

### 市役所からのお知らせ ☎22-4511



**無駄なアイドリングはやめましょう**

自動車の排気ガスには、有害な窒素酸化物や、地球温暖化の原因となる二酸化炭素が含まれています。

普通車が10分間アイドリングすると、約140ccの燃料を無駄にします。この燃料で、およそ1400メートル走行することができます。また、1日10分間のアイドリングをやめると、1年間で約5千円の節約にもなります。

大気汚染や地球温暖化を少しでも抑えるようアイドリングストップにご協力ください。

**問合せ** 環境保全課  
 内線5246

**高齢者グループの活動を応援します**

グループを作って活動する高齢者のみなさんを支援します。

#### グループの条件

60歳以上の方5人以上で、収益又は社会奉仕を目的とするグループ。原則として、グループ活動の立ち上がりに限る。活動は1年以上継続すること。

#### 活動内容の例

公共施設美化、公園の清掃などの奉仕活動。野菜、花などの栽培活動。

#### 助成限度額 10万円

**申請方法** 活動内容を記入した計画書を提出。用紙は老人福祉係に用意。

**提出期限** 7月7日(金)

**申請先・問合せ** 福祉課

老人福祉係 内線5332

#### 梅雨期の水害など災害を防止しましょう

毎年、梅雨前線や集中豪雨などにより、災害が発生しています。

**災害を防止するため、次の点に特に注意しましょう。**

自分たちが住んでいる地域に、どんな災害が発生する恐れがあるか、日頃から十分注意しておきましょう。

テレビやラジオ、防災行政無線などで流される気象情報、警報などに注意しましょう。

地域の避難場所について、その位置や道筋を確認しておきましょう。

**問合せ** 広域消防本部

警防課 ☎(23)6001

#### 高速道路走行車両への投石など危険行為防止を

最近、高速で走る自動車に向けて、投石するなどの危険行為が発生しています。

これは、重大事故に結びつく非常に危険で卑劣な行為です。

関係機関では、パトロールの実施や禁止看板設置、自治会や学校を通じ呼びかけをしています。

このような不審な行為を見かけたら、警察署、道路公団、市役所までお知らせください。

**連絡先・問合せ**

飯田警察署

☎(22)0110

道路公団飯田管理事務所

☎(25)7288

管理計画課 内線2715

#### 市民プール アクアパークオープン

	開場期間	遊泳時間	入場料	注意	問合せ
市民プール (市公民館前)	6月20日(火)~ 9月3日(日) 定休日なし 悪天候時休場 の場合あり	午前10:00~午後6:00 7月15日(土)~8月25 日(金)は午後8時まで (中学生以下は 午後6時までの遊泳)	大人 150円 大学生、高校生 100円 中学生~3歳 40円 3歳未満 無料 6月20日(火)は無料開放	事故防止のため、 小学6年生までの 子供さんは、保護者、 又は責任のある引 率者の同伴が必要 です。	スポーツ課 ☎(21)3001
アクアパーク IIDA (三日市場)	7月1日(土)~ 8月31日(木) 定休日なし 悪天候時休場 の場合あり	午前10:00~午後5:00	大人 800円 中学生~3歳 300円 3歳未満 無料		やってる? ダイヤル ☎(25)6431



**下水道排水設備工事  
責任技術者講習・試験**

長野県下水道公社による  
受験講習および試験が、次  
の日程で行われます。

**受験講習**

日時 9月27日(水)  
午後0時30分  
場所 伊那文化会館  
受講料 5,000円  
(テキスト代含む)

**責任技術者試験**

日時 10月14日(土)  
午後0時30分  
場所 信州大学農学部  
受験料 5,000円  
申込場所 下水道課 申  
し込み書類は、6月中旬  
より配布します。

**申込期間**

7月31日(月)～8月11日(金)  
(土・日曜日を除く)

**受験資格**

年齢満20歳以上で、次の  
いずれかに該当する方  
高等学校等の土木工学科  
等を卒業して、排水設備

工事等の設計・施工に関  
し1年以上の実務経験を  
有する者

高等学校等を卒業して、  
排水設備工事等の設計・  
施工に関し2年以上の実  
務経験を有する者

排水設備工事等の設計・  
施工に関し3年以上の実  
務経験を有する者

**問合せ** 下水道課

排水係 内線5289

**シルバー  
パソコン教室**

対象 おおむね60歳以上の方  
定員 25人

内容 ウィンドウズ98、  
ワード、エクセル、インタ  
ーネットの基礎

期間 7月～11月までの  
毎週土曜日 20回

時間 午前10時～正午

場所 飯田コンピュータ  
専門学校(松尾町)

受講料 2万円(テキスト  
ト代別)

申込方法 6月28日(水)ま  
でに電話で申し込み。申  
し込み多数の場合は抽選

申込・問合せ 福祉課

老人福祉係 内線5332

**手話奉仕員  
養成講座**

**開講日時**

平成12年7月～13年3月  
までの毎週木曜日夜間、  
および月1回日曜日昼間  
第1回講座 7月6日(木)  
午後7時～9時

会場 さんとびあ飯田

講座カリキュラム

入門課程 35時間

基礎課程 45時間

受講料 5,005円

申込条件 飯田下伊那に  
居住し、全80時間をすべ

て受講できる方

募集定員 20人

募集締切 6月26日(月)

申込・問合せ 社会福祉

協議会ボランティアセン

ター ☎(53)3182

**飯伊動物愛護協会の  
犬のしつけ方教室**

**学科講習**

日時 7月23日(日)

午後1時30分～3時30分

場所 飯田勤労者福祉セ

ンター(東栄町)

募集定員 100人

参加費用 500円

申し込み受付期間

7月3日(月)～14日(金)

**実技講習**

日時 8月20日(日)～10月

1日(日)の毎日曜日(計6

回)午前7時～9時

場所 高森町山吹

旧三協精機高森工場跡地

募集定員 40組

参加費用 4,000円

参加資格 7月23日学科

講習修了者など6つの条

件があります。詳細はお

問合せください。

申し込み・問合せ 飯伊動

物愛護会事務局(飯田保

健所内) ☎(53)0446

**日本赤十字社 救急法救急員養成講習会**  
長野県支部

救急法は、日常生  
活はもとより、災害  
救護活動等におい  
ても大変役立つも  
のです。この機会に  
受講し資格を習得  
してください。



日時 7月15日(土)16日(日)20日(木)22日(土)  
4日間とも午前9時～午後4時

会場 松尾公民館

講習内容 救急法概論、心肺蘇生法、止血法、包  
帯法、骨折等の手当など

定員 30人 全日程受講を原則とします

受講資格 満15歳以上

資格認定 全日程参加者に受講証を発行します。  
検定合格者に救急法救急員認定証を発行します。

費用 1,300円(教本 三角巾 消耗品代 保険代)  
持ち物 実技のできる服装、筆記用具

申込み 7月5日(水)までに、氏名、生年月日、

住所、電話番号を添えて、電話、郵便またはFAX  
で申込み。なお、申込多数の場合には、先着順と  
します。

申込み・問合せ 日赤下伊那地区(下伊那町村  
会内) ☎(22)0556 FAX(52)6177

第2回飯田市藤本四八写真文化賞受賞作品展覧会

期間

7月4日(火)～7月9日(日)

場所

美術博物館市民ギャラリー(入場無料)

問合せ 文化課  
☎(23)3552



来春採用の  
飯田市職員(上級職)

来年4月1日採用の職員を募集します。  
障害者の採用についても配慮しますので、積極的な応募をお願いします。

採用職種・給与・受験資格など

職種	採用予定人数	給与		資格・免許等	年齢
		初任給	手当		
事務上級 土木上級	若干人	181,400円	4.95月	なし	昭和44年4月2日から昭和54年4月1日までの出生者

給与は平成12年4月1日現在の額です。経歴のある人はこれより高い初任給が支給されます。

受験手続

受付期限 7月14日(金)  
受付時間 平日の午前8時30分～午後5時15分  
郵送の場合は、7月14日(金)の消印まで有効。  
試験要項及び受験申込書の入手方法  
総務部人事課で配布。郵送を希望する場合は、80円切手を貼った宛先明記の返信用封筒を同封してください。

請求先  
〒395 8501  
飯田市大久保町2534  
飯田市役所  
総務部 人事課

受付場所・受験票の交付  
申込書は人事課へ提出。  
受験票を交付します。  
申込書を郵送する場合は、80円切手を貼った宛先明記の返信用封筒を同封してください。

試験日程

第一次試験  
試験日 7月30日(日)  
時間 午前8時15分受付  
場所 飯田市役所  
科目 大学卒業程度の教養試験・専門試験、および作文試験。  
詳しくはお問い合わせください。

び作文試験

第二次試験  
第一次試験合格者を対象に8月下旬に実施します。

採用決定

身体検査を行って10月中旬に採用決定します。

その他

事務初級、専門職などの採用試験は9月中旬に予定しています。

問合せ 人事課

内線2132

ミス飯田りんご娘  
コンテスト参加者

飯田観光協会では、ミス飯田りんご娘コンテストの出場者を募集しています。

応募資格

満18歳以上(高校生は除く)の健康的な未婚の日本人女性の方で、飯田市内に在住者または飯田市内の事業所に勤務する方及び主催、共催、協賛、後援団体の推薦を受けた方。また、主催者等が計画する催事に協力していただける方。

応募方法

申込用紙(商業観光課に用意)に必要事項を記入し、カラー写真(サービス判上半身と全身の各1枚)を添付して応募。

応募締切

7月19日(水)必着

審査方法

第1次審査(書類審査)  
7月21日(金)

第2次審査(公開審査)  
8月4日(金)

応募先・問合せ

〒395 8501

飯田市大久保町2534

飯田市役所商業観光課内

飯田観光協会「ミス飯田りんご娘コンテスト」係

内線3615

衆議院議員総選挙・最高裁判所  
裁判官国民審査

**投票日 6月25日(日)**  
午前7時～午後8時

不在者投票 6月13日～6月24日  
(最高裁判官審査は18日～)

問合せ 選挙管理委員会 内線5633

国の税務職員  
(税務大学校生)

人事院、国税庁で税務職員(税務大学校生)を募集しています。

受験資格

昭和55年4月2日～昭和58年4月1日生まれの者

申込受付期間

6月21日(水)～28日(水)

消印有効

問合せ 飯田税務署 総務課 ☎(22)1165

裁判所職員  
(裁判所事務官)

受験資格

昭和54年4月2日～昭和58年4月1日生まれの者

受付期間

6月29日(木)～7月7日(金)

問合せ

長野地方裁判所 事務局総務課

☎026(232)4991

交通事故発生状況  
(5月31日現在)

件数...294件(+57)  
死者.....2人(-2)  
傷者...373人(+83)  
( )内前年同期対比

夜間外出するときは、  
反射材を身につけましょう



# サンヒルズいいだの健康増進講座で心と身体を健康を!!

サンヒルズいいだでは、下記のような健康増進講座を開催しています。日頃運動不足の方、肩こり腰痛でお悩みの方、はじめて運動される方、中高年の方、そんな方をお待ちしています。この機会にあなたも健康で快適な生活を手にしてみませんか。(1か月単位・月々更新)

## アクアフィットネス (文部大臣認定水泳指導教師在籍施設)

### 水泳教室

水泳は健康にとっても良いスポーツです。ストレス解消、成人病予防に身体を動かしましょう。初めての方、技術・記録の向上を目指す方、それぞれの能力にあったプログラムに取り組みましょう

開講日(曜日)	時間	定員	受講料(月額)
午前 火・金	AM11:00 ~ 12:00	18人	週1回コース 4,000円
午後 月・火・水・金・土	PM 1:30 ~ 2:30	18人	
夜間 月・水・土	PM 7:00 ~ 8:00	18人	
夜間 火・金	PM 6:30 ~ 7:30	18人	週2回コース 6,000円
	PM 7:30 ~ 8:30	18人	
夜間 土	PM 6:00 ~ 7:00	18人	

### 水中健康体操

負担の少ない水中で健康体操をしましょう。リハビリ目的の方もどうぞ。どの時間でも来ていただけます。程良い刺激で健康増進 プールに入ってリフレッシュ。

開講日(曜日)	時間	定員	受講料(月額)
午後 火・金	PM 2:30 ~ 3:00	30人	ひと月6回まで
夜間 月・水	PM 6:30 ~ 7:00	30人	4,000円

## エアロビクス

音楽のリズムに合わせておもしろい身体を動かして気持ちのよい汗をかきましょう。全身の筋肉に程良い刺激を与えシェイプアップ

開講日(曜日)	時間	定員	受講料(月額)
午前 金	AM10:30 ~ 11:30	30人	週1回コース 3,500円 週2回コース 6,000円
午後 水	PM 1:30 ~ 2:30	30人	
夜間 月・火・水	PM 7:30 ~ 8:30	30人	

## リフレッシュ健康体操

これから運動を始めたい方、高齢者の方にも安心して有酸素運動でシェイプアップ、ヨガ・ストレッチでリフレッシュ

開講日(曜日)	時間	定員	受講料(月額)
午後 火・金	PM 2:00 ~ 2:45	30人	週1回コース 3,500円 週2回コース 6,000円

## アクアピクス(水中エアロビクス)

水中でのエアロビクスです。リズムに合わせて身体を動かしましょう。泳げない方でも大丈夫です。膝、腰などに負担が少なく運動できます。

開講日(曜日)	時間	定員	受講料(月額)
午前 水	AM11:00 ~ 11:30	40人	週1回コース 3,500円
夜間 月・水・土	PM 8:00 ~ 8:30	40人	週2回コース 6,000円

### 水中運動の効果の一例

- 全身運動** 上半身、下半身、腕、脚など全身を効率よく使った運動ができます。
- 浮力** 浮力により体重の影響が軽減され、膝、腰などへの負担が少なく運動ができます。
- 水圧** 定期的に水に入ることによって、血液の循環と呼吸筋の発達を促進できます。
- 水温** 冷たい水の刺激により新陳代謝が活発化し、体温調節機能により皮膚の抵抗力が増します。
- 運動量** 短時間でもエネルギーの消費が多く、運動強度も個々のペースで調節できます。

## フィットネスウオーキング

講師:酒井浩文  
(競歩ソウル五輪代表他世界大会多数出場 豊丘村出身)  
「健康体操+ウオーキング」、シェイプアップに効果的です  
疲労軽減効果、筋肉のリラックス効果はもちろん健康で美しい身体を創り出します  
これから運動を始めたい方、長続きしない方、体力に自信のない方でも安心して続けられます

開講日(曜日)	時間	定員	受講料(月額)
午後 金	PM 2:00 ~ 3:30	30人	週1回コース
夜間 金	PM 7:00 ~ 8:30	30人	3,000円

申込・問合せ

サンヒルズいいだ

飯田市桐林2254-148 ☎26-7090

# だいすきこどものえがお

## 乳幼児健診・予防接種

### 7月の乳幼児健診日程

問合せ 保健厚生課 保健指導係 内線5344

股脱検診	H12年3月生 4か月児健診	H11年12月生 7か月児相談	H11年7月生 12か月児相談	会場	該当地区	1歳6か月児 健診	2歳児相談	3歳児健診
13:30~14:00	13:00~13:10	9:00~9:15	9:00~9:15	受付時間		13:00~13:10	13:00~13:10	13:00~13:10
H12年4月 1日~15日生 7月21日(金)  H12年4月 16日~30日生 8月4日(金)  会場 飯田市立病院  他で受診 を希望され る方は保健 婦までご連 絡ください。	25日(火)	19日(水)	28日(金)	市役所 保健 センター	旧市		10年5・6月生 5日(水)	9年7月生 27日(木)
	28日(金)	27日(木)	24日(月)	松尾 公民館	松尾		10年5月生 4日(火)	9年7月生 26日(水)
					上久堅 下久堅		10年5・6月生 4日(火)	
	27日(木)	26日(水)	27日(木)	鼎 保健 センター	龍江 千代	10年12月・ 11年1月生 19日(水) <small>竜丘公民館</small>	10年5・6・7月生 10日(月) <small>竜丘公民館</small>	
					竜丘	10年11・12月生 25日(火) <small>竜丘公民館</small>	10年6・7月生 10日(月) <small>竜丘公民館</small>	9年6月生 6日(木)
	19日(水)	28日(金)	25日(火)	伊賀良 公民館	川路	10年12月・ 11年1月生 19日(水) <small>竜丘公民館</small>	10年6・7月生 10日(月) <small>竜丘公民館</small>	
					三穂			
	19日(水)	14日(金)	13日(木)	上郷 保健 センター	山本	10年12月生 26日(水)	10年5・6月生 3日(月)	9年6月生 24日(月)
					伊賀良	11年1月生 26日(水)	10年6月生 3日(月)	9年6・7月生 24日(月)
					座光寺	10年12月生 31日(月)	10年6月生 7日(金)	
				上郷		10年5月生 7日(金)		

離乳食講座 7月11日(火)13:15~ 上郷保健センター(要予約) 全地区の5~6か月児対象

問合せ 保健厚生課 健康推進係 内線5342

場所	ツベルクリン	BCG
飯田市保健センター	7月 4日(火)	7月 6日(木)
上郷保健センター	7月 4日(火)	7月 6日(木)
松尾公民館	7月 5日(水)	7月 7日(金)
伊賀良公民館	7月 5日(水)	7月 7日(金)
鼎保健センター	7月11日(火)	7月13日(木)
上郷保健センター	7月11日(火)	7月13日(木)
飯田市保健センター	7月12日(水)	7月14日(金)
伊賀良公民館	7月12日(水)	7月14日(金)
松尾公民館	7月17日(月)	7月19日(水)
鼎保健センター	7月19日(水)	7月21日(金)
松尾公民館	7月25日(火)	7月27日(木)
上郷保健センター	7月25日(火)	7月27日(木)
飯田市保健センター	7月26日(水)	7月28日(金)
鼎保健センター	7月26日(水)	7月28日(金)
伊賀良公民館	7月31日(月)	8月 2日(水)

**ツベルクリン反応検査とBCG接種**

**対象**  
平成11年4月1日~  
平成12年3月31日生まれ  
4歳未満で今までにBCG  
を受けていない子ども

**判定**  
ツベルクリン注射をして  
から2日(48時間)後に  
判定を行います。

**BCG予防接種**  
ツベルクリン反応判定が  
陰性の場合にはBCGを接  
種します。

**注意**  
BCG接種の日に体調が  
悪い場合も、判定だけは、  
受けて、2週間以内にB  
CGを接種してください。

**日程**  
午後1時30分~2時  
別表のとおり

**時間**  
(料金は無料)  
持ち物 予約票、母子手帳

「予防接種と子どもの健  
康」をよく読んでお出か  
けください。

# 各種相談所

相談は無料、秘密は厳守  
お気軽にご相談ください

# 消費生活情報

問合せ 産業労政課  
内線3623

相談名	日時	場所	問合せ先
心配ごと相談 (特別(法律)一般)	毎週火曜日 13:00~15:00 受付は15:00まで	さんとびあ飯田 (福祉会館・東栄町)	社会福祉協議会 ☎53-3181
	毎週金曜日 13:30~15:30		
法律相談 (現在係争中のものは除く)	7月14日(金) 13:00~17:00	法律相談は予約制、電話で申し込んでください。	社会福祉協議会 ☎53-3181
結婚相談 (写真1枚必要)	6月28日(水) 7月8日(土) 13:30~16:30 受付15:00まで	結婚相談の受付は相談日以外でも行っています。電話で確認してください。	
ボランティア相談	毎週月~金曜日 9:00~17:00		
福祉よろず相談	7月15日(土) 13:30~15:30		
行政相談	7月11日(火) 10:00~15:00	ユニ-4階	庶務課 内線 2111
交通相談	市の交通相談は当面休止します。県事故相談所をご利用ください。平日9:00~16:00 県合庁☎23-1111		交通防災課 内線 2435
教育相談	毎週月~金曜日 9:00~17:00	教育委員会	教育委員会 ☎53-4545 専用電話 ☎53-8730 FAX53-8730
かけこみ教育相談	毎週月~金曜日 8:30~17:00	教育委員会 (上郷庁舎2階)	
税務相談	9月21日(木) 10:00~15:00	市役所	税務課 内線 5141
家庭児童相談 (電話でも可)	毎週月~金曜日 9:00~17:00	飯田市福祉事務所	家庭児童相談室 ☎22-4511 内線 5327
電話乳幼児育児相談	毎週木曜日 9:00~11:30	専用電話	☎52-0633
子育て相談	毎週月~金曜日 9:00~19:00 毎週土曜日 9:00~15:00	飯田中央保育園 (子育てモデル事業実施施設)	飯田中央保育園 ☎22-4133
痴ほう相談	7月11日(火) 13:30~16:00	市保健センター 予約制(市役所隣)	保健厚生課 内線 5345
戦傷病者・戦没者 援護相談	7月3日(月) 13:00~16:00	市役所201号 予約制	保健厚生課 内線 5385

## 環境にやさしい消費生活を

ごみ問題は一人ひとりの力だけでは解決できません。私たちがごみを減らすための努力をすることで、快適な生活環境と、文化的な生活が得られるのです。

2000年4月から「容器包装リサイクル法」が完全施行となり、消費者、事業者、行政が一体となって、リサイクル社会に向けての新たな一歩が踏み出されました。

古紙、びん、ペットボトル、缶など資源として分別し、リサイクルしましょう。

ごみになるものは買わない、求めない。

再生品を積極的に利用する。

ごみになるモノはつくらせない、つくらない、売らない。

使い捨ての生活はやめて、資源を繰り返して使う循環型社会にしましょう。

「ごみすべて 生活に生かす 人の知恵」

「この街の 未来のために リサイクル」

「豊かさにおぼれず生かす リサイクル」

環境美化推進連絡協議会入賞作品



女性による女性のための人権相談所

相談員

女性人権擁護委員

日時

6月27日(火)

午前10時~午後3時

場所

県文化センター

問合せ

庶務課

内線 2111

## 7月 オフトーク通信 ほっとらいんEIDA番組表

放送時間	16日	15日	14日	13日	12日	11日	10日	9日	8日	7日	6日	5日	4日	3日	2日	1日
3ch	市議会だより(治水) 休日当番医案内	学校だより(電映中) 講演会から	短歌教室(再) 市議会だより建設文化会館情報	星空探険 木曜うたのプレゼント	市議会だより産経さわやか健康 くらしの中から	市議会だより社会&防犯110番 ハローワーク就職情報	市議会だより(総文)&マイク広報 音楽の広場	料理教室 休日当番医案内	学校だより(浜井場小) 講演会から	短歌教室 ふれあい福祉	今月の農作業メモ 木曜うたのプレゼント	ふるさとの伝説 美術博物館だより	ニユースイン119 ハローワーク就職情報	市民の皆さんへ 音楽の広場	マイクスケッチ 休日当番医案内	学校だより(千栄小) 講演会から
4ch	番組の内容が 変更になる場合もあります。	郷土の人々 音楽の広場	マイクスケッチ 休日当番医案内	学校だより(川路小) 講演会から	ライブラリーステーション図書館から 俳句教室(再)	消費生活メモ 木曜うたのプレゼント	農業最前線 母から子へのおはなし	ニユースイン119 ハローワーク就職情報	公民館リレー 音楽の広場	ビックアップ飯田 休日当番医案内	学校だより(山本小) 講演会から	ほいくえん日記 俳句教室	休日当番医案内 はつらつライフ	サークル紹介 母から子へのおはなし	市議会だより(市街地)&市民の皆さんへ 音楽の広場	市議会だより(介護)&ユースイン119 ハローワーク就職情報

市からのお知らせは、ケーブルテレビ55ch上郷有線でも放送しています。  
テレホンガイドいいだ  
☎(22)9555  
音声案内により0をダイヤル  
知りたい情報番号3桁をダイヤルするだけ

オフトークの故障は☎局番なしの113(NTT)へ連絡してください。  
上郷有線の故障は☎24-3533 佐々木電業(修理受託業者)へ連絡してください。

広報いいだ 6.15号(6)