

くらしのチャンネル

お知らせ

一般競争入札による市有地の売り払い

問管財課 ☎224-5016

不動産の種類	所在地番	面積(平方メートル)	最低入札価格(円)
①土地	稲里町下氷鉋223番1、223番8	335.46	11,170,000
②土地と建物*	信更町氷ノ田3222番2	445.68(土地)	2,750,000

*…木造垂鉛メッキ鋼板ぶき平屋(50.92平方メートル) および2階建て(78.25平方メートル)

入札案内書の配布・入札参加申し込み受け付け

時6月3日(月)～14日(金) 所管財課(第二庁舎4階)

入札(各入札開始の15分前から受け付け開始)

時7月19日(金)①13:30～14:00②15:00～15:30

所市役所会議室203(第二庁舎10階)

他参加申し込み方法や必要な書類など、詳しくは市HPをご覧ください。



お知らせ

おでかけ通信ながの R6夏号発行

時(配布開始)6月1日(土)

所市民窓口課(第一庁舎2階)、第二庁舎1階受付、観光振興課(第二庁舎4階)、各支所、長野駅観光情報センターなど

内市内イベント情報と観光施設の市民割引クーポンの掲載

他詳しくは、市HPをご覧ください。



問観光振興課 ☎224-8316

お知らせ

産業廃棄物処理計画書と実施状況報告書の提出

前年度に市内で500トン以上の産業廃棄物(特別管理産業廃棄物は50トン以上)を排出した事業所を有する事業者は、6月30日(日)までに処理計画書を提出することが法令などにより義務付けられています。また、前年度に処理計画書を提出した事業者は、実施状況報告書の提出も必要です。

他詳しくは、市HPをご覧ください。

問廃棄物対策課 ☎224-7320

お知らせ

リサイクル広場

家具などのリサイクル品を、抽選か入札により希望者に販売します。

時(抽選日)6月25日(火)[当選者のみはがきで通知。購入品の引き取りは、はがき到着後、7月7日(日)までに、当選者が行ってください]

所リサイクルプラザ

対中学生以上

申6月17日(月)～23日(日)9:00～17:30

問リサイクルプラザ ☎222-3196

お知らせ

献血日程

時6月27日(日)9:30～11:30

所篠ノ井総合市民センター

問食品生活衛生課 ☎226-9970

お知らせ

証明書コンビニ交付サービス利用停止

保守点検のため、コンビニエンスストアでの住民票・戸籍の附票の写しおよび印鑑登録証明書、戸籍全部(個人)事項証明書、市民税・県民税課税内容証明書の発行ができません。

時6月10日(月)

問マイナンバー課 ☎224-5022

お知らせ

真田宝物館・象山記念館 臨時休館

館内消毒のため、臨時休館します。

時6月24日(月)～28日(金)

問真田宝物館 ☎278-2801

お知らせ

人権擁護委員によるよろず相談会(6月)

鬼無里活性化センター

時13日(木)13:30～15:00

若穂支所

時18日(火)13:00～16:00

問人権・男女共同参画課 ☎224-5084

お知らせ

不動産鑑定士無料相談会

時6月13日(木)13:00～15:40

所(株)長水建設会館

申問事前に電話で(一社)長野県不動産鑑定士協会(☎225-5228)へ

お知らせ

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6月28日(金)10:15～12:30

内提供会員説明

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

お知らせ

行政相談

行政に対する相談などに応じます。

市民相談室(もんぜんぷら座4階)

時6月14日・21日・28日、7月5日(金) 10:00～12:00

松代支所

時6月21日(金)10:00～12:00

篠ノ井交流センター

時7月5日(金)10:00～12:00

問広報広聴課 ☎224-5004

お知らせ

行政書士無料相談会

時7月5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、同施設(☎257-3135)へ

お知らせ

6月は「外国人雇用啓発月間」です

外国人の雇い入れと離職の際にハローワークに届け出ること、ルールを守った適正な雇用管理を行うことは、事業主の責務です。

問ハローワーク長野 ☎228-1300

お知らせ

ファミリー・サポート・センター入会説明会(東部保健センター)

時7月1日(月)10:15～12:30

内依頼会員、提供会員説明

他託児を実施します(要予約)。

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

※広告掲載の申し込み・お問い合わせは株式会社ジチタイアド(☎092-716-1401)へ

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¥料金持ち物申申し込み他その他お問い合わせ

まじろ ありがとうございます

教育支援センターSaSaLANDの運営事業に

長野白樺ライオンズクラブ／SaSaLANDを利用する児童の送迎用車両
茶臼山動物園整備事業に

(一社)長野市開発公社／300万円

川中島建設株式会社／25万円

M'sエムズ工房／10万円

城山公園再整備事業に

長野白樺ライオンズクラブ／時計塔
障害福祉に

模擬株式会社長商デパート／10万円

募集 長野市男女共同参画審議会委員

時(任期)7月1日(月)から2年間

対市内在住の18歳以上(就任時)で、市の他の審議会などの委員になっていない人
定3人以内(書類選考)

申6月21日(金)(消印有効)までに、所定の応募用紙(市HP、人権・男女共同参画課(第一庁舎4階)にあります)に必要事項を記入の上、「男女共同参画を推進するために必要と思われること」をテーマにした小論文(400～800字程度)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで同課(〒380-8512長野市役所、ejinken-danjo@city.nagano.lg.jp)へ
問人権・男女共同参画課 ☎224-5428

募集 長野市健康増進・食育推進審議会委員

時(任期)8月6日(火)から2年間

対市内在住の18歳以上(就任時)で、市の他の審議会などの委員になっていない人
定3人程度(書類選考)

申6月27日(木)(必着)までに、所定の応募用紙(市HP、健康課(市保健所)、各保健センター、健康課窓口(第一庁舎2階)にあります)に必要事項を記入の上、「長野市民の健康増進や食育推進に向けた取組について」をテーマ

6月の日曜開庁は9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

※マイナンバーカードに関する業務はトイゴマイナンバーカードセンター
でお受けします(TOiGO WEST2階、9:00～17:15)。

マにした小論文(800字以内)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで、同課(〒380-0928若里6-6-1、h-kenkou@city.nagano.lg.jp)へ
問健康課 ☎226-9961

募集 令和6年度伝統芸能継承事業補助金追加募集

内(補助額)対象経費の3分の2(限度額10万円)

対市内で活動している伝統芸能団体による伝統芸能継承のための用具の購入および修繕費(本年度の同補助金の申請をしていない団体)

申6月5日(水)～26日(水)(必着)に、所定の申請書に必要書類を添えて、郵送か直接、文化芸術課(〒380-8512長野市役所、第二庁舎4階)へ

他募集要項・申込書類は市HP、文化芸術課にあります。

問文化芸術課 ☎224-7504

募集 U-15長野プログラミングコンテスト参加者

時10月26日(土)

所ビッグハット、若里市民文化ホール

対市内在住の小学4年生～中学3年生

定50人(先着順)

申6月10日(月)10:00～14日(金)17:00までに、右の二次元コードから申し込み(6月上旬公開予定)

他コンテスト参加者は、事前講習会への参加が必要

問U-15長野プログラミングコンテスト実行委員会事務局 ☎227-2428

募集 伝統芸能こどもフェスティバル合同ステージ参加者

時(合同ステージ)10月26日(土)・27日(日)(事前練習あり)

所芸術館、各事前練習場所

内日本舞踊、箏(こと)、三味線など
対市内在住または在学の小・中学生で、伝統芸能にチャレンジしたい人(未経験者も歓迎)

申8月30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、所定の応募用紙(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、ファクスのいずれかで同課(〒380-8512長野市役所、FAX224-7351)へ

問文化芸術課 ☎224-7504

募集 一日少年育成委員街頭巡回指導体験

時7月6日、9月7日、10月5日、11月9日(土)13:30～16:30

所(集合)少年育成センター

内長野駅周辺の巡回、街頭指導

対市内在住の小学生～高校生の保護者か、少年育成に関心がある個人や団体

定各10～15人程度(先着順)

申参加希望日の7日前(必着)までに、住所・氏名・電話番号を記入の上、はがき、ファクス、Eメールのいずれかで少年育成センター(〒380-0905長野市大字鶴賀547-1、FAX224-0109、ikusei@city.nagano.lg.jp)へ
問少年育成センター ☎228-8547

募集 消防局防火標語

一般、小学生、中学生、消防団員の4部門で募集します。

内 (テーマ) 家庭や職場などでの防火意識の向上に役立つもの

対 長野市、信濃町、飯綱町、小川村に在住・在勤・在学の人

申 6月30日(日)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、必要事項〔標語(振り仮名)、応募区分、住所、氏名、電話番号〕を記入の上、郵送かファクスで予防課(〒380-0901長野市大字鶴賀1730-2、FAX228-6772)へ

他 応募は1人1作品

問 予防課 ☎227-8001

募集 明るい選挙啓発ポスター

内 (作品規格) 四つ切りか八つ切りの画用紙か、それに準ずる大きさ(描画材料は自由)

対 市内在住・在学の小学生～高校生

申 8月26日(月)(必着)までに、作品の裏面右下に、学校名・学年・氏名(振り仮名)を記入の上、郵送か直接、選挙管理委員会事務局(〒380-8512長野市役所、第二庁舎8階)へ

他 詳しくは、市HPをご覧ください。

問 同事務局 ☎224-5058

募集 花と緑のフォトコンテスト

プロの写真家が審査し受賞作品は南長野運動公園プール棟に掲示します。

対 令和6年以降に南長野運動公園で撮影した写真

申 6月1日(土)～30日(日)に、住所・氏名・ペンネーム・電話番号・作品タイトル・使用カメラを記入の上、写真(JPEGファイル、上限3作品、1作品5MB以下)を添えて、EメールでNPO法人長野市環境緑化協力会(☐info@park-green.org)へ

問 同協力会 ☎214-8655

募集 調理師・製菓衛生師

時 (試験日) 9月11日(水)

所 市保健所

申 (願書受付期間) 7月2日(火)～4日(水)9:00～12:00、13:00～17:00

他 受験案内・願書は、食品生活衛生課、市HPにあります。詳しくは市HPをご覧ください。

問 食品生活衛生課 ☎226-9970

募集 自衛官

第2回自衛官候補生

対 18歳以上33歳未満の人(令和6年4月1日現在)

申 9月3日(火)(必着)

第2回一般曹候補生

対 18歳以上33歳未満の人(令和6年4月1日現在)

申 7月1日(月)～9月3日(火)(必着)

海上・航空自衛隊航空学生

対 (令和6年4月1日現在、高卒見込み含む) 海上=18歳以上23歳未満の人、航空=18歳以上24歳未満の人

申 7月1日(月)～9月5日(水)(必着)

問 自衛隊長野地方協力本部長野地域事務所 ☎235-6026

募集 令和6年度税務職員

対 令和6年4月1日において、高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない人、令和7年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業見込みの人、人事院が上記に準ずると認める人

申 6月14日(金)9:00～26日(水)に、右の二次元コードから申し込み

他 詳しくは、人事院HPをご覧ください。

問 関東信越国税局人事第二課 ☎048-600-311

募集 ポリテクセンター長野 8月開講公共職業訓練受講者

CADものづくりサポート科

時 8月1日(木)～令和7年1月29日(水)

対 ハローワークに求職の申し込みをしている人

定 15人(選考あり)

申 7月8日(月)までに、直接、お近くのハローワークへ

他 テキスト代などがかります。

問 ポリテクセンター長野 ☎243-7856

催し講座 市障害者スポーツ協会

パラスポーツ体験会(ボッチャ)

時 6月22日(土)9:30～11:30〔申し込み6月12日(水)まで〕

定 20人(初回の人優先の上、先着順) **障害者スポーツ講習会(卓球)**

時 7月6日(土)9:30～11:30〔申し込み6月26日(水)まで〕

対 市内在住・在勤・在学の中学生以上 **定** 20人(先着順)

共通

所 市障害者福祉センター

申 問 申込期限までに、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 初心者ドッジボール教室

時 6月15日～令和7年3月29日(土) 9:00～12:30(計40回、予定)

所 徳間小学校体育館

対 市内在住の小学生

定 40人(先着順)

他 申込先など、詳しくは市スポーツ協会HPをご覧ください。

問 市スポーツ協会 ☎224-5088

催し講座

アクアウイング

プールプライベートレッスン

¥30分2,000円、60分4,000円

幼児バレエ教室

時毎週水曜日16:00～16:50、17:00～17:50

対年少～年長児

¥各毎月4,000円

共通

他申し込み方法など、詳しくは長野運動公園総合運動場HPをご覧ください。



問アクアウイング ☎244-7555

催し講座

南長野運動公園

初級エアロ

時毎週月曜日15:00～15:45

対高校生以上

¥1回600円(月額会員無料)

申事前に電話か直接、南長野運動公園へ

おもしろ自転車

時毎週土・日曜日、祝休日10:00～16:00

対3歳以上の人

他料金など、詳しくは同公園HPをご覧ください。



エア遊具

時毎週土・日曜日、祝休日10:00～16:00

対中学生以下(3歳未満児は保護者同伴)

他料金など、詳しくは同公園HPをご覧ください。



問南長野運動公園 ☎293-4048



催し講座

サッカー教室

ジュニアサッカーA(火曜日コース)

対小学1～3年生

キッズサッカー(金曜日コース)

対5歳～小学1年生

共通

時17:00～18:30

所長野運動公園総合体育館

他参加料や申し込み方法など、詳しくは長野運動公園総合運動場HPをご覧ください。



問アクアウイング ☎244-7555

催し講座

市保健所 動物愛護センター

愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

時6月15日(土)13:00～15:00[申し込み6月10日(月)～14日(金)]

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



犬と猫の休日譲渡会

時6月15日(土)13:00～15:00[申し込み6月10日(月)～14日(金)]



動物愛護管理講座(猫編)～うちの子のサインを見逃すな！

時6月19日(水)14:00～15:30[申し込み6月10日(月)～18日(火)]



定40人(先着順)

共通

所市保健所

申問申込期間中に「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で同センター(☎262-1212)へ

催し講座

成人指導者研修会

時7月7日(日)10:00～15:00

所柳原交流センター

内工作(パクパク人形、ビックリコップ、万華鏡)

対子どもの育成活動に携わりたい人

申問7月1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



催し講座

生ごみ堆肥を活用する講座

時6月22日(土)13:30～15:30

所農業研修センター

内シン科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6月19日(水)までに、電話で生活環境課(☎224-5035)へ

催し講座

生ごみ自家処理講座(ダンボール堆肥)

時6月26日(水)、7月9日(火)14:00～15:30

所ふれあい福祉センター

対市内在住で、初めて本講座を受講する人(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)

定各20人(先着順)

他受講した人に、段ボール箱と堆肥化に必要な基材を差し上げます。

申問各開催日の前日までに、電話で生活環境課(☎224-5035)へ

催し講座

長野市子ども会キャンプ

時7月27日(土)

市役所集合の人(往復バス移動)=8:00～16:00、現地集合の人=9:00～15:30

所青少年錬成センター

内野外炊飯、レクリエーションなど

対市内在住の小学4年生～中学生

定30人(多数の場合は抽選)

¥(保険料)250円

申7月1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・地域学びの課へ

他兄弟姉妹で参加する場合も、1人ずつ申し込みをしてください。抽選結果は7月上旬に連絡します。



問家庭・地域学びの課 ☎224-5082



催し講座 権堂イーストプラザ 市民交流センター

日常を彩る小さなお花教室

時6月16日(日)13:00～14:00

内卓上に飾る小さな生け花作成

対小学生以上

定10人(先着順)

¥1,000円

かんたん水引講座

時6月22日(土)10:00～12:00、14:00～16:00

内梅結び、葉っぱ結び

定各5人(先着順)

¥各700円

プラバンdeアクセサリー

時6月29日(土)10:30～12:00、12:00～13:30、13:30～15:00

定各5人(先着順)

¥各300円

キャンディポットをつくろう

時7月6日(土)10:00～11:00、11:00～12:00

定各5人(先着順)

¥各800円

共通

申問事前に電話か直接、同センター(☎234-2906)へ

催し講座 松代文化ホール

手形アートワークショップ～父の日のプレゼント

時6月15日(土)13:00～14:15、14:20～15:00

対1カ月健診が済んだ乳児～小学生の親子

定各6組(先着順)

キャンドルアート

時7月7日(日)13:00～14:00、14:30～15:30

定各10人(先着順)

共通

¥1,800円

申問事前に電話で松代文化ホール(☎278-4373)へ

催し講座 ワンコインコンサート 松代チェロ温泉～ゆっくりつかってみませんか？

時6月8日(土)14:00開演(開場13:15)

所松代文化ホール

内(出演)宮坂俊一郎さん(チェロ)、瀬在晶子さん(ピアノ)

¥500円(未就学児無料)

問松代文化ホール ☎278-4373

催し講座 グランドピアノを楽しもう

時6月15日(土)9:00～16:00[1枠30分、1組2枠まで(先着順)]

所東部文化ホール

¥1枠500円

申問事前に電話で東部文化ホール(☎217-4662)へ

催し講座 博物館わくわく入門～草木染に挑戦！

時6月16日(日)10:00～15:00

所戸隠地質化石博物館

対小学生以上

定20人(先着順)

¥一般400円、高校生300円、小・中学生250円(材料費別)

申問事前に電話で同館(☎252-2228)へ

催し講座 植物観察会～ユウスゲの保全活動

時6月22日(土)9:00～12:00

所(集合)森の駅Daizahoushi西側駐車場

内飯綱高原のユウスゲの生育地に侵入する外来植物の除去

対小学生以上

定20人(先着順)

¥200円

申問事前に電話で戸隠地質化石博物館(☎252-2228)へ

催し講座 手仕事のじかん^{ユス}苔テラリウム

時7月7日(日)13:00～15:00

所戸隠地質化石博物館

対18歳以上の人

定10人(先着順)

¥一般1,000円、高校生900円(入館料含む)

申問事前に電話で市立博物館(☎284-9011)へ

催し講座 市立博物館

子ども☆体験のひろば

(受け付けは11:00まで)

◇木のえんぴつ立てをつくろう

時6月8日(土)10:00～12:00

¥300円

◇ブンブン笛をつくろう

時6月22日(土)10:00～12:00

¥100円

◇色紙で切り絵ーあなたもマチス風

時7月6日(土)10:00～12:00

定20人(先着順)

¥100円

ながはく総合講座～長野県の太陽観測100年の歴史

時6月23日(日)14:00～15:30

共通

¥(入館料)一般300円[6月16日(日)までの企画展期間は一般500円]、高校生150円、小・中学生100円(土曜日は小・中学生無料)

問市立博物館 ☎284-9011

催し講座 真田宝物館企画展～真田家のデザイン

真田家の大名道具に見られるさまざまなデザインを紹介します。

時6月29日(土)～9月23日(月)[休館日(毎週火曜日)を除く]

ギャラリートーク

時6月29日(土)、7月3日(水)10:00～11:00

共通

¥(入館料)一般600円、小・中学生100円(土曜日は小・中学生無料)

問真田宝物館 ☎278-2801

都市ブランドデザインをご活用ください！

長野市では、市民の皆さんの協力のもと、都市固有の魅力や価値をイメージした都市ブランドデザインを作成しました。デザインは、使用に関する規定の範囲内でどなたでもご使用いただけます。詳細は右記二次元コードから市ホームページをご確認ください。



FEEL NAGANO, BE NATURAL

この街で、わたしらしく生きる。長野市

催し講座 カラムシを収穫して ストラップをつくろう

時 6月23日・30日(日)10:00~12:00 (計2回)

所 鬼無里ふるさと資料館

対 10歳以上の人

定 5人(先着順)

¥ 一般1,400円、高校生1,200円、小中学生1,100円(入館料含む)

申 6月16日(日)までに、電話で同館(☎256-3270)へ

催し講座 葉脈のしおり作りに挑戦!

時 7月13日・20日(土)13:30~15:30

所 信州新町化石博物館

定 各10人(先着順)

¥ 各50円[入館料別(土曜日は小・中学生無料)]

申 6月13日(木)から、電話で同館(☎262-3500)へ



催し講座 (一財)ながの緑育協会

バラを学ぶ年間講座

時 6月19日、8月28日、令和7年1月29日(水)10:00~12:00(計3回)
[申込開始6月10日(月)9:00]

内 植え方、剪(せん)定、薬剤の解説など

対 20人(先着順)

¥ 3,000円

ラベンダーフレームアレンジ

時 7月5日(金)10:00~12:00[申込開始6月13日(木)9:00]

定 16人(先着順)

¥ 2,600円

山野草でこけ玉づくりに挑戦!

時 7月11日(木)13:30~15:30[申込

開始6月17日(月)9:00]

定 16人(先着順)

¥ 2,500円

共通

所 篠ノ井中央公園管理棟

申 6月17日(月)9:00から、電話で同協会(☎214-8719)へ

催し講座 花の植栽in飯綱高原

時 6月16日(日)9:30~13:00

所 旧飯綱高原スキー場跡地周辺

定 25人(先着順)

申 6月11日(火)(必着)までに、はがきに住所、氏名、電話番号を記入の上、観光振興課(〒380-8512長野市役所)へ

問 観光振興課 ☎224-5042



催し講座 刈り込み^{せんてい}剪定講習会

時 6月22日(土)10:00~12:00

所 川中島古戦場史跡公園

内 基本理論の説明と実習

定 30人(先着順)

¥ 1,000円

申 6月17日(月)8:30から、電話でNPO法人長野市環境緑化協会(☎214-8655)へ



催し講座 小さな林業講座

木の伐採方法や木材の搬出作業などを基本から学びます。

時 6月22日(土)・23日(日)、7月20日(土)・21日(日)10:00~16:00(計4回)

所 市内の森林(後日通知)

対 全4回出席できる18歳以上の人

定 12人(先着順)

¥ 5,500円

申 6月14日(金)までに、電話で森林いのしか対策課(☎224-5040)へ

催し講座 リサイクルプラザ フリーマーケット

時 6月23日(日)9:00~11:30

持 エコバッグ

問 リサイクルプラザ ☎222-3196

催し講座 初心者からできる陶芸教室

時 6月29日~10月5日(土)10:00~12:00(計11回)、7月2日~9月24日(火)10:00~12:00、14:00~16:00、18:30~20:30(各計12回)

所 リサイクルプラザ

対 小学生以上

定 各16人(先着順)

他 料金など、詳しくはお問い合わせください。

申 6月11日(火)9:30から、電話か直接、同プラザ(☎222-3196)へ



催し講座 罪を繰り返さないため、市民活動ができること

時 7月7日(日)14:00~16:30

所 もんぜんぷら座

内 罪を犯した若者を取り巻く状況や支援などの説明を受け、市民活動団体などにできることを考えます。

対 市民活動団体、企業、更生支援機関、保護司、教育関係者など

定 30人(先着順)

申 7月6日(土)までに、電話かEメールで市民協働サポートセンター(☎223-0051、✉npo@nagano-shimin.net)へ

催し講座

救命講習・応急手当普及員講習(7月)

救命入門コース

時 19日(金)10:00~11:30

所 豊野支所3階

問 豊野分署 ☎215-3119

救命入門コース

時 23日(火)9:00~10:30

所 塩崎分署

問 塩崎分署 ☎293-0119

救命入門コース

時 25日(木)10:00~11:30

所 鳥居川消防署

問 鳥居川消防署 ☎253-5119

普通救命講習Ⅰ

時 8日(月)9:00~12:00

所 更北分署

問 更北分署 ☎284-8119

普通救命講習Ⅱ

時 12日(金)9:00~13:00

所 若穂公民館

問 若穂分署 ☎282-2299

普通救命講習Ⅱ

時 13日(土)9:00~12:00

所 篠ノ井消防署

対 e-ラーニングでの事前学習と確認テストを実施済みの人

問 篠ノ井消防署 ☎292-0119

普通救命講習Ⅲ

時 10日(水)9:00~12:00

所 柳原分署

問 柳原分署 ☎296-0119

応急手当普及員講習(再講習)

時 5日(金)9:00~12:00

所 東部分署

対 応急手当普及員資格取得から3年程度経過した人

問 東部分署 ☎222-0119

共通

定 20人(先着順)

申 事前に電話で各問い合わせ先へ

催し講座

シニアアクティブルーム

自彊術(じきょうじゅつ)体操を体験してみませんか

時 ① 7月12日・26日(金) ② 9月13日・27日(金)10:30~12:00(各計2回)

定 各30人(初回の人優先の上、抽選)

¥ 各300円

他 申し込みの際に、①②のどちらに参加希望か記入

山崎浩先生と楽しく歌いましょう

時 7月30日(火)、8月22日(木)10:30~12:30(計2回)

講 山崎浩さん(清泉女学院短期大学教授)

定 100人(初回の人優先の上、抽選)

¥ 300円

共通

所 もんぜんぶら座

対 市内在住の60歳以上の人

申 6月14日(金)(消印有効)までに、講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を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

催し講座

パソコン無料相談会

パソコンの病院ながの(パソコンの故障・よろずのお困り事)

時 6月15日(土)10:00~15:00

所 篠ノ井交流センター

申 問 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(パソコンなどの基本的な操作やお困り事)

時 7月13日(土)10:00~15:00

所 大豆島公民館

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

催し講座

長野地域職業訓練センターパソコン講座

エクセル(表計算)基礎コース

時 7月3日・10日・17日(水)9:30~16:30(計3回)

エクセル(表計算)応用コース

時 7月24日・31日(水)9:30~16:30(計2回)

パソコン入門(午後コース)

時 7月4日~12日(木・金)13:30~16:30(計4回)

ホームページ作成

時 7月6日・13日・20日(土)9:30~16:30(計3回)

ワード(文章)基礎コース

時 7月18日・25日、8月1日(木)9:30~16:30(計3回)

パワーポイント基礎

時 7月19日・26日(金)9:30~16:30(計2回)

JW_CAD上級

時 7月27日、8月3日・10日(土)9:30~16:30(計3回)

共通

他 受講料必要

申 問 6月7日(金)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

催し講座

第17回 善光寺表参道夏祭り

時 7月7日(日)10:00~16:00

所 中央通り

内 神輿渡御(みこしとぎょ)、路上・ステージパフォーマンス、フリーマーケットなど

問 善光寺表参道夏祭り実行委員会
☎080-2046-2443



お知らせ

まじろ

募集

催し・講座

時 日時 所 場所 内 内容 講 講師 対 対象 定 定員 料 料金 持 持ち物 申 申し込み 他 その他 問 問い合わせ

催し講座 南部図書館 6月のおはなし会

時 12日・19日(水)11:00～11:30

内 絵本の読みがたりなど

対 小学生以下

問 南部図書館 ☎292-0143

催し講座 市立長野図書館

映画上映会

バグダッドの盗賊(サイレント映画・字幕・白黒・139分)

時 6月22日(土)14:00～

6月のおはなし会

時(毎週)水曜日15:00～15:30、土曜日14:30～15:00、日曜日11:00～11:30(休館日を除く)

内 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど

対 年少児～小学生

たなばたお楽しみ会

時 7月6日(土)14:00～15:00

内 パネルシアター、大型絵本、紙芝居など

対 年少児～小学生

問 市立長野図書館 ☎232-3558



催し講座 市障害者福祉センター 健康教室

時 6月20日(木)10:30～12:00

内 家庭での食品衛生と軽い体操

対 身体障害者手帳所持者とその家族

定 20人(先着順)

申 6月7日(金)までに、氏名・住所・電話番号を記入の上、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

催し講座 もんぜんぱら座 ギャラリー

市民ギャラリー(3階)

◇有志合同社中 いけばな池坊展

時 6月8日(土)12:30～18:00、9日(日)10:30～16:30

◇すみへいカルチャーセンター

水彩画を楽しむ教室グループ展

時 6月12日(水)～17日(月)10:00～17:00

◇山田寿章 油彩画展

時 6月21日(金)～27日(木)10:00～18:00(最終日は16:00まで)

◇北斗流長野支部 習作展

時 6月30日(日)、7月1日(月)10:00～16:00

問 もんぜんぱら座事務局 ☎219-0020

催し講座 マージャン 健康麻将

「健康麻将」初心者講座

時 6月19日～8月28日(水) 9:30～12:30(計10回)

所 麻雀クラブ天心

対 市内在住の60歳以上で、マージャン未経験か、基礎から覚えたい人

定 20人(先着順)

¥1回1,100円〔別途テキスト代1,000円(希望者のみ)〕

申 6月10日(月)9:00から電話で高齢者活躍支援課(☎224-5029)へ

第15回長野市長杯健康麻将大会

時 7月7日(日)11:00～16:30

所 麻雀クラブ天心

対 市内在住の60歳以上の人

定 52人(先着順)

¥3,000円

申 6月10日(月)から、12:00～17:00の間に、電話で麻雀クラブ天心(☎227-4923)へ

問 高齢者活躍支援課 ☎224-5029

催し講座 ポリテクセンター長野 職業訓練施設見学会

時 6月19日(水)、7月3日(水)・18日(木)10:00～12:00

対 ハローワークに求職の申し込みをしている人

問 ポリテクセンター長野 ☎243-7856

催し講座 野外彫刻めぐり～親子で発見！飯綱の彫刻！

時 7月27日(土)9:30～13:00

所(集合) 長野駅東口ユメリアバスパーク(バスで移動します)

内 飯綱高原の野外彫刻を講師の解説付きで鑑賞した後、森の駅Daizahoushiで休憩します。

対 市内在住・在勤・在学の人

定 17人(多数の場合、親子参加の人を優先の上抽選)

¥1人300円(未就学児は無料)

申 6月28日(金)(必着)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、郵便番号・住所・氏名(全員)・電話番号・「彫刻めぐり7月27日希望」と記入の上、郵送かファクスで文化芸術課(〒380-8512長野市役所、FAX224-7351)へ

問 文化芸術課 ☎224-7504





温湯温泉「湯～ぱれあ」

水中運動教室

教室	とき	教室	とき
体づくりアクアビクス	7月5日～ 9月27日(金) (計10回)	体づくり水中運動	7月10日～ 9月25日(水) (計10回)
水中サーキット&ウオーク		ゆっくりウオーキング	10:30～11:30
ボディーメイクアクア		ずくだせアクアサーキット	13:15～14:15
ひざ腰痛予防ウオーク・スイム		のびのびウオーク・スイム	7月18日～ 10月3日(木) (計6回)
爽快エネルギーギッシュアクア	7月6日～ 9月21日(土) (計10回)		13:15～14:15
簡単いろいろ水中運動	7月8日～ 9月30日(月) (計10回)		15:30～16:30
体ひきしめアクアビクス			19:15～20:15
ひざこし安心サーキット			
脂肪燃焼ダイエット			
筋力アップアクアビクス	7月9日～ 9月24日(火) (計10回)		
アクアエクササイズ			
からだ爽快水中運動			
バラエティーアクア			



体操教室

教室	とき	教室	とき
姿勢改善&リンパケア	7月8日～9月30日(月) 10:30～11:30(計6回)	らくらく体操	7月10日～9月25日(水) 13:30～14:30(計10回)
骨コツ元気体操	7月9日～9月24日(火) 13:30～14:30(計10回)	ゆったりヨガ	7月17日～9月18日(水) 10:30～11:30(計6回)

共通

【申問】6月25日(火)9:00から、電話か直接、湯～ぱれあ(☎282-5500)へ

【他】・料金など、詳しくはHPをご覧ください。電話で湯～ぱれあへ。

・この他、小学生以下の親子向けの「おひさま教室」を開講しています。詳しくは右の二次元コードをご覧ください。



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、 一部除く)	参加料	申込期間 (6月)
①多肉植物のかわいい寄せ植え	6月26日(水)13:30～15:30	篠ノ井 ☎293-7227	16人	1,300円	10日(月)9:00～
②玉城先生の 芭蕉・蕪村・一茶の世界	7月2日・16日・30日(火) 14:00～15:30(計3回)		30人	300円	11日(火)9:00～
③80歳以上の方のための 介護予防の運動教室	7月10日～12月11日(水) 13:30～15:00(計10回)		20人	1,000円	12日(水)9:00～
④スマホ無料相談会	6月28日(金)9:30～10:30、 11:00～12:00	湯福 ☎232-8335	各8人	無料	10日(月)～
⑤もっと素敵(すてき)に珈琲タイム ～美味しいコーヒーの淹れ方	7月4日・18日(木) 13:30～15:30(計2回)		15人	2,200円	13日(木)～
⑥レコード・サロン	7月16日(火)13:30～15:00		15人	無料	20日(木)～
⑦転倒・骨折予防講座	7月8日～12月2日(月) 14:00～15:30(計10回)	三陽 ☎259-2411	20人(抽選)	1,000円	13日(木)～18日(火) (土・日曜日を除く)

【対】市内在住の①②④⑤60歳以上の人 ③80歳以上の人 ⑥どなたでも ⑦70歳以上の人

【申】各申込期間中に、①～⑥電話か直接各ひろばへ ⑦63円はがきを持参の上、直接かがやきひろば三陽へ

【他】詳しくは各ひろばにお問い合わせください。

お知らせ

まじろ

募集

催し・講座

時日時場所内容講師対象定員料金持ち物申込み他お問い合わせ

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(6月)
赤ちゃんエコひろば 「リユース絵本の読み聞かせ」	6月28日(金)10:00~12:00	市内在住の0~3 歳児とその保護者	5組	300円	11日(火)12:00~
ゆめ工房 布ぞうり作り	7月8日・22日(月)10:00~14:30	市内在住の人	各6人※	各300円	12日(水)10:00~
紙すき体験	7月11日(木)10:00~12:00		各5人※	100円	
ねこはんてん作り	7月11日(木)10:00~14:30			1,500円	
さき織り体験	7月20日(土)10:00~14:30		4人※	1,000円	

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
※…☑初回の人優先の上、先着順

催し講座
サンライフ長野・勤労青少年ホーム・勤労者女性会館しなのき各種講座

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

サンライフ長野(☎227-2310) ☑市内在住・在勤の人(学生は除く(一部例外あり))

講座	とき	講座	とき
起業入門	7月3日・10日・17日(水) 19:00~20:30(計3回)	たのしい英会話	8月3日~11月30日(土) 15:30~16:30(計14回)
身体しなやかストレッチ	7月22日~11月18日(月) 14:20~15:20(計12回)	はじめてのキッズダンス※3	8月6日~11月26日(火) 17:00~18:00(計12回)
はじめてのジュニアダンス※1	8月2日~11月15日(金) 17:30~18:30(計14回)	“世界”を広げる英会話	8月7日~11月20日(水) 13:00~14:00(計14回)
夏休み親子陶芸講座※2	8月3日(土)9:30~11:00	※1…☑小学1~3年生 ※2…☑年少児~小学6年生 ※3…☑年少~年長児	

勤労青少年ホーム(北部☎243-1358、中部☎232-3256)
☑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
北部 硬式テニス中級※4・5	8月27日~10月29日(火) 19:00~21:00(計10回)	50代からの硬式テニス※4	8月1日~10月17日(水) 19:00~21:00(計10回)
中部 バランスアップヨガ(水)	7月3日~9月18日(水) 10:15~11:45(計11回)	中部 硬式テニス※4・5	初級 8月7日~10月23日(水) 19:00~21:00
バランスアップヨガ(金)	7月5日~9月20日(金) 10:15~11:45(計11回)		初中級 (各計10回)

※4…☑所東和田運動公園テニスコート ※5…☑55歳以下の人

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)
☑市内在住・在勤の女性(学生は除く。◆は男性も受講可)

◎は男女共同参画週間関連講座

講座	とき	講座	とき
◎◆有酸素エクササイズ& ポールストレッチ	6月29日(土)10:30~11:30	しなのき おやすみ前のアロマヨガ	8月7日~11月20日(水) 19:45~21:00(計8回)
◆知って得する遺言書の書き方	7月17日(水)10:00~12:00	◎◆歌い継がれる長野県ゆかりの歌のしらべ	6月29日(土)13:30~15:00
◆相続無料相談会(1人40分)	7月17日(水)13:00~17:00	片づけのプロが教える楽に片付けキッチン収納	7月11日・25日(木) 10:00~12:00(計2回)
◆親子で楽しむプレ・リトミックAコース※6	7月26日~9月27日(金) 10:00~10:45(計5回)	◆パソコン基礎講座(エクセル)(昼)	7月12日~9月20日(金) 13:30~15:30(計10回)
◆ネイティブと学ぶ!ステップアップ英会話	8月2日~11月22日(金) (各計15回)11:30~12:30	クラフトバンドで夏のリース	7月17日(水)13:30~15:30
◆世界に広げる英会話	8月2日~11月22日(金) (各計15回)13:00~14:00	◆ちょっと得する相続の基礎	7月19日(金)10:00~12:00
◆実用英会話	8月5日~11月25日(月) 18:30~19:30(計12回)	◆相続無料相談会	7月19日(金)13:00~17:00
有酸素エクササイズ&ポールストレッチ	8月6日~11月26日(火) 19:00~20:00(計15回)	※6…☑令和4年1月1日~令和5年7月31日生まれの乳幼児とその保護者	

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

申インターネット/6月1日(土)9:00~8日(土)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。



▲サンライフ
長野



▲勤労青少年
ホーム



▲勤労者女性
会館しなのき