

くらしの情報

飯田市の新型コロナワクチン接種

新型コロナウイルスの4回目接種が始まります。引き続き、1・2回目接種、3回目も行います。

▼4回目接種の対象者

- 60歳以上の方
- 3回目接種から5カ月以上経過した後、順次接種券をお送りします。
- 18歳以上60歳未満で基礎疾患を有する方や重症化リスクが高いと医師が認める方
- 接種券発行申請書をご提出ください（電子申請でも受け付けます）。
- その後、3回目接種から5カ月以上経過した後、接種券をお送りします。

▼3回目接種

12歳以上の方を対象に、6月上旬以降は、2回目接種から5カ月以上経過した方に、順次、接種券をお送りします。

▼1・2回目接種（12歳以上の方）

接種場所は、市のコールセンターにお問い合わせください。

▼5歳～11歳の方

満5歳以上の方に接種券をお送りしました。3月初旬に保護者の方にお送りした「お知らせ」などを参考に、接種についてご家庭で十分ご検討ください。

▼問い合わせ

飯田市コロナワクチンコールセンター

☎0265(22)4585

市HP	ワクチン接種	検索
ID	224587	検索

市・県民税（個人住民税）納税通知書発送

令和4年度の市・県民税納税通知書を発送しますので、期限内の納付を願います。

▼納税通知書発送日

6月10日（金）

※納税通知書と領収書は、再発行できません。

※特別徴収（給与から天引き）の方は勤務先から税額通知書をお受け取りください。

▼市・県民税の納付期限（普通徴収）

- 第1期 6月30日（木）
- 第2期 8月31日（水）
- 第3期 10月31日（月）
- 第4期 令和5年1月31日（火）

▼問い合わせ

課税や通知書の内容
税務課 市民税係

内線5163

市HP	市県民税 納税通知書	検索
ID	71980	検索

○納付の相談
納税課 管理係
内線5151

家屋調査にご協力ください

固定資産税の適正な課税に向け、家屋調査を行っていただきます。次に該当する建物を所有しているか、所有していた方は税務課にご連絡ください。後日、市職員が現地調査に伺います。

▼調査対象の建物

- 新築、増築、改築、取壊しをした建物
- 用途を変更した建物
- ※建物の用途を変更した場合には、土地の税額が変更となる可能性があります。ありますので、必ずご連絡ください。

▼問い合わせ

税務課 資産税家屋係

内線5175

市HP	家屋調査	検索
ID	32196	検索

緊急連絡先に名前を書く人がいない方必見

いざという時に誰かを頼ることができない方をもう一人の家族として、日々の暮らしから生涯にわたってサポートします。

広告欄

「もしものとき」に頼れる人はいますか？

入院・施設入居時の 身元保証人	救急時の 駆けつけ
お葬式・納骨 遺品の整理	逝去後の 死後事務手続

4つのもしも

身元引受人 入院・手術	入居身元保証 施設入居	保証人・代理人 ご家族の代わり	生活支援 生活サポート	エンディングサポート 万が一の時
----------------	----------------	--------------------	----------------	---------------------



一般社団法人 **ここしあの会**

ご相談・お悩み・ご質問は
お電話でお気軽に
お問い合わせください

0120-135-123
【9:00～17:00/土日祝休み】
<https://kokoshia.or.jp/>

飯田市県中平2820
(アイホール1階内)
ここしあの会 検索

児童手当 6月期支給日

児童手当の6月期支給分（2月分～5月分）を支給日に振り込みますので、支給日以降にご確認ください。

▼対象

児童手当受給者

▼支給日

6月10日(金)

市HP
児童手当

ID
60229

検索

▼問い合わせ

子育て支援課 家庭係
内線5743

全国一斉 緊急地震速報訓練

地震や火山噴火などの発生をお伝えする全国瞬時警報システム（Jアラート）の緊急地震速報訓練が全国一斉で行われます。当日は、防災行政無線と音声告知端末を通じて放送が流れます。

▼日時

6月15日(水)
午前10時ごろ

▼放送内容

○チャイム
○「こちらは広報いいだです。ただ今から訓練放送を行います。」
○緊急地震速報チャイム
○「緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です。」 3回

○「こちらは広報いいだです。」

○「これで訓練放送を終わります。」

○チャイム

※気象や地震活動の状況などによって、訓練を急ぎよ中止する場合があります。

市HP
緊急地震速報訓練

ID
320151

検索

▼問い合わせ

危機管理課
危機管理係
内線2430

土砂災害・全国統一 防災訓練

土砂災害・全国統一防災訓練では、緊急速報メール（エリアメール）、いいだ安全・安心メール、防災行政無線や市ウェブサイトをなどで訓練情報をお知らせします。実際の災害情報とお間違いのないようご注意ください。

▼訓練メール配信日時

6月5日(日)
午前9時ごろと
午前9時45分ごろ

市HP
防災訓練

ID
72454

検索

▼問い合わせ

危機管理課 防災係
内線2437

有毒植物による 食中毒にご注意を

特に春先から初夏にかけて、有毒植物の誤食による食中毒が多く発生します。食用の野草と判断

できない植物は「採らない！食べない！売らない！人にあげない！」を徹底して食中毒発生を未然に防ぎましょう。

▼注意事項

○家庭菜園や畑では、食用と誤認しやすい有毒植物（スイセンなど）の栽培はやめましょう。
○山菜に混じって有毒植物が生えていることがあります。山菜狩りをするときは、一本一本よく確認して、直売所などへの出荷や調理の前に再確認しましょう。

○野草を食べて体調が悪くなったら、すぐに医師の診療を受けてください。見分けに迷ったら、絶対に食べないでください。

市HP
有害植物 食中毒 注意

ID
73762

検索

▼問い合わせ

農業課 生産振興係
0265(21)3217

飯田不動産相談室株式会社

住居 買取 土地 (査定無料) 宅地分譲できる農地もさがしています
売却物件募集

飯田駅前
交番斜め前

☎ 0265-38-9080

査定依頼はWEBから24時間受付可能です。

〒395-0052 飯田市元町5424番地22

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



エレガントなめぐり愛

丘の上の会員制結婚相談所
飯田成婚セクレタリー

<https://iidakekkon.jp/>
まずはWEBをチェック!

Produced by 飯田不動産相談室(株)

雨水貯留浸透施設 設置補助金

市では、雨水の有効利用などで雨水タンクや雨水浸透ますを新しく設置する費用の一部を補助しています。

▼1基当たりの補助金額

○雨水タンク

●容量1000ℓ以上

5000ℓ未満

補助対象経費の1/2

(上限2万5千円)

●容量5000ℓ以上

補助対象経費の1/2

(上限5万円)

○雨水浸透ます

●飯田市の規格以上

補助対象経費の2/3

(上限3万円)

▼複数設置した場合の

一敷地あたりの上限額

○雨水タンクのみを複数

設置

10万円

○雨水浸透ますのみ設置
12万円

○雨水タンクと雨水浸透ますを両方設置
12万円

▼補助金申請の流れ

①補助金交付申請書を下水道課窓口にご提出ください。

※位置図（住宅地図など）、構造図、見積書の写し（自分で購入・設置の場合は領収書の写し）を添付してください。

②申請書類などを審査し、交付の判定をします。

※市から交付決定通知書が届いてから工事着手してください。

③工事が完了したら、実績報告書をご提出ください。

※設置箇所がわかる図面、工事写真、領収書の写し、補助金交付請求書、協定書2部を添付してください。

④報告書に基づき審査・判定をし、市から確定

通知書をお送りします。
⑤確定後、補助金交付請求書に基づき、補助金を口座に振り込みます。

▼注意事項

設置工事着手後の申請はできません。

設置工事前に申請書と添付書類を必ずご提出ください。

市HP 雨水補助

ID 65936

▼提出・問い合わせ

下水道課 排水設備係
内線2287

合併処理浄化槽の 設置に対する補助金

市では、合併処理浄化槽を設置する費用を補助しています。

河川の汚れを防ぎ、快適な生活環境を作りましょう。

▼対象者

補助対象区域で、合併処理浄化槽を設置する方など

▼補助限度額

○専用住宅または併用住宅の場合

●5人槽

45万円

●6人槽・7人槽

60万円

●8人槽・10人槽

70万円

○くみ取りトイレから合併処理浄化槽に変更する
場合の加算額

●くみ取り便槽の撤去費
に対する補助限度額

9万円

●宅内配管工事費に対する
補助限度額

30万円

※住宅の現地建替えや増
改築工事は、対象となり
ません。

※詳しい要件はお問い合
わせください。

市HP 浄化槽設置

ID 72538

検索

▼問い合わせ

下水道課 排水設備係
内線2287

飯田市環境配慮型製品
パナソニック
レインセラー

雨水貯留タンク

「飯田市の補助金」
令和4年度も継続となりました

地震・災害に備えて、屋根・雨樋の点検をしませんか？

(有) 榊原板金工業

環境事業部 飯田市上郷黒田3662-1
☎0265-23-5548

児童手当の制度が変わります

児童手当法の一部改正に伴い、令和4年6月（令和4年10月支給分）から児童手当の制度が一部変わります。児童手当を受給している方には、通知を送付しましたのでご確認ください。

▼主な変更点

○所得上限限度額を新設
※所得額に応じて児童手当などの支給がされない方が生じます。

○現況届の提出が不要
※一部の方は、現況届の提出が必要です。

▼各種届け出のお願い

次の事項に該当する場合は届け出が必要です。
○市外に住民票がある配偶者や児童の住所が変わったとき（国外転出入を含む）
○一緒に児童を養育する配偶者を有するように

なったとき

○離婚し、一緒に児童を養育していた配偶者がいなくなったとき

○支給対象となる児童がいなくなったとき

○受給者の保険証が変わったとき

○受給者が公務員になったとき

市HP 児童手当 変わります

ID 94121

検索

▼問い合わせ

子育て支援課 家庭係
内線5743

介護保険負担限度額認定証の更新

▼対象

介護保険負担限度額認定証をお持ちの方

▼現認定証の有効期限

7月31日(日)

※更新方法は、6月中旬に郵送する更新用申請書類をご確認ください。

※更新手続きが済んだ方に、新しい認定証を7

月下旬に郵送します。

※有効期限が過ぎた認定証は、各自で処分してください。

市HP 介護保険負担限度額

ID 92894

検索

▼提出・問い合わせ

〒395-8501
大久保町2534

長寿支援課

介護保険係

内線5763

森林経営管理制度意向調査の実施

森林所有者が自ら管理することが難しい森林に関して、市が森林所有者の意向などを把握して、今後の森林管理や整備につなげます。

▼対象

10年以上間伐・除伐などをしていない私有の人工林を所有する方

▼期間

対象者に順次お願いします。

▼今回の対象地区

山本・三穂・南信濃地区の一部

▼内容

所有する森林の状況や今後の管理方法をお答えください。

市HP 森林経営管理制度

ID 88741

検索

▼問い合わせ

林務課 里山保全係
☎0265(24)4567

フードドライブ事業

食品を持ち寄り、必要とする世帯に食品を寄付するフードドライブを開催します。

▼日時

○第1回 7月10日(日)
○第2回 8月28日(日)
○第3回 10月3日(月)

午前10時～午後3時

▼場所

さんとぴあ飯田

▼お預かりできる食品

○常温で保存できるもの

広告欄

コロナ対策プレミアム商品券印刷

プレミアム商品券

¥1,000

38ヶ所の自治体様へ
納入実績!!

抗菌・コピーガード
ホログラム
セキュリティ技法!!

UNIPRINT

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

○賞味期限が1カ月以上あるもの

○未開封で包装や外装が破損していないもの

※お米は、令和2年以降収穫のものであれば、もみ米や玄米もお預かりします。

▼お預かりできない食品

酒類、生もの、要冷蔵・要冷凍食品

▼問い合わせ

飯田市社会福祉協議会
☎0265(53)3182

秀水美人画美術館 展示替え

秀水美人画美術館では
第113回常設展を「日
傘」と題して行います。

▼期間

6月4日(土)～
9月1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

月曜日(祝日は除く)、
6月5日(日)、
7月19日(火)、
8月7日(日)・12日(金)

▼観覧料

○一般

200円(160円)

○高校生

150円(120円)

○小中学生

100円(80円)

※かつこ内は20人以上の
団体料金

※考古博物館と共通で入
館できます。

市HP 秀水美人画

検索

ID 83827

検索

▼問い合わせ

考古博物館

☎0265(53)3755

南信州ふるさと進学 ガイダンス2022

飯田コアカレッジ、飯
田女子短期大学、長野県
飯田技術専門校は、地元
の高等教育機関に進学す
ることのメリットをお伝
えする相談会を合同で開
催します。

開催中、会場の入退場
は自由です。

事前予約不要です。

▼対象

飯田下伊那の高校生や
その保護者

▼日時

7月2日(土)

午前10時～正午

▼場所

上郷公民館

▼内容

3校の紹介や個別相談

市HP ふるさと進学ガイダンス

検索

ID 94232

検索

▼問い合わせ

長野県飯田技術専門校

☎0265(22)1067

2023中部の私立大 学・短期大学学展

中部の私立大学・短期
大学による進学個別相談
会を開催します。

▼対象

高校生とその保護者

▼日時

6月19日(日)

午前10時～午後4時

▼場所

丘の上結いスクエア

▼申込方法

事前に大学展ホームペ
ージでお申し込みくだ
さい。

HP 大学展

検索

▼問い合わせ

(株)産通

☎052(232)7588

全市一斉水辺等 美化活動

身近な水辺などをきれ
いにするため、「全市一
斉水辺等美化活動」を実
施します。きれいなまち
づくりには多くの皆さんの
積極的な参加をお願いし
ます。

▼期日

7月3日(日)

※実施日時や内容は、各
地区によって異なります。

す。詳細は各地区の回
覧やご近所の方とご確
認ください。

市HP 全市一斉水辺等美化活動

検索

ID 94680

検索

▼問い合わせ

環境課 環境衛生係

内線5461

住んでいない家をお持ちの方へ

周りに迷惑をかけないようにしっかり管理してく
ださい。

異常があったら連絡してもらえよう近隣の方
と連絡が取れるようにしておきましょう。



住んでいない家の 管理のポイント

- ★ 通風、換気、通水
- ★ 外周の清掃、草取り
- ★ 傷みがあれば速やかに修理



空き家に関する相談窓口

結いターン移住定住推進課 空き家対策係
内線5442 ID 63552





講座

歴史研究所 ワークショップ①

今春刊行した聞き書き集「生存の地域史をかたる」を報告し、人間らしく、ともに生きることを求める生存の歴史を探ります。

▼テーマ

コロナ禍のなかから生存の歴史を問う

▼日時

6月18日(土)
午後2時～4時

▼場所

竜丘公民館

※オンラインでも参加できます。

▼内容

○問題提起

田中雅孝

(歴史研究所特任研究員)

○聞き手と語り手からの意見・感想

○コメント

安岡健一さん

(大阪大学大学院文学研究科)

山川みやえさん

(大阪大学大学院医学系研究科保健学専攻)

▼資料代

200円

※オンライン参加は無料

▼定員 40人

▼申込方法

電話、FAX、メールのいずれかでお申し込みください。

※FAXやメールの場合は、受講場所と電話番号もお知らせください。

▼申込受付締切

6月16日(木)

※開催日の1週間前に開催可否を判断します。

※感染状況によって、コメント者などがオンライン参加となる場合があります。

市HP 歴史研究所ワークショップ 検索

ID 20220618 検索

▼申し込み・問い合わせ

歴史研究所

TEL 0265(53)4670

FAX 0265(21)1173

✉ i-hr

@city.iida.nagan.jp

歴史研究所 ワークショップ②

飯田市歴史研究所の調査研究員が昨年刊行した「満洲移民・青少年義軍の研究」(吉川弘文館)に関して、書評・議論を行います。

▼テーマ

本島和人著「満洲移民・青少年義勇軍の研究」の書評

▼日時

7月2日(土)

午後2時～4時

▼場所

上郷公民館

※オンラインでも参加できます。

▼内容

○書評

原英章

(歴史研究所調査研究員)

上河内陽子

(歴史研究所市民研究員)

多田井一子

(歴史研究所満洲移民研究ゼミ生)

太田仙一

(歴史研究所研究員)

○コメント

満洲移民研究ゼミ参加者

細谷亨さん

(立命館大学経済学部准教授)

田中雅孝

(歴史研究所特任研究員)

齊藤俊江

(歴史研究所調査研究員)

○応答

本島和人

(歴史研究所調査研究員)

市HP 歴史研究所ワークショップ 検索

ID 20220702 検索

▼申し込み・問い合わせ

歴史研究所

TEL 0265(53)4670

FAX 0265(21)1173

✉ i-hr @city.iida.nagan.jp

▼資料代

200円

※オンライン参加は無料

▼定員 40人

▼申込方法

電話、FAX、メールのいずれかでお申し込みください。

※FAXやメールの場合は受講場所と電話番号もお知らせください。

▼申込受付締切

6月30日(木)

※開催日の1週間前に開催可否を判断します。

※感染状況によって、コメント者などがオンライン参加となる場合があります。

市HP 歴史研究所ワークショップ 検索

ID 20220702 検索

▼申し込み・問い合わせ

歴史研究所

TEL 0265(53)4670

FAX 0265(21)1173

✉ i-hr @city.iida.nagan.jp

**おもしろ科学工房と
図書館のコラボ企画**

南信州飯田おもしろ科学工房と図書館が「たのしく読んで、たのしく科学！」を開催します。

中央・鼎・上郷図書館では、5月28日(土)から6月23日(木)まで科学関連の本の展示を行います。

**▼おもしろ科学工房の
科学教室**

○テーマ

ミラーボックスをつくらう！

○対象

どなたでも参加できます。

※小学2年生以下は保護者同伴でお願いします。

○日時

6月4日(土)
午前10時30分～
11時30分

○場所

上郷図書館

○講師

南信州飯田おもしろ科学工房スタッフ

○受講料

無料

○定員

10組(先着順)

○申込方法

事前に上郷図書館に電話でお申し込みください。

**▼おもしろ科学工房の
特別講座**

○テーマ

みえるふしぎ

○対象

どなたでも参加できます。

○日時

6月12日(日)

午前10時～正午、
午後1時～3時

○場所

かざこし子どもの森公園
園おいで館

○受講料

無料

○講師

南信州飯田おもしろ科

学工房スタッフ

※特別講座は事前申込不要です。

※特別講座は会場で図書館の本が借りられます。

HP 飯田市立図書館

▼申し込み・問い合わせ

○科学教室

上郷図書館

☎0265(52)2551

○特別講座

生涯学習スポーツ課

社会教育係

内線3741

**養育支援家庭訪問
登録員養成講座**

市の養育支援家庭訪問事業を行う訪問員を養成する講座を開講します。子育て支援活動を行うための必要な知識や技術を学びます。

▼対象

飯田市ファミリーサポートセンターに登録していただけの方

※ファミリーサポートと

は、サポートを受けた

人と行いたい人をつ

なぎ、支えあうための

有償の地域活動です。

▼日時

6月24日(金)、7月20日
(水)、8月30日(火)、9月
13日(火)・27日(火)、10月
25日(火)、11月15日(火)、
12月6日(火)

全8回

午前10時～午後4時

▼場所

飯田勤労者福祉センター
または飯田女子短期
大学

※日時と場所は、開催日

によって変わります。

▼定員

20人程度

▼受講料

600円
(実習材料費)

▼申込方法

ファミリーサポートセンター窓口で会員登録と併せてお申し込みください。

▼申込受付締切

6月15日(水)

▼申し込み・問い合わせ

飯田市ファミリーサポートセンター(さんとぴあ飯田2階、飯田市社会福祉協議会内)

☎0265(53)3181

市ウェブサイト内 ID検索ができます!

本紙記事の ID 数字を
市ウェブサイト「ID検索」に
入力して検索すると、
そのお知らせが表示されます。



ID検索

例 1234567

検索

市のウェブサイトを買ってください

飯田市役所

検索

調理師試験と 受験対策講座

▼試験日時

9月14日(水)
午後1時～3時

(受付／午前11時30分
～午後0時30分)

▼試験場所

南信消費生活センター
(美術博物館隣)

▼合格発表

10月13日(木)
午前9時～

※飯田保健福祉事務所で
掲示後、本人宛てに通
知されます。

▼願書の提出

○受付期間

7月5日(火)～7日(木)
午前9時～午後5時

○受付場所

県合同庁舎2階
(追手町2-1678)

○持ち物

受験願書、履歴書、調
理業務従事証明書、写
真(名刺版またはパス

ポートサイズ)、受験
料(6200円)

※受付願書、履歴書、調

理業務従事証明書の様
式は、飯田保健福祉事

務所食品・生活衛生課
窓口でお受け取りいた

だくか、長野県公式ホ
ームページでダウンロ

ードできます。

▼合格対策講座

○日時

●7月26日(火)
午前9時～

午後4時50分

●7月27日(水)

午前9時～
午後4時30分

○場所

南信消費生活センター

○受講料

3万円

○持ち物

受講票、テキスト、問
題集、筆記用具、昼食

○申込方法

調理師試験願書提出時
に受講料を添えてお申

し込みください。

HP 長野県 調理師試験 検索

▼申し込み・問い合わせ

飯伊調理師会
(飯田保健福祉事務所
内)

☎0265(23)0303

募集

長野県知事選挙・期日 前投票所立会人募集

長野県知事選挙(8月

7日(日)投票)期日前投

票所の投票立会人を募集
します。

▼投票立会人の主な業務

○投票の手続き全般に立
ち会い、適正に行われ
ているか確認

○投票用紙の持ち帰りな
どがないか確認

○投票録の内容を確認・
署名・押印

▼従事場所・期間

○市役所本庁舎

7月22日(金)～

8月6日(土)

午前8時30分～

午後8時15分

○上郷公民館

8月2日(火)～5日(金)

午前9時30分～

午後8時15分

▼報酬

1日9600円

※規定の源泉所得税を控
除します。

※支払いは、指定の預金
口座に振り込みます

(選挙が終了してから
1カ月後程度)。

※交通費、食事代の支給
はありません。

▼応募資格

○市内在住の満18歳以上
で、飯田市の選挙人名
簿に登録されている方

○特定の候補者の選挙運
動や政治活動を行って
いない方

○期間中に1日から2日
間程度、立ち合いがで
きる方

▼募集人員

40人

※応募多数の場合は抽選
となります。

▼応募方法

申込書を選挙管理委員
会事務局窓口にお持ち
いただくか、郵送、F

AX、メールのいずれ
かでご提出ください。

※申込書は市ウェブサイ
トでダウンロードでき

ます。ダウンロードで
きない場合は、郵送し

ますのでお問い合わせ
ください。

▼募集締切

6月17日(金)

市HP 期日前投票所 立会人 検索

93703 検索

▼応募・問い合わせ

〒395-18501

大久保町2534

選挙管理委員会事務局

☎0265(22)4524

FAX 0265(22)6140

☒senkyo

@city:ida.nagano.jp

飯田市行財政改革 推進委員の募集

飯田市の行財政改革の推進に関して審議いただく委員を募集します。

▼募集人数 若干人

▼応募資格

市内在住で、次の全てに該当する方

- 平日昼間、平日夜間、休日昼間に開催される会議に出席できる方（年間3回開催予定）
- 社会経済情勢の変化に対応した効率的で効果的な市政の推進に関心のある方

※公共団体の職員、常勤の公務員の方は原則として応募できません。

▼任期

任命の日から令和7年3月31日まで（おおむね3年間）

▼報酬

規定により支給します。

▼応募方法

申込書と行財政改革に関する作文（800字以内、任意様式）を財政課窓口にお持ちいただくか、郵送、FAX、メールのいずれかでご提出ください。

※申込書は、財政課窓口でお受け取りいただくか、市ウェブサイトダウンロードできます。

▼募集期間

6月1日(水)～17日(金)（郵送/当日消印有効）

▼選考結果

6月末を目途にお知らせします。

▼応募・問い合わせ

市HP 行財政改革推進委員

ID 65425

〒395-8501

大久保町2534

財政課 行革・施設マネジメント係

内線2135

FAX 0265(24)4511

✉ zaisei

@city.iida.nagano.jp

長寿企業等の募集

長年にわたり、地域に貢献してきた企業・団体などの技術や経営などを顕彰し、地域経済のさらなる発展を担う企業・団体などの活力向上と企業精神の高揚を図ります。

▼対象企業・団体

- 市内で、40年以上本社・支社・支店・営業所などを継続し、令和5年3月31日までに40・50・60・70・80・90・100周年を迎える、または、100年以上継続している企業など（昨年度表彰者除く）

○従業員が10人以上

※地域貢献などに顕著な実績がある場合、また、100年以上事業を継続している個人事業主である場合も対象です。

○受賞に相応しくない事実（紛争の当事者、税

の滞納など）のない企業・団体など

▼推薦方法

推薦書（自薦または他薦）に、設立・創設年月が分かる書類などを添付していただき、郵送でご提出ください。

※推薦書は、市ウェブサイトダウンロードできます。

▼審査

推薦書を審査し、顕彰企業などを決定します。

▼推薦書受付締切

8月8日(月)

▼顕彰企業

顕彰式典を9月30日(金)に開催し、表彰状と記念品を授与します。

市HP 長寿企業

ID 82231

▼提出・問い合わせ

〒395-8501

大久保町2534

産業振興課

総務企画係

内線3511

令和3年度「素敵なパートナー女(ひと)と男(ひと)」標語 入賞作品の紹介

※学校名や学年は入賞当時のものです。

★優秀賞【児童の部】

女だから 男だからと決めつけないで
女(ひと)と男(ひと)は助け合い

千栄小学校 6年 藤本 心美

★入選【児童の部】

「手伝うよ」
その言葉だけで ありがとう

丸山小学校 4年 塩澤 咲笑

★入選【児童の部】

凹凸もあわせると□(四角)になるんだ、
人も同じでおぎないあう。

追手町小学校 4年 勝又 玲

農村起業家 育成スクール

地域力創造アドバイザーを講師に農村起業家育成スクールを開催します。

▼対象

○市内で地域資源を使った起業をお考えの方

○現在の事業に地域資源を使ったビジネスを加えたい事業者など

▼日時・内容

次表のとおり

▼場所

龍江公民館

▼講師

曾根原久司さん

(総務省地域力創造アドバイザー)

▼受講料 無料

▼募集人数 12人

▼応募方法

申込書を結びターン移住定住推進課窓口にお持ちいただくか、郵送、FAX、メールのいずれかでご提出ください。

農村起業家育成スクール 開催日程

回	期日	時間	内容
第1回	7月6日(水)・7日(木)	【1日目】 13:00～17:30 【2日目】 9:00～12:00	研修の概要説明、 ビジネスモデルの構築ワークショップ
第2回	8月9日(火)・10日(水)		ビジネスモデル発表、 農村資源をビジネス視点で掘り下げ
第3回 (合宿)	9月13日(火)・14日(水)		都市のニーズからターゲットの抽出
第4回	10月19日(水)・20日(木)		ビジネスモデルの構築
第5回	11月29日(火)・30日(水)		事業計画・発表資料作成
第6回 (合宿)	1月11日(水)・12日(木)		事業計画・発表、ブラッシュアップ
第7回	2月10日(金)・11日(祝)		ビジネスプラン発表会

▼募集締切

6月30日(木)

市HP 農村起業家育成

ID 63559

検索

▼応募・問い合わせ

〒395-8501

FAX 0265(22)4568

大久保町2534

結びターン移住定住推

進課 遠山郷・中山間

地域振興係

内線5442

ムトス飯田・チャレン ジ助成事業募集

ムトス飯田推進委員会

は、「ムトス飯田助成事業」に加えて、対象枠を広げた「ムトスチャレンジ助成事業」を新設しました。いずれも20歳までの若者限定枠があります。

▼応募方法

申請用紙を共生・協働推進課窓口、または自治振興センターへお持ちいただくか、郵送でご提出ください。

※申請用紙は市ウェブサイトでダウンロードできます。

市HP ムトス飯田

ID 945821

検索

▼応募・問い合わせ

○ムトス飯田推進委員会事務局(共生・協働推進課ムトス推進係)

〒395-0086

東和町2-35

丘の上結いスクエア

☎ 0265(22)4560
FAX 0265(22)1022
✉ danjo
@city.iida.nagano.jp

○自治振興センター

市営・県営住宅の 入居者臨時募集

▼対象住宅

○市営住宅

北の原(松尾常盤台)

○県営住宅

お問い合わせください。

▼募集期間

6月13日(月)～24日(金)

※応募に必要な書類や、

応募方法の詳細は、お

問い合わせください。

※先着順に審査し、決定

します。

市HP 市営住宅 募集

ID 82609

検索

▼応募・問い合わせ

長野県住宅供給公社飯田管理センター

(美術博物館隣、南信

消費生活センター内)

☎ 0265(48)0460

子どもの本研究会 会員募集

子どもの本（絵本・児童文学）や作家に関して、毎月の例会などで自主的に学んでいる会です。

子どもの本に関心のある方、一緒に活動しませんか。いつからでも入会でき、見学も歓迎します。

▼日時

毎月第2金曜日
午前10時～正午

※第1回は5月13日に終了しました。

▼場所

中央図書館

▼内容

今年のテーマ
サン・テグジュペリ
「星の王子さま」
ヨハンナ・シュピリ
「アルプスの少女ハイジ」

▼年会費

12000円

HP 飯田市立図書館

検索

▼申し込み・問い合わせ

中央図書館

☎0265(22)0706

放送大学で 学んでみませんか

放送大学では、今年度第2学期（10月入学）の入学生を募集しています。放送大学とは、テレビ・ラジオ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。10代から90代の幅広い年代の方が、仕事のスキルアップに繋がりたい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。

▼出願期間

6月10日(金)～
9月13日(火)

市HP 放送大学

ID 94207

▼資料請求・問い合わせ

放送大学

長野学習センター

☎0266(58)2332

FAX 0266(57)1135

相談

保護者対象 就労相談会

いいだ若者サポートステーションでは、無料の就労相談会を開催します。

▼対象

15歳～49歳で就労して
いない方の保護者

▼日時

6月25日(土)
午前10時～
午後5時30分

▼場所

いいだ若者サポートステーション（本町1-12 中村ビル2階）

▼申込方法

電話でお申し込みください。

▼申込受付締切

6月23日(木)

市HP 就労相談会

ID 92854

検索

▼申し込み・問い合わせ

いいだ若者サポートステーション

☎0265(49)3150

（開所日／火・木・土曜日、午前10時～午後5時30分）

農地相談

農地の売買や貸し借り、農地の転用、遊休農地対策、農業者年金など農地に関する相談を、各地区担当の農業委員と農業委員会事務局職員が受け付けます。

開催地区以外のご相談は、農業委員会事務局までご連絡ください。

なお、7月の農地法許可申請などの締め切りは、7月15日(金)です。

▼開催日・開催地区

次表のとおり

▼申込方法

上村・南信濃地区は、電話でお申し込みください

さい。

▼申込受付締切

各地区開催日の前日

（土・日曜日、祝日を除く）

市HP 農地相談

ID 7476

▼申し込み・問い合わせ

農業委員会事務局

☎0265(21)3219

月・日(曜日)	地区	場所	時間	予約
7月1日(金)	下久堅	下久堅公民館	9:30～11:00	—
7月4日(月)	伊賀良	JA伊賀良支所	9:30～11:00	—
	上村	上村公民館	15:00～16:00	必要
7月5日(火)	南信濃	南信濃公民館	13:30～14:30	必要
	龍江	JA龍江事業所	9:30～11:00	—
7月7日(木)	竜丘	JA竜丘支所	9:30～11:00	—
	山本	JA山本支所	9:30～11:00	—



今月のプレゼント



菱田春草「春秋」 イタチとハトのマグカップ

募集締切 **6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をもって代えさせていただきます。



菱田春草の作品「春秋」で描かれているイタチとハトのマグカップ。いずれか1個をプレゼントします。

リニア駅ができるまち飯田

リニアの駅って、どーなるの？

●問い合わせ/リニア推進課 内線3322



令和元年に取りまとめたリニア駅周辺整備の基本方針「デザインノート」。ここに示されたリニア駅前空間「結いの広場」を具体的なかたちにするため、デザインや交通など、さまざまな観点から検討を続けてきており、その報告を2回に分けて行います。

第1回目は、5月28日に開催され、基本的な考え方について説明しました。この報告会は、YouTube「飯田市」チャンネルでご視聴いただけますので、リニア駅周辺整備の“今”を知って、ぜひご意見をお寄せください。

第2回目の報告会は7月16日(土)開催予定ですので、こちらもご視聴ください。

二次元コードを読み込んだリンク先(※)で

【オンライン報告会を視聴する】をクリックしてください。



(※)市ウェブサイトページ

ID検索

20220528

検索

●ご意見もこのページからご投稿いただけます。

ご意見をお寄せください。



↑ 視聴はこちらから

YouTubeでリニア関連動画

公開中!

※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

●ウェブサイトをご覧いただけない場合は、資料をお渡しますようお願いいたします。

6月は食育月間です

あさ はん だ 域産域消で結いの朝・飯・田! みんなで食べよう、楽しい食事

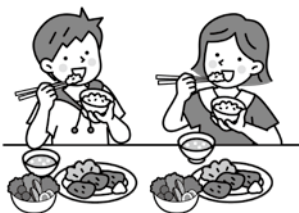
市では第3次飯田市食育推進計画に基づき、地域やさまざまな関係団体が連携して食育に取り組み、市民総健康と生涯現役を目指しています。

あと一品! 野菜を食べよう

生活習慣病予防のために取りたい野菜の量は、**1日350g**です(小鉢5皿分が目安)。

ここ3年分の推移をみると、野菜の摂取量が少なくなっている傾向にあります(図1)。

また、若い年代ほど朝食、昼食のときの野菜が少ないことがわかります(図2)。



小鉢1皿分、片手1杯分を目安に、今より少し野菜を増やす生活を始めてみませんか。

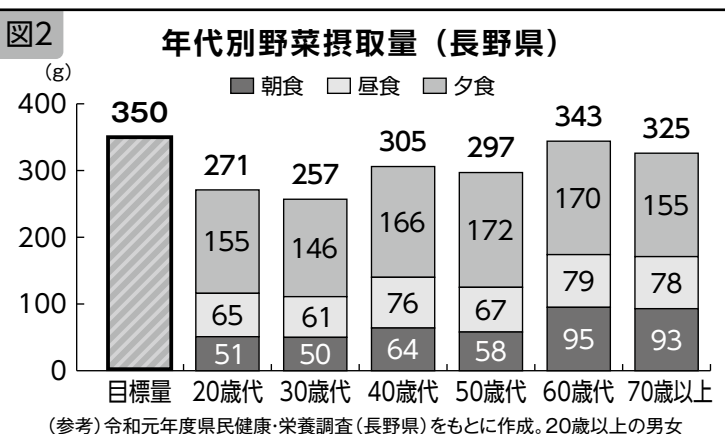
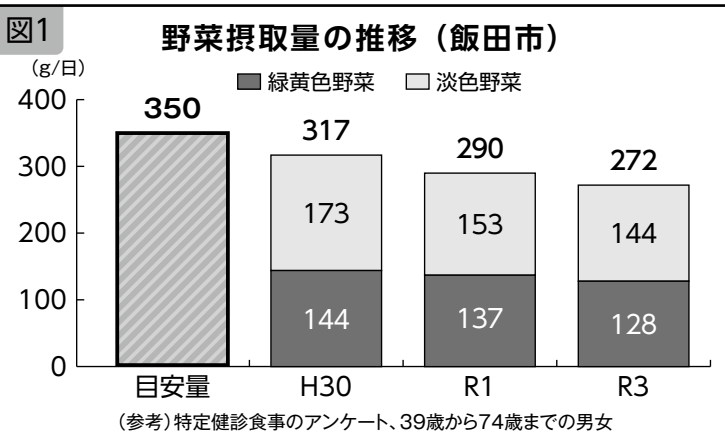
旬の野菜と調理のポイント!

6月から8月は色の濃い野菜がたくさん収穫できる時期です!

毎月、広報いいだ裏表紙の「**もっと食べようおやさい**」で、いろいろな野菜のレシピを紹介しています。

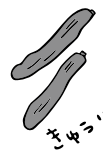
ぜひ作って食べてくださいね。

今月はトマトです。



きゅうり

ビタミンCを壊す酵素を含むため、食前に塩や酢を加えると酵素の働きを抑えられます。



新玉ねぎ

血圧を下げるなどの働きのある辛み成分の硫化アリル。水溶性で熱に弱いので、生のまま食べると効率よく摂取できます。



ピーマン

加熱しても壊れにくいビタミンCがたっぷり。強火で短時間炒めると歯切れよく食べられます。



ナス

油をよく吸いますが、調理前にレンジで加熱したり塩を振って水分を出すと吸う油を減らせます。



さやいんげん

茹ですぎるとビタミンB群などが流出しやすいため、1分程度茹で、冷水に取り出しましょう。



かぼちゃ

油に溶けるβカロテンを豊富に含むため、炒め料理やバターなどと相性が良いです。皮を削ぐと煮汁がしみ込みやすくなります。



●問い合わせ/保健課 食育担当 内線5537

市HP いいだ食育

検索

令和4年度「飯田市 域産域消の食育店」店舗情報一覧

市では、南信州地域で生産される農林水産物やその加工品を積極的に使用して、地域内外に発信する店舗などを「飯田市 域産域消の食育店」として下表のとおり認定しています。ぜひご利用ください。

	店名	住所	電話	休業日
1	Ground Cuisine 川楽屋	上郷別府292-321	0265-23-5033	水曜日、第2・4火曜日
2	ナチュラルキッチン TESSHIN	本町2-1 サンクチュアリビル1階	0265-48-0150	不定休
3	シルクホテル	錦町1-10	0265-23-8383	【朝食】年中無休、 【ランチ】月曜定休(祝日営業) 【ディナー】土・日曜日、祝日
4	いろいろの宿 島畑	南信濃八重河内580	0260-34-2286	月曜日(祝祭日は除く)
5	ふれあい農園おおた	千栄2165	0265-59-2616	年末年始
6	カレーの大原屋	羽場権現978-4	0265-21-0739	火曜日、最終月曜日
7	3びきのこぶた	鼎一色49-1	0265-52-5355	1月1日
8	日本料理 柚木元	東和町2-43-1	0265-23-5210	不定休
9	西洋割烹 吉祥寺	鼎中平1995-29	0265-53-5497	不定休
10	居酒屋 喜楽	大瀬木214-1	0265-25-4415	日曜のうち月に2回
11	手作り生パスタ専門店 sale e pepe	鼎名古熊2183	0265-52-3548	月・火曜日 (祝日の場合ランチタイムのみ)
12	殿岡温泉 湯元 湯～眠	上殿岡628	0265-28-1111	無休
13	灯 -akari-	鼎名古熊2610-1	0265-48-0725	火曜日、不定休(月2回)
14	TRATTORIA BELLA SONIA ベッラソニア	鼎下山1419-1	0265-23-7720	月曜日
15	ロカンディーナ ミヤザワ	上郷別府1403-1	0265-49-8195	1月1日・2日、月曜日
16	Cafe Fukuume	下久堅知久平1800-4	0265-29-7785	火曜日
17	お食事処 夢	鼎下山1071-7	0265-49-8822	土・日曜日、祝日
18	ノエル洋菓子店	育良町1-21-10	0265-25-1999	水曜日
19	かなえ茶屋	鼎一色110-1	0265-22-8188	1月1日
20	さすが家	座光寺3895-1	0265-53-1515	1月1日
21	高原ロッジ下栗	上村1250	0260-36-2758	不定休
22	飯田市役所 『やまなみ』食堂	大久保町2534 飯田市役所内	0265-21-4511 内線3835	土・日曜日、祝日
23	ごちそうカラオケ大さじ小さじ	上郷飯沼3630-1	0265-53-0115	木曜日
24	たかどやモーモー	山本1649-1	0265-25-6041	月曜日
25	Trattoria Gastronomia MONDO.	大通2丁目228-7	0265-48-5150	火曜日 その他不定休有
26	やわらの	長姫町58	0265-48-5038	不定休
27	一夢庵	中央通り2-21-2	0265-48-6402	日曜日
28	熟成とんかつ 3びきのこぶた座光寺店	座光寺3349-1 エスパードB棟1階	0265-49-0978	水曜日
29	食楽工房 元家	南信濃和田456-1	0260-34-2501	火曜日、年末年始
30	ビーラクスマツカワ	鼎中平2865-1	0265-22-3673	火曜日
31	船橋屋 (本店・アップルロード店)	【本店】 山本3338-1	0265-25-2043	火曜日
		【アップルロード店】 鼎一色136-3	0265-52-2784	1月1日

※営業時間や休業日の変更など、事前に各店舗へお問い合わせください。【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5305

6月1日～7日は水道週間です

第64回水道週間スローガン 「大切な 水と一緒に 暮らす日々」

水道に関する作品を募集します

限りある水資源(水道)の有効利用をアピールすることを趣旨として、全国一斉に水道に関する作文などを募集します。作品を通じて、生活の支えとなっている水道への理解を深め、親しみを持つことの啓発をしていきます。

◆募集期間／6月1日(水)～7月20日(水)

※当日消印有効

◆発表／9月に日本水道新聞で発表予定

◆共催団体／日本水道新聞社、日本水道協会、 全国簡易水道協議会

◆後援／厚生労働省

◆応募作品の送付先・問い合わせ／

〒395-8501 大久保町2534

上下水道局 経営管理課 庶務係 内線5252

「水道週間作品募集」係

※応募作品は、上下水道局から日本水道新聞社に送付します。

※作品は1点ごとに学校名と学年(一般の方は住所、電話番号、年齢)、氏名(ふりがな)を明記してください。作品はいずれも未発表のものに限ります。

※各入賞作品の使用に関する権利は主催者に帰属することとします。応募作品の返却はしません。

※入賞者の氏名、学校名、学年、市町村名、作品の一部は、主催者の広報として、印刷物やWEBサイト、新聞などで利用・掲載することがあります。ご応募いただいた時点でこれらの情報を公表することに同意いただいたものとみなさせていただきます。

習字の部	<p>●対象：小学生</p> <p>●題材：◇小学校低学年「みず」 ◇小学校高学年「水道週間」</p> <p>※大きさは半紙とし、学年、氏名を明記のこと。</p>
図画の部	<p>●対象：小・中学生</p> <p>●題材：水道に関する図画またはポスター</p> <p>※大きさはA2判からB4判程度とします。</p>
作文の部	<p>●対象：小・中学生</p> <p>●題材：水道に関する自由な「作文」</p> <p>●字数：原稿用紙(400字詰め)</p> <p>◇小学校低学年2～3枚程度 ◇小学校高学年3～4枚程度 ◇中学生4～5枚程度</p>
標語の部	<p>●対象：資格制限はありません。</p> <p>●題材：「水道に関するもの」</p> <p>※はがき1枚に1標語とし、応募数は自由。</p>

★ 健康な毎日を過ごすために手洗いと水分補給を ★

新型コロナウイルス対策に

●手洗いをしましょう!

手や指についたウイルスの対策は、洗い流すことが最も重要です。手や指に付着しているウイルスの数は、流水による15秒の手洗いだけで1/100に、石けんやハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すすぐと1万分の1に減らせます。

脱水予防に

●水道水でこまめに水分補給をしましょう!

体の中の水分が不足すると、熱中症、脳梗塞などさまざまな健康障害のリスクの要因となります。寝る前、起床時、スポーツ中とその前後、入浴の前後、のどが渇く前に水分補給を心がけることが大切です。

(厚生労働省ウェブサイトより)

新婚生活を 応援します!

結婚新生活支援事業

結婚により新生活を始める方を対象に、新生活のスタートアップを支援します。



対象者

次の要件を全て満たす必要があります。

- ①令和4年4月1日から令和5年3月31日までに入籍した世帯
- ②夫婦の所得を合わせて400万円未満
(※奨学金を返済している場合は年間返済額を控除)
- ③夫婦ともに婚姻日における年齢が39歳以下の世帯
- ④対象となる飯田市内の住居に夫婦が住所を有している世帯
- ⑤その他、飯田市が定める要件を満たす世帯

対象費用

- 新居の購入費・建築費・家賃・リフォーム費用など
- 新居への引っ越しで、引越業者や運送業者に支払った費用

補助額

- 夫婦ともに39歳以下は、1組あたり上限30万円
- 夫婦ともに29歳以下は、1組あたり上限60万円

申請の流れ

まずは福祉課地域福祉係にご相談ください!!

- 1 入籍 (これから入籍予定の場合)
- 2 申請 (申請書と添付書類を提出)
- 3 市にて審査後交付決定
- 4 口座に振り込み

申請期限

令和5年3月31日(金)

※令和5年2月～3月に入籍を予定されている場合は、事前にご相談ください。

問い合わせ

福祉課 地域福祉係 内線5729

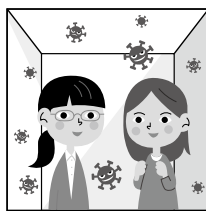
市HP [結婚新生活支援事業](#) 🔍 検索 ID [93628](#) 🔍 検索

感染予防にご協力ください



3つの密 絶対に避けて

換気の悪い密閉空間



大勢がいる密集場所



間近で会話する密接場面



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 ☎0265(22)5252●電話受付時間／9:30～17:30
●入館受付時間／9:30～16:30

HP 飯田市美術博物館 🔍 検索

プラネタリウム

【プログラム】

- 6月から8月までの土・日曜日、祝日
 - 10:00～10:30 ヤドカリくん、ほしをみに
 - 13:00～14:00 リラックマのプラネタリウム
 - 15:30～16:30 ガイアの銀河

●平日のプログラム

10:00～17:00 予約投影

料金：一般…250円、高校生…150円

小中学生…50円

定員：45人

【特別投影】

「野尻抱影^{ほうえい}を読む」

英文学者でありながら「星の文人」と呼ばれ、日本各地での多種多様な「星の呼び名」を収集し、日本人の豊かな感性を世に伝えた野尻抱影のエッセイなどを紹介します。

日時：6月25日(土) 15:30～16:15

場所：プラネタリウム天歩

定員：45人(当日受付、先着順)

お知らせ

伊那谷の自然と文化研究費補助金

申請受付

飯田市内の個人、団体の方々が行う伊那谷の自然と文化に関する研究活動を支援する「伊那谷の自然と文化研究費補助金」の申請を受け付けます。

内容：伊那谷の自然や文化を対象にした市民研究について、調査に関わる費用を補助します。

対象：●市内在住の個人

●市内に事務所を置く団体

申請期間：6月15日(水)～30日(木)（郵送／期間最終日の消印有効）

申請方法：申請書と添付書類を美術博物館にお持ちいただくか、郵送でご提出ください。

申請書式は美術博物館ウェブサイトからダウンロードできます。

●「伊那谷の自然と文化研究費補助金交付申請書」

氏名(団体名・代表者名)、住所、電話番号を明記し、研究事業の目的や内容、完了時期、交付を受けようとする額を記載。

●添付書類

●事業計画書 ●収支予算書

※団体の概要や、近年の活動報告などの資料があれば添付してください。

審査：美術博物館協議会に諮問し、教育委員会で協議し決定します。

美術博物館からのお知らせ

展 示

【コレクション展示】

「農の日本画家 仲村進」

日程：開催中～6月19日(日)

【須田剋太と書】

日程：6月11日(土)～8月7日(日)

【文化トピック展示】

「飯田城から追手町小学校へ」

日程：6月8日(水)～9月11日(日)

【自然トピック展示】

「夏だ! 虫だ! クワガタだ!!!」

日程：6月8日(水)～9月25日(日)

【菱田春草常設展示】

第35期「墨の情趣 — 春草の水墨表現 —」

日程：6月11日(土)～7月24日(日)

【特別陳列】

「南アルプスジオパーク ジオサイトを巡る」

日程：7月2日(土)～9月19日(祝)

講 座

【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へご案内します。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：6月19日(日)

11:00～12:00、14:00～15:00

場所：美術博物館科学工作室

【美術講座 表現をひらく】

飯田市北方出身の南画家、鈴木芙蓉が手がけた真景図について、新収蔵品の《鳴門曉景図》なるとぎょうけいずや代表作の《那智瀑泉真景図》なちばくせんしんけいずを通して、芙蓉が新たに開いた世界について探っていきます。

演題：鈴木芙蓉の真景図

日時：6月19日(日) 13:30～15:00

場所：美術博物館講堂

講師：榎村洋介(美術博物館学芸員)

定員：50人

受付開始：6月5日(日)～ ※予約先着順

受講料：無料

【自然講座】

近年、数十年～百年程度の間隔で過去の気候変化を読み取れるようになりました。その結果、歴史記録と科学データとの対比が可能となり、過去の文明の盛衰と気候変化が関連した可能性が指摘されています。講座では、中国、マヤ文明、日本での例を紹介します。

演題：気候変化と文明の盛衰は関係するか？

日時：6月26日(日) 13:30～15:00

場所：美術博物館講堂

講師：山田 桂さん(信州大学教授)

定員：50人

受付開始：6月11日(土)～ ※予約先着順

受講料：無料

【文化講座・見学会】

飯田城下町の町人の負担の一つであった地子米じしまいの様子や上飯田村との関係などから城下町飯田の性格を考えていきます。

演題：城下町人の地子米と上飯田村

日時：7月10日(日) 13:30～15:00

場所：美術博物館講堂

講師：前澤 健さん(美術博物館評議員)

定員：50人

受付開始：6月25日(土)～ ※予約先着順

受講料：無料

三遠南信通信

三市合同企画 第177回

特別

@KAGAYA Studio



浜松科学館 プラネタリウムリニューアル

今、プラネタリウムがおもしろい!

屋内にいなながら満天の星空を楽しむことができるプラネタリウム。そのプラネタリウムが大人も楽しめる空間に進化しています。

2022年3月にリニューアルオープンした浜松科学館のプラネタリウムでは、従来の放映機の300倍以上とな

る、およそ1億個の星々を映し出すことで、街灯りが無い真つ暗な場所で夜空を見上げた時のような、限りなく本物に近い星空を再現しています。

また、その日の夜に浜松で見られる星空と天文宇宙に関する旬な話

題を紹介する「生解説プラネタリウム」は、スタッフによるライブ解説が特長。担当するスタッフによって語り口や演出などに違いがあるのも見どころの一つです。

まるで宇宙空間にいるような、感動のある星空を体験してみませんか？

浜松科学館「みらいーら」

- 場所 / 浜松市中区北寺島町256-3
- 開館時間 / 9:30~17:00 (入場は16:30まで)
※夏季期間は18:00まで開館
- 休館日 / 月曜日・年末年始ほか
- 料金 (常設展入場料とプラネタリウム1回分観覧) /
大人...1,100円、高校生...550円、中学生以下...無料
- 問い合わせ / ☎053(454)0178

※放映スケジュールはホームページで確認してください。



みんなが
主役!

合言葉は

ムトス!

第55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합니다。

● 問い合わせ / 共生・協働推進課 内線4910



ムトス飯田



域の方に教わりながら一緒に汗を流しました。活動を通してさまざまな世代と交流し、楽しく竹林整備をしていきたいです。



楽しく、持続的な竹林整備をモットーにかつては人々の生活に必要な資源として活用されてきた竹林は、プラスチック製品の普及や安価な筍の輸入によって、次第に人の手が入らなくなり、その結果、放置された竹林が広がり社会問題となつています。私たちは、南信州伊那谷の豊かな里山資源を守るため、放置竹林の整備や伐り出した竹を竹炭や竹チップなどに加工したり、春には2mほどに伸びた筍を国産メシマとして加工し販売したりすることで持続的な竹林整備活動を行っています。

今年の春には都市部の大学生と一緒に竹林整備を行い、育ちすぎた筍を収穫し、メンマづくりを行いました。大学生の皆さんにとっては初めて行う活動ばかりで、地域の方に教わりながら一緒に汗を流しました。活動を通してさまざまな世代と交流し、楽しく竹林整備をしていき

団体名
**NPO法人
いなだに竹Links**



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

6月9日(木)から申し込みの受付を開始します

* 6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。

★はじめての方でも楽しくフラダンス! ～基礎を学びながら1曲踊ってみよう～

日時:6月19日(日)

①10:00~11:30(園児・小学生・親子)

②13:30~15:00(中学生~大人)

講師:近藤裕子さん(フラ&タヒチアンHoaloha)

参加費:1人...300円、親子...500円

持ち物:飲み物、タオル

★楽しくゆっくり健康体操! ～椅子に座りながらできる体操や脳トレです～

日時:6月22日(水) 10:00~11:00

講師:久保田 愛さん

参加費:500円

持ち物:タオル、飲み物、動きやすい服装



★紙を使ってかわいいお花のアクセサリ作り ～パピエル®体験講座～

日時:6月26日(日)

①10:00~12:00 ②13:30~15:30

講師:青山弘子さん

参加費:1,000円(材料費込み)

持ち物:ハンカチ



★セルフメディケア 自分の体を自分でメンテナンス ～足のだるさ・膝が楽になるマッサージ～

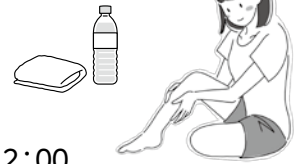
日時:6月30日(木)

①10:00~11:30 ②13:30~15:00

講師:KADUNさん

参加費:500円

持ち物:飲み物、タオル



★エコカフェフリー

日時:7月5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。



※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。

「毎日の通勤に
自転車を取り入れ
よう!」
環境にやさしい乗り
物といえば一番に自転
車があげられますね。
CO2ゼロどころへでも
出かけられる自転車はこ
れからの季節、お勤めの
乗り物です。例えば往復
15kmの自動車通勤を自
転車に変えた場合、1年
間で2500ℓものガソリ
ンの節約になるそうで
す。毎口ではなくても、多
くの方が自転車通勤に
切り替えることでCO2
排出量も減り、環境保全
に大きく貢献できます。
ところで、6月から9
月は一年の中で特に暑
さが厳しいので「自転車
なんて」と思われがちで
すが、「直射日光対策」と
「汗対策」をしっかりして

おけば、走っている最中
は意外とそこまでつらく
ありません。むしろ車内
の方がよほど暑くて苦
しいでしょう。
夏はダイエットを考え
る人も多くなりますが、
背筋を伸ばし、腰を入れ
た姿勢で自転車をこぐ
と、血流がよくなり全身
の脂肪が燃えやすくな
ります。また、正しい姿
勢をキープすることで、
大腰筋や腸骨筋などの
腸腰筋群と、背筋、腹筋
を使うことになり、お腹
回りのシェイプアップの
効果も高まります。
この時期は気温の差
が激しく体調を崩しや
すいですが、自転車通勤
による適度な運動で抵
抗力をUPさせ夏バテ
を防ぎましょう。

ちやうど
エコな生活を



エコライフを楽しもう
エコハウスコーディネーター

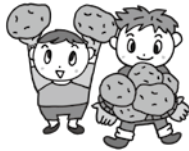
※ジャガイモほりとサツマイモうえ

7月9日(土) 9:00~11:00

対象:子どもと保護者

講師:かわらんベスタッフ

内容:作物の生長を学ぶ栽培体験。



※各講座の持ち物などの詳細は
ホームページから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。本誌回覧の頃には受付終了となっている場合もあります。



かわらんベ
ホームページ



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(誰でも参加できる体験イベント)

※父の日のプレゼントをつくろう ～シェイカーカード～

6月18日(土)・19日(日)

10:00~12:00、13:30~15:00

材料費:300円

場所:なかまの館



※ラベンダースティックづくり

6月25日(土) 10:00~12:00、13:30~15:00

材料費:200円

場所:なかまの館

※ラベンダーの開花状況によっては、別のイベントになる場合もあります。

※クラフトパーク

6月26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



※七夕かざりづくり

7月2日(土)

10:00~12:00、13:30~15:00

材料費:100円

場所:なかまの館

※森のかみしばい劇場

～紙芝居・読み聞かせグループのみなさんによる楽しいステージ～

7月3日(日) ※詳細は、公園HPにてお知らせします。

主催:森のかみしばい劇場実行委員会

NPO法人いいだ人形劇センター

飯田文化会館

※和紙でつくるお星さま

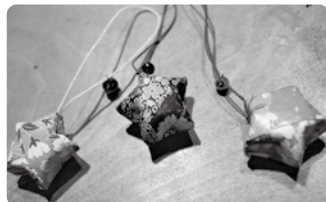
7月9日(土)・10日(日)

10:00~12:00、

13:30~15:00

材料費:150円

場所:なかまの館



森森市民大学(市民のみなさんによる活動)

※ぼくらのドンと風の広場 ～和太鼓の演奏と体験ワークショップ～

6月18日(土) 14:00~15:30

場所:風の広場

料金:無料

主催:橋北屋台囃子保存会 子供連 THE SIMBA・
吟遊打人 塩原良さん

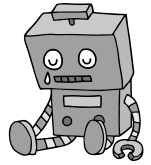
※おもちゃの修理屋さん

6月25日(土)、7月9日(土) 10:00~12:00

場所:なかまの館

主催:玩具の修理屋さん

料金:無料



森森大学院(大人向け体験学習講座)

※対象:中学生以上

※予約制

※予約は公園事務局(☎0265-59-8080)までお電話ください。

※予約期間は、開講3日前までです(定員になり次第締め切ります)

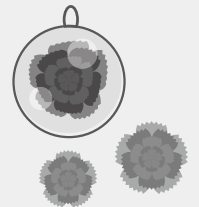
※とんぼ玉作り体験 ～水中花のプチペンダント～

7月2日(土) 9:30~16:00

材料費:4,000円

場所:土の工房

講師:城下鮎子さん(とんぼ玉作家)



※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(6月15日~7月14日の期間中)

6月20日(月)、27日(月)、7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! マスクをつけて遊びにきてね!

●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。

※偏光板ステンドグラスを作ろう!

6月19日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

※【特別講座】

プログラミングでドローンを飛ばそう

6月26日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

※アメンボウで遊ぼう

7月3日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00

※ポンポン船を作ろう

7月10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 社会教育係 内線3742 ID 76192

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
https://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。

❖羊毛を洗おう

6月18日(土) 10:00～(雨天中止)
場所:ふれあい広場

★5月に毛刈りをしたヒツジの毛をみんなで洗ってきれいにしましょう。洗った羊毛は今後のイベントに使います!



❖いいだ丘のうえ朝市

6月19日(日) 9:30～13:30(雨天は翌週に延期)
場所:四季の広場(動物園横)

❖7月10日は納豆の日

7月10日(日) 13:30～(小雨決行)
場所:サル山観覧エリア

★サル山のサルたちに納豆をプレゼントします。サルが納豆をどのように食べるのか観察してみましょう!参加費は無料。



毎週土・日曜日、祝日のイベント(定期)

❖モルモット、ヤギ、ヒツジ、リクガメ、ポニーのふれあい

11:00～11:30(土・日曜日、祝日のみ開催)

※混雑時は、入場制限をかける場合があります。

休園日(6月15日～7月14日の期間中)

6月20日(月)、27日(月)、7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

❖ウォーキングで健康生活

6月16日(土) 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:龍江地区の今田平コースを歩きます。

❖絵手紙講座

7月7日(土) 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



申込受付日限定(6月4日(土)・5日(日)の2日間)

❖【開館20年】発掘!20年前の水辺の楽校

7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:発見できるかな?20年前のストーンペイントの石。



❖アレチウリの駆除

7月3日(日) 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:迷惑植物を退治して環境保全。



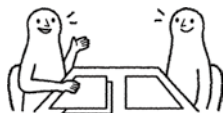
人形劇の掲示板

人形劇の相談所

いいだ人形劇フェスタ上演に向け、人形劇製作に取り組む方のためによろず相談所を開設します。

日程:6月7日(火)、14日(火)、21日(火)

※参加無料、予約制



森のかみしばい劇場

地元の紙芝居・読み聞かせグループによるジョイント公演です。

日時:7月3日(日) 10時～

場所:かざこし子どもの森公園

料金:100円



人形劇『人魚姫』展

市民による“飯田発”の人形劇『人魚姫』。

いいだ人形劇フェスタで注目を集めた作品の魅力や市民活動の記録を、人形展示・写真・映像で振り返ります。

日程:6月中旬～8月中旬

場所:川本喜八郎人形美術館2F交流ゾーン

※観賞無料



■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

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			13:00~17:00
	中国語	月・火・木・金曜日			13:00~17:00
	ベトナム語	木曜日			9:00~12:00
女性の 相談のための	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C棟2階	南信州地域振興局女性相談支援員 ☎080(8492)6481	
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 教育支援・就学相談 家庭児童相談	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 内線5342 内線5301(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	17:00~20:00	オンライン相談会 ●詳細はお問い合わせください	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	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 相談ごと	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			受付12:30~15:00
	法律相談☎	金曜日			13:30~15:00
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・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			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	いいだ地域包括支援センター	☎0265(56)1595	
			いか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☎	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動画や写真とともに配信しています。



Facebook



Twitter



Instagram



YouTube

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

Q 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

飯田市ウェブサイト

くらしの情報やイベント情報など、最新情報を掲載！
全ページスマートフォン対応！

HP

飯田市

Q 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
- 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。

6月の放送予定

ムトスぶらざ オープン!! (仮)

●放送日程

放送日	主な放送時間	
20日(月)～ 24日(金)	8:30～	9:30～
	12:00～	14:30～
	18:15～	19:15～
25日(土)・ 26日(日)	22:15～	23:15～
	8:30～	9:30～
	12:00～	18:00～
	21:00～	23:30～

★議会中継

714チャンネル

市議会開会中は議会の様子を生中継で放送します。

トマトのごま和え

【材料・作り方】★2人分

- トマト(大)…1個
- 白すりごま…大さじ2
- さとう小さじ…1/2
- 塩…少々

- ①皮が気になるようなら湯むきをする。(トマトにフォークをさして湯に浸すと皮がむけます。)
- ②トマトは一口大に切る。
- ③全ての調味料をあわせ、トマトを和える。

トマト

【特徴・選び方】

つやがあり、ずしりと重く形のよい物を選んで、鮮度はヘタでチェックしましょう。

皮の赤い色素に含まれているのがリコピン。がんを予防する可能性が注目されているファイトケミカル(植物性化学物質)とうま味成分のグルタミン酸が豊富です。肉や魚と一緒に食べると味の相乗効果でよりおいしく食べられます。トマトがたくさん手に入ったときは、冷凍保存で鮮度を保ちましょう。



【カロリー／塩分(1人分)】

69kcal／塩:0.5g

ごまとの相性も
ぴったり。

Point



もっと
食べよう
おやさい



美博だより

美術博物館 0265(22)8118

自然トピック
展示

夏だ! 虫だ!
クワガタだ!!

長野県には18種類のクワガタムシが生息しています。今回はこの18種類すべての種を標本で展示します。ノコギリクワガタやミヤマクワガタなどおなじみのクワガタのほか、「これってクワガタ!?’というような、小さくてちょっと変わったクワガタムシたちも紹介します。

会期 6月8日(水)~9月25日(日)

- 開館時間 9:30~17:00(入館は16:30まで)
 - 場 所 自然展示室内トピック展示コーナー
 - 観 覧 料 一般…150円、高校生…100円、小中学生…50円
- ※2021・2022飯田人形劇フェスタワッペンで小中高生無料。
2021年のワッペンは6月30日まで利用可能。



ヤナギの樹液にやってきた
ノコギリクワガタのオス

文化ガイド

飯田文化会館 0265(22)3111

いいだ人形劇フェスタ
2022

一昨年はコロナで休止、昨年は飯田市周辺の参加者だけで開催。今年は日本中の皆さんに会いたい!フェスタ2022は「みんなの笑顔 まつとるに」をテーマに開催します。



★いいだ人形劇フェスタ2022最新情報はこちらから
<https://www.iida-puppet.com>



●有料公演チケット

7月10日(日)販売開始

チケットの
購入方法

- ① WEB(いいチケ)で購入
- ② 文化会館窓口で購入
- ③ 電話予約で購入

TICKET 飯田市文化施設チケットオンライン
いいチケ
<https://p-ticket.jp/iida>

- 24時間受付
- 会員登録(無料)が必要です



飯田市の人口(4月末現在) ■人口=97,729人(前月比-21)男47,164人/女50,565人 ■世帯数=40,140世帯(前月比+64)

発行日:令和4年6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 ☎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。