

新規就農者の方へ

補助金の申請を受け付けています

市では、新規就農者支援施策として、次の事業を行っています。

- 青年就農給付金(経営開始型) 独立自営で農業経営を開始する方に、国から交付されます。この給付金は、夫婦で申請することもできます。
- 交付金額 年間150万円 夫婦の場合は225万円
- 交付期間 最長5年間

農業後継者営農支援事業

経営に参画し農業に従事する方に、市から補助金が交付されます。後継者の配偶者も申請することができます。

- 交付金額 年間60万円 配偶者の場合は30万円
- 交付期間 最長3年間
- 農業後継者研修・先進農業技術研修支援事業 農業後継者で、就農前または

は一時離農し、先進農家や農業研究機関などで研修を受ける方に、市から補助金が交付されます。

- 交付金額 年間48万円
- 交付期間 最長2年間

それぞれの交付要件に該当し、交付を希望する方は、6月28日(金)までに必要書類をご提出ください。詳しくは、ホームページをご覧ください。か、農政課までご相談ください。

- 問い合わせ先 農政課振興係
- ☎(22)2111 (内線253)

買い物物の環境等に関する

アンケート調査にご協力ください



市では、高齢者世帯を対象に、「買い物物の環境等に関するアンケート調査」を中野商工会議所に委託して実施します。

この調査は、高齢者の買い物物の行動や状況、意識を把握し、今後の買い物物の環境等の向上を図る対応策を検討するために行うものです。

調査をお願いする世帯には、5月下旬から、調査員証を携帯した中野商工会議所の職員が伺いしていますので、アンケート調査にご協力をお願いします。

なお、この調査に関する不審な訪問や電話があった場合は、回答をする前に、市役所商工観光課または中野商工会

議所へお問い合わせください。

問い合わせ先 調査実施の有無について 商工観光課商工係

- ☎(22)2111 (内線272)
- アンケートの内容について 中野商工会議所
- ☎(22)2191

早期発見！早期防除！アメリカシロヒトリから樹木を守りましょう

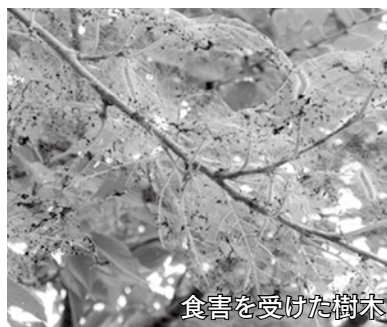
アメリカシロヒトリは年2回発生し、桜やクルミ、桑などを食害します。樹木を所有する皆さんは、樹木を点検してください。

食害が発生した場合は、所有者が責任をもって防除し、被害を拡大させないようにしてください。

点検方法 ふ化した幼虫は糸を吐いて巣を作り、12日間ほど群集しています。初めは葉脈だけを残して食害するので、食害を受けた葉は透けて見えます。

巣の処分方法 巣を見つけた場合は、幼虫ごと枝を切り取り、踏みつぶすか、焼却してください。

農薬防除 幼虫が分散したときは、それぞれの樹木に適した農薬を使用し、濃度、使用量、回数や散布時期など、薬剤のラベルに記載のある説明文をよく読んで、適正な使用方法を守ってください。



防除車の貸し出し 公民館の敷地など、区で防除を行う場合は、防除機器などの貸し出しを行います。※農薬散布に当たっては、風のない時に行うなど、十分な配慮をお願いします。

- 問い合わせ・申し込み先 農政課振興係
- ☎(22)2111 (内線250)



信州中野2013 「夏のギフト」カタログ発行



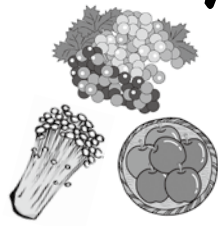
▲夏のギフトカタログ

市内の農産物や農産加工品などを集めた『夏のギフト』カタログを発行しました。今回のカタログは、新商品の掲載に加え、より充実した旬の農産物を取りそろえました。市民の皆さんには、6月上旬に全戸配布します。また、ふるさと信州中野会会員と、姉妹都市の茨城県北茨城市および大分県竹田市などに配布します。お世話になった方や親しい方などへの贈り物に、どうぞご利用ください。

問い合わせ先

一般財団法人中野市産業公社
 ☎(22)2111 (内線299)
 売れる農業推進室推進係
 ☎(22)2111 (内線406)

「売れ農」情報局



「中野市タイアップ朝食」を開催中!

中野市産農産物のPRや観光情報の発信を目的とした中野市タイアップ朝食「信州なかの ちょうしょくッス」を長野市のホテルJALシティ長野で開催しています。

ぜひお出掛けください。

期間 7月31日(水)まで

場所

ホテルJALシティ長野
16階 スカイバンケット
「白馬」

(長野市問御所町1221)

営業時間

午前7時～10時

料金

大人1400円、小学生
900円(税込)

内容

・中野市産農産物および加工品を使用した朝食ブッフェの開催



▲中野市産農産物がふんだんに使用されています

・中野市のお土産品販売コーナーの設置

・中野市観光情報コーナーの設置



こんにちは電話医療相談所です

Q 布団に入ってもなかなか寝つけません。病気でしょいか。

A 睡眠を取ることは体だけではなく、脳も休むことができます。

睡眠が妨げられると、疲れやすくなったり、集中力が低下し、仕事でのミスや事故を起こしてしまうなど生活に影響が出てしまいます。まずは、日常生活を見直してみましよう。

日常生活の工夫

- 毎日同じ時刻に起きて生活リズムを規則正しくする。
- カフェイン入りの飲料、アルコール、たばこの取り過ぎに注意する。
- 寝る前はテレビ、パソコンなど強い光の刺激を避ける。
- ストレスをためない。
- 音や明るさ、温度など寝室の環境を工夫する。
- 長い昼寝や夕方方の睡眠は避ける。

日常生活を見直してみても症状が改善しない場合は不眠症が疑われます。不眠症は主に4種類に分けられます。

- ▼入眠障害 布団に入ってから眠るまでに30分を超えてしまう。
- ▼中途覚醒 夜中に何度も目が覚める。
- ▼早朝覚醒 朝早く目が覚めてしまい、その後は眠れなくなる。
- ▼熟眠障害 眠りが浅く、長時間寝いても満足感がない。

睡眠の問題や日中の眠気が1カ月以上続く場合は、精神科や心療内科、かかりつけ医に相談してみましよう。

問い合わせ先
健康づくり課保健医療推進係
(中野保健センター内)

☎(22)2111 (内線242)
北信総合病院医療安全管理室
☎(22)2151 (内線5522)

電話医療相談所 ☎(22)0300

午前8時30分から午後10時まで

土曜日・日曜日・祝日・12月30日～1月3日は除く
医療に関する相談に電話でお答えします