

# くらしのチャンネル

## 9月の日曜開庁は8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 「マイナ救急」 実証事業実施

消防局では、救急車で搬送を必要とする傷病者本人の同意を基本に、「マイナ保険証」を活用して通院履歴や服薬情報などを把握し、救急業務の迅速化・円滑化の検証を行います。

時 8月23日(金)~10月23日(水)(予定)

対 管内全域

問 警防課 ☎227-8002

他・マイナンバーカードを保険証とひも付けるためには、別途手続きが必要です。

・本事業にご協力いただくため、マイナ保険証の利用登録がされているマイナンバーカードの携帯をお願いします。

### お知らせ 戸籍等証明書 オンライン請求開始

戸籍等証明書をオンラインで交付請求できるようになりました。請求いただいた証明書は、郵送(郵送料は請求者負担)でお届けします。

内 (請求可能証明書)

戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)、戸籍の附票の写し、身分証明書など

問 市民窓口課 ☎224-7238

他 請求にはマイナンバーカードの署名用電子証明書が必要となります。

この他の請求可能証明書

など詳しくは、市HPを

ご覧ください。



### 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 9月12日(水)

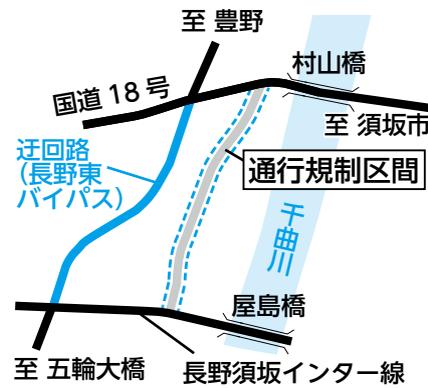
問 マイナンバー課 ☎224-5022

### お知らせ 堤防道路通行止め

千曲川の堤防と堤防道路の整備を行うため、下図区間の終日通行止めを実施しています。

時 令和9年度末頃(緊急治水対策プロジェクト完了)まで

問 道路課 ☎224-8049



### お知らせ 移動図書館19コース 巡回場所変更(豊野公民館)

9月7日(土)から、巡回場所を豊野公民館から豊野防災交流センターへ変更します。

問 南部図書館 ☎292-0143

### お知らせ 「いこいの家」無料開放

時 9月9日(月)9:00~16:00(風呂の利用は10:00~15:30)

所 いこいの家(松代・石川・大豆島・茂菅・新橋・氷鉦・東北・若穂・東長野)

対 市内在住の60歳以上の人

持 老人憩の家利用券[高齢者活躍支

援課(第二庁舎1階)、各支所で交付してあります]

問 高齢者活躍支援課 ☎224-5029

### 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 9月22日(日)長野駅発=10:00、14:00、霊園発=12:00、16:00

¥ (大人片道運賃)長野駅善光寺口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。

### 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 9月13日・20日・27日、10月4日(金)10:00~12:00

松代支所

時 9月20日(金)10:00~12:00

信州新町支所

時 10月1日(火)9:30~12:00

大岡支所

時 10月1日(火)10:00~12:00

戸隠農村環境改善センター

時 10月3日(木)13:30~16:00

篠ノ井交流センター

時 10月4日(金)10:00~12:00

中条総合市民センター

時 10月7日(月)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

中央隣保館

時 9月10日(火)13:00~16:00〔電話相談(☎223-2220)は15:00まで〕、  
10月1日(火)13:00~16:00(女性対象で、女性委員が相談に応じます)

信州新町支所

時 10月1日(火)9:30~12:00

大岡支所

時 10月1日(火)10:00~12:00

戸隠環境改善センター

時 10月3日(木)13:30~16:00

中条総合市民センター

時 10月7日(月)10:00~12:00

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

株 長水建設会館

時 9月12日(木)13:00~15:40

申 事前に電話で(一社)県不動産鑑定士協会へ

市役所会議室151(第一庁舎5階)

時 10月3日(木)10:00~12:00、13:00~16:00

問 同協会 ☎225-5228

**お知らせ** 土地家屋調査士  
無料相談

時 9月25日(火)13:30~16:00

所 芸術館展示サロン(第一庁舎1階)

申 事前に電話で長野県土地家屋調査士会北信支部(☎273-8120)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 9月14日(土)10:15~12:30

犀南保健センター

時 10月4日(金)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** 令和6年度長野市優良工事表彰

令和5年度にしゅん工し、工事成績評定を実施した契約額130万円を超える建設工事(550件)のうち、12件を優良工事として表彰しました。

**道路**◇市単災林道土倉線災害復旧工事／信州林業株式会社 ◇大座法師池西高線道路改良工事／株式会社日拓 ◇0市債戸隠越水線舗装工事／株式会社山倉建設 ◇国補戸隠北31号線道路美装化工事／株式会社マルオン商会 **河川**◇国補北八幡雨水調整池改修工事／株式会社山倉建設 **建築**◇長野共同高等職業訓練校新施設外整備建築主体工事／野村建設株式会社 ◇(仮称)ながのこども館整備工事／守谷商会・乃村工藝社特定建設工事共同企業体 **電気設備**◇長野共同高等職業訓練校新施設外整備電気設備工事／大久保電設株式会社 **機械設備**◇長野共同高等職業訓練校新施設外整備機械設備工事／株式会社喜久屋商会 **上下水道**◇犀川4号配水幹線布設2工区工事／株式会社日拓 ◇東部浄化センター返流水管渠(きよ)修繕工事／株式会社守谷商会 **公園**◇松代城跡太鼓門前橋外整備工事／北信土建株式会社

問 検査課 ☎224-5013

**お知らせ** 放課後子ども総合プラン  
アドバイザー登録説明会

市内の児童センター・子どもプラザなどで、小学生の体験活動を支援する有償ボランティアの登録説明会です。

時 9月27日(金)10:00~11:00

所 篠ノ井交流センター

申 問 9月26日(木)までに、電話でこども政策課(☎224-6796)へ

**お知らせ** 市立長野中学校  
入学者選抜説明会

時 10月5日(土)9:30~11:40

所 市立長野中学校

内 願書・要項の配布、説明など

対 原則、市内在住の小学6年生とその保護者

申 10月2日(水)までに、同校HP内の申し込みフォームから申し込み

問 学校教育課 ☎224-5097

他 詳しくは、同校HPをご覧ください。

**お知らせ** 下水道マンホール蓋ふたの販売

¥1枚3,000円

申 8月26日(月)~9月13日(金)

(必着)に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、所定の申込用紙(市HP、上下水道局総務課(第二庁舎9階)にあります)に必要事項を記入の上、郵送か直接、同課へ

問 上下水道局総務課 ☎224-5070

他 応募者多数の場合は抽選



販売物品の一例

**お知らせ** 献血日程

朝陽支所

時 10月4日(金)13:30~14:30

川中島支所

時 10月8日(火)9:30~11:00

問 食品生活衛生課 ☎226-9970

**お知らせ** 宝くじの助成金による整備

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に(一財)自治総合センターが実施している、「コミュニティ助成事業」を活用して整備しました。

◇会区自主防災会／トランシーバー、発電機

問 警防課 ☎227-8002

**まごころ** ありがとうございます

【市政全般に】

長野県建設労働組合連合会 長埴建設労働組合松代支部／9,000円

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 申し込み 問 問い合わせ 他 その他

**募集** フードドライブ

家庭で消費されずに残っている食品を寄贈してください。

**市民交流スペース(第一庁舎1階)**

**時** 9月21日(土)10:00~14:00

**内** 常温保存が可能で未開封かつ賞味期限が令和6年10月21日以降の食品  
**JR長野駅2階東西自由通路イベントゾーン**

**時** 10月6日(日)10:00~15:00

**内** 常温保存が可能で未開封かつ賞味期限が令和6年11月6日以降の食品  
**問** 生活環境課 ☎224-5035

**募集** フリーマーケット出店者

**時** 10月27日(日)9:00~11:30

**所** リサイクルプラザ(屋内開催)

**対** 市内在住のリサイクルを心掛けている個人またはグループ(事業者を除く)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** 9月30日(月)(必着)までに、はがきに郵便番号・住所・氏名・電話番号・「10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** 読書感想画展作品

読み聞きたお話の絵をご応募ください。

**対** 年少児~小学生

**内** (作品規格) 四つ切りサイズの画用紙(色画用紙も可)、画材自由(クレヨン・絵の具・版画・切り絵など)

**申** 10月9日(火)までに、所定の応募用紙(市立長野図書館にあります)に必要事項を記入の上、作品下部中央にのり付けして、直接、同館へ

**問** 市立長野図書館 ☎232-3558

**他** ・全ての作品を同館に展示します。

・展示期間は10月26日(土)~11月10日(日)

**募集** 令和7年度採用保育士(会計年度任用職員)

**時** (面接予定) 10月30日(水)

**所** (勤務場所) 公立保育所・認定こども園のいずれか(令和7年3月に決定)

**内** (勤務時間) 月~土曜日の7:00~19:00の間の7時間45分(シフト制、週休2日制、園によって勤務開始時間、終了時間が異なり、日曜日・祝日・祝祭日が勤務になる場合があります)

**対** 保育士資格を有する人(資格取得見込み含む)

**定** 20人程度

**申** 10月15日(火)(必着)までに、履歴書(写真貼付)に保育士証の写しまたは資格取得見込証明書を添えて、郵送か直接、保育・幼稚園課(〒380-8512長野市役所、第二庁舎2階)へ

**問** 保育・幼稚園課 ☎224-8039

**他** 中途採用の保育士会計年度任用職員も随時募集しています。

**募集** ポリテクセンター長野 12月開講公共職業訓練受講者

**時** 12月3日(火)~令和7年5月30日(金)

**内** 機械CAD/NC加工科

**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** 11月7日(木)までに、直接、お近くのハローワークへ

**問** ポリテクセンター長野 ☎243-7856

**他** テキスト代などがかります。

**募集** 果樹<sup>せん</sup>剪定枝・薪<sup>まき</sup>ストーブ活用推進事業

果樹の剪定枝や幹の提供を希望する農家と、その利用を希望する人を募集します。

**申** 11月8日(金)(必着)までに、所定の申込用紙[市HP、環境保全温暖化対策課(第二庁舎3階)、市地球温暖化防止活動推進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同センター(〒380-0835長野市大字南長野新田町1513-2、FAX237-6690、eco-mame@dia.janis.or.jp)へ

**問** 同センター ☎237-6681

**催し講座** 第1回マレットゴルフコンペ 茶臼山大会

**時** 9月22日(日)8:30~〔雨天の場合は23日(月)〕

**所** 茶臼山マレットゴルフ場

**定** 32人(先着順)

**¥** 一般=1,500円、60歳以上の人、小・中学生、通年券所有者=1,000円

**申** 問 事前に電話か直接、茶臼山マレットゴルフ場(☎292-9252)へ

**催し講座** 秋のママさんバレーボール大会

**時** 10月6日(日)8:30~17:00

**所** 長野運動公園総合体育館

**対** 市内在住・在勤の女性チーム

**¥** 1チーム3,000円

**申** 問 9月10日(火)までに、電話でスポーツ課(☎224-7804)へ

**催し講座** 長距離記録会

**時** 10月14日(月)9:30~(受け付け8:30~、雨天決行)

**所** 長野運動公園陸上競技場

**内** (種目) 男子1500・3000・5000メートル、女子1500・3000メートル

**対** 中学生以上の日本陸連未登録者または登録者でも公認大会に出場しない人(5000メートルは中学生出場不可)

**定** 80人程度(先着順)

**¥** 中・高校生500円、一般1,500円(1人1種目のみ参加可)

**申** 10月4日(金)までに、氏名(ふりがな)、性別、年齢、種目、目標タイム(学生は学校名と学年も加えて)を記入の上、Eメールで市駅伝部(☎n\_ekiden@ymail.ne.jp)へ

**問** 市スポーツ協会 ☎224-5088

**催し講座** 温湯温泉「湯～ぱれあ」

9月のおひさま教室

◇からだ遊び1・2・3

時9月6日(金)10:30～11:15

◇ペルビック(骨盤)ヨガ

時9月17日(火)10:30～

11:15

体操教室

◇骨コツ元気体操

時10月8日～12月17日(火)13:30～

14:30(計10回)

◇ゆったりヨガ

時10月9日～12月18日(火)10:30～

11:30(計6回)

水中運動教室

◇ゆっくりウオーキング

時10月9日～12月18日(火)13:15～

14:15(計10回)

◇ボディーメイクアクア

時10月11日～12月20日(金)15:30

～16:30(計10回)

共通

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** アクアウイング

ラッコ水泳

時9月16日(月)9:30～10:15

対おむつのとれた小学1年生以下の子ども

定10人(先着順)

¥1,000円

水慣れクラス

時9月16日(月)10:30～11:30

対小学3～6年生

定10人(先着順)

¥2,000円

ザ・サーキット®

時毎週水曜日12:30～13:30

対高校生以上

定12人(先着順)

¥800円

トレーニングジムプライベートレッスン

時完全予約制(要相談)

対高校生以上

¥60分4,000円(インボディ、シセイカルテ測定含む)

共通

申問事前に電話か直接、アクアウイング(☎244-7555)へ(ザ・サーキット®は申し込み不要)

**催し講座** 親子ふれあいスポーツ教室

時9月17日～11月5日(火)10:45～11:45(計8回)

所古牧体育館

対2・3歳児とその保護者

定10組(先着順)

¥3,200円(保険料含む)

申9月12日(木)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、9月17日(火)10:35に参加料を持参の上、直接、古牧体育館へ

問スポーツ課 ☎224-7804

**催し講座** ピラティス教室

時9月25日～11月13日(火)19:15～20:15(計8回)

所篠ノ井交流センター共和分館

対市内在住・在勤の人

定15人(先着順)

¥3,200円(保険料含む)

申9月19日(木)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、9月25日(火)19:00に参加料を持参の上、直接、同センター同分館へ

問スポーツ課 ☎224-7804

**催し講座** パラスポーツ体験会(ポッチャ)

時9月29日(日)9:30～11:30

所市障害者福祉センター

定20人(初回の人優先の上、先着順)

申問9月18日(水)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** はじめてのエアロビクス

時10月4日～令和7年3月28日(金)19:15～20:15(計18回)

所丹波島こども園TAS.HALL

対市内在住・在勤の人

定30人(先着順)

¥8,100円(保険料含む)

申9月30日(月)までに、氏名、性別、年齢、住所、電話番号を記入の上、EメールでE-NAGANOスポーツクラブ(✉e-nagano@hb.tp1.jp)へ申し込み後、10月4日(金)19:00に、参加料を持参の上、直接、丹波島こども園TAS.HALLへ

問スポーツ課 ☎224-7804

**催し講座** 初心者太極拳教室(後期)

芹田体育館

時10月4日～11月15日(金)12:30～15:00(計6回)

¥3,000円(保険料別)

長野運動公園サブアリーナ

時10月10日～令和7年3月27日(木)10:00～12:00(計23回)

¥10,000円(保険料別)

三輪体育館

時10月11日～令和7年3月28日(金)12:30～15:00(計12回)

¥7,000円(保険料別)

共通

対市内在住・在勤の18歳以上の人

定10人(先着順)

¥(保険料)64歳以下1,850円、65歳以上1,200円

申教室の開講初日に、参加料・保険料を持参の上、直接、会場へ

問市スポーツ協会 ☎224-5088

お知らせ

まじろ

募集

催し・講座

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

**催し講座** **ポールウォーキングで  
野外彫刻めぐり**

講師の解説付きで南長野運動公園内の野外彫刻を鑑賞します(ポールは無料貸し出し)。

時 10月9日(水)9:30~12:00

所 南長野運動公園

対 市内在住・在勤の人

定 25人(先着順)

¥ 600円(保険料含む)

申 9月17日(火)~30日(月)に、電話でスポーツ課(☎224-7804)へ

**催し講座** **野外彫刻めぐり  
街なかぶらりお散歩コース**

時 10月17日(木)9:30~14:30

所 (集合)長野市役所(徒歩で移動)

対 市内在住・在勤・在学の人

定 20人(多数の場合は抽選)

¥ 300円(当日徴収、昼食代別)

申 9月20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10月17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** **市立博物館**

**子ども☆体験のひろば**

(受け付けは11:00まで)

◇竹とんぼをつくろう

時 9月14日(土)10:00~12:00

¥ 100円

◇牛乳パックでルービックキューブ®をつくろう

時 9月28日(土)10:00~12:00

**手仕事のじかん~ペーパーコードで  
編む瓶カゴ**

時 9月29日(日)13:00~15:00

対 18歳以上の人

定 8人(先着順)

¥ 800円

申 事前に電話で市立博物館へ  
ながはく総合講座~平安時代の寺院  
と権力

時 9月29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** **信州新町化石博物館**

**翼竜の紙ひこうきを作ろう!**

時 9月14日・21日(土)13:30~15:30  
(事前に申し込み)

¥ 100円(高校生以上は入館料必要)

**化石レプリカ教室**

時 10月12日・19日(土)13:30~15:30  
[申し込み9月12日(木)~]

¥ 300円(高校生以上は入館料必要)

**共通**

定 各日10人(先着順)

申 申込期限までに、電話で同館  
(☎262-3500)へ

**催し講座** **信州新町美術館 栗原信を慕う  
二紀会の仲間たち展**

時 9月28日(土)~10月27日(日)

¥ 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** **市立長野図書館**

**9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

**映画上映会**

◇現金(げんなま)に手を出すな(字幕・白黒・96分)

時 9月14日(土)14:00~

◇夏の庭 The Friends(ザ フレンズ)(カラー・113分)

時 9月28日(土)14:00~

◇親子で楽しむ映画上映会(日本むかし話)

時 9月21日(土)11:00~11:40

対 乳幼児とその保護者

問 市立長野図書館 ☎232-3558

**催し講座** **南部図書館**

**9月のおはなし会**

時 11日・18日・25日(水)11:00~11:30

内 絵本の読みがたりなど

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 10月2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

持 バスタオル

問 南部図書館 ☎292-0143

**催し講座** **ひとり親家庭交流会**

時 9月23日(月)10:30~12:30[申し込み9月13日(金)まで]、11月10日(日)10:30~12:30[申し込み11月1日(金)まで]

所 もんぜんぱら座

内 親=ファイナンシャルプランナーによる家計管理などお金に関わるセミナー、子=料理教室

対 市内在住のひとり親家庭の保護者とその子ども(中学生以下)

定 各20世帯(先着順)

申 各申込期限までに、電話で子育て家庭福祉課(☎224-5031)へ

他・託児を実施します(未就学児に限る、要予約)。

・両日参加は不可

**催し講座** **市公文書館講演会**

時 10月27日(日)13:30~15:30

所 公文書館

内 松代藩の「拾万石御百姓訴訟(二斗八騒動)」と善光寺

講 西澤安彦さん(前市公文書館主任専門主事)

定 50人(先着順)

申 10月1日(火)~18日(金)に、電話で公文書館(☎224-0701)へ

**催し講座** 川中島の戦い デジタルスタンプラリー 第二弾

川中島の戦いゆかりの「宝」を探して市内を巡るデジタルスタンプラリーを開催します。

時 9月12日(木)～12月1日(日)

所 川中島古戦場、善光寺、松代、篠ノ井など、市内各所



問 観光振興課 ☎224-8316

**催し講座** 城山動物園 中秋の名月秋のナイトZOO

夜の動物園をお楽しみください。

時 9月15日(日)9:00～20:30

内 動物への餌やり体験、夜行性動物ガイドなど

問 城山動物園 ☎233-0586

**催し講座** 茶臼山動物園 動物愛護週間イベント

時 9月21日(土)～23日(月)9:30～16:30 (入園は16:00まで)

内 動物の餌やりやアルマジロのお散歩など

¥ (入園料)一般600円、小・中学生100円

問 茶臼山動物園 ☎293-5167

他 クリアファイルなど、動物園オリジナルグッズをプレゼントします。

**催し講座** もんぜんぷら座ギャラリー

市民ギャラリー(3階)

◇ 絵画と木版画展

時 9月19日(木)～24日(火)10:00～17:00 (最終日は15:00まで)

◇ 第26回長野発絵手紙展

時 9月26日(木)～10月1日(火)10:00～16:00 (最終日は15:00まで)

問 もんぜんぷら座事務局 ☎219-0020

**催し講座** 旬菜市 in OYAKI FARM

「ながのいのち」推進協議会による、市内で採れた旬な野菜・果物などの直売市です。

時 9月21日(土)9:30～15:00 (悪天候

により中止となる場合あり)

所 OYAKI FARM店舗前広場

問 (一社)市農業公社 ☎227-1650

**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 9月21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 10月5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** ポリテクセンター長野 職業訓練施設見学会

時 9月18日、10月2日(水)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** 市保健所 動物愛護センター

動物愛護管理講座～犬猫介護のノウハウ

時 9月20日(金)14:00～15:30 [申し込み9月9日(月)～19日(木)]



定 40人(先着順)

犬と猫の休日譲渡会

時 9月21日(土)9:30～11:30 [申し込み9月9日(月)～20日(金)]



愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

時 9月21日(土)10:00～11:30 [申し込み9月9日(月)～20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

スマイル☆キッズわんクラブ

時 9月28日(土)10:00～11:30 [申し込み9月9日(月)～24日(火)]



内 犬との触れ合い体験、正しい飼い方など

対 小学3年生～中学生とその保護者

定 15組(先着順)

¥ 児童・生徒1人につき100円

共通

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、電話で動物愛護センター(☎262-1212)へ(スマイル☆キッズわんクラブは電話のみ)

**催し講座** 市民公開講座 人とペットの被災への備え

時 10月5日(土)10:00～12:00

所 生涯学習センター

定 100人(先着順)

申 問 9月9日(月)～10月4日(金)に「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、電話で動物愛護センター(☎262-1212)へ



**催し講座** 生ごみ自家処理講座

コンポスト

時 9月27日(金)14:00～15:30

所 農業研修センター

段ボール堆肥

時 10月4日(金)14:00～15:30

所 吉田公民館

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。

お知らせ

まじいろ

募集

催し・講座

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

**催し講座** 第56回長野市  
身体障害者福祉大会

時10月5日(土)13:30～16:00

所市障害者福祉センター

内式典、講演会(演題「きょうからで  
きる生活習慣病予防」)

講内場廉医師(国民健康保険大岡診  
療所所長)

申問9月18日(火)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

**催し講座** 権堂イーストプラザ  
市民交流センター

プラバンdeアクセサリ

時9月14日(土)10:30～12:00、12:00  
～13:30、13:30～15:00

定各5人(先着順)

¥各300円

ハンドメイドワークショップDay

ハンドメイドのワークショップや体験  
レッスンなどを集めたイベントです。

時9月28日(土)10:00～16:00

他参加料のかかる講座があります。

いきいき健康体操④

時10月4日、11月1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

かぼちゃのランタンを作ろう

ペットボトルと紙粘土を使ってハロ  
ウィーンの飾りを作ります。

時10月5日(土)10:00～11:00、11:00  
～12:00

定各5人(先着順)

¥各700円

共通

申問 事前に電話か直接、同センター  
(☎234-2906)へ(ハンドメイドワー  
クショップDayは申し込み不要)

**催し講座** 松代文化ホール

松代演芸ホール2024～落語、お笑い、コ  
ント、マジックで過ごす午後のひととき

時9月14日(土)13:00開演(開場12:30)

¥1,000円

手形アートワークショップ～敬老の  
日のプレゼント

時9月15日(日)10:00～10:45、10:50  
～11:30

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)

¥各1,800円～

ヨガ教室

時9月22日(日)15:00～16:00

定15人(先着順)

¥小学生以下800円、中学生以上  
1,000円

2台のピアノを楽しもう

時9月23日(月)9:00～17:00(1枠30  
分、1組2枠まで)

定16枠(先着順)

¥1枠1,000円

共通

申問 事前に電話で松代文化ホール  
(☎278-4373)へ(演芸ホールは申  
し込み不要)

**催し講座** 手形アートワークショップ  
～ハロウィーンの思い出作り

時9月21日(土)10:00～10:45、10:50  
～11:30

所東部文化ホール

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)

¥各1,800円～

申問 事前に電話で東部文化ホール  
(☎217-4662)へ

**催し講座** 子ども向け手話教室  
～手話で話してみよう

時9月16日(月)10:00～11:30

所ふれあい福祉センター

対小学4年生～高校生

定35人(先着順)

申9月9日(月)までに右上の二次元コー  
ドから申し込むか、氏名、連絡先を記



入の上、Eメールで長野手話サークル  
(✉nagashuwa.kids@gmail.com)へ

問障害福祉課 ☎224-5030

**催し講座** 初心者からできる陶芸教室

火曜日コース

時10月1日～12月17日(火) 10:00～  
12:00、14:00～16:00、18:30  
～20:30(各計12回)

¥各1万円

土曜日コース

時10月12日～12月28日(土)10:00  
～12:00(計11回)

¥9,100円

共通

所リサイクルプラザ

対小学生以上

定各16人(先着順)

申問9月17日(火)9:30から、電話か  
直接、同プラザ(☎222-3196)へ(申  
し込みは本人から、18歳未満は保  
護者が申し込み)

**催し講座** 生涯学習センター

仲秋を感じる炭アート

数種類の新秋の花・植物を、自分好  
みに、炭でできた鉢に植えます。

時9月21日(土)14:00～15:30[申し  
込み9月14日(土)まで]

¥1,500円

小瓶の中の輝く世界～魅惑のハーバ  
リウムづくり

時10月6日(日)14:00～15:30[申し  
込み9月26日(木)まで]

¥1,800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  
し込み時に予約)。

**催し講座** 青色申告のための  
農業簿記講座(入門編)

時9月12日(木)13:00~16:00

所農業研修センター

対農業従事者

定10人(先着順)

¥300円

申問事前に電話で同センター(☎278-

2620)へ(日・月曜日を除く)

**催し講座** (一財)ながの緑育協会

山ぶどうのつる細工

時9月26日(木)10:00~12:00 [申し込み9月9日(月)9:00から]

定20人(先着順)

¥3,000円

セージの仲間のハーブで寄せ植えづくり

時9月27日(金)10:00~12:00 [申し込み9月10日(火)9:00から]

定16人(先着順)

¥2,800円

コケ玉づくりステップアップ講座

時10月15日、12月17日(火)13:30~15:30(計2回) [申し込み9月17日(火)9:00から]

定15人(先着順)

¥6,000円(陶器の受け皿付き)

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

**催し講座** 森の材料で巣箱作り

時9月28日(土)9:30~11:30

所市ボブスレー・リュージュパーク(スパイラル)

対小学生以上とその保護者

定5組(多数の場合は抽選)

¥300円

申問 9月18日(水)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** 男女共同参画センター  
各種講座

ベビーマッサージ&産後のいたわりヨガ

時9月29日(日)10:00~12:00

内 パパはベビーマッサージ、ママは産後のヨガを体験します。

対 市内在住・在勤の父親・母親とその子(子は2カ月~1歳未満)

定12組36人(先着順)

他 託児(1歳~未就学児)を実施します(要予約)。

私らしく描く!産後のキャリアデザイン  
自身の望む仕事と子育ての両立の未来像を考えます。

時10月1日・15日(火)9:30~11:30(計2回)

対 市内在住で再就職を検討中または育児休業中の女性

定15人(先着順)

他 託児(4カ月の乳児~未就学児)を実施します(要予約)。

共通

所 勤労者女性会館しなのき

申問 事前に電話で男女共同参画センター(☎237-8303)へ



**催し講座** フレイル予防講座②~  
健康・長寿の秘訣を学ぶ

座ってできるフレイル予防体操

時9月30日(月)14:00~15:30

定30人(先着順)

知っておきたい薬の話~薬を正しく使うために

時10月18日(金)14:00~15:30

定30人(先着順)

かんたん転倒予防体操

時10月23日(水)14:00~15:30

定30人(先着順)

心身を癒やすセルフハンドケア

時11月18日(月)14:00~15:30

定24人(先着順)

共通

所生涯学習センター

¥300円

申問 事前に直接、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-gakusyuu-c@city.nagano.lg.jp)へ  
他 託児を実施します(先着3人、受講日の10日前までに申し込み)。

**催し講座** 松の手入れ講習会  
(基本理論と実技)

時10月5日(土)10:00~12:00

所城山公園

定30人(先着順)

¥1,000円(保険料など含む)

申問 9月30日(月)8:30から、電話でNPO法人市環境緑



化協力会(☎214-8655)へ

**催し講座** 合併20周年 長野市の歴史と  
魅力ハツケン親子バスツアー

合併した各地区を巡る親子バスツアーを開催します。

戸隠地区

時10月6日(日)9:00~15:45

鬼無里地区

時10月20日(日)9:00~15:30

大岡地区

時10月27日(日)9:00~15:15

豊野地区

時11月10日(日)9:00~15:00

共通

対 市内在住・在学の小・中学生とその保護者

定40人(多数の場合は抽選)

¥1,000円(昼食付き)

申 9月2日(月)~16日(月)(必着)に右下の二次元コードから申し込むか、所定の申込書(右下の二次元コードからダウンロード可)に必要事項を記入の上、郵送かファクスで同ツアー運営事務局(株)アクテック(〒380-0913川合新田370-66、FAX222-6767)へ



他・各地区の行程など、詳しくは二次元コードからご覧ください。

・時間に変更になる場合があります。  
申問 企画課 ☎224-5010

**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戸隠公民館 ☎252-2221

とき (10月)	2日(水)		9日(水)		23日(水)		30日(水)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内容	ア	ア	イ	イ	ウ	ウ	オ	オ

②信州新町公民館 ☎262-2345

とき (10月)	7日(月)		11日(金)		16日(水)		18日(金)		21日(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 ①9月9日(月)9:00~25日(水)17:00 ②9月9日(月)9:00~30日(月)17:00に、電話で各施設へ

問 情報システム課 ☎224-7506

内 子どもの理解と対応の仕方

対 おおむね3~10歳の子どもの持つ保護者

定 20人(先着順)

申 9月17日(火)から、電話でこども総合支援センター「あのえっと」(☎224-7849)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

紙芝居を学ぼう

時 10月17日・31日、11月14日(木)・30日(土)10:30~12:30(計4回)

折り紙でクリスマス飾りを作ろう

時 10月29日(火)10:30~12:30

¥300円

共通

所 もんぜんぶら座

対 市内在住の60歳以上の人

定 30人(多数の場合初回の人優先の上、抽選)

申 9月13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** 聞こえの支援・要約筆記を知る講習会

時 10月11日(金)19:00~21:00

所 市障害者福祉センター

対 聴覚障害者の支援をしたい人

申 10月4日(金)までに、Eメールで長野手話サークル要約筆記部(✉naganoyobu@gmail.com)へ

問 障害福祉課 ☎224-5030

**催し講座** 長野県長野盲学校 菊花祭

時 10月12日(土)8:30~12:30

内 ステージ発表、作品販売など

問 県長野盲学校 ☎243-7789

**催し講座** 良きパートナーを探そう

時 10月19日(土)15:00~18:00

所 市内ホテル

対 市内在住・在勤の45歳以下で未婚の人

定 男女各20人(多数の場合は抽選)

¥3,000円

申 9月25日(水)~10月3日(木)9:30~16:00(土・日曜日を除く)に、電話で長野地区労働者福祉協議会(☎234-0294)へ

お知らせ

まじいろ

募集

催し・講座

時日時 場所所 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** 善光寺ブルーライトアップ

手話言語国際デーに合わせ、平和を意味するブルーで善光寺をライトアップします。

時 9月23日(月)点灯式18:15~18:30、ライトアップ18:30~21:00

問 (一社)市聴覚障害者協会 ☎050-3605-2464(電話リレーサービス)

**催し講座** 補助金を活用して まちづくりに挑戦しよう!

市民活動団体のまちづくり活動を資金面で支援する「ながのまちづくり活動支援事業補助金」の応募に向けた解説とワークを行います。

時 9月28日(土)15:00~17:30

所 もんぜんぶら座

対 市民活動団体、住民自治協議会

定 30人(先着順)

申 9月27日(金)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(10月)

救命入門コース

時 6日(日)9:00~10:30

所 小川村役場

定 10人(先着順)

問 小川分署 ☎269-1119

救命入門コース

時 27日(日)10:00~11:30

所 七二会分署

定 20人(先着順)

問 七二会分署 ☎229-3512

普通救命講習 I

時 19日(土)9:00~12:00

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 I

時 24日(木)9:00~11:00

所 柳原分署

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 20人(先着順)

問 柳原分署 ☎296-0119

普通救命講習 II

時 7日(月)9:00~13:00

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 12日(土)9:00~12:00

所 更北分署

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 20人(先着順)

問 更北分署 ☎284-8119

上級救命講習

時 29日(火)8:30~17:30

所 中央消防署

定 30人(先着順)

問 鶴賀消防署 ☎223-0119

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** 親子関係スキルアップ講座

時 10月16日~11月27日(水) 10:00~12:00(計4回)

所 ふれあい福祉センター

**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	定員(先着順)	受講料	申込期間
信州大学出前講座～ことばの不思議	9月24日(火)10:00～11:30	篠ノ井 ☎293-7227	60	40人	100円	9月9日(月)9:00～
西先生の古典文学講座 ～清少納言と枕草子	10月1日・15日・29日(火) 13:30～15:00(計3回)			40人	300円	9月10日(火)9:00～
肩こり・腰痛予防の健康体操	10月7日・21日、11月18日(月) 13:30～15:00(計3回)			20人	300円	9月11日(水)13:00～
長野県立大学デリバリアカデミア レクチャーピアノコンサート	10月22日(火)10:00～11:30			50人	100円	9月11日(水)9:00～
ふくふく寄席	10月1日(火)13:30～15:00	湯福 ☎232-8335	60	25人	100円	9月13日(金)～
ビスコーニュを作ろう!～クロスステッチ刺繍(しゅう)でピンクッション	10月11日～11月22日(金) 10:00～12:00(計4回)			8人	1,900円	9月10日(火)～
ハロウィーンフラワーアレンジ	10月17日(水)13:30～15:30			15人	2,600円	9月11日(水)～10月9日(水)
スマホカメラを片手に町を歩こう!	10月3日～31日(木) 10:00～12:00(計5回)	豊野 ☎257-3135	10人	500円	9月9日(月)～13日(金)	
ゆきみ先生の陶芸教室	10月8日・22日、11月12日(火) 9:30～11:30(計3回)	松代 ☎278-0050	60	8人	2,300円	9月24日(火)9:00～
ドライフラワーのアイアンリース	10月9日(水)10:00～12:00	三陽 ☎259-2411	60	20人	2,600円	9月17日(火)9:00～
防災講座～もしも防災をいつも防災に	10月29日(火)13:30～15:30		20人	200円	9月25日(水)9:00～	
はじめての楽しいコーラス	10月28日～12月23日(月) 13:00～14:30(計5回)	安茂里 ☎225-8500	60	15人	500円	9月17日(火)9:00～

対市内在住の 60=60歳以上の人 70=70歳以上の人 申問各申込期間中に、電話か直接、各ひろばへ

**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
赤ちゃんエコひろば 「リユース絵本の読み聞かせ」	9月27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	9月10日(火)10:00～
不要なポトムスでポーチ作り	10月9日(水)10:00～12:00	市内在住の人	5人※	500円	9月11日(水)10:00～
ゆめ工房21 布ぞうり作り	10月7日・21日(月)10:00～14:30		各6人※	各300円	
	紙すき体験		10月10日(木)	100円	
ねこはんでん作り			10:00～12:00	1,500円	
廃油石けん作り	10月11日(金)10:00～12:00		各5人※	300円	
着物で簡単ベスト作り	10月31日(水)10:00～14:30		500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** ソルガム栽培講習会(収穫)

時 9月28日(土)9:30～12:00  
 所 大安寺駐車場(七二会)  
 申 9月26日(木)(必着)までに、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、Eメールアドレス(持っている場合)を記入の上、直接、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで環境保全温暖化対策課(第二庁舎3階、〒380-8512長野市役所、FAX224-5108、✉kankyo@city.nagano.lg.jp)へ  
 問 環境保全温暖化対策課 ☎224-7532  
 他 詳しくは信州そるがむで地域を元気にする会HPを  


**催し講座** 市子ども会リーダー研修会

時 10月6日(日)9:30～16:00  
 所 市ふれあい福祉センター  
 内 高校生・社会人になっても役に立つ計画の立て方・会議の進め方  
 対 市内在住の小学5年生～高校生  
 定 30人(先着順)  
 料 ¥150円(本年度初めて参加する人のみ)  
 申 9月23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** 屋外広告物講習会

時 11月15日(金)9:30～17:10  
 所 Mウイング(松本市)  
 内 屋外広告物に関する法令・表示・施工に関する講習  
 対 県内で屋外広告業を営む予定の人  
 料 ¥3,500円(当日持参)  
 申 9月17日(火)～10月15日(火)に、所定の申込書[市HP、まちづくり課(第二庁舎5階)にあります]に必要事項を記入の上、直接、同課へ  
 問 まちづくり課 ☎224-7179

お知らせ

まちいろ

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

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)

Table with 4 columns: 講座 (Course), とき (Time), 会場 (Venue), とき (Time). Courses include 'からだの歪(ゆが)み、不調を整える操体法®', '英語を体感してみよう', '知って得する遺言書の書き方', '相続無料相談会(1人40分)', '医療事務入門編', 'ちょっと得する相続の基礎講座', '相続無料相談会(1人40分)', 'ピアノに再チャレンジ'.

勤労青少年ホーム(中部☎232-3256、南部☎293-4435)

Table with 4 columns: 講座 (Course), とき (Time), 会場 (Venue), とき (Time). Courses include 'ネイティブと学ぶ! ステップアップ英会話', '心を休める週末のヨガ', '体力アップ! からだにやさしいストレッチ', 'はじめてのハワイアンフラ', '干支(えと)を動書で書こう'.

サンライフ長野(☎227-2310)

Table with 4 columns: 講座 (Course), とき (Time), 会場 (Venue), とき (Time). Courses include '遺言書の書き方と相続 相続無料相談会(1人40分)', '身体がよるこぶウエープリングでストレッチ(木)', '体力づくりトレーニング(金)', 'アロマセラピーで秋冬を健やかに!'.

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、直接申し込む場合の申込開始日、その他の講座情報など、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 / 9月1日(日)9:00~8日(日)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

9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

▷14日(土)13:25~13:30 住宅の防火対策をしよう

▷28日(土)13:25~13:30 商店街の賑わいを創出

abn ふるさとステーション

▷15日(日)・【再】22日(日)17:25~17:30 生ごみ活用! 自宅で堆肥を作ろう~ダンボール 堆肥・コンポスト

SBC ふれ愛ながの21(手話通訳入り)

▷28日(土)15:30~16:00 子どもの体験・学びを応援します! ~子どもの夢を育てる取り組み

インターネット

INC 長野きらめきチャンネル

楽しく遊ぼう! ながのこども館「ながノビ!」 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

▷28日(土)17:35~17:45 復興応援イベント「絆」~さらなる復興に向けて

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

- 2日(月) ながの多言語インフォメーション(中国語)
3日(火) 人権啓発ポスター・標語コンクール作品募集【再】
4日(水) シニアのおしごと「ご縁結び」
5日(木) 認知症月間
6日(金) 自殺予防週間
9日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)
10日(火) HPVワクチンの接種(子宮頸(けい)がん予防)
11日(水) 芸術の秋を楽しもう! 秋のトイゴセミナーの紹介と受講生募集
12日(木) 市立博物館企画展 「よみがえる! 長野のゾウたち」開催【再】
13日(金) 動物の適正飼育
16日(月) ながの多言語インフォメーション(ベトナム語)
17日(火) 高齢者を火災から守る運動
18日(水) 長野市雨水貯留施設および浸透施設助成制度【再】
19日(木) 長野市若者奨学金返還支援事業補助金【再】
20日(金) 鬼無里ふるさと資料館【再】
23日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)【再】
24日(火) 公衆浴場での混浴年齢引き下げ【再】
25日(水) 幼稚園・保育園・認定こども園などの入園手続き
26日(木) 「ふらっとフレイル予防体験」へお出かけください【再】
27日(金) 10月の観光情報
30日(月) 広報ながの10月号の見どころ