

経済を動かす、暮らしを守る



飯山市の施策

飯山市における人口減少は依然として厳しい減少傾向が続いており、その要因になっている若者の流出と出生数の減少を抑える対策が急務となっています。

次世代を担う子どもたちの育ちを支えるため、妊娠から子育てまで切れ目のない子育て世代支援を拡充します。基幹産業の農業では、新規就農者の確保・育成と、生産力の向上を目指します。観光振興においては、里山や千曲川など地域資源を活用し、インバウンド需要に対応した施策を進めます。

すべての人が暮らし続けたいと思える、安全・安心なまちづくりを最優先に取り組んでまいります。

予算の概要

各地で激甚・頻発化する自然災害に備え、千曲川の内水排除施設整備や、避難所の環境整備推進など、防

災減災対策を重点に予算を計上しています。また、脱炭素の地域づくり、行政手続きのオンライン化による住民サービスの向上のための飯山市DX推進計画の推進、小中学校の給食費負担軽減などの子育て支援や、地域おこし協力隊・集落支援員による地域の維持・活性化、物価高騰の長期化への対策として「飯山市市民生活応援商品券」を全市民に配布するなど、公約に基づく重点政策と第6次総合計画の基本目標との整合を図り、目標達成へ着実な推進に重点をおいた予算を編成しました。

ゼロカーボンシティ宣言

飯山市は、令和7年(2025年)3月21日に「飯山市ゼロカーボンシティ宣言」を行いました。

この宣言は、近年の地球温暖化や気候変動によるさまざまなリスクを軽減し、2050年までに市全

体の二酸化炭素排出量を実質ゼロにする「ゼロカーボンシティ」を達成するため、市民・団体・事業者・行政が一体となって取り組んでいく決意を表したものです。目標達成に向け、今年の4月に策定した、地球温暖化対策地方公共団体実行計画「区域施策編」で整理した各分野のロードマップ、実施目標及び削減量を基に各種取り組みを進めていきます。

【取組の骨子】化石燃料から非化石燃料への移行や、雪氷熱の活用を含むエネルギー転換と省エネ、再エネ導入をすすめる、市民・団体・事業者・行政が一体となって、エネルギーの地産地消と持続可能な地域づくりに取り組めます。

今年度は、家庭のエネルギー転換による脱炭素化を促進するため、補助金予算を前年の約550万円から約5倍の2500万円に拡大し、取り組んでまいります。(詳細8ページ・省エネ・再エネを支援) また、「プラス

広報飯山3月号の訂正とお詫び

3月15日発行の広報飯山令和7年(2025年)3月号において誤りがありました。市民の皆さま関係各位にご迷惑をお掛けしましたことをお詫びするとともに、ここに訂正させていただきます。

■訂正箇所

○3ページ「各大会の競技結果」第74回全国高等学校スキー大会○クロスカントリースキー大会女子リレー3人×5分誤…準優勝 飯山高校女子正…優勝 飯山高校女子○6ページ「写真の説明文」誤…「あちがとがりフェスティバル」で…正…「あちがとがりフェスティバル」で…



チック製品ごみ」の分別収集とリサイクルにより、地球温暖化対策とごみ減量・資源循環の更なる推進を図ります。(詳細17ページ・プラスチック製品ごみの分別収集が始まります)

2025年度 飯山市の

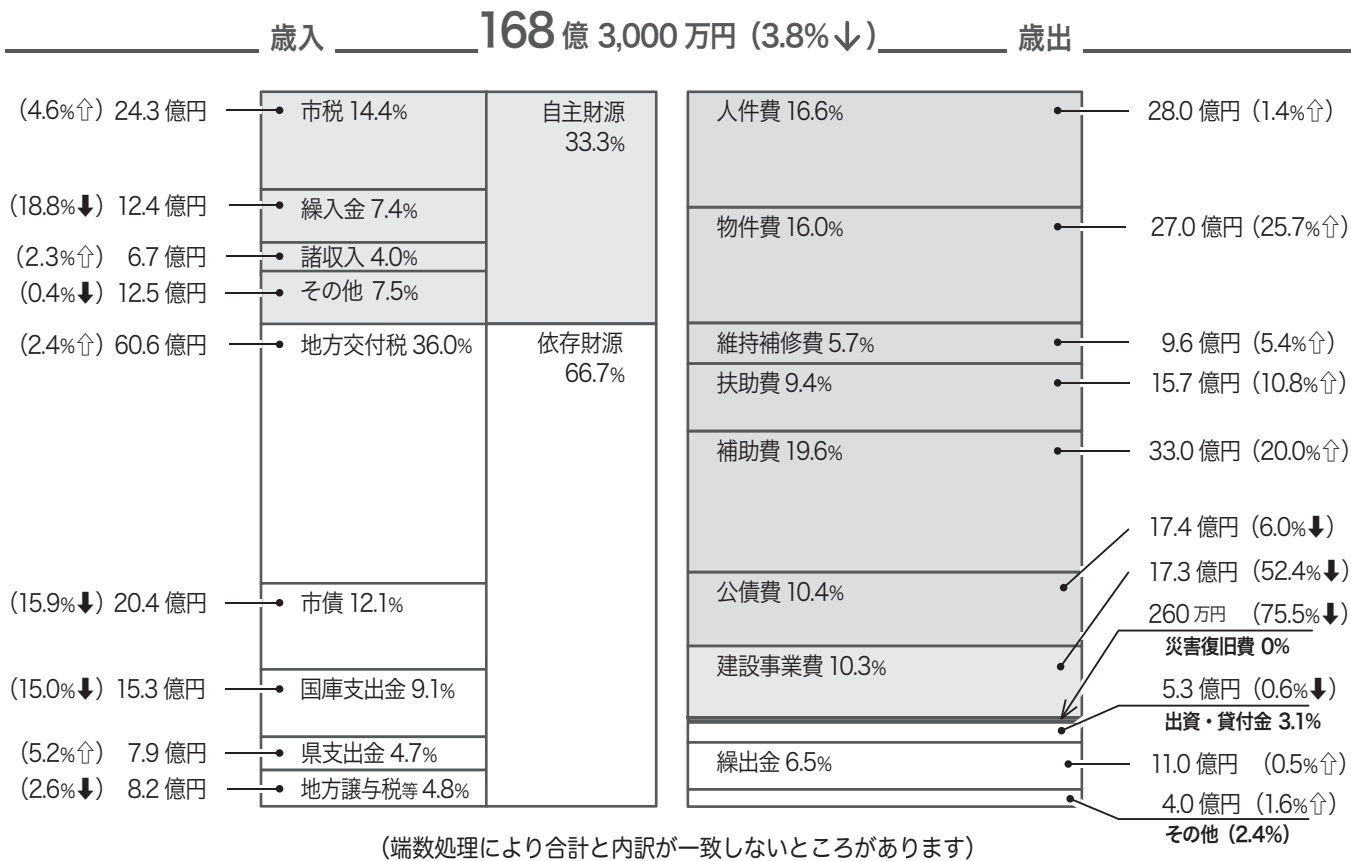
予算

予算総額は、一般会計で168億3000万円、前年度比6億6645万円、3.8%の減となっています。歳入は、市税を前年度比1億700万円、4.6%増の24.3億円、2.4%増の60.6億円、地方交付税を前年度比1億4400万円、2.4%増の60億5700万円を計上し、ふるさと納税などにより積み立てた基金の活用、市債等で歳入確保をしました。なお、本ページの金額の数値は、端数処理により合計と内訳が一致しないところがあります。



二次元コードでホームページをチェック！

▼一般会計性質別予算 ( ) 内は前年比



▼特別会計等の予算額 ( ) 内は前年比

国民健康保険 特別会計	22.4 億円	(0.7% ↓)
福祉企業センター 特別会計	0.5 億円	(4.1% ↑)
簡易水道 特別会計	0.5 億円	(25.5% ↓)
介護保険 特別会計	28.7 億円	(0.5% ↑)
ケーブルテレビ事業 特別会計	2.5 億円	(8.3% ↑)
後期高齢者医療 特別会計	3.3 億円	(5.8% ↑)
駐車場事業 特別会計	0.6 億円	(0.4% ↓)
水道事業会計	9.5 億円	(21.6% ↓)
下水道事業会計	27.1 億円	(24.1% ↑)

▼一般会計目的別予算 ( ) 内は前年比

議会費	1.3 億円	(0.7% ↑)
総務費	26.5 億円	(6.9% ↑)
民生費	36.5 億円	(3.7% ↑)
衛生費	15.1 億円	(40.6% ↑)
労働費	0.2 億円	(6.5% ↑)
農林水産業費	8.1 億円	(11.6% ↑)
商工費	8.7 億円	(2.2% ↓)
土木費	30.9 億円	(19.0% ↑)
消防費	6.2 億円	(20.3% ↑)
教育費	17.3 億円	(52.9% ↓)
災害復旧費	260 万円	(55.9% ↓)
公債費	17.4 億円	(6.0% ↓)
予備費	500 万円	(0% →)



子育て・医療・介護

個人 保育園等の給食費を完全無償化

（子ども育成課 子育て支援係 TEL 0269-67-0741）  
●特定教育・保育施設における給食費補助事業  
保育園・幼稚園・認可外保育施設に通う児童の保護者の負担を軽減するため、令和7年4月から給食費を完全無償化。

個人 一時預かり・ファミリーサポートセンターの利用料を無償化

（子ども育成課 子育て支援係 TEL 0269-67-0741）  
●幼児教育・保育の無償化  
保育園での一時預かり保育および子育てのサポートを行うファミリーサポートセンター利用料を無償化しました。  
【対象】 保育の必要性の認定を受けた次の児童  
○3歳以上児：全員  
○3歳未満児：住民税非課税世帯  
【手続き】 希望される方は、事前に申請書類の提出が必要です。

個人 出産費用に対し一時金を給付

（市民環境課 国保年金係 TEL 0269-67-0726）  
●出産育児一時金  
【対象】 国民健康保険に加入されている方で出産された方  
【支給額】 1児につき50万円  
（産科医療保障制度に加入していない医療機関での出産、加入医療機関であっても在胎週数22週未満の出産は48万8千円）  
【申請方法】 出産育児一時金の額を上限として、国民健康保険から医療機関へ出産費用を直接支払う「直接支払制度」があります。この制度を利用される場合は、出産する人と医療機関等が申請・受取に係る契約を結ぶ必要があります。この制度に対応していない医療機関もありますので、制度に対応しているかについては、直接医療機関へお問い合わせください。

個人 妊娠期と育児期の経済的支援

（保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727）  
●マタニティ応援ギフト  
【対象者】 妊娠された方で、申請時に飯山市に住民票がある方  
【支給額】 妊婦1人あたり妊娠1回につき5万円  
【手続き】 妊娠届時に申請（面談・アンケートあり）  
●子育て応援ギフト  
【対象者】 出生した児童を養育している方で、申請時に飯山市に住民票がある方  
【支給額】 児童1人あたり5万円  
【手続き】 乳児家庭全戸訪問の面談時に申請（アンケートあり）

個人 学校の給食費負担軽減

（子ども育成課 学校教育係 TEL 0269-67-0741）  
●学校給食費負担軽減事業  
小中学校保護者の負担軽減のため、給食費の7割を補助。

個人 保育料の負担軽減

（子ども育成課 子育て支援係 TEL 0269-67-0741）  
●多子世帯・低所得世帯保育料減免事業  
国の3歳以上児保育料無償化に加え、長野県と協力して保育料を軽減しています。令和7年4月からは、市内の認可外施設に通う児童の保育料も対象となります。  
【対象】 ○3歳以上児：全員（無償）  
○3歳未満児：第3子以降（無償）、第2子（半額）  
※市民税所得割額が57,700円未満の世帯は、第2子（無償）、第1子（半額）  
【手続き】 希望される方は申請書の提出が必要です。

個人 子どものインフルエンザ予防接種を助成

（保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727）  
●子どもインフルエンザ予防接種助成事業  
インフルエンザ予防接種にかかる費用を助成。  
【助成金額】 2,000円/回  
【助成回数】 1～12歳2回、13～15歳1回

個人 妊婦が安心安全に出産できるよう支援

（保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727）  
●マタニティタクシー利用料金助成事業  
妊娠期の母体への負担を軽減し、妊婦が安心安全に出産病院まで行くことができるようマタニティタクシー利用券を交付。  
【対象者】 妊婦の方で、出産病院までの交通手段がなく、出産のため病院へ移動する際にタクシーを利用せざるを得ない方  
【利用方法】 事前に申請していただき、利用券を交付  
●妊婦に対する遠方の分娩取扱施設への宿泊費等助成事業  
自宅から遠方の分娩取扱施設までの移動にかかる交通費（タクシーを利用した場合のみ）および出産までの間に分娩取扱施設近隣の宿泊施設で宿泊した際の宿泊費用（最大14泊分）の一部を助成。  
【対象者】 出産時に飯山市に在住で（住民票がある）、自宅から最寄りの分娩取り扱い施設までの移動に、おおむね60分以上を要する妊婦  
【対象地区】 飯山地区：分道、斑尾  
柳原地区：涌井、堰口、大平  
太田地区：蕨野、曾根、三郷  
富倉・岡山：全域

基本目標1 美しい自然環境を守り、クリエイトするまち

▼新価値創出・起業支援  
1億6300万円（昨年：1億2900万円）  
◎公民連携推進事業1686万円◎地域おこし協力隊事業1億3906万円 など

▼自然環境・景観・自然エネルギー・利雪・楽雪・土地利用  
8億3000万円（昨年：2億6200万円）  
◎まち並整備事業670万円 ◎カーボンニュートラル推進事業3247万円 ◎資源循環推進事業4161万円 ◎都市計画変更事業8600万円 など

▼観光・交流・関係人口  
2億4800万円（昨年：2億4300万円）  
◎広域観光推進事業1915万円 ◎かわまちづくり事業1059万円 ◎誘客宣伝観光振興事業3288万円 ◎国際交流事業1056万円 など

▼住宅・移住定住  
3億400万円（昨年：6900万円）  
◎市営住宅整備事業2億5119万円◎定住支援事業1090万円 など

▼魅力発信、デジタル化  
2億6500万円（昨年：6500万円）  
◎庁内システム更新事業5073万円 ◎飯山市DX推進事業2163万円 ◎DXシステム整備事業1億2336万円 ★議会DX化事業111万円 など

基本目標2 未来を拓く子どもたちが育つ共育のまち

▼子育て  
8億2500万円（昨年：7億1600万円）  
◎児童福祉施設整備事業1278万円 ◎児童手当給付事業3億2422万円 ◎児童扶養手当等給付事業6965万円 ◎幼児教育無償化事業1083万円 ◎学校給食費負担軽減事業5587万円 など

▼教育  
5億8100万円（昨年：26億5000万円）  
◎小中学校ICT教育推進事業4103万円 ◎中学校国際交流事業620万円 ◎不登校児童生徒支援事業768万円 ◎心の教室相談員設置事業1266万円 ★放課後子ども教室推進事業690万円 など

基本目標3 世界に誇れる技術を持ち、産業が活発なまち

▼農林業  
4億7500万円（昨年：3億6300万円）  
◎新規就農総合支援事業3945万円 ◎県施行農地整備事業1億3595万円 ◎森林整備事業3283万円 ◎鳥獣対策事業836万円 など

▼商工業、伝統産業  
5億3200万円（昨年：5億3400万円）  
◎商工業振興事業725万円 ◎企業誘致対策事業330万円 など

基本目標5 安全で安心して暮らしを愉しめるまち

▼医療、消防・救急  
2億100万円（昨年：2億8200万円）  
◎地域中核医療機関支援事業1億1228万円 ◎無医地区出張診療所事業329万円 ◎消防防災施設整備事業4764万円 など

▼健康  
8200万円（昨年：7700万円）  
★歯科保健事業268万円 ◎市民健康診査事業2202万円 ◇◎特定健康診査等事業1717万円 など

▼防災減災、克雪、防犯・交通安全、消費者保護  
13億9100万円（昨年：10億1500万円）  
◎防災対策整備事業3億7000万円 ◎防災・減災対策事業8613万円 ◎消費者問題対策事業54万円 ◎除雪機械整備事業6016万円 ◎除雪対策事業8億1096万円 など

▼福祉・介護  
2億4000万円（昨年：2億100万円）  
★福祉センター整備事業310万円 ★社会福祉施設等価格高騰対策支援事業816万円 ★児童養護施設整備補助事業1000万円 ★交通弱者移動支援事業388万円 ★要支援者避難支援事業128万円 ★◇介護人材確保促進事業94万円 など

▼道路、公園、上下水道  
4億3300万円（昨年：6億800万円）  
◎橋りょう整備事業7504万円 ◎飯山城址整備事業5567万円 ★◇地方公営企業法適用事業899万円 など

▼集落維持  
8700万円（昨年：9800万円）  
◎持続可能な集落活動事業2461万円 ◎協働のいじしゅうぜん事業589万円 など

▼公共交通  
1億3800万円（昨年：1億5500万円）  
◎公共交通運行事業1億2737万円 など

▼行財政  
9億1000万円（昨年：8億4500万円）  
◎参議院議員通常選挙執行事業1663万円 ◎国勢調査1113万円 ★飯山市市民生活応援券発行事業7050万円 ○ふるさと寄附金推進事業7億4387万円 ○物価高騰対応個人住民税定額減税対応事業419万円 ○資産税賦課事業1264万円 など

第6次 総合計画  
飯山郷創  
～世界にひろく 里山の未来～  
飯山市の主な事業  
総合計画の基本目標別に主な事業を掲載（金額1万円未満切捨て）  
★新規事業  
◎一部新規・拡充等  
○継続事業  
◇特別会計

基本目標4 一人ひとりが生きがいをもって挑戦できるまち

▼市民協働・ダイバーシティ  
500万円（昨年：600万円）  
○里山の未来づくり支援事業250万円  
○人権同和教育推進事業149万円 など

▼スポーツ、生涯学習、文化  
1億4400万円（昨年：6100万円）  
★学びのエリア再整備事業82万円 ★埋蔵文化財センター除却事業2443万円 ◎芸術文化振興事業1026万円 ◎スポーツ振興事業928万円 ◎第82回国民スポーツ大会開催事業5183万円 など





子育て・医療・介護

個人 (後期高齢) 人間ドック費用を補助

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●後期高齢者人間ドック検査費用補助金

75歳以上の後期高齢者医療保険に加入されている方を対象に、人間ドック検査費用の補助。

【申請方法】 飯山赤十字病院、JA 厚生連北信総合病院、みゆき会クリニックで受診する場合、人間ドック当日に各病院の窓口に着いてある申請書に必要事項を記入し病院へ提出。上記以外の医療機関で受診した場合、検査費用を全額支払った後、申請書、領収書と結果の写しを市に提出いただくと、市から後日補助金が振り込まれます。

【対象者】 後期高齢者医療保険加入者で、市の健康診査を受けない、または予定のない方、病院から健診結果を市に提出することに同意できる方（同じ年度内に後期高齢者健診を受診した方は補助が受けられません）

【補助金額】 日帰り 20,000 円、1泊2日 25,000 円

【必要な物】 後期高齢者医療被保険者証、印鑑、領収書

個人 骨髄を提供された方を支援

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●骨髄バンクドナー助成事業

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ます。

【助成額等】 提供した人に提供に要した日に対して2万円/日（上限10日）、提供した人が勤務する事業所に提供に要した日に対して1万円/日（上限10日）

個人 介護の基本的知識を習得したい方  
介護の資格を取得したい方への助成

(保健福祉課 高齢者介護保険係 Tel. 0269-67-0727)

●介護人材確保促進事業

○介護入門的研修の開催

介護の基本的な知識・技術の習得、資格取得や就労などにつながるための支援

【対象者】 市内に在住の方で介護の仕事に興味がある方、介護の基本的な知識・技術を学びたい方

○介護職員初任者研修等（資格取得）の費用を助成

【対象者】 市内に在住の方で介護に対する資格を取得し、将来市内で福祉業務に従事する意思のある方

【助成額】 介護職員初任研修等の費用の1/2を補助（限度額4万円）

個人 (国保) 人間ドック費用を助成

(市民環境課 国保年金係 Tel. 0269-67-0726)

●人間ドック費用助成事業

国民健康保険に加入されている方が、人間ドックを受診する際の費用に差し助成。

【対象者】 35歳以上75歳未満の国民健康保険加入者で、市の健康診査を受けない、または予定のない方、病院から健診結果を市に提出することに同意できる方

【助成額】 日帰り 20,000 円、1泊2日 25,000 円

今年度 35・40・45・50・55・60・65・70歳の節目年齢に該当される方 30,000 円

個人 歯科検診の費用を助成

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●口腔内疾患検診事業

市内歯科医療機関において、無料で歯科検診を受けられます。

【対象者】 ○妊娠届をし、母子健康手帳の交付を受けた方

○年度末年齢が20・30・40・45・50・55・60・65・70歳の方 【期間：5/1(木)～11/29(土)】

【手続き】 母子健康手帳の交付を受けた方には、妊娠中に受けられる口腔内疾患検診受診券をお渡しします。節目年齢の該当者へは口腔内疾患検診受診券を郵送します。

個人 高齢者の介護用品への支援

(保健福祉課 高齢者介護保険係 Tel. 0269-67-0727)

●在宅福祉利用券給付事業

要介護高齢者等のうち在宅で紙おむつが必要な方に対して、申請により紙おむつ等購入利用券を給付。

【対象者】 市民税非課税世帯の65歳以上で要介護2～5に認定され、排泄に介助および見守りが必要と認められる方

【給付額】 ○要介護4、5の方（高額券）

6,200 円の利用券を各月1枚給付

○要介護2、3の方（低額券）

3,600 円の利用券を各月1枚給付

【品 目】 ・紙おむつ（リハビリパンツを含む）

・尿取りパッド（吸水パッドを含む）

・使い捨て手袋（介護用として販売されているもの）

・おしりふき（清拭タオル及び清拭剤）

子育て・医療・介護

個人 妊娠・出産を希望される方を支援

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●こうのとりの支援事業

妊娠・出産を希望される方の不妊治療または不育症治療の経済的負担を軽減するため、治療費の一部を助成。

【対象者】 夫婦の双方またはいずれかが、飯山市に1年以上住所を有すること、医療保険に加入していることなど

【その他】 支給額、申請方法等詳しくはお問い合わせください

個人 低所得世帯の妊婦を支援

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●低所得の妊婦に対する初回産科受診料支援事業

低所得の妊婦の経済的負担の軽減を図るため、初回産科受診における受診費用の一部又は全部を助成します。

【対象者】 初回産科受診の受診日から引き続き市内にお住まいで、市民税非課税世帯の妊婦

【助成額】 初回産科受診における受診費用（限度額1回の妊娠につき10,000円）

個人 がん患者への補整具購入への助成

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●がん患者へのアピアランスケア助成事業

がんと診断され、がんの治療を受けた方、または現に受けている方で、補整具の購入に対し、購入費用の一部を助成。

【対象者】 申請時に飯山市に住民票がある方

【助成額】 1人1回あたり購入費用の1/2（限度額 区分ごと2万円）

【補整具区分と助成回数】

・頭髪補整具（ウィッグ、装着用ネット、毛付き帽子）…1回

・乳房補整具（補整パッド、補整下着、専用入浴着、人工乳房）…乳房、左房ごとに1回

・その他（エピテーゼ【補整用人工物】）…1回

個人 重度の障がいをお持ちの方等を支援  
(タクシー券給付)

(保健福祉課 障がい福祉係 Tel. 0269-67-0727)

●障害者・寝たきり老人等 タクシー乗車券給付事業

在宅の重度障がい者、要介護2以上の高齢者（市・県民税非課税世帯）に対して、申請により居住地区に応じた乗車券を交付。

個人 出産特別給付金を交付

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●出産特別給付金

【対 象】 出生した児童を養育する父または母で、対象児童の出生前に住民基本台帳に登録されており、申請時に飯山市に在住（住民票がある）していること

【支給額】 対象児童1人につき10万円

【申 請】 出生後、申請書の提出が必要

個人 妊産婦医療費を助成

(保健福祉課 障がい福祉係 Tel. 0269-67-0727)

●妊産婦医療費助成制度

妊産婦の病気の早期発見・治療の促進と経済的負担を軽減し、子どもを産み育てる環境づくりを促進。

【対象者】 飯山市に在住の（住民票がある）妊産婦の方

【助成の対象】 妊産婦の方が病気やけがで受診した医療費のうち、入院（産婦人科受診以外も対象）や医師の処方箋による薬剤の費用などについて、「保険診療分の自己負担額」を助成。なお、1カ月1レセプト（診療報酬明細書）ごとに500円を超えた場合に給付

個人 補聴器購入費用を助成

(保健福祉課 障がい福祉係 Tel. 0269-67-0727)

●軽度・中等度難聴者補聴器購入助成事業

障害者総合支援法に基づく補装具費支給制度の対象外となっている軽度・中等度難聴者に対し、予算の範囲内において補聴器購入費用の一部を助成。

【対象者】 市内にお住まいの18歳以上の方で、聴覚障害の身体障害者手帳の交付を受けていないこと、耳鼻咽喉科の専門医により補聴器の装用が必要であると診断されていることなど（対象者の条件の詳細についてはお問い合わせください）

【助成額】 補聴器購入費用の1/2（限度額3万円）

※1人につき1台

【手続き】 希望される方は事前に申請書類の提出が必要です。

個人 ピロリ菌検査費への助成

(保健福祉課 健康増進係 Tel. 0269-67-0727)

●ピロリ菌検査費助成

30歳以上を対象に市内の指定医療機関で実施するピロリ菌検査を助成。助成限度額：1,500円





## 暮らし・環境・衛生

### 個人 東京圏等から UIJ ターンされた方を支援

(移住定住推進課 移住定住係 TEL 0269-67-0740)

● UIJ ターン就業・創業移住支援事業

【対 象】 東京圏等から UIJ ターンで飯山市に移住された方で、就業または創業される方（別途対象条件あり）

【補助額】 ○単身世帯 60 万円  
○2 人以上の世帯 100 万円  
（18 歳未満のお子さんが移住された場合、  
お子さん 1 人につき 100 万円を加算）

### 個人 新幹線通勤される方を支援

(移住定住推進課 移住定住係 TEL 0269-67-0740)

●新幹線通勤補助金

市内に住所を有する方で、北陸新幹線飯山駅を利用して通勤される方の定期券代金に対し、補助金を交付。

【対 象】 北陸新幹線飯山駅を利用して通勤する 40 歳未満の方

【補助対象】 北陸新幹線の定期券代金

【補助額等】 月額（定期券代金－会社から支給される通勤手当）  
× 1/2 限度額 15,000 円（最長 2 年間）

### 個人 公共交通機関の運賃への助成

(保健福祉課 高齢者介護保険係 TEL 0269-67-0727)

●福祉乗り物利用券給付事業金

在宅の後期高齢者及び障がい者の公共交通機関の利用に対して、居住地区に応じた利用券を給付。タクシー乗車券の受給者は対象外。

【対象者】 市民税非課税世帯の 75 歳以上の方又は障害者手帳を持っている 18 歳以上の方で運転免許を持っていない方

【給付額】 居住地区に応じ、1 年度につき 4,800 円、7,200 円または 9,600 円

### 個人 小型除雪機等の購入を支援

(危機管理防災課 防災消防係 TEL 0269-67-0721)

市の除雪に関する事業の協力者の負担軽減と集落の除排雪体制の新たな担い手を確保するため、小型除雪機等の購入費用を補助します。

【対象者】 ①雪かき支援事業、高齢者等玄関先除雪支援事業、スクラム除雪事業等の協力している個人もしくは、これから登録する個人で補助を受けてから 3 年間、事業へ協力する方②飯山市内の区

【補助率】 ○個人：購入費用の 1/10（上限 10 万円）  
○区 ：購入費用の 1/10（上限 30 万円）

【対象機械】 ①小型除雪機（ロータリー除雪機に限る）②農耕用機械に接続する除雪用アタッチメント ※ただし購入費用が 5 万円以上の機械であり、中古品を含め市内事業者から購入するものとする。

### 個人 移住された方の住宅取得等を支援

(移住定住推進課 移住定住係 TEL 0269-67-0740)

●移住支援住宅建設促進事業

市外から転入し、住宅を建設もしくは購入または既存住宅を改修する方に補助金を交付。

・住宅建築 最高 150 万円補助（建築場所等により金額が異なる）  
・中古住宅購入 最高 80 万円補助（年齢等により金額が異なる）  
・住宅改修 最高 20 万円補助（対象要件あり）

### 個人 新卒者の JR 通勤を支援

(移住定住推進課 移住定住係 TEL 0269-67-0740)

●新卒者 JR 通勤補助金

市内に住民票がある新規学卒者で、自身が負担する北陸新幹線または JR 飯山線の定期券代金に対し、補助金を交付。

【対 象】 北陸新幹線または JR 飯山線を利用して通勤している方で、飯山市に住民票がある令和 6 年度卒業者

【補助対象】 JR の通勤定期券代金

【補助額等】 限度額 5,000 円 / 月（最長 2 年間）

### 個人 運転免許証の自主返納を支援

(保健福祉課 高齢者介護保険係 TEL 0269-67-0727)

●高齢者運転免許証自主返納等支援事業

運転免許証を令和 7 年（2025 年）4 月 1 日以降に自主返納又は失効した 65 歳以上の方に対し、補助金を交付。

【交付額】 10,000 円（1 回限り）

### 個人 高齢者・障がい者等への除雪支援

(危機管理防災課 防災消防係 TEL 0269-67-0721)

●高齢者等玄関先除雪支援事業

道路から玄関先までの除雪を「玄関先除雪作業員」の協力を得て行う。1 回 1 時間以内 2,000 円（1 時間を超える場合は 4,000 円）または 1 回 1 時間以内 1,500 円（1 時間を超える場合は 2,500 円）を市が助成。

【対象世帯】 高齢者、障がい者世帯等で市で規定する要件に該当する世帯。ただし、同一区内に直系の親族がいる場合は対象外。

●雪かき支援事業

住宅屋根の雪下ろしや除排雪を「雪かき支援員」が仲介役となり、対象世帯の代わりに除排雪作業を実施する個人等に依頼して行う。負担額は、世帯の課税状況等により異なる（自己負担なしも含む）。

【対象世帯】 高齢者、障がい者世帯等のうち「自己の労力・資力」「無償労力」等の支援がなく、自宅などの除排雪ができない除雪困難世帯。ただし、中野市等の周辺市町村に世帯員の父母・子の親族がいる場合は対象外。

### 個人 住宅の耐震化を支援

(移住定住推進課 住宅係 TEL 0269-67-0740)

●住宅耐震対策事業

地震に対する既存木造住宅の安全性等に関する診断士の派遣および耐震改修工事費または除却工事費の一部を補助。補助対象等の詳細はお問い合わせください。【申請期限：10/31（金）】

【補助対象等】 ・耐震診断：自己負担なし  
・耐震改修：工事費の 4/5 以内（限度額 140 万円）  
・除却工事：工事費の 1/2 以内（限度額 97.86 万円）

### 個人 住宅の克雪化を支援

(移住定住推進課 住宅係 TEL 0269-67-0740)

●住宅克雪化事業

○屋根

住宅を融雪式屋根もしくは落雪式屋根に改修、または屋根への命綱固定アンカーを設置する方に対し補助金を交付。

【対象等】 ・融雪式 工事費の 1/5 以内（限度額 75 万円）  
・落雪式 工事費の 1/5 以内（限度額 60 万円）  
・アンカー設置 工事費の 2/3 以内（限度額 20 万円）  
※対象条件により限度額に変更あり

【期 限】 9/30（火）

○玄関

玄関先等の除雪、凍結を軽減するため、玄関等融雪マットの購入に対し、購入費用の一部を助成。

【対 象】 高齢者、障がい者世帯等で規定する要件に該当する世帯

【助成額】 融雪マット購入額に対して 3/5 を助成（限度額 6 万円）

【期 限】 翌年 3/31（火）

### 個人 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 0269-67-0740)

●結婚新生活支援事業

婚姻した世帯の住居費および引越費用を補助。

【補助額】 要した経費の全額（限度額 30 万円）  
※夫婦双方の婚姻日における年齢が 29 歳以下の場合  
は限度額 60 万円

【対 象】 ○令和 7 年（2025 年）1 月 1 日から翌年 3 月末までに婚姻した世帯  
○夫婦双方の婚姻日における年齢が 39 歳以下  
○前年の夫婦双方の合計所得が 500 万円未満  
（他対象要件あり）

### 個人 企業 塀の撤去を支援

(まちづくり課 まち並整備係 TEL 0269-67-0738)

●ブロック塀等撤去安全対策事業

【対 象】 塀の所有者

【対象経費】 災害等により、通行者などに危険をおよぼす恐れのあるブロック塀等の撤去に関する経費

【補助率】 1/2 以内（限度額 10 万円）

### 個人 省エネ・再エネを支援

(ゼロカーボン推進課 ゼロカーボン推進係 TEL 0269-67-0732)

●カーボンニュートラル推進事業

市内のカーボンニュートラルを推進するため、省・再エネルギー設備の導入経費に対して補助金を交付。

○太陽光パネル

【補助額】 10 万円 /kW（設置費用の 1/2 以内、上限 50 万円）

○蓄電池

【補助額】 10 万円 /kWh（設置費用の 1/2 以内、上限 50 万円）

【対 象】 ・市内に事業所、支店又は営業所を有する法人・個人事業者により施工するもの。  
・補助対象者自らが居住する住宅（その敷地を含む）に設置する設置工事費であること。  
・未使用品であること。

○電気温水器（エコキュート）

【補助額】 設置費用の 3/10 以内（上限 20 万円）

【対 象】 資源エネルギー庁の省エネ型製品情報サイトに掲載されている商品

○エアコン

【補助額】 設置費用の 1/4 または 1/8 以内（上限 10 万円）

【対 象】 ・市内の小売店から購入し、補助対象者が居住する住宅への設置に要する費用であること。  
・購入・設置する省エネ家電が未使用品であること。  
・既存品の処分費・家電リサイクル料金は含まないこと。  
・エアコンは寒冷地仕様として資源エネルギー庁の省エネ型製品情報サイトに掲載されている製品であること。

○電気自動車・燃料電池車

【補助額】 給電機能あり 45 万円、給電機能なし 35 万円

【対 象】 ・市内の自動車小売業者から購入し、主に自分で使用する電気自動車・燃料電池車の購入であること。  
・新車として購入すること。

○LED 照明

【補助額】 設置費用の 1/4（上限 1 万円）

【対 象】 ・市内に本店のある電気工事事業者が行う自宅等の交換工事であること。  
・蛍光灯から LED 照明に交換する電気工事であること。

### 個人 三世帯同居等の住宅取得等を支援

(移住定住推進課 移住定住係 TEL 0269-67-0740)

●いいやま住まいる家族支援事業

市内で親等と同居または近居する住宅を新築、増築もしくは改修または中古住宅を取得する方への支援。

【対象等】

○市内に、三世代等で親等と同居または近居する住宅を新築もしくは増築または中古住宅を取得する方に、500 万円以上の経費に対し最高 80 万円を補助。（条件により金額が異なる）  
○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 1/4 補助（限度額 30 万円）



暮らし・環境・衛生

集落

自主防災組織の設立・活動を支援

(危機管理防災課 防災消防係 TEL 0269-67-0721)

- 自主防災組織育成強化事業
- 自主防災組織等活動支援事業

防災訓練を実施する自主防災組織の設立・活動に対して支援。

【補助率】 組織化に伴う防災備品等の整備 50%補助 (限度額 5 万円)  
防災訓練経費および防災備品等の整備 70%補助 (上限 20 万円)

集落

消火栓放水器具等の設置を支援

(危機管理防災課 防災消防係 TEL 0269-67-0721)

- 消火栓放水器具等設置事業

各集落や自主防災組織が行う消火栓放水器具等の設置を支援。

【補助率】 1 カ所につき 1/2 (限度額 5 万円)

集落

協働のみちづくりを支援

(道路河川課 建設係 TEL 0269-67-0737)

- 協働のみちづくり事業

集落と市が協働し、地域に即した特色のある道(市道)づくりを行う。

- ・事業に要する建設資材の原材料支給
- ・建設重機使用料

(原材料・使用料の限度額：1 事業 100 万円以内)

集落

協働のむらづくりを支援

(森林農地整備課 森林農地整備係 TEL 0269-67-0734)

- 協働のむらづくり事業

地域住民が協働で行う農業用水路・農道等の整備に対して支援。

【対 象】 ・事業に要する建設資材の原材料支給

- ・建設重機使用料

【限度額】 単年度につき 1 事業 50 万円以内 (予算の範囲内)

集落

野生鳥獣被害防止 緩衝帯整備を支援

(森林農地整備課 森林農地整備係 TEL 0269-67-0734)

- 里山整備事業

野生鳥獣の集落等への出没による人身被害および農作物被害を防止するため、集落に隣接する森林(里山)に緩衝帯の整備を集落等の要望により市が実施。

【対 象】 集落(区)等

【内 容】 集落(区)等の要望により、不要木および下草等の除去、伐採木の整理を市が行う(対象外：伐採木の搬出と処分)

【範 囲】 奥行きは、住宅や道路、農地等の境界から山に向かって概ね 10m ～ 20 m とし、面積は 0.1ha 以上で連続する区域

【要 件】 ・土地所有者、管理者等の同意

- ・整備後の維持管理
- ・要望書、計画書の提出 など

集落

個人

風景づくり活動を支援

(まちづくり課 まち並整備係 TEL 0269-67-0738)

- まち並修景整備支援事業

住民協定に基づくまちづくり活動、修景工作物整備等を支援。

【補助対象】 住民協定の認定を受けた区域の団体・個人、文化的景観保存計画に定める区域の団体で国の補助対象にならないもの、風景づくり市民団体、住民協定の締結に向けた活動をする団体

※補助率・補助限度額についてはお問い合わせください

集落

集落内の街灯の修繕等を支援

(道路河川課 監理係 TEL 0269-67-0737)

- 交通安全施設整備事業

【補助額等】 ○LED 灯の修繕費用の 1/2 (限度額 5 万円 / 灯)

○LED 灯の交換費用の 1/2 (限度額 1 万 5 千円 / 灯)

(LED 灯以外からの交換も可)

集落

協働のもりづくりを支援

(森林農地整備課 森林農地整備係 TEL 0269-67-0734)

- 協働のもりづくり事業

集落(区)等で管理する里山や森林の下草刈り等の活動を支援。

交付対象森林 1ha あたり 20 万円以内。既に交付を受けた対象森林は、1ha あたり 10 万円以内。(限度額 50 万円 / 年)

集落

協働のいじしゅうぜんを支援

(道路河川課 維持係 TEL 0269-67-0737)

- 協働のいじしゅうぜん事業

集落(区)と市が協働して、市道や準用河川の草刈り、泥上げなどの「おてんま」に対しての支援。

- ・事業に要する燃料や除草剤などの原材料支給
- ・機械、車両等の使用料 (要協議・予算の範囲内)

集落

個人

クマ被害防止樹木の伐採を支援

(森林農地整備課 鳥獣対策係 TEL 0269-67-0734)

- 鳥獣対策事業 (クマ被害防止支援)

クマによる人身事故等防止のため、クマを集落等へおびき寄せる恐れのある柿・栗などの樹木伐採等費用に対する支援。

【対 象】 個人または集落等

【対象事業】 ・市内の集落近辺(住宅から山間部に向かって概ね 100 m 以内)の柿・栗などの樹木伐採費(搬出と処分費は除く)

- ・トタン巻き資材購入費

【補助率】 対象事業費の 1/2 以内

【限度額】 伐採費…………… 3 万円 / 1 本 (本数は 5 本まで)

トタン等資材… 3 万円

個人

奨学金を返還している方を支援

(移住定住推進課 移住定住係 TEL 0269-67-0740)

- 奨学生就職応援金事業

奨学金の貸与を受けた方が市内に居住し、就労しながら返還している場合に、補助金を交付。

【補助額等】 1 年間に返還した奨学金に対して 1/2 を補助 (1 年度につき 1 回、限度額 10 万円、最大 5 回)

【対 象】 平成 28 年 3 月以降に大学、高等学校等を卒業した方で奨学金の貸与を受け、返還を滞納していない方

【申請期間】 10/1 (水) ～翌年 3/31 (火) まで

個人

空き家の活用を支援

(移住定住推進課 空き家対策係 TEL 0269-67-0740)

- 空き家活用事業

【補助対象】 空き家バンクに登録した住宅の家財道具の処分費等に対して対象経費の 1/2 以内 (限度額 10 万円) を補助

- 空き家改修事業

【補助対象】 空き家バンクに登録した賃貸住宅の 20 万円以上の改修費に対して対象経費の 1/2 以内 (限度額 40 万円) を補助 (他別途要件あり)

集落

地域コミュニティを助成

(総務課 庶務係 TEL 0269-67-0720)

- コミュニティ助成事業

(一財)自治総合センターが、宝くじ社会貢献広報事業として、地域コミュニティの健全な発展を図ることを目的に助成金を交付。

① 一般コミュニティ助成事業【100 万円から 250 万円まで】  
集落施設備品、地域イベント用備品の整備 (祭具、テント、除雪機など)

② 地域防災組織育成助成事業【30 万円から 200 万円まで】  
地域の防災活動に必要な設備の整備 (発電機、投光器、ストーブ、AED など)

③ コミュニティセンター助成事業【対象事業の 3/5 (2000 万円まで)】  
地区の公会堂などの建設または大規模修繕 (建築基準法上に規定のある「大規模修繕」が対象)

※助成金は各事業 10 万円単位 (10 万円未満を切り捨て)

集落

緑化活動を支援

(まちづくり課 まち並整備係 TEL 0269-67-0738)

- 花修景活動地域支援事業

- ・地域の皆さんによる緑化活動の経費の一部を補助。花苗、用土肥料、農業代にかかった経費の 1/2 以内を補助 (限度額 2 万円)

- 花と緑のふるさとづくり事業 (飯山市景観協議会)

- ・地域で花によるまちづくりを行う団体等へ花の苗 (宿根草・一年草) を 100 株程度配布。

【申請期間】 5/12 (月) まで

個人

犯罪被害者等への支援

(人権政策課 人権同和係 TEL 0269-67-0743)

- 犯罪被害者等支援事業

犯罪被害者等が受けた被害の早期の回復と軽減、生活の再建、権利利益の保護を図るため支援。

【支援金】 ○遺族支援金…30 万円

○重傷病者支援金…10 万円

※要件あり

【助成金】 犯罪被害者等の日常生活を支援するため、民間または公共のサービス (家事、育児、介護、転居、カウンセリング、報道対応、弁護士相談等) の費用の一部を助成。

個人

自動録音機能付き電話などの導入を支援

(市民環境課 生活環境係 TEL 0269-67-0726)

- 飯山市特殊詐欺等被害防止対策機器購入費等補助金

特殊詐欺等の対策機能を有する電話機等の導入に対して補助。

【補助額】 対象機器購入費等の 1/2 (限度額 5,000 円)

集落

持続可能な地域づくりを支援

(事業戦略課 地域協創係 TEL 0269-67-0724)

- 里山の未来づくり支援金

集落(区)、公共的団体等が住民とともに自ら行う持続可能な地域づくり事業を選定し、予算の範囲内で支援金を交付。

【交付額等】 対象経費の 70% 以内、限度額 50 万円 (重点テーマに該当する事業は 80% 以内、限度額 100 万円)

【募集期間】 5/7 (水) まで

【重点テーマ】 交流人口または関係人口の創出・拡大のために地域住民が主体となって地域資源を磨き、持続可能な地域づくりに貢献する事業、もしくはデジタル技術を活用して地域の課題解決に貢献する事業。

集落

持続可能な集落活動を支援

(事業戦略課 地域協創係 TEL 0269-67-0724)

- 共同集会施設改修等整備事業

集落(区)が行う共同集会施設の改修等整備に対し補助。

【対象区分】 区分 1：共同集会施設の改修工事 (限度額 300 万円)、区分 2:共同集会施設の命綱固定アンカー設置 (限度額 50 万円)、区分 3：付属建物(物置など)の命綱固定アンカー設置 (限度額 1 棟につき 20 万円)

【補助対象】 集会施設の改修、環境整備等、屋根修繕・エアコン整備・トイレ改修・命綱固定アンカー設置など

【補助額】 10 世帯以下の集落 対象経費の 9/10

11 ～ 25 世帯の集落 対象経費の 8/10

26 ～ 50 世帯の集落 対象経費の 2/3

51 世帯以上の集落 対象経費の 1/2

【申請期限】 第 1 回 5/2 (金)、第 2 回 7/18 (金)、第 3 回 10/17 (金)

【その他】 事業期間 (令和 4 ～ 8 年度) で交付は各区分 1 回限り  
申請方法など詳しくはホームページをご覧ください



## 農林業

### 個人 新規に就農される方を支援

- (農業政策課 農業振興係 TEL 0269-67-0729)  
【国・県制度】・経営開始資金  
認定新規就農者に対し、経営が安定するまでの  
最長3年間、月額12.5万円を助成  
・経営発展支援事業  
認定新規就農者が経営発展のために、機械・施設  
等を導入する場合の経費の一部を支援  
【市制度】Ⅰ 新規就農した個人に対し農業を営むために必要  
な経費の3/4以内で最長3年間交付  
①個人就農支援交付金(年間120万円、50歳未満)  
②定年帰農支援交付金(年間50万円、50~65歳)  
③親元就農支援交付金(年間120万円、50歳未満)  
Ⅱ 法人等に対し、従業員の研修支援や雇用定着支援  
として、最長2年間、年間50万円以内で交付等  
Ⅲ 市内の農業研修センターで2年間の研修。研修期  
間中、営農生活支援資金を支給(月額13万円)

### 個人 企業 農業者の収入保険の費用を補助

- (農業政策課 農業振興係 TEL 0269-67-0729)  
●収入保険加入支援事業  
農業経営の安定を図るため、自然災害や農産物の  
価格の低下などによる収入減少を補償する収  
入保険への加入を支援。  
【対象者】 市内にお住まいの個人または、事務  
所が市内にある法人で、市税の滞納  
がない方  
【対象経費】 収入保険のうち、加入者が負担する掛捨て保険料  
(事務費および積立金を除く)  
【支援金額】 対象経費の3/10以内(限度額3万円)  
※認定農業者・認定新規就農者は限度額5万円  
【交付期間】 補助金交付の初年度から3年間  
【申請方法】 申請は収入保険を取り扱う長野県農業共済組合が  
取りまとめを行います。詳しくは、NOSAI長野  
北信支所 TEL 026-219-2890 までお問い合わせくだ  
さい。



QRコードで  
ホームページ  
をチェック!

### 集落 団体 鳥獣対策を支援

- (森林農地整備課 鳥獣対策係 TEL 0269-67-0734)  
●鳥獣対策事業(電気柵等購入支援)  
鳥獣による食害等を防止する対策について支援。  
【対象者】 集落および耕作地が山林等に囲まれる農林業者等  
【補助対象】 ・有害鳥獣を防除するための電気柵などの購入費等  
・居住地に隣接する緩衝林帯整備にかかる費用  
(農林業者のみ。集落は「協働のもりづく  
り」を支援)11号をご利用ください。  
【補助率】 ・集落9/10以内  
・農林業者等1/2以内  
(下限額4万円/人、限度額8万円/人)

### 個人 農業振興を支援

- (農業政策課 農業振興係 TEL 0269-67-0729)  
●農業振興支援事業  
基幹作物の活性化および作付面積の維持・拡大を図るため、  
種苗代等を支援。(作付け面積を増やす販売農家が対象)  
・購入費の1/3以内：アスパラ、ブドウ、プラム  
・購入費の1/4以内：白ネギ、ピーマン、キュウリ、花卉(お  
みなえし・ヒペリカム・シャクヤク)  
・購入費の5%以内：ズッキーニ(種)  
●環境負荷低減農業推進事業  
土壌中の微生物によって分解されるフィルムを使用すること  
により環境の負荷を抑え、また使用後はロータリーなどで土  
にすき込むことによって処理できることから回収と廃棄の作  
業軽減に繋がる「生分解性マルチ」購入に対する支援。  
・2,000円/本以内：生分解性マルチ(200m巻)

### 個人 農業の省力化を支援

- (農業政策課 農業振興係 TEL 0269-67-0729)  
●農業省力化支援事業  
農産物の生産性および品質の向上を促進するための支援。  
【申請方法】 農業政策課までご連絡ください  
【補助金額】 ○農林・畦畔(けいはん)管理省力化事業  
(芝種子購入費の1/2以内、限度額3万円)  
○園芸用ハウス設置支援  
(1アール2万円、限度額6万円)  
○菌茸機械電気設備類更新  
(対象経費の1/4以内、限度額25万円)  
○菌茸新冷媒空調設備類更新  
(対象経費の1/4以内、限度額25万円)

### 個人 遊休荒廃農地を再利用する方を支援

- (農業政策課 農業振興係 TEL 0269-67-0729)  
●遊休荒廃農地対策支援事業  
遊休荒廃農地の再生利用を促進するための支援。  
・遊休荒廃農地対策事業(1.2万円/1アール、限度額/12万円)

### 団体 環境に配慮した農業を支援

- (農業政策課 農業振興係 TEL 0269-67-0729)  
●環境保全型農業直接支払交付金  
化学肥料及び化学合成農薬の使用を地域の慣行か  
ら5割以上低減したうえで、地球温暖化防止や生  
物多様性保全に効果の高い営農活動に取り組む農  
業者団体等を支援。  
【対象者】 ・農業者の組織する団体(2戸以上)  
・一定の条件を満たす農業者  
【対 象】 堆肥の施用、緑肥の作付け、有機農業の取り組み等



## 暮らし・環境・衛生

### 個人 生ごみ処理機の購入費を補助

- (市民環境課 生活環境係 TEL 0269-67-0726)  
●生ごみ処理機購入費補助金  
一般家庭、店舗、事業所等の生ごみ処理機購入費用の一部を補助。  
【補助対象機種・補助額】  
1万円以上の電動式生ごみ処理機  
購入額の1/2以内(限度額2万円)

### 集落 ごみ集積施設整備を支援

- (市民環境課 生活環境係 TEL 0269-67-0726)  
●ごみ集積施設整備事業  
露天ごみステーションに新規でごみ集積施設を設置する場合や、  
ごみステーション、資源物ステーションの集積施設を更新する場  
合の助成。  
【補助率】 都市計画区域内 4/5 上限10万円  
〃 区域外 1/2 上限5万円  
(予算の範囲内で助成)

## 商工業

### 個人 企業 ITツールの導入を支援

- (商工観光課 商工係 TEL 0269-67-0731)  
●中小企業等デジタル技術活用促進事業  
市内で事業を営んでいる方が生産性の向上を図るために導入する  
ITツールなどのデジタル技術の導入費用。  
【対 象】 ソフトウェア導入費、ソフトウェア・クラウドサービス等  
使用料、導入コンサルティング、活用研修等に係る費用、  
ハードウェア(機器購入費)※条件あり  
【補助額】 1/2(上限10万円)ただし、ハードウェアに係る費  
用が占める割合は、1/2以内(上限5万円)。

### 個人 企業 中小企業者等の資金調達を支援

- (商工観光課 商工係 TEL 0269-67-0731)  
●中小企業資金預託信用保証事業  
金融機関からの円滑な資金調達を支援し、信用保  
証料の一部を補助。  
【対象者】 ・中小企業者(個人事業主含む)  
・小規模事業者  
【資金名】 小口資金、災害等対策資金、  
経営安定特別資金、緊急経済対策資金、  
創業支援資金、一般振興資金  
※緊急経済対策資金及び創業支援資金は2年間の利  
子補給あり(年0.5%)



QRコードで  
ホームページ  
をチェック!

### 個人 企業 起業する方を支援

- (商工観光課 商工係 TEL 0269-67-0731)  
●起業支援事業  
【対 象】 新たに市内で起業する法人または個人の方  
【対象経費】 建物の改修費や設備導入費等  
【補助率】 ○市内の法人、個人：1/2以内(限度額100万円)  
○市外の法人、個人：1/3以内(限度額100万円)  
※飯山駅周辺地区で小売業等を行う場合は限度額200万円

### 個人 企業 店舗改修を支援

- (商工観光課 商工係 TEL 0269-67-0731)  
●店舗改修補助事業  
【対 象】 市内で小売業または飲食業等を営んでいる方  
【対象経費】 市内施工業者に発注して実施する魅力アップのた  
めの店舗改修工事等  
【補助率】 ○店舗改修  
補助率1/2(限度額50万円)  
○おむつ交換用ベビーシートの設置工事  
補助率：10/10(限度額30万円)

### 企業 除雪オペレーター養成を支援

- (道路河川課 維持係 TEL 0269-67-0737)  
●除雪オペレーター雇用支援事業  
市道除雪業務に携わる人材の雇用・育成を図るため、除雪オ  
ペレーターの養成を実施する事業者に補助金を交付。  
【補助額】 大型特殊自動車免許取得費用および車両系建設機械  
技能講習修了経費の1/2補助(限度額10万円)  
【補助対象】 市道除雪業務委託を受注している事業者もしくは、  
協力会社である事業者等(他要件あり)

### 企業 エコアクション21 認証取得を支援

- (ゼロカーボン推進課 ゼロカーボン推進係 TEL 0269-67-0732)  
●カーボンニュートラル推進事業  
環境に配慮した経営につながる環境マネジメントシステムであ  
るエコアクション21の認証を取得する事業者に補助金を交付。  
【補助額】 1/2(限度額2万円)





## プラスチック製品ごみの分別収集が始まります



市民環境課 生活環境係 TEL 0269-67-0726 (課代表)

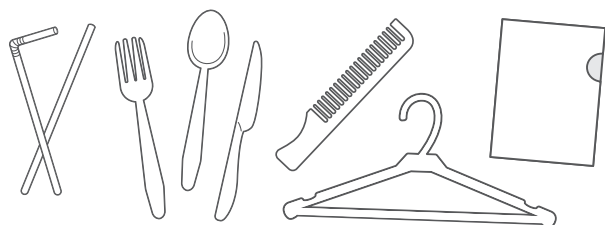
これまで、プラスチックごみのうち、プラスチック製容器包装（商品の「容器」や「包装」で、商品を消費した後や、商品と分離した後にごみになるプラスチック製のもの）だけを分別収集し、リサイクルを行ってきましたが、この4月より、一部の「プラスチック製品ごみ」についても分別収集を開始します。（毎週集めている「プラスチック製容器包装」は、今までどおり収集します）詳しくは、市ホームページでご確認ください。



二次元コードで  
ホームページを  
チェック！

## ■対象となるもの

100%プラスチック素材で作られているもので、大きさが50センチ未満のもの（全38品目）



## ■対象とならないもの

38品目に当てはまらないもののほか、次のものは分別収集の対象になりません。今までどおり、「もえるごみ」又は「もえないごみ」として分別をお願いします。  
・金属やゴム等、違う素材が少しでも混ざっているもの  
・汚れているもの（洗っても油汚れや泥が落ちないもの）

## ■出し方

- ・汚れをよく落としてください。
- ・細かなものは、透明又は半透明な袋に入れ、袋に記名をしてください。量がたくさんあるときは、「もえるごみ・もえないごみ指定袋」をご利用ください。
- ・50センチ以上のものは、切るなどして50センチ未満にすれば収集が可能です。
- ・50センチ未満でも袋に入らないものは、直接名前を書き、そのまま出してください。
- ・プラスチック製容器包装とは一緒に収集しませんので、それぞれ別々に分別し、決められた場所・収集日に出してください。

## ■集める場所・出す場所

毎月1回、「古紙回収ステーション」で収集します。「専用ネット」の中に出してください。

## デジタルで変える



事業戦略課 DX 推進係  
0269-67-0724 (課代表)

## 「AI」(人工知能)をご存知ですか？

皆さん、こんにちは。DX推進マネージャーの西岡です。皆さんは「AI」(人工知能)という言葉を知っていますか？

近年、コンピュータやスマートフォンなどの性能が飛躍的に向上し、それに伴い、さまざまなアプリケーションが開発されています。その中でも注目を集めているのが、「AI」と呼ばれるプログラムです。今までは、あらかじめ設定された動作を忠実に実行する「マイコン」と呼ばれるプログラムが電化製品などに活用されていましたが、現在では「AI」がさまざまな製品に搭載されています。

AIは学習を重ねて進化する、命令に対して最適な回答をします。身近な

例を挙げると、エアコンや洗濯機、炊飯器などの家電にAIが搭載されています。それらは「AI家電」と呼ばれています。例えば、エアコンは使用者の特性を学習し、その人に合った温度や湿度、風量、風向を調整してくれます。また、洗濯機は気温や湿度、洗濯物の量を学習し、その時々に応じた最適な洗濯を行います。このように、AIは専属のアシスタントのような存在と言えるでしょう。

つまり、AIは経験を積み、学習を続けることで賢くなります。あらかじめさまざまな情報を学習させることで、自動運転が可能になり、入力では音声認識が実現します。また、質問をすれば、学習した知識を使って最適な答えを返してくれます。市役所では、市民の皆さんからの相談や問い合わせ、行政手続きなどでのAI活用方法を研究しているところです。



高齢者の皆さまへ

## 带状疱疹予防接種が定期接種の対象となります



保健福祉課 健康増進係 TEL 0269-67-0727 (課代表)

令和7年(2025年)4月から新たに65歳の方などを対象に、带状疱疹ワクチンの予防接種を定期接種として実施します。带状疱疹ワクチンは带状疱疹やその合併症を予防できます。制度内容やワクチンの効果等をご確認いただき、接種をご検討ください。

また、定期接種対象年齢の方は公費による助成がありますが、対象年齢以外の方は全額自費での接種となりますので、ご注意ください。

## ■対象者

飯山市に住所がある方で、過去に带状疱疹ワクチンの接種を受けていない、または完了していない方で以下に該当する方

対象区分	制度内容
定期接種対象者	・当該年度内に65歳となる方 (例:接種日に64歳であっても、当該年度の4月~3月末の間で65歳となる方) ・接種日時点において60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害(身体障害者手帳1級程度)を有する方
経過措置対象者	・令和7年度から令和11年度(5年間)の各年度内において、70、75、80、85、90、95、100歳となる方 ・令和7年度に限り100歳以上の方全員

※令和7年度~令和11年度の5年間は毎年度対象者が異なり、対象年齢となる年度のみ、公費助成がある定期接種を受けることができます。

※対象年齢の前に自費で接種した場合、その後対象年齢で定期接種を受けることは原則できませんので、ご注意ください。

## ■令和7年度の対象者と実施期間

年齢	生年月日
65歳	昭和35年4月2日~昭和36年4月1日
70歳	昭和30年4月2日~昭和31年4月1日
75歳	昭和25年4月2日~昭和26年4月1日
80歳	昭和20年4月2日~昭和21年4月1日
85歳	昭和15年4月2日~昭和16年4月1日
90歳	昭和10年4月2日~昭和11年4月1日
95歳	昭和5年4月2日~昭和6年4月1日
100歳	大正14年4月2日~大正15年4月1日
100歳以上	大正14年4月1日以前に生まれた方

(実施期間) 令和7年4月1日~令和8年3月31日

## ■ワクチンの種類と自己負担額

ワクチンは2種類あり、どちらか1種類の接種を受けます。

ワクチンの種類	生ワクチン	組換えワクチン
5年後発症予防効果	4割程度	9割程度
予防効果の持続	5年程度	10年程度
接種回数	1回	2か月以上あけて2回
自己負担額	2,400円	12,800円 (6,400円×2回)

※5年後の発症予防効果と予防効果の持続は厚生労働省作成資料をもとに記載しています。

## ■対象者へのご案内と申込方法

毎年度4月以降にその年度の対象者全員へ案内通知や接種に使用する予診票等を送付しますので、医療機関へ直接お申込みください。

市内の実施医療機関	
清水内科小児科医院	0269-62-2351
いいやま診療所	0269-67-0100
小田切医院	0269-62-2039
畑山医院	0269-67-2888
みゆき会クリニック	0120-801-030
北信州診療所	0269-65-1200
片塩医院	0269-62-2136
いいやまファミリークリニック	0269-62-7080
飯山赤十字病院	0269-62-4195

ワクチンの副反応等を含めた詳しい情報は、保健福祉課へお問い合わせいただくか、二次元コードより市ホームページをご確認ください。→







地域おこし協力隊の山本さん（左）とローリさん（右）



辞令を受け取る集落支援員の小市さん

3月13日、地域おこし協力隊員の山本郁（かおる）さん（2月14日着任）とローリ・ジェゼケルさん（3月1日着任）の着任報告会を飯山市役所で行いました。山本さんは、昨年12月に着任した香川隊員と連携し、古民家を活用したシェアハウス兼ゲストハウスづくりによる「暮らし観光」や、困りごとやお手伝いを若者が担う「みんなの孫プロジェクト」の構築を行います。

ローリさんは金隊員とともに、イベント告知プラッ

## 地域おこし協力隊に2名 集落支援員に1名が新たに着任

トフォームの英語版の作成や、子育て中のお母さん・小規模事業者を対象としたワークショップの開催、さらに外国人と地域住民との文化交流支援に取り組みます。

また、同日に小市浩伸さんが新たな集落支援員として着任しました。小市さんは、斑尾高原の多様化・複雑化する地域課題に対応するため、地元住民・事業者・行政と協議しながら、課題の整理や将来像の検討など、都市計画の専門性を活かした業務に従事します。

3月26日、飯山市役所で学校法人タイケン学園と飯山市が連携協定を締結しました。同学園は、日本ウェルネス高等学校（筑北村）など全国57拠点で、学校、幼稚園、福祉施設などを運営しており、スポーツ分野では関係者がオリンピックなど世界大会で活躍しています。今回の連携協定により、

## スポーツ・教育・福祉の分野で協力 学校法人タイケン学園と連携協定を締結

2028年の「信州やまなみ国スポ」や学校・部活動での連携を通じて、双方がスポーツ、教育、福祉の分野で協力を深め、地域の発展を目指します。同学園の柴岡理事長は、「全国の学生から冬季スポーツの要望があった。今回の飯山市とのご縁を大変嬉しく思う」と協定への思いを語りました。



学校法人タイケン学園柴岡理事長（左）と飯山市市長（右）



セレモニーに集結したご当地キャラクター

## 信越自然郷のご当地キャラクターが集結 北陸新幹線飯山駅開業10周年記念イベントを開催

3月20日、JR飯山駅などで北陸新幹線飯山駅開業10周年記念イベントを開催しました。当日は、信越自然郷のご当地キャラクターが集まり開業10周年セレモニーが行われたほか、みゆき野吹奏楽団が記念演奏を、飯山チアリーダーズチームCHARMY（チャーミー）がダンス発表を行いました。

駅構内ではサンキューメッセージボードが設置され、来場者が思い思いにメッセージを書き込みました。「シンカリオンE7（イーセブン）」がやきドリルフォーム」との写真撮影会では、抽選を行うための長い列ができました。駅前ではマルシェも開催され、たくさんの方々が賑わいました。



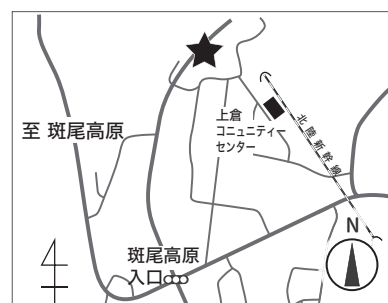
上倉若者住宅・福寿町団地・金山団地D棟

## 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 0269-67-0740（課代表）

### 上倉若者住宅



- 戸数 2戸（1階）
- 構造 木造2階建
- 間取 2LDK（ロフト付）
- 家賃 35,000円/月
- 駐車場 有り（無料）
- 入居保証金 70,000円

#### ■入居資格

- ・夫婦、または3カ月以内に婚姻予定の方とその親族
- ・世帯全員が40歳以下
- ・世帯総収入年額が800万円以下
- ・将来にわたり飯山市に住む方
- ・市税等に滞納のない方
- ・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

- 入居可能期間 期限あり（要確認）

### 福寿町団地



- 戸数 1戸（4階）
- 構造 鉄筋コンクリート造4階建
- 間取 2LDK
- 家賃 22,100円  
～32,900円/月
- 駐車場 有り（3,500円/月）

### 金山団地D棟



- 戸数 1戸（2階）
- 構造 鉄骨造2階建
- 間取 2K
- 家賃 13,300円  
～19,800円/月
- 駐車場 有り（無料）

#### 福寿町団地・金山団地共通事項

- 入居保証金 3カ月分の家賃相当額

#### ■入居資格

- ・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、单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
- ・市税等に滞納のない方
- ・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

#### 以下共通事項

- 入居可能日 6月2日（月）【入居指定日：6月12日（木）】
- 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 4月21日（月）から5月12日（月）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》5月20日（火）午前10時から【飯山市役所4階 第1委員会室】





**飯山市富倉ふるさとセンター（かじか亭）の営業開始について**

飯山市富倉ふるさとセンター（かじか亭）の新たな指定管理者が富倉そば振興会となり、4月19日(土)から営業を開始します。かじか亭ではこれまで通り富倉地区の郷土料理である富倉そば、笹ずしの提供を行います。

■場所  
飯山市富倉1769

■営業時間  
午前11時から午後2時まで

■定休日  
毎週火、水曜日

■問合せ先  
飯山市富倉ふるさとセンター（かじか亭）  
TEL 0269-67-2500



二次元コードでホームページをチェック！

**いのちの電話相談員養成講座を公開します**

「長野いのちの電話」では電話相談員の養成講座をどなたでもご参加できる公開講座として一般公開します。相談員養成講座では自己を見つめ他者を理解するために必要な講義と人間関係の基礎訓練などのカウンセリングの基礎的学習をします。今回の公開講座はその入り口にあたる部分ですので、関心のある方はぜひご参加ください。オンラインでの参加も可能です。

申込みや詳しい内容は長野いのちの電話ホームページをご覧ください。TEL 026-225-1000までお問い合わせください。



保健福祉課 健康増進係  
TEL 67-0727 (課代表)



まちづくり課 まち並整備係  
TEL 67-0738 (課代表)

## flowerメモリーガーデン2025参加者募集

「flowerメモリーガーデン2025」にご協力いただける方を募集します。お誕生やご結婚、記念日など思い出づくりとして、ご参加をお願いします。詳しくは、お問い合わせください。

■内容  
○全体植栽日以降（6月8日）から撤収日（8月15日）の間、飯山駅千曲川口への植栽ならびに維持管理  
○花の種類（シニア・サルビア・マリゴールド・千日紅など）の花苗を自由に植栽

■対象  
飯山市内在住の個人、家族、団体など

■特典  
期間中個人等の植栽プレートを掲示、掲示したプレートと宿根草3苗をプレゼント

■応募締切  
5月19日(月)（先着6組）

■その他  
・期間中の傷害保険（レクリエーション保険）の加入、期間中の散水は市で行います  
・期間中の草取りなどの維持



市民環境課 生活環境係  
TEL 67-0726 (課代表)

## 「宴会料理」の食べ残しを減らしましょう！

管理をお願いします。枯れた場合の補植等はいりません。

長野県では、食品ロス削減を目的とした「食べ残しを減らそう県民運動」を展開しています。特に「宴会料理」の食べ残しを出さない呼び掛けを行う「残さず食べよう！30・10運動 宴会たべきりキャンペーン」を実施しています。

食べ残しが多いといわれている「宴会の料理」。3月から4月は、送別会や歓迎会など特に宴会の席が増える時期です。宴会が終わりに近づいたとき、ふとテーブルの上を見ると、「お料理がまだ残っている！」なんてことはありませんか？宴会ではたくさんのお料理が残ってしまうがちです。

食べ残しを減らすために、「最初の30分間と最後の10分間」は自分の席についてお料理を楽しみ、「たべきり」で気持ちのいい宴会にしましょう！

## 令和7年度（2025年度）農作業標準労賃 飯山市農業委員会 TEL 0269-67-0729（課代表）

### ■賃金

作業名	単位	単価（円）
田（一般）	1時間	998
畑	1時間	998
果樹	1時間	(剪定) 1,370 (一般) 998
菌茸	1時間	998
その他	1時間	998

### ■その他

作業名	単位	単価（円）
バインダー1条刈り（賃貸料）	1時間	1,320
乾燥・調整・包装	60kg	2,430
乾燥	60kg	1,380
調整・包装	60kg	1,140

### ■機械作業料金（税込料金）

作業名・機種	単位	単価（円）	備考
耕起 ロータリープラウ（15cm耕）	10a	(田) 7,910 (畑) 8,790	条件により割増可 2度掛け 11,960円
砕土 ドライブハロー ディスクハロー	10a	8,280	条件により割増可
代かき（2回掛け）	10a	10,110	条件により割増可
田植え	10a	9,550	植付けのみ
収穫 自脱型コンバイン	10a	24,760	条件により割増可
バインダー（ヒモ含む）	10a	11,680	条件により割増可
ハーベスター	1時間	6,090	条件により増減可
他 トレンチャー	1時間	3,020	条件により増減可

※機械作業料金は税込み料金です。最低賃金の改定により、労賃単価が長野県最低賃金（時間額）を下回ることとなった場合は、改定の日から長野県最低賃金（時間額）となります。

## 「ガーデニングdeむつまあい」～園芸まちづくり教室のご案内～

まちづくり課 まち並整備係 TEL 0269-67-0738（課代表）

飯山市景観協議会と飯山市の共催で、本年度も、市民を対象にした講習会を計画しました。ご自身の趣味の向上、仲間づくりにご活用ください。

### ■場所

飯山城址公園ほか

### ■募集人数

各15名

### ■参加料

2,000～3,500円程度  
(教室によって異なります)

### ■教室内容【時間：午後1時30分～】（全8回）※第7回のみ午後2時～

- ①ハンギングバスケット教室【5月9日(金)】市園芸指導員
- ②初夏の寄せ植え教室【5月30日(金)】中澤諭さん（サンフラワー）
- ③リース型ハンギング教室【6月20日(金)】市園芸指導員
- ④苔テラリウム教室【7月11日(金)】山本浩二さん（liyama Garden Project）
- ⑤多肉植物のテラリウム教室【8月1日(金)】笹岡ようこさん（やましち山野草店）
- ⑥石付き山野草教室【9月12日(金)】笹岡ようこさん（やましち山野草店）
- ⑦秋の寄せ植え教室【10月3日(金)】中澤諭さん（サンフラワー）
- ⑧球根のコンテナガーデン教室【10月31日(金)】市園芸指導員

### ■応募方法

まち並整備係まで電話でお申込みください。定員になり次第締め切りさせていただきます。（後日詳しいご案内を送付）



## 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48103200010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！

一年だし、まだまだ勉強は余裕!! 中2数学ができないのは、ちょっとヤバイです... 中2数学は中2、中3の土台。とても大切なのであふ...!!

**生徒募集**

**Will数理セミナー**

0269-62-1411 イー・ヨイイ

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

小学校で苦手だった所も直してから進みたいといけないのでは





## 飯山市地域公共交通会議の委員を公募します

企画財政課 公共交通係  
TEL 67-0722 (課代表)

飯山市では、公共交通に関する事項について、必要となる事項を協議いただく地域公共交通会議の委員を、次のとおり公募しています。詳しくは、市のホームページをご覧ください。お問い合わせください。

## ■募集人員

4名以内

## ■募集期間

5月2日(金)まで

## ■任期

令和7年(2025年)5月26日(月)から令和9年(2027年)5月25日(火)

## ■報酬

日額 5700円

## ■応募資格

- ①飯山市に住民登録している、平日昼間の会議(年間2〜3回程度)に出席できる18歳以上の方
- ②他の審議会等の公募による委員に選任されていない方
- ③飯山市の職員及び議員でない方
- ④市税等を滞納していない方

## ■応募方法

応募申込書を企画財政課まで提出してください。申込書は市ホームページからダウンロードをお願いします。(企画財政課窓口でもお渡しできます)



二次元コードでホームページをチェック!

## 農振除外等の申出の受付を再開します

農業政策課 農業振興係  
TEL 67-0729 (課代表)

農振除外等の申出について農業振興地域整備計画の総合見直し実施のため、令和5年(2023年)12月26日から受付を休止していましたが、令和7年(2025年)4月1日から再開しましたのでお知らせします。

## ■受付期間

【前期】

6月30日(月)まで

【後期】

前期受付期間終了後から12月25日(木)まで

## 自動車税種別割は6月2日(月)までに納付をお願いします

長野県庁 総務部 税務課  
TEL 026-2337-7051  
総合県税事務所北信事務所  
TEL 0269-233-0204

令和7年度の自動車税種別割の納期限は6月2日(月)です。納期限までの納付をお願いします。

## ■納税通知書発送日

4月25日(金)

## ■納期限

6月2日(月)

## ■納付方法

スマートフォン決済アプリ、クレジットカード、ペイジー、金融機関、コンビニ、県税事務所の窓口(詳細は、長野県公式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!

## 「要約筆記者養成講座」受講者を募集します

保健福祉課 障がい福祉係  
TEL 67-0727 (課代表)

聴覚障がい者のコミュニケーション手段のひとつとし

て要約筆記者の養成を目的とした、「要約筆記者養成講座」の受講者を募集します。詳しくは、NPO法人 信州難聴者協会ホームページをご覧ください。同協会までお問い合わせください。

## ■内容

手書きおよびパソコン要約筆記者を養成

## ■日程

2025年度(前期)2026年度(後期)の2年間で、月1回4〜5時間の講義を計20回開講(毎月第3土曜日)

## ■会場

長野市篠ノ井交流センター

## ■受講料

1万円(テキスト及び資料代を含む)※2年目は別途

## ■募集期間

5月15日(木)まで

## ■問合せ先

NPO法人 信州難聴者協会 講座運営委員会(TEL 090-9668-7709)



二次元コードでホームページをチェック!

## 児童手当の手続きはお済ですか?

子ども育成課 こども家庭係 TEL 0269-67-0742

児童手当は、市内に住所を有し、18歳の年度末までの子どもを養育する父母等に支給される手当です。住民票や戸籍に変更(出生・転出入・離婚など)があった場合、手続きが必要になることがあります。該当する方は忘れずにお手続きをお願いします。



二次元コードでホームページをチェック!

## ■支給額(児童1人あたりの月額)

子どもの年齢	第1・2子	第3子以降
3歳未満	15,000円	30,000円
3歳以上18歳年度末まで	10,000円	30,000円

## ■支給時期

偶数月に前月分までをまとめて支給します。支払日は支払月の10日頃となります。(市報の情報カレンダーに掲載します。)

## ■申請に必要なもの

- ・受給者(請求者)名義の通帳またはキャッシュカード
  - ・受給者(請求者)と配偶者のマイナンバーが分かる書類
- ※状況によりその他の書類が必要な場合があります。



## ■申請手続

以下の場合、申請が必要です。

- ・子どもが生まれたとき、または養育する子どもが増えたとき
- ・子どもを養育しなくなったとき
- ・飯山市へ転入・転出するとき(対象の子どもがいる場合)
- ・受給者が公務員でなくなったとき、または公務員になったとき
- ・その他、申請内容に変更があるとき

※申請の翌月から支給対象となります。手続きが遅れると受給できる月が減る可能性がありますので、早めの手続きをお願いします。

※公務員の方は勤務先での支給となりますので、勤務先へご確認ください。

## 飯山市子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)のご案内

子ども育成課 こども家庭係 TEL 0269-67-0742

食費等の物価高騰に直面し、影響を特に受ける子育て世帯(ひとり親世帯)に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行うため、特別給付金を支給します。詳しくは、市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!

## ■対象者

以下の①〜③のいずれかに該当する方

- ①令和6年12月分の児童扶養手当受給者《申請不要》(対象の方へ2月21日にお知らせを発送しています。)
- ②公的年金等の受給により令和6年12月分の児童扶養手当の支給を受けていない方(所得が児童扶養手当の支給制限限度額を下回る方に限る)《要申請》
- ③食費等の物価高騰の影響を受けて令和6年11月以降の収入が急変し、児童扶養手当を受給している方と同じ水準の収入となった方《要申請》

## ■給付額

児童一人あたり 1万円

## ■手続き等

- ①の方  
→申請不要で、3月17日(月)に児童扶養手当の受給口座に振込済みです。
  - ②、③の方  
→申請が必要です。申請書が市役所にありますので、まずはお電話でご相談ください。
- 【申請受付期間: 8月29日(金)まで】

シャッターのことならなんでも!

信濃シャッター工業

Shinano Shutter Industry

TEL.026-400-4316

お気軽に  
見積  
無料

〒381-1221 長野市松代町東条 248-1



# ひと発見!

いいひと はっけん # 227

E (エ) ネルギッシュに  
E (イー) ヤマで活躍している  
皆さんを紹介しす

地元の人に  
 飯山の魅力を伝えたい  
 モンベル 飯山店  
 木島地区 中村 肇さん



**飯** 山の魅力を「飯山はめちゃくちゃ良いですよ」と語るモンベル飯山店の店長 中村さんは、アウトドアが大好きで、令和5年（2023年）11月のモンベル飯山店のオープン以来、市内のアウトドアを楽しんでいます。この一年も、バックカントリースキー、カヤック、信越トレイル、山菜やキノコ採りなど、四季折々の魅力を満喫してきました。

**長** 岐阜出身の中村さんは、奥多摩や横浜、静岡など各地でアウトドアを経験してきましたが「近くに遊べる里山があり、ライフスタイルに合わせてアウトドアを楽しめる場所は飯山の他にない」と飯山の魅力を語ります。また、観光客はもちろん、地元の人にも飯山でのアウトドアの楽しさを知ってほしいとの思いから、日常で使いやすい商品を陳列することが多い店舗の入り口に、アウトドア向けの商品を並べたり、今年度からはツアーを計画するなど、興味を持ってもらうための工夫をしています。

**モ** ンベル飯山店で店長を務めてきた中村さんですが、4月から新規オープンの福島県三春店の店長として異動することが決まりました。それでも「定期的に飯山に遊びに来ます。そして、いつか帰ってきたいです」と、飯山への思いを語りました。

# 防災ナビ

第 193 回

防災無線機の手続きを忘れずに行いましょう

危機管理防災課 Tel 0269-67-0721（課代表）

防災無線機は、緊急時に市役所からの情報を受信し、災害や避難行動等に備えるために重要な物です。そのため、日頃より正常に作動しているか確認することが必要となります。

また、春は引越しシーズンであるため、転入・転出による防災無線機の貸与・返却が必要となります。引越しの際には忘れずに手続きをしましょう。

### ◆日頃から点検をお願いします

平時、市からお知らせがある場合は朝（6 時 45 分）、昼（12 時 30 分）、夜（18 時 45 分）に放送をしています。受信状況を確認いただき、不具合がある場合は危機管理防災課までご連絡ください。

また、停電時は自動的に乾電池（単 1 電池 2 本）からの電源に切り替わり

ですが、自然放電や液漏れにより防災無線機が使えなくなる恐れがあることから、1 年に 1 回を目安に交換をお願いします。液漏れなどでご自身の責により使用できなくなった場合は、有償の修理となりますのでご注意ください。

### ◆飯山市に転入された方

1 世帯に 1 台、市から無償で貸与しています。

危機管理防災課の窓口にある申請書をご記入いただき貸与を受けてください。

なお、1 世帯で複数台または法人で設置を希望される方は、有償で貸与していますのでご相談ください。

### ◆飯山市から転出される方

危機管理防災課の窓口にある申請書をご記入いただき、防災無線機および附属品（電源コード等）の返却をお願いします。ごみとして捨てられている事例もありますので必ず返却をお願いします。

### ◆飯山市内で転居された方

集落が変わった場合は、防災無線機の設定変更が必要になりますので、防災無線機を危機管理防災課の窓口までお持ちください。

# 健康

「**いいやま**」

## あなたの睡眠大丈夫？

保健福祉課 健康増進係 Tel 0269-67-0727（課代表）

〈当たるとスッキリ！クイズコーナー〉

Q. 睡眠の質を良くする入浴タイミングはいつでしょう

① 寝る直前 ② 寝る1 時間半～2 時間前

③ 寝る 3 時間～4 時間前

A. 答えは 46 番をご覧ください。

春は新しい職場や仲間、生活環境の変化から疲れやストレスをため込みやすい時期です。以前より寝つきが悪くなった、夜中に何度も目が覚める、熟睡できないといった状態が続く場合は心身が疲労しているサインかもしれません。身体も心も休養できるよう睡眠の取り方を工夫してみましょう。

質の良い睡眠のポイント

- ・朝は日光を浴びて体内時計をリセットする
- ・昼寝は 30 分以内にする
- ・夕食は寝る 2 時間前までに済ませる
- ・寝る前はコーヒーなどのカフェイン摂取や喫煙を控える
- ・夜間はスマートフォン・PC の使用を控える

飯山市国際交流員

# グロリアの いやま

# ちゅうたんさく

二次元コードでInstagramをチェック！

39 飯山市のご当地料理：富倉そば

2月上旬、飯山城址公園の「城 terrace」で行われた富倉そばと豚汁の試食会に行きました。

富倉そばは、一般的なそばより歯ごたえがありますが、試食したそばの太さがちょうどよく、食べやすかったです。そばを噛むと、そばの香りは口の中に広がりました。豚汁も野菜の甘味が際立って、とても美味しかったです。

富倉そばは飯山市のご当地料理で、飯山市選択無形民俗文化財です。希少性があり、「幻のそば」とも言われています。希少の理由の1つは、オヤマボクチの葉の繊維をつなぎとして使っていることです。繊維の抽出工程はすべて手作業で、1カ月以上かかります。葉 1 キロから 4 ～ 5

左：地域おこし協力隊 広瀬 大司さん

グラムの繊維が精製でき、10 人分のそばを打つことができます。繊維が入っているそばは打つのが難しく、切るのも難しいそうですね！

私の出身地カナダ・アルバータ州では、有名なご当地食材が 7 つあり、それはアルバータ牛、パイソン、ハチミツ、キャノーラ、レッド・フィフ小麦、サスカトゥーンベリー、根菜類になります。特に紹介したいのはパイソンです。パイソンは大型の野牛で、肉質も牛肉に近いですが、脂肪が少なく、健康志向から人気が高まっていて、ステーキやハンバーガーに利用されています。