クローズアップ

出水期に備えましょう

危機管理防災課 防災消防係 TEL 0269-67-0721

防災気象情報が新しくなります

令和8年（2026年）5月29日より、気象庁が発表する大雨・河川氾濫・土砂災害などに関する「防災気象情報」の名称と体系が新しくなります。

今回の変更では、住民の皆さまがスムーズに避難行動をとれるよう、警報・注意報の名称に「警戒レベル（数字）」が組み込まれます。これにより、気象情報が発表された際、どの程度の危険が迫っているのか、どのような避難行動をとるべきかが、これまで以上に分かりやすくなります。

「どの情報を参考にすればいいの？」と迷わないよう、最新の情報を確認する習慣を身につけましょう。

新しい防災気象情報の情報体系とその名称

警戒レベル	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮
5相当	レベル５ 氾濫特別警報	レベル５ 大雨特別警報	レベル５ 土砂災害特別警報	レベル５ 高潮特別警報
警戒レベル４までに危険な場所から必ず避難				
4相当	レベル４ 氾濫危険警報	レベル４ 大雨危険警報	レベル４ 土砂災害危険警報	レベル４ 高潮危険警報
3相当	レベル３ 氾濫警報	レベル３ 大雨警報	レベル３ 土砂災害警報	レベル３ 高潮警報
2相当	レベル２ 氾濫注意報	レベル２ 大雨注意報	レベル２ 土砂災害注意報	レベル２ 高潮注意報
1相当	早期注意情報			

防災気象情報に応じた避難行動

警戒レベル	時間推移	住民がとるべき行動
5相当	災害発生	・すでに安全な避難ができず、命が危険な状況 ・今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等する
4相当	２時間～０時間前	・危険な場所から全員避難する ※台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了する
3相当	数時間～３時間前	・避難に時間がかかる高齢者等は危険な場所から避難する ・高齢者等以外の人も必要に応じて避難の準備や自主避難する
2相当	半日～数時間前	・ハザードマップ等で災害リスクを再確認する ・自治体から発表される避難情報の把握手段を再確認する
1相当	数日～１日前	・災害への心構えを一段高める

新たな防災気象情報のポイント

①警報・注意報の情報名に「レベル」が付記されます

発表される警報・注意報の名称に「レベル」が追加され、避難行動などを判断する際により直感的に分かりやすくなります。

【例】
旧：大雨警報
新：レベル３大雨警報

「レベル３大雨警報」とは、大雨による危険が高まり始めている状況で、避難情報における「警戒レベル３ 高齢者等避難」にあたります。高齢者や避難に時間がかかる方は、避難行動を始める必要がある段階です。

②「警戒レベル４相当」の情報は「危険警報」として発表されます

危険な場所から避難が必要となる、警戒レベル４相当の状況を示す情報が、「危険警報」として発表されます。

【例】
旧：土砂災害警戒情報
新：レベル４ 土砂災害危険警報

③河川氾濫の危険度の伝え方が変わります

河川の氾濫に関する危険度の伝え方が変更となり、今までの「洪水警報」「洪水注意報」は廃止されます。今後は、河川の区分に応じ伝え方が変わります。

【例】
旧：洪水警報
新：レベル３氾濫警報（千曲川などの洪水予報河川）
新：レベル３大雨警報（皿川などの洪水予報河川以外の河川）

レベル３警報やレベル４危険警報が発表された場合、市から発表される避難指示等の避難情報に十分注意していただくとともに、大雨により危険度が高まっている地域が確認できる「キキクル」や「川の防災情報」などをご確認いただき、危険な場所にいる方は早めの避難を心がけてください。

災害の危険があるときは、早めに防災情報をチェックして下さい！

「川の防災情報」

「キキクル」

あなたがお住まいの地域の浸水深は？

ハザードマップで浸水深を確認しましょう。ハザードマップは、飯山市ホームページで確認できるほか、国土交通省「ハザードマップポータルサイト」でご確認ください。また、危機管理防災課の窓口でもご確認いただけます。

ハザードマップ ポータルサイト

雨量予測などはどこで確認すれば？

長野県河川砂防情報ステーションのホームページで、県全域の雨量予測などを確認できます。

河川砂防情報ステーション ホームページ

スマホサイト　WEB サイト

マイ・タイムラインをつくりましょう

マイ・タイムラインは、河川の氾濫が起きそうなときに、余裕をもって避難行動をとれるよう事前に決めておく一人ひとりの生活にあったオリジナルの避難行動計画です。今回、市が配布しているマイ・タイムラインの様式を一部修正し、避難方法や避難のタイミング、避難場所を記入できる形にしました。新しいマイ・タイムラインの用紙については、5月の市報と一緒に全戸に配布していますので、家族構成や生活環境にあった自分自身のタイムラインを作成していただき、出水期に備えましょう。

二次元コードでホームページをチェック！

Pick up!

令和８年度（2026年度）採用

会計年度任用職員（保育士・給食調理員）を募集します

子ども育成課 子育て支援係　℡ 0269-67-0741

飯山市教育委員会では令和８年度採用の会計年度任用職員（保育士・給食調理員）を随時募集しています。

■職種等

職種	区分	採用予定者数
保育士（保育園）	フルタイム	１名
	パートタイム	２名
給食調理員（保育園）	パートタイム	１名

■勤務条件等
飯山市ホームページまたは子ども育成課で配布する試験実施要項をご確認ください。

■試験内容
口述試験（面接）

■試験日
別途通知

■任用期間
随時（要相談）～令和９年（2027年）３月31日まで（勤務成績により更新あり）

■提出書類
所定の受験申込書
（飯山市ホームページからダウンロードまたは子ども育成課で配布）

二次元コードでホームページをチェック！

Pick up!

後期高齢者医療制度の加入者の皆さまへ

新しい資格確認書の送付のお知らせ

市民環境課 国保年金係　℡ 0269-67-0726

お手元の資格確認書の有効期限は令和８年（2026年）７月31日です。令和８年度の定期更新では、令和８年（2026年）８月１日時点で85歳以上の方全員と84歳以下でマイナ保険証を普段からご利用されていない方（マイナ保険証をお持ちでない方も含みます）に資格確認書をお送りします。７月中にお届けしますので、お手元に届きましたらご確認をお願いします。

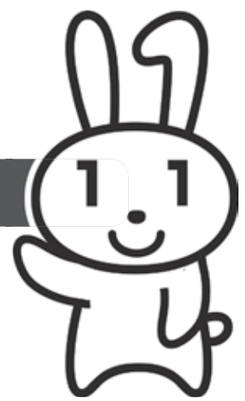
資格確認書をお送りする方

令和８年（2026年）８月１日時点で85歳以上の方全員と、84歳以下でマイナ保険証を普段ご利用されていない方。
あたらしい資格確認書は７月中にお送りします。引き続き資格確認書で医療機関等を受診することができます。

資格確認書をお送りしない方

84歳以下で、マイナ保険証を普段からご利用されている方（※）は、引き続きマイナ保険証での受診をお願いします。
マイナ保険証での受診が難しくなったときは、資格確認書を交付します。７月中にお送りする郵送物に交付申請書を同封しますので、必要な方は交付手続きをお願いします。

※マイナ保険証を普段からご利用されている方とは、次の条件をともに満たす方です。
①過去１年間で６回以上マイナ保険証を利用されている方
②概ね直近３か月以内にマイナ保険証を利用されている方



Pick up!

令和９年（2027年）４月採用

飯山市職員を募集します

二次元コードでホームページをチェック！

総務課 庶務係　℡ 0269-67-0720（課代表）

試験名称（採用予定人数）	受験資格	受付期間	1次試験日（会場）
上級行政（若干名）	平成９年（1997年）４月２日から平成17年（2005年）４月１日までに生まれた方で、大学を卒業された方または大学卒業見込みの方	４月22日(水)～５月29日(金)（郵送の場合、５月25日(月)消印有効）	６月14日(日)（市役所）
上級土木（若干名）	・平成９年（1997年）４月２日から平成17年（2005年）４月１日までに生まれた方で、大学を卒業された方または大学卒業見込みの方 ・平成17年（2005年）４月２日以降生まれの方で、高等専門学校・短期大学を卒業された方および令和９年（2027年）３月までに高等専門学校・短期大学を卒業する見込みの方 ※上記の受験資格のいずれかを満たす方		
社会人経験者【行政】（若干名）	・昭和61年（1986年）４月２日から平成12年（2000年）４月１日までに生まれた方で、高校以上を卒業された方 ・令和８年（2026年）４月１日現在で、国、地方公共団体、民間企業等の職務経験が３年以上ある方 ※上記の受験資格の両方を満たす方		
社会人経験者【土木】（若干名）	・昭和61年（1986年）４月２日から平成12年（2000年）４月１日までに生まれた方で、高校以上を卒業された方 ・令和８年（2026年）４月１日現在で、国、地方公共団体、民間企業等において、土木関係の設計・積算・施工監理等に関する職務経験が３年以上ある方 ※上記の受験資格の両方を満たす方		
上級保健師（若干名）	・昭和56年（1981年）４月２日から平成17年（2005年）４月１日までに生まれた方で、保健師の資格を有する方（今年度中に取得見込みの方を含む）	７月１日(水)～７月31日(金)	９月27日(日)（市役所）
中級保育士（若干名）	・平成９年（1997年）４月２日から平成19年（2007年）４月１日までに生まれた方で、保育士資格を有し、都道府県等に登録済みの方（今年度中に取得見込みで登録予定の方を含む）		
初級土木（若干名）	・平成11年（1999年）４月２日から平成21年（2009年）４月１日までに生まれた方で、高校または専門学校の土木の専門課程を卒業された方、または卒業見込みの方、これと同等と認められる方。 ただし、大学、高等専門学校、短期大学を卒業された方、および卒業見込みの方を除きます。		

■住所要件
採用後は、飯山市内に居住（住民登録）すること。ただし、上級土木、社会人経験者（土木）、上級保健師、初級土木は住所要件はありません。

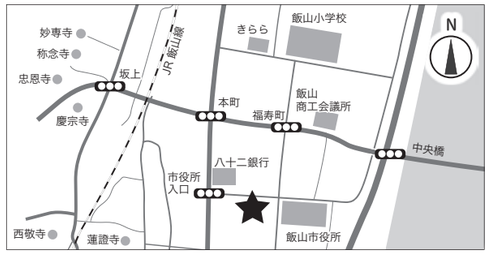
Pick up!

福寿町若者住宅・桑名川若者住宅

市営住宅の入居者を募集します

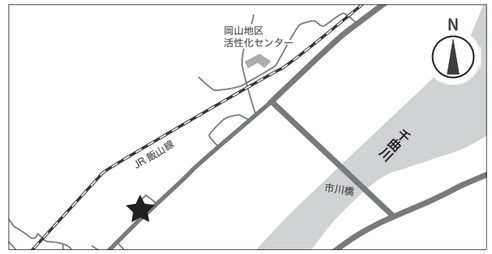
移住定住推進課 住宅係　TEL 0269-67-0740

福寿町若者住宅



■募集戸数	1戸
■構造等	木造平屋
■間取り	2LDK（物置付）
■家賃	50,000円/月
■駐車場	有り（無料・1台）
■入居保証金	家賃2カ月相当額
■入居期間	5年間（条件あり要確認）

桑名川若者住宅



■募集戸数	2戸（2階）
■構造等	木造2階建
■間取り	2DK
■家賃	20,000円/月
■駐車場	有り（無料・ビルトイン）
■入居保証金	家賃2カ月相当額
■入居期間	3年間（条件あり要確認）

以下共通事項

■入居資格　次の全てに該当する方
・夫婦およびその親族（もしくは婚姻予定で3カ月以内に同居する方）
※桑名川若者住宅については40歳以下の単身者も応募可
・40歳以下の方で構成する世帯の方
・世帯総収入額が800万円以下の方
・将来に渡り飯山市に住む方
・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

※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　7月1日（水）【入居指定日：7月13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ください《郵送不可》）
■申込期間　5月20日（水）から6月10日（水）まで（土、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≫6月18日（木）午前10時から　【飯山市役所4階　第1委員会室】

消防団幹部の新体制がスタート

消防団幹部辞令交付式を開催

4月1日、飯山市消防団幹部辞令交付式を飯山市役所で開催しました。

式典では、令和2年度（2020年度）から6年間にわたり団長を務めた出澤重樹さん（瑞穂地区）へ退任辞令と顧問法被が贈呈されました。続いて、令和8年度（2026年度）より新たに団長に就任した清水伸和さん（常盤地区）に、江沢市長から任命辞令と団長法被が手渡されました。また、新副団長として就任した、古田徳行さん（秋津地区）には、清水団長から任命辞令と副団長法被が手渡されました。

退任する出澤さんは「消防団の処遇改善や団員数の見直しなど、団員、事務局協力のもと前にすすめることができた。大変なこともあったが、団長を務めてよかった」と語りました。新団長に就任した清水さんは「皆さんの協力のもと、団の先頭に立ち、地域住民の安心安全のために全力を尽くしていきたい」と力強く決意を述べました。

退任辞令を受け取る出澤重樹さん

左から古田副団長、清水団長、中村副団長

飯山市のDX推進に貢献

株式会社フォーバルへ感謝状を贈呈

4月13日、株式会社フォーバル代表取締役社長中島将典さんへの感謝状贈呈式を飯山市役所で行いました。

飯山市では、令和5年度（2023年度）から令和7年度（2025年度）まで、国の地方創成人材支援制度を活用し、デジタル専門人材および地域活性化起業人として同社から西岡和敏さんを派遣いただきました。西岡さんは、飯山市DX推進マネージャーとして、市民・来訪者の利便性の向上や、市役所業務のスマート化に向けてご尽力いただき、飯山市のデジタル・トランスフォーメーションの推進に貢献いただきました。

贈呈式では、西岡さんが代理で出席され、伊東副市長が感謝状を贈呈しました。

感謝状を受け取る代理出席の西岡和敏さん

飯山市議会4月臨時会

国スポ準備や渇水対策など全13議案が可決・承認

4月22日、飯山市議会4月臨時会が招集され事件案13件の議案が提案されました。

主な提案内容として、2028年に行われる第82回国民スポーツ大会のスキー競技会場（クロスカントリースキー競技およびジャンプ競技）の会場整備用に購入する圧雪車2台の取得財産について議決を求めるものや、専決処分した令和7年度一般会計補正予算と、緊急渇水対策事業にかかわる事項を含む令和8年度一般会計補正予算などの承認を求める議案が提出されました。

4月27日に行われた採決では、いずれも全員一致で可決・承認されました。（関連32ページ）

飯山市議会4月臨時会

固定資産評価審査委員会辞令交付式を開催

新委員に今清水豊治さんが就任

4月22日、飯山市固定資産評価審査委員会辞令交付式を飯山市役所で行いました。

固定資産評価審査委員会とは、土地・家屋・償却資産の固定資産評価額に不服がある納税者からの申し出を受け、市町村長から独立した立場で中立的・専門的に審査決定を行う第三者機関です。

式典では新委員に今清水豊治さん（常盤・大塚）が就任され、同日行われた委員会で萩原正明さんが委員長に就任し、新たな体制となりました。

固定資産評価審査委員
（敬称略）
■委員長
萩原 正明（木島・下木島）
■同職務代理者
大塚 多恵（飯山・上倉）
■委員
今清水 豊治（常盤・大塚）

左から大塚委員、萩原委員長、今清水委員

令和8年度 飯山市区長総会を開催

開会にあたり、あいさつする荻原会長

4月24日、飯山市文化交流館なちゅらで、飯山市の区長が一堂に会する「令和8年度飯山市区長総会」を開催しました。

開会にあたり、あいさつをした区長会協議会 荻原賢二会長は、人口減少に伴う共同作業の負担増や、急増するクマの出没などの地域課題に触れた上で「住民の皆さまのご意見ご要望を踏まえながら、地域課題への対応を進めますが、解決のため国、県、市といった行政機関の皆さまにご支援ご協力をお願いしたい」と呼びかけました。

総会では、市内6地区（飯山、木島、柳原、外様、常盤、太田）から地域課題に関する提案が行われたほか、「水害に強い地域作りに関する決議」、「飯山線存続に関する決議」の二つの項目について決議され、荻原会長から江沢市長に決議書が渡されました。

いいやま菜の花まつりを開催

菜の花議員連盟の石破茂会長が訪問

5月3日から5日にかけて「第43回いいやま菜の花まつり」を飯山市菜の花公園で開催しました。

初日の3日には開催セレモニーを行い、城北小学校の児童による鼓笛隊のパレードと演奏が披露されました。式典では、いいやま菜の花まつり実行委員会の高澤勇一実行委員長が「今年は雪が少なく開花が早まり、菜の花が終わりに近づいている。菜の花だけでなく、景色全体を楽しんでいただきたい」とあいさつがありました。

城北小学校の児童による鼓笛隊

菜の花まつりの開催を激励する石破茂会長

4日の、朧月夜音楽祭では、市民交流姉妹都市である大阪市から大阪市民混声合唱団が出演。併せて大阪市の加藤憲治市民局長も会場を訪れました。また、菜の花議員連盟の石破茂会長も来場し、菜の花まつりの開催を激励しました。

最終日の5日には、スタジオジブリ作品の主題歌・挿入歌を歌う「井上あずみ&ゆーゆ」菜の花コンサートを開催し、会場は家族連れをはじめとする大勢の来場者で賑わいました。

グロリアの『飯山市の魅力』チョウたんさく写真展

企画財政課 企画調整係 TEL 0269-67-0722

飯山市国際交流員のチョウ・グロリアは令和8年（2026年）7月31日で任期を終える予定です。

市民の皆さんに外国人の視点から見た「飯山市の魅力」を紹介したいと思い、4年以上にわたる在任期間中に撮影した写真を展示します。皆さんぜひお越しください！

■**日時**　5月30日(土)から6月30日(火)まで
■**会場**　飯山市公民館　1階廊下

長野県障がい者スポーツ大会に参加しませんか

保健福祉課 障がい福祉係 TEL 0269-67-0727

第26回長野県障がい者スポーツ大会が9月に開催されます！

詳しくは、お問い合わせいただくか、県公式ホームページをご覧ください。

■**時期・会場**　9月・県内会場
■**実施競技**　陸上、水泳、卓球、サウンドテーブルテニス、ボッチャ、アーチェリー、フライングディスク、ボウリング、バスケットボール、バレーボール
■**対象者**　県内在住で障がいのある12歳以上【令和8年（2026年）4月1日現在】の方
■**申込期間**　6月11日（木）まで

二次元コードでホームページをチェック！

こどもまんなか応援券を配布します

総務課 庶務係 TEL 0269-67-0720

物価高騰により生活に影響を受けている子育て世帯の負担軽減のため、中学生以下のこどもがいる世帯に商品券を配布します。

■**対象者**
令和8年（2026年）4月1日において、住民基本台帳に記録されている者のうち、4月2日時点で15歳以下の者。

■**商品券の配布額**

配布額	内容	金額
5,000円	中小登録店で利用できる商品券	4,000円
	取扱事業者全てで利用できる商品券	1,000円

■**有効期間**
6月1日（月）から10月31日（土）まで

■**配布方法**
5月中に対象者のいる世帯主に対し郵送

■**取扱店舗**
市内の取扱店ポスターを掲示した商店・事業者で使用できます。詳しくは応援券配布時に同封される一覧表をご覧ください。なお、取扱店舗は増減する場合があります。

■**その他**
・紛失および滅失、盗難された場合、商品券の再発行はできません。
・おつりは出ません。
・たばこ、商品券など換金性の高いもの等には利用できません。

第34回北信地区障がい者スポーツ大会が開催されます

保健福祉課　障がい福祉係 TEL 0269-67-0727

今年も北信地区障がい者スポーツ大会が開催されます。参加ご希望の方は、障がい福祉係までお問い合わせください。

■**期日**
6月20日（土）　午前中
■**会場**
飯山市民体育館
■**競技内容**
フライングディスク、卓球バレー、スクエアボッチャ、パン食い競争
■**申し込み期限**
5月29日（金）

児童手当「現況届」のご案内

子ども育成課 こども家庭係 TEL 0269-62-3111（内線179）

現況届は、児童手当を引き続き受給する要件を満たしているかどうかを確認するためのものです。令和4年度（2022年度）から、一部の方を除き、現況届の提出は不要となりました。引き続き提出が必要な方には、個別に通知書をお送りします。

■提出が必要な方の例

・18歳年度末以降の多子加算の対象児童が就職等している方
・児童の住民票が飯山市に無い方
・父母ではない方が養育者として受給している方
・施設、里親として受給している方
・配偶者からの暴力等により、住民票の住所地が現住所と異なる方

■提出方法

郵送または窓口で受付
（窓口での提出先：市役所1階 6-1番窓口）

■締め切り

6月30日㈫必着
※提出がない場合、6月以降の手当が受けられなくなりますので、ご注意ください。

飯山市内企業展示説明会を開催します

商工観光課 商工係 TEL 0269-67-0731

市内出身者の市内企業への就職を促進するため、飯山市にある企業の展示説明会を開催します。対象は高校3年生およびその保護者ですが、市内企業への就職をご検討されている方の参加も可能です。途中の入退場は自由ですのでお気軽にお越しください。詳しくは、飯山市ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

■日時

5月27日㈬午後1時30分から午後4時まで

■場所

飯山市文化交流館なちゅら多目的ルーム1

■共催

飯山市、ハローワーク飯山

■協力

飯山商工会議所

二次元コードでホームページをチェック！

「飯山市介護保険運営協議会」委員の公募について

保健福祉課 高齢者介護保健係 TEL 0269-67-0727

飯山市の老人福祉計画・介護保険事業計画ついて協議する機関として、介護保険運営協議会を設置しています。このたび委員の欠員が生じたため、市民の皆さまから協議会委員を公募します。

■任期

委嘱の日から令和10年（2028年）3月31日まで

■募集人員

1人

■応募資格

市内在住の40歳以上の方で介護保険や高齢者の保健福祉に関心のある方、介護保険料および国民健康保険税等に未納がない方

■募集期限

6月22日㈪

■その他

○応募者多数の場合、選考により決定
○公募委員は、地域密着型サービス運営委員会・地域包括支援センター運営協議会の委員も兼ねる

■応募方法

応募届の提出（応募届は、保健福祉課窓口で配布しているほか、飯山市ホームページからダウンロードできます）

二次元コードでホームページをチェック！

口腔内疾患検診のお知らせ

保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727

歯周病は万病のもとになると言われ、脳梗塞や認知症のリスクを高めます。市では節目年齢の方を対象に、無料で口腔内疾患検診を実施します。

■検診期間

11月30日㈰まで

■対象者

20・30・40・45・50・55・60・65・70歳（対象の方には受診券を送付済み）

■対象機関

内山歯科クリニック・岸歯科医院・栗山歯科診療所・平井歯科医院・ふじまき歯科・横田歯科医院

■持ち物

受診券・マイナ保険証または資格確認書

二次元コードでホームページをチェック！

固定資産税「課税明細書」様式変更について

税務課 資産税係 TEL 0269-67-0723

当市では昨年10月27日から国が定める「地方公共団体情報システムの標準化」に基づくシステムを導入しており、4月に発送しました固定資産税納税通知書や固定資産税・都市計画税（土地・家屋）課税明細書につきましては、全国一律の標準仕様による様式に変更となっています。

全国一律の様式となったことで、用紙サイズやレイアウトが変わり、従来と比較して文字サイズも小さくなっています。

内容が読み取りにくい場合は、次の窓口で課税明細書を拡大コピーしてお渡しいたします。ご希望の方は、お手元に届きました課税明細書をご持参のうえ、お気軽にお申し付けください。

■対応窓口

・税務課窓口
・各地区活性化センター

■窓口対応時間

午前8時30分から午後5時まで（土日・祝日を除く）

5月12日は「民生委員・児童委員の日」

保健福祉課 社会福祉係 TEL 0269-67-0727

毎年5月12日は民生委員制度発祥の由来により「民生委員・児童委員の日」と定められています。また、5月12日から18日は「活動強化週間」です。

民生委員・児童委員は困ったときの「身近な相談役」として、厚生労働大臣から委嘱され、地域の見守りや支援活動を行う、無報酬のボランティアです。担当する地域で生活上の困りごとや介護・子育ての不安等に関する相談を受け、市や地域包括支援センター、社会福祉協議会、学校等、関係機関や専門機関に橋渡しをする「つなぎ役」としての役割を果たしています。本市では71名の民生委員・児童委員と、児童の福祉を専門に担当する主任児童委員が地域を分担し活動しています。

民生委員・児童委員は、守秘義務が課せられています。相談を受ける際には相談者の人権を尊重し、相談内容や個人の秘密は守られますので、困りごとがあるときは、地域の民生委員・児童委員にご相談ください。

自家水使用状況の調査にご協力ください

上下水道課 業務係 TEL 0269-67-0739

自家水（井戸水や地域水道など）をご利用のご家庭のうち、やむを得ない事情でメーターを設置していない場合は、「人数割り」による認定水量で下水道使用量を算出しています。この度、適正な使用量算定のため、「人数割り」の対象となるご家庭を対象に現在の世帯人数と自家水の使用状況について調査を行います。対象となるご家庭へは、**5月中に調査に関する通知を郵送**させていただきますので、調査へのご協力と所定の手続きをお願いします。

■住民票を移さずに転居している方がいる場合

届出により実際にお住まいの人数で料金を計算できます。

【届出に必要な書類】

転居先に住んでいることが分かる書類（転居先の公共料金の通知書、アパート等の契約書・請求書など）

【ご注意】

・年に一度、転居先に住んでいる証明の提示をお願いします。
・住んでいる人数が住民票どおりに戻った場合は、必ず届出をしてください。

■自家水の使用状況が通知の内容と異なる場合

以下のような場合は、下水道使用料の算出方法が変更となりますので、上下水道課へ届出をお願いします。

・井戸が枯れたため市営水道に切り替えている
・井戸水は屋外の水道のみで使用している
・その他、自家水を宅内で使用しなくなった、または使用することになった等

市内で使える商品券がもらえる 健康ポイント事業に参加しましょう

保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727

令和7年は45人が達成！

二次元コードでホームページをチェック！

健康づくりに取り組む市民の皆さまを応援するため、今年も健康ポイント事業を実施しています。皆さまのご参加をこころよりお待ちしています。詳しくは、ホームページをご覧いただくか健康増進係までお問い合わせください。

■ポイント付与期間

令和8年（2026年）4月1日（水）から
令和9年（2027年）2月28日（日）まで

■対象者

・飯山市に住所のある19歳以上の方
・期間内に対象事業に参加したことを証明できる方

■特典（プレゼント）

100ポイントでiカード加盟店で使える1,000円相当の商品券をお送りします。

■対象事業

・30ポイント【必須項目】
「特定健診・後期高齢者健診・人間ドック・職場の健康診断等」いずれかを受診

・10ポイント
「健診結果の説明を受ける」「特定保健指導を受ける」「歯科検診を受診」「特定健診・健康診査を3年以上継続して受診」など

・5ポイント
「飯山市が開催する健康講演会や健康イベントに参加する」「血圧測定を毎日している」「3食野菜を食べている」「禁煙した又はタバコを吸わない」など

ダブルチャンス 達成者の中から抽選で2名にiカード加盟店で使える1万円分の商品券をプレゼント！

飯山市優良土産品を募集します

商工観光課 商工係 TEL 0269-67-0731

二次元コードでホームページをチェック！

市では個性ある飯山市の土産品の創出とその向上を目的に優良土産品を選定しています。優良土産品に認定されると、2年間飯山市推薦の優良土産品として、「優良土産品」の証票を貼って販売することができます。今年、新規に認定をするための審査会に出品される土産品を以下のとおり募集します。詳しくは、飯山市ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

「優良おみやげ品」推薦商標

■募集期間
5月15日（金）から6月10日（水）まで

■募集基準
主として飯山市において販売の目的をもって生産される加工食料土産品または工芸土産品で、次の要件を備えるもの。
①名称・意匠および材料が飯山市にちなむ要素を有するもの
②意匠が優美と認められるもの
③関係法規に違反のおそれのないもの

■申込手続
所定の申請書を商工観光課へご提出ください。
（申請書は飯山市ホームページからダウンロードいただくか、商工観光課でお受け取りください）

■その他
審査会で合格となった場合は、登録手数料として1品につき5,000円を納めていただきます。

悠久のふるさと飯山応援金 ふるさと納税返礼品を募集しています

企画財政課 ふるさと応援係 TEL 0269-67-0725

ふるさと納税（寄附金）制度により飯山市へ寄附をいただいた市外にお住まいの寄附者に対し、お礼の意味を込めて商品やサービスを贈呈しています。本市の魅力発信、地元特産品のPRならびに販路拡大による地域経済の活性化を図るため、寄附者への返礼品提供に協力をいただける事業者を随時募集しています。まずはお気軽にご相談ください。

サイト掲載で全国にPR
自社商品やサービス等の全国PRが可能！
返礼品がきっかけとなり、全国にファンを増やしている市内の事業者もいらっしゃいます。

掲載料・手数料配送料負担ゼロ
費用負担はゼロ！
寄附受付サイトへの掲載・登録手数料、寄附者へ返礼品を送る際の送料は飯山市で負担します。

■寄附受付サイト
現在、17のサイトで寄附受付を行っています。

登録にあたっては職員がサポートいたしますのでご安心ください！

二次元コードでホームページをチェック！

パソコン・スマホの「困った…」スッキリ解決！
トラブル対応　初期設定　ネットワーク構築
対応エリア　木島平村/野沢温泉村/中野市 飯山市 /山ノ内町 周辺
㈱エスネットサービス ☎0269-82-4111

買取のまるよし イオン中野店
捨てないで！こんなお品物も大歓迎です！
●石取れ・壊れたアクセサリー ●サイズが合わない指輪 ●名前入りアクセサリー ●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
洋酒買取 飲まずにしまってあ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!
年中無休
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481032000010号

広告コーナー

情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況

総務課 庶務係 TEL 0269-67-0720

令和7年度（2025年度）中に、市に対して請求があった情報公開制度および個人情報保護制度に関する実施状況をお知らせします。

①飯山市情報公開条例に基づく情報公開請求状況
○請求件数35件
【内訳】
・市長11件（公開4件、部分公開5件、非公開1件、公開請求の拒否1件）
・教育委員会2件（公開1件、部分公開1件）
・議会22件（公開20件、非公開2件）

②個人情報の保護に関する法律に基づく自己情報開示請求状況
○請求件数1件
【内訳】
・市長1件（開示1件）

令和8年度（2026年度）課税（非課税）証明書の発行について

税務課 市民税係 TEL 0269-67-0723

令和8年度（2026年度）の証明書は、6月10日㈬から発行します。

証明書には、令和7年中（1月～12月）の所得とその所得に基づいて算定された住民税（市・県民税）、森林環境税の課税額が記載されます。交付請求される場合は、本人確認のため運転免許証またはマイナンバーカードをお持ちください。なお、本人または住民票上同居のご家族以外が請求される場合は、あわせて委任状が必要となります。

■発行手数料
1件300円

フラワーロード植栽のお知らせ

まちづくり課 まち並み整備係 TEL 0269-67-0738

近年、国道117号沿線のフラワーロードは酷暑により、人や花にとって、極めて厳しい状況にあります。そこで本年度は試験的に「花のまちづくり大作戦！」と題して植栽箇所をまちなかに変更し、国道沿いはキバナコスモスで彩りたいと考えています。

■日時
6月14日㈰午前6時から

■場所
市街地の公園や緑地等、西まわり線

フラワーメモリーガーデンの参加者募集

まちづくり課 まち並み整備係 TEL 0269-67-0738

記念日など思い出づくりとして「フラワーメモリーガーデン2026」にご参加いただける方を募集します。詳しくはまちづくり課までお問い合わせください。

■内容
飯山駅周辺に用意する花壇に花苗を植栽していただき、草取り等の管理をお願いします。（水やりは市で行います）

■対象
飯山市内在住の個人、家族、団体など（先着6組）

■特典
花壇には植栽者名や思い出などを記した「思い出プレート」を設置します。

■応募締切
5月29日㈮

野生動物の目撃・死骸処理の連絡先のお知らせ

森林農地整備課 鳥獣対策係 TEL 0269-67-0734

野生動物の死骸処理の連絡先は、死骸のある場所により異なります。野生動物の目撃や、道路等で死んでいる動物の情報は、次の表を参考に連絡をお願いします。

大型獣目撃・痕跡等の連絡先

目撃、足跡、爪痕、糞、農作物被害等
→ 飯山市役所 森林農地整備課 TEL 0269-67-0734

野生動物の死骸処理

大型鳥獣（クマ、イノシシ、シカ等）	国・県道	北信建設事務所 TEL：0269-22-3111（平日9：00～16：30） ※休日夜間：時間外転送あり
	市・農道	飯山市役所 森林農地整備課 TEL 0269-67-0734
	民地	
小型鳥獣（タヌキ、キツネ、ハクビシン等）	国・県道	飯山市役所 市民環境課 TEL：0269-67-0726
	市・農道	
	民地	土地所有者による処分、またはエコパーク寒川へ持ち込み（要連絡・TEL 0269-69-1085）
犬・猫等のペット		

人権

一人ひとりが尊重され、
ともに支え合う
優しいまちをつくりましょう。

6月1日は、
人権擁護委員法が
施行された日です。

人権擁護委員制度をご存知ですか

人権政策課 人権同和係 TEL 0269-67-0743

昭和24年（1949年）6月1日に人権擁護委員法が施行され、国民の基本的人権を擁護し見守る、いわば民間人による人権の番人の機関が誕生したのです。これが人権擁護委員制度の始まりです。

全国人権擁護委員連合会では、6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、この日を中心としてみなさんとともに一層の人権思想の啓発に努めることを申し合わせています。

飯山市には市長から推薦されて、法務大臣が委嘱した次の人権擁護委員がおります。

■飯山市人権擁護委員（敬称略）
常田 新司（飯山）
石田 一彦（常盤）
山﨑 久子（秋津）
青木 修一（木島）
渡辺 藤夫（柳原）
滝澤 万利子（飯山）

■特設人権相談所 開設
○日時　6月2日(火)　午前9時から正午まで
○場所　飯山市公民館
○相談内容　差別、虐待、いじめなどに関する問題、家庭内におけるさまざまな問題、隣近所のもめ事、プライバシーに関する問題など（予約不要）
○相談対応　人権擁護委員（相談は無料で、秘密は固く守られます）

人権同和・企業人権教育講座 / 男女共同参画講演会

人権政策課 人権同和係 TEL 0269-67-0743

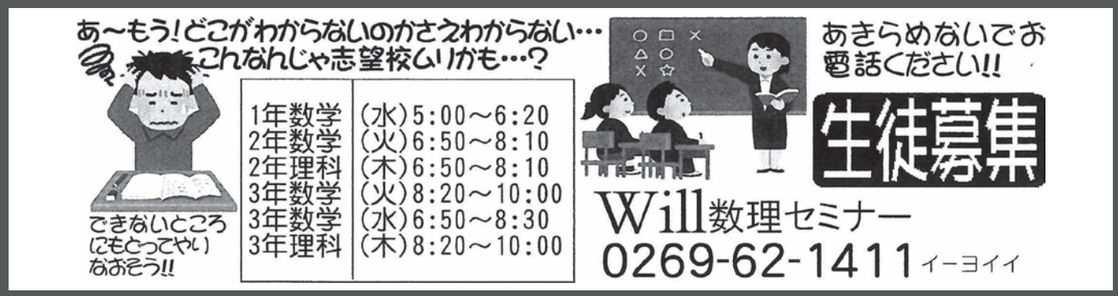
■人権同和・企業人権教育講座（会場：飯山市公民館 2階講堂 / 時間：午後3時30分～午後4時45分）

日付	講座名	講師
6月22日（月）	同和問題について	部落解放同盟佐久市協議会 書記長 山﨑茂さん
7月31日（金）	就労準備多機能型児童通所支援事務所「はんど」について	合同会社セカンド 代表 宮嵜貴志さん
8月27日（木）	インターネット 人権を考えよう	長野県人権啓発センター 原山総男さん
9月15日（火）	外国人の人権について	交渉中
9月30日（水）	認知症を我が事として学ぶこと	一般社団法人きぼう 理事 大月肇さん
11月17日（火）	信州のパパをもっと笑顔に	ファザーリングジャパン信州

■男女共同参画講演会（会場：飯山市公民館 2階講堂 / 午後1時30分～午後3時30分）

日付	講座名	講師
7月11日（土）	男女共同参画について	連続テレビ小説『虎に翼』脚本家 吉田恵里香さん

広告コーナー



交流の中で人権についてあらためて考えてみませんか

地域住民交流講座 受講生募集

いいやま人権福祉センター（飯山市大字静間1305-1）TEL 0269-81-3101

すべての人々の人権が尊重される社会の実現をめざし、潤いと生きがいのある社会を築くことを目的とした交流活動です。多くの皆さんの受講をお待ちしています。

■地域住民交流講座

料理教室【全6回】

旬の食材を使って、昔から伝わる郷土食、行事食をつくり、食卓を豊かにしよう。

■日　程

6/10	こねつけ、きなこむすび、田植え煮物、わらびのしょうゆ漬
7/1	笹ずし、いもなます、かき玉汁、玉ねぎのレモン漬
8/5	おやき（生地二種）、冷や汁、丸なすの七味漬
9/2	おはぎ、塩丸イカの酢の物、みょうがの甘酢漬
10/7	里芋のあえもの、ふわふわがんも、白菜の浅漬
11/4	やしょうま、かぼちゃのいとこ煮、ごぼうときのこの浅漬

※各日午後1時30分から午後3時30分まで

■講　師　いいやま食文化の会
■受講料　無料、食材費実費（6回で2,000円）
■定　員　10人
■持ち物　エプロン、三角巾、タッパー

畳縁（たたみべり）バッグ作り教室【全6回】

いろいろな模様やカラーの畳縁で、軽くて長持ちできる買い物バッグなどをつくりましょう。

■日　程　6/17、6/24、7/8、7/15、7/22、7/29　各日 午後1時30分から午後3時30分まで
■講　師　畳縁バッグ作り講師　岸田栄子さん
■受講料　無料（材料費1,000円）
■定　員　8人
■持ち物　ミシン（ある方）・はさみ・ものさし・まち針5本・糸60番など

人権学習会　テーマ：同和問題

■日　程　10月15日(木)午後3時から午後4時30分まで
■講　師　長野県人権啓発センター 人権啓発相談員
■受講料　無料
■定　員　20人

草木染め教室【全6回】

6回の講座を通して、染め物の初級として、概ね3つの基本的な糸を使った絞り方を学んで草木染めを行います。難しくはありませんが、糸と針で縫う作業が多くなります。

■日　程　6/23、7/14、7/28、8/19、9/8、9/29　各日 午前10時から正午まで
■講　師　染めリメイク　置塩ゆかりさん
■受講料　無料、材料費実費（6回で8,000円）
■定　員　7人
■持ち物　縫い針10本（最低3本）、針山、糸切り鋏（普通の鋏でも可）、汚れてもよい服、模様をつけたい布（自然素材のものを推奨）、綿の手縫い糸（あれば）

健康体操自彊術（じきょうじゅつ）教室【全4回】

百年前に日本で誕生した医療体操。腰痛・関節痛の改善に、呼吸法で免疫力アップ！この機会に始めてみませんか。

■日　程　6/11、6/25、7/2、7/23　各日 午前10時から正午まで
■講　師　公益社団法人 自彊術普及会指導員　山本恵美子さん
■受講料　無料
■定　員　10人
■持ち物　動きやすい服装、バスタオル

【全教室共通事項】
■会　場
いいやま人権福祉センター（静間1305-1）
■申込み
いいやま人権福祉センター（TEL 0269-81-3101）
■お申し込み期間
5月19日（火）から6月2日（火）正午まで
※定員を超えた場合、事務局で抽選を行い、受講者を決定させていただきます。

E（イー）ひと発見！

いいひと はっけん　＃240

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

森林と人を繋ぐ フォレストデザイナーの挑戦

「フォレストデザイン」 代表
太田地区　**余頃 友康** さん

フォレストデザイン ホームページはこちら

広島県出身の余頃さんは、大学で森林生態学を学び、現在は太田地区を拠点に「フォレストデザイナー」として、森林と人との関わりを再構築する事業を展開しています。

余頃さんの活動は、人口減少により手入れが行き届かなくなった里山でのチェーンソー講習会の開催や、柿の木などの所有者から依頼を受けて行う、熊よけのための果樹の伐採など、多岐にわたります。こうした活動は、土砂災害への防災力を高め、熊など野生動物の出没抑制とともに、地域の人々と交流による関係人口の創出で地域活性化につなげることを目的としています。

その活動の根底にあるのが「地域の受援力」という考え方です。地域課題を、地域外からの支援で解決し、支援者には技術や山の恵みという形で地域が応える。この関係こそが、これからの地域活性化の鍵であると余頃さんは語ります。

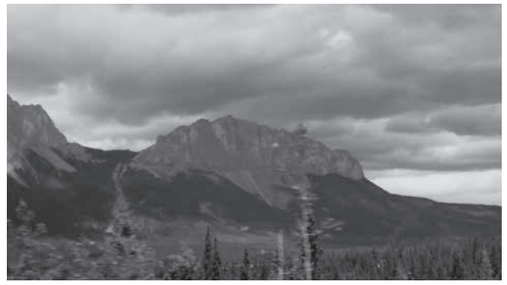
また、森林での活動は危険が伴うため、これからの活動に際しても、正しい知識や安全な技術を指導できる人材の育成が必要と語ります。余頃さんはこれからも、地域課題と向き合いながら、森林と人が関わりつつ、地域に貢献できる新たな仕組み作りに挑戦し続けます。

グロリアのいいやまチョウたんさく

飯山市国際交流員

二次元コードでインスタグラムをチェック！

㊷ 特別篇：信仰の対象となっている山々。



ロッキー山脈の山（2017 年撮影）

先月、「日本三霊山」の一つである富士山を見に行きました。来日以降、何度も訪れましたが、そのたびに曇っていて富士山が見えませんでした。幸い、今回は晴れた日が1日あり、ついに富士山の美しいシルエットを見ることができました。

平日にもかかわらず、富士山周辺の観光地は国内外からの観光客で賑わっていました。観光客は、美しい富士山のベストショットを撮ろうと、カメラやスマートフォンであらゆる角度から絶えず写真を撮っていました。私も富士山の魅力に魅了され、その雄大な姿と荘厳（そうごん）な佇（たたず）まいを感じながら素晴らしい1日を過ごしました。

カナダにも日本の富士山のように、文化的・精神的・芸術的な意味を持つ山々があり、数多くがロッキー山脈にあります。代表的なのは、ブリティッシュコロンビア州にあるマウント・ロブソンです。マウント・ロブソンはカナディアン・ロッキーで最も高い山であり、先住民にとって精神的に重要な存在です。この地域では力と威厳の象徴とされていて、その壮大な姿はカナダの風景画家や写真家、映像作家に創作霊感を与えています。皆さんもぜひ、ロッキー山脈の美しい山々を見に行ってください！

ひとりひとりができること

ゼロカーボンアクション30

脱炭素社会の実現には、一人ひとりのライフスタイルの転換が重要です。「ゼロカーボンアクション30」にできるところから取り組んでみましょう！

ゼロカーボン推進課 ゼロカーボン推進係
TEL 0269-67-0732

第14回 自転車通勤とゼロカーボン

CO2（二酸化炭素）の排出量を削減し、地球温暖化の進行を緩和する「ゼロカーボンアクション」。今回は、「スマートムーブ」について改めて考えてみます。

昨今の情勢により原油価格の高騰が続き、日常生活における様々な場面で影響を感じていることと思います。生活の中で取り組んでいくことができるアクションについてはこれまで多く紹介してきましたが、少し観点を変えてみたいと思います。

飯山での生活には、必ずと言っていいほど移動に化石燃料を消費します。自家用車はもちろん、バスやタクシー、飯山線での移動にも燃料を消費しますが、これを「自転車」での移動に変えてみたらどうなるでしょうか。

「自転車通勤」に焦点をあててみます。自宅から職場までの距離が3キロメートルであると仮定し、環境への影響を算出（※1）したところ、自家用車を使用した場合と比較し、CO2排出量を年間で約280キログラム削減することができるという結果になりました。500ミリリットルのペットボトルの製造・廃棄・リサイクルにかかるCO2排出量は約119グラム（※2）と言われていますので、およそ2350本分のペットボトルを使用・リサイクルする分を削減できた計算となります。

なお、家計の面から同サイトで試算したところ、年間約2万円もの節約につながるようです。日々の運動習慣として健康づくりにもつながる自転車通勤。塵も積もれば山となる、少しずつでも取り組んでみてはいかがでしょうか。

出典・引用

※1 計算サイト「keisan」を使用（燃費12キロメートル／リットル、240日／年出勤で計算）

※2 長野県および環境省サイト（リユース可能な飲料容器およびマイカップ・マイボトルの使用に係る環境負荷分析について）から引用

計算サイト「keisan」

健康いいやま

家庭で血圧を測定しましょう

保健福祉課 健康増進係　TEL 0269-67-0727（課代表）

家庭での血圧測定は、日々の健康状態を知るうえでとても役立つ習慣です。診察室で測る血圧は緊張の影響を受けることがありますが、自宅ならリラックスした状態で測れるため、普段に近い数値を知ることができます。

朝や夜など決まった時間に測り、記録を続けることで体調の変化にも気づきやすくなり、もし気になる状態が続く場合も、早めに相談するきっかけになります。

無理のない範囲で家庭血圧を取り入れ、安心して毎日を過ごすための習慣にしてみましょう。

測定の最適なタイミング…1日2回（朝・夜）

朝 ○起床後1時間以内　○トイレに行ったあと
○朝食の前　○薬を飲む前
夜 ○寝る直前　○入浴や飲酒の直後は避ける
◎座った状態で1～2分安静にしてから測りましょう

〈当たるとスッキリ！ クイズコーナー〉

Q. 家庭で測った血圧は正常だが、診察室で測った血圧は高いことを表す言葉はどれ？
① 白衣高血圧
② 仮面高血圧

A. 答えは 38ページをご覧ください。