

広報ながの

NAGANO

謹
賀
新
年

実りある一年になりますように



特集 2024果樹サミット

「100年後を見据えた長野市の農業の可能性」



FEEL NAGANO, BE NATURAL

この街で、わたしらしく生きる。長野市

未来の飛躍に 向けた挑戦



長野市長
荻原健司



奥裾花自然園のブナ(鬼無里)

明けましておめでとうございます。

皆さまには、健やかな新年をお迎えることとお喜び申し上げます。また、日頃は市政に対しご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

昨年は、令和6年能登半島地震をはじめ、全国各地で豪雨などの自然災害が発生し、また、長期化する物価の高騰などにより、市民生活や経済活動が大きく影響を受けた一年でありました。

そのような中、本市では、令和元年東日本台風災害から5年が経過したことを受けての復興応援事業「絆」の開催や、平成17年の一町三村との合併から20周年を記念したイベントなどを通して、市民の皆さまとともに、これまでの歩みを振り返りました。また、教育支援センター「SaSaLAND（ササラランド）」や、ながのこども館「ながのビー」、豊野防災交流センター、茶臼山スケートパークなど、新たな居場所や交流の場を整備、開設いたしました。

本年は、これまでの取り組みの定着を図るとともに、さらなる変革、挑戦に向けて、さまざまな施策・事業に取り組んでまいります。

市内経済の活性化に向けては、企業立地を促進するとともに、

地域経済を支える中小企業を支援し、雇用確保や所得向上を目指してまいります。また、人口減少社会を見据えた公共交通の維持に向けた取り組みを進めるとともに、市民の皆さまとの協働による、時代に即したまちづくりの仕組みを引き続き検討してまいります。

このほか、子どもの福祉医療制度の窓口無料化などの経済的な負担軽減策に取り組むとともに、子どもから高齢者まで、健康で生き生きとした生活を送るための各種施策の充実を図ります。

さらに、「みらいハッピーケン」プロジェクトなど子どもの体験や学びを応援する取り組みの一層の充実や、スポーツを軸としたまちづくりの推進に引き続き力を入れてまいります。

本市が未来に向かって飛躍し、さらに暮らしやすいまち、魅力あるまちとなるよう、市政を進めてまいりますので、引き続きご支援を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、今年一年の皆さまのご多幸とご健康を心から祈念申し上げます、新年のごあいさつといたします。

初春を迎えて



ろうかく梅園の梅の花(信州新町)



長野市議会議長
西沢利一

市民の皆さまにおかれましては、
健やかに新年をお迎えのことと存じ
ます。

日頃から、市政および議会に多大
なるご理解とご協力を賜り、厚く御
礼申し上げます。

新しい年を迎え、市民の皆さまの
幸せのために、引き続き努力してま
いりたいと決意を新たにしております。

昨年は、令和元年東日本台風災害
から5年が経過しました。これまで、
多くの皆さまによるご支援とご協力
のもと、復興に向けた歩みを進めて
まいりました。昨年8月には、地域
のまちづくり、生涯学習、防災の拠
点となる施設として豊野防災交流セ
ンターが開所されました。引き続き、
さらなる復興を遂げられるよう取り
組んでまいり所存でございます。

また、かねてより議会活性化のさ
らなる取り組みについて調査、研究
を行っている「議会活性化検討委員
会」では、市民と議会の意見交換会
の実施方法について検討を重ねてま
いりました。昨年11月には、市立長
野高等学校、清泉女学院大学の学生
の皆さんと議員による意見交換会を
開催し、初めての試みでしたが、大
変有意義な機会でありました。今後
も市民の皆さまとの対話の場の充実

を図るため、調査、研究を進めてま
いります。

今、テレワークの推進など、働き
方改革に伴い、地方での暮らしが見
直されております。この地方回帰の
流れを好機と捉え、地域の特性や強
みを生かした活力あるまちづくり、
魅力ある地域づくりのための施策を
進めていく必要があります。これら
施策の実現のためには、多くの市民
の皆さまの参画をいただきながら、
市政を進めることが重要でありま
す。

市議会といたしましても、より身
近な議会、開かれた議会を目指し、
皆さまの負託に応えられるよう、全
力で、その責任を果たしてまいり所
存であります。また、市政の監視役
としての議会の役割を十分に果たす
ため、市民の皆さまの声をお聞き
し、議論を重ねてまいります。皆さ
まには、昨年にも増してご支援、ご
協力を賜りますようお願い申し上げ
ます。

結びに、本年が皆さまにとりまし
て幸せで実り多い、希望に満ちた年
となりますことを心からお祈り申し
上げ、新年のごあいさつといたしま
す。



～日本の農林業の未来を考える～ 2025年農林業センサス



市ホームページ

農林業の実態を明らかにすることを目的に、2月1日現在で農林水産省が5年ごとに実施する大規模調査です。農林業を営む皆さんのところに統計調査員が訪問し、調査をしますので、ご協力をお願いします。

調査方法

1月から、調査員が下表の項目を聞き取り、該当した場合は調査票を配布します。調査票は、調査員が回収します(オンラインによる回答も可)。

農業 ●	経営耕地面積が30アール以上 以下に示す規模以上(いずれかに該当)	
	<ul style="list-style-type: none"> 露地野菜作付け面積が15アール 施設野菜栽培面積が350平方メートル 果樹栽培面積が10アール 露地花き栽培面積が10アール 施設花き栽培面積が250平方メートル 過去1年間の農産物販売金額が50万円以上に相当する規模の事業 など 	
農作業や選果選別等を受託(農業サービス)		
林業 ●	保有山林面積が3ヘクタール以上で	過去5年間に育林・伐採 2025年を計画期間に含む 「森林経営計画」を作成
	委託を受けて造林・保育	
	委託を受けて、または立木を購入して、 200立方メートル以上の素材を生産	

調査項目

- ・経営耕地面積、保有山林面積
- ・農業・林業の労働力
- ・世帯の状況
- ・農産物・林産物の販売状況 など



秘密は固く守られます

この調査は統計法に基づいて行うものです。調査票を統計上の目的以外に使用したり、情報を他に漏らしたりすることはありません。

⚠️ 統計調査員は県知事が任命した特別職の地方公務員で、「調査員証」を携帯しています。統計調査を装った「かたり調査」にご注意ください。

調査結果は

概要を11月末までに、詳細を令和8年3月末以降に、農林水産省ホームページで公表する予定です。この結果は、各種計画の策定や地方交付税算定の基礎資料などに活用されます。

📞 企画課統計担当 ☎229-6234 FAX228-7634

もくじ

- 市長・議長 年頭あいさつ 2・3
- 2025年農林業センサス 4
- 被災地支援と災害ボランティア 5
- 防災行政無線の案内 5
- 知っておきたい成年後見制度 6
- 個人市民税・県民税に係る改正 7
- 建築基準法および建築物省エネ法改正 7
- ながの健やかプラン21(第二次) 8・9
- 健康情報 10
- 第34回長野市民演劇祭高校公演 10
- 第45回全国中学校スケート大会 11
- 1月の市政番組 11
- 長野市果樹サミット2024初開催 12・13
- 暮らしのチャンネル 14～23
- 令和7年度農業研修センター受講生募集 24

今月の表紙

市では、100年後を見据えた農業への挑戦として、遊休農地の有効利用や就農機会の創出など、さまざまな農業施策を進めています。その一つとして、表紙の写真にある「ヘーゼルナッツ」の栽培振興に取り組んでいます。長沼でヘーゼルナッツを栽培する山田さんご夫婦をはじめ、市内では栽培が広がりつつあります。

豊かに実ったヘーゼルナッツのように、皆さまの1年が実りある年になりますように。

本年も「広報ながの」をよろしくをお願いします。



長野市の人口と世帯数 (令和6年12月1日現在)

総数	362,798人(男176,375人 女186,423人)
前月比	△225人(△86人 △139人)
世帯数	165,265世帯(前月比△34世帯)

能登半島地震から1年 ～被災地支援と災害ボランティア

昨年1月1日の能登半島地震から、1年が経過しました。被災地では、道路や水道などインフラの整備や、公費解体などが進められ、復旧・復興に向けて懸命の作業が行われていましたが、9月には線状降水帯に伴う大雨により、再び大きな被害を受けてしまいました。被災地では、いまだに避難所での生活を余儀なくされている人がいます。

本市では、令和6年4月から石川県珠洲市に6人、富山県富山市に1人、同県射水市に1人の合計8人の職員を派遣し、被災者の健康状況把握や被災建物の公費解体、道路啓開(※)、道路および下水道管

路の災害復旧などに関する業務を支援しています。

派遣から9カ月が経過しました。珠洲市で支援活動を行っている職員から見た現状を報告します。(※)道路啓開:緊急車両などの通行のため、早急に最低限のがれき処理や段差修正などを行い、救助ルートを開けること

《現地レポート》



休日の災害ボランティア活動の様子

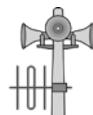
被災地では、家の片付けや泥出しなど、まだまだ多くの支援が必要だと感じます。

私は、休日には災害ボランティア活動をしています。メンバーとの交流や重機などの技術を学べるなど、良い体験ができています。

1月17日は「防災とボランティアの日」です。これを契機に、被災地に心を寄せていただき、募金や被災地の特産品を購入するなど、まずはできることから協力していただければと思います。

(珠洲市派遣 山田 伸晃)

防災行政無線で防災情報を発信しています



災害による被害を最小限にとどめるためには、災害発生や避難に関する正確な情報を入手し、適切な行動を取ることが重要です。

市では災害時における情報伝達手段の一つとして、防災行政無線の運用を行っています。避難場所

などに設置している屋外拡声子局(スピーカー)や戸別受信機を介して、大雨、地震などの災害に関する情報や避難に関する情報について、音声放送を実施しています。テレビ、ラジオ、インターネットなどと併せて、情報収集にご活用ください。

防災行政無線の内容をもう一度聞きたい時は？



(通話無料)

0120-479-231

※豊野、戸隠、鬼無里、大岡、信州新町、中条地区の個別放送を除く



防災アプリ『長野市防災ナビ』から、文字と音声でも確認できます。

▶ダウンロードはこちらから



知っておきたい 成年後見制度

「成年後見制度」は、認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が不十分な人を法的に保護し、支援するための制度です。判断能力が不十分になると、自分に不利益な契約を結んでしまうなど悪質商法の被害に遭う恐れもあります。成年後見人が本人の意向や利益を考え、財産管理や生活・健康に関する支援を行います。

成年後見制度には、法定後見制度と任意後見制度があります

	後見人を決めるとき	後見人の選任	支援内容
法定後見	判断能力が不十分になった後	家庭裁判所が親族の他、弁護士などの専門職や社会福祉協議会などを成年後見人等(成年後見人・保佐人・補助人)として選任します。	本人の判断力の程度により「後見」「保佐」「補助」の3種類があり、契約手続きなどの代理、取り消しなどを支援します。
任意後見	本人に判断能力があるときに	あらかじめ本人が選んだ人に依頼できます。	代理で行ってほしい財産管理などに関する事務をあらかじめ契約で決めておきます。

成年後見人等の選任には申し立てが必要です

成年後見人等は、本人・配偶者・4親等以内の親族か、市町村長の申し立てに基づき、家庭裁判所が選任します。

成年後見 はやわかり



厚生労働省ポータルサイト
「成年後見はやわかり」は
こちらから



Q 成年後見人等は何をしてくれるの？

A 身上保護(病院や施設入所の契約、福祉サービス利用手続き)と財産管理(収入や支出の管理)をします。食事の準備や実際の介護などの事実行為は職務ではありません。

Q 成年後見人等ができないことはどんなこと？

A 介護や受診の付き添いなど、直接的な支援、身元保証人の引き受け、医療行為への同意、死後事務(一部を除く)などはできません。

Q 成年後見人等の任期はいつまで？

A 通常は、本人の判断能力が回復したときか、亡くなるまで、成年後見人等としての役目を果たします。申し立てのきっかけとなる出来事を解決して終わりというわけではありません。

身寄りのない人の相談窓口

1人暮らしで頼れる親族がいない人や、将来の不安や心配事がある人は、「おひとりさま」あんしんサポート相談室にご相談ください。解決に向け、一緒に考え、必要なサービスや機関へつなぎます。

相談室では、身寄りがないことで生じる困り事の相談に合わせて、任意後見制度利用の相談もお受けします。任意後見契約だけでなく、任意後見人と死後事務委任・財産管理委任契約を結んでおくことで、もしもの時に備えることができます。



倒れたり、認知症になったら？
入院したら？
自分が亡くなったら？

● 成年後見制度についてのご相談

長野市成年後見支援センター

☎225-0153

● 身寄りがなくて今後に心配な場合

「おひとりさま」あんしんサポート相談室

☎219-5115

市ふれあい福祉センター2階

受付8:30~17:15(土日、祝休日、年末年始を除く)

※事前予約をすると、その後の相談がスムーズです(市社会福祉協議会ホームページのお問い合わせフォームから事前に予約できます)。

※相談にかかる費用は無料です。



個人市民税・県民税に係る改正など



令和7年度(令和6年分所得)から適用する主な改正は次のとおりです。

子育て世帯等に対する 住宅ローン控除の拡充・延長

子育て世帯等(※)への支援強化の必要性や、住宅価格の上昇などの状況を踏まえ、次のとおり住宅ローン控除が拡充・延長されます。

- ▶子育て世帯等が令和6年中に入居した場合における借入限度額を上乗せ(下表のとおり)
- ▶合計所得金額1,000万円以下の人に限り、新築住宅の床面積要件を40平方メートル以上に緩和する措置が令和6年12月31日まで延長

住宅区分	改正後	改正前
認定(長期優良・低炭素)住宅	5,000万円	4,500万円
ZEH水準省エネ住宅	4,500万円	3,500万円
省エネ基準適合住宅	4,000万円	3,000万円

(※)子育て世帯等:18歳以下の扶養親族を有する世帯、または本人か配偶者のいずれかが39歳以下の世帯

- ▷今後の税制改正については、随時、市ホームページでお知らせします。詳しくは、こちらをご覧ください。



同一生計配偶者に係る定額減税

令和7年度分市民税・県民税では、次のとおり定額減税を実施します。

※令和6年度は、納税義務者本人の合計所得金額が1,000万円超の同一生計配偶者(前年の所得が48万円以下)に係る定額減税は実施されませんでしたので、令和7年度分で行うものです。

▶対象者	令和6年中の合計所得金額が1,000万円超1,805万円以下かつ同一生計配偶者がいる人(国外居住者を除く)
▶減税額	1万円

税務署での確定申告相談をご検討の人へ

1月6日(月)から2月14日(金)までは、税務署で「事前予約制」により、申告相談を受け付けます。確定申告の相談受付期間中[2月17日(月)~3月17日(月)]は、確定申告会場へお越しください。※確定申告会場は、本紙2月号に掲載します。
☎長野税務署 ☎234-0111(自動音声案内)

☎市民税課 ☎224-8507 FAX224-7346

令和7年4月1日以降に着手する工事について

建築物に関するルールが変わります



「建築基準法」および「建築物のエネルギー消費性能の向上等に関する法律」が大幅に改正されます。住宅の新築・増築などの際に行う手続きの内容や方法が変わり、審査期間も長くなりますので、改正内容を踏まえた建築計画などをご検討ください。

建築確認手続きなどの見直し

- ▶建築確認の手続きが必要な対象範囲が拡大されます。
(例)都市計画区域外でも木造2階建ての住宅は建築確認が必要
(例)木造2階建て住宅の大規模なリフォームも建築確認が必要
- ▶審査省略の対象範囲が縮小されます。
(例)木造2階建てや延べ面積200平方メートル以上の住宅でも、構造関係や省エネ関連の審査および書類の添付が必要

原則全ての新築で省エネ基準適合を義務化

- ▶省エネ基準適合に関する手続きが必要です。
(一部の建築物は手続きが省略される場合があります。)
- ▷今回の法改正により、建築確認や省エネ基準適合性判定などの手続きに関する手数料を改正します。法改正の内容など詳しくは、市ホームページで、ご確認ください。



☎建築指導課 ☎224-5048 FAX224-5124

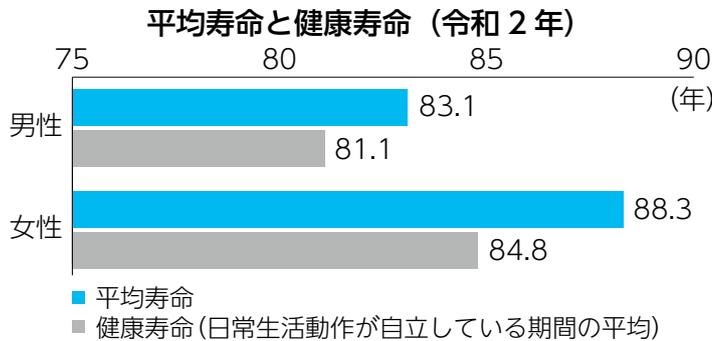
ながの健やかプラン21 (第二次)

第四次長野市健康増進計画・第四次長野市食育推進計画

市では、「ながの健やかプラン21(第二次)」(令和6年度から11年度までの計画)に基づき、市民一人一人が自分の状況に合った健康づくりに取り組めるよう、健康増進、健やかな生活習慣の定着を目指した各種事業を進めています。



健康寿命を延ばしましょう



資料:厚生労働省「市町村別生命表」
国民健康保険中央会「KDB(国保データベース)システム」

平均寿命と健康寿命の差は、日常生活に制限がある「不健康な期間」を意味し、令和2年では男性2年、女性3.5年となっています。

「健康で長生き」できるよう、健康寿命の延伸を目指します。

自分と家族の健康のために、
「健康で長生き」を目指して、
生活習慣を見直して
みませんか？



血圧 皆さんは自分の血圧をご存じですか？

循環器疾患の要因の一つが高血圧

Q 血圧と病気の関係って？

A 脳血管疾患や心疾患などの循環器疾患は、長期入院や長期介護など、健康寿命延伸を阻む大きな要因です。特に高血圧は循環器疾患の最大の危険因子で、120/80mmHg(病院での測定値)を超えて血圧が高くなるほど、発症リスクが高くなるといわれています。

Q 血圧が高いと自覚症状はありますか？

A ほとんどの人には自覚症状がなく、気付かないうちに、脳や心臓の血管が少しずつ硬くなっていきます。

Q 日頃から高血圧予防をするには？

A 家庭用血圧計などで自分の血圧を知り、生活習慣の見直しや降圧治療などで適度な血圧を保つことが大切です。

血圧は一日のうちでも変動します。一日を通して正常の範囲になるようにしましょう。



生活習慣の見直しによる高血圧予防

減塩、減量、運動、節酒、禁煙などは血圧を下げる効果があるといわれています。例えば、運動では、有酸素性運動が特に効果的です。全身の筋肉を使い、リズムカルな動きを続ける活動で、ウォーキングやジョギング、サイクリングなどがこれに当たります。無理のない範囲で、できることからスタートしましょう。



正常血圧の基準値		
	収縮期	拡張期
家庭で測定	115未満	75未満

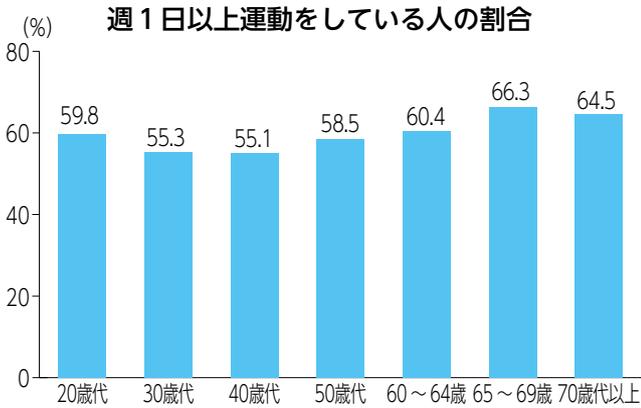
高血圧の診断基準(降圧治療の対象)		
	収縮期	拡張期
家庭で測定	135以上	85以上
病院で測定	140以上	90以上

資料:「日本高血圧学会 高血圧治療ガイドライン2019」より

運動 今年こそ始めてみませんか？



運動が体に良いことは分かっているけれど..



資料：令和4年度「第五次長野市総合計画推進のための市民アンケート調査結果報告書」より

忙しい日常の中では、運動する時間を確保することは難しいかもしれません。運動習慣をつけることは最終目標として、まずは「今より、少し多く体を動かす」ところから始めてみましょう。運動を続けていると、動かしやすい体に変化していきます。

- 座りっぱなしを防ぐ(30分に1回は立ち上がる)
- 階段を使って、別フロアのトイレに行く
- テレビを見ながら、その場で足踏みをする
- 歯磨きしながら、つま先立ちをする
- 少し回り道をして歩く など

+10(プラス・テン)

毎日、今より10分多く体を動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、うつ、認知症などになるリスクを下げることができます。



知ってください「COPD」 ～COPD(慢性閉塞性肺疾患)は全身の病気です～

COPD(慢性閉塞性肺疾患)とは

たばこなどの有害物質を長期間吸い込むことで生じる肺の炎症性疾患です。喫煙習慣のある中高年に多く発症する生活習慣病で、肺の機能が低下し、呼吸しにくくなります。低下した肺の機能は、元には戻りません。肺の炎症物質が血管を通じて全身に回り、心不全や糖尿病などの炎症性の疾患が起こり、日常生活に影響を及ぼします。

気付かないうちに肺の機能が低下します



こんな症状があったら.. COPDかもしれません

思い当たる症状がある人は、呼吸器内科・かかりつけ医へ相談を

- 長い間喫煙をしている、またはしていた
- 歩いた時や階段を上り下りすると息切れを感じる
- 痰(たん)がからみやすい
- 風邪をひきやすい、またはこじらせやすい
- 風邪をひいた時に、喉や気管がゼイゼイという

「早期発見・治療」が大切

肺の機能は急速に低下していくことが多いので、早期に診断をして適切な治療を受けることが重要です。

監修：東北大学大学院医学系研究科 内科病態学講座
呼吸器内科学分野 教授 杉浦 久敏

専門医による認知症個別相談会

時 1月15日(水)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 事前に電話で同センター(☎224-7174)へ

フレイル予防の相談会

時 1月23日(木)、2月5日(水)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)、社会参加などのアドバイス
 申 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

不妊カウンセラーによる不妊・不育症相談

時 1月15日(水)13:00~16:00
 所 市保健所
 申 事前に電話で健康課(☎226-9963)へ

肩こり改善&血管しなやか運動講座

時 1月21日(火)13:30~15:00
 所 信州新町支所
 内 ストレッチなど
 申 1月17日(金)までに、電話で健康課(☎226-9961)へ

関節痛や生活習慣病予防の個別運動相談

時 1月24日(金)13:30~15:30(1人40分程度)
 所 犀南保健センター
 定 5人程度(先着順)
 申 1月8日(水)から、電話で同センター(☎293-8080)へ
 問 健康課 ☎226-9961

血糖値を下げる運動講座

時 1月31日(金)13:30~15:30 / 北部保健センター
 2月13日(木)13:30~15:30 / 犀南保健センター
 内 講話:「血糖値を下げる運動とは」
 実技:簡単な筋トレなど
 申 開催日の2日前までに、電話で健康課(☎226-9961)へ

第34回長野市民演劇祭 高校公演

入場無料

- ところ / 勤労者女性会館しなのき
- 開演時間 / 12:30(開場時間 / 正午)

とき	開演時間	出演校・タイトル
2月1日(土)	12:30~	文化学園長野高等学校演劇部 「本を拾っただけなのに」
	13:50~	長野日本大学高等学校演劇部 および櫻ヶ岡中学校演劇部 「あたらしい憲法のはなし」
	15:10~	長野南高等学校演劇部 「DOKUSAISHA ~Charlie Chaplin "The Great Dictator"より~」
2月2日(日)	12:30~	長野西高等学校演劇班 「フットボールの時間」
	13:50~	長野清泉女学院高等学校演劇部 「ラフ・ライフ」
	15:10~	長野東高等学校演劇部 「木村に100円返しに行く話」
	16:10~	市立長野高等学校演劇部 「アリアドネの糸」

市内高校演劇部によるフレッシュな演技、
 演出をお楽しみください。



~昨年度の様子~

問 文化芸術課 ☎224-7504 FAX224-7351

第45回全国中学校スケート大会



☎ スポーツ課 ☎ 224-7804 FAX224-7351

世界の舞台で活躍している高木美帆選手、鍵山優真選手など大勢の選手が、かつてこの大会に出場し、世界へ向かって大きく飛躍していきました。未来に向かって挑戦する、中学生スケーターたちの熱戦にご期待ください。



とき **2月1日(土)~4日(火)**

ところ **エムウェーブ**(スピードスケート)
ビッグハット(フィギュアスケート)



◀ 競技日程など、詳しくは大会ホームページをご覧ください。



~昨年度(第44回)大会の様子~

●大会スローガン

**「Grab it !
~未来の切符は
長野から~」**

作:坂本絢音さん(川中島中2年)

●大会ポスター



作:亘かなでさん(篠ノ井東中1年)

1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

▷11日(土)13:25~13:30

市長新年の抱負

▷25日(土)13:25~13:30

信州新町化石博物館の楽しみ方

abn ふるさとステーション

▷19日(日)、【再】26日(日)17:25~17:30

戸隠スキー場に茅(かや)を活用したコースができました!



SBC ふれ愛ながの21(手話通訳入り)

▷25日(土)15:30~16:00

「みんなの博物館」~見て、学んで、楽しもう

インターネット

INC 長野きらめきチャンネル

長野県救急安心センター「#7119」

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

▷25日(土)17:35~17:45

ナガノのシゴト博に参加してみませんか

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(水) 長野市長 新年のあいさつ

2日(木) 長野市会議長 新年のあいさつ

3日(金) 広報ながの1月号の見どころ【再】

6日(月) 長野市長 新年のあいさつ【再】

7日(火) 長野市会議長 新年のあいさつ【再】

8日(水) 固定資産税(償却資産)の申告

9日(木) 冬季における水道メーターの検針

10日(金) 2025年農林業センサス

13日(月) ながの多言語インフォメーション(中国語)

14日(火) nagano forest village 冬のコンテンツのお知らせ【再】

15日(水) 固定資産税(償却資産)の申告【再】

16日(木) ソルガムを育てて食べて脱炭素!

17日(金) 令和7年度市民税・県民税の申告

20日(月) ながの多言語インフォメーション(英語)

21日(火) 冬の省エネ、節電対策【再】

22日(水) 冬の入浴中の事故に要注意

~ヒートショックと浴室熱中症予防【再】

23日(木) 長野市の人権教育

24日(金) バス共通ICカードKURURUのリニューアル【再】

27日(月) ながの多言語インフォメーション(ベトナム語)

28日(火) はたちの献血キャンペーン【再】

29日(水) 信州新町化石博物館企画展

「信州が海になったころ(後期)」【再】

30日(木) 2月の観光情報

31日(金) 広報ながの2月号の見どころ

長野市果樹サミット

初開催!! 2024



左から、土屋公二さん、岡田浩史さん、中澤徹守さん（長野県松本農業農村支援センター所長）、松崎良一さん（長野県長野農業農村支援センター所長）、荻原市長

近年の気候変動や遊休農地の増加が進む中、本市では、100年後を見据えた農業への挑戦として、農業者の選択肢拡大に向け、ヘーゼルナッツの栽培振興を図っています。

一方で、本市の特産品である果樹の生産を、将来にわたり継続していくには、消費者も現状を理解し、農業者とともに考えていくことが重要です。

そこで、10月26日に「長野市果樹サミット2024」を初開催し、「果樹農家を取り巻く環境とその取り組み」を演題とした講演会とヘーゼルナッツをテーマにしたパネルディスカッションを行いました。熱のこもった会場の様子をお届けします。

第1部

基調講演

果樹農家を取り巻く環境とその取り組み



長野県長野農業農村支援センター
重藤奈央さん
「果樹農家を取り巻く環境について」

長野市周辺は果樹の一大産地ですが、栽培面積・生産量の減少や担い手の高齢化など多くの課題を抱えています。一方で、新たな栽培方法の開発やAI、ロボットなどの先端技術導入の検討が始まっていて、労働生産性の向上が期待されています。

果物の摂取量は10年前と比較して減少傾向で、特に20〜40代の摂取量が少ないというデータがあります。

この状況を受けて、消費拡大に向けて、リンゴのシナノゴールドやブドウのシャインマスカットなど、消費者ニーズに対応した新品种の育成や食育活動などが進められています。

普段、何気なく食べている果物ですが、生産者の努力と愛情が詰まっています。長野の新鮮でおいしい果物をもっと楽しみ、果樹生産者を応援しましょう。



長野市農業委員会 会長
青木保さん
「果樹ほ場の農地集積・集約化への取り組みについて―長野市若穂綿内地区の取り組みの紹介―」

若穂綿内地区で、高齢化や担い手減少の影響から遊休農地が拡大する中、リンゴの特産地としての活気を取り戻すべく、国の補助事業を活用し、農地集積・集約化を実施しました。

その結果、遊休農地の減少、新規

就農者の増加を含む担い手の世代交代の進展、既存営農者の規模拡大を実現することができました。

住民・地権者の理解を得ることや、現役農家の生活保障など数々の困難を乗り越えて、地域一丸となって、事業を成し遂げることができました。

今後の10年が農業にとつての正念場です。DXによる省力化や担い手の継続確保などを、農業委員や最適化推進委員が中心となってけん引し、できることから一歩前に進めて次世代へバトンタッチしていきたいです。



有限会社テオブロマ
代表取締役・オーナーシェフ
土屋公二さん

1999年に現在の有限会社テオブロマを設立。「ミスターカカオ」や「味覚の魔術師」と呼ばれ、数々の受賞歴を誇る。2024年には長野市産のヘーゼルナッツを使用したチョコレートが国際大会で銅賞と特別賞を受賞。

ヘーゼルナッツに感じる
可能性・魅力

土屋 新鮮なヘーゼルナッツをぜひ食べてみてほしいです。業界ではイタリアのピエモンテ産が一番だといわれていますが、実は長野でも世界に認められる最高水準のナッツが作られており、しかも新鮮なうちに手に入る。「まちの名産品」として推し出す価値はあると思います。

岡田 ヘーゼルナッツは、みじん切りや粉末、ペーストへの1次加工、パティシエやシェフの調理といった

2次加工と、加工を重ねることで付加価値が上がります。色々な商品を生み出せる、無限の可能性があるので。収穫は落ちた実を拾うだけ。栽培も比較的簡単で、初心者や高齢者にも始めやすい。ただ、木一本当たりの収量が少ないため、遊休農地を活用して栽培面積を確保できないかと考えています。

中澤 私や松崎さんのような農業指導者の立場からすると、栽培を推進する上で「安定収益」や「経済的なリターン」を確保することは必須です。しかし、今のところそのためのデータや知見がほぼゼロに近い状態です。

松崎 今後データを集めながら、栽培の上での課題解決をサポートできればと思います。加えて市と協同で、こういった地域で、どんなタイプの農家に向けて栽培を推進すればいいか考えていきたいです。

市長 地球温暖化による農産物への悪影響、遊休農地の増加、エネルギーや資材の高騰、農家の減少と高齢化。ヘーゼルナッツはこれ

らの課題を解決する切り札になるのではと考えています。「まずは皆でやってみよう」と、職員が率先してチャレンジしています。

長野市がヘーゼルナッツを振興
していく上で重要なことは？

中澤 実態調査から始め、栽培方法を確立することだと思っています。目標は、「栽培技術マニュアル」の作成です。

岡田 長野市に即した栽培方法を学んでいただくため、山の中に実験用の畑を作りました。まずは自分自身で「もうかる農業」のビジネスモデルを示したいと思っています。

株式会社フル里農産加工
代表取締役社長
岡田浩史さん

日本初となるヘーゼルナッツの「国産化」と「6次産業化」を目指し、2013年に市内で試験栽培を始める。2023年には日本唯一の「ヘーゼルナッツ学校」を市内に創設し、長野の新たな資源にしようと日々奮闘中。



土屋 長野産の新鮮なヘーゼルナッツは誇張抜きに一番おいしいです。その「おいしさ」で世界へと市場を広げてほしいです。

松崎 「食材」としては可能性を感じる一方、「栽培」は慎重に進めるべきだと考えています。私の経験上、「手がかからず、どこでも、誰にでも作れる品目」はありません。また果樹生産者は、新しい品目の栽培による自分の畑への影響を非常に心配します。皆が不安なく農業を続けられるような調整や、獣害・虫害対策を市とともに進めていきたいです。

市長 150年前までは、長野市でリンゴは栽培されていませんでした。しかし情熱を持った人々の働きかけによって、今や本市は一大産地です。当時の皆さんと同じ気持ちでチャレンジしたいと思います。ヘーゼルナッツの実がなるまでに5年ほどかかりますが、引き続き皆さんと一丸となり、「元氣な農業」を次の世代へとつなげていきたいです。



荻原健司
長野市長

催し講座 二級建築士受験準備講座

学科・製図コース

時 2月1日～9月6日(土)9:30～16:30

製図コース

時 7月12日～9月6日(土)9:30～16:30

共通

所 長野地域職業訓練センター

申 1月16日(休)までに、直接、同センターへ

問 同センター ☎221-0505

他 対象や定員、参加料など、詳しくは同センターHPをご覧ください。



催し講座 女性＆男性のための地域活動セミナー

地域社会での女性の参画について、男性も女性も共に考えます。

時 2月8日(土)13:30～15:30

所 古里公民館

講 築山秀夫さん(長野県立大学グローバルマネジメント学部教授)

対 地域活動に関心のある人

定(先着順)60人

申 1月31日(金)までに、電話か直接、人権・男女共同参画課(第一庁舎4階)へ

問 同課 ☎224-5428

他・当日参加も可(事前申し込みにご協力ください)

・託児あり[1月27日(月)までに申し込み]

催し講座 長野地域職業訓練センターパソコン講座

パワーポイント(プレゼン)基礎

時 2月8日・15日(土)9:30～16:30(計2回)

ワード(文章)基礎コース

時 2月12日・19日・26日(水)9:30～16:30(計3回)

エクセル(表計算)基礎コース

時 2月22日、3月1日・8日(土)9:30～16:30(計3回)

ワード(文章)応用コース

時 2月28日、3月7日(金)9:30～16:30(計2回)

共通

¥受講料がかかります。

申 1月8日(水)9:00から、電話かファクスで同センターへ

問 同センター ☎221-0505、FAX 221-0036



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

南部勤労者活躍支援センター(☎293-4435)

講座	とき	講座	とき
はじめての陶芸(手びねり)	2月8日～3月1日(土)13:00～15:00(計4回)	初めてのパワーポイント(夜)	3月7日・14日・21日(金)19:00～21:00(計3回)
絵柄入りやしょうま作り※	2月14日(金)10:00～13:00	イライラとの向き合い方 怒りのコントロール(続編)	3月12日・19日(水)10:30～12:00(計2回)
ちょっと得する相続の基礎	2月21日(金)10:00～12:00	やさしく学べるはじめての資産運用	3月18日(火)19:00～21:00
相続無料相談会(1人40分)		3月21日(金)10:00～12:00	
選べる手作りシルバーアクセサリー	3月1日(土)13:00～15:00	相続無料相談会(1人40分)	3月21日(金)13:00～17:00

対 市内在住・在勤の人 ※…託児あり(有料)

勤労者女性会館しなのき(☎235-2373)

講座	とき	講座	とき
ちょっと得する相続の基礎	2月19日(水)10:00～12:00	相続無料相談会(1人40分)	2月19日(水)13:00～17:00

対 市内在住・在勤の人(学生は除く)

中部勤労青少年ホーム(☎232-3256)

講座	とき	対 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)
クラフトテープで作る春のポシェット	3月1日・8日(土)10:00～12:00(計2回)	

サンライフ長野(☎227-2310)

講座	とき	講座	とき
遺言書の書き方と相続	3月11日(火)10:00～12:00	相続無料相談会(1人40分)	3月11日(火)13:00～17:00

対 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)。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。

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/1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。



▲勤労者活躍支援センター



▲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 金額 持ち持ち物 申申し込み 問問い合わせ 他その他

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
脳のゲンキにつながるボードゲーム	1月20日(月)10:00~12:00	柳町	10人	100円	1月8日(水)10:00~
男性だけの姿勢改善体操※1	2月3日(月)10:00~11:45	☎235-0019	15人	100円	1月14日(火)10:00~
西先生の古典文学講座 「古典世界の恋ごころ」	1月22日・29日、2月12日(水) 10:00~11:30(計3回)		48人	300円	1月14日(火)13:00~
季節を楽しむお菓子作り 簡単椿もちを作ってみよう	1月23日(水)9:45~12:00		20人	700円	1月9日(水)9:00~
ストレッチとピラティスと筋トレ	1月24日~3月14日(金) 13:15~14:30(計8回)	篠ノ井 ☎293-7227	18人	800円	1月15日(水)9:00~
きつめのステップ台ウオーキング ストレッチ	1月27日、2月10日、3月10日(月) 13:30~15:00(計3回)		18人	300円	1月16日(水)9:00~
樹脂粘土で作る「かわいいおひなさま」 屋下がりの発表会 ハッピーダンス※2	2月6日(水)9:30~11:30 1月27日(月)14:00~15:00		12人	1,100円	1月10日(金)9:00~
介護者のつどい	2月20日(水)10:00~12:00		なし	無料	不要
信州大学出前講座 「方丈記を読む 古典文学と災害」	2月20日(水)10:00~12:00		10人	無料	2月18日(火)まで
手縫いで作る皮革細工の スマホポーチ	3月3日(月)13:30~15:30	氷鉦 ☎284-8100	20人	100円	1月15日(水)9:00~
シニア男子のはじめてヨガ※1	3月6日(水)・17日(月) 13:30~15:30(計2回)		10人	200円※3	1月16日(水)9:00~
冬の自律神経アップ!	1月30日、2月13日・27日(水) 13:30~15:00(計3回)	湯福 ☎232-8335	15人	300円	1月10日(金)~
集まれ! シニア男子 ~パネルディスカッション※2	2月10日、3月10日・24日(月) 10:30~12:00(計3回)		20人	300円	1月14日(火)~
体験会 男の筋活※1 歌って! ハモって! ブリランテ! ジャイロキネシス®	2月4日(火)13:30~15:30		30人	100円	2月3日(月)まで
介護者のつどい	2月5日(水)13:15~14:45	三陽 ☎259-2411	10人		
の色とりどり 講座 基本から学ぶアレンジメント ドライフラワーのトピアリー 壁掛け花束のスワッグ作り	2月6日(水)・20日(水) 10:00~11:30		各5人	各100円	1月20日(月)9:00~
ヨガストレッチでリラックス	3月5日(水)13:30~15:00		20人		
	2月6日(水)13:30~15:30		10人	100円	2月3日(月)まで
	2月5日(水)13:30~15:00		各12人	各1,100円	1月9日(水)~17日(金)
	2月19日(水)13:30~15:00	豊野 ☎257-3135			
	3月5日(水)13:30~15:00		20人	300円	1月20日(月)~24日(金)
	2月12日~3月12日(水) 10:00~11:15(計3回)				

対 市内在住の60歳以上の人 ※1…男性に限る ※2…どなたでも ☎※3…材料費別
申 各申込期間中に電話か直接、各ひろばへ

催し講座 長野市消防団音楽隊
第31回定期演奏会

時 2月23日(日)14:00~16:30 (開場
13:00)

所 ホクト文化ホール

問 警防課 ☎227-8002

催し講座 救命講習会(2月)

救命入門コース

時 2月6日(水)9:00~10:30

所 若穂公民館

問 若穂分署 ☎282-2299

普通救命講習Ⅰ

時 2月6日(水)9:00~12:00

所 中央消防署

問 七二会分署 ☎229-3512

普通救命講習Ⅱ

時 2月21日(金)9:00~13:00

所 小川村役場

問 小川分署 ☎269-1119

普通救命講習Ⅱ

時 2月14日(金)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

問 鬼無里分署 ☎256-3119

普通救命講習Ⅲ

時 2月17日(月)9:00~12:00

所 松代支所

問 松代消防署 ☎278-2992

上級救命講習

時 2月6日(水)8:30~17:30

所 烏居川消防署

問 烏居川消防署 ☎253-5119

共通

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

他 定員など、詳しくは市

HPをご覧ください。

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

時 2月2日(日)10:00~12:00、14:00

~16:00

定 (先着順) 各5人

¥各700円

いきいき健康体操教室6

時 2月7日、3月7日(金)13:30~14:30

定 (先着順) 各10人

¥1回参加1,500円、2回参加2,400円

共通

申 事前に電話か直接、同センターへ

問 同センター ☎234-2906

他 この他の講座や体験教

室など、詳しくは同セン

ターHPをご覧ください。



催し講座 謡曲体験講座(金春流)

時 1月29日(水)13:30~15:30

所 温湯温泉湯~ぱれあ

対 市内在住の60歳以上の人

定 (先着順) 10人

申 1月15日(水)9:00から、電話で湯

~ぱれあへ

問 同施設 ☎282-5500

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

定 (先着順) 30人
申 1月23日(休)までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで、NPO法人みどりの市民へ
問 同団体 ☎ (FAX共通) 217-0514、✉ midoric2023@gmail.com

催し講座 **市保健所 動物愛護センター**

犬と猫の休日譲渡会

時 1月18日(土) 13:00～15:00



愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

時 1月18日(土) 13:00～15:00

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にかかっていないこと)とその飼い主



家庭犬の誉めて伸ばす訓練～犬に愛情を人に教育を

時 1月19日(日) 13:30～15:30



定 (先着順) 100人

地域猫セミナー

時 2月9日(日) 13:30～15:30



定 (先着順) 100人

共通

申 1月8日(水)～17日(金) [地域猫セミナーは2月7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、電話で同センターへ
問 同センター ☎ 262-1212

催し講座 **ながのシニアライフ アカデミー特別講演会**

時 1月28日(火) 10:30～12:00 (開場 10:15)

所 市役所講堂(第二庁舎10階)

内 (講演) 「会話は深い!」

講 金田一真澄さん(長野県立大学学長)

対 市内在住の60歳以上の人

定 (先着順) 30人

申 1月17日(金)までに、電話か直接、

高齢者活躍支援課(第二庁舎1階)へ
問 同課 ☎ 224-5029

催し講座 **長野市再開発促進協議会 まちづくり講演会**

時 1月28日(火) 15:00～17:00

所 生涯学習センター

内 (講演) 地域資源を活(い)かしたまちづくり～ふるさとの「夢」を「かたち」に
講 嶋田俊平さん(株式会社さとゆめ代表取締役CEO)

定 (先着順) 100人

問 まちづくり課 ☎ 224-6859

催し講座 **信州そるがむで地域を元気にする会2024年度 成果報告会**

時 1月29日(水) 13:00～14:30

所 シャトレゼホテル長野

内 横山タカ子先生(料理研究家)を交えたパネルディスカッション

定 200人

申 1月24日(金)までに、同会HPから申し込み



問 環境保全温暖化対策課 ☎ 224-7532

他 同日、同会場で10:00～15:00にマルシェを開催します。

催し講座 **スマートシティNAGANO 各種イベント**

先 端技術で人手不足を乗り越える! 「スマートシティNAGANO」展示・体験会

社会課題や地域課題の解決、業務の効率化などにつながる先端的な技術やサービスの展示・体験会です。

時 1月30日(木) 13:00～17:00・31日(金) 9:00～17:00

所 芸術館展示サロン(第一庁舎1階)

めぐる つながる NASC OPEN DAY (ナスクオープンデー)

オープンイノベーションや協働・共創による事業創出をテーマとした講演・ワークショップ
他、NASCの取り組み事



例の発表や展示などを行います。

時 1月31日(金) 13:30～17:30

所 芸術館アクトスペース

申 1月24日(金)までに、電話かEメールでイノベーション推進課へ

問 同課 ☎ 224-9711、✉ innovati on@city.nagano.lg.jp

催し講座 **市民協働サポートセンター**

組 織基盤づくりのヒントを学ぼう!

時 2月1日(土) 13:30～16:30 (申し込み 1月29日(水)まで)

所 もんぜんぱら座

内 組織基盤強化についての講義など

対 市民活動団体、住民自治協議会

定 (先着順) 20団体(1団体原則2人まで)

¥ 1団体1,000円(3人以上になる場合は1人追加ごとに500円追加)

地 域の未来を考える! 自治会って何してる?

時 2月6日(木) 13:00～16:00 (申し込み 2月3日(月)まで)

所 柳原交流センター

内 自治会の役割や組織を知る交流会

定 (先着順) 40人

共通

申 申込期限までに、電話かEメールで市民協働サポートセンターへ

問 同センター ☎ 223-0051、✉ npo@nagano-shimin.net

催し講座 **ながの治水対策研究会**

時 2月13日(木) 14:00～16:00

所 市役所講堂(第二庁舎10階)

内 治水対策についての講演、調査研究の中間発表など

定 (先着順) 20人

申 1月31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、氏名(フリガナ)、住所、電話番号、年齢、職業をEメールで河川課へ



問 同課 ☎ 224-7646、✉ kasen@city.nagano.lg.jp

催し講座 市立博物館

子ども☆体験のひろば

(受付は11:00まで)

◇福柁(ます)をつくろう

時 1月11日(土)10:00~12:00

◇北風にのる凧(たこ)をつくろう

時 1月25日(土)10:00~12:00

◇チリメンモンスターをさがせ!

時 2月1日(土)10:00~10:30、11:00~11:30

ながはく総合講座「博物館収蔵の藁(わら)馬と藁細工」

時 1月19日(日)14:00~15:30

夜のプラネタリウムと星空観望会「惑星大集合」

時 1月25日(土)18:00~19:30

手仕事のじかん「冬の草木染め」

時 1月26日(日)13:00~15:00

満天の星空タイム「冬の星座勢ぞろい」

時 2月2日(日)13:00~13:40

共通

所 市立博物館(星空観望会と満天の星空タイムは施設横のプラネタリウム)

¥ 入館料必要(土曜日は小・中学生無料)

問 同館 ☎284-9011

他 定員や参加料など、詳しくは同館HPをご覧ください。



催し講座 化石消しゴムをつくろう!

時 2月8日・15日(土)13:30~15:30

所 信州新町化石博物館

定(先着順)各10人

¥ 各300円(高校生以上は別途入館料必要)

申 1月8日(火)から、電話で同館へ

問 同館 ☎262-3500



催し講座 ながの環境パートナーシップ会議各種イベント

Myかんじきで雪の上を歩こう

時 2月8日(土)9:30~11:30

所 nagano forest village

森の駅 Daizahoushi



対 市内在住・在勤・在学の人(未成年は保護者同伴)

手作り豆腐

時 2月8日(土)10:00~12:00

所 ふれあい福祉センター

対 小学生以上とその保護者



共通

申 1月29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へ

問 同課 ☎224-5034

他 定員や参加料など、詳しくは二次元コードをご覧ください。

催し講座 バレンタインイベント in茶臼山動物園

時 2月8日(土)・9日(日)10:00~16:30(入園は15:30まで)

¥ (入園料)一般600円、小・中学生100円

問 茶臼山動物園 ☎293-5167



催し講座 リサイクルプラザ

着物リフォーム「気軽な作務衣(さむえ)作り」

時 1月17日~2月7日(金)9:30~12:00(計4回)

ゆめ工房21

◇布ぞうり作り

時 2月10日・17日(月)10:00~14:30

◇紙すき体験

時 2月13日(木)10:00~12:00

◇ねこはんでん作り

時 2月13日(木)10:00~14:30

◇さき織り体験

時 2月15日(土)10:00~14:30

◇生ごみ堆肥でおいしい野菜作り

時 2月27日(木)13:30~15:30

共通

対 市内在住の人

申 着物リフォームは1月8日(火)、ゆめ工房21は9日(木)10:00から、電話か直接、同プラザへ

問 同プラザ ☎222-3196



他・定員や金額など、詳しくは同プラザへお問い合わせください。

・この他の催しは、同プラザHPをご覧ください。

催し講座 ポリテクセンター長野 職業訓練見学会

時 1月8日・22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 同センター長野 ☎243-7856

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 1月18日(土)10:00~15:00

所 篠ノ井交流センター

申 事前に電話で同事務局へ

問 同事務局 ☎090-7179-8523

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 2月1日(土)10:00~15:00

所 大豆島公民館

申 事前に電話でシニアネットながの事務局へ

問 同事務局 ☎090-9359-8288

催し講座 成人指導者研修会

時 1月19日(日)10:00~15:00

所 吉田公民館

内 子ども向け工作(ゴロゴロおばけ、割り箸鉄砲)

対 子どもの育成活動に携わりたい人

申 1月14日(火)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

問 同課 ☎224-5082



催し講座 生ごみ減量アドバイザー公開研修会

時 1月27日(月)13:30~15:30

所 ふれあい福祉センター

内(講演)「気候変動・食料危機・有機物の循環」

講 吉田太郎さん(農政ジャーナリスト)

対 市内在住・在勤・在学の人

申事前に右下の二次元コードから申し込むか、電話か直接、男女共同参画センターへ

問 同センター ☎237-8303



催し講座 第5回戸隠中社スノーフェスティバル

時 2月16日(日)8:00~13:00

所 戸隠スキー場中社ゲレンデ

対 未就学児~小学生とその保護者

申 1月26日(日)17:00(必着)までに、右下の二次元コードから申し込むか、所定の申込書に必要事項を記入の上、戸隠中社スキー学校窓口へ持参、または郵送か直接、長野市スキークラブ事務局へ

問 同事務局(月~金曜日(祝休日を除く) 9:00~17:00) ☎293-4142、〒381-2223長野市里島76-2

他・要項や申込書は同事務局HP、同事務局、同学校にあります。
・定員や料金など、詳しくは二次元コードをご覧ください。



催し講座 松代文化ホール

日時計を作ろう

時 1月11日(土)13:00~14:00

定(先着順) 10人

¥1,300円

ダンボール迷路で遊ぼう

時 1月18日(土)10:00~、11:00~、13:00~、14:00~、15:00~

対 小学生以下

定(先着順) 各回2組

¥各350円

ヨガ教室

時 1月26日(日)15:00~16:00

定(先着順) 15人

¥小学生以下800円、中学生以上1,000円

共通

申事前に電話で同ホールへ

問 同ホール ☎278-4373

催し講座 東部文化ホール

からくり箱の謎に挑戦!

時 1月12日(日)13:00~14:00

定(先着順) 8人

¥2,500円

ダンボール迷路で遊ぼう

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

対 小学生以下

定(先着順) 各回2組

¥各350円

共通

申事前に電話で同ホールへ

問 同ホール ☎217-4662

催し講座 市立長野図書館

1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(1日(水)を除く)

対 年少児~小学生

1月の映画上映会

◇アフリカの女王(字幕・カラー・100分)

時 11日(土)14:00~

◇父と暮らせば(カラー・99分)

時 25日(土)14:00~

親子で楽しむ映画上映会

時 1月18日(土)11:00~11:40

内 世界の童話(「ピノキオ」など)

対 乳幼児とその保護者

せつぶんお楽しみ会

時 2月1日(土)14:00~15:00

対 年少児~小学生

問 同館 ☎232-3558

催し講座 南部図書館

1月のおはなし会

時 15日・22日・29日(水) 11:00~11:30

内 絵本の読み語りなど

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 2月5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 同館 ☎292-0143

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)

◇第25回市民書道大会

時 1月8日(水)~14日(火) 10:00~19:00(最終日は16:00まで)

◇写真展 十の会

時 1月17日(金)~23日(木) 10:00~19:00(最終日は18:00まで)

◇シニアアクティブルーム合同作品展
時 1月30日(水)~2月2日(日) 10:00~16:00

問 もんぜんぷら座事務局 ☎219-0020

催し講座 第34回長野市風景画展

時 1月18日(土)~27日(月) 9:30~17:00(21日(火)を除く、初日は10:30開場、最終日は12:00まで)

所 美術館展示サロン、市民交流スペース(第一庁舎1階)

問 文化芸術課 ☎224-7504

催し講座 イチゴのきんちゃくを作ろう!

時 3月7日(金)10:30~12:30

所 もんぜんぷら座

対 市内在住の60歳以上の人

定(多数の場合抽選) 20人

¥500円

申 1月22日(水)(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へ

問 同ルーム ☎223-0058、〒380-0835長野市大字南長野新田町148-5-1もんぜんぷら座3階

お知らせ

まじいろ

募集

催し・講座

時 日時 所 場所 内 内容 講 講師 対 対象 定 定員 金 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 **NAGANO健康スポーツ教室**
「男性が楽しめるスポーツ」

筋トレ&多種目スポーツ

◇塩崎体育館

時1月9日～3月13日(木)10:40～11:55(計10回)

¥(保険料含む)3,500円

◇長野運動公園総合体育館

時1月14日～3月11日(火)9:30～10:45(計8回)

¥(保険料含む)3,600円

体幹UP

◇柳原交流センター

時1月15日～3月19日(水)10:00～11:00(計8回)

¥(保険料含む)2,800円

◇長野Uスタジアム

時1月16日～3月13日(木)13:30～14:30(計8回)

¥(保険料含む)3,700円

共通

対市内在住・在勤の人

申事前に電話でスポーツ課へ

問同課 ☎224-7804

他体験、見学も随時受け付け中です。

催し講座 **温湯温泉「湯～ぱれあ」**
1月のおひさま教室

ベビー&ママ・パパ水中運動

時11日(土)・16日(木)10:30～11:30

対6カ月～3歳児

家族で水中サーキット

時18日(土)10:30～11:30

対6カ月～小学生

共通

問湯～ぱれあ ☎282-5500

他全日とも、プロのカメラマンによる写真撮影会があります。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 **楽しい社交ダンス教室**
(後期)

時1月15日～2月26日(水)13:30～

15:00(計6回)

所ホワイトリング

対市内在住の18歳以上で、社交ダンス初心者

定(先着順)8人

¥(保険料含む)各回1,500円

申1月10日(金)までに、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入の上、ファクスで市ダンススポーツ連盟(FAX299-8139)へ

問市スポーツ協会 ☎224-5088

催し講座 **骨盤矯正ストレッチ教室**

時1月17日～3月14日(金)10:15～11:15(計8回)

所安茂里公民館

対市内在住・在勤の人

定(先着順)15人

¥(保険料含む)3,200円

申1月14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、1月17日(金)10:00に、参加料を持参の上、直接、安茂里公民館へ

問スポーツ課 ☎224-7804

催し講座 **大人のサッカー**
「パルサカ」in長野市

時1月18日(土)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

所サンマリンながの屋内運動場

申開催日前日までに、右上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(火～金曜日11:00～16:00) ☎080-8760-0260

他対象や定員、料金など、詳しくは二次元コードをご覧ください。

催し講座 **ミズノマルチスポーツ**
MISPO!体験会

裾花体育館

時1月19日(日)10:30～11:30

川中島体育館

時1月26日(日)10:30～11:30

共通

対小学1～3年生

定(先着順)5人

問スポーツ課 ☎224-7804

他金額や申し込み方法など、詳しくは市HPをご覧ください。

催し講座 **ピラティス教室**

時1月21日～3月18日(火)10:15～11:15(計8回)

所城山公民館第二地区分館

対市内在住・在勤の人

定(先着順)15人

¥(保険料含む)3,200円

申1月15日(水)までに、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込み後、1月21日(火)10:00に、参加料を持参の上、直接、同館同分館へ

問スポーツ課 ☎224-7804

催し講座 **障害者スポーツ講習会**

卓球

時1月25日(土)13:30～15:30〔申し込み1月15日(水)まで〕

所市障害者福祉センター

水泳

時2月9日(日)10:00～12:00〔申し込み1月29日(水)まで〕

所サンマリンながの

共通

対市内在住・在勤・在学の障害者(中学生以上)

定(先着順)20人(水泳は初回の人優先の上、先着順)

申申込期限までに、電話かファクスで市障害者スポーツ協会へ

問同協会 ☎(FAX共通)266-8834

催し講座 **骨盤底筋ケアで10年後の自分をつくる**

時1月29日(水)10:00～12:00

所南部勤労者活躍支援センター

対市内在住・在勤の30～50代の女性

定(先着順)20人



共通

定(多数の場合は抽選)30団体程度
 申1月8日(水)~2月5日(水) (必着) に、
 所定の申請書に必要書類を添えて、
 直接、郵送、Eメールのいずれかで
 文化芸術課(第二庁舎4階)へ
 問同課 ☎224-7504、〒380-8512
 長野市役所、✉geijutsu@city.nagano.lg.jp
 他交付要綱・申請書類は市HP、同課にあります。



募集

松代文化財ボランティアの会会員

内松代の文化財案内や調査、体験学習の企画・運営など
 対高校生以上で、2月8日・15日・22日、3月8日(土)に松代公民館などで開催するボランティア養成講座4回に全て参加できる人
 申1月7日(火)~31日(金)10:00~15:00に、電話で同ボランティアの会(☎278-9010)へ
 問真田宝物館 ☎278-2801
 他養成講座の時間や受講料など、詳しくはお問い合わせください。

募集

放送大学4月入学生

時(出願期間) 第1回=2月28日(金)まで、第2回=3月1日(土)~11日(火)
 問放送大学長野学習センター ☎0266-58-2332、〒392-0004諏訪市諏訪1-6-1アーク諏訪3階
 他資料請求は同センターへ



募集

ながの獅子舞フェスティバル参加団体

対5月3日(土)10:00~16:00に、長野駅善光寺口駅前広場などで開催予定の本フェスティバルに参加し、獅子舞の披露などを希望する神楽・獅子舞団体(子ども獅子舞も大歓迎)
 申1月8日(水)~2月5日(水) (必着) に、「ながの電子申請サービス(長野市)」から申し込むか、所定の申込書に必

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	上松四丁目	2DKY	1		1
吉田広町A	吉田二丁目	3DKY	2	1	2
大豆島東	大字大豆島		2	1	2
若里	若里五丁目		1		1
犀南	篠ノ井東福寺		2		2
庄ノ宮	篠ノ井塩崎	2KB	1		1
			1		1
今井	川中島町今井原	1LDKY	1		1
		3DKY	2	1	
今井(特市)	川中島町今井原	3DKY	1		
美濃和田	豊野町石		1		
千原田※	信州新町上条		1		1

特定公共賃貸住宅

団地名	所在地	規格	募集戸数	うち単身可
ハイツ陽のあたる丘(特)※	信州新町里穂刈	4LDKY	1	1

※…申し込みがあってから修繕するため、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。
 申1月15日(水)~21日(火)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

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)へ
 問同課 ☎224-7504、FAX224-7351、〒380-8512長野市役所、✉geijutsu@city.nagano.lg.jp
 他募集要項や申請書類は市HP、同課にあります。



募集

権堂イーストプラザ市民交流センター

街角ギャラリーweek展示作品
 内2月1日(土)~11日(火)に展示する絵画・写真・イラスト・切り絵・版画など、壁にかけられる作品(自作のもの、1人5点まで)
 ¥(展示料)1点500円[8号(45.5センチメートル×38センチメートル・額含む)まで、それ以上は1点1,000円]
 申1月15日(水)~30日(土)に、電話か直接、同センターへ

ハンドメイドワークショップDAY 出店者

内2月22日(土)のイベントに出店を希望する個人か団体
 定(先着順)10店舗
 ¥(出店料)1,500円
 申1月20日(月)までに、電話か直接、同センターへ
 問同センター ☎234-2906

募集

ポリテクセンター長野 公共職業訓練受講者

機械CAD/NC加工科
 定(選考あり)15人
 建築CADデザイン科
 定(選考あり)20人

共通

時(受講期間)3月4日(火)~8月28日(木)
 対ハローワークに求職の申し込みをしている人
 申2月6日(水)までに、直接、お近くのハローワークへ
 問同センター長野 ☎243-7856
 他テキスト代などがかかります。



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

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。

- 内・清須町区／テーブルなど公民館備品
- ・下石川区／椅子など公民館備品
- 問地域活動支援課 ☎224-5033

お知らせ 長野市消防出初式

- 時1月11日(出)8:30～12:00
- 所城山公園ふれあい広場、芸術館メインホール
- 内パレードと式典
- 問警防課 ☎227-8002
- 他パレード中は城山公園～善光寺参道～中央通り～昭和通りの区間(8:30～9:30)と市役所周辺(9:15～10:00)で交通規制を行います。

スマートフォンアプリ
ながのプラス

子育てや生活に役立つ情報など、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

まごころ まごころ

- 子どもたちの安全で安心な居場所づくり
- 株式会社step-by-step／下氷鉋児童センター居室タイルカーペット交換

募集 長野市立公民館運営審議会委員

時(任期)6月1日(日)から2年間

対 次の全ての要件に該当する人◇市内在住の18歳以上(就任時)◇市の他の審議会などの委員になっていない◇学校教育・社会教育の関係者、家庭教育の向上に資する活動を行う人や学識経験者

定 三輪、松代、若穂、七二会、戸隠、鬼無里、大岡公民館で各2人(小論文と面接)

- 申1月14日(火)(必着)までに、所定の応募用紙(市HP、家庭・地域学びの課(第一庁舎4階)、上記公民館にあります)に必要事項を記入の上、「公民館について日頃感じていること」をテーマにした小論文(800字程度、書式自由)を添えて、郵送か直接、同課へ
- 問 同 課 ☎224-5082、〒380-8512長野市役所

募集 長野市青少年健全育成審議会委員

時(任期)6月1日(日)から2年間

対 次の全ての要件に該当する人◇市内在住の18歳以上(就任時)◇市の他の審議会などの委員になっていない◇青少年の健全育成に高い関心を有する

定 若干名(小論文と面接)

- 申1月14日(火)(必着)までに、所定の応募用紙(市HP、家庭・地域学びの課(第一庁舎4階)にあります)に必要事項を記入の上、「青少年健全育成について日頃感じていること」をテーマにした小論文(800字程度、書式自由)を添えて、郵送か直接、同課へ
- 問 同 課 ☎224-5082、〒380-8512長野市役所

募集 長野市社会教育委員

時(任期)6月5日(木)から2年間

対 次の全ての要件に該当する人◇市内在住の18歳以上(就任時)◇市の他の審議会などの委員になっていない◇学校教育や社会教育の関係者、家庭教育の向上に資する活動を行う人、学識経験のある人

定 2人(小論文と面接)

- 申1月31日(金)(必着)までに、所定の応募用紙(家庭・地域学びの課(第一庁舎4階)、各市立公民館・交流センター、市HPにあります)に必要事項を記入の上、「社会教育について日々感じていること」をテーマとした小論文(1,200字以内)を添えて、郵送か直接、同課へ
- 問 同 課 ☎224-5082、〒380-8512長野市役所

募集 令和7年度子ども文化芸術賞候補者

対 次のいずれかの要件に該当する個人(市内在住・在学の3月31日時点で18歳以下の人)や団体(市内に活動拠点があり、構成員の過半数が3月31日時点で18歳以下)

◇文化芸術の分野で、令和6年中に全国規模の大会・コンクールなどで優秀な成績を収めた◇文化芸術の分野でたゆみない努力を続け、文化芸術の向上発展に貢献した

- 申1月6日(月)～22日(水)(必着)に、所定の推薦書に必要事項を記入の上、直接、郵送、Eメールのいずれかで文化芸術課(第二庁舎4階)へ
- 問 同 課 ☎224-7504、〒380-8512長野市役所、✉geijutsu@city.nagano.lg.jp
- 他募集要項、推薦書様式は市HP、同課にあります。

募集 令和7年度文化芸術事業助成団体

芸術文化振興基金助成金

対 助成対象団体(5人以上、過半数が市内在住・在勤・在学)が本市で行う文化芸術事業

¥(助成額)上限10万円(対象経費の2分の1)

伝統芸能継承事業補助金

対 市内で活動している伝統芸能団体が伝統芸能継承のために行う用具の新調、修理などに係る経費

¥(補助額)上限10万円(対象経費の3分の2)

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、同課または直接各支所へ

問 同 課 ☎224-8929、〒380-8512長野市役所

他 令和6年9月に受給した人は申請できません。



おむつ代の医療費控除を受けるための確認書の交付

所 (申請場所) 介護保険課 (第二庁舎1階)、各支所

対 次の全ての要件を満たす人◇介護保険の要介護認定を受けている ◇主治医意見書に「寝たきり」かつ「尿失禁のカテーテル使用または尿失禁の発生」との記載がある

問 同 課 ☎224-7891



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1
入札案内書の配布・入札参加申し込み受け付け



時 1月6日(月)~17日(金)

所 管財課 (第二庁舎4階)

問 同 課 ☎224-5016

他 物件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。



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) 1月15日(水)13:00~2月4日(火)14:00

内 動産(物品)

問 管財課 ☎224-5016



他 物品の詳細、申し込み・入札方法など、詳しくは市HPをご覧ください。[1月14日(火)13:00掲載開始予定]



人権擁護委員によるよろず相談

更北公民館

時 1月14日(火)13:00~16:00

信州新町支所

時 2月4日(火)9:30~12:00

中央隣保館

時 2月4日(火)13:00~16:00

対 女性(女性委員が相談に応じます)

松代支所

時 2月4日(火)13:00~16:00

中条総合市民センター

時 2月5日(水)10:00~12:00

戸隠農村環境改善センター

時 2月6日(木)13:30~16:00

豊野支所

時 2月7日(金)13:30~16:00

問 人権・男女共同参画課 ☎224-5084



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 1月10日・17日・24日・31日、2月7日(金)10:00~12:00

篠ノ井交流センター

時 1月10日、2月7日(金)10:00~12:00

松代支所

時 1月17日(金)10:00~12:00

信州新町支所

時 2月4日(火)9:30~12:00

大岡支所

時 2月4日(火)10:00~12:00

中条総合市民センター

時 2月5日(水)10:00~12:00

戸隠農村環境改善センター

時 2月6日(木)13:30~16:00

豊野支所

時 2月7日(金)13:30~16:00

問 広報広聴課 ☎224-5004



不動産鑑定士無料相談会

時 2月13日(木)13:00~15:40

所 (株)長水建設会館

申 事前に電話で(一社)県不動産鑑定士協会へ

問 同協会 ☎225-5228



ファミリー・サポート・センター入会説明会

西部保健センター

時 1月17日(金)13:00~15:00

内 依頼会員・提供会員説明

もんぜんぷら座

時 1月25日、2月8日(土)10:15~12:30

内 依頼会員・提供会員説明(1月25日は提供会員説明のみ)

共通

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(1月25日を除く。要予約)。



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 1月21日(火)14:00~15:00

所 ふれあい福祉センター

申 前日までに、電話でこども政策課へ

問 同 課 ☎224-6796



長野シルバー人材センター入会説明会

時 2月12日(水)(女性限定)・19日(水)、3月10日(月)・14日(金)14:00~

所 勤労者女性会館しなのき

対 60歳以上の人

申 各開催日の前日までに、電話か直接、同センターへ

問 同センター ☎237-8315



証明書コンビニ交付サービスの利用停止

時 1月15日(水)・18日(土)、2月1日(土)

問 マイナンバー課 ☎232-3600



献血日程

時 1月21日(火)9:30~11:30

所 市保健所(猫舎・動物愛護交流棟1クチャールーム)

問 食品生活衛生課 ☎226-9970

くらしのチャンネル

1月の日曜開庁は12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 第92回長野市都市計画 審議会

時 1月30日(木)14:00~16:00

所 市役所第一・第二委員会室(第一庁舎7階)

内 都市計画マスタープランの改定について(諮問)ほか

定 (傍聴、先着順) 15人

申 1月27日(月)までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで都市計画課へ

問 同課 ☎224-7792、FAX224-5111、
✉toshikei@city.nagano.lg.jp

お知らせ 長野市食品安全懇話会 (傍聴)

消費者、事業者、生産者および行政機関による食品の安全に関する意見交換会です。

時 1月24日(金)13:30~15:30

所 市保健所

対 市内在住の人

定 (先着順) 10人

申 1月22日(水)までに、電話か直接、食品生活衛生課へ

問 同課 ☎226-9970

お知らせ 長野都市計画(素案)の 閲覧と公聴会

都市計画道路城山小学校通り・城北線の変更(素案)の閲覧

時 (閲覧) 1月24日(金)~2月21日(金)

所 (閲覧) 都市計画課(第二庁舎5階)、
県都市・まちづくり課、長野建設事務
所計画調査課

公聴会

時 2月22日(土)14:00~

所 城山公民館本館

対 都市計画(素案)に係る地域の住民、
その他の利害関係を有する人

申 (公述) 2月14日(金)(必着)までに、
所定の公述申込書(閲覧場所、市HP
にあります)に必要事項を記入の上、
郵送か直接、市都市計画課、県都市・
まちづくり課、長野建設事務所計画
調査課のいずれかへ

問 都市計画課(☎224-5050、〒
380-8512長野市役所)、県都市・
まちづくり課(〒380-8570長野県
庁)、長野建設事務所計画調査課(〒
380-0836長野市大字南長野南県町
686-1)

他 公述人がいない場合は公聴会を行
いません。

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 1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

¥ (要件・支給額) 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(年額)



重度心身障害児福祉年金

対 1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)

¥ (要件・支給額) 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(年額)



共通

時 (支給時期) 3月下旬

申 1月31日(金)(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、同課へ

問 同 課 ☎224-5030、〒380-
8512長野市役所

他・同介護料は各支所、同福祉年金
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。

・令和6年9月に受給した人は申請で
きません。

お知らせ 高齢者の在宅福祉介 護料の支給

対 1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は除く)で
介護している人

(特別障害者手当を受給している要
介護高齢者、12月31日時点で死亡・
転出・福祉施設へ入所している要介
護高齢者の介護者を除く)

¥ (要件・支給額) 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(年額)

申 1月31日(金)(消印有効)までに所定
の申請書[地域包括ケア推進課(第二

令和7年度 農業研修センター受講生募集



農業専門の講師による実習や講義などの豊富なカリキュラムで、初心者、新規就農を希望する人、企業を全面的にバックアップします。



令和6年度受講生の声

担い手育成コース

退職し、本格的に野菜栽培を勉強したいと思っていた時に、卒業した親戚から「とても良かった」と紹介されました。先生方の丁寧な教え方に感謝しています。学んだことを実践した今年、野菜の出来がとても良いです。



出川まゆみさん

野菜づくり初級コース

基礎から学びたいと思い受講しました。参考書だけでは分からない長野市の気候に合う栽培方法を、野菜に触りながら学べるので、実践的な知識が身に付きました。「自産自消」ができる喜びを感じています。



山田瑞穂さん

野菜づくり中級コース

感覚に頼っていた土壌づくりを、生物学や化学の視点から理解することができました。同じ品種を栽培している研修生とも出会い、情報交換をし合いながら切磋琢磨しています。



井上功康さん(中央)とコースの仲間



担い手育成コース (野菜)

- ▶とき/4～3月の毎週土曜日
- ▶対象/野菜栽培での就農を希望する人
- ▶定員/15人 ▶受講料/1万8千円

野菜づくり初級コース

- ▶とき/4～12月の月2回
(A: 第1・3木曜日、B: 第2・4火曜日、
C: 第2・4木曜日、D: 第1・3・5火曜日のうち2日)
- ▶対象/野菜栽培を始めて間もない人、これから始めたい人
- ▶定員/各12人 ▶受講料/各7千円

野菜づくり中級コース

- ▶とき/4～9月: 毎週水曜日、10～3月: 第2・4水曜日
- ▶対象/野菜栽培の専門的な知識・技術のレベルアップを考えている人
- ▶定員/28人 ▶受講料/2万1千円



企業育成コース (野菜)

- ▶とき/4～3月の毎週金曜日
- ▶対象/農業への参入を希望する企業
- ▶定員/2社 ▶受講料/8万円

新規 (開講予定)

担い手育成コース (果樹)

- ▶とき/4～9月: 毎週水・土曜日、
10～3月: 毎週土曜日
- ▶対象/リンゴ栽培での就農を希望する人、
リンゴ栽培に関心のある人
- ▶定員/5人 ▶受講料/2万8千円
- ※近隣のリンゴ農園でも実習を行います。

NEW!



申し込み

1月6日(月)～2月14日(金) (必着)に、所定の申請書(農業研修センター、農業政策課、各支所にあります)に必要な事項を記入の上、郵送が直接、同センター(〒381-1225 長野市松代町東寺尾3245番地)または同課(〒380-8512 長野市役所第二庁舎8階)へ
※「ながの電子申請サービス(長野市)」からも申し込みができます。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲市ホームページ



農業政策課
公式 Instagram
更新中



農業研修センター ☎・FAX共通 278-2620 農業政策課 ☎ 224-5037 FAX224-5113



長野市
公式
ホーム
ページ



長野市
アプリ



長野市
公式
SNS

