

市報 アルプスがふたつ映えるまち

こまがね

2026年(令和8年)

10

No.1226

手の中にずっしり
秋の実り

信州やまなみ国スポまで あと2年



KOMAGANE
HOCKEY

2028.10.6 ▶ 10.10



令和10年、国民スポーツ大会(旧称:国民体育大会)が長野県で開催され、市ではホッケー競技が行われます。市とホッケーの関係、開催に向けた取り組みを紹介します。

ホッケーとは

ホッケーは、L字型のステ

ます。

長野県では昭和53年(1978年)の「信州やまびこ国体」以来50年ぶり2度目の開催となり、市と飯島町は、ホッケー競技の会場となっています。

を繰り広げます。

国民スポーツ大会(国スポ)は、都道府県の持ち回り形式で毎年開催される国内最大のスポーツの祭典です。都道府県対抗方式で、天皇杯(男女総合成績第1位)や皇后杯(女子総合成績第1位)の獲得を目指し、代表選手たちが熱い戦いを繰り広げます。

国スポとは

駒ヶ根とホッケー

市でホッケーが盛んに行われるようになったのは、昭和53年の「信州やまびこ国体」で競技会場になったことがきっかけです。以来、地域をあげてホッケーに取り組む機運が高まり、スポーツ少年団から社会人まで、さまざまなホッケーチームがあり、誰でもホッケーを身近に感じられる環境になりました。



馬住ヶ原運動場の完成予想図

また、整備後は、県外のホッケーチームの合宿や試合などにも活用され、ホッケーを通じた交流の広がりが期待されます。

国スポを開催するため、馬住ヶ原運動場の人工芝化などを進め、11人制コート1面や6人制コート2面を使った試合が実施できる環境を整備しています。

ホッケー会場の整備

Contents ～もくじ～

- 2 特集 信州やまなみ国スポまであと2年
- 4 特集 地域とつながる世界とつながる
- 8 情報ピックアップ
 - ・保育園入園受け付け
 - ・市長が市政を解説
 - ・こまゼミまつり開催
 - ・こまタクの停留所が増えます
- 10 ・みなこいワールドフェスタ
- 12 ・広島平和記念式典参加報告
- 12 ・香害をご存じですか
- ・農業委員など紹介
- 13 こまかっぱ情報コーナー
- 18 県からのたより **NEW**
- 20 すこやかライフ(健康情報)
- カリヨン(文化センター情報)
- 22 やまびこひろば
 - まちの健康づくり協力店
 - A・コープファーマーズ
 - こまがね店
 - 地域おこし協力隊
 - 高橋 友紀 さん
 - ちょっとひとこと
 - 福澤 渉 さん
- 24 みんなのレシピ
- 伊藤市長の雑記帳
- 25 すくすく(子育て情報)
 - 子育てイベント情報
 - 子育てリポート
 - (中沢農村交流広場)
 - 元気なこまがねっ子
 - (赤穂保育園すずらんまつり)
 - Happy Birthday10月生まれ
 - 司書おすすめ絵本

今月の表紙

すずらん保育園 リンゴ狩り (8月25日)

市内保育園の年長さんが、東伊那区の北原さんのリンゴ農園でリンゴ狩りを行いました。この日は、すずらん保育園の子どもたちが参加。大きく実ったリンゴを楽しそうに採っていました。



開催に向けた取り組み

PR活動



国スポに向けた機運を高めるため、市職員がポロシャツを着用して業務を行っています。また、イベントでは缶バッジ等の配布を行っています。

花いっぱい運動



上伊那農業高校の生徒の皆さんが育てた花の苗を、市内の小学生がプランターに植えて育てる活動をしています。令和10年に育てた花は、大会期間中に会場で飾られる予定です。

リハーサル大会を開催します

令和10年の国民スポーツ大会に向けたリハーサル大会として、令和9年に全日本社会人ホッケー選手権大会を開催します。大会では、全国レベルの迫力ある試合を間近で観戦できます。

- ◆期間 令和9年9月11日～15日
- ◆会場 馬住ヶ原運動場(駒ヶ根市)
柏木運動場(飯島町)

駒ヶ根市のチームも出場します



アルピニスタ
Alpinista信州



エスペランザ
Esperanza NAGANO

全日本社会人ホッケー選手権大会では、市を拠点に活動をしている男子チーム「^{アルピニスタ}Alpinista信州」と女子チーム「^{エスペランザ}Esperanza NAGANO」が出場します。地元で活躍するチームが全国の強豪に挑む姿を、ホームの会場で応援できる貴重な機会です。選手たちの力になる温かい声援を届けるため、ぜひ会場へお越しください。

最新情報は

国スポ市実行委員会では、Instagramアカウントで国スポ開催に向けた市の情報を随時発信しています。ぜひフォローして最新情報をご覧ください。



【問い合わせ】

社会教育課 国民スポーツ
大会推進室 内線382

大会の開催は、市の魅力を発信する絶好の機会です。大会を契機に、自然や食など駒ヶ根ならではの魅力を広く発信していきます。

また、市は日本ホッケー協会から、県内で唯一「ホッケータウン」に認定されています。大会の成功にとどまらず、ホッケーを通じて地域全体のさらなる活性化につなげていきます。



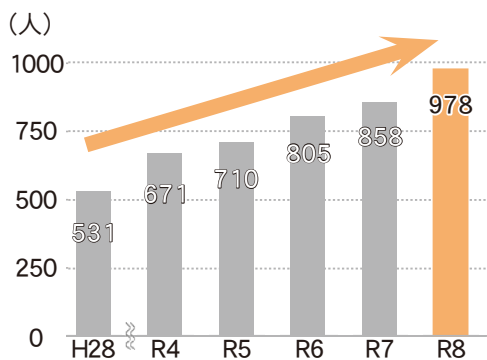
ホッケータウンとして

地域とつながる 世界とつながる



外国人住民が増えている今、市では、さまざまな国籍・文化を持った人たちが暮らしやすく、多様な価値観を地域の活力として生かすことができるまちづくりを進めています。お互いの文化的違いを認め、対等な関係を築きながら共に生きていけるように取り組んでいる団体や企業もあります。地域の仲間として、私たちにできることを一度考えてみましょう。

【図1】市内の外国人住民の推移



市では令和7年度に、外国

アンケートからみる 共生のヒント

駒ヶ根市には、33カ国、約1000人の外国人住民が生活しています。市の人口の3%を超え、今後も増加が見込まれます【図1】。その背景には、日本人の15〜64歳の労働人口が減少する中で、企業の外国人材の受け入れ増加や、在留資格・就労制度の拡充・改正などがあります。こういった状況から、国籍も多様化し、特にベトナムとインドネシアの方が増えています。

増加・多国籍化する 市内の外国人住民

人住民と外国人雇用事業者を対象に、実情や困りごとなどのアンケート調査を行いました。出身国に関係なく理解を深め合えるように活動するボランティア団体「地球人ネットワークinこまがね」や、市内企業の協力を得て実施。外国人住民や受け入れ企業の現状を確認しました。

外国人住民と共に暮らし、共に歩むために、まずは何に困るのか知ることが第一歩です。それが、互いを理解し、尊重し合える地域づくりのきっかけにもつながります。

外国籍の方の主な実情や困りごと

- 日本語の勉強が不安
- 地域のイベントや仕事に関すること、防災の情報を必要としている
- 日本人との交流に6割以上が意欲的



企業の主な実情や困りごと

- ゴミの分別や住居確保等の生活面、日本語学習の支援が難しい
- 制度や手続きの負担



外国人の方が働く 職場にインタビュー！

市内の企業では、多くの外国籍の方が活躍しています。近年、在留資格の拡充などにより日本で働く人が増えています。外国人を受け入れる企業として大切にしていることや、外国人の方が生活・仕事の中で感じていることを伺いました。



塚田理研工業株式会社

総務課長 眞庭 伸明さん
特定技能 イمامさん (インドネシア出身)
特定技能 アデさん (インドネシア出身)

日本での生活で困ったこと

イمامさん 移動が大変です。冬は自転車が使えなくて、いっぱい歩かないといけないです。

アデさん 宗教や文化の違いが大変でした。豚肉が食べられないですが、日本人の同僚が、飲み会のときのお店や旅行のおみやげを選ぶときに、自分のことを考えてくれてうれしいです。

眞庭さん ほかの国の方と共生する上で、それぞれの文化などを大事にすることが必要だと考えています。食事やお祈り、ヒジャブ、断食など、それぞれの文化を尊重しています。

働く中で困ったこと

アデさん 日本語ができなくて困りました。言葉が全部分からないので、うまくコミュニケーションをとれなくて大変でした。日本語をたくさん勉強して、長く働いているうちにお互いのことが分かるようになってきて、今はとても仲よしです。

眞庭さん イمامさんとアデさんは、インドネシアのグループ

25〜30人をまとめるリーダーをそれぞれ務めてもらっています。アデさんは、新人の子のフォローや病院への通訳としての同行なども行っていただき、とても助かっています。

日本でのこれからの目標

イمامさん 薬品を使うので、安全意識が低い後輩がいたら、しっかりと指導できるように頑張っていくます。日本語の勉強も頑張ります。

アデさん 日本語でいろいろな人とコミュニケーションを取れるのがうれしいので、もっと上手に話せるように頑張りたいです。入っているボランティアグループ「地球人ネットワークinこまがね」の役に立てるようになりたいです。

眞庭さん インドネシアの方々は、まじめで礼儀正しい方が多い印象です。日本人の従業員にも、しっかりとやらないと、といった良い影響が出ているように感じます。インドネシアの方たちにも会社を引っ張ってほしいと期待しています。

多文化共生が 地域発展のカギ

市の少子高齢化・人口減少が進む中、増加している外国人住民の方の活力が、地域の持続的な発展に大きな役割を果たすと期待されています。国籍に関係なく、皆がいきいきと仕事や生活ができる地域を目指し、市ではさまざまな取り組みを行っています【左図】。しかし、行政だけでできることには限りがあります。ボランティア団体や企業、自治会、行政などが連携し、取り組んでいくことで、より良い地域づくりにつながっていきます。

市の取り組み

- 市ホームページの多言語対応(5カ国語)
- メールとLINEによる「やさしい日本語」での情報発信
- 外国人支援ボランティア養成講座
- 行政手続き支援の通訳派遣
- 外国人住民向けの防災講座や防災ハンドブックの多言語対応(6カ国語) など





年1回のバスハイクで上高地へ



県看護大学との交流



週3回実施する日本語教室



ベトナム料理作りイベントの試作会



国籍を越えてつながる 地球人ネットワーク！

「地球人ネットワークinこまがね」は、さまざまな国の人たちが仲良く暮らせるまちを目指して活動するボランティア団体です。海外から来た人たちの手助けしたいと2006年から活動を始め、本年度20周年を迎えます！！

広がる地球人の輪

「地球人ネットワークinこまがね」は、これまでに多くの外国人住民の学習者を支えてきました。2025年度の登録者は、外国人92名、日本人ボランティア111名と全体で200名を超えます。情報共有するLINEグループには、350名近くのメンバーがおり、駒ヶ根を離れた後も関係が継続。多くの外国人住民の居場所になっています。

2025年度 日本語教室活動実績

- 日本語教室開催回数
115回
- 学習者の参加者数
のべ576名
(実人数57名、14か国)
- 日本人ボランティアの
参加者数
のべ926名(実人数76名)

また、飯島町や宮田村、辰野町、諏訪市へも、「地球人ネットワーク」の名のもと、活動の輪が広がっています。

息の長い支援を継続

普段は、日本語教室をはじめ、イベントや農園、生活に関する講座などの活動を通じて学習・交流を深めています。日本語教室には、さまざまな国籍の方が参加し、楽しくおしゃべりしたり、日本語を勉強したりしています【左上枠】。近年では、グループでの活動に留まらず、地域での活動も増えていきます【左ページ】。今後も、さまざまな活動を通じて、お互いの食や文化、慣習を知り、認め合い、地域に住む人たちが出身国に関係なく仲良く暮らしていけるように活動していきます。

地球人ネットワーク inこまがね 活動の詳細

地球人ネットワークinこまがねでは、外国出身の人や日本人ボランティアなど、いつでも仲間を募集しています。お気軽にご連絡ください！

【日本語教室】

- 日時
火曜日 10:00～11:30
水曜日 19:00～20:30
土曜日 10:00～11:30
- 場所 ふれあいセンター
- 電話 市社会福祉協議会
☎ 81-5900

みんなの居場所に

地球人ネットワークinこまがねは、外国人にとって大切な「居場所」です。いろいろな国の人がいるので、みんなの国を少しずつ知ることができます。先輩後輩関係なく、外国人も日本人も家族みたいに仲が良かったです。

地球人ネットワークinこまがねは、日本社会へ外国人がなじめるようにする橋渡しの役割もあります。イベントへ参加して自分の国の文化や料理を紹介したり、日本語教室で日本文化を勉強したりしています。外国人は駒ヶ根市の一員になりたいと思っています。もっとみんなが仲良くなり、友好の輪が広がっていくとうれしいです。



地球人ネットワーク
inこまがね
高森 アナ 会長
(ペルー出身)



◀ Instagram



Facebook ▶

地域に広がる活動

公民館 赤穂公民館 異文化理解講座

異文化理解講座「この人に聞きたいあの国の話」の1コマで、地球人ネットワークのメンバーが地域の方と触れ合いました。地球人ネットワークの紹介や食事をしながらの交流で、外国の文化や食を知ってもらうきっかけになりました。



いろいろな国の人と仲良くするために、各国と日本の文化をお互いに理解することが大事だと思います。こうした地域の講座などを通じて、地域の人を知ったり考えたりするきっかけになればと思います。

地球人ネットワークinこまがね
日本語教室部 松島 雅美 部長

祭り 地域のイベント

地域の方との交流や外国を身近に感じてもらうことを目的に、市内のお祭りで世界の料理販売をしています。毎月のすすく縁日のほか、ぱとなまつり、みなこいワールドフェスタなどに参加しています。



すすく縁日での出店

大学 異文化交流

長野県看護大学で、国際看護学の講義の一環として、地球人ネットワークの紹介や学生との交流を行いました。出身国の話や外国の気になることの話を通じて、お互いの理解を深めました。



大学生と交流する地球人のメンバー

小学校 世界の料理作り交流会

赤穂南小学校で、6年生27名と世界の料理作りを行いました。4グループに分かれ、タイの春巻き、ペルーのカウサ・ポテトサラダ、スリランカのパンケーキ、ネパールのアチャール(ネパールの野菜の和え物)を作りました。

タイ料理を知ってくれている子が多くて、うれしかったです。タイ風の春巻きを一緒に作って楽しかったです。料理を通して、自分が生まれた国、タイのことをもっと知ってもらえればうれしいです。

春宮 シリパンさん(タイ出身)



地球人ネットワークinこまがね 20周年記念 日本語スピーチ大会&交流会

市内や近隣地域で暮らす外国人が、自分の思いなどを話します。誰でも観覧できます！申し込みは地球人ネットワークinこまがねへ。

- 期日 2027年3月7日(日)
- 時間 10:30~12:00 スピーチ大会
12:00~13:30 交流会
- 場所 アイパル



【問い合わせ】
企画振興課 地域政策係
内線245

さまざまな国の仲間と生活や仕事をする上で、言葉や文化の壁を越えてお互いの違いを認め、理解し合うことがとても大切です。

市内には、お互いが楽しく生活できるように取り組む団体や企業があります。国際理解が育まれてきたこの地域で交流をさらに深め、さまざまな人が入り交じった「こまがね」の活気あるまちを一緒につくっていきましょう。

違いを理解し合い
活気あるまちへ

子育て

令和9年度保育園
入園受け付け

令和9年度中に、市内保育園へ新規に入園を希望する方の受け付けを行います。該当のお子さんと一緒に、申し込みをしてください。

◆持ち物

・入園申込書（9月の入園説明会で配布済みです。申込書のない方

【問い合わせ】

子ども課 幼児教育係

内線 718

は、事前に子ども課へ）
・マイナンバーが確認できるもの
・身元が確認できるもの（免許証等）

【入園受け付けの日程】

●会場 市役所 南庁舎 大会議室（2階）

期日	時間	入園を希望する園
10月19日（月）	午前 9 時30分～11時	北割、すずらん保育園
	午後 2 時～3 時30分	美須津保育園
10月20日（火）	午前 9 時30分～11時	J's保育園駒ヶ根 赤穂保育園
	午後 2 時～3 時30分	飯坂保育園
10月21日（水）	午前 9 時30分～11時	経塚保育園
	午後 2 時～3 時30分	中沢、東伊那保育園
10月23日（金）	午前 9 時30分～11時	桜ヶ丘保育園
	午後 2 時～3 時30分	福岡保育園
10月24日（土）	午前 9 時30分～11時	上記日程に 参加できない方

※聖マルチン幼稚園の入園は、直接連絡してください（☎ 83-5766）。

※入園を希望する園の日程に受け付けできない場合は、他の園の日程にお越しください。

市長が
政を解説

新校でもウミガメプロジェクトは継承

市は赤穂高校、駒ヶ根工業高校と協定を結び「ウミガメプロジェクト」を進めています。就職か進学か、市内か市外か。卒業時の選択は大きな岐路です。その前に地元を知っていただくことで、このまちで働き、活動することが選択肢になればとの狙いです。

実は、私自身の体験がきっかけでした。小・中学校ではお祭りや農業体験など地域の皆さんと行事があります。しかし、高校では、こうした機会が減ります。先ほど記したように卒業は重要な岐路です。地元を知らなければ、地元の課題に取り組もうという思いも生まれ

にくいのではと考えました。

駒ヶ根工業高校では、1学年を対象に企業見学を実施しています。地元素晴らしい技術を持っている企業がたくさんあることを実感していただき、進路の参考にしてもらえれば幸いです。

赤穂高校では地域を考える講座を市と連携して行っています。本年度は8講座で、農家や青年海外協力協会、経営者らに講師をお願いしました。赤穂高校は県の再編計画で総合学科高校へ移行します。このプロジェクトは新校にも引き継がれる予定で、さらなる発展を目指します。

催し

10月10日(土) 特別企画！こまゼミまつり開催

お店の店主が講師となつて専門的な知識や技術を直伝する「こまゼミ」が、32回目を迎えます。今回は特別企画として、過去に登場した店舗が再び講座を開催。また、当日は商工

まつりも同時開催します！皆さんお誘い合わせの上、お越しください。

【問い合わせ】

商工観光課 商業係 内線431

お店＜予定＞	内容＜予定＞
ふじや アミィ (赤須東6-14)	「秋こそ始めたい！若見え美容講座～顔深筋ほぐし・AI肌診断・AI髪診断付き～」 【時間】1部10:30～12:00 2部13:30～15:00 【場所】お店 【費用】1人1,000円(化粧品サンプル付)
カクタ金物屋 (中央19-12)	「包丁について学ぼう」 【時間】10:30～11:30 【場所】お店 【費用】無料
ちやどころ 茶 處 山二園	「茶かぶき」 【時間】10:30～12:00 【場所】ぱとな(中央16-7) 【費用】1人1,000円(お茶・お菓子、お土産付)
幸村 クリーニング店	「プロのシミ抜き実演」 【時間】9:30～15:00(随時受付) 【場所】商工会館 3階(上穂栄町3-1) 【費用】無料
お肌の専門店 中島屋 (中央15-6)	「眉で垢抜け体験・伝授！(30分)」 【時間】10:00～17:00(随時受付) 【場所】お店 【費用】1人500円(フェイスマスク付)
駒ヶ根 松乃鮨 (中央9-14)	「第2弾!!本格にぎり寿司の極意を徹底伝授！」 【時間】11:30～13:30 【場所】お店 【費用】1人3,000円(お寿司は持ち帰り)
菓子店midi (上穂栄町3-3 1階)	「スイーツワークショップ～秋のクロカンブッシュ～」 【時間】1部13:00～ 2部14:30～(各回約1時間) 【場所】お店 【費用】1個2,200円(スイーツは持ち帰り)



講座の時間や定員、申込方法などは店舗によって異なります。詳細や最新情報などはホームページをご確認ください。

交通

こまタクの 停留所が増えます



ツルヤ赤穂店が停留所に

10月1日(木)から、市内を運行しているデマンド型乗合タクシー「こまタク」に、新たな停留所として「ツルヤ赤穂店」が加わります。これまでよりも、お買い物にこまタクが利用しやすくなり、お出かけの選択肢が広がります。お買い物や通院など、身近な移動にぜひご利用ください。

こまタクって？

こまタクは、ご自宅と停留所の間を運行する、乗合型のタクシーです。公共交通の1つとして皆さんの移動を支えています。複数の利用者が乗り合って運行するため、通常のタクシーとは異なります。初回に利用者登録をすれば、平日1日4便の中から、電話やアプリで事前に予約して乗車できます。詳細は、市ホームページ(下QRコード)をご覧ください。

基本情報

◆運行時間(祝日等を除く平日)

〈往路(自宅から停留所)〉
午前8時30分、午前10時

〈復路(停留所から自宅)〉
正午、午後1時30分

◆停留所 市内の医療機関、公共施設などに設置しています。

◆運賃 片道400円

初回のみ利用者登録が必要です

登録は、市役所に利用登録票を提出いただくほか、企画振興課窓口や電話でも受け付けています。登録された方には、予約専用番号を記載した案内をお送りします。

お試し乗車キャンペーン



こまタクに乗車したことがない方を対象に、気軽に利用していただくため、キャンペーンを実施しています。申し込んだ方には、往復分のお試し乗車券をお送りします。この機会にぜひご利用ください。お試しキャンペーンやこまタクの詳細は市ホームページ(QRコード)をご覧ください。



【問い合わせ】

企画振興課 地域政策係
内線245

国際

み 宮田村 な 中川村 こ 駒ヶ根市 い 飯島町

第33回 協力隊週間～みなこいワールドフェスタ～開催

「感じよう！ 身近にある異文化」をテーマに、今年もみなこいワールドフェスタを開催します。JICA 海外協力隊を通じて、みなこい地域にしながら異文化に触れられる貴重な機会です。ぜひ足をお運びください。

期間中〈10月16日(金)～25日(日)〉のイベント詳細は、QRコードからご覧ください。

【問い合わせ】

みなこいワールドフェスタ

実行委員会事務局

企画振興課 地域政策係 内線245



詳細は
ホームページへ



外国のダンスを踊る参加者

外国人から見たニッポン&コマガネ！～ここが素晴らしい、ここが変だよ！～ **要申込**

◆開催日時 10月17日(土)
午後6～8時

◆会場 ふれあいセンター

◆参加費 500円



▲申込先

訓練所の語学講師などの外国人住民の皆さんに、言葉や食べ物、習慣など駒ヶ根で生活する中でユニークと感じた異文化体験を紹介してもらうトークイベントと交流会です。

2026 駒ヶ根訓練所 HOME COMING DAY 平成5年度3次隊(有志)スペシャルコラボ **要申込**

◆開催日時 10月24日(土)
午後2～6時

◆会場 駒ヶ根青年海外協力隊訓練所



▲申込先
(9月30日まで)

◆音楽紙芝居^{チャルチャル}ChalChal「アリババと40人の盗賊(パレスチナ編)」

◆パネルディスカッション

「自分ごと、世界ごと～世界とつながる私たち～」

◆交流会 協力隊経験者×市民の皆さん×訓練生

【協力】平成5年度3次隊(有志)

【主催・問い合わせ】訓練所 ☎ 82-6151 jicakjv-jocv@jica.go.jp



こまがね国際広場

◆開催日時 10月25日(日)
午前10時～午後3時

◆会場 銀座通り

世界の文化を
楽しもう！



【同日開催】

青空すくすく広場(文化センター
駐車場)・アルパまつり(アルパ)

協力隊の派遣国の食事や展示を通じて国際文化を体験しましょう！

<イベント>

日本とエルサルバドルをつなぐリアルタイム・コンサート(午前10時15分～)

<ブース>

◆ベトナム市場&ワールドマーケット

◆大きな地図のふもとで世界よろず相談所

◆訓練所語学講師によるミニ語学教室

◆こまがね大使村まつりの企画で、駐日大使による国紹介ブース
&文化講座(予定)このほか全国から集まる協力隊経験者による世界各国の物販・飲食
ブースも！福島県二本松市、長野県看護大×訓練生も出店します。

<展示>

赤穂高校美術部による黒板アート

以下の企画は各町村にお住まいの方が優先です。参加を希望する方は事務局へお問い合わせください。

【宮田村】みやさんと飲もう！ビールの日 ●期日 10月16日(金) ●場所 MIYADA村人TERRACE

【飯島町】国際イベント ●期日 10月20日(火) ●場所 飯島町文化館

【中川村】文化食育講座 異文化メシ～西アフリカ風カレー～ ●期日 10月23日(金) ●場所 中川村公民館

平和

広島平和記念式典へ 中学生らが参加

被爆・終戦から81年を迎えました。戦争を体験した方が減少する中、戦争の悲惨さや平和の尊さをどのように次世代へ継承していくかが課題となっています。

市では、次世代を担う子どもたちが平和を自ら考え、その大切さを周囲に伝えていくことを目的に、市内中学生を中心とした訪問団を毎年広島平和記念式典へ派遣しています。今年も8月6日(木)に行われた式典には、市内の中学校から8名が参列しました。



献花する参加者



広島平和記念資料館を見学



参加した皆さん(原爆ドーム前にて)

式典後には平和記念資料館などを見学。戦争の悲惨さを自らの目で見えて、肌で感じ、平和への思いを強くして駒ヶ根へ帰ってきました。

参加者が今回の訪問を通して感じたことや考えたことをまとめたレポートの一部を抜粋して紹介します。全文は市のホームページに掲載していますので、ご覧ください。

【問い合わせ】

総務課 行政管理係
内線 211



戦争を「知る」

赤穂中学校3年 五十嵐 結菜^{ゆいな}

あなたは戦争についてどれほどの事を知っていますか？私自身、これまでは歴史上の出来事としてしか捉えていませんでした。実際の写真や絵、被爆者の方のお話から戦争が単なる歴史上の出来事ではないことが分かりました。私はその残酷な話から戦争の実態や中身を何も知らなかったんだと衝撃を受けました。当時の人達の生き

私たちがすべきこと

東中学校3年 下平 樹生^{きき}

私は広島平和記念式典に参加しました。そこでは、目に見える命の尊さを学びました。残酷な事実を知りました。被爆者体験講話で被爆者の方が言っていた『最も悲しかった事は、家に帰って「ただいま」と言っても「おかえり」がなかった事。いつもならその「おかえり」の後に日常的な会話が続くはずなのに言ってくれる人がいないのだから

様や思いがたくさんあったと思います。それを知ってこそ戦争を知ったと言えるのではないのでしょうか。式典で子ども代表の言葉に「目をそらさず、知ろうとすること」「悲しい現実でも向き合う」とありました。この悲惨な戦争に目を背けず重い歴史を受け止め、未来のために平和を願い、考え続けることが今、私たちがしなければならないことではないでしょうか。私も多くの人に戦争の事を伝え続け、私自身も「知り」続けたいと思います。今ある平和を確実に未来につなげていくために。

ら。』という言葉に胸が痛みました。81年前も今も、「ただいま」「おかえり」を交わす何気ない日常は同じだったはずです。

私たちは被爆体験を直接聴くことができない最後の世代です。未来へ、81年前に起こった事実を正しく、深く伝えていかなければいけません。そのために今できること、すべきことは知ることです。自分にできることを考え行動すること、その連鎖が平和な世界へと近づいていくはずです。被爆者の思い、願い、伝えたいことを背負って私たちが次の世代へと語り継ぎます。

健康

香害（香りの害）を
ご存じですか

香害は、柔軟剤や合成洗剤、香水などに含まれる合成香料（化学物質）のにおいによって、不快感や健康への影響が生じることです。近年では、この香害が原因となり、化学物質過敏症を発症する人もいます。

化学物質過敏症とは

身の回りで化学物質が使われている製品に反応して、さまざまな症状が現れます。症状には動悸・息切れ・頭痛・めまい・吐き気・のどの痛み・皮膚炎などがありますが、症状の種類や程度は人によってさまざまです。

香料が使われている製品の例

- 柔軟剤 ○衣料用洗剤
- 香水 ○車等の消臭剤・芳香剤
- 除菌・抗菌スプレー
- 制汗スプレー ○頭髮剤
- 殺虫剤・防虫剤
- その他日常的に身の回りにある化学物質



化学物質への反応は個人差が大きいため、同じ環境にいても発症する人とならない人がいます。

周囲への配慮をお願いします

香りによる体調不良は、外見からは分かりにくく、周囲の人に気付いてもらえないことがあります。また、香りの感じ方や体への影響には個人差があり、自分にとっては気にならない、快適に感じる香りでも、不快に感じる人や体調を崩す人がいます。身近な香りによって困っている人がいることをご理解いただき、周囲への思いやりと配慮をお願いします。

香料を使用する際の注意点

- 使用量を守る
- 多くの人が集まるところ、公共交通機関を利用するとき、狭い空間では香料の使用を控えるなど

【問い合わせ】

地域保健課 健康推進係
内線 331

農業

農業委員・農地利用最適化
推進委員を紹介します

任期満了に伴う委員の改選により、7月21日に農業委員会の新体制

が発足しました。任期は令和11年7月19日までの3年間です。

農地利用最適化推進委員 6名

20	小池 政幸 (町二区) ※推進委員代表
21	小原 正隆 (北割二区) ※推進委員副代表
22	吉瀬 清志 (中沢区)
23	馬場 信夫 (東伊那区)
24	福澤 徹 (下平区)
25	小平 裕一 (中割区)

〈表の見方〉

敬称略、議席番号順（数字は議席番号）。カッコ内は居住地区です。

農業委員会の役割

法令に基づく農地の売買・貸借の許可や、農地転用案件への意見の申し出等、農地に関する事務を行います。

【問い合わせ】

農林課 農業委員会事務局
内線411

農業委員 19名

1	吉瀬 久司 (東伊那区) ※副会長
2	小松原 博 (上赤須区) ※竜西副地区長
3	倉田 益式 (上穂町区) ※竜西地区長
4	宮下 守 (中沢区)
5	伊藤 宏美 (東伊那区)
6	善積 峰子 (東伊那区)
7	中原 康男 (下平区)
8	北澤 満 (中沢区) ※竜東地区長
9	北原 有 (中沢区)
10	小松原 ひとみ (町四区)
11	木下 亜紀 (中沢区) ※竜東副地区長
12	倉田 弘次 (中割区)
13	米山 良司 (小町屋区)
14	松崎 文彦 (北割二区)
15	堺澤 博明 (南割区)
16	向山 昭 (北割一区)
17	河上 邦和 (福岡区)
18	佐野 理子 (中割区)
19	氣賀澤 道雄 (市場割区) ※会長

こまかっぱ 情報コーナー



イベント
お知らせ
相談
募集

市の人口(7月1日現在)

- 人口 30,659人(△29)
男性 15,093人(△33)
女性 15,566人(+4)
- 世帯 13,754世帯(+2)
- 6月中の異動
転入74人、転出80人、
出生10人、死亡33人

市の人口(8月1日現在)

- 人口 30,633人(△26)
男性 15,080人(△13)
女性 15,553人(△13)
- 世帯 13,740世帯(△14)
- 7月中の異動
転入75人、転出87人、
出生12人、死亡26人

システム改修に伴い、前月号までに掲載できていなかった2カ月分の情報を掲載しています。

こまがね大使村まつり

JICAの派遣国で親しまれている料理が、市内の飲食店に登場します。アジアやアフリカ、オセアニア、中南米など、世界の味を楽しみながら異文化に触れてみませんか。

▶期間 10月1日(木)～25日(日)

問 企画振興課 地域政策係
内線245

イベント

お知らせ

相談

募集

第3回 市ナイトウォーキング

運動不足解消やコミュニケーションの機会に、ぜひご参加ください。雨天中止。

▶日時 10月24日(土)
午後6～8時
(午後5時30分～受付)

▶集合場所 一心館

▶コース 一心館～下平駒ヶ根
浄化センター周辺
2km、4km

▶参加費 300円(保険料込み)
当日集金

▶申し込み 電話かフォーム

▶申込期限 10月15日(木)

問 社会教育課 スポーツ振興係
内線724

アルパまつり

各テナントの催しのほか、ハロウィンの飾りつけやトリック・オア・トリート企画も行います。銀座通りでは「こまがね国際広場」も同時開催！みんなで仮装し、イベントを楽しみましょう！

▶日時 10月25日(日)
午前10時～午後4時

▶場所 駅前ビル アルパ2・3階

▶参加テナント

駒ヶ根シェアキッチン、画材エクラ、カルチャークラブゆあ～ず、Nail Room MIN、TrePini

問 商工観光課 商業係 内線431

一緒に防ごう！鳥獣被害

鳥獣対策は、「生息環境管理」「侵入防止対策」「個体管理」の3つが基本です。この活動を徹底できるかが、対策の効果を大きく左右します。

生息環境管理	放任果樹の伐採や刈り払いで餌場・隠れ場の撲滅
侵入防止対策	柵の設置などで被害防除
個体管理	市から要請を受けた実施隊員による捕獲活動

猟友会として活動しませんか

市では、野生鳥獣による農林業被害を防ぐため、猟友会会員を「駒ヶ根市鳥獣被害対策実施隊」に任命し、鳥獣の捕獲を行っています。猟友会では、市や農家などからの要請を受け、わなや銃などを使って有害鳥獣を捕獲しています。近年、会員の高齢化や若者の狩猟離れにより、担い手が減少しています。猟友会に加入し、鳥獣被害から地域の暮らしを守る活動に参加してみませんか。



◀狩猟免許の費用
助成もあります

問 農林課 農政係 内線413

組合員・地域のみならず

「あなたの想いを聞かせて下さい」

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



(株)グレースは、JA伊那の協同会社です。

ふれあい・語り・地域と共に
株式会社 グレース
GRACE CO., LTD.

本社：伊那市東春近車庫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
0120-81-1509
駒ヶ根市・飯島町・中川村・宮田村 ☎0265-81-1109

虹のホール 駒ヶ根

駒ヶ根市東町4-10

通夜安置室あり

虹のホール 花みずき

駒ヶ根市東町4-10

通夜安置室あり

虹のホール 伊南

飯島町飯島1270

通夜安置室あり

広告掲載については、(株)宮澤印刷 ☎ 82-2571 までお問い合わせください



浄化槽を適切に維持・管理しましょう

浄化槽は、家庭から出る生活排水等を微生物の働きで分解し、きれいにする装置です。しかし、薬剤やたばこ・紙おむつなどの異物、油等を流すと微生物に悪影響を及ぼし浄化槽の効果が低下してしまいます。環境保全のため浄化槽の維持管理で3つのことが法律で義務付けられています。適切に維持・管理しましょう。



市HP

	内容	種類
①保守点検	調整、修理など	処理方式によって点検回数は相違
②清掃	汚泥・スカムの抜き取り、浄化槽内の調整・洗浄	毎年1回以上
③法定検査	浄化槽法第11条に基づき行われる定期検査	毎年1回

問 上下水道課 業務係 内線538

知

井戸水の水質検査を実施

飲用井戸水の安全確認は、所有者が自主的に行う必要があります。特に昨年受けていないご家庭は、検査を受けましょう。

容器配布

期日 10月15日(木)、16日(金)

受付時間	配布場所
午前8時30分～正午	市役所 本庁舎 第2会議室
午前8時30分～9時30分	中沢支所
午前10～11時	東伊那支所

井戸水の提出

検査料金 8,000円(税込み)

※お釣りがないようお願いします

提出日 10月22日(木)

※提出時間・場所は容器配布と同じ

問 生活環境課 環境衛生係 内線543

知

定期券の購入は駒ヶ根駅で

通勤通学による定期券の購入の際は、ぜひ駒ヶ根駅でお買い求めください。

営業時間

午前8時～午後6時

※土・日、祝日含め毎日営業

支払い 現金のみ

問 JR飯田線活性化期成同盟会(企画振興課内) 内線245



知

10月は市ごみ減量月間

ごみの分別や3R(リデュース・リユース・リサイクル)を推進します。取り組みの詳細はQRからご覧ください。



問 生活環境課 環境衛生係 内線543

イ

晩秋の十二天の森でコンサート

チェロとピアノの音色で優雅なひと時を過ごしてみませんか。伊那市出身の演奏者が、クラシックの名曲やディズニーなどの映画音楽を演奏します。申し込み不要、入場無料。雨天中止。

演奏者 チェロ:飯島瀬里香さん、ピアノ:林智子さん

日時 11月7日(土)

午後1時30分開演(開場:1時)

場所 十二天の森あずまや

持ち物 キャンプ用の椅子

問 社会教育課 生涯学習係 内線722

イ

第15回ぱとなまつり

食べて見て体験して、楽しもう!多くの出店やスタンプラリー、ステージ発表、ワークショップなど、1日中楽しめる催しがいっぱいです。

日時 10月18日(日)

午前9時20分～午後3時

場所 ぱとな周辺 銀座通り

問 こまがね市民活動支援センターぱとな ☎ 82-1150

イ

昭和伊南総合病院 ほほえみ祭

ヘリポート見学や手術室体験、看護師・薬剤師の仕事体験など、病院ならではの企画を開催。バザー、キッチンカー等もあります。

日時 10月17日(土)

午前10時～午後1時

場所 昭和伊南総合病院

問 ほほえみ祭実行委員会事務局 ☎ 82-2121

イベント

お知らせ

相談

募集



弁護士法人このまち駒ヶ根支所 青木法律事務所

Konomachi Legal Professional Corporation

当事務所は、平成31年1月より、弁護士2名体制となりました。(所属弁護士:弁護士青木謙一、弁護士及川裕貴)
弁護士、事務職員一同、みなさまに益々充実した法的サービスをお届けできるよう、より一層業務に邁進する所存でございます。

離婚、借金、遺言・相続、交通事故、不動産、顧問弁護士業務、債権回収など



詳しくはこちらをチェック

TEL 0265-98-7171

受付時間:平日8:30～17:30

駒ヶ根市上穂南 9-3 (駒ヶ根警察署北)

ご相談は予約制です。HPからも予約できます(電話予約優先)

(所得制限等がありますが、法テラス利用にて無料でご相談することも可能です)



広告欄

イベント

お知らせ

相談

募集

相 司法書士による 無料法律相談

10月1日の「法の日」に合わせて司法書士が相談に応じます。相談無料、事前予約が必要。

- ▶日時 10月1日(木)
午前10時～午後3時
- ▶場所 ふれあいセンター
- ▶相談の例 不動産の登記、空き家問題、相続・遺言など
- ▶予約期限 9月30日(水)
午後3時

問 市社会福祉協議会 ☎ 81-5900

相 専門家に相談できる 空き家相談会

空き家の活用・売却・維持・解体などの悩みに司法書士や宅建業者、建築士らがお答えします。

- ▶日時 11月7日(土)
午後1～5時
- ▶場所 市役所 第1会議室・ミーティングラボ(1階)
- ▶対象 市内の空き家の管理・所有者、空き家でお悩みの方
- ▶申込期限 10月16日(金)
- ▶申込方法 電話、ファックス、申し込みフォーム
ファックス 83-1278

問 都市計画課 建築住宅係
内線525

各種納期案内

◇市県民税	3期
◇国民健康保険税	5期
◇介護保険料	5期
◇後期高齢者医療保険料	4期

知 お昼の試験放送が 駒ヶ根市の歌に

8月1日から、午前11時30分の防災行政無線の試験放送を「駒ヶ根市の歌」に変更しました。市民の皆さんに「駒ヶ根市の歌」を耳にする機会を増やし、より親しんでいただければと考えています。歌の歌詞の入ったCDを無償で配布しています。希望される方は、市役所総務課までお越しください。

問 総務課 行政管理係 内線211

知 宝くじ助成金で 地域の備品を整備

南割区

一般財団法人自治総合センターの宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」を活用しました。

▶整備品 エアコン、掃除機



月花町自主防災会(町四区4町内)

公益財団法人長野県市町村振興協会の宝くじの社会貢献広報事業である「地域活動助成事業」を活用しました。

▶整備品 ヘルメット、防災倉庫等



問 総務課 自治組織創生室
内線216

知 複十字シール募金(結核 予防募金)にご協力を

集まった募金は結核予防の普及啓発や開発途上国の結核対策の支援等に活用されます。

- ▶募金箱設置期間 10月1日(木)～11月30日(月)
- ▶設置場所 市保健センター地域保健課窓口、中沢・東伊那支所窓口
- 問 地域保健課 健康推進係
内線334

知 最高裁判決を踏まえた 生活保護費の追加給付

▶対象の世帯

- ①平成25年8月～平成30年9月に生活保護を受給したことがある世帯
- ②平成30年10月～令和8年3月に生活保護を受給したことがあり、次のいずれかにあてはまる世帯
 - 一定期間入院や入所された方がいる
 - 障がいがあり加算が算定されていた
 - 毎年12月の期末一時扶助費が算定された

▶支給までの手続き

【生活保護受給中の世帯】

随時支給を行うため、原則手続き不要です。

【現在受給していない世帯】

当時受給していた自治体で追加支給を行います。原則、申請が必要です。申請期間は令和9年7月31日まで(土日祝除く)

問 福祉課 社会福祉係
内線311

広告欄

土地・建物の事なら何でもご相談ください!

駒ヶ根市・宮田村・飯島町・中川村を中心に、土地や建物など豊富な物件を各種取り扱っております。また損害保険代理業も行っておりますので、土地・建物の一貫したサポートが可能です。

アパート・マンション・借家

建売・中古住宅

土地



株式会社 織井不動産

長野県知事免許(10)2927号
〒399-4115 長野県駒ヶ根市上穂栄町25-26
TEL.0265-82-2972 FAX.0265-82-3036
E-mail: orii1234@rose.ocn.ne.jp

ホームページで最新情報を随時紹介中!



弊社HPでは、駒ヶ根市・宮田村・飯島町・中川村を中心に、不動産や賃貸などの最新情報を随時更新しておりますので、ぜひご利用ください。

または 織井不動産 検索

かなしみ

謹んでご冥福をお祈りいたします。
【敬称略】

(7月中)

小松 君子(86)町二区第8
五味 カネ(78)上穂町区第1
大林あい子(99)北割二区柏木

(8月中)

馬場 勝 (81)東伊那区塩田
下平 基雄(92)中割区柏神
松崎 正子(82)下平区第3
中坪 卓朗(91)上穂町区第5
中原 信三(94)小町屋区上市場
北原あさゑ(83)町二区第8
遠藤富美男(76)町二区第12

※依頼があった方のみを
掲載しています。

●緊急情報やイベント情報等を配信



メール
配信▶

◀LINE

●防災行政無線を聞き逃したら、☎ 82-1230で内容を確認できます(1時間以内)。

ハロウィンジャンボ宝くじ 発売!

今年のハロウィンジャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて4億円!好評の「ハロウィンジャンボミニ」と同時発売です。購入の際は、県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

発売期間 10月16日(金)まで 抽選日 10月26日(月)

問 公益財団法人 長野県市町村振興協会 ☎ 026-234-3611

募 第5回 駒ヶ根市民ゴルフ大会

組単位(2~4人)での申し込みも可能です。申込された組単位でラウンドします。定員120人。

▶参加資格 市内に在住か在勤

▶日時 11月1日(日)

▶場所 信州伊那国際
ゴルフクラブ

▶参加費 1,000円+プレイ料金
11,800円(食事付き・税込み)

▶申込期限 10月16日(金)

問 事務局 松本さん

☎ 090-3312-1991

募 多文化共生ボランティア 養成講座受講者募集

外国籍の方の日本語学習を支援するボランティアの養成講座を開催します。受講無料。



▶期日(全4回・全て土曜日)

①11月7日②11月28日

③1月16日④2月20日

▶時間 午後1時30分~3時
30分(①は4時30分まで)

▶場所 ふれあいセンター
※①は市役所

▶申し込み 電話かフォーム

▶申込期限 11月4日(水)

問 企画振興課 地域政策係
内線245

募 軟式野球連盟駒ヶ根支部 部長杯参加チーム募集

軟式野球連盟登録チーム以外でも参加できます。雨天中止。

▶期日 11月8日(日)

▶場所 アルプス球場、
市営グラウンド

▶参加費 1チーム10,000円

▶申込期限 10月23日(金)

問 事務局 新井さん

☎ 090-4967-6604

募 ライフプラン講座 受講者募集

人生100年時代を豊かに生きるため、社会保険制度等のポイントを学びます。定員15人、受講無料。

▶対象 55歳以上でシルバー人材センターに興味をお持ちの方(退職予定の方含む)

▶日時 11月20日(金)
午後1時30分~4時

▶場所 ふれあいセンター

▶講師 労務協会 松下 敦さん
(社会保険労務士・CFP)

▶募集期間 10月1日(木)
~11月6日(金)

▶申し込み 申込先で参加申込書に必要事項を記入し提出

▶申込先・問い合わせ

駒ヶ根伊南シルバー人材センター ☎ 83-8184

もしも…の時は 儀礼センター

安置 してお見送り
後悔の無い供養の形
儀礼センターが低価格にて
ご提供致します

北会館



ご家族のみ、少人数での見送りに最適
使用料 一泊3万円!!

南会館



お通夜もしっかり行いたい方におすすめ

事前相談随時受付中

もしもの会会員募集中

もしもの会入会で
大きなメリット

安置所・斎場利用の
負担軽減



株式会社 儀礼センター

ご遺体の搬送は
24時間365日
いつでも対応いたします

TEL 83-2929
0120-69-2929



緊急当番医・薬局

受診時は、マイナ保険証が資格確認書・医療費受給者証(お持ちの方)・診療費などの用意をお願いします。当番医療機関は急きょ変更になることがあります。

10/4 (日)	高山内科クリニック(北割一区) やじま薬局(北割一区)	内・循 —	☎ 82-6690 ☎ 82-3930
10/11 (日)	片桐診療所(中川村) 加藤薬局(中川村)	内・小 —	☎ 88-2512 ☎ 88-6050
10/12 (月・祝)	前澤外科内科クリニック(上穂町区) 上穂みなみ薬局(上穂町区)	内・外 —	☎ 83-2151 ☎ 82-8078
10/18 (日)	まえやま内科胃腸科クリニック(町四区) アイルニコニコ薬局(町四区)	内・胃・小 —	☎ 82-8614 ☎ 81-0017
10/25 (日)	秋城医院(福岡区) こいで薬局(北割一区)	内・小 —	☎ 83-2805 ☎ 81-1273



緊急歯科診療

10/4(日)、11(日)、
12日(月・祝)、18(日)、25(日)

- 場所 上伊那口腔保健センター
(伊那市保健センター内)
☎ 78-8510
- 時間 8:30~11:30



こまがねTV放送予定

- 6日~ 地球人ネットワークin
こまがねの取り組み(再)
- 13日~ 文化センターだより
カリヨン
- 20日~ こまがね健康体操
~秋冬ver.~
- 27日~ ともちちゃんのENJOYホッケー!
Episode 1(再)
- 放送 地上デジタル11ch
- 時間 6:30、8:30、10:30、12:30、
15:30、19:00、21:00、23:00



県小児救急電話番号

お子さんの夜間の急病などの際に、
対応に迷う場合や、医療機関を受診すべきか
判断が難しい時にご利用ください。



【平日】
午後7時~(翌朝)午前8時
【土・日・祝日・年末年始】
午前8時~(翌朝)午前8時
☎ #8000



相談窓口

※予約が必要な相談は既に定員に達している場合があります。

- 心配ごと相談(民生児童委員)
10月1日(木) 14:00~18:00
ふれあいセンター
問 市社会福祉協議会 ☎ 81-5900
- 司法書士相談 **要予約**
10月22日(木) 13:00~16:00
ふれあいセンター
問 市社会福祉協議会 ☎ 81-5900

- ふれあいよろず相談
平日 9:00~17:00
ふれあいセンター
問 市社会福祉協議会 ☎ 81-5900
- 行政相談(行政への意見・要望)
10月13日(火) 14:00~16:00
赤穂公民館
問 総務課 秘書広報室 内線261
- ちょこっと空き家相談
10月7日(水) 9:00~12:00
企画振興課窓口(本庁舎1階)
問 企画振興課 少子化・人口戦略室
内線244

- 女性相談
平日 9:00~17:00
福祉課(市保健センター1階)
問 福祉課 社会福祉係
☎ 83-4770
- 税金相談(税理士) **要予約**
11月4日(水) 13:30~15:00
allla(アルラ)旧伊那消防署跡地
問 関東信越税理士会伊那支部
☎ 74-8170
(平日10:00~16:00)

かんたん畳替え

家具があっても大丈夫!!

材料によって料金が異なります。まずはお気軽に下記までお電話ください。サンプル持参でお伺いします。

地元で100年続く畳屋さん!

たたみの山岸

飯島町飯島1162-1 TEL 0265-86-2236

お問い合わせは
通話料無料

0120-193-875



たたみ替え

ふすま貼替え

障子貼替え

網戸

見積もり無料!



私がお伺い
します!

県からのたより

TOPICS

ワクワクを、もっとお得に! 長野県150周年記念

「もっと知りたい! 信州体験割」第3期販売開始!

長野県PRキャラクター
「アルクマ」
©長野県アルクマ

ワクワクを、もっとお得に!

長野県150周年記念

もっと知りたい!

信州体験割

NAGANO TRAVEL EXPERIENCE DISCOUNT

対象の体験プランが1人あたり 長野県在住の方

同一サイトからのお申込は、お一人につき1回まで

それ以外の方

50%OFF (上限5,000円/回)

20%OFF (上限5,000円/回)

割引き例 4,000円の果物狩りを家族4人で利用の場合

長野県内にお住まいの方であれば 4,000円×4名 16,000円

割引適用 2,000円×4名 8,000円

第3期 販売ご利用期間 2026年 10月1日(木)～12月25日(金)

特設サイト 体験プランのお申込はこちらから

クイズに答えて県産品をもらおう!

毎日のお買い物で信州産を購入して、長野県を元気にする「しあわせバイ信州運動」を実施中! 現在、専用サイトからクイズに答えると県産品が抽選で当たるフェアを開催していますのでぜひご応募ください。



しあわせバイ信州

©長野県アルクマ

- 期間/～11月30日
- 問/しあわせバイ信州運動事務局 ☎026-291-8602

詳しくはこちら



省エネ家電をお得に購入しよう!

暖房の使用が増える冬に向けて、家計にも環境にもやさしい省エネ家電への買換えを応援します! 対象製品の購入でキャッシュレスポイントを進呈します。予算上限に達し次第終了。



- 購入対象期間/～令和9年1月31日
- 申請受付期間/～令和9年2月14日
- 問/お客様コールセンター ☎050-1748-5234

詳しくはこちら



「長野県公式LINE」友だち追加でデジタルポイントプレゼント

新たに友だち追加した方の中から、抽選で毎月10名にデジタルポイントをプレゼントします。ポイントは「NAGANOマルシェセレクト」で利用できます。



- 期間/～令和9年2月28日
- 問/広報・共創推進課 ☎026-235-7054

友だち追加はこちら



必要な方に食品を寄付しませんか?

ご家庭や企業で眠っている食品の寄付を募集します。「もったいない!」食品ロスを、誰かの「ありがと!」につなげるため、ご協力をお願いします。



- 受付期間/10月1日～31日
- 問/次世代サポート課 ☎026-235-7210

詳しくはこちら



飲食店で完食して食事券や宿泊券をもらおう!

県内の指定の飲食店で完食するとスタンプがたまり、複数集めると抽選で食事券や宿泊券が当たる「信州食べきりキャンペーン2026」を行います。



- 期間/10月1日～令和9年1月17日
- 問/キャンペーン事務局 ☎026-222-0857

詳しくはこちら



抽選で10名様に当たる

読者プレゼント

ゴールドバック株式会社
Azumino Mineral Water 1L×6本

応募方法
①長野県公式LINEを友だち追加し、受信設定完了後、トーク画面下部にある「広報紙」をタップ。②郵便番号、住所、氏名、年代、広報紙の感想を入力。

締切:11月30日

注意事項
・当選発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。
・応募の際の個人情報はプレゼントの発送にのみ使用します。
・いただいたご意見への個別の回答はいたしません。



長野県企画振興部広報・共創推進課
〒380-8570 長野市大字南長野字幅下692-2
☎026-235-7054

県公式
ホームページ

県SNS

LINE



X



YouTube



いつものお買い物で もしもの安心

その習慣が、いざというときの安心につながります



備蓄しやすい 食料・生活用品の例



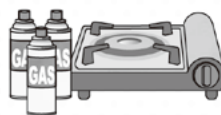
飲料水



レトルト食品



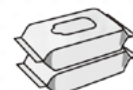
缶詰



卓上コンロ・カセットボンベ



トイレットペーパー



ウェットティッシュ

備蓄品は、災害発生時にスーパーの営業停止、水道・電気・ガスの停止といった状況の中で、**生活を守るための備え。**

備蓄品は最低3日分、できれば1週間分を目安に備えておきましょう

長野県防災
PRキャラクター
防災ダック



備えておくと安心なもの他にもあるよ！ 非常持出品・備蓄品リストはこちらから▶



令和8年10月1日発行 発行元：長野県企画振興部広報・共創推進課 〒380-8570 長野市大字南長野字幅下692-2 ☎026-235-7054

すこやかライフ

各種検診や健康に関するイベント、健康に役立つ情報をお知らせします。

地域保健課 健康推進係 内線331～334

胃がん検診(バリウム) 要予約

【保健センター】

10月13日(火)～15日(木)

※胃がん和大腸がん検診の両方に申し込みをされている方は、上記の日程で同時受診ができます。



子宮頸がん検診

20～30歳代の患者も増えています。検診で早期発見につなげましょう。



【駒ヶ根高原レディースクリニック】

10月1日(木)～30日(金)の平日

乳がんマンモ検診

要予約

【昭和伊南総合病院】

10月5日(月)、14日(水)、19日(月)、26日(月)

【前澤外科内科クリニック】

10月1日(木)、8日(木)、15日(木)

献血

病気やけがなどで輸血を必要としている患者さんの尊い生命を救うため、献血にご協力をお願いします。献血は予約することもできます。詳しくは右QRコードから。



【ベルシャイン駒ヶ根店】

10月24日(土)、25日(日)

10:00～12:00、13:30～16:00

心理士相談

要予約

不安で落ち着かない、イライラするといった心の悩みを公認心理師に無料で相談してみませんか。

【保健センター】

10月1日(木)、9日(金)、23日(金)

いずれも9:00～14:00

※1人60分、最終受け付け13:00

こころの健康相談日 要予約

こころの医療センター駒ヶ根の田中康平医師による相談です(1人30分程度)。



【保健センター】

10月8日(木) 13:30～14:40

※最終受け付け14:10

肺がんX線検診

要予約

肺がんは早期に見することで、治療の選択肢が広がります。検診で確認しましょう。



【保健センター】

10月9日(金)

10月・11月は麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止運動期間です



薬物乱用は心と体をむしばみ、社会全体に深刻な影響を及ぼします。正しい知識を身につけ、薬物を絶対に「使わない」「近づかない」行動を心がけましょう。詳しくは、厚労省HP(右QR)をご確認ください。



「〇〇の秋」は、「フレイル予防の秋」もお忘れなく！！

夏バテや酷暑で控えた運動により、身体が弱っていませんか。涼しくなってきた秋だからこそ、フレイルを予防しましょう！

●適度な運動 「スポーツの秋」。涼しくなってきたこの時期に、ウォーキングや軽い体操などで、気持ちよく体を動かして冬に負けない体をつくりましょう。

●栄養バランス 「食欲の秋」と言われ、おいしい食材が多い時期です。たんぱく質を意識しながらバランスの良い食事を楽しみましょう。

●社会参加 外に出て人とつながる「行楽の秋」もフレイル予防です！美しい景色やおいしい味覚を仲間と共有して、心も体も健康に過ごしましょう。

まだまだ元気だから大丈夫と思っている皆さんも、フレイル予防に限らずアンチエイジングや未来の自分への投資として、健康的な生活を送りましょう！

地域保健課 地域包括支援係
(地域包括支援センター)

☎ 81-6695

認知症サポート医との
個別相談

要予約

【保健センター】

11月11日(水)

①14:00～14:45

②15:00～15:45



本人やご家族の不安などを認知症サポート医の下島秀一医師が個別にお聞きします。相談は無料です。お気軽にお申し込みください。



文化センターのお知らせ

カリヨン

文化会館、図書館、博物館、おもしろかっぱ館のイベント情報です。

10月の全館休館日

5日(月)、13日(火)、19日(月)、
26日(月)

30日(金)は図書館のみ休館

12日(月・祝)は全館開館

図書館(開館9:30~18:30) ☎ 83-1134

おはなし会

申し込みは不要です。

①おはなし会0.1.2(乳幼児向け)

10月15日(木) 10:30~
主に0歳児向け

②小学生向けおはなし会

10月17日(土) 11:00~

③ねえ、この本よんで!

10月21日(水)
10:30~11:30、15:30~16:30

④東伊那分館 おはなし会

10月8日(木) 15:50~

⑤中沢区文化祭 おはなし会

10月31日(土) 10:00~

場所

①~③本館 おはなしの森

④東伊那公民館、⑤中沢公民館

第10回駒ヶ根市の図書館を 使った調べる学習コンクール 作品展

第2次審査に出品された市内小
中学生・高校生・一般の皆さんの
応募作品を展示します。

日時 10月15日(木)
~28日(水) 15:00

場所 博物館 展示室

蔵書点検に伴う長期休館

本館 9月29日(火)~10月8日(木)

分館 9月29日(火)~10月1日(木)

1冊ずつ機械で読み込み、本の
所在を確認する作業を行います。
ご理解・ご協力をお願いします。

としょかん読書まつり

子ども向けの楽しい企画を用意
しています。ご家族や友人とぜ
ひお出かけください。申し込み
不要、参加無料です。

日時(期間) 10月31日(土)

・**おはなし会** 10:30~11:00

・**工作** 11:00~11:30

・**ボンデガチャ**

10月9日(金)~11月8日(日)

場所 本館

ありがとうBooks

図書館で所蔵しなくなった本や
紙芝居を無料で提供します。

※なくなり次第終了

期間 10月21日(水)~

場所 図書館前 ロビー

文化会館 ☎ 83-1130(代表)

桑原志織ピアノリサイタル ~文化会館開館40周年記念~

チケット発売中。
全席指定。未就学
児入場不可。

日時 11月14日(土)
14:00開演

料金 一般4,000円
高校生以下2,000円



博物館(開館9:00~17:15)

☎ 83-1135

【展示室】

旭光カメラクラブ写真展

期間 10月3日(土)
~12日(月・祝) 16:00

【ロビー】如月会 華展

期間 10月3日(土)
~4日(日) 16:00

【ロビー】児童発達支援センター 「しろくま」作品展

期間 10月15日(木)
~25日(日)

おもしろかっぱ館(開館10:00~16:30) ☎ 81-4767

細密画入門(全2回)

~本格的に取り組みたい方~

日時 ①10月18日(日)
②11月15日(日)
両日とも10:00~15:30

場所 おもしろかっぱ館

講師 田中 邦治さん

参加費 300円

定員 10人(なるべく両日参加
できる方)

持ち物 鉛筆(H・F・HB・B・2B・
3B) 6本、消しゴム、鉛筆削り、
色鉛筆、昼食、飲み物

フラワーアレンジメント

年末年始におうちを
彩るフラワーアレン
ジメントに挑戦して
みませんか。



日時 12月20日(日)
10:00~11:30

場所 おもしろかっぱ館

講師 福沢 雄一さん

参加費 3,300円

定員 20人(市内在住に限る)

持ち物 ハサミ・花を持ち帰る
箱など

おとつむぎ

クリスマスコンサート

ピアノとクラリネットのデュオ
“おとつむぎ”による、みんなで
楽しめるコンサート!一足早い
クリスマスを楽しみましょう♪
事前にチケット購入が必要で
す。11月1日から販売開始。

日時 12月6日(日)
10:30~(約40分)

場所 おもしろかっぱ館

料金 高校生以上300円
小中学生100円



まちの 健康づくり協力店

このコーナーでは、食を通じて皆さんの健康を応援する、市内の「健康づくり協力店」の取り組みを紹介します。



健康づくり
協力店



採れたて野菜が並ぶ

安心安全にお買い物
A・コープファーマーズこまがね店は、地元の食文化を支える地域密着型のスーパーです。A・コープの中でも数少ない大型の農作物直売所が設置されています。
店長の藤本さんは「安全な食を提供することで安心してお買い物を楽しんでいただきたい」と話します。A・コープでは、安心安全に力を入れており、国産にこだわり地元や県内産の食材を数多く提供。店舗で作る惣菜もできる限り県内産の材料

A・コープファーマーズ

こまがね店 (小売店)

取り組み内容

- 減塩商品を販売
- 生産者直売コーナーを設け、地産地消を応援
- 市からの健康情報を発信

を使用しています。

「食材を通じて地元の良さを知ってほしい」と生産者の皆さんと一緒にお届けする直売所も充実させています。年間ですべて1900以上の団体・個人が新鮮な野菜や果物を販売します。また、醤油・コンソメといった調味料の減塩商品や、栄養バランスのとれた「スマートミール弁当」も取り扱っています。
「安心な食で健康を維持していただければ」と藤本さん。地元の食材や健康を意識した買い物を楽しんでみては。

野菜たっぷりで食塩量に配慮した
「スマートミール弁当」が
3種類あります！



健康づくり協力店を募集中

詳しくは、地域保健課 健康推進係
(内線333) お問い合わせください。

information

- 住 所: 東町15131-1
- 営業時間: 9:00~20:00
- 定 休 日: 年数回いずれかの水曜日
- 電 話: 81-1107



HP



食改での減塩の取り組み

<減塩イベントを実施>

市食生活改善推進協議会は、減塩イベント「調味料を変えるだけで減塩生活！」を開催しました。本年度は、市健康づくり協力店である「ベルシャイン駒ヶ根店」「ニシザワ福岡食彩館」「A・コープファーマーズこまがね店」で、普通の調味料と減塩調味料を食べ比べて当てるクイズや、血管年齢の測定などを実施。減塩を考えるきっかけになりました。



伝統料理教室

減塩調味料で「おやき」を作ってみませんか？ 1人500円。定員10人。

- 日時 11月18日(水)
午前10時~正午頃
- 場所 保健センター 栄養指導室
- 申し込み 地域保健課へ電話
83-2111(内線334)
- 申込期限 10月29日(木)



ください！地域おこし協力隊

地域おこし協力隊員が、活動の様子を紹介します。



外国籍住民と地元住民が
バーベキューで交流

活動は、「地球人ネットワーク in こまがね」

南 米のパラグアイを
知っていますか。
私は今年3月までの約3
年間、家族と暮らしてい
ました。帰国後は「自然
いっぱい場所に住みた
い」という長男の希望で、
一時帰国中に長野県の移
住イベントに参加。駒ヶ
根で「多文化共生事業」の
仕事の募集があることを
教えてもらい、海外での
経験を生かせると思い応
募しました。



地域おこし協力隊

高橋 友紀 隊員

東京都出身。大学卒業後、旅行会社に勤務し、JICA 海外協力隊の観光隊員としてエチオピアへ。その後、ドミニカ共和国やパラグアイで生活。帰国を機に駒ヶ根へ移住し、今年5月から多文化共生の推進に取り組む。

の日本語クラスに参加することからスタート。日本語を学ぶ皆さんはとも勉強熱心で、会話の中で、市の魅力や生活する上で難しいことを教えてくれます。アジア国籍の方などから「英語よりも『やさしい日本語』のほうが伝わりやすい」という声を受け、6月からは市のLINEの「やさしい日本語」で、暮らしに役立つ情報や楽しいイベントの発信を始めました。私自身、海外で外国人として暮らした経験から、地元の方との会話がいっぱいことを実感しています。近所で外国籍の方を見かけたら、「こんにちは」から始めてみませんか。すてきな笑顔が返ってきますよ！

ちょっとひとこと



福澤 渉 さん
(上穂町区)

自然と人の温かさに育まれて

駒ヶ根で生まれ育ち、一度は地元を離れましたが、やっぱり駒ヶ根で暮らし、働きたいという思いから戻ってきました。実際に暮らしてみても改めて感じる駒ヶ根の魅力は、豊かな自然と人の温かさです。山や川などの自然が身近にあり、子どもたちが四季の移り変わりを感じながら、思いきり遊び、さまざまな経験を重ねられる環境は、駒ヶ根ならではの環境です。自然の中でたくましく、のびのびと成長していく子どもたちの姿を見られることは、子育てをする上で大きな喜びです。そして、地域の方々の優しさや温かい声かけ、困ったときに自然と手を差し伸べてくれるつながりも魅力の一つです。地域みんなで子どもたちを見守り、支え合う温かさがあるからこそ、安心して子育てができていると感じています。

これからも人とのつながりと自然に囲まれた生活を大切にしながら、駒ヶ根で暮らしていきたいです。

次は、遠藤 肇 さん(北割一区)へ バトンタッチ



子どもに合わせた味付けで、家族みんな適塩に♪

クックパッドで
レシピ公開中！

和風ミートローフ



保育園給食で人気のメニューです。フライパンでフタをして焼いてもOK！
たれにとろみをつけることで少ない調味料でも十分に味を感じられます。

材料(園児4人分)

豚ひき肉……………180 g	生おから……………30 g
玉ネギ……………1/8個	調整豆乳……………大さじ2
ニンジン……………3 cm	水……………大さじ3
えのき氷※……………30 g	砂糖……………小さじ2
※卵で代用する場合は1/2個	こいくちしょうゆ…小さじ1
こいくちしょうゆ…小さじ1/2	かたくり粉……………小さじ1
かたくり粉……………小さじ1	

作り方

- ① 玉ネギ、ニンジンをみじん切りにし、豚ひき肉、Aを加えよくこねる。
- ② クッキングシートを敷いた天板に①を平らに広げ、200℃に予熱したオーブンで15分焼く。(時間は焼き色や火の通り具合で調整してください。)
- ③ Bを鍋に入れて混ぜ、ふつふつしてとろみがつくまで、混ぜながら加熱する。
- ④ ②を切り分け、③のたれをかけて、完成！

このレシピの食塩相当量:0.2 g (園児 1 人分)

【1日の食塩目標量】1～2歳:男児3 g 未満、女児2.5 g 未満、3～5歳:3.5 g 未満、成人:男性7.5 g 未満、女性6.5 g 未満



夜空を鮮やかに彩る花火

この夏、市内2つの花火大会に参加した。共通する魅力は距離の近さだ。火の粉がかかりそうな中、見上げると視界いっぱい光の輪が広がる。都市部ではできない体験だ。駆け出しの記者時代、風物詩は重要な取材テーマだった。夏は花火。しかし、フィルムカメラ

伊藤市長の 雑記帳



ラで捕えるには、シャッター速度や露光などの調整や経験が必要だ。まさに、カメラマンの腕の見せ所だった。デジタル時代となり、スマホでも簡単に撮影できるようになった。花火が開くタイミングにさえ合わせれば、腕も経験も不問。貴重だったはずの作品は珍しくなくなってしまった。撮影時に画像をチェックでき、暗室でフィルムを開く緊張も消えた。技術の進歩は人と機械の境を曖昧にする。それでもアナログ記者の記憶が、最後は腕の勝負だと叫んでいる。

湯灌 (沐浴・お着替え お化粧) で **お見送り** **ご高齢者**のお葬儀時**見守りサービス**
専門の介護資格者がご家族に代わりお付き添い

ご遺体保冷庫完備の安置室 **遺品整理** 真心込めてご供養

事前相談 家族葬、仏事、費用、お墓、相続など

平安祭典 相続相談センター

万全のアフターサポートで、ご葬儀の後も“あんしん”! 分からない事は、何でも専門家に聞いてみよう! ☎ 0120-256-113



平安祭典なら、エンディングに関する **全ての「あんしん」をサポート!**

- ファミリーホール駒ヶ根 ●ファミリーホール伊那
- さくらホール ●美すず斎場 ●箕輪斎場 ●辰野斎場

あいネットグループ

平安祭典 伊那市西春近2270 ☎ 0120-265-028

もしもの時は、まずお電話を…

365日・24時間 お客様をサポート致します

平安長野

検索





子育て情報
Instagram

子育て応援コーナー すくすく



子育て
サイト



イベント
カレンダー

子育てに関するイベントなどの情報をお知らせします。

きっずらんど(アルパ3階) ☎ 82-6011
まあるくなあれ♪(経塚保育園内) ☎ 83-2096

参加には、きっずらんど、まあるくなあれ♪の登録券(無料)が必要です。詳細は右のQRコードから。



食事相談

10月5日(月) 9:30~11:30
まあるくなあれ♪
栄養士による相談。

お話のひろば

10月7日(水)、29日(木)
10:30~10:45
〈7日〉まあるくなあれ♪
〈29日〉きっずらんど
簡単な手遊びや絵本の読み聞かせ。



ベビーマッサージ

10月14日(水) 14:30~15:10
きっずらんど
1~12カ月頃のお子さんが対象。

親子でふれあい遊び

10月21日(水) 10:00~10:40
多目的ホール(アルパ3階)
歩けるお子さんが対象。

青空すくすく広場

10月25日(日) 9:30~12:00
駒ヶ根総合文化センター駐車場
「子育て全力応援」の一環で、不要になった子育て用品を売り買いできるフリーマーケットを開催します。あそびのコーナー、キッチンカーの出店もあります。
こまがね国際広場(銀座通り)、アルパまつり(駅前ビルアルパ)も同日開催しています。



▼詳細



赤ちゃん成長記録・助産師相談

10月27日(火) 13:30~15:15
きっずらんど
助産師による相談。

あそびのもり(駒ヶ根高原レディスクリニック内) ☎ 82-1131

全て予約制です。

要予約

親子でキッズヨガ

10月14日(水) 10:00~
歩けるお子さんが対象です。
定員5組、参加費500円。

離乳食教室

10月19日(月) 13:00~
定員2組。



親子でベビヨガ

10月23日(金) 10:00~
3カ月~ハイハイ期のお子さんが対象です。
定員5組、参加費500円。

相談&発育測定

10月27日(火) 9:00~
対面での個別相談です。



子育て期の女性就業相談 地域就労支援センター ☎ 050-5536-8234

10月8日(木) 10:30~12:00 駅前ビル アルパ 小会議室(3階)
予約は10月7日(水) 16:00まで。予約は電話か右QRコードからお願いします。



子ども課 母子保健係 ☎ 96-7725

場所はいずれも保健センターで無料。

離乳食教室

要予約

家族の食事から取り分けて作る、子どもの成長に合った離乳食の調理見学ができます。希望者は離乳食の試食もできます。4カ月以上の子どもとその保護者が対象。

●初期~中期(生後5~8カ月頃)

10月7日(水) 13:30~15:00
申し込みは9月30日(水)まで。

●後期~完了期(生後9~18カ月頃)

10月28日(水) 13:30~15:00
申し込みは10月21日(水)まで。

両親学級② パパママ教室 要予約

10月24日(土) 9:30~11:00
出産予定日が令和9年1~2月頃の妊婦とパートナーが対象。内容は、出産後の生活講義や新生児の抱き方、おむつ交換実習など。申し込みは10月16日(金)まで。

両親学級③ 出産準備

10月1日(木) 9:30~11:00
出産予定日が12月の妊婦が対象。対象者には個別に通知を送付。参加日程の変更や欠席の場合はご連絡ください。

市内保育園・幼稚園 ウェルカムきっず(園開放)

入園前に親子で参加し、園の生活をのぞいてみませんか。



10月16日(金)	J's (要予約・10月1日~予約開始)
10月22日(木)	飯坂、すずらん、 中沢、桜ヶ丘、 北割
10月26日(月)	聖マルチン
10月27日(火)	赤穂、美須津、 経塚、東伊那、 福岡

子育てレポート

子育てに関する情報など、毎月紹介します。

今月は **中沢農村交流広場** です。

中沢地区にある中沢農村交流広場は、木々に囲まれ、四季折々の自然を感じながら遊べる場所です。芝生や小川があり、市内で一番長いローラー滑り台も人気です。体育館や無料のバーベキュー施設もあり、予約して利用できます。また、体育館の軒下は、雨宿りなどにも便利です。さまざまな楽しみ方ができる自然豊かな広場で、のびのびと楽しい時間を過ごしてみませんか。

【公園の詳細】

住 所	中沢4266-3
駐車場	有り
トイレ	有り
管理棟	☎ 81-7167

公園の詳細 ▶



◀ 地図



動物モチーフの水道や遊具も



自然豊かな広場



なが〜いローラー滑り台



アイスクリームはいかが♪

元気なこまがねっ子

市内の保育園・幼稚園、小中学校などの子どもたちの様子を紹介します。

すずらんまつり(赤穂保育園)

赤穂保育園でごっこあそび「すずらんまつり」が行われました。年長すずらん組さんは、手作りの輪投げやチョコバナナ、ボール投げ、魚釣り、アイスクリームなどのお店を準備。未満児から年中さんは、牛乳瓶のふたのお金を持って、気になるお店へ。年長さんから遊び方を教えてもらい、お店を巡って楽しんでいました。



お買い物の前に銀行へ



チョコバナナをどうぞ！



年長さんの手作り、おいしいね♡

Happy Birthday 10月生まれ



遠藤 響ちゃん
聖矢さん、さくらさん
元気いっぱい
楽しく過ごしてね！



吉沢 海輝くん
勝己さん、菜美さん
生まれてきてくれて
ありがとう！



松澤 心都ちゃん
史樹さん、名緒さん
こったまは
良い表情するよねえ♪



松原 舜くん
和樹さん、かおりさん
元気いっぱい
大きくなあれ♡



中島 旺杜くん
弘樹さん、美旺さん
オラ、おと！
わがままボディ拡大中



宮澤 樹生くん
宗杜さん、早紀さん
これから
すくすく成長してね



大澤 颯葉くん
達也さん、あかねさん
元気に
すくすく育ってね☆

誕生日のおともだち大募集

11月に誕生日を迎えるお子さん(3歳まで)の写真に、名前・生年月日・性別・電話番号・メッセージ(15文字以内)・親の名前を添えてご応募ください。メールサイズは最大3MBまで、締め切りは11月4日(水)。メール hisyo@city.komagane.lg.jp



司書おすすめの絵本

市内の図書館司書が、おすすめの絵本を毎月紹介します。



赤穂小学校 司書
村松 直美

おなおしやのミケばあちゃん

作／尾崎 玄一郎・尾崎 由紀奈

出版／偕成社

ある駄菓子屋には、“はるばあさん”と、ねこの“ミケばあちゃん”が住んでいます。はるばあさんは駄菓子屋を、ミケばあちゃんは床下で古いおもちゃを修理する“おなおしや”をしています。ミケばあちゃんの手にかかれば、古いおもちゃでもきちんと直してくれるので、おなおしやには、壊れためんこ、やぶれたおてだまといったお客が絶えません。その反面、駄菓子屋はお客さんが減って、もうお店を閉めようかと、はるばあさんは考えています。

それを知ったミケばあちゃんは、自分が修理をしたゴムひこうきとやっこだこと協力をして、もう一度駄菓子屋に子どもたちを集めて、お店を繁盛させようと作戦を立てます。

さて、2人のおばあちゃんのいる駄菓子屋に、またお客さんは集まるのでしょうか。

古いおもちゃの魅力を感じさせてくれる絵本です。

子育てサイト トリセツ★

詳細は
HPから



公園や保育園など 施設の情報がわかります

市の子育てサイトのトップから、施設検索ができます。お出掛けの参考にしてみてください。

●公園のページは、遊具の写真付き。トイレや駐車場の情報もあります。





市長が乗車体験

公共ライドシェア（meemo駒ヶ根）の運行開始を受け、伊藤市長が乗車体験を行いました。利用者の予約に応じてタクシーを手配し、混雑などで配車が難しい場合に一般ドライバーが運転する自家用車が配車される仕組みです。市長は、会員登録や予約をし、実際に乗車体験。「乗車手続きがスマートフォンで手軽にできた。乗り心地もよく、運転が非常に丁寧だった」と振り返りました。

子育ての情報や悩みを共有

市は、子育て支援センターきつずらんどで、移住者交流会「パパママの会」を開催しました。これは、年4回ほど実施している地域住民と移住者・希望者の交流会です。今回は、移住してきた子育て世代が、不安や困りごとなどを共有する機会になればと、未就園児のいる親子を対象に実施。県外から移住した女性は「小さい子どもを連れて行けるお店や病院を知れてよかった」と話しました。



駒ヶ根の
旬の話題



Komagane
Topics

ここに掲載しきれないイベントや写真は、市ホームページの「まちのできごと」や市公式フェイスブック「駒ヶ根市役所」で配信中。



地震に備え一斉訓練

発生の切迫性が高まる南海トラフ地震を想定し、市地震総合防災訓練が市内各地で行われました。各自治組合では、安否確認や避難所開設などの訓練を実施。市役所では災害対策本部会議を行い、被害状況を確認しながら、関係機関との情報共有や対応手順を確認しました。修了式で伊藤市長は「全国で災害が続いている。訓練を参考に災害に備えてほしい」と呼びかけました。

図書館の本で疑問を調べる

調べる学習相談会が市立図書館で行われ、2日間で小・中学生31人が参加しました。これは、図書館資料の活用や調べ方を身に付けてもらおうと実施しています。教員や図書館司書などが、子どもたちが日頃の生活の中で疑問に思ったことを調べるお手伝いをしました。参加した小学6年生は「調べ方を教えてもらって、自分では分らなかったことも調べることができた」と笑顔で話しました。



子育てパスポートで提示で ガソリン・軽油・灯油

現金会員価格より

5円/L値引き

さらに 多子世帯はBOXティッシュ1箱プレゼント!

至 駒ヶ根IC
ファミリマート
大田切駅
伊南バス
古田切
北の宮

赤穂小学校
市役所入口
市役所
南の宮

海外協力隊
入口
JA上伊那
ライスセンター
南幼稚園入口
中央アルプス花の道

駒ヶ根自動車産業株式会社

本社 駒ヶ根市北町31-15 TEL 0265-83-3434