

くらしのチャンネル

8月の日曜開庁は11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 9月市議会定例会 9月5日(木)開会予定

いずれも10:00から開会します。
 会期中に令和5年度決算の審査を予定しています。

本会議

9月5日(木)議案説明
 9月11日(水)・12日(木)個人質問
 9月13日(金)個人質問・議案質疑など
 10月1日(火)採決
 10月2日(水)議会人事
所(傍聴受付) 傍聴席入り口(第一庁舎8階)

委員会

9月17日(火)総務・経済文教
 9月18日(水)福祉環境・建設企業
所(傍聴受付) 議会事務局(第一庁舎7階)

請願・陳情

希望する人は、9月5日(木)までに提出してください(請願の提出には、議員の紹介が必要です)。個人情報記載された請願(陳情)書の写しは、本会議などで配布します。

問 議会事務局 ☎224-5057

他 乳幼児一時預かり、手話通訳および要約筆記サービスの利用を希望する人は、お問い合わせください。

お知らせ 長野市都市内分権審議会

時 8月29日(木)14:30～16:00
所 市役所第一・第二委員会室(第一庁舎7階)
内 住民自治リフレッシュプロジェクトなどについて
定(傍聴) 5人(先着順)

申 8月26日(月)までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、地域活動支援課(☎224-7615、FAX224-8596、✉chiiki@city.nagano.lg.jp)へ

お知らせ 長野市おひざで絵本事業 絵本選定委員会

時 8月26日(月)15:00～17:00
所 教育委員会室(第一庁舎4階)
内 選定絵本の見直しについて
定(傍聴) 3人(先着順)
申 8月23日(金)17:00までに、電話で家庭・地域学びの課(☎224-5082)へ

お知らせ ながの市議会だより 第127号発行日変更

ながの市議会だより第127号の発行日を、都合により8月1日から9月1日に変更します。

問 議会事務局 ☎224-5057

お知らせ 令和6年度 長野市価格高騰 対策給付金

7月中に、対象と思われる世帯へ「確認書」を送付しました。確認書が届いた世帯はその提出が必要です。本年1月2日以降に本市に転入した住民税非課税世帯など(確認書発送対象外)は申請書(市HPにあります。または市非課税世帯等給付金コールセンターへ電話で請求)の提出が必要です。

対 次の全ての要件を満たす世帯
 ◇令和5年度の非課税世帯等給付金(7万円または10万円)の対象となっていない世帯 ◇本年6月3日(基準

日)時点で、本年度、住民税非課税世帯か均等割のみ課税された世帯(住民税均等割が課税されている人に扶養されている人のみの世帯、令和6年度定額減税により非課税となる人が含まれる世帯などを除く)

¥(1世帯)10万円(平成18年4月2日以降に生まれた子がいる世帯は、子1人当たり5万円を加算(別途申請必要))

申 確認書または申請書を、10月31日(木)(消印有効)までに、郵送か直接、福祉政策課(〒380-8512長野市役所、第二庁舎2階)、または直接各支所へ
問 福祉政策課(同コールセンター) ☎224-7713

他 詳しくは市HPをご覧ください。



お知らせ 特別児童扶養手当の支給

対 重度もしくは中度の身体障害、知的障害、精神障害、難病等がある20歳未満の児童を養育している市内在住の保護者(児童が施設に入所している場合や障害を事由とする年金を受給している場合を除く)

¥[支給額(月額)]1級(身体障害者手帳1・2級、療育手帳A1・A2程度)55,350円、2級(身体障害者手帳3・4級の一部、療育手帳B1・B2の一部または同程度以上)36,860円

申 請求者、対象児童の状況によって必要書類が異なります。申請の際は、事前に電話で障害福祉課(☎224-5030)へ

他 ・所得制限があります。
 ・障害者手帳を所有していなくても申請できます。

お知らせ

人工透析患者の 通院交通費助成事業

対 市内在住で、次の全てに該当する人
◇じん臓機能障害で身体障害者手帳所持者 ◇血液透析のために通院し、通院先の医療機関から送迎サービスを受けていない ◇本人およびその配偶者の前年の所得が、市町村民税非課税 ◇自宅から通院先医療機関までの距離が2キロメートル以上 ◇生活保護を受給していない ◇住所地特例の適用を受けていない

内 (助成内容) 次のいずれかを選択

◇燃料代=1年度1万円限度の助成
◇タクシー券=1年度18枚(1枚600円券)

持 (必要書類) 申請書[市HP、障害福祉課(第二庁舎1階)、福祉政策課篠ノ井分室にあります]、身体障害者手帳、特定疾病療養受療証、通院している病院の診察券、本人の振込先口座が分かるもの(燃料代を希望する人のみ)

申 「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、必要書類を添えて、郵送[障害福祉課のみ(〒380-8512長野市役所)]か直接、障害福祉課か福祉政策課篠ノ井分室へ

問 障害福祉課 ☎224-5030

お知らせ

全国家計構造調査

家計の実態を把握する国の重要な調査です。調査の結果は、福祉、消費者行政などの基礎資料として活用されます。調査は県知事が任命した調査員が行い、8月上旬から事前に対象世帯を訪問します。

時 (調査期間) 10月~11月

対 市内22調査区

内 (調査項目) 家庭の消費、所得、資産、負債など

問 企画課統計担当 ☎229-6234

他 回答は調査票の提出の他、インターネットでもできます。回答内容は、統計法で厳重に保護されます。

お知らせ

若者奨学金 返還支援事業

奨学金の返還の一部を市が補助します。

対 令和8年度に長野市内に本店または主たる事務所がある法人に就職し奨学金の返還を始める人

¥ (補助率) 2分の1、最大5年間で48万円(年額、月額上限あり)

申 令和7年1月31日(金)まで

他 要件や申し込み方法など、詳しくは市HPをご確認ください。



問 移住推進課 ☎224-7721

お知らせ

全国一斉「こどもの 人権110番」強化週間

専用ダイヤルやLINEで、いじめや虐待などの相談を受け付けます。

時 8月21日(水)~23日(金)・26日(月)・27日(火)8:30~19:00、24日(土)・25日(日)10:00~17:00

申 ・(専用ダイヤル)0120-007-110
・(LINEアカウント名)法務局LINE じんけん相談

問 人権・男女共同参画課 ☎224-5084

他 上記の期間外は月~金曜日8:30~17:15

お知らせ

ながの花と緑大賞 2024受賞者決定

ながの花と緑大賞2024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

献血日程

松代支所

時 8月29日(木)9:00~11:30

若穂保健ステーション

時 8月29日(木)13:30~14:30

問 食品生活衛生課 ☎226-9970

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 8月9日・23日・30日、9月6日(金)
10:00~12:00

松代支所

時 8月23日(金)10:00~12:00

篠ノ井交流センター

時 9月6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 8月20日(火)13:00~16:00

所 松代支所

問 人権・男女共同参画課 ☎224-5084

お知らせ

空き家ワンストップ相談会

時 8月24日(土)13:00~16:00(相談は1組30分以内)

所 市民交流スペース(第一庁舎1階)

対 市内の空き家を所有している人やその家族

定 10組程度(先着順)

申 問 8月16日(金)までに、電話で建築指導課空き家対策室(☎224-8901)へ

お知らせ

行政書士無料相談会

時 9月6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

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) 8月30日(金)13:00~9月18日(水)14:00

内 動産(物品)

問 管財課 ☎224-5016

他 8月29日(木)13:00、市HPに掲載開始予定

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 申し込み 問い合わせ その他

お知らせ ファミリー・サポート・センター入会説明会

時8月17日(土)10:15~12:30

所もんぜんぶら座

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 海水浴で事故に遭わないために

海水浴を楽しむために、次のことに注意しましょう。

・風が強いとき、波が高いときは遊泳しない

・遊泳期間外、区域外では遊泳しない

・子どもだけの遊泳はしない、させない

・飲酒したら遊泳しない

問上越海上保安署 ☎025-543-4118

他海上での事故の際など、緊急時は、海上保安庁の緊急通報用電話番号「118」へお電話ください。

お知らせ 「津波フラッグ」は避難の合図

「津波フラッグ」は大津波警報、津波警報、津波注意報などが発表されたことをお知らせする赤と白の格子模様の旗です。地震発生後、海水浴場や海岸付近で見かけたら、速やかに避難を開始してください。

詳しくは気象庁HPをご覧ください。

問危機管理防災課 ☎224-5006



津波フラッグ

お知らせ 計量器(はかり)の定期検査

対象地区で、はかりを取引行為または証明行為に使用する場合は、必ず

検査を受けてください。会場や日程など、詳しくは市HPをご覧ください。

対犀川以北地域、大岡・信州新町地区

他・検査を受けられない場合は、計量士による代検査を受けてください。希望する人は、長野県計量協会(☎0263-40-5230)へ

・所在場所検査は9月30日(月)~10月23日(水)に実施します。

問商工労働課 ☎224-5041

お知らせ 霊園行き直通バスをご利用ください

霊園(浅川清水)行きの臨時バスを運行します。

時8月13日(火)・16日(金)長野駅発=10:00、14:00、霊園発=12:00、16:00

¥(大人片道運賃)長野駅善光寺2番のりば(800円)~善光寺西(700円)~長野高校入口(600円)~浅川小学校前(600円)~霊園

問長野市開発公社 ☎226-3272

他・支払い方法は現金のみです。

・運行日は、霊園周辺道路の一部で一方通行規制を行います。

まじころ ありがとうございます

子育て支援事業に

長野北ロータリークラブ/30万円

動物愛護センターに

(公社)日本愛玩動物協会/犬猫用ケージ20点

募集 人権啓発ポスター・標語コンクール作品

小・中学生の部と一般の部(高校・大学・専門学校を含む)の2部門で募集します。

内(募集作品)ポスター、標語

対市内在住・在学・在勤の人

申9月6日(金)(消印有効)までに、住所・氏名・電話番号・応募部門を記入(ポスターは応募カードを裏面に貼付)の上、直接、郵送、Eメール(標語のみ)のいずれかで人権・男女共同

参画課(〒380-8512長野市役所第一庁舎4階、☎jinken-danjo@city.nagano.lg.jp)へ



問人権・男女共同参画課 ☎224-5032

他作品規格など、詳しくは市HPをご覧ください。

募集 除籍本処理ボランティア

時9月2日(月)~27日(金)(休館日を除く)10:00~12:00、13:00~14:30

所南部図書館

定20人程度

申問8月1日(水)から、電話か直接、南部図書館(☎292-0143)へ

募集 高齢犬表彰

時(募集期間)8月1日(水)~30日(金)

対市内で狂犬病予防法に基づく登録があり、8月1日時点で次の要件に該当する犬

◇過去に表彰を受けていない13才以上の大型犬、16才以上の小・中型犬 ◇過去に表彰を受けたことのある20才以上の犬

申「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、表彰を希望する犬の写真を1枚持参の上、直接、市保健所動物愛護センターへ

問動物愛護センター ☎262-1212

募集 男女共同参画優良事業者

対継続的に男女共同参画推進の取り組みを行う、市内に本社機能を持つ事業所(従業員300人以下)

申9月30日(月)(必着)までに所定の申請書[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、直接、郵送、Eメールのいずれかで同課(〒380-8512長野市役所、☎jinken-danjo@city.nagano.lg.jp)へ

問人権・男女共同参画課 ☎224-5428

募集 市営住宅の入居者

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	3DKY	5	2	5
返目	三輪二丁目	1DKY	1		1
大豆島東	大字大豆島	3DKY	1		1
川合新田	大字稲葉	3DKY	1		1
若里	若里五丁目	3DKY	1		1
北五明西	篠ノ井布施五明	2DKB	1		1
今井	川中島町今井原	3DKY	4	1	
美濃和田	豊野町石	2DKY	3	1	3

申8月2日(金)～8日(休)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 介護保険関連施設整備事業者募集(第二次)

対「あんしんいきいきプラン21」に基づく、介護保険関連施設の整備事業



問高齢者活躍支援課 ☎224-5094

他詳しくは、市HPをご覧ください。

募集 フリーマーケット出店者

時9月22日(日)9:00～12:00

所リサイクルプラザ(屋内開催)

対市内在住の個人・団体(事業者は除く)で、12:00まで出店できる人

定40店舗(多数の場合は抽選)

¥500円

申8月30日(金)(必着)までに、はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・[9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、リサイクルプラザフリマ係(〒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

募集 秋期農作業お手伝いさん

時10月から(土・日曜日、祝休日勤務あります)

所長野市南部(若穂、更北、篠ノ井、信更など)

内脚立を使った果樹作業など

対自家用車で通勤できる人

¥時給948円(研修期間中)

申問8月30日(金)までに、電話で(一社)市農業公社(☎227-1650)へ

募集 戦没者遺児による慰霊友好親善事業参加者

旧戦域での慰霊追悼や交流を行います。

対戦没者の遺児

¥(参加料)10万円

問日本遺族会事務局 ☎03-3261-5521

他詳しくは、(一財)日本遺族会HPをご覧ください。

募集 第34回長野市民演劇祭参加団体

時高校公演=令和7年2月1日(土)・2日(日)、一般公演=令和7年3月1日(土)・2日(日)

所勤労者女性会館しなのき

対市内で活動している高校演劇部またはアマチュア劇団

申8月29日(休)(消印有効)までに、所定の申込用紙(市HP、文化芸術課(第二庁舎4階)、各公民館・交流センターにあります)に必要事項を記入の上、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで長野市民演劇祭実行委員会事務局(〒380-8512長野市役所文化芸術課内、FAX224-7351、☎geijutsu@city.nagano.lg.jp)へ

問文化芸術課 ☎224-7504

募集 放送大学10月入学生

時(出願期間)第1回=8月31日(土)まで、第2回=9月1日(日)～10日(火)

問放送大学長野学習センター(〒392-0004諏訪市諏訪1-6-1アーク諏訪3階 ☎0266-58-2332(月曜日、祝日除く))
他資料請求は同センターへ

催し講座 長野市民水泳大会

時8月25日(日)9:30～

所アクアウイング

対市内在住の小学生以上

¥1種目1,000円(1人2種目まで申し込み可)

申日本水泳連盟に競技者登録済みの人=8月8日(休)までに(公財)日本水泳連盟のWebSWMSYSから申し込み、競技者登録をしていない人=8月9日(金)正午までに、所定の申込書に必要事項を記入の上、参加料を添えて直接、アクアウイングへ

問アクアウイング ☎244-7555

他・競技種目は開催要項をご覧ください。開催要項・申込書はアクアウイング、県水泳連盟HPにあります。
・小学生は学童泳カテストも兼ねます。

催し講座 温湯温泉「湯～ぱれあ」8月のおひさま教室

ボクシング小学生クラス

時18日(日)14:00～15:00

脳育親子トレーニング

時29日(休)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 信州長野平ロゲイニング

時9月29日(日)8:00～14:00(雨天決行)

所(集合場所)柳原体育館

¥高校生以上2,000円、小・中学生1,000円、未就学児無料

申9月6日(金)までに、右の二次元コードから申し込み

問スポーツ課 ☎224-7804



お知らせ

まじいろ

募集

催し・講座

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

催し講座 アクアウイング

短期鉄棒教室

時 8月3日～31日(土)9:30～10:30 (計4回)

対 年中児～小学4年生

定 20人(先着順)

¥ 5,000円

小学生3日間短期水泳教室

◇水慣れクラス

時 8月11日(日)・12日(月)・13日(火)10:30～11:30(計3回)

定 10人(先着順)

¥ 4,000円

◇クロールクラス、平泳ぎクラス

時 8月11日(日)・12日(月)・13日(火)10:30～11:45(計3回)

定 各クラス10人(先着順)

¥ 各クラス5,000円

親子水泳教室

時 8月11日(日)9:30～10:15

対 おむつの取れた小学1年生以下の子どもとその保護者

定 15組(先着順)

¥ 1,000円

ラッコ水泳教室

時 8月12日(月)・13日(火)9:30～10:15

対 おむつの取れた小学1年生以下の子ども

定 各10人(先着順)

¥ 各1,000円

共通

申問 事前に電話か直接、アクアウイング(☎244-7555)へ

催し講座 大人のサッカー「パルサカ」in長野市

千曲川リバーフロントスポーツガーデン

時 8月18日(日)エンジョイコース、レベルアップコースともに9:15～10:30

サンマリンながの屋内運動場

時 9月8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

共通

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上の人

定 20人(先着順)

¥ (保険料含む)一般1,500円、学生1,000円

申 開催前日までに右の二次

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

✉fukyu@parceiro.jp、☎080-8760-0260(火～金曜日11:00～16:00)



催し講座 障害者スポーツ講習会

水泳

時 8月24日(土)9:30～11:30[申し込み8月19日(月)まで]

所 アクアウイング

定 20人(初回の人優先の上、先着順)

陸上・フライングディスク

時 8月24日(土)9:30～11:30[申し込み8月19日(月)まで]

所 サンアップル陸上競技場

定 20人(先着順)

卓球

時 8月31日(土)9:30～11:30[申し込み8月21日(火)まで]

所 サンアップル体育館

定 20人(先着順)

共通

対 市内在住・在勤・在学の中中学生以上の障害者

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 ピラティス教室

時 8月27日～10月15日(火)10:15～11:15(計8回)

所 朝陽公民館朝陽分室

対 市内在住・在勤の人

定 15人(先着順)

¥ 3,200円(保険料含む)

申 8月20日(火)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、8月27日(火)10:00に、参加料を持参の



上、直接、朝陽公民館朝陽分室へ
問 スポーツ課 ☎224-7804

催し講座 小児科医による
子どもの急病対応講座

北部保健センター

時 8月21日(水)13:30～15:00

真島保健センター

時 8月28日(水)13:30～15:00

犀南保健センター

時 9月4日(水)13:30～15:00

西部保健センター

時 9月5日(木)13:30～15:00

三陽保健センター

時 9月24日(火)13:30～15:00

共通

定 30人程度

申 事前に「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み



問 市保健所総務課 ☎226-9941

催し講座 成人指導者研修会

時 8月25日(日)10:00～15:00

所 吉田公民館

内 段ボールなどを使った簡単工作

対 子どもの育成活動に携わりたい人

申問 8月19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 長野市子ども会
リーダー研修会

時 9月8日(日)9:30～16:00

所 ふれあい福祉センター

内 もしもの時に役に立つ救急法

対 市内在住の小学5年生～高校生

定 30人(先着順)

¥ (保険料)150円(本年度初めて参加する人のみ)

申問 8月26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 救命講習・応急手当普及員講習(9月)

救命入門コース

時 10日(火)9:00~10:30

所 信濃町分署

定 20人(先着順)

問 信濃町分署 ☎255-5119

普通救命講習 I

時 22日(日)9:00~12:00

所 中央消防署

定 30人(先着順)

問 鬼無里分署 ☎256-3119

普通救命講習 I

時 10日(火)9:00~11:00

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 II

時 28日(土)9:00~13:00

所 新町消防署

定 10人(先着順)

問 新町消防署 ☎262-5119

普通救命講習 II

時 12日(木)9:00~12:00

所 中央消防署

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

定 30人(先着順)

問 安茂里分署 ☎224-0119

普通救命講習 III

時 20日(金)9:00~12:00

所 東部分署

定 20人(先着順)

問 東部分署 ☎222-0119

上級救命講習

時 8日(日)8:30~17:30

所 篠ノ井消防署

定 20人(先着順)

問 篠ノ井消防署 ☎292-0119

応急手当普及員講習

時 24日(火)・25日(水)・26日(木)8:30~17:30(計3回)

所 鳥居川消防署

定 10人(先着順)

¥(教材費)約4,000円

問 鳥居川消防署 ☎253-5119

応急手当普及員講習(再講習)

時 5日(木)9:00~12:00

所 柳原分署

定 20人(先着順)

問 柳原分署 ☎296-0119

共通

申 事前に電話で各問い合わせ先へ

催し講座 市立長野図書館

8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

内 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど

対 年少児~小学生

8月の映画上映会

◇女だけの都(字幕・白黒・109分)

時 10日(土)14:00~

◇アラン(字幕・白黒・73分)

時 24日(土)14:00~

真夏のこわ~いおはなし会

時 8月12日(月)16:00~16:40

対 小学生以上(会場を暗くしたり、音を出さず演出があります)

問 市立長野図書館 ☎232-3558

催し講座 南部図書館

8月のおはなし会

時 8月14日・21日・28日(水)11:00~11:30

内 絵本の読みがたりなど

対 小学生以下

あかちゃんのおはなし会

時 9月4日(水)13:30~14:00

内 赤ちゃんマッサージ、絵本の紹介・読みがたり、手遊びなど

対 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 市保健所 動物愛護センター

愛犬の正しい飼ひ方しつけ方教室

時 8月17日(土)10:00~11:30

他 要件など、詳しくは市HPをご覧ください。



犬と猫の休日譲渡会

時 8月17日(土)10:00~12:00



動物愛護管理講座

~ペットとの防災を考える

時 8月30日(金)14:00~15:30

定 40人(先着順)



共通

申 8月8日(木)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

催し講座 シニアアクティブルーム 生きがいづくり講座

英語でアメリカンポップスを歌う

時 9月19日~12月19日(木)13:30~15:30(計7回) [申し込み8月16日(金)まで(消印有効)]

定 40人(多数の場合、初回の人優先の上、抽選)

¥1,000円

家系図の作りかたを学ぶ

時 9月24日、10月8日・22日(火)13:30~15:30(計3回) [申し込み8月23日(金)まで(消印有効)]

定 30人(多数の場合、初回の人優先の上、抽選)

¥500円

共通

所 もんぜんぶら座

対 市内在住の60歳以上の人

申 申込期限(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 同ルーム ☎223-0058

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

催し講座 わが街ながの ゆかりの作家展

榎島藍 個展～きみにふるゆめ
 時 8月23日(金)～9月2日(月)10:00～17:00(8月27日(火)を除く)

所 芸術館展示サロン(第一庁舎1階)

① 工作ワークショップ

時 8月25日(日)10:00～11:00、13:00～14:00、15:00～16:00

対 年少児程度～小学生

定 各10人(先着順)



② 色鉛筆ワークショップ

時 9月1日(日)10:00～11:00、13:00～14:00、15:00～16:00

対 小学生以上

定 各8人(先着順)



①②共通

所 市民交流スペース(第一庁舎1階)

¥ 500円

申 開催日2日前の正午までに「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 野外彫刻めぐり 大豆島～篠ノ井ぐるっとバス旅

時 9月28日(土)9:30～15:00

所 (集合場所) 長野駅東口ユメリアバスパーク(バスで移動します)

対 市内在住・在勤・在学の人

定 17人(多数の場合は抽選)

¥ 300円

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、郵便番号・住所・氏名(参加者全員)・電話番号・「彫刻めぐり9月28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



催し講座 聴覚障害者向け講座～夏バテ予防の簡単料理

時 8月25日(日)10:00～13:00

所 市障害者福祉センター

定 15人(多数の場合、聴覚障害者優先の上、先着順)

¥ 500円(託児あり500円)

申 8月15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

催し講座 松代文化ホール

0歳児から楽しめるワンコインコンサート

時 8月10日(土)11:00開演(開場10:30)

内 (出演) 坂原美菜さん・中山涼子さん・小井土愛美さん(ピアニスト)、GOKUさん(詩人・朗読家)

¥ 500円(未就学児無料)

ヨガ教室

時 8月18日(日)15:00～16:00

定 20人(先着順)

¥ 小学生以下800円、中学生以上1,000円

申 事前に電話で松代文化ホールへ

問 松代文化ホール ☎278-4373

催し講座 ダンボール迷路で遊ぼう

時 8月19日(月)・20日(火)10:00～、11:00～、13:00～、14:00～、15:00～

所 東部文化ホール

対 小学生以下

定 各2組(先着順)

¥ 各350円

申 事前に電話で東部文化ホール(☎217-4662)へ



催し講座 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(初心者向け)

時 8月24日(土)10:00～12:00、14:00～16:00

¥ 各700円

プラバンdeアクセサリ

時 8月31日(土)10:30～12:00、12:00～13:30、13:30～15:00

¥ 各300円

水引アートフレーム(卓上飾り)

時 9月7日(土)10:00～12:00、14:00～16:00

¥ 各1,000円

共通

定 各5人(先着順)

申 事前に電話か直接、同センター(☎234-2906)へ

他 この他の講座も開催しています。詳しくは同プラザHPをご覧ください。



催し講座 多文化交流講座ブラジル編～神に祝福された熱帯の国

時 9月7日(土)10:30～12:00

所 もんぜんぷら座

定 30人(先着順)

申 9月3日(火)までに、氏名・メールアドレス・電話番号を記入の上、Eメールで国際交流コーナー(✉kokusai@monzen-plaza.com)へ

問 国際交流コーナー ☎223-0053

催し講座 一夜山登山と山頂コーヒー

時 9月15日(日)9:30～14:30

所 (集合) 一夜山登山口

対 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 20人(先着順)

¥ 小学生1,000円、一般2,000円

申 9月2日(月)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、電話で同観光振興会(☎256-3188)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)

◇竹の水でっぽうをつくろう

時8月10日(土)10:00~12:00

¥100円

◇キラキラテープのシャボン玉をつくろう

時8月24日(土)10:00~12:00

¥100円

◇押し貝をさがそう!

時8月31日(土)10:00~12:00

ながはく総合講座~「シンシュウゾウ」はよみがえるのか

学芸員による講座です。

時8月11日(日)14:00~15:30

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 信州新町美術館

第40回信州書道秀作展

時8月1日(木)~9月16日(月)(最終日は15:00まで)

企画展「栗原信 生誕130年展」~学芸員による展示解説

時9月7日、10月5日、12月7日(土)11:00~

共通

¥入館料必要(土曜日は小・中学生無料)

問信州新町美術館 ☎262-3500

催し講座 茶臼山動物園

サマーナイトZOO in茶臼山

時8月10日(土)~16日(金)9:30~21:00(入園は20:30まで)

¥一般600円、小・中学生100円

持懐中電灯

他モノレールと園内無料シャトルバス(南口ゲート~北口駐車場間)が夜間運行します。

ドリームナイト・アット・ザ・ズー

障害のある子どもとその家族を無料

で招待します。

時8月17日(土)17:00~19:00(入園は18:30まで、雨天決行)

対障害のある18歳以下または特別支援学級へ通う子どもとその家族

他・17:00より前に入園した場合、通常料金がかかります。

・南口から入園してください。

問茶臼山動物園 ☎293-5167

催し講座 お気に入りのデザインで布しおりをつくろう!

時8月8日(木)10:00~12:00

所真田宝物館

定20人(先着順)

¥入館料必要

問真田宝物館 ☎278-2801

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・よるずのお困り事)

時8月17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9月7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

ワード(文章)基礎コース

時9月10日・17日・24日(火)9:30~16:30(計3回)

エクセル(表計算)基礎コース

時9月25日、10月2日・9日(水)9:30~16:30(計3回)

パソコン入門

時9月26日~10月4日(木・金)13:30~16:30(計4回)

共通

¥受講料必要

申問8月7日(水)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 はじめてのパソコン講座

時9月6日~令和7年4月18日(金)10:00~12:00(計16回)

所東長野いこいの家

対市内在住60歳以上の人

定8人(先着順)

¥2,500円(テキスト代・施設使用料別)

申問8月8日(木)から、電話か直接、東長野いこいの家(☎244-6721)へ

催し講座 敬老の日プレゼントづくり(手形と押し花の飾り物)

時9月1日(日)10:00~10:50、11:00~11:50、13:00~13:50

所篠ノ井中央公園管理棟

対生後6カ月~小学生

定各6人(先着順)

¥1,000円(子ども1人分)

申問8月19日(月)9:00から、電話で(一財)ながの緑育協会(☎214-8719)へ

催し講座 シニアのおしごと「ご縁」結び

時9月25日(水)13:30~16:00

所芸術館アクトスペース

内就労支援セミナー、就労相談会

対市内在住の55歳以上の人

定50人(先着順、予約制)

申問8月5日(月)~9月13日(金)に、電話で市職業相談室(☎224-7021)へ

催し講座 森で過ごすベーシックブッシュクラフト講座

時8月24日(土)・25日(日)10:00~15:00

所nagano forest village(ナガノフォレストビレッジ)

対小学5年生以上(18歳未満は保護者同伴)

定各12人(先着順)

¥各3,000円

申8月14日(水)までに、電話で同施設(☎239-3272)へ

問森林いのしか対策課 ☎224-5040

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



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朝陽公民館 ☎243-7251

とき (9月)	2日(月)		9日(月)	
	午前	午後	午前	午後
内容	ア	イ	ウ	エ

②長沼支所仮設庁舎 ☎295-9697

とき (9月)	12日(木)		19日(木)	
	午前	午後	午前	午後
内容	ア	エ	イ	オ

③篠ノ井交流センター ☎292-2121

とき (9月)	4日(水)		5日(木)		11日(水)		24日(火)		26日(木)		30日(月)	
	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	イ	エ	ア	オ	エ	ウ	ウ	オ

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 ①8月9日(金)8:30~28日(水)17:15 ②8月8日(木)9:00~9月5日(木)17:00 ③8月8日(木)9:00~に、電話で各施設へ(③は窓口での申し込みも可) 他 ①③の参加回数は2回まで

問 情報システム課 ☎224-7506



潜在保育士
再就職支援研修

保育の職場への復帰を検討する人に、最新の情報をお伝えします。

時 8月26日(月)13:00~16:00

所 長野県自治会館

定 20人程度

申 8月19日(月)までに、右の

二次元コードから申し込み

(当日参加もできます)



問 長野県保育士・保育所支援センター ☎226-7330



第70回長野市社会福祉大会

時 8月28日(水)14:00~16:30

所 芸術館リサイタルホール

内 表彰式、講演「元気のおすそわけ」

講 山本麗子さん(料理研究家)

問 市社会福祉協議会 ☎225-1234

他 当日は同時時間帯、同会場でフードドライブを行います。



第37回長野市民平和の日の
つどい~みんなのコンサート

シンガーソングライターの清水まなぶさんが出演します。

時 8月8日(木)12:00~13:00

所 芸術館アクトスペース

定 230人(先着順)

問 文化芸術課 ☎224-7504



下水道ふれあいデー

普段見ることができない下水道施設の見学や、微生物の動きを観察します。

時 9月7日(土)10:00~14:00

所 クリーンピア千曲

問 下水道整備課 ☎224-5074



第34回長野市民演劇祭
中学校公演

9月7日(土)12:30開場

川中島中学校13:00~

更北中学校14:00~

裾花中学校15:00~

9月8日(日)12:30開場

櫻ヶ岡中学校13:00~

東部中学校14:00~

三陽中学校15:00~

共通

所 勤労者女性会館しなのき

問 文化芸術課 ☎224-7504



生ごみ自家処理講座

農業研修センター

時 8月22日(木)14:00~15:30

内 コンポスト

更北公民館

時 9月12日(木)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 各開催日の前日までに、電話で生活環境課(☎224-5035)へ



五感で楽しむ中国茶
~自分と向き合う大切な時間

中国茶の歴史・文化・効能などを、試飲を交えながら学びます。

時 8月23日(金)14:00~15:30

所 生涯学習センター

定 24人(先着順)

¥700円

申 8月16日(金)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、FAX 233-8081、✉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8月12日(月)まで]。



リサイクルプラザ
ゆめ工房21

廃傘でエコバッグ作り

時 9月6日(金)10:00~12:00

定 5人(先着順)

¥300円

布ぞうり作り

時 9月9日・30日(月)10:00~14:30

定 各6人(先着順)

¥各300円

紙すき体験

時 9月12日(木)10:00~12:00

定 5人(先着順)

¥100円

ねこはんとん作り

時 9月12日(木)10:00~14:30

定 5人(先着順)

¥1,500円

共通

対 市内在住の人

申 8月9日(金)10:00から、電話か直接、リサイクルプラザ(☎222-3196)へ

他 この他のイベントも開催

しています。詳しくは同プ

ラザHPをご覧ください。



長野高専と市の共催講座
~初学者のための機械製図の
読み方・書き方

時 9月5日・12日(木)9:30~16:30(計2回)

所 長野高専地域共同テクノセンター

定 20人(先着順)

¥(テキスト代)1,100円、(運営協力費・1日当たり)会員=2,200円、非会員=5,500円(変更の可能性あり)

申 事前に電話かEメールで同テクノセンター(☎295-7117、✉nrtc727@nagano-nct.ac.jp)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	対象	申込期間
ジャイロキネシス®~椅子に座って動くヨガ	9月3日~令和7年3月4日(火)13:30~15:00(計9回)	三陽 ☎259-2411	60	8月19日(月)~21日(火)イ 8月8日(月)9:00~ア
郷土の歴史「小海線と飯田線」	9月6日、10月4日(金)13:30~15:30(計2回)		60	8月13日(火)ア
足の健康(秋)	9月5日・19日、10月3日(木)10:00~11:30(計3回)	湯福 ☎232-8335	70	随時ア
フレイル予防 のんびりひろば	9月10日~11月26日(火)10:00~11:30(計6回)		60	8月19日(月)~ア
笑顔いっぱい 笑いヨガ	9月12日~12月26日(木)10:00~11:30(計8回)		60	8月19日(月)~ア
介護予防 素敵なオヤジの筋トレ脳トレ	9月3日~令和7年2月4日(火)13:30~15:00(計10回)		60	8月19日(月)~23日(金)イ
介護者のつどい ~おむつのあれこれ何でも聞いてみよ	9月9日(月)10:30~12:00		—	9月4日(火)までア
転倒骨折予防 ~元気だして!ズクでる運動教室	9月27日~令和7年2月28日(金) 10:00~11:30(計10回)	安茂里 ☎225-8500	70	8月19日(月)~ 23日(金)イ
レッツ!ディスコダンス(後期)	10月2日~令和7年2月19日(火)11:00~12:00(計10回)		60	8月29日(木)・ 30日(金)イ
ゆったり骨盤調整ヨガ®(後期)	10月9日~令和7年2月26日(火)13:30~15:00(計10回)		60	8月19日(月)~ 23日(金)ア
ワンランク上の水引細工	9月12日~11月28日(木)10:00~11:30(計6回)	豊野 ☎257-3135	60	8月19日(月)~ 23日(金)ア
椅子体操 健康すわるピクス	9月17日~11月19日(火)13:30~15:00(計5回)		70	8月27日(火)~ア
はじめての陶芸	9月27日~11月22日(金)13:30~15:30(計3回)	氷鮑 ☎284-8100	60	10月1日(火)までア
介護者のつどい	10月3日(木)10:00~11:30		—	10月1日(火)までア
ディスコ&ストレッチ(後期)	10月7日~令和7年2月17日(月)13:30~14:30(計9回)		60	9月3日(火)・4日(水)イ
ストップ!電話でお金詐欺	8月30日(金)13:30~15:00		60	8月8日(木) 9:00~ア
ウッドビーズクラフトで おしゃれなキーホルダー作り	9月2日(月)10:00~12:00	篠ノ井 ☎293-7227	60	8月8日(木) 13:00~ア
清泉女学院大学・短期大学出張講座 笑顔で築く信頼関係	9月3日(火)13:30~15:00		75	8月9日(金) 9:00~ア
75歳以上の方のための 優ちゃんのおたっしや体操	9月5日~11月28日(木)9:30~11:00(計10回)		75	8月9日(金) 9:00~ア
布ぞうり作り	8月22日~10月10日(木)13:00~15:00(計4回)		60	8月8日(木)~ア
珈琲を知ろう!楽しもう!珈琲の淹(い)れ方 今日から始めるやさしい習字	8月29日(木)10:00~12:00 9月18日~10月30日(水)10:00~11:30(計4回)	柳町 ☎235-0019	60	8月28日(水)~ア

対60=60歳以上の人 70=70歳以上の人(家族の付き添い可) 75=75歳以上の人

申問各申込期間中に、ア=電話か直接、各ひろばへ イ=63円はがきを持参の上、直接各ひろばへ

他定員や受講料があります。詳しくは各ひろばへお問い合わせください。

催し講座 ちょこっとずく出す
料理講習会(季節料理)

時8月22日(木)10:00~13:00

所市保健所

対市内在住の人

定24人(先着順)

¥3,000円

申8月9日(金)~14日(水)に「ながの電子申
請サービス(長野市)」から申し込むか、

8月9日(金)の10:00~16:00

に参加料を持参の上、直接、

県調理師会長野市支部へ

問同支部 ☎224-8580(月・水・金曜
日10:00~16:00)

催し講座 日本語教室実践入門編
(指導者養成)

時8月24日(土)14:00~16:00

所もんぜんぷら座

対日本語指導経験者・関心のある人

定20人(先着順)

申問8月16日(金)までに、電話か直接、

国際交流コーナー(☎223-0053)へ

催し講座 初心者向けバラの剪定
講習会

時8月25日(日)13:30~15:30

所南長野運動公園バラ園

定30人(先着順)

¥1,000円(資料代など含む)

申問8月19日(月)8:30から、

電話でNPO法人長野市環

境緑化協力会(☎214-

8655)へ

催し講座 初心者のための
ZOOM練習会(主催者編)

時9月7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 野菜づくり講座(秋野菜)

時9月8日(日)9:00~12:00

所農業研修センター

内白菜や大根など、秋野菜の栽培に
ついて

定20人(先着順)

¥500円

申問8月7日(火)から、電話で同セン

ター(☎278-2620)へ(日・月曜日、

祝休日を除く)

催し講座 湯~ぱれあ

はじめてのカルトナージュ~和紙で
作る箱ティッシュカバー

時9月17日(火)13:30~16:00

¥1,500円

作って使って楽しめる松代焼

時9月20日(金)10:30~12:00

¥1,650円

共通

対市内在住の60歳以上の人

定20人(先着順)

申問8月20日(火)9:00から、電話で

湯~ぱれあ(☎282-5500)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 申し込み 問い合わせ 他

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

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
◆ファイナンシャルプランニング技能検定3級	9月11日～11月20日(水) 13:30～15:30(計9回)	楽しく女声コーラス	11月13日～令和7年3月12日(水) 19:00～20:30(計9回)
ワードとエクセルを同時に学ぼう 初級	10月4日～12月13日(金) 10:00～12:00(計10回)	楊名時八段錦・太極拳®	11月13日～令和7年3月26日(水) 10:00～11:30(計10回)
◆ウイークエンド・ピラティス	10月4日～令和7年3月21日(金) 19:00～20:10(計10回)	かんたんリズム体操&ストレッチBコース	11月14日～令和7年3月13日(水) 10:50～11:50(計13回)

☎市内在住・在勤の女性(学生は除く。◆は男性も受講可)

勤労青少年ホーム(中部☎232-3256、南部☎293-4435)

講座	とき	講座	とき
シェイプアップ!ピラティス	10月5日～令和7年3月15日(土) 11:30～12:30(計11回)	気の流を整える経絡YOGA	11月14日～令和7年3月13日(水) 19:00～20:15(計9回)
エンジョイ!英会話	10月10日～令和7年3月13日(水) 19:00～20:00(計20回)	心もほぐれる健康ヨガ	11月21日～令和7年3月6日(水) 19:00～20:00(計8回)
はじめての茶道裏千家	10月25日～令和7年3月28日(金) 19:00～21:00(計10回)	太極フィットネス	

☎中部=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歳以上の人でも受講可。受講料は1回100円増し。学生は除く) 南部=市内在住・在勤の人(学生は除く)

サンライフ長野(☎227-2310)

講座	とき	講座	とき
身につく着物の着付け(昼)	10月2日～12月4日(水) 13:30～15:30(計10回)	のびのび健康運動(ソフトバレエ)	10月21日～令和7年3月17日(月) 9:10～10:40(計16回)
バドミントン	10月8日～12月17日(火) 19:00～21:00(計11回)		

☎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。

☎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/8月1日(水)9:00～8日(水)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

テレビ

TSB ふれ愛ながの市政ガイド

▷10日(土)13:25～13:30
ながのこども館「ながノビ!」
オープン

▷24日(土) 13:25～13:30
食中毒に注意しましょう



abn ふるさとステーション

▷18日・[再]25日(日)17:25～17:30
長野市にもゾウがいた!
～市立博物館企画展

NBS ふれ愛ながの(手話通訳入り)

▷17日(土)10:45～11:15
フレイル予防でいつまでも元気に

インターネット

INC 長野きらめきチャンネル

ディスコで楽しくフレイル予防!
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

▷31日(土)17:35～17:45
「ふるさとデジタルミュージアム」始めました

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(木) ひとり親家庭ワンストップ相談会
- 2日(金) 人権啓発ポスター・標語コンクール作品募集
- 5日(月) ながの多言語インフォメーション(中国語)
- 6日(火) 長野市若者奨学金返還支援事業補助金
- 7日(水) 2024サマーナイトZOO in 茶臼山
- 8日(木) 夏の防火運動
- 9日(金) 人生会議(ACP)
- 12日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)
- 13日(火) 夏の防火運動[再]
- 14日(水) 城山動物園開園記念日イベント「ナイトズー」
- 15日(木) 熱中症から命を守りましょう[再]
- 16日(金) 夏場の食中毒予防[再]
- 19日(月) ながの多言語インフォメーション(ベトナム語)
- 20日(火) 鬼無里ふるさと資料館
- 21日(水) 長野市国保特定健診・30歳代の健康診査および特定保健指導[再]
- 22日(木) 信州長野平ロゲイニング開催
- 23日(金) 「ふらっとフレイル予防体験」へお出かけください
- 26日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)[再]
- 27日(火) 市立博物館企画展「よみがえる!長野のゾウたち」開催
- 28日(水) 屋外広告物の維持管理と屋外広告物適正化旬間
- 29日(木) 9月の観光情報
- 30日(金) 広報ながの9月号の見どころ

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 申し込み 問い合わせ 他