

広報飯山

令和8年9月号
September, 2026 No.342

市報いいやま・・・・・・・・・・ 2～13 頁
農業委員会だより・・・・・・・・ 14～15
生涯学習だより・・・・・・・・ 16～23
いいやま社協だより・・・・・・ 24～27
暮らしの情報掲示板・・・・・・ 28～31

●COVER《表紙》

8月15日に飯山市文化交流館なちゅらにて開催された、令和8年度はたちの集い。(関連 16頁)



クローズアップ

■ 平和への思いを伝える (関連 2～3頁)

いいやま相乗りタクシー

■ ゆきんこ号の利用説明会を開催します (関連 4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。



 **マチイロ**
「広報飯山」をいつもそばに。



2028年2月、10月に飯山市で開催

詳細は特設ホームページをチェック!!





クローズアップ

令和8年度飯山市中学生平和学習派遣事業参加報告
平和への思いを伝える

1



参加日程

- 【5日】
・原爆ドーム見学
・原爆の子の像に千羽鶴を奉納
（写真1・2）
・原爆死没者慰霊碑を参拝
（写真3）
・広島平和記念資料館見学
（写真4）
・被爆体験伝承講話
（写真5）
【6日】
・慰霊式、祈念式参列

2



飯山市中学生平和学習派遣事業として、8月5日から6日までの2日間、広島市で行われた「広島市原爆死没者慰霊式ならびに平和祈念式」に、市内中学生10名を派遣しました。参加した生徒が、広島での体験から学び感じたことを報告します。

過去から学ぶ
広島で学んだ平和の意味

城南中 仲條 十和

原爆によって一瞬にして失った普通の生活のことなどについて、被爆者の家族の方のお話や資料館見学を通して感じ取ることができました。特に心に残ったのは、自分が想像以上に原爆や戦争について知らなかったことです。過去を知ることの大切さに気づきました。自分たちで平和を作っていく意識をもっていきたいと思います。

戦争を防ぐために
私にできること

城南中 李雨森

原爆資料館にあるさまざまな資料の悲惨な光景から、原爆の恐ろしさを改めて感じました。戦争を防ぐために私にできることは、まず知ること、そして伝えることだと思います。私が学んだことを周りの人に伝え、それがさらに多くの人へ広がっていくことが、平和につながる一歩だと思います。

原子爆弾によって

城南中 関谷 宏大

私は、実際に広島を訪れ原爆の恐ろしさを学んできました。あの日、広島は「いつてきます」と言える、当たり前の生活をするはずだった。「ピカ」と光ったたった一つの原子爆弾によって当たり前が奪われました。多くの命

3



が奪われ、地獄絵図となった広島。当たり前が一瞬で奪われた。これからの当たり前が失われないようにするため、一人一人が平和の大切さを学び、紡いでいくことが大切だと今回の学びで分かりました。

被爆の悲惨さ

城南中 伊藤 エリコ

原爆ドームや資料館の展示、被爆体験伝承講話を通して、原爆の恐ろしさが被爆した人の心や体に一生残り続けることこそが、本当の被爆の悲惨さだとわかりました。二度と悲劇を繰り返さないために、この事実を私たちが語り継ぐべきだと強く感じました。

「使命感」新たに

城南中 安田 純菜

「意地の張り合いをなくし、話し合って解決する」これは被爆体験講話で学んだ事です。81年前の過ちを繰り返さないために、

当たり前ではない生活

城北中 小林 杏

身近なことから平和へ歩んでいく重要性を感じました。だからこそ私自身、使命感をもって広島で学んだ事をできる限り多くの人に伝える努力をしようと思えました。

戦争の苦しみはどれほどのものだったのか、私はこの体験を通して実感しました。当時は食料が不足しており、食べられるのが当たり前ではなかったそうです。私はそんな状況を絵や写真で見た時、当たり前だと思っていたことは当たり前ではないことに気づきました。なので私はこれから、一日一日を大切にしたいと思います。

平和へのかけはし

城北中 中島 菜々香

世界には核兵器や武力衝突の脅威があります。そんな中で平和を築くに

伝え続けてきた

理由と影響

城北中 宮本 華望

広島での平和学習を通して、被爆者が語り続けている理由とその影響について学びました。原爆は命だけでなく心や生活にも影響を残し、苦しみは今も続いていると知り、悲劇を繰り返さないために、思いを受け継ぎ次世代へと伝えることが大切だと感じました。

「はだしのゲン」と

当時の広島

城北中 大熊 隆仁

僕は漫画「はだしのゲン」と当時の広島で起きたことを比較し、新たな角度からの原爆被害の実

両国の歴史を学び、平和の大切さを発信したい

城北中 梨元 賢志

広島での平和学習で被爆者の証言に触れ、戦争の悲惨さと記憶を継承する重要性を痛感しました。日米の歴史的背景や原爆投下の是非を考える中で、過去から目を背けず、相互理解を深めることが不可欠だと知りました。今後はSNSなども活用し、私達が学んだ平和のメッセージを自分の言葉で発信し続けていきたいと思っています。



いいやま脱炭素フェア 2026 を開催します



ゼロカーボン推進課 ゼロカーボン推進係 TEL 0269-67-0732

身近な地球温暖化対策と防災・減災について楽しく学べるイベントです。皆さまのご来場をお待ちしております。

■会場

飯山市文化交流館なちゅら 大ホール、駐車場

■日時

10月4日(日) 午前10時から午後3時まで

■内容

- ・住宅よろず相談(省エネ・断熱、耐震、克雪、防災など)
- ・展示&相談窓口(太陽光発電、住宅断熱、省エネ機器など)
- ・積み木で遊ぼう!&紙芝居
- ・親子木工教室(ふれあいイスづくり・お家の建て方体験)
- ・土砂災害、流域治水ミニ模型による実演
- ・缶バッジづくり、エコバッグづくり体験
- ・牛乳パック10枚でトイレトペーパー1個と交換



二次元コードで
ホームページを
チェック!

- ・親子で楽しむワークショップ「ソーラーハウスランタンづくり、LED 電車ライトづくり」(事前申込制)
 - ・電動車(BEV、HEV)の展示、災害時の給電デモ
 - ・PHEV 給電でプラバンキーホルダーづくり
 - ・建設機械でクレーンゲーム体験
 - ・防災グッズの展示、体験
- ※内容は変更になる場合があります。



飯山市ケーブルテレビ事業承継 検討

第1優先交渉権者

上越ケーブルビジョン株式会社に決定



事業戦略課 情報政策係 TEL 0269-67-0724

飯山市は、公募型プロポーザル審査委員会からの報告書を尊重し、審査対象となった事業者の提案内容から、ケーブルテレビ事業が担っている役割を維持しながら急速な技術的進歩に対応したサービスを市民の皆さまに提供できると判断し、上越ケーブルビジョン株式会社を第1優先交渉権者として、8月21日に決定しました。

■主な経過と今後のスケジュール

- 加入者の皆さまへの説明(通知)
- 事業承継にかかる要件の作成
- 施設譲渡に関する国、県との協議
- 事業者選定(公募型プロポーザル方式)
- 【令和8年(2026年)8月19日結果報告】
- 加入者および市民の皆さまへの説明(料金体系や番組内容等)
- 最終合意に向けた調整
- 契約の締結
- 事業承継



詳しくは
こちらで
チェック

■第1優先交渉権者

上越ケーブルビジョン株式会社(新潟県上越市)
【資本金】4億8,000万円
【主な事業】テレビ放送・インターネット等
【現在の放送エリア】上越市、妙高市、十日町市



詳しくは
こちらで
チェック

■これまでの経過

【現状】伝送路設備の老朽化と機器の生産終了
【課題】再整備に17.1億円の多額な費用が必要
【4つの選択肢とその課題】

○飯山市が伝送路を再整備

- ・多額な費用が必要であり大幅な値上げが必要等

○民間の伝送路を利用

- ・市で再整備する以上に料金の値上げが必要

○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い

○民間事業者への事業承継

- ・事業の役割を維持しながら、急速な通信技術の進歩に対応したサービスの提供ができる

現在は
こちらです

事業承継
を選択!



長電バス「中野木島線」と「野沢線」が統合します

10月1日(木)から「中野野沢線」の運行を開始



長電バス飯山営業所 TEL 0269-62-4131

10月1日(木)から、長電バス株式会社が運行する「中野木島線」と「野沢線」が統合され、「中野野沢線」として運行を開始します。統合に伴う主な変更点は次のとおりです。

■バス停の移設

「安田バス停」を綱切橋東交差点の南側(約100m先)へ移設します。

■運行日の変更

土日祝日の運行がなくなり、平日のみの運行になります。

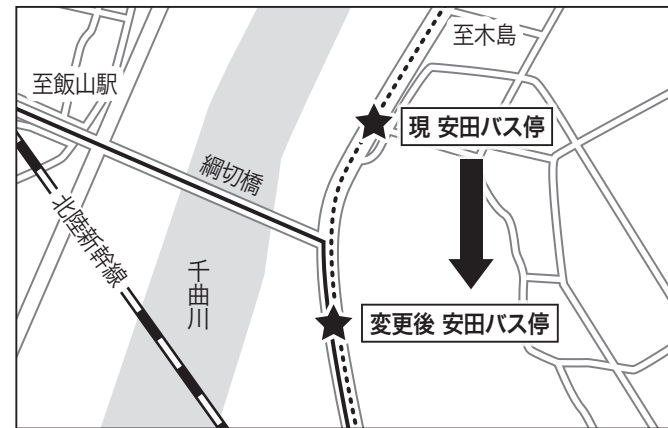
■時刻表の変更

「中野野沢線」の時刻表は、広報飯山9月号とあわせて各家庭へ配布しますのでご確認ください。

安田バス停位置および周辺運行ルート

令和8年(2026年)9月30日(水)まで

令和8年(2026年)10月1日(木)以降



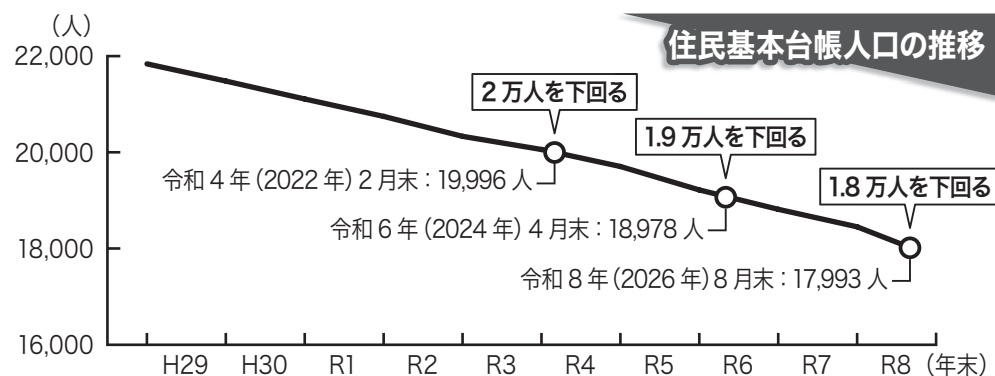
令和8年（2026年）8月末現在の住民基本台帳人口が、ついに1万8000人を下回りました。飯山市では、令和4年（2022年）2月末に2万人を割り、令和6年（2024年）4月末には1万9000人を割るなど、人口減少に歯止めがかけられない状況です。

この背景には、少子化による自然減に加え、就職や転勤による、若い世代を中心とした転出（社会減）があります。地域の活力が低下し、暮らしのさまざまな面に影響を及ぼすこの現実を、市としても重く受け止めています。

こうした中、市では「人口対策は総合対策である」として、関係部署がしっかりと連携し、あらゆる施策を講じていく方針です。この大きな課題に対し、行政として全力で取り組みを進めてまいりますので、市民の皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。



二次元コードでホームページをチェック！



住民基本台帳人口が 1万8000人を下回る



江沢市長から辞令を受け取る菅原さん

プロの視点で、ふるさと納税を推進 地域活性化起業人に菅原さんが着任しました

8月17日、地域活性化起業人（企業派遣型）として着任された菅原庸介さんの辞令交付式を行いました。

菅原さんは、東京都豊島区の株式会社エニに勤務され、クリエイティブディレクター、プランナー、コピーライター、カメラマンとして幅広く活躍されています。

今後は総務部企画財政課ふるさと応援係に配属さ

れ、「地方創成プロデューサー＆フォトグラファー」として、ふるさと納税の推進と関係人口の推進の業務に従事します。

辞令交付式で菅原さんは「ふるさと納税をきっかけに飯山に興味を持ち、ファンになって再び寄付したい」と意気込みを語りました。

子育て世代の女性を応援
「わたしワーク+いいやま」が開講

8月17日、飯山市公民館で、女性の多様な働き方支援事業「わたしワーク+いいやま」の開講式を開催し、8人が参加しました。

本事業は、子育て世代の女性がライフスタイルに合わせて柔軟に働ける環境づくりを応援することを目的としており、12人がエントリーしています。

講座は、来年1月まで全30回が予定されており、基

本的なパソコン操作をはじめ、キャリア設計や自己分析などを学びます。また、実務演習を通じて地元企業とつながり、就労に向けた支援も行います。

開講式で伊東副市長は、「女性が活躍できる環境が増えれば、飯山も変わると思っています。修了式まで一緒に頑張りましょう」と受講生にエールを送りました。



開講式に参加した受講生と講師の皆さん

本町西団地・上新田住宅C棟・曙町団地B棟

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

本町西団地



■募集戸数 1戸（3階）
■構造等 鉄筋コンクリート造4階建
■間取り 2DK
■家賃 16,700円～
24,900円／月
■駐車場 有り（有料・1台）
※エレベーター有り

上新田住宅C棟



■募集戸数 1戸（1階）
■構造等 鉄骨造2階建
■間取り 2K
■家賃 12,700円～
18,900円／月
■駐車場 有り（無料・1台）

曙町団地B棟



■募集戸数 2戸（2階）
■構造等 木造2階建
■間取り 2K
■家賃 14,000円～
20,800円／月
■駐車場 有り（無料・1台）

以下共通事項

- 入居資格
- ・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）
※単身でも入居できる場合があります。別途条件がありますので詳しくはお問い合わせください
 - ・世帯収入が市で定める基準額以下の方
 - ・住宅に困窮していることが明らかな方（現在住んでいるまたは所有している持ち家が無いことが条件）
 - ・市税等を滞納していない方
 - ・暴力団員でない方
 - ・市が定める要件を満たす連帯保証人を設定できる方
- 入居保証金 家賃3カ月相当額
- 入居可能日 11月2日（月）【入居指定日：11月16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 9月24日（木）から10月13日（火）まで（土、日、祝日を除く）
※午前8時30分から午後5時15分まで
- 選考方法 申込件数が募集戸数を超えた場合は抽選とします
《抽選日時》10月22日（木）午前10時から 【飯山市役所4階 第3委員会室】

※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



飯山市の天然雪を姉妹都市・大阪市に約5500人が来場 2026いいやまスノーランドin大阪を開催



雪の滑り台を楽しむ来場者

8月23日、大阪市花博記念公園鶴見緑地にて「2026いいやまスノーランドin大阪」を開催しました。

このイベントは、天然雪を通じて飯山市の魅力を広く知っていただくことを目的に開催したもので、国分寺市、名古屋市内に続き3回目となります。当日は20トの天然雪を使用した、「雪

の広場」と「雪の滑り台」を特設したほか、特産品の販売や観光PR、ふるさと納税の紹介ブースも設置し、約5500人もの方々にご来場いただきました。来場者からは「真夏の雪遊びが楽しかった」「大阪で貴重な体験をありがとうございました」など嬉しい声が聞かれました。

教育振興の思いを未来へ

一般社団法人飯水教育会より1380万円の寄付

8月31日、飯山市役所で一般社団法人飯水教育会からの寄付贈呈式が行われ、同会代表清算人の小田切浩一さんから江沢市長に寄付目録が手渡されました。

同会は、飯水地域の小学校・支援学校の教職員で構成され、地域の教育振興に139年にわたり取り組んできました。しかし、令和7年(2025年)3月をもって中野・下高井教育会との合併に伴い解散と

なりました。長年にわたり、地域の教育振興のために培われてきた財産のうち1380万円を「学校教育の充実と児童生徒の健全な育成のために役立ててほしい」と市にご寄付いただいたものです。

いただいた寄付金は、今後、小学校の貸出用クロスカントリースキーの購入に活用するほか、教育振興基金として積み立てます。



清算人の小田切浩一さん(左)と江沢市長

友好都市・国分寺市の小学生が飯山市の自然を満喫 「わんぱく学校いいやま合宿」を開催

8月22日から24日の3日間、友好都市協定を結んでいる東京都国分寺市の小学生35名を迎え、「わんぱく学校いいやま合宿」がなべくら高原・森の家で開催されました。



国分寺市と飯山市の小学生で記念撮影

小学生が飯山市の自然と人との繋がりを学びながら、両市の子どものたちの友情を育むことを目的としています。

初日は森の家で森林整備を体験し、2日目はウォークラリーを行ったほか、飯山市の児童とクラフト体験などで楽しい交流の時間を過ごしました。最終日の3日目には千曲川でラフティング体験に挑戦し、飯山の自然を満喫しました。

広報飯山8月号の

訂正とお詫び

8月15日発行の広報飯山令和8年(2026年)8月号において誤りがありました。市民の皆さま関係各位にご迷惑をおかけしましたことをお詫びするとともに、ここに訂正させていただきます。

■9頁「北信越国スポカヌースプリント競技を開催」の写真キャプション(誤) 地域おこし協力隊(正) 地域おこし協力隊 板倉豊吉 板倉豊宣

「ガーデニングdeむつまじい」園芸まちづくり教室のご案内

まちづくり課 まち並整備係
Tel 0269-67-0738

■開催内容

○10月2日(金)
秋の寄せ植え教室

○10月30日(金)
球根のダブルデッカー植え

■開催時間

午後1時30分から

■募集人数

15名程度

■参加料

2000円～3500円

(教室によって異なります)

■応募方法

まちづくり課まで電話または、飯山市ホームページから申込みください。



二次元コードでホームページをチェック!

除雪作業員を募集します

道路河川課 維持係
Tel 0269-67-0737

■作業内容

市道の除排雪作業、および道路施設等の修繕作業など

■募集人数

若干名

■応募資格

健康に働ける方(男女不問)

■任用期間

12月から翌年3月末まで

■必要な免許・資格

普通自動車運転免許

(大型特殊免許および車両系建設機械運転技能講習終了証があれば尚可)

■応募期間および提出書類

10月30日(金)までに、履歴書(写真添付) および資格・免許証(写)を道路河川課まで提出してください。

雪かき支援員を募集します

危機管理防災課 防災消防係
Tel 0269-67-0721

■業務内容

除雪困難世帯の見守り、民間事業者等との除雪調整、除排雪作業ほか

■募集人数

12名

■応募資格

18歳以上の健康な方、要普通免許

■任用期間

12月から翌年2月まで

■応募期間および提出書類

10月30日(金)までに、履歴書(写真添付) および資格・免

許証(写)を危機管理防災課まで提出してください。

「ハロウィンジャンボ宝くじ」「ハロウィンジャンボミニ」が9月16日(水)から全国で2種類同時発売!

公益財団法人
長野県市町村振興協会
Tel 026-234-3611

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。宝くじは長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

【ハロウィンジャンボ】

《1等》2億円×12本

《前後賞各》1億円×24本

※当せん本数は発売総額360億円・12ユニットの場合

【ハロウィンジャンボミニ】

《1等》2千万円×50本

《前後賞各》1千万円×100本

※当せん本数は発売総額150億円・5ユニットの場合

■発売期間

9月16日(水)から10月16日(金)まで

■抽せん日

10月26日(月)

※昨年のハロウィンジャンボ宝くじ、ハロウィンジャンボミニの時刻(11月3日(火)祝)

eLTAXサービス一時停止およびホームページリニューアルのお知らせ

税務課 市民税係
Tel 0269-67-0723

eLTAXは、システム更改に伴い、次のとおりサービスの停止やホームページのリニューアル、名称の変更が行われます。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

■サービスの停止期間

9月19日(土)午前0時から9月24日(木)午前8時30分まで

※期間中は電子申告・納付等の全サービスがご利用いただけません。

■ホームページリニューアル

地方税共同機構ホームページとeLTAXホームページを統合し、9月24日(木)から新たなホームページへリニューアルします。

■「地方税お支払サイト」の名称変更について

地方税以外の公金も納付できるようになるため、名称が「eLお支払サイト」に変更されます。

「秋の全国交通安全運動」を実施します

道路河川課 監理係
Tel 0269-67-0737

交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣化するとともに、全ての道路利用者による道路交通環境の改善に取り組むことで、交通事故防止の徹底を図るため「秋の全国交通安全運動」を実施します。次の重点項目について、ご協力ください。

■期間

9月21日(月)祝から9月30日(水)まで

■重点項目

①歩行者の安全な道路横断方法等の実践と、反射材用品や目立つ色の衣服等の着用促進

②ながらスマホや飲酒運転等の根絶と夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビームの活用促進

③自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

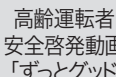
④高齢者の交通事故防止



eLTAX サービス停止



リニューアル後ホームページ



高齢運転者安全啓発動画「ずっとグッドカーライフ」はこちら



こころ・法律・仕事
なんでも相談会保健福祉課 健康増進係
TEL 0269-67-0727

「借金が返せない」「眠れない」「仕事がつらい」「死んでしまいたい」など、どこに相談してよいかわからない、さまざまな悩みや事情を専門家が聞きします。お気軽にお出かけください。

■日時

10月30日(金)
午後4時から午後8時まで
(最終受付午後7時まで)

■会場

中野市保健センター
(中野市西一丁目1-7)

■相談内容

精神科医、弁護士、司法書士、生活・就労支援員、保健師がお話を伺います。秘密は厳守します。

■申込方法

事前予約制です。10月21日(水)までに、市役所保健福祉課健康増進係(平日の午前8時30分から午後5時15分)または北信保健福祉事務所健康づくり支援課(TEL 0269-62-6104・平日の午前9時から午後4時30分)まで電話でお申し込みください。

※予約なしでも当日相談は可能ですが、希望者多数の場合は受付時刻前に終了します。

国民年金保険料の育児免除制度が始まります

市民環境課 国保年金係
TEL 0269-67-0726

国民年金第1号被保険者(自営業者、農業者、学生、無職の方など)の育児期間における経済的負担を軽減するため、国民年金保険料の納付が免除される制度が令和8年(2026年)10月から始まります。

■対象者

子を養育する国民年金第1号被保険者(実父母・養父母)

■免除期間

子が1歳になるまでの期間

■申請方法

市役所窓口での申請、またはマイナポータルからの電子申請が可能です。

日本年金機構
特設ページ
電子申請はこちら

10月は「個別労働紛争あつせん制度」周知月間です

北信労政事務所
TEL 026-234-9532
県労働委員会事務局
TEL 026-235-1746

県労働委員会では、労働者と事業主との間に生じたトラブル(解雇、賃金、パワハラなど)について、労働問題の専門家が中立・公正な立場で両者から丁寧にお話を伺い、円満な解決をお手伝いする「あつせん」を行っています。手続きは、簡単・無料で、秘密は厳守されます。詳しくは、北信労政事務所、または県労働委員会事務局までお問い合わせください。

不動産鑑定士無料相談会の案内

長野県不動産鑑定士協会
TEL 026-265-5268

売買、相続、担保、賃貸借など不動産評価等に関する無料相談会を開催します。

■日時

10月5日(月)
午前10時から午後4時まで

■場所

長野市役所第一庁舎5階
151会議室

※詳細については市ホームページをご覧ください。

最高裁判決を踏まえた生活保護追加給付を実施します

保健福祉課 社会福祉係
TEL 0269-67-0727

平成25年(2013年)8月から令和8年(2026年)3月までの間に生活保護を受給されていた世帯。※亡くなられた方は追加給付の対象外です。

■申請方法

市役所窓口での申請、またはマイナポータルからの電子申請が可能です。

■免除期間

子が1歳になるまでの期間

■申請方法

市役所窓口での申請、またはマイナポータルからの電子申請が可能です。

日本年金機構
特設ページ
電子申請はこちら

10月は「個別労働紛争あつせん制度」周知月間です

北信労政事務所
TEL 026-234-9532
県労働委員会事務局
TEL 026-235-1746

県労働委員会では、労働者と事業主との間に生じたトラブル(解雇、賃金、パワハラなど)について、労働問題の専門家が中立・公正な立場で両者から丁寧にお話を伺い、円満な解決をお手伝いする「あつせん」を行っています。手続きは、簡単・無料で、秘密は厳守されます。詳しくは、北信労政事務所、または県労働委員会事務局までお問い合わせください。

不動産鑑定士無料相談会の案内

長野県不動産鑑定士協会
TEL 026-265-5268

売買、相続、担保、賃貸借など不動産評価等に関する無料相談会を開催します。

■日時

10月5日(月)
午前10時から午後4時まで

■場所

長野市役所第一庁舎5階
151会議室

健康教室を開催します

10月からの後期参加者を随時募集中です

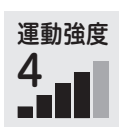
地域包括支援センター TEL 0269-67-0728

専門家の指導による運動強度の違う5つの教室を実施しています。フレイル予防にお役立てください。ただし、要介護認定を受けている方は参加できません。詳しくは、地域包括支援センターまでお問い合わせください。

■対象 市内在住の65歳以上の方
■費用 1回あたり400円(昼食代・教材費別)
※教室の開始時間は前後することがあります。
※受付は、各教室の定員に達し次第締め切ります。

はつらつ健康教室

セラバンドやボールを利用した運動で筋力の向上を目指します。

■コース 月曜コース、木曜コース(各コース月2回)
■時間 午後1時から午後2時30分まで
■会場 老人福祉センターなのはな(送迎なし)

あ・し・たの健康教室

運動・歌・笑いあいの自分らしい生活を送るための教室です。

■コース 月2回(木曜)
■時間 午前9時30分から午前11時まで
■会場 ケアセンター 湯の入(送迎あり)

あ・し・たの体操教室

飯山いきいき体操を軸に、ゆるーく運動の習慣化を目指します。

■コース 月2回(木曜)
■時間 午前9時30分から午前11時まで
■会場 ケアセンター 湯の入(送迎あり)

体幹トレーニング教室

体幹に関わる体幹筋を鍛えます。

■コース 月2回
※ケアセンター(金曜)、各活性化センター(木曜)
■時間 午後1時から午後2時30分まで
■会場 ケアセンター 湯の入(送迎あり)
外様地区活性化センター(送迎なし)
岡山地区活性化センター(送迎なし)

いきいき健口教室

脳トレや体操を行いながら、一日を生き生きと過ごしましょう。

■コース 毎週(火曜、水曜、土曜の3コース)
■時間 午前9時30分から午後2時まで
■会場 ケアセンター 湯の入(送迎・昼食時間あり)

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

空き家を所有・管理されている方(見込みの方)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。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7日(土) ※受付は午前9時30分から
■会場 飯山市役所4階 第1委員会室
■内容 ○セミナー
午前10時から午前11時45分まで
「司法書士による空き家対策法律講座(仮)」
「お家の終活ノート『家のコト』の使い方」
○空き家相談会(要予約)
正午から午後2時まで

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

(株)エスネットサービス ☎0269-82-4111

買取のまるよし

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

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

イオン中野店/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48103200010号

近年、国内では地震や台風、豪雨、大雪などの自然災害が頻発しており、大きな被害をもたらしています。災害が発生すると、被災地では混乱が生じるとともに、不安な気持ちに付け込んだ悪質商法や不審な勧誘が多発するケースも報告されています。災害はいつ、どこで発生するか予測が難いため、いざというときに冷静な判断を行うための準備が重要です。本記事では、過去の事例をもとに、災害に便乗した悪質商法や不審な勧誘の特徴を解説し、被害を防ぐための対策をご紹介します。

◆事例1…災害後、「災害による被害がないか無料で点検している。」

安心安全
消費生活

災害に便乗した悪質商法に注意！

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



▲怪しいと感じたら
家族に相談！

これらのように、災害発生時は被災された方の不安な気持ちに付け込んだ便乗商法が多発するため、十分な注意が必要です。突然訪れて契約を迫る業者は容易に信用せず、周囲に相談するか、公的機関等に真偽を確認するなど、慎重な行動を心がけましょう。

◆事例2…災害後の片づけをしていたら「壊れた家財道具を回収している。」と言って業者が訪ねてきた。無料だと思ってお願いすると、廃棄物をトラックに積み込んだ後、高額な費用を請求された。

◆事例3…自治体職員を名乗る者から「災害の義援金を集めている。あとから職員が訪問する。」と電話がかかってきたので了承した。その後、職員らしき人が訪ねてきて義援金を渡してしまった。

◆事例4…自治体職員を名乗る者から「災害の義援金を集めている。あとから職員が訪問する。」と電話がかかってきたので了承した。その後、職員らしき人が訪ねてきて義援金を渡してしまった。

健康
いいやま

いのちを支える自殺対策について

保健福祉課 健康増進係 Tel 0269-67-0727（課代表）

飯山市では、「誰も自殺に追い込まれることのない飯山市」を目指して令和7年度（2025年度）から令和11年度（2029年度）までを計画期間とする「第2次いのちつなぐ飯山市自殺対策計画」を策定しました。

【重点施策】

- 働き盛り世代や高齢者への支援
- 失業・無職・生活に困窮している方への支援

あなたの"気づき"が、命を救う。

身近な人の変化に気づき、話を聴き、専門家につなぐ。こうした小さなアクションが、大きな命を救うことになります。当市では、心のSOSサインを見つけ、対応の仕方を知る『ゲートキーパー養成講座』を開催しております。職場でも、地域でも、開催可能ですので、詳しい内容は保健福祉課までお問い合わせください。

その心の声を、聴かせてください。

〈当たるとスッカリ！クイズコーナー〉

Q. 身近な人の悩みや苦しみに気づき、声をかけ、話を聴いて、専門家や相談機関に相談するよう支援する人のことを何と呼ぶでしょう？

① ゲートキーパー ② ゲットキーパー

A. 答えは 30秒 をご覧ください。

故郷・飯山で描く農業の未来
Uターン農家の挑戦

あいこう農園

木島地区 霜田 宏太郎 さん



「あいこう農園」のホームページはこちら



イー
E

ひと
発見！

いいひと はっけん # 244

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

神 奈川県で塗装業に従事していた霜田さんは、30歳を機に故郷・飯山市へUターンし「あいこう農園」という屋号を掲げて就農しました。

霜田さんは当初「農業といえは3K（きつい・汚い・危険）のイメージだった」と語ります。しかし、実家の近所で同じくUターンした農家の話を聞き、時代とともに進化する今の農業の姿を知りました。その可能性に強く惹かれ、その後、農業研修センターで1年間技術を学び、2019年に晴れて就農しました。

就農後は飲食店向けに生産を始めたが、コロナ禍で軌道に乗らない苦難も経験しました。現在はカラーピーマン、とうもろこし、ミニトマト、赤大根など多彩で珍しい野菜を育て、量販店へ届けています。天候に左右される苦労はあるものの「今は家族のそばで働けることが嬉しい」と笑顔を見せる霜田さん。我が子のように大切に育てる野菜への思いは深く「食品ロスをなくしたい」と子ども食堂へ野菜の提供もしています。

今は法人化して新たな担い手を育て、飯山で雇用を生み出すことが目標です。「仕事を求めて地元を出ていく人がいるなら、ここで働ける場を作りたい」と故郷への温かな思いを語りました。

飯山市国際交流員

オードリーと
おどろみましょう

① やっと出会えた！

8月5日に飯山市へ到着すると、そこにはまるで別世界のような景色が広がっていました。最初に目に飛び込んできたのは、陽炎の向こうにそびえる飯山の山々。平らな土地が多いアメリカ・ミシガン州とは大きく異なる風景を見て、「新しい生活が始まるんだ」と実感しました。

改めまして、自己紹介をします。私はオードリー・モナレズです。アメリカのミシガン州デトロイト出身で、今年5月にインディアナ大学を卒業しました。8月から飯山市の国際交流員として働き始め、初めての一人暮らしにも挑戦しています。趣味は競馬やサッカー観戦、読書、RPGなどのゲーム、VTuberの配信を見ることです。



名古屋港水族館のシャチの実物大模型(2025年4月)

8月は甲子園も楽しみました。

国際交流員としても新社会人としても、学ぶことがたくさんあります。前任者のグロリアさんと同じようにはできないかもしれませんが、自分らしい方法で飯山の皆さんとつながり、アメリカ文化の紹介や、誰もが楽しめるイベントづくりに取り組みたいです。また、翻訳や通訳を通して、飯山と世界を結ぶ架け橋になることも目標です。

皆さんに一番伝えたいのは、「世界はそれほど遠くない」ということ。新しい文化や経験がすぐそばにあると感じてもらえたらうれしいです。これから、どうぞよろしくお願いします。

視察研修報告

関川水系土地改良区と 農事組合法人「高野生産組合」



7月30日、農業委員会による上越市の関川水系土地改良区の視察研修を行いました。

同改良区は、平成18年に6つの土地改良区の合併により組織された巨大な改良区です。受益面積は約5843haとその規模に圧倒されています。

水源は、昭和46年に造成された笹ヶ峰ダム（有効貯水量920万ト）と信濃町の野尻湖（977万ト）を農業用水として用いていることです。



ドローンを自動操縦

不足の悩みはどこも同じようです。

当日は、農事組合法人「高野生産組合」の代表と従業員も同席されており、法人立ち上げの経緯や基盤整備後の取り組み等の話をお聞きすることができました。

高野地区は、昭和38年から39年に基盤整備がされ、当時は30ha区画と飯山市と同規模での区画整備がされましたが、後に効率を高めるため大区画水田に再整備されました。

現地にて4・2haの大区画水田を案内いただいた際は、ドローンによる追肥作業が行われていました。

肥料を80kg積載できる大型ドローンで10haあたり6kgを散布します。コントローラーによる自動操縦で、途



全ほ場にある自動給水栓システム

中で肥料が切れても自ら積み込み場所に戻り、積み込み後は途切れた場所から再度散布を始めるそうです。

また、自動給水栓システムを全ほ場に97台設置し、スマートフォン1台で給水を行うことができるため、職員2名ですべての水を管理しているとのことでした。

「米どころ新潟」でも悩みは同じようで、農業者の高齢化・離農・土地持ち非農家が増す中、少人数でいかに効率よく作業を行い地域の農地を維持管理するか、検討を重ねた結果の結論が「法人化と基盤整備」に結びついたとのことでした。

ほ場が広くなり、農道や用水路の整備による水の確保がされることで国が推奨するスマート農業の導入が



スマートフォンで実際に操作

容易になり、作業の省力化や効率化に繋がることは間違いありません。

一方、高野生産組合代表からは、「なかなか役員の為の手がないんですよ。」と、また従業員の方は、「これだけ作業条件が良くなっても新たに従業員として入って来る人がいないんですよ。」と話され、基盤整備事業はあくまで手段であり、整備後の組織の在り方こそが如何に大事であるかを考えさせられました。

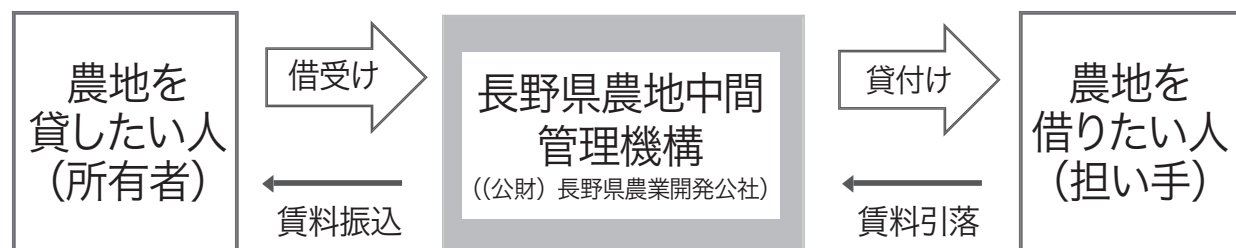
飯山市においても、地域計画による各地区農業再生センターでの話し合いがされる中、いくつかの地域では再ほ場整備の検討がされており、大きな転換期であることに疑う余地はありません。

大規模区画化するか否かは別として、水田として守るべきか、あるいは畑地へと転換すべきか等、次の世代が引き受け易い条件整備は今まさに必要であると考えさせられた視察研修となりました。（清水 勝）

農地中間管理事業で 農地の貸借を検討してみませんか？

◆農地中間管理事業とは◆

公的機関である農地中間管理機構が農地の中間的な受け皿となり、所有者から農地を借り受け、耕作を希望する農家（担い手）に貸し付ける制度です。



農地を貸したい人のメリット

- 安心して農地を貸すことができます
- 賃料は確実に受け取ることができます
- 期間満了後の更新手続きも簡単です

農地を借りたい人のメリット

- 経営規模の拡大や集約ができます
- 賃借料の支払い事務は、機構が行います
- 期間満了後の更新手続きも簡単です

お問い合わせ 農業政策課農業振興係・農業委員会事務局 TEL 0269-67-0729

8月25日、「第24回北信州農村女性のつどい」が栄村役場かたくりホールで開催されました。この日は、女性農業者を中心に150人以上が参加し、「地域がつなぐ受け継がれる農と暮らし」に基づいたテーマによる事例発表が行われました。

「秋山郷とマタギ」では、マタギの伝統を伝え、共生の精神があるからこそマタギは文化として今に続いていると話し、「ねこつぐら」では、製作に適したわらの確保のための掛けの必要性や、村民との交流・農作業など村の生活に触れ、「米作りとともに伝統技術を次世代につなごう」と抱負を語られ、「森宮野原駅食堂」では、2022年



「北信州農村女性のつどい」に参加

に駅ナカにうどん屋『ふきのとう』を開店し、全国から多くの客が訪ねてくる繁盛店になったが、一方で地元村民の利用には交通の便が課題ということが報告されました。どの話も新鮮で興味深く、関心を惹きつけられる内容でした。

その後のディスカッションでは交流の輪も広がり、また、フリーマーケットには17の店舗の多彩な品揃えに話が弾みました。昼食時にはみんなで駅食堂『ふきのとう』を訪ね、名物うどんと盛りだくさんの総菜を楽しみ、有意義な時間となりました。（石田 慶子）

あしあと 7・8月の活動記録

7月10日	農業委員会役員会
27日	7月農業委員会総会
〃	情報委員会
〃	農業振興・農政対策委員会
30日	管内視察
8月5日	農業委員会役員会
25日	北信州農村女性のつどい
26日	8月農業委員会総会



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)

シリーズ

お散歩文化財 第6回

くお祭りを見に行ってみよう！

市内の文化財を紹介して
いる「お散歩文化財」。歴
史に詳しい「イイヤマはか
せ」と飯山のいいところを
見つけたい。めつけちゃん。
今月のテーマは「秋祭り」
です。

めつけ…この前、夜なのに
外から笛の音が聞こえてき
たよ。

はかせ…秋祭りの季節に
なってきたんだね。

めつけ…秋祭りって？

はかせ…お米や野菜などの
農作物がたくさんとれるこ
とを願ったりしてきたお祭
りなんだよ。何百年も前か
ら続いてきているお祭りも
あるんだよ。

めつけ…ずっと続いているつ
てすごいね。

はかせ…飯山市内では8月
下旬ころから9月にかけて
各地域で秋祭りが開催され
ているんだ。地域によって
お祭りに天狗や獅子舞が登
場したり、舞が踊られたり



県無形民俗文化財「五束の太々神楽」

しているんだよ。県や市の
無形民俗文化財に指定さ
れているお祭りもあるよ。
めつけ…今度、見に行つて
みようよ！

お近くの秋祭りを見学し
てみるのもいいですね。

市無形民俗文化財に指
定されている「からすおど
り」を体験できるイベント
が学びのエリア秋まつりで
10月3日(土)に開催されま
す。詳しくは次ページをご
覧ください。

お知らせ

飯山雪国大学教養講座

修学旅行の歴史

～子どもたちの伊勢参宮旅行～

(問) 飯山市民館 Tel. 0269-62-3342

飯山雪国大学教養講座&信州大学出前講座
として、「修学旅行の歴史」を開講します。

学校生活を彩る修学旅行の始まりは明治時
代にさかのぼります。昭和戦前期には、伊勢
神宮への修学旅行が拡大しました。現代でも、
日本の「聖地」として仰がれる伊勢神宮への
旅を、子どもたちがどのように経験したのか、
歴史資料をもとにお話を聞いてみましょう。

◆期 日 10月31日(土)
◆時 間 13:30～15:00
◆場 所 飯山市民館 講堂
◆講 師 信州大学 総合人間科学系
助教 橋本萌さん

入場は無料、どなたでも受講いただけます。



友人たちとの再会の場にもなりました

缶バッジを集めよう！

各館をめぐってマナビン缶バッジを5つ集
めると限定バッジをプレゼント！

【窓口：飯山市民館】9:30-17:00

秋まつり 10/3・4

ボランティア募集 【ふるさと館&美術館】当日お手伝いいただける方を募集します。
中高生大歓迎！半日でもOKです。ご連絡は各館へお願いします。

◆公民館 Tel. 0269-62-3342

○いいやま雪国吹き矢支部によるスポーツ吹き矢体験
3日 13:30-15:00

○交通安全教育車「チャレンジ号」ドライブシュミレータ等
4日 9:30-11:30

○海外のボードゲーム体験
3日 13:00-16:00

○「けんこう広場」で健康チェック
両日 10:00-11:30、13:00-15:00

○笹ずし・チキン等軽食販売
両日 10:00 頃 - なくなり次第終了

○話題のピックルボールを体験しよう！
4日 13:00-15:00

○足育・靴選びの相談、足計測など！足育ブース
4日 10:00-15:00

○歴史再発見！『飯山史跡ものがたり』DVD 放映
3日 9:30-15:30 ふるさと館 1 階レクチャールーム

○利用者団体の舞台発表
4日 10:00-

○ほっと一息。お抹茶とお菓子のサービス
両日 10:00-15:30

○塩味チェック(北信州心臓病地域連携包括ケア推進協議会)
4日 10:00-11:30

◆美術館 Tel. 0269-62-1501 両日入館無料

○企画展 佐々木晴香展－共鳴する庭－
両日 9:30-16:30

○パッチワークでコースターづくり
3日 10:00-12:00、13:00-15:00
キルト工房 NORIKO 体験料:100 円

○組み立ててみよう!! 仏だん宮殿
3日 9:30-15:00 無料

○美術館クイズ「答えは作品の中」
両日 9:30-16:30 無料

◆ふるさと館 Tel. 0269-67-2030 両日入館無料

○企画展「昭和 101 展」 学芸員による展示解説
3日 14:00-、4日 10:00-、14:00- (各回 15 分程度)

○うたって！おどろろ！からす踊り！！
3日 10:00-11:30 公民館講堂

○ふるさと館イベント
両日 9:30-15:00 (一部有料・一部時間設定あり)
◇昔なつかし駄菓子屋さん
◇縄文体験(火おこし・弓矢飛ばし・勾玉作り)
◇館内販売図書タイムセール
◇着せ替え人形の塗り絵コーナー
◇クラフト体験(3日:風車・魚つり 4日:組みひも)
両日 9:30-11:30、13:30-15:30

◆図書館 Tel. 0269-62-1118

○本のリサイクル市
3日 9:30-16:30、4日 9:30-15:00 1 冊 10 円

○えほんとおそぼう(変身体験・ミニゲーム)
4日 9:30-15:00

○ヘンゼルとグレーテルのお菓子の家
両日 9:30- お菓子がなくなるまで 1 回 100 円

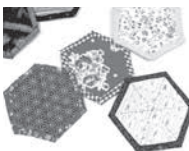
○えほんコミュニケーター 読みがたり発表会
3日 10:00-12:00、13:00-15:00

◆なちゅら Tel. 0269-67-0311

○「あかね噺」の落語監修で話題！
なちゅらる寄席 林家木久彦
3日 13:30-14:30 (開場 13:00)
木戸銭 500 円

○飲食、クラフトなど にっこりマルシェ
3日 10:00-16:00、4日 10:00-15:00

○【同時開催】 いいやま脱炭素フェア 2026
4日 10:00-15:00





【プロフィール】

埼玉県出身
 2010年2月 林家木久扇に入門
 2010年8月 「林家けい木」として楽屋入り、前座となる
 2015年5月 ニツ目昇進
 2025年3月 「林家木久彦」に改名し、真打昇進
 集英社「週刊少年ジャンプ」で連載中の『あかね噺』落語監修担当

木戸銭 500 円（全席自由）

プレイガイド 飯山市文化交流館なちゅら（火曜休館）
 取扱時間 9:00 ～ 17:00
 電話予約可 TEL 0269-67-0311

主 催 飯山市／飯山市教育委員会

【今後の公演予定】
 ○第4回
 12月12日（土） 春風亭一花
 「令和7年度NHK新人落語大賞」大賞受賞
 2026年9月抜擢での単独真打昇進

真打による
独演会！



「ご好評をいただいております「なちゅらる寄席」。
 第3回の出演は、漫画「あかね噺」の落語監修で話題の「林家木久彦」。
 真打による本格落語をワンコイン（500円）で1時間ほどお気軽にお楽しみください。

10月3日（土）

開演 午後1時30分（開場午後1時）
 場所 飯山市文化交流館なちゅら小ホール

なちゅらる寄席

ワンコイン落語

令和8年度4回シリーズ第3回



「みんなとのつながり」
 ぼくは、3年前に川こえから飯山市の富倉に引っこして来ました。さいしよは、知らない場所での生活にどきどきしました。富倉は、きれいな山や川があったり、しぜんがいっぱいあってとてもきれいです。冬は雪がたくさんふります。近くにスキー場もあって、たくさん遊べるので冬も大すきで

す。ぼくは、今サッカークラブに入っています。練習では友だちと楽しく一生けんめいにボールをおいかけています。
 富倉に引っこしてきて、たくさんの人と出会いました。学校やサッカークラブでもたくさん友だちができました。これからも、みんなとのつながりや自ぜんを大切に毎日楽しくすごしていきたいと思います。

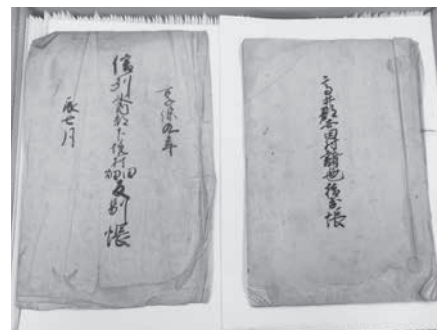
マイオピニオン
意見・私見

富倉にくるって

富倉地区 澁谷 ろく



柳新田の地藏尊



飯水教育会館旧蔵文書

飯山市教育委員会は7月30日、「柳新田の地藏尊」、「飯水教育会館旧蔵文書」の2件を飯山市の文化財に指定しました。
 【柳新田の地藏尊】
 指定区分：有形文化財
 所有者：柳新田区
 所在地：飯山市大字常盤4346・1
 柳新田の地藏尊は、寛保2年（1742年）8月に県下を襲った「戌（いぬ）の満水」とよばれる大水害の犠牲者を供養するために、寛延元年（1748年）8月に柳新田の人々が中心となって造立した仏像です。
 千曲川水系の歴史災害である「戌の満水」を解明するうえで、また地藏菩薩

として地域の人々の信仰を集めている点で貴重な地藏尊です。
 【飯水教育会館旧蔵文書】
 指定区分：有形文化財
 所有者：飯山市
 所在地：飯山市ふるさと館
 飯水教育会館に所蔵されていた飯山領内村々に関する古文書群です。江戸時代中後期の飯山市域や周辺地域の村々の状況が記された差出帳や年貢関係の文書が全204点あります。飯山市域だけでなく、周辺地域の江戸時代の状況を知ることができる貴重な史料群です。

お知らせ 「柳新田の地藏尊」「飯水教育会館旧蔵文書」
 新たに市指定文化財になりました

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

市民ギャラリー（公民館廊下・図書館通路側入口）に展示する作品を募集しています。
 個人、団体、学校、施設などは問いません。絵画、書、ハンドメイド作品など、皆さまの日頃の成果を発表する場としてぜひご活用ください。
 お申込・お問合せは、美術館カウンターにお越しいただくか、お電話で受け付けています。



お知らせ 飯山雪国大学「まなビバ！」 D.T.Mについて学ぼう！

【問】 申込先 飯山市公民館 TEL 0269-62-3342

市民の皆さまがリーダーとなり、「好き」や「得意」をテーマに学び場を作っていく、飯山雪国大学「まなビバ！」
 今回はコンピューターを使用して作曲するD.T.Mがテーマです。D.T.M歴30年の丸山さんと一緒に、D.T.Mの魅力や使用する機材について語り合い学びましょう。

- ◆日時 11月7日（土）13:00～14:30
- ◆場所 飯山市公民館 101 会議室
- ◆話題提供者 丸山彰壽さん
- ◆対象 飯山市在住または在勤の成人の方
- ◆定員 10名（応募者多数の場合は抽選）
- ◆持ち物 筆記用具、（以下、DTMをしている方）ご自身の作品があればお持ちください。
- ◆申込締切 10月25日（日）
- ◆申込方法 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。



お申込はこちら

第8回 いいやま音楽祭

《10年目のなちゅらの秋、華やかに。新しい音楽祭の幕開けです!》

【問】 飯山市文化交流館 なちゅら Tel. 0269-67-0311 火曜休館

毎回満席のお客様をお迎えして、華やかに秋を彩る「いいやま音楽祭」。市民の手作りによるこの音楽祭も、多くの皆さまに支えていただき、第8回を迎えます。今年の音楽祭は、ベートーヴェン 交響曲第9番《合唱》全楽章、そしてオペラの名曲の数々を100人の市民合唱団が魂の歌声でお届けします。

- ◆日時 11月22日(日) 14:00開演(13:15開場)
- ◆場所 飯山市文化交流館なちゅら 大ホール
- ◆出演 合唱：いいやま音楽祭合唱団(合唱指導：山崎浩 ピアノ：松澤達弥)
管弦楽：フィラルモニカ・ジャコモ・ブッチーニ(指揮：苦米地英一)
ソリスト：佐藤亜希子 佐々木睦美 新海康仁 伊藤和広

- ◆プログラム
G. ヴェルディ《ラ・トラヴィアータ》より 乾杯の歌
G. ビゼー《カルメン》より ハバネラ
G. ブッチーニ《菊》弦楽オーケストラによる
G. ロッシーニ《セヴィリアの理髪師》より 俺は町の何でも屋
ベートーヴェン 交響曲第九番《合唱》全楽章

- ◆チケット 【全席自由】一般2,500円 高校生以下1,000円(一般当日券は500円プラスとなります)
※未就学児も座席を利用する場合は高校生以下の料金が必要です。

- ◆チケット販売開始 10月10日(土)

- ◆チケット購入・お問い合わせ 飯山市文化交流館なちゅら【火曜日休館(祝日の場合は翌平日) 9:00~17:00】

- ◆主催 飯山音楽祭実行委員会



地区館情報

※市外局番 0269

飯山公民館
Tel. 62・3342

◇りんご飴作り体験

自分で選んだりんごまたはぶどうで飴を作ろう!

時 10月18日(日)午前9時

場 飯山市公民館集合

※詳しくは隣組回覧のチラシをご覧ください。

◇寺のまち いいやま

寺巡りハイキング

時 10月18日(日)

午後1時20分

場 飯山市公民館集合

※今年は正受庵から慶宗寺のコースを周ります。

秋津公民館
Tel. 62・2330

◇とんぼの里まつり開催

8月2日農村公園(とんぼの里公園)でとんぼの里まつりを開催しました。

当日は、少し厚めの雲がお日様をさえぎり、ほどよい暑さの中、子どもから

通じ平和記念公園へ捧げられました。

◇スポーツ健康吹き矢

体験教室

一社スポーツ吹き矢振興協会飯山支部の方々に講師に迎えて行いました。吹き矢を吹く際の基本動作や呼吸法なども教えていただき、楽しく得点を競いながら心身の良いリフレッシュになりました。

◇飯山市駅伝大会

常盤チーム練習開始

常盤チームでは、9月15日に選手会を行い、16日(水)より練習を開始します。平日の夜7時から長峰グラウンド外周で練習しています。一緒に走りたい方を募集しています。

太田公民館
Tel. 65・4579

◇サマーフェスティバル

in太田

8月23日、「サマーフェスティバルin太田」を開催しました。北竜湖でカヌー体験し、公民館でニュースポーツ(フロッカー、ラダーゲッター)体験や駄菓子屋、かき氷、わたあめ、スパイボールすくいなど楽しみま

◇【富山県魚津市×木島公民館】

ミニ蟹騒動in木島

恒例の木島地区文化祭に併せ、飯山市の観光交流都市・魚津市と観光交流を行います。

魚津から直送の「捕れたての紅ズワイ蟹」「鱒寿司」「ホタルイカ(冷凍)」など海産物のほか魚津市の特産品を展示・販売します。詳しくはお問合せください。

時 11月1日(日)午前11時

場 木島公民館

◇ミニ灯籠まつりin木島

8月11日に中止となった「いいやま灯籠まつり」に展示される予定だった木島の子どもの灯籠を文化祭会場に展示(点灯)します。詳しくはお問合せください。

時 11月1日(日)午前9時

場 木島公民館

柳原公民館
Tel. 62・5562

◇飯山市駅伝大会

柳原チーム始動

柳原公民館では、飯山市駅伝大会に向けて、監督・コーチ会議、集落館長・専門部員が出席したチーム発

◇富倉地区 秋のスポーツ大会

第9回ボッチャ大会を開催します。仲間と一緒にゲームをし、笑って元気をもらい、楽しい一日を過ごしにきませんか。(詳細は、配布のチラシをご覧ください)

時 10月18日(日)

午後1時30分

場 富倉地区

活性化センター1階

外様公民館
Tel. 62・1029

◇広井川まつり

8月2日に外様地区子ども会育成会との共催で第36回「広井川まつり」を開催し、約40名が参加しました。

魚のつかみ取りでは、例

した。

◇駅伝練習

9月14日から駅伝練習が始まりました。今年は、昨年より上位を目指します。また雨天時には、旧戸狩小体育館で練習を行います。

岡山公民館
Tel. 69・2010

◇小中学生 夏休み体験教室

地区育成会との共催で8月2日に津南町にある農と縄文の体験学習館「なじよもん」で施設めぐり&工作体験を開催しました。みんなで千成ひょうたんのランプシェード作りに挑戦しました。思い思いの素敵なランプシェードができました。



世界にひとつだけのランプシェード



金魚すくいを楽しみました

木島公民館
Tel. 62・0555

◇お盆ソフトボール大会

8月14日に恒例のソフトボール大会を開催しました。参加した9チームによるトーナメント戦では、ホームランやファインプレーが数多く見られ、会場全体が盛り上がりました。優勝…いつもの上新田 準優勝…野坂田エアーズ 三位…安田ホワイトソックス



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12-1-1
TEL 0269-621-2840 FAX 0269-621-2904
Mail s.fukusi@iyama-catv.ne.jp

おかげさまで80周年

赤い羽根共同募金運動が

10月から始まります

今年もご協力をお願いいたします

今年も10月1日(木)から12月31日(木)まで全国一斉に「赤い羽根共同募金運動」が展開されます。この運動は今年で80周年を迎えました。長きにわたりご協力をいただきありがとうございます。皆さまの熱意ある募金活動と寄付者のご理解に支えられて社会福祉事業や地域住民の福祉向上に大きな役割を果たしています。

今年度の目標額は

534万円

この赤い羽根共同募金は、予め募金の使途計画を立てたうえで運動を行う



「計画募金」で、地域の福祉課題を解決するための取り組みに必要となる金額を目標額としています。今年度の飯山市の目標額は534万円となります。

皆さまのあたたかい

ご支援をお願いします

募金活動は各世帯を対象とした戸別募金、企業や官公庁等の職員を対象とし



インターネットからの募金も受付ています

その他、インターネットからの募金方法として左の二次元コードからも募金可能です。ご活用ください。

た職域募金、施設や店舗等を対象とした街頭募金などで行われます。皆さまのあたたかいご支援をよろしくお願いいたします。

○福祉活動応援助成金 申請募集

地域に根差した住民の助け合い活動等を行うさまざまな分野のグループ・団体を応援するため、共同募金を財源として助成を行います。



地域の福祉活動
にかかる費用を
助成します！

募集期間

令和8年(2026年)10月1日(木)～10月30日(金)

助成期間

令和9年(2027年)4月1日(木)～令和10年(2028年)3月31日(金)

その他申請方法等の詳細は当協議会ホームページをご覧ください。お問い合わせ下さい。(☎0269・62・2840)

助成金の概要

■助成対象事業

- ①高齢者、障がい児・者と地域住民の交流を目的とした活動
- ②孤立・孤独に対する支援活動、居場所づくり
- ③高齢者、障がい児・者の移動・外出支援
- ④福祉施設・病院への訪問活動
- ⑤地域見守り支援活動
- ⑥地域住民への福祉普及活動
- ⑦その他の地域福祉推進に関する活動で会長が特に必要と認めたもの

■助成額

対象経費の10分の8以内とし、4万円を上限とする(千円未満は切り捨て)

■対象団体

- 地域福祉活動を推進する団体等で、次の要件を満たしていること
- ①団体・グループ・NPO 法人においては規約が定められており、事業計画と予算が策定されていること
 - ②赤い羽根共同募金活動に協力いただけること
 - ③反社会的勢力と関係を有する団体等ではないこと

第71回 社会福祉大会を開催

人と人との絆を深め合い助け合う福祉のまちづくりを推進しよう！

当協議会では、誰もが安心して自分らしく暮らし続けられる福祉のまちづくりを推進しています。去る8月30日、飯山市文化交流館なちゅらにて第71回飯山市社会福祉大会を開催しました。大会では、多年にわたる社会福祉事業に携わっていただいた方々への表彰式を行い、本年度は1団体10名の方が受賞されました。



岸田 隆さんによる講演の様子

続いて福祉教育推進事業の事例発表として、「飯山市認知症キャラバン・メイト連絡会」の会員の皆様に地域で認知症の方を見守るため、認知症についての症状や対応の仕方など、寸劇を交えて発表していただきました。誰もが地域の中で見守り隊となり、認知症になってもこわくない地域づくりを願います。

記念講演では「社会福祉

法人森と木」理事長の岸田隆さんをお迎えし、『誰一人取り残さない地域に向けて』多様性と包摂の視点』というテーマでお話しいただきました。岸田理事長は高校3年生の時に飯山市の常岩の里ながみねへ実習に行き、知的障害者の支援に興味をもったことをきっかけに23年前に社会福祉法人を立ち上げられたそうです。講演の中で、アジアでは障がいがある方を家族で支援す



キャラバン・メイト連絡会発表の様子

るため、社会的な介入が少ないようですが、近年、社会的孤立が深刻化し、生きづらさを抱えている人が多くなっています。障がいは社会で支えていかなくはとの思いから、家族支援をしつかりしていきたいと家族支援センターを設立され、障がいのある人もない人も共に地域で暮らしやすい地域づくりを進めていきたいとお話しいただきました。

第71回飯山市社会福祉大会被表彰者「社会福祉功労者」

瑞穂地区更生保護女性会さま
平成17年のデイサービスセンター瑞穂開所当時から多年にわたり、利用者との交流や環境整備などのボランティア活動を通じ、地域福祉の向上に尽力されました。

佐藤 友香さま
滝澤 まゆみさま
村石 梓さま
堀崎 典子さま
野口とし子さま
社会福祉法人めぐみ隣保会めぐみ保育園において、乳幼児保育の充実と発展のため多年にわたり従事され、福祉の向上に尽力されました。

宮澤 純子さま

平成21年から令和7年まで、集落サロンの世話人として、多年にわたり地域福祉



長年社会福祉事業に携わった表彰者の皆さま

の向上に尽力されました。
鈴木 聡子さま
平成25年から令和6年まで、集落サロンの世話人として、多年にわたり地域福祉の向上に尽力されました。
高橋 うめ子さま
平成26年から令和6年まで、集落サロンの世話人として、多年にわたり地域福祉の向上に尽力されました。
松澤 初代さま
出沢 すみ枝さま
平成28年から令和8年まで、飯山市社会福祉協議会で実施している配食サービスのとうと衆として、多年にわたり地域福祉の向上に尽力されました。

助成の概要

地域の防災・減災活動に必要な物品の購入に利用できます。

■対象となる団体

事業の目的などを定めた会則等を有する、非営利の住民組織団体など（自治会・自主防災組織など）※これまでにこの助成を受けたことがない団体が対象です。

■助成の内容

地域の住民を対象とした、防災・減災活動に必要な物品の購入
《購入できる物品の例》
発電機、AED、無線機、ヘルメットなど

■助成額

1 団体あたり最大 20 万円



長野県共同募金会では、地域の防災・減災活動を応援するため、自治会や自主防災組織などが行う防災用品の購入を助成します。
申請を希望される団体は、当協議会ホームページまたは飯山市福祉センター窓口で配布する申請書に必要事項を記入し、飯山市共同募金委員会

（飯山市福祉センター）へ提出してください。
■募集期間
令和8年（2026年）9月1日（火）～11月30日（月）
■助成期間
令和9年（2027年）4月1日（木）～令和10年（2028年）3月31日（金）
■お問合せ
飯山市福祉センター
（0269・62・2840）

自治会などの防災活動を応援します
安心・安全なまちづくり配分（長野県共同募金会）

ご寄附・ご訪問

令和8年7月21日～令和8年8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
小林 和由 さま	2,400 円 ご寄附 (古切手買取)	善意銀行 善意銀行	匿名 さま	紙芝居	デイサービス ゆきつばき 舞姫の里
相澤 はま江 さま	くず入 ご寄附		関谷 公典 さま	バルーンアート	
JA ながの女性部みゆ き地区飯山支部 さま	ゴミ袋 ご寄附		飯山地区更生 保護女性会 さま 高校生1名 さま 中学生1名 さま	夏祭り	
匿名 さま	古布、くず入 ご寄附	デイサービス外様	伊藤 さま	笛演奏	
高橋 トミ子 さま	オムツ類 ご寄附	デイサービス ゆきつばき 舞姫の里	岡田 さま 田中 さま	ピアノ、琴、歌	デイサービス ゆきつばき、瑞穂
匿名 さま	紙パンツ、尿とりパッ ド、トロミ剤等 ご寄附		絵本コミュニ ケーター さま	紙芝居、手遊び	デイサービス ゆきつばき夕月の里
武田 さま	衣類 ご寄附		瑞穂地区更生 保護女性会 さま	布切り ボランティア	デイサービス瑞穂
匿名 さま	くず入、古布（タオル、 衣類）ご寄附	デイサービス 瑞穂	村上 みつ子 さま 宮崎 ゆかり さま 小林 夏央 さま	おまつりごっこ 手伝い	北部子育て 支援センター
瑞穂地区更生 保護女性会 さま	くず入 ご寄附		木島地区更生 保護女性会 さま	夏休み児童の 見守り	木島児童館
伊東 邦二 さま	くず入 ご寄附		岡 隼佑 さま	シャボン玉遊び	
小坂 キヨ子 さま	くず入、カット布ご寄附		お楽しみ朗読会 さま	読み聞かせ	
サマーアクションボランティアで訪問の施設 (7月24日～8月7日)			飯山地区更生保護女性会 さま	夏祭り	飯山児童クラブ 児童センター
受入施設名等（順不同、敬称略）			飯水岳北防犯協会女性部 さま	灯籠まつり 灯籠づくり	
秋津児童クラブ	子ども館きらら	グループホームゆりかご	飯山少年警察 ボランティア協会 さま		
木島児童館	城北児童クラブ	デイサービスゆきつばき	ティラノサウルズ さま	ティラノサウルス と遊ぼう	飯山児童クラブ 城北児童クラブ
湯の入荘	宅養老所ゆりかご	ケアセンター湯の入	わの会 さま	お楽しみ朗読会	城北児童クラブ
常岩の里ながみね	北部子育て支援センター		高校生ボランティア さま	夏まつり手伝い	
受入イベント（順不同）			ひまわりの会 さま	利用者との交流	湯の入荘
飯山市手をつなぐ育成会 余暇活動	湯の入荘カラオケ大会				
にこにこアキッズ プール遊び	老人ホームてるさと納涼祭				
親子ふれあい広場木島 水遊び、自由遊び	北部子育て 夏祭り				

サマーアクションボランティアでは、今年も 70 名余のボランティアの参加がありました！参加されたボランティアの皆さまにこの場を借りてお礼を申し上げます。ありがとうございました。

土曜日イベントを開催します！

湯の入荘では、土曜日の一般開放日を利用して年齢を問わず参加できるイベントを企画しました。1 回だけの参加也大歓迎です。（要申込）

10/10（土）、11/21（土） 12/12（土）

○ボイストレーニング
カラオケが上手になるよ♪
講師：誠一先生、かおる先生

○サンキャッチャー作り
自分だけのオリジナル作ってみませんか。
材料費：500 円

令和9年（2027年）2/13（土）、3/13（土）

○リバイバルダンス
あの曲♪なんだっけ？思い出しながらダンス
講師：さあや先生

時 間 全日程 10：00～12：00

参加費 入館協力費 300 円 ※小学生以下は無料

その他 売店等ございません。飲み物などはご持参ください。

申 込 事前申し込みが必要です。 湯の入荘 ☎ 65-3312

10/31（土）湯の入荘まつり ボランティア・フリマ出店者募集中！

湯の入荘まつりのお手伝いをしてくださるボランティアと、お祭りを一緒に盛り上げてくださるフリーマーケットの出店者を募集中です♪
※出店希望の方は湯の入荘へお早めにお申込みください。
また、当日は入館協力費のみ別途いただきます。



デイサービス
舞姫の里
夏まつりを
開催しました

8月1日～7日、デイサービスセンターゆきつばき舞姫の里で夏まつりを開催しました。当日は、金魚すくいやたこ焼き、玉入れなどのレクリエーション、バルーンアートのショーなどで、ご利用者の皆さまは笑顔あふれる楽しい時間を過ごされました。地域のボランティアの皆さまやご協力いただいた皆さまありがとうございました。

◎災害義援金 ご協力お願いします

千葉県、豪雨災害や熊本県の地震災害など、他5県（滋賀県、岩手県、石川県、新潟県、富山県）で災害義援金を募集しております。当協議会窓口におきまして、受付しております。詳しくは、二次元コードからご確認ください。



詳しくはこちら↑

10 月送迎 / 行事計画

日	曜	地 区 ・ 団 体 等
1	木	大久保 8:40（さくら会 9:30）
2	金	野坂田 8:50
3	土	ドレミの会
6	火	カラオケ同好会
7	水	西大滝 8:40
8	木	山野下会 8:40（さくら会 9:30）
9	金	湯の入荘ゲートボール大会
10	土	土曜日イベント（ボイトレ 10:00）
14	水	坂井 9:00
15	木	今井 9:00（さくら会 9:30）
17	土	月例カラオケ大会（10 月のみ第 3）
20	火	カラオケ同好会
21	水	高砂会 8:40
22	木	戸狩 8:50（さくら会 9:30）
23	金	上倉 8:40、奈良沢 8:50
24	土	カラオケ OB 会
27	火	若葉会
28	水	かすみ草
29	木	さくら会 8:40
31	土	湯の入荘まつり

※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

相談日のご案内

結婚相談事業 ☎：0269-62-7030

♥ 結婚相談（要予約）

10月3日（土）、10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）

総合相談事業 ☎：0269-62-2840

● 総合相談（予約不要）

10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

Data file

飯山市の人口と世帯

■住民基本台帳人口【8月31日現在】

男	女	総人口	世帯数
8,795 人 (-13人)	9,190 人 (-20人)	17,985 人 (-33人)	7,787 世帯 (-14世帯)

出生：4人 死亡：28人 転入：43人 転出：52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【8月1日現在】

男	女	総人口	世帯数
8,391 人	8,768 人	17,159 人	7,038 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【8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	1	0	0	0	3
救助	1	1	0	0	0	0	2
救急	150	24	29	18	4	0	225

今月の標語：想定外 想定しての 防火策

飯山市の気象【8月】

平均気温	25.4℃	(+0.7℃)
最高平均気温	31.5℃	(+1.9℃)
最低平均気温	21.0℃	(+0.6℃)
日照時間月計	193.4 時間	(95%)
降水量月計	177.0 mm	(137%)

※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【8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)	8/26	曇	1m	0.05 μSv/h
旧岡山小学校(岡山)	8/26	曇	1m	0.04 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1mSv未満＝毎時0.23 μSv未満

エコパーク寒川ごみ処理量【8月】

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
当月	390ト	22ト	412ト	12ト
前年同月比	101%	96%	101%	109%

【ひとこと】くもう着ない タンスの肥やし 再利用 >
10月に古着回収を行います。出し方については、分別ガイドブックをご覧ください。

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
8月31日	16	0	20
前年同期	14	0	16

交通安全の標語：しあわせをつなぐ信濃路 ゆずり合い

- ◆譲ります（一部有料）
かんじき②、漬物樽②、鏡台②、食器棚②、学習机②、電動ベッド②、洋服タンス②、古紙ストッカー②、虫かご①、ソファークセット①、ポータブルトイレ①、ローリータンク②、ゴルフクラブセット②、モニター①、デスクトップパソコン①、冷蔵庫①、他 42 点
- ◆譲ってください
手芸用品全般、食器保存瓶(小型)、炊飯土鍋、ファンヒーター、ブルーレイレコーダー、石油ストーブ、他 20 点

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)

不用品な方から入用な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！

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。

富山県高岡市高岡市Takaoka City

第46回高岡万葉まつり
第37回万葉集全20巻朗唱の会

「万葉集全20巻朗唱の会」は日中は高岡古城公園での朗唱、夜間は事前に募集した動画の放映を行い、万葉集全20巻4,516首を歌いつなぎます！現在、会場で朗唱していただける方を募集中です。芸能発表・お茶会・屋台村など朗唱以外のイベントも開催します。10月2日・3日・4日は富山県高岡市高岡古城公園で、万葉ロマンの幽玄な世界に親しみましょう。詳しくは高岡万葉まつりホームページをご確認ください。

■日程

10月2日（金）午前9時30分から4日（日）午後6時30分まで（朗唱の様子は高岡万葉まつりYouTubeチャンネルでもご覧いただくことが可能です）

■会場

高岡古城公園

■お問い合わせ

万葉まつり実行委員会（高岡市観光交流課）
Tel. 0766-20-1301



二次元コードでホームページをチェック！

富山県魚津市魚津市Uozu City

魚津産業フェア
まるまる魚津



魚津産業フェア〇〇（まるまる）魚津は、魚津市の商工業・農林水産業をまるごと一堂に集め行われる展示会です。地元飲食店によるグルメブースや焼きサンの無償提供、カニの販売等見どころ盛りだくさんとなっております。

■日程

10月17日（土）午前10時から午後4時まで
10月18日（日）午前10時から午後4時まで

■会場

ありそドーム（魚津市北鬼江 2898-3）

■お問い合わせ

魚津商工会議所 Tel. 0765-22-1200
魚津市商工観光課 Tel. 0765-23-6195



二次元コードでホームページをチェック！

富山県富山市富山市Toyama City

第66回 富山まつり

「第66回富山まつり」を今年も盛大に開催します。よさこい、おわら、グルメやスイーツなど、子どもから大人まで楽しめるイベントが盛りだくさんです。ぜひお越しください。

■期間

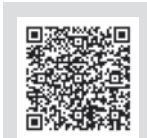
9月26日（土）、27日（日）

■場所

富山城址公園・富山城址大通りほか

■問い合わせ先

富山市観光政策課
TEL：076-443-2072 FAX：076-443-2184



二次元コードでホームページをチェック！



税金など【納期 11 月 2 日(月)・口座振替日 10 月 26 日(月)】 市・県民税（3 期）国民健康保険税（4 期）介護保険料（7 期）後期高齢者医療保険料（4 期）旧統合簡水区域・斑尾簡水区域上下水道使用料（8・9 月分）CATV・インターネット使用料（10 月分）		
1	木	
2	金	
3	土	・ なちゅらる寄席「林家木久彦」（文化交流館なちゅら）【19ㄱ参照】 ・ 学びのエリア秋まつり（飯山市公民館ほか）【4 日まで】【17ㄱ参照】
4	日	・ いいやま脱炭素フェア 2026（文化交流館なちゅら）【5ㄱ参照】
5	月	・ オレンジカフェ（柳原地区活性化センター）
6	火	・ 心の健康づくり講演会（飯山市公民館）
7	水	 4 カ月健診・ママサポ
8	木	・ 第 35 回飯山市教育長杯市民マレットゴルフ大会（長峰マレットゴルフ場）  受付時間 17：30～19：15
9	金	・ 児童手当定時払い  離乳食教室
10	土	・ 資源物休日回収 8：30～11：00（市役所周辺駐車場）
11	日	・ 第 66 回飯山市長杯争奪バレーボール大会（高校・一般の部）（市民体育館） ・ 第 53 回飯山市駅伝大会（勤労者体育館～旧戸狩小学校） ・ G.M.C.「ガチで、斑尾、チャレンジ」（県道 97 号線 飯山斑尾新井線）  受付時間 8：45～11：45
12	月	・ 第 44 回市民弓道大会兼昇段昇格祝射会（弓道場）・ teamtaku CUP TAKE AIR 2026（市営飯山シャンツェ）
13	火	
14	水	・ 第 6 回夏季交流大会（予選）（ゲートボール）（屋内運動場）  ママサポ
15	木	
16	金	
17	土	・ 飯山市青少年芸術祭展示部門（飯山市公民館）【18 日まで】 ・ 講談社 本とあそぼう全国訪問おはなし隊によるおはなし会（市立飯山図書館）【23ㄱ参照】
18	日	・ 千曲杯家庭婦人バレーボール大会（市民体育館）・ 飯山市民交流テニス秋季大会（市営庭球場） ・ 第 31 回みゆき野生生涯野球大会（市営野球場）・ 第 47 回飯山市ジュニア駅伝大会（多目的グラウンド）
19	月	
20	火	・ 総合相談【30ㄱ参照】・ オレンジカフェ（飯山市保健センター）
21	水	・ 夏季交流大会表彰・エキシビジョン（ゲートボール）（屋内運動場）  1 歳 6 カ月児健診・ママサポ
22	木	・ 出張年金相談【30ㄱ参照】  受付時間 17：30～19：15
23	金	・ 廃食用油・古着の回収 9：00～11：00（市役所西側車庫）
24	土	・ 北信地区中学校体育大会新人大会バスケットボール男子（市民体育館）
25	日	・ 飯山市長選挙および飯山市議会議員一般選挙投票日・第 24 回秋桜杯家庭婦人バレーボール大会（市民体育館） ・ 第 71 回高松宮賜杯北信大会（軟式野球）（市営野球場）【11 月 3 日も開催】
26	月	
27	火	
28	水	 ママサポ
29	木	・ 第 39 回飯山市マレットゴルフ協会長杯市民マレットゴルフ大会（長峰マレットゴルフ場）
30	金	 2 カ月児ママの会
31	土	・ 飯山雪国大学教養講座「修学旅行の歴史」（飯山市公民館）【16ㄱ参照】

 乳幼児健診

 ママサポートプログラム

 2 カ月児ママの会

 マイナンバーカード申請・交付・更新窓口（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 13ㄱの答え】① ゲートキーパー
家族や地域、職場、保健、教育の場面など自殺に関する知識を学べば、誰もがゲートキーパーになります。

種 類	区 分	日 付	時 間	内 容・対 象 等	場 所
 乳幼児健診	4 カ月児	10 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 0269-67-0727
	10 カ月児	お休み			
	1 歳 6 カ月児	10 月 21 日 (水)			
	2 歳児	お休み			
	3 歳児				
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。			
 ママサポート プログラム	mamaとbabyの しあわせトーク	10 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	10 月 14 日 (水)	午前 10 時～午前 11 時 30 分 ※受付：午前 9 時 30 分～		
	【学習】 助産師のおはなし	10 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	10 月 28 日 (水)	午前 9 時 30 分～午前 11 時		
離乳食教室		10 月 9 日 (金)	午後 2 時～	令和 8 年(2026 年) 5 月生まれ のお子さんのお母さんが対象です。	
2 カ月児ママの会		10 月 30 日 (金)	午後 2 時～午後 3 時 30 分	令和 8 年(2026 年) 8 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		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	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	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					女性の悩みや困りごとの相談
いじめ電話相談			市役所 1 階 相談室	市役所相談室 TEL 0269-67-0742	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	10 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	10 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）

