

長野県飯田市

広報いいだ

2021 (令和3年)

3.1

No.1139 ● 毎月1日・15日発行



【特集】

防ごう！消費者トラブル、
はじめよう！思いやりの消費

地元産の果物を手に取る高校生

市では消費者トラブル防止のほか、
環境に優しい「エシカル消費」の
出前講座を実施しています。
ぜひご利用ください。

防ごう!



消費者トラブル、 思いやりの消費

はじめよう!

消費者の弱い立場につけ込み、不安をあおる悪質商法の被害が相次いでいます。また、新型コロナウイルス感染症の拡大をきっかけとした不確かな情報やうわさ話によって、この地域でもマスクやトイレトペーパーといった生活用品の買い占め、買いだめなどの冷静でない消費行動がありました。

商品が真に必要な人に行き渡るように買い過ぎないことや、資源の無駄を省くなど、社会全体や環境を考えた**かしい消費**が求められるようになってきています。私たちはどんなことに気を付けて買い物をするれば良いのでしょうか？

買い手と売り手が満足し、社会貢献にもつながる消費のこと、考えてみませんか。

※「消費」とは、物(形のあるもの)やサービス(形のないもの)を買って使うこと

●問い合わせ

男女共同参画課 内線5453

消費者トラブルは身近なもの

昨年度、飯田市消費生活センターに寄せられた消費生活相談件数は542件です。次に紹介する事例も実際に消費生活センターに寄せられたものです。この地域でもさまざまな消費者トラブルが発生しているので、身近なこととして考えましょう。

飯田市で実際にあった事例を紹介します。



SNSで、ひげ脱毛クリームがお試し価格500円という広告を見つけた。1回だけだと思って注文したが、翌月2回目が届き、5,980円の請求書が入っていた。解約しようと思い業者に連絡したところ、4カ月継続条件の定期購入コースだった。

(20代 男性)



通信販売の返品、返金、交換条件は、事業者によってさまざま。特に「初回お試し」の場合は定期購入であることが多いので、注文する前に確認しましょう。

困ったとき、迷ったときには **まず相談!**

- 飯田市消費生活センター(市役所内) ☎0265(22)4530
- 消費者ホットライン(全国共通ダイヤル) 局番なし188【いやや!】

正しい知識で、トラブルから身を守りましょう！

近年では高齢者だけでなく若者の相談も増えてきています。消費に関する正しい知識を身に付け、適切に判断できる力を付けましょう。もしもトラブルに巻き込まれたときは、独りで悩まず、相談することが大切です。

Q.

17歳の高校生が、お試し体験で行ったエステサロンで10万円の化粧品セットを買ったことをお母さんは翌日知りました。この購入は取り消せるでしょうか？

A.

「未成年者取消し」で取り消すことができる

未成年者が保護者の同意を得ずにした購入(契約)は取り消すことができます。

ただし、お小遣いの範囲の買い物や成年だと嘘をついて買った場合などは未成年者であっても取り消せないので注意しましょう。



「未成年者取消し」ができる年齢が20歳未満から18歳未満に変わります。民法改正により、1年後の令和4年4月1日から成年年齢が引き下げられると、18歳(高校3年生)は「成人」とされます。成人になったばかりの知識や経験の少ない若者だからと、悪質業者の新たなターゲットにされないように、家族で正しい知識を身に付けましょう。

国民生活センターで
情報を確認しよう！

国民生活センターのホームページには消費に関わるさまざまな情報が掲載されています。

「若者Web」ではマンガで消費者トラブルについて学べます。

また、国民生活センターを友だち登録すると最新の消費者トラブル情報が受け取れます。最新の情報はLINEで受け取りましょう。



国民生活センター
LINE二次元コード



マンガ：よねやまゆうこ 出典：(独)国民生活センター

エシカル消費を意識しましょう！

人や社会、環境に優しい物やサービスを選んで買って使う「エシカル消費」が注目されています。大量消費、大量生産、大量廃棄の経済的利益が優先された社会から地球環境などに配慮して持続可能な社会へと変えていくためには、消費者一人ひとりが「エシカル消費」を意識することが大切です。

エシカル消費を普段の生活に少しずつ取り入れてみませんか。

※「エシカル (ethical)」は、「倫理的・道徳的」という意味で、法の縛りの有無に関わらず多くの人が正しいと思う「社会的な規範」のことです。

飯田版エシカル消費 ～できることから始めてみよう～

「人」や「社会」に

配慮した消費

障がい福祉施設の製品を買う

このことは、障がいのある方々の自立支援につながります。

みんなのつどい実行委員会の皆さんが作成した「障がい福祉施設生産品・パンフレット」では、障がい福祉施設などで生産している製品を紹介しています。このパンフレットは、市ウェブサイトに掲載しているほか、

市役所福祉課窓口で配布しています。ぜひご利用ください。



パンフレットページ
二次元コード

市HP

障がい福祉施設生産品

検索

「地域」に配慮した消費

地域で作られた商品を買う

地元の産品を買うことで、生産者の経営の維持や地域活性化につながります。また、輸送距離が減れば二酸化炭素排出量が少なくなり、環境への負荷を減らすことができます。

商品を買うときにラベルの製造者や生産者を確認するなど、地元産であるか気にかけてみましょう。

伝統工芸品から学ぶ

伝統工芸品には、その地域の資源が最大限に生かされ、風土や文化に根付いた素晴らしい技術が詰まっています。伝統工芸品を身近に使用し、未来に受け継いでいきたいと思います。



▲飯田水引を使った新型コロナウイルスの誹ほう中傷を防ぐシトラスリボン

「環境」に配慮した消費

使い捨て製品を使わない

繰り返し使えるマイバッグ、マイボトル、マイ箸を使用することで、ゴミの減量につながります。

エコバッグを使っていない方、 2つ目を検討中の方必見!



エス・バードの売店では、表紙で高校生が持っている、南信州の特産品・名所・自然のモチーフを散りばめた「南信州エコバッグ」が販売されています。プレゼントにもぜひ。



市の出前講座をご利用ください

市では、実際の取り組みへとつなげていただけるように、エシカル消費や消費者トラブルに関する出前講座を行っています。学校、地区やサークルなど、皆さんからのご希望に幅広くお応えします。お気軽にご連絡ください。

※昨年10月26日(月)に竜丘小学校で開催した「エシカル消費出前講座」の感想を紹介します。

竜丘小学校 4年
市瀬 彩笑 さん



わたしは、エシカル消ひのこうぎを聞いて世界中で800万トンものプラスチックが海に流れ出ていることを初めて知りました。他にも食品ロスのことを知った時、「給食はまだ食べられるのに減らしている時があつたなあ。残しちゃだめだなあ。」と思いました。



◀竜丘小学校エシカル消費講座の様子

竜丘小学校 4年生担任
河野 崇加子 先生



私たちは、総合学習でプラスチックのごみ問題に取り組んできました。コロナ禍で自分たちが外に出て取材や見学

することが難しい中で、地球温暖化やエシカル消費について学習できる市の出前講座はとても勉強になりました。エシカル消費は耳慣れない言葉でしたが、分かりやすい解説やワークショップで、楽しく学ぶことが出来ました。子ども達も普段の生活の中で少しずつ意識してエコ活動が出来るようになってきました。今後も学んだことを生かして行ってほしいと思います。



「私たちの買い物なんて微々たるものだし...。」と思うかもしれませんが、日本の経済全体（GDP：国内総生産）の約6割が家計の支出です。毎日の買い物は、物やサービスを生産・販売する企業などに1票を投じるようなもので、選挙と同じく社会を変える力があります。一人ひ

とりのかしい選択で、悪質業者は衰退し、良質な企業が発展します。正しい知識を身につけた消費者が、社会全体や次の世代のことを思いやり、数ある商品やサービスの中から良いもののかしく選ぶ。小さな行動の積み重ねがより良い社会を作ります。一緒に始めてみませんか。

現代版 養生訓

膝の健康寿命を延ばすために

世界トップレベルの長寿を誇る日本人ですが、寿命と健康でいられる期間の差が大きいという事実もよく取り上げられます。関節もできるだけ健康に長く保ちたいもので、今回は膝の健康寿命を延ばすためのお話をします。

「足腰が昔とは違う…」と感じ始める人が出てくるのは50代くらいからでしょうか。年齢が進むにつれて徐々に症状が増す場合もあれば、60歳前後で半月板という膝のクッションが突然傷んでしまい急に痛みを生じる場合もあります。

痛みに対してはご本人も医療機関もついつい薬に頼りがちですが、慢性期の痛みの緩和や関節機能を長持ちさせることも大事な要素

としては、筋力強化運動と体重コントロールがあります。年齢を重ね筋力が弱まると運動パターンが特定の関節部位に集中し、関節症の進行や痛みが悪化してしまいます。また、過体重は足腰への負担を常にもたらし、筋力強化で特定の部位にかかる負担を減らしたり、体重の適正化を図ったりしましょう。「ローマは一日にしてならず」というように、持続的な努力が必要です。膝の痛みは日々の負担の積み重ねで悪化する場合もあれば、努力の積み重ねで改善する場合もあります。まずはこういった意識づけにより膝の健康寿命延長を目指しましょう。

それでもつらい痛みには、



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



市立病院 整形外科
はたなか だいすけ
畑中 大介 医師

「手術」という最終手段があります。年齢や状況にもよりますが、最近では、生まれ持った膝の機能をなるべく生かし、膝関節の体重のかかる面を変化させて痛みを緩和する「骨切り術」という手術方法が見直され、増えつつあります。また、進行した膝関節症に対しては、「人工関節」が安定した成績を持つ有名な手術方法です。まずはご相談ください。

Vol.3

市長室から

市長 佐藤 健

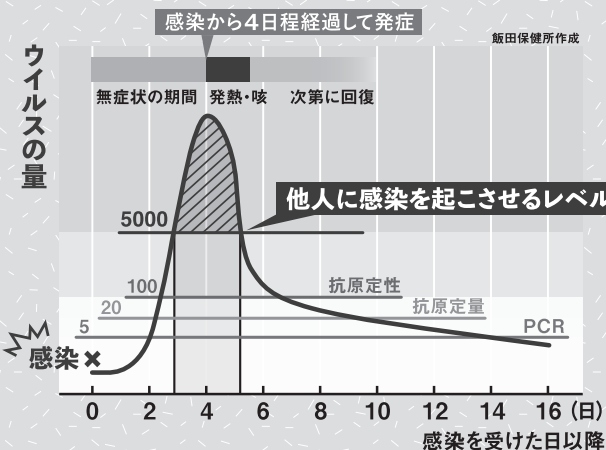
コロナウイルス検査体制について



この地域では、陽性になった方が確認された場合、濃厚接触者を飯田保健所が速やかに調査して、翌日には検体を採取し、その日のうちに飯田市立病院でPCR検査を行なっております。

左下のグラフは、飯田保健所の松岡所長からご提供いただいたもので、感染した方の体内でウイルスの量がどのように変化するかを示したものです。感染後、他の人に感染させる可能性のある量までウイルスが増えるのに3日程度かかり、この間は、他の人に感染させる可能性はない、とのこと。

この期間のうちに関係者を把握し、検査を実施することで、感染拡大を防いでいるというわけです。関係者の方々がフル稼働してこの地域の検査・療養・追跡調査というサイクルを回してくださっています。市民の皆さんと共に心から感謝申し上げます。





先月の 鈴木久美 さん(龍江)からのリレー

番外編

学びの宝庫、飯田

学輪IIDA設立10周年

学輪IIDA全体会 公開セッション開催

飯田市と全国67の大学や研究所の関係者が連携するネットワーク組織「学輪IIDA」は設立10周年を迎えました。これを記念し、1月23日(土)に「学輪IIDA全体会公開セッション」をインターネットを通じてライブ配信しました。

公開セッションでは、これまでの学輪IIDAの活動を振り返りながら、今後の取り組みについて学輪IIDAメンバー(大学研究者)と市民の方が意見交換を行い、「住民により身近な取り組みであることが重要」と確認されました。

今年初めての取り組みとなった「飯田学輪大学」では、メンバー、大学生、美術博物館学芸員や歴史研究所研究員を講師に、飯田を舞台とした調査活動の報告など多岐にわたる12講座が行われました。

学輪IIDAのYouTubeチャンネルでは、10周年記念セッション、飯田学輪大学のほか、今までに開催したスペシャルシンポジウムなどを配信しています。ぜひご視聴ください。

YouTube チャンネル
「学輪IIDA」二次元コード



私は昨年より続いているコロナ禍で、病気はもちろんです、人と人のつながりの変化がとても心配です。
私はハーネス加工の工場を営んでいます。ハーネスは、製品と製品をつなぐ重要な役割を担う物ですので、「つながり」ということにとても重要性を感じます。
今、飲食業などのサービス業の皆様を中心に大変な時期になっています。そのため、私にできることとして、知り合いのお店などで

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…

食事をしたり、顔を見せに行ったりすることを心掛け、少しでも頑張っています。
コロナの影響で、人を疑うことが多くなっていますが、私は人を信頼して、皆が協力して未知のウイルスに勝てる一助になりたいです。



今がんばっていること

すやま まさかつ
須山政克さん(鼎)

ぼくのゆめ わたしのゆめ

自分の家を自分の手で

ぼくの将来の夢は、大工になることです。なぜ大工になりたいかと言うと、図工の工作や木を切って何か物を作ることが好きだからです。

さらに、一級建築士の資格をとって家の外見や建物の中を設計したいです。資格をとるためには、いろいろと勉強しなくてはならないと思います。物を作ることを楽しみながら、努力していきたいです。

そして、いつか自分の家を自分で設計して、自分で建てると言う夢を実現できるようにがんばります。

わたなべ ゆうせい
渡邊夕聖 さん
(山本小6年)



新型コロナウイルス 検査費用の補助

新型コロナウイルスの感染に不安がある方は、検査を受けることができます。なお、次の方には、検査費用の補助があります。

▼補助対象者

次のいずれかで、発熱などの症状のない方

○市内在住の65歳以上の方

○高血圧や糖尿病などの基礎疾患を持ち、検査が必要と医師に認められた方

▼補助対象検査

新型コロナウイルス感染症の抗原定量検査

※PCR検査や簡易キットの検査は対象外です。

▼検査実施機関

瀬口脳神経外科病院、中部公衆医学研究所、下伊那厚生病院、健和会病院

▼補助対象検査期間

3月31日(水)まで

▼補助額

6000円

(検査費は8000円)

※原則1人2回まで

▼申請方法

申請書に領収書(原本)

と、振り込み先がわかる通帳の写し(申請者のもの)を添付してご提出ください。

申請書は市役所保健課窓口で配布しているほか、市ウェブサイトからダウンロードできます。

市HP 検査費用補助 検査

▼申請・問い合わせ

○保健課 健康推進係

内線5513

○各地区自治振興センター

児童扶養手当と障害年金の併給見直し

制度改正により、令和3年3月分から、児童扶養手当の額と障害年金の子の加算額との差額を児童扶養手当として受給できます。

今まで障害年金を受給していることで児童扶養手当が受給できなかった方も児童扶養手当を受給できる場合があります。

▼対象

児童扶養手当受給資格者の内、障害年金を受給している方

▼申請方法

すでに児童扶養手当受給

資格者として認定されている方は、申請不要です。そのほかの方は、市役所子育て支援課窓口で申請してください。

▼支給開始時期

障害年金受給のために児童扶養手当の対象となっていない方の方は、6月30日(水)までに申請すると、令和3年3月分から支給できる場合があります。

▼申請・問い合わせ

子育て支援課 家庭係
内線5738

児童扶養手当 3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。1月・2月分を申請された口座へ振り込みますので、支給日以降にご確認ください。

転居や婚姻などで状況に変化があった場合は、早めにご連絡ください。

▼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

3月11日(木)

▼問い合わせ

子育て支援課 家庭係
内線5738

国保加入者の 人間ドック費用助成

飯田市国民健康保険加入者への新年度の特定健診受診券は、毎年5月・6月に郵送しています。

飯田下伊那地域の指定医療機関で人間ドックを受診する場合、この受診券を助成券として利用できます。

受診券が届く前(4月・6月)に指定医療機関で人間ドックを受診される方には、受診券を先行して発行します。その場合には、受診予定日の1週間前までにご連絡ください。

指定医療機関の詳細はお問い合わせください。

飯田市国民健康保険に令和3年4月1日以前から継続して加入されている方で、令和3年度中に40歳・74歳になる方

▼問い合わせ

保健課 特定健診担当
内線5514

高齢者専門宅配弁当



お電話の際に『広報いいだをみた』で

通常594円⇒半額の297円

で普通食初回1食お試しできます!



宅配クック123飯田店

住所:上郷飯沼1845-3

電話:0265-56-4050

- 宅配クック123の普通食は、「たんぱく質」がおいしく摂れる「低栄養・サルコペニア・フレイル」予防に配慮したお弁当です。
- 高齢者の方が食べ切れる量で「たんぱく質が毎食1食あたり16g~24g摂れる」ように管理栄養士が献立作成しております。
- 配達料は一切無料! おかゆ・刻みも無料! 1日1食からOK! 土日祝日、昼も夜もお届け可能!
※お正月3ヶ日は除きます。
- 栄養価の調整が必要な方へのお弁当もご用意しております。
- お届け時に安否を確認!
- 資料請求からでも店舗へのお問合せをお待ちしております。



高齢者の肺炎球菌 予防接種費用の助成

高齢者の肺炎球菌予防接種の助成は令和5年度までの予定です。今年度中に対象となり、接種を希望される方は、期限までに接種してください。

過去に高齢者用肺炎球菌ワクチン（ニューモバックスNP）を接種したことのある方は、対象外となりますのでご注意ください。

▼今年度対象となる方

- ① 昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生まれの方
- ② 接種日時点で60歳以上65歳未満の方の内、身体障害者手帳1級（心臓、じん臓や呼吸器の機能の障がい、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がい）をお持ちの方
- ③ 今年度中に下表の年齢となり、今までに接種したことのない方

※③の方は、今年度接種するための予診票を発行します。市役所保健課窓口へお越しください。

▼接種回数 1回

▼本人負担額 4000円

▼接種期限 3月31日(水)

▼問い合わせ 保健課 健康推進係 内線5513

③の対象となる方(接種したことのない方)

年齢	生年月日
70歳	昭和25年4月2日～昭和26年4月1日
75歳	昭和20年4月2日～昭和21年4月1日
80歳	昭和15年4月2日～昭和16年4月1日
85歳	昭和10年4月2日～昭和11年4月1日
90歳	昭和5年4月2日～昭和6年4月1日
95歳	大正14年4月2日～大正15年4月1日
100歳	大正9年4月2日～大正10年4月1日

風しんの抗体検査と 予防接種

風しん抗体検査（血液検査）と、麻しん風しんの予防接種を実施しています。抗体検査の結果、抗体がないと判明した方が予防接種の対象となります。

▼対象

昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

▼費用

無料

▼抗体検査の受検方法

医療機関にご予約の上、クーポン券を利用して検査を受けてください。

▼クーポン券

3月31日(水)が有効期限となっております。

※対象となる方にクーポン券をお送りしていますが、お手元がない方はお問い合わせください。

▼問い合わせ

保健課 健康推進係 内線5513

飯田ケーブルテレビ 停波のお知らせ

データ放送設備の更新工事のため、飯田ケーブルテレビ12チャンネルが次の期間停止となります。12チャンネル以外は通常どおり視聴できます。

▼日時

3月23日(火)
午前0時～朝6時

▼問い合わせ

総務文書課
情報システム係
内線2128

引越先でも自治活 動に参加しましょう

引越しをして、新しい地区で生活を始める方が多くなる季節です。コロナ禍で、不安や心配事がより起こりがちです。近所に顔見知りが増えて交流があれば、日常生活の不安が解消できるほか、災害時の助け合いにもつながります。

それぞれの地区でスポーツ大会やお祭りなど特色あるイベントが開催されており、どなたでも楽しく参加できるよう、さまざまな工夫がされています。ご近所の皆さんで誘い合って、気軽にご参加ください。

詳しくは、お住まいの地区の自治振興センターで確認できます。

▼問い合わせ

○各地区自治振興センター
○ムトスまちづくり推進課
内線5431

空家・空地でお困りなことはございませんか

相談無料 秘密厳守

売却 物件 住居 空家 大切な不動産を **買取・売却いたします**

募集 土地 査定無料

飯田駅前 飯田不動産相談室株式会社 お気軽にご相談ください
交番斜め前 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 営業時間：10時～18時
〒395-0052 飯田市元町5424番地22 ☎0265-38-9080 定休日：火曜日

マイナポイントが もらえます

マイナポイントとは、マイナンバーカードをお持ちの方がキャッシュレス決済サービスでチャージや買い物をする時、最大5000円分のポイントが付与されるサービスです。

9月まで延長となったマイナポイントの取得には、3月末までにマイナンバーカードの申請が必要です。

マイナポイントは、次の3つの手続きで取得できます。総務省のマイナポイント事業サイト（以下「総務省サイト」）も併せてご確認ください。

▼ステップ1

マイナンバーカード申請
3月末までに申請してください。申請方法は市ウェブサイトでもご案内しています。

申請 検索



マイナンバーカード申請方法
市ウェブサイト
二次元コード

▼ステップ2

決済サービスの選択
マイナポイントは選んだ決済サービスのポイントとして付与されます。対象となる決済サービスは、総務省サイトでご確認ください。

総務省 マイナポイント 検索



マイナポイント
総務省サイト
二次元コード

▼ステップ3

マイナポイント申し込み
○スマートフォンやパソコンで
総務省サイトでアプリやソフトをダウンロードすることにより、申し込むことができます。

○手続スポットで

市役所市民課窓口のほか、お近くの手続スポットは総務省サイトで確認できます。

▼問い合わせ

- 企画課 企画調整係
内線2222
- 市民課 住民記録係
内線5421

追手町小化石標本室 開と化石レプリカ作り

地元下伊那産や年齢がわかるゾウなどの化石や、さまざまな現生する動物の骨格が見学できます。

公開に併せて、化石レプリカ作りができます。

▼公開日時

3月21日(日)
午前10時～午後4時

▼場所

追手町小学校化石標本室
※北西側の信号交差点に案内表示があります。

▼観覧料

無料

▼化石レプリカ作り

○日時

3月21日(日)
午前10時、11時、
午後1時、2時、3時、
(製作時間40分程)

○材料費

1個 200円

○定員

各回1組 (申込先着順)

○申込方法

事前に電話でお申し込みください。

(予約開始/3月11日(木))

申し込み・問い合わせ

美術博物館
0265(22)8118

プラネタリウム天歩 春休み投影

春休みに合わせて、次のとおり投影します。

▼期間

3月23日(火)～26日(金)

▼場所

美術博物館
プラネタリウム天歩

▼投影番組

○午前10時～(約1時間)
飯田さくらものがたり、
星空解説、
ちびまる子ちゃん

○午後1時～(約1時間)

ゼフィルス、星空解説、
僕らは天文学者

○午後4時～

予約投影

▼定員

45人(当日先着順)

▼料金

一般 250円
高校生 150円
小中学生 50円

▼問い合わせ

美術博物館

0265(22)8118

広告欄

一枚の和紙で折るつながった鶴…連鶴(れんづる) 連鶴飯田講座開設 受講生募集!

★日時:毎月第1水曜日・PM1:30～PM3:30
★会場:飯田市上郷公民館

＜見学自由・体験できます・男女年齢不問・随時受付＞

お気軽に
お問い合わせ下さい

～感動の体験。脳トレに最適～
080-5144-2573(中城)

広告欄

金・銀・白 メタリック 特色カラー

デジタル特殊印刷&パッケージ制作開始!

0120-19-7349
http://www.uniprint.co.jp
E-mail:info@uniprint.co.jp

文化財関連係の 事務所移転

埋蔵文化財や指定文化財などに関する市の窓口が移転します。

▼移転先

上郷考古博物館
上郷別府2428-1

☎0265(53)3755

FAX0265(53)3756

▼移転日

4月1日(木)

▼提出先が変更となる届け出など

○埋蔵文化財包蔵地（遺跡）の範囲に関すること
○埋蔵文化財に関する届け出（土木工事等のため）の埋蔵文化財発掘の届出（など）
○史跡、名勝、天然記念物、指定文化財に関すること
○史跡、名勝、天然記念物、指定文化財に関する「現状変更届」などの届け出
○考古資料や指定文化財などに関する取材、閲覧、掲載や借用などの申請

○当市刊行の発掘調査報告書に関すること

▼問い合わせ

生涯学習・スポーツ課

文化財保護係
内線3756
※3月31日(水)まで

秀水美人画美術館 展示替え

秀水美人画美術館では、第108回常設展を「秀水の美人画とコレクション」と題して開催します。

▼期間

3月6日(土)～6月3日(木)

▼開館時間

午前9時30分～午後5時
※入館は午後4時30分まで

▼休館日

毎週月曜日（祝日除く）、
3月14日(日)、21日(日)、26日(金)・27日(土)・28日(日)、
4月30日(金)、
5月6日(木)

▼観覧料

○一般 200円
○高校生 150円
○小学生 100円
○小中学生 100円
(120円)
(80円)

※（ ）内は20人以上の団体料金です。

※上郷考古博物館と共通で入館できます。

▼問い合わせ
上郷考古博物館
☎0265(53)3755

美博の展示

▼菱田春草常設展示

日本美術院の作家たち

3月20日(祝)～4月18日(日)

▼コレクション展示

○青磁と青花

～綿半野原コレクションの陶磁器2021～

3月20日(祝)～7月11日(日)

○新時代の造形

～昭和・平成世代の日本画～

3月20日(祝)～5月9日(日)

▼問い合わせ

美術博物館
☎0265(22)8118

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

★最優秀賞【一般の部 高校生以上】
橋北地区 木下 喜子

ヨッコラショ! 触れた手の先 貴方の笑顔
力合わせて 楽しく生きる

動物を飼育している 皆さんへ

次の動物を飼育する場合は、目的や頭羽数にかかわらず、毎年必ず飼育状況を県知事に報告してください。

▼報告が必要となる動物とその動物が関連する主な家畜伝染病

○ウシ、スイギュウ、ブタ、イノシシ、シカ、ヤギ、ヒツジ

○蹄疫こういびきなど

○ブタ、イノシシ

CSF（豚熱）、ASF（アフリカ豚熱）など

○ニワトリ、アヒル、キジ、ウズラ、シチメンチョウ、ホロホロドリ、ダチョウ

高病原性鳥インフルエンザなど

○ウマ 馬伝染性貧血など

▼報告方法

まずは飯田家畜保健衛生所へ電話でご連絡ください。その後送られる申請用紙をご提出ください。

▼報告・問い合わせ

報告

飯田家畜保健衛生所
(長野県飯田合同庁舎)

▼報告

飯田家畜保健衛生所

申請用紙をご提出ください。

飯田家畜保健衛生所

申請用紙をご提出ください。

▼報告・問い合わせ

報告

飯田家畜保健衛生所

申請用紙をご提出ください。

☎0265(53)0440
○問い合わせ
市農業課 生産振興係
☎0265(21)3217

農地法関係申請書類 の締切日

農地法に関わる申請書類は、毎月締切日を設けて農業委員会が審議しています。申請される場合は、左表の各月締切日までに申請書類をご提出ください。

※申請方法など詳細はお問い合わせください。

▼問い合わせ

農業委員会事務局
☎0265(21)3219

農地法に関する申請の締切日

月	締切日	月	締切日
R3年4月	15日(木)	10月	15日(金)
5月	14日(金)	11月	15日(月)
6月	15日(火)	12月	10日(金)
7月	15日(木)	R4年1月	14日(金)
8月	10日(火)	2月	15日(火)
9月	15日(水)	3月	15日(火)

狂犬病予防注射と犬の新規登録

▼狂犬病予防注射

狂犬病は人が発病するとほぼ死亡してしまう恐ろしい感染症で、飼い犬への毎年1回の予防注射が義務付けられています。令和3年度の集合注射を実施しますので、飼い犬に必ず接種してください。

○対象

生後91日を経過した犬
※家の中で飼っている犬も必ず接種してください。
※健康に異常がある場合や、過去の予防注射後に異常を起したことがある犬は、動物病院で接種してください。

※高齢や病気などの理由で予防注射ができない犬の場合は、獣医師に相談の上、予防注射猶予証明書(有料)を環境課へご提出ください。

○日程

案内はがきをご確認ください。案内はがきは、登録済みの犬の飼い主へ3月中旬に郵送します。

※指定の日に受けられない場合は、お問い合わせいただくか、市ウェブサイトでご確認ください。

※犬の登録が済んでいない飼い主の方には通知が郵送されません。注射会場は、お問い合わせいただくか、市ウェブサイトでご確認ください。

○接種料金

3600円

※つり銭がいらぬようご協力ください。

※動物病院での接種料金は、この限りではありませんのでご注意ください。

○持ち物

案内はがき

市HP 狂犬病予防注射

検索

▼犬の新規登録

1回登録すれば、その犬については生涯有効となります。

○対象

生後91日を経過した犬

○料金

●登録のみ 3000円
●登録と注射 6600円

▼犬の死亡・変更届

次の場合は環境課へ届け出てください。

○犬が死亡、またはいなくなつたとき(電話も可)

○飼い主の変更、または飼い主の住所に変更があったとき

▼犬を飼うときの注意

○犬の登録と毎年の狂犬病予防注射は法律で義務付けられています。

○屋外で飼う場合は、放し飼いにしないでください。

○散歩時は、しつけができていない犬でも引き綱をつけてください。

○ペットのふんの放置は条例で禁止されています。ふんは飼い主が必ず持ち帰ってください。

▼問い合わせ

環境課 環境衛生係
内線5462

上久堅地区屋外広告物(看板)基準強化

飯田市屋外広告物条例施行規則の改正と飯田市景観計画の変更により、上久堅地区での屋外広告物(看板)に関する基準が変わります。

届出が必要な広告物などの規模(抜粋)

種別	規模
自己用	表示面積 1面4㎡超または合計8㎡超
	高さ 4m超
自己用以外	表示面積 1面3㎡超または合計6㎡超(周囲50m以内を含む)
	高さ 3m超

※「自己用」とは、自己の事業などに使っている建物のある敷地内、その事業などの内容を表示することです。

▼相談・問い合わせ

地域計画課 建築指導係
内線3776

市HP 屋外広告物

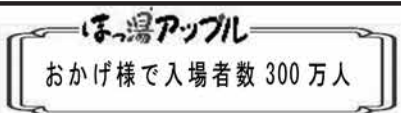
検索

ます。4月1日以降に上久堅地区で屋外広告物の表示などに着手しようとするときは、新たな基準への適合をお願いします。

届け出が必要な規模は左表のとおりです。表示などできる基準の詳細は市ウェブサイトをご覧ください。

設置をご計画の際には、事前に地域計画課へご相談ください。

広告欄



平成11年8月5日開業以来の入場者数累計300万人達成となりました。

ほっ湯アップル

これを記念し日頃のご愛顧に感謝して割引券を発行いたします。

☎0265-56-6767

本券を切り取ってお持ちいただければ一枚につき2名様まで

<http://hot-apple.net/>

(大人子供にかかわらず) 入場料を個々に100円割引いたします。

本券の有効期限 令和3年4月30日まで

この機会に是非ご利用ください。

キリトリ
ほっ湯アップル
割引券
(2名様まで)



今月のプレゼント



千代の“よこね米” 2袋セットで5名様

募集締切 3月29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住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号
- ⑤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】

〒395-8501 大久保町2534

飯田市秘書広報課

「広報いいだプレゼント係」宛

✉skouhou@city.iida.nagano.jp

※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。



日本の棚田百選「よこね田んぼ」で、よこね田んぼ保全委員会とNPO法人里山ベースが中心となって、千代地区の皆さんが育てたコシヒカリ。精米された「よこね米」を2袋(1袋450g)プレゼントします！
地元のお米で至福のひと時をどうぞ！

会員期間

- 4月1日以降に会費納入の場合、
会費納入の翌日～翌年3月31日の間

申込方法

- 加入を希望される方は、申込書(2月中旬に全戸郵送)に会費(1人400円)を添えてお申し込みください。
※各組合(隣組)で取りまとめを行う場合もあります。
- 幼稚園、保育園、小・中学校の子どもの会費(1人100円)は、各園・学校で取りまとめます。

申込場所・受付時間

- 市役所A棟1階会計窓口、各自治振興センター、
りんご庁舎市民証明コーナー
8:30~17:15 (土・日曜日、祝日を除く)
- 市役所A棟1階証明書発行窓口
17:15~19:00 (月~金曜日)
8:30~17:15 (土曜日)
- 市内金融機関(ゆうちょ銀行・郵便局・下伊那園協を除く)
各金融機関の営業時間中



問い合わせ/危機管理室 内線2435

交通事故に遭い、けがをしたり、亡くなられたりした場合などに見舞金が支払われます。
(入院・実通院2日以上2万円から
死亡100万円まで)

長野県民交通災害共済 に加入しましょう

会費は年額 1人400円



入院・実通院
2日から



交通事故にあったときに見舞金が支給されます。

「防災行政無線」の放送内容が電話で聞けます。(通話料無料)

0120-915-460



※携帯電話からもかかります

■問い合わせ/危機管理室 内線2432

市役所への電話の掛け方

0265-22-4511

に電話します。

市役所の電話交換手ができます。

お知らせに記載してある**4桁の内線番号**をお告げください。

市役所の担当部署に電話につながります。

各種相談所

相談は無料、
秘密は厳守します。

☎は予約制です。

※相談日は祝日などにより変更することがあります。

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☎	毎月第1月曜日	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
	毎月第3月曜日	13:00~15:00		
就活相談☎	月～金曜日	8:30~17:15	市役所A棟3階	ジョブカフェいいた 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	さんとびあ飯田	社会福祉協議会 ☎0265(53)3180
	特別相談 (相談員:裁判所OB等)	火曜日 (受付順)		
	法律相談☎ (相談員:市内の弁護士)	毎月第2・4金曜日		
結婚相談	休日	毎月第2・第3日曜日	さんとびあ飯田 ※本人の相談が原則 ※本人確認ができる 書類と写真1枚が必要	社会福祉協議会 ☎0265(53)3182
	平日	月～金曜日		
障がいのある方またはご家族の相談☎	月～金曜日	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
生活や就労などの相談	月～金曜日	9:30~17:00	まいさば飯田	☎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	いいた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
成年後見相談	月～金曜日	8:30~17:30	いいた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

E19 中央自動車道 ETC専用 ONLY

もつと便利に！
南信州飯田に
新たな
玄関口が誕生！

座光寺スマートIC

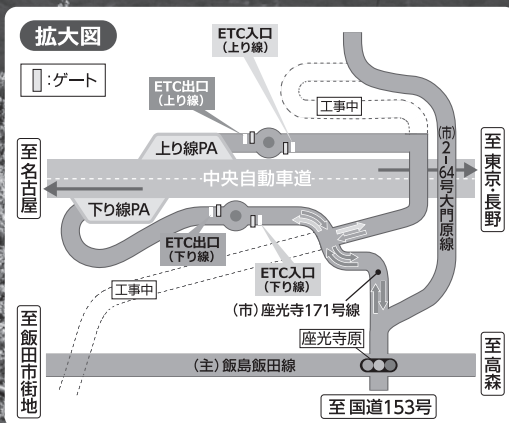
令和3年3月28日(日) 17時 開通

利用時間 24時間利用可能

出入方向 全方向利用可能
(東京方面、名古屋方面の出入り)

対応車種 ETC車載器を搭載した全車両
(※ただし車長12m以下)

広域概略図



ご注意ください

- スマートIC入口をご利用のお客様は、座光寺パーキングエリアのご利用はできません。
- 東京方面と名古屋方面の入口は違います。お間違えのないようご注意ください。
- ゲートの前では必ず一旦停止してください。

◎この記事に関する問い合わせ 国県関連事業課 内線3761

進学に向けて勉学に励む 受験生を応援します!

受験生の皆さんが安心して受験に臨め、地域の感染予防ができるよう、新型コロナウイルス感染症検査費用の一部を補助します。

受験生の皆さん、感染が拡大している地域を行き来するときは、マスクの着用、こまめな手洗い、3密を避ける、といった感染症対策を徹底しましょう。



対象となる方

次のア～ウの全てに当てはまる方

ア. 進学を目指す受験生（①または②のいずれかに該当する方）

- ① 市内の学生（児童、生徒を含む）または浪人生
- ② 市内の学校に通学している学生（市外に居住している学生も含む）

イ. 飯田下伊那地域外で受験した方

ウ. 受験から帰宅した後、飯田下伊那地域内で、自費診療で新型コロナウイルス感染症の感染確認検査を受けた方

※帰宅した日を含めて3日間は自宅待機して、その後に速やかに検査を受けてください。

補助額

- 一回あたり
上限額 **6,000円**

※実費額と比べて、少ない額を補助します。

一人検査2回分
申請できます。



対象となる検査

令和3年2月5日(金)～令和3年3月31日(水)に受けた抗原定量検査またはPCR検査

※抗体検査と抗原定性検査は、対象外となりますのでご注意ください。



申請方法

1. 【書類の準備】

- ① 交付申請書兼請求書（市ウェブサイトからダウンロードできます）
申請者は、検査を受けた受験生またはその保護者です。
- ② 受験生の本人確認ができる書類（学生証の写しなど）
- ③ 領収書など検査料金を支払ったことが分かる書類
- ④ 振込口座が分かる書類の写し（預金通帳の写しなど）

2. 【提出】

窓口へお持ちいただくか、郵送でご提出ください。

※窓口へお持ちいただく場合は、
結いターン移住定住推進室
（市役所C棟1階）または
各地区自治振興センターへ
お願いします。

申請受付期限

**令和3年
3月31日(水)【必着】**

上記ウの検査を受け、
結果を確認してから
申請してください。



●詳しい内容は、市ウェブサイトをご覧ください。

また、ご不明な点がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

市HP

がんばれ受験生

検索

申請・問い合わせ

〒395-8501 飯田市大久保町2534 結いターン移住定住推進室 内線5443

結いの心でいのち支える

(3月は自殺対策強化月間です)

問い合わせ

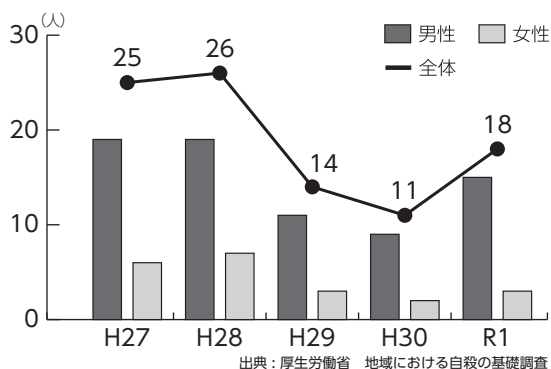
保健課 保健指導係(りんご庁舎)
内線5306

飯田市では、1年間に10人以上の方が自ら命を絶っている現状があります。自殺対策支援センターが行った調査では、誰にでも起こりうる悩みやストレスがいくつも重なり合う中で、冷静な判断が難しくなった結果の「追い込まれた末の死」であるといわれています。

市では、一人ひとりが目の前の悩んでいる人に寄り添い、誰も自死に追い込まれることのない地域を目指しています。また、市と関係機関とのつながりを強化し、支援体制を整えています。

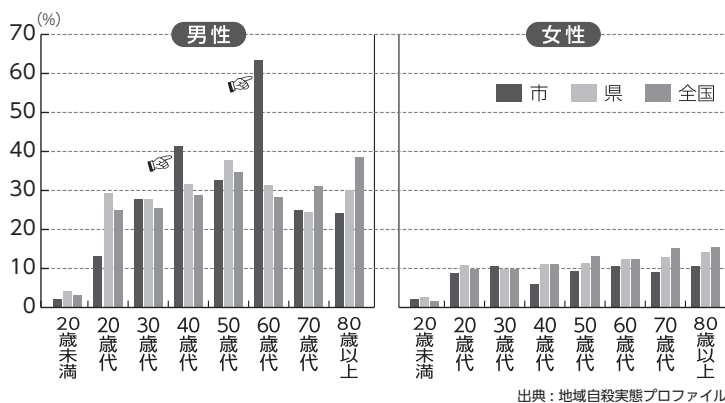
飯田市の現状

年次推移



飯田市では、月に1人の割合で亡くなっています。過去5年間でみると、90人を超える方の命が失われていることが分かります。

性・年代別の死亡率(人口10万対)【H26~30】



男女別でみると、男性が7割以上を占めています。年代別では、国・県と比較すると、飯田市は40、60代の働き盛りの世代に多いのが特徴です。

対処法

早めに気づいて対処することが、こころの健康を保つことにつながります。

自分でできること 悩みで辛くなってしまったら…

誰かに悩みを打ち明ける・話を聞いてもらう

効果

気持ちの整理がつく
他の解決方法を知る機会になる

ひとりで抱え込まず、誰かに相談しましょう

誰もができること 身近な人の変化や悩みに気付いたら…

声をかけ、話を聴く・専門家への相談を促す

効果

自分はひとりではないと感じられる
生きる希望を見出すきっかけになる

優しく寄り添い、見守る行動が大切です

飯田市のキャッチフレーズ

ひとりで悩んでいませんか？ 相談できる場所がある

こころの相談

2週間以上眠れない、食欲がない、やる気が出ない、人と会う気がしないなどのほか、引きこもりなどの相談に精神保健福祉士が応じます。(予約制・無料)

- 対象／市内在住で、こころの健康に悩みを持つ方やその家族
- 日時／3月8日(月) 13:30～、15:00～
原則毎月第2月曜日
(4月以降の予定はお問い合わせください)
- 場所／飯田市役所りんご庁舎会議室
(詳細は予約時にお伝えします)
- 予約・問い合わせ／保健課 保健指導係(りんご庁舎)
内線5306

くらしと健康の相談会

失業、倒産、多重債務などの相談に弁護士が応じ、併せて保健師による健康相談を行います。(予約制・無料)

- 対象／失業、倒産、多重債務などの悩みを持つ方やその家族など
- 日時／3月4日(木)、11日(木)、25日(木)
10:00～12:00
- 場所／飯田保健福祉事務所
(長野県飯田合同庁舎)
- 予約・問い合わせ／飯田保健福祉事務所
健康づくり支援課
☎0265(53)0444

ほっ湯アップル運動教室受講生募集(4月～9月)

申込期限 **3月23日(火)**

受付時間 **11:00～17:00**

申し込み・問い合わせ

ほっ湯アップル ☎0265(56)6767

- 教室の内容、募集人数、受講料などはお問い合わせください。
- 受講料の他に別途入場料が必要です。
- 受付は先着順です。

★ほっ湯アップルのウェブサイトでも
教室について紹介しています。→→→



水中運動教室コース (6カ月間のコース)

運動量の目安 弱★ → 強★★★★

教室名	開講日	時間
簡単いろいろ水中運動★	月 (第1・3・5) (全12回)	11:00～11:50
はじめて水泳		12:00～12:30
男塾(男性限定の水中運動)★		19:00～19:50
ゆっくり水中ウォーキング★	火 (全25回)	11:00～11:50
からだ爽快水中運動★★		13:00～13:50
ひざ・腰予防水中運動★		14:00～14:50
機能回復水中運動★		15:00～15:50
簡単いろいろ水中運動★★		18:30～19:20
脂肪燃焼ダイエット★★★		19:30～20:20
からだスッキリ水中運動★★		19:30～20:20
ゆっくり水中ウォーキング★		11:00～11:50
楽楽水中ウォーキング★	木 (全24回)	14:00～14:50
からだスッキリ水中運動★		15:00～15:50
簡単いろいろ水中運動★		18:30～19:20
ひざ・腰予防水中運動★★		19:30～20:20
からだスッキリ水中運動★★	金 (全24回)	19:30～20:20

床運動教室コース (6カ月間のコース)

教室名	開講日	時間
体すっきり体操	月 (第1・3・5) (全12回)	13:30～14:30
フラダンスA	火 (全24回)	19:15～20:15
しなやかボディー(ピラティス)	火 (全25回)	19:30～20:30
ヨガ呼吸法	水 (第2・4) (全12回)	19:00～19:25
ヨガ・ストレッチ3		19:30～20:30
ヨガ・ストレッチ4	水 (第1・3・5) (全13回)	19:30～20:30
ロコモ フラ	木 (第2・4) (全12回)	14:00～15:00
ヨガ&ビューティー・フィットネス	金 (全24回)	11:10～12:10
健康体操		13:00～14:00
ビューティー・フィットネス		19:30～20:30
フラダンスC	金 (第2・4) (全11回)	19:00～20:00
ヨガ・ストレッチ2	土(全25回)	14:00～15:00
フラダンスB	土 (第1・3・5) (全12回)	15:15～16:15
フラダンス子供A(小学1～3年対象)		16:25～17:25
フラダンス子供C(小学4～高校生位まで)		17:30～18:30
フラダンス子供B(未就学児)	土 (第2・4) (全11回)	10:30～11:30
フラダンスD		15:15～16:15

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

※月曜日の「簡単いろいろ水中運動」「はじめて水泳」、水曜日の「からだスッキリ水中運動」は応募人数により開講しない場合があります。

みんなが
主役!

合言葉は ムトス!

第40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



▲川路2020運動会で初披露

今後も「天龍峡をどり」などの芸能を披露する場へ参加し、地元の皆さんに伝統芸能を身近に感じてもらう、世代を越えた文化継承につなげていきたいです。

昨年11月3日開催の「川路2020運動会」では、龍峡小唄を生演奏&生歌唱に合わせて踊る種目に演奏者として参加し、三味線研修生9名の初舞台となりました。研修生の緊張感と本物の音色に、運動会参加者も熱の入った踊りとなり、達成感を得ることができました。

「天龍峡で和を楽しむ」との思いで昨年度立ち上げたこの会は、昨年に続き三味線研修会、今年度からは踊りと着付けのお稽古を、あわせて14回実施しました。手指消毒やマスク着用、人との距離などの感染対策に心がけての約1時間半の研修は、切磋琢磨しながら少しずつ上達を感じる有意義な時間となりました。

天龍峡で和を楽しむ

団体名

芸能の郷びっこ会

人形劇の掲示板

第17回 いいだ人形劇まつり「りんごっこ劇場」

日時:3月13日(土) 10:00開演
場所:飯田人形劇場
入場料:200円 ※3歳未満無料
出演:●飯田下伊那のアマチュア人形劇団の皆さんが企画運営する人形劇まつり。

人形劇定期公演【3月】

日時:3月21日(日) 10:30開演
場所:飯田人形劇場
入場料:200円 ※3歳未満無料
出演:●劇団ふたご座「お日様、お月様、夕立様」
●いいだ人形劇センターユースクラブ短期講座「人形をつくって、おどる!」(成果発表)

人形劇定期公演【4月】

日時:4月11日(日) 10:30開演
場所:飯田人形劇場
入場料:200円 ※3歳未満無料
出演:●人形劇団ころぼくく「ももたろう」(人形劇初級コース成果発表)
●人形劇DALA「ふたりの魔女 ノビーとチャッキー」

※事前にお電話でご予約、またはチケットをお買い求めください
※新型コロナ感染症の拡大を防ぐため中止になる場合があります
また、出演劇団が変更になる場合があります



3月21日は
「世界人形劇の日」

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

データ放送

ゆい

「結チャンネル」を
ご覧ください

ケーブルテレビのデジタル12チャンネルで放送中!!

飯田市からのお知らせ、地域からのお知らせ、お悔やみ情報、リサイクルステーション、休日当番医、緊急情報など、生活に役立つ情報をお届けしています。

ご利用方法

リモコンの **上下左右** ボタンで画面表示の情報メニューを移動し選択します。

リモコンの **決定** ボタンを押すことによって、その情報の内容を見ることができます。



●問い合わせ/総務文書課 情報システム係 内線2128



りんご並木のエコハウス

りんご並木のエコハウスで時を過ごし
快適さ、心地よさを体感してください。

申し込み・
問い合わせ

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

りんご並木のエコカフェ Info

3月4日(木)から申し込みの受付を開始します

* 3月のエコカフェ *

★定員/各5人程度

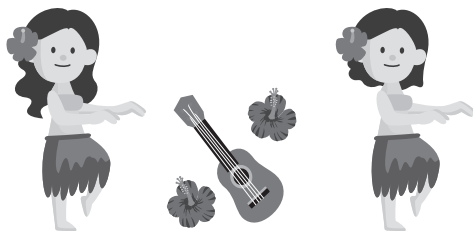
※持ち物など詳細はお問い合わせください。

★親子参加歓迎!

~ママの心が軽くなる~
個性にあった子育ての仕方講座
幼児に安心なおやつレシピ付き
日時:3月16日(火) 10:00~12:00
講師:市瀬優香さん(個性心理学認定講師)
参加費:500円
持ち物:筆記用具

★初めてでも大丈夫!Let'sフラ!!

日時:3月21日(日)
①10:30~12:00(園児から小学生・親子でも)
②13:00~14:30(中学生~大人)
講師:近藤裕子さん(フラ&タヒチアンHoaloha)
参加費:一人300円親子は500円
持ち物:タオル、飲み物、運動のできる服装



★使い方はアイデア次第!

消しゴムを使って自分だけのオリジナルはんこを作ろう!
日時:3月27日(土) 10:00~12:00
講師:ずんこさん
参加費:800円
持ち物:鉛筆(2B以上)、カッター(あればデザインカッター)、工作マット

★エコカフェフリー

日時:3月30日(火) 10:00~12:00
講師をやってみたい!こんなことをやってほしい!などなど、コーディネーターが皆さんの意見をお聞きます。

●新型コロナウイルス感染症対策

会場では、換気の徹底とソーシャルディスタンスを確保します。参加される方は、マスクの着用、手指の消毒にご協力ください。また、ウイルス感染の可能性のある方や体調のすぐれない方は参加をお控えください。



※申し込みはお電話でお願いいたします。
※当日キャンセルの場合は、講座によっては受講料をお支払いいただきます。
※諸事情により開催が中止となる場合があります。

ちやうとエコな生活を



エコライフを楽しもう

「ママめって

穴のくつ下

まだはける」

これはSDGs川柳コンテストで大賞を受賞した小学生の作品ですが、なんともほほ笑ましい作品です。最近ではおなじみになりつつある「SDGs」は、持続可能な開発目標であり、環境にやさしい生活をしようという取り組みのことです。

そこで今回は具体的な取り組みのご紹介です。お母さんの着ていた着物をリメイクして、自分の洋服や小物に作り変え愛用している人。

「物は最後まで使い切る」ことをモットーとして、使い古したタオルは雑巾にしてから捨てる人。月ごとに献立を考え、どんなに安くても不要な食材を買わないと

いう工夫をしている人。

(このご家庭ではこれによって食費が大変節約されたとか。)子供にも積極的に家事に参加してもらうことで、水や食べ物、物の大切さ、ごみの分別の仕方を一緒に考える人。地域行事に参加することで多様性を思う人。

物を買うときは必ず「長持ちするものか、修理可能か」を考えると、修理可能なら靴は、修理可能なら靴を買って、健康的に活動できることで医療費の節約につながるかもしれません。

SDGsには17の目標があります。「持続可能」という観点から自分に無理のない範囲で、楽しい、面白い、うれしいと思える方法を見つけて取り組んでいくことが長続きのコツではないでしょうか。



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)

❖第7回かざこし子どもの森公園もりもり文化祭

3月20日(祝)・21日(日) 10:00~15:00

場所:公園全体

入場無料

※詳細は「子どもの森だより3月号」をご覧ください



❖クラフトパーク

3月27日(土)・28日(日) 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

❖春休み!かとちゃんの陶芸教室

3月30日(火)・31日(水) 10:00 ~ 15:00

材料費:1,100円

場所:土の工房



❖【森森探検隊】森のウォークラリー

4月3日(土)・4日(日) 10:00~14:00受付

参加費:300円(保険料含む)

受付:なかまの館



❖プラバンアクセサリづくり

4月10日(土)・11日(日)

10:00~12:00、13:30~15:00

材料費:300円~

場所:なかまの館



森森大学院 (大人向け体験学習講座)

※対象:中学生以上

※全講座予約制

※予約は公園事務局へお電話、または公園ホームページ内の申し込みフォームからお願いします。

※予約期間は、特記がない場合各講座の開講3日前までです。(定員になり次第締め切り)

❖初心者向け!風景油絵講座(全2回)

3月27日(土)・28日(日) 10:00~16:00

材料費:2回で5,000円

場所:土の工房

講師:青峰美術院 菅沼昭彦(公園スタッフ)

※両日参加できる方に限りです



森森市民大学 (市民主催イベント)

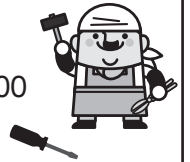
❖おもちゃの修理屋さん

3月20日(祝) 10:00~14:00

3月27日(土)、4月10日(土) 10:00~12:00

場所:なかまの館

主催:玩具の修理屋さん



お知らせ

飯田少年少女発明クラブ 指導員&サポート員募集!

●対象/

●指導員…科学や科学教育に興味のある18歳以上の方

●サポート員…クラブの活動を指導員と一緒に支援していただける方

●活動場所/平成記念かざこし子どもの森公園(でづくり小屋)

●日程/毎月隔週土曜日10:00~12:00(別途)

※見学・会議などにより、上記以外に出席をお願いする事があります。

●交通費/1回当たり2,000円支給

HP 飯田少年少女発明クラブ

検索

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

休館日 (3月15日~4月14日の期間中)

3月15日(月)、22日(月)、4月5日(月)、12日(月)

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!

●2021年度理科実験ミュージアムが始まります。

当分の間、日曜日みの開催とさせていただきます。

感染症対策をしてお待ちしています。

❖飛ばそう!ペーパージャイロ

4月4日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

❖風船ロケットを作ろう

4月11日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

◆◆◆ 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
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/

※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。ホームページやツイッターで情報を発信しますのでご確認ください。

❖宝さがし

3月14日(日) 10:00~12:00 (10時集合)

❖アニマルナイトキャンプ

3月27日(土)

完全予約制：3月1日(月)~予約開始

❖夜桜ナイトズー

4月3日(土)・4日(日) ※20:00まで開園延長

❖動物総選挙2021

投票期間：4月1日(休)~11日(日)

●飼育員のイチオン動物に投票して、動物園の人気者を決めよう！
1位になった動物は、グッズ化も予定しています。
結果発表は5月2日の予定です。

❖スーパーごはんタイム体験ツアー

4月10日(土) 13:00~

参加費：1種類の動物につき200円



いつもはみなさんに体験してもらえないエサやり体験を、特別にツアーと一緒にやってみませんか？
コンドル、ペンギンその他数種類を予定しています。

❖しいくの日展示

4月13日(火)~

●4月19日の飼育の日に向けて、飼育員の仕事を展示します！
どんな仕事をしているのか、見に来てね。

毎週土日・祝日のイベント (定期)

❖モルモット、ヤギ、ヒツジ、リクガメのふれあい

3月20日(祝)~

11:00~11:30 (雨天中止)

※11:00~ふれあいの整理券を配布します。
整理券がなくなり次第、終了になります。

休園日 (3月15日~4月14日の期間中)

3月15日(月)、22日(月)、29日(月)、4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
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

3月18日(休) 13:30~15:30

対象：成人

講師：酒井浩文さん

(ソウル五輪競歩代表)

内容：今月は「川路~時又~龍江1周コース」



❖ヒラタケ作り

3月20日(祝) 9:00~11:00

対象：親子

講師：かわらんべスタッフ

内容：キノコ栽培の準備をします。



❖絵手紙講座

4月1日(休) 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：季節感あふれる
題材を楽しく描きます。
【材料費300円】



❖ジャガイモ植え

4月3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：春の優しい土に触れ
身近な野菜と友達になろう。



❖春の鳥を見つけよう

4月10日(土) 9:00~11:00

対象：幼児~成人

講師：信州野鳥の会

内容：ヒバリやウグイスを
さがしに行こう。



お申し込みについて

4月予定講座のお申し込みの開始日についてはお問い合わせください。

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。

かに座



かに座は、勇者ヘラクレス（ヘルクレス座）のヒュドラ（うみへび座）退治に登場するカニの怪物カルキノスです。ヒュドラは9つの首を持つ大蛇の怪物で、その助太刀に送り込まれたのがカルキノスですが、ヘラクレスにあっけなく踏みつぶされてしまいました。カニの甲羅のところには散開星団M44（プレセペ星団）があります。

【かに座の探し方】



南中時刻：3月中旬21時頃
ふたご座とし座の間の小さな四角と、もやっとしたM44を探してみましょう。
双眼鏡がオススメです。

★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

文化ピックアップ

満洲は豊かだったか

— 入門 飯田・下伊那の満洲移民 —



満洲上久堅村開拓団（飯田市歴史研究所提供）

飯田下伊那地域は、全国で最も多くの満洲移民を送り出しました。戦後、ふるさとに戻ることができた人は半分もいません。女性や子供の帰還率の低さが特徴です。社会的弱者が犠牲となる構造は、今日の日本にもつながります。

今回の展示では、当地域の満洲移民の実態を、移民名簿を手がかりに、地図・グラフを活用しながら分かりやすく紹介します。

◎関連行事 文化講座「入門 飯田・下伊那の満洲移民」

●講師／青木隆幸（当館専門研究員）

●日時／4月18日（日）13:30～15:30

●場所／美術博物館講堂

聴講無料

期間 6月13日（日）まで

●開館時間 9:30～17:00（入館は16:30まで）

●場 所 美術博物館 文化展示室トピック展示コーナー

自然・文化展示室の観覧料が必要です。

●観 覧 料 一般…150円、高校生…100円、小中学生…50円

図書館だより

●中央図書館 ☎0265(22)0706

郷土資料で飯田を知る

今の飯田
昔の飯田
未来の飯田!?



- ★獅子舞大好き! 写真や詳しい本が見たい!
- ★飯田の映えスポットを知りたい!
- ★山菜の季節到来…郷土料理を作ろうかな
- ★飯田の平均気温はどのくらい?
- ★飯田のあの会社ってどんな会社?

こんなことがわかります!



飯田市の人口（2/1現在）■人口=99,494人（前月比-32）男47,969人／女51,525人 ■世帯数=40,134世帯（前月比+21）

発行・編集：飯田市 市長公室 秘書広報課 / 〒395-8501 長野県飯田市大久保町2534 ☎0265(22)4511 0265(53)4511 ●ウェブサイト <https://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。 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。