

広報

2016(平成28年)

なかの3

No.132

中野市は合併10周年

特集

給食に想いを込めて

学校給食センターからの贈り物

2月
15日
(月) 当番

Contents

広報なかの	1 ~ 38
交差点	39 ~ 42
文化なかの	43 ~ 48

特集 給食に想いを込めて ～学校給食センターからの贈り物～



学校給食の歴史

学校給食の日本での起源は、明治22年まで遡り、山形県鶴岡町の私立小学校で貧困児童を対象に、無償で昼食を提供したことが始まりとされています。その後、児童の栄養改善の方法として学校給食が推奨されると、学校給食は全国各地で行われるようになりました。

戦中・戦後には食糧不足により、ほとんどの学校で給食が中断されてしまいました。しかし、発達途中の児童への影響が著しかった状況などから、昭和29年には「学校給食法」が定められ、給食が栄養補給だけでなく「食事の正しい理解と望ましい習慣を養うこと」など、教育としての役割を担うことも定められました。

市内の学校給食の始まり

市内の学校給食は、学校給食法が定められた昭和29年、永田小学校で校内に給食室を設置して給食を調理する「自校方式」によって完全給食を開始したことが始まりです。以後、順次各校で自校方式により実施されますが、安全

で効率的な運用管理のため、「旧中野市学校給食共同調理場」が昭和40年に、「旧豊田村給食センター」が昭和49年に竣工し、複数の学校の給食を一つの調理場で調理する現在の「給食センター方式」がスタートしました。

現在では、老朽化などに伴い新たに建設した、豊田学校給食センター（平成13年竣工）、北部学校給食センター（平成18年竣工）、南部学校給食センター（平成19年竣工）の三つの給食センターが、児童・生徒の健康な心身を育むため、安全で栄養バランスを考慮したおいしい食事を提供しています。

栄養改善から食育へ

平成20年、学校給食法が改正され、給食は「栄養改善」だけでなく、「食育の推進」も目的に追加されました。

望ましい食習慣の形成や社交性の育成など、学校給食が果たす役割は、今後ますます重要になっていくと考えられ、本市も、食への関心を高めるため、栄養教諭などの教室訪問や、地域の農産物を使った献立など、食について考えるきっかけ作りをしています。

いろいろな食材を使った献立を心掛けており、食べられなかったものが食べられるようになったなど、給食を通して子どもたちの成長につながることに、とても喜びを感じます。



栄養教諭
水島 早苗さん

大人になると自分で食べるものを選ばなければならぬので、子どもたちには給食を通じ、将来も健康でいられるようにさまざまなことを学んでほしいと願っています。



栄養士
高橋 佳子さん(左)
栄養士
松澤 澄枝さん(右)

野菜の摂取が増やせるよう、地元産の旬な野菜をふんだんに使い、季節感を出せる献立を意識しています。食べることで、体元気になると思います。



栄養教諭
小林 晴江さん(左)
栄養士
興津佐知子さん(右)

給食メニューの移り変わり

(メニューはモデル献立)

【明治22年】 ※1

おにぎり、塩
鮭、菜の漬物



【昭和27年】 ※2

コッペパン、
ミルク（脱脂
粉乳）、鯨肉
の竜田揚げ、
ジャム



【昭和52年】

カレーライス、
牛乳、塩もみ
サラダ、バナ
ナ、スープ



写真提供：

- ※1) 独立行政法人日本スポーツ振興センター
- ※2) 公益財団法人長野県学校給食会

給食の思い出を聞きました！

- ◆ 余ったデザートをもらうため、命を懸ける思いでじゃんけん大会に挑んでいました（20代男性）
- ◆ ミルメークが大好きでした。牛乳の底にミルメークが残るので、その濃い部分を味わいながら飲むのが楽しみでした（30代男性）
- ◆ 丸パンの日にハンバーグが出ると、ハンバーガーにして食べるのが楽しかったです（30代女性）
- ◆ クジラの肉が好きでした。カレーなどに入っていて、とてもおいしかったことを思い出します（50代男性）

池田茂市長
(60代)



脱脂粉乳が苦手な人も多く
で、私はずっと脱脂粉乳を
付けたパンを焼くのが大好き
でした。食べるのが大好きで



タイムスリップして比べてみよう！

学校給食センターの昔と今

学校生活の元気の源である「給食」は、今も昔も子どもたちにとって変わらない楽しい時間です。

そんな給食を作る学校給食センターは、時代とともにどのように変わっているのでしょうか。

旧中野市学校給食共同調理場（写真左）と南部学校給食センター（写真右）で比べてみました。

昔（17年前）



現南宮中学校テニスコートのところに調理場がありました。調理床はウエット式で、水を流して洗浄を行っていました。



「蒸気釜」と呼ばれる釜を使い、蒸気の熱で調理していました。小・中学校各4釜あり、汁物などを作っていました。



青いゴムエプロン・長ぐつを身に付け、調理のほか、野菜の下処理なども同じエプロンで行っていました。

現在



加熱調理に直火を一切使わないオール電化施設となりました。調理床はドライ化され、衛生管理が保たれています。



釜は全てIH釜に変わり、温度の管理が一目で分かるようになりました。最大5釜で調理ができます。



作業別でエプロンが色分けされており、作業を変える際は必ずエプロンを着替えるなど、徹底した衛生管理が行われています。

給食に込める想い



調理技師
高野 俊江さん

多くの食材を扱うため、日々の仕事は大変ですが、子どもたちのお母さんなどから「今日学校で出た給食の献立を作ってほしいと言われた」といったお話を聞くと、とてもうれしい気持ちになります。給食の時間が子どもたちにとって良い思い出になるよう、想いを込めて調理に励んでいます。



調理技師
青木 広江さん

給食の調理では、異物の混入を防ぐため、袋に入った食材は2人態勢で切り、破片の数も確認を行うなど、念には念をいれた調理を行っています。私たちが学校訪問をした際には、子どもたちから「おいしい」といった反応が聞けるので、喜びとやりがいを持って、日々調理をしています。



学校給食センターに潜入取材



子どもたちの元気をつくる学校給食！
 安心・安全な給食を届けるため、徹底した衛生管理が行われています。
 今回、南部学校給食センターに広報担当者が潜入取材。給食センターの一日を調理工程に沿って紹介します。



月 日 曜日

今日の献立(2月8日)

- ・ごはん
- ・みそワラン汁
- ・豚肉とエリンギのスタミナ炒め
- ・牛乳
- ・いよかん

合計：628キロカロリー
 (小学校高学年)

① 食材の搬入 AM 8:00



生産者の皆さんが大切に育てた食材を搬入します。数量の確認や異物の混入もチェックします。

② 野菜の下ごしらえ AM 8:30



食材に虫が付いていたり、野菜が悪くなっていないか確認しながら、3回水槽を変えて洗います。

③ 野菜を切る AM 8:50



野菜は、機械の刃を変えながら工夫をして料理に合った形になるように切ります。

④ 釜での調理 AM 10:30



一つの釜で約500人分作ります。大きな「かくはん棒」でおいしくな〜れと体全体を使い、かき混ぜます。

⑤ 食缶へ盛りつけ AM 11:10



大きな「ひしゃく」でクラスごとの食缶に盛り付けます。ひしゃく一杯で約10人分になります。

⑥ 学校へ向けて出発 AM 11:20



保温が効いた食缶はコンテナへ移され、専用のトラックに乗せて各学校へと出発します。

ここがスゴイ！ チェック2



アレルギー調理室

子どもたちのアレルギー対策のため、専用の調理室があり、乳製品にアレルギーがある方には、乳製品を除去して豆乳と米粉を使ったシチューに変更するなど、個別の対応を行っています。

ここがスゴイ！ チェック1



「下処理室」や「洗浄室」など、汚れの可能性がある部屋は「調理室」と明確に分離されます。調理員が調理室に入る際は、手洗い・エアシャワーを行うなど、徹底した衛生管理が行われています。

◀手からの感染を防ぐため、各扉は自動ドアまたはフットセンサードア（足を入れると反応する）になっています。

学校給食センターを紹介！



南部学校給食センター

問 ☎ (22) 3555

- ◆給食対象校：日野小、延徳小、平野小、高丘小、南宮中、中野平中
- ◆調理能力：2,500食
- ◆厨房機器：オール電化
- ◆床方式：ドライシステム



北部学校給食センター

問 ☎ (23) 3356

- ◆給食対象校：中野小、長丘小、平岡小、科野小、倭小、高社中
- ◆調理能力：2,000食
- ◆厨房機器：オール電化
- ◆床方式：ドライシステム



豊田学校給食センター

問 ☎ (38) 3466

- ◆給食対象校：豊井小、永田小、豊田中
- ◆調理能力：500食
- ◆厨房機器：灯油、LPガス、電気
- ◆床方式：ドライシステム

なんと！ 3センターで
一日に
5,000食
の調理が可能！！

⑦



PM 0:00



想いのこもった給食が学校に届けられました

※撮影日：2月12日、15日



給食当番の皆さんが配膳します。教室いっぱいにおいしそうな香りが広がります。



給食センターから献立のお手紙が届きます。手紙を読めばより一層給食がおいしくなります。



楽しい給食の時間の始まりです。全部おいしそうで、どれから食べようか迷っちゃう。



今日もおいしい給食を届けてくれてありがとう。全部いただき「ごちそうさまでした★」



⑧ 食器の洗浄・仕分け・収納

PM 1:40



学校から戻ってきた食器は、大きな汚れを落とした後、お盆や食器だけでなく食缶やコンテナも洗浄機に入れて洗浄します。洗浄後はクラスごとに食器を分けてコンテナにしまいます。

ここがスゴイ！
チェック3



コンテナ内にしまわれた食器は、コンテナとともに消毒装置に設置されます。消毒装置は、コンテナの上部の開閉装置を開けることでコンテナと接着し、コンテナ内に熱風を送り込んで殺菌を行います。

◀コンテナの上部と消毒装置が接着する様子。消毒は給食のある日は毎日行われます。時間は電力料金の割安な夜間に行われ、翌朝には全ての食器・コンテナが殺菌された状態になります。

大好きな給食メニューにチャレンジ



キーマカレー



<作り方>

- ①サラダ油に、ショウガとニンニクを入れ、香りが出たら豚ひき肉を固まりがないようによく炒める。
- ②①に、玉ネギ、ニンジンを入れてよく炒める。
- ③トマトと調味料（ケチャップ、ソース）を入れて少し煮る。
- ④カレールウを入れ、よくかき混ぜながら煮て、仕上げにピーマンを加え完成。

材料	分量 (4人分)	切り方など
サラダ油	小さじ1	—
ショウガ	小さじ1/2	おろしたもの
ニンニク	小さじ1/2	おろしたもの
豚ひき肉	150g	—
玉ネギ	1個	みじん切り
ニンジン	1/3本	みじん切り
ピーマン	1個	みじん切り
トマト	1/2個	細かく切る
カレールウ	80g	お好みのもの
トマト ケチャップ	小さじ1	—
中濃ソース	小さじ1	—

希望献立でいつも上位に入るキーマカレー。給食では、ナンに付けて食べますが、食パンに挟んだり、ご飯にかけてもおいしいです！

ABCスープ



<作り方>

- ①鍋に水を入れ、沸かしたところに、玉ネギ、ベーコン、ニンジンを入れて煮る。
 - ②ブイヨンと調味料を入れた後、白菜、チンゲン菜、マカロニを入れて煮込み完成
- ※ベーコンはウインナーでも可
 ※チキンブイヨンが無い場合は、市販の「コンソメ」や「スープのもと」でも調理可能です。
 ※野菜は家にあるもの何でもOK！

材料	分量 (4人分)	切り方など
玉ネギ	1/3個	スライス
ベーコン	2枚	1センチ短冊
ニンジン	1/5本	細い短冊
チキン ブイヨン	適宜	—
白ワイン	少々	—
塩	少々	—
コショウ	少々	—
しょう油	大さじ1	—
白菜	大きいもの 1枚	1センチ短冊
チンゲン菜	1/2株	2センチカット
ABC マカロニ	20g	—
水	800cc	—

いつも大人気のABCスープ。ABCマカロニが無い場合は、違うマカロニでも大丈夫！さっと茹でておくのがコツです。



中野市校長会会長
高丘小学校長 嶋田 伸次先生

思い出が詰まった
給食の時間

給食と聞くと、私が小学生のころ、アルマイトの食器で脱脂粉乳を飲んだり、固いパンをストーブで焼いていたことを思い出します。

教師になってからは、先割れスプーンがお箸が変わったり、牛乳のパックがテトラパックからビンに変わるなど、その時代その時代で特色がありました。違う地域に行ったりしても、「何を食べていたか」、「どんな食器を使っていたか」など、給食を通して世代ごとに話が盛り上がるのができたので、それだけ給食は思い出の詰まった時間なのだと思います。

また、教師として県内各地を回りましたが、その地域性が出るのも給食だと思えます。特に中野市は、旬な地域

食材を使った献立となっているので、野菜やキノコ、果物などは「こんなに高級なものが入っているのか」と驚くこともあります。

給食を通して
「食」を学んでほしい

給食は、子どもたちがまだ食べたことがないものや、食の好みに関係なく、さまざまな食材が提供されます。そのため、家庭生活も含めて「子どもたちの食事を平均化し、食べ物や食べ方を学べる場」だと思っています。

学校では、給食センターの見学や栄養士の先生にお話を聞く機会を設けています。そういった機会を通じて、食材の生産者の方や給食センターの皆さんが「心を込めて作ってくださっている給食」を食べていることを子どもたちに学んでもらいたい、食に興味を持ってほしいと願っています。

また、給食センターの皆さんには、毎日おいしい給食を届けていただくほかに、アレルギー対応や、欠食など急な変更にも対応していただいています。重労働を汗だくになつてこなされ、食の安全を守っていただいている皆さんに本当に感謝しています。

おいしくて
安心・安全な給食

給食センターでは、おいしくて安心・安全な給食を見守る生徒の皆さんに届けるため、日々さまざまな工夫をしながら給食を作っています。

たとえば、出来立てで温かい給食を届けるため、仕上がりが配送ギリギリになるように、調理員の皆さんが時間を逆算しながら作業を行っています。早く完成することは簡単にはできませんが、「なるべく温かく、おいしいものを届けたい」という職員全員の気持ちで、給食には込められています。

また、安全な食であるために、徹底した衛生管理を行っているほか、毎週1回職員同士でミーティングを行い、どのような献立を作るか把握し、

毎日全員がどのように動けばスムーズに作り上げることができるか「作業工程・動線」の打ち合わせもしています。センターの職員全員が協力し合い、より良い給食を届けられるよう努力しています。

思い出に残るような給食を届けるために

地域のものは地域で食べる「地産地消」の考えから、月に1回「食育の日」として、地域や県内の特産物を使った献立を作っています。日々の献立にも地域産の食材をふんだんに使い、平成26年度には、給食に使用する主要31品目の57・1%を中野市産で提供することができました。冬は作物が収穫できなかったため、どうしても量が減ってしまっていますが、生産者の皆さん

▼「食育の日(春)」の献立



メニュー：紫米ごはん（豊田地域でとれた紫米）、牛乳、豚肉と凍り豆腐の甘辛あえ（豚肉と凍り豆腐も長野県産）、かぶの浅漬け

にご協力いただき、地域の食材を提供できることは、誰が作ったのかが分かり、安心で安全な食事の提供にもつながっていると思います。

また、食育の推進のため、栄養士などが年に1回以上各学校を訪問し、食事マナーや食の大切さなども伝えていきます。これからもより一層努力し、大人になったときに思い出に残るような給食を、職員全員が想いを込めて子どもたちに届けていきたいです。



中野市学校給食センター
所長 春原 正彦さん



▲北部および南部学校給食センターでは、30人までの団体などを対象に、施設見学（2階専用フロアからの見学など）や給食の試食（1食：268円）を行っています。給食の試食を希望される団体の方は、見学の2週間前までに各学校給食センターにお申し込みください。



取材協力：高丘小学校

いつもありがとうございます！
今日もいただきます！

キラリ★中野のチカラ

豊田ふるさとファーム



子どもたちに安心・安全で
おいしい農作物を

子どもたちに安心・安全な農作物を食べさせたいという思いを持った仲間が集まり、平成12年に立ち上げられた豊田ふるさとファーム。

今回は、地域の子どものために学校給食への食材提供や食育活動を行っている豊田ふるさとファームの皆さんにお話を伺いました。

○学校給食への食材提供

大根・白菜・キャベツ・じゃがいも・長ネギ・かぼちゃ・玉ねぎ・青大豆・紫米・リンゴなどを自分たちで栽培し、学校給食の食材として豊田学校給食センターを中心に提供しています。量は多くありませんが、旬のものを少しずつ作っています。

○食育活動で児童とふれあい

10年ほど前からは、豊井小学校の2年生と大豆を栽培して豆腐を作っ



たり、3年生とじゃがいもを栽培しています。また、高学年にはクラブ活動で、おやきやニラせんべいなど郷土料理を教えています。中野市産業公社の皆さんや畑の近所の方などに協力いただきながら、子どもたちと一緒に楽しんで食育活動に取り組んでいます。

○掛けてもらう言葉が力に

給食センターの栄養士さんから「こんなに安心な野菜はないね」と言葉を掛けてもらい、それが私たちの活動の力源になっています。

また、卒業した子どもたちとばったり会ったときに、「ファームのおばちゃん、こんにちは」と覚えていて声を掛けてくれることがあります。長年子どもたちと関わってきて、こういったつながりが続いているのはとてもうれしいです。

○故郷の味や体験を思い出して

この地域にはこういう農作物や郷土食があるということを子どもたちに伝え、小さいころに感じたその味や体験を通じて、いつか大きくなったときに自分たちの故郷を思い出してほしいと思います。

メンバーの高齢化は課題ですが、最近若い仲間も加わってくれており子どもたちの笑顔を励みに、これからも元気を出して私たちにできる活動を続けていきたいと思っています。

中野市合併10周年記念

広報クイズ

10周年
中野市合併10周年

■今月のプレゼント

「中野土人形(布袋)」
(奈良由起夫さん制作) ……2人

問題

市内の3つの学校給食センターでは1日に合計何食の調理が可能でしょうか?
「●●●●食」

クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名を記入の上、今月の広報で参考になった記事、今後知りたい情報などをはがきに書いて、次の宛先までご応募ください。

締め切り 3月28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。

先月号の答え 子育て支援センターの平成26年度の利用者数は?
答え・・・「3万3647人」

383-8614

(住所記載不要)

中野市庶務課

秘書広報係 行

住所・氏名・年齢・
電話番号・世帯主



転居などの手続きはお早めに



3・4月は、就職や進学、転勤などで引っ越しをする方が多く、窓口が大変混み合いますので、手続きはお早めをお願いします。

●市民課関係

こんなとき	手続き期限	手続きの際に必要なもの
他の市区町村または海外から引っ越してきたとき (転入届)	引っ越してから 14日以内	○転出証明書(転入前に住んでいた市区町村から交付を受けたもの) ○届け出人の印鑑 ○年金手帳・年金証書(お持ちの方) ○通知カード ○マイナンバーカード(個人番号カード)※お持ちの方 ○住民基本台帳カード(転入前からお持ちの方) ○在留カード(外国人住民の方) ○パスポート(海外から引っ越してきた方) ○戸籍謄(抄)本(海外から引っ越してきた方で中野市に本籍のない方)
市内で引っ越したとき(転居届)		○届け出人の印鑑 ○国民健康保険証(加入している方) ○年金手帳・年金証書(お持ちの方) ○通知カード ○マイナンバーカード(個人番号カード)※お持ちの方 ○住民基本台帳カード(お持ちの方) ○在留カード(外国人住民の方)
他の市区町村または海外へ引っ越すとき(転出届)	引っ越しする 14日前から	○届け出人の印鑑 ○印鑑登録証(登録してある方) ○国民健康保険証(加入している方。学生の場合は、あわせて在学証明書*)※転出時に用意できない場合は、後日提出 ○住民基本台帳カード(お持ちの方)
会社を辞めて国民健康保険、国民年金に加入するとき	会社の健康保険を離脱したときから 14日以内	○届け出人の印鑑 ○健康保険離脱証明書(保険の喪失証明) ○年金手帳(お持ちの方) ○パスポート(外国人住民の方) ○通知カードまたはマイナンバーカード(個人番号カード)
会社などに就職して国民健康保険を脱退するとき	会社の健康保険に加入したときから 14日以内	○届け出人の印鑑 ○国民健康保険証 ○会社の健康保険証(被扶養者がある場合は、全ての方の保険証) ○通知カードまたはマイナンバーカード(個人番号カード)

【本人確認をさせていただきます】市役所窓口で手続きをする際には、ご本人であることを確認させていただきますので、官公庁から発行された顔写真付きの証明書《運転免許証、パスポート、マイナンバーカード(個人番号カード)、住民基本台帳カード、在留カードなど》をお持ちください。

●上下水道関係 ※上下水道課の窓口、または豊田支所で受け付けています。

こんなとき	手続きの際に必要なもの	手数料	電話での受付
転出・転居するとき (水道の使用を止めるとき)	○印鑑(電話で届け出される場合は、料金の精算の方法、転出・転居先の住所、連絡先をお知らせください)	無料	可
転入・転居するとき (水道を使い始めるとき)	○印鑑、手数料*など(料金を口座振替する場合は、口座番号、預金通帳登録印鑑をお持ちください) ※手数料は初回料金に合算して請求します	500円	不可
所有者(使用者)が変わるとき (市民課などに転出入届けを出しても水道などの名義は変わりません)	○印鑑、土地建物などを購入した場合は、売買契約書の写しなど(家族間の異動の場合は電話でも受付可能です)	無料	不可 【例外あり】

※土・日・祝日は、閉庁のため届け出の受付および水道の開栓、閉栓の対応はできませんので、事前に届け出をお願いします。(休日窓口開設日を除く)

問い合わせ・届け出先 市民課窓口係 ☎(22)2111(内線236)
上下水道課営業係 ☎(22)2111(内線284)
地域振興課(豊田支所内) ☎(38)3111(内線131)

休日窓口を開設します

年度末と年度初めに集中する住民異動などに伴う各種手続きについて、次のとおり休日窓口を開設しますので、ご利用ください。

開設日 3月20日、27日、4月3日、10日（いずれも日曜日）
 時間 午前8時30分～正午
 場所 市役所本庁の関係課窓口
 取扱業務 下表のとおり（ただし、関係機関などに確認が必要となる業務を除きます）

取り扱い業務	担当課	電話番号
◎戸籍謄抄本、除籍・改製原戸籍謄抄本に関する証明書の交付 ◎住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍の附票の交付 ◎印鑑の登録、廃止の申請の受け付け、印鑑登録証明書の交付 ◎税関係証明書の交付 ◎戸籍届出、住民異動届の受け付け ◎マイナンバーカード（個人番号カード）の交付 ◎国民年金保険料免除（学生納付特例を含む）申請の受け付け	市民課	市役所代表 (22) 2111 (内線236・237)
◎市税の納付 ◎税関係証明書の作成	税務課	(内線227)
◎国民健康保険の加入、脱退手続き	福祉課	(内線296)
◎水道の開閉栓手続き ◎水道、下水道料金の支払い	上下水道課	(内線284)

※詳しくは、各業務担当課へお問い合わせください。

国保

中野市国民健康保険

加入・脱退手続きをお忘れなく

勤務先を離職、退職などされた方で、社会保険の任意継続をしない場合や、国民健康保険に加入していた方が、新たに勤務先の健康保険に加入された場合は、国民健康保険の加入および脱退の手続きがそれぞれ必要になります。

手続きに必要なもの

- 加入手続き（勤務先を離職、退職などされた方）
 - ・勤務先で発行される健康保険離職証明書
 - ・マイナンバーカードなど（本人および扶養者分）
 - ・届け出される方の印鑑および運転免許証など
- 脱退手続き（勤務先の健康保険に加入された方）
 - ・勤務先から発行された健康保険証（本人および被扶養者分）
 - ・市の国民健康保険証
 - ・マイナンバーカードなど（本人および扶養者分）
 - ・届け出される方の印鑑および運転免許証など

社会保険などの扶養

ご家族に勤務先の健康保険などに加入している方がいる場合、国民健康保険に加入されている方が、ご家族の扶養となり、勤務先の健康保険などに加入できる場合があります。勤務先の健康保険などに加入することにより、国民健康保険税が軽減される場合もあります。

なお、各保険者で要件が異なりますので、勤務先の健康保険担当者にお問い合わせください。

○社会保険などの被扶養者となる主な認定基準

- ・59歳以下で年間収入が130万円未満の方
- ・60歳以上で、年間収入が180万円未満の方
- ・障害年金の受給要件に該当し、年間収入が180万円未満の方。

※過年度に遡って社会保険等を離脱し、国民健康保険に加入される事例などがあります。社会保険等の加入手続きは就業先で行いますが、国民健康保険の離脱手続きはご自身で行っていただく必要があります。必要な手続きをお忘れなくお願いします。

問い合わせ先
 福祉課国保医療係

☎(22) 2111 (内線296・304)
 ☎(38) 3111 (内線131)
 地域振興課市民生活係(豊田支所内)



制度

マイナンバー制度が始まっています



マイナンバーカード（個人番号カード）の交付の流れ

- ① 交付の準備ができましたら、市から交付場所、必要な持ち物などをお知らせする交付通知書（はがき）をご自宅にお送りします。
- ② 必要な持ち物をお持ちになり、交付通知書に記載された期限までに、記載された交付場所にご本人がお越しください。
- ③ 交付窓口で本人確認の上、暗証番号を設定していただき、カードを交付します。

※交付には、お一人約20〜30分掛かります。時間に余裕を持ってお越しください。なお、電話での予約も受け付けています。

よくある質問 Q & A

Q 通知カードとマイナンバーカード（個人番号カード）の違いは何ですか？

A 通知カードは、住民登録のある全ての方に、マイナンバー（個人番号）をお知らせしたものです。マイナンバーの確認はできませんが、本人確認書類としては利用できません。

区長

平成28年度 区長の皆さんを紹介します

※敬称略

マイナンバーカード（個人番号カード）は、ご本人の申請により作成される、顔写真付きのプラスチック製のカードです。マイナンバーの確認および本人確認書類として利用できます。

※マイナンバーを記載した通知カードが、まだお手元に届いていない方は、お問い合わせください。

▼3月から4月10日(日)までの交付日時など

	月日・曜日・受付時間	交付場所
平日	月・火・木・金曜日 時間:午前8時30分～午後5時15分	本庁舎: 市民課 豊田支所: 地域振興課
	水曜日 時間:午前8時30分～午後8時	
休日	下記の日曜日 時間:午前8時30分～正午 【3月】6日、20日、27日 【4月】3日、10日	本庁舎: 市民課

※水曜日の午後7時以降および3月20日は、即日交付ができません。後日、本人限定郵便でお送りします。

問い合わせ先
市民課窓口係
☎2111 (内線274)

平成28年度中野市区長会定期総会を2月19日、長野県中野勤労者福祉センターにおいて開催しました。

地域自治の先頭に立つてご尽力いただく各地区の区長の皆さんを紹介します。

- ◆中野地区
中町・鈴木敏晃、西町・土屋幸光、東町・関洋一、松川・山岸恒夫、普代・畔上義政、東松川・横田明彦、一本木・滝澤君雄、栗和田・本多剛、西条・高橋和美、上小田中・町田茂、下小田中・竹内利光、東吉田・内堀隆志
- ◆日野地区
間山・小林中、新野・池田



▲滝澤君雄会長と新役員の皆さん

- ◆延徳地区
恵一、更科・小林暉夫、高遠・田川達、東山・下田正人
- ◆原野地区
西江部・唐木義博、東江部・湯本定幸、泉・奥村豊、岩船・中嶋正敏、片塩・堀内眞、七瀬・松井義文、吉田・竹内恒夫、長嶺・白井勲
- ◆高丘地区
安源寺・丸山務、草間・芝内敏幸、日和・湯出川久治、立ケ花・北原昭夫、牛出・高山文雄、栗林・松島栄太郎、大俣・馬場友行
- ◆長丘地区
田麦・江本清一、厚貝・藤澤繁男、壁田・武田金一、古牧・高山幸雄
- ◆平岡地区
竹原・田中義博、金井・綿貫庄市、西笠原・塚田栄一、東笠原・山田澄夫、新井・藤澤一範、若宮・小島徳重、北間長瀬・佐藤久夫、南間長瀬・田中章浩、長元坊・猪原誠二
- ◆科野地区
赤岩・江口明男、深沢・風間

- ◆豊津地区
替佐・町井清和、笠倉・割田孝、碓・三井善登、奥手山・宮本善治、美沢・平山修嗣
- ◆上今井地区
上今井・小林克彦
- ◆永田地区
穴田・町田好雄、毛野川・長澤壽、南永江・松本章、北永江・青木隆雄、梨久保・鈴木逸雄、涌井・水野義孝、親川・黒岩鐵人、三俣・瀧野文昭、赤坂・田中豊美、豊田深沢・荒井一正

区議会役員が決定

平成28年度中野市区長会定期総会において、各役員が次のとおり選出されました。

- 会長 滝澤君雄
- 副会長 宮崎昌人、松島栄太郎、佐藤久夫、町井清和
- 理事 下田正人、唐木田義博、武田金一、江口明男、佐々木忍、小林克彦、松本章

第2次中野市総合計画を策定しました

平成28年度 → 平成37年度



〈将来都市像〉

『緑豊かなふるさと』

文化が香る元気なまち』

市では、市政運営の最も基本となる「総合計画」を策定しました。

「交流、連携、協働」で市民の皆さんとともに「緑豊かなふるさと 文化が香る元気なまち」の実現に向け、取り組みを進めていきたいと思います。

策定までの経過

策定に当たっては、幅広い市民参加を念頭に、市民アンケート、若者ワークショップ、市民懇談会の実施など、多数のご意見を得ながら作業を行ってきました。

また、各種団体の代表や公募の委員で構成する「中野市総合計画審議会」（山田彰一会長）において、全7回にわたる審議を重ねてきました。

審議の結果、基本計画について「地域の財産である豊かな自然と歴史・文化を守り、次代に継承するとともに、子育て・学校教育環境の充実、健康長寿のまちづくり、産業・雇用の創出に取り組み、人口減少の抑制に努め、活力ある

持続可能なまちづくりを図ること」との意見が附され、2月10日、市長に答申がなされました。

なお、基本構想は、市議会12月定例会で議決されました。

総合計画の構成と計画期間

総合計画は、基本構想、基本計画、実施計画の3部で構成しています。

計画期間は、平成28年度を初年度に、平成37年度までの10年間で、前期基本計画は、平成33年度までの6年間とされています。

実施計画については、計画期間を3年間として、毎年見直しをします。

また、基本計画には施策毎に成果目標（指標）を定めており、指標の値を定期的な点検し、計画の達成度を確認できる仕組みを導入しています。

※第2次中野市総合計画の詳細内容は、3月中旬に全戸配布予定の「概要版」をご覧ください。

6つの基本政策 本計画では、次の6つの基本政策のもとで、各種施策を体系化しています。

【基本政策1】

未来のふるさとを担う子どもたちを育むまちづくり（子育て・学校教育）

- ⇒①健康やかに産み育てる環境の整備、②子育て支援の推進、③学校教育の充実、④子どもの健全な育成の推進



【基本政策2】

支えあい健やかに暮らせる健康長寿のまちづくり（健康・福祉）

- ⇒①健康長寿のまちづくり、②地域医療体制の充実、③地域が支えあう福祉体制の確立



【基本政策3】

にぎわいと活力あふれるまちづくり（産業・雇用）

- ⇒①地域資源をいかした産業の創出、②雇用機会の充実と安定、③農林業の振興、④商工業の振興、⑤観光・交流の振興、⑥中心市街地の活性化



【基本政策4】

ふるさとを学び育つ文化のまちづくり（文化・生涯学習）

- ⇒①文化芸術の振興、②社会教育・生涯学習の充実、③地域の歴史・文化の保存と活用、④スポーツの振興



【基本政策5】

安心・安全な住みよいまちづくり（定住環境）

- ⇒①防災対策の推進、②消防・救急体制の充実、③防犯・交通安全対策の強化、④衛生環境の向上と資源循環型社会の構築、⑤水の安全供給、⑥身近な生活基盤の充実



【基本政策6】

市民参加と協働のまちづくり（協働・行政経営）

- ⇒①コミュニティ活動・市民活動の推進、②男女共同参画、人権・平和尊重社会の形成、③情報発信力の強化、④ICT活用の推進、⑤広域行政の推進、⑥成果重視による市民満足度の高い行政経営の推進、⑦持続可能な財政運営の推進

実施計画（平成28～30年度）

実施計画とは、第2次中野市総合計画に掲げた施策を具体化するための計画で、毎年度の予算編成の指針になるものです。計画期間は3カ年で、毎年見直しを行います。

本市においては、人口減少という大きな社会構造の変化や経済環境に対応しつつ、限られた財源の中で市民の皆さんが「安心、安全に暮らせるまちづくり」、「人づくり」、「注目されるまちづくり」のため、各種施策を推進する計画を策定しました。

3カ年の計画は、全113事業、総額約126億3千万円で、主な事業は次のとおりです。



事業名 (3カ年の合計事業費)	内容	事業名 (3カ年の合計事業費)	内容
新 巡り合いセッティング事業 (3,261万円)	若い世代の結婚の希望を実現します。	継 遊休荒廃農地対策事業 (2,778万円)	遊休荒廃農地の減少と再生を図るため、総合的に支援します。
新 健康長寿のまち推進事業（すこやか赤ちゃん事業） (4,053万円)	妊娠前から子育てまで切れ目のない支援で、すこやかに産み育てる環境を整えます。	継 新規就農者支援事業 (2億3,556万円)	地域農業の担い手を確保・育成するために、助成するとともに、就農希望者への情報発信を強化します。
継 保育所整備事業 (12億6,600万円)	保育所整備計画に基づき、老朽化した保育所を順次改築します。	新 移住支援事業 (1,595万円)	「信州なかの」を広くPRし、暮らしに必要な情報提供等による移住支援を行います。
継 小・中学校キャリア教育推進事業 (656万円)	子どもたちの発達段階にふさわしいキャリア教育を推進します。	新 中心市街地店舗改修支援事業 (1,500万円)	既存店舗、空き店舗の改修費の一部を補助し、活力とにぎわいのある商店街づくりを推進します。
新 小学校外国語教育推進事業 (2,720万円)	総合的な英語力の向上を推進します。	新 (仮称) 童謡・唱歌のふるさと信州中野音楽祭事業 (1,697万円)	既存のアンサンブルフェスをリニューアルし、「童謡・唱歌のふるさと信州中野」であることを情報発信します。
新 健康長寿のまち推進事業（健康寿命延伸対策事業） (329万円)	市民の健康に対する意識を高め、健康寿命の延伸を図ります。	継 多目的防災広場整備事業 (2億6,150万円)	都市防災機能向上のため、旧中野高校校舎の一部を解体撤去して整備します。
継 北信総合病院再構築財政支援事業 (3億6,073万円)	J A長野厚生連北信総合病院の再構築に係る財政支援を行います。	新 自主防災組織活動支援等補助事業 (252万円)	自主防災組織の組織率向上と強化を図ります。
新 手話奉仕員育成事業 (153万円)	手話ボランティアを育成します。	新 (仮称) 若者・女性による自由提案型コンペ事業 (360万円)	若者・女性が自由に企画提案するコンペを実施し、優秀提案事業の事業費の一部を補助します。
継 女性のための就職支援事業 (1,680万円)	セミナーなどを開催し、女性の就職を支援します。	継 新庁舎整備事業 (38億9,068万円)	老朽化などから、現庁舎敷地に建て替えます。

【記号の説明】

新 … 新規 **継** … 継続 **戦** … 総合戦略

○パブリックコメントの結果

計画策定に先立ちパブリックコメントを実施した結果、ご意見はありませんでした。

計画書の閲覧場所

政策情報課、豊田支所地域振興課、市公式ホームページ (<http://www.city.nakano.nagano.jp>)

問い合わせ先

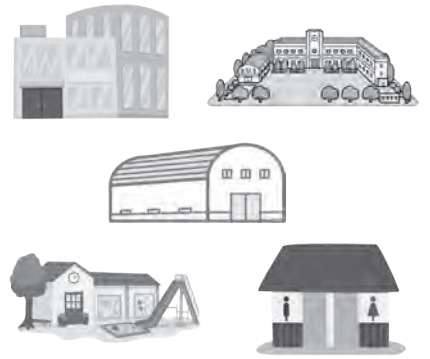
政策情報課政策推進係 ☎ (22) 2111 (内線216) Eメール seisaku@city.nakano.nagano.jp

中野市公共施設等総合管理計画（案）に対するご意見

公共施設（ハコモノ）・公共インフラ（道路・橋りょう・上下水道など）の老朽化対策が大きな課題となる中、今後、人口減少などにより、その利用需要が減少すると予想されています。

市では、公共施設などを長期的視点で長寿命化・更新・統廃合などを計画的に行い、財政負担を軽減・平準化するとともに、最適な配置を実現するため、中野市公共施設等総合管理計画の策定を進めています。

この度、本計画に基づく総合的かつ計画的な取り組みの推進により、持続的なまちづくりを目指すため、「中野市公共施設等総合管理計画（案）」を作成しました。計画をよりよいものにするため、広く市民の皆さんからご意見を募集します。



○募集内容 中野市公共施設等総合管理計画（案）に対する意見

○管理計画（案）の公表場所 政策情報課、北部公民館、西部公民館、豊田支所地域振興課、市公式ホームページ

○提出方法 任意の様式に、住所、氏名、連絡先を明記の上、「中野市公共施設等総合管理計画（案）に対する意見」と記載し、政策情報課へ直接お持ちいただくか、郵送、ファクスまたはEメールでご提出ください。

○募集期限 3月22日(火)

○更新費用の推計 下表のとおり

	投資的経費 ^{※1} 過去5年実績 単年平均（A）	推計		倍率 B/A
		今後40年累計	単年平均（B）	
公共施設	8.1億円	919.6億円	23.0億円	2.8
道路	6.7億円	473.3億円	11.8億円	1.8
橋りょう	0.1億円	50.1億円	1.3億円	13.0
上水道	1.5億円	354.0億円	8.9億円	5.9
下水道	0.6億円	407.9億円	10.2億円	17.0
合計	17.0億円	2,204.9億円	55.1億円	3.2

※1）投資的経費とは、公共施設や公共インフラの建設費、大規模修繕費などの普通建設事業費や災害復旧事業費など、資本形成のための経費です。

（注）各項目の金額と合計は、一致しない場合があります。

総務省提供ソフトを活用し、公共施設などの更新費用を試算（詳しい試算方法は計画（案）をご覧ください）したところ、今後40年間の更新費用は年平均額で約55.1億円となり、過去5年間の費用と比べて3.2倍のコストが必要と試算されました。

このため、市では、将来の財政力を見据えつつ、適正な総資産量の保持に努めるため、次のとおり目標を設定しました。



今後10年間で、公共施設の延床面積を20%縮減、公共インフラの延長を現状維持

問い合わせ・提出先

〒383-8614（住所記載不要）

政策情報課行政管理係 ☎（22）2111（内線401） ファクス（26）0349

Eメール gyosei@city.nakano.nagano.jp

募集

「ふるさと信州中野会」の 会員を募集しています

『ふるさと信州中野会』には、「首都圏」と「関西」の2つの会があり、それぞれ「郷土愛を基調とした会員相互の親睦およびふるさと「信州中野」との交流」を目的として活動しています。

この会では2年に1度、総会を開催し、ふるさとの仲間との親睦・交流を深めています。

なお、今回の総会開催日は首都圏が平成29年4月、関西は平成29年11月を予定しています。

また、市から会員の皆さんに中野市の出来事などをまとめた情報誌や、季節のギフトカタログのご案内をお送りしています。

会員募集

首都圏・関西の両ふるさと信州中野会では、新規会員の募集を行っています。

家族の方や、親戚、友人などで本市出身の県外在住の方がいらつしやいましたら、ふるさと信州中野会および会員募集についてお伝えください。なお、入会金・年会費は無料です。

入会方法

郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、電話番号、本市の出身地区をご記入いただき、郵送、ファクス、Eメールいずれかにてお申し込みください。

問い合わせ・申し込み先
〒383-8614（住所記載不要）
営業推進課観光交流係

☎2111（内線373）
ファクス☎25924

Eメール furusato@city.nakano.nagano.jp



▲平成27年度首都圏ふるさと信州中野会総会の様子

募集

ふるさと納税返礼品の 出品業者を募集します

本市の知名度の向上や産業振興を図るため、ふるさと納税の寄附者に市内産農産物や特色ある品物などを返礼品としてお贈りしています。

おかげさまで平成27年度は12月末まで、全国から延べ2万件を超えるご寄附をいただくことができました。

平成28年度は、ふるさと納税返礼品の取扱い品目のさらなる拡充を図るため、より多くの返礼品の募集を行います。

これぞ中野市といった逸品や、知る人ぞ知る隠れた名品などを生産・製造されている方は、次のとおりお申し込みください。

- 募集商品 市内で生産された農産物、製造された食品・製品などで、一般財団法人中野市産業公社へ納品することができ、贈答品として宅配可能なもの
- 申し込み方法 一般財団法人中野市産業公社へお問い合わせ

合わせてください。

○応募期限 3月31日(木)

○取扱者 一般財団法人中野市産業公社

問い合わせ・申し込み先

☎2111（内線299）

営業推進課観光交流係
☎2111（内線373）



医療

医学生の奨学資金をご利用ください

市では、市内の臨床研修病院の指定を受けた病院（以降「市内の病院」）の医師として従事しようとする志のある医学生に対して、奨学資金の貸し付けを行っています。

- 貸付対象者 大学において医学を専攻している者で、卒業後3年以内に市内の病院の医師として従事する意思を有する者
- 貸付金額 月額20万円（限度）
- 貸付期間 貸付決定の月から大学卒業の月まで
- 貸付条件 市内の病院において貸付期間と同一期間勤務すること
- 募集人員 2人
- 募集期間 募集人員に達するまで

○返還の免除 貸付期間と同一の期間を市内の病院で勤務した場合、全額免除となります。

※申請書は、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・申し込み先
健康づくり課保健医療推進係
（中野保健センター内）
☎2111（内線368）



齋場

新齋場「北信齋場たびだちの森」の供用開始について

現在、北信保健衛生施設組合が豊津地籍に建設中の新齋場が、5月1日(日)から供用開始となります。
 なお、これに伴い、長野市豊野町川谷地籍の現齋場は、4月30日(土)をもって閉鎖となります。
 新齋場の施設概要は次のとおりです。

- 所在地 豊津3854番地1
- 主な設備 火葬炉3基、告別室2室、収骨室2室、待合室3室、授乳室、トイレなど



▲齋場のイメージ

○齋場使用料 左記のとおり

▼齋場使用料金表

区分	使用料	
	齋場関係市町の住民	齋場関係市町の住民以外
12歳以上	12,000 円	40,000 円
12歳未満	9,000 円	30,000 円
死産児	6,000 円	20,000 円
死産児未満ほか	6,000 円	6,000 円

- 休業日 1月1日および組合長が別に定める日(詳しくは、お問い合わせください)
- その他 供用開始後、6月末まで外溝工事を行います。ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

お問い合わせ先
 北信保健衛生施設組合事務局
 ☎(38)5060

読書

中野市子ども読書活動「ファミリリー賞」の募集結果



▲QRコード

家庭読書の普及・啓発のため、第2回中野市子ども読書活動「ファミリリー賞」として、日ごろの家庭での読書活動の様子を募集しました。



受賞者の発表の様子

応募作品全7作品のうち、ファミリリー賞を受賞した3作品を2月21日開催の「平成27年度生涯学習市民のつどい」で表彰しました。受賞者は次のとおりです。

- 受賞者 風間ファミリリー(新保)、湯出川ファミリリー(草間)、小林ファミリリー(三ツ和)
 - ※受賞作品は、市立図書館と豊田支所に掲示し、市公式ホームページ(右記QRコードを読み取りください。)でも閲覧することができます。
- 問い合わせ先
 生涯学習課生涯学習推進係(豊田支所内)
 ☎(38)3112 (内線543)

開催

ふるさとレポート発表会

平成27年度の研究・調査成果を紹介する「ふるさとレポート発表会」を開催します。



昨年度の様子

中央大学の山崎研究室と共同で行っている災害史の研究のほか、博物館講座の野鳥・植物・石仏などについての市民による研究成果などを紹介します。

当日は、スライドによる口頭発表

- のほか、パネル展示による発表もあります。どちらも申し込みは不要です。ぜひご来場ください。
 - 期日 3月20日(日)
 - 時間 午後1時30分～4時30分
 - 会場 中央公民館2階教室・働く婦人の家2階軽運動室
 - 定員 50人
 - 入場料 無料
- 問い合わせ先
 市立博物館
 ☎(22)2005

開催

景観ウォーキング2016 ～桜と芭蕉の句碑めぐり～

豊かな自然や、歴史文化と調和した素晴らしい景観を発見することを目的に、景観ウォーキング2016を開催します。
大勢の皆さんの参加をお待ちしています。



- 期日 4月17日(日)
- 日程 受付：午前8時、スタート：午前8時30分、解散：正午（予定）
- 受付場所 中野陣屋前広場公園
- コース 中野陣屋・県庁記念館を発着点とし、桜の名所である東山公園のほか、松尾芭蕉の句碑が残された常楽寺や南照寺などを巡る歩行距離全長約7キロ
- 参加費 300円（定員：30人程度）
- 申し込み期間 3月14日(月)～4月6日(水)
- 申し込み方法 都市計画課、豊田支所地域振興課において配布している参加申込書により、お申し込みください。
- 主催 中野市景観・美化推進協議会

※申し込み者多数の場合は、先着順で受け付けを終了する場合がありますのでご了承ください。



▲南照寺の句碑

問い合わせ・申し込み先

中野市景観・美化推進協議会事務局(都市計画課内) ☎ (22) 2111 (内線273)

防災

「中野市すぐメール」への
ご登録はお済みですか

市では、皆さんに安心して安全な生活をお送りいただくため、防災行政無線の放送内容や緊急防災情報などを、携帯電話やパソコンに電子メールで提供するサービスを行っています。

どなたでもご利用いただけますので、皆さんのご登録をお待ちしております。

なお、登録は無料ですが、メールおよびインターネットの通信料金は、登録者の負担となります。

このメールを受信するためには、利用者登録が必要ですので、事前に登録をお願いします。



▲QRコードを読み取りください

※QRコードを使用しない場合は、専用アドレス(t-nakano@sg-m.jp)宛に空メールを送信してください。



開催

中野市合併10周年記念 スプリングコンサート

「童謡・唱歌のふるさと」として、音楽文化の発展に寄与することを目的に、公募により地元音楽団体が出演するスプリングコンサートを開催します。

- 入館料 公演時無料
- 出演団体 平野スカイ(コカリナ)、木曜会(合唱)
- 内容 晋平・辰之メロデー、中野市イメージソング「空みあげて」の演奏など



- 期日 3月12日(土)
- 時間 午後1時30分～3時30分
- 会場 中山晋平記念館

問い合わせ先
中山晋平記念館
☎ (22) 7050

問い合わせ先
政策情報課情報統計係
☎ (22) 2111 (内線217)



北信州に春を呼ぶ

中野ひな市

北信州の春の風物詩「中野ひな市」が3月31日(木)、4月1日(金)に市街地で開催されます。ぜひ、お出掛けください。

中野土びな展示即売会



郷土玩具中野土人形(中野人形、立ヶ花人形)を抽選販売します。
なお、即売会の前に出品人形を見学できます。

○展示

3月26日(土)～30日(水) 午前10時～午後4時30分

3月31日(木) 午前10時～正午
会場 中野陣屋・県庁記念館

○即売に当たったの抽選

3月31日(木) 午前11時～
会場 陣屋前の柳通り

○即売会

3月31日(木) 午後2時～
会場 中野陣屋・県庁記念館

※抽選会の当選者のみ購入できます。また、購入品はその場で持ち帰りいただけます。

～西原家の立ヶ花人形～



西原家5代目
西原久美江さん

愛知三河系の流れをくむ西原家の「立ヶ花人形」は、歌舞伎物(静御前・八重垣姫など)が多く、現在50種類余が制作されています。

武者物は、いかにも強そうな表情で、人の心を引きつけます。今年は新たに型をとって作った大石内蔵助が登場します。

～奈良家の中野人形～



奈良家5代目
奈良久雄さん(左)



奈良家6代目
奈良由起夫さん(右)

京都伏見系の流れをくむ奈良家の「中野人形」は、教訓説話物や風俗物などを中心に約百数十種類余が制作されています。

小型の童子ものが多く、可愛らしい表情は見る者を和ませます。今年は、大河ドラマで話題の真田信繁(幸村)が登場です。

土人形絵付けコンテスト 入賞作品発表

土人形の愛らしさと素朴さを感じてもらおうと、第10回土人形絵付けコンテストを開催しました。市内外から3部門で396点の応募があり、2月9日に審査会を行った結果、次のとおり入賞作品が決定しました。

小学校低学年(以下)の部

最優秀賞

山城歩乃花さん(中野小2年)

優秀賞

丸山瑞姫さん(中野小3年)

島田来美さん(栃木県・旭小3年)

高橋快光さん(長丘小3年)



▲山城歩乃花さんの作品

小学校高学年の部

最優秀賞

田中美帆さん(平岡小6年)

優秀賞

仲野豪さん(山ノ内東小5年)

滝沢萌さん(中野小4年)

保科光優さん(平野小5年)



▲田中美帆さんの作品



全国土人形即売市

全国約20カ所の土人形を一堂に集めた日本唯一の即売市です。

3月31日(木) 正午～午後5時
4月1日(金) 午前10時～午後3時
会場 中野陣屋前広場公園

大灯笼びな行進

中野土人形をかたどった大灯笼びなを威勢良く担ぎ、練り歩きます。

3月31日(木) 午後6時
出発場所 信州中野商工会議所前

中野人形制作者による絵付け指導

奈良久雄さん・由起夫さん親子に直接指導していただけるチャンスです。

3月31日(木) 午前10時～午後3時
4月1日(金) 午前10時～午後3時
会場 まちなか交流の家

まちかど土びな展

市街地73店舗の店先などに各店所有の土人形を展示しています。

3月14日(月)～4月1日(金)

夢さち つるしかざり展

3月13日(日)まで 午前10時～午後6時(最終日は午後4時まで)

会場 中野陣屋・県庁記念館
※入館無料、3月8日(火)は休館

中野土人形・全国土人形 牧基之コレクション



中野陣屋ひな市特別展

奈良家・西原家の代表作をはじめとし、市原人形(岐阜県)、埴人形(宮城県)、稲畑人形(兵庫県)、大浜人形(愛知県)など、千点を超える作品が勢ぞろいします。

日ごろ目にするこののできない圧倒のコレクションの機会にどうぞご覧ください。



▲牧基之さんと土人形のコレクション

期間 3月19日(土)～4月1日(金)
時間 午前10時～午後5時
会場 中野陣屋・県庁記念館
※入館無料、展示期間中は無休

問い合わせ先

■中野ひな市に関すること
営業推進課 賑わい創生係

☎ 2111 (内線256)

■ひな市特別展に関すること

中野陣屋・県庁記念館
☎ 2718

一般の部

最優秀賞

矢島路子さん(吉田)

優秀賞

宮沢淳さん(長野市)

山口倫子さん(大町市)

樋田洋平さん(小布施町)



▲矢島路子さんの作品

このほか、佳作に30点(各部門10点)の作品が入選しました。たくさんのご応募ありがとうございます。

なお、表彰式は、3月20日(日)午前9時30分から中野陣屋・県庁記念館で開催します。

詳しくは、市公式ホームページ
(<http://www.city.nakano.nagano.jp>)をご覧ください。

絵付けコンテスト 応募作品展示(全396点)

期間 3月20日(日)～4月1日(金)
会場 中心市街地活性化施設
(中町公会堂隣り)

問い合わせ先

営業推進課 観光交流係
☎ 2111 (内線259)

※受給資格があっても請求しないと手当が受給できませんのでご注意ください。
 詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。か担当課へお問い合わせください。
 市公式ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp>

特別児童扶養手当	児童手当																																			
精神または身体に中度以上の障がいのある満20歳未満の児童の福祉の増進を図ることを目的として支給されます。	児童を養育している方に対し、家庭での生活の安定に寄与するとともに、児童の健やかな成長に資することを目的として支給されます。																																			
<p>次の条件に当てはまる障がいのある満20歳未満の児童を監護する父もしくは母、または父母にかわって児童と同居し養育している方。なお、各級の障がいの程度は政令第1条第3項別表第3で定める状態であり、認定審査は診断書等により判定医が判定します。</p> <p><支給の対象となる児童></p> <p>◎特別児童扶養手当1級</p> <p>①身体障害者手帳のおおむね1級・2級程度に該当する児童（内部的疾患を含む）</p> <p>②療育手帳の判定がA程度の知的障がい、または同程度の精神障がいに該当する児童</p> <p>◎特別児童扶養手当2級</p> <p>①身体障害者手帳のおおむね3級程度に該当する児童（内部的疾患を含む）</p> <p>②療育手帳の判定がB1程度の知的障がい、または同程度の精神障がいに該当する児童</p> <p>※児童が障がいによる公的年金を受けられる場合や、児童が児童福祉施設（保育所・通園施設などを除く）に入所している場合は受給できません。（ただし、受給者等と一緒に入所の際は受給できる場合があります）</p>	<p>次の条件に当てはまる児童を監護し、かつ生計を同一にする父もしくは母、または父母にかわって児童を監護し、かつその生計を維持している方。</p> <p><支給の対象となる児童></p> <p>日本国内に居住し、0歳から中学校修了まで（15歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の児童</p>																																			
<table border="1" data-bbox="161 1055 842 1368"> <thead> <tr> <th>扶養親族の人数</th> <th>請求者本人の所得制限限度額</th> <th>配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0人</td><td>459.6万円</td><td>628.7万円</td></tr> <tr><td>1人</td><td>497.6万円</td><td>653.6万円</td></tr> <tr><td>2人</td><td>535.6万円</td><td>674.9万円</td></tr> <tr><td>3人</td><td>573.6万円</td><td>696.2万円</td></tr> <tr><td>4人</td><td>611.6万円</td><td>717.5万円</td></tr> <tr><td>5人</td><td>649.6万円</td><td>738.8万円</td></tr> </tbody> </table> <p>※手当を受ける方やその配偶者および扶養義務者の前年の所得が限度額以上ある場合は、手当の支給が停止されます。</p>	扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額	0人	459.6万円	628.7万円	1人	497.6万円	653.6万円	2人	535.6万円	674.9万円	3人	573.6万円	696.2万円	4人	611.6万円	717.5万円	5人	649.6万円	738.8万円	<table border="1" data-bbox="916 1055 1469 1368"> <thead> <tr> <th>扶養親族等の人数</th> <th>所得制限限度額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0人</td><td>622万円</td></tr> <tr><td>1人</td><td>660万円</td></tr> <tr><td>2人</td><td>698万円</td></tr> <tr><td>3人</td><td>736万円</td></tr> <tr><td>4人</td><td>774万円</td></tr> <tr><td>5人</td><td>812万円</td></tr> </tbody> </table> <p>※手当を受ける方の前年の所得が限度額以上ある場合は、特例給付の額となります。</p>	扶養親族等の人数	所得制限限度額	0人	622万円	1人	660万円	2人	698万円	3人	736万円	4人	774万円	5人	812万円
扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額																																		
0人	459.6万円	628.7万円																																		
1人	497.6万円	653.6万円																																		
2人	535.6万円	674.9万円																																		
3人	573.6万円	696.2万円																																		
4人	611.6万円	717.5万円																																		
5人	649.6万円	738.8万円																																		
扶養親族等の人数	所得制限限度額																																			
0人	622万円																																			
1人	660万円																																			
2人	698万円																																			
3人	736万円																																			
4人	774万円																																			
5人	812万円																																			
<p>【手当月額】平成27年4月改定（平成28年4月改定予定）</p> <table border="1" data-bbox="161 1496 842 1704"> <thead> <tr> <th>等級</th> <th>対象児童1人につき</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1級</td><td>51,100円</td></tr> <tr><td>2級</td><td>34,030円</td></tr> </tbody> </table> <p>【支給月】4月、8月、11月（各月11日）</p>	等級	対象児童1人につき	1級	51,100円	2級	34,030円	<p>【手当月額】</p> <table border="1" data-bbox="916 1496 1469 1697"> <thead> <tr> <th colspan="2">所得制限限度額未満</th> <th>所得制限限度額以上</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>3歳未満（一律）</td> <td>15,000円</td> <td rowspan="4">特例給付額 5,000円</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">3歳～ 小学生</td> <td>第1、2子</td> <td>10,000円</td> </tr> <tr> <td>第3子以降</td> <td>15,000円</td> </tr> <tr> <td>中学生（一律）</td> <td>10,000円</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>※第3子以降とは、高校卒業まで（18歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の養育している児童のうち、3番目以降の子をいいます。</p> <p>【支給月】6月、10月、2月（各月10日）</p>	所得制限限度額未満		所得制限限度額以上	3歳未満（一律）	15,000円	特例給付額 5,000円	3歳～ 小学生	第1、2子	10,000円	第3子以降	15,000円	中学生（一律）	10,000円																
等級	対象児童1人につき																																			
1級	51,100円																																			
2級	34,030円																																			
所得制限限度額未満		所得制限限度額以上																																		
3歳未満（一律）	15,000円	特例給付額 5,000円																																		
3歳～ 小学生	第1、2子		10,000円																																	
	第3子以降		15,000円																																	
中学生（一律）	10,000円																																			
<p>○認定請求書を提出し県知事の認定を受けることで支給されます。</p> <p>【必要書類】①請求者と対象児童の戸籍謄本 ②請求者と対象児童が含まれる世帯全員の住民票 ③所定の診断書（養育手帳がA判定又は身体障害者手帳が1～3級が交付されている場合はその写しにより診断書を省略できる場合があります） ④マイナンバーカードまたは通知カードと身分証明できるもの ⑤その他必要書類</p>	<p>○出生や転入により新たに受給資格が生じた場合には、認定請求書を提出し市長の認定を受けることで支給されます。公務員の方は勤務先での申請となります。</p> <p>【必要書類】①請求者の保険証 ②請求者本人名義の通帳 ③マイナンバーカードまたは通知カードと身分証明できるもの ④その他必要書類</p>																																			

児童扶養手当・特別児童扶養手当・児童手当のこと

問い合わせ・提出先 子育て課子ども支援係 ☎(22)2111 (内線356)

名称	児童扶養手当																																	
目的	父母の離婚などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育しているひとり親家庭等の生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を図ることを目的として支給されます。																																	
手当の対象者	次の条件に当てはまる児童(18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある者。なお、児童が18歳に達した場合で、政令で定める障がいの状態であるときは20歳未満の者。)を養育している父もしくは母、または父母にかわって児童と同居し養育している方。 <支給の対象となる児童> ①父母が婚姻を解消した児童 ②父または母が死亡した児童 ③父または母が重度の障がいの状態(国民年金の障害等級が1級程度)にある児童 ④父または母の生死が明らかでない児童 ⑤父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童 ⑥父または母がDV保護命令を受けた児童 ⑦父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童 ⑧母が婚姻によらないで生まれた児童 ※父、母、養育者および児童が公的年金を受けることができる場合で、児童扶養手当額より低額の公的年金を受けている方については、その差額分の手当を受けることができます。																																	
所得制限 ※扶養の状況により限度額に加算できる場合があります	<table border="1" data-bbox="375 1052 1372 1366"> <thead> <tr> <th rowspan="2">扶養親族の人数</th> <th colspan="2">請求者本人の所得制限限度額</th> <th rowspan="2">孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者の所得制限限度額</th> </tr> <tr> <th>全部支給</th> <th>一部支給</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0人</td> <td>19万円</td> <td>192万円</td> <td>236万円</td> </tr> <tr> <td>1人</td> <td>57万円</td> <td>230万円</td> <td>274万円</td> </tr> <tr> <td>2人</td> <td>95万円</td> <td>268万円</td> <td>312万円</td> </tr> <tr> <td>3人</td> <td>133万円</td> <td>306万円</td> <td>350万円</td> </tr> <tr> <td>4人</td> <td>171万円</td> <td>344万円</td> <td>388万円</td> </tr> <tr> <td>5人</td> <td>209万円</td> <td>382万円</td> <td>426万円</td> </tr> </tbody> </table> ※手当を受ける方や、扶養義務者等の前年の所得が限度額以上ある場合は、手当の全部または一部が支給停止されます。				扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額		孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者の所得制限限度額	全部支給	一部支給	0人	19万円	192万円	236万円	1人	57万円	230万円	274万円	2人	95万円	268万円	312万円	3人	133万円	306万円	350万円	4人	171万円	344万円	388万円	5人	209万円	382万円	426万円
扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額		孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者の所得制限限度額																															
	全部支給	一部支給																																
0人	19万円	192万円	236万円																															
1人	57万円	230万円	274万円																															
2人	95万円	268万円	312万円																															
3人	133万円	306万円	350万円																															
4人	171万円	344万円	388万円																															
5人	209万円	382万円	426万円																															
支給額 支給月	<p>【手当月額】平成27年4月改定(平成28年4月改定予定)</p> <table border="1" data-bbox="375 1500 1372 1702"> <thead> <tr> <th rowspan="2">区分</th> <th rowspan="2">月額</th> <th colspan="2">児童加算額</th> </tr> <tr> <th>第2子</th> <th>第3子以降</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>全部支給</td> <td>42,000円</td> <td rowspan="2">5,000円</td> <td rowspan="2">3,000円</td> </tr> <tr> <td>一部支給</td> <td>所得額に応じ 41,990～9,910円</td> </tr> </tbody> </table> <p>【支給月】4月、8月、12月、(各月11日)</p>				区分	月額	児童加算額		第2子	第3子以降	全部支給	42,000円	5,000円	3,000円	一部支給	所得額に応じ 41,990～9,910円																		
区分	月額	児童加算額																																
		第2子	第3子以降																															
全部支給	42,000円	5,000円	3,000円																															
一部支給	所得額に応じ 41,990～9,910円																																	
手続き	○認定請求書を提出し市長の認定を受けることで支給されます。 【必要書類】①請求者と対象児童の戸籍謄本 ※子の入籍後の戸籍謄本(親子が一緒になっていて離婚の記載があるもの)。 ただし、子の入籍が間に合わない場合は父または母と子の戸籍謄本を1通ずつ ②請求者と対象児童の保険証 ③請求者本人名義の通帳 ④年金手帳 ⑤マイナンバーカードまたは通知カードと身分証明できるもの ⑥その他必要書類																																	

ご存知ですか？

福祉関係
の
手当

特別障害者手当・障害児福祉手当のこと

問い合わせ・提出先

福祉課障がい福祉係 ☎ (22) 2111 (内線295・294)

名称	特別障害者手当	障害児福祉手当																					
目的	精神または身体に著しく重度の障がいがある20歳以上の特別障がい者の、精神的、物質的な特別の負担軽減の一助として手当を支給することにより、福祉の向上を図ることを目的としています。	精神または身体に重度の障がいがある満20歳未満の重度障がい児に対して、その障がいのため必要となる、精神的、物質的な特別の負担軽減の一助として手当を支給することにより、特別障がい児の福祉の向上を図ることを目的としています。																					
手当の対象者	<p>日常生活において、常時特別の介護を必要とする、20歳以上の在宅の重度障がい者が支給対象になります。</p> <p><支給の対象となる障がいの程度> おおむね次の障がい重複する方またはそれと同程度以上の方</p> <ul style="list-style-type: none"> ○身体障害者手帳の1、2級 ○知能指数おおむね20以下の知的障がい ○日常生活において常時介護を必要とする程度の精神障がい <p>※上記障がい程度は目安ですので、審査後、障がいの程度によっては、支給基準に該当しない場合があります。</p> <p>※また、次のような場合は手当を受給できません。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・障がい者が障害者支援施設や養護老人ホーム、特別養護老人ホームなどの施設に入所しているとき ・障がい者が病院または診療所に継続して3カ月を超えて入院しているとき 	<p>日常生活において、常時介護を必要とする、20歳未満の在宅の重度障がい児が支給対象になります。</p> <p><支給の対象となる障がいの程度> おおむね次の障がいを有する方またはそれと同程度以上の方</p> <ul style="list-style-type: none"> ○身体障害者手帳の1、2級 ○知能指数おおむね20以下の知的障がい ○日常生活において常時介護を必要とする程度の精神障がい <p>※上記障がい程度は目安ですので、審査後、障がいの程度によっては、支給基準に該当しない場合があります。</p> <p>※また、次のような場合は手当を受給できません。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・障がい児が障がいを支給事由とする年金を受けることができるとき ・障がい児が障害児入所施設などの施設に入所しているとき 																					
所得制限 ※扶養の状況により限度額に 加算できる場合 があります	<p>手当を受ける方やその配偶者および扶養義務者の前年の所得が限度額以上ある場合は、手当の支給が停止されます。</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>扶養親族 の人数</th> <th>請求者本人の 所得制限限度額</th> <th>配偶者、扶養義務者、 養育者の所得制限限度額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0人</td> <td>360.4万円</td> <td>628.7万円</td> </tr> <tr> <td>1人</td> <td>398.4万円</td> <td>653.6万円</td> </tr> <tr> <td>2人</td> <td>436.4万円</td> <td>674.9万円</td> </tr> <tr> <td>3人</td> <td>474.4万円</td> <td>696.2万円</td> </tr> <tr> <td>4人</td> <td>512.4万円</td> <td>717.5万円</td> </tr> <tr> <td>5人</td> <td>550.4万円</td> <td>738.8万円</td> </tr> </tbody> </table>		扶養親族 の人数	請求者本人の 所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、 養育者の所得制限限度額	0人	360.4万円	628.7万円	1人	398.4万円	653.6万円	2人	436.4万円	674.9万円	3人	474.4万円	696.2万円	4人	512.4万円	717.5万円	5人	550.4万円	738.8万円
扶養親族 の人数	請求者本人の 所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、 養育者の所得制限限度額																					
0人	360.4万円	628.7万円																					
1人	398.4万円	653.6万円																					
2人	436.4万円	674.9万円																					
3人	474.4万円	696.2万円																					
4人	512.4万円	717.5万円																					
5人	550.4万円	738.8万円																					
支給額 支給月	<p>【手当月額】 26,620円</p> <p>【支給月】 2月、5月、8月、11月（各月10日）</p>	<p>【手当月額】 14,480円</p> <p>【支給月】 2月、5月、8月、11月（各月10日）</p>																					
手続き 提出先	<p>○認定請求書を提出し福祉事務所長の認定を受けることで支給されます。</p> <p>【必要書類】 ①手当認定請求書 ②手当所得状況届 ③所定の診断書 ④その他必要書類</p>																						

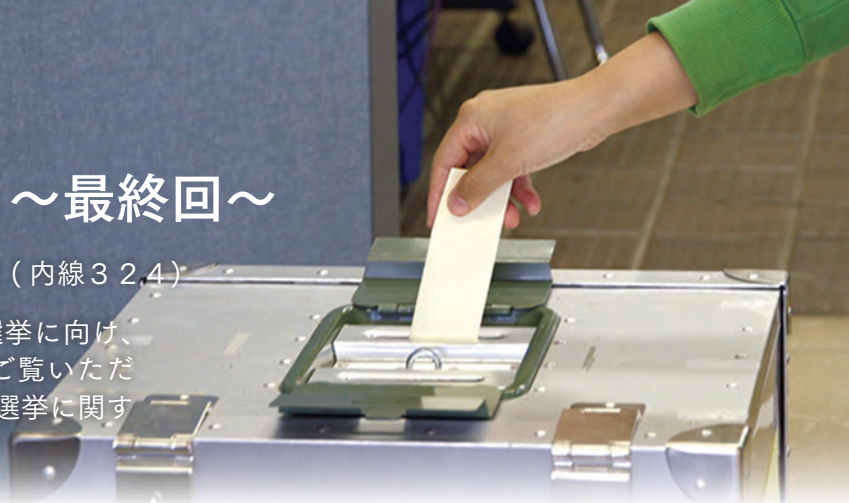
※受給資格があっても請求しないと手当を受給できませんのでご注意ください。

手当月額については平成28年4月に改定予定です。改定後の支給額は4月号でお知らせします。詳しくは、お問い合わせください。

選挙を考える ～最終回～

問 選挙管理委員会事務局 ☎ (22) 2111 (内線324)

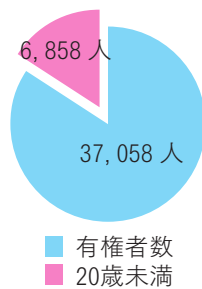
今年の夏に行われる予定の参議院議員通常選挙に向け、中野市の投票率の推移や選挙執行状況などをご覧いただき、選挙に対する関心を高めていただくため、選挙に関する情報を掲載します。



Q 中野市の選挙人
(有権者)数は?



A 3万7058人(平成27年12月2日時点)です。中野市の人口が4万3916人(同時期の広報発表人数)ですので、人口の約84%の方が選挙(政治)に参加できることとなります。



⚠ 市民の約16%の方は選挙権がありません。未成年者の将来は、84%の有権者の皆さんに託されています。

Q 直近の選挙での投票率は?



A 平成27年4月12日執行の県議選では、投票率は43.91%で、投票者数はわずかに1万6111人でした。

⚠ 有権者の半分以上の方が選挙(政治)に参加していないこととなります。

💡 選挙まめ知識

【当選人がくじで決まる場合がある】

選挙は法律によって公平に行われるものですが、当選人の決定という最も大切なことがくじによって行われる場合があります。

得票数が同じであるときは、選挙長(当該選挙に関する事務を管理する人)がくじで定めます。

【選挙の七つ道具】

選挙の際、候補者は選挙運動をしますが、無制限な選挙運動を認めると、その選挙がお金や権力などによってゆがめられてしまう恐れがあります。

Q 政治と選挙の関係は?



A 選挙とは、私たちの代表を選び、私たちの意見を政治に反映させるためのものです。

⚠ 私たち一人ひとりが政治に関心を寄せること

す。

そこで法律では、一定の選挙運動を行うために必要な表示板(選挙カーなどに貼るもの)や、候補者・選挙運動員がまちで演説するとき、腕身に付ける腕章などの物品を選挙管理委員会が無料で交付することとしています。こうした物品を俗に「選挙の七つ道具」と言います。



【投票用紙の秘密】

投票用紙は紙で出来ていますが、その紙は特殊な素材で出来ています。折り曲げても時間がたつと

で、選挙はもつと身近なものになります。

選挙は、あなた自身、家族、地域の将来を決める大切なこと

隔月で掲載してきた連載企画「選挙を考える」は今回で最終回となります。

自然に開くようになっており、開票作業を素早く行うことができます。

【市長選の当日投票だけ投票用紙が違う】

中野市の市長選は、記号式投票用紙を使用しています。これは、投票用紙にあらかじめ立候補者の名前が印刷されており、これに対して丸の記号印を押印し投票するものです。

記号式だと、立候補者の名前を書く手間が省け、誤字脱字などによる無効票が少なくなります。

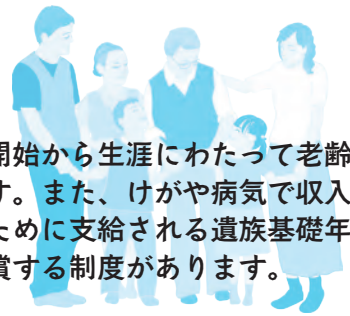
投票用紙に立候補者の名前を書く方式は自書式といい、選挙管理委員会では選挙によって使い分けています。

全5回にわたってご覧いただき、ありがとうございました。

今年、7月に参議院議員通常選挙、11月に中野市長選挙が予定されています。

⚠ 自分の将来のため、地域の将来のために、皆さんの声を投票という形で表現してください。

国民年金特集 2016



国民年金は、国が運営する公的年金です。国民年金は終身年金なので、受給開始から生涯にわたって老齢基礎年金を受け取ることができ、老後の安定した収入を確保することができます。また、けがや病気で収入が途絶えてしまったときのための障害基礎年金、万が一のとき残された家族のために支給される遺族基礎年金など、国民年金には、老後のためだけでなく、さまざまな生活の場面を補償する制度があります。保険料を納付することは、年金を受け取る権利を得るために大切なことです。

3つの基礎年金

① 老齢基礎年金

老齢基礎年金を受け取るためには、保険料納付済期間（厚生年金や共済組合の加入期間を含む）と保険料免除期間などを合算した期間が、原則として25年以上必要です。
※平成29年4月に10年に短縮される予定です。

老齢基礎年金の年金額

20歳から60歳になるまで（加入可能年数40年）の保険料を全て納めると、満額の老齢基礎年金が受け取れます。
※60歳から65歳になるまでの間に任意加入（第2号被保険者を除く）をして、満額の年金に近づけることができます。

条件その1（初診日）

20歳前、国民年金の被保険者期間中、または被保険者の資格を失った後でも60歳以上65歳未満で日本国内に住んでいる間に、障がいの原因となる病気やけがの初診日があること。ただし、老齢基礎年金の繰上げ受給の方は除きます。

条件その2（障がいの程度）

障がいの程度が、20歳に達したとき、または障がい認定日において、国民年金の障がい等級1級または2級のいずれかの状態になっていること。

条件その3（保険料納付）

次の保険料納付要件のいずれかを満たしていること。

- 初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が3分の2以上であること。
- 初診日の属する月の前々月までの直近の1年間に、保険料の未納期間がないこと。

※初診日が20歳前にあるときは、保険料納付要件は不要。

障がいの程度を定める日のことで、その障がいの原因となった傷病についての初診日から起算して1年6カ月を経過した日、または1年6カ月以内にその傷病が治った場合（症状が固定した場合）はその日をいいます。

障がい認定日とは？

傷病（障がいの原因となった病気やけが）について、初めて医師または歯科医師の診療を受けた日をいいます。
※同一傷病で転医があった場合は、一番初めに診療を受けた日が初診日となります。

初診日とは？

障がいの程度を定める日のことで、その障がいの原因となった傷病についての初診日から起算して1年6カ月を経過した日、または1年6カ月以内にその傷病が治った場合（症状が固定した場合）はその日をいいます。

①平成28年度 老齢基礎年金額（満額） 780,100円（月額65,008円）

※免除期間がある場合、その月数と免除になった保険料の割合に応じて減額になります。

【減額になる割合】

全額免除：4/8（2/6） 4分の3免除：5/8（3/6）
半額免除：6/8（4/6） 4分の1免除：7/8（5/6）
〈カッコ内の数字は平成21年3月以前に免除期間がある場合〉

② 障害基礎年金

障害基礎年金は、次の条件の全てに該当する方に支給されます。

※初診日が20歳前にあるときは、保険料納付要件は不要。

障がいの程度を定める日のことで、その障がいの原因となった傷病についての初診日から起算して1年6カ月を経過した日、または1年6カ月以内にその傷病が治った場合（症状が固定した場合）はその日をいいます。

②平成28年度障害基礎年金の年金額

障害基礎年金1級 975,125円+子の加算額
障害基礎年金2級 780,100円+子の加算額

子2人まで	(子1人につき)	224,500円
子3人目から	(子1人につき)	74,800円

※18歳到達年度の末日までの間にある子(または1級・2級の障がいの状態にある20歳未満)がある場合、加算されます。

③ 遺族基礎年金

遺族基礎年金は、次のいずれかの要件に当てはまる場合に、死亡した方によって生計を維持されていた「子のある配偶者」または「子」に支給されます。

遺族基礎年金支給の要件

- ① 国民年金の被保険者である間に死亡したとき。
- ② 国民年金の被保険者であった60歳以上65歳未満の方で、日本国内に住所を有していた方が死亡したとき。
- ③ 老齢基礎年金の受給権者が死亡したとき。
- ④ 老齢基礎年金の受給資格期間を満たしている方が死亡したとき。

保険料の納付要件

前記①または②の場合、死亡日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が3分の2以上であること、もしくは、死亡した方が65歳未満であれば、死亡日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、直近1年間に、保険料の未納期間がないことが必要です。

対象となる「子」とは？

死亡時、18歳になった年度の年度末までの間にある子（または、20歳未満で1級または2級の障がい状態にある子）で、かつ婚姻をしていない子が対象です。

死亡時、胎児であった子も出生以後に対象となります。

生計維持とは？

「死亡した方によって生計を維持されていた方」とは、死亡当時、死亡した方と生計を同一にしていた方で、年収850万円以上の収入を将来にわたって得られない方です。

第1号被保険者の独自給付

自営業の方やその配偶者の方、20歳以上の学生やアルバイトの方、任意加入被保険者などの『第1号被保険者』へは、独自給付として「寡婦年金」、「死亡一時金」および「付加年金」があります。

寡婦年金とは？

第1号被保険者としての保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせて25年以上ある夫が死亡したときに、夫によって生計を維持し、かつ、夫との婚姻関係（事実婚を含む）が10年以上継続している妻に対して、60歳から65歳になるまでの間支給されます。

死亡一時金とは？

死亡一時金は、第1号被保険者として保険料納付済期間が3年以上ある方が死亡したときに遺族に支給されます。遺族の範囲は、配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹の順番で、死亡したときに生計を同一にしていた方です。

付加年金とは？

定額の保険料に月額4000円の保険料（付加保険料）を上乗せして納めると、老齢の基礎年金に付加年金が上乗せされます。

※国民年金基金に加入されている方は納付ができません。

国民年金保険料

国民年金の保険料は、支払い方法によってお得な割引料金が設定されています。

口座振替は、口座をお持ちの金融機関・ゆうちょ銀行または、年金事務所や市役所年金窓口でお申し込みください。

※経済的な理由などで保険料の納付が困難な場合は、「保険料免除制度」があります。

国民年金の保険料（平成28年度）

納付方法	1カ月分	6カ月分	1年分	2年分
現金支払(前納) 【割引額】		96,770円 790円お得	191,660円 3,460円お得	
口座振替(前納) 【割引額】	16,210円 50円お得	96,450円 1,110円お得	191,030円 4,090円お得	377,310円 15,690円お得
現金支払(月々)	16,260円	97,560円	195,120円	393,000円

行政コスト計算書

(平成26年4月1日～平成27年3月31日)

資産形成を伴わない経常的な行政活動（福祉サービスなど）に係るコストと、使用料・手数料などの収入状況を示すものです。

行政コスト計算書から分かること

経常行政コスト176億1,100万円に対して、受益者負担は6億4,279万円です。

残りの169億6,821万円は、受益者負担金以外の一般財源（市税、地方交付税など）、国県支出金などで賄われています。

住民1人当たりの状況	
人にかかるコスト	6万2,000円
物にかかるコスト	14万1,000円
移転支出的なコスト	17万5,000円
その他のコスト	5,000円
経常行政コスト	38万3,000円

① 経常行政コスト（構成比）	176億1,100万円 (1～4の計)
1 人にかかるコスト（16.1%） ▷ 人件費、退職手当引当金など	28億5,732万円
2 物にかかるコスト（36.8%） ▷ 物件費、維持補修費、減価償却費	64億7,629万円
3 移転支出的なコスト（45.6%） ▷ 社会保障給付や補助金など	80億3,862万円
4 その他のコスト（1.6%） ▷ 支払利息など	2億3,877万円
② 経常収益 ▷ 使用料・手数料などの受益者負担金	6億4,279万円
純経常行政コスト (①-②)	169億6,821万円
▷ 市税、地方交付税などの一般財源、国県支出金など	

資金収支計算書

(平成26年4月1日～平成27年3月31日)

1年間の歳計現金の流れを「経常的収支」、「公共資産整備収支」、「投資・財務的収支」の3つの区分に分け、どのような活動に資金を必要としているかを示しています。

期首資金残高	5億3,132万円
1 経常的収支	36億9,518万円
2 公共資産整備収支	△5億9,306万円
3 投資・財務的収支	△33億6万円
当期収支(現金増減額)	△1億9,794万円
期末資金残高	3億3,338万円

純資産変動計算書

(平成26年4月1日～平成27年3月31日)

「純資産」が1年間でどのように増減したのかを示しています。

期首純資産残高	716億2,894万円
1 純経常行政コスト	△169億6,821万円
2 財源調達	160億1,741万円
▷ 地方税	56億5,597万円
▷ 地方交付税	60億9,159万円
▷ 補助金	27億5,410万円
▷ その他	15億1,575万円
3 その他(臨時損益など)	7,610万円
期末純資産残高	707億5,424万円

財務諸表から分かること

◇社会資本形成の世代間負担

公共資産に占める純資産合計の割合が高いほど将来世代の負担は少なく、逆に地方債残高の割合が高ければ将来世代の負担が大きいことが分かります。

これまでの世代がすでに負担した資産の割合を示す「現世代負担比率」は87.7%、将来世代が負担する資産の割合を示す「将来世代負担比率」は23.4%となっています。

◇有形固定資産の行政目的別割合

公共資産に計上された有形固定資産の行政目的別の割合から、どの行政分野に社会資本整備の重点を置いてきたかを把握することができます。

行政目的別の割合は、生活インフラなどが56.2%、教育が27.4%、産業振興が7.0%などとなっています。

中野市普通会計財務諸表

市の財政状況を市民の皆さんに分かりやすく知っていただくため、新地方公会計制度に基づき、総務省方式改訂モデルによる普通会計財務諸表を作成しました。

(注) 普通会計は、一般会計のみで構成されています。

貸借対照表 (平成27年3月31日現在)

貸借対照表は、会計年度末時点において市が保有する全ての「資産」や、その資産をどのような財源（「負債」や「純資産」）で賄ってきたかを分かるように表したものです。

左側に資産、右側には資産を形成した財源を負債と純資産に分けて対照表示することで、どのような資産をどのような負担で蓄積してきたかが分かります。

資産の部 (これまでに積み上げてきた資産)		負債の部 (これからの世代が負担する金額)	
1 公共資産 (将来世代に引き継ぐ社会資本)	806 億 6,038 万円	1 固定負債	200 億 4,103 万円
▷有形固定資産	806 億 5,843 万円	▷地方債	168 億 6,661 万円
▷売却可能資産	195 万円	▷退職手当引当金	31 億 7,443 万円
2 投資等	90 億 4,372 万円	2 流動負債	25 億 3,541 万円
▷投資及び出資金など	8 億 5,454 万円	▷翌年度償還予定地方債	19 億 8,161 万円
▷貸付金、基金など	81 億 8,918 万円	▷その他	5 億 5,380 万円
3 流動資産	36 億 2,658 万円	負債合計	225 億 7,644 万円
▷現金預金 (うち歳計現金)	35 億 3,000 万円 (3億3,338万円)	純資産の部 (これまでの世代が負担した金額)	
▷未収金	9,657 万円	純資産合計	707 億 5,424 万円
資産合計	933 億 3,068 万円	負債および純資産合計	933 億 3,068 万円



貸借対照表から分かること

933億3,068万円の資産を保有し、そのうち707億5,424万円（純資産合計）はこれまでの世代で支払済みであり、残りの225億7,644万円（負債合計）は将来世代の負担で債務を返済していくことになります。

資産は、有形固定資産の減価償却や売却可能資産の減などにより、昨年度と比較して12億3,145万円減少しました。負債は、退職手当引当金の減少などにより昨年度と比較して3億5,675万円減少しました。

住民 1 人当たりの状況	
平成27年3月31日現在の 住民基本台帳人口：45,958人	
負債	49万1,000円
純資産	154万 円
資産	203万1,000円



3月は、自殺予防月間です ♣

県内では、一年間に約420人が自殺で亡くなっています。自殺の原因として最も多いのが健康問題で、うつ病を発症している人が多いことが分かっています。自殺を考えている人も、一方では「生きたい」という気持ちとの間で激しく揺れ動いており、不眠や体調不良など自殺につながるサインを示しています。こうしたサインに周囲が気付き、支援の手を差し伸べることで、多くの自殺は防ぐことができます。

知っておきたい「自殺のサイン」

- ①気分が沈む・自分を責める・不眠が続く
- ②原因不明の身体の不調が長引く
- ③酒量が増す
- ④仕事の負担が急に増える・大きな失敗をする・職を失う
- ⑤職場や家庭でのサポートが得られない
- ⑥本人にとって価値のあるもの(職・地位・家族・財産など)を失う
- ⑦重症の身体の病気にかかる
- ⑧自殺を口にする
- ⑨自殺未遂に及ぶ

困ったことや心配なことがある方、また身近に気になる人がいるが、どうしたらいいのか分からない方などは、一人で悩まずに、まずはご相談ください。

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。

施設名	日時	行事
北部子育て支援センター(さくらんぼ)	3月24日(休) 午前10時30分～	「さくらんぼ広場」 作ってみよう！お楽しみ！
	4月13日(水) 午前11時～	「お母さんの読み聞かせ」 今日のお話な～に！
中央子育て支援センター(りんごっこ)	3月14日(月) 午前10時30分～	「誕生会」 明夢さんによる人形劇
	4月15日(金) 午前10時30分～	「オアシス公園へ行こう！」 お花見楽しみましょう
豊田子育て支援センター(うさぎっ子)	3月25日(金) 午前11時～	「春のコンサート」 さやかさんのピアノ演奏
	4月8日(金) 午前11時～	「お母さんの読み聞かせ」 楽しい絵本を見ましょう

※この他にもさまざまな行事を行っています。詳しくは、各子育て支援センターへお問い合わせください。

開館時間 午前8時30分～午後5時(共通)

問い合わせ先

さくらんぼ ☎日・月・祝日

☎(22) 6622 ※FAX兼用

りんごっこ ☎日・火・祝日

☎(22) 2259 ※FAX兼用

うさぎっ子 ☎日・水・祝日

☎(38) 1638 FAX(38) 3114

わが家の☆アイドル☆



市内在住の小学校就学前のお子さんを募集します。(先着4人まで掲載)

- ①お名前(ふりがな) ②生年月日 ③性別 ④応募者のお名前 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦メッセージ(30字まで)を明記し、写真データを添付の上、3月23日(水)までにEメールなどでご応募ください。

問い合わせ・応募先

〒383-8614 (住所記載不要)

庶務課秘書広報係

☎(22) 2111 (内線212)

Eメール koho@city.nakano.nagano.jp



丸山 綾音ちゃん(6歳)

4月からは1年生だね！残りの幼稚園生活も楽しんでね。



川口 勝生くん(4歳)

わが家の御嶽海！はっけよ～い！



上野 明くん(6歳)

4月から小学1年生！
とっても楽しいな明くんです！



久保 璃奈ちゃん(1歳)

食べること大好き☆

保健だより

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



予防接種ほか

日程

受付時間/午後0時45分～1時30分
会場/中野保健センター
持ち物/母子健康手帳、予診票

ワクチン名	日程	予約先
B C G	3月7日(月) 4月11日(月)	健康づくり課 母子保健係
水痘	4月6日(水)	
四種混合	3月11日(金) 4月8日(金)	
ヒブ		
小児用肺炎球菌		

※3日前までに予約が必要です。
※対象・接種間隔など詳しくは健康カレンダーをご確認ください。

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4月2日～平成19年4月1日生まれの方は、20歳未満までの間、接種を受けることができます。ご希望の方は、健康づくり課へお問い合わせください。



人間ドックの受診はお済みですか

市では、35歳から74歳までの国民健康保険被保険者および後期高齢者医療制度被保険者の方を対象に、指定医療機関での人間ドック受診の際の健診費用を一部助成しています。※年度内1回限りとし、がんドック助成を受けた方は除きます。



健(検)診ほか

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、おたずね票、オムツ、バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3か月健診	3月15日(火)	27年11月生
7か月健診	3月16日(水)	27年7月生
1歳6か月健診	3月18日(金)	26年8月生
2歳児健診	3月14日(月)	26年2月生
3歳児健診	3月17日(木)	25年2月生

※都合がつかない場合は、翌月お出掛けください。

予防接種健康被害救済制度

平成25年3月31日までに、市町村の助成により、ヒトパピローウイルス(HPV)ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種した方のうち、接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診した方は、接種との関連性が認定されると、医療費・医療手当が支給される場合があります。

心当たりのある方は、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度相談窓口へ至急お問い合わせください。

相談窓口/☎0120-149-931
※フリーダイヤルをご利用にならない場合は、☎03-3506-9411(有料)へ。



講座・相談

いきいき健康講座

会場/中野保健センター

期日・時間	演題・講師
3月4日(金) 午後0時45分～2時30分	「高血圧はキケンな病気のサインです!～血管管理の方法について～」 北信総合病院 腎臓内科部長 上條浩司さん
3月25日(金) 午前10時～11時30分	「実践!楽脳フィットネス～最新の若返り運動を体験しよう～」 フィットネスサポートセンター代表・健康運動指導士 三浦弘さん ※動きやすい服装でお越しください

※申込みは不要で、受講料は無料です。

マタニティクラス

期日/4月7日(木)
時間/午前9時30分～11時30分
会場/中野保健センター
持ち物/筆記用具、母子健康手帳
内容/妊娠・分娩の経過と起こりやすい異常について(助産師のお話)、妊産婦の健康・栄養(栄養士のお話と試食)、お父さんの妊婦体験
※3日前までに予約が必要です。

こころの健康相談

期日/4月14日(木)
時間/午後2時～4時
相談担当者/こころの専門医
会場/中野保健センター
対象者/悩みを持つ本人、家族など
※2日前までに予約が必要です。

電話健康相談所	☎23-0300	午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
女性相談	☎23-4810	午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
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、年末年始を除く)
長野県小児救急電話相談	☎#8000	午後7時～11時
長野県児童虐待・DV24時間ホットライン	☎026-219-2413	



生涯学習市民のつどい

2月21日、市民会館ホールにおいて、生涯学習市民のつどいを開催しました。

当日は、子ども読書活動「ファミリー賞」の表彰と発表に続き、エンジョイダンスの皆さんがダンススポーツの活動を発表しました。また、記念講演では、長野オリンピック金メダリストで元スピードスケート選手の清水宏保^{しみずひろやす}さんを講師に迎え、幼少の頃より患っていたぜんそくや外国人選手との体格差などのハンディをどのように乗り越え、金メダルを獲得できたのかお話しいただきました。



なかの21 市民講座

1月31日、中央公民館において、中野市合併10周年記念事業「なかの21市民講座」が開催されました。当日は、俳優の中本賢^{なかもとけん}さんを講師に迎え、多摩川の環境整備の取り組みや川遊びを通じての中本さんの体験談から、郷土の自然の大切さを再確認し、今を生きる人たちが次世代を担う子どもたちへ、自然のたくましさやその大切さをいかに伝えていくべきかについて、ユーモアを交えながら熱のこもった語り口で講演いただきました。



B&G財団会長杯中野市綱引き大会

2月7日、B&G海洋センターにおいて、中野市合併10周年記念「第11回B&G財団会長杯中野市綱引き大会」を開催しました。

当日は、一般の部6チーム、子どもの部6チームの計12チーム約100人が参加し、仲間と力を合わせて勝利を目指しました。

会場では熱戦が繰り広げられ、駆け付けた家族や友人らの声援を受け、参加者は息を合わせて力いっぱい綱を引いていました。



食農フォーラム

2月11日、アップルシティーなかのにおいて、中野市合併10周年記念事業「食農フォーラム」を開催しました。当日は、古典料理传承人の竹中公浩さんを講師に迎え、日本の伝統的な食文化の話を変えながら、中野市産食材の魅力を語っていただきました。講演の後には「信州中野きのこお菓子振興プロジェクト会議／研究会」の皆さんによる中野市産きのこを活用した「きのこスイーツ」が発表され、参加者は、根菜類ときのこと味噌を使った竹中さんの料理や、きのこスイーツをおいしそうに試食していました。



中野市農業経営技術奨励賞表彰式

2月16日、アップルシティーなかのにおいて、中野市農業経営技術奨励賞表彰式を行いました。今年度は、水稻栽培において大型機械化体系による省力化など先駆的な農業に取り組んでいる池田大光さん、ブドウ栽培において長期販売システムを確立し、新品種の栽培に取り組んでいる武田広明さん、また、スモモ栽培において生産増や販路拡大などで顕著な実績を挙げられた北信州みゆき農業協同組合スモモ部会が受賞されました。



西公園薬師堂 節分福豆まき

2月3日、西公園の薬師堂において、毎年恒例の節分福豆まきが行われました。

これは、西公園薬師堂奉賛会が主催したもので、当日は、地元の年男や年女のほか、池田市長、信濃グランセローズの松井コーチ、大平選手、保料選手などが参加しました。

園内は福をもらおうと多くの参詣者でにぎわい、「鬼は外」「福は内」の掛け声と、福豆や菓子をとり合う参詣者の歓声が響いていました。

津金あい子さん
からのご紹介



○自己紹介

上今井の家に養子に来てから約60年間、リンゴを中心とした専業農家をしています。昭和40年代くらいまでは、上今井駅にやってくるSLの貨車にリンゴが入った木箱を積み込んで、各地へ発送していました。貨車は客車と一連になっていたので、停車時間が短く、積み込みがとても大変だったことを覚えています。

30年ほど前からは娘と一緒に農業をしてきています。おいしいリンゴを作り、口コミで新しいお客さんが増えたり、「スーパード売っているものよりおいしい」と言ってもらえるのはうれしいものです。

最近では、道の駅ふるさと豊田の直売所に出したスイカが人気で、お

かんだ 神田 連 さん (上今井)



店の方から「次の出荷はいつですか」と催促をもらったことがありました。自分が作ったものが評価されるのはとても励みになり、幸せを感じます。

また、趣味として謡曲の愛好会に所属しており、定期的に練習や発表会に参加したり、仲間とカラオケや旅行に行ったりと楽しんでいきます。



▲桃の木を剪定する神田さん

○元気の秘訣

わが家のリフォームをしてくれた大工さんに自家栽培の野菜をあげたところ、体の調子が良くなったとのこと、それから継続的に野菜をあげています。私も1年を通して新鮮な野菜をたくさん食べていることが元気の秘訣かと思っています。

○おらほの自慢

上今井諏訪社の春祭りや奉納される太々神楽や、秋祭りでお囃子を奉納する屋台など、江戸時代後期から伝わるといわれる文化が今もなお継承されています。これからも地域のみんなでこの伝統を残していければと思います。

「健康長寿のまち中野市」を目指して

元気もりもり！健康体操



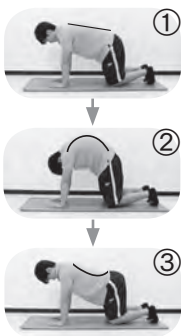
寒い冬の間に、運動不足などで肩や腰が固まってしまいませんか。これから暖かい季節を迎え、農作業やスポーツなどで本格的に体を動かす前に、肩と腰の調子を整えておきましょう。

今回は、肩こりや腰痛の予防と改善に効果的な運動を紹介します。

～これをやれば肩こり・腰痛知らず～

キョットエクササイズ

- ①四つん這いになります。
 - ②腰を上へ引っ張るように背中を丸めます。
 - ③胸を張るように腰・背中を伸ばします。
- ※慣れてきたら、背骨・腰骨を下から順番に一つずつ波のように動かしていくイメージで行ってみましょう。



- ①胸を張り、肩に手を置きます。
 - ②体の前で肘と肘を近づけるように背中を丸めます。
 - ③胸を張り、左右の肩甲骨を近づけるように肘を外に広げます。
- ※肩甲骨を動かすイメージで、大きくゆっくり行いましょう。

【共通のポイント】

- ・呼吸を止めないでゆっくりと、1日10回ずつ行いましょう。
- ・腰の痛い方などは、無理のない範囲で行いましょう。

※監修 フィットネスクラブ エフバイエー中野 健康運動指導士

10th

中野市合併10周年

1. めざましライブカントリーツアー（5月）で熱唱する平原綾香さん／2. パラ苗プレゼント（6月）／3. 徳川宗家18代当主徳川恒孝氏講演会（10月）／4. 故郷のふるさと音楽会（4月）／5. 斑尾ふるさと祭り（6月）



▲中野市合併10周年記念式典（10月）には、姉妹都市・北茨城市の豊田市長や音楽姉妹都市・竹田市の首藤市長にも出席いただいた。

人口減少社会がもたらすこれからの地域社会への影響は先行き不透明感をみなぎらせているが、そのような中であって、中野市が持つ、自然

が発見された。市民の皆さんのお力添えを得て、各種行事やイベントが開催され、一方で学校・学校関連施設や陣屋前広場公園など公園整備、保健センターや北信総合病院の再構築事業など医療福祉の分野でも、生活に密着した機能の充実が図られてきている。俯瞰してみれば、中野市には実に多くの魅力的な資源が、有形無形にかかわらず多くあり、生活定住空間としての高い潜在能力を蓄えてきている。

また、柳沢遺跡から出土した銅戈、銅鐸が国の重要文化財に指定され、高橋由一の油彩画など新たな文化財

新中野市として、市の「花・木・鳥」の制定（平成20年度）、市民憲章の制定（平成22年度）、中野市・産地観光シンボルマーク制定（平成24年度）など、市民共通の理念を整備してきた。



▲夏期巡回ラジオ体操 みんなの体操会（7月）では、早朝にも関わらず約1,600人の皆さんが参加された。

池田市長の わくわくレポート vol.30



文化・経済・生活といったそれぞれの環境の素晴らしさに鑑みれば、暗くなる必要はなく、持てる資産の有効活用を図れば、域外に向かつて、その魅力を発信することにより、地域創生は十分図れると思う次第である。

「変わるのが常、変わらないのが異常」と常々、さまざまな場所や機会にお話しさせていただいているが、まずは「随より始めよ」である。

感謝の気持ちと、強い責任感をもって、次の10年に向けて、行動を起こしたいと思う。中野市にこれまで蓄積された資産は、それを守り育てていただいた先輩・先人の皆さまのおかげである。

また、将来を担う若い人たち、そしてここ中野市で育つ子どもたちの為にも、一瞬たりとも気を抜くことなく、魅力ある中野市、住み続けたいと思われまことにするため、市民のみなさんと共に前に進みたいと思う。



▼お知らせ

シルバー乗車券・温泉利用助成券をご利用ください

【高年齢者支援課長寿福祉係(内線243)】

市内在住の70歳以上の方を対象に、シルバー乗車券・温泉利用助成券(共通券)を年度当初に配布しています。助成券には使用期限がありますので、お早めにご利用ください。

使用期限 3月31日(木)

※利用できる交通機関や温泉施設については、配布した通知および助成券に記載されています。

家族介護者交流会

【高年齢者支援課長寿福祉係(内線243)】

認知症などの高齢者の方を、在宅で介護されているご家族の方を対象とした交流会です。お茶を飲みながら、日ごろの悩みも相談できます。

期日 3月24日(木)

時間 午後1時～3時30分

会場 中野保健センター

内容 楽しくできる認知症のリハビリ実践、交流会、専門相談

参加料 無料

定員 30人(要予約)

申込期限 3月18日(金)

市・県民税の申告はお早めに

【国税務課課税係(内線225)】

申告期限 3月15日(火)

申告相談予約専用電話 ☎13300

※申告相談の予約受け付けは、3月14日(月)まで(土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時15分)

長野県広報コンクール

「広報なかの」が奨励賞受賞

【庶務課秘書広報係(内線212)】

平成27年長野県市町村広報コンクールにおいて、広報なかの11月号が、「広報紙・市の部」で奨励賞を受賞しました。今後も、よりよい広報紙となるよう努めてまいりますので、ご愛読を願います。



図書館カードの更新手続きが変わります

図書館カードの更新手続きが変わります

【市立図書館 ☎265841】

4月1日(金)から、図書館カードを更新する際に、本人確認ができる書類(運転免許証、保険証など)の提示が必要となります。

更新時期 登録から3年ごと

ながの子育て家庭優待パスポート 県外での利用を開始

【子育て課子ども支援係(内線356)】

「ながの子育て家庭優待パスポート」について、4月から県外でも利用できるサービスが始まります。

全国共通展開に対応した「新パスポート」を4月中旬に対象世帯へ発送します。ぜひご利用ください。

利用方法 「全国共通ロゴマーク」提示店で新パスポートを提示する

※既存のパスポートカードも有効期限(平成30年3月31日)までは使用できます。

信濃グランセローズ激励会

【中野ポールパーク・フェスタ実行委員会(北信エルシーネット内) ☎2615885】

日時 4月2日(土) 午後6時開宴

会場 アップルシティーなかの

対象者 市内に在住または在勤の成人の方(定員200人)

入場チケット料 2500円

チケット販売窓口 文化スポーツ振興課、市民体育館、B&G海洋センター、信州中野商工会議所、JA中野市各事業所、北信エルシーネット

※送迎バスを運行します。詳しくは、お問い合わせください。

リサイクルかわらばん

2月26日現在

譲ります 照明器具(和室用・洋室用) / 手押し車(高齢者用) / ソフトキャリーバッグ

譲ってください 流し台 / 家庭用耕うん機 / 木くず / テレビデオ / ミシン / 長じゅばん(女性用) / 車いす / ハウス用鉄パイプ / プロパンガス用瞬間湯沸かし器 / 旅行用スーツケース

市民の皆さんの不用品・必要品を掲載しています。

【市民課生活交通安全係(内線238)】

市の魅力を発信する

テレビ番組が放映されます

【売れる農業推進室推進係(内線406)】

放送日 3月27日(日)

時間 午後3時55分～4時25分

番組名 信州なかのを売り込め!

放送局 長野朝日放送

農地に関する調査票の提出をお願いします

【農業委員会事務局(内線409)】

昨年12月に提出を依頼した「農地台帳調査及び農地に関する意向調査票」について、まだ提出をされていない方は至急提出をお願いします。

今月の新着図書情報

今月の新着図書の一部を紹介します。
 市立図書館 ☎(26)5841

モナ・リザ・コード

著/ダイアン・ヘイルズ
 柏書房

世界で最も有名な絵画「モナ・リザ」。

そのモデルとなった人物は、どんな女性だったのか？

ダヴィンチ、メディチ家とのかわりを軸に、ルネサンス最盛期のフィレンツェの優雅な人間模様を描き、これまで謎に包まれてきた実在のモデルの素顔をはじめ解き明かす、圧巻のノンフィクション。



ラジオ福島300日

著/片瀬京子、ラジオ福島
 毎日新聞社

すべての、被災した県民と、共にあるために。

放射能への不安を胸底にかかえながら、誰に何をどう伝えるべきかに苦悩し奔走して、ラジオの新たな地平を示した放送局の、2011年3月11日から1年間の闘い。

帰蝶(諸田玲子)/砂の街路図(佐々木謙)/わが心のジェニファー(浅田次郎)/最後の晩餐の暗号(ハビエル・シエラ)/知って得する茶道のいろは(筒井紘一)/スター・ウォーズ論(河原一久)/100%リアルキッチン(鈴木尚子)/世界のカマキリ観察図鑑(海野和男)/科学者は戦争で何をしたか(益川敏英)/卑弥呼のサラダ水戸黄門のラーメン(加来耕三)/百貨店で(趣味)を買う(神野由紀)/歴史図解中東とイスラーム世界がー気にわかる本(宮崎正勝)

ビデオ上映会 としよかん★プチキネマ

サクラカプセル
上映日時 3月20日(日) 午後2時～
初恋
上映日時 4月6日(水) 午前10時～
会場 図書館2階AVホール(入場無料)

汚泥発酵肥料 なかの「おすみちゃん」・「未土利」
 園上下水道課監理係(内線280)

●なかの「おすみちゃん」
 販売日 3月2日(水)、9日(水)、20日(日)、23日(水)、4月6日(水)、13日(水)、17日(日)、27日(水)
 販売時間 午前9時～11時30分
 販売場所 中野浄化管理センター
 価格 1袋(15kg) 2000円
 バラ(300kg) 15000円
 バラ(500kg) 25000円
 ※バラ売りは10日前までに要予約。
 ※バラ売り袋は後日お返しください。
●未土利
 販売日 月～金曜日(祝日を除く)
 販売時間 午前9時30分～午後4時
 販売場所 平岡処理場(ナピア)

平岡 笠原580番地)
 価格 1袋(15kg) 2500円

油漏れ事故にご注意を
 園環境課環境係(内線247)
 中野消防署 ☎(23)3386
 豊田消防署 ☎(38)2355
 北信地方事務所環境課 ☎(23)0202

冬は灯油などの油漏れ事故が多発します。油が河川に流出すると、被害が広範囲に及び、処理に多額の費用と時間が掛かります。また、処理費用は全て原因者負担となります。
油漏れ事故を防ぐための注意点

- ・油の小分け作業中は、絶対にその場を離れないようにする。
- ・器具や配管に腐食や亀裂がないか

確認をする。
 ・定期的タンクの残量を確認する。
 ・防油堤を設置する。
 ※油漏れが発生してしまったときは、速やかに連絡をお願いします。

音声告知放送端末機の「電池切れ」にご注意を
 園政策情報課情報統計係(内線217)

音声告知放送端末機の裏側には乾電池が内蔵されており、停電時にも緊急放送などが受信できるようになっています。
電池が切れた状態では、停電時に放送が受信できません。ご家庭の端末機をご確認いただき、端末機本体正面にある電源ランプが点滅している場合は、電池の交換をお願いします。

AEDマップへの情報登録のお願い
 園岳南広域消防本部警防係 ☎(23)0119

岳南広域消防組合では、地域の救命率をより向上させることを目的に、管轄内のAED設置事業者の皆さんに対し、「全国AEDマップ」への情報登録を呼び掛けています。
全国AEDマップとは インターネットの地図上で、全国のどこにAEDが設置されているのかを知ることができるサービスです。
登録方法 日本救急医療財団全国AEDマップのホームページ(<https://www.gqzaidanmap.jp/>)から登録できます。ぜひ登録をお願いします。

▼募集

市の共通使用封筒へ掲載する有料広告を募集

【豊田】財政課管財係（内線222）

新たな自主財源を確保し、市民サービスの向上を図るため、市共通使用封筒に有料広告を掲載していただけの事業者の方などを募集します。

①角形2号市内専用封筒

- ・ 広告枚数 4 枚
- ・ 作成枚数 2 万枚
- ・ 広告料（1 枚） 4 万 8 6 0 0 円

②長形3号市内専用封筒

- ・ 広告枚数 1 枚
- ・ 作成枚数 7 万枚
- ・ 広告料（1 枚） 10 万 8 0 0 0 円
- ・ 広告掲載位置 封筒裏面（黒1色）
- ・ 広告の規格 5・5センチ×9・5センチ
- ・ 発送期間（予定） 5月ごろから在庫終了まで（おおむね1年間）
- ・ 申込期限 3月22日（火）

公共職業訓練受講者募集

【豊田】ハローワーク飯山

☎ 0269(62)8609

●CAD/CAM技術若年者コース

訓練期間 5月10日（火）～11月25日（金）

会場 ポリテクセンター長野

募集定員 15人

受講料 無料（テキスト代別）
訓練内容 機械加工、CAD/CAEなどの技術習得
募集期限 3月30日（水）

県民交通災害共済の加入手続きはお済みですか

【豊田】市民課生活交通安全係（内線238）
地域振興課市民生活係（豊田支所内） ☎ 38)3111

県民交通災害共済とは、会員の方が交通事故にあった際、見舞金を支給する助け合い制度です。

加入資格 ①市内に居住している方

②市内に居住している方の被扶養者で、就学のため市外に居住している方

会員期間 4月1日（金）～平成29年3月31日（金）

会費 1人400円（年額）

加入方法 各区で取りまとめているほか、市民課または豊田支所地域振興課でも直接お申し込みできます。

手続きの必要がない方 次の方は、市が手続き（公費負担）を行いますので、申し込みは不要です。

- 中学生以下の方（平成13年4月2日以降に生まれた方）
- 身体障害者手帳の1級から3級をお持ちの方
- 療育手帳をお持ちの方
- 障害者保健福祉手帳をお持ちの方

ご寄付ありがとうございました

中野平中学校生徒会 ふれあい委員会 様
アルミ缶収集活動の収益金で購入した紙芝居セット、パズルなど
中学校区の保育園と交流を図り、つながりを深めるため

中野市農業協同組合 様
傘355本 管内小学校新入学児童への祝品として

【豊田】庶務課秘書広報係（内線400）

▼展示

市立博物館 （休）火曜日 ☎ 22-2005	常設展示室「中野市の自然と歴史・文化・重要文化財柳沢遺跡展示室」 西沢今朝夷水彩画展「ふるさとの記憶」
中野陣屋・ 県庁記念館 （休）火曜日 ☎ 23-2718	・ 第7回信州中野つるしかざり展 3月13日（日）まで ・ 第18回中野陣屋ひな市特別展 中野 土人形・全国土人形牧基之コレクション 3月19日（土）～4月1日（金）

消費生活相談

消費者トラブルと解決法

65

電力小売り全面自由化の便乗商法に注意!

事例 「4月から電力料金が自由化になる。その前に太陽光発電システムを設置し、充電すればもうかる。」という電話があった。設置料金は200万円で、ローンを組むと月々1万円の支払いで済むという。しかし、説明どおりの充電金額が約束されているわけでもなく、年金暮らしの自分がローンを抱えることにも不安がある。
アドバイス 電力の小売り全面自由化を口実に、太陽光発電システムやプロパンガス、蓄電池などの勧誘が行われています。電力の契約は、地域ごとの電力会社との契約でしたが、4月からは小売り自由化により、多様な業種・業態の事業者の中から選択できるようになります。

今後さまざまな勧誘が行われることが予想されますので、制度や条件などをよく理解しておくことが必要です。ご不明な点は、下記の相談窓口へご相談ください。

問い合わせ・消費生活相談窓口

市民課生活交通安全係（内線238）
長野県北信消費生活センター ☎ 026(223)6777
消費者ホットライン ☎ 188



加入・種別変更の 手続きをお忘れなく

国民年金は、国内にお住まいの20歳から60歳未満の全ての方に加入が義務付けられています。

国民年金の加入種別は次の3種類に分かれており、種別が変わったときは手続きが必要となります。

【第1号被保険者】 自営業の方やその配偶者の方、20歳以上の学生の方などが対象となります。手続きは、市役所市民課の国民年金担当窓口で行います。

【第2号被保険者】 会社や官公庁にお勤めで、厚生年金に加入している方が対象となります。手続きは、勤務先を通じて行います。

【第3号被保険者】 第2号被保険者に扶養されている配偶者(年収130万円未満)が対象です。手続きは、配偶者の勤務先を通じて行います。

※第2号被保険者が退職された際、本人と扶養されている配偶者は第1号被保険者への種別変更手続きが必要です。

☎長野北年金事務所 ☎026(244)4100
市民課国民年金係(内線237)

一般的な相談は「ねんきんダイヤル」☎0570(05)1165
平日午前8時30分～午後5時15分

国稅専門官募集

☎048(600)3111
☎048(600)3111

資格 ①昭和61年4月2日～平成7年4月1日生まれの方 ②平成7年4月2日以降生まれの方のうち、大学を卒業(見込みを含む)した方 または人事院が同等の資格があると認める方

受付期間 4月1日(金)～13日(水) (郵送または持参の場合、4日(月)まで)

第一次試験日 5月29日(日)

※原則、インターネットでお申し込みください。

相談

労働相談をご利用ください

☎026(234)9532
☎026(234)9532

仕事の悩みなどの労働問題全般についての相談に、労働相談員が応じます。相談は無料で秘密は固く守られます。お気軽にご相談ください。

相談方法 面接、電話、メール

相談時間 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)

※メールによる相談は随時受け付けています。

各種相談日程	期日・時間・会場	問い合わせ先
子ども相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 市役所子ども相談室	子ども相談室(内線278)
保健師による子育て相談	期日 3月25日(金) 時間 午前10時～11時 会場 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期日 毎週水曜日 時間 午前10時～11時30分 会場 中野保健センター ②期日 毎月第1木曜日 時間 午前10時～11時30分 会場 豊田保健センター	健康づくり課健康管理係 (内線242)
高齢者の方のための総合相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 中野保健センター	高齢者支援課介護予防包括支援係(内線366)
行政相談	期日 3月10日(水)、4月11日(月) 時間・会場 ①午前9時～11時 豊田支所相談室 ②午後2時～4時 市民会館44号会議室	庶務課庶務文書係 (内線211)
消費生活相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 市役所市民課生活交通安全係	市民課生活交通安全係 (内線238)
女性相談 面接は予約制	期日 毎週月～金曜日(祝日を除く) 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 中野人権センター	人権・男女共同参画課 ☎(23)4810(専用電話)
生活就労支援相談	期日 毎週月～金曜日(祝日を除く) 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 市役所福祉課厚生保護係	福祉課厚生保護係 (内線276)
身体障がい者相談所 予約制	期日 毎月第1・3水曜日 時間 午後2時～4時 会場 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、結婚相談 予約制	期日 毎週月～金曜日 時間 午前9時～午後5時 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
心配ごと相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午後1時30分～4時30分 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
法律相談 予約制	期日 毎月第1・3月曜日(月曜日の場合は翌火曜日) 時間 午後1時30分～3時30分 会場 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	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時 会場 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
交通事故巡回相談	期日 3月17日(水) 時間 午前10時～午後3時 会場 北信合同庁舎	北信地方事務所 ☎(22)3111
権利擁護相談 成年後見制度含む	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 北信建設事務所 中野庁舎3階	北信圏域権利擁護センター ☎(26)2266



夢

No.131



保育士になって子どもたちの めんどろをみたい!

とや こはる
外谷 来春さん 永田小学校 6年

わたしの将来の夢は、保育士さんになって子どもたちのめんどろをみることです。理由は二つあります。一つ目は、子どものめんどろをみるのが好きだからです。なぜかと言うと、いとこの子が来て一緒に遊んでいたらとっても楽しかったので、保育士さんになりたいと思います。

二つ目は、一人の先生にあげられているからです。わたしが通っていた永田保育園の先生のことです。その先生に教わったのは一年だけだったけど、とっても優しくかったです。なので子どもたちに優しい先生になって子どもたちをよろこばせたいです。

子どもたちに好かれるような人になるには優しいだけではだめだと思うので、人間的に魅力ある人になれるように、いろいろな本を読んだり、スポーツに打ちこんだり、たくさん勉強したりして、レベルをあげていきたいです。



中野市役所広報
facebook

10th
中野市合併10周年

編集後記

面積：112.18 km²
人口：43,878人（-28）
男：21,213人（-30）
女：22,665人（+2）
世帯数：15,690戸（+10）
【平成28年2月1日現在】
（ ）は前月比、平成22年
国勢調査を基に推計

▼取材の際、久々に給食を食べさせていただきました。口の中に味が広がる、不思議なことに、子どもの頃大好きだった給食の思い出も一緒に浮かび上がりました。思い出を話せば皆が笑顔になる給食。皆さんも今回の特集を通して、懐かしい給食の話に花を咲かせていただければ幸いです。（芳澤）
▼「キラリ☆中野のチカラ」でお話を伺った豊田ふるさとファームの皆さん。「使命感ではなく、自分たちも楽しいから続けられる」という言葉が印象的でした。子どもたちの笑顔が見たいと活動されている皆さんは、とてもエネルギーッシュで輝いていました。（中沢）
▼3月、学校では卒業シーズンを迎えます。卒業式当日、ピカピカの学生服を着た6年生の背中が、急に大人びて見えたものでした。私も30代を目前にし、「言葉で多くを語らずとも、背中を語る」ような人に近づきたいと思えます。（仲條）