

広報飯山

令和6年3月号

March, 2024 No.312

市報いいやま	2～17
農業委員会だより	18～19
生涯学習だより	20～27
いいやま社協だより	28～31
暮らしの情報掲示板	32～35

●COVER《表紙》

第61回全国中学校スキー大会のリレー競技で、長野県女子チームが優勝。ゴール直後、チームの優勝を喜び、笑顔を見せるアンカーの木内選手。(関連7)

■インターハイ飯山高校スキー部女子が総合で優勝

3月20日(水・祝) 記念パレード (関連7)

■全中(スキー競技)市内の中学生が活躍 (関連7)



提供：北信ローカル

■鳥獣被害防止アプリ「けものおと」 (関連4)

■洪水・土砂災害ハザードマップ更新 (関連5)



いいやま環境フェア 2023 でディスカッション

豪雪地域でも
カーボンニュートラルを
達成できるのか
太陽光パネルを
設置できるか

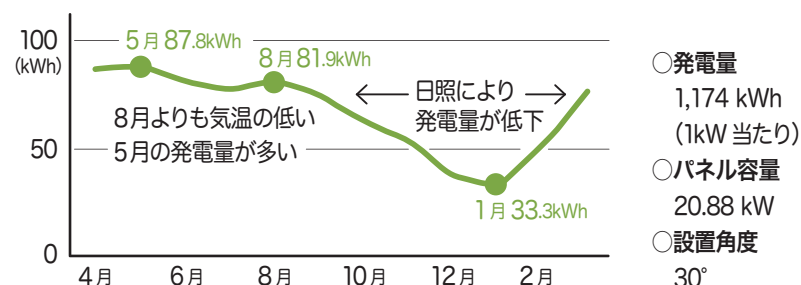


令和5年(2023年)9月24日に開催したいいやま環境フェア2023で、最先端で活躍している皆さまにご登壇いただき、「豪雪地域の脱炭素の取り組みについて」をテーマに、豪雪地域でも、カーボンニュートラルを達成できるのか、太陽光パネルを設置してもコスト回収できるのか、雪に耐えられるのか、盆地で積雪地のため、夏暑く、冬寒い飯山でも住宅の断熱対策はどのくらいの効果があるかなどについて議論いただいています。映像をYouTubeで確認できますので、ぜひご覧ください。



YouTube
で動画
をチェック!

■市役所駐輪場の月別の1日あたりの発電量の推移【平成23年(2011年)～令和4年(2022年)の12年間平均】



くく、パネル自体の熱の発生を抑えることができ、発電効率向上することが期待できます。

三つ目は、壁にパネルを直接設置するものです。雪の影響を受けにくく、コンパクトに設置できます。

太陽光発電の発電量は、日射の量で大きく変わるため、設置位置や方角、角度はとても重要となります。そのため、太陽光パネルは、ご自宅の屋根の方向や形状に合わせて設置する必要があります。

いただきました。その結果から、発電量は、1日当たり平均1069kWhで、最高で1273kWhでした。

太陽光パネルの標準的な発電量(10日未満)は、1日当たり1200kWhとされており、それほど遜色はありません。

アンケートの結果では、5日前後の太陽光パネルを設置している場合が多く、例えば、5日間の発電量は平均5353kWhで、1世帯の平均消費電力5600kWh(温暖化対策に係るアンケートより)の大半を自らが発電した電気で購入の計算となります。

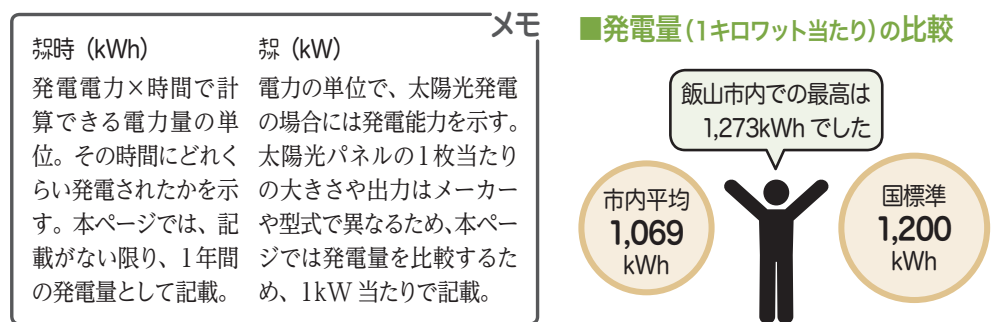
消費電力は、各世帯で異なりますので、ご自宅の消費電力をご確認いただく、ご検討ください。

飯山市での発電量
全国標準と比較して
遜色ありません

飯山市環境基本計画に掲げた二酸化炭素の削減目標である62%削減(関連2次下段)に向け、飯山市では、昨年飯山市環境審議会専門委員会を立ち上げ、議論を重ね、戦略を策定中です。

その一つの柱として検討しているのが、「建物の断熱化」+「太陽光発電」です。「建物の断熱」により、エネルギーを効率的に使い、さらに「太陽光発電」の利用により、電気や熱などのエネルギーの自家消費を進め、快適で省エネルギーの暮らしを実現するものです。

太陽光発電とは
太陽光発電は、風力、水力、地熱など再生可能エネルギーの一つで、シリコン半導体などに光が当たると電気が発生する現象を利用し、太陽の光エネルギーを太陽電池(半導



温暖化対策の推進に向けての基本的な取り組みは、建物の断熱化や省エネ機器への転換により、エネルギーの損失を減らし、太陽光などの再生可能なエネルギーから電気や熱等を作って、使うこと。

太陽光発電

ゼロカーボン推進課 Tel. 67-0732

太陽光発電 主な3つのメリット

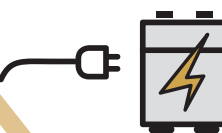
電気の購入量が減ることでCO2の排出削減



毎月の光熱費を抑えられる



蓄電池と併用で停電時でも電気が使える



飯山市が進める温暖化対策

飯山市環境基本計画に掲げた二酸化炭素の削減目標である62%削減(関連2次下段)に向け、飯山市では、昨年飯山市環境審議会専門委員会を立ち上げ、議論を重ね、戦略を策定中です。

その一つの柱として検討しているのが、「建物の断熱化」+「太陽光発電」です。「建物の断熱」により、エネルギーを効率的に使い、さらに「太陽光発電」の利用により、電気や熱などのエネルギーの自家消費を進め、快適で省エネルギーの暮らしを実現するものです。

太陽光発電とは
太陽光発電は、風力、水力、地熱など再生可能エネルギーの一つで、シリコン半導体などに光が当たると電気が発生する現象を利用し、太陽の光エネルギーを太陽電池(半導

太陽光発電電
主な3つのメリット

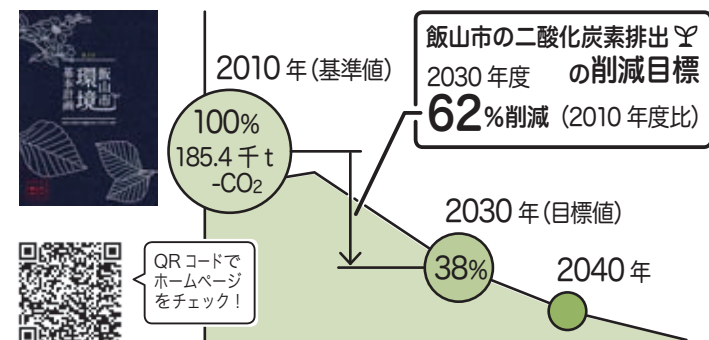
太陽光発電を設置することで、毎月の光熱費を抑えるとともに、電気の購入量が減ることで、発電所で排出される二酸化炭素の削減につながります。また、蓄電池を設置することで、夜間でも発電した電気を使えるほか、災害時などの停電時でも貴重な非常用電源として使うことができます。

太陽光パネルの設置方法
設置方法は、主に3通りです。一つ目は、屋根に直接パネルを設置するものです。夏に屋根への日射を軽減するメリットもあります。

二つ目は、角度をつける台を壁に設置し、その上にパネルを設置するものです。雪の影響を受けにくい

■第3次 飯山市環境基本計画

飯山市では、令和4年(2022年)3月に第3次飯山市環境基本計画を策定し、重点プロジェクトに、市民・事業者・行政が協働し、2050年に森林の吸収量を差し引き、二酸化炭素の排出量を実質ゼロにするカーボンニュートラルとなることを掲げています。目標は、市全体の温室効果ガス(二酸化炭素)排出量を2030年までに2010年度比で62%削減することです。





Pick up!

新しいハザードマップを今月号の広報飯山と一緒に配布しましたのでご確認ください

洪水・土砂災害ハザードマップを更新しました



危機管理防災課 防災消防係 TEL 67-0721 (課代表)

広報飯山3月号と併せて新しい洪水・土砂災害ハザードマップをお配りしました。浸水想定区域は、千曲川に加えて、新たに県管理河川の浸水想定区域を表示しています。なお、区域が重複する場合は、より浸水深が深い方を表示しています。また、千曲川と県管理河川では想定最大規模の降雨量が異なるため、これまでの千曲川の浸水想定区域の範囲を表しています。この他、土砂災害警戒区域も更新していますので、ご確認ください。



■主な変更点

- 新たに県管理河川の浸水想定区域(※)を表示【県管理河川】
野々海川、寒川、桑名川、出川、運上川、黒井川、今井川、日光川、広井川、滝沢川、皿川、清川、田草川、宮沢川、長沢川、樽川、馬曲川、大川
- 千曲川の浸水想定区域の範囲を実線(こげ茶色)で表示
- 令和6年(2024年)4月に更新される洪水時指定避難所(広報飯山2月号に掲載)を反映

- ※浸水想定区域とは
河川の流域に想定最大規模の降雨があった場合に浸水が想定される区域
- ・千曲川の想定最大規模降雨量
千曲川流域の48時間の総雨量 396mm
 - ・県管理河川の想定最大規模降雨量【追加】
各河川流域の24時間の総雨量 813mm
(樽川・馬曲川・大川は726mm)

Pick up!

国事業

物価高騰対応重点支援給付金等のご案内



保健福祉課 社会福祉係 TEL 67-0727 (課代表)

国の重点支援地方交付金を活用し、物価高騰による負担増を踏まえ、令和5年度住民税均等割のみ課税世帯に対し、1世帯10万円の給付を行います。また、子育て中の低所得世帯に対し、子ども1人当たり5万円を追加で支給します。なお、対象世帯には3月中にご案内の通知をお送りしますので、ご確認ください。

ご不明な点は、保健福祉課 社会福祉係までお問い合わせください。

住民税均等割のみ課税世帯への給付金

- 対象者 令和5年12月1日時点で、令和5年度住民税所得割が非課税(均等割のみ課税)である世帯
- 支給額 1世帯あたり10万円
- 手続き 令和5年度長野県価格高騰特別対策支援金(2万円)の支給を受けた世帯で、令和5年6月1日以降世帯構成に変更がない場合は、支給通知書を発送しますので、ご確認ください。受給辞退、口座変更以外の手続きは不要です。上記以外の世帯は確認書を発送しますので、必要事項を記入の上、返信してください。
※2万円支給の際と異なり、世帯の全員が課税者の扶養控除対象となっている場合は支給対象となりません。

低所得世帯へのこども加算給付金

- 対象者 令和5年12月1日時点で、令和5年度住民税非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯のうち18歳以下の児童がいる世帯
- 支給額 18歳以下(平成17年4月2日生まれ以降)の児童1人あたり5万円
- 手続き 対象世帯に通知書および確認書を発送しますので、必要事項を記入の上、返信してください。

Pick up!

転出・転入の多い時期に合わせ

臨時日曜窓口を開設します ご利用ください



市民環境課 市民係 TEL 67-0726 (課代表)

飯山市では、市民の皆さまの転出・転入等の届出が増える3月末と4月初めに、市民環境課 市民係の臨時日曜窓口を開設します。平日、市役所にお越しいただけない方や、急な引っ越しに伴う手続きをされる方は、以下をご確認のうえご来庁ください。なお、「転出証明書」など、ご本人と同居の親族以外には発行できない証明書があります。また、対応できる業務が限られますので、事前に市民環境課 市民係へご確認のうえご利用ください。詳しくは、お問い合わせください。

■開設日

3月31日(日)、4月7日(日)

■時間

午前8時30分から正午まで

■持ち物

- 認印(請求者本人が署名する場合は不要)
- 本人を証明する顔写真付きの公的機関発行の証明書
(マイナンバーカード・運転免許証等または、二種類以上の保険証など本人確認できるもの)
- 国民健康保険加入者は国民健康保険証
- 市外から飯山市へ転入される方は、他市町村発行の転出証明書
(マイナンバーカードを使用して転出届を提出した方以外)

■取扱業務

- 転入、転出および転居等の住民異動に関する届書の受付
- 各種証明書の交付(戸籍謄抄本、住民票、印鑑登録証明書等)
- 印鑑登録申請(新規、亡失、変更)
- 国民健康保険証の発行(転入・転居・転出に伴うもの)
- 対応できない業務
- 各種戸籍届書の受付
- 自動車臨時運行許可関係
- 改葬許可関係
- 社会保険離脱および加入に伴う国民健康保険の資格の異動に係る手続
- マイナンバーカード交付申請受付および交付事務

オンラインで転出できます

電子証明書が有効なマイナンバーカードを使ってオンラインで転出の手続きが可能です。詳しくは、QRコードからホームページをご覧ください。



Pick up!

けもの出没状況がわかる

鳥獣被害
防止アプリ

「けものおと」をご活用ください



農林課 耕地林務係 TEL 67-0729 (課代表)

飯山市では、ツキノワグマやニホンジカ、イノシシなどの大型野生動物の出没情報を市民の皆さまに手軽でわかりやすく伝えることを目的として、スマートフォンやパソコン等で確認できる鳥獣被害防止アプリ「けものおと」を導入しました。被害に遭わないために、このアプリをご利用いただき、野生鳥獣の出没情報等を確認いただくようお願いいたします。

■主な機能

出没場所を地図上に表示し、目撃や痕跡などのあった場所を確認できるほか、獣の種類や頭数、出没日時なども確認できます。

■運用開始日

3月18日(月)

■使用方法

「けものおと」のWebサイトにアクセス、またはアプリをダウンロードしてご利用ください。

【ログインID: iiyama パスワード: iiyama】

○Webサイトで利用される方

(URL) <https://kemonote.com/#/login>
QRコードからはこちら→



○アプリをダウンロードして利用される方

iOS (iPhone, iPad)
をご利用の方
QRコードは
こちら→



Android
をご利用の方
QRコードは
こちら→



第73回 全国高等学校スキー大会

- 期間 2月7日から11日まで
■会場 富山県 南砺（なんと）市ほか
■結果 ○アルペン
・回転
準優勝 高橋 駈琉（かける）【太田】長野俊英高校3年
○クロスカントリー
・クラシカル女子5km
準優勝 小坂 璃彩（りさ）【瑞穂】飯山高校3年
3位 高橋 幸由実（さゆみ）【飯山】飯山高校2年
・リレー
▼男子10km×4人
準優勝 飯山高校男子
（1走）岡田 滉樹（こうき）【飯山】飯山高校3年
（2走）大日方彩吹（いぶき）【常盤】飯山高校3年
▼女子5km×3人
優勝 飯山高校女子
（1走）小坂 璃彩【瑞穂】飯山高校3年
○ジャンプ
優勝 坂本 季花（きっか）【飯山】飯山高校1年
○総合
・男子
準優勝 飯山高校スキー部男子
・女子
優勝 飯山高校スキー部女子

飯山市に
関係する
上位3位入賞者等

第61回 全国中学校スキー大会

- 期間 2月6日から9日まで
■会場 長野県 野沢温泉村
■結果 ○クロスカントリー
・クラシカル 男子5km
3位 高橋 優太朗（ゆうたろう）【飯山】城南中学校3年
・クラシカル 女子3km
優勝 木内 絢花（あやか）【常盤】城北中学校2年
準優勝 田中 希果（のぞみ）【常盤】城北中学校1年
・フリー 女子3km
優勝 木内 絢花【常盤】城北中学校2年
準優勝 田中 希果【常盤】城北中学校1年
・リレー
▼男子5km×4人
優勝 長野県男子
（2走）高橋 優太朗【飯山】城南中学校3年
▼女子3km×4人
優勝 長野県女子
（1走）田中 希果【常盤】城北中学校1年
（3走）石川 優菜（ゆうな）【木島】城南中学校3年
（4走）木内 絢花【常盤】城北中学校2年

市内中学生
上位3位入賞者

第73回全国高等学校スキー大会で飯山高校スキー部女子が総合優勝、男子が総合準優勝しました。飯山高校は、飯山高校スキー部の記念パレードを行う予定です。詳しくは、下記をご覧ください。

第61回全国中学校スキー大会では、クロスカントリー・クラシカル女子3キロとフリー女子3キロの2種目で、城北中学校2年の木内絢花さんが優勝。同中学校1年の田中希果さんが同種目で準優勝となりました。市ではこれらの活躍を記念し、2月19日に飯山市役所へ懸垂幕を設置しました。次のとおりです。

スキー競技全国大会で

中学生・高校生が活躍

第73回全国高等学校スキー大会
飯山高校スキー部 女子総合優勝・男子総合2位
——記念パレードおよび報告会——

- 日付
3月20日（水・祝）
■スケジュール
午後1時00分～パレード開始（市役所）
午後1時40分～報告会（飯山駅）

詳しくは、右のQRコードから飯山市ホームページをご覧ください。



クラシカルとフリーの2種目で準優勝した城北中学校1年の田中希果選手



クラシカルとフリーの2種目で優勝した城北中学校2年の木内絢花選手

お知らせ Pickup

市営住宅 上新田住宅・金山団地

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 67-0740（課代表）

上新田住宅 A棟・B棟



- 戸数 A棟 1戸（2階）
B棟 1戸（1階）
■構造等 鉄骨造2階建て
■間取り A棟 1LDK
B棟 2DK
■家賃 14,400～21,600円/月（世帯収入による）
■駐車場 1台あり（無料）

金山団地 A棟



- 戸数 1戸（1階）
■構造等 鉄骨造2階建て
■間取り 3DK
■家賃 18,200～27,100円/月（世帯収入による）
■駐車場 1台あり（無料）

以下 共通事項

- 入居保証金 家賃3カ月相当額
■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（別途条件により、単身でも入居できる場合あり）
・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 5月1日（水）【入居指定日：5月13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《郵送不可》）
■申込期間 3月21日（木）から4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》4月19日（金）午前10時00分 【市役所4階 第1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

会員募集

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

当面の入会説明会日
4/10 ☎ 5/8 ☎ 6/12 ☎
13:30～
シルバー人材センター会議室

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

国スポスキー競技で5名が活躍



第78回国民スポーツ大会
冬季大会スキー競技会が2
月21日から24日にかけて山形
県で開催され、飯山市から
は5名の選手が出場し、アル
ペン競技では保坂宙選手
が、クロスカントリー競技
では小林千佳選手が準優勝
となりました。

国民スポーツ大会は、令
和10年（2028年）に飯
山市で冬季大会と本大会の
開催を予定しています。冬
季大会では、スキー競技を

実施する予定で、戸狩温泉
スキー場、市営飯山シヤン
ツエ、長峰クロスカントリー
コースが会場となります。
また、本大会では、カヌー
スプリント競技を実施する
予定で、北竜湖が会場とな
ります。



長野県PRキャラクター
「アルクマ」 ©長野県アルクマ

大会結果

■アルペン

- ・男子大回転
準優勝 保坂 宙（そら）【飯山】長野俊英高校 2年
- ・女子大回転
11位 堀川 七桜（なお）【外様】旭川明成高校 3年

■クロスカントリー

- ・少年女子 5km クラシカル
8位 小坂 璃彩（りさ）【瑞穂】飯山高校 3年
- ・成年女子 B 5km クラシカル
準優勝 小林 千佳【飯山】長野日野自動車
- ・成年男子 C 5km クラシカル
8位 浦野 裕之【木島】飯山小学校教諭

小林華蓮選手 スカイスノー 世界選手権 日本代表として出場



左から日本代表ユニフォームを手にする江沢市長、小林選手、マイクロクラポンを手にする松木教育長

2024 スカイスノー世
界選手権に日本代表として
出場する小林華蓮選手（金
沢学院大学1年・太田地区
出身）が2月26日に江沢市
長と松木教育長を訪問しま
した。

スカイスノーは、靴に装
着するマイクロクラポン
（小さくて軽量なアイゼン）
を使い、雪山を駆け上る種
目です。大会は、3月8日
から9日にかけてイタリアの
タルビジオで行われる予定

です。

小林選手は、「日本代表
としてメダル獲得に向け貢
献したい。応援をお願いし
ます」と大会出場への思い
を語りました。

小林選手は、昨年2月に、
スペインで開催された山岳
スキー競技世界選手権、8
月にイタリアで開催された
スカイランニングユース世
界選手権にも日本代表とし
て出場しています。

着任した栃本隊員と池上隊員が市長と懇談

地域おこし協力隊に新たに3名が着任

2月に地域おこし協力隊
に着任した栃本翔平さんと
池上祐輔さんが2月28日に
市役所で江沢市長と懇談し
ました。

栃本さんは、スキージャ
ンプで2010年のバン
クーバー五輪に出場、現在
team taku（チームタク）
のコーチ兼マネージャーと
しても活動しています。今
後、「飯山市から一流アス
リートを」をテーマに、ス
キークラブなどの各種団体
と連携し、子どもたちへの
指導とコーチング、市民の
健康促進などに取り組みま
す。栃本さんは懇談で、体
を動かすことの大切さにつ
いて話した上で、自身の体
験を振り返り「競技の結
果は後からついてくるもの。
途中の過程が大切」と思い
を語りました。

池上さんは、学生の時に
NPO法人国際ボランティア
ア学生協会（IVUSA）に
所属し、活動していました。
現在は、民間企業の委託を
受け、インターネット上で
商品を販売するECサイト



左から、栃本隊員、江沢市長、池上隊員

の運営も行っています。今
後は、所属していた同学生
協会と連携し、地域課題解
決に向け、取り組みともに
に、ふるさと納税の業務補
助を行います。池上さんは
「今後、人と人をつなぐイ
ンフラの構築に力を尽くし
たい」と思いを語りました。
2月には、阿久澤はるか
さんも着任しており、市民
の健康促進などについて取
り組みます。2月に着任
した3名を含め、9名の隊
員が飯山市で活動していま
す。

飯山市孤独・孤立対策推進 キックオフイベントを開催



内閣官房孤独・孤立対策担当室 政策参与の大西連さんの基調講演に耳を傾ける参加者

飯山市孤独・孤立対策推
進キックオフイベント「み
んながつながり 支え合う
地域の居場所づくりを目指
して」を飯山市文化交流館
なちゅらで2月14日に開催
しました。

飯山市は、国が実施する
「地方版孤独・孤立対策官
民連携プラットフォーム推
進事業」の取組団体として
今年度に採択を受け、孤独・
孤立対策に取り組んでいま
す。

このイベントは、市民や
関係団体が孤独・孤立対策
に理解を深めるとともに、
孤独・孤立問題を自分事と
して捉え、声を上げやすい
かけやすい機運を醸成する
ことを目的に開催したのも
です。当日は、「孤独・孤
立はなぜ起きるのか」地域
に何ができるのか」と題
し、基調講演を行ったほか、
地元の有識者をパネリスト
にパネルディスカッション
を行いました。

「つなぐ棚田遺産」感謝状を東小学校に伝達

農林水産省が主催する
「つなぐ棚田遺産」感謝状
が、推薦者である長野県北
信地域振興局 小池局長か
ら飯山市立東小学校の児童
に、同小学校で2月20日に
伝達されました。

同感謝状は、棚田地域
の維持・保全・振興に貢
献する団体に贈られるもの
で、同小学校は、平成13
年（2001年）から全校
の児童で、福島棚田で田植
えと稲刈りを福島棚田保存

会と共に行ってきました。
また、令和5年度の飯山市
米食味コンクールでは、同
校が福島棚田で収穫したお
米が準グランプリとなっ
ています。伝達式で、児童を
代表し吉越野乃さんは、棚
田を管理している福島棚田
保存会に感謝の気持ちを伝
え「来年も米食味コンクー
ルでいい結果がでるようが
んばりたい。これからも棚
田が守られれば」とあいさ
つしました。



左から受賞者を代表し感謝状を受け取った村越惟吹（いぶき）さんと福島棚田保存会の宮川正一会長

いいやま雪まつり・かまくら祭り開催

2月10日と11日に、第
41回いいやま雪まつりを開
催しました。来場者数は、
昨年より1万5千人多い
4万5千人でした。

今年は、飯山市文化交
流館なちゅらと飯山城址公
園の2つをメイン会場とし、
市内各所で大小さまざまな
雪像が制作されました。い
いやま雪まつりでは、雪像
コンテストを実施したほか、
スノースライダーやキッズ
ステージ、ヒーローショー
などのイベントを行いました。
また、10日の夜には、
奈良沢大天狗が披露され、
来場者を魅了しました。

同日に、かまくら祭り
が、令和2年（2020年）



雪像コンテスト 商店街の部で最優秀賞となつた family 新町の皆さまが制作した雪像「私達の Sea to summit」（海、その愛 ver.5.1）



大型雪像が制作された飯山城址公園下の駐車場



10日にかまくらの里で打ち上げられた花火

以来4年ぶりに、かまくら
の里で開催され、約5千人
が訪れました。（関連25頁）
この他、1月20日から2月
29日まで、かまくらの中
のろし鍋などが食べられる
「レストランかまくら村」が
オープンし、海外から観光
で訪れた方を含め、多くの
観光客が訪れました。

在宅福祉サービスを利用するには申請手続きが必要です

保健福祉課 高齢者介護保険係 ※タクシー乗車券受付 保健福祉課 障がい福祉係 TEL 67-0727 (課代表)

市では各種在宅福祉サービスを実施しています。該当になると思われる方、引き続きサービスを希望される方は、申請手続きが必要です。介護保険被保険者証、各障害者手帳を持参（タクシー乗車券を申請される方は印鑑）のうえ、市役所窓口でお申し込みください。

サービス名	内 容	対 象 者
本人の生活支援	訪問理美容サービス券	自宅に理容師・美容師に来てもらう出張料分（1,000 円の利用券を）年 4 枚以内
	寝具クリーニングサービス券	掛け・敷き布団をクリーニングに出す際に使うことができる利用券（2,000 円の利用券を）年 4 枚以内
	タクシー乗車券	タクシー等の乗車券を、対象者の居住地区に応じて交付 ※新年度から内容が一部変更となる場合があります。詳細は、お問い合わせください。
介護する家族を支援	6,200 円分の紙おむつ等購入券	市・県民税非課税世帯で、次の①②の両方に該当する方 ① 65 歳以上で介護保険の要介護 4・5 の認定を受けている方 ② 排せつに介助が必要と認められる方
	3,600 円分の紙おむつ等購入券	市・県民税非課税世帯で、次の①②の両方に該当する方 ① 65 歳以上で介護保険の要介護 2・3 の認定を受けている方 ② 排せつに介助が必要と認められる方

親子プログラミング教室を開催 マイクロビットでスマートウォッチを制作

飯山市 STEAM 親子実験教室「micro:bit」では、始める親子プログラミング教室」を 2 月 25 日に、飯山市起業支援センター（あすちやれ）で開催しました。同教室は、市内小学生と保護者を対象としたもので、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、飯山市と株式会社 T スポットの 2 者の共催により実施しています。

講師に筑波大学情報学群情報メディア創成学類 4 年の中村翔音さん（飯山市出身）を迎え、マイクロビット（micro:bit）へのプログラミングを行いました。また、同日午後には開催した中級編では、マイクロビットでスマートウォッチにある機能のアプリ制作に挑戦しました。



パソコンでマイクロビットの動作確認をする参加者

高橋まゆみ人形館 来館者 100 万人

100 万人を記念し、市民の皆さまへ期間限定の無料入館券（関連 11 ページ 下 広告）



左から伊東副市長、花束を手にする柘植さん、記念品を手にする堀内さん、高橋まゆみさん

高橋まゆみ人形館では、2 月 18 日に来館 100 万人を突破し、記念セレモニーが行われました。100 万人目の来館者は、県外から観光で訪れていた堀内香奈さんで、一緒に観光で訪れていた柘植太渡（つげ たいと）さんと来館されました。堀内さんには、記念品として高橋まゆみさんが創作した「福むすめ」と題した人形と花束、

地元産のお米、地酒が贈呈されました。同人形館は、平成 22 年 4 月 24 日に開館し、来館者数の推移は、同年 10 月に 10 万人、平成 25 年 7 月には 50 万人となっています。来館 100 万人を記念し同人形館では、本紙 11 ページ下の広告コーナーに期間限定の飯山市民無料入館券を掲載しています。切り取ってご利用ください。

高校生チャレンジ活動支援事業報告会を開催

市の活性化を図る目的で高校生が自ら行うまちづくり活動を応援する「高校生チャレンジ活動支援事業」の報告会を 2 月 20 日に市役所で行いました。

同事業は、今年度で 6 年目となり、昨年 5 月に 6 グループから申請があり、同事業が採択されました。報告会では、高校生がプロジェクト



報告会に参加した高校生と関係者の皆さま

クターを使い、活動してきた内容について、報告しました。報告があったものは、次のとおりです。

- 地域の環境を植物から判定そして故郷（ふるさと）の自然を守る活動
く地域と取り組む外来植物ハルザキヤマガラシの駆除活動（下高井農林高校）
- 「そば」を余すところなく活用した商品づくり
（下高井農林高校）
- いいやまサバ缶サミットプロジェクト
（飯山高校）
- 「北信州みゆきポーク」の存続と「農林みゆきポーク」の作出（さくしゅつ）
（下高井農林高校）
- 地域に貢献できる商品開発（ケチャップ味噌・ねぎジャム・ズッキーニの漬物）
（下高井農林高校）
- 飯山高校の地下を探る
（飯山高校）

飼い主の皆さまはお忘れなく

令和6年度 狂犬病予防集合注射日程

市民環境課 生活環境係 TEL 67-0726 (課代表)

生後 91 日以上全ての犬は、狂犬病予防法に基づき毎年 1 回の狂犬病予防注射が義務付けられています。令和 6 年度の狂犬病予防集合注射を右表の日程で実施しますので、お近くの会場で注射を受けてください。なお、会場では犬の新規登録も受け付けますので、登録がまだお済みでない方は登録をお願いします。



事前に、問診票（はがき）を記入してください

■手数料（1頭あたり）

- 登録済み犬 3,600 円
(注射料金 3,050 円、注射済票交付手数料 550 円)
- 新規登録犬 6,600 円
(上記に加え、登録手数料 3,000 円)

■持ち物

- 登録済みの方 市からの案内はがき、手数料
- 新規登録の方 印鑑、手数料

■注意事項

- 犬の健康状態を確認し、**はがきに記載の問診票に記入したうえで**会場へお越しください。犬の体調に異常がある場合は、会場での接種が受けられない場合があります。
 - 病気や老衰のため予防注射を受けることができない犬は、獣医師の診察を受け、獣医師が発行する「猶予証明書」を市民環境課生活環境係へ提出してください。
 - 飯山市および中野市の動物病院で予防注射を受けた場合はその場で注射済票が交付されますので、その後の手続きは必要ありません。それ以外の病院で受けた場合は、動物病院から交付される注射済証明書を市役所に持参し、注射済票の交付申請手続きを行ってください。
- ### ■飼い主のマナー
- 飼い犬のふんや、放し飼いに関する苦情が多く寄せられています。周りの方に迷惑をかけないよう、責任をもって飼育してください。
 - 犬の飼い方が適正でなく、周りに迷惑をかけている場合、保健福祉事務所と市の担当者が訪問いたします。状況によっては法令等で罰せられる場合があります。

月日	実施場所	実施時間
4月10日(水)	木島地区活性化センター	8:40 ~ 9:00
	其 綿 公 会 堂	9:10 ~ 9:15
	瑞穂中組区民センター	9:25 ~ 9:40
	瑞穂地区活性化センター	9:50 ~ 10:00
	柏尾農村研修施設	10:10 ~ 10:20
	勤 労 青 少 年 ホ ー ム	10:30 ~ 10:50
4月12日(金)	太田地区活性化センター	11:00 ~ 11:20
	外様地区活性化センター	11:30 ~ 11:40
	飯 山 市 公 民 館	8:35 ~ 8:55
	常盤地区活性化センター	9:05 ~ 9:25
	柳 新 田 公 民 館	9:30 ~ 9:40
	上 境 駅	10:00 ~ 10:10
4月13日(土)	岡山地区活性化センター	10:20 ~ 10:30
	藤 沢 公 会 堂	10:35 ~ 10:45
	旧 羽 広 山 分 校	11:00 ~ 11:10
	温井多目的交流センター	11:15 ~ 11:25
	弓 道 場 下 駐 車 場	8:35 ~ 8:55
	秋 葉 神 社 (上 町)	9:05 ~ 9:20
5月11日(土)	秋津小学校北側空き地	9:30 ~ 9:55
	斑 尾 高 原 山 の 家	10:25 ~ 10:35
	大 川 公 会 堂	10:45 ~ 10:55
	柳原地区活性化センター	11:05 ~ 11:25
	飯 山 市 公 民 館	8:40 ~ 9:10
	秋津小学校北側空き地	9:20 ~ 9:35
5月18日(土)	木島地区活性化センター	9:45 ~ 10:00
	瑞穂地区活性化センター	10:10 ~ 10:20
	岡山地区活性化センター	10:40 ~ 10:50
	飯山市役所正面駐車場	8:40 ~ 9:00
	常盤地区活性化センター	9:20 ~ 9:40
	太田地区活性化センター	9:55 ~ 10:10
5月18日(土)	外様地区活性化センター	10:20 ~ 10:30
	富倉地区活性化センター	10:55 ~ 11:00
5月18日(土)	柳原地区活性化センター	11:20 ~ 11:30

固定資産税課税台帳

税務課 資産税係
TEL 67-0723 (課代表)

固定資産税を納めている方が、本人の固定資産税課税台帳と、本人のもの以外の資産の評価額をご覧いただけます。

■期間

4月1日(月)から5月1日(水)まで(土・日・祝日を除く)

■受付時間

午前8時30分から午後5時15分まで

■場所

市役所1階 税務課

■持ち物

マイナンバーカード・免許証等本人確認ができるもの

■その他

ご自身の固定資産税の課税内容については、4月8日(月)に発送予定の納税通知書に添付する「課税明細書」でも確認できますので、ご利用ください。また、納税通知書並びに課税明細書は再発行ができませんので大事に保管してください。

3月は「自殺対策強化月間」です

保健福祉課 健康増進係 TEL 67-0727 (課代表)

3月は自殺者数が最も多い月で、厚生労働省は、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現を目指し、自殺防止に向けた集中的な啓発活動を実施しています。詳しくは、厚生労働省のホームページをご覧ください。

まもろうよこころ

■誰かに相談してみませんか

- 電話相談窓口 よりそいホットライン

TEL 0120-279-338
(フリーダイヤル・無料・24時間対応)

- SNS などでの相談

LINE などでの悩みの相談ができ、年齢や性別を問わず利用できます。詳細は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！

特別児童扶養手当 ご存知ですか？

子ども育成課 子育て支援係 TEL 67-0741 (課代表)

特別児童扶養手当とは、重度もしくは中度の障がい(身体、知的、精神の各障がい)がある20歳未満の児童を、在宅で監護している方に支給される手当です。申請には障がいの状況に応じた所定の診断書などが必要となります。あらかじめお問い合わせのうえ手続きをお願いします。

■該当となる可能性がある方

日本国内に住所があり(児童福祉施設に入所している場合を除く)、障がいを事由とする年金の支給対象にならない方で、次の条件に当てはまる方。

○身体障がい

身体障害者手帳1級から3級及び4級の一部程度(内部障がい、日常に著しい制限がある程度)

○知的障がい

療育手帳 A1、A2、B1、B2 程度

○精神障がい

前記の身体障がい、知的障がいに準ずる程度のもの(日常生活に著しい制限を受けるもの)

■支給額(4月～)

- 1級 55,350 円 ○2級 36,860 円

※前年の所得が一定以上ある場合は、手当の支給が停止。手当の支給は、申請月の翌月分から。

広告



「春の全国交通安全運動」を実施します

道路河川課 監理係
TEL 67-0737 (課代表)

春の交通安全運動を次のとおり実施します。

新年度を迎え、交通事故の増加が懸念されることから、交通事故防止を図るため「春の交通安全運動」を実施します。

次の重点項目について、ご協力をお願いします。

■期間
4月6日(土)から4月15日(月)まで

■重点項目

- 子どもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践
- 歩行者優先意識の徹底と「思いやり・ゆずり合い」運転の推進
- 自転車等利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守



ねこの出産シーズン到来 望まない繁殖を防ぐために

長野県動物愛護会 北信濃支部 事務局 (北信保健福祉事務所 食品・生活衛生課内)
TEL 62-60035

ねこの出産シーズンは春から秋です。この間にメスねこは、2〜3回出産します。交尾すればほぼ100%妊娠し、1回の出産で4頭前後の子ねこを産みます。望まない繁殖を防ぐためには、不妊去勢手術を行うのが効果的です。不妊去勢手術をしたくても方法が分からない場合や金銭的に難しい場合は、動物愛護会にご相談ください。

■不妊去勢手術のメリット

- ・望まない子ねこが産まれない
- ・性的なストレスが減り、問題行動(マーキングや発情期の鳴き声など)を抑える
- ・病気の予防になり、長生きになる

■不妊去勢手術のデメリット

- ・太りやすくなる
- ・手術と麻酔のリスク

65歳以上の方を対象とした 飯山市介護予防教室 がおすすめです

地域包括支援センター TEL 67-0728 (課代表)

65歳以上の方を対象に、フレイル予防と介護予防に効果的な教室への参加者を募集しています。昨春秋に実施した基本チェックリストにご回答いただいた方には、結果を送付しましたので、内容を確認いただき、自身の状況に応じた教室への参加をご検討ください。申込方法等詳しくは、地域包括支援センターまでお問い合わせください。



■はつらつ健康教室

簡単な道具を使って運動機能を向上させましょう

- 回数 月2回程度 2教室
- 時間 午後1時から午後2時30分まで
- 送迎 なし
- 参加費 1回300円
- 会場 老人福祉センターなのはな (旧トクノキ)

■転倒予防教室

下半身の筋肉を維持するためのトレーニングは転倒予防に効果があります

- 回数 月2回程度 3教室
- 時間 午後0時30分から午後3時まで
- 送迎 あり
- 参加費 1回300円 (入浴含む)
- 会場 ケアセンター湯の入

■いきいき教室

脳トレ・レクリエーションと体操を通して楽しく健康づくりをし、自立した生活を目指します

- 回数 週1回程度 4教室
- 時間 午前9時15分から午後3時まで
- 送迎 あり
- 参加費 1回300円 (入浴含む)
※昼食を希望される方は別途500円程度の負担
- 会場 ケアセンター湯の入

■音楽健口教室

音楽・リズムに合わせた運動と口腔体操は、全身の健康に効果的です

- 回数 月2回程度 2教室
- 時間 午前9時15分から午前11時30分まで
- 送迎 あり
- 参加費 1回300円 (入浴含む)
- 会場 ケアセンター湯の入

出張年金相談のご案内

長野北年金事務所お客様相談室 TEL 026-244-4097



長野北年金事務所では、年金相談を毎月1回出張して行っています。相談は、事前の予約が必要です。なお、予約を取り消す場合は相談日の前日までにご連絡をお願いします。詳しくは、お問い合わせください。

■相談時間 午前10時から午後3時まで (30分毎)

【最終の相談開始時刻：午後2時30分】

■会場 飯山商工会議所

■予約受付 下表参照 (土日祝日除く) 定員に達し次第終了

相 談 日		予 約 受 付 期 間	
令和6年	4月25日(木)	3/26(火) ~	4/22(月)
	5月23日(木)	4/23(火) ~	5/20(月)
	6月27日(木)	5/21(火) ~	6/24(月)
	7月25日(木)	6/25(火) ~	7/22(月)
	8月22日(木)	7/23(火) ~	8/19(月)
	9月26日(木)	8/20(火) ~	9/20(金)
	10月24日(木)	9/24(火) ~	10/21(月)
	11月28日(木)	10/22(火) ~	11/25(月)
	12月26日(木)	11/26(火) ~	12/23(月)
令和7年	1月23日(木)	12/24(火) ~	1/20(月)
	2月27日(木)	1/21(火) ~	2/21(金)
	3月27日(木)	2/25(火) ~	3/24(月)

国際交流事業 第2回

「クイズエイ」参加者募集



企画財政課 企画調整係 TEL 67-0722 (課代表)

「エイ」は英語の「英」、アルファベットの「A」、そしてカナダの方言「Eh?」で「どうでしょう?」や「ね?」を意味します。内容は、カナダや英語に関するゲームとクイズです。ご好評につき、第2回を開催することになりました!ぜひご参加ください!

■日 時 4月27日(土)午前10時から午前11時30分まで

■会 場 飯山市公民館 101 教室

■対 象 市内在住または在勤の大人の方

(お子さま連れも大歓迎。お子さまが未就学児の場合、保護者としてもう一人参加いただくことをお勧めします。)

■定 員 10名 (定員を超えた場合抽選)

■内 容 カタカナの英語クイズ、カナダの〇×クイズ、ジェスチャーゲームなど

■参加費 無料

■持ち物 エコバッグ

■申込期限 4月10日(水)



お申し込みはこちら

あ〜もう!どこがわからないのかさ〜わからない...
これなんじゃ志望校いりかも...?

あきらめないでお電話ください!!

生徒募集

Will 数理セミナー
0269-62-1411 イーヨイ

1年数学	(水) 5:00~6:20
2年数学	(火) 6:50~8:10
2年理科	(木) 6:50~8:10
3年数学	(火) 8:20~10:00
3年数学	(水) 6:50~8:30
3年理科	(木) 8:20~10:00

できないところにもとってやい! なあそう!!

そろばん生徒募集

無料体験入塾いつでもOK!!

全国珠算塾教育連盟指定教場

飯山珠算塾

※詳細・お問合せは右記まで 飯山市 関洋服店 ☎62-2211

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!

イーひと発見!

いいひと はっけん # 214

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

たくさんの方に
サイクリングを
楽しんでもらいたい

道の駅「花の駅千曲川」ビクターセンター勤務

須坂市 佐藤 拓郎 さん



昨年、グランドオープンした道の駅「花の駅千曲川」のビクターセンターに勤務している佐藤さん。自宅の須坂市から勤務先の道の駅「花の駅千曲川」まで自転車で通勤しています。「雪が無い日は、冬でも自転車通勤しているんです」と笑顔を見せます。以前は、「Team BRIDGESTONE Cycling (チームブリヂストンサイクリング)」というマウンテンバイクチームの専属メカニックを2年ほど担当し、選手と一緒に全国各地で行われる大会に参加していました。自転車を本格的に始めたのは大学の時、一年間休学し、北海道から沖縄まで自転車で全国を旅した経験をお持ちです。その後、出身地である松本市で、企業のサイクリングチームに所属し、選手としても活躍しました。

飯山は、信号が少なく、サイクリングには最適だと話す佐藤さん。「周辺には、菜の花公園、北竜湖などの観光名所があり、サイクリングで体を動かすにはちょうどいい。電動アシスト付き自転車もレンタルできるので、体力に自信が無い方でもお楽しみいただける」と話します。佐藤さんは、たくさんの方にサイクリングを楽しんでもらいたいと、個人が所有する自転車のメンテナンスサービスも受け付けています。「飯山市の活性化に少しでも役に立てれば」と思いを語りました。



飯山のいいやま チウたんさん



26 飯山で雪像作りの見学に行ってきました!

先月、第41回いいやま雪まつりに向けた、本町の大型雪像作りの見学に招待いただきました。雪像作りは初めてなので、とても興味がありました。

最初は、雪像は彫刻のように、素材のブロックから彫り出すものだと思っていました。しかし、私は人々が未完成の雪像に雪を積んでいるのを見て、とても驚きました! 現場の経験者は、雪は解けたり、削りすぎたりすることがあるので、雪像に新しい雪を積んで修復すると言っていました。

見学当日、私も雪像作りを手伝いました。新しい雪はコンテナで雪像近くに運ばれました。コンテナの中

の雪は手では取り出しにくいので、スコップを使って細かくする必要があります。手やスコップで新しい雪を雪像に積んだ後、雪が雪像に密着するように雪を強く叩き、そして雪を伸ばして表面を滑らかにしました。作業後、体は疲れましたが、面白い体験でした。

カナダにもさまざまな雪祭りがありますが、今までは雪像を見る側で、制作過程に関わったことがありませんでした。今回の見学で、雪像を作るには芸術的なセンス、技術と体力が必要であることを学びました。本町の皆さん、オンリーワン賞おめでとうございす! お疲れ様でした!

安心安全 消費生活

新生活と契約

飯山市消費生活センター (市役所生活環境係内)
Tel 67-0726 (課代表) 消費者ホットライン Tel 188

3月は年度切り替えに伴い、新生活を始める方が多くいる時期です。そして、新生活のスタートにつきものなのが「契約」であり、知識や経験のない方が契約をする場面も多くあるかと思えます。今回は、そうした場面で特に注意したいポイントをいくつか紹介します。

① ローン (借金) はよく考えて!

高額な契約に当たりローンを組む場合は、返済計画に無理がないか十分に検討しましょう。また、18歳から親の同意なしでクレジットカードが作れるようになります。支払計画をしっかりと立てるほか、手数料のかかる「分割払い」「リボ払い」、高い利息がつく「キャッシング (現金借

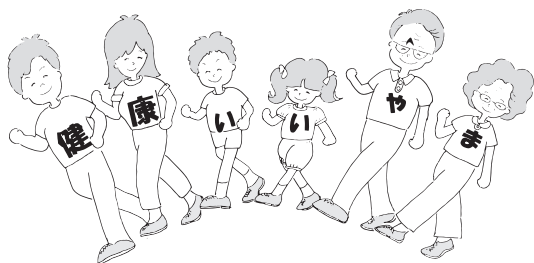
入)」の利用には十分注意しましょう。
② うまいもつけ話はありません!
「人を紹介すればもうかる」「スマホで仕入れと転売で簡単に稼げる」などといったもつけ話が若者をターゲットに広がっています。数十万円の初期投資が必要だがすぐに返済できる、などと借金をするよう指示される場合もありますが、思うような収入が得られることはなく、高額な借金だけが残ります。

③ 子どもの生活は見守りを!

初めてひとり暮らしを始める方は、生活の様々な部分で色々な契約が必要になるかと思えます。契約の知識や経験が不足していることに付け込む悪質な業者に狙われる危険が高いため、よく話し合い、相談するようにしましょう。また、初めてスマホを持つお子様のSNS・ゲームなどのアプリ・通販サイトの利用はトラブルの温床です。ルール作りやフィルタリング機能を活用するなど、保護者の見守りが不可欠です。困ったときは迷わず早めに消費生活センターにご相談ください。



▲契約の際は、本当に必要か、内容は適切か、支払いに問題は無いかな、慎重に検討しましょう。



★こころと健康「ゲートキーパーになろう!」

保健福祉課 健康増進係 Tel 67-0727 (課代表)

人は誰しもが落ち込むことがあります。これを読んでいるあなたも時には落ち込むこともあるでしょうし、もし、身近な人や大切な人が落ち込んでいたらとても心配になりますよね。

少しでも元気になってもらうために何かできることがないか、でも何をしたらよいのかわからないと悩んだことはありませんか?

そんな時は、勇気を出してまずはやさしく声をかけることから始めてみてはどうでしょうか。それが「ゲートキーパー」の入口です。

◎ 「ゲートキーパー」とは

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。特別な研修や資格は必要ありません。次の①~④を心がけていただければ誰でもゲートキーパーになることができます。

周りで悩んでいる人がいたら、やさしく声をかけてみましょう。声をかけ、話を聞くことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。

① 変化に気づく

↳ 家族や仲間の変化に気づいて声をかける

② じっくりと耳を傾ける

↳ 本人の気持ちを尊重し耳を傾ける

③ 支援先につなげる

↳ 早めに専門家に相談するよう促す

④ 温かく見守る

↳ 温かく寄り添いながらじっくりと見守る

◎ 専門の人に相談をしたい時は

心の電話相談 (長野県精神保健福祉センター)
Tel 026-217-1680



がんばっています！

No.53

「生まれ育った横浜を離れて」



阿部 秀幸 さん

(柳原地区・南条)

横浜市から飯山へ

生まれ育った横浜市を離れ、妻の出身地である飯山に来て今年で5年目になります。

飯山には、妻と度々訪れていましたが、いつ来ても見渡す限りの山々から、豊かな四季を感じられ、こんな大自然の中で子育てをしたいと思うようになり移住を決めました。

前職は、メーカーに18年間勤務し、エレベーター・

エスカレーターのメンテナンス業務をしていました。

当初は、イターン者向けの就職説明会に行き、前職を活かした仕事を探しましたが、「せつかくならば飯山市で働きたい。」という思いがあり、妻の祖父がアスパラガス栽培をしていたことをきっかけに農業を考えるようになりました。

幸い農具やトラクターなど使える物が揃っており、飯山市の新規就農者への支援が充実していたことが決

め手となりました。

収穫・出荷ができる喜び

移住後2年間は支援制度を利用し、飯山市の農業研修センターで研修を受けました。

そこではアスパラガスの収穫期と重ならない他の野菜の栽培技術などを実践的に学ばせていただき、一昨年独立することができました。

現在まで、アスパラガス・ズッキーニ・ネギを栽培しましたが、長雨や猛暑などを経験し、教科書通りにはいかない自然相手の難しさに直面しながらも、苦労して育てた野菜を収穫して出荷できることに喜びを感じています。

研修中に同世代の仲間や先輩農家さんとの繋がりができ、今も気軽に相談できることはとても心強く感じ感謝しています。

まだまだ未熟なので、JAの指導員の方や先輩農家さんに指導いただきなが

ら、それぞれの品目の収量や秀品率を上げて少しずつ規模拡大をしていくことが目標です。

前向きな気持ちで

移住前、長時間通勤していた頃と比べると家族と過ごす時間も増えました。

農繁期には子どもたちの相手をしてあげられない時もありますが、食事は必ず家族一緒に食べられるようにと努めています。

決して楽な道ではありませんが、「やってやれないことはない。」という信念のもと、明るく前向きな気持ちで農業を頑張っていきたいと思っています。



あしあと1・2月の活動記録

- | | |
|-------|-------------------|
| 1月10日 | 農業委員会役員会 |
| 29日 | 1月農業委員会総会 |
| 〃 | 情報委員会 |
| 2月10日 | 農業委員会役員会 |
| 20日 | 県農委女性協議会研修会 (飯島町) |
| 27日 | 2月農業委員会総会 |
| 〃 | 農業振興農政対策委員会 |

——長野県 農業委員会女性協議会 研修会に参加——

2月20日に行われた研修会に女性農業委員が参加しました。東京農業大学の原珠里教授の講演があり、「農家に生まれた女性が農業を職業として積極的に取り組むことが社会的に高まっている」「女性農業委員は地域に存在するだけで考え方の多様性をもたらす」という言葉が印象に残りました。

あぜ道だより



太田地区農業委員
小林 嘉之

太田地区北端に位置する三郷区は東に運上川が流れる扇状地であり、昔から水田単作、豪雪地としての農業が営まれてきました。昭和40年代半ばより青果トマト・夏秋キュウリ栽培が取り入れられ、一時はブランド品目として盛んに栽培されましたが、25年ほど前に農家の高齢化と連作障害等により終わりを迎えました。

私は20年ほど前に早期退職をして専業農家へと舵を切りました。一人で営む農業として、若い頃に思い描いた稲作と労働配分が可能な花き栽培、特に長野県花でもあるリンドウの栽培を取り入れた複合経営に取り組みしました。当初は冬期対策に茸栽培も考えましたが、茸の情勢が危ぶまれたため断念し、冬期は

スキー場での労働を選びました。稲作栽培は昭和52年に地区内圃場整備事業が行われ、機械化体系可能な経営条件も整い、一人でもある程度の作業効率が見込める設備体系が可能となりました。

花きは現在ヒメユリとリンドウの二品目を栽培。面積はヒメユリ8アール、リンドウ15アール程です。労力配分は栽培管理5月～11月、収穫はヒメユリ6月下旬～7月中旬、リンドウ7月下旬～9月上旬で、生育期間中の管理は主に薬剤散布と整枝管理等です。除草は主に除草剤を活用して、労力の長時間集中は避けています。収穫調整も早朝2時間を目安に調整し、日中の高温時は室内で調整荷造り、夕方から栽培管理を行うようにしています。

体力の低下を感じますが、今後も関田山脈水系農業用水から生まれる「うまい米」と運上川流域の川霧がもたらす鮮やかな色上りの花き栽培を、老体にムチ打って続けていきたいと思っています。

西大滝にあるおそば屋さんに行きました！



自家栽培にこだわり、そばを作っている鈴木信平さんと幸恵さんご夫婦。お二人が栽培しているソバは、遊休農地解消の取り組みに役かっています。美味しいおそばをいただきながら、お二人からお話をうかがいました。【情報委員会】



小さい畑の寄せ集めで4反歩ほどですが、店で使う分はまかなえます。

私のそばはそば粉10割で、つなぎにオヤマボクチとふのりを使っています。両方入れるのは昔からこの辺りに伝わるそばの打ち方ようで、特徴的で気に入っています。

あと10年はそば屋を続けたいと思っていますが、盛り付けるザルやつなぎのオヤマボクチを作ってくれる人が皆、高齢者であることが心配です。一つの物を作るのに多くの人が関わる方が好きなのですが、自分でまかなえる部分を増やす準備もしていきたいと思っています。店で提供する小鉢や野菜も、できるだけ近くで採れたり栽培した食材を使うようにしています。高級ではなくても安心を売りたいと考えています。ぜひ一度味わってみてください。店は11月からゴールデンウィークまでの営業です。お待ちしております。

私たちは令和4年に西大滝の生家で、そば屋「ぱったり」を始めました。ぱったりというのは、この辺りの方言で水車小屋のことです。40年以上前にそば打ち名人に会いに行き、打ち方を教わり、そこで食べたそばに衝撃をうけました。それまで知っていたそばとは別もので、こんなそばを打ちたいと思い、そば打ちを始めました。

ところが、家で打ってみるとうまくいかず、試行錯誤しながら打ちました。途中で諦めなかったのは周りの人の「形は悪いけど味はいい」という言葉に救われていたからです。飽きずに食べ続けてくれた友人と家族には感謝しています。

できるならソバは自分で栽培したいと思っていました。安心して食べられる気がしたからです。20年ほど前からソバの栽培を始めましたが、すべて手作業なので広くはできませんでした。2年前に遊休農地でソバを栽培する人たちの仲間になり、種まきや刈り取りを機械でやってもらえるようになり、面積を増やしました。

飯山市公民館
Instagramを
始めました。
フォローを
お願いします0269-62-3342 (飯山市公民館)
0269-62-5940 (代表)

飯山市公民館では

皆さまの「学びたい」を応援します

飯山市公民館では、市民の皆さまの学びを通して生きがいづくり、地域づくりを応援しています。社会教育団体活動への支援などを行うとともに、市民の皆さまのニーズに合った講座を計画していきます。ご要望がありましたらお気軽に市公民館（TEL 62・3342）までご連絡ください。

【社会教育団体の活動の応援】

市公民館では70の社会教育団体が、合唱、絵画、囲碁、楽器演奏などの活動をしています。

市公民館は午前9時から午後10時まで利用でき、土日、祝日も開館しています。社会教育団体として活動する場合、公民館施設使用料は減免になります。利用団体の登録申請お

よび利用団体への参加申請は随時受け付けています。ご興味のある方は、市公民館までお問い合わせください。

【ニーズに合った講座で学びの応援】

毎年、春と秋に成人講座を開講しています。市内に在住・お勤めの成人の方を対象に、多様な学びを提供しています。令和5年度は料理講座や楽器演奏、NISAの制度見直しに対応した新NISA講座など、季節や時代に合った講座を開催しました。



スパイスカレー講座

講座で学んだことを、今後も続けていきたいという希望がありましたら、市公民館までご相談ください。

【春・夏休みの学びを応援】

春・夏休みには小中学生を対象とした体験教室を開催しています。普段できない体験を通じて、地域で学び、成長していく機会を応援しています。

工作やアウトドア、正受庵での体験教室など、子どもたちの新たな学びの体験を応援しています。



夏休みのカヌー教室

シリーズ

飯山城下町を歩く

明治4年（1871）の廃藩置県および明治6年（1873）の廃城令により、全国で多くの城建物が解体されました。飯山城も城内の建築物のうち、門のいくつかは払い下げにより移築されましたが、火災などでその多くは失われてしまいました。今では往時の様相をうかがうことができるものは石垣の他にほとんどありませんが、城自体は大きく変化することなく、ほぼ当時の規模と形状が残されていることから貴重な城跡であるといえます。

その後、飯山城跡は城山公園として整備が行われてきました。保存と利活用を図るための調査や史料の収集等が行われ、少しずつ往時の城の姿が見えてきました。かつて飯山城から移築したと伝えられる門の材料を利用して復元した門



復元された城門

や、発掘調査によって明らかになった南中門（みなみなかもん）の礎石（そせき）を復元展示するなどの整備も行われてきています。現在も、飯山城が機能していた江戸時代末期の姿をできる限り復元することを目指して、市民や来訪者の憩いの場とともに、城跡としての価値を高めるための整備が続けられています。飯山城と城下町の風景は飯山市のシンボルとしてこれからも大切にしていきたい文化遺産です。「飯山城下町を歩く」は本号で終了します。

マイオピニオン
意見・私見

「ほどう良い付き合い」の地域づくり

太田公民館長 酒井 淳一

【「ほどう良い付き合い」】

本年元日の震災で被災された地域の皆さまには、心よりお見舞い申し上げます。

最近の災害報道でよく耳にすることは、隣近所や集落での「コミュニケーション」ほど良い付き合い（つながり）が、初期対応からその後の避難・復興にまで重要な要素であるということです。

この「ほどう良い付き合い」（過度な干渉、押付け、無理強い、威嚇をしない）が、近年はこの地域でもだいぶ希薄に（無関心に）なっているのかな？と感じています。

自身もその昔（若かりし頃）休日以外は早朝出勤・深夜帰宅の身で、隣近所や集落のことは親に任せきりの状況でした。それでも集落の役回りや村祭りやイベント等に、地域の方々から

声がけをいただいて参加しながら何となく馴染み、今のほどう良さに繋がっていると感じています。

【「いい按配」の共存意識】

とかく「ムラ意識（社会）」など田舎の悪いイメージで過干渉等が伝えられますが、これはムラⅡ群れる、群がるであって、この地域も含めた村（地区）の呼称ではないし、無理強いされる等々あつてはならないと思います。

昔の（？）言葉で「いい按配」というのがあります。群れることを強いるわけではなく、個々人が自らの意見を持ち、それが尊重されながらの「いい按配」の共存意識が「ほどう良い付き合い」につながるのではないかと感じています。

現在、私は公民館事業に任ぜられて1年が過ぎたところですが、事業の一つ



【筆者紹介】
酒井さんは常に柔和な笑顔でリーダーシップを発揮し、公民館活動でご活躍されています。
とりわけ昨年は、急遽途中で区長に就任することとなり、まさしく「刀流の活躍でした。」
公民館行事のランニング教室ではお孫さんも連れて一緒に練習する、優しい、孫思いの館長でもあります。（太田公民館）

参加者募集

水梨子沢カタクリ観賞会と勘介山古墳学習会

【問】申込先 秋津公民館 TEL 62-2330 または 飯山市公民館 TEL 62-3342

秋津小学校西側の飯駒集落入口付近から勘介山へ通じる水梨子沢では桜の開花とともに山野草やカタクリ、イチリンソウ、ヒトリシズカなどの花が美しく咲き誇ります。

水梨子沢を登ると長野県史跡の勘介山古墳（前方後方墳）があり、勘介山から見る飯山盆地とその背後にある毛無山、城蔵山などの風景は絶景です。

飯山の風景を堪能し、古墳学習をしながら飯山の古代ロマンに想いをはせてください。親子での参加也大歓迎です。皆さんの参加をお待ちしています。

4月13日（土）10:00～12:00 予定（小雨決行）

- 集合場所 飯駒入口（鏡山観世音下）駐車場
- 講師 清水岩夫先生・松澤芳宏先生
- 定員 30名（先着順）※参加費は無料です
- 服装 山歩きのできる長靴か運動靴、軍手
- 持ち物 雨具、その他各自必要なもの
- 申込〆切 4月8日（月）



実施報告 ひな人形展ワークショップ 「ふわっふわのおひな様♡つくろ」

「飯山城下町ひな街道 ひな人形展」にあわせて、ふるさと館では、2月23日、県内産の綿や、羊毛を使ったおひな様作りを行いました。小学校1年生から大人の方まで16名の皆さんが、お互いの作品からアイデアをもらいながら、自分だけの可愛いふわっふわのおひな様を作りあげました。



講師の滝沢佳子さんと一緒に「できたよ〜！」

お知らせ IIYAMA SHOWA FES 開催のお知らせ

問 飯山市文化交流館 なちゅら Tel 67-0311 火曜休館

IIYAMA SHOWA FES

むかし懐かしい面影を残す飯山のまちで
1970～1980年代のあの頃にタイムトリップ！

昭和世代にとっては懐しくてノスタルジック。
平成世代にとってはユニークで新鮮！?

ファンキーな昭和の空気感にとっぷり浸かりよう。

ステージプログラム



SPECIAL
GUEST



・飯山ガキデカ Jug Stompers
・The Snow Monkeys

ウルトラセブン
最終回上映会

『史上最大の侵略 前編／後編』

その他イベント

- 昭和のゲームコーナー
- 飯山の郷土食コーナー
- あの日の写真・雑貨展
- 懐かしのレコード展

※入場無料

南野陽子 純スカジャン

入場料 前売券 3,000円 / 当日券 3,800円

※ステージプログラムには入場券が必要です〈全席指定〉



▼チケット発売中

①飯山市文化交流館「なちゅら」窓口
※窓口引き換えのみ、電話予約や取り置きは不可

②イープラス

※左のQRよりアクセスし「IIYAMA SHOWA FES」で検索

2024. **04.29** (月・昭和の日)

飯山市文化交流館なちゅら

OPEN 11:00～ / ON STAGE 13:00～

主催 ノスタルジアいいやまプロジェクト

共催 飯山市 / 飯山市教育委員会

昭和に流行した

ゲーム・おもちゃ大募集！

昭和50年代に流行した「ゲームウォッチ」や「野球盤」、
「テーブルゲーム」など、昭和のゲーム・おもちゃは自
宅に眠っていませんか？

壊れていてもOK！本イベントにて展示します。
お預かりしたものは必ず返却しますが、不要なものでも
こちらで処分等はいりません。あらかじめご了承ください。

ご協力いただける方は、下記「Instagram」でのダイレ
クトメッセージもしくは「メール」にて、まずはご連絡を
お願いします。

▼募集窓口

いいやま駅前マルシェ PARKS.
iiyamarche.parks@gmail.com

@iiyamarche.parks



お知らせ 「飯山市青少年育成 市民会議」会員募集

問 飯山市公民館 Tel 62-3342

飯山市青少年育成市民会議は、青少年問題の
もつ重要性を鑑み、市内の各団体や関係機関な
どの相互の密接な連絡および協力を図り、広く
市民の総意を結集し、次代を担う青少年の健全
な育成を図ることを目的に、現在39の団体・
関係機関で構成されている組織で、市をあげて
青少年の健全育成を推進するための方針等を企
画立案する役割を担っています。

このたび、目的に賛同し新たに会員となるこ
とを希望する個人・団体・関係機関を募集しま
す。詳細については下記事務局までお問い合わせ
ください。

飯山市青少年育成市民会議事務局

飯山市教育委員会事務局

市民学習支援課社会教育係

(飯山市公民館内)



←飯山市公民館への
メールでのお問い
合わせはこちらか
ら行えます

お知らせ 令和6年度美術館企画展 【第1弾!!】 『松蔭寺と細川家の秘宝 ブッタと白隠禅師展』

目の覚める写真と高精細スキャニング技術により精密に再現された複製書画

問 飯山市美術館 Tel 62-1501 月曜休館 (月曜祝日の場合は翌日)

松蔭寺(しょういんじ)と細川家という世界随一のコレクションの
中から厳選し、白隠禅師の書画を文化財保護と活用のために高精細な
スキャニング技術を用いて複製した作品を展覧します。

◆会 期 4月20日(土)～6月9日(日)

◆開館時間 9:30～17:00 (入館は16:30まで)

◆料 金 大人 300円(200円)・小人 200円(100円)

※()は団体料金 団体は20名以上

※市内の小中学生は無料、保護者1名無料

臨時休館のお知らせ

下記期間は、展示替えのため臨時休館となります。

4月12日(金)・16日(火)～19日(金)※月曜通常休館日

お知らせ ふるさと館春季企画展 『里山に暮らす動物たち』

問 飯山市ふるさと館 Tel 67-2030 月曜休館 (月曜祝日の場合は翌日)

庭にひょっこり現れたキツネやタヌキ、山で見られるカモシカ。
里山に暮らす動物たちの姿から、北信濃の自然の特徴や人々との
関わりを紹介します。

市民の皆さまからお寄せいただいた、さまざまな動物たちの写
真や動画も多数紹介しますので、ぜひご覧ください。

4月27日(土)～6月16日(日)

飯山市ふるさと館

開館時間 9時～17時 (入館は16時30分まで)

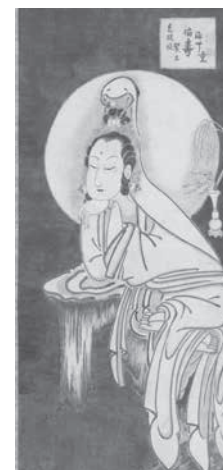
入館料 大人 200円 小中学生 100円(市内小中学生は無料)



市内に現れたコウノトリ(岡山地区)



「達磨像」



「楊柳観音」

第44回 飯山市民芸術祭のお知らせ

市民芸術祭事務局（飯山市文化交流館 なちゅら内）TEL 67-0311 火曜休館

絵画、書道、パッチワークなど各団体、個人の力作がそろいます。舞台発表では、合唱、演劇、ダンス、バレエなど、日ごろの成果を発表します。いずれも入場無料です。皆さまのご来場をお待ちしています。

展示発表

◆日時 4月13日（土）9:00～17:00

14日（日）9:00～16:00

◆会場 飯山市民公民館・飯山市美術館

舞台発表

◆日時 4月21日（日）9:30～

◆会場 飯山市文化交流館なちゅら 大ホール

主催：飯山市・飯山市教育委員会・飯山市芸術文化協会

主管：飯山市民芸術祭運営委員会



秋津公民館

TEL 62・2330

◆秋津公民館運営協議委員会開催

2月23日に開催した秋津公民館運営協議委員会（総会）で、令和6年度の公民館事業計画、予算等が承認されました。

4月13日（土）の『カタクリ観賞会・勘介山古墳学習会』では、春の里山に彩を添えるカタクリの群生や、イチリンソウ、ヒトリシズカなどの花々を観賞し、長野県史跡である勘介山古墳を通して飯山の古代ロマンに思いをさせます。皆さまの参加をお待ちしています。
※詳しくは21ページ、またはチラシをご覧ください。

瑞穂公民館

TEL 65・2501

◆たのしい集い

3月3日、瑞穂公民館と東小学校の2会場で、5年ぶりに「たのしい集い」が開催されました。



応援にも熱が入りました

柳原公民館

TEL 62・5562

◆第39回バーベキューオリエンテリング開催

3月3日、冷え込みの強い晴天のもと、バーベキューオリエンテリングが5

年ぶりに行われました。バーベキューの食材を求めて柳原地区南部を回るオリエンテリングに、今回は7集落から17チーム、約100名の参加がありました。中には小学生3年生以下2名を含む特別チームの参加もありました。
オリエンテリング後に柳原公民館で行われたバーベキューでは、自分たちで集めてきた肉・野菜などをおいしそうに味わっていました。また、合わせて子ども会育成会の主催によるピング大会も行われ、大いに盛り上がりました。



オリエンテリングに出発する皆さん

富倉公民館

TEL 67・2136

◆富倉公民館運営審議会

令和6年度の富倉公民館運営審議会を、4月13

日（土）午後1時30分より富倉地区活性化センターで開催します。当日は、社協総会ならびに人権学習会も開催します。関係者の皆さまのご出席をお願いします。

外様公民館

TEL 62・1029

◆第24回かまくら祭り

開催

2月10日・11日の2日間、かまくらの里でかまくら祭りが開催されました。コロナ禍により4年ぶりの開催となりましたが、約5000人の来場がありました。

10日は外様公民館による雪玉的当てが行われ、先着30名のお子さんと家族連れが参加しました。



よく狙って、投げました！

雪玉を投げ、的に当たった方がくじを引けるゲーム



たくさんの人が訪れました

夜はメッセージ付きの祝い記念花火や、ナイアガラなどのかまくらの里花火が打ち上げられ、間近で見る花火に歓声を上げたり、撮影したりとおののが楽しめました。

11日は国際ボランティア学生協会（IVVISA）の皆さんによる、福笑い×宝さがしゲームで盛り上がりました。

常盤公民館

TEL 62・3200

◆常盤公民館運営審議会総会・全中スキー大会

報告会

2月10日常盤地区活性化センターで五団体総会が開催され、公民館運営審議会でも全ての議案が承認されました。また、各総会の合間に全国中学校スキー大会で優勝・準優勝に輝いた常盤戸隠の木内絢花（あやか）選手、上水沢の田中希果（のぞみ）選手の報告会が常盤区長会主催で行われました。



左：木内選手 右：田中選手

選手が登壇すると約80名の区民のみなさんから大きな拍手が送られました。

◆山を歩こう！

今年は、瑞穂の小菅神社奥社を目指す予定です。

時 4月14日（日）

定員 15名

参加料 500円

お問合先 常盤公民館

※この事業は雪解け等の状況により、日程・場所の変更がありますので、詳しくはチラシをご覧ください。

太田公民館

TEL 65・4579

◆令和6年太田地区団体合同総会を開催

3月3日、太田地区活性化センターで区長会および公民館、社会福祉協議会、緑の村管理センター運営協議会、子ども会育成連絡協議会、安協・防犯太田支部など、合同による総会が開催されました。また総会前には人権学習会が行われました。

総会では、各種団体の令和5年度事業報告並びに会計決算報告、令和6年度の事業計画案ならびに予算案の全てが承認されました。

これから各団体とも本格的に活動が始まります。

岡山公民館

TEL 69・2010

◆星野秀樹さん講演会

2月18日に、信越地方を

中心とした山々を撮影している写真家である星野秀樹さん（羽広山区在住）を講師に、「森に出会い、人に出会う」と題した講演会を開催しました。



星野さんの作品も多数展示されました

◆岡山地区四団体総会

岡山公民館運営審議会総会を含めた地区四団体（人権・社協・育成会）の総会を4月13日（土）午後2時から予定しています。関係者へは後日通知しますが、ご予約をお願いします

旬の本☆話題の本☆意外な本

らいぶらい
ブックレビュー

CD 紹介 朗読喫茶 嘶の籠
～あらすじで聴く文学全集～

発売元：嘶 RECORD (Happinet Music)
販売元：株式会社ハビネット・メディアマーケティング

『銀河鉄道の夜』や『星の王子様』など、誰もが書名を知っている、長く愛され続ける名作文学を厳選収録した朗読 CD 集。絵本や教科書で読んだことのある方も多いのではないのでしょうか。本作では、朗読用に書き下ろされたオリジナルあらすじ台本に、人気・実力を兼ね備えた豪華声優陣が花を添えています。

朗読 CD なら、活字を読むのが辛くなってきた方でも手軽に文学作品を楽しめますよ。日々のリラックスタイムや作業時間のお供にしてみませんか？もちろん、推しの声優さん目当てでも◎

日本文学編・世界文学編合わせて全 24 タイトル。人気・実力派声優の“声の演技”“プロの技”による朗読をぜひご堪能ください！

	1 コース 水曜日 北原・常盤方面	2 コース 金曜日 戸狩・西大滝方面	3 コース 水曜日 温井・秋津方面	4 コース 金曜日 太田・富倉方面
サービスステーションへの巡回時間	北原コミュニティセンター 10:00～10:20 ↓ 戸隠農業生活改善センター 10:30～10:50 ↓ 下水沢公民館 10:55～11:15 ↓ 小沼倉科商店前 11:20～11:40	老人ホームてるさと 10:00～10:20 ↓ 戸狩区コミュニティセンター 10:30～10:50 ↓ 大深みつわや前(旧 JA 倉庫) 10:55～11:15 ↓ A コープみゆき店 11:30～11:50	温井多目的交流センター 10:00～10:20 ↓ 藤野 ふるさと館 10:30～10:50 ↓ スキー場五荷駐車場 10:55～11:15 ↓ 顔戸公会堂 11:25～11:45	外様活性化センター 9:50～10:10 ↓ 今井生活改善センター 10:30～10:50 ↓ 柳沢公会堂 11:00～11:20 ↓ 小境北停留所(1～3月休止) 11:25～11:45
	ふっくら工房ふるさと前 13:20～13:40 ↓ 坂井多目的集会所 13:45～14:05 ↓ 戸那子構造改善センター 14:15～14:35 ↓ 福島生活改善センター 14:45～15:05 ↓ 神戸公民館 15:15～15:35 ↓ 関沢農業生活改善センター 15:45～16:05 ↓ 常盤小学校 16:15～16:35	西大滝農村研修集会施設 14:00～14:20 ↓ 藤沢多目的集会所 14:25～14:45 ↓ 桑名川 馬場集会所 14:50～15:10 ↓ 岡山地区活性化センター 15:15～15:35 ↓ 桑名川 和水研修集会所 15:40～16:00	中山根集落センター 13:25～13:45 ↓ 上組集落センター 13:55～14:15 ↓ 深沢農業生活改善センター 14:25～14:45 ↓ 新田公会堂 14:50～15:10 ↓ 秋津中央区集会所 15:20～15:40 ↓ 大久保地域交流センター 15:45～16:05 ↓ 中町地域交流センター 16:10～16:30	富倉地区活性化センター 13:40～14:00 ↓ 藤ノ木活性化支援センター 14:20～14:40 ↓ 笹川公民館 14:50～15:10 ↓ 南条農業生活改善センター 15:15～15:35 ↓ 小佐原農業生活改善センター 15:40～16:00 ↓ 曙町 水上団地集会所 16:10～16:30
	巡回日 4月3日・17日 5月1日・15日	巡回日 4月5日・19日 4月10日・24日	巡回日 4月10日・24日 5月8日・22日	巡回日 4月12日・26日 5月17日

※令和 6 年 6 月以降の巡回日程等は 5 月号に掲載予定です

新着図書案内

趣味・実用

「読書の自由」を奪うのは誰か
静かに退職する若者たち
大学教授こそで日記
江戸でバイトやつてみた。
図解自衛隊の秘密組織「別班」の真実
本を読むだけで脳は若返る
いぬのまちがいさがし 柴多めの巻
羊皮紙の世界
する、しない。
ちやてくわいい手のひらサイズのあみぐるみ
子どもも親もラクになる偏食の教科書
じつは伝わっていない日本語大図鑑
鬼の筆

よみもの

ホットプレートと震度四
K+ICO
変な家 2
川のある街
みどりいせき
中野のお父さんと五つの謎
一夜 隠蔽捜査 10
夜露がたり
有罪、と A は告げた
ブラック・シヨーマンと覚醒する女たち
国歌を作った男
成瀬は信じた道をいく

郷土

岩田健治 若い魂
北信濃の柱松神事にみる祭の景観
信州やきもの紀行

文庫

雨のあと 藍染袴お匙帖 14
日曜劇場 VIVANT 上/下

福澤 克雄

井出 節夫
飯山市教育委員会
長野県立歴史館

宮内 悠介
宮島 未奈

東野 圭吾
中山 七里

砂原 浩太郎
今野 敏

北村 薫
畠 ステファニー 歌入

江國 香織

雨 岳 弘

上田 荒野

井上 岳 弘

伊藤 まさこ
ブティック社

山口 健太

山口 諤司

春日 太一

馬場 俊明
金間 大介
多井 学
櫻庭 由紀子
時任 兼作
川島 隆太
古賀 良彦
八木 健治
伊藤 まさこ

「本」とあそぼう
全国訪問
おはなし隊

飯山市に おはなし隊がやって来るよ！

子ども読書の日（4月23日）にあわせて、『本とあそぼう 全国訪問おはなし隊』のキャラバンカーが飯山図書館にやって来ます。楽しい絵本をたくさん載せたキャラバンカー内の見学とおはなし会を開催します。お誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。皆さまのお越しをお待ちしています！

【日程】4月20日（土）
【時間・内容】
☆ 15:00～15:30 キャラバンカー見学（図書館 駐車場）
☆ 15:40～16:10 おはなし会（図書館 3階 多目的室）
【お問い合わせ先】市立飯山図書館 ☎ 62-1118

楽しい絵本がいっぱい！

おはなし隊ってなあに？
全国の幼稚園、保育園、小学校、図書館、書店などにキャラバンカーで訪問し、絵本の読み聞かせや紙芝居を行います。子どもたちに絵本と親しむ時間をお届けする講談社のボランティア事業です！

みんなで
行こう～！

図書館よりお知らせ

4月より日程が変更になる行事があります。次のように変更になりますので、ご注意ください。

○おはなしひろば
土曜日の午前10時30分～
(第2土曜日を除く)
○ブックスタート
毎月第2土曜日の午前11時～
(ブックスタートは赤ちゃんに絵本をプレゼントする事業です。該当の方には、4か月検診の際に都度ご案内します。)

皆さまにはご不便をお掛けいたしますが、ご了承くださいますようお願いいたします。

絵本で育ちます。ぜひ！
寄贈いただいた絵本のコーナーはご覧いただけましたでしょうか。乳幼児向けの字が少ない絵本、偉人の伝記絵本、くすつと笑える楽しい絵本、背筋がぞくぞくとする怪談絵本など、バラエティに富んだ絵本たちが並んでいます。絵本という子どものものだと思いますが、大人の目線で読んだら何か別の発見があるかも？おもしろそうな絵本を見つけたら、ぜひ借りてみてください。

図書館
ニュース

◇ 4 月図書館カレンダー ◇

1 月	休館日
2 火	
3 水	移動図書館車①北原・常盤
4 木	10:30～絵本とわらべうたの会
5 金	移動図書館車②戸狩・西大滝
6 土	10:30～おはなしひろば
7 日	
8 月	休館日
9 火	
10 水	移動図書館車③温井・秋津
11 木	10:30～絵本とわらべうたの会
12 金	移動図書館車④太田・富倉
13 土	11:00～ブックスタート
14 日	
15 月	休館日
16 火	
17 水	移動図書館車①北原・常盤
18 木	10:30～絵本とわらべうたの会
19 金	移動図書館車②戸狩・西大滝
20 土	おはなし隊キャラバンカー
21 日	
22 月	休館日
23 火	
24 水	移動図書館車③温井・秋津
25 木	館内整理休館日
26 金	移動図書館車④太田・富倉
27 土	10:30～おはなしひろば
28 日	
29 月	
30 火	休館日(祝日振替)

☐ の日は休館です

＊開館時間と休館日＊
【開館時間】
火～金 9:30～18:00
土・日・祝 9:30～17:00
【休館日】
月曜(祝日の場合は翌平日)
年末年始・蔵書整理期間等

Web OPAC (蔵書検索・予約)

【スマホの方】
Instagram
随時更新中！

【ガラケーの方】

【市立飯山図書館 ☎ 62-1118】



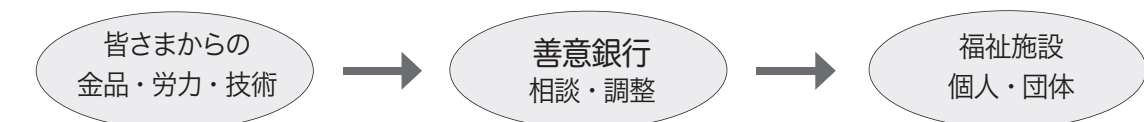
のらへを
HPを
から
ご覧ください

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1211-1
TEL 0269-6212840 FAX 0269-6212904
Mail s.fukusi@iyama-catv.ne.jp

飯山市社会福祉協議会 寄付制度のご紹介

- 善意銀行 - 善意銀行とは、ボランティアという言葉がまだ市民権を得ていない時代、金品、労力、技術の預託制度として徳島県で誕生したボランティアセンターの前身のことです。

当協議会では、皆さまから寄せられる金品、労力、技術を市内の福祉施設へ善意銀行を通じて指定寄付という形でお届けしています。皆さまからの善意を生かして社会に役立てる仕組みづくりの一役として善意銀行を利用してみませんか。※場合によっては受け取りできない金品等がございます。ご相談ください。



- 返礼品つき 愛のしるし寄付金 - 当協議会では、善意銀行を通じての寄付の他に、新たな福祉課題や生活課題に対応するために「愛のしるし寄付金」を設け、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、さまざまな福祉事業を行っています。お寄せいただいた「愛のしるし寄付金」は下記の福祉事業に活用し、一層の充実を図ります。

- *弱者世帯の地域による見守り活動や災害時の支え合い
- *有償在宅福祉サービスの充実
- *安心安全な食事提供と安否確認（ほのぼの弁当サービス）
- *シルバー世代（65歳以上）の健康教室の充実
- *次世代のボランティアの育成・強化

「愛のしるし寄付金」には寄付金の4割程度の返礼品がついています。
皆さまの“愛のしるし”をお寄せくださいますようよろしくお願いいたします。
お問合せ：飯山市社会福祉協議会 ☎ 62-2840 詳細は当協議会 HP をご覧ください。



地域を支える「ボランティア」- 地域福祉ボランティアの集いを開催 -



3月7日、当協議会で実施している有償在宅福祉サービス・配食サービス等に携わっているボランティアおよびボランティア活動に興味のある方を対象に、地域福祉ボランティアの研修会を開催しました。
長野県長寿社会開発センターの戸田千登美氏をお迎えし、地域内の困りごとの発見・自分たちのボランティア活動の役割を再認識しました。

有償在宅福祉サービス スマイルとうど衆

活動内容：家事援助（掃除、洗濯、調理等）
買い物、院内介助、薬の受け取り等
活動費：1時間あたり600円
※その他交通費（20円/km）支給

活動者
募集中！

した。
参加者からは「ボランティア同士のつながりがある」「自分達の活動が待っていてくれる人がいると気持ちいい」とのお声もありました。
当協議会では、地域のボランティア活動にご協力いただける方を随時募集しております。
詳細は、当協議会までお気軽にお問合せください。

ボランティアセンター立ち上げ

「社協職員 石川県能登町災害支援へ」

能登町社会福祉協議会へ災害支援として2月6日から12日まで現地の災害ボランティアセンター立ち上げのお手伝いに行ってきました。

能登町は人口約12,000人。2005年に2町1村が合併した町です。海も山もあり、自然豊かなところ。到着した時はまだ道路の片側が崩落、亀裂、地盤沈下などが多く、通勤や自衛隊等の支援車の往来で場所によって渋滞になる箇所もありました。また、上水道が町内の2割程



度しか復旧しておらず、給水車や自衛隊のお風呂等が配備されていました。山の湧き水や川の水をくみ上げ使用されている世帯もあり、生活用水の確保は想像以上の苦労がありました。現地の道路・ライフラインの回復状況などを鑑みて、ボランティアの受入にも順番とタイミングが重要と感じました。

今回のような大規模な災害に見舞われた時、ライフライン確保等、公の力が住民に届くまで時間がかかる場合、どこまで自分達の力でしのげるのか、想定する必要があります。

2月末の時点で、能登町は長野県民限定でバスでのボランティアの受入を開始しています。まだ受入に限りがありますが順次飯山市からも計画をしています。その際は、ぜひ皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

事前に知っておきたい相続の話

「相続セミナーを開催しました」

2月17日、飯山市公民館で相続セミナーを開催しました。

近年、当協議会で行っている総合相談で相続に関する相談が増加しているため、今回初めて「相続」についてセミナーを開催いたしました。当日は14名の方にご参加いただきました。

講師は長野県司法書士会から青木英樹氏をお招きし、事例を基にわかりやすく相続とは何か、どのような相談があるのか等お話しいただきました。参加者から質問もあり、あつという



- お悩みごとなどご相談は 総合相談 -

- ☐ 総合相談（予約不要）
4月22日（月）
9:00～15:00
弁護士による法律相談
11:00～15:00
- ☐ 心配ごと相談（要予約）
毎週水曜日 9:00～12:00
相談は行政、女性、人権、家庭、法律など無料でご相談いただけます。
会場：飯山市福祉センター
☎ 62-2840

わくわくとうど塾

「災害・防災学習で日頃のそなえを学ぶ」

2月23日、飯山市福祉センターにて、福祉体験教室わくわくとうど塾「災害・防災学習」を行いました。今回は、新潟県にあるおがや震災ミュージアムそなえ館より講師の先生をお招きし、新聞紙スリッパ作りや応急処置対応等の体験を行いました。

災害に関する意識が高まる中、参加者の皆さまは熱心に取り組み、いざという時の備えや被災地の状況について学ぶことができました。
わくわくとうど塾は、来年度も開催予定です。皆さまのご参加をお待ちしております。



足を骨折した時の応急処置を行う様子

■ ご寄附・ご訪問 ■

令和 6 年 1 月 21 日～令和 6 年 2 月 20 日分

ご 寄 附		
ご 芳 名	物 品・金 額	備 考
匿名 さま	1,469 円 ご寄附	善意銀行
相澤 はま江 さま	くず入 ご寄附	
竹田 菊江 さま	くず入 ご寄附	
匿名 さま	紙パンツ、 尿取りパット ご寄附	デイサービス 外様
足立 よし子 さま	ラバーシート、 オムツ ご寄附	
栗岩 さま	つるし雛 ご寄附	
匿名 さま	くず入 ご寄附	デイサービス 瑞穂
匿名 さま	くず入 ご寄附	デイサービス ゆきつばき
匿名 さま	古布 ご寄附	
松本 さま	肌着 ご寄附	
ご 訪 問		
ご 芳 名	内 容 等	施 設 名 等
岡本 さま 田中 さま	琴、歌、交流	デイサービス 瑞穂
小林 正子 さま 大森 真知子 さま	節分行事 手伝い	北部子育て 支援センター
ばあばの会 さま	読み聞かせ	瑞穂児童クラブ
常田 貴志子 さま	本の読み聞かせ	常盤児童クラブ
飯山高校 JRC 部 さま	子どもの見守り支援	飯山児童クラブ
桑原 米子 さま	きめこみ 3 点、 押し花 1 点 展示	湯の入荘

■ 今月の歌 ■

皆さまの投稿をお待ちしています。
飯山市社会福祉協議会
「今月の歌」係 宛

・春恋しウグイスさんとなこやなぎ
・物価高はやくブレッキにかけてくれ
瑞穂 白いからす

・通院紙、今日は私の出番だね
・秋しぐれ白い雪やとパートナで
瑞穂 瑞穂のバーバ

湯の入荘 4 月送迎 / 行事計画

日 曜	地 区 ・ 団 体 等
2 火	カラオケ同好会
3 水	大久保 8:40
4 木	さくら会 8:40
5 金	曙町 8:40、上倉 8:45、奈良沢 8:50
6 土	菜の花会
9 火	中条 8:40、山口 8:50、笹川 8:55、 小佐原 9:00
10 水	戸狩 8:50、平 9:00
11 木	北信越ゲートボール大会
13 土	月例カラオケ紅白歌合戦
16 火	カラオケ同好会
18 木	市老連代議員会
19 金	湯の入荘ゲートボール大会
20 土	身障協会総会
23 火	柳沢 8:40、高砂会 8:45
24 水	山岸 8:40、野坂田 8:50、坂井 8:55
25 木	さくら会 8:40
26 金	今井 9:00
27 土	月例カラオケバトル
30 火	西大滝 8:50、桑名川 9:00、北原 9:15、 中組 9:25

✳乗車する場合は事前に人数をご連絡ください。
湯の入荘：☎ 65-3312

本町商店街組合さまより義援金の贈呈



令和 6 年能登半島地震について 1 月から 2 月末まで
本町商店街組合の協力店を中心に 28 ヲ所で義援金箱
を設置いただき、総額 212,591 円ご寄付いただきました。
義援金は各県の配分委員会を通じて被災された方々
に配分されます。ご協力ありがとうございました。

■ お知らせと募集 ■



ボランティア活動保険 / 行事用保険加入手続きのお知らせ

◎ ボランティア活動保険

自発的な意思によるボランティア活動中のケガや
損害賠償責任を補償
*各種プランと年間保険料
・基本プラン…350 円
・天災・地震補償プラン…500 円
地震・噴火・津波によるケガ等も補償
*補償期間
令和 6 年 4 月 1 日～令和 7 年 3 月 31 日
※中途加入の場合は、加入手続き完了日の翌日から補償開始
※令和 6 年 3 月より加入手続きが可能です。

◎ ボランティア行事用保険

地域福祉活動やボランティア活動の一
環として行う各種行事でのケガや損害
賠償責任を補償
*保険料
行事内容によって異なります。
*補償期間
行事開催期間が補償期間となります。
※対象とならないボランティア活動、
行事もあります。
補償内容など詳細は、当協議会まで
お問い合わせください。



＜ ご活用ください！ ＞ 車いす・車いす移送用車両



当協議会では、車いすと車いすのまま乗車可能な福
祉車両の貸出を行っております。事前予約制となりま
すので、ご利用の際は当協議会までお問合せください。

■対象者

飯山市在住の身体障がい者、高齢、けが等により寝
たきりの人および歩行困難な人

■利用期間

車いす：最大 1 年間
車いす移送用車両：土日祝日を問わず 1 日単位で利
用可能（年末年始を除く）

■利用料金

車いす：無料
車いす移送用車両：走行距離に応じて燃料費をお支
払いいただきます。

■お問合せ

飯山市社会福祉協議会（☎ 62-2840）



いいやま 出会いサポートセンター

□結婚相談（要予約）

♥ 4 月 6 日（土）、4 月 21 日（日）
9：00～12：00

※相談には事前の予約が必要です。

会場：市民活動センター ☎ 62-7030

ながの結婚マッチングシステム NAGANO ai MATCH キャンペーン実施中

♥ NAGANO ai MATCH とは…

スマートフォンやパソコンを使って、気軽にお相
手探しからお見合いができる便利なシステムです。
市町村等の結婚相談所で皆さんの出会いをサポート
します。

通常 NAGANO ai MATCH にご登録いただくと登録
料 10,000 円（2 年間）のところ…

今なら女性のみ 3,000 円/年 でご登録いただけます！

※令和 6 年 3 月 1 日（金）～令和 6 年 9 月 30 日（月）

システムを利用できるお近くの相談所はこちら→



Data file

飯山市の人口と世帯

■住民基本台帳人口【2月29日現在】

男	女	総人口	世帯数
9,351人	9,794人	19,145人	7,937世帯
(-25人)	(-37人)	(-62人)	(-21世帯)

出生：7人 死亡：39人 転入：31人 転出：61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【2月1日現在】

男	女	総人口	世帯数
8,954人	9,388人	18,342人	7,195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【2月】

	飯山	木島平	野沢温泉	栄	応援協定区域	管轄外	計(件)
火災	0	0	0	0	0	0	0
救助	0	0	0	0	0	0	0
救急	99	20	52	10	2	0	183

今月の標語：つなげよう 防火のバトン 火災ゼロ

飯山市の気象【2月】

平均気温	1.1℃	(2.3℃)
最高平均気温	5.9℃	(2.3℃)
最低平均気温	-3.5℃	(2.8℃)
日照時間月計	76.9時間	(83%)
降水量月計	99.5mm	(85%)

※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【2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)	2/28	雪	1m	0.05 μSv/h
旧岡山小学校(岡山)	2/28	曇	1m	0.05 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【2月】

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
当月	340㌔	17㌔	357㌔	12㌔
前年同月比	103%	121%	104%	120%

【ひとこと】 < 持ち込み時 後方確認 落下物 >
エコパーク寒川へ搬入する際は、ごみが道路に落下することのないよう、ご注意ください。

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
2月末	4	0	7
前年同期	3	0	3

交通安全の標語：思いやり 乗せて信濃路 咲く笑顔

Reuse

利融通情報（不用品の情報）

市民環境課 生活環境係 Tel 67-0726

不用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。



QRコードでホームページをチェック！

◆譲ります（一部有料）

植木鉢(多数) 回転座椅子② インクカートリッジ② ソファerset① 壁面収納テレビ台① クローゼットハンガー① こたつ① スキーキャリア① 農作物収納木箱(多数) 犬小屋② ソファer② 屋外カーテン① 他5点

◆譲ってください

除湿機 陶器製湯たんぽ 灯油バーナーストーブ 他13点



富山県 富山市 Toyama City

第70回 全日本チンドンコンクール

全国のチンドンマンが、その技とアイデアを競う、富山の春の風物詩です。今回は節目である第70回記念大会であり、一層盛り上がる特別なPRやイベントを企画しています。

期間中は富山の街がどこか懐かしいチンドンの音色に包まれ、チンドンマンの至高の芸が会場を拍手と笑いの渦に巻き込みます。チンドンマンの力を結集し、元気と笑顔を皆様へ届ける全日本チンドンコンクールをぜひお楽しみください！

■期間

4月5日(金)から7日(日)まで

■お問い合わせ

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



QRコードでホームページをチェック！

富山県 魚津市 Uozu City

魚津水族館 春の企画展 ホタルイカ展 2024

富山県のさかなの1つでもある「富山湾の神秘 ホタルイカ」を昨今の研究内容を取り入れて多角的に紹介し、富山湾のホタルイカについて網羅的な情報を発信します。期間中には通常の発光実験に加え、ホタルイカの研究者による特別講演・特別発光実験なども開催します。

■期間

3月16日(土)から5月12日(日)まで

■場所

水族館3階 うおすいファミリーム レクチャーホール

■発光実験

期間中、土・日・祝日の各日2回開催(定員20名 有料)
※ホタルイカ研究者による特別講演・特別発光実験の開催時については決まり次第ホームページ及び水族館公式SNSでお知らせします。



QRコードでホームページをチェック！



信越五岳トレイルランニングレース 2024 ～パタゴニア CUP～ ボランティアスタッフ募集

■日程

9月14日(土)から翌15日(日)の間
実働10時間程度(途中休憩あり)

■内容

- 赤池管理棟駐車場または近隣のエイドステーションの設営、撤収並びに飲食物の提供等
- 指定のポイントで選手へのコース誘導

■参加費

無料

■参加特典

大会記念Tシャツ(パタゴニア製キャブリーン・クール・デイリー・シャツ)をプレゼント ※活動に従事した方のみ

■その他

活動中の食事は大会側で用意します

■申込方法

応募フォーム(QRコード)から、または氏名・連絡先をご記入のうえメールまたはファックスでお申し込みください。

■申込締切日

3月31日(日)

■申込・お問い合わせ

信越五岳トレイルランニングレース事務局 田村英幸
TEL 090-7016-9300
FAX 0255-82-2535
mail volunteer@sfmt100.com
大会ホームページ
https://sfmt100.com/

お知らせ



応募フォームはこちら



ホームページはこちら

4月情報カレンダー

税金など【納期 4 月 30 日 (火)・口座振替日 4 月 26 日 (金)】
固定資産税・都市計画税（1 期）介護保険料（1 期）旧統合簡水区域・斑尾簡水区域上下水道使用料（2・3 月分）CATV・インターネット使用料（4 月分）

1	月	・固定資産税課税台帳閲覧・縦覧期間（5 月 1 日まで）【12㊟参照】
2	火	・長野県市町村対抗駅伝飯山市チーム小・中学生代表選手選考会（多目的グラウンド） ・市内公立保育園入園式
3	水	 ママサポ
4	木	・市内公立小学校・中学校入学式
5	金	
6	土	
7	日	・臨時日曜窓口開設日【4㊟参照】
8	月	 2 歳児健診
9	火	
10	水	・狂犬病予防集合注射実施日【13㊟参照】  10 カ月児健診・ママサポ
11	木	 受付時間 17：30～19：15
12	金	・狂犬病予防集合注射実施日【13㊟参照】
13	土	・狂犬病予防集合注射実施日【13㊟参照】 ・春の火災予防運動【19 日まで】 ・飯山市民芸術祭 展示発表【24㊟参照】
14	日	・飯山市民芸術祭 展示発表【24㊟参照】  受付時間 8：45～11：45
15	月	
16	火	
17	水	 1 歳 6 カ月児健診・ママサポ
18	木	
19	金	
20	土	・第 21 回いいやま菜の花ゲートボール大会（多目的グラウンド）【21 日まで】 ・信越連盟春季東北信ブロック予選（市営野球場）
21	日	・第 44 回北信濃新聞社杯家庭婦人バレーボール大会（市民体育館） ・飯山市民芸術祭 舞台発表【24㊟参照】
22	月	・総合相談【34㊟参照】
23	火	
24	水	 3 歳児健診・ママサポ
25	木	・出張年金相談【34㊟参照】  受付時間 17：30～19：15
26	金	・第 20 回コースオープン初打ち大会（長峰マレットゴルフ場） ・廃食用油・古着の回収 9：00～11：00（市役所西側車庫）  2 カ月児ママの会
27	土	・信越連盟春季東北信ブロック予選 2 日目（市営野球場） ・第 33 回長野県市町村対抗駅伝競走大会（松本市） ・第 19 回長野県市町村対抗小学生駅伝競走大会（松本市）
28	日	
29	月	・第 68 回北信弓道大会（弓道場） ・IIYAMA SHOWA FES【23㊟参照】
30	火	

乳幼児健診・予防接種などのご案内

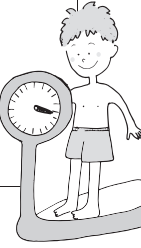
種 類	区 分	日 付	時 間	内 容・対 象 等	場 所
 乳幼児健診	10 カ月児	4 月 10 日(水)	受付：午後 1 時から ※対象者には個別でご案内を お送りします	・身長・体重測定 ・医師による診察 （月齢による） ・保健師との相談 など	飯山市保健センター Tel 67-0727
	1 歳 6 カ月児	4 月 17 日(水)			
	2 歳児	4 月 8 日(月)			
	3 歳児	4 月 24 日(水)			
 予防接種		個別の医療機関等へご予約いただき、接種をお願いします。接種ができる医療機関など、詳しくは飯山市ホームページ、母子モをご確認ください。			
 ママサポートプログラム	mamaとbabyの しあわせトーク	4 月 3 日(水)	午前10時～11時30分 ※受付9時30分～	出産後から生後 1 歳まで（お誕生日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	4 月 10 日(水)	午前10時～11時30分 ※受付9時30分～		
	【学習】 赤ちゃんと遊ぼう	4 月 17 日(水)	午前 10 時～11 時 30 分 ※受付 9 時 30 分～		
	健康相談・ 母乳相談	4 月 24 日(水)	午前9時30分～11時		
2 カ月児ママの会		4 月 26 日(金)	午後2時～3時 30 分	令和 6 年 2 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

各種窓口等のご案内

種 類	日付等	時 間	場 所	問い合わせ先	内 容
土曜日の証明窓口	毎週土曜日 (ただし祝日を除く)	午前 8 時 30 分～ 正午	市役所1階 市民環境課窓口	市役所市民環境課 Tel 67-0726	・住民票の写し ・戸籍の謄・抄本 ・印鑑登録証明書
いじめ電話相談	月曜日から 金曜日まで (ただし祝日を除く)	午前 9 時～ 午後 5 時	市役所1階 相談室	いじめ相談専用電話 Tel 67-0742	いじめに関する相談
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 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 81-3101	人権に関する相談
飯山市 総合相談窓口		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 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 相談室	市役所家庭児童相談室 Tel 67-0742	児童や教育に関する相談
女性相談			—	相談専用電話 Tel 080-1080-9924	女性の皆さんができる一般相談
心配ごと相談	毎週水曜日 (要予約)	午前 9 時～正午	飯山市福祉 センター（本町）	飯山市社会福祉協議会 Tel 62-2840	相談員による心配ごと相談
総合相談	4 月 22 日（月）	午前 9 時～ 午後 3 時			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	4 月 25 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）



●発行
令和6年(2024)3月15日

●印刷製本
有限会社 足立印刷所

●飯山市役所
住所
〒389-2292
長野県飯山市大字飯山1-10-1
電話
0269-62-3111(代表)
ファックス
0269-62-5090(3階代表)
ホームページ
<https://www.city.iiyama.nagano.jp>
メール
senryaku@city.iiyama.nagano.jp

●発行人
市報いよま・暮らしの情報掲載板 飯山市
農業委員会
生涯学習だより
いよま社協だより
飯山市農業委員会
飯山市教育委員会市民学習支援課
飯山市社会福祉協議会

いいやまの 地域おこし
最前線
地域おこし協力隊
地域活性化起業人の活動レポート Vol.40

佐藤隊員の活動を振り返る
クロストーク
インスタで3/25(月) ライブ配信



地域おこし協力隊
高梨 葉月 佐川 芳江 佐藤 有希
隊員 隊員 隊員



こんにちは。地域おこし協力隊の佐藤、高梨、佐川です。今月の地域おこし最前線は、今月で退任される佐藤隊員を囲んだクロストーク開催のお知らせです。これまで5年間の佐藤隊員の活動を振り返り、この後どのようなことにチャレンジするのかを探り、今後飯山との関わり方について、日頃から苦楽をともにしていた仲間と語り合いたいと思います。

クロストークは高梨隊員のInstagramアカウント(@iiyama_iitokoro)でライブ配信を予定しています。まだフォローしていない方はQRコードからフォローをお願いします！



佐藤隊員の活動を振り返る
クロストーク ライブ配信のご案内

■日時
2024年3月25日(月)
午後7時~(予定)

■ライブ配信方法
Instagramアカウント
(@iiyama_iitokoro)でライブ配信を予定。詳細はInstagramで告知します！

■佐藤有希隊員 プロフィール
2019年4月着任。埼玉県入間市出身。信越トレイルを初めてスルーハイクしたことでロングディスタンスハイキングにハマり、2018年にアメリカのアパラン・トレイル(3,500km!)を半年かけて踏破した人。

美術館情報 ☆☆☆☆☆☆☆☆☆

収蔵作品紹介

今年度新たに当館の収蔵作品として加わった長谷川青澄の作品。東京都にお住いの方から是非長谷川画伯の故郷へとお寄いただきました。令和6年度「長谷川青澄没後20年展」(10月19日から)にて展示予定。



「牡丹」40.0cm×52.5cm

【お問い合わせ】 飯山市美術館 Tel 62-1501

編集後記

戸狩温泉スキー場の雪やり、斑尾高原スキー場のマダバウの動画を飯山市公式Instagramと飯山市公式YouTubeで配信しましたので、ご覧ください。YouTubeでは、海外からのコメントもあり「JR飯山線 冬景色」は再生回数7千回を超えました。四季がはっきりと感じられるこの飯山の景観は、海外にも誇れる本当に素晴らしいものだと感じています。(久保田)



QRコードで
ホームページ
をチェック！

わが家の人気者 ☆☆☆☆☆☆☆☆☆



【左】姉の木雪(こゆき)ちゃん【右】姉の木香(きこ)ちゃん

ひるま みずき
蛭間 瑞木 ちゃん

瑞穂地区 3歳11カ月

3人姉妹の末っ子の瑞木ちゃん。好きな食べ物は、イチゴとバナナで、最近、跳び箱ができるようになりました。2人のお姉ちゃんにかがんでもらい跳び箱の台になってもらい、2回続けて跳び箱を披露してくれました。上手に飛んだ後は、体操選手のように笑顔でポーズを決めてくれました。

「このまま元気に、そして木や花、川などの自然を大切に思えるような子に育ってほしい」というのが両親の願いです。(ご両親:太祐さん、有唯さん)

—— このコーナーに出てみませんか? ——

2~4歳ぐらいのお子さんを募集しています。出演していただいた方には写真をプレゼント。希望される方は、市役所事業戦略課 情報政策係までご連絡ください! Tel 67-0724