

広報 なかの

2010 (平成22年)

10

No.67



小学校運動会

特集

平成 21 年度 決算 …2

特集

**インフルエンザの
予防接種を受けるときは** …6

今月の合冊

| | | |
|-----------|-------|-----|
| 農業委員会だより | …………… | 1～4 |
| 働く婦人の家だより | …………… | 1～2 |
| ちょうげんぼう | …………… | 1～2 |
| 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

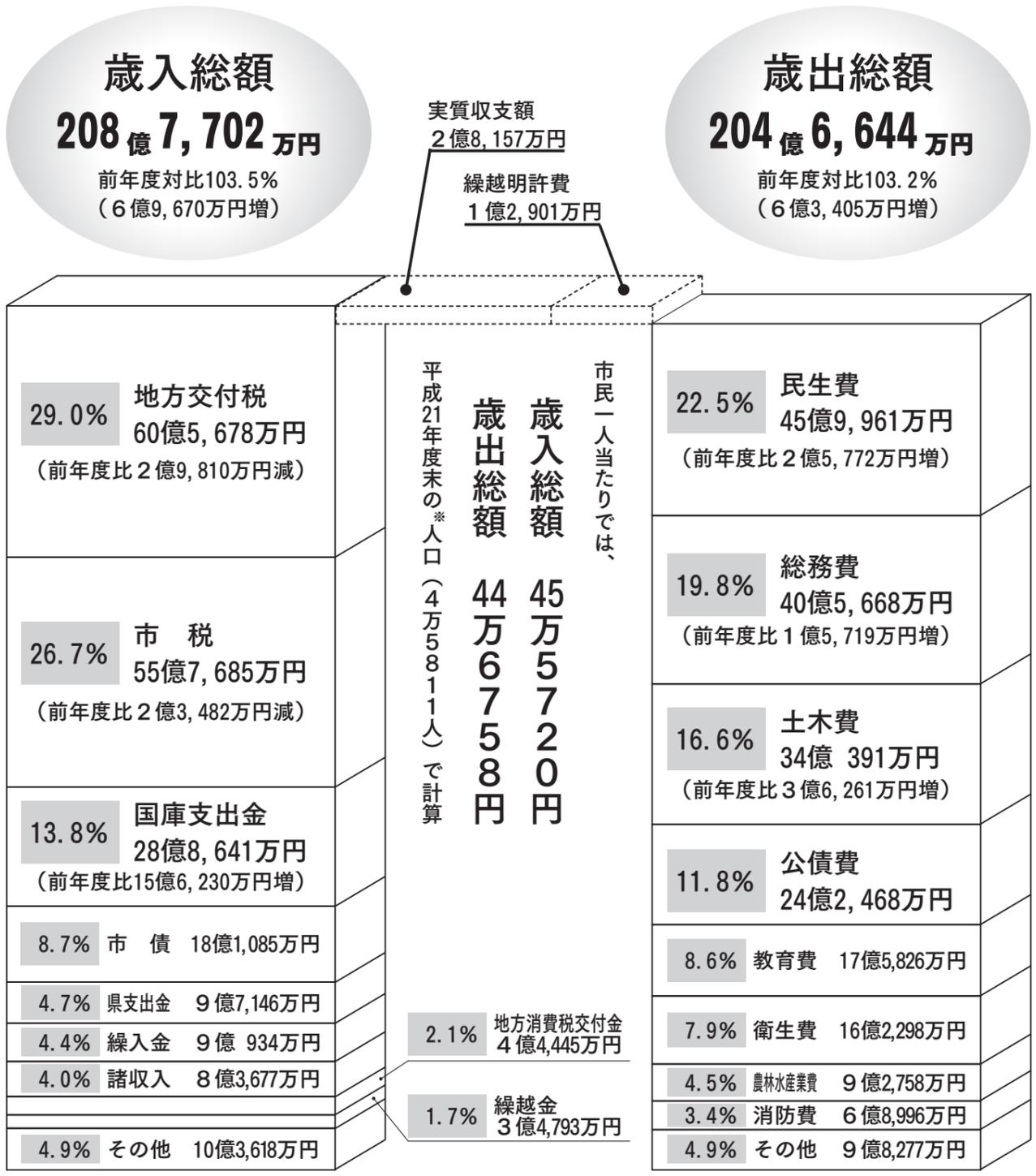


インフルエンザの流行に備えましょう (詳しくは6ページをご覧ください)

一般 会計

一般会計の決算は、4億1,058万余円の黒字（前年度対比118.0%、6,265万余円の増）となりました。

翌年度へ繰り越すべき財源は、繰越明許費で1億2,901万余円となり、翌年度へ繰り越すべき財源を差し引いた実質収支額は、2億8,156万余円の黒字（前年度対比105.1%、1,369万余円の増）となりました。



※1万円未満を四捨五入しているため、合計が一致しない場合があります。
※平成21年度末の人口は国勢調査を基にした数字です。

特集

平成21年度

決算



全14会計すべて黒字決算となりました

市では、厳しい財政状況の中、平成21年度については、限られた予算で、予定どおり事業を実施することができました。

一般会計の歳入面では、景気後退による厳しい経済情勢の影響から、法人市民税が平成20年度に比べて大幅に減収となり、市税全体をみても対前年度比をかなり下回る減収となりました。

地方交付税は減収となりましたが、平成20年度交付額は交付税検査における錯誤額約6億8千万円が含まれているため、この錯誤分を除いて比較すると増収となりました。

国庫支出金は、国の経済対策による臨時交付金あるいは定額給付金事業補助金、まちづくり交付金などの事業増により、大幅な収入増となっています。

県支出金は、平成20年度において、そのき茸種菌培養施設の整備事業補助金の収入があったため、平成21年度は大幅な減となっています。

諸収入は、平成20年度に鉄道・運輸機構からの湧水対策補償金の収入があったため、大幅な減となっています。

厳しい経済状況ではありましたが、最大限財源の確保に努めることができました。

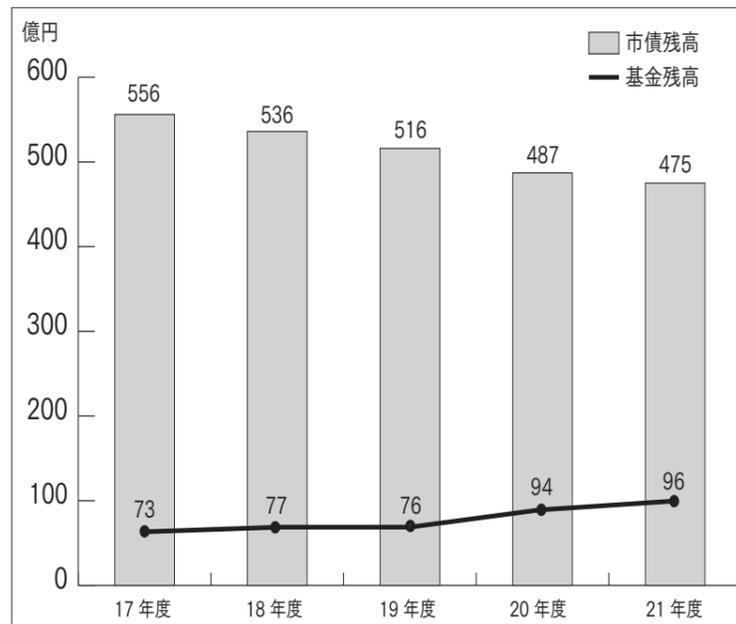
歳出面では、歳入との関連による、まちづくり交付金、国の補正予算に伴う経済対策交付金および平成21年8月の豪雨災害に伴う災害復旧事業費の増、障害者福祉費や老人医療費などの社会保障関係費の増、小・中学校の耐震補強工事および教育用コンピュータ整備事業費の増など、予算の柱とした「医療」「子育て」など、いわゆる「市民の生活対策」を見据えた、ソフト重視の予算を実現するため、安心・安全なまちづくり、子どもたちのための環境整備、地域の活性化、産業・都市基盤の整備など、市民生活に直結する事業を重点的に実施しました。

各事業は、基本構想の都市像として定めた、「緑豊かなふるさと 文化が香る元気なまち」の実現に向けて、推進してきました。

今後も、市民ニーズを的確に捉え、事業の執行に当たっては、「住民の福祉の増進に努めるとともに、最小の経費で最大の効果を挙げる」という地方自治の理念に基づき、効率的かつ合理的な事業執行を進め、地方交付税の見通しを不透明な中、財政の弾力性を確保しながら、財政健全化に努めていきます。

市債残高

平成21年度末の全会計市債残高は、475億2,183万余円で、前年度末に比べ12億1,065万余円の減となりました。



基金残高

平成21年度末の全基金残高は、95億7,069万余円で、前年度末に比べ1億4,652万余円の増となりました。

財政指標で見る中野市の現状

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」（平成21年4月施行）では、地方公共団体の財政状況を統一的な指標で明らかにし、財政の健全化や再生が必要な場合に迅速な対応を取るため、健全化判断比率と呼ばれる4つの指標（①実質赤字比率、②連結実質赤字比率、③実質公債費比率、④将来負担比率）を公表するよう地方公共団体に義務付けています。これにより、いきなり財政破綻（赤色信号）になる前に、「これ以上の悪化は危険（黄色信号）」という早期健全化基準を定め、一つでも黄色信号に変わった場合は、財政健全化計画を定めて改善に取り組むことが義務付けられています。

①実質赤字比率

普通会計の実質赤字の標準財政規模に対する割合
 …財政運営の深刻度を示し、早期健全化基準（黄色信号）は、財政規模に応じて11.25%～15%、財政再建基準（赤色信号）は、30%です。

②連結実質赤字比率

全会計を合算した実質赤字の標準財政規模に対する割合
 …財政運営の深刻度を示し、早期健全化基準は、財政規模に応じて16.25%～20%、財政再建基準は、30%です。

※①、②…赤字が生じていないため、数値はありません。

③実質公債費比率 11.2%

自治体の実質的な借金返済負担の重さを表す指標
 …低ければ低いほど、借金の返済以外に自由に使えるお金が多くなります。早期健全化基準は25%、財政再建基準は35%です。18%を超えると起債に許可が必要になり、25%を超えると起債が制限されます。

④将来負担比率 17.7%

将来的に返済すべき借金・債務など負債の割合
 …中野市の全会計、一部事務組合、広域連合、公社、第3セクターの会計が対象。早期健全化基準は350%、財政再建基準はありません。

特別会計

- ・12の特別会計は、すべて黒字となりました。
- ・歳入の合計は、114億688万余円（前年度対比98.7%、1億5,534万余円の減）、歳出の合計は、112億334万余円（前年度対比97.8%、2億4,664万円の減）となりました。
- ・翌年度へ繰り越すべき財源は下水道事業特別会計の3,118万余円（※）で、内訳は繰越明許費2,068万余円、継続費通次繰越1,050万円です。
- ・翌年度へ繰り越すべき財源を差し引いた実質収支額の合計は、1億7,235万余円の黒字（前年度対比153.6%、6,011万余円の増）となりました。（単位：万円）

| 区分 | 歳入総額 | 歳出総額 | 歳入歳出差引額 | 実質収支 | 備考 |
|------------|----------|----------|---------|---------|--|
| 国民健康保険事業 | 49億7,661 | 48億5,375 | 1億2,286 | 1億2,286 | ・療養給付費、療養費の増 |
| 老人保健医療事業 | 3,352 | 3,308 | 44 | 44 | ・後期高齢者医療制度へ移行（清算年度） |
| 後期高齢者医療事業 | 3億4,544 | 3億4,326 | 218 | 218 | ・後期高齢者広域連合に対する納付金の増 |
| 介護保険事業 | 30億3,517 | 30億1,123 | 2,394 | 2,394 | ・被保険者数、保険給付費の増 |
| 社会就労センター事業 | 8,333 | 8,332 | 1 | 1 | ・事業収入、作業工賃ともに減 |
| 住宅改修資金貸付事業 | 1,241 | 1,173 | 67 | 67 | ・公的資金補償金免除繰上償還の実施により、歳入・歳出ともに増 |
| 倭財産区事業 | 417 | 351 | 66 | 66 | ・独立行政法人森林総合研究所との分収契約に基づいた造林事業を実施 |
| 永田財産区事業 | 115 | 106 | 9 | 9 | ・山林整備の実施により、歳入歳出増 |
| 中野財産区事業 | 777 | 700 | 77 | 77 | ・中町区コミュニティセンター建設に対する財産区からの配分により、歳入・歳出増 |
| 情報通信施設事業 | 4,800 | 4,675 | 124 | 124 | ・情報基盤整備事業の完了により減 |
| 下水道事業（※） | 21億6,118 | 21億1,746 | 4,372 | 1,253 | ・公的資金補償金免除繰上償還に係る公債費の減 |
| 農業集落排水事業 | 6億9,814 | 6億9,119 | 695 | 695 | ・世代間の負担の公平を図るため、資本費平準化債の借入を実施 |
| 合計 | 114億 689 | 112億 335 | 2億 354 | 1億7,235 | |

※単位未満を四捨五入しているため合計および差引額が一致しない場合があります

企業会計

- ・水道事業の収益的収支は、収入総額9億527万余円、支出総額8億2,667万余円、差引7,859万余円で前年度に引き続き黒字となりました。
- ・資本的収支は、収入総額10億7,469万余円、支出総額14億2,906万余円で、不足する3億5,436万余円は、過年度分損益勘定留保資金1億2,105万余円、当年度分損益勘定留保資金2億2,139万余円および当年度分消費税等資本的収支調整額1,190万余円で補てんをしました。（単位：万円）

| 区分 | 収益的収支 | | | 資本的収支 | | |
|--------|-------|---------|-------|----------|----------|----------|
| | 収入 | 支出 | 収支 | 収入 | 支出 | 収支 |
| 水道事業会計 | 9億527 | 8億2,668 | 7,860 | 10億7,470 | 14億2,906 | △3億5,436 |

※単位未満を四捨五入しているため合計および差引額が一致しない場合があります

普通会計

- ・普通会計とは地方財政状況調査（決算統計）上の会計区分で、中野市では一般会計、社会就労センター事業、住宅改修資金貸付事業、情報通信施設事業の各特別会計を合算したものです。
- ・歳入総額は、209億6,336万余円（対前年度比104.6%、9億1,569万余円の増）となりました。歳出総額は、205億5,086万余円（対前年度比104.3%、8億5,288万余円の増）となりました。
- ・翌年度へ繰り越すべき財源は、一般会計の繰越明許費1億2,901万余円です。実質収支額は2億8,349万余円の黒字（対前年度比105.1%、1,384万余円）となりました。

平成 22 年度インフルエンザの予防接種

今シーズンに使用されるワクチンは、季節性インフルエンザ（A/H3N2、B）と新型インフルエンザ（A/H1N1）の株が混合された3価ワクチンとなります。

高齢者

圃市役所健康長寿課健康管理係
☎（22）2111（内線242）

65歳以上の方などを対象に、インフルエンザの予防接種を実施します。なお、この予防接種は希望される方のみで、接種の義務はありません。

| | |
|------------|---|
| 接種対象者 | 65歳以上の方（満年齢） ※60歳以上65歳未満の方で、一定の障害がある方も対象になります。 |
| 接種期間 | 平成23年3月31日(木)まで ※より有効性を高めるため12月下旬までに接種しましょう |
| 接種回数 | 1回 |
| 一部自己負担額 | 1,000円 ※医師の判断で2回目を接種する場合は、全額実費負担となります。 |
| 受けられる医療機関 | 中野市内の医療機関 ※市外の医療機関をご希望の方は健康長寿課まで、ご連絡ください。 |
| 申し込み | 必ず事前に医療機関へ確認・予約をしてください。 |
| 接種当日持参するもの | 医療機関の窓口に、住所、氏名、年齢などが確認できる物（保険証、免許証など）を提示してください。 |
| 予診票 | 医療機関の窓口に専用の予診票がありますので、記入後提出してください。 |

乳幼児

圃市役所子育て課子ども支援係
☎（22）2111（内線356）

インフルエンザの予防接種は任意（法定外）接種ですが、子育て支援として保護者の経済的負担の軽減を図るため、接種費用の一部を助成します。

| | |
|------------|---|
| 接種対象者 | 平成16年4月2日以降に生まれた、就学前の乳幼児で接種を希望する児 |
| 接種助成期間 | 平成23年3月31日(木)まで |
| 助成金額 | 1人1回につき1,000円を助成します。 ※医療機関では、掛かった費用から1,000円を差し引いた金額をお支払いいただきます |
| 受けられる医療機関 | 中野市内の医療機関 ※市外の医療機関をご希望の方は、子育て課まで、ご連絡ください。 |
| 申し込み | 必ず事前に医療機関へ確認・予約をしてください。 |
| 接種当日持参するもの | 医療機関の窓口に住所、氏名、生年月日が確認できるもの（保険証、母子健康手帳など）を提示してください。 |
| 予診票 | 医療機関の窓口に専用の予診票がありますので、記入後提出してください。 |

接種費用が全額免除となる方

(1) 市民税非課税世帯の方

(2) 生活保護受給世帯の方

上記(1)または(2)に該当する方は、市役所健康長寿課（中野保健センター内）または豊田支所地域振興課で「インフルエンザワクチン接種費用助成対象者証明書」の交付を受けてください。医療機関で接種を受ける際に証明書を提出することにより、全額免除となります。

なお、手続きが間に合わない場合や、対象地域^(※)以外の医療機関で接種を受ける場合は、医療機関の窓口で一旦接種費用の全額をお支払いいただき、後日、領収書を添付の上、接種費用の払い戻しの申請を市役所健康長寿課または豊田支所地域振興課で行ってください。

(※) 対象地域 中野市・山ノ内町・木島平村・野沢温泉村の地域

☆予診のみで実際に接種しなかった場合も、費用がかかる場合があります。

問い合わせ先 市役所健康長寿課健康管理係 ☎（22）2111（内線242）

特集

インフルエンザの予防接種を受けるときは

10月1日からインフルエンザの予防接種が始まりました。予防接種を受ける際の注意点などをお知らせします。

インフルエンザの予防接種を受ける前に、まず、下記の説明をよく読んでください。

また、この予防接種に関して、気にかかることや分からないことがありましたら、接種を受ける前に担当の医師、看護師または市役所健康長寿課、乳幼児については、子育て課へ相談しましょう。

もし、十分に納得できない場合は、接種を受けないでください。

予診票は、接種をする医師にとって予防接種の可否を決める大切な情報です。基本的には、接種を受ける本人または、その保護者が責任をもって記入していただき、正しい情報を医師に伝えてください。



インフルエンザの予防接種を受ける前に（説明書）

インフルエンザの予防接種を受けられない方

- ①明らかに発熱のある方
一般的に、体温が37・5度以上の場合を指します。
- ②重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな方
急性の病気で薬を飲む必要がある方は、その後の病気の变化がわからなくなる可能性がありますので、その日は接種を見合わせましょう。
- ③インフルエンザ予防接種に含まれる成分によって、アナフィラキシーを呈したことが明らかな方
「アナフィラキシー」は、通常30分以内に起こる、激

インフルエンザの予防接種を受けた後は

- ①予防接種を受けた後30分間は、急な副反応が起こることがあります。医師（医療機関）とすぐに連絡を取れるようにしておきましょう。
- ②ワクチンの副反応の多くは24時間以内に出現しますが、特にこの間は体調に注意しましょう。
- ③接種当日は、いつもどおりの生活をしてかまいませんが、激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。
- ④入浴は差し支えありませんが、注射した部位を強くこすることはやめましょう。

- ④以前、インフルエンザの予防接種を受けたとき、2日以内に発熱、発疹、じんましんなどアレルギーと思われる異常がみられた方
過去に免疫不全の診断がされている方
- ⑤その他、医師が不適当な状態と判断した場合
※①～⑤に入らなくても、医師が接種不適当と判断したときは、接種できません。

インフルエンザの予防接種を受けるにあたり、医師とよく相談しなければなりません。

- ①心臓病、腎臓病、肝臓病や血液、その他慢性の病気で治療を受けている方
- ②今までに、けいれんを起こしたことがある方
- ③今までに、喘息と診断されたことのある方
- ④インフルエンザ予防接種の成分または鶏卵、鶏肉、その他の鶏由来のものに対して、アレルギーがあると言われたことのある方

ご利用ください

なかの子育て家族応援カード

市では、子育て中の家族の皆さんを地域全体で応援していく「中野子育て家族応援事業」を実施しています。

市内に住所を有する18歳未満の子どもを持つ家族の皆さんが、事業に協賛いただいているお店等で買い物などをする際に、「なかの子育て家族応援カード」を提示していただくと、割引など事業所独自のサービスを受けられるというものです。

大変お得なカードです。ぜひ、ご利用ください。

なお、現在事業に協賛いただいている事業所は、右表の41事業所です。市では、事業に協賛いただける事業所を引き続き募集していますので、ご協力よろしくをお願いします。

問い合わせ先
市役所子育て課子ども支援係
☎(22) 2111 (内線361)

| | 協賛事業所 | 所在地 | 協賛事業所 | 所在地 |
|-----|-----------------|-----------|------------------------|------------------|
| 買う | 科野食糧販売店 | 赤岩1372 | (株)アベファニチャー | 江部793-1 |
| | (株)富士見堂家具 | 中央2-1-8 | (有)マルヤマ化粧品 | 中央4-2-5 |
| | (有)中村時計店 | 中央4-2-9 | 子供服プペ | 中央4-2-1 |
| | (有)小泉園 | 中野1583 | 綱島商店 | 中央1-11-11 |
| | (有)三水屋自転車店 | 中央3-2-24 | KAGUYA イーストフィールド | 中央3-2-1 |
| | (有)カクアゲ本店 | 中央1-8-6 | (有)沼田商店 | 豊津116-1 |
| | (有)芋屋商店 | 中央1-8-12 | (有)ナラヤ商店 | 中央1-9-18 |
| | 鈴木書店 | 中野1612 | お茶の西沢園 | 岩船311-4 |
| | (有)竹内製印社 | 中央2-1-36 | (有)水橋酒店 | 三好町2-2-26 |
| | あおきや呉服店 | 中央4-1-3 | オブチ時計店 | 中央2-3-9 |
| 食べる | (有)和喜多 | 中央1-10-4 | (有)千代田屋 | 中央1-5-15 |
| | トヨツヤ分店 | 中央1-5-13 | (有)丸屋製菓舗 | 中央4-4-15 |
| | あま太郎食堂 | 中央4-1-2 | (有)バロンミヨシ | 中央1-8-10 |
| | (有)信濃ハム | 中央4-4-32 | そば・飲み処一心 | 中央1-5-16 |
| | (有)すきやき | 中央1-11-20 | 金長食堂 | 中央1-10-3 |
| | ティールーム | 三好町2-4-22 | (有)森田魚店 | 三好町2-2-6 |
| | 食堂きらく園 | 永江2188-1 | | |
| | 田中理容館 | 中央1-6-15 | ヘアーサロンK | 三好町2-2-4 |
| | トミー美容院 | 中央1-4-12 | | |
| | (有)はなとも | 中央1-8-5 | (株)花物語 | 岩船424-3 |
| その他 | (有)本山商会 | 岩船329-14 | JOY パソコンスクール 中野校 | 草間1744 小池ビル2階 |
| | 行政書士 館田法務事務所 | 越1544-2 | | |

※ 詳しくは、市公式ホームページでご案内しています。

9月の市議会定例会報告

9月2日から21日まで、20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4件、予算案10件、決算認定14件、事件案1件、人事案2件のあわせて32件が審議され、いずれも原案どおり可決等となりました。また、議員提案による意見書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。



専決処分の報告

「平成22年度中野市一般会計補正予算(第3号)」の専決処分の報告

条例

「中野市消防団員等公務災害補償条例」の一部改正
「中野市国民健康保険条例」の一部改正

「中野市営住宅等に関する条例」の一部改正

公営住宅における暴力団排除に関する国の方針に基づき、市営住宅の入居者などの生活の安全と平穩を確保し、公営住宅制度への信頼を確保するため、所要の改正を行いました。

「中野市若者住宅条例」の一部改正

補正予算

《一般会計》
平成22年度の一般会計予算に、9億8669万8千円を追加して、補正後の予算総額を、207億667万5千円

としました。主な歳出の内容は、次のとおりです。

《総務費》 ●基金積立金5億5740万9千円、減債基金積立金1億9650万9千円をそれぞれ増額

《民生費》 ●在宅福祉事業費で、補助金4000万円の追加 ●施設開設準備経費助成特別対策事業費で、補助金240万円の追加

《衛生費》 ●一般管理事務費で、国庫補助金返還金212万9千円を追加 ●緊急医療体制支援事業費で、補助金966万9千円の増額 ●健康づくり推進事業費で、嘱託員報酬352万9千円の増額 ●環境保全対策事業費で、補助金360万円の増額

《農林水産業費》 ●農作物有害鳥獣対策事業費で、備品購入費および補助金145万円の増額 ●農道等施設維持管理事業費で、小規模修繕工事費250万円の増額 ●市単かんがい排水事業費で、水路改修工事費123万9千円の増額、水路修繕用材料費302万9千円の増額 ●農業用水路等維持管理事業費で、水路等修繕工事費1000万円の増額

《土木費》 ●幹線道路整備事業費で、埋蔵文化財発掘調査委託料等1229万9千円を減額

道路改良工事費2128万9千円を増額、道路用地取得費779万9千円の減額、支障物件補償料1790万9千円を増額 ●生活道路整備事業費で、道路改良工事費353万9千円を減額、支障物件補償料512万9千円を増額 ●舗装事業費で、舗装新設工事費300万9千円を増額 ●道路維持事業費で、道路等修繕工事費2000万9千円を増額 ●除雪事業費で、消雪施設修繕工事費361万9千円を増額 ●街路整備事業費で、物件調査業務委託料105万9千円を追加、支障物件補償料5737万9千円を増額 ●公園緑地管理事業費で、公園施設整備工事費412万9千円を増額 ●公園整備事業費で、実施設計委託料100万9千円を減額、公園整備工事費444万9千円を増額 ●草間山土地利用促進事業費で、道路用地取得費2952万9千円を増額

《消防費》 ●消防施設管理事業費で、消防施設整備事業補助金200万9千円を追加

《特別会計》
《国民健康保険事業》 ●財政調整基金積立金および療養給付費交付金清算金など1億2285万9千円を増額

《老人保健医療事業》 ●国庫負担金および支払基金交付金

返還金43万9千円を追加
《後期高齢者医療事業》 ●後期高齢者医療広域連合納付金118万9千円を増額

《介護保険事業》 ●介護給付費準備基金積立金および国庫負担金返還金など2393万9千円を増額

《優待財産事業》 ●財産区財産造成基金積立金294万9千円を増額

《下水道事業》 ●汚泥処分委託料578万9千円を増額

《農業集落排水事業》 ●舗装本復旧工事費など685万9千円を増額

《企業会計》
《水道事業》 ●水道事業費用で、水源施設および電気機械設備点検に係る委託料など388万9千円を増額

《永田財産区管理委員》
黒岩良人さんを選任することに同意を得ました。

《人権擁護委員》
小林喜世子さん、西原久恵さんが任期満了となることから、引き続きそれぞれの委員を候補者として推薦することが適任と認められました。

関一也さんに 栄誉賞



▲小田切市長から表彰状を手渡される関一也さん

9月16日(木)、市役所で栄誉賞の表彰式を行いました。今回、受賞したのは、長野市の長野理容美容専門学校に通う、市内東吉田在住の、関一也さんです。



関さんは、5月に広島県で開催された「第39回全日本フィールドアーチェリー選手権大会」で優勝し、ハンガリーのブダペストで開かれた世界選手権大会に出場されました。表彰式では、関係者が出席する中、小田切市長から表彰状と記念品が手渡されました。栄誉賞は、「スポーツの分野において顕著な成績をあげたもの又は学術、芸術その他の分野において文化の興隆に貢献したもので、市民に明るい希望を与えたもの」に対して表彰することとしています。

土偶の愛称が

『姥ヶ沢ビーナス』に決定

中野市立博物館では、姥ヶ沢遺跡（大俣）から出土した土偶の愛称を、今年1月から3月にかけて募集しました。県内外から742件の応募をいただき、土偶に対する関心の高さがうかがえます。

土偶の愛称は、8月に開催された中野市立博物館協議会（会長小林達雄・國學院大學名誉教授）で審議され、応募数の最も多かった「姥ヶ沢のビーナス」（242件）と、名称の趣旨が同じである「姥ヶ沢ビーナス」（6件）を参考に、土偶の愛称として出土地を明確に表した「姥ヶ



▲愛称が「姥ヶ沢ビーナス」に決定

沢ビーナス」がふさわしいと決定しました。

姥ヶ沢遺跡で発見された立像土偶は、それまで自立させることができなかった土偶が自立できるように造形される段階のものと考えられ、ほぼ完全な形に復元されていることから、学術的に貴重な資料です。

昨年は、イギリスの大英博物館で開催された土偶展に出品されるなど、世界的にも注目されています。

問い合わせ先
市立博物館 ☎(22)2005

旧中野高等学校跡地利活用などについて

住民懇談会を開催します

市が抱えている諸問題に関する状況報告や市の考え方を直接市民の皆さんにお伝えし、ご意見を伺うため、左表のとおり、住民懇談会を開催します。大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

懇談内容

- ◎旧中野高校跡地利活用
- ◎財政状況
- ◎後期基本計画の策定

※終了後お帰りの際も、送迎バスをご利用いただけます。問い合わせ先
市役所政策情報課政策推進係 ☎(22)2111（内線216）

| 開催日時 | 会場 | 対象地域 (中学校区) | 送迎バス出発場所 (出発時間) |
|----------------------|--------------------|----------------|---|
| 10月19日(火) 午後7時～9時 | 北部公民館 会議室 | 高社 | J A 倭支所(6時) J A 長丘支所(6時20分) J A 平岡支所(6時35分) J A 科野支所(6時45分) →北部公民館(6時50分) |
| 10月20日(水) 午後7時～9時 | 豊田支所 大会議室 | 豊田 | 上今井公民館(6時40分) →豊田支所(6時50分) 永田サ-ビスステ-ション(6時40分) →豊田支所(6時50分) |
| 10月21日(木) 午後7時～9時 | 西部公民館 講堂 | 中野平 | J A 平野支所(6時30分) J A 高丘支所(6時40分) →西部公民館(6時50分) |
| 10月25日(月) 午後7時～9時 | 市民会館 41号 会議室 | 南宮 | J A 日野支所(6時25分) J A 延徳支所(6時40分) →市民会館(6時50分) |

※対象地域以外の会場も自由にご参加いただけます。

ポイ捨て防止看板の図案が決定



【小学生の部 最優秀賞】
科野小(4年) 池田章太郎さん



【中学生の部 最優秀賞】
中野平中(3年) 網嶋映希さん

市では、道路への空き缶などの「ポイ捨て」を未然に防ぐため、啓発看板を設置しています。

市内の小・中学生から看板の図案を募集したところ、153点の応募があり、選考の結果、最優秀作品などを決定しました。

小学生の部・中学生の部それぞれの最優秀作品は、国道292号長丘バイパスに設置する看板の図案として採用します。また、優秀賞、金賞の作品は、市役所環境課が発行する冊子などで使用します。

問い合わせ先
市役所環境課衛生係 ☎(22)2111（内線245）



【小学生の部 優秀賞】
平岡小(5年) 小林茉奈佳さん



【中学生の部 優秀賞】
中野平中(3年) 赤松穂江さん



【小学生の部 金賞】
平岡小(6年) 土屋七彩さん



【中学生の部 金賞】
中野平中(2年) 丸山雄己さん

エルタックス 電子申告

エルタックス (eLTAX) とは
地方税ポータルシステムの呼称で、地方税における手続きをインターネットを利用して電子的に行うシステムです。主に、個人住民税関係、法人市民税関係、固定資産税関係などの手続きがご利用いただけます。

サービスが一時停止します

エルタックス（インターネットを利用して地方税の電子申告システム）のサービスが、システム機器などの全面入れ替えに伴い、一時停止されます。

ご利用の皆さんには、大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力よろしく願います。

サービス停止期間
11月18日(木)～25日(木)
停止するサービス エルタックスに関する全サービス(利用届け出、電子申告、電子納税)

問い合わせ先
市役所税務課課税係 ☎(22)2111（内線225）
<http://www.eltax.jp/>

「個人住民税の特別徴収」導入にご協力ください

個人住民税の特別徴収は、給与支払者（給与などを支払う会社や個人）が、給与所得者（従業員）に毎月支払う給与から個人住民税を引き落とし、従業員に代わって市へ納入していただく制度です。

地方税法、市税条例では、所得税法に基づき、給与支払者は原則として、従業員数にかかわらず個人住民税を特別

徴収しなければならぬこととされています。

また、特別徴収を導入していない給与支払者は、導入にご協力をお願いします。

特別徴収制度のメリット

- ①従業員の方にとって、個々に税金を納める手間が省けらるとともに納め忘れがなくなります。
- ②納期が毎月、6月から翌年

5月までの12期分割であるため、1期当たりの税負担が少なくなります。

③税額計算は市が行い、通知するため、所得税のように給与支払者が税額を計算する必要はありません。

問い合わせ先
市役所税務課課税係 ☎(22)2111（内線225）

今年のテーマは「家族」



「信州中野の二文字大賞」家族に対する想い漢字一文字を募集します！

人は、家庭という家族の営みの中で、さまざまな想いを描きながら生活しています。家族のあり方がさまざまに変化してきている現代、あなたが感じている家族、想い描く家族とはいったいどんなものでしょうか。そんな想いや改めて家族のあり方を見つめ直すきっかけとして、漢字一文字に表現してみましよう。大勢の皆さんのご応募をお待ちしています。

応募用紙、応募箱の設置場所 市役所総合案内、豊田支所 市教育委員会事務局生涯学習課、市内小中学校、各公民館、市立図書館、市立博物館、中山晋平記念館、高野辰之記念館、中野陣屋・県庁記念館、ばんぼこの湯 もみじ荘、まだらおの湯にあります。

※応募用紙は市公式ホームページからもダウンロードできます。

募集期限 12月4日(金)

結果発表など 大賞の一文字は、来年2月に開催予定の『生涯学習市民のつどい』で発表するほか、市で行うイベントなどで活用します。また、広報なかの平成23年3月号や市公式ホームページに掲載します

応募方法 今月号の「広報なかの」に挟み込んだ応募用紙に漢字一文字とその理由住所、氏名、年齢を明記の上、直接持参していただくか、市内の公共施設などに設置した応募箱へ投かんしてください。はがき、ファクス、Eメールなどの電子申請サービス(携帯電話可)でもご応募いただけます。

お問い合わせ・応募先 中野市大字豊津2508番地 中野市教育委員会事務局 生涯学習課 生涯学習推進係 ☎3112(内線543) ファクス ☎3117 Eメール shogai@city.nakano.nagano.jp

市街地の賑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ため、観光ボランティアガイドの案内により市内名所・イベントを巡る「第2回なかの巡りEYEウォーク」を開催します。まだ、お申し込みいただけない方は、ぜひお申し込みください。当日は、SBCラジオの生中継もあります。

期日 10月23日(土) 時間 午前10時(出発式)午後1時ごろ(ゴール) 集合 高梨館跡公園(受付・出発式・スタート) 主会場(ゴール) 中野陣屋前広場 駐車場 旧中野高等学校グラウンド コース ①「参道を歩こう」歴史ある神社仏閣を巡るコース(4・5キ) ②「山道を歩こう」高梨氏縁の地巡りと鴨ヶ岳登山コース(4・6キ)

③「美知を歩こう」高梨氏縁の地巡りと土人形絵付け体験コース(2・5キ) 募集定員 各コース50人(計150人) ※小学生以下は保護者と共に申し込みください。 参加賞 記念品 参加費 無料 申込期限 10月12日(火) お問い合わせ・申込先 なかの街並みウォーキング実行委員会事務局(市役所商工観光課内) ☎2111(内線256) 信州なかの観光協会 ☎2111



未知を歩こう。 信州 信州デザインエーションキャンペーン 2010.10.1-12.31

土人形絵付けコンテスト

作品募集中!

中野市は、流入経路も特徴も異なる二系統の中野土人形が昔ながらの伝統技法で現在も制作されている全国に類を見ない地域です。毎年3月に行われる中野ひな市の即売に全国から愛好家が集まる「土人形の里」で、土人形の愛らしさと素朴さを感じてみませんか。今年も、土人形絵付けコンテストを行いますので、この機会にぜひ体験してみたいかがでしょうか。大勢の皆さんのご応募をお待ちしています。



▼▲昨年の各部門最優秀賞作品

応募点数 一人1点 応募料 無料(ただし材料費として人形代を小学校の部は100円、一般の部は300円を負担していただきます) 部門 ・小学校低学年(以下)の部 ・小学校高学年の部 ・一般の部 応募締め切り 平成23年1月31日(月) 午後4時 ※応募点数の合計が1000点に達した時点で締め切りとなります。

各賞(各部門ごと) ・最優秀賞1点 ・優秀賞3点 ・佳作10点 結果発表 平成23年3月上旬、「広報なかの」などで発表。表彰式 平成23年3月27日(日) 展示会(応募全作品) 平成23年3月27日(日)〜4月1日(金) ※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/ お問い合わせ先 日本土人形資料館 ☎0730 市役所商工観光課観光係 ☎2111(内線259)



▲あんと市 ▼秋の高梨まつり

※当日は、中野陣屋前広場で「なかのEbesa(九齋市、THE☆若者・まちなか音楽会など)」、日本土人形資料館で「日本土人形資料館まつり」、高梨館跡公園で「秋の高梨まつり」、東横町で「あんと市」がそれぞれ開催されます。事前申込は不要です。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

日本土人形資料館まつり



期日 10月23日(土) 時間 午前10時~午後2時 会場 日本土人形資料館・巡り逢いの丘 内容 (1)土人形制作体験コーナー (2)月の兎コーナー(「月の兎」関連グッズの販売) (3)食べる・買うコーナー(きのこ汁無料サービス、特産品の販売) (4)キッズコーナー(粘土で干支の型抜き体験など) (5)抹茶のサービス その他 先着50名様にカットえのきをプレゼントします。お問い合わせ先 日本土人形資料館 ☎(26)0730

中野市の人事行政の運営等の状況を公表します

I 職員の任免と職員数に関する状況

①部門別職員数の状況と主な増減理由（各年4月1日現在）

| 部 門 | 職員数 | | 対前年増減数 | |
|-----------|-------|-------|--------|----|
| | 平成21年 | 平成22年 | | |
| 一般行政部門 | 議 会 | 5 | 5 | 0 |
| | 総務企画 | 85 | 84 | △1 |
| | 税 務 | 23 | 23 | 0 |
| | 民生 | 131 | 129 | △2 |
| | 衛生 | 31 | 30 | △1 |
| | 労働 | 3 | 3 | 0 |
| | 農林水産 | 24 | 25 | 1 |
| | 商 工 | 10 | 10 | 0 |
| | 土 木 | 34 | 33 | △1 |
| | 小 計 | 346 | 342 | △4 |
| 特別行政部門 | 教 育 | 51 | 51 | 0 |
| | 小 計 | 51 | 51 | 0 |
| 公営企業等会計部門 | 水 道 | 12 | 10 | △2 |
| | 下 水 道 | 13 | 12 | △1 |
| | そ の 他 | 24 | 25 | 1 |
| | 小 計 | 49 | 47 | △2 |
| 合 計 | 446 | 440 | △6 | |

II 職員の給与の状況

①人件費と職員給与費の状況

（ア）人件費の状況（平成21年度普通会計決算）

| 住民基本台帳人口（年度末） | 歳出額（A） | 人件費（B） | 人件費率（B/A） |
|---------------|------------|-----------|-----------|
| 人 | 千円 | 千円 | % |
| 46,965 | 20,550,863 | 3,668,465 | 17.9 |

注）人件費には、特別職に支給される給料、報酬を含みます。

②職員の平均給料・給与月額と平均年齢の状況(平成22年4月1日現在)

| 職種 | 平均給料月額 | 平均年齢 |
|----------|-----------|--------|
| 一 般 行政 職 | 円 323,200 | 歳 42.6 |

④職務上の地位別職員数の状況（平成22年4月1日現在）

| 一 般 行政 職 | 区 分 | 1 級 | 2 級 | 3 級 | 4 級 | 5 級 | 6 級 | 7 級 | 合計 |
|----------|--------|-----|------|------|------|------|-----|-----|-----|
| | | | | | | | | | |
| | 職員数（人） | 16 | 35 | 134 | 36 | 33 | 20 | 10 | 284 |
| | 構成比（%） | 5.6 | 12.3 | 47.2 | 12.7 | 11.6 | 7.0 | 3.5 | 100 |

⑤職員手当の状況（平成22年4月1日現在）

| 期末・勤勉手当6月期(特定幹部職員) | 期末 1.25月分(1.10月分) | 勤勉 0.70月分(0.85月分) | 退職手当 勤続20年 | 自己都合 23.50月分 | 勤奨定年 30.55月分 | ※期末・勤勉手当は、職務上の段階、職務の級などにより、加算措置があります。 |
|--------------------|-------------------|-------------------|------------|--------------|--------------|---|
| 12月期(特定幹部職員) | 1.40月分(1.15月分) | 0.65月分(0.90月分) | 勤続25年 | 33.50月分 | 41.34月分 | ※このほか、特殊勤務手当、扶養手当、住居手当、通勤手当、管理職手当、日宿直手当、寒冷地手当、時間外勤務手当などがあります。 |
| 合計(特定幹部職員) | 2.65月分(2.25月分) | 1.35月分(1.75月分) | 最高限度 | 59.28月分 | 59.28月分 | |
| | | | その他特例 | 退職時特別昇給なし | | |

⑥特別職の報酬などの状況（平成22年4月1日現在）

| 区 分 | 給料月額（円） | 区 分 | 報酬月額（円） | 期末手当支給割合 |
|-----|---------|-------|---------|----------------------------------|
| 市 長 | 821,300 | 議 長 | 384,200 | 6月期 1.45月 12月期 1.65月（計3.10月分） |
| 副市長 | 669,600 | 副 議 長 | 325,300 | |
| 教育長 | 573,800 | 議 員 | 302,400 | |

III 職員の勤務時間とその他の勤務条件の状況

職員の勤務時間は1日7時45分、週38時45分であり、原則、始業時間が午前8時30分、終業時間が午後5時15分です。また、休暇などの種類には、年次休暇、療養休暇、特別休暇（公民権の行使、職員の結婚、職員の出産、忌引など）、介護休暇、組合休暇、育児休業があります。なお、年次休暇の取得状況、育児休業および介護休暇の取得状況は、次頁冒頭①、②のとおりです。

◀増減理由

主な増員理由は、農林水産業務増、公営企業等会計部門の管理職員の専任化などによるものであり、主な減員理由は、事務の統廃合縮小、保健師業務の見直しおよび車両整備業務の嘱託化などによるものです。

※職員数は一般職に属する職員。地方公務員の身分を持つ休職者などを含みます。（一部事務組合などの派遣職員および臨時などの非常勤職員を除く）

▶増減理由

主な増員理由は、農林水産業務増、公営企業等会計部門の管理職員の専任化などによるものであり、主な減員理由は、事務の統廃合縮小、保健師業務の見直しおよび車両整備業務の嘱託化などによるものです。

※職員数は一般職に属する職員。地方公務員の身分を持つ休職者などを含みます。（一部事務組合などの派遣職員および臨時などの非常勤職員を除く）

②採用職員と退職職員

| 採用者数 | 退職者数 |
|------|------|
| 13人 | 21人 |

採用者数は、平成22年4月1日の採用者数であり、退職者数は平成21年4月1日から平成22年3月31日の退職者数（一部事務組合等派遣職員を含む）

①年次休暇取得状況

| 平均取得日数 | 9.5日 |
|--------|------|
|--------|------|

(注)年次休暇の平均取得日数は、平成21年1月1日から12月31日までの、1人当たりのものです。

②育児休業の取得状況（平成21年度）

| 取得者数 | | 取得期間 | | | |
|------|-----|-------|------------|-----------|----------|
| 男 | 女 | 3カ月以下 | 3カ月超え6カ月以下 | 6カ月超え1年以下 | 1年超え3年以下 |
| 人 0 | 人 8 | 人 0 | 人 0 | 人 2 | 人 6 |

（注）年度中に新たに取得した職員数

IV 職員の分限と懲戒処分などの状況

分限処分者数および懲戒処分者などの数（平成21年度）

| 分限処分者 | | | | | 懲戒処分者 | | | | | 訓告等 |
|-------|-----|-----|-----|-----|-------|-----|-----|-----|-----|------|
| 免職 | 休職 | 降任 | 降格 | 小計 | 免職 | 休職 | 降任 | 降格 | 小計 | |
| 人 0 | 人 3 | 人 0 | 人 0 | 人 3 | 人 0 | 人 0 | 人 0 | 人 0 | 人 0 | 人 12 |

◎分限処分…職員がその職責を十分に果たすことができない場合に行われる処分で、公務能率の維持を目的となされます。

◎懲戒処分…職員の一定の義務違反に対する道義的責任を問うための処分で、公務における規律と秩序を維持することを目的としてなされます。

◎訓告等…処分ではないが、自己の行為に対する責任を自覚させ、将来を戒めて職務遂行に対する姿勢の改善、意識向上などを目的となされます。

VI 職員の研修と勤務成績の評定の状況

①研修開催状況（平成21年度）

| 独自研修 | その他研修 |
|------|--------------|
| 11件 | 884人 25件 89人 |

（注）受講者は延べ人数です。

②勤務成績の評定の状況

勤務評定による人事および昇給・手当へ反映させるための人事評価制度については、試行期間中であり、処遇への反映は、制度の構築後、段階的に行う予定です。

VII 職員の福祉と利益の保護の状況

①公務災害などの概要

公務上、通勤途上の災害により、負傷等または死亡した場合には、地方公務員災害補償基金から一定の補償が行われます。

②福利厚生制度

職員の福利厚生制度として、地方公務員法第42条の規定に基づき、中野市職員互助会を設置し、各種事業を実施しています。この互助会は、職員からの会費と市の補助金などで運営されています。また、職員の共済制度は、地方公務員法等共済組合法に基づき、職員と市において分担・拠出する財源により、厚生年金、国民年金、健康保険および国民健康保険と同様の社会保険制度です。

VIII その他市長が必要と認める事項

（1）定員適正化計画

平成18年4月1日から平成22年4月1日までの5年間を数値目標の設定期間とする「中野市定員適正化計画」を平成17年度に策定しました。この計画は、「中野市行政改革大綱と実行計画（集中改革プラン）」に反映し、スリムで効率的な行政運営の運営の構築による職員数の抑制を進めます。なお、詳細については市公式ホームページで公表しています。

◎目標（数・率）…平成22年4月1日における職員数は445人となります。これは平成17年4月1日現在の職員数482人から37人（7.7％）を減員したものととなります。

年度別採用計画および進捗状況

| 年度 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 計 |
|----|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 計画 | 退職予定者数 | 6 | 9 | 9 | 17 | 11 | 52 |
| | 採用予定者数 | 5 | 3 | 1 | 4 | 2 | 15 |
| | 増減員数 | △1 | △6 | △8 | △13 | △9 | △37 |
| 実績 | 増減員数 | △2 | △16 | △9 | △9 | △6 | △42 |
| | 職員数 | 482 | 480 | 464 | 455 | 446 | 440 |

（注1）各年度、退職予定者は3月31日、採用予定者は翌年度の4月1日現在における職員数

（注2）実績欄の職員数は、各年度4月1日現在の職員数（教育長を含み、一部事務組合、広域連合派遣職員は除く）

V 職員のサービスの状況

職員は全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、全力で職務遂行しなければいけません。職務の遂行にあたって職員が守るべき義務は次のとおりです。

①職務命令等に従う義務②信用失墜行為の禁止③守秘義務④職務専念義務⑤政治的行為の制限⑥争議行為の禁止⑦営利企業等の従事制限

◎分限処分…職員がその職責を十分に果たすことができない場合に行われる処分で、公務能率の維持を目的となされます。

◎懲戒処分…職員の一定の義務違反に対する道義的責任を問うための処分で、公務における規律と秩序を維持することを目的としてなされます。

◎訓告等…処分ではないが、自己の行為に対する責任を自覚させ、将来を戒めて職務遂行に対する姿勢の改善、意識向上などを目的となされます。

平成22年度研修計画

| 区分 | 内容 |
|------------|---|
| 独自研修 | 新規採用職員研修会、情報セキュリティ研修、窓口接客とクレーム対応研修、中堅職員通信研修、法制執務研修、人権教育研修、リスクマネジメント研修、交通安全運転講習、中堅職員体験研修、政策法務研修、人事評価制度研修、新規採用職員事前研修など |
| 市以外が主催する研修 | 部課長研修、管理者研修、主査研修、係長研修、一般行政職員研修、新規採用職員研修、電子自治体推進研修、財務会計事務研修、公営企業経理事務研修、税務職員初任者研修、中堅行政職員研修、財務事務研修、法制執務（基礎）研修、法制執務（応用）研修、償却資産事務研修、土地評価事務研修、住民税事務研修など |

（2）嘱託・臨時職員の状況

I 職員数（平成22年4月1日現在）

| 区分 | 職員数 | 保育所関係 | 小・中学校関係 | その他 |
|------|------|-------|---------|------|
| 嘱託職員 | 204人 | 117人 | 9人 | 78人 |
| 臨時職員 | 227人 | 52人 | 72人 | 103人 |

II 報酬および賃金について（平成22年度）

①嘱託職員報酬月額

・統括的な事務および管理を行う事務局の長および施設の長 186,200円
・教諭、学芸員、介護支援専門員 174,200円
・指導員、児童厚生員、母子相談員 157,700円
・栄養士、歯科衛生士 142,100円
・保育士 142,100円~157,700円
・運転業務、調理技師、施設などの維持、管理業務、一般 137,600円（正規職員の配置されていない職場の主となる調理技師は139,900円）
・保健師、精神保健福祉士などの専門職種は、別途、市長が認める額
※報酬月額のほかに6月および12月に1.0月分以内の割増報酬を支給しています。

②臨時職員賃金（1時間当たり）

・一般事務、学校事務、図書事務、施設などの維持管理業務 742円
・調理技師、指導員 755円
・保育士、児童厚生員 767円
・長時間保育士 928円~957円
※通勤手当 2km以上5km未満…1日150円／5km以上…1日200円
※年末一時金…12月に1.0月分以内の年末一時金を支給しています。

中野市産キノコが当たる おいしい年賀状を予約販売

年賀状みほん



販売価格 はがき1枚50円
(市のPR部分の印刷費は市が負担します。はがきは、インクジェットはがきです)
予約方法 申込書に必要事項を記入し、代金を添えて(助中野市産業公社にお申し込みください。申込用紙は、市役所総合案内窓口、豊田支所窓口、(助)中野市産業公社のほか、市公式ホームページからダウンロードできます。
予約期限 10月22日(金)必着

ハガキのお渡し 11月下旬
当選商品 中野市産キノコセット
当選者 ◎年賀状を購入された方(10名) ◎受け取った方(100名)
当選発表 市公式ホームページ(更新日は、平成23年2月1日(火))および広報なかの平成23年2月号に、当選番号、当選の申し出方法、期限、賞品受け取り方法などを掲載します。
問い合わせ先
市役所売れる農業推進室推進係
☎(22)2111(内線381)
(助)中野市産業公社
☎(22)2111(内線299)

市内の農産物や特産品などを集めた 2010秋冬のギフトカタログ



▲今回発行したギフトカタログ

市内の農産物や特産品などを集めた『2010秋冬のギフト』を発行しました。旬の農産物を幅広く取り揃え、定番商品の加工品や、市内でお楽しみいただける体験メニューなどを数多く掲載しています。この秋冬のギフトカタログは、10月初旬に全戸配布します。

また、ふるさと信州中野会会員への送付や、姉妹都市での全戸配布、各種イベントなどでも配布、PRしています。

お世話になった方や親しい方などへの贈り物にどうぞご利用ください。

ギフトの取り扱い
(助)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推進係
☎(22)2111(内線381)

消費生活相談

消費者トラブルと解決法【第2回】

次のような相談が増えています。消費者トラブルは身近な問題です。

【アポイントメント商法(未成年者の契約)】



事例…出会い系サイトで知り合った男性から、「僕のデザインした洋服を買ってほしい」と言われ、高額な商品の契約をしてしまった。(19歳女性)

アドバイス…商品が高額な場合は、その場で契約せず早めに家族などに相談しましょう。

解決方法…契約日から8日以内であれば、「クーリング・オフ」ができます。(広報なかの9月号参照)

8日経過後でも契約者が未成年の場合は、法定代理人(通常は両親)の同意を得ていない契約を取り消すことができます。契約を取り消すと、契約は始めからなかったこととなります。事業者に契約取消通知書を配達証明郵便で送付します。

※取消通知の書き方や既に代金を支払った場合など、ご不明な点は下記までご相談ください。

問い合わせ先
市役所市民課生活交通安全係
☎(22)2111(内線238)
県長野消費生活センター
☎026(223)6777

「売れ農」情報局



市内のリンゴ畑では、赤く色づいたリンゴが、たわわに実り、収穫が始まっています。

今年、異常気象の影響などで、若干生育が遅れたものの、平年並みの収穫が見込まれています。栄養価の高いリンゴは、

生食はもちろん、ジュースやお菓子、カレーや煮物などの料理にも利用できる万能果物です。リンゴの選び方 つるが、みずみずしく、はりのあるものが新鮮で、つるが太ければ栄養がたくさん吸収できるため、おいしいリンゴの目安となります。

ブドウ糖などの糖質で、酸味は、リンゴ酸とクエン酸です。カリウムなどのミネラル類、ペクチンという食物繊維が豊富に含まれています。



「コミュニティ」助成事業で 備品を整備しました

岩井区では、祭典などに使用する備品の老朽化が進み、祭典用品などの新調は区民の悲願でありました。

今回、(助)長野県市町村振興協会のコミュニティ助成事業(宝くじの普及広報事業)を活用して、御神楽、ほうづき提灯、締め太鼓、神楽幕、獅子頭、長持ち、法被・帯(大人用・子ども用)、テレビ、ブルーレイディスクレコーダー、ビデオカメラ、ワイアレスアンプ、ワイアレスマイクを整備しました。



▲岩井区で新調した備品(写真上)

ティ活動に支障を来していました。今回、(助)長野県市町村振興協会のコミュニティ助成事業(宝くじの普及広報事業)を活用して、またい、締め太鼓、胴長太鼓、獅子頭、獅子のほろ、楽太鼓を整備しました。この事業により、両区では区民の地域行事への参加を促し、区民の触れ合いを通じて伝統文化の継承とコミュニティ活動の一層の推進が図られます。



▲上今井区で新調した備品(写真上)

問い合わせ先
市役所政策情報課政策推進係
☎(22)2111(内線216)

こんにちは 電話医療相談所です



Q 朝、起きてから目まいがしています。今までは、こんなことはなかったのですが心配です。

A 【目まいの原因】
耳や脳の病気などが考えられます。高血圧、低血圧、不整脈、低血糖、貧血、ストレスなどでも起こる場合があります。

【目まいが起きた時は】
①自分が楽な姿勢をとり(横になる、座るなど) 目まいが治まるのを待つ。
②光の刺激が目まいを悪化させることがあるので、部屋を少し暗くする。屋外に居るときは、日陰に入る。
③不安な気持ちや、目まいを悪化させることがあるので、気持ちを落ち着かせる。
④目まいが治まらず、ろれつが回らない、歩行障害、頭痛などの症状がある場合は、すぐに医療機関を受診してください。

【医療機関にかかるときは】
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5522)

【日常生活で心掛けること】
睡眠を十分にとり、規則正しい生活をしましょう。
ストレスを、ためないよう、気分転換をしましょう。
全身の血流をよくするため、適度な運動をしましょう。

電話医療相談所ではこの4月から開所時間が変わりました。土・日・祝日を除く平日、午前8時30分から午後10時まで、看護師や保健師が相談をお受けしておりますので、相談のある場合は☎(22)0300にお電話ください。

平成23年度 保育所の入所申し込みの受け付けが始まります

来年度4月から新たに保育所に入所を希望される児童の入所申し込みを受け付けます。育児休業の終了などのため年度途中から入所を希望される方、4月から保育所を移りたい方もこの期間中にお申し込みください。

なお、定員を超えて申し込みがあった保育所については

選考となり、希望に添えない場合がありますので、ご了承ください。

申込期間 11月1日(月)から15日(月)まで
 入所基準 保護者および同居の家族が仕事や病気などの都合により、家庭で保育できない児童



保育時間 午前8時30分から午後4時30分まで(土曜日は正午まで)

▼市内保育所の所在地・電話番号

| 保育所名 | 所在地 | 電話 |
|-------------|-------------|-----------|
| みなみ保育園 | 新野 335 番地 | (26) 2187 |
| 平野保育園 | 片塩 41 番地 | (22) 6302 |
| 西町保育園 | 三好町一丁目6番10号 | (22) 3324 |
| 松川保育園 | 中野 1461 番地1 | (22) 2248 |
| みよし保育園 | 三好町二丁目4番9号 | (22) 3244 |
| 高丘保育園 | 草間 1502 番地 | (22) 2731 |
| 長丘保育園 | 壁田 1573 番地3 | (22) 6390 |
| 平岡保育園 | 間長瀬 496 番地2 | (26) 2525 |
| たかやしろ保育園 | 赤岩 1525 番地2 | (22) 6611 |
| 永田保育園 | 永江 1861 番地 | (38) 2530 |
| 豊井保育園 | 豊津 3079 番地1 | (38) 2123 |
| (私立) ひよこ保育園 | 東山 1134 番地4 | (24) 5155 |

☆長時間保育が必要な方は：仕事の都合などで長時間保育が必要な方は、入所申込書と一緒に「長時間保育申込書」を提出してください。

この場合、通常保育料のほかに、長時間保育料を負担していただきます。

入所申込書 10月18日(月)から各保育所、市役所保育課、豊田支所地域振興課、各子育て支援センターに用意します。

入所申込書受付場所 各保育所、市役所保育課

問い合わせ先 市役所保育課保育係
 ☎(22) 2111 (内線293)

北信広域連合職員採用試験

○中級選考試験(看護師) 平成23年4月採用予定

| 職種 | 予定人員 | 職務内容 | 受験資格 | 年齢要件 | 試験内容 | 試験日時 | 試験会場 |
|-----|------|------|---------------------------------|--------------------|--------------|-------------------|------------|
| 看護師 | 若干名 | 看護業務 | 日本国籍を有し、看護師の資格を有する者。住所要件は問いません。 | 昭和30年4月2日以降に生まれた者。 | 論文試験 口述試験 | 11月19日(金) 午前9時 | 市役所 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、11月10日(水)までです。受付時間は、午前8時30分から午後5時15分まで、土曜日、日曜日、祝日は受け付けしません。なお、郵送は、11月10日(水)の消印まで有効です。
- ・申し込み方法は、試験申込書に必要事項を記入の上、北信広域連合事務局まで持参するか、または簡易書留など確実な方法で郵送してください。添付書類として、看護師資格が確認できる免許証などの写しを添付してください。
- ・その他詳細については、受験案内をご覧ください。

ホームページ <http://www.hokusin.or.jp/>

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

教育委員会だより

No.43 編集/中野市教育委員会

教育を拓く知恵

「文化力」で輝く子どもたち

人々が創り出した文化には人や地域を元気にしたり、暮らしをより良くしていく力、「文化力」があります。市民憲章の一つ、「音楽を愛し 伝統を重んじ 文化の香るまちをつくります」は、この「文化力」に注目しています。

公民館事業の「子ども音楽講座」を通して、そこに参加した子どもたちの姿から「文化力」の魅力や教育的な価値について考えてみたいと思います。

一流(本物)の演技に感動する子どもたち

子ども音楽講座「ミュージカルを楽しもう」には、三つの特色があります。

★ソプラノ歌手

東京学芸大学准教授

★バレエピアニスト

嶋崎裕美先生

★ミュージカルダンサー

福原智子先生
矢嶋美沙希先生

★ほか2人

一つ目の特色は、一流の指導者をお招きし、歌ったり、踊ったり、鑑賞する総合的なワークショップ方式は、す

子どもの力を引き出す一流の指導者

二つ目の特色は、子どもたちの可能性や良さを引き出すワークショップ方式で、ミュージカルを創り出そうとしたことです。

第1回講座(7月11日)では、参加者が好きな言葉を自由に出し合い、オリジナル曲「未来への一步」という、すばらしい詞を作り上げました。

年齢や学校を超えた集団活動

三つ目の特色は、市内の小中学生から高校生までの25人で構成されたということです。

活動の中で、年齢や学校を超えた仲間づくり、豊かになる表現力は、周囲の者に深い感動を与えました。第6回講座(9月5日)のまとめの会で、歌うこと、踊ること、心から楽しかった。もともとつと学びたい。(高学年女子)

本物に触れた笑顔がすばら



しかった。異年齢集団が悩み、ぶつかりながら創り上げていった舞台に感動し、涙が出ました。子どもを信じ、見守り、褒めることの母親の大切さに改めて気づきました。(保護者)

未来への一步
 作詞 子ども音楽講座参加者
 作曲 福原智子

①
 青い空 風を感じて
 自然の中 歩いていこう
 広い海 太陽の下
 光の中 歩いていこう
 生まれてきた このきせき
 夢 希望 勇気
 私たちは 一人じゃない
 明日をみんなで見に行こう
 この地球という星で生きていこう
 笑顔たやさず 過ごしていこう
 一日一日 大切に・・・
 家族や友と 生きていこう

②
 星空見て 夢をいだいて
 前を向いて 歩いていこう
 はるか地平線 さあ行こう
 手を取り合って 歩いていこう
 生まれてきた このきせき
 夢 希望 勇気
 私たちは 一人じゃない
 明日をみんなで見に行こう
 この地球という星で生きていこう
 笑顔たやさず 過ごしていこう
 一日一日 大切に・・・
 家族や友と 生きていこう

「文化力」は芸術分野だけでなく、日々の暮らしに生かすことも大きくかかわっています。例えば、「おやき」のような食文化から「わら細工」のような手作り工芸品まで、幅広く存在します。大量生産・消費の時代にこそ、「文化力」で、より質の高い教育環境を目指していきたいと考えています。

介護予防の情報かわら版

認知症と認知症サポーター

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気によるもので、85歳以上では、4人に1人の割合で、その症状があるといわれる身近な病気です。今後20年で倍増することが予想されています。

認知症になっても住み慣れた地域で、安心して暮らすことができるためには、地域の皆さんの正しい理解が必要となります。

認知症について、正しく理解していただくために認知症サポーター養成講座を開催しています。標準テキストに基づいて、ビデオ上映を交え、90分程度で行われます。

認知症サポーターには認知症を支援する「目印」として、ブレスレット（オレンジリング）が渡されます。

住み慣れた地域で 安心して暮らせるように



▲オレンジリング



▲認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、何か特別なことをする方ではありません。認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守る応援者として、自分のできる範囲で活動します。

自分自身の問題と認識し、友人や家族に学んだ知識を伝える、また、認知症の方や家族の気持ちを理解するよう努めることもサポーターの活動です。

これまで、認知症サポーター養成講座を中野市民生児

児童委員協議会・地区社会福祉協議会・地区いきいきサロン・立志館高校・北信総合病院・市役所などで開催してきました。市には、平成22年8月31日現在、576人の認知症サポーターがいます。

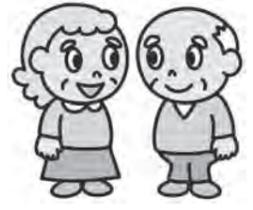
本年度は、1000人のサポーター養成を、目指しています。小学生以上の方なら、どなたでも受講できます。

認知症サポーター養成講座をご希望の方は、市役所地域包括支援センターまでご連絡ください。

『第4回認知症を考える会』を開催します

「認知症になっても自分らしく地域で暮らしていくために」をテーマに、毎年「認知症を考える会」を開催しています。今回は「成年後見制度」・「日常生活自立支援事業」について学びます。

期日 10月26日(火)
時間 午後1時30分～3時30分
(1時から受付)
会場 中央公民館3階講堂
演題 「守り合って、支え合って、安心のまちづくり」
講師 (社)長野県社会福祉士会
会員 小池正志氏
申し込み 不要
問い合わせ先
市役所地域包括支援センター
(2) 21111 (内線366)



- 成年後見制度とは？
認知症・知的障害・精神障害などによって判断能力が十分ではない方を法的に支援する制度です。
- 日常生活自立支援事業とは？
本人と社会福祉協議会との契約により、日常的な金銭管理を含めた生活に必要な手続きなどのお手伝いをします。

介護予防教室 「元気もりもり教室」

住み慣れた地域で、自分らしく暮らしていくために、介護予防教室「元気もりもり教室」を12回コースで開催しています。介護予防は、元気なときから、また、どういう状態の方でも取り組む必要があります。効果が得られるものです。是非、ご参加ください。

日程など詳しくは、お問い合わせください。

期日 平成23年3月まで(1グループ約3カ月)
時間 午前9時30分～11時30分
または、午後2時～4時
会場 ながでんハートネット倶楽部 駅前健康ぶらさ



内容 週に1回2時間程度。※運動前に行う体力測定と問診、理学療法士の評価により個々の体力に合わせた運動を行います。マシーンを使った運動、水中運動、自宅で行うボール体操などがあります。送迎も行なっています。

対象者 市内にお住まいの65歳以上の方で、生活機能評価を実施し、教室の該当になった方
定員 1グループ10人
問い合わせ・申込先
市役所地域包括支援センター
(2) 21111 (内線366)



一人で、どんな仕事でもできるように、頑張りたいと思います。



海谷 俊樹 さん
 【間長瀬・19歳】

このコーナーでは、市内で働く元気でフレッシュな皆さんを紹介していきます。
 今回は、高校を卒業後、眼科医療機器の製造会社に勤務している海谷俊樹さんに、お話をうかがいました。

— どのような仕事をされていますか？
 電子部品を基板に、はんだ付けをしたり、配線をコネクターにつなぐ作業をしています。はんだ付けは、はんだごてを基板に当て過ぎないように、素早く行うよう心掛けています。配線作業は、取り付けを間違えないように、慎重に行っています。



— 今後の抱負をお願いします。
 グループ作業なので、人思いやり、人付き合いを大切に、先輩の皆さんにいろいろ教えていただきながら、どんな仕事でも、こなせるように頑張っていきたいです。

— 今の仕事を選んだ理由はありますか？
 高校の電気科を卒業したので、学校で学んだ技術を生かしたいと思いました。高校での、はんだ付けの実習が、役に立っています。

また、物を造ることが好きだったので、今の仕事を選びました。

— 休日にはどのような過ごし方をしていますか。趣味はありますか。
 趣味は、中学生の時から始めたスノーボードです。

— 中野市にはどのようなイメージを持っていますか。
 農業が盛んな所で、果物がおいしいと思います。特に、リンゴやモモが好きです。

— 休日は、友達と一緒にカラオケやボウリングをしてリフレッシュしています。

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 10月25日(月)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



広報クイズ
 ■今月のプレゼント
 月の兔ストラップ
 ……5名
 問題
 土偶の愛称が、「●●●ビーンズ」に決定しました。

継承

中野が誇る伝統文化

第29回 ちぎり絵制作者 岩月友子 さん

ちぎり絵とは

さまざまな種類の和紙から色合いや繊維の質感など、作品のイメージに合ったものを選び、工夫を凝らして丁寧に手でちぎりながら、図案に沿って貼り付ける「ちぎり絵」。

初めに題材となる図案を写生し、それを台紙に写した後、チャコペーパーと呼ばれる複写用の紙を挟んで上からなぞって和紙に型を写し、繊維の向きに気を付けながらちぎった断片を大和のりで貼り付けていきます。

岩月さんがちぎり絵を始めたのは今から約30年前。小布施町で個展を開いていた池田みさ子さん(野沢温泉村)と出会ったことが縁で、月1回、池田さんの教室に通うようになり、そこから10年間通い続けました。



▲徹夜で制作することもあると語る、岩月さん

池田さんの師が名古屋にいた縁もあり、岩月さんは毎年7月に名古屋で開かれる作品展にも数多く出品し、受賞経験も6回とかなりの腕前です。現在、岩月さんは、中野市シニア大学の講師を務めるなど幅広く活躍されています。今までの約百の作品を手掛けてきましたが、制作には時間がかかり、年に3点完成させるのが精一杯だそうです。

ちぎり絵の魅力とは
 和紙独特の繊維が生み出す質感、柔らかさには何とも言えない気持ち良さがあります。また写真でなく、自ら写生した絵を題材として使用するため、完成したときの喜びは倍になります。時間もかかり苦労が多い創作も、終わってみれば楽しさで満たされます。指導する立場になつてから、多くの方々と出会い、楽しい時間を共有できたからこそ、今までちぎり絵を続けていくことができたと思います。

皆さんへのメッセージ
 毎日の楽しみが生きがいとなり、その積み重ねこそが、豊かな人生を送るために大切なのだと思います。

市民リレーインタビュー 走者 キャッチボール

No.37 阿部 一博さんから紹介された



町田 浩子 さん
 (団体職員・岩船)

①自己紹介
 趣味は読書で、最近読んだ作家は町田康です。休日は買い物をしたり、友人たちと遠出をしたりして楽しんでいます。

②今後チャレンジしたいこと
 スポーツの秋らしくソフトバレーボールやフィットネスに挑戦したいです。また、今年から生け花を始めたので、季節の草花をいろいろ生け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
 中野市の農産物は全国に誇れるものだと思うので、これからも農業が発展していく中野市であってほしいです。

大工になりたい



中野小学校 6年 湯出川 一樹 くん

ぼくの夢は大工になることです。
 なぜ大工かというと、学校の授業の中で一番図工が好きで、ものを作ることが大好きだからです。
 大工になったら、木で大きな家を作りたいです。それで、あちこちにぼくが作った家があるようにしたいです。そして、お金がたまったら、お父さんとお母

さんが住む家を建てて親孝行したいです。
 大工は人に家を作る仕事なので、家作りに命をかけて、欠かん住宅は絶対に作らないようにしたいです。そして、家を買う人に「あそここの家がいいな」と言ってもらえるような家を作りたいです。
 大工になるためには、頭が良くなってはいけません。大工はぼくにとって夢だけど、まだ夢でしかありません。
 今からたくさん勉強をして、大人の自分が大工になれるように、頑張っていきたいです。



No.66

2010信州中野環境祭

▶エコ活動を発表する子どもたち

9月26日、市民会館において、「明日のために今できること」をテーマに、信州中野環境祭を開催しました。このイベントは、環境問題を身近に感じ、楽しみながら知ってもらふことや環境問題への取り組みのきっかけづくりを目的としています。

当日は、環境問題に関する展示や、ごみ・資源物などを利用した各種体験コーナーが設けられ、大勢の家族連れの方々にぎわいました。



信州 なかののシンボル



NAKANO スナッツ

交通安全議員団啓発活動

▶ドライバーに交通安全を呼びかけました

秋の全国交通安全運動が、9月21日から30日までの10日間行われ、9月28日、市役所南の県道中野小布施線において交通安全議員団による啓発活動が行われました。

当日は、6人の議員団をはじめ、市議会正副議長、中野警察署長、同署交通課長、市の関係者ら16人が参加しました。「高齢者の交通事故防止」を重点事項に、行き交うドライバーにチラシなどを配布して、交通安全の啓発を行いました。



高齢者祝賀事業(祝品贈呈)

◀102歳を迎えた池田四郎さん(新野)

敬老の日を前に9月17日、高齢者祝賀事業を行いました。当日は、小田切市長をはじめ、職員が祝品贈呈の対象となられた皆さんの各家庭を訪問し、祝品、祝詞、祝状をお渡しして長寿を祝いました。なお、今年度市内で88歳(米寿)を迎えられる皆さんは233人、99歳以上の皆さんは44人いらっしゃいます。

また、開催時期はそれぞれですが、各地区においても敬老会が行われ、長寿をお祝いしました。



第30回 中野市ふれあい広場

▶人形劇を楽しむ家族連れの皆さん

9月23日、一本木公園を会場に第30回中野市ふれあい広場が開催されました。

ふれあい広場は、世代や障害を越え交流を深め、みんなで福祉のまちづくりを進めることを目的に行われ、開会セレモニーの後、和太鼓演奏、中野小学校合唱団の合唱、手話コーラスなどが行われました。当日は、秋雨が降る中、大勢の方々にぎわい、会場を訪れた皆さんは、愛のバザーをはじめ、各種イベントを楽しんでいました。



屋外広告物表示禁止物件一斉点検

◀違反広告物の除去などを行いました

9月10日から19日までの屋外広告物適正化旬間に合わせて、市では9月9日に屋外広告物表示物件の一斉点検を行いました。これは、屋外広告物の適正な表示と良好な景観づくりに関する市民意識の高揚を図ることを目的としたもので、当日は、市および県の担当者ら7人で市街地を巡回し、屋外広告物表示禁止物件の点検や違反はり紙、はり札および立看板の除去、道路の空き缶やごみ拾いを行いました。



表紙の説明

小学校運動会

9月18日、市内11の小学校において、運動会が行われました。表紙の写真は、平野小学校での運動会を撮影したものです。

当日は、秋空のもと、児童が紅組と白組に分かれて、玉入れや綱引き、リレーなどの競技を行い、校庭には児童の元気な声が響きました。

児童は、日ごろの練習の成果を力いっぱい発揮し、真剣に競技に臨んでいました。



第47回高社山一周駅伝大会

◀第5中継所の市民体育館でタスキを渡す選手

中高駅伝協会主催の第47回高社山一周駅伝大会が9月12日、木島平村民会館前を発着点に開催されました。

当日は、中高地区(中野市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村)の各体育協会から4チームと、オープン参加の8チームの計12チームが出場し、沿道から大きな声援を受けながら、高社山の周囲・8区間64.4kmを力走しました。競技の結果、中野市体協チームは中高の部で3位と健闘しました。



(社)中野広域シルバー人材センターのご案内

シルバー人材センターの会員は、高齢者の知識・経験・技能を生かし、明るく豊かな地域づくりを目指しています。

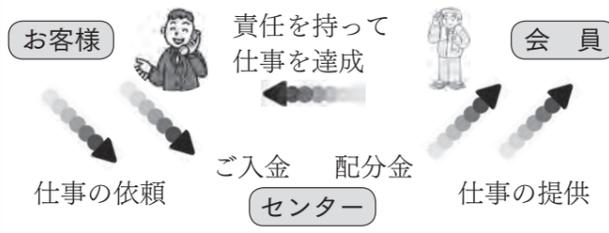


シルバー人材センターとは…

- 「高齢者等の雇用の安定等に関する法律」に基づき、市町村を中心に設置されている特例民法法人です。
- 定年退職者など高齢者の就業を促進するとともに、健康で働く意欲のある者のために、臨時的かつ短期的または、その他の軽易な業務を希望する者であれば誰でも参加できる組織です。
- 今まで培ってきた経験や能力を生かし、「働く」ことを通じて、社会参加の推進や生きがいの充実に図り、活力ある地域社会づくりに貢献することを目的としています。
- シルバー人材センターは、家庭・事業所・公共団体などから高齢者にふさわしい仕事を請負い、センターの会員に仕事の提供をしています。
- 就業や収入の保障はありませんが、その仕事の内容に応じた配分金を受け取ることができます。

シルバー人材センターのしくみ

仕事の依頼から配分金の支払いまでは下記の流れです。



地区奉仕活動

シルバー人材センターに入会するには？

- シルバー人材センターでは、随時会員を募集しています。
- 中野市内にお住まいの60歳以上で、健康で働く意欲があってシルバー人材センターの趣旨に賛同された方ならどなたでも入会できます。
- 入会を希望する方はお気軽にお問い合わせください。

会員は、このような仕事で地域の皆さんのお手伝いをしています。

- あて名書き・賞状書き・自動車運転・各種講師・除草・機械草刈り・片付け・清掃・除雪・農作業・キノコ作業・植木の剪定・消毒・冬囲い・施設管理・倉庫管理・ホテル旅館業務・家事援助・配達・チラシ配布・ふすま、障子張り替え・ペンキ塗り・簡単な大工仕事など
ほかにも、いろいろな仕事をお引き受けします。

入会のお問い合わせ・仕事のお申し込みは…
 (社)中野広域シルバー人材センター (三好町一丁目4番6号 中野市三好町庁舎内)
 ☎(23)0468 ファクス(23)0041
 ※7月1日より事務所が中野市三好町庁舎に移転しました。

平成22年度〈後期〉 介護予防講座(さんさん講座)

～みんなで楽しみながら健康な体をつくりましょう～

問い合わせ・申し込み先 市役所健康長寿課長寿支援係 ☎(22)2111 (内線243)

①男の腕まくり！ 男の料理教室(全3回)

男性だけで気兼ねなく、楽しみながら料理にチャレンジしてみませんか？
初めて料理に挑戦する方や、和食・洋食・中華の基本の定番メニューを習いたい、極めたいという方に最適な教室です。

期日 10月29日(金)、11月19日(金)、12月16日(木)
 時間 午前10時～午後1時
 会場 中野保健センター
 講師 健康長寿課 管理栄養士
 対象 65歳以上の方
 定員 15人
 持ち物 エプロン、三角巾(手ぬぐいなど)
 参加費 1回につき400円(食材費)

③布ぞうりをつくろう(全3回)

いらなくなったシーツや浴衣などの古い布から、布ぞうりを作ってみよう！
にぎやかに、楽しみながら布ぞうりを作りましょう。
3回の講座で、1足の布ぞうりを作ります。

期日 11月8日(月)、11月22日(月)、11月29日(月)
 時間 午前9時30分～正午
 会場 中野保健センター
 講師 シルバー人材センター手芸同好会
 対象 65歳以上の方
 定員 15人
 持ち物 シーツ1枚程度の古い布など(あらかじめ決められた大きさに切っていただく必要がありますので、事前に市役所健康長寿課長寿支援係へお問い合わせください)
 参加費 無料

②のびのび運動(全4回)

自宅でも簡単にできる筋力トレーニング、膝や腰を楽にするストレッチなど一緒に体を動かしてみませんか？
男性・女性を問わずお待ちしております。

期日 11月10日(水)、11月17日(水)、12月1日(水)
 12月8日(水)
 時間 午前10時～11時
 会場 中野保健センター
 講師 健康運動指導士 塚田和樹さん
 対象 65歳以上の方
 定員 15人
 持ち物 水分補給するための飲み物、汗拭きタオル
 参加費 無料



「市営住宅」および「若者住宅」入居者募集

空き住宅および11月から平成23年1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 10月15日(金)まで
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 10月27日(水) 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)

コイヘルペスウイルス病にご注意ください！

北信地域でもコイヘルペスウイルス病の発生が確認されていますので、次の点にご注意ください。

◆イベントなどでのコイの放流は当分の間行わないでください。やむを得ず行う場合は漁業協同組合および水産試験場に相談し、安全確認を得た上で実施してください。

◆死んだコイを水路などに流さない。
◆河川・湖沼でコイの異常を発見した場合は速やかにご連絡ください。

※コイヘルペスウイルス病に感染したコイを食べても人体には影響ありません。

☎ 農政課農政振興係(内線253)

農振除外申請受付の休止

平成23年度中に行う「中野農業振興地域整備計画」の総合見直しに伴い、11月15日(月)以降、農振除外などの申請受付を休止します。

平成23年度中に農振除外を伴う農地転用の計画がある場合は、期日までに申請手続きを済ませましょう。

なお、申請受付の再開は平成24年4月以降となる予定です。

※申請書を提出する前に必ず、農政課担当者と農振除外についての相談をしてください。

☎ 農政課農政振興係(内線250)

なかの「おすみちゃん」販売

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

10月の販売日

6日(水)、13日(水)、17日(日)、27日(水)

11月の販売日

10日(水)、14日(日)、24日(水)

販売場所 中野浄化管理センター

販売時間 午前9時～11時30分

金額 1袋(15kg入り)：200円

バラ売り 300kg：1,500円

500kg：2,500円

※バラ売り(袋無)：要予約(10日前)

※センター入口が工事中です。案内看板に従ってお越しください。

☎ 上下水道課下水道係(内線283)

特定疾病患者等激励金支給について

市では、11月1日現在で中野市に住所のある次の対象者に特定疾病患者等激励金の支給を行います。

- 対象者**
- ①特定疾患医療受給者証の交付を受けている方
 - ②小児慢性特定疾患医療受診券の交付を受けている方
 - ③各健康保険機関が発行する特定疾病療養受療証の交付を受けている人工透析患者

※ただし、「中野市高齢者及び重度身体障害者通院費等助成事業」「中野市介護サービス利用奨励給付金支給事業」「中野市重度心身障害児(者)介護慰労金支給事業」の助成・支給を受けている方は対象となりません。

支給額(年額) 市民税非課税世帯／10,000円、市民税課税世帯／5,000円

申請方法 所定の申請書に必要事項を記入し、①…受給者証、②…受診券、③…受療証の写しをそれぞれ添付の上、10月29日(金)までに申請してください。

問い合わせ・申請先 福祉課障害福祉係(内線294)

浄化槽を使用中の皆様へ -河川の汚濁を防ぐために浄化槽の清掃、法定検査を受けましょう-

～浄化槽の清掃を行きましょう～

浄化槽汚泥の引き抜きと付属機器の清掃については、1年に1回以上の実施が義務付けられています。浄化槽の清掃を依頼する場合は、下記の許可業者へご連絡ください。

- (有)中野環境サービス ☎(22)3072
- (有)徳竹クリーンサービス ☎(22)4465
- 小嶋重子 ☎026(257)2196

～法定検査を受けましょう～

浄化槽の管理者には、日ごろ行われている保守点検や

清掃とは別に、1年に1回、(社)長野県浄化槽協会の検査を受けることが義務づけられています。検査日程については、同協会から送付される通知をご確認ください。

～合併処理浄化槽の設置に対して補助金を交付します～

合併処理浄化槽を設置する場合、一定の要件により「中野市浄化槽設置事業補助金」を交付しています。

なお、浄化槽の規模などによって補助金額が異なります。詳しくは、直接お問い合わせください。

☎ 環境課衛生係(内線245)

ツキノワグマにご注意！

山のドングリ類などの凶作により、クマの人里への出没頻度が高まっており、県内ではクマと遭遇し負傷するという事故が多発しています。

特にこれからの季節は、キノコ狩りや行楽などで入山する方が多くなります。

クマとの遭遇による事故を防ぐため、次の点にご注意ください

＊クマの活動が活発な朝夕の行動は避ける

＊クマのいる場所に近づかない

＊笛、ラジオ、鈴を携帯する

＊子グマを見たら立ち去る

☎ 農政課耕地林務係(内線251)

なかの景観ウォーキング2010参加者募集

赤岩地域の秋の“ふるさとの道”(北の谷街道周辺)を歩きませんか。

期日 11月3日(水・祝)

時間 午前9時～正午(予定)

コース 北部公民館を発着点とする約6kmのコース(途中急坂あり)

参加料 150円(保険料など)

申込方法 所定の参加申込書に必要事項を記入し、お申し込みください。

申込期限 10月22日(金)

※定員になり次第締め切ります。

☎・☎ 市景観・美化推進協議会事務局(市役所都市計画課内・内線273)

全国地域安全運動の実施

期間 10月11日(月)～20日(水)

スローガン

「みんなで つくろう 安心の街」

運動重点

＊子どもと女性の犯罪被害防止

＊住宅を対象とした侵入犯罪防止

＊振り込め詐欺の被害防止

＊自動車の盗難・車上ねらいの防止

＊万引き、自転車盗の防止

☎ 市民課生活交通安全係(内線238)

信州中野景観展-2つの松代街道-

松代街道(湯街道、雨降り街道)

沿いの景観を撮影した写真展を開催します。

期間 10月13日(水)～25日(月)

※19日(火)を除く

時間 午前10時～午後6時

会場 中野陣屋・県庁記念館

入場料 無料

☎ 市景観・美化推進協議会事務局(市役所都市計画課内・内線273)

施設予約システムの運用を再開しました

市民会館などの公共施設の空き状況の照会や仮予約が可能な「施設予約システム」の運用を再開しました。

インターネットに接続できるパソコンや携帯電話からご利用ください。

パソコン版 https://www.cm1.epss.jp/nakano/ew

携帯電話版 https://www.cm1.epss.jp/nakano/k

☎ 政策情報課情報係(内線217)

有料広告欄

山田家資料館 地域史講演会の開催

期日 10月23日(土)
時間 午後2時から
会場 山田家資料館(江部46-3)
講師 高橋実先生(国文学研究資料館・総合研究大学院大学教授)
演題 多彩な山田家資料の魅力を探る:「目鱗」の手紙に見る江戸訴訟の実態
定員 40人 **参加料** 無料
 〇・㊟ 生涯学習課文化財係 ☎(38)3112

中山晋平記念会講演会

郷土の偉人である中山晋平先生について造詣を深めるため、中山晋平記念会と共催で開催します。
期日 10月31日(日)
時間 午後2時から
会場 中央公民館講堂
講師 和田登先生
演題 晋平、その歌と人生の真実
参加料 無料
 〇 文化スポーツ振興課文化振興係(内線394)

秋のプラネタリウム番組

市立博物館プラネタリウムでは、10月から新番組を投影します。
投影番組 「つみきのいえ」「ゴッホが描いた星空」
期間 平成23年3月27日(日)までの土曜・日曜日、祝日
時間 午後1時、2時、3時(日曜日・祝日は午前11時にも投影します)
 〇 市立博物館 ☎(22)2005

2010 秋のバラまつり

秋バラをお楽しみください。
期間 10月9日(土)～17日(日)
時間 午前9時～午後4時
会場 一本木公園内
催し物 バラ栽培講習会、公園ガイド、苗木・農産物販売 など
主催 一本木公園バラの会 ☎(23)4780
 〇 都市計画課街路公園係(内線270)

学校給食センターへジャガイモが提供されました

高社中学校が取り組む事業の一環として、特別支援学級に通う生徒達が、ジャガイモの栽培・収穫を行いました。収穫したジャガイモ約60kgは、北部学校給食センターへ給食の食材として提供されました。
 〇 北部学校給食センター ☎(23)3356

そば・大豆を栽培する皆さんへコンバイン収穫作業を請負います

(財)中野市産業公社では、そば・大豆のコンバイン収穫、そばの乾燥・粗選別などの作業を請け負います。

| コンバイン収穫 | コンバイン運搬費 | そばの乾燥・粗選別 |
|--------------------------------|--------------------------------|-----------------|
| 10,500円/10a(税込み) ※そば・大豆とも同額 | 1,050円/1カ所(税込み) ※自走できる場合は除く | 4,200円/10a(税込み) |

【申込期限】 10月19日(火)
 〇・㊟ (財)中野市産業公社 ☎(22)2111(内線303)

博物館講座参加者募集

市立博物館では、今月も「学芸員と学ぶコース」「みんなで研究コース」の各講座を開催します。
 開催講座、日時については、直接市立博物館へお問い合わせください。
 〇 市立博物館 ☎(22)2005

第6回図書館まつり

期日 11月6日(土)、7日(日)
時間 午前9時～午後5時
会場 市立図書館
内容 文化講演会、人形劇、点字体験、読み聞かせ(6日)、紙しばい、パネルシアター(7日)、古本市、閉架書庫一般開放、朗読、花苗頒布 など
 〇 市立図書館 ☎(26)5841

信濃グランセローズファン感謝デー 2010

期日 11月3日(水・祝)
時間 午前10時～午後3時
会場 市営野球場 ※雨天時は隣接のコミュニティスポーツセンターにて
内容 ストラックアウト、キャッチボール教室(グローブを持参してください)、ティーバッティング教室など
入場料 無料
主催 信濃グランセローズ
共催 中野市
 〇 (株)長野県民球団 ☎026(224)2036



多重債務相談窓口

新規借入れが困難となった方または多額の借金返済に困っている方、ご相談ください。
相談日 月曜日～金曜日(祝日除く)
時間 午前8時30分～正午 午後1時～4時
会場 長野県長野第2合同庁舎5階(長野市旭町1108)
 ※相談無料。秘密は厳守されます。
 〇 財務省関東財務局長野財務事務所 ☎026(234)2970(直通)

平成22年度狩猟者登録

本年度の猟期に県内で狩猟を行いたいと考えている方は、狩猟者登録が実施されますので登録申請をお願いします。
期日 10月28日(木)
受付時間 午後1時30分～4時
会場 市民会館44号会議室
 〇 北信地方事務所林務課林務係 ☎(23)0215

第6回中野市駅伝大会 ～オープン参加チーム募集～

期日 11月7日(日)(小雨決行) **時間** 開会式…午前8時30分から
集合場所 北信濃ふるさとの森文化公園第1駐車場
コース 北信濃ふるさとの森文化公園周辺(8区間:合計距離16.8km)
チーム編成 監督1名、選手8名、補欠3名以内
参加料 無料 **申込期限** 10月22日(金)
その他 当日は中野市体育協会の各支部チームも参加します。
 〇・㊟ 中野市体育協会事務局 ☎(26)3572

巡回行政相談所の開設

10月18日(月)から24日(日)は「秋の行政相談週間」です。市ではこの期間中、次の日程で「巡回行政相談所」を開設いたします。相談は無料で秘密は固く守られますので、この機会にお気軽にご相談ください。

| | |
|-----------|-----------------------------|
| 10月22日(金) | 午前9時～11時30分【永田窓口サービスステーション】 |
| | 午後1時～4時【西部公民館】 |

行政相談委員 【中野地域】山田忠延さん(柳沢)、小野すみ江さん(栗和田)、【豊田地域】藤沢眞さん(穴田)
 〇 庶務課庶務文書係(内線211)

資源物の特別回収を行います

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

| 回収日 | 時間 | 場所 | 回収品目 |
|------------------------|------------|----------------|-------------------------------------|
| 「資源物日曜回収」 10月24日(日) | 午前10時～午後1時 | マツヤ中野店 駐車場 | 段ボール、新聞紙、雑誌・雑がみ、びん、ペットボトル、食用油、古着・古布 |
| 11月7日(日) | 午前10時～午後1時 | 西条グラウンド 駐車場 | 庭木の剪定枝、陶磁器 |

庭木の剪定枝・・・直径15cm以下のものに限り。草・根・廃材・果樹剪定枝は回収できません。
 食用油・・・家庭で使用した天ぷら油で、液体状のものに限り。古着・古布・・・ナイロン製品・中綿入り製品・セーターなどは回収できません。
 びん・ペットボトル・古紙・・・月1回の資源物収集の分別方法と同様です。
 陶磁器・・・食器類に限り。汚れたもの、陶器・磁器以外の物などは回収できません。
 〇 環境課衛生係(内線245)

「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 10月29日(金) 午後5時15分
広報なかの掲載号 12月5日 発行の12月号から
市公式ホームページ掲載日 12月1日から
 ※詳細は、庶務課秘書広報係(内線212または400)へ。
市公式ホームページ
<http://www.city.nakano.nagano.jp/kokoku/index.htm>
 にも掲載しておりますのでご覧ください。
 ～暮らしに役立つ広告をお待ちしています～

各種相談日程

相談内容について秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

| 相談名 | 日時 | 会場 | 問い合わせ先 |
|--------------------|---|------------------------|--------------------------|
| 子ども相談 | 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時 | 子ども相談室 | 子ども相談室 (内線278) |
| 保健師による 子育て相談 | 毎週月・水・金曜日(休所日を除く) 午前10時～11時 | りんごっこ (中央子育て支援センター) | 中央子育て支援センター ☎22-2259 |
| 定期健康相談 | ①毎週水曜日 午前10時～11時30分 ②毎月第1木曜日 午前10時～11時30分 | 中野保健センター 豊田保健センター | 健康長寿課健康管理係 (内線242) |
| 介護に関する 総合相談 | 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時 | 中野保健センター | 地域包括支援センター (内線366) |
| 行政相談 | 10月12日(火)、11月10日(水) 午後1時～4時…市民会館44号 午前9時～11時30分…豊田支所相談室 | | 庶務課庶務文書係 (内線211) |
| 身体障害者相談所 | 毎月第1・3水曜日 午後2時～4時 | 福祉ふれあいセンター | 中野市社会福祉協議会 (☎26-3111) |
| 福祉相談 ボランティア相談 | 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時 | 福祉ふれあいセンター | 中野市社会福祉協議会 (☎26-3111) |
| 女性相談窓口 (面接は予約制) | 毎週月・水・金曜日 (電話) 午前9時～午後5時 (面接) 午前9時～午後1時 | 中野人権センター | 男女共同参画推進室 (☎23-4810) |
| 心配ごと相談 | 毎週月～金曜日 午後1時30分～4時30分 | 福祉ふれあいセンター | 中野市社会福祉協議会 (☎26-3111) |
| 結婚相談 (予約制) | 毎週月～金曜日 午前9時～午後5時 | 福祉ふれあいセンター | 中野市社会福祉協議会 (☎26-3111) |
| 消費生活相談 | 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 | 市民課生活交通安全係 | 市民課生活交通安全係 (内線238) |
| 交通事故 巡回相談 | 10月21日(木) 午前10時～午後3時 | 北信地方事務所 | 北信地方事務所 (☎22-3111) |
| 法律相談 (予約制) | 毎月第1・3月曜日 午後1時30分～3時30分 | 福祉ふれあいセンター | 中野市社会福祉協議会 (☎26-3111) |
| 職業相談 | 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時 | 南宮庁舎職業相談室 | 南宮庁舎職業相談室 (☎23-4710) |

電話相談

専用電話をご利用ください。

電話医療相談 ☎23-0300

午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日を除く)

子ども電話相談 ☎23-3191

午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

児童虐待・DV24時間ホットライン

☎0263-91-2410

展示案内

是非、ご覧ください。

市立博物館
Ⓞ火曜日
☎22-2005

常設展示「中野市の自然と歴史・文化」
「ふるさとの記憶」西沢今朝夷水彩画展
11月17日(水)まで

中野陣屋・
県庁記念館
Ⓞ火曜日
☎23-2718

中野きりえの会作品展 10月11日(月)まで
家の宝物 10月7日(木)～31日(日)
信州中野景観展 - 2つの松代街道 -
10月13日(水)～25日(月)
押し花絵展 10月28日(木)～11月8日(月)

年金

「社会保険料(国民年金保険料)控除
証明書」が送付されます

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

国民年金保険料は社会保険料控除の対象

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

このため「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が10月下旬から11月上旬に、日本年金機構から送付されますので、年末調整や確定申告の際に添付してください。(10月1日以降に今年初めて国民年金保険料を納付する方は、来年1月下旬に送付されます)

また、ご家族の国民年金保険料を納付した場合も、納付額の全額が納付した方の社会保険料控除に加えることができますので、ご家族あてに送られてきた控除証明書を添付のうえ申告してください。

☎ 長野北年金事務所 ☎026(244)4100

ご寄付 ありがとうございます

- 市の所蔵図書として 昭和全鑑1冊
＜小田中 丸山 芳雄 様＞



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

☎ 庶務課秘書広報係(内線400)

環境トピックス

シリーズ 地球温暖化②

◎中野市地球温暖化防止実行計画の進捗状況

地球温暖化の原因となる温室効果ガスのうち、最も大きな原因となるガスは「二酸化炭素」です。

中野市地球温暖化防止実行計画では、市役所で直接行う事務事業に伴い排出される二酸化炭素の総排出量を平成16年度を基準年度とし、平成22年度において10%削減することを目標としていますが、平成21年度の総排出量は平成16年度と比べて3.8%増加という結果となりました。増加した要因としては、新規施設が増えたことなどが挙げられます。

本年度が計画の最終年度ですが、目標達成に向けて、二酸化炭素の排出削減に努めます。

エネルギー別二酸化炭素排出量 (kg-CO₂)

| 排出要因 | 平成16年度 (基準年度) | 平成21年度 | 増減 | 増減率 (%) |
|---------|------------------|-----------|----------|------------|
| 電気の使用 | 4,208,509 | 4,799,324 | 590,815 | 14.0 |
| A重油の使用 | 794,713 | 482,839 | △311,874 | △39.2 |
| 灯油の使用 | 1,127,389 | 1,184,543 | 57,154 | 5.1 |
| 都市ガスの使用 | 97,870 | 68,015 | △29,855 | △30.5 |
| LPGの使用 | 57,180 | 57,266 | 86 | 0.2 |
| ガソリンの使用 | 148,402 | 121,527 | △26,875 | △18.1 |
| 軽油の使用 | 139,780 | 108,094 | △31,686 | △22.7 |
| 合計 | 6,573,843 | 6,821,608 | 247,765 | 3.8 |

※平成11年環境庁温室効果ガス排出量算定に関する検討結果によって示されている排出係数を使用

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

リサイクル かわらばん

ご利用ください
(9月30日現在)

さしあげます

★男性用スキー★テニスラケット★自転車★味噌桶★柔道着★滑り台★こたつ板★花器★チャイルドシート

ゆずってください

★ノートパソコン★掃除機★車いす★介護用歩行器★自転車★女性用スキーセット★農機具★ワープロ★ソファ★電動紡ぎ機★電子ピアノ★ベビー用歩行器★ベビーバス★砂場セット★ベビーカー

ご家庭で不要になった物を再活用しませんか。無償でゆずっていただける方、ゆずってほしい物がある方は、お気軽にご連絡ください。

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

☆わが家のアイドル☆



しみず りゅうき
清水 琉輝くん

(3歳1か月)

電車ごっこや砂遊びが好きで、よく食べて元気に遊んでいます。特にスイカが好物です。

元気で人の気持ちが分かる子に、育ててほしいと思います。

(清水篤史・陸留さん 笠原)

予防接種

持ち物/母子健康手帳、予防票

BCG (接種年齢は3~6か月未満の乳児)

期日/10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22年6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>

11月9日(火)…日野、延徳、平野、高丘、平岡

10日(水)…中野、長丘、科野、倭、豊田

対象・接種方法
I期初回=3か月~1歳(20~56日の間隔で3回接種)
I期追加=1歳6か月~3歳(初回3回目終了後12~18か月の間に1回)
≪7歳6か月未満まで接種可≫

麻しん・風しん混合(はしか・三日はしか)

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16年4月2日~平成17年4月1日生まれ)

第3期=中学1年生に相当する年齢の者(平成9年4月2日~平成10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4年4月2日~平成5年4月1日生まれ)

※第1期で単独ワクチンを接種済みの幼児も、第2期として混合ワクチンを接種します。

※第2・4期対象の方には予防票を送付します。

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

対象・接種方法

乳幼児健康診査

受付時間/午後0時45分~1時15分

会場/中野保健センター

持ち物/母子健康手帳、オムツ、

バスタオル

| 健診名 | 健診日 | 対象生年月 |
|-------------------------|-----------|--------|
| 3か月児健診 (BCG 予防接種) | 10月19日(火) | 22年6月生 |
| 7か月児健診 | 10月20日(水) | 22年2月生 |
| 1歳6か月児健診 | 10月22日(金) | 21年3月生 |
| 2歳児健診 | 10月18日(月) | 20年9月生 |
| 3歳児健診 | 10月21日(木) | 19年9月生 |

※都合の悪い場合は、翌月お出かけください。

マタニティクラス

期日/①10月16日(土) ②11月6日(土)

時間/午前9時45分~11時45分

会場/中野保健センター

持ち物/筆記用具、母子健康手帳、

動ける服装

内容/①妊娠の経過と起こりやすい異常、妊婦体操、妊産婦の栄養(試食あり)

内容/②母と子の歯の健康、妊婦体験、もく浴演習、母乳栄養と乳房管理



育児教室

期日/11月2日(火)

時間/午前10時15分~11時30分

会場/中野保健センター

対象/4~6か月児

内容/赤ちゃん体操、離乳食について

小児救急電話相談「#8000」

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/>

歯周病にご用心

歯周病とは、歯を支えている骨や歯ぐきが損傷を受ける慢性的な病気です。ほとんど痛みがなく、気づかないうちに進行します。

放置しておくと症状は悪化し、最終的には歯が抜けてしまう病気です。

こんなことに心当たりがあったら要注意!

- ★歯の表面にざらつきがある
 - ★朝起きると口の中がねばねばする
 - ★歯ブラシに血がつく
 - ★唾液(つば)に血が混じる
 - ★歯が浮いた感じがする
- 早めに歯科医院を受診しましょう。

(協力:中高歯科医師会)