

## 場所



## 基本情報

R5.7.1現在

- 人口：366,815人
- 世帯数：164,720世帯
- 面積：834.81km<sup>2</sup>（人口密度 439人/km<sup>2</sup>）
- 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

鉄道なら、東京から90分、名古屋から約3時間。車なら、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どところもあります。
- 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

- 住まいの支援…移住者空き家改修等助成  
空き家改修最高130万円／荷物処分15万円
- 移住者起業支援金 最高100万円



### 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→





# 長野市の気候

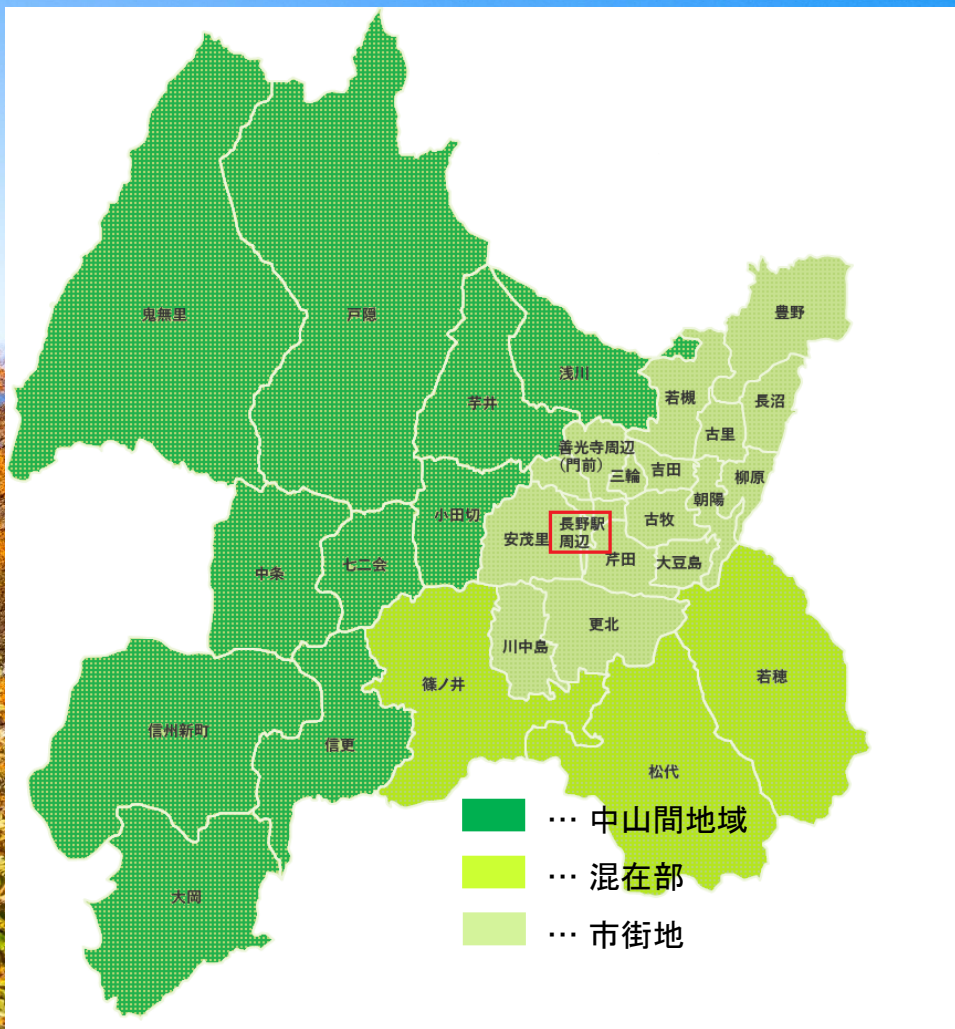
平均気温 12.5℃

平均降水量 1,005mm

内陸性気候の長野市は四季がはっきりとしており、夏は暑く、冬は寒い気候です。

日の寒暖の差が大きく、最高気温と最低気温の差が10℃～15℃以上あることも珍しくありません。

中山間地では、寒暖差がさらに顕著になります。また、降水量が沿岸部と比べて少ないことも特徴です。





長野市から東京まで…

北陸新幹線

90分

車

180分

首都圏へアクセスしやすい！



長野駅前



イベントも！

中心市街地はデパートや各企業のオフィスが！



善光寺周辺





市街地から車でおよそ30分...

戸隠地区の鏡池



少し足を延ばせば大自然に触れることができます！



鬼無里地区の風景

＼休日のアウトドアも気軽に楽しめます！／





リノベーションが盛んな市街地の門前地域には古民家を改装した素敵なお店がたくさんあります！



古くからの景観が保たれている情緒あふれる街並み





お気に入りのスポットは長野市できっと見つかります！





# 長野市空き家バンクを是非ご利用ください！！

専用ホームページで長野市内の空き家情報を提供しています。「[長野市空き家バンク](#)」で検索しご覧ください！



長野市空き家バンクで物件を購入された移住者向けの支援一覧はこちら

## 改修費の補助

- 対象：18歳以上60歳未満の方
- 補助率：2/3（埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県、愛知県、大阪府からの移住者で、40歳未満の場合：3/4）
- 限度額：100万円（世帯に15歳以下の方または妊婦の方がいる場合、最大60万円を加算）

## 家財道具処分費の補助

- 対象：18歳以上60歳未満の方
- 補助率
  - ・ 10万円以下：10/10
  - ・ 10万円を超える部分：3/4
- 限度額
  - ・ 市街化区域：15万円
  - ・ その他区域：30万円

詳細はこちら！



※すべて長野県外からの移住者対象となります。



中古住宅：430万円



住宅用地



中古住宅：1800万円



# 長野市への移住について お気軽にご相談ください！



詳細・お申込みは  
こちらから



毎週 木曜日  
第二 土曜日  
第四 日曜日

無料

毎週木曜日、第2土曜日、  
第4日曜日にZOOMで個別オン  
ライン相談が可能です！  
1組45分間、事前予約制です。

お問い合わせ  
長野市移住・定住相談デスク  
TEL: 026-224-7721  
FAX: 026-224-5103  
E-mail: [iju@city.nagano.lg.jp](mailto:iju@city.nagano.lg.jp)