11月号 令和8（2026）年

NO.1688

広報ながの

NAGANO

鬼無里小学校・中学校で「児童会まつり」開催



もう少しでお別れ ありがとう鬼無里中学校

FEEL NAGANO, BE NATURAL

この街で、わたしらしく生きる。長野市

森林環境譲与税を活用した取り組み状況

令和7年度の本市の森林環境譲与税の使途を、「森林環境税及び森林環境譲与税に関する法律」の規定に基づき、以下のとおり公表します。

▲詳細は市ホームページへ

森林環境税および森林環境譲与税とは

温室効果ガス排出削減や災害防止を図るため、森林整備などに必要な地方財源を安定的に確保するため創設されました。

森林環境税は、令和6年度から個人住民税均等割と併せて年額1,000円を賦課・徴収しています。

森林環境譲与税は、森林環境税の総額のうち、1割が都道府県に、9割が市町村に譲与されます。譲与額は、各市町村の私有林の人工林面積・林業就業者数・人口に応じて配分されています。

森林経営管理事業

効率的な森林整備を進めるための森林整備団地作成に伴う森林所有者調査、現況調査など

（16,672千円）



▲森林所有者への説明会

森林づくり・活用事業

市内の森林整備と木材活用を促進するための事業に対する補助金交付　（31,404千円）



▲間伐により整備された森林

松くい虫被害木処理事業

松くい虫の被害拡大を防止するための被害木伐倒駆除などの委託

（39,962千円）



▲伐倒駆除（薬剤注入）

市産材普及事業

市産材を活用したベンチなどの木製品の制作および公共施設への設置

（528千円）



▲木製折り畳みテント

フォレストワーカー育成事業

林業従事者確保のため、新規林業従事者およびその雇用を担う認定林業事業体に対する補助金交付

（19,696千円）



▲林業従事者の育成

林道環境整備事業

雨水による路面浸食を防止するための林道整備を実施し、木材搬出などの車両が安全に通行できる道路環境を確保　（18,392千円）



▲整備された林道

森林とふれあい体験事業

森林体験への補助金の交付、木育プロジェクトによる積み木などの配布、ながの森林・林業フェアの開催

（14,974千円）



▲間伐体験



▲積み木で遊ぶ園児

〔歳出〕
令和7年度
事業費総額
141,628千円

問 森林いのしか対策課　224-5040　FAX224-7818

～共にある、暮らしの中で～

全国各地で起きた大雨被害を伝える新聞。テレビでは家屋への浸水や道路やアンダーパスで水没した車など、被害の深刻さを映し出す。令和8年8月千葉豪雨からわずかの間にさまざまな地域で大雨の被害が起きた。注目すべきは、短時間、短期間に大量の雨が降るケースが目立ったことだろう。雨の降り方が極端に増え、局所的に記録的な雨が降るリスクが高まっているように思う。

水害のニュース映像を見るたびに思い起こすことがある。令和元年東日本台風災害だ。住まいや仕事、日々の暮らしを突然奪われたこと。それでも、地域の支え合いの中で一歩ずつ一日ずつ懸命に生活を立て直してきたこと。被災地域の復旧・復興のために多くのボランティアが汗を流してくれたこと。あれから7年たつとはいえ、あの日の記憶は決して過去のものではない。記憶を風化させることなく、安心できる未来をつなげていくことが私の責任でもある。

その上で、千曲川をはじめとする河川堤防のかさ上げや強化対策など、治水安全度の向上のために国に対して予算付けや事業進捗（しんちょく）を強く働きかけてきた。実際に国の治水対策工事が進んでいることに安心感は増すが、これで自然の脅威を完全になくすことはできないと胸に刻みたい。

国外でも、先日、ネパールと中国の国境地帯で大規模な土石流災害が起きた。氷河と岩盤が一気に崩落したのは、気候変動の影響がある、と専門家は言う。ある国際的な機関によれば、2025年までの11年間は観測史上最も暑い11年間だったとのこと。また、気温の上昇によって大気中の水蒸気が増え、極端な降水が強まることも指摘している。世界的規模でみれば雨が降らず、深刻な干ばつに見舞われる地域もある。

気象が大きく変動している中、これまでの経験を基準とするだけでは今後の災害に備えきれないことを思い知った私たち。変わりゆく自然の力を過小評価することなく、現実に向き合い、安心できる未来をみんなでつくりたい。

荻原健司

もくじ

- 森林環境譲与税を活用した取り組み状況 …… 2
- 市長エッセー …… 3
- 皆さんのご意見を募集します …… 4
- 国民年金保険料の育児免除制度開始 …… 5
- いじめを防ぐために …… 6
- ストップ！児童虐待 …… 7
- 女性に対する暴力をなくす運動 …… 7
- 12月4日～10日は「人権週間」 …… 8
- 救急医療の適正利用・医療の相談窓口 …… 9
- 環境と家計に優しい 冬の省エネ …… 10
- 薪（まき）ストーブの適切な使用にご協力を … 10
- 秋の火災予防運動 …… 11
- 集客プロモーションパートナー都市PR …… 11
- 下水道使用料の見直しを検討しています … 11
- 健康情報 …… 12・13
- 11月の市政番組 …… 14
- くらしのチャンネル …… 14～22
- 信州新町美術館特別展 …… 23
- 赤ちゃんと絵本を楽しもう …… 23
- 青少年健全育成作品コンクール入賞作品 … 24

今月の表紙

鬼無里小学校・中学校では、同じ校舎で23人の児童・生徒が共に学んでいます。鬼無里中学校は本年度末で80年の歴史に幕を閉じることとなり、5人が最後の生徒となります。



中学生が参加した最後の「児童会まつり〔9月25日㈭開催〕」では、学年を超えて温かい交流を深めました。来年度からは小学生のみで開催されます。

長野市の人口と世帯数（令和8年10月1日現在）

総　数　357,416人（男173,819人　女183,597人）
前月比　　△114人（　　△98人　　△16人）
世帯数　166,840世帯（前月比+44世帯）

皆さんのご意見を募集します

市では、施策の方向性を示すための条例や各種計画の見直しを進めています。このたび、次の5つの案がまとまりましたので、皆さんから広く意見を募集します。

■第三期長野市農業振興アクションプラン(案)

活力ある農業・農村の確立を目指し、「多様な担い手づくりと農地の有効利用の推進」「地域の特性を活(い)かした生産振興と販売力強化の促進」の2つの重点施策のもとに、計42の具体的な取り組みを展開する計画です。

■計画期間　令和9年度～令和13年度
■募集期間　10月26日㈪～11月25日㈬(必着)

問農業政策課(第二庁舎8階)
✆224-5098　FAX224-5113
✉nosei@city.nagano.lg.jp

■長野市第四次住宅マスタープラン(案)

少子高齢化・人口減少、空き家問題、住宅セーフティネット、防災・減災対策など、住生活を取り巻くさまざまな環境の変化に対応するため、市の住宅施策を展開する上での基本方針となる本計画の策定を進めています。

■計画期間　令和9年度～令和18年度
■募集期間　11月6日㈭～12月7日㈪(必着)

問住宅課(第二庁舎7階)
✆224-5424　FAX224-5066
✉jutaku@city.nagano.lg.jp

■長野市自然環境保全条例(改正案)

現在の社会情勢を勘案しつつ、市全域で均衡の取れた良好な自然環境を保全するため、条例の改正を進めています。

■募集期間　11月9日㈪～27日㈭(必着)

問環境保全温暖化対策課(第二庁舎3階)
✆224-5034　FAX224-5108
✉kankyo@city.nagano.lg.jp

■第四次長野市スポーツ推進計画(案)

国の法改正や新たな政策動向、多様化する地域課題に対応し、本市のスポーツを総合的かつ計画的に推進するための新たな指針として、本計画の策定を進めています。

■計画期間　令和9年度～令和13年度
■募集期間　11月18日㈬～12月18日㈭(必着)

問スポーツ課(第二庁舎3階)
✆224-7804　FAX224-7351
✉sports@city.nagano.lg.jp

■第二期長野市空家等対策計画(案)

今後も増加する空き家がもたらす問題の一層の深刻化が懸念されることから、本市の空き家対策をさらに加速させるため、本計画の策定を進めています。

■計画期間　令和9年度～令和18年度
■募集期間　11月18日㈬～12月21日㈪(必着)

問建築指導課(第二庁舎7階)
✆224-8901　FAX224-5124
✉shidou@city.nagano.lg.jp

条例(改正案)・計画(案)の閲覧場所、意見・提案用紙の配布窓口

・各担当課、各支所
・行政資料コーナー(第一庁舎3階)
・市ホームページ(意見・提案用紙のダウンロードもできます)

意見・提案の提出方法

次のいずれかで提出してください。
・「ながの電子申請サービス(長野市)」
・郵送(〒380-8512長野市役所)、ファクス、Eメールで各担当課へ
・閲覧場所へ持参

・条例(改正案)、計画(案)などについて、詳しくは市ホームページをご覧ください。
・電話や口頭によるご意見はお受けしません(自書が困難な人は、お問い合わせください)。
・ご意見への個別の回答はしません。
・ご意見の反映状況は、個人情報を除き、市ホームページなどで公表します。

10月から国民年金保険料の育児免除制度が始まりました

実子・養子を養育する国民年金第1号被保険者を対象に、その子が1歳になる誕生日の前月までの期間に係る国民年金保険料の納付が免除される制度が新たに始まりました。

■対象となる人

本年10月1日以降、1歳になるまでの子を養育する国民年金第1号被保険者(20歳以上60歳未満の自営業・農業者・アルバイト・学生・無職など)で、子を養育する要件として、以下の全てを満たす実父母・養父母(所得制限なし)

・子と身分(親子)関係が継続していること
・子と同一住所であること

※第2号被保険者(会社員・公務員など)、第3号被保険者(第2号被保険者に扶養されている配偶者)は、国民年金保険料の育児免除制度の対象ではありません。

■育児免除制度のメリット

・将来の年金額に変化なし

→免除された期間は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

・夫婦ともに免除対象

→第1号被保険者であれば、妻だけでなく夫も育児免除の対象となります。

■免除される期間

※免除対象期間は本年10月1日以降

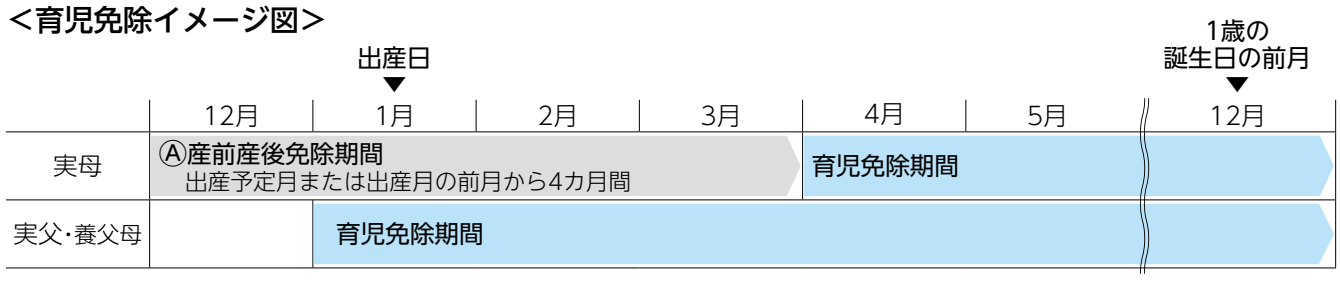
・実母の場合

→産前産後免除期間(下図Ⓐ)に引き続く、子が1歳になる誕生日の前月までの期間

・実父または養父母の場合

→子を養育することとなった日の属する月から、1歳になる誕生日の前月までの期間

<育児免除イメージ図>



■届け出方法

・国保・高齢者医療課国民年金室(第一庁舎2階)、各支所、長野南年金事務所、長野北年金事務所へ届出書を提出
・マイナポータルから電子申請

◀マイナポータル(電子申請)はこちら

■手続きに必要な書類

・本人確認書類(マイナンバーカード・自動車運転免許証など)
・基礎年金番号が確認できるもの(年金手帳・基礎年金番号通知書など)
・戸籍謄本および住民票(マイナンバーカードの持参により省略可能な場合があります)

■他の免除との関係と付加保険料

要件を満たす場合は、法定免除や申請免除よりも優先されます。また、付加保険料の納付も可能です。

制度や手続き方法など、詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

▲日本年金機構ホームページ



ねんきんネット
マスコットキャラクター
「ねんきん太郎」

問国保・高齢者医療課国民年金室　✆224-5026　FAX223-7200
長野南年金事務所　✆227-1284　長野北年金事務所　✆244-4100

いじめを防ぐために
～大人の「つ・よ・み」でこどもをいじめから守る～

こどもが心身の苦痛を感じていれば、その行為はいじめとなります（「いじめ防止対策推進法」より）。いじめは、どのこどもも被害者にも加害者にもなる可能性があります。

学校は教科の学習だけではなく、望ましい人間関係の在り方についても学ぶ場です。いじめについて、こどもが一人で抱え込むことがないよう、こどもの意見や思いを尊重しながら、学校・家庭・地域が連携し、こどもたちが安心して過ごせる環境を整えることが重要です。

私たちにできること

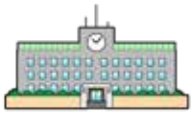
●学校で

▽全ての市立小・中学校では、「学校いじめ防止基本方針」に基づき、いじめの未然防止、早期発見・対応に取り組んでいます。

▽定期的に「いじめアンケート」や個人面談を実施し、児童・生徒の状況を把握しています。

いじめを発見した場合は、校内のいじめ対策組織を中心に組織的に対応します。

▽昨年度、「学校いじめ防止基本方針」を改訂し、全ての市立小・中学校の学校ホームページで公開しています。



●市教育委員会で

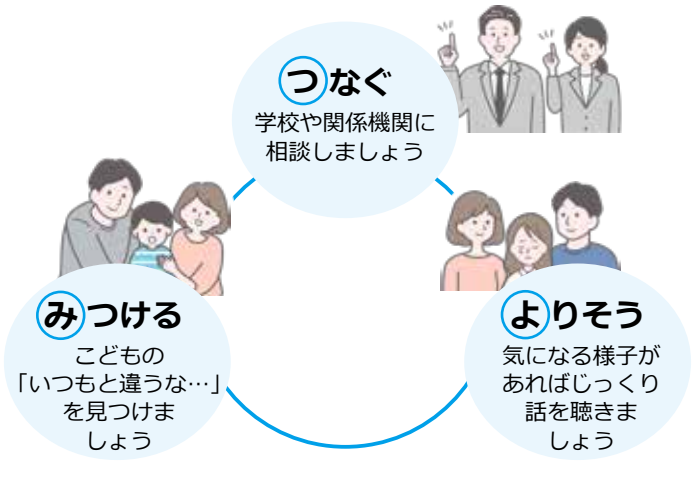
▽教職員対象の「いじめ防止研修会」を実施し、いじめに対し、学校全体で組織的に対応する体制の充実を図っています。

▽こどもたちからの相談を受ける体制充実のために、一人一台端末を活用した相談フォーム「ひとりでなやまないで！」を運用しています。投稿された内容は、学校と情報共有して、対応します。

▽スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカーが相談に応じるなど、多くの目でこどもたちの状況を見守る環境を整備しています。

●家庭・地域で
～大人の「つ・よ・み」

学校や関係機関に「つなぐ」、気持ちに「よりそう」、こどもの小さな変化を「みつける」の三つを大切に、こどもを見守りましょう。



保護者の皆さんへ

SNSやオンラインゲームなどでのトラブルを防ぐため、ご家庭でもインターネット使用のルールを作りましょう。

〈ルール作りのポイント〉

「使い過ぎとはどのような状態か」「不適切とは何か」など、親子で意見や気持ちを出し合い、具体的なルールを決めましょう。

「ネットいじめ」の防止

各学校や市教育委員会では、「ネットいじめ」の防止に向け、こどもたち自らが適切に判断して行動できる力を身に付けるための情報モラル教育を推進しています。



一人で抱えず相談を

いじめなど、心配なことがある場合は、まずは学校へご相談ください。

児童・生徒は、学校から支給されている端末からも相談できます。

【相談窓口】

こども総合支援センター「あのえっと」 ☎0120・783・041

24時間子どもSOSダイヤル ☎0120・0・78310

▲窓口の受付日時や、その他の相談窓口はこちら

問 学校教育課 ☎224・5063 FAX 224・5086

～11月は「秋のこどもまんなか月間」～

ストップ！児童虐待

こども家庭庁では、11月の「秋のこどもまんなか月間」の取り組みの一つとして、「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」を実施しています。

児童虐待は、社会全体で解決すべき課題です。こどもたちを虐待から守るため、一緒に考えてみませんか。

子ども虐待防止
オレンジリボン運動

「オレンジリボン」とは

児童虐待防止のシンボルマークで、児童虐待をなくすことを呼びかけるものです。

児童虐待とは？

児童虐待は、保護者がこども（18歳未満）の心身を傷つけたり、健やかな成長・発達を損なう行為です。「しつけ」と称する体罰は法律で禁止されています。

身体的虐待　殴る、蹴る、たたくなど

心理的虐待　言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、こどもの前で家族に暴力を振るうなど

性的虐待　こどもへの性的行為、性的行為を見せるなど

ネグレクト　登校や外出の禁止、食事を与えないなど

虐待かも？と思ったら

少しでも虐待の可能性を感じたり、見たりしたときは、迷わず連絡をしてください。

【相談窓口】

こども総合支援センター「あのえっと」☎224・7062

福祉政策課篠ノ井分室（篠ノ井支所内）☎292・2596

児童相談所24時間全国共通ダイヤル☎189（いちはやく）

※最寄りの児童相談所につながります。



▲相談先など、詳しくはこちら

問 こども総合支援センター
☎224・7062　FAX224・7698

～パープルリボン～

女性に対する暴力をなくす運動

夫やパートナーからの暴力（DV）や性犯罪、セクシュアル・ハラスメントなど女性に対する暴力は、重大な人権侵害で決して許されません。

男女共同参画社会を形成していくために、「暴力の根絶」への人権意識を高めましょう。

女性に対する暴力をなくす運動
11月12日～11月25日

「パープルリボン運動」とは

1994年にアメリカで暴力の被害当事者によって生まれた、女性に対するあらゆる暴力をなくすことを目指す草の根運動です。パープルリボンはそのシンボルです。



講演会「なぜ、女性アーティストは自画像を創るのか？」

▼**日時**／11月21日㈯15時30分～17時

▼**ところ**／県立美術館

▼**講師**／笠原美智子さん（県立美術館館長）

▼**対象**／市内在住・在勤・在学の人

▼**定員**／（先着順）50人

▼**申し込み**／11月18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、電話で人権・男女共同参画課へ

善光寺パープル・ライトアップ

全国に展開されている「パープル・ライトアップ」を実施します。

▼**日時**
11月21日㈯17時30分～20時15分

パープルリボン ハートフルコンサート

▼**日時**
11月23日㈪14時～（開場13時30分）

▼**ところ**／勤労者女性会館しなのき

▼**対象**／市内在住・在勤・在学の人

▼**定員**／（先着順）150人

▼**申し込み**／11月20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、電話か直接、男女共同参画センター（☎237・8303）へ

問 人権・男女共同参画課
☎224・5428　FAX224・7547

12月4日～10日は「人権週間」

～人権に対する理解を深めましょう～

昭和23年12月10日、基本的人権の尊重の原則を世界で初めて明記した「世界人権宣言」が国連で採択されました。

日本では、12月4日から10日までを「人権週間」と定め、さまざまな人権問題への理解を深めてもらうための啓発活動を展開しています。

人権問題は「誰かのこと」ではありません

私たち全ての人に自由で人間らしく生きていく権利、「人権」があります。私たちは誰もが健やかに、自分らしく生き生きと暮らしたいと願っています。

しかし、私たちの周りには、いじめや虐待、インターネット上での誹謗(ひぼう)中傷やプライバシー侵害、障害のある人や外国人、アイヌの人々、性的マイノリティなどに対する不当な差別や偏見、同和問題、ハンセン病問題などにより人権が侵害され、今も悩み苦しんでいる人がいます。

こうした問題は、人の心や人生に深い傷を残す重大な人権侵害であり、その背景には、私たちの知識不足や偏見、思い込み、固定観念があることも少なくありません。

人権問題を解決していくためには、「誰か」のことではなく、自分自身や身近な人のこととして捉えることが大切です。お互いの個性を尊重し、違いを認め合いながら、誰もが安心して暮らせる社会をつくるために、まずは身の回りにある人権問題を「知る」ことから始めてみませんか。

無料 第49回人権を尊重し合う市民のつどい

とき:12月12日㈯13:30～15:45(開場13:00～)

ところ:芸術館リサイタルホール(地下2階)

内容:令和8年度人権啓発ポスター・標語コンクール表彰式、寸劇「日常会話にひそむマイクロ・アグレッション」、講演会「パックンマックンと考えるこれからの多文化共生」

※手話通訳・要約筆記を実施します。

定員:(先着順)240人程度

申し込み:11月24日㈫から「ながの電子申請サービス(長野市)」で申し込むか、参加者全員の氏名・電話番号を、直接、電話、ファクス、Eメールのいずれかで人権・男女共同参画課(第一庁舎4階、✉jinken-danjo@city.nagano.lg.jp)へ

※1回の申し込みにつき2人まで



◀日米お笑いコンビのパックンマックンをお迎えし、「違い」を「ちから」に変えるヒントをお話しいただきます。

各種相談窓口をご利用ください

一人で悩まずに、お気軽にご相談ください。相談は無料で、秘密は固く守られます。

インターネット上の誹謗中傷に関する相談室

相談方法／電話かメール(メールは常時)

とき／月～金曜日9:00～正午(年末年始・祝休日を除く)

連絡先／☎223-2220、✉net-hibousoudan@city.nagano.lg.jp

LGBTQ(性の多様性)相談室

相談方法／電話か対面(予約不要)

とき／毎月第4火曜日13:00～17:00(祝休日を除く)

ところ／中央隣保館

連絡先／☎223-2220

犯罪被害などに関する相談窓口

相談方法／電話か対面

とき／月～金曜日9:00～16:30(年末年始・祝休日を除く)

ところ／人権・男女共同参画課

連絡先／☎224-5032

問 人権・男女共同参画課　☎224-5032　FAX224-7547

救急医療の適正利用にご協力ください

救急医療を必要とする人が、安心して利用できるよう、救急医療の適正な利用にご協力をお願いします。

緊急医のかかり方

休日緊急医や夜間急病センターは、救急患者の応急的な診察を行うところです。

緊急性の低い日常的な病気やけがの場合は、通常の診療時間内に受診するなど、緊急医の適正利用にご協力ください。

●緊急医受診の際の注意点

・待ち時間が長い場合がある
・通常より高額な医療費がかかる
・薬の処方は最低限の分量となる

●緊急医の確認方法

・ホームページ(市／長野市医師会／更級医師会／長野市歯科医師会／更級歯科医師会)
・厚生労働省「医療情報ネット(ナビイ)」
・NHK総合テレビのデータ放送
・主な新聞紙面

◀市ホームページ

◀医療情報ネット(ナビイ)



急な病気やけがで受診を迷ったら

急な病気やけがで受診を迷うときは、電話で看護師などの専門家に相談することができます。

子ども(おおむね15歳未満)	大人
長野県小児救急電話相談	長野県救急安心センター
✆#8000 または ✆235-1818	✆#7119 または ✆231-3021
受付時間／月～金曜日 19:00～翌日8:00 土･日曜日、祝休日、年末年始 8:00～翌日8:00	

●症状が重い場合は・・・

119番に電話して、落ち着いて救急車を要請してください。

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医とは、健康管理や初期診療を行う地域の身近な医師のことです。

医療機関は、それぞれ連携して患者の治療に当たっているため、地域医療支援病院(長野赤十字病院、篠ノ井総合病院、長野市民病院)などの大きな病院に救急以外でかかる場合は、原則としてかかりつけ医などの紹介状が必要です。紹介状がないと、通常の診療費とは別に特別な料金が生じる場合があります。

まずは身近なかかりつけ医に相談しましょう。

安心して医療機関を受診するための相談窓口があります

「セカンドオピニオンはどうしたら受けられますか？」「○○の症状は何科にかかったらよいですか？」など、お気軽にご相談ください。

■長野市医療安全支援センター

▶**受付日**／月～金曜日(祝休日、年末年始を除く)
▶**受付時間**／9:00～11:30、13:00～16:30
▶✆**226-6000**(相談専用)
※時間を要する相談が多いときなど､お待たせすることがあります。

▲市ホームページ

・特定の医療機関の紹介は行いません。
・医療行為における過失の有無、責任の所在の判断は行いません。
・医療機関との紛争の仲介や調停は行いません。
・相談の内容によって適切な相談機関や専門機関をご案内します。

問 医療連携推進課(緊急医)　✆224-8499　FAX224-8483
市保健所総務課(医療安全支援センター)　✆226-9941　FAX226-9981

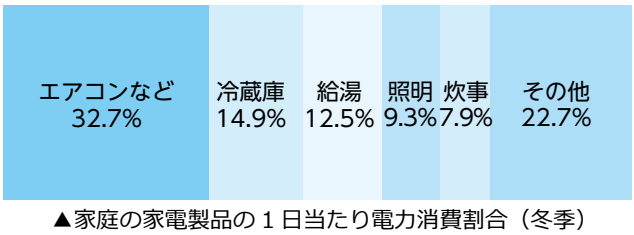
環境と家計に優しい　冬の省エネ

冬季は、外気温と室温の差が大きく、部屋を適温にするためのエネルギーの消費量が夏に比べると大きくなり、暖房燃料や電気の消費量が多くなります。燃料・電気の節約は、温室効果ガスの削減に加え、家計負担の軽減にもつながります。できる範囲で、省エネ・節電にご協力をお願いします。

1日にどのくらい電気を使っている？

冬季のエアコンを含む暖房の電力使用量は、家庭全体の約3割を占めます（グラフ参照）。また、室内の熱の約6割は、窓などの開口部から逃げるとされています。

暖房効率と断熱性を高めることで、節電の効果が期待できます。



▲家庭の家電製品の１日当たり電力消費割合（冬季）

出典：経済産業省「平成30年度電力需給対策広報調査事業」の結果より作成

少ないエネルギーで部屋を暖めるポイント

●厚手で床まで届く長いカーテンを使用して窓からの冷気を防ぐ
●エアコン・ファンヒーターはフィルター掃除で効率アップ
●暖かい衣服を着用する



暖房は必要なときだけつけましょう

1日1時間運転を短縮した場合（設定温度20度）

●エアコン→年間で約1,260円節約、温室効果ガス19.9キログラム削減
●石油ファンヒーター→年間で約1,470円節約、温室効果ガス41.5キログラム削減

▲省エネによる節約効果

もっと快適でエコな暮らしをするには・・・

●省エネ性能の高い家電を選ぶ
●太陽光発電で電気を自給する
●断熱窓に交換する

市民講座のお知らせ

市では、より良い「暮らし」と「環境」につながる取り組みを学ぶ市民講座を開催しています。

太陽光発電、断熱窓、省エネ家電などの節約効果や暮らしに役立つ情報をお伝えします。テーマや開催日時など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



長野市環境学習イメージキャラクター「えこねこ」

▲市民講座

薪（まき）ストーブの適切な使用にご協力ください

薪ストーブは、構造上、完全に無煙・無すすでの使用はできません。特に不適切な使い方をした場合、多量の煙やすす、臭いが発生し、近隣トラブルの原因になる恐れがあります。近隣環境への影響に配慮し、適切な使用を心がけましょう。

使用する際のポイント

●十分に乾燥した無垢（むく）の薪（自然木）を使用する
●薪を一度に入れ過ぎないようにする
●屋外で、煙突から出る煙の状態を確認する　など

◀薪ストーブの適切使用



⚠薪ストーブで家庭ごみを燃やすことは禁止されています。

問 環境保全温暖化対策課　☎224-7532　FAX224-5108

11月9日㈰～15日㈯　秋の火災予防運動

▲秋の火災予防運動

空気が乾燥し、暖房器具など火を取り扱う機会が増えるこの時季は、火災が発生しやすくなります。火災の発生を防ぐとともに、命と財産を守るため、全国一斉に「秋の火災予防運動」を実施します。

住宅用火災警報器の設置と適切な維持管理を

住宅用火災警報器は、煙や熱を感知して、火災の発生を知らせてくれるもので、住宅の寝室などに設置が義務付けられています。

設置していたことで、被害を最小限にとどめることができた事例や火災を未然に防ぐことができた事例があります。

また、設置していても電池切れや故障などで使用できない可能性もあります。定期的に点検ボタンなどで作動状況を確認し、製造から10年を目安に取り換えをお願いします。



◀住宅用火災警報器

「感震ブレーカー」を設置しましょう

大規模地震発生時には、電気を起因とする火災が多発しています。この対策として、一定以上の揺れを感知すると自動で電気を遮断する「感震ブレーカー」の設置が効果的です。

地震時の電気火災対策としては、手動でブレーカーを落とすことが有効ですが、状況により自力で行うことが困難な場合や、留守にしている場合もあります。

こうした万が一の事態に備えて、「感震ブレーカー」を設置しましょう。



◀感震ブレーカー

問予防課　✆227-8001　FAX228-6772

集客プロモーションパートナー都市からのお知らせ

金沢市　～とっておき！冬の金沢へ～ 金沢冬の旅キャンペーン

とき 11月1日㈯～令和9年2月28日㈯



世界的な庭師の解説とともに金沢の庭園美を体感できるプランや、名店を巡る旬のカニづくし旅など、プレミアムな金沢を体験できる「体感！金沢の旅」をはじめ、さまざまな催しを行います。

ぜひ、冬の金沢へお越しください。

問金沢市観光政策課　✆076-220-2194
(一社)金沢市観光協会　✆076-232-5555

下水道使用料の見直しを検討しています

下水道使用料の見直しについて、審議会で検討が進められています。

どうして見直しが必要なの？

近年の物価高騰や人件費の上昇に加え、今後は人口減少に伴う使用料収入の減少も見込まれます。現在の料金水準のままでは、将来にわたって健全な経営を維持することが極めて難しい状況となっています。

どう検討しているの？

今後も計画的に施設や設備を管理･更新し、持続可能な下水道サービスの提供を続けていくためには、経営基盤の強化が不可欠です。現在、有識者などで構成される市上下水道事業経営審議会において、下水道使用料の値上げの検討を含め慎重に議論を重ねています。

詳しい審議状況は、市ホームページをご覧ください。



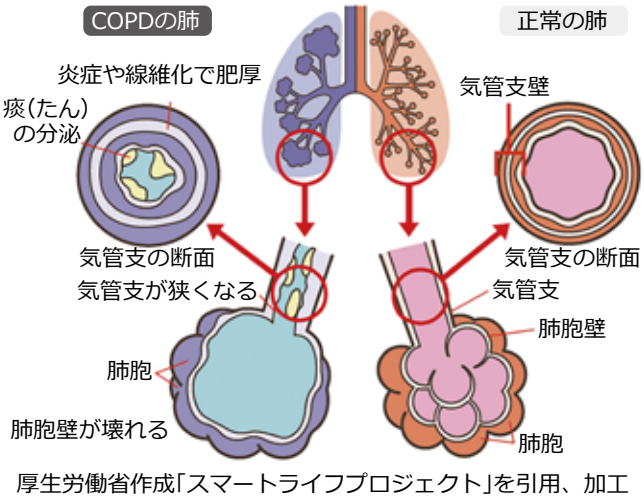
問上下水道局 総務課　✆224-5070　FAX224-5114
営業課　✆224-5071　FAX224-6728

COPD（慢性閉塞性肺疾患）にご注意を！

～11月18日（毎年11月第3水曜日）は世界COPDデー～

COPDってどんな病気？

COPDは、喫煙習慣のある中高年に多く発症する生活習慣病で、たばこなどに含まれる有害物質を長年吸い込むことで、気管支や肺胞に慢性的な炎症が起こります。進行すると、肺炎や肺がんなどの合併だけでなく、動脈硬化や糖尿病、骨粗しょう症など、さまざまな病気を引き起こす原因になります。



厚生労働省作成「スマートライフプロジェクト」を引用、加工

COPDの症状

次のような症状が続くときはCOPDの可能性があります。思い当たる症状がある人は、早めに受診しましょう。適切な治療を受けることで病気の進行を遅らせることができます。

□咳や痰が続いている
□階段や坂道で息が切れる
□風邪をひきやすい、または治りにくい
□呼吸するとゼイゼイ、ヒューヒューという音がする

予防のためには禁煙が大切です

COPDの原因の9割以上が喫煙によるものといわれており、COPDの予防には、「禁煙」が最も有効です。禁煙することで肺機能の低下を遅らせることができます。また、禁煙は何歳から始めても効果があります。



問健康課　☎226-9961　FAX226-9982

ライフステージごとの歯と口の健康づくり



歯と口の健康は、全身の健康と深くつながっています。歯周病を放置すると、糖尿病や心疾患などを引き起こす原因にもなります。お口の環境は年齢とともに変化します。生涯にわたり歯と口の健康を維持するために、それぞれのライフステージに合わせた適切なケアに取り組みましょう。

乳幼児期	生涯の健康な歯・口の土台を作る時期です。保護者による仕上げ磨きや正しい食習慣を身に付けましょう。
学童・思春期	乳歯から永久歯へと生え変わり、口の環境が大きく変化する時期です。また、思春期はホルモンバランスや生活習慣の変化により、虫歯や歯肉炎になりやすい時期でもあります。正しい歯磨きを身に付け、定期的に歯科健診を受けましょう。
青年・壮年期	進学や仕事、子育てなどで忙しくなり、歯磨きや歯科受診がおろそかになりがちな時期で、歯周病が増える傾向にあります。日々の丁寧な歯磨きに加え、フロスや歯間ブラシの活用と、定期的な歯科健診で歯周病を予防しましょう。
高齢期	舌・喉・口の周りの筋力低下や歯の本数が減ることなどにより、口の機能低下が起きやすくなります。日々の体操や丁寧なケアを実践し、おいしく食べる力を維持しましょう。





問健康課　☎226-9961　FAX226-9982

時日時　所場所　内内容　対対象　定定員　申申し込み　問問い合わせ　他その他
※全て無料、申し込み方法のないものは申し込み不要です。

長野市民病院糖尿病講演会（世界糖尿病デー記念イベント）

時11月13日㈭11:00～12:15(開場10:30)
所同院市民健康ホール
内第1部「糖尿病予防のためにできること」／武市哲さん(同院糖尿病・内分泌内科医師)
第2部「糖尿病とともに生きる～糖尿病患者のリアルと血糖コントロール体操～」／西脇かおるさん(NPO法人ながの健康サポートセンター代表、1型糖尿病患者)
問同院総務課 ✆295-1199
他詳しくは同院ホームページをご覧ください。

ふらっとフレイル予防体験

どなたでもフレイル予防体験ができます。お気軽にお立ち寄りください。
時11月16日㈪13:30～15:30
所芸術館展示サロン(第一庁舎1階)
内
- 理学療法士による「一から学ぶ呼吸の話」(13:30～13:50)
- フレイル予防市民ナビゲーターとのフレイル予防の体験(14:00～)
- 「シン・長野市はつらつ体操」など

問地域包括ケア推進課 ✆224-7873

専門医による認知症個別相談会

時11月19日㈭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(先着順)3人
申問事前に電話で中部地域包括支援センター(✆224-7174)へ

不妊・不育症相談

不妊カウンセラーまたは助産師が相談に応じます。
時11月25日㈫13:00～16:00
所市保健所
申問事前に電話で健康課(✆226-9963)へ

ひきこもり家族教室

時12月7日～令和9年3月1日㈪(計6回)
所市保健所動物愛護交流棟レクチャールーム
内認知行動療法に基づいた家族支援プログラム
対市内在住のひきこもり状態の人の家族
定(先着順)15人
申問事前に電話で健康課(✆226-9965)へ

難病研修・交流会

時12月11日㈮13:30～15:30
所市保健所
内就労に関する情報交換会
申問開催日の2週間前までに、電話で健康課(✆226-9965)へ

きらり☆脳力UP講座

時令和9年1月18日～3月29日㈪の祝日を除く毎週月曜日14:00～16:00(計10回)
所栗田病院認知症疾患医療センター
内有酸素運動、筋トレ・ストレッチ、脳活プログラム
対物忘れなどがあり、認知機能の低下が心配な市内在住の全回参加可能な人
※介護保険の通所サービスを利用している人は対象外
定(先着順)20人
申11月10日㈫～18日㈫10:00～16:30に、電話で地域包括ケア推進課(✆224-7873)へ
他ご家族やかかりつけ医にご相談の上、ご参加ください。

ノロウイルスによる食中毒を予防しましょう

冬季は、ノロウイルスによる食中毒が多発します。次の４つのポイントを守り予防しましょう。

▲詳しくは市ホームページ

①**持ち込まない**／下痢やおう吐など胃腸炎症状がある人は調理をできる限り控える
②**広げない**／調理器具はしっかり洗浄し、塩素系漂白剤で消毒をする
③**つけない**／手洗いを徹底し、そのまま食べる食品には直接手を触れないようにする
④**やっつける**／食品の中心部を85度以上で90秒以上加熱する(特にカキなどの二枚貝は、十分に加熱する)

問食品生活衛生課　✆226-9970　FAX226-9981

催し講座 勤労者活躍支援センター・サンライフ長野・しなのき

勤労者活躍支援センター（南部☎293-4435、北部☎243-1358）

	講座	とき
南部	親子講座トイレットペーパー芯で作るクリスマス工作※1	12月5日㈯10:00～11:30
南部	はじめての親子ヨガ体験※2	令和9年1月4日㈪ 14:00～15:00
北部	味のある己書（おのれしょ）®でXmas（クリスマス）カード、年賀状を！	12月5日・12日㈯ 10:00～12:00（計2回）
北部	お正月のフラワーアレンジメント	12月26日㈯10:00～12:00

対市内在住・在勤の人（学生は除く） ※1…年少児～小学生 ※2…年長児以上

サンライフ長野（☎227-2310）

講座	とき		講座	とき
クリスマスに作るシルバーアクセサリー	12月12日㈯10:00～12:00		お正月のフラワーアレンジメント	12月26日㈯10:00～12:00
知って得する相続の基本	12月15日㈫	10:00～12:00	対市内在住・在勤の人（学生は除く）	
相続無料相談会（1人40分）		13:00～17:00		

勤労者女性会館しなのき（☎235-2373）

講座	とき	講座	とき
羊毛フェルトで干支（えと）【羊】	12月15日㈫10:00～12:00	◆ファイナンシャルプランニング技能検定2級（夜）	令和9年1月15日～3月26日㈮ 18:30～20:30（計11回）
はじめてみよう！パワーポイント	令和9年1月15日～3月19日㈮ 10:00～12:00（計8回）	◆親子で楽しむプレ・リトミック※	令和9年1月22日～3月26日㈮ 10:00～10:45（計5回）

対市内在住・在勤の女性（学生は除く。◆は男性も受講可） ※…令和6年4月2日～令和8年6月30日生まれの乳幼児とその保護者

共通

受講料がかかります（一部を除く）。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をご覧いただくか、各施設へお問い合わせください。

申次のいずれかの方法で申し込み

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。

インターネット／11月1日㈯9:00～8日㈯17:00に、右の二次元コードから。参加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　▲サンライフ長野　▲勤労者女性会館しなのき

11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㈯11:25～11:30
長野市の水道事業

▷21日㈯11:25～11:30
水道の災害対策



abn ふるさとステーション

▷15日㈰17:25～17:30
スタンプラリーで楽しく地産地消を応援しよう

SBC ふれ愛ながの21（手話通訳入り）

▷28日㈯15:30～16:00
若者たちの挑戦～未来をつくる長野の若者たち

INC 長野きらめきチャンネル

▷月～金曜日：1日3回、土・日曜日：1日1回
未来に残そう！伝統芸能

※TSBとINCは市公式YouTubeでも配信しています。

ラジオ

SBC ふれあい21 こちら長野市です

▷28日㈯17:35～17:45
信州やまなみ国スポ・全障スポの長野市実施競技

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㈪ 善光寺表参道歩行者優先道路化に向けた社会実験を実施します
3日㈫ 行政相談【再】
4日㈬ 秋の火災予防運動
5日㈭ おひざで絵本事業
6日㈮ ママたちのお仕事フェスタ【再】
9日㈪ 女性に対する暴力をなくす運動
10日㈫ 「信州やまなみ国スポ・全障スポ」長野市実施競技のお知らせ【再】
11日㈬ 善光寺表参道歩行者優先道路化に向けた社会実験を実施します【再】
12日㈭ アルコール関連問題啓発週間
13日㈮ 生活保護費の追加給付
16日㈪ COPD〔慢性閉塞（へいそく）性肺疾患〕にご注意を
17日㈫ 女性に対する暴力をなくす運動【再】
18日㈬ 秋の火災予防運動【再】
19日㈭ 第49回人権を尊重し合う市民のつどい
20日㈮ 道の駅中条からのお知らせ
23日㈪ アルコール関連問題啓発週間【再】
24日㈫ 冬の省エネ・節電対策・薪（まき）ストーブの適正使用
25日㈬ 長野市議会12月定例会のお知らせ
26日㈭ インターネット通販による定期購入にご注意を
27日㈮ 12月の観光情報
30日㈪ 広報ながの12月号の見どころ

時日時　所場所　内内容　講講師　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 市障害者福祉センター健康教室

時11月12日㈬10:30～
内講演「認知症とその家族」、軽い運動
対身体障害者手帳所持者およびその家族
申11月10日㈫までに、氏名・住所・電話番号を、電話、ファクス、Eメールのいずれかで同センターへ
問同センター ☎226-4884、FAX226-6263、✉info@nagano-sfc.jp

催し講座 市保健所動物愛護センター

愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

時11月21日㈯10:00～11:30
申11月9日㈰～20日㈭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
他対象など、詳しくは市HPをご覧ください。

犬と猫の休日譲渡会

時11月21日㈯10:00～12:00
他譲渡動物がいない場合があります。詳しくは同センターへお問い合わせください。

市民公開講座「THEペット防災～平時だからできる対策検討編」

時11月28日㈯13:30～16:00
定（先着順）60人
申11月9日㈰～27日㈭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

シニアのための動物ふれあい広場

時12月12日㈯10:00～11:00
対市内在住の65歳以上の人
定（先着順）10人
申11月9日㈰～12月4日㈭に、電話で同センターへ
問同センター ☎262-1212

催し講座 自治会運営どうしてる？

自治会が抱えるさまざまな課題を共有し、持続的に活動をするための方法を考えます。片方のみの参加も可能です。

事業棚卸しワークショップ

時11月28日㈯13:30～15:30

区長・役員座談会

時12月12日㈯13:30～15:00

共通

所もんぜんぷら座
対自治会関係者
定（先着順）5自治会程度
申事前に電話か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 お正月フラワーアレンジメント講座

時12月28日㈰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
¥2,500円
申11月20日㈭（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、シニアアクティブルームへ（1人1枚1講座）
問同ルーム ☎223-0058、〒380-0835大字南長野新田町1485-1もんぜんぷら座3階

催し講座 かがやきひろば

講座	とき	ところ・問い合わせ	申込期間
マーブルチョコ（木製楽器アンサンブル）コンサート	11月13日㈭10:00～11:30	柳町 ☎235-0019	—
椅子に座って、愉（たの）しむ茶道	12月1日㈫13:30～15:00		11月9日㈰10:00～
筆で書く年賀状	12月16日㈬10:00～12:00		
冬の寄せ植え講座	11月17日㈫10:00～12:00	安茂里 ☎225-8500	11月2日㈰9:00～
ふくふく寄席（よせ）	11月30日㈰13:30～15:00	湯福 ☎232-8335	11月9日㈰9:00～
ありこさん笑顔いっぱいクリスマスコンサート	12月11日㈭10:30～12:00		11月12日㈬9:00～
ぽかぽか温まるハンドマッサージ	12月4日・18日㈭ 10:00～11:30（計2回）	篠ノ井 ☎293-7227	11月9日㈰13:00～
冬のディスコダンス※1 ※2	12月8日～令和9年2月16日㈫ 10:00～11:00（計7回）		11月10日㈫・11日㈬ 9:00～16:00
大南匠（ピアノ）×櫻井郁也（ダンス）デュオ公演「ひびきをめぐるphase2-まだないコトバと」※3	12月9日㈬14:00～15:30		11月9日㈰9:00～
おいしい珈琲（コーヒー）の淹（い）れ方　お菓子つき♡	12月21日㈰10:00～11:30		11月16日㈰9:00～
音楽ひろばクリスマスコンサート※3	12月12日㈯13:30～14:45	吉田 ☎263-6806	—
はじめてのしめ縄づくり※3	12月16日㈬9:00～12:00	氷鉋 ☎284-8100	12月1日㈫9:00～

対市内在住の60歳以上の人 ※3…市内在住のどなたでも 定※2…多数の場合、初心者優先の上、抽選
申各申込期間中に、電話か直接、各ひろばへ ※1…85円郵便ハガキを持参の上、直接ひろばへ
他定員や受講料のある講座があります。詳しくは各ひろばへお問い合わせください。

時日時 所場所 内内容 講講師 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

広告

催し講座 救命講習会（12月）

救命入門コース
時10日㈭9:00～10:30
所柳原交流センター
問柳原分署 ✆296-0119

普通救命講習Ⅰ
時3日㈭9:00～12:00
所中央消防署
問飯綱分署 ✆239-2119

普通救命講習Ⅱ
◇塩崎分署
時3日㈭9:00～13:00
問同分署 ✆293-0119
◇松代支所
時11日㈮9:00～12:00
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
問松代消防署 ✆278-2992

応急手当普及員講習
時7日㈪・8日㈫・9日㈬8:30～17:30（計3回）
所中央消防署
対所属する事業所の従業員などに、普通救命を指導しようとする人
¥（教材費）約4,000円
問同消防署 ✆237-0119

共通
定（先着順）20人
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

催し講座 リサイクルプラザ

フリーマーケット
時11月22日㈰9:00～11:30
持エコバッグ

リサイクル教室
◇季節の寄せ植え（生ごみ堆肥利用）
時11月27日㈮13:30～15:30〔申し込み11月10日㈫10:00～〕
◇クリスマスリース作り〔剪（せん）定枝葉利用〕
時11月30日㈰13:30～15:30〔申し込み11月10日㈫10:00～〕
◇牛乳パックで椅子作り
時12月4日㈮10:00～12:00〔申し込み11月10日㈫10:00～〕
対ミシンを使える人
◇しめ縄作りとお正月飾り
時12月13日㈯10:00～12:00〔申し込み11月10日㈫10:00～〕

ゆめ工房21
◇ねこはんてん作り
時12月10日㈭10:00～15:00〔申し込み11月11日㈬10:00～〕
◇布ぞうり作り
時12月14日・21日㈰10:00～15:00〔申し込み11月11日㈬10:00～〕

共通
対市内在住の人
申（初回の人優先の上、先着順）申込開始日から、電話か直接、同プラザへ（フリーマーケットを除く）
問同プラザ ✆222-3196
他定員や料金など、詳しくは同プラザへお問い合わせください。

催し講座 男女共同参画センター

タオルハンカチでつくるパープルリボンのクマさん
時11月23日㈰12:30～13:30
定（先着順）10人

ユース世代と考える「見過ごされがちな暴力と私たちができること」
時11月28日㈯14:00～16:00
定（先着順）40人

共通
所勤労者女性会館しなのき
対市内在住・在勤・在学の人
申事前に電話か直接、同センターへ
問同センター ✆237-8303

催し講座 NPO法人長野市環境緑化協力会

雑木剪（せん）定講習会
時11月14日㈯10:00～12:00〔申し込み11月9日㈰8:30～13日㈭12:00〕
所（受け付け）城山公園管理事務所

初心者向けバラの実クリスマスリース作り講習会
時11月21日㈯10:00～12:00〔申し込み11月9日㈰8:30～17日㈫12:00〕
所（受け付け）南長野運動公園バラ園

共通
申申込期限までに、二次元コードから申し込み
問同協力会 ✆214-8655
他定員や金額など、詳しくは申し込みフォームをご覧ください。

催し講座 （一財）ながの緑育協会

フレッシュコニファーで作るクリスマスリース
時11月27日㈭・28日㈯10:00～12:00〔申し込み11月9日㈰9:00～〕

お子さん向けクリスマス講座
1＝間伐材でリースづくり、2＝剪（せん）定枝でつくるクリスマスツリー（壁飾り）
時11月29日㈯1＝10:00～11:30、2＝13:30～15:00〔申し込み11月11日㈬9:00～〕

縄編みから作るお正月飾り
時12月19日㈯9:30～12:00〔申し込み11月20日㈭9:00～〕

共通
所篠ノ井中央公園管理棟
申申込開始日から電話で同協会へ
問同協会 ✆214-8719
他定員や金額など、詳しくは同協会HPをご覧ください。

催し講座 きのこの駒打ち（ながの環境パートナーシップ会議）

時11月28日㈯9:00～12:00（雨天中止、受け付け8:50～）
所ボブスレー・リュージュパーク
定（多数の場合抽選）5人
¥500円
申11月16日㈰までに「ながの電子サービス（長野市）」から申し込み
問環境保全温暖化対策課 ✆224-5034

時日時 所場所 内内容 講講師 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

広告

催し講座 権堂イーストプラザ市民交流センター

スノードームをつくろう

時 11月14日㈯10:00～12:00、14:00～16:00

第19回親子ミニ四駆®イベント

時 11月15日㈰11:00～17:00

いきいき健康体験教室5

時 12月4日、令和9年1月15日㈮13:15～14:15

クリスマスリース・ミニツリー

時 12月5日㈯10:00～12:00、14:00～16:00

共通

申 事前に電話か直接、同センターへ（ミニ四駆イベントを除く）

問 同センター ✆234-2906

他 定員や金額など、詳しくは同センターHPをご覧ください。

催し講座 松ぼっくりでクリスマスツリーをつくろう

時 11月15日㈰13:30～14:30

所 東部文化ホール

定 （先着順）8人

¥ 650円

申 事前に電話で同ホールへ

問 同ホール ✆217-4662

催し講座 旬菜市 in OYAKI FARM（おやきファーム）

時 11月21日㈯9:30～15:00

所 OYAKI FARM店舗前芝生広場

問 （一社）市農業公社 ✆227-1650

催し講座 ポリテクセンター長野 職業訓練見学会

時 11月18日㈬10:00～12:00

対 求職中または転職を検討中の人

問 同センター長野 ✆243-7856

催し講座 市子ども会リーダー研修会

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

時 11月29日㈰9:30～16:00〔申し込み11月16日㈪まで〕

対 市内在住の小学5年生～高校生

工作・レクリエーション

時 12月19日㈯9:30～16:00〔申し込み12月7日㈪まで〕

対 市内在住の小学4年生～高校生

共通

所 ふれあい福祉センター

定 （先着順）30人

¥ （保険料）150円（本年度初参加者のみ）

申 申込期限までに「ながの電子申請サービス（長野市）」から申し込み

問 家庭・地域学びの課 ✆224-5082

催し講座 市人権動画視聴会

「犯罪被害者等の人権」

時 11月27日㈮10:00～10:45

内 ・「犯罪被害者等支援を知ろう～犯罪被害者等への接し方」（10分）
・「犯罪被害者支援を知っていますか？～オリジナルドラマ『春が、来た』」（14分25秒）

「ハンセン病問題」

時 11月27日㈮14:00～14:45

内 「ハンセン病問題を知る～元患者と家族の思い」（34分40秒）

共通

所 講堂（第二庁舎10階）

申 11月20日㈮までに、電話で人権・男女共同参画課（第一庁舎4階）へ申し込むか、申込書（同課、各支所・公民館・交流センターにあります）に必要事項を記入の上、直接、ファクス、Eメールのいずれかで同課へ

問 同課 ✆224-5032、FAX224-7547、✉jinken-danjo@city.nagano.lg.jp

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 11月21日㈯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 12月5日㈯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 長野地域職業訓練センター パソコン講座

エクセル応用コース

時 12月12日・19日㈯9:30～16:30（計2回）

JW_CAD上級コース

時 12月1日・8日・15日㈫9:30～16:30（計3回）

共通

定 （先着順）10人

¥ 受講料がかかります。

申 開催日初日の1週間前までに、電話かファクスで同センターへ

問 同センター ✆221-0505、FAX221-0036

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）

若穂公民館 ✆282-2082

とき（12月）	3日㈭		4日㈮		9日㈬		10日㈭	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内容	ア	イ	ウ	エ	ア	ウ	イ	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 （先着順）各8人 申 11月9日㈪～25日㈬8:30～17:00に、電話か直接、同公民館へ 問 情報システム課 ✆224-7506

時 日時　所 場所　内 内容　講 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

広告

催し講座 第59回ふれあい展

特別支援学級や特別支援学校の児童・生徒による作品展です。
時11月14日㈮～17日㈪9:10～16:30
所県立美術館
問豊栄小学校 ✆278-3053

催し講座 令和8年度人権啓発ポスター・標語コンクール受賞作品展

時11月27日㈮～12月4日㈮（最終日は15:00まで）
所市民交流スペース（第一庁舎1階）
問人権・男女共同参画課 ✆224-5032
他人権啓発パネル展も同時開催しています。

催し講座 わが街ながのゆかりの作家展～長野市風景画展審査員展

第31回～第35回同風景画展の審査員の皆さんの作品を展示します。
時11月27日㈮～12月7日㈰10:00～17:00〔12月1日㈫を除く〕
所芸術館展示サロン（第一庁舎1階）
問文化芸術課 ✆224-7504

催し講座 南部図書館

11月のおはなし会
時11日・18日・25日㈫11:00～11:30
対1歳児～小学3年生とその保護者
あかちゃんのおはなし会
時12月2日㈫13:30～14:00
対0歳児とその保護者
持バスタオル1枚
問同館 ✆292-0143

催し講座 市立長野図書館

11月のおはなし会
時（毎週）水曜日15:30～16:00、土曜日14:30～15:00、日曜日11:00～11:30（8日を除く）
対年少児～小学生
11月の映画上映会
◇『現金（げんなま）に手を出すな』（字幕・白黒・97分）
時14日㈯14:00～
◇『グッド・ハーブ』（字幕・カラー・120分）
時28日㈯14:00～
除籍本などのリサイクル市
除籍した本、雑誌（おおむね2022年発行のもの）を無料配布します（1人10冊程度まで）。
時11月21日㈯10:00～16:00
他・当日9:30から玄関で整理券を配布します。
・公共交通機関をご利用ください。
問同館 ✆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）
◇木のくるまをつくろう
時11月14日㈯10:00～12:00
◇どんぐり・松ぼっくりリース
時11月28日㈯10:00～12:00
◇ジャムの瓶でスノードーム
時12月5日㈯10:00～12:00
手仕事のじかん「さき織りワークショップ」
時11月15日㈰13:00～14:30
夜のプラネタリウムと星空観察会「土星のリングを見よう」
時11月28日㈯17:30～19:00
ながはく美術・文化クラブ「公園の野鳥を見よう」
時12月5日㈯13:30～15:30

共通
所同館（星空観察会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
他定員や金額など、詳しくは同館HPをご覧ください。

催し講座 戸隠の至宝～戸隠山神領の宝物

時11月20日㈭13:30～15:10
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）20人
¥（資料代）200円程度
申11月9日㈰9:00から、電話で同施設へ
問同施設 ✆282-5500

催し講座 恐竜の凧（たこ）をつくろう！

時12月12日・19日㈯13:30～15:30
所信州新町化石博物館
定（先着順）各15人
¥各300円
申11月12日㈭から、電話で同館へ
問同館 ✆262-3500

催し講座 茶臼山動物園

2027年版 動物園オリジナルカレンダープレゼント
来園時に券売所でお申し出ください。
時11月14日㈯～（配布分4,500枚が無くなり次第終了）
落ち葉大会2026
時 11 月 21 日 ㈯ 9:30 ～ 16:30（入園は16:00まで）

共通
¥（入園料）一般600円、小・中学生100円
問同園 ✆293-5167

催し講座 松代文化ホール

クラフトバンド教室
クリスマスリースかクリスマスバスケットのどちらかを選べます。
時11月8日㈰10:00～12:00
大きな松ぼっくりでクリスマスツリーを作ろう
時11月21日㈯13:00～14:00
ヨガ教室
時11月22日㈰15:00～16:00
手形アートワークショップ～来年のカレンダーを作ろう
時 11 月 29 日 ㈰ 10:00 ～ 10:45、10:50～11:30
クリスマスのキャンドルアートを作ろう
時12月5日㈯13:00～14:00

共通
申事前に電話で同ホールへ
問同ホール ✆278-4373
他定員や金額など、詳しくは同ホールHPをご覧ください。

時日時 所場所 内内容 講講師 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

広告

募集 落ち葉掃きボランティア

時11月11日・18日・25日、12月2日㈬9:30～10:45
所(集合)アクアウイング前ロータリー
持軍手（竹ぼうき、熊手、袋など用具の貸し出しあり）
問同施設 ✆244-7555
他雨天、雪の場合は中止

催し講座 小学生陸上競技冬季体力づくり教室

時11月21日～令和9年1月23日㈯14:00～15:30(計5回)
所長野運動公園陸上競技場
対市内在学の小学3～6年生
定(先着順)40人
¥3,000円（本年度陸上競技教室に参加した人は、保険料除く2,000円）
申11月14日㈯9:00～10:00に参加料を持参の上、同競技場会議室へ
問市スポーツ協会 ✆224-5088

催し講座 アイスホッケー体験教室

時11月28日㈯10:00～11:00、29日㈰16:50～17:50
所エムウェーブ
対市内在住の年長児～小学3年生とその保護者
定(先着順)各30人
¥(貸靴・保険料含む)各820円
申各開催日の3日前までに二次元コードから申し込み
問長野市アイスホッケー協会 ✆080-2568-1433

催し講座 ソフトテニス昼間教室（後期）

時12月2日～令和9年2月10日㈫10:00～12:00(計8回)
所北部スポーツ・レクリエーションパーク屋内運動場
対市内在住・在勤の人
申申込書（長野市ソフトテニス協会HPにあります）に必要事項を記入し、開催日当日に参加料と保険料を持参の上、直接、会場へ
問市スポーツ協会 ✆224-5088
他定員や金額など、詳しくは長野市ソフトテニス協会HPをご覧ください。

催し講座 パラスポーツ体験会（ボッチャ）

時12月6日㈰9:30～11:30
所市障害者福祉センター
対市内在住・在勤・在学の小学生以上（小学生は保護者同伴）
定(先着順)20人
申11月25日㈫までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで長野市障害者スポーツ協会へ
問同協会 ✆(FAX共通)266-8834、✉npsa@npsports.jp

催し講座 美魔女ボディーメイク

時毎週金曜日18:15～19:15
所ホワイトリングスタジオ
対18歳以上の女性
定(先着順)20人
問同施設 ✆283-7977
他金額や申し込み方法など、詳しくは同施設HPをご覧ください。

催し講座 シンコースポーツ杯ソフトバレーボール大会

時令和9年1月10日㈰9:00～（受け付け8:00～）
所長野運動公園総合運動場総合体育館(新体育館)
申12月20日㈰までに、直接、郵送、Eメールのいずれかで同施設へ
問同施設 ✆244-7555、〒381-0043吉田5-1-19、✉nagano@shinko-sports.com
他参加部門など、詳しくは同施設HPをご覧ください。

催し講座 温湯温泉「湯～ぱれあ」

姿勢改善ピラティス
時11月9日・16日、12月14日・21日㈪10:30～11:30

初級ダイエットエアロビクス
時11月11日・25日、12月23日㈫15:30～16:30

11月のおひさま教室
◇ひよこ親子ビクス
時11日㈫10:00～10:45
◇親子でリトミック
時18日㈫10:30～11:15

共通
問同施設 ✆282-5500
他この他の教室も開催しています。料金や申し込み方法など、詳しくは同施設HPをご覧ください。

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38回彩友会水彩画展
時11月12日㈭～17日㈫10:00～16:00(最終日は15:00まで)
◇長野県カルチャーセンター「たのしい写真教室」写真展
時11月20日㈮～26日㈭10:00～17:00(最終日は16:00まで)
◇「青空写生会展覧会」
時11月28日㈯～12月3日㈭10:00～16:00〔12月2日㈫は休館日〕
◇山田寿章油彩画展
時12月5日㈯～11日㈮10:00～17:00(最終日は16:00まで)
問もんぜんぷら座事務局 ✆219-0020

催し講座 ながのハンギングバスケット&コンテナガーデンコンテスト2026作品展示

時11月28日㈯～12月6日㈰
所市役所ニワ(中庭)(第一庁舎1階)
問公園緑地課 ✆224-7285
他・11月18日㈫まで作品を募集しています。
・応募方法など詳しくは市HP、チラシ〔公園緑地課（第二庁舎5階）、各支所、各公民館、(一財)ながの緑育協会にあります〕をご覧ください。

時日時 所場所 内内容 講講師 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

広告

まごころ ありがとうございます

茶臼山動物園整備基金に
M'sエムズ工房／10万円
男女共同参画事業に
国際ソロプチミスト長野―みすず／ボイスレコーダー
応急手当普及啓発のために
匿名／救急講習用資器材（AED＋CPRトレーニングキット5台）

募集 犯罪被害者等支援のための寄贈

寄贈いただいた本などの売却代金を犯罪被害者等の支援に役立てます。「ホンデリングデー」開催時にお持ちください。
時12月2日㈬10:00～15:00
所市民交流スペース（第一庁舎1階）
内（寄贈希望品、状態の良いもの）本（ISBNコード付き）、CD（アルバム）
問人権・男女共同参画課 ✆224-5032

募集 消防局防火標語

一般、小学生、中学生、消防団員の4部門で募集します。
内（テーマ）家庭や職場などでの防火意識の向上に役立つもの
対長野市、信濃町、飯綱町、小川村に在住・在勤・在学の人
申11月2日㈪～12月11日㈮に「ながの電子申請サービス（長野市）」から申し込むか、必要事項〔標語（振り仮名）・応募区分・住所・氏名・事業所名（学校名）・電話番号〕を記入の上、郵送かファクスで予防課へ
問同課 ✆227-8001、FAX228-6772、〒380-0901大字鶴賀1730-2

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	単身入居	うち優先
宇木	三輪九丁目	2DKY	1	可	
		3DKY	2	可	1　※1
小島	大字小島	2DKB	2	可	
大豆島東	大字大豆島	3DKY	4	可	2　※1※2
川合新田	大字稲葉		2	可	
若里	若里五丁目		2	可	
犀南	篠ノ井東福寺	2KB	2	可	1　※1
今井	川中島町今井原	3DKY	2		
美濃和田	豊野町石	1DKY	1	可	

対※1…高齢者、身体障害者（肢体不自由障害）※2…ひとり親、子育て、多子世帯

車椅子使用者向け住宅

団地名	所在地	規格	募集戸数	単身入居
宇木	三輪九丁目	3DKY	1	可

対常時車椅子の使用を必要とする、身体障害者手帳2級以上の肢体不自由障害者の単身者、またはその人を含む世帯 他申し込み前に居宅内を見学できます（要予約）。

歩行困難者向け住宅

団地名	所在地	規格	募集戸数	単身入居
金井山	松代町柴	2KY	1	可

対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の単身者、またはその人を含む世帯 他申し込み前に居宅内を見学できます（要予約）。

共通
申11月4日㈬～10日㈫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）
問同公社住宅管理部 ✆227-2322

他応募は1人1作品とし、入選者には記念品を贈ります。

募集 街なか絵画展作品

善光寺御開帳の期間中、善光寺表参道沿いの店舗などに展示します。
時（展示期間）令和9年4月4日㈯～6月19日㈮
内（作品テーマ）わたしの好きな長野
対市内在住・在学の児童・生徒・学生
申11月2日㈪～令和9年1月29日㈮に「ながの電子申請サービス（長野市）」から申し込むか、所定の応募用紙（市HPにあります）に必要事項を記入の上、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・絵の提出日は後日ご連絡します。
・応募状況により、申込期間中でも募集を締め切る場合があります。応募状況などは市HPをご覧ください。
・ご応募いただいた人には、図書カード1,000円分をプレゼントします。

募集 ポリテクセンター長野 公共職業訓練受講者

電気設備技術科／設備管理科
時（受講期間）令和9年1月5日㈫～6月29日㈫
定（選考あり）各15人
生産システムエンジニア科
時（受講期間）令和9年1月5日㈫～7月27日㈫
定（選考あり）20人

共通
対ハローワークに求職の申し込みをしている人
¥テキスト代などがかかります。
申12月4日㈮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

広告

「芋井総合市民センター」オープン

支所、交流センターなどの機能を備えた複合施設が完成しました。ぜひご利用ください。
問芋井支所 ✆232-7935
芋井交流センター ✆235-5778

お知らせ 行政相談

行政に対する相談などに応じます。

もんぜんぷら座4階
時11月13日㈭10:00～12:00

松代支所
時11月20日㈭10:00～12:00

信州新町支所
時12月1日㈫9:30～12:00

大岡支所
時12月1日㈫10:00～12:00

篠ノ井交流センター
時12月4日㈭10:00～12:00

中条総合市民センター
時12月7日㈪10:00～12:00
問広報広聴課 ✆224-5004

お知らせ 行政書士無料相談会

時11月19日㈬13:30～16:00(1組35分)
所かがやきひろば湯福
対市内在住の人
定(先着順)4組
申事前に電話か直接、同ひろばへ
問同ひろば ✆232-8335

お知らせ 人権擁護委員によるよろず相談

川中島町公民館
時11月20日㈭13:00～16:00

大岡支所
時12月1日㈫10:00～12:00

若穂支所
時12月1日㈫13:00～16:00
問人権・男女共同参画課 ✆224-5084

お知らせ 宅建協会長野支部空き家無料相談会

市と宅建協会所属の不動産事業者が空き家の管理などの個別相談に応じます。

時11月21日㈯10:00～12:00
所会議室141(第一庁舎4階)
申事前に二次元コードから申し込み
問同支部 ✆228-2130

お知らせ 土地家屋調査士無料相談会

時11月25日㈫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へ
問同会同支部 ✆273-8120

お知らせ 鳥害の被害対策にご協力を

ムクドリやカラス、ハトが集団化することで、鳴き声による騒音やふん害が発生しています。

ムクドリ対策
数が少ないうちに手をたたいたり、笛を吹くなど音を出す／懐中電灯などで光を頻繁に当てる

カラス対策
音を出す／光を当てる／餌場をつくらない（畑の野菜や果実を放置しない、ごみ集積所の生ごみを見えないように管理する）

ハト対策
餌を与えない／集まる場所をなくし、ベランダなどのふんは早めに片付ける

問環境保全温暖化対策課 ✆224-8034

お知らせ 長野県最低賃金 改正

県内の事業場で働く全ての労働者に適用される長野県最低賃金が、10月2日から時間額1,117円に改正されました。
問長野労働局労働基準部賃金室 ✆223-0555

お知らせ 証明書コンビニ交付サービスの利用停止

時11月18日㈫
問トイーゴマイナンバーカードセンター ✆232-3600
他日程は変更・追加となる場合があります。

お知らせ 冬の成人式のご案内

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 献血日程

大豆島総合市民センター
時(受け付け)11月11日㈫9:00～11:30

篠ノ井総合市民センター
時(受け付け)11月25日㈫9:30～11:30

信州新町支所
時(受け付け)12月3日㈬9:30～11:30
問食品生活衛生課 ✆226-9970

お知らせ リサイクル広場

家具・自転車などのリサイクル品を、抽選か入札により、希望者に販売します。
所リサイクルプラザ
対中学生以上
申11月16日㈪～22日㈯9:00～17:00
問同プラザ ✆222-3196
他抽選日は11月24日㈫〔当選者のみはがきで通知。購入品の引き取りは、はがき到着後、12月6日㈯までに当選者が行ってください〕。

お知らせ 浅川ダムの愛称決定

ネーミングライツ・パートナーを決定し「環境にやさしいCTIE浅川ダム」になりました。
問県建設部河川課 ✆235-7309
他愛称使用期間など、詳しくは県HPをご覧ください。

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、宝くじの助成金で（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。
◇代官町／子ども神輿(みこし)など祭り用備品、テーブルなど公民館備品
問地域活動支援課 ✆224-5033

時日時 所場所 内内容 講講師 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

広告

くらしのチャンネル

11月の日曜開庁は8日㈰です

市役所第一庁舎2階 9:00～12:00
※9月から窓口開庁時間を短縮(試行)しています。
※対象業務は変更ありません。
TOiGO WEST2階 9:00～17:15
トイーゴマイナンバーカードセンター

・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 12月市議会定例会 11月26日㈬開会予定

いずれも10:00から開会します。

本会議
11月26日㈬議案説明
12月2日㈫代表質問・個人質問
12月3日㈬個人質問
12月4日㈭個人質問・議案質疑など
12月11日㈭採決
所（傍聴受け付け）傍聴席入り口(第一庁舎8階)
他乳幼児一時預かり、手話通訳および要約筆記サービスが利用できます。申し込み方法など、詳しくは、市HPをご覧ください。

委員会
12月7日㈰福祉環境・建設企業
12月8日㈪総務・経済文教
所（傍聴受け付け）議会事務局（第一庁舎7階）

請願・陳情
希望する人は、11月26日㈬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)。請願(陳情)書の写しは、本会議などで配布します。
問同事務局 ☎224-5057

お知らせ 市都市計画審議会

時11月13日㈭14:00～16:00
所市役所第一・第二委員会室(第一庁舎7階)
内用途地域の変更について ほか
定(傍聴、先着順)15人
申11月10日㈪までに「ながの電子申請サービス（長野市)」から申し込み
問都市計画課 ☎224-7792

お知らせ 市都市内分権審議会

時11月19日㈬13:30～15:00
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の総括について ほか
定(傍聴、先着順)5人
申11月17日㈪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へ
問同課 ☎224-7615、FAX224-8596、✉chiiki@city.nagano.lg.jp

お知らせ ながの未来カフェ

第六次市総合計画(案)の内容をパネルでご覧いただき、市民の皆さんから直接ご意見をお聴きします。
時11月18日㈫14:30～16:30
所市民交流スペース(第一庁舎1階)
問企画課 ☎224-5010

お知らせ 令和7年国勢調査結果（確定値）

人口357,077人（男＝173,707人、女＝183,370人）
世帯数158,392世帯
※結果は、令和7年10月1日現在のものです。地区別集計結果などは、今後、市HPに順次掲載します。
問企画課統計担当 ☎229-6234

お知らせ 善光寺表参道で社会実験を実施します

善光寺表参道を歩きやすく居心地のよい歩行者空間にし、にぎわいを創出するための歩行者優先道路化に向けて、道路空間利活用を試行する社会実験「長野駅善光寺口みらいストリート」を実施します。
時11月13日㈭・14日㈮・15日㈯
所善光寺表参道(中央通り)末広町交差点～かるかや山交差点
問都市計画課 ☎224-5050
他詳しくは二次元コードをご覧ください。

お知らせ ファミリー・サポート・センター入会説明会

時11月10日㈫13:30～15:45
所三陽保健センター
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 不動産鑑定士無料相談会

時11月12日㈬13:00～15:40
所㈱長水建設会館
申事前に電話で(一社)長野県不動産鑑定士協会へ
問同協会 ☎225-5228

お知らせ 長野一日合同行政相談所

行政機関や弁護士・税理士などが参加する合同相談が開催されます。
時11月20日㈭10:30～15:30
所生涯学習センター
内（参加機関など）法務局、長野県、長野市、年金事務所、公証人、弁護士、司法書士、行政書士、税理士、土地家屋調査士、社会保険労務士、マンション管理士、行政相談委員
申11月13日㈭までに、電話で長野行政監視行政相談センターへ〔月曜日～金曜日（祝日を除く）8:30～17:15、受付時間外は留守番電話(☎235-1100)へ〕
問同行政相談センター ☎235-0128

時日時 所場所 内内容 講講師 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

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

信州新町美術館　特別展

市立長野高校美術部の軌跡Ⅲ

パステル・油彩・水彩・ガラスの素材が織り成すオリジナリティー



▲「欲」古川櫻子さん

今回で3回目となる本特別展では、市立長野高校美術部員が描いた珠玉の作品約50点に加え、長年にわたり美術部を指導されてきた石坂宏先生のパステル画約35点を展示し、同校美術部の軌跡をたどります。

日々の部活動の中で、高校生一人一人がモチーフと真っすぐに向き合い、デッサンを基礎として描いた個性溢れる斬新な作品は、感動と元気を与えてくれます。ぜひご来館ください。



▲「同じ光を見て」久保田詩乃さん



▲「コントラスト」鴨林円さん

▶**会期**／令和9年1月31日㈰まで
▶**開館時間**／9:00～16:30（入館は16:00まで）
▶**休館日**／月曜日・祝休日の翌日・年末年始〔12月28日㈪～令和9年1月4日㈪〕
▶**入館料**／一般500円、高校生300円、小・中学生200円〔11月3日㈫は無料、土曜日は小・中学生無料〕

関連イベント「美術部員のギャラリートーク」
▶**とき**／11月14日㈯13:30～15:00
※申し込み不要

問信州新町美術館　☎262-3500　FAX262-5181

赤ちゃんと絵本を楽しもう

～長野市版ブックスタート「おひざで絵本」事業～

問家庭・地域学びの課
☎224-5082　FAX224-5104

市では、赤ちゃんの豊かな心の成長と、家族との絆を深める一つのきっかけとなることを願い、赤ちゃんとその保護者に絵本を1冊プレゼントしています。赤ちゃんと一緒に絵本を開き、かけがえのないひとときを過ごしませんか。

■絵本をプレゼントします

「7～8カ月児健康教室」で下の5冊の中からお好きな絵本1冊をプレゼントします。健康教室に参加できなかった人は、1歳の誕生日までに家庭・地域学びの課（第一庁舎4階）へお問い合わせの上、同課、市立図書館、市立公民館・市交流センターで受け取ることができます。

■お薦め絵本リストをご活用ください

市教育委員会がお薦めする絵本リストを作成しています。市ホームページに掲載していますので、絵本リストを参考に、お子さんと一緒に「おひざで絵本」を楽しんでみませんか。

市子ども読書活動推進イメージキャラクター▶
「BOOK（ブック）ロウ」





いないいないばあ
文／松谷みよ子
絵／瀬川康男
（童心社）



おせんべ やけたかな
構成・文／こがようこ
絵／降矢なな
（童心社）



くだもの
作／平山和子
（福音館書店）



そらまめくんの
こしょこしょこしょ
作／なかやみわ
（小学館）



でんしゃ くるかな？
作／きくちちき
（福音館書店）

▲市ホームページ

令和8年度青少年健全育成作品コンクール入賞作品

本市では、青少年健全育成への意識を高めるため、市内の児童・生徒からポスター・標語・作文を募集し、表彰しています。応募総数2,241点から選ばれた、本年度の入賞作品を紹介します。

家庭の日部門

ポスターの部

最優秀賞



楢本彩子さん
(大豆島小5年)

優秀賞



今井彩月さん
(大豆島小6年)



石津杏奈さん
(松代小6年)

標語の部

最優秀賞	ねえ聞いて あとでじゃなくて 今聞いて	小山咲結心さん (三輪小6年)
最優秀賞	笑顔から つながる心 家族の輪	澁川結人さん (更北中3年)
優秀賞	愛される 家族みんなが 幸せだ	吉澤魅華さん (青木島小4年)
優秀賞	家族こそ いちばん近い 応援団	足立煌さん (三輪小6年)
優秀賞	「ありがとう」照れずに言える 家庭の日	平林心葵さん (東部中1年)
優秀賞	何気ない 話で笑える 大きな絆	涌井宥依花さん (若穂中2年)

作文の部

最優秀賞	一家だんらんの一時	水原悠陽さん (浅川小5年)
最優秀賞	我が家の日常	内山結翔さん (犀陵中2年)
優秀賞	家族のきずな	市川愛奈さん (塩崎小6年)
優秀賞	わたしの大切な家族	市川侑愛さん (塩崎小6年)
優秀賞	何気ない一言にこめられた思い	小池雅珠さん (川中島中１年)
優秀賞	家族が家にいる幸せ	南雲恵太さん (犀陵中１年)

健全育成部門

ポスターの部

最優秀賞



吉澤魅華さん
(青木島小4年)



山田葉菜さん
(櫻ケ岡中3年)

優秀賞



清水麻帆さん
(芹田小3年)



白澤快都さん
(芹田小4年)



小林湊士さん
(豊野中1年)

標語の部

最優秀賞	夢あれば どんな壁でも 超えていく	髙橋果歩さん (朝陽小6年)
最優秀賞	世の中を よくしていくのは あなたです	遠藤朱絆さん (櫻ケ岡中3年)
優秀賞	「あやしいな」そう思ったら すぐひなん	村山敬祐さん (三輪小6年)
優秀賞	むししない スマホじゃなくて 話そうよ	堀口桜奈さん (昭和小4年)
優秀賞	上を向き 希望を胸に 歩みゆく	倉石琉姫さん (櫻ケ岡中2年)
優秀賞	SNS まず考えよう 投稿前	宮澤優太さん (東部中1年)

作文の部

最優秀賞	空飛ぶ救急車がつなぐ命	髙橋果歩さん (朝陽小6年)
最優秀賞	笑顔のたね	桐澤里奈さん (更北中1年)
優秀賞	あいさつでつながる人々の心	北村穂奏さん (塩崎小6年)
優秀賞	命の大切さ	一色美陽さん (綿内小4年)
優秀賞	普通という言葉について	酒井玲音愛さん (川中島中1年)
優秀賞	将来の夢に向かって	服部真央さん (川中島中1年)

問 家庭・地域学びの課　✆224-5082　FAX224-5104

発行：長野市 〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町1613番地　✆026-226-4911㈹
編集：企画政策部広報広聴課　✆026-224-5004　FAX026-224-5102　kouhou-kouchou@city.nagano.lg.jp