

幸せ実感都市『ながの』

NAGANO

広報ながの

令和5年 5月号
(2023年)

No.1646



新しい園舎が元気な笑顔でいっぱい！

山菜の季節が来た。この季節を「待ってました！」との思いでいるのは私だけではないはず。山菜は種類が豊富で食べ方もさまざまだが、その中でも王様と言われるタラの芽を食べられると思うと心が弾む。私にとってはタラの芽が一番なのだが、二番に挙げるとすれば、それはコシアブラ。それぞれウコギ科の植物であり、程よい香りと苦味が共通点である。

タラの芽の食べ方として一番のお気に入りには天ぷらの生ハム巻き。タラの芽特有の香りと苦味に加え、生ハムの程よい塩加減が絶妙にマッチ。揚げたてアツアツを生ハムで巻いて一気に口の中へ放り込めば、口いっぱい広がるのは幸福感。「春はこれだね！」と、つい言葉が出る。

この味を教えてくれたのは市内の飲食店の主人。2年ほど前に訪問した際、「ちょうど旬のタラの芽がある」と聞き、調理方法を尋ねたところ「天ぷらにして生ハムで巻く」とのこと。初めて聞く

食べ方に大きな期待が湧き、さらに、出された料理は期待をはるかに上回った。それからというもの、タラの芽が手に入ると自宅ではいつもこの方法。ぜひ人にお勧めしたいと思いながらタラの芽の食べ方をインターネットで検索してみると、意外にも多くの人たちが同じように食べていた。もしや、知らなかったのは私だけか。世間知らずとはこういうことなのか。

となれば、かつて長野市のカタチは何に見えるか、市民の皆さんに聞いてみた時のように、「山菜のとおきおきの食べ方」を尋ねてみたくなった。

新緑の季節は、芽吹く自然の力を食すると元気が出る。それこそ、山が身近にある、このまちならではの食の楽しみだと思う。自然と共にある長野市の暮らしを、もっと豊かに体感するために、ぜひイチ推しの山菜とそのレシピを教えてください。

荻原健司

市長からのアンケートにご協力ください

「教えてください、「イチ推し」の山菜とそのレシピ」

長野市LINE公式アカウントで、リサーチ機能を利用したアンケートを実施します。アンケートの配信日時までにLINEの友だち登録をし、回答をお願いします。

▶アンケート配信日時 5月15日(月)10:00

▶アンケート回答期間 5月15日(月)10:00～
5月26日(金)23:59



長野市LINE
公式アカウント

圏広報広聴課 ☎224-5004

も く じ

- 市長エッセー 2
- 長野市地域防災計画・長野市水防計画の改定 3
- 長野市被災地区移住補助金 3
- 令和6年度採用 長野市職員募集 4・5
- 食品ロス削減支援事業 6
- ひきこもりの悩み、抱えていませんか 7
- 新型コロナワクチン追加接種 7
- シン・長野市はつらつ体操 8・9
- 空き家問題 10・11
- みんなの手でつくろう 美しいまち 12
- ごみの出し方と集積所の管理を適切に 12
- なくそう!身近な受動喫煙 12
- SDGs ポータルサイト開設 12
- 固定資産税・都市計画税 13
- 納期限までの納付にご協力を 13
- 障害福祉に関する身近な相談窓口 14
- 人権擁護委員の日 14
- 民生委員・児童委員の日 15
- 雨水貯留施設・雨水浸透施設 設置費用助成 16
- みんなで守ろう 公園のマナー 16
- ブロック塀などの自主点検をしましょう 17
- 道路や河川の安全・適正利用 17
- 茶臼山動物園「ライオンの丘」オープン ... 18・19
- 野生鳥獣による被害防止 20

- 「ながの花と緑大賞2023」・
「わたしの花と緑2023」を募集 21
- 見守って防ごう 子ども虐待 21
- 第59回 長野市文化芸術祭 22
- 長野市子ども文化芸術賞表彰式 22
- 集客プロモーションパートナー都市
からのお知らせ 22
- 市立長野中学校からのお知らせ 23
- 5月の市政番組 23
- 暮らしのチャンネル 24～34
- みどりののはがき 35・36

今月の表紙

令和元年東日本台風災害で被災した長沼保育園は、長沼小学校グラウンド北に場所を移し、4月2日に開園式を行いました。園児たちは新しい園舎で元気いっぱいにご遊んでいます。

長野市の人口と世帯数 (令和5年4月1日現在)

総数 366,591人(男177,872人 女188,719人)
前月比 △1,298人(△693人 △605人)
世帯数163,928世帯(前月比 +145世帯)

長野市地域防災計画・長野市水防計画の改定

本市の防災対策の総合的な計画である「長野市地域防災計画・長野市水防計画」を、次の4項目を中心に、住民の生命、身体および財産を保護することに直結する事項などを見直し、改定しました。

- 1 防災アセスメント(被害想定)調査結果を反映(令和3年度実施)
- 2 防災関係法令・国の防災基本計画の改正などの内容を反映
- 3 長野県地域防災計画・長野県水防計画との整合
- 4 令和元年東日本台風風災害検証内容を反映

計画に反映した主な内容

▼新たに計画へ明記したもの

- ・女性の視点などを取り入れた災害対策の推進
- ・専門チームの設置
- ・避難所開設マニュアル、避難所運営マニュアルに基づいた運用
- ・被災した観光地の復興
- ・南海トラフ地震対策
- ・防災気象情報の提供

▼内容を整理しまとめたもの

- ・要配慮者利用施設における対策
- ・受援計画、災害廃棄物処理計画の反映
- ・避難および物資に関する記述
- ・ボランティア活動の環境整備、受け入れ体制
- ・タイムライン防災について

※長野市地域防災計画・長野市水防計画は市ホームページに掲載しています。



市民の皆さんにお願いしたいこと

自らの命は自らが守ることが防災の基本です。災害に備えるため、日頃から防災対策に努めましょう。

- ◎ハザードマップなどでリスクを把握し、いざという時のための避難場所などを確認
- ◎平常時から食品、飲料水、生活必需品(最低でも3日分、可能な限り1週間程度)の備蓄や、非常持ち出し袋の準備
- ◎災害に強いまちづくりのため、地域における相互の協力、地区の訓練などへの参加
- ◎市やその他防災関係機関などが行う各種災害対策(予防、応急、復旧・復興)への協力

問 危機管理防災課

☎ 224・5006 FAX 224・5109

長野市被災地区移住補助金

令和元年東日本台風災害で公費解体・自費解体を実施した後の空き地や、被災地区の急激な人口減少などの課題を解消するため、「被災地区(長沼・豊野・古里・篠ノ井・松代・若穂)以外から当該被災地区の空き地へ住宅を建設し移住した人に、予算の範囲内で補助します。



主な支給要件

▼空き地について

令和元年東日本台風災害により公費解体または自費解体を行い、令和5年4月1日現在で空き地となっている宅地であること

※被災前からの空き地は対象外です。

▼住宅について

令和5年4月1日以降に住宅を建築(購入)する契約を締結していること

▼移住対象について

○市内からの転居/住宅の建築の契約を締結した日の1年3カ月前に当たる日から住宅契約日の前日までの期間において、連続して1年以上被災地区外に在住していた人(市外の人を除く)

○市外からの転入/住宅の建築の契約を締結した日の1年3カ月前に当たる日から住宅契約日の前日までの期間において、連続して1年以上市外に在住していた人

▼その他

当該住宅の引き渡し(登記完了)後、直ちに居住し、その後、5年以上継続して居住する意思があることなど

※当該土地が要件(公費解体・自費解体を実施した土地)を満たす土地であるかなど、詳しい要件については、事前にお問い合わせください。

※5年以内に転居・転出しした場合、補助金を返還していただく場合があります。



問 秘書課復興対策室

☎ 224・9728 FAX 224・9704



令和6年度採用 長野市職員 (大学卒業程度 短期大学卒業程度) 募集

試験予定など

▶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18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)

▶受験案内／5月1日(月)～31日(水)

市ホームページからダウンロードできます。また、8:30～17:15(土・日曜日を除く)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。



▶申し込み／5月12日(金)～31日(水)に、原則として、市ホームページ「ながの電子申請サービス(長野市)」から。

Web採用説明会の実施予定

行政職(事務)、その他専門職のWeb採用説明会を5月24日(水)・25日(木)に実施します。詳細は市ホームページをご確認ください。

9月以降に実施する予定の採用試験

試験区分および職種	
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
社会人経験者	行政Ⅰ・行政Ⅱ・獣医師・消防
技能労務職	調理
障害者対象選考考査	一般事務

※試験を2回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月号に掲載予定です。

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については、6月に市ホームページに掲載予定です。

試験区分	要件	
	生年月日	資格・免許など
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 【求める人材】 スポーツ・文化芸術分野において、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経験のある人で、その大会などに出場するまでの過程において培われた挑戦する意欲や能力を市政で発揮することができる人材
土木		大学の土木専門課程(都市工学系含む)卒業程度の学力を有する人
建築	平成9年4月2日から	大学の建築専門課程卒業程度の学力を有する人
電気	平成14年4月1日	大学の電気専門課程卒業程度の学力を有する人
機械	までに生まれた人	大学の機械専門課程卒業程度の学力を有する人
大学卒業程度 福祉士		社会福祉士の資格を有する人(令和6年春までに資格を取得する見込みの人を含む)
学芸員		学芸員(主に歴史学を専攻した人に限る)の資格を有する人(令和6年春までに資格を取得する見込みの人を含む)
消防		大学卒業程度の学力を有する人
保育士		保育士の資格を有する人(令和6年春までに資格を取得する見込みの人を含む)
栄養士		管理栄養士免許を有する人(令和6年春までに免許を取得する見込みの人を含む)
獣医師	平成6年4月2日から平成12年4月1日	獣医師免許を有する人(令和6年春までに免許を取得する見込みの人を含む)
薬剤師	までに生まれた人	薬剤師免許を有する人(令和6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9年4月2日から平成15年4月1日	保健師免許を有する人(令和6年春までに免許を取得する見込みの人を含む)
短期大学卒業程度 土木		短期大学(高専など含む)の土木専門課程(都市工学系含む)卒業程度の学力を有する人
建築	平成9年4月2日から	短期大学(高専など含む)の建築専門課程卒業程度の学力を有する人
電気	平成16年4月1日	短期大学(高専など含む)の電気専門課程卒業程度の学力を有する人
機械	までに生まれた人	短期大学(高専など含む)の機械専門課程卒業程度の学力を有する人
保育士		保育士の資格を有する人(令和6年春までに資格を取得する見込みの人を含む)

問職員課 ☎224-5003 FAX224-7494

私たちと一緒に働きませんか

事務職

教育委員会
学校教育課
塚田 裕樹
(令和3年入庁)



中学時代に長野市の姉妹都市であるクリアウォーター市との派遣交流に参加した経験から、自分も子どもの教育を支えたいと思い、長野市職員を目指しました。

事務職の業務は、福祉や税金、子育て分野など幅広いですが、私は小・中学生の入学準備事務や通学区管理などの教育分野の業務を担当しています。市役所は、子どもたちや保護者の皆さんにとって、直接の窓口となるので、日々やりがいを感じています。

長野市役所には、新規採用職員を支えるメンター制度があり、分からないことも先輩職員に聞きやすいので、安心して働くことができます。

土木職

農林部
森林いのしか対策課
藤澤 翔平
(令和3年入庁)



大学時代は土木工学を専攻し、長野市を研究フィールドとしていました。その中で、学んだ知識を生かし、長野市をより良くしたいという思いが強くなりました。

私は林業土木担当として、林道が安全に利用できるようパトロールや維持管理を行っています。他にも土木職は、道路、河川、都市などのさまざまな業務があり、専門職として幅広い知識・視点を身に付けることができます。

自分の設計した内容が目に見える形で残るので、地域の要望・将来性などの観点を大切に、やりがいを持って仕事をしています。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。

保育職

保育・幼稚園課
豊野さつき保育園
渋谷 真実
(令和2年入庁)



幼い頃に自然の中で遊んでいた経験から、自然遊びを子どもたちに伝えたいと思い、長野市の保育士になりました。

子どもたちの命を預かるという保育園の仕事は、責任ある大変な仕事ですが、4月に泣いて登園していた子が、元気いっぱい登園してくれるようになった時、また、子どもたちが「楽しかったね」と言ってくれた時など、うれしいこと、やりがいを感じるものがたくさんあります。

さまざまな保育園で勤務を経験できる環境や、安心して育児休業から復帰できる制度などが魅力的です。多くの皆さんに保育士を目指していただき、一緒に働くことができたらうれしいです。

消防職

消防局中央消防署
柄木田 まゆ子
(平成29年入庁)



平成26年に発生した神城断層地震で緊急消防援助隊が懸命に活動している姿を見て、消防職員になりたいと思いました。

現在は予防担当として、火災の発生を防ぐために、建物に必要な消防用設備の設置指導や現場での検査、火災原因の調査や火災予防の広報活動などを行っています。消防というと消火や救急などのイメージが強いですが、一番は「火災を起こさない」ということが市民の皆さんの幸せにつながると思い、日々勉強しています。

女性が働きやすいように、職場環境の整備や育児休業取得推進などに力を入れていますので、共に働く女性職員が増えることを願っています。

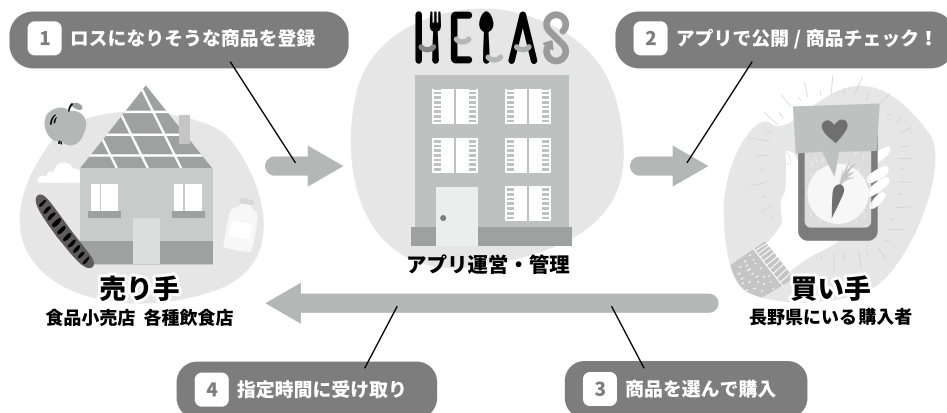
※所属は令和5年3月31日現在のものです。

食品ロス削減支援事業に取り組みます

市では「長野市食品ロス削減推進計画」に基づき、食品ロスの削減に向けた取り組みを進めています。このたび、NAGANOスマートシティコミッション*を通じて、市内企業が企画・開発したスマートフォンアプリ「HELAS(ヘラス)」を活用し、気軽に食品ロスの削減に貢献できる新たな仕組みの実証実験を行います。*デジタルを活用して地域課題の解決を進める官民連携組織

HELASとは？

売り手が出品する商品と買い手(消費者)を結び付けるスマートフォンアプリです。売り手はその日に余りそうな商品やふぞろい品、型崩れ品などを出品登録できます。買い手はリアルタイムで出品情報を入手し、スマートフォンで決済後、売り手が指定する時間内に、お店で商品を受け取ります。



売り手(出店者)のメリット

ロスを売り上げに

スマートフォンで簡単に商品登録ができ、廃棄していたロス商品を販売できます。また、アプリを通じて新規のお客への商品紹介や、食品ロス削減に貢献しているお店として周知できます。



買い手(消費者)のメリット

誰でも気軽に食品ロス削減に貢献

アプリで気軽にお得に商品を購入でき、食品ロス削減に貢献できます。また、お気に入りの商品ジャンルやお店を登録しておくことで、お店側の出品情報を受け取ることができます。



HELAS実証実験

市内出店者(食品小売店・飲食店)募集中

※消費者向けアプリは近日ダウンロード開始

信濃毎日新聞社と共同でHELASの実証実験を行います。

- 実施期間:5月下旬～6月下旬(実証実験終了後は本格運用を予定)
- 募集店舗:50店(市内に店舗を所有していることが条件)
- 出店料:無料
- サービス利用料/実際に売買が行われた金額の一律30%(予定)

申し込み・問い合わせ:信濃毎日新聞社ビジネス開発室 ☎236-3339

情報は
HELAS
ウェブサイトへ



☎新産業創造推進局スマートシティ推進チーム ☎224-9711 FAX224-5095
生活環境課 ☎224-5035 FAX224-8909

ひきこもりの悩み、抱えていませんか

子どもから高齢者まで、全世代を通して「ひきこもり」に悩む人が増えています。「ひきこもり」は、誰かから責められることではありません。誰にでも、そうせざるを得ない理由があるからです。

ご本人へ

自分を責めたり、生きることが苦しいと感じたり、不安を抱えていますか。

一人で悩まずに、少し勇気を出して話をしてみませんか。あなたらしく生きていく方法を一緒に考えていきましょう。

ご家族へ

「どうしてひきこもってしまったのだろうか?」「本人も苦しんでいる様子はあるが、どう接してよいか分からない」など、複雑な思いを抱いたり、ご家族のみでお悩みを抱えていますか。ご本人だけでなく、ご家族も心配や焦りなどから疲れ切ってしまうことがしばしばあります。悩みや苦しみを抱え続けずに相談をしてみませんか。

◎個別相談

本人や家族などからの相談を受け止め、抱えている課題を整理し、必要な情報を提供するなど、一人一人の状況に寄り添って支援を行います。

まいさぽ長野市

(ふれあい福祉センター2階)

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

月～金曜日 8時30分～17時15分
☎219・6880

市保健所健康課

ひきこもりに関する家族の悩み、本人への関わり方など

◎ひきこもり家族教室のご案内

ひきこもりに関する知識や情報、本人への関わり方を学び、家族自身が心にゆとりを持てる方法を一緒に考えてみましょう。

▼対象／ひきこもり状態の人の家族
▼方法／認知行動療法に基づいたCRAFTプログラム

ひきこもり家族教室日程

▶とき／14:00～16:00	第1回	6月12日(月)	ひきこもる心と基本的な対応について
▶ところ／市保健所	第2回	6月26日(月)	ポジティブなコミュニケーションを身に付けよう
▶定員／15人(先着順)	第3回	7月10日(月)	行動の分析・望ましい行動を増やす
▶参加料／無料	第4回	7月24日(月)	先回りをやめ、望ましくない行動を減らす
▶申し込み／事前に電話で健康課へ	第5回	8月7日(月)	家族の生活を豊かにする
	第6回	8月21日(月)	施設の紹介と利用方法 「アトリエ虹」「まいさぽ長野市」 「ながの若者サポートステーション」

※第1～5回の講師 齊藤栄喜公認心理師(村井病院)

新型コロナワクチン追加接種(令和5年春開始)のお知らせ

対象者	接種券
65歳以上の人	前回の接種から3カ月を経過する頃に順次発送します。
5～64歳で基礎疾患を有する人	令和5年春開始接種に関する案内通知に同封した返信用はがき(接種券申請書)を保健所へ返送した人に対し、前回の接種から3カ月を経過する頃に順次発送します。
医療従事者・高齢者施設従事者など	

問長野市ワクチン接種コールセンター

☎225-5670

[8:30～18:00(年末年始・祝日を除く)]

- 使用ワクチン／オミクロン株対応二価ワクチン
- 接種費用／無料
- 接種間隔／前回の接種から3カ月後
- 予約方法／個別接種＝各医療機関に直接予約
集団接種＝電話かインターネットサイトから予約

実施医療機関一覧、接種の予約方法や日程など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



問健康課 ☎226-9960 FAX226-9982

問健康課
☎226-9965
FAX226-9982

超快適! /

「筋肉体操」でおなじみ! 谷本道哉先生監修

超幸せ! /

シン・長野市はつらつ体操

谷本道哉先生(順天堂大学大学院先任准教授)の監修で「シン・長野市はつらつ体操」を制作しましたので、その一部を紹介します。動画では、性別や年齢を問わず誰でも楽しく体を動かせるように、体操のポイントが谷本先生が市長と一緒に分かりやすく説明しています。

POINT!

若い人から高齢者まで誰でもできるよう、いろいろな方法を紹介しています。

POINT!!

30代から衰える「速筋(素早く動くときに使う筋肉)」が特に鍛えられます。

長野市公式YouTubeで動画公開中!

- 1 はつらつストレッチ(6種類)
- 2 はつらつ筋トレ 標準+初級+イス編(7種類)
- 3 はつらつ筋トレ 標準+上級編(7種類)



1



2



3

「はつらつ筋トレ 標準+初級+イス編」から

やってみよう!

①



②



腹筋のトレーニング

- ①イスに浅く座り、座面の後ろの方を持ちます。
- ②膝を深く曲げ、できるだけ高く上げて下ろします。

1. 2で上げて
3. 4で下ろす

丁寧に
8回



1で上げて
2で下ろす

テンポ
良く5回



パッと上げて
下ろす

素早く
3回

一緒に楽しく体を動かしましょう!



荻原市長(左)と谷本先生(右)

いいことたくさん! /

筋トレの効果

- ・疲れにくい体になる
- ・姿勢が良くなる
- ・転倒しにくくなる
- ・階段の昇り降りなど、日常の動作が楽になる
- ・関節の痛みが出にくくなる
- ・血流が改善し体温が上がる
- ・基礎代謝が上がり、食事制限をしなくても健康的に痩せる

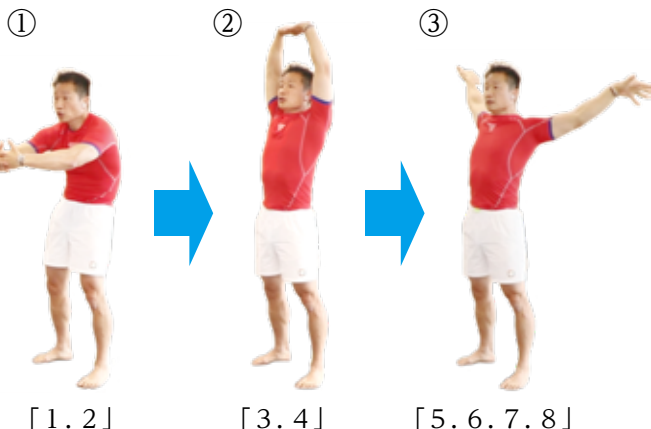


注意:適切に行うために必ずご確認ください

- ☑ かかりつけ医に、運動の注意点を相談してから始めましょう。
- ☑ 痛みがある場合は、少しずつ動かしていきましょう。

「はつらつストレッチ」から

気持ち
スッキリ!



背筋を伸ばすストレッチ

- ①手を組んで「ぐん」と前に出し肩甲骨を広げます。
 - ②手を返して、上に伸びをします。
 - ③外から大きな軌道で腕を下ろします。
- ※①～③まで2回繰り返しましょう。
※イスに座って行うこともできます。

「はつらつストレッチ」から

ゆっくり
丁寧に!



開眼片足立ち(バランスの運動)

- ①イスの横に立ち、腕を横に開きます。
 - ②イスと反対側の脚を前後に4回、大きく振ります(反対も同じように)。
- ※バランスが崩れそうになったら
イスに手をつきましょう。

出前講座実施中!

「シン・長野市はつらつ体操」を体験できる出前講座を実施しています。

▶対象/65歳以上の市民を含む10人以上のグループ

▶時間/60分程度(原則月～金曜日)

▶申し込み/開講予定日の1カ月前までに、電話で地域包括ケア推進課へ

出前講座について
詳しくはこちら→



体験した皆さんの感想

- ・少しハードだったけれど続けてみたい。
- ・スクワットはきつかったが、しっかり行えば筋肉に効くと思った。
- ・久しぶりのストレッチで体が軽くなった。

多くの皆さんが体操の効果を実感しています。はつらつ体操をぜひ日常に取り入れてみませんか。

空き家問題、 ひびくとも考えていませんか？

人口減少や高齢化などを背景に、増加している空き家。大切な財産であった家が、適切に管理されないと「負動産(ふどうさん)」になってしまうことも。この機会に空き家について考えてみませんか。

空き家になる前に

話し合うことが大切

単身高齢世帯の増加により、相続時だけでなく、施設などへの入所により空き家になってしまう傾向にあります。

所有者が今後どう管理していくかを家族に伝えないまま亡くなってしまふ場合や、施設などへ入所することにより空き家となる場合を想定し、事前に管理や活用方法について、家族や親族で話し合っておくことが重要です。「そのうちどうにかしよう」と考えて放置して、家屋の状態が悪くなり、近隣に迷惑をかけてしまいます。

どのような事情であれ、空き家の所有者にはきちんと管理する責任があります。

早めにご相談ください

長野市空き家バンクサイトは、本市への移住を検討している皆さんの注目を集めています。国内だけでなく、海外からの問い合わせもあります。これまでに登録された物件の約7割が売買などの成約に至っています。

空き家の他に田畑・山林なども一括して登録できます。住む予定のない家屋を相続した人、空き家になりそうな物件・土地をお持ちで売却や賃貸を考えている人は、まずはお気軽に移住推進課移住・定住相談デスクにご相談ください。

また、空き家の所有者で、活用方法や相続、管理などで困っている人、近所の空き家で困っている人は、空き家の総合相談窓口である建築指導課空き家対策室にご相談ください。



建築指導課空き家対策室

☎224-8901 FAX224-5124
移住推進課
☎224-7721 FAX224-5103

〔長野市空き家バンクサイト 利用者の声〕



自分では売れる物件ではないと思っていましたが、登録後1カ月で売れました。



家財道具の処分に補助金があるので、登録しようと思いました。

【空き家ワンストップ相談会】

市と複数の専門家に空き家の利活用、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ができます。

■第1回相談会

- ▶とき／5月27日(土)14:00～16:00
(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)
- ▶申込期限／5月19日(金)

建築指導課空き家対策室 ☎224-8901

【相続登記のすすめ】

令和6年4月から相続登記が義務化されます。相続登記をしていないと売却などの活用ができなくなります。また、正当な理由なく相続登記をしないと10万円以下の過料対象になります。将来に備え、きちんと相続登記をしましょう。

長野地方法務局 ☎235-6619

【空き家バンクとは】

空き家を売りたい・貸したい人に物件を登録してもらい、その情報を市が運営する専用サイトなどで公開し、空き家を買いたい・借りたい人に情報提供する仕組みです。

長野市空き家
バンクサイト



長野市空き家バンク
関係補助金について

空き家バンク Q&A

Q 空き家バンクに登録するには？

A 初めに所有者から空き家バンク物件登録カードを添えて登録申し込みをしていただきます。全部事項証明書(登記簿)は不要です。

なお、様式は市ホームページからダウンロードしていただくか移住推進課までご連絡ください。

Q 空き家と一緒に田畑・山林なども登録できますか？

A できます。初めに土地と建物だけ登録しておき、購入者が田畑なども希望する場合は、併せて売却することも可能です。なお、田畑の売却については、農地法などに基づく手続きが必要です。

Q 建物内に家財が残っていても登録はできますか？

A できます。残置物があると写真や内覧の際の印象が悪くなりますので、処分することをお勧めします。補助制度がありますのでご利用ください。

空き家になる前に事前に考えておきましょう



空き家となった場合、「売る・貸す」「解体」「管理」の3つが考えられます。家屋などについて、家族や相続される人などを含め、事前に話し合っておきましょう。

売る・貸す



解体



管理



使用していない家屋や空いている土地がある場合は「空き家バンク」への登録を検討しましょう。これまでに登録した物件の7割以上が売買や賃貸が成立しています。近年では、賃貸物件の需要が多くなっています。ぜひ、ご利用ください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

空き家を放置すると、野生動物の巣になったり、不審者の侵入による火災や犯罪の恐れがあります。また、草木や樹木の繁茂により景観も損なわれます。特に解体する場合は費用もかかります。市では、周辺に悪影響のある特定空家などを解体する場合に補助をしています。また、解体した後に土地を「空き家バンク」へ登録することで、宅地として再利用することも推進しています。

所有者が遠方に住んでいる場合や施設などに入所する場合は、近所の人や区長さんに連絡先をお伝えし、連絡が取れるようにしておきましょう。また、ご自身や親族で管理できない場合は、民間の管理事業者を活用しましょう。市では、空き家を管理できる事業者を紹介しています。詳しくは市のホームページをご覧ください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



after

before



〔空き家の
活用例〕

【空き店舗などを活用して出店する事業者への補助金】

中心市街地にあり、3カ月以上空いている(閉鎖も含む)1階部分の空き店舗などに出店する際の改修・改築費と付帯設備の設置費用を補助します。

■補助率

2分の1(限度額30万円)

※本市が指定した通りに出店する場合は限度額50万円です。

■要件

所在区域の商店街団体に加入することなど

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 商工労働課 ☎ 224-8318



【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を更地化する解体工事費用を補助します。

■補助率

2分の1(限度額100万円、低所得者には最大20万円の上乗せ補助あり)

■対象

市内の1年以上使用していない空き家で戸建て住宅など

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

☎ 建築指導課空き家対策室 ☎ 224-8901



みんなの手でつくろう 美しいまち

ポイ捨てや歩きながらの 喫煙は絶対にやめましょう！

「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」では、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、吸殻入れを携帯していないときの喫煙
- ・家庭ごみなどの廃棄物の投棄
- ・飼い犬のふんの放置

5月28日(日) 春のゴミゼロ運動

市では、毎年5月と10月を大掃除月間に定めています。5月28日(日)を中心に、皆さんのお住まいの地区で、公園や道路などの一斉清掃が行なわれます。回覧板などで日程をご確認いただき、ご参加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

ごみの出し方と集積所の 管理を適切に

家庭ごみは、「長野市家庭用資源物・ごみ収集カレンダー」を確認し、指定の集積所へルールを守って出してください。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」などのごみは収集されません。収集されずに残った場合は、集積所や地区の管理者に片付けなどの負担がかかります。ルールを守り、正しく出しましょう。

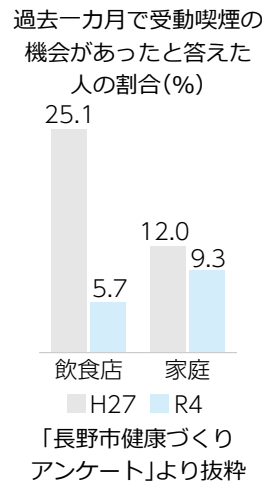
清潔で快適な集積所に

地区の皆さんが清潔で快適に使用できるように、掲示物や収集用ネットなどの管理を適切に行いましょう。集積所の新設・補修などには、市の補助制度があります。資源物用コンテナやネットも提供していますので、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・8909

なくそう！ 身近な受動喫煙

健康増進法の改正によって原則屋内禁煙となり、飲食店での受動喫煙の機会は約4分の1に減少しました。一方、家庭での受動喫煙の機会はわずかな減少にとどまっています。



喫煙する人がいなくなっても たばこの害は存在し続けます

たばこに含まれるニコチンなどの化学物質は、喫煙者の毛髪や手指、衣類、ソファやカーペット、カーテンなどの表面に付着し、長期間残留します。それが空気中の物質と反応し、新たな有害物質になることが分かっています。換気により煙がなくなっても、有害物質は存在し続けるため、呼吸回数が多く成長・発達段階にある子どもや、妊婦(胎児)の健康への悪影響が懸念されます。たばこの害から身を守りましょう。

問 市保健所健康課
☎ 226・9961 FAX 226・9982

SDGs ポータルサイト開設

長野地域連携中枢都市圏のSDGsに関する取り組みを紹介するポータルサイト(Nagano Region SDGs ACTION)を開設しました。SDGsの身近な取り組み事例を紹介していきます。皆さんもぜひSDGsに関する活動をサイトで発信してみませんか。



問 企画課
☎ 224・5010 FAX 224・5103



まちづくりに生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て納めていただく税金です。納期限までに納付をお願いします。

土地

■土地の評価

評価額は、原則として基準年度である令和3年度から3年間据え置きます。ただし、地価が下落した場合などは、新たに評価を行います。

■住宅用地の軽減

住宅の敷地(住宅用地)は、税負担軽減のため、特例を適用しています。このため、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	評価額の6分の1の額	評価額の3分の1の額
200㎡超	評価額の3分の1の額	評価額の3分の2の額

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。

家屋

■新築・増築家屋

令和4年1月2日から令和5年1月1日までに新築・増築した家屋は、本年度から課税されます。

■在来家屋の税額

令和4年度以前から課税されている家屋(在来家屋)は、増築、取り壊し、減額措置が終了した場合などを除き、令和4年度と同額です。

償却資産

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日現在の資産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6年1月31日です。

☎資産税課 FAX共通224-7083

土地 ☎224-7076 家屋 ☎224-7176

償却資産 ☎224-8376

証明書の交付など ☎224-5018

納期限までの納付にご協力を

口座振替はWEBから申し込みを

納め忘れ防止のため、口座振替をご利用ください。WEBから申し込みができます。

▶対象税(料)目／市・県民税(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の納付ができます。

▶対象税(料)目／市・県民税(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5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。

納期限	令和5年									令和6年		
	5月1日(月)	5月31日(水)	6月30日(金)	7月31日(月)	8月31日(水)	10月2日(月)	10月31日(水)	11月30日(金)	12月28日(木)	1月31日(水)	2月29日(木)	4月1日(月)
市・県民税(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	定額制1期	従量制2期	定額制2期	従量制3期	定額制3期	従量制4期	定額制4期	従量制5期	定額制5期	従量制6期	定額制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

障害福祉に関する身近な相談窓口

☎ 障害福祉課 ☎ 224-8730 FAX224-5093

自立・社会参加に関する相談

相談窓口	担当地域	連絡先
北部障害者相談支援センター (もんぜんぷら座内 大字南長野新田町)	第一～第五、芹田、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、信州新町、中条	☎ 217-2281 FAX217-2282
南部障害者相談支援センター (ハーモニー桃の郷内 川中島町今井)	篠ノ井、松代、若穂、川中島、更北、信更、大岡、安茂里、小田切、七二会	☎ 274-5871 FAX274-5872

子どもに関する相談(18歳まで)

相談窓口	担当地域	連絡先
北部発達相談支援センター (ながの地域相談支援センターベターデイズ内 平林一丁目)	第一～第五、芹田、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、信州新町、中条	☎ 259-9975 FAX243-1717
南部発達相談支援センター (ハーモニー桃の郷内 川中島町今井)	篠ノ井、松代、若穂、川中島、更北、信更、大岡、安茂里、小田切、七二会	☎ 285-1900 FAX274-5872

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 (ながの地域相談支援センターベターデイズ内 平林一丁目)	長野市全域	☎ 262-1110 FAX243-1717

精神科医病院・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 (絆の会相談室内 大字稲葉)	長野市全域、須坂市、小布施町、飯綱町、信濃町、高山村	☎ 217-6637 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、身体を拘束する、過剰な投薬で身体の動きを制限するなど
- ・ **心理的虐待**／言葉・態度による侮辱や拒絶など
- ・ **性的虐待**／無理やりまたは同意と見せかけて、わいせつなことをする、させるなど
- ・ **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

秘密は固く守ります。お気軽に各相談窓口へご相談ください。

6月1日は「人権擁護委員の日」
あなたのまちの
相談パートナー

人権の尊重について理解を深めてもらうため、本市では34人の人権擁護委員が活動をしています。

人権相談

市内の小・中学生に「こどもの人権SOSミニレター」を配布し、ミニレターに書かれた相談に応じています。悩み事は抱え込まず、迷わずご相談ください。

人権啓発活動

人権を大切にする感覚を養うため、中学生を対象に作文コンテストを実施しています。作文は新聞などに掲載し、市民への啓発にも役立っています。



▲スポーツ団体と連携・協力した人権教室も行っています。

☎ 人権・男女共同参画課
224・5032
FAX 224・7547

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・児童委員とは？

民生委員・児童委員は厚生労働大臣から委嘱され、地域の身近な相談相手としてボランティアで活動しています。本市では879人の委員が活動しています(このうち、79人は子育て家庭への支援を専門とした主任児童委員です)。

活動事例

見守る



登下校の見守り

子どもに関する活動

小・中学生の登下校時の見守りや声掛け、行事などへの参加・協力のほか、子育てに関する関係機関と連携し、適切な支援を行います。



子どもたちとの交流会

子どもたちとの和やかな交流、手作りおやつの会など、子育て相談・支援に取り組んでいます。

支える



特殊詐欺被害防止の声掛け

高齢者などの訪問・見守り

- ・一人暮らし高齢者・障害者世帯などの安否確認や声掛け・相談に乗っています。
- ・警察と連携し、特殊詐欺や悪質商法などの被害防止に向けた取り組みを行っています。

調査などへの協力

- ・市が行う「避難行動要支援者台帳」調査に協力し、災害時に自力での避難が困難な人の把握に努めています。
- ・自主防災会と連携し、避難支援のための体制づくりに協力しています。



新任委員として、前任の人との同行訪問から一歩を踏み出しました。訪問を重ね、人と人とのつながりの大切さを実感しています。社会的なつながりを持つことで、状況に応じた必要な支援につなげることができ、安心感を抱いていただけます。地区の皆さんには、地域で開催される集いへ参加いただいたり、福祉サービスの利用など相談いただければと思います。

小林恵理子委員

つなぐ



ふれあい会食

地域福祉活動

ふれあい会食・子育てサロン・お茶のみサロン・介護者の集いなど、交流の機会づくりに取り組んでいます。

行政や関係機関へつなぐ

地域住民の相談に応じて行政や専門機関へつないだり、情報提供を行います。

心配ごと・困りごとをお気軽にご相談ください

- ・高齢者や障害がある人の福祉に関すること
- ・介護に関すること
- ・不登校、児童虐待など子育てに関すること
- ・生活困窮などの経済的な悩みに関すること など

個人情報 は固く守られます

民生委員・児童委員、主任児童委員には、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、支援します。

民生委員・児童委員について詳しくは、
全国民生委員・児童委員連合会ホームページへ



☎長野市民生委員児童委員協議会
(長野市社会福祉協議会内)

☎225-1234 FAX223-7388

福祉政策課 ☎224-5028 FAX224-5106

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

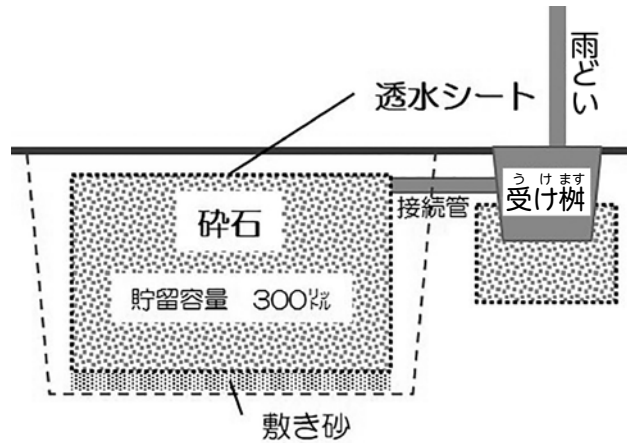
水路などへ流出する雨水の量を減
らし、浸水被害を軽減させます。た
めた雨水は、草木の水やりや災害時
などの生活用水として利用できま
す。



▲雨水貯留施設の設置例

雨水浸透施設の役割

雨どいなどを經由して、雨水を直
接地中に浸透させ、道路などへ流出
する量を減らすことができます。大
雨による浸水被害の軽減に役立ちま
す。



▲雨水浸透施設の設置例

設置費用の助成

- ▼受付期限／令和6年1月31日(水)
- ▼対象／市内に住宅などを所有する人や居住している人(浸透施設は地滑りなどの恐れがある区域を除く)
- ※助成内容の確認のため、事前に河川課へご相談ください。
- ※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。
- 雨水貯留タンクを設置する場合
- ▼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の購入費

※建物1棟につき2基まで

※工事費は対象外

- ▼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Ⅱ上限額2万5千円、500リットル以上Ⅲ上限額5万円)
- 浄化槽を転用する場合
- ▼対象費用／既存の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(千円未満は切り捨て)／転用に要した費用の3分の2(上限額10万円)
- 雨水浸透施設を設置する場合
- ▼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の総和が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(Ⅰ上限額2万4千円)

問 河川課

☎ 224・7646 FAX 224・5112

みんなで守ろう 公園のマナー

- ボール遊び(野球やサッカーなど)・周囲の迷惑になるため、公園の外にボールが飛び出ないように気を付けましょう。
- バーベキュー
- ・可能エリアを限定した公園、火気使用禁止の公園があります。
- ・必ず専用器具を使用してください(直火は禁止)。
- ・炭などのごみは全て持ち帰ってください。
- ・水飲み場を洗い場として使用しないでください。

禁止事項

- ・自動車、バイク、自転車の乗り入れ
- ・打ち上げ花火、大声で騒ぐなど、周囲の迷惑になること
- ・ドローンやラジコンの飛行
- ・ゴルフの練習など、周囲に危険が及ぶこと(素振りも不可)
- ・動物を引き連れての入園(盲導犬などの補助犬を除く) ほか

※一部の公園は犬の散歩ができますが、必ずリードを付け、ふんを始末してください。



問 公園緑地課

☎ 224・5054 FAX 224・5111

ブロック塀などの自主点検をしましょう

構造基準に合わない塀や経年劣化した危険な塀は、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、災害時は避難や救助活動にも支障を来します。

塀の安全確保は所有者の責務です

所有す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。「ブロック塀の点検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を表示し、補修・撤去などを速やかに行いましょう。

！ ブロック塀の点検のチェックポイント

- 傾きやひび割れはありませんか？
 - 高過ぎませんか？
 - 控え壁はありますか？
 - 基礎はありますか？ など
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください。



市ホームページ



▲出典：パンフレット「あなたの周りは大丈夫？今すぐブロック塀等の点検を！」
(一財)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5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。

▼補助率・補助金額／「除却工事費の2分の1以内」または「除却する塀の長さ(メートル)×8千円」のいずれか低い方の額(上限5万円)を補助

※基礎を除却しない場合は5千円
 ※工事着手前に申請が必要です。工事の契約をする前に建築指導課(第二庁舎7階)へお問い合わせください。

問 建築指導課

224・6753 FAX 224・5124

道路や河川を安全・適正に利用するために

道路や河川には、国、県、市が管理するものや、土地改良区、用水組合などが管理する水路などがあります。

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。大切な公共財産である道路や河川を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。

道路や河川の上を使用する場合や工事を行う場合

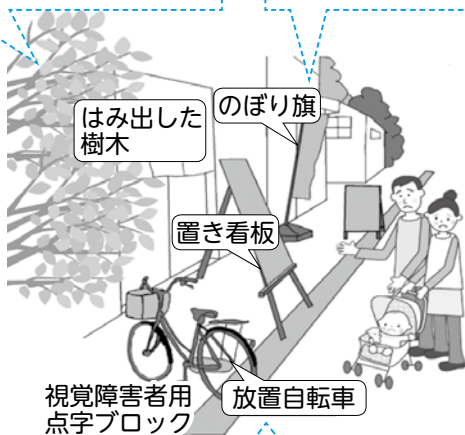
事前の申請と許可が必要です。「水路にふたをして通路(入り口)にしたい」「歩道の縁石を切り下げたい」などの計画があるときは、事前に監理課(第二庁舎6階)にご相談ください。

道路にのぼり旗や看板などを設置しない

道路への商品の陳列や、のぼり旗・立看板の設置などは、通行の妨げになり、景観を損ねる原因にもなるため、ご遠慮ください。

生け垣や樹木は適正な管理を

私有地から道路へはみ出した生け垣や樹木などは、通行の妨げになり大変危険です。これらが原因で事故などが発生した場合は、所有者が責任を問われることがあります。定期的なせん定するなど、適正な管理をお願いします。



歩道への駐車はしない

歩道への自転車やバイクの駐車は、歩行者や車いす利用者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。自転車などは、駐輪場などの決められた場所に駐車しましょう。

問 監理課

224・8704 FAX 224・5116

茶臼山動物園

ライオンの丘 オープン

篠ノ井有旅から望む雄大な景色を取り込み、
生息地の景観を再現。



がちりばめられた観覧通路から
ライオンを見ることができます。



屋内展示の様子
(左)つむぎ6歳 (右)臼三(キュウゾウ)15歳
2頭にぜひ会いに来てください！

4月22日、「ライオンの丘」が
オープンしました。この施設は、
茶臼山の眺望を生かし、ライオン
が広大な大地に暮らす様子を
再現しています。

生き生きと活動するライオンの
姿をぜひ見に来てください。

▶入園料／一般600円、小・中
学生100円

園 公園緑地課

☎224-5054 FAX224-5111

茶臼山動物園 ☎293-5167



茶臼山動物園40周年

茶臼山動物園は、1983年8月に開園し、今年の8月で40年目を迎えます。

茶臼山動物園では、40周年を記念し、一年を通して、さまざまなイベントを行う予定です。ぜひ、かわいらしい動物たちに会いに来てください。

詳しくは、茶臼山動物園公式ホームページをご覧ください。



地域循環コミュニティバス

「ZOOぐる」に乗って動物園へ行こう！

茶臼山動物園と篠ノ井駅西口をつなぎます。

▶**運行日**／4月8日(土)～10月29日(日)の土・日曜日、祝日〔4月29日(土)・30日(日)、5月3日(水)～7日(日)は無料シャトルバスを運行するため、運休します〕

▶**運賃**／◇1乗車＝中学生以上150円、小学生80円、◇往復(1日乗り放題)＝中学生以上300円、小学生150円

※往復乗車券を券売所で提示すると当日に限り、入園料が一般は100円引き、小・中学生は無料になります。

※詳しい運行時間などは、

市ホームページをご覧ください。



茶臼山動物園北口モノレール

▶**運行時間**／9:15～16:45(12月～翌年2月は9:45～16:15)

▶**料金**(片道)／小学生以上100円

園モノレールのりば ☎299-3385



ライオンが好きな小高い丘や、倒木を設置しています。晴れた日は、志賀高原や菅平高原を望めます。

床にわらわは、間近で

野生鳥獣による被害を防止しましょう



市内では、イノシシやシカ、サルなどによる農作物被害が多く報告されているほか、市街地でのキツネやタヌキ、ハクビシンの目撃が相次いでいます。野生鳥獣から農作物を守るためには、加害獣の捕獲も必要ですが、それだけでは被害を防ぐことはできません。野生鳥獣対策に「これで大丈夫」といった特効薬はないため、地域全体で野生鳥獣を寄せ付けない環境づくりに取り組んでいきましょう。

餌場をなくす

野菜くずや生ごみを、畑などの農地や住宅敷地内に捨てないようにしましょう。また、地域で合意の上、放置されている果樹を伐採するなどして、野生鳥獣を寄せ付けないようにしましょう。

好物を見せない

農地に柵を設置し、野生鳥獣の好物が見えないようにしましょう。また、柵内で野生鳥獣の前脚が届きそうな所には、動物が好まないトウガラシやピーマンなどの野菜の作付けをするなどの対策をお勧めします。



▲農地の周囲に設置した電気柵

防護柵や電気柵などで侵入防止

農地の周囲に防護柵や電気柵などを設置して、野生鳥獣の侵入を防ぎましょう。侵入されるなどして、破損した箇所はそのままにせず、修理をするなど対策を取りましょう。

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。所有者による対策のほか、地域全体でも定期的に刈り払いなどを行いましょう。また、空き家や神社など、すみかになりやすい場所の見回りや侵入防止対策をお願いします。天井裏や床下など、野生鳥獣の侵入口をふさぐ対策を取りましょう。

捕獲・駆除について

野生鳥獣を許可なく捕獲することは、鳥獣保護管理法で禁止されています。まずは野生鳥獣対策を実施することが必要ですが、農作物被害や住宅・敷地への侵入被害が続く場合は、左記へご相談ください。



■農作物被害に関する捕獲・駆除

各地区有害鳥獣対策協議会の事務局を担っている農協

※農協事務局の連絡先は、森林いのしか対策課までお問合せください。

■住宅や敷地への侵入被害など

市では、住宅や敷地への侵入被害などに係る野生鳥獣の捕獲を実施していません。民間の害獣駆除事業者に直接、依頼をお願いします。

クマの人身被害にご注意ください



クマと遭遇しないよう、次の点にご注意ください。

■音の出る物を持ち、周囲に注意する

山に入るときは、単独行動は避け、クマに人の存在を知らせるため、ラジオ、笛、鈴などの音の出る物を持ちましょう。特に早朝と夕方は、クマの活動が活発になります。万が一遭遇した場合は、慌てずに目をそらさず、クマと正対したままゆっくりと後ずさりしながら、その場を離れてください。

■特に子連れの母グマに注意する

子グマの近くには母グマがいる可能性があります。子グマには絶対に近づかないでください。

■残飯などを絶対に捨てない

一度人間の食べ物の味を覚えたクマは、人里などに出没するようになります。残飯などは絶対に山や森林に捨てないでください。

問 森林いのしか対策課

☎ 224・8470 FAX 224・7818

「ながの花と緑大賞2023」&「わたしの花と緑2023」を募集

ながの花と緑大賞2023

花と緑に囲まれた潤いのあるまちづくりを実践している皆さんの、優れた花壇づくりや緑化活動を募集します。皆さんの日頃の成果を、ぜひご応募ください。

■募集期間

◇公共緑化の部、個人・ファミリーの部、企業・団体の部=6月9日(金)まで

◇特別テーマ(緑のカーテン)の部
=8月1日(火)~31日(木)

※自薦他薦は問いません。他薦の場合、応募者への応募確認は公園緑地課で行います。

※「長野市景観賞」入賞作品、応募(予定)作品は対象外です。

※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。

※園芸、造園、植栽などを生業としているか、講座などの講師などで対価を得ている個人や企業などが応募する場合は、「企業・団体の部」へ応募してください(特別テーマの部を除く)。

わたしの花と緑2023

丹精込めてつく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。

■募集期間

6月30日(金)まで

応募方法はいずれも

募集期間内に、所定の応募用紙に必要事項を記入し、活動状況などが分かる写真を貼って、郵送か直接、公園緑地課(〒380-8512長野市役所、第二庁舎5階)か各支所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
※応募用紙は、市ホームページ、公園緑地課、各支所、市内の園芸店などにあります。

応募作品は、応募作品集「はなとみどり2023」に掲載し、市民の皆さんに紹介します。

☎公園緑地課 ☎224-7285 FAX224-5111



「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)。

5月5日の「こどもの日」から11日までの1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。社会の宝である子どもたちが、家庭や地域の中で豊かな愛情に包まれ、未来の担い手として夢と希望を持ち、個性豊かに、たくましく育つことのできる環境・社会をつくっていくことが重要です。子どもへの虐待を防ぐためには、地域に住んでいる人たちが子育て家庭を見守り、孤立させないことが大切です。様子を気に掛け、異変にいち早く気付くことが、虐待の防止につながります。

見守って防ごう 子ども虐待

令和5年度児童福祉週間標語

「小さなて みんなではぐくみ 育ててく」

児童虐待などに関する相談先・連絡先

市役所では、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「あのえっと」☎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☎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

※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

☎子育て家庭福祉課
☎224-7062
FAX 224-7698

第59回 長野市文化芸術祭



長野市文化芸術協議会に加盟している団体が一堂に会して、活動の成果を発表します。

▶とき／5月20日(土)・21日(日) ▶ところ／芸術館
▶入場料／前売り券300円、当日券350円[全公演共通(2日間有効)。中学生以下無料。前売り券は文化芸術課(第二庁舎3階)で販売しています]

■舞台部門(メインホール)

両日10:30開場、11:00開演

5月20日(土)	
11:07	長野観世流謡曲連合会
11:34	長野宝生会
11:59	銀扇流銀扇会 <終演後休憩>
13:04	琴伝流大正琴北信同好会
13:38	無想伝心碧洲流吟詠剣詩舞道会
13:58	市長あいさつ
14:01	長野市子ども文化芸術賞表彰式
14:33	[特別出演] 長野市子ども文化芸術賞受賞者記念演奏
14:48	[特別出演] 柳町中学校合唱部
15:12	[特別出演] 昭和小学校金管バンド
15:37	朋友バレエ
15:57	(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
16:32	大豆島甚句保存会

5月21日(日)	
11:04	長野市民踊舞踊連盟
11:36	翔の会
11:58	三味線豊静音の会 <終演後休憩>
13:13	[特別出演] 北部中学校合唱部
13:35	神洲流長野県吟道会
14:07	長野ベリーダンススタジオ
14:34	ダンススタジオブロードウェイ
15:06	NAGANO善光寺よさこい
15:28	津軽三味線・民謡三味線撥音会
15:47	白鳥バレエ学園



■展示部門 両日10:30~17:00

ところ	団体・作品
展示サロン	北信美術会
市民交流スペース	令和5年度長野市子ども文化芸術賞受賞者作品展(*)
リハーサル室	墨美会、真仙会

*…5月19日(金)13:00~22日(月)16:00まで(入場無料)

長野市子ども文化芸術賞表彰式

令和4年中に文化芸術部門で優れた活動を行い、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(敬称略)

小宮山満、上原由衣、島田陽太、齊藤菜那
松橋美奈、内山詩菜、有賀柊佳、原田実莉
草間陵太、長澤矯海、相羽星音、齋藤楓佳
寺澤剛瑠、北村友寛、宮澤蒼、新野凜々華
長野吉田高等学校戸隠分校そば部
文化学園長野高等学校華道部
裾花中学校吹奏楽部

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からのお知らせ

第72回金沢百万石まつり

豪華絢爛な加賀百万石絵巻「百万石行列」

加賀藩祖前田利家公の偉業をしのび、金沢百万石まつりを開催します。まつりのメインとなる「百万石行列」には、前田利家公役として歌舞伎俳優の市川右團次さん、妻のお松の方役として女優の紺野まひるさんを迎え、加賀鳶(とび)はしご登りや加賀獅子の演舞などで盛り上げます。

問 金沢市観光政策課 ☎076-220-2194 FAX076-260-7191

とき 6月2日(金)~4日(日)

ところ 金沢駅東広場ほか



◀金沢百万石まつり公式サイト



Try & Challenge

～市立長野中学校7年目の挑戦～

本市の基幹校である市立長野中学校では、仲間との協働により、主体的に考え行動できる自立した生徒像を目指した教育を進めています。開校7年目を迎えた市立長野中学校の生徒が生き生きと学習する様子や取り組みの内容を、学校関係者や小学生・保護者のほか、市民の皆さんに広く公開します。ぜひ、ご参観ください。詳細は、学校ホームページで、順次案内します。



行事	とき	対象	内容など
公開授業	5月20日(土)8:45～11:35	市民の皆さん	中学校・高校の授業を公開
小学生向け公開授業	5月29日(月)13:50～15:40	小学1～6年生とその保護者など	中学校の授業を公開 ※多くの市立小学校の運動会振替休日の予定日に実施します。
	6月5日(月)13:50～15:40		
学校説明会	6月17日(土)9:00～12:00	小学6年生とその保護者	学校の概要を説明、 小学6年生の授業体験 入学者選抜[12月2日(土)]や 学校生活についての具体的な説明
	10月7日(土)9:00～12:00		
授業公開	7月～12月 (期日未定、計10回)	市民の皆さん、 学校関係者	中学校の教科別授業を公開

〒市立長野中学校 ☎296-1241 FAX296-1242
 学校教育課 ☎224-5097 FAX224-5086

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

SBC ふれ愛ながの21(手話通訳入り)

▷27日(土)15:30～16:00
 海だった長野 市内でその証拠を訪ねて
 長野市は、かつて海でした。その海だった場所が隆起し、現在の地形ができました。市内に残るその証拠を研究員と巡り、大地の成り立ちを探ります。



▲戸隠地質化石博物館 田辺智隆研究員

TSB ふれ愛ながの市政ガイド

▷13日(土)13:25～13:30
 ライオンの丘がオープンしました
 ▷27日(土)13:25～13:30
 市立博物館企画展「皆神山をとりまく世界」

abn ふるさとステーション

▷21日・[再]28日(日)17:25～17:30
 花と緑を満喫 茶臼山自然植物園&篠ノ井中央公園

インターネット

長野きらめきチャンネル

重要文化財「長国寺 真田信之の御霊屋」
 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

▷27日(土)17:35～17:45
 なくそう!身近な受動喫煙

ラジオ

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(月)	ながの多言語インフォメーション(中国語)
2日(火)	茶臼山動物園 ライオンの丘オープン
3日(水)	5月の観光情報[再]
4日(木)	南部図書館「たんぼ子ども会」[再]
5日(金)	茶臼山動物園 ライオンの丘オープン[再]
8日(月)	ながの多言語インフォメーション(英語)
9日(火)	市税・保険料などの口座振替推進キャンペーン
10日(水)	有毒植物を原因とした食中毒予防[再]
11日(木)	「ながの花と緑大賞2023」 「わたしの花と緑2023」作品募集
12日(金)	第36回長野市景観賞募集[再]
15日(月)	ながの多言語インフォメーション(ベトナム語)
16日(火)	住宅無料耐震診断[再]
17日(水)	市立博物館 春の企画展「皆神山をとりまく世界～パワースポットの源流を探る～」[再]
18日(木)	自転車の適正利用[再]
19日(金)	不正大麻・けし、薬物乱用防止
22日(月)	ながの多言語インフォメーション(タイ語)
23日(火)	狂犬病予防集合注射実施日程[再]
24日(水)	受動喫煙防止[再]
25日(木)	雨水貯留施設および雨水浸透施設助成制度
26日(金)	ごみの出し方と集積所の適正管理
29日(月)	「HELAS」による食品ロス削減支援実証スタート
30日(火)	6月の観光情報
31日(水)	広報ながの6月号の見どころ

教室 **かがやきひろば各種講座**

*詳しくは、各ひろばにお問い合わせください。

講座	とき	ところ・問い合わせ	額(※3)	受講料	申込期間
やっぱり面白い! 中国文化	5月15日~7月3日(月)13:30~15:00(計5回)	東北☎296-5570	各20人	500円	5月10日(水)9:00~
フレイル予防※1	5月26日~7月28日(金)10:00~12:00(計6回)			無料	5月10日(水)9:00~19日(金)
転倒骨折予防※1	5月26日~10月27日(金)10:00~11:30(計10回)	湯福☎232-8335	15人	1,000円	5月11日(水)~
かぎ編みでポシェット作り	6月9日~7月28日(金)10:00~12:00(計4回)		10人	2,100円	5月18日(水)~
ディスコダンス※2	6月6日~10月10日(火)(計10回) 9:30~10:30 10:45~11:45	篠ノ井☎293-7227	各25人	各1,000円	5月8日(月)~10日(水) 9:00~17:00
たのしい陶芸体験	6月8日~7月27日(水)9:30~11:30(計4回)				12人
ぴんしゃん! 元気体操	6月8日~12月14日(水)13:30~15:00(計10回)	豊野☎257-3135	20人	1,000円	5月10日(水)~24日(水)
昭和歌謡でからだポカポカ体操	6月12日~11月13日(月)13:30~15:00(計10回)	柳町☎235-0019	15人	1,000円	5月29日(月)~

▶対象/市内在住の60歳以上の人(※1…市内在住の70歳以上の人) ▶申し込み/各申込期間中に、電話か直接、各ひろばへ(※2…申込期間中に、63円切手を持参の上、直接、同ひろばへ)

※3…ディスコダンスは、申し込み多数の場合は、初めての人を優先の上、抽選。その他の講座は先着順です。

教室 **勤労青少年ホーム・勤労者女性会館しなのき・サンライフ長野・長野地域職業訓練センター各種講座**

■勤労青少年ホーム(中部=☎232-3256、北部=☎243-1358、南部=☎293-4435) ▶対象/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
ファイナル・プランニング技能検定3級	6月17日~9月2日(土)13:30~15:30(計10回)	北部 クラフトテープでつくる夏のおでかけバッグ	6月17日・24日(土)13:30~15:30(計2回)
初めての陶芸	7月8日~9月9日(土)10:00~12:00(計6回)	南部 立体文字に挑戦~動書	7月6日~9月21日(土)18:30~20:00(計7回)
夏を楽しむ! ゆかたの着付け	7月11日~8月1日(土)19:00~21:00(計4回)		

■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)

▶対象/市内在住・在勤の女性(学生は除く)

講座	とき	講座	とき
ちょっと得する相続の基礎講座	6月21日(水)	ちょっと得する相続の基礎講座	6月16日(金) 10:00~12:00
相続無料相談会(1人40分)		13:00~17:00	相続無料相談会(1人40分)
		立体文字に挑戦~動書	7月6日~9月21日(土)18:30~20:00(計7回)

■サンライフ長野(☎227-2310) ▶対象/市内在住・在勤の人(学生は除く)

講座	とき	講座	とき
エンディングノートで賢い終活	6月13日(火)	相続無料相談会(1人40分)	7月11日(火)13:00~17:00
相続無料相談会(1人40分)		13:00~17:00	夏を楽しむ! ゆかたの着付け
税理士が教える相続税対策	7月11日(火)10:00~12:00		

■長野地域職業訓練センター(☎221-0505) ▶対象/どなたでも参加できます ★…難易度(★が多いほど難)

講座	とき	講座	とき
パソコン入門(午前コース)★☆☆☆☆	6月12日(月)~20日(水)9:30~12:30(計4回)	ワード応用(午前コース)★★★★☆	6月26日(月)~7月4日(水)9:30~12:30(計4回)
エクセル(表計算)応用コース★★★★☆	6月21日・28日(水)9:30~16:30(計2回)		

いずれも

▶施設へ直接の申し込み/申込開始日から、受講料などを持参の上、直接会場へ(勤労青少年ホームのみ写真付き身分証明書も持参)。

▶インターネットによる申し込み(長野地域職業訓練センターを除く)/5月1日(月)9:00~8日(月)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。

※受講料や、各施設へ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。ただか、各施設へお問い合わせください。



◀勤労青少年ホーム



◀勤労者女性会館しなのき



◀サンライフ長野

教室 リサイクルプラザ

圃リサイクルプラザ ☎222-3196

講座	とき	対象	定員(先着順)	受講料(材料費含む)	申込開始日		
自転車リペア教室	5月18日(木)13:30~15:00	市内在住の人	5人	各500円	5月8日(月)10:00		
気軽な作務衣(さむえ)作り	6月9日~30日(金)9:30~12:00(計4回)	※1	6人※2				
ネクタイからがま口作り	6月13日(火)10:00~12:00	市内在住の人	5人※2	300円	5月9日(火)10:00		
ゆめ工房21	牛乳パックで椅子作り		6月2日(金)10:00~12:00			各5人	100円
	紙すき体験		6月8日(木)10:00~12:00	1,500円			
	ねこはんでん作り		6月8日(木)10:00~14:30	100円			
	廃油石けん作り		6月9日(金)10:00~12:00	各6人			各300円
	布ぞうり作り		6月12日・26日(月)10:00~14:30				

▶申し込み/各申込開始日から、電話か直接、リサイクルプラザへ

※1…市内在住で、ミシンを使える人 ※2…初めての人を優先

教室 救命講習・応急手当普及員講習

※事前にお申し込みください。

講習	とき	ところ	定員(先着順)	申し込み・問い合わせ
救命入門コース	6月25日(日)9:00~10:30	篠ノ井消防署	各20人	篠ノ井消防署(☎292-0119)
普通救命講習Ⅰ	6月10日(土)9:00~12:00	若穂公民館		若穂分署(☎282-2299)
普通救命講習Ⅱ	6月9日(金)9:00~13:00	信濃町分署		信濃町分署(☎255-5119)
普通救命講習Ⅱ※1	6月23日(金)9:00~12:00	中央消防署	30人	七二会分署(☎229-3512)
上級救命講習	6月8日(木)8:30~17:30	新町消防署	10人	新町消防署(☎262-5119)
応急手当普及員講習※2	6月20日(火)・21日(水)・22日(木)8:30~17:30(計3回)	消防局3階	20人	鶴賀消防署(☎223-0119)

※1…対象は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 ※2…教材費約3,900円、3日間の受講が必要

教室 市障害者福祉センター
パソコン教室

▶とき/5月24日~6月14日(火)
9:00~16:30(計4回)

▶内容/ワード、エクセル、インターネット、メールほか

▶対象/身体障害者手帳所持者とその家族

▶定員/5人(先着順)

▶申し込み・問い合わせ/5月17日(火)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、FAX226-6263、✉info@nagano-sfc.jp)へ

※教材費がかかります。

教室 長野技術専門学校
スキルアップ講座

▶とき/6月19日(月)・20日(火)

▶内容/企業継続のためのリーダーシップ&マネジメント

▶申し込み・問い合わせ/

5月29日(月)までに、同校(☎292-2341)へ



教室 手話奉仕員養成講座
~入門編

▶とき/◇昼の部=6月20日~令和6年3月12日(火)10:00~12:00

◇夜の部=6月21日~令和6年3月13日(水)19:00~21:00(各計22回)

▶ところ/市障害者福祉センター

▶内容/手話での日常会話に必要な知識と技術

▶対象/市内在住・在勤で初めて手話の学習をするか、手話を基本から学びたい人(翌年の「基礎編」も含め全課程に出席できること)

▶定員/16人(多数の場合、書類選考)

▶受講料/5,300円(テキスト代含む)

▶申し込み/5月8日(月)~18日(木)に、デフネットながのHP

内の申し込みフォームから

※講座説明会を5月16日(火)

10:00~11:00、17日(水)19:00~20:00に同センターで開催します。



圃障害福祉課

☎224-5030

教室 多文化交流講座~気軽に台湾!行ってみる?

リアルな台湾を楽しく紹介します。

▶とき/6月3日(土)14:00~15:30

▶ところ/もんぜんぷら座

▶定員/30人(先着順)

▶申し込み/5月31日(火)までに、氏名・電話番号・Eメールアドレスを記入の上、Eメールで国際交流コーナー(✉kokusai@monzen-plaza.com)へ

圃国際交流コーナー ☎223-0053

教室 プログラミング体験

▶とき/6月17日(土)10:00~11:30、13:00~14:30

▶ところ/権堂イーストプラザ市民交流センター

▶対象/年長児~小学生

▶定員/各5人(先着順)

▶受講料/各900円

▶申し込み・問い合わせ/6月1日(木)10:00から、電話か直接、権堂イーストプラザ市民交流センター(☎234-2906)へ

スポーツ ママさん
バレーボール教室

- ▶とき／6月21日～7月12日(水) 10:00～12:00(計4回)
- ▶ところ／更北体育館
- ▶対象／市内在住の既婚女性(35歳以上の未婚女性も可)
- ▶定員／35人(先着順)
- ▶参加料／1,000円(保険料含む)
- ▶申し込み／5月2日(水)～25日(木)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メールで次のアドレス(☐toyovolleyball2023@gmail.com)へ
岡長野市ママさんバレーボールクラブ事務局 ☎090-9680-3695

教室 ソルガム栽培講習会

種まき作業と意見交換会を行います。

- ▶とき／5月13日(土)9:30～12:00
- ▶集合場所／大安寺駐車場
- ▶申し込み／5月10日(水)(必着)までに、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、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新産業創造推進局(第一庁舎6階、〒380-8512長野市役所、FAX224-5095、☐shinsangyo@city.nagano.lg.jp)へ

※詳しくは、信州そるがむで地域を元気にする会HPをご覧ください。

岡新産業創造推進局 ☎224-9711

教室 ガーナをたっぷり知る講座

- ▶とき／7月4日(火)・7日(金)10:30～12:30
- ▶ところ／もんぜんぷら座
- ▶対象／市内在住の60歳以上の人
- ▶定員／各30人(多数の場合は抽選)
- ▶受講料／各300円(教材費含む)
- ▶申し込み／5月26日(金)(消印有効)までに、住所・氏名・年齢・電話番号・講座名を記入の上、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
岡シニアアクティブルーム ☎223-0058

教室 愛犬の正しい飼い方・しつけ方教室

- ▶とき／5月20日(土)13:00～15:00
- ▶ところ／市保健所
- ▶対象／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(他の犬の健康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
- ▶定員／30組(先着順)
- ▶申し込み・問い合わせ／5月8日(月)～19日(金)に、電話で動物愛護センター(☎262-1212)へ

教室 更年期を乗り越えるために

- ▶とき／5月24日(水)9:30～11:30
- ▶ところ／勤労者女性会館しなのき
- ▶対象／市内在住・在勤の40・50代の女性
- ▶定員／20人(先着順)
- ▶申し込み・問い合わせ／事前に電話か直接、男女共同参画センター(☎237-8303)へ
※託児を実施します(要予約)。

教室 ワードでイベントチラシを作ろう!

- ▶とき／5月28日(日)13:00～16:00
- ▶ところ／もんぜんぷら座
- ▶対象／NPO・市民活動団体・住民自治協議会で活動している人
- ▶定員／30人(先着順)
- ▶受講料／1,000円(資料代含む)
- ▶申し込み／事前に、市民協働サポートセンターHP内の申し込みフォームから申し込むか、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
岡地域活動支援課 ☎224-5033

教室 親子関係スキルアップ講座

- ▶とき／6月7日～28日(水)10:00～12:00(計4回)
- ▶ところ／ふれあい福祉センター
- ▶対象／おおむね3～10歳の子どもを持つ保護者
- ▶定員／20人(先着順)
- ▶申し込み・問い合わせ／5月8日(月)から、電話でこども総合支援センター(☎224-7849)へ

教室 ハーブで作るテーブルリース

- ▶とき／5月24日(水)10:00～12:00
- ▶ところ／篠ノ井中央公園管理棟
- ▶定員／20人(先着順)
- ▶受講料／2,500円
- ▶申し込み・問い合わせ／5月10日(水)9:00から、電話で(一財)ながの緑育協会(☎214-8719)へ

教室 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
- ▶とき／6月10日(土)9:00～11:30
- ▶定員／20人(先着順)
- ▶受講料／500円(保険料など含む)
- ▶申込開始日／5月29日(月)8:30
- ハンギングバスケット講座
- ▶とき／6月17日(土)10:00～12:00、14:00～16:00
- ▶定員／各10人(先着順)
- ▶受講料／初めて参加する人＝4,000円、参加経験があり鉢を持参する人＝3,500円
- ▶申込開始日／6月8日(水)8:30

上記はいずれも

- ▶ところ／南長野運動公園バラ園
- ▶申し込み・問い合わせ／申込開始日から、電話でNPO法人長野市環境緑化協力会(☎214-8655)へ



教室 男性の料理教室(前期)

- 料理のイロハを身に付けます。
- ▶とき／5月26日～8月25日(金) 10:00～13:00(計4回)
- ▶ところ／ふれあい福祉センター
- ▶対象／市内在住の男性
- ▶定員／8人(応募多数の場合、初めて受講する人を優先の上、抽選)
- ▶受講料／3,000円
- ▶申し込み・問い合わせ／5月10日(水)～12日(金)に、電話で市社会福祉協議会地域福祉課(☎227-3030)へ



スポーツ 北部スポーツ・レクリエーションパーク

圃同パーク ☎266-0582

教室	とき	対象	定員(先着順)	参加料
スポーツ鬼ごっこ	5月13日(土)10:00~11:30	年中児~小学6年生とその保護者	30人	700円
地域いきいきスポーツDAY	5月21日(日)10:00~12:00	どなたでも(申し込み不要)	なし	200円
初心者マレットゴルフ	5月25日(休)9:30~11:30	18歳以上の人	10人	500円
スケートボード	初心者 5月28日、	小学1年生以上	10人	1,200円*
	中級者 6月25日(日)			

*…別途施設使用料◇一般=300円 ◇高校生・60歳以上の人=200円 ◇小・中学生=100円

▶申し込み/5月10日(水)8:30から、電話か直接、同パークへ

スポーツ 温湯温泉「湯~ぱれあ」おひさま教室(小学生以下の親子向け)

圃湯~ぱれあ ☎282-5500

教室	とき	教室	とき
みんなでリトミック	5月13日(土)10:30~11:15	子ども貸切プール	5月21日(日)14:00~16:00
ベビー&ママ・パパ水中運動	5月13日(土)・18日(木)・27日(土)10:30~11:30	わらべ歌ベビーマッサージ	5月22日(月)10:30~11:30
ベビーヨガで手遊び歌遊び	5月18日(木)10:30~11:30	家族でフラダンス	5月27日(土)10:30~11:30
親子でダンス	5月21日(日)10:00~10:45		

▶申し込み/湯~ぱれあHP「おひさまクラブ」から(会員登録が必要です)

※料金など、詳しくはHPをご覧ください。電話で湯~ぱれあへ。



スポーツ 南長野運動公園

■FIT★AERO(フィット エアロ)

▶とき/毎週月曜日15:00~15:45

■代謝UP!引き締めヨガ

▶とき/毎週水曜日15:00~15:45

■リンパ経絡

▶とき/毎週金曜日13:00~13:45

上記はいずれも

▶対象/高校生以上

▶参加料/1回600円

圃南長野運動公園 ☎293-4048

スポーツ リズムフィットネス教室

▶とき/5月29日~7月31日(月)

10:40~11:40(計9回)

▶ところ/更北体育館

▶対象/市内在住・在勤の人

▶定員/20人(先着順)

▶参加料/3,000円

▶申し込み・問い合わせ/5月8日(月)~19日(金)に、電話でスポーツ課(☎224-7804)へ申し込み後、参加料を持参の上、スポーツ課(第二庁舎3階)か、申込時に指定する場所へ

スポーツ ストレッチポール®&筋膜リリース

▶とき/5月18日~令和6年3月28日(木)18:30~19:30

▶ところ/ホワイトリング

▶対象/高校生以上

▶定員/各20人(先着順)

▶参加料/各600円

▶申し込み・問い合わせ/5月12日(金)から、電話か直接、ホワイトリング(☎283-7977)へ

スポーツ ママピラティス教室

▶とき/5月25日~7月13日(木)10:30~11:30(計8回)

▶ところ/朝陽公民館朝陽分室

▶対象/市内在住で産後1年以内の女性

▶定員/15人(先着順)

▶参加料/2,700円

▶申し込み/5月8日(月)~19日(金)に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、5月25日(木)10:10に、参加料を持参の上、直接、会場へ
圃スポーツ課 ☎224-7804

スポーツ ピラティス教室

▶とき/6月1日~7月20日(休)19:15~20:15(計8回)

▶ところ/篠ノ井交流センター共和分館

▶対象/市内在住・在勤の人

▶定員/20人(先着順)

▶参加料/2,700円

▶申し込み/5月8日(月)~26日(金)に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、6月1日(休)19:00に、参加料を持参の上、直接、会場へ
圃スポーツ課 ☎224-7804

スポーツ 障害者スポーツ講習会マレットゴルフ

▶とき/6月10日(土)9:30~11:30

▶ところ/犀川第二運動場マレットゴルフ場

▶対象/市内在住・在勤・在学の中学生以上の障害者

▶定員/20人(先着順)

▶申し込み/5月31日(木)までに、電話かファクスで市障害者スポーツ協会(☎・FAX共通266-8834)へ
圃スポーツ課 ☎224-7804

健康 専門医による
認知症個別相談会

- ▶とき／5月10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・問い合わせ／事前に電話で同センター(☎224-7174)へ

健康 不妊カウンセラーによる
不妊・不育症相談

- ▶とき／5月17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

スポーツ 聴覚障害者向け講座
レクリエーションスポーツ

- ▶とき／5月14日(日)10:00～12:00
- ▶ところ／市障害者福祉センター
- ▶対象／市内在住の聴覚障害者
- ▶申し込み／5月8日(月)までに、ファクスかEメールで、デフネットながの(229-5558、☒deaf-n-n@mx2.avis.ne.jp)へ



※手話通訳・要約筆記付きです。
※託児を実施します(1人500円。要予約)

聴覚障害福祉課 ☎224-5030

スポーツ 親子ふれあいスポーツ

- ▶とき／5月23日～7月4日(火)10:40～11:40(計7回)
- ▶ところ／更北体育館
- ▶対象／2・3歳児とその保護者
- ▶定員／15組(先着順)
- ▶参加料／2,400円
- ▶申し込み／5月8日(月)～16日(火)に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、5月23日(火)10:30に、参加料を持参の上、



直接、更北体育館へ
園スポーツ課 ☎224-7804

スポーツ 長野市スポーツ協会

- 初心者バウンドテニス大豆島教室
- ▶とき／5月15日～6月19日(月)19:00～21:00(計6回)
- ▶ところ／大豆島体育館
- ▶対象／市内在住の初心者の人
- ▶定員／20人(先着順)
- ▶参加料／2,000円(保険料別途 64歳まで=1,850円、65歳以上=1,200円)
- ▶申し込み／5月8日(月)19:00～20:00に、参加料と保険料を持参の上、直接、大豆島体育館へ

■第26回長野市民ゴルフ大会

- ▶とき／6月14日(水)7:30～17:30
- ▶ところ／長野国際カントリークラブ
- ▶対象／市内在住・在勤の18歳以上の人
- ▶定員／240人(先着順)
- ▶参加料／2,000円(プレー代別途)
- ▶申し込み／5月31日(火)までに、長野国際カントリークラブHPの申し込みフォームから申し込むか、電話、ファクス、Eメールのいずれかで長野国際カントリークラブ(☎253-3333、FAX253-8585、☒info@naganokokusai.com)へ

※各教室などについて、詳しくは市スポーツ協会
園(公財)長野市スポーツ協会
☎224-5088

スポーツ ノルディックウォーキング
体験会in茶臼山

- ▶とき／5月31日(水)9:30～12:00
 - ▶集合場所／茶臼山動物園北口駐車場
 - ▶定員／30人(先着順)
 - ▶参加料／300円
 - ▶申し込み・問い合わせ／5月8日(月)～19日(金)に、電話でスポーツ課(☎224-7804)へ
- ※ポールは無料で貸し出します。

スポーツ ポジティブになれるヨガ

- ▶とき／5月14日(日)15:00～16:00
- ▶ところ／松代文化ホール
- ▶定員／20人(先着順)
- ▶参加料／中学生以上1,000円、小学生以下800円
- ▶申し込み・問い合わせ／事前に電話で松代文化ホール(☎278-4373)へ

スポーツ トイーゴセミナー

とき(14:30～15:30)	内容
5月15日(月)	ストレッチヨガ
6月5日(月)	肩こり改善ヨガ
6月19日(月)	腰痛改善ヨガ
7月3日(月)	ツボ・経絡ヨガ

- ▶ところ／生涯学習センター
 - ▶定員／各20人(先着順)
 - ▶参加料／各300円
 - ▶申し込み・問い合わせ／事前に電話、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-city.nagano.lg.jp)へ
- ※託児を実施します(要予約)。

スポーツ 大人のサッカー
「パルサカ」

- ▶とき／5月20日(土)10:00～11:30
- ▶ところ／北部スポーツ・レクリエーションパーク屋内運動場
- ▶コース／エンジョイコース、レベルアップコース
- ▶対象／市内在住・在勤・在学の18歳以上の人
- ▶定員／各コース20人(先着順)
- ▶参加料／一般各1,500円、学生各1,000円
- ▶申し込み／事前に右の二次元コードから申し込み



園AC長野パルセイロスクール事務局
☎080-8760-0260(火～金曜日11:00～16:00)

お知らせ
まごころ
募集
行事・催し
健康
スポーツ
教室



もんぜんぷら座ギャラリー

もんぜんぷら座事務局 ☎219-0020

ところ	内容	とき(10:00~19:00)
3階市民 ギャラリー	第17回写真展 四季の瞬き 第12回東北信地区高等学校 写真展	5月21日(日)~27日(土) 6月3日(土)・4日(日)



森林とふれあい体験 チェーンソーでまき作り

- ▶とき/5月20日(土)10:00~15:00
- ▶ところ/森の駅Daizahoushi(ダイザハウス)
- ▶対象/小学生以上(小・中学生は保護者同伴)
- ▶定員/20人(先着順)
- ▶申し込み・問い合わせ/5月16日(火)までに、電話で森林いのしか対策課(☎224-5040)へ



鬼無里観光振興会

- 春の砂鉢山登山
- ▶とき/5月28日(日)8:00~16:30
- ▶集合場所/鬼無里支所
- ▶対象/中学生以上(中級者向き)
- ▶定員/20人(多数の場合は抽選)
- ▶参加料/1,500円
- ▶申込期限/5月19日(金)
- 鬼無里フットパス
- ▶とき/6月4日(日)9:00~14:30
- ▶集合場所/鬼無里公民館両京分館
- ▶定員/15人(先着順)
- ▶参加料/中学生以上2,500円、小学生以下1,000円
- ▶申込期限/5月29日(月)
- ※詳しくは、同振興会HPをご覧ください。

上記はいつでも

- ▶申し込み・問い合わせ/申込期限までに、同振興会HP内の申し込みフォームか、電話で同振興会(☎256-3188)へ



野外彫刻めぐり~歩いて めぐる街なか彫刻

- 市内の野外彫刻を講師の解説付きで鑑賞します。
- ▶とき/6月24日(土)10:00~14:40
- ▶集合場所/第一庁舎メイン出入り口前(長野駅まで徒歩で移動します)
- ▶対象/市内在住・在勤・在学の人
- ▶定員/20人(多数の場合は抽選)
- ▶参加料/300円
- ▶申し込み/5月31日(火)(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24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 ☎224-7504



水道施設見学

- 歴史のある戸隠水源や、市内最大の浄水場をバスで巡ります。
- ▶とき/6月3日(土)9:00~12:30
- ▶見学場所/戸隠水源、犀川浄水場
- ▶対象/小学生以上(小学生は保護者同伴)
- ▶定員/33人(多数の場合は抽選)
- ▶申し込み/5月19日(金)(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
- ※応募者が少数の場合は、中止することがあります。
- ☎上下水道局総務課 ☎224-5070



グリーンシティ フェスタ2023

- ▶とき/5月14日(日)10:00~16:00
- ▶ところ/ハイランドホール飯綱
- ▶内容/工作体験、車の展示 など
- ▶対象/小学生以下とその保護者
- ※一部イベントに参加料が必要です。
- ☎家庭・地域学びの課 ☎224-5082



長野市子ども会 リーダー研修会

- ▶とき/6月11日(日)9:00~16:30
- ▶ところ/青少年錬成センター
- ▶内容/野外炊飯、救急法 など
- ▶対象/市内在住の小学5年生~高校生
- ▶定員/30人(先着順)
- ▶参加料/650円(今年度初めて参加する人は別途保険料150円)
- ▶申し込み・問い合わせ/5月22日(月)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で家庭・地域学びの課(☎224-5082)へ



フレイル(虚弱) 予防の相談会

- ▶とき/5月30日(火)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、栄養、口腔(こうくう)、社会参加など
- ▶対象/65歳以上の人
- ▶定員/8人程度(先着順)
- ▶申し込み・問い合わせ/5月22日(月)までに、電話で地域包括ケア推進課(☎224-7873)へ



膝痛予防講座

- ▶とき/6月1日(木)13:30~15:00
- ▶ところ/東部保健センター
- ▶内容/講話、運動の紹介
- ▶申し込み・問い合わせ/5月30日(火)までに、電話で健康課(☎226-9961)へ

お知らせ

まごころ

募集

行事・催し

健康

スポーツ

教室

行事催し 権堂イーストプラザ市民交流センター

圓同センター ☎234-2906

内容	とき	定員(先着順)	参加料(材料費含む)
紙コップでミニカゴを作ろう	5月13日(土)10:00~12:00、14:00~16:00	各5人	各500円
オリジナル時計を作ろう	5月27日(土)10:00~12:00、14:00~16:00		各800円
まちなかりユースマーケット*	5月28日(日)10:00~15:00	なし	無料
オリジナル傘を作ろう	6月3日(土)10:00~12:00、14:00~16:00	各5人	各600円

▶申し込み/事前に電話か直接、権堂イーストプラザ市民交流センターへ *…申し込み不要

行事催し 犬と猫の休日譲渡会

※各申込期間中に電話でお申し込みください。

とき	ところ	額(先着順)	申込期間	申込先
5月14日(日)13:00~15:00	長野保健福祉事務所	10人	5月8日(月)~12日(金)	長野保健福祉事務所食品・生活衛生課(☎225-9065)
5月20日(土)13:00~15:00	市保健所	45人	5月8日(月)~19日(金)	市保健所動物愛護センター(☎262-1212)

行事催し 傘のプラネタリウムをつくろう

透明の傘に、星座の形にシールを貼り付け、プラネタリウムを作ります。
▶とき/5月13日(土)14:00~15:00
▶ところ/松代文化ホール
▶対象/年中以上(小学3年生以下は保護者同伴)
▶定員/20人(先着順)
▶参加料/1,500円
▶申し込み・問い合わせ/事前に電話で松代文化ホール(☎278-4373)へ

行事催し 避難を学ぼう 防災セミナー

▶とき/5月27日(土)13:30~15:00
▶ところ/芸術館アクトスペース(オンライン参加もできます)
▶内容/災害時の避難行動に関する講演[講師=矢守克也さん(京都大学防災研究所教授)]
▶定員(先着順)/会場200人、オンライン100人
▶申し込み・問い合わせ/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

行事催し かがやきひろば 行政書士無料相談会

とき(5月)	ところ・問い合わせ
12日(金) 13:00~16:00	柳町 ☎235-0019
18日(木) 13:30~16:00	湯福 ☎232-8335

▶対象/市内在住の人
▶定員/4人(先着順)
▶申し込み/事前に電話か直接、各ひろばへ

行事催し 緑と花のフェスティバル

▶とき/5月28日(日)9:00~16:00
▶ところ/城山公園
▶内容/木工、寄せ植え、フリーマーケットなど
※一部体験などに参加料が必要です。
圓ゼロカーボン長野プログラム事務局 ☎285-5370



行事催し ながのおさがり交換会

子ども服、絵本、育児用品を持ち込んだ品数と同数、交換できます。
▶とき/5月28日(日)10:00~14:30
▶ところ/城山公園
▶持ち物/エコバッグ
圓リサイクルプラザ ☎222-3196

行事催し パソコン無料相談会

■パソコンの病院ながの相談会
▶とき/5月20日(土)10:00~15:00
▶ところ/篠ノ井交流センター
▶申し込み・問い合わせ/事前に電話でパソコンの病院ながの事務局(☎090-7179-8523)へ
■シニアパソコン相談会
▶とき/6月3日(土)10:00~15:00
▶ところ/大豆島公民館
▶申し込み・問い合わせ/事前に電話でシニアネットながの事務局(☎090-9359-8288)へ

行事催し 不動産鑑定士 無料相談会

▶とき/5月11日(木)13:00~15:40
▶ところ/(株)長水建設会館
▶申し込み・問い合わせ/事前に電話で(一社)長野県不動産鑑定士協会(☎225-5228)へ

行事催し 土地家屋調査士 無料相談会

▶とき/5月29日(月)13:30~15:30
▶ところ/長野県土地家屋調査士会館
▶申し込み・問い合わせ/事前に電話で県土地家屋調査士会長野支部(☎273-8120)へ

行事催し 南部図書館

- 5月のおはなし会
▶とき／5月10日・17日・24日(水)
11:00～11:30
▶内容／絵本の読みがたり、紙芝居、工作、手遊びなど
▶対象／小学3年生以下
- たんぽぽこども会
▶とき／5月14日(日)14:00～15:00
▶内容／大型スクリーンを使った絵本の読みがたり、人形劇、工作など
▶対象／小学3年生以下
- あかちゃんのおはなし会
▶とき／6月7日(水)13:30～14:00
▶内容／赤ちゃんマッサージ、絵本の紹介・読みがたり、手遊びなど
▶対象／0歳児とその保護者
▶持ち物／バスタオル
- 〒南部図書館 ☎292-0143



行事催し 市立長野図書館

- 映画上映会(字幕・白黒)
◇無防備都市(103分)
▶とき／5月13日(土)14:00～
◇泣きぬれた天使(87分)
▶とき／5月27日(土)14:00～
- 5月のおはなし会
▶とき／毎週水曜日15:00～15:30、
毎週土曜日(5月6日を除く)14:30～
15:00、毎週日曜日11:00～11:30
▶内容／絵本の読み聞かせ、紙芝居
など
▶対象／幼児～小学生
- 〒市立長野図書館 ☎232-3558

行事催し 市立博物館

- 子ども体験のひろば
(11:00まで受け付け)
◇木のえんぴつ立てをつくろう
▶とき／5月13日(土)10:00～12:00
▶参加料／300円
◇たわらあみでつくるかべかざり
▶とき／5月20日(土)10:00～12:00
◇さきおりでポシットをつくろう
▶とき／5月27日(土)11:00～12:00
▶対象／小学生以上
▶定員／4人(先着順)
▶参加料／100円
▶申し込み／事前に電話で同館へ
- ◇歩くやじろべえをつくろう
▶とき／6月3日(土)10:00～12:00
▶参加料／100円
- 手仕事のじかん～寿山石でつくる
勾玉(まがたま)
▶とき／5月21日(日)13:00～15:00
▶定員／20人(先着順)
▶参加料／1,000円
▶申し込み／事前に電話で同館へ
- 上記はいずれも
▶入館料／一般300円、高校生150
円、小・中学生100円(土曜日は小・
中学生無料)
- 〒市立博物館 ☎284-9011

行事催し リサイクルプラザ

- フリーマーケット
▶とき／5月28日(日)9:00～12:00
▶持ち物／エコバッグ
- 親子エコと絵本のひろば
▶とき／5月30日(火)10:00～12:00
▶対象／市内在住の未就園児とその
保護者
▶定員／3組(先着順)
▶参加料／300円
▶申し込み／5月8日(月)10:00から、
電話か直接、リサイクルプラザへ
- 〒リサイクルプラザ ☎222-3196

行事催し 化石レプリカ教室

- ▶とき／5月13日・20日(土)13:30～
15:30
▶ところ／信州新町美術館・化石博
物館
▶定員／各10人(先着順)
▶参加料／各300円
▶入館料／一般500円、高校生300円
▶申し込み・問い合わせ／事前に電
話で同館(☎262-3500)へ

行事催し 戸隠牧場散策

- ▶とき／5月27日(土)9:00～12:00
▶集合場所／戸隠キャンプ場登山者
用駐車場
▶対象／小学生以上
▶定員／15人(先着順)
▶参加料／500円(牧場入園料含む)
▶申し込み・問い合わせ／事前に電話で
戸隠地質化石博物館(☎252-2228)へ

行事催し 長野銀座にぎわい市

- 市内で採れた旬な野菜・果物や、総
菜・弁当・加工品などを販売します。
▶とき／5月9日～12月12日(火)
10:30～13:00
▶ところ／トイゴ広場
〒(一社)市農業公社 ☎227-1650

行事催し 春の山野草展

- 長野山野草の会の会員が育てた山野
草の展示や、苗の販売をします。
▶とき／5月13日(土)・14日(日)10:00
～16:00(14日は15:00まで)
▶ところ／篠ノ井中央公園管理棟
〒(一財)ながの緑育協会 ☎214-8719

行事催し 園芸相談

- ▶とき／5月27日(土)9:00～11:30
▶ところ／南長野運動公園バラ園
〒NPO法人長野市環境緑化協力会
☎214-8655

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】

▶サニー動物病院／25万円

【動物愛護センターに】

▶松本邦秀さん／アクリル画1点

募集 **ながのまちづくり活動支援事業 活動団体(学生枠)**

▶**支援対象**／学生団体〔満18歳以上(4月1日時点)の学生3人以上を含む団体に限る〕が行っている自主的なまちづくり活動〔令和6年3月31日(日)までに完了し、他の補助金などを受けていないこと〕

▶**補助金額**／上限10万円

▶**申し込み**／事前に地域活動支援課に相談の上、5月24日(水)までに、所定の応募用紙〔市HP、地域活動支援課(第一庁舎4階)にあります〕に必要事項を記入の上、直接、地域活動支援課へ

☎地域活動支援課 ☎224-5033

募集 **長野市消費生活協議会委員**

消費生活の安定と向上、商品などの安全確保に関する事項を協議します。

▶**対象**／市内に1年以上在住する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

▶**募集人数**／3人(書類選考)

▶**任期**／8月24日(木)から2年間

▶**申し込み**／6月9日(金)(必着)までに、所定の応募用紙〔市HP、市消費生活センターにあります〕に必要事項を記入の上、「消費者トラブルの未然防止について考えていること」をテーマにした小論文(800字以内)を添えて、直接、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで市消費生活センター(〒380-0835大字南長野新田町1485-1、FAX223-1818、☒shouhi@city.nagano.lg.jp)へ

☎市消費生活センター ☎224-5777

5月の日曜開庁は14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、マイナンバーカード)、
国保・高齢者医療課、国民年金室



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

団地名	所在地	規格	募集戸数	うち優先	うち特別
宇木	三輪九丁目	2DK	2	1	2
上松東	上松四丁目	1LDK	1		1
大豆島東	大字大豆島	3DK	3	1	3
川合新田	大字稲葉	3DK	1		1
若里	若里五丁目	3DK	3	1	3
		2DK	1		1
今井	川中島町今井原	3DK	2		
		1DK	3		3
栗田(特別市営住宅)	大字栗田	2DK	1		1

▶**申し込み**／5月9日(火)~15日(月)8:30~19:00(土・日曜日は10:00~16:00)に、直接、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。

◇県住宅供給公社へは、車以外でお越しください。

◇常時募集している住宅があります。

募集 **長野市地域密着型サービス等運営委員**

地域密着型サービスの円滑かつ適正な運営のために、必要な事項を協議します。

▶**対象**／市内在住の40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**／4人(書類選考、面接)

▶**任期**／7月1日(土)~令和8年3月31日(火)

▶**申し込み**／5月31日(水)(消印有効)までに、所定の応募用紙〔市HP、高齢者活躍支援課(第二庁舎1階)にあります〕に必要事項を記入の上、「住み慣れた地域で介護サービスを受けるため、私が委員になったらできること」をテーマにした小論文(400字程度)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで高齢者活躍支援課(〒380-8512長野市役所、☒kourei@city.nagano.lg.jp)へ

☎高齢者活躍支援課 ☎224-5094

募集 **フリーマーケット出店者**

▶**とき**／6月25日(日)9:00~12:00

▶**ところ**／サンマリーンながの、リサイクルプラザ(屋内外開催)

▶**対象**／市内在住の、リサイクルを心がけている個人・団体(事業者は除く)

▶**店舗数**／40店舗(多数の場合は抽選)

▶**出店料**／500円

▶**申し込み**／5月29日(月)(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、同プラザフリマ係(〒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

行事催し **真田宝物館 花の切り紙でしおり作り**


▶**とき**／5月20日(土)10:00~12:00

▶**定員**／20人(先着順)

▶**入館料**／600円(小・中学生無料)

☎真田宝物館 ☎278-2801

お知らせ 軽自動車税(種別割)の減免申請期限

障害者手帳をお持ちの人などが所有する車両の軽自動車税(種別割)の減免申請期限は、5月31日(木)です。既に減免されていて、車両や障害等級などに変更がない人は手続きが不要です。詳しくは、市HPをご確認ください。
 圏市民税課 ☎224-5017

お知らせ 市民税・県民税課税内容証明書の発行

令和5年度(令和4年分所得)の市民税・県民税課税内容証明書は、6月9日(金)から発行します。マイナンバーカードをお持ちの人は、コンビニエンスストア、長野東郵便局の情報端末で6月10日(土)から取得できます。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、市の窓口でのみ5月15日(月)から発行します。
▶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
 圏市民税課 ☎224-5017

お知らせ 行政相談

行政への苦情や要望など、さまざまな相談に応じます。

とき	ところ
5月12日・19日・26日、6月2日(金)10:00~12:00	市民相談室(もんぜんぷら座)
5月12日、6月2日(金)10:00~12:00	篠ノ井交流センター
5月19日(金)10:00~12:00	松代支所
6月1日(木)13:30~16:00	戸隠公民館
6月5日(月)10:00~12:00	中条総合市民センター
6月6日(火)9:30~12:00	信州新町支所

圏広報広聴課 ☎224-5004

お知らせ 市民と議会の意見交換会

圏議会事務局 ☎224-5057

テーマ		とき(5月27日(土))
1	災害から自分たちの命を守るために~日常から備えておくこと	10:00~12:00
2	利用しやすい公共交通について考えよう	
3	気づいていない長野市の魅力(観光)	13:30~15:30
4	長野上田間の水道事業の広域化	

▶ところ / 市役所第一・第二委員会室(第一庁舎7階)、講堂(第二庁舎10階)のいずれか(オンライン参加も可) **▶定員** / 各18人程度(多数の場合、抽選)
▶申し込み / 5月19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、住所・氏名・電話番号を記入の上、郵送かファクスで議会事務局(〒380-8512長野市役所、FAX224-5105)へ

お知らせ 新生児聴覚検査費用の公費負担を開始します

▶対象 / 検査時、市内に住民票を有する、令和5年4月1日以降に出生した新生児の保護者
▶受検方法 / 新生児聴覚検査受検票(市HPにあります)を出産した病院へ提出し、受検
▶負担額 / 上限5,000円
 ※詳しくは、市HPをご覧ください。
 圏健康課 ☎226-9963

お知らせ 農作業事故を防止しましょう

農作業中は次のことを心掛け、事故防止に取り組みましょう。
 ①農業機械を使うときは、始業前点検や周囲の安全確認を行う ②乗用型トラクターを運転するときは、シートベルトとヘルメットを着用する ③家族などに作業場所を伝えておく ④小まめに休憩し、ゆとりを持って作業を行う
 圏農業政策課 ☎224-7274

お知らせ 人権擁護委員によるよろず相談

毎日の暮らしの中で起こる、人権に関するさまざまな問題の相談に応じます。

とき(6月)	ところ
1日(木) 13:00~16:00	中央隣保館
	篠ノ井交流センター
13:30~16:00	戸隠公民館
6日(火)9:30~12:00	信州新町支所

圏人権・男女共同参画課 ☎224-5084

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。
▶開催時間 / 9:00~21:00の間で1回2時間以内
▶開催場所 / 講座を開催する皆さんが、市内の会場を用意
▶対象 / 市内在住・在勤・在学の10人以上で構成する団体・グループ
▶申し込み / 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。
 圏広報広聴課 ☎224-5004

お知らせ ファミリー・サポート・センター 依頼会員・提供会員入会説明会

とき(10:15~12:30)	ところ
5月13日(土)	もんぜんぷら座3階
5月29日(月)	真島保健センター

▶申し込み / 事前に電話でファミリー・サポート・センター(☎267-6006)へ
 ※託児を実施します(要予約)。
 圏保育・幼稚園課 ☎224-8032

くらしのチャンネル

お知らせ 6月市議会定例会 6月8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8日(木)
	個人質問	6月14日(水)・15日(木)
	個人質問・議案質疑など	6月16日(金)
	採決	6月23日(金)
委員会	福祉環境・建設企業	6月19日(月)
	総務・経済文教	6月20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8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)書の写しは、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

お知らせ 長野市総合計画審議会

▶とき/5月29日(月)16:00~17:15

▶ところ/市役所講堂(第二庁舎10階)

▶議題/委員の委嘱、第五次総合計画の構成についてなど

▶傍聴定員/10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

お知らせ 長野市社会福祉審議会

▶とき/5月30日(火)13:30~14:30

▶ところ/市役所講堂(第二庁舎10階)

▶議題/令和6年度長野市の保育所等利用者負担額についてなど

▶傍聴定員/5人(先着順)

▶傍聴申し込み・問い合わせ/5月26日(金)までに、電話で福祉政策課(☎224-5028)へ

お知らせ 芋井支所 仮設庁舎での業務開始

芋井総合市民センター建設工事に伴い、5月15日(月)から、仮設庁舎で業務を開始します。

▶ところ/大字桜600-6(旧芋井中学校南校舎)

☎芋井支所 ☎232-7935

お知らせ 若里マイナンバーカードセンター臨時休館

5月30日(火)は受電設備点検のため、臨時休館します。

☎若里マイナンバーカードセンター ☎217-9100

お知らせ 「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(月)~31日(水)

☎森林いのしか対策課 ☎224-5040

お知らせ 献血日程(400ml献血にご協力を)

	とき(5月)	ところ
16日(火)	9:30~11:00	川中島支所
	9:30~11:30	信州新町支所
26日(金)	15:30~16:30	若槻コミュニティセンター

☎食品生活衛生課 ☎226-9970

- ・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 インターネットによる 市有財産の売却

■KSI官公庁オークション

▶出品物/動産(物品)

▶申込期間/5月25日(木)13:00~

6月13日(火)14:00

※詳しくは、市HPをご覧ください[5月24日(水)13:00掲載開始予定]。

☎圏管財課 ☎224-5016

お知らせ 不用品あっせん

▶さしあげます/2段ベッド(マットレス付き)

▶申し込み・問い合わせ/5月8日(月)12:00から、電話でリサイクルプラザ(☎222-3196)へ(先着順)

※物品の提供は無償が条件です。

※あっせんは1人1品です。

お知らせ 不燃ごみ排出抑制のお願い

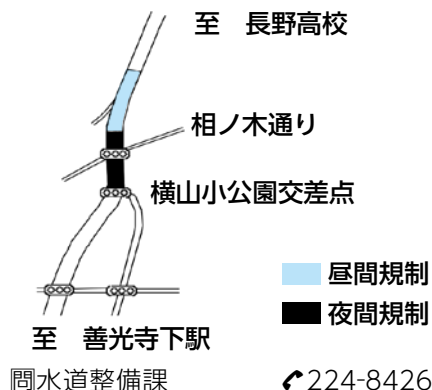
5月15日(月)~8月4日(金)は、処理施設の機器更新工事のため、不燃ごみの処理を停止します。不燃ごみの排出抑制にご協力をお願いします。

☎圏資源再生センター ☎221-5316

お知らせ 長野大通り交通規制

水道工事に伴い、下記の一部区間を2車線に幅員減少します。

▶とき(予定)/5月8日(月)~11月30日(木)昼間8:30~17:30、夜間21:00~翌6:00





2024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
3100

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

3
8
0
8
7
5
0

みどりのはがき 令和6年5月31日までに郵便ポストへ

001

- ・ 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、行政自身が率先して新たな施策にチャレンジするとともに、未来に向かってチャレンジしようとする市民の皆さまを応援することにより、長野市に変化の兆しをもたらすことができるよう、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5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