



貫通石が入っています

100名様に
プレゼント



今月プレゼントの貫通石は、5月26日に貫通した青崩峠トンネル(仮称)の工事に携わっている施工業者から、地域の皆さまへ感謝を込めてご用意いただいたものです。市内にお住まいの方100名様(お1人につき1個)にプレゼントします。

▶ 問い合わせ/国県関連事業課 内線3762

今月のプレゼント



青崩峠トンネル(仮称)の貫通石

募集締切 **11月30日(木)** (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郵便番号・住所 ②氏名 ③年齢 ④電話番号
- ⑤三遠南信自動車道に期待すること

【あて先】

〒395-8501 大久保町2534
飯田市広報ブランド推進課

「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(12月末を予定)をもって発表に代えさせていただきます。



三遠南信自動車道 青崩峠トンネル(仮称) 4,998mが 貫通!

長野・静岡県を結ぶ三遠南信自動車道青崩峠トンネル(仮称)4,998mが中央構造線の影響などの難条件の中、平成31年4月の掘削開始から約4年間の掘削工事を経て、5月26日に貫通しました。

トンネル貫通後も早期開通に向けて各種工事が進められています。

三遠南信自動車道関連の詳細は、国土交通省中部地方整備局飯田国道事務所のホームページをご覧ください。

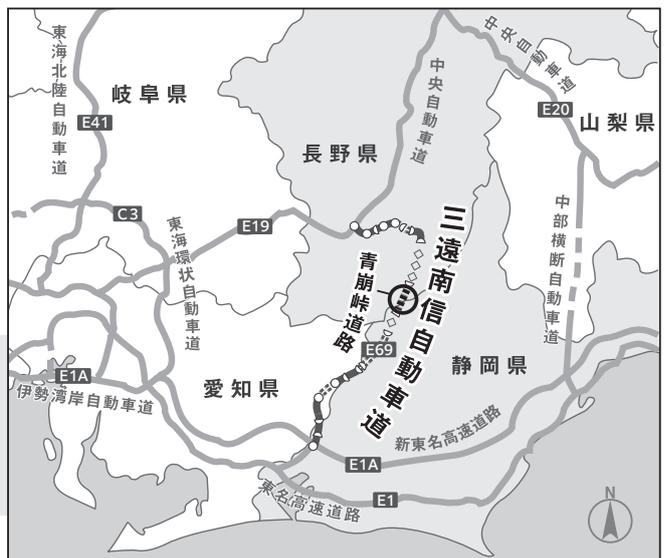
HP 飯田国道事務所 🔍 検索

◎問い合わせ/国県関連事業課 内線3762



R5.5.26撮影

出典：国土交通省中部地方整備局飯田国道事務所



飯田市立病院は10月1日から 紹介受診重点医療機関になりました。

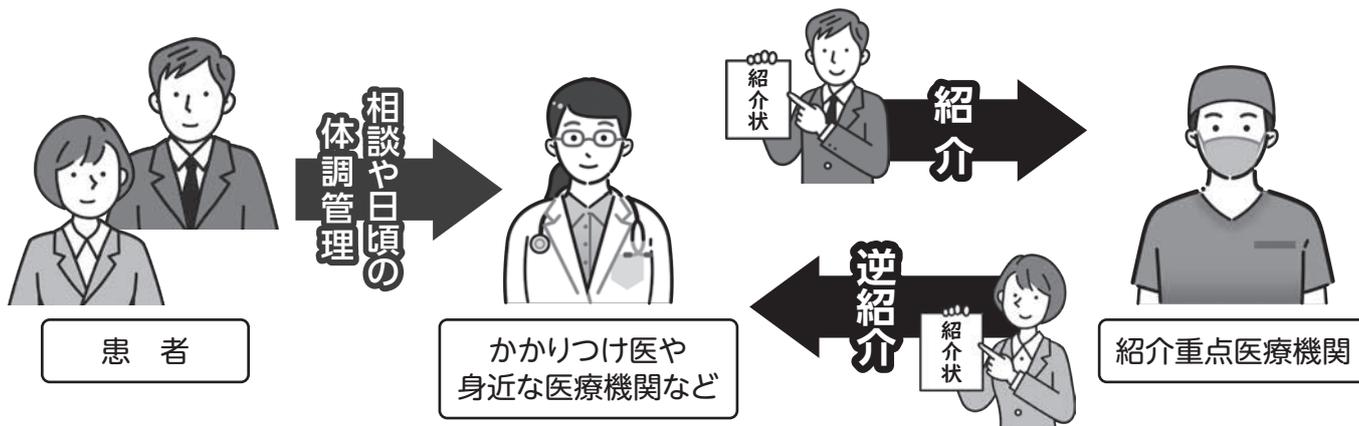
「紹介受診重点医療機関」とは…

かかりつけ医などから紹介状を持って受診いただくことに重点をおいた医療機関です。
手術・処置や化学療法などを必要とする外来、放射線治療などの
高額な医療機器・設備を必要とする外来などを行います。

※紹介状なしで来院された場合は、一部負担金(3割負担など)とは別の「特別料金」がかかります。



紹介状を用いた場合の受診の流れ



- ☑ かかりつけ医(地域の医療機関)を受診後、飯田市立病院での診療が必要と判断されると紹介状が発行されます。
- ☑ 検査や治療が一段落した場合、飯田市立病院から、かかりつけ医への紹介状を発行します。
- ☑ 医療機関同士の役割分担により、適切な検査や治療をよりスムーズに受けられるようになり、待ち時間の短縮などが期待されます。

身近で気軽に健康相談や健康管理をしていただける「**かかりつけ医**」をお持ちください。
「かかりつけ医」を持つにあたってのご相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。



◎問い合わせ／飯田市立病院 地域医療連携課 ☎0265(21)1255

宝くじの助成金による コミュニティ設備の整備

●問い合わせ/
地域自治振興課 内線5432



(公財)長野県市町村振興協会では、社会貢献広報事業として、サマージャンボ宝くじの収益金を財源に地域活動助成事業を行っています。



下虎岩区では、下虎岩コミュニティ消防センターにエアコンを整備しました。

(一財)自治総合センターでは、社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に「コミュニティ助成事業」を実施しています。

知久平区では、知久平研修センターにテント他コミュニティ活動備品を整備しました。



小林区では、小林生活改善センターにカーテン他コミュニティ活動備品を整備しました。



これにより、今まで以上に地域活動の円滑化が図られるとともに、世代間交流が促進され、子育て世代や高齢者が安心して利用できる施設となります。

リニア駅ができるまち飯田

代替地整備および代替地関連工事が完成しました

●問い合わせ/リニア用地課 内線3341

市では、丹保・北条地区代替地、唐沢・宮の前地区代替地、共和地区代替地を整備しました。

また、代替地に関連する道路整備工事など(橋梁架替工事)も完成しました。

移転をお願いした皆さんをはじめ、関係される多くの方々のご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。



丹保・北条代替地周辺

堂垣外橋



堂垣外橋架替工事

※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

動画「リニア駅ができるまち飯田～工事の進捗状況～」をYouTubeで配信中!



11月は秋のこどもまんなか月間です

～ オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン ～

子育て中のパパやママへ

毎日の子育てでこんな悩みを抱えていませんか。
ひとりで悩まず、こども家庭課までご相談ください。

「こどもが何度言っても聞いてくれず
手を上げてしまいそう」

「イライラしてこどもにあたってしまう」

「こどもとどう接していいかわからなくなる」

親子のための相談LINE

▶ 子育てや親子関係に悩んだ時に、こども(18歳未満)とその保護者の方などが相談できる窓口です。

▶ 長野県の相談対応時間は
平日(12月29日～1月3日を除く)
9:00～17:00まで。

親子のための相談LINE▶



体罰などによらない子育てを

児童福祉法において、親権者などによる体罰は禁止されています。

わが国には「しつけのためにこどもを叩くことはやむを得ない」という意識が根強く存在します。
こども時代の体罰や暴言の体験は脳の発達に深刻な影響を及ぼします。

虐待かなと気になった場合



児童虐待かも…と思ったらすぐお電話ください。24時間つながります。
あなたの1本の電話で救われるこどもがいます。



◎児童相談所虐待対応ダイヤル

- ▶ お住まいの地域の児童相談所につながります。
- ▶ 通告・相談は匿名で行うことも可能です。
- ▶ 通告・相談をした人やその内容に関する秘密は守られます。

通話料無料 **189**

虐待が心配される児童を発見した
場合の連絡先などについて



こどもの生命に危険があるとき

飯田警察署

☎0265(22)0110 (緊急時は110)

虐待を発見したとき

飯田児童相談所 ☎0265(25)8300

虐待を発見したとき・虐待が疑われる・
放置すれば虐待に至る心配があるとき

こども家庭課 こども相談係

☎0265(22)4511 内線5343



Orange ribbon

オレンジリボン運動

「こども虐待防止」の象徴として「オレンジリボン」を広める運動です。
オレンジリボンには、こども虐待の現状を広く知ってもらい、こども虐待を防止し、こどもが幸福になれるようにという願いを込めています。



- ◎ オレンジリボン運動に関する情報は、
NPO法人 児童虐待防止全国ネットワーク
オレンジリボン運動事務局
URL <http://www.orangeribbon.jp/>

■問い合わせ／こども家庭課 内線5343 ID 86455

あなたの挑戦が 未来を創る!

飯田市起業家 ビジネスプランコンペ

創意工夫に取り組む起業家や事業者を支援する「飯田市起業家ビジネスプランコンペティション」。

入賞した7組の皆さんを紹介します。

●問い合わせ／工業課 内線4433

①入賞者名 ②事業名 ③ひとこと

※掲載順はエントリーされた順番です。

最優秀賞 ● 起業家部門

(これから起業する方または業歴3年以内で新しい事業に取り組む方)



No.1

- ① 合同会社オリーブ 代表社員 小出真理子さん
- ② 地域医療を支え地域を元気にする訪問看護ステーションオリーブ
- ③ 2人訪問の看護はオリーブだけの特別なケア。女性の看護師と介護職があなたの生活をささえます。

特別なケア。女性の看護師と介護職があなたの生活をささえます。

一般企業部門

(業歴は問わず、新しい事業に取り組む方)



No.7

- ① 高橋由紀さん
- ② ウィッグで利便性をはかり生き生きとした生活を送るためのサポート
- ③ ウィッグでお悩みの方の相談・メンテナンスをし、笑顔で暮らせるためのサポートを行う、地域唯一の医療美容室です。

入賞 ● 起業家部門

(これから起業する方または業歴3年以内で新しい事業に取り組む方)



No.2

- ① 龍鵬商事株式会社 大平雲龍さん
- ② 南信州特化型SNS「アイターミナル」による地域の生産性向上と魅力づくり
- ③ あしたなににする?あいたーみななる!地域の最新情報を気軽に発信・キャッチできる新たなSNSが登場しました!



No.3

- ① studio.OHANA 杉山美歩さん
- ② OHANA Movie ~思い出動画を家族の宝物に~ (動画制作事業)
- ③ 保育機関の園生活動画を定額でお届けするサービスです。ファミリー向け動画も作成しています。



No.4

- ① 謎創研 日置尚彰さん
- ② 謎解きイベント【ミステリーハウス飯田】/地域活性のための謎解き制作
- ③ 謎解きイベントの企画制作。観光商業施設・催事の集客&満足度UPに。11/17までトスぷらざで開催中。



No.5

- ① 布野宏明さん
- ② 「遠山の間伐材を使ったキャンプファニチャー組み立てキット」の製造・販売
- ③ 小径の間伐材を使ったキャンプファニチャーの組立キットの製造・販売。地域材を活用した made in tohyama 製品です。



No.6

- ① 仲山徹さん
- ② 飯田に住む方々が運動を通して健康で豊かに!飯田市唯一のトレーナーズスクール AppleGYM
- ③ 飯田に人生を健康で元気に楽しめる方が1人でも増えていくよう、今後も事業を通して正しい知識や技術を広めていきます!



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)
☎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

11月8日(水)から申し込みの受付を開始します

* 11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。

★ヨガの呼吸を取り入れた肩甲骨体操 ～猫背・巻き肩・肩こりなどの姿勢改善メソッド～

日時:11月18日(土)

①10:00~11:30

②13:00~14:30

講師:宮内 泉さん(柚月堂)

参加費:700円(姿勢チェック含む)

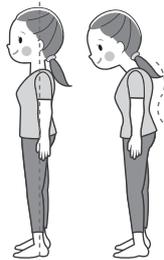
持ち物:ヨガマット、バスタオル2枚、

ハンドタオル1枚、

5本指ソックス、

空のペットボトル(500ml)1本

※姿勢チェックをするためTシャツ着用。



★ぬり絵感覚で楽しめます!

～ディンプルアートでXmasを彩りましょう～

日時:12月3日(日)

①10:00~12:00 ②13:00~15:00

講師:宇佐美香織さん

参加費:1,000円

持ち物:エプロン(汚れたら困る方)、

拡大鏡(必要な方)

※アルコールアレルギーのある方は参加不可。

★水引でクリスマスオーナメントを作ろう!

～南信州の伝統文化を発信～

日時:12月5日(火) 10:00~12:00

講師:りんご並木コンシェルジュ

参加費:500円

※小さなお子様連れ大歓迎!



★クリスマス用アイシングクッキー作り体験!

～作って食べて2度楽しい～

日時:12月15日(金)

①10:00~12:00 ②13:00~15:00

講師:nonons_sweets(ノノンズスイーツ)さん

参加費:1,000円

持ち物:ウエットティッシュ、マスク、

エプロン、タッパー



※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、講座によっては参加費をお支払い
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。

毎日更新!エコハウスの日常をブログで発信中

HP [エコハウスブログ](#) 🔍 検索



飯田市
域産域消の食育店
店舗紹介

No.17

☎395-0152
育良町1丁目21-10
☎0265(25)1999

●営業時間/
9:30~19:00

●休業日/水曜日

ノエル洋菓子店

店舗から市民の皆さんへ

今年から、よこね田んぼのお米で作った米粉が手に入るようになり、以前から作ろうと思っていた小さなシフォンケーキを作ることになりました。

シフォンケーキと言っても、卵黄を使わないメレンゲだけで作った、お米のように白いエンゼルフードと言われるケーキです。

大きさは直径9センチのかわいいケーキなので、ふたり用のお祝いケーキにしようと思い、中心に生クリームを絞リフルーツを飾ってみました。

こちらはご注文をいただいてから飾り付けをしますので、ご予約がおすすめです。

当店では、よこね田んぼの米粉のほか、長野県産の小麦粉と卵を使い、清内路かぼちゃなどなるべく地元で採れた果物や野菜を使ってお菓子を作っています。



この記事に関するお問い合わせ/●農業課 生産振興係 ☎0265(21)3217 ●保健課 保健指導係 内線5537 ㊟79755

みんなが
主役!

合言葉は ムトス!

第72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、その活動を紹介します。

●問い合わせ／共生・協働推進課 内線4910



ムトス飯田



▲7月に50周年記念誌を
発行しました

紙掲載)。ぜひお越しくください。
11月18日(土)に行われる図書館主催の講座に展示などで協力します(詳細は裏表紙掲載)。ぜひお越しくください。

女問わず参加者募集中です。
11月18日(土)に行われる図書館主催の講座に展示などで協力します(詳細は裏表紙掲載)。ぜひお越しくください。

昨年50周年を迎えました

団体名

子どもの本研究会

はままつ

三遠南信通信

三市合同企画 第189回

遠州

”裏浜松“
を見つけて行こう!

浜松と言えば、ウナギ、ギョウザなどの名産や浜名湖などの名所を思い浮かべる人が多いかもしれませんが、浜松にはまだ知られていない魅力がいっぱいあります。浜松市ではそんなあまり知られていない浜松の魅力(「裏浜松」)をアピールする「裏浜松プロジェクト」に取り組んでいます!

特設ホームページでは、TikTok・Instagramで支持を集める旅行・観光に特化した3組のインフルエンサーが「裏浜松」を紹介する動画が見られるほか、魅力をより深く掘り下げた記事や関連サイトも紹介しています。ぜひ、浜松でいろいろな「裏浜松」に出会って、あなたならではの浜松の魅力や楽しみ方を見つけてみてください。



旅する2人

47都道府県を2人で制覇した旅するカップル

- 大切な人と行きたくなるホテルやスポット、グルメを詳しく紹介
- 関東を拠点に全国のスポットを配信中



ひとみん

気持ちの良い食べっぷりに定評あり!!!

- わくわくするような“体験型”グルメ&スポットの情報を配信中



Maru

東海エリアをメインに全国の“休日に行きたい旅先”をご紹介します!

- 旅と自然とカフェが好き!

浜松のあらたな魅力を紹介してくれるインフルエンサーのみなさん

●問い合わせ／

浜松市観光・シティプロモーション課

☎053(457)2295

特設ホームページ



猫の不妊去勢手術費に対して補助をしています

🐾 飼い猫… 2,500円/匹

🐾 野良猫… 6,000円/匹

★野良猫を飼い猫とする場合も6,000円/匹です。

野良猫対策の財源としてクラウドファンディングを行っています

いただいた寄附金は不妊去勢手術費補助金や地域猫活動の普及に充てさせていただきます。

詳細はウェブサイトをご覧ください。

●クラウドファンディングの詳細は「さとふる」のサイトをご覧ください。



問い合わせ

環境課 環境衛生係 内線5461
ID 105521

ふやさないのも愛

作画：高木千花



人形劇の掲示板

森のぼかぼかクリスマス

クリスマスリースづくりと、人形劇団京芸の公演を楽しむプログラム。

日時：12月3日(日) 午前の部 / 10:00~12:20
午後の部 / 13:00~15:20

場所：かざこし子どもの森公園

定員：各回40組、人形劇公演のみ各回20人

料金：ひとり券1,500円

おやこ券2,000円(子ども1人、大人1人)

かぞく券2,500円(子ども、大人を含む家族5人まで)

人形劇公演のみ800円

●チケット販売開始：11月7日(火)



人形劇団京芸 ほっこりシアター
「おふるだいすき」

ましゅ&Keiのクリスマス会

ましゅ&Keiが贈るスペシャルプログラム。

★オトナのためのクリスマスパーティ [KABARETT×かばれっと]

日時：12月23日(土) 19:00開演

場所：飯田人形劇場

料金：2,000円、ペア 3,600円

★ファミリーで楽しむクリスマス会 [オブジェクト*パーティ]

日時：12月24日(日) 11:00開演

場所：飯田人形劇場

料金：子ども(3歳~高校生)600円、

大人1,200円、親子1,500円(大人1人・子ども1人)

※3歳未満無料

●チケット販売開始：11月17日(金)



■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

にこにこステージ vol.67

～ 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：12月14日(木)
①9:45～/②11:00～(演奏約30分)
- ★会 場：飯田人形劇場(カーペットの上で鑑賞)
- ★対 象：主に0～2歳児
- ★定 員：各回親子50組(1組あたり大人は2人まで)
- ★参加費：親子200円
- ★出 演：フレンズ(クラリネット・ピアノ連弾)
- ★プログラム：♪クリスマスソングメドレー
♪ミッキーマウスマーチ
♪剣の舞 ほか

申込締切

11月28日(火)必着

(1通につき1親子。応募多数の場合は抽選。
抽選結果は12月1日(金)までにお知らせします。)



インターネットでの申し込み

「ながの電子申請サービス」の
サイトにてお申し込みください。

※飯田文化会館ホームページ内の
「にこにこステージ」からもアクセスできます。



ID 78272 🔍 検索

往復はがきでの申し込み

〒395-0051 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。

申込時の必要事項

- 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

【お願い】

●どなたにも安心してお楽しみいただくために、
大人はマスクの着用など感染症対策にご協力をお願いします。



●問い合わせ／飯田文化会館 ☎0265(23)3552

公共施設予約システムを ご利用ください



スマートフォンやパソコンで、空き状況の確認や施設
利用の申し込み(一部除く)ができます。

市内の公民館、飯田文化会館、スポーツ施設、勤労者
福祉センターなど、約70施設が対象です。

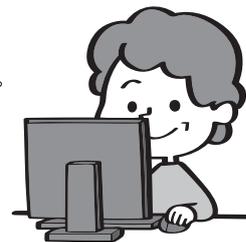
※空き状況の公開期間やインターネット予約の受付期間は、各施設で異なります。



スマートフォン用サイト
QRコード

市HP 飯田市公共施設予約システム 🔍 検索 ID 94733 🔍 検索

●問い合わせ／飯田市公民館 ☎0265(22)1132



コンビニで住民票の写しなどが取得できます

利用者証明用電子証明書付のマイナンバーカードをお持ちの方がご利用できます。※4桁の暗証番号が必要です。

取得できる証明書

- 住民票の写し ●印鑑登録証明書
- 所得・課税・扶養証明書(最新)
- 戸籍全部(個人)事項証明書 ●戸籍の附票の写し

利用できる店舗

- セブン-イレブン ●ローソン
- ファミリーマート など

※マルチコピー機がある店舗のみ

利用できる時間帯

6:30～23:00

※店舗の営業時間外、メンテナンス日、
12月29日～1月3日は休止

美術博物館からのお知らせ

◎申し込み・問い合わせ／美術博物館

〒395-0034 追手町2-655-7 ☎0265(22)8118

●電話受付時間／9:30～17:30

HP 飯田市美術博物館

検索

休館情報

10月16日(月)～

令和6年3月8日(金)の期間は

改修工事のため休館いたします。

プラネタリウム、柳田國男館、

日夏耿之介記念館も休館となります。

★講座や見学会などは継続して
行います。



講座

【春草講座】

「春草の出品作をみる」(全2回)

令和5年度の春草講座は、春草が参加した2つの展覧会に焦点をあてます。第2講は「文部省美術展覧会の名作」。《落葉》や《黒き猫》などの文部省美術展覧会出品作をもとに、その制作意図や時代背景を探ります。

演題：第2講「文部省美術展覧会の名作」

日時：12月2日(土) 13:30～15:00

場所：ムトスびらざ

講師：小島 淳(美術博物館学芸員)

定員：120人

受付開始：11月16日(木)～ ※申込先着順

●美術博物館にて電話受付



菱田春草

講座

【文化講座】

明治維新による宗教改革(神仏分離政策)は、1000年に及んだカミとホトケとの密な関係を解体しました。本講座では、いわゆる「神仏習合」の文化財に触れ、明治維新の大改革で何を失い何を得て何が変わったのかを眺めていきます。

演題：「カミとホトケの『御一新』

—長野県南部の神仏分離と仏像の行方—

日時：12月10日(日) 13:30～15:00

場所：ムトスびらざ

講師：織田顕行(美術博物館学芸員)

定員：120人

受付開始：11月23日(祝)～ ※申込先着順

●美術博物館にて電話受付

【自然講座】

南アルプスでの8年間の調査結果をもとに、高山蛾の分布や調査エピソードなどをお話します。高山植物やライチョウも紹介します。

演題：「アルプスの高嶺に生きる高山蛾」

講師：四方圭一郎(美術博物館学芸員)

日時：12月9日(土) 13:30～15:00

場所：zoomでのオンライン配信のみ

定員：90人

受付開始：11月9日(木)～ ※申込先着順

●美術博物館HPで申し込みフォームを公開



高山蛾のホッキョクモンヤガ



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
https://kazakoshi.net

森森子ども大学 (誰でも参加できる体験イベント)

❖【いい育児の日 特別イベント】

子育て応援フェス♪ IKU×IKU

～家族で楽しむ! 学ぶ! ふれあう!

子どもの成長と子育てを応援する地域交流イベント♪～

11月18日(土)・19日(日) 10:00～15:00

●ステージイベント

18日(土) ましゅ&Kei

～『たくさん笑って元気になれる!』ミュージッククラウン
パフォーマンス～

19日(日) 紙芝居のマーガレット一家

～いいだ人形劇フェスタでもおなじみ!

たっちゃん&りさちゃんによる紙芝居～



❖ストーンペインティング

11月23日(祝) 10:00～12:00、13:30～15:00

材料費:150円

場所:なかまの館

❖クリスマススノードームをつくろう

11月25日(土)・26日(日)

10:00～12:00、13:30～15:00

材料費:350円

場所:なかまの館



❖クリスマスモビールをつくろう

12月2日(土) 10:00～12:00、13:30～15:00

材料費:150円

場所:なかまの館

❖森のぼかぼかクリスマス

～人形劇鑑賞・リースづくりがセットになった大人気の
クリスマスイベントです～

要予約

12月3日(日)

【午前の部】10:00～12:20(受付開始/9:30～)

【午後の部】13:00～15:20(受付開始/12:30～)

参加費:

●ひとり券…1,500円

●おやこ券(子ども1人・大人1人)…2,000円

●かぞく券(子ども・大人を含む家族5人まで)
…2,500円

●観劇のみ…800円

定員:各回40組

受付場所:なかまの館

※予約制/11月7日(火)～電話予約受付開始

共催:NPO法人いいだ人形センター

飯田文化会館



❖リースづくりに挑戦しよう

12月9日(土)・10日(日)

10:00～12:00、13:30～15:00

材料費:500円

受付場所:土の工房



森森市民大学 (市民のみなさんによる活動)

❖おもちゃの修理屋さん

11月25日(土)、12月9日(土) 10:00～11:00受付

場所:なかまの館

主催:玩具の修理屋さん

※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。

※各イベントは、材料がなくなり次第、受付終了となります。

休館日 (11月15日～12月14日の期間中)

11月20日(月)、27日(月)、12月4日(月)、11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! 遊びにきてね!

●4月～11月までの日曜日に開催しています

❖静電気クラゲで遊ぼう

11月19日(日) 10:00～12:00、13:00～15:00

❖飯田OIDE 長姫高校生による

「みんなでつくろう、おもしろ発電機」

11月19日(日) 10:00～12:00 (定員 24組)

❖万華鏡を作ろう

11月26日(日)

①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00

◆◆◆ 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 <https://i-kagaku.com/>
生涯学習・スポーツ課 内線3742 ID 104473

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です。
最新の情報は市ウェブサイトをご覧ください。各問い合わせ先にご確認ください。



飯田市立動物園

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

※動物の様子によって、時間の変更や中止となることがあります。最新情報は動物園ホームページをご確認ください。

平日の定期イベント

※サザエとくるみののんびりタイム

毎週水曜日(雨天中止) 11:30~11:45

定員: 2組限定

★ヤギのサザエとヒツジのくるみのうちに入って、飼育員のガイドを聞きながらゆっくり観察してみましょう!

そのほかのイベント

※フィーダーを作ってみよう

11月18日(土)(雨天の場合25日(土)に延期)

10:30~12:00

対象: 小学生以上(低学年は保護者同伴)

定員: 5組(事前予約制)

場所: 汽車前広場

予約方法: 窓口、電話

★動物たちが試行錯誤しながらごはんが食べられる「フィーダー」を作ってみよう!ごはんをつめて、動物たちにプレゼントします。

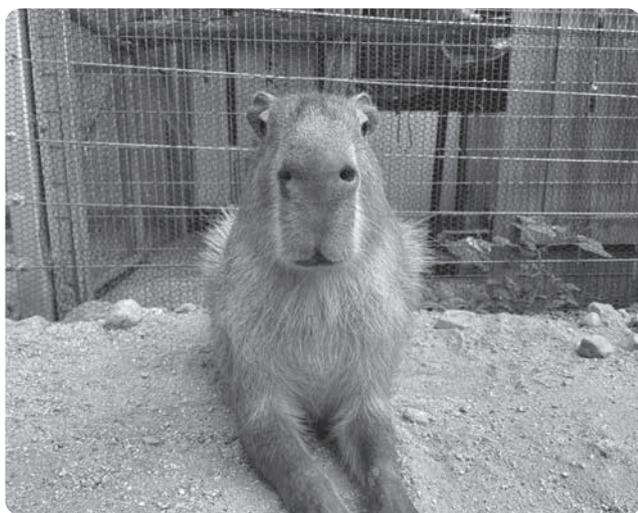
※クイズ! 何の動物の鳴き声かな??

12月9日(土)(雨天の場合16日(土)に延期)

11:00~

場所: 汽車前休憩スペース

★鳴き声は動物によって違いがあります。鳴き声を聞いてどの動物が当ててみよう! 何問正解できるかな?



休園日 (11月15日~12月14日の期間中)

11月20日(月)、24日(金)、27日(月)、12月4日(月)、11日(月)



天竜川総合学習館 かわらんべ

天竜川総合学習館かわらんべ / ☎0265(27)6115
https://kawaranbe.net

申込受付中

※ウォーキング

11月16日(休) 13:30~15:30

対象: 成人(定員30人)

講師: 酒井浩文さん(ソウル五輪競歩代表)

内容: 天龍峡コースを歩きます

※絵手紙

12月7日(休) 9:00~11:00

対象: 成人(定員16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



※四季の野鳥「冬」

12月10日(日) 9:00~11:00

対象: 成人

講師: 米山富和(美術博物館)

内容: 大人向けの野鳥観察会。



申込受付日限定 (11月4日(土)~18日(土))

※年賀状作り

12月2日(土) 9:00~11:00

対象: 子どもと保護者

講師: かわらんべスタッフ

内容: いろいろな材料で年賀状を作ります。

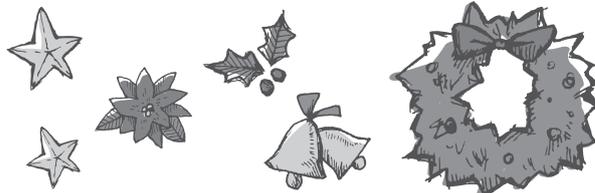
※クリスマスリース作り ① ②

12月9日(土) ①9:00~11:00 ②13:00~15:00

対象: 子どもと保護者

講師: かわらんべ協力員

内容: 地域の植物を使ってリースを作ろう!



各講座の持ち物などの詳細は
ホームページかお申し込み時にご確認ください。

●ホームページやお電話で受付日や募集状況を確認の上、お申し込みください。

●感染予防や安全管理のため募集定員を設定しています。このため本誌回覧の頃には受付終了となっている場合があります。



かわらんべ
ホームページ

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	13:00~15:00	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)	共生・協働推進課 ☎0265(22)4560
	タガログ語・英語	水・金曜日		
	中国語	月・火・木・金曜日		
女性の 相談のための	悩みごと	月～金曜日	市役所A棟1階	こども家庭課 内線5739
	法律相談☎	毎月第1・第3 木曜日	さんとびあ飯田	社会福祉協議会 ☎0265(53)3180
	就業相談☎	毎月第3木曜日	市役所A棟3階	地域就労支援センター「Jobサポ」 ☎050(2000)7228
教育相談(小・中学生)	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 こども家庭課	内線5343
教育支援・就学相談				内線5307
家庭児童相談				内線5342(就学以後)
こころの相談日☎	毎月第2月曜日	13:30~、15:00~	飯田市保健センター相談室	保健課保健指導係 内線5534
不妊・不育相談☎	不定期 (週1回)	受付9:00~18:00 (1人1時間程度)	飯田市保健センター相談室	保健課健康推進係 内線5513
就活相談☎	毎月第2・4木曜日	13:00~17:00	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	9:00~17:30	飯田商工会議所	飯田商工会議所 ☎0265(24)1500
巡回労働相談☎	毎月第2・第4 水曜日	12:30~15:30	勤労者福祉センター	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	火曜日		
	法律相談☎	金曜日		
結婚相談	休日	毎月第2 日曜日	さんとびあ飯田 ※本人の相談が原則 ※本人・独身確認書類 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	8:30~17:30	飯田市生活就労支援センター (まいさぼ飯田)	☎0265(49)8830
高齢者の介護予防 や生活、介護保険、 認知症の相談	月～金曜日	8:30~17:30 ※かわじは 17:15まで	いいだ地域包括支援センター	☎0265(56)1595
			かわじ地域包括支援センター	☎0265(27)6052
			いがら地域包括支援センター	☎0265(28)2361
			かなえ地域包括支援センター	☎0265(53)9411
			かみさと地域包括支援センター	☎0265(48)5501
			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☎	毎月第2・4木曜日	10:00~11:30	ほっとカフェわたの実	社会福祉協議会 ☎0265(53)3182
	毎月第4日曜日 (相談のみ随時受付可)	13:00~15:00	介護老人保健施設 ゆうゆう	☎0265(53)6048

市からの情報

さまざまな媒体で情報発信しています。



飯田市公式「広報いいだ」SNS



くらしの情報や旬な話題などを配信しています。



LINE



Facebook



X (旧 Twitter)



Instagram

いいだFM iステーション FM76.3MHz

★広報いいだの風

市からのお知らせをお届けします。

- 月～金曜日／
7:30～、8:30～、12:30～、17:30～、18:30～
- 土曜日／11:30～

★かざこし歳時記

さまざまなテーマで市民の声をお届けする市の企画番組です。※第5週の放送はありません。

- 月～金曜日／
8:40～ (再放送12:40～、17:40～)
- ◎「Weeklyかざこし」と題して、一週間のかざこし歳時記をまとめて放送します。
- 土・日曜日／17:00～18:00

◎番組表は「いいだFM」のホームページでチェック!

HP いいだ FM 🔍 検索



★外国語広報

飯田市からのお知らせを、英語・ポルトガル語・中国語でお届けしています。

- 土・日曜日／18:00～18:30

YouTube「飯田市」

飯田市からのお知らせを動画でも配信しています。

YouTube 飯田市 🔍 検索



ケーブルテレビ

★データ放送「結チャンネル」12チャンネル

暮らしに便利な情報をデータ放送で配信しています。

- 市役所からのお知らせ
- 議会中継
- 暮らしの情報(休日当番医、市民バス情報、ごみ収集カレンダーなど)
- 緊急情報
- 市内イベント情報
- お悔やみ
- 地区のお知らせ
- 気象情報
- 南信州新聞社News など



※画面イメージ

★テレビ広報 ～市民のみなさんへ～

地デジ11チャンネル(713チャンネル)

飯田市の政策や行事などを紹介します。

11月の放送予定

環境文化都市づくりプラットフォーム「うごくる。」

●放送日程

放送日	放送時間	
20日(月)～ 24日(金)	8:30～	9:30～
	12:00～	14:30～
	18:10～	20:10～
25日(土)・ 26日(日)	22:10～	
	8:30～	9:30～
	12:00～	14:30～
	18:00～	21:00～
	23:30～	



むし歯って
どうなるの??

歯垢(プラーク)の中の細菌が、糖を餌にして作り出した酸によって歯のカルシウムとリンが溶け出します。歯の表面ではこの歯が溶ける(脱灰)と歯が元に戻る(再石灰化)を常に繰り返しており、このバランスが崩れるとむし歯になります。



予防のポイント

- 歯磨きをする
- 甘いものをとり過ぎずしっかりかんで食べる
- フッ化物塗布やキシリトールを利用する



フッ素入り歯磨き剤使用方法

- 朝食後・就寝前の1日2回行います。
- 歯磨き後は軽く吐き出します。(吐き出しやうがいができない場合はティッシュなどで軽くふき取ります)
- うがいをする場合は少量(15cc程度)の水で1回のみ行いましょう。



※むし歯予防について、詳しくはウェブサイトをご覧ください。

ID 109787 Q検索

考古博だより

考古博物館 0265(53)7575

古墳時代のよろい「短甲」が展示に加わりました



いしぎょう 石行2号古墳出土
さんかくいたびょうどめたんこう
「三角板鋳留短甲」



あらいばら 新井原7号古墳出土
さんかくいたびょうどめたんこう
「三角板横剗板併用鋳留短甲」

座光寺地区の古墳から出土した2つの鉄のよろい「短甲」を10月31日から一般公開しています。

修復を終えた“いにしへの王者のよろい”を、ぜひご覧ください。

解説付き!短甲見学会

短甲って何がすごい?学芸員の解説を聞きながらじっくり観察し、魅力を感じてみませんか。

- 日時 / 11月19日(日) 13:30~(約30分)
- 申し込み / 不要
- 開館日 / 火曜日~土・日曜日、祝日
(月曜日が祝日の場合は翌日休館)
9:30~17:00 (入館は16:30まで)
- 観覧料 / 大人...200円、高校生...150円、小中学生...100円
- 問い合わせ / 文化財保護活用課 (考古博物館)
☎0265(53)3755

要観覧料

図書館だより

中央図書館 0265(22)0706

子ども読書推進講座

物語の力を考える

~清水真砂子さんの座談会を視聴して、子どもの読書について話しましょう

『ゲド戦記』の翻訳者である清水真砂子さん。翻訳の一方で、子どもの心の成長や読書の意義について語り続け、多くの著作もあります。大学でも長く教鞭を取り、



清水真砂子さん

大学生を通して“現代の若者”と社会を、広い視点で見つめています。今年7月に、飯田市の子どもの本研究会が清水真砂子さんと行った座談会の録画を視聴して、子どもの読書についてワークショップを行います。ぜひご参加ください。

11月18日(土) 13:30~15:30
中央図書館

- 定員 / 50人
- 申込方法 /
 - ◆ 窓口...中央図書館、県図書館、上郷図書館
 - ◆ 電話...上郷図書館
 - ◆ 申込フォーム
- 問い合わせ / 上郷図書館 ☎0265(52)2551

申込フォーム →



飯田市の人口(9月末現在) ■人口=96,398人(前月比-47)男46,636人/女49,762人 ■世帯数=40,367世帯(前月比+20)

発行日:令和5年11月1日 発行:長野県飯田市 編集:企画部 広報ブランド推進課 〒395-8501 長野県飯田市大久保町2534 電話0265(22)4511 印刷:ユニプリント株式会社



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。

●QRコードは㈱デンソーウェブの登録商標です。