

広報

2016(平成28年)

# なかの6

No.135

特集 ～私たちの声を、私たちの将来に～

## 18歳選挙権、はじまる



### Contents

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

# 特集 ～私たちの声を、私たちの将来に～ 18歳選挙権、はじまる

問 選挙管理委員会事務局 ☎ (22) 2111 (内線324)



写真左から、市選挙管理委員会の丸山 邦夫委員長、中野西高校3年生の相澤 大介さん、畔上 真衣さん、宮川 鈴菜さん

本年7月に予定されている参議院議員通常選挙から、選挙権年齢が「18歳以上」に引き下げられます。「18歳選挙権」について、高校生の素朴な疑問を市選挙管理委員会の丸山委員長に答えてもらいました。

「18歳選挙権」  
何が変わるの？



若者の意見や考えを政治に届きやすくするため、70年ぶりに選挙権年齢が改正され、従来の「20歳以上」から「18歳以上」に引き下げられました。

これにより、日本全体で約240万人が、本市では約950人が新たに投票できるようになります。

世界の選挙権年齢はどうなっているの？



世界191の国や地域のうち、9割にのぼる176の国や地域で18歳から選挙権が認められています。

▼主な国・地域の選挙権年齢（抜粋）

25歳	アラブ首長国連邦
21歳	オマーン、シンガポール
20歳	カメルーン
19歳	韓国
18歳	アメリカ、イギリス、イタリア、ドイツ、ロシア
17歳	東ティモール
16歳	アルゼンチン、ブラジル、オーストリア、キューバ

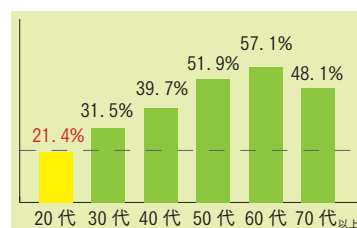
※国立国会図書館調べ（平成26年）

若者の投票率は低いと聞きますが、選挙には本当に行かないの？

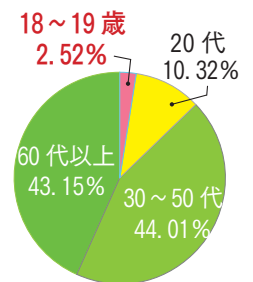


近年、若い世代の投票率は際立って低い状況となっています。今のわが国では、少子高齢化により若者の人口は、ほかの年齢層に比べて少なくなっています。その上、若者の投票率は、ほかの年齢層に比べて全体的に低く、政治に若い世代の声が届きにくい状況といえます。豊かな暮らしや理想的な社会を望む願いを「投票」という形で意思表示しないと

なか政治には届きません。皆さんが投じる一票は、政治を動かす力につながります。少子高齢化で若者の役割が重要性を増している現在、わが国の未来を担う若者の意見を政治に反映させるために、若者の皆さんも投票に参加することが大切です。



▲本市の年代別投票率比較 (H27 県議選)



▲本市の有権者の年齢割合 (H27 県議選を基に算出)

# 高校3年生の声



加藤 爽太郎さん

模擬投票を体験して、イメージと違って時間もかからず、簡単なんだと感じました。投票の流れを一度体験できたので、実際の選挙でも、抵抗なく投票に行くことができそうです。



田幸 美怜さん

18歳選挙権によって政治が身近になり、関心を持つようになりました。私たちにとって「関係ないこと」ではなく、大人の一人として、選挙や政治に関わっていかねばと思います。



選挙の説明を聞いて...



投票用紙を受け取って...



いざ、投票!

選挙の仕組みや投票参加の意義について理解を深めるため、中野西高校では3月に選挙出前授業を行い、当時の2年生(現在の3年生)が模擬投票を体験しました。  
当日は、架空の県知事選という設定で、候補者役の男性3人の政見放送を上映し、生徒が各候補者の政策を判断して投票を行いました。



開票も高校生が体験!

## 高校生が模擬投票を体験しました

## インターネット選挙運動でできること



18歳になると有権者として選挙運動をすることができるようになります。  
有権者は、ウェブサイトなどインターネットを利用した選挙運動ができますが、電子メールを利用した選挙運動は、候補者および政党などを除き、認められていません。

- × やってはいけないこと
- ・ 有権者が電子メールを使って選挙運動をすること
- ・ 満18歳未満の者が選挙運動(インターネットを利用したものを含む)をすること
- ・ ウェブサイトや電子メールなどを印刷して頒布すること
- ・ 選挙運動が可能な期間以外に選挙運動(インターネットを利用したものを含む)をすること



### 同級生でも年齢に注意!



18歳以上

17歳以下

Q 高校のクラスメイトがTwitterで候補者のツイートを「リツイート※」していたのですが、私もしてもいいの?  
A 「リツイート」は、選挙運動に当たりません。18歳以上の人には選挙運動が認められますので、「リツイート」することができませんが、満18歳未満の人が同じことをすると、公職選挙法違反になるおそれがあります。  
高校3年生のクラスには、選挙運動のできる18歳と選挙運動のできない17歳が混在しているので、注意が必要です。LINEやFacebookにおけるやりとりについても、同様です。

(※)ほかの人が投稿した文(ツイート)を引用すること

いまさら聞けない!?

# 投票に行きたいけど、こんなとき、どうすればいいの？

## そもそもなぜ選挙を行うの？

私たちの生活や社会をよくするためには、私たちの意見を政治に反映させてくれる代表者が必要であり、その代表者を決めるのが「選挙」です。



## 政治って身近なことなの？

税金、物価、交通、仕事、介護、まちづくりなど、私たちの生活に関わることすべてが政治によって決められています。政治を実行するには予算が必要で、その予算には私たちの税金が使われています。



## 候補者ってどうやって選べばいいの？

候補者や政党の政策などについては、ポスターや選挙公報、テレビや新聞、ホームページやブログ、SNSなどのほか、街頭演説や政見放送、演説会・討論会などを通して知ることができます。

内容をすべて理解できなくても、まずは自分の関心のある分野を比較してみるといいでしょう。



## 「投票所入場券」をなくしちゃった！

選挙時に郵送される投票所入場券には、投票所の場所や投票時間などが記載されています。

万が一、投票所入場券をなくしたり忘れても大丈夫です。運転免許証や保険証など本人確認できるものがあれば投票できるので、心配はいりません。



## 投票日には予定があるんだけど…

投票日に仕事や学校行事、レジャーなどで都合がつかない見込みの人は、「期日前投票」をすることができます。

市では、公示日（または告示日）の翌日から、市役所本庁舎のほか、北部公民館、西部公民館、豊田支所に期日前投票所を設置します。

また、市内の大型ショッピングセンターなどで出張期日前投票所も開設する予定です。

開設期間や時間など詳しくは、市公式ホームページでご確認ください。



▲市内大型ショッピングセンターでの出張期日前投票所（平成26年12月：衆議院議員総選挙）の様子

公示日  
または  
告示日

期日前投票期間

投票日

市役所本庁舎の期日前投票所の投票箱を金色に塗装したり、レッドカーペットを敷いてゴージャス感を演出するなど、投票に行つたことがないという人たちに興味を持ってもらい、「投票に行つてみよう」と思ってもらえるような取り組みを行ってきました。

市内の大型ショッピングセンター内に「出張期日前投票所」を設置した際は、「買い物の際のついでに投票ができて便利」と長い行列ができました。今後も引き続き、皆さんに選挙に関心を持ってもらえるような取り組みを進めていきたいと思えます。



▲レッドカーペットとゴールド投票箱



中野市選挙管理委員会事務局書記長 池野 正美

投票率アップを目指す！  
市選挙管理委員会の  
取り組み

**募集**

**若者・女性の  
投票立会人**

若者の投票率向上と女性の登用率向上を図るため、7月に執行予定の参議院議員通常選挙の投票立会人を募集します。



**○応募要件**

- ・選挙権を有する40歳未満の男性
- ・選挙権を有する女性
- 募集人員 10人(定員になり次第締め切り)
- 職務の内容 参議院議員通常選挙の期日前投票所投票立会業務

- 期日 期日前投票期間(選挙の公示日の翌日から投票日の前日までの間)のうち一日(午前8時30分～午後8時)
- ※期間についてはお問い合わせください。
- 場所 市役所期日前投票所ほか
- 報酬 9500円/日
- 受付期間 6月6日(月)～17日(金)
- 申込方法 選挙管理委員会事務局または豊田支所地域振興課にて配付している申込書に必要事項を明記の上、提出してください。

- ※申込書は、市公式ホームページからもダウンロードできます。
- 申込書提出先 選挙管理委員会事務局、豊田支所地域振興課

**募集**

**明るい選挙啓発ポスター**

平成28年度の明るい選挙啓発ポスターを募集します。明るく、楽しく、皆さんが目にするような自由な発想のポスターをお待ちしています。

**○児童・生徒の部**

- ・応募資格 市内の小学校児童、中学校生徒、高等学校生徒
- ※市内小中学校には学校あて募集案内を送付しています。
- 一般の部
- ・応募資格 児童・生徒の部以外の方



▲昨年度の北信地方審査入選作品(児童・生徒の部)

**○共通事項**

- ・内容 明るい選挙をテーマに自由に表現したポスター
- ・応募期限 8月29日(月)
- ・画材 描画材料は自由
- ・大きさ 画用紙の四ツ切・八ツ切
- ・サイズまたはそれに準じる大きさ
- 表彰
- ・児童・生徒の部 優秀作品には、賞状および副賞(記念品)を差し上げます。
- ・一般の部 優秀作品には、賞状および副賞(図書カード)を差し上げます。

- ※1等(1点)は、賞状および1万円相当の図書カード
- ※2等(2点)は、賞状および5千円相当の図書カード
- ※3等(3点)は、賞状および3千円相当の図書カード
- ※佳作(数点)は、賞状および1千円相当の図書カード
- その他
- ・ポスターの裏面右下に住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別を必ず記入してください。
- ・入賞者は氏名などが公表されますのでご了承ください。
- 応募先 選挙管理委員会事務局
- ※詳しくは、市公式ホームページ(<http://city.nakano.nagano.jp/>)をご覧ください。

**選挙が未来をつくる!  
明るい選挙推進協議会の  
取り組み**

市民の皆さんの政治や選挙への関心を高め、明るくきれいな選挙の実現を図ることを目的に、選挙管理委員会など関係機関と連携しながら活動しています。長年、成人式の会場で新成人の皆さんに選挙啓発の記念品を配布してお祝いしてきました。

**▼成人式での啓発活動の様子**



これからは「18歳選挙権」を機に、高校生など、より若い世代への啓発活動にも力を入れていきたいと考えています。これからの日本を背負って立つ若い皆さんは、ぜひ投票に行き、声を反映させてもらいたいと思います。



明るい選挙推進協議会 会長 西澤 啓行 さん

# 工事期間中の施工計画

工事期間中は、次のとおり安全に十分配慮し工事を行います。

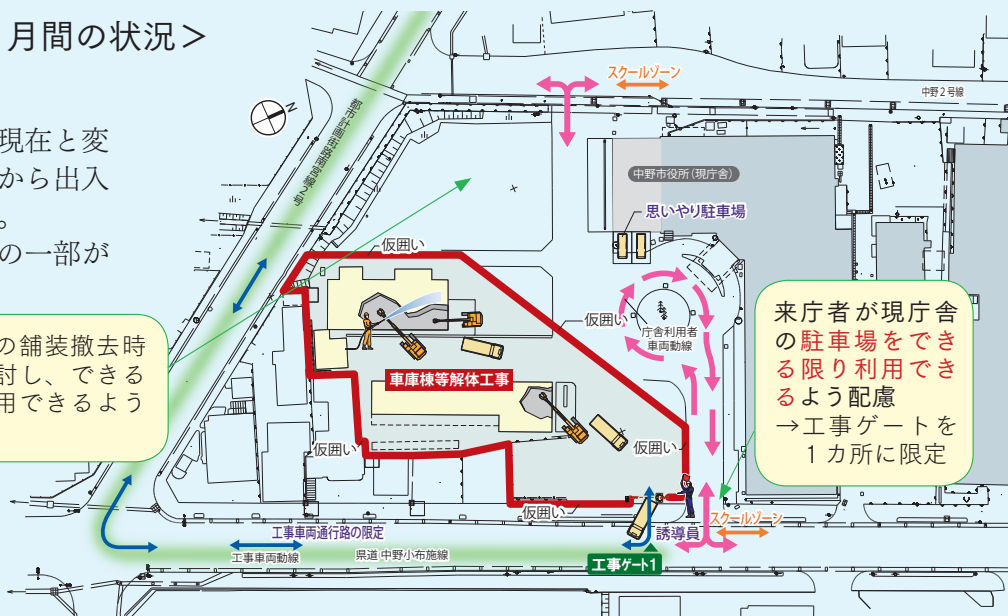
## < 11月初旬から2カ月間の状況 >

### ◆車庫棟等解体工事

- 庁舎敷地への出入口は現在と変わりなく、東側と西側から出入りすることができます。
- 仮囲いにより、駐車場の一部が使用できません。

駐車場の舗装撤去時期を検討し、できる限り利用できるように配慮

来庁者が現庁舎の駐車場をできる限り利用できるように配慮  
→工事ゲートを1カ所に限定



## < 平成 29 年 2 月初旬から平成 30 年 1 月中旬の状況 >

### ◆新庁舎建設工事

- 庁舎敷地への出入口は、車で来庁される方は東側1カ所となります。西側は歩行者専用通路となります。
- 仮囲いにより、原則駐車場は使用できません。

工事車両の経路の限定  
→稼働中の市庁舎前は通行させない

周辺道路の渋滞防止  
→東道路、西道路は朝の通学時間帯の大型車両通行を制限  
→生コン打設時の配慮  
工事車両台数の平均化  
→工事ゲートを3カ所に分散

現庁舎の使い勝手の維持  
→車・人の動線確保  
→「思いやり駐車場」を2台分確保

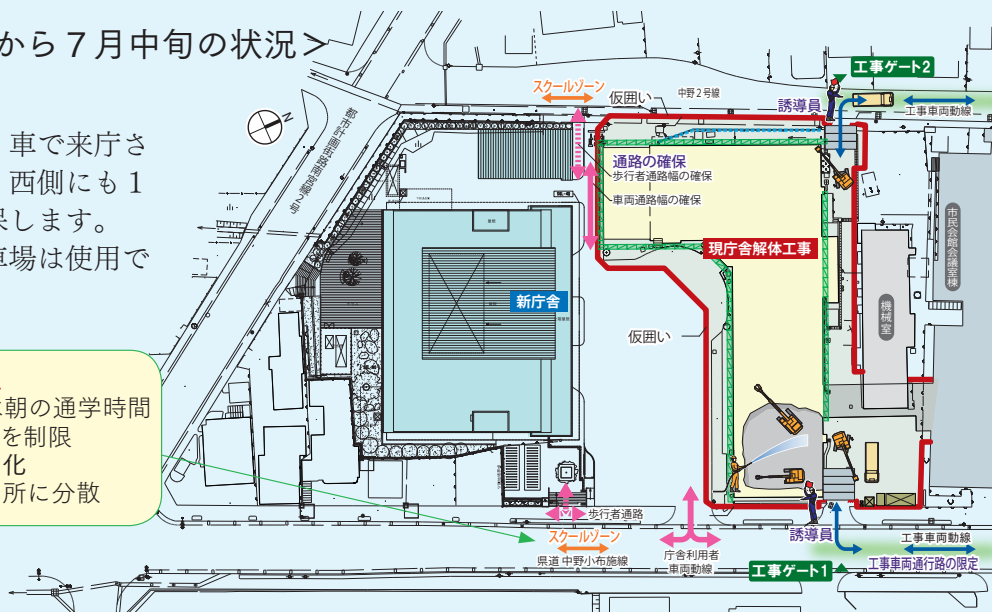


## < 平成 30 年 2 月中旬から7月中旬の状況 >

### ◆現庁舎解体工事

- 庁舎敷地への出入口は、車で来庁される方は主に東側とし、西側にも1車線（一方通行）を確保します。
- 仮囲いにより、原則駐車場は使用できません。

周辺道路の渋滞防止  
→東道路、西道路は朝の通学時間帯の大型車両通行を制限  
工事車両台数の平均化  
→工事ゲートを2カ所に分散





# 公共施設の 現状を考える

～中野市を **次世代** へつなぐために～

公共施設縮減目標 **△20%** をめざして



## 公共施設とは

国や地方自治体が建設する施設。中野市公共施設白書では、公民館や図書館など市が保有する建物や、公園など広く市民が利用する施設を対象としています。

問い合わせ先 政策情報課行政管理係

☎ (22) 2111 (内線401)

過去2回にわたり本市の公共施設の保有状況および将来負担コストの見通しについてご説明してきました。総括しますと、「現状のまま施設を維持することは財政的に大きな課題がある」ということです。

そのため、先に策定しました「中野市公共施設等総合管理計画」に記載していますとおり、公共施設の延床面積20%縮減という目標達成は、安定的な市政運営のために避けて通ることはできません。

そこで今回からは、それぞれの施設の現状について、施設類型ごとに「ポートフォリオ分析」を用いてお知らせします。

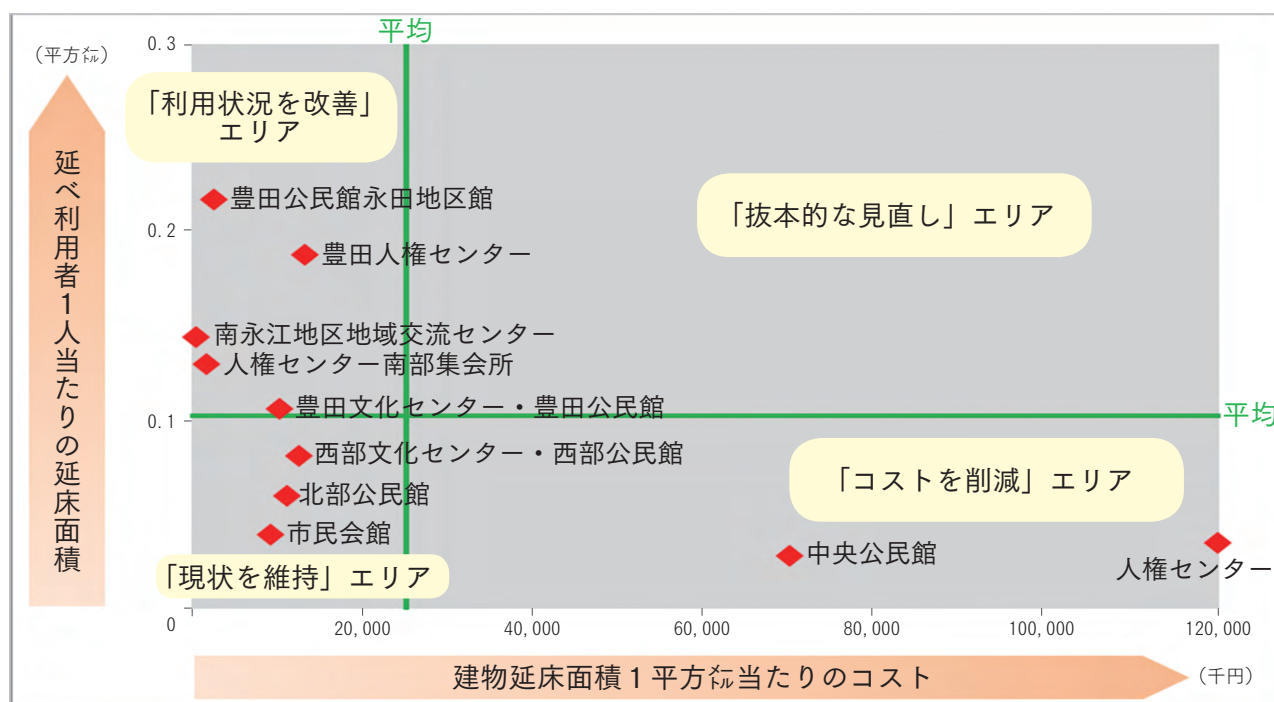


## ○ポートフォリオ分析とは

対象となる項目に共通する2つの指標の組み合わせにより、その要素が平面上のどの領域に配置しているか分析し、重要性の高い項目を抽出する方法

今回対象とする市民文化系施設のポートフォリオ分析は下図のとおりです。延べ利用者1人当たりの面積と建物延床面積1平方メートル当たりのコストを指標としています。

### ▼市民文化系施設のポートフォリオ分析



この図からは抜本的な見直しを必要とする施設こそないものの、利用状況を改善したり、コストを削減する必要がある施設を読み取ることができます。

利用状況を改善する施設	豊田公民館永田地区館、南永江地区地域交流センター、人権センター南部集会所、豊田人権センター、豊田文化センター・豊田公民館
コストを削減する施設	中央公民館、人権センター



# 5月市議会臨時会報告



## 人事

### 《教育委員会委員》

岡村博子委員の任期満了に伴い、後任に永江文樹氏を任命することに議会の同意を得ました。

### 《監査委員》

松野繁男委員の辞任に伴い、後任として高野良之氏を選任することに議会の同意を得ました。

## 市議会の人事構成が決まりました

5月市議会臨時会において、正副議長や各常任委員会委員など、市議会の新しい人事構成が決まりました。

議長には深尾智計議員、副議長に武田俊道議員がそれぞれ選出されました。



議長 深尾智計 議員



副議長 武田俊道 議員

「中野市市税条例等の一部を改正する条例」の専決処分の報告  
 「中野市都市計画税条例の一部を改正する条例」の専決処分の報告  
 「中野市国民健康保険税条例の一部を改正する条例」の専決処分の報告

## 専決処分の報告

5月市議会臨時会が5月2日に召集され、1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3件、人事案2件の合わせて5件が審議され、いずれも原案どおり承認および同意されました。

また、議会の人事構成に係る議案についてなども審議されました。

## 審議会

### 審議会等の登録公募委員候補者名簿への登録にご協力ください

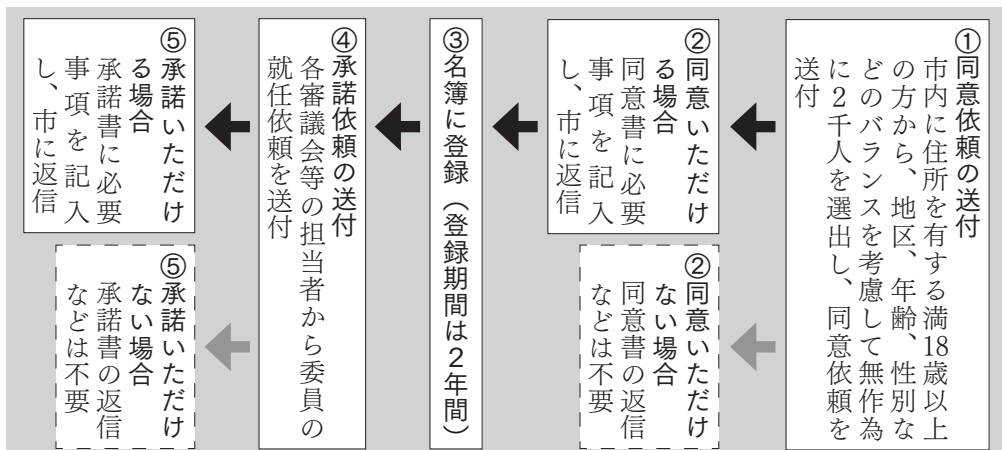
市では、市民ニーズに即した計画の策定や事業の実施を行うことを目的として、これまで市政に参加する機会の少なかつた市民の皆さんからも広くご意見をお聴きしたいと考え、「審議会等の登録公募委員」制度を創設しました。

お手元に「登録公募委員候補者名簿への登録」に係るご案内が届いた方は、ぜひ登録にご同意いただき、協働によるまちづくりにご協力ください。

### ■審議会等の登録公募委員候補者とは

- 市が設置する審議会等の委員候補者として名簿に登録するものです。
- 市は、登録名簿から候補者を選び、本人の承諾を得て審議会等の委員をお願いします。
- 名簿登録期間は2年間で、平成28年度分の登録期間は平成28年7月1日から平成30年6月30日までです。
- 市ではさまざまな審議会等を設置しています。詳細は、市公式ホームページでご確認ください。
- 審議会等の開催回数、時間帯、報酬などはそれぞれ異なりますので、依頼する際、担当課から案内します。

### ■選出から就任までの流れ



問い合わせ先  
 政策情報課行政管理係  
 ☎(22)2111 (内線401)

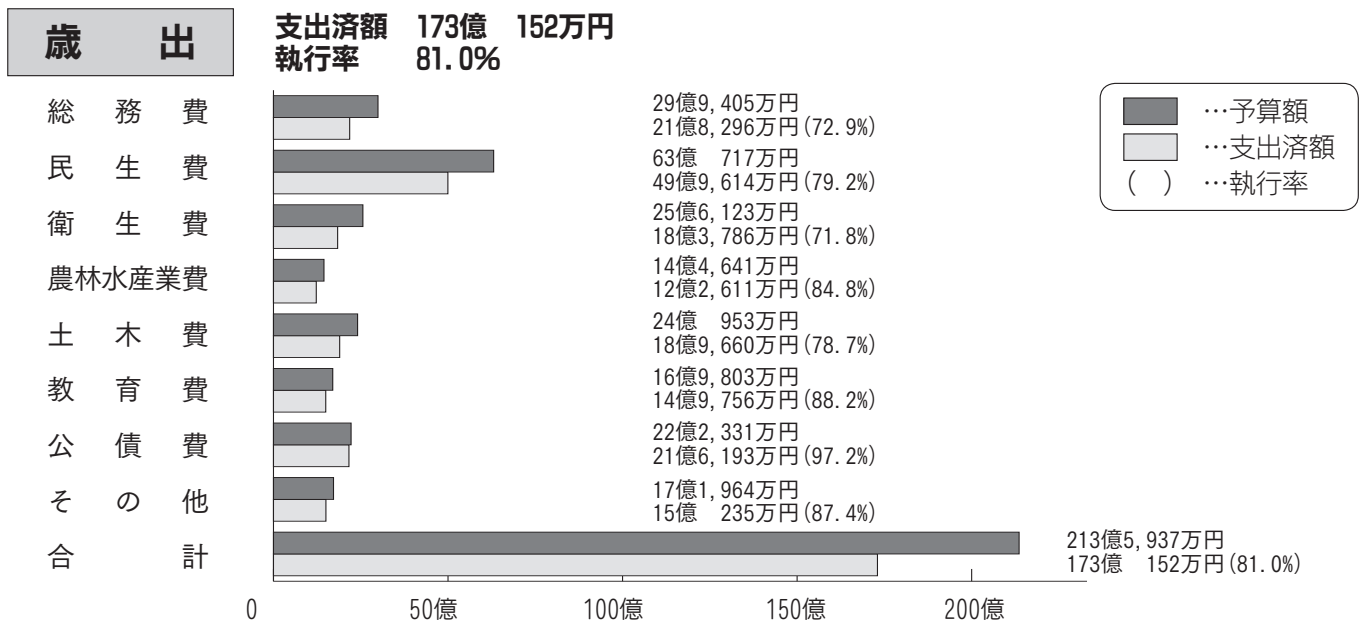
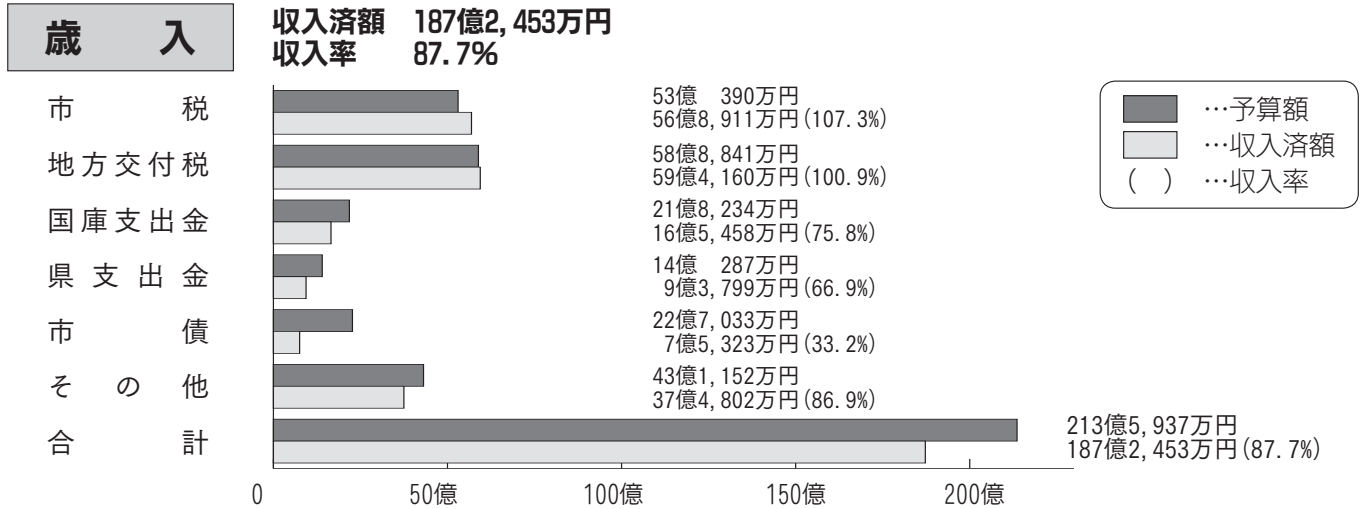


# 財政状況

## ～平成27年度下半期～

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28年3月31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。

### 一般会計 予算額 213億5,937万円



### 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	市財産	市債	債務負担
国民健康保険事業	61億1,255万円	54億1,573万円	88.6%	55億6,363万円	91.0%	土地		
後期高齢者医療事業	4億3,187万円	4億2,664万円	98.8%	3億8,826万円	89.9%	建物		
介護保険事業	42億3,641万円	33億2,822万円	78.6%	36億8,580万円	87.0%	基金		
倭財産区事業	69万円	72万円	104.4%	45万円	65.4%	市債		
永田財産区事業	54万円	56万円	104.9%	41万円	76.1%	一時借入金		
中野財産区事業	194万円	193万円	99.7%	136万円	70.3%			
下水道事業	18億 166万円	17億6,381万円	97.9%	17億1,790万円	95.4%			
農業集落排水事業	7億5,828万円	7億6,494万円	100.9%	7億2,279万円	95.3%			
水道事業		13億2,172万円		15億5,742万円				債務負担 (将来にわたる 債務の負担)

問い合わせ先 財政課財政係 ☎ (22) 2111 (内線221)

# 防災

## 6月は土砂災害防止月間です

土砂災害に備えよう

一瞬にして尊い命や、大切な財産を奪う土石流・地すべり・がけ崩れなどの土砂災害の大半は、長雨や大雨が引き金となり発生しています。

土砂災害に備え、家の周りの危険箇所を確認し、普段から自宅の裏山を見たり、避難場所や避難路を家族と話し合うことが大切です。

事前の備えや土砂災害危険箇所の確認など、詳しくは「中野市防災ガイドブック」または、市公式ホームページ (<http://city.nakano.nagano.jp/>) をご覧ください。



▲中野市防災ガイドブック

こんなときは要注意

大雨注意報や大雨警報などテレビ、ラジオ、防災無線などの防災情報や気象情報に注意するとともに、「急に川の水が真っ黒に濁った」「裏山からパラパラと小石が落ちて

いる」など、普段と違う状況を発見したり危ないと感じたときは、ためらわず避難しましょう。



災害の前触れや災害の発生を発見したときは、危機管理課危機管理防災係または長野県北信建設事務所に連絡してください。なお、長野県ホームページ「河川砂防情報ステーション」(下記QRコードを読み取ってください)には、雨量情報などが掲載されていますので、ご活用ください。



土砂災害警戒情報や土砂災害に関する質問・相談は、長野県北信建設事務所「土砂災害110番」窓口(☎(23)0793)にお寄せください。平日午前8時30分から午後5時15分まで、または、大雨・洪水注意報・警報発令中にご利用いただけます。

問い合わせ先  
危機管理課危機管理防災係  
☎(22)2111 (内線286)



## 防災行政無線の放送内容が確認できます

防災無線

市では、平常時や災害発生時の情報伝達体制を確保し、市民の皆さんの安全を守るため、防災行政無線屋外子局を市内に132基設置しています。

住宅地のほぼ全域を通報可能範囲としましたが、住宅の構造や風向き、スピーカーの向きや近隣の交通事情などにより、聞き取りにくい状況になる場合があります。

こうした場合、以下の方法によって放送内容を確認することができますので、ご利用ください。

### 放送内容の確認方法

- ①NTT一般加入電話や携帯電話から確認する  
(フリーダイヤル)  
0120-892-560
- ②市公式ホームページから確認する  
URL <http://www.city.nakano.nagano.jp/>  
(パソコン・スマートフォン・携帯電話)  
「トップページ：防災・緊急時情報」  
⇒「防災行政無線放送の内容」

防災訓練

## 土砂災害防災訓練を実施しました



5月21日、土砂災害防止に関する理解を深めていただこうと、中野地区東部を対象に土砂災害防災訓練を実施しました。

当日は、市役所内で災害対策本部設置訓練を行い、続いて、中野小学校体育館で、土砂災害を想定した情報収集訓練や警戒区域設定・交通規制訓練のほか、孤立化集落への避難指示伝達訓練、住民避難訓練などを実施しました。

# 6月は環境月間です

考えよう 地球のこと

始めよう 環境への取り組み

問 環境課 ☎ (22) 2111 環境係 (内線 247) 衛生係 (内線 245)

ごみ出しルールを守りましょう！



環境課 竹内 圭司

ごみの出し方が守られていない場合、ごみを収集することができません。正しいごみの出し方を再確認して、ごみの出し方を守りましょう。

チェック①

ごみは決められた袋で出しましょう

ごみは必ず市の指定袋に入れて出してください。

可燃ごみや埋立ごみは、紙シールが印刷された「中野市指定ごみ袋」を使いましょう。



ごみ袋を購入する時は、「中野市」と印刷されていることを確認しましょう



チェック②

決められた場所、日に集積所へ出しましょう

ごみ集積所、収集日、排出時間は居住区ごとに決められています。

ごみ集積所は各区で管理しています。お住まいの居住区以外の集積所にごみを出すことはルール違反です。

また、「収集日カレンダー」を確認し、収集日と排出時間を守りましょう。



▶ 収集日カレンダーは各居住区ごとに異なり、環境課窓口にて配布しています。また、外国語版も作成しています。

チェック③

分別方法を守って出しましょう

分別方法が守られていないごみは収集できません。ごみの分別方法については、分別冊子をご覧ください。か、環境課までお気軽にお問い合わせください。



▲ 分別冊子は環境課窓口で配布しています。

プラスチックの分別を確認しましょう

「プラごみ」とは、プラスチック製容器包装のことで、「商品」ではなく「容器包装」のみが対象になります。

基本的に、 マークがあり、汚れていない物が対象です。

商品を包んでいるプラスチック製の容器包装でも マークがなかったり、汚れているプラスチック（洗いにくいチューブやパックなど）は可燃ごみとして出しましょう。

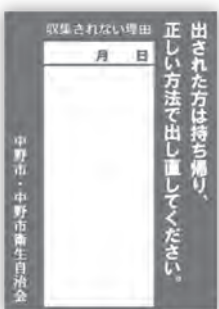
ごみ出しルールQ&A

Q プラスチックと金属類の複合製品の出し方は？

A できる限り分解し、プラスチック部分は可燃ごみ、金属部分は金属類として出してください。

Q ごみ出しルールを間違えて、集積所へ出したものはどうなるの？

A 収集されません。「なぜ収集できないのか」が分かるように違反ごみシールを貼ります。違反ごみシールが貼られたごみを出した方は、ごみを持ち帰り、改善後、出し直してください。



▲ 違反ごみシールの例

# 不法投棄・違法な野外焼却は

## 犯罪です！

市では、廃棄物（ごみ）の不法投棄と違法な野外焼却の防止を目的として、早朝・夜間の監視パトロールを強化しています。

不法投棄や違法な野外焼却は犯罪であることはもちろんですが、環境にも悪影響を与えます。

左表は、平成27年に県内で検挙された主な不法投棄と違法な野外焼却の事案です。不

### 平成27年県内不法投棄・野外焼却検挙事案

#### ▼不法投棄（一般廃棄物）

検挙年月日	行為者	内容	刑罰の内容
平成27年4月1日	1人	会社員が一般廃棄物（家庭ごみ）を不法投棄したもの	罰金50万円
平成27年6月23日	1人	ダム湖において一般廃棄物（自動車）を不法投棄したもの	懲役1年（執行猶予付）

#### ▼野外焼却（一般廃棄物）

検挙年月日	行為者	内容	刑罰の内容
平成27年3月13日	1人	自営業者が一般廃棄物（衣類など）を不法焼却したもの	罰金50万円
平成27年11月17日	1人	無職者が一般廃棄物（木材など）を不法焼却したもの	罰金60万円

※長野県環境部発行「不法投棄情報ながの」より

**不法投棄・違法な野外焼却の罰則規定**  
 個人…5年以下の懲役、もしくは1,000万円以下の罰金、またはこの併科  
 法人両罰規定…3億円以下の罰金

法投棄の原因者は、撤去を求められるとともに、重い刑罰が科せられます。  
 なお、農業で発生した剪定枝などの野焼きは例外として認められていますが、周辺に迷惑が掛からないように心掛けましょう。  
 また、土地を所有している方は、土地の管理を十分に行い、ごみなどが捨てられない環境を保ちましょう。

ごみのポイ捨て  
飼い犬のふんの放置は  
やめましょう！

道路や公園などに散乱する空き缶やたばこの吸い殻、犬のふん。市内のあちらこちらで、多くのごみがポイ捨てされているのを見かけます。

いくら地域などで清掃活動を行っても、ごみをポイ捨てする人がいたのでは、いつまでたってもきれいなまちにはなりません。「みんながしてるから」「自分一人くらい」という安易な気持ちは慎み、きれいな環境を汚す行為は絶対にしないよう心掛けましょう！

まがりお  
環境課 曲尾主事補

#### アレチウリ駆除のポイント

- 種を付ける前に抜き取る
- できるだけ小さいうちに抜き取る
- 1年に数回抜き取る（6月中旬、7月下旬、9月上旬など）
- アレチウリが現れなくなるまで数年間駆除を続ける

## アレチウリを 駆除しましょう！

もともと、その地域にいなかったのに、人間活動によって、ほかの地域から持ち込まれた生物（外来生物）のうち、地域の自然環境に大きな影響を及ぼしたり、農作物に被害を与えたりするものを法律により「特定外来生物」として指定しています。特定外来生物は、被害を防ぐため、飼養・栽培・保管・運搬・譲渡などは原則禁止されています。

私たちの身近にあるアレチウリも特定外来生物の一種です。アレチウリは、キュウリやスイカなどと同じウリ科の1年生の植物で、長いツルで

ほかの植物に覆いかぶさり、その植物の成長を妨げます。アレチウリの芽生えの時期は5月頃から10月頃までで、駆除には、環境への影響が小さい「抜き取り」の方法が効果的です。

また、特定外来生物に指定されてはいませんが、スギヤイネ科植物と並んで、花粉症の原因となるブタクサ、オオブタクサも外来植物で、在来種を駆逐する恐れがあることから、種子が飛散する8月から10月より前に、抜き取りや刈り取ることをお勧めします。

募集

# 千曲川ラフティングを行います



▲QRコード

体験型の自然観察会「千曲川ラフティング」を行います。今年も大人の方(中学生以上)が参加できる期日を設けました。

期間 7月28日(木)～8月3日(水)(各日、午前の部、午後の部の2回)

定員 各日午前の部、午後の部それぞれ24人(申し込み多数の場合、抽選を行います)

ボートから千曲川の自然環境を観察し、川の生き物、水の汚れなどが、いまどのようなになっているのか確認し、楽しい体験の中から自然環境の保全の重要性を感じることが

参加対象 市内小学校2年生から6年生までのグループや親子

行程および所要時間 千曲川を2時間程度(篠井川合流付近から古牧橋上流堤防部分まで)

大勢の皆さんの申し込みを待ちしています。

※ただし、7月30日(土)および31日(日)は、市内在住の大人の方(中学生以上)のみを対象とします。(小学2年生以上の方の同伴は可能です)

申し込み方法 該当する参加申込書に必要事項を記入の上、環境課へ提出してください。

## 参加申込書

①小学生の方 各学校経由で配布

②大人の方(中学生以上) 環境課窓口で配布

※なお、市公式ホームページから参加申込書をダウンロードできます。また、右記QRコードのリンク先「ながの電子申請サービス」からも申し込みできます。

募集締切 6月30日(木)

問い合わせ先

環境課環境係  
☎2111 (内線247)

開催

# 2016信州中野環境祭



▲QRコード

市民の皆さんに環境保全について、楽しみながら知っていただく機会として、「2016信州中野環境祭」を開催します。

環境保全の取り組みを紹介いただける団体募集

また、市内の自然環境から地球環境に至る環境問題を共に考え、環境保全の取り組みをPRし、一緒にイベントを盛り上げていただける皆さんを募集します。

環境に優しい取り組みなどの事例を紹介していただける企業、団体、学校などを募集します。紹介していただく方は、展示、発表会のいずれでも可能です。

## 飲食ブース出店者募集

期日 9月25日(日)  
時間 午前10時～午後3時  
会場 長野県中野勤労者福祉センター

飲食ブースの出店者を募集します。

※飲食物の提供は、環境に配慮した方法でお願いいたします。

○環境に優しい商品・販売ブース出店者

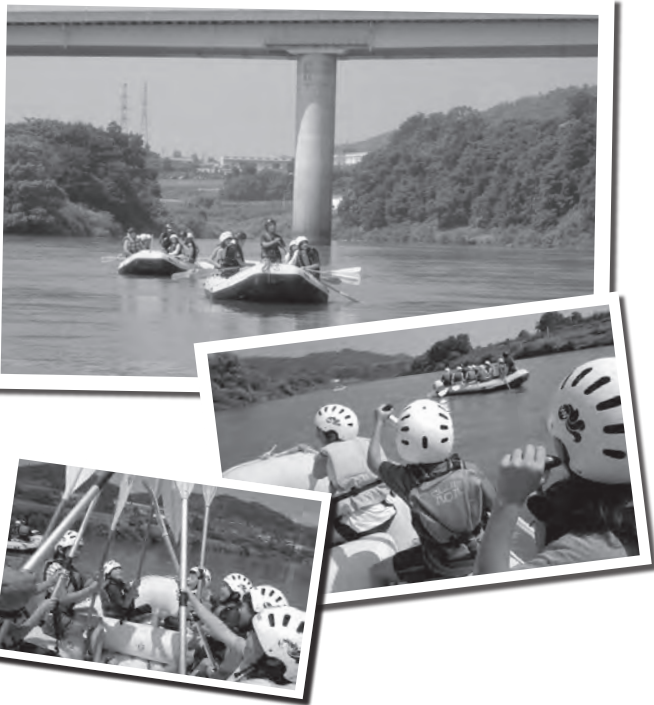
○フリーマーケット出店者

募集締切 7月8日(金)

なお、詳細については、市公式ホームページ(右記QRコード)に掲載しています。

問い合わせ先

環境課環境係  
☎2111 (内線247)



▲昨年のラフティングの様子



▲昨年の環境祭の様子

# 中野市職員採用試験・選考考査

平成 28 年度市職員採用試験（大学卒業程度）・選考考査（大学卒業程度 学芸員＜考古学専攻＞）を行います。受験を希望される方は、受験案内で受験資格などを確認の上、所定の試験・考査申込書により申し込みをしてください。

なお、受験案内および試験・考査申込書は、市公式ホームページからダウンロードいただけます。

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、受験案内をご確認ください	
		生年月日	住所要件など
行政	若干名	昭和 61 年 4 月 2 日～ 平成 7 年 4 月 1 日	<ul style="list-style-type: none"> <li>大学卒業程度の学力を有する者</li> <li>平成28年5月1日現在、中野市に住民登録してあり市内に居住している者、または本人が進学・就職などにより現在は中野市を離れているが、以前に市内に居住していた者（中野市に住民登録のあった者）で、採用後に市内に居住することが確実な者</li> </ul>
土木		昭和 56 年 4 月 2 日～ 平成 7 年 4 月 1 日	<ul style="list-style-type: none"> <li>大学の土木専門課程（都市工学系を含む）卒業程度の学力を有する者</li> </ul>

考査区分	採用予定人員	受験資格 ※詳しい資格要件については、受験案内をご確認ください	
		生年月日	資格要件など
大学卒業程度 学芸員 ＜考古学専攻＞	若干名	昭和 46 年 4 月 2 日～ 平成 7 年 4 月 1 日	<ul style="list-style-type: none"> <li>大学卒業程度の学力を有し、学芸員の資格を有する者（平成29年3月31日までに当該資格を取得する見込みの者を含む）で考古学を専攻した者</li> </ul>

○ 1 次試験・考査 日時 7 月 24 日(日) 午前 8 時 45 分

会場 市役所会議室

○ 申し込み期限 6 月 17 日(金) ※詳細については、受験案内をご確認ください。

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

## 実施

## 私の提言

市政に対する建設的なご提言を市民の皆さんから直接お聴きする事業「私の提言」を実施します。

お寄せいただいたご提言は市長が直接拝見するとともに、市政運営の参考にさせていただきます。

なお、ご提言に対するお返事は、受け付けをしてから2週間程度としていますが、内容によっては担当課からご連絡を差し上げるほか、調査・検討・関係部署との調整などが必要な場合は、お返事を差し上げるまでに時間がかかることがありますので、ご了承ください。

また、お返事を希望される場合には、住所、氏名、連絡先を必ずご記入ください。未記入の場合、お返事できない場合がありますのでご了承ください。



受け付け期限 平成29年3月31日(金)  
提出方法

(1) 郵送 本紙に挟み込んである用紙にご記入の上、切手を貼らずに郵便ポストへ投函してください。

(2) ファクス 用紙の様式は定めませんが、できるだけ挟み込んである用紙を利用し、ファクス(26)0349)でお送りください。

(3) 電子申請 市公式ホームページ (<http://www.city.nakano.nagano.jp/>) から「ながの電子申請サービス」のページへ移動し、必要事項を入力の上、送信してください。

用紙の設置場所 市役所総合案内、豊田支所地域振興課、中央・北部・西部・豊田公民館、永田窓口サービスステーション

その他 寄せられた内容は、個人を特定できないようにした上で、広報紙や市公式ホームページに掲載させていただきます。

なお、特定の市民・団体などへの中傷的なものは、受け付けません。

問い合わせ先 庶務課秘書広報係  
☎ (22) 2111 (内線212)

## 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を申請された方へ、随時交付を行っています。

マイナンバー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。

## よくある質問

### Q & A



Q マイナンバー制度導入のメリットは何ですか？

A ①国民の利便性の向上(面倒な手続きが簡単になり、添付書類が削減される)、②行政手続きの効率化(行政手続きが無駄なく正確になる)、③公平・公正な社会の実現(不正受給を防止し、本当に困っている方へのきめ細かな支援ができる)といったメリットがあります。

Q マイナンバーは誰にでも提供してよいのですか？

A マイナンバーは、社会保障、税、災害対策の分野での手続きのために利用するもので、むやみに他人に教えるはいけません。社会保障や税の行政事務に利用するため、税務署、市町村、勤務先、金融機関などから求められます。

Q マイナンバーカードの有効期限はありますか？

A 20歳以上の方は10回目の誕生日、20歳未満の方は5回目の誕生日までとなっています。マイナンバーカードを取得すると、通知カードは返納していただきます。

### ▼ 6月の交付日時・場所

	月日・曜日・時間	交付場所
平日	月～金曜日 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
休日	6月26日(日) 午前8時30分～正午	本庁舎：市民課

※ 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。

お問い合わせ先  
市民課窓口係  
☎ 2111 (内線274)

## 道路

# 道路への枝の「はみ出し」にご注意ください

植物が繁茂する季節を迎えています。お宅の敷地の樹木や生垣などが道路上に「はみ出て」いませんか。車道や歩道に「はみ出した」樹木の枝は、見通しを悪くするほか、車両や歩行者の通行の障害になるなど、安全に支障をきたすことがあります。

樹木の所有者は、道路に樹木がはみ出ないように、剪定や移植、伐採など適切な管理をお願いします。

### 土地の所有者の方へ

土地の所有者には民法の規定により、所有地内に存在する樹木などを適切に管理する義務があります。樹木などが道路にはみ出していることが原因で車両や歩行者に事故が発生した場合は、所有者の管理責任が問われ、場合によっては賠償請求されることもあります。

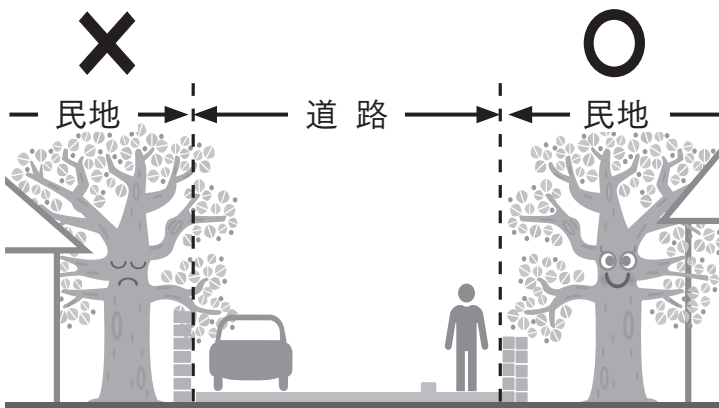
災害など緊急性がある場合を除き、市では枝の伐採などはできません。個人で伐採などができない場合は、造園業者などにご相談ください。

### 伐採した枝などについて

伐採した枝などは、全戸に配布した「ごみと資源物の分け方・出し方」に基づいて処分してください。なお、野外焼却は行わないようお願いいたします。

※ 直径12cm以下のものを長さ50cm、直径30cmぐらいに束ね、ひもでしっかりと縛り、45円の証紙シールを一束につき1枚ずつ貼る。

お問い合わせ先  
道路河川課監理係  
☎ 2111 (内線263)





**検査**

はかりの定期検査を受けましょう

農産物や食品をパック詰めしたり、学校などで体重を測定するとき使用するものなど、取引や証明などに使用するはかり(特定計量器)は、使用中の精度を確認するため、計量法の規定により、2年に1回、定期検査を受けなければなりません。



▲「特定計量器」(写真はイメージ)

本年は、中野地域の方を対象に、下表の日程で定期検査が行われますので、対象となるはかりを使用している方は忘れずに検査を受けましょう。

なお、検査には手数料(はかりの種類、ひょう量により異なります)が必要になります。  
また、はかりを持ち込む際は、付着した粉、水分、ほこりなどをあらかじめ落としください。分銅・重りがある場合は、はかりと一緒に検査会場へお持ちください。  
はかりが大きい、多数所有しているなど、検査会場に持ち込めない場合は、「計量士による検査」を受けてください。

問い合わせ先  
営業推進課商工労政係  
☎(22)2111 (内線272)  
長野県計量検定所検定・検査課  
☎0263(47)4006

▼「はかりの定期検査」日程表(※豊田地域の方は来年度実施予定です)

区域	期日	時間	場所
長丘、平岡、科野、倭地区	7月12日(火)	午前10時30分～正午、午後1時～3時	中野市農業協同組合科野事業所(越1131番地)
平野、高丘地区	7月13日(水)	午前10時30分～正午、午後1時～3時30分	中野市農業協同組合平野事業所(江部1372番地8)
中野、日野、延徳地区	7月14日(木)	午前10時30分～正午、午後1時～3時30分	市民会館ホワイエ(三好町一丁目3番12号)
中野市全域(豊田地域を除く)	7月15日(金)	午前10時30分～正午、午後1時～3時30分	市民会館ホワイエ(三好町一丁目3番12号)

**寄附**

平成27年度(平成27年4月～平成28年3月)  
ふるさと信州中野応援寄附金の活用および寄附状況

▼活用状況

活用メニュー	活用内容	活用金額(円)
①緑豊かなふるさと信州中野	環境保全	33,035,000
	都市基盤整備	2,280,000
②文化が香る信州中野	教育関係	37,725,000
	文化振興	3,760,000
③元気なまち信州中野	医療福祉	41,249,000
	産業振興・市民交流	7,430,000
	スポーツ振興	4,100,000
④市長におまかせ信州中野	市長が選定する政策に活用	145,766,000
合計		275,345,000

▼寄附状況

寄附件数：22,946件 寄附金額：289,197,310円

市外にご家族やご親戚がいらっしゃる方は、ぜひ「ふるさと信州中野応援寄附金」についてお伝えいただき、「ふるさと中野市」を応援していただきますようお願いします。

問い合わせ先 営業推進課観光交流係 ☎(22)2111 (内線373)

# 水道

## 水道メーターの 一斉交換を行います

水道メーター（量水器）は「計量法」により、その有効期間が8年と定められているため、市では有効期間の満了前に、新しい水道メーターに交換します。

交換対象 平成20年に製造されたメーター（一部平成21年・22年製含む）  
交換期間 6月下旬～11月上旬

メーター交換に当たって

- ・6月1日現在で、対象のメーター（閉栓中も含む）を設置中の方には、事前にはがきでお知らせします。
- ・メーターの交換費用は市が負担しますので、お客様への費用請求はありません。
- ただし、メーター交換と併せてメーターボックスの修繕などの別工事を依頼された場合は、お客様の負担となります。
- ・メーター交換は市が委託した水道工業者が行いますので、交換作業時の敷地への立ち入りについて、あらかじめご了解ください。なお、ご不在の場合でも交換

作業をさせていただきます。

交換時は一時断水となりますので、都合が悪い場合は日時などを水道工業者と打ち合わせてください。

- ・交換工事後、メーター付近から漏水などを発見した場合は、上下水道課へご連絡ください。
- ・メーターボックスの上に物を置いたり、駐車しないよう、ご協力をお願いします。

### 漏水の早期発見のために

敷地内にある水道管は原則として、お客様に管理していただくことになっていきます。水道メーターより宅地側で漏水している場合、水道メーターで確認することができま

- ① 宅内の蛇口などを全て閉めてください。
- ② 量水器のふたを開け、水道メーターをご覧ください。
- ③ 銀色のパイロットをご確認いただき、パイロットが回っていれば、漏水している可能性があります。



▲銀色のパイロット

漏水している場合は、市指定工事店へ修理を依頼してください。その際の修理費用はお客様の負担となります。（「くらしの便利帳」および市公式ホームページに指定工事店一覧表を掲載しています）

なお、土の中など、目に見えない場所での漏水に対しては、料金の軽減措置がありますが、水道料金は原則として「漏水した料金の半分はお客様負担」となります。（下水道使用料などは例外あり）※漏水箇所がボイラー、温水器、給湯設備などの場合、市指定工事店または器具を取り付けた業者へご連絡ください。（原則として、料金の軽減対象になりません）

問い合わせ先  
上下水道課 水道係・営業係  
☎(22) 2111 (内線 282・284)

# 防除

## 早期発見・早期防除 アメリカシロヒトリから樹木を守りましょう

アメリカシロヒトリは年2回発生し、桜やクルミ、桑などを食害します。樹木を所有する皆さんは、樹木を点検してください。食害が発生した場合は、所有者が責任をもって防除し、被害を拡大させないようにしてください。

### ○点検方法

ふ化した幼虫は糸を吐いて巣を作り、12日間ほど群集しています。初めは葉脈だけを残して食害するので、食害を受けた葉は透けて見えます。

### ○巣の処分方法

巣を見つけた場合は、幼虫ごと枝を切り取り、踏みつぶすか、焼却してください。

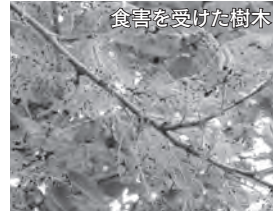
### ○農薬防除

幼虫が分散したときは、それぞれの樹木に適した農薬を使用し、濃度、使用量、回数や散布時期など、薬剤のラベルに記載のある説明文をよく読んで、適正な使用方法を守ってください。

※農薬散布に当たっては、風のない時に行うなど、十分な配慮をお願いします。

### ○防除機器の貸し出し

公民館の敷地など、区で防除を行う場合は、防除機器などの貸し出しを行います。



食害を受けた樹木



アメリカシロヒトリ

問い合わせ・申請先 農政課振興係 ☎(22) 2111 (内線 253)



# 新規就農者支援事業



市では、次の新規就農者支援施策を行っています。

## 青年就農給付金(経営開始型)

独立自営の認定新規就農者で、農業経営を開始する方、または既に農業経営を開始している方に、国から給付金が交付されます。

この給付金は、夫婦で申請することもできます。

○交付金額 年間150万円以内(1人分)

夫婦の場合 右記の金額の1.5人分

※2年目以降は前年の所得により給付金額が変動

○交付期間 最長5年間

## 農業後継者育成支援事業

主として、農業に従事して親の経営に参画する方に、市から補助金を交付します。後継者の配偶者も申請することができま。

○交付金額 年間60万円

配偶者の場合 30万円

○交付期間 最長3年間

## 農業後継者研修支援事業

農業後継者で、就農前または一時離農し、先進農家や農業研究機関などで研修を受ける方に、市から補助金を交付します。

○交付金額 年間48万円

## 新規参入者営農支援事業

Iターンなどにより市内で新たに農業を始める方で、農地や機械などの取得やリースをする方に、市から補助金を交付します。

○補助対象 取得やリースに係る経費総額50万円以上の3分の1以内

○交付金額 100万円以内

または月額1万5千円以内

## 新規参入者定住支援事業

Iターンなどにより市内で新たに農業を始める方で、住居を取得または賃借する方に、市から補助金を交付します。

- 補助対象 取得経費または賃借料の2分の1以内
- ※県営住宅・市営住宅を除く
- 交付金額 200万円以内
- または、月額3万円以内
- 交付期間 最長3年間

## 遊休荒廃農地再生支援事業

独立自営で農業経営を開始する方・開始して5年以内の方、または認定新規就農者の方で、遊休荒廃農地の再生をする方に、市から補助金を交付します。

○補助対象 取得やリースに係る経費総額50万円以上の3分の1以内

○交付金額 100万円以内

または月額1万5千円以内

○交付期間 最長3年間

詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。農政課までご相談ください。それぞれの交付要件に該当し、交付を希望する方は、6月30日(木)までに必要書類を提出ください。



▲QRコード

問い合わせ・申請先 農政課 振興係 ☎(22)2111 (内線253)



# 遊休荒廃農地対策事業補助金制度を拡充しました

市では、荒廃化した農地の解消を図るため、市内の遊休荒廃農地を再活用して景観作物や農作物の作付けを行う方または団体に対して、3年を限度に面積に応じて補助金を交付(農地10アール当たり初年度最大4万円、2・3年目最大2万円)していますが、本年度から下表のとおり補助金額を変更しました。人・農地プランの中心経営体や新規就農者の方などについては補助金額が拡充されていますので、遊休荒廃農地を再活用される際はご利用ください。

補助対象者	事業年度	10アール当たり補助限度額	補助率
① 下記以外の農業者	初年度	40,000円	10分の10以内
	2・3年目	20,000円	
② 人・農地プラン中心経営体 認定農業者・就農者	初年度	60,000円	
	2・3年目	30,000円	
③ 新規就農者*	初年度	75,000円	
	2・3年目	40,000円	

### 【補助対象農地】

- ・1年以上耕作をせず、荒廃した農地
- ・作付けし、3年以上耕作を継続する予定のある農地(②、③については5年以上)
- ・面積が10アール以上のもまとまった農地
- ※利用権設定などにより借り受けた農地が対象であり、自己所有農地は対象となりません。

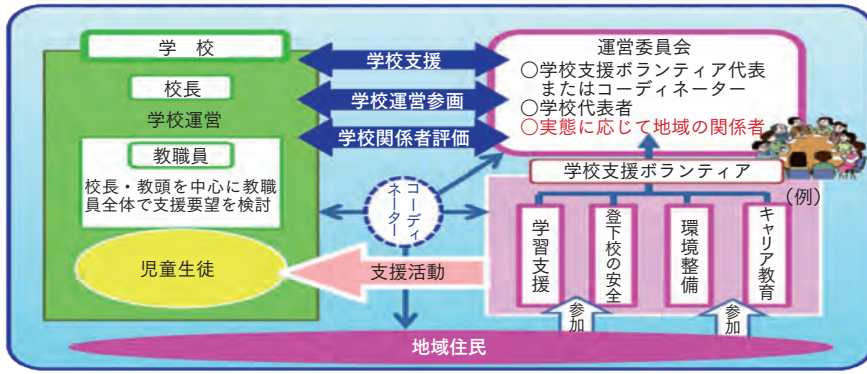
### 【補助対象経費】

- ・遊休荒廃農地の再生作業に要する経費
- ・営農資材などの購入に要する経費

\*中野市青年就農給金交付要綱第2条に規定する給付対象者および中野市新規就農者支援事業補助金交付要綱に定める農業後継者育成支援事業の補助対象者

問い合わせ・申請先 農政課農政係 ☎(22)2111 (内線250)

## 信州型コミュニティスクールのイメージ



学校

## 信州型コミュニティスクールの取り組みを進めています

教育委員会と市内15小・中学校では、平成29年4月1日より、「中野市立小・中学校信州型コミュニティスクール学校運営委員会」を設置するため、本年度より事業に取り組み、準備を進めています。

信州型コミュニティスクールとは

学校と市民の皆さんが、継続的に連携していくための仕組みを持った学校のことです。

信州型コミュニティスクールの4つの特長

- ① これまで行なわれてきた学校を支援する取り組みを土台にします。
- ② 学校と市民の皆さんが集まって話し合いの場を持つ、「学校運営委員会」を設置します。
- ③ 学校運営委員会を通じて、「こんな子どもに育てたい」という願いや課題を地域全体で共有します。
- ④ 願いや課題を共有した市民の皆さんが学校支援ボランティアなどへ参加し、一緒に子育て子どもを育てていきます。

学校運営委員会の3つの役割

① 学校運営への参画 目指す

子ども像や学校の重点目標、学校が抱える課題など学校運営について話し合う場を持ちます。

② 学校支援 従来から行われている学校支援ボランティアを組織化し、学校支援ボランティアの方向付けをしたり、年間計画の作成、調整などを行ったりします。

③ 学校関係者評価 学校が行う自己評価のうち、地域との連携に関わる項目などについて、学校関係者評価をしてもらい、学校運営に反映させます。

以上の3つの機能を一体的に実施します。これまでも、3つの機能はそれぞれ行われてきましたが、一体的に行うことで、さまざまな相乗効果が期待されます。教育委員会では、学校と市民の皆さんとの協働による、地域に開かれた信頼される学校を目指し、この取り組みを始めました。各学校の取り組みにご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ先  
教育委員会事務局生涯学習課  
生涯学習推進係(豊田支所内)  
☎ 3 1 1 2 (内線 5 4 3)

福祉

## 平成27年度(平成27年4月～平成28年3月)障がい者就労施設等からの物品などの調達実績

市では、平成25年4月1日に施行された「障害者優先調達推進法」に基づき、障がい者就労施設等からの物品などの調達の推進を図るための方針を策定し、障がい者就労施設等からの物品などの調達を進めてきました。このたび、平成27年度の本市における障がい者就労施設等からの物品などの調達実績を取りまとめましたので、お知らせします。

なお、本年度は、平成27年度の実績を上回ることを目標に推進していきます。

### ▼障がい者就労施設等からの物品などの調達実績(平成27年度)

区分		内容	実績額
物品	食料品・飲料	食パン、ロールパンなど	13,990円
	小物雑貨	段ボール製ごみ箱、花苗	1,028,000円
役務	印刷	印刷業務	32,400円
	清掃・施設管理	清掃、草刈などの業務	637,394円
	その他の役務		3,000円
合計			1,714,784円

※参考：平成26年度実績 1,702,717円



問い合わせ先 福祉課障がい福祉係 ☎ (22) 2111 (内線295)

## 募集

### 中野市子ども・子育て会議委員

市では、市民の皆さんの声を子ども・子育て支援行政に反映していくため、「中野市子ども・子育て会議」の委員を募集します。

皆さんのご応募をお待ちしています。

○応募資格 市内に住所を有する子育てに携わる親

- 募集人員 若干名
- 任期 委嘱の日から2年間
- 報酬 あり
- 応募方法 応募動機および「子育てについて思うこと」を400字程度(様式は任意)にまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入の上、ご応募ください。
- 選考方法 提出された書類

に基づき選考します。

○応募締切 6月24日(金)

※応募者多数の場合、す

でに市のほかの審議会などの委員である方には、ご遠慮いただくことがあります。



お問い合わせ・応募先

子育て課子ども支援係  
☎(22)2111 (内線361)

## 募集

### 「第2次中野市地域公共交通総合連携計画(案)」に対するご意見

市では、行政、市民、交通事業者などが協働し、地域公共交通の活性化と再生を総合的に推進するために、「第2次中野市地域公共交通総合連携計画」の策定を進めています。

計画をより良いものにするために、広く市民の皆さんからご意見を募集しています。



- ③ おおむね現状程度の財政負担範囲での最低限の利便性の確保
- ④ 支援目的を明確にしたサービスレベルの設定
- ⑤ 近隣市町村と連携した公共交通体系の整備

■計画期間 平成28年度から平成33年度まで

- ① 「利用しようと思えば利用できる公共交通網」の維持
- ② 住民主体で考える、地域づくりのための公共交通

お問い合わせ・提出先  
〒383-8614 (住所記載不要)  
政策情報課政策推進係  
☎(22)2111 (内線216)  
ファクス(26)0349  
Eメール seisaku@city.nakano.nagano.jp

○提出方法 様式は任意ですが、住所、氏名、電話番号を明記の上、「公共交通総合連携計画(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メールで提出してください。

○提出期限 6月17日(金)

お問い合わせ・提出先

〒383-8614 (住所記載不要)  
政策情報課政策推進係  
☎(22)2111 (内線216)  
ファクス(26)0349  
Eメール seisaku@city.nakano.nagano.jp

## 開催

### 発達障がい支援フォーラム

「学び方は十人十色、子どもに寄り添う支援」をテーマに、発達障がい支援フォーラムを開催します。

大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

- 期日 7月9日(土)
- 時間 午後1時～4時30分
- 会場 豊田文化センター
- 内容
  - ・講演 南雲明彦さん
  - ・講師 南雲明彦さん
  - ・演題 「LDは僕のID」
  - ・寄り添う心の大切さ
  - ・シンポジウム



南雲明彦さん

#### 【南雲明彦さんプロフィール】

高校時代、「読み書きが苦手」という困難から不登校、引きこもり、自傷行為、強迫性障害に苦しむ。21歳の時、LD(学習障害)の診断を受け、現在は自分自身を「発達障がい者」として活動している。現在、全国各地で講演を行い、出版、相談などを日々行っている。発達障がい者支援コーディネーター。

- 参加費 無料
- 申込期限 6月24日(金)(定員300人になり次第締め切り)
- 主催 北信圏域障がい福祉自立支援協議会 そだちネットワーク部会
- お問い合わせ・申し込み先 子ども相談室子ども相談係  
☎(22)2111 (内線278)  
北信圏域障害者総合相談支援センターぱれっと  
☎(23)3525

## 運動

### スポーツ推進委員が スポーツ活動を支援します



スポーツ推進委員とは

スポーツ推進委員は、市から委嘱される非常勤職員で、市民の皆さんにスポーツの実技指導と、その他スポーツに関する指導・助言を行い、地域スポーツの普及と推進を図ることを任務としています。主な活動は、次のとおりです。

- ・スポーツの実技指導
- ・スポーツ活動促進のための組織の育成
- ・学校や公民館などの教育機関、その他行政機関が行うスポーツ行事や事業の協力
- ・スポーツ団体、その他の団体が行うスポーツ行事や事業の協力

#### ニュースポーツ出前講座

スポーツ推進委員は、ニュースポーツなどの出張指導をします。レクリエーションなどの中で、ニュースポーツに挑戦してみたいという団体は、ぜひご検討ください。

○主なニュースポーツ キンボール、ドッチビー、ペタンク、ユニホック、ソフト

バレーボールほか

#### ○注意事項

- ・スポーツ推進委員が担当するのは、ニュースポーツなどの指導で、レクリエーション自体を請け負うわけではありません。
- ・ニュースポーツの用具の借用が必要な場合、依頼者側で借用、返却を行ってください。
- ・指導中の参加者のけがなどについては、スポーツ推進委員は責任を負いませんので、依頼者側で傷害保険などにご加入ください。
- ・スポーツ推進委員への謝礼は、不要です。

- 申し込み期限 開催日の1カ月前までに、お申し込みください。
- 申し込み方法 文化スポーツ振興課へ依頼文書をご提出ください。
- ※依頼文書は、市公式ホームページからダウンロードできます。

お問い合わせ・申し込み先  
文化スポーツ振興課スポーツ振興係

☎21111 (内線364)

## 運動

### 市民プールがオープンします



夏本番が近づく中、いよいよ市民プールがオープンします。オープン当日の6月26日(日)は無料で利用できます。家族や友人をお誘い合わせの上、ぜひお出掛けください。

営業期間 6月26日(日)～8月28日(日)  
※期間中無休  
時間 午前10時～午後4時  
※ただし、7月23日(土)から

8月21日(日)までは、午前9時30分から午後6時まで  
料金 高校生以上200円、小・中学生100円、幼児無料  
※小学校3年生以下は保護者の同伴が必要です。

その他 B&G海洋センターのオープンは7月24日(日)です。詳しい内容は広報なかの7月号でお知らせします。  
施設 50℃競泳コース、14

0℃流水プール、幼児用プール、ウォータースライダー  
問い合わせ先  
市民プール営業期間中に  
市民プール

☎7720  
市民プール営業期間外について  
文化スポーツ振興課施設管理係  
☎21111 (内線395)

## 健康

### 元気もりもり！健康体操

梅雨の時期になるとじめじめと湿気が多くなり、頭がボーっとなりませんか。そんな時は、脳トレで頭をスッキリさせましょう。

一人でできるカンタン!!

#### グーとパーで頭スッキリ体操



- ・片手はパーの状態の前に突き出し、もう片方の手はグーの状態で胸の上まで引きます
- ・左右の手で交互に繰り返します



- ・①とグーとパーの手を変えます
- ・慣れてきたところで①②を交互に行ってみましょう

#### 【ポイント】

- ・テンポよく、リズムに合わせて行いましょう
- ・グーとパーを頭で意識しながら行いましょう

※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

開催

# 音楽講習会



市と中野市音楽団体連盟では、市内の音楽愛好家や一般の方を対象に音楽講習会を開催します。

指揮者としてご活躍されている、作曲家の富澤裕さんを講師に招いて、合唱の指導をしていただきます。

合唱の経験の有無は問いません。合唱に興味があり、これから始めようと考えている方も大歓迎です。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

参加費 無料  
主催 中野市・中野市音楽団体連盟  
申込期限 6月20日(月)(当日参加も受け付けます)

## 富澤裕 プロフィール

東京声専音楽学校卒業。同校オペラ研究科修了。作曲を西崎嘉太郎、青島広志の各氏に、指揮を野口政男、小林研一郎の各氏に師事。1995年、沖縄日伊オペラによるオペラ「阿麻和利」(新垣壬敏作曲)の初演を指揮。以来、合唱やオペラの指揮者として活躍している。近年は子供のための音楽に意欲を持ち、音楽之友社の雑誌「教育音楽」に作曲、編曲を連載、その多くがCDとなり広く歌われている。1990年から2001年まで母校の講師として後進の指導に当たるほか、日本オペラ振興会オペラ歌手育成部の講師(音楽理論)も勤めた。



▲昨年度の様子

問い合わせ・申し込み先  
文化スポーツ振興課文化振興係  
☎21111 (内線394)

## 文化財

# 「山田庄左衛門家書籍目録」の刊行 (仮称) 山田家資料館特別展の開催

## 「山田庄左衛門家書籍目録」

(仮称) 山田家資料館で所蔵する書籍資料の目録を刊行しました。目録に掲載したのは、江戸時代初めから昭和20年代までの、約300年にわたって、山田家の当主が収集してきた書籍の全容で、江戸時代2030冊、明治以降1205冊を数えます。

## 特別展の開催について

重なる史料です。  
頒布価格 1200円(税込)  
頒布場所 (仮称) 山田家資料館、生涯学習課(豊田支所内)、市立博物館

(仮称) 山田家資料館では、「山田庄左衛門家書籍目録」出版記念事業として、「江戸時代書物を読む歴史」をテーマに目録掲載の書籍の特別展を行います。

この機会にぜひ(仮称)山田家資料館へお越しください。  
公開期間 6月11日(土)から6月19日(日)まで(ただし、14日(火)は休館)  
時間 午前10時～午後4時  
会場 (仮称) 山田家資料館  
観覧料 無料  
※なお、公開期間以外の平日も予約制により公開しております。

問い合わせ先  
(仮称) 山田家資料館  
☎232955

生涯学習課文化財係  
☎383112

## 読書

# 第3回中野市子ども読書活動「ファミリィ賞」募集



家庭読書の普及・啓発となる取り組みをした家庭に、中野市子ども読書活動「ファミリィ賞」を授与するとともに、野市子ども読書活動「ファミリィ賞」を授与するとともに、取り組み内容を、市立図書館や市公式ホームページなどで紹介させていただきます。

在学しており、18歳未満のお子さんがいる家庭(過去の受賞、応募歴は不問)  
応募方法 所定の応募用紙に必要事項を記入し、郵送または直接提出してください。応募用紙は教育委員会事務局、市立図書館で配布しています。

賞品 賞状、額および図書カード(優秀賞以上)  
その他 詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。  
市公式ホームページ  
<http://city.nakano.nagano.jp/>  
問い合わせ・提出先  
〒389-2192 (住所記載不要)  
生涯学習課生涯学習推進係(豊田支所内)  
☎383112 (内線543)

応募内容 日ごろ家庭で行っている読書の取り組みの様子について  
応募資格 市内に在住・在園

※なお、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。  
応募締切 12月27日(火)(必着)

問い合わせ先  
生涯学習課生涯学習推進係(豊田支所内)  
☎383112 (内線543)

## 健康広場「なかの」

## 中野市国民健康保険

## 加入・脱退手続きをお忘れなく

お勤め先を離職、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、お勤め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。市民課および豊田支所の窓口で手続きができますので、お済みでない方は、早めに手続きをお願いします。



## 届け出に必要なもの

加入手続き（お勤め先を離職、退職などされた方）

- お勤めされていた会社から発行される健康保険離脱証明書（被扶養者がいる場合は、その方についても離脱の証明が必要です）
- 届け出される方の印鑑
- 届け出される方の本人確認ができるもの（運転免許証など）

- 個人番号を確認できるもの（個人番号カード・個人番号通知カードなど）

- 脱退手続き（お勤め先の健康保険に加入された方）

- お勤め先から発行された健康保険証（本人および被扶養者分）

健康保険証（本人および被扶養者分）

- 市の国民健康保険証
- 届け出される方の印鑑
- 届け出される方の本人確認ができるもの（運転免許証など）

- 個人番号を確認できるもの（個人番号カード・個人番号通知カードなど）

※お勤め先の会社から保険証が発行されるまでの間に、市の国民健康保険証を誤って医療機関でお使いになった方は、医療機関の窓口で保険証が変更になったことをお伝えください。

※平日に市役所で脱退手続き

ができない方は、郵送での届け出もできます。希望する場合は必要な書類を送付しますのでご連絡ください。※なお、国民健康保険に関する届け出・給付などについては、3月に全戸配布しました「健康・福祉カレンダー」の13ページにも記載してありますのでご覧ください。

問い合わせ先

福祉課国保医療係

☎(22)21111（内線296・304）

地域振興課市民生活係（豊田支所内）

☎(38)31111（内線131）

☎(38)31111（内線131）

今からでも間に合います！

各種健（検）診を受けましょう！



## がん検診を受けましょう！

生涯、がんになる可能性は二人に一人です。「自分は大丈夫」とは誰も言い切れません。がんは定期的に検診を受け、早期発見・早期治療することが大切です。

今年の結核・肺がん検診は既に終了しましたが、その他のがん検診は今からでもお申込みいただけます。



各種健診に関する問い合わせ先  
健康づくり課健康管理係（中野保健センター内）  
☎(22)21111（内線242）

## 特定健診・いきいき健診を受けましょう！

生活習慣病が知らぬ間に重症化し、寝たきりになることも…。毎年健診を受け、自分の健康状態を確認しましょう！



- 19歳～39歳・満75歳以上の方および40歳～満74歳で国民健康保険ご加入の方

健康づくり課へ電話などでお申し込みください。日程表と健診票を送付いたします。



- 40歳～満74歳の国民健康保険以外の保険にご加入の被扶養者の方

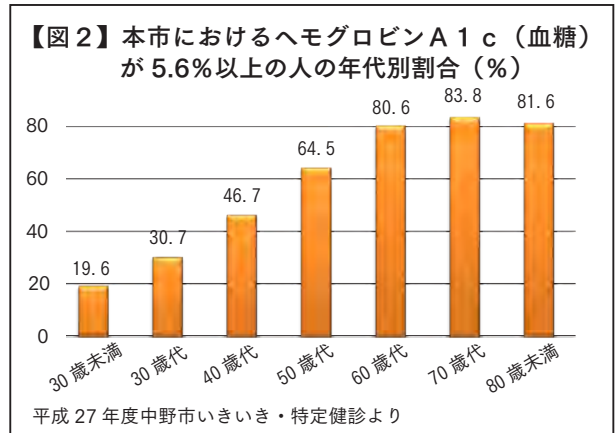
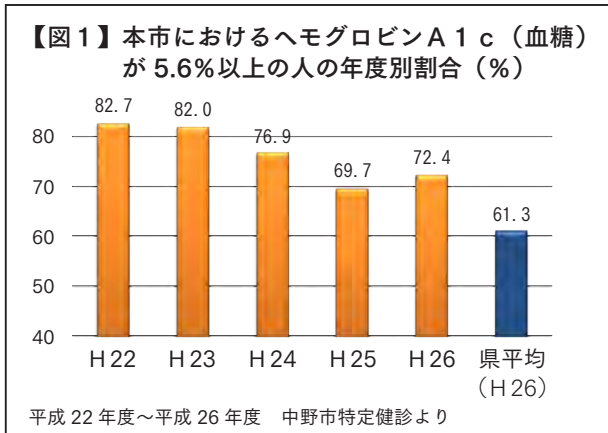
加入医療保険者に健診をお申し込みください。詳細についてはご加入の医療保険者にお問い合わせください。



# 健康長寿のまち中野市を目指して

問 健康づくり課健康管理係（中野保健センター内） ☎（22）2111（内線242）

## 中野市民の約7割が高血糖です!!



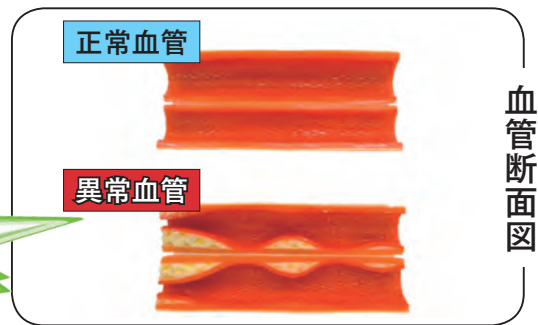
皆さんの努力次第で結果は変わります。ヘモグロビンA1c（正常値5.6%未満）の値を良好に保つことが、元気で若い血管を維持することにつながります。若々しい血管を守りましょう。

## 高血糖が動脈硬化を進める!?

高血糖は動脈硬化を進めます。その結果、「血管が詰まる」「血管が破れる」などの原因となり、脳卒中や心臓病など、命に関わる病気につながる可能性があります。



血管の内側が狭くなった状態が異常血管です!!



## 予防と悪化させない事が大切! ～動脈硬化・生活習慣病からあなたを守る方法～

6月は食育月間です。生活習慣病を予防するにはまず食生活の改善が大切です。

### バランス

食事は主食・主菜・副菜をそろえましょう!



主菜（焼き魚）・副菜（野菜料理）・主食（ご飯）など、バランスの取れた食事を心掛けることが大切です。また、元気の源であるご飯（主食）は、茶わん一杯程度は食べましょう!

### エネルギー

とり過ぎない! 痩せ過ぎない!

体重の増減は、食事と運動によるエネルギーの収支バランスです。次の計算式で自分のBMIを把握し、肥満・痩せにならないよう気を付けましょう!

$$BMI = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)}$$

← 痩せ 18.4 以下      ふつう 18.5 ~ 24.9      肥満 25.0 以上 →

### 野菜

毎食、野菜料理を食べましょう!



両手いっぱい生の野菜で約一食分（120g）の量です。  
1日350gを目標に野菜料理を食べましょう。

### 塩分

「減塩」を意識しましょう!



目標 1日8g未満

本市の1日の塩分摂取量は、一人当たり約11.0gです。減塩3カ条【①素材の味を感じて食べる②調味料「かける」「つける」は控えめに③漬物は小皿で控えめに】を意識しましょう。

さらに、間食はあくまで「お楽しみ」です。1日1回以下を目安に楽しむことが大切です。また、健診を受けて、自分の体の状態を知ることが大切です。動脈硬化は進行しても自覚症状がありません。健診結果から自分の生活を振り返り、生活習慣病を予防しましょう!

脳脊髄液減少症

治療法の保険適用へ



脳脊髄液減少症とは

脳脊髄液減少症とは交通事故やスポーツ外傷などの身体に強い衝撃を受けたことが原因で、脳脊髄液（脳や脊髄を守る働きをしている液）が漏れ出し、減少してしまうことによって頭痛、めまい、吐き気、耳鳴り、視力低下、集中力・記憶力の低下などのさまざまな症状を引き起こす病気です。最近では子どもの患者数が増加しており、学校生活の中のささいな事故（頭へのボールの直撃、転倒など）が原因で発症しています。

脳脊髄液減少症に有効な治療法の一つ

ブラッドパッチ療法

脊髄液が硬膜から漏出している場合に患者から採取した血液を硬膜外に注射し、漏出を止める技術で、高額な治療費が必要とされています。

平成28年4月から保険適用の拡大

保険適用で受診可能かまず病院に確認!!

【早期発見・早期治療が大切です】

事故が発生した後、頭痛やめまい等の症状がみられる場合には、安静を保ちつつ医療機関を受診しましょう。県内で診療が行える医療機関は、県のホームページをご確認ください。（下記QRコードの市公式ホームページからリンクしています。）市内では北信総合病院で診療が可能です。（H27年8月調査）



子育て支援センター

＝ 6・7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。

施設名	日時	行事
北部子育て支援センター(さくらんぼ)	6月15日(水) 午前10時30分～	「助産師講座」 講師 小林千代さん
	7月5日(火) 午前10時30分～	「プール開き」(1歳以上) みんなのお楽しみ企画
中央子育て支援センター(りんごっこ)	6月22日(水) 午前10時30分～	「親子ダンスを楽しもう!」 平野児童センターに集合
	7月8日(金) 午後2時～	「リトミック」 講師 小林寿美さん
豊田子育て支援センター(うさぎっ子)	6月11日(土) 午前10時30分～	「パパ講座」お料理教室 変身カレーを作ろう：要予約
	7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

第3回中野市子育て支援センターまつり ～あつまれ!みんなのWA!～開催

日時 7月1日(金) 午前10時～正午

場所 豊田文化センター(多目的ホール)

内容 歌や演奏、パネルシアターなど楽しいイベントがいっぱい!

子育てに関する知識や育児情報の提供、ママの就労相談など

※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 (休)日・月・祝日

りんごっこ ☎(22) 2259 (休)日・火・祝日

うさぎっ子 ☎(38) 1638 (休)日・水・祝日

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、6月24日(金)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



あおもり 青森 壮佑くん (1歳)

くるま大好き♡たくさん遊んで大きくなってね!



ゆふと 湯本 亜子ちゃん (2歳)

とっつてもマイペースで優しい亜子ちゃん!大好きだよ♡



みやまゑ 宮前 結月ちゃん (1歳)

暴れん坊の怪獣ちゃん!元気で優しい子に育ってね!



たけうち 竹内 玲菜ちゃん (1歳)

元気に大きくなってね!

# 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
四種混合	6月7日(火) 7月8日(金)	健康づくり課 母子保健係
ヒブ		
小児用肺炎球菌		
B C G	6月13日(月) 7月4日(月)	
日本脳炎	6月17日(金) 7月6日(水)	

※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。

### 麻しん・風しん混合(はしか・三日はしか)

対象/第1期=12～24か月未満児  
第2期=5歳以上7歳未満で、就学前の1年間(平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ)

※第2期の方には予診票を送付します。  
※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。

### 不育症治療補助金交付制度

対象/申請日を基準として中野市に1年以上居住および住所を有し、不育症の治療を行っている夫婦(医療保険に加入している者)

限度額/10万円

※補助内容や申請手続きなど詳しくは、健康づくり課へお問い合わせください。



## 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	6月21日(火)	28年2月生
7か月健診	6月22日(水)	27年10月生
1歳6か月健診	6月24日(金)	26年11月生
2歳児健診	6月20日(月)	26年5月生
3歳児健診	6月23日(木)	25年5月生

※都合がつかない場合は、翌月お出掛けください。

### 訪問歯科健診・相談

～家に歯医者さんがやってくる～  
皆さんのご自宅へ歯科医師・歯科衛生士が向かい、歯科健診や口腔ケアを行います。

健診・相談料は無料です。お気軽にご相談ください。

対象者/在宅で寝たきりの高齢者など

### 育児教室

会場/中野保健センター

期日・時間	対象児・内容
6月28日(火) 午前10時～11時30分	4～6か月児 赤ちゃん体操★親子でスキップ、離乳食の話、試食(保護者のみ)
7月13日(水) 午後1時15分～3時30分	8～10か月児 赤ちゃんの歯の健康、離乳食の話、試食(保護者のみ)

※3日前までに予約が必要です。



## 講座・相談

### マタニティクラス

会場/中野保健センター  
時間/午前9時30分～11時30分  
持ち物/筆記用具、母子健康手帳

期日	内容
6月11日(土)	出産・子育てについての制度とサービスの紹介、妊婦体操、お父さんの妊婦体験 ※動ける服装でお出掛けください
7月7日(木)	妊娠の経過と起こりやすい異常、妊産婦の健康・栄養(試食あり)、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

こころの専門医が相談に応じます。(無料、予約制)

期日/6月10日(金)、7月14日(木)

時間/午後2時～4時

会場/中野保健センター

※希望者は相談日の2日前までに健康づくり課へお申し込みください。

### 健康相談

保健師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

時間/午前10時～11時30分

会場/中野保健センター(毎週水曜日)、豊田保健センター(毎月第1木曜日)

内容/血圧測定、身体計測、栄養・歯科・育児相談など

※各会場とも祝日は休みになります。

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	



## 中野市成人式

5月4日、市民会館において、中野市成人式を開催しました。当日は、晴れの衣装に身を包んだ362人の新成人が参加し、式に先立ち、新成人の中学生時代の映像が上映され、恩師からのビデオレターの場面では大きな歓声が上がりました。第1部式典では、来賓による祝辞や新成人代表によるあいさつ、第2部では実行委員が企画した記念行事を行い、最後に地区ごとに記念撮影を行いました。会場では、新成人が旧友との再会を喜び、友達同士で晴れ姿を写真に収めたり、思い出話に花を咲かせていました。



## 日野原重明先生「健康講演会」

5月7日、北信総合病院さくらホールにおいて、昨年104歳を迎えられた日野原重明先生による「健康講演会」を開催しました。当日の講演では、先生のユーモアを交えたお話に会場は笑いに包まれ、講演中には、先生の指揮の下に「故郷」を全員で合唱しました。また、講演会の前には、一本木公園で日野原先生による記念植樹が行われ、先生と奥様の名前を冠した新品種のバラが植えられました。



## なにわコンサート

5月7日、中山晋平記念館において、「なにわコンサート」を開催しました。コンサートでは、平均年齢76歳の熟年男声合唱団「なにわ」のほか、女声合唱団「いにしへの風」が出演し、「砂山」や「空みあげて」などの本市なじみの曲を合唱しました。また、「365日の紙飛行機」の合唱時には、紙飛行機を観客と飛ばし合う演出があり、会場に紙飛行機が舞い、観客と出演者が一体感に包まれる中、美しい歌声が響きました。



## カチューシャふるさとマラソン大会

5月15日、中野市体育協会主催の第27回カチューシャふるさとマラソン大会が、中野小学校を発着点に行われました。当日は、市内外から参加した約1,200人が、真夏のような日差しの中、果樹園や田園など新緑に満ちたコースを額の汗を拭いながら軽快に駆け抜けました。また、招待選手として荻原健司（北野建設株式会社スキー部ゼネラルマネージャー）さんや姉妹都市の北茨城市から市民ランナー6人が参加し、走行中にほかの参加者とハイタッチを交わすなど、大会を盛り上げました。



## 水防訓練

5月21日、梅雨の出水期を前に、栗林地区千曲川右岸河川敷を会場に水防訓練を行いました。当日は、水防技術の向上と水防体制の強化を目的に、消防団員や水防員ら約300人が参加しました。

今回の訓練では、大雨により河川の水位が上昇し、堤防が水流によって削れて決壊する恐れが起きた場合や堤防が漏水した場合のほか、河川の水位が堤防を越えそうな場合などのさまざまな状況を想定した訓練を行いました。



## 信濃グランセローズ公式戦

4月29日にBCリーグ公式戦、信濃グランセローズ対福井ミラクルエレファントの試合が市営野球場において行われました。

当日は、オープニングセレモニーの始球式でピッチャーに女優の咲良さん（長野市出身）、バッターに池田市長が就き、会場を盛り上げました。

雨の中で行われた試合は、信濃グランセローズから2本の本塁打が出るなど健闘しましたが、惜しくも3対6で敗れました。

# キラリ☆ 中野のチカラ

## 夢さち信州中野 つるしかざりの会 の皆さん



子どもたちの成長願う  
色とりどりのつるしかざり

中山晋平記念館には、「雨降りお月」や「故郷」など中山晋平先生や高野辰之博士の童謡唱歌をテーマにした、「つるしかざり」が展示されています。

今回は、このつるしかざりを作っている「夢さち信州中野つるしかざりの会」の皆さんにお話を聞きました。

### ○つるしかざりとは

桃の節句や端午の節句に子どもの健やかな成長を願って、着物地などで一針一針丁寧に作った縁起物のひなをひもに吊るす伝統工芸の一種で、福岡県柳川市、静岡県伊豆町稲取地区、山形県酒田市などが有名です。

### ○活動の内容

最初は、小山早智子さんを中心の中野陣屋・県庁記念館でつるしかざりの展示をしたところ、多くの方か



ら好評をいただき、趣味以上でやりたいという仲間が集まりました。現在では、12人のメンバーで活動をしており、月に2回集まって、小山さんの指導の下に毎回違った種類の花や動物などのひなを作っています。

作ったかざりは市内各所からの依頼により展示を行っていて、首都圏でも銀座NAGANOで中野市のPRに活用されたことがあります。

また、年に1回、中野陣屋・県庁記念館で作品展を開催しており、今年はずいぶん多くのリングが箱に入っている作品やブドウ棚のようなかざりなど、従来の作品以外にも工夫を凝らした展示をしました。作品展と同時に開催されるチャリティバザーの売上金では、デジタルピアノを購入し、各保育園へ寄贈しています。

私たちは、自分たちの作成したつるしかざりを見て喜んでくれた方々の言葉をエネルギーに、楽しみながら活動しています。

### ○市民の皆さんへ

来年の3月に中野陣屋・県庁記念館で作品展を開催します。色彩豊かな絹の布で作ったお地藏や果物、花、鳥などバラエティー溢れる作品は、布の柄によって、印象が大きく変わります。

また、ひな作りを体験できるコーナーも予定しておりますので、ぜひ、作品展にお越しいただき、つるしかざりの世界をお楽しみください。

## 広報クイズ

### ■今月のプレゼント

「クイズ」(ニフトリ) … 2人

### 問題

18歳・19歳に投票権が認められたことで、中野市では新たに約何人が投票できるようになるでしょう？

「約●●●人」

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 6月27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 中野市で栽培されているシャクヤクの品種は約何種類あるでしょう？ 答え・・・「約40種類」

383-8614

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

# 市民リレー元気の輪

No.22

望月 誠さん  
からのご紹介



## ○自己紹介

飯山市から岩井に嫁いで、46年になります。当時は、エノキタケの栽培で忙しい毎日でした。平成15年からは、33年間続けたエノキタケの栽培をやめて、小規模経営ですがアスパラガスを中心に米や野菜、リンゴ、花など多品目の作物を生産し、自給自足をモットーに生活を送りながら、直売所へも出荷しています。

今は、子どもたちも自立し、夫と二人暮らしです。夫との共通の楽しみとして、牧ノ入の山にある畑に桜を植えています。現在、大勢の仲間やグループから協力していただき150種類ほど集めることができました。同時にアジサイ、スイセン、ラベンダーなども植えており、一



割田 はま子 さん (岩井)

年中いつでもお花見ができる場所、誰でも遊びに来てもらえる里山づくりを目指して、まだまだ作業継続中です。



▲牧ノ入の桜畑にて

## ○元気の秘訣

この半世紀で、仲間と共に体験し、学んだことは、農産加工、そば打ち、味噌作り、押し花、草木染などで、中でも20年ほど続けた手描き友禅染は、たくさんの作品を残すことができました。

大自然の中で、農に生き、友と語り、助け合い、仲間と共にいろいろなことにチャレンジする。これが私の元気の源です。

## ○おらほの自慢

岩井は野菜作りに適した土壌なので、キュウリやアスパラガスは甘くておいしいと評判です。昔は、競り市があったほど、市場が栄えていました。

また、岩井のお宮にある東屋の中には、二重俵の土俵が納まっていて、市の名所見学の場所にもなっています。

# 池田市長の

# わくわくレポート

vol. 33



若い人たちの政治参加に期待する

わが国の選挙権年齢が平成27年6月の法改正により20歳以上から18歳以上に引き下げられた。世界191の国・地域のうち、176の国・地域が選挙権年齢18歳以上であったことを考えると、わが国も世界標準になるといえることかと思う。時あたかもわが国が高齢化が進み、4人に1人が65歳以上である。経済を語る時、いわゆる生産年齢人口がこれからの人口減少、高齢化社会でよく話題に上る。経済を支える働く人口が減少するなかで、福祉や年金など社会保障を支える人口が減ることは、経済社会に大きな影響を及ぼすということから、生産性を高めることに加え、働く世代を増やすことが重要となってきた。まさに、一億総活躍社会を実現することによりわが国の経済力を維持確保しようという試みである。

さて、経済面から目を転じて地域社会の形成、まちづくりといった観点からみると、高齢化が進む中で、この社会構造は過渡的な構造であり、いつかは高齢社会から安定期に

移行すると思われるが、まちづくりは20年から30年かかるといわれるなかで、今の若い人たちが政治参加することにより、若い人たちの考えをもっと地域に取り込む必要があると考えるのは、異論のないことだと思う。

因みに中野市の人口構造（ピラミッド）をみると、2010年の生産年齢人口の比率は60・0%だったが、2040年では51・5%と8・5%ポイント減少するとの推計である。生産年齢人口は15歳から65歳の人口であり、選挙権年齢を語るときは近似値としか成りえないが、このまま人口動態が進むとすれば、今後一段と働き盛りの将来ある人たちの意見のウエイトが小さくなるということを示している。中野市の投票率は低いが、若い人たちに政治参加の意義を強く抱いていただき、参加することにより、自分たちの社会が変わるんだという手応えを持っていただくためにも、参加型の政策を展開することはもちろんのことではあるが、今回の選挙制度改革が未来に向けて、地域における政治風土や政治意識改革につながってほしいと思う次第である。

## ▼お知らせ

### ぼんぼこの湯を 臨時休業します

● 間山温泉公園ぼんぼこの湯  
☎(23)2686

施設点検および改修工事のため、  
ぼんぼこの湯およびログコテージを  
臨時休業します。

休業期間 7月4日(月)～14日(木)

### 平成28年経済センサスー活動 調査票を提出ください

● 政策情報課情報統計係 (内線217)

経済センサスー活動  
調査は、6月1日を期  
日として、全国すべて  
の事業所および企業を対  
象に実施しています。  
先に配布した調査票に  
より、インターネット回  
答がなかった事業所およ  
び企業に対し、調査員が  
調査票の回収にお伺いし  
ています。

調査票は、もれなく記入をしてい  
たき提出をお願いします。

調査について不明な点などがあ  
りましたら、コールセンターまでお  
問い合わせください。

## 経済センサスー 活動調査



受付時間 午前9時～午後8時  
(土・日・祝日も利用できます)

コールセンター

☎0120(143)150

(通話料無料)

※IP電話などフリーダイヤルに接  
続できない場合

☎03(4334)3150

(有料)

### 高齢者向け給付金の申請 はお済みですか？

● 福祉課厚生保護係(内線276・255)

一億総活躍社会の実現に向け賃金  
引上げの恩恵が及びにくい高齢者の  
方へ、年金生活者等支援臨時福祉給  
付金を1人につき3万円支給します。  
支給対象と思われる方には、4月中  
旬に申請書類を送付しています。  
申請期限 7月15日(金)  
Q 支給対象者とは？  
A 次の全てに該当する  
方が対象です。



▲カクニンジャ

○平成27年1月1日において本市の  
住民基本台帳に登録されている

○平成27年度市民税(均等割)が非  
課税である(課税者の扶養親族  
などは支給対象外)

○昭和27年4月1日以前に生まれた  
(平成29年3月31日までに65歳  
以上になる方)

## 消費生活相談 消費者トラブルと解決法

68

### マイナンバー制度をかたる詐欺にご注意!

**事例** 国の機関の委託を受けたという人物Aから電話で、「マイナンバーが始まるので調べていたら、あなたの情報が3社に登録されていた。そのうち1社は災害時に家を提供している団体で、災害時にあなたの家人が押し寄せる」と言われた。その後、Aから紹介された団体のBに電話をすると「登録番号を教えてください」と頼まれ、Aから聞いていた登録番号を伝えた。翌日、再びAから「Bに登録番号を教えましたね。Bは詐欺をしたことになる。後で返すので、500万円送ってください」と言われ自宅に来たAの部下に現金を渡した。

**アドバイス** マイナンバー制度に便乗した詐欺被害が発生しています。一度お金を払ってしまうと、取り戻すことは困難です。不安をおおるようなことを言われても信用せず不審な電話はすぐに切り、絶対に支払わないようにしましょう。疑問を感じたら、下記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

○生活保護を受けていない方

Q どうすればもらえるの？

A 高齢者向け給付金を受け取るためには申請が必要です。支給対象と思われる方で申請書がお手元にならない方は、ご連絡ください。詳しくはお問い合わせください。

### 平成28年度所得証明書等の 交付開始について

● 税務課課税係 (内線225)

平成28年度(平成27年中の所得)  
の所得・税額などに関する証明書  
は、6月10日(金)から交付を開始しま  
す。

### 地下水採取には許可が 必要です

● 環境課環境係(内線247)

地下水の保全と地盤沈下の防止の

申請には、本人確認ができるものをご持参ください。代理人申請の場合、本人からの委任状が必要です。  
**交付場所** 市民課窓口係、豊田支所  
地域振興課市民生活係、北部窓口  
サービスステーション(北部公民館)、西部窓口サービスステーション(西部公民館)、永田窓口サービスステーション  
**手数料** 一件につき 300円



ため、揚水設備（動力を用いて地下水を採取するための設備）を設けて地下水（温泉を除く）を採取する場合は、市長の許可が必要となる場合がありますのでご確認ください。

## 市長の許可を要する行為

- 自然保護条例に規定する自然休養地での地下水の採取
- 井戸の深さが15メートルを超えるもの
- 揚水機の吐出口の断面積（吐出口が2口以上の時は合計）が15平方メートルを超えるもの
- 揚水量100立方メートル/日を超えるもの

※許可要件、各種届出などについて詳しくはお問い合わせください。

## 市の施設見学参加者募集

●市庶務課秘書広報係（内線212）

市政への認識を深めてもらうため、市の施設見学を実施します。

期日 7月15日（金）

時間 午前9時～午後3時40分

見学場所 東山クリーンセンター、南部学校給食センター、（仮称）山田家資料館、最終処分場、市立博物館

※市役所集合、市のバスで移動

募集定員 30人（定員になり次第、募集終了）

申込締切 6月24日（金）

費用 268円（昼食代）

※詳しくはお問い合わせください。

## ライトダウンキャンペーンにご協力を

●環境課環境係（内線247）

環境省では、地球温暖化防止のため、ライトアップ施設や家庭の照明の一齐消灯を呼びかける「CO2削減／ライトダウンキャンペーン」を実施します。市では、この趣旨に賛同し、一部の公共施設において、照明のライトダウンに取り組みます。市内各ご家庭や事業所においても期間中の消灯にご協力をお願いします。

実施期間 6月21日（火）～7月7日（木）

※詳しくは、ライト

トダウンキャンペーン公式ホームページをご覧ください。  
<https://funtoshare.env.go.jp/coolearthday/>



## 害鳥駆除 6月実施日程

●農政課耕地林務係（内線251）

害鳥駆除（カラス、ムクドリほか）

実施日 6月5日（日）、12日（日）、19日（日）

対象区域 市内農地周辺

時間 日の出から約2時間

※駆除実施中は銃器を使用するため

大変危険です。駆除時間中は、対象区域に近づかないようお願いいたします。

## 汚泥発酵肥料 なかの「おすみちゃん」・「未土利」

●なかの「おすみちゃん」

●なかの「おすみちゃん」

販売日 6月8日（水）、15日（水）、19日（日）、29日（水）

※7月と8月の販売はありません。

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（15キ）200円

バラ（300キ）1500円

バラ（500キ）2500円

※バラ売り：要予約（10日前）、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（15キ）250円

## 情報公開制度・個人情報保護制度

●平成27年度実施状況

●市庶務課庶務文書係（内線211）

市では、市民参加による開かれた

市政を進めるとともに、行政の透明化を図るために、情報公開制度・個人情報保護制度を運用しています。

平成27年度中に、これらの制度が利用された状況は、公文書の公開請求が2件、自己情報の開示請求が1件でした。各制度の運用状況は、次のとおりです。

## ●情報公開制度運用状況

請求先 市長

請求 2件（公開1件、文書不

存在 1件）

※部分公開、非公開 0件

●個人情報保護制度運用状況

請求先 市長

請求 1件（開示1件）

※部分開示、不開示、文書不存

在、訂正など 0件

## 長野電鉄のお得な乗車券について

●長野電鉄信州中野駅

☎22244

長野電鉄（株）では、地域連携長野電鉄長野線沿線活性化協議会と連携し、公共交通の利用促進および沿線市町村の活性化を目的としてお得な乗車券を販売しています。



**お得な乗車券**

①ながでんこども(小学生)無料day

毎月第3土曜日と指定期間(お盆、年始)に限り、小学生が乗り放題

②長電フリー乗車券

1日または2日間に限り、全線が乗り放題

③ホリデーフリーチケット

小・中学生、高校生を対象とした土・日・祝日や夏休みなどの指定期間内の1日に限り、全線が乗り放題

④ながでんお達者パス

70歳以上の方に限り、全線が乗り放題(1カ月券または3カ月券)

※その他、お得な乗車券を多数取り扱っています。ぜひご利用下さい。

※詳しくは、長野電鉄のホームページ

(<http://www.nagaden-net.co.jp/>)

をご覧ください。か、信州中野駅までお問い合わせください。

**守ろう！電波のルール**

☎ 総務省信越総合通信局

☎ 026 (234) 9976

6月1日から10日(金)は、「電波利用環境保護周知啓発強化期間」です。私たちの財産である電波の良好な利用環境を守るため、不法無線局をなくし、電波を正しく使しましょう。

**▼募集**

**ふれあい農園の利用者を募集しています**

☎ 農政課農政係(内線250)

ふれあい農園は、農地をお持ちでない市民の皆さんが、自家用野菜や花を育てていただくため開設している農園です。野菜や花を栽培し、農業の楽しさを体験してみませんか。  
**募集農園** 大保第2ふれあい農園  
**募集区画数** 5区画  
**利用資格** 市内在住の農業者以外の方で、市税を滞納していない方  
**年間使用料** 1区画1500円  
**面積** 1区画50平方メートル

**第12回ビーチボール**

**バレー大会参加者募集**

☎ 文化スポーツ振興課スポーツ振興係(内線364)

市民スポーツ振興を図ることを目的に、手軽に楽しめるビーチボールバレー大会を開催します。

**開催日** 7月1日(金)

**時間** 開会式 午後6時45分

**会場** 市民体育館

**参加料** 無料

**競技部門** ①一般女子の部、②男女

混合の部、③ファミリーの部

**参加資格** 市内に在住、在勤、在学

**▼展示**

市立博物館 ☎ 火曜日 ☎ 22-2005	特別展示「高橋由一」7月3日(日)まで 収蔵展示室「重要文化財柳沢遺跡展」
中野陣屋・ 県庁記念館 ☎ 火曜日 ☎ 23-2718	<ul style="list-style-type: none"> <li>・第4回中野陣屋バラまつり特別展 6月12日(日)まで</li> <li>・フォトクラブサンロード「小林宏善追悼写真展」 6月13日(月)まで</li> <li>・藤木良明所蔵「真田展」 6月30日(木)まで</li> <li>・ふるさと須賀川5人展「つながり」 6月15日(水)～6月27日(月)</li> </ul>

**資源物の特別回収・日曜回収**

6月26日(日) 午前10時～午後1時 資源物の日曜回収

場所 イオン中野店

**回収品目** 硬質プラスチック、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

**硬質プラスチック**…ポリタンク、植木鉢、バケツなどのプラスチック(PP、PE)素材だけのものに限る。

**食用油**…家庭用植物性天ぷら油で、液体状のものに限る。

**古着**…洗濯済みの衣類、靴(両足そろったもの)、ネクタイ、バッグなどで汚れや臭いのないものに限る。

7月10日(日) 午前9時～正午 資源物の特別回収

場所 浜津ヶ池公園駐車場

**回収品目** 庭木の剪定枝、硬質プラスチック製品

**庭木の剪定枝**…直径15cm以下のもの。

※草・根・腐材・果樹剪定枝は回収できません。

**硬質プラスチック**…回収内容は上記日曜回収の記載と同じ。

★回収できないと判断されたものはお持ち帰りください。

★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。

☎ 環境課衛生係(内線245)

ごみの減量とリサイクルで美しいふるさとを次世代へ

**リサイクルかわらばん** 5月27日現在

**譲ります** 照明器具(洋室用)/洋服ダンス/ボストンバッグ/水槽/ワードローブ(引き戸タイプ)

**譲ってください** 木くず/ミシン/車いす/ハウス用鉄パイプ/旅行用スーツケース/着物/帯

市民の皆さんの不用品・必要品を掲載しています。掲載期間は半年間で、希望により再掲載も可能です。

☎ 市民課生活交通安全係(内線238)

## 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

### 新幹線から見える日本の名城

著/加唐亜紀  
ウェッジ



心ときめく絶景!城めぐりの旅へようこそ。東海道・山陽新幹線から見える主な16の城。新幹線が見せてくれる、日本の名城。



### 真田幸村逆転の決断術

著/野中根太郎  
誠文堂新光社

相手の心を動かす「義」の思考方法。大義を掲げよ!人は必ずついてくる。英傑が下した人生の決断をひも解き、ビジネス・人間関係に役立つ処世術を学ぶ。人の心を惹きつけて止まない「義」の決断思考とはなにか?

幹事のアッコちゃん(柚木麻子) / はだれ雪(葉室麟) / また、同じ夢を見ていた(住野よる) / 紙の動物園(ケン・リュウ) / 人生の節目で読んでほしい短歌(永田和宏) / 竹かごハンドブック(竹かご部) / ディズニーちょこっとメモ折り紙あそび(いしばしなおこ) / 缶詰博士が選ぶ!「レジェンド缶詰」究極の逸品36(黒川勇人) / カタツムリの謎(野島智司) / 空き家問題(牧野知弘) / ちょい投資(荻原博子) / 世界文化遺産賀茂御祖神社(賀茂御祖神社)

### ビデオ上映会 としよかん★プチキネマ

#### エルモと毛布の大冒険

上映日時 6月19日(日) 午後2時～

#### 花の誇り

上映日時 7月6日(水) 午前10時～

会場 図書館2階AVホール(入場無料)

する者で構成するチーム  
申込締切 6月22日(水)  
※申し込みは定数になり次第、締め切ります。

## 長野県消費生活相談員人材バンク登録者募集

● 長野県県民文化部

くらし安全・消費生活課

☎ 026 (223) 6770

市民課生活交通安全係(内線238)

長野県では、市町村などでの消費生活相談窓口の充実・強化に向けて、消費生活相談員を配置する際の人材確保を支援するため、「長野県消費生活相談員人材バンク」への登録者を募集しています。

登録対象者は、県内の消費生活センターや市町村の消費生活相談窓口などに就職を希望する者で、次に掲げるいずれかの資格を有する者としています。

① 消費者安全法第10条の3に定める消費生活相談員の資格

② 独立行政法人国民生活センターが付与する「消費生活専門相談員」の資格

③ 一般財団法人日本産業協会が付与する「消費生活アドバイザー」の資格

④ 一般財団法人日本消費者協会が付与する「消費生活コンサルタント」の資格

※相談員としての活動内容など詳しくはお問い合わせください。

## 公共職業訓練受講者募集

● 申込 ハローワーク飯山

☎ 0269 (62) 8609

### 受講科目

CAD・ものづくりサポート科

製造ラインメンテナンス科

訓練期間 8月2日(火)～平成29年1月27日(金)

会場 ポリテクセンター長野

募集定員

CAD・ものづくりサポート科(女性10人)

製造ラインメンテナンス科(20人)

受講料 無料(テキスト代別)

訓練内容 ものづくりの技術、設備保守などの知識・技術習得

募集期限 6月27日(月)

※詳しくはお問い合わせください。

## 防衛省から学生募集のお知らせ

● 自衛隊長野地方協力本部  
長野地域事務所

☎ 026 (235) 6026

### ● 自衛官候補生

概要 自衛官となるために必要な基礎的教育訓練に専念する採用制度です。自衛官候補生として所要の教育を経て3カ月後に2等陸・海・空士(任期制自衛官)に任官します。

資格 18歳以上27歳未満の男子

受付期間 7月1日(金)まで

試験日 7月16日(土)～18日(月)のうち1日

※詳しくはお問い合わせください。

## ▼催し・イベント

### なかの花づくりコンテスト2016開催

園花のまちづくりボランティアの会事務局  
(都市計画課街路公園係内)(内線270)

花の魅力を感じていただくことを目的に一本木公園において「なかの花づくりコンテスト2016」を開催します。市内外の愛好家の皆さんの寄せ植え作品などが勢ぞろいします。



コンテストはご来場いただいた方の投票により、入賞作品を決定します。ぜひ、ご来場いただき、投票にご参加いただくとともに、花に囲まれたひとときをお過ごしください。

また、コンテストへの出展作品を募集します。受賞者へは花にちなんだ記念品が贈られます。奮ってご出展ください。出展方法など詳しくはお問い合わせ下さい。

**開催期日** 6月18日(土)・19日(日)  
**開催時間** 午前9時～午後5時  
**会場** 一本木公園  
**入場料** 無料

※19日(日)午後3時30分頃から表彰式を行います。

### 角聖子が贈る父の日コンサート

園 中山晋平記念館

☎(22)7050

ピアノリスト角聖子さんの演奏による「父の日コンサートin長野」を開催します。

曲目は「恋するうぐいす(クープラン)」「カノン(パッヘルベル)」「證城寺の狸囃子」「故郷」などです。

特別企画として、角先生によるお父さんのためのピアノ公開レッスンもあります。ピアノに興味のあるお父さんや、ご家族をはじめ、多くの皆様のご来館をお待ちしております。予約は不要で入場は無料です。

※イベント時館内無料開放

**期日** 6月19日(日)  
**時間** 午後2時～午後3時30分  
**場所** 中山晋平記念館

6月12日(日)まで  
一本木公園

2016  
信州なかのバラまつり  
開催中

## ご寄付ありがとうございました

和匠会 様

現金 31,900円 環境保全のため

いただきました寄附金は、市政のため大切に使用させていただきます。

申 園 庶務課秘書広報係 (内線400)

## 「広報なかの」 広告募集中!

次回申込期限 6月30日(木) 午後5時15分

広報なかの掲載号 8月号から

詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

<http://www.city.nakano.nagano.jp/docs/2014070100049/>

園 庶務課秘書広報係 (内線400)

～ 暮らしに役立つ広告を お待ちしています ～

## 年金

### 国民年金保険料の納め忘れはありませんか

過去5年以内に国民年金保険料の納め忘れがある方は、申込みにより、平成30年9月末までに限り、納めることができます。この制度を後納制度といいます。

#### 後納制度のメリット

将来受け取る年金額を増やすことができます。1カ月分の後納保険料を納めることにより増額される年金額は、年額約1,625円(目安)です。また、年金の受給資格が得られる可能性があります。国民年金を受給するためには、納付済期間や免除期間等の合計が原則25年(300月)必要です。なお、消費税が10%へ引き上げになった場合、10年(120月)に短縮される予定です。

#### 注意点

過去3年度以前の後納保険料には当時の保険料額に加算額がつきます。また、後納が可能な期間のうち、最も古い分から納付することになります。

園 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

## ▼相談

### 子育てママの就労応援 無料就労相談開催

岡長野県北信地方事務所商工観光課

☎(23)0219

子育て課子ども支援係(内線356)

長野県では、地方事務所に配置されている「女性就業支援員」が、おでかけ就労相談として子育て支援センターにおいて、子育て世代の女性の就労相談支援を行っています。

「子どもが来年入園したらパートに行きたいけど…」 「ブランクがあつて就職は不安だな…」 「職務経歴書の書き方が分からない…」 など就労に関するお悩みについて、女性の

### 就労相談日程 ▼

中央子育て支援センター りんごっこ 午前10時00分～正午	6月16日(木)
	7月15日(金)
	8月18日(木)
	9月23日(金)
	10月13日(木)
	11月17日(木)
	12月15日(木)
豊田子育て支援センター うさぎっ子 午前10時30分～正午	7月12日(火)
	11月22日(火)
	2月14日(火)
	3月9日(木)

相談内容	電話番号	備考
登録手続	026(232)9110	(月)～(金)
相続	026(232)6110	(月)～(金)
消費者トラブル等	026(233)4110	(月)～(金)
会社法務	026(232)2110	月曜日
借地借家		火曜日
労働トラブル		水曜日
夫婦・親子		水曜日
成年後見		木曜日
インターネット		金曜日

※各相談対応時間などはお問い合わせください。

職員が対応しますのでお気軽にご相談ください。相談は無料です。  
※就労相談をご利用できる方は、子育て支援センターを利用する児童の母が対象となります。詳しくはお問い合わせください。

長野県司法書士会では電話無料法律相談を実施しています。6月1日から次のとおり相談窓口の改編を行いましたので、ご相談の内容に応じてご利用ください。ご相談内容などの秘密は守られます。

☎026(232)7492

岡長野県司法書士会(司法書士総合相談センター)

### 長野県司法書士会電話 無料法律相談のお知らせ

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 6月17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 6月10日(金)、7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(月曜休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 7月21日(木) 時間 午前10時～午後3時 (隔月第3木曜日開催) 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.134



## プロ野球選手になりたい!

伊東 樹生<sup>いとう たつき</sup>くん 延徳小学校 6年

ぼくの将来の夢は、プロ野球選手になることです。2年生の時から、「延徳ライオンズ」という野球チームに入っています。今年はまだ13人で頑張っています。

守備ではピッチャーやキャッチャーの練習をしています。打つ方ではフリーバッティングの練習が好きです。「カキーン」と外野まで飛んで行くと気分がいいです。練習のない日は家で素振りをしています。

この前の試合では、二本目のホームランを打ちました。でも、試合は負けました。でも、ホームランはうれしかったけどくやしかったです。次の試合には勝ちたいです。

今度の大会ではキャプテンとして選手宣誓をやるので、大きな声でやる気を感じさせる選手宣誓をしたいです。

ぼくは野球が大好きなので中学や高校でも野球を続けたいです。甲子園にも出たいです。そして、将来はプロ野球選手になって活躍したいです。



### 編集後記

面積：112.18 km<sup>2</sup>  
人口：43,655人（-45）  
男：21,115人（-17）  
女：22,540人（-28）  
世帯数：15,716戸（+6）  
【平成28年5月1日現在】  
（ ）は前月比、平成22年国勢調査を基に推計

▼18歳選挙権によって、これまでよりもニュースを見るようになってきたという高校生の声を聞くことができました。投票に行く高校生の姿を見て、家族や先輩など周りの大人も「投票に行かなきゃ」と感じるような好循環につながってほしいと思います。（中沢）  
▼今月は環境月間です。商品が入っていたプラスチック製の容器はきれいに洗ってプラごみへ入れましょう。「セコい」かもしれないが値段が高い可燃ごみ袋代の節約になり、地球にも家計にも優しいです。ごみの分別をすることは「エコい」と思います。（大原）  
▼果樹の花が役目を終えて、確かな実りを予感させる青い実を見つけると、この地域の豊かな季節の巡りをうれしく思います。これから緑の中で楽しむ行事が増えてきますね。どうぞ当誌やホームページ「なつちよぼーたる」などをチェックしてお出かけください。（北沢）