

IIDA CITY

広報

# いいだ

[特集]

ともに暮らし ともに生きる  
～地域共生社会を目指して～

上久堅の各地に届けられる配食弁当  
【食工房 十三の里】

地域の食材を使い、栄養バランスも考えられた  
彩り豊かなお弁当。配達を待っている人のため  
にと、地域で支え合う温かい気持ちが詰まってい  
ます(2ページで紹介)。





結いの心でいのち支える

# ひとりで悩んでいませんか？ 相談できる場所がある



面接で相談したい(予約制)

## 令和5年度 こころの相談

相談  
無料

2週間以上眠れない、夜中に目が覚めた後眠れない、食欲がない、やる気が出ない、人と会う気がしないなどの相談に応じます。お気軽にご相談ください。

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
10	8	12	10	21	11	16	13	11	15	19	11

● 時間 13:30~/15:00~

● 会場 飯田市保健センター

● 対象 飯田市民

● 相談員 精神保健福祉士

● 相談内容の秘密は守られます。

予約・お問い合わせ先

飯田市保健センター ☎0265-22-4511 (内線5534)

## こころの健康を支える飯田市の相談窓口 ☎(0265)22-4511 (代表)

※内線番号のない部署につきましては、代表番号から担当課名をお伝えください。

### 男女関係の悩み

- ▶ 結婚をめぐる悩み
- ▶ 男女交際の悩み 等

● 女性のための法律相談  
社会福祉協議会 ☎53-3180

● 母子・家庭・女性相談  
子育て支援課 家庭係 内線5739

### 経済・生活の悩み

- ▶ 事業不振・失業 ▶ ひきこもり
- ▶ 生活苦、多重債務 等

● 消費生活相談(多重債務相談を含む)  
飯田市消費生活センター ☎22-4530

● 心配ごと相談  
社会福祉協議会 ☎53-3180

● 福祉まるごと相談 内線5728

● 納税相談  
納税課 収納係 内線5145

### 家庭の悩み

- ▶ 家族関係の不和(親子・夫婦)
- ▶ 介護・看病疲れ、育児の悩み 等

● 介護相談  
長寿支援課・各地域包括支援センター

● 母子・家庭・女性相談  
子育て支援課 家庭係 内線5739

● 育児相談・発達相談  
保健課 ..... 内線5534  
こども家庭応援センター 内線5343

### 学校関連の悩み

- ▶ 進路の悩み
- ▶ いじめ・不登校 等

● 小・中学生  
学校教育課教育相談室 ☎53-8730

● 高校生  
南信教育事務所飯田事務所 ☎53-0462

### 勤務・仕事の悩み

- ▶ 仕事での失敗・過労
- ▶ 人間関係、職場環境の変化 等

● 労働相談  
産業振興課 産業人材係 内線4419

● 経営悩み相談  
飯田商工会議所  
中小企業相談所 ☎59-7161

### 健康の悩み

- ▶ うつ病
- ▶ 身体の病気 等

● 一般健康相談  
保健課・各自治振興センター保健師

● こころの相談  
保健課 ..... 内線5534

● すぐに相談したい(電話・SNSでの相談)

● まもろうよ こころ(厚生労働省 特設サイト)



お近くの相談窓口はこちら  
飯田市相談窓口一覧







## 相談したい

※「月～金」の場合、祝日・年末年始は除きます。

### こころの健康に関する相談

- 飯田保健福祉事務所 精神保健相談(予約制) …………… ☎0265-53-0444 (月～金 8:30～17:15)
- 飯伊圏域障がい者総合支援センターほっとすまいる …………… ☎0265-24-3182 (月～金 8:30～17:30)
- 長野県精神保健福祉センター…………… ☎026-266-0280 (月～金 8:30～17:15)

### 自殺予防のための相談

“消えてしまいたい”“家族や知人に死にたいと訴える人がいる”“身内が自殺して辛くてどうしようもない”などの自殺に関する相談

- こころの健康相談統一ダイヤル …………… おこなおう まもろうよ こころ  
☎0570-064-556  
(月～金 9:30～16:00 / 18:30～22:30 受付は22:00まで)

**生きているのがつらく、悩みや不安を聴いてほしい時** つながりにくい場合は、時間をあらためておかけください

### いのちの電話

- 長野 …………… ☎026-223-4343 (毎日 11:00～22:00)
- 松本 …………… ☎0263-29-1414 (毎日 11:00～22:00)
- フリーダイヤル 自殺予防いのちの電話 …………… ☎0120-783-556 (毎月10日 8:00～翌日8:00/無料)

### 暮らしの困りごと、こころの悩みごと、DVなどの相談

暮らしの中で困っている、気持ちや悩みを聞いてほしい、死にたいほどつらく思い悩んでいる

- よりせいホットライン …………… ☎0120-279-338 (毎日24時間 通話料無料)

### 福祉・生活・就労に関する相談

- 飯田市社会福祉協議会 …………… ☎0265-53-3180 (月～金 8:30～17:30)
- 飯田市生活就労支援センター まいさぼ飯田 …………… ☎0265-49-8830 (月～金 9:00～17:00)
- いいだ若者サポートステーション …………… ☎0265-49-3150 (火・木・土 10:00～17:30)

### 消費生活・多重債務などの相談

- 長野県南信消費生活センター…………… ☎0265-24-8058 (月～金 8:30～17:00)

### 妊娠から出産・子育ての悩み相談

- 妊娠～子育てほっとライン信州 …………… ☎0263-31-0015 (火・木 10:00～16:00)
- にんしんSOSなの …………… ☎0120-68-1192 (毎日24時間 匿名OK 相談無料)



## インターネットで情報収集したい

- 働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト …………… こころの耳(厚生労働省)
- いのち支える相談窓口…………… いのち支える自殺対策推進センター
- 長野県自殺対策推進センター(長野県精神保健福祉センター内)  
市町村・保健福祉事務所などの相談先や自殺に関する情報を発信しています

## 大切な人を亡くされた方への支援があります

### ■自死遺族交流会(あすなろの会)

《お問い合わせ先》飯田保健福祉事務所健康づくり支援課 …………… ☎0265-53-0444(月～金 8:30～17:15)

家族が自死で亡くなった場合、それが自死であるがゆえに残された人は孤独になりがちです。抱える悲しみや苦しみ・悩みを共有することによって癒されたりすることがあります。同じような体験をされた方々と、気持ちを語り、聴き合い、わかち合う場です。

### ■自死遺族相談ダイヤル

(NPO法人全国自死遺族総合支援センター) …………… ☎03-3261-4350  
(毎週木曜日10:00～20:00・毎週日曜日10:00～18:00)





# なくそう 所有者不明土地



法務局が相続をお手伝いします

## 法定相続情報証明制度

法定相続人が誰であるかを  
登記官が証明する制度です

## 自筆証書遺言書保管制度

自筆証書遺言書を作成した  
本人が法務局に遺言書の保  
管を申請することができる  
制度です



ご存じですか？  
不動産に関するルールが変わります

## 相続土地国庫帰属制度

相続によって取得した不要  
な土地を国に引き取っても  
らえる制度が創設されます

令和5年4月27日施行

## 相続登記等の義務化

不動産登記簿で所有者がわ  
かるようにするため、相続  
や住所変更に伴う登記の申  
請が義務化されます

令和6年4月1日以降、順次施行  
されます



長野地方法務局



# 令和6年4月1日から 相続登記の申請が義務化されます

※正当な理由がないのに義務に違反した場合は、過料の適用対象となります。

相続（遺言も含みます。）によって不動産を取得した相続人は、**その所有権を取得したことを知った日から3年以内**に相続登記の申請をしなければならないことになりました。

より簡易に相続登記の申請義務を履行することができるようにする**相続人申告登記**が新たに設けられました。



- ◇ 今のうちから、相続登記をしましょう！
- ◇ 今なら、**相続登記の免税措置**が拡大されています。
- ◇ 相続の際、**遺産分割**をちゃんと済ませましょう！
- ◇ 相続登記の手続や書式は、法務省・法務局のホームページをご覧ください。
- ◇ 司法書士など相続・登記の**専門家への相談**も、ご検討ください。

## 相続手続には、ぜひ**法定相続情報証明制度**をご利用ください！

**お問合せ先** ・長野地方法務局不動産登記部門 026-235-6611

- ・松本支局 0263-32-2567
- ・上田支局 0268-23-2001
- ・飯田支局 0265-22-0014
- ・諏訪支局 0266-52-1043
- ・伊那支局 0265-78-3462
- ・大町支局 0261-22-0379
- ・飯山支局 0269-62-2302
- ・佐久支局 0267-67-2272
- ・木曾支局 0264-22-2186

○詳しくは、**あなたと家族をつなぐ相続登記**をご覧ください。



○お近くの法務局では、**相続登記の手続案内**を行っています（**予約制**）。



○**法定相続情報証明制度**の詳しい手続は、ホームページをご覧ください。



# 長野地方法務局



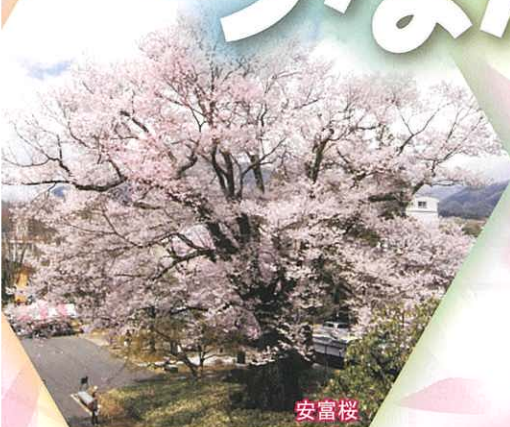
# 飯田丘のまち

# つながるスポット

## 飯田市桜バージョン

今回は  
桜の名所を  
めぐります

飯田市は、樹齢300年を超える1本桜の宝庫！  
360°のバーチャル空間で、飯田市の桜を楽しめます。  
実際の見頃は4月上旬～4月中旬。  
映像を楽しんだ後は、ぜひ桜めぐりにおでかけください！



現地以外でも  
体験できます！

市街地めぐりに  
ご利用ください

**市営駐車場  
2時間無料！**

### 楽しみ方



①QRコードからアクセス！

※専用アプリは不要です！

URL: <https://www.xrdoor.xreality.au.com/shop/iidashisakura/>

②紹介スポットは、飯田市内の名桜 全18か所

③360°のバーチャル空間で樹齢やいわれ、例年の見頃などを紹介！

### 丘のまち回遊バージョン

回遊バージョンはこちらからアクセス！▶

おすすめスポット8か所を紹介！



現地で体験してスタンプゲット！

※現地以外でも体験できます！（スタンプはゲットできません）

コンプリートして  
賞品プレゼントに応募してね！

**3/31**  
まで！





# 広報 天竜峡だより

飯田警察署  
0265-22-0110  
天竜峡駐在所  
0265-27-2040  
作成 小林厚司

## 進学・進級時における 少年の非行防止・犯罪被害防止



子供の問題行動等は見逃さない！  
～子供の問題行動は周囲へのSOS～



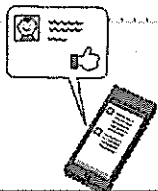
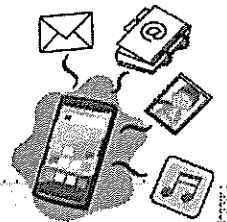
進学・進級の時期は、生活環境や交友関係の変化等により、子供は不安やストレスを抱えやすくなるほか、スマートフォンの取扱いを巡るトラブルに巻き込まれやすい時期となります。

大人は、子供の問題行動や変化を見逃さずに、早めに対応しましょう。

※ 非行問題、家庭問題、学校問題、交友問題など、少年問題に関する警察への相談は、地元警察署のほか、  
少年相談電話(ヤングテレホン)

026-232-4970 (警察本部・24時間対応)

へ相談を。



フィルタリングの設定と家庭でのルール作りを！  
～SNSには危険がいっぱい～

SNSは、インターネットの匿名性や不特定多数の者に対して、瞬時に連絡を取ることができる特性を有することなどから、児童買春や児童ポルノ等の違法行為の温床となりやすい状況がうかがえます。

令和3年中、SNSを利用して犯罪被害に遭った児童数は、全国で「1,812人」と高水準で推移していますが、被害に遭った児童の多くがフィルタリングを利用していませんでした。

※ フィルタリングの設定は、スマートフォン契約時に店頭で実施してもらえます。

## 警察官募集中！

令和5年度 長野県警察官・警察行政職員採用試験日程

長野県警察では、3月1日より、警察官A(令和6年4月採用第1回)及び警察官B(令和5年10月採用)の募集受付を開始しました。

警察官A区分は、大学卒業又は大学卒業予定の方、警察官B区分は、大卒以外の方を対象としたものになります。



試験名称・区分	受付期間	第1次試験日	
警察官A (令和6年4月採用第1回)	大卒 (男性・女性)	3/1～4/17	5/14(日)
警察官B (令和5年10月採用)	大卒以外 (男性・女性)	3/1～4/17	5/14(日)
警察官A (令和6年4月採用第2回)	大卒 (男性・女性)	5/22～6/19	7/9(日)
警察官B (令和6年4月採用)	大卒以外 (男性・女性)	7/18～8/28	9/17(日)
警察行政職員(大卒程度) (令和6年4月採用)	行政	4/17～5/23	6/18(日)
警察行政職員(高卒程度) (令和6年4月採用)	行政	7/18～8/28	9/24(日)

お問い合わせ先  
長野県警察本部警察職員採用センターフリーダイヤル 0120-314-031 (平日8:30～17:15)  
長野県警察採用サイト <https://www.police.pref.nagano.lg.jp/>



県下の交通事故

（令和5年2月1日現在）

区分	累計	前年比
件数	371	-62
死者数	2	0
負傷者数	443	-71



発行

一般財団法人長野県交通安全協会  
 長野県交通安全活動推進センター  
 〒381-2224  
 長野市川中島町原704-2  
 TEL 長野026(292)9750  
 FAX 長野026(293)3769



ホームページアドレス <http://park21.wakwak.com/~ankyounaganoken/> Eメールアドレス [ankyounaganoken@bi.wakwak.com](mailto:ankyounaganoken@bi.wakwak.com)

# 第63回交通安全全国国民運動中央大会



（一財）全日本交通安全協会と警察庁共催による第63回交通安全全国国民運動中央大会が1月17日（火）・18日（水）の両日開催されました。

1月18日、秋篠宮皇嗣同妃両殿下のご臨席を仰ぎ、東京都新宿区の新宿区立新宿文化センター大ホールにおいて開催された本会議では、交通功労のあった個人に交通栄誉章「緑十字金章・銀章」が、交通安全優良団体等には表彰状がそれぞれ贈られました。また、前日の17日には、新宿区のグランドヒル市ヶ谷において「地域・家庭・教育部会」「企業部会」の2分科集会在開催され、それぞれ講師による基調講演と交通安全対策についての意見発表、討議が行われました。

本県関係の交通栄誉章「緑十字金章・銀章」受賞者・団体等は以下の方々です。（敬称略）

## 交通栄誉章「緑十字金章・銀章」等の受賞者及び優良団体等

**緑十字金章受賞者**



- 交通安全功労受賞者 田島 久人（小諸市） 小諸交通安全協会
- 三井仙一郎（南佐久郡） 南佐久交通安全協会
- 優良運転受賞者 大給 好純（木曽郡） 木曽交通安全協会

**緑十字銀章受賞者**



- 交通安全功労受賞者 寺島 勝利（茅野市） 五明 光一（松本市）
- 上原 英雄（小県郡） 宮坂 久（千曲市）
- 駒津 健一（須坂市） 肥田野秀知（上田市）
- 優良運転受賞者 壬生 一（下伊那郡） 金井 宏素（松本市）
- 松野 健二（諏訪市） 森角 典代（佐久市）
- 竹内 敬三（上田市） 平田さとみ（長野市）

**交通安全優良団体等**

- 交通安全優良団体 東町子ども見守り隊（上高井郡）
- 交通安全優良事業所 眞田陸送株式会社（上田市）
- 長野県交通警備株式会社（小諸市）
- 交通安全優良学校 塩尻市立桔梗小学校
- 優良交通安全協会 塩尻交通安全協会
- 優良安全運転管理者協議会 長野県安全運転管理者協会千曲支部

受賞者の皆様おめでとうございます。

## 春の全国交通安全運動

**期間** 令和5年5月11日（木）～5月20日（土）

**スローガン** 信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道（長野県交通安全スローガン）

- 全国重点**
- こどもを始めとする歩行者の安全の確保
  - 横断歩行者事故等の防止と安全運転意識の向上
  - 自転車のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底



長野県交通安全協会  
 マスコット  
 「あんきょーくん」