

▼スポーツ

B&G海洋センターのプールがオープン

☎ B&G海洋センター
☎ 3800

市民プールに続き、B&G海洋センタープールがよいよオープンします。オープン初日は無料で利用できます。家族や友人お誘い合わせの上、お出掛けください。

期間 7月24日(日)～8月21日(日)

時間 午前10時～午後4時30分

定休日 月曜日(8月15日(月)は営業)

所在地 穴田3697-2

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。

第12回中野市長杯争奪市内高校野球大会

☎ 文化スポーツ振興課スポーツ

振興係(内線364)

市内の高校球児が繰り広げる熱戦をぜひご覧ください。皆さんの大きな声援をお願いします。

期日 7月30日(土)(少雨決行)

時間 開会式 午前8時20分

試合開始 午前9時

会場 市営野球場(観戦無料)
主催 中野地区高等学校長会
その他 第1試合(中野立志館高校対中野西高校)終了後に、市内各高校と関根学園高校(新潟県上越市)との交流試合を予定しています。

少年野球ナイター交流大会

☎ 文化スポーツ振興課スポーツ

振興係(内線364)

中野市スポーツ推進委員会の企画事業として、市内小学校5・6年生による少年野球ナイター交流大会を、夏休みの思い出づくりの一環として開催します。

期日 7月30日(土)(雨天中止)

会場 市営野球場、市営運動場(観戦無料)

参加チーム 市内中学校区別4チーム(南宮中学校区2チーム、高社中学校区1チーム、中野平・豊田中学校区1チーム)

日程 午後5時15分

準決勝第1試合(市営野球場)

準決勝第2試合(市営運動場)

午後7時

決勝戦(市営野球場)

3位決定戦(市営運動場)

主催 中野市スポーツ推進委員会

協力 中野市ちびっ子野球連盟

中野スマイルスポーツ

クラブ会員募集

☎ 中野スマイルスポーツクラブ
☎ 4725

「中野スマイルスポーツクラブ」は、より多くの人が生涯を通してスポーツを楽しめる環境づくりを目指して活動している総合型地域スポーツクラブで、会員を募集しています。主な教室とサークル バスケ、ボール、ドッジボール、陸上、エアロビクス、体操、健康体操、幼児体操、軽ダンス、ダブルダッチなど ※詳しくはお問い合わせください。

▼催し・相談

山の日記念イベントin

中山晋平記念館

☎ 中山晋平記念館 ☎ 7050

中山晋平記念館では、長野県内の美術館などが連携する「信州とあそび!」ミュージアムスタンプラリー2016(テーマ「山」)に参加します。中学生以下を対象にスタンプを3つ集めると参加館の年間フリーパスポートなどが当たります。

当館では、山の日記念イベントとして晋平と山に関するクイズ形式で展示します。親子で中野市出

身の音楽家中山晋平に親しみ、自由研究などに取り上げてみませんか。

期間 7月23日(土)～8月31日(水)

場所 中山晋平記念館

※詳しくはお問い合わせください。

斑尾ぼたんこしようまつり

☎ 斑尾の駅 ふるさと豊田 ☎ 2277

ぼたんこしよう料理の販売・試食のほか、農産物や加工品の直売などを行う、「第7回斑尾ぼたんこしようまつり」を開催します。大勢の皆さんのご来場をお待ちしています。

期日 7月31日(日)

時間 午前10時～午後2時

会場 道の駅 ふるさと豊田

今年もやります!

「ながでんビアトレイン」

☎ 地域連携長野電鉄長野線沿線活性化協議会事務局 長野電鉄鉄道事業部 ☎ 026(248)6000

長野電鉄が、夏の風物詩として毎年運行している「ながでんビアトレイン」を本年も運行します。

運行日 7月22日(金)、29日(金)、8月3日(水)、5日(金)のほか、9月2日(金)まで順次運行します。

※詳しくはお問い合わせください。

※詳しくはお問い合わせください。



保険料免除制度と納付猶予制度があります

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合に、納付が免除・猶予となる制度があります。

保険料の免除などを受けないまま、未納の状態では障がいや死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

本人、配偶者および世帯主の所得や年齢に応じて、納付免除（全額、3/4、半額、1/4）、納付猶予（※今月から対象年齢が50歳未満に拡大されています）が申請できます。申請が承認されると、将来受給できる老齢基礎年金が減額されますが、10年以内（3年目以降は加算額が上乗せ）であれば追納により満額に近づけることができます。

申請の方法や対象の期間など詳しくはお問い合わせください。

☎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

NPO法人設立講座・個別相談会

☎長野県北信地方事務所

地域政策課 ☎(22)3111

期日 9月2日(金)

時間 午後1時30分～3時

会場 長野県北信合同庁舎 2階

202・203号会議室

講座 市民による社会貢献活動、法の趣旨、法人設立・運営上の留意事項
個別相談 希望される方のみ

申込期限 8月29日(月)

※右記のほか、毎月1回、県庁を会場に設立講座を開催しています。詳しくはお問い合わせください。

帯の瀬の日

開催日	7月26日(火)
イベント	健康講話
季節風呂	ハーブの湯
時間：午前10時～午後3時 持ち物：昼食、入浴道具 参加料：無料 要予約：3日前まで	
☎帯の瀬ハイソ ☎(22)6210	

おわびと訂正

広報なかの6月号30ページ「キラリ中野のチカラ」の記事内容に誤りがありました。おわびし、次のとおり訂正します。

(誤) 「雨降りお月」
(正) 「アメフリ」

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 7月22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 7月11日(月)、8月10日(水) 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 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