

# 県からのたより

No.2



応援されるとうれしい?

応援するとうれしい?

こども  
まんなが

あなたにもきっとうれしい  
お話です。ぜひ、中面へ!

# 子育てこっそり応援団って?

それは、ささやかなこと、ささいなこと、さりげない笑顔を届けること。  
 そんな、こども・子育ての応援のことです。

お手伝いしたいけど、迷惑かも?こんなことでは助けにならないのでは?とためらわないで!  
 応援されるとうれしいんです。

子育て世代も、みんなの気持ちを気にして遠慮がちにならないで!  
 応援するとうれしいんです。

見守ること、そっとできること、声かけも、みんなうれしい応援。  
 さああなたも、今日からはじめてみませんか?

**見守り**  
応援

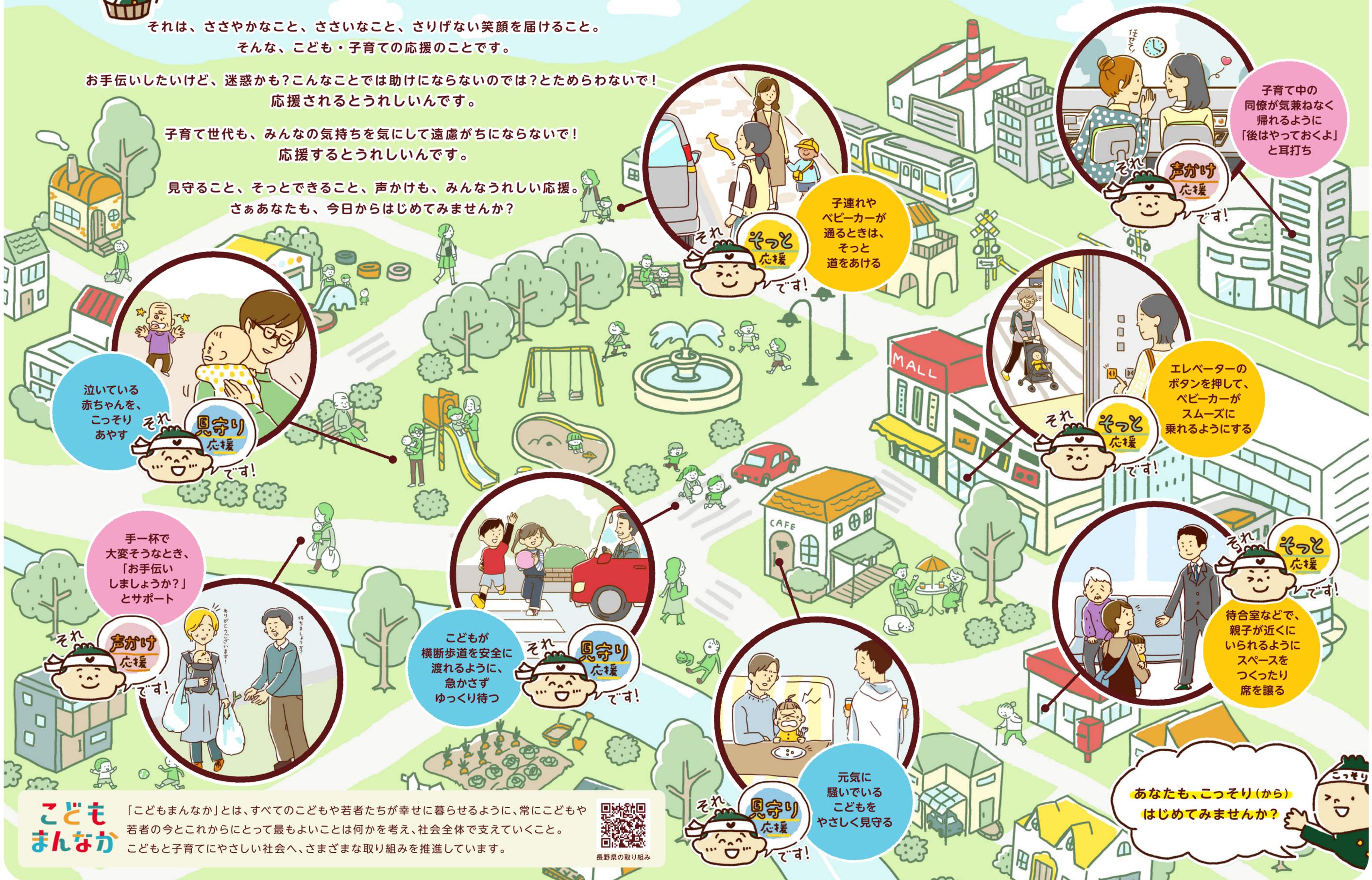
**見守り応援**  
やさしい気持ちで  
あたたかく見守ったり、  
気にかけてりする応援。

**そっと**  
応援

**そっと応援**  
ちょっとしたことや  
ささいなことをそっと  
サポートする応援。

**声かけ**  
応援

**声かけ応援**  
声をかけて手を貸したり、  
助けたりする応援。  
あいさつもうれしい。



泣いている  
赤ちゃんを、  
こっそり  
あやす  
**見守り**  
応援  
です!

子連れや  
ベビーカーが  
通るときは、  
そっと  
道をあける  
**そっと**  
応援  
です!

子育て中の  
同僚が気兼ねなく  
帰れるように  
「後はやっておこよ」と耳打ち  
**声かけ**  
応援  
です!

エレベーターの  
ボタンを押して、  
ベビーカーが  
スムーズに  
乗れるようにする  
**そっと**  
応援  
です!

手一杯で  
大変そうなとき、  
「お手伝い  
しましょうか?」  
とサポート  
**声かけ**  
応援  
です!

こどもが  
横断歩道を安全に  
渡るように、  
急かさず  
ゆっくり待つ  
**見守り**  
応援  
です!

待合室などで、  
親子が近くに  
いられるように  
スペースを  
つくったり  
席を譲る  
**そっと**  
応援  
です!

元気に  
騒いでいる  
こどもを  
やさしく見守る  
**見守り**  
応援  
です!

あなたも、こっそり(から)  
はじめてみませんか?

**こども  
まんなか**

「こどもまんなか」とは、すべてのこどもや若者たちが幸せに暮らせるように、常にこどもや若者の今とこれからにとって最もよいことは何かを考え、社会全体で支えていくこと。こどもと子育てにやさしい社会へ、さまざまな取り組みを推進しています。



長野県の取り組み

**長野県公式LINEがスタート!今ならアルクマのスタンプが無料でもらえる**

防災や福祉、子育て、観光など県民の皆様の生活に役立つ

県からのさまざまな情報をお知らせする長野県公式LINEを始めました。ぜひ友だち追加をお願いします。

- 1 便利な機能
- 2 便利な機能

興味・関心やお住まいの地域などに応じてご自身の知りたい情報を選んで受け取ることができます。

休日夜間対応医療機関の情報や県内観光地、文化施設などのイベント情報がトーク画面から簡単に調べられます。

**友だち追加の方法**

LINEアプリの「友だち追加」から以下のQRコード\*を読み取り、「長野県」を追加



\*QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

または

ID検索で「@nagano.pref」と検索し、「長野県」を追加



**アルクマのLINEスタンプをプレゼント!**

令和6年11月28日(木)までに友だち追加した先着5万人に長野県PRキャラクター「アルクマ」のスタンプを無料でプレゼント!ご家族や友人とのトークでご利用ください。



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©長野県アルクマ

**ご自身の家が災害に備えられているか確認しましょう!**

**まずはご自宅の災害リスクを確認**



災害時の避難をサポート  
信州防災アプリ好評配信中!

県では、災害時の「逃げ遅れゼロ」を目指し、県民の皆様の避難行動を支援する「信州防災アプリ」を配信しています。

アプリの特徴

- ・ハザードマップや避難先、河川水位などの情報をすぐに確認できます!
- ・避難計画(マイ・タイムライン)を簡単に作成・共有できます!
- ・避難指示の発令や避難所の開設などの情報をプッシュ通知でお知らせします!

ダウンロードはこちら(無料)



iOS版

Android版

**ご自宅の耐震性を確認**



昭和56年以前に建築された住宅にお住まいの方、耐震診断はお済みですか?

令和6年能登半島地震を受け、県では住宅の耐震化に力を入れています。昭和56年以前に着工した木造住宅にお住まいの方は無料で耐震診断を受けられます。耐震診断の結果、耐震性がないと判断された場合は、耐震改修や、解体の助成制度があります。詳しくはお住まいの市町村相談窓口にご連絡ください。

\*お住まいの市町村によって助成制度が異なることがあります。

詳しくはこちら

- 市町村相談窓口
- 助成制度の概要



**保険・共済の加入状況を確認**



「地震等災害保険・共済」への加入はされていますか?

災害により住宅が被害を受けた場合、その補修や家財の購入などに多額の費用が掛かります。生活再建には、地震等災害保険・共済が大きな支えとなります。

災害から生活を守るため、保険・共済への加入を検討しましょう。すでに加入されている方は、補償対象・内容が十分か確認しましょう。

詳しくはこちら



読者プレゼント

**「信州本造りなめ茸」をゲット!**

アンケートに答えて

主原料のえのきたけは清浄な無菌室において有機的に栽培されます。なめ茸開発元祖の小林農園が製造した、自然と健康と味にこだわる本格派なめ茸です。ご飯や冷奴のお供にぜひ。屋代駅ウエルカムステーションでお買い求めいただけます。

抽選で10名様にプレゼント!



応募方法

- ①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④年齢(年代) ⑤広報紙の感想(読んでお感じになったことをできる限り詳しく)をお書きの上、はがき、ながの電子申請サービス、長野県公式LINEのいずれかからご応募ください。
- LINEでの回答は友だち追加、受信設定完了後に完了にトーク画面右下の広報紙アンケートを選択することで回答できます。

宛先: 〒380-8570(住所記載不要)  
長野県広報・共創推進課あて  
締切: 令和6年10月15日(消印有効)

ながの電子申請サービスはこちら



注意事項

- ・当選発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。
- ・応募の際の個人情報はプレゼントの発送にのみ使用します。
- ・いただいたご意見への個別の回答はいたしません。

令和6年9月29日発行 発行元:長野県企画振興部広報・共創推進課 〒380-8570 長野市大字南長野字幅下692の2 電話:026-235-7054

読みやすさに配慮したユニバーサルデザインフォントを使用しています。 UD FONT

**役目を終えたリコール 積水製ポータブルトイレ**  
ご家庭に眠っていませんか?  
対象品を新品の改良品と無料で交換いたします

発見場所の一例  
 押入れ  倉庫  車庫

対象品の一例  
1996年~2002年に販売

ひじ掛けと背もたれのすき間(約10cm)に身体の一部を挟まれる危険あり

0120-011-578  
受付時間/9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始除く)

積水化学工業株式会社 積水ポータブルトイレ

**請求はお済みですか? 特例一時金!!**

まだ年金・一時金を貰っていない、農協、漁協、森林組合など\*農林漁業団体にお勤めだった方!

農林年金 110-8580 東京都台東区秋葉原2-3  
住所登録センター 0120-199-155 [平日9時~17時 番号のかけ間違いにご注意ください]

**特例一時金の請求期限が 令和7年3月31日と迫っています!**

住所が未登録の方は請求案内をお届けできません!

農協や漁協、森林組合、土地改良区、厚生連病院などを平成9年1月までに退職された方や、結婚で名字が変わったり、県外に引越されている方が住所未登録の可能性があります!一度、自身の確認のため下記フリーダイヤルまでお電話ください。

\*農林年金の対象団体は、農協、全農(県農、ホクレン)、全共連(共済連)、中金(信連)、厚生連(厚生連病院、厚生病院)、漁協、信漁連、漁船保険、漁業信用基金協会、漁業共済、森林組合、酪農協、開拓農協、農業共済組合、土地改良区、土地改良連合会、農業会議、農業信用基金、たばこ耕作組合、農事組合法人などです。

農林年金 ホームページ @norin\_nenkin