住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、それぞれの立場で親身になって相談を聞いたり、心配事を解決するためのさまざまな福祉サービスを紹介したり、必要に応じて役所など関係機関につなぐ役割を担っています。

### ■選出は？

地元で選出された候補者について、市の「民生委員推薦会」で選考し、県知事に推薦されます。県知事は厚生労働大臣に推薦し、厚生労働大臣が委嘱します。

### ■「区域担当委員」と「主任児童委員」

民生委員は児童福祉法により児童委員も兼ねることになっています。民生委員・児童委員は、担当が定められている「区域担当委員」と、その地区全体の児童に関することを専門に担当する「主任児童委員」とに分けられ、任期は令和7年（2025年）12月1日から令和10年（2028年）11月30日までの3年です。

### 飯山市

### 民生児童委員協議会

会 長 齋藤 誠

副 会 長 荻原 博彦

会 計 水野 雅幸

監 事 高橋 繁夫

（名簿は敬称略）

■区域担当委員（◎地区会長・○副会長）

担当区域	氏名
飯山 県町・新町（西）	○須田 圭二
新町（東）	◎高橋 繁夫
上町	芳川 瑞枝
栄町・鉄砲町	西尾 清子
本町・肴町	田中 隆太
奈良沢	岡村 悦子
上倉（南）・松倉	茂木 敦彦
上倉（北）	丸山 澄夫
福寿町	栗山 敦子
田町	柳本 直彦
北町	飛澤 正志
愛宕町・神明町	本木 幸子
有尾・市ノ口	湯本 勇
曙町	山本 一昭
西山・分道・斑尾	宮本 敏男
金山・南新町	小林 敏彦

担当区域	氏名
秋津 上組・中山根・伍位野	花塚 とし枝
茂右I門新田・深沢・飯駒	小山 茂美
荒船・秋津中央	田中 薫
大久保	◎山田 忠浩
中町・中町北部	渡邊 敏幸
北畑	○小林 順子
木島 山岸・其綿・吉	○山岸 成子
安田	盛野 まり子
上新田	◎小池 孝夫
野坂田	浦野 友子
坂井	堀 恵美子
下木島	栗原 良満
天神堂	浦野 孝雄
瑞穂 戸那子・中組	小林 一八
富田・神戸	◎石川 恵子
福島	小林 さとみ
関沢	品沢 英雄
小菅	○中島 隆
内野・針田・笹沢	小林 香代子
柏尾	出澤 三五子
北原	藤木 義博
泉台 藤ノ木・山口	岸田 正夫
四ツ屋・小佐原	○前澤 伸一
南条・笹川・上新田	木幡 喜美子
大川・涌井・堰口・大平	山田 早苗
中谷・濁池・滝ノ脇・倉本	仲條 朝夫
法寺・尾崎	梨和 修
中条	春日 美代子
顔戸・中曽根	◎荻原 博彦

担当区域	氏名
常盤 大池・上水沢・下水沢	◎平野 弘蔵
大塚・小泉・戸狩新田	村田 久子
戸狩	○白砂 孝子
上野・大倉崎	藤本 里佳
柳新田・戸隠	滝沢 正明
小沼	常盤井 陽子
太田 小境	西堀 修
柳沢・五束・堀之内	○沼田 弘子
北条・五荷	◎水野 雅幸
瀬木・蔵野	清水 順子
曾根・三郷	佐藤 律子
今井	水野 博司
大深	小林 清人
岡山 温井・羽広山	○北條 剛
上境・下境	佐藤 善登
和水・新屋・土倉	渡邊 洋子
名立・馬場・柄山	小田切 美和子
藤沢	久保田 肇
西大滝	◎齋藤 誠

■主任児童委員（◎委員長・○副委員長）

担当区域	氏名
飯 山	◎坂東 里夏
秋 津	坪根 敦子
木 島	中村 まゆみ
瑞 穂	○辻 香織
泉 台	清水 悦子
常 盤	小市 真弓
太田・岡山	市ノ瀬 要





## 「飯山市過疎地域持続的発展計画(素案)」に対する 皆さまのご意見を募集します



企画財政課 企画調整係 TEL 0269-67-0722

飯山市では、令和8年度(2026年度)から5年間を計画期間とする、「飯山市過疎地域持続的発展計画」の策定を進めています。計画策定にあたり、市民の皆さまからご意見・ご提案を募集します。計画(素案)は、飯山市ホームページをご覧ください。

### ■募集対象者

- ・市内に住所を有する方
- ・市内の事務所または事業所に勤務する方
- ・市内に事務所または事業所を有する個人および法人その他の団体
- ・市内の学校に在学する方

### ■募集期間

12月24日(水)から令和8年(2026年)1月23日(金)まで

### ■ご意見の提出方法および提出先

- ・メール：kikaku@city.iiyama.nagano.jp
- ・ファックス：0269-62-5990
- ・郵送：〒389-2292 飯山市大字飯山1110番地1 飯山市役所総務部企画財政課

※計画(素案)は12月24日(水)からホームページで閲覧できます。  
※メールで提出する場合の件名は「過疎計画への意見」としてください。

※意見提出用紙は、飯山市ホームページよりダウンロードしてご利用ください。

※郵送は令和8年(2026年)1月23日(金)

必着です。

※電話での受付は行っていないのでご了承ください。



二次元コードで  
ホームページを  
チェック！



## の実証実験が始まりました



企画財政課 公共交通係 TEL 0269-67-0722

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な「いいやまライドシェア」の実証実験が12月12日からスタートしました！

### ■運行期間

令和8年(2026年)3月31日(火)まで

### ■運行時間

午前7時から午後10時まで

### ■運行地域

飯山市、中野市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村  
(上記市町村が出発地または目的地のいずれかに設定されていれば、妙高市、上越市、飯綱町、信濃町、小布施町、須坂市、長野市、大町市、白馬村、小谷村まで運行可能)

### ■料金

タクシー料金を基準に申込み時に料金が確定します。

### ■決済方法

事前決済(クレジットカード)

### ■運行事業者

長野交通株式会社

### ■予約方法

- ① webアプリ「NearMe」にアクセス
- ② 乗車地、目的地、出発日時、乗車人数、荷物など入力します。
- ③ 予約情報を確認し「予約する」ボタンをタップすると予約の受付が完了します。

※電話予約は受け付けていません。

※時間帯や周辺状況により車両の手配が難しい場合があります。



webアプリ  
「NearMe」

「いいやまライドシェア」ご予約はこちらから！→

### ライドシェアのドライバーを募集しています

ご関心のある方は、右の二次元コードを読み取り、登録フォームに必要事項をご記入の上、送信をお願いします。募集要項の詳細を、メールにてご連絡します。



令和8年度(2026年度)採用

## 会計年度任用職員(保育士)を募集します



子ども育成課 子育て支援係 TEL 0269-67-0741

次のとおり会計年度任用職員を募集します。詳しくは、飯山市のホームページをご覧ください。子ども育成課までお問い合わせください。ハローワークにも求人票を提出しますのであわせてご確認ください。

### ■試験内容

口述試験

### ■任用期間

令和8年(2026年)4月1日から1年間  
(勤務実績により更新あり)

### ■提出書類

所定の受験申込書(ホームページからダウンロードまたは子ども育成課で交付)

### ■職種等

職種	区分	採用予定者数
保育士(保育園)	フルタイム	若干名
	パートタイム	若干名

### ■試験日

令和8年(2026年)1月22日(木)

### ■申込締切

令和8年(2026年)1月14日(水)

### ■職場見学

申込みにあたり、保育園等の見学を希望される方はお気軽にご連絡ください。



二次元コードで  
ホームページを  
チェック！



令和8年度(2026年度)の

## 予算編成にあたり皆さまのご意見を募集しています



企画財政課 財政係 TEL 0269-67-0722

飯山市では、令和8年度(2026年度)予算編成にあたり、市民の皆さまからご意見・ご提案を募集しています。予算の概要は、飯山市ホームページをご覧ください。

### ■募集対象者

- ・市内に住所を有する方
- ・市内の事務所または事業所に勤務する方
- ・市内に事務所または事業所を有する個人および法人その他の団体
- ・市内の学校に在学する方

### ■募集期間

12月26日(金)まで

### ■ご意見の提出方法および提出先

- ・飯山市ホームページの「ながの電子申請」による提出
- ・メール：kikaku@city.iiyama.nagano.jp
- ・ファックス：0269-62-5990
- ・郵送：〒389-2292 飯山市大字飯山1110番地1 飯山市役所総務部企画財政課

※ながの電子申請以外で提出する場合は、意見提出用紙(飯山市ホームページよりダウンロード)を利用ください。

※メールで提出する場合の件名は「令和8年度予算への意見」としてください。

※郵送は12月26日(金)必着です。



二次元コードで  
ホームページを  
チェック！

## 日本文化財保護協会から遺跡発掘作業員募集のお知らせ

勤務地：長野県中野市上今井「南大原遺跡」  
業務内容：埋蔵文化財の発掘、記録、整理及びその他の関連業務  
雇用期間：令和8年5月初旬から11月末まで(予定)  
勤務日等：平日(月～金)午前9時から午後4時30分まで  
(休憩時間12時から1時間)

給与：時給1,550円

休日：土曜日、日曜日、祝日

待遇：社会保険・労災保険加入 交通費は当協会基準にて支給

雇用条件：年齢・発掘経験不問 ただし、

- ① 自家用車等で現場まで通勤できる方(勤務地は勤務時間に合う公共交通機関がありません)
- ② 雇用期間中、週4日以上勤務できる方

応募方法：令和8年1月6日(火)より、日本文化財保護協会ホームページに詳細な応募方法等を掲載しますので、ご確認ください。

問合せ先：公益社団法人日本文化財保護協会長野事務所 担当：山田・横須賀  
〒389-2102 長野県中野市大字上今井3435-1

電話：0269-38-9160(平日 午前9時から午後5時まで)





市民生活を守る取り組み

緊急銃猟に係る現地研修会を開催

11月7日、環境省による「緊急銃猟に係る現地研修会」が長峰スポーツ公園内で実施されました。

緊急銃猟とは、クマやイノシシ（成獣のみ）が人の生活圏に侵入し、人身被害の恐れが高まった場合に、市町村長の判断により生活圏内（市街地など）で猟銃を使用した捕獲を認める制度で、同研修会は、緊急銃猟の円滑な運用と安全確保を目的としています。

当日は、鳥獣被害対策実施隊員をはじめ、飯山警



発砲の構えを取る実施隊員



捕獲個体の確認をする市職員

察署、北信地域振興局、市役所森林農地整備課の職員19名が参加しました。また、県内では初開催ということもあり、県内外から自治体職員や猟友会関係者など約130名が見学に訪れました。

11月13日、飯山市議会11月臨時会が開会となり、9月議会で「検討が不十分」として否決された、国民スポーツ大会開催に向けた市営飯山シャンツェのノーマルヒルジャンプ台改修（アプローチのアイストラック化、ランディングバーンの人工芝化等）に係る補正予算案について、9回におよぶ第82回国民スポーツ大会調査・研究特別委員会での協議を踏まえ、江沢市長から再提案されました。

議会冒頭で江沢市長は、「国スポ開催を引き受けたからには、安全かつ公平な競技が実施できるよう準備する責務がある。臨時会が最終的リミットであることをご理解いただきたい」とあいさつしました。

今回提案の補正予算案は、9月議会で否決となった13億6810万円から、工事の工法変更により5010万円減額の13億1800万円として再提案したものです。採決の

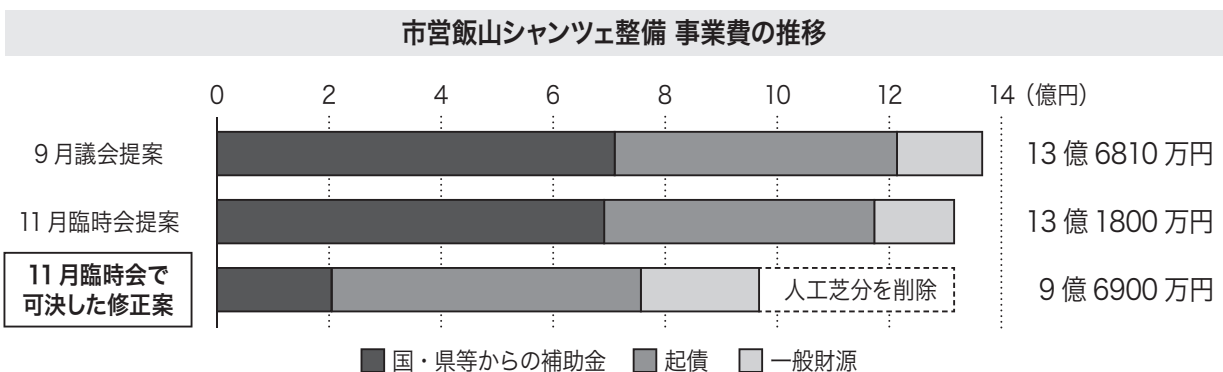
飯山市議会11月臨時会

市営飯山シャンツェ整備提案は一部を除き可決

結果、役員の負担軽減と公平な競技実施のためにアイストラック等の整備は必要と認められる一方で、ランディングバーン等の人工芝化は、整備後の経費的負担や、施設の後利用に関する検討が不十分であるとし、人工芝化に係る部分を減額した総額9億6900万円とする修正案が、賛成多数で可決となりました。



11月臨時会の採決



千曲川・花の里山風景街道（フラワーロード・ガーデン事業）日本風景街道 優秀活動賞を受賞

11月13日、「千曲川・花の里山風景街道（フラワーロード・ガーデン事業）」が「日本風景街道 優秀活動賞（観光振興への寄与部門）」を受賞し、表彰状伝達式が市役所で行われました。

「千曲川・花の里山風景街道（フラワーロード・ガーデン事業）」は、国道117号線沿いのフラワーロードの植栽・管理を市

民や市内企業・団体の協力により行う取り組みです。特に、多くの市民が継続的に参加していることが高く評価され、今回受賞に至りました。

伝達式では、国土交通省関東地方整備局 長野国道事務所 小松輝夫副所長から、受賞団体を代表して飯山市区長会協議会の手塚宏之会長に表彰状を手渡しました。



表彰状を受け取る手塚会長

明治安田生命保険相互会社 長野支社から寄付金

11月17日、飯山市と「健康増進に関する連携協定」を締結している明治安田生命保険相互会社 長野支社の「私の地元応援募金」贈呈式を飯山市役所で行いました。

同社は、「つながり」「ふれあい」「ささえあい」の機会を創出し、豊かな社会づくりに貢献する「地域の元気プロジェクト」に取り組み、地域住民の健康づくりや暮らしの充実に向

けた自治体等との協働として、寄付活動を全国的に実施しています。その取り組みの一環として、今回、寄付金100万8400円を寄付いただきました。

なお、この寄附金は「次世代育成のため市営飯山シャンツェ整備に役立てていただきたい」という同社からの申し出を受け、市営飯山シャンツェ整備に活用される予定です。



多くの人で賑わう、「信州いいやまイイトこどり飯（いい）もの直売便」の会場



江沢市長によるトップセールス

「信州いいやまイイトこどり飯もの直売便」を開催

昨年続き2回目となる、飯山市特産品PRイベント「信州いいやまイイトこどり飯（いい）もの直売便」を、11月14日から16日までの3日間、兵庫県西宮市の大型商業施設「ららぽーと甲子園」にて開催しました。

このイベントは、信州をコンセプトに、関西圏域で13店舗のカフェレストランを展開する「上高地あずさ珈琲」と連携し、信州「いいやま」の認知度向上と、関西圏域の皆様との交流拡大を目的に開催されたものです。

イベント期間中は、特産

品であるお米、きのこ、りんご、そば、野菜漬け、そして伝統工芸品などの販売を行ったほか、長ネギのつかみ取りや新米おにぎりの振る舞いも実施しました。おかげさまで3日間で2500人もの大変多くの方に足を運んでいただき、イベントは大盛況となりました。

江沢市長によるトップセールスや、アルクマ・雪ん子のグリーティングも行われ、成功裏に終了し、施設側からは継続的な開催のオファーをいただくことができました。





## 令和7年度（2025年度）带状疱疹ワクチン予防接種の対象の皆さまへ

保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727

令和7年（2025年）4月から、带状疱疹ワクチンの定期予防接種を実施しています。接種方法など詳しくは案内通知や飯山市ホームページをご確認いただくか、市役所保健福祉課へお問い合わせください。

### ■接種期間

令和8年（2026年）3月31日（火）まで

### ■対象者

飯山市に住所があり、带状疱疹ワクチンの接種が未接種または未完了の方で、以下に該当する方

対象区分	制度内容
定期接種対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>当該年度内に65歳となる方（例：接種日に64歳であっても、当該年度の4月～3月末の間で65歳となる方）</li> <li>接種日時点において60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害があり、日常生活がほとんど不可能な方（身体障害者手帳1級程度）</li> </ul>
経過措置対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和7年度（2025年度）に70、75、80、85、90、95、100歳となる方</li> <li>令和7年度（2025年度）に限り100歳以上の方全員</li> </ul>

※今年度の対象者には、4月に案内通知を送付しています。

### ■ワクチンの種類と自己負担額

ワクチンの種類	生ワクチン	組換えワクチン
5年後発症予防効果	4割程度	9割程度
予防効果の持続	5年程度	10年程度
接種回数	1回	2回 (2か月以上あけて)
自己負担額	2,400円	12,800円 (6,400円×2回)

### ■重要・注意事項

○**組換えワクチンは、原則として令和8年（2026年）1月31日（土）までに1回目を接種し、3月31日（火）までに2回目を接種完了するよう、余裕をもって接種を開始してください。**

○対象者は年度によって異なり、公費助成の期間は、該当年齢となる年度の1年間です。接種期間を超えた場合、任意接種となり全額自己負担になるためご注意ください。



詳しい情報は、二次元コードよりホームページをご確認ください。



常盤郵便局

日本郵便株式会社信越支社への委託により、令和7年（2025年）12月10日から「常盤郵便局」でマイナナンバーカードの電子証明書の手続きができるようになりました。

■**手続きできる主な内容**  
マイナナンバーカードの電子証明書の更新手続き、暗証番号のロック解除・再設定

■**手続き可能な日時**  
月曜日から金曜日  
午前9時から午後5時まで  
（祝日等を除きます）

■**対象者**  
飯山市に住民登録のある方

市民環境課 市民係  
TEL 0269-67-0726

常盤郵便局でマイナナンバーカードの電子証明書の更新等手続きができます



長野県では、食品ロス削減を目的とした「食べ残しを減らそう県民運動（eepプロジェクト）」の一環として、特に『宴会料理』の食べ残しを出さない呼び掛けを行う「残さず食べよう！30・10運動 宴会」を実施しています。

宴会が終わりに近づいたとき、ふとテーブルの上を見ると、「お料理がまだ残っている！」なんてことはありませんか？

食べ残しを減らすために、「最初の30分間と最後の10分間」は自分の席についてお料理を楽しみ、「たべきり」で気持ちのいい宴会にしましょう！

市民環境課 生活環境係  
TEL 0269-67-0726

残さず食べよう！30・10運動 宴会 たべきりキャンペーン



飯山城址公園交流展示館「城テラス」



二次元コードでホームページをチェック！

■**臨時営業場所**  
飯山城址公園交流展示館「城テラス」（飯山2379番地3）

なお、休業期間中は、富倉そば振興会が飯山城址公園交流展示館「城テラス」で臨時営業を行います。営業日については、飯山市ホームページをご覧ください。

農業政策課 農業振興係  
TEL 0269-67-0729

飯山市富倉ふるさとセンター（かじか亭）冬季休業および飯山城址公園交流展示館「城テラス」での臨時営業について

## 飯山市「食の町屋」の指定管理者を募集します

商工観光課 観光係 TEL 0269-67-0731

寺町の趣を活かし、地域食材を活用した食の提供等を行う飯山市「食の町屋」の指定管理者を募集します。指定管理者の選定については、審査を経て決定します。詳しくは、飯山市ホームページをご覧ください。商工観光課 観光係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！

### ■施設の概要

施設の住所 飯山市大字飯山 3052 番地  
建物の構造 木造平屋建、延床面積 100㎡、高さ 6.5 m  
施設の内容 客間、厨房、トイレ、倉庫、駐車場等

### ■募集期間

令和8年（2026年）3月13日（金）まで

### ■応募資格

指定管理者に応募できる者は、株式会社、NPO法人、その他規約を有する任意団体等とし、個人での応募はできません。

### ■その他

募集期間中、施設内部をご覧ください。（平日のみ）

## 移動スーパー「スマイルムーン」年末の運休のお知らせ

事業戦略課 地域協創係 TEL 0269-67-0724（課代表）

年末は、移動スーパー「スマイルムーン」が運休します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

### ■運休日

12月29日（月）、31日（水）

年末最後の運行は、12月24日（水）、年始最初の運行は1月5日（月）です。  
右の運行表をご確認の上、お間違えないよう、ご利用ください。



曜日	停車場所	時間
月曜（12月29日運休）	金山集会所	10:00
	大川公会堂	10:45
	中谷集会所	11:30
	倉本地区集会所	11:50
	温井仲間市	13:00
	温井多目的交流センター	13:10
	羽広山野菜集出荷場	13:30
水曜（12月31日運休）	大倉崎農業生活改善研修センター	9:40
	西大滝集会所	10:10
	馬場集会所	10:30
	下境公会堂	10:50
	北原コミュニティセンター	11:10
	柏尾農村研修集会所施設	11:30
	湯の入荘	12:20
	中組区民センター	12:45
	富田公民館	12:50
	福島新田公会堂	13:05
	下木島公民館	13:45
	野坂田区民会館	13:55

※天候・交通状況により、到着時間が変更となる場合があります。





整備した発電機・蓄電池等の防災備品

公益財団法人長野県市町村振興協会が実施している「地域活動助成事業」を活用し、小境界災害救助後援隊が防災備品の整備を行いました。この事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上を目的に行われています。

総務課 庶務係  
TEL 0269-67-0720

宝くじの助成金で整備しました

「年末の交通安全運動」を実施します

道路河川課 監理係  
TEL 0269-67-0737

年末を迎え、夕暮れ時から夜間にかけての交通事故の増加や飲酒運転が懸念されることから、全ての道路利用者に広く交通安全の意識を普及・浸透させ、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣化し、交通事故防止を目的とした「年末の交通安全運動」を実施します。

次の重点項目について、ご協力をお願いします。

#### ■期間

12月31日(水)まで

#### ■重点項目

- ① 夕暮れ時・夜間の歩行者事故防止
- ② 高齢者の交通事故防止
- ③ 自転車等利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- ④ 飲酒運転・妨害運転の根絶



自転車への交通反則通告制度の導入についてはこちら

## マイナンバーカードで簡単スマホ申告！

信濃中野税務署 TEL 0269-22-3151

スマホとマイナンバーカードを使って、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」から自宅で申告書を作成・提出（送信）することができます。マイナンバーカードを読み取り、マイナポータルアプリと連携することで、給与や年金等の収入、医療費控除やふるさと納税等の寄附金控除の情報が一括入力され簡単に作成できます。また、自動入力された控除証明書は書類の提出保存も不要となり便利です。※マイナポータルと連携するためには、初回のみ事前準備が必要です。

### ■税務署への来署をご検討の方へ

令和8年（2026年）1月5日（月）から2月13日（金）までは、税務署内に確定申告会場はありません。申告相談を希望される方は、令和8年（2026年）2月16日（月）から3月16日（月）までの確定申告期間中に確定申告会場へお越しください。確定申告会場への入場には、国税庁 LINE 公式アカウントを通じたオンライン事前予約または確定申告会場で配布している入場整理券が必要です。

### ■書面による申告書等をご提出される方へ

令和7年（2025年）1月以降、確定申告書等の控えに収受日付印の押なつを行わないこととしました。申告書等の提出年月日は、必要に応じて、ご自身で記録・管理をお願いします。※e-Tax を利用すると、申告書等データの送信後に送信日や申告内容を確認することができます。



## 年末年始の もえるごみ収集日をご確認ください

市民環境課 生活環境係  
TEL 0269-67-0726（課代表）

年末年始の「もえるごみ」の収集日は次のとおりです。なお、もえないごみや資源物の収集日は、ごみ・資源物収集カレンダーでご確認いただき、お間違えのないようお願いいたします。

### ■もえるごみ収集日

- 飯山地区の方
  - 【年末】12月29日（月）
  - 【年始】令和8年（2026年）1月5日（月）
- 飯山地区以外の方
  - 【年末】12月30日（火）
  - 【年始】令和8年（2026年）1月6日（火）
- エコパーク寒川
  - ごみ受入れ休止期間
  - 12月31日（火）から令和8年（2026年）1月4日（日）まで



## 本格的な冬を迎える前に 水道メーター等の点検をお願いします

上下水道課 業務係 TEL 0269-67-0739（課代表）

冬期間は積雪により水道メーターの検針ができません。メーター・凍結防止装置の点検をお願いします。

### ■漏水の点検

家の水道の蛇口すべてを閉めた状態で、水道メーター左下部の「パイロット」を確認してください。（30秒以上）ゆっくりでもパイロットが回転していれば漏水しています。漏水していたら、飯山市指定工事業者に依頼して修理してください。

水道メーター



パイロット



### ■凍結予防装置の点検

不凍栓の半開き状態は漏水の原因になります。閉めたつもりでも再度確認してください。凍結防止帯がきちんと巻かれているか、電源が入っているかを確認してください。

⚠ 漏水していると高額な水道料金が発生します

⚠ 雪が降らないうちに必ず点検をしてください

## 「油漏れ」にご注意ください

市民環境課 生活環境係  
TEL 0269-67-0726（課代表）

灯油等の油漏れ事故の多くは「うっかりミス」です。油が流出すると、水質汚濁や農業被害に繋がり、人の健康にも悪影響を与える恐れがあります。水路や土壤に流れてしまった油の除去には、多くの時間と労力を必要とし、その際に使用した油吸着マットやオイルフェンスなどの費用は、原因者が負担しなければなりません。油漏れ事故を防ぐため、次の点にご注意ください。

### ■注意点

- 給油中は絶対にその場を離れない
- バルブの開閉方向を間違えない
- ホームタンクの注ぎ口の閉め忘れがないか確認する
- 破損防止のため、タンクや配管付近の点検や除雪に努める（配管やタンクを破損しないよう注意）

### ■誤って油を流してしまった場合

水等で流すのではなく、雑巾や新聞紙などで拭き取ってください。灯油等が屋外に流れた場合や、側溝や河川等で油の流出を発見した場合は、速やかに岳北消防本部または市民環境課までご連絡をお願いします。



## 会員募集のお知らせ

家にいるだけじゃ、もったいない。シルバー人材センターでお仕事をして健康寿命を延ばしませんか。お気軽にお問い合わせください。

入会  
説明会

対象

毎月の第2水曜日（原則）午後1時30分から  
シルバー人材センター会議室  
（7月と3月の第2火曜日は木島平村農村交流館で開催）

飯山市・木島平村に住所がある方  
原則 60歳以上の方 働く意欲がある方

公益社団法人 飯山地域シルバー人材センター 電話 0269-63-2915

この広告は、「厚生労働省委託事業 高齢者活躍人材確保育成事業」を活用しています。

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。お気軽にお問合せを！ 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451032000010号

洋酒買取 飲まずにしまっておく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！





## 職員の任免および職員数に関する状況

### ■職員の採用・退職状況

令和7年度（2025年） 採用者数	令和6年度（2024年） 退職者数	増減
9人	8人	1人

### ■職員数の状況（各年4月1日現在）

職員数			増減
職員区分	令和7年度 (2025年)	令和6年度 (2024年)	
正規職員	233人	233人	0人
フルタイム会計年度任用職員	96人	97人	-1人

（注）正規職員数は、派遣職員等【令和7年度（2025年度）4名、令和6年度（2024年度）3名】を除く

## 職員の給与の状況

### ■人件費と職員給与費の状況

①人件費の状況【令和6年度（2024年度）普通会計決算】

歳出額（A）	人件費（B）	人件費率（B/A）
170億7,169万円	25億3,432万円	14.8%

②職員給与費の状況【令和7年度（2025年度）一般会計当初予算】

職員数 (A)		給 与 額				1人あたり 給与費 (B/A)	共済費
		給 料	職 員 手 当		計 (B)		
			うち期末・勤勉手当				
正 規	208 人	7 億 9,986 万 7,000 円	4 億 6,548 万 6,000 円	3 億 2,575 万円	12 億 6,535 万 3,000 円	608 万円	2 億 5,856 万 1,000 円
フルタイム 会計年度	113 人	2 億 6,653 万 7,000 円	8,995 万 6,000 円	7148 万 7,000 円	3 億 5,649 万 3,000 円	315 万円	7,136 万 1,000 円

（注）職員手当には、退職手当および選挙手当を含みません



二次元コードで  
ホームページ  
をチェック！

市報では概要版の掲載とし、詳細は、飯山市ホームページでご覧いただけます。

総務課 庶務係  
Tel 0269-67-0720

## 〔公表〕飯山市の 人事行政 運営状況

### ■一般行政職の平均給料月額と平均年齢の状況

【令和7年（2025年）4月1日現在】

平均給料月額	平均年齢
32万7,600円	43.1歳



二次元コードで  
ホームページ  
をチェック！

○閲覧することができ  
る場合  
○公益性が高いと認められる調査研究等や公共的団体が行う地域住民のための福祉活動  
○営利以外の目的で行う居住関係の確認のうち、訴訟の提起その他特別な理由がある場合

住民基本台帳法に基づき、令和6年（2024年）11月1日から令和7年（2025年）10月31日までの住民基本台帳閲覧状況を飯山市のホームページで公表しています。詳しくは、お問い合わせください。

市民環境課 市民係  
Tel 0269-67-0726

## 〔公表〕飯山市の 住民基本台帳 閲覧状況を公表しています

## 一般会計の状況

一般会計 歳入歳出予算額（前年度からの繰り越し分含む）

195億5,039万円

### ■歳入

収入済額：77億5,977万円  
収入率：39.7%

### ■歳出

支出済額：68億9,652万円  
執行率：35.3%



二次元コードで  
ホームページ  
をチェック！

市では年2回、財政の執行状況等を市民の皆さんに公表しています。今回は令和7年（2025年）4月から9月末までの状況です。なお、詳細なデータは飯山市ホームページでご覧いただけます。

企画財政課 財政係  
Tel 67-0722（課代表）

## 〔公表〕飯山市の 財政事情

## 令和7年度（2025年）一般会計予算補正状況

### ■4月専決【補正額3,580万円】

○災害救助事業 150万円  
○除雪対策事業 3,430万円

### ■6月補正【補正額1億8,579万円】（事業抜粋）

○公共交通運行事業 3,649万円  
○定額減税補足給付金給付（不足額給付）事業 490万円  
○鳥獣対策事業 563万円  
○住宅耐震対策事業 1,215万円

### ■7月専決【補正額350万円】

○市単土地改良事業 350万円

### ■8月専決①【補正額655万円】

○市単土地改良事業 655万円

### ■8月専決②【補正額9,316.9万円】

○定額減税補足給付金給付（不足額給付）事業 9,316.9万円

■9月補正【補正額4億8,227万円】（追加提案含む・事業抜粋）  
○飯山市DX推進事業 2,588万円  
○須多峰介護センター改修事業 246万円  
○配合飼料等価格高騰緊急対策事業 495万円  
○電気料高騰対策土地改良区等緊急支援事業 250万円  
○飯山市学習旅行誘致支援事業 600万円  
○除雪対策事業 4,700万円  
○農地農業施設現年度単独災害復旧事業 580万円

## 特別会計の状況

会 計	予算額	収入済額	執行率
		支出済額	
国民健康保険	22億7,106万円	9億933万円	40.0%
		8億7,661万円	38.6%
後期高齢者医療	3億3,472万円	1億1,739万円	35.1%
		1億2,615万円	37.7%
介護保険	29億5,850万円	13億3,839万円	45.2%
		11億1,774万円	37.8%
簡易水道	5,058万円	1,637万円	32.4%
		427万円	8.4%
福祉企業センター	4,864万円	1,321万円	27.2%
		1,974万円	40.6%
ケーブルテレビ	2億8,276万円	1億3,154万円	46.5%
		9,266万円	32.8%
駐車場	6,505万円	1,769万円	27.2%
		2,913万円	44.8%

### ■収益的収支の予算執行状況

会 計		予算額	執行額	執行率
上水道事業	収益	6億5,041万円	2億9,733万円	45.71%
	費用	6億4,259万円	1億8,025万円	28.05%
下水道事業	収益	13億4,326万円	3億8,989万円	29.03%
	費用	14億1,060万円	7億1,259万円	50.52%

### ■事業状況（上水道）

区 分	今年度上半期
給水戸数	8,190戸
配水量	180万9,649㎡
有収水量	96万8,530㎡
有収率	53.52%

### ■事業状況（下水道）

区 分	今年度上半期
使用戸数	7,622戸
処理水量	114万7,718㎡
有収水量	94万1,671㎡
有収率	82.05%

令和7年度（2025年度）上半期の上下水道事業の業務状況をお知らせします。数値は、令和7年（2025年）9月末現在です。詳しくは、お問い合わせください。



上下水道課 業務係  
Tel 0269-67-0739

## 上下水道事業会計



親族等が亡くなった後、故人の持ち物の整理や処分を業者に依頼する「遺品整理サービス」が近年注目されていますが、このようなサービスに関する相談も全国で多く発生しています。大切な遺品をトラブルなく整理・処分するために、トラブルの事例や注意点を紹介します。

①実家の亡父の遺品整理のためにインターネットで検索した業者に依頼した。当初は20万円くらいかかると言われていたが、作業後に30万円を請求された。見積書や契約書はもらっていない。

②亡父宅の不用品処分を事業者に依頼した。その場で必要か不要かを判断して指示を出し、大切な書

## 安心安全 消費生活

### 遺品整理を頼むときは慎重に

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



▲見積をとって  
事前に内容確認を

類等は処分せず残しておくよう約束したが、アルバムや回線のつながっている電話機まで処分された。業者に苦情を申し出たが、ごみ処理場に運搬済みで取り戻せないと言われた。

これらのほか、「見積もりのつもりで呼んだ事業者に契約をせかされた」「高額なキャンセル料を請求された」といった相談事例も見られます。

遺品や不用品をごみとして収集・運搬する事業者は、市から「一般廃棄物収集運搬業」の許可を受けている必要があります。インターネットで調べた無許可の事業者に依頼すると、こういったトラブルや不法投棄につながるリスクがあります。

遺品整理を業者に依頼することを検討する際は「業者選定は慎重に行う」「見積もりを取って作業内容や費用を事前に確認する」「残すものと処分するものを明確に分ける」といった点に十分注意しましょう。困ったときはお早めに消費生活センターへご相談ください。

## 半世紀にわたる 酒造りへの思い

田中屋酒造店 大杜氏  
常盤地区 鈴木 政幸 さん

鈴木 木さんは、自身の酒造りにおいて伝統技法を守り、熟練した技術と感覚による酒造りを行ってきました。特に蒸米の柔らかさや麴を水で溶かす工程に最もこだわりの「うまい酒になるように」と丹精込めて製造した酒が人々に愛されています。この酒造りへの取り組みにより「令和7年秋の褒章」で農業や工業、商業などの分野で模範となる個人を称える「黄綬褒章」を鈴木さんは受章し、その榮譽に対し「うれしい」と率直な思いを語りました。

木さんの杜氏としての思いは単に酒造りに留まらず、地域や後継者育成にも深く根ざしています。伝統的な技法や感覚で酒造りを行う杜氏を未来へつなぐため、後継者が育つまで熱意を持って指導しました。また、鈴木さんは「水尾といえば飯山、飯山といえば水尾」と思われるようなお酒になってほしい」と地域の誇りとなる酒造りへの願いを語りました。

# ひと発見!

いいひとはっけん # 235

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

常盤地区にお住いの鈴木政幸さんは、田中屋酒造店で半世紀にわたり、日本酒「水尾」の製造に携わった大杜氏です。杜氏となったきっかけは、父親が同酒造店で杜氏を務めていたこと。その技術と伝統を受け継ぎ、28歳で杜氏となり、80歳まで職務を全うしました。

## 健康 冬

### 冬の冷えを防ぐ、温活のすすめ

地域包括支援センター Tel 0269-67-0728（代表）

外気温が下がってくると身体の冷え、背中が丸まったり、動く事がおっくうになりがちです。年齢が高くなると、ひと冬で気力・体力が低下することもあります。

#### ■春を待ちながら、温活※に取り組んでみませんか。

- ①食事：人参・レンコン・ゴボウ・イモ類・豆類・黒ゴマ・生姜など取り入れたり、いろいろな食品を摂る。
  - ②入浴：湯船につかることで血流が良くなり温まる。体調が思わしくない時や疲れている時は足浴でもよい。
  - ③運動：ストレッチ・ラジオ体操・飯山いきいき体操（5分参照）をする、歩く等。筋肉量が多いほど、身体が熱をつくる。
  - ④衣類の調節：首・手首・足首及びお腹・腰・お尻・太ももを温める。服は空気層を作るように重ね着する。
- ※温活とは身体を温める目的で行う活動です。



#### 〈当たるとスッカリ！クイズコーナー〉

Q. 身体を温める飲み物はどちらでしょう？

- ① 白湯
- ② カフェオレ（コーヒー・砂糖・牛乳）

A. 答えは 38分 をご覧ください。

## グロリアのいいやま チウたんさん



二次元コードで  
Instagram  
をチェック!

④7 いいやま音楽祭は素晴らしかったです。

11月23日、待ちに待ったいいやま音楽祭に友人と一緒にってきました。第一部では合唱曲「土の歌」の全7楽章、第二部では喜歌劇「こうもり」より「序曲」と「シャンパンの歌」、およびベートーヴェンの「第九」第4楽章が演奏されました。

「土の歌」はとても魅力的な作品だと感じました。第一楽章「農夫と土」では、田植えの光景が浮かびました。第七楽章「大地讃頌」は音楽で大地の素晴らしさを表現し、深く心を打たれました。

喜歌劇「こうもり」の「シャンパンの歌」では、今回の



演奏が終わった市民合唱団とオーケストラの皆さん

合唱指導を担当した山崎浩先生が日本語歌詞を手がけました。上演中、ソリストたちはシャンパンの代わりに飯山市の地酒「北光正宗」と「水尾」の瓶を手にし、コミカルな要素を加えていて、とても面白かったです。

ベートーヴェンの「第九」第四楽章も見事な演奏でした。100人の明るく力強い歌声を聞いて、元気をもらいました。ちなみに、ベートーヴェンの「第九」が年末の風物詩となっているのは日本だけです。カナダでは12月になると、ヘンデルの「メサイア」などクリスマスや冬をテーマにした曲が演奏されることが多いです。皆さんもぜひ年末に聞いてみてください!



## 飯山の中高生10人がオーストラリアで国際交流 バサーストハイキャンパス校を訪問

飯山市の中学生と高校生が11月にオーストラリアを訪問し、現地の方々と交流しました。

飯山市教育委員会および飯山高校は、平成26年(2014年)11月にオーストラリアのデニンカレッジ・バサーストハイキャンパスと姉妹校協定を結んでおり、以来、相互訪問を通じて交流を続けています。今回の訪問は飯山市の中

高生にとって2年ぶりの訪問の機会となり、飯山高校から2名、城南・城北中学校から各4名、合計10名の生徒が参加。生徒の皆さんは3回の事前学習会で、市内小中学校で勤務するALT(外国語指導助手)による指導を受け、現地の文化や英会話を学び、この訪問に備えました。

オーストラリアへは、まず飛行機で約9時間の移動を経てシドニー空港に到着し、さらにバスで4時間ほどかけて交流先のバサースト市に11



学校の農場で毛刈りした羊毛の感触確かめる



バサースト市のロバート・テイラー市長と記念撮影



現地の学校の初日はゲームで交流を深める

月16日に到着しました。滞在中は、昼間はバサーストハイキャンパスで現地の生徒と交流をしながら様々な活動を体験。放課後はホストファミリーの家庭にホームステイし、英語漬けの環境で過ごしました。また途中、11月17日にはバサースト市役所を表敬訪問し、ロバート・テイラー市長と記念品の交換や懇談を行いました。

訪問初日は緊張していた生徒たちも、翌日にはホストファミリーとのコミュニケーション

### 城南中男子チーム・城北中女子チームが出場 北信越中学校駅伝競走大会結果

11月22日、第19回北信越中学校駅伝競走大会が長野市営陸上競技場周回コースで行われ、飯山市からは長野県大会を好成績で勝ち進んだ、城南中学校男子チームと城北中学校女子チームがそれぞれ出場しました。

男子が6区間17.8km、女子が5区間11.6kmで争われた競技の結果は以下のとおりです。(男女各30チーム出場)

#### ●男子の部

・第24位 城南中学校

#### ●女子の部

・第20位 城北中学校



## 過去最高順位の10位でゴール

## 県縦断駅伝競走大会に飯山栄チームが健闘

松本市から飯田市までの14区間98・72キロを櫛でつなぐ第74回長野県縦断駅伝競走大会が11月16日に開催され、飯山栄チームは参加標準



最終14区でゴールテープを切る  
仲條菜生 選手

記録の規定をクリアし、今年も単独チームとして出場を果たしました。

昨年の12位から今大会は9位以内を目標に出場した飯山栄チームは、各選手が力

走し、終盤まで9位を争う好レースを展開。結果は10位と念願の一桁順位にはあと一歩及びませんでした。飯山栄チームとしての過去最高順位となりました。市民の皆さんからの温かいご声援、ありがとうございました。



7区  
田中希果 選手



6区  
佐藤聖也 選手



4区  
鷺野彪雅 選手

### 飯山栄チーム出場選手の皆さん

(監督：堀田 学 助監督：山本雄二 主将：佐藤聖也)

区間 ( )内は区間距離	選手名 (敬称略)	所属
1区 (2.05km)	川久保 莉美	城北中学校
2区 (10.42km)	宮川 健太	(株)アルプスツール
3区 (9.00km)	佐藤 健人	(株)カワモト
4区 (10.14km)	鷺野 彪雅	法政大学
5区 (3.04km)	齊藤 隆希	城南中学校
6区 (9.88km)	佐藤 聖也	飯山市役所
7区 (3.25km)	田中 希果	城北中学校
8区 (7.24km)	島田 佳祐	(株)NTT データフロンティア
9区 (6.47km)	八井澤 陽斗	長野日大高校
10区 (3.58km)	山本 湧心	城南中学校
11区 (6.71km)	宮内 晴生	大原スポーツ公務員専門学校
12区 (10.66km)	田中 大輝	飯山市役所
13区 (7.31km)	嶋田 樹	岳北消防本部
14区 (8.97km)	仲條 菜生	(株)八十二銀行



### 人権学習 シリーズ

### 人権に関する市民意識調査結果から感じるこ

部落解放同盟飯山市協議会会長 小橋 久男

市では「飯山市人権政策推進に関する基本方針」に基づき、様々な人権問題解決のため、5年ごとに人権に関する市民意識アンケートを実施しています。より効果的な人権施策を進めていく上での基礎資料としており、直近では令和5年度に行われました。

その中の「同和問題(部落差別)」を知っていますか」との質問には88・6%が「知っている」と回答しており、知ったきっかけは「学校の授業」が60代以下のどの年代でも高く、学校での同和教育を今後も実践していくことが必要と考えられます。また、「同和問題(部落差別)」は「根強く残っている」「改善されてきているが、まだ残っている」と回答された方の63・5%が「結婚問題」をあげており、今後も「結婚差別」の解消に向けて更なる啓発活動を積極的に進めていく必要があります。

同和問題解決のためには「自分の問題として解決に努



美術の授業では版画作品を制作



現地で揃えたシャツでシドニー観光

わす場面もありました。

現地の生徒と活発に交流し友達を作る姿が見られるようになってきました。さらに、生徒同士で、今後日本を訪問した際に案内する約束を交

6日間という短い滞在期間ではありましたが、語学力のみならず、生徒たちの人間的な成長を感じることができた訪問となりました。

人権問題の理解・人権意識を高めるためには、継続的で地道な取り組みが重要であり、それぞれの具体的なデータをもとに人権課題の解決を積極的に推進していただきたいと思ひます。「飯山(ふるさと)に住んでよかった」と…。





飯山市民館  
Instagramを  
始めました。  
フォローをお  
願いします。



0269-62-3342 (飯山市民館)  
0269-62-5940 (代表)

## 実施報告 「ムーミンと雪国」を開催しました

誰もが名前を聞いたことのある愛らしいキャラクター、ムーミンの講演会を開催しました。

12月6日、飯山市文化交流館なちゅらで、ムーミンの編集に長年携わってきた横川浩子さんをお招きし、「ムーミンと雪国」と題して講演会を開催しました。

講演ではフィンランドの冬の景色や生活が紹介されるとともに、ムーミンの作中に登場するキャラクター



たくさん話題に触れた講演でした

や場所のモデルも紹介されました。現地取材の写真もたくさん見ることができ、ほかでは聞くことのできない貴重なお話をいただきました。

横川さんからはムーミン作品のほか、講演タイトルの「ムーミンと雪国」にちなんで、雪国を舞台にした絵本の紹介があり、多くの作品を知る機会にもなりました。

講演ではフィンランドの自然の豊かさや、子どもに



ロビーでは絵本やコミック版を展示しました

強制をせず、安心して自分らしく育てていく子育て法について語られ、ムーミンの作風にも大きな影響を与えたフィンランドの文化について知ることができました。

ロビーではムーミンの関連書籍も展示され、講演会に訪れた皆さんは、絵本やコミック版を手に取り、ムーミンの世界観を楽しんでいました。

【参加者した皆さまの感想（二部抜粋）】

「小さい頃アニメでみていたムーミンの世界観を知ることができた。身近な内容だったので、わかりやすかったです」

「横川さんのお人柄がすてきでした。そこに小説からの言葉の抜粋がいま一つ、相乗効果で心にしみ入りました」

## 実施報告 ふるさと館たいけん工房「野山のフォトフレーム」

「うちの庭にもある草花が見違えるようになりました!」「早く自宅に飾りたい!」11月15日、飯山市ふるさと館でたいけん工房「野山のフォトフレーム」を開催しました。

ふるさと館市民学芸員の高橋舞子さんの手ほだきによって子どもから大人まで15名の皆さんが、木の実草の実たっぶりのフォトフレームを完成することができました。最後はみんなでパチリ!たくさんの笑顔が広がりました。



## 参加者募集 ふるさと館たいけん工房⑦ 伝統行事☆まゆ玉作り

～五穀豊穡・無病息災を願ってみんなで作りましょう～

【問】 申込先 飯山市ふるさと館 Tel. 0269-67-2030 月曜休館

◆日時 令和8年(2026年)1月10日(土)  
10:00～11:30  
◆場所 飯山市ふるさと館  
◆対象 市内小学生以上(大人・親子も参加可)

◆定員 20名  
◆材料費 200円  
◆持ち物 エプロン、三角巾  
◆申込締切 12月26日(金)



## 参加者募集 飯山雪国大学事業「まなビバ!」健康ヨガ教室

【問】 申込先 飯山市民館 Tel. 0269-62-3342

市民の皆さまの好きや得意を企画するまなビバ!第2弾。ヨガの範囲を越え、リハビリエリアに踏み込んだ筋力トレーニングとヨガの要素を合わせた健康ヨガ講座です!

通常の運動では鍛えにくい筋肉を含め、全身の筋肉を無理なくつかうことができるため、筋力アップにつながります。運動が苦手でも簡単に挑戦しやすく、日々の習慣につながります!

◆日時 令和8年(2026年)1月21日(水)  
13:00～14:00  
◆場所 飯山市民館 203教室  
◆講師 かがやき接骨院 高橋隼人さん  
◆定員 12名(申込多数の場合は抽選)  
◆受講料 200円  
◆持ち物 動きやすい服装、飲み物(以下、お持ちの方は)柔道や空手の帯(ポージング用)、ヨガマットまたはバスタオル  
◆申込先 右下のフォーム、または飯山市民館へ電話でお申込ください。  
◆申込締切 1/9(金)



学びのエリアキャラクター マナビン



## お知らせ 学びの場 ご利用ください

【問】 飯山市美術館 Tel. 0269-62-1501

飯山市美術館では、伝統産業会館も含め、学びの場として見学・学習等使用していただいております。子どもたちの育成の場として活用する他、一般の方々や団体も大いに利用してください。飯山市内の小学生は入館無料です。



## シリーズ 小菅の里及び 小菅山の文化的景観

### 【小菅の社寺2】

前回は小菅の社寺について、小菅集落の入り口から順に仁王門、小菅神社里宮、講堂について紹介しました。

講堂からさらにのぼると菩提院があります。菩提院の前身は小菅山元隆寺の「桜本坊(さくらもとぼう)」という防院であったと伝えられており、その北奥に菩提院が管理する観音堂があります。

観音堂はかつて奥社参道の中腹にありましたが、次第に山を下り明治時代に現在の場所に移築されました。内陣の壁面には江戸時代の頃と思われる文字や絵が残されています。

さらに集落の最上部には高く大きな石で積まれた石垣があります。この上にはかつて小菅山元隆寺の別当であった大聖院がありましたが、現在は護摩堂の建物



小菅神社奥社本殿(国重要文化財)

だけがみられます。護摩堂は「小菅の柱松行事」(国重要無形民俗文化財)に關して行列の出発地点であり、また神事が執り行われる重要な建物です。そして奥社参道をのぼっていくと、小菅山中腹に小菅神社奥社本殿(国重要文化財)があります。険しい岩陰に建てられた建物は壮観で、まさに修験信仰の核となる建物だと実感させられます。



参加者募集 寺子屋いいやま歴史学習会  
**長野県立歴史館 冬季企画展「霊場小菅」見学会**

問 申込先 市民学習支援課文化財係 Tel 0269-67-2030 月曜休館

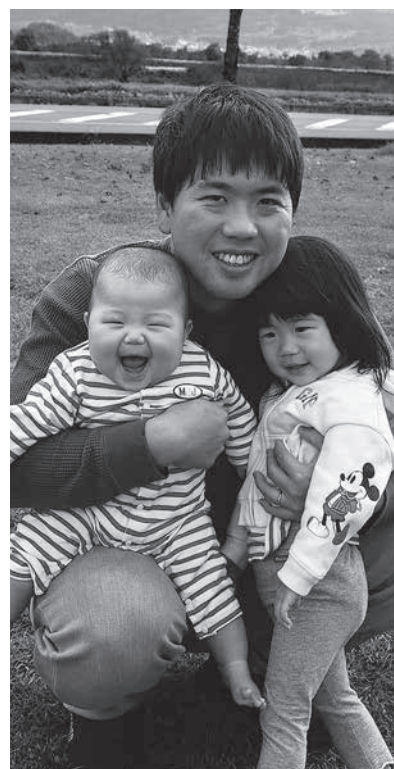
国重要文化的景観に選定されている小菅地域の文化財を中心とした企画展が、長野県立歴史館で開催されます。企画展イベント笹本正治特別館長講演会に合わせて見学会を開催します。

- ◆日時 令和8年（2026年）1月17日（土）12:00～17:00（予定）
- ◆集合 12:00 飯山市公民館（バスで移動します）
- ◆日程 飯山市公民館 12:00 発～長野県立歴史館 13:00-16:00（見学・笹本正治特別館長講演会）～飯山市公民館 17:00 着
- ◆参加料 無料（この日は入館料はかかりません）
- ◆対象 市内在住の方
- ◆定員 20名（申込多数の場合は抽選）
- ◆申込方法 二次元コード、もしくは飯山市ふるさと館へ電話でお申込みください。
- ◆申込期間 12月23日（火）～1月9日（金）

※昼食時間はとりませんので集合前に昼食をすませてください。



自分の人生を振り返って  
 自分と、クロスカントリースキーが多く関わってきました。私は生まれてから今に至るまで飯山市で生活しています。幼少期は喘息持ちで入院もよくしていました。そんな中、兄の影響で小学校1年生の時に始めたのが野球とクロスカントリースキーでした。野球とクロスカントリースキーに打ち込んでいると、自然と心肺機能が強化されて、気がつくと思息の症状も見られなくなりしました。私の中学校時代は部の兼部が認められなかったのですが、そこでスキー部を選びました。ここが大きな人生の分岐点だったと思える選択だったと思います。クロスカントリースキーは大学まで続け、今でもコーチとして関わらせていただいています。



スポーツで得られたもの  
 スポーツをやっているとつらい練習、つらい経験は当然あるものです。しかし競技をやめて振り返ってみるといい思い出となります。「あの時のあの練習辛かったな」とか「こんなことあったんですよ」とか話しているときはなぜか笑顔なんです。社会人になってつらいことがあったときに過去の経験が支えになってくれます。楽しかった思い出だけでなくつらかったことも今の自分にとってはいい思い出なんだと感じています。

最後に  
 私が子どもの頃はできるスポーツの選択肢は今に比べると限られていましたが、現在は色々なスポーツ、習い事は増えています。自分が一生懸命になれるもの、やってきたことは社会に出たときに活かされることや人生において大切なものを得られたと私は思います。スキーでの経験は私のベースであり、私がスキーで知り合ったライバル、同志は今でも良き友人です。「なにかを一生懸命やってきたこと」＝「今の自分」なんだと私は思います。

マイオピニオン  
 意見・私見

## 今の自分がある

木島地区 岡田 瑞生

## 第46回 飯山市民芸術祭 参加者募集

日頃の活動の成果を披露する絶好の機会です。皆さまのご参加をお待ちしています。

### ◆開催期日および会場

#### 展示部門

◇期日 令和8年（2026年）4月11日（土）・12日（日）

◇会場 飯山市公民館・飯山市美術館

#### 舞台部門

◇期日 令和8年（2026年）4月19日（日）

◇会場 飯山市文化交流館なちゅら 大ホール

#### ◆申込期間

令和8年（2026年）1月7日（水）～2月9日（月）

#### ◆お申込方法

飯山市文化交流館なちゅら・飯山市公民館・飯山市美術館各地区活性化センターの申込書に必要事項を記入し、飯山市公民館へご提出ください。



## お知らせ 市民ギャラリー作品募集中！！

問 飯山市美術館 Tel 0269-62-1501 月曜休館（月曜祝日の場合は翌日）

市民ギャラリーをご活用ください。公民館通路およびガラスケース（図書館前）に、あなたの作品を展示してみませんか（個人・団体問いません）。

皆さまの日頃の成果の発表の場として活用してください。

どなたでも大歓迎です。飯山市美術館までぜひお問い合わせください。



## お知らせ 年末年始休館日のお知らせ

飯山市公民館・飯山市美術館・いいやま女性センター未来・飯山市ふるさと館・飯山市文化交流館なちゅらは、12月29日（月）から令和8年（2026年）1月3日（土）まで年末年始休館となります。（図書館休館日は27日）

#### 【その他の休館日】

飯山市公民館 12月28日（日）（臨時休館）

いいやま女性センター未来 12月28日（日）・1月4日（日）（両日通常休館）



## 実施報告 下高井農林高校×飯山市公民館 秋野菜を栽培しました

飯山市公民館では、飯山雪国大学前期成人講座として、「秋野菜を栽培してみよう」を開催しました。下高井農林高校の産業創造コース3年生の皆さんが講師となり、受講生と一緒に大根と白菜を育てました。

種まきから収穫までを体験した受講生の皆さんは、くわや種まき機など、初めて使う道具を用いて楽しく農作業をしていました。

座学で野菜作りの方法を勉強してから畑での作業にのぞみましたが、実際にやってみると勝手が



わからない部分もあり、高校生の皆さんからアドバイスをもらいながら作業をしていました。

酷暑の影響で実施日の変更もあった秋野菜講座でしたが、農林高校の皆さんのお陰で、無事に大根と白菜を収穫することができました。

最終回では収穫した大根から作った漬物を食べながら、高校生の皆さんと交流会をしました。農業について学んだだけでなく、高校生の皆さんと楽しく交流ができた講座となりました。



※市外局番 0269

**飯山公民館**  
Tel 62・3342

◇小学生新年書初め会

時令和8年(2026年)

1月3日(土)

午前9時30分～正午

場飯山市公民館2階和室

対飯山小学校の3年生から6年生

定20名(先着)

※申込は学校を通じて配布した申込書(チラシに印刷)を直接飯山公民館へ提出してください。

**秋津公民館**  
Tel 62・2330

◇史跡めぐりハイキング

11月1日、史跡めぐりハイキングで蓮城跡と壁田城跡に行きました。

地元の郷土史、史跡に詳しい松澤芳宏先生、三井彰先生に案内をいただき、紅葉真っ盛りの林道や山城跡を散策しました。

両城とも、主に見張り台やのろしを上げる場所とし

て使われたと考えられ、土塁や堀も残されており、それぞれ頂上に立つと千曲川の遠景も見られました。

参加者は、先生のお話に耳を傾けながら辺りを見渡し、遠い昔に思いをはせていました。



散策しながら楽しく学びました

**木島公民館**  
Tel 62・0555

◇第52回木島健康祈願祭・元旦ランニング

新年を祝い、健やかな一年を祈願します。

時令和8年(2026年)

1月1日(木・祝)

午前9時15分予定

場木島公民館

※詳しくはチラシをご覧ください

**瑞穂公民館**  
Tel 65・2501

時代背景について参加者からも多くの感想が出されました。

**岡山公民館**  
Tel 69・2010

◇岡山公民館学習会

スマートフォン教室開催

11月5日・10日の日程でスマートフォン教室を開催しました。講師に(有)信越電機の石澤裕子さん、石澤巧さんをお迎えして、秋の夜長をスマホで楽しんでもらえるよう、動画の見方、インスタグラムでの情報収集の方法などを教えていただきました。

今年もご高齢の方の参加がありました。スマホは日常的に使用されており、更なる向上心を持って参加されていました。



スマホの楽しみ方を学びました

◇年越しそば打ち講習会  
11月29日、瑞穂公民館で令和7年度年越しそば打ち講習会を開催しました。

講師として3名、丸山富治さん(福島)、出澤真理子さん(柏尾)、岸田拓実さん(柏尾)をお願いし、受講生はボクチそば、二八そばをそれぞれ選んでチャレンジ。

初めて参加された方は悪戦苦闘の末、何とか出来上がりしました。試食会では、おそらく先生が打ったそばではない形のものもありましたが、打ちたてのボクチそば、二八そばを堪能することが出来ました。



打ちたてのそばを楽しみました

**柳原公民館**  
Tel 62・5562

◇人権・男女共同参画

学習会の開催

12月4日に人権政策推

◇公民館文化講演会

12月7日「命を守る! 畑をまもる! 野生鳥獣被害対策講演会」と題して、長野県林務部森林づくり推進課鳥獣対策係課長補佐兼係長の田淵千春さんより、岡山公民館で講演いただきました。大変身近な問題であるため、参加された皆さんは真剣な表情で聞いていました。



皆さん真剣に聞いていました

◇新年書初め会

小・中学生を対象に新年書初め会を開催します。書初めを通して1年の良いスタートを切りましょう。

時令和8年(2026年)

1月3日(土)

午前9時30分

～11時30分

場岡山地区活性化センター

進協議会柳原地区委員会と共催で、飯山市人権政策課の男女共同参画指導員である渡辺めぐみさんを講師に人権・男女共同参画学習会が行われました。

学習会では、「アンコンシャス・バイアス(性別による無意識の思い込み)」についてのYouTubeを視聴した後、集落役員の男女共同参画の実態について話し合いを行いました。この学習会が、各方面で男女共同参画を進めるきっかけになればいいなと思いました。

**富倉公民館**  
Tel 67・2136

◇富倉のきのこ学習会



地域できのこの呼び名も違います

11月16日、天候にも恵まれ、講師の上野光明さんが富倉で朝採れたきのこを

持参してくれました。それを見本として、きのこ学習会を開催しました。事前に採ったきのこの写真を資料としてまとめ、講師から説明を受けました。山には毒キノコもあるので注意して採りましようと話がありました。天然のきのこで汁を作り、参加者全員で食しました。

**外様公民館**  
Tel 62・1029

◇しめ縄を作るう



ていねいにコツを教わりました

12月7日外様公民館のホールで、外様地区社会福祉協議会・外様公民館・地区子ども会育成会との共催で、地区内で刈ったスゲを使い、しめ縄作りを行いました。

講師に春日紀男さん(中条)と小林和人さん(中曽



## らいぶらい ブックレビュー

江戸でバイトやってみた。寛政期編  
— 萬重、北斎、馬琴たちと働いてみた



技術評論社

櫻庭由紀子／著  
くろしまあきよし／絵

『江戸でバイトやってみた。一古地図で歩く大江戸八百八町萬職業図鑑』に続く第2弾。

今回は寛政の改革が行われた江戸時代中期が舞台です。江戸の萬屋重三郎と令和の少女が、時を超えて遭遇するところから始まります。出版に対する厳しい取り締まりを受けた萬重は身上半減となりますが……。

ほかにも当時活躍した絵師や作家たちも交えて、ひと騒動が繰り広げられるところも見どころです。江戸の文化や生活を垣間見ながら、時代小説さながらに楽しめる一冊です。



## 年末年始休館のお知らせ

2025年

2026年

12月29日(月) ～ 1月5日(月) 休館

※1月5日(月)は通常休館日です。

年末年始のため、上記期間を休館とさせていただきます。本を返却される際は、返却ポストにお入れください。

なお、CDやDVD、他の図書館からお借りした本など取り扱いに注意が必要なものは、開館日にカウンターにてご返却ください。

本年もご利用いただきありがとうございました。

来年も皆さまのご来館をお待ちしております。



## Books 本の貸出福袋 Happy Bag



新年に毎年恒例の『本の貸出福袋』をご用意します。中身は借りてみてのお楽しみ。普段自分では選ばない、新たなジャンルの本との出会いがあるかもしれません。

また、本の貸出福袋を借りた方は、おみくじにチャレンジできます！くじの結果によって、景品をプレゼント。ぜひ図書館で、新春の運試しをしてみませんか？

福袋は新年1月6(火)から貸出予定です。皆さんのご来館をお待ちしています♪



## 新着図書案内

洋書  
What you are looking for is in the library  
(※採り物せ図書館あり)  
The night of Baba Yaga (ババヤガの夜) Akira Otani  
Silent parade (沈黙のパレード) Keigo Higashino  
Convenience store woman (コンビニ人間) Sayaka Murata  
Butter (BUTTER) Asako Yuzuki

文庫  
ごんげん長屋つれづれ帖11 苦難の母 金子 成人  
ザ・ロイヤルファミリィ 早見 和真

飼い犬に腹を噛まれる 彬子 女王

ナモナキ生活はつづく 寺地 はるな

私労働小説 中島 京子

水は動かず芹の中 夏川 草介

フルハウス 堂 瞬一

エビクロスの処方箋 谷 瑞恵

魔法法律学校の麗人執事2 新川 帆立

こだま標本箱 久坂 部羊

命の横どり 小川 哲

火星の女王 王 谷 晶

ババヤガの夜 植松 三十里

つないだ手 沢田美喜物語 伊坂 幸太郎

さよならジャバウオック 横山 勲

趣味・実用  
マンガとストーリーでわかる覚えにくいタロット入門 石川 小百合

過疎ビジネス 名越 健郎

北方領土を知るための63章 松本 俊彦

オーバーードーズする子どもたち k e i

イラストでわかる高齢者のくらし図鑑 中村 浩志

甦れ！神の鳥ライチヨウ 三オックス

ドキュメントクマから逃げのびた人々 青嶋 ひろの

はじめての和紅茶ガイド 岩 永 嘉弘

ネーミング全史2 ケイ・エム・ビー

はじめてのひさしぶりの大人のピアノ 宮崎駿とスタジオジブリ編

よみもの  
伊坂 幸太郎

植松 三十里

王 谷 晶

小川 哲

久坂 部羊

新川 帆立

谷 瑞恵

堂 瞬一

夏川 草介

中島 京子

寺地 はるな

彬子 女王

金子 成人

早見 和真

Michiko Aoyama

Akira Otani

Keigo Higashino

Sayaka Murata

Asako Yuzuki

▼おはなし会では長野先生の絵本を楽しみました



紙芝居を演じる  
▼長野ヒデ子先生



▲世界で1つだけの  
オリジナルしおり完成！

11月8日にイベント「えほんであそぼう in いい山」長野ヒデ子の世界」が開催されました。長野ヒデ子先生の講演会では、代表作『おかあさんがおかあさんになった日』(童心社)を始めとした多数の作品がでるまでのお話のほか、長野先生自ら紙芝居を演じていただきました。また、同日開催した「えほんコミュニケーターのおはなし会」や、お絵描きワークショップ「せとうちたいこさんのしおりをつくろう」などにも多くの皆様ご参加くださり、イベントを盛り上げることができました。開催に向けてご協力、ご来場くださった全ての皆様に御礼申し上げます。



## えほんコミュニケーターおすすめ絵本



『ちいさなくれよん』

篠塚かをり / 作 安井淡 / 絵 金の星社



えほんコミュニケーター  
滝沢 恵美子さん

昨今、「SDG s」が注目されて「つくる責任つかう責任」という項目が目標の一つに挙げられています。

短くなった黄色のくれよんが捨てられました。くれよんは「まだ使えますよ！」と叫びましたが、誰も来てくれません。くれよんは「まだ役に立つんだ！」と靴についたひよこや古くなったおもちゃの自動車などに色を塗っていきます。その度にくれよんは小さくなっていき、最後は……。

物にも「生命」があることを知ると、最後まで大事に使おうとする気持ちが生まれてくるのではないのでしょうか。機会があったら親子で読んでほしい一冊です。

『ともだちや』

内田 麟太郎 / 作 降矢 なな / 絵 偕成社



えほんコミュニケーター  
小林 よ志子さん

この本に出合ったのは、新聞で紹介されていて、市立図書館にありました。山に住んでいるキツネが、「ともだちや」をはじめました。「さびしい人はいませんか。1時間100円、2時間200円です。」と山の中で宣伝して、いろいろな動物に会います。ある時、オオカミに声をかけられます。「トラソプのあいてをしる」さてさてキツネは、うまくともだちになれたでしょうか。

キツネとオオカミの会話が最高におもしろいです。

## 図書館 ニュース

◇1月図書館カレンダー◇

1	木	
2	金	年末年始休館
3	土	
4	日	
5	月	休館日
6	火	
7	水	移動図書館車①北原・常盤
8	木	10:30 絵本とわらべうたの会
9	金	移動図書館車②戸狩・西大滝
10	土	10:30 ～おはなしひろば
11	日	
12	月	
13	火	休館日(祝日振替)
14	水	移動図書館車③温井・秋津
15	木	10:30 絵本とわらべうたの会
16	金	移動図書館車④太田・富倉
17	土	11:00 ～ブックスタート
18	日	
19	月	休館日
20	火	
21	水	移動図書館車①北原・常盤
22	木	10:30 絵本とわらべうたの会
23	金	移動図書館車②戸狩・西大滝
24	土	10:30 ～おはなしひろば
25	日	
26	月	休館日
27	火	
28	水	移動図書館車③温井・秋津
29	木	月末整理休館日
30	金	移動図書館車④太田・富倉
31	土	10:30 ～おはなしひろば

の日は休館です

＊開館時間と休館日＊

【開館時間】

火～金 9:30～18:00

土・日・祝 9:30～17:00

【休館日】

月曜(祝日の場合は翌平日)・最終木曜

年末年始・蔵書整理期間等

蔵書検索・予約  
※予約は事前にパスワード  
の登録が必要です



移動図書館  
巡回日程表

Instagram  
随時更新中！



(市立飯山図書館Tel. 0269-62-1118)





携帯電話の方はこちらからHPをご覧ください

社会福祉法人 飯山市社会福祉協議会  
〒389-2253 長野県飯山市大字飯山1-2-1-1  
Tel 0269-62-2840 Fax 0269-62-2904  
Mail s.fukusi@iyama-catv.ne.jp

令和8年度(2026年)

## 児童クラブ / センター登録申請・受付開始

飯山市では、児童に健全な遊びを与え、情操を豊かにすることを目的に児童クラブ等を設置しています。詳しくは、当協議会 HP をご覧ください。お問合せは、飯山市社協 (☎ 0269-62-2840) までお願いいたします。

### ○児童クラブ【要申込】

就労等で保護者が留守になるご家庭の小学生が対象の施設です。利用には事前の申込が必要です。

施設名	住 所	電話番号	定員
木島児童館 (児童クラブ機能有り)	飯山市大字木島 595-2	0269-62-1619	20 名
飯山児童クラブ	飯山市大字飯山 2363(子ども館きらら内)	0269-67-0167	70 名
秋津児童クラブ	飯山市大字静間 2608 (秋津小学校内)	0269-62-1818	45 名
城北児童クラブ	飯山市大字照里 2025 (城北小学校内)	0269-67-0325	120 名

#### ▶ 申込方法

各児童クラブ、飯山市社会福祉協議会(本町)に入会申込書があります。  
※飯山市社協 HP で電子データもダウンロードいただけます。  
必要事項を記入し、入会を希望する各児童クラブ等窓口または飯山市社会福祉協議会へご提出ください。

▶ 申込受付期間 令和8年(2026年)1月5日(月)～2月13日(金)  
※日・祝日を除く



電子データはこちら↑



### ○児童センター・児童館について【自由来館】

0歳～18歳までの子どもが誰でも自由に利用できる遊び場・交流の場です。申込は不要ですが、初回利用時に緊急連絡先等の記入が必要です。

施設名	住 所	電話番号
木島児童館	飯山市大字木島 595-2	0269-62-1619
飯山市子ども館きらら	飯山市大字飯山 2363	0269-67-0167

### ○各館の外観

飯山児童クラブ  
(子ども館  
きらら)



秋津児童クラブ



木島児童館



城北児童クラブ



### 支援のイメージ

【場 所】 飯山市福祉センター 2 階  
TEL ㉓ 0269 FAX ㉓ 2904  
【相談受付】 月～金 (休日を除く) 9:30～17:00  
【対象地域】 飯山市・木島平村・山ノ内町  
野沢温泉村・栄村

### まいさば飯山のご案内

長野県・飯山市生活就労支援センター  
まいさば飯山では、生活や就労などでお困りの方を対象に総合的な支援を行っています。  
経済的な問題で生活に困っている、失業している、引きこもりやニートで悩んでいる、病気があり仕事や生活が不安、働いた経験がないなど、生活や仕事の悩みを抱えている方ならどんな

までもご相談いただけます(生活保護受給者は除きます)。相談員が悩みをお聞きし、課題を整理しながら、問題解決に向けて一緒に考えていきます。ハローワーク、医療機関、司法書士事務所等、専門的な機関に繋ぎすることもできます。一人で悩まず、お気軽にご相談ください。相談は無料、秘密は守ります。

## 赤い羽根共同募金運動 実施中

～引き続きご協力をよろしく申し上げます～

10月1日から赤い羽根共同募金運動が開始され、すでに大勢の皆さまより募金にご協力をいただいております。募金受付期間は12月31日(水)までです。来年度の飯山市の福祉活動の力となりますので、引き続き皆さまのあたたかいご協力をよろしくお願いいたします。

【募金方法】 ご都合の良い方法でご協力をお願いいたします。

① 社協へ直接来所する ② 職員が取りに伺う ③ 銀行へ振り込む ④ PayPay で募金



PayPay 募金は  
こちら↑

赤い羽根共同募金は、じぶんのまちに還元される募金です。ご協力いただいた募金は、飯山市社協で行うさまざまな事業の運営、飯山市のボランティア団体の活動等に活用されます。

～このような活動に使われています(下写真)～

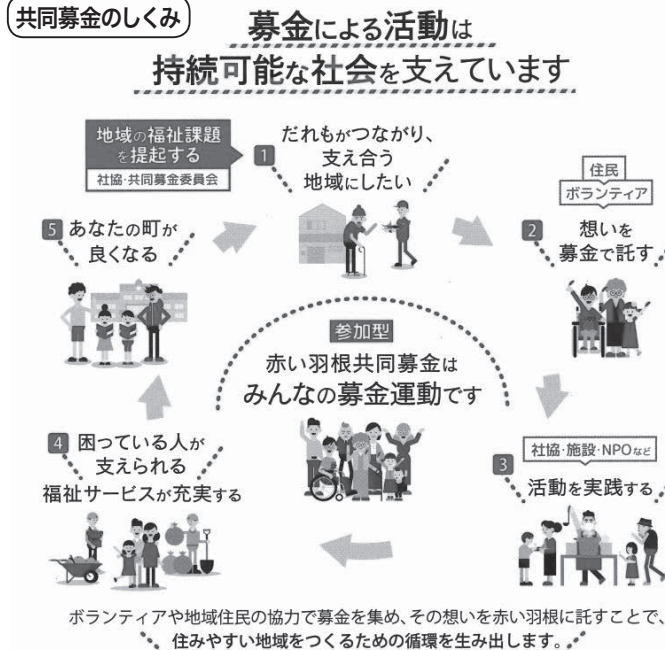


【配食サービス事業】  
高齢者世帯、障がい者世帯等向けに月1回お弁当をお届けします。



【わくわく!とうど塾】  
小学4～6年生を対象とした福祉体験教室。月1回ほど、色々なふくしにまつわる講座を開催しています。

### 共同募金のしくみ





## 身近なふくしのボランティア「スマイルとうど」活動紹介

### ◎「スマイルとうど」とは？

高齢や障がい、病気、ケガ、子育て中の家庭の方など、介護サービスを受けていない方に対して、日常生活の中で  
のちょっとした困りごとや誰かの助けが必要となることをお手伝いするボランティア活動です。

#### - スマイルとうどの主な活動内容 -



### 隣近所に暮らすだれかに、声掛けやちょっとしたお手伝いをしてみませんか？

例えば…近所の高齢者のお宅の様子見、声掛け、話し相手、お買い物のお手伝い、お出かけの付き添いなどのちょっとした助け合いは、“ボランティア”という意識がなくとも、自然と隣近所で助け合い、支え合う大切な活動となります。  
「それなら既にやっている!」「できそう!」と思ったあなた!“スマイルとうど”活動会員として一緒に活動しませんか？

### ◎スマイルとうど活動会員募集中!

スマイルとうど活動会員は随時募集しております。年齢制限も資格の必要もありません。

【活動費】 **600 円** (1 時間あたり) ※その他交通費支給 【保 険】 社協ボランティア活動保険に加入  
社協職員と情報共有・連携しながら、安心して活動いただけます♪ 申込、詳細は飯山市社協 (☎ 62-2840) まで。

## ご寄附・ご訪問 令和 7 年 10 月 21 日～令和 7 年 11 月 20 日分

ご 寄 附			ご 訪 問		
ご 芳 名	物 品・金 額	備 考	ご 芳 名	内 容 等	施 設 名 等
匿名 さま	11,983 円 ご寄附	善意銀行	田中 克己 さま 岡本 恵子 さま	歌、琴、交流	デイサービス 瑞穂、 ゆきつばき
立正佼成会 北信道場 さま	米 60kg ご寄附		匿名 さま	紙芝居	デイサービス ゆきつばき
伊東 ゆかり さま	タオル ご寄附		しゅが〜ず さま	ハーモニカ	
相澤 はま江 さま	くず入 1 箱 ご寄附		シニア大学 OB、OG さま	コーラス	
匿名 さま	くず入 ご寄附	デイサービス 瑞穂	絵本コミュニ ケーターズ さま	紙芝居、手遊び	北部子育て 支援センター
瑞穂地区更生 保護女性会 さま	古布、カット布 ご寄附		森 百合子 さま 大口 和江 さま 二ノ宮 茂子 さま	ハロウィン運動会 お手伝い	
鷲森 さま	紙オムツ等 ご寄附	デイサービス ゆきつばき	高橋 鈴 さま	児童の遊びの支援	飯山児童クラブ
村松 修司 さま	新聞紙ゴミ袋、 くず入 ご寄附		宮崎 さま 阿藤 さま 丸山 さま 藤木 さま 北川 さま 前田 さま	湯の入荘まつり ボランティア	湯の入荘
小林 公明 さま	衣類 ご寄附				
上村 源生 さま	紙パンツ、 紙おむつ等 ご寄附	デイサービス 外様			
木原 さま	くず入 ご寄附				

11月16日、モルックに興味のある方を対象に、スポーツBARフィオの店主を講師にお招きし、モルック体験会を開催しました。モルックは木の棒(モルック)を投げて的を倒し、特定の点数ピットリを目指すゲームで、身体への負担が少ないため、年齢や障がい等の有無に関わらず誰もが楽しめるスポーツです。当日は小学生からシニア

の方まで、総勢24名の参加者が集まってチームを作り、総当たり戦でゲームを行いました。定期的に開催してほしいとのお声が出るほど大変盛り上がりました。今回は参加者に経験者が多く、参加者同士が教え合う様子が見られたり、ゲームを通すことで知らない人同士でも自然と会話が生まれ、また世代間交流もできる良い時間となりました。



## 誰でもできるニュースポーツ モルック体験会を開催しました

## 相談日のご案内

総合相談事業 ☎ : 0269-62-2840

### ●総合相談 (予約不要)

令和8年(2026年)1月20日(火) 弁護士による法律相談  
9:00～15:00 11:00～15:00

### ●心配ごと相談 (要予約)

毎週水曜日 9:00～12:00

相談は行政、女性、人権、家庭、法律相談など無料でご相談いただけます。  
会場：飯山市福祉センター

結婚相談事業 ☎ : 0269-62-7030

### ♥結婚相談 (要予約)

令和8年(2026年)1月10日(土)、1月18日(日)  
9:00～12:00

会場：市民活動センター (福祉センター内)

## 湯の入荘 1 月送迎 / 行事計画

日	曜	地 区 ・ 団 体 等
6	火	カラオケ同好会
7	水	大久保 8:40
8	木	小佐原 8:40、笹川 8:45、山口 8:50、中条 9:00
9	金	上倉 8:40、奈良沢 9:15、曙町 9:20
10	土	カラオケ OB 会
14	水	野坂田 8:50
15	木	山岸 8:40、上新田 8:45、坂井 8:50
16	金	かすみ草
17	土	ドレミの会
20	火	カラオケ同好会
21	水	柳沢 8:40、高砂会 8:45
22	木	西大滝 8:40
24	土	月例カラオケ大会
27	火	今井 9:00
28	水	戸狩 8:50
29	木	桑名川 8:40
30	金	うた友会
31	土	だいの会

※送迎時間は目安です。

※乗車する場合は事前に人数をご連絡ください。

湯の入荘：☎ 0269-65-3312

## — 今月の歌 —

飯山市社会福祉協議会  
「今月の歌」係宛



・夜になり過去が見えます  
老いの夢  
瑞穂 瑞穂のバーバ





# ふるさと北信濃

2025・冬号 vol.56

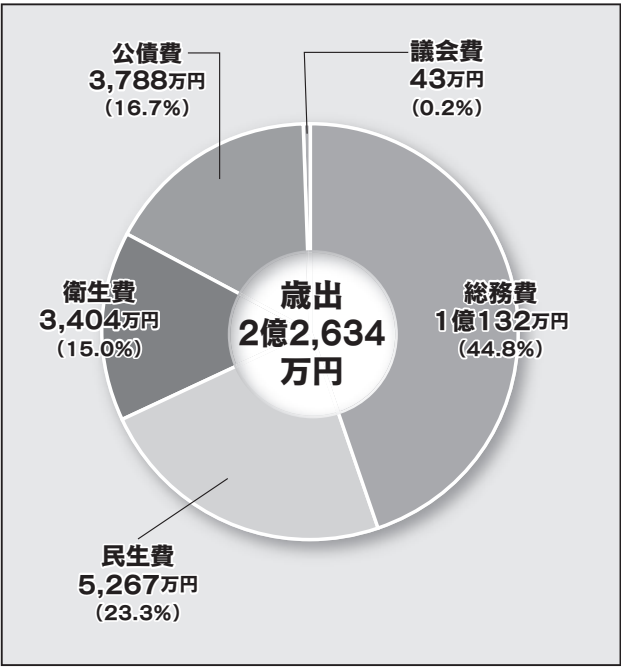
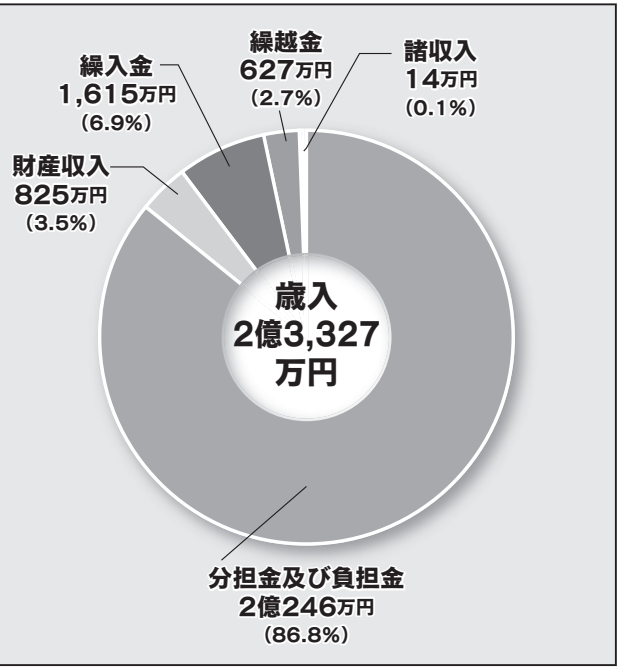
ホームページアドレス <https://www.hokusin.or.jp/>  
信越自然郷ホームページ <https://shinetsu-shizenkyo.com/>

発行／北信広域連合 令和7年12月発行 〒389-2101 長野県中野市大字豊津2508 中野市豊田庁舎内 TEL.0269-38-5050 FAX.0269-38-5051 Eメール：kouiki@hokusin.or.jp

## 北信広域連合 決算報告

令和7年10月の北信広域連合議会定例会において、令和6年度一般会計、特別会計決算が認定されました。  
(※1万円未満四捨五入のため数値が一致しない場合があります。)

### 一般会計



#### 歳入

- ・分担金及び負担金…関係市町村（中野市・飯山市・山ノ内町・木島平村・野沢温泉村・栄村）、北信保健衛生施設組合、岳北広域行政組合及び岳南広域消防組合からの分担金及び負担金。

#### 歳出

- ・議会費…定例会（年2回開催）の経費。関係市町村議会から選任された議員23名で構成。
- ・総務費…広域連合の運営、公平委員会に関する事務等の経費。
- ・民生費…介護認定審査会、障害支援区分認定審査会、入所判定委員会、老人ホーム解体の経費。
- ・衛生費…病院群輪番制病院運営事業（休日・夜間における救急・緊急患者の医療確保のための補助金を交付する。）の経費。
- ・公債費…老人ホーム解体に係る起債償還の経費。

### 特別会計

#### ■養護老人ホーム

	てるさと
歳入	1億6,919万円
歳出	1億6,236万円

#### ■特別養護老人ホーム

	望岳荘	いで湯の里	菜の花苑	ふるさと苑	てるさと
歳入	4億2,407万円	3億6,035万円	3億1,932万円	3億2,356万円	3億9,205万円
歳出	4億1,193万円	3億5,083万円	3億1,896万円	3億809万円	3億8,135万円

### 主な支出

#### ■一般会計

要介護認定支援システム標準化事業	1,849万円
病院群輪番制病院運営事業	3,404万円

#### ■養護老人ホーム会計

	ノートパソコン購入	17万円
てるさと	洗濯機購入	17万円
	オンコール業務委託	161万円

#### ■特別養護老人ホーム会計

望岳荘	食堂エアコン更新工事 泡消火設備修繕工事	990 万円 790 万円
いで湯の里	居室エアコン更新工事 給水加圧ポンプ更新工事	541 万円 429 万円
菜の花苑	床暖房用ポンプ更新工事 汚物除去機購入	143 万円 92 万円
ふるさと苑	高圧機器改修工事 業務用洗濯機購入	341 万円 173 万円
てるさと	送迎車購入 オンコール業務委託	169 万円 238 万円

### 財産 (令和7年5月31日)

建物	21,874.99㎡
基金	18億7,328万円





## ご寄附ありがとうございました

この度、令和7年9月11日に匿名の方よりポータブルトイレ1台とオムツ10袋をご寄付いただきました。  
「施設の介護に活用してほしい」との温かいお志、心より感謝申し上げます。施設にて大切にさせていただきます。

## 施設の様子を紹介します

北信広域連合では、現在5か所の老人ホーム（養護老人ホーム、特別養護老人ホーム）を運営しています。  
利用者の皆様が安心して楽しく生活できるよう、様々な行事を地域の皆様のご協力をいただきながら行っています。

望岳荘



令和7年9月5日に望岳荘敬老祝賀式を開催しました。本年度は、百寿を迎えられた4名、米寿を迎えられた5名の皆様をお祝いしました。

いで湯の里



10月16日に猛暑を避けて秋祭りを開催しました。綿あめやクレープなどを食べながら職員の出し物を見たり、季節外れの盆踊りを踊ったりのひと時でした。

菜の花苑



9月12日に敬老祝賀式を開催しました。百寿1名、白寿1名、米寿6名がお祝いされました。祝舞の美しさに皆様見入っていました。

ふるさと苑



令和7年9月26日に敬老祝賀式を開催しました。百寿を迎えられた1名の方と米寿を迎えられた4名の方に中野市からお祝い状と記念品が贈られました。

てるさと



令和7年8月25日、特養でスイカ割りを行いました。大きなスイカを割ろうと、一生懸命に棒を振り上げました。スイカが割れた時には大きな歓声が聞かれました。

## 北信広域管内 観光情報

### 栄村

※各市町村を順次ご紹介しています。



### ゲレンデに煌めく1万本の灯火 サカエキャンドルナイト2026 3/7(土)開催

1万本のキャンドルが幻想的な夜を演出する「サカエキャンドルナイト2026」が2026年3月7日(土)にさかえ倶楽部スキー場で開催されます。  
ゲレンデに並んだ1万本のキャンドルはまさに『圧巻』。ライブにキッチンカー、締めくくりには雪上打ち上げ花火が夜空を彩り、感動的な一夜になること間違いなし。このイベントでは来場者の皆さんにキャンドルの点火を手伝っていただきます。さかえ倶楽部スキー場で素敵な時間を過ごしてみませんか？



## 北信広域連合人事行政の運営等の状況の公表

### ①職員の任免及び職員数に関する状況

(1)職員の採用及び退職の状況

採用者数	退職者数
6人	9人

(注) 採用者数はR6.4.2～R7.4.1の採用者であり、退職数はR6.4.1～R7.3.31の退職者数です。

(2)部門職員数の状況（各年4月1日現在）

部 門	職員数	
	令和6年	令和7年
事務局	10人	10人
特別養護老人ホーム望岳荘	34人	31人
特別養護老人ホームいで湯の里	28人	27人
特別養護老人ホーム菜の花苑	26人	28人
特別養護老人ホームふるさと苑	24人	25人
老人ホームてるさと	44人	42人
合計	166人	163人

(注) 職員数は一般職に属する職員であり、市町村からの派遣職員及び地方公務員の身分を持つ休職者などを含みます。会計年度任用職員は除きます。

### ②職員の給与の状況

(1)人件費の状況（普通会計及び特別会計の決算を合わせたもの）  
(令和6年度決算)

歳出額 (A)	人件費 (B)	人件費率 (B/A)
2,159,869千円	1,406,142千円	65.1%

(2)職員給与費の状況（普通会計及び特別会計の予算を合わせたもの）(令和7年度予算)

職員数 (A)	給与額(単位:千円)			1人当たり給与費 (B/A)	共済費
	給与	職員手当	計(B)		
163人	593,566	334,306	927,872	5,692千円	181,029千円

(注1) 職員手当には、退職手当を含みません。給与費は当初予算に計上された額です。

(注2) 職員数は令和7年4月1日現在の普通会計及び特別会計に属する人数です。(会計年度任用職員は除く)

(3)職員平均給料月額と平均年齢の状況（令和7年4月1日現在）

平均給料月額	平均年齢	職員数
294,890円	43.3歳	163人

(注) 職員数は令和7年4月1日現在の普通会計及び特別会計に属する人数です。(会計年度任用職員は除く)

(4)初任給（令和7年4月1日現在）

試験区分	初任給
短大卒業程度	204,400円
高校卒業程度	188,800円

### ③職員の勤務時間その他の勤務条件の状況

(1)勤務時間（標準的なもの）

勤務時間	休憩時間
8:30～17:15	12:00～13:00

(注)利用者のサービス向上のため、早出・遅出・夜勤等細かなシフトがあります。

(2)育児休業（令和6年度）

新規取得	6人
前年度から継続	5人

### ④職員の分限及び懲戒処分

(1)分限及び懲戒処分者数（令和6年度）

分限処分者数	1人
懲戒処分者数	0人

### ⑤職員のサービスの状況

(1)職員の営利企業等従事制限に係る許可の状況（令和6年度）

申請件数	0件	承認件数	0件
------	----	------	----

### ⑥職員の研修及び勤務成績の評定の状況

(1)職員研修の状況（令和6年度）

研修名	内 容
リーダー研修	自ら考えて動くための主体性を身につけ、そのうえでリーダーとして必要なコミュニケーションスキルを高める。
メンタルヘルス研修	職員全員を対象。職場のメンタルヘルスについて、こころの健康づくりの研修を行うことにより精神的な不調を解消し、職務の効率の向上を図る。
人事評価制度評価者研修	人事評価制度の定着に向け、評価者が公平・公正・透明・信頼性のある評価を行う能力の向上を図る。
人権教育研修	人権への意識向上を高め、施設利用者への良質なサービスの提供を図る。
交通安全研修	交通法規の遵守、交通安全意識の高揚を図る。
接遇・コミュニケーション研修	利用者や親族等に対する接遇やコミュニケーション手段及び職員のモチベーションを高める。

### ⑦職員の福祉及び利益保護の状況 ※受診者数、認定件数には、会計年度任用職員分も含む。

・定期健康診断受診者数 279人 ・公務災害認定件数 0件 ・通勤災害認定件数 0件（令和6年度）  
・地方公務員法第42条の規定に基づき北信広域連合職員互助会を設置し、福利厚生事業、給付事業を実施。

### ◆令和6年度 北信広域連合公平委員会の業務状況

(中野市・飯山市・山ノ内町・木島平村・野沢温泉村・栄村・北信保健衛生施設組合・岳北広域行政組合・岳南広域消防組合・北信広域連合)  
1 勤務条件に関する措置要求の状況 (1) 件数 0件  
2 不利益処分に関する審査請求状況 (1) 件数 0件



# Data file

## 飯山市の人口と世帯

### ■住民基本台帳人口【11月30日現在】

男	女	総人口	世帯数
8,975 人	9,406 人	18,381 人	7,841 世帯
(+2 人)	(-19 人)	(-17 人)	(-8 世帯)

出生：3 人 死亡：21 人 転入：40 人 転出：41 人  
( ) 内は前月との増減。住民基本台帳による

### ■毎月人口異動調査結果に基づく 推計人口【11月1日現在】

男	女	総人口	世帯数
8,551 人	8,982 人	17,533 人	7,085 世帯

「毎月人口異動調査」とは、5 年毎に行われている国勢調査の数値を基礎として、次の国勢調査までの期間、県および市町村の人口、世帯数を自然動態（出生・死亡）と社会動態（転入・転出）の数により推計するものです。したがって、厚生労働省が行っている人口動態調査や住民基本台帳法による人口等の数値とは異なります。

## 岳北消防本部 出場件数【11月】

	飯山	木島平	野沢温泉	栄	応援協定区域	管轄外	計(件)
火災	2	0	0	0	0	0	2
救助	1	1	0	0	0	0	2
救急	134	26	16	7	3	0	186

今月の標語：今やろう 後に回すな 火の始末



# Reuse

## 利融通情報（不用品の情報）

市民環境課 生活環境係 Tel 0269-67-0726（課代表）

不用品の方から入用の方への物品の情報提供をしています。ご連絡いただくと、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。詳しくは、ホームページをご覧ください。



二次元コードでホームページをチェック！

## 飯山市の気象【11月】

平均気温	6.8℃	(-0.4℃)
最高平均気温	13.0℃	(±0℃)
最低平均気温	2.7℃	(+0.1℃)
日照時間月計	140.1 時間	(134%)
降水量月計	153.5 mm	(159%)

※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。



## 市内 空間放射線量 測定値【11月】

施設名(地区)	測定日	天候	測定区分	測定値
飯山市役所(飯山)	11/26	曇	1m	0.06 μSv/h
旧岡山小学校(岡山)	11/26	雨	1m	0.05 μSv/h

各学校等の測定地点の数値は飯山市役所ホームページで確認できます。測定値は参考値です。

※基準値（環境省）年間 1 mSv 未満＝ 毎時 0.23 μSv 未満

## エコパーク寒川 ごみ処理量【11月】

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
当月	338 トン	25 トン	363 トン	10 トン
前年同月比	90%	86%	90%	91%

【ひとこと】「冬到来 灯油の出番 ご注意ください」  
給油の際は、その場を離れないようにしてください



## 飯山市内 交通事故件数【1月から累計】

	事故発生件数	死者	傷者
11月30日	18	0	21
前年同期	21	0	32

交通安全の標語：信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道



### ◆譲ります（一部有料）

座布団（多数）、寝具（多数）、スキー板②、ポータブルトイレ②、スキーセット②、古紙ストッカー②、囲碁セット①、長持ち①、ファンスキー①、ガスコンロ①、マッサージチェア①、こたつ天板①、手すり（多数）、石油ストーブ① 他 31 点

### ◆譲ってください

ファンヒーター、タイヤチェーン、陶器製湯たんぽ、羽釜、ミシン、石油ストーブ、スノーダンプ 他 19 点



## 観光交流都市情報

このコーナーでは、飯山市の観光交流都市に関する最新の観光情報をご紹介します。

## 富山県 魚津市



## みらパーク新春まんぷく祭り

新年のはじまりは、みらパークで味わう「おいしい時間」。キッチンカーや屋内出店が並ぶ、笑顔あふれる 3 日間。すぐ隣の魚津水族館では、冬限定の展示も開催中。まんぷく祭りとあわせて楽しもう！

### ■期間

令和 8 年(2026 年) 1 月 2 日(金)から 1 月 4 日(日)  
午前 10 時から午後 4 時まで

### ■会場

魚津総合公園（みらパーク） 富山県魚津市三ヶ 1390

### ■問い合わせ先

NAPs Tel：080-7290-6247/mail：contact@uozupark.com



### 入場無料

会場駐車場（無料）  
普通車 1,500 台



みらパーク公式  
Instagram

## お知らせ

## Information

（日本政策金融公庫）

## 「国の教育ローン」のご案内

教育ローンコールセンター  
Tel 0570-008656（ナビダイヤル）または Tel 03-5321-8656

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。詳しくは、ホームページをご覧ください。



二次元コードから  
ホームページを  
チェック！

### ■融資額

お子さま 1 人あたり 350 万円以内

### ■金利

年 3.15% 固定金利

※「母子家庭」「父子家庭」「交通遺児家庭」「世帯年収 200 万円(所得 132 万円) 以内の方」または「子ども 3 人以上の世帯かつ世帯年収 500 万円（所得 356 万円）以内の方」は年 2.75%

### ■返済期間

20 年以内

### ■使い道

入学金、授業料、教科書代、塾代、自宅外通学に必要な住居費用など

### ■返済方法

毎月元利均等返済（ボーナス時増額返済も可能）

### ■保証

（公財）教育資金融資保証基金（連帯保証人による保証も可能）

## 「緊急情報」を飯山市公式 SNS で配信しています

事業戦略課 情報政策係  
Tel 0269-67-0724( 課代表)

飯山市公式 SNS（LINE、Facebook）で、飯山市メール配信サービスの緊急情報を配信しています。緊急情報以外の鳥獣情報や飯山線情報などは配信されません。ご自身の環境に合わせて、ご登録ください。

### ■配信内容

避難、河川水位、火災情報、地震速報など（メール配信サービス「緊急情報」）

### ■登録方法

- フェイスブック（Facebook）  
飯山市公式ページで「フォロー」
- ライン（LINE）  
飯山市公式ページを「お友達に追加」





# 1月情報カレンダー

税金など【納期2月2日（月）・口座振替日1月26日（月）】

市・県民税（4期）国民健康保険税（7期）介護保険料（10期）  
後期高齢者医療保険料（7期）上水区域上下水道使用料（11・12月分）  
CATV・インターネット使用料（1月分）

1	木	
2	金	
3	土	・第2回ジュニアスキー教室（アルペン）（戸狩温泉スキー場） ・ジュニアスキー教室（ジャンプ）（長峰多目的グラウンド）
4	日	・飯山市小学生クロスカントリー記録会（長峰クロスカントリースキーコース）
5	月	・年末年始のもえるごみ収集日（飯山地区）【12㊟参照】 ・市役所仕事始め ・第3回ジュニアスキー教室（アルペン）（戸狩温泉スキー場）
6	火	・年末年始のもえるごみ収集日（飯山地区以外）【12㊟参照】
7	水	㊟4カ月健診 ㊟ママサポ
8	木	㊟受付時間 17：30～19：15
9	金	㊟離乳食教室
10	土	
11	日	㊟受付時間 8：45～11：45
12	月	・ジュニアスキー教室（クロスカントリー）（長峰クロスカントリースキーコース）
13	火	
14	水	・第5回冬季交流大会（予選）（屋内運動場）（ゲートボール） ㊟10カ月健診 ㊟ママサポ
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	㊟2歳児健診
20	火	・総合相談【38㊟参照】
21	水	・第9回北信濃新聞社杯親善大会（屋内運動場）（ゲートボール） ㊟1歳6カ月児健診 ㊟ママサポ
22	木	㊟受付時間 17：30～19：15
23	金	・出張年金相談【38㊟参照】・廃食用油・古着の回収9：00～11：00（市役所西側車庫）
24	土	・SAJB 級公認第1回戸狩温泉スキー場モーグル競技会（戸狩温泉スキー場）【25日まで】
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	・第6回冬季交流大会（予選）（屋内運動場）（ゲートボール） ㊟3歳児健診 ㊟ママサポ
29	木	・飯水小学校スキー大会（長峰クロスカントリースキーコース）
30	金	㊟ママ会 2カ月児ママの会
31	土	

㊟乳幼児健診



㊟ママサポートプログラム

㊟ママ会 2カ月児ママの会

㊟マイナンバーカード窓口（日曜・夜間開設日）  
㊟要事前予約【市民環境課 市民係 Tel 0269-67-0726】

# 乳幼児健診・予防接種 などのご案内

【健康いいやま17㊟の答え】① 白湯 体温より高い白湯を飲むことで、胃腸などの内臓が温められます。（コーヒー、ホットミルク、カフェオレは飲むとほっと温かくなるような気分になりますが、身体を冷やすこともあります。）

種 類	区 分	日 付	時 間	内 容・対 象 等	場 所	
<div>乳幼児健診</div> <div></div>	4カ月児	1月7日(水)	受付：午後1時～ ※対象者には個別でご案内を お送りします	・身長・体重測定 ・医師による診察 (月齢による) ・保健師との相談 など	飯山市保健センター TEL 0269-6710727	
	10カ月児	1月14日(水)				
	1歳6カ月児	1月21日(水)				
	2歳児	1月19日(月)				
	3歳児	1月28日(水)				
予防接種		個別の医療機関等へご予約いただき、接種をお願いします。接種ができる医療機関など、詳しくは飯山市ホームページ、母子手帳アプリ「母子モ」をご確認ください。				
<div>ママサポート プログラム</div> <div></div>	mamaとbabyの しあわせトーク	1月7日(水)	午前10時～午前11時30分 ※受付：午前9時30分～	出産後から生後1歳6カ月 まで(1歳6カ月の月末まで 参加可)のお子さんのお母さん が対象となります。母乳相談 は予約が必要です。その他 は予約は必要ありません。  ※ママサポートプログラムの 内容は状況により変更にな る場合があります		
	リラックス ストレッチ	1月14日(水)	午前10時～午前11時30分 ※受付：午前9時30分～			
	【学習】 産後の身体を 整えよう	1月21日(水)	午前10時～午前11時30分 ※受付：午前9時30分～			
	健康相談・ 母乳相談	1月28日(水)	午前9時30分～午前11時			
離乳食教室		1月9日(金)	午後2時～	令和7年(2025年)8月生まれの お子さんの保護者の方が対象です		
2カ月児ママの会		1月30日(金)	午後2時～午後3時30分	令和7年(2025年)11月生まれの お子さんのお母さんが対象です。		

☆予防接種スケジュール自動作成機能など子育てに役立つ機能満載の「母子モ」をご活用ください。

←アプリのダウンロード  
はこちらから



# 各種窓口などのご案内

種 類	日付等	時 間	場 所	問い合わせ先	内 容
人権相談	月曜日から 金曜日まで （ただし祝日を除く）	午前8時30分～ 午後5時15分	法務局飯山支局	法務局飯山支局 Tel 0269-62-2302	人権に関する相談
人権福祉総合相談		午前8時30分～ 午後4時30分	いいやま人権福祉センター	いいやま人権福祉センター Tel 0269-81-3101	人権に関する相談
飯山市 総合相談窓口		午前8時30分～ 午後5時15分	市役所1階 保健福祉課	市役所保健福祉課 Tel 0269-67-0727	どこに相談していいかわからない等の 困り事の各種相談の窓口
家庭児童相談 教育相談			市役所1階 こども女性家庭 センター	こども女性家庭センター Tel 0269-67-0742	家庭や児童・教育に関する相談
女性相談			市役所1階 相談室	市役所相談室 Tel 0269-67-0742	女性の悩みや困りごとの相談
いじめ電話相談					いじめに関する相談
心配ごと相談	毎週水曜日 （要予約）	午前9時～正午			相談員による心配ごと相談
総合相談	1月20日（火）	午前9時～ 午後3時	飯山市福祉 センター（本町）	飯山市社会福祉協議会 Tel 0269-62-2840	女性・人権・家庭・行政・法律 などに関して無料で相談。 午前11時から午後3時は弁 護士による法律相談あり。
出張年金相談	1月22日（木）	午前10時～ 午後3時	飯山商工会議所	長野北年金事務所 お客様相談室 Tel 026-244-4097	年金に関する相談・各種手続 き・申請の受付（要予約）



