

オンライン父親学級

育児を取得した講師のリアルな体験から、育児に関するノウハウ、仕事と家庭の両立のコツなどをオンラインで学びます。

6月16日(火)午後1時～2時30分  
 ※9月、12月、3月にも同じ内容の講座を開催予定です。

対これから父親になる人、育児休業取得を検討している人

講師 山崎純平さん、大畑慎護さん

(株式会社ワーク・ライフバランス)

費無料

定30人(先着順)

5月26日(火)から6月11日(木)に、左記2次元コード(ながの電子申請サービス)から

対人権共生課

Tel 71・2406



ファミリー・サポート・センター協力  
 会員養成講習会(前期)

地域の子育てを応援するファミリー・サポート・センター協力会員の養成講習会を開催します。

対下記のとおり

場 堀金老人福祉センター「憩いの里うらら」内

対受講後に協力会員として活動できる

市内在住の20歳以上の人

Tel 71・2474



費無料

定30人(先着順)

6月19日(金)までに申込書をファミリー・サポート・センターへ提出または左記2次元コードから。申込書は同センター・子ども家庭支援課・市HPで入手できます。

他当日は、無料託児が利用できます。(定員あり・要相談)その他詳細は市HPを確認またはファミリー・サポート・センター(Tel 71・1125)へ問合せください。

対子ども家庭支援課

Tel 71・2077

対子ども家庭支援課

Tel 71・2077



日程

6月26日(金)	9:15~15:30
7月10日(金)	9:30~12:30
7月17日(金)	9:30~15:30

一般介護予防教室

下記のとおり、介護予防教室を開催します。フレイルを予防し、健康に過ごすためぜひご参加ください。

対概ね65歳以上の市民。関節疾患等のある人は要相談。

費2000円(全12回)

他開催時間は90分程度

対高齢者介護課

Tel 71・2474



第1回自然観察会

水田などの水辺に生息する生き物を観察し、身近な生態系を学びます。

7月4日(土)

午前9時~11時30分(予定)

場 会田川(明科)

対市内在住の人(小学生以下は保護者同伴)

Tel 71・2492



講師 藤雄太(市職員)ほか

費無料(定30人(抽選))

6月11日(木)午後5時まで、左記2次元コード(ながの電子申請サービス)から。

サービスが利用できない場合は問い合わせください。

場 環境・ゼロカーボン推進課

Tel 71・2492



市役所会見場をご活用ください

市民の皆さんの情報発信の場として会見場を利用できます。詳しい要件や申請書など詳細は市HPをご覧ください。



市HP

利用時間 平日の9:00から17:00  
 1時間30分以内  
 (準備・片付けを含む)

場 市役所4階東側 費無料

対会見日の1カ月前から1週間前に秘書広報課へ申込書を提出またはながの電子申請サービスで。

対秘書広報課 Tel 71-2400

子ども・子育て支援金制度が始まります

問 国保年金課 Tel 71-2475

全ての世代や企業の皆さんが、医療保険料と一緒に支援金を支払い、子育てを社会全体で支える仕組みです。

詳しくは子ども家庭庁コールセンターまたは下記2次元コードからご確認ください。

問 子ども家庭庁コールセンター

Tel 0120-303-272

子ども・子育て支援制度



国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している人

国民健康保険や後期高齢者医療保険に加入している人も、納付をお願いします。詳しくは市HP・長野県後期高齢者医療広域連合HPをそれぞれご確認ください。

国民健康保険税

後期高齢者医療保険料



Check!

①負担額はどのくらいになりますか。

下記方法で算出します。国の試算では、国民健康保険が1世帯で平均月額約300円程度、後期高齢者医療が1人あたり平均月額約200円程度になります。

②いつから納めるのですか。

年間保険税(料)が確定した7月以降に子ども・子育て支援金を含んだ納入通知書をお送りしますので、納付をお願いします。

令和8年度 子ども・子育て支援金算出方法

	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料
所得割額	(所得額 - 43万円) × 0.30%	(所得額 - 43万円) × 0.25%
均等割額	※加入者数 × 1,000円 ※18歳未満は徴収されません	1,339円
平等割額	1世帯 × 1,000円	-
年間上限額	30,000円	21,000円

社会保険に加入している人は勤務先に問い合わせください。

イベント

ゆる〜くつながる出会いの場！  
 ゆる〜な茶話会

誰でも自由に集まりゆる〜く交流できるおしゃべりの場です。仲間の輪を広げるため、自分の思いややりたいことを伝えてみませんか。

6月27日(土)

午前9時30分~11時30分

場 市民活動サポートセンター

対①「こんなことやっています！やりたいです！」PRタイム

②ゆる〜くつながるおしゃべり会

問 市民活動サポートセンター

Tel 71・2013



あかしの農産物加工交流ひろば  
 「えべや」の催し

料理講座 柏餅づくり

6月17日(水)午前10時~正午

費1800円

体験講座 麴を使ってとっから味噌、塩こうじを作ろう

6月20日(土)午前10時~正午

費1800円

共通事項

