

広報 なかの

2011 (平成23年)

12

No.81



中野えびす講

特集

空間放射線量測定結果2~3

特集

中野市この一年4~5

今月の合冊

交差点	1~4
心をひらく	1~2
文化なかの	1~6

中野市ホームページ

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

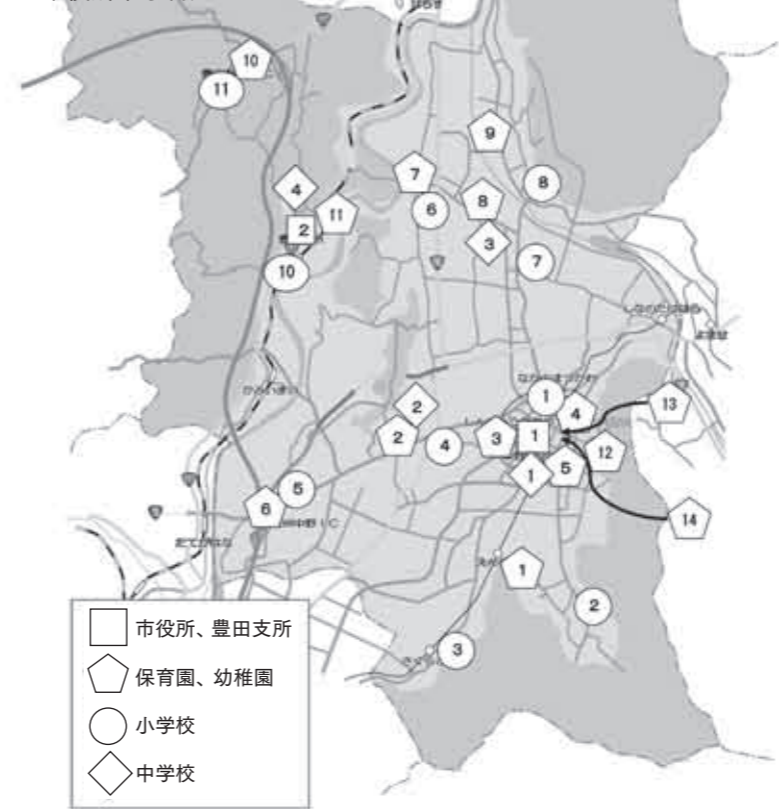
中野市モバイルサイト



空間放射線量測定結果

番号	測定箇所	地上1m	屋上
1	市役所	0.04	0.05
2	豊田支所	0.05	-

注) 11月22日に豊田支所測定、24日に市役所本庁測定



□ 市役所、豊田支所
◇ 保育園、幼稚園
○ 小学校
◇ 中学校

市では市役所、豊田支所、小学校・中学校、保育園・幼稚園で簡易測定器を使い空間放射線量を測定しています。主な市内の測定箇所は左図のとおりです。(測定値は $\mu\text{Sv/h}$)

※県の除染基準は、地表面が1マイクロシーベルト以上ですが、本市では暫定的に0・19マイクロシーベルト以上を除染対象とし、除染を実施しています。

※国際放射線防護委員会(CRP)が2007年(平成19年)に示した勧告では、自然放射線および医療目的の放射線を除き、「一般公衆」が1年間に浴びてもよい被ばく限度量は1ミリシーベルトとされています。

成19年)に示した勧告では、自然放射線および医療目的の放射線を除き、「一般公衆」が1年間に浴びてもよい被ばく限度量は1ミリシーベルトとされています。1時間当たりの測定値の単位に換算すると、0・19マ

問い合わせ先 市役所環境課環境係 ☎(22)2111(内線247)

イクロシーベルト(これは屋外8時間、屋内16時間、365日受け続けた場合の数値)となります。

番号	測定箇所	校庭			砂場	樹木など	雨どい	側溝など
		地表面	地上50cm	地上1m				
1	中野小学校	0.08	0.08	0.07	0.09	0.08	0.14	0.12
2	日野小学校	0.08	0.08	0.08	0.08	0.08	0.08	0.10
3	延徳小学校	0.08	0.08	0.08	0.09	0.09	0.11	0.09
4	平野小学校	0.08	0.08	0.08	0.08	0.07	0.12	0.08
5	高丘小学校	0.08	0.08	0.08	0.09	0.08	0.09	0.13
6	長丘小学校	0.09	0.09	0.09	0.10	0.07	0.49(0.16)	0.09
7	平岡小学校	0.08	0.08	0.08	0.10	0.09	0.09	0.13
8	科野小学校	0.09	0.08	0.08	0.10	0.11	0.11	0.19(0.08)
9	倭小学校	0.08	0.08	0.08	0.10	0.09	0.10	0.10
10	豊井小学校	0.09	0.09	0.09	0.10	0.11	0.15	0.14
11	永田小学校	0.07	0.07	0.07	0.10	0.09	0.09	0.09
1	南宮中学校	0.08	0.08	0.07	0.09	0.08	0.11	0.10
2	中野平中学校	0.08	0.08	0.08	0.08	0.07	0.17	0.06
3	高社中学校	0.10	0.09	0.08	0.12	0.08	0.10	0.25(0.16)
4	豊田中学校	0.10	0.09	0.10	0.10	0.09	0.12	0.12

注) 測定日は11月16日、17日
 ()内の数値は除染実施後の数値
 小学校の砂場、樹木、雨どい、側溝などは10月25日、28日に測定
 南宮中学校・中野平中学校の雨どい、各中学校の砂場は10月25日に測定

番号	測定箇所	園庭			砂場	雨どい	すべり台下
		地表面	地上50cm	地上1m			
1	みなみ保育園	0.09	0.08	0.08	0.08	0.11	0.08
2	平野保育園	0.08	0.08	0.08	0.09	0.10	0.08
3	西町保育園	0.09	0.09	0.08	0.09	0.26(0.09)	0.09
4	松川保育園	0.10	0.09	0.09	0.09	0.08	0.09
5	みよし保育園	0.09	0.08	0.08	0.08	0.14	0.10
6	高丘保育園	0.10	0.10	0.08	0.10	0.11	0.08
7	長丘保育園	0.08	0.09	0.08	0.08	0.15	0.10
8	平岡保育園	0.10	0.09	0.09	0.10	0.16	0.10
9	たかやしろ園	0.10	0.10	0.09	0.09	0.11	0.09
10	永田保育園	0.09	0.09	0.08	0.07	0.28(0.13)	0.13
11	豊井保育園	0.09	0.09	0.09	0.09	0.09	0.10
12	ひよこ保育園	0.07	0.07	0.07	0.09	0.10	0.07
13	中央幼稚園	0.08	0.08	0.08	0.11	0.08	0.09
14	マリア幼稚園	0.09	0.10	0.09	0.09	0.16	0.10

注) 測定日は11月21日、24日
 ()内の数値は除染実施後の数値
 砂場、雨どい、すべり台下は10月27日に測定

冬の節電にご協力を

夏季の節電対策については、市民の皆さんのご理解とご協力により十分な成果があったと電力会社から報告がありました。

節電にご協力いただき、ありがとうございました。引き続き、市では冬季についても、夏と同様に節電対策に努めますので、ご家庭でも節電にご協力をお願いします。

具体的な節電方法

- 【暖房】**
- ・厚手のカーテンにすることで断熱性を向上させる。
 - ・扇風機やサーキュレーターで、部屋の空気を循環させる。
 - ・一枚多めの重ね着をする。
- 【電気こたつ】**
- ・設定温度を低めにする。
 - ・使用しないときは、こまめに切る。
 - ・こたつ布団に上掛けと敷布団を併用する。
 - ・断熱マットを敷く。
- 【その他】**
- ・湯たんぽなどを使用し就寝中の暖房使用量を減らす。
- ※暖房の控えすぎによる体調不良などに気をつけて、無理のない範囲での節電をお願いします。また、暖房器具をご使用の際には、「使用上の注意」などをご確認いただき、安全にお使いください。

家庭の節電大作戦応募事例

今夏に市では「家庭の節電大作戦!!」と題して、各家庭で行った節電方法を募集した結果、次のとおり応募がありましたのでご紹介します。

【応募事例】
 ◎浦野家(大字小田中) わが家の家族構成は、夫・妻・1年生の長男・4歳の長女の4人家族です。今年4月からの電気料金は4月分4550円、5月分3039円、6月分2794円、7月分3510円、8月分3201円、9月分3784円です。

結婚以来、妻と使用しない電気は、消そうと心掛けてきました。例えば、使う部屋だけ電気をつける。使わなくなった部屋はすぐ消す。このことが習慣化して現在でも子どもたちと実践中です。

また、わが家は特に用事がない限り夜8時30分には就寝しています。親は朝3時30分(4時ごろには起床し仕事は

朝やるようにしています。頭もすっきりして能率が上がります。

テレビは最少限控え、天気予報やニュース、子どもの番組など見えています。

近頃では、節電について子どもたちが、使わない部屋など「もったいない」と言って消してくれるようになってきました。

これから節電に心掛けたいことは、子どもがまだ小さいので、毎日洗濯機を回さないといけません。電気料金も子どもたちが大きくなると少しは少なくなるかもと期待しています。

問い合わせ先 市役所環境課環境係 ☎(22)2111(内線247)

27 25 19 13 12 11 11 1
 日 日 日 日 日 日 日 日
 栄村被災者日帰り入浴に招待
 土人形絵付けコンテスト表彰式

22 21 19 19 13 13 11 11
 日 日 日 日 日 日 日 日
 活動の輪を広げるついで、ボランティア・地域
 生涯学習市民のついで、ボランティア・地域
 差別をなくす講演会

1 日
 信濃グランセローズキャンパイン
 東日本大震災
 市民ソフトバレーボール大会
 県北部地震
 姉妹都市・北茨城市へ救援物資を輸送
 仙台市へ救援物資を輸送
 栄村被災者日帰り入浴に招待
 土人形絵付けコンテスト表彰式



イングリッシュガーデンしゅん工 (6月1日)



なかのバラまつり (6月1日~19日)



中野シオンシオンまつり (7月23日)

28 日
 市民交流イベント信濃グランセローズ激励会
 中野ひな市(4月1日)

31 日
 新規就職者激励大会
 長野県議会議員一般選挙投票
 新幹線第5千曲川橋りょうボルト締結式
 緑化苗木頒布会
 中山晋平生誕祭
 栄村震災支援義援金・見舞金贈呈
 高野辰之記念祭・菜の花まつり(コンサート)
 仙台市・北茨城市震災支援 義援金・見舞金贈呈(27日)
 信濃グランセローズ公式戦(対福井)

4 日
 成人式
 千曲川古牧堤防しゅん工式
 日本最初の洋画家高橋由一の油彩画
 報道発表
 カチューシャ・ふるさとマラソン大会
 水防訓練
 土砂災害防災訓練

29 22 22 22 18 16 4
 日 日 日 日 日 日 日
 水防訓練
 土砂災害防災訓練



中野陣屋前広場公園開園式 (6月11日)

24 12 2 日
 総決起大会

31 28 24 23 16 14 5 日
 日 日 日 日 日 日 日
 地域連携長野電鉄長野線沿線活性化
 協議会設立総会
 全国びじゅつ(17日)
 中野シオンまつり
 中山晋平記念館(コンサート)
 千曲川ライティング(29日31日8月1日2日)
 親子ふれあい魚つかみどり

29 26 23 18 11 11 5 4 日
 日 日 日 日 日 日 日 日
 まつりに招待(19日)
 姉妹都市・北茨城市被災者なかのバラ
 まつりに招待(19日)
 ビーチボール大会
 消防団ポンプ操法・ラッパ吹奏大会
 市長を囲んでふれあいトークキング



新幹線第5千曲川橋りょうボルト締結式 (4月13日)

20 日
 なにわコンサート2011
 市民音楽祭
 高野辰之記念館(コンサート)
 市民水泳大会

28 27 27 20 日
 日 日 日 日
 信濃グランセローズ公式戦(対石川)
 高社山一周駅伝大会
 信濃中野環境祭
 合同金婚式

1 日
 総合防災訓練
 高社山一周駅伝大会
 信濃中野環境祭
 合同金婚式

30 25 17 11 1 日
 日 日 日 日 日
 中山晋平記念館まつり
 功労者・善行者表彰式
 健康づくりフェスティバル
 国際交流の集い
 NHKラジオ「ふるさと自慢うた自慢」公開録音
 なかの巡りEYEウォーク
 認知症を考える会



栄村震災支援義援金・見舞金贈呈 (4月22日)

2 日
 小学校合同音楽会
 防災気象講演会
 なかの景観ウォーキング
 秋の信州中野まちなか美術館まつり
 信濃グランセローズファン感謝デー
 ガキ大将フェスティバル
 中野市駅伝大会
 投票区・投票所の見直しに関する説明会
 (16日17日21日)
 中野えびす講・産業展(13日)
 我が家の料理大集合のこ・フルー
 ツ料理コンクール表彰式
 もみじ祭り
 消防団フェスティバル
 消防団音楽隊定期演奏会
 差別をなくす市民集会
 日野原重明先生「いのちの授業」
 (科野小学校)
 晋平・辰之メモリアルコンサート
 青少年健全育成推進市民集会

31 9 9 3 日
 日 日 日 日
 晋平忌
 婦人のついで
 人権のついで
 高社山越年登山



栄村震災支援義援金・見舞金贈呈 (4月22日)



千曲川古牧堤防しゅん工式 (5月16日)



秋の信州中野まちなか美術館まつり (11月5日~12月25日)



日本最初の洋画家高橋由一の油彩画報道発表 (5月18日)



中野祇園祭 (7月16日・17日)

11月市議会 臨時会報告

11月市議会臨時会が11月2日に招集され、1日間の会期で開催されました。
この議会では、事件案1件が審議され、原案どおり可決となりました。

契約

(仮称)中野市多目的サッカーグラウンド整備工事(土木工事)請負契約

三俣・赤坂・豊田深沢区担当の
民生児童委員を紹介
荒井朋子さんが11月1日付で、厚生労働大臣から委嘱を受けました。



体育施設の環境整備を推進し、スポーツの振興を図り、併せて、市有地を有効活用するため、多目的サッカーグラウンドの土木工事の請負契約の締結について、議会の議決を得ました。

任期は、平成23年11月1日から平成25年11月30日までです。

問い合わせ先
市役所福祉課厚生保護係
☎(22)2111(内線255)

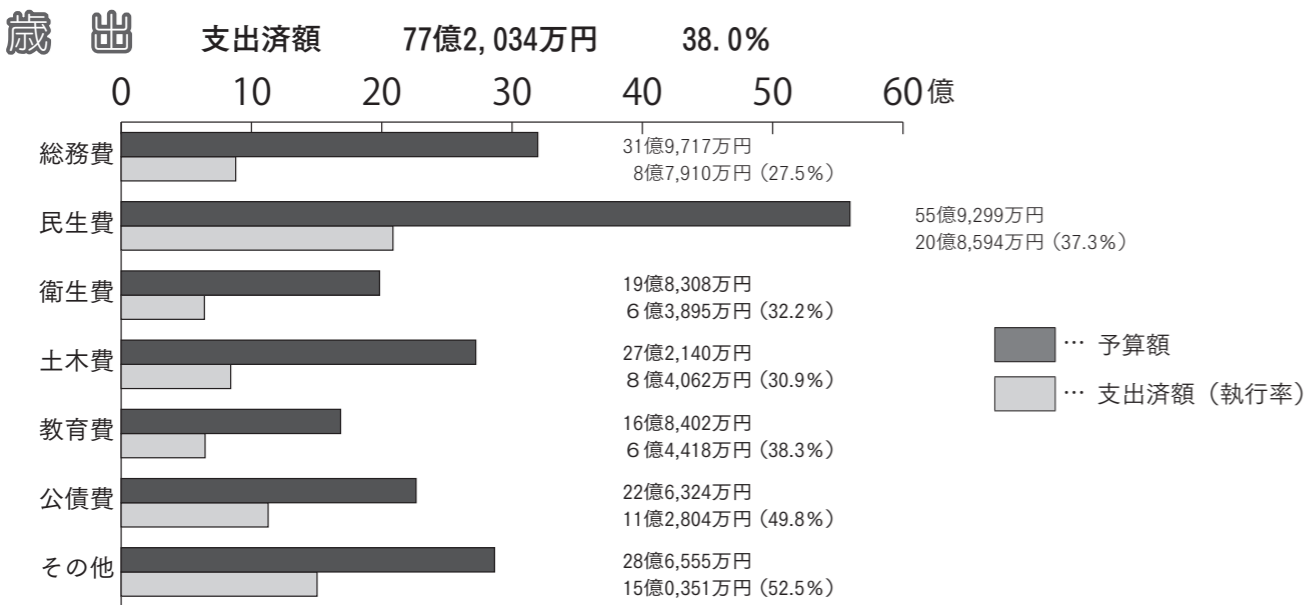
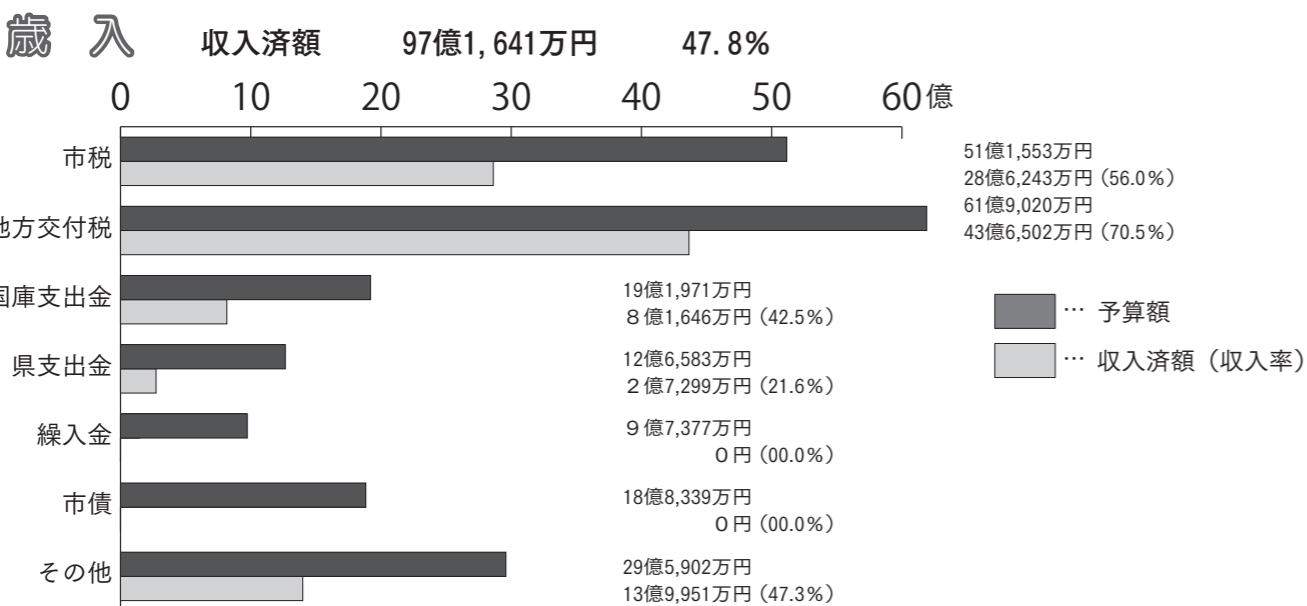
財政状況

～平成23年度上半期～

一般会計 予算額 203億745万円

市では毎年2回、財政状況をお知らせしています。
今回は、平成23年4月1日から平成23年9月30日までの財政状況で、市民の皆さんに納めていただいた税金や国からの地方交付税などの歳入状況と、これにより実施したさまざまな事業の歳出状況をお知らせします。

市役所財政課財政係 ☎(22)2111(内線221)



特別・企業会計予算の執行状況

会計名	予算額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険事業	52億0,138万円	19億2,104万円	36.9%	21億1,494万円	40.7%
後期高齢者医療事業	3億7,239万円	1億2,633万円	33.9%	1億3,622万円	36.6%
介護保険事業	32億5,890万円	12億5,171万円	38.4%	13億8,155万円	42.4%
社会就労セクター事業	8,600万円	2,574万円	29.9%	4,016万円	46.7%
倭財産区事業	229万円	29万円	12.7%	13万円	5.7%
永田財産区事業	40万円	18万円	45.0%	3万円	7.5%
中野財産区事業	244万円	180万円	73.8%	1万円	0.4%
情報通信施設事業	5,677万円	2,061万円	36.3%	1,549万円	27.3%
下水道事業	19億1,091万円	6億3,985万円	33.5%	8億4,185万円	44.1%
農業集落排水事業	7億4,132万円	3億0,879万円	41.7%	3億1,458万円	42.4%
水道事業		4億7,273万円		6億0,294万円	

土地	192万5,511㎡
建物	23万3,361㎡
基金	103億9,073万円
市債	452億6,857万円
一時借入金	0円
債務負担	9億0,971万円

中野市実施計画(案)に

実施計画とは

中野市総合計画基本計画で定められた施策を現実の行政の中で、どのように展開していくかを明らかにするための計画です。

基本計画で定められた施策を具体化し、さらに詳細について補足するものであると同時に、毎年度の予算編成の指針になるとともに具体的に予算へ反映させていきます。

なお、計画期間は3カ年で毎年見直しを行います。

策定の方針、状況

策定にあたっては、真に行政が行うべき事務事業の中から緊急度、優先順位、投資効果などを検討し、新規事業の創出にも努めることとしました。

また、限られた財源の中で歳出の合理化、効率化に努めるとともに、国・県の補助をはじめ、各種制度を検討し財源確保にも努めることとしました。

ご意見をお寄せください

なお、地方債や債務負担に伴う事業については、後年度負担も十分考慮することとしました。

計画の期間

平成24～26年度(3年間)

計画(案)の公表場所

- 市役所政策情報課
- 豊田支所地域振興課
- 市公式ホームページ

※市役所および豊田支所での公表時間は、月曜日から金曜日(祝日を除く)の午前8時30分から午後5時15分までです。

ご意見の提出方法

文書を直接お持ちいただくか、郵送、ファクス、またはEメールのいずれかにより、提出してください。

ご意見の取り扱い

様式は任意ですが、提出いただいた内容を確認させていただきます。ただの場合がありますので、

募集期限

12月22日(木)

問い合わせ・提出先

〒383-18614(住所記載不要) 市役所政策情報課 策推進係 ☎(22)2111(内線216)

ファクス ☎(26)0349
Eメール seisaku@city.nakanonagano.jp

※ご意見を直接お持ちいただく場合は、豊田支所地域振興課総務係 ☎(38)3111(内線120)へ提出いただくこともできます。

償却資産の申告 固定資産の異動届

をお忘れなく！

償却資産の申告

償却資産とは、個人や法人で工場・商店・農業などの事業を営む方が使用する機械・器具・備品（土地や家屋以外）などで、固定資産税が課税されます。

毎年12月中旬に「申告書」を送りますが、「申告書」が届かない方でも、対象となる償却資産をお持ちの方は必ず申告の手続きをお願いします。

固定資産の異動届

土地や家屋について、平成23年中に次の異動があった場合は届け出をしてください。

なお、豊田地域では、家屋全棟調査を実施しましたが、該当する方は、異動届の提出



が必要です。

また、12月中旬に異動がある場合は、12月末までに市役所税務課へ事前にご連絡ください。

【家屋滅失届】：平成23年中に家屋を取り壊した方は、家屋滅失届をご提出ください。家屋滅失届を届け出た後、翌年度から取り壊した家屋の固定資産税は課税されません。

【土地の地目変更届】：平成23年中に土地利用状況を、田から畑へ、山林から雑種地へなど、現況地目を変更した場合は、土地の地目変更届をご提出ください。

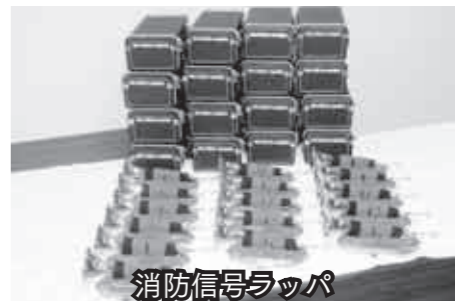
【住宅用地異動申告書】：住宅を改築（事務所から住宅など）などへ用途変更した方、また、家屋を新築、増築し、宅地の利用状況などに異動があった方は、住宅用地異動申告書をご提出ください。

※固定資産の異動届は、平成24年1月31日(火)までに市役所税務課へご提出ください。※申告書・届はいずれも、市役所税務課資産係および豊田支所地域振興課総務係

コミュニティ助成事業で 備品を整備しました

東山区、替佐区、市消防団では、(財)長野県市町村振興協会のコミュニティ助成事業を活用し備品を整備しました。この事業により、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、コミュニティ活動、消防団活動の一層の推進が図られます。

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



消防信号ラッパ



実施団体	事業内容
東山区	ノートパソコン、デジタルモノクロ複合機、テレビ台、液晶テレビ、ビデオデッキ、座卓、長机、DVDプレーヤー、アンプ、スピーカー、スタッキングチェア
替佐区	CDプレーヤー、ブルーレイレコーダー、DVDプレーヤー、機器収納ラック、プロジェクトター、スクリーン、サウンドシステム
市消防団	消防信号ラッパ

中野市 介護保険事業運営協議会の委員を募集します

地域包括支援センターおよび地域密着型サービスの運営に関して、市民の皆さんの意見を反映させるため、委員を募集します。

募集人員 4人
応募資格 市内に住所（住民登録済）を有し介護保険の被保険者で40歳から65歳未満の方2人および65歳以上の方2人（平成23年12月1日現在の満年齢）

募集期間 12月16日(金)午後5時必着
任期 平成23年12月21日から2年間
応募方法 「地域で支える健康福祉」の考えを400字以内（様式は任意です）にまとめ、住所、氏名、年齢、連絡先を明記の上、ご応募ください。
問い合わせ先
市役所高齢者支援課介護保険係
☎(22)2111 (内線365)

平成23年度事務事業評価の最終評価を決定しました

市では、本年8月から進めてきました事務事業評価について、このたび、中野市行政改革推進本部において最終評価を決定しました。決定した評価を基に、多種多様な市民ニーズに対応するため、常に評価に基づく事務事業の推進に努めていきます。

最終評価は、AA（拡大）、A（現状継続）、B（改善継続）、C（縮小）、D（統合、廃止）の5段階の評価としました。最終評価の結果は次のとおりです。

事業名	評価	事業名	評価	事業名	評価	事業名	評価
行政推進事務委託事業	A	公用車等維持管理事業	A	一般県道中野飯山線バス整備促進対策委員会負担金	A	教育相談心理士等委託事業	A
中野市区長会定期総会	A	県民交通災害共済加入負担金事業	A	主要地方道須坂中野線改良期成同盟会負担金	A	振興教材備品購入事業(小学校)	A
自治会支援事業交付金事業	A	日本スポーツ振興センター共済掛金負担金(保育所)	A	雪センター負担金	A	教育用及び校内LANコンピュータ借上事業(小学校)	B
庁内報発行事業	A	保育園連盟負担金	A	千曲川改修期成同盟会負担金	A	特別支援教育支援員配置事業(中学校)	AA
一般募集、団体等による施設見学事業	A	企画展及び市収蔵品展	A	北信地域千曲川等改修促進期成同盟会負担金	A	振興教材備品購入事業(中学校)	A
有料広告の掲載事業	A	スポーツ教室	A	中野市千曲川築堤事業促進期成同盟会負担金	A	教育用及び校内LANコンピュータ借上事業(中学校)	B
食料等生活物資備蓄事業	AA	男女共同参画パワーアップ講座	A	長野県河川協会負担金	A	日本スポーツ振興センター共済掛金負担金(小学校)	A
飯山線沿線地域活性化協議会負担金	A	なかの街並みウォーキング負担金	A	篠井川改修促進期成同盟会負担金	A	日本スポーツ振興センター共済掛金負担金(中学校)	A
長野県共同電子申請・届出システム負担金	A	関東国道協会負担金	A	長野県治水砂防協会負担金	A	中野市子ども読書活動推進事業	A
長野県高速情報通信ネットワーク負担金	A	一般国道117号改良促進期成同盟会負担金	A	北陸新幹線北信広域建設推進協議会負担金	A	十三崖チョウゲンボウ応援団補助金	A
庁舎等施設維持管理事業、市有財産保持事業、庁舎等改修・整備事業、市有財産維持管理事業	A	野尻湖志賀高原間道路整備促進期成同盟会負担金	A	特別支援教育支援員配置事業(小学校)	AA	博物館運営事業	A
		長野県道路整備期成同盟会負担金	A	問い合わせ先 市役所政策情報課行政管理係 ☎(22)2111 (内線401)			

平成22年国勢調査確定値

市の人口は45,638人

	平成22年	平成17年	増減数	増減率(%)
世帯数(戸)	15,092	14,591	501	3.3
人口(人)	45,638	46,788	△1,150	△2.5
男	22,077	22,596	△519	△2.3
女	23,561	24,192	△631	△2.6

平成22年10月1日を基準日として、全国一斉に行われた国勢調査の結果が公表されました。

市の人口は、男2万2,077人、女2万3,561人、合計4万5,638人です。5年前に実施した平成17年国勢調査の人口4万6,788人から1,150人減少しました。詳しくは、総務省統計局国勢調査ホームページをご覧ください。

<http://www.stat.go.jp/data/kokusei/2010/index.htm>

問い合わせ先 市役所政策情報課統計交流係
☎(22)2111 (内線217)

公の施設 指定管理者の候補者を募集しています

市では、公の施設の管理運営を行う指定管理者を募集しています。

募集施設 (仮称)中野市多目的サッカークラウンド

施設所在地 中野市大字西条116番地

指定期間 平成24年4月1日(平成27年3月31日(3年間))
募集期限 平成24年1月10日(火)

問い合わせ先
市役所文化スポーツ振興課施設管理係
☎(22)2111 (内線395)

募集要項は、市役所文化スポーツ振興課施設管理係で配布(市公式ホームページでも掲載)しています。

応募方法など詳しくは募集要項をご覧ください。

除雪にご協力ください

冬の交通の確保と皆さんの生活をを守るため、市では早朝から道路除雪を行います。除雪作業を効率よく行うために、除雪作業にご理解とご協力をお願いします。

- ◇除雪作業車に近寄らない
除雪作業車の30㍎以内は危険なので、近寄らないでください。除雪作業車は前方10㍎以内が見えにくいので無理な追い越しはやめましょう。
- ◇道路には物を置かない
各家庭の出入口から道路までの除雪は各戸で行い、道路に雪を絶対に出さないでください。



※2トンを超える車の通行は困難です。

沿道の木、庭木、垣根の枝の、はみ出しも各戸で伐採し、沿道の障害物も雪が降る前に片付けましょう。

- ◇屋根の雪下ろしをしたら片付けましょう
屋根から道路に落ちた雪は、火災などの緊急時や交通の事故防止のため片付けましょう。
- ◇排雪場が変わりました
今まで一般の排雪場として利用していた西条グラウンドが利用できなくなったため、夜間瀬橋下流左岸の河川敷を新たに排雪場としてご利用ください。(2ト車以下)

なお、大型車は従来通り越橋下流左岸をご利用ください。 ※除雪に関するご意見・ご要望は、各区长を通じて左記までご連絡ください。

- 問い合わせ先
市役所道路河川課維持係
☎22 2111 (内線263)
豊田支所地域振興課振興係
☎38 3111 (内線141)

水道管にも冬支度を



凍結による破裂にご注意ください

水は気温がマイナス4度以下になると凍る性質があります。冬期間は凍結による「水道管の破裂」や「水道が出ない」などの事故が起こりやすくなります。

水道管の立ち上がり、保温材や保温器具(凍結防止帯はコンセントの確認を!)を使ったり、不凍栓などを閉め蛇口から水抜きするなどして凍結を防ぎましょう。

なお、不凍栓によつては、管理方法を誤ると漏水する恐れがありますのでご注意ください。バルブを最後までしっかりと閉めてください。

※アパートなどにお住まいの方は、寒くなる前に冬の管理方法を、大家さんや不動産業者の方に確認いただき、対策をお願いします。(それでも、凍結してしまった場合は、大家さんや不動産業者の方に相談してください)

※冬期間長期に不在となる場合は、止水栓で閉栓すること

除雪中の事故防止に努めましょう

除雪作業に対する慣れや過信、油断が事故を招いています。作業を行う際は、次の点に注意しましょう。

- 作業は2人以上で
周りの安全確認や、事故が発生した場合に素早く応急対応ができます。
- 屋根からの落雪に注意
気温が上昇すると融雪が始まり落雪が多くなります。

除雪機の操作に注意
除雪機に詰まった雪を除去する場合は、必ずエンジンを切ってから行いましょう。

- 屋根の雪下ろしは要注意
・命綱、ヘルメットを着用しましょう。
- 建物の周りに雪を残して、万一の転落の際のケガの軽減を図りましょう。
- はしごはしっかりと固定しましょう。

水路や側溝へ雪を入れない

水路や側溝に雪を投げ入れると下流で雪が詰まり川の水をせき止め、浸水被害の原因となります。多くの皆さんに迷惑をかけることになりませんので絶対にしないでください。

雪下ろし費用の一部を助成します

積雪による住居の倒壊や損傷を防止するため、市では低所得の高齢者、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70㍎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23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
①65歳以上の方のみの世帯お

- よび65歳以上の方と18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きます)
- 補助金額 除雪作業員賃金が1人1時間あたり1375円で、除雪にかかった時間の合計額

しをした場合は、補助対象になりません。申請方法など 申請書が必要な方は、市役所福祉課厚生保護係までご連絡いただければお送りします。なお、申請書などには、民生委員の確認が必要になります。ご不明な点はお問い合わせください。

- 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132)



検針にご協力を

水道メーター検針は、2カ月に一度、1日から8日の間に行います。

冬期間(11月～4月)は積雪などで、水道のメーターが検針できない場合がありますので、メーターボックスの上の除雪をお願いします。

なお、除雪などがされていない場合はメーターを確認することが困難なため、認定水量(過去の使用量を参考にして決める水量)で検針したものとみなしお知らせします。

「上下水道使用量のお知らせ」で通知しますのでご確認してください。なお、水道管が破裂し、漏水などした場合も、水道料金は使用者の負担となりますので、月に1回はメーターの確認をお願いします。

緊急(破裂、漏水)工事の連絡先

水道工事の依頼先が分からない場合や、休日(年末年始)に自宅の水道施設に障害が発生したときは、☎090(4922)0256または090(7818)6674にお電話ください。

市が指定した緊急工事担当番店が対応します。
・豊田地域の方は、豊田上下水道指定工事店組合【代】小林管工☎38(2090)までお電話ください。

年末年始(12月29日～1月3日)は、閉庁のため水道の開栓・閉栓はできません。年末年始の間に転入転出などにより開栓・閉栓を予定している場合は、12月28日の午

ジェネリック医薬品(後発医薬品)の利用にご協力ください

市の国民健康保険会計は、高齢化や医療環境の進展などに伴い、年々医療費が増加する傾向にあり、財政運営は大変厳しい状況です。

市では、平成20年にジェネリック医薬品(製薬会社が開発した医薬品の特許が切れた後に、別のメーカーが同じ有効成分でつくる薬)の利用の推進のため「ジェネリック医薬品希望カード」を市内全世帯に配布しました。

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と同様に品質や安全性は国の承認を受けて販売されている薬であるため、同等の有効成分で低価格になっています。

ジェネリック医薬品を利用することで、医療費を節約することができます。

前中までに手続きをお願いします。また、新年は1月4日から営業を始めます。問い合わせ先
◇水道管など工事・修理に関すること

- 問い合わせ先
市役所福祉課国保医療係
☎22 2111 (内線296)
- 市役所上下水道課上下水道係
☎22 2111 (内線282)
- ◇開栓、閉栓、検針、上下水道料金に関すること
市役所上下水道課営業係
☎22 2111 (内線284)

(仮称)中野市新みよし保育園 基本設計平面図(案)にご意見を お寄せいただきありがとうございます

来年度建設予定の(仮称)中野市新みよし保育園の基本設計平面図(案)の意見募集をしたところ、次のとおりご意見をいただきました。

市の考えと合わせてお知らせします。

ご意見①【エアコンが入るようにしてほしい(あまり暑いと体に悪いと思う)】

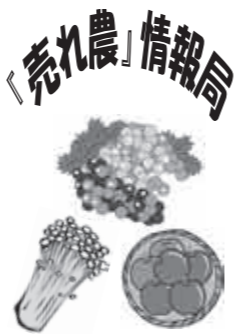
市の考え：体温調整機能が未熟な未満児(2歳児以下)が使用する部屋については、エアコンの設置を計画しています。市内の公立保育所全園において、同様の対応としています。

ご意見②【床暖がよい】

市の考え：床暖房についても、未満児室への設置を計画しています。以上児(3歳児以上)が使用する部屋については、FF方式の暖房を計画しています。

ご意見③【たかやしろ保育園のこ・フルーツ料理コンクール】表彰式および優秀作品の試食提供を行いました!

11月12日(土)、長野県中野勤労者福祉センターで開催された『産業展』の会場に



「我が家の料理大集合」のこ・フルーツ料理コンクール」表彰式および優秀作品の試食提供を行いました!

11月12日(土)、長野県中野勤労者福祉センターで開催された『産業展』の会場に

赤ちゃん「ほっと」ルーム整備事業を活用ください

県では、商業施設などが授乳室やおむつ交換台を設ける際に、物品の購入費を補助する制度「赤ちゃん「ほっと」ルーム整備事業」を実施しています。

この補助金の交付をご希望の方は、長野県健康福祉子ども・家庭課公式ホームページから申請書をダウンロードし、次のとおりお申し込みください。

補助対象施設

不特定多数の者が利用する民間施設など(商業施設、医療施設、観光施設、社会福祉施設、集会施設など)

補助対象事業

次の設備に係る備品(消耗品)の新設または拡充

- ・おむつ替えのための設備：おむつ交換台、ベビーベッド、おむつ用ごみ箱など
- ・授乳のための設備：授乳用いす、テーブル、パーテーションなど
- ・トイレなどにおける子ども用の安全のための設備：子ども用安全椅子など

補助対象経費

備品(消耗品)の購入および設置の費用(消費税および

子育て支援センター12月の行事予定

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

施設名	日時	行事
さくらんぼ(北部子育て支援センター)	12月9日(金) 午前10時30分～	バンブー ※北部公民館
	12月22日(木) 午前10時30分～	さくらんぼのクリスマス会
りんごっこ(中央子育て支援センター)	12月9日(金) 午後2時～	りんごっこ広場 ※平野児童センター
	12月19日(月) 午前10時30分～	りんごっこのクリスマス会
	12月21日(水) 午後2時～	ヒップホップ(親子リズム)
うさぎっ子(豊田子育て支援センター)	12月9日(金) 午前10時30分～	げんきっこ ※西部公民館
	12月13日(火) 午前10時30分～	うさぎっ子のクリスマス会

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

問い合わせ先

さくらんぼ ☎(22)6622 ⑥日・月・祝日
りんごっこ ☎(22)2259 ⑥日・火・祝日
うさぎっ子 ☎(38)3012 ⑥日・水・祝日

消費生活相談

消費者トラブルと解決法【第16回】

『市役所職員をかたる還付金詐欺』

【事例】

突然電話で、「市役所の〇〇ですが、あなたに還付金をお支払いしますので口座番号と暗証番号を教えてください。今日が期限なので急いでATMに行き、着いたら指示する連絡先にお電話ください。」と言われた。



【解決方法】

まずは市役所に確認してください。また、脅迫などがあった場合は警察に相談してください。

【アドバイス】

ATMで還付金を受け取ることはできません。市役所職員が暗証番号を教えることは絶対にありません。

最近、長野県内でも還付金詐欺の被害が出ていますのでご注意ください。

問い合わせ先

市役所市民課生活交通安全係

☎(22)2111(内線238)

長野県長野消費生活センター

☎026(223)6777

12月には 電話医療相談所です

Q 9カ月の子どもに、咳や鼻水の症状が出てきました。今年RSウイルス感染症にかかる子が多いと聞きましたが、どのような病気でしょうか。

A RSウイルス感染症は、乳幼児の代表的な呼吸器感染症で、秋から冬にかけて流行します。くしゃみなどによる飛沫や接触感染でうつり、発熱や鼻水、咳など風邪のような症状を引き起こします。2歳ごろまでには、ほとんどの乳幼児が感染し、その後もう一度感染を繰り返します。

大人は鼻風邪程度の軽い症状で済みますが、乳幼児が初めて感染したときは、肺炎などを引き起こして重症化する場合がありますので注意が必要です。風邪をひいた人が乳幼児にその風邪をうつさないことが大切です。

【予防方法・注意点】

- 手洗い・うがいを行う。
- 乳幼児に、咳やくしゃみを浴びせない。

【こんなときは医療機関を受診しましょう】

- 熱でぐったりしている。
- 咳や鼻水で母乳やミルクが飲みづらく、よく眠れない。
- 水分がとれていない。
- 尿が出ない、唇が乾くなどの脱水症状がある。
- 「ぜいぜい」した呼吸、鼻詰まりやたん詰まりがある、呼吸の回数が多い、呼吸が苦しそう。

問い合わせ先

市役所健康づくり課保健医療推進係

☎(22)2111(内線242)

北信総合病院医療安全管理室

☎(22)2151(内線5522)



ALTの皆さんの主な活動

楽しい英語学習に
活躍するALT

は、市内15校の小中学生の英語授業に参加し、子どもたちのコミュニケーションの楽しさや異文化理解を深めることです。どの教室にも子どもたちの笑顔があふれ、英語学習への積極的で実践的な姿が育っています。

もう一つの活動は市の国際交流事業、「初級英会話教室」の講師などを担当することです。

主催 中央公民館
開催日 毎週火曜日
時間 午後7時～9時
費用 無料
お気軽にお出掛けください。



昨年の発表会の様子

第48回中山晋平記念音楽賞 入選曲21曲が決定しました

48回目となる中山晋平記念音楽賞入選曲が下表のとおり決定しました。応募作品の審査は、10月18日(火)に、長野県吹奏楽連盟名誉会長の藤森章氏と長野女子短期大学教授の吉本隆行氏によって行われ、応募作品223曲の中から、優秀賞8曲、佳作13曲、合わせて21曲の入選曲が選ばれました。

なお、優秀賞の発表会を平成24年1月28日(土)に市民会館ホールにて開催します。
また、優秀賞受賞者の出身校には、学校奨励賞を贈呈します。

賞名	部門	学校名	学年	氏名	曲名
優秀賞	小学校	中野市立中野小学校	5	阿部 雅哉	きれいな夕日
		中野市立日野小学校	5	伊藤 智弥子	私の好きな季節
		佐久市立野沢小学校	4	市川 尚美	やさしい森
		箕輪町立箕輪北小学校	2	小林 幸歩	あきのうんどうかい
	中学校	南箕輪村立南箕輪中学校	2	倉田 遼	春夏秋冬ー心のアルバムー
		長野県伊那弥生ヶ丘高等学校	2	倉田 亜紀奈	旅立ち～明日へ～
姉妹都市	仙台市立国見小学校	5	加藤 澄華	文ぼう具の夜とパーティー	
	北茨城市立常北中学校	2	塩澤 英実	未来に向かって	
佳作	小学校	中野市立中野小学校	5	田村 彩華	うさぎのじまん
		中野市立平野小学校	5	谷中 彩優香	HOS Iの輝き
		中野市立長丘小学校	5	黒川 咲良	ウサギのキャンディ
		中野市立平岡小学校	5	宮崎 真衣	森の中をぬけて
		中野市立科野小学校	6	渡辺 彩音	サクランボ
		中野市立永田小学校	6	渋谷 真実	夏の音
		飯山市立泉台小学校	6	武田 杏夏	チョークと黒板消し
			4	丸山 詩織	
		佐久市立野沢小学校	4	水間 淳奈	夏の海
		中学校	中野市立高社中学校	2	清水 琢光
	2			小玉 治駒	
	箕輪町立箕輪中学校		1	尚山 琴音	別れはかなしいだけじゃない
	高等学校	長野県諏訪清陵高等学校	3	奥住 大輔	星空の街角
姉妹都市		北茨城市立中郷中学校	1	根本 奈美	おもいでのにゃしん
		北茨城市立常北中学校	2	原 紗和子	写真

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

北信広域連合職員採用中級選考試験

北信広域連合では、平成23年度職員採用試験を行います。受験を希望される方は、受験案内で受験資格・試験科目などを確認の上、所定の試験申込書によりお申し込みください。

問い合わせ・申し込み先 北信広域連合事務局 ☎(38)5050

試験区分	採用 予定 人員	受験資格 ※詳しい資格要件については、受験案内を確認ください			1次試験 日時・会場	試験申込 受付期間
		生年月日	住所要件	資格		
中級 試験	看護師 若干名	昭和31年4月2日 以降に生まれた者	住所要件は 問いません	看護師の資格を有する者	1月25日(水) 午前9時～ 中野市役所 会議室	12月12日(月) ～ 平成24年 1月13日(金)

教育を拓く知恵

国際交流の架け橋・外国語指導助手(ALT)

国際化時代を迎えた昭和62年、外国語教育の充実と文化交流のための国際交流員を派遣する外国青年招致事業が始まりました。平成22年現在、約5千人の皆さんが全国で活動しています。市教育委員会では、3名の外国語指導助手(ALT)の皆さんが活躍しています。そこで、皆さんの活動を紹介したり、日本での生活や文化、教育に関する日ごろの思いをお聞きしました。

No.57 編集/中野市教育委員会



ヨーク・ピーチャーさん (26歳)

アメリカ合衆国テネシー州出身

Q1 好きな文化は何ですか？
自国：シリアルの種類が豊富
日本：安全で規則を守る社会
Q2 自国の特色は何ですか？
アメリカは広くて気候、習慣、景色、英語の発音、法律までさまざまだから一つの言葉でアメリカを言い表すことはできないです。

Q3 日本人のマナーから学んだことは何ですか？
日本人はとても優しく人を思いやる気持ちがあります。日本に滞在してから、人の気持ちを考えるようになったと思います。

Q4 日本の学校の感想は？
中学校の仕事はとても楽しいです。しかし「先生」という仕事の大変さにびっくりします。朝早くから夜遅くまで忙しく、多くの責任もあり、私にはまねができないと思います。



ナカムラ・ダレンさん (31歳)

アメリカ合衆国ハワイ州出身

Q1 好きな文化は何ですか？
自国：ハワイの方言です。
日本：電車でどこへも行ける
Q2 自国の特色は何ですか？
ハワイはきれいな海やフラダンスで有名な常夏の島です。でも真の特色は「Aloha Spirit」です。

Q3 日本人のマナーで驚いたことは何ですか？
私は今年の3月に地震が発生した時に東京にいました。こんな怖い時でもみんな落ち着いて、冷静に避難しました。互いに助け合っていることに驚きました。

Q4 中学校英語の感想は？
みんな頑張っています。「英語は無理だ」という生徒でも英語であいさつしてくれます。試験の勉強だけではなく、英会話も重視してほしいです。



デイビッド・レイリングさん (27歳)

アメリカ合衆国オハイオ州出身

Q1 好きな文化は何ですか？
自国：感謝祭の七面鳥の料理
日本：中野シヨンシヨンまつり
Q2 自国の特色は何ですか？
アメリカはとても広いのでうまく言えません。私の市ではアイルランドやポーランドの祭りがあります。

Q3 日本人のマナーで不思議に思ったことは何ですか？
時々、日本人の気持ちの表し方がわかりません。アメリカ人は気が強くて言いたいことは直接言います。日本人は建前がマナーです。

Q4 小学校英語の感想は？
児童と楽しく学んで欲しいです。完璧でなくてもいいです。先生が間違えたり頑張ったりすれば、児童も自分の間違えを気にせず英語で自信を持つようになります。

自分の健康に関心を持ちましょう

市の特定・いきいき健診、特定保健指導では、生活習慣病の前触れとなるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防に重点を置いた検査・保健指導を行っています。年に一度は健診を受けて、自分の体の状態を知りましょう！

▼「平成23年度特定健診・いきいき健診」を受診された方の集計結果 単位(%)

		項目	基準値	異常なし	要注意	受診が必要
摂取エネルギーの過剰	肥満	腹囲	男性85cm未満、女性90cm未満	76.7		23.3
		BMI	25未満	80.1		19.9
動脈硬化危険因子	脂質	中性脂肪	150mg/dℓ未満			
		HDLコレステロール	40mg/dℓ以上	39.5	24.6	35.9
		LDLコレステロール	120mg/dℓ未満			
	血圧	血圧	収縮期血圧130mmHg未満かつ拡張期血圧85mmHg未満	49.8	9.1	41.1
	血糖	血糖	空腹時血糖100mg/dℓ未満かつヘモグロビンA1c5.2%未満	21.3	67.8	10.9
	尿酸	尿酸	7.0mg/dℓ未満	90.7	5.1	4.2
喫煙	たばこ		86.6		13.4	
				喫煙なし		喫煙あり

※「受診が必要」には、治療中の方を含む



健診結果を生活習慣の改善に生かしましょう！

精密検査が必要な方でまだ受診されていない方は、必ず受診しましょう。

内臓脂肪の多少にかかわらず、検査値が少しでも高い方や複数の危険因子がある方は、動脈硬化の進行も早いといわれています。

健診では、約8割の方に高血糖が指摘されており、糖尿病が心配となります。糖尿病の診断には、血液検査ではヘモグロビンA1cと空腹時血糖、尿検査では尿糖が用いられます。

このうち、ヘモグロビンA1cは、過去1～2カ月の血糖状態を表しています。食事などの影響を受けにくく、血糖値に比べ、正確な血糖状態

今後、市のいきいき健康講座において、糖尿病やがん予防、たばこなどについて学習会を行う予定です。これからの健康づくりや生活習慣病予防のために、ぜひご参加ください。

知ることができます。

ヘモグロビンA1cが5.2%以上の場合、糖尿病の一手前といわれます。自覚症状がないので心配ないと思われがちですが、数値が高い状態が長く続くと、知らず知らずのうちに血管を傷つけ、いろいろな合併症を起こす危険があります。値が『ちょっとだけ高い』と思わず、日々の食習慣や運動について見直してみませんか。

随時、保健師・管理栄養士が保健指導・相談に応じています。

問い合わせ先 市役所健康づくり課健康管理係 ☎(22) 2111 (内線242)

はつらつ健康教室参加者募集 (全6回)

体と心の健康について楽しく学び、家庭や地域で役立ててみませんか。
会場 中野保健センター
受講料 無料(ただし、こけ玉材料費として1,000円)

定員 35名
申込期限 平成24年1月6日(金)
問い合わせ・申し込み先 市役所健康づくり課健康管理係
☎(22) 2111 (内線242)

(平成24年)1月11日(水) 午後1時30分～4時	講演「ふとって何かいいことありますか？」 講師：飯山赤十字病院 古川 賢一 院長
1月25日(水) 午前9時30分～午後0時30分	講話・調理実習「食事編～お役立ち！健康家庭料理のコツ～」
2月7日(火) 午後1時30分～4時	講話・調理実習「伝えていきたい郷土食～やしょうま～」 講師：中野市食生活改善推進協議会
2月22日(水) 午後1時30分～4時	講話「心と体をほぐして10歳若返る」 講師：三井 洋子さん 演習「運動編～筋肉を増やして、脂肪の燃えやすい体を目指そう～」
3月5日(月) 午後1時30分～4時	講話「歯科編～すてきな笑顔はお口から～」 講話・実技「体のゆがみをリセット」 講師：岡田 千寿子さん
3月12日(月) 午後1時30分～4時	講話・演習「生きがいで人生にメリハリを～身近な素材を使って『こけ玉』づくり体験～」 講師：碓井 智子さん



健康まつりに約600人が参加

4月から10月まで、市内11地区で各地区区長会、保健補導員会などのご協力により、「健康まつり」を開催しました。(中野地区は雨天のため中止)
保健補導員会による「のびのび体操」や血圧測定友の会による血圧測定のほか、運動の効果や正しい歩き方、ストレッチなどを健康運動指導士から学び、地区内のコースを

- ウォーキングの心得
- 運動前には、しっかりと水分補給をしましょう。
- 冬は日中の暖かい時間帯に歩きましょう。
- 道路は歩道または右側を歩きましょう。

30分程度歩きました。歩くことは、誰でも気軽にできる運動で生活習慣病の予防にもなります。1日1万歩を目標に、歩くことから健康づくりをはじめましょう。

10月15日(土)、中野保健センターを会場に、「2011健康づくりフェスティバル」を開催しました。
当日は、「健康づくり実践賞」の贈呈式や各団体が健康に関するコーナーを開設し、延べ1255人の来場者がありました。また、講演会では講師に日

本福祉大学中央福祉専門学校専任教員の渡辺哲雄さんをお迎えし、あなたは認知症を予防していますか？「認知症になつた波平」と題し、サザエさん一家を例に挙げ、ユーモアを交えてお話いただきました。
【健康づくり実践賞の表彰】本年度は、口腔衛生の自己

管理に努められ、89歳にして23本の歯を有する柴田秀雄さんと、85歳にして25本の歯を有する柴田とき江さんご夫妻(西江部)が受賞され、賞状と記念品を贈呈しました。



2011 健康づくりフェスティバル



市内商工業の発展、
 地域振興の一助となるために
 取り組んでいます。



有賀 雅幸 さん
 【吉田・27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、中野商工会議所に勤務している有賀雅幸さんにお話を伺いました。

◆ どのような仕事をされていますか？
 商工会会員である事業者さんの記帳事務代行をしています。日常の帳簿付けのお手伝いなどは、限られた日数で量も多い中、ミスのできない仕事なので非常に神経を使います。大変ですが、会員さんから「いろいろありがとう」と声を掛けていただいたときは、やりがいを感じます。

◆ また、商工会青年部を担当し、青年部活動の支援もさせていただいています。
 そのほか、中野ひな市や中野祇園祭、中野えびす講・産業展の企画運営などにも携わっています。最近では産業展の準備に追われていました。

◆ 今の仕事を選んだ理由はありますか？
 地域に密着した仕事で、元の皆さんに貢献したいと思ったからです。

◆ 休日はどのように過ごしていますか。趣味はありますか？
 高橋時代にはサッカー部に所属していました。現在も社会人サッカーチームに参加しています。最近は仕事が忙しく、なかなか参加できないのですが時間を作って体を動かしたいです。

◆ 中野市にはどのようなイメージを持っていますか？
 農業や商業、工業などそれぞれの分野で多くの資源を持つ市だと思います。

◆ 今後の抱負をお願いします。
 現在は、事務のお手伝いですが、勉強して経営面のアドバイスなどの支援ができるようになりたいです。



広報クイズ

■ 今月のプレゼント
 月の兎キュービー
 ……5名

問題
 平成22年度
 国勢調査確定値
 市の人口は
 ○○○○人です。

クイズの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名を記入の上、日ごろ感じていることを書き添えて、次の宛先まで送付してください。
 ※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
 中野市役所
 庶務課秘書広報係 行
 住所・氏名・年齢・電話番号・世帯主
 切手

未来への挑戦

チャレンジ

国産パプリカで市場開拓

○きっかけ・取り組み

スーパリーのバイヤーからの紹介で15年ほど前からパプリカ栽培を始めました。現在、4000平方メートルの温室で、年間80トンを生産しています。農業のノウハウがなかったため、パプリカ栽培の先進地であるオランダの技術を導入し、水耕栽培に取り組みました。水耕栽培は、植物の生育を制御しながら収量を上げられるメリットがあります。

温室栽培では、クーラーを使い温室を冷やす工夫や植物に必要な光を取り入れることに視点をおき取り組んでいます。当初は、1本の苗からパプリカが3個程度しか実らず、



▲パプリカ

第12回

やっつけていけるのか不安でした。試行錯誤の結果、ビルの省エネガスをヒントに、遮光フィルムを開発しました。このフィルムの開発で植物の生育に適した環境づくりが行えるようになりました。

パプリカはビタミンCが豊富で、ピーマンに比べ、肉厚で甘みがあり、栄養価も高い野菜です。オリーブオイルや酢を使った料理にとっても相性がよく、サラダや炒めものなどがお薦めです。

○目標
 野菜栽培の産業化を図り、海外からの輸入品で占められているシェアを開拓したいと思っています。
 また、栽培面積を数ヘクタール規模へ拡大し、トマト・ナス・キュウリなどの施設栽培に挑戦したいと考えています。



新保 小林 豊 さん

市民リレーインタビュー 走者 キャッチボール

No.51
 滝沢 俊行さんから紹介された



井上 潤子 さん
 (医療事務・小田中)

- ①自己紹介
 趣味は、トイカメラを片手に散歩することです。街中を散策しながら、写真を撮っては、家でスクラップして楽しんでいます。
- ②今後チャレンジしたいこと
 今年は、念願だったバイクの中型免許を取得しました。愛車はホンダのクラブマン。この愛車で来年は、いろいろな所へ出掛けたいと思います。
- ③これからのまちづくりに望むこと
 銀座通りがきれいに整備され、イベント時はにぎわっていますが、そのとき以外にもにぎわう場所になってほしいと思います。

プロ野球選手になりたい



科野小学校 5年
 池田 草太郎 さん

ぼくの将来の夢は、プロ野球選手になってかっこよくすることです。

理由は、今ぼくは野球チームに入っています。そして、ぼくは巨人の高橋由伸選手にあこがれているからです。高橋選手は、取れない難しい打球も、あきらめないで取るからです。ぼくもそんな選手になりたいです。

プロになってかせいだお金は、世界でこまっている人にきふしたいです。

プロ野球選手になったら、メジャーリーガーになりたいです。

そのために毎日、すぶりをやっつけて努力していきたいです。勉強もがんばりたいです。

野球はチームワークが大切なので、仲間を大切にしたいです。

キャプテンのいうことをちゃんと聞いて、みんながエラーしてもせめないでいきたいです。

それで有名な選手になりたいです。



No.80

差別をなくす市民集会

▶ 伝統の伊勢萬歳が会場に福を呼びました

11月14日、市民会館ホールにおいて、2011差別をなくす市民集会を開催しました。

当日は、「今に生きる門付け芸の世界～伊勢萬歳」と題して、元大阪人権博物館学芸員の太田恭治さんによる講演があった後、村田社中の村田清光さんと中川晃さんが「伊勢萬歳」を公演しました。

最後に、行政と市民とが一体となって、差別のない人権のまちを創ることを集会宣言とし閉会しました。



信州のシンボル



NAKANANO スナッツ

中野市駅伝大会

▶ 号砲とともに勢いよく走り出すランナーたち

11月6日、北信濃ふるさとの森文化公園周辺を会場に中野市体育協会主催の第7回中野市駅伝大会が開催されました。当日は、支部対抗の部に7チーム、オープンの部に18チームの計25チームが参加。時折、雨の降るあいにくの天候でしたが、選手たちはチームのタスキをつなげようと力走をみせました。

なお、結果は支部対抗の部で平野支部が、オープンの部でチームNDFが優勝しました。



日野原重明先生「いのちの授業」

◀ 児童に向けて熱く語りかける日野原先生

昭和53年から市の健康づくりに協力いただいている聖路加国際病院理事長・名誉院長の日野原重明先生による「いのちの授業」が11月18日、科野小学校において行われました。当日は、科野小学校の高学年児童68人が聴講。

日野原先生は「時間やいのちのように目に見えないものが大切」「今は自分のために使っている時間を大きくなったら、人のために使ってください」と話し、児童たちは真剣な表情で聴いていました。

もみじ祭り

▶ 勇壮な太鼓演奏が披露されました

11月13日、道の駅ふるさと豊田において、もみじ祭り実行委員会主催「2011もみじ祭り」が開催されました。

会場では、地元農産物・特産品の販売やきのこ汁の振る舞い、めだかすくい、竹とんぼ作り体験などが行われたほか、餅つきやもみじ太鼓の皆さんによる太鼓演奏などの催しがありました。

当日は、秋晴れの恵まれた天候で、市内外から訪れた大勢の人でにぎわいました。



子ども議会

◀ 児童たちが市政に対する提言をしました

11月16日、市議会議場において、「平成23年度子ども議会」を開催しました。

これは、将来を担う子どもたちに市政への関心を抱いてもらうために行ったもので、日野・延徳・豊井小学校6年生90人が参加しました。

当日は、代表者12人が子ども議員として、「道路整備」「農業振興」「環境問題」などについての質問・提案をし、市長や教育長が答弁しました。



まちなか美術館まつり

◀ 市収蔵の美術作品を展示

「秋の信州中野まちなか美術館まつり」と題して、市内民間美術館などの施設に協賛いただき、市街地周辺一帯を中心に美術展を開催しました。

市が収蔵する美術作品を同時期に、そして一堂に鑑賞してもらう機会として開催した「市収蔵美術作品移動展」のメイン会場となった旧中野高等学校体育館では、11月5日から20日の期間中、洋画を中心に約100点を展示、大勢の方が鑑賞しました。

表紙の説明

中野えびす講

11月12日・13日の2日間「中野えびす講」が市街地を中心に開催されました。両日とも好天に恵まれ、七五三行列や中野立志館高校ブラスバンド、中野西高校のマーチングバンドをはじめ、七福神の衣装や紅白の衣装を身にまとった「100人えびす大行進」が青空の下、行われました。また、中野市産業展、JA感謝祭、病院祭、職訓祭などさまざまなイベントが開催され大勢の人でにぎわい、活気にあふれていました。



帯の瀬の日開設 一帯の瀬 ハイツをご利用ください

農村環境改善センター「帯の瀬ハイツ」では、農村交流のために毎月「帯の瀬の日」を設けました。皆さんのご利用をお待ちしています。

12月の「帯の瀬の日」
期日 12月20日(火)
時間 午前10時～午後3時
イベント 年忘れ落語会
季節のお風呂 ゆず湯
送迎バス JA倭事業所→JA科野事業所→JA北部店（平岡事業所）→JA中央店（中野事業所）

1月の「帯の瀬の日」
期日 平成24年1月20日(金)
時間 午前10時～午後3時
イベント 迎春民謡大会
季節のお風呂 みかん風呂
送迎バス JA高丘事業所→JA西部店（平野事業所）→JA中央店（中野事業所）

持ち物 昼食、入浴道具
利用できる方 市内在住のおおむね65歳以上の方 **参加料** 無料
予約 3日前までに予約が必要です。
受付時間 午前9時～午後5時
休館日 月曜日、12月29日～1月3日
その他 駐車場に限りがありますので、送迎バスをご利用ください。
☎・☎ 農村環境改善センター ☎(22)6210

住居・生活支援の相談に応じます

ハローワークでは、職業相談だけでなく、お仕事をお探しの方に対し、住居・生活支援の相談も行っています。お近くのハローワーク「住居・生活支援窓口」をご利用いただくか、電話にてお問い合わせください。

相談内容

- ・住宅手当のご案内
- ・総合支援資金貸付のご案内
- ・求職者支援訓練(給付金)のご案内

☎ ハローワーク飯山 ☎0269(62)8609

ホームタンクからの油漏れにご注意ください

冬になると、ホームタンクからの油漏れが多発します。油が流出すると、処理に多くの時間と費用が掛かり、処理費用は原因者の負担となることがあります。ホームタンクで灯油などを貯蔵しているご家庭は、次の点に注意しましょう。



- ・灯油の小分け作業中は、絶対にその場を離れないようにしましょう。
- ・定期的にホームタンクの残量を確認しましょう。
- ・流出事故防止のため、防油堤を設置しましょう。
- ・器具や配管に腐食や亀裂がないか確認しましょう。

※灯油を流出させてしまったときは、速やかにご連絡をお願いします。

問い合わせ・連絡先

市役所環境課環境係 ☎(22)2111 (内線247)
中野消防署 ☎(22)3386 豊田消防署 ☎(38)2355
北信地方事務所環境課 ☎(23)0202

住宅リフォーム緊急支援事業補助金

受け付けを延長しました 住宅リフォーム緊急支援事業補助金の受け付けを延長しました。平成24年3月31日までに工事が完了し、あわせて工事代金の支払い後、補助金交付請求書の提出ができる住宅リフォーム工事が対象となります。

対象となる住宅 市内の一戸建て住宅など（賃貸住宅は対象外）
補助金額 5万円～13万円（工事に要する費用や住宅の状況などにより異なります）

申込方法 事前申込書に必要事項を記載の上、対象工事の見積書を添付し、提出してください。受け付けは先着順で、予算に達し次第、受け付け終了となりますので、お早めにお申し込みください。

※補助要件や申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ・事前申込書提出先

都市計画課建築住宅係 ☎(22)2111 (内線273)

有料広告欄

100羽未満の家きん飼養 状況調査を行っています

家畜伝染病法の一部改正に伴い、100羽未満の家きん飼育者の方も飼育する鳥類の種類と羽数などを年1回県知事に報告することが義務付けられました。

指定の家きんを飼育されている方は、ご連絡をお願いします。

指定の家きん ニワトリ、アヒル、ウズラ、キジ、ダチョウ、ホロホロチョウ、シチメンチョウ

※100羽以上飼育されている方で、家畜保健衛生所から通知などが届いていない方もご連絡をお願いします。

☎ 長野県家畜保健衛生所防疫課 ☎026(226)0923
ファクス026(227)2665

子ども手当

手続きはお済みですか？

10月から子ども手当が変わりました。9月以前に受給されていた方も、あらためて手続きが必要となります。

対象となる方へは、ご案内をお送りしてありますので、手続きがお済みでない方は、手続きをお願いします。

☎ 子育て課子ども支援係(内線356)

有料広告欄

井戸水の水質検査をしましょう

地下水は、有害物質の地下浸透などが原因で、汚染する恐れがあります。また、市内の地下水からはヒ素やホウ素が検出される傾向にあり、一部では基準を超過しています。

年1回以上は水質検査をしましょう。

一般的な検査項目 一般細菌、大腸菌、硝酸性窒素および亜硝酸性窒素、塩化物イオン、有機物、pH値、味、臭気、色度、濁度

その他の検査項目 地域の特性などから必要に応じてヒ素やホウ素、トリクロロエチレンなど

※水質検査は水道法に基づく登録検査機関などで受けることができます。詳しくはお問い合わせください。

☎ 環境課環境係（内線247）

住民基本台帳の閲覧状況を公表します

住民基本台帳法第11条の規定により、住民基本台帳（一部の写し）の閲覧状況を公表します。 ☎ 市民課窓口係（内線236）

期間 平成22年11月1日～平成23年10月31日

閲覧日	閲覧者	委託者	閲覧目的	閲覧対象	閲覧件数
平成22年11月10日	社団法人中央調査社	内閣府大臣官房政府広報室	少年非行に関する世論調査	20歳以上男女【金井477～1122番地】	14件
12月15日	(株)ビデオリサーチ	日本たばこ産業(株)	全国たばこ喫煙者率調査	大正10年5月1日～平成3年4月30日生まれの男女【若宮】	20件
12月16日	(株)日本リサーチセンター	日本銀行情報サービス局	生活意識に関するアンケート調査	20歳以上の男女【小田中】	15件
平成23年1月12日	社団法人中央調査社	NHK放送文化研究所	社会的関心に関する調査	16歳以上男女【西町】	12件
2月9日	自衛隊長野地方協力本部		自衛官募集のための適齢者情報	平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ男女	478件
4月18日	長野県総務部行政改革課		信州型事業仕分けに係る県民判定人候補者	18歳以上の者	80件
5月12日	NHK長野放送局		全国個人視聴率調査	明治～平成16年生まれ男女【替佐、美沢、笠倉～南永江、上小田中】	26件
7月5日	(株)日経リサーチ	文部科学省国立教育政策研究所	OECD国際成人力調査	16歳以上65歳以下の男女【大俣、田麦、厚貝】	36件
9月6日	NHK長野放送局		全国個人視聴率調査	明治～平成16年生まれ男女【替佐、美沢、笠倉、碓～南永江、北永江、梨久保～豊田深沢】	14件



資源物の特別回収を行います

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

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

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

相談無料 秘密厳守

多重債務者無料相談会

～借金問題、一人で悩んでいませんか？～

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。
 多重債務などの借金問題でお困りの方は、一人で悩まずこの機会にご相談ください。

面接は予約制で行いますので、事前に次の予約先へお電話ください。

日時 12月9日(金) 午前10時～午後5時
 会場 長野消費生活センター（長野保健福祉事務所庁舎1階）
 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。一人で悩まずご相談ください。

〇 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

年末特別警戒の実施

年の暮れ みんなでつくろう 安心の街

実施期間 12月1日(木)～31日(土)

重点事項

- ①金融機関・コンビニエンスストアなど対象の強盗事件の防止
- ②街頭犯罪などの抑止
- ③振り込め詐欺被害の防止
- ④子どもや女性が被害者になる犯罪の防止



〇 市民課生活交通安全係(内線238)

年末の交通安全運動

信濃路は ゆとりの笑顔と ゆずりあい

実施期間 12月11日(日)～31日(土)

重点事項

- ①高齢者の交通事故防止
- ②飲酒運転の根絶
- ③夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止
- ④全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



〇 市民課生活交通安全係(内線238)

中野市民スキー教室 参加者募集

期日 平成24年1月15日(日)、22日(日)
 会場 木島平スキー場(集合、解散)
 参加資格 小学校2年生以上(初心者、市外の方も参加できます)
 種目
 ①一般レッスン
 ②ポールレッスン
 ※今回は、スノーボードレッスンがありませんので、ご了承ください。



参加料 1日：2,500円、2日間：4,000円(傷害保険料込み、リフト代別)

送迎バス 市営運動場北側駐車場からバスでの送迎を行います。(午前9時集合、午後4時45分ごろ解散)
 ※バスの送迎は1,000円(昼食付き)で、付き添いのみの方も利用できます。

申込期限 平成24年1月6日(金)
 ※期限後の申し込みも受け付けますが、初回は傷害保険が未加入となりますので、ご注意ください。

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。
 ※詳しくは、直接お問い合わせください。

〇 中野市体育協会事務局
 ☎(26)3572

新春走り初め大会参加者募集・新春のつどい開催

期日 平成24年1月2日(月)
 時間 開会式～午前9時50分から
 コース 豊田文化センター周辺
 参加資格 ①市内に在住・在勤の方
 ②中野市出身の方
 参加費 100円(申し込み時に支払い)
 ※降雪状況など、やむを得ず中止した場合でも返金しませんので、あらかじめご了承ください。
 申込期限 12月16日(金) 午後5時
 その他 大会に引き続き、「新春のつどい」を開催します。きのこ汁の振る舞いと、故郷太鼓の皆さんによる演奏も行われる予定です。

〇〇 文化スポーツ振興課スポーツ振興係(内線364)
 B&G海洋センター ☎(38)3800
 市民体育館 ☎(26)3572
 豊田公民館 ☎(38)2922

市立図書館ビデオ上映会 としょかんプチ☆キネマ

市立図書館では、毎月第1水曜日と第3日曜日にビデオ上映会「としょかんプチ☆キネマ」を開催しています。
 皆さん、お気軽にお出掛けください。
 会場 市立図書館2階AVホール
 入場料 無料

期日 12月18日(日)
 時間 午後2時から
 内容 ポーラー・エクスプレス

期日 平成24年1月4日(水)
 時間 午後4時から
 内容 スーパーマン1

※申し込みは不要ですが、座席に限りがありますので、お早めにご来館ください。

〇 市立図書館 ☎(26)5841

「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 12月28日(水) 午後5時15分
 広報なかの掲載号 平成24年2月5日発行の2月号から
 ホームページ掲載日 平成24年2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> にも掲載してい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～

「平成24年度各種納税通知書用封筒」へ掲載する広告を募集します

暮らしに役立つ広告をお待ちしています。

市の自主財源を確保し、市民サービスの向上を図るため、平成24年度各種納税通知書用封筒の裏面に有料広告を掲載していただける事業者などを募集します。なお、掲載の可否は、市の審査委員会にて審査をします。

封筒の規格	広告枠の規格	広告枠数	広告料	封筒を使用する税目【作成枚数】	発送(使用)時期
(縦)12.0cm × (横)23.0cm	封筒裏面 (縦)5.5cm × (横)9.5cm 黒1色	1枠 *4税目共通封筒として一括作成するため1枠扱い	95,025円(税込み)	固定資産税・都市計画税【19,500枚】 軽自動車税【9,000枚】 市民税・県民税(普通徴収用)【11,700枚】 国民健康保険税(普通徴収用)【10,800枚】	4月中旬 5月中旬 6月中旬 7月中旬

申込期限 所定の申込書により、平成24年1月13日(金)までにお申し込みください。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。税務課課税係(内線225)までお問い合わせください。

「中野市検診通知書用封筒」へ掲載する広告を募集します

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ていただける事業者などを募集します。なお、掲載の可否は、市の審査委員会にて審査をします。

封筒の種類	封筒の規格	広告枠数	作成枚数	広告料(税込み)	発送(使用)時期
中野市検診通知書用封筒	(縦)31.0cm×(横)22.5cm	4枠	15,900枚	40,792円(1枠)	5月～9月
中野市歯周疾患検診通知書用封筒	(縦)10.5cm×(横)23.5cm	1枠	3,600枚	13,230円(1枠)	4月

【広告枠の規格】 各封筒の裏面(縦)5.5cm×(横)9.5cm 緑1色

申込期限 所定の申込書により、12月28日(水)までにお申し込みください。

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。

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。健康づくり課健康管理係(内線242)までお問い合わせください。

各種相談日程

相談内容について秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

相談名	日時	会場	問い合わせ先
子ども相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	子ども相談室	子ども相談室 (内線278)
保健師による 子育て相談	毎週月・水・金曜日(休所日を除く) 午前10時～11時	りんごっこ (中央子育て支援センター)	中央子育て支援センター ☎22-2259
定期健康相談	①毎週水曜日 午前10時～11時30分 ②毎月第1木曜日 午前10時～11時30分	中野保健センター 豊田保健センター	健康づくり課健康管理係 (内線242)
介護に関する 総合相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	中野保健センター	地域包括支援センター (内線366)
行政相談	12月12日(月)、平成24年1月10日(火) 午前9時～11時30分…豊田支所相談室 午後1時～4時…市民会館44号会議室		庶務課庶務文書係 (内線211)
身体障害者相談所 (予約制)	毎月第1・3水曜日 午後2時～4時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
福祉相談 ボランティア相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
女性相談窓口 (面接は予約制)	毎週月・水・金曜日 (電話) 午前9時～午後5時 (面接) 午前9時～午後5時	中野人権センター	男女共同参画推進室 (☎23-4810)
心配ごと相談	毎週月～金曜日 午後1時30分～4時30分	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
結婚相談 (予約制)	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
消費生活相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	市民課生活交通安全係	市民課生活交通安全係 (内線238)
交通事故 巡回相談	平成24年1月19日(木) 午前10時～午後3時	北信地方事務所	北信地方事務所 (☎22-3111)
法律相談 (予約制)	毎月第1・3月曜日 (月曜日の場合は翌火曜日) 午後1時30分～3時30分	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
職業相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	中野市地域職業相談室 (南宮庁舎)	中野市地域職業相談室 (☎23-4710)

電話相談

専用電話をご利用ください。

電話医療相談 ☎23-0300

午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日を除く)

子ども電話相談 ☎23-3191

午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

児童虐待・DV24時間ホットライン

☎0263-91-2410

展示案内

ぜひ、ご覧ください。

市立博物館 Ⓢ火曜日 ☎22-2005	常設展示「中野市の自然と歴史・文化」
中野陣屋・ 県庁記念館 Ⓢ火曜日 ☎23-2718	第14回みづえ会作品展 12月12日(月)まで 中野写真クラブ作品展 12月15日(木)～28日(水)

年金

国民年金任意加入制度 - 60歳からでも加入ができます -

「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

老齢基礎年金は、20歳から60歳になるまでの40年間、保険料を納付しなければ、満額を受け取ることができません。納め忘れなどで納付済期間が40年に満たない場合は、60歳から65歳(老齢基礎年金の受給資格である保険料納付済期間や免除などを合わせた期間が25年に満たない方は特例として70歳)になるまでの間に国民年金に任意加入して、満額に近づけることができます。

また、日本国籍を有する海外在住の方も国民年金に任意加入することができます。

ただし、厚生年金・共済年金の被保険者の方や老齢基礎年金を繰り上げ請求した場合は、任意加入はできません。

付加保険料を納めることもできます

毎月の定額保険料に付加保険料400円をプラスして納めると、納めた月数×200円が毎年の老齢基礎年金に上乗せされます。

☎ 長野北年金事務所 ☎026(244)4100

ご寄付 ありがとうございます

●たかやしろ保育園児の絵本代として

図書カード 15,000円分

< 倭地区社会福祉協議会 様 >

●学校教育振興のため

現金 11,543円

< 高丘小学校PTA父親母親委員会 様 >

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

☎ 庶務課秘書広報係(内線400)

環境トピックス

シリーズ 地球温暖化⑥

◎環境白書を作成しました

市では、中野市環境基本計画に基づく報告書として「平成23年度中野市環境白書」を作成しました。

この環境白書は、平成22年度の中野市が目指す環境指針の取り組み結果や環境保全活動の内容を中心にまとめてあります。

詳細は、直接お問い合わせいただくか、市公式ホームページをご覧ください。

なお、冊子の配布を希望される方は、直接ご連絡をお願いします。

市公式ホームページ

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

☎ 環境課環境係(内線247)



チャレンジ
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
(11月24日現在)

さしあげます

★こたつ板★小動物用ケージ★ベビー用歩行器★炊飯器(ガス)

ゆずってください

★ノートパソコン★農機具★スキーセット(女性用・子ども用)★自転車★介護用歩行器★チャイルドシート★カセットテープ★ベビー用ゲート★木製漬物樽★ベビーシート

ご家庭で不要になった物を再活用しませんか。無償で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。※登録期間は、登録日から6カ月間です。

問い合わせ・申し込み先

市民課生活交通安全係(内線238)

保健だより

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

☆わが家のアイドル☆



やまうち **山内 空和くん**
(3歳1か月)
穏やかな性格で、いつもブ
ロックやお絵描きをして遊んで
います。リンゴが好物です。
自分らしく、のびのびと育っ
てほしいです。
(山内薫・奈美さん 新保)

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/12月13日(火)
受付時間/午後0時45分~1時15分
会場/中野保健センター
対象/平成23年8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(木)・・・日野、延徳、平野、
高丘、平岡
13日(金)・・・中野、長丘、科野、
倭、豊田

対象・接種方法

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

麻しん・風しん混合 (はしか・三日はしか)

対象・接種方法

第1期=生後12~24か月未満
第2期=5歳以上7歳未満で、
就学前の1年間(平成17年4月
2日~平成18年4月1日生まれ)
第4期=高校3年生に相当する
年齢の者(平成5年4月2日~
平成6年4月1日生まれ)
※対象者は無料で接種が受け
られますので、接種される前月
に実施医療機関へ予約してく
ださい。

乳幼児健康診査

受付時間/午後0時45分~1時15分

会場/中野保健センター

持ち物/母子健康手帳、オムツ、
バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3か月健診	12月13日(火)	23年8月生
7か月健診	12月14日(水)	23年4月生
1歳6か月健診	12月16日(金)	22年5月生
2歳児健診	12月12日(月)	21年11月生
3歳児健診	12月15日(木)	20年11月生

マタニティクラス

期日/平成24年1月10日(火)

時間/午後1時15分~4時

会場/中野保健センター

内容/母子の歯の健康、出産・子育てにおける制度とサービス、
妊婦体験、もく浴演習、母乳
栄養と乳房管理

育児教室

期日/平成24年1月23日(月)

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、
離乳食の話(試食あり)

日本脳炎

日本脳炎の1期・2期の接種が終了していない平成7年6月1日~平成18年4月1日生まれの方が、接種を受けることができるようになりました。

ご希望の方は、健康づくり課へお問い合わせください。

心の健康相談

精神保健福祉士が相談に応じます。

期日/平成24年1月12日(木)

時間/午後2時~4時

会場/中野保健センター

費用/無料

※1月10日(火)までに健康づくり課へ
お申し込みください。

こころの健康相談統一
ダイヤルをご利用ください

☎0570-064556

毎日午前9時30分~午後4時

年末年始の休日緊急診療所

開設日/12月31日~平成24年1月3日

時間/午前9時~正午

午後1時30分~5時

場所/中野保健センター

問い合わせ先/☎(23)2255

大腸がん検診容器返却のお願い

大腸がん検診の申し込みをしたが、都合により受診されなかった方で、未開封の検診用容器をお持ちの方は、12月28日(水)までにお近くの保健指導員か、健康づくり課または豊田支所地域振興課へご返却ください。

子宮がん検診を受けましょう

市では、20歳以上の女性を対象に子宮がん検診を実施しています。

申し込みいただいた方に受診票をお送りしてありますので、12月16日(金)までに市内指定医療機関で受診してください。

なお、申し込みいただいていない方で受診を希望される方は、健康づくり課までご連絡ください。