

信越トレイルを歩く方へ

「トレイル整備協力金」

にご協力をお願いします



多くの方が歩くことによりトレイル周辺の生態系に影響し、自然はダメージを受けてしまいます。適切にトレイルを整備し管理することが健全な利用と保全につながります。

お預かりした協力金をトレイルの整備や保全活動に活用することで、快適で安全なトレッキングを楽しむための環境を維持し提供していきます。「トレイル整備協力金」をお支払いいただいた方には、信越トレイルのオリジナルタグを進呈しています。

このタグには、信越トレイルクラブが賛同する野外活動の国際基準である Leave No Trace (LNT) の6原則が表記されています。このタグを持つことが、信越トレイルの維持と環境保全を実践している証となります。是非、タグをバックパックにつけてトレイルを歩きましょう。信越トレイルクラブのホームページまたは、ビジターセンターでお申し込みください。



トレイル整備協力金(お一人1,000円以上)のご協力をいただいた方に贈呈するタグ。



SHIN-ETSU TRAIL 信越トレイル

クローズアップ

信越トレイル 里山を巡る全長 110km のロングトレイルへ

飯山市のグリーン期のアクティビティの1つである信越トレイル。9月に新たに天水山～苗場山ルートが新規に開通し全長110kmとなりました。この新たな区間にはどのような楽しみがあるのでしょうか。今月号は、NPO法人信越トレイルクラブのご協力のもと、新規に開通した苗場山麓エリアをクローズアップします。



110kmのロングトレイルとして生まれ変わる

信越トレイルに深く関わってきた作家でありバックパッカーの故加藤則芳さん。加藤さんは構想段階から、信越トレイルを関田山脈から東西に距離をのびし、信越国境すべてを踏破できる壮大なトレイルを夢見ていました。

2000年以降、山頂を目指す登山ではなく、自然や里の中を「歩く」ことそのものを楽しむ「ロングトレイル」が日本各地に作られるようになりました。信越トレイルは、その先駆けとして2005年に長野と新潟の県境に位置する関田山脈の尾根上に約50kmのトレイルとして開通し、2008年には約80km、そして今年9月に新たに苗場山麓エリアが開通し、関田山脈から苗場山頂に至る約110kmのロングトレイルとして生まれ変わりました。

関田山脈の尾根に沿い、苗場山麓の段丘や溪谷を楽しめるこのトレイルは、豊かな自然と歴史に培われた人々の暮らしや文化が息づく幾多の里と山を結んでいます。

アメリカ3大ロングトレイル アパラチアントレイルと

信越トレイル

2003年に、加藤さんと信越トレイルクラブ立ち上げメンバーで、アメリカのアパラチアントレイルに視察に出かけたことが、この信越トレイルの仕組みを作るきっかけとなっています。

アパラチアントレイルは、アメリカ3大ロングトレイルの一つで、アメリカ東海岸のアパラチアン山脈に沿った3500kmにもおよぶ本格的なロングトレイルです。信越トレイルは、このアパラチアントレイルを手本とし、構想や活動を行っています。アパラチアントレイルでは、国、州、郡、企業、地域住民の方が一体となって、100年にわたってトレイルの管理がされています。この姿を信越トレイルは模範としています。

新たに加わった「里のステージ」

これまでのセクション1から6までは、関田山脈に沿った80kmのトレイルで、山の中で自然を感じながら歩く「山のステージ」です。これに対し、延伸した苗場山麓エリアは、7つの里をめぐる「里のステージ」となります。



新型コロナワクチン接種について

現在、飯山市では12歳以上の方を対象にワクチン接種（1回目・2回目）実施中

保健福祉課 健康増進係 ☎ 67-0727（直通）

3回目の接種が始まります

飯山市では令和4年2月から医療従事者等を除く市民の方の3回目のワクチン接種を始める予定です。3回目の接種券は、2回目の接種順でお送りする予定です。厚生労働省では、使用するワクチンについて1回目・2回目に用いたワクチンと同一のワクチンを用いることを基本としつつ、異なるワクチンを打つ異種混合接種についても検討がされています。今後の詳細は、飯山市ホームページ、iネット飯山、防災無線等でお知らせします。（11月1日現在）

- 対象者
2回目の接種から8カ月以上経過した方
- 接種券配布方法等
2回目の接種順で接種日時を指定してお送りし、都合のつかない場合は、変更の手続きをさせていただく予定です

接種会場が移動します

対象となる方には個別にご案内いたします。お間違いないようお願いいたします。

■移動となる期間と会場

- 令和3年12月～令和4年1月
会場：飯山市保健センター
- 令和4年2月～令和4年3月
会場：飯山市公民館2階
- 令和4年4月～
会場：飯山市屋内運動場

モデルナ社ワクチンに切り替わります

1・2回目用のファイザー社ワクチンの供給が今後見込めないことから、現在ある在庫分限りでファイザー社ワクチンの接種を一旦停止します。1回目にファイザー社ワクチンを接種した方には、2回目分の同一ワクチンを確保しています。在庫がなくなった時点から、1回目接種の方は、モデルナ社ワクチンになります。

新型コロナウイルス 抗原簡易キット

希望される方はお申し込みください

新型コロナウイルス感染症は、早期に感染を発見するためには、症状がある場合に速やかに医療機関を受診することが基本ですが、より一層の早期発見・感染拡大防止の対策を図るため、抗原キットを配布します。発熱などの症状がある際には、医療機関への受診をお願いしていますが、軽症時などは受診に迷い、受診遅れとなる場合もあります。このような場面を想定し、少しでも体調が悪い場合に、気軽に検査ができるよう、長野県から提供された抗原簡易キットを積極的にご活用ください。

- ・無症状の方は使用できません。（感染していても結果が陰性となる可能性が高いため）
- ・判定が陰性であっても、新型コロナウイルス感染を否定するものではありません。



■対象者
市内居住者のうち、令和4年3月末までに仕事や受験、冠婚葬祭、出産、介護、帰省などのやむを得ない理由により、県外との往来が必要で配布を希望される方

■申込方法と期限
保健福祉課の窓口にお越しいただくか、電話または右のQRコードから電子申請で、12月10日（金）までにお申し込みください



- | | |
|---|---|
| ① | ② |
| ③ | ④ |
- ①『見倉橋』
橋から眺める中津川渓谷の風景が美しい
 - ②『苗場山山頂』
約7,000haもの広大な高層湿原が広がる
 - ③『川の展望台（津南町）からの眺め』
階段状の地形である河岸段丘を一望できる
 - ④『結束集落の風景』
風情ある秋山郷の集落の中を歩く



山に登るアルピニズム的なものとは違い、長い距離を時間をかけ、山から里に下りて、里と山を交互に繰り返して、多くの地域を結びながら歩く、アメリカのロングトレイルのような魅力を持っています。そこには、土、舗装路などを区別するのではなく、1つの「道」としての楽しみがあります。その地域の人と出会い、言葉を交わすことで交流が生まれ、その地域の文化や歴史などを身近に感じることが出来ます。

今回の延伸区間には、7つの里のうち4つは、秋山郷のエリアで、昔ながらの建物残り、雪国ならではの独特の文化を肌で感じることが出来ます。

雪と火山の恵みの苗場山麓

山頂の高層湿原が特異な景観を作り出す苗場山。日本百名山にも数えられ上信越高原国立公園内にある苗場山への延伸は、信越トレイルのハイライトとなります。

その北西に位置する苗場山麓は、河岸段丘の隆起、火山活動による溶岩流出などによってその地形が形づくられ、標高の異なるダイナミックな景色が広がります。この環境の中で、雪などの気象と深く関わりながら、豊富な湧き水と共に多様

な動植物が息づいています。これらの特徴によりこの地域は「苗場山麓ジオパーク」として2014年に日本ジオパークに認定されています。

苗場山麓を流れる中津川によって浸食された深い渓谷には、秋山郷の山村地帯があり、江戸時代の文人・鈴木牧之（ぼくし）はこの秋山郷を訪れ、風景や人々の暮らしを「秋山紀行」に色絵と共に描きました。厳しい時代をたくましく生き抜いてきた歴史、自然と密接に関わってきた先人たちの知恵が、今もこの土地に語りつがれています。

つながるロングトレイル

今回の延伸により、雪国観光圏7市町村（十日町市、魚沼市、南魚沼市、津南町、栄村、湯沢町、みなかみ町）を結ぶ全長307キロのスノーカントリートレイルとつながりました。また、斑尾山から野尻湖、妙高笹ヶ峰、戸隠、長野駅を結ぶ方面では、妙高戸隠連山国立公園連絡協議会が10月にオープンした妙高戸隠連山国立公園「あまとみトレイル」（二部開通）ともつながりました。

この信越トレイルの延伸により、信越地域は、まさにトレイルの聖地になります。

思いやりの心で快適な冬を

今冬の除雪体制

飯山市除雪対策本部（克雪センター内） ☎ 62-3111 内線610

本格的な降雪シーズンに備え、12月1日に除雪対策本部を設置して体制を整え、除雪機械をフル稼働させて生活道路の確保にあたります。

降雪期は、苦勞する面が多くありますが、お互い思いやりの心で快適な冬を過ごしましょう。

市内の道路除雪は、原則として国・県道を北信建設事務所が、市道を飯山市が受け持つて実施しています。除雪作業は通勤通学の時間帯を考慮し、午前7時をめどに終了するよう計画しています。

なお、朝方の集中的な降雪、予想外の大雪や、重い雪質の時は作業時間が延びる場合もありますので皆さんご理解をお願いします。

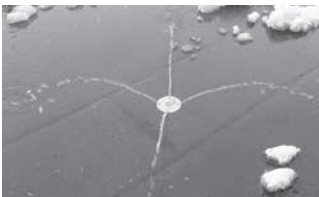
消雪パイプの稼動休止にご理解ご協力お願いします

市では消雪施設の電気料金削減のため、消雪パイプの井戸電源は融雪用電力契約を行っています。融雪用電力契約とは、1日のうち2時間の電力遮断を行うことにより年間を通して電気料金の削減が図れる有利な契約方法です。ご理解をお願いします。

■電力停止による

消雪パイプ散水休止時間
おおむね

11時～12時（1時間）
13時～14時（1時間）



冬期通行不能区間閉鎖予定（国・県道等）

路線名	閉鎖区間	距離(km)	閉鎖期間	備考
一般国道403号	照岡字藤沢地先～ 照岡字原地先（旧照岡牧場）	6.5	11/17(水) 14:00～ 5/6(金) 16:00	大型車は 通常通行止
	照岡字原地先（旧照岡牧場）～ 照岡字照岡山地先（新潟県境・伏野峠）	4.8	11/10(水) 14:00～ 6/3(金) 16:00	大型車は 通常通行止
主要 地方道 95号 上越飯山 線	一山字岩下地先（温井）～ 一山字田茂木平地先（田茂木池）	2.0	11/10(水) 14:00～ 4/28(水) 16:00	
	一山字田茂木平地先（田茂木池）～ 一山字田茂木平地先（チェーン着脱場）	2.7	11/10(水) 14:00～ 4/28(水) 16:00	
	一山字田茂木平地先（チェーン着脱場）～ 一山字大神楽地先（新潟県境・関田峠）	3.0	11/10(水) 14:00～ 5/20(金) 16:00	
一般県道411号 飯山新井 線	寿字堰下地先（顔戸）～ 寿字大倉地先（桂池）	5.9	11/10(水) 11:00～ 4/28(水) 11:00	
	寿字大倉地先（桂池）～ 寿字大倉地先（新潟県境）	1.0	11/10(水) 11:00～ 5/20(金) 11:00	

※規制開始前でも積雪の状況により通行不能となる場合があります。また、解除予定期日は、積雪状況により変更します。詳しくは、長野県北信建設事務所飯山事務所（☎ 62-4111）までお問い合わせください。

雪に関する支援等のご案内

保健福祉課 社会福祉係 67-0727（直通）

高齢者等玄関先除雪支援事業

高齢、障がい、病気等で冬期間の道路から玄関先までの自力除雪が困難な世帯に対し、緊急時避難路確保を目的として、区長が選定した除雪作業員による除雪支援を行うものです。また、除雪作業員に対して一定の作業料を支払います。

■対象および助成額等

- ・経済的・身体的にも除雪困難な世帯
- 1回あたり 1,000 円（1時間超 3,000 円）
- ・上記に該当しない除雪困難な世帯
- 1回あたり 500 円（1時間超 1,500 円）
- ※原則として同一区内に除雪能力を有する直系の親族がいる場合は対象となりません。

■対象作業

積雪が15cm以上となった場合に、通路幅を概ね1m確保する除雪作業（1日当たり何回でも助成の対象）

■申請方法

各集落の区長さんに相談いただき、市へ申請をお願いします。また、対象世帯に該当するか不明の場合は、保健福祉課社会福祉係までお問い合わせをお願いします。申請内容を審査後に結果を申請世帯に通知します。

飯山市除雪支援隊補助金

地域の皆さんが取り組む、除雪支援隊の活動について支援します。除雪支援隊は、屋根・玄関先等の除雪を依頼したい方に対して、市内において有償で除雪を行う団体です。詳しくは、保健福祉課 社会福祉係までお問い合わせください。

■対象および交付金額等

- ・設立に対して 50,000 円を交付
- ・傷害保険掛金の 2/3 以内を補助（毎年対象）
- ・除雪機を購入した経費の 1/10 以内を補助（上限額 30 万円）



除雪作業が効率よくできますよう

次の点にご協力をお願いします

道 路へは雪を出さないでください。やむを得ず雪を出すときは、路肩に雪を積み上げるなど工夫し、速やかに排雪してください。特にハンドロータリ除雪機で積まれた路面の雪は締まっているため、一般通行の支障となると共に除雪作業の妨げにもなります。また、道路に面した屋根には、雪止め設置など対策をしていただき、積雪が多い場合は片付けをお願いします。

除 雪の要請は各区長さんを通じてお願いします。区内の要望などは区長さんがまとめて、除雪対策本部に連絡をお願いします。加えて、除雪機械による破損や支障等が確認されたときは、早目に連絡をお願いします。

雪 の突き出し場所確保にご協力をお願いします。提供いただいた場所は、雪解けの時期に雪ほかし作業を行うなど、消雪が進むようになります。

個 人の除雪機による除雪を行い、燃料費等相当額を支援する制度（スクラム除雪）をご利用ください。対象は、市道認定されている路線で住家がありながら、幅員が狭く除雪車が入らなくて困っている場所です。区長さんを通じて申請をお願いします。

作 業中の除雪車に近寄らないでください。特に、子どもは大きな除雪車に興味を持ちますので、近づかないようご協力をお願いします。

道 路上に車を放置しないようにご協力をお願いします。路上への車の放置は、除雪の支障となるため、しないようお願いします。また、ごみステーションへのごみ出しは、早朝除雪が終了した後に所定の位置に出すようにしてください。

流 雪溝・側溝のフタを開けたまま放置しないでください。子どもが転落するなど、大きな事故につながる可能性がありますので、使った後は必ず閉めてください。

除雪している道路の距離は？

今冬は市道 347 kmを除雪

使用する除雪車は、タイヤドーザ 54 台、ロータリ車 31 台の合計で 85 台です。

出動の目安は？

積雪 10cm以上で出動

夜中に降雪状況を確認し、通勤・通学の時間帯までに早朝除雪を行います。また日中に連続した降雪がある場合には、帰宅時間を考慮した日中除雪を行います。



マイクロビットを手にする参加者

マイクロビットは、教育向けのマイコンボードで、マイクロコンピュータのほか、LED、各種センサー、無線通信機能などを搭載し、パソコンと接続し、操作できます

■STEAM（スチーム）教育とは

頭文字をとった造語で、各教科での学習を実社会での課題解決に生かしていくための教科横断的な教育のこと。

- S**－Science（科学）
- T**－Technology（技術）
- E**－Engineering（工学）
- A**－Art（デザイン）
- M**－Mathematics（数学）

市内の小学生4～6年生とその保護者を対象とし、「飯山市STEAM親子実験教室（マイクロビットではじめるプログラミング）」を10月16日に、飯山市企業支援センター「あすちやれ」で開催しました。

教室は、オンラインで行われ、午前の部、午後の部合わせて全15組32人（自宅参加含む）が参加しました。教室は、飯山市、東京工業大学、株式会社Tスポーツの3者の共催で行い、また包括連携協定を締結している株式会社マウスコンピュータのご協力をいただき開催しました。

講師に東京工業大学附属科学技術高等学校 長谷川大和 教諭をお迎えし、マイクロビットの説明やプログラミングの方法などについて、オンラインで説明いただきました。

（一）教育の推進は、飯山市が策定した総合計画の重点計画に位置づけており、今後もこのような教室の開催を計画しています。

飯山市STEAM親子実験教室を開催

プログラムを作ってマイクロビットを動かそう

飯山ホテル(株)は、春に行った飯山駅前市有地宿泊施設整備促進事業の公募プロポーザルにより、最優先交渉権者に決定した飯山商工会議所会員グループにより設立された新会社です。

本協定書には、「3年以内に開業し、20年以上事業を継続する」「観光振興策・健康増進策に関してお互いに協力する」などが記載されています。

協定締結にあたり、藤巻代表取締役は、「重責を感じている。ホテルを建設することが目的ではない。継続的にたくさんの方に利用していただき、地域の観光、経済に寄与できるような力を尽くしたい」とあいさつしました。

飯山ホテル(株)では、今後詳細設計を行い、来年度に開業を目指しています。

飯山駅前へのホテル誘致や経済波及効果などについては、飯山市ホームページをご覧ください。

飯山駅前へのホテルの誘致

飯山駅前へのホテル誘致や経済波及効果などについては、飯山市ホームページをご覧ください。

飯山駅前へのホテルの誘致

飯山駅前へのホテルの誘致

飯山駅前へのホテルの誘致

飯山駅前へのホテルの誘致

飯山駅前へのホテルの誘致



協定書を手にする藤巻代表取締役(左)と足立市長(右)

■基本協定の概要

- ・事業用定期借地権の設定契約について
令和4年3月31日までに契約を締結する。
- ・宿泊施設等の運営について
上記契約後、3年以内に開業し、20年以上事業を継続する。
- ・観光推進について
誘客・観光振興策に関してお互いに協力する。
- ・健康増進について
市の実施する健康増進策に関して連携して推進する。
- ・地域貢献について
建設工事、施設運営の際は市内事業者への発注、資材・物品等の調達および市内在住者の優先雇用などに配慮する。
- ・近隣・周辺への配慮について
建設工事、施設運営における近隣住民への配慮、および近隣住宅・事業所等への日照、騒音、悪臭等の環境などへ配慮する。
- ・補助金の交付について
「飯山駅周辺地区宿泊施設整備事業補助金交付要綱」「飯山市健康増進施設整備事業補助金交付要綱」に該当する場合は補助金を交付する。



飯山駅と旧城南中学グラウンドからの復興花火

11月3日に、県内経済の復興を祈念し、市内2カ所で花火を打ち上げました。これは、昨年に引き続き実施したもので、令和元年度台風災害からの復興およびコロナ禍で打撃を受けている地域経済の回復を祈念するとともに、新型コロナウイルスの終息と医療従事者等への感謝を込め、打ち上げ花火を実施したものです。

市が、県内市町村に呼びかけたもので、同日同時刻に20市町村で花火が打ち上げられました。

市内では、旧城南中学校グラウンドと長峰スポーツ公園多目的広場から、当日午後6時30分から約10分間花火が打ち上げられました。

県内経済復興を祈念し市内2カ所で花火を打ち上げ

衆議院小選挙区選出議員選挙の投票者数等

	男	女	計
有権者数（人）	8,398	9,001	17,399
投票者数（人）	5,484	5,317	10,801
投票率（％）	65.30	59.07	62.08
前回投票率（％）	(65.53)	(60.22)	(62.79)

令和3年10月31日執行



飛沫防止シートの下から投票用紙を手渡す職員

衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査

10月31日に衆議院議員総選挙および最高裁判所裁判官国民審査が行われました。

選挙会場では、飛沫防止シートやソーシャルディスタンスを保つなど、新型コロナウイルス感染防止対策をしながら選挙が行われました。

有権者数、投票者数等は下表のとおりです。

飯山ホテル(株)と基本協定を締結

2021・22 シクロクロスミーティング飯山大会開催



未舗装路の芝草を自転車で走る選手



コース上の丸太階段を自転車を担いで駆け上がる選手

自転車オフロードレースの「2021・22シクロクロス飯山大会」（主催シクロクロスミーティング実行委員会）が10月30日・31日の2日にわたり行われ、延べ約250人が参加しました。

シクロクロスは、舗装路だけでなく、コース内に設けられた丸太階段、砂場などの障害物を自転車で走り抜けていく競技で、自転車ではトラック、ロードに次ぐ歴史があります。

今大会のコースの概要は、全長2.7キロで、そのうち未舗装路が2.1キロあり、芝草、土、林間不整地、丸太階段の区間がそれぞれ設けられ、紅葉した木々のなか、全国からトップクラスのライダー達が、飯山を舞台に迫力のレースを繰り広げました。

当日は、新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、無観客での開催となりました。

トヨタ自動車株と 高齢化課題解決に向け実証実験を実施

飯山市とトヨタ自動車株式会社が協力し、高齢者の入浴などの地域社会の課題を解決するため、【NUKUMARU（ぬくまる）実証実験】を実施しています。人口減少と少子高齢化の進行、新型コロナウイルス感染症の影響等による高齢者の閉じこもりに伴うフレイル（高齢になって心身の活力が低下した状態）の悪化が懸念されています。同社では、こうした問題の解決に向け、ミストバス（霧状の温水が噴出するサウナ）を設置した専用車両を製造し、閉じこもりがちな方に利用いただき、少しでもフレイルの改善に役立てたいとしています。また、利用者の健康状態を専用車両で確認できるアプリも開発中で、健康寿命の延伸や持続可能なまちづくりに役立てたいとしています。



ハイエースをベースに改装された実証実験に使われている専用車両



ヒノキで囲まれたミストバス体験スペース

ており、専用車両では、ミストバスを体験できるほか、空気を多く含む特殊なお湯での洗髪体験ができます。今後、飯山市とトヨタ自動車では、入浴がもたらす効果や実際に利用された方のご意見や満足度など今回の実験で得られた結果を検証し、介護をはじめとして幅広い分野での活用を視野に入れながら事業化に向けた検討を進める予定です。

team taku CUP 2021 TAKE AIR 未来のスーパースター集まれ



競技中の選手たちが映し出された大型ディスプレイ（写真中央）

11月3日に、飯山ジャンプ大会「team taku CUP 2021 TAKE AIR 未来のスーパースター集まれ」が開催されました。

この催しは、昨年に引き続き開催されたもので、今年、土屋ホーム所属の葛西紀明選手と小林陵侑選手がスペシャルゲストとして参加し、ジャンプ競技の解説やトークショーを行い会場を盛り上げました。

大会長である竹内選手によると、海外ではいろいろなところにエンターテインメントがあり、大会には多くの観客が来てジャンプ競技を楽しむといえます。竹内選手は、「今後このような大会を開催し、子どもたちに夢を持ってもらうとともに、一般の方にジャンプの楽しさを知ってもらいたい。今後も皆さまのご協力をお願いしたい」と大会を締めくくりました。

飯山市教育委員に吉越邦榮委員が再任

飯山市議会9月定例会で、飯山市教育委員会の吉越邦榮委員の再任が同意され、10月12日に再任し、辞令交付式が同日行われました。吉越委員の任期は、4年間です。

再任に際し、吉越委員は、「皆さまの強力なご支援により、無事1期を終えることができた。これから2期目となる。飯山市を愛し、市を誇りに思えるような子どもたちが育つよう力を尽

くしたい」と今後の活動への思いを語りました。足立市長は、「飯山の新たな学校づくり計画では、外国語教育のほか、ICTを活用したプログラミング教育などについて、重視している。また、統合小学校の建設も予定されている。子どもたちの未来のためにご協力いただきたい」とあいさつしました。



辞令を足立市長から受け取る吉越委員

福島新田の田んぼ ホテル火の幻想的な風景広がる

10月23日、福島水車小屋周辺の田んぼの畔にホテル火が設置され「火祭り」が行われました。

これは、福島棚田振興協議会（大平由彦会長）が主催したもので、地域課題である農業後継者確保のため、少しでも若者が集落に戻ってきてほしいという思いが込められています。ホテル火は、空のペットボトルを切り、中にろうそくを立てて作られたペット

ボトルランタンです。

この火祭りは、8月にも行われており、今回設置したホテル火の数は、前回の倍の約200個でした。

前回は福島区内のみの周知でしたが、今回は近隣の区にもチラシの配布や隣組回覧などで周知しました。稲が刈られた田んぼに明かりがともり、一夜限りの幻想的な風景が広がり、見に来た人を魅了しました。



棒に吊るされたペットボトルランタンと田んぼに広がる幻想的な風景

いよいよ駅まつり〜鉄フェス with 信越自然郷〜を開催

いよいよ駅まつり実行委員会は、飯山駅周辺を回遊しながら楽しめるワードラリーを10月20日から11月10日までを期間として、実施しました。

ワードラリーは、飯山線（豊野駅・飯山駅間）開業100周年を記念して行われたもので、飯山駅構内のほか、飯山線に縁のある駅、南口にある五島慶太翁碑、旧飯山駅の七福の鐘、SL公園など12カ所に設置された

文字を集めて文章を完成させる、「おいこつと」が描かれた缶バッジなどのプレゼントがもらえるものです。

また、JR飯山駅主催のイベントも行われており、飯山線にまつわる写真展が同期間開催されたほか、10月23日には、開業100周年記念列車の運行や飯山駅構内を巡る飯山駅探検隊などが実施されました。

グッドビジネスから学び仲間とつながりヒントを得る場 飯山市 Good Business Idea 発表会 開催

飯山市は、ビジネスやアイデアを協力者と共有する「飯山 Good Business Idea（グッドビジネスアイデア）発表会」を11月8日に文化交流館 なちゅうらで開催しました。

飯山市は、公立大学法人長野県立大学との連携協定に基づく取り組みとして、「地域に必要とされ、歓迎されるビジネス」を支援する目的で、県立大ソーシャ

ル・イノベーション創出センターと協力し、飯山の地域で活躍するプレーヤー同士が結びつき、ネットワークを構築する事業を平成30年度から実施しています。今年度は、15人の参加があ



第1部の発表会で現在自分が取り組んでいるビジネスについて説明する参加者



第2部に行われた意見交換会

コンビニ納付・スマートフォン決済をご活用ください

上下水道課 業務係
☎ 67・0739 (直通)

コンビニエンスストア窓口や、スマホ決済アプリ【PayPay・LINE Pay】を使って、水道料金・下水道使用料がお支払いいただけます。24時間365日、いつでも簡単にお支払いいただけるコンビニ納付やスマホ決済をぜひご

冬期間の水道トラブル防止のため閉栓手続きを

上下水道課 業務係
☎ 67・0739 (直通)

冬期間は宅内水道管の凍結破損等により漏水が多く発生する時期ですが、積雪のため検針はできません。雪解け後の検針時に多額な請求となる事例もあります。**冬期間水道を使用しない場合は**水道管の凍結破損事故の防止策として閉栓されることをお勧めします。

閉栓手続きは上下水道課窓口で行いますので、手数料1000円をお持ちのうえ、降雪期前までにお越しください。なお、閉栓中は基本料金はかかりません。

骨髄提供をされた方へ助成を行っています

保健福祉課 健康増進係
☎ 67・0727 (直通)

骨髄バンクにドナー登録した人が、社会的・経済的事由等により断念することなく骨髄提供ができるように飯山市では、骨髄バンクドナー助成事業を行っています。

この事業は、骨髄バンクに登録した人（ドナー）が、骨髄提供を完了した後に助成金を請求できるもので、骨髄提供者に1日2万円を10日間上限、骨髄提供者が勤務する事業所には1日1万円を10日間上限に助成金として支払います。

骨髄を提供するまでにかかる日数の目安は、通常7～10日です。詳しくは、お問い合わせください。

建物を取り壊したらご連絡ください

税務課 資産税係
☎ 67・0723 (直通)

建物を取り壊した場合は市役所税務課までご連絡ください。

ご連絡がないと翌年度以降も課税される場合がありますのでご注意ください。

令和3年度の固定資産税については、令和3年1月1日現在の所有者に課税されます。例えば、年度途中で売買等による所有者の変更や、建物の取り壊しがあっても、月割り等の制度がないため、1月1日現在の所有者に年額分を納めていただくようになりますのでご注意ください。

「ID・パスワード」の申請ができる「自宅からのe-Tax説明会」を開催します

税務課 市民税係
☎ 67・0723 (直通)
信濃中野税務署
☎ 02669・222・3151 (代表)

確定申告はご自宅のパソコンやスマートフォンからの電子申告が便利です。電子申告にはマイナンバーカードとICカードリーダー（令和3年分は一部のスマホ等も可）が必要となりますが、それらをお持ちでない方でも、税務署が発行するID（利用者識別番号）とパスワード（暗証番号）を使うことで、電子申告ができます。

通常、IDとパスワードの申請は税務署へ赴く必要がありますが、この日は会場で税務署の職員が手続きを行います。

なお、発行されたID・パスワードは後日、ご自宅へ郵送します。また、当日はマイナンバーカードの申請窓口も開設しますので、併せてご利用ください。例年、税務署および市の申告相談は混雑しますので、ぜひ、ご自宅等からの電子申告をご利用ください。

■日時
12月2日(木) 午前10時から正午まで、午後1時から午後3時まで

午後3時まで

■場所
飯山市公民館 2階講堂

■必要書類
運転免許証などの本人確認書類（マイナンバーカードの申請も同じです）

※ご本人がおいでいただいた場合のみ、ID・パスワードの申請ができます。

※「自宅からのe-Tax説明会」ではありませんが、質問に答える形式であり、ID・パスワードの申請のみも可能です。

みんなで築こう 人権の世紀
～考えよう相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～

長野地方務局 飯山支局 ☎ 62-2302 人権政策課 人権同和係 ☎ 67-0743 (直通)

人権・悩み事相談所開設
12月4日(土)から10日(金)は、第73回人権週間です。人権週間中は人権・悩み事相談所を開設します。「いじめ、虐待」など、子どもに関する問題、家庭内の問題、近所のもめ事、プライバシーに関する問題など、毎日の暮らしの中で起こるさまざまな問題についてお悩みの方は、お気軽にご相談においでください。人権擁護委員が相談に応じます。(相談無料、秘密厳守)

人権についての悩み事は人権擁護委員にご相談を
飯山市では6名の方に人権擁護委員をお願いしております。人権についてお困りのことがありましたら、お気軽に近くの人権擁護委員にご相談ください。

■飯山市人権擁護委員（敬称略）
丸山信一（飯山） 栗岩明浩（外様） 大平芳木（瑞穂）
水野弥生（太田） 渡辺藤夫（柳原） 滝澤万利子（飯山）

■法務局では常時面接・電話相談を実施しています
【(月)～(金) 8:30～17:15】
・みんなの人権 110番 ☎ 0570-003-110
・子どもの人権 110番 ☎ 0120-007-110
・女性の人権ホットライン ☎ 0570-070-810

人権・悩みごと相談所開設日

期 日	時 間	会 場
12月1日(水)	9:00～12:00	木島平村 保健センター
12月2日(木)	9:00～12:00	山ノ内町 地域福祉センター
12月6日(月)	9:00～12:00	野沢温泉村 公民館
12月7日(火)	13:00～16:00	飯山市 公民館
12月10日(金)	9:00～12:00	中野 人権センター
12月10日(金)	9:00～12:00	栄村 役場

どの会場においでいただいても結構です

児童虐待かもと思ったら
すぐに**189** (いちはやく) までお電話ください

【お問い合わせ・ご相談・目撃情報など】
中央児童相談所 ☎ 026-238-8010
子ども育成課相談室 ☎ 67-0742 (直通)

あなたの電話が親子を守る
～すべての人が笑顔で暮らせる街へ～

いちはやく
189
「だれか」じゃなくて
「あなた」から

あなたの電話で、守れる命があります

不安や悩みを ひとりで抱えこまないで
子育てに悩みや不安を感じたら、自分だけで抱え込まず、保健師や保育士、家庭児童相談員に相談しましょう。

棚田めぐり
『福島棚田』
棚田カードを配布しています

農林課 農業振興係 ☎ 67-0729 (直通)

優れた棚田として、日本の棚田百選に認定されている瑞穂地区『福島棚田』の棚田カードが作成され、配布をしています。この棚田カードは、棚田の魅力を「行って」「見て」「知って」もらい、棚田を含む地域の活性化につなげることを目的に、全国各地で作成されています。また、カードと併せて周辺情報がわかる「棚田めぐりガイド」も配布しています。この機会に現地を訪れ、棚田を含む地域の魅力に触れてみてはいかがでしょうか。

■配布場所
【棚田カード】
道の駅 花の駅千曲川（観光情報コーナー）、いいやま北竜温泉 文化北竜館、瑞穂地区活性化センター、飯山市役所農林課 ※カードを受取るには、福島棚田を訪問されたことがわかるもの（写真等）が必要です。詳しくは各施設にご確認ください。

【棚田めぐりガイド】
道の駅 花の駅千曲川（観光情報コーナー）、いいやま北竜温泉 文化北竜館、高橋まゆみ人形館、飯山駅観光案内所、瑞穂地区活性化センター

買取のまるよし イオン中野店で営業中!

捨てないで! こんなお品物も大歓迎です!

- ✓石が取れたり、壊れているアクセサリ
- ✓サイズが合わなくなった指輪
- ✓名前の入ったアクセサリ
- ✓金歯や万年筆のペン先などの金製品
- ✓ガラス割れ・変色・サビなどOK! 壊れたブランド時計
- ✓傷があったり、使い込んだブランドバッグ
- ✓書き損じたハガキ
- ✓余った年賀状

貴金属・ジュエリー・ブランド品等 流行りものから懐かしいお宝まで

高価買取!

中野市大字一本木252-1 (イオン中野店内1F)
[営業] 10:00～19:00 年中無休 お気軽にどうぞ!! (店主/吉越)

☎ 0269-27-4886
古物商許可証番号/長野県公安委員会第4810320000110号

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
所長 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



（二財）自治総合センターの宝くじの受託事業収入を財源に実施している「コミュニティ助成事業」を活用し、其綿区自主防災会（木島地区）が防災用具を整備しました。コミュニティ助成事業は、宝くじの社会貢献広報事業の一環として事業が行われており、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与しています。

**宝くじの助成金で
防災用具を整備しました**
庶務課 庶務係
☎ 67・0720（直通）

時間額
877円です
長野県最低賃金
長野県PRキャラクター「アルクマ」© 長野県アルクマ

QRコードでホームページをチェック！

また、中小企業・小規模事業者等に対する賃金の引き上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施しています。ご利用ください。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。

**長野県内の最低賃金が
10月から変わっています**
長野労働局 賃金室
☎ 026・223・0555

■年末調整や確定申告の控除
国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象です。年末調整や確定申告には、控除証明書または国民年金保険料を納付した時の領収済通知書が必要になります。
※ご家族の国民年金保険料を納付した場合も、納付した人の社会保険料控除に加えることができます。

■送付時期
令和3年1月1日から令和3年9月30日までの間に国民年金保険料を納付された方→**11月上旬**
令和3年10月1日から令和3年12月31日までの間にその年に初めて国民年金保険料を納付された方→**2月上旬**

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書が発送されました
長野北年金事務所
☎ 026・244・4100
市民環境課 国保年金係
☎ 67・0726（直通）

乗用の車両は公道走行の有無に関わらずナンバーの装着が必要です
税務課 市民税係
☎ 67・0723（直通）

乗用の農耕作業車（トラクター、コンバイン、田植機等）や小型特殊自動車（シヨベルロード、フォークリフト等）は公道を走るか否かに関わらず、ナンバープレートの装着義務があり、また軽自動車税（種別割）の課税対象となります。ナンバープレートをお持ちの方は、至急、税務課で登録手続きをしてください。

なお、登録手続きをする際には、車名と車台番号、販売証明書または譲渡証明書等が必要になります。登録申請用紙は、税務課での直接のお渡しやホームページからダウンロードすることも可能です。詳しくはお問い合わせください。

詳細はホームページでチェック！
QRコードでホームページをチェック！

乗用の農耕作業車（トラクター、コンバイン、田植機等）や小型特殊自動車（シヨベルロード、フォークリフト等）は公道を走るか否かに関わらず、ナンバープレートの装着義務があり、また軽自動車税（種別割）の課税対象となります。ナンバープレートをお持ちの方は、至急、税務課で登録手続きをしてください。

障がいをお持ちの方へ 65 歳からの医療保険のご案内

65 歳以上 75 歳未満で次に該当する方は、後期高齢者医療制度に加入いただくことができます

市民環境課 国保年金係 ☎ 67-0726（直通）

■対象となる方

- ①障害基礎年金または障害年金 1 級、2 級を受給している方
- ②身体障害者手帳 1 級、2 級、3 級の方
- ③身体障害者手帳 4 級の方で、次のいずれかに該当する場合
 - ・下肢障がい 4 級 1 号（両下肢の全ての指を欠くもの）
 - ・下肢障がい 4 級 3 号（左右どちらか一方の下肢を下腿の 2 分の 1 以上欠くもの）
 - ・下肢障がい 4 級 4 号（左右どちらか一方の下肢の機能の著しい障がい）
 - ・音声機能、言語機能の著しい障がい
- ④療育手帳 A 1、A 2 の方
- ⑤精神障害者保健福祉手帳 1 級、2 級の方

■ご加入いただくと、医療機関へかかったときの 自己負担割合が変わることがあります

- 一般的な自己負担割合 1 割
- 所得の多い方の自己負担割合 3 割

■今までご加入の保険と保険料の額が変わります

所得や世帯の状況等により、今までの保険料より高額になる場合や不利益が生じる場合があります。
※申請した日以降に、この制度に加入します。それまで加入していた健康保険は、資格喪失となります。また、後期高齢者医療制度に加入した場合であっても、75 歳になるまでは将来に向かって取り下げることが可能です。

■医療費の助成（福祉医療費特別給付金制度）

左記の①～⑤に該当される方は、医療費の助成（福祉医療費特別給付金制度）を受けられる場合があります。
※身体障害者手帳 4 級に該当の方、手帳等は所持しておらず障害基礎年金または障害年金の受給権のある方は、後期高齢者医療制度に加入することが必要となります。このほか、所得要件等があります。

【お問い合わせ】

保健福祉課 障がい福祉係 ☎ 67-0727（直通）

■持ち物

印鑑、保険証、現在お持ちの各種障害者手帳等、障害基礎年金または障害年金の年金証書（お持ちの方）

口腔内疾患検診のご案内

保健福祉課 健康増進係 ☎ 67-0727（直通）

定期的にお口の中の検診を受け、健康に過ごしましょう。対象となる方には、既に受診券を送らせていただきました。また、妊娠届書を提出していただいた妊婦さんに、受診券をお渡ししています。妊娠期の安定した時期に受けていただきますようお願いします。

■対象者および期間

- 今年度末年齢が 40 歳、50 歳、60 歳、70 歳になる方
【12 月 28 日（火）まで】
- 妊婦（妊娠届書提出時に受診券を配布）
【妊娠中】

■検診費用 無料

■歯科医療機関

- 内山歯科クリニック 62-2663
- 岸歯科医院 62-2702
- 栗山歯科医院 62-2222
- 平井歯科医院 81-1182
- ふじまき歯科 65-1888
- 横田歯科医院 62-2636

■受診方法

事前に歯科医療機関へ電話で予約してから受診してください。

長野県後期高齢者医療広域連合 歯科口腔健診事業のお知らせ

長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室 ☎ 026-229-5320

長野県後期高齢者医療広域連合による、歯科口腔健診についてお知らせします。固いものが食べにくい、入れ歯が合わない、自覚症状はないがお口の状態を確認したい方など、ぜひこの機会に受診しましょう。

■対象者

- 昭和 20 年 4 月 1 日から昭和 21 年 3 月 31 日生まれの被保険者
- 昭和 16 年 4 月 1 日～昭和 20 年 3 月 31 日生まれの被保険者のうち、直近で生活習慣病に係る受診をされた経歴があり、かつ、令和 2 年度に歯科医療の受診がなかった方

■健診期間

12 月 30 日（木）まで

■健診費用

無料（健診により治療が必要な場合は、その費用は本人が負担）

■健診の方法

- ① 6 月下旬に長野県後期高齢者広域連合より対象となる方に案内通知および受診券を送付しています
- ② 健診希望の方は直接県歯科医師会所属の歯科医院に予約をして健診を受けてください

■持ち物

受診券票・被保険者証・お薬手帳（ある方）

