

謹賀
新年

特集

- 「年頭書簡」 市長あいさつ
- 防災は、自分ごと 今、行動しよう

下久堅から風越山を望む

【ひさかた和紙の里ビューポイント】

新しい一年が幸多き年となりますよう
お祈り申し上げます。

本年もよろしくお願いいたします。

令和7年「年頭書簡」

飯田市長 佐藤 健



あけましておめでとうございます。
健やかに新しい年を迎えられましたことと
お慶び申し上げます。



昨年は、元日に能登半島地震が発生し、8月には南海トラフ地震臨時情報が初めて発出され、9月には再び能登半島を豪雨災害が襲ったほか各地で災害が発生するなど、災害・防災について考えさせられた1年でした。

被災されたすべての皆様に対し、改めてお悔やみとお見舞いを申し上げます。

令和7年は、穏やかな1年であってほしいと願います。

「安心して暮らせるまち」に



能登半島地震とそこを再び襲った豪雨災害。自然の非情さ、人間の無力を感じずにはられません
が、私たちにもできることはあるはずです。

1つは、物理的な安全性を高めること、そしてもう1つは、心理的な安全性（安心感）を高めること。

物理的な安全性を高めること、例えば、**道路や上下水道などの社会インフラを強^{きょうじんか}靱化・耐震化**することや災害時のための資機材を充実することは、行政の役割として着実に進めていきますが、心理的な安全性（安心感）を高めるためには、**いざというときに助け合える人と人との「つながり」**が不可欠であり、行政だけではいかんともしがたいものです。

人々の価値観や社会環境の変化の中で「個」が尊重されるようになった結果、「孤」が生じてしまっているとすれば、今の時代に合った形の「つながりの再生」が求められるのだと思います。

コロナ禍において人と人が接触する機会を減らしたことで、「つながり」が希薄化したと言われましたが、昨年は、休止していたお祭りや地区の運動会・文化祭を復活させたところがたくさんあり、災害対策としても非常に意味のあることだと思いました。

また、ご近所同士が顔の見える関係であることに加えて、もう1つ別のつながりが持てる場所（最近よく言われる「第三の居場所」）をそれぞれが持てると、いろいろな意味で「安心して暮らせる」のではないかと思います。

今年の「ワクワクすること」

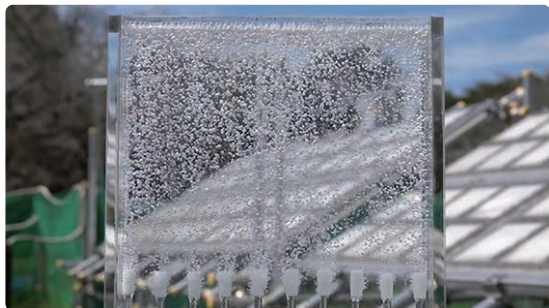
新春ですから、「ワクワクする」お話しましょう。

信州大学の水循環とグリーン水素（水と太陽光から水素を創る）の研究が飯田市を「実証タウン」として行われることになったというのは既にお知らせしているとおりですが、令和7年度にはいよいよ**グリーン水素を創るためのパネルが、エス・バードの5,000平方メートルの敷地に設置される予定**となっています。この研究を手掛ける堂免一成先生は、昨年、ノーベル賞の登竜門と言われる「クラリベイト引用栄誉賞」を受賞されました。**この地域からノーベル賞が出るかもしれない**と考えるとワクワクします（関連企業の進出も期待しています）。

また、今年の秋には、**道の駅遠山郷が「かぐらの湯」の復活と合わせてグランドオープン**します。青崩峠トンネル（仮称）の開通がいつになるか発表が待たれるところですが、**三遠南信自動車道を通じた地域間交流が活発化していく未来にワクワク**しますね。

令和7年度は、飯田市の総合計画「**いいだ未来デザイン2028**」後期4年間の最初の年。未来に向けた礎をしっかりと築いていきたいと思います。

皆さんにとって幸多き一年でありますことを心からお祈りいたします。
本年もよろしくお願いいたします。



光触媒による水素発生の様子(イメージ)



峠の国盗り綱引き合戦(2024年)

防災は、自分ごと 今、行動しよう

令和6年の元日、能登半島地震が発生しました。8月8日には、南海トラフ地震臨時情報が運用開始以降初めて発表されるなど、いつ大地震が発生してもおかしくない状況です。ひとりひとりが災害を自分ごとと考え、備えを進めましょう。

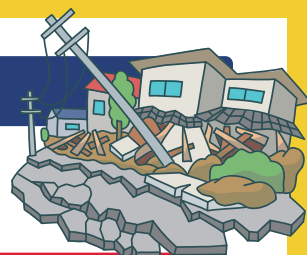
多くの人が行動を始めています。今回の特集では、行政、地域、事業者、個人…さまざまな立場で取り組んでいる「防災」を紹介します。

●問い合わせ／危機管理課 防災係 内線2437



飯田市の地震災害リスクは

能登半島地震のような直下型地震のリスクもあれば、南海トラフ地震のような海溝型地震のリスクもあります。



南海トラフ地震が発生した場合の飯田市の震度想定
最大震度は6強（県による想定で想定は複数あり）

※南海トラフ地震臨時情報の発表が無くても、大地震が発生する可能性があります。

最大震度7を観測した能登半島地震での被害がどの程度のものだったのか、市から被災地支援に派遣された職員に聞きました。

能登半島地震 被災地支援で職員が見たこと感じたこと

◎ 甚大な被害を受けた被災地を支援するため、市は延べ78人の職員を派遣しました。



デジタル推進課
福澤

被害家屋調査、リ災証明書発行業務の支援

住家の被害程度の調査と、リ災証明書発行業務の支援を行いました。道路や家屋の損壊がひどく、調査に向かう道中でさえ、身の危険を感じるほどでした。調査をする中で全壊や半壊の家屋を目の当たりにし、**壊れない丈夫な建物に住むことが、地震に対する一番の備え**であると感じました。

市民のみなさんへ

- 家具の転倒を防ぐなど、普段過ごす空間を安全な場所にする対策をしましょう。
- 昭和56(1981)年以前の旧建築基準で建てられた木造住宅にお住まいの方は、耐震化をご検討ください。飯田市では、木造住宅の無料耐震診断、耐震改修補助金があります。
- 災害時、住宅に被害が出たら、住宅の図面と被災直後の住家の写真(4方向からと被害箇所)を撮っておいてください。

市HP 飯田市 耐震診断



危機管理課
吉川

避難所運営支援

輪島高校で避難所の運営支援業務をしました。消灯、昼食、換気、体操、など共通の生活ルールを決めて暮らしており、**避難者同士が助け合い**、ごみ出し、掃除、給油などを行っていたのが印象的でした。

市民のみなさんへ

- まずは命を守ること、そのうえで、自分にできることをしながら助け合うことが大切です。私自身も含めて、それぞれが災害に対して当事者意識を持つこと。そして、行動することが“備え”だと思います。
- 防災学習や訓練など、地道な取り組みを続けていくことが大事です。



広報ブランド
推進課
池田

被害家屋調査、リ災証明書発行業務の支援

私は、東日本大震災、熊本地震、能登半島地震の災害支援に行きましたが、そこで皆さんからお聞きしたのは、「まさか自分が被災するとは」という声でした。

市民のみなさんへ

- 幸いにも飯田市では、大規模地震に見舞われた経験がありません。そのため、実際の地震の時には、すぐに行動することが難しいと予想されます。だからこそ、今できることを、やっておかなければならないと思います。
- 被災地支援での経験から、私の自宅にも防災用品を備えています。7ページの「わたしの備え」で紹介しています。

みんなが行動を、

行政の備え

市役所では、全ての部署が災害時に担う役割を持っています。9月の地震総合防災訓練は台風の影響で中止となりましたが、その後、各部署で訓練を実施しています。今回は、11月21日に環境課が飯田市環境衛生事業組合の皆さんのご協力を得て行った「**災害ごみ仮置き場の開設・運営訓練**」を紹介します。この訓練では、「ふとん」「瓦」など分別種類ごとに搬入場所を設け、受付から搬入までの流れを確認しました。



環境課から

大規模災害時には、壊れた家具、がれきなど大量の廃棄物が一度に発生します。早期の復旧には、これらの災害ごみを迅速に片付けるため、持ち込んでいただく仮置場の運営を円滑に行う必要があります。今回の訓練では、災害ごみの分別の方法、車両の誘導方法などさまざまな課題が見えてきました。今後はその課題に対応していきます。また、**災害ごみもリサイクルすることが基本ですので、市民の皆さんには分別へのご協力をお願いします。**



飯田市環境衛生事業組合長 竹原さん

訓練に私たち**事業者も初めて参加しましたが、災害時のイメージをつかむことができました。**実際の災害時にも、できる限り復旧に向けた協力をしていきたいと思っています。こういった訓練は今後必要だと思います。

地域の備え

鼎地区では、自主防災会が中心となり、11月16日に鼎中学校で指定避難所の開設・運営訓練を行いました。消防団、赤十字奉仕団、鼎中学校の生徒、合わせて約60人の住民が集まり、実際に避難所を開設した上で、改善点を出し合いました。



鼎地区まちづくり委員会会長・自主防災会会長 奥村さん

9月1日の防災訓練に向けて、鼎地区では何度も会議をし、準備をしてきたが台風の影響で市全体の訓練が中止になってしまい、今日こうやって訓練をすることができました。実際に災害が起きた時には、行政が避難所を開設したり、運営したりしてくれると思いがちですが、そこまで手がまわらないのが現実です。そうすると、**地区のことは地区で守っていかなくてはいけないのです。今日も、鼎中学校の生徒が自主的に参加してくれましたが、ひとりひとりが自分のこととして、万が一の時も行動できるよう日頃から意識するべきです。そのためにも、やはり訓練が大切です。**

今日訓練をやったことで出てきた反省点や課題を、次に生かしていきたいと思っています。



始めている

わたしの備え



広報ブランド推進課 池田

自身やご家族に必要な備えを進めよう！

● 池田家の備蓄紹介

発災後は、一時的にごみの収集が停止する場合がありますので、収集が開始されるまでは自宅に保管することになります。自宅のトイレが流せない状況では、汚物も保管することになるので、**簡易トイレキット**を1週間分ほど備えています。また、**給水支援を受けるにあたっては、入れ物**（ジャグやポリタンクなど）を用意しておくと便利です。



● 必要なものは、人によって、家庭によって違う！

朝起きて、夜寝るまでに使うものを思い浮かべてみましょう。

次は、わたしが備える番

まずは わたしが やる



行政、地域、事業者、個人…自分にできることを考え、行動を始めています。
防災は、特定の誰かがやればいいというものではありません。“わたし”の問題です。
避難行動、家族にとって必要な備蓄など、ひとりひとりが自分にできる備えを今、進めましょう。

そして みんなと やる



災害時にも暮らしがあり、それは、今の暮らしの延長でもあります。
自分にできる備えをしながら、みんなで取り組むことが大切です。
日頃から助け合い、より良い暮らしにしていきましょう。
それが、災害時に生きてきます。



飯田焼肉の日 焼肉給食を味わって



川路小学校



山本保育園

11月29日（飯田焼肉の日）、地元の食文化を知ってもらおうと、市内の小中学校と公立保育園で焼肉給食を提供しました。

川路小学校では千代幻豚の「飯田焼肉炒め」を、山本保育園では南信州牛の「牛丼」を、こどもたちがニッチローさんと共に味わいました。

3期目産業親善大使に



市の産業親善大使「焼肉大使」にニッチローさんが再任され、委嘱状交付式を11月29日に行いました。ニッチローさんは2018年から親善大使を務めており、3期目の任期は2027年11月までです。

津田ヶ谷祭で飯田をPR



津田塾大学千駄ヶ谷キャンパスの学園祭「津田ヶ谷祭」で、飯田について学ぶ学生グループが飯田水引のワークショップを行いました。首都圏などから約70人が訪れ、あわじ結びや梅結びを体験しました。

市公式SNSでも市内の出来事やイベントなどを配信しています。
ぜひご覧ください。

QRを
スキャン



Instagram

輪っしょい遠山



遠山郷の若者が、ここに暮らす人が集い、楽しめる場を創出し、地域活性化の一助になりたいという思いで企画し、遠山郷ならではの屋台販売、ステージイベントなどで盛り上げました。

りんご並木で収穫



11月18日、飯田東中学校の全校生徒が、並木の手入に協力するなみきサポーターら地域住民と、収穫作業を行いました。作業前には、地域の協力に感謝を込めて「並木Forever」の合唱もありました。

第9回 みなみ信州駅伝



12月1日、飯田下伊那を中心に市町村や地域、職場、学校などのメンバーで構成された142チームの約850人が出場しました。晴天に恵まれ、選手たちは沿道の応援を受けて松尾地区を駆け抜けました。

小型無人機ドローン 物資輸送訓練



災害時の救援物資輸送など、ドローン活用の可能性を検証する防災訓練を12月1日に行いました。
ドローンは松尾を離陸し、天竜川を越えて下久堅に荷物を届けた後、無事帰還しました。

現代版 養生訓

飯田市立病院 名誉院長
飯田市立高松診療所長
堀 米 直 人 医師

「上手な医療のかかり方」とは？

「上手な医療のかかり方」の1つ目は、身近な「かかりつけ医」を持つことです。

かかりつけ医は地域の医院・診療所・クリニックなど身近に居て、訴えをよく聞き病気の状態を判断し、自院で治療が可能である時は治療を行います。

しかし専門的で高度な医療が必要と判断した時は、紹介受診重点医療機関をはじめとする、設備とスタッフの揃った地域の病院などに紹介し、必要な検査や治療を早くスムーズに受けられるように調整します。

2つ目は2人主治医制。紹介先の病院で治療が終わり、安定した後のケアはかかりつけ医、定期検査や追加治療が必要な時は病院主治医が担当するという2人の主治医の役割分担で健康な暮らしを続けましょう。

3つ目。急な病気や体調不良の時はすぐにでも医療機関にかかりたいものです。

この頃は「救急医療がひっ迫していることからコンビニ受診は控えましょう。」とまで言われていますが、

一刻を争う状態の時はためらわずに救急車を呼ぶのがよいと思います。

しかし、救急車を呼ぶか自分で受診するか迷ったり、かかりつけ医に相談する時間がない時は、飯田市休日夜間急患診療所をご利用いただくか

- 大人の急な病気やケガは
長野県救急安心センター #7119
- 子供の病気やケガの時は
子ども医療電話相談 #8000

に電話相談をしてアドバイスを受けることをお勧めします。

以上、身近で病気に関する何を何でも相談できて、専門の医師・医療機関を紹介してくれる頼りになるかかりつけ医や電話相談は、上手な医療のかかり方のポイントです。

(参考)

長野県医療政策課版 上手な医療のかかり方Book

飯田市立病院 〒395-8502 飯田市八幡町438 ☎0265(21)1255

休日や夜間に急な病気やケガをした時は

〈飯田下伊那の救急医療体制〉

夜間は(毎日)

- 休日夜間急患診療所(内科・小児科) …… 19:00~22:00

休日は(日曜日・祝日・年末年始・お盆)

- 休日夜間急患診療所(内科・小児科) …… 9:00~12:30
- 在宅当番医(内科・小児科・外科・産婦人科) …… 9:00~18:00(産婦人科は12:00まで)

土曜日は(かかりつけ医)

- 午後休診となる医療機関が多いので、かかりつけ医が休診のときは
休日夜間テレフォンセンター(☎0265(23)3636)へお尋ねください。

重篤な症状の場合は

- 輪番制二次病院(内科・外科)に救急搬送

問い合わせ

- 飯田市休日夜間急患診療所(飯伊地区包括医療協議会) ☎0265(23)3636
- 保健課 地域医療支援係 内線5541



在宅当番医の
受付時間は
電話でご確認
ください。