



身近な町の保険屋さん

E(エ)ネルギッシュな  
E(イー)ヤマの皆さんを紹介します

星沢 和宏さん 飯山地区

信 越総合保険飯山(本社) 長野(支店)で損害保険・生命保険の代理店・営業担当をしています。新規開拓、事故時の迅速な対応を心が、お客さまの不安を少しでも無くせるように取り組んでいます。

この仕事に就いたのは、多くの方の要望に応えることにより、人さまの役に立てることができるといふ思いがあったからです。

# Eひと発見!

いいひと はっけん #110

高校、大学時代から剣道を続け、現在も飯山剣道教室で小・中学生と一緒に汗を流し、心・技・体の鍛錬を通して忍耐力を高めています。それを子どもたちにも伝えていきたいと考えています。飯山市消防団に所属し、梯子のぼり6年目になりました。3月14日の新幹線開業イベントの際は梯子披露にのぼりとして参加でき、新幹線開業に花を添えられことに、また4月29日には、飯山地区の約190件を回り、仲間と一緒に梯子披露したことに誇りを感じています。「北陸新幹線飯山駅が開業したので、一人でも多くの都市部の人たちに飯山の魅力をアピールできるように、私のできることを見つけていきたい」と語る星沢さんです。

# 健康いよいよ

「健診は健康状態を知る第一歩です」

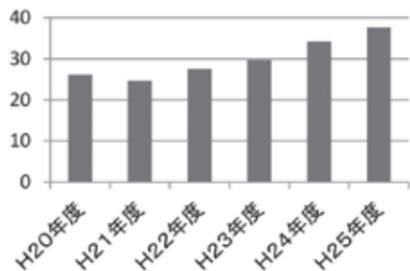
特定健診は医療保険者が40〜74歳の者を対象に行うことになっています。点検を受けていない車は走行に不安があるように、体も定期的なチェック(健診)を受け、安心して生活を

平成26年度飯山市国保で市の集団健診および医療機関にて個別に特定健診を受けていただいた方は1350人です。このほか、医療機関にて人間ドックを受けていただいている方もいますので受診者数はもう少し多くなります。

○飯山市国保は平成29年度に受診率50%を目指しています。

平成25年度の特定健診受診

特定健診受診率(%)



○医療費は特定健診を受けている人の方が安い。(飯山市国保) 平成25年度における月額医療費は特定健診を受けている人では9186円に対し、特定健診を受けていない人が2万9958円と3倍以上でした。特定健診を受

今、気になる事を

「猪突(ちよつと)申会(もうすかい)」

4月から新しくいいやまNPOセンターの会員となった猪突申会は、この地に誰もが生き生き暮らし続けられるよう、地域福祉、障害福祉、高齢者福祉などさまざまな視点から飯山の未来について考え、新聞のコラムを通して住民・専門職・現場の目線から人々に投げかけ、ここに住む人々の小さな想いや言葉を引き出していけたら、と活動している団体です。今回は猪突申会の皆さまから活動についてお話をうかがいました。

「猪突申会」は、ご当地飯山のことを考えたなら、何かものを「申」さずには「亥」られない、申年と亥年の「むっしゅん」「ぶっしゅ」「イッポン」「ふあいん」から成る(自称)若手4人組です(結成当時は若手だった私たちも、既に職場では中堅を過ぎたあたり。ちよつとイタイかもしれないが、飯山では定年後もバリバリ「ワケシヨ」です!)。それぞれが日々、熱く密かに活動し結成10年になります。

月1回ペースの例会で「今、気になる事!」をフリートークし、地元新聞に寄稿しています。コラムは「猪突申会? (ちよつともうすかえ?)」。由

来はサル知恵+猪突猛進。先人の知恵への敬意はもちろん、雑談から生まれる知恵もあなどれません。私たちは、生活者であると同時に、それぞれが医療や福祉の専門職でもあります。誰もが生き生きと暮らしているように、言葉にできない思いや数字にならない課題など、日々気づける小さなことも発信する意味があるのではないかと思っています。「ぶっしゅ」若者も大人も、男の人も女の人も。ちよつと声を出してみよう! いいやまに暮らして、たいへんなことばかり言ってるけど、本音はいいやまが大好きなのさ!

# いいやま NPO センター だより

いいやまNPOセンター事務局 ☎ FAX 62-7030

【ぶっしゅ】:あれ?この写真、猪突↓猛突になっているよ?



【むっしゅん】2006年新春特別号の「もつともうすかえ?」だよ!女性センター未来のシンポジウムに参加したっけな。テーマは「楽しい高齢化社会を考える!」今はかなり一般的になったけど、電動カーを使った街中の移動について講演があったり、シンポジウムでは飯山をこんな街にしたい!と高齢者のほか、子どもや障がい者に優しい街づくり、ハード面、ソフト面、いろんな意見が出て、コメンテーターの大学の先生が、「参加者がこんなに発言するシンポジウムはめずらしい」ってびっくりしてたっけ。たまにはこんなふうに、知らない人たちとも話せるといいよね!

ぜひ皆さんのお茶のみ話のネタにしてみてくださいと思います。

けていると、病気になる前の段階で予防に取り組み、病気があっても重症化を防ぐことができるということが言えます。

○特定健診を受けている人の結果から(平成26年度)

血糖、血圧、脂質において基準を超えている人の割合が県平均に比べ高くなっています。また、問診項目では週3回以上夕食後間食をする人の割合や週3回以上朝食を抜く人の割合が県平均に比べ低く、食習慣についてはやや良い傾向がみられました。1回30分以上の運動習慣がある人の割合が県平均より低く、運動習慣を進めていくことが課題とわかりました。

「特定健診を受けて健康チェックから始めましょう」



【お問い合わせ】

保健福祉課 健康増進係 ☎ 62-3111 内線181

## 乳幼児健診 予防接種 6月

会場: 飯山市保健センター ☎ 62-3111 内線 630

【予防接種】(全地区対象 受付 13:15~14:00)

持ち物: 母子健康手帳、予診票(記入を忘れずに)  
※ポリオの予防接種は今年度から完全予約制となりました。事前に予約をしてください。  
※「予防接種と子どもの健康」、「予防接種のきほん(保存版)」をよく読み、接種間隔を確認してください。

- ◆麻疹風しん 接種日: 6月2日(火) 対象者: 平成25年6月4日~平成26年6月3日生まれの方
- ◆四種混合 接種日: 6月18日(木) 対象者: 平成19年12月20日~平成27年3月19日生まれの方
- ◆日本脳炎 接種日: 6月11日(木) 対象者: 平成19年12月13日~平成24年6月12日生まれの方
- ◆BCG・ポリオ 接種日: 6月23日(火) 対象者: 平成26年6月25日~平成27年3月24日生まれの方

【ママサポートプログラム】

対象者: 出産後~生後1歳までのお子さんをお持ちのお母さん(お誕生日月の月末まで参加できます)  
時間: 10:00~11:30(9:30開場)  
申し込みは必要ありませんので、お気軽にお越しください。

	mamaとbabyのしあわせトーク	ママのリラック スストレッチ	健康相談 母乳相談	学習メニュー
6月	3日(水)	10日(水)	17日(水)	24日(水)

【乳幼児健診】受付: 13:00~13:30  
※受付時間が昨年と変わっていますので、ご注意ください。

- ・4か月児 6月 3日(水) 平成27年 1月生まれ
- ・10か月児 6月 10日(水) 平成26年 7月生まれ
- ・1歳半児 6月 17日(水) 平成25年 11月生まれ
- ・2歳児 6月 1日(月) 平成25年 5月生まれ
- ・3歳児 6月 24日(水) 平成24年 5月生まれ

【離乳食教室】14:00開始  
日時: 6月 9日(火) 対象: 平成27年 1月生まれ

## ハローワーク 北信地域求人情報 5月分

掲載する情報を「求人情報」のみにしぼり、飯岳地域一帯の情報を掲載しています。

■有効求人倍率（ ）内は前月  
 全数 2月 1.32倍 (1.47)  
 うち常用・パート 2月 1.08倍 (1.14)  
 (※臨時・季節職員を除く)

■お問い合わせは  
 飯山公共職業安定所 ☎ 62-8609

職 種	数	年 齢	賃金 (万円)	事業内容	就業場所
検収部門<検品>	1	不問	13.5～16.5	各種食品小売業	飯山市
営業	2	35以下	19.8～22.0	がん具・運動用具製造業	飯山市
一般事務	1	59以下	11.3	市町村機関	飯山市
旅行商品の造成、企画、営業	1	35以下	14.0～15.7	運輸に附帯するサービス業	飯山市
介護職員	3	不問	15.2	老人福祉・介護事業	飯山市
調理及び接客、ホール補助	1	不問	16.0～25.0	その他の食品製造業	飯山市
漬物、きのこ等の加工	3	不問	13.2～17.6	野菜・果物・食品製造業	木島平村
プラスチック成型作業	1	不問	13.5～14.6	工業用プラスチック製品製造業	飯山市
設備工事、配管工	2	不問	15.0～25.0	建築材料卸売業	飯山市
工事現場 (土木) 施工管理	2	不問	25.0～40.0	土木工事業	飯山市
野菜漬加工現場作業	1	不問	14.2～15.6	野菜・果物・食品製造業	飯山市
介護員	2	不問	15.1～15.9	市町村機関	飯山市
正看護師又は准看護師	5	不問	20.0～25.3	病院	飯山市
配管工及び土木作業員	1	不問	19.8～26.4	管工事業	飯山市
ファッション衣料販売スタッフ	1	不問	時給 770～800円	婦人・子供服小売業	飯山市
レジ部門<アルバイト>	5	不問	時給 780円	各種食品小売業	飯山市
客室清掃業務	4	不問	時給 750～800円	電子デバイス製造業	飯山市
野菜の包装・梱包作業	3	不問	時給 850～950円	農畜産物・水産物卸売業	飯山市
荷物の仕分作業員	2	不問	時給 800～900円	一般貨物自動車運送業	飯山市
調理補助係<急募>	1	不問	時給 880円	食堂、レストラン	飯山市
漬物、きのこ等の加工	3	不問	時給 750～850円	野菜・果物・食品製造業	木島平村
正・准看護師	2	不問	時給 1,300円	老人福祉・介護事業	飯山市
宅配便受付事務	2	59歳以下	時給 750～800円	一般貨物自動車運送業	飯山市
野菜直売所の販売員	2	不問	時給 750円	農林水産業協同組合	飯山市
看護師	1	不問	時給 1,200～1,300円	一般診療所	飯山市
椎茸生産販売	3	不問	時給 730～850円	その他の食品製造業	飯山市
調理	1	不問	時給 800円～1,060円	老人福祉・介護事業	飯山市
生花の販売	1	59歳以下	時給 800円～850円	他に分類されない小売業	飯山市

全国版インターネットサービスのご利用を  
 インターネットで日本全国のハローワークの  
 求人情報を下記のアドレスから検索できます。  
<https://www.hellowork.go.jp>

飯山市国際交流員

## サミナの3拍7拍~子!

### ⑨ Pangram (パングラム) …いろは

英語の「ABC」に当たるのは、日本語では「あいうえお」。5つの母音と子音との組み合わせで、ア行、カ行、サ行など5文字ずつ、その規則性には驚かされました。でも、なんといっても私が感動するのは「いろは」です。英訳も多数あり、「Iroha」として知られているこの詩ですが、オーストラリアで日本文化や、日本独特の「情緒」について説明やプレゼンテーションをするとき、わかりやすい例として挙げていました。詩としての素晴らしさのうえ、最近では習字の例として見かけ、「あいうえお」のカナをすべて使う詩としてますます気に入っています。

英語でも、タイピングや、ペン字・ハンドライティングの練習でよく使われているものが、"The quick brown fox jumps over a lazy dog"です。意味としては「すばしっこいキツネはぐうたらな犬を飛び越えた」と、難しいシチュエーションでも、知恵を使い、チャンスがあれば乗り切られる、という前向きなメッセージなのですが、こちらアルファベットをすべて使う詩なのです。

このようにアルファベットやカナをすべて一度は使う詩を"Pangram (パングラム)"と呼びます。ほかにも有名なものが、マーク・ダン作詞の"Pack my box with five dozen liquor jugs (リキュール60本、私の箱に詰めて)"や、すこし不気味な"Sphinx of black quartz, judge my vow (黒ヒスイのスフィンクスよ、私の誓いを審査せよ)"などとあります。

しかし英語ではどうしても数字が重なってしまうため、「いろは」のように、すべてのカナを一度ずつ使う、パングラムでもあり、アナグラムでもあるレアものを「パーフェクト・パングラム」と呼んでいます。"Mr. Jock, TV quiz PhD, bags few lynx (テレビクイズ博士のミスター・ジョック、リンクスは勝てず)"などと、意味が不思議になってしまいます。

前回アナグラムの巻で、私の力作Hokuriku Shinkansen liyama Station Open = A monkey in a Shinshu Utopia, a stroke in ink (北陸新幹線飯山駅開業 = 信州の極楽を楽しむサル、墨で一筆)により、周囲からサル主役の詩をいろいろいただいております。そのなかでも、「いろは」に似て、平安時代に作られ、パングラムであり、気に入っているものが、こちらの「天地(あめつち)の詞(ことば)」です。

天(あめ)地(つち)星(ほし)空(そら)  
 山(やま)川(かは)峰(みね)谷(たに)  
 雲(くも)霧(きり)室(むろ)苔(こけ)  
 人(ひと)犬(いぬ)上(うへ)末(すゑ)  
 硫黄(ゆわ)猿(さる)生(お)ふせよ  
 榎(え)の枝(え)を 慣(な)れ居(ゐ)て

太古からの日本人の言葉と音に対する繊細さ、敏感さに驚かすにはられません。ではまた来月お会いしましょう!

## Data file

### 岳北消防本部 出場件数【4月】

	飯山市	木島平	野沢温泉	栄	応援協定区域	管轄外	計
火災	3	0	0	0	1	0	4件
救助	3	0	0	0	0	0	3件
救急	105	18	24	8	2	1	158件

今月の標語：火を点ける 君は消すまで 気を付ける

### 飯山市内の交通事故件数 (1月から累計)

	事故発生件数	死者	傷者
4月末	17	1	20
前年同期	26	0	41

今月の標語：信濃路は ゆとりの笑顔と ゆずりあい

### エコパーク寒川 ごみ処理量

	燃えるごみ	燃えないごみ	計	プラスチック
4月	435ト	37ト	471ト	15ト
前年同月比	101%	84%	99%	97%

6月は乾電池の収集月です。忘れずに出しましょう。

### 飯山市の気象【4月】

平均気温	10.2℃ (1.0℃)	※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。
最高平均気温	16.9℃ (1.0℃)	
最低平均気温	4.1℃ (0.9℃)	
日照時間月計	161.5時間 (89%)	
降水量月計	80.5mm (131%)	

## 防災ナビ

最近、テレビなどでよく聞かれる「ゲリラ豪雨」。たとえば、市内の一部だけでなく、局地的な範囲に短い時間でたくさん雨が降ることをいいます。

この「ゲリラ豪雨」に対して、私たちはどのように身を守ればよいのでしょうか。

●日頃からできること

①準備をする

雨の時は、いつも自宅付近に水がたまるなど、いつも同じことが起きる場合には事前の準備が有効です。土のうを準備しておくなど、流れ込む水を防ぐ対策をしましょう。

②想像をする

もしも、この場所でゲリラ豪雨が来たら・・・と、日頃から想像をする癖をつけておきましょう。

例えば、河川付近であれば増水時にどちらへ逃げたらよいか、地下であれば非常口の確認をするなどの意識をする。

③察知をする

こんなときは要注意です。

- 真つ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる
- 雷の音が聞こえたり、光つたりする
- ヒヤッとした冷たい風が吹く
- 大粒の雨や「ひょう」が降り出す

●ゲリラ豪雨に遭遇したら

①自宅にいた場合

「早めの判断」を心がける。空振りでもよいので安全な場所に避難をする。増水時に避難場所へ避難することはかえって危険な場合があるため、避難が難しくそうであればより高いところ(自宅の2階など)へ避難をする。

土のうの準備がない場合、水深の低い小規模水害や、浸水の初期段階であれば「水の中」に水を入れた「土のう」を使用するのも有効です。二重または三重にした土のうの中に水を入れ、土のうのように使えます。

②外出先の場合

- すぐに水辺から離れる。
- 浸水・冠水した場所には近づかない。
- 頑丈な建物に避難するなど、危険な場所を避けるようにする。



第110回 局地的大雨(ゲリラ豪雨)に備えて

**介護予防サポーター募集** 仲間と一緒に地域で元気に楽しく、介護予防や健康づくりのお手伝いをしませんか  
**【受講対象者】** おおむね55歳以上の方で介護予防サポーターになってくれる方、また介護予防や健康づくりの活動に興味のある方 **【日程】** 全10回 10:00～12:00 (初回6月9日、以降毎週金曜日開催、最終回8月4日)  
**【受講料】** 無料 **【会場】** いいやま女性センター未来 **【募集期間】** 5月29日(金)まで **【その他】** 全体の8割以上の出席者の方には終了証書を交付 **【問い合わせ先】** 地域包括支援センター ☎62-3111 内線183

17水	健康相談日 午前9時30分～11時 飯山市保健センター
16火	
15月	
14日	北信濃中体連夏季大会(男女バスケット) 市民体育館 北信濃中体連夏季大会(柔道) 市武道館
13土	北信濃中体連夏季大会(男子バスケット) 市民体育館
12金	
11木	第24回飯山市長杯マレットゴルフ大会 長峰マレットゴルフ場
10水	
9火	
8月	
7日	フラワーロード植栽日 午前6時 第17回飯山社会人バトミントン大会 市民体育館 レディスソフトバレーボール大会 木島小
6土	第8回飯山市議長杯少年野球大会 多目的グラウンド いいやまクリーンアクション2015 飯山市役所 (午前8時～11時頃)
5金	
4木	
3水	
2火	
1月	

◇いじめ電話相談 9時～17時(土・日・祝日を除く)  
 ☎62-3111 内線100(いじめ相談専用) 飯山市教育委員会

2015 いいやまスポーツカレンダーの訂正について  
 4月に配布した「2015 いいやまスポーツカレンダー」に誤りがありました。訂正してお詫言申し上げます。正しくは次のとおりです。  
 5月21日(木)第39回長野県知事杯争奪選手権大会 長峰マレットゴルフ場 飯山市マレットゴルフ協会  
 5月23日(土)ねんりんピック県大会 弓道場 飯山弓道会  
 9月21日(祝)第26回飯山市ジュニアクロスカントリー大会 多目的グラウンド 飯山市陸上競技協会

30火	
29月	
28日	市ポンプ操法大会・ラッパ吹奏大会 長峰運動公園 第15回日本スポーツマスターズ2015長野県予選会(バレーボール) 市民体育館
27土	北信中体連夏季大会(野球) 28日まで 市宮野球場 第4回北信州少年軟式野球大会 28日まで 多目的グラウンド
26金	廃食用油・古着の回収 午前9時～11時 市役所西側車庫 第3回飯山市木島平村交流親善ゲート多目的グラウンドポール大会
25木	出張年金相談 10時～12時 13時～15時 飯山商工会議所 (予約制)
24水	
23火	
22月	総合相談 9時～15時 飯山市福祉センター(下記参照)
21日	第4回飯山市民カラオケ祭り(15ヶ参照) 飯山市民会館かま 第18回みゆき野杯家庭婦人バレーボール大会 市民体育館
20土	2015飯山市民ゴルフ大会(22ヶ参照) 市民体育館・多目的G 北信地区障害者スポーツ大会 市宮野球場 北信中体連夏季大会(野球) 21日まで 市宮野球場
19金	
18木	第27回飯山市スポーツ指導員賞 長峰マレットゴルフ場 市民マレットゴルフ大会

◇心配ごと相談 毎週水曜日9時～12時 飯山市福祉センター(要予約)  
 ◇人権福祉総合相談 月曜日～金曜日8時30分～17時 飯山市福祉センター

お知らせ

飯山市役所  
62-3111

守るルール電波のルール

総務省 信越総合通信局  
☎026(2334)9996

内容

公共の電波を正しく使用するために、電波法というルールがあります。しかし、ルールを守らない「不法無線局」から発射される不法な電波によるテレビ・ラジオの受信障害や消防・救急重要な無線通信への混信・妨害は後を絶ちません。私たちの財産である電波の良好な利用環境を守るため、「不法無線局」をなくし、電波を正しく使いましよ。電波に関することは、総務省信越総合通信局までお気軽にご相談ください。  
 6月1日から10日は、電波利用環境保護周知啓発強化期間です。

相談方法

無線設備への混信・妨害および違法な無線設備に関すること  
 ☎026(2334)9976  
 テレビ・ラジオなど放送の受信障害に関するお問い合わせ  
 ☎026(2334)9991  
 △ホームページ  
 http://www.soumu.go.jp/soutsu/shinetsu/

総合相談

婦人相談や、人権・家庭・相談、行政相談、経営法律相談など無料でご相談いただけます。  
**【相談日】** 6月22日(月)  
**【時間】** 9:00～15:00  
 (13:00～15:00は弁護士による無料法律相談、経営法律相談があります)  
**【会場】** 飯山市福祉センター(本町)  
**【お問合せ先】**  
 飯山市社会福祉協議会 ☎62-2840

土曜日の証明窓口

**【発行日】**  
 毎週土曜日(ただし祝日を除く)  
**【受付時間】**  
 8:30～12:00  
**【発行できる証明の種類】**  
 ・住民票の写し ・戸籍の謄・抄本  
 ・印鑑登録証明書  
**【受付窓口】**  
 市役所1階 市民環境課窓口

6月の税金など(納期限6月30日)

市 県 民 税	1期
介護保険料	3期
簡水区域上下水道使用料	4.5月分
保育料	6月分
CATV、インターネット使用料	6月分
口座振替日	6月26日(金)

知財高裁10周年を迎えて

長野地方裁判所事務局総務課

●知財高裁って?  
 正式には「知的財産高等裁判所」といい、知的財産権に関する訴訟を専門的に扱う裁判所です。平成27年4月、設立10周年を迎えました。知的財産権の対象となるものには、ノーベル賞受賞で話題になったiPS細胞のような最先端の発明(特許権)、流行のヒット曲や漫画(著作権)、ブランド名(商標権)など、さまざまなものがあります。

●知財高裁の役割  
 知的財産権に関する紛争の典型例は、特許権者が特許発明を勝手に使われたとして、その使用の差止めや損害賠償を求める民事訴訟ですが、知財高裁はその控訴審(第二審)となります。特許権侵害訴訟等、とりわけ高度な専門的技術が関わるものが多い類型の控訴事件は、全て知財高裁が取扱います。

●国際交流と国際的な情報発信  
 近年、企業活動のグローバル化に伴い、同じような法律問題が世界各地の裁判所で判断されることがあるなど、知的財産に関する紛争も国際化するより詳しい情報は、知財高裁ウェブサイトをご覧ください。

**【問い合わせ】**  
 長野地方裁判所事務局総務課 庶務係  
 ☎026(406)2008  
 http://www.jp.courts.go.jp

**【締切】** 7月10日(金)  
**【問い合わせ・資料請求】**  
 ファックス  
 ☎03(6417)9721  
 メール info@ksk.or.jp  
 ホームページ  
 http://www.ksk.or.jp

しなの食大講堂 受講生募集

長野県調理師会北信支部  
 ☎01336

「食育基本法」が制定され、「食」にまつわる地域の歴史・文化を知り、郷土食や行事食を学び体験することで地産地消・旬産旬消をすすめる、豊かで健康的な食生活を県民が共に勉強する場として、しなの食大を今年度も開講いたします。皆さまお誘いのうえご参加ください。

**【対象者】**  
 郷土食に関心のある調理師 会会員および県民  
**【参加費】**  
 (6～10月・4回開催)  
 ▽会員7000円  
 ▽一般8000円  
 但し、第1回、第4回の会食は、それぞれ別途料金2500円がかかります。  
**【定員】** 40名  
**【申し込み締切】**  
 (定員になり次第締め切ります)  
 6月16日(火)まで

**小学生・高校生のための夏休み国内プログラム**  
 公益財団法人国際青少年研修協会 ☎03(6417)9721  
 公益財団法人・国際青少年研修協会では、富士山麓の自然豊かなキャンプ場で、全国から集まる青少年(日本人・在日外国人)がキャンプ生活や富士登山などの野外活動を共にしながら友情を深め、さまざまな体験を通して、「仲間作り」「チャレンジ」の大切さや友達と協力し助け合う楽しさを学ぶことを目的とします。  
 お一人で参加する方が7割以上、はじめて海外に行かれる方が多く、全国から参加するお友達との出会いも楽しみのひとつです。

**【内容】**  
 10名程度の班に分かれて活動します。テント生活・富士山登山・ワイドゲーム・新割り・野外炊飯・世界の料理にチャレンジなど

**【場所】**  
 静岡県立朝霧高原野外活動センター

**【日程】**  
 8月3日(月)～8月6日(木) 3泊4日

**【対象】** 小3～中3まで

**【説明会】**  
 全国12都市、6月中旬から下旬

**【参加費】**  
 ＊入場無料・予約不要  
 ＊各出発地からの参加費

◇人権常設相談所 毎週月・水曜日9時～12時(祝日除く)  
 法務局飯山支局 ☎23302