

森といきる伊那市

いな

市報INA

2026

6

No.243

20th

— 伊那市誕生20周年 —

シャボン玉ふかふかわんぱく広場

P1 市長から市民の皆さまへ

P2 伊那市の魅力・情報を発信中!

P3 災害が起こる前にチェックしよう!

P5 新しいまちづくり

P6 たいせつな 水道守ろう 未来へと

P7 雨水タンクを設置しませんか

P8 高齢者サービス使っていますか?

伊那から減らそうCO₂!!補助金

今月の特集

市民と対話し、まちづくりを進める

問 秘書広報課

市民とともにつくる これからの伊那市

伊那市長

よしだ ひろゆき
吉田浩之

わたしが目指す 伊那市のこれから

遠くに南アルプスや中央アルプスを望み、麓に民家が並びその手前には田んぼや畑がきれいに手入れされているという美しい景観が市内の至るところで見られることは、伊那市の大きな魅力の一つです。

その一方で、超少子高齢化の進行や不安定な世界情勢など先行きの見通しにくい時代になっています。だからこそ、伊那市の自然・歴史・文化、農林・商工業などの魅力を生かした独自のまちづくりが必要なのです。

子どもたちが夢を描き成長できる環境を整え、若い世代の皆さんが自分の可能性を広げていけるように支え、年を重ねた方々が暮らし続けられる安心をお届けするとともに、地域の産業を支援してまいります。

そのために、市民一人ひとりの声が市政に届くよう、常に市民目線に立った丁寧で誠実な対応を心がけ、誠心誠意励んでまいります。

伊那市に住んでよかった、伊那市は暮らしやすいまちだと実感できる人にやさしいまちを目指します。

市民一人ひとりが いきいきと輝くための 施策の柱

○子育てと教育を大切に するまちを目指します

「伊那市で子育てしてよかった」と感じられるよう、地域と家庭と伊那市が力を合わせ、保育・学童・発達支援を充実させるとともに、一人ひとりの力を伸ばせるよう学力向上や不登校支援等に取り組みます。

○誰もが安心して暮らせる まちを目指します

高齢者や障がいのある方、生活に困窮を抱える方も安心して暮らせるよう医療・介護・生活支援を充実させ、必要な支援を確実に届け、日常生活での不安を減らし、日々の暮らしの安心を高めます。

○環境にやさしく産業が元気に なるまちを目指します

自然と暮らしが調和した景観を守り、環境に配慮したまちを次世代へつなぐ、市街地や農村の環境整備を進めるとともに、農林業や商工業を支援、地域の仕事を元気にすることで、伊那市の魅力と稼ぐ力を高めます。

市民の皆さまの声 をお聞かせください

これまで伊那市が取り組んできた「市長への手紙」を通じて市民の皆さまの声をお聞きしてまいります。また、直接市民の皆さまの声を聞き取る機会として「市長を囲む会」を開催します。地区単位や各種団体などご希望の皆さまは、秘書広報課までお問い合わせください。



伊那市の魅力・情報を発信中!

—伊那市公式SNS—

市の魅力や市政情報などを各種SNSのアカウントで発信しています。アカウントごとに特色のある運用を行っていますので、ぜひフォロー・友だち追加して最新の情報をチェックしてください!

問 秘書広報課 広報広聴係

Facebook

長野県伊那市
「あるぴいな」



市の取り組みや地域のイベントなど、旬な話題を随時発信しています。



YouTube

@伊那市公式
動画チャンネル



伊那市広報番組「い〜なチャンネル」や市長定例記者会見など、動画で分かりやすく情報を発信しています。



LINE

@174kij



子育てやイベント、災害などの情報を、受信設定に応じて、受け取ることができます。その他、各種予約が行えるメニューもあります。



フォローや
イネを
お願いします!



X

@inacity_his



平時の防災広報、災害時の避難情報、被災者支援情報、国民保護に関することなどを発信しています。



Instagram

@inabiyori
「伊那びより」



伊那市の景色や人、伝統文化など、伊那市の日常の中にある「今だけ」を発信しています。



災害が起こる前にチェックしよう!

これから台風や大雨などによる災害に警戒が必要な時期を迎えます。平時から、情報の集め方やいざというときにいつ・どのように行動するのかなどを確認しておきましょう。

問 危機管理課 防災係

避難のタイミングは警戒レベルで判断!!

時間推移のイメージ

数日～一日前

半日～数時間前

数時間～3時間前

2時間～0時間前

災害発生

レベル1 早期注意情報

- ・災害への心構えを一段高める
- ・地区役員等の連絡体制を確認する

レベル2 注意報

- ・ハザードマップ等で災害リスクを再確認する
- ・地区役員等情報の把握手段を再確認する

レベル3 警報

- ・避難に時間がかかる**高齢者等は危険な場所から避難する**
- ・高齢者等以外の人にも必要に応じて避難の準備や自主避難

レベル4 危険警報

- ・**危険な場所から全員避難する**

※台風などにより暴風が予想される場合は、暴風が吹き始める前に避難を完了

レベル5 特別警報

- ・すでに安全な避難ができず、命が危険な状況
- ・今いる場所よりも安全な場所へ直ちに移動等する

災害が起こる前に確認

災害情報の受け取り方

警報・注意報や気象防災速報は、テレビ、ラジオ、インターネット、伊那市安心安全メール、伊那市防災アプリ、防災行政無線などで発信しています。あらかじめ情報収集の手段を複数確保しておきましょう。



災害が起こる前に確認

洪水・浸水の危険性

自宅近くの河川について、「洪水浸水想定区域図」を確認しておきましょう。この図は、洪水で氾濫した場合にどのように浸水するかについて、浸水の深さごとに色分けして示したものです。

なお、今年3月に、犬田切川、小戸沢川、戸沢川、堂沢川、土王田川、瀬沢川、ハツ手川、沢岡川、保谷沢川、金井沢、黒沢川、松倉川、鹿塩沢川、4月に三峰川の洪水浸水想定区域が公表されました。



◀天竜川の洪水浸水想定区域図
天竜川上流河川事務所



中小河川の洪水浸水想定区域図▶
伊那建設事務所

災害の危険が高まったらチェック

このあとどうなる?

警報などの情報が発表された際には、気象庁のホームページで、危険度を地図上に示したキキクルや、今後の危険度の推移を示した時系列情報(明日までの警報等の見通し)などを確認しましょう。



キキクル

検索



▲時系列情報



▲キキクル画像イメージ

「地域タイムライン」を見直そう！

地域タイムラインとは・・・

災害時に発信される気象情報や避難情報をもとに、「いつ」、「誰が」、「何をするか」、行動の「スタートライン」を決めておくことで、1人1人が自らの判断で避難行動・地域活動をできるようにするものです。

(例)〇〇区Aさんの地域・タイムライン(洪水・土砂災害版)

【目標】危険になる前に避難できるようにしよう！/地域みんなで逃げ遅れゼロを達成しよう！

目安の時間	警戒レベル	取るべき行動	私の行動	地域の行動
数日～一日前	レベル1	災害への心構えを一段高める	<input type="checkbox"/> 備蓄の確認 <input type="checkbox"/> 家族の行動確認 <input type="checkbox"/> 家の周りの片付け	<input type="checkbox"/> 役員が各自の活動を確認 <input type="checkbox"/> 公民館の資機材を確認
半日～数時間前	レベル2	災害リスクの再確認	<input type="checkbox"/> 家族の所在確認 <input type="checkbox"/> 避難先を確認 <input type="checkbox"/> 非常持出品を玄関に	<input type="checkbox"/> 安否確認が必要な方の確認(三役) <input type="checkbox"/> 災害対策本部立上げの連絡(三役) <input type="checkbox"/> 公民館の資機材を準備 <input type="checkbox"/> 用水路の確認
数時間～3時間前	レベル3	危険な場所から高齢者等避難	<input type="checkbox"/> 息子の家に避難する <input type="checkbox"/> 避難の際は組長に連絡する <input type="checkbox"/> 各種情報の確認 <input type="checkbox"/> 非常持出品を持参	<input type="checkbox"/> 災害対策本部設置(〇〇公民館) <input type="checkbox"/> 本部設置を地区住民へ周知・市役所へ連絡 <input type="checkbox"/> 公民館を避難場所として開設 <input type="checkbox"/> 消防団と情報共有開始 <input type="checkbox"/> 要配慮者の避難支援・避難状況確認 <input type="checkbox"/> 誘導班は避難支援
2時間～0時間前	レベル4	危険な場所から全員避難	<input type="checkbox"/> 親戚宅に避難する <input type="checkbox"/> 避難の際は組長に連絡する <input type="checkbox"/> 各種情報の確認 <input type="checkbox"/> 非常持出品を持参	<input type="checkbox"/> 各種情報の共有 <input type="checkbox"/> 土砂災害警戒区域に住む住民の避難状況確認 <input type="checkbox"/> 浸水想定区域に住む住民の避難状況確認 <input type="checkbox"/> 避難場所の状況・必要品を市に伝達 <input type="checkbox"/> 地区内の被害状況を住民に周知 <input type="checkbox"/> 危険個所の見回り(昼間)
災害発生	レベル5	命を守る行動！(安全確保)	■避難完了 ※危険な状況で行動しない	■避難完了・事前の安否確認完了 ※危険な状況で活動しない

「地域タイムライン」があると・・・

- ・平時から災害時(災害対応)へ切り替えるスイッチ(きっかけ)になる
- ・その時に必要な行動を選び、実行することができる
- ・支援が必要な人、支援する人、役員、住民、すべての人の安全が確保できる

まず決めておきたいこと！

- ・地区の災害対策本部の設置の時期と対応する人
- ・地区の避難場所の開設の時期と対応する人
- ・要配慮者支援(声かけや一緒に避難する等)の開始の時期と対応する人

「地域タイムライン」の取り組みに合わせて個人・家族の行動を考えることで、隣近所や地区のみんなの行動が確認できます。例えば、支援が必要な人の動きを把握しておく、近所の方が必要なタイミングで支援をすることもできます。

「自助」「共助」を意識した行動計画が、最終的には、地域全体の「逃げ遅れゼロ」につながります。

自分や家族の行動を決めておき、安全に行動することが、地区の防災・支援活動にもつながります。地区で考えた「地域タイムライン」には、個人・家族の行動を一緒に記載しておきましょう。

家庭・職場でも考えよう マイ・タイムライン (個人の行動計画)





10回の「対話・つながり・実現の場」から 見えてきたこと

—伊那市官民共創の新しいまちづくり協議会—

問 地域創造課 まちづくり推進係

市では、上伊那地域の高校再編を一つの契機に、暮らしの中で生涯にわたり学び続けられる地域をみなさんとつくりたい、1人1人がまちづくりの主役として参画するまちをつくりたいという思いから、市民の皆さん、伊那に関わる皆さん、そして行政が一体となった「新しいまちづくり」を進めています。

この新しいまちづくりを進めるため、令和6年9月に、「伊那市官民共創の新しいまちづくり協議会」を設立しました。

まずは、喫緊の課題を基に3つのワーキンググループ(WG)に分かれて活動を進めています。そして、このまちづくりの中心となるのが誰でも気軽に参加できる「対話・つながり・実現の場」です。これまでに10回開催し、約800人と多くの方に参加いただき、対話を重ねています。

「対話・つながり・実現の場」は、各WGが主体的に企画・開催してきました。地域を歩いて散策したり、講師を招き専門家の知見や実践事例から学んだり、WGごとに毎回異なるテーマ、内容を計画して実施してきましたことで、多くのつながりが生まれています。

これまでの各ワーキンググループ(WG)の活動

市街地エリアのまちづくりを考える

まちなかエリア高度化WG



魅力や課題を見える化し、「やりたいこと」を集めてきました。そして実装に向けてゲストを招いて実践事例を学び、対話を重ねてきました。

伊那弥生ヶ丘高校の将来活用を考える

伊那弥生ヶ丘高校将来活用WG



将来活用案を考えるために、「対話の場」を重ね、事業・アイデアを発表する「プレゼン大会」を開催。そこで出た内容を基に、伊那市長へ提案を行いました。

伊那北駅周辺の活性化を考える

伊那北駅周辺再生WG



「駅前ちゃれんじ!」と題して、高校生や地元山寺区の皆さんとの対話を中心に「やりたいこと」を集めてきました。

最新情報はここから／



Facebook



Instagram

昨年度は、それぞれのWGで、この地域で暮らす私たちがどんなことができるのか、どんなことをしていきたいのか、そんな「可能性」を考える時間になりました。

今年度はこれまでの対話を経て、伊那北駅周辺再生WG・まちなかエリア高度化WGでは、社会実験に向けて検討を進めていく予定です。また、伊那弥生ヶ丘高校将来活用WGでは、伊那市長へのプレゼンを経て、長野県への提案につながる活動を進めていく予定です。

今後の協議会に関わる情報は、市公式ホームページ、Instagram、フェイスブックにて発信していきます！引き続き皆さんのご参加お待ちしております。

『二つのアルプスの恵み おいしい～ナの水』

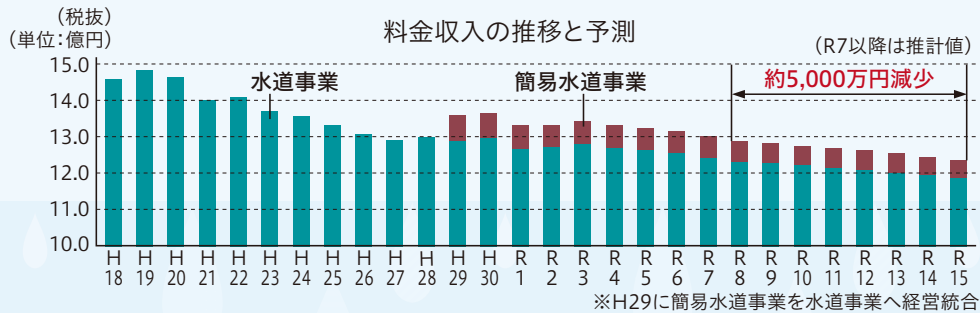
～たいせつな 水道守ろう 未来へと～ (第68回水道週間スローガン)

蛇口をひねればいつでも安心して使える水。
この水道を未来へつないでいくため、
安全・安心で持続可能な水道事業経営に取り組みます。

問 水道業務課/水道整備課



料金収入は、
年々減少して
しまうんだね。



1 人件費や物価の上昇で運営費が増えています

人件費や物価上昇の影響で、水道事業を運営するための費用は増加しています。

2 老朽化が進む施設や水道管の更新などが必要です

伊那市は市域が広く、中山間地にも集落があるため、水道施設や水道管が多く、維持管理や更新に多くの費用がかかります。

3 人口減少で料金収入は減る見込みです

水道事業は皆さんからいただく水道料金で賄っています。今後は人口減少により、料金収入の減少傾向が続くことが見込まれます。

水道料金は3年ごとに適正な料金への見直しを行っており、令和8～10年度は現在の料金を据え置きとしています。次の料金改定は、令和11年度の予定です。

たいせつな水道水を未来へつないでいくために
市では安全な水の供給や施設更新を進めています。

安全・安心な水道水のために

水道水は、塩素消毒で一般細菌を除去しています。しかし、塩素に強い病原生物「クリプトスポリジウム」には、通常の消毒では対応できません。

クリプトスポリジウムとは？

- ・哺乳類の腸に寄生する微生物(約4～6μm)
- ・クリプトスポリジウムに汚染された水を飲むと下痢・腹痛・発熱など症状を引き起こします。

市が実施している対策

紫外線照射装置(5カ所)と膜ろ過装置(5カ所)を設置して、クリプトなどの病原生物を徹底除去。定期的な水質検査で、安全安心な水道水をお届けしています。



将来にわたって水道を使い続けるために

市内の水道施設の多くは、昭和40～50年代に整備されました。現在、これらが一齐に更新の時期を迎えており、費用の増加が課題となっています。

優先的に進める耐震化

災害時の拠点となる施設を守るため、小・中学校や公民館などへの配水管を優先的に耐震化しています。計画的な更新で、安全な水道を守ります。



私たちの水を守るために、
さまざまな取り組みをしているんですね。



今後も経営環境の厳しさは増えますが、創意工夫により安定した経営基盤を築きつつ、事業を推進してまいります。

身近な水資源を有効活用して水害防止へ

雨水タンクを設置しませんか

皆さんは「流域治水」という言葉を知っていますか？

問 建設課 建設調査係

「流域治水」とは流域全体で水害に強い地域をつくる、という考え方です。市では家庭でできる対策のひとつ、「雨水タンク設置」の補助を行っています。今からできる雨水対策と一緒に始めませんか。

流域治水とは？

気候変動などにより、水害が頻発・激甚化する中、流域のあらゆる人が流域全体で水害に強い地域をつくる「流域治水」が推進されています。私たちの取り組み・心がけが大ききな力になります。



私たちにできること 家庭用雨水タンクの設置



雨水を一時的に貯めることで、河川への急激な流出を抑えて浸水災害を軽減・抑制することができます。雨どいに簡単に取り付けることができ、タンクに貯まった雨水は水やりなどに使えるので節水にも効果的です。



家庭用雨水タンクの一例

容量 140リットル
サイズ 幅600×奥行360×高さ990(mm)
重量 13キログラム
素材 高密度ポリエチレン

これまでに70人に
ご利用いただいで
います。

〈設置された方の声〉

花壇や家庭菜園の水やり・水遊びなどに使っており、資源の有効利用としてとてもよい。



■補助対象者

市内に住宅など(建設予定を含む)をお持ちの方、またはお住まいの方

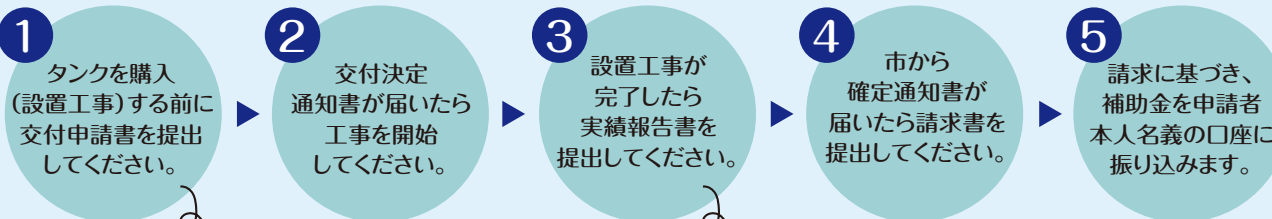
■補助内容

雨水タンクの規格	補助金額(1,000円未満の端数切り捨て)
100リットル以上 500リットル未満	25,000円または補助対象経費の2分の1に相当する額のいずれか少ない額
500リットル以上	50,000円または補助対象経費の2分の1に相当する額のいずれか少ない額

家庭用雨水タンク
設置補助について
詳しくはこちら▶



■補助金交付までの流れ



[添付書類]

・位置図(住宅地図等) ・設置前の写真
・容量や仕様等が確認できる書類 ・見積書

[添付書類]

・建物配置図に設置箇所を示した図面 ・領収書の写し
・設置完了後の写真(容量が確認できるもの)

サービス

高齢者の皆さん！ 便利なサービス、使っていますか？

自宅で暮らす高齢者の皆さんの生活を支えるサービスがあります。それぞれに要件がありますので、詳しくはご相談ください。

問 社会福祉課 高齢者サービス係、【高遠町】市民福祉課、【長谷】市民福祉課

高齢者等暮らしいきいき応援券



4月に在宅の75歳以上の方へ送付した券に加えて、次の申請ができます。

【タクシー・福祉タクシー利用助成】

通院などのための福祉タクシー等の利用料金を一部助成します。

対象者…

- ・要介護1以上かつ市民税非課税世帯でタクシーの利用が必要な方
- ・要介護2以上かつ世帯の合計所得が500万円未満で福祉タクシーを利用しなければ外出ができない方

【訪問理容美容助成】

訪問などによる散髪の利用料金を一部助成します。

対象者…

- ・寝たきりなどの理由により、散髪のために理容・美容室に向くことが困難な方

紙おむつ等購入券

尿失禁がある在宅要介護の方へ、紙おむつ、尿取りパットなどを購入できる券を交付します。

対象者…

- ・要介護2以上または要介護認定調査票の排尿排便項目が「見守り」以上の方
- ・市民税が非課税の方

軽作業サービス券(おたすけ券)

家事や買い物、ゴミ出しなど日常生活で不便に感じている軽作業の依頼をする時に利用できる券を交付します。

対象者…

- ・一人暮らしの高齢者または高齢者のみ世帯の方
- ・市民税非課税世帯又は均等割のみ課税世帯

食の自立支援事業

食事を確保することが困難な高齢者の方が、登録業者による栄養バランスに配慮した日替わり宅配弁当(あじさい弁当)を利用する際に、一部助成します。

配達に合わせて安否確認も行います。

対象者…

- ・食事の確保に支援が必要な65歳以上の一人暮らしの高齢者または高齢者等のみ世帯の方



あじさい弁当

今年度が
最後

伊那から減らそうCO₂!! 補助金を活用しよう!

補助金

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削減するため、市内の住宅や事業所への対象設備の設置に対し、費用の一部を補助します。国の交付金が終了となるため、現在の条件での補助金は今年度が最後です。対象設備の導入を検討している方は、お早めにご申請ください。

申請期間:6月1日(月)～

問 生活環境課 ゼロカーボン環境政策係

実績報告書提出期限:令和9年2月26日(金)

■太陽エネルギー利用設備設置補助金・山林資源活用機器設置補助金



▲太陽エネルギー利用設備設置補助金



▲山林資源活用機器設置補助金

対象設備	補助率(上限額)
太陽光発電設備	補助率:【住宅用】14万円/kW、【事業所用】10万円/kW 上限額:【住宅用】70万円、【事業所用】500万円
定置型蓄電設備 ※太陽光発電設備の付帯設備として設置する場合のみ対象	補助率:蓄電池本体価格の1/2以内 上限額:【住宅用】7.75万円/kWh(上限額:77.5万円) 【事業所用】9.45万円/kWh(上限額:189万円)
太陽熱利用システム	補助率:対象経費の2/3以内 上限額:【住宅用・事業所用】60万円
薪ストーブ	補助率:対象経費の2/3以内 上限額:【住宅用・事業所用】30万円
ペレットストーブ	補助率:対象経費の2/3以内 上限額:【住宅用・事業所用】42万円
薪ボイラー ペレットボイラー	補助率:対象経費の2/3以内 上限額:【住宅用】300万円、【事業所用】400万円
チップボイラー	補助率:対象経費の2/3以内 上限額:【住宅用】300万円、【事業所用】1,000万円



年度の途中であっても予算に達し次第受付を終了します。対象設備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。

生活環境課 伊藤

介護保険料の納入通知書を発送します

令和8年度の介護保険料のお知らせを、6月中旬頃発送します。昨年度までは年金から天引き(特別徴収)されている方はハガキでしたが、今年度からは全員封書でお送りします。

内容をご覧いただき、ご不明な点などはお問い合わせください。

問 社会福祉課 介護保険係

情報公開の実施状況を公表します

令和7年4月1日～令和8年3月31日の間に合計71件の請求がありました。

公文書開示の実施状況

開示請求文書・件数	
建設事業関係	36件
委託事業関係	10件
保険料関係	1件
その他	6件
小計	53件

決定内容・件数	
開示	16件
部分開示	35件
不開示	2件
文書不存在	0件
小計	53件

個人情報開示の実施状況

開示請求情報・件数	
医療関係	4件
税関係	14件
その他	0件
小計	18件

決定内容・件数	
開示	11件
部分開示	7件
不開示	0件
文書不存在	0件
小計	18件

問 総務課 文書法規係

令和7年度の内部通報の件数

伊那市職員等からの内部通報の処理に関する要綱第13条に基づき、令和7年度の内部通報の件数および概要を公表します。

■件数 0件

問 総務課 文書法規係

市県民税納税通知書・国民健康保険税納入通知書を6月中旬に発送

【市県民税】

令和8年度の納税通知書を、納付書または口座振替で納付されている方、もしくは年金から天引き(特別徴収)されている方にお送りします。なお、給与から天引き(特別徴収)されている方は、すでに事業所宛てに発送してありますので、事業所から受け取ってください。

【国民健康保険税】

令和8年度の納入通知書を、国民健康保険加入者のいる世帯主にお送りします。世帯主が社会保険や後期高齢者医療保険など、国民健康保険以外の保険に加入している場合でも、納税義務者は世帯主です。納め方は、納付書・口座振替・年金からの特別徴収の3通りで、納付書で納付する方については、1年間分の納付書をまとめてお送りします。

■令和8年度国民健康保険税の改正点

国の税制改正に伴い、令和8年4月から国保税が改正されます。

①国保税課税限度額の引き上げ

医療分の課税限度額が66万円から67万円に変更になります。

②軽減判定所得の見直し

前年の所得が一定額以下になる世帯の軽減について、5割軽減および2割軽減を判定するための所得が、国の基準額見直しに伴い引き上げられます。

③子ども子育て支援金分の追加

子ども子育て支援の拡充のため、国が令和8年度から子ども子育て支援金分を創設しました。市の国保税でも新たに「子ども子育て支援金分」の徴収を始めます。税率等は以下のとおりです。税額は従来の保険税(医療分・後期高齢者支援分・介護分)と合算して納付していただきます。
・所得割額0.3%・均等割額1,000円(18歳に達する日以後の最初の3月31日までは全額軽減)・18歳以上均等割額100円・平等割額1,000円・賦課限度額3万円

問 税務課 市民税係

対象の方は児童手当現況届の提出が必要です

児童手当を受給している方で、次の①～⑥のいずれかに該当する方は現況届の提出が必要です。

- ①配偶者からの暴力等により住民票の住所地が伊那市と異なる方
 - ②伊那市に住民票がない児童を養育する方
 - ③離婚協議中で配偶者と別居されている方
 - ④未成年後見人、施設等の受給者の方
 - ⑤加算額の有無を確認する必要がある方
 - ⑥その他、伊那市から提出の案内があった方
- ※提出が必要な方については、6月中旬にご案内します。

問 こども政策課 こども育成係

証明書コンビニ交付サービスをご利用ください

マイナンバーカードを使って、全国のコンビニエンスストアにあるマルチコピー機で、各種証明書を取得することができるサービスです。令和8年度(令和7年分)所得証明書は6月から取得できます。
※証明書の取得にはマイナンバーカードに設定されている4桁の数字の暗証番号が必要です。

■取扱証明書

- ・住民票
 - ・印鑑登録証明書
 - ・所得証明書(最新年度分のみ)
 - ・戸籍関連証明書
- ※登録状況によって、取得できない証明書があります。

■利用可能日時

メンテナンス日を除く毎日
午前6時30分～午後11時

問 市民課 市民窓口係



6月23日(火)~29日(月)は男女共同参画週間

パネル展

男女共同参画週間に合わせて、市役所市民ホールでパネル展を開催します。職場、家庭、地域において誰もが共に活躍できる環境づくりについて考えましょう。

令和8年度キャッチフレーズ
「あなたらしさが、社会のチカラ」



男女共同参画セミナーをパブリックビューイングで見よう

男女共同参画セミナーのオンライン講座を一緒に見ましょう。

○セミナー1「相談現場から見える男性の生きづらさ」

日時 6月20日(土)午後1時30分～

講師

濱田 智崇さん(京都橘大学准教授、臨床心理士、公認心理師)

○セミナー2「働く女性の為の時短メイク～性別の枠も他人の目も超えて私を楽しむ一步を～」

日時 7月4日(土)午後1時30分～

講師

小椋 ケンイチさん(おぐねえ) (ヘアメイクアップアーティスト)

○セミナー1、2共通

サテライト会場 市役所 501会議室

参加費 無料

申込方法 電話または電子申請でお申し込みください。

主催 長野県男女共同参画センターあいとびあ(☎0266-22-5781)



▲セミナー1
申し込み



▲セミナー2
申し込み

問 地域創造課 人権男女多文化共生係



成人歯科健診を受けましょう

歯科健診は見た目や口臭の改善に加え虫歯・歯周病の治療につながります。歯周病を治療することでさまざまな病気のリスクを減らすことができます。

市では定期的な歯科健診のきっかけとなるよう、成人歯科健診を実施しています。対象年齢の方はぜひご利用ください。

対象年齢

21歳(H17.4.2～H18.4.1生)

31歳(H7.4.2～H8.4.1生)

41歳(S60.4.2～S61.4.1生)

51歳(S50.4.2～S51.4.1生)

61歳(S40.4.2～S41.4.1生)

71歳(S30.4.2～S31.4.1生)

費用 500円

実施期間

6月1日(月)～

令和9年2月27日(土)

受診方法

申し込み済みの方は通知をご確認ください。まだ申し込みしていない方は電子申請または電話でお申し込みください。



▲申し込み

問 健康推進課 保健係



アメリカシロヒトリの防除

アメリカシロヒトリは、6月から9月にかけて年に複数回発生し、幼虫の時期に樹木の葉を食い荒らす害虫です。被害を拡大させないためにも地域ぐるみで防除をお願いします。

区・常会で一斉駆除する場合には、市で動力噴霧器を貸し出します。

動力噴霧器の貸し出し

各担当部署に電話などで予約をしてください。なお、防除に関わる薬剤・燃料費については、区および常会の負担となります。

○伊那地区：農政課

○高遠町・長谷地区：

各総合支所 農林建設課

○その他の地区：各支所

問 農政課 農業経営係



鳥獣被害対策に取り組みましょう!

野生鳥獣の被害は減少してきていますが、地域が結束して継続的に取り組むことが効果的です。野生鳥獣を寄せ付けない環境づくりに取り組みましょう。

【地域で取り組む4つの対策】

■隠れ場所を作らない

雑草が繁茂した耕作放棄地は野生鳥獣の格好の隠れ場所です。草むらなど身を寄せる場所を作らないように地域で草刈りや間伐を行い、適切な管理に努めましょう。

■野菜などを放置しない

廃棄する野菜や果物、収穫しない果樹を放置すると野生鳥獣が集まってしまうので、堆肥化する、土の中に埋めるなど適切な処分を心掛けましょう。

■野生鳥獣を追い払う

地域ぐるみで追い払う。「人間は怖い」と認識させることが肝心です。※身の危険を感じる場合は控えてください。

■正しく守る

防護ネットや電気柵が効果的に活用されていない事例があります。電線などが切れている場合もありますので、日頃から整備・点検を行いましょう。

問 農政課 農業経営係(上伊那鳥獣被害対策協議会)/
50年の森林推進課 50年の森林推進係

春の高校伊那駅伝2027 男子第50回記念事業

男子第50回の開催を迎える春の高校伊那駅伝2027を記念して、イベントや関連事業を実施します。みんなで大会を盛り上げましょう!!ぜひご参加ください!



駅伝大会記念 Tシャツの デザインを募集

春の高校伊那駅伝2027大会記念Tシャツのデザインを募集します。大会を応援する熱い思いを形にしましょう。あなたの感性で大会を彩りませんか。

応募資格

伊那市や大会に思いのある方など、どなたでもご応募いただけます。住所、年齢、プロ、アマを問いません。

申込締切 7月31日(金)

その他

応募方法など
詳しくは、大会
公式HPを
ご確認ください。



大会公式HP

問 スポーツ課 スポーツ推進係



春の高校伊那駅伝2027 男子第50回記念イベント

いずれも事前申し込みが必要です。詳しくは大会公式ホームページをご覧ください。

第1弾 事前申込

春の高校伊那駅伝記念フェスティバル

■日時 6月28日(日)

午前10時～午後3時

■会場 伊那市陸上競技場ほか

■内容

- ・トップアスリート陸上教室
- ・エンジョイ駅伝
- ・駅伝アイドル西村 菜那子氏にしむら ななこトークショー
- ・「動き」「癒し」「遊び」ブース など

■対象者

市内外、年齢問わず、
どなたでも

第2弾 事前申込

「高校駅伝のあり方と春の高校伊那駅伝の未来」スペシャルトークショー

■日時 7月5日(日)午後1時30分～

■会場 市役所多目的ホール

■内容

スポーツライター折山 淑美氏おりやま としみと長野県の駅伝を全国へ導いた長野東高校横打監督、佐久長聖高校高見澤監督たかみざわ よしあきによる対談です。ここでしか聞けない感動の内容をご堪能ください。

■対象者 市内外、年齢問わず、どなたでも

問 スポーツ課 スポーツ推進係



フィンランドを身近に「月1モイmoi」開催中

フィンランドの文化に親しみ、伊那での暮らしのよさを再発見するイベント「月1モイmoi」。月に1回程度、さまざまな内容で対話や体験の会を開いています。

これまでに、市民の皆さんや企業、小学生を対象に、ムーミン読書会やサウナ体験、フィンランドのお菓子づくり、アートの会、森でのたき火ウィークなどを行ってきました。国際交流を、市民の皆さんの日常へと結びつけるきっかけに、ぜひ、お気軽にご参加ください。



▲最新情報は
インスタグラムから

問 地域創造課 地域ブランド推進係



精神障害を 抱えた方の 家族交流会開催

家族同士で思いを語り合う会です。話をすることで、家族自身が心穏やかに過ごせればと思います。初めての方もお気軽にご参加ください。

■日時 6月27日(土)午後2時～4時

■会場 伊那公民館 第1研修室

■費用 無料

■対象者

精神障害を抱えている方の家族で、市内に居住している方

■申込・お問い合わせ先

こだま会(担当:原)

☎090-4136-6859

問 健康推進課 保健係

◆年金ガイド◆

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

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

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

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

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

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

問 健康推進課 国保年金係/
伊那年金事務所 ☎76-2301



保育園の 会計年度任用職員 募集

市の公立保育園では、7月以降に勤務する会計年度任用職員を募集しています。次の資格をお持ちで、保育園の子どもたちとふれあう仕事を始めたい方は、ぜひお申し込みください。

応募資格

保育士・幼稚園教諭・小学校教諭・養護教諭・保健師・看護師・准看護師

勤務時間

①通常時間

(基本7.5時間(相談可))
午前8時30分～午後4時45分
週3日から可(時給1,330円～)

②夕方パート時間

(2～3時間程度)
午後3時30分～6時30分
週3日から可(時給1,504円)

応募方法など

次の書類をこども政策課へ提出してください。応募期限は7月1日(水)までです。

○履歴書(顔写真付)

○資格証の写し

※履歴書様式は、市公式HPからダウンロードできます。(市販のものでも可)



▲詳細はこちら

問 こども政策課 保育係



第118回戸台の 化石学習会「石ころ ウォッチング」開催

南アルプス(中央構造線エリア)ジオパークに認定されている長谷地区では、他の地域に比べてとてたくさんの種類の岩石があります。地区を流れる三峰川や黒川で石ころウォッチングを行い、いろんな種類の石を拾って、標本箱を作ります。南アルプス付近の岩石や地質について学んでみませんか。

日時

6月20日(土)
午前8時30分～正午

会場 長谷公民館、三峰川ほか

対象 小学4年生以上

定員 25人(先着)

その他

- ・事前予約が必要です。
電話または電子申請でお申し込みください。
- ・申込受付期間
6月2日(火)午前9時～
15日(月)午後5時



▲申し込み

問 生涯学習課 長谷教育振興係
☎98-2009



プール監視員 募集

対象者 高校生以上の健康な方

プール開場期間(予定)

7月中旬～8月下旬

※一部期間を除き、平日は閉場します。

業務内容

市民プール、高遠スポーツ公園
プールの入場者の監視など



問 スポーツ課 スポーツ施設係



サイクルスタンドの設置を補助します

自転車活用推進による地域の振興を図るため、サイクルスタンドなどの設置に対する補助金を、予算の範囲内で交付します。

対象事業

市内の商業施設等、不特定多数の方が利用する施設に設置するサイクルスタンドなどの設備

補助額

設置に要した費用の2分の1以内(上限1万円)

※申請方法など詳しくは市公式HPをご覧ください。

問 観光課 観光政策係



▲詳細はこちら



伊那中央病院の 職員募集

令和9年度新規採用職員を募集します。

募集職種、人数

一般事務(中級):1人程度

受験資格

平成3年4月2日以降に生まれた
方で大学・短大を卒業または令和
9年3月末までに卒業見込みの方

申込受付期間

6月16日(火)まで

試験日

○第1次:7月12日(日)

○第2次:8月中下旬

応募方法

応募方法など詳しくは、伊那中央
病院HPをご覧ください。

伊那中央行政組合 庶務課
(伊那中央病院内) ☎72-3121



中央アルプス地区 遭難対策防止協会 救助隊員募集

中央アルプス地区遭難対策防止協
会で活動する救助隊員を募集します。

募集人数 若干名

募集期間

随時受付(定員になり次第終了)

応募要件

上伊那地区にお住まいの方で、次
のいずれにも該当する方

○山岳遭難防止活動に積極的に参
加いただける方

○山岳遭難事故など、有事の際に出
動できる方

○冬山登山の経験がある方

応募・お問い合わせ先

中ア遭対協事務局(駒ヶ根市役所
商工観光課内) ☎98-8508

観光課 観光施設係



伊那市中学生 キャリアフェス2026 ブース出展者募集

市内の全中学2年生が一堂に会し、
地域を知り、地域の人とふれあい、地
域の未来を考える「伊那市中学生キャ
リアフェス2026」のブース出展者を募
集します。

中学生が自分のキャリア(生き方)を
考える機会に、働く意義や伊那市で暮
らす良さなど、次世代の子どもたちへ
伝えたい思いをぜひお話しください。

日時 10月30日(金)

午前9時15分～

午後1時30分(予定)

会場 エレコム・ロジテックアリーナ (伊那市民体育館)

募集ブース数

100ブース(企業・個人・その他団体)

申込期限 7月13日(月)

※詳しくはお問い合わせください。

伊那市中学生キャリアフェス
実行委員会/学校教育課 学務係



「まんなか委員さん」 募集

11月21日(土)開催の「こどもま
なかアクションリレーシンポジウムIN
伊那～伊那市誕生20周年記念『こど
ものくらし まんなかのまち いなし』
で自分たちの声を伝える「まんなか
委員さん」を募集します。「こどもが
幸せになるためには」など、日頃感じ
たり思ったりしていることを、直接こ
ども家庭庁職員や伊那市長へ伝えま
せんか。シンポジウムまでに3回の事
前打ち合わせを行います。

応募対象者

伊那市在住または伊那市に由縁
のある10～20代の方

募集人数 15人程度

申込方法

電話または市公式
HPからお申し
込みください。



▲市公式HP

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 6月10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 7月15日(水)

■対象者 高遠町、長谷、富県、東春近、手良、美築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 6月1日(月)～5日(金) 平日午前9時～午後3時

※定員に達し次第締め切ります。

企画政策課 新産業技術推進係

～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
入退室
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

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(身体障害者向け)
2LDKH 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
- 城南町団地C棟シルバーハウジング
1LDK 18,300~27,200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
- 小原上住宅
2DK 24,000円 2戸
- 山室住宅(UIターン世帯用)
3DK 25,000円 1戸

申込受付期間

6月1日(月)~6月5日(金)
※土日祝を除く

抽選日 6月10日(水)

入居日 7月1日(水)

※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



災害危険住宅 移転費用を 助成します

- 対象住宅
土砂災害特別警戒区域内にある危険住宅
 - 対象工事・補助内容
○危険住宅の除却工事費
最大97.5万円
○危険住宅に代わる住宅建設費(土地購入・造成・建物費)
金融機関からの借入金利子に対して最大751.8万円
 - 計画書の提出期限 9月30日(水)
 - 工事時期
補助決定(来年6月頃)後の契約・着手となります。
- 問 都市整備課 建築係



第72回 市民体育祭

- 【ゴルフ】
- 期日 7月19日(日)
 - 会場 信州伊那国際ゴルフクラブ
 - 申込期限 6月30日(火)
 - その他
市内各ゴルフ練習場にも申込用紙があります。
- 【軟式野球学童の部】
- 期日 7月5日(日)
 - 会場 伊那ニッパツスタジアムほか
 - 申込期限 6月19日(金)
 - 代表者会議
○日時 6月26日(金)午後6時30分~
○会場 市役所 501会議室
- ※市内在住、在勤または在学の方ならどなたでも参加できます。
※申込用紙はスポーツ課にあります。また市公式HPからダウンロードできます。
- 問 スポーツ課 スポーツ推進係



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
6月29日(月)午前9時30分~正午
 - 会場 市役所
 - 相談員 伊那市顧問弁護士
はせがわ ようじ
長谷川 洋二 氏
 - 対象 市民
 - 相談時間
1人15分程度
 - 相談料 無料
 - 申込方法
事前に電話などで予約をしてください。
 - 申込受付開始日
6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



人権相談所を 開設します

- 人権に関してお困りのことはありませんか。家庭問題、離婚、近隣のトラブル、職場・学校での差別やいじめ、生活上の悩みなどの相談に人権擁護委員が応じます。
- 日時
6月2日(火)午前10時~午後3時
 - 会場
伊那市生涯学習センター
伊那公民館
高遠町総合福祉センターやますそ
- 問 地域創造課 人権男女多文化共生係

家族葬専用

ファミリーホール伊那

祭壇プロジェクション
マッピング設置

さくらホール

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

さくらホール

ファミリーホール伊那

伊那バス様
MEGADON・
キホーデUNY
伊那店様
カシバ様
仁愛病院

平安祭典 伊那

TEL. 0265-78-8787

伊那市西春近上島2270 ☎0120-265-028

他斎場: 美すず・箕輪・辰野・駒ヶ根

伊那市 お葬式 検索

伊 那市の農家民泊を「存じでしよう」か。友好提携都市である新宿区や海外からの学生が、修学旅行や教育旅行で伊那市を訪れ、一般家庭で過ごす取り組みです。一泊ほど滞在し、野菜の種まきや収穫、郷土料理づくり、新割り、星空観察、花火や焚き火など、自然や暮らしに触れる体験を行います。子どもたちは目を輝かせながら過ごし、一生忘れられないかけがえのない経験になっていると感じます。

昨年4月から農家民泊に携わり、受け入れ時のサポートや、新たに始める方への手続き支援などに取り組んでいます。教育旅行の受け入れの継続と拡大のため、受入家庭を増やしていくことも課題として注力しています。

受入家庭の皆さんは料理上手で、野菜づくりや手仕事など、さまざまな特技をお持ちです。そつした暮らしの知恵を教えてください。交流会も開催しています。民泊を始める方の中には移住者も多く、郷土料理であるソースかつ丼や五平餅、

問 地域創造課 移住定住促進係



おやき講習会の様子

おやきなどの講習会も行いました。参加者からは「地元の方から地元の料理を学べてありがたい」と好評を得ています。

日々感じるのは、受入家庭の皆さんの温かさや包容力です。自家製の野菜や果物、手作りの料理や漬物、そして「大変なこともあるけれど、それ以上に楽しさがある」という言葉。自然の恵みと人の温かさに触れられる農家民泊を、これからも多くの方に伝えていきたいと思

活動内容を紹介し
地域おこし協力隊
活動だより Vol. 36

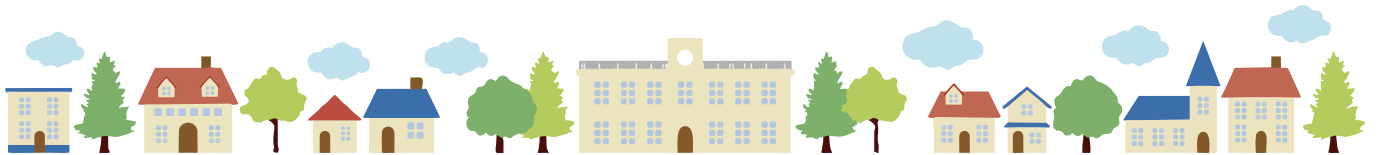
1秒1秒が思い出
子どもたちに
田舎暮らし体験を

農家民泊プランナー

さとう すみこ
佐藤 純子さん



令和7年4月に地域おこし協力隊に着任。農家民泊の開業手続きのサポートや受け入れ時のサポート、講習会や交流イベントの企画などを行っています。



かんてんぱぱホール 6月の催し物 入場無料 お問い合わせ TEL 0265-78-5107 www.kantenpp.co.jp

写真展 花鳥四季彩(第四回)
亜高山帯～高山帯の鳥……………16日(火)～22日(月) 暮らしの音色展……………16日(火)～22日(月)

清水恵 透明水彩教室作品展……………16日(火)～22日(月) 第一美術協会・長野巡回展
長野県支部展併催……………24日(水)～29日(月)

※かんてんぱぱ西ホールと同時開催

相続のことなら…

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

まずは相談して、
お悩み解決への道を探ってみませんか?

司法書士・行政書士
中村 和史

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

※背景写真はイメージです。



優しいきもちの循環

市内38の飲食店やさまざまな団体が、それぞれの強みを生かし、「こども食堂」や「こどもの居場所」を実施しています。

それぞれの「おもい」がある中、特に「温かい気持ち」は、伊那市のこどもたちにきつと届くと思っています。

「こども食堂」では、こどもたちが安心して食べられるように、物価高騰の中でもやりくりをし、今まで作ったことのない量を提供するために、食材の量、切り方、調味料の分量など、全てがチャレンジです。関わる皆さん一人一人のワクワク感、高揚感の中でメニューが考えられています。そして、最後には必ずどの団体も、テキパキと片付けをしながら、「楽しかったね」とみんなで笑って振り返りをしていきます。

「おいしかったー」「すごく助かります」と感謝の気持ちがあふれる中で、「やさしさの循環」が市内のさまざまな場所で広がっていることに、本当に感謝です！

（こども食堂事業担当職員の声）

★こども応援BOX★

令和7年4月から、市内のこども食堂14店舗に「こども応援BOX」を設置しています。このBOXに入れていただいた寄付金を活用して、設置店舗で応援チケットに応じたこどもメニューを提供しています。

利用方法や店舗の営業時間については伊那市社会福祉協議会HPをご覧ください。






伊那市
社会福祉
協議会HP▶

問 こども政策課 こども政策係

6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
6日～	<ul style="list-style-type: none"> ・水道週間 ・春の高校伊那駅伝男子第50回大会
20日～	<ul style="list-style-type: none"> ・農業委員会だより ・こども笑顔チケットプロジェクト

※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。



伊那をつなぐ Story vol.25

問 地域創造課 地域ブランド推進係

対話で見つけた、森のような○○



地元の学生や市民の皆さんと、地域の未来を語り合う小さな場を重ねています。「森といきる」を自らの感性で捉え直し、日々の暮らしの願いを分かち合うひととき。そこでは、この言葉が決められた答えではなく、私たちが何を大切に、どう生きていきたいかを共に探し続ける「問い」であると感じています。

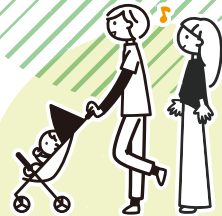
こうした対話の場は、地域企業へも広がっています。4月に伺った新人研修では、ある社員が「森には目立たないキノコのような存在もあるが、彼らがいないと循環は止まる。まちも会社も同じで、誰1人、欠けていい人はいない」と語りました。生き方や働き方の指針として、若い世代にもこの価値観が広がり始めています。

「森といきる 伊那市」は、多様な人が関わり合い、いかし合う「森のようなまち」の姿です。自然資源の話だけでなく、温かな関係性の積み重ねこそが、いざという時の支えとなり、しなやかな地域をつくっていくのだと教わりました。

季節が巡り、景色が移ろいでも、対話で分かち合った地域への愛着や豊かさは、確かな道しるべとして次世代へとつながっていきます。これからも、この合言葉を皆さんの日常の中で大切に育てていただけたら嬉しいです。




いなしで子育て



子育て支援センター

講座案内 開講時間 午前10時30分～11時

- 竜南 4日(木) 歌とおはなしゆみちゃんず
29日(月) 子どものいる家庭の防災講座
- 上の原 2日(火) おはなしグループでんでんむし
25日(木) 保健師相談
- 富県 12日(金) エレクトーン演奏
30日(火) 助産師相談
- 西箕輪 9日(火) わらべうた
24日(水) 髪カット・ヘアアレンジ
- 高遠 11日(木) 鍵盤ハーモニカアンサンブル
17日(水) 歯科相談



※保健師相談、歯科相談は午前11時30分まで行っています。
※子育て講座へ参加ご希望の方は、事前に講座開催の支援センターへお申し込みください。

体を動かしてふれあって遊ぼう!

♪たかい山 ひくい山

座って膝を伸ばしお子さんを足の上に乗せます。
「たかいやま」足を曲げます。
「ひくいやま」足を伸ばします。2～3回繰り返す。
「谷そこへドシン」と足の間に落とし、こちょこちょ。

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

ゆが子の

思い出 フォト

はるやくん
(1歳)

春がきた!公園で
いっぱい遊ぼうね



はるちゃん
(1歳)

新しい世界を見せて
くれてありがとう!
う!楽しんでいこう!



市内在住の0歳～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。



問 秘書広報課

取り組みを
紹介します

「アマゴの交流」竜東保育園

アマゴさん
元気でね!



毎年「アマゴの交流」を体験

竜東保育園と漁業組合さんとの
交流のきっかけは、2年前「アマゴ」の
卵を譲ってもらい、保育園で孵化させ
たこと。アマゴの飼育や天竜川への
放流のほかにも、さまざまな体験を
させてもらっています。



アマゴを観察するこどもたち



漁業組合さんに隣接する土手は、
こどもたちの大好きな場所



お口をケアしておいしく食べる

おいしくご飯を食べるためには、噛む・飲み込む・味わうといった口腔機能が大切です。

歯



- 消化を助ける
 - バランス良く栄養の摂取ができることで肥満防止
 - 発音や表情をつくる
 - 脳を活性化させる
- ←(注意)したいお口の変化
- ・むし歯や歯周病になる
 - ・歯が抜ける

唾液

- 口の中を健康にする
 - むし歯を防ぐ
 - 食べ物を飲み込むときの舌の動きを滑らかにする
 - 口臭を抑える
- ←(注意)したいお口の変化

舌



- 食べ物の硬さ、味を判別する
- 噛むときに食べ物を支える
- 食べ物を飲み込む
- 発音する

←(注意)したいお口の変化

- ・動きが悪くなる
- ・しゃべりにくくなる
- ・飲み込みにくい

歯・唾液・舌の3つの働きがあつて口と体の健康を保っています。

お口のケアは、むし歯や歯周病を防ぐための自分で行う「セルフケア」と定期的なチェックなどでお口のトラブルを早く見つけて予防する「専門医のケア」の2つが基本です。市では、歯科健診に関する補助事業を行っています。健診を希望する方は健康推進課にお問い合わせください。

歯とお口のよろず 電話相談のお知らせ

上伊那口腔保健センター
☎78-8510

日時：月～金

午前9時～午後4時

※訪問診療に関する相談は、
かかりつけ歯科医院または、
福祉相談課(☎96-8101)
までお問い合わせください。



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)

相談窓口

介護や認知症についての相談は、
福祉まちづくりセンター1階
福祉相談課へお越しください。
日時：月～金曜日(祝日を除く)
午前8時30分～午後5時

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)
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
- 高遠町保健センター (高遠町)
12日(金) 午前10時～11時30分
- ぬくもり館 (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)

- 20日(土) 福祉まちづくりセンター
午後1時30分～3時30分



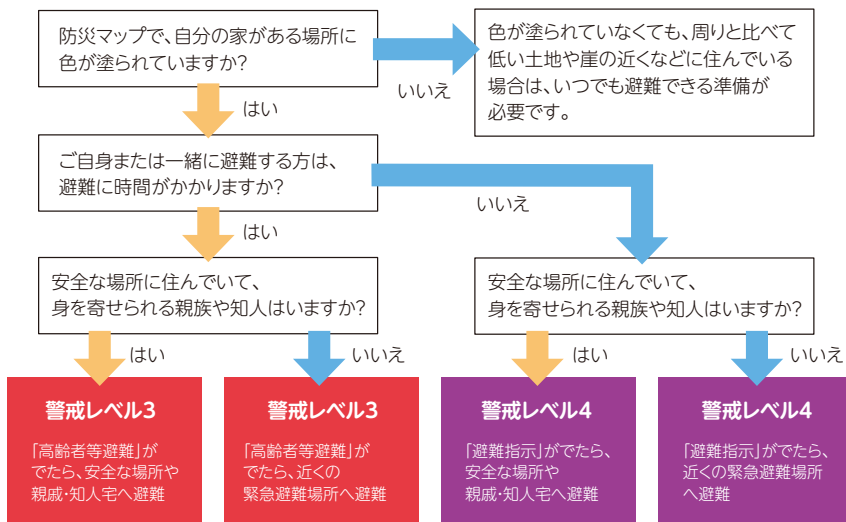
災害時に、自分の身は 自分で守れるように…

問 危機管理課 防災係

平時にできる事前の備えとは?

災害はいつ起こるかわかりません。だからこそ、できることを少しずつ備えておくことが大切です。例えば、水や食べ物、防災グッズを用意しておく、家庭で「もしもの時にどうするか?」を話しておくだけでも安心につながります。避難する場所や連絡方法を確認しておくのもポイントです。難しく考えずに、日常の中でできることから始めることが、自分や大切な人を守る力になります。

避難のタイミングを知っていますか?



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)
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
6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
6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

6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	木村内科医院	(内)	☎ 72-3915	荒井
	医	春日医院(中央区)	(内)	☎ 72-3803	中央
	薬	真誠堂薬局		☎ 72-3524	中央
14日 日	薬	ライオン薬局		☎ 72-3029	荒井
	医	田中病院	(内、外)	☎ 78-3555	下新田
	医	滝小児科医院	(小)	☎ 71-5250	西町
21日 日	薬	アイセイ薬局伊那西町店		☎ 71-4607	西町
	薬	ライフ薬局伊那		☎ 98-6802	下新田
	医	仁愛病院	(内、外)	☎ 78-3333	西町
28日 日	医	岩田クリニック	(泌)	☎ 73-1929	荒井
	医	天竜河畔医院	(整)	☎ 72-2205	御園
	薬	ひだまり薬局		☎ 98-6902	西町
28日 日	薬	和光堂薬局		☎ 76-3141	上牧
	医	厚生連みずず診療所	(内)	☎ 71-5556	美篤
	医	清水耳鼻咽喉科医院	(耳)	☎ 72-3775	荒井
	医	鷲見産婦人科	(産、婦)	☎ 96-0317	荒井
	薬	アイン薬局みずず店		☎ 77-0102	前原
	薬	小池薬局		☎ 72-1311	荒井



各種相談

相談は無料です。お気軽にどうぞ。

6月	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 18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	3日(水)午後1時30分～3時	産業と若者が息づく拠点施設a11a(アルファ)	税理士会伊那支部 ☎74-8170
要予約	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
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	6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	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	「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	12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～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	2日(火)、16日(火)午前9時～11時30分 9日(火)、23日(火)午前9時～11時30分	高遠町保健センター 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	8日(月)午後2時～4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
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 こども相談係 ☎72-0999



文化施設だより

- 生涯学習センターからのお知らせ… P21・P22
- 図書館からのお知らせ…………… P23
- 信州高遠美術館からのお知らせ…………… P24
- 高遠町歴史博物館
伊那市民俗資料館からのお知らせ…………… P25
- 創造館だより…………… P26・27

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

伊那市立図書館



利用者カードを
持ち歩かなくても
図書館の資料が
借りられます。

7月1日(水)から、利用カードの
バーコードがスマートフォンで表示
できるようになります！



※サービスを利用するには、伊那図書館の利用登録、
および「蔵書検索サービス」でのパスワード登録が必要です。
詳しくはHPをご覧ください。



伊那市立図書館HP

https://www.inacity.jp/shisetsu/library_museum/ina_library/

Inspection Report



次の代へ伝える大
切さを痛感すると
ともに、「ひとと
き」が今後も憩い
の場所となるよう
整備に協力してい
きたいです。
有賀 恵子

地域の歴史は語り継がなければ、意味ある石碑も道端の石になってしまいます。次
の代へ伝える大切さを痛感するとともに、「ひととき」が今後も憩いの場所となるよう整備に協力していきたいです。

義母から水争いの話を聞いていたが、先人の執念には圧倒されます。今の70代の方が子どもの頃は、横井戸の穴に入っ
て遊んだそうです。

平成6年度、区民の憩いの場にと上戸環境保全会を中心に整備が進み、ケヤキの大木を目印に「ひととき(人と樹)」と命名され、昨年看板が設置されました。

西箕輪は扇状地で水が地下に潜るため、昔から農業や生活用水の確保に苦労していました。明治30年、地区の5人が約1000メートルの横井戸を掘り抜いて水脈を当て、水田を開拓しました。大正9年に記念の「水神様」が祀られましたが、近年は荒れた状態でした。

「ひととき(人と樹)」 看板お披露目

令和7年12月6日(土) 西箕輪上戸水神様

社会教育委員が行く



お知らせ

生涯学習センター



ムジカ・アンティーカINA コンサート

ガブリエル・フォーレ
「REQUIEM」レクイエムとフランスの旋律

【日 時】6月21日(日)
午後2時～(開場午後1時30分)
【会 場】いなっせ6階「ニシザワいなっせホール」
【入場料】前売り3,500円 当日4,000円(全席自由)
中学生以下無料
親子室完備

【演 目】
・J.デ・プレ:こおろぎ
・J.P.ラモー:夜
・G.ビゼー:「アルルの女」より
・G.フォーレ:夢のあとに
・M.ラヴェル:亡き王女のためのパヴァーヌ
・G.フォーレ:レクイエム Op.48



【演 奏】
・ムジカ・アンティーカINA & Friends
・ミールカルテット
・オルガン:石川 みどり
【お問い合わせ】
NPO法人クラシックワールド
ムジカ・アンティーカINA(サガラ) ☎090-8873-0339
※曲目は変更になる場合があります。

フライデーコンサート出演募集

ニシザワいなっせホールで演奏してみませんか
フライデーコンサート(金曜日の夜に開催)は、公募による出演者の演奏により、毎年好評をいただいているコンサートです。本年も以下の要項で、一般の方から出演者を募集します。多くの方のご応募をお待ちしています。

募集要項
【ジャンル】音楽(合唱・楽器・声楽・ピアノ・ハーモニカほか)
【費用】演奏にかかわるステージの費用は主管者(NPO法人クラシックワールド)が負担します。
【公募数】10団体(または個人)
【その他】入場料、演奏日程などについては、主管者と打ち合わせの上、決定します。
【応募期日】通年(随時受け付けます)
【お問い合わせ】伊那市生涯学習センター(応募先) 担当:北沢

童謡唱歌教室

～ふるさとの四季・夏編～

【日 時】7月10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

指 揮:	池上 真澄
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

6月の主な催し物

ニシザワいなっせホール(6階)

- 6日(土) 第13回 上伊那ハーモニカ演奏会 午後1時～
- 7日(日) まほらいな市民大学 午後1時30分～
- 11日(木) 「基調講演会」
～過去を教訓にこれからの流域治水を考える～
午後2時30分～
- 21日(日) ムジカ・アンティーカINAコンサート 午後2時～
- 28日(日) 社会を明るくする地域づくり大会 午後2時～

展示ギャラリー(2階)

- 6月は特にありません。

7月の予約調整会議

【日 時】7月2日(木)
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7月1日(木)～7月31日(土)
【会議室などそのほかの施設】
【予約対象期間】9月1日(火)～9月29日(火)

6月 休館日
3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)



お申し込み・お問い合わせ 伊那市生涯学習センター

〒396-0025 伊那市荒井3500-1(いなっせビル内) ☎0265-78-5801/FAX.0265-78-5802
e-mail:sgc@inacity.jp

※会場をご予約される際、日程・会場が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

学生のために
無料で使える自習室

勉強したり、友達と集まったり
みんなで使う、自由に使う
ここはあなたの自習室

「学び」と「伊那」をかけて、Manabina(まなびな)と名づけましたこの場を有効活用していただき、いっぱい勉強して将来は未来の伊那のために活躍してください。

詳細はQRコードから、ご覧ください。
(利用方法や注意事項は、変更になる場合があります)

学生用自習室
Manabina(まなびな)
住 所:伊那市山寺3174-3
連絡先:090-9131-8811

英語あそびと音楽あそび(ちびっこ広場)

英語や音楽であそび、おもしろさを体験しよう

英語あそび講師 ^{うしおぎ} 潮木 あゆみ 先生

【日時】第1回 6月16日(火)

※6月、8月、10月、2月は助産師さんの相談日と同日です。

※内容については検討中。ご期待ください!

【対象】未就園児 【定員】親子20組(先着順)

【参加費】無料 【受付】予約申し込み不要

【持ち物】水分補給ができるもの

【会場】生涯学習センター(7階 ちびっこ広場)

【時間】午前10時30分~11時ごろ

令和8年度の予定

【2026年】6月16日(火)・8月18日(火)

10月13日(火)・12月15日(火)

【2027年】2月16日(火)



音楽あそび講師 ^{はら ようこ} 原 葉子 先生

【日時】第1回 8月6日(木)

※12月と3月は助産師さんの相談日と同日です。

※内容については検討中。ご期待ください!

【対象】未就園児 【定員】親子20組(先着順)

【参加費】無料 【受付】予約申し込み不要

【持ち物】水分補給ができるもの

【会場】生涯学習センター(7階 ちびっこ広場)

【時間】午前10時30分~11時ごろ

令和8年度の予定

【2026年】8月6日(木)・12月24日(木)

【2027年】3月23日(火)



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

利用時間：午前8時30分~午後6時(4~9月) 休館日：水曜日



ちびっこ広場から 6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】16日(火) 午前11時~正午

【英語あそび】16日(火) 午前10時30分~11時ごろ

【音楽あそび】8月から始まります。

※予定は、変更または中止になる場合があります。



助産師さんの相談日(ちびっこ広場)

その悩み、助産師さんに相談しよう

助産師 ^{しかの えみ} 鹿野 恵美 さん

今年度も明生助産所(伊那市富県)の鹿野恵美さんが、「ちびっこ広場」で、皆さんの相談にのります。鹿野さんは、長年にわたり保健師の仕事をしてきたので、出産をはじめ、子育て・家庭の問題など、さまざまな疑問や不安にお答えします。

子どもが遊んでいる姿を、一緒に見ながら質問もできます。また、他の人に聞かれたくない話は別室(主に授乳室、カーテンあり)で相談することもできます。

【対象】未就園児親子 【定員】なし

【参加費】無料 【受付】予約申し込み不要

【持ち物】特にありません

【会場】生涯学習センター(7階 ちびっこ広場)

【時間】午前10時30分~正午(◎印は11時~正午)

令和8年度の予定

【2026年】◎6月16日(火)・7月17日(金)・◎8月18日(火)

9月8日(火)・◎10月13日(火)・11月13日(金)

◎12月24日(木)

【2027年】1月12日(火)・◎2月16日(火)・◎3月23日(火)

※妊産婦対応などのため、日程・時間などが変更になる場合があります。

※インフルエンザなどの流行状況で、ちびっこ広場が開いていないときは、中止となります。



伊那谷発信地域ポータルサイト

伊那谷ねっと

伊那市・箕輪町・南箕輪村の役立つ情報を集めた便利なサイトです。

ICT 伊那ケーブルテレビジョン株式会社

ニュース

行政情報

休日当番医

ごみカレンダー

イベントカレンダー

おくやみ

ライブカメラ

天気

いなテレ動画

スマートフォンはこちらから



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



お知らせ

図書館



伊那図書館

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

高遠町図書館

〒396-0211 伊那市高遠町西高遠810-1
TEL.0265-94-3698 FAX.0265-94-2056
開館時間:午前10時~午後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

親子でふれあいリトミック 10日(水) 午前11時~ 定員15組
予約優先

おはなしのひろば 赤ちゃん向け(わらべうた) 3日(水)午前11時~
未満児向け(読み聞かせ) 17日(水)午前11時~

おはなしぱれっとのおはなし会 全年齢対象
20日(土)午前10時30分~

蔵書点検のお知らせ

蔵書点検のため、以下の期間は休館となります。
休館期間中の本の返却は、ブックポストをご利用ください。
なお、公民館図書室は通常通り開館します。
高遠町図書館 1日(月)~8日(月)
伊那図書館 22日(月)~30日(火)

ギャラリー

絵本作品展『月を空に返した熊野太郎』

- 胸に月を持たないツキノワグマの物語 - 5日(金)~7日(日)
つくるこつくりて 工作教室 17日(水)午前10時~

おはなし会・イベント

初夏のお茶会

13日(土) 午前10時~午後2時 お茶がなくなり次第終了
図書館でおいしいお茶を楽しみませんか?
参加費無料で、煎茶道の体験ができます。
協力:煎茶道方円流(ほうえんりゅう) 長野県支部

こどもひろば

27日(土) 午前10時30分~
絵本の読み聞かせや工作
「おりひめとひこぼしの七夕飾り」をします。



テーマブック

「こどもひろば40周年」(第一図書室)

毎月読み聞かせや工作を行っている「こどもひろば」も40周年をむかえます。
読み聞かせで読まれた絵本を集めました。
40周年に合わせ、読み聞かせボランティア「コロポックル」制作のしおりを
9日(火)午前10時から1人1枚、先着40枚配布します。

「昔話を読もう」(こども部屋)

むかし、むかしで始まる定番のお話。どれだけ知っているかな?

6月

休館日

1日(月)、8日(月)、15日(月)、
22日(月)~30日(火) 蔵書点検

6月

休館日

1日(月)~8日(月) 蔵書点検、15日(月)、
22日(月)、26日(金)、29日(月)

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	7/1			

※平日~土曜日は自動貸出機が使えます
は職員がいます

美篁きらめき館図書室

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				

★美篁おはなし会 午前10時30分

今月のおすすめ本



『水車小屋のネネ』
津村 記久子/著 毎日新聞出版
二人で生きることにか
めた姉妹の
優しい日々の物語。

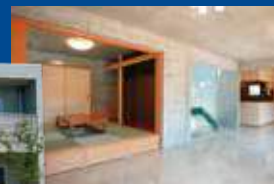
お洒落なコンクリートに、木の温もりが融合した住まい

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





お知らせ

信州高遠美術館



展覧会情報

美術交流展2026in高遠

【会 期】6月6日(土)～21日(日)
 【会 場】第一展示室
 【内 容】上伊那地域の自然や文化を愛する作家や、地域にゆかりのある作家、地元で活動する作家が出品することにより、作家同士の交流と地域の文化振興を図る展覧会です。
 【入館料】無料

収蔵作品展－近代歴史画から感じる美－

【会 期】6月6日(土)～8月16日(日)
 【会 場】第二展示室
 【内 容】昭和の歴史画に新機軸を開いた江崎孝坪の作品や池上秀畝の武者絵、東洋的テーマの歴史画を描いた中村不折の油彩画、現代作家小柳景義の「信濃太樹」などの作品を展示します。
 【入館料】6月6日(土)～21日(日)は無料

収蔵作品展－伊那の地が育んだ作家たち－

【会 期】6月26日(金)～8月16日(日)
 【会 場】第一展示室
 【内 容】ふたつのアルプスに囲まれた自然豊かな伊那谷の地からは多くの芸術家が生まれています。それぞれに独自の絵の道を進んだ作家たちの油彩画、版画、水彩画などを展示します。



江崎孝坪「土師部(はじべ)」



板山啓三(いたやまけいぞう)「窓の作業」

アートスクール 《要予約》


デッサン講座

【日 時】7月18日(土) 正午～午後4時30分
 【講 師】伊藤久志 さん
 【会 場】美術館ロビー
 【受講料】1,000円
 【材料費】紙(500円)練り消し(220円)※必要な方は当日先生から購入可能
 【定 員】15人
 【持ち物】飲み物、鉛筆(HB～4B)、木炭、消しゴムまたは練り消し、お持ちの方はイーゼルとカルトン(画板)をご持参ください。



デッサン講座

今月の一押し!



「水温む」
 制作年:不明
 素材・技法:水彩/紙
 伊藤 眞之助
 (1892-1970)

山にはまだ雪が残りつつも厳しい寒さがゆるみ温かな日差しに包まれた春の風景が色彩豊かに、伸びやかなタッチで描かれています。


木陰の人物は春の山菜を摘んでいるのでしょうか、命の芽吹く季節を迎える喜びが伝わってくるようです。

伊藤眞之助は、下伊那郡伊賀良村(現飯田市)に生まれました。小学校で図画を教えていましたが、その後、日本美術院会員・白滝幾之助や春陽会会員・倉田白羊に師事し、画道に精進します。昭和8年に初代会長に就任した伊那美術協会や、信州美術会などでの活動を通じ、長年にわたり地方の文化芸術の振興に努めました。

生涯を通して伊藤は、水彩画により表現された美しい色調と温かな画風の作品を多く残しました。

こちらは6月26日(金)～8月16日(日)開催の「収蔵作品展－伊那の地が育んだ作家たち－」でご覧いただけます。

6月 休館日
 1日(月)～5日(金)、9日(火)、
 16日(火)、20日(土)、
 22日(月)～25日(木)、30日(火)



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500円(割引料金400円)
 ※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」

【日 時】6月14日(日)まで(入館料が必要です)

【会 場】2階第3展示室

青山晒我『四方のむつみ』文政6(1823)年刊行
(上伊那教育会寄託、創造館保管)

高遠藩士が刊行した数少ない句集です。江戸や高遠近隣の人々の句を集め、当時の藩主内藤頼寧に句を寄せてらもい、人気絵師であった酒井抱一にツブキの挿絵を描いてもらっています。江戸時代の文化人の交友の広さが伝わってきます。



「高遠藩士の仕事と暮らし」関連企画

〇ワークショップ「歴史資料とデジタル化」

スマートフォンで博物館にある資料を実際に撮影しながら、歴史資料のデジタル化について考えます。

【日 時】6月6日(土) 午前10時～11時30分

【参加費】無料※別途入館料が必要です。【定 員】20人

【予 約】受付中です。電話かメールでお申し込みください。

高遠石工展

実物資料として、守屋貞治作 羽淵観音堂(塩尻市奈良井)の
伎羅陀山地蔵菩薩を展示しています。

【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

着任のご挨拶

令和8年4月から歴史博物館・民俗資料館の館長を務めることになりました。たいへんお世話になりますがよろしく願っています。(中山勇八)

6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)～23日(火)【展示替え等】、29日(月)

高遠町歴史博物館 休館日のお知らせ

展示替え・資料整理等のため次のとおり休館します。ご不便をおかけいたしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

【休館日】6月15日(月)～23日(火)

期間中のお問い合わせはメールまたはFAXでお受けします。

第18回歴博カフェ「歩いて知る西箕輪地区」

バスで仲仙寺、熊野社を巡り、「カフェアンサンブル」でランチをいただきます。考古資料館収蔵の仲仙寺絵馬も鑑賞します。

【日 時】6月20日(土) 午前9時30分～午後1時30分

【参加費】1,000円 【定 員】20人

【予 約】受付中です。電話かメールでお申し込みください。

訂正 5月号で開始時間を午前10時からとしましたが、午前9時30分からとなります。

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

五月人形展

【日 時】6月14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)

手作り講座 食を伝える

懐かしいおやつや郷土料理と一緒に作る講座です。

【日 時】第3回7月18日(土) / 第4回7月25日(土)

第5回8月22日(土) / 第6回8月29日(土)

いずれも 午前9時～正午

【会 場】伊那市民俗資料館

【内 容】第3回 草餅 / 第4回 飾り巻き寿司

第5回 桜かてん / 第6回 そば稲荷とそばサラダ

【参加費】1,000円(別途入館料が必要です)

【定 員】各回5人

【予 約】6月12日(金)から電話で受け付けます。

6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
15日(月)、19日(金)【展示替え】

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5時 入館受けは各館とも閉館30分前までです。

始発のバス(午前10:00)で北沢峠から下れば、
仙流荘へ10:45に到着。



お食事プランも充実 お気軽にお立ち寄りください!

日帰り宴会・地域の行事などのお集まりに是非!
ゆったりお湯に浸かって楽しくお食事!
おすすめ日帰りプランをご利用ください。

山から下りたら、日帰り入浴

土・日・祝日 11:00～20:00 (受付終了19:30) 平日 12:00～20:00 (受付終了19:30)

日帰り入浴料

大人 800円
(伊那市民600円)

小人 400円
(伊那市民300円)

南アルプスの玄関

仙流荘

伊那市長谷黒河内1847-2

☎0265-98-2312

仙流荘

検索

○伊那市創造館では、開館以来、15年の月日をかけて、眠っていた戦争関連の資料を収集してきました。そして、伊那の「日中戦争～太平洋戦争」を読み解き、戦時中の伊那を見つめなおす展示を開催してきました。

令和6年夏の特別展「陸軍伊那飛行場とその時代」令和7年の、戦後80年「陸軍伊那飛行場とその時代2」「ある一家の十五年戦争」と二つの展示を開催、多くの方に見ていただき、ぜひ常設展として欲しいとの声をいただきました。

これらの展示資料に、新たに「非核平和都市宣言をさらにすすめる伊那市民の会」所蔵の資料を加え、この夏以降、伊那市創造館収蔵庫棟内に「伊那戦争資料展示室」を開設します。

戦争に巻き込まれた旧上伊那図書館がテーマの展示室「昭和の図書館」と併せて、多くの児童・生徒・学生、一般の皆さまに見ていただき、それぞれが先の戦争について、考え、感じていただければと思います。開設の際には改めてご案内いたします。

伊那市創造館 伊那戦争資料展示室 準備中。



あなたの「困った」を解決! ハクトータルサービスです! ☎0120-891-085



ごみ回収コンテナ・
フレコンバック
貸出サービス

容量1mあたり
16,500円～
フレコン1袋が1mです!
サイズは1.5m・3m・8mと大きさが選べます。

ごみ出張引取
空家・遺品整理

※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。

解体・足場工事
アスベスト除去



清掃・設備管理・
警備・害虫駆除



企画展「伊那谷フィルムコミッションのしごと」のひみつを探しに行こう！

伊那谷フィルムコミッション、20年の歴史の中から、映画・ドラマ・MV・CMなど珠玉の名作をピックアップ！美しい伊那谷の風景や、歴史・文化に彩られた街並みが、映像の中でどのように表現されているか、改めて探し出してください。



○入笠高原・千代田湖・長谷・伊那まち・入舟・そして創造館。伊那谷のさまざまな風景が、ミュージックビデオの中に展開します。



○『地の塩』と『ロストケア』。創造館で撮影された印象的な2作。



○この謎のイーナちゃんは、いったい何でしょう？
これはWOWOWドラマ『地の塩』に登場した、考古学キャラの「石器びよん」。伊那市創造館を「塩名考古学博物館」に見立てての、大々的なロケが行われました。



○あの映画も、この映画も、みんな伊那で撮られたの？



○WOWOWドラマ『鶺鴒川村事件』は、高遠町地区・長谷地区を舞台に、大がかりなロケを取行！



○元・伊那市芸術文化大使、三谷幸喜(みたにこうき)氏が、伊那で撮影したこだわりのドラマとは？



○あのスタア、このスタア、綺麗な星のごとく並ぶサイン色紙の数々。

伊那谷フィルムコミッションのしごと
10月26日(月)まで
好評開催中！



○名作映画・ドラマのシナリオの数々。

五月雨や古家
とき賣る町外れ
入梅の候、みなさま、
お変わりなくお過ごし
でしょうか。 今月の月旬句



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。

6月

休館日
2日(火)、9日(火)、16日(火)、
23日(火)、30日(火)

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



今月のPhoto

東春近公民館

東春近ハイキング

4月26日(日)

子どもから高齢者まで約50名が参加し、東春近公民館から車屋・渡場方面を巡る約7キロメートルのコースを元気に歩きました。暖かな春空の下、地域の景色を楽しみながら、心地よい風を感じるひとときとなりました。

- スポットライト
かるがもベビー (西春近公民館) P29
- ふるさと発見
ろくどうほら 六道原の大地を潤す一番井 (高遠町公民館) P29
- 分館紹介
日影分館 (伊那公民館) P30
- インフォメーション P30
- 活動スナップ P31

いざ行く

小中学生が横断歩道を渡るうとしているとき、車を止めて横断するのを待っていると、多くの小中学生は、渡り終えた後に振り返りお辞儀をし、感謝の気持ちを伝えてくれます。

小中学生に限らず、横断後に深々とお辞儀をする高校生に出会ったこともあります。会釈をしたり、運転手に視線を向けたりしながら感謝の意を表す大人の方も少なくありません。

横断しようとする歩行者がいる横断歩道での一時停止は法律で義務づけられているとはいえ、こうした姿を見ると運転している者としても温かい気持ちになります。

さて、以前、信号機のない横断歩道を歩行者が渡ろうとしているときに一時停止する車の割合が、長野県は全国一多いという話を聞いたことがあります。昨年の調査では90%近い車が一時停止していて、これは全国平均を30%ほど上回っていたとのこと。長野県が全国1位となるのはここ何年も続いているようです。

一時停止が義務づけられているからというだけでなく、歩行者が運転者に、運転者が歩行者に向ける、お互いの相手を思いやる温かな気持ちの結果に表れているのかもしれない。

これからも思いやりの心を大切にしながら交通安全に努めていきたいと思えます。

東春近公民館長 酒井謙一 さかい けんいち



スポットライト

西春近公民館

かるがもベビー

西春近公民館では、毎月第一火曜日の午前10時から「かるがもベビー」講座を開催しています。対象は0歳から2歳頃までの赤ちゃんとその保護者で、地域の子育て支援の「環」として、保育士の北澤恵子先生のもと、令和元年から開講されています。

この講座の大きな魅力の一つは、親子で一緒に楽しめる遊びやふれあいの時間を中心となっている点です。絵本の読み聞かせや簡単な手遊びなどのふれあい遊びに加え、季節のイベントに合わせた活動や、おもちゃづくりなども行っています。さらに、手形や足形をスタンプで残すアート作品づくりもあり、子どもの成長を形として残すことができます。良い思い出作りの場となっています。

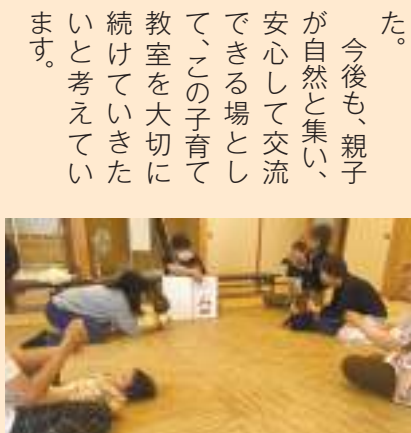
こうした活動を通して親子の絆が深まるだけでなく、参加者同士の交流も生まれています。「子育ての悩みを気軽に相談できて安心した」「同世代の赤ちゃんを持つ親同士で交流できる貴重な機会になっている」といった声も多く聞かれ、子育て仲間づくりの場としても大きな役割を果たしています。

もう一つの魅力は、赤ちゃんがのびのびと遊べる環境が整っていることです。

西春近公民館のプレイルーム(愛称:かるがもルーム)には、滑り台やトランポ



ふれあい遊びをして楽しむ親子



読み聞かせをじっと見つめる赤ちゃん

リンなどのサーキット遊具が充実しており、親子で楽しく体を動かすことができます。こうした取り組みの成果もあり、参加者は年々増加しています。昨年度は16組の親子が参加し、大変にぎわいのある講座となりました。

今後も、親子が自然と集い、安心して交流できる場として、この子育て教室を大切に続けていきたいと考えています。

ふるさと発見

高遠町公民館

六道原の大地を潤す一番井

美篤地区に「六道の堤」があります。この堤の広さは約1万6000㎡、現在も六道原に広がる水田約34ヘクタールを潤し、春には水面に映る桜が、東西の南アルプス、中央アルプスの白い雪と美しいコントラストをみせてくれます。堤の周辺道路では車の渋滞ができるほどです。さて、この広大な大地を潤す水の歴史はどうなっているのでしょうか。

江戸時代の末期、高遠藩主内藤頼寧は、窮乏する藩の財政を立て直すために、今の美篤末広区に新田開発を計画しましたが、稲作に欠かすことのできない水がありません。そこで、家臣に命じ、野笹村(現高遠町長藤野笹)の藤沢川から取水し、針持棧道脇をトンネルで通過させ、芦沢に出て笠原を通り、六道原に至る約10kmの新しい水路を完成させたのです。記録によればわずか半年で完成させています。その後堤づくりが行われ、六道原の開発につながりました。

現在この井筋は、高遠町総合支所の北側を通っています。井筋の畔は舗装され、高遠の街全体を見下ろしながら歩くことのできる散歩道にもなっています。桜が散った後の若葉の季節、緑が深まる夏の風景、晩秋



井筋の取り入れ口(高遠町長藤野笹栗中)



井筋から見える南アルプスと高遠の街並み

の紅葉など、新田開発に藩の運命をかけた当時を偲びながら、この散歩道からの絶景をお楽しみください。



井筋の散歩道マップ (googleマップ)

分館紹介

ひかげ

日影分館

伊那公民館



日影分館では、令和7年8月10日に重点事業として「日影区みんなの納涼祭」を開催しました。

新型コロナの影響により多くの行事が形を変えたり中止となったりしました。区民からは「みんなで集まって楽しい時間を過ごしたい」という声次第に高まり、そうした思いに込めるために今回のお祭りを開催しました。

特筆すべきは、従来の役員主導型の行事運営から「お祭り好きな区民だれもが主役」という新しいスタイルへと転換したことです。準備段階から区民の皆さんの「やりたい気持ち」を大切に、多くの区民が自発的に企画運営に参画で



納涼祭には多くの子どもたちも参加し、賑わいました



キッチンカーやモバイル公民館も利用されました

きること、皆で創り上げる楽しさを実感できるお祭りを実現できました。

キッチンカーの出店や、伊那市企画政策課のサポートを受け「モバイル公民館」も積極活用しました。モバイル公民館を会場

までの参加者送迎にも利用することで、高齢者など移動が不自由な方にも気軽に参加いただけるよう工夫しました。

お祭り当日は雨天でしたが、参加者は500名を超え、公民館が多くの人で埋め尽くされる熱い一日となりました。

目玉企画は、区民発信で始まったモバイル公民館内でのカードゲームのトーナメント大会。対戦の様子を公民館大広間のスクリーンに遠隔映写し、来場者みんなが応援する盛り上がりが見られました。年齢や地区に隔たりなく参加者も広く集まり、大会後にはカードゲームユーザーたちのコミュニティが自然発生的に形成され、新たな「つながり」が生まれたことは大きな収穫です。

このお祭りを通じて、コロナ禍で忘れかけていた「地域で集う喜び」と「共通の趣味を通じた新しい交流」が蘇りました。今後も日影分館では、地区全体が「わがごとのまち」として活動できるよう、区民の皆さんの思いに寄り添った取り組みを進めていきます。

令和7年度 日影分館長 池上幸宏



インフォメーション



公民館講座等は市内全ての地区からご参加いただけます！

○手良公民館「第2回手良地区モルック大会」

- 期 日…令和8年6月14日(日)
- 時 間…午前9時30分～11時30分頃(受付…午前9時～9時20分)
- 会 場…手良小学校 校庭(雨天時…手良小学校 体育館)
- 駐車場…手良公民館及び旧手良支所駐車場
- 定 員…24チーム(2～4人のチームでお申し込みください。)
どなたでもご参加いただけます。(参加費無料)
- お申し込み…6月8日(月)までにお申し込みください。
☎02665-1721-2755(手良公民館)

○高遠町公民館

「桜大学今牧香乃ソプラノ・リサイタル」

- 期 日…令和8年6月28日(日)
- 時 間…午後1時30分
- 会 場…信州高遠美術館 ロビー
- 演 目…オペラ《ファウスト》より「宝石の歌」
オペラ《トスカ》より「歌に生き、愛に生き」
オペラ《イル・トロヴァトーレ》より「静かな夜」 他
- 出演者…今牧香乃氏(声楽)、森真実氏(ピアノ)
- 参加費…無料
- 定 員…100名(お申し込み不要・参加費無料)
- お問い合わせ
☎02665-1941-2557(高遠町公民館)



公民館主事が 代わりました

退任

富県公民館 **中村** なかむら 主事

東春近公民館 **杉山** すぎやま 主事

西箕輪公民館 **大井** おおい 主事

地域の皆様のご協力により、円滑に
公民館活動を行うことができました。
大変お世話になりました。

就任

富県公民館 **青樹** あおき 主事

東春近公民館 **井上** いのうえ 主事

西箕輪公民館 **林** はやし 主事

地域の皆様には様々な機会や場面で
お世話になります。
よろしくお願ひします。

活動 スナップ



わいわいくらぶ

4月21日(火) 手良公民館

参加者・講師の先生方との顔合わせと、手遊びや簡単な体操
をして交流を深めました。



羽広の植物観察会

4月26日(日) 西箕輪公民館

講師の方の説明を受けながら仲仙寺ちゅうせんじ周辺を歩き、春の訪れを
感じました。



中尾歌舞伎パブリックビューイング

4月29日(水・祝) 伊那公民館

現地まで行けなかった皆さんが集まり、おひねりが飛び交うほど
大盛況でした。



スポーツクラブにしはる

5月1日(金) 西春近公民館

西春近南小学校の児童を対象にポートボールを行い、チームごと
一致団結して汗を流しました。



私たち21人の議員が、市議会の今後の4年間で担います！

市民の皆様の声に耳をかたむけ、開かれた議会、信頼される議会を目指していきます。

50音順・年齢・所属は令和8年4月30日現在



河野 直樹(40)

無所属
農業
西町区



小池 隆(51)

無所属
団体役員
日影区



北原 涼平(38)

参政党
会社員
中殿島区



伊藤 のり子(73)

無所属
主婦
藤澤区



飯島 光豊(74)

日本共産党
農業
渡場区



有賀 賢治(67)

無所属
団体職員
上戸区



網野 俊輔(47)

無所属
会社役員
平沢区



田畑 正敏(75)

無所属
農業
北新区



高橋 明星(57)

無所属
私立幼稚園長
御園区



高橋 姿(49)

無所属
福祉施設職員
吹上区



城村 義人(49)

無所属
団体役員
上の原区



篠塚みどり(65)

公明党
政党役員
上新田区



酒井千香(46)

無所属
自営業
諏訪形区



小牧 学(51)

無所属
農業
貝沼区



湯澤 武(67)

公明党
政党役員
下殿島区



柳川 広美(65)

日本共産党
団体役員
中央区



宮原 英幸(72)

無所属
農業
勝間区



三石 佳代(49)

日本維新の会
会社役員
上牧区



三澤 俊明(61)

無所属
会社役員
福島区



原 一馬(60)

無所属
土地家屋調査士
上新田区



中山 勝司(67)

無所属
自営業
溝口区

6月定例会市議会の放送予定日

伊那ケーブルテレビデジタル 11ch、C511ch
伊那市チャンネル 6月番組(予定)表

生放送	
6月 5日	議会開会
6月16日	一般質問(1日目)
6月17日	一般質問(2日目)
6月18日	一般質問(3日目)
6月26日	議会閉会

再放送 6月29日の18:00～順次再放送します。日程について

※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で発信しています。



伊那市議会新体制で初めての定例会が始まります。
気持ちを新たに臨みます。議会の活動をぜひご覧ください！



次号は、議長、副議長のあいさつ、委員会構成などお知らせします。



地域計画を ブラッシュアップ

農業委員 池上ミドリ

令和7年3月に市内8地区で策定した「地域計画」と79地域で作成した「目標地図」は、作って終わりではありません。担い手の減少が一層進むことが予想される中で、地域情勢などに応じた継続的な見直しが必要とされています。

農地の集約化が重要性を増す中、手良地区では、地区内4地域の地域計画のブラッシュアップを進めています。

手良野口地区では2月20日に、中坪地区では2月21日に計画のブラッシュアップに向けた会議が開かれました。その中で野口地区では、振興センター、農家組合、地域の担い手などの皆さん16名が集まり見直しを行いました。

まず、農政課と農業委員会事務局より「目標地図」「地域計画」の見直しの重要性の説明を聞いた後、農政課にお願いして作成頂いた地区内全筆のリスト表を令和7年度の耕作者から令和8年度の耕作者へと見直しを行いました。全筆を見直していくことは大変な作業ですが、農政課で作っていただいたリスト表のおかげで作業もスムーズに行うことができました。

2月21日に行った中坪地区では、集落営農組合の役員さんと担い手のみなさん8名が参加し、野口地区同様「目標地図」を広げ、農政課で作成頂いたリスト表を使って、令和7年度の耕作者から令和8年度の耕作者への見直しを行いました。又、地区内の農地の様子や耕作者同士の意見交換など2時間以上にわたり有意義な時

間が持てました。野口地区では「目標地図」の作成時にアンケートを取り、その内容を分析しています。結果として、野口地区の農地の約3〜5割が10年後には受け手がなくなることが明らかになっています。今後は、地域の農業を維持していくためにも、地域計画を継続的に見直し、完成度を高める「ブラッシュアップ」の取り組みが重要となっていきます。



目標地図見直し(令和8年2月/野口地区)

伊那市の農業施策に関する意見書への回答がありました

令和7年11月に提出した伊那市長への意見書に対し、2月に市から回答がありました。主な内容は次のとおりです。

① 地域担い手・営農組織等への支援について

意見▼新規就農者の確保と支援は先進地を参考にしたい。

回答▼今後もJ Aや県と連携し、先進地の取り組みも参考にしながら、地域の担い手となる新規就農者の確保や支援に取り組めます。

意見▼認定農業者等の伊那市農業者協議会への皆加入について

回答▼伊那市農業者協議会未加入者は、再認定の手続きの際に、案内し加入促進を図っています。

意見▼認定農業者等で「地域の模範となる経営者」とは思われない者への対応について

回答▼市の認定基準の根拠となる「基本構想」への反映の可否について今後検討します。

② 伊那市農業振興センターの再構築、委託業務について

意見▼新規就農希望者の相談窓口を明確にして欲しい。

回答▼新規就農希望者は農政課農業経営係および農業振興センター事務局が対応しています。

意見▼農業振興センター組織の再構築について

回答▼地区振興センターの事業は、現在見直しを進めています。地域農政に資する取組については、各地区の自主性を尊重する方針です。

意見▼スマート農業実証実験の取り組み成果と事業継続の有無について

回答▼アスパラガス自動収穫機は令和2〜4年度に開発し、令和5〜7年度に実装に向けた圃場整備を行い、J A菜園で国の交付金が終了するため実証試験は終了しますが、今後は普及に向けた取組を進めます。

意見▼今の農業経営に必要な事業の絞り込みと期限を区切った支援について

回答▼市内には様々な農業の

経営体があり、施策の絞り込みが難しいなかでスマート農業や有機農業等を進めています。

③ 営農の継続・農地の保全に こころ

意見▼令和9年度に見込まれる米政策見直しに備えた取り組みについて

回答▼国の制度改正を注視しながら、水稻に依存しすぎない複合経営の推進等について検討を進めます。

意見▼再生二期作、菌根菌栽培への支援と普及に向けた取り組みや、高温に対応した品種開発や改良がされた作物の品目導入や栽培推進など誘導策を講じて欲しい。

回答▼先進事例の情報収集や効果・課題の整理をした上で、支援や普及について検討し、県やJAと連携して高温耐性品種等の情報提供を進めます。

意見▼ミニ工事を自営工事

で抜き整地する)に対応できる市単事業の整備、若しくは、代用事業について

回答▼農家が希望する小規模な工事は、農地耕作条件改善事業が以前から補助事業として用意されていますので、機会を伺えて周知に努めます。

④ 地産地消の推進について

意見▼「環境・食に優しい農業の実践」について、農業振興センターの事業計画及び将来展望を示して欲しい。

回答▼有機農業を推進するため、土づくり講習会などを実施し、取り組み農家の拡大を図るとともに、適正な施肥管理技術の普及を図ります。また、有機農業の認知度を高めるため、有機農業に関する講演会の開催や、オーガニックマルシェに取り組みます。

⑤ 有害鳥獣対策などについて

意見▼害虫(カメムシ、アメシ

口)への対策は広い範囲で実施して欲しい。

回答▼カメムシ対策は上伊那農業農村支援センターや伊那市農業振興センター、JA上伊那を通じて防除方法や農作物への被害軽減について周知・啓発活動を行っています。農業害虫防除のための農業散布機の貸出は市報で周知しているほか、地区の役員にもお知らせしています。

意見▼鳥獣害対策・間伐等の森林整備を継続実施して欲しい。

回答▼上伊那鳥獣被害対策協議会及び伊那市有害鳥獣対策協議会の計画に沿って実施しています。間伐等の森林整備を推進するため、国県の補助事業を活用して実施した森林整備事業に対して、市独自にかさ上げ補助を行うなどの支援を行っています。

⑥ 地区から

意見▼棚沢川水系での山砂流入の原因調査と対策について

回答▼棚沢川上流の国有林で伐採が行われていますが、手良地区の皆様で現地確認を行い、施策に問題がない旨確認いただいたと聞いています。原因の二つの可能性として、地区等で管理する森林作業道が、ここ数年の豪雨等により傷んでいて、土砂が流出しやすい状況になっていることが考えられます。新たに「森林作業道災害復旧事業補助金」を創設し、地区の皆様が行う森林作業道の復旧等に対する支援を始めています。

意見▼伊那・伊駒バイパス工事は、営農に支障が出ないようにして欲しい。

回答▼事業者である国・県から残農地の地権者と耕作者へ、畦畔設置等の計画説明と現地立ち会いを行った上で工事を実施していますが、施工後に不具合が生じた場合は事業者にて補修等の対応を行っています。収用後の残農地の営農に支障が出ないよう、市からも引き続き国・県に働きかけを行います。

全国農業新聞を読んでもませんか

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・900円

問い合わせ先
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」の貸借をお勧めしています。窓口は、農業委員会事務局となります。また、「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お気軽にご相談ください。



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」～

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



仲間と共に「ちよつと」した 困りごと「のお手伝い

生活支援サポートきずなの会

東春近地区では、「ちよつとした困りごと」を支援する『生活支援サ
ポーター養成講座』修了生の有志と地域ボランティアの計11名で、『生活
支援サポートきずなの会』というボランティア団体を立ち上げて活動を
始めました。養成講座を修了しても、個人ではどのような活動をしたら
良いかと思案していた方々が、交流会や勉強会などを通して親しくな
り、仲間がいることの安心感から「地区の中で困りごとを支援する体制
が出来る」と良い「こいつ思いが強くまりました」。

仲間とのつながりが活動を始める原動力になり、これまでにアクリル
たわしや新聞のゴミ袋、おしぼりを作って地区内の福祉事業所に届けた
り、障害者の送迎支援、高齢者世帯のゴミ出し等の生活支援を行って
います。

また、夏の期間は、野菜のフードドライブ活動として、自家用等で消費
しきれない野菜を持ち寄り、必要な方に持ち帰ってもらう取り組みを
し、子どもからお年寄り、福祉事業所など多くの皆さんに参加してもら
う事が出来ました。

関わった方から「ありがと」「助かるよ」な
ど、心温まる言葉をもらうことが大きな喜びに
つながっています。

さらに、災害時に住民同士で安全確認をした
り、助け合いが出来るようにパッククッキング講
座を企画し、自己研鑽にも励んでいます。新たな
活動に対するアイデアや意欲にあふれ、楽しみ
ながら活動を続けています。



生活支援サポーター養成講座 受講生募集

住み慣れた地域で安心して暮らしたい。そのためには、地域やご近所の助け合いが必要になります。当講座では、地域の中でお互い様の気持ちを持って、生活上のちょっとした困りごとをお手伝いしたり、伊那市社協と一緒に地域づくりを考えていただくサポーターを養成します。

- 内 容** 住民主体の地域助け合い活動について
- 開催日程** 第1回 7月24日(金)
第2回 7月31日(金)
第3回 10月30日(金)
いずれも午前9時～正午(受付 午前8時45分～)
10月までに体験実習を3時間行います。
- 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・3研修室
- 対 象 者** 伊那市在住でボランティア活動や地域づくりに関心のある方
第1回～3回及び体験実習3時間に全て参加できる方
- 定 員** 20名程度(応募多数の場合は抽選とさせていただきます)
- 参 加 費** 無料
- 申込締切** 7月3日(金)
電話、FAX、メール、右記二次元コードよりお申し込みください。



令和7年度の講座の様子



ゴミ出し支援

申込み・問合せ

伊那市社会福祉協議会 地域福祉係(担当:浦山・埋橋)
TEL.73-2544 FAX.98-0363 E-mail chiiki@ishakyo.jp



申し込みはこちらから

災害時住民支え合いマップ活用研修会 参加者募集

全国各地で毎年のように豪雨や地震などの災害が発生し、伊那市においても他人事ではありません。いざという時に「助けて」と声をあげ、助け合うことができる地域は災害にも強い地域です。そのためには日頃からのつながりがとても重要です。過去の災害においては、災害時住民支え合いマップを活用することで減災につながった例もあり、支え合いマップの必要性が高まっています。

今回の研修は支え合いマップを活用し、日頃からの備え、そして地域のつながりについて考えることを目的に開催します。

- 日 時** 6月26日(金) 午後6時30分～午後8時
- 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・3研修室
- 対 象 者** 地域防災に関わっている又は興味関心のある方、
支え合いマップの作成に携わっている方
- 定 員** 60名
- 参 加 費** 無料
- 申込締切** 6月22日(月) 電話、FAX、メール、下記二次元コードよりお申し込みください。
- 内 容** ①マップの必要性と更新を考える
伊那市内の取り組み事例から考える地域の支え合いの仕組み作り
②グループワーク



伊那市役所危機管理課から、マップの必要性や更新に関する講義を行います。
その後、市内の取り組み事例を参考にグループワークを行い、各地区ごと取り組むことができそうな内容を検討します。

申込み・問合せ

伊那市社会福祉協議会 地域福祉係(担当:三浦・埋橋)
※各地区区長には同様の内容でご案内の通知を送付しています。
TEL.73-2544 FAX.98-0363 E-mail chiiki@ishakyo.jp



申し込みはこちらから

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** 7月5日(日)・12日(日) 午前10時～正午
- 場 所** 伊那市福祉まちづくりセンターふれあい～な 2階第1・2多目的室
- 内 容** 「聞こえないということ」
「支援方法や文字による情報保障とは?」
- 対 象 者** 要約筆記に興味がある方
- 定 員** 10名
- 受 講 料** 無料
- 申込締切** 6月30日(火)
- 協 力** 要約筆記 上伊那(文字サポート南信・要約筆記サークルまねきネコ)

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
TEL.0265-73-2544 FAX.0265-98-0363(担当:西澤)



申し込みはこちらから

第21回伊那市社会福祉大会

誰もが住みよいお互い様の地域づくりを推進するために「第21回伊那市社会福祉大会」を開催します。

本大会のテーマを「ふれあい、支えあい、助け合う、お互い様の地域づくり」とし、これまで社会福祉の発展に功績のあった個人及び団体への表彰、大前光市氏をお招きした講演(ダンスあり)を行います。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

- 日 時** 7月17日(金) 午後1時30分～午後4時
- 場 所** 伊那市生涯学習センター ニシザワいなっせホール
- 内 容** 式典(表彰など)
講演 「変化は進化 夢は形を変えて叶う」 大前 光市 氏

交通事故により足を失った義足のダンサー、身体表現者。小学生の頃から新聞配達を始め、新聞奨学生として大阪芸術大学舞台芸術学科舞踊コースを卒業。24歳の時に交通事故により左足膝下を切断。その後10年以上かけて様々なダンスや身体操作などを学び国内外の(健常者の)コンクールにて受賞歴多数。2016年リオ・パラリンピック閉会式にソロ出演したことをきっかけに国内外から注目されるようになり、世界がガラリと変わる。第68回紅白歌合戦にて平井堅と共演。その後NHKスペシャルにて特集され大きな反響を得る。しながわ2020スポーツ大使、横浜2020文化プログラムプロデューサーを務め、東京2020オリンピック聖火ランナー、東京2020パラリンピック開会式にも出演。

- 申 込 み** 不要
- 主 催** 社会福祉法人伊那市社会福祉協議会
- 後 援** 伊那市 伊那市民生児童委員協議会 伊那市福祉団体連絡協議会



問合せ 伊那市社会福祉協議会 地域福祉係
TEL.73-2544(担当:浦山・中山)

第20回 ふれあい広場 9月5日(土)開催決定!

第20回ふれあい広場の開催日が決まりました!今年は9月5日(土)午前10時～午後2時に開催します。昨年は雨の中でしたが、600名を超える皆様にご来場いただき大盛況で終えることができました。今年は暑い時期の開催となりますが、参加団体やボランティアの皆様、ご来場の皆様全員の力で楽しい「ふれあい広場」にしていきたいと思えます。ご家族やご友人お誘いあわせのうえご来場ください。



学生ボランティアの皆さんと
マツケンサンバを踊りました



多文化を知る企画を
参加者で楽しみました

(令和7年度の様子)

問合せ

伊那市社会福祉協議会 第20回ふれあい広場実行委員会
TEL.73-2544(担当:三浦・高嶋)

あおいそら手話体験会

上伊那手話サークル「あおいそら」主催の手話体験会を実施します。ぜひご参加ください。

日 時 8月26日(水)・9月2日(水)・9月9日(水)全3回 ※1日だけの参加可能
いずれも午前10時30分～正午

場 所 伊那市福祉まちづくりセンターふれあい～な 2階第2多目的室

対 象 者 手話に興味がある方

参 加 費 無料

申込締切 8月21日(金)まで 電話にてお申し込みください。

申込み・問合せ

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
TEL.0265-73-2544(担当:西澤)



夏のフードドライブキャンペーン

おうちに眠っている食料品を寄付していただくフードドライブ(食品寄付活動)を実施します。市内で実施している子ども食堂で使用するとともに、まいさぼ伊那市や、寄付していただいた食料品を無料で提供する活動(フードパントリー)を通じて食料を必要としている世帯への支援等に活用します。

期 間 7月1日(水)～7月31日(金)(土日祝日は除く)

時 間 午前8時30分～午後5時15分

場 所 伊那市福祉まちづくりセンターふれあい～な 1階
正面玄関(専用のBOXがあります)

次の条件を満たすようお願いします。

- 賞味期限が明記(砂糖・塩を除く)され2か月以上あるもの
- 未開封のもの
- アルコール(調理用は除く)を含まないもの
- 包装や外装が破損していないもの
- 生鮮食品以外の常温保存できるもの
- 日本の食品表示ラベルのあるもの(アレルギー対策のため)
- お米は令和7年のもので、精白米は3か月以内のもの



問合せ

伊那市社会福祉協議会 フードバンクいな
TEL.73-2544(担当:福田)

「フードバンク」とは?

ご寄付いただいた食料品を生活のために必要とされている方の支援や、子ども食堂等に活用していく仕組みです。

令和7年度 フードバンクいな実績

令和7年度の「フードバンクいな」の実績を報告いたします。ご寄付いただいた皆様、誠にありがとうございました。

社協へ寄付

総量 9243kg 総数 11644個

新たにフードドライブを実施してくださった団体・企業の皆様からのご寄付がありました。

社協からの提供実績

総量 7391kg 総数 10872個

主な提供先は子ども食堂・生活困窮者支援団体・クリスマスプレゼント会・カレー大作戦・おすそわけコーナー 等です。



南アルプス林道バス出発式 南アルプス長谷 戸台パーク

「南アルプス クイーンライン」出発! 4/25 土

南アルプス林道バス「南アルプス クイーンライン」の歌宿までの運行がスタートし、この日、出発式が行われました。6月1日からは北沢峠までの運行も始まります。雄大な南アルプスの山岳観光をお楽しみください。



中尾歌舞伎春季定期公演 中尾座

伝統がつながる 中尾歌舞伎 4/29 水祝

復活して40年、中尾座が建設されて30年の節目を迎えた今回の公演では「御所桜堀川夜討 弁慶上使(ごしょざくらほりかわようち べんけいじょうし)の段」を上演。役者たちの熱い演技に、会場からおひねりが飛び交いました。



「花育」花束贈呈式 伊那西小学校

花に親しみ、心を育てる 5/8 金

花に実際に親しむことにより、感情や情緒を育て、花を身近に感じるきっかけを作るとともに、地元産業について学ぶ「花育」。JA上伊那や生産者と連携し、市内全小学校へアルストロメリアをプレゼントしました。



“ちなみに”石仏雑学トークライブ 高遠町図書館

雑学から石仏を知る 5/9 土

地域おこし協力隊の山本祐介(やまもとゆうすけ)さんが企画し、石仏や高遠石工に詳しい方々が石仏雑学を語るトークライブを開催しました。集まった40人ほどの参加者は、今まで知らなかった雑学の数々に、楽しそうに耳を傾けていました。

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。

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

6月の納税 市県民税…1期 国民健康保険税…1期 [6月30日(火)が納期限です。]

伊那市の総人口 64,263人 [世帯：29,103世帯] ※令和8年5月1日現在

市税の納付は、納め忘れのない「口座振替」が便利です。

「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6月1日
発行/長野県伊那市(〒390-0607 伊那市下新田06000番地)
編集/総務部秘書広報課(0265-78-4111) 印刷/アド・イメージナル株式会社