

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らず、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、最近はこのをよく食べる。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

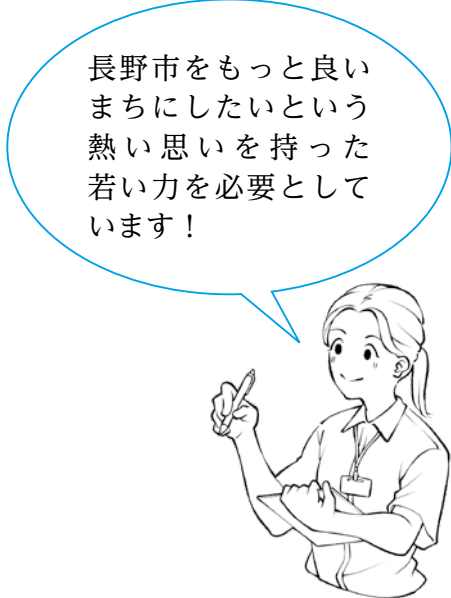
募集職種(一部職種のみを記載)

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

●子ども総合支援センター

「あのえっと」

☎ 0120・7833・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ておおむくなあれ」



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とり、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



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

※夜間、土・日曜日、祝休日は、長野県

長野県中央児童相談所

238・8010(大字南長野妻科)

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

224・5028 FAX 224・5106

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。

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

■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Ⅱ上限額2万5千円、500リットル以上Ⅲ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をづくりのため、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、語ることの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ます。

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



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

380-8750

みどりのはがき 令和7年5月31日までに郵便ポストへ

(やま折り②)

- ・ 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

(のりしろ)

(やま折り①)

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

