

長野県飯田市

# 広報いいだ

2020(令和2年)

7.1

No.1125 ● 毎月1日・15日発行



## 【特集】

- 熱中症を予防しましょう! ... 2ページ～
- 国指定史跡 飯田古墳群 ... 4ページ～

【コラム】 リニア駅ができるまち飯田...22ページ

古墳の周りを散歩する園児  
【塚原三子塚古墳(桐林)】

竜丘保育園では、古墳や桜の名所など  
散歩しながら地域内を巡っています。

園児は、古墳に向かって手を合わせた後、  
花を摘んだり昆虫を探したりしました。



# 熱中症を予防しましょう！

マスク着用時は熱中症に注意

新型コロナウイルス感染症を予防するために、人との間隔をあける、マスクの着用、手洗いや、「3つの密（密閉、密集、密接）」を避けるなどの、「新しい生活様式」を実践しましょう。

今年の夏はこれまでと異なる生活様式になるため、いつも以上に熱中症に気をつけることが必要です。



◆問い合わせ：保健課 内線5512

## 「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

参考) 環境省・厚生労働省 令和2年の熱中症予防行動(令和2年5月)

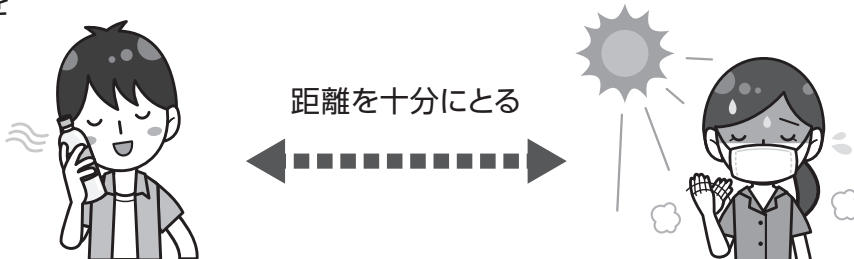
### 暑さを避けましょう

- エアコンを利用するなど、部屋の温度を調整
- 感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- 暑い日や時間帯は無理をしない
- 涼しい服装にする
- 急に暑くなった日などは特に注意する



### 状況に応じてマスクをはずしましょう

- 気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- 屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、状況に応じてマスクをはずして休憩を



## こまめに水分補給を しましょう

- のどが渇く前に水分補給
- 1日あたり1.2リットルを目安に
- 大量に汗をかいた時は  
塩分補給も忘れずに

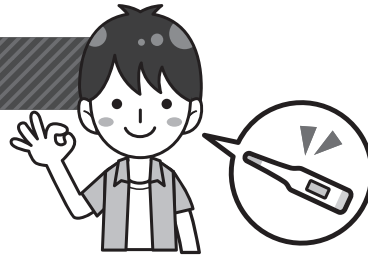


## 暑さに備えた 体作りをしましょう

- 暑くなり始めの時期から適度に運動を
- 水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- 「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度  
で毎日30分程度

## 日頃から健康管理をしましょう

- 日頃から体温測定、健康チェック
- 体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養

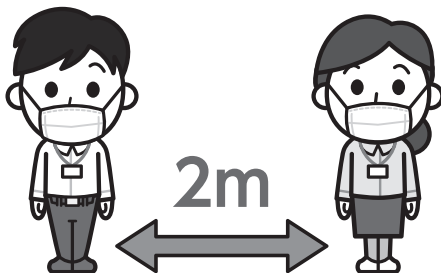


高齢者、こども、障がい者の皆さんは、熱中症になりやすいため特に注意が必要です。「3つの密（密閉、密集、密接）」を避け、十分な感染予防を心がけながら熱中症を予防しましょう。



## 「新しい生活様式」を取り入れましょう！

- 人との間隔はできるだけ  
2メートル空ける！



- 会話をする時は  
マスクを着用！  
真正面はさけて！



- こまめに換気！



- 水とせっけんを使って  
ていねいな  
手洗いを！



- 3密の回避  
密閉  
密集  
密接



## 国指定史跡

# 飯田古墳群

〜飯田の過去と現在、未来をつなぐ古墳群〜

飯田地域は、1500年以上前から内陸交通の重要な場所として日本の国づくりに大きな役割を果たしてきました。また、東西の多様な文化を積極的に取り入れ、独自の文化をつくり出してきました。

今回取り上げる史跡飯田古墳群は、このような飯田地域の特色を現代に伝える貴重な資産の一つであり、リニア時代においても大切に保護していく必要があると考えています。

市教育委員会では、今年3月に「史跡飯田古墳群保存活用計画」を策定しました。多様な主体の皆さんとの連携と協働によって、史跡飯田古墳群を将来にわたって保存継承、活用する取り組みを進めていきます。

◎問い合わせ／生涯学習スポーツ課 内線3752

### 史跡飯田古墳群とは

市内にはかつて520基を超える古墳がありました。その中でも、前方後円墳は、ヤマト王権(※)の影響下で造られた古墳で、県内にある前方後円

貝形古墳が平成28年10月、国の史跡に指定され、それらを「史跡飯田古墳群」としています。

※ヤマト王権とは、3世紀にはじまる古墳時代に、大和(奈良県)や河内(大阪府)を中心とした有力な豪族が連合して出来上がり、全国に影響を及ぼした強力な政治権力のことです。

### ●伊那谷南部の特徴的な地形をもとに成立

飯田古墳群の所在する天竜川右岸(竜西)は、天竜川に沿ったひな壇のような段丘地形と、その段丘地形を天竜川支流が浸食して区画された「田切」という地形が特徴です。

史跡飯田古墳群は、その田切地形で区画され、現在の行政区域ともほぼ同じ、座光寺・上郷・松尾・竜丘の4つのグループ(単位群)に分けられます。それぞれに独自性を持っていますが、単位群を超えた共通性も認められ、一体性のある古墳群としてとらえることができます。(図1-5ページ)

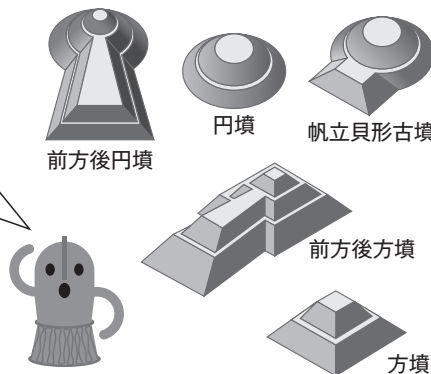
### ●馬の生産管理を通じたヤマト王権との関係

馬は、古墳時代にヤマト王権の軍事や輸送において重要な役割を担っ

ていました。市内では、馬が埋葬された土壙(どこう)掘り込み(こと)や馬具など古墳時代の馬の存在を示す痕跡がたくさん確認されています。このこととたくさんの前方後円墳が造られたということは、この地域が馬の生産管理を担う重要な地域としてヤマト王権と密接な関係にあったことを示しています。

### 古墳の種類

古墳は、3世紀後半から7世紀にかけて造られた当時の有力者たちのお墓で、その形から5つに大別されます。飯田古墳群を構成する主な古墳は、前方後円墳と帆立貝形古墳です。







- |   |                               |                       |                              |
|---|-------------------------------|-----------------------|------------------------------|
| ① 高岡第1号古墳【前】<br>たかおかだい1ごうこふん              | ⑤ 姫塚古墳【前】<br>ひめづかこふん          | ⑧ 大塚古墳【前】<br>おおつかこふん  | ⑪ 塚原二子塚古墳【前】<br>つかばらふたごづかこふん |
| ② 飯沼天神塚(雲彩寺)古墳【前】<br>いひぬまてんじんづか(うんさいじ)こふん | ⑥ 上満天神塚古墳【前】<br>あげみぞてんじんづかこふん | ⑨ 鏡塚古墳【貝】<br>かがみづかこふん | ⑫ 馬背塚古墳【前】<br>ませづかこふん        |
| ③ 御射山獅子塚古墳【前】<br>みさやましづかこふん               | ⑦ 水佐代獅子塚古墳【前】<br>みさじろししづかこふん  | ⑩ 鎧塚古墳【貝】<br>よろいづかこふん | ⑬ 御猿堂古墳【前】<br>おさるどうこふん       |
| ④ おかん塚古墳【前】<br>おかんづかこふん                   |                               |                       |                              |
- 【前】… 前方後円墳      【貝】… 帆立貝形古墳

飯田古墳群が造られた時代 《図2》

時代区分	世紀(西暦)	ほかの地域の主な古墳	飯田古墳群			
			座光寺	上郷	松尾	竜丘
後弥生	3世紀 (300年)	箸墓古墳 (奈良県桜井市)				
古墳前期	4世紀 (400年)	森將軍塚古墳 (長野県千曲市)				
古墳中期	5世紀 (500年)	仁徳天皇陵古墳 (大阪府堺市)			⑦	⑧ ⑨ ⑩ ⑪
古墳後期	6世紀 (600年)	藤ノ木古墳 (奈良県斑鳩町)	①	②	③ ④ ⑤ ⑥	⑬ ⑫
飛鳥	7世紀	石舞台古墳 (奈良県明日香村) 高松塚古墳 (奈良県明日香村)				

## ●内陸交通の重要地に発展

古来より内陸交通における東西を結ぶ重要地として栄えた飯田地域は、古墳時代には神坂峠(阿智村・国史跡)を介して西方の地域とつながり、また東方の関東地域ともかかわりを持っていました。《図3》そのため、飯田古墳群には、ヤマト王権のあった畿内のほかにも、関東地域を含めた広く周辺地域と交流があったことを物語ることが見られます。特に、飯田



古墳群の横穴式石室は、朝鮮半島、九州、関東、畿内などの影響を受けたことがわかる構造となっています。

## ●ヤマト王権下の飯田古墳群

飯田古墳群は、5世紀中ごろに突如として出現しました。このことから、内陸交通の発達によるヤマト王権の地方経営の変化について知ることができます。《図2・5ページ》

5世紀、ヤマト王権は、新たな鉄器生産技術や馬の生産技術などを積極的に取り入れ、陸上交通網を整備し、影響力の強化と拡大を図っていました。こうした中、前方後円墳の築造地にも変化が現れ、沿岸部に代わって、飯田地域のような内陸部にも造られるようになったと考えられています。

また、6世紀初頭には、飯田地域にも横穴式石室を持つ前方後円墳が造られ、単位群ごとに独自性が認められます。そして、6世紀末には、

畿内の影響を受けた横穴式石室を持つ古墳が出現し、前方後円墳をつくる単位群は限られてきます。これは、ヤマト王権による政治支配の状況や

東国(畿内から見て東方の地域)のあり方、ヤマト王権を構成する地域社会の動向を映し出したものと考えられます。

## 飯田市内の遺跡から出土した古墳時代のもの

貴重な出土品の一部を美術博物館や上郷考古博物館で観覧できます。ぜひお越しください。



### ◎よろい (横矧板鉾留短甲)

- ◆出土場所: 鎧塚古墳
- ◆展示場所: 美術博物館

#### 【美術博物館】

追手町2丁目655-7  
☎0265(22)8118



### ◎馬の骨

- ◆出土場所: 宮垣外遺跡 (上郷別府高屋交差点付近)
- ◆展示場所: 上郷考古博物館

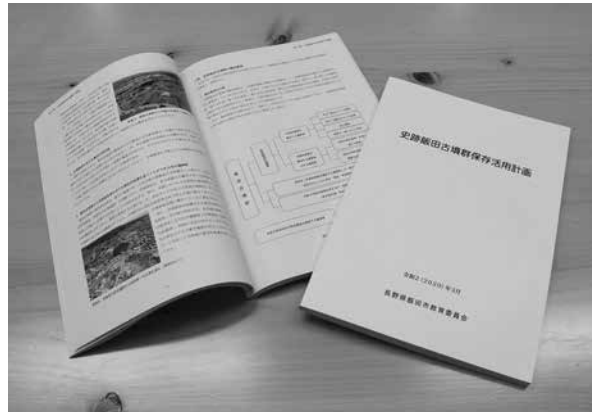
#### 【上郷考古博物館】

上郷別府2428-1  
☎0265(53)3755



## 史跡飯田古墳群を 未来につなぐ

今年3月に策定した保存活用計画を基に、史跡飯田古墳群を将来にわたって保存継承・活用し、「地域の宝」として後世に守り伝えていきます。



「史跡飯田古墳群保存活用計画」を策定

### ●保存継承

史跡飯田古墳群は、日本の古代史を物語る国民共有の財産であり、地域の歴史文化を物語る貴重な資産でもあります。そこで、史跡飯田古墳群

を構成する古墳の墳丘・埋葬施設・周溝などをしっかりと守り、史跡飯田古墳群の価値を未来へ確実に継承していかなければなりません。

史跡飯田古墳群は、個々の古墳が長い年月の中でさまざまな形で利用され、守られてきました。保存活用計画では、現在の土地利用の中でそれぞれの古墳をどのように取り扱うかなど、史跡保護に向けた基準を定めました。

また、発掘調査により価値が明らかになった古墳や指定地の隣接地については、条件を整えて追加指定を図ります。

### ●活用

地域においては、これまでに史跡飯田古墳群を活用した地域学習や地域住民の交流事業が行われてきました。史跡飯田古墳群は、地域の歴史や魅力を体感できる貴重な資産です。継続的に調査研究を進めて、特色をより明らかにしていきながら、現地公開などを通じて、地域の宝としての価値を伝えていきます。また、学

校教育や生涯学習において、歴史学習や地域学習の生きた教材として活用していきます。

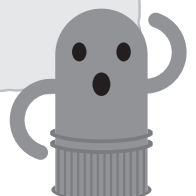
また、特色あるまちづくりや人材育成にもつながることを目指して、地域の魅力を発信する場、さまざまな人たちが集い交流する場、さらには観光資源としても活用を進めます。

史跡飯田古墳群を将来にわたって守り伝え、活用していくため、地域や団体など、さまざまな皆さんと連携・協働して取り組んでまいります。



竜丘古墳まつり（塚原二子塚古墳にて）

竜丘古墳まつりは、毎年6月上旬に行われ、竜丘地区内に遺る古墳に触れながら、多世代が交流するイベントです。竜丘地区の地域自治会や公民館などでつくる実行委員会が開催し、古墳文化の保存活用に つなげています。



## 飯田市交通少年団入団式 子どもたちが新たに誓い



団員を「我が家の交通安全課長」として委嘱

飯田交通少年団は6月6日、新入団員4名を迎え、入団式を行いました。

令和2年度は全22名での活動となり、高齢者宅訪問や交通安全啓発活動を重点に子どもたちの活気ある活動が期待されます。

また、交通事故防止のほか、特殊詐欺被害の防止など、その活動の幅を広げ、飯田市内の安全・安心なまちづくりの一役を担います。



未来を担う子どもたちから「安全・安心」を発信

## 土砂災害・全国統一防災訓練 感染症対策も想定して



災害対応計画の策定過程を確認

6月7日、市危機管理センターで市職員を対象に図上訓練を開催し、土砂災害や洪水への対応手順のほか、新型コロナウイルス感染拡大防止も踏まえた避難誘導や資機材確保について確認しました。

## 上久堅小学校6年 北田遺跡で歴史を体感



竪穴式住居の実物に興味津々の児童ら

上久堅小学校の6年生が6月4日、北田遺跡(上久堅)を見学し、遺跡にある縄文時代と古墳時代の竪穴式住居を見比べながら、当時の様子を探りました。また、現代の住まいとの違いも実感できました。





## 飯田市立動物園

### にぎわい取り戻す市内

本物のヒツジの毛を使った「羊毛フォトスポット」

6月2日、長らく休園していた市立動物園が開園しました。イベントスペースへの入場者数を制限するなどの感染症対策を行いながら徐々に園内イベントを再開しており、にぎわいを取り戻しつつあります。

6月6日から「羊毛フォトスポット」が設置されました。本物のヒツジの毛に初めて触れた子どもたちからは、「温かい」のほか、「意外と硬い」といった新発見の声も聞かれました。



モルモットやウサギとの触れ合いでにぎわう「ふれあい広場」

## かざこし子どもの森公園 けん玉に挑戦



大小さまざまなけん玉からお気に入りを探す子どもら

6月13日、かざこし子どもの森公園で「けん玉教室」が開催されました。参加者は10級の「大皿」から挑戦していきましたが、1級の「灯台」まで進むことは、なかなか難しかったようです。

## 飯田OIDE長姫高校地域人教育 地域や人のつながりを



講義中、まちづくりに対する思いや意見を語る生徒

6月12日、飯田OIDE長姫高校地域人教育の講義で市長らが講師を務めました。市長は、新型コロナウイルスによる社会経済の変化に対して、飯田の「結」の精神が打ち勝つ鍵になることを伝えました。

# 現代版

# 養生訓

## 令和時代の

## 肝臓病・脂肪肝について

「肝臓の病気」と言われると、どのような病気を思い浮かべるでしょうか？

一昔前は、B型肝炎やC型肝炎と言ったウイルス性肝炎が社会的な問題となっていました。医学の進歩により、今はこれらの肝炎に対してウイルスの増殖を抑えたり、ウイルスを排除したりする治療ができる時代になりました。

一方で、飽食の時代となり、増えているのが脂肪肝です。脂肪肝は、いわゆる生活習慣病によって起こる、肝臓に脂肪が溜まった状態です。以前は、お酒をよく飲む人が脂肪肝になりやすいと言われていました。ところが、最近では、お酒を飲まないのに脂肪肝になる

非アルコール性脂肪肝症候群（NAFLD）の人が増えています。特に自覚症状がないため、健診での血液検査や超音波検査などで偶然に見つかることが多くなっています。肝臓に脂肪が溜まってすぐに何か起きるといふことはありませんが、長期的に蓄積していきうと、炎症が起きて徐々に肝臓の機能が低下していき、最終的には肝硬変、肝臓がんに至る可能性があります。

脂肪肝には、残念ながら、現在でも効果的な治療薬は開発されておらず、日々の食生活や運動習慣などで徐々に改善していくしかない病気です。お酒を飲む人は、量を減らす、休肝日をつくるというのも効果的



市立病院 消化器内科  
栗林直矢 医師

す。

肝臓は、何かしらの自覚症状が出たときには、すでに相当傷んだ状態となっていることが多く、「沈黙の臓器」とも言われています。アルコールの過剰摂取や食生活の乱れを避け、適度な運動習慣を持つことが肝臓をいたわる上で最も重要になってきます。



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186

市長 牧野光朗

コロナに打ち勝つ共助・協働の地域社会

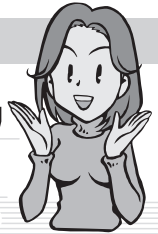
地域エコノミストとして知られる藻谷浩介氏との付き合いはもう25年以上になりますが、毎日新聞電子版「経済プレミア・藻谷浩介の世界」来た・見た・考えた」に「新型」コロナの地政学」と題した連載があります。その中で、欧米と日本で感染拡大ペースがまるで違う主因を「衛生環境が劣悪な地区に住み、都心に通勤する低賃金労働者の存在にある」とする考察は腑に落ちるものでした。三密状態の貧困者居住地区で増殖したコロナウイルスが低賃金労働者によって都心に広がったとする藻谷氏の指摘は、数字の分析を本業としながら世界中を歩いた現場経験に裏打ちされるものです。

欧米の都市に存在する貧困者居住地区は地域社会を分断させ、差別や社会不安を増長させるため、長年その改善が模索されてきましたが、未だその解決には至っていません。逆にこうした地区の存在が今回の感染症の爆発的拡大に繋がってしまったとすれば、改めてこの問題の根深さを感じざるを得ません。



一方、我が国の都市にはこうした地区は存在せず、飯田のような地域社会では共助・協働が機能しており、その延長線上に感染症に対する強靭さを備えた社会があるので、と期待するところ





先月の 杉山愛 さん(龍江)からのリレー

ともに乗り越えよう! 新型コロナウイルス

## ひとりで悩んで いませんか?

市などの相談窓口へ  
ぜひご相談ください。



### 新型コロナウイルス 感染症関連の相談窓口

#### ●感染が疑われる場合

長野県飯田保健福祉事務所  
☎0265(53)0435 [24時間対応]

#### ●感染症の影響で生活に困っている方

福祉課 生活支援相談窓口  
☎0265(48)5122

#### ●生活資金にお悩みの方

飯田市社会福祉協議会  
☎0265(53)3180



#### ●中小企業・小規模事業者への経営支援 【緊急経済対策相談窓口】

産業振興課  
☎0265(22)4511 内線3511  
※平日 8:30~17:15

飯田商工会議所  
☎0265(24)1234  
※平日および土・日曜日  
9:00~17:30



#### ●聴覚に障がいのある方などをはじめ、電 話での相談が難しい方に向けた感染症 の相談窓口

【長野県の窓口】 ☎026(403)0320

このほか、さまざまな相談窓口が開設  
されています。詳細は市ウェブサイトをご  
覧ください。

市HP 相談窓口一覧 🔍 検索

毎朝のチベット体操が私の健康法です。  
チベットの医学や文化を学んでいた妻に勧められ、半信半疑で始めました。しかし、深い呼吸とともに行う全身ストレッチのおかげで少しずつ疲れにくくなり、体の隅々まで酸素が行きわたるような気持ちよさを実感するようになりました。また、基本の動作がシンプルな5つのポーズで構成されているため、覚えやすいことも続けられる鍵だったと思います。



## 私の健康法

原 佑亮さん(上村)

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…

チベット体操を始めてから持病の腰痛もだいぶ改善し、一日を気持ちよくスタートすることができるようになりました。  
「継続は力なり」を信じて、これからも続けてまいります。

## 僕の夢 私の夢

### 働くという意味

私は将来、医療関係の仕事に就きたいと考えています。私はある医療ドラマの影響で、この仕事に就きたいと思いました。どんな時も常に命の最前線に立ち、一人でも多くの命を救おうとする姿がとてもかっこよくて、それ以来ずっと私の憧れの職業です。最近、新型コロナウイルスの影響で懸命に働いている医療関係者の方々が多くいます。こんな状況でも頼れる人になりたいと思います。そのために、たくさん勉強して、努力して、自分の可能性を広げたいです。



ひの ゆうき  
日野優姫さん  
(鼎中3年)

# 市役所発 ぐらしの情報

## 新型コロナウイルス緊急対策事業【第3弾】

### 飯田市プレミアム商品券の発行

新型コロナウイルス感染症による経済的影響を緩和するため、飯田商工会議所と市が連携してプレミアム商品券を販売します。

#### ▼販売額

1冊あたり1万円

#### ▼商品券額面

1冊あたり

1万5000円

(10000円×15枚)

※うち10枚は中小店舗での利用に限定する予定です。  
※販売開始日、使用期間および取扱店舗などの詳細については、決定次第、市ウェブサイトや広報いいだでお知らせします。

#### ▼問い合わせ

商業・市街地活性化課  
内線4651

## ひとり親世帯臨時特別給付金

ひとり親世帯を対象に、新型コロナウイルス感染症の影響による子育て負担の増加や収入の減少に対する支援を行うため、国が臨時特別給付金を支給します。「基本給付」と「追加給付」があり、対象などは次のとおりです。

なお、手続きの方法や受付開始時期などの詳細は、決定次第、市ウェブサイトや広報いいだでお知らせします。

#### ▼基本給付

児童扶養手当を受給しているひとり親世帯の方への給付で、児童扶養手当法に定める「養育者」の方も対象となります。

#### ●対象

- ①令和2年6月分の児童扶養手当が支給される方。
- ②公的年金などを受給しており、令和2年6月分の

児童扶養手当支給が全額停止される方。

- ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準になっている方。

#### ●給付額

- 1世帯5万円、第2子以降一人につき3万円

- ※②および③は、児童扶養手当の申請をしていない方も対象となります。

- ※公的年金とは、遺族年金、障害年金、老齢年金などのことです。

#### ▼追加給付

#### ●対象

基本給付の①または②に該当する方のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した方。

#### ●給付額

1世帯5万円

※「ひとり親世帯臨時特別給付金」の振り込め詐欺にご注意ください。

#### ▼問い合わせ

子育て支援課  
内線5737



お知らせ

## サマージャンボ宝くじ発売

市町村振興宝くじ（サマージャンボ）の収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われています。市でもこの収益金を活用して、これまでに国際交流事業や文化芸術活動の充実などに取り組みました。ぜひ、市内の各売り場にてお求めください。

#### ▼発売期間

7月14日(火)～8月14日(金)

#### ▼抽せん日

8月21日(金)

#### ▼主な当せん金

- サマージャンボ宝くじ
- 1等 5億円
- 1等の前後賞 1億円
- ほか

○サマージャンボミニ

- 1等 1千万円
  - 2等 5万円
  - ほか
- ※昨年よりも当選しやすくなりました。

#### ▼問い合わせ

財政課 内線2131

しんきんは、多彩な商品、サービスで、あなたの生活を力強く応援します

# ローンのことなら何でもご相談ください

しんきんローンセンターは、各種ローンの専門店です。現在しんきんとお取引のない方もお気軽にお立ち寄りください。住宅建設業のみならずもお気軽にご相談ください。

## 年金相談

第2土曜日・第4日曜日(要予約)  
各種ご相談も承ります



IIDA SHINKIN BANK  
飯田信用金庫



ローンセンター名古熊  
☎0120-841-160

飯田市鼎名古熊2514-1(しんきん名古熊支店建物内)※キッズルーム完備

平日は夜7時まで営業 土・日も営業いたします

営業時間●平日11:00～19:00、土・日9:00～17:00  
休業日●土・日以外の祝日、8月13日～16日、年末年始



## 中央図書館 特別還元図書市

郷土資料などの本を無料で配布する特別還元市を開催します。来場の際には、事前に予約が必要です。

### ▼期間

7月11日(土)～17日(金)

※13日(月)・14日(火)は休止します。

### ▼来場予約受付

7月1日(水)から中央図書館窓口でお申し込みください。

### ▼入場時間

午前10時30分、午前11時30分、午後1時30分、午後2時30分、午後3時30分

※右の時間に入場し、30分以内で本を選んでいただきます。

### ▼場所

中央図書館2階研修室

### ▼還元する資料の内容

郷土資料、文学全集、美術全集、雑誌など

※一人10冊まで

※資料は毎日補充されますが、その内容についてのお問い合わせにはお答え

できません。  
お問い合わせ  
中央図書館  
☎0265(22)0706

## 長野県信濃美術館交流 名品展開幕記念講演会

長野県信濃美術館交流名品展の開幕を記念して、長野県信濃美術館の館長による講演会を開催します。

講演会に出品している作品の見どころを詳しく紹介しつつ、近代の日本美術の流れを解説します。

### ▼テーマ

信州アートトレッキング講演会

「日本美術の近代～東洋と西洋のはざままで～」

### ▼講師

松本透さん

(長野県信濃美術館館長)

### ▼日時

7月18日(土)

午後1時30分～

### ▼場所

美術博物館講堂

### ▼定員

30人

※当日開館時から整理券を配布します(一人につき

1枚)。  
▼受講料 無料  
▼その他  
手話通訳を行います。

### ▼問い合わせ

美術博物館  
☎0265(22)8118

## 自筆証書遺言書保管 制度が始まります

死亡後、相続人に対し、自分の最終意思を明らかにする遺言には、公証役場で作成する「公正証書遺言」と、遺言する人が自筆で作成した原本を自ら管理する「自筆証書遺言」の2つがあります。

7月10日(金)から、全国の遺言書保管所(法務局の本局および支局)で受け付けが始まる自筆証書遺言書保管制度は、自筆証書遺言の保管を遺言書保管所に申請すること、紛失を防ぎ、相続の際に家庭裁判所での検認手続きが不要になるという制度です。

この制度を利用するには遺言する人の住所、本籍、所有する不動産の所在地のいずれかを管轄する遺言書

保管所で申請が必要ですが、手続きには予約が必要です。詳しくは、長野地方法務局や法務省のホームページをご覧ください。管轄する遺言書保管所へお問い合わせください。

### HP 自筆証書遺言書保管制度

### ▼問い合わせ

長野地方法務局飯田支局  
☎0265(22)0014

## 廃道・排水路敷地の 払い下げ

市道の改良工事や水路の付け替え工事などにより道路や水路としての機能を喪失した土地(赤線・青線を含む)は、隣接する土地と一体的に利用することで効果的に活用でき、市ではこのような廃道・排水路敷地を隣接する土地の所有者に払い下げをしています。

払い下げを希望する方は、事前に相談(払い下げの可否、土地代金や経費の負担など)が必要となりますのでご連絡ください。

### ▼問い合わせ

管理課 国調登記係  
内線2717

## 広告欄

お車を卒業したら  
ススキセニアカー

お買い物に  
お散歩に!

電気で動く! ET40  
本体価格 368,000円  
(消費税はかかりません)

免許不要

ご購入の際は 軽自動車、普通車の下取りもいたします。

株式会社ススキ自販南信  
飯田営業所  
(0265) 28-1885

## 大腸がん検診の通知 発送の変更とお願い

今年度の大腸がん検診は、新型コロナウイルス感染症の状況により、急きよ中止となる可能性があるため、受診を申し込まれた方には、受診日のおおむね3週間前に通知を発送します。

### ▼対象

令和2年度の大腸がん検診をお申し込みの方

### ▼期日・場所

検診は10月9日(金)までの日程で、各地区公民館などを会場に実施します。  
※詳細は、申し込みをされた方に送付する実施通知および日程表をご確認ください。

### ▼お願い

感染防止対策のため、例年に比べ、1時間当たりの受診予定人数を少なくしています。  
日程変更などの連絡は不要ですが、混雑を避けるためにご案内の期日・場所での受診にご協力ください。

### ▼問い合わせ

保健課 保健指導係  
内線5304

## 第62回水道週間作品 募集期間の延長

新型コロナウイルス感染症に伴う全国各地の小中学校の休校措置などの影響を鑑み、水道週間にちなんだ作品(習字、図画、作文、標語)の募集締切を延長します。

### ▼募集締切

9月16日(水)

(当初締切7月10日(金))

※応募に関する詳細については、市ウェブサイトにたは広報いいだ5月15日号をご覧ください。

市HP 水道週間作品募集

検索

### ▼問い合わせ

経営管理課 庶務係  
内線5252

## 児童扶養手当 7月期支給日

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。5月・6月分を申請されたお口座へ振り込みますので、支給日以降ご確

確認ください。

また、転居、婚姻などで状況に変化があった場合は、早めに手続きをお願いいたします。

### ▼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

7月10日(金)

### ▼臨時特別給付金

7月期の支給には、新型コロナウイルス感染症の影響を受けているひとり親家庭を支援するため、飯田市独自の臨時特別給付金(一時金)を合わせて給付します。詳しくは広報いいだ6月15日号をご覧ください。

### ▼問い合わせ

子育て支援課 家庭係  
内線5738

## 6月15日号の訂正

広報いいだ6月15日号に誤った表記がありました。お詫びして訂正いたします。

3ページ「児童扶養手当受給者への臨時特別給付金」

### ▼対象児童

- 誤 児童手当の令和2年5月分の対象となる児童
- 正 児童扶養手当の令和2年5月分の対象となる児童

## 法定相続情報証明制度 をご利用ください

財産などの相続では、預貯金口座の解約、保険金の請求、相続税の申告などさまざまな手続きが必要ですが、これらの手続きには、お亡くなりになられた方の戸除籍謄本などを取得し、金融機関や保険会社ごとに提出する必要があります。そのため、手数料も負担になり、戸除籍謄本などの束を持ち歩かなければなりません。

法定相続情報証明制度は、登記所(法務局)に戸除籍謄本などの束と一覧図を提出することで、証明文つきの一覧図の写しが無料で交付される制度です。証明文つきの一覧図の写しを利用すれば、戸除籍謄本などの束を提出する必要がなく、大変便利です。詳しくは法務局ホームページをご覧ください。ただ、長野地方方法務局へお問い合わせください。

HP 法定相続情報証明制度

検索

### ▼問い合わせ

長野地方方法務局  
026(235)6611

豊富な実績で不動産売買をサポート致します

飯田駅前交番斜め前



広告欄

空家を募集中です!!

飯田不動産相談室株式会社 お電話は今すぐ!!

長野県知事免許(1)第5532号/(公)長野県宅地建物取引業協会会員  
〒395-0052 飯田市元町5424番地22

0265-38-9080

営業時間: 10時~18時  
定休日: 火曜日



## 生ごみ処理機器 補助金上限を増額

生ごみをリサイクルすると、燃やすごみが大きく減り、ごみ出し回数も減って、生活の快適度も向上します。

市では生ごみ処理機器の普及を目指して購入費補助を行っていますが、7月申請分から補助額の上限を2万円から3万円に増額します。

併せて、補助回数の制限を撤廃しました(ただし前回の交付決定日から7年経過している世帯主に限りません)。

### ▼補助対象

コンポスト・電動式生ごみ処理機などの生ごみを堆肥化・減量化する機器

の購入  
※購入した日から1年以内のもの

### ▼補助額

購入金額の1/2

※上限3万円

### ▼申請者

世帯主

### ▼申請方法

領収書などの必要書類を

持参して環境課または各自治振興センター窓口で申請してください。

※詳細はお問い合わせください。

### ▼問い合わせ

環境課

廃棄物対策係

内線5464

## 国民年金保険料免除・ 納付猶予申請受付開始

令和2年度国民年金保険料免除・納付猶予の申請を受け付けています。

昨年免除などを受けた方も、引き続き免除などを希望される場合は、改めて申請が必要です(継続申請の対象となっていない方については手続きの必要はありません)。

### ▼免除・納付猶予制度

国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合に、ご本人が申請手続きを行い、承認されると

国民年金保険料が全額免除、一部免除または納付猶予される制度です。

※免除などを受けた期間の国民年金保険料は、10年

以内であれば追納ができますが、追納されない場合は将来受給できる年金額が、免除などの期間・種類に応じて、一定の割合で減額されます。

### ▼申請窓口

市役所市民課(A7国民年金窓口)、りんご庁舎

市民証明コーナー、各自

治振興センター、

飯田年金事務所

### ▼申請に必要なもの

○同じ世帯の方が申請される場合は印鑑

○失業により申請を行う場合は、雇用保険被保険者

離職票または雇用保険受

給資格者証の写し

○窓口へ来られる方の本人

確認書類(運転免許証、

保険証など)

○申請者本人の年金手帳

### ▼免除・猶予される期間

令和2年7月、

令和3年6月

※平成30年6月から令和2

年6月までの期間も免除

などを申請することができます。

○納付猶予制度の適用年齢

拡大について

平成28年7月1日から、納付猶予の対象年齢が、30歳未満から50歳未満に拡大されました。これにより今まで免除などを受けることができなかった方も、納付猶予を受けられることが可能になります。

※納付猶予制度では、世帯主の前年所得が多なくても、本人と配偶者の前年所得が少ない場合は、納付猶予を受けることができます。

### ▼問い合わせ

○市民課 市民窓口係

一 国民年金担当

内線5428

○飯田年金事務所

☎0265(22)3641

## 令和元年度 「素敵なパートナー女と男」標語 入賞作品の紹介

★優秀賞【児童・生徒の部】  
ななみ  
浜井場小学校 6年 熊谷 菜々実

仲がいい 秘けつは小さな 会話から

※学校名や学年は入賞当時のものです。

## 広告欄

社会的養育に力を貸してください!

# 地元の児童養護施設で働いてみませんか?

児童養護施設「おさひめチャイルドキャンプ」は改築を機に、児童居室をユニット化しました。又、令和3年4月より学童保育の開設を目指します。そこで下記の職員を募集します。お気軽にお電話ください。



お問い合わせ先

社会福祉法人

長姫福祉会

飯田市仲ノ町305番地

TEL 22-3875

osahimec@coral.ocn.ne.jp



児童指導員・保育士・栄養士・調理員(パート)等

ハローワーク求人提出済

子育てにじっくり取り組んでいただける方、子どもたちに寄り添ってください。



Enjoy Joy 古代!  
—夏休み考古塾—

上郷考古博物館の夏休み企画です。ワークショップで原始古代人の生きる知恵を学んだり、ものづくりの楽しさを経験したりしましょう。

夏休みの自由研究の課題探しや相談にもぜひお越しください。

ワークショップは申し込みが必要ですが、申し込みの際には、ワークショップごとそれぞれの方法でお申し込みください。

▼期間

7月26日(日)～  
8月22日(土)

▼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

7月27日(月)、  
8月3日(月)・10日(祝)・  
11日(火)・16日(日)・17日(月)  
※8月10日(祝)に開催を予定

していた「古代食クッキング」は新型コロナウイルス感染症対策のため中止となりました。

▼問い合わせ

上郷考古博物館  
☎0265(53)3755

縄文土器を  
つくってみよう

「Enjoy Joy 古代!」夏休み考古塾のワークショップです。

粘土で土器を作り、乾燥させた後に野焼きをします。縄文人に負けるな!

▼対象

小学生以上

※低学年は保護者同伴

▼日時

7月26日(日)

午前9時30分～正午

▼場所

上郷考古博物館

▼定員

12人

▼受講料

500円(材料費)

▼申込方法

ワークショップ名、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を明記の上、FA

Xかメールでお申し込みください。応募者多数の場合は抽選となります。

▼申込締切

7月19日(日)(必着)

▼その他

○野焼きは上郷考古博物館で行い、出来上がり次第ご連絡します。

○開催日3日前までに受講可否の連絡がない場合はお問い合わせください。

○新型コロナウイルス対策のため、必ずマスク着用の上、ご参加ください。

▼申し込み・問い合わせ

上郷考古博物館  
☎0265(53)3755  
FAX 0265(53)3756  
✉koko@ida.museum.org

夏休み玉造り工房

「Enjoy Joy 古代!」夏休み考古塾のワークショップです。

滑石で勾玉を作り、自分の好きな色に染めます。今回は筒のような玉の管玉も作ります。

▼対象

小学生以上

※低学年は保護者同伴

▼日時

8月2日(日)

午前9時30分～  
11時30分

▼場所

上郷考古博物館

▼定員

12人

▼受講料

150円(材料費)

▼申込方法

ワークショップ名、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を明記の上、FA

Xかメールでお申し込みください。応募者多数の場合は抽選となります。

▼申し込み・問い合わせ

上郷考古博物館  
☎0265(53)3755  
FAX 0265(53)3756  
✉koko@ida.museum.org

▼その他

○開催日3日前までに受講可否の連絡がない場合はお問い合わせください。

▼申込締切

7月26日(日)(必着)

▼その他

○新型コロナウイルス対策のため、必ずマスク着用の上、ご参加ください。

▼申し込み・問い合わせ

上郷考古博物館  
☎0265(53)3755  
FAX 0265(53)3756  
✉koko@ida.museum.org

広告欄

営業時間 8:00～18:00  
飯田市小伝馬町2-3617  
TEL 0265-22-1257  
FAX 0265-22-1517  
Mail sumitsune@gmail.com  
HP sumitsune1850.wixsite.com  
作業風景・作成事例を是非ご覧下さい

おかげさまで、創業170年を迎える事が出来ました  
ありがとうございます  
創業 嘉永三年(1850年)  
**染物処 スミツネ**  
(住常本店染工場)

お見積りは無料です お気軽にお問い合わせ下さい

神社幟・幕・旗・獅子舞幌の修理承ります

※生地の状態により、お受けできない場合がございます



## 古代のお金を つくってみよう

「Enjoy古代!」夏休み考古塾」のワークショップです。低温で溶ける特殊な金属を使って昔と同じ方法でお金を作ります。

### ▼対象

小学生以上

※低学年は保護者同伴

### ▼日時

8月8日(土)

午前9時30分～11時

### ▼場所

上郷考古博物館

### ▼定員

12人

### ▼受講料

2000円

### ▼申込方法

ワークシヨップ名、住所、氏名、年齢(学年)、電話番号を明記の上、FAXかメールでお申し込みください。応募者多数の場合は抽選となります。

### ▼申込締切

8月1日(土)(必着)

### ▼その他

○開催日3日前までに受講可否の連絡がない場合はお問い合わせください。  
○新型コロナウイルス対策のため、必ずマスク着用

の上、ご参加ください。  
▼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.or.jp

## 美術博物館の 電子顕微鏡観察教室

アリの目や花粉、小さな化石など、不思議なミクロの世界にご案内します。

美術博物館の観覧券をお持ちの方ならどなたでもご覧いただけます。

### ▼日時

7月19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

## 勤労青少年ホーム 浴衣の着付け講座

浴衣でのお出かけが楽しい夏に向けて、着付け講座を開催します。浴衣を自分で着付けてみませんか。カップルや男性だけでもご

参加いただけます。  
▼対象  
市内に在住またはお勤めの方

▼日時

7月16日(木)

午後7時～9時

### ▼場所

勤労青少年ホーム

2階和室

▼受講料 無料

### ▼持ち物

浴衣、半幅帯、帯板、帯締め、浴衣用肌着(裾よけ、肌じゅばん可)、腰ひも2～3本、コーリンベルト1本、薄手のタオル2本

### ▼講師

矢澤礼子さん

(矢澤着付け教室)

▼定員 15人(先着順)

※5人に満たない場合は開講しないことがあります。

▼申込方法

電話または勤労青少年ホーム窓口にてお申し込みください。

▼申込受付時間

平日午前9時～午後5時

▼申込締切

7月10日(金)

▼申し込み・問い合わせ  
勤労青少年ホーム

☎0265(23)5571

## 日本語教室 わいわいサロンⅡ

日本語を学びたい外国人のための日本語教室です。飯田で豊かで安全に暮らすための知識も学べます。また、教室を手伝っていただける日本人も募集します。

### ▼対象

○日本語を学びたい外国人

○教室を手伝いたい日本人

### ▼日時

7月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)・

8月3日(月)・17日(月)・24日(月)

いずれも午後7時～9時

### ▼場所

鼎公民館

▼受講料 無料

### ▼申込方法

電話、FAXまたはメールでお申し込みください。

▼申込締切 各回前日まで

▼申し込み・問い合わせ

飯田市公民館

☎0265(22)1132

FAX0265(22)1022

✉cc01@city.ida.nagano.jp

## 広告欄

2020年7月6日(月)

いちよし証券 飯田支店リニューアルオープンいたします。皆様のご来店を心よりお待ちしております。



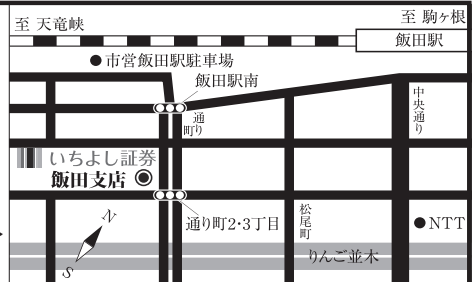
いちよし証券

■店舗アクセス ■営業時間

JR飯田線 飯田駅より徒歩8分 平日 8:30～15:30

飯田支店 〒395-0043長野県飯田市通り町3-34 Tel.0265-55-1151 Fax.0265-23-8258

商号等/いちよし証券株式会社 金融商品取引業者 関東財務局長(金商)第24号 加入協会/日本証券業協会、一般社団法人日本投資顧問業協会





**ボランティア講座  
参加者募集**

「ボランティアには興味があるが、何から始めていいのか分からない。」そんな皆さんの背中を後押しする「ボランティアはじめて講座」と、障がいのある方を支援し、障がいについて理解を深めていただく「障がい者活動サポーター養成講座」を同日開催します。  
楽しみながら受講できるプログラムをご用意しているので、ぜひお気軽にご参加ください。

- ▼**対象** 高校生以上
- ▼**期日** 8月1日(土)
- ▼**時間** ○ボランティアはじめて講座(午前の部)  
午前9時30分～正午  
○障がい者活動サポーター養成講座(午後の部)  
午後1時～3時30分

※午前の部・午後の部のみの参加も可。

▼**場所**

さんとぴあ飯田3階

第1・2講習室

▼**定員**

15人

※定員になり次第締め切ります。

▼**参加費**

無料

▼**持ち物**

筆記用具、飲み物、昼食(全日程受講する方)

▼**申込方法**

事前にお電話でお申し込みください。

▼**申込期限**

7月27日(月)

▼**新型コロナウイルス感染症予防対策について**

換気、消毒、参加者同士の間隔を空けるなどの対策をしますが、参加される方は、マスクを着用の上、ご参加をお願いします。

▼**申し込み・問い合わせ**

飯田市社会福祉協議会内  
飯田市ボランティアセンター  
0265(53)3182

**令和2年度  
自衛官等募集**

令和2年度自衛官等を以下のとおり募集します。

※受験資格などは、条件により異なります。詳しくは各ホームページでご確認いただくか、電話でお問い合わせください。

※新規高卒者の採用試験は、政府の方針により10月以降に変更される可能性があります。

HP 防衛省 自衛官募集

HP 自衛隊長野地方協力本部



防衛省HP  
(自衛官募集)



自衛隊長野地方  
協力本部HP

▼**問い合わせ**

自衛隊長野地方協力本部  
飯田出張所  
0265(22)2613

**令和2年度 自衛官等募集**

募集種目	受験資格	受付期間	試験期日
自衛官候補生 (期間(任期)を区切って働く自衛官)	18歳以上33歳未満の者	年間を通じて随時	9月19日(土)、10月31日(土) 11月29日(日)
一般曹候補生 (自衛隊の部隊活動の原動力となる自衛官)	18歳以上33歳未満の者	7月1日(水)～9月10日(木)	1次試験 9月18日(金)～20日(日)のうち1日
航空学生 (自衛隊の各種航空機を操縦する幹部自衛官)	海上:高卒(見込)23歳未満の者 航空:高卒(見込)21歳未満の者	7月1日(水)～9月10日(木)	1次試験 9月22日(祝)
防衛大学校学生 (自衛隊の中核となってリーダーシップを発揮する幹部自衛官)	推薦	高卒(見込)21歳未満の者	9月5日(土)～11日(金)
	総合選抜	高卒(見込)21歳未満の者	9月5日(土)～11日(金)
	一般	高卒(見込)21歳未満の者	7月1日(水)～10月22日(木)
防衛医科大学校 医学科学生 (自衛隊医療の中核となる幹部自衛官)	高卒(見込)21歳未満の者	7月1日(水)～10月7日(水)	1次試験 10月24日(土)・25日(日)
防衛医科大学校 看護学科学生 (自衛隊医療における看護師となる幹部自衛官)	高卒(見込)21歳未満の者	7月1日(水)～10月1日(木)	1次試験 10月17日(土)



## 障がい者文化芸術 作品展 出展作品募集

市内で暮らす障がい者の文化芸術活動の振興と社会的参加の促進を図ることを目的に開催される「第6回障がい者文化芸術作品展」への出展作品を募集します。

皆さんの文化芸術活動の作品をぜひこの機会に広く発表してみませんか。

### ▼作品展開催期間

11月3日(祝)～8日(日)

### ▼作品展開催場所

美術博物館  
市民ギャラリー

### ▼応募資格

市内に住所を有する障がいのある方

### ▼応募作品の種別

○平面作品(絵画・書道・写真など)  
○立体作品(手芸・工芸・オブジェなど)

※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。

### ▼出展方法

出展を希望される方は、飯田市社会福祉協議会のホームページまたは窓口

にて作品募集要項を入力してください。その後、要項に添付してある出品申込書を募集締切までに窓口、FAXまたは郵便にてご提出ください。

HP 飯田市社協 作品展募集 検索

### ▼募集締切

10月16日(金)(必着)

### ▼申し込み・問い合わせ

飯田市社会福祉協議会  
地域福祉推進係

〒395-1002 4

東栄町3108-1

(さんとぴあ飯田内)

TEL 0265(53)3182  
FAX 0265(53)3183



秘密厳守  
相談無料

がんに関すること、  
ひとりで悩まないで  
ご相談ください。

飯田市立病院 がん相談支援センター

直通 ☎0265(21)2010

平日 8:30～17:15

# 7月は 「わが家の結いタイム」 推進月間です

飯田市教育委員会では、家族と一緒に過ごし、心を通わせるひと時を「わが家の結いタイム」と名づけ、啓発・推進しています。7月はわが家の結いタイム推進月間です。

「あいさつ」「会話」「お手伝い」「読書」の身近な4つの取り組みから始めてみませんか。

## あいさつ

あいさつは人と人とのより良い関係を作るための第一歩です。「おはよう」「いただきます」「ありがとう」「ごめんなさい」

まずは家族の中で自分からあいさつする習慣をつけましょう。



## 会話

メールやケータイ・スマートフォンばかりではなく、お互いの顔を見ながら心と心、言葉と言葉で会話をしましょう。

食事の時間、入浴の時間、送迎の車の中などで、親子のふれあいのひと時を楽しみましょう。

## 毎月第3日曜日(結いの日)は 「ノーネットデー」

インターネットなどを使わずに、家族で過ごす時間を大切に過ごす日「ノーネットデー」に取り組みましょう。

スマートフォンやテレビ、ゲーム機のスイッチもたまには消してみることで、なんとなく接している日頃の使い方を見つめ直し、生活リズムを整えることや、家族でふれあいながら過ごすことの大切さを再確認してみましょう。

メディアの利用について、家庭での使用ルール・マナーについて話し合い、安全で上手な使い方や習慣づくりを確認してませんか？

## お手伝い

食事の準備や片付け、掃除などのやり方を親から子に伝える時間は、そのまま家族のふれあいの時間になります。

「お手伝いありがとう」の感謝の気持ちを伝えることも大切です。



## 読書

読書で「表現力」や「想像力」が育まれ、読み聞かせは子どもたちの「豊かな感情」を養います。

家族で同じ本を読んだり、読んだ本を紹介し合ったり、料理の本などを読んで一緒に作ったりしてみましょう。

## 各種相談所

相談は無料、秘密は厳守します。

☎は予約制です。

相談名	相談日	時間	場所	問い合わせ
行政相談	毎月第2火曜日	13:00~16:00	市役所A棟1階	総務文書課 内線2111
人権相談	火・金曜日	9:00~16:00	飯田地方合同庁舎4階 法務局飯田支局	飯田人権擁護委員協議会 ☎0265(22)0014
外国語相談	ポルトガル語	火・木曜日	市役所A棟1階 (外国語相談窓口)	男女共同参画課 内線5451
	タガログ語・英語	水・金曜日		
	中国語	月・火・木・金曜日		
	ベトナム語	木曜日		
女性の悩みごと相談	悩みごと	月～金曜日	市役所A棟1階	子育て支援課 内線5739
	法律相談☎	毎月第3火曜日	市役所C棟1階	男女共同参画課 内線5452
教育相談	月～金曜日	8:30~17:00	市役所A棟3階	教育相談室 ☎0265(53)8730
子育て相談	月～金曜日	8:30~17:15	りんご庁舎2階 こども家庭応援センター	内線5343
教育支援・就学相談				内線5342
家庭児童相談				内線5301
こころの相談日☎	毎月第2月曜日	13:30~、15:00~	市役所保健センター2階	保健課保健指導係 内線5306
不妊・不育相談☎	7月6日(月)	17:00~19:00	市役所保健センター2階	保健課健康推進係 内線5513
	7月20日(月)	13:00~15:00		
就活相談☎	月～金曜日	8:30~17:15	市役所A棟3階	ジョブカフェいいだ 内線3514
中小企業経営者のための経営悩み相談☎	月～金曜日	8:30~17:15	飯田商工会議所 (常盤町41)	飯田商工会議所 ☎0265(24)1500
巡回労働相談☎	毎月第2・4水曜日 (4月無し、5月第2水曜日除く)	12:30~15:30	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
消費生活相談 (多重債務相談を含む)	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
心配ごと相談	一般相談	月～金曜日	さんとぴあ飯田	社会福祉協議会 ☎0265(53)3180
	特別相談 (法律的)	火曜日 (受付順)		
	法律相談☎ (係争中のものは除く)	毎月第2・5金曜日		
結婚相談	休日	毎月第2・第3日曜日	さんとぴあ飯田 ※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
	平日	月～金曜日 (祝日は休み)		
障がいのある方またはご家族の相談☎	月～金曜日 (祝日は休み)	8:30~17:30	さんとぴあ飯田	飯伊圏域障がい者総合支援センター ☎0265(24)3182
生活や就労などの相談	月～金曜日	9:30~17:00	まいさぼ飯田	☎0265(49)8830
高齢者の介護予防や生活、介護保険の相談	月～金曜日	8:30~17:30	いいだ地域包括支援センター	☎0265(56)1595
			いがら地域包括支援センター	☎0265(28)2361
			かわじ地域包括支援センター	☎0265(27)6052
			南信濃地域包括支援センター	☎0260(34)1066
			かなえ地域包括支援センター	☎0265(53)9411
成年後見相談	月～金曜日	8:30~17:30	いいだ成年後見支援センター	☎0265(53)3187
認知症の方や家族の相談・交流	木曜日	10:00~12:00	おまめでサロン (ほっとカフェわたの実)	社会福祉協議会 ☎0265(53)3181
	毎月第4日曜日	13:00~15:00	介護老人保健施設ゆうゆう	☎0265(53)6048

市長の留守番電話 ☎ 0265(23)8181

●市民の皆さんのご意見ご相談をいつでもお受けします。



## 今月のプレゼント


 いいだ人形劇フェスタ公式グッズ  
 「ぽおパペット」

応募締切 7月27日(月) (必着)

 次の事項を必ず記入し、はがきまたはメールで  
 ご応募ください。

- ①「いいだ人形劇フェスタ」クイズの答え
- ②住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号
- ⑥広報いいだの感想
  - 特集してほしいテーマ ●良かった記事
  - 良くなかった記事など

【あて先】

〒395-0051 高羽町5-5-1

飯田文化会館

「人形劇のまちづくり係」宛

✉ [ibunka@city.iida.nagano.jp](mailto:ibunka@city.iida.nagano.jp)

← メールアドレス

※抽選結果はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

 来年まで  
 いいだ人形劇フェスタを  
 忘れないでねクイズ!!


いいだ人形劇フェスタ2020は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止となってしまいましたが、少しでも皆さんにいいだ人形劇フェスタに触れていただけるようにクイズを企画しました。全問正解者の中から抽選で10名様に「ぽおパペット(1つ)」をプレゼントします！ぜひ挑戦してみてください。

Q1.いいだ人形劇フェスタのマスコットキャラクター名は？

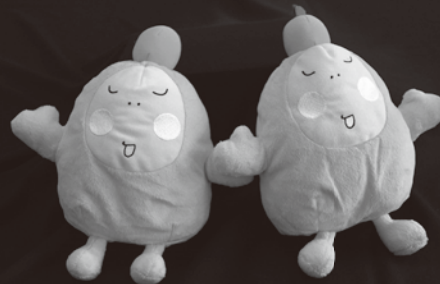
A. ぽお B. ぽう C. ぽー

Q2.いいだ人形劇フェスタは毎年何月に行われている？

A. 3月 B. 8月 C. 12月

Q3.中止となった今年のいいだ人形劇フェスタは人形劇カーニバル飯田から数えて何回目？

A. 22回 B. 32回 C. 42回



●ぽおパペット

10名様に  
プレゼントみんなが  
主役!
 合言葉は  
 ムトス!

第34回

ムトス飯田推進委員会は、市民の皆さんの自主的なまちづくり活動を支援しています。このコラムでは、そんな市民の皆さんの活動を紹介します。

●問い合わせ/ムトスマちづくり推進課 内線5433



ムトス飯田



▲飯田市で初めて行われたBPの様子(令和元年5月)

0歳児期に関わることの大切さが分かってきた今日、さらに応援ができるように、活動していきたいと思っております。

昨年結成されたばかりの子育てを応援するグループです。現在は主に、BP(ベビープログラム)を使って活動しています。初めて耳にする方もたくさんいらっしゃると思いますが、BPは初めての赤ちゃん(生後2〜5カ月)を育てるお母さんを効果的に支援・サポートする日本生まれの参加者中心型プログラムです。この時期に親子の絆の土台を作ること、気楽に話せる仲間ができることの大切さを改めて感じさせてくれます。昨年飯田市で実施した3回のBPでも「不安だった子育てが楽しくなった」「わが子がより一層愛おしく思えるようになった」などうれしい感想をたくさんいただくことができました。

0歳児の親子の絆づくり、ママ友づくりのお手伝いをします!

団体名

 子育て支援隊  
 ふわり

リニア駅ができるまち飯田

## 座光寺スマートインターチェンジ工事の進捗状況

本年3月末、正式名称が「座光寺スマートインターチェンジ」に決定しました。現在は、令和2年度末の完成に向け、市と中日本高速道路㈱が工事を進めています。

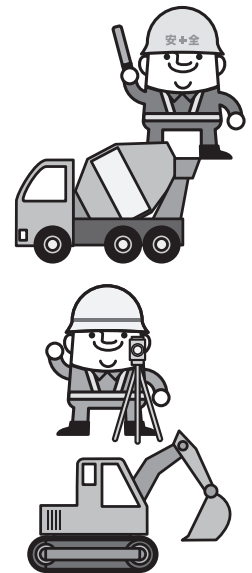
市が担当している工事では、中央自動車道にかかる新大久保橋（仮称）の下部工（土台となる部分）が完成間近となっています。9月下旬からは土台の上に橋をかける工事を進めていく予定です。あわせて、橋とつながる道路工事も進めていきます。

中日本高速道路㈱が担当する工事では、7月には下り線（名古屋方面）側パーキングエリアのトイレ棟が完成し、市道とパーキングエリア間の道路工事も順調に進んでいます。今後は、道路の舗装、標識の設置、照明など電気設備の設置が行われる予定です。

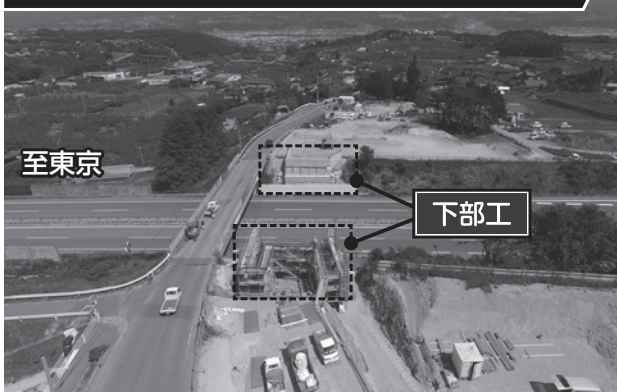
引き続き、皆様のご協力をいただきながら工事を進めていきます。

●問い合わせ／国県関連事業課 内線3761

R2.6月現在の空撮写真



新大久保橋 下部工(土台となる部分)施工状況



完成予想図



※リニア関連の詳細は市ウェブサイトをご覧ください。

市HP

リニアのまちづくり・いいだ

検索

リニア駅のイメージ映像は  
YouTube で見る您可以通过。➔





広報(はままつ)

## 三遠南信通信

三市合同企画 第163回

随州

17音で  
広がる世界

## 十湖賞俳句大会

「はま松は出世城なり  
初松魚(はつがつお)」。こ  
れは浜松市出身の俳人、  
松島十湖(じゅうこ)が浜松を誇る  
気持ち詠んだ句です。  
浜松市は、古くから俳句  
に縁のある地域です。十  
湖をはじめとする俳人  
も多く輩出しており、市  
内ではお寺や神社の境  
内、個人の家の庭などさ  
まざまな場所に句碑を  
見ることが出来ます。

市では、毎年「十湖賞  
俳句大会」を開催して  
おり、全国から1万を超え  
る句が集まります。季節  
の味わいや自然の美し  
さ、人々のさまさまな思  
いなど、たった17音でも  
描かれる世界は無量大。  
日常の中の小さな輝き  
を17音に込めて、あなた  
も自慢の一句を投句し  
てみてはいかがでしょうか。

## 「第十三回 十湖賞俳句大会」へ投句してみよう!

- 句題 自由 (句題はありません)
- 応募句数 1人につき2句まで ※未発表の作品に限る
- 応募部門 一般の部 (全国誰でも)
- 申込方法 郵便番号、住所、氏名、電話番号、応募部門、応募する俳句を記載の上、メール、郵送、FAXまたは直接、浜松市東区役所区振興課へ
- 申込締切 9月30日(水) (必着)
- 申し込み・問い合わせ 浜松市東区役所区振興課  
〒435-8686  
浜松市東区流通元町20番地3号  
浜松市東区役所区振興課内  
☎053(424)0115  
FAX 053(424)0131  
✉e-shinko@city.hamamatsu.shizuoka.jp

俳句を  
詠んでみよう

## ルール①

5・7・5のリズムで詠む

【注意】

小さい「や・ゆ・よ」は数えず、  
促音の「っ」や長音の「ー」は数えます

## ルール②

季語を入れる

《夏の季語の例》

暑き日、夏の風、夏の星、虹、  
涼し、風鈴、アイスクリーム  
など



## 農業情報メール をご活用ください



自然災害などにいち早く対応し被害を最小限に食い止めるため、飯田市では農業に関する緊急情報のメール配信サービスを行っています。ぜひご利用ください。

## 配信情報

◎農作物自然災害情報  
(凍霜害、台風など)

◎農作物等被害対策情報

ほか

## 問い合わせ

農業課 ☎0265(21)3217 内線4811

## ◆メール配信サービス登録方法

## 手順①

携帯電話またはパソコン、もしくはQRコードから、次のアドレスにメールを送信する。  
※題名や本文の入力は不要

t-iida@sg-m.jp

【登録用QRコード】

## 手順②

メールが自動返信されるので、返信されたメールに記載されている登録用ホームページのアドレス(URL)をクリックする。



## 手順③

ガイダンスに従って利用者登録をする。(登録完了)

## 登録上の注意

- ①携帯電話の設定でインターネットからのメールを受信拒否している場合は、@city.iida.nagano.jpを受信したいメールアドレスに登録する。
- ②メール着信時の携帯端末等通信料は利用者負担。



新型コロナウイルスの影響を受けながらも、変化に対応し新しい事業に挑戦しようとする起業家や企業を応援する「飯田市起業家ビジネスプランコンペ～乗り越えよう!新型コロナウイルス～」エントリーしていただいた18組の皆さんをご紹介します。

(受賞者の発表は8月上旬を予定しています)

●問い合わせ：金融政策課 内線4880

- ①応募者名
- ②事業名
- ③ひとつこと

## 01 | 起業家部門（業歴5年以内）



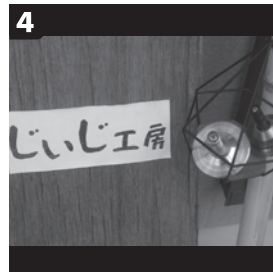
- 1**
- ①南島慎里（県）
  - ②美容室「KamiOmoi」2店舗目となる「ヒトリシズカ」オープンに向けて
  - ③美容の発展は幸せな地域の象徴と言われています。美容の街飯田市に向けてキレイを発信する美容室を目指します。



- 2**
- ①柏木貴行（千代）
  - ②「青いダイヤ計画」-竜峡小梅ブランド再生プロジェクト-
  - ③千栄で笑顔と元気をモットーに農園を営んでいる「かしゃばら農園」です。「龍峡の源」はじめます。ん?詳細は天龍峡大橋でお待ちしています。



- 3**
- ①仲田慎吾（伊賀良）
  - ②水引のあたらしいものがたり
  - ③水引のあたらしいものがたりをコンセプトに、飯田水引を使用した商品・美術作品を制作し販売しています。



- 4**
- ①SRテクニカルライフ株式会社(県)
  - ②多様化するライフライン、高齢同世代にビジネスモデル構築例として一石を投じる
  - ③コロナウイルス禍、負けてたまるかの意気込みがないと変化する社会へ追従できない。爺活(新語)で特許取得とその製販に積極トライ。



- 5**
- ①株式会社A-Cycle(山本)
  - ②農業の「良いサイクル(えーサイクル)」を作る
  - ③A-Cycleは「農産物を適正価格で販売し、農家が潤い、地域が評価されることで人が集まる。」そんな良いサイクルを作ります。



- 6**
- ①村松正人(県)
  - ②健康でたましい純国産鶏の手作りオーナー養鶏
  - ③人も鶏も健康な物を食べていれば身も心も健康で生きていられます♡餌から手作りする安全な鶏のオーナーになってみませんか。





7

- ①濱島由香 (山本)
- ②H(アッシュ):<世界に1着だけのオーダーウェディングドレス>
- ③この世界にたった1着。あなただけのオリジナルドレスはいかがですか?



8

- ①一般社団法人 恩がえしIILA (松尾)
- ②小規模コミュニティに笑顔を生む移動動物園「わおへZOO」
- ③移動動物園「わおへZOO」家族・学校・お店のイベントにいかが? ヤギによる草刈りもやっています。詳しくはHPをご覧ください。



9

- ①株式会社イブライズ (上郷)
- ②「サイト×LINE」地域を盛り上げるWeb配信サービス: Myいいだ
- ③飯田市がもっと身近に!お手持ちのスマホに地域の最新情報やお得なクーポンが届く、地域初の情報配信サービスついに開始!



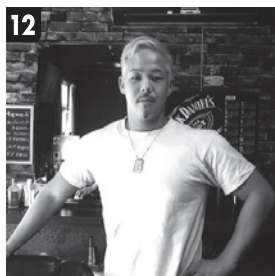
10

- ①西島友美 (伊賀良)
- ②「医療・介護」と「日常生活」や「楽しみ」をつなぐサポーター
- ③利用者様の希望に添う完全自費型(保険外)のオリジナル訪問看護事業所です。



11

- ①株式会社いいだエリアマネジメント (県)
- ②天龍峡でオンラインとオフライン環境を備えたワーキングスペースの提供
- ③天龍峡エリアに創造的なサードプレイス(家でも職場でもない場所)を提供する。



12

- ①鈴木一清 (Issei's Barber Shop) (山本)
- ②マッチョ!出張!!理容!!!~衛生増進、健康増進~
- ③理容技術とBody Make知識でつま先から頭の先までカッコイイあなたをプロデュース!



## 02 | 一般企業部門 (業歴制限なし)



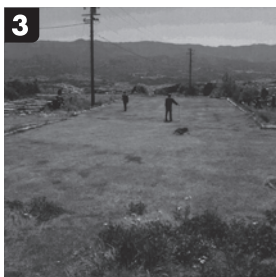
1

- ①有限会社星野屋 (店舗名:食楽工房 元家(げんや)) (南信濃)
- ②遠山郷から新しい「食」の発信!
- ③田舎でしかできない独自のスタイルで楽しく食を提供します。



2

- ①日の出観光株式会社 (上郷)
- ②コロナ後のマイクロツーリズムに対応「トラベルプランニング&観光レンタカーでGo!」
- ③旅行相談とレンタカー貸出を当社店頭ワンストップにてサービスご提供。



3

- ①株式会社 三宜亭本館 (橋南)
- ②天空の丘ドッグラン
- ③飯田下伊那・県内外からのアクセス最高な場所、南アルプスの風に吹かれてワンコと遊べる「天空の丘ドッグラン」で気分爽快!



4

- ①株式会社 ヒューモニー (県)
- ②移動式Self BAR プレスリー
- ③この事業は「飯田の街を明るくする」をコンセプトに、お客様と飲食店様とアーティストの皆様を「コネクト」することです。We shall overcome!!



5

- ①宇佐美不動産有限会社 (県)
- ②不動産テックを活用した空き家の流通性向上による地域活性化
- ③伊那谷の景観を100年先の未来に残す、設立58年目の不動産屋の挑戦



6

- ①吟遊打人 塩原 良 (橋北)
- ②まつり囃子が響く、世界から愛される橋北のふるさとづくりチャレンジ
- ③リニアを味方に、芸能の谷の魅力を世界に伝え、経済、人間力の発展に貢献いたします!

# 蛍光灯のリサイクル 回収を始めました

家庭から出る使用済み蛍光灯を、  
再資源化に向け回収します。



## ○ 対象となる蛍光灯

- 40W以下の直管
- 環状管
- 電球型蛍光灯
- …など、家庭から出るほとんどの蛍光灯

## ✕ 対象とならないもの

- 事業所から出されるもの
- 割れてしまったもの(埋立ゴミです)
- 100W型など、40Wを超える長い蛍光灯
- LED電球や白熱電球

## 回収方法

- 市内の「蛍光灯回収協力店」にお持ち込みください。
- 箱や紙製スリーブなど容器に入れず、蛍光灯だけお渡しください。
- 無料で受け取ります。

## 蛍光灯回収協力店

### ■ちかくの電気屋さん

イトーデンキ	東中央通	エルコンバスイプサ	龍江
エルコンバス・キタハラ	中央通り2丁目	代田電化サービス	伊豆木
(有)コセ電機	通り町4丁目	エルコンバス・ココ	山本
さいとうでんき	知久町2丁目	(有)カネダ電気	大瀬木
アピックまるい(AVic)	羽場町1丁目	でんき館リックス	三日市場
イマムラ電機	今宮町3丁目	まつざわでんき	中村
(有)宮入電器商会	吾妻町	エードでんき	上郷黒田
(株)日幸電気	座光寺	(有)千代電機	上郷別府
斉藤電気サービス	八幡町	バナメイトシロタ	上郷飯沼
(有)三笠電機商会	松尾寺所	コトブキ電気	南信濃和田
イセヤデンキ	下久堅下虎岩	杉野電気商会	南信濃八重河内

### ■大型電気店

エディオン飯田インター店	育良町
ケーズデンキ飯田インター店	北方
ヤマダ電機テックランド飯田店	上郷飯沼

### ■ホームセンター

カインズホーム飯田店	上殿岡
ケヨーデイツー飯田松尾店	松尾上溝
ケヨーデイツー飯田上郷店	上郷黒田
コメリハード&グリーン飯田桐林店	桐林
コメリハード&グリーン飯田山本店	山本
綿半ホームエイド(株)アップロード店	鼎名古熊

※令和2年6月現在



問い合わせ/環境課 内線5464



## 後期高齢者医療の被保険者の皆さんへ

## 8月は被保険者証(保険証)定期更新の月です

今回、「有効期限 **令和3年7月31日**」と記載された、**新しい保険証(橙色)**を**7月末まで**に封書にてお届けします。  
**8月1日からご使用ください。**

後期高齢者医療被保険者証  
有効期限 令和3年7月31日

被保険者番号 12345678  
住所 ○○市○○町○○番地○○

氏名 後期 太郎 性別 男

生年月日 昭和4年8月20日 資格取得年月日 平成20年4月1日  
発効期日 平成20年4月1日 交付年月日 令和2年8月1日

一部負担金の割合 ※ 割

保険者番号 39202056 保険者名 長野県後期高齢者医療広域連合 印

この封筒に入っています

料金後納郵便

新しい保険証

重 要

転送不要



長野県後期高齢者医療広域連合

〒380-0935  
長野市大字中御所79-5 NOSAI長野会館2階  
TEL (026) 229-5320(内) FAX (026) 228-1850  
http://www.koukikourei-nagano.jp/

大切なお知らせです。  
必ず開封し、確認してください。

現在お使いの**保険証(桃色)**は、  
「有効期限 **令和2年7月31日**」です。  
8月1日以降は使えなくなりますのでご注意ください。



## 保険証に関する注意事項

- 令和2年8月1日以降、医療機関にかかるときは、窓口で必ず、今回送付した**新しい保険証(橙色)**を提出してください。
- 有効期限の過ぎた**古い保険証(桃色)**は、ご自身で裁断するなどして破棄してください。
- 住所、氏名、一部負担金の割合など、保険証の記載内容を必ず確認してください。不明な点はお問い合わせください。

## 保険証に関する問い合わせ先

長野県後期高齢者医療広域連合事務局  
資格保険料係

〒380-0935 長野市大字中御所79-5  
NOSAI長野会館2階  
☎026-229-5320(代表)

飯田市 保健課 医療給付係

〒395-8501 飯田市大久保町2534  
☎0265-22-4511 内線5525

## 長野県国民健康保険被保険者の皆さまへ

## 被保険者証(保険証)が変わります!

◆現在ご使用中の保険証(藤色)は、令和2年7月31日が有効期限となります。7月末までに、新しい保険証をお送りします。8月1日からご使用ください。

## 01 被保険者証更新のお知らせ

長野県国民健康保険被保険者証	有効期限 令和3年7月31日
記号 いいだ	番号 12-3456
氏名 国保 花子	
生年月日 昭和00年0月0日	性別 女
適用開始年月日 令和00年0月0日	
交付年月日 令和2年8月1日	
世帯主氏名 国保 太郎	
住所 長野県飯田市〇〇町〇〇番地	
保険者番号 200055	交付者名 飯田市

有効期限は  
**令和3年7月31日**です!

※次回更新までに70歳になられる方の有効期限は70歳到達月の月末です。70歳になると高齢受給者証を兼ねた新しい保険証をお送りします。

保険証の色が  
**「藤色」から「空色」**に  
変わります。

## 02 70歳以上75歳未満の方の被保険者証と高齢受給者証がひとつになります。

長野県国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証	有効期限 令和3年7月31日
記号 いいだ	発効期日 令和2年8月1日
番号 98-7654	
氏名 飯田 次郎	
生年月日 昭和00年0月0日	性別 男
適用開始年月日 令和00年0月0日	負担割合 3割
交付年月日 令和00年0月0日	
世帯主氏名 飯田 次郎	
住所 長野県飯田市〇〇町〇〇番地	
保険者番号 200055	交付者名 飯田市

「被保険者証」と、  
「高齢受給者証」が  
一体になって  
1枚になります。



高齢受給者証を兼ねた  
保険証には  
**負担割合の2割または  
3割が記載**されています。

◎これまでは被保険者証と、高齢受給者証の2枚を交付していましたが、今回の更新から一体証(被保険者証兼高齢受給者証)となり、1枚となりました。





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

エコカフェの  
紹介

手軽につくれる発酵食品で、毎日を健康に過ごそう!

甘酒は冬の飲み物というイメージが強いですが、季節は夏だということをご存じですか? 気温の変化による体調管理や夏バテによる食欲不振にも効果があるとされています。

日本の伝統的な甘味飲料で「飲む点滴」とも呼ばれている甘酒のエコカフェが2019年7月20日にあり、田中寛人さん(こうじ屋田中商店)から教えていただきました。新型コロナウイルスに感染しないように「活着している酵素」を飲んで免疫力をアップさせましょう!

## 炊飯器(5合炊き)でつくる無添加の生甘酒の作り方

## 材料

- 米こうじ…700g
- 温かいご飯…1~2合
- 60℃のお湯…800cc
- 温度計



- ① ご飯を60℃以下に冷ます
- ② 米こうじ700gを米粒状にほぐす
- ③ 炊飯器に①と②を入れよく混ぜる
- ④ ③に60℃のお湯をヒタヒタ(約800cc)まで入れ、よく混ぜる
- ⑤ 50~63℃で10~12時間保温する。最初の1時間は30分ごとによく混ぜ、その後2時間ごとによく混ぜる
- ⑥ 冷まして出来上がり(原液2ℓ分)

★65℃以下のお湯で薄めて、お好みの濃さにして飲んでください。この時、鍋に入れてかき混ぜながら温めると分離しません。

★冷蔵庫で1週間、冷凍保存では1か月ほどで飲み切ってください。



「自宅にいる時間にできるエコ」

新型コロナウイルス感染症が世界中ではやっっている今、規制緩和がされたとはいえ、ワクチンが開発され接種ができるようになるまでは、極力外出を控えるなど今ままでとは違う生活を考えなければなりません。自宅にいる時間が長いということはエアコンや照明、水道の使用も増えるということになります。こんな時にこそできる簡単なエコを紹介しますので、参考にしてみてください、皆で光熱水費を節約しましょう。

- ① 光  
照明はLEDにすると電気の削減ができます。さらに、LEDは白熱電球に比べ低発熱なので、部屋の暑さも抑えることができます。
  - ② 熱  
「暑くもなく寒くもない」快適な環境で過ごせるのが理想です。冷房の目安となる温度は、外気との差が5~6℃がよいと言われています。エアコンを使うのは外気温が30℃を超えたらと決めて、それ以下であれば、扇風機や除湿をするだけでも快適に過ごせます。
  - ③ 水  
シャワーを使った場合に流れるお湯の量は意外と多く、1分間で約12ℓのお湯を使用します。15分間の使用で浴槽一杯分ほどのお湯を流すことになり、浴槽にためたお湯なら再利用も可能です。食器洗いの時も「流し洗い」でなく「ため洗い」をすることを意識していきましょう。
- 電気や水の使い過ぎに気を付けて、賢い省エネ節約を心がけましょう。

ちやうど  
エコな生活を

エコライフを楽しもう



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

❖ガラスドームのハーバリウムアクセサリづくり  
7月18日(土) 10:00~12:00、13:30~15:00  
材料費:500円~700円

### 木の工房体験学習

❖竹の水でっぼうづくり  
8月1日(土) 10:00~12:00、13:30~15:00  
材料費:200円(保険料含む)

❖トンカチで木工作  
8月2日(日) 10:00~12:00、13:30~15:00  
材料費:200円(保険料含む)

### 土の工房体験学習

❖かとちゃんの陶芸教室  
8月13日(木)~16日(日) 10:00~15:00  
材料費:1,100円



### 森森探検隊

❖おしぼら池のお魚調査隊 ※午前中だけのイベントです。  
7月19日(日) 10:00集合 10:30出発  
参加費:30円(保険料)  
集合場所:なかまの館  
持ち物:あみ、魚の入れ物、  
水中に入れる履き物、  
着替え、タオル  
講師:大原 均さん



## 夏の特別イベント

❖クラフトパーク  
7月23日(祝)・24日(祝) 10:00~15:00  
材料費:各ブースにより異なります  
場所:なかまの館 主催:どんぐりクラフト



❖おもちゃの修理屋さん  
7月25日(土)、8月8日(土) 10:00~12:00  
場所:なかまの館 主催:玩具の修理屋さん

❖リサイクルタップ人形をつくろう

8月8日(土)  
10:00~12:00、  
13:30~15:00  
材料費:300円  
場所:なかまの館



❖アップレ!戦国水合戦(事前予約制)  
8月9日(日)・10日(祝) 受付12:30~13:00  
参加費:300円(保険料含む)  
集合場所:風の回廊

要予約

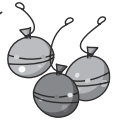
対象:おおむね小学生以上  
持ち物:水でっぼう、着替え、  
帽子、タオル、飲み物  
(濡れてもよい服装で  
お越しください)



## ❖第4回かざこし子ども夏まつり

~水鉄砲射的・ヨーヨーすくい・コイン落とし・お手玉でビンゴゲーム  
などなど、お楽しみがいっぱいの公園の夏まつり!~

8月9日(日)・10日(祝) 10:00~15:00  
場所:風の回廊



## \*————【夏休み特別イベント】————\*

### ★オリジナル缶バッジづくり

7月25日(土)~8月30日(日) 10:00~15:00  
材料費:200円  
場所:なかまの館



### ★革のキーホルダーづくり

7月25日(土)~8月30日(日) 10:00~15:00  
材料費:550円  
場所:なかまの館

## 市民の皆さんによる活動

### ❖けん玉教室

8月8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皆さん



※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(7月15日~8月14日の期間中)

7月20日(月)、27日(月)、8月3日(月)、11日(火)

## 理科実験ミュージアム

場所:かざこし子どもの森公園・おいで館

楽しいテーマがいっぱい! マスクをつけて遊びにきてね!

●新型コロナウイルス感染防止のため、当面の間、開催時間の短縮と定員を設けて行います。

- 時間:①10:00~11:00 ②11:00~12:00  
③13:00~14:00 ④14:00~15:00
- 定員:各回12組

### ❖結びターンブーメランを作ろう

7月5日(日)

### ❖補色コマを作ろう

7月12日(日)

### ❖くるくるボールを作ろう

7月19日(日)

### ❖特別講座「モデルロケットを作って打ち上げよう」

~飯田・宇宙教育関連事業~

7月26日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

※事前申込が必要

(7月1日から申込受付開始)

小学校低学年以下は保護者同伴

各回  
先着12組  
限定

### ❖ピッカリテスターを作ろう

8月2日(日)

◆◆◆ 理科実験ミュージアム問い合わせ ◆◆◆  
南信州飯田おもしろ科学工房 [www.i-kagaku.net](http://www.i-kagaku.net)  
生涯学習・スポーツ課 内線3741



# 各施設からのお知らせ

※材料費・参加費については、特に記載のないものは無料。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載どおり行われなかった場合があります。最新の情報は市ウェブサイトをご覧ください。



## 飯田市立動物園

飯田市立動物園 / ☎0265(22)0416  
http://iidazoo.jp/

「飯田市立動物園公式Twitterフォロワー数5000人突破ありがとう企画」を開催中です。園内の48種類の動物たちを紹介しています。  
#IIDA48で検索してみてください。

### ★アオボウシインコ (チョコロ)

- 好きな食べ物 / ひまわりの種
- 好きなこと / なでられること



### ★ハクビシン (桃李)

- 好きな食べ物 / 果物
- 特技 / 木に登るのが得意

### 毎週土日・祝日のイベント (定期)

※新型コロナウイルス対策により、一度にふれあいができる人数を限らせていただき時間交代制をとらせていただきます。

◆モルモット、ヤギ、ヒツジ、リクガメのふれあい  
11:00～11:30 (雨天中止)

### 休園日 (7月15日～8月14日の期間中)

7月20日(月)、27日(月)、8月3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  
https://kawaranbe.net/

### これからの講座予定 ※事前申込が必要です。

#### ◆ウォーキングで健康生活

7月16日(木) 9:00～11:00

対象:成人

講師:酒井浩文さん(ソウル五輪競歩代表)

内容:野底山森林公園で森林浴。



#### ◆サワガニさがしと飼育

7月18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:見つけたカニを水そうで飼おう!



#### ◆野底川で川虫たんけん (伊那谷自然友の会と共催)

7月25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:冷涼な溪流で川虫さがし。



#### ◆川のぼりと川虫たんけん

8月1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:久米川で川歩きを楽しみます。

#### ◆絵手紙講座

8月6日(木) 9:00～11:00

対象:成人

講師:黒河内秀幸さん

(日本絵手紙協会)

内容:先生に教わりながら楽しく描きます。

【材料費300円】



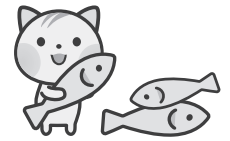
#### ◆川で泳いでサカナとり

8月8日(土) 9:00～11:00

対象:幼児～成人

主催:天竜川上流河川事務所

内容:川の生きもの観察しよう。



#### ◆夏の久米川で川あそび

8月8日(土) 14:00～16:00

対象:幼児～成人

主催:天竜川上流河川事務所

内容:川と親しみ川と仲良くなるよう。



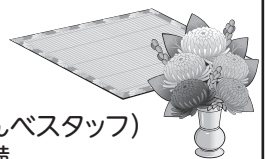
#### ◆盆ゴザあみと盆花とり

8月10日(祝) 9:00～11:00

対象:幼児～成人

講師:今村理則さん(元かわらんべスタッフ)

内容:盆ゴザを作ってお盆の準備。



#### ◆デジカメ入門

8月12日(水) 8:30～11:30

対象:成人

講師:宮島 功さん(飯田市写真家)

内容:臼井川秘境で黄金の滝を撮影。



●毎年夏に開催しておりました「かわらんべ祭り」について、本年度は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、参加者の安全確保を第一に考え中止とさせていただきます。

### かわらんべHPに講座予定を掲載中!

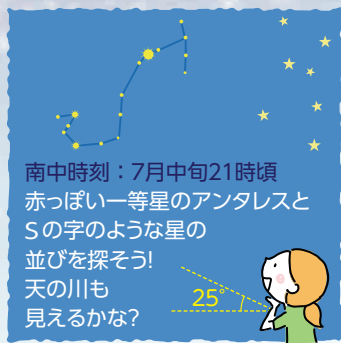
※小学2年生以下は保護者同伴でお願いします。各講座の持ち物は申し込み時、またはホームページで確認ください。

さそり座



さそり座のモデルは、尾の毒針で狩人オリオンを刺し殺したサソリだといわれています。オリオンは狩りの名人でしたが、乱暴者で、「地上で自分かなうものはいない」といばっていました。それを聞いて怒った神は、オリオンを懲らしめようと地上にサソリを放ちました。さそり座は夏の星座、オリオン座は冬の星座として輝いています。今も夜空で追いかけてこをしているのでしょうか？

【さそり座の探し方】



南中時刻：7月中旬21時頃  
赤っぽい一等星のアンタレスとSの字のような星の並びを探そう！  
天の川も見えるかな？

★このコーナーでは、星座占いでおなじみの黄道十二星座から、今月見ごろの星座を紹介します。【美術博物館監修】

美博だより  
美術博物館 0265(22)8118

菱田春草「羅浮仙」 明治34年(1901)頃 長野県信濃美術館蔵



長野県信濃美術館交流名品展

東洋と西洋の  
うるわしき出会い

文明開化の明治時代、西洋美術の技法を摂取して「洋画」が生まれ、他方で古典美術を素地とした「日本画」が生まれました。これらの絵画は時に相対し、時に影響し合いながら発展します。本展では長野県信濃美術館の名品により、日本画と洋画の流れを紹介します。

- 会期 7月18日(土)～8月16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 7月20日(月)、27日(月)、8月3日(月)、11日(火)
  - 入館料 一般 610円(510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

図書館だより  
飯田市立図書館 0265(22)0706

お住まいの地区の身近な図書館！  
図書館に行ってみよう！

分館って、  
こんなところ

- ★市内17か所の公民館や自治振興センターなどにあります。
- ★小学校区ごとにあるので、子どもでも歩いて行けます。
- ★地区の皆さんが本に親しむことができるような行事や企画を行っています。
- ★本は少ないけれど、ない本は他の図書館から取り寄せてご用意します。どんどんリクエストしてくださいね。

●開館日時、蔵書の検索など詳細・問い合わせ  
中央図書館 ☎0265(22)0706、または各地区公民館

※開館日時を確認してからお出かけください。 [HP](#) [飯田市立図書館](#) [検索](#)

