



宮沢 彩香さん 太田地区

『飯山さわごさ』で元気を発信し、飯山に元気を

E (エ) ネルギッシュな
E (イー) ヤマの皆さんを紹介します



8月22日に開催する『飯山さわごさ』実行委員会では今年から正式スタッフとなり、広報担当とスペシャル企画のチーフを任された宮沢さん。新たに始めるスペシャル企画は、婚活にちなんだ出会いの場を提供するというもの。「告白タイムもあり自分で告白しづらい人は、実行委員が代わりに相手へ想いを伝えることもできます」とのこと。参加者は当日会場内にいる人から募る予定。「少しでも興味のある方は気軽に参加してください」とチーフらしいコメントも。

宮沢さんは以前、県外で仕事をしていたが「最後は飯山に住みたい」と、3年前に飯山へ帰郷。今、働いている近所のお店「SANGA」は、地元の人が多く集まり賑わう居酒屋で、疎遠になっていた友人に久しぶりに会えることがうれしいそうです。

今年で2回目の『飯山さわごさ』には「地元イベントなので、ぜひみんなで来てください」と話していました。

いいやまNPOセンターだより

うさまNPOセンター事務局 (☎・FAX 027030)

昨年開催され大好評だった「飯山さわごさ」。今年の夏は、更にパワーアップして帰ってきます。実行委員長の木原さんにお話を伺いました。

― 僕たちメンバーは、楽しいことや騒ぐことが大好き。自分たちが夢中になれることを通じて地域に元気を！という思いがあります。自分も飲食店を経営しているので、いろいろな所に顔をだしませんが、その中で耳にするのは、後ろ向きで暗い話ばかり。地域の不平不満や評論はもう聞き飽きた。自分たちにできる具体的なことを探したら、音楽が良かった、という感じです。

今年も音楽イベントを中心にエコバッグアート展やエコファッションショー、アウトドアイベントなどを行います。また特別企画「愛に恋(逢)に来い)やむじや」も計画中です。昨年、イベントが終了してみると、出演者とスタッフ、スタッフと参加者など、あちこちでカップルが誕生。これは予想外のうれしい出来事でした。今年はイベント当日、本部にて「愛に恋(逢)に来い)やむじや」企画に参加したい方に、ナンバー入り黄色いリボンを配布します。イベント中、リボンをつけた気になる相手を見つけたら、直接話しかけるもよし、声をかけづらいう方は、話してみたいと思います。

●飯山さわごさ2009
日時 8月22日(土)
10時～20時 入場無料
会場 戸狩温泉スキー場
とん平グレンデ(会場内に有料駐車場あり、「暁の湯」前より無料シャトルあり)
その他
◇ボランティア募集: 18歳以上で(高校生も時間帯により可)元氣いっぱい
のあなた! 信州の自然の中で、あなたの元氣を「飯山さわごさ」に活かしてみませんか? 詳しくはホームページ (<http://sawagosa.nagablog.jp>) まで。
◇ご寄付を募集しています
: 飯山さわごさ実行委員会の活動に賛同してくださる個人・企業の方々、ご支援をお待ちしています。
・お問い合わせ 飯山さわごさ実行委員会 ☎ 027030 (木原) まで。
NPOセンターだより6月号訂正のお知らせ
先月号の記事中、黒岩山の標高についての記載が誤っていました。正しくは「911m」です。お詫びして訂正します。

愛に恋(逢)に来い)やむじや

手ナンバーを本部に告げると相手呼び出してもらえます。カップル成立時には、記念写真の撮影やグッズをプレゼント。この夏イチオシの企画です。

「飯山さわごさ2009」元氣発信プロジェクト+eco
広い草原と眺め抜群のとん平グレンデで、気持ちいい青空のもと、野外ライブ+エコイベントが盛りだくさん! 飯山の夏を楽しみに来てね!

健康メモ

みんなで考えよう自殺防止

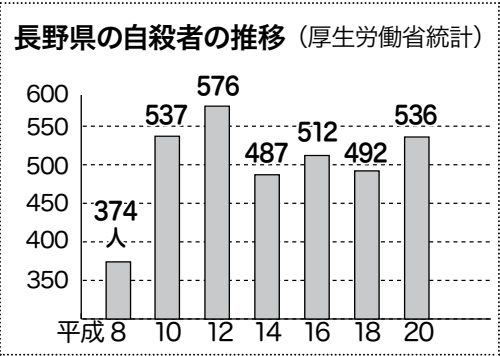
長野県の自殺者数

平成10年以降は増加傾向にあり、自殺による死亡が500人前後で推移しています。

長野県の地域住民調査では4人に1人が身近な人の自殺を経験しています。

「死ぬ、死ぬ」と言う人は自殺しない?

自殺したほとんどの人が前もって「自殺したい」と誰かに打ち明けています。何の前触れもなく突然自殺することはほとんどなく、死にたいと



サインを出しています。自殺は予防できない?

自殺は様々な要因が複雑に絡まって起こるものですが、背景にある心の病気を治療し、周囲が自殺を考えている

人のサインに気がつければ予防できることが多いと言われています。

自殺関連相談「こころの健康相談統一ダイヤル」

「消えてしまいたい」、「家族や知人が死にたいと言っている」、「身内が自殺などで亡くなつてつらい」などの自殺に関する相談を長野県精神保健福祉センターで受けています。

ひとりで抱えず、悩まず、あなたの気持ちを話してください、ご相談ください。

電話番号 0570-064556
時間 午前9時30分～午後4時

【保健師 小坂美枝】

国民健康保険

シリーズ 225

国民健康保険税は、納期までに納めましょう!

国民健康保険税(国保税)は、国民健康保険に加入されている皆さんの医療費に充てられる貴重な財源です。

国保税を納めていただけない人がいると、国民健康保険制度そのものが成り立たなくなってしまう。

納め忘れないように納期までに納めましょう。

国保税の滞納が続くと・・・通常の「被保険者証」より有効期限の短い「短期被保険者証」が交付されます。

予防接種

乳幼児健診

8月

☆会場はいずれも飯山市保健センターです☆
(☎ 62-3111 内線 630)

乳幼児健診

受付時間・・・午後1時～1時45分

(離乳食教室は午後2時～3時30分)

- ◇4ヵ月児 8月 5日(水) 平成21年 3月生まれ
- ◇離乳食教室 8月 20日(木) 平成21年 3月生まれ
- ◇10ヵ月児 8月 12日(水) 平成20年 9月生まれ
- ◇1歳半 8月 19日(水) 平成20年 1月生まれ
- ◇2歳児 8月 3日(月) 平成19年 7月生まれ
- ◇3歳児 8月 26日(水) 平成18年 7月生まれ

予防接種

受付時間・・・午後1時15分～2時

持ち物・・・母子健康手帳、予防票

◇三種混合

・接種日及び対象地区

8月 4日(火) 全地区

8月 25日(火) 全地区

①1期初回・・・3ヶ月～6歳半になるまでに3～8週間隔で3回接種(2歳になるまでが望ましい)

②1期追加・・・1期初回の3回接種日から1年～1年半後に1回接種(7歳半になるまでに)

※接種後1週間は他の予防接種はできません

◇麻しん風しん混合

(すでに麻しんまたは風しんにかかったことのあるお子さんも接種できますが、両方かかったことが明らかな場合接種の必要はありません)

・接種日及び対象地区

8月 27日(木) 全地区

①第1期・・・1歳～2歳になるまでに麻しん風しん混合ワクチンを1回接種

②第2期・・・5歳～7歳未満で小学校就学前1年の間(保育園の年長児)に混合ワクチンを1回接種

※接種後4週間は他の予防接種はできません

麻しん風しん混合第4期について

昨年に引き続き高校3年生に相当する年齢の方に麻しん風しん混合の予防接種を行います。

◇平成21年度に対象になる方

飯山市に住民票のある平成3年4月2日から平成4年4月1日生まれの方

◇持ち物 母子健康手帳、年齢確認できるもの(学生証、保険証等)、予防票、保護者の付き添いがいない場合は第四様式の同意署名

※詳しい日程等は、対象者に個別で通知しましたのでご確認ください。