

広報ながの

NAGANO

バス共通ICカード「KURURU」が
新しくなります

～令和7年3月サービス開始～



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～

夏の行楽シーズンが終わり、まちはホッと一息ついているようだ。連休やお盆休みなど、まちは多くの人たちでにぎわった。わずか数年前のコロナ禍においては、いつもにぎわはずの場所でさえ閑散としていたが、その時のことを忘れてしまうほど、本格的なにぎわいのある日々が戻ってきたと実感した夏だった。

ここ長野市は、とても魅力的な場所であることは言うまでもない。市内の各地域それぞれに特色がある。善光寺や門前の街並み、山岳信仰の歴史を有する戸隠、江戸時代の風情が残る城下町松代などは、文化財や史跡の宝庫だ。また、山や森に癒やしや避暑・アクティビティを求めるには抜群で、四季を通じて自然を楽しめる。おまけに食べ物もおいしい。だからこそ、長野市を訪れる人たちの期待は大きい。

そんな期待感を知っているかのように、まちも自然も、訪れた人たちを満足させるために、最大限のもてなしをしてくれたように思う。

ある人には、悠久の歴史とその背景にある風

土、暮らしの豊かさを伝え、ある家族には、高原の木陰で過ごすひとときに爽やかな風を贈り届けた。そして、ある仲間たちには、素晴らしいスポーツ環境の下で気持ちの良い汗を流してもらった。

できる限りのもてなしをしたのだから、まちも自然も、夏の終わりは、少し疲れたりもするだろう。今のまちは、「ちょっとくたびれたけれど、すがすがしい疲労感とともにホッと一息ついている」、そんなふうに見える。人も文化財も自然も、全てが混ざり合って「共にある暮らし」を実感できるわがまち、長野市。このまちの魅力が存分に発揮できた夏になったと思うのは私だけではないだろう。

さて、季節はいよいよ秋へ、そして冬へ。これからの季節も多くの人に喜んでもらえるはずだ。そのうち、「さあ、準備を始めるとするか」という声が、あちらこちらから聞こえてきそう。でも、その時には、「ゆっくりでいいから」と、声をかけたい。

荻原健司

もくじ

●市長エッセー	2
●令和元年東日本台風災害から間もなく5年	3
●令和5年度長野市財政状況	4・5
●市人事行政の運営状況など	6
●明るい選挙を推進しましょう	7
●児童手当制度が変わります	8
●里親制度	8
●放課後子ども総合プラン利用登録受け付け	9
●女性のための起業支援	9
●地域で取り組む地域福祉活動の紹介	10
●要介護・要支援認定調査の民間事業者委託	10
●10月はごみ分別強調月間です	11
●低濃度PCB廃棄物の処分期限	11
●市立博物館特別展 「長野の仏教美術 江戸時代編」	12
●ながの旨(うま)麺グランプリ	12
●集客プロモーションパートナー都市 からのお知らせ	13

●健康情報	14・15
●バス共通ICカード 「KURURU」新サービススタート	16・17
●おでかけパスポートが新しくなります	18
●狩猟期の注意と冬眠前のクマへの対策	19
●市内中学生以下エムウェーブ滑走料無料	20
●みらいハッ！ケン月間	20
●信州新町地区恐竜イベント 「恐竜あらわる！化石博物館を救え！」	20
●10月の市政番組	21
●くらしのチャンネル	21～31
●信州ブレイブウォリアーズ 2024-25シーズン開幕	32

長野市の人口と世帯数（令和6年9月1日現在）

総数	363,337人	(男176,573人 女186,764人)
前月比	△104人	(△42人 △62人)
世帯数	165,242世帯	(前月比増減なし)



令和元年東日本台風災害から間もなく5年

被災地区の皆さんが安心して暮らしていけるよう、国、県、関係機関と連携して、引き続き復興を進めていきます。また、長沼地区と豊野地区のまちづくり委員会では、復興に向けて住民による活動が熱心に行われています。

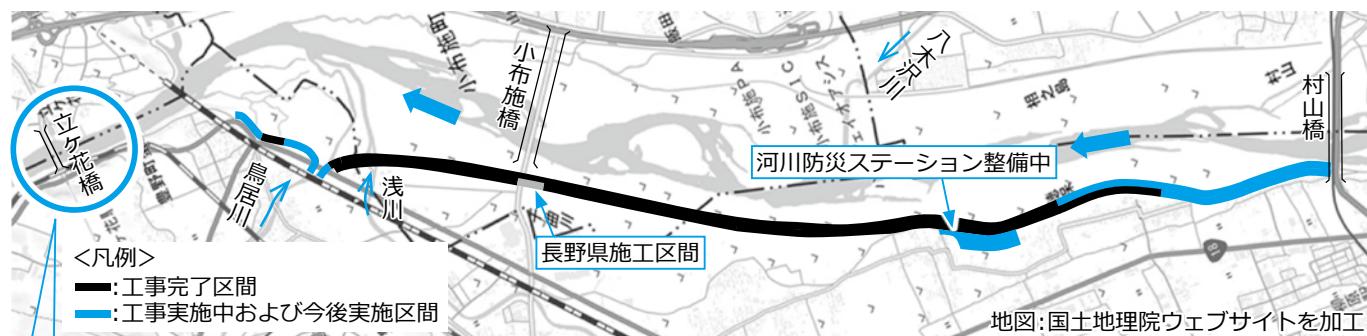
信濃川水系緊急治水対策プロジェクト（国土交通省千曲川河川事務所 ☎227-9434）

令和元年東日本台風による甚大な被害を受けた信濃川水系（千曲川）流域では、関係者が連携してプロジェクトを進めています。

同プロジェクト
ホームページ▶



立ヶ花～村山橋間の河川堤防の整備＜7月末時点＞



立ヶ花狭窄(きょうさく)部河道掘削



千曲川本川の水位低下を目指し、河道掘削を段階的に進めています。川底を下げ、堤防内の流量を増やすことにより、水害時のリスクが低下します。

まちづくり委員会の活動を紹介します

長沼地区



環境保全ガイドラインや郷土愛を育む長沼かるたの作成の他、ふくりんスタンプラリーなどを実施しています。

豊野地区



地域のつながりをつくるため、豊野防災交流センターでのフォトコンテストの開催や「とよのマルシェ(11月3日)」の企画などを行っています。

☎秘書課復興対策室 ☎224-9728 FAX224-9704

災害アーカイブ展

～令和元年東日本台風から5年

千曲川流域の被災した各地区の復旧・復興の様子をパネルなどで展示します。

▶とき／10月8日(火)～18日(金)(予定)

▶ところ／市民交流スペース(第一庁舎1階)、市役所2階連絡通路

猪(しし)の満水(令和元年東日本台風災害)

災害デジタルアーカイブ

令和元年東日本台風災害の記憶を後世に伝え、残していく取り組みを行っています。



令和元年東日本台風から5年シンポジウム

～復興の歩み、これまでとこれから 地域・学校・企業～

▶とき／10月12日(土)13:30～16:00

▶ところ／芸術館メインホール

▶定員／900人

▶入場料／無料(オンライン参加可能)

▶申し込み／不要。オンラインの場合のみ、事前に、右の二次元コードから申し込むか、氏名・電話番号・メールアドレス・

参加人数を記入の上、ファクスで信州大学教育学部防災教育研究センター(FAX238-4090)へ



☎危機管理防災課 ☎224-5006 FAX224-5109

令和5年度 財政状況

令和5年度の一般会計および特別会計・企業会計の決算状況などについてお知らせします。

決算の詳細は市ホームページをご覧ください。

また、監査委員による決算審査意見書などを市ホームページで掲載しています。



▲決算概要



▲決算審査意見書

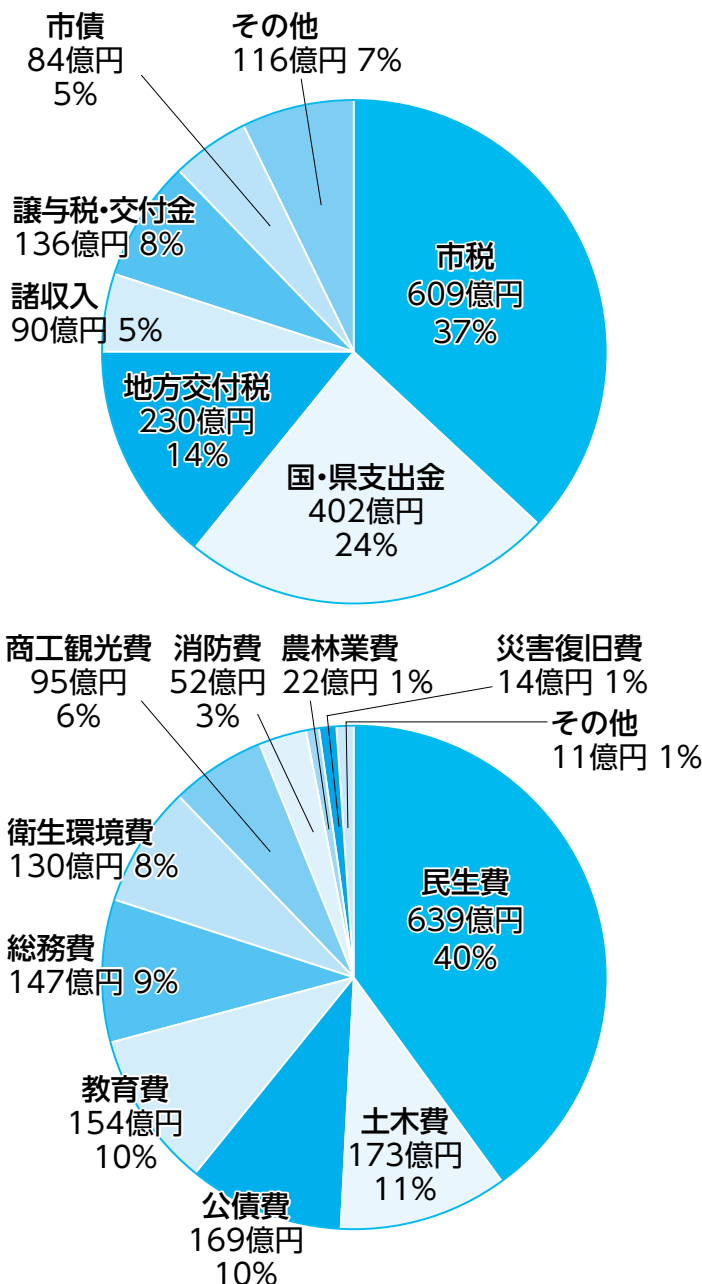
問 財政課 ☎224-5014 FAX224-8764

監査委員事務局 ☎224-5059 FAX224-5120

一般会計の決算状況

令和5年度の決算は、歳入総額が1,667億3,945万9千円、歳出総額が1,605億8,925万5千円となり、歳入、歳出それぞれ前年度と比べ減少となりました。

歳入総額から歳出総額を差し引いた額は、61億5,020万4千円で、ここから令和6年度に繰り越した事業に充てるための財源24億4,140万3千円を除いた実質収支額は、37億880万1千円の黒字となりました。



歳入 1,667億3,945万9千円 (前年度比39億円減)

歳入のうち最も多いのは、市民の皆さんが納めた市民税や固定資産税などの市税で609億円、歳入全体に占める割合は37パーセントでした。また、国・県支出金は402億円、地方交付税は230億円で、市税とともに重要な収入となっています。

歳出 1,605億8,925万5千円 (前年度比45億円減)

歳出のうち最も多いのは、子ども・高齢者・障害者の福祉などに充てられる民生費で639億円、歳出全体に占める割合は40パーセントでした。また、土木費は173億円、借入金の返済に充てる公債費は169億円、教育費は154億円でした。

決算の認定は、9月市議会定例会に議案を提出し、決算特別委員会で審査されます。

市民一人당りに 換算した場合

使われたお金
・・・441,976円

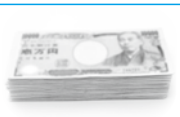
(令和6年4月1日現在の人口
363,343人で算出)



民生費
子ども・高齢者・
障害者の福祉
175,807円



土木費
道路・河川などの
建設・維持
47,721円



公債費
借入金の返済
46,552円



教育費
学校・公民館・
スポーツなど
42,435円



総務費
庁舎管理、
公共交通など
40,428円



衛生環境費
保健所・病院・
清掃衛生など
35,692円



商工観光費
産業振興・
観光振興など
26,131円



消防費
消防・救急
14,305円



農林業費
農林業振興・
有害鳥獣対策など
6,146円



災害復旧費
3,779円

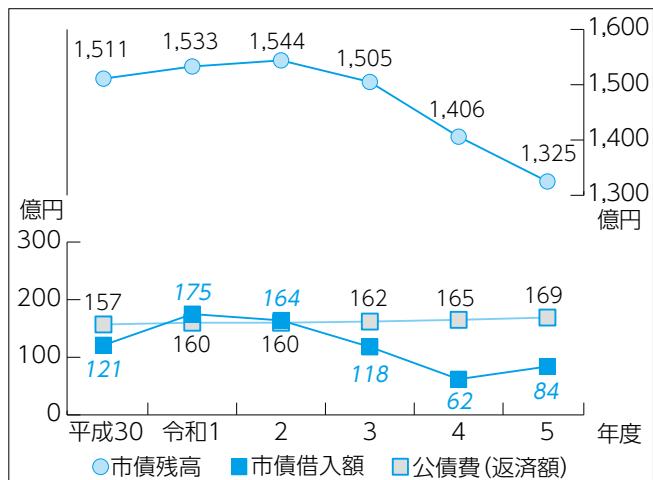
その他(議会費、労働費) 2,980円

市債・基金の状況

市債残高

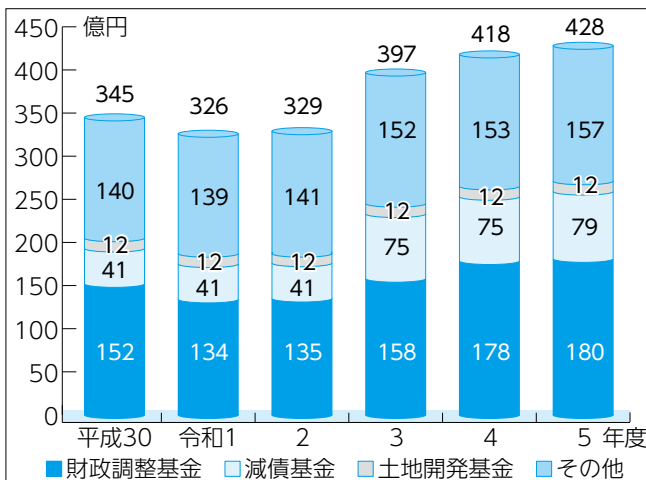
道路、公園、学校などの社会資本整備のため市債(借入金)を活用しています。

借入に当たっては、返済時に地方交付税などの手当のある市債を優先して活用しています。



基金残高

令和5年度は、令和4年度の決算剰余金19億円を財政調整基金に積み立てるなど、合計で32億円を積み立てる一方、22億円を取り崩して事業のために活用しました。



特別会計・企業会計の決算状況

特別会計

特定の事業を行うための会計です。主に各事業を利用する皆さんに納めていただく保険料や使用料などで賄われています。

▼特別会計	歳入	歳出	備考
国民健康保険	339億5,447万6千円	331億6,554万9千円	被保険者数(年度末) 62,347人
駐車場	3億2,118万円	3億2,010万円	収容台数222台
母子父子寡婦福祉資金貸付	4,683万円	1,786万4千円	年度末貸付残高 5,147万円
介護保険	357億7,427万7千円	349億5,278万2千円	要介護・要支援認定者数 20,581人
授産施設	6,542万2千円	6,542万2千円	利用登録者数64人
鬼無里大岡観光施設	6,914万2千円	6,908万8千円	宿泊利用者数5,357人
後期高齢者医療	56億8,510万9千円	56億7,417万3千円	被保険者数(年度末) 64,507人
病院事業債管理	19億676万1千円	19億676万1千円	
公共料金等集合支払	18億9,752万9千円	18億9,752万9千円	

企業会計

地方公営企業法が適用される会計で、主に各事業を利用する皆さんに納めていただく使用料(料金)に支えられています。

▼企業会計(資本的収支を除く)	収入	支出	備考
産業団地	3,214万2千円	1,665万8千円	取得面積3,601.01㎡
水道	73億6,805万6千円	60億6,274万円	給水人口261,167人
下水道	142億6,146万円	121億5,847万4千円	下水道普及率98.1%
戸隠観光施設	9,909万6千円	1億859万1千円	利用者数 スキー場98,242人、 キャンプ場45,735人

市の職員数や給与などの状況をお知らせします

「長野市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数・給与などの状況を公表します。詳しくは、市ホームページをご確認ください。



正規職員＝**正規**

会計年度任用職員(フルタイムのみ)＝**会任**

職員の任免と職員数

◆職員の採用と退職の状況 **正規**

令和6年度採用者数	89人	24人増
令和5年度退職者数	65人	

◆職員の任用状況 **会任**

令和5年度任用者数	21人	3人増
令和5年度退職者数	18人	

※任用者数には、年度切り替えによる人数は含まれません。

◆職員数の状況(各年度4月1日現在) **正規**

令和6年度職員数	2,851人	24人増
令和5年度職員数	2,827人	

職員の給与など

◆人件費(令和5年度普通会計決算)

正規 **会任(パートタイムも含む)**

歳出額(A)	170,095,758千円	人件費率(B/A) 14.9%
人件費(B)	25,401,083千円	

(参考 令和4年度 15.7%)

※人件費には、共済費、特別職に支給する給料・報酬などを含みます。

◆平均給与月額・平均年齢(令和6年4月1日現在)

区分	平均給与月額	平均年齢
正規	一般行政職	413,059円 44.8歳
	高校教育職	446,295円 44.7歳
	技能労務職	394,363円 52.2歳
会任		246,530円 45.1歳

※給与月額は、給料月額に時間外勤務手当などの諸手当を加えた額です。

◆初任給(令和6年4月1日現在) **正規**

区分	決定初任給月額	採用2年経過日給料月額
一般行政職	大学卒	206,800円 217,800円
	高校卒	174,600円 185,700円

◆経験年数別・学歴別の平均給料月額

(令和6年4月1日現在) **正規**

区分		7年以上 10年未満	10年以上 15年未満	15年以上 20年未満
一般行政職	大学卒	258,100円	289,600円	332,500円
	高校卒	228,700円	249,500円	274,600円
高校教育職	大学卒	308,200円	345,400円	393,000円

◆給与水準 **正規**

〔令和5年度地域手当補正後ラスパイレス指数(*)〕

長野市	全国市平均	中核市平均
100.2	98.6	99.4

*…国家公務員の給与を100とした場合の給与水準

※長野市の数値は、中核市62市のうち給与水準の高い方から17番目です。

◆特別職の報酬など(令和6年4月1日現在)

区分	給料月額等	期末手当(令和5年度)
給料	市長	1,097,000円
	副市長	899,000円
議員報酬	議長	732,000円
	副議長	654,000円
	議員	606,000円

年間3.4カ月分

職員の分限と懲戒処分(令和5年度)

正規

分限	降任	免職	休職	降給
勤務実績が良くない場合	0人	0人	0人	0人
心身の故障による長期休養	0人	0人	33人	0人
職に必要な適格性を欠く場合	0人	0人	0人	0人

会任

分限	降任	免職	休職	降給
勤務実績が良くない場合	0人	0人	0人	0人
心身の故障による長期休養	0人	0人	4人	0人
職に必要な適格性を欠く場合	0人	0人	0人	0人

令和5年度の正規職員および会計年度任用職員に関する懲戒処分はありませんでした。

職員の人事評価(令和5年度)

正規職員は、育児休業などにより評定期間に勤務しなかった職員を除く全ての職員(2,609人)に対して実施しました。会計年度任用職員は、1月1日に在籍する職員(280人)に対して実施しました。

問職員課 ☎224-5003 FAX224-7494

長野市明るい選挙推進協議会は投票参加と明るい選挙の実現のため、白バラ会と選挙管理委員で組織されている団体です。

協議会では、有権者が主体的に投票に参加し、選挙が公明かつ適正に行われ、私たちの意思が正しく政治に反映される「明るい選挙」の実現を目指し、各種啓発事業を推進しています。



▲長野市明るい選挙推進キャラクター「おいしさ満点 めいすいくん」

若い世代に向けた選挙啓発 ▶▶▶

若い世代に選挙への関心を持ってもらう啓発の一環として、市内の学生が、投票立会人、事務従事者として投票事務の運営に参画しています。



▲実際の選挙で投票事務に従事する学生

信州大学教育学部の学生と協力して、市内の小・中学校などへの出前講座を実施しています。



▲市内小・中学校での出前講座の様子

“白バラ会”による選挙の啓発運動にご理解を ▶▶▶

長野市白バラ会は選挙管理委員会と協力し、住民自治協議会をはじめ地域の各団体と連携を取りながら、各地区で「明るい選挙推進運動」を実施しています。選挙の候補者や政党の選挙運動と混同されることがありますが、白バラ会の活動は、選挙運動とはっきりと区別され、公平性・中立性を保つものであるため、ご理解をお願いします。

白バラ会とは？

昭和39年3月の山形県米沢市での結成を皮切りに、全国の多くの市町村において「白バラ会」などのボランティア団体が設立されました。同会は、明るい選挙推進運動の原動力として自主的な啓発活動を行っています。本市では、平成3年に松代地区で初めて結成され、現在では市内全32地区で約800人の会員が活動しています。

【主な活動内容】

- ・選挙時の街頭啓発
- ・地区行事での啓発
- ・選挙管理委員会による講習会や議会などへの視察
- ・白バラ会会報の発行
- ・投票所の立会人



▲長野駅前での一斉啓発



▲選挙管理委員会職員による講習会

10月から児童手当制度が変わります

10月1日の児童手当法の一部改正に伴い、対象者や支給額の拡大など、児童手当制度が変わります。対象と思われる皆さんには通知を送付しました。新たに対象となる人は、期限までに申請をお願いします。



市ホームページ

制度改正の内容

- 支給期間を高校生年代(18歳の年度末)までに延長
- 所得制限の撤廃
- 第3子以降の支給月額を一律3万円に増額
- 第3子以降の算定に含める対象の年齢を22歳の年度末までに延長
- 支給月を年6回(偶数月)に変更
(制度改正後の初回支給は12月)

申請期限 ▶▶ 令和7年3月31日(月)(必着)

期限内に申請した場合、10月分までさかのぼって支給します。期限を過ぎて申請した場合、申請月の翌月分からの支給となります。

※申請に必要なものは、市ホームページでご確認ください。

新たに手続きが必要となる人(保護者)

新規の申請

- ・ 中学生以下の児童を養育していて、所得超過のため支給対象外となっている人
 - ・ 高校生年代の児童のみを養育している人
- ※上記のうち、19～22歳の子どもを含めて3人以上養育している人は、確認書の提出も必要です。



▲新規の申請

確認書の提出

- ・ 現在、児童手当を受給していて、19～22歳の子どもを含めて3人以上養育している人



▲確認書の提出

※それぞれの「ながの電子申請サービス(長野市)」から申請できます。電子申請以外で申請する場合は、申請書(確認書)と必要書類を郵送か直接、子育て家庭福祉課(〒380-8512長野市役所、第二庁舎2階)か各支所へ

☎子育て家庭福祉課 ☎224-5031 FAX224-7698

10月は里親月間 ご存じですか？里親制度

さまざまな事情で家族と暮らせない子どもたちを自らの家庭に迎え入れ、温かい愛情と適切な環境で成長をサポートする人が「里親」です。この機会に里親について理解を深めてみませんか。



親と離れて暮らす子どもたち

現在、日本では約4万2千人の子どもたちが親と離れて暮らしています。そのうち、里親の家庭で過ごしている子どもは約2割という状況です。

長野県内では約600人の子どもたちが、さまざまな事情で親と離れて生活をしています。

里親制度

法律上の親子となる「養子縁組里親」、一定期間養育を担う「養育里親」などがあります。国や県の規定に基づくさまざまな支援があります。



市ホームページ

里親のことをもっと知りたい人へ

長野県中央児童相談所(☎238-8030)へご連絡ください。里親制度についての相談や研修などを行っています。

里親についての個別相談会

▶とき／10月21日(月)～24日(木)10:00～15:00

▶ところ／市民交流スペース(第一庁舎1階)

詳しくは、善光寺大本願乳児院フォスティング機関(☎217-6351)へお問い合わせください。

※里親制度のパネル展を同時開催します。どなたでもご覧いただけますので、ぜひお立ち寄りください。なお、事情により中止することがあります。

☎子育て家庭福祉課 ☎224-7062 FAX224-7698

放課後子ども総合プラン ～令和7年度の利用登録を受け付けます～

市では、児童館・児童センター、子どもプラザ、児童クラブで、小学生の放課後などの安全で安心な居場所を確保し、遊びや交流、体験活動を通して、子どもたちの健やかな育ちと、保護者の仕事・子育ての両立を支援しています。



市ホームページ

■利用登録の流れなど

対象	市内に居住する令和7年度の 新小学1～6年生
利用料	児童1人当たり月額2,000円
延長利用料	30分以内＝月額500円 30分超～60分以内＝月額1,000円
利用登録手続き	利用予定施設で利用案内・申込書類を 入手（配布時期・受け付け開始日は各 施設にお問い合わせください） ▼ 利用予定施設に申込書類を提出 ▼ 令和7年3月中旬以降に、自宅へ利用 登録決定通知書が届く

利用前に
登録が
必要です

※登録は月単位で、登録した月ごとに利用料を負担していただきます。利用料とは別に、おやつ代などの実費を負担していただく場合があります。
※延長時間は施設により異なります。

■利用料の減免

以下に該当する（見込みを含む）場合は、利用登録申込時に減免申請書を提出してください。複数項目に該当する場合は、減免割合を乗じて計算します。

減免対象者	減免割合
生活保護受給世帯の児童	全額
児童扶養手当受給世帯の児童 市町村民税非課税世帯の児童 就学援助受給世帯の児童	2分の1
スクールバス、スクールタクシー、 路線バスなどを利用する児童	5分の2
同一の世帯に利用児童が 複数いる場合	2人目の児童 2分の1 3人目以降の児童 全額

各施設で働く職員を募集しています。詳しくは、こども政策課へお問い合わせください。



☎ こども政策課 ☎ 224-6796 FAX224-7648

女性のための起業支援 起業ファーストステップ講座

「起業」を働き方の一つとして選択できる知識を習得する計6回の講座です。起業した先輩たちとの交流などを通して、多様な働き方を学んでみませんか。

とき (10:00～12:00)	テーマ
10月16日(水)	「起業の手始め」 女性起業家の体験談 セルフブランディングをしよう
10月23日(水)	「働き方を知ろう」 扶養の範囲って？ 先輩起業家から聞くメリット・デメリット
10月30日(水)	「ターゲットは誰」 頭の中にあるアイデアを描いてみよう
11月13日(水)	「夢を形にする」 お客様を増やすための方法は？ アイデアを形にしよう
11月20日(水)	「会計の知識」 起業に必要な会計を基礎から学ぶ
11月27日(水)	「先輩との交流会」 仲間づくりをしよう 起業の支援を知って前に進もう



昨年度の様子

- ▶ ところ／勤労者女性会館しなのき
- ▶ 対象／市内在住・在勤の女性
- ▶ 定員（先着順）／会場30人、オンライン10人（Zoom）
- ▶ 受講料／無料
- ▶ 申し込み／10月12日(土)までに、右の二次元コードから申し込むか、電話で勤労者女性会館しなのき（☎235-2373）へ※託児（要予約）を実施します。



☎ 人権・男女共同参画課 ☎ 224-5428 FAX224-7547

地域福祉活動を紹介します

地域で暮らす人の多くが感じている「困り事」を「地域における課題」として捉え、地域住民や社会福祉関係者、行政などがお互いに協力して解消に向けて取り組むことを「地域福祉」といいます。

各地区では、さまざまな取り組みを進めています。今回は、地区内の小・中学校閉校という大きな変化を地域課題として共有し、地区の子ども同士との交流の場を企画した、信更地区の取り組みを紹介します。

信更地区の取り組み

私たち地域福祉ワーカーが中心となって交流会を企画しました



保育園の休園から始まり、小・中学校も閉校となり、地区内の子どもたちは、それぞれ希望する他地区の園や学校へ通っています。同じ地区にいながら顔を合わせられる機会が減った子どもたちや保護者の交流が必要だと思い、以前から行っている子育てサロンと併せた交流会を企画しました。

8月6日に開催した交流会では、ゲームのボッチャを体験した後、郷土食のおやき作りに挑戦し、楽しい時間を過ごしていただきました。

参加した人からは、「地区内で交流が減ってしまうのは不安だったので、企画してもらいありがたい」などの感想をいただきました。

親子での参加も多く、0歳から12歳までの異なる年齢の子どもたちが仲良く遊ぶ姿はほほ笑ましく、企画して良かったと思いました。

今後は、企画内容や開催時期など、いただいたご意見などを参考に、継続的な取り組みとして定着させていきたいと考えています。

問 福祉政策課

☎224-5028 FAX224-5106



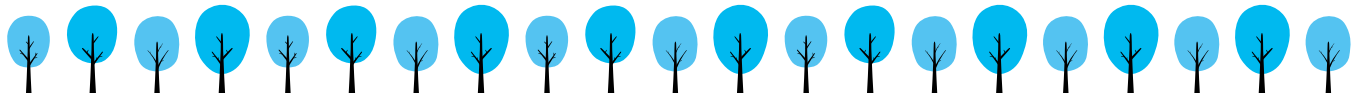
▲みんなで楽しく会食会



▲地区内の人に教えてもらいおやき作りに挑戦！



▲ボッチャ体験で仲良く交流



要介護・要支援認定調査を
民間事業者へ委託します

市では、介護保険の要介護・要支援認定申請をした人に実施している認定調査を、民間事業者へ委託することになりました。

10月以降は、地区により委託先の民間事業者が、認定調査の日程調整に係る連絡や訪問調査を行います。

■認定調査業務委託先

ながの介護認定調査センター

▼住所／長野市大字栗田20009番地BBビル704

▼電話番号／☎217・4753

▼受託法人／株式会社アール・ツーエス（本社住所：福岡県福岡市南区井尻4-2-11関ビル1F）

！ 「ながの介護認定調査センター」の認定調査員の携帯電話から、認定調査の日程調整などに係る連絡をします。



問 介護保険課

☎224-7891 FAX 224-8694

10月はごみ分別強調月間です

市では、毎年10月を「ごみ分別強調月間」と定めています。正しい分別により、より一層のごみ減量と資源物のリサイクルに取り組みましょう。

生活環境課
☎224-7635
FAX224-8909

🔥ごみ収集車の火災が多発

本年度は、ごみ収集車の火災が8件（8月末現在）発生しています。原因は、充電式電池を使った小型家電やスプレー缶などが誤った方法でごみに出されたことによるものです。ごみ収集車の火災防止のため、正しい分別にご協力をお願いします。



▲火災が発生したごみ収集車の状況



⚠️こんな事例がありました



▲不燃ごみに出され、火災原因となったスプレー缶とカセットボンベ



▲充電式電池を抜かずにごみに出され、火災の原因となったポータブルブルーレイディスクプレーヤー

正しいごみの出し方

■充電式小型家電

充電式電池を必ず抜いてください。抜いた充電式電池（ニカド、ニッケル水素、リチウムイオン）はテープなどで金属端子部分を絶縁して「充電式電池回収協力店」へ出してください。



▲市ホームページ

■スプレー缶やカセットボンベ

中身を使い切ってから、火の気のない屋外で中身のガスを全て抜き、穴を開けて「缶」の日に出ししましょう。

■ライター

火の気のない屋外で完全にガスを出し切ってから「不燃ごみ」の日に出ししましょう。

ガス抜きの方法



②そのまま固定し、ガスを抜く



①粘着テープと一緒にレバーを押し下げる

PCBを使用した可能性のある電気機器の例

自家用電気工作物



変圧器
（平成5年以前製造）



高圧コンデンサー
（平成2年以前製造）

非自家用電気工作物



低圧コンデンサー
（平成2年以前製造）

⚠️ 処分せず放置した場合、液漏れなどにより、人体に悪影響を及ぼす恐れがあります。



▲市ホームページ

低濃度PCB廃棄物の処分期限は
令和9年3月31日です

PCB（ポリ塩化ビフェニル）は人体に有害な物質です。そのため、低濃度PCB廃棄物は、法律により処分が義務付けられています。期限内に処分しない場合や、譲り渡した場合は譲り受けた場合は、法律により罰せられる場合があります。

事業所・倉庫などにPCBを使用した古い電気機器がないか確認を発見した場合は、保管・処分方法について市にお問い合わせください。

問 廃棄物対策課

☎224-7320

FAX 224-5108

～大勸進貫主本孝・等順と善光寺の中興～

市立博物館では、令和3年度から仏教美術(仏像・仏画・仏具など)をテーマとした調査を実施しています。

本特別展では、江戸時代に善光寺大勸進貫主を務めた本孝と等順に焦点を当て、戦国時代に本尊流転の憂き目を見た善光寺が、どのようにして再び興隆を迎えることができたのか、大勸進に伝わる寺宝を手掛かりに、その謎に迫ります。

また、周辺寺院の調査によって明らかとなった江戸時代における信仰についても併せて紹介します。



本孝筆六字名号(大勸進 蔵)



薬師如来立像(大勸進 蔵)

会 期 10月12日(土)～12月1日(日)

開館時間 9:00～16:30(入館は16:00まで)

休 館 日 月曜日(祝休日を除く)、
祝休日の翌日(土・日・祝日を除く)

※入館料がかかります。

[11月3日(日)は無料、

土曜日は小・中学生無料]



▲市立博物館
ホームページ

問 市立博物館 ☎284-9011 FAX284-9012

特別展
関連企画

ながはく総合講座のご案内

■特別展の見どころとウラ話～善光寺大勸進
における寺宝の管理とその変遷～

とき／10月27日(日)14:00～15:30

定員／30人(先着順)

■仏導寺の阿弥陀如来坐像～胎内文書三千枚
の世界～

とき／11月10日(日)14:00～15:30

定員／30人(先着順)

ながの^{うま}旨麺グランプリ 開催！ 12月27日(金)まで



市では、そばやおやきに並ぶ新たな食の観光コンテンツとして、「ながのラーメン」の魅力発信に取り組んでいます。「ながのラーメン」を市内から盛り上げていくため、「ながの旨麺グランプリ(2部門)」を開催しますので、ぜひご応募ください。

応募方法や応募期間など、詳しくは「ながのラーメン物語」ホームページまたは公式X(エックス)をご覧ください。



ながの
ラーメン物語
NAGANO RAMEN STORY

🍜 オリジナルラーメン部門

長野を連想させる食材や商品を使ったオリジナルラーメンのレシピを募集します。

最優秀者にはギフト券2万円分、優秀者には1万円分をプレゼントします！



▲申し込み
フォーム

🍜 推しラーメン部門

市内のおすすめ店舗とメニューをInstagramへ投稿してください。

抽選で10人にギフト券1,000円分をプレゼントします！

※応募要件があります。



◀ホームページ



◀公式X

問 観光振興課 ☎224-8316 FAX224-5043

集客プロモーションパートナー都市からのお知らせ

豊島区 池袋ハロウィンコスプレフェス2024

10/25(金)16:30~22:30、
26(土)・27(日)10:00~18:00

豊島区池袋を舞台に、毎年2万人以上のコスプレヤーが参加する日本最大級のハロウィンイベントです。約400人のコスプレヤーが池袋の街を練り歩く「池ハロコスプレパレード」や自慢のコスプレを披露できる「ニコニココスプレクション」など、さまざまなステージ企画を展開します。



▲ホームページ



問 豊島区文化観光課 ☎03-3981-1316

甲府市 第34回甲府大好きまつり 10/26(土) 9:00~16:00



市制施行100周年を記念して平成元年に始まった「甲府大好きまつり」は、今年で34回目を迎えます。にぎやかなパレードやステージイベント、「はたらく車」の展示や飲食ブースの出店など、楽しい企画が盛りだくさんです。

▶ところ／小瀬スポーツ公園

問 甲府大好きまつり実行委員会事務局
(甲府市観光課内) ☎055-237-5702



▲ホームページ

静岡市 大道芸ワールドカップin静岡2024

11/1(金)~4(月)

いつもの見慣れた「まち」が「劇場」に変わる。ジャンルを超え、国内外から一流のアーティスト約50組が静岡に大集合します。人も街もすてきに変わる4日間を、ぜひお楽しみください。

▶ところ／駿府城公園、市街地各所

問 大道芸ワールドカップ実行委員会事務局
☎054-205-9840(月~金曜日10:00~18:00)



▲ホームページ



▲X(エックス)



富山市 すしのまち とやま



富山市には、きときと(新鮮)な海の幸を使った多彩な寿司と、江戸時代から続く名産品・ます寿しの店が数多くあります。富山でしか味わえない旬の寿司とます寿しを味わいに、ぜひお越しください。

問 富山市観光政策課 ☎076-443-2072
富山市観光協会 ☎076-439-0800



▲ホームページ



▲Instagram

大切な体のために がん検診を受けましょう

日本人の2人に1人はがんにかかるといわれており、「自分は大丈夫だろう」という思い込みは禁物です。がんが進行すると治療に時間がかかるだけでなく、命の危険も伴います。自覚症状のない早期のがんを発見するためには、定期的ながん検診を受診することが大切です。



10月は「ピンクリボン月間」

10月は、乳がん検診の受診を呼びかける「ピンクリボン月間」です。市が実施する乳がん検診のうちマンモグラフィ検査は、これまで保健センターなどでの集団検診が中心でしたが、今年度から医療機関でも受けられるようになりました。

乳がんは40歳代から増え始めます。大切な体、ご自身のため、家族のためにがん検診を受けましょう。

市が実施するがん検診の受け方は

がんの特徴に合わせ、検診内容や受けられる年齢が異なります。右の表を確認し、受診してください。

☎健康課 ☎226-9962 FAX226-9982

検診方法 申し込み 方法	個別検診 医療機関へ直接 (*1を除く)	集団検診 検診受付センターへ (☎0120-223-969)
20歳から 30歳から 40歳から	子宮頸(けい)がん ○乳がん(超音波) 大腸がん ○乳がん (マンモグラフィ)*1	◎肺がん (胸部エックス線)*2 ◎肺がん(低線量胸部CT) [~74歳まで] ○乳がん(マンモグラフィ) ●胃がん(胃部エックス線) 前立腺がん(~74歳まで)
50歳から	●胃がん(内視鏡)*1	

○・◎・●の検診はいずれかを選択

*1…「ながの電子申請サービス(長野市)」
から事前申し込みが必要

*2…事前申し込みは不要

※詳しくは、市ホームページでご確認ください。



関節痛や生活習慣病予防の個別運動相談

三陽保健センター

時11月8日(金)13:30~15:30(1人40分程度)

犀南保健センター

時11月14日(木)13:30~15:30(1人40分程度)

共通

定5人程度(先着順)

申10月8日(火)から、電話で各センター(三陽☎259-3434、犀南☎293-8080)へ

問健康課 ☎226-9961

膝痛・腰痛予防講座

※いずれも13:30~15:00

	期日	場所	申込期限
膝痛	10月28日(月)	北部保健センター	10月24日(木)
	10月31日(木)	真島保健センター	10月29日(火)
腰痛	10月16日(水)	東部保健センター	10月11日(金)
	11月7日(木)	真島保健センター	11月5日(火)

共通

内講話と簡単なストレッチ、筋トレ(実技)の紹介

申問申込期限までに、電話で健康課(☎226-9961)へ

不妊カウンセラーによる不妊・不育症相談

時10月16日(水)13:00~16:00

所市保健所

申問事前に電話で健康課(☎226-9963)へ

運動習慣と筋肉が身につく講座

時10月17日(木)13:30~15:30

所三陽保健センター

内講話:習慣化のコツ、実技:ながら運動

申問10月15日(火)までに電話で健康課(☎226-9961)へ

肩こり改善&血管しなやか運動講座

時①10月18日(金)、②10月23日(水)13:30~15:00

所①若穂保健ステーション、②松代保健センター

申問いずれも開催日の2日前までに、電話で健康課(☎226-9961)へ

血糖値を下げる運動講座

時11月13日(水)13:30~15:30

所東部保健センター

内講話と実技(簡単な筋トレなど)

申問11月11日(月)までに電話で健康課(☎226-9961)へ

講演会「M7.6巨大地震による口腔(こうくう)の健康被害と食事～能登半島地震から得た口腔管理の教訓とは～」

時10月31日(木)14:00~15:30

所市保健所

講長谷剛志さん(公立能登総合病院歯科口腔外科医師)

申問事前に電話で健康課(☎226-9961)へ

どなたでも参加できます。お気軽にお立ち寄りください。

こころの健康づくり講演会

①「新しい選択肢 SaSaLANDってどんなところ？」

②「子どものSOSに寄り添うということ」

時10月25日(金)13:30～15:30

所真島保健センター

講①学校教育課指導主事

②白澤章子さん(川中島の保健室)

申問10月8日(火)から、電話で真島保健センター(☎286-1010)へ

「児童・思春期の心のケアについて」

時11月19日(火)14:00～16:00

所安茂里公民館

講村田志保さん(栗田病院医師)

定50人(先着順)

申問10月10日(木)～11月11日(月)に、電話で西部保健センター(☎224-1101)へ



長野うつ病市民公開講座

時10月27日(日)10:00～12:15

所ホテルメトロポリタン長野 3階浅間

内講(第1部)基調講演

「こころを元気にするコツ」／大野 裕さん[(一社)認知行動療法研修開発センター理事長]

(第2部)話題提供(テーマ)～認知行動療法の実践～

「依存症治療への応用」／小泉典章さん(長野大学客員教授)

「小学生、中学生、高校生への教育の実践」／大野裕さん(※第1部講師)

定600人(先着順)

問長野市医師会 ☎226-5850

難病医療相談会

膠原(こうげん)病

時10月30日(水)13:30～15:30

神経難病

時11月1日(金)14:00～16:00、18日(月)13:30～15:30

共通

所市保健所

対患者本人とその家族など

定4人(先着順)

申問事前に電話で健康課(☎226-9965)へ

ふらっとフレイル予防体験会

時10月7日(月)10:00～12:00、13:30～15:30(各回、終了時間の30分前までに受け付け)

所芸術館展示サロン(第一庁舎1階)

内・「シン・長野市はつつ体操」

- ・フレイル予防市民ナビゲーターとのフレイル予防の体験
- ・ベジチェック測定

問地域包括ケア推進課 ☎224-7873



専門医による認知症個別相談会

時10月17日(木)13:00～15:00

所中部地域包括支援センター(第二庁舎1階)

対認知症の相談を希望する本人または家族など

定3人(先着順)

申問事前に電話で中部地域包括支援センター(☎224-7174)へ

フレイル予防の相談会

時10月23日(水)、11月8日(金)13:30～16:45

所地域包括ケア推進課(第二庁舎1階)

内保健師、理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士による、運動、栄養、口腔(こうくう)などのアドバイス

申問各開催日の1週間前までに、電話で地域包括ケア推進課(☎224-7873)へ

難病研修・交流会

こころの健康「音楽にのって楽しもう」

時11月5日(火)13:30～15:00

医師講話「特発性間質性肺炎の症状と治療」

時11月7日(木)13:30～15:30

医師講話「パーキンソン病の症状と治療」

時11月13日(水)14:00～16:00

医師講話「重症筋無力症の症状と治療」

時11月20日(水)13:30～15:30

理学療法士講話・実技「日常生活動作と生活環境の工夫」

時11月22日(金)13:30～15:00

栄養講話とデモンストレーション「潰瘍性大腸炎・クローン病療養中の食事の工夫」

時11月26日(火)13:30～15:00

共通

所市保健所

申問開催日の2週間前までに、電話で健康課(☎226-9965)へ

バス共通ICカード KURURU

Suica機能をプラス

「全国でピッ！」

全国の交通機関で
Suicaとして利用

「お買い物もピッ！」

スーパーやコンビニ
のお買い物で利用

令和7年3月1日(土) **新**サービススタート!



一般用／小児用／障害者用



高齢者用(おでかけパスポート)



バス共通ICカードKURURUがSuica機能をプラスしてリニューアルします。長野地域のバスはもちろん、Suicaが利用できる全国の交通機関や電子マネーとしてお買い物にもご利用いただけます。1枚のカードで日常のさまざまな場面で便利にキャッシュレス決済をご利用いただけるKURURUを、ぜひご活用ください。

発売日・販売箇所

令和7年2月1日(土)から、KURURU取扱窓口
(KURURUホームページでご確認ください。次ページ
中段に二次元コードがあります)で発売します。
(バス車内では3月1日から)

※「おでかけパスポート」については、本紙18ページ
でご案内していますので、ご確認ください。

販売額

1枚1,000円(デポジット500円を含む)以上で
1,000円単位。最大販売金額20,000円

※デポジットとは

カードを新規に購入または再発行する際に500円
を保証金としてお預かりします。デポジットは運
賃や電子マネーとして利用することはできません。
カードを返却していただいた際にデポジットをお
返しします。

チャージ可能場所

KURURU取扱窓口、主なコンビニエンスストア、
JRの主な駅の自動券売機、バス車内(3月1日から)

サービス対象路線

- ・アルピコ交通(株)の長野市、小川村を運行する一
般路線バス全線
- ・長電バス(株)の長野市、須坂市、千曲市、飯綱町、
高山村を運行する一般路線バス全線
- ・長野市、飯綱町、高山村を運行する乗合タクシー、
市町村営バスの一部

〈次の路線は除きます〉

長野市／乗合タクシー松代観光地線、浅川地区「あさ
かわ号」、芋井地区「すざくら号」、小田切地区「かつら
号」、信里地区「のぶさと号」、信更地区「すずらん号」
須坂市／すざか乗合タクシー
高山村／高井中山乗合タクシー

KURURUバスポイント

KURURUでバス運賃をお支払いいただくと、支払った運賃の5パーセント分のポイント(小数点以下切り捨て)が貯まります。

貯まったポイントが運賃分(1ポイント1円換算)に達すると、自動で運賃に利用されます。

【利用例】貯まったKURURUバスポイントが200ポイントの場合

【190円区間を乗車】

190ポイントを自動的に利用

10ポイント
残

200ポイント

【210円区間を乗車】

200ポイントは利用されません

不足
10ポイント

※KURURUバスポイントが運賃に達していないためポイントは利用されません。

※不足分のポイントを現金で支払うことはできません。

注意事項

○KURURU以外の交通系ICカードでお支払いいただいた場合、ポイントの付与はありません。

○ポイントの有効期限は、最後にバスポイントの付与・利用があった日から2年間です。

○ポイントは各取扱窓口でご確認いただけます。

○次の場合はポイントの付与対象外です。

- ・定期区間内を利用した場合
- ・不足運賃を現金で支払った場合の現金分
- ・ポイントを利用した場合
- ・おでかけパスポート適用運賃で乗車した場合



よくある質問



Q 新しいKURURUとSuicaは何が違うのですか？

新しいKURURUはバスの定期券機能やKURURUバスポイントといった長野地域独自のサービスを受けられます(Suicaではバスの定期券としての利用はできません)。

Q KURURUバスポイントはお買い物で使えますか？また、お買い物で貯まりますか？

バスの運賃にのみ利用されます。お買い物で利用はできません。また、KURURUバスポイントはバスの運賃支払いでのみ貯まるポイントです。お買い物では貯まりません。

Q 現在使用しているKURURUに入っている金額とポイントは新KURURUに移行できますか？

移行できません。お持ちのカードの払い戻しをした上で新KURURUを購入してください。

▶KURURUホームページでも最新情報を随時お知らせしますので、ご覧ください。



現在ご利用の**KURURU**は、
令和7年2月15日以降ご利用できません。
新KURURUの購入ならびに、**KURURU**の払い戻しをお願いします。

令和6年10月	11月	12月	令和7年1月	2月	3月	4月
【現行KURURU販売】 令和7年1月31日(金)まで					現行KURURUの定期券の提示利用は4月13日(日)まで	
【現行KURURU利用期間】 令和7年2月14日(金)まで ※定期券除く						
			2月1日(土)～新KURURU販売開始		令和7年3月1日(土) 新KURURUサービス開始	
令和7年2月15日(土)～2月28日(金) バスのタッチ決済をご利用いただけません。 現金でお支払いいただくか、定期券をお持ちの人は券面を運転士にご提示ください。					※Suicaなどの交通系ICカードもご利用いただけます	
【払い戻し対応期間】 令和8年3月31日(火)まで ※KURURU取扱窓口にて／手数料無料						

問 交通政策課 ☎224-5012 FAX224-9715

・Suicaは東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。・KURURUは長野市公共交通活性化・再生協議会の登録商標です。
・長野県PRキャラクター「アルクマ」©長野県アルクマ23-0090

現在のカード(ピンク色)



新しいカード(緑色)



＼令和7年3月1日から／

「おでかけパスポート」が新しくなります！

令和7年3月1日(土)から、Suica機能を備えた新しいおでかけパスポートのサービスがスタートします。

これに伴い、システム変更と事業の長期継続を図るため、利用者負担額の見直しを行います。また、現在のカードは使えなくなるため、新しいカードの申し込みが必要になります。皆様のご理解とご協力をお願いします。

利用者負担額を変更します

令和7年3月1日からは、現行の最低負担額110円が120円に、上限額200円が300円に変更となります。

通常運賃	利用者負担額
150～340円	120円
350～440円	160円
450～540円	200円
550～690円	240円
700円以上	300円

新おでかけパスポートの申し込みは

本紙10月号に挟み込みの「申込書(チラシ裏面)」(申込書は、高齢者活躍支援課、各支所にもあります)に、必要事項を記入の上、**高齢者活躍支援課または支所へ提出**してください。

※新カード受け取りの際に、デポジット金(500円)がかかります。詳しくは、挟み込みの「チラシ」または本紙16ページをご覧ください。

11月13日(水)以前に申し込みをした場合

▶ 令和7年1月上旬から順次、ご自宅へ「新カード」を郵送

11月14日(木)以降に申し込みをした場合

▶ 令和7年1月中旬以降、ご自宅へ「引換券」を郵送(申し込みの際に指定した受取場所に、引換券を持参して新カードを受け取る)

おでかけパスポート事業は、高齢者の健康づくり、生きがいづくりの推進および積極的な社会参加を促すとともに、公共交通機関のバスの利用促進を図ることを目的に、バス事業者と市が協力して実施しています。

市内に住所を有する満70歳以上の人が、市内一般路線バス(高速バスなど除く)、ぐるりん号、市営バスなどをご利用の際、「おでかけパスポート」を利用すると、通常運賃より安く乗車できます。

おでかけパスポート切り替えキャンペーン 令和7年2月1日(土)～28日(金)

「新おでかけパスポート(緑色)」
「現在のおでかけパスポート(ピンク色)」
のどちらかを降車の際に提示すると

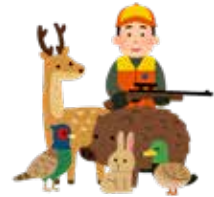
KURURUが利用できるエリアなら
どこまで行っても1乗車につき
現金100円で乗車できます

※「現在のおでかけパスポート(ピンク色)」は、**令和7年3月1日(土)から使用できなくなります。**(キャンペーン期間中は、運転士に提示して使用)
解約手続き期限は、令和8年3月31日(火)です。
お忘れなく手続きをお願いします。

問 おでかけパスポートコールセンター ☎224-5049(令和7年3月末まで)
高齢者活躍支援課 ☎224-5029 FAX224-5126

！狩猟期間中の事故にご注意を！

11月15日から、鳥獣保護区や休猟区などの区域以外の場所でも、狩猟が解禁となります。狩猟者は、関係法令やマナーを守り、安全を確保した上で狩猟を行います。市民の皆さんは、不慮の事故を防ぐため、里山に入る際は、注意が必要です。



狩猟期間

11月15日(金)～
令和7年2月15日(土)
〔二ホンジカとイノシシは
令和7年3月15日(土)まで〕



▶県ホームページ
ページ

入山者の皆さんへ

山での行動

- 狩猟者にイノシシなどの動物と間違えられないよう、オレンジや黄色など目立つ色の服や帽子を着用してください。迷彩服の着用は避けましょう。
- 白いタオルなどはシカの尾と間違えられやすいので、使用を控えましょう。
- 同行者がいる場合、その所在を確認しながら行動するよう心がけてください。

音が鳴るものを携行

- やぶや茂みの中を静かに歩くような行動は、狩猟者に動物と間違えられる恐れがあります。居場所を伝えるために、鈴やラジオなどを携行してください。

わななどに注意

- 猟銃の音がした方向や、わな設置の標識のある場所には、近づかないようにしてください。

登録番号	年度
住所	登録地
電話番号	知事

▲わな設置の標識

土・日曜日および祝日は、狩猟者が多く入山しますので、特に注意してください。

！冬眠前のクマにご注意を！

本年度、県内では、クマの目撃情報が増加しており、人身被害も発生しています。これからの時季、冬眠の準備をするクマは、多くの餌を求めて行動が活発になり、里山への出没がさらに増える可能性があります。



人身事故を防ぐために

- クマが活発に行動する朝夕は、山際の行動を避けてください。
- 柿や栗など果樹の実は早めに収穫してください。野生鳥獣の餌場となることを避けるためにも、収穫予定のない果樹の枝の伐採にもご協力ください。
- 生ごみなどは屋外に放置しないようにしてください。また、登山やトレッキングなどで出たごみは、必ず持ち帰りましょう。
- 里山近くで農作業や散歩などをする時は、鈴やラジオなど、音が鳴るものを携行してください。

クマが近くにいるサイン

山際の樹木に新しい爪痕や、付近にふんがある場合は、クマが近くにいる可能性があります。周囲を警戒しながら、その場から離れましょう。

クマを目撃したときは

子グマがいるとき
近くに母グマがいます。絶対に近づかないでください。母グマは子グマを守るために人を攻撃することがあります。

クマが遠くにいるとき

落ちて着いてその場から離れましょう。大声を出す、走って逃げるといった行為はクマを刺激し攻撃される原因となるのでやめましょう。

クマが近くにいるとき

クマに背を向けず、クマを見ながらゆっくりと後ずさりして、離れてください。

問 森林のしか対策課

☎224・8470 FAX224・7818

市内在住の中学生以下はエムウェブの滑走料が無料になります！



無料期間 10月1日(火)～令和7年2月16日(日)

※貸靴代は別途必要です。

※大会などにより利用できない日があります。事前に
営業日・営業時間をご確認ください。

全員対象 無料開放日

10月6日、11月3日、12月8日、
令和7年1月19日・26日(日)

ご家族そろって
ご利用ください！



イベントなどの
詳細は、エム
ウェブホーム
ページへ



ながのアイススポーツデイ2024

11月3日(日)の無料開放と同時開催！

小塚崇彦さん(フィギュアスケーター・バンクーバーオリンピック出場)のスケート教室や氷上運動会など、楽しいイベントが盛りだくさん！

大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

▶対象／中学生以下 ※事前予約が必要です。

問 スポーツ課 ☎224-7804 FAX224-7351

子どもの体験・学び応援事業

市内在住の小・中学生の皆さん /

10月5日(土)～11月4日(月)は みらいハッ!ケン月間です



本年度の「ハッ!ケンポイント」を使って、この秋いろいろな体験をしてみませんか？スポーツ・文化・職業・自然体験など、さまざまな体験プログラムに参加できます。



月間中のイベントや体験プログラムについては、専用サイトをご覧ください。

※ポイントを使い切った人でも参加できるイベントやプログラムも掲載しています。

みらいハッ!ケン月間
開催予定カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

月間中のプログラムは、専用サイト内のカレンダー機能から探すことができます！



問 こども政策課 子どもの体験・学び応援事業推進室

☎224-9717 FAX224-9713

恐竜あらわる！化石博物館を救え！～恐竜みたいに滅びないぞ～



昨年に引き続き、今年も信州新町地区で恐竜イベントを開催します。ぜひ、お出かけください。

とき 11月3日(日)・4日(月)

主な内容

■信州新町化石博物館

- ・動く恐竜ショー
- ・ナイトミュージアム
- ・化石発掘体験 など

■信州新町小・中学校グラウンド

- ・ティラノサウルスレース
- ・スカイランタン®フェスタ 協力: 日本スカイランタン協会 商標使用許可: 3PSLA45595P

詳しくは、信州新町化石博物館と信州新町恐竜イベント公式ホームページをご覧ください。

※スカイランタン®は日本スカイランタン協会®を主催する株式会社エクスパラウドの登録商標です。



◀ 信州新町
化石博物館
ホームページ



◀ 信州新町恐竜
イベント公式
ホームページ



◀ 動く恐竜
ショー



◀ ティラノ
サウルス
レース

※イベント期間中は、信州新町美術館・化石博物館の入館料は無料です。

問 信州新町美術館・化石博物館

☎262-3500 FAX262-5181

信州新町観光協会 ☎262-2245 FAX262-4799

催し講座 しなのき・勤労青少年ホーム・勤労者活躍支援センター・サンライフ長野各種講座

勤労者女性会館しなのき(しなのき会場 235-2373)

講座	とき	講座	とき
ストレッチリングで姿勢改善	12月2日～9:45～10:45(計14回)	◆エアロビクス&ストレッチ	12月3日～令和7年3月18日(火) 14:30～15:30(計14回)
バランスアップヨガ	令和7年 11:00～12:30(計14回)	ゆったりりのびのびストレッチ	12月4日～令和 10:50～12:00(計15回)
◆実用英会話	3月24日(月) 18:30～19:30(計14回)	キレイになるピラティス	7年3月19日(火) 13:30～14:30(計15回)
女性のためのかんたん健康体操とストレッチ	12月3日～令和7年3月18日(火) 13:10～14:10(計13回)		

中部勤労青少年ホーム(232-3256)

講座	とき	
新NISAとiDeCoの上手な利用法	11月5日～26日(火) 19:00～20:30(計4回)	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歳以上の人を受講可。受講料は1回100円増し。学生は除く)

南部勤労者活躍支援センター(293-4435)

*しなのき南部会場と南部勤労青少年ホームが一つになり、10月10日(木)にオープンします。

講座	とき	講座	とき
クリスマスを彩るスワッグ	11月29日(金) 13:30～15:30	親子講座ミニトピアリーでかわいいクリスマス※	12月8日(日) 10:00～12:00
親子で楽しくクリスマス羊毛フェルト※	11月30日(土) 13:30～15:30		

サンライフ長野(227-2310)

講座	とき	講座	とき
誰にでもできる座禅	11月10日・17日(日) 13:00～15:30(計2回)	“世界”を広げる英会話	12月4日～令和7年3月19日(火) 13:00～14:00(計13回)
エンディングノートで賢い終活	11月12日(火) 10:00～12:00	クリスマスに作るシルバーアクセサリー	12月14日(土) 10:00～12:00
はじめてのキッズダンス※	12月3日～令和7年3月18日(火) 17:00～18:00(計12回)		

共通

受講料がかかります(一部除く)。この他の講座情報や、受講料、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。

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

インターネット／10月1日(火)9:00～8日(火)17:00に、右の二次元コードから。受講料の納付などについては、後日メールでご案内します。



▲勤労者女性会館しなのき ▲勤労青少年ホーム・勤労者活躍支援センター ▲サンライフ長野

10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

▷12日(土)13:25～13:30

ロゲイニングで地域の魅力を発見

▷26日(土)13:25～13:30

合併20周年 戸隠地区を巡る

abn ふるさとステーション

▷20日・【再】27日(日)17:25～17:30

長野の食材を地産地消!

～おいしいながのガイドブックスタンプラリー

NBS ふれ愛ながの(手話通訳入り)

▷19日(土)10:45～11:15

令和元年東日本台風災害から5年

～災害からの復興と防災

インターネット

INC 長野きらめきチャンネル

家庭ごみの搬入手順

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

▷26日(土)17:35～17:45

「KURURU」が「Suica」と一緒になって新しく便利に

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(火) 10月はごみ分別強調月間です

2日(水) 野生キノコによる食中毒予防

3日(木) 「ママたちのお仕事フェスタ」開催

4日(金) 体験と学びの秋～「みらいハッ!ケン月間」

7日(月) ながの多言語インフォメーション(中国語)

8日(火) 「長野市青少年健全育成フェスティバル」開催

9日(水) 里親制度をご存じですか

10日(木) 「長野市デジタルミュージアム～ながの好奇心の森」始めました

11日(金) 「ママたちのお仕事フェスタ」開催【再】

14日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)

15日(火) 「産業フェアin信州2024」開催

16日(水) 「第54回長野市農業フェア」開催

17日(木) 「第5回ながの子ども・子育てフェスティバル」開催

18日(金) 「第6回伝統芸能こどもフェスティバル」開催

21日(月) ながの多言語インフォメーション(ベトナム語)

22日(火) バス共通ICカードKURURUのリニューアル

23日(水) 「南部図書館まつり」開催

24日(木) 博物館特別展「長野の仏教美術 江戸時代編」開催

25日(金) 「第54回長野市農業フェア」開催【再】

28日(月) 公衆浴場での混浴年齢引き下げ【再】

29日(火) 野生キノコによる食中毒予防【再】

30日(水) 11月の観光情報

31日(木) 広報ながの11月号の見どころ

催し講座

リサイクルプラザ

講座	とき	対象	定員(先着順)	受講料	申込開始日
リメイク教室「ネックカバー作り」	10月23日(水)	市内在住の人	5人	500円	10月8日(火) 10:00～
赤ちゃんエコひろば「赤ちゃん工作とリユース絵本の読み聞かせ」	10月25日(金)	市内在住の親子(0～3歳児と保護者)	5組	300円	
自転車リペア教室	10月28日(月)10:00～11:30	市内在住の人	5人	500円	10月9日(水) 10:00～
ゆめ工房21 布ぞうり作り	11月11日・25日(月)10:00～14:30		各6人※	各300円	
紙すき体験	11月14日(木)		各5人※	100円	
ねこはんでん作り	10:00～14:30			1,500円	
さき織り体験	11月16日(土)10:00～12:00		4人※	1,000円	

※…初回の人優先の上、先着順 申問各申込開始日から、電話か直接、リサイクルプラザ(☎222-3196)へ

催し講座

かがやきひろば各種講座

講座	とき	ところ・問い合わせ	定員(先着順)	受講料	申込期間(10月)
「還の会(かんのかい)」和楽器コンサート&お抹茶カフェ	10月17日(木)10:00～11:00	氷鉦 ☎284-8100	—	250円(お風呂も利用できます)	—
低栄養改善のための季節のお料理	10月23日、11月6日・20日(水) 10:00～12:30(計3回)	篠ノ井 ☎293-7227	16人	2,400円	8日(火)13:00～
清泉女学院大学・短期大学出張講座～英米文学のファンタジー	10月30日(水)14:00～15:30		40人	100円	9日(水)9:00～
季節を楽しむトールペイント	11月12日～12月3日(火) 13:30～15:30(計4回)		12人	1,750円	9日(水)13:00～
クリスマスツリーの壁飾り作り	11月13日～令和7年2月26日(水) 13:30～15:00(計7回)		18人	700円	10日(木)9:00～
尺八の伴奏で民謡を唄(うた)おう	10月29日(火)10:30～12:00		20人	100円	10日(木)～
絵解き「釈迦涅槃(しゃかねはん)図」	11月1日(金)9:30～10:30、11:00～12:00	湯福 ☎232-8335	各8人	無料	15日(火)～25日(金)
スマホ無料相談会	11月7日・21日(木) 10:30～12:00(計2回)		20人	200円	16日(水)～
善光寺周辺の考古学	10月30日(水)10:00～11:45	柳町 ☎235-0019	10人	100円	8日(火)～
男性だけの姿勢改善運動※1	11月6日～12月18日(水) 11:00～12:00(計4回)		30人	400円	
リズム体操&ヨガ	11月5日・19日(火) 13:30～15:30(計2回)	東北 ☎296-5570	10人	1,400円	21日(月)～23日(水)
おしゃれ追求～クラフトバックを作ろう	11月6日(水)13:30～15:30	三陽 ☎259-2411	15人	600円	21日(月)9:00～
陶芸体験～干支(えと)の巳	11月18日、12月2日(月) 13:30～16:00(計2回)		10人	1,700円	24日(木)9:00～
籐(とう)工芸体験～丸籠を編む	11月18日～12月16日(月) 10:00～11:30(計3回)	豊野 ☎257-3135	20人	300円	21日(月)～25日(金)
ミュージックベルでクリスマスを奏でよう!	11月19日(火)10:00～11:30	安茂里 ☎225-8500	12人	2,500円	29日(火)～
冬の寄せ植え講座※2					

対市内在住の60歳以上の人(※1…男性に限る、※2…どなたでも) 申問各申込期間中に、電話か直接各ひろばへ

催し講座

ながの森林・林業フェア

時10月19日(土)9:00～15:30

所茶臼山自然植物園

問森林いのしか対策課 ☎224-5040

催し講座

長野市民病院 ふれ愛デー(病院祭)

時10月26日(土)9:30～14:30

内市民健康講座、骨密度測定、施設見学ツアーなど

問長野市民病院 企画課

☎295-1199

他事前申し込みの必要なイベントがあります。



催し講座

ろう 蜜蝋を使ってろうそくを作ろう!

時10月26日(土)10:00～13:00

所鬼土間(鬼無里中学校旧特別教室棟)

定15人(先着順)

¥2,000円

申問10月21日(月)までに、電話かEメールで鬼無里地区住民自治協議会(☎256-2213、✉fureaikinasatgk.janis.or.jp)へ

催し講座

街角アート展

時10月29日(火)～11月4日(月)10:00～17:00

所北野カルチュラルセンター

内市内美術系専門学校生のデザインアート作品の展示

問文化芸術課 ☎224-7504

催し講座

ワールドフェスタ in長野2024

時11月2日(土)10:00～16:00

所セントラルスクウェア

内世界の料理紹介や遊び体験、国際交流団体・学生による出展など

問観光振興課インバウンド・国際室 ☎224-5447

お知らせ

まいご

募集

催し・講座

時日時 所場所 内内容 講講師 対対象 定定員 金額 持ち物 申申し込み 問問い合わせ その他

催し講座 カラーを生かす！ 自分らしいリーダーシップ

カラーセラピーを活用し、自分に合ったリーダーシップのスタイルを探ります。

時 10月26日(土)13:30～16:00

所 勤労者女性会館しなのき

対 市内在住・在勤・在学の女性

定 20人(先着順)

申 事前に電話で男女共同参画センター(☎237-8303)へ

他 託児(4カ月～未就学児)

を実施します(要予約)。



催し講座 若穂の民話～綿内 あいのじゅく 間宿の民話を訪ねる

時 10月29日(火)9:00～12:00

所 温湯温泉湯～ぱれあ

対 市内在住の60歳以上の人で、介助なしで歩くことができる人

定 15人(先着順)

¥ 保険料必要

申 10月15日(火)9:00から、電話で湯～ぱれあ(☎282-5500)へ(申し込みは本人含め2人分まで)

催し講座 第32回暴力追放 長野県民大会

時 10月29日(火)13:30～15:30

所 ホクト文化ホール

内・警察音楽隊・カラーガード隊による演奏など(13:00～13:30)

・講演「工藤會(かい)壊滅作戦～その作戦から学ぶものとは」

講 尾上芳信さん[(公財)福岡県暴力追放運動推進センター専務理事]

問 地域活動支援課 ☎224-7615

催し講座 救命講習(11月)

救命入門コース

時 16日(土)9:00～10:30

所 松代支所

定 20人(先着順)

問 松代消防署 ☎278-2992

普通救命講習Ⅰ

時 15日(金)9:00～12:00

所 中央消防署

定 30人(先着順)

問 安茂里分署 ☎224-0119

普通救命講習Ⅱ

時 14日(木)9:00～13:00

所 東部分署

定 20人(先着順)

問 東部分署 ☎222-0119

普通救命講習Ⅱ

時 13日(水)9:00～12:00

所 豊野支所

対 e-ラーニングでの事前学習と確認テストを実施済みの人

定 20人(先着順)

問 豊野分署 ☎215-3119

普通救命講習Ⅲ

時 2日(土)9:00～12:00

所 篠ノ井消防署

定 20人(先着順)

問 篠ノ井消防署 ☎292-0119

上級救命講習

時 10日(日)8:30～17:30

所 中央消防署

定 30人(先着順)

問 中央消防署 ☎237-0119

応急手当普及員講習

時 5日(火)・6日(水)・7日(木)8:30～17:30(計3回)

所 新町消防署

定 10人(先着順)

¥ (教材費)約4,000円

問 新町消防署 ☎262-5119

共通

申 事前に「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込みか、電話で問い合わせ先へ



催し講座 ながの高校生 バンドクリニック

時 12月14日(土)10:00～12:00、14:00～16:00

所 芸術館(音楽練習室、バンド練習室)

内 ボーカル、ギター、ベース、ドラム、キーボードの演奏指導

対 市内在住・在学の高校生

定 各回各パート3人(多数の場合は抽選)

申 11月1日(金)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み



問 文化芸術課 ☎224-7504

催し講座 2024信州ねんりんピック

文化・芸術交流大会

時 11月16日(土)10:00～15:00(開場9:30)

所 ホクト文化ホール

内 講演「あなたの小さなチャレンジが、地域を、信州を、日本を動かします」、トークセッション他

講 若宮正子さん(ITエバンジェリスト)

囲碁・将棋大会

時 11月16日(土)10:00～16:30

所 芹田公民館

対 県内在住の60歳以上の人

定 各30人(先着順)

申 10月31日(木)まで

他 当日参加も可能です。申し込み方法など、詳しくは右の二次元コードをご覧ください。



問 (公財)長野県長寿社会開発センター ☎226-3741

催し講座 (一財)ながの緑育協会

秋の山野草展

150鉢以上の山野草を展示します。販売苗もあります。

時 10月19日(土)・20日(日)10:00～16:00[20日(日)は15:00まで]

ハーブチンキと浸出油づくり

時 10月23日(火)10:00～12:00

定 16人(先着順)

¥ 2,600円

申 10月10日(木)9:00から、電話で同協会へ

春蘭「柄物」展示会

柄物(まだら入り)の春蘭100鉢以上を展示します。販売苗もあります。

時 11月9日(土)10:00～16:00

共通

所 篠ノ井中央公園管理棟

問 (一財)ながの緑育協会 ☎214-8719

催し講座 NPO法人 市環境緑化協力会

冬の玄関を彩るハンギングバスケット講座

時 11月4日(月)10:00～12:00[申し込み10月21日(月)8:30～]

所 南長野運動公園バラ園

定 10人(先着順)

¥ 4,500円

秋のガーデニング講習会(寄せ植えづくり)

時 11月4日(月)14:00～15:30[申し込み10月28日(月)8:30～]

所 川中島古戦場史跡公園管理事務所前

定 30人(先着順)

¥ 3,000円

共通

申 申込開始日から、電話で同協力会(☎214-8655)へ





権堂イーストプラザ 市民交流センター

かんたん水引講座

時 10月12日(土)10:00~12:00、14:00~16:00

対 小学3年生以上

定 各5人(先着順)

¥ 各1,000円

豆本を作ろう

時 10月20日(日)10:00~11:00、11:00~12:00

対 小学生以上

定 各10人(先着順)

¥ 各900円

ミニ四駆イベント

時 11月3日(日)11:00~17:00

対 小学生以上(10歳未満は保護者同伴)

¥ タイムレースエントリー料300円、走行料10分100円

他 製作体験教室も実施します。

共通

申 問 事前に電話か直接、同センター(☎234-2906)へ(ミニ四駆イベントは申し込み不要)



生ごみ堆肥を活用する講座

時 10月19日(土)13:30~15:30

所 農業研修センター

内 サクラソウ科の草花の寄せ植え実習など

対 市内在住の人

定 20人(先着順)

¥ 2,000円

申 問 10月16日(木)までに、電話で生活環境課(☎224-5035)へ



生ごみ自家処理講座 (段ボール堆肥)

ふれあい福祉センター

時 10月23日(木)14:00~15:30

豊野防災交流センター

時 11月7日(木)14:00~15:30

共通

対 市内在住で初めて本講座を受講する人
定 20人(先着順)

申 問 開催日の前日までに、電話で生活環境課(☎224-5035)へ

他 ・受講した人に、堆肥化に必要な基材を差し上げます。

・受講経験のある人は、「生ごみ減量アドバイザー派遣制度」をご利用ください。



パソコン無料相談会

パソコンの病院ながの(パソコンの故障・よろずのお困り事)

時 10月19日(土)10:00~15:00

所 篠ノ井交流センター

申 問 事前に電話で同事務局(☎090-7179-8523)へ

シニアパソコン(パソコンなどの基本的な操作やお困り事)

時 11月2日(土)10:00~15:00

所 大豆島公民館

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



聴覚障害者向け講座 ～早めに気付こう認知症

時 10月27日(日)10:00~12:00

所 市障害者福祉センター

申 問 10月17日(木)までに右の二次元コードから申し込むか、電話、ファクス、Eメールのいずれかでデフネットながの(☎229-5557、FAX229-5558、✉deaf-n-n@mx2.avis.ne.jp)へ

他 ・手話通訳・要約筆記あり

・託児を実施します(申込期限までに申し込み、500円)。



ふくしネットフェスタ2024

時 11月6日(水)10:00~15:00

所 市民交流スペース(第一庁舎1階)、芸術館アクトスペース・展示サロン

内 障害のある人が作った製品販売・アート作品の展示、映画「梅切らぬバカ」[77分(10:30~、13:00~)]など

問 障害福祉課 ☎224-5030

他 詳しくは市障害ふくしネットHPをご覧ください。



市障害者福祉センター

スマートフォン・タブレット活用講座

時 11月6日・13日・20日(水)、30日(土)初級編=9:00~12:00、活用編=13:00~16:00

定 各日各コース4人(先着順)

健康教室(講演、軽い運動)

時 11月7日(木)10:30~12:00

内 (演題)「薬といわゆる『健康食品』」

定 20人(先着順)

共通

対 身体障害者手帳所持者とその家族

申 問 10月25日(金)までに、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



リサイクルプラザ

フリーマーケット

時 10月27日(日)9:00~11:30

持 エコバック

ながのおさがり交換会

持ち込んだ品数と同じ数、交換できます(数に限りがあります)。

時 11月9日(土)・10日(日)10:00~14:00

問 リサイクルプラザ ☎222-3196



ちぎり絵で年賀状を作しましょう

時 11月21日(木)10:30~12:30

所 もんぜんぶら座

対 市内在住の60歳以上の人

定 20人(初回の人優先の上、抽選)

¥ 800円

申 10月25日(金)(消印有効)までに講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を170円の往復はがきに記入の上(1人1枚1講座)、シニアアクティブルーム(〒380-0835大字南長野新田町1485-1もんぜんぶら座3階)へ

問 シニアアクティブルーム

☎223-0058



もんぜんぶら座ギャラリー

市民ギャラリー(3階)

◇城山版画～2024木版画展

時10月11日(金)～14日(月)10:00～17:00(最終日は16:00まで)

◇水幸会展(日本水彩長野支部静物等写生会)

時10月18日(金)～23日(水)10:00～16:30(最終日は15:30まで)

◇第31回水彩画みず糸展

時10月25日(金)～29日(火)10:00～17:00(最終日は16:00まで)

◇「たのしい写真教室」写真展

時11月4日(月)～11日(月)10:00～17:00[最終日は16:00まで、6日(水)は休館日]

ミニギャラリー(2階)

◇退会連長野支部会員作品展

時10月18日(金)12:00～16:00、19日(土)・20日(日)10:00～16:00、21日(月)10:00～12:00

問もんぜんぶら座事務局 ☎219-0020



市保健所 動物愛護センター

犬と猫の休日譲渡会

時10月19日(土)13:00～15:00

所市保健所

申10月8日(火)～18日(金)に「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で同センターへ



愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

時10月19日(土)13:00～15:00

所市保健所

対犬の登録と狂犬病予防注射を実施済みで、5種以上の予防ワクチンを2回以上接種した生後4カ月以上の健康な犬(他の犬に影響のある疾病などにかかっていないこと)とその飼い主

申10月8日(火)～18日(金)に「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で同センターへ



スマイル☆キッズわんクラブ

時10月26日(土)9:30～11:00

所清泉女学院短期大学上野キャンパス

内犬との触れ合い体験、正しい飼い方など

対年中児～小学2年生とその保護者

定15組(先着順)

¥子ども1人につき100円

申10月8日(火)～22日(火)に電話で同センターへ

問動物愛護センター ☎262-1212



戸隠地質化石博物館 企画展～河原の石ころ

県内各地の川から拾い集めた石ころから、大地の生い立ちを読み解きます。

時12月1日(日)まで

¥入館料必要[11月3日(日)は無料、土曜日は小・中学生無料]

問戸隠地質化石博物館 ☎252-2228



市立博物館

子ども☆体験のひろば

(受け付けは11:00まで)

◇巣箱のかたちをした貯金箱をつくろう

時10月12日(土)10:00～12:00

¥300円

◇歩くやじろべえをつくろう

時10月26日(土)10:00～12:00

定20人(先着順、9:30から整理券配布)

¥100円

共通

¥入館料必要(土曜日は小・中学生無料)

問市立博物館 ☎284-9011



真田宝物館

記念講演会「藩研究からみた佐久間象山―近世後期の幕藩政治と真田幸貫・松代三山―」

時10月19日(土)14:00～16:00

所サンホールマツシロ

講小関悠一郎さん(千葉大学教育学部准教授)

定60人(先着順)

他詳しくは同館HPをご覧ください。



塩水電池をつくろう、エレキテル体験をしよう！

時10月26日(土)10:00～12:00

所真田宝物館

対小学生とその保護者

定6組(先着順)

¥200円(別途入館料必要(土曜日は小・中学生無料))

申10月7日(月)～18日(金)に、電話で同館へ

問真田宝物館 ☎278-2801



信州新町化石博物館 恐竜の缶バッジを作ろう！

時11月9日(土)・16日(土)13:30～15:30

定各10人(先着順)

¥100円(別途入館料必要(土曜日は小・中学生無料))

申問10月9日(火)から、電話で同館(☎262-3500)へ



水シンポジウム 2024inながの

時10月31日(木)13:00～17:30(開場11:30)

所若里市民文化ホール

講笹本正治さん(県立歴史館特別館長)、松尾一郎さん(東京大学大学院情報学環総合防災情報研究センター客員教授)

申問10月18日(金)までに右の二次元コード内の申し込みフォームから申し込むか、電話で同シンポジウム実行委員会事務局(☎235-7310)へ



他当日参加も可(事前申し込みにご協力ください)



成人指導者研修会

時10月27日(日)10:00～15:00

所大豆島公民館

内ネイチャーゲーム、紙とんぼ工作

対子どもの育成活動に携わりたい人

申問10月21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





長野市農業フェア

時10月26日(土)9:00～16:00

所ビッグハット

内野菜や果物、加工品の販売、お買い物大抽選会など

問農業政策課 ☎224-5098



果樹サミット

果樹農家を取り巻く環境とその取り組みの他、新たな果樹「ヘーゼルナッツ」の可能性などを紹介します。

時10月26日(土)10:30～14:00

所若里市民文化ホール

問農業政策課 ☎224-5098

他駐車場は、若里多目的広場駐車場をご利用ください。



伝統芸能 こどもフェスティバル

時10月26日(土)・27日(日)10:30～16:00

所芸術館

内ステージ発表、着物、三味線、箏(こと)、日本舞踊、生け花、茶道などの体験

申着物体験のみ10月11日(金)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」

から申し込むか、申込用紙(市HPにあります)に必要事項を記入の上、

直接、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで文化芸術課(第二庁舎4階

〒380-8512長野市役所、☎224-7351、✉geijutsu@city.nagano.lg.jp)へ

問文化芸術課 ☎224-7504

他一部有料の体験あり



第5回ながの子ども・子育てフェスティバル

時10月27日(日)10:00～15:00

所市民交流スペース(第一庁舎1階)、

芸術館ホワイエ、桜スクエアほか

内子育て応援・情報ブースなど

問こども政策課 ☎224-6796

他26日(土)にプレイベントを開

催します。開催時間など、詳しくは市HPをご覧ください。



青少年健全育成 フェスティバル

時10月19日(土)13:30～16:00

所若里市民文化ホール

内講演会「夢を叶える力」、作文・合唱などの発表

講朱紫令真さん(元宝塚歌劇団)

定600人(先着順)

問家庭・地域学びの課 ☎224-5082



生涯学習センター 親子わくわくフェスタ2024

時11月30日(土)10:00～16:00

内地球観察、親子ダンス、電子工作、ステンドグラス風工作、プログラミング、将棋、科学の実験講演会、絵本の世界、本に関する工作

申10月31日(木)までに「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み

問生涯学習センター ☎233-8080

他対象や定員のある講座が

あります。詳しくは右の二次元コードをご覧ください。



生涯学習センター

はじめての色鉛筆画

時10月19日(土)14:00～15:30〔申し込み10月13日(日)まで〕

¥400円

心を届ける絵手紙

時10月26日(土)14:00～15:30〔申し込み10月25日(金)まで〕

¥500円

ヒーリングアート～心を癒やす苔(コケ)玉づくり

時11月9日(土)14:00～15:30〔申し込み10月30日(木)まで〕

¥1,700円

共通

定24人(先着順)

申問申込期限までに、直接、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、生涯学習

センター(☎233-8080、FAX233-8081、✉s-gakusyu-c@city.nagano.lg.jp)へ

他託児を実施します〔先着3人、申し込みは各開講日の10日前まで〕。



茶臼山動物園 秋の動物園まつり

時10月12日(土)・13日(日)・14日(月)9:30～16:30(最終入園は16:00)

問茶臼山動物園 ☎293-5167

他詳しくは同動物園HPをご

覧ください。



善光寺と周辺の お地蔵さんを学ぶ

時11月10日(日)10:00～12:30

所もんぜんぶら座

内講座、まち歩き

定20人(先着順)

¥500円

申問10月31日(木)までに、電話かファクスで市ガイド協会(☎225-

9911、FAX225-9985)へ



松代文化ホール

ハロウィーンのランタン作り

時10月14日(月)13:00～14:00

定10人(先着順)

¥1,100円

ハロウィーンのキャンドルアート

時10月19日(土)13:00～14:00、14:30～15:30

定各10人(先着順)

¥各1,800円

ワンコインコンサート～オーボエとピアノの調べ

時10月20日(日)14:00開演(開場13:15)

内(出演)古川美登里(オーボエ)、島田真実(ピアノ)

¥500円(未就学児無料)

共通

申問事前に電話で同ホール(☎278-4373)へ(ワンコインコンサートは申し込み不要)

お知らせ

まいしる

募集

催し・講座

時日時 場所 内容 講師 対象 定員 金額 持ち物 申し込み 問い合わせ その他

催し講座 南部図書館

10月のおはなし会

時 9日・16日・23日・30日(木)11:00～11:30

対 幼児～小学3年生とその保護者

あかちゃんのおはなし会

時 11月6日(木)13:30～14:00

内 赤ちゃんマッサージ、読みがたりなど

持 バスタオル

南部図書館まつり

～使いこなそう！頭も体も図書館も

時 10月26日(土)・27日(日)10:00～16:00

内 講演会(認知症予防や運動機能維持に役立つストレッチなど)、ワークショップ、リサイクル本の無料配布、展示など
講 瀬戸山聖子さん〔(公財)長野県健康づくり事業団 健康運動指導士〕

問 南部図書館 ☎292-0143

他 一部定員・料金あり

催し講座 市立長野図書館

大人のためのお話し会

時 10月12日(土)16:00～17:10

内 素語りによる昔話や伝説など

対 中学生以上

定 40人程度

映画上映会

◇すべての道はローマへ(字幕・白黒・90分)

時 10月12日(土)14:00から

◇真昼の決闘(字幕・白黒・84分)

時 10月26日(土)14:00から

10月のおはなし会

時 毎週水曜日15:00～15:30、毎週土曜日14:30～15:00、毎週日曜日11:00～11:30

対 年少児～小学生

おはなしカーニバル

◇お楽しみ会(大型絵本、工作など)

時 11月2日(土)11:00～12:00

対 年少児～小学生

◇大人のためのお話し会(絵本と音による読み聞かせなど)

時 11月2日(土)14:00～15:00

対 中学生以上の人

◇豆本作りワークショップ

時 11月2日(土)14:00～16:00

問 市立長野図書館 ☎232-3558

催し講座 市立長野図書館 読み聞かせ講座

初心者講座

時 10月23日・30日(木)10:00～15:00

(計2回)

内 読み聞かせの重要性、読み方、ワークショップなど

定 30人(先着順)

中級講座

時 11月20日・27日(木)10:00～15:00
(計2回)

内 読み聞かせボランティア活動の方法、「お話し」の実践など

対 初心者講座を受講済みで、市立長野図書館でのボランティアを希望する人

定 20人(先着順)

共通

申 10月9日(木)～16日(木)〔15日(木)を除く〕9:45～18:00に、電話か直接、同館(☎232-3558)へ

催し講座 秋の里山散策(ながの環境パートナーシップ会議)

時 10月26日(土)9:30～11:30

所 ポブスレー・リュージュパーク(スパイラル)

内 キノコ採り、動植物の紹介、森の散策

対 小学生以上とその保護者

定 5組(多数の場合は抽選)

¥ 1人200円

申 10月18日(金)までに「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で環境保全温暖化対策課(☎224-5034)へ



催し講座 豊野リンゴ狩りウォーキング

時 11月9日(土)9:30～13:00

所 (集合場所) 豊野温泉りんごの湯

定 40人(先着順、小学生以下は保護者同伴)

¥ 大人1,700円、小学生以下1,000円

申 10月18日(金)までに、電話で豊野支所(☎257-5874)へ

催し講座 無料スマートフォン教室(スマートフォンの貸し出しあり)

①川中島町公民館 ☎284-8222

とき	5日(火)		7日(木)		15日(金)		22日(金)	
(11月)	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内容	ア	イ	ウ	エ	ア	オ	オ	イ

②中条交流センター ☎267-2145

とき	8日(金)		11日(月)		13日(水)		18日(月)	
(11月)	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内容	ア	イ※	ウ	ア	イ※	ウ	エ	オ

③豊野防災交流センター ☎257-5875

とき	20日(水)		21日(木)		25日(月)		27日(水)		29日(金)	
(11月)	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内容	ア	イ	ウ	エ	ア	オ	イ	オ	ウ	エ

時 午前の部10:00～11:30、午後の部13:30～15:00

内 ア＝電話・文字入力などの基本操作

イ＝インターネットや地図・カメラなどアプリの使い方

イ※＝インターネットや便利なアプリの使い方、オンデマンドバスの予約方法

ウ＝LINEで学ぶSNS(交流サイト)(個人のスマートフォンを持参の人のみ)

エ＝キャッシュレス決済(個人のスマートフォンを持参の人のみ)

オ＝安心・安全な使い方

定 各8人(先着順) 申 ①10月8日(火)～25日(金)9:00～17:00 ②10月7日(月)～31日(木)9:00～17:00 ③10月15日(火)～11月13日(木)8:30～17:00〔10月15日(火)のみ9:00～17:00〕に、電話で各施設へ

問 情報システム課 ☎224-7506

1Day水泳教室

◇水慣れ、クロール

時11月4日(月)9:30~10:30[申し込み10月14日(月)から]

対小学生

定各10人(先着順)

¥各2,000円

◇クロール、平泳ぎ

時11月4日(月)10:45~11:45[申し込み10月14日(月)から]

対クロール=小学生、平泳ぎ=小学3~6年生

定各10人(先着順)

¥各2,000円

共通

申問 申込期間中に、電話か直接、ア
クアウイング(☎244-7555)へ

催し講座 温湯温泉「湯〜ぱれあ」 10月のおひさま教室

ベビー&ママ・パパ水中運動

時12日(土)・17日(木)・26日(土)・31日(木)
10:30~11:30

マタニティヨガ

時20日(日)10:30~12:30

他この他の講座も開講しています。
料金や申し込み方法など、
詳しくは湯〜ぱれあHPを
ご覧ください。



問湯〜ぱれあ ☎282-5500

催し講座 ファミリーソフトテニス大会

時10月13日(日)8:30~[申し込み10
月8日(火)まで]

所長野運動公園テニスコート

対市内在住・在勤・在学の小学

2年生以上のファミリーペア

¥1組1,400円

問市スポーツ協会 ☎224-5088

他申し込み方法など、詳しくは市ソ
フトテニス協会HPをご覧ください。



催し講座 パラスポーツ体験会 シッティングバレーボール

時10月26日(土)9:30~11:30

所市障害者福祉センター

定20人(先着順)

申問10月16日(火)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

催し講座 トレッキングイベント

紅葉の奇妙山トレッキング(上級者向け)

時10月27日(日)8:30~15:00(雨天
中止、受け付け7:50)

所(集合場所)JA長野県総合研修所
第2駐車場

対高校生以上

¥500円(保険料含む)

問尼巖山・奇妙山トレッキングの会
☎090-2647-4248

他温泉利用割引券の配布あり

若穂太郎山トレッキング(中級者向け)

時10月27日(日)8:30~14:30(雨天
中止、受け付け8:00)

所(集合場所)綿内中央広場(若穂旧
綿内駅)

問同コース愛護会 ☎090-1866-1783
三登山トレッキング

時11月4日(月)8:00~16:00(雨天中
止、受け付け7:45)

所(集合場所)若槻支所

内上級者コース(14キロメートル)、
中級者コース(8キロメートル)

問同コース愛護会 ☎090-5776-4691
地附山トレッキング

時11月9日(土)8:30~13:00(雨天
中止、受け付け8:00)

所(集合場所)地附山公園管理棟横

内つづらトレイル(初級者向け)、跳
駒トレイル(中級者向け)

申個人参加は不要、15人以上の団
体は要連絡

問同コース愛護会 ☎090-8326-5629

共通

持登山用装備、昼食(地附山は不要)など

催し講座 秋の柄山峠トレッキング

時11月3日(日)9:00~15:00

所(集合場所)鬼無里支所

対小学4年生以上(高校生以下は保
護者同伴)

定15人(多数の場合は抽選)

¥一般2,000円、小学生1,000円

申問10月16日(火)までに、鬼無里
観光振興会HP内の申し込みフォー
ムから申し込むか、電話で同会
(☎256-3188)へ

催し講座 初心者スピードスケート教室

時11月30日~令和7年1月25日(土)
14:00~16:00(計8回)

所エムウェーブ

対4歳以上の初心者

定30人(先着順)

¥中学生以下4,800円、一般5,850
円(保険料含む)

申10月10日(木)~11月14日(木)に参
加料と申込書(市スケート協会HPに
あります)を持参の上、直接、スケ
ートセンター(エムウェーブ南入口)へ
問市スケート協会 ☎267-0288

他・一般は、別途各回滑走料がかか
ります。

・貸靴のレンタルもあります(有料)。

催し講座 長野地域職業訓練センター パソコン講座

パソコン入門

時11月6日~14日(水・木)9:30~
12:30(計4回)

エクセルビジネス

時11月9日・16日(土)9:30~16:30
(計2回)

ワード(文章)基礎

時11月15日・22日・29日(金)9:30~
16:30(計3回)

ワードで年賀状

時11月18日・25日、12月2日(月)9:30
~12:30(計3回)

共通

¥受講料必要

申問10月8日(火)9:00から、電話かファ
クスで長野地域職業訓練センター
(☎221-0505、FAX221-0036)へ



お知らせ

まいにち

募集

催し・講座

時日時 所場所 内内容 講講師 対対象 定定員 ¥金額 持持ち物 申申し込み 問問い合わせ 他その他

募集 市営住宅の入居者

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	2DKY	2	1	2
		3DKY	3		3
柳町	三輪五丁目	3DKY	1		
返目	三輪二丁目	2DKY	1		1
大豆島東	大字大豆島	3DKY	1		1
		2DKY	1		1
若里西町	若里五丁目	2DKY	1		
		3DKY	1		
犀南	篠ノ井東福寺	2KB	1		1
庄ノ宮	篠ノ井塩崎	2KB	1		1
今井	川中島町今井原	3DKY	2	1	
		1DKY	1		1
		2DKY	1		1
美濃和田	豊野町石	2DKY	1		
		2LDKY	1		
千原田(※1)	信州新町上条	3DKY	1		1

車いす使用者向け住宅(※2)

団地名	所在地	規格	募集戸数
上松東	上松四丁目	3DKY	1

※1…申し込み受け付け後に修繕するため、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。
※2…常時車いすの使用を必要とする、身体障害者手帳2級以上の肢体不自由障害者の人を含む世帯が申し込み可能です[申し込み前に居宅内を見学できます(要予約)]。
申10月1日(火)～7日(月)8:30～19:00(土・日曜日は10:00～16:00)に長野県住宅供給公社へ(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)
問長野県住宅供給公社住宅管理部 ☎227-2322

募集 令和7年度やまざとビジネス支援補助金事業

対中山間地域の地域資源(人・物など)を活用し、5年以上継続して展開する事業
申10月7日(月)～11月22日(金)に、所定の申込書[市HP、地域活動支援課(第一庁舎4階)にあり]に必要事項を記入の上、直接、同課へ
問地域活動支援課 ☎224-5033
他補助金額など、詳しくは市HPをご覧ください。



募集 長野市スポーツ推進審議会委員

市のスポーツ推進の在り方などを審議します。
対市内在住の20歳以上(就任時)で、市他の審議会などの委員になっていない人
定3人程度(書類選考)
時(任期)12月1日(日)から2年間
申10月31日(木)(必着)までに、所定

の応募用紙[市HP、スポーツ課(第二庁舎3階)、各支所にあります]に必要事項を記入の上、「長野市のスポーツ推進の在り方」をテーマにした小論文(800字以内、書式自由)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで同課(〒380-8512長野市役所、✉sports@city.nagano.lg.jp)へ
問スポーツ課 ☎224-7804

募集 フリーマーケット出店者

時11月24日(日)9:00～11:30
所リサイクルプラザ
対市内在住でリサイクルを心がけている個人・団体(事業者は除く)で、11:30まで出店できる人
定40店舗(多数の場合は抽選)
¥500円
申10月30日(木)(必着)までに、はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・「11月フリーマーケット出店希

望」・参加人数・販売品目を記入の上、郵送か直接、同プラザフリマ係(〒381-0026長野市松岡二丁目26-7)へ(1人・1団体1通まで)
問リサイクルプラザ ☎222-3196

催し講座 ふよう 芙蓉塾水泳教室(後期)

こども水泳教室A・B

時10月9日～12月18日(水) A=16:00～17:00、B=17:00～18:00(各計10回)[申し込み10月9日(水)16:00～17:00]
対市内在住の小学生
¥6,000円(別途年間保険料800円)

大人水泳教室A・B

時10月11日～12月20日(金) A=10:00～11:00、B=13:00～14:00(各計10回)[申し込み10月11日(金)10:00～11:00]
対市内在住の18歳以上の人
¥7,000円(別途年間保険料64歳以下=1,850円 65歳以上=1,200円)

共通

所アクアウイング
定5人
申申込日に参加料・保険料を持参の上、アクアウイングへ
問市スポーツ協会 ☎224-5088
他定員に満たない場合は随時募集

催し講座 アクアウイング

クロール習得教室

時10月12日・19日(土)11:50～12:50(事前に申し込み)
対小学2年生～4年生
定各15人(先着順)
¥各2,000円

短期跳び箱教室

時11月2日～30日(土)9:30～10:30(計4回)[申し込み10月14日(月)から]
対年中児～小学3年生
定20人(先着順)
¥5,000円

お知らせ

一般競争入札による 市有地売り払い

売り払い物件(土地)

所 松代町東条2488番地1

入札案内書の配布・入札参加申し込み受け付け

時 10月1日(火)～11日(金)

所 管財課(第二庁舎4階)

問 同課 ☎224-5016

他 不動産の詳細や申し込み方法、入札日など、詳しくは市HPをご覧ください。



お知らせ

市立長野中学校 授業公開

時 10月8日(火)・10日(木)・23日(火)・24日(水)・29日(火)、11月22日(金)、12月23日(月)

他 公開時間や授業内容など、詳しくは同校HPをご覧ください。



問 市立長野中学校 ☎296-1241

お知らせ

市町村振興宝くじ「ハロウィン ジャンボ宝くじ」などの販売

宝くじの収益金は、市町村に配分され、地域のまちづくりに役立てられます。県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

時 (発売期間) 10月17日(木)まで

問 財政課 ☎224-5014

お知らせ

ながの花と緑大賞2024 特別テーマの部受賞者

ながの花と緑大賞2024特別テーマ(緑のカーテン)の部の受賞者が決定しました。市HPに受賞者を掲載しています。

問 公園緑地課 ☎224-7285



お知らせ

消防局防火標語 入選作品決定

消防局防火標語の入選作品が決定しました。市HPに入選作品と入選者を掲載しています。

問 予防課 ☎227-8001



お知らせ

証明書コンビニ交付 サービスの利用停止

時 10月9日(火)終日、25日(金)17:00～28日(月)12:00

問 マイナンバー課 ☎232-3600

お知らせ

おいしいながのガイドブック スタンプラリー

長野地域産農産物などの景品が当たるスタンプラリーを開催します。参加店、農業政策課(第二庁舎8階)、各支所、市立図書館、観光案内所などでガイドブックを配布します。

時 12月27日(金)まで

問 農業政策課 ☎224-5037

他 詳しくは市地産地消推進協議会のHPをご覧ください。



まごころ

ありがとうございます

茶臼山動物園整備基金に

株式会社中嶋製作所／500万円

株式会社小山田組／10万円

篠ノ井西部商工振興会／5万円

男女共同参画事業に

国際ソロプチミスト長野一みず／ベビーチェアおよび付属品一式

ながのこども館に

長野スマイルライオンズクラブ／授乳チェア4基

社会福祉法人はなぞの会TANBAJIMA-Kidsころぽっくる／絵本2冊

募集

長野市風景画展出品者

市内の風景画の作品を募集します。

内 (部門) 第一部=日本画、水墨画、第二部=洋画、油絵、水彩画、パステル画、版画など(各部門1人1作品、未発表作に限る)

対 15歳以上の人(中学生は除く)

¥ 1作品につき1,000円

申 11月22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、申込書[市HP、文化芸術

課(第二庁舎4階)にあります]に必要事項を記入の上、直接、郵送、ファックスのいずれかで文化芸術課(〒380-8512長野市役所、FAX224-7351)へ

問 文化芸術課 ☎224-7504

他 開催要項(市HPにあります)を必ず確認してください。



募集

長野市霊園墓地使用者

内 (募集区画) 規格統一型、自由型

対 市内在住の人(現在、市霊園を使用している人を除く)

申 10月21日(月)まで

問 (一社)市開発公社 ☎226-3272

他 使用料や申し込み方法など、詳しくは同公社HPをご覧ください。



募集

ながのまちづくり活動 支援事業補助金

対 住民自治協議会を含む市民公益活動団体が自主的に行っているまちづくり活動で、他の補助金の交付がなく、令和8年3月31日までに完了するもの

申 11月8日(金)までに、所定の応募用紙に必要事項を記入の上、直接、地域活動支援課(第一庁舎4階)へ

問 地域活動支援課 ☎224-5033

他 ・応募用紙と募集要領は市HP、同課、各支所にあります。詳しくは募集要領をご覧ください。

・応募には、事前相談が必要です。



スマートフォンアプリ ながのプラス

あなたの暮らしにプラスになる情報をプッシュ型でお届けします。ぜひダウンロードしてご利用ください。



▲iOS版



▲Android版

問 情報システム課 ☎224-7506

お知らせ

まちづくり

募集

催し・講座

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

くらしのチャンネル

10月の日曜開庁は13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)、国保・高齢者医療課、国民年金室
TOiGO WEST2階 9:00～17:15
トイゴマイナンバーカードセンター



▲市HP

・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 ひとり親家庭 児童扶養手当の制度改正(拡充)

11月1日から児童扶養手当法が改正され、所得限度額と第3子以降の加算額が引き上げられます。すでに受給資格が認定されている人以外は、請求手続きが必要です。詳しくは市HPをご覧ください。

問子育て家庭福祉課 ☎224-5031

お知らせ 水道料金徴収業務などの 委託業者変更

時(変更日)10月1日から

内(旧)ヴェオリア・ジェネッツ(株)、
(新)株ジーシー自治体サービス
対県営水道管轄地域(篠ノ井、川中島、更北地区)

問営業課 ☎224-5071

他料金徴収窓口の住所や電話番号
(☎286-1815)に変更はありません。

お知らせ 都市計画道路を見直しました

未整備の都市計画道路を検証し、「都市計画道路見直し案」を策定しました。詳しくは市HPをご覧ください。

問都市計画課 ☎224-5050

お知らせ KSI官公庁オークション

不用となった市有財産をインターネット上で売却します。

時(申し込み)10月18日(金)13:00～
11月6日(水)14:00

内動産(物品)

問管財課 ☎224-5016

他10月17日(木)13:00、市HPに掲載
開始予定

お知らせ 令和6年度分 生ごみ自家処理機器購入費 補助金の申請受け付け

時(申請受付期限)10月31日(休)

対領収書発行日が4月1日 
～10月31日のもの

問生活環境課 ☎224-5035

他詳しくは市HPをご覧ください。

お知らせ (公社)長野シルバー人材 センター入会説明会

時10月9日、11月13日(水)14:00～

所勤労者女性会館しなのき

対60歳以上の人

申問開催日の前日までに、電話か直
接、同センター(☎237-8315)へ

お知らせ ファミリー・サポート・ センター入会説明会

もんぜんぷら座

時10月19日(土)10:15～12:30

三陽保健センター

時11月5日(火)10:15～12:30

共通

内依頼会員、提供会員説明

申事前に電話でファミリー・サポー
ト・センター(☎267-6006)へ

問保育・幼稚園課 ☎224-8032

他託児を実施します(要予約)。

お知らせ 行政書士無料相談会

時11月1日(金)13:00～16:00

所かがやきひろば豊野

対市内在住の人

定6人(先着順)

申問事前に電話か直接、同ひろば
(☎257-3135)へ

お知らせ 行政相談

行政に対する相談などに応じます。

鬼無里活性化センター

時10月10日(木)13:30～15:00

市民相談室(もんぜんぷら座4階)

時10月11日・18日・25日、11月1日
(金)10:00～12:00

松代支所

時10月18日(金)10:00～12:00

豊野支所

時10月18日(金)13:30～16:00

篠ノ井交流センター

時11月1日(金)10:00～12:00

問広報広聴課 ☎224-5004

お知らせ 人権擁護委員による よろず相談会

時10月18日(金)13:30～16:00

所豊野支所

問人権・男女共同参画課 ☎224-5084

お知らせ 長野一日合同行政相談所

行政機関や弁護士・税理士などが参
加する合同相談が開催されます。

時11月13日(水)10:00～15:00

所生涯学習センター

内(参加機関など)法務局、長野県、
長野市、年金事務所、公証人、弁護
士、税理士、司法書士、行政書士、
土地家屋調査士、マンション管理
士、社会保険労務士、行政相談委員
申問10月21日(月)～11月1日(金)に、電
話で長野行政監視行政相談センター
(☎235-0128)へ[月～金曜日(祝休
日を除く)8:30～17:15、受付時間
外は☎235-1100の留守番電話へ]



SHINSHU BRAVE WARRIORS 2024-25 SEASON HOME GAME SCHEDULE

第3節 VS. 青森ワッツ

10.19 SAT 14:05
TIP-OFF

10.20 SUN 14:05
TIP-OFF



会場：ホワイトリング

第4節 VS. ライジングゼファー福岡

10.23 WED 19:35
TIP-OFF



会場：ホワイトリング

第6節 VS. 山形ワイヴァンズ

11.2 SAT 14:05
TIP-OFF

11.3 SUN 14:05
TIP-OFF



会場：ホワイトリング

第9節 VS. バンビシャス奈良

11.25 MON 18:05
TIP-OFF

11.26 TUE 13:05
TIP-OFF



キッズ
ドリームデー

会場：ホワイトリング

第10節 VS. 神戸ストークス

11.30 SAT 14:05
TIP-OFF

12.1 SUN 14:05
TIP-OFF



会場：ホワイトリング

＼チケット情報はここから／



2024-25シーズン開幕！信州ブレイブウォリアーズを応援しよう！

12月7日(土)・8日(日)は長野市ホームタウンデー開催予定

NEW WARRIOR 新規加入選手

#2

ペリン・ビュフォード



Q1:P(ピー)
Q2:多彩なプレー
Q3:去年より上手になる

#14

狩野 富成



Q1:トヨ
Q2:ダンク
Q3:日々成長

#15

アキ・チェンバース



Q1:アキ
Q2:3ポイントシュート
とディフェンス
Q3:力を発揮し、でき
るだけ多く勝つ

#30

テレンス・ウッドベリー



Q1:ウッド
Q2:スコアリング
Q3:B1に戻る

#34

渡邊 飛勇



Q1:ヒュウ
Q2:ジャンプ
Q3:けがをしない
B1に戻ります

Q1:ブースターの皆さんに何と呼ばれたい？ Q2:得意なプレーは？ Q3:今シーズンの意気込みは？
B1…日本のプロバスケットボールリーグの1部。今シーズン、ウォリアーズはB2で戦います。

広報ながの読者限定！長野市×信州ブレイブウォリアーズ コラボ企画

11月以降のホームゲーム対象試合のチケットを、抽選で

各日50組100人にプレゼントします。ぜひご応募ください！ 応募はこちらから▶

▶応募締め切り／10月18日(金)23:59



長野市は地域密着型プロスポーツチームを応援しています！

問 スポーツ課 ☎224-7804 FAX224-7351

長野市
公 式
ホーム
ページ



長野市
アプリ



長野市
公 式
S N S

