

20th

— 伊那市誕生20周年 —

いな 市報INA

2026
10

No.247

私たちハタチ、伊那市も二十歳

今月の特集

- P1 伊那でつなぐ20年 伊那でつながる未来
- P4 伊那市・新宿区友好提携20周年
- P5 第40回 伊澤修二記念音楽フェスティバル
- P6 秋の伊那を満喫 そば祭り・もみじ祭り

- 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

伊那でつながる未来



伊那市・高遠町・長谷村が合併し、新伊那市が誕生して20年。これまでの歩みを振り返り、今後も末永く続くまちづくりにつなげていきます。

問 総務課 庶務係

20th
— 伊那市誕生20周年 —

2017 2016 2015 2014 2013 2012 2011 2010 2009 2008 2007 2006

- 伊那本線運行開始
- 小黒川スマートインターチェンジ開通
- 伊那市・箕輪町・南箕輪村が伊那地域定住自立圏協定を締結
- 伊那市民憲章制定
- 新伊那市誕生10周年記念式典
- 新伊那公民館開館
- 上伊那広域消防本部発足
- 伊那地域定住自立圏中心市宣言
- 「日本で最も美しい村」連合に高遠町地域自治区として新規加盟
- 南アルプス地域 ユネスコエコパークに登録
- 西駒山荘竣工
- 伊那中央病院南棟竣工
- 伊那市立図書館 Library of the Year 2013 大賞受賞
- 国道153号伊那バイパスが竜東線まで開通
- ウッドスタート事業始まる
- 東日本大震災被災地支援、新宿区や会津若松市などを支援
- 国道152号高遠バイパス開通
- 会津若松市と親善交流を締結
- 伊那市創造館開館
- 「南アルプス（中央構造線エリア）ジオパーク」に日本ジオパーク認定証が授与される
- 環状北線が開通し、国道153号とつながる
- 「市の歌、花、木、鳥」が決定
- 新伊那市が発足（3月31日）
- 各地域に地域自治区が設置され地域協議会が発足



伊那でつなぐ20年



2026	2025	2024	2023	2022	2021	2020	2019	2018
● 高遠北おやまの保育園竣工式 ● 新「伊那市」誕生から20周年の節目を迎える	● 県内高校の再編を契機とした新しいまちづくりに向け「対話・つながり・実現の場」がスタート ● 組織改編で「子ども部」を新設 ● 高遠城址公園開園150周年 ● 「南アルプス長谷戸台パーク」グランドオープン ● 高遠町総合支所新庁舎オープン	● 能登半島地震被災地へ職員災害派遣（延べ13回33人派遣） ● 長谷総合支所新庁舎オープン ● 木曽谷・伊那谷フォレストバレー運営協議会設立 ● 市街地循環バス「イーナちゃんバス」にEV車両を導入	● 市街地デジタルタクシー本格運行開始 ● inadanisees竣工式 ● 国道153号伊駒アルプスロード中心杭打ち式 ● 能登半島地震被災地へ職員災害派遣（延べ13回33人派遣）	● 伊那市営住宅若宮団地A棟竣工 ● 国道152号栗田〜四日市場バイパス開通 ● 新山保育園竣工 ● 西春近支所・公民館竣工 ● 国道153号伊那バイパス 福島陸橋・令和伊那トンネル・野底大橋交通安全祈願	● 市道環状南線開通 ● 「伊那市DXしあわせのまち」宣言 ● 「SDGs未来都市」選定証授与	● 新型コロナウイルス感染症対策本部の設置と感染拡大防止策の開始 ● ぐるっとタクシー（ドアツードア乗合タクシー）本格運行開始 ● コロナ禍における地域経済支援（プレミアム付商品券発行等）の実施	● 上伊那クリーンセンター竣工 ● 台風19号豪雨県内に大きな爪痕を残す	● 伊那市防災コミュニティセンター開館 ● 信州伊那ワイン・シードル特区認定 ● 市道黒河内線鷹岩トンネル開通



伊那市誕生

20周年によせて

伊那市長 吉田 浩之
よしだ ひろゆき



平成18年3月31日、新「伊那市」が誕生し、20周年の大きな節目を迎えることができました。

この間、市民の皆さまが積み重ねてこられた歩みと市政への温かいご理解とご協力に心より感謝申し上げます。

平成18年の合併以来、私たちは南アルプスと中央アルプスに抱かれた豊かな自然を守りながら、一步一步確かな歩みを進めてまいりました。この20年の歩みは、市民の皆さまの深い郷土愛とたゆまぬご努力の賜物であり、心より敬意と感謝を申し上げます。

伊那市にとって最大の財産は「人」であり、手厚い子育て環境の整備や教育支援をはじめ、子どもから高齢の方まで一人ひとりが大切にされ、それぞれの力を発揮できる「人づくり」を市政の中心に据えてまいります。

また、地元の素晴らしい技術や産業を守るため、地域企業への支援に軸足を置き、経済の好循環を目指します。さらに市民の皆さまの声に真摯に耳を傾け、誠実な対話を通じてその声をしっかりと市政へ反映させてまいります。

これまでの20年が築いた礎を大切に受け継ぎながら、誰もが「ここで暮らして良かった、これからも住み続けたい」と実感でき、豊かさや優しさにあふれる「理想の伊那市」を皆さまとともに創り上げていく決意であります。

今後ともさらなるご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

20歳インタビュー

伊那市と同じ20歳の皆さんを代表して、西箕輪出身で、現在は東京の大学に通う小阪遥夏（こさかはるか）さんに話を伺いました。

Q.伊那市の好きなところは？

活気があるところ。小さい頃から伊那市のお祭りやイベントに参加していましたが、伊那市に住んでいる人たちが地域のために力を合わせているというところに、人の温かみを感じて素敵だなと思っています。

Q.自分にとって伊那市はどんな存在？

変わらないものがある場所。お店の閉店など変化はあっても、慣れ親しんだ変わらない景色の中で過ごせることにありがたみを感じています。

特にみはらしファームから一望できる伊那市の風景が好きで、帰省するたびにそこに寄って写真を撮ると「帰ってきたな」という気持ちになります。

Q.将来の夢や目標は？

今は周りのいろんな人に助けをもらいながら過ごしているので、自分で自分のことができる「自立した人」になることが目標です。東京も刺激があって楽しいですが、この地域のお互いを気にかける空気や地域のつながりが活発なところが好きなので、いずれは戻ってきて地域活性化につながる仕事や人とかかわる仕事がしたいです。



8月に開催した
「伊那市二十歳のつどい」で
『伊那市の好きなところ』を
聞きました！

空が青い

山がきれい

みんな優しい

畑がいっぱい

ローメンがうまい！

空気がうまい

静かなところ

川がきれい

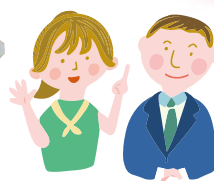
野菜やごはんが
おいしい

住むのが楽

都会からの
アクセスがいい

どこでも山が
見える

横断歩道で
みんな止まってくれるところ





伊那市・新宿区 友好提携20周年

問 高遠町総合支所 総務課

伊那市と新宿区は、平成18年7月に友好提携を締結してから今年で20周年を迎えました。また、昭和61年に新宿区と旧高遠町との間で締結した友好提携から40周年となります。この節目の年に、両都市の結びつきや交流の歩みを振り返ります。

伊那市と新宿区の縁

新宿区との縁は、現在の新宿御苑が、江戸時代において、高遠藩主・内藤家の江戸下屋敷（通称「四谷下屋敷」）だったことに由来します。

また、「新宿」の地名も、江戸下屋敷の一部が、のちに甲州街道として整備され、江戸日本橋から一つ目の宿場として、「内藤新宿」が開設されたことにちなみます。

この歴史的な縁により、昭和61年7月に新宿区と旧高遠町は友好提携を結び、以降、平成18年の伊那市・長谷村との合併を経て、新しい伊那市として、友

好提携が引き継がれることになりました。



高遠藩主・内藤家 四谷下屋敷再現図
画：池上 典（いけがみのり）氏

友好の架け橋 「タカトオコヒガンザクラ」

新宿区との交流のきっかけは、昭和57年に高遠町が新宿区に「門外不出の桜」として大切に守り育ててきた「タカトオコヒガンザクラ」10本を寄贈し、新宿中央公園に植樹したのが始まりです。

現在では、新宿区内24箇所に、タカトオコヒガンザクラが植樹され、新宿区民にも親しまれる、まさに友好の架け橋となつています。

これからも、日本有数の大都市「新宿区」との縁を大切にしながら、相互の発展に向けた多分野での交流を行っていきます。



新宿駅東南口広場に植樹

友好交流の歴史年表

伊那市

旧高遠町

- 2026 ● 友好提携20周年
8月2日の20周年式典において、新宿区と「友好提携共同宣言書」の調印を行う
- 2022 ● 新宿区立の小中学校で、伊那市産の農作物を給食食材として定期的利用
- 2016 ● 友好提携10周年時に、新宿区歴史博物館で特別展「信州高遠藩 歴史と文化」を開催
- 2011 ● 新宿区内の新生児に伊那市産材で製作した玩具のプレゼントを開始
- 2009 ● 自治体連携による「カーボン・オフセット」事業（※）が始まる
ますみヶ丘平地林の一部を「新宿の森・伊那」として、新宿区立小学校の体験教室として利用
- 2008 ● 「地球環境保全のための連携に関する協定」を結ぶ
- 2006 ● 高遠町が伊那市・長谷村と合併し、新「伊那市」として友好提携をあらためて宣言
- 1995 ● 災害時の相互援助協定を結ぶ
- 1986 ● 高遠町と新宿区が友好提携を宣言
- 1985 ● 千代田湖キャンプ場が新宿区指定のキャンプ場として開設
以降、相互交流が始まる
- 1982 ● 門外不出の「タカトオコヒガンザクラ」10本を新宿区に寄贈



▲友好提携20周年式典で友好関係を
誓い握手で確認し合う伊那市 吉田市長（右）と内藤家19代当主 内藤頼克氏（中央）、新宿区 吉住区長（左）

▼伊那市産の農産物を新宿区立小中学校の給食食材に提供することの
共同会見をする伊那市 白鳥市長
（右）と新宿区 吉住区長（左）



▲カーボン・オフセット事業の実施
協定を取り交す伊那市 小坂市長
（右）と新宿区 中山区長（左）

※カーボン・オフセット事業 伊那市の森林を整備することで、新宿区から排出されるCO2の一部相殺する自治体連携の取り組み



▼新「伊那市」として友好提携を結
び直す伊那市 酒井助役（右）と新宿
区 中山区長（左）



▲誓い握手で友好を誓い合う新宿
区 山本区長（左）と内藤家17代当
主 内藤頼博氏（中央）、高遠町 北
原町長（右）



▲新宿中央公園の
「高遠コヒガンザクラ」の碑

第40回を迎える

伊澤修二記念 音楽フェスティバル



問 生涯学習課 生涯学習文化振興係



伊澤修二先生ブロンズ像除幕の様子(第1回)

伊澤修二記念音楽祭は、高遠藩出身でわが国の音楽教育の基礎を確立し、東京音楽学校の初代校長として活躍した伊澤修二の功績を顕彰するために始まりました。

東京藝術大学創立100周年にあたる昭和62年に、高遠町が同大学に協力依頼をしたところ、全面的なご協力をいただけることとなり実現しました。以来、毎年東京藝術大学音楽学部の学部長をはじめ、教授の先生方や学生の皆さまのご理解とご協力により開催されてきました。

40年のあゆみ

■第1回(昭和62年11月)

「伊澤修二先生記念祭」としてスタート

記念すべき第1回は、服部幸三音楽学部長による講演「伊澤修二先生を偲んで」をはじめ、高遠小学校児童(5年東組)の合唱、東京藝術大学オーケストラによる演奏などが行われました。その他にも式典や特別展、音楽映画祭、野外コンサートなど、多彩な催しが盛大に開かれました。

■第2回(昭和63年度)

名称を「伊澤修二先生記念音楽祭」に

■第3回(平成元年度)

現在の音楽祭スタイルが定着

地元合唱団や小学校の合唱・合唱劇などと、東京藝術大学オーケストラの演奏鑑賞を組み合わせたスタイルが定着しました。オーケストラで使用するさまざまな楽器や、珍しい楽器を解説付きで披露する「楽器紹介」も、この頃から音楽祭の定番として親しまれるようになりました。

■第21回(平成19年度)

新「伊那市」誕生を契機に2部構成へ

平成18年の市町村合併(伊那市・高遠町・長谷村)による新伊那市誕生を契機に、第1部を高遠スポーツ公園文化体育館、第2部を県伊那文化会館で行う、2部構成での開催へと発展しました。

■第24回(平成22年度)

名称を「伊澤修二記念音楽祭」に

■第36回(令和4年度)

中学生の吹奏楽と大学生の初共演

新たな試みとして、中学生による伊那ジュニアアンサンブルクラブとオーケストラの初共演が実現。日本最高峰の音楽を学ぶ学生と一緒に演奏できる貴重な経験となっています。

そして、第40回… 名称を「伊澤修二記念音楽フェスティバル ～東京藝大と子どもたちが紡ぐ一日～」に

第40回を契機に名称を新たにし、市内全体で子どもたちが音楽に触れることができる音楽フェスティバルにします。新たに第2部に、市内の中学生や高校生の吹奏楽や合唱を発表するプログラムを追加します。

今年は10月17日(土)に開催します!!

チケット取扱い
など詳しくは
市公式HPから



第1部

高遠スポーツ公園文化体育館

入場無料

開場:午前9時
開演:午前9時15分
出演:高遠小学校、高遠北小学校、
高遠中学校、高遠高等学校、東京藝術大学ユーフォニアム・チューバカルテット

第2部

長野県伊那文化会館小ホール

入場無料

開場:午後0時30分
開演:午後0時40分
出演:市内中学校吹奏楽部、市内合唱部・音楽部合同合唱団、市内高校合同合唱団

第3部

長野県伊那文化会館大ホール

入場料 一般1,000円、高校生以下無料

開場:午後2時15分
開演:午後2時45分
演奏:東京藝大シンフォニーオーケストラ
出演:伊那ジュニアアンサンブルクラブ(IJEC)、
高遠中学校、市内合唱部・音楽部合同合唱団
曲目:大地讃頌、信濃讃歌
スッペ/喜歌劇《軽騎兵》序曲
ドヴォルザーク/交響曲第8番 ト長調 作品88

秋の 観光情報

秋の行楽シーズンを迎える伊那市では、
さまざまなイベントが開催されます。
ぜひお出掛けください。

問 観光課 観光政策係

信州そば発祥の地・伊那ー秋のそば巡りー

この秋は、伊那のそば巡りに出かけませんか。

「信州そば発祥の地伊那」では、市内5会場で個性豊かなそばまつりが開催されます。「行者そば」や「高遠そば」など、打ち立て・ゆでたての香りと味わいを心ゆくまでお楽しみください。

新そばの季節が
やって来ました！

行者そば祭り

問 荒井区事務所 ☎72-2229

■日時：10月18日(日)午前10時～午後1時

■会場：荒井区内の萱スポーツ公園

信州伊那新そばまつり

問 みはらしファーム公園事務所 ☎74-1807

■日時：10月24日(土)・25日(日)午前10時～午後2時

■会場：はびろ農業公園みはらしファーム特設会場

入野谷在来そば新そば祭り

問 【長谷】長谷農林建設課

■日時：10月25日(日)午前10時～午後2時

■会場：道の駅南アルプスむら長谷

高遠そば新そば祭り

問 観光課

■日時：10月31日(土)～11月8日(日)午前10時～午後2時

■会場：高遠城址公園 高遠閣

同時開催!!
高遠城址もみじ祭り

春近新そばまつり

問 観光課

■日時：11月1日(日)午前10時～午後2時

■会場：西春近公民館

同時開催!!

長谷フェス～南アルプスふるさと祭り～

そばまつりを巡る
「チェックインラリー」も
実施します！
そば巡りを楽しみましょう。

詳しくは→
をチェック



※そばが売り切れ次第終了となる場合があります。

高遠城址 もみじ祭り

園内に植えられた約250本のカエデが色づきます。

期間中高遠そば新そば祭りを開催。打ち立ての高遠そばが楽しめるほか、

昨年大好評だった「直伝！山形の芋煮」が今年も登場！

名君保科正之公ゆかりの殿様グルメをご賞味ください。

また、伝統芸能の披露などイベントも盛りだくさん。

カエデを見ながら、
そばと芋煮をお楽しみに！



紅葉狩り

問 【高遠町】高遠商工観光課／(一社)伊那市観光協会

■期間：10月31日(土)～11月8日(日)

■会場：高遠城址公園 ※【直伝！山形の芋煮】11月7日(土)・8日(日)各日午前11時～



税務署の受付時間を変更します

10月1日から税務署の総合窓口の受付時間が変わります。時間内の来署にご協力をお願いします。

■変更開始日

10月1日(木)から

■受付時間

午前9時～午後3時(原則)

■開庁日

月曜日～金曜日

■お問い合わせ先

伊那税務署(代表) ☎72-2171

問 税務課



令和8年社会生活基本調査にご協力ください

この調査は、国民の生活時間の過ごし方を具体的に把握し、ワークライフバランスを推進することを目的に全国から無作為に抽出された約9万5千世帯を対象に実施されます。

調査員が皆さんのお宅に伺いましたら、ご協力をお願いします。

■調査期日 10月20日(火)

■調査地区

市内5地区
西町区小黒、御園区白山、
境区東二・三、美簗下県区・
中県区(一部)、西春近小出島区

問 情報政策推進課 統計調査活用係



空き工場や事業用地の情報をお寄せください



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



市産業立地HP▶

問 産業立地推進課 企業誘致係



地域活動助成事業で備品を整備しました

(公財)長野県市町村振興協会が実施する「地域活動助成事業」を活用しました。※この事業は、宝くじの助成金により行われています。



■実施団体 榛原区

■実施内容

榛原公民館にエアコン、ブルーレイレコーダー、冷蔵庫、物置、発電機、ポータブル電源、ポータブルソーラーパネルを整備しました。



■実施団体 与地区自主防災組織

■実施内容

AED(自動体外式除細動器)、石油ストーブ、ヘルメット、腕章の防災備品を整備しました。

問 地域創造課 地域振興係



コミュニティ助成事業で備品を整備しました

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

※この事業は、宝くじの助成金により行われています。

■実施団体 上川手区

■実施内容

第一公民館とふれあい館にエアコンを整備しました。



問 地域創造課 地域振興係



春の高校伊那駅伝記念Tシャツ一般投票



春の高校伊那駅伝男子第50回大会記念Tシャツのデザインを募集したところ、市内外から多くのご応募をいただき、ありがとうございました。最終候補3点を選ぶ一般投票を行っています。お気に入りのデザインに投票してください!

■投票期間 10月30日(金)まで

■投票方法

大会公式HPから投票してください。



大会公式HP▶

問 スポーツ課 スポーツ振興係



養育里親になりませんか

さまざまな理由で、一時的にまたは一定期間家族と離れなければならない子どもたちがいます。そうした子どもをご自身の家庭に迎え、その子らしい成長を支えてくださる方を「里親」といいます。

里親と囲む温かい食卓や何気ない会話など、“当たり前”で“あたたかい体験”が子どもの安心につながります。里親になって、一緒に活動しませんか。



◀里親の種類や
登録までの流れ
(長野県HP)



◀里親になりたい、
詳しく知りたい
(諏訪児相HP)

☎ 長野県諏訪児童相談所 ☎0266-52-0056/
上伊那里親支援センター こごみのねっこ ☎98-8114/
子育てサポート課 こども相談係 ☎72-0999



天竜川の河道内 樹木伐採協力者を 募集

天竜川に繁茂している樹木を伐採し、薪ストーブ燃料やバイオマス発電燃料、ウッドチップなどに有効活用して下さる河道内樹木伐採協力者を公募します。公募対象者は上伊那地域～下伊那地域の事業者・地域団体などで、代表者を含む4人以上の団体を構成してご応募ください。

応募期間

10月9日(金)まで

※応募方法など詳しくは天竜川上流河川事務所ホームページをご覧ください。

※メールでのお問い合わせは、件名を「公募型河道内樹木伐採」とし、必ず名前と連絡先を記載してください。

天竜川上流
河川事務所HP▶



☎ 建設課 国県事業対策係／
国土交通省天竜川上流河川事務所
管理課 ☎81-6414
メール: cbr-tenjyokanri@mlit.go.jp



ファミリー・ サポート・センター 協力会員募集

子どもの預かり、保育園・幼稚園への送迎など、有償で子育てのお手伝いをしていただける方を募集します。協力会員に登録される方は、必ず養成講座を受講してください。

応募要件

20歳以上の心身共に健康な方で、事前に養成講座全3回を受講できる方

募集期限

10月7日(水)

養成講座開催日程

10月15日(木)、22日(木)、29日(木)

費用 無料

時間 午前9時～正午

会場 南箕輪村こども館

※お申し込みいただいた方には別途お知らせします。詳しくは、市公式HPをご覧ください。

詳しくはこちら▶



☎ こども政策課 こども育成係



都市計画道路 見直しの 素案を閲覧できます

都市計画道路および用途地域の変更に関する素案を閲覧できます。また、素案に関するご意見をお聞きするため、公聴会を開催します。

変更対象

環状南線、日影沢線、沢御園線、高遠河南線および沿線の用途地域

【素案の閲覧】

閲覧期間

10月30日(金)～11月20日(金)

閲覧場所

都市整備課、各総合支所 農林建設課

※市公式ホームページでも閲覧できます。

【公聴会】

日時

11月22日(日) 午後2時～

会場 市役所 501・502会議室

※公述の申出がない場合、公聴会を中止します。(市公式ホームページでお知らせします)

【公述の申出】

公述を希望する方は、公述申出期間内に公述申出書を提出してください。

公述資格

市民または利害関係人

公述申出期間

10月30日(金)～11月13日(金)

詳しくはこちら▶



☎ 都市整備課 計画係

伊那市の情報発信

公式フェイスブック「あるびいな」



地域のイベントや旬な話題など、随時情報発信中です。



公式エックス「@inacity_his」



防災情報やイベント情報などを手軽に確認できます。





大学等受験・ 模試受験費用を 補助します



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

対象者

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

補助金額

○中学3年生

模試受験費用 6,000円(上限額)

○高校3年生等

模試受験費用 8,000円(上限額)

大学受験費用 53,000円(上限額)

申請期限

令和9年3月31日(水)【厳守】

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

問 子育てサポート課 こども相談係



第35回 伊那能を 開催します

本格的な能と狂言の世界に触れられる「伊那能」が、今年も開催されます。

今年は、世阿弥の代表作・能『熊野』が上演されます。上演中は解説文が投影されるため、初めての方も安心して楽しめます。

■日時 11月15日(日) 午後1時～
(開場:午前10時30分～)

■会場 県伊那文化会館大ホール

■演目 能・狂言・仕舞

■入場料(前売券)

・葵席8,000円 ・S席6,000円

・A席3,000円

・ペア席…S席2枚で10,000円

A席2枚で4,000円

・親子席…2階席親子2枚で2,000円

販売方法

伊那能公式ホームページからご確認ください。



▲詳しくはこちら

問 生涯学習課 生涯学習文化振興係



長谷フェス ～南アルプス ふるさと祭り～開催



「長谷地域ならではの」食の提供・販売、親子で楽しめる体験ブースの設置、キッチンカーの出店などを予定しています。

詳しい内容は市公式ホームページをご覧ください。

■日時 10月25日(日)
午前10時～午後3時

会場

・道の駅「南アルプスむら長谷」
・南アルプス公園

詳しくはこちら▶



問 【長谷】南アルプス課

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 10月14日(水) ■時間 午前9時30分～午後0時30分

■会場 伊那警察署 駐車場

※必要書類を準備の上、会場へお越しください。予約は不要です。

②マイナンバーカード出張申請受付

■期日 11月18日(水)/高遠町、長谷、富県、東春近、手良、美鷲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 利用を希望する方は、電話で予約してください。

■募集期間 10月1日(木)～7日(水) 平日午前9時～午後3時

※定員に達し次第締め切ります。(専用電話 ☎ 080-7302-6737)

問 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♪

健康麻雀

初心者女性教室
ひばり会

・マナーと「簡単な新ルール」をやさしく分かりやすく指導します。

毎週月曜日 12時～17時

◆宮田村民会館

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

日本語教室「い〜な」
『緊急(SOS)のとき
どうする?』

日本語の習得はもちろん「伊那市を知ろう」をテーマに、日本語教室を開催しています。今回は、消防署の方にいろいろ教えてもらいます。

急病・けがなど緊急のとき、あなたはどのようにしますか?どこに連絡しますか?一緒に勉強しましょう!

職場や近所の外国人の方にもぜひご案内ください。ボランティアの参加も大歓迎です。

■日時

10月17日(土) 午前10時～正午

■会場

伊那図書館

■テーマ

『緊急(SOS)のときどうする?』

■ゲスト講師

伊那消防署職員

■参加費 無料

■申込方法

市公式HPから申し込んでください。

申し込み・
詳しくはこちら▶



問 地域創造課 人権男女多文化共生係



伊那市職員を募集します

令和8年度



伊那市職員採用試験

令和9年4月に採用予定の職員を募集します。募集する職種、試験日など詳しくは、受験案内または市公式ホームページをご覧ください。総務課までお問い合わせください。

■受験案内の配布・申込受付期間 10月1日(木)～25日(日)

■受験案内の請求方法

総務課、各総合支所・各支所で請求してください。

※市公式HPからダウンロードすることもできます。



▲詳しくはこちら

問 総務課 職員係

高遠「しんわの丘
ローズガーデン」
秋の感謝祭 開催

皆さまへの日頃の感謝を込め、秋の感謝祭を開催します。

ワークショップや懐かしの遊び体験、バラにちなんだクイズ大会など、楽しいイベントがたくさんあります。同時開催する『しんわの丘伊那谷ビアガーデン』にも、ぜひご参加ください。

■日時 10月4日(日)

午前10時～午後3時

■会場

高遠「しんわの丘ローズガーデン」

■入園料 無料

ローズガーデン
公式サイト▶



問 【高遠町】高遠商工観光課

創業に必要な知識を
学ぶ「いな創業塾
2026」開催

伊那市商工会では、創業の心構えやビジネスプランの立て方など、創業して成功するために必要な「経営・財務・人材育成・販路開拓」の知識を学べる創業塾(全7回)を開催します。受講料は無料です。

■日時

9月30日(水)、10月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)、11月4日(水)、11日(水)

全回とも午後7時～9時

■会場

南箕輪村商工会館 2階研修室

■定員

先着20人(事前申込制)

■お問い合わせ先

伊那市商工会 ☎94-2309

問 商工振興課 商業労政係

かんてんぱぱホール 10月の催し物

入場無料

お問い合わせ TEL 0265-78-5107 www.kantenpp.co.jp

第21回 マザーグースパッチワークキルト展 … 2日(金)～ 7日(水)

HasnaNaokoOhwashi Simples mimi

帽子 バッグ 天然石アクセサリー展 … 8日(木)～14日(水)

黒のコーヒーカップ展 … 8日(木)～14日(水)

森のたより展 … 9日(金)～14日(水)

佐藤志ずか 作品展 風景との対話 … 15日(木)～21日(水)

～時雨月～ 今昔きものと手作り展 … 16日(金)～20日(火)

中澤達彦 第11回 舎羅の会合同展 … 22日(木)～28日(水)

ステンドグラスと木彫二人展 … 23日(金)～28日(水)

第31回 書晋展 … 29日(木)～11月 4日(水)

横前秀幸 絵画展

イタリアー 十字路の風 … 30日(金)～11月10日(火)



◆年金ガイド◆

国民年金保険料の

育児免除制度が始まります！

10月から、子を養育する国民年金第1号被保険者について、その子が1歳になるまでの期間の国民年金保険料が免除されます。免除を受けるには届出が必要です。

■対象

令和8年10月1日以降、1歳になるまでの子を養育する(※)国民年金第1号被保険者の実父母・養父母

※子を養育する要件(すべてを満たしていること)

- ①子と身分(親子)関係が継続していること
- ②子と同一住所であること

■免除期間

子(実子・養子)が1歳になる誕生日の前月まで

■申請方法

電子申請または、健康推進課窓口で申請してください。



電子申請▲

- 申請することで、所得に関係なく国民年金保険料の納付が免除されます。
 - 納付が免除された期間は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。
 - 国民年金第1号被保険者が出産した際は、出産前後の国民年金保険料が免除になる「産前産後免除制度」もあります。
- ※詳しくは、給付金専用ダイヤル(0570-05-4092)または伊那年金事務所へ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



がん患者 アピアランスケア用品 購入費用助成

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

■補助額

購入費用の半額(上限2万円)

■必要書類・持ち物

- 伊那市に住所があることが分かる書類(マイナンバーカード、運転免許証など)
- がんの治療を受けていることが分かる書類(手術、薬物治療、放射線治療など)の写し
- 補整具の購入の領収書および明細書(補正具等の物品名・金額・購入日・店名・宛名の記載があるもの。宛名は申請者ご本人の氏名に限る)の写し
- 申請者(ご本人)の補助金振込先口座の通帳
- 印鑑

詳しくはこちら▶



問 健康推進課 保健係



伊那市難病患者等 見舞金を支給します

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

■対象

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

■見舞金の額 年額1万円

■申込方法

- 新規の方
次の書類をご提出ください。
- ①認定申請書(市指定)
- ②医療受給者証の写し
- ③通帳などの金融機関、本支店、口座番号、口座名義人がわかる部分の写し(本人が未成年の場合は、保護者名義の写し)
- 申請済みの方
10月に現況届を郵送しますので、ご提出ください。

問 健康推進課 予防係



特設巡回行政相談を開催します

行政相談月間にあわせ、次の日程で特設巡回相談を行います。行政に対する要望や各種制度の手続きに関する相談を無料で受け付けます。お気軽にお越しください。

日 時	時 間	場 所
10月19日(月)	午前9時～11時	手良公民館
10月21日(水)	午前9時～11時	東春近公民館
10月23日(金)	午前9時～11時	西春近公民館

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

問 総務課 庶務係

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

第73回伊那市民体育祭

期 日	開会式時間	種 目	会 場	申込締切
10月18日(日)	午前8時30分	サッカー(男女混合)	富士塚スポーツ公園運動場	10月9日(金)
10月21日(水)	午前8時30分	マレットゴルフ	マレットパークはびろ	10月9日(金)
11月3日(火・祝)	午前8時20分	ソフトボール	伊那ニッパツ野球場 ほか	10月16日(金)
	午前9時	卓球	ロジテックアリーナ	10月16日(金)
	午前9時	柔道	武道館柔道場	10月13日(火)
11月7日(土)	午前8時30分	ソフトテニス	センターテニスコート	10月20日(火)
11月8日(日)	午前11時	剣道	高速文化体育館	10月2日(金)

※市民体育祭は市内在住、在勤または在学の方ならどなたでも参加可能です。

※申込用紙はスポーツ課にあります。また市公式ホームページからもダウンロードできます。

市営住宅
募集予定住宅



市営住宅のお申し込み・
お問い合わせは、長野県住宅供
給公社が行います。

【公営住宅】

※政令月収158,000円以下の世帯向けです。

- 城南町団地C棟シルバーハウジング
1LDK 18,300～27,200円 1戸
- 若宮団地A棟(身障者向け)
2LDKH 21,900～32,600円 1戸
- 若宮団地リフォーム住宅
2LDK 14,200～22,500円 2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。

- 若宮若者・子育て向け住宅
2LDK 50,000円 1戸
- ハイツ小原南(E)
3LDK 40,000円 3戸
- ハイツ小原南(F)
2LDK 40,000円 1戸
- 小原上住宅
2DK 24,000円 1戸
- 山室住宅(UIターン世帯用)
3DK 25,000円 1戸

申込受付期間 10月1日(木)～10月7日(水)
※土日祝を除く

※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(全額は家賃)。

抽選日 10月9日(金) **入居日** 11月1日(日) **問** 長野県住宅供給公社 ☎98-7450



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

10月28日(水) 午前9時30分～正午

■会場 市役所

■相談員

伊那市顧問弁護士 長谷川 洋二氏

■对象 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をしてください。

■申込受付開始日 10月1日(木)

■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



家族葬 専用

ファミリーホール伊那

無痛プロジェクション
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



あいネットぐらう

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

桜小川

県民文化会館
市立博物館

ファミリーホール伊那

伊那バス停

至市街

至駒ヶ根

至伊那

至市街

春日公園下

MEGADON・キョーテンUNY
伊那店様

綿半様

善木屋石材様

153

オランパ様

仁愛病院

太田川

伊那市役所

至ナイスロード

「また来たい」が 生まれる場所作りを

高遠エコツーリズム
コンダクター

さかの しほり
坂野 志穂梨さん



令和7年4月に地域おこし協力隊に着任。高遠の豊かな地域資源を一年通して楽しんでもらえるように、体験イベントやツアーを企画したり、交流の場をつくっています。

高

遠には、四季折々の豊かな自然や歴史、文化など、この地域ならではの魅力が数多く息づいています。普段は当たり前に感じている風景や身近な植物、受け継がれてきた文化も、視点を変えれば大切な地域資源です。

現在、私は地域おこし協力隊として、高遠の観光コンテンツのブラッシュアップや、地域資源を生かした体験型観光を軸としたツアーやイベントの企画、実施に取り組んでいます。訪れた方が地域の自然や文化、そして人との温かなつながりに触れ、高遠をもっと好きになっていただける機会をつくりたいと思い活動しています。

その活動の一つとして、高遠伊那地域の自然や植物など、身近な資源を生かしたワークショップやツアーを年間を通して企画しています。これまで、タカトコヒガンザクラの剪定枝による草木染めや、ローズガーデンのバラの花びら染めなどを行ってきました。



草木染めのバックとワークショップの様子

参加された市外の方がワークショップ後に高遠のまちを散策したり、市内の方から「こんな体験ができるなんて知らなかった」と驚きの声をいただいたりするなど、地域の魅力を改めて知っていただくうれしいきっかけにもなっています。

これからも、高遠ならではの地域資源を生かした体験を通して、市内外の多くの方に地域の魅力を届け、『また来たい』『また帰ってきたい』と思っていただける温かな場所作りを目指して、さらに活動を発信していきたいと思っています。

問

地域創造課 移住定住促進係



夏休みの子ども食堂

毎年夏休みに開催している学童クラブ利用の児童向け「子ども食堂」支援は、まさに地域の方々の力によって支えられています。

年間を通じてご協力いただいている現金寄付、お米や野菜などの食材や労働力の提供もあり、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

上伊那郡内の企業様には、地域貢献を目的に、自分たちの仕事の一部として「子どもと関わることで地域を知ること」と、熱い理念をお持ちいただきながら、この5年間、夏休みの配食ボランティア活動へご協力をいただいています。今年も4日間、上伊那の3つの企業様が、市内ローメンズクラブ所属の5店舗で愛情込めて作ってくれたカレーを、酷暑日が続くお昼の時間帯に、子どもたちに



配っていただきました。どの会場でも、驚くほどの「おかわり」の列ができました。

ご協力いただいた企業・ローメンズクラブの方からは「お金を出すだけでなく、人とのつながりが大切だと実感しました。今日こうして直接お会いしてカレーを配り、子どもたちが喜んでいる姿を見ることができたことは、私自身とてもうれしかったですし、素晴らしい時間を過ごせたと思います」「夜営業する店舗なので昼間の活動には協力できます。子どもたちの笑顔を見るとうれしくなります」の声。

「子ども食堂」は、子どものみならず、大人も、お腹と心、両方満たされる場所となっています。



問

子ども政策課 子ども政策係

伊那の風

伊那市長
コラム

人生の先輩と歴史から 学ぶこと

9月の第3月曜日は「敬老の日」です。ご高齢の方を敬い、長年にわたって社会に尽くしてきたことに感謝する日です。

私たちは、年配の方から何か言われると、「また説教か」「昔の考え方」「今の時代には合わない」と、つい聞き流してしまうことがあります。しかし、後になって「あのとき言われたことは正しかった」「素直に聞いておけばよかった」と思うことも少なくありません。

それは、年配の方の言葉には、長い人生の中で経験し、失敗し、学んできたことが込められているからではないでしょうか。もちろん、昔の考え方がすべて正しいわけではありません。それでも、長い年月を生きてきた人の言葉は、重みがあります。ただ「古い」と一蹴してしまうのは、もったいない気がするのです。まず耳を傾けてみると、そこには、自分にはなかった考えや、思いがけない気づきがあったりするものです。

歴史についても同じことが言えます。数千年にわたる

人類の歴史は、何億、何十億という人々が悩み、考え、選択し、経験してきた知恵の蓄積です。自分一人で答えを探すだ

けでは見つからないことも、過去の人々がどのように考え、行動し、その結果どうなったのかを学ぶことで、新たな答えが見えてくることがあります。

年配の方の言葉も歴史も、古いものとして片付けるのではなく、まず向き合い、耳を傾けてみるのが大切なのだと思います。そこには、長い年月をかけて培われた経験と知恵があるのです。

敬老の日は過ぎてしまいましたが、秋の夜長に人生の先輩たちの言葉に耳を傾け、歴史小説などを読みながら、先人から学ぶ時間を持つてみてはいかがでしょうか。今、自分が考えている以上に、賢い答えに出会ったりするものです。



伊那市長 吉田浩之

10月 広報番組



スマートフォンは
こちらから
YouTubeで公開中

い〜なチャンネル

放送開始時間(毎週土曜日 更新)

伊那ケーブルテレビ デジタル12ch/J501ch

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

放送日	内容
3日~	・秋の伊澤修二関連イベント
17日~	・そば満喫月間 ・高遠町歴史博物館後期企画展「近世高遠町のくらし」
31日~	・こころの健康づくり ・特殊詐欺に注意!

※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。

こころをむすび 伊那をつなぐ Story vol.29

問 地域創造課 地域ブランド推進係

高遠に、いつもとちょっと違う夜を。
10/24は、たかまるナイトマーケット!

「みんなが集まれる新しい『丸』をつくりたい」——そんなワクワクする想いから始まったぬくもりあふれるマーケットが初めて開かれます!高遠城址の本丸・二の丸・三の丸に続く、新しい「丸」。それは、子どもから大人まで世代を超えて関わりあい、人と人、人とまちがゆるやかにつながる場です。

2年程前、市と共に地域の未来を語り合い、まちの魅力を自らの手で育てようという対話を重ねた歩みから、住民自らが主体の高遠に暮らす仲間が集う「TAKATO MARU WORKS」を結成。企画から運営まで手づくりで準備を進めてきました。

会場には、高遠町を中心に伊那の自慢の食や地酒、個性豊かな手しごとのお店が並ぶほか、音楽や地元のみなさんがつくるステージも予定されています。やさしい灯りのもと、子どもも大人もそれぞれの楽しみ方で、「この地域っておもしろい!」という体験や記憶を未来へ繋いでいく大切な一歩です。秋の一日、このまちの新たな魅力を感じに、ぜひお出かけください。



日 時: 10月24日(土) 午後2時~8時
場 所: ほりでいパーク



◀雨天時など
詳しくは
こちら

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 6日(火) 助産師相談 
14日(水) 消防団音楽隊
- 上の原 9日(金) 歯科衛生士による歯科相談
23日(金) 歌とおはなしゆみちゃんず
- 富 県 7日(水) さわやかベビーマッサージ
- 西箕輪 21日(水) 不思議なマジックショー
30日(金) マリンバ演奏
- 高 遠 8日(木) スマホで簡単!日常を切り取る写真講座
16日(金) 主婦の知恵袋
28日(水) アルバ演奏

※子育て講座へ参加ご希望の方は、事前に各センターへお申し込みください。

※センターの状況や講座により、予約優先にさせていただく場合があります。
なお、電話がつかない場合は、**竜南子育て支援センター以外**は、
留守番電話でも予約を受け付けます。留守番電話に「ご希望の講座名」
「登録番号」「登録者の名前」を入れてください。

保健師相談：午前10時30分～11時30分

22日(木)：富県子育て支援センター

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)

- 6日(火)美篤・東春近・西春近支所、高遠町保健センター
- 13日(火)長谷健康増進センター
- 20日(火)富県・手良・西箕輪支所、高遠町保健センター
- 27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)

- 6日(火)高遠町保健センター
- 13日(火)伊那市保健センター、長谷健康増進センター
- 20日(火)高遠町保健センター
- 27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 小嶋園(☎72-2576)

教育相談(午前8時30分～午後4時30分)

○平日 学校教育課 教育支援係

問 子育てサポート課(☎78-9711)/【高遠町】市民福祉課

わが子の

思い出 フォト

はるみちくん
(0歳)

ぷかぷかプール
が楽しいね!
ぷーるびらき、くる
しゅうない



かおるくん
(2歳)

「次、行くぞー」
これからも元気
いっぱい遊ぼうね!

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

地域の方に習う 伊那北保育園

毎年秋に「野底野菜の会」の皆
さんと年中さんが玉ねぎの苗を
植え、翌春には成長した玉ねぎを
一緒に収穫する貴重な体験をさ
せてもらっています。



植え方を教えてもらい
1本1本丁寧に植えます。



年長さんになったら
掘りにくるね!



植えた玉ねぎは、子どもたちが
年長になる「春」に収穫します。



パックフッキングで、 非常時でも安心安全な食を ご飯が炊けない！ どうしよう…

停電や故障などで、「炊飯器が使えない」という経験はありませんか。平常時ならお店に駆け込んでおにぎりやパンなどを購入することもできますが、災害時だったらどうでしょう。物流も、手元に届くのは菓子パンやおにぎり、お弁当という状況になります。離乳食や幼児食が必要なお子さん、高齢者用、アレルギー対応食など一人一人に合わせた食事はなかなか手に入らないことも考えられます。

そんなとき、「パックフッキング(湯せん調理)」が便利です。「湯せん調理ができる」と書かれている「高密度ポリエチレン」のビニール袋に食材や調味料を入れ、空気を抜いて口をしぼり、湯せんで加熱すると、白飯はもちろん、お粥やおかず、デザートまで作ることができます。

非常時でも普段の食事に近いものが食べられると、ホッとできます。また、この調理法は水が貴重な場面では節水にもなり、衛生的に調理・配布が可能です。ぜひお試しください！

白飯／米1に対して水1.2～1.6

全粥(5倍粥)／米1に対して水5

ポイント

- ＊水分量は、炊き上がりの好みで調節してください。炊き込みご飯もできます。
- ＊小分け(米40～50g／袋)に調理した方が取り分ける手間もなく衛生的に配布できます。

作り方



- ＊袋の中の空気をなるべく抜いて、上の方でしっかりしぼります。鍋底に耐熱性の皿(陶器)を入れてから米と水が入った袋を入れて、かぶるくらいの水を入れ、火にかけます。
- ＊沸騰を続けるくらいの火加減で、白飯なら20分間、お粥なら約1時間加熱します。その後10分ほど蒸らせば完成！

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

● 11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)
2日(金) 午前10時～11時30分
- 溝友館 (長谷)
8日(木) 午前9時30分～11時30分
- 高遠町保健センター (高遠町)
9日(金) 午前10時～11時30分
- ぬくもり館 (西箕輪)
28日(水) 午前10時～11時30分

本人ミーティング(参加費無料)

- 17日(土) 福祉まちづくりセンター
午後1時30分～3時30分



伊那から減らそうCO₂!!

現在の要件による補助金は本年度で終了します

問 生活環境課 ゼロカーボン環境政策係/50年の森林推進課 50年の森林推進係

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

※要件等の詳細は市公式ホームページをご覧ください。

※申請数が予算額に達した場合には受付を終了します。

※令和9年2月末までに実績報告ができるものが対象です。



太陽エネルギー
利用設備の設置に
対する補助金▲

■ 生活環境課の補助 ■

対象設備	補助額等	
太陽光発電設備	住宅用	補助額: 14万円/kW 上限額: 70万円
	事務所用	補助額: 10万円/kW 上限額: 500万円
定置型蓄電設備	住宅用	補助額: 蓄電池本体価格1/2以内または7.75万円/kWhのうち少ない額 上限額: 77.5万円

※令和4年7月25日以前に取得した住宅や事業所に設置するものが対象です。

■ 50年の森林推進課の補助 ■

薪ストーブ		補助対象経費の3分の2以内(上限30万円)
ペレットストーブ		補助対象経費の3分の2以内(上限42万円)
ペレット・薪ボイラー	家庭用	補助対象経費の3分の2以内(上限300万円)
	事業用	補助対象経費の3分の2以内(上限400万円)
チップボイラー	家庭用	補助対象経費の3分の2以内(上限300万円)
	事業用	補助対象経費の3分の2以内(上限1,000万円)



薪・ペレットストーブ
ボイラーの設置に
対する補助金▲

休日歯科診療

上伊那口腔保健センター ☎78-8510

4(日)、11(日)、12(月・祝)、18(日)、25(日)

受付時間:午前8時30分～11時30分

水道料金・下水道使用料

伊那市上下水道料金センター ☎78-5125

日時:月～金曜日(祝日は除く)

午前8時30分～午後5時15分

場所:市役所1階

ごみ処理施設

上伊那クリーンセンター ☎98-8337

燃やせるごみ受入日:月～金曜日

午前8時30分～午後4時30分

10月の休日受入日:12日(月・祝)

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

10月の休日受入日:12日(月・祝)

10/29(木)は施設点検のため休止します。

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

10月の

休日緊急当番医・休日当番薬局

※都合により変更になることがありますので、電話でご確認ください。

※市内のみ掲載しています。市外については市公式ホームページをご覧ください。

4日 日	医	みぶの里クリニック	(内、皮)	☎ 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
11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
12日 月・祝	薬	ライオン薬局		☎ 72-3029	荒 井
	医	野沢医院	(内)	☎ 74-5000	西 町
	医	ふかさわ耳鼻咽喉科医院	(耳)	☎ 77-1833	山 寺
18日 日	医	このはなクリニック	(婦)	☎ 98-8814	上 新 田
	薬	アイセイ薬局伊那春日町店		☎ 96-7341	西 町
	医	くろごうち内科循環器科医院	(内、循)	☎ 77-0582	境
25日 日	医	酒井医院	(内、循)	☎ 72-4835	富 県
	薬	アイン薬局伊那電東店		☎ 78-7883	中 央
	薬	会営いな薬局		☎ 74-8989	御 園
25日 日	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
	医	ケイ皮フ科クリニック	(皮)	☎ 71-7881	上 新 田
25日 日	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



10月

各種相談

相談は無料です。お気軽にどうぞ。

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

要予約

相談内容	いつ	どこ	お問い合わせ先
行政相談	15日(木)午前9時30分～11時30分	長谷総合支所	総務課 庶務係
税理士会員による税務相談	7日(水)午後1時30分～3時	産業と若者が息づく拠点施設allla	税理士会伊那支部 ☎74-8170
行政書士による各種相談	14日(水)午後1時～3時	行政書士会 伊那支部	行政書士会伊那支部 ☎73-2208
公証人による公証相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時	伊那公証役場	伊那公証役場 ☎73-8622
消費生活相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	伊那市消費生活センター	伊那市消費生活センター ☎96-8165
交通事故巡回相談	10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
司法書士による法律相談	2日(金)、16日(金)、23日(金) 午前9時～正午	福祉まちづくりセンター	「ふれあい相談センター」 ☎72-8186 ※予約受付:火・木・金曜日 (祝日を除く)午前9時～午後4時
弁護士による法律相談	9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 ☎96-8101
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	長野地方務局伊那支局	長野地方務局伊那支局 ☎78-3462
健康相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	健康推進課 保健係	健康推進課 保健係
健康相談	6日(火)、20日(火)午前9時～11時30分 13日(火)、27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
臨床心理士によるこころの相談	日程はお問い合わせください。	伊那市保健センター	健康推進課 保健係
精神科医による精神保健相談	19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
くらしと健康の相談会 (弁護士・保健師による相談)	日程はお問い合わせください。	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課	伊那保健福祉事務所 健康づくり支援課 ☎76-6837
女性相談	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時	伊那市保健センター	子育てサポート課 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…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。



十月十七日（土）、昭和六十二年以来四〇回目を迎える「伊澤修二記念音楽祭」が開催されます。今回から「伊澤修二「記念音楽フェスティバル」東京藝大と子どもたちが紡ぐ一日」と名を替え、より多くの人びとへの発信を行っていきます。

伊那市創造館はこの音楽祭の会場長野県伊那文化会館の大ホールホワイエに、伊澤修二関連のパネル展示を行います。今回は明治四十四年、東京音楽学校（旧）奏楽堂で行われた「還暦記念講演会」の写真、その他を展示します。

10月17日（土）伊澤修二記念音楽フェスティバル～東京藝大と子どもたちが紡ぐ一日～

明治44年、東京音楽学校奏楽堂で、「還暦記念講演会」を行った伊澤修二



パイプオルガンは、徳川頼貞侯がイギリスから購入し、昭和3年に東京音楽学校へ寄贈したものです。

伊澤修二が東京音楽学校校長を務めたのは、明治二十一年から二十四年までの期間（満三十六歳から三十九歳）で、その間に奏楽堂が建築されました。

伊澤修二、六十歳の明治四十四年は、^{きょういん}教育の私塾「樂石社」を設立していた時期ですが、還暦の祝いゆかりある東京音楽学校奏楽堂で行う修二の気持ちは、いかばかりであったでしょう。

現在（旧）奏楽堂は、上野公園内に移築され、台東区の施設として昔と変わらぬ姿を見せています。

Inspection Report

作家自身を知る機会が設けられた点や、表題作と作家別で展示スペースを分けた工夫も秀逸です。ロビーからの風景も素晴らしく、多くの方に伊那の地にある豊かな芸術の場を感じていただきたいと思います。

本展は10月18日まで開催されています。皆さんもぜひ足を運んでみてください。

下島 和伸
しもじま かずのぶ

翌日のライブペインティングでは、漆原さくらさんが生まれたばかりのお子さんとご自身を描く温かい筆遣いや鑑賞者への語りかけを通じて、これまでにない豊かな世界に浸ることができました。

オープニングはフルートと箏のコラボ演奏で幕を開けました。新人作家の展覧会らしく、音楽の面からも新しい芸術の息吹を感じるヌーベルバーグ的な雰囲気の中、作家が作品への思いを語り、作者の視点で深く鑑賞することができました。

信州高遠美術館で開催されている「若手アーティスト展 Reframing」を訪問しました。上伊那地域の女性作家5人による展覧会です。

令和8年8月22日（土）・23日（日）（信州高遠美術館）

若手アーティスト展
- Reframing -

社会教育委員が行く



生涯学習センター



第20回 歴史講座 伊那の近現代史を学ぶ

「伊那の近現代史」講座20回の学びから、未来の発展につなげよう！
第20回目を迎えた大好評の講座です。今年も現地見学を含む魅力ある内容を企画しました。

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

【日時】

- ・第1回 11月14日(土) 午前8時30分～正午(現地学習)
「伊那西部地域」の産業の変貌から戦後史を考える
 - ・第2回 12月12日(土) 午前10時～正午
現地学習を深める
 - ・第3回 1月9日(土) 午前10時～正午 講師:塚田博之 氏
少女たちのアジア・太平洋戦争
-上伊那から動員された女子挺身隊-
 - ・第4回 1月23日(土) 午前10時～正午 講師:矢澤静二 氏
昭和の初めに発生した「二・四事件」は、教育をどう変えたのか？！
 - ・第5回 2月27日(土) 午前10時～正午 講師:山口通之 氏
シンポジウム～私と伊那の近現代史～
- 【会場】生涯学習センター5階 研修室501・502
【定員】35人
【受講料】2,000円(講座5回分の総額)
【その他】講座の詳細は参加される方へ別途通知します。
【申し込み受付】10月1日(木)～23日(金)
【お問い合わせ】伊那市生涯学習センター



ちびっこ広場から 10月のお知らせ

会場:生涯学習センター7階ちびっこ広場

【英語あそび】13日(火) 午前10時30分～午前11時
定員:親子20組

【助産師さんの相談日】13日(火) 午前11時～正午頃
※予定は、変更または中止になる場合があります。

生涯学習センター7階の“ちびっこ広場”は、お子さんと保護者の方が安心して一緒に遊べる屋内広場です。ご利用は無料です。ご利用の際は、ちびっこ広場内の受付簿にご記入をお願いします。



童謡唱歌教室 ふるさとの四季～秋編～

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

【日時】11月6日(金)
午前10時45分～(開場午前10時15分)
【会場】いなっせ6階「ニシザワイなっせホール」
【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	富田写真クラブ
企	画	北沢 理光



第20回 INAいなっせJAZZ FESTIVAL

秋深まる！JAZZに酔いしれるひとときを♪

【日時】11月23日(月・祝) 午後2時～(開場1時30分)
【会場】いなっせ6階「ニシザワイなっせホール」
【入場料】一般:1,000円 大学生以下:500円 <全席自由>

<出演>

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

・・・ほか



しろくま楽団

<しろくま楽団>

人間ジュークボックス木崎二朗率いる「しろくま楽団」は木崎の主催するJWS(ジャズワークショップ湘南)の活動の中で生まれた楽団。湘南を中心に首都圏、信州、関西から四国・中国・九州まで活動範囲は広く、コンサートホールは勿論、学校、お寺、蕎麦屋、介護施設、リハビリルーム等。ありとあらゆる場所で、生の音楽を伝えるための活動を精力的に展開しているプロのジャズカルテット。

音楽ユニット「四姿音同士」

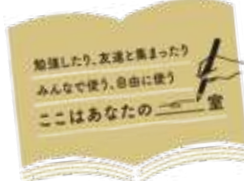
音で織りなす日本の秋景色

【期 日】10月10日(土) 午後2時～(開場午後1時30分)
【会場】いなっせ6階「ニシザワイなっせホール」
【入場料】前売り1,000円 当日2,000円(全席自由)
【演 目】・荒城の月、朧月夜、月の沙漠 ほか
【演 奏】・尺八:野村 云山
・チェロ:小縣 歩
・コントラバス:伊藤 玉木
・ピアノ:菅原 拓馬

【お問い合わせ】 NPO法人クラシックワールド
※曲目は変更になる場合があります。

学生のために

無料で使える自習室



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



生涯学習センター施設案内(4階学習室)

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

【利用方法】

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

詳細については、発行時に説明します。

【利用可能時間】

午前8時30分～午後9時

※水曜日休館

(水曜日が祝日の場合は木曜日休館)



伊那芸術文化協会から お知らせ

伊那芸術文化協会から「ニシザワいなっせホール」で行われる今後のイベント日程について紹介します。

- ・第19回 伊那谷伝統文化公演
令和9年2月7日(日)午後1時30分～(開場1時)
- ・春休み子ども人形劇場
令和9年3月22日(月・祝)午後2時～(開場1時30分)

10月の主な催し物

ニシザワいなっせホール(6階)

- 13日(火) 市民大学 入学式・入学記念講演 午後1時～
- 20日(火) 市民大学 午後1時30分～
- 22日(木) 実年ピアノ・サクソを楽しむ会発表会
午前の部:午前10時～ 午後の部:午後1時～
- 24日(土) 令和8年度 暴力追放・地域安全 伊那市民大会
午前10時～
- 25日(日) 米倉 颯音 秋のリサイタル 午後2時～
- 31日(土) 第3回 春近五人衆井上井月研究会 総会
午前10時30分～

展示ギャラリー(2階)

- 9日(金)～13日(火) 「伊那市民美術展」
午前9時～午後5時(13日は午後4時まで)
- 24日(土)、25日(日) 「上伊那創造ものづくりフェア」
午前9時～午後5時(25日は午後3時30分まで)
- 26日(月)～11月1日(日) 「K展」
午前9時～午後5時
(26日は午後1時から、11月1日は午後3時まで)

第23回 伊那市民芸術文化祭

第23回目を迎える伊那市民芸術文化祭を開催します。

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

【期 日】舞台発表部門:12月5日(土)、6日(日)

美術展示部門:12月5日(土)、6日(日)

【内 容】舞台発表部門:ダンス、楽器演奏、バレエなど
美術展示部門:絵画、生け花、書、手芸、工芸、写真など

【お問い合わせ】NPO法人伊那芸術文化協会

☎0265-78-6106



11月の予約調整会議

【日 時】11月1日(日)

受付開始:午後6時30分～ 調整会議:午後7時～

【会 場】生涯学習センター5階 研修室501

※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11月1日(月)～30日(火)

【会議室などその他の施設】

【予約対象期間】令和9年1月4日(月)～1月31日(日)

10月

休館日

7日(水)、14日(水)、21日(水)、28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・会場ご希望どおり確保できない場合があります。恐れ入りますが、あらかじめ予備日をご用意ください。

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

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

伊那谷発信地域ポータルサイト

伊那谷ねっと

伊那市・箕輪町・南箕輪村の役立つ情報を集めた便利なサイトです。

ICT 伊那ケーブルテレビジョン株式会社

ニュース

行政情報

休日当番医

ごみカレンダー

イベントカレンダー

おくやみ

ライブカメラ

天気

いなテレ動画

スマートフォンはこちらから



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



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

おはなし会・イベント

親子でふれあいリトミック 7日(水) 午前11時～ 定員15組 予約優先
赤ちゃん向け(わらべうた) 14日(水)、28日(水) 午前11時～
おはなしのひろば 未就学児向け(読み聞かせ) 21日(水) 午前11時～
対象:どなたでも
おはなしぱれっとのおはなし会 31日(土) 午前10時30分～

除籍した本&雑誌をお配りします

11月6日(金)～8日(日) 午前10時～午後7時
図書館で役目を終えた資料をお配りします。
期間中、図書・雑誌を各10冊までお持ちいただけます。

第5回手良百人一首大会 参加者募集

11月29日(日) 午後1時～ 参加申込締切 10月31日(土)
源平方式で3人1組の団体戦です。小学生から大人まで楽しめる
競技です。ぜひお気軽にお問い合わせください。

ギャラリー

地域おこし協力隊 森のような図書館 9日(金)～10日(土)
煎茶道講座 発表会茶会 18日(日) 午前11時～
つくるこつくりて 親子造形教室 21日(水) 午前10時15分～正午

10月

休館日

5日(月)、12日(月・祝)、19(月)、26日(月)、
27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

古文書講演会 10日(土) 午後1時30分～

演題
「授業にも使える
高遠町図書館所蔵史料」

講師
小池悟志氏
(高遠高等学校教諭)



高遠町図書館では古文書資料のデジタル化を進めています。
さらに、その資料を活用して、解説や読み下しなどを加えた
「授業にも使える高遠町図書館所蔵史料」もHPに掲載しました。
こちらの資料の活用方法など古文書の紹介もします。
読めない人も大歓迎! 古文書の世界をのぞいてみませんか?

こどもひろば 31日(土) 午前10時30分～

絵本の読み聞かせと「紙コップのメガホン」の
工作をします。



テーマブック

「伊澤修二」(一般室) 東京芸術大学との提携40年の記念の年です。
「ノントン50周年」(こども部屋) ずっと、みんなのともだち! キヨノサチコさん作ノントン。

10月

休館日

5日(月)、12日(月・祝)、13日(火)、19日(月)、
26日(月)、30日(金)

公民館図書室

は休館日です
お問合せ:TEL.0265-73-2222

春近郷ふれあい館図書室

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

富県ふるさと館図書室

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

てらとびあ手良図書室

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	31

★おはなし会 午前10時30分～

西春近公民館図書室

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

長谷公民館図書室

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

西算輪ぬくもり館図書交流スペース

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

※平日～土曜日は自動貸出機が使えます
は職員がいます

美築きらめき館図書室

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

★おはなし会 午前10時30分～

今月のおすすめ本



『西の魔女が死んだ』
梨木 香歩/著 小学館
日々の生活に少し疲れてしまった方へオススメの
1冊です。

お洒落なコンクリートに、木の温もりが融合した住まい

高いデザイン性
オンリーワン

RC

コンクリートの家

| 耐震 | 耐久 | 耐火性 |

木造住宅&
リフォームも
承ります。

見積り無料 お気軽にご相談ください。



西武建五株式会社

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

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





信州高遠美術館



展覧会情報

若手アーティスト展 - Reframing -

【会 期】10月18日(日)まで
 【会 場】信州高遠美術館 全館
 【内 容】第9回目となる「若手アーティスト展」、今回は南信出身の女性作家5名が出品します。地元を一度は離れ、帰ってきた作家たちが今改めて地元を見つめ直し新たな視線で表現した作品を展示しています。
 【作 家】有賀睦、石川麻優子、漆原さくら、唐木優、ババモエナ



イベント情報

開館記念アートフェス

【開催日】10月3日(土)、10月4日(日)
 【開館時間】午前9時～午後5時(最終受付は午後4時30分)
 【内 容】開館記念により、入館無料&美術館内や外の敷地で、作家によるワークショップ、クラフト市、飲食店の出店などを予定しています。

アーツスクール 《要予約》

スマホ写真講座

【日 時】11月1日(日)午前10時～正午
 【講 師】笹川寛司さん
 【会 場】信州高遠美術館内喫茶パレット
 【定 員】10人 【受講料】1,000円
 【持ち物】スマートフォン、筆記用具、メモ帳
 【内 容】写真作家の笹川寛司氏が、スマホのカメラで使える撮影技術をレクチャーします。



風景スケッチ講座

【日 時】11月14日(土)午前9時～正午
 【講 師】坂本勇さん
 【会 場】信州高遠美術館周辺
 【定 員】15人 【受講料】1,000円
 【持ち物】画用紙、スケッチブック、キャンバス、鉛筆、木炭、絵の具など ご自分の好きな画材をお持ちください。
 【内 容】美術館周辺の自然あふれる風景をスケッチします。



風景スケッチ講座

今月の一押し!



「収蔵作品展 - 生きもののいろいろ -」より
「アマゾーナ」
 制作年: 1968年
 素材・技法: ブロンズ
 きのうち よし
 木内 克
 (1892-1977)

アマゾーナとはギリシャ神話に出てくる女性だけの戦闘的な部族のフランス語訳で、転じて男勝り、を指すこともあります。

どっしりと構えた馬に乗る女性の凛としたたずまいが印象的なブロンズの彫刻作品は、金属ならではの肌合いや重厚感を感じさせます。

木内という、テラコッタ(素焼き)の作品がよく知られていますが、ブロンズの作品も多く制作しました。今作もデフォルメがされた大胆で木内らしい独自の造形美が見られ、力強く生命力にあふれた一作です。

本作は10月31日からはじまる「収蔵作品展 - いきものいろいろ -」に展示します。



休館日 —————
 6日(火)、13日(火)
 展示替え及び収蔵庫くん蒸のため
 19日(月)～30日(金)まで休館します。



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。



家族葬から一般葬まで

創業77年の実績

クレジットカード・分割払いもOK

ご遺体保管専用装置「ペルソナ」

いなびちゃんグループ

フジサワセレモニー

0120-02-3517

〈事務所〉伊那市西町沢 5139 フジサワセレモニー



お知らせ

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

後期企画展「近世高遠町の暮らし」

【日 時】10月3日(土)～令和9年2月21日(日)
(入館料が必要です)

【会 場】2階第3展示室

《池上邦考肖像》

(文久2年(1862)、旧池上家蔵)

幕末期の池上家(丸丁)当主・池上邦考の肖像画です。町名主を務めるかたわら和歌・俳諧連歌の才能を発揮しました。邦考の後ろには机・筆・硯・文鎮・短冊の束等が描かれています。高遠藩の重役岡村菊叟が画賛を記しています。



「近世高遠町の暮らし」関連企画

○ギャラリートーク

【日 時】10月3日(土)、11月7日(土)
12月12日(土)
いずれも午前10時～11時

【参加費】入館料のみ

【定員・予約】事前予約なしでどなたでも参加できます。

○第19回歴博カフェ

「町家で学ぶ城下町高遠の歴史」

【日 時】11月7日(土)
午前11時30分～午後2時

※参加者は10時からのギャラリートークに無料で参加できます。

【講 師】福澤浩之(高遠町歴史博物館学芸員)

【内 容】環屋(旧中村家住宅)と旧池上家の江戸時代の建築の特徴や人々の暮らし、諸町の歴史を学びます。また、もみじ祭り開催中の高遠城址公園を散策します。昼食は竹松旅館のお弁当付きです。

【参加費】1500円 【定 員】20人

【予 約】10月10日(土)から電話かメールで受け付けます。

歴博わくわく教室 秋 ※詳細は次号をご覧ください

【日 時】11月21日(土)、22日(日)

午前9時～午後2時入館・参加費無料(有料ブースあり)

【内 容】

- ①高遠・高遠城を知ろう！
輪投げ・射的・弓矢打ち・クイズなど
高遠石工を楽しく学ぶブースあり
- ②わくわくチャレンジ！
発掘・拓本体験・昔遊びなど
- ③わくわくステージ！
- ④飲食・スイーツなどの出店
- ⑤木工などのクラフトワークショップ



過去の開催の様子

秋季特別展「伊澤修二と音楽教育」

【日 時】10月10日(土)～12月13日(日)

(入館料が必要です)

【会 場】2階セミナールーム

坂本俊秀 写『太鼓譜書』

(文久2(1862)、個人寄託・当館保管)

修二は藩士時代に軍隊の鼓手を務めました。この太鼓譜は、当時の太鼓のリズムを知ることができる貴重な史料です。



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

ぞうり 布草履教室

【日 時】11月21日(土)、28日(土)

午前9時～午後3時

【会 場】高遠なつかし館

【講 師】北原房子氏(伊那市高遠町在住)

【参加費】300円(材料費、道具代)※別途入館料が必要です。

【持ち物】昼食※1時間休めますので外食も可能です。

【定 員】10人 【予 約】10月9日(金)から電話で受け付けます。

10月

高遠町歴史博物館 入館料／一 般 400円

休館日 1日(木)、2日(金)【展示替え】、5日(月)、
13日(火)、19日(月)、20日(火)、26日(月)

10月

伊那市民俗資料館 入館料／一 般 200円

休館日 毎週火曜日、水曜日、木曜日

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



期間限定 2026年11月～2027年2月

一年の特別な時に
至福のひとつときを

さくら忘新年会

コース料金 会席は3名様以上で承ります

和会席 4,840円～

大皿コース 飲み放題付パック

7,000円～

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



桜といで湯の城下町

高遠さくらホテル
TAKATO SAKURA HOTEL

〒396-0214 伊那市高遠町勝間217
☎0265-94-2200



他にもご予算に合わせたプランがございます。
左記までお問い合わせください。

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

伊那市創造館自主制作映画祭 2026

伊那市創造館3階講堂
入場無料・申込不要

激突☆映像リニアBルート the 12th!! 10月24日(土) 午後0時45分～



① **INA V** (2026年・東京) 18分
監督:岡本泰之
出演:星野佳世・捧剛太
「INA」シリーズもついに第5作目へ。
ますますパワーアップしたAI技術の力もあって、
更に、更に姿な映画に仕上がりました。



② **Lavie en rose No.3** (2026年・伊那) 7分
監督・脚本: mint
出演: shank・unico
猫のアニエスが夢の中でさまざまな経験をしながら成長する物語。
シリーズ3作目のアニエスは、自分の「オリジナル」について考えます。



③ **バーチャルグラス** (2026年・千葉) 15分
制作・監督: シネマウントフィルムパーティ・小野光洋
出演: 高澤幸・大西大治郎・小野菜月・
幅江琴美・清水京
女子大生のアミは恋人のリユウイチと最近倦怠期だった。
ある日アミは、セールスウーマンから不思議な眼鏡を
売り付けられる。それは“自分好みにカスタマイズされ
た人物を目の前に出現させる”眼鏡だった。



④ **悪太郎 君に会いに行かなくちゃ** (2026年・大阪) 11分
監督: 白澤康宏
出演: 繁田健治・顔ジャワ・ツッキー・はとよ・
ランチ・神野輝・佐藤ザンス・白澤康宏ほか
伊那市のほかでも大阪でロケ撮影を敢行。東西のコミ
カルなキャスト陣が絡む事なく夢の競演。関西のナン
バ師が繰り広げるドタバタ喜劇!!



⑤ **GYO** (2026年・愛知) 5分
監督: 杉田一豊
ある朝!目を覚ますと僕は〇〇だった!



⑥ **未来の記憶/Memories of The Future** (2024年・京都) 5分
監督: 末長敬司 特殊視覚効果: 松岡洋和
出演: 緒川さくら・狂井たかし・川口新五ほか
西暦2094年、地球は深刻な環境破壊によって荒廃してい
た。国立先端運用研究所<CAVICO>に勤務する研究
員の沖田雪は、オゾン層修復作戦の失敗を見届けると、
技術主任である森十三博士と共に、絶望的な状況から地
球を救う最後の手段に打って出るのだが……。



⑦ **西へ東へ** (2026年・伊那) 15分
制作: おらほかちやんち(酒井高太郎)
出演: 本棒信智・篠田鉦平・大住尊光
車を持たない、優柔不断な、優しくて柔らかいおじ
さんたちが高速の道を歩き、立ち止まり、また歩
出す。



⑧ **File No.17(仮)** (2026年・東京) 8分
制作・監督: アウトマンラボ・恩田浩
出演: 捧剛太・恩田浩ほか
或る町を巡る男と、それを追う男。男たちは何を
しているのか……。

※全ての上映予定作品・上映時間・上映順は、変更になることがあります。



あなたの「困った」を解決! ハクトー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



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





⑨ 婚活大パニック・予告篇

(2026年・愛知) 5分

監督:中嶋政彦/出演:繁田健治・星野佳世・神代清美・林比佐子・佐藤ザンス・捧剛太・中嶋政彦・小川建司・新里猛作・稲葉凌一

結婚相談所・男性会員の吉住くんは女性会員からの度重なる交際中止=死別判決!でたまったストレスがついに爆発! たった一人の反乱がはじまったー



⑩ 塵も積もれば影を成す

(2026年・三重) 8分

監督:市川良也/出演:柴崎美江・長谷川千紗・渡瀬剣士郎・稲葉祐子

地域の婦人会活動を舞台に、強引な会長と最近引越してきた女性が繰り広げる、近所づきあいの悲喜こもごも。身近な人間関係のズレをユーモラスに描く人情コメディ。



⑪ ふたりのおでかけ

(2026年・伊那) 15分

監督:小林幹寛(いなきた鉄道)

出演:佐藤ザンス・戸梶美雪・中山佳祐・大西寅洋・白澤康宏・繁田健治

「団圓が紡ぐ、AIが入ったラブ(?)ストーリー」。団圓初級者が作った12年前の創作物を、現代の要素を取り入れて映画にしたらこうなりました。



⑫ 伊那谷キラビーズ3

(2026年・駒ヶ根) 5分

監督:松崎剛也

出演:なかにしあいり・雅・けいた・佳奈 ほか
劇団サムライナッツの短編映画シリーズ第3弾。伊那谷を舞台に殺し屋たちの抗争を描いたアクションコメディ。
キラビーズ(殺し屋たち)が独特の世界観でせめぎ合う、サラッと観られる伊那谷発のB級短編映画。



⑬ 平穏な日々 Peaceful days

(2026年・福井) 8分

制作・監督:HOUND PROJECT・岡田広

エージェントの難は相棒の雪風と共に白飯面兵士を次々と倒していくが、予想外の反撃を受け倒れてしまう。彼が目覚めたのは平和な公園だった。これは...現実なのか? 夢なのか?



⑭ 上伊那の不思議 2026

(2026年・南箕輪) 3分

監督:三木敦朗

出演:本人
身近な地域であっても、行ったことのないところというのは、あります。いつもの地域にも新しい発見があります。偶然に身をゆだねて、それを見つづけて、歩きだしましょう。



⑮ タイプキャスト(比喻)

(2026年・横浜) 8分

制作・監督:ときめきチーム・繁田健治

出演:伊沢晶・繁田健治・星野佳世・捧剛太・佐藤ザンス・小林幹寛・春園幸宏・神代清美/明(声の出演)

「もし吉住くんが不細工じゃなかったら、あの頃わたしに声かけられたのにね...」



⑯ Mr.インビジブル VS インビジブルマン

(2026年・東京) 15分

監督:ハヤト丸・RICHMAN MOVIES

出演:ぼりかわひろき・栗林賢司・捧剛太・佐藤ザンス・ハヤト丸/月館正英(声の出演)

狂った科学者と宇宙人により透明になった2人の男。同時期に同じ能力を手にしてしまった2人の闘い。



⑰ 伊那谷と井月さん

(2026年・伊那) 5分

監督:新開大輝

伊那の人(井上井月)と伊那の風景を描きます。芥川と同じく井月に影響を受けたつげ義春先生がなくなりました。今回こそ大きくは子どもたちを対象に伊那谷を舞台としたアニメーションを仕上げ、その中でこの三者とこの谷の人々の近代から現在までの営みを描いてみたいと思います。



⑱ 追憶 霊犬早太郎伝説 ~時を超えて心をつなぐ~

(2026年・駒ヶ根) 10分

制作・監督::プリリー・フライ・戸枝尚

出演:星耕介・小門真也/萩原興洋・菊地由里(声の出演)

駒ヶ根市へ避暑に訪れた星耕介は『霊犬早太郎伝説』と巡り合う。心惹かれた星は、戸枝と共に早太郎を追う旅に出るのだった。



⑲ だらぶち (2026年・金沢) 13分

監督:伊藤憲二/出演:佐藤ザンス・岡田広・YUKI・白澤康宏・伊沢晶・ハヤト丸・長谷川千紗・繁田健治・栗林賢司ほか

だらぶちシリーズ3本の短編オムニバスです。

- 1.『だらぶち』クス野郎の不思議なバトル。
- 2.『だらぶち喰っ喰い野郎』喰い喰い野郎の卑劣なバトル。
- 3.『だらぶち実録女刺客仁義なき北陸代理戦争』1人でカチコミ! まさにだらぶち!



「伊那市創造館自主制作映画祭」第12回目の開催です。伊那の物品や人や景色を取り込んだ公募作品「伊那谷ムービー」と、各地の上映会で話題を呼んだ招待作品、併せて全19作品が集まりました。

アクション・SF・アニメーション、青春・社会派・コメディ映画、どうぞリラックスしてお楽しみください。

※すべての作品は令和9年のお正月に、伊那ケーブルテレビの特別番組として放送されます。そちらもお楽しみに!

伊那市創造館自主制作映画祭2026

伊那市創造館3階講堂
入場無料・申込不要

激突★映像リアポート the 12th!! 10月24日(土) 午後0時45分~

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。

10月

休館日

6日(火)、13日(火)

20日(火)、27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。

そば切も
夜寒の蕎麦の馳走かな
新蕎麦の季節を迎え、温かい鴨南蛮が一段と美味しく感じられる時期となりました。

今月の月月句

つくしん

伊那市創造館マスコットキャラクター

公民館報

いな

KOUMINKANPOU INA

第577号 | 〔発行〕令和8年10月1日 2026年10月

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

高遠町公民館

夏休み小学生の教室 7月24日(金)～29日(水)

いさわしゅうじ
小学校の夏休み中の4日間、郷土の先人・伊澤修二も学んだ高遠藩時代の藩校「進徳館」^{しんとくかん}を会場に、小学生、ボランティアの中高生、大人まで、声をそろえて論語の素読^{そどく}をしました。

- スポットライト
わくわくパッション(美簗公民館) P27
- ふるさと発見
60年の歴史を次の世代へ!
新しくなった春近発電所(東春近公民館) P27
- 分館紹介
中坪分館(手良公民館) P28
- インフォメーション P28
- 活動スナップ P29

いっぴく



今年も無事に誕生日を迎えることができました。歳を重ねるにつれて、誕生日の感慨は薄れてきてはいますが、健康で誕生日を迎えられたことは、何よりも有り難いことです。

誕生日に毎年届く、孫からの手作りプレゼントが楽しみの一つですが、数年前のプレゼントには、思いもよらないメッセージが添えられていました。

「じいじへ〇〇がおおきくなったらいっしょにおさけのもつね」。

まさか、ひらがなを覚えただけの幼い孫からお酒の誘いが届くとは……。お酒に興味を抱くような年齢には、かなり早いと思うのですが、いったいどんな思いで「お酒を飲もう」と誘ってくれたのでしょうか。もしかしたら「わたしがお酒を飲めるようになるまで、ずっと元気でいてね」という思いも込められていたのかもしれない。

いつの日か孫が大人になって、かつての約束どおり、一緒に乾杯できる日がとても楽しみです。そのためには、幾つになっても健康でいられるように、体に気をつけて生活していきたいと思っています。

メッセージの主は既に中学生となり、幼い頃の約束は、とうに忘れてしまっていると思うのですが、今年の誕生日のプレゼントには、こんなメッセージが添えられていました。

「一緒に飲もう。あと7年」。

きたはら ひでし
長谷公民館長 北原秀志



スポットライト

美篤公民館

わくわくパッション

今年度、新たに活動を始めたこのクラブサークルは、70歳代を中心とした皆さんが、音楽に合わせて楽しく体を動かすダンス教室です。代表の中村敬子さんは「家においても話し相手が少なくなりがちです。みんなで集まっておしゃべりを楽しむことも、この教室の大切な目的です」と話します。

「わくわくパッション」という名前には、年齢を重ねても、わくわくした気持ちを忘れずに活動したいという思いが込められています。また、運動と聞くと身構えてしまう方でも、音楽に合わせて自然と体が動くようなプログラムを取り入れ、無理なく楽しめる内容となっています。

講師の窪田富子さんは、参加者一人ひとりの体力や体調に合わせて振り付けを工夫しています。毎回、足のケアやストレッチを行ってから約1時間ダンスを楽しみ、



体力に合わせて無理なく運動

自分の足でいつまでも元気に歩ける体づくりを目指しています。

参加者からは「家にいるよりも会場へ来ると体が軽くなる」「月2回の教室が楽しみで習慣になった」といった声も聞かれます。また、参加者全員がお揃いのTシャツを着て、音楽に合わせて笑顔で踊る姿からは、教室の一体感と仲間との絆が感じられます。活動後には食事会を開くなど、健康づくりだけでなく交流の輪も広がっています。

教室は第2第4水曜日の午前9時から約1時間、美篤公民館で開催しています。代表の中村さんは「興味のある方はぜひ見学にお越しください。事前に美篤公民館までご連絡ください」と参加を呼びかけています。



講師のお手本に合わせて1、2、3、4!

ふるさと発見

東春近公民館

60年の歴史を次の世代へ！新しかった春近発電所

東春近田原地区にある春近発電所は、戦後の経済復興に必要な電力を補うため、昭和33年に完成しました。高遠ダムから取水し、約10kmをトンネルで導水して発電しています。それから60余年にわたり地域を支え続けてきました。が、このたび施設の老朽化に伴い、大規模改修が行われました。

新しくなった春近発電所は、一般家庭およそ3万世帯分の電力を生み出すことができます。これは、伊那市の全世帯の電力使用量をまかなえるほどの発電量です。

また、今回の改修に合わせて新しい展示棟がオープンしました。テーマは「60年のバトン」を未来の君へエネルギーをつなぐ。春近発電所の歴史や仕組み、再生可能エネルギーの大切さを楽しく学べる施設です。1階の総合学習室では、壁3面を使った超ワイドスクリーンで迫力満点の映像を楽しめます。屋外には過去に使われていた発電設備が展示されているほか、伊那市が寄贈したタカトオコヒガンザクラも植えられています。

7月31日に実施されたオープニングセレモニーでは、一般公募していた展示棟の愛称も発表されました。その名も「ハルミナ」。春近の「ハル」と光を意味

する「ルミナ」を組み合わせたもので、水力発電から生み出されたエネルギーの光だけでなく、人々の暮らしや未来を照らす「希望の光」となつて未来へつないでいって欲しいという想いも込められています。子どもから大人まで、楽しみながらエネルギーについて学べる、地域に愛される新しいスポットです。ぜひ一度、足を運んでみませんか？

【施設見学等のお問い合わせ】
長野県企業局南信発電管理事務所
02665-7216121



3面シアターの視聴は
土日・休日(要予約)
◀予約サイト



令和7年4月から運転を再開しました



屋外展示と水圧鉄管

分館紹介

なかつば

中坪分館

手良公民館



中坪分館は手良公民館の4分館の一つであり、手良地区の南部に位置します。戸数は160戸ほどで、東に南アルプス、西に中央アルプスを望む、自然豊かな水田地帯です。組織は総務部と、本館同様に体育厚生部、文化教養部、社会産業部の三つの専門部で構成されています。運営委員については、各常会から選出された男女1名ずつと、小学校PTAの支部長により組織されています。

分館の主な行事として、7月初旬には「マレットゴルフ大会」を手良マレットゴルフ場にて開催しています。8月には保育園児と小学生を対象とした「ス



分館役員から子どもたちへスイカ割りのルール説明をしています



周りの人の案内する声を頼りにスイカへ近づいていきます

イカ割り大会」を開催し、子どもたちと保護者の皆さんにスイカを味わってもらっています。8月15日の夕方からは「納涼祭」を中坪公民館にて開催しており、中坪区民の全戸、および児童を通じて手良地区の皆さんに案内を出し、参加を呼びかけています。当日は、出店で焼き鳥、焼きそば、フランクフルト、かき氷などを提供しており、お盆で帰省している方々も交えて毎年盛大に実施しています。また、これまで2月に実施していた「トリムバレー大会」は、



区民の皆さんからの「寒い」という意見を反映し、本年は11月に実施することとしました。

その他にも、本館主催のハイキング、文化祭、手良祭りへの参加・協力や、中坪社会福祉協議会主催の敬老会への協力などを行っています。

今後は高齢化も進むため、行事内容を見直しながら、区民の皆さんが参加しやすく楽しめる公民館活動を目指していきたいと考えています。

中坪分館長 小松 茂光

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！

○「伊那市公民館交流麻雀大会」

- 日時：11月6日(金)午後1時～午後5時
- 会場：西春近公民館 講堂
- 内容：日本健康麻将協会ルールに準拠した麻雀大会
- 参加費：500円
- 参加資格：①各公民館の麻雀教室か麻雀サークルに加入していること
②あがり点が概ね分かること
- 表彰：①団体戦 ②個人戦 ③役満賞(各公民館上位5名の合計点)
- お問い合わせ：お申し込み、各公民館にお問い合わせください。

○「長谷地区」生涯学習講演会

- 日時：11月14日(土) 午後1時30分～午後3時
- 会場：長谷公民館 講堂
- 講師：大山 加奈氏(元女子バレーボール日本代表)
- 演題：繋ぐバレーボールが教えてくれたこと
- 入場料：無料
- その他：事前予約制(定員120人)となりますが、予約方法などの詳細は、市のホームページや市報11月号でご案内します。
- お問い合わせ：☎0265-19812009(長谷公民館)

○「桜大学・ふるさと講座 高島 勲氏講演会」

- 日時：令和8年11月28日(土)午後1時30分
- 会場：高遠町総合福祉センターやますそ 大会議室
- 講師：高島 勲氏(オペラ演出家)
- 演題：オペラ演出家への歩み／オペラハウスの制作現場から
- その他：申し込み不要参加費無料
- 伊那市高遠町出身で、総合芸術ともいわれる「オペラ」の演出を国内外で手掛ける高島勲氏から、貴重なお話をお聞かせします。
- お問い合わせ：☎0265-19412557(高遠町公民館)



活動 スナップ

各公民館で行われた
「夏休み小学生の教室」の様子を紹介します。



7月24日(金)～30日(木) 伊那公民館
みんなでニンジンの白玉団子を作りました。



7月29日(水)～31日(金) 富県公民館
形がすぐさま早変わり!伝統の『たますだれ』に挑戦しました。



7月27日(月)～29日(水) 美簗公民館
先生と一緒に、世界に一つだけのバードコールを作りました。



7月27日(月)～29日(水) 手良公民館
読み上げる声に集中し、真っ先に札を取ろうと頑張ります。



7月27日(月)～29日(水) 東春近公民館
石をピカピカに磨き上げ、オリジナルの岩石標本を作製しました。



7月24日(金)～28日(火) 西箕輪公民館
教科書や辞書を使ったり、お互いに教え合いながら宿題に取り組みました。



7月27日(月)～29日(水) 西春近公民館
一本でも多くそうめんを取ろうとみんな必死になって流しそうめんを体験しました。



7月27日(月)～29日(水) 長谷公民館
集中して座禅に取り組むと、色々な虫たちの声や夏の匂いを感じられるようです。





ホームページ
https://ina-shakyo.jp/

ふ・く・し・い・な

～毎月8日は「ふくしの日」～

2026.10月号

VOL.241

「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

まちのやさしさにふれた「なつチャレ!」

夏休みの三日間、子どもたちが「まちのやさしさ」にふれる体験をしました。

動物を守る活動、防災の工夫、地域との交流——身近だけど知らないことを楽しみながら学んだ様子をお届けします。



高齢者との会話やレクリエーションを楽しみました

夏の福祉体験「なつチャレ」を、8月4日、5日、7日に行いました。小学生から高校生まで多くの参加があり、福祉や防災について楽しく学びました。

4日の「ワンウェルフェア」では、保健所の職員や動物愛護ボランティアの方から保健所の役割や動物を守る取組みを教えていただきました。映像で保護された動物の様子を見て、助けが必要な動物を増やさないために自分たちができることを考える時間になりました。

5日の「学防災」では、伊那市役所危機管理課の方から、災害への備えや命を守る行動について学びました。ペットボトルでランタンを作ったり、新聞紙でスリッパや食器を作ったりと、災害時に役立つ工作にも挑戦しました。子ども達からは「家族や友だちにも伝えたい」との声があり、防災への意識が高まりました。

7日は「ふくし」をテーマに、福祉の仕事や地域とのつながりについて学びました。地域の高齢者の方との交流会では自己紹介やレクリエーションで心をほぐし、ボッチャで年齢の壁を超えて、心を通わせることができました。初めて会ったとは思えないほど、温かい時間となりました。

子どもたちの学びと笑顔があふれた「なつチャレ」。この体験がまちのやさしさを広げる一歩になれば嬉しいです。

赤い羽根共同募金運動が 始まります！



募金期間 令和8年 10月1日(木) ~ 12月31日(木)

皆さまの温かいご協力により

令和7年度 伊那市では

9,917,566円

の募金が集まりました。
心より感謝申し上げます。

募金の使い道（令和8年度に活用されます）

生活困窮者事業 (食糧配布等)	159,000円	先駆的支援事業 (フードバンクいな等)	85,566円
障害児・者団体への助成	350,000円	ボランティア団体等 への助成	550,000円
児童・青少年団体への助成 福祉教育実践校補助金	800,000円	応急・災害援護費 (災害・遺児見舞金)	200,000円
地区・地域社協活動への補助 「ふくしいな」印刷費	4,061,000円	広域的な福祉事業 (災害準備金や自治会の 防災物品整備等)	3,712,000円

皆さまの募金により、伊那市のさまざまな地域福祉活動が支えられています。

ボランティア団体への助成



要約筆記による情報保障活動

市内の様々なボ
ランティア活動の推
進に役立てられてい
ます。

令和7年度実績
690,050円

福祉教育実践校補助金



パラリンピックのスポーツを体験！

障害者スポーツの体
験や福祉体験を通じ
て、思いやりの心を育
む福祉教育を推進して
います。

令和7年度実績
471,000円

今年もご協力をお願いいたします。

令和8年度 伊那市 募金目標額

10,000,000円

PayPayで伊那市に
募金ができます！

※匿名での募金が可能です。



募金は、いろいろな方法でご協力いただけます。

戸別募金



法人募金



職域募金



学校募金



街頭募金



募金箱の設置にご協力いただけるお店・事業所を募集しています！

令和8年8月現在、伊那市内78の飲食店等に、赤い羽根共同募金の募金箱を設置していただいています。

募金箱は、アクリル製と子どもたちが作成した手作り募金箱の2種類からお選びいただけます。

募金箱の設置にご協力いただける店舗・事業所を募集しています。ご協力いただける場合は、お気軽にお問い合わせください。



アクリル製募金箱



手作り募金箱



長野県共同募金会 伊那市共同募金委員会

伊那市社会福祉協議会内（伊那市福祉まちづくりセンター）
伊那市山寺298-1 TEL.0265-73-2544

まちの縁側 研修会

「よってかし! まちの縁側バスツアー」参加者募集

地域の中でゆるやかな繋がりを感じられる「まちの縁側」。現在市内で活動しているまちの縁側を実際に見学するバスツアーを実施します。「縁側ってなに?」「もっと縁側のことを知りたい」など、興味のある方はどなたでも気軽にご参加いただけます。

日 時	12月8日(火) 午前9時30分～午後3時40分(受付:午前9時10分～)
場 所	伊那市福祉まちづくりセンター ふれあい～な3階 第1・2・3研修室
内 容	まちの縁側の魅力についての講話の後、伊那市内の「まちの縁側」をめぐります
講 師	まちの縁側育みプロジェクト とだ ちとみ 戸田千登美 氏
対 象 者	まちの縁側に興味がある方
定 員	15名(先着順)
参 加 費	無料 (昼食代1000円程度をご持参ください)
申込締切	12月1日(火) 申込方法 電話、FAX、右記二次元バーコード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 地域福祉係
TEL.73-2544 FAX.98-0363(担当:高嶋・浦山)
たかしま うらやま



お申し込みは
こちらから

高遠城址もみじ祭り期間中 にににこショップひだまり オープン!

伊那市長谷にある、障害者多機能型事業所「さくらの家」では、就労継続支援B型と生活介護の2つの事業を行っています。寄付していただいた着物を使った布ぞうりや、ご利用者が丁寧に織り上げたカラコ織りを使ったバッグや小物を製作しています。

高遠城址公園で行われる高遠城址もみじ祭り期間中には、伊那市社会福祉協議会の多機能型事業所「輪っこはうす・コスモスの家」「ゆめわーく」と共同でにににこショップひだまりをオープンし、手作り雑貨や温かい甘酒やコーヒー、地域のお土産など様々な商品を取り揃え販売します。

営業期間	10月31日(土)～11月8日(日)の土日祝日
営業時間	午前9時～午後3時
場 所	高遠城址公園内 高遠閣1階 にににこショップ



長谷中ラー油



もみじの葉



コーヒーや甘酒



カラコ織



カラコバッグ



コースター

販売による売上金はご利用者の工賃に繋がります。また地域の皆さんに私たち多機能型事業所の取り組みを知って頂けるきっかけになりますので、高遠城址もみじ祭りにお越しの際は、お気軽にお立ち寄りください。

問合せ

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

令和8年度買い物・移動支援地域づくりネットワーク会議 ～運転ボランティア安全運転講習会～

運転技術の向上と安全運転への意識を高め、安心して運転ボランティア活動を行えるように講習会を開催します。これから運転ボランティアを始めたい方や、現在活動されている方のスキルアップの機会として、ぜひご参加ください。

- 日 時** 11月10日(火) 午前9時30分～午後0時30分 (受付:午前9時～)
- 場 所** 伊那自動車教習所
- 内 容** ①学科…人を乗せて運転する際の心構えや安全運転のポイント など
②技能…教習所の車両を使用した場内・路上での運転実習、指導員による運転アドバイス など
- 対 象 者** 普通自動車免許をお持ちで、下記のいずれかに該当する方
① 講習会受講後に、伊那市内で運転ボランティア活動を始めたい方
② 現在、運転ボランティア活動を行っている方
- 定 員** 15名 **受 講 料** 無料 **申込締切** 10月22日(木)
- 申込方法** 電話、FAX、右記二次元コードにてお申し込みください
※お申し込みの際に、受講を希望する理由をお伺いします

申込み・問合せ

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



お申し込みは
こちらから

上伊那ブロックボランティア交流研究集会

「誰とでも、どこでも始める事ができる」ボランティア活動!! 上伊那8市町村で多種多様なボランティア活動に取り組まれている方々が、年に1回集まる機会となる交流研究集会です。ボランティアの活動をつなぎ合わせ、お互いの交流や活動のPRの場となるよう開催します。

- 日 時** 11月21日(土) 午前9時20分～午後0時45分(受付:9時～)
- 場 所** 赤穂公民館(地域交流センター) 駒ヶ根市上穂栄町23-3
- 講 師** 地域づくりコーディネーター まちむらよりそいファシリテーター たけわき えみ 竹協恵美氏
- 対 象 者** ボランティア関係者、ボランティア活動に関心のある方、NPO法人関係者、福祉関係者
- 定 員** 30名
- 参 加 費** 無料(分科会によっては参加費が必要な場合があります)
- 申込締切** 10月26日(月)
- 申込方法** 電話、FAX、右記二次元コードにてお申し込みください

申込み・問合せ

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



お申し込みは
こちらから

分科会一覧

- 1.ペットボトルキャップでキーホルダー作り (参加費100円)
- 2.ガーデニングあれこれ講座(参加費100円)
- 3.二胡ってどんな楽器? -弾いてみよう-
- 4.朗読体験をしてみませんか?
- 5.もう一度しっぽをふらせてあげたい -ハッピーテール-
- 6.中川中学校フリーラーニングのサポーター
- 7.認知症オール・イン・コミュニティ
- 8.地域で地域を支える頼れる仲間たち

傾聴ボランティア伊那 講演会

高齢者などの話し相手になり心の健康をサポートする傾聴ボランティアについての講演会を開催します。

- 日 時** 10月21日(水) 午後1時30分～午後3時
- 場 所** 伊那市福祉まちづくりセンター ふれあい～な3階 第1・2・3研修室
- 対 象 者** 傾聴ボランティアに興味がある方
- 内 容** 「傾聴を生きる力に」～私、あなた、地域、将来のために～ **講 師** まつえ かずこ 松江和子氏
- 参 加 費** 資料代500円
- 申込締切** 10月16日(金) 下記団体にお申し込みください
- 主 催** 傾聴ボランティア伊那

申込み・問合せ

傾聴ボランティア伊那 代表 たばた かずこ 田畑和子
TEL.090-9665-3486





PHOTO NEWS 地域の話題を写真で紹介します

フォトニュース

伊那市公式
ホームページは
こちらから



北駅あさひろば

伊那北駅前広場・伊那北公園



こどもまんなか委員さんワーキング

伊那図書館

朝から笑顔があふれる駅前広場へ! 8/22 土

7月から月1回を目標に開催する「北駅あさひろば」は、上伊那農業高校の生徒が取り組む伊那北駅周辺のまちづくりプロジェクトです。生徒が開発した「アカマツジェラート」の販売や公園のベンチを使ったカードゲーム、ベンチトークなどで駅前を盛り上げました。

こどもの幸せって何? 8/22 土

11月21日に開催するシンポジウムでの発表に向け、1回目のワーキングを行いました。6人のこどもたちが自分たちの声を伝え「こどものくらし まんなかのまち いなし」を実現するために、日頃感じていることなどを語りました。



伊那市総合防災訓練

長谷中学校



魚放流体験イベント

長谷 黒川

いざ、というときのために 8/30 日

大雨による土砂災害や洪水災害を想定した総合防災訓練を実施しました。9つの班に分かれて避難所開設訓練を行ったほか、今年は初めてはしご車を使った救助訓練を行い、校舎の3階、およそ12mに取り残された人を上伊那広域消防本部の署員が救出しました。

子どもたちが自然と触れ合う場に 8/30 日

長谷の黒川(仙流荘前)に子どもが釣りを楽しめる専用区が指定されたことを記念して、魚の放流体験イベントを行いました。親子約100人が参加し、アマゴやニッコウイワナなど約1,000匹を放流。子どもたちは川に入るなどして楽しんでいました。

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。

葬儀・法事のことならグレースへ。

事前相談
随時受付中
9:00~16:00



ふれあい・語り・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、葬儀依頼は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

10月の納税

市県民税…3期 国民健康保険税…5期 [11月2日(月)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
64,156人
【世帯: 29,198世帯】
※令和8年9月1日現在