



クローズアップ

# 私が目指すもの みんなで取り組む

任期満了に伴う飯山市長選挙が10月23日に投開票が行われ、選挙の結果、江沢岸生新市長が誕生しました。今月は、江沢新市長が目指すものについて、クローズアップします。



ノーサイド  
「みんなで力を合わせて  
取り組んでいく」ことが  
まずは第一歩です

選挙後は、ノーサイド  
ということをお話してきま  
した。選挙は終わりました  
ので、勝者も敗者もあ  
りません。みんなで力を合  
わせて、市民の皆さまのた  
めに取り組んでいく。そう  
いうことがまず第一歩とし  
てお誓いを申し上げます。

飯山市は今  
大きく変化すべき時を  
迎えています

多くの市民が変化を望  
んでいます。私は、市内  
8000世帯ほどに伺い、  
いろいろなご意見を伺っ  
てまいりました。

一番多かった意見は、「変  
えてほしい」「今変えなけ  
れば、この先が見込めない」  
という声でした。本当にた  
くさんの方からそういった  
言葉をいただきました。

Profile

- 生年月日 昭和28年11月21日生
- 学歴 昭和47年3月 飯山北高等学校 卒業  
昭和53年3月 茨城大学 卒業
- 職歴 昭和53年4月 行政管理庁（現総務省）入庁  
平成19年4月 総務省大臣官房審議官 就任  
平成22年7月 総務省 退職  
平成26年12月 飯山市議会議員 就任（1期）  
令和4年10月28日 市長 就任



えざわ きしお  
江沢 岸生市長

生について申し上げてきま  
した。

私は、コンパクトシティー  
という考え方は基本的に反  
対です。ただ、これからは  
市長となり、行政の継続性  
を踏まえて対応する必要が  
あります。今住んでいる地  
域、今生活している地域、  
そこでの暮らし、それを守  
り抜くというのが、私の気  
持ちです。

皆さんからのお考えに対  
し、住民や事業者の皆さ  
んと一緒に考えていく

例えば、地域おこし協力  
隊をどういうところに活用  
していくか。あるいは、集  
落支援員をどういう場所で  
どういう形で活用してい  
かについては、住民のみな  
さんが、どういう地域をつ  
くろうか、あるいはどうい  
う活動をしていこうかとい  
うことをお考えにならない  
ければいけません。これは、  
行政側から押し付けるも  
ではありません。  
住民の皆さんからのお考  
えを受けて、一緒に考えて  
いく必要があります。そう

私の基本姿勢

「本気で聞き取る。そ  
して本気で説明し語る。そ  
して決めたことは本気でや  
り抜く」を基本姿勢とし  
て、仕事に臨みたいと思  
います。そして、議会の皆  
さまで、その上で判断した  
と思います。  
先日の夕方、どうしても  
会いたいというおじいさん  
とお会いしました。お年は  
81歳になったとおっしゃ  
っていました。  
街頭演説の最終日、私が  
駅前前のスパー前で演説し  
ていた内容を聞いていたそ  
うです。自力で自宅の除排  
雪ができない方に対する新  
しい支援の話が聞かれてい  
たそうです。  
「本当に今まで12年間、

あなたを応援してきてよ  
かった。ぜひ実現してほ  
しい」と言われました。  
そういった方々の一人ひ  
とりのお気持ちに十分気を  
配りながら、謙虚な姿勢で  
仕事に臨んでいきたいと思  
います。

私たち行政は、市民に奉  
仕する立場であって、市民  
の上に立つものではなくあ  
りません。そういう気持ち  
で、職員の皆さんと共に一  
丸となつて取り組んでまい  
りますので、よろしくお願  
いします。



## 10の政策

- 各区に集落支援員を設置し、  
元気な区、元気な飯山市に
- 「地域おこし協力隊」を60人  
以上に増員し、地域を元気に
- 安心で安全な住みやすい  
元気な地域をつくり、  
社会人口を増やす
- 自力で排除雪できない  
除雪困難全世帯へ  
雪下ろし支援を拡充
- 医療・福祉の充実
- 風水害・地震・原発事故対策に  
万全の防災体制を確立
- 出産・子育てしやすい  
飯山市をつくる
- スポーツ・文化・芸術・歴史・  
伝統を生かした  
魅力ある飯山市をつくり  
観光振興に結びつける
- 地域中小企業振興条例を制定  
中小の商工業者を支援
- 大規模農家育成と家族農業を守り  
食料自給率の向上を目指す

選挙結果

	立候補者氏名	得票数
当	江 沢 岸 生	5,945
	新 家 智 裕	5,767

- 当日有権者数 17,071人
- 投票者数 11,787人
- 無効票 75票
- 投票率(前回) 69.05%(72.34%)



# 3期12年の思い 足立市長退任あいさつ

足立市長は、駅前区画整理事業、駅合築施設、斑尾口駐車場など大型のハード事業と平行して、ソフト

10月27日、任期満了に伴い、平成22年から3期12年にわたり市長を務めた足立正則市長の退任式を市役所で行いました。退任式で足立市長は「議会、職員、何よりご協力いただいた多くの市民の皆さまにお礼と感謝の気持ちを伝えたい。事業を行う上で大切なのは財政。財政が立ち行かなくなると市民の皆さまに多大なご迷惑をかけることになる。この事業執行と健全財政のバランスを保ちながらこれまで務めてきた。先人の皆さまの努力により開業した新幹線飯山駅は世界に開かれている。将来の子どもたちが飯山に安心して住めるよう引き続き皆さんのご尽力をお願いしたい」とあいさつしました。

## 未来の子どもたちが 安心して住めるよう 引き続き尽力を

面では信越9市町村の広域観光連携会議を組織するなど新幹線開業後の地域の受入れ体制を固めました。併せて、中央橋の架替えや都市計画道路「綱切線」斑尾線」など新駅へつながる主要アクセス道路の整備を国県、市民の協力を得て進め、二次交通の充実、インバウンドの推進、アクティビティ拠点の整備などを推進しました。また、「飯山市文化交流館なちゅら」や「飯山市子ども館きらら」の整備のほか、飯山赤十字病院への支援拡充、除雪体制の強化、高齢者の玄関先除雪など、市民が安心して暮らせるまちづくりに取り組まれました。

人口対策では、若者世代に対する三世帯同居等住宅建設支援策や、移住促進住宅の建設など移住定住施策を積極的に推進しました。

### ■足立正則市長 3期12年の主な功績

- 安心安全**
  - 空家対策に関する条例を制定
  - 新デジタル防災無線の整備
  - 井出川山腹崩落災害への対応
  - 令和元年東日本台風災害への対応
  - 高齢者の玄関先除雪支援を開始
  - 移動スーパー事業を支援
- 若者への支援**
  - 市が相談窓口になった移住者が平成28年度から6年連続で増加
  - 若者住宅の建設
  - 移住定住促進住宅の建設
  - 起業支援センターあすちやれオープン
- 経済**
  - 新幹線飯山駅開業に伴う駅周辺整備
  - 山岳高原を活かした世界水準の滞在型観光地づくりを目指し、信越自然郷を発足
  - 駅前に市営立体駐車場を整備
  - 道の駅「花の駅 千曲川」拡張整備
  - 駅前ホテル建設に係る基本協定を締結
- 健康・福祉**
  - フジすまいるファーム飯山開業
  - 福祉医療費特別給付金支援対象に妊産婦を追加し拡充
  - 福祉医療費の通院の対象を18歳まで拡充
  - 医師確保に向け奨学金貸与制度の拡充
  - 飯山赤十字病院への支援を拡充

- 次世代への学び**
  - 文化交流館なちゅら開設
  - 子ども館きらら開設
  - 城南中学校新校舎へ移転
  - オール電化ドライシステム方式の中学校新給食センター建設
  - 全小中学校と保育園にエアコン設置
  - 全児童・生徒にタブレット端末と各小中学校に電子黒板（大型掲示板装置）を配備
  - プログラミング体験授業等を実施
  - 幼児教育、保育無償化にあわせ副食費も無償化



# 新市議会議員 が決定

写真下のキャプションは、氏名（敬称略）、年齢（11月15日現在）、所属政党、当選回数、職業、住所の順に掲載。並びは、右上から当選回数順の年齢順。

あげまつ えいりん 上松永林 (80) 無所属 (現) ⑤ 会社役員・飯山 本町	きしだ まさき 岸田眞紀 (61) 無所属 (現) ② 会社役員・飯山 愛宕町	たかはし たつゆき 高橋達幸 (65) 無所属 (新) ① 農業・太田 曾根	むらまつ まさかつ 村松正勝 (50) 無所属 (新) ① 会社役員・木島 上新田

10月23日、任期満了に伴う飯山市議会議員選挙が行われ、16名の議員が決まりました。今回の選挙結果と当選された議員の皆さんをご紹介します。  
(任期は令和4年12月12日から4年間)

さとう まさお 佐藤正夫 (75) 無所属 (現) ⑥ 農業・柳原 南条	にしざわ かずひこ 西澤一彦 (68) 公明党 (現) ③ 自営業・秋津 茂右エ門新田	おぎわら しょういち 荻原章一 (67) 日本共産党 (新) ① 農業・柳原 藤ノ木	たかさわ ふじこ 高澤富士子 (59) 無所属 (新) ① 自営業・飯山 斑尾

### ■選挙結果

	立候補者氏名	得票数
当	常田 徳子	1,452
当	高橋 春三	1,181
当	吉越 利明	990
当	西澤 一彦	854
当	村松 正勝	853
当	荻原 章一	822
当	高橋 達幸	791
当	高澤 富士子	625
当	小林 喜美治	608
当	岸田 眞紀	566
当	佐藤 正夫	491
当	渋川 芳三	488
当	山崎 一郎	445
当	上松 永林	411
当	山崎 武雄	335
当	松本 淳一	317
当	水野 正彦	314

※按分票は小数点以下切り捨て

- 当日有権者数 17,071人
- 投票者数 11,785人
- 無効票 240票
- 投票率(前回) 69.04%(72.33%)

こばやし きみじ 小林喜美治 (68) 日本共産党 (現) ⑦ 団体役員・秋津 北畑	まつもと じゅんいち 松本淳一 (70) 無所属 (現) ③ 無職・飯山 上町	たかはし しゅんぞう 高橋春三 (70) 無所属 (新) ① 会社役員・常盤 戸狩	ときだ のりこ 常田徳子 (64) 無所属 (新) ① 主婦・飯山 奈良沢

やまざき いちろう 山崎一郎 (79) 無所属 (現) ⑦ 会社役員・飯山 有尾	しぶかわ よしぞう 渋川芳三 (74) 無所属 (現) ④ 農業・秋津 上組	よしごえ としあき 吉越利明 (47) 無所属 (現) ② 会社役員・瑞穂 関沢	やまざき たけお 山崎武雄 (64) 無所属 (新) ① 農業・外様 中曾根

### ■市議会 12月定例会 (予定)

招集日	12月12日
一般質問	12月20日～22日
最終日	12月27日

冬期通行不能区間・閉鎖（国・県道等）の予定

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	11/15(火) 14:00～ 5/12(金) 14:00	大型車は 通年通行止
	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	11/9(水) 14:00～ 6/9(金) 14:00	大型車は 通年通行止
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（チェーン着脱場）	4.7	11/10(木) 14:00～ 4/28(金) 14:00	
	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(木) 14:00～ 5/25(木) 14:00	
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(木) 11:00～ 4/28(金) 11:00	
	寿字大倉地先（桂池）～ 寿字大倉地先（新潟県境）	1.0	11/10(木) 11:00～ 5/25(木) 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（Tel. 62-4111）までお問い合わせください。

除雪の距離は？

今冬は市道 **344km** 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？

**車道：積雪 10cm以上**  
**歩道：積雪 5cm以上（試験）**  
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。

消雪パイプ 24h 稼働

今まで 1 日 2 回の休止時間がありましたが、今冬から 24 時間稼働することとなりました。



思いやり  
の心で快適な  
冬を過ごしましょう

# 市道の除雪体制

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。

## 道路へ雪を出さない 出したら速やかに排雪

特にハンドロータリ除雪機で積まれた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。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。また、道路に面した屋根には、雪止め設置など対策をお願いします。



## 除雪車に近寄らない

作業中の除雪車には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、近づかないよう目配りをお願いします。



## 路上に車を放置しない

除雪の支障となるため、車を路上へ放置しないようお願いいたします。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。



## 作業時間が延びる場合があります

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が、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がありますので皆さんのご理解をお願いします。



## 突き出し場所確保にご協力ください

道路除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、消雪が進むようにします。なお、突き出し場所には道路除雪以外の雪を捨てないようにお願いします。



## スクラム除雪をご利用ください

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。



## 流雪溝のフタを開けたままにしない

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。また、除雪の際に破損する可能性がありますので、使った後は、必ずしっかりと閉めてください。



## 除雪の要請は各区長さんを通じてご連絡ください

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。





# 雪に関する支援等のご案内

保健福祉課 社会福祉係 TEL 67-0727 (直通)

## 高齢者等玄関先除雪支援事業の内容を拡充しました



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について、支援内容を次のとおり拡充しました。対象等詳しくは、お問い合わせください。また、区長から依頼がありましたら、作業のできる方は、支援員としてご協力をお願いします。

### ■対象世帯

高齢、障がい、病気等のため除雪路線の道路から玄関先まで自力で除雪が困難な世帯  
(課税状況のほか身体的要件がありますので詳しくはお問い合わせください。また、原則、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外です)

### ■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対象)

### ■申請の取りまとめ

各区の区長 (申請後、該当要件の審査あり)

### 拡充の概要

支援員への作業料	「市」助成額	「世帯」負担額
○世帯員の住民税 (所得割) <b>非課税世帯</b> の場合		
1,000円/回 (1時間超 3,000円/回) ▼ 2,000円/回 (1時間超 4,000円/回)	1,000円/回 (1時間超 3,000円/回) ▼ 2,000円/回 (1時間超 4,000円/回)	0円/回 (負担なし) 【据え置き】
○世帯員の住民税 (所得割) <b>課税世帯</b> の場合		
1,000円/回 (1時間超 3,000円/回) ▼ 2,000円/回 (1時間超 4,000円/回)	500円/回 (1時間超 1,500円/回) ▼ 1,500円/回 (1時間超 2,500円/回)	500円/回 (1時間超 1,500円/回) 【据え置き】

# 冬の暮らしを守り、安心して暮らせるために

## 住宅除雪支援事業



高齢、障がい、病気等で家屋の屋根の雪下ろしが困難な世帯に対して、住宅除雪支援員の協力を得て除雪支援を行い、市がその経費を助成 (負担) するものです。本事業の支援内容を次のとおり拡充しました。詳しくはお問い合わせください。

### 拡充の概要

- 支援員の作業単価を増額  
2,068円/時間 ▶ **2,500円/時間**
- 派遣世帯の自己負担を廃止  
300円/時間 ▶ **0円/時間 (負担なし)**

### ■支援内容

居住している家屋の屋根の雪下ろし等

### ■対象

自己の労力や資力等で屋根の雪下ろし等ができない世帯 (このほか要件あり)

### ■申請の取りまとめ

各集落を担当している民生児童委員さん (申請後、該当要件の審査あり)

## 【市長公約】雪に関する新たな支援等のお知らせ

### 3人1チームの除雪救助隊 (公営) の実証実験を行います

飯山市の除雪救助隊 (公営) の導入に向けた実証実験を開始します。これは、民間や地域団体が組織するものとは別に、飯山市が主体となり、3人1チームで除雪救助隊を組織するものです。年内までに、市内1~2カ所での実証実験を予定しています。現在、準備を鋭意進めています。詳しくは、広報飯山12月号で具体的にお知らせします。



### 除雪機等の購入に補助金が出せるよう力を尽くします

除雪機などの購入補助制度の創設に向け、国・県に強く要望します。また、それが実現するまでの間、**市単独の補助制度について、来年度の制度化に向けて力を尽くします。**



## 新型コロナウイルス感染症対策

### 自宅療養中に避難が必要となった場合はご連絡ください

災害時の専用避難所をご案内します

危機管理防災課 防災消防係 TEL 67-0721 (直通)

飯山市では、避難所での新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防ぐため、状況に応じて自宅療養されている方のための専用避難所を設けます。

自宅療養中に避難が必要となった場合には、右の点に注意して行動してください。

### ■避難が必要となった場合

飯山市危機管理防災課に連絡をお願いします。状況により、自宅療養者の方の専用避難所等をご案内します

○連絡先 飯山市 危機管理防災課  
電話 62-3111 (代表)

何らかの理由であらかじめ決められた避難所へ避難する場合は、受付時に自宅療養者であることを必ず申し出てください

自宅療養  
している方

飯山市役所  
へ連絡

(状況により)  
専用の避難所

### ■災害時に救助を求める場合

災害時に救助を求める場合には、自宅療養者であることを消防等に必ずお伝えください

救助をお願いします。  
今、新型コロナに感染して  
て自宅療養中  
なんです!



## 各地区活性化センターでマイナンバーカードの出張受付を行います

マイナポイント申請期限 12月末まで延長!



市民環境課 市民係 TEL 67-0726 (直通)

マイナンバーカードの取得促進の取り組みとして、各地区活性化センターでマイナンバーカードの申請を受け付けます。この機会にマイナンバーカードの申請をしましょう。

■時間 午後1時30分から午後3時30分まで

■持ち物 免許証やパスポートなど顔写真付きの本人確認書類 (保険証、年金手帳、通院券などの場合は、どれか2点)

### ■マイナポイント申請期限 12月末まで延長

マイナポイントを受け取るために必要なマイナンバーカードの申請期限が、9月末から12月末までに延長となりました。お早めに申請ください



### ■受付日と場所

受付日	場所
12月1日(木)	富倉地区活性化センター
12月2日(金)	飯山地区活性化センター
12月5日(月)	岡山地区活性化センター
12月6日(火)	木島地区活性化センター
12月7日(水)	瑞穂地区活性化センター
12月8日(木)	外様地区活性化センター
12月9日(金)	柳原地区活性化センター
12月19日(月)	常盤地区活性化センター
12月26日(月)	太田地区活性化センター
12月27日(火)	秋津地区活性化センター



新型コロナウイルス関連情報

## オミクロン株対応ワクチン接種のご案内

保健福祉課 健康増進係 TEL 67-0727 (直通)

### ■対象者

2回目の接種を完了した12歳以上の方で、最終の接種から3カ月以上経過した方  
(接種間隔が5カ月から短縮されました)

○前回の接種(2回目以降)から3カ月経過した方には、順次接種券をお送りしますので、内容をご確認ください

○3回目または4回目の接種券が届いているが、まだ接種していないという方は、利用していない接種券でオミクロン株対応ワクチンが接種できますので、ご予約をお願いします

### ■会場

11月中 → 飯山市屋内運動場  
12月以降 → 飯山市公民館2階

### ■予約・予約変更・予約キャンセル

○コールセンター TEL 0120-905-162  
○インターネット 飯山市ホームページの新型コロナウイルスワクチン接種情報をご確認ください

QRコードは  
こちら→



### ■接種券の再発行

「接種券を紛失、破棄してしまった」という方は、再発行の申請をお願いします

○コールセンター TEL 0120-905-162

○ながの電子申請 QRコードは  
こちら→



○電子メール hoken@city.iiyama.nagano.jp

### ■ぜひ年内の接種をご検討ください

これまで2年間、年末年始に新型コロナウイルスは流行しています。重症化リスクの高い高齢者の方はもとより、若い方にも、2022年の年末までに、オミクロン株対応ワクチンの接種を完了することをお勧めします

このワクチンは、従来型ワクチンを上回る重症化予防効果とともに、持続期間が短い可能性があるものの、感染予防効果や発症予防効果も期待されています。また異なる2種類の抗原がある「2価ワクチン」であることにより、新型コロナウイルスのさまざまな変異株に対して反応します。そのため、今後の変異株に対して有効である可能性が高いことが期待されています



## 「新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金」

申請受付期間が延長されました **12月31日まで**

社会福祉協議会の実施する総合支援資金の再貸付が終了した世帯などで、収入や資産等の一定条件を満たす世帯を対象に支給される、「新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金」の申請受付期間が12月31日まで延長されましたのでお知らせします。

### ■申請期限

12月31日(土)

### ■お問い合わせ

保健福祉課 社会福祉係 TEL 67-0727 (直通)

### ■支給対象世帯

社会福祉協議会で行っている緊急小口資金等の特例貸付を利用できない世帯が対象

- ・総合支援資金の再貸付を借り終わった世帯
- ・総合支援資金の再貸付が不承認となった世帯
- ・総合支援資金の再貸付の相談をしたものの、申し込みに至らなかった世帯
- ・緊急小口資金および総合支援資金(初回)をいずれも借り終えた世帯  
(このほか収入や資産に関する要件などあり)



市  
事業

物価高騰の影響を少しでも軽減するため

## いいやま生活応援券を配布します

庶務課 TEL 62-3111 (代表)

エネルギー、食料品価格等の物価高騰の影響を受けている市民の皆さまと、新型コロナウイルス感染症のまん延により、事業活動に大きな支障を来している市内事業者の皆さまの影響を少しでも軽減するため「いいやま生活応援券(商品券)」を市民の皆さまに配布します。

### ■対象者

基準日(10月31日)に飯山市の住民基本台帳に登録されている全市民

### ■交付額

対象者1人につき3,000円(1,000円×3枚)分の商品券を各世帯に配布

(中小登録店専用券(大型店使用不可):2,000円分)  
全登録店共通券(大型店使用可能):1,000円分)

### ■配付方法

11月中旬から世帯の世帯主に対し、「ゆうパック」により世帯全員分を郵送します

金券ということもあり、市内全世帯約8100軒を順次訪問してお配りするため、配り終えるまでに1カ月ほどかかる見込みです

### ■有効期限

令和4年12月1日(木)から令和5年1月31日(火)まで

### ■取扱い店舗

市内店舗など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

### ■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



国  
事業

電力・ガス・食料品等

## 価格高騰緊急支援給付金のご案内

保健福祉課 社会福祉係 TEL 67-0727 (直通)

電力・ガス・食料品等の価格高騰による負担増をふまえ、特に家計への影響が大きい市県民税(住民税)非課税世帯(均等割・所得割の両方とも非課税)等に対して、給付金を支給します。(国事業)

■支給額 1世帯あたり5万円

### ■対象者等

#### ○非課税世帯

基準日(令和4年9月30日)において世帯全員の令和4年度分の住民税が非課税である世帯

#### 【手続き方法】

該当と思われる世帯へ確認書および支給案内を11月末までに送付予定です。ご確認ください

※令和4年1月2日以降に転入した方がいる場合、申請書の提出が必要です

#### ○家計急変世帯

令和4年1月から12月までの家計が急変し、非課税世帯と同様の事情にあると認められる世帯

#### 【手続き方法】

申請書の提出が必要です。12月以降に電話で相談いただくか社会福祉係の窓口へお越しください

申請期限: 令和5年1月31日

### 道の駅「花の駅千曲川」リニューアル 農業観光振興拠点施設オープン

10月14日、「道の駅拡張整備事業」における「農業観光振興拠点施設」建築工事の完成にあたり、道の駅「花の駅千曲川」でリニューアルオープンセレモニーを開催しました。



農産物直売所と土産品売り場

10カ月かけて工事を行い施設が完成しました。今行われた整備は、農産物直売所やレストランなどがある「農業観光振興拠点施設」と「駐車場」の拡張整備です。旧施設の場所にアウトドア用品の販売や観光案内などができる「アクティビティ拠点施設」を現在建設中で、完成は令和5年の秋を予定しています。



QRコードでホームページをチェック！

### 飯山市初の「地域福祉計画」策定に向け委員会を開催



委員長に選出され、あいさつをする吉田正紀（飯山市ボランティア連絡協議会会長）委員長

9月30日、飯山市地域福祉計画策定委員会を飯山市役所で開催しました。同委員会の委員は、14人で社会福祉団体・事業者・公募による市民の方などで構成されています。地域福祉計画は、地域福祉の推進に関する事項を一体的に定めるもので、具体的には、市が策定する福祉や教育、健康増進、介護などの個別の各種計画を踏まえつつ、福祉関係施策を総

合的に推進するための計画です。飯山市ではこれまで同計画を策定してこられず、個々の計画で対応してきましたが、社会全体でも、地域でも、従来の制度や体制では支えきれない新たな課題が生じているなどの社会的背景から、今回策定に向け委員会を開催しました。今後会議を重ね、令和5年3月を目標に同計画案をまとめる予定です。

### 持続可能な社会の実現に向け 廃竹のコンクリート舗装の実証実験を実施

10月26日、使用済みの竹ポールを使ったコンクリート舗装の実証実験を飯山地区分道公民館前の道路で行いました。同実験は、飯山市職員提案制度からのもので、コンクリート舗装の補強材として通常使用されている鉄筋の代わりに、道路除雪の路肩の目印として使われていた竹ポールを使用するものです。

竹ポールは年間6000本使われていて、今回の実証実験では、昨シーズンに使用して不要となった竹ポールを使い、約40平方メートルを施工しました。同実験は、長野工業高等専門学校から技術協力をいただいております。これまで竹の配筋方法について検討してきました。今回の実験をふまえ、施工性、経済性などについて、今後検証していきます。



竹を縦に半分に割り、20センチ間隔で格子状に組み立てたところに、コンクリートを流し込んでいる様子

### 3年ぶり4回目

### 「千曲川・高社山SEATOSUMMIT® 2022」開催

10月15日から16日にかけて、「千曲川・高社山SEATOSUMMIT® 2022」が飯山市・中野市・木島平村のフィールドを舞台に開催されました。

感ずる環境スポーツイベントです。開催は、令和元年以来3年ぶりで、今回で4回目となります。全国12大会で最も多い220名が参加したこの大会では、選手それぞれが自分のペースで北信濃の秋の風景を楽しみました。また、参加者からは、心づくしのおもてなしに感謝の声がありました。



千曲川の雄大な流れをカヌーやラフティングボートで中央橋付近を下る参加者

### 子どもたちのためのサマージャンプ記録会 チームタクカップ2022開催

team taku cup 2022実行委員会（実行委員長 竹内択選手）が、飯山ジャンツェで、team taku cup 2022を10月16日に開催しました。同大会は、子どもたちの日頃の練習の成果を発揮する場を作ることを目的に行われ、今回で2回目の開催となります。

当日は、約1300人の選手が出場し、約1300人の観客が会場を訪れました。会場には、フードコーナーが設置されたほか、ディスクジョッキーが会場の雰囲気

気に合わせながら軽快な曲を選曲し、会場を盛り上げる演出もありました。また、同日行われたトークイベントでは、北京五輪で金メダル、小林陵侖選手、平昌五輪銅メダルの高梨沙羅選手、ソチ五輪で個人銀メダルの葛西紀明選手が駆け付け、会場を沸かせました。竹内択選手は、後日、足立市長（当時）を訪問し「協力いただいた皆さんに感謝したい。来年はさらにいいイベントにできたら」と今後に向けて抱負を語りました。

### 長野県弁護士会と災害時の法律等相談に関する協定を締結



左から中村会長、足立市長

長野県弁護士会と「災害時における法律等相談業務に関する協定」の調印式を10月13日に飯山市役所で行いました。

協定の内容は、災害時に飯山市からの要請により、被災者支援のための法律等に関する困りごとについて、被災者が弁護士へ直接相談することができるものです。相談できる内容は、借地借家、中小企業の経営、住宅ローンなどに関するもの

で、相談は無償で行われます。

長野県弁護士会の中村威彦（たけひこ）会長は、「令和元年東日本台風災害では、各自自治体との協定がなく、相談の周知や場所の確保等の問題があり、迅速な対応ができなかった。本協定により、今後、飯山市と連携し、いち早く被災者の皆さまを支援できるようにしたい」とあいさつしました。



左から、荻原次晴さん、竹内選手、小林陵侖選手、高梨沙羅選手、葛西紀明選手



観客が見守る中、ジャンプ台から飛び立つ選手

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

長野南年金事務所
長野北年金事務所

11月上旬に日本年金機構から社会保険料(国民年金保険料)控除証明書が発送されました。

送付時期
1月1日から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
10月1日から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

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。

※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。

飯山市総合計画(基本構想)に関するパブリックコメントを募集しています

事業戦略室 事業戦略係
TEL 67・0724 (直通)

総合計画は、飯山市が目指す10年後の将来のまちの姿を描き、その実現に向けた方向性や目標を示したまちづくりの基本方針となる市の最上位に位置付けられる計画です。

募集期間
11月30日(水)正午まで

意見の提出方法
所定の様式を事業戦略室の窓口まで提出、電子メールで送付など

意見を出せる方
市内に住民票がある方
市内の事務所または事業所に勤務している方
市内に事務所または事業所をお持ちの方、および

令和4年分 決算説明会のお知らせ

信濃中野税務署 個人課税部
TEL 0269・22・3153

信濃中野税務署では、個人事業者の方を対象に、所得税および消費税の決算の仕方や確定申告に当たっての注意点などについて、次のとおり説明会を開催します。

白色申告者向け
開催日 12月12日(月)
開催時間 午前10時から正午まで

青色申告者向け
開催日 12月9日(金)
開催時間 午前10時から正午まで

営業・不動産所得の方
開催日 12月22日(土)
開催時間 午後2時から午後4時まで

場所
中野市中央公民館3階301講堂

法人その他の団体
市内の学校に在学している方
この他にパブリックコメント手続に係る案件に利害関係がある方

精神障がい者のご家族への相談会を開催します

飯山市精神障がい者家族会 事務局
TEL 67・0727 (直通)

精神障がい者のご家族の方を対象に相談会を開催します。予約は不要です。お気軽に何でもご相談ください。

相談日
11月25日(金)、12月27日(火)、令和5年1月26日(木)

時間
午後1時から午後3時まで

会場
飯山市保健センター1階和室

相談員
飯山市精神障がい者家族会長 ほか

冬期間水道を使用しない場合は閉栓手続きを

上下水道課 業務係
TEL 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

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
TEL 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(種別割)の課税対象となります。

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。

QRコードでホームページをチェック!

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。

閉栓手続きは上下水道課窓口で行いますので、印鑑と手数料1000円をお持ちのうえ、降雪期前までにお越しください。

「もしかして?」ためらわないうちへ1809(いちややく)児童虐待かもと思ったらすぐに1809までお電話ください

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

児童相談所虐待対応ダイヤル「189」は、虐待かと思った時などに、すぐに児童相談所に通告・相談ができる全国共通の電話番号です。

建物を取り壊したらご連絡ください

税務課 資産税係 TEL 67-0723 (直通)

建物(家屋・車庫等)を取り壊した場合は市役所税務課までご連絡ください。

ただし、年度途中に建物の取り壊しがあっても、月割り等の制度がないため、その年の1月1日現在の所有者に年額分を納めていただくことになります。

ご連絡がない場合
翌年度以降も固定資産税が課税される場合がありますのでご注意ください

子育て世帯生活支援特別給付金のご案内

子ども育成課 子育て支援係 TEL 67-0741 (直通)

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、失業や収入の減少等により、子育てに負担が生じている新たな世帯に、給付金を支給します。

- 対象者
次の両方に当てはまる方
○令和4年3月31日時点で18歳未満の児童を養育する父母等
(特別児童扶養手当対象児童の場合、20歳未満(令和5年2月末までに生まれた新生児等も対象))
○令和4年度住民税(均等割)が非課税となった、または令和4年1月1日以降の収入が急変し、住民税非課税相当の収入となった父母等
- 対象外
既に本給付金および子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)を受給された方
- 給付金額
児童一人あたり10万円(飯山市5万円+国5万円)
- 申請期限
令和5年2月28日(火)

後期高齢者医療の医療費通知

長野県後期高齢者医療広域連合事務局 TEL 026-229-5320

長野県後期高齢者医療広域連合では、特別な事情がある場合を除き、その前年に後期高齢者医療保険で医療を受けた全ての被保険者に対し、医療費通知を年1回送付しています。

- 対象診療月と送付時期
令和3年11月から令和4年10月まで
→令和5年1月下旬に送付
- 医療費控除の申告をされる方へ
令和4年11月から12月までの受診分は、令和6年1月下旬頃の送付を予定しているため、申告の時期には間に合いません。令和4年分の確定申告期間中に医療費控除の申告をされる際は、医療機関等からの領収書を基に申告してください。なお、マイナンバーカードを使って医療データを連携し、e-Taxでの確定申告もできますのでご利用ください

ペレットストーブなど購入補助金を受付

農林課 耕地林務係 TEL 67-0729 (直通)

県産材の主産地形成、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5年度に予定している飯山市森のエネルギー推進事業補助金の受付をしています。

- 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
令和5年3月31日(金)まで



# 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～

長野地方裁判所 飯山支局 TEL 62-2302 人権政策課 人権同和係 TEL 67-0743 (直通)

## 人権・悩み相談所開設

12月4日(日)から10日(土)は、第74回人権週間です。人権週間中は人権・悩み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(木)	9:00～12:00	山ノ内町 地域福祉センター
12月5日(月)	9:00～12:00	野沢温泉村公民館
12月5日(月)	9:00～12:00	中野人権センター
12月5日(月)	13:00～16:00	飯山市公民館
12月7日(水)	9:00～12:00	木島平村 保健センター
12月9日(金)	9:00～12:00	栄村役場

どの会場においていただいても結構です

## 事業所から出た「ごみ」の処理についてのお願い

市民環境課 生活環境係 TEL 67-0726 (直通)

事業所から発生したごみは、次の方法で処理していただくようお願いします。

### ■処理の方法

- ①直接エコパーク寒川へ運搬する
  - ②許可を持つ一般廃棄物処理業者に依頼する(2社あり)
  - ③最寄りのごみステーションへ排出する
- ③でごみを出すには、次の要件に限り、手続きを行ったうえで搬出してください。また、既に届出をされている方で、ごみの排出量が届出時から変動した場合、ごみの排出量に応じて、手数料の額が変更となる場合もあるので、ご連絡をお願いします。

- |                               |                                     |                                      |
|-------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| ○要件<br>家庭からでるごみと同程度の内容や量であること | ○手続き<br>「ごみステーション利用の届出」を市役所生活環境係に提出 | ○処理手数料<br>ごみの搬出量に応じた手数料を年2回ご負担いただきます |
|-------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|

## 移住された方の住宅建設を支援

移住定住推進課 移住定住係 TEL 67-0740 (直通)

市外から転入し、住宅を建設・取得される方、または既存住宅を改修する方に補助金を交付しています。要件等詳しくはお問い合わせください。

### ■事業名

移住支援住宅建設促進事業

### ■補助額

- 住宅新築 最高150万円補助 (建築場所等により異なる)
- 中古住宅購入 最高80万円補助 (年齢等により異なる)
- 住宅改修 最高20万円補助 (対象要件あり)



講演のほか、市内小中学校児童生徒による作文発表、人権啓発ポスター、標語の展示等を行います。多くの方のご参加をお待ちしています。なお、新型コロナウイルス感染症拡大により、大会が中止とすることがあります。あらかじめご了承ください。

■日時 12月3日(土) 午後1時30分から午後3時50分(開場午後1時)

■場所 飯山市文化交流館 なちゅう大ホール

■講師 シンガーソングライター うみみさん

■演題 人権コンサート 「あなたに会えてよかった」

第50回 差別のない明るい飯山市を築く市民大会

人権政策課 人権同和係  
TEL 67-0743 (直通)

「年末の交通安全運動」を実施します

道路河川課 監理係  
TEL 67-0737 (直通)

交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣づけるなどの取り組みを推進し、交通事故防止の徹底を目的に、次のとおり「年末の交通安全運動」を実施します。

■期間 12月15日(木)から12月31日(土)まで

■重点項目

- 冬の安全運転の徹底 降雪期で路面状態も悪くなります。早朝・夜間だけでなく日中も減速運転に心がけ、急ハンドルや急発進をしないようにしましょう。
- 飲酒運転をしない運動の推進 忘年会など飲酒する機会が増えます。飲んだら乗らない、乗るなら飲まない、飲酒運転しない運動に取り組みましょう。

## 飯山での結婚新生活を支援

移住定住推進課 移住定住係 TEL 67-0740 (直通)

新規に婚姻した世帯の住居費と引越費用に対して補助金を交付しています。要件等詳しくはお問い合わせください。



### ■事業名

飯山市結婚新生活支援事業

### ■対象と補助額

住居費と引越に要した経費の全部(上限額30万円)

### ■対象者 (この他対象要件あり)

- ①夫婦双方の結婚日における年齢が39歳以下であること
- ②夫婦の合計所得が400万円未満であること

## 三世帯等で同居されている世帯を支援

移住定住推進課 移住定住係 TEL 67-0740 (直通)

市内で親等と同居または近居する住宅を新築・増築・改修、中古住宅を取得する方への支援をしています。要件等詳しくは、お問い合わせください。



### ■事業名

いいやま住まいる家族支援事業

### ■対象と補助額

- 市内に、三世帯等で親等と同居・近居する住宅を新築・増築・中古住宅を取得する方で、500万円以上の経費がかかる場合、最高80万円を補助(条件により金額異なる)
- 親等と同居する方で、50万円以上の住宅改修の工事費に対して4分の1を補助(最高30万円)

飯山の皆様、はじめまして！ズンバは誰でもできるエクササイズです。一緒に楽しみましょう！

## ZUMBA!!

【参加費】 500円  
【対象】 年齢制限なし！保護者同伴の小学生まで無料  
【持ち物】 室内靴、飲み物、タオル等  
【定員】 約14名

スケジュールはQRコードを  
読んで確認してください

本場の英語がお得で学べます。家族、ママ友、同級生みんなを誘ってレッツゴー！

## EIKAIWA!!

幼児クラス (30分) 1～4名まで  
みんなで 1回 ¥2500

小学生クラス (45分) 1～4名  
5～7名  
みんなで 1回 ¥3600  
ひとり 1回 ¥750

中学生/高校生/社会人クラス (1時間 人数無制限！)  
みんなで 1回 ¥4000

明るく楽しい英語レッスン！幼児クラスから大人まで広範囲のレベルに対応しています。無料体験レッスン受付中!!

## A&B

中学生/高校生/社会人クラス (1時間 人数無制限！)  
みんなで 1回 ¥4000

【場 所】 トガライン18 飯山市大字豊田5868 【連絡先】 0269-65-2082 日本語でOK

## 広報紙への広告掲載募集しています

■規格等  
紙面の下段 1色刷り(白黒) 1枠当たり縦46mm、横86mm (2枠一括掲載も可能) 掲載期間は1月単位とし、最長6月

■広告料  
1枠当たり月額5,500円(税込) 同一内容で6月引き続いて掲載する場合は、1枠当たり27,500円(税込)

■お問い合わせ 事業戦略室 67-0724 (直通)

## 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

出張買取OK!

中野市大字一本木252-1 (イオン中野店内1F) [営業] 10:00～19:00

0269-27-4886

全国一斉年末借金・生活  
お困りごと36時間LINE・  
電話相談会

長野県司法書士会  
TEL 026-23277492

日本司法書士連合会と、  
全国の司法書士会の共催によ  
り、相談会を実施します。こ  
の機会にご相談ください。

■日時  
12月3日(出) 午前10時から  
4日(日)午後10時まで(36  
時間)

■電話による相談  
0120-7832736

■LINEによる相談  
友だち検索で「@378  
ifdy」を検索し、「日  
司連(司法書士36時間無  
料相談)」を友だちに追加  
してください

■相談料  
無料

■相談例  
・勤務先から解雇され、ロー  
ンの返済ができなくなった  
・収入減により、家賃が払  
えなくなった  
・奨学金の返済が難しくなっ  
てきた  
・結婚式のキャンセル料を請  
求されたが今すぐ払えない  
・配偶者のDVが悪化し、離  
婚を考えている  
など

介護予防のための  
「基本チェックリスト」の  
提出をお願いします

地域包括支援センター  
TEL 67-0728(直通)

基本チェックリストを11月  
に区長さんを通じて、該当の  
方に配布します。65歳以上  
の方に、現在の心身の状況や  
日常生活の様子等を伺うもの  
で、その結果により必要な方  
に介護予防教室等への参加を  
勧めています。お手元に届い  
たら、記入いただき、各組長  
さんへ提出をお願いします。

■対象  
令和5年3月31日(水)現在  
で65歳以上の方(介護認定  
者・事業対象者は除く)

■配布方法  
各組長さんを通して配布

■提出方法  
各組長さんへ提出

■提出期限  
12月9日(金)



パキスタン洪水救援金に  
ご協力ください

保健福祉課 社会福祉係  
TEL 67-0727(直通)

日本赤十字社では、6月の  
パキスタンでの豪雨による大  
洪水に対し、「2022パキ  
スタン洪水救援金」を受け付  
けています。ご寄付いただい  
た救援金は、洪水災害の救援・  
復興活動や人道支援に使わ  
れます。くわしくは、日本赤  
十字社のホームページをご覧  
ください。

■ゆうちょ銀行・郵便局によ  
るご協力  
○口座番号  
00110125606  
○口座名義  
日本赤十字社

※振替用紙の通信欄に「2022  
年パキスタン洪水救援金」とご  
記入ください。窓口でのお振り  
込みの場合は、振込手数料が免  
除されます。なお、ATMによ  
る通常振込みおよびゆうちょダ  
イレクトをご利用の場合は、所  
定の振込手数料がかかります。

受領証をご希望の場合は、振替  
用紙の通信欄に「受領証希望」  
と明記のうえ、お名前、ご住所  
お電話番号を記載してくださ  
い。(事前登録不要)

■受付期間  
11月30日(水)まで

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  
TEL 026-223-0555

長野県内の事業場で働く全  
ての労働者に適用される「長  
野県最低賃金」が、令和4年  
10月1日から時間額908円  
に改正されました。この機会  
に、賃金についてご確認ください。  
なお、対象となる賃金は、  
通常の労働時間・労働日に対  
応する賃金で、臨時に支払わ  
れる賃金、精皆勤手当、通勤  
手当および家族手当などは含  
まれません。

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。ご活用ください。

助成金に関しては、長野労  
働局のホームページをご覧い  
ただくか、お問い合わせくだ  
さい。

時間額  
長野県最低賃金  
908円です

QRコードで  
ホームページ  
をチェック!

長野県PRキャラクター  
「アルクマ」©長野県アルクマ

## 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 TEL 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肢の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A1、A2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 2割または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)

## 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 TEL 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21年4月1日から昭和22年3月31日生まれの被保険者
  - 昭和17年4月1日~昭和21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3年度に歯科医療の受診がなかった方
- 健診期間  
12月30日(金)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
  - ①6月下旬に長野県後期高齢者医療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・被保険者証・お薬手帳(ある方)

## 「油漏れ」にご注意ください

市民環境課 生活環境係 TEL 67-0726 (直通)

- 灯油等の油漏れ事故の多くは「うっかりミス」です。油が流出すると、水質汚濁や農業被害に繋がり、人の健康にも悪影響を与える恐れがあります。水路や土壌に流れてしまった油を取り除くためには、多くの時間と労力を必要とします。また、その際に使用した油吸着マットやオイルフェンスといった資材の費用は、原因者が負担しなければなりません。次の点に注意しながら取り扱いをお願いします。
- 注意点
  - 給油中は絶対にその場を離れない
  - バルブの開閉方向を間違えない
  - ホームタンクの注ぎ口の閉め忘れがないか確認する
  - 破損防止のため、タンクや配管付近の点検や除雪に努める(配管やタンクを破損しないよう注意)
- 誤って油を流してしまった場合  
水等で流すのではなく、雑巾や新聞紙などで拭き取ってください。灯油等が屋外に流れた場合や、側溝や河川等で油の流出を発見した場合は、速やかに岳北消防本部または市民環境課までご連絡をお願いします

# イーひと発見!

いいひとはっけん #198

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

太田地区

山本 征摩 さん

子どもたちに前向きになるダンスを  
今後の人生に  
役立ててもらいたい



太田地区の五東に移住して12月で3年になるという山本さん。きっかけは、出身地の京都で出会った飯山の知り合いから、今住んでいる家を譲り受けたことです。「五東の皆さんに親切にしてください。感謝している」と笑顔で話す山本さん。現在、五東区の活性化委員として活躍しています。

山本さんは、2009年に、ストリート・ヒップホップダンスの世界最大級の大会である「ワールドヒップホップダンスチャンピオンシップ」に日本代表として出場し、チームの一員として活躍しました。地域から要望もあり、昨年ダンススクールを立ち上げ、今年から飯山市文化交流館なちゅらで、子どもたちにダンスを教えています。

ダンスをすることで前向きになれると山本さん。「自分もそうだったように、恥ずかしがり屋が、前に出られるようになれる」と経験を語ります。ダンスを教えていて、そういった子どもたちの変化を見るのが楽しいと笑顔を見せます。「今教えている子どもたちがうまくいったら、コンテストに挑戦したい」と話しは続きます。成績を収め、その達成感を味わい、ダンスだけでなく、人生のいろいろな面で生かしていきたいと思います。



DASMF CREW QRコードでInstagramをチェック!



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」にできることから取り組んでみましょう!

市民環境課 生活環境係 TEL 67-0726 (直通)

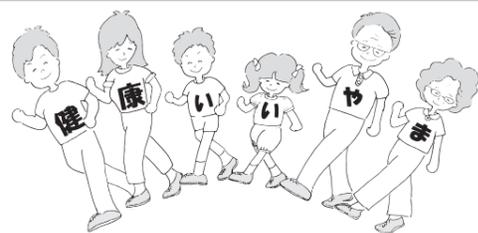
ゼロカーボンアクション  
つてなに?

みなさんは「カーボンニュートラル」や「ゼロカーボン」に向けた取組をしていますか?このコーナーでは、「2050年カーボンニュートラル」に向け、市民の皆さんにも取り組める内容、「ゼロカーボンアクション」をご紹介します。地球温暖化やそれに伴う気候変動といった地球規模の課題への対策には、皆さん一人ひとりの身近な取り組みが大切です。ところで、「カーボンニュートラル」や「ゼロカーボン」という言葉の意味をご存知でしょうか。この2つの言葉には大きな違いはありません。人間の活動のなかで排出する二酸化

炭素の量から、森林などの吸収量を差し引いて、全体としてゼロにすることを意味します。つまり、電気の使用(火力発電から作られた電気を使用する)は、間接的に二酸化炭素を排出していることとなります。や、灯油、ガス、ガソリンといった化石燃料の使用を削減すること等で二酸化炭素の排出量を減らし、森林の吸収量との均衡を図ることが目標となります。

### なぜ二酸化炭素の排出量を減らすの?

冒頭でも触れたとおり、地球温暖化はさまざまな気候変動の原因となり、大規模災害の発生や豪雨、極端な豪雪や寡雪、農作物への悪影響などの被害をもたらすと言われています。この地球温暖化の原因であるのが、二酸化炭素をはじめとする「温室効果ガス」です。地球温暖化を緩和し、住み続けられる地球環境を守るため、全世界での対策が進められています。日本でも2020年10月に、2050年までにカーボンニュートラルを目指すことが表明され、飯山市でも第3次飯山市環境基本計画において、同様の目標を掲げています。地球温暖化、気候変動への対策として、次回から実際の取り組みの例をご紹介します。できることから始めましょう。



## 始めよう貯筋

保健福祉課 健康増進係 TEL 67-0727 (直通)

いつまでも元気でいたいと思っても、人間の身体は年齢を重ねるごとに骨や筋肉をはじめさまざまな機能が低下していきます。これは誰でも通る道なので仕方ありませんが、少しでも寝たきりの状態を減らす、自分の足で歩ける期間を延ばすために今から筋肉を鍛えておくことが重要です。

### 【おすすめ筋体操】

#### ■その場で膝上げ歩き

- ①足は肩幅に開き背筋を伸ばしてお腹をへこませる
- ②太ももが床と並行になるくらいひざを高く上げて、その場でウォーキングを60秒行う



※足腰に不安がある人はできる範囲で行いましょう

#### ■足の横上げ運動

- ①背筋を伸ばし、両脚を少し開いてつま先を正面に向けて立つ
  - ②ひざが曲がらないようにゆっくり足を横に上げて数秒間その姿勢を保つ
  - ③元の場所までゆっくり戻す
- ※左右5~10回1セット、1日2~3セット

運動を行うときは周囲の環境を整え転倒・転落に注意して行いましょう。

## グロリアのいやま ちうたんさく



QRコードでInstagramをチェック!

### ⑩ 飯山で神前式を見学してきました

先月、市内で日本の伝統的な結婚式を見学させていただきました。11月22日は「いい夫婦の日」にも当たりますので、今回のコラムでは日本とカナダの結婚式について話したいと思います。

今回見学をしたのは神社で結婚式を挙げる「神前式」です。「神前式」には儀式が多く、参進(さんしん)、祝詞奏上(のりとそうじょう)、巫女さんによる神楽奉納(かぐらほうのう)、親族盃(しんぞくはい)の儀などがあります。初めて和風の挙式を見たので、とても素敵だと思いました。

日本の一般的な結婚式はホテルや式場が多いようですが、カナダでは、教会やホテル、自宅の庭などで結



婚式を挙げるのが人気です。挙式は通常夏に行われます。雪もなく気温も快適なので、屋外でのパーティーや写真撮影にピッタリです。さらに、家族の出身地によって、挙式に特別な儀式を加えます。例えば、中国系挙式では新郎新婦が親と親族にお茶を勧める「敬茶(じんちゃ)」という儀式があります。

日本の結婚式とカナダの結婚式を比べてみると、会場は神社、お寺、教会などさまざまですが、自分たちの結婚を神様や親族、知人に祝福してもらいたい気持ちは同じだと感じました。