

# 広報 なかの

2011 (平成23年)

# 11

No.80



ふれあい地域食材の日 (平岡小学校)

特集

**個人住民税が変わります** ...2~3

特集

**高社山** .....4~5

今月の合冊

文化なかの ..... 1~6

中野市ホームページ

<http://www.city.nakano.nagano.jp/>

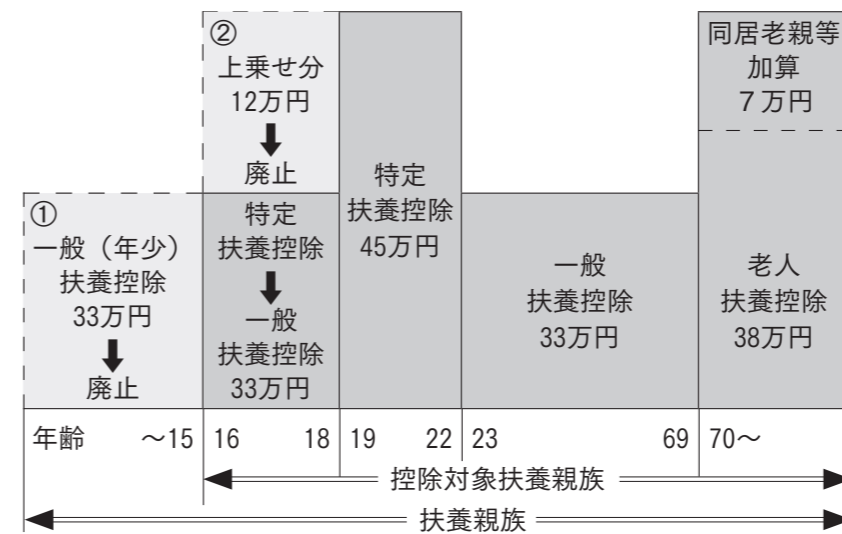
中野市モバイルサイト



税制改正により平成24年度から個人住民税が変わります (詳しくは2~3ページ)

# 個人住民税が変わります

## 平成24年度から適用される主な内容



①年少扶養控除の廃止  
「所得控除から手当へ」などの観点から、年少扶養親族（16歳未満の扶養親族）に対する扶養控除（33万円）が廃止されます。  
これにより、扶養控除の対象となる控除対象扶養親族は、16歳以上の扶養親族となります。

### 扶養控除の見直し

②特定扶養控除の上乗せ部分の廃止  
高校の授業料実質無償化に伴い、特定扶養親族（16歳以上23歳未満の扶養親族）のうち、16歳以上19歳未満の扶養親族について、扶養控除の上乗せ部分（12万円）が廃止され、扶養控除額が33万円になります。  
※平成24年度以後は、特定扶養親族とは、扶養親族のうち、19歳以上23歳未満の人をいいます。

### 改正後の扶養控除

区分	控除額（円）	
一般扶養控除（16～18、23～69歳）	330,000	
特定扶養控除（19～22歳）	450,000	
老人扶養控除（70歳～）	同居老親等以外	380,000
	同居老親等	450,000

### 改正後の障害者控除

区分	控除額（円）	
	本人	控除対象配偶者または扶養親族
障害者控除	260,000	
特別障害者控除	300,000	
同居特別障害者控除		530,000

※年少扶養親族（16歳未満の扶養親族）に対する扶養控除は廃止されますが、その年少扶養親族が障害者である場合には、障害者控除が適用されます。

### 同居特別障害者加算の特例の見直し

年少扶養親族に係る扶養控除の廃止に伴い、扶養親族または控除対象配偶者が同居の特別障害者である場合においては、扶養控除または配偶者控除の額に23万円を加算する措置に代えて、同居特別障害者に対する障害者控除の額が30万円から53万円に引き上げられます。

### 寄附金税額控除の適用下限額の引下げ

平成23年1月1日以後に支出する寄附金については、寄附金税額控除の適用下限額が2千円に引き下げられました。（現行5千円）

### 参考 年金所得者の申告手続きの簡素化

公的年金などに係る雑所得を有する方で、前年中の公的年金などの収入金額が400万円以下であり、かつ、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税の確定申告書を提出する必要がなくなりました。  
※平成23年分以後の所得税から適用

注1 この場合であっても、例えば、医療費控除による所得税の還付を受けるための申告書を提出することができません。  
注2 公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下で、所得税の確定申告書が不要の場合でも、住民税の申告は必要です。

### 扶養控除等（異動）申告書の様式改正

給与所得者が、年末調整の際、勤務先に提出している「給与所得者の扶養控除等（異動）申告書」の様式が改正（変更）されました。（本年分から適用）  
年少扶養控除の廃止に伴い、所得税では、平成23年以後、年少扶養親族について申告する必要がなくなり、均等割および所得割の非課税限度額の算定の際に、引き続き年少扶養親族も含めた扶養親族の情報把握する必要があります。ため改正されるものです。

### 改正（変更）点

「B 控除対象扶養親族（16歳以上）」欄には、16歳以上の扶養親族について記入し、申告書の下端の「住民税に関する事項」欄には、16歳未満の扶養親族について記入することになります。  
※公的年金受給者の扶養親族等申告書についても同様です。

B 控除対象扶養親族：年齢16歳以上の扶養親族を記載

住民税に関する事項：年齢16歳未満の扶養親族を記載

「住民税に関する事項」に記入がないと…  
この欄に記入がないと、今まで非課税だった方や均等割額のみ課税されていた方の税額が、平成24年度から増えてしまうことがありますのでご注意ください。  
※「住民税に関する事項」は、住民税の非課税限度額（住民税の均等割・所得割を課税するかどうかを判定する基準となる額のこと）の算定に使用します。

## 青色申告決算説明会

信濃中野税務署では、所得税の青色申告をする個人事業主の方を対象に、青色申告決算書などの書類作成に関する説明会を開催します。  
※説明対象により開催時間が異なりますので、ご注意ください。

期日	会場	時間	説明対象
12月2日(金)	市民会館 41号会議室 (2階)	午前10時～ 正午ごろ	農業所得関係
		午後2時～ 4時ごろ	営業・不動産 所得関係

問い合わせ先  
市役所税務課課税係 ☎221111（内線225）  
信濃中野税務署 ☎223151  
※自動音声応答にて受け付けています。

# 特集

# 高社山

高社山(1351・5m)  
郷土では「たかやしろ」とも呼ばれ、その美しさから「高井富士」の異名をもつ。登山口は赤岩の谷蔵寺南側。登りはじめにある石碑「忠魂碑」を越えると、緩やかな登山道が続き、数々の石碑が迎えてくれます。途中の胴結場では水場があり、横手山や笠岳の眺望が楽しめます。



- ①山頂記念碑 ②山頂から市街地を望む ③天狗岩から望む尾根づたいの紅葉 ④胴結場
- ⑤高社神社の奥社 ⑥カモシカに会えるカモ?

問い合わせ先  
市役所商工観光課観光係  
☎(22)2111(内線259)



赤岩地区の谷蔵寺からの登山道には、13体の石碑が建立されています。赤岩区民の有志の方々が、現存しないもの、破損していたものを2年をかけて修復しました。石碑は、登山者を山頂まで導いてくれる大切な道しるべでもあります。登山の楽しみの一つとして、ぜひご覧ください。また、「まみくとい山の会」の皆さんが登山道的美観を維持するため、毎年清掃を行っています。

## 第56回高社山越年登山参加者募集

期日 12月31日(土)元旦  
参加料 一般1000円  
中学生以下800円  
申し込み先 市民体育館 ☎(26)3572  
申込期限 12月15日(木)午後5時  
※安全管理上、期限後および登山当日の申し込みはできません。  
服装・持参品  
・寒さに耐えられる服装  
・懐中電灯、副食品 など  
日程・行程  
【12月31日(土)】  
《集合》  
①午後7時30分：市民体育館  
②午後9時：登山開始(よませスキー場)  
《高社山山頂着》  
【平成24年1月1日(日)】  
①午前0時30分：下山開始  
②午前2時30分：よませスキー場《解散》  
問い合わせ先  
市役所文化スポーツ振興課  
スポーツ振興係  
☎(22)2111(内線397)

# 「裁判員候補者名簿への記載のお知らせ」が発送されます

裁判員制度については、裁判員制度ウェブサイトなどでさまざまな情報をお伝えしていますので、ご覧ください。実施4年目に向けて、ご理解とご協力をお願いします。

## 裁判

所から平成24年分名簿への記載のお知らせが11月中旬、中野市内91人の方を対象に、裁判所から発送されます。

このお知らせは、来年2月ごろから平成25年2月ごろまでの間に裁判所にお越しいただき、裁判員に選ばれる可能性があります。あらかじめ心積もりをし

ていただくためのものです。また、裁判員候補者の方の事情を把握し、明らかに辞退が認められる場合に該当しているかどうかなどを尋ねる調査票を、お知らせと一緒に送ります。

なお、実際の事件の裁判員候補者に選ばれた場合には、具体的な裁判日程を前提に、あらためて辞退の希望の有無についてお聞きします。

お問い合わせ先  
市選挙管理委員会事務局  
☎(22)2111 (内線324)  
〒20008

市選挙管理委員会では、投票区の均衡と公平および投票所の整備を目的に見直しの検討を進めています。

お問い合わせ先  
市選挙管理委員会事務局  
☎(22)2111 (内線324)

## 投票区・投票所の見直しに関する説明会を開催します

期日	時間	会場	
11月	11日(金)	午後6時30分	豊田公民館
	16日(水)	午後6時30分	北部公民館
	17日(木)	午後6時30分	西部公民館
	21日(月)	午後6時30分	中央公民館

一本木区・下小田中区・片塩区・七瀬区・南間長瀬区・西笠原区では、(財)長野県市町村振興協会のコミュニティ助成事業を、また、大熊区では(財)自治総合センターのコミュニティ助成事業を活用し備品を整備しました。

お問い合わせ先  
市役所政策情報課政策推進係  
☎(22)2111 (内線216)

## コミュニティ助成事業で備品を整備しました

実施団体	事業内容
一本木区	デジタルフルカラー複合機、テレビ台、液晶カラーテレビ
大熊区	法被・帯(大人・子ども)、笠鉾、獅子頭、和机、スタッキングチェア、演台
下小田中区	御神楽、長持ち幕、太鼓台、笠鉾、子どもみこし
片塩区	デジタルフルカラー複合機、ノートパソコン、インクジェット複合機
七瀬区	デジタルフルカラー複合機、ノートパソコン、液晶カラーテレビ、インクジェット複合機
南間長瀬区	胴長太鼓、大太鼓、篠笛、法被、紅白幕、大八車、和机、ガスコンロ、アンブ、ステージ台、プロジェクター、スクリーン、テント
西笠原区	テレビ、テレビ台、冷蔵庫、石油ストーブ、電子レンジ、DVDプレーヤー

## (仮称)中野市新みよし保育園 基本設計平面図(案)にご意見をお寄せください

市では、「中野市保育所整備計画」に基づき、来年度、旧中野高校跡地南グラウンドおよびテニスコート用地におよびテニスコート用地に(仮称)中野市新みよし保育園を建設する予定で設計を進めています。

市役所保育課  
・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 11月1日(火)～14日(月)  
意見の提出方法 文書を直接お持ちいただくか、郵送、ファクスまたはEメールでお寄せください。

提出期限 11月14日(月)  
提出先 〒383-8614 (住所記載不要) 市役所保育課施設係  
ファクス(22)5923  
Eメール [hoiku@city.nakano.nagano.jp](mailto:hoiku@city.nakano.nagano.jp)  
お問い合わせ先  
市役所保育課施設係  
☎(22)2111 (内線291)

## 税に関する作文入選作品

11月11日(金)から17日(木)までの1週間は、国税局と税務署を中心に、全国で「税を考える週間」が実施されます。これに合わせて、信濃中野税務署管内租税教育推進協議会は、中学生や高校生を対象に税の意義や役割を学んでもらおうと「税に関する作文」

の募集をしました。市内では中学校から148件、高校から114件の応募があり、次のとおり入選作品が決定しました。

(中学生)

学校名	学年	氏名	題名	表彰の種類
中野平	3	小林 彩乃	税金	中野市長賞
中野平	3	重倉 亜美	税金について	中野市教育委員会賞

(高校生)

学校名	学年	氏名	題名	表彰の種類
中野西	3	田中 祐奈	税金の使われ方について	信濃中野税務署長賞
中野西	3	黒岩 詩歩	日本の『これから』	長野県租税教育推進協議会長賞
中野立志館	2	広瀬 史夏	私たちの未来と税金	長野県租税教育推進協議会長賞

お問い合わせ先  
市役所税務課収納係  
☎(22)2111 (内線227)

## 【第5回】NPO活動

NPO法人 くらぶDo  
みんなのスキなこと 応援します

平成15年8月にNPO法人として設立し、主に知的障害のあるお子さんの日中活動を支援しています。

「くらぶDo」の目的は、たとえ障害があっても楽しみや生きがいを感じ、自信を持って生活していくことができるようお手伝いをすることです。

平日は子どもたちの放課後の楽しみの場として活動しています。土曜日、祝日、夏休みなどの長期休暇中は、「おでかけくらぶ」といって、四季折々の各地のイベントや公園、お店、カラオケ、ボウリングなど、子どもたちの行きたい場所に出掛けます。

スタッフは、子どもたち一人一人の思いや反応

を何より大切に受け止め、一緒に考え、悩み、喜びます。実は、子どもたちから教えてもらうことの方がたくさんある、それを気付かせてくれる場所だと思っています。

利用についての相談や見学など、お気軽にお問い合わせください。

ホームページ <http://kurabu-do.net>

営業時間 午前8時～午後6時30分

利用できる制度 タイムケア事業、学童、移動支援事業、福祉有償運送

お問い合わせ先 NPO法人「くらぶDo」  
中野市大字金井南川原34-1 ☎(24)7586



# 功労者・善行者表彰



10月3日(月)、市役所において、平成23年度功労者・善行者表彰式を実施しました。本年度受賞された方々は、功労者が9人・1団体、善行者が3人で、いずれも自治、保健環境、社会福祉、産業、教育文化の各分野で多年にわたり献身的な御尽力をいただいた方々、さらに、貴重な金品などの寄贈をいただき、市政発展のために貢献された方々です。

表彰式では、小田切市長から出席された受賞者一人一人に、表彰状と記念品が贈呈されました。

本年度の功労者および善行者は次のとおりです。(順不同、敬称略)

## 功労者

〔自治功労者〕  
\*阿部良一  
市の常任統計調査員としての確かな統計調査に努め、市政の発展に寄与されました。

〔保健環境功労者〕  
\*飯田あかね  
\*小林 強  
\*風間己子夫  
市の検診医として市民の健康管理の確立と普及に努め、市政の発展に寄与されました。

〔社会福祉功労者〕  
\*三井 寛  
中野市民生児童委員協議会長および同委員として福祉の増進に努め、市政の発展に寄与されました。

\*外谷良弘  
中野市民生児童委員協議会委員ならびに豊田村民生児童委員協議会長および同委員として福祉の増進に努め、市政の発展に寄与されました。

\*高木 功  
中野市民生児童委員協議会委員ならびに豊田村民生児童委員協議会長および同委員として福祉の増進に努め、市政の発展に寄与されました。

保護司として社会福祉の増進に努め、市政の発展に寄与されました。

〔産業功労者〕  
\*斑尾ふるさと祭り実行委員会  
祭りの運営を通じ、ふるさとの素晴らしさを広く伝え地域振興に努め、市政発展に寄与されました。

〔教育文化功労者〕  
\*武田良文  
市の社会教育委員として社会教育環境整備に努め、市政発展に寄与されました。

\*横田義治  
市の文化芸術協会会長として文化芸術振興に努め、市政発展に寄与されました。

## 善行者

\*押鐘富士雄  
教育行政振興のため多額の浄財を寄附されました。

\*山田徳重  
医療福祉行政振興のため多額の浄財を寄附されました。

\*神田長治  
教育環境充実のためグラランドピアノを寄附されました。

## 第27回中野市産業展

11月12日(土)、13日(日)の「中野えびす講」に合わせ、「第27回中野市産業展」を長野県中野勤労者福祉センターで開催します。大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。

期日 11月12日(土)、13日(日)  
時間 午前9時～午後5時  
13日(日)は午後4時まで  
会場 長野県中野勤労者福祉センター

○工業製品などの展示・きのこ品評会・ロボカップ実演・ものづくり体験「ミニ畳をつくろう」など

○北茨城市震災復興イベント  
【あんこう鍋の販売】  
日時 12日(土)、13日(日)両日  
とも午前10時30分～(売り)

切れ次第終了)

【水産加工品販売】  
日時 12日(土)午前9時～午後4時  
13日(日)は午後3時まで

【あんこうつるし切り実演】  
日時 12日(土)午前11時30分～記念講演会

日時 12日(土)午後1時30分～3時  
講師 大槻 正さん  
(株)インタラクティブラボ  
ラトリー代表取締役会長)  
演題 創造への挑戦「A I B O」の開発

問い合わせ先  
市役所商工観光課商工係  
☎(22)2111 (内線256)  
中野商工会議所  
☎(22)2191



▲▼昨年の様子



社会資本整備総合交付金で整備した「中野地区都市再生整備計画」の概要と「事後評価原案」を公表します。

今後のまちづくりの参考とするため、この原案に対するご意見をお寄せください。

## 社会資本整備総合交付金の事後評価原案にご意見をお寄せください

原案公表場所  
・市役所政策情報課  
・市公式ホームページ  
公表期間 11月7日(月)～18日(金)  
意見の提出方法 文書を直接お持ちいただくか、郵送、ファクスまたはEメールでお寄せください。

※様式は問いません。お寄せいただいたご意見は、事後評価の参考とするため、「中野市社会資本整備総合交付金評価委員会」へ報告します。

提出期限 11月18日(金)  
提出先 〒383-8614  
(住所記載不要) 市役所政策情報課政策推進係  
ファクス ☎(22)0349  
Eメール seisaku@city.nakano.nagano.jp

問い合わせ先  
市役所政策情報課政策推進係  
☎(22)2111 (内線216)



三好町線の整備後



中町線沿道の整備後

## 東日本大震災の関連情報

### 義援金の受け付け

10月14日現在で、1411万8798円(うち一次配分1081万7065円、二次配分277万9768円、三次配分50万9829円)を被災地へ(送金済み)の義援金が寄せられています。  
ご協力ありがとうございます。

義援金届け先 (三次配分)

	義援金
栄村	231,707
北茨城市	92,707
仙台市	92,707
日本赤十字社	92,708
合計	509,829

## 介護サービス利用奨励給付金をお渡しします

市では、居宅介護サービスなどを有効に活用していただくため、次のとおり奨励給付金を支給します。

支給対象者  
平成23年11月1日現在で、次の①～④すべての要件に該当する方

- ①過去1年間、中野市に6か月以上住民登録してあり、かつ、「要介護1」から「要介護5」までの認定を6か月以上受け、自宅で生活を営む方（老人保健施設や医療機関に入所・入院している方は、3か月以内在宅で生活する見込みがある場合に限りまず）
- ②世帯全員が市民税非課税世帯に属する方
- ③中野市重度心身障害児(者)介護慰労金事業での障害者などに該当しない方
- ④今年4月から9月までの間に、居宅介護サービスなどを利用している方

※ほかの軽減制度の適用を受けている方は、軽減額を控除した額が支給されます。要件に該当すると思われる方については、11月中に通知しますので、申請書を提出してください。

ご不明な点や詳細については、お問い合わせください。

支給額 上段表のとおりです。

要介護	給付額
1	70,000
2	80,000
3	120,000
4	120,000
5	120,000

## 特定疾病患者等激励金支給の申請はお済みですか？

市内に住所を有し、11月1日現在で特定疾患医療、小児慢性特定疾患医療および人工透析を受けている方に、中野市特定疾病患者等激励金を支給します。

支給額（年額）は非課税世帯で1万円、課税世帯で5千円です。

支給要件および申請手続きに必要な書類については、広報なかの10月号に掲載してあります。

詳細およびご不明な点などは福祉課障害福祉係までお気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先  
市役所福祉課障害福祉係  
☎(22)2111(内線294)

## もみじ祭り開催

秋の風を感じてみませんか。大勢の皆さんのお越しをお待ちしております。

市内の施設や特産物をより広く皆さんに知っていただくため、「もみじ祭り」を開催します。

期日 11月13日(日)  
時間 午前10時～午後2時30分  
会場 道の駅「ふるさと豊田」  
内容 特産のキノコと豊田農産物加工施設のみそを使ったきのこ汁の提供、おやき・アップルパイ・地元農産物の販売、毎回大好評の餅つき体験や豊田もみじ太鼓の演奏などの各種イベントを開催します。

主催 もみじ祭り実行委員会

問い合わせ先  
もみじ祭り実行委員会事務局  
(豊田支所地域振興課振興係内)  
☎(38)3111(内線141)



昨年の様子

## 中野市公共施設白書を作成しました

市では、市民の皆さんに市の公共施設の現状をご理解いただき、これからの公共施設のあり方を考えていく資料として、中野市公共施設白書を作成し、市公式ホームページで公表しています。

問い合わせ先  
市役所政策情報課行政管理係  
☎(22)2111(内線401)

## 教育委員会だより

No.55 編集／中野市教育委員会

平成23年度

### 姉妹都市交流「学校新聞特派員事業」報告

調査地 姉妹都市「茨城県北茨城市」  
市の鳥(かもめ)・市の木(松)・市の花(シヤクナゲ)・市の魚(アンコウ)  
調査日 平成23年8月6日(出)・7日(日)  
調査員 中野市立高社中学校 上原直斗、宮本雄太、曾我部みらい



▲関本中学校生徒会役員と一緒に

### 北茨城市立

### 関本中学校との交流

宮本 雄太

関本中学校との交流では、関本中学校の生徒会活動や部活動について知ることができました。

交流後、関本中学校の皆さんとバスで移動し、地域の工芸である、ガラス細工体験をしました。グラスを作る部屋はとても暑く、その場にいるだけで汗が出てきました。でも、その中で職人さんたちは毎日作業しているわけです。とてもすごいと思います。



▲野口雨情生家の前で

体験も終わり、関本中学校の皆さんとお別れです。関本中学校の皆さんとはとても仲良くなり、別れのときは寂しかったです。

### 野口雨情さんと

### 中山晋平さんの関わり

上原 直斗

野口雨情さんの出会いは、1919(大正8)年、船頭小唄を作詞し、中山晋平さんに作曲を依頼しました。このころの出会いが始まりとな

り、後に全国各地で開かれた野口雨情さんの講演には、必ず中山晋平さんも同行するという深く、親しい仲になったそうです。

私は、野口雨情さんについて取材してきて、とても心に響いたことがあります。それは、野口雨情さんの孫に当たる人が、「この震災で、日本を見直すきっかけになったように、野口雨情さん、中山晋平さんが残してきた曲にも目を向けて、見返す時がきた。その詞や曲に込められた心を潤す力に目を向けたい。」という言葉です。

大切な文化財として、野口雨情さんの原稿や遺品が残っていてよかったです。

### 東日本大震災後の

### 北茨城市の被害状況

曾我部 みらい

震源地から離れている、北茨城市でも震災の被害は思っていたよりも大きかったことに私は驚きました。

2日目は震災のあった現場などを視察させていただきました。ニュースでは、あまり知られていませんが、地震と津波の被害が大きく、あの日



▲津波によって流された漁船

から5カ月たっていました。が、復興されていない所がたくさんありました。北茨城市では、行方不明者がまだ1名いるそうです。

私たちが滞在している間にも地震が数回あり、今でも、毎日のように地震が続いていることを体で感じました。長野県では地震はあっても近くに海がないので、津波への恐怖はありません。

この東日本大震災で亡くなられた方のほとんどが津波による被害であることを知り、津波の恐ろしさを、この目で知ることができました。

# 消費生活相談

## 消費者トラブルと解決法【第15回】

### 『電話勧誘販売 マンション投資の勧誘』

#### 【事例】

職場に電話がかかってきて、「マンションを購入しませんか？管理すれば儲かりますよ。」と勧誘された。「必要ありません、もう電話しないでください。」とはっきり断ったが、その後も電話がかかってきて困っている。



#### 【解決方法】

- ①業者名や氏名、目的を名乗らせる。
- ②何度も電話がある場合は、一度はっきり断っている旨を伝える。
- ③怒鳴られたり、長時間にわたり勧誘を受けた場合は下記までご相談ください。

#### 【アドバイス】

法律で業者名や氏名、目的を名乗らない勧誘は、禁止されています。また、一度断った者に対し再度勧誘することも禁止されています。

#### 問い合わせ先

市役所市民課生活交通安全係

☎(22)2111 (内線238)

長野県長野消費生活センター

☎026(223)6777

電話医療相談所 ☎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

- インフルエンザの予防法  
A 外出後や食事の前は手洗いうがいを行いましょう。  
B 手洗いは接触による感染を防ぎ、うがいは喉の乾燥を防ぎます。  
C 体の抵抗力を高めるためにバランスの良い食事と、十分な栄養をとるように心がけましょう。  
D 空気が乾燥すると喉の粘膜の防御機能が低下し、感染しやすくなります。加湿器

- 急な発熱(38度以上)・頭痛・筋肉痛・関節痛・全身の倦怠感などのような症状がある場合は、インフルエンザの感染が疑われます。早めに医療機関を受診しましょう。
- 問い合わせ先  
市役所健康づくり課保健医療推進係  
☎(22)2111 (内線242)  
北信総合病院医療安全管理室  
☎(22)2151 (内線5522)

10月20日、長野市のホテルメトロポリタン長野において、「信州なかの・故郷の味お披露目商談会」を開催しました。

「信州なかの・故郷の味お披露目商談会」で中野市産食材をPR!



このイベントは、県内の飲食店関係者をはじめ、多くの皆さんに、中野市自慢の農畜産物や農産加工品などの食材をPRする目的で行われ、市内の18団体が出展しました。会場では、生産者や加工業者の展示商談ブースが設けられ、来場された皆さんは、食材を吟味しながら出展者と熱心に商談していました。中には具体的な取り引きにつながったという方もいました。

また、試食コーナーでは、ホテルメトロポリタン長野の板花総料理長が中野市産食材を使って腕を振るった料理に、会場を訪れた大勢の皆さんが舌鼓を打っていました。



▲お披露目商談会の様子



## 11月には電話医療相談所です

Q 冬に向かいインフルエンザの流行が心配な時期になりました。予防するにはどうしたらよいのでしょうか？

A インフルエンザは、その年により流行の程度に差がありますが、通常11月から12月に始まり、翌年の1月から3月ごろの間に患者が増加します。予防のために生活の中で次のことに気を付けましょう。

○人混みを避け、ウイルスを寄せ付けないようにしましょう。特に体調が悪いときや、乳幼児・高齢者は注意しましょう。外出するときはマスクを着用すると良いでしょう。

○インフルエンザが流行する前に予防ワクチンを接種することで、感染しても軽症で済むことが期待できます。

# きのこ・フルーツ料理コンクール最終審査結果発表

10月15日、中野地域職業訓練センターで「平成23年度我が家の料理大集合きのこ・フルーツ料理コンクール」最終審査会が行われました。本年度は、「えのき水」を使ったきのこ部門62点、フルーツ部門34点の応募いただいた中から書類審査を経た、きのこ部門10点、フルーツ部門5点を料理専門家2人と一般の方17人の審査員が試食し審査しました。審査の結果、各部門3点が優秀作品として選ばれました。最優秀賞のレシピをご紹介しますので、ご家庭などでお試しくささい。

なお、11月12日の産業展会場で、優秀作品の試食会がありますので、ぜひお越しください。

## ☆きのこ部門 最優秀賞☆ 簡単おやつ きのこ入りこねつけ

### 【材料(4人分)】

- エノキタケ 50g ○えのき水 2個
- シメジ 50g ○みそ 大さじ2
- ご飯 300g ○砂糖 大さじ2
- 小麦粉 170g ○油・水 適宜

### 《作り方》 (調理時間：50分)

- ①大きめのボウルにご飯、小麦粉を入れ、エノキタケとシメジは細かく切って入れる。
- ②解凍したえのき水、水を入れよく混ぜる。
- ③手に小麦粉をまぶし、②を小さく小判型にし、中に甘みそをティースプーン1杯入れる。
- ④大きめの鍋でゆでて、フライパンをよく温め、少しコゲ色が付いたら出来上がり。



## ☆フルーツ部門 最優秀賞☆ 米粉蒸しパン

### 【材料(4人分)】

- ブドウ(種なしで皮ごと食せるもの) 1/2房 ○ベーキングパウダー 小さじ1
- リンゴ 1/6個 ○砂糖 20g
- 米粉 120g ○牛乳 60g
- バナナビーンズ 少々
- サラダ油 小さじ1

### 《作り方》 (調理時間：40分)

- ①ブドウは実を水洗いし、2/3を丸ごとミキサーにかける。残りは、小さめの大きさに切る。
- ②リンゴは水洗いし皮をむき、小さめの大きさに切る。
- ③ボウルに米粉、ベーキングパウダー、砂糖を入れ混ぜ合わせ、さらに牛乳と①のミキサーにかけたブドウを入れ、ゴムべらなどでよく混ぜる。
- ④③にバナナビーンズ、サラダ油を加えて混ぜ、カップに分けて①の残りのブドウと②ののせる。
- ⑤蒸し器に入れ、中火で12分程度蒸して出来上がり。



問い合わせ先 市役所売れる農業推進室推進係 ☎(22)2111 内線381

# 青少年の健やかな成長のために



## 11月は「子ども・若者育成支援強調月間」 「青少年に有害な社会環境排除県民運動強化月間」



ルールとマナーを守って  
“ゲータイ”利用

携帯電話には便利な機能やサービスが備えられ、さまざまな場面で使われています。しかし、便利な反面、携帯電話を利用した犯罪はますます悪質化しています。お子さんが利用するに当たってルールやマナーを決めたり、保護者の方が利用方法などを見守る必要があります。この月間を機会に、あらためて親子で話し合ってみてはいかがでしょうか。

- ❖利用ルールを決める
- 利用する時間・料金・場所を守る
- 架空請求メールや知らない人からのメールは無視する
- チェーンメールを転送しない
- ❖利用マナーを決める
- 相手を傷つける書き込みをしない
- チェーンメールを転送しない

❖決めたルールやマナーを守らせる

❖保護者も利用マナーを守る

❖お子さんの使い方や利用時間・料金を定期的にチェックする

❖何かあったら保護者に相談させる

❖フィルタリングサービス（有害サイトアクセス制限サービス）を利用する

※「青少年インターネット環境整備法」により、18歳未満の青少年が購入する携帯電話・PHSには、あらかじめ有害サイトの閲覧を制限する同サービスが設定されています。

※未設定の携帯電話・PHSにも簡単な申し込みで設定が可能です。詳しくは、携帯電話会社にお問い合わせください。

お問い合わせ先  
市役所子育て課青少年未来係  
☎2111（内線357）

お問い合わせ先  
市役所子育て課青少年未来係  
☎2111（内線357）

## ながの子育て家庭優待パスポートの協賛店舗を募集します

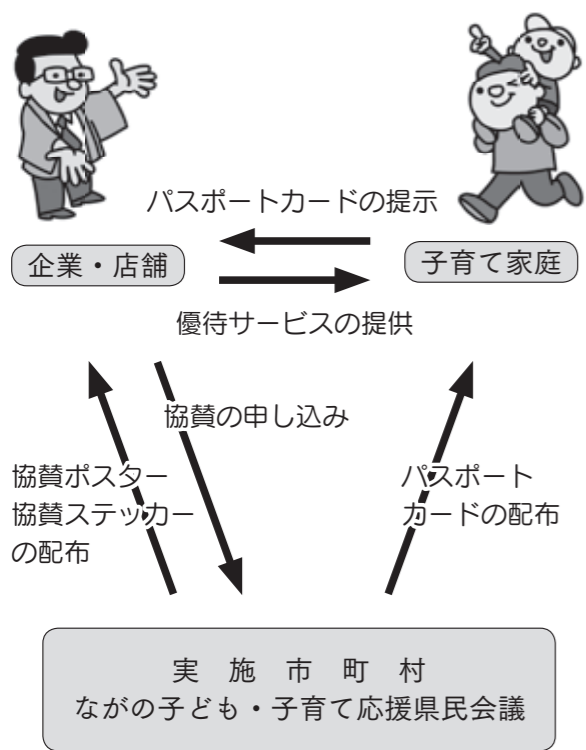
子育てが買物などの際に、割引などの各種サービスが受けられる「ながの子育て家庭優待パスポート事業」を現在ながの子ども・子育て応援県民会議（会長・長野県市町村で実施しています。本市では、平成24年度からこの事業に参加する準備を進めており、「地域で子育て家庭を支える」という本事業の趣旨に賛同いただける協賛店舗を募集します。

応募要件 子育て家庭の買物などの際に、割引などの優待サービスを提供していただきます。

優待サービス内容は、店舗が自由に設定できます。

※サービス内容例  
①商品の割引 ②ポイント倍増 ③子どもにドリンクサービス ④駐車スペースの優遇 など

募集期間 12月16日（金）まで  
※以後随時、申し込みを受け付けます。



## 子育て支援センター 11・12月の行事予定

子育て支援センターでは0歳から就学前のお子さんを対象に、毎月楽しい行事を行っています。お気軽にお出掛けください。

施設名	日時	行事
さくらんぼ (北部子育て支援センター)	11月10日(木) 午前10時30分～	焼き芋大会(参加費100円) ※センター庭にて開催
	11月16日(水) 午前10時30分～	交通安全教室 ゲームで楽しく覚えよう
りんごっこ (中央子育て支援センター)	11月16日(水) 午後2時～	ヒップホップで楽しく踊ろう
	11月25日(金) 午前10時30分～	助産師講座 「子育てのお話」
	12月2日(金) 午後2時～	リズムに合わせてリトミック
うさぎっ子 (豊田子育て支援センター)	11月15日(火) 午前10時30分～	げんきっこ ※西部公民館集合です
	11月21日(月) 午後2時～	料理教室 (託児あり・要予約・参加費200円)

※この他にもさまざまな行事を行っています。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。各子育て支援センターへお問い合わせください。

問い合わせ先  
さくらんぼ ☎(22)6622 (休)日・月・祝日  
りんごっこ ☎(22)2259 (休)日・火・祝日  
うさぎっ子 ☎(38)3012 (休)日・水・祝日

## 11月は「児童虐待防止推進月間」です 守るのは 気づいたあなたの その勇気

- ▶「虐待かな?」と思ったらご連絡ください。あなたの声が子どもを守ります。
- ▶「虐待してしまいそう」と悩んだらご相談ください。一人で悩まないでお電話ください。

※秘密は守ります。匿名でも構いません。

子ども虐待通報・相談窓口  
○子ども相談室 ☎(23)3191  
○長野県中央児童相談所 ☎026(228)0441  
○児童虐待・DV24時間ホットライン ☎0263(91)2410

## 第7回中野市青少年健全育成推進市民集会

広く市民の関心を高め、青少年健全育成運動の一層の推進を図るため、第7回中野市青少年健全育成推進市民集会を開催します。

期日 11月27日(日)  
時間 午前9時30分から  
会場 長野県中野勤労者福祉センター  
テーマ「伸びよう 伸ばそう 青少年」  
内容

- ◆平成23年度「明るい家庭・地域を築くための作文」入賞者表彰および優秀作品発表
- ◆青少年による活動発表  
長丘保育園、平野小学校、南宮中学校、中野立志館高等学校
- 主催 市青少年健全育成推進市民集会実行委員会  
主管 市、市青少年育成委員会、市青少年健全育成会  
連絡協議会



▲昨年の様子

問い合わせ先  
市役所子育て課青少年未来係  
☎(22)2111 (内線357)



## 市民教育懇話会

### ▶市民の皆さんから広く意見をお聞きしました

教育を取り巻くさまざまな問題の中から「学力と教育環境の向上」をテーマに10月18日、北部公民館で市民教育懇話会を開催しました。

当日は、市教育委員会から教育行政についての説明があった後、参加者から児童減少に伴う学校統合など、多くの意見が出されました。

この市民教育懇話会は、中学校区単位の4会場で開催しました。



## 信州 なかののシンボル



# NAKANO スナッツ

## 中野市社会福祉大会

### ▶福祉の心を歌に込め熱唱する桑名さん

10月8日、長野県中野勤労者福祉センターにおいて、「ふれあいと思いやりの福祉のまちづくり」の実現を目指して、市社会福祉協議会主催の第7回中野市社会福祉大会が開催されました。

当日は、記念講演として「不良親父のボランティア」と題し、ミュージシャンで車椅子バスケットチームを主宰する桑名正博さんと大阪市障害者スポーツセンター振興部次長の高橋明さんがお話しされました。



## 人権センターまつり

### ◀報道番組の裏話を交え講演する杉尾さん

10月8日、中野市人権センターを主会場に人権センターまつりを開催しました。当日は、センターの各種教室参加者や各種団体の皆さんが制作した作品、児童生徒による人権啓発ポスターの展示のほか、生活雑貨や農産物のチャリティー販売などが行われました。

また、「報道と人権～ニュースの現場から～」と題してTBSテレビ報道局の杉尾秀哉さんが、ニュース現場での人権との関わりなどをお話しされました。



## 健康づくりフェスティバル

### ▶認知症予防について講演する渡辺さん

10月15日、中野保健センターにおいて、「健康は家族の幸せみんなの願い」をテーマに、2011健康づくりフェスティバルを開催しました。当日は、健康に関する各種相談や測定などが行われ、大勢の方が訪れました。

また、日本福祉大学中央福祉専門学校専任教員の渡辺哲雄さんを講師に迎え、「～あなたは認知症予防していますか～認知症になった波平」と題して、講演会が行われました。



## 市の施設見学

### ◀消防ポンプ自動車の説明を受ける参加者

広報広聴事業の一環として10月14日、市の施設見学を実施し、21人が参加して5施設の見学を行いました。

当日、午前は岳南広域消防本部、高野辰之記念館を見学した後、北部学校給食センターで給食を試食し、午後は東山クリーンセンター、「秋のバラまつり」が開催されている一本木公園を見学しました。

また、アンケートを実施し、市政に対する意見などをお聞きしました。



### 表紙の説明

## ふれあい地域食材の日

10月21日、平岡小学校において、子どもたちに安全で安心な地域の農産物を使った学校給食を通して、食と農業への関心を高めてもらうため、「ふれあい地域食材の日」事業を開催しました。

当日は、生きがい農業者の会、学校給食センター、JA中野市販売営業室の方々から、児童たちに農産物の生産や販売、学校給食について説明があった後、一緒に給食を食べながら交流しました。



## なかの巡りEYEウォーク

### ◀「山道を歩こうコース」に参加した皆さん

10月22日、市街地のにぎわいの創出と観光資源（歴史・文化・自然・農産物）の認知度を高め、中野市の観光振興を図ることを目的に、「みち（参道・山道・美知）を歩こう第3回なかの巡りEYEウォーク」が開催されました。

当日は3つのコースに90人が参加。観光ボランティアの案内で市内名所やイベントを巡り歩き、中野の魅力を存分に味わっていました。



お客様に納得いただける  
 お気に入りの一着を  
 お探しします。

このコーナーでは、市内で働く元気でフレッシュな皆さんを紹介していきます。  
 今回は、市内の老舗呉服店に勤務している海谷実里さんにお話を伺いました。

— どのような仕事をされていますか？  
 お客様に商品の説明やご案内をしたり、試着では振り袖や訪問着などの着物を洋服の上から着付けして差し上げています。  
 展示会はもちろん週に一回は必ず着物を着て接客します。お客様に「すてきね。」と褒めていただいたときはとてもうれしいです。



— どの仕事を選んだ理由は何ですか。  
 美容専門学校に通っていたときに着付けの授業があり、着物に興味を持ちました。また、人と接する仕事がしたいと思っていたので、お客様との会話を楽しみながら仕事をしています。

— 今後の抱負をお願いします。  
 着付け講師の資格取得を目指して頑張ります。



海谷 実里 さん  
 【南間長瀬・23歳】

# 未来への挑戦

信州中野の魅力を伝える

○きっかけ・取り組み

平成22年8月に観光協会が主催したボランティア講座の受講生が主体となり、信州なかの観光協会内にガイド部会を立ち上げました。  
 部会は、市街地の観光ガイドなどを行うことを目的に、現在、会員は21人(男性10人・女性11人)で活動しています。毎月、第3土曜日に学習会を開き、中野の歴史、文化、風土などを勉強し、部会員の資質向上を図っています。  
 また、ガイド研修を9月に上田市



▲なかの巡りEYEウォーク

第11回



信州なかの観光ガイド部会  
 部会長 郷道 隆昭さん

で、10月に上越市で行い、スキルアップに取り組んできました。  
 今年の主な活動は、なかのバラまつの期間中に合わせて行った「うた声バス」ツアーでの車中ガイドと「なかの巡りEYEウォーク」でのガイドです。ガイドを行う際には、それぞれの個性を生かすよう努めています。市街地ガイドを希望される場合は、随時、観光協会でご受け付けを行っていますので、お気軽にお申し込みください。  
 また、老若男女を問わず会員を募集しています。

○目標  
 会員数30名程度を目標に会員を増やし、部会の継続と観光の発展を目指していきたいと思えます。

## 市民リレーインタビュー 走者 キャッチボール

No.50  
 唐木 文世さんから紹介された



滝沢 俊行 さん  
 (飲食店経営・小田中)

①自己紹介  
 市内で妻と二人、飲食店を営んでおり、昼はカフェ、夜は洋風居酒屋として営業しています。休日は、バイクチームの仲間とツーリングを楽しんでいます。愛車は、ヤマハ『ルネッサ』です。

②今後チャレンジしたいこと  
 少しずつ書きためている小説があり、完成したら出版社に持ち込みたいと思っています。小説家デビューが夢です。

③これからのまちづくりに望むこと  
 やる気のある若者が活躍できる場がほしいです。

## 弁護士になって、人助けしたい



平岡小学校 6年  
 塚田 柁平さん

ぼくの将来の夢は、弁護士になっていろいろな人を助けることです。  
 なぜかという、以前テレビなどで、「〇〇さんは犯人じゃなかった。」とか、「警察の人の調べがまちがっていた。」などというものを見たからです。  
 ぼくは、そういう人達を見てかわいそうだなと思いました。本当はやっていな

いかもしれないのに、みんなから「あいつがやったんだ。」とか、「あいつのせいだ。」とか、言われるのはやってない人にとって、とても傷つくことだと思います。  
 弁護士になって、そういう本当は犯さずにしている人達をさばいばいなど助けてあげたいです。そうすれば、本当にやってない人の罪も晴れるし、また真犯人が見つかることがあるかもしれません。だから、ぼくは将来弁護士になって、たくさんの人達をさばいばいなどで助けたいです。



No.79

広報クイズ  
 ■今月のプレゼント  
 《北茨城市特産品》  
 あんこう揚げ入り  
 さつま揚げセット  
 ……2名

問題  
 「中野市  
 〇〇〇〇白書」  
 を作成しました

クイズの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名を記入の上、日ごろ感じていることを書き添えて、次の宛先まで送付してください。  
 締め切り 11月25日(金)必着  
 ※当選はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

(住所記載不要)  
 383-8614  
 中野市役所  
 庶務課秘書広報係 行所  
 住所・氏名・年齢・電話番号・世帯主  
 切手

### ツキノワグマにご注意！

冬を迎えるこの時季は、クマが冬眠に備え、餌を求めて広範囲に活動しています。

クマとの遭遇による人身事故を防ぐため、山際の耕地や道路、山林内では、次の点にご注意ください。

- \* クマの活動が活発な朝・夕の行動は避ける
- \* クマのふんや足跡などを見つけたら引き返す
- \* 笛、ラジオ、鈴を携帯する
- \* 子グマを見たら立ち去る

☎ 農政課耕地林務係（内線251）

### 狩猟に伴う事故にご注意

狩猟期間は、毎年11月15日から翌年2月15日までです。ただし、ニホンジカ・イノシシ捕獲用のおり・わなを利用した狩猟は、3月15日までです。

事故防止のため、山林内に近づく場合は、次の点にご注意ください。

- \* 山林内では、見通しのよい道を利用し、明るく目立つ服装やラジオを携帯するなど、狩猟者に自分の存在を知らせるよう心掛けてください。
- \* 狩猟者に出会ったら、付近の状況などを知らせてください。

☎ 農政課耕地林務係（内線251）

### としょかんプチ☆キネマ

毎月第1水曜日と第3日曜日にビデオ上映会を開催しています。

皆さん、お気軽にお出掛けください。

- ①日時 11月20日(日) 午後2時から
- 内容 ミスター・ベースボール
- ②日時 12月7日(水) 午後4時から
- 内容 サングラスをかけた盲導犬ほか

会場 市立図書館2階 AVホール

入場料 無料

☎ 市立図書館 ☎(26)5841

### なかの「おすみちゃん」販売

「おすみちゃん」に含まれている有機分は土壌改良に役立ちます。皆さん、ぜひご利用ください。

#### 11月の販売日

9日(水)、16日(水)、20日(日)、30日(水)

※12月、1月の販売は行いません。次回は、平成24年2月15日(水)から販売を再開します。

販売時間 午前9時～11時30分

販売場所 中野浄化管理センター

#### 販売価格（税込み）

- 1袋(15kg)200円、バラ(300kg)1,500円、バラ(500kg)2,500円
  - ※バラ売り(袋無):要予約(10日前)
  - ※肥料には、放射性物質が含まれますが、国の基準以下の製品です。
- ☎ 上下水道課下水道係（内線283）

有料広告欄


RF 募集中

医療分野の経験は問いません。最先端医療機器にまつわる業務を通じて、専門性の高い技術を取得いただけるお仕事です。

①常駐製造業者  
当社スペースと設備をお貸ししての「工場内外注スタイル」最先端医療機器の製造

②ソフトウェア開発（個人でも可）  
主に医療向けソフト、プログラミング。在宅ワーク可

③長野本社・全国店舗スタッフ<正社員>  
営業・生産・開発・資材・総務・経理・管理・広告・広報など、各職種で募集中（詳しくはwebページまたはお近くのハローワークでもご確認いただけます）



会社情報はこちらからご覧いただけます。

お問い合わせ TEL:026-225-7700

(受付時間:平日10:00～19:00)  
http://www.rfssystemlab.com

### 「女性に対する暴力をなくす運動」期間

毎年11月12日から11月25日までは「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。

また、25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」です。

夫やパートナーからの暴力（ドメスティックバイオレンス）、性犯罪、売買春・人身取引、セクシュアルハラスメント、ストーカー行為など、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。

この運動期間をきっかけに、女性に対する暴力について考え、暴力のない社会づくりをすすめてみましょう。

市では、ドメスティックバイオレンスをはじめ、あらゆる悩みの相談に応じるため、女性相談窓口を設置しています。

秘密は厳守されますので、ご相談ください。

相談窓口 毎週月・水・金曜日（祝日・休日を除く）

電話相談 午前9時～午後5時 ☎(23)4810

面接相談 午前9時から午後5時 【予約が必要です】

相談場所 中野市人権センター ※詳しくはお問い合わせください。

☎ 男女共同参画推進室(内線254)

有料広告欄

### 小規模企業共済制度 経営セーフティ共済制度

#### 小規模企業共済制度

「現役引退後の生活資金に不安があるので何か良い制度はないか」「年金を受け取る前に廃業（会社解散）したときに備えて資金を確保しておきたい」などといった小規模企業者の悩みに対応する制度です。

#### 経営セーフティ共済制度（中小企業倒産防止共済制度）

中小企業が取引先企業の万一の倒産に備えてあらかじめ掛け金を積み立て、売掛金債権などが回収困難になった場合に共済金を借り入れることができる制度です。

※制度の内容や資料請求など、詳しくはお問い合わせください。

☎ 独立行政法人中小企業基盤整備機構共済相談室

☎050(5541)7171

### 一人でも雇ったら入ろう労働保険

労働保険（労災保険・雇用保険）未加入の事業所を解消するため、11月を「労働保険適用促進強化期間」とし、全国一斉に加入促進運動を行っています。

労働保険は、労働者を一人でも雇用していれば、原則として業種・規模を問わず、事業主は加入手続きを行い、労働保険料を納付しなければなりません。

未加入の事業主の皆さんは、一日も早く加入しましょう。

※詳しくはお問い合わせください。

☎ 飯山公共職業安定所 ☎0269(62)8609

### 「ねんきんネット」サービス開始 —市役所で年金の加入記録を確認できます—

「ねんきんネット」は、いつでもご自身の年金加入記録をインターネットで確認することができるサービスです。

インターネットを利用できない方は市役所市民課国民年金係の窓口でも年金記録をご確認いただけるようになりました。

確認できる年金加入記録 ①公的年金制度（国民年金・厚生年金保険・船員保険）の加入履歴②国民年金保険料を納めていただいた状況③厚生年金保険に加入していたときの会社名、標準報酬月額、標準賞与額—など

市役所窓口での年金記録の申請に必要なもの ①年金手帳・ねんきん定期便など、基礎年金番号・照会番号がわかるもの②運転免許証・パスポートなどの顔写真付き証明書で本人が確認できるもの（写真付きでない場合は、健康保険証など2種類以上の証明書）③印鑑④本人以外の方が申請する場合は、本人自筆の委任状と代理人の本人確認書類

受付時間 月曜日から金曜日の午前9時から午後5時まで（祝日、12月29日から1月3日を除く） ※詳しくはお問い合わせください。

☎ 市民課国民年金係（内線237）

### お店選びは「Sマーク」登録店を！



「Sマーク」は、厚生労働大臣が認可した「標準営業約款制度」に基づき登録され、消費者に「安全・安心・清潔」を約束した信頼できるお店であることを証明するものです。

現在、理容・美容・クリーニング・めん類飲食店・一般飲食店で導入されています。

☎ 財団法人長野県生活衛生営業指導センター

☎026(235)3612



### 資源物の特別回収を行います

- ごみの減量・再資源化を一層進めるため、「資源物の特別回収」を行います。
- ★回収場所で回収できないと判断されたものは、お持ち帰りください。
- ★前夜・早朝など指定時間以外の持ち込みは禁止です。
- ★中野市以外からの持ち込みは固くお断りします。

回収日	会場	時間	回収品目
「資源物の日曜回収」 11月27日(日)	原信中野店	午前10時～ 午後1時	段ボール、新聞紙、雑誌・雑がみ、びん、ペットボトル、食用油、古着・古布
「資源物の日曜回収」 12月18日(日)	ベイシア中野店		

食用油・・・家庭で使用した天ぷら油で、液体状のものに限ります。  
古着・古布・・・ナイロン製品・中綿入り製品・セーターなどは回収できません。  
びん・ペットボトル・古紙・・・月1回の資源物収集の分別方法と同様です。  
☎ 環境課衛生係 (内線245)

### 消費生活講演会

電力供給に関心が高まっている中、家庭での節電は重要な取り組みの一つとなっています。そこで、省エネに関する知識を学び、家庭で出来る節電方法を身につけていただくための講演会を開催します。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。  
期日 11月21日(月)  
時間 午後1時30分～3時30分  
会場 市民会館41号会議室  
テーマ 楽しい家庭の省エネ術  
講師 NPO法人CO2バンク推進機構 省エネアドバイザー 水上 則男 氏  
参加料 無料  
☎ 市民課生活交通安全係(内線238)

### 働く婦人の家 利用者の会フェスティバル

サークルの皆さんが制作したさまざまな作品の展示や発表会、陶芸作品の販売を行います。  
ぜひご観覧ください。  
期日 11月12日(出)、13日(日)  
時間 午前9時～午後5時(13日(日)は午後4時まで)  
会場 働く婦人の家  
陶芸の販売 13日(日) 午前11時～  
発表会 13日(日) 午後1時～3時(箏、ハワイアンフラ、太極拳、社交ダンスなど)  
☎ 働く婦人の家 ☎(22)2974

### 消防団フェスティバル&音楽隊定期演奏会

消防団の活性化と地域の皆さんに火災予防への理解と協力を深めるため消防団フェスティバルと音楽隊定期演奏会を開催します。大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。  
期日 11月13日(日)  
時間 午前10時～午後3時30分  
場所 市民会館ホール、駐車場  
内容 午前10時～消防車両・住宅用火災警報器・AEDの展示、正午～消防団フェスティバル(きのこ汁、焼きそばのサービスなど)、午後1時30分～音楽隊定期演奏会(ふるさと太鼓合同演奏、ラッパ隊吹奏)  
☎ 消防課消防係 ☎(22)3386

### 高速道路を安全・快適に「交通安全講習会」

NEXCO東日本長野管理事務所では、高速道路での事故防止を目的に「交通安全講習会」を開催します。  
期日 11月中の平日で希望する日  
講習時間 約2時間  
会場 上信越自動車道 長野IC  
対象 高齢者や地域住民の方などで構成する10～40人程度の団体  
受講料 無料  
共催 長野県高速道路交通警察隊  
☎ 東日本高速道路(株)関東支社長野管理事務所 ☎026(278)7726

### 自動販売機設置業者を募集します

市が管理する施設に自動販売機を設置する事業者を募集します。設置を希望される方は、応募資格関係書類を期間内に提出してください。  
設置期間 平成24年4月1日から3年間(予定)  
書類提出期間 11月28日(月)～30日(水)  
応募資格関係書類 市役所財政課にて配布するほか、市公式ホームページからもダウンロードできます。  
※詳しくはお問い合わせください。  
☎ 財政課管財係(内線222)

### 法務局なんでも相談所

土地・建物の相続や贈与などの登記に関すること、土地の境界に関すること、戸籍の届け出や帰化申請に関すること、人権に関することなど、お気軽にご相談ください。  
期日 11月27日(日)  
時間 午前10時30分～午後3時30分  
会場 長野市新田町1485-1 長野市もんぜんぷら座8階  
※秘密は厳守されます。  
☎ 長野地方法務局 ☎026(235)6611

### 防衛省からのお知らせ

防衛省では、高等工科学校生徒を募集しています。  
概要 将来、陸上自衛隊のハイテク装備の整備・運用する専門技術者および国際社会においても自信を持って対応できる自衛官となる方を育成するため、中学校卒業者などを対象に採用する制度  
資格 15歳以上17歳未満の男子  
受付 平成24年1月6日(金)まで  
試験 一次～平成24年1月14日(土) 二次～平成24年1月28日(土)から31日(火)までのいずれか1日  
※受験手続きなど詳しくは、直接お問い合わせください。  
☎ 自衛隊長野地方協力本部長野地域事務所 ☎026(235)6026

### 長野県行政書士会による無料相談会

長野県行政書士会では、日常生活に関する無料相談会を開催します。ご相談ください。  
期日 11月16日(水)  
時間 午前10時30分～午後3時  
会場 長野市南県町1009-3 長野県行政書士会館  
相談内容 ①各種許認可申請手続き ②相続・遺言の手続き③各種契約書、権利義務関係などの手続き④成年後見など日常生活における諸手続き  
※電話による相談も受け付けます。  
☎ 長野県行政書士会 ☎026(224)1300

### 巡回労働相談が行われます

長野県では、皆さんが抱える労働問題について、公正・中立な立場から、労働相談員が相談に応じます。なお、秘密は厳守されます。  
日時 ①11月16日(水) 午後5時30分～8時30分 ②12月13日(火) 午後1時30分～4時30分 ③平成24年1月18日(水) 午後5時30分～8時30分 ④平成24年2月15日(水) 午後1時30分～4時30分  
会場 勤労青少年ホーム2階会議室  
相談内容 急に賃金を下げられた、年休を取らせてもらえない、残業代を払ってくれない、職場の人間関係で悩んでいる、退職するように言われたが納得できない～など(※就職先の紹介などはできません。)  
対象 市内および周辺市町村に在住または在勤の方  
申込方法 直接電話でお申し込みください。(事前に予約が必要です)  
☎ 長野県北信労政事務所 ☎026(234)9532

### 司法書士会による労働問題電話無料相談

長野県司法書士会では、11月23日(水)の「勤労感謝の日」に合わせ、無料電話相談を実施します。  
賃金未払いやサービス残業など、労働に関するトラブルを抱えた方々のご相談に司法書士が無料でお応えしますので、ご利用ください。  
期日 11月23日(水)  
時間 午前10時から午後4時まで  
☎ 全国一斉労働トラブル110番 ☎026(232)7499  
※詳しくはお問い合わせください。  
☎ 長野県司法書士会 ☎0263(24)0080

### 土地家屋調査士が行う無料相談会

期日 11月26日(土)  
時間 午後1時～4時30分(相談は1人30分程度で、受け付けは午後4時まで)  
会場 市民会館44・45号会議室  
相談内容 ①土地の境界に関するトラブル②土地建物に関する登記などに関すること  
予約 混雑が予想されますので、事前にご連絡ください。  
問い合わせ・予約先 長野県土地家屋調査士会事務局 ☎026(232)4566

### 人権・悩みごと相談所

12月4日(日)から12月10日(土)の人権週間に合わせ「人権・悩みごと相談所」が開設されます。  
不当な差別や虐待、いじめなどの人権問題、離婚や相続などの家庭問題など、日々の暮らしの中での困り事や悩み事がありましたら、お気軽にご相談ください。  
期日 12月6日(火) 時間 午前9時～午後3時  
会場 中野市人権センター 相談員 人権擁護委員  
※相談は無料で秘密は厳守されます。  
☎ 長野地方法務局飯山支局 ☎0269(62)2302

**「広報なかの」「市公式ホームページ」 広告募集中!**  
次回申込期限 11月30日(水) 午後5時15分  
広報なかの掲載号 平成24年1月5日発行の1月号から  
市公式ホームページ掲載日 平成24年1月1日から  
※詳細は、庶務課秘書広報係(内線212または400)へ。  
市公式ホームページ  
http://www.city.nakano.nagano.jp/kokoku/index.htm  
にも掲載しておりますのでご覧ください。  
～暮らしに役立つ広告をお待ちしています～

## 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)

# 保健だより

- 中野市健康づくり課 ☎22-2111  
(内線242・368)
- 豊田支所地域振興課 ☎38-3111
- 休日緊急診療所(中野保健) ☎23-2255

## ☆わが家のアイドル☆



すのはら きり  
春原 妃里さん

(3歳1か月)

活発な女の子で、お友達とおままごとをして遊んでいます。好きな食べ物は白いご飯です。

元気にすくすく育ってくればと思います。

(春原秀康・さやかさん 吉田)

## 予防接種

持ち物/母子健康手帳、予診票

BCG (接種年齢は3~6か月未満の乳児)

期日/11月15日(火)

受付時間/午後0時45分~1時15分

会場/中野保健センター

対象/平成23年7月生まれ

※3か月児健診時に行います。

三種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風)

受付時間/午後1時~1時40分

<中野保健センター>

12月8日(木)・・・日野、延徳、平野、高丘、平岡

9日(金)・・・中野、長丘、科野、倭、豊田

対象・接種方法

1期初回=3か月~1歳未満

(20~56日の間隔で3回接種)

1期追加=1歳6か月~3歳未満

(初回3回目終了後12~18か月の間に1回)

≪7歳6か月未満まで接種可≫

麻しん・風しん混合(はしか・三日はしか)

対象・接種方法

第1期=生後12~24か月未満

第2期=5歳以上7歳未満で、

就学前の1年間(平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれ)

第4期=高校3年生に相当する年齢の者(平成5年4月2日~平成6年4月1日生まれ)

※対象者は無料で接種が受けられますので、接種される前月に実施医療機関へ予約してください。

## 乳幼児健康診査

受付時間/午後0時45分~1時15分

会場/中野保健センター

持ち物/母子健康手帳、オムツ、バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3か月健診	11月15日(火)	23年7月生
7か月健診	11月16日(水)	23年3月生
1歳6か月健診	11月18日(金)	22年4月生
2歳児健診	11月14日(月)	21年10月生
3歳児健診	11月17日(木)	20年10月生

※都合の悪い場合は、翌月お出掛けください。

## マタニティクラス

期日/12月1日(木)

時間/午前9時45分~11時45分

会場/中野保健センター

内容/妊娠の経過と起こりやすい

異常、妊婦体操、妊産婦の栄養(試食あり)

※3日前までに予約が必要です。

## 育児教室

期日/12月5日(月)

時間/午後1時15分~3時30分

会場/中野保健センター

対象/8~10か月児

内容/むし歯予防とアゴの発育の話、離乳食の話(試食あり)

※3日前までに予約が必要です。

## 日本脳炎

日本脳炎の1期・2期の接種が終了していない平成7年6月1日~平成19年4月1日生まれの方が、接種を受けることができるようになりました。

ご希望の方は、健康づくり課へお問い合わせください。

## 心の健康相談

①精神神経科医師、②精神保健福祉士が相談に応じます。(無料)

期日/①11月10日(木)

②12月8日(木)

時間/①午後3時~5時(予約制)

②午後2時~4時(予約制)

会場/中野保健センター

※希望者は相談日の2日前までに健康づくり課へお申し込みください。

## 大腸がん検診容器返却のお願い

大腸がん検診が終了しました。申し込みをしたが、都合により受診されなかった方で、未開封の検診用容器をお持ちの方は、12月28日(水)までにお近くの保健補導員、中野保健センターまたは豊田支所地域振興課へご返却ください。

ご協力をお願いします。

## 200・400ml 献血にご協力を

期日/11月22日(火)

時間/午前9時30分~11時30分

会場/市民会館45号会議室