



も く じ

- 災害復興計画がスタート…………… 2・3
- 新型コロナウイルス感染症の
拡大防止に向けて…………… 4・5
- 民生委員・児童委員の活動…………… 6
- ブロック塀などの自主点検…………… 7
- 固定資産税・都市計画税…………… 8・9
- 口座振替をご利用ください…………… 9
- 障害福祉に関する相談窓口…………… 10
- ひきこもり家族教室…………… 11
- 肺がん・結核検診を受けましょう… 11
- 長野市職員募集…………… 12
- 体罰などによらない子育てを…………… 13
- ムクドリ・カラス対策…………… 13
- 道路や河川はみんなの財産…………… 14
- 雨水貯留施設の助成制度…………… 14
- 大麻草や
植えてはいけないケシに注意…………… 15
- 有毒植物による食中毒に注意…………… 15
- ながの花と緑大賞2020 …………… 16
- 健康情報コーナー…………… 16
- 禁煙にチャレンジ…………… 17
- ごみのポイ捨てと歩行喫煙の禁止… 17
- ぐらしのチャンネル…………… 18～22
- みどりのはがき…………… 23・24

仮園舎での保育を再開

令和元年東日本台風災害により園舎が浸水した長沼保育園では、4月1日頃から仮園舎での保育を再開しました。

災害発生後、二つの市立保育園に分かれて保育を受けていた子どもたちが戻ってきた園舎には、子どもたちの元気な声が響いています。

長野市の人口 (令和2年4月1日現在)

総数 373,971人(男181,226人 女192,745人)
世帯数 161,472世帯

「長野市災害復興計画」がスタートしました

令和元年東日本台風災害により被災された皆さんが、一日も早く被災前の落ち着いた日常を取り戻し、安心して暮らしていけるように、また、この未曾有の災害に負けることなく、これまで以上に強く活力あふれる長野市となることを目指し、復旧・復興への道筋となる長野市災害復興計画を策定しました。

今後、本計画に基づき、行政・住民・事業者・各種団体などの皆さんと連携しながら、全市的な復旧・復興とさらなる発展に向けて、全力で取り組んでいきます。



心ひとつに

◆ 計画の対象地区

令和元年東日本台風災害により甚大な被害が生じた長沼、豊野、古里、篠ノ井、松代、若穂の6地区を中心とした市内全域

◆ 計画の期間

○令和2年度から令和6年度までの5年間
 なお、5年以上の中長期的な課題については、令和7年度以降も継続して取り組みます。

◆ 計画の基本理念(将来像)

心ひとつ(ONE NAGANO)にみんなで作る 安心・共生・希望のまち

◆ 計画の基本方針など

三つの基本方針を柱に据え、復興に向けて取り組みます。

基本方針と施策	主な取り組み
1 安全・安心の再生 1-1 市民生活の再建 1-2 生活基盤の再建 1-3 防災力の向上	国・県・市が連携・協力して取り組む「信濃川水系緊急治水対策プロジェクト」に基づく治水対策に加え、個人や地域の防災・減災体制の向上と、被災者の生活支援対策や地域コミュニティの再構築などに取り組みます。 ・千曲川の決壊箇所などの復旧工事や、河道掘削、遊水地、堤防強化、堤防整備、狭さく部の掘削などの河川改修事業の推進 ・浅川、岡田川、蛭(ひる)川、神田川などの千曲川支流の被災箇所などの復旧工事や、排水路、雨水調整池、排水機場の整備、河道内のしゅんせつなどの内水対策事業の推進 ・災害対応の検証や、マイ・タイムラインの作成などの自主的避難体制づくりの推進 ・被災者の生活・住宅支援対策、地域コミュニティの再構築・育成
2 生業(なりわい)の再生 2-1 産業基盤の再建 2-2 産業・経済の振興	事業活動の早期復旧と活性化などに向け、農林業の再建・振興、商工業の再建・振興として、多様な支援を行います。 ・農地などの復旧や営農再開への助成 ・被災した事業者の事業復旧、事業継続に向けた相談窓口の設置 ・企業の新技術や新製品の開発を進めるため、産業界、大学などの学術機関、金融機関、行政など産学金官の連携の推進
3 賑(にぎ)わいの再生 3-1 活力の創出 3-2 産業の高付加価値化	復興応援事業や、新たな産業の創出によって、災害からの復興に向けた機運を高め、観光客の増加を目指します。 ・災害ボランティアなどの支援者や、全国で「ながの」を応援してくださる皆さんとの絆の継続・醸成の取り組み ・豊かな自然環境と多彩な地域資源を生かした観光振興の取り組みや、特産の農産物などを活用した加工品の開発・販売などの6次産業化の取り組みの支援

※長野市災害復興計画について、詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆ 地区別計画

施策で示した取り組みを中心に、治水対策や、被災した公共施設の復旧の方向性など、被災6地区個別の内容について示しています。

● 長沼地区

【生活インフラなどの整備】

- ・市道(長沼87号線ほか)、農道(長沼17号線ほか)の復旧
- ・村山豊野(停)線バイパス整備(堤防道路)
- ・赤沼公園、長沼公園などの復旧

【公的サービスなどの復旧、機能回復】

- ・長沼小学校、東北中学校、長沼児童センター、長沼保育園、長沼支所、長沼交流センター、長沼体育館、農民館、長沼分団詰所・水防倉庫

【治水対策】

- ・河川における防災拠点の整備の検討
- ・浅川排水機場の増設、堤防かさ上げ、二線堤の整備など

【農林・商工・観光産業の振興など】

- ・リンゴなどの地域資源の魅力発信
- ・北部工業団地などの復旧、販路拡大の支援

● 古里地区

【生活インフラなどの整備】

- ・農道(古里174号線ほか)の復旧
- ・長野豊野線(三才工区)整備

【公的サービスなどの復旧、機能回復】

- ・東北老人福祉センター、東北老人憩の家

【治水対策】

- ・駒沢川、新田川の対策工事など

【農林・商工・観光産業の振興など】

- ・リンゴ、ナシなど、地域資源の魅力発信

● 松代地区

【生活インフラなどの整備】

- ・農道(松代西1号線ほか)、林道(宮坂線ほか)の復旧
- ・松代バイパス整備
- ・青垣公園の復旧

【公的サービスなどの復旧、機能回復】

- ・松代小学校、松代中学校、松代花の丸児童センター、河川敷運動場、松代マレットゴルフ場

【治水対策】

- ・蛭川の温泉橋下流右岸の堤防かさ上げ工事
- ・神田川のパラペット中抜け区間対策工事
- ・松代温泉団地ポンプ施設、西田川排水機場の能力アップ

【農林・商工・観光産業の振興など】

- ・長芋、モモ、アンズなど、地域資源の魅力発信
- ・松代荘や松代城などを活用した観光振興

● 豊野地区

【生活インフラなどの整備】

- ・市道(豊野229号線ほか)、農道(豊野125号線ほか)の復旧
- ・長野豊野線(三才工区)整備
- ・豊南町遊園地、豊野沖公園の復旧

【公的サービスなどの復旧、機能回復】

- ・豊野中学校、豊野支所、豊野公民館、豊野老人福祉センター、こぶし、豊野保健センター、豊野体育館、豊野屋内運動場、豊野東山運動場、災害公営住宅 ほか

【治水対策】

- ・浅川排水機場の増設、堤防かさ上げ、二線堤の整備など
- ・市東北部の消防体制などの強化についての検討

【農林・商工・観光産業の振興など】

- ・リンゴ、ブドウなど、地域資源の魅力発信
- ・国道18号アップルラインの復旧、販路拡大の支援

● 篠ノ井地区

【生活インフラなどの整備】

- ・市道(聖川堤防線ほか)、農道(篠ノ井中158号線ほか)の復旧
- ・都市計画道路岩野二ツ柳線の整備

【公的サービスなどの復旧、機能回復】

- ・篠ノ井運動場、河川敷運動場

【治水対策】

- ・岡田川などの対策工事
- ・岡田川排水機場の新設
- ・小森第一排水機場の復旧・耐水化
- ・既存の農業用ため池を利用した流出抑制対策

【農林・商工・観光産業の振興など】

- ・モモ、長芋など、地域資源の魅力発信

● 若穂地区

【生活インフラなどの整備】

- ・県道(長野菅平線ほか)、市道(音坂高岡線ほか)、農道(若穂東1号線ほか)、林道(高岡山新田線ほか)の復旧
- ・千曲川右岸堤防改修に併せた市道整備

【公的サービスなどの復旧、機能回復】

- ・河川敷運動場、若穂マレットゴルフ場、若穂多目的広場

【治水・治山対策】

- ・保科川、赤野田川の対策工事
- ・笹平沢ほかの土砂災害対策施設の整備

【農林・商工・観光産業の振興など】

- ・モモ、リンゴ、長芋など、地域資源の魅力発信
- ・有害鳥獣防除対策支援、信州わかほジビエとの連携
- ・若穂スマートインターチェンジの早期事業化に向けた検討

復興局 復興推進課 ☎224-9728
FAX224-9704 ✉fukko@city.nagano.lg.jp

新型コロナウイルス感染症の 拡大を防ぎましょう

新型コロナウイルスの感染が本市でも確認されています。
感染拡大防止のため、三つの「密」を避ける、手洗いやせきエチケットを徹底するなどの対策に、皆さんのご協力をお願いします。

クラスター（集団）発生を防ぐために「三つの密」を避けましょう！

新型コロナウイルス感染症のクラスター（集団）発生リスクを下げするため、次の三つを避けることを心掛けてください。

- ① 換気の悪い「密閉空間」
- ② 多数の人が集まる「密集場所」
- ③ 周囲の人と近距離で会話や発声をする「密接場面」

感染が疑われるときは

風邪症状や37.5度以上の熱が続く人などは、外出を控え、他の人との接触を避けてください。これらの症状が4日程度続く場合（高齢者な

どは2日程度）や、強いだるさや、けんたい感、息苦しさが見られる場合は、医療機関を受診する前に、必ず電話でかかりつけ医か、左記の相談窓口にご相談ください。

■新型コロナウイルス感染症有症者相談窓口
（帰国者・接触者相談センター）（長野市保健所）
▶月～金曜日8:30～17:15 / ☎226-9964（市保健所健康課感染症対策担当）
▶夜間、土・日曜日、祝休日 / ☎226-4911（市役所代表）
■新型コロナウイルス感染症一般相談窓口
▶24時間対応専用電話 / ☎235-7277または☎235-7278
（長野県保健・疾病対策課）
※4月16日時点の情報です。変更などがある場合がありますので、詳しくは、問い合わせ先へご確認ください。

◆正しい手の洗い方

（出典／政府広報オンライン）



洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かしましょう。

◆三つの正しい せきエチケット

（出典／厚生労働省）



●特に電車内や職場など、人が集まる場所で実践することが重要！

※新型コロナウイルス感染症に関する長野市の最新情報は、市ホームページをご覧ください。



問 市保健所健康課
感染症対策担当
☎226-9964 FAX 226-6082
✉ h-kenkou@city.nagano.lg.jp

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐための 市民の皆さんへのお願い

全国各地で新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっています。本市でも4月1日に最初の感染者が確認され、その後、濃厚接触者が多く不特定多数との接触のある事例も発生しています。

本市は、中核市として、市保健所においてPCR検査を実施しており、市内医療機関と連携した受診・検査体制を構築するとともに、市保健所及び市内12の保健センターにおいて、医師、保健師、臨床検査技師、看護師を含む職員約180人が特別体制を組んで第一線で対応しています。また、「新型コロナウイルス感染症長野市対策本部」を設置して、全庁で対策に当たり、市民の皆さんの生命や生活、企業活動を守るための取り組みを進めています。

市民の皆さんにも、感染拡大防止のための行動をお願いします。自分が感染しないことはもちろん、自分が感染している可能性も常に意識し、周囲の人にうつさないようにすることが大切です。4ページの記事も参考にして、一人一人ができる対策を実践しましょう。

- 1 不要不急の外出を控え、人との間隔をとってください。事業者の皆さんは、テレワークや時差出勤などの推進にご配慮をお願いします。
- 2 正しい手洗い、マスクの着用などせきエチケット、さらに三つの「密」を避ける行動を徹底してください。
- 3 熱やせきなどの症状のある人、いつもと違うけんたい感を感じた人は、まず市保健所の有症者相談窓口（☎226-9964）や、かかりつけ医に**必ず電話**で相談し、出勤や外出を控えるなど、感染を広げない行動をお願いします。
- 4 体温や症状の有無など、**あなたご本人とともに、ご家族の健康状態を毎日チェック**しましょう。事業所の皆さんも、従業員の健康管理に十分留意していただくようお願いします。
- 5 繁華街で接客を伴う飲食店の利用を自粛してください。
- 6 感染者や勤務先に対して誹謗（ひぼう）中傷する事例が見受けられます。感染者のプライバシーを守り、お互いに支え合っていきましょう。

生活の不自由さを感じることもありますが、冷静な行動は、自らの命を守るとともに、社会全体を守ることに繋がります。国、県、市からの最新の情報に基づき、適切な行動をしていただくようお願いします。一丸となってこの難局を乗り切っていきましょう。

長野市長 加藤 久雄

5月12日は「民生委員・児童委員の日」

民生委員・児童委員は地域の身近な相談相手です

民生委員・児童委員は、地域の皆さんのさまざまな相談に応じ、皆さんの抱える問題や要望の把握、福祉サービスの紹介やサービスを利用してもらったための支援を行う、民生委員法に基づくボランティアです。

現在、本市では児童に関する支援を専門に行う主任児童委員（79人）を含め、875人の委員が活動しています。困り事や心配事があるときは、ぜひ声を掛けてください。

こんな活動を行っています

◆訪問・見守り活動

障害者や高齢者のみの世帯などを訪問し、見守りや声掛けなどを行ったり、電話で様子をお聞きしたりします。

◆相談・支援活動

生活上の心配や悩み事、介護などの相談を受け、解決に向けて支援を行います。また、必要に応じて専門機関などの支援やサービスにつなげます。

◆地域福祉活動

地域の福祉関係者が協力して開催している「お茶のみサロン」「子育てサロン」「介護者の集い」「ふれあい会食会」などに参加し、地域の皆さんの憩いの場、お楽しみのお機会づくりに努めています。

◆子どもに関する活動

不登校やいじめ、児童虐待、子育ての悩みなどの相談を受け、学校や児童相談所などの関係機関と連携し

ながら、適切な支援を行います。

また、小・中学校の学校行事や地域の行事に参加しています。

◆災害に備える活動

本市が進めている「避難行動要支援者台帳」の調査を行い、災害時自力での避難が困難な人の把握に努めています。また、地域住民で作る自主防災組織と連携して、支援のための体制づくりに取り組んでいます。

令和元年東日本台風災害でも、多くの民生委員・児童委員が避難支援・被災者支援の活動を行いました。当時の様子を紹介します。



令和元年東日本台風災害での取り組み



令和元年10月12日、降り続く雨の中、午後になって千曲川の水位が上がってきていることを知りました。そんな時に、区長さんから対策本部を立ち上げると電話連絡があり、避難行動要支援者名簿を雨で濡れないようにファイルにしつかり入れ、急いで対策本部へ出かけました。

午後6時少し前に、地区の役員と、避難行動要支援者名簿を基に避難を始めるよう、皆さんに連絡しました。また、一人暮らしの人の息子さんに電話し、避難を手伝ってもらいました。

午後8時ごろ、避難の様子を見るために、避難所である小学校へ行きました。体育館には少しずつ住民の皆さんが集まり始めており、それぞれの家族ごとに近所の人と一緒に固まって、先の見えない不安の中でも、助け合っている様子が見られました。その中に、自分が担当する区域の皆さんの姿を確認することができました。

ほかの避難所の様子も確認するため、仲間の民生委員と分担して

避難所を回りました。

10月13日、ついに千曲川の堤防が決壊してしまいました。区長さんと連絡を取りながら安否確認を始め、15日の朝までに区民全員を確認しました。なかには、連絡を受けたものの、避難を躊躇（ちゆうちゆう）してしまっただ人もいました。

水が引けた後、皆さんのところを回りながらお話を聞き、その後も、引き続き支援を行っています。

近年、大規模災害が度重なり発生しています。日頃の民生委員・児童委員活動を通して、地域の皆さんと顔の見える関係づくりを進めることが、災害に強いまちづくりにもつながっています。

個人情報はお守り守られます

民生委員・児童委員には、法律により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を行いますので、お気軽にご相談ください。

問 長野市民生委員児童委員協議会

議会（長野市社会福祉協議会内）

☎ 225・1234 FAX 223・7388

福祉政策課

☎ 224・5028 FAX 224・5106

✉ fukushi@city.nagano.lg.jp

ブロック塀などの自主点検をしましょう

平成30年6月に発生した大阪府北部を震源とする地震をはじめ、過去の地震においても、ブロック塀や組積造の塀の倒壊によって、犠牲者が発生する事故が繰り返し起きています。

構造基準に合わない塀や経年劣化した塀は、地震により倒壊する恐れがあります。また、道路沿いにある塀が倒壊すると、通行人などへ被害を及ぼすほか、避難や救助活動にも支障を来します。

事故を未然に防ぐため、自宅のブロック塀などの自主点検を行い、構造基準に合わない場合や、傾きやひび割れなどの劣化が見られる場合は、建築士や施工業者などの専門家に相談してください。

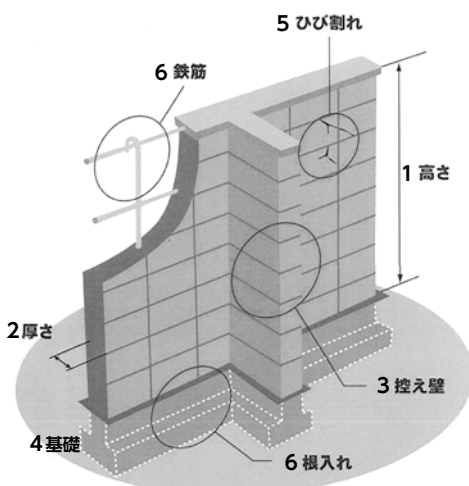
塀の安全確保は所有者の責任です

所有しているブロック塀などが倒壊し、事故が発生した場合は、所有者が損害賠償責任を負う可能性があります。

次のチェックポイントを参考に、自宅のブロック塀などを点検し、一つでも適合しない項目がある場合は、通行人への注意喚起の表示や、補修・撤去などを速やかに行いましょう。

●ブロック塀などのチェックポイント

- 1 塀などは高すぎないか
 - ブロック塀の高さは、地盤や道路面から2.2メートル以下か
 - 2 塀などの厚さは十分か
 - ブロック塀の厚さは10センチメートル以上か(高さが2メートル超の場合は15センチメートル以上)
 - 3 控え壁はあるか
 - ブロック塀の長さ3.4メートル以下ごとに、補強のための控え壁はあるか(高さが1.2メートル超の場合)
 - 4 コンクリートの基礎があるか
 - 5 塀などに傾き、ひび割れはないか
- 〈専門家に相談しましょう〉
- 6 ブロック塀に鉄筋が入っているか
基礎の根入れ深さは適正か



出典:国土交通省ホームページより

◆組積造(れんが造、石造、鉄筋のないブロック造)の塀の場合

- 1 塀の高さは地盤から1.2メートル以下か
 - 2 塀の厚さは十分か
 - 3 塀の長さ4メートル以下ごとに、控え壁があるか
 - 4 基礎があるか
 - 5 塀に傾き、ひび割れはないか
- 〈専門家に相談しましょう〉
- 6 基礎の根入れ深さは適正か

☎ 224・5076 FAX 224・5124
 建築指導課
 shidou@city.nagano.lg.jp

◎点検方法の詳細や、地域の危険箇所
 の相談など、詳しくは建築指導課
 にお問い合わせください。



▲地震によりブロック塀の一部が損壊(出典:パンフレット「あなたのまわりは大丈夫?今すぐブロック塀等の点検を」日本建築防災協会より)

ブロック塀等除却事業補助金(令和2年度)

道路沿いの危険なブロック塀などの除却費用の一部を補助します。

補助金額

「除却工事費」または
 「除却する塀の長さ(メートル)×1万6千円*」の
 いずれか低い方の額の2分の1以内かつ上限5万円
 *基礎を除却しない場合は1万円

●工事着手の前に補助金の申請が必要です。詳しくは、建築指導課へお問い合わせください。

まちづくりになかす

あなたの固定資産税・都市計画税

固定資産税・都市計画税は、毎年1月1日現在の土地・家屋・償却資産の所有者に、その資産価値に応じた納めていただく税金です。市民の皆さんに、さまざまな行政サービスを行うための重要な財源となっておりますので、納期限までに納付をお願いします。

固定資産税

土地

■土地の評価額

固定資産税の土地の評価額は、原則として基準年度である平成30年度から3年間据え置きます。ただし、地価が下落している場合は、評価額も下がります。

なお、基準年度以外でも、土地の使用状況の変更などがあれば、新たに評価を行います。

◇評価額が下がっても税額が上がる場合があります

平成6年に行われた評価替えにより、宅地などの評価額が大幅に上昇しました。このような土地は、評価額を基に算出する課税標準額を、段階的に上昇させる措置が取られたた

(表) 住宅用地に対する特例措置

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

※建物に住宅以外の部分がある場合や敷地内に複数の建物がある場合などは、居住部分の割合から住宅用地の率を算定します。

■住宅用地の軽減
住宅が建っている土地(住宅用地)は、申告することで負担を軽減するための特例が適用されています。この特例措置の適用がなくなり、土地の税額が大幅に上昇することがあります。

家屋

■新築・増築家屋

平成31年1月2日から令和2年1月1日までに、新築か増築をした家屋は、本年度から課税されます。

■新築住宅の軽減措置

新築された住宅で要件を満たした家屋は、新築後一定期間、固定資産税が減額されます。

■在来分家屋の税額

平成31年度以前から課税されている家屋の税額は、増改築や家屋の取り壊し、または減額措置が終了した場合などを除き、平成31年度と同額です。

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(借家の内装・会社やアパートの外構など)、機械、太陽光発電設備、大型特殊車両、器具、備品などをいいます。

償却資産の所有者は、毎年1月1日現在の資産の所有状況を申告することになっています(申告期限は毎年1月31日)。

都市計画税

都市計画税は、都市計画事業や土地区画整理事業に充てる目的で課さ

れる税金で、固定資産税に準じて税額を算定しています。課税対象は、市街化区域内にある土地と家屋です。

◎納税通知書の発送日

◇土地・家屋 5月1日(金)

◇償却資産 5月1日(金)

*課税内容に不明な点などがある場合は、資産税課へお問い合わせください。納税通知書は、登記申請や所得税の申告などにも使用できますので、大切に保管してください。

◎納期限のお知らせ

▽第1期 6月1日(月)

▽第2期 7月31日(金)

▽第3期 12月28日(月)

▽第4期 令和3年3月1日(月)

令和元年東日本台風災害による軽減措置

土地

■浸水の影響による地価の下落

浸水の影響があった宅地、宅地比準の雑種地と市街化区域農地について、地価の下落に伴う評価額の見直しを行っています。

■被災住宅用地に対する特例

住宅用地に対する課税標準額の特

例（8ページの表参照）が適用されていた土地で、被災住宅を解体後、やむを得ない事情（がれきなどの処理で物理的に使用できない、経済的事情により住宅再建までに時間がかかるなど）により住宅の再建がされず、更地の状態である場合には、令和2～3年度の固定資産税、都市計画税について、住宅用地とみなして特例が適用されます。

※売買により所有者が変わった場合や、住宅用地以外の用途に変更した場合など、特例が適用されない場合があります。

家屋

■被災家屋の評価額について

令和2年1月1日現在において修繕が終了していない家屋については、被害の程度に応じて評価額の見直しを行っています。ただし、一定の経過年数に達している、すでに評価額が下げ止まっている家屋については、見直しをしても評価額が変わらない場合があります。

■被災代替家屋に対する減額

災害によって滅失か損壊した家屋（被災家屋）の所有者が、被災区域内（*）において、令和6年3月31日までに、被災家屋に代わる家屋を新たに取得か改築した場合には、その家屋の税額のうち被災家屋の床面積相当分について、取得か改築した

翌年から4年度分につき、税額を2分の1に減額する特例の適用があります。

*被災者生活再建支援法が適用された市町村（長野市内は全域対象）

■公費解体などを申請した家屋について

公費解体や自費解体償還の制度を利用し取り壊した家屋は、申請すると減免になります。減免になるのは、減免申請書の提出以降に納期が到来する税額となります。

※被災住宅用地に対する特例と公費解体などの減免については、申請が必要です。令和2年3月31日までに公費解体などの申請が済んでいる納税義務者には、申請書を送付しています。4月以降は、公費解体などの申請時に申請書を提出していただいています。

問 資産税課

土地の課税 ☎ 224・7076

家屋の課税 ☎ 224・7176

償却資産の申告など ☎ 224・8376

証明書の交付など ☎ 224・5018

FAX 共通 224・7083

☐ sisanzei@city.nagano.lg.jp

市税・保険料などは、安心・便利な口座振替をご利用ください

口座振替は便利で確実です

- ・自動で納付できるので、納め忘れがありません。
- ・納期ごとに金融機関などの窓口に出向く必要がありません。
- ・一度申し込むと、指定の口座から継続的に納付できます。
- ・手数料は無料です。

申し込み方法は？

預貯金口座をお持ちの、市内に本店のある各金融機関または市役所、各支所にある申込用紙で申し込むか、納税通知書などに同封された預貯金口座振替依頼書（はがき）に必要事項を記入の上、郵送で申し込んでください。

申し込みに必要なものは？

- ・預貯金通帳
- ・通帳の届け出印
- ・納税通知書 など

口座振替の開始時期などは？

郵便でお知らせします。なお、手続きが完了するまでには1カ月程度かかりますので、ご了承ください。

納税通知書が届いてから申し込む場合、最初の納期分は口座振替が間に合いません。また、年度途中で一括納付を申し込んだ場合、その年度は期別納付となり、翌年度から一括納付が始まります。

振替口座の変更について

振替口座に異動があった場合や、相続などで納税義務者が代わる場合は、改めて口座振替の申し込みが必要になります。

問い合わせ先

市税以外の口座振替については、各担当課へお問い合わせください。

●国民健康保険料

国民健康保険課 ☎ 224・7260

●後期高齢者医療保険料

高齢者活躍支援課 ☎ 224・8767

●介護保険料

介護保険課 ☎ 224・7931

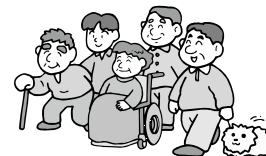
問 収納課（市税の口座振替）

☎ 224・5019 FAX 224・7346

☐ syunou@city.nagano.lg.jp

障害福祉に関する身近な相談窓口をご利用ください

市では、障害者の皆さんが地域で安心して生活できるように身近な相談窓口を設置して、市内在住の障害者(児)やその家族などからの相談に応じています。秘密は固く守りますので、お気軽にご相談ください。なお、既に相談員が決まっている場合は、その相談員にご相談ください。



自立・社会参加に関する相談

相談窓口	担当地域	連絡先
障害者相談支援センター(大字高田) まい・すてっぴ	第一、第二、第三、第四、第五、芹田、吉田、浅川、小田切、芋井、信州新町、中条	☎268-0666 FAX268-0611
障害者相談支援センター(大字稲葉) 希来里(きらり)	第三、第四、第五、芹田、古牧、三輪、柳原、朝陽、信州新町、中条	☎267-5686 FAX225-5668
障害者相談支援センター(大字東和田) ベターデイズ	古牧、三輪、吉田、古里、朝陽、若槻、長沼、豊野、戸隠、鬼無里	☎259-9966 FAX217-7024
障害者相談支援センター(豊野町豊野) 歩楽里(ふらり)	第一、第二、古里、柳原、浅川、若槻、長沼、芋井、豊野、戸隠、鬼無里	☎217-8850 FAX217-1182
南部障害者相談支援センター(川中島町今井) ほっとらいふ相談室桃の郷・ココロ・絆の会相談室	篠ノ井、川中島、更北、若穂、松代、信更、大岡、七二会、小田切、安茂里、大豆島	☎274-5871 FAX274-5872

子どもに関する相談

相談窓口	担当地域	連絡先
発達相談支援センター(平林一丁目) ベターデイズ	第一、第二、古牧、三輪、吉田、古里、柳原、浅川、大豆島、朝陽、若槻、長沼、芋井、豊野、戸隠、鬼無里	☎259-9975 FAX259-9969
発達相談支援センター(若里六丁目) にじいろキッズらいふ	第三、第四、第五、芹田、安茂里、小田切、篠ノ井、松代、若穂、川中島、更北、七二会、信更、大岡、信州新町、中条	☎219-3781 FAX223-6011

虐待防止、権利擁護、障害を理由とした差別に関する相談

相談窓口	担当地域	連絡先
障害者権利擁護サポートセンター(大字東和田) ベターデイズ(虐待防止・差別解消)	長野市全域	☎262-1110 FAX217-7024

病院・施設からの地域移行に関する相談

相談窓口	担当地域	連絡先
障害者地域移行コーディネートセンター 絆の会相談室(松代町松代)	長野市全域、須坂市、千曲市、坂城町、信濃町、小布施町、飯綱町、高山村	☎278-9566 FAX213-6444

障害者への虐待防止

虐待は、障害者の尊厳を傷つける許されない行為です。次のような行為は、虐待に当たります。

- 身体的虐待／暴力や体罰、体を縛り付ける、過剰な投薬で体の動きを制限するなど
- 性的虐待／無理やりまたは同意と見せかけて、わいせつなことをしたり、させたりするなど
- 心理的虐待／言葉・態度による侮辱や拒絶など
- ネグレクト(放棄・放任)／日常の世話をしない、医療

を受けさせないなど

- 経済的虐待／本人の同意なしに財産を使うなど

虐待かも?と思ったら

虐待が疑われるときは、上記の障害者権利擁護サポートセンターベターデイズか、長野市障害者虐待防止センター(障害福祉課内、☎224-8730)へご連絡ください。なお、連絡してくれた人の情報は固く守ります。

☎障害福祉課 ☎224-8730 FAX224-5093 ✉shougai@city.nagano.lg.jp

ひきこもり家族教室



ひきこもり講座

自宅などに閉じこもることが多く、人との関わりや社会参加が困難になっている状態のことをいいます。ひきこもりは、病気や障害の有無にかかわらず、どの年代でも起こり得るものです。

家族は、「どうしてひきこもってしまったのだろうか?」「どう接してよいか分からない」など、さまざまな悩みを抱えています。解決には時間が必要な場合が多く、本人と家族の安心できるやりとりや、小さな変化を積み重ねることが大切です。

ひきこもり家族教室

ひきこもり状態の人の家族を対象とした家族教室です。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などを学び、家族自身が心にゆとりを持つことのできる方法を、一緒に考えてみましょう。

第1回 6月2日(火)

▼内容／講演、家族交流会

▼演題／ひきこもる心と基本的な対応について

▼講師／長野県精神保健福祉センター

・長野県ひきこもり支援センター職員

第2回 6月11日(木)

▼内容(情報提供)／障害年金の基礎知識(佐藤奈己さん(社会保険労務士))、施設の見学と利用方法(まいさば長野市、ながの若者サポートステーション、長野圏域障害者就業・生活支援センター)

第3回 7月3日(金)

▼内容／講演、当事者の体験談発表
▼演題／家族としてできる関わり方の工夫

▼講師／佐々木尚子さん(川中島Fメンタルクリニック公認心理師)

◎いずれの回も

▼時間／13時30分～16時

▼ところ／市保健所2階(若里六丁目)

▼参加料／無料

▼申し込み／事前に電話で市保健所健康課へ

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止になる可能性があります。

ひきこもりについて個別相談を希望の場合は、各保健センターか市保健所健康課へご相談ください。

岡市保健所健康課

☎ 226・06605 FAX 226・06600
✉ h-kenkou@city.nagano.lg.jp

肺がん・結核検診を受けましょう！

「胸部エックス線検査」と「低線量胸部CT検査」は、自覚症状のない早期の肺がんや、肺結核を発見することができる検診です。

早期発見が大切

糖尿病の人や、副腎皮質ホルモン剤を長く使用している人などは、発病のリスクが高まります。

肺がんも結核も、早期は自覚症状がないことが多く、進行してから気付く人もいますので、検診による早期発見が大切です。「自分は若いから大丈夫」「自覚症状がないから」などの理由で検診の機会を見送らず、検診を受けましょう。

誰もがかかる可能性のある肺がん

肺がんは、喫煙者に多く、がんの中でも死亡者数が多い病気です。喫煙量が多いほどリスクが高まり、40歳を境に、急激に発症者が増加します。せきや血痰(たん)、息切れなどの症状が出る場合があります。

また、受動喫煙も肺がんのリスクを高めるため、「たばこを吸わないから肺がんにならない」ということはありません。たばこを吸わない人も油断は禁物です。

結核は昔の病気ではありません

結核は、患者のせきやくしゃみと一緒に結核菌が外へ飛び出し、それを吸い込むことで感染します。せきや痰、微熱などの症状が出る場合があります。

子どもや働き盛り世代でも結核にかかることがあり、「昔の病気」「高齢者に限った病気」ではありません。

精密検査はお早めに

検診の結果、医療機関で精密検査が必要とされる場合があります。詳しく調べることで、がんや結核だけではなく、その他の病気が見つかる場合もありますので、精密検査は速やかに受けましょう。

岡市保健所健康課

☎ 226・06602 FAX 226・06600
✉ h-kenkou@city.nagano.lg.jp

令和3年度
採用

長野市職員(大学卒業程度)を募集します

- ▶採用予定人数/各区分とも若干名
- ▶試験日程・会場/◇第一次試験=6月28日(日)、信州大学工学部(若里四丁目) ◇第二次試験=7月中・下旬(予定)(第一次試験合格者に通知)
- ※新型コロナウイルス感染症の拡大の状況により、試験日程などを変更・延期する場合があります。変更などの内容は、市ホームページに掲載するとともに、受験申込者に対して個別に連絡しますので、必ず確認してください。
- ▶受験案内などの配布/5月15日(金)~29日(金)(土・日曜日を除く)8時30分~17時15分に、職員課(第二庁舎4階)、市役所受付、各支所、各消防署・分署、東京事務所で配布します。郵便で請求する場合は、120円切手を貼った返信用封筒(角型2号に送付先を記入)を同封の上、職員課(〒380-8512長野市役所)へ送付してください。市ホームページからダウンロードもできます。
- ▶申し込み/5月15日(金)~31日(日)に、原則として、市ホームページ「ながの電子申請サービス」から申し込みをしてください。

試験区分	生年月日	受験資格・免許
大学卒業程度	行政A	大学卒業程度の学力を有する人
	行政B	スポーツなど実績者で、大学卒業程度の学力を有する人 ※スポーツ・文化芸術の分野において、中学校卒業以降、県代表などとして全国レベルの大会などに出場した実績のある人
	土木	平成6年4月2日~平成11年4月1日に生まれた人 大学の土木専門課程(都市工学系を含む)卒業程度の学力を有する人
	電気	大学の電気専門課程卒業程度の学力を有する人
	機械	大学の機械専門課程卒業程度の学力を有する人
	化学	大学の化学専門課程卒業程度の学力を有する人
	消防	大学卒業程度の学力を有する人
短期大学卒業程度	獣医師	平成3年4月2日~平成9年4月1日に生まれた人 獣医師免許を有する人(令和3年春までに免許を取得する見込みの人を含む)
	薬剤師	平成3年4月2日~平成9年4月1日に生まれた人 薬剤師免許を有する人(令和3年春までに免許を取得する見込みの人を含む)
	保健師	平成6年4月2日~平成12年4月1日に生まれた人 保健師免許を有する人(令和3年春までに免許を取得する見込みの人を含む)
保育士	平成3年4月2日~平成13年4月1日に生まれた人 保育士資格を有する人(令和3年春までに資格を取得する見込みの人を含む)	

■9月に実施する予定の採用試験

- ▶区分/◇大学卒業程度=獣医師・薬剤師 ◇短期大学卒業程度=救急救命士(消防) ◇高校卒業程度=一般事務・土木・消防 ◇県外在住者移住促進(社会人経験者)枠=行政Ⅰ・行政Ⅱ・保育士・獣医師・薬剤師・消防 ◇技能労務職=調理 ◇身体障害者対象選考考査=一般事務
- ※2回試験を実施する、大学卒業程度の獣医師・薬剤師は、いずれかの試験のみ受験可能です。
- ※大学卒業程度・消防を受験した人は、短期大学卒業程度・救急救命士(消防)は受験できません。
- ※採用試験区分については、変更になる場合があります。詳しくは、本紙8月号に掲載します。

■インターンシップの実施を予定しています

- 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については、6月に市ホームページに掲載します。
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、延期や中止になる可能性があります。

市役所で一緒に働きませんか？



都市整備部 都市政策課
鈴木 康平(平成29年度入庁)

私は現在、長野市のまちづくりのために都市計画道路の変更について取り組んでいます。まちや道路は一朝一夕で完成するものではありませんが、自分の仕事一つ一つが全てまちづくりにつながっているため、とてもやりがいを感じています。

仕事を通して、土木職の同業者からは専門的な話を、地域住民の皆さんからは地域の歴史やすてきなまち並みに関する話を聞くことができ、とても貴重な経験になっています。

将来の長野市をより良くするために、一緒に頑張りましょう！

問職員課 ☎224-5003 FAX224-7494 ✉shokuin@city.nagano.lg.jp

体罰などによらない子育ての社会へ

令和2年度 児童福祉週間標語

「やさしさに つつまれそだつ やさしいこころ」

5月5日の「こどもの日」から1週間は、子どもや家庭、子どもの健全やかな成長について国民全体で考え「児童福祉週間」です。

子どもに「しつけ」と称した暴力や虐待を行い、死に至らしめるなどの事件が相次ぐ中、次代を担う子どもを命をしっかりと守ることが必要です。

そのために、全ての子どもが豊かな愛情に包まれながら育つよう、社会全体で児童虐待を未然に防止するように取り組んでいくことが重要になっています。



児童相談所
虐待対応
ダイヤル

「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。
※通話料が無料になりました。

児童虐待などに関する相談先・連絡先

長野市役所 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、こども相談室では、0歳から18歳までの子どものあらゆる相談を受け付けています。

- 子育て支援課 ☎224-7062(第二庁舎2階)
- ▷対象地区/次の福祉政策課篠ノ井分室の対象地区以外
- 福祉政策課篠ノ井分室 ☎292-2596(篠ノ井支所内)
- ▷対象地区/篠ノ井、松代、川中島、更北、信更、大岡
- こども相談室(相談専用) ☎224-9746(子育て支援課内)
- ※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)

※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

問 子育て支援課

☎224-7062 FAX 224-7698
✉ko-shien@city.nagano.lg.jp

ムクドリ・カラス対策にご協力を

ムクドリ対策

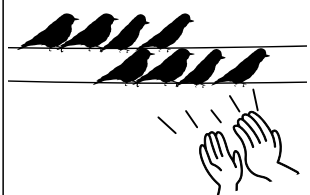
近年、ムクドリの大群が市街地に集まり、鳴き声やふんの苦情が寄せられています。

ムクドリは、6月ごろから徐々に飛来し、集団化してきます。市街地に飛来させず、また、大集団にさせないためには、小集団のうちに追い払うことが効果的です。

ムクドリの大群を見つけたときは、大きな音を出すなどの追い払いとともに、市への情報提供をお願いします。

■大きな音を出す例(ムクドリが小集団のうちは、効果があります)

- ・手をたたく
- ・バケツの裏などをたたくなど



カラス対策

市街地でもカラスが目立つようになり、生ごみの食い散らかしや鳴き声、ふんの苦情が寄せられています。カラス対策にもご協力ください。

○巣を作らせない

せん定枝や草、ビニール、針金な

どがカラスの巣の材料になります。家庭での管理徹底をお願いします。

○音や光を出す

カラスの嫌がる音や光を頻繁に出すと、より効果的です。

問 環境保全温暖化対策課

☎224-8034 FAX 224-5108
✉kankyo@city.nagano.lg.jp

野天のごみ集積所への生ごみの出し方を工夫する

- ・カラスは目で餌を確認するため、生ごみは水切りをして、見えないように新聞やチラシなどに包み、ごみ指定袋に入れる。
- ・ごみは収集日当日に出し、可燃ごみ全体を覆うカラスよけネットを使用する。

※カラスよけネットの購入には、市の補助制度があります。また、住民自治協議会、行政連絡区への有償頒布も行っています。詳しくは、生活環境課へお問い合わせください。

問 生活環境課

☎224-7635 FAX 224-8009
✉seikatukankyo@city.nagano.lg.jp

道路や河川を安全で快適に利用するために

皆さんが利用する道路には、国道、県道、市道、赤線（里道）などがあります。また、河川には、国や県が管理する一級河川のほか、市、土地改良区、用水組合が管理する水路などもあります。市は関係する管理者と協力しながら、管理・保全に努めています。

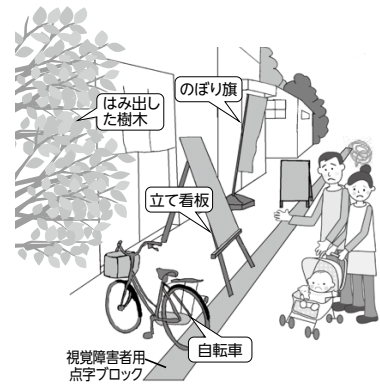
道路や河川は、みんなの大切な公共財産です。これらの機能を損ねることなく、安全で快適に利用するため、ルールとマナーを守りましょう。

生け垣や樹木は適正な管理を

私有地から生け垣や樹木が道路へはみ出すと、通行の妨げになるなど、大変危険です。枝のはみ出しや折れた木などが原因で、事故などが発生した場合は、その所有者が責任を問われることがあります。生け垣や樹木は、道路にはみ出さないようにせんと定するなど、土地所有者の責任で定期的な管理をお願いします。

道路にのぼり旗や看板などは設置しない

道路への商品の陳列や、のぼり旗、立て看板の設置などは、通行の妨げになるばかりでなく、景観を損ねる原因にもなるため、遠慮ください。



歩道への駐車はしない

歩道への自転車やオートバイの駐車は、歩行者や車いすなどの通行の妨げになります。また、点字ブロック上に駐車すると、視覚に障害のある人が安全に通行できなくなります。自転車やオートバイは、自転車駐車場などの決められた場所に駐車しましょう。

事前にご相談ください

道路や河川の上を使用する場合や、工事を行う場合には、許可が必要で、「水路にふたをして通路（入口）にしたい」「歩道の縁石を切り下げたい」などの計画があるときは、事前に監理課へご相談ください。

問 監理課

☎ 224・5044 FAX 224・5116
✉ kanri@city.nagano.lg.jp

雨水貯留施設の設置費用を助成します

市では、市民の皆さんのご協力を得ながら、雨水の流出を抑制する浸水対策や、雨水の再利用による環境対策に取り組んでいます。

雨水貯留施設の役割

水路や側溝などへ流れ出る雨水の量を減らすことで、浸水被害の軽減につながります。ためた雨水は草木の水やり、庭の散水、災害時などの生活用水としても利用できます。

設置費用を助成します

▼対象／市内に住宅などをお持ちの人や居住している人

●雨水貯留タンクを設置する場合

▽対象施設・対象経費

- ・1基当たりの貯留量が100リットル以上
- ・建物1棟につき2基まで
- ・雨水貯留タンクの購入費、自作用材料費（どちらも工事費は対象外）

▽助成金額

- ・100リットル以上500リットル未満⇒購入経費の2分の1（上限額2万5千円）
- ・500リットル以上⇒購入経費の2分の1（上限額5万円）

※1基ごとに千円未満は切り捨て



▲雨水貯留タンクの設置例

●浄化槽を転用する場合

▽対象施設・対象経費

- ・不用となった既存浄化槽を雨水貯留施設に転用するための費用（ポンプ設置費用を含む）
- ・建物1棟につき1基まで

▽助成金額

- ・転用に要した費用の3分の2（上限額10万円）

※千円未満は切り捨て

事前にご相談ください

施設の設置を予定している人は、助成内容の確認のため、事前に河川課へご相談ください。

雨水貯留施設を設置している人へお願い

雨が降りそうな時は貯留タンクを空にして、雨水の流出を抑制できるようにご協力をお願いします。

問 河川課

☎ 224・7646 FAX 224・5112
✉ kasen@city.nagano.lg.jp

大麻草や植えてはいけないケシに注意

大麻草（麻）やケシ（植えてはいけないケシ）は、法律で栽培や所持などが禁止されています。しかし、長野県内でも、大麻草が不正栽培されたり、植えてはいけないケシが誤って販売されたりする事象が発生しています。大麻草や植えてはいけないケシを発見した場合は、市保健所が警察署に連絡をお願いします。

大麻草について

国際的な取り決めでは、大麻は規制すべき物質として指定されていて、国内では不正栽培・所持・提供は処罰の対象です。大麻には依存性があり、使用すると、幻覚や妄想などが起こる、やる気がなくなり、集中力が低下して物事を考えられなくなる、生殖器官の異常など、心身に害を及ぼします。

●大麻草の特徴

葉は3〜9枚の小葉が集まって手のひらのような形となり、その小葉の縁は、のこぎりの歯状に切れ込んでいて、その先端は尖っています。

ケシについて

植えてはいけないケシが「ポピー」や「オリエンタルポピー」などの名前で誤って流通することがあります。市内でも、植えてもよいケシと誤って栽培してしまったり、知人

に種を分けてしまったりするなどの事例が多発しています。植えてもよいケシかどうか不明な場合は、市保健所へお問い合わせください。

●植えてはいけないケシの特徴

植えてもよいケシ（ヒナゲシなど）に比べて、背が高く頑丈に見えます。全体に白みを帯びた緑色で、ほとんど毛がありません。葉は縁が不規則なぎざぎざで、茎を巻き込むように付いています。

薬物乱用は

「ダメ。ゼッタイ。」

覚醒剤や危険ドラッグ、大麻などの薬物乱用は、人間の生命はもとより、社会や国の安全、安定を脅かすなど、人類が抱える最も深刻な社会問題の一つです。

これらの問題を防止するため、全国で次のような運動が実施されます。薬物乱用と、大麻草やケシの不正栽培の撲滅を図りましょう。

■薬物乱用につながる大麻草やケシの不正栽培を撲滅するための

「不正大麻・けし撲滅運動」

5月1日(金)〜6月30日(火)

□薬物乱用防止のための

「ダメ。ゼッタイ。」普及運動」

6月20日(土)〜7月19日(日)

※大麻草やケシについて、詳しくは市ホームページをご覧ください。

有毒植物による食中毒にご注意を

毎年、山菜採りなどで誤って有毒植物を採取し、食べたことによる食中毒が発生しています。

家庭のごく身近にも有毒成分を含む植物があり、知らずに食べて食中毒を起こす事例もあります。食用植物と確実に判断できないものは採らない、食べない、売らない、人にあげないようにしましょう。

食用と間違えやすい有毒植物の例

有毒植物	間違えやすい植物	中毒症状
スイセン	ニラ、ノビル	おう吐、下痢、けいれん 重篤の場合は死亡
イヌサフラン	ギョウジャニンニク、オオバキボウシ、タマネギ、ジャガイモ	おう吐、下痢、呼吸困難 重篤の場合は死亡
チョウセンアサガオ	ゴボウ、オクラ、モロヘイヤ、アシタバ、ゴマ	口渇、おう吐、瞳孔拡大

表中の「ニラ」と「スイセン」の葉は、見た目ではほとんど区別がつかない。

食中毒を防ぐには？

家庭菜園や畑などで、食用植物と観賞用植物を、一緒に栽培するのはやめましょう。

山菜に混じって有毒植物が生えていることがあります。山菜採りなどをすると、1本1本よく確認して採り、調理前にはさらにもう一度確認しましょう。

誤って有毒植物を食べてしまい、体調が悪くなった場合は、すぐに医師の診察を受けてください。

※有毒植物について、詳しくは市ホームページをご覧ください。



岡市保健所食品生活衛生課
226-6970 FAX 226-6981
h-seikatu@city.nagano.lg.jp

「ながの花と緑大賞」& 「わたしの花と緑」を募集します

ながの花と緑大賞2020

花と緑に囲まれた潤いのある暮らしを
実践している皆さんの、優れた花壇づくりなどの緑化活動や、愛護会としての活動を表彰します。日頃の成果を、ぜひ応募ください。

▼応募期限／6月12日(金) (必着)

緑化活動の部

▼対象／市内の個人や団体が整備している花壇や、企業が整備を進める緑地など、多くの人の目に触れ、楽しむことができる公開性と公共性の高い花と緑

愛護活動の部

▼対象／1年以上活動している公園愛護会・街路樹愛護会の活動
※道路や側溝などを、許可なく不法に占有している場合は、応募できません。

※「長野市景観賞」入賞作品、応募(予定)作品は対象外です。

わたしの花と緑2020

丹精込めて作った庭園や花壇など、市内のプライベートな花と緑を募集します。

▼応募期限／6月30日(火) (必着)

▼対象／市内の個人や企業などのプライベートな庭や緑地(作品審査はなく、公開性や公共性、撮影時期は

問いません)

応募方法はいつでも

各応募期限までに、所定の応募用紙に必要事項を記入の上、「花づくり」「植栽」「緑化活動」などの様子が分かる写真を貼付の上、直接か郵送で公園緑地課(第二庁舎5階、〒380-8512 長野市役所)か各支所(長沼支所は5月11日(月)から)へ提出していただくか、Eメールに必要事項を記入した応募用紙と写真(5メガバイト以内)を添付して、公園緑地課へお送りください。

※応募用紙は、公園緑地課、各支所、市ホームページ、市内の園芸店などにあります。

※他薦による応募もできますが、本人の同意が必要です。

※Eメールで応募した場合は、受信後に確認メールを返信します。確認メールが届かないときは、公園緑地課へお問い合わせください。

◎応募作品は、「応募作品集」はなとみどり2020」に掲載し、市民の皆さんに紹介します。

問公園緑地課

☎224-72805 FAX 224-5111
✉kouen@city.nagano.lg.jp

健康情報コーナー

新生活、元気に過ごすための四つの取り組み 「ながのベジライフ宣言」～ハッピーかみんぐ1.2.30～



慣れない新生活では、忙しさから朝食の欠食や、偏った食品を食べ過ぎがちになり、それが重なると、体調不良になることがあります。

本宣言では、血糖コントロールを目的とした四つの取り組みを提案しています。

毎日元気に過ごすため、食べ方や動き方に気を付け、次のことを実践してみませんか？

ハッピーかみんぐ 1

①食事の1番初めは野菜(キノコ・海藻を含む)から食べる
ご飯などの炭水化物の前に食物繊維が豊富な野菜などを食べると、ブドウ糖がゆっくり吸収されます。また、血糖値を下げるホルモンが分泌するタイミングとうまく合い、急激な血糖値の上昇を抑制できると考えられています。

ハッピーかみんぐ 2

②毎食、握りこぶし二つ分の野菜料理とバランス良い食事
握りこぶし二つ分の野菜料理を食べると、一日に必要な食物繊維の量に近づきます。バランスの良い食事とは①乳・乳製品、卵 ②魚介、肉、豆・豆製品 ③野菜、芋、果物 ④穀類、油脂などを満遍なく適量を取ることです。また、塩分の取り過ぎにも注意しましょう。

ハッピーかみんぐ 30

③一口30回よくかんでおいしく味わおう
④食事30分後に意識して体を動かそう
一口30回程度かむと、食べ物が唾液とよく混ざり、ブドウ糖が腸に断続的に届くため、血糖値の急激な上昇を抑えることができます。また、血糖値の上昇がピークとなる食事30分後から1時間後までの時間帯に体を動かすと、血糖値を下げるすることができます。

5月31日は世界禁煙デー

5月31日～6月6日は禁煙週間です



たばこをやめたいと思っ
ても、なかなかやめられない人が多く
います。これは、たばこに含まれる
ニコチンに依存性があること、喫煙
が習慣化してしまっている心理的依
存などが関係しています。

4月に、改正健康増進法が全面施
行され、喫煙できる場所も限られた
場所となりました。これを機に、禁
煙にチャレンジしてみませんか。

禁煙の方法

禁煙をするためには、自分で頑張
る方法と、家族や医療機関など周囲
の人の力を借りる方法があります。
現在は、禁煙外来も医療保険が適用
されるようになりました。禁煙外来
の利用や禁煙補助剤を活用すること
も、禁煙を成功させる一つの方法で
す。今回は、自分で頑張る方法のこ
つを紹介します。

- 禁煙の目的を明確にする。
- 禁煙開始日を決める（時間や気持
ちに余裕のあるときや、飲み会の機
会が少ないときなどに設定する）。
- 吸いたくなってきたときの対処方法を
考える。

禁煙開始後数日間、「たばこが
吸いたい！」という気持ちが一日に

数回出現することがあります。特に、
禁煙を開始してから2～3日をピー
クに、たばこを吸いたい気持ちが大き
くなったり、集中力が落ちる、体
がだるくなったりするなどの症状が
出ます。事前に、どんな対処をした
らたばこを吸わないでいられるかを
考えておくことで、吸いたい気持ち
をコントロールすることができます。

例えば

朝起きてすぐに吸いたくなる人
は、「起きてからすぐに顔を洗う」、
食後に吸いたくなる人は、「食後す
ぐに歯を磨く」など、吸いたくなっ
たときの対処法を考えておきましょ
う。

長年たばこを吸っていても、禁
煙するのに遅すぎることはありません。
また、禁煙は自身の健康改善効
果だけでなく、受動喫煙をなくすこ
とで大切な人の健康を守ることなど
が期待できます。

市保健所・各保健センターでは、
禁煙についての相談を行っています
ので、お気軽にご相談ください。

問 市保健所健康課

☎ 226・6969-1 FAX 226・6969-2
✉ h-kenkou@city.nagano.lg.jp

絶対にやめましょう！

ごみのポイ捨てと歩行喫煙

市では、歩きタバコなどによるや
けどや、火災の事故を未然に防ぐと
ともに、たばこの吸い殻やごみのポ
イ捨てのない、きれいなまちづくり
を目指し、平成30年4月に「長野市
ポイ捨て、道路等における喫煙等を
防止し、きれいなまちをつくる条例」
を施行し、歩行喫煙を禁止していま
す。

たばこの吸い殻のポイ捨てや歩行
喫煙者は、減少傾向にあります。が、
まだ多い状況です。
皆さんのご理解とご協力をお願い
します。

条例で禁止している行為

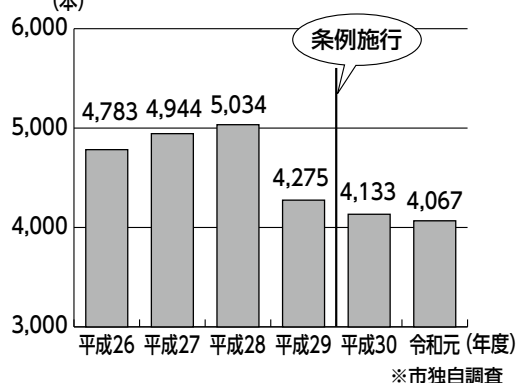
- ★ごみのポイ捨て
 - ★道路などでの喫煙
- 次の場合は喫煙をしてはいけませ
ん。
- ・歩行しているとき
 - ・自転車やバイクに乗車しているとき



- ・吸い殻入れが設置されていない場
所で、吸い殻入れを携帯していな
いとき

- ★家庭ごみなどの廃棄物の投棄
- ★飼いのふんの放置

たばこの吸い殻 ポイ捨て本数の推移
(中心市街地内43地点の合計)



みんなの手でつくろう美しいまち

ゴミゼロ運動 5月31日(日)

ごみのない美しい環境をつくるた
め、「ゴミゼロ運動」を推進してい
ます。

皆さんのお住まいの地区でも、公
園や道路などの一斉清掃が行われま
す。地区によっては、日程が異なり
ますので、回覧板などをご確認ください
さい。皆さんのご協力をお願いします。

問 環境保全温暖化対策課

☎ 224・5034 FAX 224・5108
✉ kanky@city.nagano.lg.jp

行事・催し



教室

教室



お知らせ

まじこ

募集

行事・催し

健康

教室

市政番組

エゴマ植え付け体験

圓鬼無里地区住民自治協議会内きらめき鬼無里事務局 ☎256-2213

- ▶とき/6月7日(日)9:00~13:00 ▶ところ/鬼無里地区
- ▶内容/植え付け、刈り取り、脱穀、料理講習会 ▶定員/20人(先着順)
- ▶参加料/500円(昼食代、指導料、保険料など含む)
- ▶申し込み/6月3日(水)までに、電話で鬼無里地区住民自治協議会内きらめき鬼無里事務局へ

花と緑の相談所

圓(一財)ながの緑育協会 ☎214-8719

- ▶とき/5月15日(金)10:00~11:30 ▶ところ/篠ノ井中央公園管理棟
- ▶内容/花や庭木の管理、肥料、病害虫のことなどについての相談
- ▶定員/5人(先着順) ▶申し込み/事前に電話で(一財)ながの緑育協会へ

健康



難病(神経難病)医療相談会

圓市保健所健康課 ☎226-9965

- ▶とき/6月5日(金)13:30~15:30 ▶ところ/市保健所(若里六丁目)
- ▶対象/神経難病の患者とその家族など ▶定員/4人(先着順)
- ▶申し込み/事前に電話で市保健所健康課へ

フレイル(虚弱)予防の相談会

圓地域包括ケア推進課 ☎224-7873

- ▶とき/①5月25日(月)、②6月1日(月)13:00~16:45 ▶ところ/地域包括ケア推進課(第二庁舎1階)
- ▶内容/運動、歯科、栄養や社会参加などの個別相談会
- ▶対象/65歳以上の人 ▶定員/各8人程度(先着順)
- ▶申し込み/①は5月18日(月)までに、②は5月25日(月)までに、電話で地域包括ケア推進課へ

専門医による認知症個別相談会

圓中部地域包括支援センター ☎224-7174

- ▶とき/5月13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/本人、家族など ▶定員/3人(先着順)
- ▶申し込み/事前に電話で中部地域包括支援センターへ

甲種防火管理新規講習

- ▶とき/7月1日(水)・2日(木)
- ▶ところ/生涯学習センター4階(トイゴウエスト内)
- ▶定員/180人(先着順)
- ▶受講料/8,000円
- ▶申し込み/5月18日(月)~25日(月)に(一財)日本防火・防災協会ホームページから申し込むか、5月18日(月)~25日(月)9:00~16:00(土・日曜日を除く)に、所定の申請書[(一財)日本防火・防災協会ホームページにあります]に必要事項を記入の上、ファクスで(一財)日本防火・防災協会(FAX03-3591-7130・03-6812-7140)へ 圓消防局予防課 ☎227-8001



ソルガム栽培講習会

- ソルガム栽培試験ほ場(七二会甲)で、栽培講習会(種まき作業)を行います。
- ▶とき/5月12日(火)13:30~16:00(荒天順延)
- ▶集合場所/大安寺駐車場(七二会甲)
- ▶申し込み/5月8日(金)(必着)までに、氏名(ふりがな)・住所・職業・電話番号・ファクス番号・Eメールアドレス(携帯メール不可)を記入の上、直接、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで環境保全温暖化対策課(第二庁舎3階、〒380-8512長野市役所、FAX224-5108、☒kankyo@city.nagano.lg.jp)へ ※詳しくは、信州産ソルガム普及促進協会のホームページをご覧ください。
- 圓環境保全温暖化対策課 ☎224-7532

テレビ	SBC ふれ愛ながの21(手話通訳入り)	30日(土)15:30~16:00「松代はまちがまるごと文化財」		
	abn ふるさとステーション	17日・【再】24日(日)16:25~16:30「花いっぱい茶臼山自然植物園」		
	TSB ふれ愛ながの市政ガイド	▷2日(土)16:55~17:00「身近な材料で簡単おもちゃ作り」 ▷9日(土)16:55~17:00「まちなかに新しく開園」▷16日(土)16:55~17:00「魅力あるまちづくりを目指して」 ▷23日(土)16:55~17:00「信州ソルガムで地域を元気に」▷30日(土)11:35~11:40「リメイクにチャレンジ」		
ラジオ	SBC ふれあい21こちら長野市です	30日(土)17:35~17:45「子ども家庭総合支援拠点を設置しました」		
	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		
5月の市政番組	1日(金)	口座振替キャンペーンの実施	18日(月)	ながの多言語インフォメーション(タガログ語)
	4日(月)	ながの多言語インフォメーション(中国語)	19日(火)	ごみの出し方・集積所の適正管理
	5日(火)	自転車の適正利用【再】	20日(水)	口座振替キャンペーンの実施【再】
	6日(水)	PM2.5と光化学オキシダント【再】	21日(木)	有毒植物を原因とした食中毒予防【再】
	7日(木)	「新型コロナウイルス」を予防しながら活動・交流しよう【再】	22日(金)	レジ袋有料化・ポイ捨ては禁止
	8日(金)	有毒植物を原因とした食中毒予防	25日(月)	ながの多言語インフォメーション(ポルトガル語)
	11日(月)	ながの多言語インフォメーション(韓国・朝鮮語)	26日(火)	空き家バンクの紹介
	12日(火)	がん検診を受診しましょう	27日(水)	世界禁煙デー・禁煙週間
	13日(水)	市民活動団体の紹介	28日(木)	「新型コロナウイルス」を予防しながら活動・交流しよう【再】
	14日(木)	第33回長野市景観賞募集【再】	29日(金)	広報ながの6月号の見どころ
	15日(金)	ながのベジライフ宣言【再】		

※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。

インターネット 長野きらめきチャンネル

市内の隠れている魅力を発掘し、お伝えします。

市営住宅の入居者 〇長野県住宅供給公社住宅管理部 ☎227-2322

▶申し込み/5月7日(木)~13日(水)8:30~19:00(土・日曜日は10:00~16:00)に、県住宅供給公社(大字南長野南県町)へ

■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	3DK	3		
大豆島(※1)	大字大豆島	4DK	1		
若里	若里五丁目	3DK	3	1	3
庄ノ宮	篠ノ井塩崎	2K	2		2
北五明西	篠ノ井布施五明	3DK	2		
今井	川中島町今井原	3DK	1		
千原田(※2)	信州新町上条	1LDK	1		1

■車いす使用者向け住宅(※3)

団地名	所在地	規格	募集戸数
若里	若里五丁目	2DK	1
中御所	中御所三丁目	2DK	1
今井	川中島町今井原	3DK	1

■シルバーハウジング(※4)

団地名	所在地	規格	募集戸数
今井	川中島町今井原	2LDK	1

- ※1…5人以上の世帯のみ申し込み可能です。
- ※2…申し込み後に修繕するため、入居まで2カ月程度かかります。なお、テレビを視聴する場合、ケーブルテレビへの加入が必要です。
- ※3…常時車いすの使用を必要とする、身体障害者手帳2級以上の人を含む世帯のみ申し込み可能です。[申し込み前に居宅内を見学できます(要予約)]。
- ※4…LSA(生活援助員)の定期的な訪問が必要な65歳以上の単身者か、65歳以上の世帯のみ申し込み可能です[申し込み前に居宅内を見学できます(要予約)]。

長野市男女共同参画審議会委員 〇人権・男女共同参画課 ☎224-5428

男女共同参画を推進する上で、必要な事項を審議します。

▶対象/市内在住の20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 ▶募集人数/3人以内(書類選考) ▶任期/7月1日(水)から2年間 ▶申し込み/6月1日(月)(消印有効)までに、所定の応募用紙[人権・男女共同参画課(第一庁舎6階)、男女共同参画センター(大字鶴賀西鶴賀町、勤労者女性会館しなのき内)、市ホームページにあります]に必要事項を記入の上、「男女共同参画を推進するために必要と思うこと」をテーマにした小論文(400~800字程度)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで人権・男女共同参画課(〒380-8512長野市役所、✉jinkendanjo@city.nagano.lg.jp)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。
- ◇県住宅供給公社へは、公共交通機関でお越しください。
- ◇「うち優先」は、一定条件を満たす人が申し込みできます。
- ◇常時募集している住宅があります。
- ※詳しくはお問い合わせください。

善光寺御開帳2021日本一の門前町大縁日、「にぎわいイベント」のアイデア

日本一の門前町大縁日実行委員会では、令和3年の善光寺御開帳期間中、観光客を歓迎し、まちを楽しんでもらうためのアイデアを募集します。

▶応募方法/5月29日(金)(必着)までに、市ホームページ「ながの電子申請サービス」から応募するか、所定の応募用紙[文化芸術課(第二庁舎3階)、各支所*、各公民館、各交流センター、市ホームページにあります]に必要事項を記入の上、郵送かファクスで文化芸術課(〒380-8512長野市役所、FAX224-7351)へ

※詳しくは、市ホームページ、文化芸術課、支所、公民館などにあるチラシをご覧ください。

*長沼支所は5月11日(月)から開所します。
〇文化芸術課 ☎224-7504

七瀬移住促進住宅への入居者

本市への移住を希望している人にお勧めください。

▶入居開始日/9月1日(火)
▶入居期間/入居日から3年間(更新不可)
▶ところ/七瀬従前居住者用住宅内(大字鶴賀683番地8)

▶対象/本市に定住を希望する県外在住の人で、中学生以下の子を持つ世帯か、夫婦のいずれかが40歳未満の世帯

▶戸数/3戸(3DK)
▶家賃/月額5万6千円(別途敷金=家賃3カ月分、共益費=月額2千円)

▶申込期限/6月30日(火)(必着)(申込者には7月中旬までに結果を通知)

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。
〇人口増推進課 ☎224-8851

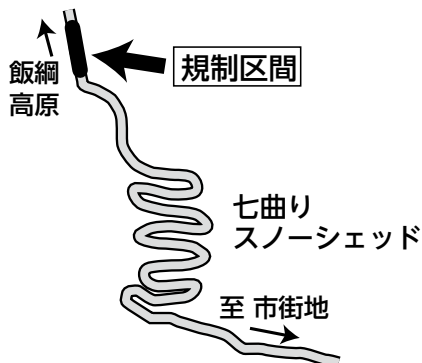
毎月第2日曜日は、一部業務を実施します(市役所第一庁舎2階、8:30~17:15)。市民窓口課(戸籍・住民票・印鑑登録、税関係の証明書発行、戸籍届出書の預かり、マイナンバーカード)、国民健康保険課、国民年金室

5月は、10日(日)

七曲り夜間全面通行止め

市道大座法師池西高線(通称:七曲り)の工事に伴い、交通規制(夜間全面通行止め)を行います。

▶**とき** / 5月20日(水)~6月19日(金)(予定) 22:00~翌5:00



圃道路課 ☎224-8047

全国瞬時警報システム(Jアラート) 全国一斉情報伝達試験

同報無線の屋外スピーカーと戸別受信機からの試験放送と、防災メールなどの配信を行います。

▶**とき** / 5月20日(水)11:00ごろ

※屋外スピーカーで放送した内容(豊野・戸隠・鬼無里・大岡・信州新町・中条地区の放送を除く)は、フリーダイヤル(0120-479-231)で確認できます。

圃危機管理防災課 ☎224-5006

「緑の募金」にご協力ください

地域の緑化推進、青少年の森林環境学習、森林体験事業などに活用されます。

▶**実施時期** / 5月1日(金)~31日(日)

圃森林農地整備課 ☎224-5040

献血日程(400ml献血にご協力を)

とき	ところ
5月19日(火)9:30~11:30	信州新町支所
5月22日(金)15:30~16:30	若槻コミュニティセンター

圃市保健所食品生活衛生課 ☎226-9970

まごころ ありがとうございます

【障害福祉に】

▶**第一建設工業株式会社** / 視覚障害者用ポータブルレコーダー、卓上型対話支援システム、点字タイプライター、音声点字タイプライター

▶**模擬株式会社社長商デパート** / 10万円

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です。

▶**対象** / 市内在住の20歳以上75歳以下(応募時)で、市の他の審議会などの委員になっていない人

▶**募集人数** / 4人以内(書類選考)

▶**申し込み** / 5月29日(金)までに、所定の応募用紙[危機管理防災課(第一庁舎5階)、市ホームページにあります]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(400字詰め原稿用紙3枚程度)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで危機管理防災課(〒380-8512長野市役所、✉kikibousai@city.nagano.lg.jp)へ

圃危機管理防災課 ☎224-5006

鬼無里たんぼオーナー(米オーナー)

▶**募集内容** / 米オーナー20組(白米40キログラムを保証)

▶**体験内容** / 田植え[5月23日(土)8:30~)、稲刈り、脱穀]

▶**参加料** / 1組2万円(昼食代、指導料、保険料などを含む)

▶**申し込み** / 5月21日(木)までに、NPO法人まめってえ鬼無里ホームページ内の申し込みフォームへ

圃まめってえ鬼無里 ☎219-3107

のぶさと農楽耕棚田オーナー

▶**募集内容** / ◇米オーナー20組(玄米40キログラムを保証) ◇酒米オーナー20組[清酒12本(720ミリリットル入り)、玄米10キログラムを保証]

▶**体験内容** / 稲刈り、はぜかけ

▶**参加料** / 各1組2万5千円(昼食代、指導料、保険料などを含む)

▶**申し込み・問い合わせ** / 5月15日(金)までに、電話(午前中のみ受け付け)で信里地域委員会(☎050-3583-1112)へ

児童センター13施設指定管理者

令和2年度の指定期間満了に伴い、令和3年度から管理運営を希望する団体を募集します。

▶**施設** / 児童センター(箱清水、加茂、三輪、吉田、柳町、湯谷、芋井、柳原、長沼、古里、徳間、浅川)、若槻児童館

▶**申し込み** / 6月15日(月)(必着)までに、申請用紙[こども政策課(第二庁舎2階)、市ホームページにあります]に必要事項を記入の上、郵送か直接、同課へ

圃こども政策課 ☎224-6796

子育て活動応援事業補助金

▶対象/保育園、幼稚園、認定こども園に入園していない乳幼児の保護者で構成する子育てサークル(構成員数や活動回数などの要件あり)

▶補助対象金額/◇設立から1年を経過していない子育てサークルの活動に要する経費=年額5万円以内 ◇子育てサークルが構成員以外の人を対象を含め実施する講習会などに要する経費=年額5万円以内

▶申し込み/5月29日(金)までに、所定の用紙[保育・幼稚園課(第二庁舎2階)、市ホームページにあります]に必要事項を記入の上、直接、保育・幼稚園課へ
 圃保育・幼稚園課 ☎224-8032

工業統計調査にご協力ください

6月1日(月)を調査期日に、製造業を営む事業所を対象とした「工業統計調査」が全国一斉に行われます。

※調査内容は統計法により厳守され、統計作成の目的以外には使用しません。
 圃企画課統計担当 ☎229-6234

軽自動車税(種別割)の減免申請期限

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在の軽自動車などの所有者に課税します。障害者手帳をお持ちの人などが所有する軽自動車税(種別割)の減免申請期限は、6月1日(月)です。

圃市民税課 ☎224-5017

おわび

本紙4月号28ページに掲載した「初心者バウンドテニス」の電話番号に誤りがありましたので、おわびします。

〔正〕市バウンドテニス協会 本澤さん
 ☎090-9640-8502

喜寿のお祝いに記念写真をお撮りします 圃高齢者活躍支援課 ☎224-5029

長野市営業写真館協会の奉仕活動として、喜寿のお祝いに記念写真を無料で撮影します。8月下旬に対象者へ無料撮影券を郵送しますので、撮影時間などをご確認の上、直接、下記写真館へお越しください。

▶対象/市内に住所を有し、本年度中に77歳の誕生日を迎える人(昭和18年4月1日~昭和19年3月31日生まれ) ▶撮影期間/9月24日(木)~9月30日(水)

▶贈呈写真/カラーキャビネ判(約16.5cm×約11.5cm)1枚(台紙または額付き)

写真館	所在地	電話	写真館	所在地	電話
青木写真館※	大字長野元善町	232-4569	圃東山スタジオ	若穂綿内	282-2493
イメージバンクナカジマ(中嶋写真館)	箱清水二丁目	235-2277	高野写真館	川中島町上氷鉋	284-4128
圃たかの写真館※	大字長野西町	232-4092	あい写真スタジオ	稲里町中央二丁目	254-7370
写真のミヤガフ東口館スタジオ	大字鶴賀	228-6633	荒川写真館	松代町松代	278-2229
写真スタジオポプリ	桐原二丁目	263-3955	写真のコイデ		278-2558
玉川写真館	若穂綿内	282-2036	圃杉原写真館		292-0020
			田中写真館	篠ノ井布施高田	292-0125
			なかじまフォート		292-1028

※…事前予約が必要です。

市民税・県民税課税内容証明書の発行 圃市民税課 ☎224-5017

令和2年度(平成31年1月~令和元年12月分所得)の市民税・県民税課税内容証明書は、6月10日(水)から発行します。なお、市民税・県民税の全額を給与から差し引かれる人の証明書は、5月13日(水)から発行します。マイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニエンスストア、長野東郵便局の情報端末で6月11日(木)から取得できます。ただし、3月17日以降に確定申告、市民税・県民税の申告をした人の証明書は、上記の発行日に間に合わない場合があります。

▶発行場所/市民税課(第一庁舎3階)、総合窓口(第一庁舎2階)、各支所、柵連絡所、コンビニエンスストア、長野東郵便局

空き家ワンストップ相談会 圃建築指導課空き家対策室 ☎224-8901

空き家バンクへの登録や空き家の悩み事の相談に、専門家が応じます。

▶とき/5月30日(土)13:00~16:00 ▶ところ/市役所市民交流スペース(第一庁舎1階) ▶対象/市内に空き家を所有している人やその家族 ▶定員/10人程度(先着順) ▶申し込み/5月22日(金)までに、電話で建築指導課空き家対策室へ

※相談は1人30分以内です。

都市計画道路松岡大豆島線(案)の縦覧

▶とき/5月8日(金)~21日(木)

▶ところ/都市政策課(第二庁舎5階)、大豆島支所

▶意見書の提出/縦覧期間中に、所定の用紙(都市政策課、大豆島支所、市ホームページにあります)に必要事項を記入の上、郵送か直接、都市政策課(〒380-8512長野市役所)へ

圃都市政策課 ☎224-5050

インターネットによる市有財産の売却

不用となった市有財産を売却します。

■Yahoo! 官公庁オークション

▶出品物/動産(物品)

▶申込期間/5月28日(木)13:00~6月15日(月)14:00

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

圃管財課 ☎224-5016

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。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、本紙と発行済みの広報ながのに掲載した催しなどは、中止や延期になる場合があります。詳しくは、各問い合わせ先にご確認ください。

お知らせ



6月市議会定例会 6月4日(木)開会予定

■6月市議会定例会の会議予定

	内容	日程
本会議	議案説明	6月4日(木)
	個人質問	6月10日(水)・11日(木)
	個人質問・議案質疑など	6月12日(金)
	採決	6月19日(金)
委員会	福祉環境・建設企業	6月15日(月)
	総務・経済文教	6月16日(火)

※本会議は、いずれも10:00から開催します。

■「請願」「陳情」を希望する人

6月4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。
※提出された請願(陳情)書の写しを、本会議などで配布します。

■本会議、委員会の傍聴受け付け

本会議	傍聴席入り口(第一庁舎8階)
委員会	議会事務局(第一庁舎7階)

※乳幼児一時預かり、手話通訳、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。

議会事務局 ☎224-5057

長野市総合計画審議会

- ▶とき/5月27日(水)15:00~17:00
- ▶ところ/市役所講堂(第二庁舎10階)
- ▶議題/第五次長野市総合計画後期基本計画の策定について
- ▶傍聴定員/15人(先着順)
- ▶傍聴申し込み・問い合わせ/事前に、電話で企画課(☎224-5010)へ

長野市都市計画審議会

- ▶とき/5月28日(木)14:00~16:00
- ▶ところ/市役所講堂(第二庁舎10階)
- ▶議題/都市計画道路松岡大豆島線の決定、都市計画駐車場長野駅前立体駐車場の変更
- ▶傍聴定員/15人(先着順)
- ▶傍聴申し込み・問い合わせ/5月21日(木)までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、都市政策課(☎224-5050、FAX224-5111、✉toshisei@city.nagano.lg.jp)へ

長野市社会福祉審議会

- ▶とき/6月2日(火)13:30~15:30
- ▶ところ/ふれあい福祉センター5階(大字鶴賀緑町)
- ▶議題/令和3年度長野市の保育所等保育料(利用者負担)についてなど
- ▶傍聴定員/5人(先着順)
- ▶傍聴申し込み・問い合わせ/5月26日(火)までに、電話で福祉政策課(☎224-5028)へ

狂犬病予防注射の長沼地区会場

本紙4月号で調整中としていた会場などは次のとおりです。

- ▶とき/5月22日(金)10:15~10:35
 - ▶ところ/長沼支所
 - ※注意事項など詳しくは、本紙4月号17~19ページをご覧ください。
- 岡市保健所食品生活衛生課 ☎226-9970

家庭で処分困っているタイヤなどを有料で受け入れます

- ▶とき/5月9日・23日(土)8:30~11:30
- ▶ところ/資源再生センターストックヤード(松岡二丁目)
- ▶対象品目/タイヤ、電動式健康器具、電動自転車、オイルヒーターなど
- ▶定員/各30人(先着順、予約制)
- ▶申し込み・問い合わせ/各開催日の前日までに、電話で資源再生センター(☎221-5316)へ

不用品あっせん

- ◆さしあげます/ボディー(トルソー)、タオルウオーマー
- ◆ゆずってください/ひな人形(七段飾り)、アイロン、電気ポット、血圧計、ミキサー、振動マシン
- ▶申し込み・問い合わせ/5月8日(金)10:00から、電話でリサイクルプラザ(☎222-3196)へ
- ※物品の提供は無償が条件です。

納め忘れのないように	
種別	納期
固定資産税・都市計画税(1期)	6月1日(月)
軽自動車税(種別割)(全期)	
し尿処理手数料定額制(1期)	

FAX 026-224-5102(広報広聴課行)

みどりのはがき

通常の回答は、市で受け付けてから「市長からの返事」は約1カ月、「担当課長からの返事」は約15日かかります。なお、内容によっては、さらにお時間を頂く場合もあります。

住所 〒 _____			下記から一つ選んでください。	
			<input type="radio"/>	市長からの返事がいきます
氏名	男・女		<input type="radio"/>	担当課長からの返事がいきます
電話番号	年齢	受付NO.	<input type="radio"/>	返事はいきません

電話番号欄については、担当課からご意見などの内容を確認させていただく場合がありますので、記入にご協力ください。

性別・年齢につきましては、差し支えなければ記入をお願いします(統計目的に活用させていただきます)。

(のりしろ)

↑ 谷折り②

(のりしろ)

(のりしろ)

↑ 谷折り②

(のりしろ)





2021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
0106

料金受取人私郵便

長野市大字鶴賀緑町1613番地

長野市長 加藤久雄 行

みどりのはがき

001

3808750

- ※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。なお、お名前のないご意見や営業目的のもの、政治活動、宗教などに関するもの、他人を誹謗（ひぼう）中傷するものにつきましては、回答できませんので、ご了承ください。
- ※通常の場合は、「市長からの返事」は約1カ月、「担当課長からの返事」は約15日かかります。なお、内容によっては、さらにお時間を頂く場合もあります。
- ※5・6月は、お寄せいただくはがきの件数が多いため、回答に1カ月以上かかることがあります。あらかじめご了承ください。
- ※回答を希望されない場合は、お名前などをご記入いただく必要はありません。ご意見などは担当課に送付し、市政の参考にさせていただきます。
- ※個人情報につきましては、「長野市個人情報保護条例」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ので、ご了承ください。
- ※「みどりのはがき」は、ファクス、はがきなどでも受け付けています。また、長野市ホームページの「市政への声（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、右のコードから接続することができます。



問広報広聴課 ☎224-5004 FAX 224-5102
✉kouhou-kouchou@city.nagano.lg.jp

令和3年5月31日までに郵便ポストへ

本年度を、令和元年東日本台風災害からの復興元年と位置付け、「ONE NAGANO(ワン ナガノ)」を合言葉に、心一つにして皆さまと共に災害を乗り越え、市民が元気で暮らせるよう、全力で市政運営に取り組んでおります。市政に関するご意見、ご提案などがございましたら、お寄せください。ご返事申し上げます。なお、お急ぎの場合は、担当課長からの回答をお申し付けください。もちろん、回答後、私も内容を確認いたします。

令和2年5月

長野市長 加藤久雄

市政情報はホームページでもご覧になれます。



緊急情報やイベント情報などをツイッターでお知らせしています。



長野市の魅力をインスタグラムで発信しています。

