

長野県飯田市

広報いいだ

2016(平成28年)

8.1

No.1040 ● 毎月1日・15日発行



巻末特別取材企画



GLIM SPANKEY
×
ONE PIECE FILM GOLD

【特集】

介護予防で健康長寿

パワー全開
(北村正男さん撮影)
全力で美しく踊る夏祭り
撮影場所:中央通り1丁目





健康長寿 介護予防で

“住みなれた家や地域で、いつまでも元気で楽しく暮らせるように”

いつまでも健康でいきいきと暮らすためには、
一人ひとりが早めに生活習慣病予防、認知症予防、転倒予防などに取り組むことと、
地域の力で高齢者の生活を支えあうことがますます重要になります。

◎問い合わせ/長寿支援課 内線5754

◆ 高齢者を取り巻く現状

飯田市の高齢化率(人口に占める65歳以上の割合)は30.7%で市民10人のうち3人が65歳以上です。高齢化率は地区によって差があり、高い地区は57.4%、低い地区は24.7%となっています。今後も、高齢化率は上昇していき、10年後(2025年)には団塊の世代が全て75歳以上(後期高齢者)になります。それに伴い医療、介護などの需要の増加や、それを支える若い世代の負担増などさまざまな問題が起こることが予想されています。これは「2025年問題」と呼ばれ、その対応が大きな課題とされています。

飯田市の
高齢化率は
30.7%
(2016.4現在)



◆ 介護保険の状況

飯田市では高齢者(65歳以上)の約2割の方が介護認定を受けています。80歳を超えると要介護認定率は増加し、80代後半になると男性4割・女性は5割、90歳を超えると男性6割・女性は8割の方が介護保険を利用しています。新規に要介護認定を受けた方の原因疾患は、筋骨格系疾患(骨折や腰痛など)、認知症が多くを占め、脳卒中・心臓病・糖尿病の生活習慣病が続いています。

飯田市の医療費は、全国平均より低くなっていますが、介護費は全国平均より高くなっています。どちらも右肩上がりです。年々大幅に増加しています。

医療費、
介護費は年々
大幅に増加
しています。



		全 国	長 野 県	飯 田 市
高齢化率(2014.10月現在)		26.0%	29.2%	29.8%
平均寿命(2010年度)	男 性	79.59歳	80.88歳	80.5歳
	女 性	86.35歳	87.18歳	87.3歳
一人あたり国民健康保険医療費(2013)		325千円	314千円	300千円*
一人あたり後期高齢者医療費(2013)		931千円	799千円	822千円
一人あたり介護給付費(2013)		250千円	267千円	298千円*

低い

高い

介護予防の一部を紹介

申し込み・問い合わせ

- 「いきいき教室」・「健脚大学」は、各地区自治振興センター・りんご庁舎保健師へ。
- 「その他活動」は、長寿支援課(内線5754)へ。

みんなで行くと楽しく長続きします。



身近な場所で介護予防



健脚大学

転ばない身体づくりを目指し、橋北、松尾、伊賀良、鼎、上郷の各公民館で月2回運動を行っています。



いきいき教室

65歳以上ならどなたでも参加できます。健康づくり、仲間づくりの活動を市内98会場で月1~2回行っています。



農愉快

農作業を通じて介護予防に取り組んでいます。鼎中平の圃場で活動中。



男性はつつ料理塾

料理は頭と手を使い、認知症予防にもなります。9月開講(上郷公民館)の参加者を募集中です。

誘い合ってご参加を!!



男性はつつ運動塾

運動不足解消とメタボの予防に。羽場、時又、座光寺で実施中



シルバーコーラス

趣味活動で介護予防。歌は肺の機能も高めます。その他、書道・かるた・将棋・麻雀クラブもあります。

地域の力で高齢者の生活を支える

地域で活躍 介護予防サポーター

社会福祉協議会では、介護予防サポーター養成講座を

実施しています。講座の卒業生は、公民館などで行っている介護予防教室のサポータースタッフ（ボランティア）として教室の運営を担っています。

養成講座は毎年開催しています。皆さんの力が必要です！一緒に活動しませんか。【申し込み・問い合わせ／社会福祉協議会 ☎0265(53)3180】



中原 豊子さん（介護予防サポーター）

5年ほど前に地区の民生委員だったことがきっかけで介護予防サポーターの養成講座を受講しました。龍江公民館を会場に、第1・3木曜日13時30分～15時まで、ストレッチなど体をほぐす運動、歌やクイズなど、楽しんで体を使えることをいろいろ行っています。参加者からは、「公民館に集まってみんなの顔を見ることができてうれしい」、「体を動かしたり声を出すことが楽しいなど」の意見がでています。

最初は大変だったけど、一緒になって活動することで自分自身の健康づくりにもつながっています。お茶を飲んで話す時間など交流の時間も大切に活動しています。



牧島 定好さん（南信濃地域福祉プロジェクト座長）



万が一の際に一目で家族・親戚、友人、かかりつけ医の連絡先がわかるよう、「みなみしなの安心メモ」の作成や、地域全体に「声かけ運動」の輪が広がるように「声かけカレンダー」を発行しました。また月に一度、高齢者の孤立や孤独を防ぐため、茶話会や囲碁ボールなど、誰でも気軽に自由に参加できるサロンを老人福祉センターで開設しています。高齢者のみなさんの不安を少しでも取り除くためには、地域全体で声を掛け合い支えあうことが不可欠となります。

声かけ運動 ～見守り5か条～

- 孤独・引きこもりにならないように、声を掛け合いましょう
- 回覧板の受け渡しには、声を掛け合いましょう
- 電気がつきっぱなし、消えたままの時は、連絡を取り合いましょう
- 新聞・郵便物が溜まっている時は、注意をはらいましょう
- お互いの負担にならないように、隣近所で見守りを続けていきましょう

南信濃地域福祉プロジェクト

南信濃地区では、「独居・高齢者世帯の増加」や「人と人との繋がりが薄れてきた」などの危機感から、平成25年度に地域福祉プロジェクトを立ち上げ、誰もが住みなれた地域で、自分らしく安心・安全に暮らせる活動に取り組んでいます。



高齢者の介護予防を支える専門職

理学療法士



公民館などで行っている介護予防教室（通所型サービスマス）では、今年度から理学療法士の皆さんが指導にあたります。日頃、リハビリなどで高齢者に関わっている経験から、日常生活の中でできる具体的な介護予防のアドバイスをさせていただきます。

骨折をした高齢者が、寝たきりになるか、歩けるようになるかは、それ以前の生活の様子が変わってきます。普段から体を動かしている方は、たとえ骨折しても回復して退院する方が多いですが、家の中でじっとして活動量の少ない方は、車椅子での退院になることがあります。



（輝山会記念病院訪問看護ステーション）
原 由美子さん 向井 春菜さん



歯科衛生士



介護予防で大切なことの一つに口腔ケアがあります。介護予防教室などでも歯科衛生士さんにお話をいただいています。

口腔機能が低下すると、十分な食事の摂取ができなくなり、全身の栄養状態が悪化します。また、口の中の細菌が増殖し、感染症にかかりやすくなります。最近の研究では、糖尿病・心臓病など生活習慣病や認知症になる率が高くなるといわれます。口腔機能を維持するために、まず毎食後の歯磨きをていねいにしましょう。



山平 由里さん

地域包括支援センターをご利用ください。

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住みなれた地域で安心して暮らしていくために必要な相談・支援を行う総合窓口です。お気軽にご相談ください。

- ◎ **いいだ地域包括支援センター** 【銀座3丁目7番地 堀端ビル2階】 ☎ 0265(56)1595
担当地区（橋北・橋南・羽場・丸山・東野・上郷・座光寺）
- ◎ **かなえ地域包括支援センター** 【三日市場406番地31】 ☎ 0265(28)2361
担当地区（鼎・伊賀良・山本）
- ◎ **かわじ地域包括支援センター** 【川路3467番地2】 ☎ 0265(27)6052
担当地区（松尾・下久堅・上久堅・千代・龍江・竜丘・川路・三穂）
- ◎ **南信濃地域包括支援センター** 【南信濃和田1550番地】 ☎ 0260(34)1066
担当地区（上村・南信濃）

飯田市消防技術大会 訓練の成果を披露



正確・迅速・規律よく



飯田市オリジナルの競技「救急操法」

6月26日、桐林運動場、サンヒルズい
いだなどを会場に飯田市消防技術大
会を開催しました。各分団から選出さ
れた選手は、ポンプ操法、救急操法、
ラッパ吹奏の部で、日頃の訓練の成果
を発表しました。

消防団は、この活動を通じて火災現場
での対処方法を身につけるばかりで
なく、厳しい訓練に取り組む課程で、規
律や連帯感を高め、地域の安心安全
のために献身的に取り組んでいます。

初の18歳選挙権 選挙への関心を高める



投票所で選挙事務にあたる高校生

7月10日、選挙権年齢が18歳に引き下げられてから
最初の選挙、参議院議員選挙が行われました。市内
の投票所では、高校生20人が受付や投票用紙の交
付などの事務にあたり、選挙への関心を高めました。

学生レポーター任命式 若者目線で魅力を発信



4代目「いいレポ☆」(任命式に出席した6人)

7月7日、飯田女子短期大学の学生9人を、市の学
生レポーター「いいレポ☆」に任命しました。若者の感
性により、市公式フェイスブックなどを通じ情報を発
信します。応援よろしくをお願いします。



リオ五輪出場矢澤選手壮行会 後輩からのエールを胸に

練習中の矢澤亜季さん(左)と矢澤一輝さん(右)

7月13日、リオデジャネイロオリンピックのカヌー・スラローム競技に出場する、飯田市出身の兄妹の矢澤一輝選手、亜季選手の壮行会が母校の飯田西中学校で行われました。

キャリア教育を推進する飯田西中学校では、先輩の生き方に直接ふれる貴重な機会として、生徒が司会進行を務めるなど、地域の皆さんと一緒に壮行会を運営し、矢澤選手にエールを送りました。



矢澤選手を中心に記念撮影

りんごんポスター・動物園写生大会表彰式

個性豊かな作品ずらり



りんごんポスター最優秀賞・優秀賞を受賞した皆さん



動物園写生大会各賞を受賞した皆さん

りんごんポスターと動物園写生大会の表彰式を行いました。りんごんポスターには191点の応募があり、浜井場小5年の足立美織さんが最優秀賞を受賞しました。動物園写生大会には382点の応募があり、県知事賞には高陵中3年の武田紀香さんが選ばれました。

現代版

養生訓

片足のむくみは病気のサイン？

座りっぱなしや立ち仕事を
して、夕方になると
足がむくんで困るとい
う話はよく聞かれます。
一時的に両足がむくむ
のであればそれほど
心配ありませんが、
片足だけがむくみや
すいことはありません
か。実はこれ恐ろしい
病気の予兆かもしれ
ません。

血液は静脈を流して心臓
へ戻ってきますが、長
時間同じ姿勢でいると、
足に血液が停滞し、
静脈内に血のかたまり
(血栓)が出来る
しまう場合があります。

これを静脈血栓症とい
います。特に片足だけ
のむくみでは血栓症
の可能性が低く、両
足に溜まっていく程
度です。むくんでい
る程度ですが、その
血栓がはがれ

て、心臓を流して肺の動脈
をふさいでしまうと、
酸素化した血液が循環
できなくなり命に関
わる状態となります。

これを肺血栓塞栓症
といいます。熊本地震
でも被災された多く
の方が車中泊を余儀
なくされ、50人以上
が肺血栓塞栓症で入院
されました。これ
まで日本人には少な
い病気とされてき
ましたが、生活の欧
米化や診断技術の上
昇により多くの患者
様が確認されるよう
になりました。当院
でもむくみや手術前
の検査値異常などで、
下肢エコーを行った
方の約1/3に血栓が
見つかりました。

静脈血栓症は薬の治
療も必要ですが、長
時間同じ姿勢をとら
ずこまめに体を動か
したり、足のマッサ



市立病院 循環器内科
赤沼 博 医師

ジをしたり、水分を十分
とるなど予防すること
も大切です。

むくみは誰でも経験
するような症状です
が、重篤な病気が
隠れていることもあ
ります。気になる
場合は専門医に相談
してください。



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138

市長 牧野光朗

経済・財政一体改革推進委員会の飯田視察

6月19、20日に、本欄
の128で採り上げた政
府の経済財政諮問会議
の専門調査会である「
経済・財政一体改革推
進委員会」のメンバー
が来飯し、農家民泊や
「千代しゃくなげの会」
による保育園運営、
南信州・飯田産業セ
ンターの航空宇宙プ
ロジェクト、菱田春草
生誕地公園整備、お
ひさまま歩のエネル
ギー自治事業、官
民協働による地域
医療の確保など、
当市の様々な取組
を視察しました。

この視察のきっかけは、
当委員会の中から「
これから全国で先
進事例や優良事例
の横展開を図つて
いくためには、現
地の取組を実際
に見ることが大
事。牧野委員が
紹介している飯
田市の事例を見
に行こう」とい
った声が上が
ったことでした。



超多忙な皆さんに
できる限り視察を
してもらおうた
め、かなりの強
行日程を組まざる
を得ませんでした
が、メンバーの
一人、理事長から
は「住民の地元を
愛する気持ち、自
立心の強さ、それ
を引き出す行政
の取組が好事例
の連鎖を呼んで
いるのではない
か」「こうした
取組が全国に浸
透すれば日本は
必ず良い国にな
る」との高評価
を頂きました。

今回の視察は当
委員会にとっても
飯田市にとつて
も大変有意義な
ものになった
と思います。



先月の鈴木祿美さん(伊賀良)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.37

遠山郷アンケート調査・ 結果報告会に参加して

和歌山大学観光学部観光経営学科4年

上久保 早也佳 (大阪府堺市出身)

2015年度、和歌山大学観光学部地域
インターンシッププログラム(LIP)の活動
の一環として、「道の駅遠山郷を核とした
地域活性化」をテーマに、遠山郷での調
査活動などを行いました。具体的には、バ
イパスの開通にあたり観光客の増加が予
想される同地域において、現在遠山郷を
訪れている人たちの意識を知るためのア
ンケート調査を実施したほか、アンケート
の集計・分析結果の報告と地域活性化に
関するご提案を行う成果報告会を、地域
の方々をお招きして開催しました。

遠山郷で数日間を過ごすなかで、住民
の方々や行政、観光協会のみなさんが地
域について話し合う場が設けられている
こと、そして、そのような場において、地域
に関わる人々が地域の今後について真
摯に考え、どのようなアクションを起こす
べきか、常に試行錯誤されていることがよ
く分かりました。遠山郷での経験を通じ、
私が大学生活の中で考えてきた、よい地
域はいかにして作られるものか、というも
のの答えのひとつに出会えたような気が
します。



遠山郷でアンケート調査を実施

今がんばっていることは家族の健康
を守る事です。
子供達も保育園の生活に慣れ、家
事・育児・仕事をこなすのがあたりま
えの毎日を送っています。
そんな中、子供が体調を崩している
時ほど健康のありがたみを感じるこ
とはありません。普段、保育園に通える
のも働けるのも家族の健康があつてこ
そです。
家族皆で食卓を囲める様に普段か
ら早寝早起きや栄養のある食事、手
洗いなど規則正しい生活を心がけ、



今がんばっていること

加藤 杏奈さん (松尾)

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…

そして家族も私も笑顔でいられる様
に頑張りたいです。
普段の生活が出来るあたりまえの
日に感謝したいです。

ぼくのゆめ わたしのゆめ

未来のぼく

熊谷 怜士 さん
(丸山小 6年)



ぼくの将来の夢は2つあります。

一つ目は、農家になることです。牛と犬
とトウモロコシを育てたいです。牛は10
とう育てて、犬はブルドッグ1匹きを育て
たいです。トウモロコシは畑一面分育てた
いです。おいしいトウモロコシを作りたい
です。

二つ目は、海のサーファーになることです。海をあやつって
ブルドッグといっしょにたんけんしてみたいです。一度日やけ
して真っ黒になってみたいです。

市役所発 ぐらしの情報



児童扶養手当 8月期の支給日

児童扶養手当は、ひとり親家庭の方に支給される手当です。4月～7月分を、申請された口座へ振り込みますので、確認してください。

▼対象

児童扶養手当受給者（ひとり親家庭として申請、登録されている方）

▼支給日 8月10日(水)

子育て支援課 家庭係
内線5738

▼問い合わせ

児童扶養手当 現況届の提出

児童扶養手当を受給中の方は、受給資格確認のため毎年8月中旬に「現況届」を提出しなければなりません。

（所得の超過により、手当を受給していなくても、受給者として登録されている方は届出が必要です。）

この届出がない場合、受給資格があっても、8月分以降（12月振込）の手当が受けられなくなりますので、必ず届出を行ってください。
※受給者本人や、その同一世帯の方が、平成27年分の所得を申告していない場合はあらかじめ税務課で申告してください。
※受給者本人が届出手続き

児童扶養手当の現況届集中受付日時

日 時	対 象 者
8月18日 (木) 午前9時～ 午後6時30分	橋北・座光寺・ 松尾・山本
8月19日 (金)	橋南・下久堅・ 上久堅・龍江・ 川路・鼎・ 上村・南信濃
8月21日 (日) 午前9時～ 午後4時	羽場・丸山・ 上郷
8月22日 (月) 午前9時～ 午後6時30分	東野・千代・ 竜丘・三穂・ 伊賀良

を行ってください。郵送や代理人による届出はお受けできません。

▼対象

児童扶養手当受給者（対象者には、通知送付済）

▼日時

左表のとおり

▼場所

市役所C棟3階
C313会議室

▼必要なもの

印鑑

※その他、関係書類の提出が必要な方は個別に通知しておりますので、併せてお持ちください。
※集中受付日に届出ができない場合は、8月中旬に子育て支援課窓口へ来庁く

ださい。

▼問い合わせ

子育て支援課 家庭係
内線5738

ねこの繁殖制限 補助事業

ねこの避妊・去勢手術を推進することにより、繁殖制限に対する意識を広く普及し、適正な飼育が図られるよう手術費用の一部を助成します。

▼補助金額

1匹あたり避妊・去勢ともに2500円

▼予定数 50匹

▼補助対象

7月1日(金)～11月30日(水)の間に飯伊動物愛護会会員の動物病院で実施した手術

▼申込期限

12月16日(金)

▼申込方法

飯伊動物愛護会会員の動物病院にある申込書で申し込みください。

▼申し込み・問い合わせ

飯伊動物愛護会（飯田保健福祉事務所内）
0265(53)0446



第35回 飯田まつり

8月6日(土)

飯田りんごん 生中継!!

CATV 713ch 光キャストビジョン 11ch

スマホ・タブレットでも見られる★USTREAM で配信します

プレゼントが当たる！メッセージ大募集 メール live@iidacable.tv FAX:050-3583-2255



株式会社 飯田ケーブルテレビ

広告欄

飯田丘のまちバル

丘の上飲食店での食べ歩き・飲み歩き・まち歩きイベントです。チケットを購入し、好きなお店5軒を選んで巡ります。1枚のチケットと引き換えに、お店でピンチョス（おつまみ）1品とドリンク1杯が楽しめます。

▼日時 8月21日(日)

午前11時30分～夜間

※参加店舗ごとバル開催時間が異なります。ホームページ・チケット付属の冊子でご確認ください。

▼参加店舗

中心市街地の飲食店46店舗

※詳細は、ホームページ、チラシなどをご確認ください。

HP 飯田丘のまちバル

検索

▼チケット価格

○前売チケット
1冊（5枚綴り）
3500円

○当日チケット

1冊（5枚綴り）
4000円

▼チケット取扱場所

○前売チケット

参加各店舗、飯田駅前観光案内所、まちなかインフォメーションセンター、飯田商工会議所、(株)飯田まちづくりカンパニー

※8月18日(木)まで

○当日チケット

本部（川本喜八郎人形美術館下）のみ取り扱い

▼問い合わせ

飯田市中心市街地活性化協会事務局
☎0265(52)1715

第2回千代野外音楽祭

メインゲストに小沢あきこさんを迎え、千代ふるさと大使の関口郷子さんを司会に地元のパンドなどが出演します。屋台、仕掛け花火もあります。

▼日時

8月21日(日) 午後2時～

▼場所

千代山村広場
野外ステージ

▼問い合わせ

千代自治振興センター
内線4405

男女共同参画推進事業者などの募集

仕事と家庭生活の両立により男女が共に働きやすい職場づくり、女性の能力活用や職域拡大、男女が共同して参画できる環境づくりなど、男女共同参画に積極的に取り組まれている事業者および市民団体を募集し、平成29年2月26日(日)開催の「第22回市民のつどい」で表彰します。

※「事業者や市民団体」とは、事業活動を行う個人や法人、非営利団体、自治組織、PTAなどの各種団体を指します。

▼応募方法

応募を希望する事業者・団体などの皆さまはまずご連絡ください。応募用紙をお送りしますので、必要事項を記入し、郵便FAX、Eメールで送りたい、だくか直接持参してください。

▼応募締切

9月30日(金)

▼申し込み・問い合わせ

〒395-8501

大久保町2534
男女共同参画課

☎0265(22)4560

FAX 0265(22)4568

☎danjo@city.ிடanagano.jp

第59回長野県母親大会

子育て、暮らし、平和、女性の生き方などについて語り合いませんか。

▼日時

9月18日(日)

午前9時～午後4時

(市役所集合午前6時)

▼場所

佐久平交流センター
(佐久市)

▼内容

○意見発表・見学分科会他
○記念講演 菅原文子さん
「平和の種を広げるために今伝えたいこと」

▼参加費 1000円

昼食は各自ご用意ください。(販売もあります)

▼申込締切

9月2日(金)

(20人まで先着順)

▼申し込み・問い合わせ

男女共同参画課

☎0265(22)4560

広告欄

飯田のリサイクル発酵堆肥「ゆうき一番」は、市内で発生する牛ふん、食物残さ、きのこ廃菌床などの有機性資源を原料にした環境にやさしい堆肥です。

特殊肥料 飯田のリサイクル発酵堆肥

ゆうき一番

お問い合わせ

飯田市農業課

(有)いいだ有機

飯田市鼎東鼎281
TEL 0265-21-3217

飯田市下久堅下虎岩493
FAX 0265-29-7835

[商品]

袋詰20ℓ 2t車1台
袋詰40ℓ 軽トラック1台

ご注文、ご購入については

JAみなみ信州各資材店舗へお願いします。

※値段等はお気軽にお問い合わせ下さい。



福祉の職場を知りたい、転職したい方へ

福祉の職場説明会・就職面接会を行います。福祉事務所の担当者と直接面談ができ、より多くの情報収集と就職にあたってのイメージをより具体的にすることができま

▼開催日時 8月26日(金)

午後0時30分～3時30分

▼場所

シルクホテル

飛翔・錦織

▼内容

○就職活動ワンポイントセミナー

午後0時30分～1時20分

○福祉の職場説明会・就職面接会

午後1時30分～3時30分

▼問い合わせ

長野県福祉人材センター

0262(26)7330

ハローワーク飯田

0265(24)8609

飯田市職員採用試験

平成29年4月採用予定の職員採用試験を実施します。

▼試験内容

下表のとおり

▼試験実施要綱と試験申込書の入手方法

○人事課、各自治振興センター窓口で受け取り

○郵送を希望する場合

120円切手を貼った返信用封筒(試験区分と宛先明記、角形2号)を同封し人事課へ請求

○インターネット

市ウェブサイトからのダウンロード

市HP

職員募集

▼申込方法

次の書類を月々金曜日の午前8時30分～午後5時15分の間

に人事課まで本人または代理者が持参。郵送も可。

○試験申込書

住所、氏名、試験区分を記載し、242円分の切手を貼った長形3号封筒

▼申込締切

8月19日(金)

※郵送の場合、消印有効

▼申し込み・問い合わせ

〒395-8501

大久保町2534

人事課

内線2141

平成29年4月採用予定 飯田市職員採用試験

試験区分	採用予定人数	勤務予定機関	受験資格 (詳細は試験実施要綱参照)		給与 ※1		第1次試験方法	第1次試験日
			資格または免許	年齢	初任給	手当		
行政初級	2人程度	本庁、出先機関など	なし	平成7年4月2日以降の出生者	144,600円 (高校卒)	通勤、 期末・勤勉 扶養、住居 特殊勤務 など	教養試験 事務適性検査 適性検査 作文試験	平成28年 9月18日 (日)
行政建築初級 ※2	1人程度				154,300円 (短大卒)			
土木初級 ※3	2人程度							

- ※1 給与は平成28年4月1日現在の内容であり、採用までの間に変更となる場合があります。また、職歴等経歴がある方は、原則としてこれより高い初任給が支給されます。
- ※2 試験の区分「行政建築初級」で採用された場合、採用後において建築分野の業務のほか、異動等により本庁・出先機関における一般行政業務(事務など)を行うこととなります。
- ※3 土木初級とは、高校卒業程度の知識・教養を持つ土木職の採用区分です。採用後は、個人が有している資格や専門分野を考慮しつつ、主に土木分野に携わります。

SUZUKI スズキセニアカー

運転免許や特別な資格は必要ありません。

音声案内!!
あなたの運転をサポートします。

(ET4D/ET4E)

25Lサイズの大型バスケット!!

(ET4Dのみ)

傾斜お知らせ機能!!
センサーが傾斜を感知。

(ET4D/ET4E)

ET4D 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** ※1 連続走行距離 **33km** ※2

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。

※1 本体価格には、オプション品やその取付費用・保険料は含まれておりません。本体価格は販売会社が独自に定めていますので、詳しくは各販売会社にお問い合わせください。
※2 連続走行距離は、JIS T 9208:2009 で定められた条件のもとでの数値です。

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

市立病院関係 職員採用試験

平成29年4月採用予定の市立病院関係職員採用試験を実施します。

▼試験区分と採用予定人数

診療情報管理士 1人
看護職 13人程度

▼勤務予定機関

飯田市立病院など

※受験資格・給与・手当など詳細は、試験実施要綱をご覧ください。

▼第1次試験日

9月18日(日)

▼試験実施要綱と試験申込書の入手方法

○窓口で受け取り

人事課、市立病院、各自治振興センター窓口で受け取り。

○郵送を希望する場合

120円切手を貼った返信用封筒(試験区分・宛先を明記、角形2号)を同封し人事課へ請求する。

○インターネット

市または市立病院のウェブサイトにダウンロードする。

市HP 職員募集

検索

▼申込方法

次の書類を月々金曜日の午前8時30分〜午後5時15分の間に人事課まで本人または代理人が持参。郵送も可。

○試験申込書

○住所、氏名、試験区分を記載し、242円分の切手を貼った長形3号封筒

▼申込締切

8月19日(金)

※郵送の場合は、消印有効

▼申し込み・問い合わせ

〒395-8501
大久保町2534
人事課
内線2141

消防職員採用試験

平成29年4月採用予定の消防職員採用試験(第2回)を実施します。

▼採用職種と人数

消防職員 2人程度

▼受験資格

平成9年4月2日〜平成11年4月1日の出生者

▼第1次試験日

9月18日(日)

▼場所

飯田広域消防本部
3階 大会議室

▼申込書の入手方法

○飯田広域消防本部、各消防署・分署で受け取り

○郵送を希望する場合

140円切手を貼った返信用封筒(宛先明記、角形2号)を同封し、総務課職員係へ請求

▼申込締切

8月19日(金)

※郵送の場合は、消印有効

▼申し込み・問い合わせ

飯田広域消防本部
総務課 職員係
〒395-8501
0265(23)6000

再就職支援研修会

飯田下伊那8病院共催で再就職支援研修会を実施します。

▼対象 看護職

▼期日 9月9日・16日・30日・10月7日の金曜日

(全4回)

▼時間

午後1時30分〜4時30分

▼場所

健和会病院

▼申込方法

電話で申し込みください。 ※託児可能です。

▼申し込み・問い合わせ

健和会病院 看護部
0265(23)3116

北信越国民体育大会 弓道競技飯田で開催

第37回北信越国民体育大会の弓道競技大会が、4年ぶりに飯田で開催されます。飯田下伊那在住の選手も出場を予定しておりますので、ご声援をお願いします。

▼日時

○8月20日(土)

午前9時30分〜開始式

○8月21日(日)

午前9時〜競技開始

▼場所

飯田運動公園内
県営飯田弓道場

▼問い合わせ

生涯学習・スポーツ課
スポーツ振興係
内線3731

広告欄

8月・9月・10月 加入推進強化月間!

●入会金200円(一人)キャッシュバック

事業所の福利厚生をお手伝いします!!
低コストでの福利厚生の充実を行政と一体となって応援



1,600事業所
13,000人に入会
頂いています

加入事業所募集中(ご加入は事業所単位2名以上)

ひとり 入会金200円 月会費300円(負担金年1回300円)

- 慶弔給付: 祝い金、見舞金等の給付
- 健康増進: インフルエンザ予防接種助成金等
- 自己啓発: 資格取得試験受験料助成金等
- 余暇活用: 推奨ツアー、スポーツ観戦等助成金
- その他: チケット・各種カード特別価格斡旋

一般財団法人
飯田勤労者共済会

TEL.0265-52-6566
FAX.0265-52-0155

〒395-0024 飯田市東栄町3108番地1
長野県飯田勤労者福祉センター内
ホームページ <http://iida-kyosai.com/>

飯田勤労者共済会

検索



**障がい者文化芸術作品
展の出展作品の募集**

みなさんが日頃取り組んでおられる文化芸術活動の作品を、ぜひこの機会に広く市民の方に発表してみませんか。

▼応募資格

飯田市に住所を有する障がいのある方

▼応募作品の種類

絵画、手芸、工芸、書道、写真

※作品募集要項に種別ごとの詳しい規格が明記してあります。

▼作品展開催期間

11月1日(火)～6日(日)

▼作品展開催場所

飯田市美術博物館1階

市民ギャラリー

▼出展(申込)方法

出展を希望される方には作品募集要項をお渡しいたします。要項に添付してある申込用紙を応募締切期日までに事務局まで

ご提出ください。

▼応募締切

9月30日(金)

▼申し込み・問い合わせ

飯田市社会福祉協議会
ボランティアセンター
☎0265(53)3182

**市営住宅・県営住宅
入居者募集**

市営住宅および飯伊地区の県営住宅入居者を募集します。

▼募集期間

8月22日(月)～31日(水)
(土日含む)

午前8時30分～午後5時

▼抽選日時・場所

○県営住宅 9月9日(金) 午前10時～
○市営住宅 9月9日(金) 午後2時～

▼抽選場所

長野県住宅供給公社
飯田管理センター

▼募集内容など

募集団地などの詳細は8月17日(水)公表予定です。応募条件、必要書類などについてはお問い合わせください。なお、上村・南信濃地区の市営住宅は

随時募集しております。ホームページでも募集情報がご覧になれます。

HP 長野県住宅供給公社 検索

▼問い合わせ

長野県住宅供給公社飯田管理センター
☎0265(48)0460

**飯田高等職業訓練校
パソコン科受講生募集**

10月から3月までのパソコン科の受講生を募集します。年齢は問いません。脳活、脳トレとしてもお奨めです。

▼訓練計画・受講料など

下表のとおり
※ご自身のノートパソコンを持ち込んで使用していただきますのでご用意ください。

▼募集定員

各コース12人

※応募者が少数の場合、開講できないことがあります。

▼募集期間

8月22日(月)～
9月12日(月)

▼受付時間

午前8時30分～午後5時

※土・日・祝日を除く。

▼入校手続き

○当校備え付けの入校申込書に所要事項を記入の上、提出してください。

○申込時に入校申込金5千円を納めていただきますのでご用意ください。

▼申し込み・問い合わせ

職業訓練法人飯田協会
飯田高等職業訓練校
東新町2-30
☎0265(23)5844

コース名	訓練計画			受講料(※)
	曜日	授業時間	日数	
昼の部	入門	火 9:30~15:30 (5時間、月4日ほど)	いずれも 21日	1ヵ月 7,000円
	趣味活用	木		
夜の部	入門	木 18:30~21:00 (2.5時間、月4日ほど)		1ヵ月 4,000円
	趣味活用	水		

※テキスト代が別途必要です。



未来応援定期
平成28年
6月13日(月)～8月31日(水)

- お一人さま10万円以上1,000万円以内
- 個人のお客さまの新規のお預入れに限らせていただきます
- 特別金利は初回満期日までとさせていただきます
- 満期時には満期日の店頭表示金利で自動継続となります
- 店頭にて説明書をご用意しております

IIDA SHINKIN BANK
飯田信用金庫

詳しくは窓口、営業係、ホームページをご覧ください。
お客さまサービス係 ☎0120-805-123
http://www.iidashinkin.co.jp/

結

5年 年 **0.11%**
税引後：年0.087%

3年 年 **0.10%**
税引後：年0.079%

1年 年 **0.08%**
税引後：年0.063%

広告欄

市営霊園使用者募集

▼応募資格

市内にお住まいか、本籍を有する方で、お墓がなくお困りの方が必要です。

※管理料として年間3千円が必要ですが、

※遺骨がある方を優先。

▼募集内容 左表のとおり

▼申込方法

環境課または市ウェブサイトに用意してある申請書に住民票（本籍入り）1通を添付し、環境課窓口へ提出ください。環境課またはウェブサイトで

【桐林墓地公園】

聖域の種類	面積	石碑様式	募集区画	使用料
1号聖域	4㎡	和式	1	302,000円
7号聖域	6㎡	和・洋式	2	475,000円

【矢高霊園】

聖域の種類	面積	石碑様式	募集区画	使用料
あ号聖域	4㎡	和式	1	350,000円
お号聖域	4㎡	洋式	1	350,000円
か号聖域	4㎡	和・洋式	1	350,000円

【柏原霊園】

聖域の種類	面積	石碑様式	募集区画	使用料
共通聖域	4㎡	洋式	9	550,000円

※西部霊園および昨年の募集で応募者のなかった区画は随時募集中

募集聖地の位置を事前に確認することができ、そのでご活用ください。

市役所 市営霊園 検索

▼募集期間

8月15日(月)～26日(金) ※土・日・祝日を除く。

▼抽選

○日時 9月2日(金)

午前9時～

○場所 市役所C棟2階 C211・212会議室

※応募者がいなかった聖地は、9月5日以降随時に募集します。

▼申し込み・問い合わせ

環境課 環境衛生係 内線5461

「素敵なお仕事」 女と男 標語募集

男女共同参画社会を推進していく上で男女がパートナーとして共に力を合わせ働きやすい職場・楽しい家庭・住みよい地域社会を築いていくため、その意識づくり(啓発)として標語を募集します。

▼募集作品内容

○標語 一般の部

・対象 高校生以上

「職場の仲間・地域の皆さん・学校の友だち・父・母・夫・妻へ」

女性・男性の助け合い認め合いの気持ちや姿を標語にしてください。

○標語 児童・生徒の部

・対象 小・中学生

女子、男子が性別により差別を受けることなく、対等な仲間として助け合い、認め合い、楽しい学校、地域、家庭生活を送ることができると気持ちは姿を標語にしてください。

▼応募方法

住所、氏名、電話番号を必ず明記し、A4用紙ま

たはハガキでの郵送、FAXまたはEメールで応募してください。

※ペンネームでの応募も可能ですが、その場合は実名も付記してください。

※応募は、市内にお住まいの方に限ります。

※応募作品は、ひとり1作品で、未発表の作品に限ります。

▼応募期間

8月15日(月)～10月7日(金)

※作品の審査は飯田市男女共同参画推進委員会が行い、審査結果と入賞作品は、市のウェブサイトで地元新聞などで広く公表します。

※入賞作品は平成29年2月26日(日)開催の「第22回市民のつどい」で表彰します。入賞者には記念品として賞状と図書カードを贈呈します。

▼応募・問い合わせ

〒395-8501

大久保町2534

男女共同参画課

☎ 0265(22)4560

FAX 0265(22)4568

✉ danjo@city.aida.nagano.jp

■ 信毎Web <http://www.shinmai.co.jp/>

暮らしに 仕事に 役立つ信毎

地域の話から世界のニュースまで一紙で分かる

県内の経済記事 たっぷり詳しく
生活防衛 豊富なチラシでお得情報

ライフスタイルを彩る
週刊いいだは木曜日



購読のお申し込みは [0120-81-4341](tel:0120-81-4341) 又は 最寄りの信毎販売店へ



**ゆいきつず講座
お父さん向け親子体操**

第1回目のお父さん向け講座を開催します。ゆいきつずで子どもさんと体を動かして遊びませんか。親子でふれあい、楽しい日曜日を過ごしましょう。

※当日、ゆいきつず広場は9時45分～11時15分の間、講座占有となります。

▼対象
市内在住、1人歩きができる1歳半～3歳までの子どもさんと父親（母親、祖父母の参加も可能）

▼日時
9月11日(日)
午前10時～
(1時間程度)

▼場所
飯田市子ども家庭応援センターキッズルーム
(りんご庁舎2階)

▼講師
子ども家庭応援センター理学療法士

▼定員 15組（先着順）
▼申込方法
電話か、ゆいきつず広場にて申し込みください。

▼申込期間
8月9日(火)～23日(火)
▼申し込み・問い合わせ
子育て支援課

(飯田市子ども家庭応援センター)
内線5344



**ゆいきつず講座
助産師さんの話**

断乳・卒乳を考えている方やお困りの方はいませんか？時期や方法、お母さんの関わり方など、助産師さんがお話をしてくれます。※当日はゆいきつず広場はお休みです。

▼対象
市内在住の方で、授乳されている方

▼日時
8月30日(火)
午前10時～(45分程度)

▼場所
飯田市子ども家庭応援センターキッズルーム
(りんご庁舎2階)

▼講師
今村信子さん(助産師)

▼定員
15組(先着順)

▼申込締切
8月2日(火)

▼申込方法
電話か、ゆいきつず広場にて申し込みください。

▼申し込み・問い合わせ
子育て支援課
(飯田市子ども家庭応援センター)
内線5344



**飯田市公式
フェイスブック
「広報いいだ」**

市政情報や市の魅力を飯田女子短期大学の学生レポーター「いいレポ☆」のメンバーと協働で発信中!!



おいしいパンを作りませんか？

学生を対象にして、いずみの家のみなさんを講師に、パン作りを行います。

▼対象
飯田市在住の小学生～高校生

※小学生は保護者同伴
▼日時
10月8日(土)
午後1時30分～4時

▼場所 いずみの家
▼定員 6人(先着順)

▼参加費
500円(材料費)
▼申込方法
参加を希望される方には、募集要項をお渡しいたします。要項を確認のうえ、添付してある申込用紙を募集締切までに事務局までご提出ください。

▼募集期間
9月1日(木)～20日(火)
(必着)

▼申し込み・問い合わせ
飯田市社会福祉協議会ボランティアセンター
☎0265(53)3182
FAX0265(53)3183

車椅子バスケット何だろう？

学生を対象にして、車椅子バスケットボール飯田パピッツのみなさんを講師に、車椅子バスケットを楽しみます。

▼対象
飯田市在住の中学生～高校生

▼日時
10月29日(土)
午後1時～4時

▼場所 切石体育館
▼定員 20人(先着順)

▼申込方法
参加を希望される方には、募集要項をお渡しいたします。要項を確認のうえ、添付してある申込用紙を募集締切までに事務局までご提出ください。

▼募集期間
9月1日(木)～20日(火)
(必着)

▼申し込み・問い合わせ
飯田市社会福祉協議会ボランティアセンター
☎0265(53)3182
FAX0265(53)3183

広報いいだ 読者プレゼント

GLIM SPANKYのサイン入り色紙を3人に差し上げます

現在、全国公開中のアニメ映画「ワンピース フィルム ゴールド」の主題歌を飯田下伊那出身の二人組音楽ユニット、グリムspanキーが担当していることを受け、7月初旬に彼らを取材しました。東京での取材記念のサイン入り色紙を3人に差し上げます。郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号のほか「サイン入り色紙希望」と明記し、広報いいだの感想を添えてはがきでご応募ください。



【宛て先】〒395-8501 飯田市大久保町2534
飯田市広報情報課「グリムspanキー」係
【締め切り】8月31日(水)

◎賞品(色紙)の発送をもって当選者の発表にかえさせていただきます。
※応募に関する個人情報は賞品の発送と今後の記事企画の参考にさせていただきます(右)市広報担当職員(左)。



グリムspanキーの取材記事を31ページに掲載しています。

**要約筆記を知ろう！
やってみよう！**

耳の不自由な方に文字で情報を伝える技術を学んでみませんか？

講演会や病院受診、福祉の手続きの際などでお困りの方の通訳者を目指します。

▼対象
要約筆記に興味がある初心者の方。

▼日時
8月27日から9月24日の毎週土曜日(全5回)
午後1時～3時

▼場所

さんとびあ飯田2階
社会適応訓練室

▼定員 20人(先着順)

▼参加費 500円

(要約筆記用具・資料代)

▼申込方法

電話またはFAXで申し込みください。

▼申込締切 8月20日(土)

※定員になり次第締切。

▼申し込み・問い合わせ

飯田市社会福祉協議会
ボランティアセンター

☎0265(53)3182

FAX0265(53)3183

**いい香りのするキャ
ンドルを作ろう！**

障がいのある方を対象に、アロマキャンドル教室を開催します。お好きな色と香りだけで、自分だけのお気に入りキャンドルを作りませんか？

▼対象

飯田市在住の障がいのある方

▼日時

○9月10日(土)
○10月12日(水)
午前10時～11時30分

▼場所

さんとびあ飯田調理室
▼定員 各日5人(先着順)

▼参加費 500円(材料費)

▼持ち物 軍手

▼注意事項

通訳者・介添者などは各自でご手配ください。また、熱湯・匂いがあるものを用いますのでご注意ください。

▼申込方法

電話またはFAXで申し込みください。

▼申込締切 8月31日(水)

※定員になり次第締切。

▼申し込み・問い合わせ

飯田市社会福祉協議会
ボランティアセンター

☎0265(53)3182

FAX0265(53)3183

たまねぎで好きな物を染めてみよう！

障がいのある方を対象に、草木染教室を開催します。Tシャツやハンカチなどをお好きなデザインに染めてみませんか。

▼対象

飯田市在住の障がいのあ

る方

▼日時

○9月17日(土)
○10月26日(水)
午後2時～4時30分

▼場所

さんとびあ飯田調理室

▼定員

各日7人(先着順)

▼参加費

500円(材料費)

▼持ち物

染めたい物(綿・絹・麻で作られているもの)、染めた物を入れるためのビニール袋、エプロン

▼注意事項

通訳者・介添者などは各自でご手配ください。また、熱湯・匂いがあるものを用いますのでご注意ください。

▼申込方法

電話またはFAXで申し込みください。

▼申込締切 8月31日(水)

※定員になり次第締切。

▼申し込み・問い合わせ

飯田市社会福祉協議会
ボランティアセンター

☎0265(53)3182

FAX0265(53)3183

美博の自然講座

伊那谷の自然をさまざまな角度から学びます。

聴講無料で、どなたでも参加できます。たくさんの方のご来場お待ちしております。

▼日時

8月20日(土)

午後1時30分～3時30分

▼場所

美術博物館講堂

▼講師

下平眞樹さん

(伊那谷自然友の会)

▼テーマ

中央アルプス西駒周辺の

氷河・周氷河地形

▼問い合わせ

美術博物館

☎0265(22)8118

美博の子ども自然教室

観察や実習を通して、自然や大地を見る目を養う子ども向け自然教室です。

今回は、河原の砂から砂鉄を取り出し、周囲の岩石の性質を学びます。

▼対象

小学5年生～中学2年生

▼日時

8月11日(祝)

○1回目

午前10時～正午

○2回目

午後1時30分～3時

※同じ内容で2回実施します。

▼場所

美術博物館科学工作室

▼テーマ

砂鉄集めて岩石さがし

▼定員

15人(先着順)

▼申込方法

電話で申し込みください。

▼申込締切

8月7日(日)

▼申し込み・問い合わせ

美術博物館

☎0265(22)8118

美博の天文講座 宇宙をのぞこう

室内でのお話と屋上での星空観察をセットにした講座です。どなたでも無料で参加できます。

小学生以下のお子さんは保護者の方と一緒にご参加ください。

▼日時

8月11日(祝)

午後6時～8時30分

▼場所

美術博物館科学工作室

※正面向かって右側(追手町小学校側)の屋外階段を上り、科学工作室へ直接お入りください。

▼テーマ

夏の星座とペルセウス座流星群

▼申込方法

電話で申し込みください。

▼申込締切

8月10日(水)

▼申し込み・問い合わせ

美術博物館

☎0265(22)8118

プラネタリウム 特別投影

解説員が旅してきたナミブ砂漠の風景や星空をご紹介します。普段見ることができない南半球の星座も探してみましよう。

▼日時

8月28日(日)

午後4時～4時50分

※この回は通常投影「星の王子さま」がありませんので、ご了承ください。

▼場所

美術博物館

プラネタリウム天歩

▼テーマ

南半球への旅

▼料金

一般 250円

高校生 150円

小中学生 50円

※通常のプラネタリウム観覧料です。

▼問い合わせ

美術博物館

☎0265(22)8118

追手町小学校化石標本室

飯田市出身の長谷川善和先生の標本を中心に、数多くの化石と骨格を公開します。観覧料無料で、どなたでも見学できます。公開に合わせてワークショップを開催します。

▼公開日時

8月7日(日)、13日(土)、14日(日)

▼場所

午前10時～午後4時

▼追手町小学校化石標本室

※北西側の信号交差点に案内があります。

ワークショップ「化石発掘体験」

○期日

8月13日(土)

※公開時間中いつでも可

○参加費 100円

▼ワークショップ「化石レプリカづくり」

○期日

8月7日(日)、14日(日)

※公開時間中いつでも可

○製作時間 約30分

○材料費 1個200円

▼問い合わせ

美術博物館

☎0265(22)8118

美博の電子顕微鏡観察教室

不思議な微の世界を紹介します。観覧券をお持ちの方ならどなたでも参加できます。

▼日時

8月7日(日)、21日(日)

午前11時～正午、午後2時～3時

▼場所

美術博物館科学工作室

▼問い合わせ

美術博物館

☎0265(22)8118

ぎやまん工房 (とんぼ玉づくり)

弥生時代の遺跡や古墳から出土するガラス製の玉を「とんぼ玉」と呼びます。とんぼ玉を昔の作り方で作ってみましょう。多少のコツをつかめば誰でも作る事ができます。

▼対象

小学生高学年以上
(小学生は保護者同伴)

▼日時

9月10日(土)

午前9時30分～11時30分

▼場所

上郷考古博物館

▼定員

24人

※応募者多数の場合は初めての方を優先として抽選を行います。

▼参加費

小中学生 400円
高校生以上 500円

▼申込方法

住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、参加経験の有無を明記の上、FAXまたはEメールでお申し込みください。

▼申込締切

9月3日(土)(必着)

▼申し込み・問い合わせ

上郷考古博物館
☎0265(53)3755
FAX0265(53)3756
✉kouko@ida-museum.org

地域で支えあう こころの健康講座

9月10日から16日は、「自殺予防週間」です。自殺で身近な人がこの世から消えないように、生きやすい社会をつくり、地域で支えあう、見守る、つなぐ役割をする「ゲートキーパー」について学ぶ講座です。

▼日時・内容

○第1回 9月5日(月)

午後7時～8時30分

・「こころの病気の基礎講座」

・講師 柿田充弘さん
(飯田病院医師)

○第2回 9月28日(水)

午後7時～8時30分

・「私たちに何ができるでしょうか」

・講師 市保健課保健師

▼場所

伊賀良公民館

▼定員

30人程度

※第1回・2回両方参加できる方が優先となります。ご了承ください。

▼申込方法

電話で申し込みください。

▼申込締切

8月31日(水)

▼申し込み・問い合わせ

保健課(りんご庁舎)
内線5306

第14回飯田市地域史研究集會を開催します

近世の下伊那で最大の領主だった飯田藩に焦点をあて、藩の政治と学問・文化の問題を地域とのかかわりを見ながら考えてみます。事前の申し込みは不要です。どなたでもご参加いただけます。

▼日時

○8月27日(土)

午前9時30分～午後5時
○8月28日(日)

午前9時～正午

※内容や日程など詳細はウェブサイトをご覧ください。

市役所 地域史研究会

検索

▼場所

飯田市公民館2階展示室

▼テーマ

「飯田藩と地域社会」

▼参加費

500円

(2日間共通資料代)

※高校生以下無料

▼問い合わせ

歴史研究所

☎0265(53)4670

宇宙留学サマーキャンプ一般公開講座

小学生を対象とした、宇宙留学サマーキャンプを3日間にわたり開催します。最終日は、JAXA(宇宙航空研究開発機構)から講師を迎え、一般公開講座を行います。大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

▼対象

宇宙に興味がある小学生、中学生、一般の方

▼日時

8月11日(祝)

午前10時～正午

▼場所

市役所C棟3階

C311～313会議室

▼内容

宇宙留学サマーキャンプ2016 第6講「宇宙飛行士になるには」

▼講師

柳川孝二さん(JAXA 広報部特任担当役)

▼参加方法

申し込み不要です。直接会場へお出かけください。

▼駐車場

市役所駐車場が満車の場合は、愛宕駐車場をご利用ください。

▼問い合わせ

学校教育課 学務係
内線3713、3714



『宇宙兄弟』は飯田市の宇宙教育を応援しています。

宇宙留学サマーキャンプ2016

参加費 無料

一般公開講座

8.11(祝) AM10:00~

©小山宙哉/宇宙兄弟

食とからだを考える 健康教室

月 日	内 容
9月8日(木)	開講式 自己紹介など
9月26日(月)	食品表示について 楽しく動こう(運動)
10月17日(月)	健診結果から あなたの食事はどうですか?
10月31日(月)	しなやかな血管と流れやすい血液を目指そう 油・塩分を減らそう(調理実習)
11月16日(水)	バランス食について 野菜を摂ろう(調理実習)
11月29日(火)	お口の健康について 修了式 教室を振り返って

食とからだを考える
健康教室

健康を保つために自分の身体の状態を知り、栄養・運動・休養について日常生活に活かせる具体的な方法を学びます。修了後は食のボランティア(食生活改善推進員)としても活躍していただけます。

▼対象 65歳くらいまでで、継続して参加できる方。
※特定健診などの健診を受けてください。

▼日程・内容 左表のとおり

▼時間 午前9時30分～正午

※調理実習がある日は午後1時頃まで。

▼場所 伊賀良公民館

▼定員 20人

▼申込方法

電話で申し込みください。

▼申込締切

8月25日(木)

▼問い合わせ

保健課(りんご庁舎)

食育担当

内線5305

男女共同参画料理教室

お友達、夫婦、親子、きょうだいなどといっしょに、楽しく料理をしていただき、食事をする料理教室の参加者を募集します。もちろん男性・女性問わずお1人でもご参加も歓迎します。今回は「誰でも簡単にできるどんぶりシリーズ」の第3回目として、次のおおりに実習と食事をを行います。

▼対象

市内にお住まいの方

▼日時

9月4日(日)

午前10時～午後1時

▼場所

飯田友の会

(高羽町6丁目108)

▼料理内容

変わりかつ丼、ごぼうの味噌汁、蒸し茄子のお浸し、デザート

▼定員

30人(先着順)

▼参加費

500円

▼持ち物

エプロン、三角巾(バン

ダナ)、筆記用具

▼申込方法

住所、氏名、電話番号を電話またはFAX、Eメールでお知らせください。

▼申込締切

8月30日(火)

▼今後の開催予定

10月2日(日)、12月4日(日)

▼申し込み・問い合わせ

男女共同参画課

☎0265(22)4560

FAX0265(22)4568

✉danjo@city.iida.nagano.jp

男性はつらつ料理塾

男性のための料理教室です。初心者の方大歓迎。料理の基礎から学びます。食事が作れる自立した男性を目指します。

▼対象 65歳以上男性

▼日時

9月7日(水)～11月16日(水) 計6回

(第1・3水曜日)

▼場所 上郷公民館

▼定員 20人

▼参加費 1回300円

※定員になり次第締切

▼申込方法 電話で申し込みください。

▼申込締切 8月24日(水)

▼申し込み・問い合わせ 長寿支援課
内線5754
シルバー人材センター
☎0265(22)8690

くらしに役立つ法律のはなし

▼日時

8月23日(火)

午後1時30分～3時

▼場所

南信消費生活センター

▼講師

長谷川敬子弁護士

▼内容

交通事故の加害者の責任と被害回復

▼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

南信消費生活センター
☎0265(24)8058





相談

農地相談

農地の売買や貸し借り、農地の転用、遊休農地対策、農業者年金など農地に関する相談を、各地区担当の農業委員と農業委員会事務局職員が受け付けます。

開催地区以外のご相談は、農業委員会事務局までご連絡ください。

▼**場所**
開催地区JAの各支所・事業所

※下久堅地区は下久堅自治振興センターで行います。

▼**時間**
午前9時30分～11時

▼**問い合わせ**
農業委員会事務局
☎0265(21)3219

- ▼**開催地区・開催日**
- 9月1日(木) 下久堅・龍江
- 9月5日(月) 伊賀良
- 9月6日(火) 山本
- 9月9日(金) 竜丘

▼**場所**
開催地区JAの各支所・事業所

※下久堅地区は下久堅自治振興センターで行います。

▼**時間**
午前9時30分～11時

▼**問い合わせ**
農業委員会事務局
☎0265(21)3219

農ある暮らし相談

生活の中に少し農を取り入れたいとお考えの方のご相談や市民農園、クライイン

ぽっぽぽお chayako

私の名前はいちぽっぽお。きんぎょの卵を食べて、大きくなると、おそろしき蚊になります。おそろしき蚊は、おそろしき蚊の卵を食べて、大きくなると、おそろしき蚊になります。

いたいた、ぽっぽぽお。丸ごと食べて、おそろしき蚊になります。おそろしき蚊は、おそろしき蚊の卵を食べて、大きくなると、おそろしき蚊になります。

ただ、おそろしき蚊は、おそろしき蚊の卵を食べて、大きくなると、おそろしき蚊になります。おそろしき蚊は、おそろしき蚊の卵を食べて、大きくなると、おそろしき蚊になります。

問い合わせ
商業・市街地活性課
内線4650

りんご並木 歩行者天国

まちかど芸術祭 in りんご並木

～芸術の秋の訪れを感じて～

りんご並木歩行者天国にぜひお越しください。

開催日
9月4日(日)

交通規制時間
11:00～17:00

交通規制区間
りんご並木(知久町～通り町)
※本町とりんご並木の交差点は車両通行できません

主なイベント
(12:00～16:00)

- ◎クラシックバレエ、ダンスなど
- ◎バンド、フォーク、コーラスグループなどの音楽ライブ
- ◎フランクフルト、綿菓子、かき氷などの販売
- ◎オープンカフェ

※天候により催しの内容が変更となる場合があります。

要です。相談も承ります。申し込み不要です。

談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

族のUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

いますので、ご本人やご家族のUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

ターンのUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

夏休みの帰省時期にUITAーン夏の特別相談会を行いますので、ご本人やご家族のUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

UITAーン 夏の特別相談会

夏休みの帰省時期にUITAーン夏の特別相談会を行いますので、ご本人やご家族のUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

ターンのUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

いますので、ご本人やご家族のUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

UITAーン夏の特別相談会を行いますので、ご本人やご家族のUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

ターンのUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

いますので、ご本人やご家族のUITAーンについて相談してみませんか。起業相談も承ります。申し込み不要です。

ガルデンのご案内もいたします。新規就農に関する相談も承ります。申込不要です。

▼**対象**
○飯田市民で農業に関心のある方

○飯田市に移住し(または予定)、農ある暮らしを希望する方

▼**日時**
○8月12日(金)
午前10時～午後5時15分

○8月13日(土)
午前10時～午後4時

▼**場所**
市役所C棟3階

▼**お問い合わせ**
結いターンキャリアアデザイン室
内線3512

▼**内容**
就職、転職、住居探しなどのUITAーンに関する相談のほか、事業所より収集した求人情報の提供や起業相談

▼**その他**
同日に、広報いいだ7月15日号でご案内した就職活動支援(個別相談)を行います。事前に申し込みが必要です。

▼**申し込み・問い合わせ**
結いターンキャリアアデザイン室
内線3512

▼**対象**
○UITAーン・UITAーンで飯田市への移住を希望されている方

○飯田市で起業を検討している方

▼**日時**
○8月12日(金)
午前10時～午後5時15分

○8月13日(土)
午前10時～午後4時

※起業相談は12日(金)午後1時～4時のみ

▼**場所**
市役所C棟3階

▼**お問い合わせ**
C311・C312

難病医療・生活相談会

難病患者さん・ご家族の皆さんのための専門相談会を行います。お気軽にご相談ください。

▼日時

9月25日(日)
午後0時30分～2時
(受付)

▼場所

長野県飯田合同庁舎3階
講堂および302号会議室
(追手町2丁目678)

▼相談内容

医療相談(脳神経内科)、リハビリ相談、療養・生活相談、職業相談、栄養相談、患者会などに関する相談

▼申込方法

電話またはFAXで申し込みください。

▼申込締切

9月8日(木)

▼申し込み・問い合わせ

飯田保健所
健康づくり支援課
☎0265(53)0444
FAX0265(53)0469

特設人権相談所

近所づきあい、親子や夫婦関係問題、借家土地問題、差別問題、などの問題で困りの方いませんか。この様なことでお困り方は、特設人権相談所を開設しますので、お気軽にお出かけください。

▼日時

9月11日(日)
午前9時～正午

▼場所

三穂公民館

※当日は、人権擁護委員が相談に応じます。
※相談は無料で秘密を厳守します。
※当日都合の悪い方は、毎週火曜日と金曜日に事務局飯田支局4階において、午前9時から午後4時まで、人権擁護委員が相談を受けていますのでご利用ください。

▼問い合わせ

飯田人権擁護委員協議会
(長野地方事務局飯田支局内)
☎0265(22)0014

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	9月13日(火) 13:00～16:00	市役所A棟1階	総務文書課 内線2111	消費生活相談 (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	飯田市消費生活センター ☎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	毎週月～金曜日 8:30～17:30	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 毎週水・金曜日 13:00～17:00				特別相談 (法的)	毎週火曜日 13:00～16:00 受付15:00まで		
	中国語 毎週火・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	毎月第2,3日曜日 13:30～16:00 受付15:30まで	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	8月23日(火) 13:30～16:30	市役所C棟1階		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	まいさば飯田	まいさば飯田 ☎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			内線5302	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	
こころの相談日	8月22日(月) 9月12日(月) 13:30～	りんご庁舎3階	保健課保健指導係 内線5306 (予約制)					成年後見相談
ジョブカフェいだ 若年者就業相談	毎週月～金曜日 8:30～17:15	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)	認知症の方や 家族の相談・交流	毎月第2・4木曜日 10:00～12:00	さんとびあ飯田 (ほっとカフェわたの実)	社会福祉協議会 ☎0265(53)3181	
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)	市長の留守番電話 ☎0265(23)8181				
巡回労働相談 (予約制)	8月24日(水) 9月14日(水) 12:30～15:30	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	市民の皆さんの ご意見ご相談をいつ でもお受けします。				

第40回 飯田市民大学講座へのおさそい

～伊那谷の自然と文化 vol.32～《郷土の先人に学ぶ》

飯田市民大学講座は、郷土の先人の業績や表舞台に登場しない人々の暮らし、文化、自然などをテーマに、地元研究者の皆さんを講師にお迎えして共に学びあう、市民の手による連続講座です。おかげさまで本年度は第40回！魅力的なプログラム満載です。大勢の皆様のご参加をお待ちしています。

回	日時・会場	テーマ (内容)	講師
1	9月20日(火) 19:00～21:00 飯田市公民館	女城主 井伊直虎と飯田下伊那とを結ぶもの 来年の大河ドラマ主人公 遠州井伊谷城 (いのやじょう) の女城主、井伊直虎の生き様や、市田郷松源寺に置かれていた直虎のいなずけ、亀之丞 (井伊直親) を通して見える飯田下伊那地方との結びつきを明らかにし、現代よりも身近に感じていた当時の人々のつながりについて考えます。	高森町歴史民俗資料館 館長 松上清志 さん
2	9月29日(木) 19:00～21:00 飯田市公民館	地震学のこれまでと今後の展望 地震の発生確率や被害予測を明らかにすることは、地震国日本の喫緊の課題です。1995年から国家的プロジェクトとして地震・地殻変動観測や活断層調査が進められ、結果が公表されてきています。それらの値が示す意味を伊那谷の地震と併せつつ学ぶ、地震学の基礎講座です。	産業技術総合研究所 客員研究員 石田瑞穂 さん ※飯田市出身。1989年「猿橋賞」受賞者。 元地震学会会長
3	10月6日(木) 19:00～21:00 飯田市公民館	飯田下伊那の活断層と地震 飯田下伊那にある活断層のうち、有史上地震を起こした断層は、遠山地域を通る中央構造線だけです。その地震の被害や活断層としての中央構造線の変動地形の姿を調査してきた結果をもとに考えます。また、熊本地震との関連についても考えます。	飯田市美術博物館 専門研究員 坂本正夫 さん
4	10月13日(木) 19:00～21:00 飯田市公民館	高校生講座 カンボジア・スタディツアー研修報告から考える 今年の3月、飯田下伊那の15人の高校生が仲間と共にカンボジアを訪れました。異文化との出会い、ふるさと飯田やカンボジアで活躍している人との出会いから感じたこと、学んだことを皆さんにお伝えし、参加者の皆さんと共にこの地域の将来について考えます。	飯田市公民館高校生講座 カンボジア・スタディツアー 参加高校生のみなさん
5	10月18日(火) 19:00～21:00 飯田市公民館	飯田下伊那の地場産業「半生菓子」～過去から未来へ～ 全国生産の40%を占める飯田下伊那の半生菓子が、この地域の地場産業として根つき発展してきた歴史的背景と現在を概観し、将来展望について考えます。	株式会社 外松 代表取締役社長 外松秀康 さん
6	現地研修 10月27日(木) 19:00～21:00 東野公民館 飯田市営弓道場	真・善・美「美しき弓道」から学ぶもの ～あなたもはじめませんか～ 飯田下伊那は県下有数の弓道の盛んな地域と言われていることをご存知でしょうか。はかま(袴)を着け、弓を引く、極めて単純な行為そのものの日本の弓道が、長い歴史を経て、現在も多くの弓士を惹きつけている秘密は何か。飯田下伊那弓友会の皆さんのお話と演武をとおり、弓道の奥深さや魅力に迫ります。	〈講演〉飯田下伊那弓友会 副会長 松島貞治 さん 〈演武〉 飯田下伊那弓友会の弓士
7	11月2日(水) 19:00～21:00 飯田市公民館	けものの命、いただきます 泰阜村地域おこし協力隊としての関わりから感じた飯田下伊那地域の魅力。けもの命と獣害に関わる重い課題。「けもかわProject」がめざす、野生動物と人間との共生、我がむら、我がまちの地域づくりについて考えます。	けもかわProject 代表 井野春香 さん 泰阜村住民のみなさん
8	現地研修 11月9日(水) 18:00～20:30 飯田市美術博物館	～田中芳男没後100年記念特別展～ 日本の近代化に挑んだ郷土の偉人たち 没後100年となる田中芳男をはじめ多くの偉人を輩出した南信州。その偉人群像を一堂に紹介しつつ、彼らを生んだ地域性や秘められた人間関係を探ります。こうした人々を生み出した飯田下伊那の地域風土、地域力とは何かを共に考えます。 18:00～ 記念特別展鑑賞会 19:10～ 講義	飯田市美術博物館 学芸係長 櫻井弘人 さん 飯田市美術博物館 評議員 今村光利 さん

- 受講料 1,000円(第1回～8回の資料代と第8回の観覧料を含みます。)
※高校生以下無料
※全8回セットの連続受講を原則とします。第1回講座の際、集金させていただきます。
- 申込期限 9月2日(金) ※以降も随時受講申し込みを受け付けます。

申し込み・問い合わせ先

飯田市公民館 ☎(0265)22-1132 ㊚22-1022 ✉iccc01@city.iida.nagano.jp
主催/飯田市公民館 企画・運営/市民大学講座運営委員会

飯田市スポーツ推進委員協議会主催

ニュースポーツ フェスティバル開催!



参加
申し込み
受付スタート!!

種 目	囲碁ボール交流大会	大なわとび記録会 (ロープ・ジャンプ・X)	ワンバウンドふらば～るバレエ 交流大会
期 日	11月6日(日)	11月6日(日)	11月27日(日)
会 場	飯田勤労者体育センター (松尾明)		
時 間	8時30分～受付開始	13時10分～受付開始	8時30分～受付開始
募 集 数	80チーム	40チーム	36チーム
参加資格	小学4年生以上	小学1年生以上	小学4年生以上
チーム構成	2～10人以内	3人以上(回し役も含む)	6～8人以内



2日間で約1,000人の皆様にご参加いただいているイベントです。
是非この機会にご参加ください!!



参加費

1人100円 (保険料など)

参加費は当日、受付で納入してください。



申込方法

参加申込書をご記入の上、FAX、メール、または生涯学習・スポーツ課まで持参してください。

開催要項は、生涯学習・スポーツ課、各自治振興センター、各公民館にあります。

(参加申込書は、開催要項についております)

全種目申込締切 9月23日(金)

※出場チーム数によって時間・試合数など変更になる場合がございます。

※詳細につきましては、開催要項をご覧ください。

■申し込み・問い合わせ

事務局 生涯学習・スポーツ課 スポーツ振興係

内線 3732 FAX 0265 (53) 4546

✉ sposui@city.iida.nagano.jp

私たち「スポーツ推進委員」が、地域のスポーツ振興・発展のお手伝いをします。

氏 名	地区名						
竹本 知憲	橋北	前川 正博	松尾	関島 真治	川路	栗原八重子	鼎
清水 正樹	橋南	滝沢 秀昭	下久堅	齋藤 勤	三穂	岩谷 剛徳	座光寺
清水 亮	羽場	三石 義弘	下久堅	北原 誠	山本	宮澤 典子	上郷
須藤 晴夫	羽場	田中 千勝	上久堅	小池 清志	山本	井坪 晃俊	上郷
木下 幸彦	丸山	澤柳 嘉一	千代	清水 靖子	伊賀良	嶽野 英樹	上郷
水川 政一	東野	長谷部 勝	龍江	野中 明広	伊賀良	胡桃澤幸晃	上村
田中 利治	松尾	下平真千子	竜丘	宮毛 幸彦	伊賀良	熊谷 久幸	南信濃
竹下 広志	松尾	林 厚	竜丘	平澤 忠広	鼎		
錫木美智代	松尾	鈴木 運友	竜丘	本島 和明	鼎		

もったいない!

『宴会たべきりキャンペーン』にご協力ください。

●問い合わせ／環境課 廃棄物対策係 内線 5464・5465

宴会での食べ残しの削減にご協力をお願いします。

7月から9月の夏の間は、暑気払いなどで特に宴会の席が増える時期ですが、同時に宴会での食べ残しも増える時期です。今一度、「もったいない」という言葉を思い出していただき、幹事さんは、次の呼びかけ例を参考に宴会開始時やお開きの前に食べきりを呼びかけ、出席される皆さんも食べ残しの削減にご協力をお願いします。

呼びかけ例 宴会開始時(乾杯の後など)

今日は、お料理を充分にご用意しました。お酌に回る前に、お席に着き、ごゆっくりお召し上がりください。

呼びかけ例 お開き前(中締め前)

テーブルの上にはまだまだお料理が残っております。有るを尽くして、気持ちよくお開きにしましょう。

飲食店、宿泊施設、食料品販売関連事業者の皆様へ

「食べ残しを減らそう県民運動 ~e-プロジェクト~」協力店に登録しませんか?

食品ロス削減のための取り組みを行ってくださるお店を、県が協力店として認定しています。

宴会で「食べ残しをしないよう」呼びかけていただいたり、小分けした料理を提供いただく取り組みを行っていただきます。

心を込めて作ったお料理をお客様に残さないで召しあがっていただくために、協力店にご登録ください。

お申し込み・お問い合わせ

- 長野県庁資源循環推進課 ☎026(235)7181
または、
- 下伊那地方事務所環境課 ☎0265(53)0434
までご連絡ください。



「食べ残しを減らそう」協力店ステッカー

- ★長野県は、平成26年度の実績で初めて「県民1人1日当たりのごみ(一般廃棄物)排出量の少なさランキング日本一」となりました。
- ★今後も日本一を維持するため、3Rの推進に引き続き、ご協力ください。

リデュース

- 食べ残しはしない。
- レジ袋はもらわない。

リユース

- 詰め替えができる商品を選ぶ。
- 繰り返し使える容器に入った商品を選ぶ。

リサイクル

- ごみの分別を徹底して、再資源化に努める。

人形劇の掲示板

わたちゃんのダンボール獅子舞

- ◎かしら作り…8月28日、9月11日
- ◎練習…9月25日、10月2日
- ◎発表…10月16日

人形劇定期公演

期日:9月3日(土)
会場:飯田人形劇場

せかいの劇場 vol.4 [ブルガリア]

日時:9月29日(木) 19:00
会場:飯田人形劇場



世界の人形劇レポート

“ラオスのオブジェクトシアター「カオニャオ」”

ラオスの劇団カオニャオのスタジオを訪問し、劇団代表のトーにお話を聞きました。

カオニャオはラオスの日用品やヤシの実などを使ったオブジェクトシアターの劇団。代表のトーは2000年から国立人形劇場カポンラオのメンバーとして活動し、2010年にカオニャオを作って独立。ラオスの劇団やサーカスは基本的に全て国立で、団員は皆公務員ですが、カオニャオは政府の許可を得た初めての民間芸術団体です。

彼らの活動は海外で高い評価を受け、今や世界中の国に招かれる超人気劇団です。近年は、芸術を取り入れた青少年向け教育プログラムや聴覚障害者の演劇指導、国際フェスティバルの開催など、ラオス国内でも様々な活動を展開しています。これらの活動のための資金は、自らラオス国内にある外国機関へ足を運び支援を獲得しているそうです。



■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



地元野菜を
食育店で食べよう

8/12金 ~ 10/30日

域産域消 食育店

旬の農産物
PRキャンペーン

飯田市の域産域消食育店では、南信州の野菜や果物をふんだんに使った料理を通し“南信州の美味しさ”を皆さんにお届けします。また、スタンプラリーに応募いただいた中から抽選で、食育店からのこだわり商品をプレゼント!!

食育店スタンプラリー応募方法

キャンペーン期間中、キャンペーン実施店で飲食をして、店舗に置いてある応募用紙にスタンプを押してもらいましょう。
(スタンプは1人につき1回の飲食でひとつ)
スタンプを3つ以上押したら、応募用紙を店舗に置いてある応募箱に入れてください。
当選者は商品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

抽選10人に、食育店からこだわりの商品をプレゼント

- 吉祥寺…特製クリスマスケーキ(12月22日~25日受け取り)
- 川楽屋…マカロン、焼き菓子、オレンジ市田柿、陶工房「空」の器
- 湯～眠…長野県産こしひかり 5kg、どぶろく 900ml
- サレエペペ…南信州牛、豚の粗挽きミートソース
- シルクホテル…オリジナル味噌ドレッシング
- カフェフクウメ…アップルパイ

キャンペーン実施店舗

★西洋割烹 吉祥寺

鼎中平1995-29 ☎0265(53)5497

★TRATTORIA BELLA SONIA トラットリア ベッラ ソニア

鼎下山1419-1 ☎0265(23)7720

★Ground Cuisine 川楽屋

上郷別府292-321 ☎0265(23)5033

★殿岡温泉湯元 湯～眠

上殿岡628 ☎0265(28)1111

★Sale e pepe サレエペペ

鼎名古熊2183 ☎0265(52)3548

★シルクホテル レストラン フルフル

錦町1-10 ☎0265(23)8383

★Café fukuume カフェ フクウメ

下久堅知久平1800-4 ☎0265(29)7785

※メニューは期間中その時期に応じて変わります。休業日は、各店舗へご確認ください。

問い合わせ 農業課 ☎0265(21)3217



にこにこステージ vol.39

～ 小さな子どもと子育て中のお父さん、お母さんのためのコンサート ～

★日 時：9月9日(金)

①9:45～/②11:00～(演奏時間約30分)

★会 場：飯田人形劇場(カーペットの上で鑑賞)

★主な対象：0～2歳児

(兄弟や対象年齢以上のお子様も申込み可)

★定 員：各回60組

★参加費：親子200円

★出 演：北川真季(ヴァイオリン)、桜井絵美(ピアノ)

★プログラム：♪愛の挨拶

♪夏の歌メドレー ほか

申込方法

Eメールもしくは往復はがきでお申し込みください。

★申込締切：8月9日(火)必着

(1通につき1親子。応募者多数の場合は抽選。
抽選結果は8月16日(火)までにお知らせします。)

Eメール

nikoniko@city.iida.nagano.jp

※送信後、返信される受付確認メールをもって
申込完了となります。



往復ハガキ

〒395-0051 飯田市高羽町5-5-1 飯田文化会館事業係宛

※往信用の文面へ申込必要事項を、返信用の宛名面へご自身の宛名を
ご記入ください。

申込必要事項

- ①希望の時間 (9:45～ or 11:00～ or どちらでも可)
- ②保護者氏名 ③子ども氏名、年齢
- ④保護者・子ども各人数 ⑤住所 ⑥電話番号

●問い合わせ

飯田文化会館 ☎0265(23)3552

<http://www.city.iida.lg.jp/site/bunkakaikan/>





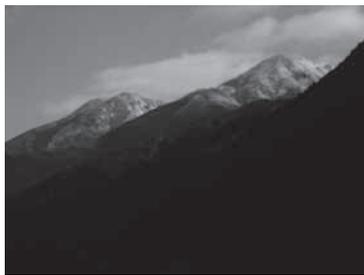
三遠南信通信

三市合同企画 第131回

遠州

浜松市博物館
テーマ展

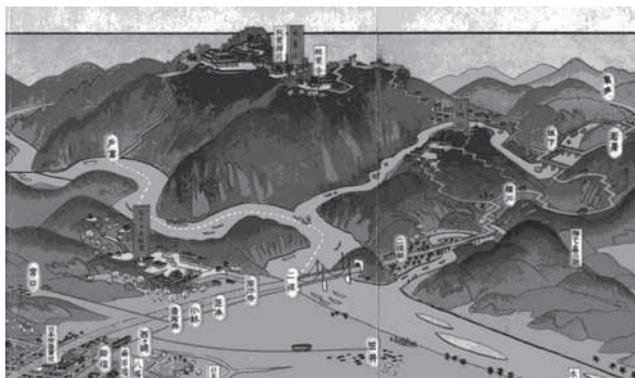
「山へ行く」 — 浜松の山と登山 —



新雪に輝く龍頭山

伝説の地を訪ねたり、麓の村を歩き山に生きた文化を感じたり。時には、そんな余裕のある登山を楽しんでみてはいかがでしょうか？

浜名湖北岸に連なる「湖北連峰」、信仰の山「秋葉山」、天竜川とその支流が流れる「竜頭山」や「京丸山」、そして山深く容易に入るこ



初三郎「濱まつ」秋葉山周辺部分

とのできない「南アルプスの深南部エリア」。山のま

ちといつても過言ではない浜松市には、山の文化遺産が数多くあります。

浜松市博物館では浜松の「山」と「登山」に博物館の視点で光を当て、山にまつわる歴史や信仰・伝説、麓の生活や産業などの資料を展示し、山がある浜松の魅力を紹介します。

浜松市博物館 テーマ展 「山へ行く」 — 浜松の山と登山 —

日時 9月10日(土)～10月16日(日)
午前9時～午後5時
※休館日はホームページで確認してください。

観覧料 大人 300円、高校生 150円

◎中学生以下、70歳以上、障害者手帳所持者とその介護者1人は、無料。

●問い合わせ：浜松市博物館 ☎053(456)2208

担当学芸員による
ギャラリートーク

期間中の **要観覧料**
9月11日(日)、25日(日)、
10月9日(日)
午後2時～(30分程度)
当日直接会場へ。



龍頭山から浜松市街遠望

コンサート ア・ラ・カルト Vol.55

秋の彩コンサート

9月11日(日)
開演 午後2時
(開場 午後1時30分)

飯田人形劇場
入場料 500円
(全席自由)

◎プレイガイド：
平安堂飯田店・座光寺店／精琴堂楽器店／アピタ高森店(営業時間内)
飯田市公民館・飯田文化会館(平日8:30～17:15)

第1部
地元演奏家

小川紗葵 (ピアノ独奏)
♪4つの前奏曲 作品31/スクリャーピン作曲 ほか
塩沢灯里&島岡史織 (ミュージカル・ソング&ダンス)
♪ミュージカルメドレー ほか

小林真菜 (ピアノ独奏)
♪蝶々 作品2/シューマン作曲

長尾充恵 (フルート独奏)
♪フルート協奏曲 二長調 Op.253より 第一楽章/
ライネッケ作曲 ほか



黒田かなで



桑原利彦



河野繁子

— Eurasia —
～桑原利彦と音楽仲間たち～



井口明美



渡辺 光



石橋裕三

第2部
ゲスト

— Eurasia — ～桑原利彦と音楽仲間たち～
桑原利彦 (ギター&ウクレレ)、**黒田かなで** (ヴァイオリン)
河野繁子 (大正琴)、**石橋裕三** (ベース)
渡辺 光 (パーカッション)、**井口明美** (ヴォイス)
♪潮騒の伊那谷/桑原利彦 作詞・作曲・編曲
♪メランコリア/桑原利彦 作詞・作曲・編曲 ほか

※未就学児の入場はご遠慮ください。託児室を用意しております。ご希望の方は9月2日(金)までに飯田文化会館事業係へお申し込みください。●問い合わせ/飯田文化会館 事業係 ☎0265(23)3552(平日8:30～17:15)



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

❖かざぐるまをつくろう!!

8月20日(土)
10:00~12:00、13:30~15:00
材料費:100円



❖まーじゅおねえさんのイラスト教室

9月3日(土)
①10:00集合 ②13:30集合

❖パレットおじさんの水彩画教室

9月10日(土)
①10:00集合 ②13:30集合



木の工房体験学習

❖トンカチ de 木工作

8月21日(土)
10:00~12:00、
13:30~15:00
材料費:100円
場所:土の工房



食の工房体験学習

※材料がなくなり次第、受付を終了します。
※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。

❖手打ちうどんづくり

8月28日(日) 10:30~12:00受付 材料費:200円



❖みたらしだんごづくり

9月11日(日) 10:30~12:00受付
材料費:150円



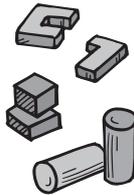
初秋の特別企画

❖第7回 全国少年少女チャレンジ創造コンテスト 飯田地区大会

8月27日(土) 場所:おいで館
※時間等の詳細は、後日ホームページをご覧ください。

❖第9回 職人村

9月4日(日) 9:30~17:00
場所:園内全体 主催:職人村実行委員会

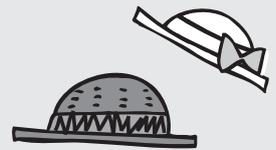


森森大学院(成人向け教養講座)

※対象:中学生以上 ※予約制(公園事務局までお電話ください)

❖手作り帽子づくり

9月10日(土) 10:00~16:00
株費:2,000円
場所:なかまの館
講師:中島久美子さん



市民の皆さんによる活動

❖羊の毛でアクセサリづくり

8月15日(月)、20日(土)・21日(日)、28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



❖ジェルクラフト体験

8月27日(土) 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

❖けん玉教室

9月10日(土) 13:30~15:30
場所:なかまの館
主催:アップルけん玉クラブのみなさん



※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(8月15日~9月14日の期間中)

8月22日(月)、29日(月)、9月5日(月)、12日(月)

理科実験ミュージアム

❖ふしぎ!浮き出る月と地球

8月20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

❖虹を作ろう

8月21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

❖プチ行灯を作ろう

8月28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

◆◆◆ 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3743

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/>

❖アニマルぬり絵

7月23日(土)～8月21日(日)

❖君も飼育員! ～飼育体験～ 予約期間

8月13日(土)～21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。
 予約方法: ①事務所付近にある応募用紙に記入し提出

②飯田動物園への電話での受付

●君も飼育員! ～飼育体験～ 詳細

9月10日(土)・11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

❖サル山へ氷おやつプレゼント

8月13日(土)～16日(火)

14:00～(雨天中止)

※一時的な通り雨であれば実施



❖ブリちゃんのお散歩&お面づくり

8月20日(土)・21日(日)(雨天中止)

◎お散歩時間/13:00～13:15

◎工作時間/13:20～14:00

材料費:1個50円



定員
50人

❖どうぶつ色集め

8月20日(土)・21日(日)

13:30～14:00

❖ご長寿アニマル紹介

9月3日(土)～19日(祝)



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。

❖ビーバーってどんなどうぶつ?

14:45～ビーバーの活動時間によって、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)

❖モルモット、ヤギ・ヒツジ、リクガメのふれあい

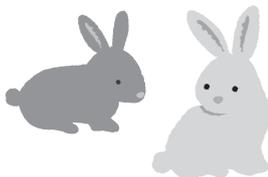
11:00～12:00(雨天中止)

❖ウサギのふれあい

11:00～11:30(雨天中止)

❖ポニーのふれあい

13:30～14:30(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までに園できる方



休園日(8月15日～9月14日の期間中)

8月22日(月)、29日(月)、9月5日(月)、12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.ml.it.go.jp/tenjyo/kawaranbe/>

これからの講座予定 ※事前申込が必要です。

❖ウォーキングを楽しむ

8月18日(木) 8:30～15:30 対象:成人

講師:酒井浩文(ソウル五輪競歩代表)

内容:シラビン高原と下栗の里を歩こう。

【バス定員 40人】

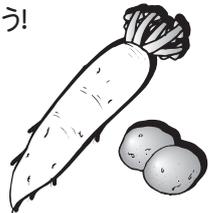


❖ペットボトルでイカダ作り

8月20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:手作りイカダで川遊びを楽しもう!



❖ダイコンまきとジャガイモ料理

8月27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:ダイコンの種を畑にまきます。

❖絵手紙講座

9月1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。



❖駒ヶ根高原で遠足と川遊び

9月3日(土) 9:00～16:00 対象:小学生以上

主催:天竜川上流河川事務所

内容:涼しい高原で遠足と川遊びでカジカ探し。

【バス定員 20人】

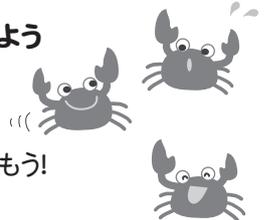
❖サワガニをさがして飼ってみよう

9月10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:サワガニとりと飼育を楽しもう!



❖デジカメ入門

9月14日(水) 9:00～11:00 対象:成人

講師:宮島 功(飯田市写真家)

内容:下條のそば畑と阿知川の清流で撮影会。

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。



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

8月5日(金)より申し込み受付開始します

* 8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。

★夏休みの課題研究に!

~計ってびっくり!あちこちの温度調べ~

日時:8月9日(火)~11日(祝) ※雨天中止

10:00~15:00

お手伝い:

エコハウスコーディネーター



★10種類の旬の野菜を使って

~肉・スパゲティにあう『恵み野菜ソース』を作ろう~

日時:8月23日(火)

①10:00~12:00 ②13:00~15:00

講師:斎藤淑子さん

参加費:1,000円(お土産付き)

持ち物:エプロン、三角巾



★地元食材でエコ・クッキング

夏野菜を使ったドライカレーとエコで簡単料理1品!

日時:8月24日(水) 10:00~12:00

講師:武田あかねさん

(信州ガス株)エコ・クッキングナビゲーター)

※エコ・クッキングは東京ガス株の登録商標です。

参加費:300円

持ち物:エプロン・筆記用具・

古布(タオル1枚程度)



★“心のしくみ”を学んでみませんか?

脳のしくみを知りストレスフルな毎日を変えてみましょう!

日時:8月30日(火) 10:00~11:30

講師:宮田美恵子さん(ヘルスカウンセラー)

参加費:500円(コーヒー付き)

持ち物:筆記用具



★日身近な器で暮らしを彩る

秋を先取り!簡単フラワーアレンジ

日時:9月7日(水) ①10:00~11:30 ②13:00~14:30

講師:渡部裕子さん

参加費:800円

持ち物:園芸ばさみ、カッター、ペットボトル



★知って・見て・食べて楽しむ

エディブルフラワー(食べるお花)体験講座

食べるお花の育て方と調理実習(生春巻きなど)

日時:9月8日(木) ①10:00~12:00 ②13:00~15:00

講師:網野わか子さん

参加費:1,000円

持ち物:エプロン、ハンドタオル



※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。

「買い物の仕方
を考えよう!」
私たちが普段行っている
買い物。皆さんそれぞれ
買うものに合わせて、
値段、機能、デザインなど
に注目すると思います
が、近年ではそれらに加
え、環境に良いものかど
うかを考える方が増えて
きました。特に電化製品
を買う時などは、省エネ
効果の高い製品を選ぶ方
がほとんどです。
環境を意識して買い物
をする方のことをグリー
ンコンシューマー(緑の消
費者)と呼びます。環境
をイメージした緑と、コン
シューマー=消費者を合わ
せた造語で、「環境を大切
にする消費者」と意識さ
れます。性能や安全性の
ほかに「環境」という視点
をプラスする、これがグ
リーンコンシューマーの買

「エコライフを楽しもう」
「環境を考えて買い物
する」と言ってもわかりに
くいのですが、例えば、必
要なものを必要なだけ買
う、長く使えるものを買
う、化学物質の少ない物
を選ぶなどがあります。
あらゆる商品、ものづ
くりが、私たち消費者の
選択によって成り立ってい
ます。ということは、私た
ちが買い物の仕方を少し
変えるだけで、商品の作
り手、売り手にも環境を
考えていただくことができ
るのです。日々の買い
物は、商品や企業への「投
票」でもあります。消費者
一人ひとりの力は小さく
ても、合わせれば大きな
力になります。無理をせ
ず生活を楽しみながら、
グリーンコンシューマー活
動に取り組んでみてはい
かがでしょうか。

祝!

GLIM SPANKY × ONE PIECE FILM GOLD



「ONE PIECE FILM GOLD」のポスターとともに(撮影:澤野 やすとし)



飯田市座光寺出身の亀本寛貴さん(25歳、ギター)と豊丘村神稲出身の松尾レミさん(24歳、ボーカル、ギター)による音楽ユニット「グリムスパンキー」がメジャーデビューして2年。次々と

CDを発売し、全国ライブツアーのほか映画、テレビなどでも大活躍中ですが、今夏はアニメ映画の超大作「ワンピース フィルム ゴールド」(市内の映画館でも公開中)の主題歌を担当。まさに飛ぶ鳥を落とす勢いの二人を取材しました。

「ワンピース」と一緒に僕らは成長してきた

——主題歌を担当してほしいという依頼が来た時、どう感じましたか。

松尾 原作者の尾田栄一郎先生が私たちの音楽を聞いてくれてっていると知って、信じられなかったですね。すごい作品を描いている先生なので。

亀本 本当にそう。えっ? ワンピースの主題歌? : : みたいな驚きがありました。

※ワンピースは「最も多く発行された単一作家によるコミックシリーズ」としてギネス世界記録に認定されている(2014年末時点での世界累計発行部数は3億2千万部以上)

——曲が完成した時の気分は。

松尾 尾田先生とはメールで何度もやり取りをしたのですが、出来上がった新曲「怒

亀本 作り終わった後に単行本を82巻まで全巻、読み直したんですが、こんなすごい作品の主題歌を自分がやってるのか、という重みを改めて実感しました。

——原作の雑誌連載開始は1997年、最初の映画化は2000年。二人ともワンピース世代ですね。

松尾 まさにそうです。小学校時代に男子が学校の習字の授業で、将来の夢は海賊王とか書いていたんですよ。そんな懐かしい思い出がよみがえりました。

※「ワンピース」には、海賊王に俺はなるという主人公ルフィの有名なセリフが登場する

亀本 もともと僕は「ワンピース」の大ファンなんです。テレビアニメもずっと見てまし

りてくれよ」を聞いてグリムスパンキーに頼んで本当に良かったと、熱い感想をいただきました。映画の製作チームからも「映画を意識せず、自分たちが純粹にかっこいいと思う音楽を作してほしい」とだけ言われていました。尾田先生とも製作チームとも心が通い合った作品が出来たと思っています。

たし、映画版もねじまき島の冒険などを見てきました。小学校から中、高、大 : : と、僕らの成長のそばに「ワンピース」はいつもあって、どんな世界的な、ビッグな作品になっていった。勝手な解釈ですが、僕らと一緒に成長してきた世界的な作品の主題歌を担当させてもらったんだな、と感じています。

主題歌「怒りをくれよ」は「ぐちゃいと感じた時は反骨心(=怒り)をあらわにして成長して欲しい」という思いを込めて松尾さんが作詞作曲。映画の内容ともぴたりと一致した同曲は、飯田市ほか全国の「ワンピース」上映映画館において、映画のフィナーレの場面で高らかに流れます。

(取材:文/仲井勇司)

グリムスパンキー

映画「ワンピース フィルム ゴールド」の主題歌担当で大きな話題に

飯田下伊那出身
男女2人組
音楽ユニット

初回限定盤にライブDVDが付く最新アルバム「Next One」(発売中)



サポートメンバーを従えて行う迫力のライブ(2016年4月=東京)



映画の原作は「週刊少年ジャンプ」連載の「ワンピース」単行本が82巻まで刊行中

※飯田市ウェブサイトでは、さらに詳しい取材記事を公開しています。パソコン、スマートフォンなどからご覧ください。



今年新たに長野県宝に指定

もくぞうあみだによらいざぞう
木造阿弥陀如来坐像

平成28年3月17日指定（長野県宝）

鎌倉時代の13世紀前半（約800年前）に造られた高さ52cmの仏像で、柏心寺（箕瀬町）の本尊です。着衣の形が国宝弥勒仏像（みろくぶつぞう 奈良県興福寺）のものと似ていることなどから、運慶（うんけい）や快慶（かいけい）などの流れをくむ仏師「慶派（けいは）」の初期の作品として貴重です。仏教美術史上の価値だけでなく、飯田下伊那の文化水準の高さを知ることができます。

●飯田市歴史研究所 0265(53)4670
歴研だより

第14回飯田市地域史研究集会
飯田藩と地域社会

開催日時
8月27日 土 9:30~17:00
8月28日 日 9:00~12:00

今回の研究集会は「飯田藩と地域社会」をテーマにします。近世の下伊那で最大の領主だった飯田藩に焦点をあて、藩の政治と学問・文化の問題を幕府や、一方で地域とのかかわりを見ながら考えてみます。一日目の講演では幕府と地域との関係に注目し、3つの報告では、飯田藩の領地での政策や、その下での学問・文化の様子を見ていきます。二日目の研究報告や飯田町さんぽとあわせ、ぜひご参加ください。

- 会場** 飯田市公民館2階展示室
(飯田市吾妻町139)
- 資料代** 500円(2日間共通)※高校生以下無料
- 講演** 藤田 覚 (東京大学名誉教授)
- 報告** 千葉 拓真 (飯田市歴史研究所研究員)
加藤 みゆき (前飯田市立中央図書館長)
竹ノ内 雅人 (東京大学助教)

問い合わせ 飯田市歴史研究所 ☎0265-53-4670 FAX0265-21-1173 ✉ihr@city.iida.nagano.jp

●飯田文化会館 0265(23)3522
文化ガイド

ようこそ、歌舞伎の世界へ
大鹿・下條 歌舞伎の競演
～地芝居を見まいか～

演目

『菅原伝授手習鑑』
下條歌舞伎保存会

『一谷嫩軍記 須磨浦の段』
大鹿歌舞伎保存会

『寺子屋の段』
寺子屋保存会

8月28日(日)
開演14:00 ※終演予定17:00
飯田文化会館ホール

◎チケット:[全席自由]
一般 1,000円、学生 500円、
親子 1,200円

飯田文化会館ほか
各プレイガイドで
好評発売中!

※未就学児入場不可。託児(無料)申込8月22日まで。

せかいの劇場vol.4「ブルガリア」

世界15カ国(9カ国語)で上演され、「欧州演劇史の奇跡」と評された作品。全編日本語での上演です。

アンデルセン作
お父さんのすることはいつもよし

出演:クレドシアター(ブルガリア)

9月29日(木) 開演19:00
飯田人形劇場

◎料金:大人 2,500円、学生 1,800円、子ども 1,000円

飯田市の人口(7/1現在) ■人口=103,679人(前月比-40)男49,611人/女54,068人 ■世帯=39,761世帯(前月比+9)

発行・編集:飯田市役所 市長公室 広報情報課 / 〒395-8501 長野県飯田市大久保町2534 ☎0265(22)4511 FAX0265(53)4511 ●ウェブサイト <http://www.city.iida.lg.jp/>

♻️ 古紙配合率80%以上の再生紙を使用しています。 **VEGETABLE OIL INK** 植物油インキを使用し、環境に配慮した広報紙作りに努めています。