

リニア駅ができるまち飯田

浮いて走るリニア中央新幹線

●問い合わせ／リニア推進課 内線3322

リニア中央新幹線は、磁力による引き合う力と反発する力により浮上・走行します。車両にはタイヤも付いていて、低速走行時はタイヤで走行しますが、時速約150キロを超えると浮上します。地面との接地による摩擦が無くなり、タイヤ走行では難しかった時速500キロの高速走行が可能になります。

時速500キロの高速走行により、飯田から東京品川までは約45分、名古屋までは約25分で移動ができるようになり、飯田から都市部への移動時間が短縮します。

※YouTubeで、より詳しい説明動画（JR東海制作）が視聴できます。



画像提供：JR東海

※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

YouTube動画
「超電導リニアの技術」（JR東海）



社会を明るくする運動 愛のはがき募金 中間報告

2,661,186円

※9月13日現在の募金総額

皆様のご協力に、心から感謝申し上げます。
なお、募金は期間終了後も受け付けます。

強調月間における各活動の状況は
市ウェブサイトに掲載しています。
今後ともご理解、ご協力をお願いします。



市HP 社会を明るくする運動 🔍 検索 ID 110097 🔍 検索

●問い合わせ／社会を明るくする運動
飯田市推進委員会事務局（福祉課内）内線5729

宝くじ助成金による コミュニティ設備の整備



（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。

北方区では、北方コミュニティ消防センターにテーブル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ます。

●問い合わせ／地域自治振興課 内線5432

猫の 不妊去勢手術 をおすすめ します

猫は本能で繁殖を行うため、自ら繁殖をコントロールできません。望まれない命を生み出さないためにも、責任を持って世話ができる頭数を飼育しましょう。不妊去勢手術を行うと、発情期特有のけんかがなくなり、おとなしくなるなどの効果もあります。市には、手術費用を補助する制度がありますのでご活用ください。

🐱 問い合わせ

環境課 環境衛生係

内線5461 ID 105521



作画：高木千花

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

利用できる時間帯

6:30~23:00

※店舗の営業時間外、12月29日~1月3日、メンテナンス日は休止

利用できる店舗

セブン-イレブン、ファミリーマート、ローソン など

※マルチコピー機がある店舗のみ

●問い合わせ／市民課 内線5418

人形劇の掲示板

せかいの劇場 vol.9

こいぬと機関車 CHOO.CHOOWHISTLE.WOOF!

- 海外のすぐれた作品を鑑賞するせかいの劇場9回目は、チェコ共和国から「ナイブ二人形劇場」を招聘(しょうへい)し、こどもも大人も楽しめる友情と冒険の物語をお届けします。

日時／11月29日(金) 19:00開演(18:30開場)
30日(土) 10:30開演(10:00開場)

場所／飯田人形劇場

入場料／※2歳未満無料 ※当日券各300円増

- 大人…2,000円
- こども(2歳~中学生)…1,000円
- おやこ券…2,500円(大人+こども 各1枚)

チケット好評販売中



こいぬと機関車

森のほかほかクリスマス

- クリスマスリースをつくり、ピザをつくって食べて、「よろず劇場とんがらし」の人形劇を楽しむプログラムです。

日時／12月1日(日) 9:30~15:00

※人形劇公演13:30~

場所／かざこし子どもの森公園

定員／50組 ※人形劇公演のみ15人

入場料／

- ひとり券…1,500円
- おやこ券…2,500円(こども1人+大人1人)
- かぞく券…3,500円(こども、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5日(火)



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

●飯田文化会館 ☎0265(23)3552



御前市馬

左近師匠ゆかりのベテランと
話題の真打ちが登場！



第四十五回市民落語鑑賞会

寄席文字書家・おいでなんしよ寄席生みの親
橘左近師匠 追善



林泉正藏



三浦わん太

12月2日(月) 開演18:30(開場18:00)
飯田文化会館ホール

◆全席指定 一般 5,000円 学生 2,500円(高校生以下)

◆プレイガイド

●飯田文化会館

●チケットオンライン「いいチケ」
<https://p-ticket.jp/iida>

●平安堂飯田店、座光寺店

※未就学児入場不可。託児コーナー(無料・予約制)申込締切11月22日(金)

問い合わせ 飯田文化会館 ☎0265(23)3552
ID 66649

良い席わずか!



林泉正藏

コンサートア・ラ・カルト VOL.80

クリスマスコンサート

12月8日(日) 14:00開演
13:30開場

会場:飯田人形劇場

◆チケット(小学生以上):500円 [全席自由]

【チケットのお求めは】

●飯田文化会館

●チケットオンライン「いいチケ」

(24時間受付) <https://p-ticket.jp/iida>

※初めてご利用される方は、会員登録(無料)が必要です。

※コンビニ決済、発券もご利用いただけます。(要手数料)

※「いいチケ」での販売は11月28日(木)までです。

●平安堂飯田店、平安堂座光寺店

※未就学児の入場はご遠慮ください。託児コーナー(無料、要予約、先着順)をご利用ください。締切11月27日(水)。

●問い合わせ/飯田文化会館 ☎0265(23)3552 ID 67717



チケット
好評発売中!!



〔 出 演 〕 出演順不同

★敦賀琴美(ホルン独奏)

♪津軽海峡・冬景色/三木たかし作曲 ほか

★なす菜フラウエンコール(女声合唱)

♪『虹と雪のバラード』/
河邨文一郎作詞、村井邦彦作曲 ほか

★飯田女子高等学校 邦楽クラブ(箏合奏)

♪波の戯れ/吉崎克彦作曲 ほか

★にこにこフレンズ(二胡合奏)

♪いつくしみ深き/スクライヴェン作詞、コンヴァース作曲 ほか

にこにこステージ vol.71

～ 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10日(火)
①10:00～／②11:15～（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：林かよ子&奥井聖子&村澤桃子
（うた、ピアノ、エレクトーン）
- ★プログラム：♪クリスマスメドレー
♪ジャンボリミッキー
♪冬の娘 リッカロッカ ほか

申込締切

11月26日(火) 必着

（申し込みは家族単位で。応募多数の場合は抽選。
抽選結果は11月29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（10:00～ or 11:15～ 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

キーウ・クラシック・バレエ

くるみ割り人形

－全幕－

聖夜に贈るファンタジー！

世界中で愛されるクラシック・バレエの

名作をお楽しみください。



12月12日(木) 開演19:00

飯田文化会館ホール

◆チケット【全席指定】

一般 4,800円

団体 4,500円(10人以上)

子供 2,800円(4歳～18歳)

良い席わずか！

【プレイガイド】

●飯田文化会館

●チケットオンライン「いいチケ」

（24時間受付・座席指定可）<https://p-ticket.jp/iida>

●平安堂飯田店、平安堂座光寺店

※3歳以下入場不可。託児コーナー（無料・予約制）申込締切12月2日(月)

◎問い合わせ／飯田文化会館 ☎0265(23)3552 ID 1212



JR飯田線を利用してみませんか？

お出かけや飲酒を伴う会食のときなど、
安全で安心な飯田線をご利用ください。

問い合わせ

JR飯田線活性化期成同盟会事務局
（リニア推進課 内線3321）

鉄道のメリット

- 渋滞なしで時間に正確
- 移動中にほかのこと（読書・仮眠など）ができる
- 二酸化炭素排出量が少なく、地球に優しい乗り物



そのアイデアを 次のステージへ!

①入賞者名 ②事業内容 ③ひとこと

※入賞者掲載順はエントリーの順番です。

飯田市起業家 ビジネスプランコンペティション

市内で起業に挑戦する方や新事業に取り組む事業者を支援する「飯田市起業家ビジネスプランコンペティション」で入賞した皆さんを紹介します。

●問い合わせ／工業課 内線4433

最優秀賞 ● 起業家部門



- ① 富永由帆さん
② 飯田市に音楽の新風を I.WINDS
③ 長年の経験とノウハウそして、一見奇抜に思えるアイデアを形にすることによってお客様第一・地域一番を目指します。

入賞 ● 移住起業家部門



- ① 中川誠吾さん
② 高級果実「フィンガーライム」の販売を軸とした、農家の未開拓市場の販路開拓支援。
③ 飯田市発、フィンガーライムを中心に地域の果実や野菜を展開し、農家と共に成長する挑戦を続けます。

入賞 ● 起業家部門



- ① 爪切り処ひなめ 森本智子さん
② 家族の足のかかりつけフットケアサロン こどもから高齢者まで生涯歩ける足づくり
③ 子どもの足育から足の爪切り、トラブルフットケアまで。いつまでも元気に歩ける街のお手伝いをします。

入賞 ● 新事業チャレンジ部門



- ① 信州旨酒 加藤商店 加藤久幸さん
② ヒルノミ・真逆軸は背徳感タツプリのオトナの嗜み。利益を生み出す広宣活動のススめ。
③ 日曜日の午後、街中の屋外で銘酒を嗜む。オトナ時間を「飲食店さんとコラボする」。それがヒルノミです。



- ① rukous 細谷知世さん
② 飯田市を元気に!心とカラダのメンテナンスは『rukous』へお任せください!
③ 病気になる前の心身の不調はルコスで根本改善を!腸セラピーや小顔調整、骨盤調整、脱毛まで叶うサロンです。



子供たちの笑顔を守る

- ① 株式会社戸田屋
② 食物アレルギーの壁を越え!みんなの笑顔を咲かせる、お菓子革命
③ 3大アレルギー(卵・乳・小麦)フリーで、食物アレルギーのお子様もみんなと同じように楽しめるおやつを。



- ① sora 甲斐祐弥さん
② サードプレイスのためのコーヒースタンド
③ 嬉しい時も悲しい時も、頭の上にある空のように貴方に寄り添えられるカップを届けます。



- ① よしみ助産院 代表 村松佳美さん
② 産後のデイサービスによる育児支援～南信州マザー・サードプレイス～
③ 飯田市で開業して10年。49人の赤ちゃんを取り上げました。今回の入賞を機に、新しいステージにチャレンジします。

三遠南信通信

今月のPickUp 地域
豊橋市3市合同企画
No.197ゆったりとした星々の
世界に包まれる

とよはしプラネタリウム

豊橋市視聴覚教育センターのプラネタリウムでは、4,000万個の星を細部まで再現しており、空気の澄んだ山の中で空を見上げたときのような、非日常感のある満天の星空が楽しめます。また、第2・4土曜日に開催する学芸員による生解説では、実際にその季節の星空で見られる天文現象などを知る

ことができます。

寝転んで鑑賞できる畳席「お座敷シート」と、総本革張りでふかふかな座り心地の「プレミアムシート」の2種類の特別席も利用できますので、子どもから大人まで楽しめるとよはしプラネタリウムに、ぜひお越しください。



◀プレミアムシート

★ 豊橋市視聴覚教育センター ★

★ 開館時間／9:00～16:30

★ 休館日／月曜日(祝日の場合は翌日)、
12月29日(日)～令和7年1月3日(金)

★ ところ／愛知県豊橋市大岩町火打坂19-16

★ 入館料／無料

★ プラネタリウム観覧料／
大人…300円、中学生以下…100円
(特別席は別途700円が必要)★ 問い合わせ／豊橋市視聴覚教育センター
☎0532(41)3330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。
お申し込みには、事前の登録が必要です。



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

Q 検索

ID 94733

Q 検索

◎問い合わせ／飯田市公民館 ☎0265(22)1132





うごく とステキな未来が くる!

学び、対話から地域ぐるみで、
環境文化都市を実現しましょう!!

「うごくる。」イベント情報

★うごくる。ゼミナール

地域ポイント50P付与

in 南信州環境メッセ2024

①報告会・意見交換会

2012年と2023年の住民アンケート調査結果から「飯田市の取組みの変遷と住民の環境意識の変化を考える」

日時:11月23日(祝) 13:30 ~ 15:00

場所:エス・バード B203・204

報告者:白井信雄さん(武蔵野大学教授)

②カードゲーム

地域ポイント50P付与

「2050カーボンニュートラル」体験会

日時:11月24日(日) 13:00~16:00

場所:エス・バード B203・204

対象:中学生以上 定員:30人

内容:私たちの活動が地球環境にどんな影響を与えているのかを楽しく学びます。

※右のQRコードの応募フォームからお申し込みください

SCAN QR



●問い合わせ／

ゼロカーボンシティ推進課

☎0265(22)4511 内線5471

✉sakugen_co2@city.iida.nagano.jp

QRを
スキャン



IIDA.ZERO_CARBON



りんご並木のエコハウス

りんご並木のエコカフェ Info

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)

●申込受付開始/11月8日(金) ●定員/各10人程度

★まだ間に合う!年末大掃除前のお片付け講座

日時:11月16日(土)

①10:00~11:30 ②13:30~15:00

★「その瞬間をとくめく1枚に」撮影講座

日時:11月17日(日)

①9:30~11:30 ②13:30~15:30

★ディンプルアートサンキャッチャーを作ろう!

日時:11月24日(日)

①10:00~12:00 ②13:30~15:30

※アルコールアレルギーのある方は参加できません。

★SNS発信運用勉強会・相談タイム

日時:11月27日(水)

①9:30~11:30 ②13:30~15:30

※申し込みは電話でお願いいたします。

※参加費や持ち物などの詳細は、電話やブログでご確認ください。

※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

Q 検索



団体名

エポックのじもと!



若者が南信州を変える!!



ムトス飯田

市民活動応援コーナー //

合言葉は

ムトス!

第84回

若者目線で南信州の魅力発信

私たちは、YouTubeチャンネル「エポックのじもと!」で南信州の魅力を動画で発信しています。コロナ禍の「飯田市出身の学生応援プロジェクト」支援を受けた経験から、地域貢献を決意し、観光スポットや地元企業の紹介動画を100本以上制作しました。地域イベントでのMC活動も行い、南信州と若者をつなぐ架け橋を目指しています。2025年3月までに、チャンネル登録者1万人達成と法人化を目標に、さらなる活性化に取り組みます。

「ムトスって?」▶

●問い合わせ／

共生・協働推進課 内線4910



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
- 入館受付時間／9:30～16:30

★小中高生観覧無料
(特別展・プラネタリウムは除く)



飯田市美術博物館

美術博物館休館のお知らせ

12月9日(月)～20日(金)

館内工事・展示替え作業のため休館します。

展 示

「第24回 現代の創造展 —南信州のアートを共に創る—」

地域ゆかりの作家が制作した日本画・洋画・版画・彫刻・工芸・書・コンテンポラリー156点の最新作を展示。

日程：11月17日(日)～12月8日(日)



【遠山郷土館トピック展示】

「飯田下伊那における疫病」

日程：11月16日(土)～令和7年2月21日(金)

【上村まつり伝承館トピック展示】

「南アルプスのアンモナイト化石」

日程：11月16日(土)～令和7年2月21日(金)

講 座

【電子顕微鏡観察教室】★展示観覧券でご覧いただけます。

アリの目や花粉、小さな化石など、不思議なミクロの世界へご案内します。

日時：11月17日(日)

11:00～12:00、14:00～15:00

場所：科学工作室

プラネタリウム天歩

【投影プログラム】

◎11月の土・日曜日、祝日

10:30～11:00 たいようくんとおつきちゃん

13:00～13:45

マーズ1001 火星に舞い降りる日

14:30～15:30 虹の天象儀／天龍峡 水の旅路

◎12月からの新番組

10:30～11:00 ねずみと森のなかまたち

13:00～13:45 月への想い イマジン・ザ・ムーン

14:30～15:30

マーズ1001 火星に舞い降りる日／遠山霜月祭

★土・日曜日、祝日の16:00～16:45、

平日の10:00～17:00は予約投影(10人以上)を受け付けています。

料金：一般…250円

高校生…150円

小中学生…50円

定員：90人



©Fulldome Basement Production

「特別投影 ぐっすりプラ寝たリウム」

星空と癒しの音楽に包まれて熟睡してみませんか。

日時：11月23日(祝) 16:00～16:45

定員：90人

受付開始：11月7日(木)～ ※要電話予約

「特別投影 遠山霜月祭」

霜月祭本番にむけて、学芸員が見どころを解説します。

日時：11月23日(祝)・24日(日) 11:30～12:00

定員：90人 ※先着順

各施設からの お知らせ

今月の
スタッフの
オススメ

★最新情報は各施設のHPを
ご覧いただくか、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>



カピバラたちの温泉のんびりタイム

12月～2月の第2・4土曜日
11:00～(荒天中止)

- 場所／カピバラランド内
- 内容／飼育員のガイドを聞きながら、
のんびり過ごすカピバラたち
をみんなで観察してみよう!

その他情報は
こちら



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>



土星食を見てみよう

12月8日(日) 18:00～19:30

- 対象／子どもと保護者
- 内容／土星食って月が土星をかくしちゃ
うってこと!?消える前から再び現
れるまで観察できる好条件です。
※申込受付中です。→→

その他情報は
こちら



平成記念 かざこし子どもの森公園

公園事務局／☎0265(59)8080 FAX 0265(59)8079
<https://kazakoshi.net>



いい育児の日 特別イベント 子育て応援フェス♪ IKU×IKU

11月16日(土)・17日(日) 10:00～15:00

- 場所／園内全体
- ★こどもの成長と子育てを応援する
地域交流イベント♪

子育て応援フェス♪ IKU×IKU 特設サイト▶



理科実験ミュージアム

生涯学習・スポーツ課／☎0265(22)4511 内線3742
<https://www.i-kagaku.com> ID104473

理科実験ミュージアムは毎週日曜日開催!



万華鏡を作ろう

今年度!! 最終!

11月24日(日)
1回目10:00～ 2回目11:00～
3回目13:00～ 4回目14:00～

- 場所／おいで館(かざこし子どもの森公園)
- 内容／大人気のテーマ。世界にたったひとつ。
自分だけの万華鏡を作ろう。

その他情報は
こちら



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	13:00~17:00	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	13:00~17:00		
	中国語	月・火・木・金曜日	13:00~17:00		
女性の 相談のための	悩みごと	月～金曜日	8:30~17:15	市役所A棟1階	保育家庭課 内線5739
	法律相談 ☎	毎月第1・第3 木曜日	13:30~15:00	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	10:00~15:00	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	内線5343
教育支援・就学相談				こども課	内線5307
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 内線5534
不妊・不育相談 ☎		不定期 (週1回)	受付8:30~17:15 (1人1時間程度)	飯田市保健センター相談室	保健課 内線5516
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	8:30~17:30	さんとびあ飯田	社会福祉協議会 ☎0265(53)3180
	特別相談	火曜日 (受付順)	13:00~16:00 受付12:30~15:00		
	法律相談 ☎	金曜日	13:30~15:00		
結婚相談 ☎		毎月第2日曜日	13:30~16:30	さんとびあ飯田	社会福祉協議会 ☎0265(53)3182
		月～金曜日	8:30~17:30		
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 (まいさば飯田)	☎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



各方面で活躍する人物を
広報担当がピックアップして紹介します



トレイルマラソン大会で
日本一になりたい

トレイルランを本格的に始めたのは昨年からです。各地の大会で好成績を残し、招待選手として大会に招かれることもあるそうです。舗装された道路とは違い、コースに起伏があり、景色がきれいで、走っていて飽きないのが魅力だと言います。風越山や遠山郷の山道で練習を積み、自分に合った走りを極めているそうです。

10月末の日本選手権に出場する予定で、「大会で優勝し、日本一になって地元で凱旋したい。自分が活躍することで、トレイルランの魅力をもっと伝えていきたい。」と今後の目標を話してくれました。

2024年
虚空蔵山コース
優勝!



中学3年生の時に初めてトレイルマラソン大会に出場。大人たちもいる中、ショート9kmの部で優勝。高校では3000m障害で長野県2位に輝く。第70回風越山トレイルマラソン大会虚空蔵山コース優勝。南信濃出身。20歳。

第70回 風越山トレイルマラソン大会



白山社コースには100人以上が挑戦



ゲストランナーの
みづか
三津家さんと秋山さん



オープニングでエールを送る
飯田風越高校書道部

飯田市の人口 (9月末現在) ▶人口…95,076人 ▶世帯数…40,392世帯

発行日: 令和6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

1230 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(株)デンソーウェーブの登録商標です。