

長野県飯田市

# 広報いいだ

2016(平成28年)

# 3.1

No.1030 ● 毎月1日・15日発行



[特集]

## 飯田お練りまつり

今年もやってくるお練りまつり  
(窪田 進さん撮影)

皆さまから応募いただいた作品を  
表紙写真に採用させていただいています。  
作品の詳細は2ページをご覧ください。

# 飯田お練りまつり

3月25(金)・26(土)・27(日)

◆問い合わせ／飯田商工会議所  
飯田市役所観光課  
0265(24)1234  
内線4664



申(さる)と寅(とら)の干支の年に、大宮諏訪神社の式年大祭に合わせて行われる「飯田お練りまつり」。さまざまな出し物が市街地を練り歩く様子からこっ呼ばれるようになったお祭りは、南信州の伝統芸能を今に伝えていきます。

目次

- 2 特集  
飯田お練りまつり
- 6 カメラルポ・シティアングル
- 8 現代版養生訓／散歩道にて
- 9 市民のひろば
- 10 市役所発 暮らしの情報
- 14 各種相談所
- 17 飯田市内の御柱大祭
- 18 飯田お練り祭りに伴い、交通規制を行います
- 20 第30回 飯田やまびこマーチ
- 22 三遠南信通信  
浜名湖花フェスタ2016
- 26 各施設からのお知らせ

平成28年 飯田お練りまつり参加団体

団 体 名		
1 本町三丁目大名行列保存会	17 駄科下平獅子保存会	33 加々須獅子保存会
2 東野大獅子保存会	18 天龍峽龍神の舞保存会	34 牛牧区義士踊り保存会
3 銀座次郎長道中実行委員会	19 上殿岡獅子舞保存会	35 新田虎舞保存会
4 北方獅子舞保存会	20 一色獅子舞保存会	36 豊丘村福島春日神社獅子舞
5 羽場獅子舞保存会	21 中平獅子舞保存会	37 阿島獅子青年
6 山本南平獅子舞保存会	22 上茶屋獅子舞保存会	38 麻績神社若連中
7 命響館	23 上黒田獅子舞保存会	39 木賊獅子保存会
8 座光寺八木節保存会	24 片桐町長持保存会	40 和太鼓 心鼓 彩
9 下殿岡獅子舞保存会	25 代田獅子囃子保存会	41 日本神輿協会長野南信支部 陸天龍
10 阿智黒丑舞保存会	26 河野大宮神社獅子舞お囃子保存会	42 寺所獅子舞保存会
11 満嶋掛け太鼓保存会	27 名古熊獅子舞保存会	43 韓郷神社獅子舞保存会
12 橋北屋台囃子実行委員会	28 大洲七相神社奏楽保存会	44 下條村山田河内神明社お囃子獅子保存会
13 上山獅子舞保存会	29 上中村獅子舞保存会	45 駄科南平獅子保存会
14 知久町通り連合会	30 中央通りお練りまつり実行委員会	46 鹿塩郷土芸能保存会
15 下山獅子舞保存会	31 龍江一区大獅子保存会	47 上村中郷獅子舞保存会
16 切石獅子舞保存会	32 芸能伝承 今昔小町の会	

■飯田市ウェブサイト

『広報いいだ』は、飯田市ウェブサイトでもご覧になれます。

<http://www.city.iida.lg.jp/life/5/31/>

■フェイスブック『広報いいだ』

<https://www.facebook.com/kouhouiida>

広報いいだ「今月の表紙」

- タイトル: 今年もやってくるお練りまつり
- 撮影者: 窪田 進さん(龍江)
- 撮影場所: 銀座
- 撮影日時: 平成22年3月27日
- 撮影者コメント:  
6年前の前回のお練りまつりに、2日間東野大獅子について回って何百枚と写真を撮りました。

# お練りまつりの歴史

## ◇お練りまつりの始まり

1652年(慶安5年)、現在の  
お練りまつりの原型となる「三月  
朔日祭礼」が大宮諏訪神社で行わ  
れました。神輿渡御にあわせてさ  
まざまな出し物でにぎわったこ  
とが、当時の飯田城主脇坂侯の家  
臣、和田宗允の書いた「大宮社縁  
起」に記されています。

その後、祭りは一時中断してし  
まいます。

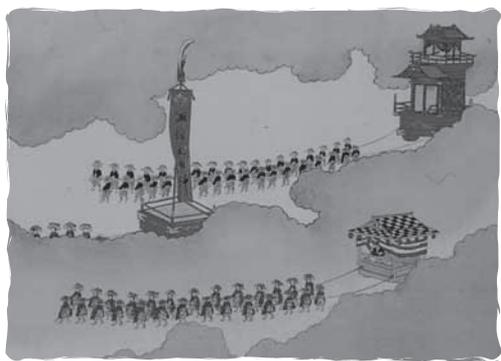
1715年(正徳5年)6月、未  
満水と呼ばれる大洪水が伊那谷  
を襲った際に、町民たちが大宮諏  
訪神社に祈願したところ城下町  
は水難を免れたため、その報恩と  
して当時の城主堀侯に祭りの復  
活を申し出ました。

1719年(享保4年)、祭りは  
復興し、1734年(享保19年)に  
は、諏訪御柱にあわせて7年に一  
度の祭りとして定められました。

## ◇飯田町の繁栄と祭りの隆盛

江戸時代中期になると、飯田は  
中馬(信州で行われた荷物運送業)  
による交易によって繁栄しまし  
た。お練りまつりも次第に華やか  
さを増していき、各町はそれぞれ  
に「旗屋台」「囃子屋台」「本屋台」  
などをそろえて町内をひき回すよ  
うになりました。

18町の屋台が大宮諏訪神社に勢  
ぞろいして、終日に渡って笛や太  
鼓を演奏しました。翌日にはお神



▲江戸時代後期のお練りまつり

輿がお出ましになり、領主らは追  
手御門前でこれを拝みました。そ  
の次の日にはお神輿は神社にお帰  
りになり、その後、屋台などがぎ  
やかに城下を練り回りました。



▲大横町の本屋台

## ◇明治以降の祭りの変化

近代化に伴って飯田町内に電線  
が張られ、1902年(明治35年)  
には旗屋台と本屋台のひき回しが  
できなくなりました。屋台は町内  
に飾られるだけとなり、次第にそ  
れに代わる出し物が考案されてい  
きます。

昭和22年の飯田の大火により、  
最後まで残っていた知久町一丁  
目・松尾町二丁目・大横町・伝馬  
町二丁目・桜町三丁目の本屋台は、  
幌幕や道具とともに焼失してしま

いました。幸い、大名行列や東野  
大獅子の道具は難を逃れ、戦後の  
祭りの花形となりました。  
その後、お練りまつりは、商工  
会議所を中心とした奉賛会が主  
導する形となり、近隣町村からも  
獅子舞や囃子屋台・踊りなどが参  
加する祭りへと変わっていき、現  
在では伊那谷上げての大イベン  
トへ発展しています。

▲本町一丁目の本屋台  
(現在は開善寺の茶室に)



▼桜町三丁目の囃子屋台



(資料提供／飯田市美術博物館)

# 大名行列



## 歴史

江戸時代、本町三丁目ではお練りまつりに屋台を出して奴踊りをしていましたが、1866年（慶応2年）の火災で「奴屋台」を焼失してしまいました。そこで1872年（明治5年）から大名行列を始めました。

1878年（明治11年）には、東京から志村一家を師範として招き、本格的な行列儀式を習い、披露しました。こ

の時習得した細かい所作や掛け声は、以後百数十年にわたって継承され、飯田市無形文化財に指定されています。1919年（大正8年）には東京遷都五十年記念行事での演技披露の要望を受けて上京し、大正天皇の天覧を賜る榮譽を受けました。この時から、行列には「天覧旗」が掲げられています。

## みどころ

大名行列は、江戸時代の参勤交代を再現したものです。百人ほどになる行列の先頭に立つ「化粧傘」は最初に掛け声をかける役目があり、全体の音頭を取って進みます。その後ろには、さまざまな道具を持った奴姿の男衆が続きます。

化粧傘に続く二人組の「先箱」は、息のあった所作が見ものです。多種多様な長物を持った「黒車熊」「天狗車熊」「白車熊」「富士形」などは、歩きながら自分の道具を列の相手と投げ合う姿が見どころです。また、「傘取り」や「草履取り」の軽妙な動きも人々を惹きつけます。



▲昭和25年の大名行列

## 大名行列の道具

大名行列で使われる道具は、明治のはじめに、本町出身の薄井龍之の尽力により、各所から国宝級の道具類が集まったといわれています。

これらの道具は実際に参勤交代で使われたものもあり、奥州仙台藩、若狭小浜藩、播州姫路藩といった格式高い藩から譲り受けたとされています。



当時の貴重な道具が現在も使われている先箱

開館時間

午前10時～午後6時 ※3月27日(日)まで（月曜日定休）

場所 ※1

◎知久町1丁目（サロンちくいち） ◎中央通り3丁目（小林ビル1階）

（※1）展示品が異なりますので、ぜひ2箇所でご覧ください。

★飯田市美術博物館では、特別陳列として3月19日（土）～5月8日（日）まで「飯田城とお練りまつり」を開催します。

# 東野大獅子



## 歴史

東野大獅子は、1902年（明治35年）のお練りまつりに初めて参加し、この時は竹で編んだ大きな籠製の獅子でした。

1914年（大正3年）には、本格的な獅子舞をということで、高森町牛牧の獅子舞の師匠を招き、舞いを伝授されました。宇天王（王様）の面は飯田の名工に彫ってもらいましたが、装束は間に合わず、

貸衣装屋から歌舞伎衣装を借りての参加となりました。

1920年（大正9年）には、宇天王の装束と木製の獅子頭もそろい、獅子は頭・屋台を含めて最大25メートル、使われた幌布は120反にのぼる大きなものになりました。

1998年（平成10年）には、長野冬季オリンピックの閉会式に出演し、世界中の人々に勇壮な舞いを披露しました。

## お楽しみ

舞いは「大門口起こしの舞」「道中起こしの舞」「まだかの舞」「寝かしの舞」の四種類があります。

宇天王が綱を引いて、無理やり眠りから覚まされた獅子は暴れだしますが、やがて落ち着きを取り戻し、太鼓や笛の調子に合わせて舞い踊ったのち、最後には再び寝かすつけられます。これは独特のスタイルで、全国的にも大変珍しいものです。

あてやかな衣装を身にまとった宇天王の優雅な動きと、南信州最大級の大きさを誇る屋台獅子が躍動する姿に、お囃子の豊かな音色が見事に調和した姿はまさに圧巻です。



▲竹で編んだ籠製の獅子頭(明治35年)

## 東野大獅子の獅子頭

現在使われている獅子頭は2代目です。

初代獅子頭は1920年（大正9年）のお練りに向け、特大二尺の立派なものを名古屋に注文しました。ところが、飾り用と勘違いされ肉厚に作られたため重く、内側を削り取って軽くしたといわれています。1974年（昭和49年）を最後に引退し、現在は飯田市美術館に展示されています。



美術博物館に展示されている初代獅子頭

# 『お練りサロン』にお越しく下さい。

出演団体の紹介、獅子頭や衣装などの展示、関連グッズ販売などを行うサロンを市内2箇所開設中です。



## 第10回キャリア教育推進フォーラム 先輩が語る地域の魅力



龍江小学校の活動を発表する3・6年生

1月30日、キャリア教育の成果を確認するフォーラムを人形劇場で開催しました。各中学校の代表生徒で構成された「結いジュニアリーダー」や龍江小学校3・6年生、飯田高校天文班の皆さんが、それぞれ地域と関わり活動した様子を発表しました。10周年記念企画の「先輩と語る会」では、過去に結いジュニアリーダーを経験した大学生2人が、「当時の活動や現在地元を離れた生活から、地域の良さを改めて感じた」と語りました。



先輩ジュニアリーダーが思いを語る

## 選挙出前授業 高校生が投票を体験



実際の投票箱や記載台などを使用

今年の6月から選挙権年齢が18歳に引き下げられます。選挙管理委員会では、2月8日に飯田女子高校で選挙の出前授業を行いました。3年生190人が模擬投票を体験し、選挙や政治への関心を高めました。

## 飯田市絵巻物が完成 海外向けに飯田を紹介



制作に参加した市民委員の遠山康幸さん(中央)と岡田倫英さん(左)

2027年のリニア中央新幹線開通を見据えて、飯田市を海外に紹介する冊子が完成しました。見た人の印象に残るように巻物状のデザインにし、イラストを多く配置。海外からの来客者などに配布していきます。



## お練りサロンオープン 橋北・橋南・東野公民館合同講演会 お練りムード盛り上がる

サロンでは各出演団体の紹介を展示

1月25日、知久町1丁目と中央通り3丁目にお練りサロンがオープン。3月27日まで展示やグッズ販売などを行います。

2月13日、追手町小学校講堂で「お練りまつりを10倍楽しむ講演会」が開催されました。約50年間途絶えていたお囃子を復活させた橋北屋台囃子は迫力ある演奏を披露。本町三丁目大名行列と東野大獅子は解説を交えながら実演し、来場者がそれぞれの道具に触れる機会も設け、本番へ向け気分を高めました。



復活させたお囃子でお練りまつりに初参加

## 大学連携会議「学輪IIDA」全体会 ネットワークで地域の価値を発信



パネルディスカッションで学輪IIDAの意義と可能性を議論

法政大学の学生が「飯田水引プロジェクト」の取り組みを発表  
1月23日、シルクホテルで全体会を開催し、飯田を学びの場として調査や活動を行っている大学の研究者などが集まりました。パネルディスカッションでは、大学や研究者とのネットワークにより、この地域の価値を創造し発信していく可能性について議論しました。

# 現代版 養生訓

## 周術期口腔機能管理について

がんや心疾患の治療で手術、放射線治療、抗がん剤治療を行った際に口腔内の環境が原因で重度の口内炎、味覚異常、手術創への感染などの合併症が生じることがしばしばみられます。

これらは「食べる」「話す」といった日々生活していくための動作が苦痛になってしまい、患者さんにとって大きなストレスとなりまます。結果的に栄養不良となり、抵抗力が低下し肺炎や敗血症を起こしやすくなってしまうので、抗菌薬の長期投与や在院日数の延長に繋がり、治療の継続が困難になることもあります。

近年、口腔機能管理を行うことが合併症の予防に重要であることが報告されて

おり、医科と歯科の連携によるチーム医療の重要性が国を挙げて提唱されています。

口腔機能管理の具体的な処置内容としては、手術前後や放射線化学療法中の口腔ケア、動揺歯の固定や抜歯、義歯の調整、虫歯や歯周病の治療などです。当院での周術期口腔機能管理の流れとしては、治療開始前に担当科から当科に紹介され、口腔内を評価し、入院前・入院中に口腔ケアや必要な歯科治療を行います。

治療開始（入院）までの期間はかかりつけ歯科医院での対応も可能です（担当科から直接紹介状を作成します）。退院後はこちらの歯科医院と連携し対応します。



市立病院 歯科口腔外科  
秋田大輔 医師

手術や放射線化学療法は早期治療が前提ですが、診断から治療開始までの期間が短い場合がほとんどです。そのため歯科治療が必要な部位が多い患者さんの場合、すべての歯科治療が終了するのは困難です。普段から歯科を受診され口腔内の状態を改善しておくことが重要です。



飯田市立病院  
〒395-8502 飯田市八幡町438  
TEL.0265-21-1255

# 散歩道にて

その134

市長 牧野光朗

地域を学ぶ若い皆さんのために

平成20年から南信州・飯田のフィールドスタディを開始して以来、私はそのプログラムの中で総論的に飯田の地域づくりについて講義を行って

本書の執筆は難航を極め、数年に及ぶ紆余曲折を経て、ようやく今年度の「学輪―IDA」全体会議で出版報告ができました。

いますが、学生の皆さんや大学の先生方からは、予習や復習ができるテキストのようなものをつくれないうかが、この要望が早くから寄せられています。これから地域を学び、全国各地で地域づくりに実践する若い皆さんの一助になれば、この思いから、これに応えようと執筆した本が『円卓の地域主義』です。しかし

その原因は私が多忙過ぎて十分な時間と労力を割けなかつたこともありましたが、現在進行形で様々な分野で事業が動いている飯田の地域づくりを総括的にまとめることは至難であり、作業が遅々として進まなかつたことにあります。こうした困難を乗り越えて本書を完成できたのも、政法大学の小門裕幸研究室はじめ多くの皆さんの一方ならぬご協力があつたからこそで、感謝に堪えません。本書自身が多くの皆さんと円卓を囲んで議論し、「共創」によってつくり出されたものと言つても過言ではないと思つていきます。





先月の福澤直美さん(県)からのリレー

### 学びの宝庫、飯田

～ 大学生からのメッセージ ～  
No.32

#### 伝統工芸品・飯田水引プロジェクトを通じて

法政大学キャリアデザイン学部  
キャリアデザイン学科3年

加藤 玖実子 (埼玉県出身)

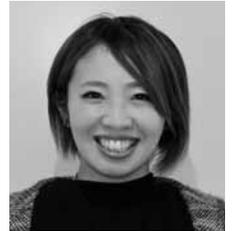
私は、学内のゼミにて飯田市役所の方々と連携し「飯田水引」の活性化を目的としたプロジェクトを行っています。そこで、昨年12月5日に東京都の北品川商店街にて「水引しおりのワークショップ」と「水引プレスレットの販売」を実施しました。当日は、沢山の方々に来ていただき、水引の新たな魅力の発信・水引を知る機会の提供ができたのではないかと考えます。

私自身このプロジェクトに関わるまで、飯田水引に触れ合う機会がありませんでした。しかし飯田市役所や水引組合の方々の話を聞き、調査を行っていく中で、その魅力を知ったと同時に代々継承され続けた素晴らしい産業が衰退の一步をたどっていることに危機感を感じました。学輪IIDAのような、大学と行政が連携し地方の産業に新たな発想を取り入れる試みは、この現状を打破するきっかけになる可能性を大いに秘めているとプロジェクトを通じ強く感じました。



水引しおりのワークショップの様子

3歳になる長女はお腹にいる時に小さい事がわかり、こども病院で、35週1110gで生まれしました。6カ月の時に家で呼吸がとまり、気管切開をすることになり、呼吸を確保する代わりに声を失いました。



### 感動したこと

三石 敦美さん (電丘)

3歳の誕生日前にそれまでうまく出来なかった指で3を作る練習をしました。当日それに合わせて「さんさい」と言葉にだして言えた事、ろうそくの火を吹き消せた事に成長を感じ、とても感動しました。

毎月市民の皆さんに、

1. 私の健康法
2. 感動したこと
3. 今がんばっていること
4. まちづくりへの提言

以上の項目から選んで語っていただき、次の方にバトンタッチする「リレートーク」です。次はあなたの番かも…

## 僕の夢 私の夢

### 国際的な繋がりを

私の夢は大学へ行って英語を勉強し、違う国の人と人を繋げる仕事に就くことです。

そう思うようになったのは中学に入ってから本格的に英語を勉強するようになったからです。私は保育園の頃から英語を習っていますが、なんで英語の勉強をしているのかわからず今までやってきました。しかし先日、外国の方と英語で簡単な会話をすることがあり、日本語では会話のできない多くの人と繋がることができると思いました。だから、これから高校や大学へ行き、たくさんの人と会話ができる英語力を身につけたいです。

わかばやしつばさ  
若林聖空さん  
(飯田東中3年)



# 市役所発 ぐらしの情報



お知らせ

## 看護職資格をお持ちの皆さまへ

南信州広域連合と飯田医師会では、地域医療の充実のため、看護資格をお持ちの皆さまへ「長野県ナースセンター」への登録をお願いしています。

「長野県ナースセンター」は、長野県の指定を受けて長野県看護協会が運営している看護職限定の無料職業紹介所です。

ナースセンターに登録すると、就職相談、求職情報だけでなく、研修会の情報、進路進学相談などを受けることができます。

また再就職支援研修や訪問看護研修などを受講することもできます。

ナースセンターに登録して、あなたの看護経験、看

護資格を活かしてください。

### ▼登録方法

e ナースセンターにアクセス

HP e ナースセンター 検索

### ▼問い合わせ

長野県ナースセンター  
☎0263(35)0067

## 国民健康保険加入者の人間ドック

飯田市国民健康保険加入者の特定健診受診券は、毎年5〜6月に郵送されます。人間ドックを受診する場合、特定健診受診券が助成券として利用できる医療機関があります。

郵送前の4月から6月に飯田下伊那の指定医療機関で人間ドックを受診される方は、受診券を先行発行します。受診予定の1週間前までにご連絡ください。

### ▼対象

飯田市国民健康保険に平成28年4月1日以前から継続して加入されている

方で、平成28年度中に40歳〜74歳になられる方

### ▼問い合わせ

保健課 特定健診担当  
内線5514

## 男性はつらつ運動塾

椅子に座った運動を中心に行います。運動不足解消と仲間づくりを活用ください。初回と終了時には体力測定を行い、運動の効果が確認できます。

### ▼対象

65歳以上ではつらつ運動

塾に今まで参加されていない男性

### ▼日時

4月18日〜10月3日の第1・3月曜日(12回)  
午前9時30分〜11時

### ▼場所

麻績の里交流センター  
(旧座光寺小学校校庭)

### ▼定員

25人

### ▼申込方法

電話で申し込みください。

### ▼申込締切

3月25日(金)

### ▼申し込み・問い合わせ

## 市・県民税の申告は、お済みですか？

## 期限までに必ず申告をお願いします。

申告期限 **3月15日(火)**

- ①給与や公的年金以外に、何らかの収入があり、確定申告の必要がない方
- ②各種所得控除、税額控除の適用を受けられる方
- ③平成27年中に収入が無かった方
- ④収入が非課税所得(遺族年金、障害年金、失業手当など)のみであった方

- 市・県民税の申告についての詳細は、広報いいだ1月1日号、2月1日号、市のウェブサイトをご覧ください。
- 申告をされないと、国民健康保険税等の軽減措置など受けられない場合があります。

### 問い合わせ

税務課 市民税係 内線5161、5162、5163

◎所得税・消費税の確定申告、贈与税・相続税の申告は税務署へ



# 教育ローン

## キャンペーン

お子様の夢を応援します!!

### 証書貸付型・リピートプラン

(しんきん保証基金保証)

しんきん教育応援団  
まなぶぞう



キャンペーン期間

平成28年 4月28日(木)まで

どなたでも  
年0.225%  
金利引き下げ

お取引内容により  
+最大年1.10%の  
金利引き下げ

最大  
=年1.325%  
金利引き下げ!!

●詳しい説明書は窓口にて用意しています。

教育資金もATMで 教育カードローン取り扱い中!

【ご融資期間】16年以内  
【ご融資金額】1,000万円以内  
(別途保証料が0.48%、リピートプランは0.38%必要となります)

最優遇金利  
変動金利

# 年1.50%

- 入学金・授業料などの学資資金、その他教育関連資金(下宿費用なども含む)にお使いいただけます。
- お子さまの在学中はお利息のみのお支払いで、お子さまの卒業後ご返済を開始できます。

SHINKIN BANK  
飯田信用金庫



ローンセンター名古熊  
☎0120-841-160



**秀水美人画美術館  
展示替え**

「目覚め」と題して、第89回常設展展示替えを行います。

**▼期間**

3月5日(土)～5月26日(木)

**▼開館時間**

午前9時30分～午後5時

※入館は午後4時30分まで

**▼休館日**

月曜日(祝日は除く)

3月22日(火)、5月6日(金)

**▼観覧料**

○一般 200円

(160円)

○高校生 150円

(120円)

○小中学生 100円

(80円)

※( )内は20人以上の団体料金

※上郷考古博物館と共通で入館できます。

※上郷考古博物館と共通で入館できます。

**▼問い合わせ**

上郷考古博物館

0265(53)3755

**飯田市上下水道事業  
運営審議会委員募集**

▼募集人数 4人

**▼応募資格**

市内にお住まいで、次に該当する方

○平成28年4月1日現在、20歳以上の方

○市の水道および下水道について関心のある方

○平日に開催される会議に出席ができる方

※常勤の公務員、上下水道に関する職を専業とする方は応募できません。

※市の他の附属機関または市が設置する協議会の委員と兼ねる場合は3つ以内となります。

※この審議会の委員を通算3期または通算6年を超える方は再任しないものとします。

**▼任期** 5月から2年間

**▼報酬など**

市の規定による委員報酬旅費を支給

**▼応募方法**

住所、氏名、上下水道に関する意見または提言を記載した書類(A4判の様式任意)と、市販の履歴書(写真貼付)を提出してください。

(郵送可)

**▼申込期間**

3月1日(火)～31日(木)  
(消印有効)

**▼選考**

上下水道局に設置する選考委員会において選考し、応募者に4月下旬ころ結果をお知らせします。

**▼応募、問い合わせ**

〒395-8501  
大久保町2534番地  
経営管理課 庶務係  
内線5252

**ゆいきつず講座**

わらべうたあそびには親子の絆を深めたり、感覚機能の刺激や季節を感じるなどメリットがたくさんあります。ゆったりとした時間の中で、わらべうたを通して親子の触れ合いを楽しみましょう。

**▼日時**

3月15日(火)

午前10時30分～(30分程度)

**▼場所**

こども家庭応援センター  
キッズルーム(りんご庁舎2階)

**▼内容**

わらべうたあそび  
**▼講師** 下沢洋子さん  
**▼対象**

**▼対象**

就学前の子どもさんと保護者の方

**▼定員**

15組(先着順)

**▼申込方法**

電話か、ゆいきつず広場で申し込みください。

**▼申込締切**

3月11日(金)

**▼その他**

※参加無料

※市営本町駐車場は、初めの1時間のみ無料です。

※火曜日はゆいきつず広場はお休みとなります。

**▼申し込み・問い合わせ**

子育て支援課  
飯田市こども家庭応援センター  
内線5344

**2月15日号の訂正**

広報いいだ2月15日号の記事に誤りがありましたので、お詫びして訂正いたします。

●5ページ  
歯周病予防を心がけましょう  
飯田下伊那歯科医師会の電話番号

誤 ☎ 0265(23)1348

正 ☎ 0265(22)1348

**SUZUKI スズキセニアカー**

お出かけの楽しみと、自由が広がる。

**ET40** 使いやすい快適装備と、ゆとりある走行が魅力です。

本体価格 **368,000円** 連続走行距離 **33km**

スズキセニアカーには、消費税がかかりません。  
本体ご購入の際にご注文いただいたオプション品につきましても消費税はかかりません。

電気で動く  
手軽に操作  
歩道を通れます

無料出張試乗受付中!

株式会社 **スズキ自販南信 飯田営業所** TEL.0265-28-1885 飯田市北方963-10

広告欄

## 平成28年度 手話奉仕員養成講座

聴覚障がいや、聴覚障がい者に関連する福祉制度などについての理解と認識を深め、手話で日常会話を行うのに必要な手話表現技術などを習得します。

### ▼日時

4月14日～平成29年3月23日（毎週木曜日）  
午後7時～9時

※年数回、木曜日以外に行う場合があります。

※全課程受講できる方が対象です。

### ▼場所

### ▼内容

手話奉仕員養成講座「入門・基礎」カリキュラムに基づく講座

（約80時間以上の講習）

### ▼定員

### ▼受講料

8000円  
（テキスト代含む）

※全講座の8割以上の出席者に対して修了証を授与します。

### ▼申込方法

受講申込書にご記入のうえ、FAXでお申し込み

ください。  
※受講申込書は市ウェブサイトからダウンロードできます。

市役所 手話奉仕員養成講座

※ダウンロードできない方は郵便番号、住所、氏名

連絡先（FAX/TEL）、年齢、職業、手話学習経験の有無、受講動機を記入し、お申し込みください。

### ▼申込期間

3月16日（水）～31日（木）

### ▼申し込み・問い合わせ

飯田手話普及委員会事務局（飯田保健福祉事務所福祉課内）

TEL 0265(53)0412  
FAX 0265(53)0474

## 録音図書制作ボランティア養成講座

視覚障がいなどで読書が難しい方に貸出をするデジタル録音図書作成のため、朗読や録音の技術を学びます。

### ▼対象

○講座終了後、録音図書製作を続けてやっていただける方

○パソコンのできる方

### ▼日時

4月～平成29年3月の毎月第3水曜日（全12回）  
午前中開催

### ▼場所

中央図書館2階研修室

### ▼教材費

無料

### ▼申し込み・問い合わせ

中央図書館  
TEL 0265(22)0706

## プラネタリウムオリジナル番組新作発表会

美術博物館では「伊那谷の自然と文化」に関するプラネタリウムのオリジナル番組を毎年制作しています。今年も、田中芳男没後100年に合わせて「日本の博物館の父 田中芳男」を制作しました。

### ▼日時

3月21日（休）  
午後3時15分～5時

### ▼場所

美術博物館プラネタリウム室

### ▼内容

○第一部（午後3時15分～4時15分）

・講演 ドーム映像の新しい活用法

・講師

尾久土正己さん、吉住千重紀さん（和歌山大学観光学部）

○第二部（午後4時20分～5時）

・上映番組

日本の博物館の父 田中芳男

・解説

櫻井弘人（美術博物館学芸員）

※無料ですが、整理券が必要です。

整理券（90人）は当日午後1時から受付で配布します。

▼問い合わせ  
美術博物館  
TEL 0265(22)8118

飯田市役所

検索

# 市のウェブサイトをご覧ください

## 広告欄



# 無料体験レッスン実施中!



日程	3/6(日)	3/20(日)	3/21(祝)	4/3(日)	4/17(日)
会場	松尾センター	飯田センター	飯田センター	松尾センター	飯田センター
10:30～	おながくなかよしコース	幼児科コース	ジュニアスクール基礎コース	幼児科コース	おながくなかよしコース
13:30～	幼児科コース	おながくなかよしコース	ジュニアスクールドラムコース	おながくなかよしコース	幼児科コース

ドレミらんど らっきークラス…1歳児 ぶつぷるクラス…2歳児  
おながくなかよしコース…3歳児 幼児科コース…4～5歳児  
飯田センター 3/11(金) 10:30～  
松尾センター 3/16(水) 10:30～  
ジュニアスクール(基礎・ドラムコース)…小学1年～6年生



詳細はHPで  
ヤマハ音楽教室  
公式サイト

http://www.yamaha-ongaku.com/

※お電話によるお申込み・お問い合わせは…

精琴堂楽器店

飯田市銀座2-9 ●E-mail seikndog@orion.ocn.ne.jp

TEL 0265-22-7121

### 伊那谷自然史発表会

小学生く大人まで伊那谷の自然ファンが集まる発表会です。年間温めてきた調査・研究発表の他、旅行や登山の報告などさまざまな発表があります。  
参加費無料、どなたでも参加できます。

▼日時

3月20日(祝)  
午後1時～3時30分

▼場所

美術博物館講堂

▼問い合わせ

美術博物館  
☎0265(22)8118

### 飯田アカデミア 第76講座

▼日時

3月12日(土)

○第1講

午前10時～正午

○第2講

午後1時～2時30分

▼場所

上郷公民館103会議室

▼テーマ

近世の富士信仰と女性

※詳細は市ウェブサイトをご覧ください。

市HP 飯田アカデミア

▼講師

梅澤(宮崎) ふみ子さん  
(恵泉女学園大学名誉教授)

▼受講料

500円(資料代)

※1講義のみでもご参加いただけます。

▼申込方法

事前に電話で申し込みください。

▼申し込み・問い合わせ

歴史研究所  
☎0265(53)4670

## 飯田市立病院からのお知らせ

3月31日まで、面会制限を実施しています。

冬季流行感染症予防のため、

**面会をご家族に限らせていただきます。**

ご理解とご協力をお願いします。

●問い合わせ ☎0265-21-1255

## 各種相談所

相談は無料、秘密は厳守します。

相談名	日時	場所	問い合わせ	相談名	日時	場所	問い合わせ		
行政相談	3月8日(火) 13:00～16:00	市役所A棟1階	総務文書課 内線2111	消費者相談 (多重債務相談を含む)	毎週月～金曜日 8:30～17:15	市役所C棟1階	男女共同参画課 ☎0265(22)4530		
外国語相談	ポルトガル語 毎週火・木曜日 13:00～17:00	市役所A棟1階 (外国人相談窓口)	男女共同参画課 内線5453	心配ごと相談	一般相談	さんとびあ飯田	社会福祉協議会 ☎0265(53)3180 (受付順)		
	タガログ語 英 語				毎週木・金曜日 13:00～17:00			特別相談 (法律的)	毎週火曜日 13:00～16:00 受付15:00まで
	中国語				毎週月・火・木・金曜日 13:00～17:00			法律相談 (係争中のものは除く)	毎月第2金曜日 13:00～17:00
女性の相談	悩みごと	市役所A棟1階	子育て支援課 内線5739	結婚相談	休日	さんとびあ飯田 ※本人の相談が原則 ※本人確認ができる書類と写真1枚が必要	社会福祉協議会 ☎0265(53)3182		
	法律相談	3月15日(水) 13:30～16:30	市役所C棟1階		男女共同参画課 内線5451 (予約制)			平日	毎週月～金曜日 (祝日は休み) 8:30～17:30
教育相談	毎週月～金曜日 8:30～17:00	市役所A棟3階	教育相談室 内線3721	障がいのある方 または ご家族の相談	毎週月～金曜日 (祝日は休み) 8:30～17:30	さんとびあ飯田	飯伊圏域障がい者 総合支援センター ☎0265(24)3182		
子育て相談	毎週月～金曜日 8:30～17:15	りんご庁舎2階	内線5343	生活や就労などの 総合的な相談	毎週月～金曜日 9:30～17:00	まいさぼ飯田	まいさぼ飯田 ☎0265(49)8830		
教育支援・就学相談		子ども家庭応援 センター	内線5342						
家庭児童相談		りんご庁舎3階	保健課保健指導係 内線5306 (予約制)						
こころの相談日	3月14日(月) 3月28日(月) 13:30～、15:00～	りんご庁舎3階	保健課保健指導係 内線5306 (予約制)	高齢者の介護 予防や生活の 相談	毎週月～金曜日 8:30～17:30	いいだ地域包括支援センター かわじ地域包括支援センター かなえ地域包括支援センター 南信濃地域包括支援センター	☎0265(56)1595 ☎0265(27)6052 ☎0265(28)2361 ☎0260(34)1066		
ジョブカフェいだ 若年者就業相談	毎週月～金曜日 8:30～17:00 受付15:30まで	市役所A棟3階 (産業振興課内)	ジョブカフェいだ 内線3514 (予約制)	成年後見相談	毎週第2・4木曜日 10:00～12:00	いだ成年後見支援センター	☎0265(53)3187		
中小企業経営者の ための 経営悩み相談	毎月第4木曜日 12:30～15:00	飯田商工会議所 (常盤町41)	飯田商工会議所 ☎0265(24)1500 (予約制・無料)	認知症の方や 家族の相談・交流		さんとびあ飯田 (ほっとカフェわたの美)	社会福祉協議会 ☎0265(53)3180		
巡回労働相談	毎月第3水曜日 10:30～15:30	飯田勤労者 福祉センター	産業振興課 ☎0265(53)6078 南信労政事務所 ☎0265(76)6833	<b>市長の留守番電話 ☎0265(23)8181</b>					

市民の皆さんの  
ご意見ご相談をいつ  
でもお受けします。

# ほっ湯アップル運動教室受講生募集 (4月～9月)

◆水中運動教室コース (6カ月間23回～25回) 月曜日は11回 ◎受講料は6カ月分となります。

コース名	開講日	時間	内容	募集人員	受講料 (6カ月分)
フレッシュコース	第1・3・5月曜日	11:00～11:50	初心者のための水中運動	若干名	7,300円
男塾	第1・3・5月曜日	19:00～19:50	男性のための筋力アップを中心とした水中運動	10人	7,300円
リフレッシュコース 1	火曜日	11:00～11:50	体の柔軟性を高め、病気・けがを予防	若干名	16,000円
リフレッシュコース 2	木曜日	11:00～11:50		若干名	15,300円
リフレッシュコース 3	木曜日	18:30～19:20		10人	15,300円
リフレッシュコース 4	火曜日	13:00～13:50		若干名	16,000円
リフレッシュコース 5	火曜日	18:30～19:20		10人	16,000円
腰痛コース 1	火曜日	14:00～14:50	腰痛の予防と改善のための水中運動	10人	19,000円
腰痛コース 2	木曜日	19:30～20:20		若干名	18,200円
ヘルシーコース 1	木曜日	15:00～15:50	全身をしっかりと動かし健康増進を目指します	10人	18,200円
ヘルシーコース 2	金曜日	19:30～20:20		10人	19,800円
機能回復コース	火曜日	15:00～15:50	膝、腰などに痛いところがある方におすすめ 筋バランスを整えます	10人	19,000円
楽楽コース	木曜日	14:00～14:50	楽しく健康づくり	若干名	15,300円
シェイプアップ 1	火曜日	19:30～20:20	水中運動で楽しく、きれいに脂肪を燃焼	若干名	22,000円
シェイプアップ 2	水曜日	19:30～20:20		若干名	23,000円

※高血圧・心臓病など治療中の病気のある方は主治医に相談してから申し込んでください。

※いずれも受講料の他に入場料が必要になります。 ※定員になり次第締め切ります。

◆床運動教室コース (6カ月間のコース) ◎受講料は3カ月毎の納付ですが、開催回数で金額が多少変わります。

コース名	開講日	時間	内容	募集人員	受講料 (3カ月分)
フラダンス A	火曜日(全24回)	19:00～20:30	基本から学べ、楽しく、健康維持にも良いクラス	10人	6,000円
フラダンス B	第1・3土曜日(全11回)	15:15～16:45	基礎から学べるエンジョイクラス	15人	3,000円
フラダンス C	第2・4金曜日(全12回)	19:00～20:30	55歳以上のゆったり、ゆっくと楽しむことができるクラス	若干名	3,000円
フラダンス D	第2・4土曜日(全12回)	15:15～16:45	基礎から学べるエンジョイクラス	若干名	3,000円
フラダンス 子供 A	第1・3土曜日(全11回)	17:00～18:00	仲良く、楽しく基礎から学ぶクラス(小学1年生～3年生対象)	若干名	2,400円
フラダンス 子供 B	第2・4土曜日(全11回)	17:00～18:00	仲良く、楽しく基礎から学ぶクラス(未就学児対象)	10人	1,800円
フラダンス 子供 C	第1・3土曜日(全11回)	18:10～19:10	仲良く、楽しく基礎から学ぶクラス(小学4年生～高校生対象)	10人	2,400円
ヨガ&ビューティー・フィットネス	金曜日(全25回)	11:10～12:10	ヨガとビューティー・フィットネスを隔週交代で開催	10人	7,800円
ヨガ・ストレッチ 2	土曜日(全25回)	14:00～15:00	呼吸法を用い自分の体調を把握、自己免疫力を高める。	10人	7,800円
ヨガ・ストレッチ 3	第2・4水曜日(全12回)	19:30～20:30	心と体のバランスを整える。	若干名	3,600円
ビューティー・フィットネス	金曜日(全25回)	19:30～20:30	美しいからだ作り。ヨガ・簡単なダンスを取り入れ体を整える。	10人	7,800円
健康体操	金曜日(全25回)	13:00～14:00	中高年向け、ほぐし体操。筋力トレーニングと笑いが出る頭の体操。	15人	7,800円

※いずれも受講料の他に入場料が必要になります。 ※定員になり次第締め切ります。

申込受付期間 **3月10日(木)～24日(木)**

申込受付時間 **午前11時～午後5時**

申し込み・問い合わせ **ほっ湯アップル ☎0265(56)6767** ★定員にならないコースは引き続き受付いたします。★

広告欄

キャリア生かします 入会をお待ちしています お役に立ちます ご利用をお待ちしています

公益社団法人  
飯田広域 **シルバー人材センター**

「春休みおさらい教室」・28年度「学習教室」の生徒(小学生・中学生)を募集します  
教職経験会員が、一人ひとりの力に合わせた指導を行います。詳しくはご連絡ください。

まずはお電話ください

TEL.(0265)22-8690 FAX.(0265)22-8655

# 平成28年度から軽自動車税の税率が変わります

◎問い合わせ/税務課 内線5142

## 1 原動機付自転車、軽二輪、二輪小型、小型特殊自動車

平成28年度から、以下の通り税率を変更します。

種 別	税 率(年額)		
	平成27年度まで	平成28年度から	
原動機付 自転車	第一種 50cc以下 0.6kw以下	1,000円	2,000円
	第二種乙 50cc超 90cc以下 0.6kw超 0.8kw以下	1,200円	2,000円
	第二種甲 90cc超 125cc以下 0.8kw超	1,600円	2,400円
	ミニカー	2,500円	3,700円
軽二輪車 125cc超 250cc以下	2,400円	3,600円	
雪上車	2,400円	3,600円	
小型特殊 自動車	農耕用作業車	1,600円	2,400円
	その他	4,700円	5,900円
二輪小型自動車 250cc超	4,000円	6,000円	

## 2 三輪、四輪以上の軽自動車

平成28年度から、環境負荷の低減(グリーン化)を進める観点から、初度検査から13年を経過した軽四輪車等について新税率の概ね20%の重課となります。

種 別	税 率(年額)		
	初度検査から13年を 経過していない車	初度検査が平成27年 4月1日以降の車(注1)	初度検査から13年を 経過した車(注2)
三輪 総排気量660cc以下	3,100円	3,900円	4,600円
四輪乗用 営業用	5,500円	6,900円	8,200円
四輪乗用 自家用	7,200円	10,800円	12,900円
四輪貨物 営業用	3,000円	3,800円	4,500円
四輪貨物 自家用	4,000円	5,000円	6,000円

※初度検査とは、新車が初めて車両番号の指定を受ける際の検査のことです。

初度検査年月は車検証で確認することができます。なお、平成15年10月14日前に初めて車両番号の指定を受けた三輪以上の軽自動車については、「初めて車両番号の指定を受けた年」までしか分からないため、経過年数の起算点を初めて車両番号の指定を受けた年の12月とします。

(注1) 初度検査から13年を経過するまで適用されます。

(注2) 特例により、動力源または内燃機関の燃料が電気・天然ガス・メタノール・混合メタノール・ガソリン電力併用(ハイブリッド)の軽自動車および被けん引車は、重課税率が適用されません。



## 3 グリーン化特例

平成27年4月1日から平成28年3月31日までに新規取得した三輪及び四輪以上の軽自動車(新車に限る)で、排気ガス性能および燃費性能の優れた環境負荷の小さいものについては、平成28年度分に限り軽自動車税を軽減する特例措置が受けられます。

種 別	税 率(年額)			
	ガソリン車・ハイブリッド車(注3)		電気自動車および 天然ガス車(注6)	
	基準1(注4)	基準2(注5)		
軽自動車	三輪 総排気量660cc以下	3,000円	2,000円	1,000円
	四輪乗用 営業用	5,200円	3,500円	1,800円
	四輪乗用 自家用	8,100円	5,400円	2,700円
	四輪貨物 営業用	2,900円	1,900円	1,000円
	四輪貨物 自家用	3,800円	2,500円	1,300円

(注3) 平成17年排出基準75%低減達成車(★★★★)

(注4) 【乗用】平成32年度燃費基準達成、【貨物】平成27年度燃費基準+15%達成

(注5) 【乗用】平成32年度燃費基準+20%達成、【貨物】平成27年度燃費基準+35%達成

(注6) 天然ガス車は、ポスト新長期規制からNOx10%低減する車両



## 3月は「自殺対策強化月間」です

■問い合わせ 保健課 保健指導係(りんご庁舎) 内線5306

この月間をきっかけに、いのちの大切さを確認しましょう。

平成26年に自殺で亡くなった方は全国で2万5,427人。ここ5年は減ってきていますが、若年者の自殺は横ばい状態が続いています。身近にいる人の悩みに気づいたら、声をかけるなど行動することで自殺予防につながります。

## ◎気づき

仕事や日常生活の中で出会う人の「表情が暗い」など、いつもと違う様子に気づいたら、声をかけて様子を聴いてみましょう。

## ◎傾聴

時間をかけて本人の話をじっくり聴きましょう。訴えを否定したり表面的な励ましをしないで、本人の気持ちを尊重し耳を傾けましょう。

## ◎つなぎ

本人の話を十分に受け止めたうえで、必要な支援者や専門相談機関につなげましょう。ネットワークで支えることが必要です。

## ◎見守り

心や身体の状態について自然な雰囲気の中で声をかけて、優しく寄り添いながら見守りましょう。

## ❖こころの健康に関する相談機関

- 飯田市役所  
りんご庁舎保健課、各自治振興センター保健師  
☎0265(22)4511 内線 5306(平日午前8時30分～午後5時15分)
- 飯田保健福祉事務所  
☎0265(53)0444(平日 前8時30分～午後5時15分)
- 南信地域活動支援センター  
☎0265(56)8732(平日 前9時～午後5時)
- 長野県精神保健福祉センター  
☎026(227)1810(平日午前8時30分～午後5時15分)
- 長野いのちの電話  
☎026(223)4343(毎日 前11時～午後10時)

## ❖生きることがつらいときの相談機関

- こころの健康相談統一ダイヤル  
☎0570(064)556(平日 前9時30分～午後4時)

## ❖インターネットで情報収集

- こころの耳 (働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト)
- 自殺予防総合対策センター (国立精神・神経医療研究センター)
- 長野県自殺予防情報センター

# 飯田市内の 御柱大祭

■問い合わせ：飯田観光協会 ☎0265(22)4851

数えて7年に1度、御柱祭が市内各所で開催されます。山から御神木を曳き出す山出し、御神木を地区内で曳きまわす里曳き、そしてクライマックスの建御柱などが見どころです。

## ◆松尾代田 下ノ宮諏訪神社

- 4月8日(金) 午前10時～ 区内巡行・御神木植栽
- 4月9日(土) 午前9時～ 代田獅子舞巡行
- 4月10日(日) 午前8時30分～ 獅子舞巡行  
午後3時～ 奉納舞

## ◆下久堅 知久平諏訪神社

- 3月13日(日) 午前10時～ 山出し
- 3月26日(土) 午前9時～ 里曳き(一般参加可)  
午後3時～ 建御柱

## ◆上久堅 小野子諏訪神社

- 4月3日(日) 午前8時～ 山出し
- 4月30日(土) 午前8時30分～ 里曳き・建御柱・餅投げ

## ◆千代 野池神社

- 4月3日(日) 午前8時～ 小場出し(山出し)
- 4月10日(日) 午前8時～ 里曳き  
午後3時頃～ 建御柱・餅投げ

## ◆千代 柏原明神社

- 4月16日(土) 午前9時30分～ 里曳き  
午前11時30分～ 建御柱・餅投げ

## ◆座光寺 麻績神社

- 4月24日(日) 午前11時～ 里曳き・建御柱

## ◆龍江 尾科諏訪神社

- 3月12日(土) 午前8時30分～ 山出し
- 4月17日(日) 午前8時30分～ 里曳き  
午後1時～ 建御柱  
午後2時20分～ 式典・祝宴・餅投げ

## ◆三穂 立石日枝神社

- 4月3日(日) 午前8時～ 山出し・里曳き・建御柱

## ◆山本 七久里神社

- 4月3日(日) 午前9時～ 里曳き(一般参加可)  
午後1時30分頃～ 建御柱・餅投げ

## ◆山本 竹佐伊奈神社

- 4月10日(日) 午前8時～ 里曳き  
午後3時～ 建御柱・餅投げ

## ◆上郷 飯沼諏訪神社

- 4月10日(日) 午前8時～ 里曳き  
午前11時30分～ 建御柱(二の柱)  
午後2時～ 建御柱(一の柱)  
午後3時～ 餅投げ

## ◆南信濃和田 諏訪神社

- 3月12日(土) 午前10時～ 山出し
- 4月3日(日) 午前10時～ 里曳き  
午後3時～ 建御柱

## ◆上村程野 正八幡宮

- 4月30日(土) 午前8時～ 里曳き  
午後2時～ 建御柱

# 飯田お練りまつりに伴い、交通規制を行います

◆問い合わせ／飯田お練りまつり奉賛会 ☎0265 (24) 1234

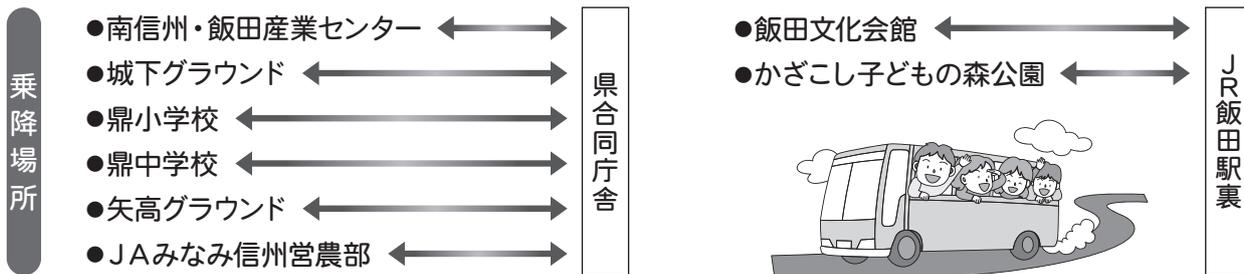
## 規制期間

**3月26日(土)・27日(日) 午前9時～午後6時**



ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

## 期間中、下記駐車場から有料シャトルバスを運行します



**運賃** 大人片道100円。小学生以下・割引証明書提示の方は半額。

## 飯田お練りまつりによるバス停の一部休止と 広域バス駒場線、市民バス循環線の増便のお知らせ



交通規制による経路変更のため、一部バス停を休止します。  
対象となる便は、交通規制時間内に市街地を通行するすべての便です。



### 路線バス

【休止するバス停】…下表のとおりです

路線名	休止するバス停
市民バス循環線	飯田病院前、中央通り3丁目、中央通り1丁目、県合同庁舎前、知久町1丁目、伝馬町1丁目、動物園前
市民バス大休線	飯田病院前
広域バス駒場線	飯田高校便 小伝馬町角
	市立病院経由 中央通り3丁目、中央広場
広域バス阿島線	小伝馬町角、伝馬町1丁目、知久町1丁目、知久町3丁目、飯田病院前、中央通り3丁目、中央通り1丁目
広域バス遠山郷線	中央通り3丁目、中央広場、知久町1丁目、知久町3丁目、飯田病院前

【臨時バス亭】…通り町、通り町2・3丁目交差点、吾妻町、中部電力前、いちよし証券前、主税町、アストロポウル横、オキナヤ横

増便	26日(土)	循環線	左回り 9:00便、右回り 15:30便、17:30便
		駒場線	曾山入口発 10:20 → 飯田駅前 10:50 曾山入口発 11:10 → 飯田駅前 11:40 飯田駅前発 15:30 → 曾山入口 16:00 飯田駅前発 16:30 → 曾山入口 17:00
27日(日)	循環線	左回り 9:00便、右回り 17:30便	
	駒場線	曾山入口発 11:10 → 飯田駅前 11:40 飯田駅前発 15:30 → 曾山入口 16:00	

### 高速バス

飯田商工会館発新宿線・名古屋線・長野線は26日(土)、27日(日)の終日全便において、飯田商工会館バス停は閉鎖し、飯田駅前バス停での発着となります。

### 問い合わせ先

◎信南交通(株) / ☎0265(24)0005

◎リニア推進課 / 内線3322

## ISO14001自己適合宣言 環境モデル都市選定 記念講演会

参加費  
無料

### 進む地球温暖化に地域としてどう取り組むか

～省エネ、創エネによる取り組みの可能性と方法について考える～

日時

**3月17日(木)**  
午後6時～7時30分

場所

市役所C棟 3階  
C311～313号会議室

問い合わせ

環境モデル都市推進課 内線5472

### プログラム

#### ◆問題提起

【講師】竹ヶ原 啓介 さん (株)日本政策投資銀行 環境・CSR部長)

「パリ協定と地球温暖化対策に地域として取り組む意義」

#### ◆基調講演

【講師】小野田 弘士 さん (株)早稲田環境研究所 取締役)

「パリ協定を受けて地域として地球温暖化対策にどう取り組むか」

どなたでもご自由に  
参加できます。

## コースのご案内

### ☆市内コース

日	コース	出発式	スタート	コースの特徴 (コース予定)
23 (土)	40Km	6:50	7:00	名勝天龍峡までの起伏に富んだ市内一周コース 大宮神社～猿庫の泉・妙琴公園～笠松高原・佐倉様～七久里神社～小笠原資料館(書院)～天龍峡・今田平～鷺流峡～松尾公民館～美術博物館～りんご並木
	舟下り (20Km)	7:45	8:00	ウォーキング途中で「天竜舟下り」を楽しめる特別コース 飯田消防署～弁天港―「舟下り」―時又港～天龍峡～今田平～鷺流峡～松尾公民館～美術博物館～りんご並木(注:特別参加料…別途必要)
	大平 (20Km)			鳩打林道の豊かな自然と南アルプスを望むコース 大平宿～鳩打林道(※道路状況によりコース変更あり)～主会場 ※定員40人
	第30回 大会記念 (16Km)			天竜川を渡り、飯田市街を眺めながら歩く展望コース 飯田消防署～弁天橋～風の学舎～久堅温泉～旧瀧澤医院～水神橋～松尾公民館～美術博物館～りんご並木
	20Km	8:45	9:00	南アルプスを正面に河岸段丘を下るコース(歩きたくなるみち500選【長野5】) 大宮神社～猿庫の泉・妙琴公園～笠松高原・佐倉様～伊賀良公民館～名古屋神社～りんご並木
	10Km			自然に親しむ公園巡りコース(野底山森林公園・かざこし子どもの森公園を通ります) 大宮神社～氷倉橋～野底山森林公園～柏原霊園～かざこし子どもの森公園～りんご並木
	7Km			風越コース(城下町飯田の風情を愉しみながら、市街地の史跡等を観光ガイドの案内で団体歩行で巡るコース) 三連蔵～市内寺社～白山社～今宮郊戸八幡宮
24 (日)	30Km	6:50	7:00	眼下に広がるりんごの花の絨毯を堪能し、田園地帯を巡るコース 大宮神社～柏原霊園～かえて街道～一本杉～御大の館～瑠璃寺～アグリ交流センター～山吹選果場～高森南小学校～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木
	20Km			森林公園から元善光寺を抜け、田園地帯を巡るコース 大宮神社～柏原霊園～かえて街道～一本杉～御大の館～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木
	10Km	8:50	9:00	人形浄瑠璃の里・黒田コース 大宮神社～上郷トンネル～黒田人形浄瑠璃伝承館～元善光寺・麻績の里～上郷城東～美術博物館～りんご並木
	5Km			ふれあい愛コース(飯田市街地と子どもの森公園を巡る、親子で楽しむコース) りんご並木～美術博物館～飯田駅前～高羽第1公園～かざこし子どもの森公園～武道館～桜並木 途中かざこし子どもの森公園を通らずに、比較的平らで、障がいのある方でも気軽に参加いただけるコースも設定します(ほっとすまいるコース)
	ノルディック 体験 5Km	集合時間 8:15 8:50	9:00	インストラクターと歩くノルディック・ウォークコース ノルディック・ウォークは2本のポールを使って歩くことで全身の筋肉をより多く使用するため、エクササイズ効果が高くなります。また、ひざ・腰等への負担も軽減されます。5kmコースと同じコースを歩きます。
	歩育 3Km	9:30	9:40	家族で楽しく「歩育」コース 桜並木～風越公園～中央図書館～四季の広場～動物園～りんご並木 小学生未満の子どもと家族などを対象としたコース。保護者・引率者同伴で参加ください。

※23日(土)に別途、飯田市PTA連合会主催のPTAコース(8Km)を開催します。募集・申込は、小中学校を通じて行います。

### ☆せっかくウォーク

飯田市上村地区を散策する7Kmコースです。

日	出発式 時間	スタート 時間	コース・日程
25(月)	8:30	8:45	8:45 御池山隕石クレーター～ 上村下栗～12:30 ゴール解散

※集合場所:御池山隕石クレーター ※別途オプション代(昼食代など)がかかります。  
※参加料:せっかくウォークのみ参加の場合100円(ゼッケン、記念バッジ、保険料)

### ミニコンサート

日時:4月23日(土) 13:00～14:00  
会場:主会場特設ステージ  
(雨天時:飯田市公民館ホール)  
参加費:無料  
※地元学生などが出演

### ノルディック・ウォーク講習会

日時:4月24日(日) 随時開催  
会場:主会場、ノルディックウォークブース前  
参加費:無料 定員:100人  
※参加希望の方は実行委員会事務局  
までお問い合わせください。

## ボランティア スタッフ 募集中!!

半日単位の  
参加も  
歓迎します

- ◆日時:①4月23日(土) 5:30～17:00  
②4月24日(日) 5:30～16:00
- ◆活動場所:飯田市中央公園  
およびコース内各所
- ◆募集対象:①中学生以上で、健康な方  
②活動に一人で参加できる方

ご希望される方は実行委員会事務局までご連絡ください。

### その他のご案内

- ・雨天でも大会は開催します。
- ・受付は各コース出発1時間前から主会場内で行います。
- ・参加者の方には大会バッジを差し上げます。
- ・参加される方は事前に健康診断を受け、万全な健康管理のもとに参加して下さい。万一事故が発生した場合、主催者は傷害保険に加入している範囲内および応急処置以外の責任は負いません。
- ・大会が案内する駐車場や施設における事故や盗難について、主催者は一切の責任を負いません。
- ・大会中の映像、写真、記事、記録などに関するテレビ、新聞、雑誌、インターネットなどへの掲載権と肖像権は主催者に属します。
- ・各コース途中に接待所がありますので、マイカップを各自でお持ちください。

※障がいのある方でサポートが必要な方は、実行委員会事務局までお申し込みください。また、一緒に歩きながら必要なサポートをしていただける方も同時に募集しています。詳細は実行委員会事務局へお問い合わせください。(☎:0265-21-3001 FAX:0265-53-4546)



## 第30回記念大会

4月23日出発式に  
峰 竜太さん来場

## 飯田やまびこマーチ

ひかり

～花と緑と陽光の中を～「手作りのおむすびを持って家族で歩こう」

★とき

4月23日(土)・24日(日)・25日(月)

★スタート・ゴール

飯田中央公園 (主会場)



■主催 飯田市、飯田市教育委員会、(一社)日本ウオーキング協会、  
長野県ウオーキング協会、中日新聞社、(公財)飯田市体育協会、  
飯田市連合婦人会、飯田市PTA連合会

★基本参加料 (ゼッケン、地図、大会バッジ、保険料を含む)

飯伊在住の方	事前申込		当日受付	備考
	2日参加	2,000円	2,200円	
高校生以上	1日参加	1,000円	1,200円	※大会誌・記念品付
	中学生以下		無料	
飯伊外の方	事前申込		当日受付	備考
	高校生以上	2,000円	2,200円	
中学生以下	1,000円		1,200円	※大会誌付

※注：申込参加を取り消されても参加料は返金いたしません

★特別参加料 (基本参加料に加算)

コース	事前申込	備考
舟下りコース(20Km)	1,500円 小学生 750円	舟下り乗船代

第30回大会記念コース  
「飯田市街展望コース」16km

4月23日



飯田市緑化祭

期日：4月23日(土)・24日(日)

同時開催  
イベントゆるキャラ®天国  
inりんご並木

期日：4月24日(日)

## お申し込み・お問い合わせ

□ 下記の申込用紙に必要事項をご記入の上、参加料を添えてお申し込みください。

〒395-8501 飯田市大久保町2534

飯田市教育委員会 生涯学習・スポーツ課内 飯田やまびこマーチ実行委員会

☎ 0265 (21) 3001 ☎ 0265 (53) 4546 ✉ yamabiko@city.iida.nagano.jp

- 各自治振興センター、各公民館、りんご庁舎市民証明コーナーでも受け付けます。  
【3月1日(火)～30日(水)】
- 3月31日(木)以降も大会当日まで受け付けますが、記念品などの進呈は事前申込の方を優先とします。
- 3月30日(水)までにお申し込みいただいた方は、大会誌にお名前を掲載します。

## 第30回 飯田やまびこマーチ参加申込書 (参加コース・参加料に○をつけてください)

氏名	生年月日	住所	電話番号	参加コース	参加料
フリガナ	T・S・H 年 月 日	〒		23日 7・10・16・20・40・大平・舟下り ノルディック講習会 24日 5・10・20・30・ノル5・歩育3 25日 せっかくウオーグ(飯田市上村)	2,000円 1,000円 無 料 100円
フリガナ	T・S・H 年 月 日	〒		23日 7・10・16・20・40・大平・舟下り ノルディック講習会 24日 5・10・20・30・ノル5・歩育3 25日 せっかくウオーグ(飯田市上村)	2,000円 1,000円 無 料 100円
フリガナ	T・S・H 年 月 日	〒		23日 7・10・16・20・40・大平・舟下り ノルディック講習会 24日 5・10・20・30・ノル5・歩育3 25日 せっかくウオーグ(飯田市上村)	2,000円 1,000円 無 料 100円

○舟下りコースは、別途乗船代1,500円(小学生750円)が必要です。

○せっかくウオーグ参加の方は事前にお申し込みください。当日、別途オプション代がかかります。

○ご記入いただいた個人情報、大会運営、次回大会のご案内および日本マーチングリーグなどの表彰候補者照会のために使用します。

○ミニコンサート、ノルディック・ウオーグ講習会などの参加は無料です。

# 三遠南信通信

三市合同企画 第128回

遠州

## 期間中のイベント

### ❁ 世界一美しい『桜とチューリップの庭園』

3月下旬～4月中旬

1,300本の桜と、色とりどり50万球のチューリップ。緑の森、樹木、池・水流が織り成す花風景は必見です。

### ❁ 夜桜 ライトアップ

3月26日(土)～4月10日(日) (予定)

### ❁ ヨルダン国花「ブラックアイリス」を特別公開!

4月上旬 (予定)

駐日ヨルダン大使夫人から国交樹立60周年の友好の証として球根が寄贈されました。日本の植物園では唯一の公開となる珍しい花をぜひご覧下さい。



▲ブラックアイリス

### 問い合わせ

- はままつフラワーパーク…………… ☎ 053 (487) 0511
- 浜名湖花フェスタ実行委員会 …… ☎ 053 (487) 0152

◎ 浜名湖花フェスタの詳細については、ホームページをご覧ください。

HP

浜名湖花フェスタは、浜名湖周辺の花の名所をめぐるイベントです。メイン会場となるはままつフラワーパークでは、日本初女性樹木医で同園理事長の塚本こなみ先生が手がけるフジ、1500株のバラ、100万本のハナシヨウブなど、季節を彩

る『花々のリレー』が訪れる人を魅了します。会期中は、フラワーパーク以外でもさまざまなイベントやお得な割引が受けられる施設がいくつかあります。色とりどりの花が咲き誇る花の浜名湖へ、ぜひ足をお運びください。

日本の春は  
浜名湖から

# 浜名湖花フェスタ2016

3月19日(土)  
～  
6月12日(日)



▼桜とチューリップの庭園

地域の情報を

# 「コミュニティFM」と「ケーブルテレビ」で!

飯田の  
“今”が  
分かる!



飯田エフエム放送  
FM76.3MHz



飯田 キャッチ! The wave  
月～金 7:40～



いいだFMのアプリ



スマートフォンにいいだFMのアプリ(無料)をダウンロードすると、日本中どこにいてもいいだFMを聴くことができます。また、災害情報(火災・地震・土砂災害など)が配信されます。詳しくは、<http://www.iida.fm/> をご覧ください。



ケーブルテレビ  
713、714、地上デジタル12



ictv ケーブルニュース  
月～金 18:00～

※1時間ごとリピート放送あり



ケーブル  
テレビ  
加入方法

- 竜東・遠山地区にお住まいの方  
ムトスまちづくり推進課 内線5434
- 上記以外の地区にお住まいの方  
(株)飯田ケーブルテレビ ☎0265 (52) 5406



りんご並木のエコハウス

りんご並木のエコハウスで時を過ごし  
快適さ、心地よさを体感してください。

申し込み・  
問い合わせ

りんご並木のエコハウス(本町2-30)  
電話 050-3583-1583  
(受付時間 9:00~17:00 月曜定休)

## りんご並木のエコカフェ Info

3月3日(木)より申し込み受付開始します

\* 3月のエコカフェ \*

★定員/各10人程度

※持ち物など詳細はお問い合わせください。

### ★今日から私もセラピスト 介護に生かせるタッチケア

日時:3月12日(土) 10:00~11:30  
講師:高田よう子さん  
参加費:300円



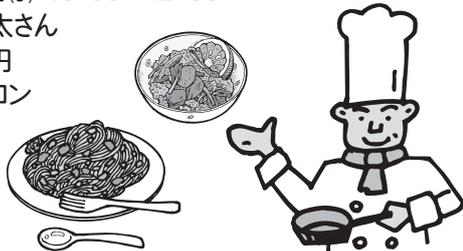
### ★美しいペン字を書こう ちょっとしたコツや書き方で 見違える文字に

日時:3月15日(火) 10:00~12:00  
講師:麩恵美さん  
参加費:300円



### ★~家庭で手軽にイタリアン~ 春の食材を使ったパスタとサラダ

日時:3月16日(水) 10:00~12:00  
講師:小沢竜太さん  
参加費:700円  
持ち物:エプロン



### ★地元の特産品の活用 市田柿でおいしいスイーツ

日時:3月23日(水) 10:00~12:00  
講師:湯沢広美さん  
参加費:400円  
持ち物:エプロン・三角巾・タッパー



### ★環境に優しい実用品 アクリルエコたわしを編もう

日時:3月24日(木) 10:00~12:00  
講師:三石加代子さん  
参加費:400円  
持ち物:7/0号のかぎ針か8/0号のかぎ針



### ★エコカフェフリー ~お茶を飲みながらエコについて話そう~

日時:3月30日(水) 10:00~12:00  
※講師をやってみたい方も大歓迎!  
皆様のご意見をお聞かせください。



※申し込みはお電話でお願いいたします。  
※当日キャンセルの場合は、講座によっては参加費をお支払い  
いただきます。

「省エネラベルにつ  
いて」  
今年の冬は記録的な温  
かさではじまり、1月には  
数十年に一度の大寒波の  
襲来もあり大変でした  
がいよいよ3月に入り春  
の暖かさを感じられるよ  
うになりました。今月6  
日は二十四節季の啓蟄  
で、冬籠りしていた虫たち  
も活動し始め、梅の花な  
ども咲き始めます。  
また、この時期は大学  
進学や就職のため飯田を  
離れ、新生活を始める学  
生さんや、転勤などの転  
入転出の多い季節です。  
新卒者の皆さんは新しい  
家電品を揃える必要があ  
るでしょうし、転入転出の  
皆さんは買い替え需要も  
あるでしょうが、購入時  
にはぜひそれぞれの家電品  
についている省エネラベル  
を確認し比較してみてください。  
製品によっては随

分と消費電力が違ふこと  
が分かります。  
昨年度、残念ながら長  
野県の人口は減少したの  
ですが世帯数は増えてい  
ます。必然的に家電品の  
数も増え、家庭での電気  
使用量が増加傾向にあり  
ます。  
新規購入や買い替え時  
には、ぜひ省エネラベルの  
確認をしてみてください。  
インシャルコストは少し高  
めでも、ランニングコスト  
が安ければ数年で回収で  
きるものも多くあります。  
その上4月からは電力  
の小売り自由化も始まり  
ます。既存の電力会社だ  
けでなく、多くの企業など  
が参入を計画しており、  
私たち消費者に選択の余  
地が出て来ました。しっか  
りと各プランを検証し、省  
エネ家電との併用で、電気  
使用量と料金を抑えるこ  
とができるのではないで  
しょうか。

ちょっと  
エコな生活を

## エコライフを楽しもう

●プール健康増進講座(1カ月単位月々更新) 随時申込受付けています

講座名	講師	内 容	曜日	時間	受講料	
					週1回コース	週2回コース
水 泳	田中千尋	●泳げないでも大丈夫、無理なく効果的な指導で泳げるようになります ●健康づくりにも最適です	火	11:00~12:00	4,320円	週2回コース 6,480円
			木			
リフレッシュクラス		●50代以上の方、体力不足の方にお勧めです ●水中歩行から始め、泳ぎなどの水中運動を取り入れて無理なく進めていきます	金	11:00~12:00		
			月	14:00~15:00		
腰痛・肩こり改善クラス		●体力に自信のない方や、肩こり、腰・股関節・膝の痛みでお悩みの方でも安心して参加できます ●歩行+体操+簡単な泳ぎを組合せながら徐々に体力アップを目指します	火	14:00~15:00		

●健康増進講座(1カ月単位月々更新) 随時申込受付けています

講座名	講師	内 容	曜日	時間	受講料	
					週1回コース	週2・3回コース
ビューティエクササイズ	宮沢久美子	●エクササイズで楽しく、美しいボディをめざしましょう ●下半身を鍛え、バランスのとれたカラダに!	水	10:30~11:45	3,910円	週2回コース 7,200円 週3回コース 10,800円
			金	19:30~20:45		
エアロビクス		●しなやかで美しい理想体型をめざし太りにくく、エネルギー効率がいい遅筋を鍛えましょう ●エアロビクスで楽しんでトレーニングがテーマ!	水	19:30~20:45		
エンジョイエアロビクス&ダンス		●エアロビとダンスでシェイプアップ! 血行を促進し冷え性やむくみの改善、肩こりを緩和します ●ピラティス&ストレッチで身体機能を改善し引き締まった理想の身体に...	金	10:30~12:00		
ダンスでエンジョイ		●今流行の曲に合わせて楽しく踊ります ●筋力アップトレーニング+ストレッチ	火	19:30~21:00		
フリースタイルダンス		●ジャンルにこだわらず曲に合わせて楽しく踊ります ●筋力アップトレーニング+ストレッチ	金 土	13:30~15:00 17:30~19:00		
パワーアップダンス	●ハードな振りを覚えて楽しく踊ります ●ストレッチで1日の疲れをリセットしましょう	土	19:30~21:00			
ヨガ	西浦勢津子	●ヨガとマッサージで心身のバランスを整えて、自分で自分の体をメンテナンス	第2・4木 第1・3日	13:30~14:30 19:30~20:30	1,550円	
カカケン 花架拳& レンコウジョウハツポウ 練功十八法	福島 瞳	●武術の型を美しく舞う健康法です ●ゆったりとした音楽にのり、健康で前向きに生きられる楽しいカリキュラムです	第2・3・4水 第2・3・4木	15:00~16:15 19:30~20:45	3,240円	

※ 受講者が極めて少ない場合は、開講出来ないことがあります。また曜日、時間などの変更もありますのでご承知おきください。  
 ※ 「サンヒルズいいだ」では、温水プールでの一般遊泳・無料浴場もご利用いただけます。  
 ※ 飯田勤労者共済会の会員の方は、年度(4月~翌年3月)1回に限り受講料の半額(2,625円上限)の割引が受けられます。申し込みの際、会員証を提示してください。

# 人形劇の掲示板

## 春の人形劇まつり2016

日時:3月20日(祝)  
 ①10:30 ②12:30 ③14:30  
 会場:川本喜八郎人形美術館映像ホール  
 入場料:子ども~大人まで 500円  
 ※3歳未満無料  
 出演:人形劇団ココン



## H28年度人形劇講座 参加者募集

- ★人形劇講座・初級コース
  - ❖開催時期:5月~9月(全15回程度) ❖参加費:1,000円/月
  - 作品選びから人形づくり、上演までをプロの人形劇家と一緒に楽しく体験します。
- ★人形劇講座・中級コース
  - ❖開催時期:(前期)4月~9月 (後期)9月~3月
  - 地域の人形劇団の新作づくりを支援します。
  - ※詳しくは人形劇センターまでお問い合わせください。
- ★人形劇・ユースクラブ
  - ❖開催時期:通年(週1~2回程度) ❖対象:高校生、中学生、大学生
  - ❖参加費:500円/月
  - 若者のための人形劇クラブ。通年で人形劇作りと上演に取り組みます。
- ★人形劇の基礎レッスン「身体訓練」
  - ❖開催時期:通年(週1回程度) ❖講師:ましゅ&Kei
  - ❖参加費:2,000円/月
  - 舞台に立つための身体訓練を中心に、発声や脚本の読み方、即興表現など。



■申し込み・問い合わせ  
 NPO法人いいだ人形劇センター ☎050(3583)3594  
 または 飯田文化会館 ☎0265(23)3552

## サンヒルズいいだ各種講座受講生募集

◆問い合わせ 飯田市桐林勤労者福祉センター(サンヒルズいいだ) ☎0265(26)7090 ◆申し込みは、事務所まで直接お越しください。

◆サンヒルズいいだホームページ <http://www.mis.janis.or.jp/~sunhills/>

## ●文化教養講座(4月～6月) 3カ月単位

講座名	講師	内 容	曜日	時間	受講料	教材費
持込パソコン初心者	宮坂千穂	●ご自分のパソコンでワード・エクセルの基礎を学びます (文書の作成・グラフ・住所録・はがきの宛名など)	火(12回)	13:30～15:30	14,820円	1,000円
持込パソコン経験者			火(12回)	18:30～20:30		
			水(12回)	13:30～15:30		
			水(12回)	18:30～20:30		
英会話	外国人講師	●外国人講師2名で、これから英会話を始めたい方、 経験者の方、2クラスで楽しく学べます	火(12回)	13:00～14:30	18,520円	なし
			水(12回)	19:00～20:30		
中国語	吉川陽子	●自己紹介や挨拶などやさしい日常会話を中心とした内容です ●中国遼寧省出身講師から正しい発音を学びます	火(12回)	19:00～20:30	12,350円	実費
香道 (志野流)	久島智子	●香席での作法を学ぶ入門コースです ●数種の香木を組合せ、香を聞き分ける組香を楽しみます	第1・3水(6回)	14:00～16:00	5,840円	1,000円
【新規】 フラワーアレンジメント	熊谷翠華	●はじめませんか花デザイン ●たくさんの花材を楽しく生けます。初心者対象	第4月(3回)	18:30～19:30	3,240円	実費

## ●文化教養講座(4月～9月) 6カ月単位

講座名	講師	内 容	曜日	時間	受講料	教材費
茶道 (表千家)	平沢宗栄	●日本の伝統文化の茶道を楽しみましょう	火(月3回全18回)	19:00～21:00	12,960円	実費
華道 (池坊)	三村千恵子	●お花と心をつなぎ、あなたのオアシスを見つけましょう	第1・2・3金(18回)	14:00～15:30	12,960円	実費
			第1・2・3火(18回)	19:00～20:30		
着付	矢澤礼子	●和服の着方、いろいろな帯の結び方を習います	第2・3・4木(18回)	14:00～15:30	15,120円	実費
			第2・3・4木(18回)	19:00～20:30		
書道	吉田秋嶽 坂巻春光	●毛筆書道の楷書、行書の基礎を勉強します	第1・3火(12回)	14:00～15:30	8,640円	1,200円
			第2・4月(12回)			
			第2・4木(12回)			
水墨画	飯島玉善	●水墨画と墨彩画を描けるように、基礎から楽しく勉強します	第1・3水(12回)	14:00～15:30	8,640円	1,200円
			第1・3水(12回)	19:00～20:30		
煎茶道 (方円流)	平沢喜久子	●日本では、約340年の歴史を持つ風雅な煎茶道を楽しみながら、 優雅なひと時を過ごしませんか	第2・4水(12回)	9:30～11:30	9,720円	1回 約500円
油絵	齊藤正史	●油絵を描く楽しみを自分のものにしてみませんか! ●道具の扱い方から丁寧に学びます	日(24回)	10:00～12:00	25,920円	実費
			日(24回)	13:30～15:30		
大正琴 (琴伝流)	飯嶋彩弦	●「数字譜」を使ってレッスン。初めての方も安心、やさしく学べます ●なつメロや唱歌など美しい音色で楽しめます	第2・4水(12回)	13:30～15:00	12,960円	1,800円
			第2・4水(12回)	19:30～21:00		

## ●健康増進講座(4月～6月) 3カ月単位

講座名	講師	内 容	曜日	時間	受講料	教材費
フラダンス	横田佳代	●ハワイアン・ミュージックに合わせてゆったりと踊るので、心も身体も リラックスできます。意外と運動量が多く、シェイプアップ効果も 期待できます ●初心者の方も大歓迎です	月(月3回全9回)	10:45～12:00	9,260円	実費
			月(月3回全9回)	13:30～14:45		
	木(月3回全9回)初心者		10:30～11:45			
	月(月3回全9回)初心者		18:00～19:15			
	月(月3回全9回)		19:30～20:45			
	日(月3回全9回)					
社交ダンス	若山晶子	●初心者を対象に基礎から学びます ●ブルースとジルバから始めます	火(12回)	13:30～14:30	10,370円	500円
リフレッシュ★若返り トレーニング	牧内隆雄	●ストレッチや簡単筋トレでカラダを引き締め、ココロもリフレッシュ! ●腰痛・肩こり・ひざ痛などの予防・改善により、姿勢も若くさつそう と歩きましょう	水(12回)	13:30～14:45	12,960円	なし
【新規】 ソフト フラメンコ	松島佑衣	●女性なら一度は憧れるスペインの舞、フラメンコ 年齢に関係なく、基礎からゆっくりレッスンを受けられます ●姿勢改善、腰痛・肩こりの改善にも効果があります	第1・3土(6回)	15:00～16:15	6,480円	実費

※受講者が極めて少ない場合は、開講出来ないことがあります。また曜日、時間などの変更もありますのでご承知ください。

※「サンヒルズいいだ」では、温水プールでの一般遊泳・無料浴場もご利用いただけます。

※飯田勤労者共済会の会員の方は、年度(4月～翌年3月)1回に限り受講料の半額(2,625円上限)の割引が受けられます。申し込みの際、会員証を提示してください。



平成記念

# かざこし子どもの森公園

公園事務局 / ☎0265(59)8080 FAX0265(59)8079  
http://www.dia.janis.or.jp/~kazetaro/

## 森森子ども大学(子ども体験学習)

### なかまの館体験学習

#### ❖革のキーホルダーをつくろう

3月19日(土)  
10:00~12:00、13:30~15:00  
材料費:500円



#### ❖こいのぼりかざりをつくろう

4月10日(日)  
10:00~12:00、13:30~15:00  
材料費:100円  
講師:どんぐりの会



### 土の工房体験学習

#### ❖春休み!かとちゃんの陶芸教室

3月26日(土) 10:00~16:00 材料費:1,000円



### 食の工房体験学習

※材料がなくなり次第終了します  
※食の工房体験学習で作った食品のお持ち帰りは出来ません

#### ❖焼 き 피자づくり(マルゲリータ)

3月27日(日) 10:30~12:00受付 材料費:300円

#### ❖焼 き 피자づくり(ツナマヨ)

4月3日(日) 10:30~12:00受付 材料費:300円

### 森森探検隊

#### ❖宝さがし

4月2日(土) 10:00~12:00、13:30~15:00  
参加費:30円(保険料)  
受付場所:なかまの館



### 春の特別企画

#### ❖第3回 かざこし子どもの森公園 森森文化祭

3月20日(祝)・21日(休) 10:00~15:00  
場所:公園全体

#### ❖野に咲く花の紙芝居

~紙芝居とアコーディオンの楽しいステージ~

4月9日(土) 11:00~11:45

場所:なかまの館

### 市民の皆さんによる活動

#### ❖羊の毛でアクセサリーづくり

3月19日(土)、27日(日)、4月10日(日)  
11:00~17:00

材料費:600円~ 場所:なかまの館

主催:アトリエRurre



#### ❖手作り帽子づくり

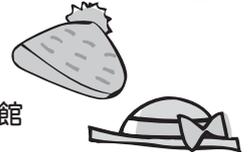
3月20日(祝) 10:00~16:00

対象:中学生以上

材料費:2,000円 場所:なかまの館

講師:中島久美子さん

※予約制(公園事務局までお電話ください)



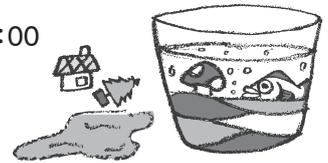
#### ❖ジェルクラフト体験

3月27日(日) 10:00~16:00

材料費:1,000円~

場所:なかまの館

主催:リアリゼーション



※イベントの日程は、天候や主催者の都合により変更になる場合があります。変更は公園ホームページにて随時お知らせいたします。

### 休館日(3月15日~4月14日の期間中)

3月22日(火)、4月4日(月)、11日(月) ※屋外は利用できません

### 理科実験ミュージアム

#### ❖ストロー笛を作ろう

4月2日(土) 10:00~12:00、13:00~15:00

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館

#### ❖プチ凧を作ろう

4月3日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館

#### ❖サッカーボールを作ろう

4月10日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館

#### ❖紙トンボを飛ばそう

4月16日(土) 10:00~12:00、13:00~15:00

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館

#### ❖風船 ロケットを作ろう

4月17日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館

#### ❖ビュンビュンストローを作ろう

4月24日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館



#### ❖飛ばそう!ペーパージャイロ

4月30日(土) 10:00~12:00、13:00~15:00

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館

◆◆◆ 理科実験ミュージアム問い合わせ先 ◆◆◆  
生涯学習・スポーツ課 内線3741

材料費・参加費については、特に記載のないものは無料

# 各施設からのお知らせ



## 飯田市立動物園

飯田動物園 / ☎0265(22)0416  
http://iidazoo.jp/

### ❖野生動物と動物園

3月5日(土)～31日(木)

### ❖はねはねしおり作り

3月19日(土)～21日(休)

13:30～14:45 (小雨決行)

※材料がなくなり次第終了

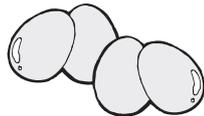
1人  
1枚



### ❖卵と羽にさわろう

3月19日(土)～21日(休)

13:30～14:45 (雨天中止)



### ❖ZOOでビンゴ!

3月19日(土)～21日(休)

13:30～14:45 (雨天中止)

### ❖動物の色塗り遊び

3月26日(土)・27日(日)

10:30～12:30 (雨天中止)

材料費:1個200円

※材料がなくなり次第終了



### ❖君も飼育員! ～飼育体験～ 予約期間

3月12日(土)～27日(日)

※複数組の申し込みがあった場合には抽選とさせていただきます。

募集方法:①事務所付近にある応募用紙に記入し提出

②飯市動物園への電話での受付

### ●君も飼育員! ～飼育体験～ 詳細

4月16日(土)・17日(日)

8:00～17:30 (午前中のみ可)

年齢制限:小学生～大人 (小学校低学年は保護者同伴)

※体験当日に保険料として30円いただきます。

1日  
1組3人

### 毎週土日・祝日のイベント (定期)

※動物の体調により、内容の変更・中止になることがあります。

### ❖ビーバーの巣直しみれるかな?

14:45～ ビーバーの活動開始時間によって、変更する場合があります。

### ❖フサオマキザルのクルミ割り&レモンこすりを見よう

12:15～ (雨天中止)

### 毎週平日の定期イベント (4月～11月)

### ❖みんなでリクガメをビッグにしよう!

11:45集合

人数:1日5組(各組1日1回づつ)

申込期間:前日の開園時間中まで

参加資格:11:45までに来園できる方



### 休園日 (3月15日～4月14日の期間中)

3月22日(火)、4月4日(月)、11日(月)



## 天竜川総合学習館 かわらんべ

天竜川総合学習館かわらんべ / ☎0265(27)6115  
http://www.cbr.mlit.go.jp/tenjyo/kawaranbe/

### これからの講座予定 ※事前申込が必要です。

### ❖グランドゴルフ

3月19日(土) 9:00～11:30

対象:幼児～成人

講師:奉桑会

内容:河川敷広場で

簡単 ゴルフを楽しもう!



### ❖newかわらんべウォーキング

3月24日(木) 13:30～15:30

対象:成人

講師:酒井浩文

(ソウル五輪競歩代表)

内容:川路・竜丘・龍江一周コースで  
集大成ウォーキング。

### ❖草もち作り

3月26日(土) 9:00～12:00

対象:幼児～成人

講師:かわらんべ協力員

内容:みんなで餅つき

春の香りの草もち作り。



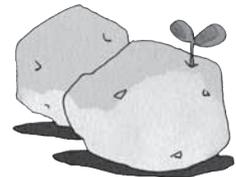
### ❖ジャガイモ植えてココアくず湯でいっぷく

4月2日(土) 9:00～11:00

対象:幼児～成人

講師:かわらんべスタッフ

内容:ジャガイモの種イモを  
植える栽培体験。



### ❖絵手紙講座

4月7日(木) 9:00～11:00

対象:成人

講師:黒河内秀幸 (日本絵手紙協会)

内容:楽しく描こう自分らしい絵手紙。

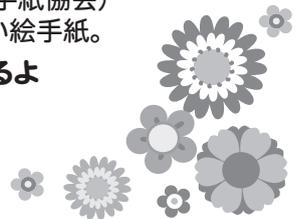
### ❖楽しい春の花カードを作るよ

4月9日(土) 9:00～11:00

対象:幼児～成人

講師:かわらんべスタッフ

内容:デジカメ撮影と  
カード作りを楽しみます。



### ❖デジカメ入門

4月13日(水) 9:00～11:00

対象:成人

講師:宮島 功

(飯田市写真家)

内容:天竜川流域の魅力を  
写真に収めます。



### かわらんべHPに講座予定を掲載中!

※小学2年生以下は保護者同伴をお願いします。  
各講座の持ち物は申し込み時、またはホームページで  
確認ください。



## 下伊那最大の前方後円墳

### 飯沼雲彩寺(天神塚)古墳

昭和40年4月30日指定 長野県史跡

約1500年前に造られた大きさ74.5mの前方後円墳で、石を積み上げてトンネル状に造られた横穴式石室(埋葬施設)が細長いことが特徴です。石室の形などからは群馬県の古墳との繋がりが指摘されており、古墳時代、馬を使う道路が発達し、畿内と飯田、東国が密接に繋がっていたことを示しています。昨年、お寺と檀家と地区の皆さんで竹木を伐採し、古墳の形がきれいに見られるようになりました。

## 美博だより

●美術博物館 ☎0265(22)8118

# 飯田城とお練り祭り

**会期** 3月19日(土)～5月8日(日)

**開館時間** 午前9時30分～午後5時  
(入館は午後4時30分まで)  
**休館日** 月曜日(3月21日は開館)、  
祝日の翌日(3月22日、5月6日)  
**観覧料** 一般 310円(210円)、高校生 200円(150円)、  
小中学生 100円(80円)  
※( )内は20人以上の団体料金

**【付属事業】講座**  
「飯田お練り祭りの歴史とその特質」3月21日(休)  
**【同時開催】コレクション展示**  
「春草を味わう5-春秋-」～4月10日(日)  
「抽象画家-須田剋太とオノサト・トシブ-」～5月8日(日)



▲「大宮諏訪神社絵詞」昭和3年(1928) 大宮諏訪神社蔵

飯田お練り祭りの開催にあわせて、飯田城ならびに城下町と、飯田お練り祭りについて紹介します。

とくに飯田城本丸や桜丸を中心にした建物図・復元図、お練り祭り本屋台の復元図をパネルで示し、在りし日の姿をさぐります。

## 文化ガイド

●飯田文化会館 ☎0265(22)3332

# オーケストラと友に 音楽祭2016

5月1日(日)～4日(祝)  
～音楽あふれるゴールデンウィークをお届けします～

**新企画** 小学生のための音楽ひろば  
5月1日(日) 13時～ 飯田文化会館

小学生を対象とした、音楽との楽しい出合いを贈る新企画。お話つきのオーケストラコンサートやオーケストラに登場する楽器の体験など、見て、聴いて、さわって、楽しいことがいっぱい!

**チケット好評発売中!** ◎チケット取り扱い: 飯田文化会館 ほか

★その他、名フィルによる「名曲コンサート」や、地元演奏団体による「そよ風☆コンサート」などがあります。詳細はチラシ、もしくはオケ友HPをご覧ください。

# 春の人形劇まつり2016



魚屋はつちゃん



パパパ

毎回内容が異なりますので、3回見ても楽しめます。

**3月20日(祝) ①10:30 ②12:30 ③14:30**

会場: 川本喜八郎人形美術館映像ホール

入場料: 1回券...500円

通し券...1,000円(2回見ても3回見ても同額)

※3歳未満無料

出演: 人形劇団ココン

※本公演のチケットで3Fギャラリーの観覧可能。(公演当日のみ)