

各種相談日程

相談内容について秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

相談名	日時	会場	問い合わせ先
子ども相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	子ども相談室	子ども相談室 (内線278)
保健師による 子育て相談	毎週月・水・金曜日(休所日を除く) 午前10時～11時	りんごっこ (中央子育て支援センター)	中央子育て支援センター ☎22-2259
定期健康相談	①毎週水曜日 午前10時～11時30分 ②毎月第1木曜日 午前10時～11時30分	中野保健センター 豊田保健センター	健康づくり課健康管理係 (内線242)
介護に関する 総合相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	中野保健センター	地域包括支援センター (内線366)
行政相談	11月10日(休)、12月12日(月) 午前9時～11時30分…豊田支所相談室 午後1時～4時…市民会館44号会議室		庶務課庶務文書係 (内線211)
身体障害者相談所 (予約制)	毎月第1・3水曜日 午後2時～4時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
福祉相談 ボランティア相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
女性相談窓口 (面接は予約制)	毎週月・水・金曜日 (電話)午前9時～午後5時 (面接)午前9時～午後5時	中野人権センター	男女共同参画推進室 (☎23-4810)
心配ごと相談	毎週月～金曜日 午後1時30分～4時30分	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
結婚相談 (予約制)	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
消費生活相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	市民課生活交通安全係	市民課生活交通安全係 (内線238)
交通事故 巡回相談	11月17日(木) 午前10時～午後3時	北信地方事務所	北信地方事務所 (☎22-3111)
法律相談 (予約制)	毎月第1・3月曜日 (月曜休日の場合は翌火曜日) 午後1時30分～3時30分	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
職業相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	中野市地域職業相談室 (南宮庁舎)	中野市地域職業相談室 (☎23-4710)

電話相談

専用電話をご利用ください。

電話医療相談 ☎23-0300
午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日を除く)

子ども電話相談 ☎23-3191
午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

児童虐待・DV24時間ホットライン
☎0263-91-2410

展示案内

ぜひ、ご覧ください。

市立博物館 Ⓢ火曜日 ☎22-2005	常設展示「中野市の自然と歴史・文化」
中野陣屋・ 県庁記念館 Ⓢ火曜日 ☎23-2718	寺瀬黙山作品展 11月20日(日)まで シルバー人材センター会員作品展 11月10日(木)～13日(日) 美衣会押し絵作品展 11月17日(木)～21日(月) 生花作品展 11月23日(水)～28日(月)

年金

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が発行されます

「ねんきんダイヤル」(平日午前8時30分～午後5時15分)
☎0570(05)1165

国民年金保険料は社会保険料控除の対象

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において全額が社会保険料控除の対象となります。この社会保険料控除を受けるためには、その年1年間に納付(納付見込みを含む)した保険料を証明する書類の添付が必要です。

このため「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が10月下旬から11月上旬までの間に日本年金機構から送付されますので、年末調整や確定申告の際にはこの証明書(または領収証書)を添付してください。なお、10月1日以降に今年初めて国民年金保険料を納付された方は、来年1月下旬に送付されます。

また、ご家族の国民年金保険料を納付された場合も、納付されたご本人の社会保険料控除の申告に加えることができますので、ご家族あてに送付された控除証明書を添付の上、申告してください。

☎ 長野北年金事務所 ☎026(244)4100

ご寄付 ありがとうございます

- ふるさと寄付金 教育関係のため
現金 100,000円
＜埼玉県八潮市 中脇 操 様＞
- 一本木公園の維持管理のため
現金 200,000円
＜松本市 株式会社長野銀行 様＞
- たかやしろ保育園児の絵本代として
図書カード 20,000円分
＜科野地区社会福祉協議会 様＞
- 平岡小学校教育振興のため
縄なえ機 1台
＜長野市 小林 清隆 様＞

いただきました寄付品および寄付金は、市政のため大切に使用させていただきます。

☎ 庶務課秘書広報係(内線400)

環境トピックス

シリーズ 地球温暖化⑥

◎「うちエコ診断」してみませんか

うちエコ診断とは、家庭の年間エネルギー使用量や光熱費などの情報を基に、各家庭の年間エネルギー使用量や光熱費、お住まいの地域の気候やご家庭のライフスタイルに合わせて無理なくできる省CO2・省エネ対策をご提案するものです。

受診を希望する方は、環境省が指定する「うちエコ診断地域事務局」へ家庭のエネルギー使用状況などに関する事前アンケートを提出していただくと、「うちエコ診断員」が事前アンケートとヒアリングを行い、各家庭のエネルギー使用状況とCO2排出状況を診断し、各家庭に応じたCO2削減のために有効な対策と、その費用や効果などに関する情報が提供されます。

ご家庭での効果的なCO2削減・節電対策の検討に、ぜひご活用ください!

☎ 長野県地球温暖化防止活動推進センター
〒380-0835 長野市新田町1513-2
☎026(237)6625
ファクス026(238)9780

未来が変わる。日本が変わる。
25
中野市はチャレンジ25キャンペーンに参加しています。

リサイクル かわらばん

ご利用ください
(10月25日現在)

さしあげます

- ★こたつ板★小動物用ケージ★ブラウン管テレビ
- ★ベビー用歩行器★炊飯器(ガス)

ゆずってください

- ★ノートパソコン★農機具★スキーセット(女性用・子ども用)
- ★自転車★介護用歩行器★チャイルドシート★カセットテープ★ベビー用ゲート

ご家庭で不要になった物を再活用しませんか。無償で譲っていただける方、譲ってほしい物がある方は、お気軽にご連絡ください。
※登録期間は、登録日から6カ月間です。

問い合わせ・申し込み先
市民課生活交通安全係(内線238)