

広報 なかの

平成17年

9

No.6

目次 CONTENTS

- 災害に対して日ごろから備えを!! 2 ~ 5
- 8月の臨時市議会報告 6
- 新市誕生「元気まつり」開催 7
- 晋平・辰之メモリアル 8
- 姉妹都市仙台市現地レポート 9
- 介護保険制度が10月から一部変わります 10
- 千曲川周辺の野鳥観察会 11
- 2005冬中野市ギフト商品募集 12
- 平成17年度高齢者祝賀事業について 13
- 平成17年度後期介護予防講座のご案内 14
- まちのできごと写真館 16
- みんなのひろば 18
- お知らせ 20
- 健康だより 24
- 交差点 1 ~ 4
- 文化なかの 1 ~ 6



中野市豊田地域成人式の記念行事

災害に対して 日ごろから備えを!!



▶豊田地域に発生した土砂災害により、宙に浮いたJR飯山線昨年10月の台風23号



▶昨年の台風23号で中野地域と豊田地域を結ぶ橋が分断

地震に備えよう

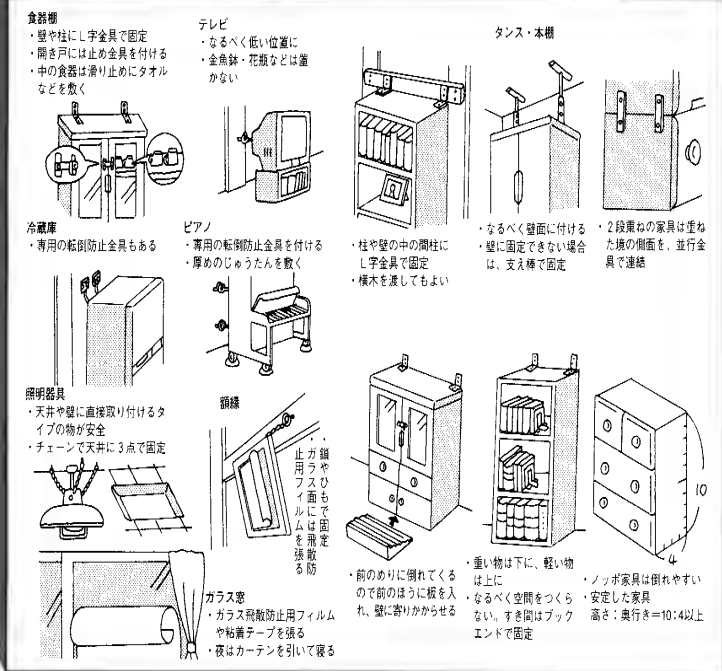
災害の中で、いつ起こるか分からないのが「地震」です。地震から身を守るためには、日ごろから、準備しておくことが大切です。

次期『地震対策の10力条』をご覧ください。いざという時のために備えましょう。

地震対策10力条

- 一、家具類の転倒・落下防止をする
 - ・家具やテレビなどを固定し、転倒や落下防止措置をしておく。
 - ・けがの防止や避難に支障のないように家具を配置しておく。
- 二、けがの防止対策をする
 - ・避難に備えてスリッパやスニーカーなどを準備し、停電に備えては懐中電灯をすぐに使える場所に置いておく。
- 三、家屋や塀の強度を確認する
 - ・家屋の耐震診断を受け、必要な補強をしておく。
- 四、消火の備えをする
 - ・小さな揺れの時には、火の始末をする習慣をつけておく。
 - ・火災の発生に備えて消火器の準備や風呂の水のくみ置きをしておく。
- 五、火災発生の防止対策をする
 - ・普段使用しない電気器具は、差込プラグをコンセントから抜いておく。
 - ・電気やガスに起因する火災発生防止のため感震ブレーカー、感震コンセントなどの防災機器を設置しておく。
- 六、非常持出品を備える
 - ・非常持出品は、置く場所を決めて準備しておく。
- 七、家族で話し合う
 - ・地震が発生した時の出火防止や初期消火など、家族の役割分担を決めておく。
 - ・家族で避難場所や避難経路を確認しておく。
- 八、防災環境を把握する
 - ・地域の防災マップに加えて、わが家の防災マップを作っておく。
 - ・自分の住む地域の地域危険度を認しておく。
- 九、過去の地震の教訓を学ぶ
 - ・消防署などが実施する講習会に参加し、過去の地震の教訓を学ぶ。
- 十、知識・技術を身につける
 - ・日頃から防災訓練に参加して、身体防護、出火防止、初期消火、救出、応急救護、通報連絡、避難要領などを身につけておく。

固定方法は、
家具や壁の種類によって工夫しましょう。



地震による火災発生を防ぎましょう

地震で恐いのは「火災」の発生です。まずは身の安全を確保し、揺れがおさまったら、火を消しましょう。

なお、地震には余震が発生しますので、限られた機会に確実に火を消し、災害の拡大を防ぎましょう。

消火する三つの機会

小さな揺れを感じたら
最初の地震は、それほど強い衝撃ではないはず。すぐ「グラツ」とき、その2、3秒の瞬間をとらえ、

使用中の火を消しましょう。

大きな揺れがおさまったら

大きな揺れの時は、火を消すことが困難です。いったん、机の下などに身を伏せ、「揺れ」がおさまるのを待ってから火を消しましょう。

出火してしまったら

もし出火しても、1〜2分程度であれば、火は燃え広がっていないため、近くにある消火器具等で早急に火を消しましょう。



風水害に備えよう

大雨(豪雨)・台風、洪水などの「風水害」は、突然やってくる災害ではありません。日ごろから準備や備えをすることにより、災害の防止に役立ちます。

次の風水害に対する注意事項や普段からの心得などの災害に対する意識や対応を、いざというときのために準備しておきましょう。

風水害に対する注意事項

- ・テレビやラジオで、台風の多い時期や梅雨時期には、警報・注意報、そして災害の情報に注意しましょう。
- ・非常持出品を準備しておきましょう。
- ・警報が出ているときは、むやみに外出しないようにしましょう。
- ・万が一の時のために、家族で災害が発生した場合の対策や避難場所などを確認しておきましょう。

普段からの心得

排水溝(下水溝)のごみや泥を取り除き、水はけを良くしておく。屋根、外壁、窓ガラス、ブロック塀などを普段から点検しておく。不備な箇所は補修しておく。煙突、アンテナ、看板などは、針金などを使って補強しておく。電気の引込線のたるみや破損は、火災や感電の危険があるので、電力会社に連絡する。



昨年の台風23号での救出の様相(豊田地域)

停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオと予備の電池を準備しておく。住宅付近の地形や道路・施設などの状況をよく見て、危険箇所や避難場所を確認しておく。

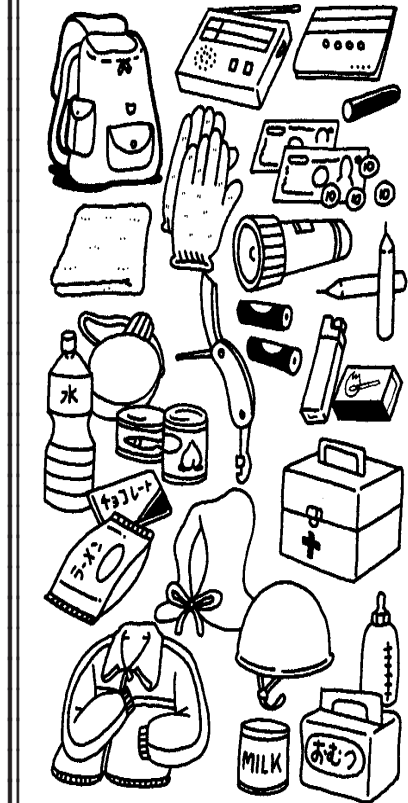
大雨・台風が接近した場合の備え

停電などに備えて懐中電灯やラジオを、あらかじめ手元に用意しておく。ベランダにある植木鉢、物干し竿など、飛散の危険が高いものは室内に取り込んでおく。がけ地付近の人は、大雨が続くと地盤がゆるみ、がけ崩れの起こる恐れがあるので十分注意する。川の近くに住んでいる方は、水かさ

非常持出品の準備を!

非常持出品は一つの袋にまとめて、あらかじめ用意しておきましょう。

- ・食料品(缶詰、チョコレート等)
- ・飲料水(ミネラルウォーター)
- ・衣類、下着類、靴下、手袋
- ・雨具、防寒具、帽子、ヘルメット
- ・懐中電灯、携帯ラジオ、乾電池
- ・救急医療品
- ・小物類(缶切り、ナイフ、ライター、ろうそく、筆記用具等)
- ・タオル、ウェットティッシュ等
- ・現金、貴重品等
- ・乳幼児のいる家庭の方は…
- ・ほ乳びん、粉ミルク
- ・おむつ
- ・保存のきくおやつ



土砂災害から身を守りましょう

土砂災害は、一旦発生してしまうと逃げるのが難しいため、人命に被害を及ぼす可能性の高い自然災害です。

土砂災害から身を守るためには、発生する前に、自然が見せる普段と違った現象(前兆現象)を発見し、自主的に危険な場所から離れる、すぐに避難することが重要です。土砂災害の前兆現象に注意し、早めの避難を心がけましょう。

土砂災害の前兆現象

- (1) 雨が降り続けているのに川の水位が下がる
- (2) 川の流れがにごり、流木が混ざりはじめる
- (3) 山鳴りがする
- (4) 斜面から水がふき出す
- (5) 地面にひび割れができる
- (6) 沢や井戸の水がにごる
- (7) 小石がパラパラ落ちてくる

防災行政無線の情報にご注意ください

市では、市内に設置した百三十三基の防災行政無線の屋外スピーカを通して、市民の皆様へ大切な情報の放送を、随時行っております。

この防災行政無線は、住宅地のほぼ全域へお伝えすることは可能ですが、風向き、湿度、住宅の構造、スピーカの方向、交通状況などにより聞こえにくい場合があります。

チャイムが聞こえた場合には、窓を開けたり、聞きやすい場所へ移動するなど、放送内容を耳を傾けていただきますようお願いいたします。

設置されている屋外スピーカ



また、屋外スピーカからの放送内容が聞き取れなかった場合には、電話や中野市公式ホームページから左記の方法で確認することができます。ですので、どうぞご利用下さい。

電話から

ご自宅のNTT一般加入電話や携帯電話を利用して、放送内容を確認することができます。

ご利用方法

ハヤクキコウムセン

0120 892 560

をダイヤルしてください。(通話無料)

中野市公式ホームページから

(ホームページを閲覧できる環境が必要です。)

防災行政無線の放送文により内容を確認することができます。

ご利用方法

URL

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

パソコン:「暮らしの情報」▶「防災行政無線放送」

携帯電話:「防災情報」▶「防災行政無線放送」

避難場所などの確認に 千曲川洪水ハザードマップ をご活用ください

豊田地域版▶



▶中野地域の南部版(全3枚組)

平成十五年五月に旧中野市では「中野市防災マップ(千曲川洪水ハザードマップ)」を、同年十一月に旧豊田村においても「豊田村千曲川洪水ハザードマップ」を作成し、全戸配布いたしました。

このマップは、千曲川の洪水を想定して策定されており、国が公表した千曲川の浸水想定区域が示されています。

また、災害を未然に防止するため、災害に関する危険な地域や医療施設、ライフライン管理機関などの地図による情報を提供し、市民の皆さんに平常時から地域の情報を把握していただくことができます。

その他にも、災害時の避難場所、持出品、避難時の心得、そして浸水してしまっただけの場合などについても示

されており、この機会に家族揃って、このマップを確認してみたいかがでしょうか。

この千曲川洪水ハザードマップがご家庭にない場合は、市役所庶務課防災係(☎2111内線210)または豊田支所総務課庶務係(☎3111内線114)までご連絡ください。

新市誕生 元気まつり 開催

10月8日(土) 午前10時30分から午後7時30分まで
北信濃ふるさとの森文化公園(創造館周辺主会場)

旧中野市と旧豊田市の合併による、新しい中野市が誕生して、まもなく半年を迎えます。

新しい中野市の誕生を祝い、中野市民の皆さんの新たな旅立ちを願うとともに元気の出るまちづくりを目指して、中野市合併記念交流イベント『新市誕生 元気まつり』を開催いたします。

市と村がひとつになったことを市民一人ひとりが実感できるよう、市民交流、特産物販売、そして花火等を中心に子どもから高齢者までお楽しみいただける様々な催しを用意し、お祝いムードの中で開催する“手づくりのイベント”です。

主な催し

- アトラクション**
- ・中野西高ウィンドアンサンブル
 - ・高校生によるダンス(中野西高・中野実高)
 - ・中野市消防団による演奏(ラッパ隊、音楽隊)
 - ・市指定無形民俗文化財・郷土芸能(日和山神社鬼獅子、上今井諏訪社太々神楽)
 - ・地元太鼓の演奏(もみじ太鼓)
 - ・夢憲 ソフトヒーリングコンサート
～童謡・唱歌のふるさとにうたう～
- 特産大集合**
- ・特産品ブース(市内特産品等の販売)
 - ・軽トラック市(市内農産物等の販売)
 - ・飲食コーナー(有料:酒、ビール、ジュース、きのこ汁、おやき他多数)

- 市民の皆さんによるフリーマーケット
不用品バザー
お子様お楽しみコーナー
ガーデンパーティー(夕方から開催、飲み物等は有料)
花火打上げ(文化公園を花火が彩ります)
関連イベント
- ・各区対抗マレットゴルフ大会(文化公園内マレットゴルフ場)
 - ・(各地区から)ウォーキング
 - ・中野市消防団フェスティバル(芝生多目的グラウンド)

交通手段

駐車場(中野平中学校旧グラウンド、中野市役所、豊田支所等)から無料シャトルバスを運行します。



夢憲 ソフトヒーリングコンサート



市指定無形民俗文化財・郷土芸能 上今井諏訪社太々神楽

契約

中野市北部学校給食センター
建設工事(建築工事)
同工事を二億二千四百七十五千円で、湯本・高社・丸ト藤沢建設共同企業体が請け負うことになりました。完成は平成十八年三月の予定です。

中野市北部学校給食センター
建設工事(機械設備工事)
同工事を二億五千二百万円、マツハシ・中野・山岸建設共同企業体が請け負うことになりました。完成

財産の取得

財産(除雪ドーザ)の取得
今まで以上に円滑な除雪の体制を確保するため、八ノ級と十一ノ級の除雪ドーザを計二台、購入することになりました。

専決処分の報告

- ・平成十七年度中野市下水道事業特別会計補正予算
- ・平成十七年度中野市水道事業会計補正予算



8月市議会臨時会が8月1日に招集され、1日間の会期で開催されました。この議会では、専決処分の報告2件、事件案3件のあわせて5件の議案が審議され、いずれも原案どおり承認、可決されました。また、県立高校再編に係わる意見書についても審議され、原案どおり可決されました。主なものの内容をお知らせします。

8月の臨時市議会報告

9月11日投票

衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査

九月十一日執行の衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査が、次のとおり行われます。明るく正しい選挙が行われますよう、皆様のご協力をお願いいたします。

投票
投票日 九月十一日(日)
投票所 入場券に記載された各投票所
投票時間 午前七時～午後八時

次の投票所は、繰上げ投票所となりますので、ご注意ください。

〈午前七時から午後六時まで〉
第二十八投票所 (牧ノ入、中小屋)
第三十三投票所(碓、奥手山)
第三十四投票所 (六田、毛野川)
第三十五投票所 (南永江、北永江、三俣、赤坂、豊田深沢)
第三十六投票所 (親川、涌井、梨久保)

開票 即日開票
開票所 長野県中野勤労者福祉センター
開票時間 午後九時十分から



問い合わせ先
市選挙管理委員会事務局
(☎)2111 内線324



「広報なかの」新しいタイトルデザインが決定

市の広報紙である「広報なかの」を、市民の皆さんにさらに親しみやすく、より一層読んでいただけるものとするため、新しい広報紙のタイトルデザインを六月に募集しました。

今回、四月の合併を機に、中野市合併記念交流事業として公募し、応募総数三十五点の中から、このタイトルデザイン

「広報なかの」の新しいタイトルデザインと広報紙の顔とも言える表紙を、皆さんどうぞお楽しみに!

インの審査会において、市内の阿部澄夫さんの作品に決定いたしました。

採用となったタイトルデザインについては、来月の十月号から広報紙の表紙に使用いたします。

特産大集合出店希望者募集!

中野市の飲食・特産物等の販売を行う特産大集合行います。市民の皆様のご応募とお越しをお待ちしております。

受付期間 9月1日(木)から9月16日(金)まで

募集内容

(1)飲食・特産物販売者 15小間分(テント)
販売品目等 軽食、飲み物(アルコール可)、加工食材、特産品

(2)軽トラック市出店者 10台程度
販売品目等 農産物、農産加工品、菓子類、工芸品等

出店場所 ふるさとの森文化公園創造館付近(時間は午前10時30分から概ね午後3時30分まで)

出店料金 無料
出店希望者多数の場合は、申し込み順とします。

飲食・特産物販売に応募される方は、夕方からの第2部ガーデンパーティーにもご協力ください。

問い合わせ先/受付場所
市役所売れる農業推進室(☎22) 2111 内線381
豊田支所経済課農政係(☎38) 3111 内線124

フリーマーケット出店希望者募集!

受付期間 9月7日(水)から
応募資格 中野市内にお住まいの方またはお勤めの方

出店場所 北信濃ふるさとの森文化公園創造館付近(時間は午前10時30分から概ね午後3時30分まで)

出店料金 無料
出店区画数は、25区画を予定(先着順で締切ります)

問い合わせ先/受付場所
北信濃ふるさとの森文化公園(☎23)1021

不用品バザー品物募集!

エコ活動の一環として、消費者の会による不用品バザーを行います。

受付期間 9月25日(日)から9月27日(火)までの3日間

受付時間 午前9時から午後5時

募集品の基準 未使用のもの
なお収益金は市に寄付したいと考えています。

問い合わせ先/受付場所
市役所市民課窓口係(☎22) 2111内線235または豊田支所市民環境課市民環境係(☎38) 3111内線151

シヤンティクリアコンサート



中山晋平・高野辰之先生をはじめとする本市出身の音楽

家の業績を称え、市民の芸術文化活動の振興を図るため、中野市合併記念交流事業として「シヤンティクリアコンサート」を開催します。
シヤンティクリアは、十二名によるアメリカの男声アカペラコーラスで、声だけで奏でる「ハーモニーは、声のオーケストラ」とも言えます。そんな「シヤンティクリアコンサート」をゆつくり聴いてみませんか。
期日 十一月九日(水)
時間 午後六時三十分開演

会場 市民会館ホール
入場料 《晋平・辰之メモリアル特別料金》 全席自由
前売券：大人二千円
高校生以下：五百円
発売予定日 九月九日(金)
プレイガイド
シンフォニア・ヒオキ楽器(株)
中野店 / J A 中野市各支所 / 中野商工会議所 / J A 北信州みゆき豊田地区各支所 / 中野陣屋・県庁記念館 / 中山晋平記念館 / 豊田文化センター / 高野辰之記念館 / ぼんぼこの湯 / もみじ荘 / まだらのおの湯 / 市教育委員会生涯学習課
問い合わせ先 市教育委員会生涯学習課生涯学習推進係
(☎) 2111 内線 307

中野市合併記念交流事業

NHKラジオ番組

「ひるの散歩道」公開録音のご案内

開催期日 平成17年11月4日(金)
時間 開場 午後5時、開演 午後5時45分、終演 午後7時30分《いずれも予定》
会場 中野市市民会館ホール
出演者 山本リンダ・水森かおり
松前ひろ子・上杉香緒里
観覧申込 観覧は無料ですが、入場整理券が必要です。ご希望の方は郵便往復はがき(1枚1名様)の往信裏面に郵便番号・住所・名前・電話番号を、また返信表面にも郵便番号・住所・名前を記入してお申し込みください。応募多数の場合は抽選のうえ、入場整理券をお送りします。
あて先 〒383-8614
中野市三好町一丁目3番19号
中野市教育委員会
「ひるの散歩道」
申込締切 10月17日(月)必着
問い合わせ先 NHK長野放送局・事業
(☎) 026-291-5218
市教育委員会生涯学習課生涯学習推進係
(☎) (22) 2111 内線 307

学校新聞特派員

姉妹都市

仙台市

現地レポート

8月4日と5日、南宮中学校3年の達家裕之君、中村遼太郎君、片原寛子さんの3人が、「学校新聞特派員」として、姉妹都市の宮城県仙台市を訪問しました。3人が実際に見て感じた姉妹都市の姿、仙台市の中学生との交流などをまとめたレポートの中から、一部をご紹介します。



仙台市について

仙台市は、宮城県の中心にあり、「杜の都」と呼ばれていて、実際に見てみると、やはり緑が多かったです。都会の町並みをしていましたが、道路の真ん中にはけやきの木の道がありました。都会の風景の中にもこういった自然に囲まれていてとてもいい所だと思いました。
仙台市は自然を大切にしています。泊まったホテルのテレビで見たCMの中に、車でなく地下鉄を利用しよう!というものが放送されていました。これは車によって道路の渋滞を防ぐこと、排気ガスを少なくしようというものであって、仙台市は都市の発展とともに、自然も大切にしているんだなあと思いました。
仙台市には大きな祭り「七夕祭り」があります。歴史ある祭りで、今年戦後の復活後六十回目になるそうです。この歴史ある七夕祭りを実際に見て来れませんが、祭りに向けて用意している所

仙台の文学者

- 土井晩翠(どいばんすい) 詩人、英文学者
本名 林吉(りんきち) 「荒城の月」の作詞者
- 島崎藤村(しまざきとうそん) 詩人、小説家
本名 春樹(はるき)
- 魯迅(ろしん) 小説家、評論家
本名 周樹人(チョウシュウレン)

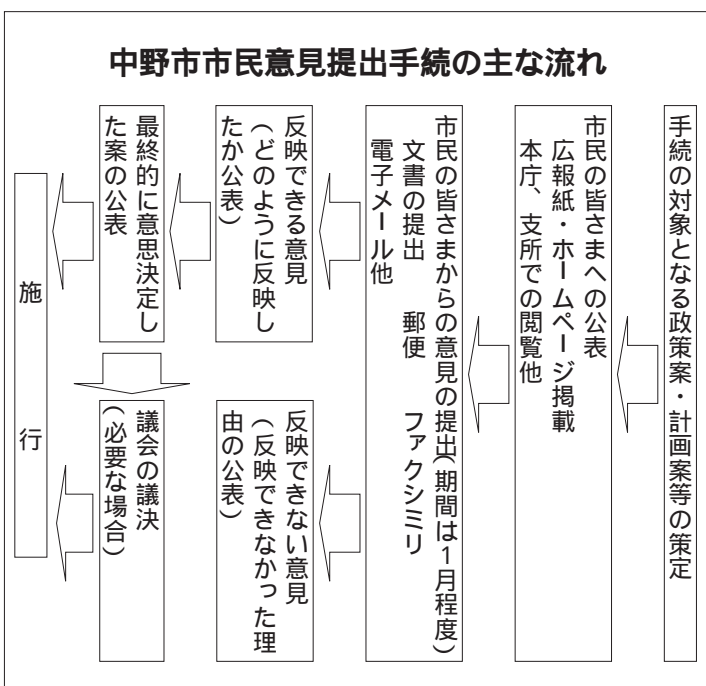
なぜ仙台市と中野市が姉妹都市なのかというと、土井晩翠と中山晋平は一緒に一つの唄をつくったりしていませんが、同じ頃に活躍されたということで、昭和四十二年に姉妹都市となりました。



仙台城跡晩翠像の前で

市民の皆さまのご意見を、市の計画策定等に反映 いただける制度ができました

市では、市民参画の機会を広げ、より公平性、透明性の高い市政を行うため、重要な政策案や計画案等の策定原案を公表し、広く市民の皆さまからご意見ご提案をいただき、決定段階に反映できる制度「中野市市民意見提出手続」を創設しました。
手続の対象
・市の政策の基本的な方針を定める計画の策定及び変更
・広く市民に適用され、市民生活に重大な影響を及ぼす制度の導入または改廃
・審議会等の諮問事項
意見提出者
・市内に住所を有する者
・市内に勤務する者
・市内に在学する者
・市内に事業所、事務所を有する個人及び法人
問い合わせ先 市役所企画情報課企画調整係 (☎) 2111 1内線 216



実施については随時、広報・ホームページでお知らせします。

台原中学校

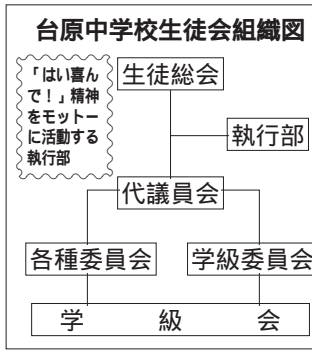


台原中生徒が琴で

台原中学校は、昭和三十七年十月一日に開校し、今年で四十三年目。平成十三年度は開校四十周年を迎え、旧校舎を解体し、平成十五年年度に新校舎が完成しました。
現在の全校生徒数は、約五百七十名で、南宮中学校より少し小さい学校で、地元の人には「台中」という呼び名で親しまれています。
生徒心得として、「あいさつ・そうじ・行事」を三本柱に掲げ、諸活動に励んでいるそうです。

台原中学校と交流して

台原中学校生徒会執行部の皆さんと生徒会活動について交流してたくさんの方が見ることができました。
南宮中は、生徒会に全校生徒が入る仕組みだけど、台原中学校は七つの委員会や各クラス男女一各ずつ入り活動する方法で、前期、後期に分かれているそうです。
南宮中の総務会には委員長や副委員長が約四十五名いるので活気はあるけれど、まとめるのに苦労します。
それに比べて台原中学校は、委員会の数が少なく、委員長や副委員長が南宮中みたいに多くないのでまとまりがあるなと思いました。
ほかに、台原中学校は学校祭が一日だけだそうです。あと、スポーツ大会という企画があつて学年の枠を超えてトーナメント戦でやるそうです。
この企画はいいなと思いました。仙台の中学校の生徒会活動を聞くことで、台原中学校の雰囲気などたくさんの方が見ることができました。これからも台原中学校とは情報交換などしあつてお互いプラスになるような交流ができればいいなと思います。



介護保険制度 10月から一部変わります

介護保険制度は、皆様の保険料と公費（税金）で支えられています。

高齢化社会が進むことにより、介護サービスの費用が増大する中で、保険料の上昇をできる限り抑えるには、介護保険から給付される費用の効率化と重点化をしていくことが必要です。また、同じ介護状態の場合、在宅介護と施設による介護においては、給付と負担が公平であることを求められます。

このようなことから、平成十七年十月利用分から、所得の低い方に配慮しつつ、介護保険施設などにおいては、利用者の方に負担いただく費用に関する見直しが行われます。

介護保険をご利用されている皆様は、この改正に十分なご理解をいただき、ご協力をお願いいたします。

給付の対象外となり、在宅の場合と同じように、利用者の方にお支払いいただくことが原則となります。

見直しが行われる費用
介護保険施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設）

（居住費、食費）
ショートステイ（短期入所生活介護、短期入所療養介護）

（滞在費、食費）
デイサービス（通所介護）、デイケア（通所リハビリテーション）

（食費）
居住費（滞在費）とは：施設の利用代＋電気、ガス、水道費等の光熱水費に相当する費用
食費とは：食材料費＋調理コストに相当する費用

基準費用（負担）額（表1）
負担額は施設と利用者の間で契約により決められますが、国の示す標準的な額は次のとおりです。

表1：基準費用額（ ）内は月額概数

	居住費(滞在費)	食費
多床室(相部屋)	320円/日 (1.0万円)	
従来型個室	特養等	1,150円/日 (3.5万円)
	老健・療養等	1,640円/日 (5.0万円)
ユニット型準個室	1,640円/日 (5.0万円)	1,380円/日 (4.2万円)
ユニット型個室	1,970円/日 (6.0万円)	

所得の低い方には軽減がされます

所得の低い方の施設利用が困難にならないよう、所得の段階（利用者負担段階）に応じた自己負担限度額（表2）が決められ、その場合、限度額までの支払いとなります。限度額を超えた分は、介護保険から給付されます。（特定入所者介護サービス費）



表2：負担限度額（ ）内は月額概数

利用者負担段階	対象者	居住費(滞在費)				食費	
		ユニット型個室	ユニット型準個室	従来型個室 特養等	老健・療養等		
第1段階	・住民税世帯非課税の老齢福祉年金受給者 ・生活保護受給者	820円/日 (2.5万円)	490円/日 (1.5万円)	320円/日 (1.0万円)	490円/日 (1.5万円)	0円/日 (0万円)	300円/日 (1.0万円)
第2段階	・住民税世帯非課税で課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	820円/日 (2.5万円)	490円/日 (1.5万円)	420円/日 (1.3万円)	490円/日 (1.5万円)	320円/日 (1.0万円)	390円/日 (1.2万円)
第3段階	・住民税世帯非課税で利用者負担第2段階以外の方	1,640円/日 (5.0万円)	1,310円/日 (4.0万円)	820円/日 (2.5万円)	1,310円/日 (4.0万円)	320円/日 (1.0万円)	650円/日 (2.0万円)
第4段階	・上記以外の方	1,970円/日 (6.0万円)	1,640円/日 (5.0万円)	1,150円/日 (3.5万円)	1,640円/日 (5.0万円)	320円/日 (1.0万円)	1,380円/日 (4.2万円)

ご注意ください！
特定入所者介護サービス費の適用をうけるには、申請が必要です

特定入所者介護サービス費の対象に該当する方であっても、特定入所者介護サービス費の適用を受ける場合は申請が必要となります。該当する場合は、必ず申請手続きをお願いします。

表3 《見直し後》 《見直し前》

利用者負担段階	見直し後	見直し前
利用者負担段階第1段階	15,000円	生活保護受給者等 15,000円
利用者負担段階第2段階	15,000円	住民税非課税世帯に属する者 24,600円
利用者負担段階第3段階	24,600円	
利用者負担段階第4段階	37,200円	低所得者でない者 37,200円

高額介護サービス費は、月々の介護サービスの利用者負担額に、所得に応じた利用者負担額の上限を設定しています。平成十七年十月から、この利用者負担上限額の一部が変更になります。（表3）

問い合わせ・申請先
市役所高齢者福祉課介護係（☎2111内線365）または豊田支所保健福祉課福祉係（☎3111内線143）

千曲川水辺・里山環境保全対策事業/鳥の大学 千曲川周辺の野鳥観察会 & 千曲川周辺に住む野鳥のおもしろいはなし



市の中心部を流れる千曲川とその両岸の里山には、次世代に引き継ぐべき貴重な自然資源が存在します。

今回開催する野鳥観察会は、自然豊かな千曲川周辺に生息する野鳥の観察を行います。講師には、長年、千曲川周辺等で野鳥の観察をされている山上孝夫さんをお迎えし、開催します。また、観察会終了後、場所を移してスライド等を見ながら、野鳥のおもしろいお話をさせていただきます。

大勢の皆さんにご参加ください
期日 十月二十二日(土)
時間 午前九時三十分から
雨天の場合は、千曲川周辺に住む野鳥のおもしろいはなしのみの開催となります。
観察場所 千曲川周辺
講師 写真家 山上孝夫さん
集合場所/集合時間 中野地域（豊田支所までバスで送迎します。）
中野市役所/午前九時
市民プール駐車場/午前九時十分

「売れ農」情報局



中野市の新しい旨いもの 「パイリング」や「白蜜柑」って、ご存知ですか？

パイリングは、姿は真白カサが大きく、陸のアワビと称されるキノコです。
中野市内では、数年前か

ら試験的に取り入れられ、ここ一年程前から本格的に栽培され始めました。原産は中国の天山山脈に自生し、中国では病気の予防や治療に民間薬として用いられ、体の免疫力を高める効果があるとされている。グルカンが豊富に含まれています。また、肉厚で、柔らかな上に適度な歯ごたえがあるため、「アワビ」のような食感が特徴で、中国をはじめ、香港や台湾の高級料理店で大変人気があり、和食・洋食・中華を



中野市の新しい味、パイリング

問わず幅広い料理の食材としてご利用いただけます。また、生産量が少なく、スーパなどで見かけることは、あまりありませんが、日本一のきのこ産地の新たな逸品です。

10月から国民健康保険の 保険証が1人1枚の カードに変わります

新しい個人カードの保険証（見本）

現在使用している世帯単位の保険証

この保険証カードはキャッシュカードと同じ大きさで、材質は紙製、裏面をフィルム加工しています。送付用の台紙からはがしてご使用ください。

新しい保険証は九月末までに世帯主にまとめて郵送しま

これまで一世帯に一枚交付していた保険証（国民健康保険被保険者証）が、今年十月の一斉更新から一人一枚になります。また、一般用は空色、退職用は桃色に変わります。今までは、ご家族で同じ日に病院へ行く場合など、ご不便をおかけしていましたが、これからは一人ずつ保険証をお使いいただけます。

この保険証カードはキャッシュカードと同じ大きさで、材質は紙製、裏面をフィルム加工しています。送付用の台紙からはがしてご使用ください。

新しい保険証は九月末までに世帯主にまとめて郵送しま

環境カウンセラーを募集します

環境カウンセラーとは、市民活動や事業活動の中で環境保全に関する専門的知識や豊富な経験を有し、その知見や経験に基づき市民やNGO、事業者などの環境保全活動に対する助言など（環境カウンセリング）を行う人材として、環境省の行う審査を経て登録された方々です。登録されると、環境大臣から「環境カウンセラー登録証」が交付されます。また、インターネットを通じて広く一般に公表され、環境保全に関する取組みや活動を行うおことしている各主体に対して、環境カウンセラーの連絡先や専門分野などの情報が提供されることとなります。

登録期間は三年間です。

活動内容
 ● 事業者部門
 事業者からの環境保全の具体的な対策、環境活動評価プログラムなどに関する相談に対する助言
 ● 市民部門
 市民、市民団体などからの環境問題、環境保全活動、組織運営等に関する助言、環境学習講座の講師

募集期間 九月三十日(金)まで
 申請方法および詳細につきましては財団法人 日本環境協会ホームページをご覧ください。

お問い合わせ先 <http://www.env.go.jp/policy/counsel/>
 市役所環境課環境係
 (☎) 2111 内線 247

平成十七年度 高齢者祝賀事業について

1 高齢者祝品贈呈

本年度の高齢者祝品贈呈対象者につきましては、七十七歳(喜寿)・八十八歳(米寿)・九十九歳以上の方となります。対象者の皆様に対して、老人週間(九月十五日～二十一日)中に、市理事者・職員または民生委員さんが訪問して贈呈いたします。

2 中野市合同金婚式

平成十七年九月二十七日(火)午前十時より、アップルシティーなかの」において開催します。

お申し込みをいただきましたご夫婦へは、開催案内の通知を送付いたしますので、同封はがきにて必ず出欠をご連絡ください。なお、本年度金婚式に該当し、申し込みをされていないご夫婦は、至急申し込みをしてください。

問い合わせ先
 市役所高齢者福祉課保健福祉係 (☎) 2111 内線 297

秋の全国交通安全運動 『あぶないよ 昔とちがう からだと道路』

期 間 9月21日(水)～30日(金)

運動の基本 高齢者の交通事故防止

運動の重点

- ・夕暮れ時の歩行中と自転車乗車中の交通事故防止
- ・シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ・重大事故につながる飲酒運転の撲滅

10月1日に国勢調査を実施!



- 国勢調査は、日本に住んでいるすべての人が対象となります。
- 9月下旬に、総務大臣から任命された国勢調査員が皆さんのお宅へ、調査票の配布にうかがいます。
- 10月1日現在の皆さんの状況を調査票に記入していただきます。
- 記入していただく項目は、男女の別、出生の年月、就業状態、通勤・通学地、住居の種類など17項目です。
- 国勢調査の結果は、少子高齢化社会への取り組みや皆さんのまちづくりにいかされます。
- 国勢調査員をはじめとする調査関係者には、守秘義務があり、調査内容の秘密は保護されます。

2005 国勢調査
 平成17年10月1日(土)

問い合わせ先 市役所企画情報課統計交流係 (☎) 22 2111 内線 217

総務省統計局 <http://www.stat.go.jp/> 長野県

2005冬 中野市ギフト商品募集

～自慢の逸品を売り出そう～

毎回好評をいただいている市内の農産物や加工品を取り揃えた冬のギフトカタログを発行します。

市内で生産されている農産物セットや加工品のギフト商品など、より多くの方にご利用いただきたいためこのカタログに掲載する商品を募集します。自慢の商品を販売したい方の応募をお待ちしています。

募集商品
 中野市産農産物または市内で製造された食品(主原料が国内産のものに限る)で贈答品として宅配できるもの

応募締切 九月三十日(金)

応募条件及び提出書類等については、直接お問い合わせください。

受付発送及び代金決済
 商品の注文受付及び代金決済は中野市振興公社で行い、発送及び商品のクレーム対応は参加各社で行うこととなります。

掲載料 一枠五千円(最大三品まで掲載可)

手数料 一個につき三〇円

発行日 十一月上旬

発行部数 二〇、〇〇〇部(市内新聞折込、ふるさと信州中野会DM等)

応募・問い合わせ先
 市役所売れる農業推進室
 (☎) 2111 内線 381



人権センターまつりのご案内

期日 10月1日(土)

会場 中野市人権センター及び中央公民館

ご近所お誘い合わせのうえ、たくさんの方のご来場をお待ちしています

中央公民館 講堂
 午後1時30分から
 ・開会行事
 ・ギター演奏
 ・歌とお話

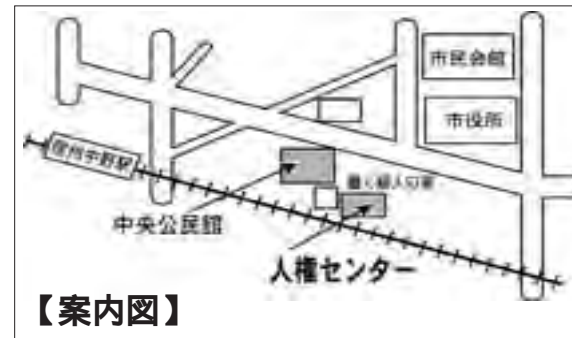


ギター演奏、歌とお話の出演者

中央公民館駐車場
 午前10時から
 野外チャリティ販売ほか

- ・作品販売、地元の果物、野菜など
- ・山菜おこわ
- ・血圧測定

人権センター 午前9時～午後4時
《作品、ポスター展示》
 集会所を利用している皆さん、老人クラブ連合会・身体障害者福祉協会の皆さんが制作した書道・陶芸・生け花・手芸・絵画等の作品展
 児童・生徒の皆さんが作成した人権啓発ポスター
 人権センター事業の活動作品



主催 中野市・人権センターまつり実行委員会・中野市企業人権推進協議会
 問い合わせ先 中野市人権センター ☎ 26-2287

みんなすてきに ガーデニング

お部屋の中やお家の周りを花いっぱいにしましょう。何でも質問コーナーも人気です。

期日 10月19日、11月16日、12月15日
1月18日、2月15日

時間 午後2時～3時30分

場所 さんさん館

講師 田辺雅夫先生

対象者 概ね60歳以上の方、25名

寄せ植え材料代一鉢2,500円の自己負担あり。



信州の食文化教室

信州の郷土食を知り、作って、食生活を豊かなものにしましょう。

そして、次世代へ伝承していきましょう。

(さんさん館 7名程度)

期日 10月13日、11月17日、12月7日、
2月9日

(豊田保健センター 10名程度)

期日 10月20日、11月8日、1月17日
2月23日

時間 午前10時～午後1時

場所 さんさん館、豊田保健センター

対象者 概ね60歳以上の方

1回につき400円の自己負担があります。



薬膳教室

食材のもつ薬効性の解説と、簡単な家庭薬膳料理を作って、健康になりましょう。

期日 11月10日、12月1日、2月2日、3月2日

時間 午前10時～午後1時

場所 さんさん館

対象者 概ね60歳以上の方、7名程度

1回につき400円の自己負担があります。



安全な生活・安心な暮らし講座

火災発生時の対処法について、消火器の使い方を含めて実際に体験してみよう。

消費者トラブルに巻き込まれないため、専門家のお話をお聞きしましょう。

期日 11月10日、11月17日

時間 午後2時～4時

場所 さんさん館

対象者 概ね60歳以上の方、20名程度



レッツゴーハイキング

正しい歩き方でハイキングを楽しみ、遠足気分
で空の下でお弁当を食べましょう。

期日 10月13日、20日、27日、11月10日
(すべて木曜日)

時間 午前10時～午後1時

場所 市内各所

対象者 概ね60歳以上の方、10名程度

持ち物 ハイキングができる服装

(運動靴、タオル、帽子) 弁当、水筒



平成17年度
後期

介護予防講座 (さんさん講座) のご案内

介護予防講座(さんさん講座)



さんさん館(中野市大字西条70番地1)福祉ふれあいセンター前
豊田保健センター(中野市大字豊津395番地1)豊田支所隣り
申し込み方法:電話にて高齢者福祉課へお申し込みください。

順番に定員になるまで受付をいたします。

申し込みは、9月20日(火)から受付させていただきます。

電話22-2111(内線296または297)



男性の家庭科教室

家事全般を身に付けて、家事労働をこなせるように
しましょう。特に食生活に困らないよう、調理
実習で基本を覚えましょう。

期日 10月20日、11月24日、12月15日
1月19日、2月16日

時間 午前10時～午後1時

場所 さんさん館

対象者 概ね60歳以上の男性、7名程度

1回につき400円の自己負担があります。



おいしく楽しく若がえり教室

「寝たきりになりたくない」「ボケたくない」は
みんなの願いです。生活習慣病予防・介護予防に
ついてみんなで考えましょう。

(働く婦人の家 15名程度)

期日 11月7日、11月28日
12月19日、1月16日

(豊田保健センター 15名程度)

期日 10月31日、11月30日、12月21日、1月18日

時間 午前10時～正午

場所 働く婦人の家、豊田保健センター

対象者 概ね60歳以上の方



いろいろクッキング教室

地産地消で食事づくりをしてみませんか。
栄養バランスを考えた料理を楽しんでみたい人
に最適な講座です。

(さんさん館 7名程度)

期日 10月27日、11月30日
12月22日、1月26日

(豊田保健センター 10名程度)

期日 10月19日、11月29日、12月20日

時間 午前10時～午後1時

場所 さんさん館、豊田保健センター

対象者 概ね60歳以上の方

1回につき400円の自己負担があります。



自主利用



介護予防・食生活改善・生きがいと健康づくり
に関することを目的とした、自主的な活動にご利
用ください。

主な施設 研修室、調理実習室

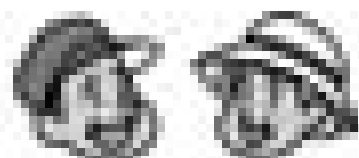
所在地 中野市大字西条70番地1

休館日 12月29日～1月3日

利用時間 午前9時～午後8時

対象者 概ね60歳以上の方

利用方法 利用を希望する方は、高齢者福祉課
へ空き状況を確認したうえで、使用
許可申請書で申し込みをし、許可を
受けてから使用してください。



まちのできごと 写真館

豊田地域からは豊田もみじ太鼓の発表もありました



2005中野市民音楽祭

2005中野市民音楽祭を8月27日、市民会館ホールにおいて開催し、今年は新「中野市」の誕生を記念し、中野市合併記念交流事業として文化の香り高いまちづくりを推進することを目的に行いました。

当日は市内21団体が出演して、日ごろの練習成果を発表しました。

また、オープニングでは中山晋平作曲の「てるてる坊主」を、最後には高野辰之作詞の「故郷」を来場者全員で合唱し、郷土が生んだ中山晋平先生と高野辰之先生の業績をしのびました。

記念館いっぱい演奏が響き渡りました



高野辰之記念館 サマーコンサート

8月28日、高野辰之記念館において、中野市合併記念交流イベント「ムシカ・アレグレコンサート」が開催されました。

このコンサートでは、国立音楽大学、東京学芸大学の学生と、国立音楽大学付属高校の生徒さんらによる、室内楽の名曲に加え、高野辰之・中山晋平の作品の演奏も行われました。

訪れた方々は、若さあふれる演奏に聴き入っていました。

豊田中学校 斑尾川清掃

8月29日、豊田中学校生徒による斑尾川清掃が行われました。

この斑尾川清掃は、昭和50年代から毎年行われています。

当日は、雨により川の水量が少し増していましたが、生徒たちは身近にある斑尾川をきれいにしようと、一生懸命ゴミを拾っていました。



きれいな「斑尾川」になりますように...

上下水道フェスティバル

8月28日、上下水道フェスティバルを中野浄化センターで、中野市合併記念交流イベントとして開催しました。

今回、「水を大切に」をテーマに、施設見学や上下水道器具の展示、そして焼きそば、ポップコーンなどの無料コーナーを行いました。また、堆肥も無料で頒布され、上下水道への理解と関心を深めていただきました。



展示を見て、上下水道についての理解を深めました

農家の方から桃の収穫のコツを教えてくださいました



サマージャンボリー in信州中野2005

8月5日から7日まで、都会の方が農業や自然を体験する「サマージャンボリー in信州中野2005」が開催され、首都圏から約50名が中野市を訪れました。

初日には、合併により中野市となった豊田地域の高野辰之記念館の見学や、夕食会では豊井ふるさと太鼓の演奏などにより、参加者は盛大な歓迎を受けました。

2日目は野外体験活動が行われ、収穫体験コースでは、農家の方から桃の収穫方法やおいしい桃の選び方を教えてくださいいただき、その場で収穫したばかりの桃を食べ、中野での自然と体験を思う存分満喫していました。

七夕まつり・まちなか音楽会

8月6日と7日、七夕まつりが中央通り商店街で開催され、短冊や吹流し、また、店独自の七夕飾りでは、マツケンサンバなどのアイデア作品で、訪れた人たちの目を楽しませていました。

また、6日午後開催された「THE 若者まちなか音楽会」では、高校生によるダンスやバンド演奏なども行われ、まつりを一層盛り上げました。



きれいに飾り付けられた商店街



熱気あふれる高校生のダンス

今月の表紙

中野市豊田地域成人式の記念行事

8月15日、旧豊田村で恒例のお盆の成人式が豊田文化センターで行われ、この中野市豊田地域成人式には、新成人66名のうち57名が出席しました。

まず第1部で、全員の「ふるさと」斉唱に始まる式典が厳粛な中で行われ、続いて第2部の記念行事では、中学校の先生を囲んでの想い出会やスイカ割りを楽しみました。最後に、想い出の中学校の敷地の片隅に、色紙や皆で書いた寄せ書きを詰めたタイムカプセルを埋め、成人としての門出を祝いました。



地域を知ろう!

中野めぐり

No.⑤



けのがわ 毛野川区

区のお宮があり、斑尾川が区内を流れています。主な行事としては、春祭りや秋祭りがあり、その年の豊作と氏子の無事を祈って、厳島神社で開催しています。特に秋祭りが盛大で、若者たち(誠友会)や兄弟者衆が、笛吹きや獅子舞、太鼓たたきなどを披露します。

○毛野川集落排水処理場。豊田地域で最初に完成した農業集落排水施設。平成12年供用開始。



○厳島神社。人の顔がたちによく似たご神体があがめられている。



○西部公民館(西部文化センター)生涯学習の拠点施設として、平成3年4月に開館。



あんげんじ 安源寺区

区のお宮があり、斑尾川が区内を流れています。主な行事としては、春祭りや秋祭りがあり、その年の豊作と氏子の無事を祈って、厳島神社で開催しています。特に秋祭りが盛大で、若者たち(誠友会)や兄弟者衆が、笛吹きや獅子舞、太鼓たたきなどを披露します。

○小内八幡神社拝殿。拝殿の奥にある本殿は、市の有形文化財。



新婚さん

No.5



齋藤 健さん(31歳) 由佳さん(31歳) (東吉田)

「笑い」が二人のキーワード 仲良く、健康な家庭を築きたい

出会ったきっかけは(健さん)六年前に自分が企画した旅行です。そのメンバーの中に、ひととき輝く彼女がいました。恋の始まりは、いつも突然やってきます。
(健さん)話すことが好きで、よく笑う人だと思いました。(由佳さん)よく話すところやお酒が好きなど、自分と同じ雰囲気の人だなあと感じました。
(健さん)お互いのすてきところは(健さん)笑顔の中にあるえとほに惚れました。それと、忙しい中でも、よく掃除をしてくれるので感謝しています。(由佳さん)毎日、おもしろいことを考えて私を楽しませてくれるところと、頼りがいのあるところが好きです。
(健さん)自分の名前の「健」と彼女の名前の「佳」とって、「健佳喧嘩」するほど仲が良い「家庭を築いていきたいです。(由佳さん)お互いの健康を大切にしながら、笑い声に包まれた家庭を築いていきたいと思えます。

今年の夏も頑張りました!

ジュニア水泳教室・市民水泳大会

7月28日から8月18日にかけて、ジュニア水泳教室がB&G海洋センタープールで開かれました。この教室に参加した子どもたちは、夏休みの期間中に泳ぎを覚えようと、ビートパンや浮き輪などを使い、真剣に練習をしていました。

また、8月28日には市民水泳大会が市民プールで開催され、小中学生と一般あわせて約170名が参加。選手の皆さんは、日ごろの練習の成果を発揮し、力いっぱい泳いでいました。



上手に泳げるよう頑張りました(ジュニア水泳教室)



スタートの合図とともに勢いよく飛びこむ選手たち(市民水泳大会)



高丘小学校6年 栗原三豊さん

「夢はマンガ家」

私は、将来マンガ家になりたいと思っています。小さいころから絵をかくのが大好きで、よく広告の裏に絵をかいていました。そして、字が読めるようになってきたら、マンガの雑誌を買いはじめました。雑誌を読んでいるうちに、自分もマンガをかいてみたくなりました。自分で考えたストーリーやキャラクターでマンガをかいているうちに、マンガのおもしろさにはまってしまいました。時間があってもマンガをノートにかいていました。いろいろな悩みを改善しながら、活動してきました。菓子部の部長である西野三恵子さんは、これからも皆さんに親しまれ、喜ばれるアップルパイを皆で作っていきたく、気持ちを語っていただきました。



今回ご紹介する「豊田農産物加工施設利用組合菓子部」は、「おやき部」「みそ部」とともに三部構成で平成十年十二月から活動を始め、現在は十四名ほどで取り組んでいます。「りんご班」が前進の菓子部は、自分の家で栽培した規格外のりんごに付加価値をつけるため、「ふじ」と「紅玉」を使い、生地はバターを刻み込んだ練り込み式で作っています。商品名は「おひさまの林檎パイ」として、現在は週末のみ、道の駅ふるさと豊田やもみじ荘などで販売していますが、十二月〜三月は毎日製造しています。



豊田農産物加工施設 利用組合 菓子部

部長 西野三恵子



中野市役所
☎22-2111
FAX(広報直通)
22-2445
豊田支所
☎38-3111

市の施設見学
参加者募集

麻務課秘書広報係(内線212)または豊田支所総務課庶務係(内線114)

期日 10月14日(金)
時間 午前9時～午後4時
定員 40名
費用 700円(弁当代として、昼食会場でお支払いいただきます。なお、昼食の持ち込みはできませんので、ご了承ください。)

見学場所 豊田文化センター、高野辰之記念館、デイサービスセンターつどい苑、ほんぼこの湯(昼食・入浴)、中山晋平記念館、東山クリンセンター
その他 ほんぼこの湯では、入浴(無料)ができますので、タオルなど必要な物をご用意ください。
申込締切 9月30日(金)

消費生活大学
受講生募集

市民課生活交通安全係(内線238)

消費問題に係る専門的な知識を習得し、消費者活動の実践ができる方を養成するため

航空測量に伴う
対空標識設置

道路河川課監理係(内線266)

市では、農用地管理システム構築のため、航空測量を実施します。この測量の目印とするため、対空標識(白ペンキで表示)を、農地及び市道上に設置します。なお、市道上の対空標識は、車両の通行には支障ありません。(対空標

出かけて
みませんか

中山晋平記念館



作曲家・中山晋平の生誕百周年を記念してつくられた記念館は、青い丸屋根が周囲の山並みに映え、カリヨンが晋

消費生活大学を開講します。受講資格 年齢20歳以上の県内居住者
受講期間 10月下旬～平成18年1月(受講日は月2回程度)
受講時間 午前10時～午後3時
会場 長野消費生活センター
受講内容
消費者問題
消費者行政
経済知識
生活知識
生活設計
法律知識
特別講座(体験学習等)
受講料 無料
募集期間 9月12日(月)～10月5日(水)

詳しくは、市民課へ直接お問い合わせください。
キッズ・えほんかい(絵本読み聞かせ会)
豊田人権センター(☎3522)

子どもといっしょに絵本を読んでもみませんか? なぜ、読み聞かせがいいのでしょうか? 読み聞かせをする、子どもの想像力が育ち、多くの言葉と出会い、子どもと同じ時間を共有すること、なにより愛情が芽生えます。また、子どもの落ち着きや情緒の安定にもつながります。
期日 9月24日(土)及び10月か

少年映画鑑賞大会

生涯学習課生涯学習推進係(内線307)または豊田支所教育委員会生涯学習係(内線311)

識は測量会社の社員が設置)設置箇所 市内25箇所以上
設置時期 9月中旬まで
期日 10月16日(日)
時間 午後2時から
会場 中野市豊田文化センター
上映映画 「ポケットモンスター」

平メロディーで時を告げています。また、記念館には、約三千点の愛用した遺品の数々と、晋平愛用のピアノやオルガンが展示してあります。



所在地 / 新野76

高野辰之記念館

国文学者・高野辰之が学び、また教鞭をとった小学校の敷地に、博士の業績を称える記念館があります。様々な資料により博士の生涯や研究成果

ら平成18年2月までの毎月第3土曜日の全6回(費用無料)
時間 午後1時30分～3時
講演 おはなし♥びっくりに

屋外広告物適正化旬間
都市計画課建築住宅係(内線273)または豊田支所建設課建設係(内線135)
屋外広告物適正化旬間
県では、屋外広告物の適正な表示と景観形成に関する県民意識の高揚を図るため、屋外広告物適正化旬間を実施します。
期日 9月10日(屋外広告の日)～19日
屋外広告物表示禁止物件の一斉点検
市では、屋外広告物適正化旬間に併せて、屋外広告物表示禁止物件の一斉点検を行います。

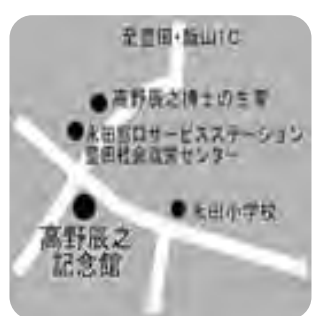
次のものについては、広告物の表示が禁止されています。ご協力をお願いします。
屋外広告物表示禁止物件(主なもの)
電柱・街路灯柱へのはり紙、はり札、立看板の表示
道路上のガードレール等
信号機、道路標識等
橋(陸橋、横断歩道橋含む)カーブミラー

マタニティー
CDコンサート

北信濃ふるさとの森文化公園(☎1021)

期日 10月3日(月)
時間 午前10時～11時30分
場所 創造館(プラネタリウム室)
料金 200円

をたどるとともに、故郷の風景を歌った有名な唱歌の数々をご紹介します。



所在地 / 永江1809

市営住宅入居者
定期募集

都市計画課建築住宅係(内線273)または豊田支所建設課建設係(内線134)

空き住宅及び10月から12月までの間に明け渡しのあつた住宅の入居者を募集します。
募集期間 9月9日(金)～16日(金)
募集する住宅 東山、泉、長元、小田中、城下の各市営住宅
抽選日時及び会場 9月26日(月) 午後2時
市民会館42号会議室

国民年金「得する10月」
国民年金には、保険料をまとめて納められる「前納制度」があり、前納すると保険料が割引かれます。
10月は、6か月分の保険料を納付書だけでなく、口座振替でも前納できる月です。
・納付書で納めると通常より660円お得
・口座振替で納めると通常より930円お得
口座振替の手続きは9月中旬までをお願いします。
国民年金Q&A
(Q) 学生時代に保険料納付の猶予手続きをしており、社会人になり猶予分の納付を始めようと思います。学生時代の保険料を納めたい場合はどのような手続きが必要ですか。
(A) 社会人になって、猶予分の保険料を納付される場合は、住所地を管轄する社会保険事務所に連絡し、納付書を郵送してもらい、その納付書により金融機関等で保険料を納付できます。
問い合わせ先 市民課国民年金係(内線237)・豊田支所市民環境課市民環境係(内線151)または長野北社会保険事務所(☎026(244)4100)

石綿に係る健康診断

中野労働基準監督署(☎2105)

石綿を取り扱う作業に従事していた労働者の方は、石綿による健康被害の可能性があらわれますので、胸部レントゲン検査等による健康診断を受診するようにしてください。健康診断の結果、症状がある場合には、無料で健康診断を受けられ、また石綿による業務が原因で発病していると認められれば、労災補償を受けることができます。

害鳥駆除・野猿巡回駆除
9月の実施

農作物の被害防止を図るため、市猟友会のご協力により害鳥獣駆除を実施します。
害鳥駆除
実施日 10日(土)、17日(土)、24日(土)
区域 中野地域
野猿巡回駆除
実施日 7日(水)、21日(水)
区域 栗和田から桜沢にかけた山際
その他 クマが目撃されています。山際に出かける際は、ご注意ください。
問い合わせ先 農作物害鳥獣駆除推進協議会事務局(市役所農政課内☎(22)2111内線251、有線20644)

なかの「おすみちゃん」
(炭が入った有機肥料)
～10月販売のお知らせ～

コンポスト化施設により製造した肥料なかの「おすみちゃん」の販売があります。皆さんぜひご利用ください。
10月の販売日
5日(水)、12日(水)、16日(日)、26日(水)
販売価格(税込み)
1袋(15kg) 200円、バラ(500kg) 2,500円
バラは予約制となります。販売日の10日前までに必ず予約をしてください。
販売場所 中野浄化管理センター(中野市大字江部511番地)
販売時間 午前9時から午後1時まで
問い合わせ先 下水道課施設管理係(内線281)または豊田支所下水道係(内線137)

中野市奨学金 奨学生追加募集

学校教育課総務係(内線303)または豊田支所内教育委員(内線311)

高等学校、大学、短期大学、高等専門学校及び専修学校に在学する方(通信制・通信教育を除く)に奨学金を貸与します。貸与の要件 中野市内に引き続き1年以上居住していたこと、経済的理由により就学困難であることなど。

なお、今回の募集にあつての貸与については、10月分からとなります。

募集人員 2名程度
募集締切 9月22日(木)

自衛官募集

自衛隊長野地方連絡部長野募集事務所(026)235(6026)

防衛庁では、左表に掲げる学生を自衛官として募集します。

募集種目	受験資格
看護学生	高卒(見込含) 24歳未満の者
防衛 大学校学生	高卒(見込含) 21歳未満の者
防衛医科 大学校学生	高卒(見込含) 21歳未満の者

詳しくは、直接お問い合わせください。

県営住宅入居者募集

長野県北信地方事務所建築課(026)0220

募集団地 松川(中野市吉田)、長元坊(中野市竹原)、和田(山ノ内町平穩)、泉町(飯山市静間)の各団地(募集は各1戸)
申込期限 9月9日(金)まで
入居の時期 10月1日(土)
抽選日 9月15日(木)
申込受付先 北信地方事務所建築課
申込方法など、詳しくは直接お問い合わせください。

長野盲学校開放

長野県長野盲学校(026)243(7789)

視覚障害児童・生徒の日常の学習の様子を公開し、視覚障害や盲学校教育について理解を深めていただくため、学校開放を行います。

期日 10月21日(金)
時間 午前9時～午後0時30分
会場 長野県長野盲学校(長野市北尾張部321)
公開内容 授業公開、学校概要説明、視覚障害教育関係の教材・教具の紹介、教育相談

外国人対象 無料相談会

長野県行政書士会北信支部国際部(026)3606

自動車の盗難が急増しています!

市内で軽トラックを中心とした自動車の盗難が急増しています。犯行は深夜を中心に行われていますが、車から離れたときは短時間でもドアロックをして、被害にあわないよう心がけてください。

無料調停相談所

飯山簡易裁判所(026)962(2125)

期日 10月5日(水)
時間 午前10時～午後4時
会場 中野市民会館44・46・47号会議室
相談内容 金銭、土地、交通事故等のほか、離婚、相続等の家庭内の問題、人権問題など
その他 相談内容に関する資料を(持参ください)(秘密厳守)

公証制度をご利用ください

長野公証役場(026)(234)8585

公証制度は、遺言証書や各種契約書の作成など、日常生活における法律上の権利や義務を明確にし、紛争が生じないよう未然に防止することを目的とした制度です。この制度のご利用を呼びかけておりますので、ご相談ください。

不動産評価等 無料相談会

社)長野県不動産鑑定士協会(026)(225)5228

不動産評価に関することについて、不動産鑑定士が無料でご相談に応じます。
期日 10月3日(月)
時間 午前10時～午後4時
会場 長野市役所 第2庁舎9階16会議室または須坂市役所西館 1階西11会議室

ぼんぼこの湯 臨時休業

施設点検・修繕等のため、臨時休業いたします。
また、マレットゴルフ場及びログコテージについても併せて休業となります。
期間 10月17日(月)～21日(金)
問い合わせ先 間山温泉ぼんぼこの湯(026)2686

消費税相談窓口 の開設

信濃中野税務署個人課(026)3153

信濃中野税務署では、新たに消費税の課税事業者となられる個人事業者の方の、消費税の申告に関する様々なご質問にお答えする「消費税相談窓口」を開設しています。

定期税務相談会

関東信越国税局税務相談室長野野分室(026)234(3190)

期日 10月12日(水)
時間 午前10時～午後3時
会場 山ノ内町役場

ご利用ください!! リサイクル

かわらばん

リサイクルと、ゴミの減量化のため、ご家庭で使わなくなった物・欲しい物をご連絡ください。

なお、ここに掲載している以外の物もございませう。詳しくはお問い合わせください。
(8月18日現在で掲載)

ゆずります

CDラジカセ(カセット使えない) 木製ベッド
パイプベッド オルガン
電気オルガン 除雪用シャベル 座卓 布団乾燥機
スタットレスタイヤ スキーセット 三味線(稽古用)
バスチェア(子ども用)
大人用三輪車 味噌桶

ゆずりください

ソファ 子供用ベッド
三味線 電動車イス 車イス 自転車 テレビデオビデオデッキ MDコンポ テレビ カーオーディオ ノートパソコン 箱型補聴器 プレハブ物置
プランコ(小学生用) クリスマスツリー用木の木
ベーカー ベビーサークル
ベビーゲート 寝袋
オーブンレンジ スノーシュー
かんじき ピアノ用イス
コンピラック 歩行器(子ども用) カラオケセット
申し込み先 市民課生活交通安全係(内線238)
または豊田支所市民課生活交通安全係(内線151)
市民環境係(内線151)

オータムジャンボ宝くじ発売

今年もオータムジャンボ宝くじが発売されます。この宝くじの収益金は、市町村の明るい街づくりや環境対策、高齢化対策などの福祉向上に使われます。
発売期間 9月26日(月)～10月11日(火)

11日(火) 当せん金
1等 1億5000万円×24本
前後賞 各250万円
2等 100万円×24本
3等 100万円×240本
抽せん日 10月14日(金)

掲載します
日本土人形資料館の充実のため、

小幡土人形(25点) 東京都府中市・鹿野市夫妻
文化芸術振興のため、
現金43620円 中高
建設労働組合様

各種相談日程

相談は無料、秘密は厳守

相談名	日時	会場・問い合わせ先
心配ごと相談	毎週月～金曜日 13:30～16:30	福祉ふれあいセンター (☎26-3111) 法律相談は予約が必要となりますので、ご希望の方は福祉ふれあいセンターまでご連絡ください。
福祉相談	毎週月～金曜日 9:00～17:00	
ボランティア相談	毎週月～金曜日 9:00～17:00	
法律相談	毎月第1・3月曜日 13:30～15:30	
結婚相談(会場 人権センター)	毎月第1・3日曜日 14:00～16:00	
心の広場相談	毎月第2・4木曜日 13:30～15:30	市社会福祉協議会 ☎26-3111
行政相談所	(中野地域)10月11日(火) 13:00～16:00	市民会館44号 (内線335)
	(豊田地域)10月11日(火) 9:00～11:30	豊田支所相談室 (内線114)
女性相談窓口	(電話)毎週月・水・金 9:00～17:00	人権センター ☎23-4810
	(面接)毎週月・水・金 9:00～13:00	面接相談は予約が必要となります。
交通事故巡回相談	毎月第3木曜日 10:00～15:00	北信地方事務所 ☎23-0202
身体障害者相談所	毎月第1・3水曜日 14:00～16:00	福祉会館 (中野地域からの有線は21104)
子ども教育相談室	毎週月～金曜日 9:00～17:00	市教育委員会 (内線304) 予約が必要となります。
テレホン子育て相談	毎週火曜日 9:30～11:30	☎26-1260 (中野児童センター内)
児童保健相談	毎月第1木曜日 10:00～11:30	☎26-5219 (平野児童センター内)
いじめ相談3191	常時	☎23-3191 (市教育委員会内)
職業相談	毎週月～金曜日 8:30～17:00	南宮庁舎職業相談室 (☎23-4710)

歴史民俗資料館

没後50周年記念特別展「菊池契月展」
9月2日(金)～10月2日(日)
菊池契月の没後50周年を記念して、特別展示会を開催します。

中野陣屋 ・県庁記念館

9月9日(金)～11月6日(日)
石坂宏氏が描く、美しい色彩と透明感あふれるパステル画を、受賞作品を中心に紹介いたします。
「西部写遊会写真展」
9月5日(月)～19日(月)
「キルトとパッチワーク展」
9月21日(水)～10月3日(月)
火曜日休館 施設使用予約は、6か月前から受け付けます。

展示案内

中野小学校旧校舎・
信州中野銅石版画
ミュージアム
企画展「石坂宏 パステル画展」



市の人口

(平成17年8月1日現在)

人口 47,478人(+15)
 男 22,912人(+15)
 女 24,566人(±0)
 世帯数 15,027戸(+21)

乳幼児健康診査

受付時間 / 午後1時～1時30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
3か月健診 (BCG 予防接種)	9月13日(火)	17年5月1日～ 5月31日生
7か月健診	9月14日(水)	17年1月1日～ 1月31日生
1歳 6か月健診	9月16日(金)	16年2月1日～ 2月29日生
2歳健診	9月12日(月)	15年8月1日～ 8月31日生
3歳健診	9月15日(木)	14年8月1日～ 8月31日生

都合の悪い場合は翌月お出かけください。

両親学級

期日 / 10月4日(火)
 時間 / 午前9時30分～11時45分
 会場 / 北信保健所中野支所
 持ち物 / 筆記用具、母子健康手帳
 エプロン、ふきん
 内容 / 妊娠の経過と起こりやすい異常、
 妊産婦の栄養(調理実習・試食)

骨検診

期日・会場 / 10月7日(金)
 中野保健センター
 11月7日(月)
 豊田保健センター
 受付時間 / 午前9時30分～10時30分
 対象 / 19歳以上の方
 申し込み / 保健課へ2週間前までに
 お申し込みください。(無料)

がん征圧月間

9月1日(木)～30日(金)

健康増進普及月間

9月1日(木)～30日(金)

結核予防週間

9月24日(土)～30日(金)

市役所保健課 ☎22-2111 内線242・243
 豊田支所保健福祉課 ☎38-3111 PHS 6120

中野保健センター ☎26 - 6986

休日診療所：☎26 - 2337

休日当番薬局携帯電話 ☎090 - 4125 - 8402

(ともに9時～17時。日・祝日のみ)

今月の元気っ子



いそべるきや
磯邊琉輝哉くん(3歳)

ミニカーを集めたり、お庭で遊んだりすることが好きな男の子です。食べ物はモモが大好き。元気で優しい子に育ってほしいと思います。

(磯邊潤・聡美さん 東吉田)

育児教室

期日 / 9月27日(火)
 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
 離乳食について
 申し込み / 参加希望の方は、事前に保健課または豊田支所保健福祉課へお申し込みください。

献血にご協力を

<200・400ml献血>

期日 / 9月15日(木)
 時間 / 午前9時～10時
 会場 / アップルシティーなかの

毒きのこにご注意を!

きのこ中毒予防月間

9月20日(火)～10月19日(水)

きのこの鑑別については、北信保健所(☎0269(2)6035)までご相談ください。

きのこによる食中毒の防止のポイント
 知らない、見たことのないきのこは食べない!

きのこの特徴を完全に覚える!
 誤った言い伝えや迷信を信じない!

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)

9月13日(火)
 受付時間 / 午後1時～1時30分
 会場 / 中野保健センター
 対象 / 平成17年5月生まれ
 3か月健診時に行います。

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50分

<豊田保健センター>
 10月5日(水)...豊田
 <中野保健センター>
 10月6日(木)...中野、長丘、科野、倭
 7日(金)...日野、延徳、平野、高丘、平岡

対象・接種方法
 1期初回 = 3か月～1歳の乳幼児
 (3～8週間隔で3回接種)
 1期追加 = 1歳6か月～3歳の幼児
 (初回終了後12～18か月の間に1回)
 《7歳6か月未満まで接種可能》

豊田地域の方も、都合により中野保健センターで受けたい場合は、接種を受けられます。

風しん

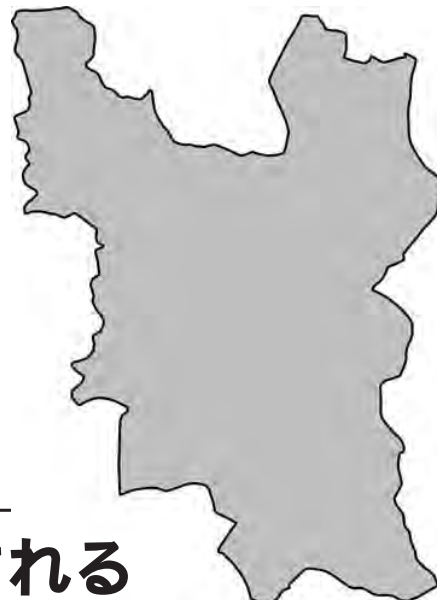
10月は、風しんの個別接種の実施月です。対象者は、9月中に医療機関へ予約してください。(無料)
 対象 / 1～3歳の幼児
 (7歳6か月まで接種可能)

詳しくは、健康カレンダーをご覧ください。

2005

国勢調査

中野市の人口 予想クイズ



平成17年10月1日現在で実施される 国勢調査の中野市の人口は何人でしょうか？

中野市では、今年の10月1日現在で行われる国勢調査を市民の皆さんのご理解とご協力をいただき、円滑に実施するため準備を進めています。今回、このPRの一環として、市の人口予想クイズを実施いたします。

みなさんの多数の応募お待ちしております。

応募要領

応募資格 中野市に居住の方

応募方法 ・裏面の応募用紙（切り取り）又は官製はがきに、予想人口と応募者の住所、氏名、電話番号を明記の上、期間内に所定の応募先へ応募してください。
応募はお一人様1回のみとなります。複数の応募媒体による重複応募や、複数の答を同時に記入した場合は、全ての応募が無効となりますのでご注意ください。

応募先 ・〒383-8614 中野市三好町一丁目3番19号
中野市 総務部企画情報課 「人口予想クイズ」係
・市役所玄関ホール・豊田支所玄関ホールの専用応募箱

応募期限 平成17年9月30日（ハガキの場合は、9月30日当日消印有効）

賞及び賞金

ピッタリ賞	1名	2万円の商品券
1等賞	3名	5千円の商品券
2等賞	5名	3千円の商品券
3等賞	10名	1千円の図書券



選考方法 ・中野市の人口は、平成17年12月下旬(予定)に公表する速報値を使用します。
・ピッタリ賞該当者がいない場合は、公表人口に最も近い人口を予想した人から順に入賞者を決定します。
・同じ答が複数ある場合は、抽選で順位を決めます。

発表 ・入賞者には直接本人に通知するほか、市のホームページにも掲載します。

問い合わせ先 平成17年中野市国勢調査実施本部
事務局：総務部企画情報課統計交流係
電話 22 - 2111（内線217）
E-mail tokei@city.nakano.nagano.jp

（個人情報の取り扱いについて）

ご記入いただいた個人情報は『中野市の人口予想クイズ』の当選者確定、公表及び当選者への通知のみに使用します。

国勢調査にご協力を！



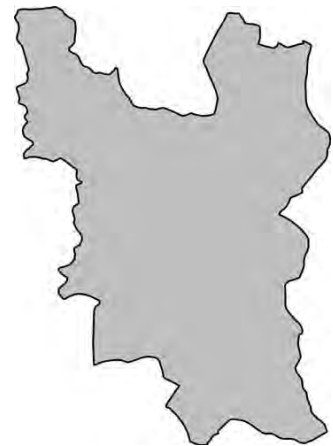
あなたの調査票には、
日本の大切な未来が
つまっています。



あなたとこのまちの21世紀のために10月1日、国勢調査を実施します。
5年に1度、日本に住んでいるすべての人を対象に行う大規模な統計調査です。

《予想のヒント》 ~過去の中野市の人口~
(旧中野市、旧豊田村の合計)

平成7年10月1日(国勢調査)	47,529人
平成12年10月1日(国勢調査)	47,845人
平成17年6月1日(推計)	47,457人
平成17年7月1日(推計)	47,463人
平成17年8月1日(推計)	47,478人



----- 切り取り線 -----

中野市人口予想クイズ応募用紙

予想人口	人
氏名	
住所	
電話番号	

交 差 点

< 中野市男女共同参画計画 >

「共にいきいき なかのプラン」

すべての市民が、性別にかかわらず

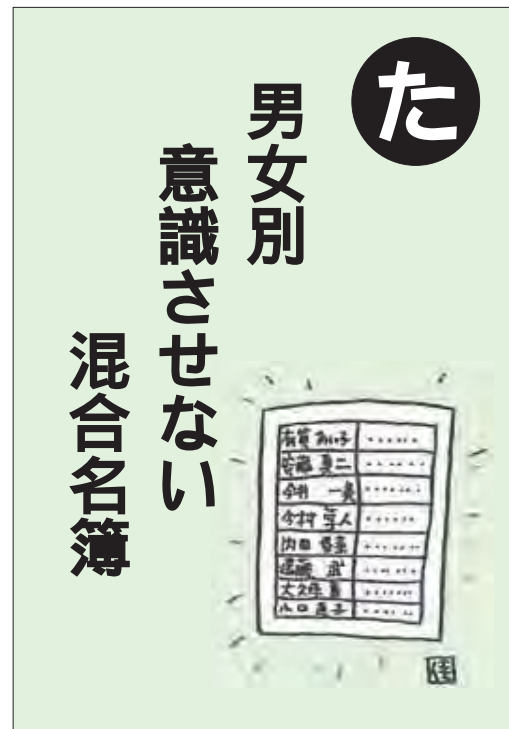
お互いの生き方を尊重し合い、

個性豊かに生きることができる

男女共同参画社会の実現をめざします。

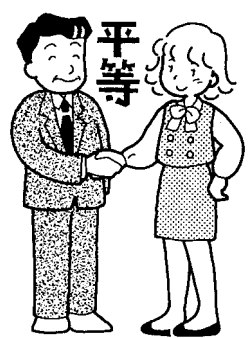
この計画の目標達成に向けて身近なところから実践しましょう。

“ あいとぴあ ” 男女共同参画啓発かるた



女性も社会の重要な決定に参画できるよう、冷静であること、数字を把握すること、広い視野を持つこと等により力をつけましょう。

男女共同参画計画策定委員会が 活動を開始いたしました



8月12日(金) 人権センターにて男女共同参画計画策定委員の委嘱が、市長より行われました。

共同参画条例の制定と計画策定を進めていくために設置したものです。

15人の男女共同参画計画策定委員と市の職員からなるワーキンググループが17・18年度において条例案と計画案を作ります。

委嘱の後、委員長に高橋多紀栄さん、副委員長に小林正英さんが選出され、第1回男女共同参画計画策定委員会が開催されました。

県の経営戦略局政策促進チームから松江和子政策推進幹事アドバイザーに迎えて、さっそく委員による活発な質問と意見が交わされ、熱心な会議となりました。

条例制定及び計画策定のため、市民のみなさんご意見やアドバイスを頂きたいので、どんなことでもけっこうです。男女共同推進室までお寄せください。



なぜ「男女共同参画条例」が必要なのでしょう。

男女共同参画を進めるための法的なよりどころとなり、市の姿勢が明確で一定したものとなります。どうなることがいいのかがは

つきりわかることにより、市民みんなが身近な問題と考えられるようになります。

条例に基づいて、市民、教育関係、団体、事業者が男女共同参画を進めるため、力を合わせて働くことができます。

真の男女平等社会の実現のために

高橋 多紀栄

このたび、男女共同参画計画策定委員長に選任され、思いもかけない大役にとまどっております。

先の計画「ともに生き生きなかのプラン」の策定にも携わりましたが、その時に、「今度は、条例がほしい」という意見が多くありました。

委員さんたちは、各分野でご活躍されている、すばらしい方たちばかりですので、自由に議論を重ねながら、本当に必要だと実感できるような条例と計画を作っていきたいと考えております。

こうして、条例の制定及び計画策定のための委員会ができましたことは、先輩方が努力されてきたことによるものと感慨を深くしております。

セクシュアル

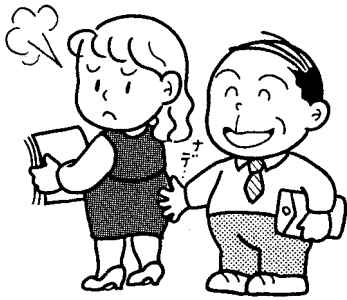
ハラスメントについて

セクハラという言葉はよく聞きますが、どういうことなのでしょうか。

具体例をいくつか挙げてみました

性的な関心や 欲求に基づくセクハラ

- ・水着姿のカレンダーを机に置く、ヌードのスクリーンセーバーを使う
- ・身体を執拗に眺め回す
- ・肩、手や髪に触る
- ・スリーサイズを聞くなど身体的特徴を話題にする



・性的な経験や性生活について質問する

・食事やデートにしつこく誘う

・不必要に個人指導を行う

・カラオケでデュエットやチークダンスを強要する

・宴会の席で、上司のそばに座席を指定する

・「結婚はまだか」「子どもはまだか」と聞く

・「生理」「更年期」「体形」に関するからかい

性別により差別しようという意識等に基づくもの

・「男のくせに根性がない」「女は職場の花でよい」などと言う

・成人に対して「男の子、女の子」「坊や、僕、お嬢さん」

・「おじさん、おばさん」などと人格を認めないような呼び方を

する

・女性であるというだけでお茶くみ、掃除、補助的作業、私用等を強要する、などがあります。

言っている方は案外気楽に言っているかもしれませんが、言われている方は苦痛を感じていることが多いのです。

日ごろから性別による差別的な対応のない良好な人間関係を作っている人と、女性や年少者等を対等な人格と認めず劣ったものとして高圧的に振舞っている人とは、相手に与える印象に違いがでることがあります。

同じことを言っても相手によって冗談に受け止められる場合と、セクハラになる場合があります。

セクハラ の定義においては、言われた側が苦痛や不快感を持てば、それはセクハラになります。

自分がセクハラだと感じたときは、相手に、それはセクハラだから止めるようにきっぱりと言いましょ。

それが受け入れられない場合、



職場であれば、上司やセクハラ相談窓口（職場に設置義務があります）に相談をします。

そこで解決がつかない場合は、長野労働局の雇用均等室（事業所に男女雇用機会均等法に基づく指導をします）または企画室総合労働相談コーナー（個人と事業所間の紛争解決の援助やあつ旋をします）へご相談ください。

長野市中御所1・22・1
長野労働局雇用均等室
☎026・227・0125
企画室総合労働相談コーナー
☎026・223・0551

男女共同参画推進出前講座を開いてみませんか！

公民館やグループ活動の研修にご利用ください。講師を派遣いたします。(費用は市が負担します) 申込される方の希望を取り入れて楽しい講座をつくります。時間や場所に制限はありません。詳細は、市役所男女共同参画推進室へ電話等でお問い合わせください。



女性相談窓口から

女性は我慢や控えめが美德とされる時代が長かったせいか、女性の悩みが周囲に理解されないことが多いです。

また、相談しても解決するはずがないと諦めている人もみかけます。でも、ただ我慢しているだけでは、解決することは少ないのです。

まず、相談するという第一歩を踏み出してみませんか。

昨年8月からスタートしたこの女性相談窓口も1年を迎えました。さまざまな相談がありました。どの相談も辛い状況をけんめいに生きている相談者の気持ちを真摯に聞くことから始まります。

離婚等、夫婦の問題を始めとする家族に関する相談が一番多く、中にはDV(夫からの簿力)など深刻な相談もありました。

そうした場合は、必要により他の機関と連携をとりながら、相談者が一番望む方向での解決を図ります。

昨年のある相談では、市の複数課と連携をとり、相談者の意に添う形で解決した事例もありました。

むずかしい問題が複雑に絡んでいることも多く、早急に解決とはいかないこともあります。女性相談員は常に相談者の味方としての立場で、一番よい方法を共に考えていきます。辛いことがあるたびに話しに来て

くださる方もあり、気軽に友達感覚で愚痴をこぼしに来ていただくことも歓迎していますので、窓口を上手に活用してください。

相談内容の秘密は絶対に守られます。ひとりで悩まないで、まずは、電話で辛い気持ちを話してみませんか。

その後、必要なら相談員とじっくり話してみることはどうでしょうか。



○相談日及び相談時間

月・水・金曜日(祝日は除く)

○電話相談

午前9時～午後5時

○面接相談(要予約)

午前9時～午後1時

○相談電話番号は23・4810(シンパizeロ)心配ゼロと覚えてください。

専門の女性相談員が女性の様々な悩みの相談をお受けしております。

ご意見、ご感想、お問い合わせ、男女共同参画社会について、身近な問題等をお寄せください。 中野市男女共同参画推進室 〒383-8614 中野市三好町1-3-19

電話 0269-22-2111 内線 254 F A X 0269-22-5923 有線 23404

ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/>

メール danjo@city.nakano.nagano.jp