

マイナンバーカード特設申請窓口を開設します!

飯田市の皆さんを対象にマイナンバーカードの申請(初回)を受け付けます。
 便利なマイナンバーカードをこの機会にぜひ作りましょう。

日時 11月20日(日)、12月4日(日)、11日(日)
 9:30~11:30、13:00~16:00

場所 市役所本庁舎C棟

申請に必要なもの

●通知カード(紛失された場合は申請の際に紛失届をご記入ください)

●本人確認書類 ※15歳未満の方は、法定代理人の同行と本人確認が必要です。

①の書類を1点

①の書類がない場合は、②の書類2点、または、②の書類1点と③の書類1点



① 運転免許証、パスポート、在留カード、身体障害者手帳など(顔写真あり、官公署が発行したもの)

② 保険証、医療受給者証、介護保険証など(顔写真なし、官公署が発行したもの)

③ 学生証、診察券、キャッシュカード、預金通帳など

マイナンバーカード受け取りまでの流れ

①申請(身元確認、申請書記入、顔写真撮影)

②自宅に郵送で到着



**マイナポイントが
もらえます** 第2弾

マイナンバー
カードで、

最大 20,000円相当
 12月末までに申請したカードが対象!

マイナンバーカードの
取得で

上限 5,000円分

健康保険証としての
利用申込みで

7,500円分

公金受取口座の
登録で

7,500円分

マイナポイントの申し込み後、選んだキャッシュレス決済サービスでチャージまたはお買い物をした25%がポイントとして付与されます。

健康保険証申込・公金受取口座登録後、マイナポイントの申し込みで選んだキャッシュレス決済サービスにポイントが付与されます。



◎マイナポイントの申込期限(買い物・チャージ含む)は令和5年2月末です。

◆問い合わせ/市民課 住民記録係 内線5426

市HP 特設申請窓口

Q検索

ID 97296

Q検索



2023年
菱田春草オリジナルカレンダー

**5名様に
プレゼント**


●2023年
菱田春草オリジナルカレンダー

春草の名画が部屋を彩ります。
春草カレンダーとともに素敵な1年を過ごしませんか。

2023年 菱田春草オリジナルカレンダー
価格 **1,000円**

●販売場所／美術博物館 ☎0265(22)8118

今月のプレゼント



2023年
菱田春草オリジナルカレンダー

募集締切

11月28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。



リニア駅が:できまち飯田

発生土運搬車両の安全運転を徹底します!

●問い合わせ／リニア推進課 内線3322

中央アルプストーン松川工区(妙琴公園内)の工事では、発生土運搬車(ダンプトラック)に、GPS衛星で運行状況を管理できるモニターを取り付けています。

制限速度の超過、運搬車両同士の距離接近、急発進や急ハンドルを検知した場合、注意喚起のアナウンスが流れます。

風越山トンネルや駅工事でも、同様のシステムを活用しながら、安全運転を徹底して運行していきます。お気づきのことがありましたら、ご連絡ください。



GPS衛星

モニター(カメラ内蔵)

車間距離注意!
減速してください

速度超過!
減速してください

危険箇所通過!
注意してください

リニア駅前広場の土木実施設計の成果発表を行います!

オンラインでも配信します



日時 12月4日(日) 15:00~17:00

場所 ムトスぷらざ

●問い合わせ／リニア整備課 内線3332

多くの皆様のご来場・ご視聴をお待ちしています。




※YouTube飯田市チャンネルからご視聴ください。
詳細は右記「市ウェブサイト検索」または「QRコード」から。

市HP
リニア駅前広場 成果発表
検索

各記事の詳細は、お問い合わせいただくか、ウェブサイトをご覧ください。

[広報いいだ] 2022.11 26

11月は児童虐待防止推進月間です

子どもを健やかに育むために

～ 愛の鞭(むち)ゼロ作戦 ～



子育てにおいて「しつけ」と称してたたいたり怒鳴ったりすることは、子どもの成長に深刻な影響を与える可能性があります。また、児童福祉法が2020年4月に改正され、親権者などによる体罰が禁止されました。イライラしたときは一旦その場を離れる、深呼吸する、ガムをかむなどで対処しましょう。



子育て中のお父さんお母さんへ

「イライラして、つい子どもに当たってしまう」

「自分の子どもなのにかわいいと思えない」

「家族にもわかってもらえない」

★毎日の子育てで、こんな悩みをひとりで抱えていませんか。
ひとりで悩まないように、こども家庭応援センターまでご相談ください。



身近にも気軽に相談できる窓口があります

主任児童委員

各地区で、子ども・子育てに関する悩みに皆さんの立場で相談に応じ、必要な制度やサービスにつなげる役割を専門に担当しています。



つどいの広場

市内12カ所にあり、無料で利用できます。子育てアドバイザーが常駐し、子育てに関する相談、情報の提供、親子の交流の場となっています。また、SNSなどで情報発信も行っています。

ゆいきっず広場

りんご庁舎2階にあり、専門職を配置し、親子の交流の場としてだけでなくより幅広い相談に気軽に応じられる窓口となっています。

市HP 子育てネット 検索

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



子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

子育て支援課 こども家庭応援センター

☎0265(22)4511 内線5302

「もしかして?」ためらわないで!189(いちはやく)

令和4年度児童虐待防止月間標語




Orange ribbon

オレンジリボン運動

「子ども虐待防止」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、子ども虐待の現状を広く知ってもらい、子ども虐待を防止し、子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 / 子育て支援課 こども家庭応援センター
内線5302 ID 86455

ウィズ・アフター・コロナに
向けて

目指せ!

起業、新事業



創意工夫に取り組む起業家や事業者の皆さんを支援する「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組の皆さんをご紹介します。

●問い合わせ／工業課 工業振興係 内線4433

①入賞者名 ②事業名 ③ひとこと 【応募順】

起業家部門 (これから起業する方または業歴5年以内で新しい事業に取り組む方)



No.1

- ①waratte 杉山豊さん
- ②飯田市の移住相談窓口機能付き自然体験農家民泊 waratte house
- ③夫婦それぞれの能力を最大限に発揮して、移住×夫婦×育児を組み合わせた家族のための宿を始めます。



No.4

- ①宮澤祐貴さん
- ②南信州産の食材とブラウニーを掛け合わせたフルーツブラウニーの製造と販売
- ③信州初のブラウニー専門店。南信州の食材とブラウニーを掛け合わせた唯一無二のフルーツブラウニーです。



No.2

- ①増田佳世子さん
- ②開業!三穂の増田和菓子店～フルーツ王国三穂のフルーツと伝統的資源を活かして～
- ③三穂の御下屋敷を拠点に、各地のイベントなどで三穂ならではの和菓子を販売し、三穂地区の魅力を発信します。



No.5

- ①片桐さと子さん
- ②エコ素材の紙バンドで作る色彩豊かなカラフルバッグ
- ③多くのシーンで使えるセンス良い模様とハンドルに本革を使用した斬新なデザインで高級感のある仕上がりです。



No.3

- ①小池清志さん
- ②夫婦で営む 食と体験の宿 まごころ/新島食堂
- ③地域の魅力を食や体験を通して伝え、観光人口から関係・移住人口へと繋げていくことで持続可能を図ります。



10月11日に行われた表彰式に参加した受賞者の皆さん

移住起業家部門
(飯田市へ移住して起業しようとしている方)



No.6

- ①合同会社つばめさん
- ②飯田下伊那の新しい学びの場「つばめ学習舎」
- ③飯田初の中高生向けコーチング型学習塾を軸に、飯田下伊那出身の私たちがほしかった「学びの場」をつくります。

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サンタソウタデザイン 竹村志保さん
- ②CADに特化した人材育成教室の開業
- ③建設系企業内の人材のCADスキルアップと建設系企業への就職を目指す人材に対する資格取得を支援する

にこにこステージ vol.63

～ 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1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30組(1組大人1人・子ども2人以内)
- ★参加費：親子200円
- ★出演：熊谷暁代(ピアノ・フルート)
森本朝美(エレクトーン)
- ★プログラム：♪ライオンキングメドレー
♪犬のおまわりさん
♪ウィンター・ワンダーランド ほか



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】

- 感染症拡大防止策を講じた上で開催します。
- 感染拡大状況によっては、公演内容の変更や中止となる場合があります。



申込締切

11月15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11月18日金までにお知らせします。)

●問い合わせ／飯田文化会館 ☎0265(23)3552

飯田市
域産域消の食育店
店舗紹介

No.8

- 〒395-0801
鼎中平1995-29
☎0265(53)5497
- 営業時間／
11:30～14:00 (LO)
17:30～21:00 (LO)
- 休業日／
不定休

西洋割烹 吉祥寺

店舗から市民の皆さんへ

JR飯田線鼎駅横、西洋割烹 吉祥寺です。東京、軽井沢、フランスで著名シェフに師事した地元出身のシェフが西洋料理のお店を始めて四半世紀。多くの人にご愛顧いただき、今日まで続けてまいりました。

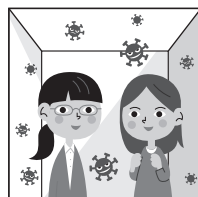
南信州牛、豚肉、アルプスサーモン、野菜など、地元食材を中心に、皆さんに美味しいひとときを提供しております。元々、域産域消の考えはヨーロッパで始まりました。この地域のますますの発展を願っています。令和5年2月には「25周年記念祭」を開催します。今後もお愛顧のほどよろしくお願ひします。



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 ID 79755

3つの密 絶対に避けて

換気の悪い密閉空間



むんむん

大勢がいる密集場所



ぎゅうぎゅう

近所で会話する密接場面



がやがや

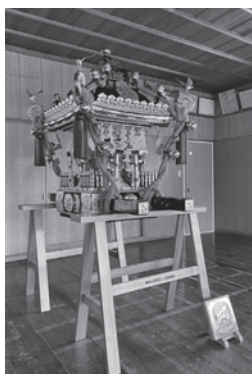
宝くじの助成金によるコミュニティ設備の整備



●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。

松尾城区では、お祭り用備品の神輿を整備し、祭りや関連事業が発展し、さらなる地区内の交流が図られます。



(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。

松尾久井区では、久井区集会所にお祭り用の法被や篠笛を整備し、今後も祭りを継承し発展させることができます。



県名古屋区では、名古屋公民館にテーブル、椅子などのコミュニティ活動備品を整備し、子どもからお年寄りまでが集まりやすい施設となります。



みんなが
主役!

合言葉は ムトス!

第60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、その活動を紹介しします。

●問い合わせ／共生・協働推進課 内線4910



▲住民向け防災リーフレット

特に住民向けに作成した防災リーフレットは、地震発生からの時間経過と各家庭から組合、区、本部までの役割や相互の関係性を一覽表にまとめ、その時々に必要な行動などについてわかりやすく表記しました。引き続き、防災訓練等の機会を通じて内容の充実を図っていく予定です。

この取り組みは、市危機管理課にご協力いただき、役員を中心に学習会を行いながら、山本地区で実際に想定される地震災害、風水害(土砂災害)の状況を踏まえた被害想定を整理し、それらを踏まえた初動体制、住民から本部までの情報収集・共有・伝達方法、支え合いや助け合いの仕組みづくり等についてまとめたものです。

「誰一人取り残さない防災活動」を目指し、安全安心に暮らせる山本地区を実現できるよう、昨年の春から、地区役員向け「山本地区防災計画マニュアル」の改訂と住民向け「防災リーフレット」の作成に取り組み、完成させることができました。

災害に備えて、地域で見守るみんなの安全

団体名

山本地区自主防災連絡協議会
山本地区づくり委員会

データ放送「結チャンネル」をご覧ください

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。

ケーブルテレビのデジタル12チャンネルで放送中!!
●問い合わせ
デジタル推進課 デジタル推進係
内線2241

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

HP 飯田市美術博物館 🔍 検索

☎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

展 示

「第23回現代の創造展
—南信州のアートを共に創る—」

日程：11月20日(日)～12月11日(日)

【遠山郷土館 パネル展示】

「児童自由画展」

日程：開催中～令和5年1月20日(金)

講 座

【美術鑑賞の会】

展示中の作品をもとに、さまざまな観点から鑑賞を試みる「美術鑑賞の会」の第37回目です。今回は、菱田春草と横山大観が海外で描いた作品をじっくりと鑑賞します。

演題：菱田春草《夕の森》と横山大観《月あかり》

日時：11月25日(金) 18:30～20:00

場所：菱田春草記念室

講師：小島 淳あつし(美術博物館学芸員)

定員：20人

受付開始：11月11日(金)～ ※予約先着順

受講料：一般…310円、高校生…200円

小中学生…100円

【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：11月20日(日)

11:00～12:00、14:00～15:00

場所：美術博物館科学工作室



プラネタリウム天歩

【特別投影】

「ぐっすりプラネタリウム～アロマでおやすみ～」

昨年は心地よい音楽でいっぱいプラネタリウムでした。今年はアロマと…?

日時：11月23日(祝) 15:30～16:15

場所：美術博物館 プラネタリウム天歩

定員：45人(先着順)

参加費：無料

【投影プログラム】

●11月の土・日曜日、祝日

10:00～10:30 ぽんたのたからもの

13:00～14:00 天球のものがたり

15:30～16:30 リラックマのプラネタリウム

●12月～令和5年2月の土・日曜日、祝日

10:00～10:30

こまねこのクリスマス(12月のみ)

星夜の幻灯会(1月・2月)

13:00～14:00

プラネタリウムでチョコちゃんに叱られる!

15:30～16:30 天球のものがたり

●平日 ※予約投影を受け付けています

(10:00～17:00の間)

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





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9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5人程度

※持ち物など詳細はお問い合わせください。

★あなたの日常にちょこっとエシカル ～ミツロウエコラップを作ろう～

日時:11月13日(日)

①9:30~10:30 ②11:00~12:00

講師:平賀裕子さん(ワイルドツリー)

参加費:500円

★“声診断”あなたの声の色は何色?自分の声を取り戻し人生をより豊かに!!

日時:11月20日(日)

①9:00~12:00 ②13:30~15:30

(1人20分の予約制)

講師:山下芳美さん

(クォンタムヴォイスアカデミー認定インストラクター)

参加費:500円

★改善から予防まで一生使える健康法お伝えします ～楽伸流体操講座～

日時:11月24日(木)

①10:00~12:00 ②13:30~15:30

講師:木下幸一さん

参加費:500円

持ち物:運動のできる服装、タオル、飲み物

★おうち時間を楽しもう!

～かぎ針でミニバラ付のコースターを編もう～

日時:12月1日(木)

①10:00~12:00 ②13:30~15:30

講師:伊藤昭子さん(ニツカフェTree house)

参加費:800円 持ち物:かぎ針(3号)

★紙を使ってお花のアクセサリを作ってみませんか? ～軽くて可愛い紙のアクセサリ・パピエル®体験講座～

日時:12月2日(金)

①10:00~12:00 ②13:30~15:30

講師:青島弘子さん(工房La. La)

参加費:1,000円 持ち物:ハンカチ

★筆で書く!ぼかし染め年賀状

～かな書道と色の組み合わせを楽しむ～

日時:12月3日(土)

①10:00~12:00 ②13:00~15:00

講師:篠田祐子さん 参加費:500円

持ち物:無地のはがき5枚

※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。

「ゴミを減らそう」
近年、大量生産大量消費が当たり前になり、それに伴うごみの増加が問題視されています。
そんな中、今注目されているのが、できるだけごみを出さないライフスタイルを表す「ゼロウェイスト」。これは、ごみをゼロにすることを目標に廃棄物を減らす環境社会政策です。
身近な例を挙げれば、買い物時のエコバッグや買い物かごの持参、不要なスプーンなどをもらわない、長く使えるものか考えてから購入する、容器包装の分別による資源化、物が壊れてもすぐ買い替えずに修理して使うことを考える、生ごみは可能ならコンポストなどを利用して堆肥化する、地域のゴミの分別方法を再確認して正しい



エコライフを楽しもう

エコハウスコーデイネーター

く分別する、スーパーなどのリサイクル回収ボックスを活用する、外出時にはペットボトルの飲み物を買うのではなくマイボトルを持っていく、などなど、少し意識するだけでできることがたくさんあります。ほかに不要になった物を譲り合い、再利用するのもいいですね。

生活していれば必ずごみは出てしまうもの。ごみをなくす生活というのは無理があります。が、自分にとって「身の回りのごみが少なくない気持ちが良い」と感じられるような、取り組み方を続けていけるよう心掛けていきましょう。



「広報いいだ」に広告を掲載しませんか

広告を募集していますので、ぜひ掲載をご検討ください。

☺ 掲載申請できる方

住所が飯田市内にあり、1年以上継続して事業を営んでいる個人または法人で、市税の滞納がない方など

📄 掲載の位置

毎号の「くらしの情報」ページの最下欄

☹ 掲載できない広告

- 政治・選挙・宗教・風俗・貸金業に関連する広告
- 事実に反する表記を含む広告、内容が誇大である広告など

¥ 広告掲載料金 ※1回の掲載当たり

★縦50mm×横180mm …… **25,000円**

★縦50mm×横89mm …… **14,000円**

広報いいだの発行部数は約33,000部で市内各世帯に配布するほか、市内の公共施設や大型店などにも施設内への設置についてご協力をいただいております。大きな宣伝効果が期待できます。

申し込み・問い合わせ

広報ブランド推進課 広報広聴係 内線2324 ※申込方法など詳細はお問い合わせください。

だまされないで! それ詐欺かも!

新型コロナワクチンに関する詐欺にも注意!

飯田警察署

☎0265(22)0110

飯田市消費生活センター

☎0265(22)4530

メールによる
架空請求

身に覚えがない
メールは無視
しましょう!

メールに書かれた
電話番号に
連絡しないで!!

実在の事業者を
かたる場合が
あります。

有料動画の未納料金が発生
しております。本日中にご
連絡無き場合、法的手続き
に移行いたします。
03-XXXX-XXXX

✓ 配信済み

(例) アマゾン
ヤフーサポートセンター
DMM相談窓口 など

※実在する企業とは無関係です。

あなたの
キャッシュカードが
狙われています!!

市町村や金融機関の職員をかたつ
て、キャッシュカードをだまし
とる詐欺が発生しています。

★電話で暗証番号を聞かれ
ても絶対に教えない。

★キャッシュカードは
他人に渡さない。



- 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もあります。



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)

❖【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19日(土)・20日(日) 10:00～15:00

料金: 入場無料

場所: 園内全体



❖やきいも&火おこし体験

11月23日(祝) ①10:00 ②11:00 ③13:00

材料費+保険料: 330円～

※参加される人数分、保険料がかかります

場所: 食の工房

持ち物: 綿の軍手・水筒

※電話予約受付: 10月25日(火)～

要予約

❖クリスマススノードームをつくろう

11月26日(土)・27日(日)

10:00～12:00、13:30～15:00

材料費: 350円

場所: なかまの館



❖クリスマスキャンドルをつくろう

12月3日(土)

10:00～12:00、13:30～15:00

材料費: 350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～

12月4日(日)

【午前の部】10:00～12:20(受付/9:30～)

【午後の部】13:00～15:20(受付/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35組

受付場所: なかまの館

※予約制/11月8日(火)～予約受付開始

※電話でお申し込みください。

共催: NPO法人いいだ人形劇センター
 飯田文化会館

要予約



❖リースづくりに挑戦しよう

12月10日(土)・11日(日)

10:00～12:00、13:30～15:00

材料費: 500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)

❖おもちゃの修理屋さん

11月26日(土)、12月10日(土) 10:00～11:00受付

料金: 無料 場所: なかまの館

主催: 玩具の修理屋さん

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

12月3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 (11月15日～12月14日の期間中)

11月21日(月)、28日(月)、12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!

●当分の間、日曜日での開催です。
 感染症対策をしてお待ちしています。

❖サッカーボールを作ろう

11月6日(日) 10:00～12:00、13:00～15:00

❖電気クラゲで遊ぼう

11月13日(日) 10:00～12:00、13:00～15:00

❖くるくるボールを作ろう

11月20日(日) 10:00～12:00、13:00～15:00

❖万華鏡を作ろう

11月27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
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。

❖いいだ丘のうえ朝市

11月20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)

❖クリスマスズー

12月3日(土) 19:00まで開園 ※一時閉園なし
(雨天は翌週10日(土)に延期)
場所: 動物園内



動物園で、ちょっと早めのクリスマスを楽しもう!
クリスマス特別バージョンの豆汽車も乗れるよ。
動物たちへのプレゼントなど、イベント盛りだくさん♪



※モルモット、ヤギ、ヒツジ、リクガメのふれあいは、寒さのため終了いたします。

休園日 (11月15日~12月14日の期間中)

11月21日(月)、24日(木)、28日(月)、12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

申込受付中

❖四季の野鳥モニタリング20年「冬」

12月11日(日) 9:00~11:00

対象: 成人(定員15人)

講師: 米山富和(美術博物館)

内容: 20年間の鳥類データを解説。



申込受付日限定(11月5日(土)~12日(土)の1週間)

❖手作り防災グッズ【連続防災講座④】

12月3日(土) 9:00~11:00

対象: 子どもと保護者(定員15組)

講師: かわらんべスタッフ

内容: 身近な材料が避難生活に役立つ日用品に。

❖クリスマスリース作り

12月10日(土) 【午前】9:00~11:00

【午後】13:00~15:00

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。

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、人形劇団クラルテの公演を楽しむプログラム。

日時: 12月4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35組

人形劇公演のみの参加者は各回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8日(火)



「O・△・□~なにしてあそぼ~」ほか



ましゅ&Keiのクリスマス会

ましゅ&Keiがピアニストのシモシュと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

日時: 12月23日(金) 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

日時: 12月24日(土) 11:00開演

場所: 飯田人形劇場

料金: 子ども(3歳~中学生)...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18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

各種相談所

相談は無料、
 秘密は厳守します。 ⑤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			
	ベトナム語	木曜日			
女性の 相談のための	悩みごと	月～金曜日	市役所A棟1階	子育て支援課 内線5739	
	法律相談⑤	毎月第1・第3木曜日	さんとぴあ飯田	社会福祉協議会 ☎0265(53)3180	
	就業相談⑤	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	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(就学以後)	
こころの相談日⑤	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⑤	不定期 (週1回)	13:00~19:00 (1回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⑤	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⑤	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⑤	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	
心配ごと 相談	一般相談	月～金曜日	さんとぴあ飯田	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⑤	金曜日			13:30~15:00
結婚相談	休日	毎月第2・第3日曜日	さんとぴあ飯田 ※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⑤	月～金曜日	8:30~17:30	さんとぴあ飯田	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	いいだ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	
			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⑤	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 🔍 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 🔍 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。

11月の放送予定

みんなちがって、みんないい (仮)

●放送日程

放送日	放送時間	
21日(月)～ 25日(金)	8:30～	9:30～
	12:00～	14:30～
	18:15～	19:15～
26日(土)・ 27日(日)	18:15～	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。

しゃきっとサラダ

【材料・作り方】★2人分

- ダイコン…70g
- キウイ…1/4個
- リンゴ…1/4個
- 酢…大さじ1/2
- ゆで卵…1/2個
- 塩(a)…ひとつまみ

- A
- 塩(b)…ひとつまみ
 - こしょう…少々
 - 油…小さじ2

- ①ダイコン、リンゴ(皮ごと)、キウイはいちょう切りにする。
- ②ダイコンに塩をまぶし、しんなりしたら水気を絞る。リンゴは酢をまぶす。

- ③②、A、キウイを混ぜ、細かく刻んだゆで卵をかける。

ダイコン

【特徴・選び方】

冬の代表野菜で、疲労回復と食欲アップ。白色の根の部分はビタミンCが豊富で、でんぷんを分解する消化酵素も含まれており、胃に優しい野菜です。葉の部分もβ-カロテン、カルシウム、ビタミンCをたっぷり含みます。

白くつやと張りがあり、ずっしりとしたものを選びましょう。葉がついていたら、青々とした葉のものがお勧めです。カットされていたら、切り口に空洞があるものや変色しているものは避けましょう。

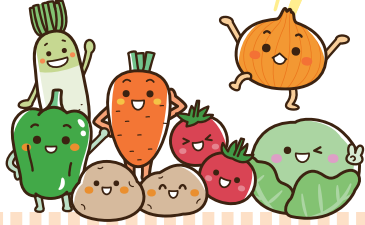


【カロリー／塩分(1人分)】
90kcal／塩:0.3g

消化酵素は熱に弱いので、生食、特におろしがおすすめ!



もっと
食べよう
おやさい



美博だより

美術博物館 ☎0265(22)8118

第23回 現代の創造展

南信州のアートを共に創る



中平則子「夕景」(工芸)

今回で23回目を迎える現代の創造展。コロナ禍でアーティストの皆さんはなかなか前に進めない状況でしたが、意気消沈しているわけにはいきません。盛り上がりを見せてきている南信州のアートをさらに発展・深化させていきます。今回も部門の壁を取り除き個々の作品に応じた展示場所・方法を工夫します。日本画、洋画、版画、彫刻、工芸、書、コンテンポラリーの7分野152名の作家が精力的に制作した最新作を展示します。多くの皆さんのお越しをお待ちしています。

展示期間

11月20日(日)～
12月11日(日)

- 開館時間 9:30～17:00(入館は16:30まで)
- 休館日 11月21日(月)、24日(木)、28日(月)、12月5日(月)
- 観覧料 一般310円(210円)、高校生200円(150円)、小中学生100円(80円)
※()内は20人以上の団体料金

図書館だより

中央図書館 ☎0265(22)0706

飯田下伊那読書会交流会を開催します!

飯田・下伊那で活動する読書会の交流会を開催します。活発に活動している読書会の発表を聞き、参加者同士が読書会の楽しさなど自由に意見交換します。どなたでも参加できます。読書会に興味がある人、これから読書会に入りたい人、大歓迎です。

日時 11月26日(土)
9:30～11:30

申込受付 11月19日(土)
締切

場所 上郷公民館

※感染症の拡大状況により、中止となる場合があります。

内容 ●読書会の活動発表と、参加者同士グループに分かれて情報交換
●発表する読書会／飯田読書会(オンラインで発表の場合もあります)

申込方法 中央図書館窓口、電話、FAX、図書館ホームページ

問い合わせ 中央図書館 ☎0265(22)0706 (飯田下伊那読書会交流会実行委員会事務局)

飯田市の人口(9月末現在) ■人口=97,480人(前月比-82)男47,042人/女50,438人 ■世帯数=40,228世帯(前月比-16)

発行日:令和4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 ☎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。