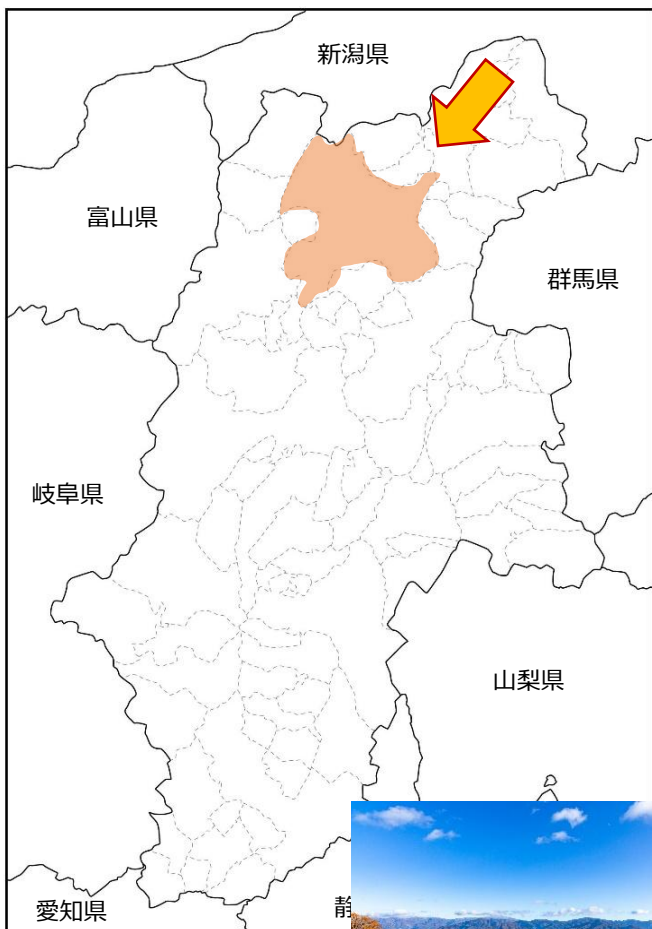


長野県

長野市(ながのし)



場所



基本情報

- 人口: 360,540人 R7.4.現在
- 世帯数: 165,081世帯
- 面積: 834.81km² (人口密度 431人/km²)
- 主な地域内の移動手段: 電車、バス、デマンドタクシー、自家用車

特徴

地理・交通

鉄道で東京から90分、名古屋から約3時間。車で高速道路を利用して、東京から約2時間30分、名古屋から3時間30分に位置します。

気候 (冬の様子)

- 近年は暖冬の影響もあり、平地での積雪は15cm程度ですが、年に数回は雪かきが必要です。また、戸隠・鬼無里の一部では屋根の雪下ろしが必要なところもあります。
- 車を持つならスタッドレスタイヤが必須です！

名物

- りんご、桃(川中島白桃)が有名！そのほか、そば、おやき、ジンギスカン(信州新町)など長野市ならではの美味しいグルメが満載です！

PRポイント

- 市内どこからでも風景画のような山が見えます！癒しです！
- 門前エリアには、古民家を改装した新しい飲食店や雑貨店が増えています。
- 都会暮らしと自然の両方楽しめます♪

移住の取組

移住支援制度

- 就業・創業移住支援金…単身60万円、2人以上世帯100万円、子ども加算あり
- 若者・子育て世帯家賃支援事業補助金…2年間月々2万円補助
- 移住者空き家改修等助成…最大160万円

担当からの メッセージ

- まずは便利な地方都市から住み始めてみませんか？
- 直接ご相談いただいた方にのみ提供しているサポート情報もあります！詳細はぜひお問い合わせください。事前予約制でオンライン相談も実施しています。

連絡先

【長野市移住・定住相談デスク】
電話: 026-224-7721
E-mail: iju@city.nagano.lg.jp

長野市
移住・定住情報→



エリア別ライフスタイル

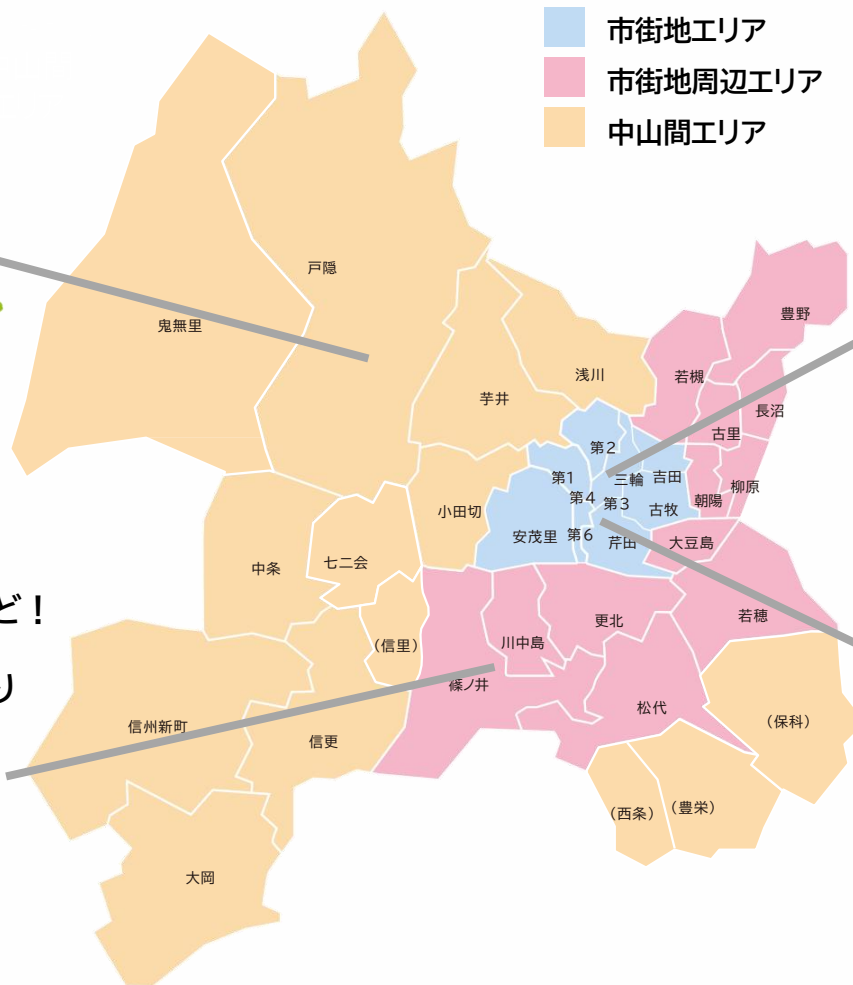
大自然の中、悠々自適に！
仕事や買い物は市街地で。
農業やDIY、温泉にスキーなど
自然と共生したライフスタイル



庭付きの家で、BBQや家庭菜園など！
買い物は車で便利に！
都市部と中山間地のいいとこどり



市街地エリア
市街地周辺エリア
中山間エリア



仕事はテレワークで
週1回出社のみ。
新幹線を使えば東京への通勤も◎
二拠点生活も！



都会と大きく変わらない生活！
車が無くてもOK
週末はレンタカーやバスで
大自然に！



FEEL NAGANO, BE NATURAL

この街で、わたしらしく生きる。長野市

プロスポーツチーム

サッカーチーム『AC長野パルセイロ』

長野市を本拠地とするサッカークラブで、JリーグのJ3に所属。地域密着型のクラブとして知られ、熱心なサポーターに支えられながらJ2昇格を目指して戦っています。



フットサルチーム『ボアルース長野』

長野市を拠点とするフットサルクラブで、日本フットサルリーグFリーグのディビジョン1に所属。地域とのつながりを大切に長野から日本フットサル界を盛り上げる存在を目指して挑戦を続けています。



バスケットボールチーム『信州ブレイブウォリアーズ』

長野市にホームタウンを置くプロバスケットボールチームで、BリーグのB2リーグに所属。地域とファンを大切に、信州の誇りを胸に戦い続ける熱いチームです。

長野冬季オリンピック

1998年に日本の長野市で開催された冬季オリンピックです。世界各国から選手が集い、スキーやスケルトン、フィギュアスケートなど多彩な競技が行われました。市内には、競技会場として使用された施設が今も残っています。



オリンピックスタジアム

オリンピックでは開会式・閉会式が行われ、現在ではプロ野球のオールスターゲームや長野マラソンなど、さまざまなスポーツイベントに使用されています。

エムウェーブ

冬季は国際規格の1周400m屋内スピードスケートリンクとして営業しており、スケートの一般営業や大会が開催されます。

ホワイトリング

2024年にはスペシャルオリンピックス日本冬季ナショナルゲームのフロア競技が開催。プロスポーツチームのホームとしても使用されています。

信州やまなみ国スポ・全障スポ

国スポ・全障スポとは？

広く国民の間にスポーツを普及し、国民の健康増進と体力の向上を目指し、地方スポーツの推進と地方文化の発展を図ることを目的として、毎年開催される国内最大のスポーツの祭典です。

長野県での国民スポーツ大会(国民体育大会)開催は、昭和53(1978)年の「やまびこ国体」以来、50年ぶりとなります。

長野市内でも水泳、バスケットボール、サッカー、ボウリング、スピードスケート、フィギュアスケートなどなど、さまざまな競技が開催される予定です！



長野県PRキャラクター「アルクマ」 ©長野県アルクマ

ポッドキャスト配信中！

長野市出身の芸人もう中学生さんが長野市に移住した先輩移住者に移住を決断するまでの経緯やきっかけ、また移住してよかったことや現在の暮らしの様子などを聞き出します。



- ・あふれだすスノボ愛！スノーボードが好きすぎて大卒と同時に広島から長野市にソロ移住！でも仕事ってどうなってるの！？
- ・移住を決意しフルリモートワーカーに長野市内の高原コテージに移住！QOLが爆上がり of 充実ライフへ
- ・東京八王子から長野市“鬼無里”に！空き家バンクで見つけた古民家でリモートワーク&就農！



その他長野市への先輩移住者の
いろんなお話が聞けます。

詳細は左の2次元コードから！



お気軽にご相談ください！



毎週火曜日、木曜日、第2土曜日、
第4日曜日にZoomでの個別オンライン
相談が可能です！
1組45分、事前予約制です。

詳細、お申込みは
こちらから！



長野市公式LINEアカウントを
友達登録し、受信設定より
「移住・定住、Uターン情報」を選択
してください。
移住や就職に関する支援制度、
イベント情報などを
お届けします！

お友達登録は
こちらから！

