

開催

2013 健康づくりフェスティバル

「2013健康づくりフェスティバル」を10月12日(土)、中野保健センターおよびフィットネスクラブ・エフバイエー中野、ながでんスイミングスクール中野で開催します。

「健康は家族の幸せ、みんなの願い」をメインテーマに、健康づくりを題材とした楽しく、ためになる企画をご用意しています。皆さんのご来場をお待ちしています。



▲健康コーナー

期日 10月12日(土)
時間 午後0時30分～4時30分
会場 中野保健センターおよびフィットネスクラブ・エフバイエー中野、ながでんスイミングスクール中野

○講演会
講師 能勢博先生(信州大学大学院医学研究科教授)



▲子育てなんでも相談

演題 歩き方が変われば人生が変わる！—生活習慣病・介護予防のための新しい運動処方システム—

○健康コーナー
健康よろず相談、糖尿病相談、歯科健診、血圧・血糖値測定など
○トレーニングジム無料体験・運動指導

他に、子育てなんでも相談、製作品展示販売、介護用品展示など盛りだくさんの内容です。また、献血も実施しますので、ぜひご協力ください。

問い合わせ先

健康づくり課健康医療推進係

(中野保健センター内)

☎(22)21111(内線242・368)

開催

歯周病予防教室



私たちが歯を失う原因の半分は、歯周病だと言われています。

歯周病は加齢による影響もありますが、食事や歯磨きはもちろん過労、喫煙などの生活習慣と密接な関係があります。

この教室では、歯や歯肉の健康づくりの方法について、体験を通して楽しく学ぶことができます。ご参加をお待ちしています。

会場 中野保健センター
対象 19歳以上
受講料 無料
定員 10人(先着)
申込期限 9月20日(金)

▼教室の日程

回	期日	時間	内容
1	9月26日(土)	午後1時30分～3時	講師および健診医 すばる歯科クリニック 古田充博先生 講義) 演題 「知っていますか? 歯周病」 内容 歯周病の症状、怖さ、予防方法などを学習します 健診) 歯科医師による口腔内診査、歯周病の精密検査、歯と歯肉の写真撮影、顕微鏡で口の中の細菌観察
2	10月10日(土)	午後1時30分～3時 (予約制)	一人一人の結果説明と、お口の健康管理プログラムの提案 実習①効果的な歯磨き方法についてアドバイス ②歯周病予防のための生活・食習慣改善のアドバイス
3	10月31日(土)	午後1時30分～3時 (予約制)	歯周病予防でアンチエイジング(加齢に伴う症状の予防) お口の中が良好な状態を維持できるよう支援します。 実習③お口のエクササイズ
4	11月21日(土)	午後1時30分～3時	歯周病予防のための生活・食習慣改善のアドバイス
5	12月25日(水)	午後1時30分～3時	口腔内最終チェック グループワーク

問い合わせ・申し込み先 健康づくり課健康管理係(中野保健センター内) ☎(22)21111(内線242)

募集

「第32回礎珉展」作品

風土に根差した新たな美の創造を目指すことを目的に、礎珉展を開催します。
あなたの力作をお寄せください。

テーマ 自由(ただし、本展覧会の目的に合致したもの)
募集作品 絵画(油絵、アクリル、水彩、ドローイング、日本画、版画、切り絵その他平面作品)
※近作の未発表作品で展示可能なもの
規格 大きさは50号までとし



▲前年度中野市長賞受賞作品：「ひまわりの詩」
作者：神田仁子(大字上今井)

額装したものに限りません。
※ガラスは不可。ただし、アクリルなどの樹脂板は可。
応募資格 中野市、飯山市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村の在住者または中野市出身者
応募申し込み 10月20日(日)午前10時から正午までに、一本木公園展示館へ作品を直接お持ちください。
応募点数・出品料 一人3点までとし、出品料は一点1000円(高校生以下は500円)とします。
審査・賞 応募作品は、審査の上、入選を決定し、展示します。入選作品のうち優れたものには、次の賞を授与します。
中野市長賞、礎珉賞、峯樹会賞、中野市議会議長賞、中野市教育委員会賞、会員奨励賞、奨励賞
展覧会
会期 10月24日(木)～11月17日(日)
時間 午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)
会場 一本木公園展示館
問い合わせ先
文化スポーツ振興課文化振興係
☎21111(内線394)

開催

人権センターまつり

人権問題に対する理解と人権意識の高揚を図ることを目的に、10月5日(土)「人権センターまつり」を開催します。
大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

【作品・ポスター展示】
時間 午前10時～午後4時
会場 中野市人権センター
内容 人権センターおよび南部集会所利用者や、趣味の会の皆さんの作品および人権ポスターを展示します。

【チャリティーバザー】
時間 午前10時15分～午後2時
会場 中野市人権センター
内容 日用品雑貨・農産物などのバザー、赤飯・山菜おこわの販売、無料きのこ汁の提供
【記念講演】
時間 午後1時30分～3時
会場 中野勤労者福祉センター
演題 生まれてきてよかつたと思える社会を
講師 反貧困ネットワーク事務局長 湯浅誠さん



▲湯浅誠さん

野宿者(ホームレス)支援に携わり、現代日本の貧困問題を現場から訴え続けている。2008年末の「年越し派遣村」では村長を務める。

問い合わせ先
人権センターまつり実行委員会事務局(中野市人権センター内) ☎22287

募集

「中野市公共施設管理運営方針(案)」に対するご意見

人口減少時代を迎え、公共施設についても将来的な管理運営方法の変更、民間活力の導入、施設の統廃合や他用途への転用などを検討する必要があります。そのため、市では、「第二次中野市行政改革大綱」の実行計画に「既存施設の見直し」を掲げ、公共施設の管理運営方針(案)の検討を進めてきました。

皆さんのご意見をお寄せください。
方針(案)の公表場所 政策情報課、豊田支所地域振興課、市公式ホームページ
<http://www.city.nakano.nagano.jp/>
公表期間 9月5日(木)～26日(木)

意ですが、住所、氏名、電話番号を明記の上、「中野市公共施設管理運営方針(案)」に対する意見」と記載し、直接お持ちいただくか、郵送、ファクスまたはEメールで提出ください。

提出期限 9月26日(木)

問い合わせ・提出先
〒383-8614(住所記載不要)政策情報課行政管理係
☎21111(内線401)
ファクス ☎20349
Eメール
gyosei@city.nakano.nagano.jp

公共施設の今後の管理運営方針(案)に対し、市民の皆様のご意見の提出方法 様式は任