



も く じ

● 保育園などの入園手続き…………… 2～4	● NAGANO
● 皆さんの意見を募集…………… 5	スポーツフェスティバル…………… 16
● 新型コロナウイルス	● 市公文書館の紹介…………… 17
ワクチン接種…………… 6	● 秋のイベント情報…………… 18
● 長野市職員募集…………… 6	● 秋の全国交通安全運動…………… 19
● 性の多様性を尊重しよう…………… 7	● 地域きらめきニュース…………… 19
● 公契約等基本条例の全面適用…………… 7	● 市立博物館 特別展 …………… 20
● 災害に備える…………… 8	● 信州新町美術館 特別展 …………… 20
● 消防だより…………… 9	● 動物愛護週間、狂犬病
● 長野市の財政状況…………… 10～12	予防接種代替日程…………… 21
● 勤労者福祉施設 再編の方針案 …… 13	● 腎臓の健康を守ろう…………… 21
● ママたちのお仕事フェスタ…………… 13	● 芸術館開館5周年事業など …… 22
● 認知症啓発月間…………… 14	● フォトニュースNAGANO…………… 23
● 胃がん検診を受けよう…………… 14	● 暮らしのチャンネル…………… 24～35
● ごみの焼却は適切に…………… 15	● 婚活・ライブ
● ながのエコウィーク…………… 15	デザイン関連のイベント…………… 36

夏の思い出 カブトムシ

7月18日に中条地区で開催した「第26回 中条でカブトムシをとろう！」には、多くの家族連れが参加しました。子どもたちは、「すごい、かっこいい!」「ママ採れたよ、見て!」などと歓声を上げながら、夢中になっていました。中には、元気に動き回るカブトムシに戸惑い、なかなか触れることができない子もいましたが、親子で協力し、無事全員が、雄・雌1匹ずつを捕まえることができました。

長野市の人口と世帯数(令和3年8月1日現在)

総数 372,371人(男180,659人 女191,712人)
 前月比 △104人(△34人 △70人)
 世帯数 163,447世帯(前月比 +56世帯)

令和4年度

保育園・認定こども園・幼稚園などの入園手続き

教育・保育給付認定の申請

保育園や認定こども園、一部の幼稚園、地域型保育事業所を利用する場合は、子ども・子育て支援新制度（新制度）による「教育・保育給付認定」の申請が必要となります。

保護者の就労状況などと、教育が保育の利用希望に応じて、1号から3号までの認定区分が設けられています（下表参照）。また、保育を利用する場合は、保育必要量（預かり時間）が「保育標準時間」と「保育短時間」に区分されます。教育・保育給付認定の申請は、入園手続きと併せて行います。

※新制度に移行しない幼稚園を利用する場合は、2段目「無償化の手続き」の項目をご覧ください。

保育園、認定こども園、地域型保育事業所での保育利用

利用を希望する場合は、次の「保育を必要とする理由」のいずれかに該当することが必要です。

■保育を必要とする理由

- ▽就労（1カ月当たり64時間以上）
- ▽妊娠、出産
- ▽保護者の疾病、障害
- ▽同居か長期入院などしている親族の介護・看護
- ▽災害復旧
- ▽求職活動（起業準備を含む）
- ▽就学（職業訓練校などにおける職業訓練を含む）
- ▽虐待やDV（ドメスティックバイオレンス）の恐れがある

▽育児休業取得中に、既に保育を利用している子どもがいて、継続利用が必要である

▽その他市長が認める理由

幼稚園、認定こども園での保育利用

満3歳以上の未就学児が利用できません。

無償化の手続き

新制度に移行しない幼稚園や認可外保育施設などの保育料、認定こども園（教育利用）や幼稚園の預かり保育利用料についての無償化の給付を受ける場合には、施設等利用給付認定を受ける必要があります。

詳しくは、入園申込書と併せて配布する「利用のご案内」をご覧ください。

※保育園や認定こども園、新制度移行幼稚園を利用する場合は、教育・保育給付認定を受けるため、基本の保育料についての手続きは不要です。



入園手続き

各園では、見学や公開保育を実施しています。教育・保育の内容や利用時間などは各園で異なりますので、事前にご確認の上、入園手続きをお願いします。

●入園申込書などの配布

■保育園、地域型保育事業所
10月1日（金）から、各園、保育・幼稚園課（第二庁舎2階）、各支所でお渡しします。

※支所での配布は、基本的な書類のみとなります。他に必要な書類や入園の相談は、各園にお問い合わせください。

■認定こども園、幼稚園

直接、各園へお問い合わせください。

●入園の申し込み

新規に入園を希望する場合は、入園申込書に関係書類を添えて提出してください。保育を希望する場合は、「保育を必要とする理由」により提出書類が異なりますので、「利用のご案内」をご覧ください。

■保育園、地域型保育事業所、認定こども園（保育利用）
10月20日（水）～11月12日（金）に、第1希望の園へ提出してください。

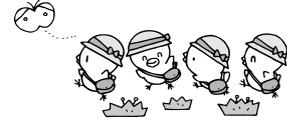
■認定こども園（教育利用）、幼稚園
10月20日（水）から、各園へ提出してください。

■教育・保育給付認定区分（子の年齢と保育の必要性に応じた3種類の認定があり、それぞれ利用できる施設が異なります）

認定区分	1号認定	2号認定	3号認定
対象となる子ども	満3～5歳で、教育を受ける子	満3～5歳で、保護者の就労などにより保育を必要とする子	0～2歳で、保護者の就労などにより保育を必要とする子
利用できる主な施設	新制度移行の幼稚園、認定こども園	保育園、認定こども園	保育園、認定こども園、地域型保育事業所
施設などの利用時間区分	教育標準時間認定（4時間程度の教育時間）	保護者の就労時間などにより、施設を利用できる時間が2種類に区分されます。	
		保育標準時間認定	1日11時間まで利用可能（就労の場合、月120時間以上勤務）
		保育短時間認定	1日8時間まで利用可能（就労の場合、月64時間以上勤務）

●受け入れ可能数を超えた場合
保育園、認定こども園（保育利用）、地域型保育事業所の入園申し込みが受け入れ可能数を超えた場合は、市が利用調整を行います。利用調整の結果は、郵送で通知します。

※入園の決定は先着順ではなく、市が定める利用調整基準に基づき、保育の必要度が高い人を優先します。



認可保育園(南部)



認可保育園(北部)

保育園	設置	所在地	電話番号	受け入れ 予定数		最大開所時間
				3 歳未 満	3 歳以 上	
杉の子第3	私立	篠ノ井布施五明	292-7887	27	25	7:00~19:00
子供の園	私立	篠ノ井布施高田	292-0673	13	3	7:30~19:00
たんぽぽ	私立	篠ノ井御幣川	292-3023	15	3	7:00~19:00
中央	市立	篠ノ井御幣川	292-0342	15		7:30~19:00
ひよし	私立	篠ノ井横田	292-2285	20	5	7:00~19:00
塩崎	市立	篠ノ井塩崎	292-2276	10		7:30~18:30
共和	市立	篠ノ井小松原	292-0613	10		7:30~18:30
西部	市立	篠ノ井ニツ柳	293-1049	15		7:30~18:30
東部	市立	篠ノ井東福寺	293-0944	10		7:30~18:30
杉の子	私立	篠ノ井西寺尾	292-3413	22	40	7:00~19:00
青池※3	市立	篠ノ井有旅	293-2635	2	9	7:30~18:30
象山	市立	松代町松代	278-2085	10		7:30~18:30
清野※3	市立	松代町清野	278-7275	8	7	7:30~18:30
西条※3	市立	松代町西条	278-3728	5	8	7:30~18:30
豊栄	市立	松代町豊栄	278-2162	5		7:30~18:30
東条	市立	松代町東条	278-5100	5		7:30~18:30
まきば	私立	松代温泉	278-8330	15	10	7:00~19:00
寺尾	市立	松代町小島田	278-3648	10		7:30~18:30
綿内	市立	若穂綿内	282-2357	10		7:30~18:30
保科	市立	若穂保科	282-3133	5		7:30~18:30
昭和	市立	川中島町今井	284-4479	若干名		7:30~18:30
御厨	私立	川中島町御厨	285-2033	27	11	7:00~19:00
ころぼっく	私立	川中島町御厨	286-6868	15		7:00~18:30
川中島	私立	川中島町上氷鉋	284-4069	17	4	7:30~19:00
長野大橋	私立	青木島町大塚	285-3788	20	0	7:00~19:00
青木島	市立	青木島町大塚	285-2551	20		7:30~18:30
真島	市立	真島町真島	284-3637	10		7:30~18:30
下氷鉋	私立	稲里町下氷鉋	284-2137	20	5	7:30~19:00
信更※4	市立	信更町氷ノ田	224-8031			休園中
大岡※4	市立	大岡甲	224-8031			休園中
信州新町	市立	信州新町里穂刈	262-2316	10		7:30~18:30

保育園	設置	所在地	電話番号	受け入れ 予定数		最大開所時間
				3 歳未 満	3 歳以 上	
加茂	市立	新諏訪一丁目	232-7064	5		7:30~18:30
川上	私立	上松四丁目	241-8866	8	2	7:30~19:30
善光寺	私立	箱清水二丁目	232-6601	26	15	7:00~19:00
聖フランシスコ	私立	大字鶴賀西鶴賀町	232-4694	15	8	7:30~19:00
博愛	私立	大字鶴賀	227-2204	36	17	7:15~19:30
若葉※1	私立	大字鶴賀緑町	232-8210	9	5	7:30~0:30
秋葉	私立	大字鶴賀緑町	232-7692	10	2	7:30~19:00
後町	市立	大字南長野西後町	232-0333	5		7:30~18:30
つましな	私立	大字南長野妻科	234-2066	11	5	7:30~19:30
山王	市立	大字南長野北石堂町	226-7670	15		7:30~19:00
中御所	私立	中御所二丁目	226-7065	5	25	7:30~19:00
栗田	私立	大字鶴賀	226-6254	18	0	7:30~19:00
北条	私立	大字高田	243-1703	18	10	7:00~19:00
上高田	私立	大字高田	227-6070	22	0	7:00~19:00
柳町	市立	三輪一丁目	241-7894	20		7:30~19:00
長野保育所りんどう	私立	三輪五丁目	232-1773	12	8	7:30~19:00
済生会長野	私立	三輪八丁目	232-6227	16	4	7:30~19:00
三輪	私立	三輪八丁目	232-7213	18	4	7:30~19:00
吉田	私立	吉田三丁目	244-3362	18	3	7:15~19:00
聖徳	私立	大字三才	296-3523	13	15	7:30~19:00
杉の子第2	私立	大字柳原	244-8452	29	12	7:00~19:00
浅川中央	私立	浅川東条	241-4496	11	15	7:00~19:00
すずらん	私立	浅川西条	295-5203	8	群	7:00~19:00
大豆島	私立	大字大豆島	221-1056	36	13	7:30~19:00
風間	私立	大字風間	221-5496	24	11	7:30~19:00
杉の子あびっく	私立	大字屋島	222-0088	30	30	7:00~19:00
信学会若槻	私立	大字若槻団地	243-2070	18	12	7:30~19:00
雷鳥	私立	大字田子	296-7428	12	4	7:00~19:00
かざぐるま	私立	稲田二丁目	241-6908	12	群	7:00~19:00
長沼※2	市立	大字津野	296-9753	10		7:30~18:30
小柴見	私立	大字小柴見	226-9008	10	2	7:00~19:00
安茂里	市立	宮沖	228-6075	10		7:30~18:30
松ヶ丘	私立	安茂里小市一丁目	228-6173	14	35	7:30~19:30
芋井※3	市立	大字桜	232-8120	6	6	7:30~18:30
七二会	市立	七二会己	229-2620	5		7:30~18:30
豊野さつき	市立	豊野町石	257-2486	10		7:30~19:00
豊野ひがし	市立	豊野町大倉	257-2484	10		7:30~19:00
とがくし	市立	戸隠豊岡	254-3393	5		7:30~18:30
鬼無里	市立	鬼無里	256-2582	5		7:30~18:30

市立保育園・認定こども園は生後4カ月目から入園できます。私立保育園・認定こども園は園により異なりますので、詳しくは各園にお問い合わせください。なお、受け入れ予定数は、9月1日時点での目安ですので、入園中の児童の異動、保育士の雇用状況などにより、変動することがあります。

- ※1 夜間保育を実施しています。
- ※2 仮園舎で保育を行っています。
- ※3 指定管理者が運営しています。
- ※4 保育・幼稚園課へお問い合わせください。

地域型保育事業所※5

施設類型	事業所	設置	所在地	電話番号	受け入れ 予定数	最大開所時間	連携施設※6
小規模保育所	みらいく保育園	私立	西三才	262-1572	4	7:30~18:30	みかさ幼稚園
小規模保育所	おはなし屋保育園	私立	徳間一丁目	215-1201	4	7:30~18:30	すずらん保育園
事業所内保育所	レインボー保育園	私立	大字吉	295-8020	6	7:30~18:30	長野北幼稚園
小規模保育所	むつみの家もの木保育園	私立	篠ノ井杵淵	213-7630	9	7:30~19:00	杉の子保育園
小規模保育所	ひかりほいくえん	私立	稲里町下氷鉤	285-9434	7	7:30~18:30	中御所保育園・長野ひまわり幼稚園・信濃ひまわり幼稚園

※5 地域型保育事業所とは、19人以下の少人数の保育により、0歳から2歳までの乳幼児を預かる事業所です。

※6 連携施設とは、保育内容の支援や3歳以降の受け入れ先としての役割を担う施設です。

認定こども園

移行 予定園	認定こども園	設置	所在地	電話番号	受け入れ予定数			最大開所時間
					保育利用 3歳未満	3歳以上	教育 利用	
○	長野ひまわり幼稚園	私立	若里一丁目	226-2342	6	10	22	7:00~19:00
	芹田東部保育園	私立	大字稲葉	226-8332	15	5	15	7:30~19:00
	古牧東部保育園	私立	大字南長池	243-0470	20	15	5	7:15~19:15
	旭幼稚園	私立	三輪四丁目	232-4363	12	2	25	8:00~19:00
	吉田マリア幼稚園	私立	吉田一丁目	241-3897	17	若干名	22	7:30~19:00
	信濃ひまわり幼稚園	私立	大字大豆島	221-3788	24	0	24	7:00~19:00
	朝陽学園	私立	大字南堀	254-5220	57	0	若干名	7:00~19:00
	皇月かがやきこども園	市立	上野二丁目	295-4100	10	10	7	7:00~19:00
	ひかり園	私立	檀田二丁目	241-3896	13	0	0	7:30~18:30
○	小市保育園	私立	安茂里小市三丁目	228-6778	18	1	5	7:30~19:00
○	豊野みなみ保育園	私立	豊野町豊野	257-4599	8	若干名	5	7:00~19:00
	円福幼稚園	私立	篠ノ井横田	292-1094	22	若干名	50	7:30~19:00
	松代幼稚園	私立	松代町松代	278-2041	6	5	18	7:30~18:30
	若穂幼稚園	私立	若穂綿内	282-4412	28	10	30	7:30~19:00
	川田	私立	若穂川田	282-2054	12	若干名	6	7:30~19:00
	フレンドこども園	私立	川中島町今井	284-4315	36	10	10	7:30~19:00
	丹波島こども園	私立	青木島三丁目	284-2727	36		3	7:00~18:30
	なかじょう保育園	市立	中条	268-3529	5			7:30~18:30

幼稚園

新制度 移行園	幼稚園(私立)	所在地	電話番号	受け入れ予定数			教育時間	最大開所時間
				3歳児	4歳児	5歳児		
○	パドマ	大字長野若松町	234-5858	23	10	若干名	8:30~15:00	8:00~17:30
	長野	上松四丁目	241-4087	80	0	0	8:30~15:30	7:30~19:00
	ロンビニ	大字栗田	226-7685	50	若干名	若干名	8:30~15:00	7:30~19:00
	長野あけぼの	大字鶴賀	226-3419	30	若干名	若干名	8:40~15:00	7:40~18:00
	古牧あけぼの	大字高田	227-6158	60	若干名	若干名	8:40~15:00	7:40~18:00
	あかしや	大字東和田	243-1432	40	若干名	若干名	8:10~14:50	8:10~18:00
	和光	西和田二丁目	243-1737	15	5	5	8:30~15:00	8:00~17:30
○	若草	吉田三丁目	241-4151	66	若干名	若干名	8:30~15:00	7:30~19:00
	古里中央	大字金箱	296-1616	40	若干名	若干名	8:15~15:00	8:15~18:00
	昭和	大字柳原	243-6366	80	若干名	若干名	8:30~15:30	7:30~19:00
	みかさ	大字石渡	243-0027	20	10	10	8:30~15:00	8:00~18:00
	長野北	大字若槻団地	244-2271	40	若干名	若干名	8:30~15:30	7:30~19:00
	安茂里	大字安茂里	226-7688	30	若干名	若干名	8:30~15:30	7:30~19:00
	裾花	伊勢宮二丁目	227-3632	70	若干名	若干名	8:30~15:30	7:30~19:00
○	こどもの森	大字上ヶ屋	239-3302	20	0	0	9:00~14:30	8:30~17:00
	篠ノ井	篠ノ井布施高田	292-0468	80	若干名	若干名	8:30~15:00	7:45~18:00
	俊英	青木島町大塚	284-5575	60	若干名	若干名	8:30~15:00	7:45~18:00
	東長野	小島田町	284-1789	60	若干名	若干名	8:30~15:00	7:45~18:00
	南長野	稲里一丁目	284-2001	80	若干名	若干名	8:30~15:00	7:45~18:00

◇2歳児を受け入れている園もありますので、各幼稚園へお問い合わせください。

問保育・幼稚園課 ☎224-8031 FAX264-5355 ✉ko-hoiku@city.nagano.lg.jp

～皆様のご意見を募集しています～

地方独立
行政法人 **長野市民病院 第3期中期目標(案)**

長野市民病院は、平成28年4月に地方独立行政法人へ移行し、地域の中核病院として、救急医療や高度医療などの医療を通して、市民の健康の維持・増進など、地域社会に貢献できる病院を目指しています。

市では、今後4年間の市民病院の業務運営の基本方針に当たる、第3期中期目標(案)を作成しました。本目標(案)に対して、ご意見をお寄せください。

中期目標の期間

令和4年4月1日～令和8年3月31日(4年間)

中期目標(案)の主な項目

- 市民病院が担うべき医療
 - ・救急、がん医療などの高度医療
 - ・糖尿病などの生活習慣病予防
 - ・子どもに関わる医療 など
- 患者サービスの向上
- 医療提供体制の充実
 - ・地域包括ケアシステムの推進
 - ・近隣病院などへの診療支援
 - ・デジタル技術の活用 など
- 業務運営の改善及び効率化
 - ・働きやすくやりがいのある職場環境の整備 など
- 財務内容の改善
- ・効率的な経営の推進 など

「ご意見を募集しています」

●募集期間

9月24日(金)まで(必着)

●閲覧場所、意見用紙の配布窓口

- ・医療連携推進課(第二庁舎4階)
- ・行政資料コーナー(第一庁舎3階)
- ・各支所

- ・市民病院(大字富竹)、各国保診療所
- ・市ホームページ(意見用紙のダウンロードもできます)

●意見の提出方法

次のいずれかで提出してください。

- ・市ホームページ「ながの電子申請サービス」
- ・郵送(〒380-8512長野市役所)、ファックス、Eメール(ファイルを送付せず直接入力)で医療連携推進課へ
- ・閲覧場所へ持参

※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。報を除き、市ホームページなどで公表します。

問医療連携推進課

☎224・8499 FAX224・8488
✉ iyo-ji@city.nagano.lg.jp

長野市過疎地域持続的発展計画(案)

平成17年・22年に合併した戸隠、鬼無里、大岡、信州新町、中条の各地区は、合併後も旧過疎法の特例で過疎地域と見なされてきました。しかし、新過疎法(過疎地域持続的発展の支援に関する特別措置法)が令和3年4月に施行され、過疎地域から外れました。

市では、旧過疎法の失効に伴う6年間の経過措置期間に実施する過疎対策について、過疎地域持続的発展計画の策定準備を進めてきました。このたび、計画(案)がまとまりましたので、皆様のご意見をお寄せください。

◇過疎地域とは

人口の著しい減少などに伴って地域社会における活力が低下し、生産機能や生活環境の整備などが必要な地域

◇過疎対策の概要

産業、教育などの振興、交通施設、生活環境などの整備、子育て環境などの福祉の向上 など

◇財源(過疎対策事業債)

元利償還金の70パーセントが国からの普通交付税で措置される、有利な借り入れ

◇経過措置の期間

令和3年度から令和8年度まで(6年間)

「ご意見を募集しています」

●募集期間

9月6日(月)～28日(火)(消印有効)

●閲覧場所、意見用紙の配布窓口

- ・地域活動支援課(第一庁舎4階)
- ・行政資料コーナー(第一庁舎3階)
- ・各支所

- ・市ホームページ(意見用紙のダウンロードもできます)

●意見の提出方法

次のいずれかで提出してください。

- ・市ホームページ「ながの電子申請サービス」
- ・郵送(〒380-8512長野市役所)、ファックス、Eメール(ファイルを送付せず直接入力)で地域活動支援課へ
- ・閲覧場所へ持参

※電話や口頭によるご意見は、お受けしません(自署が困難な人は、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。報を除き、市ホームページなどで公表します。

問地域活動支援課

☎224・5033 FAX224・8509
✉ chiki@city.nagano.lg.jp

長野市民の皆さんへ

新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ

10月分の集団接種について、9月8日(水)8:30から予約を開始します。
ワクチンの供給量により、日程・会場などが変更になる場合があります。
詳しくは、市ホームページをご確認ください。
※集団接種の日程・会場などの情報は8月17日時点のものです。

Web・電話予約開始(10月分)
9月8日(水)8:30～

日程		時間	定員	会場
1回目	2回目			
10月2日(土)	10月23日(土)	14:00～17:00	1,200人	柳原交流センター
10月3日(日)	10月24日(日)	9:00～12:00	1,200人	古里公民館
		14:00～17:00	1,200人	長野県自治会館 篠ノ井交流センター



- ・予約は20分単位で受け付けます。
- ・2回目の接種は、1回目の接種から3週間後の同時刻・同会場になります。1・2回目の両日の予定を確認の上、予約してください。

集団接種の予約は、Webか、電話(コールセンター)で受け付けます(予約開始日はつながりにくい場合があります)

Web予約 (0:00～5:00はメンテナンスのためシステム停止) ・長野市に住民票がある人のみ予約可能です。 ・市ホームページからアクセスできます。 ・事前に利用者登録が必要です。	電話予約・問い合わせ [8:30～18:00(祝休日を除く)] 長野市ワクチン接種コールセンター ☎026-225-5670
--	---

☎市保健所健康課 ☎226-9960 FAX226-9982 ✉h-kenkou@city.nagano.lg.jp

令和4年度採用

長野市職員を募集します

■募集区分/下表のとおり

■採用予定日/令和4年4月1日

■採用予定人数/各区分とも若干名

■選考などの日程・会場

☆第一次選考など

【障害者】

筆記選考=10月31日(日)ホテル信濃路(大字中御所)ほか

【看護師】

書類選考=9月10日(金)～9月24日(金)にエントリーシートを提出

☆第二次選考

11月中旬～下旬(予定)(第一次選考合格者に通知)

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、選考日程などを変更・延期する場合があります。変更などの内容は、市ホームページに掲載するとともに、受験申込者に対して個別に連絡しますので、必ず確認してください。

●障害者を対象とする選考

生年月日	業務内容	条件など
昭和57年4月2日～平成16年4月1日	一般事務	次のいずれかの交付を受けている人 障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳

●看護師を対象とする選考

生年月日	業務内容	条件など
昭和55年4月2日～平成2年4月1日	診療所(戸隠・鬼無里・大岡・中条地区)業務、看護業務	看護師免許と普通自動車運転免許を有し、かつ、看護師免許取得後、令和3年3月31日までに看護師業務の職務経験年数を10年以上有する人

■受験案内

9月10日(金)から、市ホームページでダウンロードできます。また、9月10日(金)～9月24日(金)(土・日曜日、祝日を除く)8:30～17:15に、職員課(第二庁舎4階)、市役所受付、各支所、各消防署・分署、東京事務所で配布します。郵便で請求する場合は、120円切手を貼った返信用封筒(角型2号に送付先を記入)を同封の上、職員課(〒380-8512長野市役所)へ送付してください。

■申し込み

9月10日(金)～9月24日(金)に、原則として市ホームページ「ながの電子申請サービス」から申し込みをしてください。

☎職員課 ☎224-5003 FAX224-7494 ✉shokuin@city.nagano.lg.jp

性の多様性を尊重しましょう



私たち一人一人の姿や価値観、感情などが異なるように、セクシュアリティ（性の在り方）も多様です。セクシュアリティは、主に三つの要素の組み合わせで構成されています。

- ① 身体の性Ⅱ生物学的な性別
- ② 心の性(性自認)Ⅱ自分がどの性別であるかの認識
- ③ 好きになる性(性的指向)Ⅱどんな性別の人に恋愛感情が向くか

多くの人は「身体の性」と「心の性」が一致しています。しかし、この二つの性が一致しない人や、好きになる性が同性や男女両方に向いている人もいます。そのような社会から見て少数の人たちのことをセクシュアルマイノリティ（性的少数者）といいます。セクシュアルマイノリティを表す総称の一つに「LGBT」という言葉があります。

L(レズビアン)Ⅱ女性同性愛者
 G(ゲイ)Ⅱ男性同性愛者
 B(バイセクシュアル)Ⅱ両性愛者
 T(トランスジェンダー)Ⅱ「身体の性」と「心の性」が一致しない人

この他にも、さまざまなセクシュアリティが存在します。
 令和2年度に行った市の調査で

は、「セクシュアルマイノリティ」「LGBT」の言葉の認知度は約7割と、広く認知されるようになってきました。

セクシュアリティは、個人の尊厳に関わる大切な問題です。「性は多様で豊かなもの」という意識を持つことが、多様な性の尊重につながります。

性別欄のある申請書などの様式の見直しについて

セクシュアルマイノリティの人にとって、性別欄の記載は、自分の性別に違和感がある場合でも性自認と異なる性別の記載を強制され、精神的苦痛を伴う場合があります。

このたび、セクシュアルマイノリティの人に配慮し、規則や要綱で定められている、性別欄のある申請書などを見直しました。性別欄を廃止できる52件の申請書などについては、9月1日(水)から性別欄がなくなりました。性別欄がなくなる申請書などは市ホームページに掲載していますので、ご確認ください。

問 人権・男女共同参画課

☎ 224・5084 FAX 224・7547
 ✉ jinken-danjo@city.nagano.lg.jp

公契約等基本条例が全面適用されます

労働環境報告書の提出、申出制度など

本年4月1日に施行した長野市公契約等基本条例が、10月1日(金)から全面適用となります。

労働環境報告書の提出

- 対象となる契約
 - 10月1日(金)以降に締結した本市の契約などのうち、次のものが対象です。
 - ・1億円以上の工事
 - ・1千万円以上の業務委託
 - ・指定管理者の支出予算が年間1億円以上の指定管理の協定

労働者からの申出制度

- この制度の対象
 - 本市が発注した全ての契約など(労働環境報告書の対象外となる契約等を含む)に従事する人で、労働法令やこの条例に反する状況にある場合には、申し出ができます。
- 申し出の方法
 - 契約課までご連絡ください。なお、この申し出による受注者などからの不利益な取り扱い禁止されています。
- 申し出後
 - 申し出の内容により、事業者からの報告を求めたり、関係官庁への情報提供などの対応を行います。

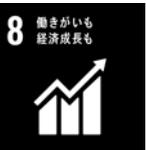
- 作成する事業者
 - 受注者(市の契約相手)と、その全ての下請負者(二次下請以降の下請負者と再委託を含む)です。
- 提出方法
 - 報告書は、受注者が取りまとめて、契約後速やかに市へ提出してください(契約時に提出することもできます)。
- 提出後
 - 提出された報告書について、内容を確認するための質問や報告、必要な措置を講じるよう受注者に求めることがあります。

※公契約等基本条例について詳しくは、市ホームページをご確認ください。



問 契約課

☎ 224・5015 FAX 224・5067
 ✉ keiyaku@city.nagano.lg.jp



災害に備える

日頃の備えが大切です

9月1日は、国が定める「防災の日」です。国や県、市町村などの関係機関はもとより、国民の一人一人が災害についての認識を深め、これに対処する準備をするための日です。

いざというときに慌てないように、日頃から災害に対する備えをしておきましょう。

非常用 家族で備える

災害が発生したときに備えて、自宅の災害リスクや避難経路上の危険な箇所、安全な避難場所などを確認し、さらに、家族の役割分担や連絡方法などについても、日頃から家庭で話し合っておきましょう。

非常用 備蓄品の準備

大規模災害が発生した場合には、道路やライフラインが寸断され、必要な食料品などが手に入らない恐れがあります。いざというときのために、備蓄品を3日分程度用意しておきましょう。なお、大規模災害発生時には、1週間分の備蓄が望ましいとされています。

また、すぐに持ち出せるよう非常用持出品を準備しておきましょう。



非常用 風水害に備える

近年の「記録的な大雨」など、これまででは考えられない量の降雨による風水害が、大変多くなっています。大雨による被害を防ぐためには、事前に情報を入手し、状況をイメージして、早め早めの対応を取ることが非常に大切です。本紙8月号に掲載した「わが家の避難行動確認シート」の作成を通して、避難情報を正しく理解し、避難のタイミングや避難先などを日頃から確認し、準備をしておきましょう。

非常用 地震に備える

大切なわが家を守るため、地震に強い住まいを造ることが必要です。これは必ずしも新築することではなく、補強を行うことで耐震強度を上げておくことも有効です。

また、大地震が発生した際、家具や大型家電などは絶対に倒れると思



っていただくさい。地震による転倒や落下を防ぐため、金具や固定器具を使って転倒防止を行うとともに、日頃から高い所に物を置かないなどの対策を取りましょう。

防災行政無線のデジタル化整備が完了します

防災行政無線は、市民の皆さんに緊急情報などを迅速・的確に伝える有効な手段の一つで、安心して暮らすために、なくてはならないものです。

本市では令和元年6月から、防災行政無線をアナログ方式からデジタル方式に変更し、より確実に情報を伝えることができるよう更新・整備を進めてきました。9月30日(木)には、市内全域の整備が完了します。

■今までもよりも音声到達範囲が広がります

従来設置していた屋外スピーカーの配置を基に、増設や移設、設置場所の状況に応じたスピーカーの選定や向き調整などを行うことで、音声到達範囲が今までもより広がります。

■双方向通信が可能になります

災害による道路網の断絶や停電、電話回線の不通などから、地域が孤立状態となってしまう場合があります。

す。今回の整備で双方向通信が可能になり、屋外スピーカーの操作盤から、市への非常通信ができるようになります。

長野市防災ナビ

「長野市防災ナビ」は、防災行政無線デジタル化整備事業の一環として構築したものです。スマートフォンなどで防災行政無線の放送内容を確認できるほか、指定緊急避難場所の検索や安否情報の登録などができるアプリです。

■ダウンロードの方法

ダウンロードは無料です(通信費は利用者負担)。市ホームページか、左の2次元バーコードのリンク先からダウンロードができます。ぜひ、ご利用ください。

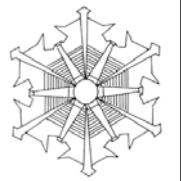


長野市総合防災訓練を実施します

9月26日(日)、犀川第二緑地、サンライフ長野、鬼無里地区で、長野市総合防災訓練を実施します。

問 危機管理防災課

☎ 224・5006 FAX 224・5109
✉ kikibousai@city.nagano.lg.jp



消防だより

9月15日(水)から21日(火)までを重点期間として

「高齢者を火災から守る運動」を実施します

消防庁のまとめ(令和元年)によると、住宅火災による死者の約7割が65歳以上の人で、そのうちの約半数が「逃げ遅れ」により亡くなっています。

住宅火災で死者が発生した出火原因は、多い順に①たばこ ②ストーブ ③電気配線 ④こんろ となっています。

住宅火災を防ぐために、次の防火のポイントをもう一度よく確認しましょう。

◇たばこからの火災予防

- ・喫煙は灰皿のある決まった場所で行う
- ・吸い殻は一度水にさらしてから捨てる

◇電気配線からの火災予防

- ・たこ足配線はしない
- ・電気コードは必ずプラグを持って抜き差しする

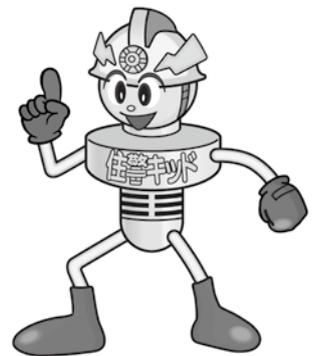
◇こんろからの火災予防

- ・その場を離れるときは必ず火を消す
- ・着衣着火に気を付ける

2021年度 全国統一防火標語
「おうち時間 家族で点検 火の始末」



住宅用火災警報器を 設置して「逃げ遅れ」を防ごう!



市消防局管内では、6月末までに住宅火災で5人の尊い命が奪われ、そのうち4人が65歳以上の人でした。中には、住宅用火災警報器を適正に設置していなかったため「逃げ遅れ」につながったと推測される事例もありました。

住宅用火災警報器は、平成18年に設置が義務化されて以来「煙を早期に感知し火災に至らなかつた」「ぼや程度で済んだ」「いち早く避難して命が救われた」など、効果のあつた事例が数多く報告されています。しかし、市消防局管内では、いまだに約2割の家庭で設置されていません。ぜひ速やかな設置をお願いします。

すでに設置されている家庭では、定期的に、点検ボタンを押したりひもを引いたりして、正常に鳴ることを確認してください。また、設置から10年(耐用年数)を超えている場合には、買い替えをお願いします。

消火器の破裂事故 を防ごう!

昨年3月と今年5月に国内で、火災の際に使用した消火器が破裂し、初期消火を行っていた従業員が負傷する事故が発生しています。この破裂事故は、いずれも定期的な点検が行われていなかったことから発生したものです。

消防法によって消火器の設置が義務付けられている飲食店や店舗、アパート、ホテルなどには、その点検結果を消防機関へ報告することも併せて義務付けられています。

近年は、一般住宅においても住宅用消火器が広く普及していますので、同様の事故を起こさないためにも、日頃から腐食や劣化がないかなどの点検をお願いします。

なお、高額な購入費や点検費を請求してくる悪質な訪問販売などは、十分に注意してください。



問消防局予防課

☎ 227・8001 FAX 228・6772
✉ yobou@city.nagano.lg.jp

長野市の財政状況

令和2年度の、一般会計と特別会計・企業会計の決算状況などについてお知らせします。

令和2年度は、前年度と比べ歳入においては、税制改正に伴う税率引き下げや、新型コロナウイルス感染症(以下、「新型コロナウイルス」)拡大に伴う軽減措置による法人市民税の減少などにより市税全体は減少した一方、新型コロナウイルス拡大に伴う緊急経済対策の特別定額給付金給付事業費補助金や、地方創生臨時交付金、東日本台風災害の被災農業者に対する補助金などの国・県支出金の増加などにより、歳入全体では増加となりました。

また、歳出においても、新型コロナウイルス拡大に伴う特別定額給付金給付や各種事業者支援、東日本台風災害に伴う被災農業者支援に係る事業が増加したため、全体では増加となりました。

このような中で、効率的な予算執行に努めることにより、健全財政を堅持し、「幸せ実感都市『ながの』」の実現に向けたまちづくりや、新型コロナウイルス対策や台風災害からの復興に向けた取り組みを進めました。

一般会計

令和2年度の決算は、歳入総額が2202億4820万1千円、歳出



▲避難所の模擬開設(裾花体育館)

総額が2144億1643万4千円でした。

歳入総額から歳出総額を差し引いた額は、58億3176万7千円です。ここから令和3年度に繰り越した事業に充てるための財源13億8706万円を除いた実質収支額は、44億4470万7千円の黒字となりました。

歳入

国・県支出金の割合が39パーセントを占める

歳入のうち最も多いのは、新型コロナウイルスに関連した特別定額給付金給付事業費補助金や地方創生臨時交付金などの国・県支出金で863億円、歳入全体に占める割合は39パーセントとなりました。また、市税は

令和2年度の主な事業(歳出)

●新型コロナウイルス感染症関連事業	
◇給付金事業	
特別定額給付金	376億2千万円
子育て世帯臨時特別給付金	4億7千万円
ひとり親世帯臨時特別給付金	3億9千万円
◇感染予防対策事業、医療・福祉・教育関連事業	
保健所感染症対策(PCR検査など)	2億1千万円
学校保健対策事業	1億7千万円
避難所・公共施設感染症予防事業	1億3千万円
◇企業・事業者支援、地域経済活性化事業	
プレミアム付き商品券事業(ビッグプレミアム商品券)	49億3千万円
制度融資保証料交付金	5億9千万円
飲食・小売店等応援事業(押し店プラチナチケット)	4億5千万円
事業継続緊急支援金(家賃補助)	3億1千万円
新型コロナウイルス対策事業者支援補助金	1億8千万円
旅行会社送客事業等支援金	1億円
路線バス・鉄道運行支援事業	8千万円
◇観光誘客、文化・スポーツ・イベント、学生応援関連等事業	
オールながの活性化事業~ながのオールフェスタ~	7千万円
学生応援パック&企業移転・移住支援金	6千万円
誘客プロモーション事業	5千万円
●令和元年東日本台風災害関連事業	
災害廃棄物収集運搬処理事業(公費解体を含む)	60億2千万円
被災農業者支援事業	44億8千万円
農業施設復旧事業	38億8千万円
中小企業振興資金融資事業	18億円
社会福祉施設等災害復旧補助金(高齢者・障害者施設)	12億5千万円
小・中学校復旧事業	7億5千万円
借上型応急仮設住宅提供事業	3億5千万円

歳出

581億円(26パーセント)、地方交付税は198億円(9パーセント)で、国・県支出金とともに重要な収入となっています。

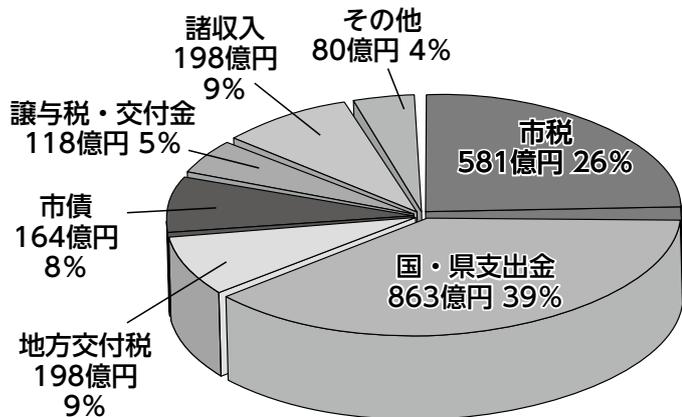
民生費の割合が26パーセントでトップ

歳出のうち最も多いのは、児童・

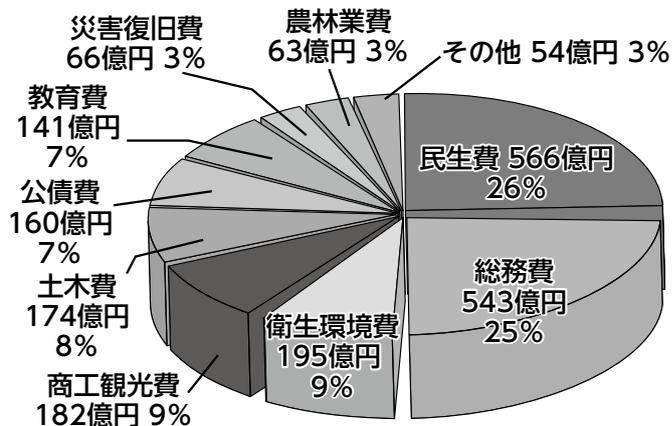
高齢者・障害者福祉などに充てる民生費で566億円、歳出全体に占める割合は26パーセントとなりました。また、総務費が543億円(25パーセント)、衛生環境費が195億円(9パーセント)となりました。なお、借入金の返済に充てる公債費は、160億円(7パーセント)となりました。

一般会計歳入歳出決算額

歳入 2,202億4,820万1千円



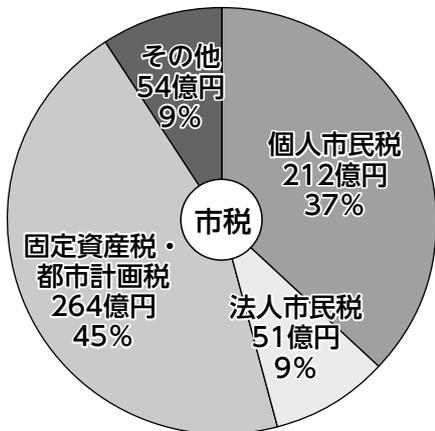
歳出 2,144億1,643万4千円



※構成比(%)などは、各項目で端数処理しています。

市税の内訳

市税総額 580億9,397万7千円



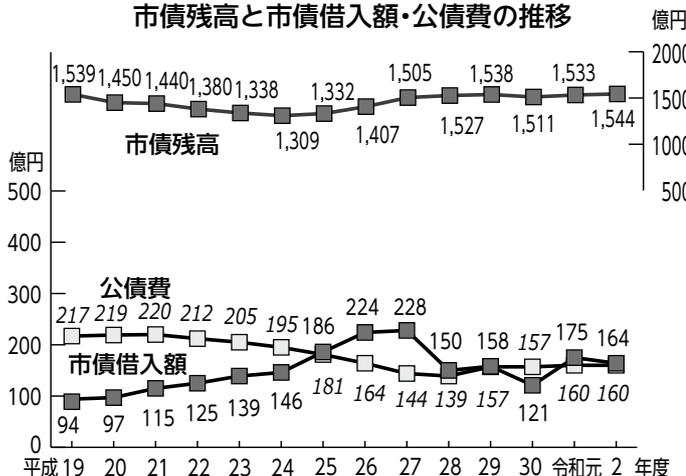
市民1人当たりが負担した市税は156,133円
(令和3年4月1日現在の人口372,080人で算出)

市民1人当たりに使われたお金は576,264円

(令和3年4月1日現在の人口372,080人で算出)

<p>民生費 152,077円</p>	<p>総務費 145,869円</p>	<p>衛生環境費 52,467円</p>
<p>商工観光費 48,911円</p>	<p>土木費 46,687円</p>	<p>公債費 43,114円</p>
<p>教育費 37,809円</p>	<p>災害復旧費 17,741円</p>	<p>農林業費 16,931円</p>
<p>その他(議会費、労働費、消防費) 14,658円</p>		

市債残高と市債借入額・公債費の推移

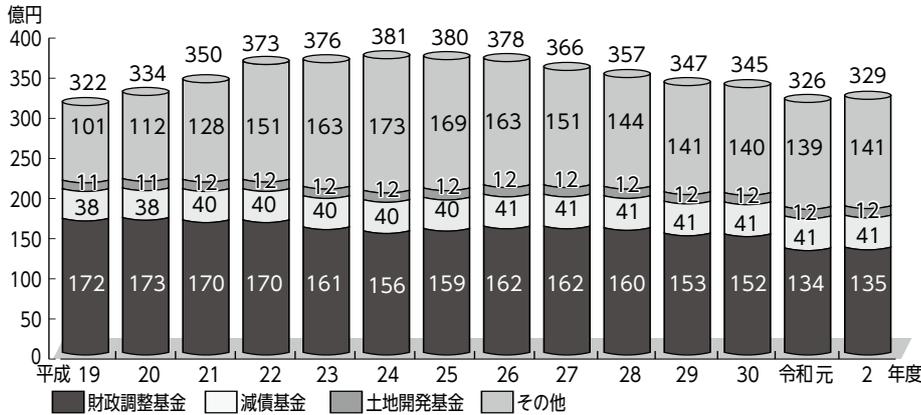


市債残高(一般会計)
新型コロナウイルスの影響による市税などの減少に伴う減収補てん債や、東日本台風災害に伴う災害廃棄物などの処理に係る災害対策債の発行などにより、令和2年度末の市債残高は、1544億円と増加しました。市債の借入れが膨らんだ長野冬季オリンピック以降は、毎年の借入額をできるだけ抑制し、残高の縮減に努めてきました。また、借入れに当たっては、元利償還時に地方交付税措置がある市債を優先しています。その結果、ピーク時の平成9年度末の残高1921億円と比べ、378億円の減となりました。

基金残高(一般会計)

令和2年度は、財政調整基金の取り崩しは実施しませんでした(年度当初は53億5千万円の取り崩しを予定)。また、同基金へ令和元年度決算剰余金の積み増しなどを行い、令和2年度の基金全体の残高は、329億円となりました。

基金残高の推移



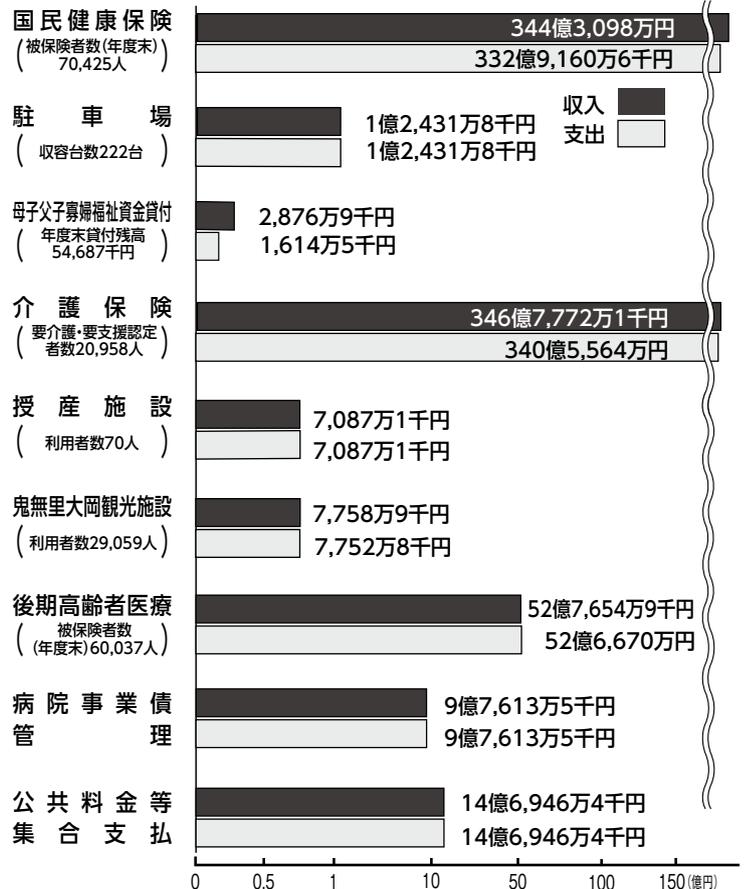
特別会計

特定の事業を行うための会計で、一般会計と区別しています。主に各事業を利用する皆さんに納めてもらう保険料や使用料などで賄われています。

■国民健康保険特別会計
自営業や農業に就いている人など約4万6千世帯・約7万人を対象に、医療給付などを行いました。

■介護保険特別会計
要介護・要支援認定者約2万1千人を主な対象に、保険給付などを行いました。

▶特別会計



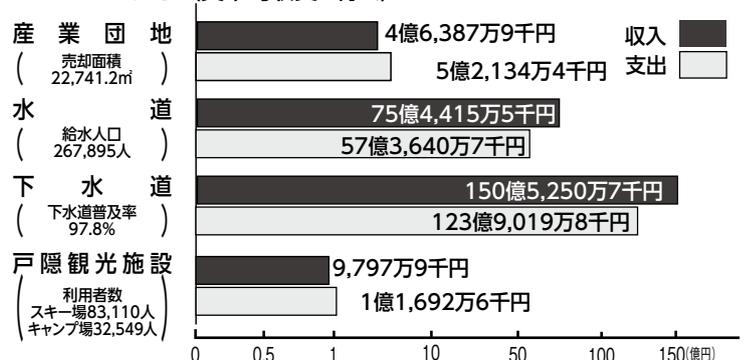
企業会計

■後期高齢者医療特別会計
75歳以上の人など約6万人を対象に、医療給付などに充てる負担金の支出を行いました。

■水道事業会計
地方公営企業法が適用される会計で、主に各事業を利用する皆さんに納めてもらう使用料(料金)に支えられています。

■水道事業会計
約26万8千人に、1日平均約9万1千立方メートルの水を供給しました。

▶企業会計



問財政課

☑ zaisei@city.nagano.lg.jp
☎ 224・5014 FAX 224・8764

問監査委員事務局 ☎ 224・5059

監査委員による一般・特別会計決算審査意見書などを、9月上旬に市ホームページに掲載します。

11万6千人が利用しました。

です。令和2年度は、両施設を約

■戸隠観光施設事業会計

戸隠スキー場とキャンプ場の会計です。令和2年度は、両施設を約97・8パーセントです。

■下水道事業会計
下水道の整備や管理をしています。令和2年度末の下水道普及率は

勤労者福祉施設再編の方針案

市では、建設から約40～50年が経過した勤労青少年ホームや働く女性の家など7施設について、社会情勢の変化や老朽化などから、その在り方の見直しを進めています。

このたび、勤労者福祉施設と男女共同参画施設を一体として、新たなコンセプトの下、「(仮称)勤労者活躍支援センター」として再編する方針案をまとめました。

▼施設が目指す姿(コンセプト)
年齢や性別に関わりなく職場と家庭で活躍し、充実した職業生活と家庭生活を送ること(ワーク・ライフ・バランス実現)を支援するための事業を実施する施設

再編の具体案

現在の施設	再編後の施設
北部勤労青少年ホーム	(仮称)勤労者活躍支援センターA
中部勤労青少年ホーム	(仮称)勤労者活躍支援センターしなのき
勤労者女性会館しなのき	(仮称)勤労者活躍支援センターB
柳町働く女性の家	サンライフ長野は当面継続
南部働く女性の家	
南部勤労青少年ホーム	
サンライフ長野	

◎施設配置のバランスやアクセスなどを考慮

▼現在と再編後の施設での事業

現在は、勤労者の福祉を主な目的として、講座の開催や施設の貸し出しを行っています。再編後は、新たに働き方改革や両立支援に関するセミナーを実施したり、男女共同参画・女性活躍に関する講座などをより充実させたりするなど、事業を拡大します。また、施設ごとに設けていた利用対象(勤労青少年・女性など)の垣根を取り払い、広く利用できる施設とします。

▼実施時期

本年度中に方針を決定し、令和4年度以降、順次再編に向けた取り組みを実施していく予定です。

▼利用者アンケート

再編の方針案に関するアンケートを実施しています。現在の施設に所定の用紙を用意していますので、ご記入・ご提出をお願いします。
実施期間は、9月15日(水)までです。

※再編の方針案について、詳しくは市ホームページをご覧ください。

問 商工労働課雇用促進室

☎ 224・7492 FAX 224・50078
✉ koyou@city.nagano.lg.jp

問 人権・男女共同参画課

☎ 224・50032 FAX 224・7547
✉ jinken-dainjo@city.nagano.lg.jp

ママたちのお仕事フェスタ どう活かす?イキイキ働くための3つのイベント

出産や育児などで一度は仕事を辞めてしまったけれど、また働きたいと考えている女性を応援するためのイベント「ママたちのお仕事フェスタ」を開催します。再就職や転職を考えている女性の皆さん、この機会にぜひご参加ください。

- ▼とき／9月29日(水)10時～13時
- ▼ところ／生涯学習センター大学習室(トイゴウエスト4階)
- ▼定員／50人(先着順)
- ▼参加料／無料

▼参加・託児の申し込み／9月6日(月)～24日(金)に、市ホームページ「ながの電子申請サービス」から申請するか、電話で商工労働課雇用促進室へ申し込んでください。

なお、託児(無料、10時～12時30分)の定員は10人(先着順)、対象は4カ月～未就学児です。

◇ハローワーク長野マザーズコーナーとの共催イベントです。

※雇用保険受給者は「求職活動」になります。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定どおり実施できない場合があります。

託児あり

イベント内容

ヒント1 私の知らないジブン発見!
自己理解ワークを通して、知らなかった自分の強みや特性に気付くチャンスです。

ヒント2 先輩ママに聞く!
先輩ママには自分の強みを仕事にどう活かしているかを、企業担当者には実際に子育てをしながら働く女性の実例などを聞くことができます。質問タイムもあります。

ヒント3 情報収集!
社会保険制度や求職活動についてのセミナーを実施します。

◇個別相談会
個別相談ブースを開設します。



▲昨年のフェスタの様子

問 商工労働課雇用促進室
☎ 224・7492 FAX 224・50078
✉ koyou@city.nagano.lg.jp

9月は認知症啓発月間です

トモニイキル (共に生きる)



「認知症になったら、今までのように暮らせないかも…」と心配していませんか。近年、認知症になって、本人の努力や周囲のサポートにより、できることを楽しみながら、自分らしく暮らしている人が増えてきています。

市では、世界アルツハイマーデー(9月21日)を含む9月の1カ月間を、「認知症啓発月間」としています。認知症を正しく理解し、認知症があってもなくても暮らしやすいまちを目指していきましょう。

「負けてたまるか」

今年実施した研修会では、認知症の当事者による講演を行いました。一度は仕事を辞めた本人が、「負けてたまるか」という気持ちで仕事を探に行ったことが、ボランティア活動への参加や仲間づくりにつながったそうです。



市では、これからも当事者の声を発信していきます。

その人らしさを支援

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る「認知

症サポーター」が、本人の外出支援や介護者支援などの活動をしています。交流、買い物、趣味の活動への参加など、みなさんも一緒にできることをしてみませんか。

認知症サポーター講座

「認知症サポーター」を養成する講座を、出張形式で開催しています。10人以上の地域住民の集まり、企業での勉強会、児童・生徒や保護者向け研修会などに、市の職員を派遣します。詳しくは、中部地域包括支援センターへお問い合わせください。

読んで知って支える

市立図書館からも発信

市立図書館では、子どもや子育て世代をはじめ、多くの人に知ってもらえるよう、認知症に関する図書を紹介しています。そのほかに、認知症や相談先に関するリーフレットなども設置していますので、ぜひご覧ください。

中部地域包括ケア推進課

中部地域包括支援センター

☎ 224-7174 FAX 224-8574
✉ houkatsucare@city.nagano.lg.jp

定期的な検診が早期発見・早期治療につながります

胃がん内視鏡検査を受けましょう

市内では、毎年、がんで多くの人々が亡くなっています。中でも胃がんは、肺などの呼吸器のがん、大腸がんに次いで三番目に多いがんです。早期発見・早期治療のため、検診を受けましょう。

定期的に受けましょう

初期の胃がんは自覚症状がほとんどないため、定期的に検診を受けることが早期発見につながります。

市では、50歳以上かつ本年度内に偶数年齢になる人を対象に、胃がん内視鏡検査を実施しています。

内視鏡検査で精密な検査を

胃がん内視鏡検査では、医師が胃の内部を直接見て診察することができます。医師の判断により、その場で細胞の一部を採取し、詳しい検査を行う場合もあります。

申し込み方法

検診受付センター(☎0120-2231969)に電話で申し込みをしてください。後日、市から受診券や詳しい案内をお送りします。その案内に沿って、医療機関を予約の上、受診してください。

▼申込期限/11月30日(火)

▼受診料/3千円(本年度50歳になる人は1500円)

検査結果を受け取ったら

検査が終わると、医師から所見の説明があります。後日、別の医師が再度画像を確認し、判定が確定します。検査から約1〜2カ月後に、郵送で結果をお知らせします。

検査結果が「要精密検査」となった場合、早めの受診が必要です。健康のため、必ず精密検査を受診してください。



新型コロナウイルス 感染予防のために

発熱や咳、体のだるさなどの自覚症状があるときは受診を控え、体調が良くなってから受診してください。また受診の際は、必ずマスクの着用をお願いします。

市保健所健康課

☎ 226-6962 FAX 226-6962
✉ h-kenkou@city.nagano.lg.jp

野外でのごみ焼却は適切に！

ごみを野外で焼却する行為は、臭いや有害物質などが発生することから、「廃棄物の処理及び清掃に関する法律(廃掃法)」によって、一部の例外を除いて禁止されています。適切なごみ処理に、ご協力をお願いします。

家庭ごみについて

家庭から発生するごみは野外で焼却せず、「家庭用ごみ・資源物収集カレンダー」に従って分別し、ごみ集積所へ出してください。

農作業に伴う野焼きについて

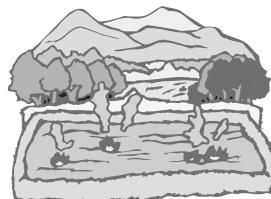
稲わらの焼却など、農業を営むためにやむを得ない焼却行為は、例外として認められています。発生する煙や臭いにより、近所の人とのトラブルにつながる場合があります。周囲の迷惑にならないよう、次の点にご配慮ください。

- ・住宅に近い場合は、たとえ小規模な焼却でも隣近所に声を掛け、あらかじめ了解を得るなどの配慮をする。
- ・焼却中は煙などの状態を監視し、煙を少なくするとともに、完全に消火するまでその場を離れない。
- ・農作業で発生する木・枝葉・根などの不要物は、有効活用を検討し、

焼却量を減らす。

なお、農業用マルチシートや、農薬の空き容器を野焼きすることはできません。農協などが実施している集団回収などをご利用ください。

市では、果樹などの剪定(せんでい)枝や伐採木を、まきストープの燃料として活用する事業を推進しています。詳しくは、本紙「くらしのチャンネル」34ページをご覧ください。



問い合わせ先

- ▼野焼きに関する臭いや煙／環境保全温暖化対策課 ☎24・8034
- ▼事業場での野外焼却／廃棄物対策課 ☎24・7320
- ▼家庭ごみの分別／生活環境課 ☎24・7635
- ▼果樹剪定枝などのまきストープ活用推進事業／環境保全温暖化対策課 温暖化対策担当 ☎24・7532
- ▼火災の恐れがある場合／お近くの消防署

環境保全温暖化対策課

☎24・8034 FAX24・5108
✉kankyo@city.nagano.lg.jp

ながのエコウィーク ～ごみの減量・リサイクル、そしてSDGsに取り組もう！～

ごみの減量、再利用などを推進して、環境に配慮する意識を高めるためのイベント週間です。入場・参加・体験料は無料です。ご来場の際は、新型コロナウイルスの感染拡大防止対策にご協力ください。

▶とき／9月26日(日)～10月3日(日)10:00～16:00(3日は15:00まで)

▶ところ／リサイクルプラザ(松岡二丁目、サンマリンながの隣)

エコ体験、クイズに参加しよう！ エコ活動展示をみよう！

エコクイズに参加した人には、トイレットペーパーやエコバッグなどをプレゼントします。

リサイクル広場

中古の家具、自転車などを抽選で販売します。※詳しくは、本紙35ページ「くらしのチャンネル」をご覧ください。



映像でステージ発表

子どもたちによるダンスや太鼓演奏などの様子を、大画面で放映します。

即売品 100円コーナー

9月27日(月)～10月2日(土)に、中古の日用品、食器などを100円で販売します。

その他のイベント

▷リサイクル工作体験 ▷エコドライブ体験 ▷加工品や野菜販売 ▷SDGsに向けた取り組み展示 ▷環境関連団体の活動紹介 ▷資源回収(*)

*…9月27日(月)～10月1日(金)9:00～12:00に、牛乳パック20枚を市内業者へ直接持ち込むと、トイレットペーパー1個と交換できます(リサイクルプラザでは行いません)。持ち込みできる業者などについては、実行委員会事務局へお問い合わせください。



ながの環境フェア実行委員会事務局(リサイクルプラザ内) ☎222-3196 FAX221-2033
生活環境課 ☎224-5035 FAX224-8909 ✉seikatukankyo@city.nagano.lg.jp



第48回

NAGANO スポーツフェスティバル

誰でも気軽に、さまざまなスポーツが体験できるイベントです。ぜひご参加ください。

とき 10月17日(日)

参加無料



▶**ところ**／北部スポーツ・レクリエーションパーク、長野運動公園総合運動場、南長野運動公園総合運動場、篠ノ井体育館、信更体育館、塩崎体育館

▶**申し込み**／9月8日(水)～10月8日(金)に、各申し込み・問い合わせ先へ

北部スポーツ・レクリエーションパーク	
キッズ野球体験会	
ランを楽しく！ランランラン	
みんなで一緒に！ペタンク交流会	
タグラグビーにトライ！	
硬式テニス親子体験会	
硬式テニス体験会	
TENNIS PLAY & STAY 体験会	
ポッチャ体験会	①
マレットゴルフを楽しもう	
みんなで楽しめるマレットゴルフ交流会	
どなたでもウオーキング体験会	
フライングfrisビーでストラックアウト！	
コアコンディショニングトレーニング体験会	
バランスボールトレーニング体験会	
ライン上のアクロバットはニュー感覚！ストラックライン体験会	
体操体験会	
スケートボード体験会	②
BMX(ビーエムエックス)教室	
青空ヨガ体験会	
◎その他:ボルダリングコーナー(上記イベントの参加者のみ体験可)、東北中学校吹奏楽部演奏会(どなたでも観覧可)	
長野運動公園総合運動場	
長野ガロンズバレーボール教室体験会	
スポーツ鬼ごっこ体験会	③
体操体験会	
チームライフル体験会	④
車いすバスケットボール体験会	
バスケットボールのニュー感覚！3×3体験会	①
親子体操教室	
各種フロア・プールプログラム	③
南長野運動公園総合運動場	
体力・健康チェックキャラバン&体力測定	⑤
LesMILLS BODYCOMBAT(レズミルズ ボディコンバット)	
BAILA BAILA (バイラ バイラ)	
DHWX (ディエイチダブリューエックス)	⑥
InBody&トレーニング指導	
各種プール・スタジオプログラム	
健康ポールウオーキング体験会	⑦

社会体育館		
3×3バスケットボール体験会	篠ノ井体育館	⑧
シルバー体操体験会		
親子フットサル体験会		
スポーツ鬼ごっこ体験会		
ジュニアバドミントン教室(信更体育館)	塩崎体育館	⑦
ジュニアフットサル教室(塩崎体育館)		

※開催時間、内容、定員など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

※定員になり次第、募集を締め切ります。

※天候や新型コロナウイルス感染症の状況などにより、内容は変更・中止になる場合があります。

各種ホームゲームに無料で招待します！

第48回 NAGANO スポーツフェスティバルに参加した人の中から抽選で、「AC長野パルセイロ」、「信州ブレイブウォリアーズ」、「ボアルース長野」のいずれかのホームゲームに招待します。詳しくは、市ホームページをご覧ください。

●新型コロナウイルス感染症対策について

当日または過去2週間以内に、発熱や風邪の症状があった人(同居の家族を含む)は、参加を控えていただくようお願いします。また、当日は健康チェックを実施します。マスクの着用や手洗い・うがいの徹底など、各自での対策をお願いします。

申し込み・問い合わせ先

- ①NPO法人長野スポーツコミュニティクラブ東北
☎・FAX共通296-9918(月～金曜日10:00～13:00、祝日を除く)
- ②北部スポーツ・レクリエーションパーク ☎266-0582
- ③アクアウィング ☎244-7555
- ④長野市ライフル射撃協会 関川孝雄さん
☎090-4816-8796
- ⑤スポーツ課 ☎224-5083
- ⑥南長野運動公園 ☎293-4048
- ⑦塩崎スポーツクラブ クラブマネージャー 永井さん
☎090-1865-1248
- ⑧(株)フクシ・エンタープライズ長野営業所
☎217-5196

問スポーツ課 ☎224-5083 FAX224-7351 ✉sports@city.nagano.lg.jp

ふるさととの記録を残し、未来に生かす ～長野市公文書館の紹介

「公文書館」「アーカイブズ」などの言葉を聞いたことがあるでしょうか。公文書館は、文書や記録などを収蔵し、その利用を図る施設のことです。アーカイブズ(Archives)は、史料、記録史料、あるいは文書館のことを示します。図書館や博物館に比べてまだ歴史が浅く、なじみが薄いかもありません。市民の皆さんにより多くご利用いただくために、市公文書館の事業内容や活動の一端などを紹介します。

市公文書館の開館

平成19年11月、市役所の城山分室内に、市公文書館が開館しました。その後、令和元年11月に施設の老朽化に伴って若里分室へ移転し、現在に至ります。

市公文書館の主な収蔵資料は、①「長野市誌」編さんの過程で収集した資料 ②保存年限が過ぎて廃棄となる市役所文書の中から重要な歴史資料として選別した公文書 ③市民の皆さんから寄贈・寄託された資料などです(下表参照)。

資料などは一般に公開しているのですが、市民の皆さんが気軽に利用することができます。

■主な収蔵資料など(170,618点(令和3年3月31日現在))

公文書	市役所文書:歴史資料として重要な市役所の文書(保存年限が過ぎて廃棄となる文書から選別) 旧役場文書:長野市と合併した旧市町村役場の文書
古文書など	市内の村役人・商家などの文書、区有文書
複製資料	古文書の写真をA5判の紙に焼き付けたもの(真田家文書、松代八田家文書、個人所蔵文書など)
行政刊行物	長野市役所などの刊行物(広報ながの、長野市統計書など)
図書・地図など	長野市域に関する市町村誌、研究書、絵図など
写真	写真、航空写真など



市公文書館の利用

利用は、中学生・高校生の総合学習、大学生・大学院生の卒業論文作成、大学関係者の研究、テレビ局の番組制作や新聞社の取材、市役所各課の調査、公民館研修での見学など、広範囲にわたります。さらに個人的な郷土史研究、地区誌の編さんなどのための利用もあります。

長野市域の古文書や歴史に関する図書・文献を豊富に収蔵しているため、調査・研究などに活用されています。

古文書の寄贈・寄託と保存

本年度に入り、市民の皆さんから例年になく多くの古文書などを寄贈・寄託いただいています。順次、ほこり払い・殺虫・殺菌などの処理を行い、資料目録を作成し、公開の手続きをしていきます。

古文書の流出や処分を防ぐため市公文書館へぜひご一報を

個人宅や区などで保管されてきた古文書が、業者に売られたり、処分されたりしてしまうことがあります。最近では、古文書が古文書市場に出品されているという情報が入り、市公文書館で購入したものもあります。古文書は、地域の歴史を伝えるよりどころであり、紛失してしまうことは大きな文化的損失です。古文書を守り、次世代に引き継ぐため、古文書の扱いに困ったときには、ぜひ市公文書館にご一報ください。当館の専門スタッフが、収集・保存・公開に向けて対応します。

- ◆所在地／若里六丁目6-2
- ◆利用案内／

- ▽開館時間 9時～17時(閲覧申し込みは16時30分まで)
- ▽休館日 土曜日、祝休日、年末年始(12月29日～翌年1月3日)

問市公文書館

☎224-0701 FAX 224-0702
✉shomu-9@city.nagano.lg.jp

秋のイベント情報

第2回 街角アート展

彫刻や工芸の公募作品を展示します。

▶とき／9月17日(金)12:00～23日(木)17:00

▶ところ／長野駅コンコース



第5回 ながの獅子舞フェスティバル

市内と近隣市町村で活動する約40団体が、獅子舞や神楽を披露します。

▶とき／9月18日(土)10:00～15:30

▶ところ／長野駅善光寺口駅前広場、中央通り(末広町～新田町交差点)



えいこう 諏訪御柱曳行体験よいさー

令和4年、諏訪地区の奇祭・御柱祭と善光寺御開帳が、史上初めて同時期に開催されることを記念し、善光寺表参道で曳行体験を行います。

▶とき／9月20日(月)10:00～16:00

▶ところ／中央通り(末広町～新田町交差点)



新型コロナウイルスの感染拡大状況により、中止または内容が変更となる場合があります。ご来場の際は、体調をご確認の上、マスク着用でお越しください。

第7回 表参道芸術音楽祭

音楽、ダンス、舞踊などのステージ発表を行います。

▶とき／9月18日(土)～20日(月)10:00～16:00

▶ところ／セントラルスクエア、TOiGO(トイゴ)広場(18日のみ)、長野駅善光寺口駅前広場(19日のみ)



第7回 NAGANO善光寺よさこい

県内各地のよさこいチームが、演舞を披露します。

▶とき／9月19日(日)10:00～16:00

▶ところ／中央通り(末広町～新田町交差点)



第24回 ながの大道芸フェスティバル

プロの芸人たちが、パフォーマンスを披露します。

▶とき／9月18日(土)11:00～17:00

▶ところ／中央通り(新田町～善光寺交差点)



圏商工労働課 ☎ 224-5041、ながの大道芸フェスティバル実行委員会 ☎ 090-5443-5632

夕暮れ時から夜間の交通事故にご注意を

日没が早まるこれからの時季は、周囲が見えづらくなります。そのため、日没から夜間にかけて交通事故が起こりやすくなります。一人一人が次の点に特に注意し、交通事故防止に努めましょう。

歩行者の皆さん

- ・道路を横断する際、少し遠回りでも必ず横断歩道を利用しましょう。
- ・夕暮れ時から夜間にかけて外出する際は、明るい色の服や夜光反射材の着用など、自分を目立たせる工夫をしましょう。

自転車利用者の皆さん

- ・前照灯を早めに点灯し、さらに夜光反射材を着用し、自分の存在を周囲に知らせましょう。
- ・転倒事故による頭のけがを防ぐため、ヘルメットを着用しましょう。

ドライバーの皆さん

- ・日が落ちて辺りが暗くなると、一時的に視力が低下し、歩行者や自転車などの発見が遅れてしまいます。スピードの出し過ぎに注意しましょう。
- ・辺りが暗くなり始めたら、早めにライトを点灯し、対向車などが

ない場合はハイビームで走行しましょう。

秋の全国交通安全運動が実施されます

9月21日(火)～30日(木)に、秋の全国交通安全運動が実施されます。交通事故の加害者にも

被害者にもならないように、通ルールを守り、思いやりのある運転を心掛けましょう。



▲長野市交通安全マスコット「カモシレ」

知っていますか？安全運転サポート車

「運転に不安はあるけど、日常生活に車が欠かせない」という人は、衝突被害軽減ブレーキや、ペダル踏み間違え急発進抑制装置などの安全技術が搭載された「安全運転サポート車」への乗り換えを検討してみましょう。

市内の交通事故状況

8月10日現在	
事故件数	594件
(前年比)	+14件
事故死者数	4人
(前年比)	+1人

地域活動支援課

☎ 224・7615 FAX 224・85996
✉ chiki@city.nagano.lg.jp

編集 広報広聴課

おやきを携えていざ善光寺へ

地域きらめきニュース

かつて江戸時代には、善光寺の盂蘭盆会(うらばんえ)に夜食としておやきを持参し、お籠(こ)もり(*)をする「茶の子道者」と呼ばれる人々がいました。茶の子は簡易な食事、道者は道を求める者(転じてご先祖のお参りに来る人)という意味です。

天保11(1840)年に岩下櫻園が著した『芋井三宝記』には、「茶の子道者」についての記述があります。
*…寺などに泊まり込み、夜通し念仏を唱えること

▼かつて多くの信者がお籠もりをした善光寺内陣



写真提供:善光寺



▲初夏から初秋にかけてよく食べられる丸なしのおやき

芋井三宝記 中乃巻 難波の硯 六月秘

6

六月晦日の夜、盂蘭盆といひて(中略)こもれる人おびたし、これを茶の子道者といふ、茶の子を携えて通夜せる信者といふことなり、茶の子はむかしの麩の焼のたぐひにて、今焼餅といふものなり、

【現代語訳】

6月末日の夜は盂蘭盆会といい、(中略)たくさんの人々がお籠もりをする。この人たちのことを「茶の子道者」という。茶の子を携えて通夜する信者という意味である。茶の子は昔の麩(ふ)を焼いた類いのもので、今でいうおやきのことである。

善光寺の盂蘭盆会は現在も続く行事ですが、かつては一般の信者がお籠もりをできる貴重な日でした。そのため大変多くの信者が、おやきを携えて北国街道を歩き、善光寺に集まりました。太鼓などを鳴らしながら大声で念仏を唱えるため、大変なにぎわいであったと『芋井三宝記』は伝えています。

現代ではおやきに限らず、オリジナルの“茶の子”を携えて、善光寺参りに訪れるのも良いかもしれませんね。

本内容については、諸説あります。

特別展 THE EXPO 善光寺 2021 ～甲信越戦国物語～

とき 9月4日(土)から26日(日)まで

4日(土)10:00～10:30 オープニングセレモニー

ところ 市立博物館 特別展示室

令和4年4月、令和3年の開催延期を経て、善光寺御開帳が開催されます。善光寺は、全国から多くの参詣者が訪れる庶民信仰の寺として知られています。戦国時代に起こった川中島の戦いでは、武田信玄と上杉謙信が自国に善光寺本尊を迎えようとしたため、争奪戦となったという言い伝えもあります。

今回の展示では、武田信玄と上杉謙信にとっての善光寺と、そのほかの神や仏との関係をひもとくことで、川中島の戦いの新たな一面を描き出します。さらに神と仏との関係から、川中島古戦場の首塚に代表されるような戦死者の供養についても展示しますので、ぜひご覧ください。



▲昇梯子文一枚胸具足「真田皇幸所用 真田宝物館蔵」



◀諏訪法性兜
(下諏訪町立諏訪湖博物館蔵)

- ▶開館時間／9:00～16:30(入館は16:00まで)
- ▶入館料(常設展入館料含む)／一般300円、高校生150円、小・中学生100円[9月20日(月)・23日(木)は無料、土曜日は小・中学生無料]
- ▶休館日／月曜日(祝休日は除く)、祝休日の翌日

市立博物館 ☎284-9011 FAX284-9012 ✉museum@city.nagano.lg.jp
観光振興課 ☎224-8316 FAX224-5043 ✉kankou@city.nagano.lg.jp

特別展「市立長野高校美術部の軌跡Ⅱ」

とき 9月18日(土)～令和4年2月6日(日) ところ 信州新町美術館 第1展示室

当館では、平成28年に市立長野高等学校美術部員による絵画展「市立長野高校美術部の軌跡」を開催し、好評を博しました。あれから5年、部員たちはより一層腕を磨き、現代パステル協会展での全部員入選、全国高等学校総合文化祭への県代表選出、高校生国際美術展団体賞全国総合3位など、全国レベルの実績を多数残してきました。また社会活動にも貢献し、地域循環コミュニティバスぐるりん号の車両デザイン(平成28年)、認知症見守りSOSシンボルマークデザイン(平成28年)、市議会議員一般選挙啓発ポスター作成(令和元年)と、長野市の公共デザインの数々を手掛けています。本展では、「市立長野高校美術部の軌跡Ⅱ」と題し、現役の部員たちの作品約40点を展示するとともに、美術部のこれまでの歩みを紹介します。



▲宇田川七海 「晚餐(ばんさん)」



◀長浦梨音「昭和のかわり」

- 美術部員のギャラリートーク
- ▶とき／10月10日(日)13:30～14:30 ▶定員／15人(先着順)
- ▶参加料／無料(別途入館料)
- ▶申し込み／事前に電話で信州新町美術館へ
- ・開館時間／9:00～16:30(入館は16:00まで)
- ・入館料／一般500円、高校生300円、小・中学生200円[9月20日(月)・23日(木)、11月3日(水)は無料、土曜日は小・中学生無料]
- ・休館日／月曜日(祝休日は除く)、祝休日の翌日、年末年始

市立信州新町美術館 ☎262-3500 FAX262-5181 ✉museum-shinmachi@city.nagano.lg.jp

知っていますか？動物の「5つの自由」

動物の5つの自由とは？

人間と同じように動物にも命があり、生きていくための最低限の要求があります。人に飼育されている動物は、自らの意志でその要求を満たすことはできません。飼い主はペットの要求を満たし、健全に生活できるようにする責任があります。

5つの自由とは、動物が健全に安心して生きるための、国際的に認められている考え方です。これを機会に、ペットの飼い方について見直してみましよう。

① 飢え・渇きからの自由

ペットの種類・年齢・健康状態に合った、適切で新鮮な餌や水を常に与えるようにしましょう。

② 痛み・負傷・病気からの自由

普段から健康管理を心掛け、けがや病気の場合は、適切な治療を受けさせましよう。

③ 不快からの自由

強い日差し、雪や雨風を避け、清潔、安全、快適な飼育場所を用意ましよう。

④ 正常な行動がとれる自由

ペットの本能や習性に合った行動ができるように、飼育場所を工夫ましよう。

⑤ 恐怖・抑圧からの自由

精神的な苦痛、過度のストレスとなる恐怖や不安を与えないようましよう。

狂犬病予防接種代替日程について

春に中止となった集合注射の代替日程は次のとおりです。集合注射をご利用いただくか、12月31日(金)までに動物病院で注射を行ってくださいます。料金など、詳しくは市ホームページが送付済みのほうがきをご確認ください。



とき (10月)	ところ
3日(日) 9:00～10:00	市保健所
4日(月) 10:00～10:45	篠ノ井総合市民センター
5日(火)	9:30～10:10 豊野保健センター
	11:00～11:30 柳原支所
6日(水)	9:30～9:45 小田切農村環境改善センター
	10:10～10:25 七二会支所
	10:55～11:10 信更支所
7日(木)	9:30～10:00 戸隠支所
	10:30～11:00 鬼無里支所
8日(金)	9:30～10:00 中条総合市民センター
	10:30～11:00 信州新町支所駐車場(国道側)
	11:30～12:00 大岡保健センター

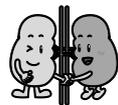
問 市保健所動物愛護センター
 ☎ 262・1212 FAX 226・69881
 ☒ h-seikatu@city.nagano.lg.jp

「タンパク尿」は腎臓からのサインです

尿には、通常わずかなタンパク質が出ていますが、1日当たり150ミリグラム以上のタンパク質が尿に出てくる状態を「タンパク尿」といいます。

尿検査で尿タンパク(+)以上の陽性となった場合は、タンパク質が通常より多量に漏れ出ていることが予測されます。タンパク尿を放置していると、腎臓の機能を低下させてしまう危険があります。

腎臓とは



腎臓は、握りこぶし大の大きさで、腰のやや上辺りにある左右一対の臓器です。水分や電解質などを調整し、体内環境を一定に保つ働きをしています。

腎臓には、細い血管が毛糸玉のように丸まった「糸球体」があり、網目構造をしています。身体に必要なタンパク質は網目を通りませんが、他は一度尿として糸球体でろ過されます。その後、尿細管で糖などの必要な物質は再吸収され、老廃物は尿として排せつされます。

タンパク尿の原因

次のような理由で、糸球体や尿細管に炎症が起こっている可能性があります。

- 血圧が高い 血糖値が高い
- 肥満 尿酸値が高い
- LDLコレステロールが高い
- ウイルスや細菌 など

血管がダメージを受けると、糸球体の網目が壊れ、身体に必要なタンパク質が尿に漏れ出てしまいます。また、漏れ出たタンパク質によって腎臓をさらに傷めるという悪循環に陥ります。

腎臓は、傷んでも自覚症状が出ないため、尿のサインを見逃さないことが大切です。また、血圧値や血糖値などを適正にコントロールすることが、腎臓を守ることに繋がります。

早めに腎臓の状態を確認

腎臓の状態は、血液検査や尿検査で確認できます。健診などを定期的な受け、尿検査で尿タンパクが陽性となった場合は、結果をそのまま放置せず、かかりつけ医などに相談ましよう。

市では、健診結果の見方や健診後の生活について健康相談を行っていますので、ぜひご利用ください。

問 市保健所健康課
 ☎ 226・69691 FAX 226・69882
 ☒ h-kenkou@city.nagano.lg.jp



長野市芸術館令和3年度主催 秋～冬公演の紹介！

宮川彬良×群馬交響楽団オケパンV「ショウほど素敵な商売はニャー!!」

0歳からのパントマイム・オーケストラ

と窓 10月10日(日)11:00

0歳から入場OK！オーケストラにパントマイムが加わった、とてもユニークな演奏会。アキラさんとパントマイム、オーケストラがつくりだす楽しい音楽とダンスに、思わず身体も動き出しちゃう！



群馬交響楽団



宮川彬良



長野市芸術館開館5周年記念事業

復興 NAGANO! 音楽祭



坂本冬美



平原綾香



南こうせつ

と窓 11月21日(日)14:00

長野のまちと市民の真の復興を目指し、音楽の力で元氣と明日への活力を与える音楽フェスティバル。ゲストに長野市芸術館ジュニア合唱団を迎え開催し、令和元年東日本台風で被災した地区の皆さんを限定で招待します！

黒木岩寿プロデュース ラ・ストラヴァガンツァ東京

ピアソラ《ブエノスアイレスのマリア》

と窓 令和4年3月6日(日)時間未定

黒木岩寿が主宰するラ・ストラヴァガンツァ東京が、バンドネオン奏者の三浦一馬をゲストに迎え、タンゴの巨匠・ピアソラ作曲のオペレッタ《ブエノスアイレスのマリア》を演奏します。ピアソラ没後30年にエキサイティングな公演をお楽しみください！



黒木岩寿



三浦一馬



須川展也プロデュース 長野市芸術館ブラス・フェスティバル Vol.3

スーパー・ウインド・オーケストラ (SWO)



須川展也

と窓 令和4年3月27日(日)15:00

吹奏楽界のレジェンド・須川展也が全身全霊で作り上げる、北信地域の高校生たちによる吹奏楽団SWO「憧れ」の舞台です。本年度は、SWOとは別に一般希望者によるスペシャル吹奏楽団も結成します。

▶チケットの購入／長野市芸術館チケットセンター ☎219-3191(10:00～19:00、火曜日を除く)
▶問い合わせ／(一財)長野市文化芸術振興財団 ☎219-3100 FAX219-3110 ✉info@nagano-arts.or.jp

問文化芸術課 ☎224-7504 FAX224-7351 ✉geijutsu@city.nagano.lg.jp



市内のできごとを写真で紹介します

フォトニュース NAGANO



オランウータンの森がオープン！

7月17日(土)、茶臼山動物園に絶滅危惧種であるオランウータンが、野生に近い姿で伸び伸びと生活できるように設計された「オランウータンの森」がオープンしました。今までよりも広い展示場になり、繁殖にも力を入れていく予定です。フジコ(雌・31歳)が森の中を散策している様子を、ぜひ見に行ってみてはいかがでしょうか。



城山公園噴水広場がリニューアルオープン！



7月7日(水)、3代目となる噴水を中心とした、城山公園噴水広場がリニューアルオープンしました。新しくなった噴水は、観賞用として楽しめるほか、子どもたちが水と触れ合えるものとなり、早速市民の憩いの場として親しまれています。ぜひ、リニューアルした城山公園噴水広場に足を運んでみてください。

▶噴水稼働時間／日～木曜日9:00～17:00、金・土曜日9:00～20:00(金・土曜日の18:00～20:00はライトアップをしています)

▶子どもたちが遊んでいる様子



▶ライトアップの様子



静岡県熱海市土石流災害へ部隊を派遣

7月3日(土)に発生した静岡県熱海市土石流災害に、市消防局は、7月12日(月)から7月20日(火)まで緊急消防援助隊長野県大隊として部隊を派遣しました。現地では、猛暑の中、安否不明者の救助捜索活動のため、隊員たちは尽力しました。



くらしのチャンネル

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。

お知らせ

暮らし

募集

行事・催し

健康

スポーツ

教室

市政番組

本紙に掲載している催しなどは、新型コロナウイルスの感染拡大防止対策を講じています。お越しの際は、マスクを着用するなどのご協力をお願いします。また、感染拡大状況により、中止や延期になる場合があります。詳しくは、各問い合わせ先にご確認ください。

お知らせ

長野市都市内分権審議会

- ▶とき／10月6日(水)13:30～15:30
- ▶ところ／市役所講堂(第二庁舎10階)
- ▶内容／長野市都市内分権基本方針(案)について
- ▶傍聴定員／5人(先着順)
- ▶傍聴申し込み・問い合わせ／10月1日(金)までに、電話、ファクス、Eメールのいずれかで地域活動支援課(☎224-7615、FAX224-8596、✉chiiki@city.nagano.lg.jp)へ

長野市長選挙立候補届け出手続きなどの説明会

- ▶とき／10月1日(金)13:30～15:30(予定)
 - ▶ところ／市役所講堂(第二庁舎10階)
 - ▶対象／10月31日(日)に執行予定の「長野市長選挙」の立候補を予定している人、事務担当者(立候補予定者1人につき2人以内)
 - ※当日、希望者に参考図書「地方選挙早わかり」(1冊2,000円)を販売します。
- 選挙管理委員会事務局 ☎224-5058

長野市戦没者追悼式

- ▶とき／10月6日(水)10:00～11:00
 - ▶ところ／ホクト文化ホール中ホール
 - ※遺族会員と昨年度来場した人には、案内状を送付しています。その他に参加を希望する人は、9月22日(水)までに、電話で福祉政策課へ
- 福祉政策課 ☎224-5028

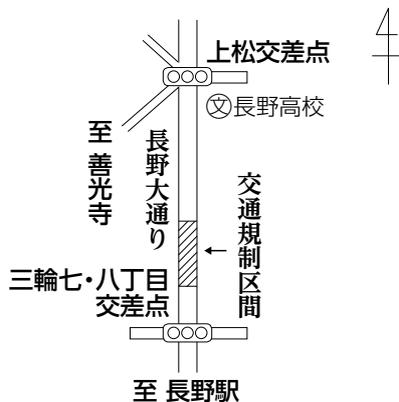
ファミリー・サポート・センター 依頼会員・提供会員入会説明会

- ▶とき／9月24日(金)10:15～12:30
- ▶ところ／犀南保健センター(里島)
- ▶申し込み・問い合わせ／事前に電話でファミリー・サポート・センター(☎267-6006)へ
- ※託児を実施します(要予約)。

長野大通り交通規制

水道工事に伴い、長野大通りの三輪七・八丁目交差点から上松交差点までの一部区間が、2車線に幅員減少となります。

- ▶とき／9月13日(月)～令和4年3月16日(水)(予定)8:30～17:00



水道整備課 ☎224-8426

小規模事業者IT機器等導入支援事業補助金

指定する支援機関(商工会議所、商工会、長野県よろず支援拠点など)から助言・支援を受けて、生産性向上や売り上げ増加のためにIT機器などの導入を行う小規模事業者に、補助金を交付します。

- ▶対象者／小規模事業者のうち、市内に事業所を有する資本金1千万円以下の法人か個人事業主
 - ▶対象となる経費／生産性向上のための、ソフトウェア・ハードウェアなどの導入費用
 - ▶補助率／3分の2(上限25万円)
 - ▶申請方法／支援機関に相談した後、事業計画を策定し、所定の申請書類(市ホームページにあります)に必要事項を記入の上、10月15日(金)(消印有効)までに、郵便か直接、商工労働課(〒380-8512長野市役所、第二庁舎3階)へ
- 商工労働課 ☎224-6751

インターネットによる市有財産の売却

不用となった市有財産(動産)を売却します。

■KSI官公庁オークション

- ▶申込期間／9月3日(金)13:00～21日(火)14:00

※詳しくは、市ホームページをご覧ください[9月2日(木)13:00掲載開始予定]。

圃管財課 ☎224-5016

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。

- ▶申込期間／9月26日(日)～10月3日(日)9:00～17:30
 - ▶抽選日／10月5日(火)[当選者のみ、はがきで通知。引き取りは10月6日(水)～17日(日)に、当選者が行ってください。]
 - ▶ところ／リサイクルプラザ(松岡二丁目)
 - ▶対象／中学生以上
- 圃リサイクルプラザ ☎222-3196

不用品あっせん

- ◆さしあげます／乗馬フィットネス
- ◆ゆずってください／マージャン台(折り畳み式)、そば打ち道具一式、餅つき用木の臼(4升以上)
- ▶申し込み・問い合わせ／9月10日(金)10:00から、電話でリサイクルプラザ(☎222-3196)へ(先着順)
- ※物品の提供は無償が条件です。

家庭で処分困っているタイヤなどを有料で受け入れます

- ▶とき／9月11日・25日(土)8:30～11:30
- ▶ところ／資源再生センターストックヤード(松岡二丁目)
- ▶対象品目／タイヤ、油圧式ジャッキ、エンジン刈払機、電動式健康器具など
- ▶定員／各30人(先着順、事前予約制)
- ▶申し込み・問い合わせ／各開催日前日までに、電話で資源再生センター(☎221-5316)へ

納め忘れのないように

種別	納期
国民健康保険料(9月期)	9月30日(木)
後期高齢者医療保険料(3期)	
介護保険料(4期)	
し尿処理手数料定額制(3期)	

長野都市計画 一団地の官公庁施設の変更(素案)の閲覧と公聴会

園都市政策課 ☎224-5050

▶閲覧期間/9月9日(木)~10月1日(金)

閲覧場所	郵便番号・住所
長野県都市・まちづくり課(県庁本館棟7階)	〒380-8570長野県庁
長野建設事務所計画調査課(長野合同庁舎4階)	〒380-0836長野市大字南長野南県町686-1
都市政策課(第二庁舎5階)	〒380-8512長野市役所

■公聴会(公述人がいない場合は実施しません)

▶とき/10月2日(土)13:30~15:00 ▶ところ/長野合同庁舎5階会議室501 ▶対象/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 ▶公述申し込み/9月24日(金)(必着)までに、所定の公述申込書(県ホームページ、市ホームページ、各閲覧場所にあります)に住所・氏名・意見の要旨(400字以内)を記入の上、郵送か直接、各閲覧場所へ

証明書コンビニ交付サービスの利用停止

園市民窓口課 ☎224-6428

9月8日(水)は保守点検のため、コンビニエンスストアでの住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍全部(個人)事項証明書、戸籍の附票の写し、市民税・県民税課税内容証明書の発行ができません。

不動産鑑定士無料相談会

とき	ところ
9月9日(木)13:00~15:40	(株)長水建設会館(大字中御所)
10月5日(火)10:00~12:00 13:00~16:00	市役所会議室203(第二庁舎10階)

▶申し込み・問い合わせ/事前に電話で(一社)長野県不動産鑑定士協会(☎225-5228)へ

献血日程(400ml献血にご協力を)

▶とき/10月7日(木)13:30~14:45

▶ところ/朝陽支所

園市保健所食品生活衛生課 ☎226-9970

まごころ
ありがとうございます



【介護保険に】

▶匿名/10万円

【緑の募金に】

▶総額/989万7,083円

【新型コロナウイルス感染症対策に】

▶学校法人光和学園信州スポーツ医療福祉専門学校理事長 原田晃史さん/パルスオキシメーター50台、ニトリルグローブ1万3千枚

【茶臼山動物園整備基金に】

▶株式会社中嶋製作所/500万円

募 集



長野技術専門学校 令和4年度入校生

9月27日(月)から、同校の受け付けを開始します。

※詳しくは、県産業人材育成課までお問い合わせください。

園県産業人材育成課 ☎235-7199

防衛大学校学生など

■防衛大学校学生

▶対象/高校を卒業(見込み含む)した21歳未満の人

▶受付期間/◇推薦・総合選抜=9月5日(日)~10日(金) ◇一般=10月27日(水)まで

■防衛医科大学校医学科学生

▶対象/高校を卒業(見込み含む)した21歳未満の人

▶受付期間/10月13日(木)まで

■防衛医科大学校看護学科学科学生

▶対象/高校を卒業(見込み含む)した21歳未満の人

▶受付期間/10月6日(水)まで

園自衛隊長野地方協力本部長野地域事務所 ☎235-6026

長野市霊園(浅川清水)墓地使用者

■規格統一型(4~6平方メートル)

▶使用料/1平方メートル当たり13万円

■自由型(4~9平方メートル)

▶使用料/1平方メートル当たり17万5千円

◎上記はいずれも

▶募集区画数/70区画(多数の場合は抽選)

▶対象/市内在住の人(現在、長野市霊園を使用している人を除く)

▶申し込み/9月22日(水)~10月4日(月)(消印有効)に、所定の申込書[市開発公社ホームページ、市開発公社(第二庁舎4階)にあります]に必要事項を記入の上、郵送か直接、市開発公社(〒380-8512長野市役所)へ(1世帯1区画のみ)
※1年につき、1平方メートル当たり1,000円の管理料が必要です。

園(一社)市開発公社 ☎226-3272

都市計画道路の見直し方針(案)に対する意見

本見直し方針(案)について、皆様のご意見をお寄せください。

▶閲覧場所/都市政策課(第二庁舎5階)、行政資料コーナー(第一庁舎3階)、各支所

▶意見の提出方法/9月17日(金)(必着)までに、所定の用紙(市ホームページ、各閲覧場所にあります)に、住所、氏名、電話番号またはメールアドレス、意見の要旨(400字以内)を記入の上、郵送、ファクス、Eメール、市ホームページ[ながの電子申請サービス]のいずれかで、都市政策課(〒380-8512長野市役所、FAX224-5111、✉toshisei@city.nagano.lg.jp)へ園都市政策課 ☎224-5050

長野市緑を豊かにする委員会委員

緑豊かなまちづくりを進めるための基本的な事項について審議します。

▶対象/市内在住で、市の他の審議会などの委員になっていない人

▶募集人数/若干名(書類選考)

▶任期/11月1日(月)から2年間

▶申し込み/9月30日(木)(必着)までに、所定の応募用紙[市ホームページ、公園緑地課(第二庁舎5階)、各支所にあります]に必要事項を記入の上、「長野市の緑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)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで、公園緑地課(〒380-8512長野市役所、✉kouen@city.nagano.lg.jp)または各支所へ園公園緑地課 ☎224-7285

果樹剪定枝等まき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、市が相互に紹介します。

▶申し込み/11月12日(金)(必着)までに、市ホームページ[ながの電子申請サービス]から申し込むか、所定の用紙[市ホームページ、環境保全温暖化対策課(第二庁舎3階)にあります]に必要事項を記入の上、直接、郵送、ファクスのいずれかで同課(〒380-8512長野市役所、FAX224-5108)へ園環境保全温暖化対策課 ☎224-7532

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、戸籍届出書の預かり、マイナンバーカード)、国民健康保険課、国民年金室

9月は、12日(日)

お知らせ
お申し込み
募集
行事・催し
健康
スポーツ
教室
市政番組

長野市都市内分権審議会委員 圏地域活動支援課 ☎224-7615

長野市都市内分権に関する事項を調査・審議します。
▶対象/市内在住の18歳以上(就任時)で、市の他の審議会などの委員になっていない人
▶募集人数/若干名(書類選考) ▶任期/10月1日(金)から2年間 ▶申し込み/9月21日(火)(必着)までに、所定の応募用紙(市ホームページにあります)に必要な事項を記入の上、「私が考える住民自治の在り方」をテーマにした小論文(書式自由、文字数制限なし)を添えて、直接、郵送、Eメールのいずれかで、同課(第一庁舎4階、〒380-8512長野市役所、chiiki@city.nagano.lg.jp)へ

令和4年度採用 市立保育所、幼保連携型認定こども園 保育士会計年度任用職員 圏保育・幼稚園課 ☎224-8039

▶対象/保育士資格を有する人(令和4年春までに資格を取得する見込みの人を含む) ▶勤務時間/月~土曜日の7:00~19:00のうち指定する7時間45分(週休2日制、正規保育士に準じた勤務時間。園によって勤務時間が異なる場合や、日曜日・祝休日に勤務のある場合があります) ▶採用予定人数/若干名(面接など) ▶採用期間/令和4年4月1日(金)から1年間 ▶面接日/10月25日(月)か26日(火) ▶申し込み/10月1日(金)(消印有効)までに、履歴書(写真貼付)に保育士証の写しか、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 ※本年度 中途採用の、保育士会計年度任用職員の募集も随時行っています。

読書感想画展作品 圏市立長野図書館 ☎232-3558

▶展示期間/10月23日(土)~11月8日(月) ▶対象/幼児~小学生 ▶作品内容/読んだり聞いたお話を絵 ▶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) ▶応募方法/9月5日(日)~10月8日(金)に、所定の応募用紙(市立図書館ホームページ、市立長野図書館にあります)に必要な事項を記入の上、作品裏側中央部にのり付けして、直接、市立長野図書館へ ※全ての応募作品を、市立長野図書館に展示します。展示終了後、作品は返却しますので、11月24日(水)~12月13日(月)に取りに来てください。

在宅介護者リフレッシュのつどい(旅行)参加者 圏市社会福祉協議会地域福祉課 ☎227-3030

とき	行き先	定員	参加料
11月3日(水)・4日(木)(1泊2日)	大町温泉郷(大町市)	100人	3,000円
11月12日(金)(日帰り)	美ヶ原温泉(松本市)	40人	1,000円

▶対象/市内在住の、8月1日時点で要介護1~5と認定された人(要支援1・2の人は除く)か、身体障害者手帳1・2級の交付を受けている人を、在宅でおおむね6カ月以上介護している人で、新型コロナウイルスワクチンを2回接種した人 ▶申し込み/9月27日(月)(必着)までに、所定の申込用紙(市社会福祉協議会にあります。または担当のケアマネジャーにお問い合わせください)に必要な事項を記入の上、郵送で市社会福祉協議会(〒380-0813長野市大字鶴賀緑町1714-5)へ(1人1コースのみ) ※定員を超えた場合は、過去の参加状況を考慮し調整します。

フリーマーケット出店者(アクアウイング) 圏アクアウイング ☎244-7555

▶とき/10月17日(日)9:00~15:00 ▶ところ/長野運動公園徒渉池周り ▶出店料/1,500円 ▶申し込み/9月15日(水)~10月15日(金)に、電話でアクアウイングへ

フリーマーケット出店者(リサイクルプラザ) 圏リサイクルプラザ ☎222-3196

▶とき/10月24日(日)9:00~12:00 ▶ところ/サンマリーンながの・リサイクルプラザ(松岡二丁目、屋内外開催) ▶対象/市内在住のリサイクルを心掛けている個人、団体(事業者は除く) ▶募集店舗数/10店舗(多数の場合は抽選) ▶出店料/500円 ▶申し込み/9月30日(木)(必着)までに、郵便はがきに郵便番号・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) ※開催の可否について、詳しくはリサイクルプラザホームページをご覧ください。

介護保険関連施設の整備希望者

「あんしんいきいきプラン21」に基づく、次の事業の整備事業者(第二次分)を募集します。

▶対象事業/地域密着型特定施設入居者生活介護、地域密着型介護老人福祉施設、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

圏高齢者活躍支援課 ☎224-5094

国民スポーツ大会・全国障害者スポーツ大会の愛称とスローガン

令和10年に長野県で開催を予定している「第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会」の愛称とスローガンを募集しています。

▶募集期間/10月12日(火)まで

▶賞金(愛称・スローガンそれぞれ)/最優秀賞(1作品)5万円、優秀賞(3作品)1万円(中学生以下は賞金相当額の図書カード)

※詳しくは、県ホームページを



ご覧下さい。

圏スポーツ課国民スポーツ大会準備室 ☎224-9709

放送大学10月入学生

テレビ、ラジオ、インターネットなどを利用して授業を行う通信制大学です。

▶出願期間/9月14日(火)まで

▶問い合わせ・資料請求先/放送大学長野学習センター[〒392-0004諏訪市諏訪一丁目6-1アーク諏訪3階、☎0266-58-2332(月曜日を除く)]へ

行事・催し



フリーマーケット

▶とき/9月23日(木)9:00~12:00

▶ところ/リサイクルプラザ(松岡二丁目)

▶持ち物/買い物袋

※規模の縮小、入場制限を行う場合があります。

圏リサイクルプラザ ☎222-3196

行政書士無料相談会

圃かがやきひろば柳町 ☎235-0019

▶とき/9月10日(金)13:00~16:00 ▶ところ/かがやきひろば柳町(大字三輪)
▶対象/市内在住の人 ▶定員/4人(先着順) ▶申し込み/事前に電話か直接、同ひろばへ

介護者のつどい・介護を語る交流会

圃かがやきひろば三陽 ☎259-2411

▶とき/9月29日(水)11:00~12:00 ▶ところ/かがやきひろば三陽(大字西尾張部) ▶対象/自宅で介護をしている人、介護の経験がある人、介護に関心のある人 ▶定員/5人程度(先着順) ▶参加料/100円 ▶申し込み/9月24日(金)までに、電話か直接、同ひろばへ

信州新町美術館・化石博物館

圃同館(信州新町上条) ☎262-3500

9月20日(月)・23日(木)は入館無料です。

■ミュージアムコンサート

▶とき/10月3日(日)14:00~15:00 ▶演奏者/KURAVON et Pompe Club de Gadjó(クラボン・エ・ポンプ・クラブ・デュ・ガッジョ) ▶定員/30人(先着順) ▶申し込み/事前に電話で同館へ

■化石レプリカ教室

▶とき/9月11日・18日(土)13:30~15:30 ▶対象/小学生以上 ▶定員/各10人(先着順) ▶参加料/各300円 ▶申し込み/各開催日の3日前までに、電話で同館へ

◎上記はいずれも

▶入館料/一般500円、高校生300円、小・中学生200円(土曜日は小・中学生無料)

戸隠地質化石博物館

圃同館(戸隠栃原) ☎252-2228

9月20日(月)・23日(木)は入館無料です。

■地層見学会「飯綱・戸隠をめぐる」

▶とき/10月10日(日)9:00~17:00 ▶集合場所/市立博物館駐車場(小島田町) ▶対象/小学生以上 ▶定員/13人(多数の場合は抽選) ▶参加料/500円 ▶申し込み/9月26日(日)までに、電話で同館へ

鬼無里観光イベント

圃鬼無里観光振興会 ☎256-3188

■一夜山登山と山頂コーヒー

▶とき/9月19日(日)9:30~14:30 ▶集合場所/一夜山登山口(鬼無里) ▶対象/小学生以上(小学生は保護者同伴) ▶参加料/中学生以上1,500円、小学生800円 ▶申込期限/9月13日(月)

■秋の砂鉢山登山

▶とき/10月9日(土)7:00~15:30 ▶集合場所/鬼無里支所 ▶対象/中学生以上 ▶参加料/1,500円 ▶申込期限/9月22日(水)

■星空観察会

▶とき/10月10日(日)17:30~20:30 ▶集合場所/鬼土間(旧鬼無里中学校) ▶対象/小学生以上 ▶参加料/中学生以上1,000円、小学生500円 ▶申込期限/9月27日(月)

◎上記はいずれも

▶定員/20人(先着順) ▶申し込み/各申込期限までに、鬼無里観光振興会ホームページ内の申し込みフォームから申し込むか、電話で鬼無里観光振興会へ

ブッシュクラフト講演会~アウトドアと新たな森林活用 in 長野

圃森林農地整備課 ☎224-5040

▶とき/10月5日(火)19:00~21:00 ▶ところ/生涯学習センター(トイゴウエスト4階) ▶講師/川口拓さん(WILD AND NATIVE代表) ▶対象/アウトドア(キャンプ、サバイバル)に興味のある人 ▶定員/50人程度(先着順) ▶申し込み/事前に氏名・電話番号を記入の上、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで森林農地整備課(〒380-8512長野市役所、FAX224-7812、✉shinnou@city.nagano.lg.jp)へ

ゼロカーボン長野プログラム~ゼロカーボンさみっと2021

圃ゼロカーボン長野プログラム事務局 ☎285-5370、FAX254-6155

ゼロカーボン社会への意識を高めるイベントです。パネル展示や工作体験を行います。

▶とき/9月18日(土)・19日(日)10:00~15:00 ▶ところ/エムウェーブ ▶同時開催/エコマラソン長野2021(学生による自作のエコカーの省燃費計測会)



市立長野図書館

大字長野長門町 ☎232-3558

■9月のおはなし会

▶とき/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
▶内容/絵本の読み聞かせ、紙芝居、折り紙など



市立南部図書館

篠ノ井御幣川 ☎292-0143

■9月のおはなし会

とき	対象
9月8日・22日(水)11:00~11:30	未就学児
9月15日・29日(水)11:00~11:30	1~3歳児

▶内容/絵本の読みがたり、紙芝居、手遊びなど

■あかちゃんのおはなし会

▶とき/10月6日(水)13:30~14:00
▶内容/赤ちゃんマッサージ、絵本の紹介・読みがたり、手遊びなど
▶対象/1歳未満児とその保護者
▶持ち物/バスタオル



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2021作品展示

▶とき/10月1日(金)~8日(金)8:00~18:00(8日は正午まで)

▶ところ/市役所ニワ(第一庁舎1階)

※9月24日(金)まで作品を募集しています。

詳しくは、チラシ[市ホームページ、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(篠ノ井中央公園内)にあります]をご覧ください。

圃公園緑地課 ☎224-7285



パソコン相談など

■「パソコンの病院ながの」無料相談会

▶とき/9月18日(土)10:00~15:00
▶ところ/篠ノ井交流センター
▶申し込み・問い合わせ/事前に電話でパソコンの病院ながの事務局(☎090-7179-8523)へ

■シニアパソコン無料相談会

▶とき/10月2日(土)10:00~15:00
▶ところ/大豆島公民館
▶申し込み・問い合わせ/事前に電話でシニアネットながの事務局(☎090-9359-8288)へ

戸隠森林植物園

■自然観察会

オオシラヒゲソウ、アケボノソウ、サラシナショウマなどを観察します。

▶とき／9月12日・19日・26日、10月3日(日)10:00～12:00(雨天中止)

▶持ち物／歩きやすい服装・靴、雨具、マスク

■戸隠高原ネイチャーウォーク

オオシラヒゲソウ、サラシナショウマなどが咲く初秋の戸隠高原を歩きます。

▶とき／9月18日(土)9:00～14:00(雨天中止)

▶持ち物／歩きやすい服装・靴、雨具、昼食、マスク

◎上記はいずれも

▶集合場所／園内八十二森のまなびや前
▶参加料／一般500円、小・中学生300円

園NPO法人戸隠森林植物園ボランティアの会 ☎080-5141-9924

花と緑の無料相談所

花や庭木の管理、肥料、病害虫などについての相談に、専門家が応じます。

▶とき／9月10日(金)10:00～11:30

▶ところ／篠ノ井中央公園管理棟

▶定員／5人(先着順)

▶申し込み・問い合わせ／事前に電話で(一財)ながの緑育協会(☎214-8719)へ

野外彫刻めぐり

「権堂・善光寺周辺街なかぶらり」をテーマに、市街地の野外彫刻12点を講師の解説付きで鑑賞します。

▶とき／10月22日(金)9:30～15:40

▶集合場所／長野駅東口ユメリアバスパーク(乗車定員22人のバスで移動します)

▶定員／20人(多数の場合は抽選)

▶申し込み／9月24日(金)(必着)までに、市ホームページ「ながの電子申請サービス」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22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

※昼食は各自持参するか、現地で自己負担となります。

園文化芸術課 ☎224-7504

スマイル☆キッズわんクラブ～犬との散歩・触れ合い体験

園市保健所動物愛護センター ☎262-1212

▶とき／9月25日、11月13日(土)10:00～11:30(計2回) ▶ところ／清泉女学院短期大学、昭和の森公園(上野二丁目) ▶内容／犬との散歩・触れ合い、犬への絵本読み聞かせなど ▶対象／市内の小学校に通う小学3～6年生とその保護者で、2日間とも参加できる人 ▶定員／10組(先着順) ▶申し込み／9月8日(水)～15日(水)8:30～17:15に、電話で市保健所動物愛護センターへ

もんぜんぶら座ギャラリー

園もんぜんぶら座事務局 ☎219-0020

ところ	内容	とき
3階市民ギャラリー	有志会社中 いけばな池坊展	9月11日(土)・12日(日)
	絵画版画展	9月21日(火)～27日(月)
	第23回長野発絵手紙展	9月29日(水)～10月5日(火)

松代文化ホール

園松代文化ホール(松代町松代) ☎278-4373

■ヨガ教室「60歳からのヨガ余暇」

▶とき／9月9日(木)10:30～11:30 ▶対象／60歳以上の人 ▶定員／10人(先着順)

▶参加料／1,000円

■わが子の成長をすてきに残そう！「手形・足形アートワークショップ」

▶とき／9月15日(水)10:00～10:40、10:50～11:30 ▶対象／1カ月健診が済んだ幼児～6歳児の親子 ▶定員／各12組(先着順) ▶参加料／各1,800円

■ピアノ演奏体験「2台のピアノを楽しもう」

同ホール自慢のベーゼンドルファーとヤマハのピアノをお楽しみください。

▶とき／9月19日(日)9:00～17:00(1回30分) ▶定員／16組(先着順) ▶参加料／各1,000円

■第6回ヨガ教室「秋の深呼吸ヨガ」

▶とき／9月19日(日)14:00～15:00 ▶定員／12人(先着順) ▶参加料／中学生以上1,000円、小学生以下800円

■ワンコインコンサート

▶とき／10月1日(金)19:00開演(18:15開場) ▶出演／栗林衣李(バイオリン)、神林杏子(ピアノ) ▶定員／280人(先着順) ▶参加料／500円(未就学児無料)

■ハロウィーンをすてきに彩る「手形・足形アートワークショップ」

▶とき／10月6日(水)10:00～10:40、10:50～11:30 ▶対象／1カ月健診が済んだ幼児～6歳児の親子 ▶定員／各12組(先着順) ▶参加料／各1,800円

◎上記はいずれも

▶申し込み／事前に電話で松代文化ホールへ

権堂イーストプラザ市民交流センター

園同センター(大字鶴賀権堂町) ☎234-2906

■ハンドメイド de アクセサリー

▶とき／9月11日(土)11:00～12:00、12:00～13:00、13:00～14:00、14:00～15:00

▶定員／各4人(先着順) ▶参加料／各300円(アクセサリパーツ1個含む)

▶申し込み／事前に電話か直接、同センターへ

■プログラミング教室

▶とき／9月18日(土)10:00～12:00 ▶対象／年長児～小学生 ▶定員／5人(先着順) ▶参加料／800円 ▶申し込み／事前に電話か直接、同センターへ

■ハンドメイドワークショップDAY

▶とき／9月25日(土)10:00～16:00 ▶参加料／各ワークショップごと

※入場を一時制限する場合があります。

■かんたん水引講座

▶とき／10月2日(土)10:00～12:00、14:00～16:00 ▶定員／各5人(先着順)

▶参加料／各700円 ▶申し込み／事前に電話か直接、同センターへ

■アコーディオンブックをつくろう

▶とき／10月9日(土)10:00～10:50、11:00～11:50 ▶対象／小学生以上 ▶定員／各10人(先着順) ▶参加料／各900円 ▶申し込み／事前に電話か直接、同センターへ

■プログラミング教室

▶とき／10月16日(土)10:00～12:00 ▶対象／年長児～小学生 ▶定員／5人(先着順)

▶参加料／800円 ▶申し込み／10月1日(金)10:00から、電話か直接、同センターへ

猫の休日譲渡会

※各申込先にお問い合わせください。

とき	ところ	定員(先着順)	申込期間	申込先
9月12日(日) 10:30~12:00	長野保健福祉事務所(大字中御所)	10組	9月8日(水)~10日(金)	長野保健福祉事務所食品・生活衛生課(☎225-9065)
9月18日(土)10:00~11:50、13:00~14:50	市保健所(若里六丁目)	各8組	9月8日(水)~17日(金)	市保健所動物愛護センター(☎262-1212)

▶申し込み/各申込期間に、電話で各申込先へ

運動相談(個別相談)

生活習慣病予防や関節痛などで悩みの人は、ご相談ください。

- ▶とき/9月15日(水)13:30~15:30
- ▶ところ/吉田保健センター(吉田三丁目)
- ▶定員/5人程度(先着順)

▶申し込み/9月8日(水)から、電話で吉田保健センター(☎263-7361)へ
 岡市保健所健康課 ☎226-9961

専門医による認知症個別相談会

とき(13:00~15:00)	ところ
9月8日(水)	篠ノ井交流センター
9月15日(水)	中部地域包括支援センター(第二庁舎1階)

- ▶対象/本人、家族など
- ▶定員/各3人(先着順)
- ▶申し込み/事前に電話で各問い合わせ先へ

岡[9月8日]中部地域包括支援センター
 篠ノ井支所駐在 ☎292-3358
 [9月15日]中部地域包括支援センター
 ☎224-7174

こころの健康づくり講演会

■ひきこもり・不登校からの一歩〜ともに答えを見つけ出す関わり方のコツ

- ▶とき/9月27日(月)10:00~11:30
- ▶ところ/北部保健センター(上松四丁目)
- ▶対象/市内在住のひきこもり・不登校の本人とその家族・支援者

▶定員/30人(先着順)
 ▶申し込み・問い合わせ/9月8日(水)から、電話で北部保健センター(☎259-2088)へ

■ひきこもる心を受け止め、向き合う方法〜心地よいコミュニケーションのコツ

- ▶とき/10月8日(金)14:00~15:30
- ▶ところ/安茂里公民館
- ▶対象/市内在住の人

▶定員/50人(先着順)
 ▶申し込み・問い合わせ/9月8日(水)~30日(木)に、電話で西部保健センター(☎224-1101)へ

◎上記はいずれも

▶講師/五十嵐美智恵さん(臨床心理カウンセラー)

長野県宝「吉光の短刀」特別展示

9月20日(月)は入館無料です。

- ▶とき/9月8日(水)~10月11日(月)(休館日を除く)
 - ▶ところ/真田宝物館(松代町松代)
 - ▶入館料/一般600円、小・中学生100円(土曜日は小・中学生無料)
- 岡真田宝物館 ☎278-2801

ながのシニアのおしごと「ご縁」結び

得意な仕事を判定し、その場で企業との面談や、求人情報の提供を受けることができます。

- ▶とき/10月20日(水)10:00~16:00
- ▶ところ/芸術館展示サロン、市民交流スペース(第一庁舎1階)

▶対象/市内在住の55歳以上の人
 ▶定員/1コース当たり8人(先着順、全部で8コースあります)

▶申し込み・問い合わせ/9月8日(水)~10月5日(火)に、電話でながのシニアおしごとサポートセンター(☎217-6013)か、高齢者活躍支援課(☎224-5029)へ

ミュージックサロン柳町

柳町フレッシュシルバーズによる、ピアノやギターなどの生演奏を楽しめます。

- ▶とき/9月30日(木)13:30~15:00
- ▶ところ/かがやきひろば柳町(大字三輪)
- ▶定員/30人(先着順)

▶参加料/100円
 ▶申し込み・問い合わせ/9月13日(月)~27日(月)9:00~17:00に、電話か直接、同ひろば(☎235-0019)へ

土地家屋調査士による無料相談

- ▶とき/9月27日(月)13:30~15:30
- ▶ところ/長野県土地家屋調査士会館(大字南長野妻科)

岡県土地家屋調査士会長野支部 ☎273-8120

ながの門前まちあるき

■スマホで「門前文化財ものがたり」

- ▶とき/9月17日(金)10:00~12:00
- 門前のクリエイターに会いに行く
- ▶とき/9月18日(土)14:00~16:00

◎上記はいずれも

▶集合場所/楽茶れんが館2階(大字大門町、10分前までに集合)

▶定員/10人(先着順)
 ▶参加料/一般1,000円、学生500円(飲食代別途)

▶申し込み・問い合わせ/事前に電話で、まちくらしたてもの案内所(☎090-1553-1485)へ(9:00~18:00)

健康

難病医療相談会

個別に医療相談に応じます。

- ▶とき/10月11日(月)14:00~16:00
- ▶対象/膠原(こうげん)病の患者とその家族など

▶定員/4人(先着順)
 ▶申し込み・問い合わせ/事前に電話で市保健所健康課(☎226-9965)へ

フレイル(虚弱)予防の相談会

保健師、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士が個別に、運動、栄養、口腔(こうくう)、社会参加などについての相談に応じます。

- ▶とき/9月27日、10月4日(月)13:00~16:45
- ▶ところ/地域包括ケア推進課(第二庁舎1階)

▶対象/65歳以上の人
 ▶定員/各8人程度(先着順)
 ▶申し込み・問い合わせ/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

お知らせ

まいにち

募集

行事・催し

健康

スポーツ

教室

市政番組

不妊カウンセラーによる不妊・不育症相談 岡市保健所健康課 ☎226-9963

▶とき/9月15日(水)13:00~16:00 ▶ところ/市保健所(若里六丁目)

▶申し込み/事前に電話で市保健所健康課へ

休日女性がん検診 岡市保健所健康課 ☎226-9962

検診	とき(10月17日、11月7日)	対象(女性)	定員(先着順)	受診料
乳(マンモグラフィ)・ 子宮頸(けい)がん検診	9:00~11:00(乳・子宮頸がんセット検診)	40~74歳	56人	2,800円
	9:00~11:00(子宮頸がん検診) 13:00~14:00(マンモグラフィ検査)		20人	
乳(超音波)・ 子宮頸がん検診	9:00~11:00(乳・子宮頸がんセット検診)	30歳以上	56人	2,400円
	9:00~11:00(子宮頸がん検診) 13:00~14:00(超音波検査)		20人	
乳がん検診(マンモグラフィ)	13:00~14:00	40~74歳	14人	1,600円
乳がん検診(超音波)		30歳以上	10人	1,200円

▶ところ/市保健所(若里六丁目) ▶申し込み/9月8日(水)~11月4日(木)9:00~18:00(土・日曜日、祝日を除く)に、検診受付センター(☎0120-223-969)へ[10月17日(日)分の受け付けは10月13日(木)まで]

難病・研修交流会 岡市保健所健康課 ☎226-9965

内容	とき	申込期限
① 筋萎縮性側索硬化症患者交流会	9月29日(水)13:30~15:00	9月15日(水)
② 医師講話「重症筋無力症の症状と治療について」	9月30日(木)13:30~15:30	9月16日(木)
③ 医師講話「潰瘍性大腸炎とクローン病の症状と治療について」	10月1日(金)13:30~15:30	9月17日(金)
④ 難病診療と遺伝カウンセリング	10月6日(水)13:30~15:30	9月22日(水)
⑤ 理学療法士講話・実技「パーキンソン病のための運動」	10月7日(木)13:30~15:00	
⑥ 医師講話「特発性間質性肺炎の症状と治療について」	10月12日(火)14:00~16:00	9月10日(金)
⑦ 理学療法士講話・実技「日常生活動作と生活環境の工夫について」	10月20日(水)13:30~15:00	10月6日(水)
⑧ 歯科衛生士・管理栄養士講話「お口のケアとむせにくい食事の工夫について」	10月27日(水)13:30~15:30	10月13日(水)
⑨ 医師講話「特発性血小板減少性紫斑病・再生不良性貧血の症状と治療について」	10月29日(金)13:30~15:30	10月15日(金)

▶ところ/市保健所(若里六丁目) ▶対象/①・②・③・⑤・⑥・⑨該当する難病を持つ本人やその家族、④・⑦・⑧難病を持つ本人やその家族 ▶申し込み/各申込期限までに、電話で市保健所健康課へ

各種健康講座 岡市保健所健康課 ☎226-9961

■今から始める骨量・筋力アップ運動講座

▶とき/9月14日・21日・28日、10月5日(火)13:30~15:30(計4回)

▶ところ/西部保健センター(大字安茂里、28日のみ安茂里公民館) ▶内容/脚力・骨量測定、運動紹介、栄養講話、膝痛・腰痛予防など ▶対象/69歳以下で、骨粗しょう症・膝痛・腰痛を予防したい人

■血糖値を下げる運動講座

▶とき/9月21日(火)10:00~12:00 ▶ところ/安茂里公民館 ▶内容/講話(血糖値を下げる運動とは)、実技(簡単な筋トレなど)

■筋肉・関節(ロコモ)講座

▶とき/9月27日(月)10:00~11:30 ▶ところ/西部保健センター ▶内容/筋肉・関節についての講話、効果的な運動の紹介

■運動習慣と筋肉が身につく講座

とき	ところ	内容
9月27日(月)13:30~15:00	西部保健センター	講話(習慣化のこつ)、 実技(ながら運動)
10月5日(火)10:00~11:30	安茂里公民館	

◎上記はいずれも

▶定員/15人(先着順) ▶申し込み/9月8日(水)から、電話で市保健所健康課へ

スポーツ



長野市父親卓球大会(個人戦)

▶とき/10月17日(日)8:30~

▶ところ/大豆島体育館

▶対象/市内在住・在勤の既婚男性、40歳以上の未婚男性

▶種目/1~4部のランク別個人戦(1部=上級、2部=中級上、3部=中級、4部=初級)、ダブルス戦(当日抽選)

▶参加料/1人1,000円(当日持参)

▶申し込み/10月8日(金)(必着)までに、住所・氏名(ふりがな)・ランクを記入の上、はがきかファクスで市父親卓球連盟の松倉政吉さん(〒381-0082長野市大字上駒沢25、FAX296-4017)へ

岡市父親卓球連盟松倉さん ☎090-1613-0033

障害者スポーツ講習会(マレットゴルフ)

▶とき/9月25日(土)9:30~11:30

▶ところ/犀川南運動場マレットゴルフ場(丹波島三丁目)

▶対象/市内在住・在勤・在学の中学生以上の障害者

▶定員/15人(先着順)

▶申し込み・問い合わせ/9月15日(木)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

南長野運動公園

篠ノ井東福寺 ☎293-4048

■プライベートスイムフォーム撮影会

▶とき/9月23日(木)13:00~17:00

▶対象/25メートル以上泳げる人

▶定員/6人(先着順)

▶参加料/30分1,500円

■はじめてスイム

▶とき/毎週月曜日19:00~19:45

▶対象/高校生以上

▶参加料/1回600円(同公園会員は無料)

■4泳法を泳ごう!

▶とき/毎週水曜日19:50~20:35

▶対象/高校生以上

▶参加料/1回600円(同公園会員は無料)

◎上記はいずれも

▶申し込み/事前に電話か直接、同公園へ

ワンコイン陸上教室(かけこ編) 園長野運動公園 ☎244-7555

▶とき/9月20日(月)9:30~11:00 ▶ところ/長野運動公園陸上競技場 ▶対象/小学生
▶定員/30人(先着順) ▶参加料/500円 ▶申し込み/9月19日(日)までに、電話で同公園へ

温湯温泉「湯～ぱれあ」 湯～ぱれあ(若穂綿内) ☎282-5500

■幼児教室 ◇…温泉・プール利用料が別途必要です。

教室	とき	対象	定員(先着順)	参加料
みんなでリトミック	9月11日(土)10:30~11:15	1~6歳児	10人	800円
つまみ細工の七五三髪飾り	9月12日(日)10:00~12:00	0歳児~小学生親子	10人	1,500円
わらべ歌ベビーマッサージ	9月13日(月)10:30~11:30	2カ月~1歳児	10人	800円
ママのコアトレ	9月15日(水)10:30~11:30	ママ向け	8人	800円
◇ベビー&ママ/パパ水中運動	9月16日(木)・26日(日)・30日(木)10:30~11:30	6カ月~3歳児	各20人	各700円
ひよこ親子ピクス	9月17日(金)10:00~10:45	6カ月~3歳児	15人	1,000円
親子で楽しく英語遊び	9月18日(土)10:30~11:15	3~6歳児	8人	1,000円
◇家族で水中サーキット運動	9月19日(日)10:30~11:30	1~6歳児のママ・パパ向け	8人	大人700円 一家族1,000円
親子フラダンス	9月20日(月)10:30~11:30	0歳児~小学生親子	10人	800円
わらべうた産後ダンス	9月21日(火)10:30~11:30	首が据わった4カ月児~ママ向け	10人	800円
親子バランスボール	9月23日(木)14:00~15:00	小学4~6年生	10人	1,200円
ベビ योगで手遊び歌遊び	9月24日(金)10:30~11:30	2カ月~1歳半児	8人	800円
◇親子プール	9月25日(土)16:00~17:00	3~6歳児	10人	1,000円
親子体操	9月26日(日)15:00~16:00	3~6歳児	10人	1,000円
からだすっきりママヨガ	9月29日(水)10:30~11:30	ママ向け	8人	800円

▶申し込み/湯～ぱれあホームページ「おひさまクラブ」へ(会員登録が必要です)

■水中運動教室 (温泉・プール利用料が別途必要です。)

教室	とき	参加料
筋力アップアクアピクス	10:30~11:30	各8,450円
ひざこし安心サーキット	13:15~14:15	
からだ爽快水中運動	15:30~16:30	
バラエティーアクア	19:15~20:15	6,310円
体づくり水中運動	10:30~11:30	各8,450円
ゆっくりウオーキング	13:15~14:15	
ずくだせアクアサーキット	15:30~16:30	
体づくりアクアピクス	10:30~11:30	各8,450円
インターバル水中運動	13:15~14:15	
脂肪燃焼アクアピクス	15:30~16:30	
ひざ痛腰痛予防ウオーキング・スイム	19:15~20:15	6,310円
ひざこし安心ウオーキング・スイム	10:30~11:30	各8,450円
体づくりウオーキング	13:15~14:15	
Men's ダイナミックアクア	19:00~20:00	
簡単いろいろ水中運動	10:30~11:30	各8,450円
ひざこし安心ウオーキング	15:30~16:30	
脂肪燃焼ダイエット	19:15~20:15	

▶申し込み/9月27日(月)9:00から、電話か直接、湯～ぱれあへ(先着順)

■体操教室

教室	とき	参加料
骨コツ元気体操	10月5日~12月14日(火)(計10回)	8,450円
ゆったりヨガ	10月6日~12月15日(水)(計5回)	5,000円
らくらく体操	10月6日~12月15日(水)(計10回)	各8,450円
イス DE エアロビク	10月8日~12月10日(金)(計10回)	
歌って動こうレッツ!リトミック	10月11日~12月13日(月)(計6回)	6,000円

▶申し込み/9月27日(月)9:00から、電話か直接、湯～ぱれあへ(先着順)

各種運動教室

■ママピラティス

▶とき/9月30日~11月25日(木) 10:15~11:15(計8回)

▶ところ/城山公民館第二地区分館(大字長野東之門町)

▶対象/市内在住の産後1年以内の女性

▶定員/15人(先着順)

▶参加料/2,600円(保険料含む)

■親子ふれあいスポーツ

▶とき/10月5日~11月30日(火)10:45~11:45(計8回)

▶ところ/古牧体育館(大字高田)

▶対象/2~3歳児とその保護者

▶定員/15組(先着順)

▶参加料/2,800円(保険料含む)

◎上記はいずれも

▶申し込み・問い合わせ/9月8日(水)~22日(水)に、電話でスポーツ課(☎224-5083)へ申込後、参加料を持参の上、直接スポーツ課(第二庁舎3階)か、申込時に指定する場所へ

北部スポーツ・レクリエーションパーク

大字三才 ☎266-0582

■幼児体操無料体験会

▶とき/9月28日(火)16:00~17:00

▶対象/年中~年長児

▶定員/10人(先着順)

■児童体操無料体験会

▶とき/9月28日(火)17:15~18:15

▶対象/小学1~3年生

▶定員/10人(先着順)

■跳び箱短期体操

▶とき/10月16日・23日・30日(土)9:30~10:30、10:45~11:45(各計3回)

▶対象/年中児~小学6年生

▶定員/各20人

▶参加料/各3,000円

■ロコモ体操

▶とき/11月18日、12月16日(木)10:30~11:30

▶対象/60歳以上の人

▶定員/各15人(先着順)

▶参加料/各300円

◎上記はいずれも

▶申し込み/9月11日(土)から、電話か直接、北部スポーツ・レクリエーションパークへ

初心者太極拳教室(後期) 岡市太極拳協会 山崎さん ☎292-7128,090-2438-6390

とき	ところ	参加料(※)
10月1日～11月19日(金) (各計6回)	13:30～15:30	芹田体育館 2,500円
	19:00～21:00	浅川体育館 2,500円
10月7日～令和4年3月31日(木)10:00～12:00(計25回)	長野運動公園総合体育館サブアリーナ	10,000円
10月8日～令和4年3月25日(金)12:30～15:00(計12回)	三輪体育館	6,000円

※…保険料別途=18～64歳1,850円、65歳以上1,200円
 ▶対象/市内在住・在勤の18歳以上の人 ▶定員/各10人(先着順)
 ▶申し込み/各教室の開催初日に、参加料・保険料を持参の上、直接各会場へ

秋のママさんバレーボール大会 岡ママさんバレーボール連盟の山上さん ☎090-7941-0733

▶とき/10月3日(日)(受け付け=7:45～8:00) ▶ところ/ホワイトリングほか
 ▶対象/市内在住・在勤の女性チーム ▶参加料/1チーム3,000円 ▶申し込み/9月10日(金)までに、電話でママさんバレーボール連盟の山上さんへ

教室



生ごみ自家処理講座～おうち de 生ごみリサイクル 岡生活環境課 ☎224-5035

とき(14:00～15:30)	ところ	内容
9月14日(火)	農業研修センター(松代町東寺尾)	コンポスト
9月21日(火)	更北支所	段ボール堆肥
10月1日(金)	農業研修センター	コンポスト
10月5日(火)	三輪公民館	段ボール堆肥

▶対象/市内在住で初めて本講座を受講する人 ▶定員/各20人(先着順)
 ▶申し込み/各開催日の前日までに、電話で生活環境課へ
 ※受講した人に段ボール箱と生ごみ自家処理用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。

はじめての宿根草挿し木講習会 岡(一財)ながの緑育協会 ☎214-8719

▶とき/10月1日(金)10:00～11:30 ▶ところ/篠ノ井中央公園管理棟(篠ノ井会) ▶定員/20人(先着順) ▶受講料/1,500円 ▶申し込み/9月21日(火)9:00から、電話で同協会へ

ソルガム栽培講習会(収穫) 岡環境保全温暖化対策課 ☎224-7532

▶とき/9月16日(木)13:30～16:00(荒天順延) ▶集合場所/大安寺駐車場(七二会甲)
 ▶申し込み/9月14日(火)(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(携帯メール不可)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
 ※詳しくは、信州そるがむで地域を元気にする会ホームページをご覧ください。

かがやきひろば安茂里 各種講座 岡かがやきひろば安茂里 ☎225-8500

■聞いて得する! 家族のため! 自分のため!

内容	とき(13:30～15:00(計5回))	ところ
包括支援センターについて	9月29日(水)	かがやきひろば安茂里
認知症について	10月29日(金)	安茂里公民館
成年後見制度について	11月26日(金)	
お葬式について	12月24日(金)	かがやきひろば安茂里
遺言とエンディングノートについて	令和4年1月28日(金)	

▶対象/市内在住で全日程に参加できる人 ▶定員/20人(先着順) ▶受講料/200円
 ▶申し込み/9月10日(金)から、電話か直接、同ひろばへ[月～金曜日(祝休日を除く)9:00～16:00]
 ■健康は足もとからパート②

▶とき/10月8日、11月5日(金)13:30～15:00(計2回) ▶内容/身体のバランス測定、ポールウォーキング ▶対象/市内在住の60歳以上で両日参加できる人 ▶定員/15人(先着順) ▶受講料/200円
 ▶申し込み/9月17日(金)から、電話か直接、同ひろばへ[月～金曜日(祝休日を除く)9:00～16:00]

■生きがいづくり講座「ゆったり骨盤調整ヨガ®(後期)」
 ▶とき/10月13日～令和4年3月9日(木)13:30～15:00(計10回) ▶対象/市内在住の60歳以上の人 ▶定員/20人(多数の場合は抽選) ▶受講料/1,000円
 ▶申し込み/9月27日(月)9:00～16:00に、63円切手を持参の上、直接同ひろばへ

■介護予防講座「イスに座ってらくらく体操(後期)」
 ▶とき/10月18日～令和4年3月7日(月)10:00～11:30(計10回) ▶対象/市内在住の70歳以上の人 ▶定員/20人(多数の場合は抽選) ▶受講料/1,000円
 ▶申し込み/9月28日(火)9:00～16:00に、63円切手を持参の上、直接同ひろばへ

■男のかんたん一品料理
 ▶とき/10月27日、11月24日、12月22日(木)10:00～13:00(計3回) ▶ところ/西部保健センター(大字安茂里) ▶対象/市内在住の60歳以上の男性で全日程に参加できる人 ▶定員/12人(先着順) ▶受講料/300円(別途材料費1,500円) ▶申し込み/10月4日(月)から、電話か直接、同ひろばへ[月～金曜日(祝休日を除く)9:00～16:00]

▶申し込み/9月13日(月)～22日(水)に、電話か直接、同ひろばへ

男女共同参画センター各種講座

■女性はできて当たり前? “役割ストレス”から卒業する心も身体もラク家事

▶とき/9月25日(土)10:00～12:00
 ▶対象/市内在住・在勤の子育て世代の女性(おおむね20～50歳代)
 ▶定員/10人(先着順)



■祖父母世代の“いまどき”孫育て講座
～じいじ、ばあばができること

▶とき/9月30日(木)10:00～12:00
 ▶対象/市内在住・在勤の人
 ▶定員/20人(先着順)



■出張! まちかど保健室
親世代のジェンダー感覚をアップデート

▶とき/10月2日(土)13:30～15:30
 ▶対象/市内在住・在勤の人
 ▶定員/20人(先着順)



◎上記はいずれも

▶ところ/勤労者女性会館しなのき(大字鶴賀西鶴賀町)

▶申し込み・問い合わせ/事前に市ホームページ「ながの電子申請サービス」から申し込むか、電話か直接、男女共同参画センター(☎237-8303、勤労者女性会館しなのき内)へ
 ※託児を実施します(要予約)。

はじめてのパステル画講座

▶とき/10月12日(火)13:30～15:30
 ▶ところ/かがやきひろば吉田(吉田三丁目)
 ▶対象/市内在住の60歳以上の人
 ▶定員/20人(先着順)

▶受講料/100円(別途材料費400円)
 ▶申し込み・問い合わせ/10月4日(月)9:00から、電話で同ひろば(☎263-6806)へ

かがやきひろば豊野

豊野町豊野 ☎257-3135

■クリスマスソングを奏でよう!
～うたとミュージックベル～

▶とき/10月4日～12月20日(月)10:00～11:30(計6回)
 ▶対象/市内在住の60歳以上の人
 ▶定員/20人(先着順)

▶受講料/600円
 ■手軽にはじめよう! 楽しむぬり絵
 ▶とき/10月6日～12月15日(水) 13:30～15:00(計5回)

▶対象/市内在住の60歳以上の人
 ▶定員/15人(先着順)
 ▶受講料/500円

◎上記はいずれも

▶申し込み/9月13日(月)～22日(水)に、電話か直接、同ひろばへ

育てて使う・楽しむハーブ講座 クラフト・ポプリ向きハーブの寄せ植え

圃(一財)ながの緑育協会 ☎214-8719
▶とき/9月22日(水)10:00~12:00 ▶ところ/篠ノ井中央公園管理棟(篠ノ井会) ▶定員/12人(先着順) ▶受講料/2,980円 ▶申し込み/9月10日(金)9:00から、電話で同協会へ

カラフルな切り絵画を作ろう! 圃かがやきひろば柳町(大字三輪) ☎235-0019

▶とき/9月27日(月)・29日(水)10:00~12:00(計2回) ▶ところ/かがやきひろば柳町(大字三輪) ▶対象/市内在住の60歳以上の人で両日参加できる人 ▶定員/14人(先着順) ▶受講料/200円(別途材料費500円) ▶申し込み/9月9日(水)9:00から、電話か直接、同ひろばへ

甲種防火管理再講習 圃消防局予防課 ☎227-8001

▶とき/11月17日(水) ▶ところ/生涯学習センター(トイゴウエスト4階) ▶定員/70人(先着順) ▶受講料/7,000円 ▶申し込み/10月7日(水)9:00~14日(木)23:59に、(一財)日本防火・防災協会ホームページから申し込むか、同期間中9:00~16:00(土・日曜日を除く)に、所定の申請書(同協会ホームページにあります)に必要事項を記入の上、ファクスで同協会(FAX03-6274-6977・03-6812-7140)へ



救命講習・応急手当普及員講習 ※事前にお申し込みください。

とき ところ 定員(先着順) 申し込み・問い合わせ

■普通救命講習Ⅱ

10月5日(火)9:00~13:00	中央消防署	15人	鬼無里分署(☎256-3119)
10月7日(木)9:00~13:00	安茂里分署	10人	安茂里分署(☎224-0119)
10月13日(水)9:00~13:00	信濃町分署	10人	信濃町分署(☎255-5119)

■普通救命講習Ⅱ(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)

10月10日(日)9:00~12:00	篠ノ井消防署	10人	新町消防署(☎262-5119)
---------------------	--------	-----	------------------

■上級救命講習

10月15日(金)8:30~17:30	松代支所2階	5人	松代消防署(☎278-2992)
---------------------	--------	----	------------------

■応急手当普及員講習(教材費約3,700円、3日間の受講が必要)

10月19日(火)~21日(木)8:30~17:30	篠ノ井消防署	10人	篠ノ井消防署(☎292-0119)
----------------------------	--------	-----	-------------------

■未体験業務チャレンジ事業開始!~農業シニアを目指して

圃ながのシニアおしごとサポートセンター ☎217-6013、商工労働課雇用促進室 ☎224-7492
▶とき/9月下旬の月~金曜日(祝休日を除く)10:00~11:00 ▶ところ/真島町真島のりんご園 ▶対象/市内在住の就労を希望する55歳以上の人 ▶定員/10人(先着順)
▶申し込み/9月17日(金)までに、電話でながのシニアおしごとサポートセンターへ
※後日、参加者に詳細を連絡します。

■もう一人の自分発見!~今、なぜボランティア?

圃ながのシニアおしごとサポートセンター ☎217-6013、商工労働課雇用促進室 ☎224-7492
▶とき/10月9日(土)13:30~16:00 ▶ところ/ふれあい福祉センター(大字鶴賀緑町)
▶内容/地域とのつながり・居場所づくりや定年後の人生の在り方についての講話、活動団体による取り組み事例の紹介 ▶対象/市内在住の55歳以上の人 ▶定員/40人(先着順)
▶申し込み/9月21日(火)までに、電話でながのシニアおしごとサポートセンターへ

■国立長野高専地域共同テクノセンター講座 圃商工労働課 ☎224-6751

■機械製図基礎編[オンライン開催、Zoom(ズーム)を使用します。]

▶とき/10月6日・13日・20日(水)9:30~16:30(計3回) ▶内容/線の用法、投影図、寸法記入、幾何交差、ねじ・軸・キー・歯車などの製図 など

■品質工学実践[オンライン開催、Zoom(ズーム)を使用します。]

▶とき/12月2日・9日・16日(木)9:30~16:30(計3回) ▶内容/品質工学概要、理論機能、直交表、動特性、静特性、ワークショップ

◎上記はいずれも

▶対象/市内製造業の設計・生産技術業務従事者など ▶定員/40人(先着順)
▶受講料/テキスト代2,200円、運営協力費(1日あたり)会員2,200円・非会員5,500円 ▶申し込み/事前に電話かEメールで同センター(☎295-7117、nrtc71@nagano-nct.ac.jp)へ

■実践起業塾 圃商工労働課 ☎224-6751

▶とき/10月7日~11月18日(木)18:30~20:30、12月2日(木)18:30~21:00(計7回) ▶ところ/ふれあい福祉センター(大字鶴賀緑町) ▶内容/販売戦略、財務戦略、ビジネスプラン作成など ▶対象/創業を検討している人など ▶定員/10人(先着順) ▶受講料/7,000円 ▶申し込み/10月1日(金)までに、電話でNPO法人コミュニティビジネスネットワーク長野(☎217-4850)へ

■地域人材育成講座 表参道・謎解き座学散歩 圃生涯学習センター ☎233-8080

▶とき/10月21日、11月18日(木)14:00~15:30 ▶ところ/生涯学習センター(トイゴウエスト内) ▶定員/各30人(先着順) ▶受講料/各300円 ▶申し込み/事前に電話で生涯学習センターへ

障害者福祉センターパソコン教室

▶とき/9月22日・29日、10月6日・13日(水)9:00~16:30(計4回)

▶ところ/市障害者福祉センター(大字鶴賀)

▶内容/ワード・エクセルの基本操作、インターネット・メールの操作 ほか

▶対象/身体障害者手帳所持者とその家族

▶定員/5人(先着順)

▶参加料/無料(教材費別途)

▶申し込み・問い合わせ/9月15日(水)までに、氏名・住所・電話番号・パソコン持参の有無を、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
※教室で使うメールアドレスを、事前に取得しておいてください。

税理士による農業簿記の基礎講座

▶とき/9月14日(火)9:00~12:00
▶ところ/農業研修センター(松代町東寺尾)

▶対象/農業従事者

▶定員/10人(先着順)

▶受講料/300円

▶申し込み・問い合わせ/事前に電話で農業研修センター(☎278-2620)へ(日・月曜日を除く)

愛犬の正しい飼い方しつけ方教室

▶とき/9月18日(土)13:00~15:00
▶ところ/市保健所(若里六丁目)

▶対象/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接種した生後4カ月以上の健康な犬(他の犬の健康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

▶定員/10組(先着順)

▶申し込み・問い合わせ/9月8日(水)~17日(金)に、電話で市保健所動物愛護センター(☎262-1212)へ

創業準備プレ講座

▶とき/9月16日(木)18:30~20:30
▶ところ/ふれあい福祉センター(大字鶴賀緑町)

▶内容/データで見る創業の現状理解、先輩創業者とのディスカッション

▶対象/創業に興味がある人

▶定員/10人(先着順)

▶受講料/1,000円

▶申し込み/9月14日(火)までに、電話でNPO法人コミュニティビジネスネットワーク長野(☎217-4850)へ

圃商工労働課 ☎224-6751

お知らせ
まじこ
募集
行事・催し
健康
スポーツ
教室
市政番組

屋外広告物講習会

▶とき/11月1日(月)9:30~17:10
 ▶ところ/市役所講堂(第二庁舎10階)
 ▶対象/県内で屋外広告業を営む予定の人
 ▶受講料/3,500円(当日に現金納付)
 ▶申し込み/10月11日(月)までに、所定の申込書[市ホームページ、都市政策課(第二庁舎5階)にあります]に必要事項を記入の上、直接都市政策課へ

☎224-7179

市民協働サポートセンター各種講座

■NPOステップアップ講座

「コミュニティマネジメント講座」

▶とき/9月23日(木)13:00~16:00
 ▶ところ/もんぜんぶら座3階かオンライン[Zoom(ズーム)]
 ▶対象/学生団体・NPO・地域活動に取り組んでいる人、これから立ち上げたい人
 ▶定員(先着順)/会場25人、オンライン50人
 ▶受講料/500円(学生無料)

■NPO初歩講座

▶とき/9月29日(水)18:30~20:30
 ▶ところ/もんぜんぶら座3階
 ▶対象/NPOや市民活動に興味がある人
 ▶定員/5人(先着順)
 ▶受講料/300円

◎上記はいずれも

▶申し込み・問い合わせ/事前に電話かEメールで市民協働サポートセンター(☎223-0051、✉np@nagano-shimin.net)へ

リサイクルプラザ

☎222-3196

■親子エコ広場～廃材や余り布でおもちゃづくり

▶とき/9月24日(金)10:00~12:00 ▶定員/3組(先着順) ▶対象/市内在住の未就園児と保護者 ▶受講料/300円 ▶申込開始日/9月10日(金)10:00

■初心者からできる陶芸教室

▶とき/10月5日~12月28日(火)10:00~12:00、14:00~16:00、18:30~20:30(各計12回) ▶定員/各16人(先着順) ▶対象/小学生以上

▶受講料/各9,200円(材料費含む) ▶申込開始日/9月7日(火)9:00

■自転車リペア教室

▶とき/10月7日(水)13:30~15:00 ▶定員/5人(先着順) ▶受講料/500円
 ▶申込開始日/9月10日(金)10:00

■ゆめ工房21(市内在住の人が対象です)

講座	とき	定員(先着順)	受講料	申込開始日
牛乳パックで椅子作り	10月1日(金)10:00~12:00	5人	300円	9月9日(木)
バッグ in ポーチ作り	10月4日(月)10:00~14:30	6人	300円	
廃油石けん作り	10月8日(金)10:00~12:00	5人	100円	
紙すき体験	10月14日(木)10:00~12:00	5人	100円	
ねこはんでん作り	10月14日(木)10:00~14:30	5人	1,500円	
布ぞうり作り	10月18日・25日(月)10:00~15:00	各6人	各300円	

◎上記はいずれも

▶申し込み/各申込開始日10:00から、電話か直接、リサイクルプラザへ

森林とふれあい体験講座

☎224-5040

■グリーンウッドワーク体験講座

伐採したばかりの柔らかい生木を手道具で加工し、カトラリーや家具を製作します。

講座	とき	受講料
スプーン・指輪	10月30日(土)9:00~31日(日)17:00	2,000円(宿泊費別途)
スツール	11月6日(土)9:00~7日(日)17:00	3,500円(宿泊費別途)
クサ(木製マグカップ)	11月8日(月)9:00~9日(火)17:00	2,000円(宿泊費別途)

▶対象/中学生以上 ▶定員/各15人(先着順)

■ブッシュクラフト親子ワークショップ

サバイバル術を親子で楽しく学びます。

▶とき/11月13日(土)13:00~14日(日)12:00 ▶対象/アウトドアやサバイバルに興味のある小学生以上とその保護者 ▶定員/15組(先着順) ▶受講料/3,000円(宿泊費別途)

■ブッシュクラフトアドバイザー講習

サバイバル術を学びます。

▶とき/11月27日(土)13:00~28日(日)16:00 ▶対象/18歳以上の人 ▶定員/20人(先着順) ▶受講料/13,000円(宿泊費別途)

◎上記はいずれも

▶ところ/いこいの村アゼリア飯綱林内広場(大字上ヶ屋) ▶申し込み/事前に同施設のホームページから申し込むか、電話かEメールで同施設(☎239-2522、✉hotel@chuotaxi.co.jp)へ ※夜はグループや家族ごとの宿泊が可能です。

各種講座 受講生募集

次の事項をご確認の上、お申し込みください。詳しくは各施設へお問い合わせください。

- ・受講料などには、教材費・保険料などを含みます。受講料は1回315円です(勤労者女性会館しなのきは550円、長野地域職業訓練センターはお問い合わせください)。
- ・申し込み日時に受講料などを持参の上、直接会場へお申し込みください(勤労青少年ホームのみ写真付き身分証明書も持参)。
- ・申し込みが先着順の講座は「先着」と表記し、表記のない講座は多数の場合抽選です。
- ・インターネットによる申し込み=各働く女性の家[アドレス=https://www.hatarakujosei.or.jp/]、各勤労青少年ホーム[アドレス=https://www.kinseihome.org/]、勤労者女性会館しなのき[アドレス=https://www.shinanoki.org/]、サンライフ長野[アドレス=https://www.sunlife-n.org/]、申込期間=9月1日(火)9:00~8日(水)17:00、定員の()内はインターネット申し込みの募集定員(全定員の内数)、多数の場合は抽選です。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。
- ※託児=託児を実施します(料金などは要確認)。 ※電話=電話か直接、申し込みできます。

講座	とき	回数	定員(人)	受講料など	申し込み
■柳町働く女性の家(大字三輪☎235-2373) ▶対象/市内在住・在勤の女性(学生は除く)					
クラフトテープで作る おしゃれかごバッグ	10月12日・26日(火)10:00~12:00	2	12(5)	2,000円	9月10日(金)10:30
銀粘土でシルバーアクセサリー作り	10月14日(水)10:00~12:00	1	15(5)	2,150円	9月16日(木)11:00
ファイナンシャルプランニング技能検定3級	10月14日~令和4年1月13日(水)13:30~15:30	10	12(5)	4,980円	9月9日(木)13:30 託児
ポーセリンペイント~美濃焼の大皿~	10月19日(火)10:00~12:00	1	12(5)	1,650円	9月14日(火)10:30
羊毛フェルトで苺ねずみ	10月27日(水)10:00~12:00	1	20(8)	1,750円	9月22日(水)10:30
苺(コケ)テラリウム~苺の世界を楽しみましょう~	10月28日(水)13:30~15:30	1	20(8)	3,050円	9月16日(木)13:30
医療事務入門編	10月28日~12月23日(水)10:00~12:00	9	12(5)	4,835円	9月16日(木)10:30 託児
ゴスペル&ポップスを歌おう	11月4日~令和4年3月17日(水)10:30~12:00	10	20(8)	3,280円	9月30日(木)10:00
エンジョイコーラス	11月4日~令和4年3月17日(水)13:30~15:00	10	20(8)	4,780円	9月30日(木)13:00
やさしくハンドベルを奏しよう	11月5日~令和4年3月18日(金)10:30~12:00	10	20(8)	3,280円	9月24日(金)10:00
■南部働く女性の家(篠ノ井小森☎292-8151) ▶対象/市内在住・在勤の女性(学生は除く)。◆は男性も受講可)					
◆税理士が教える相続対策	10月15日(金)	10:00~12:00	1	12(4)	315円 9月10日(金)10:30
◆相続無料相談会(1人40分)		13:00~17:00	1	5	無料 9月10日(金)10:30 電話
パソコン講座(ワード)ステップアップ	10月29日~12月17日(金)13:30~15:30	8	8(3)	3,950円	9月10日(金)13:00
備えが大事 保険の考え方と選び方	11月12日・26日(金)10:00~12:00	2	10(5)	630円	9月17日(金)10:30 託児

※対象者、申し込みの際の注意事項などは25ページをご覧ください。

講座	とき	回数	定員(人)	受講料など	申し込み	
■勤労青少年ホーム(北部=吉田一丁目☎243-1358、中部=大字南長野妻科☎232-3256、南部=篠ノ井小森☎293-4435) ▶対象/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)						
北部	心を休める週末のヨガ	10月1日~令和4年3月18日(金)19:00~20:00	12	10(5)	3,820円	9月10日(金)18:00
	ウィークエンド・ピラティス	10月1日~令和4年3月18日(金)19:00~20:10	11	15(7)	3,505円	
	ビューティーストレッチ	10月8日~令和4年3月11日(金)19:00~20:00	9	15(7)	2,865円	
	初級 英会話	10月11日~令和4年3月14日(月) 18:50~19:50 20:10~21:10	16	10(5)	8,749円	
	中級		16	10(5)	8,749円	
	バドミントン	10月11日~令和4年3月14日(月)19:00~21:00	16	15(7)	6,840円	
	ルーシーダットン(タイ式ヨガ)	10月13日~令和4年3月23日(木)19:00~20:00	11	10(5)	3,505円	
	はじめてのZUMBA®(ズンバ)	10月20日~令和4年3月16日(木)19:30~20:30	10	15(7)	3,300円	
	茶道入門(裏千家)	10月21日~令和4年3月17日(木)19:00~21:00	11	12(6)	6,465円	
	心とからだの調和 ハタ・ヨーガ	10月26日~令和4年3月22日(火)19:00~20:30	10	10(5)	3,980円	
はじめてのハワイアンフラ	11月8日~令和4年3月14日(月)10:00~11:30	16	12(6)	8,800円	9月13日(月)11:40	
中部	バランスアップヨガ(水)	10月6日~12月15日(水)10:00~11:30	10	15(8)	5,500円	9月15日(水)9:30
	実用ボールペン字	10月6日~令和4年3月16日(木)19:30~21:00	11	10(5)	4,515円	9月10日(金)18:00
	バランスアップヨガ(金)	10月8日~12月17日(金)10:00~11:30	11	15(8)	6,050円	9月10日(金)9:30
	J・POP & ゴスペルを歌おう	10月12日~令和4年3月22日(火)19:15~20:30	12	15(8)	4,020円	9月10日(金)18:00
	華道 草月流	10月13日~令和4年3月23日(木)19:00~21:00	10	12(6)	14,150円	
	50代からの硬式テニス※1	10月15日~11月19日(金)19:00~21:00	5	15(8)	5,900円	
	姿勢改善のためのヨガ	10月15日~令和4年3月18日(金)19:00~20:15	12	15(8)	3,820円	
	シェイプアップ!ピラティス	10月16日~令和4年3月19日(土)11:30~12:30	11	15(8)	4,105円	9月10日(金)18:00
	はじめての茶道 裏千家	11月26日~令和4年3月25日(金)19:00~21:00	8	12(6)	5,320円	
	南部	50代からの硬式テニス※2	10月11日~11月8日(月)19:00~21:00	5	15(7)	4,045円
ペルヴィス®(骨盤)ワーク		10月13日~令和4年3月23日(木)19:00~20:00	10	16(7)	3,180円	
アロマで冬の美肌ケア クレイパック&蜜ろうクリーム作り		11月8日(月)19:00~21:00	1	10(5)	1,450円	
やさしいハワイアンフラ(夜)		11月12日~令和4年3月25日(金)19:00~20:30	9	14(6)	2,865円	
ウェットティッシュケースデコ	11月13日(土)10:00~12:00	1	12(5)	2,550円		

※1…会場=長野運動公園テニスコート ※2…会場=南長野運動公園テニスコート

■勤労者女性会館しなのき(大字鶴賀西鶴賀町☎237-8300) ▶対象/どなたでも参加できます。

英語を体感してみよう	10月9日~12月11日(土)9:30~11:30	10	12(5)	5,500円	9月11日(土)9:00
ハワイアンフラ	10月9日~令和4年3月26日(土)10:00~11:30	12	30(10)	6,600円	9月11日(土)9:30
楽しい折り紙講座	10月13日~12月22日(水)10:00~12:00	6	15(5)	3,300円	9月22日(水)9:30
相続の基礎講座	10月13日(水) 10:00~12:00 13:00~17:00	1	10(3)	550円	10月1日(金)9:00
相続無料相談会(1人40分)		1	5	無料	10月1日(金)9:00 電話

■サンライフ長野(若里六丁目☎227-2310) ▶対象/市内在住・在勤の人(学生は除く)

楽しくスタイルUPトレーニング(女性コース)	10月5日~令和4年3月15日(火)11:15~12:45	22	10(5)	10,590円	9月11日(土)13:40
税理士が教える相続税対策(10月)	10月12日(火) 10:00~12:00 13:00~17:00	1	12(6)	315円	9月9日(木)10:00
相続無料相談会(10月)(1人40分)		1	5	無料	9月9日(木)10:00 電話
運動不足解消教室AM②	10月13日~令和4年3月16日(火)11:15~12:45	20	10(5)	9,600円	9月11日(土)14:30

■長野地域職業訓練センター(大字大豆島☎221-0505) ▶対象/どなたでも参加できます。

パソコン入門コース	10月1日(金)9:30~16:30	1	10	5,000円	9月8日(水)9:00から
ワード(文章)応用コース	10月4日・11日(月)9:30~16:30	2	10	12,000円	開催日の1週間前まで
エクセル(表計算)応用コース	10月21日・28日(木)9:30~16:30	2	10	12,000円	先着

テレビ	SBC ふれ愛ながの21(手話通訳入り)	25日(土)15:30~16:00「長野市の農業の今とこれから」		
	abn ふるさとステーション	19日・【再】26日(日)17:25~17:30「歴史ある久米路橋を訪れてみませんか」		
	T SB ふれ愛ながの市政ガイド	▷4日(土)16:55~17:00「気分爽快 サップ・カヤック」▷11日(土)16:55~17:00「ふるさとの記録を未来へつなぐ」 ▷18日(土)16:55~17:00「頑張れ!パルセイロ・レディース」▷25日(土)16:55~17:00「どうする?子どもの急病」		
ラジオ	SBC ふれあい21 こちら長野市です	25日(土)17:35~17:45「コロナに負けずに100まで元気!」		
	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		
9月の市政番組	1日(水)	防災の日	16日(木)	市民公益活動団体「被災地を写真でつなぐ実行委員会」の紹介
	2日(木)	令和3年度 救急の日・救急医療週間	17日(金)	令和4年度 幼稚園・保育園・認定こども園などの入園手続き
	3日(金)	認知症啓発月間	20日(月)	ながの多言語インフォメーション(タガログ語)
	6日(月)	ながの多言語インフォメーション(中国語)	21日(火)	婚活イベント N-カジ・移住婚活ツアー参加者募集【再】
	7日(火)	人権啓発ポスター・標語コンクール作品募集【再】	22日(水)	動物の愛護・適正飼育
	8日(水)	ママたちのお仕事フェスタ	23日(木)	松代荘の新館オープン【再】
	9日(木)	婚活イベント N-カジ・移住婚活ツアー参加者募集	24日(金)	野生キノコによる食中毒防止
	10日(金)	自殺予防週間【再】	27日(月)	ながの多言語インフォメーション(ポルトガル語)
	13日(月)	ながの多言語インフォメーション(韓国・朝鮮語)	28日(火)	コロナに負けずに100まで元気!
	14日(火)	野生鳥獣による被害防止【再】	29日(水)	10月の観光情報
	15日(水)	松代荘の新館オープン	30日(木)	広報ながの10月号の見どころ

※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。

インターネット 長野きらめきチャンネル

市内の隠れている魅力を発掘し、お伝えします。

婚活・ライフデザイン関連のイベントを開催します！

長野市マリッジプロジェクト「ながマリ」

20～40歳代の独身の人を対象に、気軽に交流できる体験型イベントを、5回開催します。

イベントと併せて、ミニセミナーを開催します。また希望者には、事前のオンライン相談を実施します。

[ミニセミナー講師・オンライン相談員＝若井順子さん(しあわせ本舗代表)]

●スポーツの秋は出逢いの秋 気軽に楽しむスポ婚活レクリエーション

▶とき／10月2日(土)13:00～16:30

▶ところ／北部スポーツ・レクリエーションパーク(大字三才)

▶定員／40人(男女各20人程度、

多数の場合は抽選) ▶申し込み／9月23日(木)まで



●知識ときずなが深まる 防災de婚活！

▶とき／11月10日(水)18:30～21:30

▶ところ／生涯学習センター(トイゴウエスト3階)

▶定員／40人(男女各20人程度、多数の場合は抽選)

▶申し込み／11月1日(月)まで

男性向けセミナー「婚活Cafe」

イベント参加時に、実際に使える婚活のスキルをシーン別に学びます。

▶とき／10月24日(日)13:30～15:30

▶ところ／いいづなコネクトWEST(飯綱町大字川上)

▶対象／長野圏域(長野市、須坂市、千曲市、坂城町、高山村、信濃町、小川村、飯綱町) 在住または在勤の独身男性

▶定員／20人程度(先着順)

▶申し込み／10月14日(木)まで

▶参加特典／右記ツアーの参加者は、当セミナー申込者を優先します(多数の場合は抽選)。

※右記ツアーへの参加を希望しない人も参加できます。



移住婚活ツアー「ナガノスタイルde縁結び」

自然や食などの地域の魅力を満喫しながら異性との出会いを楽しむ、信濃町と飯綱町をバスで巡る1泊2日の体験ツアーです。

▶とき／11月6日(土)・7日(日)(予定)

▶対象／25～39歳の独身者(緊急事態宣言、まん延防止等重点措置が発令されている地域からの参加はご遠慮ください)

※募集開始日などについては、決定次第ポータルサイト「ご縁ながのココナラ」でお知らせします。

社会人ライフデザインセミナー「N-カジ」

仕事帰りや休日に、気軽な雰囲気の中で自分の将来について学び、人脈づくりもできる、20～35歳の若手社会人を対象にしたライフデザインセミナーを3回開催します。

●働きながら楽しむ長野・戸隠 自然を満喫しながら過ごすながのLIFE

▶とき／11月14日(日)13:30～16:00

▶ところ／戸隠スキー場
シャルマン戸隠

▶講師／西田宏美さん、
丸山俊さん
(株式会社戸隠)

▶申し込み／11月4日(木)まで



▲西田さん ▲丸山さん

●今だから聞きたいライフプランと生命保険 人生の流れをガラッと変える！キャリア&マネー引き寄せの法則

▶とき／12月3日(金)19:00～21:30

▶ところ／ヴィーナスコート長野
(大字西尾張部)

▶講師／中谷昌広さん(三井住友海上あいおい生命)

▶申し込み／11月25日(木)まで



◎上記はいずれも

イベントの参加料、申し込み方法など、詳しくは長野市結婚応援ポータルサイト「ご縁ながのココナラ」をご覧ください。

新型コロナウイルスの感染拡大状況により、内容の変更や中止になる場合があります。実施する場合は、基本的な感染対策を講じて開催します。



関人口増推進課マリッジサポート室 ☎224-8639 FAX224-8569 ✉marriage-s@city.nagano.lg.jp

市政情報はホームページでもご覧いただけます。



緊急情報やイベント情報などをツイッターで発信しています。



長野市の魅力をインスタグラムで発信しています。



無料アプリ「マチイロ」で「広報ながの」などを配信しています。

