

# 広報 なかの 9

2009 (平成21年)

# 9

No.54



三高校野球大会

特集

**災害への備えは  
万全ですか** ...2

特集

**中学生派遣事業  
現地レポート** ...10

今月の合冊

交差点 ..... 1～4  
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



特集

# 災害への備えは万全ですか

8月6日に発生した大雨では、市内の各所で被害が発生しました。このように突然起こる大雨・台風・洪水などの風水害や地震は、土砂崩れなどの2次災害の発生も懸念されます。また、災害の発生により、道路なども不通となり周囲から取り残されてしまう危険性もあります。ここでは、そのような避難時に役立つ防災の豆知識と、非常時の持ち出し品について紹介します。

図 市役所庶務課防災係 ☎ (22) 2111 (内線210)

車の中や狭いところに長くどまるのは危険です。長時間、座席など同じ姿勢で座り続けていると、膝の裏あたりの静脈に血のかたまり(血栓)ができることが、まれにあります。この血栓が怖いのは、歩いている間にその一部が血流に乗って肺にとび、肺の血管を閉塞してしまうことです。地震などで家を失い、車で寝泊りすることを余儀なくされた場合にも、時々外に出て体を伸ばし、こまめな水分補給を行うようにしましょう。

人は、膝下の水深で歩くのが困難になり、腰程度の深さになると歩行はほとんど不可能になります。腰まで水が届くような場合は、決して無理をせず、高い場所で救援を待ちましょう。

また、お年寄りや病人などを救出する場合は、背負うか浮き輪を利用し(ただし、深いところでは流される恐れがある)、赤いので使えない)、赤いのも有効です。

## 非常持ち出し品・備蓄品の準備をしましょう

非常持ち出し品・備蓄品の準備は防災対策の基本です。下記のリストを参考に、家族構成に合わせて準備しましょう。また、準備をした後も、定期的に食品の賞味期限や電化製品の故障がないかなどを点検しましょう。



### ◆非常持出品 (避難する時に持ち出す最小限の必需品。あまり重いと避難行動に支障が出ます)

チェック	品名	点検日①	点検日②	チェック	品名	点検日①	点検日②
<input type="checkbox"/>	非常食			<input type="checkbox"/>	飲料水		
<input type="checkbox"/>	携帯ラジオ (予備の電池)			<input type="checkbox"/>	懐中電灯 (予備の電池、電球)		
<input type="checkbox"/>	ろうそく			<input type="checkbox"/>	ヘルメット (防災ずきん)		
<input type="checkbox"/>	ライター (マッチ)			<input type="checkbox"/>	ナイフ、缶切り、栓抜き		
<input type="checkbox"/>	ティッシュ			<input type="checkbox"/>	タオル		
<input type="checkbox"/>	ビニール袋			<input type="checkbox"/>	上着		
<input type="checkbox"/>	下着類			<input type="checkbox"/>	軍手		
<input type="checkbox"/>	救急医薬品 (傷薬、ばんそうこう、解熱剤、 風邪薬、目薬など)			<input type="checkbox"/>	常備薬		
<input type="checkbox"/>	現金			<input type="checkbox"/>	貴重品 (貯金通帳など)		
<input type="checkbox"/>	健康保険証			<input type="checkbox"/>	身分証 (住民票の写しなど)		

### ◆非常備蓄品 (災害復旧までの数日を自足できるもの。最低でも3日分は用意しておきましょう)

チェック	品名	点検日①	点検日②	チェック	品名	点検日①	点検日②
<input type="checkbox"/>	食品 (缶詰、レトルト、ドライフーズ、 栄養補助食品)			<input type="checkbox"/>	食品 (調味料、スープ、みそ汁)		
<input type="checkbox"/>	食品 (チョコレート、のど飴など)			<input type="checkbox"/>	飲料水 (1人当たり1日3ℓ)		
<input type="checkbox"/>	燃料 (卓上コンロ、カセットガス、 固形燃料)			<input type="checkbox"/>	毛布、タオルケット、 寝袋		
<input type="checkbox"/>	洗面用具 (歯ブラシ、石けん、タオル、 ドライシャンプーなど)			<input type="checkbox"/>	鍋、やかん		
<input type="checkbox"/>	簡易食器 (わりばし、紙皿、紙コップなど)			<input type="checkbox"/>	ラップ、アルミホイル		
<input type="checkbox"/>	使い捨てカイロ、マスク			<input type="checkbox"/>	工具類 (ロープ、パール、スコップなど)		

## 8月6日大雨による被害の状況

(8月21日午後4時現在)

- 一般住家被害  
(1)浸水被害(住家)計 69棟  
①床上浸水 1棟(科野) ②床下浸水 68棟(平野3、高丘8、長丘11、科野6、倭18、豊津19、永田3)  
(2)浸水被害(非住家)計 46棟  
①床上浸水 1棟(豊津) ②床下浸水 45棟(平野3、高丘4、長丘1、科野1、倭21、豊津15)
- 一般(宅地内等)土砂崩落  
・土砂被害 48箇所(中野1、平野7、高丘3、長丘17、科野4、倭1、豊津2、上今井2、永田11)
- 農業関係被害  
(1)農地被害 法面崩落等 200箇所  
(2)農業用施設被害 土砂流入、法面崩落等 58箇所(水路被害39、揚水機被害1、農道被害18)
- 公共土木施設被害  
(1)道路被害 143箇所(中野地域72、豊田地域71)  
(2)河川被害 7箇所(中野地域6、豊田地域1)
- 公共施設被害  
(1)社会福祉施設の被害 落雷によるブレーカー損傷による停電 1カ所  
(2)市有財産の被害 施設内の法面崩落 1カ所  
(3)廃棄物清掃処理施設の被害  
①し尿処理関係 18件(平野2、高丘1、長丘1、倭3、豊津11)  
②粗大ごみ処理関係 2件  
(4)都市施設被害 給水施設への浸水 1カ所  
(5)上下水道施設被害  
①上水道施設被害 落雷による電気設備故障 2カ所  
②下水道施設被害 浸水および路面洗掘による被害 3カ所  
(6)教育関係施設被害 法面崩落 1カ所
- その他被害  
(1)公共交通機関被害 土砂崩落により一次運休 JR東日本飯山線  
(2)国、県道関係被害  
①数カ所の土砂崩落により一時通行止め 国道117号替佐～古牧間  
②安源寺チェーン脱着所下の法面崩落 主要地方道 中野豊野線  
(3)広域連合・一部事務組合関係施設被害(中野市関係)  
①進入路法面崩落 大俣最終処分場  
②排水放流管路ならびに付近の土の崩落 豊田衛生センター

## 覚えておこう！役立つ防災の豆知識

役に立つものベスト3  
① 懐中電灯  
② 食料品  
③ ラップ(キッチン用)

これらは、阪神淡路大震災のとき、被災者へのアンケートで「実際に役に立ったものベスト3」です。

ラップは、手をケガしたときに包帯や三角巾の代わりにもなります。また、皿に敷けば汚れず、水を使って洗う必要がありません。

十円玉を忘れずに  
災害発生時には、携帯電話はほとんど使えなくなります。

これは、携帯電話会社が電気通信事業法に基づき、重要通信の確保のため一般通信に対して規制をしなければならぬためです。公衆電話も不通になる可能性はありますが、停電の場合であれば十円玉が使えますので、必ず用意しておきましょう。

通電火災に気を付けよう  
地震による火災の原因は、

ストーブや台所の火が引火することによるものがほとんどですが、中にはドライヤーなどのスイッチを付けたままにしておくことで、電気が回復した時にスイッチが入って加熱し引火につながることもあります。これを通電火災と呼んでいます。

普段から、電化製品を使用しないときは、プラグをコンセントから外しておきましょう。

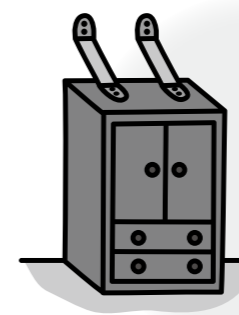
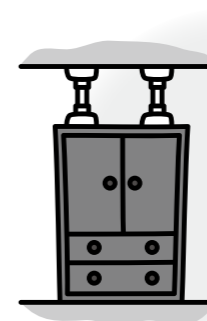
# 家具の転倒を防止しましょう

近年発生した大きな地震の負傷者のうち、三十から五十割の方が、家具類の転倒・落下が原因で負傷しています。また、転倒・転落した家具類につまずいて転倒したり、家具が倒れたときに割れた食器やガラスなどがけがをする

など、家具類の転倒は二次的な負傷の原因にもなっています。地震の発生を抑制することはできませんが、皆さんの日ごろの備えにより次のような対策を講じる事により、災害は減災することができます。

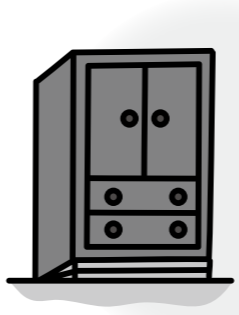
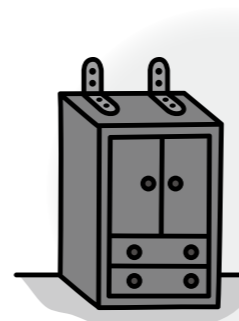
**ポール（つつぱり棒）式**  
ネジ止めすることなく、家具と天井の隙間に設置する棒状のタイプ

**ベルト・チェーン式**  
家具と壁をそれぞれネジ止めた金具を、ベルト、金属チェーンなどで結んだタイプのタイプ

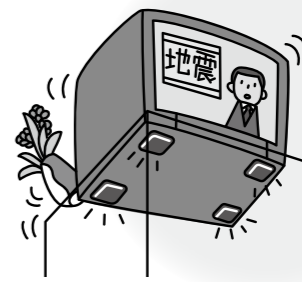


**L型金具**  
家具と壁をネジによって固定するタイプ

**ストッパー式**  
家具の最下部にくさび状に挟み込み、家具を壁側に傾斜させるタイプ



**マット式**  
粘着性のゲル状のもので、家具の底面と床面を接着させるタイプ



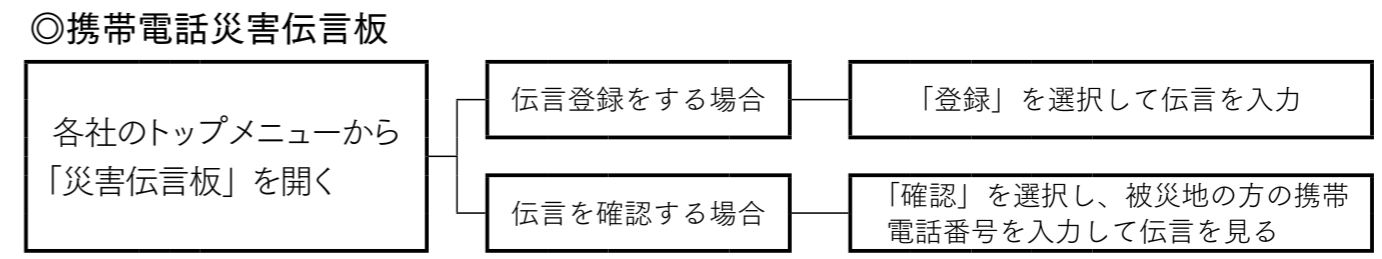
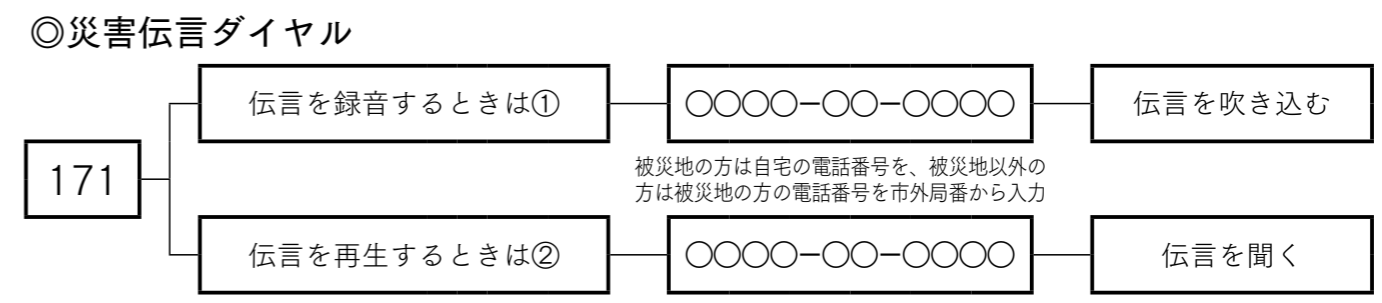
**ガラス飛散防止フィルム**  
家具のガラス面にフィルムを張り、割れた場合の飛散を防ぐもの



これらの転倒防止具の使用のほかにも、重いものは下に軽いものを上に収納するだけでも転倒の予防になります。複合的な対策が重要です。

## 家族などの安否確認はこの方法で!!

大規模災害発生後は、被災地域では電話などが、つながりにくい状況になります。災害発生時には、家族などの安否確認のため、下記のような伝言ダイヤルや伝言板が開設されますので、ご利用ください。



**家庭では** 頭を保護し丈夫な机の下などに隠れる  
あわてて外へ飛び出さない

**人がおおぜいいる施設では**  
係員の指示に従う  
落ちついて行動  
あわてて出口に走り出さない

**自動車運転中は**  
あわててブレーキをかけない  
ハザードランプを点灯し、揺れを感じたらゆっくり停止

**緊急地震速報「利用の心得」**  
周囲の状況に応じてあわてず  
まず身の安全を確保する!

緊急地震速報は見聞きしてから、強い揺れが来るまでの時間が数秒から数十秒しかありません。その短い間に身を守るための行動を取る必要があります。

**屋外(街)では**  
ブロック塀の倒壊等  
看板や割れたガラスの落下に注意し、ビルのそばから離れる

**鉄道・バス乗車中は**  
つり革、手すりにしっかりつかまる

**エレベーターでは**  
最寄りの階で停止させず  
降りる

**山やがけ付近では**  
落石やがけ崩れに注意

(気象庁パンフレットより)

大切な情報をお伝えしています

## 防災行政無線放送

市では、平常時および災害発生時の情報伝達体制の確保と皆さんの安全を守ることを目的に屋外スピーカーを市内に132基設置し、随時、大切な情報の放送を行っています。

放送はゆっくり、間隔を空ける、通常会話とは異なった話し方など工夫をしていますが、住宅の構造、風向き、スピーカの向き、近隣の交通事情等により、各ご家庭においては、聞こえにくい状況になることもあります。チャイムが聞こえた場合には、窓を開ける、聞きやすい場所に移るなどして、放送の内容に耳を傾けていただきますよう、お願いします。

また、右記の方法により放送内容が確認できますので、どうぞご利用ください。

**放送内容の確認方法**

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、放送内容を音声で確認することができます。
- ご利用方法  
ハヤクキコムセン  
**0120-892-560**  
に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内容を文書で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」

8月9日の防災行政無線による震度速報の誤報について

市ではJ-ALERT(全国瞬時警報システム)を導入しており、市内において震度4以上の地震が発生した場合には、市民の皆さんにいち早く情報提供するため、防災行政無線で自動放送をすることとしています。

しかし、8月9日(日)午後7時58分に発生した東海道南方沖の地震において、中野市の最大震度が豊津で震度2であったにもかかわらず、防災行政無線で震度4の震度速報が誤って自動放送されました。

現在、原因調査を行っているところですが、市民の皆さんには、ご心配ご迷惑をおかけしたことを深くお詫び申し上げます。今後は、再発防止に努めてまいります。

# 宝くじスポーツフェア はつらつ ママさん バレーボール in Nakano

11月1日(日)  
開催決定!

さらに、12時30分までにご入場の方には、  
抽選でドリームチーム選手の  
サイン入りボールなどが当たります。

開場:午前9時  
当日、先着  
500名様に  
特製応援グッズを  
プレゼント!!

～開催主旨～ オリンピックメダリストや全日本経験者などで編成される「ドリームチーム」と「地元ママさんチーム」による親善試合やバレーボール教室などを開催し、バレーボールを通じて「健全な家庭の育成」と「長寿社会に対応した明るいまちづくり」を進めるとともに、宝くじの普及広報を行うことを目的としています。(中野市では初の開催)

日時 11月1日(日) 午後0時20分～ 会場 市民体育館(入場無料)  
主催 長野県、中野市、財団法人自治総合センター  
協力 財団法人日本バレーボール協会、長野県バレーボール協会、中野市ママさんバレーボール連盟、中野市体育指導委員会  
その他 駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。



## タイムスケジュール(予定)

※都合によりプログラムを変更する場合があります。

09:30 ママさんバレーボール教室  
(ご自由に見学できます。教室参加は事前申込みのチームに限ります。)

12:20 オープニング・アクト  
出演:中野西高等学校ウインドアンサンブル

12:30 開会式

12:50 アトラクション  
①トスでバスケット  
②時間に挑戦!!ハートにアタック

13:15 フレンドリー・マッチ  
ドリームチーム vs 中野市選抜チーム  
(とよた、アドヴァンス、礎)

14:40 ドリーム抽選会  
※12時30分までにご来場の方に  
抽選券をお配りします。

15:00 閉会

## ドリームチーム選手(予定)



河西昌枝



森田淳悟



江上由美



石田京子



山下美弥子



井上 謙



廣 紀江



ヨーコセッターランド



辻 知恵



吉原知子



福田記代子



佐伯美香



堀崎智恵美

(中野市出身)



宝くじは  
豊かさ築く  
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

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364)

## かからない ひろげない インフルエンザに注意を!!

市内においても新型コロナウイルスエンザの感染が確認されています。

新型コロナウイルスエンザを予防することは、もちろん大切ですが、もし新型コロナウイルスエンザに感染してしまったら、次のことを守りきちんと療養しましょう。

- ・体温三八度以上の発熱、咳、のどの痛みなどがあるときは早めに医療機関を受診しましょう。
- ・受診の際は、かかりつけ医に事前に電話して受診方法や時間帯を確認しましょう。
- ・必ずマスクをして受診しましょう。

### 自宅療養のポイント

現在、新型コロナウイルスエンザを発症した場合、重症およびその危険性がある方は入院して治療することになりますが、多くの方は医師の指導のもと自宅で療養することになります。

新型コロナウイルスエンザと季節性インフルエンザの療養の基本は同じですが、新型コロナウイルスエンザの場合、次の症状が見られた時は、速やかに医師に相談を

- ・四日以上発熱が継続し、体温が38.5度以上続く場合
- ・呼吸困難、胸痛、意識障害、けいれんが現れた場合
- ・脱水症状、嘔吐、下痢、食欲不振、体重減少が持続する場合
- ・基礎疾患(糖尿病、高血圧、心臓病、腎臓病、免疫抑制剤の服用など)がある場合
- ・高齢者、妊婦、乳幼児、高齢者の同居者など
- ・基礎疾患(糖尿病、高血圧、心臓病、腎臓病、免疫抑制剤の服用など)がある場合
- ・高齢者、妊婦、乳幼児、高齢者の同居者など

### 体調管理のポイント

医療機関で処方された薬は症状がなくなっても最後まで飲み切りましょう。

### 家族の健康管理

家族の方も毎日体温を測りましょう。

- ・患者と接するときは、マスクを着用しましょう。
- ・患者の世話をした後などこまめに手を洗いましょう。
- ・可能なら患者と別の部屋で過ごしましょう。
- ・家族の方も体調に注意し外出を控えましょう。
- ・やむをえない外出の時はマスクを着用しましょう。

市役所健康長寿課健康管理係 ☎(22)2111(内線242)

## 衆議院議員総選挙 最高裁判所裁判官国民審査 投票・開票結果

候補者	得票数	投票率	有効投票	無効投票	持帰り
衆議院議員総選挙、最高裁判所裁判官国民審査の投票が、八月三十日に行われ、即日開票の結果、衆議院小選挙区選出議員選挙長野一区では、篠原孝さんが当選されました。中野市開票区の投票・開票結果は次のとおりです。					
衆議院小選挙区 選出議員選挙長野一区	有権者数 三七、九五七人 投票者数 一八、三二二人	投票率 四九、六三五人	有効投票 一三、八〇七人	無効投票 一、四九八人	持帰りその他 〇票
衆議院比例代表選出議員選挙	投票者数 二七、九九九人	投票率 七三、七三%	有効投票 二七、一四四人	無効投票 七、八五五人	持帰りその他 二票
政党別得票数(得票順)	民主党 一三、六一三票	自由民主党 七、〇〇三票	日本共産党 二、〇〇〇票	公明党 一、九一四票	社会民主党 一、一六八票
国民新党 七五六票	新党日本 五四六票	幸福実現党 一四四票	最高裁判所裁判官国民審査	投票者数 二六、五八五人	投票率 九七、〇七六%
投票者数 一三、五〇九人	投票率 七〇、〇九%	有効投票 一三、〇九人	無効投票 七、四一%	持帰りその他 三票	

# 第1回 なかの巡りEYEウォーク



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、市の観光振興を図るとともに、同日に市内各地で開催しているイベントを巡る「第一回なかの巡りEYEウォーク」を開催します。

ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/city/shokan/m-walk/index.html>

※申込期限内でも定員になり次第締め切りとなります。問い合わせ・申し込み先 実行委員会事務局（市役所）

商工観光課内）  
〒383-8614  
中野市三好町一丁目  
三番十九号  
☎22111（内線259）  
○信州なかの観光協会  
〒383-0022  
中野市中央二丁目二番六号  
☎22211

期日 十月二十四日(出) 十月二十五日(出)

時間 午前十一時(出発式) スタート 午前十一時三十分 (ゴール締切時間 午後二時三十分)

主会場 旧中野高校(スタート)、中野陣屋前広場(ゴール)

コース 市街地から東山を散策する周回コース(全長二・二キロメートル)

主催 なかの街並みウォーキング実行委員会

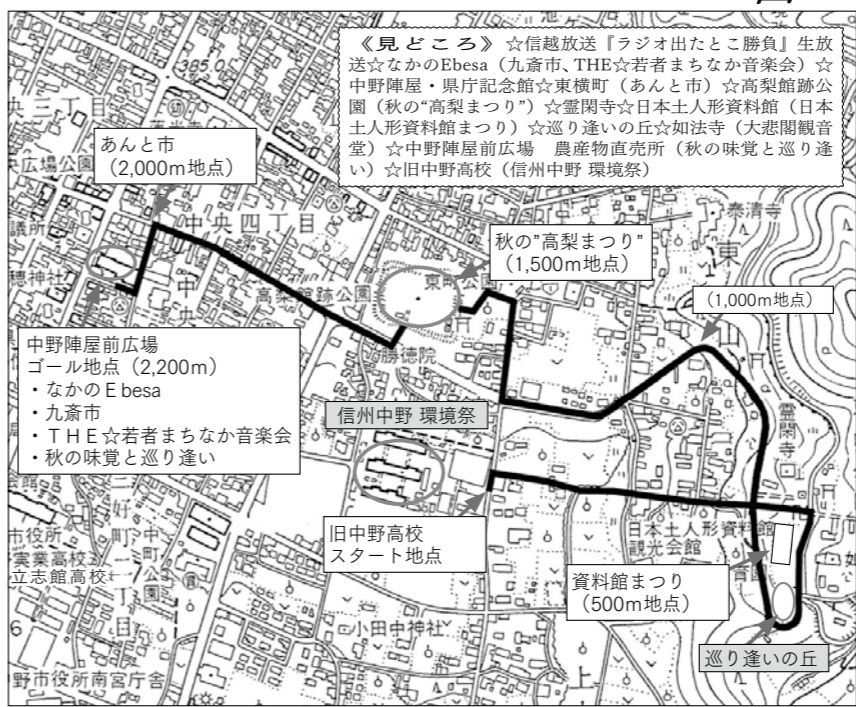
定員 三百人

参加費 五〇〇円(傷害保険料を含む) ※参加費あり

申込方法 所定の申込書に必要事項を記入のうえ、参加費を添えてお申し込みください。

※申込書は市役所商工観光課、豊田支所にあるほか、なかの巡りEYEウォークホームページに掲載してあります。

## ◇なかの巡りEYEウォーク◇コース図



## 合唱のための発声講習会を開催します

ている方も大いに歓迎です。大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

市内の音楽活動者の方や一般の方を対象に発声講習会を開催します。

今年は、発声の基礎から実践まで、優しく、分かりやすく指導をしていただきます。また、合唱に興味があり、これから始めてみようと考えて

期日 十月十一日(日)

時間 午後一時三十分～四時三十分(受付一時から)

会場 中央公民館 音楽室

講師 佐原玲子先生(長野県合唱連盟副理事長、サイトウキネンフェスティバルジュニアコーラスを指導)

参加費 無料

主催 中野市、中野市音楽団体連盟

申込期限 十月二日(金)

問い合わせ・申し込み先 市役所文化スポーツ振興課文化振興係 ☎22111内線394

## 9月30日(水) 申請期限です 定額給付金・子育て応援特別手当

定額給付金・子育て応援特別手当の申請はお済みですか？

申請期限は、九月三十日(水)です。まだ、申請がお済みでない方は至急手続きをお願いいたします。

申請方法など、ご不明な

点がある方は、中野市定額給付金事業等実施本部までご連絡ください。

問い合わせ先 中野市定額給付金事業等実施本部(市役所政策情報課内)

☎22111(内線216・401)

## 10/3 2009健康づくりフェスティバル



▲健康コーナー(一昨年の様子)

会場 中野保健センター、フィットネスクラブ・エフパイエー中野、ながでんスイミングスクール中野を会場に開催します。

○講演会  
・講師 森野眞由美氏(管理栄養士)  
・演題「病気になるない日々の食事」



▲森野眞由美氏

○健康コーナー  
血糖値・血圧・骨密度測定、健康相談、糖尿病相談、介護用品展示など

○トレーニングジム無料体験運動指導

「2009健康づくりフェスティバル」を、十月三日(土)に、中野保健センターおよびフィットネスクラブ・エフパイエー中野、ながでんスイミングスクール中野を会場に開催します。

「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、そしてためになる企画を用意しています。

大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。

期日 十月三日(土)

時間 午後一時三十分～五時

お問い合わせ先 市役所健康長寿課健康管理係 ☎22111(内線242)

## 中野市民憲章

## 策定懇話会の委員を公募します

市では、市民の皆さんが社会生活を送るうえで、日常、継続的に心がけるべき、まちづくりの目標となる市民憲章を制定することとしました。制定にあたり、憲章の原案を策定し、市長へ提言していただくため、市民憲章策定懇話会を設置し、その委員を公募します。

市民の皆さんのご応募をお待ちしています。

募集人員 二人

任期 委嘱の日から市長へ市民憲章を提言する日まで

応募資格 市内在住の方

応募方法 様式は任意ですが、市民憲章に関するご意見を記載のうえ、住所、氏名、年齢、電話番号を明記していただき、直接持参していただくか、郵送、ファクスまたはEメールにより提出してください。

募集締切 九月二十四日(木)

決定方法 選考により決定

その他 報酬や交通費の支給はありません。

問い合わせ・応募先 〒383-8614 中野市三好町一丁目三番十九号 市役所庶務課庶務文書係

☎22111(内線211)

ファクス ☎0349

Eメール [shomu@city.nakano.nagano.jp](mailto:shomu@city.nakano.nagano.jp)

## 粗大ごみを回収する 無許可業者にご注意を！

家電製品を回収する業者が市内を巡回しています。家庭で不要になった粗大ごみなどを収集するには、法律により一般廃棄物収集運搬業の許可が必要となります。



許可の無い業者には粗大ごみなどの回収を頼まないようにしましょう。

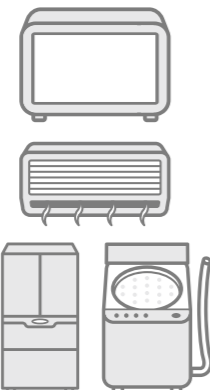
家電製品などの処分は、原則として年2回の「不燃性粗大ごみ回収」をご利用ください。今回は10月に実施する予定です。

## 家電リサイクル法 対象機器の処理方法

テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機は、原則として「買ったお店」または「買い換えるお店」に引取依頼してください。

その際のリサイクル料金や収集運搬費用については、お店に支払いをお願いします。

これ以外の処理方法については、環境課までお問い合わせください。



問い合わせ先 市役所環境課衛生係 ☎(22)2111(内線245)

## 学校新聞特派員

### 〜姉妹都市 竹田市〜

八日五日から七日までの三日間、南宮中学校三年の小林征也さん、小平稜也さん、牧野祥子さんの三名が、「学校新聞特派員」として、姉妹都市の大分県竹田市を訪問しました。三名が実際に見て、感じた姉妹都市の様子や、竹田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。

### 竹田市について

竹田市は、トマトと高原野菜作りが盛んで長野県と似ています。トマトは西日本一位です。また、カボスとサフランは、日本一の栽培面積と生産量を誇る特産物です。

竹田市の総面積は四七七・六七平方キロメートルで中野市の四倍程です。人口は中野市が四万六千人程なのに対して二万五千人程です。

竹田市には、久住連山の恵みの湧水郡があり水質は全国名水百選の中でもトップクラスです。それらは生活や農業用水に使われるだけでなく、時には祀られ、時には子どもたちの遊び場になりました。



▲重要文化財「白水ダム」の前にて

### 瀧廉太郎について

六連橋：六つのアーチの石橋です。石橋の上には、農業用水が流れています。連数で日本一を誇る水路橋だそうです。

不朽の名曲「荒城の月」を作曲し二十三歳で亡くなった瀧廉太郎は、少年期を竹田市で過ごしました。瀧廉太郎記念館で十二歳〜十四歳の頃描いた絵を見ました。とても少年時代に描いた絵だと思えませんでした。文字もとてもきれいでした。瀧廉太郎が勉学に打ち込んだ蔵にも入りました。



▲「荒城の月」瀧廉太郎像の前にて

のイメージができたそうです。建物は、今はありませんが石垣は松本城よりも大きくて広い城でした。世界遺産登録する運動を始めたそうです。城跡には瀧廉太郎の銅像もありました。また、城跡から見下ろす道路を自動車が行くとタイヤの音が「荒城の月」の音楽になるように作られていました。

### 緑ヶ丘中学校と交流

竹田市との姉妹都市交流二日目、私達は緑ヶ丘中学校の平和学習に参加しました。毎年八月六日、広島に原爆が投下された日に九州全県の中学生が登校し、平和学習を通して命の尊さや戦争の悲惨さを学んでいます。

全校平和集会では三年生の皆さんが、被爆から十数年後に突然後遺症で亡くなった、さだこさんという少女のお話をしてくださいました。私達は、原爆投下から六十年以上経った今もなお人々を苦しめ続ける原爆症について知ることができました。



▲全校平和集会で原爆について学習

## 被爆地派遣

### 〜広島市〜

八月四日から六日までの三日間、高社中学校三年の田中良輔さん、武田すみれさん、相馬夏月さん、市川夕貴葉さんの四名が、「平和使節」として、被爆地の広島県広島市を訪問しました。

四名が戦争のむなしさや悲惨さを知るとともに、広島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。

### 見て聞いて学んだこと

僕たちは、被爆地派遣事業で八月四日から八月六日まで広島に学習をしに行きました。初日は、中野市から広島への移動で終わってしまいました。二日目、午前中に翠町中学校との平和交流会をして、自

分たちの学校で取り組んでいることや伝統などを発表しました。午後は、原爆ドームや平和記念資料館を見ました。資料館では、八時十五分まで止まっている時計、兵士の服、真っ黒なつめなどがありました。その後原爆ドームも見ました。原爆がどれほどの威力でとても恐ろしいものであることがあつた程度わかりました。次に原爆を受けた人のお話を聞いて戦争の恐ろしさをあらためて感じました。

三日目は平和記念式典に参加して総理大臣と広島県知事のお話を聞いて八時十五分には黙とうをしました。色んな人たちの話を聞いて、平和記念資料館や原爆ドームを見て、一人ひとりが助け合つて協力したから今の日本があるんだなと思えました。



▲平和祈念式典で黙とう

### 広島にいった

私はいままで、平和についてあまりよく考えたことがありませんでした。しかし、今回平和のことをより深く考えることができました。

原爆は、六十四年たった今でも放射線の影響で苦しんでいる人たちがいます。原爆はそれほど恐ろしいものだと思えました。

平和についてあまり考えたことがないという事は、今がとて平和だからだと思いません。しかし、完全に平和とは言えません。いじめがなくなくて、みんなが笑顔で暮らしていけてこそ本当の平和だと私は思います。そのためにも、まずいじめをしないこと、見過ごさないことです。それは一人ひとりの協力が大事になります。自分たちの平和は自分たちで作っていききたいです。

### 広島で学んだこと

広島に行き多くのことを学んで戦争と平和に対する考え方が大きく変わったような気がします。

人類は過去に二回核兵器を使いました。その結果、数多くの人々の未来を壊し、計り知れない悲しみと怒りを与えました。このようなことを再びおこさないために、全世界が協力して核兵器の廃絶に力を注ぐべきではないかと思えます。核の力、原子力を世界平和のために使い、広島を悲劇を繰り返さないことが大切だと思います。

ぼくたち中学生が核兵器について正しく理解し、意識を持つことがこれからの世界のために必要だと思いました。



▲翠町中学校の校内慰霊祭に参加

### 広島での思い出

翠町中学校との交流では、生徒の戦争についての取り組み意識が高くて驚きました。校内慰霊祭など、たくさんの方々が活動を行っているそうです。体験者との交流の前に、私がベンチに座っていると老人が私の前に来て、急に戦争のお話をしてくださりました。老人の方も被爆されていてその話が悲しくて、泣いてしまいました。私はこの時の話を忘れる事はないと思います。

この三日間、戦争、原爆についてたくさん学びました。私一人の力では国を動かすことはできません。もし日本が再び戦争をするのなら何も言えないでしょう。しかし、そんな日が来ないために、このことを忘れないでいたいです。



▲被爆体験者のお話を聞きました

# 中野市国民健康保険証の更新について

現在お使いの「国民健康保険証」の有効期限は本年九月三十日(水)です。新しい保険証(一般用が緑色、退職者用がオレンジ色)を九月末までに郵送しますので記載内容をご確認ください。十月一日(木)以降お使いいただけます。この保険証は、保険に加入していることを証明するものですので大切に保管してください。

古い国保の保険証は十月一日(木)以降に破棄してください。医療機関を受診する際は保険証を必ず持参してください。七十歳以上、七十五歳未満の方は、保険証と高齢受給者証をあわせて持参してください。医療機関の窓口負担割合は三割ですが、七十歳以上で所得が現役並み所得以外の方は一割になります。七十五歳以上の方と、六十五歳以上で一定の障害の認定を受けた方には、七月末に「後期高齢者医療保険証」(黄色)の保険証をお送りしてあります。

次の項目に該当する方は、必ず、市役所市民課、福祉課または豊田支所地域振興課へ届け出してください。

◆勤務先の健康保険に加入または被扶養者であるのに保険証が送られてきた場合  
早急に届け出してください。

◆届出に必要なもの  
国保とお勤め先の健康保険の両方の保険証、印鑑

◆会社などを退職したのに保険証が送られてこない場合  
再就職先ですぐに健康保険に加入する場合は、次のいずれかの方法で保険に加入していただくことになります。

- ① 退職されたお勤め先の健康保険に任意継続で加入する
- ② 家族でお勤めしている方の健康保険の被扶養者になる
- ③ 国民健康保険に加入する

①の場合は退職されたお勤め先に、②の場合はご家族の方のお勤め先にお問い合わせください。③の場合は、原則として退職後十四日以内に市役所へ届け出してください。

【届けて必要なもの】  
勤めていた会社などの健康保険離脱(資格喪失)証明書、印鑑、年金手帳、六十歳以上で年金証書をお持ちの方は年金証書、免許証やパスポートなど本人確認ができる書類

## ふるさとの味を贈り物で 信州中野まごころのカード



▲今回発行したカード  
市内の農産物や加工品などをより多くの皆さんにご利用いただくため、選べるカードギフト「信州中野まごころのカード」を発行しました。今回は、旬の農産物や酒類、みそ、しょうゆなどの加工品や果物狩りなどの体験メニューのほか、新たに、信州牛・黒豚のハンバーグ、手作り無添加せっけんセットが加わりました。

冠婚葬祭の引き出物や、さまざまな場面の贈り物に、どうぞご利用ください。

販売価格 1冊3,150円  
有効期限 9月1日(火)～平成22年2月28日(日)  
取り扱い (財)中野市産業公社  
☎(22)2111(内線299)

問い合わせ先  
市役所売れる農業推進室  
☎(22)2111(内線381)

## 「信州なかの・ふるさと体験塾2009」で交流会

八月七日から九日までの三日間、農業・農村体験交流事業「信州なかの・ふるさと体験塾2009」が開催されました。あいにくの雨模様となりましたが、首都圏から子どもを含め三十人の皆さんが元気に中野市を訪れ、北信濃ふるさと森文化公園内の市立博

物館において開村式を行いました。今回で七回目を迎えるこの事業は、首都圏の方々に農作業や農村の食・自然に触れ、交流する中で、信州中野の魅力を知っていただくと同様に、農産物の大切さや農業への理解を深めていただくために行われています。

初日の合同夕食会では、中野市産の農産物などを使ってパーベキューを行い、実行委員やJA中野市青年部の役員の方々と楽しいひと時を過ごし、交流を深めました。

また、二日目以降はブドウ狩り、そば打ち体験、きのこ栽培施設の見学、モモの収穫



▲初めて巨峰を収穫しました

国民健康保険税の納付  
保険税は世帯ごとで税額が算定され、納税義務者となる世帯主に課税されます。

保険税を滞納している世帯には保険証を送付せずに、来庁いただき、納税相談のうえ交付する場合があります。納期限までに納付していただくようご協力をお願いします。

問い合わせ先  
市役所福祉課国保医療係  
☎(22)2111(内線296)  
豊田支所地域振興課市民生活係  
☎(38)2111(内線131)

## ご存知ですか? 福祉医療制度

福祉医療費とは、乳幼児・障害者・母子家庭・父子家庭の方を対象に、医療費の自己負担の一部を給付するものです。申請には保険証、手帳(身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳)、印鑑、通帳が必要となります。

区分	支給対象者
乳幼児	0歳～小学校3年生
身体障害者手帳交付者	1級～4級(4級は所得税非課税世帯が対象)
療育手帳交付者	A1～B2 ※B2は所得制限あり(特別障害者手当)
精神障害者保健福祉手帳交付者	1級…所得制限あり(特別障害者手当) 2級・3級…市民税非課税世帯
65歳以上の国民年金法該当者	障害基礎年金(1級および2級)を受給している方
母子家庭・父子家庭	18歳未満(高等学校卒業まで)の児童と扶養している方※父子家庭は所得制限あり(児童扶養手当)

※10月診療分から受給者負担金が1レセプトあたり300円から500円に変更となります。また、医療機関では受給者証を必ず提示してください。

問い合わせ・申請先  
市役所代表 ☎(22)2111  
乳幼児に関して…子育て課子ども支援係 (内線356)  
乳幼児以外に関して…福祉課厚生保護係 (内線255)  
豊田支所地域振興課市民生活係 ☎(38)3111 (内線132)

## 10月から住民税の特別徴収(年金からの天引き)が始まります

十月から、六十五歳以上(本年四月一日現在)の公的年金受給者で、公的年金所得に対する個人住民税が発生する方は、年六回の年金支給の都度、公的年金からの特別徴収が始まります。特別徴収される税額などは、六月中旬に市から送付しました「平成二十一年度市県民税税額決定・納税通知書」(二枚目の左側)をご覧ください。

なお、特別徴収は個人住民税の納税方法を変更するものであり、これにより新たな税負担が生じるものではありません。  
※詳しくは、広報なかの六月号の挟み込みチラシをご覧ください。

問い合わせ先  
市役所税務課課税係  
☎(22)2111(内線225)

## こんにちは 24h 電話医療相談所です



Q 六十代男性です。農作業中ハチに刺されてしまいました。どうしたらよいでしょうか?

A ハチに刺された場合、刺された傷口を流水でよく洗い流します。ハチの針が残っていれば抜いてください。その後は安静にして、局所を冷やして様子を見ます。刺された直後から一時間以内に何らかの全身症状が出た場合は要注意で、特に以前ハチに刺された激しい症状が出た方は生命の危険があります。気分不良や息苦しさなどがみられた場合は、ただちに救急車をお呼びください。全身症状がなくても発赤やはれ、かゆみや痛みが強い場合は医師の診察を受けてください。また、患部に虫刺されの薬(副腎皮質ホルモン含有の抗ヒスタミン軟膏)を塗ることも効果的です。

★ハチに刺されないためには、まず、刺されないようにするために、屋外作業や野外レジャーなどの際は、ハチの巣を避けることも効果的です。問合わせ先

市役所健康長寿課健康管理係 ☎(22)2111(内線242)  
北信総合病院医療安全管理室 ☎(22)2151(内線522)

中野市電話医療相談所では、毎日二十四時間、看護師や保健師が相談にあっています。心配事・相談事がある場合は ☎(22)2111 まで遠慮なくお電話ください。

# 人権センターまつり

今年は「人権・平和・多文化共生」をテーマに、十月十日(土)、人権センターまつりを開催します。  
入場は無料です。大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。

【作品・ポスター展示】  
時間 午前九時～午後四時  
会場 中野市人権センター  
内容 当館の地域交流事業の教室作品、集会所利用者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。

【チャリティバザー】  
時間 午前十時～午後二時  
会場 中野市人権センター  
内容 日用品雑貨や農産物などのバザーのほか、赤飯・山菜おこわの販売や無料キノコ汁の提供もあります。

【歌うキネマ『ホタル』】  
時間 午後二時～三時三十分  
会場 中央公民館 講堂  
演題 『ホタル』(戦争に運命を翻弄された夫婦の物語)  
出演 趙博さん  
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) ☎262287



▲唄う浪花の巨人「パギヤン」こと 趙博さん

趙博さん：  
一九五六年生まれ。大阪市西成区出身の在日韓国人二世。大学ではロシア語、大学院では教育学を専攻。ブルー・ジャズ・ロック・フォークはもちろんのこと、北朝鮮



## コミュニティ助成事業により 東江部区でお祭り道具を整備

東江部区では、(財)自治総合センターの宝くじ助成金による一般コミュニティ助成事業(宝くじ普及広報事業)の助成を受けて、神楽、長持ち、リヤカー、テントを整備しま

した。同区では毎年、春・秋祭りを区民祭と位置づけ、区民総参加で開催してきましたが、これらの新調は区民の長い間の悲願でありました。この助成事業による新しいお祭り道具により、大人から子供までが触れ合い、地域のコミュニティ振興が一層図られることになりました。

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

## 職員採用試験

平成22年度採用予定の市職員採用試験を行います。受験を希望される方は、市役所庶務課、総合窓口案内、豊田支所地域振興課、中央・北部・西部の各公民館、永田窓口サービスステーションにある受験案内で受験資格などを確認のうえ、所定の試験申込書によりお申し込みください。

なお、受験案内・試験申込書の様式は、市公式ホームページからダウンロードいただけます。

受験申し込み 市役所庶務課職員係  
問い合わせ先 ☎(22)2111 (内線209・213)

試験区分	採用予定人員	受験資格		試験申込受付期間
		生年月日	その他の要件	
初級試験	土木 若干名	昭和63年4月2日	日本国籍を有し、高等学校の土木専門課程卒業程度の学力を有する者 ※その他資格要件については、受験案内をご確認ください	9月1日(火) ～ 9月17日(木)
		平成4年4月1日		
		1次試験		
		日時・会場		
		10月18日(日) 午前8時45分 ・ 中野市役所会議室 ※試験科目については、受験案内をご確認ください		



# 教育委員会だより

## 学校環境を考え・支える ～学校環境のより高い安全性と安全指導について～

子どもにとって学校は、もっとも安全な場所であればなりません。市内小中学校の耐震補強工事が本年度中に完了となるこのときに、より安全な学校環境とそこで生活する子どもの安全指導について考えてみます。

### 学校とは

児童生徒が一日の大半を過ごすとともに、地域の皆さんをはじめとする多くの方々が利用するところであり、風水害・地震などの災害に対して最も安全な場所に建てられています。

災害発生時には、地域住民の皆さんの避難場所としての役割も果たしています。

### 施設・設備・備品の二重、三重の安全点検と補修などで維持管理

どんな設備・備品も使っていけば古くなり、故障し、壊れます。これらはいっ起るかわからないので、日常点検を二重、三重に行っています。

また、点検活動がマンネリ化したり、気が緩んだりしないように学校では定期的に安全点検の日を設け、意識の高揚を図っています。

理科の薬品、家庭科の包丁、図工科の小刀などの道具類は、数量の確認、収納、施錠をして管理しています。補修については、常に学校と教育委員会が連絡を密にし取り組んでいます。

### より安全性を高める校舎などの耐震補強工事が間もなく完了します

建物の耐震設計の考え方や基準は、建築基準法によって定められ、その耐震基準は、過去の地震災害を教訓に強化されてきました。

平成七年の阪神・淡路大震災時には、「旧耐震(昭和五十六年改正以前の建築基準法)」と「新耐震」で被害状況が大きく違っていました。

旧耐震基準で建設された建物があることから、これらの建物の耐震診断を実施し、新耐震基準に満たない校舎などの補強工事を実施しており、今年度中にすべての工事が完了することとなっています。

耐震補強工事を実施した学校は、次の通りです。

- 中野小学校(北校舎)
- 高丘小学校(北校舎・体育館)
- 科野小学校(校舎・体育館)
- 豊井小学校(北校舎・南校舎)
- 永田小学校(体育館)
- 南宮中学校(第二体育館)
- 豊田中学校(技術科棟・西側渡り廊下)

### いのちを守る安全指導

子どもは、危険予知能力が大人ほど発達しておらず、好奇心、冒険心が旺盛です。安全なはずの校舎・施設・設備・備品も、使い方によっては危険が生じます。

**ア 生活指導で**  
学校では、危ない遊びや行動がなかったか、一日の生活を振り返り、反省をうながしながら安全指導をしています。

**イ 避難訓練**  
学校は子どもたちの集団です。地震や火災などの発生時には、安全な避難ができるように、毎年、どの学校でも春秋二回災害の種類、場面、状況を想定した避難訓練を実施しています。

**ウ 事前の研究と準備**  
例えば、小刀を使つての製作学習では小刀の切れ味の確認、正しい持ち方・使い方、子どもはどの様な使い方をするのか?などを事前にやってみながら指導を考えています。家庭科の実習、理科の実験をはじめ、すべての教科指導に共通しています。

さらに、修学旅行、登山、キャンプ、遠足などの際には下見を実施しています。

校外での行事ですので、現場には必ず足を運び、つぶさに子どもの動き・活動を予測しながら検分をします。それをもとに学年・全職員で検討して計画を立てます。

誰もが持っている学生時代の楽しい行事の思い出は、子どもたちにも保護者にも直接見えないところでの事前の取り組みがどうであったかにかかっています。

**エ 自分の命は自分で守る力を身につけていく指導**  
今や登下校時の交通安全、不審者出沒からの身の守り方などの指導がますます重要性を増してきています。

子どもは年齢、その子に合ったきめ細かな日常的な指導をどう行っていくかを考え、取り組んでいかなければなりません。

大事なことは、危ないから、心配だからといって、子どもを囲い込み過ぎないようにしながら、自分の命を自分で守る力を身につけさせていくことであると思います。





火事・救急・救助は119番



「自分たちの地域は自分たちで守る」という郷土愛護の精神に基づき、生業を持つかたわら、昼夜を問わず、私たちの暮らしを守り続けている中野市消防団の皆さん。このコーナーでは、地元根ざし活動している各分団を紹介していきます。

今回は、中野市消防団第六分団を紹介します。

☆第六分団の団員数、部編成等について教えてください  
 団員数、六十三名、部編成、四部、ポンプ車一台、可搬ポンプ四台です。

☆管轄区域はどこですか?  
 田麦、厚貝、壁田、古牧です。

☆活動内容は?  
 毎月七日に、防火意識の高揚を図るため、管轄区域内での広報活動を実施しています。

☆分団独自の活動などは?  
 厚貝区には、婦人消防隊(七班編成)があり、第六分団厚貝部と合同で毎月第一日曜日に各班交代で、小型ポンプの取り扱い方法などの講習会を実施しています。

十一月ごろには、実際に小型ポンプを動かす、放水を行う初期消火の訓練を予定しています。

また、田麦区では七月に、第六分団田麦部と自警団の合同による消火栓の取り扱い講習会を実施しました。



▶小型ポンプ取り扱い講習会の様子

いづれの講習会も、万一の際には連携して地域を守るため実施しているものですが、今後も続けていきたいと考えています。

☆一言お願いします  
 昔に比べ、少子化などにより新入団員の確保に苦慮しています。一緒に地域を守りませんか?入団お待ちしております。

9月9日は「救急の日」～救命リレーの第一走者はあなたです～

「救急の日」は、救急業務や救急医療に対して理解と認識を深め、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に昭和57年に定められました。また「救急の日」を含む1週間を「救急医療週間」として、救急に関するさまざまな行事が行われます。

市では、応急手当の重要性を学ぶ救急講習会を随時開催しています。11月ごろには上級救命講習会を予定していますので大勢の皆さんの参加をお待ちしています。

救命の連鎖(チェーンオブサバイバル)

- おちついて、はっきりと119番に通報する。
- 救急車の到着前に心肺蘇生法、AEDなどの応急手当を行う。
- 救急救命士等の行う高度な応急処置
- 医療機関における医療処置

※最近、救急出場が増加しています。真に緊急を要する方のために、救急車の適正な利用をお願いします。

☎ 市役所消防課消防係 ☎ (22) 3386

継承  
中野が誇る伝統文化  
第十六回 中野紬織り染め会代表 足立幸子さん



▲自ら織った中野紬をまとい機織りする足立さん

中野紬とは  
 中野紬は、戦前から市内で盛んに作られ、中山晋平先生作曲「中野小唄」の二番の歌詞にも登場します。二十代のころ、タンスにあった祖母の和服を見た足立さんは、古くても美しい着物の魅力にひかれました。今から約二十五年前、小布施町の歴史民俗資料館で開いた機織りの実演・講習会に参加した足立さんはこれなら自分にもできると、新潟県十日町市の十日町地域産業振興センターに手織り機を注文。近所の知人から機織りの機械を譲り受け、知人から技術を習得。以来、後継者がいない伝統技に再び脚光を当てようと機織りに専念し、毎年十一月十一日に「紬の茶会」を開いたり、イベ

ントなどで紬を紹介してきました。平成十七年には、光沢があり糸の中では最も気品があるといわれる山繭(天蚕)で織り物ができたらと、北信農業改良普及センターの指導で自宅の庭で蚕の飼育を開始。試行錯誤の末、現在はクヌギの葉や高柳(中国産の柳)を畑を借りて蚕を飼育しています。

中野紬の魅力とは  
 非常に根気が必要ですが、織ると形になって残るのが嬉しく、また、草木染めでは同じ色が二度と出せないのが魅力です。手作りならではの素朴さや、空気を織って空気を着るような感覚も魅力的で長年続けてこられました。織っている間は心が落ち着き、何も考えずに没頭できます。しなやかで優美な光沢のある天蚕糸は「繊維の女王」と称され、この糸で織った着物は女性なら誰もが憧れるでしょう。

皆さんへのメッセージ  
 自分で織った着物を着れるということは素晴らしいことです。実際に触り、着ていただければ、紬の真の良さがわかるのではないのでしょうか。

市民リレーインタビュー  
No.24  
キャッチボール

宮崎 真紀さんから紹介された



丸山 英臣 さん  
(会社員・七瀬)

①自己紹介  
 妻と娘2人の4人家族で、趣味は音楽。中野市吹奏楽団や信州スパパラダイスオーケストラに所属し、どちらも週1回のペースで練習をしています。

②今後チャレンジしたいこと  
 小さな娘たちが成長したら、家族全員で音楽活動してみたいと思います。

③これからのまちづくりに望むこと  
 新しい市民会館が完成したら、多くの市民が参加できるような音楽イベントを積極的に開催し、音楽文化を通じたまちづくりをしてほしいと思います。

ファッションデザイナーになりたい



長丘小学校 6年  
末友 那奈さん

わたしの夢は、ファッションデザイナーになることです。

わたしの友達が「アメリカでファッションデザイナーになるんだ。」と言っていたので、わたしもファッションデザイナーになりたいなあと思いました。わたしは絵をかくのが大好きです。特に、女の子がかわいい服を着ている絵です。

だから時間がある時は自分で考えたデザインの服をたくさんかきます。服のデザインを考えたりかいたりするのは、とても楽しいです。だけど、アメリカでファッションデザイナーになるためには、ファッションについてのことをすごく勉強しなくてはならないと思います。それに、アメリカで勉強するためには英語も勉強しなければいけないのでむずかしいなあと思っています。でもしつかりと勉強をして、もっともっと自分が考えた服のデザインをしていきたいです。



No.53

広報クイズ  
今月のプレゼント  
土人形「月の兔」  
……5名

問題  
 災害のとき役に立つものは、①●●●●●②●●●●●③●●●●●です。  
 いざという時のために準備しておきましょう。

クイズの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、口ごろ感じていただくことを書き添えて、次の宛先まで送付してください。

※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。

締め切り 9月16日(水)必着

切手  
383-8614 中野市三好町一丁目  
中野市役所 3番19号  
庶務課秘書広報係  
住所・氏名・年齢・電話番号

## BCリーグ公式戦

### ▶投打がかみ合い信濃グランセローズ快勝!

BCリーグ公式戦後期第10戦「信濃グランセローズ対石川ミリオンスタース」が8月15日、市営野球場において行われました。練習拠点の中野市での試合となった当日、会場には1,231人が入場。3塁側スタンドを埋め尽くした信濃グランセローズのファンの皆さんが選手たちに大きな声援を送る中、チャンスを生かした打線の奮起と先発・高田投手の力投により、8対2で信濃グランセローズが快勝しました。



このコーナーでは、皆さんからの投稿を受け付けていますので、地域の身近な話題をお寄せください。  
なお、掲載された方には、粗品を進呈いたしますので、どしどしお寄せください。  
あて先 〒383-8614  
中野市三好町一丁目3番19号  
市役所庶務課秘書広報係  
Eメール：koho@city.nakano.nagano.jp

# NAKANO スナッツ

## 市民水泳大会

### ▶水しぶきを上げて全力で泳ぎました

中野市体育協会主催の市民水泳大会が8月30日、市民プールにおいて開催されました。

当日は約80人が参加し、50m自由形や平泳ぎなど各種目に分かれて競技を行いました。

練習量の多さを思わせる日焼けした選手の皆さんは、友達や学校の先生、家族の皆さんの大きな声援に後押しされながら、ゴールを目指して元気良く泳ぎ、練習の成果を発揮していました。



## 2009上下水道フェスティバル

### ◀水の大切さを紹介するビデオを熱心に鑑賞

8月23日、中野浄化管理センターにおいて、「水を大切に」をメインテーマに、上下水道フェスティバルを開催しました。これは、市民の皆さんに上下水道に対する理解を深め、水の大切さを再認識していただくとともに、下水道の水洗化を推進するためのもので、各種展示やビデオコーナーで上下水道の大切さをPRしました。

このほか、堆肥の無料頒布や子どもたちが喜ぶコーナーもあり、大勢の家族連れの皆さんでにぎわいました。

## 2009中野市民音楽祭

### ▶大勢の前で練習成果を発表する子どもたち

中山晋平・高野辰之両先生の偉業をたたえ、音楽のまちづくりを推進するための中野市民音楽祭を8月29日、市民会館ホールにおいて開催しました。開会后、久石譲さん作曲の「さんば」を全員で合唱。

続いて、参加した市内21の音楽団体の皆さんに、合唱をはじめ箏や吹奏楽の演奏を披露していただきました。

盛大に行われた今年の市民音楽祭は、最後に高野辰之作詞の「故郷」を全員で合唱し、幕を閉じました。



## 高野辰之記念館コンサート

### ◀繊細かつ迫力ある音色が響きわたりました

8月30日、高野辰之記念館においてムシカアレグレコンサートを開催しました。当日は、長野市出身で国立音楽大学・同附属中・高等学校および東京学芸大学講師の荒井雅至さんとその門下生の皆さん、国立音楽大学附属中・高等学校講師の小宮康裕さんにより、辰之博士作詞の「故郷」をはじめ、名曲の数々を演奏していただきました。会場を訪れた約80人の皆さんは、若さあふれるダイナミックな演奏に聴き入っていました。

### 表紙の説明

## 中野市長杯争奪三高校野球大会

8月8日、市営野球場において、中野市長杯争奪三高校野球大会を開催しました。昨年からは市内高校の野球チームが中野立志館と中野西の2校になったことから、当日はこの2校による試合が行われ、その結果、7対4で中野西高校が勝利しました。また、両校の試合後、新潟県上越市の関根学園高校を招いて3校による練習試合も行われました。(写真：始球式の様子。マウンドの小田切市長と、打席に立つ湯本市議会議長)



## 部落解放・人権政策確立要求中高地区総決起大会

### ◀「現代の部落差別」と題して講演する浦本さん

8月25日、市民会館ホールにおいて部落解放・人権政策確立要求中高地区総決起大会が開催されました。

講演会では、(社)東京部落解放研究所の浦本誉至史さんを講師にお迎えし、自身が体験してきた差別事件をもとに「法制度の整備」「社会啓発・人権教育の大幅な拡充と強化」「生きた人間関係と地域コミュニティを取り戻すための取り組み」「ネットをはじめとする匿名性の排除」などの必要性についてお話していただきました。

### 市の施設見学参加者募集

**期日** 10月9日(金)  
**時間** 午前9時30分～午後4時30分  
**見学場所** 中野陣屋県庁記念館、日本土人形資料館、北部公民館、北部学校給食センター、市立博物館、最終処分場、老人ホームふるさと苑  
**定員** 40人  
**費用** 260円(昼食代)  
 ※当日徴収します  
**申込締切** 9月25日(金)  
**その他** 集合場所は市役所本庁です。解散場所は、市役所本庁または豊田支所のどちらかを選択いただけます。当日欠席される場合は、必ず、事前にご連絡をいただきますようお願いいたします。

☎ 庶務課秘書広報係(内線212)

### 第5回ビーチボールバレー大会参加者募集

**期日** 10月8日(木)  
**時間** 受付…午後6時15分から  
 開会式…午後6時45分  
 ゲーム開始…午後7時  
**会場** 中野市民体育館  
**競技部門** ①一般女子の部、②男女混合の部、③ファミリーの部  
**申込締切** 9月30日(水)  
 ※定数になり次第、募集を終了します。  
 ☎・☎ 文化スポーツ振興課スポーツ振興係(内線364)

### 屋外広告物禁止物件の一斉点検を実施します

9月10日(木)(屋外広告の日)から9月19日(土)までは「屋外広告物適正化旬間」です。  
 市では、この旬間中に、屋外広告物表示禁止物件の一斉点検を行います。広告物の適正な表示と良好な景観づくりについて、ご協力をお願いします。  
**■主な屋外広告物表示禁止物件**  
 ①電柱、街路灯柱 ②街路樹  
 ③道路上の柵、ガードレール  
 ④公衆電話ボックス  
 ⑤信号機、道路標識  
 ⑥橋(陸橋等を含む)  
 ⑦カーブミラー  
 ※このほか、破損した広告物の表示や、特定の地域での広告物の表示などが禁止されています。  
 ☎ 都市計画課建築住宅係(内線273)

### 中野小学校旧校舎・信州中野銅石版画ミュージアムの屋根瓦ふき替え工事を行います

一本木公園内の中野小学校旧校舎・信州中野銅石版画ミュージアムは、市指定の有形文化財ですが、耐震診断の結果、屋根瓦落下の恐れが判明したことから、屋根瓦ふき替え工事を行います。現在、屋根瓦として使用している鬼瓦は、今後、同校舎展示室において保存展示します。  
 工事期間中、ご来園の皆さんには、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。  
**工事期間** 9月下旬～11月下旬(予定)  
 ☎ 都市計画課街路公園係(内線270)



### 害鳥駆除・害獣巡回駆除《9月の実施日程》

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(カラス、ムクドリほか)**  
**実施日** 12日(土)、20日(日)、26日(土)  
**対象区域** 中野地域(農地周辺)  
 ※豊田地域は別途実施  
**駆除時間** 日の出から概ね2時間  
**■害獣巡回駆除(ニホンザル、イノシシ)**  
**実施日** 9日(水)、24日(木)  
**対象区域** 栗和田から桜沢までの山際  
**駆除時間** 午後1時30分から概ね2時間  
 ※駆除実施中は、銃器を使用するため大変危険ですので、駆除時間には対象区域に近づかないようご協力をお願いします。  
 ☎ 農作物害鳥獣駆除推進協議会事務局(市役所農政課内・内線251)

### 奨学生の募集

市では、高等学校、大学、短期大学、高等専門学校および専修学校に在学している方(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** 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  
**募集人員** 1名程度  
**募集期限** 9月25日(金)  
 ☎ 学校教育課総務係(38) 3112

### なかの「おすみちゃん」販売

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。  
**9月の販売日** 9日(水)、13日(日)、30日(水)  
**10月の販売日** 7日(水)、14日(水)、18日(日)、28日(水)  
**販売価格(税込み)**  
 1袋(15kg) 200円、  
 バラ売り(300kg) 1,500円、  
 バラ売り(500kg) 2,500円  
 ※バラ売り(袋無)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  
**販売時間** 午前9時～正午  
 ☎ 上下水道課下水道係(内線283)

有料広告欄

### 食生活改善普及運動 9月1日(火)～30日(水)

食べていますか、朝ごはん。  
 朝ごはんは、からだのだるさやイライラ感も解消してくれます。つまりココロにも良い。  
 さあ、朝ごはんを一日を元気に始めましょう。

朝ごはんは、ココロにも良く

食事バランスガイド

1日5皿の野菜を  
 からだを健康に保つために、野菜は欠かせません。1日の野菜の摂取目標は350g。そのために、1日5皿以上の野菜料理を食べましょう。

あなたの食事は大丈夫?



### オータムジャンボ宝くじ 9月28日(月)発売

**発売期間** 9月28日(月)～10月16日(金) **抽せん日** 10月23日(金)  
 宝くじの収益金は、市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

### 秋の農作業安全運動月間 9月15日(火)～10月14日(水)

爽やかな秋を迎え、農作業が忙しくなる時期になりました。この時期は、農業機械を使用する機会が増えるため、農作業中の事故も多くなります。また、大半が65歳以上の高齢者の事故となっています。農家の皆さん、特に高齢者の皆さんは、次の点に注意していただき、安全な農作業に努めましょう。

**重点啓発事項**

- ①乗用トラクターには安全キャブや安全フレームなど安全装置を装着しましょう。
- ②扱いなれた農業機械でも、操作には細心の注意を払いましょう。
- ③高所作業中の転落事故に十分注意しましょう。
- ④疲れが出たら休憩を取り、無理な作業はやめましょう。
- ⑤万一の事故に備え、労災保険などに加入しましょう。

☎ 農政課農政振興係(内線253)



### 多重債務者無料相談会 ～借金の問題に、1人で悩んでいませんか？～

**日時** 9月14日(月) 午前10時～午後5時  
**会場** 長野県長野消費生活センター(長野県長野保健福祉事務所庁舎1階)  
 弁護士・司法書士による多重債務者無料相談会が開催されます。  
 借金でお困りの方は、この機会に相談窓口へお出かけください。  
 面接は予約制で行いますので、事前に右記の予約先までお電話ください。



**問い合わせ・予約先**  
 長野県長野消費生活センター ☎026(223)6777  
 ～市役所窓口でも相談を受け付けています～  
 市役所の消費生活相談窓口でも、借金・多重債務に関する相談を随時受け付けています。借金・多重債務は必ず解決できる問題です。  
 お悩みの方は、ご連絡ください。  
 ☎ 市民課生活交通安全係(内線238)  
 豊田支所地域振興課市民生活係(内線132)

### 9月10日(木)～16日(水)は自殺予防週間です

長野県の自殺による死亡者は、平成10年に500人を超え、平成17年…614人、平成18年…554人、平成19年…518人と、2年連続減少していましたが、平成20年は598人と前年に比べ80人増加しています。自殺やうつ病などの精神疾患について正しく知り、命の大切さや自殺の危険を示すサイン、また危険に気づいた時の周囲の対応の仕方などについての理解を深めましょう。

**「こころの健康相談統一ダイヤル」**  
 長野県精神保健福祉センターでは、自殺予防を目的とした自殺関連相談「こころの健康相談統一ダイヤル」を開設しています。  
 ☎ 0570 (064) 556  
 平日：午前9時30分～午後4時  
**長野県精神保健福祉センター**  
 ホームページ <http://www.pref.nagano.jp/xeisei/withyou/>

**「心の健康相談」**  
 健康長寿課では「心の健康相談」を9月17日(木)、11月19日(木)、3月18日(木)に実施します。精神神経科医師が面接にて相談に応じます。なお、相談は予約制です。  
**問い合わせ・予約先**  
 健康長寿課健康管理係(内線242)

### 架空請求ハガキに注意!

架空請求ハガキは、「民事裁判通告書」「内容確認通知書」などの料金未払いや契約不履行のために「訴訟を起こした」という内容が書かれており、驚いて連絡してしまうと、裁判を取り下げるための費用を請求されるなど、トラブルに巻き込まれてしまいます。

裁判所からの文書は「特別送達」という配達方法で届き、受け取りには「送達報告書」へのサインが必要です。ハガキが届いても身に覚えがない内容であれば、業者には絶対に連絡をせず、無視しましょう。

心配なときは、ご相談ください。  
 市民課生活交通安全係(内線238) 豊田支所地域振興課市民生活係 ☎ (38) 3111 (内線132)

### 9月21日(月)～30日(水)秋の全国交通安全運動

信濃路はルールとマナーの走るみち。

**【運動の重点】**  
 高齢者の交通事故防止を基本として

- 1.すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- 2.夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- 3.飲酒運転の根絶
- 4.生活道路における交通事故の防止

交通安全の主役は自分自身であることを認識し、一人ひとりの心掛けで交通事故をなくしましょう。

市民課生活交通安全係(内線238)

### 資源物の日曜回収を実施します

期日 9月27日(日)  
 時間 午前10時～午後1時  
 回収場所 ユー・パレット中野西店  
 ※店舗では日曜回収に関するお問い合わせは、受け付けておりません。



**回収対象の資源物**  
 \*びん・ペットボトル・段ボール・新聞紙・雑誌・雑がみ  
 \*食用油 \*古着・古布

※詳しくは、広報なかの4月号の挟み込みチラシをご覧ください。  
 環境課衛生係(内線245)

### 村山橋架け替え工事に伴う朝陽駅～須坂駅間のバス代行について

長野電鉄(株)では、本年11月に架け替えを予定している村山橋の旧橋から新橋への線路切り替え工事を行います。工事期間中は、バスによる代行運転を実施する予定です。なお、遅延により他の交通機関との接続が行えない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。  
**バス代行運行区間** 長野電鉄長野線 朝陽駅～須坂駅間  
**バス代行運転期間** 11月7日(土)・8日(日)始発～最終まで  
 ☎ 026 (248) 6000

### 「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 9月30日(水) 午後5時30分  
 広報なかの掲載号 11月5日(木) 発行の11月号～  
 ホームページ掲載日 11月1日(日)～  
 ※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～

### 県下一斉「司法書士無料法律相談所」

日時 ①9月19日(土) ②10月4日(日)  
 時間 ①午後1時～3時 ②午前9時～正午  
 会場 市民会館会議室  
**相談内容** 不動産、会社の登記にかかるもの、裁判所への提出書類の作成について、悪徳商法被害やクレジット・サラ金などの消費者問題についてなどです。(秘密厳守)  
**その他** 事前の予約は不要です  
 ☎ 長野県司法書士会飯山支部 ☎ (23) 0873

### 訂正とおわび

広報なかの8月号の10ページ中段「検針実施月」の「奇数月の検針地区」に誤りがありました。次のおり訂正し、おわびします。

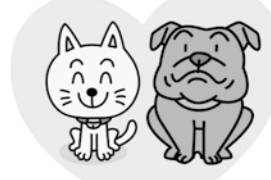
正	誤
○奇数月の検針地区 中野(栗和田区以外)、日野(更科区のみ)、平野地区(片塩、西江部区の一部以外)	○奇数月の検針地区 中野(栗和田区以外)、日野(更科区のみ)、延徳、平野地区(片塩、西江部区の一部以外)

### 晋平・辰之メモリアル『熊本マリ ワンポイントピアノレッスン』参加者募集

9月27日(日)に開催する「晋平・辰之メモリアル 熊本マリ ピアノコンサート」終了後にステージ上で、熊本マリさんの指導により10分程度のワンポイントピアノレッスンを公開で開催します。  
**対象者** 市内在住でピアノを学んでいる高校生以下の生徒児童(当日コンサートを観賞する方)  
**募集人数** 若干名 **募集期限** 9月15日(火)必着  
**応募方法** 「住所、氏名、学年、電話番号、練習中の曲目、指導を受けたい曲名(作曲家)、簡単なピアノ暦」を記載のうえ、下記までご応募ください。※応募者多数の場合は、晋平・辰之メモリアル企画推進委員会にて選考し、受講者に通知します。  
**問い合わせ・応募先**  
 文化スポーツ振興課文化振興係(内線394)  
 ファクス (22) 5923 Eメール [bunshin@city.nakano.nagano.jp](mailto:bunshin@city.nakano.nagano.jp)

### 10月1日から施行されます「動物の愛護及び管理に関する条例」

県では、動物愛護の精神の高揚を図りながら、動物の健康や安全に配慮し、人と動物とが共生する社会作りを進めるため「動物の愛護及び管理に関する条例」を制定し、10月1日から施行します。この条例では、従来の「飼犬管理条例」に加えて、ねこやその他の家庭動物の愛護管理に関する必要な事項を定めています。



主な内容は、次のとおりです。  
 ・ねこの飼養に関すること  
 ・多頭飼養の届出に関すること  
 ・野犬などの捕獲に関すること  
 ・咬傷事故に関すること  
 飼い主の皆さんは、動物の健康や安全に配慮し、人に迷惑をかけないような飼養管理を心がけてください。  
 ☎ 長野県北信保健福祉事務所食品・生活衛生課 ☎ 0269 (62) 6035  
 市役所環境課衛生係(内線245)

### 「中野市検診通知書用封筒」へ掲載する広告を募集します

新たな市の自主財源を確保し、市民サービスの向上を図るため、中野市検診通知書用封筒の裏面に有料広告を掲載しますので、広告を掲載していただける事業者等を募集します。

お店や会社のPR等、暮らしに役立つ広告をお待ちしています。

なお、掲載の可否は、市の審査委員会にて審査をします。

**【広告掲載封筒の規格等】**

封筒の規格	広告の規格	広告枠数	作成枚数	広告掲載料金	発送(使用)期間
(縦)31cm×(横)22.5cm	(縦)5.5cm×(横)9.5cm	4枠	16,000枚	25,200円(1枠)	1月下旬～2月中旬 ※全戸配布

**【申込期限】** 所定の申込書により、9月30日(水)までにお申し込みください。  
 詳しくは、公式ホームページをご覧ください。健康長寿課健康管理係(内線242)までお問い合わせください。

### 相談 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。

---

#### 心配ごと相談

日時 毎週月～金曜日 午後1時30分～4時30分  
会場 福祉ふれあいセンター (☎26-3111)

---

#### 福祉相談・ボランティア相談

日時 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時  
会場 福祉ふれあいセンター (☎26-3111)

---

#### 法律相談 (予約制)

日時 毎月第1・3月曜日 午後1時30分～3時30分  
会場 福祉ふれあいセンター (☎26-3111)

---

#### 結婚相談 (予約制)

日時 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時  
会場 福祉ふれあいセンター (☎26-3111)

---

#### 行政相談

期日 9月10日(木)、10月13日(火)  
会場・時間  
中野会場：市民会館44号 午後1時～4時  
豊田会場：豊田支所相談室 午前9時～11時30分  
☎ 庶務課庶務文書係(内線211)

---

#### 定期健康相談

①日時 毎週水曜日 午前10時～11時30分  
会場 中野保健センター  
②日時 毎月第1木曜日 午前10時～11時30分  
会場 豊田保健センター  
☎ 健康長寿課健康管理係(内線242)

---

#### 女性相談窓口 (面接は予約制)

期日 毎週月・水・金曜日  
時間 (電話) 午前9時～午後5時  
(面接) 午前9時～午後1時  
会場 中野人権センター (☎23-4810)

---

#### 交通事故巡回相談

日時 9月17日(木) 午前10時～午後3時  
会場 北信地方事務所 (☎23-0214)

---

#### 身体障害者相談所

日時 毎月第1・3水曜日 午後2時～4時  
会場 福祉ふれあいセンター (☎26-3111)

---

#### 職業相談

日時 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時  
会場 南宮庁舎職業相談室 (☎23-4710)

### 展示 展示案内

中野市立博物館、中野陣屋・県庁記念館の展示案内です。是非、ご覧ください。

---

中野市立博物館 ☎ 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 ☎ 23-2718  
第12回みづえ会展  
9月13日(日)まで  
蔵谷道子パッチワーク教室発表会  
9月17日(木)～21日(月)  
西部写遊会第6回写真展  
9月30日(水)～10月11日(日)

### 24時間電話相談 医療に関する相談

看護師・保健師など経験豊富なスタッフがお答えします。秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

☎ (0269) 23-0300  
24時間 年中無休

### 子ども相談 子どもに関する相談

子どもに関することなら何でもお気軽にご相談ください。秘密は厳守します。

子ども相談室  
日時 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分  
会場 市役所内 子ども相談室 (内線278)

---

#### 保健師による子育て相談

日時 毎週月・水・金曜日 午前10時～11時  
(休所日を除く)  
会場 りんごっこ (中央子育て支援センター) ☎22-2259

---

#### 子ども電話相談 3191

日時 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時 ☎23-3191

### 人口と世帯

人口	45,856人 (+6)
男	22,108人 (+6)
女	23,748人 (+54)
世帯	15,116戸 (+89)

平成21年8月1日現在 (国勢調査を基に推計)

### 年金 「国民年金保険料」

#### 10月はお得な6カ月前納

「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

国民年金保険料の納付方法には、保険料をまとめて前払いすることで割り引きされる「前納」や便利でお得な「口座振替」があります。

10月は、口座振替や納付書を利用して6カ月前納ができます。口座振替をご希望の方は、口座をお持ちの金融機関または社会保険事務所、市役所でお早めに手続きをお願いします。

お手持ちの納付書で納める場合は、「前納」と印字された納付書で、10月31日までに納めてください。前納用の納付書をお持ちでない方は、お近くの社会保険事務所へお問い合わせください。

☎ 長野北社会保険事務所 ☎026 (244) 4100

---

#### 6カ月前納したときの保険料額 (平成21年度)

- 毎月保険料を納めた場合  
14,660円(定額保険料)×6カ月= 87,960円
- 口座振替で6カ月前納した場合 86,960円
- 納付書で6カ月前納した場合 87,250円

### ご寄付 ありがとうございます

(平成21年7月28日～8月25日)

- 日本土人形資料館資料充実のため  
土人形17点  
＜福島県会津若松市 青柳 守彦 様＞
- ふるさと寄附金 医療・福祉のため  
チャリティーバザーの売上金  
現金 25,400円  
＜山ノ内町平穏 平穏土建(株) 様＞

寄附に関するお問い合わせは、庶務課秘書広報係(内線400)までお願いします。  
いただきました寄附品および寄附金は、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⑨

◎「庭木の剪定枝」もリサイクルしよう！  
庭木の剪定枝の排出は可燃ごみとして区分されていますが、今年度は、試験的に「ごみ」ではなく「資源物」として無料回収しています。

回収した剪定枝は、粉碎機でチップ化し、希望者へ無料配付することで、東山クリーンセンターで焼却処分する際に発生する温室効果ガス(二酸化炭素)の排出を削減します。

粉碎されたチップは、花壇等の雑草防止、通路の敷材、堆肥原材料などに利用でき、大変喜ばれています。なお、今月実施される無料回収、配付の詳細は、挟み込みのチラシをご覧ください。



▲大好評！粉碎チップの無料配付(7月26日)  
みんなで止めよう温暖化  
チーム・マイナス6%

### リサイクルかわらばん

ご利用ください (8月26日現在)

ゆずります

- ★スキーセット★テニスラケット★中古ノーマルタイヤ★天ぷら鍋★味噌桶★人形ケース★洋風リビングこたつ(イス4脚、こたつ布団付)★スチームオープンレンジ★小動物用ケージ★ハロゲンヒーター★エレクトーン★コーナーソファ(4脚組)★肘掛け座椅子★カーオーディオ★スキーウェア(女の子用120サイズ)★子供用自転車★自転車★アップライトピアノ

ゆずってください

- ★ノートパソコン★カラーボックス★バドミントンラケット★掃除機★車いす★8ミリビデオカメラ★アコースティックギター★窓用クーラー★テレビ★自転車★電動自転車★ガスレンジ★電子ピアノ

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

- 中野市健康長寿課 ☎22-2111(内線242)
- 中野市子育て課 ☎22-2111(内線356)
- 豊田支所地域振興課 ☎38-3111
- 休日緊急診療所(中野保健センター内) ☎23-2255
- 休日当番薬局携帯電話  
☎090-4125-8402(自・祝日のみ 午前9時～午後5時)

## ☆わが家のアイドル☆



小林紗衣希ちゃん 慶慎くん  
(3歳1か月)

元気がよく弟の面倒をよく見てくれます。歌って踊るのが大好きで、カレーとブドウが大好き物です。元気で思いやりのある子に育ってほしいと思います。  
(小林貴史・智壽さん 栗和田)

## 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/9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21年5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>  
10月14日(水)・・・日野、延徳、平野、高丘、平岡  
16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歳の乳幼児  
(20～56日の間隔で3回接種)  
<1期追加>  
1歳6か月～3歳の幼児  
(1期初回終了後12～18か月の間に1回)  
※7歳6か月未満まで接種可

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15年4月2日～平成16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3年4月2日～平成4年4月1日生まれ)  
※麻しん・風しん単独ワクチン接種済みの方についても、2回目として混合ワクチンを接種します。また、どちらか一方に罹患した場合にも、混合ワクチンの接種ができます。  
※毎月無料で実施しています。接種される前月に実施医療機関へ予約してください。

## ポリオ(小児マヒ)

受付時間/午後1時～1時40分

<中野保健センター>

10月5日(月)・・・長丘、科野、倭、豊田  
6日(火)・・・日野、延徳  
7日(水)・・・平野  
8日(木)・・・高丘、平岡  
9日(金)・・・中野

対象・接種方法  
3か月～1歳6か月の乳幼児(標準)  
※6週間以上あけて2回接種  
※7歳6か月未満まで接種可能  
※下痢をしている場合は、治ってから接種しましょう。

詳しくは健康カレンダーをご覧ください。なお、予防接種の際は、原則として保護者に付き添っていただきますが、同伴できない場合は、お子さんの健康状態をよく知る方が付き添ってください。その場合、予診票に加え、委任状が必要となります。委任状用紙は、市役所子育て課窓口で受け取りまたは市公式ホームページからダウンロードしてください。

## 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
3か月児健診(BCG)	9月15日(火)	21年5月生まれ
7か月児健診	9月16日(水)	21年1月生まれ
1歳6か月児健診	9月18日(金)	20年2月生まれ
2歳児健診	9月14日(月)	19年8月生まれ
3歳児健診	9月17日(木)	18年8月生まれ

※都合の悪い場合は、翌月お出かけください。

## 育児教室

期日/9月24日(木)

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

小児救急電話相談「#8000」  
をご利用ください

子どもの夜間の急な病気やけがの相談に、看護師などが応じます。

※#8000でつながらない場合は、

☎0263(72)2000へ

※相談日時 毎日午後7時～11時

「こどもの救急」をご活用ください

夜間や休日など診療時間外に受診すべきか判断目安を提供する、日本小児科学会のホームページです。

ホームページアドレス

<http://www.kodomo-qq.jp/>

## 心の健康相談

精神神経科医師が相談に応じます。

期日/9月17日(木)

時間/午後2時～4時

会場/中野保健センター

費用/無料

※9月15日(火)までに市役所健康長寿課までお申し込みください。

健康増進普及月間

9月1日(火)～30日(水)

【統一標語】

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ～良い生活習慣は、気持ちがいい!～」

がん征圧月間 9月1日(火)～30日(水)

救急医療週間 9月6日(日)～12日(土)

結核予防週間 9月24日(木)～30日(水)

中野市役所

〒383-8614 長野県中野市三好町一丁目3番19号 ☎0269-22-2111 FAX 0269-26-0349 ●Eメール info@city.nakano.nagano.jp

●広報なかの 平成21年9月3日発行 ●発行 中野市 ●編集 総務部庶務課 ●印刷 高錦堂印刷所

# 自然に学ぶ夏山登山

文化  
なかの

中野市公民館報



～清涼感あふれる雪どけ水の沢を渡る～

2009  
No.54  
(通巻 No.586)

9

発行  
中野市中央公民館  
編集  
文化なかの編集委員会  
〒383-0025  
中野市三好町一丁目4番27号  
TEL 0269-22-2691  
FAX 0269-26-2342

## 市民登山教室

中野市中央公民館は8月1、2日南アルプスの女王と呼ばれる仙丈ヶ岳(3033m)で市民登山教室を開きました。

77歳を最高齢に43名の参加者は一時、小雨に見舞われるなど天候に恵まれない中、リーダーの的確な指導により、夏山登山を楽しみました。

頂上からの360度パノラマは望めなかったが、雨の中で咲く可憐な高山植物、曇天を壮大なショータイムに変えた夕暮れの虹、ご来光は登山の醍醐味。

それぞれが健康で参加できたことに感謝し、山の自然に多くを学ぶ。「雨もまたよし」

今月号の  
特集

優良先進  
公民館  
視察研修

## あおぞら

過日、市内某高校の主催で「保護者のための大  
学見学会」が開催され、  
参加させて頂きました。  
昔とは様変わりした現  
在の大学を保護者にも知  
って欲しいとのねらいで  
開催されたのですが、昔とのあ  
まりの違いに本當に驚かされま  
した。

ある講義では学生は教科書も  
ノートも持って来ず、ノートパ  
ソコンを持ってきます。教科書  
の内容は学内どこでも受信でき  
る無線LANより配信され、ノ  
ートを取るのもパソコン上です。  
当然レポート等もそのまま教授  
に送信して提出します。

学食もきれいでレストランの  
ようです。4階建ての建物すべ  
てが学食で、最上階1フロアす  
べてマクドナルドという所もあ  
りました。薄暗い学食の隅こ  
で素うどん食ってる学生なんて  
今はもういないのです。

それだけ恵まれた環境にいる  
学生たちですが、皆目的を持っ  
て真面目に勉強に励んでいる姿  
が一番印象的でした。4年間遊  
び狂ってるような殺潰しも今は  
もういないのかもしれませんが、  
(く)

# 視察研修

## 編集委員 の 体験取材

### 地域の教育・文化を推進するために

中野市公民館は毎年、分館活動の推進と、地域の教育、文化のまちづくり推進を目的に「優良先進公民館視察研修」を実施している。

今年7月24日(金)伊那市伊那公民館・伊那食品工業㈱を視察した。

編集委員が分館関係者と共に参加したので視察の様様をレポートする。



伊那公民館の活動について質問する参加者

#### ●雨天のなかの視察へ出発

当日は分館関係者約40名が参加した。7時40分頃、雨天のなか中央公民館を出発した。

心配した雨は松本市の辺りから曇りに変わり、10時に伊那市公民館に到着する頃には晴れていた。改めて長野県の大きさを感じた。

#### ●伊那公民館の活動

伊那公民館では主に「おいで塾」と「おやじの会」について研修した。

両講座は「住民は何を求めているのか?」「子どもや中高年の男性が来る公民館にするには?」を着眼点に開講し、好評



熱い語り口調の武田館長

を得ているという。

身振り手振りを交えた武田館長の熱い語り口が印象的で、参加者は熱心に聞き入り、質問をしていた。

#### ●企業の社員への評価とは?

伊那平を眼下に「ファームレストラン トマトの木」での昼食後は、CMで馴染み深い商品「かんてんぱぱ」の伊那食品工業㈱で研修した。



社員が整備した“かんてんぱぱガーデン”

丸山勝治取締役室長の話の中で「社員の評価を、能力で決定する企業も増えてるが、安心して仕事ができる年功序列でもない。ただその分の仕事はする。体力で若者に勝てないのなら、知恵を出す、技術を教える、責任を負うといった役割を果たす。

ちなみに私は社長から「君は役員なんだから365日、24時間勤務だよ」と言われてる」と苦笑しながらの話が新鮮であった。ちなみに丸山さんは旧牟礼村出身で、北信地域の人があると嬉しさのあまり話が長くなってしまうとのこと。

#### ●マンパワーを再確認

今回の視察では、公民館長と企業の取締役室長の話を聞いた。事業を企画・展開するうえで「人は何を求めているか?」「そして「どのよう組織内から知恵・やる気を出させるか?」といったマンパワーの重要性を共に話していたことが、非常に印象深かった。



**特****集**

# 優良先進公民館



かんてんぱぱホール前での記念撮影

## 夏休みの居場所づくりを

### 子どもたちに人気おいで塾

公民館は、女性と年配者の利用が多い。「家の中でテレビやゲームに夢中になっている子ども達にこそ、公民館に来てもらおうじゃないか」。そんな発想からはじまった「伊那おいで塾」には、夏休みなどの休日を

利用して子ども達が集まる。

元教員や大学生ボランティアが宿題を手伝い、おやつ作り、ゲーム、映画鑑賞など、朝から

夕方まで充実したスケジュールが生まれ、5日間を初対面の子ども達が一緒に過ごす。

「宿題が終わってよかった」

「新しい友達が出来た」「家にいるより楽しい、また来たい」と喜ぶ参加者が多いという。共働き家庭では、「子どもだけの留守番が心配だったので助かった」という声もあるようだ。

学校、家庭だけでは充分でない子どもの教育。地域社会にできることは何か？改めて考えさせられた。

## お父さんに元気を

### お酒もOK おやじの会

公民館に最近、60歳から80歳の男性からの問い合わせが多いという。「趣味がないから紹介してほしい」「料理を習いたい」など

こうした要望を受け、伊那公民館は「伊那おやじの会」を立ち上げた。男性だけで運営し、企画も自分たちで決める。料理教室や物づくりに挑戦し、おやじ達の居場所づくりが始まった。

男性だけの世界で気楽に交流

している。驚くのは、お酒も許されていることだ。飲み会をきっかけに親しくなるという効果も期待できる。

武田館長は「厳しい社会で社長を務めた人も、鎧を脱いで優しくなった。参加者は平等の間。人生の後半から、本当の間になる」と話していた。

偏見かもしれないが、公民館は子ども、女性、高齢者の学習や趣味の場との印象が強かった。しかし、これからは「お父さん（男性）に元気を」と、男性の居場所づくりが求められている。

# こん にちは 分館

七瀬分館は平野地区に位置します。国道292号線が集落の中心を走り、近年は大型店も増え、地域環境が早いスピードで変化している場所です。

分館事業は、班対抗球技大会を皮切りに、シヨンシヨン祭り、夏休み映画会、敬老会、分館講座、人権講座、最後にどんど焼きで終了します。

特に「班対抗球技大会」は子どもからお年寄りまで参加し、好プレー・珍プレーと汗を流し、

日が暮れるまで熱戦が繰り広げられます。みなさんが元気で楽しく参加している姿を見た時、公民館活動の大きな満足感が得られます。

分館事業で一番苦労する点は、どうすれば子どもからお年寄りまで、大勢の区民が参加し「今日は楽しかった」と言ってもらえるかという問題です。今、大きな社会問題になりつつある少子高齢化が進む中、男女年代を問わず参加できる事業の構築が必要と感じています。区民のみなさんの意見を参考

## 七瀬分館



好・珍プレー続出の球技大会

に、より意義のある分館活動を目指して行きたいと考えています。(分館長 塩野谷健治)

## ふるさと の歴史

江戸時代末の元治元年、姥ヶ沢から呑水を、七瀬・大俣両村入会山から大俣村へ引き入れようと計画した際、両村の間で紛争が起きた。その仲裁をしたのが本学院の山伏であった。本稿ではこの山伏について記してみたい。

七瀬村の慶安五年

(一六五二)の検地帳に

よると、姥ヶ沢地籍に約一反二畝の畑が大学坊となっている。一定の区画をもつ建物が、かつてあったのだろう。これが江戸時代に入ると七瀬村の中へ移り、本学院となったものである。こ

## 七瀬村の山伏(本学院)

これらの人は修験者(法印)であり「院」という法号をつけていた。このような修験者は近在の村々において、加持祈祷の宗教家として信者を集めていたのである。

七瀬・大俣両村出入の件でも、

大俣村では本学院のお手をわずらわし紛争を解決している。正月には本学院から大俣村へ酒五升を届けている。大俣村でもそれだけの礼をつくしていたのである。

七瀬村の本学院は、京都聖護院派の修験宗の総本山の流れをくむものであるという。また同検地帳には「山伏塚」という畑もある。中世もしくは、それ以前の修験者を葬った塚であろう。

七瀬村も大俣村も中世には姥ヶ沢に住み、集落を形成していたが、それが片方は現七瀬集落へ、もう片方は現大俣集落へと耕作地のある場所へ移動したという伝承もある。

検地帳記載の「大学坊」は、慶安五年以前に確かに姥ヶ沢に建物があり、修験者がそこで生活していたことを物語っている。

(松沢邦男)

## ご近所 ニュース

### 小沼の灯籠流し

小沼区で送り盆の16日、戦後からずっと続けられている恒例行事の灯籠流しが行われました。

分館や育成会が中心となり、各家庭でつくった灯籠を持ち寄り、日が暮れた午後7時から、区内の中川で灯籠を流しました。

今年には55個ほどの灯籠が集まり、夜の川に、幻

想的な光が灯されました。子どもたちも楽しそうに、灯籠を追いかけていました。

昔は100個以上の灯籠が集まり、市内でも珍しいことから、ほかの集落からも見学に来る人もいたそうです。

最近では子どもの数も減り、参加者も灯籠の数も減ってきたようですが、今回は里帰りした親子など約80人が集まりました。灯籠を川から引き上げた後は、小沼公民館で花火大会が開かれました。

灯籠を丸く並べて種火にし、打ち上げ花火などには、子どもも大人も大興奮でした。



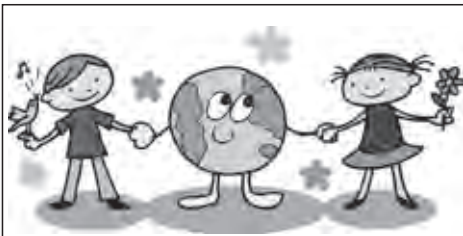
灯籠を追いかける子どもたち

## 今月の伝言板

講座の詳しい内容につきましては、各公民館までお問い合わせください。

■中央 ☎ 22-2691 ■北部 ☎ 26-0677 ■西部 ☎ 23-1024 ■豊田 ☎ 38-2922

	講座名	日時	場所	講師	備考
中央公民館	絵画教室	・10/7・14・21・28 ・11/ 4 13:30～15:30 (全5回 毎回水曜日)	中央公民館 教室(2階)	<洋画家> 坂入 進一 先生	<定員>15名 <受講料>無料 <持ち物>絵画用具一式、鉛筆(2B～4B)数本、スケッチブック(F6サイズ) <申込み>9月14日(月)から
	歴史講座	・10/7・21・11/ 4 19:00～20:30 (全3回 毎回水曜日)	働く婦人の家 2階 軽運動室	湯本 軍一 先生	<定員>70名程度 <受講料>無料 <申込み>9月14日(月)から
公民館ギャラリー		陶友会の陶芸展			
北部公民館	絵手紙教室	・9/17・24・10/1・8 19:00～21:00 (全4回 毎回木曜日)	北部公民館 会議室	市川 典子 先生	<定員>15名<受講料>はかき代1回100円程度 <持ち物>水彩絵の具用具一式 ※ない方は初回はお貸しします 自分の書いてみたい素材
西部公民館	初秋の薬草観察講座 <対象>市内在住、在勤の方。 ※小学3年生以下は保護者同伴	9/12(土) 9:30～12:00 ※雨天実施	浜津ヶ池ボートハウス 東側駐車場に集合	長野県薬草 指導員 須山 正男 先生	<定員>30名<受講料>保険料として100円<持ち物>山歩きのできる服装、雨具、図鑑、採集容器、筆記用具など
	チャレンジ・ザ・ゲームに挑戦しよう! <対象>小中学生、親子他 市内在住、在勤の方	10/3(土) 13:00～16:00	西部公民館	レクレーション・コーディネーター 春原 輝明 先生	<定員>30組<受講料>保険料として100円<持ち物>運動のできる服装、タオル、シューズ、水分
	ふるさとときのご講座 <対象>市内在住、在勤の方。 ※小学3年生以下は保護者同伴	10/10(土) 9:30～12:00 ※雨天実施	道の駅 ふるさと豊田 集合	水野 優 先生 畔上 照雄 先生	<定員>30名<受講料>保険料として100円<持ち物>山歩きのできる服装、雨具、図鑑、採集容器、筆記用具など
豊田公民館	折り紙教室	・10/6・11/2・12/1 ・1/5・2/2 13:30～15:30 (全5回 毎回火曜日) 11/2のみ月曜日	豊田公民館	町田 たつ江 先生	<定員>20名<受講料>無料 <持ち物>折り紙、はさみ、定規、カッター、スティックのり
	初級英会話教室	10月6日から3月まで 毎週火曜日 19:00～21:00	豊田公民館	レイニング・デビット・マーティン 先生	<受講料>無料



## 2009年 国際交流の集い

外国出身の方々と日本人の国際交流パーティーを開催します。それぞれの国の文化を紹介したり、歌や踊り、料理を楽しみながら、楽しいひと時を過ごしましょう。ご友人、ご家族などみなさんでお誘いあわせて、ぜひご参加ください。子どもたちもぜひ来てください。

平成21年**10月4日(日)**  
午後2時～4時30分  
**中央公民館 3階講堂**

### もちもの

自分用のお皿・おわん・スプーン、箸  
ゴミ持ち帰り用の袋  
エコにご協力ください。

料理の持寄り  
大歓迎です

**参加費・申込み不要**

お問合せ：中野市中央公民館 電話 0269-22-2691 FAX 0269-26-2342  
運営協力：中央公民館日本語教室、中野日中友好協会



夕顔／自宅(花だいすき)



カンナの花／桜沢(和田) ※H20撮影

# 花郷

はなさと  
Flower Home



ホップ／一本木(月岡尚雄)



灯籠流し／小沼(るびあす)

## 花と季節の写真募集

### 宛先

☎3833-0025  
中野市三好町一丁目4番27号  
中央公民館  
☎222-2691  
Eメール c-koninkan@city.nakano.nagano.jp

文化なかの編集委員会では、中野市内の花や季節の写真を募集します。未発表写真に限ります・四ツ切りまで(ワイドサイズも可)のプリント、デジタルデータ(未加工のもの)。  
氏名、住所、連絡先、作品名、撮影場所、花の名前等を書き送って下さい。匿名希望やペンネーム掲載はその旨をお伝え下さい。随時募集します。

## 季節のコラム

千曲川で初めて子どもたちとラフティングを楽しんだ。

千曲川といえば、リンゴの収穫間際、いく度も洪水でつらい思いをしてきた。

ボートは、連日の雨で茶色く水かさが増し、水面が渦巻く千曲川に滑り出した。ガイドの的確な指示とオールさばきで不安が消し飛んだ。

ボートから見える風景は、どこか別の世界だ。

薄っすらともやが漂う川面には、サギや鶴、鴨、トンビが魚を狙って飛び回り、幻想的な世界があった。

大河千曲川が流れるふるさと中野市。これからはもっと身近なふるさとの川に親しんでいきたいものだ。