

Data file

飯山市の人口と世帯

■住民基本台帳人口【1月31日現在】

男	女	総人口	世帯数
9,144 人	9,627 人	18,771 人	7,923 世帯
(- 19 人)	(- 21 人)	(- 40 人)	(+ 3 世帯)

出生：5 人 死亡：42 人 転入：41 人 転出：44 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【1月1日現在】

男	女	総人口	世帯数
8,741 人	9,205 人	17,946 人	7,157 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【1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	153	30	42	13	7	0	245

今月の標語：こわい火事 ひとつ注意で こない火事

■飯山市の気象【1月】

平均気温	-1.2℃	(+0.4℃)
最高平均気温	3.4℃	(+0.9℃)
最低平均気温	-5.9℃	(+0.3℃)
日照時間月計	81.7 時間	(112%)
降水量月計	110.0 mm	(64%)

※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【1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)	1/29	曇	1m	0.06 μSv/h
旧岡山小学校(岡山)	1/29	雪	1m	0.08 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 1 mSv 未満＝ 毎時 0.23 μSv 未満

■エコパーク寒川ごみ処理量【1月】

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
当月	358 トン	17 トン	375 トン	15 トン
前年同月比	99%	113%	99%	115%

【ひとこと】持ち込みの荷物は落ちていませんか？エコパーク寒川へ搬入する際は、荷台などからの落下にご注意ください。

■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
1月31日	3	0	3
前年同期	2	0	2

交通安全の標語：思いやり 乗せて信濃路 咲く笑顔

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）

不用品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）
門松用竹(多数)、洋服タンス②、電動ベッド③、ゴルフクラブセット②、電子ピアノ①、学習机①、自転車①、座卓①、他 25 点

◆譲ってください
小型食品保存瓶、冷蔵庫、リュックサック、チェスト、アイロン台、掃除機、スノーダンプ、他 16 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。

第24回 糸魚川荒波あんこう祭り開催！新潟県糸魚川市

冬の恒例イベント「糸魚川荒波あんこう祭り」が、3月8日（土）を皮切りに、3 週連続で開催されます。会場では、あんこう汁の販売をはじめ、あんこうのつるし切り実演や特産品・グルメの出店などが行われます。日本海の荒波に揉まれたあんこうをぜひご堪能ください。あんこうフェアも 3 月 23 日（日）まで開催中です！詳細は、糸魚川荒波あんこう祭り実行委員会ホームページをご覧ください。

■日時・会場
3 月 8 日（土）午前 10 時～午後 2 時【ヒスイ王国館及び糸魚川駅自由通路】
3 月 15 日（土）午前 10 時～午後 2 時【親不知ピアパーク特設会場】
3 月 22 日（土）・23 日（日） 午前 10 時～午後 2 時【マリンドリーム能生特設会場】
※ 22 日はあんこう汁の販売のみとなります。

■お問い合わせ
糸魚川荒波あんこう祭り実行委員会 Tel 025-553-1785



お知らせInformation

長野県シニア大学 北信学部 令和7年度（2025年度）学生を募集します

（公財）長野県長寿社会開発センター 北信支部 Tel 0269-62-3725

【一般コース】定員 40 人先着順

■対象
おおむね 50 歳以上の県内在住者
■会場
長野県飯山庁舎ほか
■学習期間
2 年間（年間 20 日程度）
■学習内容
教養講座・趣味健康交流講座・地域づくり講座
■授業料
年間 1 万 2,000 円（教材費など別途負担あり）
■募集期間
3 月 31 日（月）まで（北信学部は 4 月 18 日(金)まで）
■願書提出先
・飯山市役所 高齢者介護保健係（郵送不可）
・北信保健福祉事務所（郵送可）
■お問い合わせ先
（公財）長野県長寿社会開発センター
北信支部（長野県シニア大学北信学部）
Tel 62-3725 Fax 63-2934

【専門コース】定員 30 人先着順

■対象
おおむね 50 歳以上の県内在住者
■会場
県立長野図書館ほか
■学習期間
1 年間（年間 12 日程度）
■学習内容
ゼミ方式により、活動計画を立て地域に出向きながら実践を通して学ぶ専門的な講座
■授業料
年間 2 万 6 千円（教材費など別途負担あり）
■募集期間
3 月 31 日（月）まで
■お問い合わせ先
（公財）長野県長寿社会開発センター
長野支部(長野県シニア大学長野学部)
Tel 026-228-7023



二次元コードでホームページをチェック！

3月情報カレンダー

税金など【納期 3 月 31 日 (月)・口座振替日 3 月 26 日 (水)】

国民健康保険税 (9 期) 介護保険料 (12 期) 後期高齢者医療保険料 (9 期)
上水区域・上下水道使用料 (1・2 月分) CATV・インターネット使用料 (3 月分)

1	土	・能登半島地震復興応援コンサート《祈り、安らぎ、勇気》（文化交流館なちゅら）【18ㄱ参照】
2	日	・イングリッシュでひな祭り♡（ふるさと館）【17ㄱ参照】
3	月	 ・2 歳児健診
4	火	・市議会 一般質問（予定）
5	水	・市議会 一般質問（予定） ・2025 飯山クロスナイタースプリント チーム戦（長峰クロスカントリースキーコース）   ・4 カ月児健診・ママサポ
6	木	・市議会 一般質問（予定）
7	金	・満蒙開拓平和記念館見学・学習会（市公民館）【17ㄱ参照】 ・農地相談、新規就農相談 【10ㄱ参照】
8	土	・資源物休日回収 8:30 ～ 11:00（市役所周辺駐車場）・剣道昇給審査講習会・審査会（武道館）
9	日	・2025 市民スキーフェスティバル（長峰クロスカントリースキーコース）  ・受付時間 8：45 ～ 11：45
10	月	・市議会 総務文教・産業民生常任委員会（予定）
11	火	・市議会 予算決算常任委員会（予定）  ・離乳食教室
12	水	・市議会 予算決算常任委員会（予定）   ・10 カ月児健診・ママサポ
13	木	・市議会 予算決算常任委員会（予定）  ・受付時間 17：30 ～ 19：15
14	金	・市議会 予算決算常任委員会（予定）
15	土	
16	日	・飯山市民交流テニス屋内大会（屋内運動場） ・2025 市民レクリエーションスキー大会（戸狩温泉スキー場）
17	月	・市議会 予算決算常任委員会（予定）
18	火	
19	水	  ・1 歳 6 カ月児健診・ママサポ
20	木	・北陸新幹線飯山駅開業 10 周年イベント（飯山駅）【3ㄱ参照】
21	金	・市議会 委員長報告・採決（予定） ・総合相談 【34ㄱ参照】
22	土	
23	日	・第 8 回なちゅらる寄席『春風落語会 三遊亭小遊三・古今亭菊之丞』（文化交流館なちゅら）
24	月	
25	火	
26	水	  ・3 歳児健診・ママサポ
27	木	・出張年金相談 【34ㄱ参照】  ・受付時間 17：30 ～ 19：15
28	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
29	土	・市町村対抗駅伝競走大会飯山チーム代表選手選考会（長峰スポーツ公園） ・春休み中学生英語教室（いいやま人權福祉センター）【10ㄱ参照】
30	日	
31	月	

 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申請・交付・更新窓口（日曜・夜間開設日）
 要事前予約【市民環境課 市民係 Tel 67-0726】

乳幼児健診・予防接種 などのご案内

【健康いいやま 13ㄱの答え】② 30 分後 一般的に、酔いが回るまでには飲酒量に関係なく約 30 分かかります。そこで、1 杯目を 30 分かけてゆっくり飲むことで飲酒量の減少や飲酒後の具合悪さが軽減されます。

種 類	区 分	日 付	時 間	内 容・対 象 等	場 所	
 乳幼児健診	4 カ月児	3 月 5 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 0269-6710727	
	10 カ月児	3 月 12 日(水)				
	1 歳 6 カ月児	3 月 19 日(水)				
	2 歳児	3 月 3 日(月)				
	3 歳児	3 月 26 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	3 月 5 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	3 月 12 日(水)	午前10時～午前11時30分 ※受付：午前9時30分～			
	【学習】 離乳食のおはなし	3 月 19 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	3 月 26 日(水)	午前9時30分～午前11時			
 離乳食教室	3 月 11 日(火)		午後2時～	令和 6 年(2024 年)10 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		3 月 28 日(金)	午後2時～午後3時 30 分	令和 7 年(2025 年)1 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	いいやま人權福祉センター	いいやま人權福祉センター 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					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	3 月 21 日(金)	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	3 月 27 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）