

広報 なかの

2010 (平成22年)

1

No.58

迎春



新春走り初め大会

今月の合冊

- | | | |
|----------|-------|-----|
| 農業委員会だより | | 1～4 |
| 文化なかの | | 1～6 |

特集

清らかな
恵みの水を大切に2

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



みんなでしっかり予防しましょう！ **新型インフルエンザ**・**季節性インフルエンザ**にご注意を！

清らかな恵みの水を大切に

恵まれた水資源をみんなで保全し、清らかで豊かな水環境を
将来の世代に引き継いでいかなければなりません

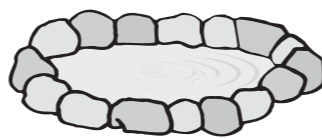


中野市は、日本一の長河千曲川や斑尾川、夜間瀬川などが流れ、豊かな自然を育んでいます。くらしの中では、多くの方が湧き水や地下水を利用し、水資源の恩恵を受けています。市では、この豊かな水資源を守るため、水環境の保全を図る活動などへの支援、河川や地下水の水質検査、ラフティングによる千曲川の観察など、さまざまな取り組みを行っています。

飲用の際は「注意を

井戸水や湧き水は適切に
管理しましょう

井戸水や湧き水は自然の水のため、水質は常に変化します。飲用による健康被害を防止するために、次のような衛生的な管理、飲用対策を行いましょう。



- 水質を検査しましょう
- 飲用を開始する前に、水道法に基づく五十項目を検査
- 一年に一回程度、次の十項目を定期的に検査
 - ※十項目：一般細菌、大腸菌、硝酸窒素素および亜硝酸窒素素、塩化物イオン、有機物、PH値、味、臭気、色度、濁度
- 飲用開始前の検査で水質基準に近い結果となった項目も、定期的な検査
- 取水場所はきれいにしましょう
 - 点検や清掃を行い、水の色、濁り、味、においを確認
 - 必要に応じ、人や動物が近づかないよう柵を設置
 - 看板を設置しましょう
 - 不特定多数の方が利用する場合は、注意喚起の看板を設置
 - 裏面などに水質検査の結果を掲示

□ 水質検査で飲用不適となった場合は、速やかに周知
※新しい井戸を掘って、ポンプなどで地下水をくみ上げる場合は、市の許可が必要になることがありますので、事前にご相談ください。

店頭に
並ばぬ水の
ありがたみ

信州中野の名水 谷蔵寺の井戸「延命水」

昨年、「信州中野の名水選」で、名水に決定した谷蔵寺の井戸の水です。



三年前に掘削したこの井戸は、昔の風情を残す手押し式ポンプが設置され、多くの方が利用されています。地域住民で構成するボランティア団体が行う春・夏の花イベントでは、この水を使って野点を開き、多くの方に水と自然環境の保全について考えるきっかけを提供しているほか、井戸周辺の清掃も定期的に行っています。信州中野の名水に選ばれたことを機に、この水を「延命水」と名づけました。また、利用しやすくするため、ボランティア団体との協働作業により、竹垣などの周辺整備を行いました。※協働作業を行う場合は、市の支援制度がありますので、ご利用ください。

清らかな
水面に映る
四季のいろ

川にはきれいな水を

浄化槽を適正に管理
しましょう

浄化槽は、微生物の力を借りて汚水をきれいな水にしてから、川などに流す装置です。適正に管理しないと、河川を汚染することになります。

排水を
きれいにするのは
微生物

油漏れは起こさない

灯油の小分け中は、
その場から離れない

冬季になると、灯油などの油漏れによって、河川や水路の汚染が多発します。場合によっては、原因者が多額の費用を負担することになります。タンク等を設置している方は、次の点をご確認ください。

- タンクや配管に腐食や亀裂はないですか？
- タンクは固定し、防油堤を設置していますか？
- タンクや配管を安全な場所に設置していますか？
- 灯油が極端に減っている、タンク周りが油臭いなどの異常はないですか？

万一、側溝、河川、道路へ流出させてしまったときは、速やかに市役所環境課までご連絡ください。

公害は
いつも貴方の
側にある



問い合わせ先
市役所環境課 ☎(22)2111
環境係 (内線247)
衛生係 (内線245)

年頭のごあいさつ



中野市長 小田切 治世

明けましておめでとうございませう。市民の皆様には、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げますとともに、日ごろ市政にいただいておりますご支援、ご協力に御礼申し上げます。

振り返りますと、昨年来の円高により日本経済をはじめ本市の産業も大きな影響を受けたところであり、その対策として中小企業者の皆様に対して緊急で低利な融資を実現し、経営安定と経営基盤強化の支援などを行って参りました。そして、昨年四月から、市と北信総合病院が協力して、医療に関する電話相談ができる「中野市電話医療相談所」を開設し、多くの市民の皆様にご利用いただいているところであります。

また、十月から市民の皆様が交通利便性向上を図るため、集落内の各停留所を決まった時間に出発し、どの停留所から乗っても、どの停留所で降りても同一料金の「ふれあいバス」や、集落から市街地や病院までを結ぶ「お出かけタクシー」を運行しております。

公共交通は、地域の足であります。市民の皆様が積極的にご利用をお願いいたします。今後の市政運営につきましては、厳しい行財政状況の中ではありますが、ハード事業については、必要・不可欠な事業を厳選して実施し、市民生活に密着したソフト事業に重点を置いた政策を進めて参りたいと考えております。

中でも、子育て家庭の負担の軽減を図るため、保育料の多子軽減の拡大、長時間保育実施園の拡大などを行うとともに、教育の振興については、小中学校のトイレ洋式化を進めて参りたいと考えております。また、経済の振興については「売れる農業」を更に推進し、生産者の立場に立った施策の推進、陣屋前広場の整備などに取り組んで参りたいと考えております。

また、旧中野高校跡地利用等の検討を更に進めて参りたいと考えております。

さて、有形文化財の土偶が昨年の九月十日から十一月二十二日まで、イギリスのロンドン市大英博物館において文化庁等が主催し開催された美術博覧会に展示され、本年の二月二十一日まで東京国立博物館において帰国展が開催されております。

この土偶は、昭和五十四年に大俣地籍の姥ヶ沢遺跡から発見され、ほぼ完全な形に復元された大変珍しいものであり、約四千年前の縄文時代中期のものであると考えられており、四月からは市立博物館で展示を行うこととしておりますので、ぜひご覧いただきたいと存じます。

本市を練習本拠地とするBリーグ長野県民球団「信濃グランセローズ」は、今シーズンで四年目を迎えます。選手たちは、中野市民でもあり、市をあげて応援して参りたいと考えておりますので、皆様からも、夢を持ち挑戦を続ける選手たちに大きな声援をお願いたします。結びに、本年が皆様にとりましてよき年でありまして心からご祈念申し上げます。年頭のごあいさつといたします。

募集します 土偶の愛称



※実際の大きさは異なります

市内姥ヶ沢遺跡から昭和五十七年に出土した土偶は、市指定有形文化財であり、イギリスの大英博物館や国立博物館の企画展に展示され、国内外の注目を集める貴重な文化財です。

今回、この土偶を身近に感じてもらえるよう土偶の愛称を募集します。

大勢の皆さんのご応募をお待ちしています。

応募方法 応募用紙に、愛称（文化財の愛称としてふさわしいもの）とその理由、住所氏名、電話番号など連絡先を明記していただき、直接持参いただくか応募箱へ投かんしてください。

また、ハガキ、電子申請システムでもご応募いただけます。

応募用紙・応募箱設置場所 市役所本庁舎、豊田支所、各

公民館、図書館、博物館 応募点数 一人何点でも可、ただし同一名称の応募は一点限りとなります。 愛称の表し方 漢字、ひらがな、カタカナ、ローマ字に限ります。

募集期限 三月三十一日(水) 審査 応募いただいた愛称のうち、同じ愛称で応募数が多い上位十名を選び、市立博物館協議会において、その中から決定します。

結果発表 広報なかの等において発表します。

その他 応募いただきました愛称についての一切の権利は中野市に帰属します。

問い合わせ・応募先 〒383-1004 中野市大字片塩二二二番地 中野市立博物館

☎22005 Eメール hakubutukan@city.nakano.nagano.jp



12月の市議会定例会報告

11月27日から12月15日まで、19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1件、条例案5件、予算案4件、事件案4件のあわせて14件が審議され、いずれも原案どおり承認及び可決となりました。また、決議、意見書などについても審議されました。ここでは、主な内容をお知らせします。

条例

「中野市職員の勤務時間及び休暇等に関する条例」の一部改正

平成二十年の人事院勧告に基づき、国家公務員の勤務時間の短縮及び労働基準法の改正に伴い、職員の勤務時間の短縮及び時間外勤務手当の一部に係る代休制度の新設のため、所要の改正を行いました。

「中野市議会の議員その他非常勤の職員の公務災害補償等に関する条例」の一部改正 船員保険法及び地方公務員災害補償法の改正に伴い、所要の改正を行いました。 「中野市特別職の職員等の給与に関する条例」の一部改正 人事院勧告を基本とし、長野県人事委員会の勧告を踏まえ、市の特別職報酬等審議会の答申に基づき、特別職等の給料月額等及び期末手当の額を減額するため、所要の改正を行いました。

「中野市一般職の職員の給与に関する条例等」の一部改正 人事院勧告を基本とし、長野県人事委員会の勧告を踏まえ、職員等の給料月額、期末手当等を減額するなど、所要の改正を行いました。

専決処分の報告

「中野市消防団員等公務災害補償条例」の一部改正 消防法の改正に伴い、所要の改正を行いました。

「平成二十一年度中野市一般会計補正予算」の専決処分報告

補正予算

《一般会計》 平成二十一年度一般会計予算に、一億二、三二六万四〇〇〇円を追加して、補正後の予算総額を、二〇〇億七、六二〇万九、〇〇〇円としました。

主な歳出の内容は、次のとおりです。

《総務費》 ●企画費で、廃止路線代替バス運行費補助金五九四万余円及び、ふるさと振興基金積立金二五二万余円をそれぞれ増額 ●情報政策費で、全国瞬時警報システム補助金内示に伴う、地域情報基盤整備工事費九〇八万余円を追加 ●民生費 ●障害者福祉費で、自立支援事業に伴う、共同生活介護給付費等各種扶助費五二九〇万余円を増額 ●保育所費で、児童の中途入所等に伴う、嘱託保育士報酬七七〇万余円及び、臨時保育士賃金六

八〇万余円をそれぞれ増額 ●労働費 ●勤労者福祉施設管理費で、中野勤労者福祉センターファンコイル配管取替工事費等六八万円を追加 ●農林水産業費 ●耕種園芸費で、補助金制度改正に伴う、害獣対策事業補助金二二七万余円の減額及び補助採択に伴う園芸産地育成事業補助金一三七万余円を増額 ●商工費 ●観光費で、グリーンニューデール基金事業補助金採択に伴う、間山温泉温水ボイラー改修工事費等四六〇万余円を追加 ●土木費 ●新幹線関連事業対策費で、事業費確定に伴う水文調査委託料四一八万余円を減額 ●道路舗装費で、道路の舗装整備に伴う道路補修用材料費一七五万余円を増額 ●土地区画整理事業費で、草間山区画整理予定地の測量設計委託料等四六三万余円を増額 ●特別会計 ●介護保険事業 ●総務費で、高額医療及び高額介護合算制度システム開始に伴う、電算システム改修委託料一六三万余円の追加及び、事業費確定に伴う介護保険電算システム委託料八二万余円を減額 ●農業集落排水事業 ●農業集落排水事業費で、交差点改良に伴う、管路施設工事費等

指定管理者の指定

一本木公園、一本木公園展示館、一本木公園中野小学校旧校舎・信州中野銅石版画ミュージアムの指定管理者の指定について、議会の議決を得ました。

協定の締結

公共下水道中野浄化管理センターの水処理施設において、老朽化が著しい施設の機械、電気設備等の改築更新工事を委託することに関し、協定を締結します。

財産の取得

学校間ネットワークシステム機器の取得 各学校間及び各学校と教育委員会との事務処理の円滑化、効率化を図るとともに、「情報の共有化」と「漏えい対策」を促進するため、学校間ネットワークシステム機器を購入します。

中野市バイオマスタウン構想(素案)

パブリックコメント募集結果



中野市民憲章(素案)

に皆様のご意見をお寄せください

平成十七年四月に旧中野市と旧豊田村が合併し、五年が経過しようとしています。旧市・村には、住民一人ひとりの目標となる、また、暮らしのよりどころとなる「市民憲章」、「村民憲章」がありました。

市では、市民の皆様がさらなる一体感を持つて、より住みよいまちづくりに取り組むため、新しい「市民憲章」を制定することとしました。現在、誰もが分かりやすい内容となるよう、市民憲章策定懇話会において検討をお願いしています。市民憲章の素案につきまして、市民の皆様のご意見を募集します。

公表場所
市役所庶務課、市公式ホームページ

募集期限 二月二日(火)

市民憲章の素案、ご意見の提出方法など、募集に関する詳細につきましては、別に全戸配布をしました「市民憲章素案への意見の募集について」をご覧ください。

問い合わせ先
市役所庶務課庶務文書係
☎(22)2111(内線211)

このたび、中野市バイオマスタウン構想の素案を公表して、市民の皆様からご意見をいただきました。構想に反映できることは反映していきたいと考え、昨年十一月十二日から十二月十一日までの一カ月間パブリックコメントを募集しました。



今回、ご意見を一件お寄せいただきましたので、それに対する市の考え方とあわせて公表します。ご理解とご協力をいただきありがとうございます。

市の考え方

市では、市内に多数存在す

子どもすくすくぷらん

《中野市次世代育成支援計画(案)》



に皆様のご意見をお寄せください

市では、子どもすくすくぷらん《中野市次世代育成支援計画(後期計画)》の策定を進めています。計画をよりよいものにするため、広く市民の皆様からご意見を募集します。

この計画は、次代の社会を担う子どもたちが健やかに生まれ、育成される社会の環境整備を行うことを目的として、平成十七年度から二十一年度を前期基本計画として、基本理念「子どもたちが健やかに生まれ、安心して育てられる中野市」とし、各事業を進めています。

現在、関係団体の代表者等による中野市次世代育成支援対策地域協議会を開催し、平成二十二年から二十六年までの五年間の後期計画の策定作業を進めています。この後期計画案を市民の皆様にご公表するとともに、ご意見を募集します。

公表場所

市役所子育て課、豊田支所
地域振興課、市公式ホームページ

ご意見の提出方法

様式は任意ですが「子どもすくすくぷらんに対する意見」と記載のうえ、住所、氏名、電話番号を必ず明記していただきます。

中野市子育て家族応援事業の店舗を追加

店舗等名称(所在地)	行政書士 館田法務事務所 (越 1544-2)	電話番号	22-3518
		FAX番号	38-0095
ホームページアドレス	http://tateda-office.com/	メールアドレス	info@tateda-office.com
営業時間	10:00~18:00	定休日	土・日・祝日
店舗コメント	永住許可申請、各種ビザ、帰化許可申請等の国際法務・外国人法務が得意です。その他、起業サポートや各種許認可手続きのサポートにも力を入れております。		
特典	面談による相談、出張相談無料(要予約)		

問い合わせ先・提出先
〒383-8614 (住所記載不要) 市役所子育て課子ども支援係
☎(22)2111(内線356)
ファクス ☎(22)5923
Eメール kosodate@city.nakano.nagano.jp

募集期限 二月二日(火)

申告が不要になります

市・県民税住宅ローン特別控除

平成二十一年度税制改正により、今までは、市へ「市・県民税住宅ローン特別控除に係る申告書」の提出が必要でしたが、平成二十二年以降以降においては、所得税の年末調整や確定申告を行うことで、市への申告が不要となります。

お問い合わせ先
市役所税務課課税係
☎(22)2111(内線225)

日曜納税相談

平日にお仕事などで忙しく、来庁および電話による納税相談ができない方、また、金融機関などに行けない方を対象に、日曜日に納税相談を実施します。

この機会にぜひご利用ください。

期日 1月17日(日)、24日(日) 時間 午前10時~午後4時
会場 市役所税務課 ※本庁舎1階。正面玄関から入れます。
対象税目 個人市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、法人市民税、国民健康保険税
内容 来庁または電話による市税の納税相談、市税の納付
その他 当日は、電話でのご相談も承ります。

日曜納税納税相談専用ダイヤル
☎(22)2641

問い合わせ先 市役所税務課課税係
☎(22)2111(内線227)

第46回 中山晋平記念音楽賞 優秀賞入選曲発表会



▲昨年の発表会の様子

第四十六回を迎える「中山晋平記念音楽賞優秀賞入選曲発表会」を開催します。応募総数百三十九曲の中から選ばれた優秀賞入選曲を市内の小学校をはじめとする音楽団体が発表します。

また、記念公演として東京都出身のソプラノ歌手、小林沙羅さんによる演奏会を開催します。どちらも入場は無料となっております。

大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

期日 一月三十日(土)
時間 午後一時三十分から
会場 市民会館ホール
内容 入選曲受賞者の表彰、優秀賞入選曲発表、記念公演
問い合わせ先 市役所文化スポーツ振興課文化振興係
☎(22)2111(内線394)

記念公演
小林沙羅演奏会

～プロフィール～
東京藝術大学卒業。同大学院修士課程修了。これまでに千住明・松本隆の新作〈隅田川〉〈源氏物語〉、ベートーベン〈第九交響曲〉など多くのコンサートにソリストとして出演。オペラでは〈トゥーランドット〉リュウ、〈ヘンゼルとグレーテル〉グレーテルなどを演じる。読売日本交響楽団、新日本フィルハーモニーなど、プロのオーケストラとの共演を重ねる。現代詩表現グループ〈VOICE SPACE〉に所属。日本声楽アカデミー会員。

新型インフルエンザワクチンの優先接種が始まっています

新型インフルエンザワクチンの優先接種が、対象者【妊婦、基礎疾患のある方、乳幼児（1～6歳）、1歳未満の小児の保護者等、小学生、中学生】に対して順次始まっています。

問い合わせ先 市役所健康長寿課健康管理係 ☎(22)2111(内線242)

住民税非課税世帯の方・生活保護世帯の方は接種費用が全額免除となりますので、接種前に「接種費用助成対象者証明書」の申請をしてください。

申請場所 市役所健康長寿課(中野保健センター内)、豊田支所地域振興課

持ち物 印鑑

※中野市、飯山市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村にある医療機関で接種を受ける際に証明書を提出する事により、接種費用が全額免除になります。

上記の対象地域以外の医療機関で接種を受ける場合など、医療機関の窓口で接種費用をお支払いになった場合は、次の手続きにより接種費用の払い戻し申請をしてください。

申請場所 市役所健康長寿課(中野保健センター内)、豊田支所地域振興課

持ち物 領収書、予防接種済証、印鑑、通帳など振り込み口座がわかるもの

- ◇高校生の年齢に相当する方、65歳以上の基礎疾患のない方、優先接種対象者以外の方（18～64歳の健康な成人）に対する接種開始時期等については、決定次第お知らせします。
- ◇国の調査によると、「今年の夏以降11月ごろまでにA型のインフルエンザと診断された方のほとんどは、すでに新型インフルエンザに対する免疫が獲得されているため、ワクチン接種を受ける必要はないと考えられる」とされています。
- ◇中学生・高校生に相当する年齢の方は、1回の接種になりました。13歳以上の方は、基本的に1回接種で、12歳以下の方は2回接種になります。

ワクチン接種をしたから感染しないというわけではありません。手洗い、うがい、咳エチケットなど「かからない、ひろげない」ように引き続きご注意ください!

☆咳エチケットとは☆

- ・咳が続いている間は、マスクを着用しましょう。
- ・咳やくしゃみをするときは、ティッシュなどで口と鼻をおさえ、他の人から顔をそむけましょう。
- ・可能であれば2メートル以上の距離を保ちましょう。

2/13 生涯学習市民のつどい ボランティア・地域活動の輪を広げるつどい

市民の皆さんの学習に対する意欲や関心をより高め、また、ボランティアをはじめ市民活動への参加を促進し、豊かで活力ある社会を築いていくことを目的に、今年も「生涯学習市民のつどい」とあわせて「ボランティア・地域活動の輪を広げるつどい」を開催します。

ご近所お誘いのうえ、お越しください。

期日 二月十三日(土)
時間 午後一時三十分(開会)
会場 市民会館ホール
入場料 無料

○第一部 マナビイステージ(活動発表)

【午後一時四十分から】

- ・ボランティア活動発表(おはなし遠足)
- ・オカリナ演奏(中野オカリナの会)

○第二部 記念講演

【午後二時十分から】

講師 吉川精一さん(歌手・元NHKアナウンサー)

演題 「人生いつもありがとう、笑いと涙の九十分」



▲吉川精一さん

講師の吉川さんは、長年NHKのアナウンサーとして、「昼のプレゼント」「連想ゲーム」「紅白歌合戦」などの司会で活躍されました。現在は、自分の夢を実現し、歌手として活動しています。当日は、アナウンサー時代のお話しなど、人気番組の秘話を交え講演していただきます。また、歌のライブ演奏もあります。

問い合わせ先 市教育委員会事務局 生涯学習課生涯学習推進係 ☎(38)3112(内線541)

「信州中野の一字大賞」

たくさんのご応募ありがとうございました

信州中野の一字大賞「未来を担う子どもたちに贈る」漢字一字については、昨年十月から十二月まで募集したところ、市内外から二百二十八通の応募がありました。

今回の信州中野の一字大賞の漢字の発表については、二月十三日(土)に行われる「生涯学習市民のつどい」の会場で開催します。

たくさんのご応募ありがとうございました。ごさいました。

問い合わせ先 市教育委員会事務局 生涯学習課生涯学習推進係 ☎(38)3112(内線541)

選挙に関するお知らせ

平成22年4月30日任期満了に伴う、中野市議会議員一般選挙が4月18日(日)告示、4月25日(日)に執行されます。

今回は、公職選挙法による寄附の制限についてお知らせします。

問い合わせ先 市選挙管理委員会事務局 ☎(22)2111(内線324)



寄附してはならない者	禁止される期間	禁止の内容	備考
①候補者等(現職・立候補予定者を含む)	期間を問わず	当該選挙区内にある者に対して	公職選挙法199条の2
②候補者等が役職員または構成員である会社、法人、団体			199条の3
③候補者等の氏名またはその氏名が類推されるような名称が表示されている会社、法人、団体			199条の4
④後援団体			199条の5
⑤何人も(自然人、法人、団体のすべて)	任期満了の日前90日(1月30日)に当たる日から選挙期日までの間	後援団体の集会、行事における物品供与等を行うこと	199条の5
⑥候補者等(現職・立候補予定者を含む)			199条の5

経営安定対策資金の特別運転資金枠をご利用ください

市では、昨年来の金融不安と経済不況により経営に深刻な影響を受けている、中小企業者・小規模事業者などの皆さんに低利な運転資金の融資あっせんを実施し、経営の安定と経営基盤の強化を支援するため、経営安定対策資金に「特別運転資金」枠を新設しました。

名 称	経営安定対策資金 特別運転資金枠
利 率	年1.8%
限 度 額	1,000万円
貸付期間	7年以内（うち、据え置き12カ月以内）※ただし、セーフティネット保証5号認定を受けた事業者または借り換えによる場合は8年以内（うち、据え置き12カ月以内）
対 象 者	次のいずれかの要件を満たす者 ①中小企業信用保険法第2条第4項第5号に規定する認定（セーフティネット保証5号認定）を受けた事業者 ②市長特認要件該当者 次のア、イのいずれかに該当する者 ア）最近3カ月間の平均売上高が、過去3年間のいずれか同期の平均売上高と比べて3%以上減少していること イ）最近3カ月間の売上高が、前年同期に比べて0または減少しており、かつ、直近決算期の売上高または売上高経常利益率（以下「収益性」）が0%以下で、次の式を満たすこと $(1期前の決算期の収益性) - (直近決算期の収益性) \geq 1.5\%$
制 度 期 間	平成22年3月31日まで
借 換 制 度	市長が特に認めた場合の借り換えに要する資金を含む
保 証 料	本人負担なし（市全額負担） ※借り換えに要する資金を含む
そ の 他	市長が必要と認める書類の添付が必要

※制度資金のお申し込みは、これまでの制度と同様、中野商工会議所経営支援課までお願いします。
 ※お申し込みの際は、金融機関・長野県信用保証協会にご相談いただくと、融資実行が円滑に進みます。

問い合わせ先 市役所商工観光課商業労政係 ☎(22)2111 (内線258)
 申し込み先 中野商工会議所経営支援課 ☎(22)2191

土人形絵付けコンテスト

作品募集中

応募点数 1人1点
 応募料 無料（ただし、材料費として小学校の部は100円、一般の部は300円が必要です）
 部門 小学校低学年（以下）の部、小学校高学年の部、一般の部

応募締切 1月31日(日)午後4時
 ※応募数が計1,000点になり次第締め切りとなります。

応募作品 昨年10月1日以降に制作した自作の作品に限ります。

応募先（絵付け場所）日本土人形資料館、信州中野観光センター、まちなか交流の家
 ※20人以上の団体が絵付けする場合は、事前に日本土人形資料館までご連絡ください。
 各賞（各部門）最優秀賞1点、優秀賞3点、佳作10点

結果発表 3月上旬に「広報なかの」などで発表表彰式 3月28日(日)

展示会（応募全作品） 3月28日(日)から5日間
 ※詳細は市公式ホームページをご覧ください
 ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/>

問い合わせ先
 日本土人形資料館 ☎(26)0730
 市役所商工観光課観光係
 ☎(22)2111 (内線259)

雪おろし費用の一部を助成します



市では、積雪による住居の倒壊や損傷を防止するため、低所得の高齢者、母子家庭および心身障害者世帯などに対して、除雪（雪下ろし）費用の一部を助成しています。

補助対象 屋根におおむね七十センチ以上積雪した場合の、雪下ろしにかかった費用

対象世帯 平成二十一年度市民税の所得割が課せられていない世帯でかつ、次の①～④のいずれかに該当する世帯
 ①六十五歳以上のの方のみの世帯および六十五歳以上の方と十八歳未満の方のみの世帯
 ②母子・寡婦世帯
 ③生計の中心となる方が心身障害者である世帯
 ④要保護世帯（生活保護が適用されている世帯は除く）

補助金額 除雪作業員賃金は一人、一時間一、三七五円で除雪にかかった時間の合計額 ※市内および近隣市町村にいてる扶養義務者（子や兄弟など）から援助が見込める場合や、扶養義務者が雪下ろしをした場合は、補助対象となりません。
 申請方法など 市役所福祉課厚生保護係までご連絡ください。申請書を送付します。なお、申請書などは民生委員の確認が必要になります。

問い合わせ先 市役所福祉課厚生保護係 ☎(22)2111 (内線255)
 豊田支所地域振興課市民生活係 ☎(38)3111 (内線130)

水田の機械作業はお任せください

（財）中野市産業公社では、米作りでお困りの農家の皆さんのために、水田の機械作業を請け負います。水田機械作業の委託をご希望の方は、（財）中野市産業公社またはJA中野市各支所の生産経済課に申込用紙が置いてありますので、必要事項を記入のうえ、（財）中野市産業公社までお申し込みください。

▼作業内容および料金（※参考料金は平成21年度機械作業標準料金から算出）

作業内容	基 準	参考料金	備 考
①春季作業 耕起～代かき～田植え	10a 当り	23,740円	・田植えはオペレーター、燃料費込み。 ・水稻苗は別途承ります。（別料金）
②春季・秋季作業 春：耕起～代かき～田植え 秋：コンバイン収穫～ （乾燥作業は別）	10a 当り	44,490円 （春）23,740円 （秋）20,750円	・春季作業は同上。 ・コンバイン収穫はオペレーター、燃料費込み。 ・籾揚げ、乾燥は別料金となります。

※作業料金は、中野市農業委員会が定める平成22年度機械作業標準料金に基づいて後日決定します。

※畦越し、倒伏・湿田、稲わらの結束は、別途料金が必要となります。

※豊田地域については、豊田営農支援センター（JA北信州みゆき南部支所内）が実施します。

問い合わせ先 （財）中野市産業公社農業支援係 ☎(22)2111 (内線303)



- ★最優秀賞 山田里彩（高社中2年）
- ★優秀賞 田中弥和（中野小6年）
- 徳武洋子（中野小4年）
- 岩崎有咲（中野平中2年）
- 宮寄円花（中野平中1年）
- 徳竹彩乃（中野小6年）
- 上原有里加（同右）
- 牧さくら（中野小4年）
- 中村将来（日野小4年）
- ★佳作 櫻井悠里（高社中1年）
- 山田憲太郎（平野小6年）
- 渡辺卓馬（中野小6年）
- 赤塩未希（同右）
- 太田優里奈（中野小4年）
- 丸山公美（同右）
- 石井陽菜（中野小3年）



▲入賞者の皆さんと記念撮影

中野市防火管理協議会（会長・市村清二）は、昨年十一月の秋の火災予防運動期間中、市内の小中学校から応募があった標語入り防火ポスターを審査し、中野消防署で入賞者を表彰しました。これは、小中学生をはじめ市民の皆さんに防火意識を高めてもらうため、毎年十一月に実施しているものです。入賞者は次のとおりです。

防火ポスター入選作品紹介

入札 参加資格審査申請を

受け付けます

平成二十二年度に市が発注する建設工事等競争入札（建設工事、測量および建設コンサルタントなど）と、物品等競争入札（見積り）の入札参加資格審査申請を受け付けます。今回は、平成二十一・二十二年度入札参加資格の中間年の追加申請となります。現在登録されている場合は、申請する必要はありません。新規で申請および登録をご希望の方は、申請書類などを期間内に提出してください。

登録期間 平成二十三年三月三十一日まで

建設工事等競争入札

●建設工事：建設業法による建設業の許可がある方
※一定規模以下の工事のみ受注をご希望の場合、建設業の許可は不要です
●測量・建設コンサルタントなど：営業に関し、法律上必要な許可・登録を受けている方
受付期間 二月一日（月）～二月二十六日（金）（郵送可・ただし必着）

物品等競争入札（見積り）

・事務用品、日用品、電機器具、食料品、介護用品などの物品納入をご希望の方
・物品賃貸業などのサービス提供をご希望の方
・施設管理などの業務受託をご希望の方（建設工事、測量・建設コンサルタントは別に申請が必要）
※法人、個人、組合など不問
※随時受け付け中（郵送可）

※入札参加資格審査申請要領等は、財政課にて配布するほか、市公式ホームページからダウンロードできます。
問い合わせ・受付先
市役所財政課管財係 ☎(22)21111（内線222）
市公式ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/>

みんなが高めよう地域力！

『みんなのアイデアボード』

結果発表

昨年十月二十四日（土）開催の信州中野環境祭にあわせて「みんなのアイデアボード」を実施したところ、約百人の皆さんがボードにご意見などを残してくださいました。今回、その中からいくつかご紹介いたします。
（※一部表現を修正しています）



市への意見・要望編

- ① 旧中野高校敷地内の緑を活用した「いこいの場」をつかってほしい。
- ② 旧中野高校の校舎を早く再利用してほしい。老人ホーム、お年寄りのグループホーム保育園など。
- ③ 中野高校跡地利用。みんなが利用できて元気になることがいいけど…。
- ④ リニューアルしたまち並みをもっとアピールしてほしい。明るく気軽に寄れるまちづくり（活気をつけて）日曜日は歩行者天国とかにしたらどうだろうか。
- ⑤ 農産物直売所が、できれば町中の一つはほしい。
- ⑥ 小さな子どもを連れて遊ばせながら、ゆつくりランチができる所があったらいい

子どもの夢・目標編

- ① もっとイベントやお祭りを増やしてほしい。
 - ② 雨の日に遊べる施設がほしい。
 - ③ 公園がたくさんほしい。新保のコンビニエンスストア周辺にも。
 - ④ 大きな噴水場がほしい。桜の木をもっと広げよう。
 - ⑤ 市長になったら、学校を新しくしたり、環境のいいきれいな中野市にしたい。
 - ⑥ 自分の家のそばに、たくさん病院をたてて、病気になったらすぐ行けるようにしたい。
- ※アイデアボードの内容は市公式ホームページでご覧いただけます。
ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/>
- 問い合わせ先
市役所政策情報課政策推進係 ☎(22)21111（内線2116）

自分たちの活動紹介編

- ① カーバッテリーと、DC-ACコンバーターと小型ソーラーパネルとLED電球で部屋の点灯に成功。今後、ソーラーパネルを本格的なものに変えて、点灯させる時間を長くしたい。
- ② 東山一帯を歩く健康イベント（ノルディックウォーキング、ヨガ、健康相談など）を実施している。

信州中野まごころのカード

（3月～8月）掲載商品募集！



中野市産の農産物や市内で製造された食品などを多くの皆さんにご利用いただくため、期間限定で商品と引き換えができる定額の「信州中野まごころのカード」を発行します。カードへの掲載商品を募集しますので、掲載をご希望の方は、ぜひご応募ください。

取扱商品 カードの有効期間内に販売できる農産物や特産物など
カード有効期間 3月1日（月）～8月31日（火）
掲載料 無料
商品売価 3,150円（消費税込）
納品単価 2,400円（チルド発送の場合は2,250円）
送料 助中野市産業公社が負担
手数料 170円（取引商品1個当たり）
提出物 企画書、商品の写真（1商品1枚）
応募締め切り 1月22日（金）
販売取扱者 助中野市産業公社

問い合わせ先
市役所売れる農業推進室推進係
☎(22)21111（内線381）

「売れ農」情報局



「親子料理教室」開催！

昨年十二月十二日（土）、中野保健センターにおいて、信州きのこマイスターに学ぶ「親子料理教室」を開催しました。これは、地元食材を使ったきのこ料理の普及と地産地消の浸透を図るため、市と信州きのこマイスター認定協議会が主催したものです。

参加した親子は十組二十五人。六人の信州きのこマイスターの皆さんが講師となり、きのこご飯、鶏肉の味噌ホイール焼き、きのこのスープカレー、大根サラダ、ヨーグルトゼリーケーキのクリスマスメニュー五品を楽しそうに作りました。料理の試食会では子どもたちが「おいしい」と満足げに食べていました。午後は、フードマイレージの生産地から消費地までの輸送距離を利用したゲームを楽しみました。参加者の皆さんが環境にもやさしいということ



▲包丁さばきを学ぶ子どもたち

とを学び、「地元の野菜を意識して食べたい」など、感想を述べていました。地元食材の普及、地産地消を進めるために、皆さんも生産地を意識して食材を購入することから始めてみませんか。

こんにちは 24h

電話医療相談所です



Q 友達が飲酒後に酔いつぶれ、様子がおかしい気がします。これは急性アルコール中毒でしょうか？救急車を呼んだ方がいいでしょうか？

A 次の症状がある場合は、ためらわずに救急車を呼び、早急に治療を受けましょう。
・つねったり、たいたいたり、名前を呼んでも反応しない。
・呼吸が異常に速く浅いか、時々しか息をしない。
・口から泡をふいている。
・体温が低下し、体が冷たい。
・大量の血を吐いた。

●急性アルコール中毒とは：大量の飲酒で血液中のアルコール濃度が高くなり、生命に危険が生じた状態。
●酔いつぶれた人がいたら：酔いつぶれた人を一人にしない。（窒息や転落・転倒、水死、事故などを起こす可能性があります）
・衣類をゆるめ、毛布などを

かけて保温する。（アルコール中毒を起こすと末梢血管が開き、体温が奪われやすくなります）
・身体、顔を横に向かせ自然に吐かせる。
・様子を見ながら水分を補給させる。（アルコールの代謝や嘔吐で、水分が失われてしまいます）
●急性アルコール中毒を起こさないために：
・短時間での多量飲酒、一気飲みをしない。
・体調の悪い時は飲酒しない。
・空腹時に飲酒しない。
・他人に飲酒を強要しない。（コップ一杯で倒れてしまう体質の方もいます）
お酒は適量を守り、楽しく飲みましょう！

問い合わせ先
市役所健康長寿課健康管理係 ☎(22)21111（内線242）
北信総合病院医療安全管理室 ☎(22)21511（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たっています。心配事・相談事がある場合は☎0300まで遠慮なくお電話ください。

教育委員会だより

No. 34

●編集●
中野市教育委員会

学校環境を考え・支える ～少子化時代を迎え、地域からの声～

12月号では、さまざまに変化している学びの環境について取り上げてみました。今月号では、だんだん子どもの数が減って小さくなっていく地域の学校に対して、市民の皆さんがどんな思いを持っているのかを、今、地域から聞こえてきている声を取り上げてみます。

○「教育委員会だより」を讀んで、少子化が現実のものになってきたと感じる。

○一学年に二クラス以上は必要と思う。子どもの成長のためには、縦の関係だけでなく、同学年という横の関係が多くあった方がいいと思う。

○少人数学級、小規模校へと向っていると聞いている。今のままでいいと思う。

○小学校は、地域の支えであり、小学校がなくなると、地域そのものがなくなってしまうような気がする。

○現状の小学校は、旧村に一校あり、地域の伝統行事や各種の活動の中心的存在になっていく。小学校がなくなると、各団体の活動が不可能になってしまう。

あちこちで聞かれる声の中から

○「近隣の市町村でも小中学校の問題が新聞に出ている。中野市でも議論を始めたい必要があると思う。」

○小中学校の耐震補強工事が完成したばかり。当分の間今のままでいいと思う。

○五十年先の中野市の人口を知りたい。

○中学校は、科目ごとに先生が配置されているが、大きい学校では教科の先生が複数おり、より高度な授業が期待できるが、小さくなる

○子どもは、いつかは社会に出て行く。早い時期から大きな集団の中で生きていく力をつけていきたい。

○中学校の場合、人数が減るとクラブの数が少なくなり、各部の部員も足りなくなり、試合にも支障が出てしまふ心配。



・将来的に人数が減少していく中で、変わっていく中野市の学校環境を中心に、今、直面しているさまざまな教育問題も含めて、懇話会を開催する必要を感じています。

・具体的な懇談内容や参加範囲、方法などについては、広報なかの二月号の教育委

開催を提案します。

(仮称) 学校教育懇話会の

校区のバランス、複数の学校での集団授業、小中一貫校、小規模校のままがよいなど、同じ問題でもさまざまな意見や考えが混じりあっており、児童生徒数が減少していく学校問題にかかわる具体的な意見も伺っております。

このよなことから、

学校問題は、明るく語り合っていきたい

少子化時代に入っている学校問題を話し合うとき、今、地域の学校で学んでいる子どもたちの愛校心や活気を失わせようということがあってはなりません。

いつも今の地域の学校をいっそう支援するプラス思考で話題にしていくことが大事であると思います。

員会だよりでお知らせいたします。

・子どもが就学している家庭も、いない家庭も参加して、地域の学校の教育をどう盛り上げていくかを懇談していきたいと思います。

嘱託・臨時職員採用試験

平成22年度採用予定の中野市嘱託・臨時職員、北信広域連合嘱託職員の採用試験を行います。

○中野市

(1) 嘱託職員…直接業務を担当し、1年以内を単位に任用される職員

職 種	予定人員	勤務予定機関	職務内容
徴 収 員	各職種 若干名	税務課	市税徴収業務
介 護 支 援 専 門 員		健康長寿課	介護支援業務
保 健 師		地域包括支援センターなど	保健業務
母子自立支援員		福祉課	母子自立支援業務
社会就労センター指導員		社会就労センター	指導業務
栄 養 士		子育て課	栄養指導業務
児童厚生員・指導員		放課後児童クラブまたは放課後児童教室	児童健全育成業務
子育て支援センター支援員		子育て支援センター	子育て支援業務
保 育 所 保 育 士		保育所	保育業務
保 育 所 調 理 師		保育所	調理業務
中山晋平記念館事務員		中山晋平記念館	受付案内事務・ピアノ演奏
道 路 維 持 作 業 員		道路河川課	道路維持業務
学 芸 員		博物館	学芸員業務
読 書 活 動 相 談 員		図書館	読書活動相談業務
学校給食センター調理技師		学校給食センター	調理業務

試験方法 面接試験
試験期日 2月7日(日)
試験会場 市役所3階
募集期限 1月20日(水)
※郵送での申し込みは、1月20日(水)当日までの消印が有効です。
受付時間 市役所開庁日の午前8時30分から午後5時30分まで。
申込方法 本人が所定の試験申込書に必要事項を記入のうえ、直接持参するか、簡易書留などの確実な方法で郵送してください。
その他 受験案内および試験申込書は、市役所庶務課・総合案内・市民課窓口、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ほか、市公式ホームページでもご覧いただけます。受験資格など詳細については、受験案内をご覧ください。

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

(2) 臨時職員…1時間単位、6カ月以内の臨時的任用職員

職 種	予定人員	勤務予定機関	職務内容
一 般 事 務 員 A	各職種 若干名	庁内または出先機関など	一般事務 (1日7時間、月15日勤務)
一 般 事 務 員 B		庁内または出先機関など	一般事務 (1日8時間、月21日勤務)
一 般 事 務 員 C		図書館または公民館	一般事務・施設管理など
児童厚生員・指導員		児童センター、放課後児童クラブまたは放課後児童教室	児童健全育成業務
保 育 所 事 務 員		保育所	保育所事務
保 育 所 調 理 師		保育所	調理業務
長 時 間 保 育 士		保育所	保育業務
中山晋平記念館事務員		中山晋平記念館	受付案内事務・ピアノ演奏
学 校 事 務 員		小中学校	学校事務
学 校 図 書 事 務 員		小中学校	司書業務
学校給食センター調理師		学校給食センター	調理業務

○北信広域連合 嘱託職員採用試験

職種	予定人員	職務内容	受験資格	年齢要件	試験方法	試験期日	試験会場
看護師	2人程度	看護指導業務	看護師(准看護師含む)の資格を有する者。ただし、平成22年3月31日までに当該資格を取得する見込みの者を含みます。	原則なし。健康でかつ業務に従事可能な者。	面接試験	2月14日(日)	豊田支所2階会議室

- ・受験案内および試験申込書は、北信広域連合事務局(中野市豊田支所内)、各組織市町村の役所・役場の窓口、各老人ホームにあります。また、北信広域連合のホームページでもご覧いただけます。
- ・試験申込書の受付期間は1月12日(火)から2月4日(木)までです。
- ・勤務予定施設など詳細については、受験案内をご覧ください。

問い合わせ先 北信広域連合事務局総務係(豊田支所内) ☎(38) 5050

「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、地元を根ざし活動している各分団を紹介していきます。

今回は、中野市消防団第十分団を紹介します。

☆第十分団の団員数、部編成等について教えてください
 団員数、百十一人、部編成、二部、ポンプ車一台、軽積載車一台、可搬ポンプ九台です。

☆管轄区域はどこですか？
 替佐、笠倉、碓、奥手山、美沢、上今井です。

☆活動内容は？
 毎月七日、地域の皆さんに防火意識を高めていただくため、火災予防の地区内広報を消防ポンプ自動車により実施しています。

☆分団独自の活動などは？
 集中豪雨や台風などのシーズン前にした、毎年五月ごろ、水害の防止と水防体制の強化を図ることを目的に、千曲川に接している六地区（立ヶ花、牛出、栗林、大俣、替佐、上今井）と自警団との合同による、六地区合同水防訓練を千曲川沿岸において実施し、万に備えています。

また、貯水槽の泥上げ、各地区どんと焼き、祭礼などの警備を実施しています。

☆一言お願いします
 団員は、仕事をしながらの消防団活動で大変ですが、活動へ参加しやすい体制づくりにしていきたいと考えています。

「みんなで自分たちの地域を守りませんか！」皆さんの入団をお待ちしています。



▶六地区合同水防訓練の様子

継承

中野が誇る伝統文化

第二十回 写真短歌 倉田昭平さん

写真短歌とは

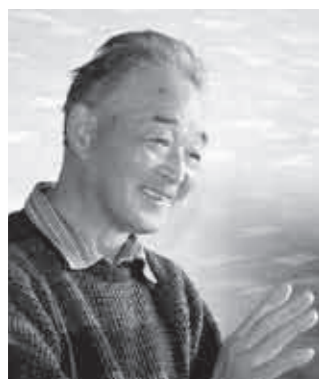
十五、六年前から趣味で写真を撮影し、気に入ったものはワイド四つ切りサイズで現像していましたが、それ以外は捨ててしまいましたが、利用しようと思いついたのが、写真よりも前から取り組んでいた短歌を組み合わせたという試みでした。

五・七・五の三句十七音を定型とし、季語を入れることを原則とする俳句とは違い、短歌は五・七・五・七・七の五句三十一音で構成される感情表現を主とする歌であるため、自然や風景写真と組み合わせること自体考えました。写真を撮影してから句を考えることもあれば、句を考えてから撮影することもあります。

写真短歌の魅力とは

写真撮影も短歌を考えることも、手足を動かす、頭を使うため、健康維持には欠かせません。また、自然に対する見方や考え方が変わってきます。ファインダー越しに見る自然の景色は、裸眼で見るとよりも範囲が限定されるため、そこに感情や思いが生まれてきます。普段は見過ぎがちな、生き物のなげない動き（生態）にハッと気づかされることもあります。つまり、無関心な自然や生き物に対して興味を抱くようになり、それらを調べて新しい知識が増えるのと同時に、感性も研ぎ澄まされていくような気がします。その結果、新しい短歌が完成し、次なる作品の創作意欲がわいてきます。

皆さんへのメッセージ
 かつて「美しい日本の私」という講演をした川端康成が言うように、花鳥風月、つまり、四季折々の美しい自然が日本の良さでもあります。自然と向き合い自然への思いを歌に表現することで、自然破壊や温暖化など環境問題に対する思いも強くなっていくのではないのでしょうか。



▲自然に対する考えが変わったと語る倉田さん

市民リレーインタビュー キャッチボール

No.28

徳武 幸穂さんから紹介された



中易 俊夫 さん
 (会社員・草間)

- ①自己紹介
 パソコンや自動車部品など製造業の仕事をしています。趣味はバスケットボールで、GUNHILL (ガンヒル) というクラブチームに所属し、週2回練習しています。
- ②今後チャレンジしたいこと
 最近行われたバスケの総合大会で県4位になりました。今後はチーム一丸となり、クラブ選手権大会で県1位を目指します。
- ③これからのまちづくりに望むこと
 信州中野駅前にショッピングモールを誘致するなど、大勢の人でにぎわうよう駅周辺を活性化してほしいと思います。

警察官になりたい



倭小学校 3年
 山本 翔太くん

ぼくのしょうらいのゆめは、けいさつかになることです。

テレビのけいさつ二十四時を見て、けいさつかんがはんざいをおかしたはん人をパトカーで追いかけるのが、ぼくは、とてもかっこいいと思いました。

ぼくが一番乗りたい車は、ふくめんパトカーです。ふくめんパトカーにサイレンを

つけたら、ふくめんパトカーになるところが、びっくりしました。

けいじさんは、けんじゅうとかを持っていて、かっこいいと思います。

でも、一番かっこいいのは、ぼくの小学校の下に住んでいる、ちゅうざい所長さんです。

所長さんは、パトカーで赤信号をむしした人、シートベルトをしていない人をとりにまわっていて、ぼくはあこがれます。

あと、白バイたいいんもすごくあこがれます。

だから、ぼくはけいさつかんになりたいのです。

No.57

住宅用火災警報器のアンケート結果について～全ての寝室に設置が必要です～

現在、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務づけられています。住宅用火災警報器の設置状況を把握し設置促進を図るため、消防職員による電話アンケート調査を実施しました。ご協力ありがとうございました。

調査期間	平成21年11月7日～20日
調査対象数	900世帯(中野市・山ノ内町)
調査対象の決定方法	無作為抽出
火災警報器設置世帯数(1個以上設置済)	402世帯(45%)

今回の調査で、約半数近い世帯で設置が済みであり、設置義務化について、ほとんどの世帯が「知っている」または「だいたい知っている」との回答でした。設置場所は「台所」や「台所と居間」といった回答がかなり目立ちました。

住宅用火災警報器は、就寝中に住宅火災が発生した際の逃げ遅れを防ぐ事を目的に「全ての寝室」への設置を義務づけられています(岳南広域消防組合火災予防条例)。また、寝室が2階にある場合は、階段室への設置も必要です。

図 岳南広域消防組合中野消防署 ☎(22)3386

クイズの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、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 1月20日(水)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。

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



問題
 みんなで守ろう
 清らかで豊かな
 環境

今月のプレゼント
 月の兔ボールペン
 ……5名

十三崖チョウゲンボウ応援団冬期かん木伐採 ▶崖沿いを中心に、伐採作業を行いました

昨年12月12日、国指定天然記念物「十三崖のチョウゲンボウ繁殖地」沿いの河川敷において、ボランティアグループ「十三崖チョウゲンボウ応援団」の皆さんによるかん木伐採作業が行われました。

これは、近年「十三崖のチョウゲンボウ繁殖地」の前面に木が生い茂り、チョウゲンボウの巣穴が見えにくく営巣に影響することから、多くのチョウゲンボウが再び舞う姿を取り戻すため行われたものです。



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 スナッチ

保育所小破修繕活動

▶遊戯室で作業を見学する長丘保育園の園児ら

中高高等職業訓練校訓練生の皆さんによる実技訓練の一環として、昨年12月17日・24日の両日、市内9保育所において小破修繕活動が行われました。

17日は、みなみ・西町・高丘・長丘の4園において、また、24日は、平野・松川・みよし・平岡・たかやしろの5園において、小破した床や壁などの修繕が行われました。遠くから作業を見学していた園児たちは、工事の完成を楽しみに待ち望んでいる様子でした。



平岡放課後児童クラブオープン

◀平岡地区コミュニティ消防センターも

昨年12月1日、平岡小学校校門西側に建設した、平岡放課後児童クラブ（ひらっこ）および併設した平岡地区コミュニティ消防センターの開所式を行いました。

平岡放課後児童クラブは、平成22年度に学級数の増加などにより、平岡小学校内での放課後児童教室の運営が困難になることから、また平岡地区コミュニティ消防センターは、地域防災の拠点として地域の皆さんの強い要望と地元消防分団の協力により整備されたものです。

冬のあったかコンサート

▶晋平メロディーを熱唱する信州大学の学生

昨年12月5日、中山晋平記念館において、信州大学教育学部音楽教育分野有志の皆さんによる「冬のあったかコンサート」を開催しました。オープニングでは、晋平先生作曲「兎のダンス」「蛙の夜まわり」「シャボン玉」「船頭小唄」を合唱したほか、「カチューシャの唄」「東京音頭」「ゴンドラの唄」を鍵盤ハーモニカで演奏しました。また、テノール独唱によるオペラをはじめ、三重唱による喜歌劇、ポップスなども披露されました。



消防団年末夜警

◀小田切市長から激励される団員の皆さん

昨年12月25日から30日までの6日間、市消防団による毎年恒例の年末夜警が実施されました。

これは、地域住民に防火と防犯の注意を呼びかけるとともに、地域住民の生命、財産を守ることを目的として毎年実施されているものです。

夜警4日目の28日、市理事者および消防団幹部が、各分団の詰所を巡視し、夜警にあたっている団員に対して督励を行いました。（写真：第3分団小沼部）

表紙の説明

新春走り初め大会

1月2日、第5回新春走り初め大会を開催しました。当日は、子どもから大人まで約100人が参加し、豊田文化センター前を発着地点として、約2kmのコースをそれぞれのペースで走りました。また、大会終了後、恒例の「新春のつどい」を開催し、故郷太鼓の演奏やきのこ汁のサービスも行いました。

参加した皆さんは、心も体も温まりながら新春の朝を楽しく過ごしていました。（写真：新春のつどい）



婦人のつどい

◀体操を交えた講演を楽しむ参加者の皆さん

昨年12月8日、中央公民館において、中野市女性団体連絡協議会主催による第33回中野市婦人のつどいが開催されました。当日は、講師に健康運動指導士の大熊二三子さんを迎え、元気であるためのコツについて講演をしていただいたほか、大熊さんと中嶋葉子さんによる歌とコカリナとピアノのミニコンサートも行われました。

参加した皆さんは、体操を交えたユーモアあふれる講演と、心温まるコンサートを楽しんでいました。

市営住宅および若者住宅入居者募集

空き住宅および2月から4月までに明け渡しのあった市営住宅、若者住宅の入居者を募集します。

募集期間 1月7日(木)～18日(月)

募集する住宅 東山、泉、長元坊、小田中、城下の各市営住宅および若者住宅

抽選日時 1月21日(木) 午後2時

抽選会場 市民会館46号会議室

選考方法 公開抽選により入居順位を決定します。

※入居者の資格など詳しくは、直接お問い合わせください。

☎ 都市計画課建築住宅係(内線273)

2010年世界農林業センサスにご協力ください

2月1日を基準日として、「2010年世界農林業センサス」が行われます。「センサス」とは「全数調査」を意味し、すべての対象を調査する統計調査です。

この調査は全国の農林業の生産構造や農山村地域の実態を明らかにすることを目的に、5年ごとに実施している大切な調査です。

対象は農業や林業を行っている農家・林家や法人などで、県知事が任命した統計調査員が調査にお伺いしますので、ご協力ください。

調査は統計法に基づき実施され、調査内容を統計以外の目的に使用することを固く禁じています。この調査結果が税金の徴収などに使われるようなことは一切ありませんので、正確なご記入に、ご協力をお願いします。

農林水産省ホームページ
<http://www.maff.go.jp/j/tokei/census/afc>

☎ 政策情報課統計交流係(内線217)

普通救命講習会開催

中野消防署では、地域の皆さんが行う応急手当が重要視されていることから、心肺蘇生法やAEDの取り扱いなどの講習会を行います。

期日 2月7日(日)

時間 午前9時～正午

会場 岳南広域消防本部2階講堂

内容 救命に必要な応急手当(AEDの使用法も含む)

対象 中学生以上の方

定員 30人※定員になり次第締切

申込方法 申込書に必要事項を記入し、2月1日(月)までに中野消防署へ提出してください。なお、電話によるお申し込みも受け付けています。

持ち物 筆記用具

その他 動きやすい服装と靴でお越しください。

☎ 中野消防署警防係

☎ (22) 3386

第5回B&G財団会長杯綱引き大会参加者募集

期日 2月14日(日)

時間 午前8時30分から

会場 B&G海洋センター

種目 ①一般男子の部(高校生以上の男性) ②一般女子の部(高校生以上の女性) ③子どもの部(小学生または中学生で男女は問わない。ただし、平成21年4月1日現在の年齢合計が65歳以内とします)

チーム編成 選手6人・交代要員2人以上とします。1人で2チーム以上に参加することはできません。

参加資格 市内に在住・在勤している方

申込期限 2月1日(月)

参加費 1チーム1,000円

☎ B&G海洋センター

☎ (38) 3800

文化スポーツ振興課スポーツ振興係(内線364)

4月1日から市役所の閉庁時間が変わります

4月1日(日)から市役所の閉庁時間を、次のとおり変更します。ご注意ください。

閉庁時間 午後5時15分

※なお、閉庁時間「午前8時30分」に変更はありません。

☎ 庶務課職員係(内線209・213)

有料広告欄

「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 1月29日(金) 午後5時30分

広報なかの掲載号 3月4日(木) 発行の3月号～

ホームページ掲載日 3月1日(月)～

※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～

第5回中野市民スキー大会参加者募集

期日 2月14日(日)

会場 木島平スキー場(現地集合)

時間 受付…午前8時15分から
開会式…午前9時15分から

参加資格 市内に在住・在勤・在学(小学校3年生以上)している方

競技種目 大回転

競技区分 (全13区分)

小学校低学年(3・4年生) ①女子・②男子、小学校高学年(5・6年生)

③女子・④男子、中学生⑤女子・⑥男子、⑦青年男子(20歳未満)、⑧一般女子(高校生以上)、⑨成年男子1部(20歳以上30歳未満)、⑩成年男子2部(30歳以上40歳未満)、⑪壮年男子1部(40歳以上50歳未満)、⑫壮年男子2部(50歳以上60歳未満)、⑬壮年男子3部(60歳以上)

※年齢は平成22年1月31日を基準

参加料

大人 2,000円

中学生 1,500円

小学生 1,000円

(傷害保険料込、リフト代別)

申込期限 1月23日(土)

申込方法 参加料を添えて、市民体育館内中野市体育協会事務局またはマツヤスポーツへお申し込みください。

☎ 中野市体育協会事務局

☎ (26) 3572

有料広告欄

後期講座 Part II 働く婦人の家 各種講座を開催します

働く婦人の家では、現在開催している後期講座のほかに、お菓子づくりや護身術など各種講座を予定しています。

●女性のための護身術

期日 1月20日(水)

時間 午後7時～8時

会場 働く婦人の家 軽運動室

定員 30人

教材費 無料

●春を呼ぶお菓子づくり

期日 1月26日(火)

時間 午後2時～4時

会場 働く婦人の家 料理教室

定員 16人

教材費 500円

●バレンタイン

フラワーアレンジメント

期日 2月2日(火)

時間 午後7時～8時

会場 働く婦人の家 図書室

定員 16人

教材費 2,000円

☎ (22) 2691

受講料 無料(ただし、各講座の教材費は受講者負担)

対象者 市内に在住または在勤している女性の方

申込方法 土・日曜日、祝日を除く午後1時～10時の間、電話または直接ご来館いただき、お申し込みください。

※先着順で定員になり次第、募集を締め切ります。

その他 持ち物など詳しくは、直接お問い合わせください。

☎ 働く婦人の家 ☎ (22) 2691



道路への倒木・枝の張り出しにご注意ください

例年、道路沿いの住宅地や山林などからの倒木や樹木の枝の張り出しによって、除雪業務や道路通行の妨げとなる事案が発生しています。



皆さんの管理地に、降雪や落雪によって倒木などの恐れのある樹木がありましたら、事前に伐採や枝払いをするなど、適正な管理をお願いします。

☎ 道路河川課維持係 (内線263)

屋外広告物講習会の開催

屋外広告物条例の規定による講習会が次のとおり開催されます。

期日 1月26日(火)

会場 長野県庁西庁舎3階会議室

対象者 これから屋外広告業を営もうとする方、営業所に講習会の修了者を置こうとする方など

受講料 3,500円(長野県収入証紙による)

申込方法 1月20日(水)までに所定の申込書に必要事項を記入し、収入証紙および写真と併せて北信地方事務所建築課へ提出してください。

☎ 北信地方事務所建築課

☎ (22) 3111

北信地区狩猟者確保のための相談会の開催

最近、ツキノワグマやイノシシ・ニホンジカなどの野生鳥獣による農作物被害が増加しています。

野生鳥獣被害を減少させるためには、狩猟などによる生息数の調整が有効な手段の一つですが、北信地方事務所管内の狩猟者は、減少傾向に加え高齢化が進み、このままでは近い将来狩猟者数の激減により野生鳥獣被害を防ぐ手段が大幅に損なわれかねません。

そこで、野生鳥獣被害に困っている方や新たに狩猟を始めてみたいと思っている方を対象に、狩猟免許取得などの相談会を開催します。

期日 1月24日(日)

時間 午後1時～4時

会場 飯山市公民館 (飯山市大字飯山1436-1)

内容

①狩猟免許取得相談コーナー

②狩猟模擬体験コーナー

シューティングシュミレーターにより、狩猟模擬体験ができます。

③試食コーナー

野生獣肉の加工食品を試食できます。

④被害対策相談コーナー

☎ 北信林業振興会事務局

☎ (23) 0215

平成22年度 長野県「地域発 元気づくり支援金」の募集

「地域をよくしたい」、「こんな活動してみたい」など、地域づくりに「地域発 元気づくり支援金」を活用してみませんか。

支援金の交付額

(1)道路、水路、建物などの建設または改修、1件10万円以上の備品の取得などのハード事業

…3分の2以内

(2)ソフト事業(ハード事業以外)

…10分の10以内

対象事業 知恵と工夫により、自主的・主体的に取り組む地域の元気を生み出す、モデル的で発展性のある事業(一部条件あり)。

対象団体 公共的団体など(NPO法人、地域づくりを行うグループや協議会など)

募集期限 2月5日(金)

事前相談会

期日 1月27日(水)

時間 午後1時30分

会場 市役所3階 34号会議室

※対象事業、応募方法など詳しくはお問い合わせください。

☎ 政策情報課政策推進係(内線216)

☎ 北信地方事務所地域政策課

☎ (23) 0201

若年者地域連携事業講演会の開催

期日 1月16日(土) 時間 午後1時30分から

会場 長野市若里市民文化ホール(長野市若里3-22-2)

内容 講演 「すべては子供達の幸せのために」
-子育ては「やり方」の前に...-

講師 比田井和孝氏

対談 比田井和孝氏&伊藤かおる

対象者 保護者、教育関係者

定員 300人 入場料 無料

☎ 若年者地域連携事業推進センター ☎0263(27)5010

「中野市介護保険通知書使用封筒」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、中野市介護保険通知書使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の

申し込みをお待ちしています。～

詳しくは右ページをご覧ください ☎

コートハウス(裁判所)見学ツアー

期日 2月3日(水)、3月4日(木)

時間 午前10時～正午

会場 長野地方裁判所

定員 30人(事前に申し込みが必要)

内容 刑事裁判傍聴(傍聴事件がない場合はアニメ上映会)、裁判員制度説明会、法廷見学会(写真撮影可)

参加料 無料

☎ 長野地方裁判所総務課庶務係

☎ 026(403)2008

長野技術専門校入校生の追加募集

長野技術専門校では、平成22年度入校生の追加募集をしています。

訓練期間 1年間

募集科 機械加工科、電気工事科、画像処理印刷科、木造建築科

募集定員 各科とも若干名

第1回追加募集選考

・受付期間 1月18日(月)まで

・選考日 1月25日(月)

第2回追加募集選考

・受付期間 2月17日(水)まで

・選考日 2月26日(金)

長野技術専門校ホームページ

http://www.pref.nagano.jp/xsyoukou/nagagi/

☎ 長野県長野技術専門校

☎ 026(292)2341

行政書士による無料法務相談会

期日 1月16日(土)

時間 午後1時～4時

会場 市民会館44号会議室

相談内容

相続・遺言・在留手続き、交通事故等に関する

事や、官公署への許認可申請等

に関する事など、

困ったと思われること。

※予約は不要です。秘密は厳守します。

☎ 長野県行政書士会北信支部

☎ (26)5986

長野県内の最低賃金のお知らせ

長野県内の事業場で働くすべての労働者に適用される「長野県最低賃金(地域別最低賃金)」と、特定の産業に対して定められている「特定(産業別)最低賃金」が改正されました。

この機会に、ぜひ賃金の確認をしてみてください。

地域別最低賃金	時間額	効力発生日
長野県最低賃金	681円	平成21年10月1日

特定(産業別)最低賃金	時間額	効力発生日
電子部品・電気機械器具・情報通信機械器具等製造業	777円	平成21年12月5日
はん用機械・自動車・同付属品等製造業	789円	平成21年12月5日
各種商品小売業	747円	平成21年12月31日
印刷・製版業	743円	平成21年12月31日

※それぞれ、最低賃金の効力発生日にご注意ください。

※精皆勤手当、通勤手当および家族手当は最低賃金の対象にはなりません。

長野労働局ホームページ http://www.nagano-roudoukyoku.go.jp/

☎ 中野労働基準監督署 ☎ (22)2105

☎ 長野労働局賃金室 ☎ 026(223)0555

【広告掲載封筒の規格等】

封筒の種類	封筒の規格	広告枠数	作成枚数	発送(使用)期間
中野市介護保険通知書使用封筒(認定結果、高額通知、主治医意見書)	(縦)10.5cm × (横)23.5cm	1枠(1色刷)	12,000枚	3月ごろから在庫終了まで(以前に作成した封筒の在庫がある場合、発送時期が遅くなる場合があります。)

【広告枠の規格】 (縦)5.5cm × (横)9.5cm 【広告掲載料金】 18,950円(1枠)

【その他】 掲載の可否は市の審査委員会にて審査をし、決定します。

☎ 申込期限 所定の申込書により、1月29日(金)までにお申し込みください。

☎ 詳しくは、ホームページをご覧ください。健康長寿課介護保険係(内線365)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 1月12日(火)、2月10日(水)、
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 1月21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 ☎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

田中ゆきひと干支福のれん展「寅」

1月31日(日)まで

たかやしろ土と炎の会陶芸展

1月7日(木)～17日(日)まで

アクリル画作品展

1月21日(木)～31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。

電話番号

(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	45,829人 (+1)
	男	22,128人 (+15)
	女	23,701人 (-14)
	世帯	15,136戸 (-5)

平成21年12月1日現在(国勢調査を基に推計)

年金 新成人の皆さん 忘れずに国民年金の手続きをしましょう

「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

国民年金はすべての公的年金の基礎となるもので、老後や万が一の事態に備え、保険料を出し合いお互いを支え合う制度です。日本国内にお住まいの20歳から60歳までの方に加入義務があります。

加入の手続き

学生や自営業者などの第1号被保険者となる方は、市役所の国民年金担当窓口で手続きをしてください。会社員などの第2号被保険者やその方に扶養される配偶者の第3号被保険者の方は、勤務先の事業所が加入手続きを行います。

保険料の猶予・免除

収入が少ないために保険料の納付が困難な場合は、申請により保険料の納付が猶予・免除となる制度があります。この申請を行わないまま保険料が未納となっていると、将来の老齢年金や万が一のときに障害年金・遺族年金を受け取ることができない場合がありますのでご注意ください。

☎ 長野北年金事務所 ☎026(244)4100

ご寄付 ありがとうございます

(平成21年11月25日～12月24日)

●ふるさと寄附金 環境保全のため
<新光電気労働組合 様>

●日野小学校120周年の記念として書
<埼玉県ふじみ野市 浦野 守司 様>

●日野小学校120周年の記念として記念書の額
<新野 浦野 良平 様>

●ふるさと寄附金 教育関係
現金 100,000円
<大阪府守口市 宮澤 真史 様>

☎ 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④

◎テーマは「いっしょにあったまろう。」

環境省では「暖房機器はなるべく使わない」の原点に立ち返り「ウォーム・ビズ」の取り組みを呼びかけています。今季のテーマは「いっしょにあったまろう。ウォームシェア」です。暖房に頼らないアイデアをみんなでシェア(共有)しましょう。

◆室温は20度まで…暖房に頼り過ぎない第一歩は室温を20度にする事です。20度を超えないよう、こまめに温度を調節しましょう。

◆扇風機を短時間つける…扇風機を上に向けて回し、天井付近の暖かい空気を循環させます。

◆カーテンを上手に活用…天気の良い日はカーテンを開け、太陽の熱で部屋を暖めておきます。また、天気の悪い日や夜間はカーテンを閉め、部屋が冷えるのを防ぎます。

◆部屋の出入口は閉める…暖かい空気が逃げないように、出入口を閉めておきます。なお、事務室など出入口が開放されている場合は衝立(パーテーション)を置き、冷気の侵入を防ぎます。

◆湿度を上げる…同じ温度でも湿度を高くすると、より暖かく感じられます。乾燥しがちな冬は、保湿に心がけましょう。

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(12月24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★人形ケース★洋風リビングこたつ(イス4脚、こたつ布団付)★スチームオーブンレンジ★小動物用ケージ(かご)★エレクトーン★肘掛け座椅子★ピアノ★自転車

ゆずってください

★ノートパソコン★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★電動自転車★電子ピアノ★子ども用自転車(補助輪付、女の子用)★電子キーボード★一口ガスコンロ★介護用歩行器★変速機付自転車★電動フライヤー★こたつ・こたつ布団★バイク用ヘルメット★子ども服(男の子用90～110cm)★自転車

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) ☎23-2255
- 休日当番薬局携帯電話
☎090-4125-8402(白・祝日のみ 午前9時～午後5時)

☆わが家のアイドル☆



和田 悠舞くん
(3歳1か月)

元気で優しく、弟をかわいがってくれます。イクラとウナギが大好き。おうちゴッコが大好きです。いつまでも健康で優しい子に育ってほしいです。
(和田 稔一・江利子さん 金井)

予防接種

持ち物/母子健康手帳、予診票

B C G (接種年齢は生後3～6か月未満の乳児)

期日/1月19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9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>

1月12日(火)・・・日野、延徳、平野、

1月13日(水)・・・高丘、平岡、長丘、

科野、倭、豊田

15日(金)・・・中野、

<1期初回>

3か月～1歳未満の乳幼児
(20～56日の間隔で3回接種)

<1期追加>

1歳6か月～3歳未満の幼児
(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)

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。

※第1期の方は、接種対象期間

内に、第2期・第4期の方は

年度内に受けていただくと、
自己負担はありません。
※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
3か月児 健診 (B,C,G 予防接種)	1月19日(火)	21年9月生まれ
7か月児 健診	1月20日(水)	21年5月生まれ
1歳 6か月児 健診	1月22日(金)	20年6月生まれ
2歳児 健診	1月18日(月)	19年12月生まれ
3歳児 健診	1月21日(木)	18年12月生まれ

※都合の悪い場合は、翌月お出かけ
ください。

※ご家族の中にインフルエンザにか
かった方がいる場合は、翌月お出
かけください。

マタニティクラス

期日/2月9日(火)

時間/午後10時～11時30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、妊婦体験、妊婦体操、妊産婦の
栄養(試食)

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。

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

いきいき健康講座

◆糖尿病予防シリーズ(全3回)◆

①病態編「糖尿病の方が増えています!」

期日/1月21日(木)

時間/午後6時20分から

会場/西部公民館

講師/北信総合病院内科医長

南 茂先生

②食事編「食べ物と血糖の関係」

期日/1月28日(木)

時間/午後1時30分から

会場/北部公民館

講師/健康長寿課 管理栄養士

③運動編「簡単エクササイズで予防・
改善!」

期日/2月4日(木)

時間/午後1時30分から

会場/コミュニティスポーツセンター

講師/長電スイミングスクールフィット

ネスクラブF×A中野 健康運動指導士

持ち物/運動できる服装、室内運動靴

◆心の健康講座◆

「うつは心のカゼ?～うつ病の理解と支援」

期日/2月10日(水)

時間/午後6時20分から

会場/中野保健センター

講師/北信圏域こころの相談センター

精神保健福祉士 小巻 佳人先生

はたちの献血キャンペーン

新たに成人となる皆さんを中心に
献血を実施しています。

期間/1月1日(金)～2月28日(日)

問い合わせ先/長野県赤十字血液セ
ンター ☎026(228)1414

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22年1月7日発行 ●発行 中野市 ●編集 総務部庶務課 ●印刷 高錦堂印刷所