

お知らせ

インフルエンザ・新型コロナウイルスに注意してください

これから季節は冬になります。寒い季節になると、インフルエンザや新型コロナウイルスなどが、流行しやすくなります。ワクチンを受けたり、マスクをしたりするなどして予防をしましょう。熱や咳などの症状が重い人は、かかりつけ医を受診してください。

インフルエンザや新型コロナウイルスにかかった人は、症状が出てから5日間程度は自宅待機に努めましょう。

かかりつけ医がない人は、右の番号に相談してください。



外国語で相談できる電話 (24時間)

0120-974-998

日本語で相談できる電話 (24時間)

長野市民 026-226-9957

松本市民 0263-47-5670

その他の方 0120-924-444

おすすめ

冬を楽しみましょう！！

これから冬になると、寒くなり、雪も降ります。長野県には、冬にしかできないことや、冬ならではの景色があります。お休みの日に、是非出かけてみては？

スキー・スノーボード

長野県内には、たくさんのスキー場があります。駅からスキー場までの直行バスも出ています。道具のレンタルもできます。



スキー場情報は
こちら！⇒



スノーモンキー

日本人は温泉に入りますが、日本では、サルも温泉に入ります！雪の中で温泉に入るサルは、「スノーモンキー」と呼ばれています。一度見に行ってみてはいかがでしょうか？近くには、人が入れる温泉もたくさんありますよ！

場所：地獄谷野猿公苑 (山ノ内町)
詳しくはこちら！⇒



相談

無料相談会を開催します

長野県多文化共生相談センターでは、外国人の皆さんを対象とした、無料相談会を開催します。生活での困りごとや、在留資格のことなど、何でも相談できます。司法書士、行政書士にも無料で相談することができます。

無料(0円)

市町村	日にち	時間	会場
山ノ内町	2月26日(月)	10:00~15:00	山ノ内町文化センター
御代田町	2月29日(木)	10:00~15:00	御代田町役場



※予定や会場が変更となる場合があります。長野県多文化共生相談センターのホームページでご確認ください。

インターナショナルクリスマスキャロル 2023



今年も長野県庁で働く国際交流員がクリスマスキャロルのイベントを開催します！
外国語と日本語と一緒に歌を歌いませんか？
クリスマスを一緒に楽しみましょう！



日にち

2023年12月16日(土) 13:00~14:30

場所

ながの東急百貨店前広場

内容

13:00 クリスマスキャロル公演①
13:30 休憩(アクティビティ)
14:00 クリスマスキャロル公演②
14:30 終了



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

アルクマも
来るよ！

お問い合わせ：長野県企画振興部国際交流課 TEL：026-235-7188

ヤングケアラーのために通訳を派遣します

日本語が得意ではない家族のために、通院等で通訳をしているヤングケアラーの負担を軽減するため、外国語の通訳者を派遣します。

○対象者

日本語を解さない家族の世話をしている小学生、中学生、高校生、大学生(専門学校等含む)及びその家族

○申し込み先

長野県社会福祉協議会

(長野県ヤングケアラーコーディネーター)

TEL：026-228-4244

Mail：kikaku@nsyakyu.or.jp

Web



LINE



○通訳者の募集

通訳者の派遣は、長野県国際化協会(ANPI)が行います。長野県国際化協会では、現在、通訳ができる方を募集しています。興味のある方は、こちらまで。

TEL：026-235-7186

(長野県国際化協会)



* 多文化共生相談センターのお正月のお休み *



2023年12月29日(金)~2024年1月3日(水)の間はお休みです。

ご不便おかけしますが、よろしくお願いいたします



「長野県多文化共生相談センター」では、生活での困りごとなどを、15の言語で相談することができます。(無料)

☎026-219-3068 / 080-4454-1899 ホームページ：<https://www.naganoken-tabunka-center.jp/>

