

2025

12

No.237

いな 市報INA



未来を織りなす 創造と循環のまち 伊那市



土の中から“おいしい秋”をみつけたよ

10月31日(金)、新山保育園で園児たちが新山小学校の児童と一緒に育てたさつまいもを収穫しました。土の中から大きなさつまいもを掘り出し、笑顔あふれる秋の体験となりました。

今月の特集

- P1 伊那市の2025年
- P2 令和7年度 伊那市表彰
- P3 人権特集「誰かの」ことじゃない
- P4 手話をもっと身近に！

P16:文化施設だより・P24:公民館報いな
P28:議会だより・P29:農業委員会だより
P31:社協報ふくし伊那



1月から「対話・つながり・実現の場」がスタート。11月までに7回開催し、のべ500人以上が集まり、県内高校の再編を契機とした新しいまちづくりにむけ対話を進めています。



3月に石破前首相が伊那市の新産業技術による地方創生など先進的な取り組みを視察しました。



公園になって150年

高遠城址公園が開園150周年を迎え、記念イベントがシーズンを通じて行われました。今年は4月4日にタカトコヒガンザクラの開花が宣言されました。



女子は長野東が1位!

3月に春の高校伊那駅伝が行われ、伊那市出身の女子選手も活躍しました。

伊那市の2025年

この1年を写真で振り返ります。
今年も市民の皆さんとともに歩んできた1年でした。



4月に「こども部」が新設されるなど、市の組織が変わりました。分野間の連携を強め、きめ細やかなサービスに努めます。

フィンランドの豊かな暮らしや学びを体感!



5月に民間事業者や大学関係者、学生を含む視察団がフィンランドを訪れ、森と学びを軸とした連携を深めました。



8月にブランドスローガン「森といきる 伊那市」を発表しました。

南アルプスをでーじ(大事)に



6月に「南アルプス長谷 戸台パーク」がブランドオープンし、南アルプス林道バスの年間乗客数も過去最高となりました。登山者協力金の取り組みも始まりました。

三峰川の流木等を活用して発電



6月に木質バイオマス発電所が竣工し、稼働を始めました。「伊那から減らそうCO₂!!」の取り組みを一步一步、進めています。

歴史と文化が息づく新しい高遠町庁舎



6月に高遠町総合支所の新庁舎が開庁しました。城下町の雰囲気合うデザインの庁舎で、市民に寄り添ったサービスを充実させていきます。

エンジョイナ!!



8月に第68回伊那まつりが行われました。前夜祭から盛り上がり、おどりから花火まで活気あふれる1日となりました。

80年前、ここに飛行場があった!?



戦後80年となった今年、戦争に関する展示を市内博物館等で行いました。8月には旧陸軍伊那飛行場の調査結果を報告しました。



10月に「信州やまなみ国スポ・全障スポ」の伊那市実行委員会を設立しました。大会は2028年に開催されます。

「オーガニックビレッジ宣言」しました!



10月に有機講演会が行われ、あわせてオーガニックマルシェも初開催されました。多くの方に参加いただき、市民と農業者の交流の場となりました。

伊那市表彰

11月3日(文化の日)に令和7年度伊那市表彰式典が開
催されました。長年にわたり市政発展のために尽力され、
受賞された皆さんを紹介します。(敬称略)

問 総務課

地方自治功勞



ありま ひさお
有馬 久雄

多年にわたり農業委員会委員とし
て地域の農業振興の発展に寄与。



みやした へいじ
宮下 平治

多年にわたり農業委員会委員とし
て地域の農業振興の発展に寄与。



たけだ ていすけ
武田 禎祐

多年にわたり消防団幹部として地
域の安心安全に寄与。



なかむら さだお
中村 定夫

多年にわたり消防団幹部として地
域の安心安全に寄与。



にがわ きよと
蜷川 清人

多年にわたり消防団幹部として地
域の安心安全に寄与。



いとう こういち
伊藤 功一

多年にわたり消防団幹部として地
域の安心安全に寄与。

寄附功勞



いっぽんしゃだんほうじん
一般社団法人
ちいきそうぞうけんきゅうじょう
地域創造研究所

多年にわたり春の高校伊那駅伝を
応援するために多額の寄附をされ地
域振興に寄与。

教育文化功勞



やまもと とうじろう
山本 東次郎

多年にわたり伊那能にかかわり日本
の伝統文化である狂言を地域に普及
させ芸術文化の振興に寄与。

産業功勞



ひらさわ まさひろ
平澤 正弘

多年にわたり土地改良事業団体
の役員として地域の農業の発展に
寄与。



くらさわ まつお
倉澤 松男

多年にわたり土地改良事業団体
の役員として地域の農業の発展に
寄与。



なかむら あきひこ
中村 昭彦

多年にわたりざご虫漁の伝統を継
承され地域の昆虫食文化を支えるこ
ともとその発信に寄与。



あるが まさき
有賀 正喜

多年にわたり羽広いちご生産組合
の組合長や観光協会の理事を務めら
れ地域の産業振興の発展に寄与。

保健衛生功勞



ひろおか あけみ
廣岡 明美

多年にわたり学校歯科医として生
徒の健全育成や歯科衛生活動の推進
に尽力され地域医療の発展に寄与。



よしざわ のりこ
吉澤 智子

多年にわたり臨床心理士として学
校保健や市の保健事業に尽力され地
域の精神保健衛生の向上に寄与。



「誰かの」ことじゃない

～人権尊重の明るい伊那市を目指して～

12月4日(木)～12月10日(水)は人権週間です



「人権」とは、1人1人が生まれながらに持つ「自分らしく生きる権利」です。また、誰にとっても身近で大切なものであり、違いを認め合う心によって守られるものです。家庭や職場、学校や地域社会は、色々な人が生きていて、さまざまな人権に関する問題が起きています。周りに悩んでいる人はいませんか。何気ない言動や思い込みで誰かを傷つけていませんか。決して「自分とは関係ないこと」ではありません。

問 地域創造課 人権男女多文化共生係

人権について「自分のこと」として考えてみましょう

○子どもの人権を守ろう

- ・いじめ・体罰・児童虐待
- ・児童ポルノ等の性被害など

心がけよう

子どもが1人の人間として最大限に尊重されるよう、社会全体で支援していきましょう。

○高齢者の人権を守ろう

- ・高齢者に対しての、身体的・心理的虐待など

心がけよう

健康で生きがいを持ち、安心して暮らせる長寿社会が構築できるよう、1人1人が考えて行動することが大切です。



○インターネットでの人権侵害

- ・個人に対する誹謗中傷
- ・名誉棄損・プライバシーの侵害など

心がけよう

利用する際のルールやマナーに関する正しい理解を深めていくことが必要です。



○外国人の人権を尊重しよう

- ・言語や文化、生活習慣などの違いや無理解からの偏見など

心がけよう

支えあう共生社会を実現するため、違いを正しく理解し、尊重することが大切です。

○性の多様性を認め合おう

- ・性的マイノリティを理由とする偏見や差別など

心がけよう

多様な性があることを知り、違いを尊重することが大切です。

○女性の人権を守ろう

- ・家庭や職場等における男女差別やハラスメントなど

心がけよう

女性を取り巻く状況や意識は変わりつつありますが、性別にかかわらず、個人として互いに尊重しあえることが大切です。

これらの問題以外にも、障害のある方、犯罪被害者とその家族の人権など、日常生活にはさまざまな人権を取り巻く問題があります。認識不足や偏見で相手を傷つけ、人権を侵害することがないように、1人1人が人権を尊重することの重要性を正しく理解し、お互いを思いやることを大切にしていきたいと思います。

人権の相談は人権擁護委員がお受けします

人権問題に悩みをお持ちの方は、1人で悩まず、気軽にご相談ください。

【特設相談所】

■日時、会場

○12月4日(木)、伊那市生涯学習センター・高遠町総合福祉センターやますそ

○12月9日(火)、伊那公民館・長谷公民館

※時間はいずれも午前10時～午後3時

【常設相談所】

■日時 月・水・金曜日(祝日を除く)午前9時～午後4時

■会場 長野地方法務局伊那支局(☎78-3462)





上伊那上映会

聴覚障害がある方も鑑賞できる
字幕付きの上映です。

「ぼくが生きてる、ふたつの世界」

監督:呉美保 主演:吉沢亮 脚本:港岳彦

母に背を向け、故郷を離れたぼく――。

繊細に紡がれる、きこえない母ときこえる息子、そして
あなたの物語。



©五十嵐大／幻冬舎

©2024「ぼくが生きてる、ふたつの世界」製作委員会

駒ヶ根市上映

日時:令和8年1月17日(土)

- ①午前10時～
- ②午後1時10分～
- ③午後4時20分～

会場:地域交流センター(赤穂公民館)

伊那市上映

日時:令和8年2月7日(土)

- ①午前10時～
- ②午後1時10分～
- ③午後4時20分～

会場:いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」

鑑賞料金(税込)

前売券1,200円

当日券 一般1,500円

大学生1,300円

小中高生800円

※小中高生は当日券のみ

チケット購入方法など詳しくは右の二次元
コードからご確認ください。



【主催】上伊那上映実行委員会

【共催】信濃毎日新聞社

【後援】伊那市ほか上伊那7市町村・

市町村教育委員会・社会福祉協議会

伊那ケーブルテレビ ほか

■お問い合わせ先

上伊那聴覚障害者協会(担当:田中)

E-mail:kamiina.deaf1958@gmail.com

12月3日～9日は「障害者週間」

問 社会福祉課 障害者係

手話をもっと身近に！

今年6月、「手話に関する施策
の推進に関する法律(手話施策
推進法)」が施行されました。

これまで手話はコミュニケーション
の手段として使われてきま
したが、この法律は手話が大切な
言語であり、手話を使う人も使
わない人も、共に生きる社会を目
指すために、国や自治体の手話に
関する施策を進めていくことを
定めています。

手話は言語

手話は、聞こえない人たちにと
つて日常生活・社会生活を送る上
で大切な「言葉」です。音声言語
とは異なりますが、同じように豊
かな表現力を持ち、歴史や文化
もあります。

手話についての理解を深めるこ
とが、誰もが暮らしやすい地域社
会をつくります。手話を「特別な
もの」ではなく、「身近な言葉」と

していきましょう。

手話に触れてみよう

身近な手話教室への参加など、
「手話は言語なんだ」という意識
を持つことから、始めてみませ
んか？市内にも手話サークルな
どがあります。見学もできます
ので、興味がある方は伊那市社会
福祉協議会ボランティアセンター
(☎73・2544)へお問い合わせ
ください。



こんにちは

①お昼

人差し指、中指の2本を揃え
て、額の左右中心に立てます。



手話に チャレンジ!

②あいさつ

左右の人差し指を立てた状態
から折り曲げます。

①②を続けて行くと「こんにちは」という手話になります。



ありがとう 感謝

左の手の甲を右手の側面でトン
と叩いて戻します。



おつかれさま

縦にしたこぶしで、逆側の手首
の甲側を2回叩きます。



年末年始の業務案内

【○:業務を行います ×:休業】

各施設	27 (土)	28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)	1/1 (木・祝)	2 (金)	3 (土)	4 (日)
市役所・総合支所・支所	×	×	×	×	×	×	×	×	×
市民サービスコーナー	○	○	×	×	×	×	×	×	○
福祉まちづくりセンター※	×	×	×	×	×	×	×	×	×
上下水道料金センター	×	×	×	×	×	×	×	×	×
上伊那クリーンセンター	×	×	○	○	×	×	×	×	×
クリーンセンター八乙女	×	×	○	○	×	×	×	×	×
燃やせるごみ、 燃やせないごみ、 資源プラスチック、 資源物の収集	各家庭にお配りしているごみ収集 カレンダーまたは市公式ホーム ページをご覧ください。 								
伊那中央病院(外来診療)※	×	×	×	×	×	×	×	×	×
長藤診療所	×	×	×	×	×	×	×	×	×
美和診療所	×	×	×	×	×	×	×	×	×
体育施設※	○	○	×	×	×	×	×	×	○
火葬場(伊那・長谷)	○	○	○	○	×	×	×	×	○

※福祉まちづくりセンターの貸館業務は12月27日(土)・28日(日)、1月4日(日)は行います。

※伊那中央病院の救命救急センターは通常どおり救急患者の診察は行います。

※体育施設: エレコム・ロジテックアリーナ(伊那市民体育館)、武道館、サンビレッジ、センターテニスコート、伊那公園屋内運動場、伊那市陸上競技場(芝エリア利用不可)、高遠スポーツ公園、藤沢トレーニングセンター、高遠町柔剣道場、高遠町屋内運動場、ほりでいドーム、伊那西運動場



住民基本台帳 カードを お使いの方へ

12月24日をもって、住民基本台帳カードの証明書コンビニ交付サービスが終了します。引き続き証明書をコンビニで取得する場合は、マイナンバーカードが必要になります。

また、印鑑登録証として住民基本台帳カードをお使いの方もお手続きが必要です。詳しくは、対象となる方へ10月にお送りした通知をご覧ください、市民課までお問い合わせください。

マイナンバーカードの新規申請はマイナンバーコーナーをご利用ください。予約優先でお手続きしていますので、公式LINEまたは電話で予約のうえご来庁ください。

【マイナンバーカード予約受付】

☎96-8116

■ 予約受付 平日午前9時～午後5時

問 市民課 市民窓口係



償却資産 (固定資産税)の 申告をお願いします

固定資産税の課税対象となる償却資産をお持ちの方は、申告をお願いします。

■ 申告が必要な方

○市内に事業用資産を所有する法人または個人

※資産がない・増減がない、または休業・廃業をした場合も申告が必要です。

■ 申告書発送予定日

12月15日(月)

■ 申告内容

令和8年1月1日現在の償却資産の状況を申告してください。

■ 申告期限 令和8年2月2日(月)

※新たに事業を始めた方、申告書が届かない方はご連絡ください。

※詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



問 税務課 資産税係



年末年始のバス・ぐるっとタクシーの運行案内

【○:通常運行 土:土曜ダイヤ 日祝:日曜祝日ダイヤ ×:運行なし】

路線名	27 (土)	28 (日)	29 (月)	30 (火)	31 (水)	1/1 (木・祝)	2 (金)	3 (土)	4 (日)
伊那本線	日祝	日祝	○	日祝	日祝	×	日祝	日祝	日祝
市街地循環バス (イーナちゃんバス)	○	○	○	○	○	×	○	○	○
市内西循環線	×	×	○	×	×	×	×	×	×
若宮・美原線	土	日祝	○	日祝	日祝	×	日祝	日祝	日祝
西箕輪線	土	日祝	○	日祝	日祝	×	日祝	日祝	日祝
高遠線	土	日祝	日祝	日祝	日祝	×	日祝	日祝	日祝
藤沢線	×	×	○	×	×	×	×	×	×
長谷循環バス	×	×	○	×	×	×	×	×	×
ぐるっとタクシー、デジタルタクシー	×	×	○	×	×	×	×	×	×

問 企画政策課 企画政策係



要介護認定を受けている 方へ「税控除証明書」を 発行します

申請により、次の税控除証明書を無料で発行します。

■障害者控除対象者認定書

介護認定を受けていて、寝たきりや認知症で一定の基準に該当する方は、所得税・住民税の障害者控除の対象者とすることができます。

■おむつ代の医療費控除に係る 確認書

介護認定を受けていて、主治医がおむつの常時使用を必要と判断した方のおむつ購入費は、所得税・住民税の医療費控除の対象とすることができます。

※税申告の初年度は、医療機関が発行する「おむつ使用証明書」が必要となる場合があります。その場合、発行手数料がかかります。

問 社会福祉課 介護保険係/
【高遠町・長谷】市民福祉課 保健福祉係



高齢者実態調査に ご協力ください

第10期介護保険事業計画(令和9年度～令和11年度)策定のため高齢者実態調査を行います。

①調査対象者

要件ごとに、対象者を無作為に選定(約2,500人)。

1 元気高齢者

(要介護認定のない方)

2 居宅要介護・要支援認定者

(在宅の方)

②調査方法

対象となる方に、調査票を郵送でお送りします。

③回答期限・提出方法

調査票に記載してあります期限内に、返信用封筒にて提出をお願いします。

計画策定における大切な資料となりますので、ご協力をお願いします。

問 社会福祉課 介護保険係



チャイルドシートの 募集

「リサイクル会」に出品していただく使用可能なチャイルドシートを募集しています。子育て家庭への支援と資源の有効活用にご協力をお願いします。

募集内容、申し込み方法など、詳細は市公式ホームページをご覧ください。か、こども政策課までお問い合わせください。

■日時 令和8年1月10日(土)

午後1時～

■会場

市役所1階多目的ホール



問 こども政策課 こども育成係



令和8年度各種 健(検)診申込 とりまとめについて

令和8年度の各種健(検)診の申込用紙を11月下旬、全世帯に郵送しました。申込用紙記入後、返信用封筒に入れ郵送、または健康推進課・各支所などへご提出ください。

今回から、公式LINEから電子申請もできますので、ご活用ください。

健診希望の有無に関わらず、郵送の場合は12月12日(金)までに、電子申請の場合は令和8年1月31日(土)までに、世帯全員分について、提出・申請をお願いします。

なお、各区、町内会などの自治組織を通しての回収は行いません。

問 健康推進課 保健係



大腸がん検診 未開封容器返却のお願い

令和7年度に伊那市の大腸がん検診を申し込んだものの、受診されない方で、大腸がん検診の検体容器をお持ちの方は、ご返却をお願いします。

緑色のビニール袋を開封していない未使用容器で、使用期限が過ぎているものに限りです。12月12日(金)までに市役所または各支所などへご返却をお願いします。使用期限の過ぎた容器は返却不要です。

問 健康推進課 保健係



申し込みはお早めに! 年末年始のくみ取り業務

年末年始は、業務が集中し混雑が予想されるため、くみ取りを希望される場合は、12月19日(金)までに地区担当業者にお申し込みください。

※地区担当業者は市公式ホームページをご覧ください。

■くみ取り休業期間

12月27日(土)～令和8年1月4日(日)

問 生活環境課 環境衛生係



水道管の凍結に ご注意ください

気温が氷点下になると、水道管が凍結しやすくなります。凍結防止ヒーターの電源を入れ、長期不在や空家の場合は、不凍栓で水を抜くなどの対策を行ってください。(不凍栓はしっかり閉めてください)。

■水道管が凍結してしまったら

凍った部分にタオルなどを被せ、蛇口を開き、ぬるま湯をかけて溶かします。それでも解決しない時は、市に登録のある水道指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。なお、費用は自己負担となります。

■水道管が破裂してしまったら

破裂した水道の不凍栓を閉めて水を止めます。その後、市に登録のある水道指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。なお、修理費用は自己負担となります。

問 水道業務課 給排水係



「おたっしゃ祝品」の 引き換えはお済みですか

本年度中に88歳になる方のうち、介護認定を受けていない方に「おたっしゃ祝品」の商品カタログをお贈りしました。

■引換手順

①カタログから商品を選ぶ

②引換券に必要事項を記入する

③取扱店舗で商品と交換する

※「配達可」とある商品は直接店舗へ依頼してください

■引換期限 12月末日

問 社会福祉課 高齢者サービス係

**「学生おかえり
支援金」を
ご利用ください**

物価高騰の影響を受けた学生が、伊那市とのつながりを保ち、将来的な地元就労を検討できるように、帰省する際の交通費について、その経費の一部を補助します。

給付には要件がありますので、詳しくは市公式ホームページをご覧ください。ただ、商工振興課までお問い合わせください。

- 申請期限 令和8年2月28日(土)
■申請方法 ながの電子申請サービス



申請はコチラ

問 商工振興課 商業労政係

**令和7年分決算説明会のお知らせ**

伊那税務署では、次の日程で個人事業者を対象に決算書の作成方法などを説明します。

開催日	開催時間	対象	会場	定員
12月10日 (水)	午前10時～ 正午	【営業所得または 不動産所得関係】 ・青色申告者	市役所 多目的ホール	40人
	午後1時30分～ 3時30分	・白色申告者		40人
12月11日 (木)	午前10時～ 正午	【農業所得関係】 ・青色申告者	JA上伊那 本所3階 フラワーホール	50人

※定員に達した場合にはご参加いただけない場合があります。

問 税務課 市民税係/伊那税務署 個人課税第一部門 記帳指導担当 ☎72-2173(直通)

**太陽エネルギー利用設備の設置費用を支援します!**

伊那市では、2050年カーボンニュートラルの実現に向けて二酸化炭素などの温室効果ガスを軽減するため、市内の住宅や事業所へ太陽エネルギー利用設備の設置費用の一部を補助しています。

※令和4年7月25日以前に取得した物件

■対象設備と補助率

対象設備	補助額等	
太陽光発電設備	【住 宅 用】	補助額:14万円/kW 上限額:70万円
	【事務所用】	補助額:10万円/kW 上限額:500万円
定置型蓄電設備	【住 宅 用】	補助額:蓄電池本体価格1/2以内又は 7.75万円/kWhのうち少ない額 上限額:77.5万円 ※対象経費が15.5万円/kWh以下であること。
	【事務所用】	補助額:蓄電池本体価格1/2以内又は 9.45万円/kWhのうち少ない額 上限額:189万円 ※対象経費が19万円/kWh以下であること。
太陽熱利用システム	補助額:対象経費の2/3以内 上限額:60万円	

※要件等の詳細は市公式ホームページをご覧ください。補助事業は令和8年度までです。太陽エネルギー利用設備の設置を予定されている方はお早めの申請をお願いします。

※申請数が予算額に達した場合には受付を終了しますのでご了承ください。

問 生活環境課 ゼロカーボン環境政策係

**子宮頸がん予防ワクチン
「キャッチアップ接種」の2回目、
3回目接種はお済みですか?**

子宮頸がん予防ワクチン「キャッチアップ接種」は、令和7年3月末まで実施していましたが、期間中に接種を希望していた方が全3回の接種を公費で完了できるよう、令和8年3月31日まで期限が延長となりました。接種が完了していない方は早めの接種をご検討ください。

■対象者

伊那市に住民登録がある平成9年4月2日から平成21年4月1日生まれの女性のうち、令和4年4月1日から令和7年3月31日までに1回以上接種している方。※3回接種を完了している方、初めて接種を受ける方は除く。

■接種費用

無料

■接種期間

令和8年3月31日まで

■接種スケジュール

子宮頸がん予防ワクチンは合計3回接種する必要があります。3回の接種には6か月かかりますが、最短4か月で完了することもできます。

問 健康推進課 予防係



い〜な音楽祭2025を開催します

市内の合唱団体が日頃の練習の成果を発表します。

美しい合唱のハーモニーを聞きにぜひお越しください。

日時

12月21日(日)
正午開場
午後0時30分開演
午後4時終演予定

会場

長野県伊那文化会館大ホール

出演団体

19団体

その他 入場無料

問 生涯学習課 生涯学習文化振興係



会計年度任用職員(非常勤職員)を募集します

令和8年4月から勤務できる方を募集します。

募集する職種、申込方法など詳しくは、12月1日以降、市公式ホームページをご覧ください。総務課までお問い合わせください。

募集期間

12月1日(月)～12月19日(金)

募集案内の請求方法

総務課、各総合支所・各支所で請求してください。

※市公式ホームページからダウンロードすることもできます。



市公式HP

問 総務課 職員係



令和7年度伊那市二十歳のつどい(高遠町・長谷地域)の開催

高遠町・長谷地域の令和7年度伊那市二十歳のつどいを次の日程で開催します。

日時・会場

○長谷地域

令和8年1月1日(木・祝)
午後2時～
(長谷公民館)

○高遠町地域

令和8年1月2日(金)
午前10時～
(高遠町総合福祉センター「やますそ」)

対象者

平成17年4月2日から平成18年4月1日までに生まれた方で、高遠中学校・長谷中学校卒業生および高遠町・長谷地域に在住の方

問 生涯学習課 生涯学習文化振興係/
高遠町公民館 ☎94-2557/
長谷公民館 ☎98-2009



市民法律相談を開催します

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 12月21日(日)

午前9時30分～正午

会場 伊那公民館

相談員 弁護士 三浦 由美 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

12月1日(月)

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

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 12月10日(水)・24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。

※「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。



②マイナンバーカード出張申請受付

期日 令和8年1月7日(水)/竜西・西箕輪地区
令和8年1月21日(水)/竜東・手良・美郷地区

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 12月1日(月)～5日(金)

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

かんてんぱホール 12月の催し物 入場無料 お問い合わせ TEL 0265-78-5107 www.kantenpp.co.jp

手しごと冬の6人展 5日(金)～11日(木)

彩り展 12日(金)～ 18日(木)

からふる・はなのいろいろ・
プリザーブド&ドライフラワー・アートフラワー作品展
..... 6日(土)～10日(水)

見て!作って!楽しむ!
手づくり屋の体験型展示会 in かんてんぱ
..... 12日(金)～ 18日(木)

くぬぎの杜 12月の催し物

第4回 伊那谷オーディオフェア 12日(金)～13日(土)



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。

●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

12月1日(月)~12月5日(金)

抽選日 12月11日(木)

入居日 令和8年1月1日(木)

※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



親子スキー教室の 参加者を募集します

親子で滑る楽しさをぜひ体験して
ください。

- 開催日 令和8年1月5日(月)
- 時間 午前8時30分~午後3時
- 会場 伊那スキーリゾート
- 対象 小学生とその保護者
- 定員 20組程度(先着順)
- 参加料(保険料含む)
小学生3,300円、保護者5,400円
- 申込期限 12月12日(金)
- 申込方法
ながの電子申請サービスにてお
申し込みください。



申請はコチラ

問 スポーツ課 スポーツ推進係



長谷高齢者 専用住宅入居者 募集

おおむね65歳以上の高齢者のみ
で構成されている世帯で、高齢など
のため、現在の住居での生活に支障
があると認められるが、自活はでき
る方を募集しています。

入居の可否については、検討委員
会により決定します。

入居条件など詳しくは市公式
ホームページをご覧ください。

間取り・費用

- 1人世帯用 1DK
月額1万円~2万円
- 2人世帯用 1LDK
月額1万5千円~3万円

設備

バス・トイレ・CATV・オール電化ほか

問 長谷市民福祉課 保健福祉係



令和8年度体育施設の年間利用調整会議にご出席ください

令和8年度の体育施設の調整会議を行います。参加希望者は令和8年1
月8日(木)までに施設使用希望報告書を伊那市振興公社にご提出くださ
い。報告書の提出がない方は、調整会議に参加できません。

■調整期間 令和8年4月1日~令和9年3月31日

■調整会議を行う施設 市が管理する体育施設

※詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

※1施設につき1人ご出席ください。

■報告書提出先

(一社)伊那市振興公社へ持参またはメール、FAXで提出。

☎78-5010 FAX:72-3090 メール:sin@sinkou.inacity.jp

【大会・行事・合宿などの昼間利用】

■日時 令和8年1月21日(水)午後6時30分~

■会場 市役所501・502会議室ほか

【リーグ戦・練習などの昼間利用】

■日時 令和8年2月24日(火)午後6時30分~

■会場 市役所501・502会議室ほか



市公式HP

問 スポーツ課 スポーツ施設係

~一枚の和紙で折る連なる鶴~...連鶴

連鶴講座のご案内!

●折って楽しく ●飾ってきれい ●あげて喜ばれ ●もらって嬉しい

感動の体験! 脳活に最適!

※見学・体験(材料費500円)も
自由にできます。

随時
受付中!

男女年齢
不問!

☆辰野講座(毎月第2水曜日)

宮本公民館

☆伊那講座(毎月第3日曜日)

東春近公民館(春近郷ふれ愛館)

☆駒ヶ根講座(毎月第3木曜日)

月花町協同館

☆飯田講座(毎月第1水曜日)

上郷公民館

いずれも午後1時30分~3時30分

♪たのしい・おもしろい♪

健康麻雀

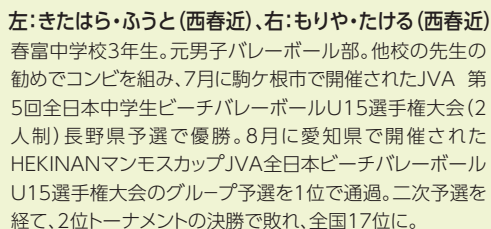
初心者女性教室
ひばり会

・マナーと「簡単な新ルール」を
やさしく分かりやすく指導します。

毎週月曜日 12時~17時

◆宮田村民会館

お気軽にお問い合わせください。TEL.0265-85-2573(中城) 携帯080-5144-2573



「大切」にしていることは思いやり。バレエは次の人がトスを上げやすいレシーブ、スパイクを打ちやすいトスなど、次の人を思いやってつなげることが大切」。小学1年生からバレエを始めボールを拾うことが得意な守屋丈瑠さんと、中学でバレエ部に入学し高い打点でスパイクを打つことができる北原風人さんは、部活引退後コンビを組み、2人制ビーチバレーで全国大会へ出場しました。

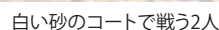
人制で大会に出たのは今年が初めて。7月に開催された長野県予選では、最初は2人制の戦い方に慣れずうまく連携が取れなかったといいますが、「試合をしながらかリジナルのサインも作った」と試合中に話し合いながら戦い方をつかみ優勝を手に入れました。

『海がなくても強いぞ!』という気持ちで臨んだ全国大会。強豪のレベルの高さを目の当たりにしました。「技術があり、バレーＱが高い人たちがたくさんいた」。そんな中でも、「レシーブからトスの流れが良かった」「前日の練習試合で相手にやられたことを本番でやってみたらうまくいった」など、

2人の持ち味を生かすことができ、全国17位となりました。

全国大会出場 배경には家族の支援があったという2人。送迎や練習試合の応援、落ち込んだ時に厳しくも温かく励ましてくれたなど、さまざまな面で支えになりました。ビーチバレーでの経験を通して、「家族に感謝が言えるようになった」「物を運ぶなど、ちょっとした手伝いができるようになった」と、少し照れながら話します。

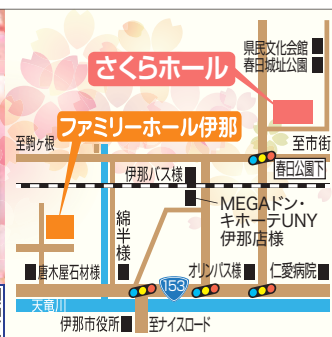
将来の夢は、水町泰次選手のようなビーチバレー選手になりたいと語る守屋さんと、「まだ決まっていらない。ビーチバレーで学んだことを生かして、人のために役に立つような仕事がしたい」と北原さん。周りからの刺激をスポンジのようにぐんぐん吸収して自分の力にできる2人、これからも成長を続けていきます。



海なし県からチャレンジした
ビーチバレー

北原風人さん(15)、守屋丈瑠さん(15)

※背景写真はイメージです。



信州そば発祥の地 伊那に息づく そば文化

信州そば No.1 プロジェクト

しもだいら あやか

下平 彩楓さん



令和6年4月に地域おこし協力隊に着任。信州そばNo.1プロジェクトをミッションに、信州そば発祥の地伊那のPR活動や、教育機関と連携して次世代へのそば文化の継承に取り組む。



内外のそば店を巡り、数年前に「高遠そば」の存在を知ったことがきっかけで、さまざまな縁に恵まれました。その出会いをきっかけに「この地域の皆さんとそばを通してより深く関わっていきたい」という思いが芽生え、現在は信州そば発祥の地伊那に根付くそば文化の魅力発信と次世代への継承に取り組んでいます。

協力隊活動は2年目を迎え、4月には地域の皆さんにご協力いただきながら、高遠城址公園さくら祭りに合わせてチャレンジショップを開きました。期間中はお店を運営する難しさを感じる場面もありましたが、その分、多くの方に「高遠そば」の魅力を伝えられる貴重な機会となりました。また、市内の小中学校、高校、大学などの教育機関からお声がけいただき、そば打ち体験の講師を務める機会が増えてきました。児童生徒の皆さんに、伝統食文化への理解と地域への愛着を深めてほしいと考えているため、そば打ちを「見る」だけでなく「終わらせず、実際に自らの手で」そばを打ち

「味わう」体験を大切にしています。授業では、自身のパティシエ経験を活かして、そば粉を使った「そばスイーツ」づくりも企画しており、発想力豊かな皆さんと一緒にそばの新しい楽しみ方を探る活動は、私自身にとっても意義深く多くの刺激を受けています。

高校生の時に全国高校生そば打ち選手権大会に出場したことがきっかけでそばの魅力を知り、現在の豊かな出会いにつながりました。今後も、協力隊活動を通じて自身の経験を伝えていく中で、若い世代の皆さんが「そば打ち選手権大会に出場したい」「そば屋さんを始めてみたい」など、そばに関心を持つていただけるきっかけを、これからも生み出していきたいと思っています。



そばスイーツづくり体験の様子

問 地域創造課 移住定住促進係

想いをに 石刻む

Vol. 40

高遠石工の歩いた道

しもかわで
下川手村（現伊那市美簗）の石工渋谷
藤兵衛はこれまでの高遠石工とは違った独自の表現技法に挑戦した石工でした。その表現技法のひとつが美しい陰刻です。高遠石工の石造物の陰刻は浅い彫りが比較的少ない傾向にあります。特に文字については力強く、深くえぐり取るように彫ったものが印象的です。藤兵衛の陰刻は深い彫りも浅い彫りもあり、その強弱が美しさを引き出しています。それがよく分かる作品として、今回は建福寺の仏足石を見てみましょう。

建福寺の仏足石は本堂に向かって右前に安置されています。標柱も解説看板もないため、参拝した方も気付きにくいかもしれません。しかし、近づいてまじまじと見てみると、その表現技法の高さに驚かされます。

仏足石は、目に見えない仏が実は目の前にちゃんといるのだということを表す石造物で、インドで生まれました。日本では奈良時代に造られた薬師寺の仏足石が最古のものとして知られています。建福寺の仏足石はこの薬師寺の様式に倣って造った伊勢朝熊山金剛證寺の仏足石を模したもので、仏足石歌碑も一緒になっています。歌碑の裏面は建福寺の至真和尚がくすし

守屋貞治の一番弟子 渋谷藤兵衛（2）

字で書いた由緒書を刻み込んでいます。由緒書には、天保6年（1835）に高遠藩主内藤頼寧が石工を提供し、高遠藩重役当時元締岡村菊叟が中心となって事業を担当し、義則という人物が流麗な万葉仮名の書で十七首の仏足石歌を書き取り、仏画を描くことで知られる実門和尚が由緒書を作文したことが刻まれています。美しい書の形を損ねることなく刻まれた文字、バランスの取れた太さの線で刻まれた仏の足跡は大変な手間を要したことが想像されます。保存環境が悪ければ磨滅して消えてしまい、そうですが、建屋に守られて今でもその美しさを維持しています。



仏足石拓本
(高遠町歴史博物館蔵)



建福寺の仏足石

問 高遠町歴史博物館

伊那市長の たき火通信 ナイス連携

今年も夏の暑さは異常でした。伊那市でも36.8℃を観測し、猛暑日が続き熱中症警戒アラートが出されるなど、30℃を超える夏が常態化しています。農作物にとっても、果樹はモモの色づきが悪かったり、リンゴは日焼けを起こし小さいものが多かったり、水稻も米にヒビが入る「胴割れ」や白く濁る「乳白」の被害がでるなど高温による障害に見舞われました。

そんなさなか、8月22日の午後3時頃、箕輪町三日町の天竜川にある「三日町頭首工」の取水堰が破損し、取水ができなくなる事態が発生しました。さあ大変です。高温障害を心配して、田んぼに水を引かなければならない時期に、水が来ないと言う緊急事態が起こったのです。この三日町の頭首工は、コンクリート製の堰とは異なり、天竜川の右岸から左岸までを繋ぐ、二基のゴム製の巨大な袋状のものです。普段はこの袋体にコンプレッサーで空気を注入して膨張させ天竜川の水をせき止め、洪水時には空気を抜いて倒伏させて放流する優れた機能を持っています。今回は右岸側の袋体が何らかの原因でゴムが裂けてしまったのです。

三日町の頭首工から取水された水は、伊那市・箕輪町・南箕輪村の農家、約950名の水田約250haに供給されています。堰を管理している「上伊那郡伊那土地改良区」から伊那市に至急の連絡が入りました。担当課



ポンプ車による緊急取水の様子

では緊急会議を開き、「高温障害で水が必要な田んぼに水を送らなければならない」、「修理には時間がかかるため、ポンプ車で取水するのが最善策であろう」となりました。まず国土交通省天竜川上流河川事務所と、農林水産省関東農政局にポンプ車の出動要請を行いました。3日後には国土交通省のポンプ車が、その後農水省技術支援チームのポンプ車が出動してくれました。ポンプ車2台で昼夜を問わず取水してくれたおかげで、水不足はひとまず凌ぐことができたのです。

国土交通省と農林水産省の異なる省庁が連携して行った今回の出動、農家にとってどれほど頼もしかったか、困ったときに素早く対応していただいた今回の一件は、国の出先機関があればこそできたわけで、流域治水の好事例、「ナイスプレイ」として感謝します。

伊那市長 白鳥孝

12月 広報番組



スマートフォン
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
6日～	障害者週間
13日～	上下水道を守り続けるために
20日～	伊那市の2025年
27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

問 地域創造課 地域ブランド推進係
フィンランドの
図書館のように!



5月のフィンランド視察で、図書館に行きました。テーブルを囲んで本のことを静かに語り合う大人たち、ひとり静かに机に向かう若者、おもむろに置かれた途中のジグソーパズル。夕方の図書館には、それぞれの学びや憩いの、心地よい時間が流れていました。また別の図書館では、朝から個室でレッスンが行われていて、楽しそうに学ぶ大人たちの姿があり、気軽に料理やものづくりができるスペースもありました。

伊那市では、森と学びを軸としたフィンランド連携をすすめており、「月1モイmoi」という会を開催しています。森の中で自然を感じ、草木の恵みで染め物をしたり、布のハギレを活用して新たなものを作るアップサイクルに挑戦したり、この秋もフィンランドの文化を切り口に、伊那での暮らしの豊かさを味わう会をゆるやかにしています。

12月のテーマは「フィンランドのクリスマス」。12月16日(火)から20日(土)までの5日間、伊那図書館で行います。わらで作った伝統的な飾り「ヒンメリ」を作ることできます。フィンランドの図書館の雰囲気を感じながら、ゆっくりと過ごしましょう。



最新情報は
Instagram
で発信中



@fina_moimoi

いなで子育て



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

- 上の原 2日(火) ビオラ演奏
11日(木) ミニシアター
- 竜南 4日(木) うたってたのしいな
16日(火) えいごDEあそぼう
- 高遠 9日(火) フルート・チェロ・ピアノトリオ
22日(月) 腹話術こうちゃんとあそぼう
- 富県 15日(月) ピアノ連弾&ドレミパイプ体験
23日(火) 歌とおはなしゆみちゃんず
- 西箕輪 19日(金) 鍵盤ハーモニカアンサンブル



※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。

就労相談 時間：午前10時～正午

富県：5日(金) 西箕輪：12日(金)

年末年始休みのお知らせ

竜南・富県・西箕輪・高遠 27日(土)～令和8年1月4日(日)
上の原 29日(月)～令和8年1月3日(土)

問 こども政策課

育児相談(午前9時～11時30分)※体重測定ができます

○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)

- 2日(火) 美篤・東春近・西春近支所、高遠町保健センター
- 9日(火) 長谷健康増進センター
- 16日(火) 富県・手良・西箕輪支所、高遠町保健センター
- 23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)

- 2日(火) 高遠町保健センター
- 9日(火) 長谷健康増進センター
- 16日(火) 伊那市保健センター、高遠町保健センター
- 23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)

○18日(木) 西箕輪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

わが子の

思い出フォト

ゆうひくん
(2歳)

ニコニコ笑顔が
大好きだよ。



れいたくん
(1歳)

これから色々な
所に行きたいと
思っています☆



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

サンタさんありがとう



やったー! サンタさんがやってきた!

保育園の クリスマス会

子どもたちにとって素敵な思い出になるように様々な工夫を凝らした「クリスマス会」を行っています。園内には、子どもたちが自然物で作った様々なオーナメントが並びます。



年長さんによるキャンドルサービス



手作りオーナメント



R7年度リニューアル

自分ノート
HPIは
こちら▼



自分ノートは、福祉相談課（福祉まちづくりセンター内）で配布していますので、ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。また市公式ホームページからもご覧いただけます。

今回リニューアルした自分ノートには元気なときから考えておきたい内容をロードマップにして掲載しました。ご家族や近親者などあなたを支援していただく方々と話し合う機会にご利用ください。

人生100年時代とはいえ、いつかは訪れる心身の衰え、予期せぬ出来事に戸惑いを感じる方もいることでしょう。市では自分の思いを家族や支援者に伝える手段の一つとして「自分ノート」をお渡ししています。

元気だからこそ伝えたい、
将来のこと・私の思い

思いを伝える「自分ノート」

脳卒中や心不全、癌、認知症等の病気で自分の意思を伝えることができなくなることがあります。

そんな時に、本人の「思い」や「望み」がつまったこの「自分ノート」があれば、どういう「思い」や「望み」を持っていたかが周囲に伝わり、たとえ意思が伝えられない状態でも、「思い」や「望み」に沿った生活援助や治療が受けられます。

自分ノートを書くことで、自分の「思い」や「望み」が整理され、自分自身の新しい発見もあるかもしれません。これからの人生を出来るだけ不安がなく、ここで幸せに過ごすために、自分自身のために、まずは自分ノートを書いてみてください。



伊那市在宅医療・介護連携推進協議会
会長 田畑内科医院 清水まゆみ



シリーズ
交通安全

交通事故を起こさない、遭わないために

問 生活環境課 交通安全係

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）
5日（金）午前10時～11時30分
- 溝 友 館（長 谷）
11日（木）午前9時30分～11時30分
- や ま す そ（高遠町）
12日（金）午前10時～11時30分
- 北和田会所（富 県）
23日（火）午前9時30分～11時30分
- むくもり館（西箕輪）
24日（水）午前10時～11時30分

本人ミーティング（参加費無料）

- 13日（土）福祉まちづくりセンター
午後1時～3時



夕暮れ時・夜間の歩行者事故防止

12月15日（月）～31日（水）の間、「年末の交通安全運動」が実施されます。安全確認を確実にし、交通事故を起こさない、遭わないようにしましょう。

～ドライバーの皆さんへ～

- 日没が早く、薄暗くなると周りが見えにくくなるので「まだ明るいかな」と思っても、安全確保のため、早めにライトを点灯しましょう。
- 先行車や対向車がいなときは、ライトをハイビームに切り替え、歩行者等をいち早く発見しましょう。
- 夕暮れ時や夜間に運転するときはスピードを落としましょう。

～歩行者の皆さんへ～

- 夕暮れ時や夜間に徒歩で外出するときは、明るい色の服を着る、夜行反射材やLEDライト等を使うなど、自分の存在をアピールしましょう。

飲酒運転の根絶

年末は忘年会など1年の中でも飲酒の機会が増え、それに伴い飲酒運転の違反が多くなる時期です。飲酒運転は重大事故の原因となり、多くの人の人生を台無しにします。飲酒運転を絶対しない、させない、許さない社会を作りましょう。



休日歯科診療

上伊那口腔保健センター ☎78-8510
7(日)、14(日)、21(日)、28(日)、30(火)、31(水)
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

※27日(土)～令和8年1月4日(日)は休業
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
12月の休日受入日:なし

※31日(水)～令和8年1月4日(日)は休業

クリーンセンターハ乙女 ☎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
12月の休日受入日:なし

※31日(水)～令和8年1月4日(日)は休業

証明書交付等取扱

市民サービスコーナー ☎72-4179
12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

※29日(月)～令和8年1月3日(土)は休業

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

12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。

7日 日	医	池上医院	(内)	☎ 72-4060	坂	下
	医	厚生連みずす診療所	(内)	☎ 71-5556	美	篤
	医	古田産婦人科医院	(産、婦)	☎ 78-8088	中	央
	薬	アイン伊那薬局		☎ 77-0085	手	良
14日 日	薬	ホシ薬局		☎ 72-2365	坂	下
	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
21日 日	薬	アイセイ薬局伊那西町店		☎ 71-4607	西	町
	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	下條医院	(内、小、脳)	☎ 76-5353	手	良
28日 日	医	伊那市国保長藤診療所	(整)	☎ 94-2001	高	遠
	医	ケイ皮フ科クリニック	(皮)	☎ 71-7881	上	新
	薬	アイン伊那薬局		☎ 77-0085	手	良
	薬	かなみいろは堂薬局		☎ 94-1168	高	遠
30日 火	医	野沢医院	(内)	☎ 74-5000	西	町
	医	ふかさわ耳鼻咽喉科医院	(耳)	☎ 77-1833	山	寺
	医	このはなクリニック	(婦)	☎ 98-8814	上	新
	薬	小池薬局		☎ 72-1311	荒	井
31日 水	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
	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。

12月

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

相談内容	いつ	どこ	お問い合わせ先
行政相談	11日(木)午前9時～11時	市役所303会議室	総務課 庶務係
	18日(木)午前9時30分～11時30分	長谷総合支所	
税理士会員による税務相談	3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	10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	18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 「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
司法書士による法律相談	5日(金)、19日(金)、26日(金) 午前9時～正午	福祉まちづくりセンター	
弁護士による法律相談	12日(金)午後1時～3時	福祉まちづくりセンター	福祉相談課 相談支援係
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	
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	2日(火)、16日(火)午前9時～11時30分	高遠町文化センター	高遠町総合支所 市民福祉課
	9日(火)、23日(火)午前9時～11時30分	長谷健康増進センター	
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	8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)	3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水) 時間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 こども相談係 ☎72-0999



文化施設だより

2025年
12月号

発行:
令和7年12月1日

- 生涯学習センターからのお知らせ…P17・P18
- 図書館からのお知らせ……………P19
- 信州高遠美術館からのお知らせ……………P20

- 高遠町歴史博物館
伊那市民俗資料館からのお知らせ……………P21
- 創造館だより……………P22・23

※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。

10月12日(日)に高遠閣(高遠城址公園内)で藝大生と一緒に季節を描こう「いろ・いろ いろ・いろ ワークショップ」が行われました。参加者全員で大きな画面に、筆を使わずにさまざまな素材で四季を描きました。

描いた作品を鑑賞しながらの昼食では、上伊那地域の郷土食である「おからこ餅」を入れた汁をいただきました。食後に、おからこ餅の汁を作ってくださった「志和の会」の酒井さつき氏によるミニ講話もあり貴重なお話を聞くことができました。



いろ・いろ いろ・いろ ワークショップ

最後は大きな絵をカットしてオリジナルノートブックを作成してワークショップは終了しました。

小中学生はじめ参加者全員が感性和創造力を育む一日となりました。

信州高遠美術館



Inspection Report

このような催しが大
きな成果と役割を果た
したことで、伊那谷の
音楽文化のさらなる発
展につながることを期
待したいと思います。

中谷 洋子

伊那文化会館オープン記念として「手
づくりの演奏会」が1990年から始ま
り、「クラシック音楽の祭典」と名称を変
えながら、これまで15回の演奏会が開催さ
れました。伊那谷の音楽文化を支える役
割を果たしたとして、今回は最後の開催
となりました。私も何度か合唱団の一員
として参加しましたが、今回は客席でしっ
くりと聴くことができました。合唱団は、
練習に1年以上かけて作り上げた成果
を、存分に発揮できてい
たと思います。



社会教育委員が行く

第3回クラシック音楽の祭典

「メサイア」



令和7年6月8日(長野県伊那文化会館大ホール)

第3回クラシック音楽の祭典「メサイア」の公演を聴きに行きました。出演は伊
那フィルハーモニー交響楽団、ソリストの
4人、一般公募の祭典合唱団と、プロの
指揮者横山奏さんです。当日、会場は満
席で迫力のある演奏に感動しました。



生涯学習センター



童謡唱歌教室

～ふるさとの四季・冬編～

寒い冬の日、ホッとするひととき。伊那谷の美しい風景写真を鑑賞しながら童謡・唱歌を歌いましょう♪

【日 時】令和8年1月23日(金)

午前10時45分～(開場午前10時15分)

【会 場】いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」

【入場料】無料

【資料代】200円

【曲 目】冬景色・

雪・お正月・

富士山・スキー・

ペチカ・雪山賛歌・

ほか

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	富県写真クラブ
企 画	北沢 理光

Colorful ～The 1st Stage～

地域の子どもと大人によるダンス発表会

【日 時】12月21日(日)

午後1時30分～(開場午後1時)

【会 場】いなっせ6階

「ニシザワいなっせホール」

【入場料】300円

(座席が必要な場合はチケットをお求めください。)

【お問い合わせ】

NPO法人クラシックワールド

一般社団法人 伊那市総合型地域スポーツクラブ



12月の主な催し物

ニシザワいなっせホール(6階)

- 6日(土) 第22回伊那市民芸術文化祭(1日目)午前11時～
- 7日(日) 第22回伊那市民芸術文化祭(2日目)午前10時～
- 13日(土) 石川音楽教室クリスマスコンサート 午後1時～
- 14日(日) 中坪音楽教室発表会 午後1時30分～
- 16日(火) まほらいな市民大学 午後1時30分～
- 19日(金) 上伊那地区タウンミーティング 午後1時30分～
- 20日(土) 第42回元気に育て親と子の音楽会 午前11時～
- 20日(土) 演奏会映像 上映会3日目 午後1時～
- 21日(日) Colorful the 1st Stage 午後1時30分～
- 27日(土) かみいなシゴトフェス 正午～
- 28日(日) 伊那北高校合唱部クリスマスコンサート 午後1時30分～

展示ギャラリー(2階)

- 12月の展示の予定はありません。

～クリスマスに贈る～

第42回 元気に育て 親と子の音楽会

ファミリーに贈る音楽会! 小さなお子さん大歓迎! サンタさんから「プレゼント」があるよ!

【日 時】12月20日(土) 午前11時～(開場午前10時30分)

【会 場】いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」

【入場料】無料 <途中での入退場も自由です>

< 出 演 >

ヴァイオリン(宮澤りんさん)

歌(浦野純子さん)

コーラス(オリーブ)

ピアノ(林智子さん)

フルート(松浦美恵子さん)

オカリナ・進行(小口佳枝子さん)

金管バンド(プラス・アンサンブル・スオーノ)



「手づくりの演奏会」「クラシック音楽の祭典」 演奏会映像上映会

「皆で創り上げる演奏会」として約40年近く継続した歴史と感動のステージを、この機会に「ホール大画面」で振り返ってみませんか♪

【日 時】12月20日(土) 午後1時～(開場午後12時30分)

【会 場】いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」

【チケット】1枚1,000円<全席自由> ※3日間の通し券です。
※1日目・2日目は大好評のうち終了しました。

【3日目】

◆午後1時～(上映時間89分)

平成30年6月10日

第1回 クラシック音楽の祭典

「バレエ音楽とドイツ・レクイエム」

◆午後2時39分～(上映時間124分)

令和7年6月8日

第3回 クラシック音楽の祭典

「モーツァルト編曲/メサイア」

【お問い合わせ】NPO法人クラシックワールド



ちびっこ広場から 12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】 16日(火) 午前10時30分～11時

【音楽あそび】 25日(木) 午前10時30分～11時

【助産師さんの相談日】25日(木) 午前11時～正午

※予定は、変更または中止になる場合があります。



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

和楽器による 日本の音を未来にコンサートVol.6

ジュニア和楽器講座発表会

令和7年に生涯学習センターを会場に開催した「ジュニア和楽器講座」(NPO法人クラシックワールド主管)の参加者(小学生から高校生)と、地元出身演奏家の皆さんによる和楽器コンサートです!

【日 時】令和8年1月25日(日)

午後2時～(開場午後1時30分)

【会 場】いなっせ6階「ニシザフいなっせホール」

【入場料】無料(全席自由)



あなたも一流ピアニスト

～気軽にコンサートピアノを弾こう～ Vol.23

当センターのニシザフいなっせホールは、3台のピアノを備え、そのどれもが現在では製造できない象牙の鍵盤です。響きのよいホールで、3台のピアノを弾き比べて楽しんでみませんか?



♪日本楽器製造 CF(ヤマハの前身)

♪スタインウェイ&サンズ(D-274)

♪ヤマハ(CFⅢSA)

【日 時】令和8年1月18日(日)、19日(月)、20日(火)

午前9時～午後8時

【会 場】いなっせ6階「ニシザフいなっせホール」

【参加費】500円/1時間(1家族または1グループ)

【受 付】11月15日(土)～ 定員になり次第締め切ります

午前9時～午後8時

※現在受け付けているものは<Vol.23>

1月開催分のみです。

※窓口受付のみです。

※一家族(グループ)1回をみの予約とさせていただきます。

【お問い合わせ】NPO法人クラシックワールド



1月の予約調整会議

【日 時】令和8年1月4日(日)

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9年1月4日(月)～1月31日(日)

【会議室などそのほかの施設】

【予約対象期間】令和8年3月1日(日)～3月31日(火)

2026. New Year Concert

～椿三重奏団 コンサート～

【日 時】令和8年1月11日(日)

午後2時～(開場午後1時30分)

【会 場】いなっせ6階「ニシザフいなっせホール」

【入場料】一般:3,000円 高校生以下:1,000円(全席自由)

※未就学児の入場はご遠慮ください。

【プログラム】

- ・エルガー:愛のあいさつ(トリオ)
- ・モノー:愛の讃歌(チェロ&ピアノ)
- ・クライスラー:愛の喜び(ヴァイオリン&ピアノ)
- ・リスト:愛の夢(ピアノ・ソロ)
- ・シューベルト:アヴェ・マリア(トリオ)
- ・ブラームス:ハンガリー舞曲第6番(トリオ)
- ・ブラームス:ピアノ三重奏曲第1番(トリオ)



伊那市総合型地域スポーツクラブ主催

～いなっせ会場 講座会員募集のお知らせ～

※この講座は「いなっせ」を会場に開催される講座のほんの一部です。
詳しくはクラブ発行の冊子をご確認ください!

曜日	講座名	開始～終了	回数	後期受講料
火	初心者の書道&ペン習字①	9:30～10:30	～2月回	3,000円
火	初心者の書道&ペン習字②	10:45～11:45	～2月回	3,000円
火	頑張っている人のトータルボディケア	14:10～15:10	～2月回	3,000円
火	楽々エアロビクス(夜)	20:10～21:00	～3月回	5,000円
木	囲碁(経験者)	18:00～19:30	～2月回	子ども1,000円、大人3,000円

【お申し込み・お問い合わせ】

一般社団法人伊那市総合型地域スポーツクラブ 電話73-8573

・会員登録として別途、後期会費(保険料含む)が必要です。



12月

休館日

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)

年末年始12月29日(月)～令和8年1月3日(土)



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・時間などが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/>



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

おはなし会・イベント

親子でふれあいリトミック 3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) 10日(水)、24日(水)午前11時
2-3歳児対象(読み聞かせ) 17日(水)午前11時

テーマブック

「年末年始お助け本」(一般室)

おせち料理やお掃除、大河ドラマなどの関連本を集めます。

「クリスマスの本」(児童室)

もうすぐクリスマス!今年もサンタさんに会えるかな?

臨時休館のお知らせ

伊那図書館 および 高遠町図書館、各公民館図書室は、メンテナンスにより
図書館システムが停止するため12月6日(土)は臨時休館いたします。
また、期間中は蔵書検索サイトもご利用できません。

ギャラリー

KOA株式会社 絵画展示 2日(火)～9日(火)
Gappaの個展 10日(水)～14日(日)
フィンランドクリスマスWeek 16日(火)～20日(土)
山梨・茅野むかしばなし大学再話研究会 語りの会 21日(日)

12月 休館日
1日(月)、6日(土)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、
23日(火)、29日(月)～1月5日(月)年末年始休館

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7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

おはなし会 13日(土)午前11時
クリスマスの絵本の読み聞かせをします。

こどもひろば ～クリスマススペシャル～

12月20日(土)午前10時30分
定員30人 11月30日(日)午前10時から受付開始
歌遊びや絵本の読み聞かせなど、いつもより
盛りだくさん。
サンタさんからプレゼントもあるよ!



ロビー展

戦後80年企画展『高遠に疎開してきた子供達』

東京都中野区から学童疎開してきた時の学級日誌や、給食の記録など
を展示しています。

テーマブック

「冬にあったか」(第一図書室)

寒さに負けるな!心や体を温めましょう。

「クリスマス」(こども部屋)

クリスマスの絵本がたくさん!この時期にいっぱい読んでみて。

12月 休館日
1日(月)、6日(土)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、
26日(金)、28日(日)～1月5日(月)年末年始休館

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



『豊臣家の人々』
司馬 遼太郎/著 角川書店
天下人・豊臣秀吉をめぐる人々の栄華と衰亡の物語です。

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

「戦後80年展 —創造の翼を広げる作家たち—」

【会 期】令和8年1月30日(金)まで
 【内 容】戦争を体験した収蔵作家の戦中・戦後における作品と共に現代作家の平和への願いをこめた作品を展示します。独自の創造の翼を広げる作家たちの作品から戦後80年を振り返ります。



「ギャラリートーク —出品作家と語る戦後80年展—」

【日 時】令和8年1月10日(土)午後1時30分～3時
 【会 場】信州高遠美術館
 【メンバー】北原勝史、坂本勇、柴田久慶、前田博、丸山栄一、村上忠志



江副行昭(えぞえきゆきあき)
「窯吹変六斑宝珠」

「魅惑のガラス世界展」

【会 期】令和8年1月30日(金)まで
 【内 容】熔壊ガラスの生みの親であり、日本ガラス工芸の第一人者である江副行昭のガラス作品と沖正一郎コレクションより寄贈の中国工芸の精華である鼻煙壺を展示します。

アートスクール 《要予約》

お正月フラワーアレンジメント講座

【講座①】12月20日(土)午前9時15分～10時15分
 【講座②】12月20日(土)午前10時45分～11時45分
 ※開始時刻10分前に美術館集合
 【講 師】矢島修さん(矢島園芸)
 【定 員】各回15人
 【会 場】美術館ロビー
 【受講料】3,200円※材料費込
 【持ち物】作品持ち帰り用の箱(30cm四方)、新聞紙、花切ばさみ
 ※申込締切12月13日(土)



今月の一押し!



「戦後80年展—創造の翼を広げる作家たち—」より
「墮天使」
 制作年 1960年頃
 素材・技法 油彩・アクリル/画布
 福沢 一郎
 (1898—1992)

この絵が描かれた1950～60年代の日本は戦後の混沌とした世相から復興へと向かい、高度経済成長期が始まろうとしていた時代です。福沢は、戦中・戦後の鬱気を払うかのように、国内外へと頻繁に旅をしました。この時期の作品は未開の地方のエスニックな題材を積極的に取り入れたり、さまざまな手法を試みるなど、作風が闊達になりました。

「墮天使」も一味変わった作品です。ベースはエアブラシによる吹付けで制作され、その上に筆で数人の天使が描かれ、2種類の手法を混合して描かれています。他の福沢作品にはあまりみられない手法です。またエアブラシの背景と手描きの部分は異なる時期に描かれた可能性もあり、福沢の軽妙かつ洗練された技量を感じ取れる作品です。こちらは「戦後80年展 —創造の翼を広げる作家たち—」でご覧いただけます。

12月

休館日

2日(火)、6日(土)、9日(火)、16日(火)、
 23日(火)、28日(日)～31日(水)年末年始休館



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

あなたのお話
うかがいます!



ちっちゃな! ちっちゃな 家族葬



つみたて
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 冬！

【日 時】令和8年1月31日(土)

午前8時45分～午後3時30分

【会 場】国立信州高遠青少年自然の家

※午前8時45分に自然の家に集合、現地解散

～歴史・伝統・自然にふれる冬の大運動会～

【内 容】雪ソリすべり・氷上カーリング
ボーリング・射的・輪投げ・武士
探し・大型福笑いなどグループ
でポイントをゲットする冬の大
運動会を開催します。(記念品
贈呈)



氷上カーリングボーリング

※天候などにより内容が変更になる場合があります。

【対 象】小学生以上 ※小中学生は保護者同伴をお願いします。

【定 員】60人程度

【参加費】1人1,500円(昼食・おやつ代含む)

※子ども保護者ともに必要で、当日集合場所
で現金にてお支払いください。

【予 約】12月7日(日)から博物館ホームページの申
込フォームで受け付けます。ホームペー
ジにて詳細を必ず確認後、お申し込みくだ
さい。定員になり次第締め切ります。



お申し込みは
こちらから

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)

諸事控帳 昭和16年(1941)～25年(1950)個人蔵
高遠町霜町常会長による常会の記録です。応召兵見送
り、飛行場工事への動員や、物資の配給日と量などが記
録されています。配給の記録からは、銃後の暮らしの厳し
さがうかがえます。



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)

12月

高遠町歴史博物館 入館料／一般 400円

休館日 1日(月)、8日(月)、15日(月)～19日(金)、22日(月)、
23日(火)、28日(日)～1月3日(土)

伊那の昭和100年

昭和30年代の伊那市駅です。明治
45年(1912)に伊那町駅として開設。
昭和29年(1954)に伊那市発足に伴
い伊那市駅に名称変更しました。



当館では次の100年に向けて、むかしの写真を募集しています。無
料でデジタル化し、現物とともにお返しします。ご協力いただける方は、
高遠町歴史博物館へお問い合わせください。

観桜期の非常勤職員募集

(アルバイト)

(歴史博物館・伊那市民俗資料館)

勤務内容 入館案内、物品販売、館内清掃、駐車場整理ほか
(歴史などの専門的知識の有無は問いません)

期 間 4月上旬～5月上旬(出勤日は相談の上決定)

勤務時間 午前8時30分～午後5時(予定)

募集人数 歴史博物館、民俗資料館どちらも若干名

応募条件 18歳から70歳前後までの方

応募期間 1月8日(木)から2月7日(土)まで

申込および問合せ先 高遠町歴史博物館 電話94-4444

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

わら細工教室

【日 時】令和8年1月11日(日)豊年俵、
18日(日)宝船、
25日(日)なべ敷

午前9時～正午

【会 場】伊那市民俗資料館

【参加費】各回500円(別途入館料200円)

【予 約】12月5日(金)から電話で受け付けます。



親子で楽しむ ひな祭り 春のお茶会

学芸員によるお話のあと、お菓子和抹茶をいただきます。

【日 時】3月1日(日)午前10時～正午

【予 約】1月30日(金)から電話で受け付けます。

※詳細は次号をご覧ください。

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 入館受け付けは各館とも閉館30分前までです。

みはらしの湯・さくらの湯合同企画

新春感謝

1/10(土)～31(土)

有料入浴の方+1ポイント! 回数券購入者の方+1ポイント!

児童(小学生)ポイントプレゼント 期間中600円利用毎に 福引券を進呈!!

2026年も皆様におくつろぎいただけるよう営業してまいります。 ご来館をお待ちしております。 食堂も元気に営業中!

伊那市西箕輪3480-1
TEL.0265-76-8760
営業時間 10:00～21:00(最終受付20:00)

ハズレ無し

抽選会

福引券5枚で1回抽選

2月1日～2月15日まで

※休館日にご注意ください。

1等 みはらしの湯・さくらの湯2施設で使える 1か月無料入浴券 3本

※2等以下の景品は、抽選の際ご確認ください。

伊那市高遠町西高遠928-2
TEL.0265-94-3118
営業時間 12:00～20:00(最終受付19:30)

みはらしの湯

2026年も皆様におくつろぎいただけるよう営業してまいります。 ご来館をお待ちしております。 食堂も元気に営業中!

伊那市西箕輪3480-1
TEL.0265-76-8760
営業時間 10:00～21:00(最終受付20:00)

さくらの湯

伊那市高遠町西高遠928-2
TEL.0265-94-3118
営業時間 12:00～20:00(最終受付19:30)

2025

～縄文から宇宙まで～

12 創造館だより

monthly
report vol.174

中村 昭彦（なかむら あきひこ）さん
ざざむし漁歴40年以上の大ベテラン。
伊那谷の食文化であり生活文化である
「ざざむし漁」を守りながら、今年の
冬も天竜川に立って虫を踏みます。



牧田 豊（まきた ゆたか）さん
伊那谷を中心に歴史、民俗を語る
地域研究者。特にざざむしの研究
は30年以上になり、その第一人者
です。また伊那街道等の古道、火
の見櫓、石仏など、研究は多岐に
わたっています。

○天竜川冬の風物詩、「ざざむし漁」。伊那市創造館では、昆虫食の聖地
伊那谷を象徴するこの漁の見学会を開催します。ざざむし漁名人・中村
昭彦さん、ざざむし研究家・牧田豊さんによる説明と、ざざむし漁の実
践を学びに来てください。

伊那谷の冬の風と、天竜川の水は非常に冷たいと予想されます。参加
される方はできる限りの暖かい服装と、しっかりしたゴム長、ゴム手袋、
携帯カイロなどでの完全武装をお勧めします。



参加者募集！

令和7年
12月6日
(土)

午前9時15分
伊那市役所
西側駐車場集合。

9時30分出発。
マイクロバスに乗り、天竜川
河畔の漁場に向かいます。
午後0時15分終了。
0時30分 市役所にて解散。

対象：小学生以上
(小学4年生以下は
保護者同伴)
参加費無料・先着20人

小雨・小雪決行
※荒天が予想される場合
は、前日午後3時までに
中止の連絡をします。

申込は下の二次元コード
または電話で。
11月24日(月・振)から
お申し込みを
受け付けます。



伊那市創造館
ざざむし漁見学会



伊那市創造館は、
文化庁が認定する
「食文化ミュージ
アム 食の体験・情
報発信施設」に選
定されています。

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



(株)ハクトータルサービス
0120-891-085

みんなの

～創造館で行われた南アルプス ジオ・エコパークに関する取り組みを紹介します～



南アルプスジオ・エコパーク!



伊那市の大自然の中で、地形や地質を思いっきり学ぶ、南アルプスジオパーク・エコパーク活動。伊那市創造館では、今年も「地球の学校」をはじめ、さまざまなジオエコ活動を行ってきました。その一部を紹介します。

伊那谷の自然の中で地形地質を学ぶ 「地球の学校2025」

○中央構造線の露頭を訪ねて、その成り立ちを学んだり、カヌーに乗って美和ダム周辺の露頭を目指したり、南アルプスの本格的な登山に挑戦したり…。



2012年から始まった「地球の学校」は、小学4年生以上の児童約20人が参加して、6月から10月まで全5回のフィールドワークを行う、人気の体験教室です。

ジオパーク巡回展 「地球時間の旅」



○伊那市創造館では、本年7月5日～9月8日の間、第34回企画展としてジオパーク巡回展「地球時間の旅」を開催しました。全国のジオパークから集めた、珍しい岩石や景色を通じてジオパークを学びました。

学校・クラス単位での見学 「創造館地形地質展示室」



○伊那市創造館収蔵庫棟地下1階の自然科学収蔵庫には、「地形地質展示室」があり、さまざまな資料が「収蔵展示」されています。どなたでも見学していただけますが、学校単位、クラス単位での見学にも対応しています。

「縄文から宇宙まで」がキャッチフレーズの伊那市創造館ですが、自然科学やジオ・エコパーク活動、それに関する情報発信も、重要な柱の一つです。

松の雪
暖かさに横りけり
もうじきクリスマス。
子ども達の笑顔が楽しみ
です。

今月の井月句



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



休館日

12月

2日(火)、9日(火)
16日(火)、23日(火)
27日(土)～8年1月3日(土)

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。

※ お車でお越しの方は、「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。



健康麻雀教室交流戦

10月22日(水)開催

西春近・美篤・高遠町の健康麻雀教室に通う雀士約40名が地区の垣根を越えて集い、楽しく真剣勝負を繰り広げました。いつもとは違った顔ぶれの中で新しい交流が生まれ、新鮮な気持ちで対局を行いました。

- スポットライトP25
おさんぽクラブ(長谷公民館)
- ふるさと発見P25
ごんげんやま 権現山(西春近公民館)
- 分館紹介P26
はびる 羽広分館(西箕輪公民館)
- インフォメーションP26
- 活動スナップP27

今月の
Photo

西春近・美篤・
高遠町公民館

いっふく



令和七年師走。なんとか心身健康で二年を終えられそうではとっています。家族の支えが一番ですが、元気に過ごせたことに感謝しています。二年前、古希を迎えた途端に手足のしびれ、体の痛みに悩まされ、大変な時期を乗り越えてきました。健康の有り難みを実感しており、健康寿命を伸ばすために心がけていることが四つあります。

一つ目は、自分の体のあんばいと相談しながら運動・スポーツ、仕事をする事です。二つ目は人生を楽しむ趣味や特技、生きがいを見つけることです。「二日七千歩ウォーク」「スガレ追い」「麻雀」「脳トレ・レクリエーション活動」「スキー・ゴルフ」等、退職後に継続できる生きがいや夢中になれるものを見つけました。三つ目は、仲間や良き友、先生と呼べる人を身近に見つけることです。吉川英治は「我以外皆我師」と言う名言を残していますが、案外、身の回りに人生の見本となる方々が大勢いらつしゃると思います。仲間との語らいや活動、たわいなし会話のひとつが人生に潤いをもたらします。四つ目は、笑顔で過ごす、機嫌良く生きるということです。世の中は悲しいこと、辛いことの方が多いかもしれませんが、笑顔で周りを和やかにしたいと思っています。自分の体と心に向き合いながら無理をせず、笑顔で明るく新年を迎えたいものです。

手良公民館 竹中雅幸



スポットライト おさんぽクラブ

長谷公民館



中尾地区をのんびりお散歩

長谷公民館の講座『おさんぽクラブ』は、地域の魅力を再発見しながら、健康づくりや仲間づくりを楽しむ講座です。年におよそ5回、季節の移ろいを感じながら、のんびりと歩く時間を大切にしています。

今年度は8名の方が参加され、それぞれのペースで無理なくおさんぽを楽しみました。歩くコースは毎回変わり、長谷地区内の名所や史跡を巡ることもあれば、地区外へ足を延ばして新しい風景を楽しむこともあります。5月には長谷地区で開催された『イーナちゃんウォーキングカーニバル2025』にもおさんぽクラブチームとして参加しました。その時々で出会えた景色に感動し、思わずカメラを向けるなど、歩くたびに発見があるのも魅力のひとつです。

おさんぽの途中では、地域の方のお話



宇津木の薬師堂を見学しました

を伺ったり、地元のお店でランチやお茶を楽しんだり、お土産を買ったりと、ゆったりとしたひとときを過ごします。歩くだけでなく、人とのつながりや地域の魅力に触れるのも、おさんぽクラブの大きな楽しみのひとつです。

「運動はちよつと苦手だけど、外に出て気分転換したい」「地域のことをもっと知りたい」という方も大歓迎。今後、みなさんのペースで無理なく楽しく歩けるよう、さまざまなコースを計画していけたらと考えています。

来年度も、心も体も元気になれるおさんぽクラブを続けていきたいと思っています。

権現山は神の宿る聖なる山として、西春近の特に北部の人々のシンボルであり、大切な生活の場となってきました。

西春近北部の人々は、古来より権現の恩恵にあずかってきました。建築材はもとより、化学肥料が世に出る前は緑肥や堆肥を、あるいは牛馬の飼料や燃料となる薪もこの山から採りました。戦時下の食糧難では、山菜や食べられる草や木の芽までも代用食として採取しました。

西春近北小学校の権現山全校登山が始まったのは、昭和13年の5月27日です。戦争へと向かう中、児童の心身の鍛錬が主な目的であったそうです。中断後、昭和55年に復活し、最高学年である6年生の恒例行事でしたが、現在はPTAや地域の希望者も募りながら一緒に登っています。子どもたちにとっては、自然と向き合いふるさとの山を体感できる貴重な学習の場となっています。

山頂は標高1749メートルで、熊野権現と伊弉冉命が祀られており、平成9年には石の祠が新調、安置されました。伊那市の全容が一望できるのは、この権現山だけかもしれません。昔は辰野駅の停車場で煙を噴き上げる汽車も見えたようです。北に見える荒神山の右手には諏訪盆地にそびえる連山、その手前に箕輪の小式部城、東は高遠城跡か

ふるさと！発見

権現山

西春近公民館

ら南アルプス連山などが大パノラマとなつて見ることが出来ます。

珍しいことに登山道の途中には「競馬場」と「土俵跡」と呼ばれる場所があります。「競馬場」は資材の運び出しなどに馬を連れて山に登った人たちが、競馬をして楽しんだということ、かなり広い場所が整備されていたようです。「土俵跡」とはその名の通り、山仕事の合間に、若い衆が相撲を取って力を競った場所です。

登山道は常輪寺口から登る古道と伊那スキーリゾート口から登る直道があり、西春近財産区や地域協議会のメンバーが整備しています。他の地区からの集団登山も頻繁に行われています。

※参考文献『西春近をふり返る』



権現山からみた伊那市街

分館紹介

はびろ

羽広分館

西箕輪公民館



羽広区は西箕輪の西中央に位置しており、伊那市街が一望できる見晴らしのよい地区です。400年を超える歴史をもつ羽広の獅子舞が有名で、仲仙寺での舞合わせの後、地区内を南北に分かれて「戸毎舞」を行い、コミュニケーションのひとつとなつていきます。

私たちの分館は、各組から選出された役員1名と分館長を合わせた8名で構成されています。分館の活動は、年間行事として次の五つがあります。

①マレットゴルフ大会は子どもからお年寄りまで参加いただき、和気あいあいの中で無事開催できました。今年は順位の賞品より参加賞へ費用を使い、とても好評でした。
②盆行事は子ども中心の行事で、地区育成会とPTAの合同で開催します。万灯作りと



教えを受けつつ万灯を作ります



盆行事は子どもたちで賑わいました

振り万灯、花火大会を行い、またポップコーン、フランクフルト、かき氷、ヨーヨー釣りの出店が並びました。

③敬老会は各組単位での開催となりました。今年度は各組の会所でそれぞれに行いましたが、来年度は

全体で開催できる方法を検討しています。

④しめ縄づくりは地区の先輩方に協力いただき、

年末に子どもたちと一緒にしめ縄を作ります。

⑤五穀祭は1年間の地域の幸福を祈って、羽広の獅子舞を奉納します。



コロナ禍の影響で行事の内容も変化していますが、よいものは残しつつ改善していく形で進化できればと思います。これからも公民館活動を通じて地域に貢献していきたいと思っています。

羽広分館長 濱田哲也

インフォメーション

伊那公民館

新春ウォーキング

期 日…令和8年1月11日(日)
時 間…午前8時～正午まで
会 場…伊那公民館集合

※コースは左記のとおり

参加費…無料
お問い合わせ…お申し込み
0265-17813447(伊那公民館)

新春ウォーキングコース

スタート 伊那公民館 ▶
神明社荒神社合殿(狐島) ▶
春日神社(西町) ▶ 荒井神社 ▶
坂下神社 ▶
白山社八幡社合殿(山寺) ▶
白山神社(御園) ▶
伊那東大社 ▶ ゴール

手良地区モルック大会

(インドアモルック)

期 日…令和8年1月24日(土)
時 間…午後1時30分～3時30分
会 場…手良小学校 体育館

参加費…無料
どなたでもご参加できます。
2～3人のグループでお申し込みください。
お問い合わせ…お申し込み
0265-17212755(手良公民館)



インドアモルックを楽しむ様子

スマホ教室

初心者でも安心してスマホの基本的な操作から活用方法まで学べる講座です。

①西箕輪公民館

期 日…

令和8年1月21日(水)28日(水)

2月4日(水)

時 間…午後1時30分～3時45分頃

会 場…西箕輪公民館

参加費…無料

お問い合わせ…お申し込み

0265-17212319(西箕輪公民館)

②高遠町公民館

期 日…

令和8年1月27日(火)

2月3日(火)10日(火)17日(火)

時 間…午後1時～3時15分頃

会 場…高遠町公民館(やますそ)

参加費…無料

お問い合わせ…お申し込み

0265-19412557(高遠町公民館)

活動 スナップ



女性教室

10月6日(月) 伊那公民館

西天でんでん広場で発電設備の説明を聞きました。



わんぱくおやこ塾

10月8日(水) 西箕輪公民館

秋晴れの下、春にみんなで植えたさつまいもや落花生などを収穫しました。



トムキャロット&さくらんぼきッズ&くじらくらぶ合同運動会

10月8日(水) 富県・高遠町・長谷公民館

富県・高遠町・長谷地区の子どもたちが集まり、みんなで楽しく運動会をしました。



楽しい童謡の会

10月15日(水) 手良公民館

秋の訪れが感じられるような昔なつかしい童謡を、みんなで和気あいあいと歌いました。

就任

退任

下島
しもじま

鈴木
すずき

主事

主事

11月より
伊那公民館主事が
代わりました



めろんの会&ぱぱいやの会

10月27日(月) 西春近公民館

北ハケ岳ロープウェイに乗り、紅葉が広がる山頂からの迫力満点の景色をみんなで楽しみました。



岐阜市

人口減少対策特別委員会では、二日間の日程で、先進地の行政視察を行いました。視察先は、三重県桑名市、岐阜県岐阜市、駒ヶ根市の三市です。

桑名市は、独身男女の出逢いの機会創出などに向けた民間事業者との連携協定について、岐阜市では、現在先進的に取り組んでいる「ワークダイバーシティ（働きづらさを抱える求職者と人手が不足する市内企業のマッチング

7.22~23

火・水

人口減少対策特別委員会
行政視察報告

12月伊那市議会定例会の放送予定日

伊那ケーブルテレビデジタル 111ch

伊那市チャンネル 12月番組(予定)表

生放送(各日9:30~)

11月28日	議会開会
12月 9日	一般質問(1日目)
12月10日	一般質問(2日目)
12月11日	一般質問(3日目)
12月19日	議会閉会

再放送 12月21日の18:00から順次再放送します。日程については、伊那市チャンネル等でお知らせします。

※本会議と委員会の録画と過去の会議録を議会ホームページでご覧いただけます。

※伊那市議会の活動などをFacebook、Instagram、HPで発信しています。



駒ヶ根市

支援」の概要について、それぞれご教示いただきました。

駒ヶ根市の視察テーマは、「笑顔出逢いサポート事業」です。結婚相談所の登録者数や出逢いイベントの開催回数等、細かいノウハウも聞きしました。



伊那木質バイオマス発電所

伊那市、駒ヶ根市、飯田市の議会による伊那谷三市議会議員研修会を伊那市役所で開催しました。市生活環境課長から「伊那から減らそうCO2!!低炭素社会の実現にむけて」、上伊那森林組合代表理事専務富山裕一氏から「森を暮らしを未来を守る」と題した講演に引き続き、上伊那森林組合バイオマスエネルギー工場へ移動し、「伊那木質バイオマス発電所」などを見学しました。

発電所では、ダムの流木や河川内立木、松枯れ枯損木などの未利用材を燃料として発電し、昼は木質ペレット生産へ供給、夜は再生エネルギーとして売電します。脱炭素循環型社会に向けた森林資源活用の取り組みを学びました。

7.25

金

伊那谷三市議会研修会



辰野町民会館

上伊那市町村議会議員管内研修会が辰野町民会館で開催されました。

「日本のローカルを変えた自転車まちづくり」超高齢化社会を見据えて、今から自転車事業にできること」と題し、自転車冒険家&自転車旅行研究家(まちづくりサイクルアドバイザー)の小口良平氏から、全世界を自転車で走破した経験と、日本における高齢者・災害などの自転車活用、自転車を活かした観光によるまちづくりについてお聴きしました。

10.3

金

上伊那市町村
議会議員管内研修



春富士地改と小水力発電

委員 三浦 勝

私の担当地区の富県「貝沼、桜井」地区は伊那市の中央を流れる天竜川の左岸と南アルプスの仙丈ヶ岳に源を発する三峰川の左岸の段丘地帯で水に恵まれた肥沃な水田地帯を有する地区です。

伊那市春富士地改良区（以下、「春富士地改」と言う。）の歴史はいつの時代か詳らかではありませんが、貝沼、桜井の用水を満たすために、一五六二年（永禄五年）新山川から井筋の開削がされ、一六五五年（明暦元年）佐久の柳沢弥左衛門による三峰川からの取り入れ井筋の開削。一八三三年（天保三年）伊東伝兵衛による大改修がなされ、現在の春富士号幹線水路「通称、伝兵衛井筋」となりました。

昭和十二年に春富士地整理組合が組織され組合の経営となり、更に伊那市政施行後、春富士地改の管理となりました。

昭和三十三年「三峰川総合開発

事業」の一連として洪水調整目的の美和ダムと多目的用途の高遠ダムが建設され水害克服、水利の安全供給を目的とした春富士発電隧道が開削され新山川に放流。新山川頭首工（フアブリダム）より取水し、春富士一号から六号及び、上井幹線を経て富県、東春近地域809.5haをかんがいし、生活環境用水として確保され、幹線水路23km、準幹線水路47kmを管理しています。

春富士地改が管理する左岸六号幹線水路が築造五十年以上を経て老朽化が著しいことから平成二十六年から県営かんがい排



水事業春富士六号地区」の改修事業に着手。本事業では、農村資源の有効活用、農業水利施設の維持管理費軽減に寄与する観点から、小水力発電施設導入を決定し、平成二十九年「春富士小水力発電所」が竣工しました。

この発電所は一級河川新山川より取水し、一号幹線水路にある桜井分水工（階段落差工）という落差構造を活用した水力発電所です。有効落差21.94メートル、発電出力197キロワットアワーの能力を有し今年で稼働9年となります。



発電所運用期間は、毎年四月から九月までの六か月間。年間平均発電量は62万〜65万キロワットアワー、発電による売電益は、春富士地改が管理する農業水利施設等の維持管理のほか、農業水利施設及び小水力発電施設保全、改修のための積立へ活用しています。

稲は一生の間に10アールあたり400トン。夏の暑い日だと一日6.5トンの水を吸い上げるそうです。

す。（所説あり）この量は稲が吸い上げる水の量で、育苗や代かきに使用する水を含めると、必要な水の量はさらに多くなると言われています。世界平均の二倍の降水量で水資源に恵まれた日本。そして水田は日本の気候風土に適した持続可能な穀物生産装置と言われているそうです。

私たちの住む伊那の地は、まさに持続可能な穀倉地帯ではないでしょうか。例えば身近に整備された水路があり水が流れている。そんな自然と人智が調和した環境を大切にしていきたいですね。

最後に「春富士小水力発電所」の場所をご案内します。「春高駅伝」で選手が走るナイスロードを伊那から高遠へ向かっていくと上伊那クリーンセンター手前、右側山面に落差工水圧鉄管が見えます。ここが小水力発電所になります。また、三峰川河川公園ジョギングコース左岸コースの2.5km過ぎ、右手に間近に見えます。近くに行く機会がありましたら、是非ご覧になってください。



全国農業新聞を読んでもみませんか

農地を守り
担い手を応援する
専門情報紙です!!



◎週刊・金曜日発行 ◎月額・700円

問い合わせ先 4月～900円

お近くの農業委員または農業委員会事務局まで

農地の貸借の 利用権設定について

農地の貸借は、まず貸付人（所有者）と借受人（耕作者）により、条件等を整えていただく必要があります。

手続きは、「農地中間管理事業」の貸借をお勧めいたします。窓口は、農業委員会事務局となります。

令和8年度の営農計画を検討する時季が来ました。「人・農地」にかかる相談がありましたら、地元の農業委員または農業委員会事務局へご相談ください。

30ページ記載の12月農地相談会も利用ください。

農地相談会を開催します

期 日	時 間	会 場
12月19日(金)	9:00～11:00	西春近公民館
12月19日(金)	14:00～16:00	西箕輪めぐもり館
12月19日(金)	15:00～17:00	高遠町やますそ
12月19日(金)	15:00～17:00	長谷公民館
12月22日(月)	9:00～11:00	富県ふるさと館
12月22日(月)	14:00～16:00	伊那市役所302会議室
12月22日(月)	13:30～15:30	美篤公民館
12月22日(月)	15:00～17:00	春近郷ふれ愛館
12月23日(火)	15:00～17:00	てらとびあ

- ・農地の売買や貸し借り、農地転用についての相談会を開催します。
- ・事前の予約は不要ですので、直接会場へお越しください。
- ・お住いの地区以外の会場でも相談ができますので、お気軽にお越しください。

農地の適正な管理のお願い

農業委員会では、年に1回、地区内の農地の情報を得て、農地パトロールを実施しています。法律は、「農地の権利を有する者(所有権または賃借権その他の使用及び収益を目的とす

る権利を有する者)は、当該農地の農業上の適正かつ効率的な利用を確保しなければならぬ」とあります。年々、農業者(耕作者)の高齢化や不在地主などの理由によ

り、耕作されない農地が目立つようになっていきます。

農地に雑草が繁茂し遊休荒廃化してしまうと、

・火事や不法投棄の恐れ

・病害虫の発生や鳥獣の住処

周辺の農地や近隣住民に多大な迷惑がかかり、地区の問題となるケースもあります。

今年も多くの苦情がありました。何かと敏感に騒がれるご時世！自分の財産をどう管理しても自由ということではなく、加害被害なく日々過ごしたいものです。

●**事情で休耕としても**
定期的な草刈り
・トラクター等での耕起

●**耕作を誰かに頼みたい**
・地区担当の農業委員へ相談ください。



農地遊休荒地の一例

農業者年金 ご存知ですか？

「老後はゆとりのある生活がしたい」そんな願いを支援する強い味方が、農業者年金です。

農業者年金の加入資格

- 国民年金第1号被保険者
- 年間60日以上農業に従事
- 60歳未満

農業者年金の特徴・メリット

- 農業者の方なら広く加入できます。
- 少子高齢時代に強い積立方式・確定拠出型の年金です。
- 保険料は自由に決めること

ができます(月額2万円、6万7千円の間)。

● 終身年金です。80歳前に亡くなられた場合は、死亡一時金があります。

● 税制面の優遇措置があります。認定農業者など意欲ある担い手には保険料の国庫補助があります。

登記上の名義はご自分ですか？

農地を耕作以外の目的に使うとき、農地の利用権設定(貸借の手続)や売買等には、農地法による許可の申請が必要になります。これらの手続きには、農地の登記名義との突合をするため、本人以外の名義だと速やかに手続きができません。

相続を受けた或いは三代・四代前の親族名のままという筆はありませんか。早めの手続きをお勧めします。

不動産を相続(相続を知った日から3年以内)したら、必ず相続登記！

令和6年4月1日から義務化されました。

登記にかかる問い合わせ、

手続きは法務局へお願いします。





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」～

2025.12月号

VOL. 231

「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



境区フードドライブ事業

～困っている人のために～

境区では、フードドライブ事業を始めて六年目になります。今年も区民の皆さんが公民館にお米や素麺、レトルト食品などをお持ちくださいました。

この事業を始めたきっかけを開始当時の区長さんにお聞きしたところ、「コロナ禍で企業からいただく子ども食堂の材料がとんでも少なくなり困っている。」という話や、飲食業の方が「コロナ禍でお客さんが全く来なくなり、従業員を食わせることもできない。」という相談が境区社協役員に寄せられたことが始まりのようです。「地域でできることをやろう。」と区民に働きかけ、多くの方が応えてくださり、活動が続いております。

例年は六月に実施していましたが、今年は米価の高騰などを考慮し、新米が出てから、またお盆でいただいた品等で使い切れない物があつたら提供してほしい、ということと九月に行いました。物価高で生活に困っている方のために、ご協力いただけるとは大変ありがたいことです。集まった食料が伊那市社協を経由してごなたかの役に立てることは、うれしいことです。フードロスを減らし、「もったいない」を「ありがと」に変えるこの活動の輪が、市内で未実施の区にも広がっていくればと思います。

境区社会福祉協議会会長

藤澤 義富



赤い羽根共同募金を活用して 地域で活躍するボランティア団体

赤い羽根共同募金助成とは？

この助成金は地域の方からいただいた募金を、市内にて地域福祉の推進を目的とした活動を実施している団体の皆さんに助成しています。詳細につきましては、伊那市社会福祉協議会のホームページをご覧ください。下記問合せ先までご連絡ください。



伊那市社会福祉協議会
HP二次元コード



市内の高齢者施設訪問の様子



皆で楽しむための楽器



施設訪問時等で着用する
ユニフォーム

ボランティア団体紹介「こまち〜ず」

伊那市を元気にするご当地参加型・お笑い型エンターテインメント集団「こまち〜ず」は、各種イベントや福祉施設、脳いきいき教室等で活動を行っており、今年で20周年を迎えました。

踊りや歌(童謡、唱歌、流行りの歌、信州そば切り音頭等)、手遊び、寸劇、楽器の演奏等を行い、観客にも参加してもらうことで、参加者の介護予防や健康維持につながっています。

昨年は共同募金の助成金を活用して新しいユニフォームを作製し、今年は楽器を購入しました。今日も地域の皆さんが元気になるように活動しています！

令和7年度助成団体(順不同)

伊那市福祉団体連絡協議会

伊那市身体障害者福祉協会

伊那市手をつなぐ育成会

伊那市ひとり親家庭福祉会(ののはなの会)

あがっと子ども広場

NPO法人自立支援ネットいな

上伊那要約筆記サークルまねきネコ

子育て支援ぽっぽの会

子どもネットいな

中村喜楽座

ドリームハンドサイン

伊那手話サークル

上伊那手話サークルあおいそら

傾聴ボランティア伊那

こまち〜ず

すこやか花くらぶ

食器リサイクルの会

文字サポート南信

蔵ZEN音楽部

今年度は19団体の皆さんに助成を行いました。赤い羽根共同募金は、多くの団体によって福祉活動に展開されています。赤い羽根共同募金へのご理解ご協力、誠にありがとうございます。

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:三浦^{みうら})

一人ひとりの暮らしに寄り添う

～伊那市社会福祉協議会 障害福祉サービス事業所の紹介～

伊那市社会福祉協議会では、就労継続支援B型と生活介護の2つの事業を行う障害者多機能型事業所を3ヶ所運営しており、それぞれの事業所でご利用者のニーズに応じて利用するサービスを選んでいただき、サービスを提供しています。

ゆめわーく

(伊那市御園)



「“楽しく過ごす”“楽しく働く”を応援“地域とのつながり”を支える」ことをモットーにサービスを提供しています。ゆめわーくで過ごす中で、仕事のみならず、アート活動を通して自分を表現したりと、暮らしの幅が広がることを大切にしています。

輪っこはうす・コスモスの家

(伊那市山寺)



「ご利用者の”働きたい気持ち”を応援します。そして”いつも楽しく穏やかに”その人らしさを大切にします。」をモットーに就労支援では仕事の種類が豊富なこと、生活介護では毎日にその人らしさが溢れていることが特徴です。

さくらの家

(伊那市長谷)



「美しい自然に囲まれて、地域の方々と繋がって、穏やかに・温かく・居心地よく」をモットーに企業からの受託作業や施設外作業、長谷中学校が開発したラー油作りのお手伝いなどを行っています。また裂き織りなどの創作活動を行っています。

3つの事業所についてのお問い合わせは、下段の記事の電話番号までお願いいたします。

2026年「午年」年賀状の印刷を承ります

障害者の工賃アップに取り組んでいる上伊那郡内の障害者就労支援事業所では、ご利用者が描いた絵をもとにデザインした年賀状を共同で受注、印刷、販売しています。ぜひお買い求めください。

価格(※印刷のみ)

カラー 1枚～50枚…50円(税込)/枚

カラー 51枚以上 …40円(税込)/枚

喪中はがき 1枚～50枚…35円(税込)/枚

喪中はがき 51枚以上 …30円(税込)/枚

※ハガキは当方で用意することも可能です。(1枚85円)

※ハガキを持ち込まれる方は、インクジェット紙をご用意ください。

申込締切 令和7年12月19日(金)

注文・問合せ

障害者多機能型事業所 輪っこはうす・コスモスの家	TEL.0265-76-3390
障害者多機能型事業所 ゆめわーく	TEL.0265-73-2489
障害者多機能型事業所 さくらの家	TEL.0265-98-3456
長野県社会福祉事業団 伊那ゆいま～る	TEL.0265-73-0605



多数の応募ありがとうございました!

ふくしいな特別企画 あいなちゃん大賞 応募作品展示と人気投票のご案内

- 展示期間** 令和7年12月1日(月)～令和8年1月30日(金)
- 場 所** 伊那市福祉まちづくりセンター ふれあい～な1階 「ふれあいギャラリー」
- 展示作品** 1. シニアに関わる自由な川柳
2. あいなちゃん(社協キャラクター)
3. ほっとする写真
- 投 票** 上記の場所にある**投票用紙に好きな作品番号を書いて投票!**
大賞・入選者にはプレゼントがあります!
※投票は1人1回です。

問合せ 伊那市社会福祉協議会 地域福祉係 やまだ
TEL.73-2544 FAX.98-0363(担当:山田)



要約筆記初心者体験講座 (上伊那8市町村共同実施事業)

聴覚障害の理解を深め、手書き、パソコン、スマホのアプリによる支援方法を学びませんか

- 日 時** 令和8年2月21日(土) 午前10時～午後3時
- 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
- 内 容** 講義「聞こえないということ」
実技「支援方法や文字による情報保障とは?」
- 定 員** 15名(先着順)
- 受講料** 無 料
- 申込締切** 令和8年2月12日(木)
- 協 力** 文字サポート南信、上伊那要約筆記サークルまねきねこ

申込み・問合せ 電話、FAX、または右記二次元コードよりお申込みください。
伊那市社会福祉協議会 伊那市ボランティア・地域活動応援センター にしざわ
TEL.73-2544 FAX.98-0363(担当:西澤)



お申込はこちらから

音訳ボランティア養成講座 (上伊那8市町村共同実施事業)

広報紙の内容を目の不自由な方に、声で伝えるボランティアを養成します

- 日 時** 令和8年2月14日(土) 午前10時～午後2時30分
- 場 所** 伊那市福祉まちづくりセンター ふれあい～な3階 第1・2研修室
- 講 師** 伊那ケーブルテレビ(株) 平山 直子 氏
音訳ボランティア「こだまの会」
- 対 象 者** 音訳を基本から学びたい方、上伊那郡内市町村にお住まいの方
- 定 員** 15名(先着順)
- 受講料** 無 料
- 申込締切** 令和8年2月2日(月)

申込み・問合せ 電話、FAX、または右記二次元コードよりお申込みください。
伊那市社会福祉協議会 伊那市ボランティア・地域活動応援センター ないとう
TEL.73-2544 FAX.98-0363(担当:内藤)



お申込はこちらから



PHOTO NEWS 地域の問題を写真で紹介します

フォトニュース

伊那市公式
ホームページは
こちらから



オンライン妊産婦健診専用車両 除幕式

市役所

モバイルクリニック2台目「い〜なエール」お披露目 10/15 水

モバイルクリニック事業の2台目となるオンライン妊産婦健診専用車両をお披露目しました。新車両は市の花である桜やハートのデザインを施し、産婦人科スタッフの意見を取り入れ、安心して健診を受けられる空間を整えました。愛称は一般公募の結果、池上毅さん提案の「い〜なエール」に決定しました。



長谷フェス〜南アルプスふるさと祭り〜

長谷

食べて、遊んで、触れて、長谷を体感する一日 10/19 日

道の駅「南アルプスむら長谷」と南アルプス公園で「長谷フェス〜南アルプスふるさと祭り〜」が開催されました。ステージでは太鼓や合唱など多彩な世代が出演し、会場を盛り上げました。飲食・体験ブースでは入野谷在来そばや鹿肉の炭火焼などが並び、秋の味覚を楽しむ人々ににぎわいました。



第39回伊澤修二記念音楽祭 高遠町文化体育館・伊那文化会館

郷土の偉人伊澤修二を讃える 10/25 土

第1部は児童・生徒による音楽劇や合唱・合奏、東京藝術大学サクソフォンカルテットの演奏が会場を盛り上げました。第2部は東京藝大シンフォニーオーケストラと市内中高生、記念音楽祭合唱団が共演。J.シュトラウスなどの名曲が披露され、アンコールでは手拍子が響くなど、大盛況となりました。



長崎県大村市「オオムラザクラ」の植樹式

市役所西側駐車場

大村市から寄贈の「オオムラザクラ」を植樹 10/28 火

大村市から寄贈いただいた貴重な「オオムラザクラ」を植樹しました。大村市の園田市長らが来伊し、伸和コントロールズ株式会社協力のもと実施されました。同社が両市に拠点を持つことがきっかけで今回のご縁が生まれたものです。また、伊那市からは「タカトコヒガンザクラ」を寄贈しました。

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



ふれあい・語らい・地域と共に
株式会社グレース
GRACE CO., LTD.
本社：伊那市東春近車屋207 https://grace-ja.com/

病院・施設へのお迎え、葬儀打ち合わせは 24時間365日受付
0120-88-1409

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

虹のホール 高遠
伊那市高遠町小原736-1
通夜安置室あり

虹のホール 竜西
南箕輪村神子柴8743-1
通夜安置室あり

12月の納税

固定資産税…3期 国民健康保険税…7期 [12月25日(木)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
64,561人
【世帯：28,937世帯】
※令和7年11月1日現在

この印刷物は、業者委託により、23,500部印刷しています。その経費として1部あたり39円(税込)がかかっています。