

広報ながの

NAGANO

柳町中学校室内楽部
全国こども音楽コンクール
文部科学大臣賞受賞



FEEL NAGANO, BE NATURAL

この街で、わたしらしく生きる。長野市

～共にある、暮らしの中で～

先日、長野市農業青年協議会の皆さんとの懇談会があった。会員の皆さんが持ち寄った、野菜を使った料理に舌鼓を打ちながら、「やっぱり野菜が好きだなあ」と実感。時折、子どもたちにせがまれてバイキング形式の飲食店に行く。私は、そこでも野菜サラダをモリモリ食べる。特に自分がヘルシー志向だとは思わないが、野菜の甘みや苦味、歯応えを感じるのが好きだからである。

ところで、最近、頻繁に食べる野菜がある。菊芋だ。菊芋は、市内において地域の特産品にしようとして熱心に栽培している地区があり、そこでは焼酎やみそ漬けなどの商品化に取り組んでいる。私は菊芋をアチャールにして食べる。アチャールは、玉ねぎやにんじん、なす、きゅうりなど、さまざまな野菜をスパイスやオイルなどで漬け込んだピクルス(漬物)で、インドやネパールの食卓には欠かせない食べ物とのことである。市内のある飲食店で提供された菊芋のアチャールが驚くほどおいしかったことがきっかけで、自己流の菊芋アチャール作りが始まった。菊芋を薄くスライスし、

ターメリック、チリ、パプリカの各パウダーとともにボウルであえて冷蔵庫に1時間置く。その後、ひまわり油をひいたフライパンにニンニクのスライスを入れて加熱し、その油を菊芋になじませて出来上がり。スパイスの香りが食欲をそそり、菊芋のシャキシャキした歯応えがたまず、箸が進むこと間違いなしの一品となる。菊芋には水溶性の食物繊維が多く含まれ、食べると健康になれるような気持ちにもなる。…と書くと、私がヘルシー志向だと思われても仕方ない。とにかく、最近はこちらをよく食べる。どうか皆さんもお試しあれ。そして、感想など(*)を寄せていただければと思う。共にある、暮らしの中で、地域で採れる野菜のおいしさ、食の幸せを共有したい。

荻原健司

*…市LINE公式アカウントで、5月15日(水)正午にアンケートを配信予定です。菊芋を食べた感想など、情報をお寄せください。



もくじ

- 市長エッセー …………… 2
- 令和7年度採用 市職員募集 …………… 3
- 考えてみよう ヤングケアラーのこと …………… 4
- 見守って防ごう 子ども虐待 …………… 5
- 民生委員・児童委員 …………… 5
- 空き家対策 …………… 6
- 雨水貯留施設・雨水浸透施設設置費用助成 … 7
- 野生鳥獣による被害防止 …………… 7
- 本年度は固定資産税の評価替えの年です …… 8
- 納期限までの納付にご協力を …………… 9
- おでかけパスポート利用で、
新しいカードの申込書を送付します …… 9
- 健康情報・ひきこもりについて …… 10・11
- 長野市役所階遊美術館 …………… 12
- 集客プロモーションパートナー都市 …… 12
- アスベスト対策 …………… 12
- 家庭ごみの出し方 …………… 12

- 市立博物館春季企画展「青い目の人形」 …… 13
- 5月の市政番組 …………… 13
- 長野市文化芸術祭・
長野市子ども文化芸術賞 …………… 14
- 長野市ジュニアアンバサダー募集 …………… 15
- 暮らしのチャンネル …………… 16～26
- みどりのはがき …………… 27・28

今月の表紙

柳町中学校室内楽部が受賞報告などのために市役所を訪問した様子は、市ホームページのフォトニュース(3月14日、27日)をご覧ください。



長野市の人口と世帯数 (令和6年4月1日現在)

総数 363,343人(男176,456人 女186,887人)
前月比 △1,289人(△688人 △601人)
世帯数 164,420世帯(前月比+32世帯)



■採用予定日／令和7年4月1日

■申し込み／5月10日(金)～31日(金)に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から




■第一次試験日／6月16日(日)

※試験内容や申し込み方法の詳細は、市ホームページをご覧ください。



▲申し込みは
こちらから

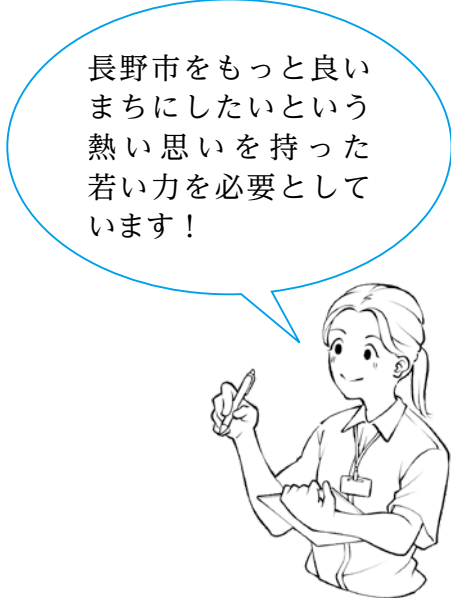
募集職種(一部職種のみを記載)

行政(事務)  社会福祉士  学芸員 

土木  建築  電気  機械 

化学  薬剤師  獣医師 

保健師  保育士  消防士
救急救命士 



長野市をもっと良い
まちにしたいという
熱い思いを持った
若い力を必要として
います！

..... 若手職員(土木職)からのメッセージ



▲建設部道路課 山口技師
(令和2年度入庁)

まちづくりについて学びたいと思い、首都圏の土木系の大学に進学しました。就職を考えた際に、「生まれ育った長野市をより良くしたい」という気持ちが強くなり、長野市職員を志望しました。

私は現在、道路課に所属しており、地元からの要望を基に、道路拡幅や通学路整備のための測量、設計、用地買収、工事などの業務を担当しています。大変なことも多いですが、地域の皆さんから感謝の言葉をいただいた時や自分が携わった工事が完了した時には、達成感や愛着が湧いてきます。

土木職員は、道路に関する事業以外にも河川事業、上下水道事業、都市計画事業など、さまざまな分野で計画や工事のどちらにも関わることができる点が魅力です。

ぜひ、私たちと一緒に魅力ある長野市をつくっていきましょう。

インターンシップの実施予定

本市では、大学などに在学する学生を対象としたインターンシップを毎年実施しています。実施時期や申し込み方法などは、6月に市ホームページに掲載する予定です。

問 職員課 ☎224-5003 FAX224-7494

一緒に考えてみよう ヤングケアラーのこと

子育て家庭福祉課

☎ 224・7062 FAX 224・7698

ヤングケアラーとは

近年、取り上げられる機会が増えてきた「ヤングケアラー」。ヤングケアラーとは、本来大人が担うと想定されている家事や家族のケアなどを日常的に行っている子どものことです。

具体的には、身体的なケアのほか、家族のための掃除や洗濯、炊事などです。また、目が離せない家族の見守りをしたり、働ける年齢になると、家族のために働きに出たりします。

普段当たり前に行っている手伝いであっても、自分の時間がなくなり、学業や友人関係に影響が出ている子どもは、もしかしたらヤングケアラーかもしれません。

皆さんで一緒に考えてみましょう。

■「世話をしている家族がいる」と答えた人

小学生…10人に1人

中学生…18人に1人

「令和4年度長野県ヤングケアラー実態調査」より

ヤングケアラーの心配なこと

学校

- ・休んだり、遅刻したりする
- ・部活に行けない
- ・勉強する時間がない

進路

- ・進学や就職ができない、または諦める

友達

- ・コミュニケーションをとる時間が少ない
- ・一緒に遊べない
- ・関係がうまくいかなくなる

心と身体

- ・話せる人がいないため、孤独やストレスを感じる
- ・心身に不調が起る

右記のように、子どもの生活に影響が出ているときはSOSのサインかもしれません。「親は何をしているんだ!」と思う人もいるかもしれませんが、親も、助けてほしくてもどうすれば良いのか分からず、困っている可能性があります。

周囲の大人ができること

見守る

ヤングケアラーのことを正しく理解し、地域全体で子どもたちを見守る目を増やすことが重要です。

普段からあいさつや声かけなど、関わりを持つことで子どもは安心して、相談してみようと思いきっかけにつながります。

話を聞く

子どもたちの中には自分が置かれている状況に気付いていない場合や、不安や不満を抱えていても言い出せない場合があります。子どもたちの様子に気付き、声をかけること、話を聞くことが大切です。

もし、「家のことで話したい」と子どもが声をかけてきたら、子どもの気持ちを決めつけず、ありのままを聞くことが大切です。

つなぐ

子どもの様子を見ていて、心配なときや、助けが必要だと思った場合は、子育て家庭福祉課に連絡してください。

市では、ヤングケアラーコーナー

では、ヤングケアラーコーナーで、状況に応じて必要な支援につなげていきます。また、本年度から、ヤングケアラーが担う家事などの支援を行う「子育て世帯訪問支援事業」を実施しています。ご相談ください。

一人で悩まず相談してください

●子育て家庭福祉課

ヤングケアラー相談窓口

☎ 224・7062

●こども総合支援センター

「あのえっと」

☎ 0120・783・041

(電話料金がかかります)

☎ 224・9746



▲市作成パンフレット

見守って防ごう子ども虐待

令和6年度子どもまんなか児童福祉週間標語

「すきなことごとんどんぶやっこしておおきなあわ」



5月5日の「こどもの日」から11日までの一週間は、子どもや家庭、子どもの健やかな成長について国民全体で考える「児童福祉週間」です。

本市では、専門の家庭児童相談員が、児童の相談に応じています。また、内容によっては母子・父子自立支援員や女性相談員とも連携を取り、問題解決に当たります。

子どもは、自分から「助けて」とは言えません。気付いた大人が、子どもを助けなければなりません。子育ての全てを一人で抱え込む必要はありません。迷わず、悩まず、まず連絡・相談をしてください。



▲市ホームページ



「虐待かも」と思ったら、すぐにお電話ください。お住まいの地域の児童相談所につながります(通話は無料です)。

児童虐待などに関する相談先・連絡先

市では、児童虐待の通報、通告の他にひとり親や女性からの相談を受け付けています。また、こども総合支援センターでは、子どもに関するあらゆる相談を受け付けています。

●こども総合支援センター「あえっこ」

224・9746(第二庁舎2階)

フリーダイヤル

0120・783・041

●子育て家庭福祉課

224・7062(第二庁舎2階)

●福祉政策課篠ノ井分室

▽対象地区/篠ノ井、松代、川中島、更北、信更、大岡

292・2596(篠ノ井支所内)

※夜間、土・日曜日、祝休日の緊急連絡は、市役所代表(226・4911)へ

長野県中央児童相談所

238・8010(大字南長野妻科)

問 子育て家庭福祉課

※夜間、土・日曜日、祝休日は、長野県児童虐待・DV24時間ホットライン(219・2413)へ

224・7062 FAX 224・7698

5月12日は「民生委員・児童委員の日」

あなたの身近な相談相手 民生委員・児童委員

民生委員・児童委員は、法律に基づいて厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。

現在、本市では879人の委員が活動しています。この中には、児童に関する支援を専門に行う主任児童委員79人が含まれています。

こんな活動をしています

同じ地域に暮らす身近な相談相手として、地域住民からの生活上の心配事や困り事の相談に応じます。そして、解決に向けて必要な支援への「つなぎ役」になります。



また、地域の「見守り役」として、一人暮らし、高齢者、障害者世帯などへの訪問や声がけ、小・中学生の登下校時の見守りを行っています。

こんな時はご相談ください

◇一人暮らしをしている高齢者だが、急に具合が悪くなったらどうしよう。

◇生活に困っており、支援を受けたいが、どうしたらいいか。

個人情報はお守りされます

◇初めての子育てで不安がいっぱいで、誰かに話を聞いてほしい。

◇障害者が受けられるサービスを知りたい。

民生委員・児童委員には、法律で守秘義務が課せられています。相談内容の秘密を守り、プライバシーの保護に配慮した支援活動をしています。安心してご相談ください。

お住まいの地域を担当する民生委員・児童委員を知りたい場合は、福祉政策課へお問い合わせください。

問 福祉政策課

224・5028 FAX 224・5106

空き家問題、考えてみませんか

人口減少や高齢化などを背景に、空き家が年々増加しています。昨年、空家等対策の推進に関する特別措置法の一部が改正されたことに伴い、周辺に著しい悪影響を及ぼす「特定空き家」になる恐れのある空き家を、新たに「管理不全空き家」として指定することができるようになりました。どちらも市から指導や勧告を受けた場合、固定資産税の軽減措置(本紙8ページ参照)が受けられなくなります。

ひとことではない空き家問題について、考えてみませんか。

早めに対処方法を話し合いましょう

空き家となった場合、「活用」「管理」「除却」の3つの対処方法があります。早めに家族や親族で話し合っておくことが大切です。

お困りの場合は、市や専門家に相談いただくか、下記の各種相談会にご参加ください。



管理(見守る)

空き家はそのままだにせず、定期的な換気や清掃、点検が大切です。また、ご自身での管理が難しい場合は、空き家管理事業者などの利用を検討しましょう。

■**空き家管理事業者登録・紹介制度**
空き家の管理を希望する所有者に、市に登録した管理事業者を紹介しています。



▲ 空き家の適切な管理

除却(仕舞う)

■**老朽危険空き家の解体事業補助金**
市の事前調査で認められた老朽危険空き家の解体工事費の一部を補助します。

▼**対象**／市内の1年以上使用していない戸建て住宅など

▼**補助率**／対象経費の2分の1以内(限度額100万円、所得が200万円以下の人には最大20万円の上乗せ補助あり)

※工事の契約をする前にお問い合わせください。



▲ 空き家対策支援策一覧

各種相談会をご利用ください

■**第1回空き家ワンストップ相談会**
市と複数の専門家が、空き家の活用、管理、跡地利用、相続や登記関係などについて、無料で個別相談に応じます。

▼**とき**／5月11日(土)13時～16時(1人30分以内)

▼**ところ**／市役所市民交流スペース(第一庁舎1階)

▼**定員**／10人程度

▼**申し込み**／電話で建築指導課空き家対策室へ



■**宅建協会長野支部 空き家無料相談会**

市と宅建協会所属の不動産業者が空き家の活用や管理などについて、個別相談に応じます。

▼**とき**／7月13日(土)10時～15時(1人30分以内、予約不要)

▼**ところ**／芸術館展示サロン(第一庁舎1階)

岡宅建協会長野支部 ☎228・2130

問 建築指導課空き家対策室

☎224・8901 FAX224・5124

移住推進課移住・定住相談デスク

(空き家バンクなどに関すること)

☎224・7721 FAX224・5103

雨水貯留施設・雨水浸透施設の設置費用を助成します

市では、市民の皆さんの協力をいただきながら、雨水の流出を抑制する浸水対策に取り組んでいます。

受付期限 令和7年1月31日(金)

対象 市内に住宅などを所有している人、居住している人

(浸透施設は地すべりの恐れがある区域を除く)

※助成内容の確認のため、事前にご相談ください。助成の累計金額が予算額に達した場合、受け付けを終了します。



Q 雨水貯留施設とは？

A 雨水を一時的にためるタンクなどのことで、水路などへの流出を抑制します。ためた雨水は、生活用水として利用できます。

Q 雨水浸透施設とは？

A 雨水を直接地中に浸透させるための浸透ますなどのことです。大雨による浸水被害の軽減に役立ちます。

▼**対象費用**／1基当たりの貯留量が100リットル以上のタンク購入費(工事費は対象外)

※建物1棟につき2基まで

▼**助成金額**(千円未満は切り捨て) 購入費用の2分の1(100リットル以上500リットル未満) 上限額2万5千円、500リットル以上) 上限額5万円)

※不要になった浄化槽を雨水貯留施設に転用する場合も対象です。



▼**対象施設基準**／敷地内に設置する雨水浸透施設の貯留容量が300リットル以上

▼**対象費用**／雨水浸透施設の設置に要する施工費、材料費、その他工事に係る費用

▼**助成金額**(千円未満は切り捨て) 対象費用の2分の1(上限額2万4千円)



問 河川課

☎ 224・7646 FAX 224・5112

野生鳥獣による被害防止に取り組みましょう

市内では、イノシシやシカ、サルなどによる農作物被害が発生しています。また、市街地でもハクビシンなどの目撃情報や、生活環境への被害を確認しています。野生鳥獣による被害を防ぐためには、地域ぐるみでの取り組みが必要です。

寄せ付けない

■餌場をなくす

野菜くずや生ごみを、農地や住宅敷地内に置かないようにしましょう。また、放置されたままの果樹は伐採しましょう。

■隠れ場所をつくらない

耕作放棄地や農地周辺の「やぶ」は、野生鳥獣の格好の隠れ場所です。地域で定期的な刈り払いに取り組みましょう。

侵入させない

農地の周囲に電気柵や防護柵を設置して、野生鳥獣の侵入を防ぎましょう。破損や漏電箇所を早めに発見するため、定期的に見回りを行いましょう。



捕獲・駆除

■農業被害への対応

野生鳥獣対策を実施しても、被害が続く場合は、森林いのしか対策課か、各地区有害鳥獣対策協議会の事務局のある農業協同組合へご相談ください。

■生活環境被害への対応

ハクビシンなどの小型獣は、民間の害獣駆除業者に依頼するか、市から捕獲許可を受けた上で、駆除をお願いします。

※許可なく野生鳥獣を捕獲することは法律で禁止されています。※市では、野生鳥獣の捕獲を実施していません。

問 森林いのしか対策課

☎ 224・8470 FAX 224・7818



▲市ホームページ

本年度は固定資産税の評価替えの年です

納税通知書
4月30日(火)
発送予定

固定資産税・都市計画税は、毎年1月1日現在、市内に固定資産(土地・家屋・償却資産)を所有する人に、その資産価値に応じて納めていただく税金です。

本年度は、地方税法の規定で、3年ごとに評価額の見直しを行う「評価替え」の年に当たります。見直した土地・家屋の評価額は、原則として令和8年度までの3年間にわたり、据え置きます。

固定資産税の評価替えとは？

土地

■宅地の評価替え

宅地は、令和5年1月1日時点の地価公示価格などの7割をめどに価格を決定し、評価額を算出します。

さらに、同年7月1日までの半年間に地価が下落している場合には、その変動率により、価格の修正を行います。

■住宅用地の軽減

住宅が建っている土地(住宅用地)は、税負担を軽減するための特例が適用されています。そのため、住宅を取り壊した場合は、土地の税額が大幅に上昇することがあります。

住宅用地に対する特例措置

区分 (住宅1戸当たり)	課税標準額(上限)	
	固定資産税	都市計画税
200㎡以下の部分	評価額の 6分の1の額	評価額の 3分の1の額
200㎡を超える部分	評価額の 3分の1の額	評価額の 3分の2の額

※特例が適用される面積には上限があります(延床面積の10倍まで)。

家屋

■在来家屋の評価替え

令和5年度以前から課税されている家屋(在来家屋)は、新しい基準で評価額を見直します。見直しは、3年間の建築物価の変動(木造11パーセント、木造以外7パーセントの上昇)と、建築時からの経過年数を基に算出します。

算出した評価額が前年度の評価額を超える場合は、前年度の評価額に据え置かれます。

なお、一定の経過年数に達すると評価額は下げ止まりになります。

償却資産

償却資産とは、法人や個人が所有している、事業のために用いる構築物、機械、太陽光発電設備、大型特殊車両などのことです。

償却資産の所有者は、毎年1月1日現在の所有状況を申告することになっています。次回の申告期限は令和7年1月31日です。

都市計画税

都市計画事業や土地区画整理事業に充てる目的で課され、固定資産税に準じて算定しています。課税対象は、市街化区域内にある土地と家屋です。

※評価替え以外の年でも、土地の分筆・合筆、地目変更、家屋の新築・増築などがあった場合は、新たに評価を行い、評価額を決定します。

固定資産税・都市計画税は、市民の皆さんに、さまざまな行政サービスを行うための貴重な財源となっています。

納期限までの納付にご協力をお願いします。

問 資産税課 土地☎224-7076 家屋☎224-7176 償却資産☎224-8376
証明書の交付など☎224-5018 FAX共通224-7083

納期限までの納付にご協力ください

口座振替はWEBから申し込みを

納め忘れを防ぐため、口座振替にすると安心です。WEBから申し込みができます。

対象税(料)目

市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険料、介護保険料、高齢者福祉サービス負担金、し尿処理手数料、市営住宅家賃・駐車場使用料、市営上下水道料金



市税などの納付は便利な電子決済で

PayPay請求書払い・LINE Pay請求書支払いで市税などを納付できます。

対象税(料)目

市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)、固定資産税・都市計画税、軽自動車税(種別割)、国民健康保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料



令和6年度納期カレンダー 納期限までに納付できるよう、資金計画を立てておきましょう。

税目など	令和6年(2024年)								令和7年(2025年)			
	4月 30日(火)	5月 31日(金)	7月 1日(月)	7月 31日(水)	9月 2日(月)	9月 30日(月)	10月 31日(木)	12月 2日(月)	1月 6日(月)	1月 31日(金)	2月 28日(金)	3月 31日(月)
市民税・県民税・森林環境税(普通徴収)			1期		2期		3期			4期		
固定資産税・都市計画税		1期		2期					3期		4期	
軽自動車税		全期										
国民健康保険料			6月期	7月期	8月期	9月期	10月期	11月期	12月期	1月期	2月期	3月期
後期高齢者医療保険料				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期
介護保険料			1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	9期	10期
し尿処理手数料(従量制)	1期		2期		3期		4期		5期		6期	
し尿処理手数料(定額制)		1期		2期		3期		4期		5期		6期

☎ 収納課 ☎ 224-5019 FAX224-7346

国保・高齢者医療課(国民健康保険について) ☎ 224-7260 FAX224-5101

国保・高齢者医療課(後期高齢者医療保険について) ☎ 224-8767 FAX224-5101

介護保険課 ☎ 224-7991 FAX224-8694 生活環境課 ☎ 224-5036 FAX224-8909

おでかけパスポート利用で、新しいカードの申込書を送付します

JR東日本のSuica(*)機能を備えた「おでかけパスポート」のサービスが、令和7年3月(予定)からスタートします。現在のカードは使えなくなるため、新たに申し込みが必要となります。詳しくは、「広報ながの」10月号でご案内する予定です。

*…東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。



6月末までの過去1年間に、「おでかけパスポート」を利用し、バスに乗車した人には…



10月までに、住所・氏名などを記載した新カード専用申込書をご自宅(登録住所)に送付します。

手続きが簡単です

～おでかけパスポートは、高齢者の健康づくりや生きがいづくりのため、バス事業者と市が協力して行っている取り組みです～

☎ 高齢者活躍支援課 ☎ 224-5029 FAX224-5126

広報ながの5月号と同時配布で、「令和6年度各種検診のご案内」を配布しています。
がん検診などの日程や実施医療機関についてご確認ください。

健康情報

たばこの煙、あなた以外の誰かに吸わせていませんか？ ～なくそう！望まない受動喫煙～

健康増進法では、喫煙をする際は「望まない受動喫煙を生じさせることがないよう周囲の状況に配慮しなければならない」としています。

Q 屋外での喫煙だから大丈夫？

A たばこの煙に含まれる有害物質などは半径7メートルの範囲に届くといわれており、風があるとその広さは2～3倍になります。公園など、子どもが利用する場所や、人通りの多い場所では、「望まない受動喫煙」が生じやすくなります。

Q サードハンド・スモーク(残留受動喫煙)とは？

A 喫煙後も存在する「目に見えない」ガス状の有害物質を吸い込むことです。衣服やカーテン、ソファ、車内などに付着した化学物質が長期間残留し、新たな有害物質になります。

その香り、迷惑になっていませんか？

柔軟仕上げ剤などの使用の際は、周りにご配慮を

香料は、柔軟仕上げ剤や洗剤、香水など身近な製品に広く使われています。

人によっては、それらの香りを不快に感じたり、体調不良を起こしたりする場合があります。特に公共交通機関を利用するときや大勢の人が利用する施設に出かけるときなどは、周囲の人に配慮した使用を心がけましょう。



▲市ホームページ

問 食品生活衛生課 ☎226-9970 FAX226-9981

不妊カウンセラーによる不妊・不育症相談

▶とき／5月15日(水)13:00～16:00

▶ところ／市保健所

▶申し込み・問い合わせ／事前に電話で健康課(☎226-9963)へ

Q 庭やベランダなど敷地内だから大丈夫？

A たばこの煙はごくわずかな隙間でも通るため、隣の家の室内に流れ込んでいる可能性があります。

Q 目の前でたばこを吸わないから大丈夫？

A 喫煙者の吐く息にも大量のガス状の有害物質が含まれます。他の人に影響(サードハンド・スモークのリスク)がなくなるまで、約45分かかると分かっています。

5月31日は世界禁煙デーです

禁煙は、その直後から脈拍や血圧が改善し、さまざまなリスクが減少することが期待されます。健康のために禁煙に一步を踏み出してみませんか？

市では、たばこ相談に応じています。

問 健康課 ☎226-9961 FAX226-9982

新型コロナワクチン接種

■令和6年度の新型コロナワクチンについて

新型コロナワクチンの全額公費による接種は、3月31日をもって終了となりました。令和6年度からの接種は次のとおりです。

▶定期接種

接種時期	対象
秋～冬に実施予定	・65歳以上の人 ・接種日現在60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害(身体障害者手帳1級)を有し、接種を希望する人

※接種費用(自己負担額)は未定です。詳細は改めてお知らせします。

※接種回数は年1回です。

▶任意接種

定期接種の対象外で接種を希望する人は、全額自己負担により接種可能です。接種の可否については、かかりつけ医などにご相談ください。

問 健康課 ☎226-9964 FAX226-9982

専門医による認知症個別相談会

- ▶とき／5月15日(水)13:00～15:00
- ▶ところ／中部地域包括支援センター(第二庁舎1階)
- ▶対象／認知症の相談を希望する本人または家族など
- ▶定員／3人(先着順)
- ▶申し込み・問い合わせ／事前に電話で中部地域包括支援センター(☎224-7174)へ

肩こり改善&血管しなやか運動講座

- ▶とき／5月23日(水)13:30～15:00
- ▶ところ／真島保健センター
- ▶内容／ストレッチなど
- ▶申し込み・問い合わせ／5月21日(火)までに電話で健康課(☎226-9961)へ

フレイル(虚弱)予防の相談会

- ▶とき／5月29日(水)、6月10日(月)13:30～16:45
- ▶ところ／地域包括ケア推進課(第二庁舎1階)
- ▶内容／保健師、理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士による、運動や栄養、口腔(こうくう)、社会参加などのアドバイス
- ▶対象／65歳以上の人
- ▶定員／各8人程度(先着順)
- ▶申し込み・問い合わせ／各開催日の1週間前までに、電話で地域包括ケア推進課(☎224-7873)へ

血糖値を下げる運動講座

- ▶とき／5月30日(水)9:30～11:30
- ▶ところ／市保健所
- ▶内容／講話:「血糖値を下げる運動とは」
実技:簡単な筋トレなど
- ▶申し込み・問い合わせ／5月28日(火)までに電話で健康課(☎226-9961)へ

ひきこもりについて、一人で悩んでいませんか

全世代を通じ、ひきこもりに悩む人が増えています。ひきこもりは誰にでも起こり得ることで、誰かから責められることはありません。誰にでも、そうせざるを得ない理由があるからです。

生きづらさを抱える人へ

自分を責めたり、生きるのが苦しいなどの不安を抱えていませんか。あなたの話を聴かせてください。あなたらしく生きていく方法を一緒に考えていきます。

家族のひきこもりで悩みをお持ちの人へ

「どうしてひきこもってしまったのだろう」「将来が心配」「上手くコミュニケーションがとれない」など、不安な思いを抱えていませんか。本人だけでなく、家族も心配や焦りなどから疲れきってしまっていることがしばしばあります。悩みや心配事を相談してみませんか。

個別相談

本人や家族などからの相談を受け止め、一人一人の状況に応じて寄り添った支援を一緒に考えていきます。

☎健康課(ひきこもりに関する家族の悩み、本人への関わり方など) ☎226-9965 FAX226-9982
まいさぼ長野市(ひきこもりを含めた生活全般の悩み、経済的な困り事など) ☎219-6880

ひきこもり家族教室

ひきこもりに関する知識や情報、本人への関わり方の工夫・対応を学び、ご家族自身が心にゆとりを持てる方法を一緒に考えていきます。[計6回・第1～5回の講師 齊藤栄喜公認心理師(村井病院)]

- ▶対象／引きこもり状態の人の家族
- ▶方法／認知行動療法に基づいたプログラム
- ▶ところ／市保健所
- ▶定員／15人(先着順)
- ▶申し込み／事前に電話で健康課へ

回数	とき (14:00～16:00)	内容
第1回	6月3日(月)	ひきこもる心と基本的な対応について
第2回	6月17日(月)	ポジティブなコミュニケーションを身に付けよう
第3回	7月1日(月)	行動の分析・望ましい行動を増やす
第4回	7月22日(月)	先回りをやめ、望ましくない行動を減らす
第5回	8月5日(月)	家族の生活を豊かにする
第6回	8月19日(月)	施設の紹介と利用方法 「アトリエ虹」「まいさぼ長野市」 「ながの若者サポートステーション」

長野市役所階遊美術館

市役所をまるっと美術館に

市役所第一庁舎を長野市美術館と一体の「芸術館」になぞらえ、市が所有する有名作家の作品や、小・中学生、高校生、美術を学ぶ学生、市民作家の作品を展示し、アート(絵画、彫刻、陶芸など)を見たい・触れたい市民が集い、作品と出会い、つながる空間とします。市役所がアートの力により、誰もが気軽に立ち寄れる居心地の良い空間となり、地域のよりどころとして、幸せをつくる場所となることを目指します。

市役所第一庁舎にお越しの際は、ぜひご鑑賞ください。



問文化芸術課 ☎224-7504 FAX224-7351

集客プロモーションパートナー都市 第73回金沢百万石まつり

とき 5月31日(金)～
6月2日(日)

ところ 金沢駅東広場ほか

金沢百万石まつりは、加賀藩祖・前田利家公が金沢城へ入城し、金沢の礎を築いた偉業をしのいで、毎年開催されます。

メインの加賀百万石絵巻「百万石行列」に、今年は前田利家公役として仲村トオルさん、妻のお松の方役として夏菜さんをお迎えし、武者行列のほか、加賀とびのはしご登りや、ひときわ大きな加賀獅子の演舞などで盛り上げます。

詳しくは、
金沢百万石
まつり公式
サイトをご覧
ください。



問金沢百万石まつり実行委員会(金沢市観光政策課内)
☎076-220-2194 FAX076-260-7191

適正な石綿(アスベスト) 対策を取りましょう

石綿(アスベスト)が使用された建築物などを不適正に解体・改修をすると、建材に含まれている石綿が飛散し、健康被害につながる恐れがあります。工事の受注者や建築物などの所有者は、適正な対策をした上で、工事を行ってください。

石綿(アスベスト)とは

石綿は、天然に存在する繊維状鉱物で、建材に広く使われてきましたが、平成18年以降は製造・使用などが禁止されています。

石綿含有建材の種類および使用箇所に関する詳細は、国土交通省ホームページをご覧ください。



建材に石綿を含むかどうかの事前調査は、解体・改修の工事の規模にかかわらず、全ての工事に義務付けられています。詳細は、市ホームページをご覧ください。



問環境保全温暖化対策課

☎224-8034 FAX224-5108

ごみは正しく出しましょう

家庭ごみを出すときは、「長野市家庭用資源物・ごみ収集カレンダー」などを確認し、指定の集積所へ出しましょう。転入した人は、本市のごみの出し方をホームページなどでご確認ください。

ごみ出しのルールを守ろう

「分別されていない」「指定袋に入っていない」「指定日以外に出した」など、ルールを守らずに出されたごみは収集しません。ルールを守り、決められた方法で出しましょう。

せんてい 剪定枝葉の正しい出し方

- ・処分する枝は、一本当たり、長さ1メートルかつ直径20センチメートル以内としてください。
- ・出すときは、一束当たり長さ1メートル、直径50センチメートル以内に縛ってください(粗大ごみシールは不要です)。
- ・枝を縛るときは、荒縄、麻縄、ビニールひもを使用してください。
- ・草や葉は、中身が見える無色透明の袋に入れてください。

問生活環境課 ☎224-7635 FAX224-8909

「青い目の人形」記憶から何かへ —戦後80年を目前に

今から97年前の昭和2年、アメリカの世界児童親善会の企画で、日本の子どもたちに人形が贈られました。この人形は、日米親善人形と呼ばれますが、一般的には「青い目の人形」として親しまれてきました。これらは、戦時中には「敵性人形」として排斥の対象になりながらも、一部の人形は隠され、戦後まで残されてきました。そのエピソードは多くの人の記憶に基づき、センセーショナルなストーリーとして語られてきました。しかし、戦後80年を目前として、その記憶を残し、語ることでできる人は非常に少なくなっています。

「青い目の人形」の記憶はどうなるのか、考えるきっかけとなる展示です。



◀Madame Hendren Doll(当館蔵)
日米親善人形ではないかと推察された人形。この人形の来歴を直接的に示す資料がないため、人形が昭和2年のものと断定することはできていません。

開催期間 4月27日(土)～6月16日(日)

休館日 5月7日(火)・13日(月)・20日(月)・27日(月)、6月3日(月)・10日(月)

料金 一般500円、高校生150円、小・中学生100円〔土曜日、5月5日(日)は小・中学生無料〕



◀市立博物館
ホームページ

市立博物館 ☎284-9011 FAX284-9012

5月の市政番組

※放送日時と内容は変更になる場合があります。【再】は再放送です。

テレビ

TSB ふれ愛ながの市政ガイド

- ▷11日(土)13:25～13:30
真田宝物館企画展「真田家の守り神 白鳥神社」
- ▷25日(土)16:55～17:00
オンデマンドバスを利用しよう

abn ふるさとステーション

- ▷19日・【再】26日(日)17:25～17:30
獅子舞フェスティバル
～伝統芸能に取り組む若者たち



SBC ふれ愛ながの21(手話通訳入り)

- ▷26日(日)16:00～16:30
〔合併20周年〕鬼無里・奥裾花へ行こう

インターネット

INC 長野きらめきチャンネル

「みらいハッ!ケン」プロジェクト
市HP「インターネット市政放送」・市公式YouTubeをご覧ください。

ラジオ

SBC ふれあい21 こちら長野市です

- ▷25日(土)17:35～17:45
フロントアプリ「ながのプラス」を活用しよう

FMぜんこうじ 長野市広報-ふれ愛ガイド

月～金曜日9:00～9:10・【再】12:50～13:00

- 1日(水) 戸隠キャンプ場シーズン開始
- 2日(木) nagano forest villageで1日遊びつくそう!
- 3日(金) 5月の観光情報【再】
- 6日(月) ながの多言語インフォメーション(中国語)
- 7日(火) 南部図書館「たんぼぼ子ども会」開催のお知らせ【再】
- 8日(水) 市税・保険料などの口座振替推進キャンペーン
- 9日(木) 自転車の適正利用【再】
- 10日(金) 狂犬病予防集合注射【再】
- 13日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)
- 14日(火) 第37回長野市景観賞の募集【再】
- 15日(水) 長野市施設案内予約システムが新しくなりました
- 16日(木) 受動喫煙対策
- 17日(金) 不正大麻・けし、薬物乱用防止
- 20日(月) ながの多言語インフォメーション(ベトナム語)
- 21日(火) 長野市雨水貯留施設および浸透施設助成制度
- 22日(水) 「NAGANO ai MATCH」登録【再】
- 23日(木) 結婚新生活支援事業補助金
- 24日(金) 家庭ごみの出し方とごみ集積所の管理
- 27日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)【再】
- 28日(火) 空き家対策【再】
- 29日(水) 空き家バンクの登録など
- 30日(木) 6月の観光情報
- 31日(金) 広報ながの6月号の見どころ

～文化芸術を明日につなぐ～
第60回記念 長野市文化芸術祭 開催



長野市文化芸術協議会に加盟している団体が、活動の成果を発表します。

とき 5月18日(土)・19日(日)
 ※展示部門は26日(日)まで

ところ 芸術館

入場料 前売り券300円、当日券350円、中学生以下無料[全公演共通(2日間有効)]
 ※前売り券は文化芸術課(第二庁舎4階)で、4月24日(水)から販売しています。

舞台部門(メインホール)

5月18日(土) 10:30開場

- 11:00 長野観世流謡曲連合会
- 11:29 三味線豊静音の会(端唄、小唄、三味線)
- 11:53 藤勢津会(日本舞踊)
- 13:03 琴伝流大正琴北信同好会
- 13:38 [特別出演]長野ジュニアコーラス
- 14:00 神洲流長野県吟道会(吟詠)
- 14:32 NAGANO善光寺よさこい
- 14:54 [特別出演]北部中学校合唱部
- 15:16 市長あいさつ
- 15:23 長野市子ども文化芸術賞表彰式
- 15:58 [特別出演]
長野市子ども文化芸術賞受賞者
- 16:33 [特別出演]昭和小学校金管バンド
- 16:57 長野ベリーダンススタジオ
- 17:24 [特別出演]柳町・犀陵中学校合唱部
- 17:46 朋友バレエ(クラシック・バレエ)

5月19日(日) 10:30開場

- 11:04 深山豊升会(日本舞踊)
- 11:38 長野県古典芸能会(舞踊と邦楽)
- 12:10 長野市民踊舞踊連盟(全国の民踊)
- 13:25 大豆島甚句保存会(舞踊)
- 13:40 [特別出演]長野市芸術館ジュニア合唱団
- 14:05 無想伝心碧洲流吟詠剣詩舞道会
- 14:27 ダンススタジオブロードウェイ(ダンス)
- 14:59 長野宝生会(謡曲)
- 15:26 [特別出演]長野ジュニアバンド南(吹奏楽)
- 15:48 (公社)日本詩吟学院認可長野岳風会・
詩舞深山流深山会 共演(詩吟、詩舞、剣舞)
- 16:30 [特別出演]長野ジュニアバンド北(吹奏楽)
- 16:55 銀扇流銀扇会(舞踊)
- 17:17 白鳥バレエ学園(クラシック・バレエ)

展示部門 18日(土)～26日(日)10:30～17:00

※21日(火)を除く。26日(日)は15:00まで
 ※20日(月)～26日(日)は入場無料です。

会場	団体・作品
展示サロン	真仙会(書)
市民交流スペース(入場無料)	長野市子ども文化芸術賞受賞者作品(17日(金)から)
リハーサル室	北信美術会(日本画、洋画、彫刻、工芸)、墨美会(書)

会場では、スタンプラリーやペーパークラフト体験、eスポーツ体験も開催します！


**令和6年度
 長野市子ども文化芸術賞表彰式**
 令和5年中に文化芸術部門で優れた活動をし、今後一層の活躍が期待される子どもたちを表彰します。

受賞者・団体 個人16人、団体3組

受賞記念発表

作品展示
 5月17日(金)～26日(日)
 会場：市民交流スペース

ステージ発表
 5月18日(土)15:58から
 会場：メインホール



▲受賞者など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問文化芸術課 ☎224-7504 FAX224-7351

長野市ジュニアアンバサダー募集！

本年度も、多くの子どもたちに本市に興味や関心を持ってもらうとともに、大人にも魅力再発見の機会を増やしてもらうことを目的に、子どもの視点で本市の魅力を発信する「長野市ジュニアアンバサダー」を募集します。多くの皆さんの応募をお待ちしています。



対象 市内在住または在学の小学5年生から中学生
募集人数 若干名(書類選考)
任期 7月10日(水)～令和7年3月31日(月)
申し込み 5月31日(金)(必着)までに、所定の応募用紙[市ホームページ、広報広聴課(第一庁舎5階)にあります。各小・中学校でも配布します]に必要事項を記入の上、「暮らしの中で感じる長野市の良いところ」をテーマとした作文(400字程度、書式自由)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで広報広聴課(〒380-8512長野市役所、☒kouhou-kouchou@city.nagano.lg.jp)へ



▲応募要件など詳しくは、市ホームページをご覧ください。

長野市ジュニアアンバサダー活動の様子



◀令和5年度ジュニアアンバサダーの取材記事はこちら

任命式



任命式では、市長から任命書を交付します。

取材レクチャー



プロの記者から取材のこつを教えてください。

第1回取材



1回目は、全員同じ場所で取材をします。

取材活動



第1回取材後は各自で長野市の魅力発信記事の取材を進めます。取材記事は、市ホームページに掲載します。

活動報告会



市長などに、これまでの活動報告をします。

☎広報広聴課 ☎224-5004 FAX224-5102

催し講座 リサイクルプラザ

講座	とき	対象	定員(先着順)	参加料	申込開始日
赤ちゃんエコひろば～ リユース絵本の読み聞かせ	5月24日(金)10:00～12:00	市内在住の0～3 歳児とその保護者	5組	300円	5月8日(水) 10:00～
自転車リペア	5月27日(月)10:00～11:30	市内在住の人	各5人	各500円	
ネクタイからがま口作り	6月11日(火)10:00～12:00				
着物リフォーム～ 気軽な作業衣(さむえ)作り	6月14日～7月5日(金) 9:30～12:00(計4回)	市内在住の人※1	6人※2		
ゆめ 工房 21	牛乳パックで椅子作り	6月7日(金)10:00～12:00	5人※2	300円	5月9日(木) 10:00～
	布ぞうり作り	6月10日・24日(月) 10:00～14:30	各6人※2	各300円	
	紙すき体験	6月13日(木)	市内在住の人	100円	
	ねこはんでん作り			10:00～14:30	
	廃油で石けん作り	6月14日(金)10:00～12:00		100円	
	生ごみ堆肥でおいしい野菜作り	6月20日(木)13:30～15:30		10人※2	

※1…全日程に参加でき自宅でミシンの使える人 ※2…初回の人優先の上、先着順
 申各申込開始日から、電話か直接、リサイクルプラザへ

催し講座 勤労者女性会館しなのき・勤労青少年ホーム・サンライフ長野各種講座

受講料がかかります(一部除く)。受講料や直接申し込む場合の申込開始日など、詳しくは各施設のHPをご覧くださいか、各施設へお問い合わせください。

勤労者女性会館しなのき(しなのき会場☎235-2373、南部会場☎292-8151)

対市内在住・在勤の女性(学生は除く。◆は男性も受講可)

講座	とき	講座	とき
し な の き	◆エンディングノートから はじめる終活	◆ちょっと得する相続の基礎	6月21日(金) 10:00～12:00
	◆相続無料相談会(1人40分)		◆相続無料相談会(1人40分)
	エクセル 中級	7月5日～9月13日(金) 10:00～12:00(計8回)	医療事務資格取得準備

勤労青少年ホーム(中部☎232-3256、南部☎293-4435)

対市内在住・在勤の35歳以下の人(定員に満たない場合のみ36歳以上の人も受講可。受講料は1回100円増し。学生は除く)

講座	とき	講座	とき
中部 夏を楽しむ!ゆかたの着付け	7月9日～30日(火) 19:00～21:00(計4回)	南部 ゴルフ初級※	7月2日～9月17日(火) 19:30～21:00(計11回)

※…所 大橋ゴルフガーデン

サンライフ長野(☎227-2310) 対市内在住・在勤の人(学生は除く)

講座	とき	講座	とき
腰痛予防トレーニング (女性コース)	6月6日～9月26日(木) 9:30～11:00(計15回)	体力づくりトレーニング	6月14日～9月20日(金) 19:30～21:00(計14回)
身体がよるこぶウエープリング® でストレッチ	6月6日～9月26日(木) 9:40～10:40(計15回)	遺言書の書き方と相続	7月9日(火)10:00～12:00
エンディングノートで賢い終活	6月11日(火)10:00～12:00	夏を楽しむ!ゆかたの着付け	7月10日～31日(水)18:30～ 20:30(計4回)
相続無料相談会(1人40分)	6月11日、7月9日(火) 13:00～17:00		

申施設へ直接/各施設HP掲載の各申込開始日から、受講料を持
 参の上、直接会場へ(勤労青少年ホームは写真付き身分証明書も
 持参)

申インターネット/5月1日(水)9:00～8日(水)17:00に、右の二次
 元コードから。受講料の納付などについては、後日メールでご案
 内します。



▲勤労者女性
会館しなのき



▲勤労青少年
ホーム



▲サンライフ
長野

お知らせ

まごころ

募集

催し・講座

時日時場所内容講師対象定員料金金持ち持ち物申申し込み他その他お問い合わせ



かがやきひろば各種講座

講座	とき	ところ・問い合わせ	定員(先着順)	参加料	申込期間(5月)
①転倒骨折予防～自分の足でいつまでも!	5月24日～11月22日(金) 10:00～11:30(計10回)	湯福 ☎232-8335	15人	1,000円	13日(月)～
②もっと素敵(すてき)に珈琲タイム～豆の種類とテイスティング	6月6日・20日(木) 13:30～15:30(計2回)		15人	2,200円	15日(水)～
③水引で彩る暮らし(応用編)	6月14日・28日(金) 10:00～12:00(計2回)		10人	1,400円 (材料費含む)	16日(木)～
④ディスコダンス930	6月4日～10月8日(火) 9:30～10:30(計9回)	篠ノ井 ☎293-7227	各25人 ※	各900円	8日(水)・9日(木) 9:00～17:00
⑤ディスコダンス1045	6月4日～10月8日(火) 10:45～11:45(計9回)				
⑥たのしい陶芸体験	6月6日～7月25日(木) 9:30～11:30(計4回)	豊野 ☎257-3135	12人	2,400円 (材料費含む)	13日(月)9:00～
⑦ぴんしゃん! 元気体操	6月13日～12月12日(木) 13:30～15:00(計10回)		20人	1,000円	13日(月)～22日(水)

対 市内在住の①70歳以上で、歩行に若干の心配があり、日頃運動をしていない人 ②～⑦60歳以上の人

申 各申込期間中に、①～③⑥⑦電話か直接 ④⑤63円切手を持参の上、各ひろばへ

他 詳しくは各ひろばにお問い合わせください。 ※…多数の場合抽選



リサイクルプラザ

ながのおさがり交換会

子ども服(120サイズまで)、絵本、育児用品を持ち込んだ品数と同数、交換できます。

時 5月18日(土)・19日(日)10:00～14:00

フリーマーケット

時 5月26日(日)9:00～11:30

持 エコバッグ

問 リサイクルプラザ ☎222-3196



シセイカルテ測定
体験イベント

全身の写真撮影で姿勢のゆがみを数値化し、歩き方や未来の姿勢などをAIが測定します。

時 6月16日(日)10:00～18:00

所 アクアウイング

¥500円

問 アクアウイング ☎244-7555



NPO講座～心をつかむ
タイトルの付け方

時 6月16日(日)13:30～16:00

所 もんぜんぷら座

内 広報に関する講義、ワークショップ

対 市民活動団体、住民自治協議会

定 25人(先着順)

¥500円

申 事前に電話かEメールで市民協働サポートセンター(☎223-0051、

✉npo@nagano-shimin.net)へ



ちょこっとずくだす
料理講習会

調理師から、季節の食材を生かした料理を習います。

時 6月6日(木)10:00～13:00

所 市保健所

対 市内在住の人

定 24人(先着順)

¥3,000円

申 5月22日(水)10:00～16:00に、参加料を持参の上、県調理師会長野市支部(市保健所1階)へ

問 同支部 ☎224-8580(月・水・金曜日の10:00～16:00)



信濃の民話を聴く講座

時 7月12日・26日(金)10:30～12:30(計2回)

所 もんぜんぷら座

対 市内在住の60歳以上の人

定 40人(多数の場合、初心者優先の上抽選)

¥300円

申 6月7日(金)(消印有効)までに、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を記入の上、往復はがき(1人1枚1講座)でシニアアクティブルーム(〒380-0835大字南長野新田町1485-1もんぜんぷら座3階)へ

問 同ルーム ☎223-0058



ポリテクセンター長野
職業訓練施設見学会

時 5月9日(木)・22日(水)10:00～12:00

対 ハローワークに求職の申し込みをしている人

問 ポリテクセンター長野

☎243-7856



長野地域職業訓練センター

パソコン入門

時 6月10日～18日(月・火)(計4回)9:30～12:30

エクセル(表計算)基礎コース

時 5月29日、6月5日・12日(水)9:30～16:30(計3回)

JW_CAD中級

時 6月15日・22日・29日(土)9:30～16:30(計3回)

エクセル(表計算)応用コース

時 6月19日・26日(水)9:30～16:30(計2回)

ワード応用

時 6月24日～7月2日(月・火)9:30～12:30(計4回)

共通

¥受講料がかかります。

申 5月8日(水)9:00から、電話かファクスで、長野地域職業訓練センター(☎221-0505、FAX221-0036)へ

お知らせ

まじろ

募集

催し・講座

時日時 場所 内容 講師 対象 定員 料金 持ち物 申込み その他 問い合わせ

催し講座 救命講習・応急手当普及員講習(6月)

救命入門コース

時 16日(日)9:00~10:30

所 篠ノ井消防署

定 20人(先着順)

申 事前に電話で篠ノ井消防署(☎292-0119)へ

普通救命講習 I

時 17日(月)9:00~12:00

所 若穂公民館

定 20人(先着順)

申 事前に電話で若穂分署(☎282-2299)へ

普通救命講習 II

時 6日(木)9:00~13:00

所 信濃町分署

定 20人(先着順)

申 事前に電話で信濃町分署(☎255-5119)へ

普通救命講習 II

時 20日(木)9:00~12:00

所 中央消防署

対 e-ラーニングでの事前学習と確認テストを実施済みの人

定 30人(先着順)

申 事前に電話で七二会分署(☎229-3512)へ

応急手当普及員講習

時 26日(水)・27日(木)・28日(金)8:30~17:30

所 中央消防署

定 30人(先着順)

¥教材費約4,000円

他 3日間の受講が必要です。

申 事前に電話で鶴賀消防署(☎223-0119)へ

催し講座 もんぜんぷら座ギャラリー

市民ギャラリー(3階)

◇信州版画協会北信支部 みんなで楽しむ版画展

時 5月9日(木)~13日(月)10:00~17:00

◇JNP日本風景写真協会長野第一支部 第18回写真展示会

時 5月19日(日)~25日(土)10:00~17:00

問 もんぜんぷら座事務局

☎219-0020

催し講座 映画上映会「沈黙の50年」


時 5月11日(土)・12日(日)10:00~11:10、14:00~15:10、18:00~19:10(12日は14:00~15:10が最終)

所 県障がい者福祉センター

定 100人(先着順)

¥前売券=1,000円、当日券=1,300円(中学生以下無料)

他 小学生以下は保護者同伴

申 5月10日(金)までに、右の二次元コードから申し込むか、ファクスかEメールで(一社)市聴覚障害者協会(FAX214-1980、nagano20230401@gmail.com)へ

問 同協会 ☎050-3605-2464(電話リレーサービス)

催し講座 聴覚障害者向け講演会

時 5月12日(日)10:00~12:00

所 市障害者福祉センター

内 手話による講演「埼玉のろう学校での教育実践」(音声・文字への要約あり)
講 戸田康之氏(大宮ろう学園教員、手話ニュースキャスター)

他 託児を実施します(1人500円、要予約)。

申 事前に電話、ファクス、Eメールのいずれかで、市聴覚障害者センター「デフネットながの」(☎229-5557、FAX229-5558、✉deaf-n-n@mx2.avis.ne.jp)へ

催し講座 長野銀座にぎわい市

時 5月14日~12月10日の毎週火曜日10:30~13:00

所 トイゴ広場

内 市内で採れた旬な野菜・果物や、総菜・弁当・加工品などの販売

問 (一社)市農業公社 ☎227-1650

催し講座 多文化交流講座 エクアドル~多様性の国

時 6月15日(土)10:30~12:00

所 もんぜんぷら座

定 30人(先着順)

申 6月12日(水)までに、氏名・電話番号・メールアドレスをEメールで国際交流コーナー(✉kokusai@monzen-plaza.com)へ

問 国際交流コーナー ☎223-0053

催し講座 春の山野草展

時 5月11日(土)・12日(日)10:00~16:00(最終日は15:00まで)

所 篠ノ井中央公園管理棟

内 山野草150鉢以上の展示・販売

問 (一財)ながの緑育協会

☎214-8719

催し講座 (一財)ながの緑育協会

フレッシュハーブとバラで作るスワッグ

時 5月22日(水)10:00~12:00[申し込み5月9日(木)9:00~]

定 16人(先着順)

¥2,600円

切花のキレイな飾り方

時 5月31日(金)10:00~12:00[申し込み5月10日(金)9:00~]

定 20人(先着順)

¥1,600円

共通

所 篠ノ井中央公園管理棟

申 申込開始日に、電話で(一財)ながの緑育協会(☎214-8719)へ

催し講座 NPO法人 長野市環境緑化協力会

プロによる花の撮り方教室

時 5月19日(日)9:00~11:30[申し込み5月9日(木)8:30~]

定 20人(先着順)

¥500円(保険代など含む)

ハンギングバスケット講座

時 6月15日(土)10:00~12:00、14:00~16:00[申し込み6月3日(月)8:30~]

定 各10人(先着順)

¥(材料費含む)参加者=4,000円、既参加者=3,500円(鉢持参の場合)

共通

所 南長野運動公園

申 申込開始日から、電話で同協力会(☎214-8655)へ

他 5月19日(日)13:30~15:30に、同公園で園芸相談も行います(申し込み不要)。



お知らせ

まじいろ

募集

催し・講座

時日時 場所 内容 講師 対象 定員 料金 持ち物 申込み 他 その他 問い合わせ

催し講座 鬼無里フットパス～
貴女紅葉の里を歩く

時 6月2日(日)9:00～14:30

所 (集合) 鬼無里公民館両京分館

定 15人(先着順)

¥ 一般2,500円、小学生以下1,000円(昼食代(窯焼きピザ)含む)

申 5月31日(金)までに鬼無里観光振興会HP内の申し込みフォームから申し込むか、電話で鬼無里観光振興会(☎256-3188)へ



催し講座 野外彫刻めぐり～
歴史ある松代・川中島を歩く

市内の野外彫刻を講師の解説付きで鑑賞し、市立博物館を見学します。

時 6月22日(土)9:30～15:00

所 (集合) 長野駅東口ユメリアバスパーク(徒歩とバスで移動します)

対 市内在住・在勤・在学の人

定 17人(多数の場合抽選)

¥ 300円

申 5月31日(金)(必着)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、郵便番号・住所・氏名(参加者全員)・電話番号・「彫刻めぐり6月22日希望」と記入の上、郵送かファクスで文化芸術課(〒380-8512長野市役所、FAX224-7351)へ



問 文化芸術課 ☎224-7504

催し講座 親子関係スキルアップ講座

時 6月19日～7月17日(水) 10:00～12:00(計4回)

所 ふれあい福祉センター

内 子どもの理解と対応の仕方

対 おおむね3～10歳の子どもを持つ保護者で、4回出席できる人

定 20人(先着順)

申 5月13日(月)から、電話でこども総合支援センター「あのえっと」(☎224-7849)へ

催し講座 フレイル予防講座～自分のカラダと向き合うヨガ時間

ストレッチヨガ

時 5月20日(月)14:00～15:30

定 30人(先着順)

肩こり改善ヨガ

時 6月3日(月)14:00～15:30

定 30人(先着順)

腰痛改善ヨガ

時 6月17日(月)14:00～15:30

定 30人(先着順)

股関節を柔軟にするヨガ

時 7月1日(月)14:00～15:30

定 30人(先着順)

経絡・ツボヨガ基本編

時 7月29日(月)14:00～15:30

定 17人(先着順)

経絡・ツボヨガ夏の養生

時 8月5日(月)14:00～15:30

定 30人

共通

所 生涯学習センター

¥ 300円

他 託児を実施します(各回先着3人まで、申し込みは各開催日の10日前まで)。

申 事前に電話、ファクス、Eメールのいずれかで同センター(☎233-8080、FAX233-8081、✉s-gakusyu-c@city.nagano.lg.jp)へ

催し講座 教えて！常識塾①

おいしい新茶の淹(い)れ方

時 5月23日(木)14:00～15:30[申込期限5月20日(月)]

¥ 500円

ワンランク上のコーヒーの楽しみ方

時 5月30日(木)14:00～15:30[申込期限5月23日(木)]

¥ 900円

おいしい紅茶の淹(い)れ方

時 6月6日(木)14:00～15:30[申込期限6月3日(月)]

¥ 500円

体を癒やすハーブの楽しみ方

時 6月12日(水) 14:00～15:30[申込期限6月5日(水)]

¥ 800円

共通

所 生涯学習センター

定 24人(先着順)

他 託児を実施します(各回先着3人まで、申し込みは各受講日の10日前まで)。

申 申込期限までに、直接、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、生涯学習センター(☎233-8080、FAX233-8081、✉s-gakusyu-c@city.nagano.lg.jp)へ

催し講座 ソルガム栽培講習会(播種)^{はしゅ}

時 5月19日(日)9:30～12:00

所 (集合) 大安寺(七二会甲)

申 5月17日(金)までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、環境保全温暖化対策課(☎224-7532、FAX224-5108、✉kankyo@city.nagano.lg.jp)へ

催し講座 親子農業体験講座

時 5月19日～11月10日(日)9:00～12:00(計6回)

所 農業研修センター

対 小学生とその保護者

定 10組(先着順)

¥ 1組3,000円

申 5月8日(水)から、電話で農業研修センター(☎278-2620)へ(日・月曜日、祝日を除く)

催し講座 飯縄山清掃登山

飯縄山の開山祭に合わせて清掃登山を実施します。

時 6月5日(水)8:00～(少雨決行)

所 (集合) 一の鳥居苑地駐車場

持 登山のできる服装、雨具、昼食、飲み物など

問 観光振興課 ☎224-5042

催し講座 犬と猫の休日譲渡会

時5月18日(土)13:00~15:00
 所市保健所動物愛護センター
 申問5月8日(水)~17日(金)に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で同センター(☎262-1212)へ



催し講座 愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

時5月18日(土)13:00~15:00
 所市保健所動物愛護センター
 対犬の登録と狂犬病予防注射を実施済みで、5種以上の予防ワクチンを接種した生後4カ月以上の健康な犬(他の犬に影響のある疾病などにかかっていないこと)とその飼い主
 申問5月8日(水)~17日(金)に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で同センター(☎262-1212)へ



催し講座 博物館わくわく入門~草木染に挑戦!

時5月19日(日)10:00~15:00
 所戸隠地質化石博物館
 対小学生以上
 定20人(先着順)
 ￥(入館料)一般400円、高校生300円、小・中学生250円(材料費別)
 申問事前に電話で戸隠地質化石博物館(☎252-2228)へ

催し講座 植物観察会~ユウスゲの保全活動

時5月25日(土)9:00~12:00
 所森の駅Daizahoushi西側駐車場
 内ユウスゲの生育を阻害するワラビの採取、大谷地湿原の散策
 対小学生以上
 定20人(先着順)
 ￥200円
 申問事前に電話で戸隠地質化石博物館(☎252-2228)へ

催し講座 市立博物館

子ども☆体験のひろば(受け付けは11:00まで)
 ◇木の蒸気機関車をつくろう
 時5月11日(土)10:00~12:00
 定15人(先着順)
 ￥300円
 ◇たわらあみでつくるかべかざり
 時毎月第3土曜日10:00~12:00
 ￥100円
 ◇四角形ブンブンごまをつくろう
 時5月25日(土)10:00~12:00
 ￥100円
 手仕事のじかん~寿山石でつくる勾玉(まがたま)
 時5月19日(日)13:00~16:00
 対10歳以上の人
 定20人(先着順)
 ￥1,000円
 申事前に電話で同館へ



共通

￥(入館料)一般500円、高校生150円、小・中学生100円(土曜日は小・中学生無料)
 問市立博物館 ☎284-9011

催し講座 松代文化ホール ヨガ教室

時5月26日(日)15:00~16:00
 定20人(先着順)
 ￥中学生以上1,000円、小学生以下800円
 申問事前に電話で松代文化ホール(☎278-4373)へ

催し講座 甲冑の着用体験

真田家ゆかりの甲冑などのレプリカを着用できます。
 時5月11日(土)10:00~12:00
 所真田宝物館
 ￥(入館料)一般600円
 問真田宝物館 ☎278-2801

催し講座 化石のクリーニングに挑戦!

時6月8日・15日(土)13:30~15:30
 所信州新町美術館・化石博物館
 対小学生以上
 定各10人(先着順)
 ￥(入館料)一般500円、高校生300円
 申問5月8日(水)から、電話で同館(☎262-3500)へ

催し講座 市障害者福祉センター パソコン教室

時5月22日~6月12日(水)9:00~16:30(計4回)
 内ワード・エクセル基本操作、インターネット・メール操作ほか
 対身体障害者手帳所持者とその家族
 定5人(先着順)
 ￥教材費がかかります。
 申5月15日(水)までに、氏名・住所・電話番号・パソコン持参の有無を、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、市障害者福祉センター(☎226-4884、FAX 226-6263、✉info@nagano-sfc.jp)へ

催し講座 いちから始めるパソコン講座

ワードの基礎を学びます。
 時5月13日~12月23日(月)9:45~11:45(計15回)
 所大豆島いこいの家
 対市内在住の60歳以上の人
 定14人(先着順)
 ￥1,500円(教材費など別)
 申問5月8日(水)から、電話か直接、大豆島いこいの家(☎221-5600)へ

お知らせ

まじろ

募集

催し・講座

時日時 所場所 内内容 講師 対対象 定定員 料料金 持持ち物 申申し込み 他その他 問問合わせ

催し講座 権堂イーストプラザ
市民交流センター

紙袋で作るペーパーウォレット
時 5月11日(土)10:00~11:30、14:00~15:30

対 小学生以上
定 各5人(先着順)
¥ 各500円

いきいき健康体操②
時 6月7日、7月5日(金)13:30~14:30

定 各10人(先着順)
¥ 1回分=1,500円、2回分=2,400円

オリジナル傘を作ろう
時 6月8日(土)10:00~12:00、14:00~16:00

定 各5人(先着順)
¥ 各700円

共通

申 問 事前に電話か直接、同センター
(☎234-2906)へ

催し講座 グリーンシティフェスタ2024

時 5月12日(日)10:00~16:00
所 権堂イーストプラザ市民交流センター
内 工作体験、ステージ発表など

対 小学生以下とその保護者
¥ 一部イベントは参加料がかかります。

問 家庭・地域学びの課 ☎224-5082

催し講座 長野市子ども会
リーダー研修会

時 6月9日(日)9:30~16:30
所 青少年錬成センター
内 野外炊飯などの活動

対 市内在住の小学5年生~高校生
定 30人(先着順)
¥ 650円(本年度初めて参加する人は、別途保険料150円)

申 問 5月20日(月)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から
申し込みか、電話で家庭・地
域学びの課(☎224-5082)へ

催し講座 成人指導者研修会

時 5月26日(日)10:00~12:00
所 吉田公民館

内 工作(スタンドグラス)
対 子どもの育成活動に携わりたい人
申 問 5月20日(月)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込みか、電話で家庭・地域学びの課(☎224-5082)へ



催し講座 水道施設見学

歴史のある戸隠水源や、市内最大の犀川浄水場をバスで巡ります。

時 6月1日(土)9:00~13:00
対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
定 30人(多数の場合は抽選)

申 5月15日(水)(必着)までに、住所・氏名(参加者全員)・学年(小学生)・携帯電話番号・集合場所の希望(長野駅か犀川浄水場)を記入の上、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで上下水道局総務課(〒380-8512長野市役所、FAX224-5114、✉suisomu@city.nagano.lg.jp)へ
他 状況によって中止することがあります。

問 上下水道局総務課 ☎224-5070

催し講座 パソコン無料相談会

パソコンの病院ながの(パソコンの故障・よろずのお困り事)

時 5月18日(土)10:00~15:00
所 篠ノ井交流センター

申 問 事前に電話で同事務局(☎090-7179-8523)へ

シニアパソコン(パソコンなどの基本的な操作やお困り事)

時 6月1日(土)10:00~15:00
所 大豆島公民館

申 問 事前に電話でシニアネットながの事務局(☎090-9359-8288)へ

催し講座 防災情報を学ぼう
防災セミナー

時 5月25日(土)13:30~15:00
所 芸術館アクトスペース(オンライン参加可)

内 講演「近年の気象災害と情報の活用」
講 半井小絵さん(女優・気象予報士)
定 会場・オンライン各200人(先着順)

申 問 事前に住所・氏名・電話番号・メールアドレス・会場かオンラインかの希望を、電話、ファクス、Eメールのいずれかで危機管理防災課(☎224-5006、FAX224-5109、✉kikibousai@city.nagano.lg.jp)へ

催し講座 南部図書館

5月のおはなし会

時 5月8日~29日の毎週水曜日
11:00~11:30

内 絵本の読みがたりなど
対 小学生以下

あかちゃんのおはなし会

時 6月5日(水)13:30~14:00

内 赤ちゃんマッサージ、絵本の紹介・読みがたり、手遊びなど
対 0歳児とその保護者

持 バスタオル

問 南部図書館 ☎292-0143

催し講座 市立長野図書館

映画上映会

◇命のビザ(カラー・115分)

時 5月11日(土)14:00~

◇黄昏(たそがれ)(字幕・白黒・118分)

時 5月25日(土)14:00~

5月のおはなし会

時 (毎週)水曜日15:00~15:30、土曜日14:30~15:00、日曜日11:00~11:30

内 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど

対 年少児~小学生

問 市立長野図書館 ☎232-3558

催し講座 温湯温泉「湯～ぱれあ」

おひさま教室 (小学生以下の親子向け)

湯～ぱれあ ☎282-5500

教室	とき(5月)	教室	とき(5月)
からだ遊び1・2・3	10日(金)10:30～11:15	わらべ歌ベビーマッサージ	20日(月)10:30～11:15
みんなでリトミック	11日(土)10:30～11:15	ベビーチャクラマッサージ	21日(火)10:30～11:15
親子フラダンス	12日(日)10:30～11:30	マタニティヨガ	26日(日)10:30～12:30
ベビー&ママ・パパ水中運動	12日(日)・16日(木)・25日(土)・30日(木)10:30～11:30	子ども貸切プール	26日(日)14:00～16:00
親子でリトミック	15日(水)10:30～11:15	ひよこ親子ビクス	29日(水)10:00～10:45
リズムダンス遊び	19日(日)10:00～10:45	湯～ぱれあHP「おひさまクラブ」から (会員登録が必要です)	
ボクシング小学生クラス	19日(日)14:00～15:00		



催し講座 南長野運動公園

こどもスイミング(幼児)

時 毎週土曜日9:00～9:55

対 おむつを使用していない年少児～年長児

¥ 月額4,000円

幼児HIP-HOP(ヒップホップ)

時 毎週土曜日9:55～10:40

対 年少児～年長児

¥ 月額3,000円

Les Mills BODYPUMP(レズミルズボディパンプ)

時 毎週土曜日17:45～18:30

対 高校生以上

¥ 1回600円(月額会員無料)

共通

申 事前電話か直接、南長野運動公園(☎293-4048)へ

催し講座 ママさんバレーボール教室

時 6月12日～7月3日(水)10:00～12:00(計4回)

所 更北体育館

対 市内在住の既婚女性(30歳以上の未婚女性も可)

定 35人(先着順)

¥ 1,000円(保険料含む)

申 5月8日(水)～22日(水)に、氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・電話番号・生年月日を記入の上、Eメールでママさんバレーボールクラブ(✉nagano.volleyball.club2024@gmail.com)へ

問 スポーツ課 ☎224-7804

催し講座 初心者バウンドテニス教室

市内在住の初心者を対象に、市内3カ所で教室を開講します。会場や日時、参加料など、詳しくは市スポーツ協会HPをご覧ください。

定 各20人(先着順)

問 市スポーツ協会 ☎224-5088



催し講座 柔道教室

市内在住の小・中学生を対象に、市内4カ所で教室を開講します。会場や日時、参加料など、詳しくは市スポーツ協会HPをご覧ください。

定 各30人(先着順)

他 柔道着無料貸し出し

問 市スポーツ協会 ☎224-5088



催し講座 北部スポーツ・レクリエーションパーク

ディスコダンス三才校

時 5月7日～令和7年3月25日(火)19:10～20:20(計45回、予定)

¥ 1回500円

・対象や定員、日程など、詳しくはお問い合わせいただくか、同施設HPをご覧ください。

マレットゴルフ初心者講習会

時 5月23日(木)9:30～11:30

対 18歳以上の人

定 10人(先着順)

¥ 500円

共通

申 5月10日(金)から、電話か直接、同パーク(☎266-0582)へ



催し講座 市長杯争奪 第27回 長野市民ゴルフ大会

時 6月12日(水)7:30～

所 長野カントリークラブ

対 市内在住・在勤の18歳以上の入

定 240人(先着順)

¥ 2,000円(プレー代別途、市ゴルフ協会会員は1,000円)

申 5月31日(金)までに、長野カントリークラブHPの申し込みフォームから申し込むか、申込書(長野カントリークラブHPにあります)に必要な事項を記入の上、ファクスで同クラブ(FAX239-2057)へ

問 市スポーツ協会 ☎224-5088

催し講座 ビームライフル 体験教室

時 5月11日(土)～令和7年3月30日(日)10:00～15:00(土・日・祝休日)

所 中尾山射撃場

対 市内在住の小学4年生以上

定 各日10人(先着順)

・申し込み方法など、詳しくは市スポーツ協会HPをご覧ください。

問 市スポーツ協会 ☎224-5088



催し講座 フリーマーケット

時 5月25日(土)10:00～15:00

所 権堂イーストプラザ市民交流センター

問 同センター ☎234-2906

お知らせ まいころ 募集 催し・講座 時日時 所場所 内内容 講師 対象 定員 料金 金持 持ち物 申 申し込み 他 他その他 問 問い合わせ

募集 自衛官

第2回一般幹部候補生

対 22歳以上26歳未満の人

(令和6年4月1日現在)

申 6月13日(木)まで(必着)

第1回技術貸費学生

対 大学第3年次24歳未満または第4年次26歳未満、大学院第1年次26歳未満または第2年次27歳未満で、理学部または工学部に在籍する人(年齢は令和6年4月1日現在)

申 6月3日(月)～10月11日(金)(必着)

問 自衛隊長野地方協力本部長野地域事務所 ☎235-6026

募集 令和7年 動物園カレンダーの写真

内 (テーマ) 茶臼山動物園か城山動物園の飼育動物の写真(人物が写り込んだ写真は不可)

申 9月23日(月)まで

・応募方法や規定など、詳しくは茶臼山動物園HPをご覧ください。



問 茶臼山動物園 ☎293-5167

募集 ポリテクセンター長野 7月開講公共職業訓練受講者

電気設備技術科、ビル設備サービス科

時 7月2日(火)～12月25日(水)

定 各15人(選考あり)

生産システムエンジニア科(ビジネススキル講習付き)

時 7月2日(火)～令和7年1月29日(水)

定 20人(選考あり)

共通

対 ハローワークに求職の申し込みをしている人

申 6月6日(木)までに、直接、お近くのハローワークへ

他 テキスト代などがかります。

問 ポリテクセンター長野 ☎243-7856

催し講座 親子ふれあいスポーツ教室

時 5月21日～7月9日(火)10:40～11:40(計8回)

所 豊野体育館

対 2～3歳児とその保護者

定 10組(先着順)

¥3,200円

申 5月20日(月)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、5月21日(火)10:35に、参加料を持参の上、直接、豊野体育館へ



問 スポーツ課 ☎224-7804

催し講座 ピラティス教室

時 5月23日～7月18日(木)19:15～20:15(計8回)

所 柳原交流センター

対 市内在住・在勤の人

定 15人(先着順)

¥3,200円

申 5月20日(月)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」で申し込み後、5月23日(木)19:00に、参加料を持参の上、直接、柳原交流センターへ



問 スポーツ課 ☎224-7804

催し講座 各種水泳教室

らっこ水泳

時 6月8日・22日(土)11:15～12:00

対 おむつを使用していない未就学児

定 各10人(先着順)

¥各1,000円

小学生水慣れ

時 6月15日(土)11:15～12:30

対 小学生

定 15人(先着順)

¥2,000円

共通

所 アクアウイング

申 問 5月8日(水)から、電話でアクアウイング(☎244-7555)へ

催し講座 はじめてのエアロビクス

時 5月24日～7月12日(金)19:15～20:15(計8回)

所 更北体育館

対 市内在住・在勤の人

定 15人(先着順)

¥3,200円

申 5月20日(月)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」で申し込み後、5月24日(金)19:00に、参加料を持参の上、直接、更北体育館へ



問 スポーツ課 ☎224-7804

催し講座 小学4～6年生のための水泳教室

平泳ぎ習得レッスン

時 5月12日(日)11:15～12:30、6月16日(日)14:00～15:15

クロール習得レッスン

時 6月1日(土)11:15～12:30

共通

所 アクアウイング

対 小学4～6年生

定 15人(先着順)

¥2,000円

申 問 5月8日(水)から、電話でアクアウイング(☎244-7555)へ

催し講座 ディスコダンス真島校

時 5月7日～令和7年3月25日(火)15:30～16:40(計34回、予定)

所 ホワイトリングサブアリーナ

¥1回500円

・対象や定員、日程など、詳しくはお問い合わせいただくか、同施設HPをご覧ください。



申 問 5月8日(水)8:30から、電話か直接、ホワイトリング(☎283-7977)へ

お知らせ ファミリー・サポート・センター入会説明会

もんぜんぷら座

時5月11日、6月8日(土)10:15～12:30

真島保健センター

時5月21日(火)10:15～12:30

共通

- ☑ 依頼会員、提供会員説明
- ☑ 事前に電話でファミリー・サポート・センター(☎267-6006)へ
- ☑ 他託児を実施します(要予約)。
- ☑ 保育・幼稚園課 ☎224-8032

まごころ ありがとうございます

茶臼山動物園整備基金に

株式会社長橋商会/100万円

株式会社高和製作所/10万円

中央建機株式会社/5万円

募集 長野市防災基金運営委員会委員

長野市防災基金の収益を適正に運用するための委員会の委員を募集します。

☑ 市内在住の20歳以上(応募時)で、市の他の審議会などの委員になっていない人

定 若干名(書類選考)

時(任期)7月1日(月)から2年間

申5月17日(金)までに、所定の応募用紙〔市HP、危機管理防災課(第一庁舎5階)にあります〕に必要事項を記入の上、「防災に関する考え」をテーマにした小論文(800字程度)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで同課(〒380-8512長野市役所、☒kikibousai@city.nagano.lg.jp)へ
 ☑ 危機管理防災課 ☎224-5006

募集 市営住宅の入居者 ☑長野県住宅供給公社住宅管理部 ☎227-2322

市営住宅

団地名	所在地	規格	募集戸数	うち優先	うち単身可
宇木	三輪九丁目	3DKY	2		2
上松東	上松四丁目	3DKY	1		
柳町	三輪五丁目	2DKY	1		1
大豆島東	大字大豆島	3DKY	2	1	2
犀南	篠ノ井東福寺	2DKY	1		1
		2KB	1		1
今井	川中島町今井原	3DKY	3	1	
東京(※1)	鬼無里	4DKY	1		1
新町(※1)	信州新町	1KY	1		1

車いす使用者向け住宅(※2)

団地名	所在地	規格	募集戸数	うち単身可
宇木	三輪九丁目	3DKY	1	1

申5月8日(水)～14日(火)8:30～19:00(土・日曜日は10:00～16:00)に県住宅供給公社へ(事前に、申し込み資格などの詳細をお問い合わせください)

※1…テレビを視聴する場合、ケーブルテレビへの加入必要

※2…常時車いすの使用を必要とする、身体障害者手帳2級以上の肢体不自由障害者を含む世帯が申し込み可能〔申し込み前に居宅内を見学できます(要予約)〕

募集 長野市観光振興審議会委員

☑ 市内在住の18歳以上(就任時)で、市の他の審議会などの委員になっていない人

定 若干名(書類選考)

時(任期)6月1日(土)から2年間

申5月24日(金)(必着)までに、所定の応募用紙〔市HP、観光振興課(第二庁舎4階)にあります〕に必要事項を記入の上、「長野市の観光振興」をテーマにした小論文(800字程度)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで、同課(〒380-8512長野市役所、☒kankou@city.nagano.lg.jp)へ
 ☑ 観光振興課 ☎224-8316

募集 佐久間象山に関する資料

お持ちの佐久間象山に関する資料を、象山記念館に展示します。

☑ 展示期間はお問い合わせください。

申☑5月13日(月)～11月1日(金)に、電話で真田宝物館(☎278-2801)へ

募集 フリーマーケット出店者

時6月23日(日)9:00～11:30

所リサイクルプラザ

☑ 市内在住の個人・団体(事業者は除く)で、11:30まで出店できる人

定 40店舗(多数の場合は抽選)

¥500円

申5月30日(木)(必着)までに、はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・「6月フリーマーケット出店希望」・参加人数・販売品目を記入の上、郵送でリサイクルプラザフリマ係(〒381-0026松岡二丁目26-7)へ(1人・1団体1通まで)

☑ リサイクルプラザ ☎222-3196



お知らせ

まごころ

募集

催し・講座

時日時場所 内容 講師 対象 定員 料金 持ち物 申込み 他 その他 問い合わせ

お知らせ 令和7年国勢調査 第3次試験調査

令和7年に実施する国勢調査の企画・立案に必要な基礎資料を得ることを目的とする、試験調査を行います。

時(調査期日)6月19日(水)

対市内10調査区(約550世帯)

内調査項目は、男女の別、出生年月、世帯員の数、住居の種類など(本番の国勢調査と同一の調査項目)

他調査は県知事が任命した調査員が行い、6月上旬から対象世帯を訪問します。

回答方法は、インターネット、郵送提出、調査員による調査票の回収があります。回答内容は、統計法で厳重に保護されます。

問企画課統計担当 ☎229-6234

お知らせ 長野駅東口地下駐車場 地下トイレ利用休止

汚水ポンプ槽などの清掃のため、期間中、終日利用できません。

時5月13日(月)~24日(金)のうち、5日間(予定)

問監理課 ☎224-8704

お知らせ KSI官公庁オークション

不用となった市有財産をインターネット上で売却します。

時(申込期間)5月24日(金)13:00~6月11日(火)14:00

内動産(物品)

他5月23日(木)13:00、市HPに掲載開始予定

問管財課 ☎224-5016

お知らせ 元気なまちづくり 市政出前講座

市民の皆さんが主催する勉強会、研修会などへ、希望に応じて職員を派遣し、市の取り組みなどを説明します。

時9:00~21:00の間で、1回2時間以内(曜日は問いません)

所講座を開催する皆さんが、市内の会場を用意

5月の日曜開庁は12日(日)です

毎月第2日曜日は、一部業務を実施します。
(市役所第一庁舎2階、8:30~17:15)
市民窓口課(戸籍・住民票・印鑑登録、
税関係の証明書発行)、マイナンバー課、
国保・高齢者医療課、国民年金室



対市内在住・在勤・在学の、10人以上で構成する団体・グループ

申開催希望日の30日前(必着)までに、所定の申込用紙[市HP、広報広聴課(第一庁舎5階)にあります]に必要事項を記入の上、直接、郵送、ファクスのいずれかで各担当課へ

・詳しくは市HPをご覧ください
ただくか、各担当課へお問い合わせください。



問広報広聴課 ☎224-5004

お知らせ 長野市保育園・認定こども園 合同就職説明会

時5月18日(土)14:00~16:30

所シャトレゼホテル長野

対保育士を目指す学生、保育士資格を有する求職者

問長野市私立保育協会 ☎232-0080

お知らせ 人権擁護委員による よろず相談会(6月)

信州新町支所

時4日(火)9:30~12:00

大岡支所

時4日(火)10:00~12:00

中央隣保館・篠ノ井交流センター

時4日(火)13:00~16:00

中条総合市民センター

時5日(水)10:00~12:00

戸隠公民館

時6日(木)13:30~16:00

問人権・男女共同参画課 ☎224-5084

お知らせ 行政相談

行政への苦情などに応じます。

市民相談室(もんぜんぱら座4階)

時5月10日・17日・24日・31日、6月7日(金)10:00~12:00

篠ノ井交流センター

時5月10日、6月7日(金)10:00~12:00

松代支所

時5月17日(金)10:00~12:00

大岡支所

時6月4日(火)10:00~12:00

信州新町支所

時6月4日(火)9:30~12:00

中条総合市民センター

時6月5日(水)10:00~12:00

戸隠公民館

時6月6日(木)13:30~16:00

問広報広聴課 ☎224-5004

お知らせ 不動産鑑定士 無料相談会

時5月10日(金)13:00~15:40

所(株)長水建設会館

申問事前に電話で(一社)長野県不動産鑑定士協会(☎225-5228)へ

お知らせ 土地家屋調査士 無料相談会

時5月27日(月)13:30~16:00

所芸術館展示サロン

申問事前に電話で長野県土地家屋調査士会北信支部(☎273-8120)へ

お知らせ 献血日程(5月)

信州新町支所

時16日(木)9:30~11:30

川中島支所

時21日(火)9:30~11:00

若槻コミュニティセンター

時28日(火)15:30~16:30

問食品生活衛生課 ☎226-9970

お知らせ

まじろ

募集

催し・講座

時日時 場所 内容 講師 対象 定員 料金 持ち物 申し込み 他 問い合わせ

くらしのチャンネル

お知らせ 6月市議会定例会 6月13日(木)開会予定

いずれも10:00から開会します。

本会議(6月)

13日(木)議案説明

19日(水)・20日(木)個人質問

21日(金)個人質問・議案質疑など

28日(金)採決

所(傍聴受付) 傍聴席入り口(第一庁舎8階)

委員会(6月)

24日(月)福祉環境・建設企業

25日(火)総務・経済文教

所(傍聴受付) 議会事務局(第一庁舎7階)

請願・陳情

希望する人は、6月13日(木)までに提出してください(請願の提出には、議員の紹介が必要です)。個人情報記載された請願(陳情)書の写しは、本会議などで配布します。

他乳幼児一時預かり、手話通訳および要約筆記サービスの利用を希望する人は、お問い合わせください。

問議会事務局 ☎224-5057

お知らせ ポイ捨てや歩きながらの喫煙はやめましょう

市では、条例で次の行為を禁止しています。

- ・ごみのポイ捨て
- ・歩いているとき、自転車やバイクに乗車しているとき、吸い殻入れを携帯していないときの、道路などでの喫煙
- ・家庭ごみなどの廃棄物の投棄
- ・飼い犬のふんの放置

市長からのメッセージ動画もご覧ください。



問環境保全温暖化対策課

☎224-5034

お知らせ ながのまちづくり活動 支援事業補助金

1団体当たり、年間70万円を上限に補助します。

対住民自治協会を含む、市民公益活動団体が自主的に行っているまちづくり活動で、他の補助金の交付がなく、令和7年3月31日までに事業が完了するもの

申5月31日(金)までに、募集要領を確認の上、所定の応募用紙〔募集要領、応募用紙ともに、市HP、地域活動支援課(第一庁舎4階)、各支所にあります〕に必要事項を記入し、直接、同課へ

他応募には、事前相談が必要です。

問地域活動支援課 ☎224-5033

お知らせ 令和元年東日本台風災害 長野市被災地区移住補助金

被災地区の公費解体後の空き地(宅地)に住宅を建築し、被災地区外から転居・転入する人を補助します。

¥市内の他地区から=100万円、市外から=200万円

・対象など、詳しくは市HPをご覧ください。



問秘書課復興対策室 ☎224-9728

お知らせ 個人市民税・ 県民税の定額減税

令和6年度分の個人市民税・県民税の所得割額から、一定額の減税を行います。

対令和5年分の合計所得金額が1,805万円以下の納税義務者

内減税額は、(控除対象配偶者および扶養親族の人数+1)×1万円

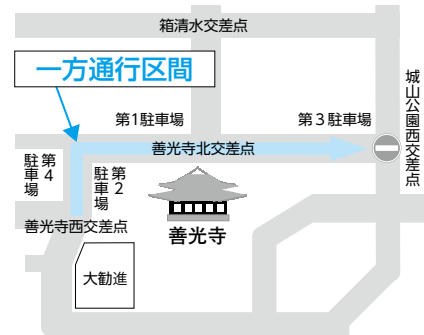
他国外居住の配偶者と扶養親族は対象外

問市民税課 ☎224-8507

- ・料金の記載のないものは無料
- ・申し込み方法の記載のないものは申し込み不要
- ・ホームページはHPと省略して記載

お知らせ 善光寺周辺の交通規制

時5月3日(金)~5日(日)10:30~15:00



問交通政策課 ☎224-5012

お知らせ 戸籍証明書・ 戸籍の附票の写し コンビニ交付サービス 利用可能曜日・時間変更

5月1日(水)から、戸籍証明書と戸籍の附票の写しに限り、コンビニ交付サービスにおける取得可能時間が変更になります。

時(変更後)月~金曜日(祝休日を除く)9:00~17:00

問市民窓口課 ☎224-6428

お知らせ 若里マイナンバー カードセンター業務終了

4月30日(火)をもって、業務を終了しました。

問マイナンバー課 ☎224-8380

お知らせ スポーツ施設 新予約システム利用開始

6月1日(土)から、新システムで7月利用分以降のスポーツ施設の予約を受け付けます。予約には、長野市施設利用登録〔ながの電子申請サービス(長野市)から申し込み〕が必要です。

・詳しくは市HPをご覧ください。

問スポーツ課 ☎224-5083

みどりのはがき

FAX 026-224-5102(広報広聴課行)

通常の回答は、市で受け付けてから「市長からの回答」は1カ月程度、「担当課長からの回答」は15日程度かかります。なお、内容によっては、さらにお時間をいただく場合もあります。

(のりしろ)

(のりしろ)

↑谷折り②

↑谷折り②

(のりしろ)

(のりしろ)

住所 〒 —								下記から一つ選んでください。				
氏名								<input type="radio"/>	市長からの回答がいきます			
								<input type="radio"/>	担当課長からの回答がいきます			
19歳以下				20代	30代	40代	50代	60代	70代	80歳以上	<input type="radio"/>	回答はいりません
電話番号				受付NO.								

※担当課からご意見の内容などを確認させていただく場合がありますので、電話番号の記入にご協力ください。



2025年5月31日まで
切手はいりません。

差出有効期限

長野中央局
承認
4058

料金受取人私郵便

長野市大字鶴賀緑町1613番地

長野市長 荻原 健司 行

3808750

みどりのはがき 令和7年5月31日までに郵便ポストへ

- ・ 回答を希望される場合は、お名前(フルネーム)、ご住所を必ずご記入ください。お名前のないご意見や営業目的のもの、政治活動、宗教に関するもの、他人の誹謗(ひぼう)中傷、市長や職員の個人的なこと、市長や職員の行事などへの出席依頼、その他本市が回答することが適当でないものについては、回答いたしません。
- ・ 通常の回答は、「市長からの回答」は1カ月程度、「担当課長からの回答」は15日程度かかります。内容によっては、さらにお時間をいただく場合があります。また、5・6月はお寄せいただく件数が多いため、回答に1カ月以上かかる場合があります。
- ・ 「市長からの回答」は、担当課で回答を作成し、市長が確認後、回答します。「担当課長からの回答」は、担当課長から回答した後、市長が内容を確認します。なお、回答を希望されない場合でも、いただいたご意見は担当課に送付し、市政の参考にさせていただきます。
- ・ 個人情報とは、「個人情報の保護に関する法律」に基づき適正に取り扱います。なお、お寄せいただいた内容は個人情報を伏せた上で公表することがあります。
- ・ 「みどりのはがき」はファクスなどでも受け付けています。また市ホームページの「みどりのはがき」でも受け付けています。みどりのはがきホームページ版は、右の二次元コードからアクセスすることができます。



問広報広聴課 ☎224-5004 FAX 224-5102

本年度は、「長野市の強みを活(い)かした未来への投資」として、これまでに力を入れて取り組んできた子育て支援・教育施策などの着実な「定着」、将来を見据えた「変革」、長野市が持つ価値を未来につなぐ「挑戦」の3つを柱に、市民の皆さまが暮らしの中で変化を実感していただけるよう取り組みを進めてまいります。

市政に関する建設的なご意見、ご提案などがございましたら、お寄せください。

令和6年5月

長野市長 荻原健司

長野市公式
ホームページはこちら

「広報ながの」などを配信
無料アプリ「マチイロ」

長野市
公式 SNS