



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

0269-62-3342 (飯山市公民館)
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（一部抜粋）】

「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

～五穀豊穰・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 飯山市公民館 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 飯山市公民館 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、または飯山市公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。飯山市内の小中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。

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。



小菅神社奥社本殿(国重要文化財)

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

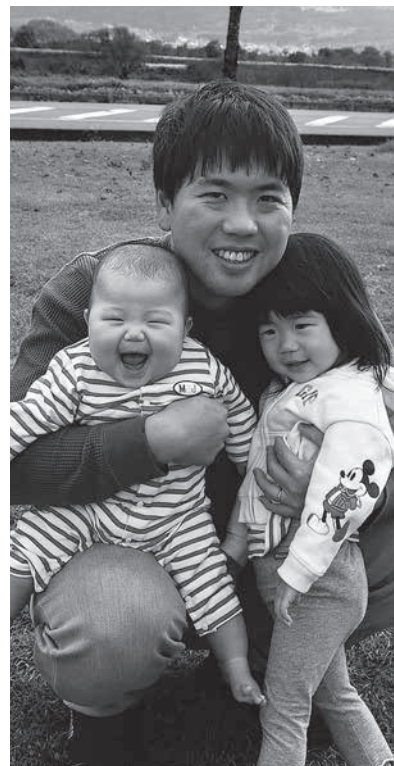
問 申込先 市民学習支援課文化財係 Tel 0269-67-2030 月曜休館

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
自分の人生を振り返ると、クロスカントリースキーが多く関わってきます。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、Instagram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



ていねいにコツを教わりました

外様公民館
Tel 62・1029

◇しめ縄を作るう

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
くろしまあきう／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
12月29日(月) ~

2026年
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
(※採り物に図書印あり)
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・ロイヤルファミリイ 早見 和真
命の横どり 久坂 幸太郎
魔法法律学校の麗人執事2 新川 帆立
こだま標本箱 谷 瑞恵
フルハウス 堂 瞬一
エビクロスの処方箋 夏 川 草介
水は動かず芹の中 中 島 京子
私労働小説 プレイティみかこ
ナモナキ生活はつづく 寺 地 はるな
飼う犬に腹を噛まれる 彬 子 女王

よみもの
さよならジャバウオック つないだ手 沢田美喜物語
ババヤガの夜 王 谷 晶
火星の女王 小 川 哲
命の横どり 久坂 幸太郎
魔法法律学校の麗人執事2 新川 帆立
こだま標本箱 谷 瑞恵
フルハウス 堂 瞬一
エビクロスの処方箋 夏 川 草介
水は動かず芹の中 中 島 京子
私労働小説 プレイティみかこ
ナモナキ生活はつづく 寺 地 はるな
飼う犬に腹を噛まれる 彬 子 女王

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
過疎ビジネス
北方領土を知るための63章
オーバードーズする子どもたち
イラストでわかる高齢者のくらし図鑑
甦れ！神の鳥ライチヨウ
ドキュメントクマから逃げのびた人々
はじめての和紅茶ガイド
ネーミング全史2
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

石川 小百合
横 山 勲
名 越 健 郎
松 本 俊 彦
k e i
中 村 浩 志
三 才 ブ ッ ク ス
青 嶋 ひ ろ の
岩 永 嘉 弘
ケイ・エム・ピー
伊 坂 幸 太 郎
植 松 三 十 里
王 谷 晶
小 川 哲
久 坂 幸 太 郎
新 川 帆 立
谷 瑞 恵
堂 瞬 一
夏 川 草 介
中 島 京 子
ブレイティみかこ
寺 地 はるな
彬 子 女王

紙芝居を演じる
▼おはなし会では長野先生の絵本を楽しみました ▼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き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さま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

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。



えほんコミュニケーター
小林 よ志子さん

図書館 ニュース

◇ 1月図書館カレンダー ◇

1 木	年末年始休館
2 金	
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)