

2025

10

No.235

いな
市報INA



未来を織りなす 創造と循環のまち 伊那市



森といきる 伊那市

今月の特集

- P1 フィンランドに学ぶ、森とともにある暮らし
- P3 ブランドスローガン「森といきる 伊那市」
- P4 伊那市の多文化共生の現在
- P5 郷土の偉人 伊澤修二
- P6 観光歳時記 ～秋～

伊那市のブランドスローガン「森といきる 伊那市」を8月21日に発表しました。複数の「木」が形づく「森」のように、「人」と「人」が出会い、多様な個性が響き合い、関係し合ってまちになる。そんな伊那らしい暮らしの形や未来への思いをロゴに託しています。「森といきる 伊那市」については、3ページの特集をご覧ください。

P18:文化施設だより・P26:公民館報いな
P30:議会だより・P31:社協報ふくし伊那



フィンランドに学ぶ、森とともにある暮らし

問 地域創造課 地域ブランド推進係

なぜ、

伊那市とフィンランド？

「世界で一番幸せな国」といわれるフィンランド。そんな国と伊那市の交流が始まったのは2019年のこと。豊かな森林を持つ伊那市と長野県は、フィンランドの中でも林業・木材産業の先進地域である北カリリア地域と、森林産業や木材利用の研究分野などで協力する覚書を締結。その後、教育分野にも幅を広げ、森と学びを軸とした連携を深めています。

伊那市とフィンランドの共通点



豊かな森



特色のある教育

自分軸を大切にする教育

森は「自分自身でいられる場所」。大人も子どもも森をこう表現していたのが印象的でした。幼少期には森にあるものを使って自由に遊びを生み出したり、図工の時間に作った鳥の巣箱を森に設置したり、遠足で訪れた森でたき火をしてサーモンを焼いたり、休日には家族や友達と森を歩いたり…。毎日の暮らしの中にある、自然の中で過ごす時間。そんな経験の積み重ねを背景に、森を心から敬い



大切に思っている人たちに数多く出会いました。

先生も子どもたちも、おだやかで落ち着いた雰囲気のある教室。人との比較や競争がなく、問われるのは「自分」。自分はどうか考えるか、何をしたいのか、どこを目標とするのか、そのようなことを真摯に見つめる機会が多くある一方で、外で遊んだり、同級生と一緒に活動したりする時間を通して、人との関わりやコミュニケーションも大切にされています。

長い冬が終わり、明るい陽射しと鳥の鳴き声が戻ってきた芽吹きは5月、市長や市職員、市議会、民間事業者らがフィンランドを訪れました。現地では2つの班に分かれ、教育班は、学校や保育園を訪問。子どもたちが自然の中で学ぶ様子や先生との関わりを見学しました。ビジネス班は、企業や大学を訪ね、環境に配慮した製品づくりや循環型社会のあり方、業種の垣根を越えた助け合いやアイデアのかけ合わせが起こる場の工夫についての理解を深めました。

現場の人と直接話すことで、なぜ今の形があるのか、その根底にある考え方に触れる機会となりました。

循環を大切にしたり、地球環境にやさしいものづくり

企業や研究機関の人々との出会いを通して感じられたのは、目的から目をそらすことなく、社会課題の解決に向け本当に意味のあることをやっていく姿勢でした。木の廃材から農業や土壌改良に使えるバイオ炭を作り出す企業、廃棄となった規格外のキノコを、発酵の力で風味調味料に変身させる企業など、フィンランドでは廃棄物を活用して価値あるものを生み出す製品開発が近年盛んです。



また、市役所と隣接している学校、高校の建物内にあり地域の人も使える食堂やホールなど、いろいろな世代や所属の人々がまざりあう場があることで、新しいアイデアや分野の枠を越えた助け合いが生まれる可能性が開かれています。

フィンランドでの学びを伊那市らしく取り入れていくために

視察参加者がそれぞれの学びを市民の皆さんに伝え、対話を通して深める機会として、5月の視察訪問以降、全体報告会や数回にわたる教育班・ビジネス班それぞれの

語る会を行いました。

これまでに、学校ではヨエンサーの小学校とのオンライン交流を通して、英語でのコミュニケーションや異文化交流などが始まっています。また市ミドリナ委員会では「たき火の日」や「森であそぼう」、フィンランドで見た学びのフォーラムなどが行われています。さらに、信州大学とヘルシンキ大学との地域間および大学間連携を深めるほか、他の大学機関との交流も進めていきます。そしてフィンランド大使館やVTT国立技術研究センターとのさらなる連携を強化し、今後、さまざまな産業分野に森の恵みを生かした取り組みへと広げ、市民の皆さんとともに「森とともにある暮らし」を育てていきます。

なお、地域の皆さんがフィンランドの文化や暮らしに出会う会「月1モイモイ」も毎月開催していますので、お気軽にご参加ください！



▲フィンランド連携



▲フィンランドに関するイベント情報

森といきる 伊那市

私たちの社会は、どこへ向かっているのだろうか。
もう少し豊かにいきる道は、ないのだろうか。

様々な命が関係し合いながら、絶えず循環し、支え合う場所がある。
それは、**森**。

命の関わりが多様であるほど、森は豊かになる。私たちの暮らしもきっとそうだ。
様々な個性が関わり合うからこそ、まちは豊かになっていく。

森の命が、絶え間なく巡るように、想いや文化は受け継がれ、つづいていく。
森の命が、互いに支え合うように、私たちのつながりが、未来を強くする。

森といきる。

それは、森や自然界の命の営みから、畏敬の念を持って学びなおすこと。
そして、人と人、人と自然がつながる地域社会を次世代へつないでいくということ。

本当は森のように多様な私たちが、関係し合いながら共にいきるための願い。
それが、「**森といきる**」ということ。

(ブランドメッセージ)

関係し合うから、森になり、
関係し合うから、まちになる。



森といきる とは

問 地域創造課 地域ブランド推進係

私たちは今、「豊かさとは何か」を改めて問う時代にいます。東京一極集中や気候危機、人口減少、価値観の多様化の中で、これからの暮らしをどう育むのか——。

その答えの一つとして、伊那市はブランドスローガン「森といきる 伊那市」を掲げました。これは、自然と人の営みに根ざした、持続可能であたたかな生き方を未来へつなぐ宣言です。

「森といきる」とは、森を“資源”としてだけでなく、森のような生き方や暮らし方、考え方としても捉えます。先人が築いてきた歴史や文化、景観や風土、そして世代を超えて重なり合ってきた人々の営みもこの言葉に込められています。

日々の暮らしの中で森を敬い、地域のつながりを大切にしながら、伊那ならではの未来をどう生きるのか。地域の皆さん1人1人がここでの暮らしに誇りを持ち、市民主体の共感できるまちを育てていきます。

これまでの取り組みなど詳細は
市公式HP「ブランディング」 ▶



伊那市の多文化共生の現在

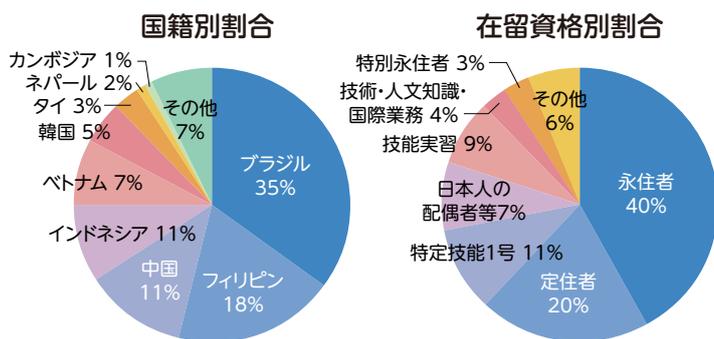
互いの文化的差異を認め合い、差別や偏見のない地域を目指して

問 地域創造課 人権男女多文化共生係

日本に暮らす外国人は増えています。1990年代の入管法改正をきっかけに、ブラジルやペルーなど南米の日系人やその家族が「定住者」として来日し、仕事や生活を始めました。伊那市でも一時は2,800人を超える外国人が暮らし、伊那国際交流協会(2019年解散)などの民間活動も行われました。リーマンショック後には減少しましたが、定住する人も多く人手不足や国際化の広がりを背景に外国人住民は再び増加傾向にあります。

現在の伊那市にはさまざまな国籍の方が暮らしています。製造業や農業、介護の現場で働く人、日本人と結婚して家庭を築く人など、暮らし方も多様です。令和元年に創設された「特定技能」などの在留資格により、インドネシアの方が増えているのが特徴です。また、日本で生まれ育ち、伊那で成長する子どもたちも少なくありません。

令和3年には、市として「多文化共生推進のための指針」を定め、国籍や文化の違いを超えてともに地域を支え、誰もが安心して生活できるまちを目指しています。



伊那市に住む外国人人数1,973人 (令和7年4月現在)

地域との接点としての日本語教室



日本語教室「い〜な」

地域の日本語教室「さくら組」の補助に加え、令和6年度からは長野県地域日本語教育の体制づくり事業の一環としてモデル教室「い〜な」の開設・運営に取り組んでいます。日本語教師を中心に交流員やボランティアが協力し、学習者が地域とつながる機会をつくっています。「伊那を知ろう」をテーマに、バスの乗り方や図書館の利用方法、



見学やボランティア参加も歓迎しています!

交通ルール、防災など生活に役立つ内容を地域の人から学びます。事業は3年間の予定で、その後は地域と継続方法を検討します。

集落支援員(多文化共生推進)

宮ヶ迫ナンシー理沙
(ブラジル生まれ、日本育ち)

「やさしい日本語」でつながりましょう

外国人は日本語が分からないから、話しかけることが難しいと感じますか? 慣れない土地での生活は、日本人でも外国人でも不安を抱えるものです。特に大きな壁となるのが言葉ですが、そんなときにコミュニケーション手段として役立つのが、熟語などの難しい言葉をわかりやすく言いかえる「やさしい日本語」です。

日本語教室に参加する学習者の多くは、日本語でおしゃべりする機会を増やすことや地域の人たちとつながることを求めて来ています。小さな声かけが理解や関係を広げ、多文化共生のまちづくりにつながります。

ポイント

- はっきり** ゆっくり、はっきり話す
- さいごまで** 文を最後まで言い切る
- みじかく** 短い言葉に言いかえる



例 「ご出身は?」

やさしい日本語にすると...

あなたの国はどこですか?

郷土の偉人 伊澤修二

問 生涯学習課 生涯学習文化振興係

高遠藩出身の伊澤修二は、東京音楽学校（現・東京藝術大学）初代校長を務めたほか、台湾での植民地教育や楽石社を結成しての吃音矯正に尽力しました。
修二の功績を讃え、そして顕彰をするため、東京藝術大学との連携による伊澤修二記念音楽祭を開催しています。



子どもの音楽教育に尽力

伊澤修二（1851～1917年）は、明治3年に大学南校（現・東京大学）で学

び、明治7年、24歳の時に愛知県師範学校長に就任しました。この時期、日本では「学制」が施行され、小学校では現在の音楽にあたる「唱歌」、中学校で「奏楽」の時間が設けられましたが、実際には音楽教育が十分に行われていませんでした。修二は幼児の遊戯唱歌に教育効果があると考え、これを実践しました。この活動が評価され、アメリカに留学しました。

「蝶々」は海外の曲!?

「蝶々」は、伊澤修二が愛知県師範学校時代に作り組んだ、わらべ唄をアレンジした遊戯唱歌の歌詞が基になっています。彼がアメリカ留学中に、メーソンの提案で日本の子どもにも合いそうな曲として選び、歌詞を当てはめたのが「蝶々」の誕生の瞬間でした。原曲はドイツ民謡。シンプルで歌いやすいメロディは、世界各国で異なる歌詞が付けられ、親しまれています。

て明治14年に「蝶々」を含む33曲をまとめ、日本で最初の小学校用歌唱教材集である『小学唱歌集』を発行しました。



高遠町歴史博物館収蔵『小学唱歌集初編』

藝大生の演奏が聴ける!!

今年の第1部は、「東京藝術大学サクソフォンカルテット」!ソプラノ・アルト・テナー・バリトンの4種類のサクスがパワフルなサウンドを創り出します。



第2部は、東京藝大シンフォニーオーケストラの演奏!今年は、J.シュトラウス二世作曲の喜歌劇《こうもり》より 序曲、「侯爵様、あなたのようなお方には」や「美しく青きドナウ」他、名曲の数々を演奏します。大迫力のオーケストラをお楽しみに!



第39回伊澤修二記念音楽祭 10月25日(土)

第1部

会場:高遠町文化体育館 開場:午前9時 開演:午前9時15分 **入場無料**
出演:高遠小学校、高遠北小学校、高遠中学校、長谷中学校、高遠高等学校、東京藝術大学サクソフォンカルテット

第2部

会場:長野県伊那文化会館 開場:午後2時 開演:午後2時30分
入場料 一般1,000円 高校生以下無料
未就学児童は託児をご利用ください。(※要事前申込)
出演:東京藝術大学シンフォニーオーケストラ、伊澤修二記念音楽祭合唱団、高遠中学校、伊那ジュニアアンサンブルクラブ(IJEC)

■チケット取扱い 生涯学習課/高遠町総合福祉センターやますそ ☎94-2557/
長谷公民館 ☎98-2009/伊那市生涯学習センター ☎78-5801/
長野県伊那文化会館 ☎73-8822

市民合唱団が藝大オケと歌い上げる!

第2部に出演する市民合唱団。今年の曲目は、J.S.バッハ作曲の《マタイ受難曲》より「No.54コラール」、「No.68終結合唱」です。深い祈りと救済の希望を映す曲を約130人の合唱団が、藝大オケの演奏で壮大に歌い上げます。



観光歳時記 ～秋～

秋の行楽シーズンを迎える伊那市では、各地でさまざまなイベントを開催!ぜひお出掛けください。

高遠「しんわの丘ローズガーデン」 秋の感謝祭開催

市民の皆さまへの感謝を込め、秋の感謝祭を開催します。モノづくりや懐かしの遊び体験、お楽しみ抽選会など、楽しいイベントが盛りだくさんです。「しんわの丘伊那谷ビアガーデン」も同時開催!

■日時:10月5日(日)午前10時～午後3時

■会場:高遠「しんわの丘ローズガーデン」

■入園料:無料

※詳しくはローズガーデン公式サイト、
または回覧チラシをご覧ください。

問【高遠町】高遠商工観光課



秋バラを
見て、遊び、
楽しむ1日

『高遠城の戦い』舞台公演 『足跡に、花筏』

高遠城址公園開園150周年記念事業として、劇団『咲花座』による、舞台公演を実施します。天下統一を目指し高遠城を攻めた織田信忠の三万の大軍を、わずか三千の手兵をもって敢然と迎え撃った仁科五郎盛信。彼の戦いに向かう姿を描いた舞台公演です。

■日時:10月11日(土)午後6時～、
10月12日(日)午前11時～、午後3時～
全3公演

■会場:いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」

■入場料:無料

問【高遠町】高遠商工観光課

激戦!
高遠城!

長谷フェス ～南アルプスふるさと祭り～

南アルプスの豊かな自然に包まれた長谷地域で、伊那谷や長谷ならではの「食」やワークショップなど長谷の魅力に出会えます。当日は農業法人ファームはせによる「食の感謝祭」が同時開催されます。

■日時:10月19日(日)午前10時～午後3時

■会場:道の駅南アルプスむら長谷・
南アルプス公園

問【長谷】南アルプス課



長谷の
魅力に
出会えます

信州伊那「秋のそば満喫月間」

新そばシーズンに合わせて、市内5カ所で各団体が主催する「そば祭り」が開催されます。行者そばや高遠そばなど、「信州そば発祥の地 伊那」自慢の味をご堪能ください。

新そばを
味わう
秋の週末

行者そば祭り

■日時:10月19日(日) 午前10時～午後1時

■会場:内の萱スポーツ公園

入野谷在来そば新そば祭り

■日時:10月19日(日) 午前10時～午後2時

■会場:道の駅南アルプスむら長谷

※同時開催!! 長谷フェス～南アルプスふるさと祭り～

信州伊那新そば祭り

■日時:10月25日(土)・26日(日) 午前10時～午後2時

■会場:みはらしファーム

高遠そば新そば祭り

■期間:11月1日(土)～9日(日) 午前10時～午後2時

■会場:高遠城址公園

※同時開催!! 高遠城址もみじ祭り

西春近新そば祭り

■日時:11月2日(日) 午前10時～午後2時

■会場:西春近公民館

問 観光課



高遠城址もみじ祭り

園内は約250本のカエデが色づきます。今年は高遠藩主保科正之公の足跡にあやかり山形から「出張!芋煮会」がやってきます!

紅葉の
饗宴

■期間:11月1日(土)～9日(日)

■会場:高遠城址公園

問【高遠町】高遠商工観光課/(一社)伊那市観光協会



南アルプス林道バス

南アルプス林道バスで心に残る紅葉旅へお出掛けください。

■運行期間:11月15日まで(予定)

問 南アルプス林道バス営業所
☎98-2821



介護・認知症 「休日相談会」開催

認知症の心配事や介護の相談ができる、休日相談会を開催します。介護保険事業所職員などが相談やアドバイスに対応します。予約は不要で相談は無料です。お気軽にお越しください。

- 日時 10月18日(土)
午前10時～正午
- 会場 伊那市立伊那図書館
1階 視聴覚室
- 問 福祉相談課 相談支援係

証明書コンビニ 交付サービス をご利用ください

マイナンバーカードをお持ちの方は、全国のコンビニエンスストアにあるマルチコピー機で、各種証明書を取得可能です。市役所窓口に来庁せずに、手軽に証明書をお取りいただけるサービスですので、ぜひご利用ください。証明書の取得にはマイナンバーカードに設定されている4桁の数字の暗証番号が必要です。

- 取得可能な証明書
○住民票 ○印鑑登録証明書
○所得証明書(最新年度分のみ)
○戸籍関連証明書
- ※登録状況によって、お取りいただけない証明書があります。
- 利用可能日時
午前6時30分～午後11時まで、メンテナンス日を除き、毎日ご利用いただけます。
- 問 市民課 市民窓口係

空き工場や 事業用地などの 情報をお寄せください

「事業内容の見直しや業務の統合により、工場が空いてしまった」など、工場・倉庫・事務所や用地などの事業用不動産で、賃貸や売却が可能な作業スペースがありましたら、情報をお寄せください。市の産業立地ホームページなどで、物件をお探しの方に情報提供しています。



市産業立地HP

■問 産業立地推進課 産業立地係

森のなんでも相談室 随時受付中

森や木に関することならなんでもお気軽にご相談ください。

- 相談例
○自分の山のことで困っている
○森で働きたい
○地元の木を活用したい
○薪のことで相談したい など
- 期間 令和8年3月まで(予約制)
- 会場 inadani sees
- 費用 無料
- 申込・お問い合わせ先
合同会社 ラーチアンドパイン
(inadani sees内)
info@larchpine.com ☎080-8493-1357
- ※事前連絡、ご予約の上、お越しください。
- 問 50年の森林推進課 50年の森林推進係

骨伝導音声増幅器 (窓口用)を 整備しました

骨伝導音声増幅器を2台整備しました。大きな声を発さなくても、声がクリアに聞こえ、円滑なコミュニケーションを図ることができます。

また、周囲に相談内容が漏れる心配もなく、安心してご使用いただけます。聞こえに不安がある方など、ご利用を希望される方がいましたらお気軽にお声がけください。



■問 社会福祉課 高齢者サービス係

「出会いたい!」 その想いを 伊那市が応援します

市が運営する公的な結婚相談所「いなし出会いサポートセンター」では、結婚を希望する皆さんに寄り添い、その希望を実現できるように支援を行っています。

- 場所 伊那図書館1階
- 相談日時
○火・木曜日 午前10時～午後4時
○土曜日 午前9時～午後5時
※祝祭日、12月29日～1月3日を除く。
- 会員登録
会員登録(無料)による出会いの場の提供も行っています。登録対象要件などについて、まずはお気軽にご相談ください。

■問 いなし出会いサポートセンター
☎71-4071

ハロウィンジャンボ 宝くじ発売

ハロウィンジャンボ宝くじが発売されます。宝くじの収益金は市町村に交付され、福祉、環境保全、芸術文化および地域経済の活性化などに役立てられます。

ぜひ、市内の宝くじ売場にてお買い求めください。

- 発売期間 9月19日(金)～10月19日(日)
- 問 財政課 財政係

モバイル市役所「もーば」がお近くの公民館や 集会所などに出向き、行政サービスを提供



- ① 運転免許証自主返納者への助成金申請受付
■期日 10月8日(水)・22日(水)
■時間 午前9時30分～午後0時30分
■会場 伊那警察署 駐車場
※必要書類を準備の上、会場へお越しください。予約は不要です。
- ② マイナンバーカード出張申請受付
■期日 11月5日(水)/西箕輪地区
11月19日(水)/美篤・手良地区
■時間 午後2時30分～4時30分
■会場 最寄りの選挙投票所となっている公民館などの駐車場
※各地区にお住まいの方が対象です。
- 予約受付 10月1日(水)～7日(火)
平日午前9時～午後3時
(専用電話☎080-7302-6737)
- 問 企画政策課 新産業技術推進係

※「もーば」について詳しくは市公式ホームページをご覧ください。





福祉の職場を知りたい、就職をしたい方へ

福祉の職場説明会(事業所や仕事・資格の説明、就職相談)を行います。福祉関係事業所の方と直接面談ができる機会です。皆様のご参加をお待ちしています。

- 日時 10月23日(木)
午後1時30分～3時30分
- 会場 いなっせ6階
「ニシザフいなっせホール」

■申込・お問い合わせ先

- ハローワーク伊那
☎73-8609
 - 長野県福祉人材センター
☎026-226-7330
- ※詳しくは、長野労働局HPまたは長野県福祉人材センターHPをご覧ください。

問 商工振興課 商業労政係

「音訳ボランティア」養成講座開催

本や新聞を読むことが難しい方に、地元の新聞を声に出して読み上げ、CDに録音しお届けする「音訳ボランティア」の養成講座を開催します。ボランティアに興味がある方、音読が好きな方、お待ちしております。

- 日時 10月15日(水)
午前10時～正午
- 会場 伊那図書館 視聴覚室
- 講師 辰巳 史枝氏
(飯田市立図書館ボランティアグループ「声の輪」所属、NPO法人飯田ボランティア協会朗読教室)

■申込期限

10月8日(水)

■申込・お問い合わせ先

- 伊那図書館音訳ボランティア「鈴音の会」☎73-2222
- ※受講料無料で、どなたでもご参加いただけます。

問 生涯学習課 伊那図書館

令和8年度学童クラブ入所説明会のお知らせ

令和8年度中に学童クラブを初めて利用する予定の家庭を対象に、説明会を開催します。

【入所説明会】

- 日時(1時間を予定)
○11月11日(火)午後7時～
○11月16日(日)午前10時～
- 会場 市役所 1階 多目的ホール
- 内容 入所要件や開設時間、クラブでの過ごし方や使用料等について

※開場は開始30分前です。
 ※説明会の参加は任意です。
 ※申し込みは不要です。

【入所申請】

- 申請締切
○新2～6年生:12月19日(金)
○新1年生:12月26日(金)

問 こども政策課 こども育成係

お詫び

市報いな9月号に次のとおり誤りがありました。

【訂正箇所】

8ページ目下段右下の認可外保育施設「おおぞらこども園」の対象は、「3歳児～」としましたが、正しくは「3歳～」です。訂正してお詫びいたします。

問 こども政策課 保育係

令和7年度コミュニティ助成事業により整備しました

宝くじの社会貢献広報事業として(一財)自治総合センターが実施する「コミュニティ助成事業」を活用しました。

■実施団体

小出一区

■実施内容

小出一区いきいき交流施設にエアコンを整備しました。

※この事業は、宝くじの助成により行われています。



問 地域創造課 地域振興係

全国都市交通特性調査にご協力ください

全国の都市交通の特性や経年変化を把握するため、国土交通省では伊那市をはじめとする全国70市と協力して、人の動きに関する交通実態調査を実施します。市内から無作為に抽出した家庭に調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。

■調査主体

国土交通省関東地方整備局
企画部広域計画課

■お問い合わせ

☎0120-306-678(フリーダイヤル)

問 都市整備課 計画係

創業に必要な知識を学ぶ「いな創業塾2025」開催

問 商工振興課 商業労政係

伊那市商工会では、創業の心構えやビジネスプランの立て方など、創業して成功するために必要な「経営・財務・人材育成・販路開拓」の知識を学ぶことのできる創業塾を開催します。受講料は無料です。

- 日時 10月2日(木)・9日(木)・16日(木)・23日(木)・30日(木)、11月6日(木)・13日(木)(全7回)全回とも午後7時～9時まで
- 会場 南箕輪村商工会館 2F研修室

- 定員 20人(事前申込制)
- お問い合わせ先 伊那市商工会 ☎94-2309

年金ガイド

国民年金保険料の免除や納付猶予を受けた期間がある方へ
 ~保険料の追納制度~

国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けられた期間がある場合、保険料を全額納めた場合と比べ、老齢基礎年金(65歳から受けられる年金)の受け取り額が少なくなります。

※納付猶予や学生納付特例の期間は年金の受給資格期間として計算されますが、年金額には反映されません。

将来受け取る老齢基礎年金を増額するために、免除などの承認を受けた期間の保険料については、10年以内であれば遡って納めること(追納)ができます。

ただし、免除などの承認を受けられた期間の翌年度から起算して3年度目以降の追納の場合、当時の保険料額に一定の加算額が上乗せされますのでお早目の追納をお勧めします。

追納は、古い月のものから納付することになりますが、一部免除を受けた期間は、納付すべき保険料が納付されていない場合は追納はできないなどの注意点もありますので詳しくはお問い合わせください。

☎健康推進課 国民年金係/
 伊那年金事務所 ☎76-2301



「第2回伊那市食器リサイクルありがとう市」開催

家庭にある不要になった陶磁器製の食器を無料回収、無料配布します。

日時・会場

11月8日(土) 午前9時~11時 市役所西側駐車場

回収対象地区

旧伊那地区(御園区・山寺区・坂下区・荒井区・西町区・西部地区・中央区・日影区・境区・狐島区・上の原区・上新田区・下新田区・上牧区・野底区・福島区・美原区・若宮区・前原区・仙美)にお住まいの方

※上記以外の地区にお住まいの方を対象とした無料回収については来年度行う予定です。

回収できるもの

家庭で不要になった陶磁器製の食器
 (例) 皿・湯呑み・茶碗・小鉢・コーヒーカップ・調味料入れ・急須など

※割れたもの、欠けたものも回収します。

回収できないもの

○汚れのひどい食器、ほこりで汚れている食器 ○食器ではないもの
 ○陶磁器以外の食器 (例) ガラス食器・プラスチック食器・メラニン食器など
 ○直火で使用するものや耐熱食器 (例) 土鍋・グラタン皿など

注意事項

- 雨天の場合、中止となります。
- お持ち込みいただけるのは、1世帯につき段ボール(10kgみかん箱程度)2箱までです。
- 食器を入れた段ボールや袋などはお持ち帰りください。



食器リサイクル
 ありがとう市

☎生活環境課 環境衛生係



空き店舗見学会 参加者募集

中心市街地空き店舗の活用を希望する方を対象に、空き店舗見学会を開催します。街歩きをしながら、専門家から空き店舗利用のポイントなどをお話しいただき、具体的な活用イメージが思い描ける物件を見学します。

■日時 11月29日(土)
 午後1時~5時(予定)

■参加方法
 商工振興課までお問い合わせください。
 ☎商工振興課 商業労政係



ちよつくら健康 チェック開催

ちよつくら健康チェックを開催します。ご自身の健康状態を知る機会として、ぜひご参加ください。

■日時 11月4日(火)、17日(月)
 午前9時~正午
 (受付11時30分まで)

■会場 市役所1階103会議室
 ■予約・お問い合わせ先
 CMIC Trust株式会社
 ☎0120-981-950

☎企画政策課 新産業技術推進係

かんてんぱぱホール 10月の催し物 入場無料 お問い合わせ TEL 0265-78-5107 www.kantenpp.co.jp

米寿記念 水墨画・盆栽個展
 ~自然の輝き 墨への想い 水墨画と盆栽の融合~ … 2日(木)~ 7日(火)
 森のたより展 …… 10日(金)~14日(火)
 Toshi遺作展 …… 10日(金)~15日(水)
 爽やかな晩秋の陶展 …… 16日(木)~22日(水)
 いなはんづ会 …… 17日(金)~22日(水)

横前秀幸「イタリアの小さな村の風景展」
 かけがえのない道しるべ …… 17日(金)~28日(火)
 北澤 瑞樹 水木工房~秋陶展~ …… 23日(木)~29日(水)
 クラフトマルシェ ~Rose~ …… 24日(金)~29日(水)
 書晋展 30回展 …… 30日(木)~11日 5日(水)

市民法律相談開催

日常生活でお困りのことなどについて相談に応じます。

■日時 10月24日(金)

午前9時30分～正午

■会場 市役所

■相談員 伊那市顧問弁護士
長谷川 洋二 氏

■対象 市民

■相談時間 1人15分程度

■相談料 無料

■申込方法

事前に総務課まで電話などにより予約をしてください。

■申込受付開始日 10月1日(水)

■その他

相談を受けられる回数は、年度や案件に限らず1人1回です。また、内容によっては、相談に応じられないことがあります。

問 総務課 文書法規係

外国人のための無料相談会開催

長野県多文化共生相談センターによる出張相談会が開催されます。当日は生活面の相談のほか、労働問題や在留資格の相談など専門的な相談ができます。

■日時 10月6日(月)

午前10時～午後3時

■会場 市役所多目的ホール

■対応言語

ポルトガル語、中国語、タイ語、タガログ語、ベトナム語、インドネシア語、英語など

■お問い合わせ先

長野県多文化共生相談センター

☎026-219-3068



長野県多文化共生
相談センターHP

問 地域創造課 人権男女多文化生係

特設巡回行政相談開催

行政相談月間にあわせ、次の日程で特設巡回相談を行います。行政に対しての要望や各種制度の手続きに関する相談を無料にて開催しますので、お気軽にお越しください。

日時	時間	場所
10月20日(月)	午前9時～11時	富県公民館
10月22日(水)	午前9時～11時	美篤公民館
10月24日(金)	午前9時～11時	西箕輪公民館

※伊那市では特設巡回相談以外にも毎月行政相談を開催しています。市報の各種相談コーナー(17ページ)に相談日を掲載していますのでご利用ください。

問 総務課 庶務係

大学等受験・模試受験費用を補助します

ひとり親家庭および低所得世帯のこどもの進学を応援するため、大学等の受験料および高校・大学等受験に向けた模擬試験の受験料の一部を補助します。

■対象者

児童扶養手当受給世帯等および住民税非課税世帯で中学3年生、高校3年生等(20歳未満)のこどもを養育している父母等

■補助金額

○中学3年生 模試受験費用 6,000円(上限額)

○高校3年生等 模試受験費用 8,000円(上限額)・

大学受験費用 53,000円(上限額)

■申請期限 令和8年3月31日(火)【厳守】

※対象と思われる方には申請書をお送りしていますが、お手元に届かない場合はご連絡ください。

問 子育てサポート課 こども相談係

人権相談所を開設します

家庭問題、離婚、近隣のトラブル、職場・学校での差別やいじめ、生活上の悩みなどの相談に人権擁護委員が応じます。

■日時 10月9日(木)

午前10時～午後3時

■会場

高遠町総合福祉センターやますそ
※相談は無料で秘密は固く守られます。

問 地域創造課 人権男女多文化共生係

私たちは、現代のふつうを支えています。

スマートフォン、テレビ、クルマ、インターネット・・・
現代の快適な暮らしを実現している半導体
伸和コントロールズは、半導体の製造に欠かせない製品をつくっています

伸和コントロールズ株式会社
Shinwa

長野事業所 高遠工場
長野県伊那市高遠町上山田621番地TEL.0265-94-3641(代)

長野事業所 アルプス伊那工場
長野県伊那市美すず7975番1TEL.0265-98-0573(代)



がん患者への アピアランスケア用品の 購入費用を助成します

がん治療される方の社会参加の促進や就労、治療生活の質の向上を目的に医療用補整具(ウィッグや乳房補正など)の購入費用を助成します。

■補助額

購入費用の半額(上限2万円)

■必要書類・持ち物

- 伊那市に住所があることが分かる書類(マイナンバーカード、運転免許証など)
- がんの治療を受けていることが分かる書類(薬物治療・放射線治療など)のコピー
- 補整具の購入に係る領収書(物品名・金額・購入日・店名・宛名の記載があるもの。宛名は申請者ご本人の氏名に限る。)のコピー
- 申請者(ご本人)の振込先口座の通帳
- 印鑑

問 健康推進課 保健係



職場の雇用の トラブルでお困り ではありませんか

県労働委員会では、労働問題の専門家が中立・公正な立場で、労働者個人と事業主との雇用のトラブル(解雇、賃金、パワハラなど)について、「あっせん」により円満な解決をお手伝いしています。

手続きは簡単で費用はかかりません。懇切丁寧にお話を伺い、秘密は厳守されます。詳しくはお問い合わせください。

■お問い合わせ先

- 南信労政事務所 ☎76-6833
- 県労働委員会事務局
☎026-235-7468

問 商工振興課 商業労政係



旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた方 などに対する補償金等を支給します

請求に関する受付・相談を県の専用窓口で行っています。弁護士が無料でサポートする制度もありますので、相談窓口までお問い合わせください。

■支給対象 旧優生保護法による優生手術・人工妊娠中絶などを受けた本人とその配偶者

■支給額

- 補償金 本人:1,500万円・配偶者:500万円(本人・配偶者死亡の場合はその遺族)
- 優生手術等一時金 本人:320万円
- 人工妊娠中絶一時金 本人:200万円

■請求期限 令和12年1月16日

※詳細は下記窓口にお問い合わせください。

■受付・相談窓口

長野県庁(本館4階)旧優生保護法補償金等受付・相談窓口
(健康福祉部 疾病・感染症対策課)

yu-sodan@pref.nagano.lg.jp(専用) ☎026-235-7143

■受付時間 平日午前8時30分～午後5時15分(祝日、年末年始を除く)

問 社会福祉課 障害者係



伊那市難病患者等 見舞金を支給します

市では難病患者および人工透析患者等の方の労苦を見舞い、福祉の増進を図ることを目的に難病患者等見舞金を支給しています。

■対象

- 県から特定医療費(指定難病)、小児慢性特定疾病等の医療受給者証を交付されている方
- 人工透析を受けている方

■見舞金の額 年額1万円

■申込方法

- 新規の方
次の書類をご提出ください。
・認定申請書(市指定)
・医療受給者証の写し
- 申請済みの方
10月に現況届を郵送いたしますので、ご提出ください。

問 健康推進課 予防係



高遠町・長谷地区に お住いの高校生の通学費の 一部を補助します

■対象者

高遠町地区・長谷地区に居住し、高遠高校以外の高等学校に通学する生徒の保護者

■補助金額

25,000円

■提出書類

申請書・交付請求書・在学証明書・学生証等と振込口座通帳の写し

■申請期限

11月21日(金)【厳守】

○該当すると思われる方には申請書を送付しています。

○「伊那市母子・父子家庭高等学校生徒等遠距離通学費補助金」対象者は除きます。

問 子ども政策課 子ども政策係



相続のことなら...

不動産の名義変更
預貯金などの遺産の相続手続
相続放棄の書類作成
遺言・生前贈与などの相談 など

まずは相談して、
お悩み解決への道を探ってみませんか?

司法書士・行政書士
中村 和史

アルプス司法書士・行政書士事務所 TEL:0265-98-8873 http://www.alpine-js.com/
FAX:0265-98-8874 〒396-0012 長野県伊那市上新田2005

※背景写真はイメージです。



第72回伊那市民体育祭

問 スポーツ課 スポーツ推進係

期 日	開会式時間	種 目	会 場	申込締切
10月22日 (水)	午前8時15分	マレットゴルフ	マレットパークはびろ	10月10日(金)
10月26日 (日)	午前8時	サッカー(男女混合)	富士塚スポーツ公園運動場	10月17日(金)
11月3日 (月・祝)	午前8時20分	ソフトボール	伊那ニッパツ野球場 ほか	10月17日(金)
	午前9時	卓球	ロジテックアリーナ	10月20日(月)
	午前9時	柔道	武道館柔道場	10月14日(火)
11月8日 (土)	午前8時30分	ソフトテニス	センターテニスコート	10月21日(火)
11月9日 (日)	午前11時	剣道	高遠文化体育館	10月10日(金)

※市民体育祭は市内在住、在勤または在学の方ならどなたでも参加可能です。
 ※申込用紙はスポーツ課にあります。また市公式ホームページからもダウンロードできます。



信州やまなみ 国スポ・全障スポの 開催が決定しました

令和10年10月1日～11日に長野県で第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会「信州やまなみ国スポ・全障スポ」が開催されます。

伊那市ではソフトボール競技など以下の種目を行います。

【国民スポーツ大会】

- 種目 ソフトボール(全種別)
- 会場 伊那ニッパツスタジアム ほか5会場

【全国障害者スポーツ大会】

- 種目 ソフトボール、ブラインドベースボール、フットソフトボール
- 会場 伊那ニッパツスタジアム ほか3会場

※競技ごとの日程は今後決定されます。詳細は長野県の大会公式HPをご覧ください。

問 国スポ・全障スポ推進課
国スポ・全障スポ推進係

市営住宅 募集予定住宅



市営住宅のお申し込み・お問い合わせは、長野県住宅供給公社が行います。

【公営住宅】※政令月収158,000円以下の世帯向けです。

- 城南町団地 C シルバーハウジング(単身者可) 1LDK 18,300～27,300円 1戸
- 城南町団地 B 3DK 21,400～31,900円 2戸
- 城南町団地 B (単身者可) 2DK 17,900～26,700円 1戸
- 城南町団地 D (単身者可) 2DK 18,600～27,700円 1戸
- 若宮団地A棟(身障者向け) 2LDKH 22,000～32,700円 1戸
- 殿島団地 3DK 16,300～24,300円 1戸

【中堅所得者層用住宅】※中学生以下のお子さんのいる世帯は家賃を2割軽減します。

- ハイツ小原南住宅 D 2LDK 34,000円 1戸
- ハイツ小原南住宅 F 2LDK 40,000円 2戸
- ハイツ小原南住宅 G 2LDK 40,000円 2戸
- ハイツ瀬戸住宅 B(単身者用) 1K 20,000円 1戸
- 小原北特賃住宅 3LDK 40,000円 1戸
- メゾンの場住宅 2LDK 35,000円 3戸

申込受付期間 10月1日(水)～10月7日(火) 抽選日 10月9日(木) 入居日 令和7年11月1日(土)

※入居抽選会の結果により募集内容が変更となる場合があります(金額は家賃)。 問 長野県住宅供給公社 ☎98-7450



ファミリーホール伊那

家族葬専用

空調プロジェクション
マッピング設置



さくらホール

お通夜から家族葬一般葬・
精進落しまで...
ご家族の想いを叶える総合葬送会館



さくらホール

ファミリーホール伊那

伊那バス様

MEGADON・
キホーテUNY
伊那店様

仁愛病院

伊那市役所

至バスロード

あいネットグループ 平安祭典 伊那 TEL. 0265-78-8787

伊那市西春近上島2270 ☎0120-265-028

他斎場: 美すず・箕輪・辰野・駒ヶ根

伊那市 お葬式 検索

活動内容を紹介し
地域おこし協力隊
活動だより

Vol. 32

フィンランドで学んだ 森の中での主体的な学び

未来の教育コーディネーター

やまもと かざね
山本 風音さん



令和6年4月に地域おこし協力隊に
着任。自然環境と暮らしに学ぶ「森と学び」
の推進、子どもと森をつなぐ居場所
づくり、フィンランドとの学校間交流
などを担当しています。

した。

今年5月に、伊那市の視察団の一員としてフィンランドに行ってきました。教育班のメンバーに加わり、現地の小学校や幼稚園などの教育現場を訪問しました。実際の授業を見学するだけでなく、先生方とディスカッションをするという場面もありました。

自身の今回の視察の目的は、フィンランド教育における「森と学び」のあり方を探ること、森や野外で学ぶことの教育的な効果や意義を探ることでした。実際にいくつかの学校を訪ねる中で、日常的に教室を飛び出し、近くの森や自然の中で授業を行っている現場を見ることができました。森での体験を通して、子どもたちは体を動かし、五感を働かせながら、周囲の世界や自分自身について学びます。そうした実感の伴った体験が、教科書で扱う抽象的な知識や概念と結びつくとき、その子にとっての生きた学びが培われるのです。実際に訪れた小学校でも、森で体育、英語、算数などの教科を横断的に組み合わせる授業が展開されていま

「私にとって森は、自分自身でいられる場所。ある小学校を訪れた際に6年生の女の子が語ったこの言葉が、印象に残っています。フィンランドの人たちの森との親密な関わりや、「学びは自分自身のためにある」という価値観を、端的に表しているような気がしました。そんなふうに、森との関わりを通して自分の興味や好奇心が自発的に起る、「学ぶことは楽しい」と思えるような体験に出会うことができれば、自分自身のための豊かな学びは、生涯にわたって続いていくのではないのでしょうか。そのことをフィンランドの森から学びました。

「森との距離が近いフィンランド」



森との距離が近いフィンランド

問 地域創造課 移住定住促進係



まさに地域力！
「子どもの未来応援隊」



「伊那市こどもの未来応援隊」が発足して5年目に突入しました。

令和7年8月末現在、15つの企業・団体・個人の方が登録をして支援活動を行っていただいています。活動の広がりを実感しています。

日頃からこの活動に関わっている伊那市社会福祉協議会の担当者からお話を聴きました。

スタート時の登録数を思えば、この5年で応援隊の登録数は2〜3倍に増え、地域の「宝」である「子ども」への応援は惜しみなく続いています。

そのひとつの活動として、毎年夏休みに開催している「おいで塾」、学童クラブ利用の児童向け「こども食堂」支援は、まさに地域の方々の力によって支えられています。

年間を通じてご協力いただいている現金寄付、お米や野菜などの食材や労働力の提供もあり、この支援はまさに集大成と言えます。

上伊那郡内の企業様には、自分たちの仕事の一部として、地域貢献を目的に、「こどもと関わる」ことが地域

を知ること」と、熱い理念をお持ち

「社内でこの活動の参加権を勝ち取って参加しています」と満面の笑みで話をしてくださる社員さんの姿にはただただ感謝です。

「この日を楽しみにしていました」

「このお気持ちこそが、この活動の原動力になっていることを改めて実感し、今年の夏の特別な暑さ以上に、地域の方々の熱い『想い』を感じる時間となりました。

「こども食堂」

は、こどものみならず、大人も、お腹と心、どちらも満たされる場所となっています。



問 こども政策課 こども政策係

伊那市長の

たき火通信

森といきる 伊那市

私の小さな頃は、人と森や山との関りは濃密なものがありました。子どもにとっては、春の山菜取り、サワガニやカジカ取り。お盆の頃になると近所の子もたちと連れ立って盆花を取りに行き、秋にはキノコやクリやアケビを採る楽しみがありました。

大人には生活の場としての森と山の存在がありました。カラマツやヒノキの植樹と下草刈りや枝打ちをし、後世のために森を育てる。ガスや電気製品のない時代には、煮炊きや囲炉裏の薪の準備や、冬にはバラ炭を作り山に入り、また集落の飲料水を賄う「水道」の維持管理など、四季を通じて山に入っていました。私の小さな頃の記憶は、たった50年～60年ほど前のことですが、人類にとっては、木の実を採り動物を狩っていた縄文・弥生の昔から今の時代まで、連綿と森とは繋がりがあり、何千年も森とともに生きてきた歴史があります。

森林の持つ機能は、二酸化炭素の吸収と酸素の供給(光合成)、飲料水・農業用水などの涵養、土砂災害の防止、建築用材の供給、木質バイオマスの原料供給、動物・植物・昆虫・鳥などの臥しどころ

などと多様です。ミネラルの恵みも欠かせません。森がなければ農業はできません。森がなければ薪炭も水も得られませんでした。



森といきるひとびと

また森や山は畏敬の場であり、神の依代として信仰の対象でもありました。人々と繋がる癒しの森であり、思索の森であり、精神の交感する多様な森がありました。

18世紀から19世紀にかけて生きたフランスの政治家であり思想家の、フランソワ＝ルネ・ド・シャトーブリアンは、「文明の前に森林があり、文明の後に砂漠が残る」と言っています。これは森との繋がりは形而上の祈りとともに、すべての事象は森とともにあると理解できます。平易に言えば古来より森との繋がりは生活の端々にあり、このことを忘れた民族は、砂漠と言う不毛を生み出すことに繋がるのだと理解するのです。

新緑の頃、森で始まる躍動と生命の息吹を感じさせる瑞々しい緑。漆黒の森にいるときの静謐さと畏敬、艶やかな紅葉の後の落葉。雪に眠る森の佇まい。

森羅万象、すべてが森に繋がっているように「森といきる 伊那市」でありたいと願います。

伊那市長 白鳥孝

10月 広報番組



スマートフォンは
こちらから
YouTubeで公開中

い～なチャンネル

放送開始時間(毎週土曜日更新)

伊那ケーブルテレビ デジタル 12ch / J501ch

- 土 午後7時、午後10時30分
- 日 午前8時30分、午後1時30分、午後7時
- 月 午後4時55分
- 火・木 午後11時25分
- 水 午後8時
- 金 午後3時30分

放送日	内容
4日～	長谷フェス
11日～	伊澤修二記念音楽祭
18日～	白鳥市長のたき火通信
25日～	お休み

※都合により、番組内容が変わる場合があります。

伊那市チャンネル

伊那ケーブルテレビ デジタル 11ch

文字情報や広報番組などを放送する伊那市行政チャンネルです。

ココろをむすび 伊那をつなぐ story vol.17

問 地域創造課 地域ブランド推進係

森の恵みを日比谷松本楼で!

10/18～伊那市フェア開催



東京日比谷公園にある老舗洋食レストラン「日比谷松本楼」。明治36年の創業以来、多くの人々に親しまれ、文化人や著名人にも親しまれています。その松本楼を舞台に、今年も「伊那市フェア」を開催します。伊那谷の新鮮野菜や果物をふんだんに使った特別メニューが並び、「森といきる 伊那市」を背景に、伊那の大地と水が育んだ農産物や食文化を首都圏へ届け、人と森が寄り添い育んできた伊那ならではの秋の恵みを楽しめます。



伊那と松本楼とのご縁は深く、日比谷松本楼の小坂文乃社長は「伊那市つなぐふるさと大使」として、生産者とシェフを結び、食卓から伊那の魅力を広げています。食を通じて人と人がつながるこの催しは、都市と地方を結ぶ架け橋でもあります。

期間中は、市長と小坂社長が語り合う食事会も予定し、旬の食材を味わいながら、伊那の魅力や森と人との営みに直接触れていただける特別なひとときです。

首都圏にお住まいの家族や友人等にお知らせいただくとともに、ぜひ皆さんもこの機会に松本楼を訪れてみませんか! 秋色に包まれた日比谷で、伊那の自然と暮らしの豊かさ、そして生産者の思いが首都圏へ広がり、新たなつながりが生まれたらと思います。

■日比谷松本楼伊那市フェア■

期間：10月18日(土)～11月30日(日)

会場：日比谷松本楼 本店

※11/5(水)の夜、食事会を予定 詳しくはこちら



いなしで子育て



子育て支援センター

子育て講座 **開講時間** 午前10時30分～11時

- 竜南 2日(木) 助産師相談
21日(火) フルート・チェロ・ピアノトリオ
- 上の原 6日(月) 歯科衛生士による歯科相談
15日(水) 消防団音楽隊
- 西箕輪 7日(火) 不思議なマジックショー
10日(金) さわやかベビーマッサージ
※午後1時30分～
17日(金) 主婦の知恵袋
- 高遠 28日(火) アルパ演奏
- 富県 31日(金) エレクトーン演奏



※子育て講座へ参加ご希望の方は、事前に各センターへお申し込みください。

育児相談(午前9時～11時30分)※体重測定ができません

○火曜日(祝日を除く)伊那市保健センター

健康相談(午前9時～11時30分)

- 7日(火) 美篤・東春近・西春近支所、高遠町文化センター
- 14日(火) 長谷健康増進センター
- 21日(火) 富県・手良・西箕輪支所、高遠町文化センター
- 28日(火) 長谷健康増進センター

要予約 離乳食相談(午前9時～11時30分)

- 7日(火) 高遠町文化センター
- 14日(火) 長谷健康増進センター
- 21日(火) 伊那市保健センター、高遠町文化センター
- 28日(火) 長谷健康増進センター

保健師相談(午前10時30分～11時30分)

○23日(木) 富県子育て支援センター

子育て相談(午前8時30分～午後5時)

○平日 伊那市保健センター(☎72-0999)

子どもの発達に関する相談(午前8時30分～午後5時)

○平日 小鳩園(☎72-2576)

教育相談(午前8時30分～午後4時30分)

○平日 学校教育課 教育支援係

問 子育てサポート課(☎78-9711)/【高遠町】市民福祉課

リサイクル会(要予約)

不要な子ども服、日用品、玩具などをみんなで有効利用!

受入期間: 6日(月)～17日(金)※平日のみ

配布日時: 14日(火)～17日(金)午前10時～午後2時

場 所: 高遠子育て支援センター

問 こども政策課

わが子の思い出フォト

たいちくん
(1歳)

笑顔がかわいいたいちくん。これからものびのび大きくなってね。



きほちゃん
(1歳)

かわいい笑顔がだいすき!これからたくさん一緒に遊ぼうね。



市内在住の0歳から小学校就学前のお子さんの写真を募集しています。右の二次元コードからご応募ください。



申込フォーム

問 秘書広報課

取り組みを紹介します

やっほー!!

自然の散策「遠足」



外で食べるとおいしいね!

よーい!! ドン

自然の中で体を動かすことが大好きな子どもたち。

「遠足」の日はお弁当持参で普段とは違う雰囲気を楽しんでいます。



伊那市の母子手帳アプリ「すくすくい〜な」配信中

「すくすくい〜な」で何ができるの？

母子手帳アプリ「すくすくい〜な」は、スマートフォン・タブレット端末・PCに対応したサービスです。

妊娠期からのお母さんとお子さんの健康データや予防接種のスケジュール管理、出産・育児のアドバイスなどで子育てをサポートします。また、ご家族などとお子さんの成長記録を共有できたり、伊那市の子育て情報にすぐアクセスできます。育児日記として使える「できたよ記念日」では、母子健康手帳の内容をもとに、お子さんの成長や発達の記念日を写真やメッセージと一緒に記録できます。

利用するには？

各アプリストアにて「母子モ」で検索するか、左の二次元コードを読み取ってアプリをインストールしてください。



▲ダウンロード



住んでいる地域を設定すると「すくすくい〜な」が利用できます。アプリの詳細については、市ホームページからもご覧いただけます。妊娠から出産、育児までフルサポート。地域とつながる安心の子育て支援アプリをぜひご利用ください。

卒業生は地域医療や介護分野で活躍!

上伊那医師会附属 准看護学院 入学希望者募集

願書受付期間：10月1日(水)～31日(金)

働きながら、また子育てしながら、医療の知識や技術を身につけることができます。



令和8年4月伊那市荒井に新校舎完成予定。快適な環境で学べます!

詳しくは 准看護学院のHP▶



介護相談・認知症相談

問 福祉相談課 (福祉まちづくりセンター内)

介護・認知症カフェ「オレンジ」

(参加費 200円)

- きたっせ (山寺) 3日(金) 午前10時～11時30分
- 溝友館 (長谷) 9日(木) 午前9時30分～11時30分
- やますそ (高遠町) 10日(金) 午前10時～11時30分
- ぬくもり館 (西箕輪) 22日(水) 午前10時～11時30分
- 北和田会所 (富県) 28日(火) 午前9時30分～11時30分

本人ミーティング (参加費無料)

- 11日(土) 福祉まちづくりセンター 午後1時～3時



「秋の環境美化活動」「有害ごみの回収日」 実施基準日:10月26日(日)

問 生活環境課 環境衛生係

環境美化活動

地区ごとの計画に従い、実施してください。事故が発生する恐れがある無理な作業は行わないでください。

●土砂、草木、落ち葉について

環境美化活動の時に出土砂を市の指定場所へ持ち込む際には、土砂にごみや草木、落ち葉が混ざらないよう除去していただき、土砂のみを持ち込んでください。草木、落ち葉の受け入れは行いませんので、指定ごみ袋(証紙付き)に入れて燃やせるごみの収集日にゴミステーションに出してください。

●不法投棄ごみについて

不法投棄されたごみを拾集した場合は可燃ごみと不燃ごみに分別したうえで適正に処分してください。資源物と分ける必要はありません。また、土砂に含まれるごみも同様に分別してください。

有害ごみの回収日

ご家庭にある電池類、蛍光管、水銀製品(体温計、血圧計等)を回収します。電池類と蛍光管及び水銀製品に分けて、各地区で決められた場所に、10月26日(日)の朝8時までに出してください。

回収品目や注意事項など、詳しくは右の二次元コードから市公式ホームページをご確認ください。



有害ごみの品目・注意事項▶

休日歯科診療

上伊那口腔保健センター ☎78-8510
5(日)、12(日)、13(月・祝)、19(日)、26(日)
受付時間:午前8時30分～11時30分

水道料金・下水道使用料

伊那市上下水道料金センター ☎78-5125
日時:月～金曜日(祝日は除く)
午前8時30分～午後5時15分
場所:市役所1階

ごみ処理施設

上伊那クリーンセンター ☎98-8337
燃やせるごみ受入日:月～金曜日
午前8時30分～午後4時30分
10月の休日受入日:13日(月・祝)

クリーンセンター八乙女 ☎79-8773
燃やせないごみ受入日:月～金曜日
午前8時30分～午後3時30分
10月の休日受入日:13日(月・祝)

証明書交付等取扱

市民サービスコーナー(伊那市役所内)
10月の開設日:土曜日、日曜日、祝日
時間:午前8時30分～午後5時

コンビニ交付

時間:午前6時30分～午後11時
取扱証明書:住民票・印鑑登録証明書・
戸籍謄抄本・戸籍の附票・
所得証明書

10月の

休日緊急当番医・休日当番薬局

※都合により変更になることがありますので、電話でご確認ください。
※市内のみ掲載しています。市外については市公式ホームページをご覧ください。

5日 日	医	たけまつハートクリニック	(内、循)	☎ 71-8010	上 牧
	医	北原こどもクリニック	(小)	☎ 74-2236	境
	医	林整形外科医院	(整)	☎ 76-5525	西 町
	薬	アイセイ薬局伊那西町店		☎ 71-4607	西 町
12日 日	薬	青い鳥薬局境店		☎ 98-0951	境
	薬	共創未来上牧薬局		☎ 98-6983	上 牧
	医	元の気クリニック	(内、小)	☎ 74-2007	西 春 近
	医	春日医院(高遠町)	(内)	☎ 94-2054	高 遠 町
13日 月・祝	医	片桐医院	(内、心)	☎ 72-4072	日 影
	薬	いろは堂薬局		☎ 94-2110	高 遠 町
	薬	調剤薬局マツモトキヨシ伊那日影店		☎ 71-5710	日 影
	薬	和光堂薬局		☎ 76-3141	上 牧
19日 日	医	たかはし医院	(内、小、消)	☎ 71-5121	荒 井
	医	清水耳鼻咽喉科医院	(耳)	☎ 72-3775	荒 井
	薬	アイン薬局荒井橋店		☎ 98-5350	荒 井
26日 日	医	田畑内科医院	(内)	☎ 78-6668	中 央
	医	新井耳鼻咽喉科医院	(耳)	☎ 77-0033	上 牧
	薬	アイン伊那中央薬局		☎ 74-7333	中 央
26日 日	医	みぶの里クリニック	(内)	☎ 93-3003	美 篤
	医	中村クリニック	(小、外)	☎ 77-0206	狐 島
	薬	アイン薬局伊那東店		☎ 72-5960	狐 島



各種相談

相談は無料です。お気軽にどうぞ。

10月

要予約

相談内容	いつ	どこ	お問い合わせ先
行政相談	16日(木)午前9時30分～11時30分	長谷総合支所	総務課 庶務係
税理士会員による税務相談	1日(水)午後1時30分～3時	産業と若者が息づく拠点施設allia(アルラ)	税理士会伊那支部 ☎74-8170
行政書士による各種相談	8日(水)午後1時～3時	行政書士会 伊那支部	行政書士会伊那支部 ☎73-2208
公証人による公証相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時	伊那公証役場	伊那公証役場 ☎73-8622
消費生活相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	伊那市消費生活センター	伊那市消費生活センター ☎96-8165
交通事故巡回相談	16日(木)午前10時～午後3時	伊那合同庁舎内交通事故相談室	上伊那地域振興局 総務管理課 ☎76-6803
心配ごと相談	火・木・金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後4時	福祉まちづくりセンター	福祉まちづくりセンター
司法書士による法律相談	3日(金)、17日(金)、24日(金) 午前9時～正午	福祉まちづくりセンター	「ふれあい相談センター」☎72-8186 ※予約受付:火・木・金曜日 (祝日を除く)午前9時～午後4時
弁護士による法律相談	10日(金)午後1時～3時	福祉まちづくりセンター	
ひきこもり相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	福祉まちづくりセンター	福祉相談課 相談支援係
人権相談	月・水・金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後4時	長野地方務局伊那支局	長野地方務局伊那支局 ☎78-3462
健康相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	健康推進課 保健係	健康推進課 保健係
健康相談	7日(火)、21日(火)午前9時～11時30分 14日(火)、28日(火)午前9時～11時30分	高遠町文化センター 長谷健康増進センター	高遠町総合支所 市民福祉課
臨床心理士によるこころの相談	日程はお問い合わせください。	伊那市保健センター	健康推進課 保健係
精神科医による精神保健相談	20日(月)午後2時～5時	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 ☎76-6837
くらしと健康の相談会 (弁護士・保健師による相談)	日程はお問い合わせください。	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 ☎76-6837
女性相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	伊那市保健センター	子育てサポート課 子ども相談係 ☎72-0999



文化施設だより



- 生涯学習センターからのお知らせ… P19・P20
- 図書館からのお知らせ…………… P21
- 信州高遠美術館からのお知らせ…………… P22

- 高遠町歴史博物館
伊那市民俗資料館からのお知らせ…………… P23
- 創造館だより…………… P24・25

※それぞれの日程や内容が変更になる場合があります。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。各施設にお問い合わせください。

伊那市創造館自主制作映画祭 2025 伊那市創造館3階講堂 入場無料・申込不要

激突★映像リアルート the 11th!! 10月18日(土) 午後0時45分〜

「伊那市創造館自主制作映画祭」11回目の開催です。伊那の物品や人や景色を取り込んだ公募作品「伊那谷ムービー」と、各地で話題の招待作品など、全20作品を一挙上映。アクション・コメディ・SFX・アニメ・社会派・ファンタジー、リラックスしてお楽しみください。※作品は令和8年のお正月に、伊那ケーブルテレビからも放送されます。



① **ヒッチハイク**
(2025年・東京) 10分 監督: 恩田浩
山道でヒッチハイクしている男を乗せたことで起こる、奇妙な話。



② **猟犬野獣肉弾戦**
(2025年・大阪) 14分 監督: 白澤康弘
特殊部隊ハウンドの元リーダー、スモーカーに殺害予告の電話があった。その一方で、またしても生霊に憑りつかれて苦しみ悶えるキャサリンの前に現れる悪太郎ともう一人の謎の男、サンダー。それぞれの運命の下に生きる男たちと女が、不思議な因縁に結ばれている事が次々と解き明かされてゆく。



③ **熊澤巡査部長の疑問**
(2025年・横浜) 6分 監督: 稲葉奇一郎
捧商事社長・捧剛三氏殺害事件の関係者・横田光男は、捜査を担当する熊澤巡査部長の要請で、事件当日の再確認をするため、レストランに向かう。捜査協力のため事件の関係者が提出した捧社長との自撮り写真から、熊澤巡査部長は、ある疑問を横田に告げる。
補足: ミステリーの事件解決場面だけで構成された短編というコンセプトで制作した作品です。役者は必要最小限、撮影時間も数時間以内というコンパクトな体制で撮影しました。



④ **伊那谷キラ breeze 2**
(2025年・駒ヶ根市) 5分 監督: 松崎剛也
劇団サムライナッツ、短編映画プロジェクト第2弾 始動! 伊那谷を拠点に時代劇から現代劇、そしてインプロまで多彩な舞台表現に挑んできた劇団が、再び映像作品の世界へ。舞台は前作同様、伊那谷のどこかに潜む「キラ breeze」ー 現代に生きる殺し屋たちの物語。電話ボックスで交わされる謎の依頼、静かに動き出す暗躍の影。その行方は、誰も予想できない結末を迎える…。この地域を舞台に紡がれる「伊那谷キラ breeze 2」は地域における魅力の再発見を目指す。劇団サムライナッツが切り拓く挑戦の続きを、ぜひご期待ください。



⑤ **轟天号を追いかけて★ゼロドムービー**
(2025年・駒ヶ根市) 15分 監督: 戸枝尚
祖父の入院で東京から駒ヶ根市に帰省している戸枝のもとを、星が訪れる。予定より早い祖父の退院に安心しつつも、東京に戻ることに気は重い様子の戸枝。そんな様子を見た星は、とあるWEBサイトを見て戸枝をサイクリングへと誘うのだった。伊那谷の夏の風物詩とも称される自転車イベントをモチーフとした、ドキュメンタリータッチ・伊那谷・ロードムービー!



⑥ **INA IV** (2025年・東京) 8分
監督: 岡本泰之
岡本監督のINAシリーズ、遂に第4作へ! 実写映像とCG要素を合成したVFXに、更にAIを活用して、誰も見たことのない伊那の風景を描きます。
※このごりの作品は「創造館だより」の2ページ目(P25)をご覧ください。
※全ての上映予定作品・上映順は、変更になる場合があります。

Inspection Report



石川県穴水町出身の広告ディレクター伊藤雅克氏が、高校生の頃からロー看板の収集を開始し、社会人になっても情熱を絶やすことなく続け、残された400点ものコレクションが展示されていました。昭和の街を彩ったレトロなロー看板の展示は懐かしく、また昭和の広告史と産業史を理解する意味でも分かりやすかったです。

2階の企画展示室は懐かしい看板が上手に展示され、捧館長がそれぞれに説明をしてくださり、感心させられました。特に「大塚グループ」の人物看板に関する裏話や、「オロナミンCドリンク」看板の大村崑さんと看板の歴史を垣間見ることができ、楽しかったです。

言語だけでなく、視覚からの話は効果的だと思いました。

山岸 加代子

社会教育委員が行く

第33回企画展 昭和100周年記念 昭和のロー看板展

令和7年5月21日(伊那市創造館)



生涯学習センター



第19回 歴史講座 伊那の近現代史を学ぶ

～戦後80年、戦争の歴史に学び、未来につなぐ。～

第19回目を迎えた大好評の講座です。現地見学を含む魅力ある内容を企画しました。講師による歴史解説、講義への質問受けもあります。皆さんと一緒に学びましょう。

【講師】山口 通之 氏 (上伊那郷土研究会 会員)
矢澤 静二 氏 (同会 会員)
塚田 博之 氏 (同会 会員)

【日時】

- ・第1回 11月15日(土) 午前8時30分～正午(現地学習)
戦争遺跡をめぐる ～戦後の開拓地～
- ・第2回 11月29日(土) 午前10時～正午
～現地視察のまとめ～
- ・第3回 1月10日(土) 午前10時～正午 講師:矢澤静二 氏
～開拓団として上伊那から満洲に渡った人々～
- ・第4回 1月24日(土) 午前10時～正午 講師:塚田博之 氏
～新たな資料でたどる旧陸軍伊那飛行場～
- ・第5回 2月14日(土) 午前10時～正午 講師:山口通之 氏
～各地に残る戦争遺跡～

【会場】生涯学習センター5階 研修室501・502

【定員】35人

【受講料】2,000円(講座5回分の総額)

【その他】講座の詳細は参加される方へ別途通知します。

【申し込み受付】10月2日(木)～24日(金)

【お問い合わせ】伊那市生涯学習センター



ちびっこ広場から 10月のお知らせ

会場:生涯学習センター7階ちびっこ広場

【英語あそび】14日(火) 午前10時30分～午前11時
定員:親子20組

【助産師さんの相談日】14日(火) 午前11時～正午頃
※予定は、変更または中止になる場合があります。



生涯学習センター7階の“ちびっこ広場”は、お子さんと保護者の方が安心して一緒に遊べる屋内広場です。ご利用は無料です。

ご利用の際は、ちびっこ広場内の受付簿にご記入をお願いします。



童謡唱歌教室 ふるさとの四季～秋編～

秋の伊那谷の風景写真を鑑賞しながら、解説をおりませ、オルガン・ピアノの伴奏に合わせて歌いましょう♪

【日時】11月7日(金)

午前10時45分～(開場午前10時15分)

【会場】いなっせ6階「ニシザウいなっせホール」

【入場料】無料(資料代:200円)

指 揮	池上 眞澄
オルガン・ピアノ	石川 みどり
解 説	宮原 輝雄
進 行	金丸 恵美子
写 真	真 富県写真クラブ
企 画	北沢 理光



第19回 INAいなっせ JAZZ FESTIVAL

JAZZに酔いしれるひとときを!

【日時】11月23日(日・祝) 午後2時～(開場1時30分)

【会場】いなっせ6階「ニシザウいなっせホール」

【入場料】一般:1,000円 大学生以下:500円 <全席自由>

<出演>

- ♪しろくま楽団 ♪Miho☆Mana
- ♪いなっせ Jazz Friends
- ♪伊那中学校吹奏楽部



しろくま楽団

<しろくま楽団>

人間ジュークボックス木崎二郎率いるしろくま楽団は木崎の主催するJWS(ジャズワークショップ湘南)の活動の中で生まれた楽団。湘南を中心に首都圏、信州、関西から四国・中国・九州まで活動範囲は広く、コンサートホールは勿論、学校、お寺、蕎麦屋、介護施設、リハビリルーム...etc. ありとあらゆる場所で生の音楽を伝えるための活動を精力的に展開しているプロのジャズカルテット。

それいけ!!ザ・シワクチャーズ伊那 ~2025. 女声合唱コンサート~

【日時】10月13日(月・祝) 午後2時～(開場午後1時30分)

【会場】いなっせ6階「ニシザウいなっせホール」

【入場料】無料(全席自由) ※要整理券

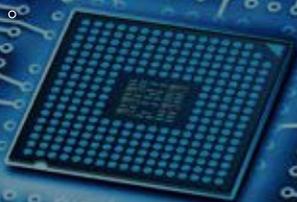
～2025 コンサート プログラム～

- 【Iステージ】高木東六の作品から
- 【IIステージ】ア・カペラの響き
- 【IIIステージ】みんなで歌いましょう♪
- 【IVステージ】歌い続けたい歌

【お問い合わせ】伊那市生涯学習センター内
NPO法人クラシックワールド



つなぐ、暮らしと技術を。
つなぐ、今と未来を。



プリント配線板の開発・設計・製造・販売

SHINKO 住友金属鉱山グループ
株式会社 伸光製作所

長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪12238

生涯学習センター施設案内(4階学習室)

生涯学習センター4階に学習室(30席)があります。学生・一般の方を問わず、学習するためなら、無料で利用できますので、ぜひご利用ください。

【利用方法】

初めてご利用の方は、学習室の利用登録が必要です。いなっせ5階生涯学習センター事務室にて、学習室利用登録証の発行を受けてください。

詳細については、発行時に説明します。

【利用可能時間】

午前8時30分～午後9時

※水曜日休館

(水曜日が祝日の場合は
木曜日休館)



第22回 伊那市民芸術文化祭

第22回を迎える伊那市民芸術文化祭を開催します。

芸術文化活動の成果を発表する場として、多くの舞台発表や作品展示が行われます。芸術文化鑑賞の機会として、ぜひお越しください。

【日 程】舞台発表部門:12月6日(土)、12月7日(日)

美術展示部門:12月6日(土)、12月7日(日)

【内 容】舞台発表部門:ダンス、舞踊、演劇、太極拳、パレエなど

美術展示部門:絵画、生け花、書、手芸、工芸

写真など

【お問い合わせ】NPO法人伊那芸術文化協会

☎78-6106



10月の主な催し物

ニシザワイなっせホール(6階)

- 5日(日) 長野県三曲協会 第70回 演奏会 午前11時～
- 10日(金) 市民大学 入学式・入学記念講演 午後1時～
- 11日(土) 高遠城址公園 開園150周年記念イベント① 午後6時～
- 12日(日) 高遠城址公園 開園150周年記念イベント② 午前11時～ 午後3時～
- 13日(月・祝) ザ・シワクチャーズ 伊那2025女声合唱コンサート 午後2時～
- 19日(日) 楠洲流吟道 第54回発表大会 午前9時～
- 21日(火) 市民大学 午後1時30分～
- 23日(金) 福祉の職場説明会 就職相談会 午後1時30分～
- 26日(日) 田楽座 伊那公演 午後3時～
- 28日(火) 市民大学 同窓会総会・同好会発表会 午後1時30分～

展示ギャラリー(2階)

- 3日(金)～7日(火) 「第9回 伊那仏画研究会 作品発表会」 午前9時～午後5時(7日は午後3時まで)
- 10日(金)～14日(火) 「伊那市民美術展」 午前9時～午後5時(14日は午後4時まで)
- 17日(金)～21日(火) 「上伊那なかよし作品展」 午前8時30分～午後5時(21日は午後4時まで)
- 25日(土)、26日(日) 「第22回 上伊那創造ものづくりフェア」 午前10時～午後5時(26日は午後4時まで)
- 30日(木)～11月4日(火) 「K展・北彩の会展合同展」 午前8時30分～午後5時(30日は午後1時から、11月4日は午後3時まで)

11月の予約調整会議

【日 時】11月1日(土)

受付開始:午後6時30分～ 調整会議:午後7時～

【会 場】研修室501(生涯学習センター5階)

※午後7時前には必ずお集まりください。

【ホール・展示ギャラリー】

【予約対象期間】令和8年11月1日(日)～11月30日(月)

【会議室などそのほかの施設】

【予約対象期間】令和8年1月4日(日)～1月31日(土)

10月

休館日

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)



お申し込み・お問い合わせ **伊那市生涯学習センター**

〒396-0025 伊那市荒井3500-1(いなっせビル内) ☎0265-78-5801/FAX.0265-78-5802

HP:<http://www.inacity.jp> e-mail:sgc@inacity.jp

※会場をご予約される際、日程・会場ご希望どおり確保できない場合があります。恐れ入りますが、あらかじめ予備日をご用意ください。

※主催者の都合により、催事の内容・時間など変更になる場合もありますのでご了承ください。

開館時間:午前8時30分～午後10時 休館日:毎週水曜日(水曜日が祝日の場合は木曜日)・年末年始

伊那谷発信地域ポータルサイト

伊那谷ねっと

伊那市・箕輪町・南箕輪村の役立つ情報を集めた便利なサイトです。

ICT 伊那ケーブルテレビジョン株式会社

ニュース

行政情報

休日当番医

ごみカレンダー

イベントカレンダー

おくやみ

ライブカメラ

天気

いなテレ動画

スマートフォンはこちらから



<https://ina-dani.net/>



お知らせ

図書館



伊那図書館

〒396-0025 伊那市荒井3417-2
TEL.0265-73-2222
FAX.0265-76-7122
開館時間：午前10時～午後7時
休館日：毎週月曜日、毎月最終火曜日

高遠町図書館

〒396-0211 伊那市高遠町西高遠810-1
TEL.0265-94-3698 FAX.0265-94-2056
開館時間：午前10時～午後8時
日曜日のみ開館時間：午後5時まで
休館日：毎週月曜日、毎月最終金曜日、祝日

おはなし会・イベント

親子でふれあいリトミック 8日(水) 午前11時 定員15組
予約優先

おはなしのひろば 0-1歳児対象(わらべうた) 1日(水)、22日(水) 午前11時
2-3歳児対象(読み聞かせ) 15日(水)、29日(水) 午前11時

おはなしぱれっとのおはなし会 全年齢対象
25日(土) 午前10時30分

おはなしのひろば ハロウィンスペシャル
26日(日) 午前11時 簡単な工作も行います。詳しくはHPをご覧ください。

うたおう 遊ぼう わらべうた♪

19日(日) 午前11時 対象：親子 定員30組 事前の申し込みが必要です。詳しくはHPをご覧ください。
わらべうたうたい・坂野知恵さんと一緒に、みんなで歌って遊んで、わらべうたを楽しみましょう。

除籍した図書・雑誌をお配りします

31日(金)～11月2日(日) 午前10時から午後7時
持ち物：本を入れる袋、伊那図書館の利用カード
ひとり各10冊までお持ちいただけます。図書・雑誌は1日2回
補充をします。開館前に並ぶことはご遠慮ください。



ギャラリー

もの描く魔女会展 3日(金)～14日(火)
ジュニア煎茶道講座 発表会茶会 19日(日)

10月 休館日
6日(月)、13日(月・祝)、20日(月)、27日(月)、
28日(火)

おはなし会・イベント

シャボン玉大会 11日(土) 午後1時30分

色々な道具を使ったシャボン玉遊びや、
人間が入れる大きなシャボン玉づくりに挑戦！
ぬれてもいい服装でタオルを
持ってきてください。
シャボン玉の液や道具は図書館で用意します。



こどもひろば 25日(土) 午前10時30分

絵本の読み聞かせと「ストローひこうき」の
工作をします。



第2回古文書解読コンテスト開催中
詳しくはHPをご覧ください。

テーマブック

「大人の工作」(第一図書室)

秋の夜長に大人が夢中になる工作してみませんか。

「昭和生まれの絵本」(こども部屋)

昭和生まれのロングセラーや懐かしい絵本を、昭和100年の今。

10月 休館日
6日(月)、13日(月・祝)、14日(火・振)、20日(月)、
27日(月)、31日(金)

公民館図書室

は休館日です
お問合せ：TEL.0265-73-2222

春近郷ふれあい館図書室

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

富県ふるさと館図書室

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

てらとびあそび図書室

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18★
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

西春近公民館図書室

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

長谷公民館図書室

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

西箕輪めぐもり館図書交流スペース

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

※平日～土曜日は自動貸出機が使えます
は職員がいます

美簗きらめき館図書室

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4★
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

★美簗おはなし会 午前10時30分

今月のおすすめ本



『絶望に効くブックカフェ』
河合 香織/著 小学館
その絶望に寄り添って
くれる本が
見つかるはずですよ。

お洒落なコンクリートに、木の温もりが融合した住まい

高いデザイン性
オンリーワン **RC** コンクリートの家

耐震 | 耐久 | 耐火性 |



木造住宅 &
リフォームも
承ります。

見積り無料 お気軽にご相談ください。



西武建五株式会社

建設業/長野県知事許可(特-6)第27046号 宅地建物取引業免許 長野県知事(14)第1464号
〒396-0023 長野県伊那市山寺 254-4

TEL.0265-72-7221 FAX.0265-72-7225





信州高遠美術館



展覧会情報

若手アーティスト展ふうけいのまにまに

【会期】10月5日(日)まで

【会場】全館

【作家】津田翔一、蛭田香菜子、星野郁馬、細萱航平



ワークショップ

「モノをしつらえる/場所を見つける」

【日時】10月4日(土)午後1時~4時

10月5日(日)午後1時~4時 ※両日とも同内容

【対象】小学校5年生以上

【定員】各回10名

【講師】細萱航平さん(出展作家)

【参加費】無料

【内容】日用品やガラクタなど、身の回りのモノに対する私たちの見方や感じ方が変わる瞬間を体験することを目指すワークショップです。さまざまなモノの組み合わせを試したり、美術館敷地内のさまざまな場所にモノを設えてみます。

※応募や詳細については美術館にご連絡ください。

アートスクール <要予約>

スマホ写真講座

【日時】11月1日(土)午前10時~正午

【講師】笹川寛司さん

【定員】10名 【受講料】1,000円 【持ち物】スマートフォン・筆記用具

【内容】写真作家の笹川寛司さんが講師となって、スマホのカメラで使える撮影技術をレクチャーします。

日本画入門講座

【日時】10月19日(日)午前9時~午後3時

【講師】村田裕生さん、高崎昇平さん

【会場】美術館ロビー 【受講料】4,000円 ※材料費込

【持ち物】昼食、飲み物、エプロン、雑巾、使い慣れた筆がありましたらお持ちください。

※汚れてもいい服装でお越しください。

【定員】20人

今月の一押し!



「熔壊灰ガラス水指」

制作年1995年

原料土コスモスの茎の灰など

江副 行昭
(1932-)

この作品は、原料に箕輪町のコスモス畑から刈り取られた茎を焼却し作られた灰と高遠の土が使われています。全体に少し深みのある緑と紺色の斑紋が入ったとても美しい作品です。

熔壊ガラスは、江副行昭氏が「日本の青畳に似合うガラス器づくり」を実現するため日本をはじめとして海外にまで原料となる土を探し求める中で高遠の土と出会い、生み出されました。

この独特の色合いは、科学的に計算し得ない窯変で、色は制作の都度微妙に異なり、作品ごとに一つひとつ違った表情を見せてくれます。

本作は11月1日(土)から令和8年1月30日(金)まで開催の「魅惑のガラス世界」展でご覧いただけます。

10月

休館日

6日(月)~10日(金)、14日(火)、21日(火)、27日(月)~31日(金)



信州高遠美術館

〒396-0213 伊那市高遠町東高遠400

TEL.0265-94-3666 FAX.0265-94-3936 e-mail: t-bjk@inacity.jp

開館時間 午前9時~午後5時(最終受付は午後4時30分まで)

入館料 大人500円(400円)

※()内は団体および割引料金

※高校生および18歳未満の方、障害者手帳などをお持ちの方とその付き添いの方1人は無料です。

葬儀の 事前相談

随時受付中

いなびちゃんグループ

フジサワセレモニー

あなたの話を
うかがいます!



ちっちゃな! ちっちゃな 家族葬



つみたくて
無しでも
安心

ご葬儀代金のお支払いに、
クレジットカードが使えます

分割払い
にも対応

0120-02-3517 (事務所) 伊那市西町沢 5139

伊那市西町 西町会館 伊那市上牧 フジサワホール フジサワセレモニー



高遠町歴史博物館 伊那市民俗資料館



歴史博物館



民俗資料館

高遠町歴史博物館

〒396-0213 伊那市高遠町東高遠457
TEL.94-4444 FAX.94-4460
e-mail : t-rhk@inacity.jp

歴博わくわく教室 2025 秋!

【日 時】11月22日(土)～11月24日(月)
午前9時～午後2時 ※詳細は次号をご覧ください

- 歴博縁日(輪投げ・射的)
- 初開催! 発掘・拓本体験
- 高遠小学校4年生による孤軍高遠城や童謡、マジックなどのステージ発表
- 飲食・スイーツなどのキッチンカー
- 木工などのクラフトワークショップ



過去の開催の様子

令和7年度秋季企画展「記録された戦争の時代」

【期 間】12月14日(日)まで(入館料が必要です)

ギャラリートーク②・③(展示解説)

【日 時】②10月11日(土)
③11月1日(土)

午前11時～11時45分

【参加費】無料(入館料が必要です)
事前予約不要

第37回歴博講座

【日 時】10月18日(土)

午後1時30分～3時30分

【演 題】「特攻美談の虚と実」

【参加費】100円

【予 約】電話かメールで受付中。



「あなたも義勇軍になれます」
田河水泡画 上伊那教育会蔵

高遠城址公園開園150周年記念展

【期 間】12月14日(日)まで(入館料が必要です)

紅葉の見ごろを迎えると、鮮やかな赤が白兔橋を覆い、紅葉のトンネルが出来上がります。

高遠城跡ガイドツアー

空間デザイナーの池上典氏、当館学芸員と一緒に、高遠城の歴史を振り返ります。城址公園 白兔橋(はくときょう)
※詳しくは伊那市役所高遠商工観光課へお問い合わせください。

TEL:94-2556 FAX:94-3821 e-mail : t-knk@inacity.jp



伊那市民俗資料館

〒396-0213 伊那市高遠町東高遠2074
TEL・FAX.94-4044
e-mail : t-msk@inacity.jp

※イベントの詳細は伊那市民俗資料館へお問い合わせください。

もみじ祭り 秋のお茶会

【日 時】10月26日(日)午前10時～正午

【予 約】電話で受付中。

※詳細は9月号をご覧ください。

ぬのぞうり 布草履教室

【日 時】11月9日(日)、16日(日)

午前9時～午後3時

【参加費】500円(別途入館料200円)

【予 約】10月10日(金)から電話で受け付けます。過去の開催の様子



第1回 手作り講座 食を伝える

懐かしのおやつや郷土料理と一緒に作る講座を新たに立ち上げます。

【日 時】①草 餅:11月22日(土)

②おやき:11月29日(土)

①・②ともに午前9時～正午

【参加費】800円(別途入館料200円)

【予 約】10月17日(金)から電話で受け付けます。

第4回 昭和100年をふりかえる ～民俗資料館の展示から～

今回ご紹介するのは蓄音機ちくおんきです。使い方は、ゼンマイを巻いてレコード盤をセットし、針を落とします。すると、針がレコードの溝をなぞり、その振動がスピーカーで拡大されて音を出します。右の写真は卓上型のもので、昭和5年(1930)以降に日本ビクター蓄音器ちくおんきから発売されました。同じ頃には電気を使って音を出す電気蓄音機(電蓄)が生産されはじめ、やがてレコードプレーヤーへと姿を変えていきます。

蓄音機 当館蔵



10月

高遠町歴史博物館

入館料/一般 400円

休館日 6日(月)、14日(火)、20日(月)、21日(火)、27日(月)

10月

伊那市民俗資料館

入館料/一般 200円

休館日 毎週火曜日、水曜日、木曜日

両館とも高校生以下および18歳未満の方、障害者手帳等をお持ちの方(付添いの方1人を含む)は無料です。団体その他の減免制度についてはお問い合わせください。開館時間:【歴史博物館】午前9時～午後5時、【民俗資料館】午前10時～午後4時 入館受けは各館とも閉館30分前までです。



期間限定 2025年11月～2026年2月

一年の特別な時に
至福のひとときを

さくら忘新年会

コース料金 会席は3名様以上で承ります

和会席 4,840円～ 大皿コース 飲み放題付パック 7,000円～

コースをお申し込み頂くと 当日 温泉入浴無料! 価格は全て税込・サービス料込

桜といで湯の城下町
高遠さくらホテル
TAKATO SAKURA HOTEL

〒396-0214 伊那市高遠町勝間217
☎0265-94-2200



他にもご予算に合わせたプランがございます。
左記までお問い合わせください。

- ◆3日前までにご予約のうえご利用下さい。
- ◆2日前以降のご予約要相談。
- ◆送迎ご希望の場合は、ご相談下さい。
- ◆料理内容が多少異なる場合がございます。

10 創造館だより

monthly report vol.172

2000点の資料からわかった一家のヒストリー。振り返る「戦争の時代」。



長女
国内で看護婦として働くも、満蒙開拓へ。終戦2日前にソ連軍の攻撃により帰らぬ人に。

長男
海兵として日中戦争から真珠湾攻撃、ミッドウェー海戦まで激闘。そして運命の「武蔵」搭乗。

次男
14歳で満蒙開拓義勇軍に。その後、陸軍へ入隊。終戦直後、シベリア抑留。

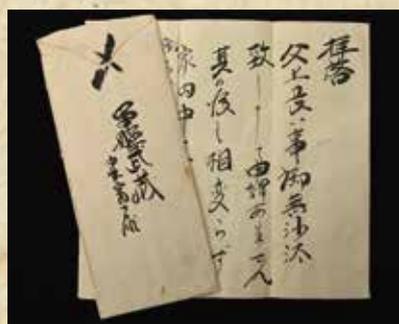
ある一家の十五年戦争

日中戦争から戦後まで、壮絶な戦いの記憶



満州の長女から、日本の兄弟7人それぞれへ宛てた手紙。

4年間、毎日書かれた「海軍日誌」。そこには書けなかった「真珠湾攻撃の記録」を別のノートに記していた。いったい何が書かれていたのか？



戦艦「武蔵」からの軍事郵便

伊那市創造館 令和7年10月15日 午前10時～午後5時 入場無料
二階企画展示室 ～令和8年3月23日 (最終入場は4時45分)

創造館が15年間かけて集めた伊那の貴重な戦争資料を一挙公開。

あなたの困ったを解決! お家の「ごみ」「不用品」は **ハクトータルサービス**へご相談ください!!

この1.5mサイズで 24,750円

ごみ回収コンテナ貸出サービス

サイズは内寸～W1.82×D0.91×H0.91
容量1mあたり16,500円となります。
サイズは1.5m・3m・8mと大きさが選べます。
※ごみの引き取り量や内容によって、処理金額は異なります。

ゴミの出張引取りサービス

ごみなら **何でもOK!!**
生ゴミもご相談ください

7TS (株)ハクトータルサービス
☎0120-891-085



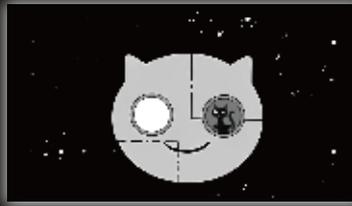
⑦ reach
(2018年・大阪) 3.5分 監督:木村修一
謎の廃工場に囚われた見ず知らずどうしの男女。男の頭上にはどう見てもヤバそうな時限爆弾状況打開する為には2人はモテるエロティシズムを駆使していくのだが…とにかくバカバカしいエロコメディです。笑って頂けたら幸いです。



⑧ える-eru-(長野県伊那市Ver.)
(2025年・東京) 10分 監督:酒徳ごうく
ナイトクラブ歌手、エル和子がシャンソンで綴る女の一生。あえる、いえる、うる…小刻みに映し出す数秒の景色はエル和子の走馬灯の様…。『五十首+える』で構成された歌詞に合わせて映し出す知育ミュージックビデオ。今回新たに伊那市の撮影カットを加えた新バージョンです。



⑨ ませるな危険
(2025年・三重県) 15分 監督:市川良也
新型ウィルスの感染拡大で不安と閉塞感に包まれた社会を背景に、将来に迷う高校生ふたりの青春を描いた物語です。理想と現実の狭間で揺れる高校生男女は、互いに出会い、小さな共鳴を見つけていきます。大人への不信、家族の秘密、社会の不条理…。それでも笑いやユーモアを交えて描かれる彼らの姿には、今を生きる若者の等身大の苦悩と希望が込められています。
監督より:「コロナ禍で急速に大人びてしまった若者たちの“危うさ”と“輝き”を残したいと思いました。観客の皆さん自身の青春と重ねてもらえたら嬉しいです。」



⑩ La vie en rose N°2
(2025年・伊那市長谷) 7分 監督:mint
ツンデレな猫のアニメスの日常を描いた「(バラ色の人生)」の第2弾。自由気ままなアニメスは「限りについて第三者目線の夢を見るのが仕事」で、夢の世界で自分の姿を見て成長するのを目的としている。今回は何をやるのでしょうか…。アニメスのシュールな世界は、前作未見でも楽しめる、お気軽なオムニバスショートフィルムです。ぜひご覧ください!



⑪ まっすぐ見てもいいのに…
(2025年・横浜) 10分 監督:繁田健治
吉住は若い女性と遭遇
「高校の同級生のひとみ。私のあのままでしょ…。」
これは自分の妄想に違いない。
俺も焼きが回ったな…。
と状況に身を任せる吉住だった…。
伊那(長野)ーあわら(福井)を結んで10分の物語が展開します。



⑫ 上伊那の不思議 2025
(2025年・南箕輪村) 5分 監督:三木敦朗
身近な地域であっても、行ったことのないところというのは、たくさんあります。いつもの地域にも新しい発見があります。それを見つけて、歩きましょう。偶然性に、身を任せて。



⑬ 伊那谷まんがえいが
(2025年・信州大学) 7分 監督:新開大輝
箕輪町で子どもと関わる仕事をしているとなんとなくこの伊那谷を舞台に彼らにアニメーション作品を作りたいなりました。伊那谷の自然と歴史と暮らしを絵と動きでもって開放的に描き出してみたいと思いました。しかしいざ伊那谷を勉強してみると、その自然の力と文明の勢いに圧倒されなかなかテーマがつかみません。かといって昔話や地域に貢献した人物をそっくり描くことがアニメーションの今日的な可能性ではないにも思われました。この困難な時代に子どもたちを励ます作品はどうあるべきか。そんなとき、かつての激動の時代に伊那谷に辿り着いた謎の俳人に出会いました。今より少し先を舞台に、かすかな予感を届けます。



⑭ うわさのみどりマン
(2002年・京都) 6分30秒
監督:石田アキラ
おそらく…自分が手掛けた作品の中で最もシュールなヒーロー?作品です。作った本人でさえも…自分は、何を撮っているのだろうか?と思いながら撮ってました(笑) 果たして…この作品を共感してくれる人は居るのでしょうか? 皆さん…これを機会に是非、みどりマンのファンになってください。



⑮ ナゾミさん1966 伊那谷のテケリリ(前編)
(2025年・東京) 15分
監督:野村忠弘
構想7年、撮影5年。お待ちせしました。
遂に「ナゾミさん1966伊那谷のテケリリ(前編)」の公開です。1966年の伊那町を舞台にしたSF伝奇映画。忠実に再現された当時の懐かしい風景の中に展開される驚天動地の物語。どうぞお楽しみに。後編は2026年公開予定。



⑯ LAST ORDERS father's beer 伊那編
(2025年・福井県あわら市) 7分 監督:岡田広
彼女はハンド部隊隊長スモーカーを捜していた。男の手がかりを求めて伊那の街を彷徨い、ハンド部隊の刺客と戦いながら遠く離れたBAR「LAST ORDER」を目指した…。いろんなハンド作品の物語が交差するアクション作品。今回は伊那の映画祭に参加した時に一緒に参加した監督さんや俳優さん達にご協力頂いて伊那の街で撮影した前半シーンの特別編です。



⑰ A world of only (2025年・千葉県)
15分 監督:小野光洋
人間関係がうざったくなったユリ。「他人と関わりがない、私だけの世界で生きていきたい。」ある日、黒い服の女から、「不思議なバッチをもらう。そのバッチをつけると、「誰かもう気にされなくなる」という。早速、そのバッチをつけてみるユリ。「私たち自由だ!どこで何をしても、誰にも文句言われない!」「自分中心に半径2メートル以内で生きていく生き方」…をテーマにした作品です。



⑱ 前向き (2025年・愛知県清須市) 5分
監督:杉田一豊
今回は「人に迷惑をかけないシリーズ」タイトル「前向き」
家人にはあまり評判は良くありませんが「我が人生 これだけは譲れない!!」と私がずっと決めていた事です。



⑲ 探偵ゾンビ赤羽又はゾンビ探偵赤羽
(2025年・伊那市) 13分 監督:KO3組
陰謀論を超えて、ゾンビや人間などの何者かが高速の森を背景に蠢いています。昨年創造館で上映いただいた短編の後半にあたる謎解き編ですが、謎が解かれた気がしません。悪夢のような物語は「アカハラ(イモリ)」とともに動き出すはずですよ。



⑳ タイム三人衆 (2025年・東京) 15分
監督:ハヤト丸
皆さんには「やり直したい過去」はあるだろうか?それよりも「未来への希望」が重要か?伊那市の秘密研究所では天才博士による『時空実験プロジェクト』がひそかに行われていた。今回の実験は3タイプの時間操作を検証。タイムリープ!「過去をやり直し今を取り戻す」タイムトラベル!「未来で今の結果を見極める」タイムストップ!「今この瞬間を掌握する」実験に参加した3人の男達の運命は?それ以前に実験は成功するの?…という、時間操作をリアルな視点で描いた作品です。内容は関連しておらず場所やキャラクター程度ですが、一昨年から伊那映画祭で上映している昆虫実験体シリーズからつながる作品になります。

※全ての上映予定作品・上映順は、変更になる場合があります。

鬼面を脱がしてみれば、笑顔哉秋風が吹き渡る季節となりました。この季節も笑顔でいきましょう。



伊那市創造館マスコットキャラクター

伊那市創造館 INA-CITY SOUZOU-KAN

〒396-0025 伊那市荒井 3520番地
TEL:0265-72-6220 Fax:0265-74-6829
Mail:szk@inacity.jp



※お車で越しの方は、「いなっせ駐車場」をご利用の上、駐車券を創造館1階事務室までお持ちください。

休館日

10月 7日(火)、14日(火)
21日(火)、28日(火)

開館時間 午前10時～午後8時(学習室)
午前10時～午後5時(展示室)
※展示室の最終入場は午後4時45分です。

発行/伊那市公民館運営協議会 編集/公民館報いな編集委員会

【問い合わせ先】 〒396-0015 伊那市中央5052番地
TEL 0265-78-3447 FAX 0265-78-5866

伊那市公民館の
ホームページはこちらから▶

伊那市公式ホームページ <http://www.inacity.jp/> E-mail kmk@inacity.jp



- スポットライトP27
東春近のろしの会(東春近公民館)
- 分館紹介P27
こいでしほ 小出島区分館(西春近公民館)
- ふるさと発見P28
わかみやほちまんぐわ 若宮八幡宮(手良公民館)
- インフォメーションP28
- 活動スナップP29
- 公民館文化祭一覧P29

今月の
Photo

かるがも学級 8月4日(月)開催

西春近南小学校近くの畑で、親子そろってとうもろこしを収穫しました。自分よりも背が高い株に入っていき、一つ一つ手で触りながら美味しそうなどとうもろこしを収穫した貴重な一日でした。

西春近公民館

いっぴく



10月1日は「メガネの日」です。視力で困ることがなかった私でしたが、10年ほど前に漢数字の二と三が判別できず、いよいよと覚悟を決めて老眼鏡を作ることにしました。眼鏡店で検査を受けると、何年も前から老眼や乱視を我慢していたのだと教えられました。出来上がった老眼鏡は手元がよく見えるものでしたが、すでに文字離れが進み、いちいちかけたり外したりするのが億劫でもある私は、十分に活用できずにいました。

最近のこと、老眼の進み具合が多少気になっていたタイミングで以前の店から案内はがきが届きました。新しい眼鏡は必要なのかはつきりしないまま店を訪れました。一級技能士で信頼感もてる店主は、時間をかけ丁寧に状況を確認してから中近両用レンズを薦めてくれました。視線の移動にさえ慣れれば、かけたままで手元の小さな文字もパソコンも、離れたテレビ画面もくつきり見えるものです。

10月には「目とメガネの旬間」も「読書週間」もあります。この室内用の視野の広い老眼鏡を使いこなして、以前のように新聞を読んだり読書をしたりたいです。

美篤公民館 宮下 徳雄
みやした たくお



スポットライト

東春近公民館

東春近のろしの会

今回は「東春近のろしの会」の活動を紹介します。

平成19年の大河ドラマ「風林火山」をきっかけに、かつて武田信玄が情報を伝達する手段として活用していた狼煙^{のろし}を今に再現するため、飯田・下伊那地域が主体となり平成20年に「武田信玄狼煙会」が発足しました。

「武田信玄狼煙会」から上伊那地域にも参加の呼びかけがあり、東春近地区で協議を行い、平成24年に立ち上げたのが「東春近のろしの会」です。

今年8月30日(土)に狼煙リレーが行われ、地域住民や東春近小学校6年生など約50人が、会場である原新田一本松公園に集まりました。はじめに公民館長から狼煙や武田信玄についての話を聞き、竹で組んだ土台に藁や杉の葉を乗せて狼煙台を組み立てました。そして小学生みんなで火おこしを開始。煙が出てくると慎重に火種を火口に移し、火がつくと歓声があがりました。

西春近の「物見や城」から狼煙があがり、いよいよ東春近の番。手作りのトーチに火をともし狼煙台に点火しました。

みるみるうちに煙が増え、見事な狼煙となりました。参加した児童は「火おこしは難しかったけれど、自分たちの火で狼煙を上げられてよかった」と話していました。



見事な狼煙が上がりました!



頑張って火おこしを開始!

かつて活用されていた通信手段を学ぶことで歴史や文化に触れ、地域を越えた連携と交流につながる狼煙を、これからはつないでいきたいと思えます。

分館紹介

こいししま

小出島区分館

西春近公民館



小出島区は、西春近10区の中で北東に位置する400戸程度の区です。小出島区分館では分館長以下9人で活動を行っています。分館行事を紹介します。



●親子の映画観賞会(7月)
コロナ禍で中止をしていた行事ですが去年から再開しています。去年の参加者は28人でしたが、今年は31人となり、短編アニメ映画を6本、計50分程度上映し、大いに楽しんでいただきました。



親子そろって映画鑑賞会を楽しみました

●マレットゴルフ大会(10月)
区民の親交を深めるため、どなたでも参加できるスポーツ大会として行っています。コロナ禍で去年まで中止していた行事ですが、今年から再開することとなり、20人程度の参加を予定しています。会場は沢渡マレットゴルフ場を予定しており、5〜6チームを作り数年ぶりの大会を楽しんでいただく予定です。

●トリムバレー大会(11月)
この行事もコロナ禍で中止になっていた行事で、今年から再開することにしました。トリムバレーは柔らかいボールを使用することで、初心者や子どもでも安全にプレーができる競技です。会場は西春近北小学校の体育館で、参加者は30人程を予定しており、4チーム程度をつくりマレットゴルフ大会と同様に数年ぶりの大会を楽しんでいただく予定です。

●ボッチャ体験会(11月)
この行事は新しい企画の行事です。ボッチャという競技は、年齢、性別、障がいのあるなしに関わらず、すべての区民と一緒に楽しめるスポーツとなっていますので、多くの方の参加を期待しております。

これからも多くの区民の皆様楽しんで、参加いただけるような行事を企画・運営していきたいと思えます。

小出島区分館長 木下文彦

ふるさと発見

手良公民館

わかみやばちまんぐつ 若宮八幡宮

この神社は、全国各地に点在する同名の社のうちの二つであり、祭神として第15代天皇応神天皇の神の姿である「誉田別尊」を祀っています。「誉田別尊」は武勇と学問の神である八幡神として知られ、ここ中坪地区においても地域一円が氏子となつて古くから信仰されてきました。

中坪地区における若宮八幡宮の創建年代は不明ですが、古くは江戸時代の検地帳の記録にまでさかのぼります。その後、劣化や火災による再建を経て形を変えつつ、現在も姿を残しています。再建の際に茅からトタンへ葺き替えをされた覆殿の内側には、本殿に加え6つの社が合わせて祀られています。本殿については全体に黒・朱漆塗りが施されていますが、一部には火災の跡も見られ、長い歴史の重みを感じます。また、史上最強と謳われる江戸時代の力士「雷電為右衛門」が、相撲の盛んな手良地区内のこの神社に興業のため訪れたという逸話があり、建物内には当時の相撲番付の額も残されています。

同じ敷地内に隣接して中坪公民館が建てられていることもあり、この神社は手良地区の方にとっての憩いの場になっています。公民館の行事や7月の「瓜天王の祭り」、10月の「例祭」が行われる際

には、多くの人が集まり賑わいも見られます。興味のある方は、ぜひ一度訪れてみてはいかがでしょうか。

(参考・手良誌)



青葉の中にたたずむ若宮八幡宮



インフォ

メー！ジョン

権現山トレッキング

(東春近公民館)

- 期 日：10月19日(日)
- 時 間：午前8時30分～午後2時30分
- 会 場：伊那スキーリゾート 駐車場集合
- 参加費：無料
- お問い合わせ・お申し込み
☎0265-172-13202



みんなで元気に楽しく登ります

切り絵教室

(伊那公民館)

- 期 日：11月10日(月)、11月17日(月)、11月26日(水)(全3回)
- 時 間：午後1時30分～3時頃
- 会 場：創作室
- 講 師：浦野栄一さん
- 参加費：計1500円
- お問い合わせ・お申し込み
☎0265-178-13447

めろんの会「切り絵教室」

(西春近公民館)

- 期 日：11月19日(水)
- 時 間：午後1時30分～3時頃
- 会 場：講堂
- 講 師：浦野栄一さん
- 参加費：500円
- お問い合わせ・お申し込み
☎0265-172-14178

俳句教室

(富県公民館)

- 期 日：11月19日(水)、1月7日(水)、2月18日(水)
- 時 間：午前10時～12時頃
- 会 場：集会室

- 講 師：篠田洋子さん
- 参加費：年間500円
- お問い合わせ・お申し込み
☎0265-172-12318

活動 スナップ



西箕輪地区 二十歳のつどい

8月15日(金) 西箕輪公民館
式典や区長の方々との懇談会、恩師の先生を交えて茶話会を催し、二十歳になった皆さんをお祝いました。



高遠おいさんずクラブ

8月22日(金) 高遠町公民館
囲碁ボールとモルックの体験を通して仲間同士の交流を深めました。



健康麻雀教室

8月22日(金) 長谷公民館
長谷公民館でも楽しい健康麻雀、少しずつ盛り上がってきています。



のどか・よろず合同講座

8月29日(金) 富県公民館
講師の先生に教わりながら、皆で楽しく「紙のはす」作りをしました。

お知らせ 各公民館 文化祭一覧

公民館名	発表内容	期 日	時 間	公民館名	発表内容	期 日	時 間
伊那 公民館	作品展示 発表	10月25日(土)	9:00～17:00	富県 公民館	作品展示 発表	10月25日(土)	9:00～16:00
		10月26日(日)	9:00～17:00			10月26日(日)	9:00～15:00
	ステージ発表	11月3日(月・祝)	13:00～16:00		ふるさとまつり	12月7日(日)	13:30～15:00
美篤 公民館	作品展示 発表	11月1日(土)	9:00～17:00	手良 公民館	作品展示 発表	10月25日(土)	9:00～17:00
		11月2日(日)	9:00～15:00			10月26日(日)	9:00～12:00
	ステージ発表	11月2日(日)	12:00～15:00		ステージ発表	10月25日(土)	10:00～15:00
東春近 公民館	作品展示 発表	11月1日(土)	9:00～15:00	西箕輪 公民館	作品展示 発表	11月22日(土)	9:00～17:00
		11月2日(日)	9:00～14:00			11月23日(日)	9:00～14:00
西春近 公民館	作品展示 発表	11月29日(土)	9:00～17:00	長谷 公民館	作品展示発表	9月26日(金)	10:00～15:00
		11月30日(日)	9:00～14:30			9月27日(土)	10:00～15:00
	ステージ発表	11月30日(日)	10:00～12:00		ステージ発表	9月27日(土)	13:00～14:40

※ステージ発表の時間は出演団体数に応じて変更となる場合があります。

※長谷公民館文化祭は長谷中学校「くろゆり祭」に合わせて開催。展示会場:長谷中学校ランチルーム ステージ発表会場:長谷中学校体育館



8/25

伊那北高校生との意見交換会

伊那北高校2年生学際コースの32名と、市議会議員との意見交換会を開催しました。

防災についての発表



はじめに議場で行われた全体会では「学際コースについて」「高齢者と防災」「子どもと防災」「外国人と防災」と題して、各グループ

から「防災」をテーマにした探究学習の発表があり、それぞれの視点で防災についての提案がありました。共通していたのは、世代や言語の違いがあっても、誰も取り残さない、安心して暮らせるまちづくりという考え方でした。

その中でも『やさしい日本語』という言葉が印象的でした。分かりやすい言葉を使うことで、子どもも外国人も安心して災害時に対応できる仕組みづくりは、防災・減災を考えていく上で、とても大切なキーワードであると感じました。

グループ懇談

7つのグループがそれぞれのテーマを設定し懇談を行いました。

防災について懇談した班では「外国人コミュニティの中に地元住民も一緒に関わって災害情報の共有ができるといい」「避難所の中のスペースが十分でない」「避難した後、どのように行動しているか周知されていない」「高齢者マップの必要性」などの課題が出ていました。



生徒からの感想

「議員さんは遠い存在と思っていたが、意外と自分と近い感覚を持っていると思った」

「思っている意見を伝える機会があまりないのでいい経験になった」
「高校生の現状とかを正直に話せてよかった。行動したい」

「まちへの要望や意見を発信していきたい」
「お願いしているだけじゃ変えられない。できることを行動したり発信していきたい」



「政治に関心を持って思ったり考えたりすることが大切」
「選挙について専門的な意見を聞けてよかった」



「駅の再開発に高校生の力を使っていきたい」
「身近に感じることでよかった」



ホームページ
<https://ina-shakyo.jp/>

ふくしいな

～毎月8日は「ふくしの日」～

2025.10月号

VOL.229

「ふくしいな」の発行には
共同募金の配分金が使われ
ています。

住所・連絡先 〒396-0023 伊那市山寺298-1 TEL.0265-73-2541 FAX.0265-76-7036

E-mail info@ishakyo.jp

第19回 ふれあい広場

～同じ地域で一緒に生きる。世代や障害を越えて楽しもう!～

10月26日(日) 午前10時～午後2時

会場:伊那市福祉まちづくりセンター ふれあい～な

市内のボランティアグループや福祉事業所が多数参加する福祉のお祭りです。



昨年のふれあい広場の様子



利用者さんが描いた太鼓の絵

参加される皆様、関係者の皆様とともに「共に生きる福祉のまちづくり」を目指し取り組みます。ステージ発表、作品展示、ブースの出展、そして企画コーナーでは「ふれあい～な万博」と題し、海外の遊びや民族衣装を体験できるコーナーを行います。

伊那市社会福祉協議会の障害福祉事業所の利用者さんが描いたイラストをたくさん展示するよ～♪ぜひ見に来てね!



アクセス

- ・JR飯田線「伊那北駅」より徒歩5分
- ・イーナちゃんバス「ふれあい～な前」より徒歩0分
- ・駐車場 会場周辺に数力所用意します。当日はシャトルバスを運行しますので、ご利用ください。



駐車場案内はこちら

※当日は駐車場が限られています。公共交通機関をご利用いただくか、乗り合わせなどにご協力ください。

主催：伊那市社会福祉協議会 第19回ふれあい広場実行委員会
後援：伊那市

問合せ

伊那市社会福祉協議会 地域福祉係(担当:正田・三浦)
TEL.73-2544 FAX.98-0363





「共同募金は郷土の募金」
赤い羽根共同募金運動が始まります!

期間 10月1日(水)～12月31日(水)

目標額
今年度 10,000,000円

「協力お願いします」
「お願いいたします」



募金箱のできる地域貢献



令和7年8月現在、伊那市内78の飲食店等に赤い羽根共同募金の募金箱を設置していただいています。募金箱はアクリル製と子どもたちが作成した手作り募金箱の2種類があり選択していただけます。

募金箱を設置していただける店舗がございましたらご連絡をお願いいたします。

令和6年度にお寄せ
いただいた募金は

10,332,526円 でした。

ご協力、誠にありがとうございました。お寄せいただいた募金の約3分の2が伊那市の地域福祉の推進のために使われます。

○6,616,526円は、伊那市の事業へ配分されます。

○3,716,000円は、長野県内の広域的な事業へ配分されます。(地域の防災設備、資材への助成など)

共同募金の
PRキャラクター

赤羽根家
まちがいさがし

ちがうところを10こ
探してみてね!



答えはこちら



スマホからも募金
できます。



問合せ

伊那市共同募金委員会
伊那市社会福祉協議会内
TEL 73-2544



上伊那ブロックボランティア交流研究集会 参加者募集

「誰とでも、どこでも始める事ができる」ボランティア活動!!

上伊那8市町村で多種多様なボランティア活動に取り組まれている方々が、年に1回集まる機会となる交流研究集会です。

“地域を超えた多世代交流”をテーマに、ボランティアの取り組みを繋ぎ合わせ、お互いの交流や活動のPRの場となるよう開催します。

日 時 11月15日(土) 午前9時～午後0時30分
(受付:午前8時30分～)

場 所 飯島町文化館

内 容 パネルディスカッション、参加団体ブース廻り、情報交換・交流
ファシリテーター フリージャーナリスト うちやま じろう 内山二郎 氏

NPO法人日本ボランティアコーディネーター協会 運営委員 とだ ちとみ 戸田千登美 氏

対 象 者 ボランティアに関心がある方、ボランティア関係者・福祉関係者

定 員 30名(先着順)

参 加 費 無料

申込締切 10月20日(月)

申し込み・問合せ

伊那市ボランティア・地域活動応援センター
TEL.0265-73-2544 FAX.0265-98-0363(担当:あきやま秋山)



お申し込みはこちらから

にこにこショップひだまり オープン!

高遠城址もみじ祭りにて、「にこにこショップひだまり」がオープンします!

営業期間 11月1日(土)～9日(日)の土日祝日

場 所 高遠城址公園内 高遠閣1階

営業時間 午前9時～午後3時



自主製品や高遠のお土産品、コーヒーや甘酒等を販売しております。



自家製ラー油



もみじの葉



甘酒

にこにこショップひだまりとは、「輪っこはうす・コスモスの家」「ゆめわーく」「さくらの家」の伊那市社会福祉協議会の3施設が共同運営する、地元へ根付いたお土産ショップです。販売の売り上げは利用者さんの工賃に繋がります。にこにこショップは利用者さんの社会参加の場になり、地域の皆さんに、私たち障害者多機能型事業所の取り組みを知っていただくきっかけになっています。

高遠城址もみじ祭りにお越しになった際は、ぜひお立ち寄りください。

問合せ

障害者多機能型事業所 さくらの家
TEL.0265-98-3456(担当:たかしま高嶋)

令和7年度買い物・移動支援地域づくりネットワーク会議 ～運転ボランティア安全運転講習会～を開催します

運転技術と安全運転に対する意識の向上を図り、運転ボランティア等の移動支援の立上げや継続を支援します。

日時 11月6日(木) 午前9時30分～午後0時30分 (受付:午前9時～)

場所 伊那自動車教習所

内容 ①学科…人を乗せての輸送の心得 等
②技能…場内・路上を教習所の車を運転し、指導員から運転のアドバイスを受ける 等

対象者 普通自動車免許をお持ちで、下記のいずれかに該当する方

- ①受講後に伊那市内で運転ボランティアを行いたい方
- ②既に運転ボランティアを行っている方

定員 15名 **受講料** 無料

申込締切 10月22日(水) 午後5時15分まで

申込方法 電話又は右記二次元コードにてお申し込みください。 ※申込み時に受講理由をお聞きます。



申し込み・問合せ 伊那市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL.73-2544(担当:正田・湯澤)

お申し込みはこちらから

筆談カフェ

音声を使わないコミュニケーション「筆談」で会話を楽しんでみませんか?

日時 11月13日(木) 午前10時～正午

場所 伊那市福祉まちづくりセンター ふれあい～な2階 第1・2多目的室

対象者 筆談に興味がある方

参加費 無料 **定員** 15名

申込締切 11月10日(月)

主催 上伊那要約筆記サークルまねきネコ



申し込み・問合せ 伊那市ボランティア・地域活動応援センター TEL.73-2544 FAX.98-0363(担当:西澤)

まちの縁側 カタチ 研修会 あなたの思いを縁側カタチにしてみよう

地域の中でゆるやかな繋がりを感じられる「まちの縁側」。伊那市内でまちの縁側に携わっている方の活動紹介や「まちの縁側のことを知りたい」「まちの縁側をやってみたい」方へ向けて、思いやアイデアを言葉にするワークショップを開催します。

日時 12月3日(水) 午前9時30分～午前11時30分 (受付:9時15分～)

場所 伊那市福祉まちづくりセンター ふれあい～な

講師 長野県NPOセンター 事務局長 阿部今日子 氏

対象者 まちの縁側に関心のある方・まちの縁側を始めたい方

定員 15名

参加費 無料

申込締切 11月14日(金)

申込方法 電話、FAX、右記二次元コードにてお申し込み下さい。



お申し込みはこちらから

申し込み・問合せ 伊那市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL.73-2544 FAX.98-0363(担当:浦山)



伊那市二十歳のつどい 市内（伊那地区）

二十歳の門出をお祝い 8/14(木)・15(金)

出席した皆さんは、友人や小・中学校時代の恩師と記念撮影をしたり、近況を報告し合ったりして、久しぶりの再会を喜んでいました。タイムカプセルを開封する学級もあり、当時の手紙や思い出の品に触れながら、懐かしい記憶を振り返る場面も見られました。



旧陸軍伊那飛行場の調査 上の原

格納庫基礎などの発掘調査結果を報告 8/20(水)

環状北線の道路工事に先立って行われた発掘調査により、格納庫の戸袋の痕跡や、地面が盛り土されていたことが確認されました。飛行場は1943年に建設が始まり、飛行学校や工場として使用されていました。現在も残る格納庫の基礎については、今回の調査結果を受け、取り扱いを検討していきます。



伊那市総合防災訓練 美篤小学校

楽しみながら、防災を学ぶ 8/31(日)

南海トラフ地震による最大震度6強を想定し、小学校への避難訓練が実施され、会場では特殊車両の展示、防災講座なども行われ、災害時の対応を学びました。また、防災スポーツフェスタも同時開催され、スポーツを楽しみながら防災知識や技術を身につける貴重な機会となりました。

表紙の写真は、市内在住の梅津敏章さんにご提供いただきました。



高遠城下まつり ご城下通りほか

城下町がお祭りに大いに沸く 9/6(土)

ご城下通りでは「ご城下グルメフェス」やバルーンリリースが行われ、多くの人で賑わいました。仲町駐車場のステージでは、猪苗代町や三宅村、新宿区の団体による伝統芸能や、地元の太鼓や舞なども披露されました。祭りの最後には花火が谷あいの城下町に打ち上げられました。

組合員・地域のみなさまへ (株)グレースはJA上伊那の協同会社です。

葬儀・法事のことなら **グレース** へ。

事前相談 随時受付中 9:00~16:00

<p>ふれあい・語り・地域と共に 株式会社グレース GRACE CO., LTD.</p> <p>本社：伊那市東春近車屋207 https://grace-ja.com/</p>	<p>病院・施設へのお迎え、葬儀打ち合わせは 24時間365日受付</p> <p>0120-88-1409</p>	<p>虹のホール伊那・花桃 伊那市東春近車屋207 通夜安置室あり</p>	<p>虹のホール 高遠 伊那市高遠町小原736-1 通夜安置室あり</p>	<p>虹のホール 竜西 南箕輪村神子柴8743-1 通夜安置室あり</p>
--	---	--	--	--

10月の納税 市県民税…4期 国民健康保険税…5期 [10月31日(金)が納期限です。]

市税の納付は、納め忘れのない「口座振替」が便利です。

伊那市の総人口 64,627人
【世帯：28,939世帯】
※令和7年9月1日現在

「市報いなほ」は再生紙とベジタブルインクを使用しています。

発行日/令和7年10月1日
発行/長野県伊那市(〒390-0000) 伊那市下新田(020000番地)
編集/総務部秘書広報課(02055-784111) 印刷/アド・イメージナル株式会社

