



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 (写真1・2)
 - ・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。

原子爆弾によって 奪われたもの

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

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。

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いました。

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。



Pick up!

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。

Pick up!



iネット飯山 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

現在は
こちらです事業承継
を選択!

■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

Pick up!



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



企画財政課 公共交通係 TEL 0269-67-0722

令和7年度(2025年度)に実証実験を行った「いいやま相乗りタクシー」の本格運行が、10月1日(木)からはじまります。愛称は「ゆきんこ号」です!運行内容や予約方法の詳細は、広報飯山9月号とあわせて案内パンフレットを配布しましたのでご確認ください。

【利用説明会について】

いいやま相乗りタクシー「ゆきんこ号」の利用方法(LINEを使った予約方法など)や、高齢者等を対象にした「得とく割引」の利用申し込み方法について説明会を開催します。

■日時・場所

日時		場所
9月25日(金)	10:00~11:00	飯山市公民館(講堂)
	15:00~16:00	富倉地区活性化センター 柳原地区活性化センター
9月28日(月)	10:00~11:00	外様地区活性化センター 常盤地区活性化センター
	15:00~16:00	岡山地区活性化センター 太田地区活性化センター
9月29日(火)	10:00~11:00	秋津地区活性化センター 瑞穂地区活性化センター
	15:00~16:00	木島地区活性化センター
10月6日(火)	9:00~11:30	飯山赤十字病院

■参加方法(事前予約制)

説明会は予約制となります。参加をご希望の方は、開催日前日までに上記連絡先までお電話いただき「ご希望の日時・場所」をお伝えください。
※飯山赤十字病院での説明会は予約不要です。診察の待ち時間等にぜひお気軽にお立ち寄りください。

■出前説明会・個別訪問のご案内

各区や各種団体などのグループ単位での開催のほか、外出が困難な方への個別訪問による説明も承ります。担当職員がお伺いして説明いたしますので、ご希望の方は上記お問い合わせ先までお気軽にご相談ください。
※日程調整にお時間をいただく場合がございます。

Pick up!

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(木)まで

令和8年(2026年)10月1日(木)以降



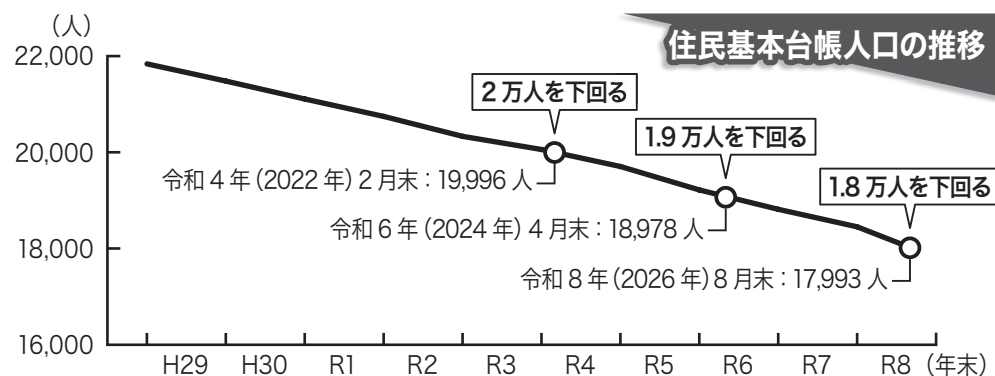
令和8年（2026年）8月末現在の住民基本台帳人口が、ついに1万8000人を下回りました。飯山市では、令和4年（2022年）2月末に2万人を割り、令和6年（2024年）4月末には1万9000人を割るなど、人口減少に歯止めがかけられない状況です。

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イに勤務され、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だけのような良い循環を作りたい」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、名古屋に続き3回目となります。当日は20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。

この合宿は、国分寺市の



国分寺市と飯山市の小学生で記念撮影



ウォークラリーを楽しむ国分寺市の小学生

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教室

■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効(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

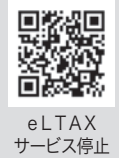
■重点項目

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

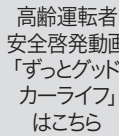
④高齢者の交通事故防止



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お聞きしますので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。



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 026-235-17468

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

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

■支給対象世帯

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。

■申出方法

○現在も飯山市で生活保護を受給している支給対象世帯
手続きの必要はありません。準備が整い次第、通知・支給を進めています。

○平成25年(2013年)8月から令和8年(2026年)3月までの間に飯山市で生活保護を受給し、現在は廃止となっている世帯
申出が必要です。申出に必要な書類はお問合せください。申出期間は令和9年(2027年)7月30日(金)までです。

※詳細については市ホームページをご覧ください。

お家の終活セミナーを開催します

移住定住推進課 空き家対策係 Tel 0269-67-0740

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



二次元コードで
ホームページを
チェック！

結核二次検診の日程

受診料無料

保健福祉課 健康増進係 Tel 0269-67-0727

65歳以上の方を対象に結核検診を行います。対象の方には事前に検診票を送付しますので、ご確認ください。感染症予防のため、発熱・咳等の症状がある方は受診をご遠慮ください。

実施日	地区	会場名	受付時間
10/26 (月)	秋津	秋津地区活性化センター	9:00 ~ 9:50
	木島	木島地区活性化センター	10:10 ~ 10:50
	瑞穂	瑞穂地区活性化センター	11:10 ~ 11:50
	常盤	常盤地区活性化センター	13:00 ~ 14:00
10/27 (火)	岡山	岡山地区活性化センター	9:00 ~ 9:20
	太田	太田地区活性化センター	9:50 ~ 10:10
	外様	外様地区活性化センター	10:30 ~ 10:50
	柳原	柳原地区活性化センター	11:00 ~ 11:20
	富倉	富倉地区活性化センター	11:40 ~ 11:50
	飯山	飯山市保健センター	13:00 ~ 14:30

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

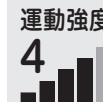
専門家の指導による運動強度の違う5つの教室を実施しています。フレイル予防にお役立てください。ただし、要介護認定を受けている方は参加できません。詳しくは、地域包括支援センターまでお問い合わせください。

■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)



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 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!
☎0269-27-4886
古物商許可証番号:長野県公安委員会第481032000010号

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!

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 農直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 後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
おどりましょう

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。