

# くらしのチャンネル

## 7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)、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 長野市都市計画審議会

時 8月9日(金)14:00~16:00

所 市役所第一・第二委員会室(第一庁舎7階)

内 都市計画道路の見直しについて ほか  
定 15人(先着順)

申 8月7日(水)までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで都市計画課(☎224-7792、FAX224-5111、✉toshikei@city.nagano.lg.jp)へ

### お知らせ バス共通ICカード KURURU(くるる) ポイント制度変更

ポイント還元単位の変更

時(変更日)7月16日(火)から

内(変更内容)バスの運賃として利用できるポイントの還元単位を1,000ポイントから100ポイントに引き下げ  
ポイント付与の終了

時(終了日)11月30日(土)(12月以降の乗車分にはポイントが付きません)

他 現在のKURURUは新カード導入に伴い、令和7年2月頃にサービスを終了します。詳細は本紙10月号などでお知らせします。

問 交通政策課 ☎224-5012

### お知らせ 固定資産税・都市計画税の家屋調査にご協力ください

市では、現地での聞き取りなどにより、課税台帳に登録された内容と相違が無いが定期的に確認しています。確認の結果、新築・増築された家屋で未調査のものは、市職員が建物の調査に伺いますので、ご協力をお願いします。

問 資産税課 ☎224-7176

### お知らせ 証明書コンビニ交付サービスの利用停止

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 7月17日(水)・23日(火)・24日(水)

問 マイナンバー課 ☎224-5022

### お知らせ 高齢者の在宅福祉介護料の支給

対 7月1日現在、市内に1年以上居住する65歳以上の要介護3以上の高齢者と同居し、前1年間のうち通算6カ月(180日)以上在宅(入院・施設入所・ショートステイの期間を除く)で介護をしている人

(特別障害者手当を受給している要介護高齢者、6月30日時点で死亡・転出・福祉施設などへ入所している要介護高齢者の介護者を除く)

¥ [支給額(年額)] 第1種(要介護4・5)=3万5千円、第2種(要介護3)=2万5千円

申 7月31日(水)(消印有効)までに、所定の申請書[地域包括ケア推進課(第二庁舎1階)、各支所にあります]に必要事項を記入の上、郵送か直接、同課(〒380-8512長野市役所)、または直接各支所へ

問 地域包括ケア推進課 ☎224-8929

### お知らせ 障害者の在宅福祉介護料・重度心身障害児福祉年金の支給

在宅福祉介護料

対 7月1日現在、市内に1年以上居

住し、次の要件に該当する20歳以上の障害者を、前1年間のうち通算6カ月(180日)以上在宅(施設やグループホームなどに入所している場合を除く)で介護している人

¥ [支給額(年額)] 第1種(障害支援区分5・6または要介護4・5相当)=3万5千円、第2種(障害支援区分4または要介護3相当)=2万5千円、第3種(特別障害者手当受給者)=1万1千円

重度心身障害児福祉年金

対 7月1日現在、市内に6カ月以上居住し、次の要件に該当する20歳未満の障害児と同居している保護者(障害児が施設に入所している場合を除く)

¥ [支給額(年額)] 第1種(身体障害者手帳1~3級、療育手帳A、特別児童扶養手当1級認定者)=13万5千円、第2種(身体障害者手帳4級、療育手帳B、特別児童扶養手当2級認定者)=9万9千円、第3種(障害児福祉手当受給者)=3万3千円

#### 共通

時(支給時期)9月下旬

申 7月31日(水)(消印有効)までに、所定の申請書[障害福祉課(第二庁舎1階)にあります]に必要事項を記入の上、郵送か直接、同課(〒380-8512長野市役所)へ

問 障害福祉課 ☎224-5030

他 同介護料は各支所、同年金は一部支所で申し込みができます。詳しくは市HPをご覧ください。

**お知らせ** 特別障害者手当・障害児福祉手当の支給

新たに次に該当する人は申請してください(現在受給中の人は除く)。

**特別障害者手当**

**対**日常生活で常時特別な介護を必要とする20歳以上の在宅障害者〔身体障害者手帳1級程度の障害が2つ以上あるか、これと同程度以上の障害がある人など(入院、施設入所者は除く)〕

¥〔支給額(月額)〕28,840円

**障害児福祉手当**

**対**日常生活で常時特別な介護を必要とする20歳未満の在宅障害児〔身体障害者手帳1級および2級の一部の障害児、療育手帳A1の一部の重度障害児、またはこれらと同程度以上の障害のある人など(施設入所児は除く)〕

¥〔支給額(月額)〕15,690円

**共通**

**問**障害福祉課 ☎224-5030

**他**・所得制限があります。

- ・身体障害者手帳などを所有していなくても申請できます。
- ・詳しくは市HPをご覧ください。

**お知らせ** 市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ」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**(販売期間)7月8日(月)~8月8日(木)

**問**財政課 ☎224-5014

**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)7月12日(金)13:00~31日(水)14:00

**内**動産(物品)

**問**管財課 ☎224-5016

**他**7月11日(木)13:00、市HPに掲載開始予定

**お知らせ** 市民プールがオープンします

北部、安茂里、犀南

**時**7月13日(土)~8月18日(日)10:00~19:00(7月16日(火)~19日(金)は休場日)

¥小・中学生70円、一般300円

**青垣公園**

**時**7月13日(土)~8月18日(日)10:00~16:00(7月16日(火)・22日(月)・29日(月)、8月5日(月)・16日(金)は休場日)

¥小・中学生150円、一般450円

**共通**

**問**スポーツ課 ☎224-5083

**他**・7月13日(土)・21日(日)、8月18日(日)は無料開放日

- ・小・中学生は毎週土曜日無料
- ・小学4年生以下の児童は保護者同伴でご利用ください(小学2年生以下は保護者1人につき児童は2人まで)。

**お知らせ** 人権擁護委員によるよろず相談会

豊野支所

**時**7月12日(金)13:30~16:00

中央隣保館、川中島町公民館、更北公民館

**時**7月16日(火)13:00~16:00

中条総合市民センター

**時**8月5日(月)10:00~12:00

**問**人権・男女共同参画課 ☎224-5084

**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**7月12日・19日・26日、8月2日(金)10:00~12:00

豊野支所

**時**7月12日(金)13:30~16:00

松代支所

**時**7月19日(金)10:00~12:00

篠ノ井交流センター

**時**8月2日(金)10:00~12:00

中条総合市民センター

**時**8月5日(月)10:00~12:00

信州新町支所

**時**8月6日(火)9:30~12:00

大岡支所

**時**8月6日(火)10:00~12:00

**問**広報広聴課 ☎224-5004

**お知らせ** 夏の成人式のご案内

日程など、詳しくは市HP  をご覧ください。

**問**家庭・地域学びの課 ☎224-5082

**お知らせ** (公社)長野シルバー人材センター入会説明会

**時**7月10日(火)、8月9日(金)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** 献血日程

**時**7月18日(木)9:00~11:30

**所**大豆島総合市民センター

**問**食品生活衛生課 ☎226-9970

**お知らせ** 篠ノ井駅東口自転車駐車場部分閉鎖

改修工事に伴い、7月下旬から1カ月程度(予定)、1階の自転車ラックが使用できなくなります。期間中は駐輪スペースが限られるため、付近の市営自転車駐車場をご利用ください。また、長期間の駐輪はお控えください。

**問**交通政策課 ☎224-5011

**お知らせ** 長野市戦没者追悼式

**時**8月8日(木)10:00~11:00

**所**芸術館メインホール

**申****問**遺族会員と昨年度来場した人には、案内状を送付します。その他に参加を希望する人は、8月1日(木)までに電話で福祉政策課(☎224-9723)へ

お知らせ

### 長野市子育てガイドブックの発行

市民窓口課(第一庁舎2階)、第二庁舎2階各課(こども総合支援センター「あえっと」、子育て家庭福祉課、保育・幼稚園課)、健康課、各保健センター、各支所、各こども広場などで配布します。  
 問こども総合支援センター ☎224-7849

お知らせ

### 令和6年度中学校卒業程度認定試験

対就学義務猶予免除者等  
 申7月1日(月)～8月30日(金)(消印有効)  
 問学校教育課 ☎224-5081  
 他申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

まごころ

### ありがとうございます

【上高田南向塚公園に】  
 上高田シニアクラブ/ベンチ2基  
 【城山公園噴水広場、ながのこども館、セントラルスクエアに】  
 長野グリーンシティライオンズクラブ/日よけシェルター7基

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	1		1
		3DKY	3	2	3
上松東※1	上松四丁目	4DKY	1		
大豆島東※2	大字大豆島	4DKY	1		
犀南	篠ノ井東福寺	2DKY	1		1
今井	川中島町今井原	3DKY	2	1	
美濃和田	豊野町石	3DKY	1		
東京※3	鬼無里	4DKY	1		1

#### 歩行困難者向け住宅(※4)

団地名	所在地	規格	募集戸数	うち単身可
犀南	篠ノ井東福寺	1DKY	1	1

#### 定住促進住宅(※3・※5)

団地名	所在地	規格	募集戸数	うち単身可
坂口	鬼無里日影	3DKY	1	1

募集

### 2024信州ねんりんピック 長野県シニア作品展 作品

時(展示) 令和6年11月15日(金)～17日(日)10:00～16:00(最終日は正午まで)  
 所(展示) ホクト文化ホール  
 対(出品者資格) 県内在住の60歳以上(4月1日時点)のアマチュアの人  
 内(部門) 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真  
 申7月1日(月)～8月20日(火)に、所定の出品票に必要事項を記入の上、直接、高齢者活躍支援課(第二庁舎1階)か各支所、長野保健福祉事務所へ(作品は後日搬入)  
 問高齢者活躍支援課 ☎224-5029  
 他・募集案内、出品票は高齢者活躍支援課にあります。  
 ・作品の規格など、詳しくは募集案内か(公財)長野県長寿社会開発センターHPをご覧ください。  
 ・作品返却時の送料は出品者の負担となります。

募集

### 松代藩文化施設管理委員会委員

松代藩文化施設の文化的遺産の保

全・活用などについて審議します。  
 時(任期) 10月7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でない人  
 定5人(書類選考)  
 申8月1日(木)(必着)までに、所定の応募用紙(松代文化施設等管理事務所にあります)に必要事項を記入の上、「旧松代藩の文化的遺産の保存・活用について」をテーマにした小論文(1,200字程度)を添えて、郵送か直接、同事務所(〒381-1231松代町松代4-1真田宝物館内)へ  
 問同事務所 ☎278-2801

募集

### 自衛官

#### 防衛医科大学校看護学科学生

申7月1日(月)～10月2日(水)(必着)

#### 防衛医科大学校医学科学生

申7月1日(月)～10月9日(水)(必着)

#### 共通

対18歳以上21歳未満(令和7年4月1日現在)で、高卒者または高専3年次修了者(見込み含む)  
 問自衛隊長野地方協力本部長野地域事務所 ☎235-6026

- ※1…5人以上の世帯のみ申し込み可能です。
  - ※2…4人以上の世帯のみ申し込み可能です。
  - ※3…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。
  - ※4…歩行の際に補装具などを必要とする、身体障害者手帳4級以上の肢体不自由障害者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)]。
  - ※5…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。
- 申7月4日(木)～10日(水)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

お知らせ

まごころ

募集

催し・講座

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

**募集** リサイクルプラザ  
リサイクルエコマルシェ出店者

**時**8月25日(日)9:00~14:00  
**対**市内在住で廃材を使ったクラフト品を手作りするなど、リサイクルを心掛けている個人か団体(事業者は除く)  
**定**15店舗(多数の場合抽選)  
**¥**(出店料)800円  
**申**7月31日(水)(必着)までに、郵便はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・「8月エコマルシェ出店希望」・参加人数・廃材などを使用したクラフト販売品目を記入の上、同プラザマルシェ係(〒381-0026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** 温湯温泉「湯〜ぱれあ」  
7月のおひさま教室

**親子わんぱくサマーチャレンジ**  
**時**21日(日)11:30~13:30  
**からだ遊び1・2・3**  
**時**24日(水)10:30~11:15  
**問**湯〜ぱれあ ☎282-5500  
**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。

**催し講座** 夜間ソフトテニス教室(後期)

**時**7月25日~9月12日(木)19:00~21:00(計8回)  
**所**南長野運動公園テニスコート  
**対**市内在住の10歳以上の人  
**定**40人(先着順)  
**¥**中学生以下・60歳以上の人5,500円、高校生~59歳以下の人6,000円(保険料含む)  
**申**7月18日(木)19:00~20:00に、参加料を持参の上、直接、南長野運動公園テニスコートへ  
**問**市スポーツ協会 ☎224-5088

**催し講座** 大人のサッカー  
「パルサカ」in長野市

**時**7月14日(日)エンジョイコース=9:15~10:30、レベルアップコース=10:45~12:00  
**所**サンマリーンながの屋内運動場  
**対**市内在住・在勤・在学の18歳以上の人  
**定**各20人(先着順)  
**¥**(保険料含む)一般各1,500円、学生各1,000円  
**申**7月13日(土)までに、二次元コードから申し込み  
**問**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)

**催し講座** 南長野運動公園

**ミドルAERO(エアロ)**  
**時**毎週月曜日13:00~13:45  
**スイミング60**  
**時**毎週土曜日16:10~17:10  
**STRONG NATION(ストロングネイション)**  
**時**毎週日曜日10:45~11:30

**共通**

**対**高校生以上  
**申**事前に電話か直接、南長野運動公園(☎293-4048)へ  
**他**この他の講座も実施しています。料金など、詳しくは同公園HPをご覧ください。

**催し講座** より快適、節約、安心・安全な暮らしに向けて

**相続登記の義務化・相続土地国庫帰属制度など~所有者不明土地の解消に向けた民事基本法制の見直し**  
**時**7月10日(水)14:00~15:30  
**住みやすい家に向けた整理の仕方**  
**時**7月13日(土)14:00~15:30  
**心地の良い住まいに向けたカラーコーディネート**  
**時**7月20日(土)14:00~15:30  
**知っておきたい住宅リフォームのポイント**  
**時**7月27日(土)14:00~15:30

**共通**

**所**生涯学習センター  
**定**30人(先着順)  
**¥**200円  
**申**開講日の2日前までに、直接、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、同センター(☎233-8080、FAX233-8081、✉s-gakusyu-c@city.nagano.lg.jp)へ  
**他**託児を実施します(各回先着3人まで、申し込みは各開講日の10日前まで)。

**催し講座** 南部図書館

**7月のおはなし会**  
**時**10日・17日・24日(水)11:00~11:30  
**内**絵本の読み語りなど  
**対**小学生以下  
**夜のなつやすみ子ども会**  
**時**7月27日(土)17:30~18:30  
**内**読み語り、ブラックパネルシアター、工作など  
**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**8月7日(水)13:30~14:00  
**内**赤ちゃんマッサージ、絵本の紹介・読み語り、手遊びなど  
**対**0歳児とその保護者  
**持**バスタオル  
**問**南部図書館 ☎292-0143

**催し講座** 市立長野図書館

**7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(6日(土)を除く)、毎週日曜日11:00~11:30  
**内**絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど  
**対**年少児~小学生  
**映画上映会**  
 ◇未完成交響楽(字幕・白黒・88分)  
**時**7月13日(土)14:00~  
 ◇野ばら(字幕・カラー・89分)  
**時**7月27日(土)14:00~  
**問**市立長野図書館 ☎232-3558

**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)

◇木のスクリー船をつくろう

時7月13日(土)10:00~12:00

¥300円

◇ガリガリプロペラをつくろう

時7月27日(土)10:00~12:00

¥100円

◇自分の絵で万華鏡

時8月3日(土)10:00~12:00

定20人(先着順、当日9:30から参加券を配布)

¥200円

手仕事のじかん「さき織りワークショップ」

時7月21日(日)13:00~15:00

対15歳以上の人

定4人(先着順)

¥300円

申問事前に電話で市立博物館へ

ながはく総合講座~祭礼と屋台の変化

時7月21日(日)14:00~15:30

内博物館の学芸員による解説

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

**催し講座** 市立博物館プラネタリウム  
~夏休み特別投影

夏休みに合わせて、期間中は毎日プラネタリウムの投影を行います(休館日を除く)。

時7月23日(火)~8月25日(日)

定各回90人(先着順)

¥入館料必要(土曜日は小・中学生無料)

問市立博物館 ☎284-9011

**催し講座** 戸隠地質化石博物館

企画展~自然の中のキラキラ

鉱物や昆虫など自然の中にあるキラキラしたものを展示します。

時7月13日(土)~9月1日(日)

戸隠博物館夏まつり

時7月27日(土)10:00~15:00

内ビスマス結晶、苔(コケ)テラリウムなどのワークショップ

¥体験料の必要な講座があります。

共通

¥入館料必要(土曜日は小・中学生無料)

問戸隠地質化石博物館 ☎252-2228

**催し講座** 信州新町化石博物館 企画展  
「信州が海になったころ(前期)」

時7月6日(土)~11月10日(日)

¥入館料必要(土曜日は小・中学生無料)

問同館 ☎262-3500

**催し講座** 柿渋をつくろう

時7月28日(日)9:30~12:00

所鬼無里ふるさと資料館

対10歳以上の人

定5人(先着順)

¥(入館料含む)一般800円、高校生600円、小・中学生500円

申問7月21日(日)までに、電話で同館(☎256-3270)へ

**催し講座** 浴衣の着付け110番

びんずる祭り当日、着付けや着崩れた際のお直しをします。

時8月3日(土)14:00~19:00

所権堂イーストプラザ市民交流センター

定30人程度(先着順)

¥着付け1,000円、お直しのみ500円

申問事前に電話か直接、同センター(☎234-2906)へ

**催し講座** 権堂イーストプラザ  
市民交流センター

親子ミニ四駆イベント

時7月14日(日)11:00~17:00

対小学生以上(10歳未満は保護者の付き添いが必要です)

¥タイムレースエントリー料300円、走行料10分100円

いきいき健康体操③

時8月2日、9月6日(金)13:30~14:30

定各10人(先着順)

¥1回参加1,500円、2回参加2,400円

申事前に電話か直接、同センターへ  
ビスケットdeプログラミング体験教室  
時8月4日(日)10:00~11:30、13:00~14:30

対年長~小学生

定各5人(先着順)

¥1,000円

申7月15日(月)10:00から、電話か直接、同センターへ

共通

問同センター ☎234-2906

他この他の講座や製作体験教室など、詳しくは同センターHPをご覧ください。

**催し講座** 初心者のためのZoom  
練習会(参加者編)

時7月27日(土)10:00~12:00

所勤労者女性会館しなのき

対市内在住・在勤の女性

定12人(先着順)

申問事前に電話か直接、男女共同参画センター(☎237-8303)へ

**催し講座** 夏休み親子向けイベント  
真田宝物館であそぼ! 2024

時7月27日(土)10:00~12:00、13:00~15:00(受け付けは終了30分前まで)

所文武学校、真田邸ほか

内かざぐるま作りなどのワークショップ、真田邸のガイドツアー

対小学生以下

¥保護者は入館料必要

問真田宝物館 ☎278-2801

お知らせ

まじゅうろ

募集

催し・講座

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

**催し講座** 松代文化ホール

チェロとバイオリンの体験会

時 7月14日(日)10:00~15:45 (1枠15分、1組1枠まで)

定 10組 (先着順)

ダンボール迷路で遊ぼう

時 8月1日(木)・2日(金)10:00~、11:00~、13:00~、14:00~、15:00~

対 小学生以下

定 各2組 (先着順)

¥ 各350円

理科教室

時 8月4日(日)9:00~16:30

内 ガイコツの研究、天然石の標本作り、分子模型と周期表、鶏頭の解剖  
他 各回の内容や参加料、定員など、詳しくは同ホールHPをご覧ください。



共通

申 事前に電話で松代文化ホール(☎278-4373)へ

**催し講座** 東部文化ホール 理科教室

時 8月5日(月)9:00~16:30

内 ガイコツの研究、天然石の標本作り、分子模型と周期表、鶏頭の解剖  
他 各回の内容や参加料、定員など、詳しくは同ホールHPをご覧ください。



申 事前に電話で東部文化ホール(☎217-4662)へ

**催し講座** 子どものための 舞台技術体験ワークショップ

時 8月5日(月)9:00~12:00、13:00~16:00

所 芸術館アクトスペース

対 市内在学の小学3~6年生

定 各10人 (先着順)

申 7月19日(金)までに、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・生年月日、希望の時間帯を記入の上、Eメールで芸術館(✉info@nagano-

arts.or.jp)へ

問 (一財)長野市文化芸術振興財団

☎219-3100

**催し講座** 救命講習・応急手当 普及員講習(8月)

救命入門コース

時 3日(土)9:00~10:30

所 新町消防署

定 10人(先着順)

問 新町消防署 ☎262-5119

救命入門コース

時 4日(日)10:00~11:30

所 更北分署

定 20人(先着順)

問 更北分署 ☎284-8119

救命入門コース

時 8日(木)10:00~11:30

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 I

時 23日(金)9:00~12:00

所 東部分署

定 20人(先着順)

問 東部分署 ☎222-0119

普通救命講習 I

時 7日(水)9:00~11:00

所 若穂公民館

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 若穂分署 ☎282-2299

普通救命講習 II

時 22日(木)9:00~13:00

所 鳥居川消防署

定 20人(先着順)

問 鳥居川消防署 ☎253-5119

普通救命講習 II

時 21日(水)9:00~12:00

所 若槻公民館

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 若槻分署 ☎295-0119

普通救命講習 III

時 24日(土)9:00~12:00

所 中央消防署

定 30人(先着順)

問 中央消防署 ☎237-0119

上級救命講習

時 23日(金)8:30~17:30

所 松代支所2階

定 20人(先着順)

問 松代消防署 ☎278-2992

応急手当普及員講習(再講習)

時 11日(日)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

共通

申 事前に電話で各問い合わせ先へ

**催し講座** 新入社員応援講座

時 7月12日(金)13:30~16:30

所 もんぜんぷら座

内 メンタルヘルスとコミュニケーションの基礎、会社で活躍するためのコツ  
対 市内事業所の新入社員(新卒者対象)

定 20人(先着順)

申 問 7月8日(月)までに、電話で市職業相談室(☎224-7021)へ

**催し講座** 第37回 長野市民平和の日のつどい 平和を考えるパネル展

時 8月2日(金)~7日(水)

所 芸術館展示サロン(第一庁舎1階)

小学生による平和を願う折り鶴の展示

時 8月2日(金)~18日(日)

所 市民交流スペース(第一庁舎1階)

問 総務部総務課 ☎224-5002

**催し講座** 地域おこし協力隊 SAKURAマルシェ

地域の特産品を販売します。

時 8月8日(木)11:00~15:00

所 芸術館展示サロン(第一庁舎1階)

問 地域活動支援課 ☎224-5033

催し講座

### 動物愛護センター

動物愛護管理講座(猫編)～獣医師と  
考えよう！地域猫勉強会

時7月19日(金)14:00～15:30  
定40人(先着順)



愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

時7月20日(土)10:00～11:30

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



犬と猫の休日譲渡会

時7月20日(土)10:00～  
12:00



こども動物あいご教室

時8月1日(木)10:30～12:00

対市内在学の小学生とその  
保護者

定10組(先着順)



共通

所市保健所

申問7月8日(月)から開催日の前日ま  
でに「ながの電子申請サービス(長野  
市)」から申し込むか、電話で同セン  
ター(☎262-1212)へ(こども動物  
あいご教室は電話のみ)

催し講座

### 創業支援講座

創業準備プレ講座

時7月18日(木)18:30～20:30[申し  
込み7月16日(火)まで]

定20人(先着順)

¥1,000円

実践起業塾

時8月1日～9月12日(木)18:30～  
20:30、9月26日(木)18:00～21:00  
(計7回)[申し込み7月26日(金)まで]

定10人(先着順)

¥8,000円

共通

所ふれあい福祉センター

申 申込期限までに、右の二  
次元コードから申し込む  
か、電話でN-port+事務  
局(☎219-2188)へ



問 イノベーション推進課 ☎224-9711

他 対象など、詳しくは右の二次元  
コードをご覧ください。

催し講座

### 川中島桃ツアー

時8月10日(土)9:00～10:30(荒天中  
止)

所(集合場所)川中島支所

内 近隣の桃畑とJA共選所での選果  
作業の見学

定50組(先着順、お土産付き)

申問7月22日(月)から、電話で川中島  
町住民自治協議会(☎405-5871)へ

催し講座

### パソコン入門講座 (午前コース)

時8月29日～9月6日(木・金)9:30  
～12:30(計4回)

所長野地域職業訓練センター

¥受講料必要

申問7月8日(月)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

### 信濃の民話を聴く講座

時9月13日・27日(金)10:30～12:30  
(計2回)

所もんぜんぷら座

対市内在住の60歳以上の人

定40人(初回の人優先の上、抽選)

¥300円

申7月19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

問同ルーム ☎223-0058

催し講座

### 生ごみ自家処理講座

農業研修センター

時7月23日(火)14:00～15:30

内コンポスト堆肥

篠ノ井交流センター

時8月5日(月)14:00～15:30

内段ボール堆肥

共通

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

催し講座

### (一財)ながの緑育協会

手軽にできる！タデアイの生葉染め

◇成人向け(シルクスカーフ)

時7月31日(火)10:00～12:00[申し  
込み7月11日(木)9:00～]

◇親子向け(バンダナ)

時7月31日(火)13:30～15:30[申し  
込み7月11日(木)9:00～]

対年中児以上とその保護者

ヒンメリづくり

◇親子向け

ヒンメリつきガーランドを作ります。

時8月2日(金)10:00～12:00[申し込  
み7月16日(火)9:00～]

対年中児以上とその保護者

◇成人向け

時8月2日(金)13:30～15:30[申し込  
み7月16日(火)9:00～]

共通

所篠ノ井中央公園管理棟

申問 申込開始日から、電話で(一財)  
ながの緑育協会(☎214-8719)へ

他 定員や料金など、詳しく  
は同協会HPをご覧ください。



お知らせ

まじいろ

募集

催し・講座

時日時場所内内容講師対象定員金額持ち物申し込みお問い合わせその他



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浅川公民館 ☎263-1001

とき	7月				8月			
	18日(木)	24日(水)	25日(木)	31日(水)	23日(金)	30日(金)		
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内容	ア	イ	ウ	オ	イ	ウ	イ	エ

②信更公民館 ☎299-2619    ③篠ノ井交流センター ☎292-2121

とき	7月				とき	8月							
	23日(火)	26日(金)	29日(月)			2日(金)	6日(火)	22日(木)	26日(月)	28日(水)	29日(木)		
	午前	午後	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	オ	ウ	ア	イ	オ	ウ	ウ	エ	エ

④若槻公民館 ☎295-3355    ⑤古里公民館 ☎295-9707

とき	8月				9月				とき	8月				
	8日(木)	27日(火)	10日(火)	17日(火)						19日(月)	20日(火)			
	午前	午後	午前	午後	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	オ	ア	イ	エ	オ	ア	イ	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

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 ①7月8日(月)8:30~17日(水)17:00 ②7月8日(月)9:00~19日(金)17:00 ③7月8日(月)9:00~ ④7月2日(火)9:00~26日(金)17:00 ⑤7月29日(月)9:00~8月13日(火)17:00に、電話で各施設へ(③⑤は各施設窓口での申し込みも可)

問 情報システム課 ☎224-7506

他 ①③の参加回数は2回まで



親子環境バスツアー  
~温暖化ってなあに?

時 8月2日(金)9:00~15:00

所 (集合場所)長野駅東口ユメリアバスパーク(バスで移動)

内 裾花発電所(裾花ダム)の見学、大谷地湿原での自然観察会

対 市内在住の小・中学生とその保護者

定 36人程度(多数の場合は抽選)

申 7月16日(火)までに、電話で長野市地球温暖化防止活動推進センター(☎237-6681)へ

問 環境保全温暖化対策課 ☎224-7532



旬菜市 in OYAKI FARM

「ながのいのち」推進協議会による、市内で採れた野菜・果物などの直売市です。

時 7月27日(土)9:30~15:00

所 OYAKI FARM店舗前広場

問 (一社)市農業公社 ☎227-1650



もんぜんぷら座ギャラリー

市民ギャラリー(3階)

◇若槻写真会・写友ともしび合同写真展  
時 7月4日(木)~9日(火)10:00~17:00  
(最終日は16:00まで)

◇せせらぎ美術協会 洋画展  
時 7月22日(月)~28日(日)10:00~17:00(最終日は16:00まで)

◇連合長野 平和パネル展  
時 7月31日(水)~8月6日(火)10:00~19:00(最終日は15:00まで)

問 もんぜんぷら座事務局 ☎219-0020



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 7月20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 8月3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



オンライン日本語教室

土曜クラス(入門・初級)

時 8月24日~令和7年3月15日(土)入門=10:00~12:00、初級=14:00~16:00(各計26回)

水曜クラス(入門)

時 8月28日~令和7年3月12日(水)19:00~20:30(計26回)

共通

対 入門=ひらがな・カタカナから学びたい人、初級=ひらがな・カタカナの読み書きと日本語で簡単な自己紹介ができる人

定 各15人(先着順)

申 8月2日(金)までに、直接、国際交流コーナーへ

問 国際交流コーナー ☎223-0053

**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	申込期間
①夏休み子ども体験教室 水彩画、しばかりくん(工作)、将棋、フライパンでパン、パステルアート、フォークダンス、ペットボトルランタン、空手、ぞうきん(裁縫)、絵手紙、フラダンス、コーラス	7月24日(水)~8月8日(木)	三陽 ☎259-2411	7月8日(月)~19日(金) 9:00~16:00(土・日曜日、祝日除く)
②介護者のつどい	9月5日(木)13:30~15:30		9月4日(水)まで
③かがやき男塾	9月17日~令和7年2月18日(水)13:30~15:30(計11回)		7月18日(木)9:00~
④夏休み子ども体験教室 牛乳パックでバスケット、みんなでハモろう、詩吟、童話を読む、チアダンス、水彩画、ヨガ、ディスコ、英字新聞でエコバッグ、太極拳、漢詩、俳句、鍵盤ハーモニカ、折り紙	7月25日(木)~8月8日(木)	氷鮑 ☎284-8100	7月10日(水)~18日(木)
⑤高校生に聞くスマホの使い方相談会	7月30日(水)13:30~15:30		申し込み不要
⑥夏休み子ども体験教室 陶器作り、将棋、お昼ごはん作り、パステルアート	7月29日(月)~8月5日(月)	安茂里 ☎225-8500	7月16日(水)~26日(金) 9:00~16:00
⑦三線&ピアノによる涼風コンサート	8月20日(水)13:30~15:00	湯福 ☎232-8335	7月12日(金)~
⑧夏休み子ども体験教室 こどもとディスコダンス、ジェルキャンドル作り、パスタ&パフェでお昼ごはん	7月30日(水)~8月5日(月)		7月10日(水)9:00~
⑨秋山さんのピアノと歌で楽しむ音楽教室	8月6日(水)14:00~15:00	篠ノ井 ☎293-7227	7月9日(水)9:00~
⑩「おやき・うどん・パン」おいしい粉もんシリーズ	7月31日、8月28日、9月25日(水)9:30~12:30		7月8日(月)9:00~
⑪くつろぎのヨガ	7月29日、8月5日(月)13:30~15:00(計2回)	松代 ☎278-0050	7月16日(水)9:00~

対市内在住の①⑥小学生 ②介護をしている人・関心がある人 ③60歳以上の男性 ④⑧小学生とその保護者 ⑤どなたでも ⑦⑨⑩⑪60歳以上の人

申各申込期間中に、電話か直接、各ひろばへ

他定員や受講料のある講座があります。「夏休み子ども体験教室」の詳細など、詳しくは各ひろばへお問い合わせください。

**催し講座** 天体観測会

時7月27日(土)19:00~21:30(曇天・雨天時は室内で行います)

所南長野運動公園

対小学生以下とその保護者

定10人(先着順)

¥小学生以下200円、一般300円(保険料など含む)

申問7月16日(水)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** 薬草に親しむ会

時8月4日(日)9:30~12:00(雨天時は中止する場合があります)

所茶臼山自然植物園

内講演会、薬草観察など(ハーブの苗を差し上げます)

対市内在住の人

定60人(先着順)

申7月16日(水)から、(一社)長野市薬剤師会HP内の申し込みフォームから申し込むか、電話で同会(☎227-3222)へ

問食品生活衛生課 ☎226-9970

**催し講座** 未来を見据えた不登校支援を考えよう!

就労支援関係者や保護者の声を聞き、現状の教育課題と子どもの将来の選択肢を考えます。

時8月8日(木)13:30~16:00

所もんぜんぶら座

対子ども支援に関わる市民活動団体、フリースクール運営団体、教育関係者など

定20人(先着順)

申問8月7日(水)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

お知らせ

まいご

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

**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(7月)
夏休み先取り自由研究「生ごみコンポスト作り」	7月21日(日)14:00~16:00	市内在住の小学生とその保護者	5組	各300円	10日(水)12:00~
夏休み自由工作~剪(せん)定枝を使ってオリジナル時計作り	7月27日(土)14:00~16:00		10組		
ゆめ工房 21 布ぞうり作り	8月5日・26日(月)10:00~14:30	市内在住の人	各6人※	各300円	9日(火)10:00~
ねこはんてん作り	8月8日(木)10:00~14:30		5人※	1,500円	
さき織り体験	8月24日(土)10:00~14:30		4人※	1,000円	
簡単ベスト作り	8月29日(木)10:00~14:30		5人※	500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** しなのき・勤労青少年ホーム・サンライフ長野各種講座受講生募集

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)

講座	とき	講座	とき
しなのき ちよっと得する相続の基礎講座	7月17日(水)10:00~12:00	南部 イデコとニーサを使って教育・老後資金を貯めよう	8月20日~9月10日(火)19:00~20:30(計4回)
相続無料相談会(1人40分)	7月17日(水)13:00~17:00		知って得する遺言書の書き方
エアロビクス&ストレッチ	8月6日~11月19日(火)14:30~15:30(計15回)	相続無料相談会(1人40分)	8月30日・9月20日(金)13:00~17:00
南部 親子で楽しくシルバーアクセサリ	7月30日(火)10:00~12:00	エンディングノートから始める終活	9月20日(金)10:00~12:00
親子講座 パソコンで作るステンドグラス風キャンドルホルダー※	8月4日(日)13:30~15:30	☑市内在住・在勤の人(学生は除く) ※…小学生以上	

勤労青少年ホーム(中部☎232-3256、南部☎293-4435)

講座	とき	講座	とき
健康ヨガ	8月5日~11月25日(月)10:30~11:45(計12回)	中部 初心者のための着物の着付け	9月10日~11月12日(火)19:00~21:00(計10回)
中部 クラフトテープで作る秋色ショルダーバッグ	8月17日・24日・31日(土)10:00~12:00(計3回)	ファイナンシャル・プランニング技能検定3級	9月28日~12月21日(土)13:30~15:30(計10回)
はじめての陶芸	8月24日~9月21日(土)10:00~12:00(計5回)	南部 ポーセリンアートでカフェオレボウル	9月7日(土)13:00~15:00

☑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歳以上の人も受講可。受講料は1回100円増し。学生は除く)

サンライフ長野(☎227-2310)

講座	とき	講座	とき
税理士が教える相続対策	9月3日(火)10:00~12:00	手描き型友禅エコバッグ	9月12日・19日・26日(木)13:30~15:30(計3回)
相続無料相談会(1人40分)	9月3日(火)13:00~17:00	マレットゴルフ初心者講習会	10月1日・8日(火)13:30~16:00(計2回)
パンプキンポットでハロウィンアレンジ	9月7日(土)10:00~11:30	☑市内在住・在勤の人(学生は除く)	

**共通**

受講料がかかります(一部除く)。受講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。各施設へお問い合わせください。

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/7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。



▲勤労者女性会館しなのき



▲勤労青少年ホーム



▲サンライフ長野

お知らせ

まごころ

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