

2026

4

No.241

いな

市報INA



未来を織りなす 創造と循環のまち 伊那市



真っ赤ないちごを採れたてパクリ!

みはらしファームのいちご狩り。章姫(あきひめ)や紅ほっぺなど
レーンごとに異なる味を楽しみ、みんなの笑顔がはじけました。

今月の特集

P1 令和8年度伊那市当初予算

P5 伊那市長選挙・伊那市議会議員一般選挙

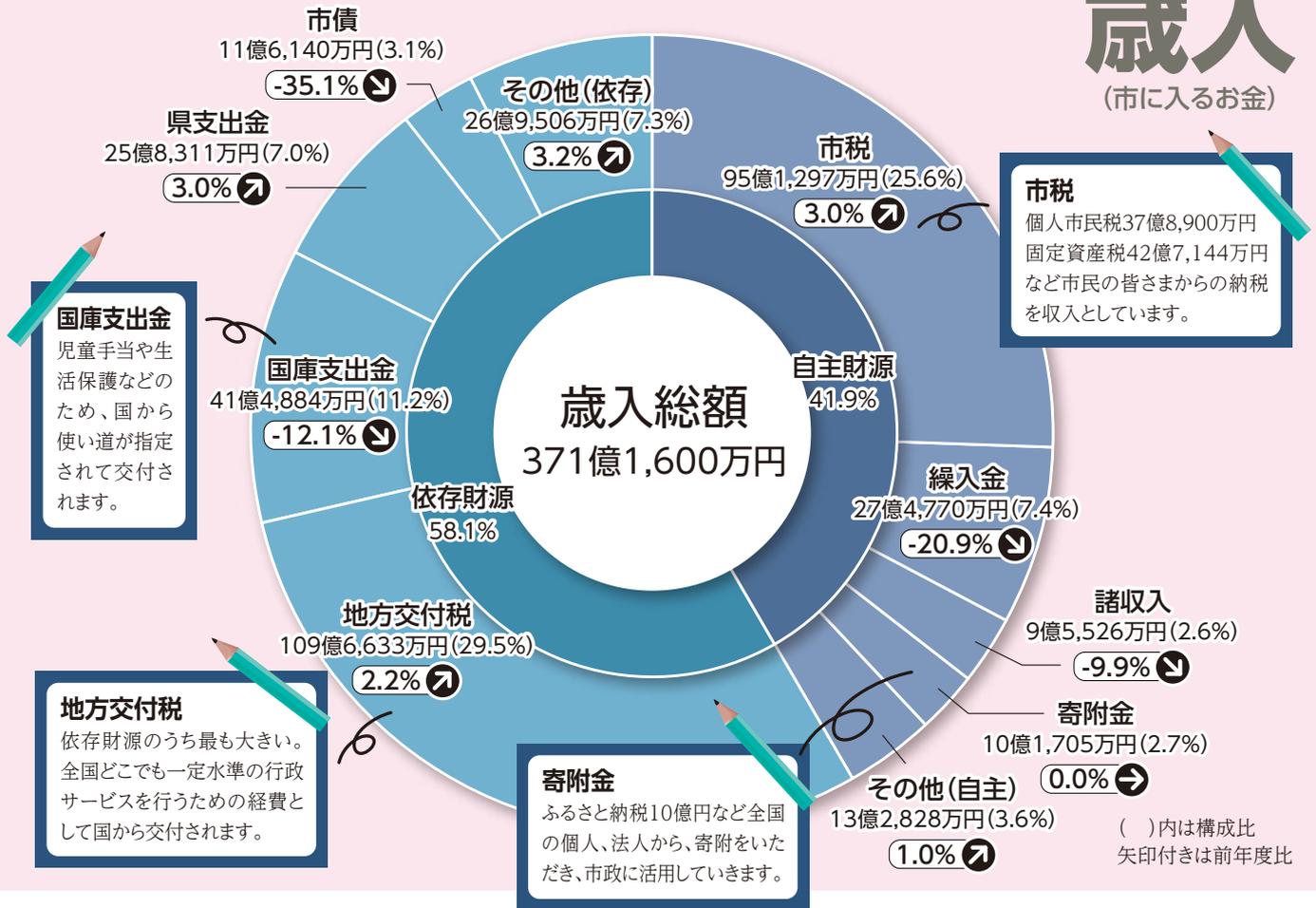
P6 人間ドックで健康管理

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

令和8年度一般会計 371億1,600万円 対前年度比 13.4億円(3.5%)減

令和8年度伊那市当初予算は、今年4月に伊那市長選挙が予定されているため、継続的な事業などを中心とした骨格予算として編成しました。政策的な事業の予算は、市議会6月定例会に提出する補正予算に計上する予定です。

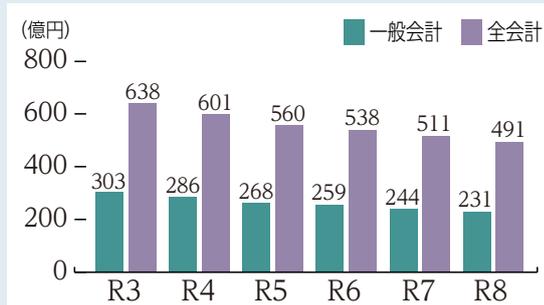
歳入 (市に入るお金)



令和8年度末市債残高見込み

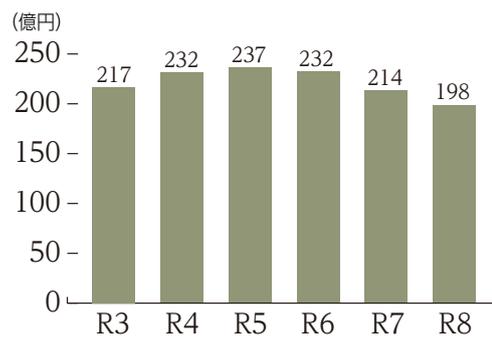
道路や公共施設等を整備するための市債(借入)は、財政健全化の取組により減少傾向にあります。

市債は返済に対して国の支援が見込まれるだけでなく、将来世代との負担平準化(例:道路建設時の住民だけでなく、道路を使う将来の住民も負担する。)のためにも必要となります。



令和8年度末基金残高見込み(一般会計)

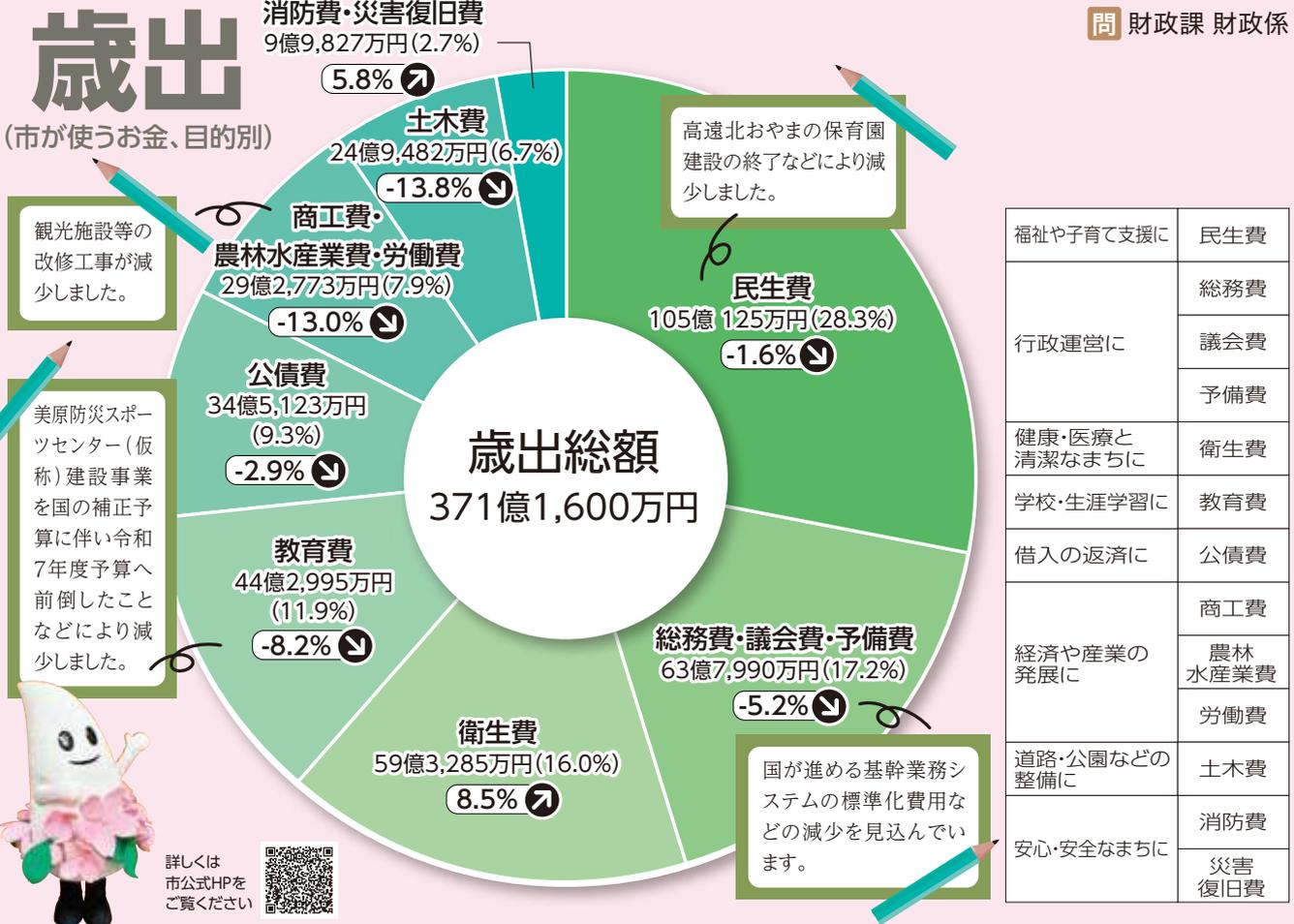
市の蓄えである一般会計の基金は18あり、それぞれの目的のために積み立てられています。例えば、「公共施設等管理基金」は、建物の長寿命化対策などの財源として積み立て、活用しています。



※どちらもR6までは決算額、R7は決算見込み額、R8は当初予算時の見込み額。

伊那市ブランドスローガン「森といきる 伊那市」

問 財政課 財政係



特別会計・企業会計

	会計名	令和8年度予算額	前年度比(%)
特別会計	国民健康保険	59億9,290万円	3.1
	国民健康保険直営診療所	2億 330万円	0.9
	後期高齢者医療	12億8,340万円	12.8
	介護保険	71億2,740万円	-0.3
	市営駐車場事業	2,080万円	-14.0
	公有財産管理活用事業	1億6,930万円	-75.5
企業会計	水道事業	31億4,900万円	14.0
	下水道事業	60億9,840万円	-1.8
	自動車運送事業	1億7,680万円	-11.7

上記のほかに、3つの財産区特別会計があります。

歳出(性質別で見た場合)

義務的経費

176億3,700万円(約8.3億円増)

分類	構成比
人件費	21.2%
扶助費	17.0%
公債費	9.3%

職員給料などの人件費が増加。

投資的経費

29億3,175万円(約22.8億円減)

分類	構成比
普通建設事業費等	7.9%

普通建設事業費等

骨格予算として編成しているため、政策的な事業が減少。

その他の経費

165億4,725万円(約1.1億円増)

分類	構成比
補助費等	20.9%
物件費	11.4%
繰出金	7.2%
積立金	2.7%
貸付金・維持補修費など	2.4%

水道基本料金無償化、小学校給食無償化などにより補助費等が増加。

的な事業

り組むもの、拡充するものを中心に挙げています。

■ 新宿区との友好提携20周年記念式典 108万円

新宿区との友好提携20周年にあたり、伊那市で記念式典を開催します。

■ 官民共創の新しいまちづくり協議会による事業の推進 389万円

暮らしの中で生涯にわたり学び続けられる地域を目指して、市民がつながり、1人1人が主体として参画した新しいまちづくりを実現します。



5 歴史と文化を未来へつなぐ、心豊かな人を育むまちづくり

■ 令和8年度小学校給食無償化および中学校給食食材費補助 2億5,054万円

令和8年度の小学校給食を、国庫補助や重点支援地方交付金を活用して無償化します。中学校給食については、学校給食の質と量を維持するため、物価高騰による食材等の値上がり分を引き続き補助します。



■ コーディネーショントレーニングの導入 55万円

児童の心身の発達を促進するため、成長が著しい発達段階にいる児童の脳と身体感覚を統合するトレーニングを導入します。



■ 伊澤修二記念音楽フェスティバル 藝大連携40周年記念大会の開催 840万円

東京藝術大学との連携40周年を記念し、市内の中学校および高校からの出演を募り、規模を拡大して開催します。

■ 春の高校伊那駅伝男子第50回大会記念事業 800万円

令和9年3月開催予定の大会で男子第50回の記念大会となることから、記念誌の作成やイベントなどの記念事業を実施します。



■ 国民スポーツ大会競技会場設営実施設計ほか実行委員会の運営 526万円

令和10年(2028年)に信州やまなみ国民スポーツ大会ソフトボール競技が行われる市内6施設8会場について、会場設営のための具体的な設計、費用の積算等の検討を行うなど、実行委員会の活動を充実します。

6 生活基盤の充実した安全で快適に暮らせるまちづくり

■ 水道基本料金無償化事業 3億5,700万円

物価高騰の影響を受ける市民及び事業者を対象に、令和7年度2月検針3月請求分から通算して1年間水道の基本料金を無償化します。



■ 伊那北駅調査設計業務委託 1,634万円

伊那北駅の整備に向け、継続的に関係機関と検討を進めるため、調査設計業務を委託します。(令和8~9年度事業 総額1億890万円)

■ 旧塩供公衆トイレの取壊し 302万円

新たにコンテナトイレが設置され、使用されなくなる旧塩供公衆トイレの取壊しを行います。



※予算額は、万単位で表示するため、万単位以下の端数は四捨五入して表示しています。

伊那でつなぐ20年 伊那でつながる未来

20th

— 伊那市誕生20周年 —



令和8年度 特徴

令和8年度一般会計当初予算の中から新たに取

1 地域の未来を協創する協働のまちづくり

■ 伊那市誕生20周年記念式典 281万円

3市町村合併で誕生した伊那市の20周年を記念し、市政功労者の表彰等の式典を開催します。

2 自然と調和した環境にやさしいまちづくり

■ ツキノワグマ緩衝帯整備 300万円

ツキノワグマと人との棲み分けを進めるため、緩衝帯整備を行います。

■ 本庁舎ソーラーカーポート設置工事 7,940万円

地域脱炭素移行・再エネ推進交付金を活用し、本庁舎にEV車の充電設備を備えたソーラーカーポートを設置し、二酸化炭素排出量の削減を図ります。

■ 発火性危険物の収集運搬 130万円

令和8年度からリチウムイオン使用12製品を、資源物回収に合わせて分別収集します。

3 子育てを支え、だれもが健康で安心して暮らせるまちづくり

■ 私立保育園建設補助 5,021万円

伊那保育園の建て替え工事に対し、国とともに補助を行います。(令和8~9年度事業)

■ こどもまんなか講演会の開催 50万円

「こどもの権利に関する条例(仮)」の検討を進めるため、講演会やトークセッションを開催し、こどもや有識者の意見を聴取するとともに機運の醸成を図ります。

■ こども誰でも通園制度の開始 人件費の内数

令和8年度から始まるこども誰でも通園制度を、伊那北保育園で実施します。

■ 福祉医療費助成オンライン資格確認システム導入準備 1,440万円

紙の受給者証に代わり、マイナンバーカードで医療費助成の資格が確認できるように、上伊那広域でシステムの改修に取り組みます。

4 地域の個性と魅力が輝くにぎわいと活力のあるまちづくり

■ いな住まいる補助金の継続 2億円

引き続き若年世代の定住を促進するため、市内での住宅新築等に対して、最大150万円を補助します。宅地開発事業者に対して、分譲区画数に応じて補助します。(令和8~10年度事業)

■ フィンランドとの連携・交流の充実で深める「森と学び」 153万円

フィンランドからの視察を受け入れ、連携・交流を深めることで、森と学びを推進します。

伊那市長選挙 伊那市議会議員一般選挙

投票に行こう！



投票日 **4月19日(日)**【告示日 4月12日(日)】

投票時間 **午前7時～午後7時**

※すべての投票所の投票終了時刻は午後7時です。

問 伊那市選挙管理委員会

4月19日(日)は、任期満了に伴う「伊那市長選挙」と「伊那市議会議員一般選挙」の投票日です。

私たちの代表を選ぶ大切な選挙です。皆さん投票に行きましょう。

投票できる方

選挙人名簿に登録されている方が投票できます。

▽日本国民で満18歳以上の方

(平成20年4月20日までに生まれた方)

▽令和8年1月11日以前から伊那市に住民登録があり、引き続き居住している方

ただし、次の方は投票することができません。

▼令和8年1月12日以降に転入の届出をした方

▼投票を行う日までに転出した方

投票所入場券

投票できる方には、世帯ごとに投票所入場券をはがきでお送りします。

ご自分のものを確認し、切り離して、入場券に記載された投票所または期日前投票所へお持ちください。

なお、入場券を紛失などした場合でも、選挙人名簿に登録されていることが確認できれば投票をすることができます。投票所の係員にお申し出ください。

選挙公報の配布

候補者の政見を記載した「選挙公報」を各世帯に配布します。総合支所・支所などの窓口にも用意し、市公式ホームページにも掲載しますので、ご利用ください。

不在者投票

左記に該当する方は手続きが必要となる場合がありますので、詳しくはお早めに選挙管理委員会へお問い合わせください。

○**滞在地で行う不在者投票**

仕事や学業などで市外に滞在しているときは、あらかじめ伊那市選挙管理委員会に投票用紙を請求することによって、滞在先の市区町村の選挙管理委員会で投票することができます。

○**病院や施設での不在者投票**

指定を受けた病院や施設に入院(所)している方は、入院(所)中の病院や施設で不在者投票をすることができます。

○**郵便による不在者投票**

身体に障害などのある方が、一定の要件に該当する場合、自宅などで投票することができます。



期日前投票



仕事や旅行などで投票日に投票所に行くことができない人は、期日前投票をすることができます。

期間 4月13日(月)～18日(土)

時間 午前8時30分～午後8時

場所 ・市役所 市民ホール ・伊那市立伊那図書館
・高遠町総合支所 ・長谷総合支所

※市長選挙・市議会議員選挙ともいづれの期日前投票所でも投票できます。

投票済証を ゲットしよう！

投票をした方のうち希望される方へ「投票済証」をお渡ししています。今回は『春』をイメージした色合いのデザインです。ぜひ投票の記念にお受け取りください！



人間ドックで 健康管理

問 健康推進課 国保年金係

市では、伊那市国民健康保険及び後期高齢者医療保険の被保険者の人間ドック受診費用の一部を補助しています。

人間ドックを受診して、生活習慣病の予防、病気の早期発見に努めましょう。



CHECK 補助対象者

- ・受診日当日に国民健康保険に加入している方
- ・受診日当日に後期高齢者医療保険に加入している方
- ・市税、料金等を滞納していない方

CHECK 補助対象

〈国民健康保険〉

- ①人間ドック(日帰り・一泊)
- ②脳ドック

※脳ドックは、頭部MRIほか3つセットが条件。脳検診、脳検査は対象外。

〈後期高齢者医療保険〉人間ドック(日帰り・一泊)のみ

CHECK 補助上限額

日帰り・一泊のどちらも次のとおりです。

〈国民健康保険〉各15,000円

節目年齢の方は各20,000円

〈後期高齢者医療保険〉15,000円

※節目年齢等については、市公式ホームページなどをご確認ください。



節目年齢

CHECK その他

- ・令和8年度の補助金は、令和8年4月から令和9年3月までの受診が対象です。申請期限は令和9年6月30日です。
- ・令和7年度中受診の申請期限は令和8年6月30日までとなります。申請をされる方は、早めの申請をお願いします。
- ・健診の年度内の補助は人間ドック、特定健診、循環器健診(集団地区、個別医療など)のいずれか一回限りです。
※年度内に重複して受診した場合は返金していただきます。
- ・PET検診のみの場合は対象外です。
- ・一年度内一回の受診が対象となるため、次回の予約の際には受診日にお気を付けてください。
- ・受診後の健診結果は、健康管理台帳に登録し、受診者の今後の健康増進に役立ちます。

◎補助金は、申請月の翌月に支給予定です。

補助までの流れ

- 1 希望する医療機関等に、予約を入れて受診してください。
- 2 受診後、健診結果が届きましたら、健康推進課の窓口で補助金の申請をしてください。健診内容を確認(複写)します。
- 3 問診票を記入し、保健指導を受けてください。

※伊那健康センターで人間ドックを希望される場合は、受診時に補助金を差し引いた金額で精算されますので、必ず事前に健康推進課へ連絡をお願いします。

申請に必要なもの

- ・人間ドック、脳ドックの領収書(原本、内容の分かる明細等、受診者の氏名が入ったもの)
- ・人間ドックの結果
- ・国民健康保険、後期高齢者医療保険の資格確認書、資格情報のお知らせのいずれか一つ
- ・通帳など振込先の口座番号などが分かるもの
- ・印鑑(本人名義以外の口座へ入金を希望される場合。インク浸透印以外)

自分の体を知って
健康を守りましょう



税のお知らせ

固定資産税・都市計画税の納税通知書を発送します

納税通知書を送付します。税額や納期限などが記載されていますので、内容をご確認ください。

■納付方法

○口座振替の方は、納期限の前日までに口座残高をご確認ください。

○現金納付の方は、1年度(4期)分の納付書を一括して同封しますので、各納期限までに納付してください。

■発送時期

4月13日(月)頃を予定

固定資産課税台帳の閲覧と縦覧帳簿の縦覧

土地・家屋の登録価格などをご確認いただくことができます。

■会場

市役所 税務課(全地区分)、高遠町・長谷総合支所(該当地区分)

■期間 4月1日(水)～30日(木)

※土・日曜日、祝日は除く。

■時間

午前8時30分～午後5時15分

※期間中の閲覧手数料は無料。

※課税台帳のコピーは1枚10円。

■課税台帳の閲覧要件

○資産の所有者や納税者は、所有している資産

○借地・借家契約のある方は、契約資産
※借地・借家契約書などの書類の提示が必要です。

■縦覧帳簿の縦覧要件

○土地・家屋の納税者は、所有している資産の種類により、縦覧することができます。

■注意事項

○閲覧・縦覧をされる方は、マイナンバーカードや運転免許証など本人確認ができるものを持参してください。また、同一世帯の親族以外の代理人や法人の場合は委任状が必要です。

○両台帳は1月1日現在のものです。  税務課 資産税係



転入・転居をした方へ

転入・転居をした方は、住所変更の届出が必要です。実際に住み始めた日から14日以内に、市役所窓口で手続きをしてください。

マイナンバーカードをお持ちの場合は、カードの住所変更の手続きが必要になりますので、市民課窓口にお持ちください。また、手続きの際にマイナンバーカードに設定した暗証番号が必要になります。事前に確認したうえでお願いします。

 市民課 市民窓口係



「い〜な暮らし応援券」をお送りします

物価高騰の影響を受けている皆さまや地域のお店を支援するため、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、「い〜な暮らし応援券」を発行します。

2月20日時点で伊那市に住民登録のある方が対象で、応援券は、4月中旬頃から順次世帯主宛てに世帯員全員分をまとめてお送りします。

応援券は郵便局員が対面でお渡しします。不在等で受け取れなかった場合には、投かんされた「ご不在連絡票」を確認し、5月14日までに配達郵便局からお受け取りください。

応援券の利用開始日は5月15日からです。いかなる理由であっても応援券の再交付はできませんので、利用開始日まで大切に保管してください。

 商工振興課 商業労政係



「ひとり親家庭親子の集い」に参加しませんか

市と伊那市ひとり親家庭福祉会共催のバスハイクを実施します。

■期日

5月16日(土)

■行き先

善光寺と茶臼山動物園(長野市)

■対象

市内に住所があるひとり親家庭の児童とその保護者

■募集人数

30人

■参加費(動物園入園料)

大人(15歳以上)600円

小中学生100円

■申込期間

4月15日(水)～4月30日(木)

※平日の午後5時まで電話か窓口で受け付けます。

 子育てサポート課 こども相談係



「子ども・子育て支援金制度」が始まります

子ども・子育て支援金制度は、全世代や企業の皆さまに支援金をご負担いただき、社会全体で子どもや子育て世帯を応援する制度です。

支援金は、加入する医療保険(健康保険、国民健康保険、後期高齢者医療制度など)の保険料(料)とあわせて、令和8年度からご負担いただくこととなります。また、医療保険によって徴収の開始時期が異なります。

国民健康保険税は6月の納税通知書、後期高齢者医療保険料は7月の保険料決定通知書で金額をお知らせします。

詳細はこども家庭庁ホームページ▶



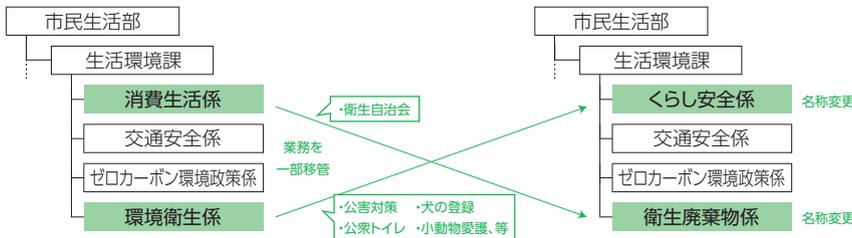
 健康推進課 国保年金係

令和8年度 組織改正について

3月まで

4月から

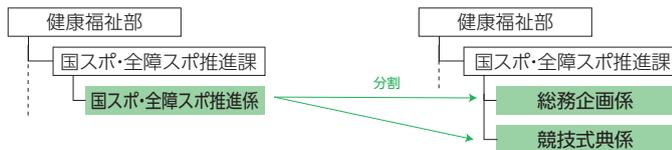
○多様な住民ニーズに対応するため、生活環境課 消費生活係と環境衛生係の業務分担を見直し、消費生活係の名称を「くらし安全係」に、環境衛生係の名称を「衛生廃棄物係」に改めます。



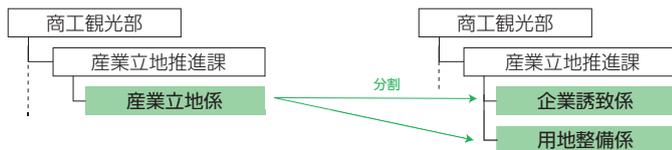
○業務の関連性が高い健康推進課 国保医療係と国民年金係について、事務処理の円滑化による市民サービス向上を図るため、2つの係を統合して「国保年金係」を設置します。



○2028年開催の国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会の準備の本格化に伴い、国スポ・全障スポ推進課に2つの係を設置し、大会準備を推進します。



○性質の異なる複数の業務を所管している産業立地推進課 産業立地係を「企業誘致係」と「用地整備係」に分割し、係ごとの専門性と自立性を高め、更なる企業誘致を推進します。



問 総務課 行政改革推進係

ぐるっとタクシー 荷物の持ち込みについて

乗合タクシーのため、荷物はご自身の膝の上や足元など座席に収まるサイズが目安です。それ以外の荷物を運ぶ場合は、一般タクシーをご利用ください。灯油等危険物の持ち込みは、一般タクシーでもできません。

問 企画政策課 企画政策係

「地域ケアパス」をご活用ください!

0歳から就学までの子どもの発達の状態にあわせて、保護者がいつでもどこでもどのような相談やサービスが受けられるのか、分かりやすく示したチラシ「地域ケアパス」を作成しました。

保健センターや市役所の窓口などに置いてあります。

お問い合わせ先
 児童発達支援センター小鳩園
 ☎ 72-2576

問 児童発達支援センター 小鳩園

ながの子育て家庭優待パスポートがLINEアプリで使えます

スマートフォンで県公式LINEアカウントを「友だち」追加し、利用登録をすると、トーク画面の設定で子育て家庭優待パスポートを利用できます。

全国の協賛店で割引などの特典を受けることができます。

使用期限は令和10年3月31日までです。

友達追加は
 コチラ▶
 県公式
 LINEアカウント



問 こども政策課 こども政策係

モバイル公民館「モバco」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します



① 運転免許証自主返納者への助成金申請受付

■ 期日 4月8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 5月20日(水)

■ 対象者 高遠町、長谷、富県、東春近、手良、美篁地区にお住まいの方

■ 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

■ 利用方法 電話で予約してください。(専用☎ 080-7302-6737)

■ 募集期間 4月1日(水)～7日(火) 平日午前9時～午後3時

※定員に達し次第締め切ります。

問 企画政策課 新産業技術推進係

「高遠城址公園さくら祭り2026」期間中の主なイベント情報

【夜桜ライトアップ】

鮮やかなライトアップとプロジェクターの投影をお楽しみください。

- 期間 3分咲き～散り始め
- 時間 午後6時～9時

【本丸 花降る和傘】

高遠城の本丸を鮮やかな和傘が彩ります。夜間はライトアップも行います。

- 期間 さくら祭り期間中 常設

【平日限定「特別御城印」販売】

平日のみ販売する特別な御城印が新登場!

- 期間 さくら祭り期間中の平日
- 販売場所

公園内観光案内所、高遠町観光案内所

【高遠すごろく「ケンの大冒険」

園内スタンプラリー】

高遠城址公園を散策しながら、すべての「時のしるし」(スタンプ)を集めて「高遠の歴史すごろく」を完成させよう!

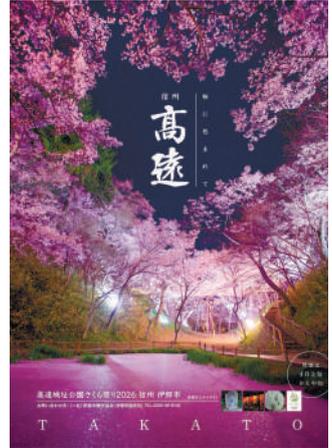
■ シート配布場所

公園内観光案内所、高遠町観光案内所、高遠町歴史博物館、信州高遠美術館

【150年を振り返るパネル展】

昨年、高遠城址公園は開園から150周年を迎えました。これまでの歩みを貴重な写真とともに振り返ります。

- 場所 高遠閣2階(有料)



問 高遠工商観光課

子どもを望む カップルのための 不妊セミナー

セミナーに関心のある方、個別相談希望の方、カップルでもおひとりでも参加できます。

- 日時 5月16日(土) 午後1時～2時
- 会場 伊那合同庁舎5階 講堂
- 講師 北原 光子 氏
(不妊・不育専門相談員)

■ セミナー内容

- ・どこから不妊治療なのか
- ・不妊症の検査、治療
- ・治療への向き合い方 ほか

- 個別相談 午後2時～4時(要予約)

■ お問い合わせ先

長野県看護協会
☎0263-35-0421
平日午前9時～午後5時



申し込みは
コチラ

問 子育てサポート課 母子保健係

中尾歌舞伎春季 定期公演開催

今回の演目は「御所桜堀川夜討 弁慶上使の段」です。弁慶の一夜限りの恋、そして父・母・娘との出会いと別れ、感涙にむせぶ切ないお話をぜひ、ご観覧ください。

- 期日 4月29日(水・祝)
- 時間 午後1時30分開演
(午後0時30分開場)

■ 会場

長谷伝統文化等保存伝習施設「中尾座」

- 定員 100人

■ 入場料

無料 申し込みは
コチラ▶



■ 申込受付

4月7日(火) 午前9時から

■ 申込・お問い合わせ先

信州伊那中尾歌舞伎後援会事務局
(長谷公民館内) ☎98-2009

問 生涯学習課 長谷教育振興係

リアルこころむすび 「学用品・子ども用品 シェアリング」

使わなくなった学生服や子ども服、ランドセルや絵本などを「誰かにあげたい!譲ってほしい!」という皆さんを対象にシェアリング会を開催します。

- 日時 5月9日(土)
午前11時～午後0時30分
- 会場 市役所1階 市民ホール
- 内容

「提供する人」は事前申込のうえ、前日または当日に提供品を持ち込み、「ほしい人」は無料で用品を持ち帰る。

■ 対象

学生服、体操着、ランドセル、子ども服、絵本、おもちゃ、マタニティ用品など(服は洗濯済のもの)

毎月シェアウィークも開催中。

詳しくは
コチラ▶



問 地域創造課 地域ブランド推進係

かんてんぱぱホール 4月の催し物 入場無料 お問い合わせ TEL 0265-78-5107 www.kantenpp.co.jp

糸の森 染めと手織の彩り展	8日(水)～14日(火)	一展。	16日(木)～22日(水)
ミズキ工房春陶展	8日(水)～14日(火)	～心に清風を～ 伊勢神宮奉納画家 松尾隆康 作品展	16日(木)～22日(水)
岡田・市川・西林 三人展 ～伊那谷からの花だより 19th	8日(水)～14日(火)	手しごと春の7人展	24日(金)～30日(木)
大場敏弘 石彫展 -語る帽子-	16日(木)～21日(火)	四柱展 ～地水火風～	24日(金)～30日(木)

第54回上伊那地区 障がい者スポーツ大会 参加者募集

障害者の自立と社会参加を目指し、地域住民の障害者に対する理解を深める目的で開催します。

■期日 5月23日(土)午前中

■会場

伊那市陸上競技場、エレコム・ロジテックアリーナ(伊那市民体育館)

■参加資格

市内に住所のある令和8年4月現在中学生以上の身体障害児者・知的障害児者・精神障害児者

■申込期間

4月1日(水)～22日(水)

■申込方法

社会福祉課へ電話でお申し込みください。

■種目

○トラック競技(短距離走など)

○フライングディスク

○レクリエーション(ボッチャなど)

※車椅子でも参加できます。

※雨天の場合は体育館でボッチャを実施します。

問 社会福祉課 障害者係

日本語学習を サポートする ボランティア募集

地域に住む外国人の日本語学習をサポートする日本語教室「さくら組」と「い～な」では、ボランティアを募集しています。特別な資格は必要ありませんので、外国人と交流したい、やさしい日本語を使って支援したい方は、ぜひ見学にお越しください。

【会場・日時】

■生涯学習センター 会議室

○さくら組

・毎週木曜日 午後1時～2時30分

・毎週土曜日 午後2時30分～4時

・毎週日曜日 午前10時～11時30分

○さくら組ジュニア

毎週土曜日 午後1時～3時

■伊那公民館 研修室

○さくら組

毎週土曜日 午前10時～11時30分

■伊那図書館またはallla

○い～な

・5月から11月の土曜日開催予定

問 地域創造課 人権男女多文化共生係

思いっきり外で遊ぼう! 第48回わんぱくひろば



すがすがしい春の春日公園で、元気いっぱい遊びましょう。ターザンロープや手作り工作、プラネタリウムなど、楽しいコーナーがたくさんあります。

■日時

4月25日(土) 午前9時～午後3時

■会場 春日公園

※雨天の場合は中止します。

問 こども政策課 こども育成係

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

4月26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で予約してください。

■申込受付 4月1日(水)から

■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

令和8年伊那市職員募集

令和8年10月、令和9年4月に採用する職員を募集します。募集する職種や試験日など詳しくは、受験案内をご覧ください。

■受験案内の配布・申込期間

4月1日(水)～24日(金)

■受験案内の請求方法

総務課、各総合支所・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。

詳細は
コチラ▶



問 総務課 職員係

～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) 宮木公民館
 - ☆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♪

健幸麻雀

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

途中
入室
自由

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



年金ガイド

国民年金保険料は納期限までの納付を

国民年金保険料の納め忘れがあると老齢基礎年金の額が減るまたは年金が受けられない場合があります。また、万一の時に障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられなくなることもありますので忘れずに納めてください。

■令和8年度の保険料

月額 17,920円

※現金納付の方には、1年分の納付書が年金事務所から4月上旬に送られます。

■前納制度利用による割引額

保険料をまとめて払う(前納)と割引されます。

○口座振替で2年前納する場合
2年間で17,370円の割引

○口座振替で1年前納する場合
1年間で4,510円の割引

○口座振替で6カ月前納する場合
6カ月で1,220円の割引

※クレジットカードや現金納付、電子決済での支払い方法もありますのでご利用ください。

問 健康推進課 国保年金係/
伊那年金事務所 ☎76-2301

弓道教室 参加者募集

- 期日 5月18日(月)～7月6日(月)の毎週月・木曜日
- 時間 午後7時～8時30分
- 会場 伊那市武道館弓道場
- 対象 高校生以上の方で弓道経験の有無は問いません。
- 参加費 3,000円(保険料含む)
- 申込期限 5月15日(金)
- 申込先 伊那市スポーツ協会
弓道部 部長 伊藤 淳
☎090-5523-6722

問 スポーツ課 スポーツ推進係

硬式テニス教室と 大会のお知らせ

令和8年度の硬式テニス教室の案内と大会開催予定を伊那テニス協会ホームページに掲載しています。奮ってご参加ください。

- 問い合わせ先 伊那市スポーツ協会
硬式テニス部
普及強化部長 辻 治之
☎ 080-7885-3232



伊那テニス協会HP



問 スポーツ課 スポーツ推進係

令和8年度工場等 設置事業補助金制度を ご利用ください

市内の工場等が令和7年中に、取得額で1千万円以上(小規模事業者および建設業者については500万円以上)の固定資産を取得した場合、固定資産税相当額を補助します。

「工場を増設した」「事業拡大のため新しい設備を導入した」「工場の生産設備を更新した」などの場合に利用できます。

■ 申請期間

4月1日(水)～
5月29日(金)

詳細は
コチラ▶



問 商工振興課 工業振興係

伊那市スポーツ 少年団員募集

スポーツ少年団は、スポーツをすることにより、心と体を育て、地域づくりに貢献することを目的として活動しています。現在、13団体、約500人の団員と指導者が所属しています。ぜひ入団してみませんか。

- 対象 小・中学生
 - 会場 主に市内小学校の体育館やグラウンド
 - 種目 軟式野球・ミニバスケットボール・剣道・バドミントン・サッカー
- ※活動日や活動場所はチームによって異なります。

詳細は
コチラ▶



問 スポーツ課 スポーツ推進係

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



※背景写真はイメージです。

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



令和8年度ふれあいスポーツ教室 (開催初日が4月～6月のもの)

☑ スポーツ課 スポーツ推進係

番号	教室	会場	対象・定員	開催日時	申込締切	申込先
1	スポーツクラブにしはる	西春近南小学校体育館、同小グラウンド	小学生 25人	4月10日～令和9年3月19日 金曜日(毎週)午後6時～7時30分	随時	西春近公民館 スポーツ推進委員
2	かんたんフラダンス	西春近公民館和室	どなたでも	4月14日、5月12日、6月9日、6月30日、7月14日、 8月18日、9月8日・29日、10月13日、 11月10日 火曜日 午後6時～7時 全10回	随時	西春近公民館
3	健康バランス操体運動	美原区公民館	高校生以上 15人	4月22日～令和9年1月27日 全10回 水曜日(毎月第4水曜日) 午前9時20分～10時40分	4月15日(水)	スポーツ課 スポーツ推進委員
4	家族で楽しむ ニュースポーツ& 健康ウォーキング	東春近ふれあい館 東春近小学校体育館 伊那スキーリゾート	どなたでも	4月26日、9月6日・20日、10月18日 全4回 日曜日 午前8時30分～10時30分(ウォーキング等) 6月27日～7月18日 全4回 土曜日(毎週) 午後7時～9時 (ニュースポーツ) 11月11日 木曜日 午後1時～午後2時30分(ニュースポーツ)	随時	東春近公民館 スポーツ推進委員
5	親子ふれあいスポーツ教室	富県小学校体育館(木曜日) 新山小学校体育館(火曜日)	どなたでも 30～40人	5月7日～6月4日 全5回 木曜日(毎週) 午後7時～8時30分 6月9日～7月7日 全5回 火曜日(毎週) 午後7時～8時30分	随時	富県公民館 スポーツ推進委員
6	ストレッチ・コアトレ・癒しの 全てを叶える ハンモックヨガ	e-Studio Body Design	中学生以上 10人	5月3日・10日・24日・31日、6月7日 全5回 日曜日 午前11時～12時	4月30日(木)	スポーツ課 スポーツ推進委員
7	三峰川 春のノルディックウォーク	三峰川河川敷	小学生以上 20人	5月9日～5月30日 全4回 土曜日(毎週) 午前9時～11時	4月24日(金)	美郷公民館 スポーツ推進委員
8	わくわくふれあい スポーツ教室	伊那公民館	小中学生 20人	5月16日、6月20日、7月11日、8月3日・ 4日・5日・17日・18日、9月5日、10月10日 全10回 午前9時30分～11時30分	随時	スポーツ課 スポーツ推進委員 伊那公民館
9	西箕輪 ぬくもりスポーツ教室	サンビレッジ体育館	小学生 16人	5月21日、6月4日、7月2日・16日、9月3日・ 17日、10月1日・15日、11月5日・19日 全10回 木曜日 午後5時30分～7時	5月14日(木)	西箕輪公民館
10	ソフトテニス教室	ほりでいドーム	小学生 30人	5月27日、6月10日・24日、7月8日、 8月26日、9月23日、10月28日、 11月11日・25日、12月9日 全10回 水曜日 午後6時～8時	5月8日(金)	長谷公民館
11	ピラティスチェアで 美BODYを目指そう!	e-Studio Body Design	中学生以上 7人	6月14日～7月12日 全5回 日曜日(毎週) 午後0時30分～1時30分	6月5日(金)	スポーツ課 スポーツ推進委員
12	ふれあいウォーキング	大芝高原みんなの森	どなたでも 人数制限なし	6月21日、7月12日・26日、8月9日・30日、 9月13日・27日、10月11日・25日、11月8日 全10回 日曜日 午前9時～10時	各開催日の 前日まで	スポーツ課 スポーツ推進委員

○教室の内容など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。○申込多数の場合は主催者による抽選を行い決定します。
○記載のある場合を除き、受講料は無料ですが、その他の費用(保険料、消耗品費などの実費分)をいただく場合があります。

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。

申込受付期間 4月1日(水)～4月7日(火) **抽選日** 4月10日(金) **入居日** 5月1日(金)

【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 B (単身者可) 2DK 17,800～26,500円 1戸
- 若宮団地A棟(身障者向け) 2LDKH 21,900～32,600円 1戸
- 若宮団地A棟 2LDK 19,400～28,900円 1戸
- 若宮団地A棟 2LDKS 21,900～32,600円 1戸
- 若宮団地高齢者向け住宅 2DK 13,900～20,700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(F) 2LDK 40,000円 1戸
- ハイツ小原南住宅(G) 2LDK 40,000円 1戸
- 若宮 若者・子育て向け住宅 2LDK 50,000円 1戸

※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)。

☎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

密着プロジェクト 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

MEGAドン・キホーテUNY 伊那店様

綿半様

徳木屋石材様

オナカ様

仁愛病院

伊那市役所

至ナイロード

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

他新場: 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. 35

伊那はこんなに ロマンにあふれてる

南アルプス
山と人のコーディネーター

のだ なおこ
野田 直子さん



令和6年4月に協力隊着任。南アルプスジオパークの推進を主な活動として、里山の魅力発信に取り組んでいます。



本には48地域が日本ジオパークとして認定されています。

その一つが「南アルプスジオパーク」です。ジオパークとは、地球科学的意義のあるサイトや景観が、保護・教育・持続可能な開発の全てを含んだ総合的な考え方によって管理された、一つにまとまったエリアのことです。

(JGN公式HPより)
少し難しく聞こえますが、①南アルプスの成り立ちを知る。②未来を想像し今でできることを考える。③行動する。これを地域住民が主体となつて持続可能な活動をする。④ということ分かりやすいでしょうか。

私は登山が趣味でよく山に行きます。何気なく歩いている山道も何億年という気が遠くなるほど長い年月をかけて作られてきたものだ。知った上で歩くと新しい景色が見えてきます。ロマンですね。岩を見てニヤニヤし始めたらあなたも立派なジオパーク仲間



長谷中学校登山(仙丈ヶ岳)に帯同

問 地域創造課 移住定住促進係

間です。
長谷や高遠には日本最大の断層「中央構造線」を直接観察できる露頭があります。全く性質の違う岩石がピタリ接している非常にめずらしい構造を手軽に見る事ができます。他にも多様な岩石、固有種の植物も多数あります。こうした南アルプスの特徴をより多くの方々に知ってもらうための活動をしています。そして活動を通して、地域の皆さんが自分たちの地域にさらに誇りを持ってもらえたら嬉しいです。

想いを石に刻む

Vol. 41

高遠石工の歩いた道

長谷杉島の南西部に宇津木という集落があります。現在この集落の各家は無住で、時折建物の所有者が管理のために来ているそうです。この集落の一番奥には薬師堂があり、かつては「十蔵山薬師」と呼ばれ、巡礼の札所の一つとしてにぎわい、由緒や御詠歌等を紹介する冊子やチラシが版木で刷られました。

薬師堂は文治3(1187)年の創建と伝えられ、現在の堂宇は宝暦4(1754)年に沢底村(現在上伊那郡辰野町)の有賀吉左衛門藤原重房が棟梁となつて建てられました。

この薬師堂の境内に入って右手には西国三十三所観世音菩薩がずらりと並んでいます。入口側から一番、二番と続き、三十二番目を拝むと次に薬師堂を拝めるような動線になっています。この観音様は舟形光背の中に線彫りで刻まれた像で、高遠藩土岡村菊叟の書と伝わる札所の御詠歌が光背の上部に刻まれており、全国的に見ても希少な姿です。彫刻の線は細く均一な深さで刻まれており、細心の注意を払って刻まれたことが分かります。また、大型の石仏であり、薬師堂まで運び上げた人々の苦勞がしのべれます。
この観音様は江戸時代の天保年間から

守屋貞治の一番弟子 渋谷藤兵衛(3)

数年かけて制作され、弘化2(1845)年に完成しました。石工は守屋貞治の弟子として知られる渋谷藤兵衛で、原画は池上秀畝の祖父の池上休柳(本名庄八)が描きました。完成した年と石工の名前は杉島の宮下家に保管されていた古記録(通称宮下久兵衛ノート)から明らかになっています。多くの施主の協力もあつて完成したこの素晴らしい観音様は、宇津木薬師堂が広範囲にわたつて信仰を集めていたことを伝える貴重な文化財です。

なお、この石仏造立の事業を進めたのは高遠藩の重役岡村菊叟でした。建福寺の仏定石と同様に菊叟が関わっており、藤兵衛も一層気を引き締めて取りかかったことでしょう。現在、西国三十三所観世音菩薩は建屋の中にあり、陰で線が見にくくなっていますが、美しい姿はしっかりと保存されています。薬師堂までの道は細く、少々危険もありますが、一度訪ねてみてはいかがでしょうか。



宇津木薬師堂の西国三十三所観世音菩薩

問 高遠町歴史博物館

伊那市長の

たき火通信

春の雨

高校の入学式を終えクラス編成がされた日、担任の熊井先生は「自己紹介を兼ねて自分の好きなもの、高校生活で自分のしたいことを話さない」と言われました。とつぜん訪れた予想もしなかった質問に戸惑い、「春先の、雪の残る桑畑に降る雨が好きです」と言って、級友から失笑をかったことを覚えていません。坊主頭^{みみたが}に詰め襟の私の発する言葉が意外だったのかもしれませんが、思わず^{みみたが}耳朶が熱くなったことは覚えていますが、その後何をしゃべったのかまるで記憶にありません。

雪の残る桑畑は、幼い頃から見慣れた、家の縁側から見えた桑園です。そしてその向こうには、仙丈ヶ岳をまんに南アルプスの山並みの見える風景でした。雪の残る桑畑に降る雨は、寒かった冬に終わりを告げる雨で、あかざれだらけの母の手や、冷たい布団に丸くなって眠る夜と決別ができる雨でした。

今でも春の雨は好きです。音もなく雪にしみ込んで消える雨は、大地の息遣いを呼び覚まし、自然の営みの喜びを感じさせてくれます。

田畑の雪が何度かの雨と、次第に濃くなる日差しに消えていくと、陽だまりにはオオイヌノフグリが咲き出



仙丈ヶ岳を背景に立ち昇る煙

し、フキノトウが目にとまります。ノビルやカンゾウの芽が伸び始めると田畑には躍動が始まります。そして虫の卵や枯れ草を焼き尽くし、きっぱりと新しいステージを迎える野焼きも私の好きな春の情景でした。

この時期、家の南方にある土を掘っただけの大萱井筋^{いすじ}の端には、オキナグサが花を咲かせました。将棊頭山に残る雪の高さと、透明度の落ちた空の変化を知ると、弟と連れだってオキナグサを探しに行きました。陽あたりのいい赤土の土手に、白い絹毛^{きぬげ}に覆われて濃い紫色の花をつけ、緩やかに風に揺れていました。

「雪の残る桑畑に降る雨が好きだ」と言って顔を赤くした高校一年生の頃に、家の周りの田畑の風景は大きく変わりました。土地改良事業が進み、田んぼにはU字溝が入り、オオバコの生えた曲がりくねった道は、まっすぐな砂利道になり、やがて舗装道路にかわりました。弟とオキナグサを探した大萱井筋もコンクリートに固められ、花の姿は消えました。これも仕方のないことかな、と遠い昔を振りかえります。

伊那市長 白鳥孝

4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~	・伊那市職員募集 ・当初予算特集
18日~	・いな住まいる補助金 ・プレコンセプションケア

※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

問 地域創造課 地域ブランド推進係

暮らしがつくる風景

vol.23



芽吹きだす山々の淡い緑や、農作業が始まる田畑、そして蔵が残る懐かしい家並み。皆さんは今、見慣れたその風景の中に、どんな物語を感じているのでしょうか。

先日、地域の風景を考えるシンポジウムが開かれました。そこで語られた「建物は単なる構造物ではなく、そこに生きた人の記憶や時間をつなぐ装置である」という言葉が今も温かく心に残ります。私たちが何気なく目にしている景色は、当たり前ものではありません。そこには守ろうとする人々の想いと、景観条例などにより守り育てる仕組みがあります。古い民家や手入れされた畑、家々の配置。それはかつてそこで生きてきた人々の知恵や願いが重なり、長い年月を経てかたちづくられた「暮らしの姿」です。風景を守るとは、形を残すことではなく、そこに流れる豊かな時間を守り、慈しむこと。これは、「森といきる 伊那市」の視点とも重なり、自然と人の営みが織りなす伊那谷らしい風景や、豊かな風土や歴史を、大切に未来へつなぐことでもあります。

今年もまた春が巡ってきました。身近な暮らしを大切にしながら丁寧に関係を紡ぎ、このまちの風景を共に誇り、次の世代へつないでいく――。

あなたの住む伊那市の、好きなところはどこですか。



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

- 高 遠 9日(木) やさしいベビーマッサージ
- 上の原 15日(水) おはなしひろば
- 富 県 21日(火) ピアノ連弾&ドレミパイプ体験
- 竜 南 23日(木) 保健師相談
- 西箕輪 28日(火) 助産師相談

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

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

子育て支援センターに出かけよう!

子育て支援センターは、就学前のお子さんが親子で遊べるふれあいの場所です。楽しい講座でリフレッシュしたり、遊びながら気楽に話したり、育児の相談もできます。食事コーナーもありますよ。

講座以外は事前の申し込みは不要です。お子さんの生活リズムに合わせてご利用ください。

利用時間(月～金曜日)

上の原・西箕輪：午前9時30分～午後3時30分

竜南・富県・高遠：午前9時30分～午後2時30分

※(土・日・祝日)上の原のみ 午前9時30分～午後3時

問 こども政策課

わが子の思い出フォト

たいしくん
(0歳)

将来はラッパー!?
アツク語れる人生
を送ってくれ!



あるかくん
(4歳)

元気いっぱい
やんちゃボーイ!
これからもいっぱい
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

こども誰でも通園制度

すべてのこどもたちの育ちを応援する

新しい通園制度が
4月1日(水)～スタート!



「保育園に通えるのは、おうちの方が働いているから」といったこれまでの条件にとらわれず、子育て中のどんな家庭でもお子さんを保育園などに預けられる制度が始まります。



利用方法

①利用登録 ➡ ②親子面接 ➡ ③予約 ➡ 利用

施設へ申込書をご提出ください。

利用施設で親子面接を受けます。

利用希望日を施設に伝え、予約をとります。



利用時間・利用料金 ※給食の提供は行いません。

平日：午前9時から正午／午後1時から午後4時(上限1日3時間まで)
1人1か月あたり10時間まで／1人1時間あたり300円

利用対象者

0歳6か月～満3歳未満で、保育所・幼稚園・認定こども園・地域型保育事業・企業主導型保育事業所に在籍していないこども

実施施設：〒396-0005 伊那市野底7913番地
伊那北保育園(併設)(☎080-2230-3433)



上手な医療のかかり方

「かかりつけ医」を持ちましょう

かかりつけ医とは、日頃の体調不良を相談できる、地域の開業診療所・クリニックです。

■かかりつけ医を持つメリット■

病気の早期発見・予防

日頃の健康状態を把握しているため、体調の変化から病気の早期発見につながる場合があります。

専門医への受診がスムーズ

必要な場合に適切な医療機関を紹介してもらえるため、専門医をスムーズに受診することができます。

受診するときの持ち物

- ① マイナ保険証※1
- ② おくすり手帳※2
- ③ 診察券

【要介護認定を受けている方】

- ①～③
 - ④ 自分ノート(エンディングノート)
 - ⑤ ケアマネージャーの名刺
 - ⑥ 介護保険証
- ※1 マイナ保険証を持っていない方は「資格確認証」。

※2 マイナ保険証だけでは直近1カ月の処方薬情報を確認できない場合があります。



マイナ保険証・おくすり手帳は救急搬送時にも！

救急車内でマイナ保険証を読み取り、搬送先に既往歴や処方薬の情報を提供することができ、迅速な搬送のため、救急搬送の時にもマイナ保険証・おくすり手帳を救急隊に提示するようにしましょう。

献血

※終了時刻までに受付を済ませてください。

問 健康推進課

- 9日(木) 伊那市役所
午前9時30分～11時30分／
午後1時～3時30分
- 19日(日) ベルシャイン伊那店
午前10時～正午／
午後1時15分～3時30分

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」

参加費は200円です。

- 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

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



シリーズ交通安全

4月6日(月)～15日(水)

春の全国交通安全運動

問 生活環境課 交通安全係

通学路での交通事故防止

4月6日(月)～15日(水)の間、「春の全国交通安全運動」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。

4月から小学校へ入学する新一年生は初めて一人や友達と一緒に登下校することになります。最初は不慣れな登下校も、慣れが出てくると友達を追いかけて急に道路へ飛び出すことがあるかもしれません。通学路の近くを車で通行する際は、「子供が飛び出してくるかもしれない」という意識をもって運転し、速度を落とし、安全確認をしっかり行いましょう。

自転車の交通反則通告制度(青切符)の導入

4月1日から、自転車に交通反則通告制度が適用されます。自転車は便利な乗り物ですが、使い方を誤ったりルールを守らなかったりすると、重大な事故につながる危険性があります。下の二次元コードから長野県警察本部作成の『自転車のルールブック』をご覧ください。改めて自転車のルールを確認し、安全運転を心がけましょう。

長野県警察
『自転車のルールブック』▶



休日歯科診療

上伊那口腔保健センター ☎78-8510
5(日)、12(日)、19(日)、26(日)、
29(水・祝)
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
4月の休日受入日:なし

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
4月の休日受入日:なし

証明書交付等取扱

市民サービスコーナー(伊那市役所内)
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

4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	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
12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
	薬	青い鳥薬局境店		☎ 98-0951	境
19日 日	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
	医	伊那市国保長藤診療所	(整)	☎ 94-2001	高 遠 町
26日 日	医	ケイ皮フ科クリニック	(皮)	☎ 71-7881	上 新 田
	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 町
29日 水・祝	医	野沢医院	(内)	☎ 74-5000	西 町
	医	ふかさざわ耳鼻咽喉科医院	(耳)	☎ 77-1833	山 寺
	医	このはなクリニック	(婦)	☎ 98-8814	上 新 田
29日 水・祝	薬	アイセイ薬局伊那春日町店		☎ 96-7341	西 町
	医	神山内科医院	(内)	☎ 78-5151	西 町
	医	厚生連西箕輪診療所	(内)	☎ 73-3351	西 箕 輪
	医	片桐医院	(内、心)	☎ 72-4072	日 影
	薬	アイン薬局伊那西町店		☎ 98-8030	西 町
	薬	おおがや薬局		☎ 74-0075	西 箕 輪
	薬	調剤薬局マツモトキヨシ伊那日影店		☎ 71-5710	日 影



各種相談

相談は無料です。お気軽にどうぞ。

	相談内容	いつ	どこ	お問い合わせ先
4月	行政相談	9日(木)午前9時～11時 16日(木)午前9時30分～11時30分	市役所303会議室 長谷総合支所	総務課 庶務係
要予約	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
要予約	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
要予約	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
要予約	交通事故巡回相談	4月は実施しません。	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
要予約	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
要予約	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8時30分～午後5時15分	長野地方方法務局伊那支局	長野地方方法務局伊那支局 ☎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
要予約	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
要予約	精神科医による精神保健相談	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
要予約	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
要予約	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

2026年
4月号
発行:
令和8年4月1日

- 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。



春を感じる
お茶と音楽♪



3月1日(日)、伊那図書館でお抹茶体験と、音楽ユニット「アンサンブル紅麗葉」の皆さんによる和楽器コンサートが楽しめるイベントが開催されました。

100人を超える来場者でにぎわう中、会場では、丁寧に点てられたお抹茶と季節の和菓子が振る舞われました。来場した皆さんが五感で一足早い春の訪れを堪能される中、和洋折衷の優雅な楽器の音色が響き渡ると、会場は華やかかつ穏やかな空気に包まれました。

日本の伝統文化を通じて、大勢の人々が心豊かなひとときを共有する、春待つ季節にぴったりのイベントになりました。

Inspection Report

社会教育委員が行く

中尾歌舞伎春季定期公演

「三六災害半世紀」パブリックビューイング

令和7年4月29日(伊那公民館)

中尾歌舞伎春季定期公演として、豪雨災害を題材としたオリジナル演目「三六災害半世紀」を観劇しました。この演目での公演は13年ぶりとのこと。伊那公民館の講堂に約50人の観客が集まり、大型スクリーンで中尾座の客席と一体となつて楽しむことができました。

公演では大蛇を土石流に見立てて演じられ、迫力が伝わってきました。歌舞伎という伝統芸能を継承する中で、郷土を襲った災害の悲劇を伝えていく大変良い演目だと思いました。また、子役の兄妹2人の演技もかわいく、しっかりと演じられており、印象に残りました。

来賓として、原作を手がけた当時の国土交通省天竜川上流河川事務所長の草野慎一さんもお越しになり、観劇を楽しんでおられました。終演後、中尾座とともに伊那公民館でも万歳三唱で締めることができ、充実した公演でした。

生で観劇したほうが臨場感があるとは思いますが、現場まで行けない方にとつては、リアルタイムで観劇できる機会があるのは嬉しいことだと思います。

三澤 隆



生涯学習センター



令和8年度 生涯学習センター講座・教室のお知らせ

生涯学習センター主催の自主企画講座を紹介します。開催時期が近づきましたら、市報やチラシなどで詳しく受講者募集などのお知らせをします。多くの皆さまのご参加をお待ちしています。なお、講座・教室は内容や日程などが変更になる場合もありますのであらかじめご了承ください。

ジャンル	講座名	講師	回数	開催時期
ちびっこ広場	助産師さんの相談日	しかの えみ 鹿野 恵美さん	12回	4月～3月
ちびっこ広場	音楽あそび	ほら ようこ 原 葉子さん	3回	7月～3月
ちびっこ広場	英語あそび	うしおぎ 潮木 あゆみさん	5回	6月～2月
歴史	生涯学習センター歴史講座「伊那の近現代史を学ぶ」	上伊那郷土研究会委員	5回	11月～2月
音楽	「クリスマスに贈る」元気に育て親と子の音楽会	～地元音楽家が出演します～	1回	12月



ちびっこ広場音楽あそび



伊那の近現代史を学ぶ(現地学習)



ちびっこ広場英語あそび



ちびっこ広場から 4月のお知らせ
会場:生涯学習センター7階ちびっこ広場

【助産師さんの相談日】7日(火)午前10時30分～正午
※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。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。



生涯学習センター施設案内(学習室)

学習室利用登録変更のお願い

※学習室利用登録証の有効期限は3年間です。2023年発行(緑色)のカードをお持ちの方は、更新のお手続きをお願いします。

生涯学習センター「アートデリバリー事業」

NPO法人伊那芸術文化協会では、市内の高齢者施設へ芸術文化を届ける「アートデリバリー事業」を行っています。公演・体験・鑑賞を通じ、地域のプロ・アマを問わず、多彩な担い手が参加しています。これまでの実施では、利用者の笑顔や会話の増加、懐かしい記憶の想起に加え、認知症にみられる行動・心理症状の一部に改善傾向も見られ、芸術文化が心身の活性化と交流促進につながっています。

【期間】通年

【回数】年36回 アートプログラム(予定)

【実施ジャンル】舞踊・ダンス/音楽/伝統芸能/抹茶・煎茶/いけばな/対話型鑑賞/絵画・写真/クラフト/紙芝居/人形劇 ほか

【お問い合わせ】NPO法人伊那芸術文化協会 ☎78-6106

伊那市内の高齢者施設へ芸術文化を届ける「アートデリバリー事業」では、出演者・講師として参加いただける方を募集しています。音楽・舞踊・伝統芸能・美術など、公演・体験・鑑賞の各プログラムで地域のプロ・アマ問わず歓迎。笑顔を生む社会貢献に参加してみませんか。



鍵盤ハーモニカ



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

大人のための室内楽セミナー 一般公開コンサート

今年3月から開講した“大人のための室内楽セミナーVol.6”受講者の皆さんによる発表会です♪

受講を迷われた方、日程が合わず受講できなかった方も、この機会にぜひご鑑賞ください♪

【日 時】4月26日(日) 午後2時予定
(当日お問い合わせください。)
【会 場】いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」
【入場料】無料
※休憩なしのショートコンサートです。
どなたでもお気軽にご来場ください。
【お問い合わせ】NPO法人クラシックワールド

童謡唱歌教室 ふるさとの四季 ～初夏編～

初夏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皆で歌いましょう♪

【日 時】5月29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
<事前申し込み不要>



指 揮	池上 真澄 いけがみ まさみ
オルガン・ピアノ	石川 みどり いしかわ みどり
解 説	宮原 輝雄 みやはら てるお
進 行	金丸 恵美子 かなまる えみこ
写 真	富県写真クラブ とみけんしやうしんくらぶ
企 画	北沢 理光 きたさわ りこう

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.25

当センターには、3台のコンサートピアノがあり、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？

【受 付】4月25日(土)～ 午前9時～午後8時
※定員になり次第締め切ります。
※今回受け付けるのは<VOL.25>6月開催分のみです。
※予約受付は窓口受付のみです。
※1グループ1回のみ予約とさせていただきます。
【参加費】500円/1時間(1人または1グループ)
【日 時】6月12日(金)、13日(土)、14日(日)
午前9時～午後8時(14日は午後7時まで)
【会 場】いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」
【お問い合わせ】NPO法人クラシックワールド

♪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)



5月の予約調整会議

【日 時】5月1日(金)
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5月1日(土)～31日(月)
【会議室などそのほかの施設】
【予約対象期間】令和8年7月2日(木)～31日(金)

4月

休館日

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、30日(木)

4月の主な催し物

ニシザワいなっせホール(6階)

- 9日(木) まほらいな市民大学 午後1時30分～
- 11日(土) 竹扇舞踊会 おさらい会 午後1時～
- 17日(金) 令和9年3月新規学校卒業予定者対象
求人手続説明会 午後1時30分～
- 21日(火) まほらいな市民大学 午後1時30分～
- 29日(水・祝) 第5回 美鶯コーラス演奏会 午後2時～

展示ギャラリー(2階)

- 10日(金)～12日(日) 第46回 崇嶺会書道展
午前9時～午後5時(10日は正午から、12日は午後4時まで)
- 13日(月)～19日(日) 木曜会展
午前9時～午後5時(13日は午後1時から、19日は午後4時まで)



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
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「ラジオ」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 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～
全年齢対象

おはなしぱれっとのおはなし会 25日(土)午前10時30分～

子ども読書の日企画

23日の子ども読書の日に合わせて、児童室で手作りの「しおり兼リーディングトラッカー」を配布します。
25日(土)、26日(日) 午前10時～ 両日それぞれ先着50個配布
リーディングトラッカーとは…
読む行に添えることで、読書をサポートするアイテムです。

Instagram開設のお知らせ

伊那市立図書館のInstagramを開設しました。
各種イベントやおはなし会のお知らせなど、
さまざまな情報を発信していきます。



こちらの二次元コードから
ご覧ください。⇒

4月

休館日

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)、28日(火)

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

花の種配ります

1日(水) 午前10時～
高遠町図書館でグリーンカーテンとして育てた
朝顔とふうせんかずらの種を一人一包みずつ配布します。
開館40周年を記念して各40包ご用意しました。
なくなり次第終了。



こどもひろば

25日(土) 午前10時30分～
絵本の読み聞かせと工作「トイレットペーパー芯の人形」を作ります。



高遠町図書館は今年度開館40周年を
むかえます。いつもご利用ありがとうございます。
これからも地域に親しまれる
図書館を目指してまいりますので、よろ
しくお願いいたします。

テーマブック

「春、こころをととのえる本」(第一図書室)

この時期に起こりやすい心の揺らぎに、本で少し心を軽くしてみませんか。

「松谷みよ子さん」(こども部屋)

生誕100周年。多くの絵本や児童文学作品を残されています。

4月

休館日

6日(月)、13日(月)、20日(月)、24日(金)、
27日(月)、29日(水・祝)

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		

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		

てらとびあ手良図書室

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		

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		

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		

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		

※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		

★手良おはなし会 午前10時30分～

今月のおすすめ本



『イタリア人マッパが
ぶっとんだ、日本の神グルメ』
マッソリアーノ・スガイ/著
KADOKAWA
読んだらきっと食べた
くなる! 魅惑の食レポ
エッセイです。

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



展示会情報

東京藝術大学連携40年展 藝大卒展〈サテライト〉

【会期】5月31日(日)まで

【内容】東京藝術大学と伊那市(旧高遠町)が連携事業を始めて40年になることを記念して東京藝大の卒業・修了作品展からよりすぐりの作品を展示しています。

- | | | |
|-------------------|-------------------------|---|
| 【作家】今井菜々美(日本画 修士) | 後藤拓真(デザイン 学部) |  |
| 立川朋恵(日本画 修士) | 棚田悠介(建築 修士) | |
| 村松辰之介(油画 学部) | 三好駿平(建築 学部) | |
| 藤田汐海(油画 学部) | 青木諒花(先端芸術表現 学部) | |
| 勝木直人(彫刻 修士) | 高田清花(先端芸術表現 学部) | |
| 雨田まなつ(彫刻 学部) | 篠崎遥香(美術教育 修士) | |
| 市丸蓉(工芸・彫金 学部) | 鶴田千尋(文化財保存学・保存修復日本画 修士) | |
| 運本南欧(工芸・鍍金 学部) | 畑山樹(グローバルアートプラクティス 修士) | |
| 進藤あすか(デザイン 修士) | | |

今月の一押し!



東京藝大連携40年の歩みから
「forest」

制作年:2019年

技法・素材:紙本着色・拓本

押元 一敏(1970年~)

現在:東京藝術大学美術学部教授

伊那市は、高遠出身の伊澤修二が東京藝術大学の前身である東京音楽学校の初代校長を務めた縁により、東京藝術大学と交流を続けてきました。

連携事業の一つに、2017年から2019年にかけて取り組んだ「塩俣の家デザインプロジェクト」があります。これは高遠塩俣地区の古民家「しおくの家」を活用し、地域の活性化を図り、芸術の拠点づくりを目指したプロジェクトで、当時藝大の准教授であった押元に企画を提案してもらい実現しました。

2019年に、その事業の成果の展示と、東京藝術大学出身アーティスト8人による「森」をテーマにした展覧会「モリカラモリヘー8人の作家と東京藝術大学デザインプロジェクト」を開催し、こちらの作品も展示されました。

高遠の山が描かれており、押元が「しおくの家」に滞在時に見た山の朝霧に包まれた姿を、地元産の炭を使い拓本の技術を取り入れ表現しています。早朝の静けさや空気感までも感じられる作品です。

アートスクール《要予約》

刺しゅう講座~フープアート制作~(全2回)

【日時】①5月10日(日)午前9時30分~11時30分

②5月24日(日)午前9時30分~11時30分

【講師】中村 鹿林さん

【会場】美術館内喫茶パレット

【受講料】①、②各1,000円

【材料費】2,500円

【定員】10人



日本画入門講座~秀畝写生の花を描く~

【日時】5月17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】5,000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。

【定員】20人

【内容】日本画家の村田裕生さん、高崎昇平さんを講師に迎えて日本画入門講座を開催します。高遠町出身の画家・池上秀畝の花の写生画を使って作品を制作します。

4月

休館日

無休



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 一般800円(割引料金700円)

※東京藝術大学連携40年展特別料金

※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。



いなびちゃんグループ フジサワセレモニー

選べる安心ご葬儀プラン

ちっちゃな
家族葬



ふつうの
一般葬



ご葬儀代金のお支払いに
クレジットカードを
ご利用いただけます



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

令和8年春季企画展

「高遠藩士の仕事と暮らし」

【期間】6月14日(日)まで(入館料が必要です)

【会場】2階第3展示室

ものがしらこかく けん こん

【著頭古格】乾・坤(個人寄託、当館保管)



ものがしら おさま てくみ
物頭は御先手組の頭で組
の人々を指揮し、戦時には先
鋒隊を務めました。物頭の年
間の主な業務を把握するため
にインデックスつきで過去の
事例を取り上げています。

「高遠藩士の仕事と暮らし」関連企画

企画展開催に伴い、下記の関連企画を開催予定です。

●ギャラリートーク ※第1回は終了しました。

学芸員による展示解説を行います。

【日 時】第2回:5月3日(日)

第3回:5月17日(日) 午前10時30分～11時30分

【参加費】入館料のみ(5月17日は無料)

【定 員】事前予約なしでどなたでもご参加いただけます。

●第39回歴博講座

【日 時】5月17日(土)午後1時30分～3時

【会 場】地域間交流施設(歴博隣り)

【講 師】中原 文彦 氏(洗馬地区誌編集委員会委員長)

【演 題】大庄屋制度と高遠藩洗馬郷巡村

塩尻市洗馬等の飛び地に設けられた藩の支援体制の1つである大庄屋制度と、藩主が代替わりした際に行う巡見を洗馬郷では代官が代理で行っていたことなどについてお話しいたします。

【参加費】100円 【定 員】30人

【予 約】4月24日(金)から電話かメールで受け付けます。

高遠石工展

【日 時】6月14日(日)まで(入館料が必要です)

【会 場】2階セミナールーム

4月

高遠町歴史博物館 入館料/一般 400円

休館日 20日(月)、27日(月)、30日(木)

※6日(月)・13日(月)は臨時開館

さくら祭り期間(桜の開花宣言翌日～散り終わりの)
入館料・駐車場のご案内 ※詳しくは博物館SNSをご覧ください。

入館料・駐車場料金

詳しくは前号をご覧ください。

●歴史博物館

通常400円(一般)が当日に限り割引あり。

●絵島囲み屋敷 期間中に限り、当日入園券で無料

●歴博駐車場 1,000円

▶イベント情報

長野県のうまいもん集合!

【日 時】4月8日(水)～14日(火)(予定)

午前10時～午後2時(なくなり次第終了)

ハナマルキ醸造糴研究所のキッチンカー(桜ぜんざい販売)のほか信州大学農学部(生産加工品販売)など多数の飲食店が歴博に集合します。

※出店者や日時が変更となる場合があります。最新情報は公式SNSをご覧ください。

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

ひな人形展

【期 間】4月19日(日)まで(入館料が必要です)

【会 場】伊那市民俗資料館(高遠なつかし館・旧馬島家住宅)

五月人形展

【期 間】4月29日(水・祝)～6月14日(日)

(入館料が必要です)

【会 場】伊那市民俗資料館(高遠なつかし館、旧馬島家住宅)

馬島家で大切に保管されていた五月人形・五月幟(のぼり)に加え、近年寄付していただいた近現代の五月人形や五月幟を旧馬島家住宅と高遠なつかし館に展示します。



4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9時～午後5時 入館受付は各館とも閉館30分前までです。

3才～5才
キッズダンス 無料
体験レッスン限定開催

4/16・23(木)17:30-18:30
4/11・18(土)10:00-11:00



K-kids W-kids Dance Studio
ケーキッズダンススタジオ
スタジオ:伊那市西町4945-2

詳細



2026

～縄文から宇宙まで～

4 創造館だより

monthly
report vol.178



**4月11日(土)
～10月26日(月)
2階企画展示室
入場無料**

伊那市創造館では、4月11日から第36回企画展「伊那谷フィルムコミッションのしごと」を開催します。

伊那谷フィルムコミッション(伊那谷FC)は、映画・ドラマ・CM・MVなどの映像作品のロケを支援し、地域の魅力を全国に発信してきました。

本展では、過去に伊那周辺で撮影された数々の作品を紹介します。映画『ステキな金縛り』『ロストケア』、WOWOWドラマ『鵜頭川村事件』『地の塩』、テレビドラマ『ゴーイング マイ ホーム』など、数多くの映像がこの地を舞台に生まれました。

会場では、撮影時の貴重なスチール写真や動画、実際に使用された小道具・衣装などを多数展示。美しい伊那谷の風景や人々がどのように作品に映し出されたかを体感できます。

地域の自然・文化が映像を通じて輝く魅力を再発見し、さらに伊那への興味を深めていただける機会です。

第36回企画展

伊那谷フィルムコミッションの

「伊那谷フィルムコミッション」題字©三谷幸喜

しごと



阿部寛とよ
よし入頂きまし

**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

八十二文化財団・伊那市教育委員会 共催

歴史講座

伊那県が発行した独自紙幣『信濃全国通用銭札』
～叶わなかったもう一つの明治維新～

講師 **青木隆幸氏** (長野県立歴史館名誉学芸員)

概要

〈講師からのメッセージ〉

戊辰戦争中、新政府は贖金^{にせがね}を製造しました。信濃は、江戸を目指す官軍が贖金を大量に持ち込み大混乱に陥りました。明治2年、旧幕領管理のため置かれた伊那県は、危機克服のため信濃14藩に呼びかけ、信濃国内で通用する独自紙幣(信濃全国通用銭札)を発行しました。政府は停止を命じましたが、信濃独自のこの取組みの中に、叶わなかったもう一つの「明治維新」があります。銭札に隠された歴史と想いを、伊那県から解きます。

受講料 八十二文化財団友の会会員500円、一般1,000円



受講申込みは、上の2次元コードから。



4月24日(金)
午後1時30分
～3時30分
3階講堂
定員30人

伊那市創造館自主制作映画祭 2026

激突☆映像リニアブルート the 12th!!

エントリー

○出品を希望される方はまずはエントリーをお願いします。エントリー開始は4月1日(水)から!
○お申込み、お問い合わせは創造館・捧(ママげ)まで。
E-Mail: szk@inacity.jp

4月1日からエントリー開始!

募集要項

○応募される作品には「伊那の食」「伊那の風景」「伊那の人」「伊那の物品」など、伊那(谷)に関するものを入れてください。
○5分以内のショートムービー、または15分までの中編の区別・作品のジャンル・作品タイトル(仮でも可)を添えて、エントリーしてください。
○映画祭全体でショートムービー12本程度、中編作品5本程度を想定し、上映プログラムを組みます。(総尺で160分以内に留めます)
○基本的にはエントリー順に受け付け、想定上映時間をオーバーした時点で、作品受付を終了します。規定に合わないもの・公序良俗に反するものなどは、上映をお断りする場合があります。

作品納品

○完成した作品は10月5日(月)までに、創造館にお送りください。
大容量データ転送サービスをご利用いただくが、動画データを書き込んだディスクなどを、直接郵送してください。

そして…

伊那谷ムービー大公開!

今年も、伊那谷ムービー
映像作品募集
まずはエントリーを!

今年の映画祭は
令和8年
10月24日(土)
午後0時45分から

大切な猫も留守なり 籠月夜風が心地よい折、みなさまのご健勝をお祈り申し上げます

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



※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。

※管理上の理由により、4月から学習室は土日は午後5時までとなります。

休館日

7日(火)、14日(火)、
21日(火)、28日(火)、

4月

開館時間

午前10時～午後8時(月水木金・学習室)
午前10時～午後5時(土日・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



おいずみしんでん

歴史講座「大泉新田区の歴史」 2月20日(金)

今回の歴史講座では、大泉新田区の歴史を取り上げました。講師の原正章はらまさあきさんから、新田開発に取り組んだ加集奎之助かじゅうのすけのお話など、大泉新田区の歴史だけでなく日本や周辺の地域の歴史との関わりを交えながら講演いただきました。

- スポットライトP27
わいわいくらぶ(手良公民館)
- ふるさと発見P27
春日古城跡(美篤公民館)
- 分館紹介P28
非持分館(長谷公民館)
- インフォメーションP28
- 活動スナップP29

今月の
Photo

西箕輪公民館

いっぴく



西春近公民館講座の講師としてお世話になっている切り絵作家の浦野栄一先生。私と同じ諏訪形区のご出身で、中高そして教員時代も含め一つの先輩です。浦野先生の蛭を題材にした切り絵が、今も首相官邸に飾られているというので、並の作家ではありません。

話は変わり、以前伊那市創造館で開催された企画展「学校のはじまり」はじめて博覧会」でのこと。会場を訪ねて目にとまったのが「上伊那文集」のコーナーです。小学時代の年代の文集を手に取りページをめくっていくと「浦野栄一」の作者名を見つけました。さすが先輩、文才も秀でていたらしく、2年連続で掲載されています。市内水泳大会の6年日記文です。往時に思いを馳せながら読み進めていくと、なんと文中に「ひろしちゃん」が登場。その下りから「ピーとふえがなつてスタート台に立った。続いてピストルがなつて飛びこんだが、…(中略)：ゴールに着いた。見まわすともう一人の人がまだ着いていなかった。力つかいはたした感じがした。もどると五年のひろしちゃんが「よくやった」と言った。実にうれしくいい気持ちでした。」

先輩に向かって「よくやった」とは、と首をすくめながらも、様々な縁で今があることに感謝する今日この頃です。

西春近公民館長 浦野博



スポーツライト

手良公民館

わいわいくらぶ

手良公民館では未就園児を育てているご家庭に向けた講座として「わいわいくらぶ」を開催しています。講師に保育士の畑谷先生、伊藤先生のお二人をお招きし、例年4月から翌年3月まで毎月1回活動を行っています。

実はこちらの講座、地区内の0歳～3歳までの子育て世帯の減少や、お子さんの保育園入園をきっかけとした参加者の講座卒業によって「令和7年度は開催が難しいのではないか」という心配の声が上がっていました。ところがふたを開けてみれば、今年度の参加申込数は年間を通して13組と、ここ数年間で一番多くの方に参加いただきました。この背景には「手良地区への移住者の増加」があります。有志の方で構成された「田舎暮らしサポート委員会」が熱意をもって地区内外に手良地域の魅力を発信してくださっているおかげで、最近では地区への若い世代の移住者が増えており、その中には今年から「わいわいくらぶ」に参加いただいた方もいます。

「わいわいくらぶ」の主な活動としては、手遊びや紙芝居、とび箱やマットを使ったサーキット遊びがあります。その他、春にはいちご狩り、夏には水遊び、秋にはぶどう狩り、冬にはクリスマス会や豆まきなど、季節に合わせた催しも用意しています。幅広い年齢のお子さんでも楽しめるよう保護



5月のいちご狩り。小さなお子さんでも楽しめます。

者の方の意見も聞きながら企画しています。講座が終わった後には、保護者の皆さんが子育てについての悩み事を相談できる、自由な交流の場も生まれています。ご興味がありましたら手良公民館にぜひお問い合わせください。

ふるさと発見

春日古城跡

国道361号の上大島バス停付近を南に入ったところに天神広場があります。いくつかの遊具が設置され、住民の憩いの場として親しまれています。

この一帯は古くから権力者の館があった場所と推定されています。室町から戦国時代にかけては、伊那地方の有力な豪族春日氏がここに居城の一つを築きました。春日城とも大島城とも呼ばれています。城郭の南側は三峰川右岸段丘の端に位置し、東、西、北側の三方が深い堀で守られていたようです。

春日氏当主は織田氏の侵攻による高遠城の落城に際し、仁科五郎盛信とともに討ち死にしています。南側の段丘の下には春日氏縁の寺院円心院と篤く信仰していた諏訪神社があります。

現在北と西の堀跡は、国道とナイスロードを結ぶ近道として多くの人に利用されています。また、周辺は真竹や篠竹の藪で覆われていますが、西側に残る高い土塁の上に城の守護神稻荷様の社があり、この中に春日神社が一緒に祀られています。毎年氏子の皆さんが4月第1日曜日に例祭を行っています。東側の空堀に沿った小道を一段下ると、上大島区で祀られている二つの社があり、更にここから急な石段が下の道路まで続いています。



上大島区で祀られる社



稻荷神社が祀られる天神広場

美簀には春日古城を中心に、東と西の三峰川流域を見渡せる同じ段丘の端にも、春日氏が築いたといわれる城跡が残っています。古城跡を訪ね、今NHKの大河ドラマ「豊臣兄弟！」で描かれている時代にタイムスリップしてみたいかがですか。

参考文献「伊那周辺の城館跡と村落」

美簀公民館

分館紹介

非持分館

長谷公民館



長谷非持分館は、美和湖沿いに位置する自然豊かな地域です。非持分館では、令和7年度の事業をなるべくコロナ禍前に戻して少しでも地域が盛り上がるよう工夫しながら活動しました。分館の主な事業は「敬老会」「夏祭り」「秋祭り」の3つですが、今回は「敬老会」と「夏祭り」の様子を紹介いたします。



敬老会、皆さん笑顔で楽しみました。

「敬老会」は、6月15日(日)に高齢者の皆様の長寿を祝いながら、参加される皆さんがゆったり交流できるよう「気の里ヘルセンター」栃の木」をお借りして開催しました。今回は2部構成で行い、第一部は外部演目による歌や踊りのパフォーマンスを鑑賞し、時には招待者の皆様にも参加いただきながら、一体感のある盛り上がりを見せました。第二部は、分館役員によるビンゴ大会、音楽、ダンスで会場を盛り上げました。事前に皆様に行事の内容を詳細にお知らせしたこともあり、昨年に比べ1.5倍の50名の方々に越えさせていただきました。帰り際、多くの皆様から「非常に楽しい時間を過ごせた」と感謝のお言葉をいただくことができました。

8月15日(金)に開催した「夏祭り」では、昔懐かしい盆踊り大会を地域住民の絆を深める場として復活しました。久しぶりに行う盆踊り大会だったため、どの位置集まるのか不安でしたが、当日は、保育園児から87歳の高齢者まで112名という大勢の皆さんの参加があり、大きな踊りの輪ができました。特に地元民謡「ざんざ節」は、子どもから高齢者まで幅広い年代層の方が踊れることから、踊りを通して世代間の交流や地域の愛着を育む良い機会になったことと思います。



分館長 中山繁治
なかま しましげ ちか

インフォメーション

○高遠町公民館「桜大学講座 講演会」

「朝ドラ、大河、ドラマはこう生まれる」

- 期 日…令和8年4月29日(水・祝)
- 時 間…午後1時30分～3時頃
- 会 場…高遠町総合福祉センターやますそ
- 講 師…西村与志木さん
(伊那市長谷出身・元NHKエンタープライズプロデューサー)

- 参加費…無料
- お申し込み…不要
- お問い合わせ

☎026519412557(高遠町公民館)

○伊那公民館「第44回 探鳥会」

新緑の中で楽しくバードウォッチングをしましょう。

- 期 日…令和8年5月10日(日)
- 時 間…午前6時30分～8時30分頃
- 会 場…伊那市西箕輪 仲仙寺
(ちゅうせんじ)
- 講 師…日本野鳥の会
- 参加費…無料
- 持ち物…筆記用具、双眼鏡、野鳥図鑑(お持ちの方)
- お申し込み…4月24日(金)までにお申し込みください。

☎026517813447(伊那公民館)



活動 スナップ



手良地区モルック大会

1月24日(土) 手良公民館
今年度新しく開催した行事ですが、17チーム45名もの方に参加いただきモルックを和気あいあいと楽しみました。



女性教室

2月10日(火) 美篤公民館
「言うことは同じ、やることは逆」の脳トレゲームで、頭と体を楽しく動かしました。元気に体を動かそう!



市民ガーデニング講座

2月13日(金) 伊那公民館
講座の参加者で伊那公民館の花壇せんていを剪定しました。バラの枝をどこで切るか教わりました。



健康講演会

2月13日(金) 富県公民館
講師の先生をお招きし、皆で楽しくフレイル予防の「3B体操」を行いました。



高遠おいさんずクラブ

2月13日(金) 高遠町公民館
伊那・駒ヶ根の工場や施設を視察して見聞を広めました。音声や映像、展示物で薬酒の製造過程を見学しています。



キッズ王国

2月26日(木) 伊那市公民館運営協議会
伊那市の公民館9館の共同事業「キッズ王国」で、かみねんど遊びを楽しみました。



令和6・7年度特別委員会活動報告

令和6年6月に設置された特別委員会の2年間の活動を報告します

まちづくり課題検討特別委員会

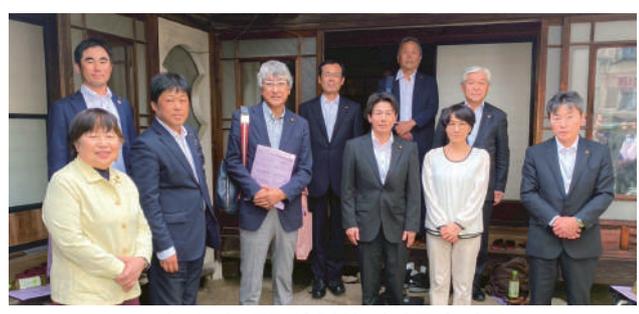
調 調査の結果、中心市街地における空き店舗の増加が喫緊の課題であると再認識し、その利活用

当 特別委員会は、高校再編に伴う周辺環境の変化を見据え、伊那北駅から伊那市駅間にわたる新たなまちづくりの整備と将来像について、計14回の委員会開催のほか、現地調査や行政視察、関係団体との懇談会を通じて多角的な調査・研究を進めてまいりました。

こ れらを踏まえ議長に対し、空き店舗活用

焦点を絞った検討を行いました。西町地区での現地調査では、リノベーション事例や地域住民による支援の実態を確認し、山梨県韮崎市や群馬県前橋市などの視察では、官民連携や専門人材育成の先進事例を学びました。また、商工会議所との懇談を通じて創業支援の実情や不動産流通の課題についても意見聴取を行いました。

を軸としたまちづくりの推進を報告しました。行政と関係団体が連携した包括的な支援体制の整備や、専門人材によるマッチング支援、創業者の実態に合わせた柔軟な制度設計を求めています。また、SNS等を活用した積極的な情報発信や、防災・防犯面も含めた将来的なまちづくりのビジョンの策定を報告に盛り込みました。



まちづくり課題検討特別委員会委員

人口減少対策特別委員会

全 国的に進む少子高齢化と大都市集中の流れから、少しでも人口減少を抑制できる方法はないのかと、当特別委員会が設けられた調査研究を重ねてきました。2年間にわたる調査研究により、数多くの問題点の中から、テーマを

① 伊那市で女性が働くことが出来る職場の拡充

② 婚姻率を上げるための方策

に絞り込みました。

具 体的に実行するための方策として、市から企業への積極的な働きかけ、就業対策の強化、女性が就職するための技術習得、いなし出会いサポートセンターの充実、移住婚対策に報告しました。

現実的には人口減少は避けられない社会情勢から、いかに魅力ある伊那市や魅力ある伊那市の施策をつくり、その魅力を発信する

今 後は、市民や事業者、関係団体と連携し、「誰もが能力を発揮しやすい環境づくりにつながるよう、意識啓発や理解促進に取り組むことが重要である。」と、当委員会では結論をまとめました。

取り組みにより、より多くの転入者を増やすことで人口減少を少しでも緩やかに推移させる方向性が大切であると考えます。



人口減少対策特別委員会委員



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」～

2026.4月号

VOL.235

「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



指さしコミュニケーションシートを作成 ～手話サークルあおいそらの取り組み～

指さしコミュニケーションシート(右)と筆談対応の周知シート(左)

ボランティアグループ「手話サークルあおいそら」では、赤い羽根共同募金の助成金を活用し、聴覚障害のある方と意見交換を重ねながら「避難所向け指さしコミュニケーションシート」を作成しました。

聴覚障害のある方は、災害時の避難所で言葉によるやりとりが難しく、不安を感じることがあります。今回作成したシートは、そうした場面を想定し、イラストや文字を指さすだけで体調や必要な支援を伝えられるよう工夫されたものです。避難所でのスムーズな対応につながることで、そして「誰一人取り残さない」支援体制づくりを目指し、実際に使いやすい形に仕上げました。

コミュニケーションシートは21部作成し、筆談などの対応が可能であることを知らせる周知用シートと合わせて伊那市へ寄付しました。市内の指定避難所へ1部ずつ配置される予定です。

社会福祉協議会としても、今回の取り組みを通じて、当事者と共に考え、誰もが使いやすい仕組みをつくる「インクルーシブデザイン」の重要性を改めて実感しました。今後も地域の皆さんと連携しながら、誰もが安心して暮らせる地域福祉の推進に取り組んでいきます。



贈呈式

あたたかいおもてなしの気持ちを地域の方へ ～伊那養護学校高等部「中の原分教室」の生徒の皆さんの活動～

伊那養護学校では、生徒が社会性を身につけ自立に向けた力を育むための取り組みとして、西箕輪上戸地区で行われるサロンに参加し、喫茶実習を通じた交流を年に1回行っています。



喫茶実習では、学校の畑で収穫した季節の野菜を使ったメニューを考え、すべて生徒が手作りしています。今年はさつまいものプリンとソフトクッキーを用意し、飲み物と一緒に提供しました。また、生徒が作成した手作り製品の展示などを行い、学校生活の様子も紹介しました。中でも音楽会での演奏映像を鑑賞した際は、地域の皆さんからたくさんの温かいお言葉をいただき、参加者とともに心温まる時間となりました。

〈参加者の声〉

生徒さんの感想

接客などの練習もしてきて当日も笑顔で接客できよかったです。来年もおいしいお菓子や温かい飲み物で最高のおもてなしをしたいです。

生徒さんの感想

お菓子づくりでおいしく作れるように集中してやりました。「おいしいね!」と言ってもらえて嬉しかったです。

長野県伊那養護学校高等部 中の原分教室 分教室室長 丸山 先生

地域の方からたくさんの温かいお言葉をいただきました。自分たちがやってきたことを認めていただけることが大きな自信となります。本当にありがたい機会となっております。

生徒さんの感想

接客の時にとても聞き取りやすいとってくださいまして嬉しかったです。学習の紹介もはっきりと伝えてよかったです。来年もお客様を笑顔にしたいです。

西箕輪公民館 千賀 館長

会場に入ったとたん目に飛び込むおもてなしを感じる飾り付け、喫茶での接客のスムーズさと温かさ。心、温まる時間を下さり感謝です。

上戸区社会福祉協議会 福島 会長

保健師さん公民館長さんの有益なお話を伺った後で、生徒さんのおいしい手作りプリンとクッキーで心のこもった接待を受け、今年も楽しい喫茶の一時を過ごすことができ感謝しております。

ふくしいな特別企画 第1回 あいなちゃん大賞発表!!

伊那市社協をより身近に感じてもらうための特別企画として、令和7年8月から募集し、市民の皆さんの投票により「あいなちゃん大賞」が決まりました。

大賞の皆さんには景品をお送りします！ 応募者の皆さんにはささやかな記念品をプレゼント！
詳しくはホームページでご確認ください。



詳しくはこちら

川柳の部大賞!

『脳イキに 行くも旅なり おしゃれして』酒井 洋子さん

準大賞!

『リレー見て ばあばの音が 1等賞』ペンネーム めめこさん

あいなちゃんの部大賞!

『なかよし
あいなちゃん
い～なちゃん』



ペンネーム ゆなさん
準大賞はホームページで紹介

写真の部大賞!

『くまちゃんの
寝かしつけ』



ペンネーム めめこさん
準大賞はホームページで紹介

新事業「い～なここから元気塾」 手良・富県・長谷地区で先行スタートしました!

「い～なここから元気塾」は介護予防普及啓発事業として伊那市からの委託を受け、伊那市社会福祉協議会高齢者サービス係で教室を開催しています。手良・長谷地区では令和7年7月から始まり、多くの地域住民の皆さんに参加していただいています。令和8年4月からは富県地区、その後は市内各地区においても順次スタートしていく予定です。

い～なここから元気塾とは?

フレイル(加齢により心身の機能が低下した状態)予防を目的とし、筋力と知識を身につけて100歳まで元気に暮らすための運動と学びと交流の場です。以下のような内容を教室で実施しています。

「しっかり動く」

- ・筋力トレーニング
- ・ストレッチ



「しっかり学ぶ」

- ・口腔機能向上
- ・栄養の知識



「楽しく交流」

- ・レクリエーション
- ・脳トレーニング

対象者 65歳以上の方

参加費 1回100円

(高齢者等暮らしいきいき応援券の100円券も利用できます)

問合せ

伊那市社会福祉協議会 高齢者サービス係 TEL.72-4477

伊那市役所 福祉相談課 介護予防係 TEL.96-8140



元気塾の様子

にこにこショップひだまり

伊那市社会福祉協議会の障害者多機能型事業所3施設では、高遠城址公園さくら祭りにて「にこにこショップひだまり」をオープンします。各施設の利用者の皆さんが心を込めて作成した製品をはじめ、温かいコーヒーや甘酒のテイクアウト、地元のお土産など多くの商品を販売します。さくら祭りにお越しの際は、どうぞお立ち寄りください。

営業期間 さくら祭り開催期間中の4月2日(木)～19日(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

※営業期間、営業時間は開花状況により変更になる場合もあります。



さくらの花びらのしおり



店内の様子

問合せ

障害者多機能型事業所 さくらの家
TEL.0265-98-3456 担当:石川いしかわ

令和8年度 ナイスハートバザールin伊那

上伊那の障害者福祉施設の利用者の皆さんが作った製品の販売会を開催します。ぜひお越しください。

日 時 4月4日(土) 午前10時～午後3時

場 所 ベルシャイン伊那店 1階 催事場

主 催 長野県セルプセンター協議会



令和7年度の様子

参加事業所

こまくさ園(飯島町)

伊南桜木園(駒ヶ根市)

西駒郷(駒ヶ根市)

伊那ゆいま～る(伊那市)

ほっとジョイブ(南箕輪村)

チャレンジセンター笑顔の時間(南箕輪村)

問合せ

長野県セルプセンター協議会
TEL.0265-98-8790 担当:唐木からき

赤い羽根共同募金助成事業 地域で活躍するボランティア団体を応援します

伊那市共同募金委員会では、伊那市民を対象に活動しているボランティア団体などへ活動費の助成を行います。昨年市民のみなさんにご協力いただいた「赤い羽根共同募金」を財源として助成するものです。

対象団体 ①ボランティア団体(伊那市ボランティア・地域活動応援センターに登録があり、活動実績のある団体)

②その他、共同募金委員会が特に必要と認めた施設、団体

対象事業 ①地域福祉を目的とした事業(例:子育て支援・高齢者や障害者への支援活動)

②行政やその他団体が行っていない未整備事業

助成限度額 5万円 ※予算の範囲内で助成額を調整する場合があります。

申請期間 4月1日(水)～5月1日(金)

申請方法 指定の申請用紙を下記メールアドレスにお送りください。

申請用紙は伊那市社協の窓口で受け取るか、社協ホームページ(<https://ina-shakyo.jp/>)の

「各種ダウンロード」→「赤い羽根共同募金 ボランティア団体配分事業」より書式を

ダウンロードしてください。なお、助成要綱の詳細についても社協ホームページに掲載していますのでご確認ください。

提出先 chiiki@ishakyo.jp (メールにてご提出が難しい場合は窓口にて提出してください。)



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 担当:三浦みうら



各種ダウンロードはこちら



伊那弥生ケ丘高校将来活用プレゼン大会 市防災コミュニティセンター

熱意あふれるアイデアが集結 2/7 土

伊那弥生ケ丘高校の将来活用に向け、官民共創の新しいまちづくり協議会がプレゼン大会を開催し、約90人が参加しました。全15組が発表し、発表者と参加者が一体となり、地域の未来について語り合う温かくも情熱的な時間となりました。



叙勲(瑞宝小綬章)の伝達 市役所

市政発展への貢献をたたえて 2/16 月

元伊那市議会議員として3期12年務めた平岩國幸氏(右から2人目)に瑞宝小綬章(ずいほうしょうじゅしょう)が伝達されました。在任中、西箕輪保育園開園や本会議のYouTube配信などに尽力されました。平岩氏は「穏やかな伊那で、皆さんと共に活動できたことが嬉しかった」と感謝を語りました。



ツキノワグマ緊急出沒訓練 市役所ほか

クマ出沒時の安全確保へ 2/24 火

ツキノワグマの出沒を想定した緊急出沒訓練が行われました。南信地区の関係者約60人が集結し、講師の指導のもと、座学に加え、実地訓練では無線連絡や安全確認の手順を実践。住民への危害防止と安全な捕獲を目指し、各機関が連携して対応を入念に確認しました。



令和7年度伊那市表彰式典 市役所

高校生初!特別功勞表彰を受賞 3/1 日

全国高校駅伝連覇や春の高校伊那駅伝優勝に貢献した伊那市出身の長野東高校生、田畑陽菜さんと真柴愛里さんを、高校生初の特別功勞として表彰しました。伊那での駅伝経験を原点に、春から新天地で走り続ける二人のさらなる活躍を応援しています。

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。

事前相談 随時受付中 9:00~16:00

葬儀・法事のことならグレースへ。

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

4月の納税 固定資産税……………1期 [4月30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 64,415人 [世帯:28,974世帯] ※令和8年3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8年4月1日 発行/長野県伊那市(〒390-0001)伊那市下新田(0206000番地) 編集/総務部秘書広報課(0206000番地) 印刷/アド・イメージナル株式会社

