

クロスアップ

未来を拓く、たくましい子どもが育つための――。

飯山の新たな学校づくり計画

子どもの目指す姿

自己教育力を持ち、
自分の夢の実現に向け、
新たな時代を生き抜く力を持つ子ども

が育つ環境を整備します

学ぶための環境 (適正規模・配置)

●小学校

城南・城北中学校区ごとにそれぞれに
1校の統合小学校配置を計画

■飯山・秋津・木島小学校

→統合小学校(城南中学校区)
【令和12年開校】

■泉台・東・常盤・戸狩小学校

→統合小学校(城北中学校区)
【令和7年開校】

●中学校

15年後を目標に1校の統合中学校の
配置を計画

学校づくりの施策 (新たな施策)

●人・物・財源の活用

統合により発生する資源等を活用し、さらなる教育の充実を図る

●小中連携教育カリキュラムの推進
小中9年間の連続性による学びの向上やキャリア教育など、子どもの教育環境の充実を図る

「飯山の新たな学校づくり計画」は、少子化などによる学校・保育園の課題について、具体的に取り組むための計画です。昨年に計画案を作り、11月下旬から説明会を行い、今年1月に策定しました。この計画の内容について、抜粋してお知らせします。

計画のはじまり

学校は、「今を生きる場であり、将来を準備する場」です。

市は、小中学校のその時々課題・変化に対応し、学校の新築・改築、通学区の変更や統廃合を行ってきました。

全国的な少子化の中、飯山市も少子化が進んでおり、児童・生徒数の減少で、学校運営や教育活動・部活動などに課題が生じています。この課題に対し、具体的に取り組む必要があります。

具体的な検討

子どもにとって望ましい保育・教育環境の将来像について審議するため、平成29年に「飯山市保育園・学校課題検討委員会」を設置しました。その後、令和元年には、具体的な適正規模等について検討するため「飯山市学校・保育園適正規模等検討委員会」を設置、審議し、その内容について、答申がありました。

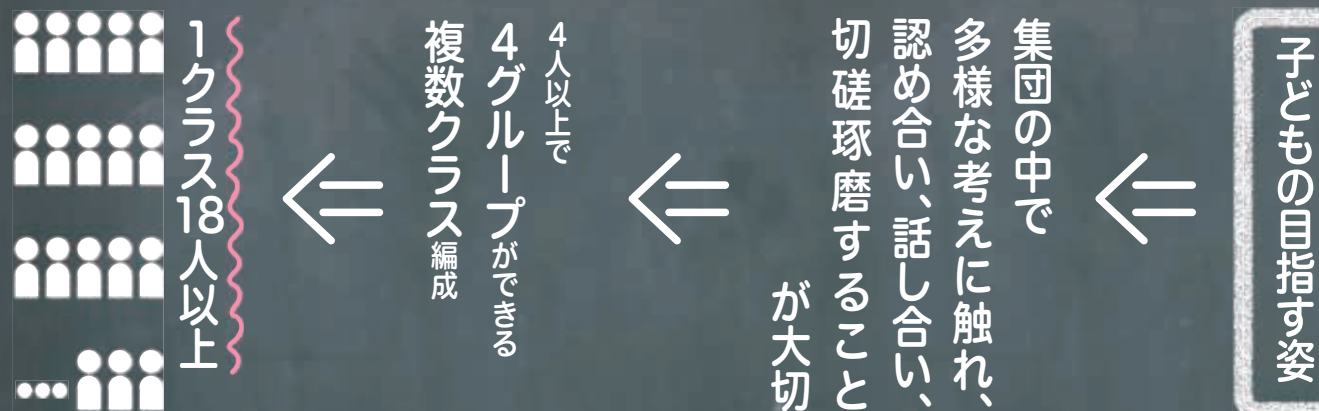
◆答申内容(抜粋)

- ・1学年で2クラス以上(複数学級・中学校区ごとの統合小学校配置)
- ・統合時期は、城北中学校区が5年後、城南中学校区が10年後を目標
- ・統合中学校は15年後を目標に改めて検討 など

計画を策定・実施

この答申を受け、計画案を作成し、皆さまの意見をいただきながら「飯山の新たな学校づくり計画」を策定しました。この計画に基づき、未来を拓く、たくましい子どもを育てるため、統合小学校の整備を進めて参ります。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

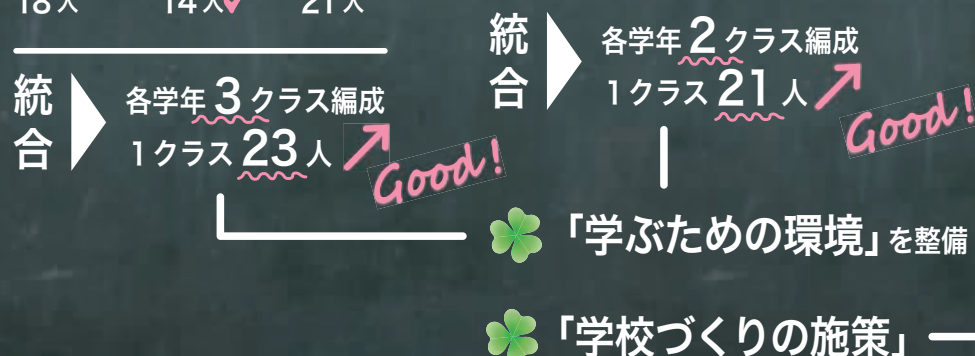
整理してまとめてみよう！(概要)



学校別クラス平均人数等の現在と統合後

	飯山小	秋津小	木島小	戸狩小	東小	常盤小	泉台小
現在	24人	19人	23人	20人	10人✓	11人✓	16人✓
5年後	21人	16人✓	24人	15人✓	7人✓	10人✓	10人✓
10年後	18人	14人✓	21人				

飯山小だけが10年後まで複数学級で、その他の小学校は、1学年1クラス。





学ぶための環境（適正規模・配置）



学校づくりの施策（新たな施策）



◆通学方法は？

教育委員会で現在の通学方法の見直しも含め検討した後、統合小学校区ごとに「通学方法検討委員会（仮称）」を立ち上げ、中学校も併せ検討します。

◆児童クラブはどうなるの？

小学校統合に伴い、児童クラブ・児童センターも統合が必要です。

○城北中学校区

統合小学校と併設するのか、歩ける範囲に施設を整備するのか、どんな機能を整備するのかなどの検討が必要です。「建設検討委員会（仮称）」を立ち上げ、城北中学校区統合小学校整備に併せ検討します。

○城南中学校区

飯山小学校近接の「飯山市子ども館きらら」を利用する予定です。将来的な児童数を考慮しても収容可能と考えます。

◆使わなくなった校舎は？

統合後の空校舎等の利用は、市内部で研究した後、「後利用等検討委員会（仮称）」を立ち上げ検討を進めて行きます。

●小学校

子どもにとって、必要な環境として、集団の中で多様な考えに触れ、認め合い、話し合い、協力し合い、切磋琢磨することが重要です。子どもの目指す姿として「自己教育力を持ち、自分の夢の実現に向け、新たな時代を生き抜く力を持つ子ども」の観点から、1学年複数学級による交流の確保とグループ学習などができるよう1クラス18人以上のクラス編成が望ましいと考えます。また、今後の児童の推移や通学方法等も考慮し、城南・城北中学校区ごとそれぞれに1校の統合小学校配置を計画しています。

	■飯山・秋津・木島小学校 （城南中学校区）	■泉台・東・常盤・戸狩小学校 （城北中学校区）
時 期	10年後（令和12年頃）	5年後（令和7年頃）
場 所	飯山小学校敷地	城北中学校グラウンド（南側）
整備方法	新設、改修の両方で今後検討	新設

●中学校

中学校の生徒数・学級数の推移から、15年後に城北中学校で全学年が単級となる見込みです。将来的には「1校の統合中学校配置」とし、統合時期は15年後（令和17年）を目標とします。場所等は、10年後の市の状況等を考慮し検討します。



●人・物・財源の活用

学校統合により発生する資源等（人・物・財源）を活用し、学校施設整備をはじめICT教育・英語教育のさらなる充実や、学力の向上・保障のための施策、ふるさと学習推進とキャリア教育のための施策を進めます。

（例えば）

■人的活用

小学校の教員（専科・加配）の確保、ICT教育・キャリア教育支援員やALT（外国語指導助手）の活用など各種教育の充実と教職員の育成による学力の向上・保障を図ります。

■物的活用

共通して必要な物品を効率よく購入でき、充実した学校環境が整えられます。コロナなどで休校となった場合のオンライン授業等に必要な環境整備など、更なる学習環境整備を図ります。

■財源活用

施設整備や人的・物的の更なる活用、保護者負担の軽減等について財源確保を図ります。

■ふるさと学習の充実

「飯山で学ぶ・飯山を学ぶ・飯山のために学ぶ」をコンセプトに「飯山学」を推進し、飯山を深く知り、ふるさと飯山をもっと好きになる「いいやまっ子」として、飯山を愛し飯山を担う子供が育つためのふるさと学習の環境整備をします。

●小中連携教育カリキュラムの推進

小学校から中学校に入学した際、学習のギャップをなくすなど、スムーズに中学への学習に進めるよう、小中9年間の連続性による学びの向上やキャリア教育など、子どもの教育環境の充実を図ります。

（例えば）

■小学校高学年からの「教科担任制の導入」

■小中学校の先生方の交流を深め、9年間の学びについての研究・実践

■小中（高）連携によるキャリア教育についての研究・実践

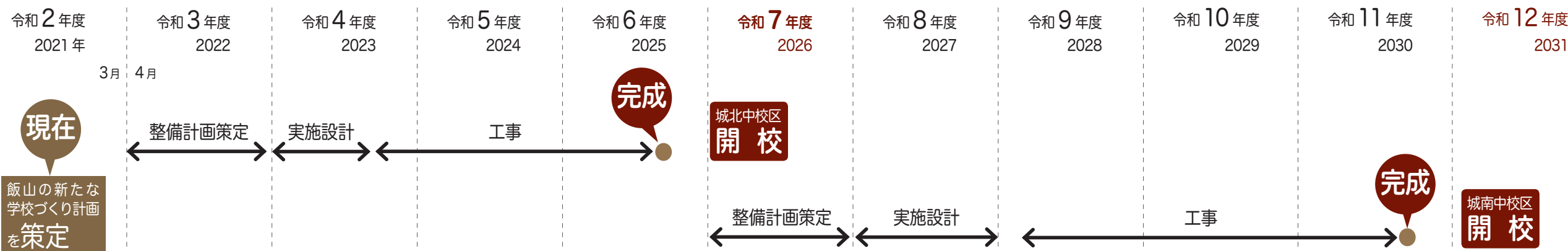
■義務教育卒業の中学3年生（15歳）時に、希望する進学先の選択が自由にできるための学力の確保「15の選択時の学力確保」



統合小学校開校までの主な流れ（予定）

城北中学校区
（泉台・東・常盤・戸狩小学校）

城南中学校区
（飯山・秋津・木島小学校）





市営住宅（金山団地・本町西団地・上新田住宅） の入居者を募集します

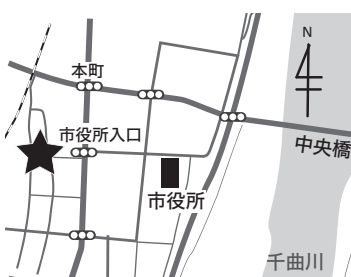
移住定住推進課 住宅係 ☎ 67-0740



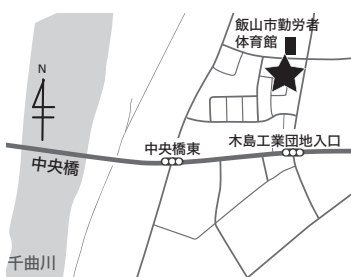
金山団地 D 棟



本町西団地



上新田住宅 C 棟



■戸数	1 戸（2 階）	1 戸（2 階）エレベータあり	1 戸（2 階）
■構造・設備	鉄骨造 2 階建て	鉄筋コンクリート造 4 階建て	鉄骨造 2 階建て
■間取り	2K（居室 2＋キッチン）	2DK（居室 2＋ダイニングキッチン）	2K（居室 2＋キッチン）
■家賃	14,500 ～ 21,600 円 / 月	17,100 ～ 25,500 円 / 月	13,400 ～ 20,000 円 / 月

以下 共通項目

■入居保証金	家賃 3 カ月相当額
■駐車場	各団地ごと条件等あり（詳しくはお問い合わせください）
■入居資格（抜粋）	・ 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 ・ 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 ほか
■入居可能日	令和 3 年 3 月 25 日（木）
■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《郵送不可》）
■申込期間	2 月 22 日（月）から 3 月 10 日（水）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》3 月 18 日（木）午前 10 時 00 分 【飯山市役所 4 階 第 1 委員会室】

コロナに負けない
For a future smile

新型コロナウイルス 感染症関連のお知らせ

新型コロナワクチン接種についてのお知らせ

新型コロナワクチン接種について、次のとおり実施を予定します。詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。
今後のワクチン等の状況により、変更となる可能性があります。

■時期

65 歳以上の方については、4 月以降から始められるよう準備を進めています。医療従事者等の後、高齢者、基礎疾患を有する方等の順に接種を進めていく見込みです。

接種券 発送スケジュール

3 月中旬から順次実施

医療従事者等 → 高齢者 → 高齢者以外の方

※医療従事者等の方の接種時期や方法は、勤務先を通じてお知らせする予定です。

■回数

1 人あたり 2 回（見込み）

■対象と接種順位

- (1) 医療従事者等
- (2) 高齢者（令和 3 年度中に 65 歳に達する、昭和 32 年 4 月 1 日以前に生まれた方）
- (3) 高齢者以外で基礎疾患を有する方や高齢者施設等で従事されている方
- (4) それ以外の方

※妊婦を優先するかどうか、子どもが接種の対象となるかなどは、安全性や有効性の情報などから今後国で検討。

■接種場所

原則、住民票所在地の市町村（住所地）の接種会場で接種を受けていただく予定です。なお、住所地以外で入院している方、施設入所されている方、お住まいが住所地と異なる方などは、住所地以外でワクチンを受けていただくことができる見込みです。具体的な手続きは、今後案内します。

■手続き・接種方法（今後変更の可能性あり）

- ① 「接種券」と「新型コロナワクチン接種のお知らせ」が市から郵送される
- ② ワクチンを受けることができる医療機関や接種会場を確認
- ③ 電話やインターネットで予約
- ④ 郵送された「接種券」と「本人確認書類（運転免許証、健康保険証など）」を持って接種会場でワクチンを接種。なお、接種費用は全額公費（無料）で接種出来ます。

■お問い合わせ

保健福祉課 健康増進係 ☎ 67-0727（直通）

後期高齢者医療保険・介護保険 保険料の減免があります【要件あり】

新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った場合や、事業収入等が減少（見込みを含む）した場合に、申請に基づき後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免が受けられる場合があります。

■減免となる納期

令和元年度分および令和 2 年度分の保険料（税）のうち、令和 2 年 2 月 1 日から令和 3 年 3 月 31 日までの間に普通徴収の納期限（特別徴収の場合は、特別徴収対象年金給付の支払日）が設定されているもの。

■対象（要件）・申請方法

減免を受けるための要件や申請方法など、詳しくは担当部署にお問い合わせください。

■申請期限

3 月 31 日（水）まで

■お問い合わせ

飯山市役所
○後期高齢者医療保険料
市環境課 国保年金係 ☎ 67-0726（直通）
○介護保険料
保健福祉課 高齢者介護保険係 ☎ 67-0727（直通）

飯山市で実施 スキー大会週間



1月16日から22日にかけて、飯山市で第43回長野県スキー大会週間が行われました。

会場は、アルペン競技が戸狩温泉スキー場ジェットコース、クロスカントリー競技が長峰クロスカントリーコース、ジャンプ競技が市営飯山ジャンツエでそれぞれで行われました。競技は、中学・高校の県大会のほか、国体長野県予選会、全国マスターズ大会長野県予選会などが行われました。

本コーナーでは、特に中学生、高校生について焦点を当て、それぞれの大会で優勝された皆さんをご紹介します。（関連裏表紙）

試合結果については、長野県スキー大会週間特設ホームページをご覧ください。



QRコードで
ホームページ
をチェック！



降りしきる雪の中、開催されたクロスカントリーリレー競技

アルペン（高校県大会）
男子大回転・回転 優勝



笹岡 蒼空 選手
Sora Sasaoka
飯山高校 2年
（野沢温泉村）

母がスキースクールの仕事をしていて、小さいころからアルペンスキーと一緒に育ってきました。

先シーズンは、陸上トレーニング中に足の骨を折る怪我をしてしまいレースに出られず、出場できなかったレースの結果を見るのが嫌になるくらい悔しい思いをしました。家族、コーチ、顧問の先生、チームメイトなどから協力をいただき、そして支えていただきました。

スキーを通して、感謝の気持ち、あいさつの大切さ、精神面などについて学びました。これからもプロを目指して、スキーを続けたいと思います。



アルペン（高校県大会）
女子大回転 優勝



保坂 花 選手
Hana Hosaka
長野俊英高校 2年
（飯山地区・上倉）

生まれは東京で、長野に来たのは中学生の頃。両親がアルペン競技をしていたこともあり、小さい頃からアルペンスキーをしていました。

レースは、60秒ほどの短い時間に、今まで積み重ねてきた力を発揮しなければいけません。どんなコース環境でも、練習をすることで滑れるようになるのが楽しいです。

スキーを通して、課題に対しどうやって克服するのかを学びました。指導いただいたコーチや先生、最高の環境を用意してくれた両親に感謝します。今後もスキーを続けたいと思います。



クロスカントリー（中学県大会）
男子クラシカル 優勝



川久保 力生 選手
Riki Kawakubo
城北中学校 3年
（瑞穂地区・北原）

クロスカントリースキーは、小学校1年生の時から始め、オリンピックに出場したいという気持ちがありました。スキーは、苦しい時もありますが、大会で優勝や入賞したときに達成感があります。また、仲間がいたからこそ、つらい練習にも耐えられました。全国大会の中止で、全国トップになるという目標は達成できませんでしたが、今後ある大会を大切に、上位を狙っていきたいと思います。

県中で優勝できたのは、親、コーチ、チームメイトがいたからこそです。優勝したことで、少しでも恩返しになればと思います。



クロスカントリー（中学県大会）
女子フリー 優勝



初めて優勝したのは小学校の時に、記憶に残っている中で一番うれしかったです。今では心の底からスキーを楽しんでいると思います。

全国大会の中止は、県大会の試合前に聞きました。すごくショックでしたが、気持ちを切り替えて県大会にのぞみ、結果を出すことができました。

ここまで支えてくれた親やきめ細かく指導いただいたコーチに感謝します。また、一緒に練習してきた仲間たちには、励ましの声をかけてもらい、ありがたかったです。高校でもスキーを続けたいと思います。



大塚製薬(株)と【包括連携協定】を締結

1月25日、飯山市は大塚製薬株式会社ニュートラシューティカルズ事業部大宮支店と「包括連携協定」を締結しました。

この協定により、大塚製薬株式会社の「健康増進」「熱中症対策」「スポーツ振興」等における様々な知見やノウハウを飯山市が活用させていただくことで、健康増進やスポーツ振興に向けた取り組みがより一層強化されることが期待されます。

連携事項

- (1) 健康増進に関すること
- (2) 熱中症対策に関すること
- (3) スポーツの振興に関すること
- (4) 災害対策に関すること
- (5) その他本協定の目的の達成に資すること



協定書を手にする（左から）足立市長と平内秀司（しゅうじ）支店長



脱炭素社会に向け

いいやまエネルギーまちづくり塾を開催

1月30日、飯山市文化交流館なちゅらで、いいやまエネルギーまちづくり塾の第1回目の講座を開催しました。

これは、飯山市建設業協会が主催し、飯山市が共催しているもので、目的は、脱炭素社会実現に向けて、自然エネルギーの活用や省エネルギーの推進などにより、地域経済循環を推進することです。講師に長野県環境審議会 地球温暖化対策専門委員会 戦略アドバイザーの竹内昌義氏を迎え、脱炭素社会実現に向け、断熱による省エネの効果、また波及する経済効果を学びます。なお、3月に行う実地研修では、飯山市立城北中学校の教室を使った



第1回目の講義をする竹内講師

断熱のワークショップを行い、実際の断熱改修を体験する予定です。

講座は、今回を含め4回を予定しており、全てオンラインでの受講が可能です。この他、前述の断熱改修実地研修を2回予定しています。

移転する老人ホーム千曲荘のサウンディング調査を実施します

公民連携推進室
☎ 67-0725 (直通)

千曲荘の移転に伴い、現在の千曲荘の今後の活用について、サウンディング調査を実施します。千曲荘を活用した事業について興味がある方で、調査への参加を希望される方は、応募ください。

応募方法等、詳しくは市ホームページをご覧ください。

■応募期限
3月19日(金)

■サウンディング調査とは？

市の財産や事業について、民間の皆さまから直接の対話により意見を聞くことで、当該財産の活用や事業を進展させる情報収集を行う調査です。今回の調査では、民間のみならず、どのような内容、方法で、千曲荘の施設を活用できるかご意見を伺うものです。

協働のもつづけり事業 募集中

農林課 耕地林務係
☎ 67-0729 (直通)

集落に隣接する多くの里山では、所有者の高齢化や地域

の過疎化により荒廃が進んでいます。市では、こうした里山の整備を行う組織へ交付金を交付しています。

詳しくはホームページをご覧ください。お問い合わせください。

■交付対象者

区または公共的団体等

■交付対象森林

集落に隣接する里山、または交付対象者が所有・管理する森林

■交付額

1畝あたり20万円以内(2年目以降は半額)

■対象活動

下草刈りを含めた各種森林整備活動

■申請等手続き

3月末までに事業計画書を提出。採択決定後、5月末までに交付申請書を提出。



変更手続きなどはお早めに4月1日が軽自動車税(種別割)の賦課期日です

税務課 市民税係 ☎ 67-0723 (直通)

軽自動車税(種別割)は4月1日現在の車両の所有者に課税されますので変更手続き等はお早目にお願います。なお、軽自動車税(種別割)の課税要件に公道走行の有無は関係ありません。所有されている車両すべてにナンバープレート装着してください。トラクター等の農耕作業車もナンバープレートを装着する必要があります。

また、廃車手続きをしないまま軽自動車税(種別割)が課税されている車両がないかどうか、昨年の納税通知書などで確認をしてください。

■手続きが必要な場合

・新たに軽自動車を所有した場合
・市外への引越し等により軽自動車の主として駐車する場所を変更した場合
・廃車や他人に譲り渡した等で所有権が移転した場合等

※手続きの受付窓口は車両の種類によって異なります。詳しくは、下表の該当する場所へ直接お問い合わせください。

■障害者等減免申請

身体障害者手帳等をお持ちの方が所有する軽自動車では、

車 種	手続き場所・問い合わせ先	
四輪の軽自動車	軽自動車検査協会 ☎ 050-3816-1854	左記車両の 名義変更、廃車手続き代行 ○長野県自家用自動車協会 飯山支部(飯山商工会議所内) ☎ 0269-62-5949 ※代行手数料 4,000 円から
軽自動車二輪(126~250cc) 雪上車、ボートトレーラー	長野運輸支局 ☎ 050-5540-2042	
二輪小型自動車(251cc以上)		
原動機付自転車、 農耕作業車・小型特殊自動車 (飯山市ナンバーの車両)	飯山市役所税務課 市役所1階5番窓口	

一定の条件に該当する場合は、申請により一人一台まで軽自動車税が減免されます。申請方法や詳細は、税務課までお問い合わせください。

ペレットストーブなどの補助金のご紹介

農林課 耕地林務係 ☎ 67-0729 (直通)

県産材の主産地形成および木質バイオマスの利用促進を図るため、ペレットストーブまたはペレットボイラーを導入する方を対象に「令和3年度飯山市森のエネルギー推進事業補助金」を交付します。補助金交付には条件等があります。詳しくは、市ホームページをご覧ください。なお、申請人数が予算を上回った場合は抽選となりますのでご承知ください。

■補助金額等

ペレットストーブ・ペレットボイラー本体購入費の半額(上限10万円)

■受付期間

4月5日(月)まで



「農地相談」を行います

農業委員会事務局 ☎ 67-0729 (直通)

農地を貸したい、借りたい、売りたい、買いたい、後継者がいない、数年後に離農したいなど、農地に関することでお悩みの方は、ぜひご相談ください。また、農業者年金の受給・加入についても相談を受け付けています。

■日時

3月10日(水)
午前9時~正午、午後1時~3時

■場所

市役所4階第1委員会室



山崎農業委員

「飯山市メール配信サービス」をご利用ください

事業戦略室 情報政策係 ☎ 67-0724 (直通)

皆さまに、安全で安心な生活をお過ごしいただくため、緊急情報などをメールで受け取れる「飯山市メール配信サービス」の運用を開始しました。

■配信内容

①必須配信(登録された方全員にメールを配信)

○緊急情報 避難(市)、河川水位(市)、火災(消防)、行方不明(警察)、不審者(警察)、特殊詐欺(警察)、緊急地震速報(Jアラート)など

②選択配信(下項目を選んだ方にメールを配信)

○鳥獣情報 熊やイノシシなどの鳥獣出没情報
○停電情報 市内停電の情報(配信に時間を要する場合あり)※リアルタイムに情報を伝えるスマートフォンアプリ「停電情報お知らせサービス」が便利です(詳細下欄)
○農業情報 台風などに関する農業作物等への注意喚起
○飯山線情報 飯山線などの運休情報

■登録方法

「t-iiyama@sg-p.jp」宛てに空メールを送信してください。登録用URLが記載されたメールが届きます。利用規約を確認の上、ご登録ください。

なお、迷惑メール対策などを実施されている場合は、設定の変更をお願いします。

QRコードから登録↓



【スマホの方】



【ガラケーの方】

●登録方法に関するお問い合わせ

バイザー(株) コールセンター
電話: 0570-783-773
(午前9時~午後5時30分)
※土日・祝日および会社休業日を除く月曜~金曜



スマホアプリ

「停電情報お知らせサービス」

登録した地域などの停電・復旧情報を「プッシュ通知」でお知らせします。こちらでもご利用ください。詳しくは中部電力パワーグリッド(株)長野支社 ☎ 0120-985-232 までお問い合わせください。

QRコードからの登録はこちらから



※ご利用可能なiPhoneのバージョンはiOS10以上



※ご利用可能なAndroid™のバージョンはAndroid™6.0以上

会員募集

入会説明会
毎月第2水曜日
午後1:30~

あなたの出番です。

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しませんか。
まずはお電話を。

◇原則 60 歳以上
◇働く意欲がある方
◇飯山市・木島平村に住所がある方

公益社団法人 **飯山地域シルバー人材センター** Tel 0269-63-2915

食生活改善推進員 (食育ボランティア) 養成講座
参加者募集

保健福祉課 健康増進係
☎ 67-0727 (直通)

北信保健福祉事務所による「食生活改善推進員(食育ボランティア)養成講座」を開催します。講座では、栄養や郷土食など健康づくりや食育のための知識や技術を学びます。なお、講座修了者は地域の健康づくりや食育の輪を広げるためのボランティア活動をしている食生活改善推進員として活躍することもできます。

食や健康づくりに興味がある方の参加をお待ちしています。

日時・内容
※全3回のカリキュラムです
○3月5日(金) 午前10時～午後1時
・北信地域の健康課題とは?
・自分の食生活を振り返ろう
(食事チェックや塩分チェック等)
○3月11日(木) 午前10時～午後1時
・衛生管理のポイント
・手洗いチェックをしてみよう
・世代別の食生活について
・フレイルとは
・栄養成分表示を上手に活用

70歳からの元気はつらつ講演会「死ぬまで元気です!」をインターネットで放送します!
地域包括支援センター
☎ 67-0728 (直通)

新型コロナウイルス感染症防止のため開催を中止したこの講演会をインターネット飯山のウィークエンド飯山のコーナーで放送します。

年を重ねても元気でいきいき暮らし、介護の状態にならないようするにはどうしたらいいのか。老いの考え方・死の迎え方について飯山赤十字病院 名誉院長の古川賢一先生にお話しいただきます。ぜひご視聴ください。

放送日時
2月27日(土)、28日(日)の午前9時、午後1時30分、午後9時、午後11時30分から

災害弔慰金制度を ご存知ですか
保健福祉課 社会福祉係
☎ 67-0727 (直通)

自然災害によりお亡くなりになった方の遺族に対し、弔慰金が支払われます。
対象となる災害
災害救助法が適用された都道府県が2以上ある場

宝くじの助成金で 祭員の修理を行いました
庶務課 庶務係
☎ 67-0720 (直通)

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、中山根区が屋台修繕を行いました。

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。

修理した中山根区の屋台

合の災害等 受給遺族
配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹(同一世帯、同一生計に限る)
支給金額
生計維持者の場合 500万円
その他の場合 250万円

食生活改善推進員とは?
「食生活改善推進員(通称!食改さん)」は、食を通じて健康的な食生活を地域住民にお伝えするボランティア団体です。「食」について学びながら、料理教室の開催等さまざまな活動を行っています。

参加費
調理実習材料費等(1回500円程度を予定)

申込期限
2月24日(水)

お問い合わせ
北信保健福祉事務所健康づくり支援課 ☎ 62-6311 または、保健福祉課健康増進係

資源物の分別と生ごみの水切りをしましょう

市民環境課 生活環境係 ☎ 67-0726 (直通)

コロナ禍で、例年よりもテイクアウトや家庭での食事の機会が増え、ごみや資源物も多くなることが予想されます。地球温暖化を抑制するため、環境に配慮した行動をお願いします。

■資源物の分別をお願いします

特にテイクアウトをした際には、ほとんどの場合、プラスチック製容器包装が使用されています。分別が面倒だからと言って安易に資源物を燃えるごみに出さず、ごみの減量と資源物の有効活用のために分別をお願いします。(分別詳細「ごみ・資源物分別ガイドブック」参照)

■生ごみなどを捨てる際には必ず水を切ってから捨てましょう

水を含んだごみは、水を蒸発させるのに多くのエネルギーを使用します。例えば、1人1日あたり小さじ2杯分の水を含んだごみを捨てた場合、水を蒸発させるのに年間約750ℓ(市内全体)の灯油が必要となります。

まさか!にそなえて 長野県民交通災害共済

市民環境課 市民係 ☎ 67-0726 (直通)

長野県民交通災害共済は県内15の市が共同で行っている共済で、会費を納めて会員になった方が、万一交通事故にあい2日以上の入院・通院をされた時にお見舞金を支給する制度です。

自動車を運転中の事故、学生や高齢者の自転車事故、セニアカーでの事故等も対象となりますので、ご家族皆さままでご加入ください。

詳しくは、各世帯へお配りしますご案内をご覧ください。

いいやま人権福祉センター

地域住民交流講座「春休み小・中学生学習教室」参加者募集

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

受講は、いずれも無料です。【申込期間: 3月1日(月)から3月15日(月)まで】

—— 春休み算数教室【全2回】 ——

中学になると算数から数学に科目が変わります。小学校6年生で算数が苦手な生徒が対象で、中学でスムーズに学習できるように復習しましょう。

■日程 3月21日(日)、22日(月) 午後2時～4時

■講師 元 小学校教諭 2名

■定員 12人

■内容 各人の不得意な分野の復習 等

■持ち物 小学校6年の算数教科書・ノート・筆記具

【注意】新型コロナの影響により、日程等の変更や中止になる場合があります。また、参加者はマスクの着用をお願いします。

—— 春休み英語教室【全1回】 ——

英語が苦手になった中学1年と2年が対象です。教科書を使って基本的事項の復習をしましょう。

■日程 3月27日(土)

・中1レベルの復習 午前10時～12時

・中2レベルの復習 午後1時～3時

■講師 JES 長野ジュニア英語研究会 講師

■定員 各12人

■内容 基本文の学習、短い英文の理解 等

■持ち物 中学1・2年の英語教科書・ノート・筆記具

全ての個室で Wi-Fi が使えるようになりました!

のんびり個室 3時間貸切プラン

いやは 湯滝温泉

料 大人510円、小学生250円 時 10:00～21:00(最終受付20:30) 休 火曜日(祝日の場合は営業)

平日のお食事は昼食時間帯のみご利用いただけます。新型コロナウイルス感染防止対策に、ご理解とご協力をお願いいたします

ご予約・お問い合わせ ☎ 65-3454

- お食事は限定メニューの中からお選びいただけます
- 飲食物の持ち込みはご遠慮ください
- 最大8名様までご利用いただけます
- プラン内容、料金などの詳細はお問合せください

ご入浴・お食事付き 3名様4,800円(税込)
4名様6,400円/5名様8,000円/6名様9,600円

買取のまるよし

お電話1本で出張買取!

流行りものから懐かしいお宝まで【高価買取】

ダイヤモンド/貴金属/ジュエリー/腕時計/ブランド品/バッグ ※壊れていても大丈夫! 【その他取扱い品目多数】

切手/カメラ/古銭/骨董品/勲章/メダル/スマホなど 生前整理・遺品整理もお任せ下さい

お問合せだけでもOK 安心の出張査定無料 コロナ対策も万全です

【電話】0269-27-4886 (代表/吉越一将) お気軽にどうぞ!

古物商許可証 長野県公安委員会 第481032000010

相続・遺言・離婚・交通事故・借金問題・労働問題 契約トラブル・土地トラブル・成年後見・刑事事件など

お悩みは早めにご相談ください

長野第一法律事務所
〒380-0842 長野市西町 568 番地 1
TEL 026 (233) 0345
弁護士 武田 芳彦(長野県弁護士会所属)

長野第一法律事務所 検索

ひと発見!

いいひとはっけん # 177

E (エ) ネルギッシュな
E (イー) ヤマの皆さんを 紹介します

飯山地区

小林敏裕 さん

長野県マスターズ大会3位入賞
「ただ、ただ、スキーが好きなのだ」



小林 さんは、1月22日に戸狩温泉スキー場行われた第45回長野県マスターズ大会グループB (60歳以上) で3位に入賞しました。

ス キーを始めたのは小学校の頃で、小林さんの生家の隣には小賀坂スキーの販売店があり、裏山がスキー発祥の地として知られる城山で、昔からスキーとの関わりが深かったといえます。当時、冬は雪に覆われ他に楽しみがなく、よく城山の桜井戸の坂でスキーをしたと記憶を辿ります。以降、大学卒業までスキーを続け、今も現役選手の小林さん。「ただ、ただ、スキーが好きなだけ」と笑顔で話します。

2 001年のながの飯山国体のコース係長を務めた小林さん。現在は高性能の圧雪車があるが、当時はコースが寝まないよう固くする必要があり、大阪市役所スキー部の皆さんの協力をいただきながらツボ足 (足で踏み固める) をしています。これがきっかけで、今でも大阪市とのスキー交流がある際は、競技スタッフやスキーのレッスンなどをしています。

今 後について小林さんは、「これからもしスキーをする方たちの応援をしたい。そして何よりスキーを楽しみたい。」と笑顔で語りました。



第173回 満タン&灯油プラス1缶運動

東日本大震災など大規模災害が発生すると被災地では、生活に欠かせない車のガソリンや暖房用の灯油を買い求める方がガソリンスタンドに殺到し、周辺道路が大渋滞になる等、燃料の入手が困難になり生活に大混乱をきたす事態が発生しました。

こうした点を踏まえて、全国石油商業組合連合会と全国47都道府県石油組合は2017年から、「満タン&灯油プラス1缶運動」を全国展開、提案をしています。

◆満タン

車の種類にもよりますが、ガソリン10ℓで100km以上の移動手段となります。また、約10時間のアイドリング状態を保ち、停電時にも空調の確保やカーラジオによる情報の入



手が容易になるほか、電源を確保する手段にもなります。

なお、携行缶によるガソリンの保管は安全性と品質劣化の観点から控えていただき、車を満タンにすることをおすすめします。

◆灯油プラス1缶

冬期間については、一般的な灯油ストーブを灯油ポリ缶 (18ℓ) で、暖かな空間を85時間 (和室7畳間を中燃焼した場合) 確保できます。また、ストーブを通じて灯りも提供できます。

ホームタンクをお使いの方でも、1缶余分に持つことで災害時の安心感が高まります。

灯油ポリ缶の保管は、①火気のない冷暗所②しっかりと密閉して保管をしてください。

また、ポリ缶および灯油は経年劣化しますので、ポリ缶は5年を目安に買い替え、灯油はシーズン中に使い切るよう心がけましょう。

パクパク上野のわくわくコラム

ガッツリ飯山 YouTube チャンネル絶賛配信中!

【チャンネルはこちら↓】
(YouTube チャンネル)



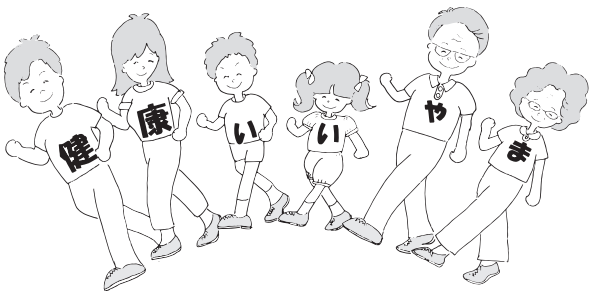
こんにちは。「YouTube 見たよ」と言われると恥ずかしいので話題をそらすことが多い「パクパク上野」です。撮影で注文したお料理を本当に全部食べているのかとよくご質問をいただきますが、「その場で残さずおいしく」をモットーに完食しております。食べすぎても太らない身体だったらいいなと考える今日この頃です。

今号では以下の動画を紹介します。下記 QR コードからご視聴いただけますので、ぜひご覧ください。また、チャンネル登録もよろしくお願いします。

企業紹介編⑤「株式会社しなの富士通」



パクパク上野編②「食堂 とみ」



入浴時のヒートショックに気をつけよう

保健福祉課 健康増進係 ☎ 67-0727 (直通)

ヒートショックとは、暖かい部屋から寒い部屋への移動など、急激な温度変化が体に与えるショックのことです。こうした変動は血圧の変化 (急上昇や急降下とその繰り返し) により心臓に負担をかけるため、心筋梗塞や脳卒中など重篤な病気や事故を引き起こすおそれがあり、とても危険です。

ヒートショックによる死者数は、交通事故による死者数をはるかに上回ると言われ、その大半が冬場に発生しているものです。特に、寒暖差が激しい冬場の浴室は、ヒートショックに起因する死亡事故などのリスクが高まります。体力の衰えた高齢者や高血圧など持病がある人は十分な注意が必要です。

【入浴時のヒートショックを防ぐために】

- ①入浴前に脱衣所や浴室を暖める。
(暖房器具で脱衣所を暖める。湯船のフタを開けておく。シャワーでお湯を張る等)
- ②浴槽につかる前に、かけ湯をして体を慣らす。
- ③湯温は41度以下とし、湯につかる時間は10分までを目安にする。
- ④浴槽から急に立ち上がらない。
- ⑤食後すぐの入浴やアルコールが抜けていない状態での入浴を避ける。

その他に、次のような対策もおすすめてです。

- ①同居家族に一声かけてから入浴する。
- ②脱水予防のために、入浴前後に十分な水分補給をする。
- ③寒い冬場の早朝や深夜の入浴は避ける。

脱衣場と浴室の温度差が10度以上ある場合は、特に注意が必要です。寒い季節、暖房などを利用し、入浴方法に気を配ることで、ヒートショックを予防しましょう。