

Data file

飯山市の人口と世帯

■住民基本台帳人口【11月30日現在】

男	女	総人口	世帯数
9,162人	9,650人	18,812人	7,901世帯
(-15人)	(-10人)	(-25人)	(-10世帯)

出生：4人 死亡：33人 転入：42人 転出：38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【11月1日現在】

男	女	総人口	世帯数
8,755人	9,217人	17,972人	7,148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【11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	1	0	0	0	0	1
救助	1	1	0	1	0	0	3
救急	102	24	23	12	5	0	166

今月の標語：火の世界 ずっとあなたを 見つめてる

飯山市の気象【11月】

平均気温	8.7℃	(+1.5℃)
最高平均気温	14.0℃	(+1.0℃)
最低平均気温	4.3℃	(+1.7℃)
日照時間月計	98.1時間	(94%)
降水量月計	162.0mm	(167%)

※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【11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)	11/27	曇	1m	0.06 μSv/h
旧岡山小学校(岡山)	11/27	雨	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【11月】

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
当月	376㌧	29㌧	405㌧	11㌧
前年同月比	106%	94%	105%	92%

【ひとこと】「冬到来 灯油の出番 ご注意ください」
給与の際は、その場を離れないようにしてください

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
11月30日	21	0	32
前年同期	23	0	26

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 0269-67-0726（課代表）

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。



二次元コードでホームページをチェック！

◆譲ります（一部有料）

古紙ストッカー② 整理タンス① ガスコンロ①
ソファ① 学習机① インクカートリッジ① 鏡台①
キーボード① ポータブルトイレ② 他22点

◆譲ってください

灯油バーナーストーブ 電気ポット 二段ベッド
アイロン 他19点

観光交流都市情報

このコーナーでは、飯山市の観光交流都市に関する最新の観光情報をご紹介します。

富山県 魚津市 Uozu City

2024-2025 もやります 魚津 蟹騒動

昨冬大変ご盛況いただいた「魚津 蟹騒動」、好評につき今年度も実施します!!「魚津 蟹騒動」では、カニ本来の味をより一層楽しむことができるとも言われる「蒸しガニ」の形で提供します。とろけるカニ味噌と肉厚な身、旬の紅ズワイガニを召し上がれ！

■日時

令和7年（2025年）2月22日（土）、23日（日）午前11時～午後1時

■会場

海の駅蟹気楼（富山県魚津市定坊割 2500-2）

■販売数

各日 50杯程度 3,500円／杯～

■お問い合わせ

魚津市商工観光課 Tel 0765-23-1025



【留意事項】

※持ち帰り用の販売はいたしません。
※各日、用意したカニがなくなり次第終了となります。
※出漁や仕入状況等により、販売数の増減、中止をする場合があります。

お知らせ Information

（日本政策金融公庫）

「国の教育ローン」のご案内

教育ローン コールセンター Tel 0570-008656（ナビダイヤル）
またはTel 03-5321-8656

高校、大学等への入学時・在学中にかかる費用を対象とした公的な融資制度です。詳しくは、お問い合わせください。

■融資額

お子さま1人あたり350万円以内

■金利

年2.35% 固定金利

※「母子家庭」「父子家庭」「交通遺児家庭」「世帯年収200万円(所得132万円)以内の方」または「子ども3人以上の世帯かつ世帯年収500万円(所得356万円)以内の方」は年1.95%

■返済期間

18年以内

■返済方法

毎月元利均等返済（ボーナス時増額返済も可能）

■保証

（公財）教育資金融資保証基金
（連帯保証人による保証も可能）



二次元コードからホームページをチェック！

「緊急情報」を飯山市公式SNSで配信しています

事業戦略課 情報政策係 Tel 0269-67-0724（課代表）

飯山市公式SNS（LINE、Facebook）で、飯山市メール配信サービスの緊急情報を配信しています。緊急情報以外の鳥獣情報や飯山線情報などは配信されません。ご自身の環境に合わせて、ご登録ください。

■配信内容

避難・河川水位・火災情報、地震速報など（メール配信サービス「緊急情報」）

■登録方法

- フェイスブック（facebook）
飯山市公式ページで「フォロー」
- ライン（LINE）
飯山市公式ページを「お友達に追加」



1月情報カレンダー

税金など【納期 1 月 31 日 (金)・口座振替日 1 月 27 日 (月)】

市・県民税 (4 期) 国民健康保険税 (7 期) 介護保険料 (10 期)
後期高齢者医療保険料 (7 期) 上水区域上下水道使用料 (11・12 月分)
CATV・インターネット使用料 (1 月分)

1	水	
2	木	
3	金	・第 2 回ジュニアアルペンスキー教室 (戸狩温泉スキー場)
4	土	・エコパーク寒川休日開場日【12📅参照】
5	日	・第 3 回ジュニアアルペンスキー教室 (戸狩温泉スキー場)
6	月	・年末年始のもえるごみ収集日 (飯山地区)【12📅参照】 ・市役所仕事始め
7	火	・年末年始のもえるごみ収集日 (飯山地区以外)【12📅参照】
8	水	👶 4 カ月健診 🧡 ママサポ
9	木	👉 受付時間 17 : 30 ~ 19 : 15
10	金	
11	土	・伝統行事☆まゆ玉作り (ふるさと館)【22📅参照】
12	日	・飯山市小学生クロスカントリー記録会 (長峰クロスカントリースキーコース) 👉 受付時間 8 : 45 ~ 11 : 45 ・ジュニアスキー教室クロスカントリー (長峰クロスカントリースキーコース)
13	月	
14	火	🥄 離乳食教室
15	水	👶 10 カ月健診 🧡 ママサポ
16	木	
17	金	・第 47 回長野県スキー大会週間ジャンプ競技 中学大会・高校大会【18📅参照】
18	土	・なちゅらる寄席「三遊亭ときん」ワンコイン落語 (文化交流館なちゅら)【24📅参照】
19	日	・第 47 回長野県スキー大会週間ジャンプ競技 国スポ予選・県選手権【18📅参照】 ・後期成人講座「英語でおすすめ！飯山のみどころ」【21📅参照】
20	月	・総合相談【38📅参照】 👶 2 歳児健診
21	火	
22	水	・ゼロカーボンミーティング 2024in 北信州 x 北信地域タウンミーティング 2024【10📅参照】 👶 1 歳 6 カ月児健診 🧡 ママサポ
23	木	・出張年金相談【38📅参照】 👉 受付時間 17 : 30 ~ 19 : 15
24	金	・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
25	土	・読売新聞社杯第 59 回戸狩アルペンスキー大会 (戸狩温泉スキー場)
26	日	・後期成人講座「英語でおすすめ！飯山のみどころ」【21📅参照】
27	月	
28	火	
29	水	・第 55 回飯水小学校スキー大会 (長峰クロスカントリースキーコース) 👶 3 歳児健診 🧡 ママサポ
30	木	
31	金	

👶 乳幼児健診





🧡 ママサポートプログラム

🗓️ 2 カ月児ママの会

👉 マイナンバーカード窓口 (日曜・夜間開設日) 要事前予約【市民環境課 市民係 TEL 0269-67-0726】

乳幼児健診・予防接種などのご案内

【健康いいやま 17📅の答え】1 位は、高齢による衰弱フレイル (26.1%) です。
基本チェックリストでは、介護予防が必要な状態 (フレイル) かどうかがわかりますので、基本チェックリストを受けてみましょう。【4📅参照】

種 類	区 分	日 付	時 間	内 容・対 象 等	場 所
乳幼児健診 	4カ月児	1月 8日(水)	受付：午後1時～ ※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 0269-67-0727
	10カ月児	1月 15日(水)			
	1歳6カ月児	1月 22日(水)			
	2歳児	1月 20日(月)			
	3歳児	1月 29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、母子手帳アプリ「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	1月 8日(水)	午前10時～午前11時30分 ※受付：午前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	1月 15日(水)	午前10時～午前11時30分 ※受付：午前9時30分～		
	【学習】 赤ちゃんのスキンケア	1月 22日(水)	午前10時～午前11時30分 ※受付：午前9時30分～		
	健康相談・ 母乳相談	1月 29日(水)	午前9時30分～午前11時		
離乳食教室 		1月 14日(火)	午後2時～	令和6年（2024年）8月生まれのお子さんの保護者の方が対象です。	
2カ月児ママの会		1月 24日(金)	午後2時～午後3時30分	令和6年（2024年）11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



各種窓口などのご案内

種 類	日付等	時 間	場 所	問い合わせ先	内 容
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 0269-62-2302	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 0269-81-3101	人権に関する相談
飯山市総合相談窓口	月曜日から金曜日まで (ただし祝日を除く)	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 0269-67-0727	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 こども女性家庭センター	こども女性家庭センター TEL 0269-67-0742	家庭や児童・教育に関する相談
女性相談			市役所 1 階 こども女性家庭センター	こども女性家庭センター TEL 0269-67-0742	女性の悩みや困りごとの相談
いじめ電話相談			市役所 1 階 相談室	市役所相談室 TEL 0269-67-0742	いじめに関する相談
心配ごと相談	毎週水曜日 (要予約)	午前 9 時 ~ 正午			相談員による心配ごと相談
総合相談	1 月 20 日 (月)	午前 9 時 ~ 午後 3 時	飯山市福祉センター (本町)	飯山市社会福祉協議会 TEL 0269-62-2840	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	1 月 23 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)