

広報

2016 (平成28年)

なかの

7

No.136

特集 天皇皇后両陛下が中野市へ



Contents

- 広報なかの 1 ~ 34
- ふるさと北信濃 35 ~ 38
- 文化なかの 39 ~ 44
- 特集2 藤澤勇さんリオ五輪へ! (詳細は4~5ページ)
- 特集3 2016 信州なかのバラまつり (詳細は6~7ページ)



天皇皇后両陛下が中野市を ご訪問になりました

第67回全国植樹祭の式典ご臨席などのため、天皇皇后両陛下が、6月4日から6日まで長野県をご訪問になりました。4日には、地方事情ご視察の一環として、本市の高野辰之記念館をご視察になりました。

両陛下が中野市をご訪問になるのは初めてで、沿道や高野辰之記念館前に詰め掛けた大勢の皆さんが、日の丸の小旗を振りながらお出迎えしました。両陛下は、スピードを落とした御料車から笑顔で手を振られ、集まった皆さんの歓声にお応えになりました。

高野辰之記念館では、唱歌「故郷」を作詞した本市出身の高野辰之博士が編さんに携わった唱歌の教科書に両陛下は仲むつまじく見入られ、昔を懐かしむお姿が見られました。



高野辰之の生涯 と業績を知って いただくことが でき、本当によ かった



高野辰之記念館
寺島正友 館長

国文学者だった辰之の業績を天皇皇后両陛下にご説明させていただきました。

両陛下は、読本や唱歌の教科書をご覧になり、辰之が作詞した「春の小川」の歌詞が小学生当時に文語の「さらさら流る」から口語の「さらさら行くよ」に変わったことを懐かしんで話していらっしゃいました。

また、1928（昭和3）年に辰之が昭和天皇と香淳皇后に日本歌謡の変遷について説明する「御進講」をした日が、今回と同じ6月4日であったことを申し上げると、両陛下は大変感動されたようで、ほほ笑みながら資料に見入っていらっしゃいました。

短時間のご訪問でしたが、両陛下に高野辰之の生涯と業績を知っていただくことができ、本当によかったと思います。

今回の両陛下の行幸啓をきっかけに、さらに多くの皆さんにあらためて辰之の業績について知っていただくことができれば幸いです。



1



6



4



5

1_集まった皆さんの歓声に笑顔で応えられる両陛下 2_御料車から手を振られる天皇陛下と、ほほ笑まれる皇后さま 3_御料車で到着された両陛下をお出迎えする大勢の皆さん 4_高野辰之記念館の常設展をご覧になる両陛下（写真提供：長野県） 5_高野辰之記念館のご視察を終え、お見送りする大勢の皆さんに笑顔で応えられる両陛下 6_高野辰之記念館前に詰め掛けた大勢の皆さん

藤澤勇さん

リオデジャネイロ五輪出場決定！

男子20^キロ競歩日本代表



ふじさわいさむ 藤澤勇プロフィール

生年月日：1987年10月12日 身長／体重：165cm／53kg

出身：中野市新井

所属：中野実業高（現中野立志館高）→山梨学院大→ALSOK

主な成績：2009年、関東学生対校選手権男子1万メートル競歩で日本記録更新。アジア選手権20キロ競歩4位。2012年、日本選手権20キロ競歩優勝。ロンドン五輪20キロ競歩18位（日本人最高順位）。2015年、世界選手権（北京）20キロ競歩13位。2016年、リオデジャネイロ五輪代表に選出。自己ベストは1時間18分45秒（2016年2月の日本選手権20キロ競歩）で、日本歴代3位の記録を持つ。



▲2月の日本選手権でライバルと激闘を繰り広げる藤澤さん

ロンドンに続く2度目のオリンピックの舞台へ

日本陸上競技連盟は4月18日、リオデジャネイロ五輪男子競歩の代表選手を発表し、本市出身の藤澤勇さん（ALSOK）が男子20^キ競歩の日本代表選手に選ばれました。

藤澤さんは、2月21日に開催された「リオデジャネイロ五輪代表選考会兼日本選手権20^キ競歩」（兵庫県神戸市・六甲アイランド甲南大学周辺コース）において、自己ベストの好タイムで2位となり、その後の3月の最終選考会の結果、激しい代表争いの最後の1枠を制しました。

藤澤さんのオリンピック出場は、2012年のロンドン五輪に続く2大会連続2度目となります。

藤澤勇さんに 中野市栄誉賞

6月19日、新井公民館において中野市栄誉賞の表彰式を行いました。

当日は、2大会連続のオリンピック出場を決めた藤澤勇さんと、所属先のALSOK陸上部監督の佐藤由佳さんが会場を訪れ、藤澤さんに池田市長から表彰状と記念品が手渡されました。

藤澤さんは、「地元でたくさんの方から声援をいただき

勇気をもたらえた。メダル獲得を目指して、万全の準備を整えていきたい」と抱負を語りました。

雪深い冬をじっと耐え、いざ収穫のとき

表彰式に続いて「藤澤勇選手を応援する会」主催による激励会が行われ、藤澤さんの母校である平岡小学校、高社中学校、中野立志館高校（在学時は中野実業高校）の児童生徒それぞれが応援メッセージを書いた日の丸を贈って激

励しました。

藤澤さんが「雪深い冬をじっと耐えて春を待つリングやモモの木のように、結果が出ない苦しい時期も心の中に火を燃やして練習に励んできた。8月には大きな実を収穫して、故郷に持ち帰ってきた」とあいさつすると、集まった約170人の皆さんから大きな拍手が起きました。

藤澤さんは、約1カ月間及びぶスイス合宿やアメリカ合宿を経て、リオ五輪の本番に臨みます。藤澤さんの大舞台での活躍を応援しましょう。



1_池田市長から表彰を受ける藤澤さん 2_リオ五輪への意気込みを語る 3_会場を沸かせた競歩の歩き方の実演 4_母校の後輩たちに笑顔でサイン 5_日の丸に応援メッセージを書き込む子どもたち



リオデジャネイロ五輪 男子20キロ競歩競技日程

日本時間：8月13日(土) 午前2時30分スタート
(現地時間：8月12日(金) 午後2時30分スタート)

※藤澤勇選手を応援する会では、新井公民館においてパブリックビューイング（大型テレビによる映像観戦）を計画しています。

競歩ひとくちメモ

- 常にどちらかの足が地面に接していなければならない、両足が浮くと「ロス・オブ・コンタクト」の違反になる。
- 前脚は接地の瞬間から体の真下の位置にくるまで、まっすぐに伸びていなければならない、膝が曲がっていると「ベント・ニー」の違反になる。
- この2点について審判から注意された時、すぐに直さないと警告カードが出され、3回の警告で失格となる。



佐藤由佳監督 (ALSOK)

藤澤勇さんに 熱い応援メッセージを届けよう！

7月20日(水)まで、市役所1階の市民ホール北側に日の丸を飾っています。

遠くブラジルはリオデジャネイロでオリンピックに挑む藤澤さんに熱い想いを届けるため、この日の丸に皆さんの応援メッセージを書き込んでください。

日の丸は、大会前に藤澤さんへ手渡され、共にリオデジャネイロへ向かう予定です。

日の丸がメッセージでいっぱいになるように、皆様のご協力をお願いします。





2016

信州なかのバラまつり

今回で23回目を迎えた「信州なかのバラまつり」は、「May the Rose be with you ～バラと共にあれ～」をテーマに、5月28日から6月12日まで、一本木公園において盛大に開催されました。

園内は大勢の観光客でにぎわい、訪れた人たちは、赤やピンクなど色とりどりのバラを背に記念写真を撮ったり、バラの花に顔を近づけて香りを楽しんだり、思い思いの時間を過ごしていました。

期間中は、歌や演奏のほか、バラの専門家による講演会などさまざまなイベントが行われ、咲き誇るバラとさわやかなメロディ、そしてあふれる笑顔が園内を包み込みました。





1・2・3_来園者を楽しませた歌や演奏、ダンスのステージ 4_シャッターマンのサービスも好評 5_笑顔でパンフレットを配る高校生ボランティア 6_園内で結婚式を挙げたカップル 7_河合伸志さん講演会 8_バラの会の皆さんの丁寧な手入れが園内のバラを美しく保つ 9_小山内健さん講演会 10_園内では写生コンクールも開催 11_ジャンボバラかるた大会 12_スタンプラリーで園内のスタンプを探して楽しそうに周遊する姿がたくさん見られた 13・14_聖路加国際病院名誉院長の日野原重明さんが命名し、5月に植樹したスカーレット・ヒノハラ(赤)とスマイル・シズコ(白)



第43回 中野ションションまつり

問 中野ションションまつり推進会事務局（営業推進課内） ☎（22）2111（内線256）

「第43回中野ションションまつり」を7月23日(土)に市街地で開催します。

当日は、下図のとおり市街地において交通規制がかかります。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

◇踊り時間 午後6時～8時10分

◇踊り会場 「松川信号交差点（松川横断歩道橋）南側から信州中野郵便局北側」までの直線コースと「相生町および幸町」

◇その他

- ・午後4時からは、中央広場公園で「おまつり広場」が開場となるほか、中野陣屋前広場公園では、「企業の広場」とともに「アトラクション」が行われます。
- ・踊り終了後（おおむね午後8時20分ごろ）、中野立志館高校第2グラウンドから花火を打ち上げます。
- ・まつり会場周辺は一般車両の混雑が予想されるため、できるだけ車でのご来場はご遠慮ください。
- ・市民会館駐車場、中野小学校職員駐車場、中野地域職業訓練センター駐車場は、団体バスの発着所となりますので、一般車両の駐車はできません。
- ・ごみは各自お持ち帰りいただくようお願いします。
- ・ドローンをはじめとするリモコン操作による無人飛行機の飛行・撮影などは禁止します。



※交通規制時間：午後4時～9時40分

中野ションションまつり「ポスター・パンフレット入選作品」が決定

「第43回中野ションションまつり」のポスターとパンフレットの採用作品が決定しました。

本年は、市内6小学校から合計260点の応募があり、5月26日に中央公民館において、入選作品の選考が行われました。



▲ポスター採用作品



▲パンフレット採用作品

区分	氏名	学校名	学年
ポスター	小野沢奏太さん	平野	6年
パンフレット	永井 慶香さん	高丘	4年
佳作	久保田 柊さん	中野	5年
佳作	村石美由紀さん	中野	5年
佳作	町田 遥さん	中野	5年
佳作	中村 陸空さん	中野	5年
佳作	竹内 涼さん	日野	6年
佳作	佐藤 大和さん	平野	6年
佳作	市村 薫子さん	高丘	3年
佳作	吉浦 幸輝さん	科野	3年
佳作	丸山 愛以さん	倭	4年

6月市議会定例会報告

6月市議会定例会が、6月3日から21日まで、19日間の会期で開催されました。

この議会では、条例案6件、補正予算案5件、事件案2件の合わせて13件が審議され、いずれも原案どおり可決されました。

また、議員提案による決議についても審議されました。
主な内容をお知らせします。



条例

・「中野市行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律に基づく個人番号の利用及び特定個人情報提供に関する条例」の一部改正

行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律に基づく個人番号について、同法に規定する事務以外の事務においても利用するため、所要の改正を行いました。

・「中野市市税条例」の一部改正
地方税法の改正に伴い、固定資産税の課税標準の特例、いわゆる「わがまち特例」が適用される対象資産が追加されたことから、当該資産の軽減割合を定めるため、所要の改正を行いました。

・「中野市家庭的保育事業等の設備及び運営に関する基準を定める条例」の一部改正
国の基準省令の改正に伴い、家庭的保育事業所などの設備基準のうち、保育室などが4階以上に設けられる建物の避難用屋内階段の基準を改め、小規模保育事業所A型および保育所型事業所内保育事業所の職員

配置に係る特例を設けるため、所要の改正を行いました。

補正予算

《一般会計（第1号）》

平成28年度の一般会計予算に1800万円を追加し、補正後の予算総額を221億4400万円としました。

歳出の内容は次のとおりです。

《民生費》

●保育所維持整備事業費の（仮称）中野市新みなみ保育園建設工事のうち、不足する建築工事費として1800万円を増額

《一般会計（第2号）》

平成28年3月補正で計上して繰越した「地方創生加速化交付金事業費」のうち、平成28年度当初予算と重複する事業費を減額するほか、秋に開催される「信州中野おごっこフェア」に係る事業費の追加などを行いました。その結果、平成28年度的一般会計予算を1億6004万4千円追加し、補正後の予算総額を223億404万4千円としました。

た。
主な歳出の内容は次のとおりです。

《総務費》

●自治会振興事業費で、公会堂建設事業補助金として1366万3千円の増額

●新庁舎整備事業費で、用地取得費として468万5千円の増額

●スポーツ施設維持整備事業費で、武道館耐震改修工事費などとして

6510万円の増額

《農林水産業費》

●産地パワーアップ事業費で、産地パワーアップ事業補助金として6828万6千円の増額

《商工費》

●まちづくり推進事業費で、信州中野おごっこフェア開催事業補助金として1800万円の増額

契約の締結

・防災行政無線（同報系）デジタル化整備工事請負契約の締結

・防災行政無線（同報系）のデジタル化を図る整備工事の請負契約の締結について可決されました。

・（仮称）中野市新みなみ保育園建設工事（建築工事）請負契約の締結

「中野市保育所整備計画」に基づき、今年度建て替えを行う新みなみ保育園の建築工事の請負契約の締結について可決されました。

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% を目指して



公共施設とは

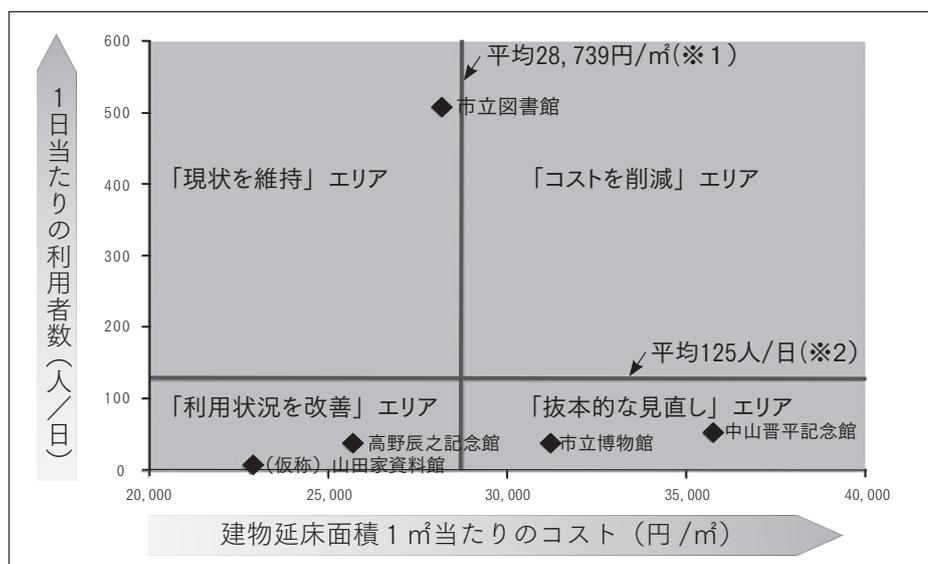
国や地方自治体が建設する施設。中野市公共施設白書では、公民館や図書館など市が保有する建物や、公園など広く市民が利用する施設を対象としています。

問い合わせ先 政策情報課行政管理係

☎ (22) 2111 (内線401)

前回に引き続き、施設の現状について、「ポートフォリオ分析」を用いてお知らせします。今回の分析の対象となる施設は、社会教育系施設です。

▼社会教育系施設のポートフォリオ分析



○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

▼ポートフォリオ分析における各施設の内訳(平成24～26年度の3か年平均)

施設名称	延床面積(㎡)	歳出(円)	1㎡当たりのコスト(円/㎡)	利用者数(人)	開館日数(日)	1日当たりの利用者数(人/日)
市立図書館	2,709.55	76,361,715	28,182	144,002	285	505
市立博物館	2,007.87	62,695,091	31,225	9,207	310	30
中山晋平記念館	554.47	19,813,341	35,734	17,559	344	51
高野辰之記念館	621.52	15,945,839	25,656	12,666	344	37
(仮称)山田家資料館	1,059.91	24,267,627	22,896	1,203	255	5
平均	—	—	※1 28,739	—	—	※2 125

「現状を維持」エリア

市立図書館 更なる利用者の利便性、サービスの向上につながるよう、複合化や民間活力の活用も含め、効果的な施設運営を行います。

「利用状況を改善」エリア

高野辰之記念館、(仮称)山田家資料館 コスト面は現状を維持しつつ、利用者数を増加させるための対策が必要です。

「抜本的な見直し」エリア

市立博物館、中山晋平記念館 効果的な施設運営を目指し、機能や役割分担の見直しを図る必要があります。

おわびと訂正

広報なかの6月号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) 建物延床面積1㎡当たりのコスト(千円)
(正) 建物延床面積1㎡当たりのコスト(円)

「社会を明るくする運動強調月間」
 「青少年の非行・被害防止全国強調月間」
 「青少年に有害な社会環境排除県民運動強化月間」



犯罪や非行のない
 明るい社会のために

7月は「社会を明るくする運動強調月間」です。

この運動は、全ての国民が犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせて、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとするもので、本年度66回目になります。

本年も「社会を明るくする運動強調月間」である7月を中心に、更生保護への理解と協力を訴えるさまざまな活動が行われます。特に期間中は、保護司会を中心に、更生保護女性会およびその他の団体の協力により、市内各地で広報活動が行われます。

この「社会を明るくする運動」のための資金として、各区を通じて1戸当たり30円の資金協力をいただいております。

市内中学校・高等学校などでの啓発物の配布、更生保護施設への慰問、研修などに活用させていただきます。

ご協力いただいた市民の皆さんにお礼を申し上げます。ご支援をいただきますよう、お願い申し上げます。

地域で “はぐくむ”

大人が “見守る”

7月は、「青少年の非行・被害防止全国強調月間」、

「青少年に有害な社会環境排除県民運動強化月間」です。

郷土の未来を担う青少年が、心豊かに健やかに成長していくことは皆の願いです。

この月間を機会に、青少年の非行・被害防止と健全育成、また、青少年にとって有害な社会環境について、あらためて大人の視点から見つめ直し、安全・安心な地域社会

づくりにご協力ください。

青少年へ愛の声かけ運動

「青少年は地域社会ではぐくむ」 「誰もが自然に声かけできる社会」の実現に向けて、地域の大人が青少年一人ひとりに対して温かなまなざしを向け、声を掛ける「愛の声かけ運動」の実践にご協力ください。

「大人が変われば子どもも変わる」まずは、近所に住む子どもにあいさつすることから始めてみましょう。

有害自動販売機3ない運動

青少年にとって有害な自動販売機（露骨な性描写の雑誌、ポルノコミックス、アダルトビデオ・DVD、アダルトグッズなどを販売する自動販売機）を「設置させない・利用しない・放置しない」の

「有害自動販売機3ない運動」の実践にご協力ください。

少年育成委員が活動しています



市では、少年の非行防止について、青少年補導関係の機関（教育・行政・警察）および団体を中心となり、市民の参加を得て、少年の非行防止活動をより効果的に推進するため、合同活動の拠点である少年育成センターを設置しています。

また、中野市少年育成委員は、各地区などから選出され、市長の委嘱を受けた80の方が3年の任期で活動しています。

活動内容は、街頭補導活動、少年相談活動、環境浄化活動などで、問題少年の早期発見と早期補導活動による青少年の健全な育成の推進を図っています。

今後、強調月間に合わせて、催事が行われている市街地の巡回補導活動や環境浄化活動、青少年健全育成協力店の協力要請活動などを実施していきます。

有害情報から子どもを守る

携帯電話やパソコンのインターネット上には、青少年にとって有害な情報が含まれるサイトがあります。

保護者の皆さんは、子どもがインターネット上の有害情報から悪影響を受けたり、犯罪・被害に巻き込まれないよう、子どもが有害なページにアクセスできないようにするために、携帯電話やパソコンにフィルタリング（有害サイトアクセス制限サービス）を利用するなど、対策が有効です。また、インターネット利用時のルールやマナーなどについて、子どもと話し合うことも大切です。

子どもが有害なページにアクセスできないようにするために、携帯電話やパソコンにフィルタリング（有害サイトアクセス制限サービス）を利用するなど、対策が有効です。

問い合わせ先
 福祉課厚生保護係

☎221111（内線255）

子育て課青少年未来係

☎221111（内線357）

医療保険

後期高齢者医療保険制度

後期高齢者医療保険制度は75歳以上の方全てが加入する医療保険です。

平成28年度の住民税額確定に伴い、「平成28年度保険料決定納入通知書」を7月中旬にお送りします。

また、7月末までに新しい保険証を自宅に郵送します。

この保険証は保険に加入していることを証明するものです。大切に保管し、医療機関を受診する際は、必ずお持ちください。

保険料

被保険者一人ひとりに掛かります。一人当たりの保険料額は、その方の前年の所得に応じてご負担いただく「所得割額」と、被保険者の全員が

▼保険料計算式

$$\frac{\text{均等割額}40,907\text{円} + \text{所得割額}(\text{前年中の総所得金額} - \text{基礎控除額}33\text{万円}) \times \text{率}8.30\%}{\text{保険料(年額)}}$$

均等にご負担いただく「均等割額」の合計になります。

また、所得が低い方の負担を減らすため、世帯の所得に応じた軽減措置があります。

保険料の金額、計算方法、軽減措置などについては通知書および同封のチラシでご確認ください。

ただし、前年の所得を申告していない世帯は、軽減を受けられない場合があります。

保険料の納付

原則、年金から天引き（特別徴収）となりますが、お送りする納入通知書により、納付方法をご確認ください。

保険証

1年更新のため、毎年7月末までにお送りします。

また、保険証に記載の負担割合（医療機関窓口で支払う

医療費の一部負担金の割合）は1割または3割で、現役並み所得者の方は、3割となります。

なお、現在お使いの保険証は、8月1日から使用できなくなりしますので、8月1日以降に破棄してください。

75歳の誕生日を迎える方

加入手続きは不要です。保険証は75歳の誕生日を迎える前日までに自宅へ郵送します。また、保険料については、誕生月の翌月にお知らせします。

中野市国民健康保険にご加入の70歳以上75歳未満の方へ

7月末までに「国民健康保険高齢受給者証」を郵送します。現在お使いの「受給者証」は8月1日から使用できなくなります。

また、国民健康保険の保険証は、9月末までに郵送します。ただし、保険税に滞納があるときは郵送できない場合があります。

問い合わせ先
福祉課国保医療係

☎(22)21111 (内線296・304)

医療費

福祉医療費給付金制度

福祉医療費給付金とは、左表の方を対象に、医療費の自己負担額の一部を給付するものです。

なお、福祉医療費受給者証をお持ちの方は、医療機関などを受診される際に毎回必ず提示してください。

問い合わせ先

■乳幼児等に関すること

子育て課子ども支援係

☎(22)21111 (内線356)

■乳幼児等以外に関すること

福祉課厚生保護係

☎(22)21111 (内線276)

区分	対象者	所得制限	給付範囲
乳幼児等	0歳から中学校3年生まで	なし	外来・入院
心身障がい者等	身体障害者手帳1級、2級、3級	なし	外来・入院
	身体障害者手帳4級	所得税非課税世帯（本人とその同一世帯員）	外来・入院
	療育手帳A1、A2、B1	なし	外来・入院
	療育手帳B2	特別障害者手当所得制限に準じる	外来・入院
	精神障害者保健福祉手帳1級、2級	なし	外来のみ
	精神障害者保健福祉手帳3級	市民税非課税世帯（本人、本人の生計を維持する配偶者または扶養義務者）	外来のみ
	65歳以上国民年金別表該当者（障害基礎年金1級または2級受給者）	なし	外来・入院
ひとり親家庭等	母子家庭の母子	なし	外来・入院
	父子家庭の父子	なし	外来・入院
	父母のいない児童	なし	外来・入院

給付金

高齢者向け給付金の
申請期限は7月15日(金)です



▲厚生労働省
広報キャラクター
「カクニンジャ」

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引き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。

申請期限は7月15日(金)です。まだ申請がお済みでない方は、早めに申請してください。

Q 支給対象者は？
A 次の全ての要件を満たす方です。

○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方

○平成27年度市民税(均等割)が非課税である方

※課税者の扶養親族などは対象外となります。

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

○生活保護を受けていない方

Q どうすればもらえるの？

A 福祉課または豊田支所地域振興課に申請書を提出してください。

※詳しくは、直接お問い合わせください。

問い合わせ先

福祉課厚生保護係
☎(22)21111 (内線276・255)

健康

こころの標語を募集します

平成27年の県内の自殺者数は415人であり、年々減少していますが、県内でも北信地域は自殺率が高く、いまだ憂慮すべき状況です。

そこで、命の大切さや自殺予防について考える機会にしたいため、こころの標語を募集します。

ご応募いただいた作品は、市のホームページ、イベントなどを通じ啓発に活用させていただきます。

○テーマ 命の大切さと呼び掛けるもの、自殺の防止を呼び掛けるもの

○応募方法 用紙に、標語、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、直接お持ちいただくか、郵送、ファクスまたはEメールで提出ください。(任意様式も可)

※応募用紙は中野保健センターに設置してあるほか、市公式ホームページからダウンロードできます。

問い合わせ先

○応募資格 市内に在住・在学・在勤の方

○募集期限 7月25日(月)必着

○表彰 最優秀賞1作品、優秀賞3作品(記念品贈呈)

※詳しくは、直接お問い合わせください。

問い合わせ先
中野市西一丁目1-7 (中野保健センター)
健康づくり課健康管理係
☎(22)21111 (内線242)
ファクス(22)2295
Eメール kenko@city.nakano.nagano.jp

税金

国民健康保険税のお知らせ
課税限度額の引き上げ・軽減判定所得の算出方法変更

平成28年度税制改正により、国民健康保険税の医療保険分と後期高齢者支援分の課税限度額が引き上げとなりました。併せて低所得者の軽減措置を拡充するため、国民健康保険税の5割軽減および2割軽減の対象となる世帯の軽減判定所得が改正されました。改正内容は次のとおりです。

▼課税限度額の変更について

課税区分	変更前	変更後
医療保険分	52万円	54万円
後期高齢者支援分	17万円	19万円
介護保険分	16万円から変更なし	

▼均等割額および平等割額の軽減判定所得の変更について

軽減区分	変更前	変更後
5割	(26万円×被保険者数+33万円)以下の所得の世帯	(26.5万円×被保険者数+33万円)以下の所得の世帯
2割	(47万円×被保険者数+33万円)以下の所得の世帯	(48万円×被保険者数+33万円)以下の所得の世帯

※軽減判定は前年の所得の状況により行うため、申告がされていないと軽減判定がされません。

問い合わせ先 税務課課税係 ☎(22)21111 (内線225)

介護保険負担限度額の見直しが行われます

介護保険3施設（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設）やショートステイを利用する方の食費・部屋代については、本人による負担が原則ですが、低所得者の方については、食費・部屋代の負担軽減を行っています。

自宅で暮らす方、保険料を負担する方、老齢年金を受給している方との公平性をさらに高めるため、食費・部屋代の負担軽減措置の利用者負担段階の判定に、非課税年金（遺族年金・障害年金）も含めるよう、8月1日から見直しが行われます。

■介護保険負担限度額証の更新および新規申請について

負担限度額認定証の有効期限は毎年7月31日までです。現在、負担限度額証を持っている方で、8月1日以降も対象となる可能性のある方には、6月下旬に更新の申請書を送付してありますので、下表の基準に該当する場合は預貯金などの写しを添付して申請してください。申請しないと自己負担額の軽減は受けられません。

また、現在負担限度額証を持っておらず、新規に申請をする場合は、直接、高齢者支援課窓口で申請手続きを行うようお願いします。

利用者負担段階	対象者		負担限度額（日額）				
			部屋代（※1）	食費			
第1段階	<ul style="list-style-type: none"> 世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む。）が市区町村民税を課税されていない方で老齢福祉年金を受給されている方 生活保護等を受給されている方 		かつ、預貯金等が単身で1千万円（夫婦で2千万円）以下	A	0円	300円	
				B	(a)		320円
					(b)		490円
				C	490円		
				D	820円		
第2段階	7月まで	世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む。）が市区町村民税を課税されていない方で合計所得金額と課税年金収入額の合計が年間80万円以下の方	かつ、預貯金等が単身で1千万円（夫婦で2千万円）以下	A	370円	390円	
	8月以降	世帯の全員（世帯を分離されている配偶者を含む。）が市区町村民税を課税されていない方で合計所得金額と課税年金収入額と非課税年金収入額の合計が年間80万円以下の方		B	(a)		420円
					(b)		490円
	C	490円					
D	820円						
第3段階	世帯の全員（世帯を分離している配偶者を含む。）が市区町村民税を課税されていない方で上記第2段階以外の方		かつ、預貯金等が単身で1千万円（夫婦で2千万円）以下	A	370円	650円	
				B	(a)		820円
					(b)		1,310円
				C	1,310円		
D	1,310円						
第4段階	上記以外の方（※2）			負担限度額なし			

- ※1 A：多床室、B：従来型個室、C：ユニット型準個室、D：ユニット型個室、a：特養など、b：老健・療養など
 ※2 第4段階の高齢夫婦世帯などで一方が施設に入った場合、利用料の負担により在宅で生活する配偶者の実質収入が一定水準以下となり、生計が困難となる場合があります。こうしたケースには、居住費・食費の負担が軽減される仕組みが設けられていますので、高齢者支援課へご相談ください。

■介護保険負担割合証について

7月下旬に要介護・要支援認定者に送付しますが、7月末で認定有効期間が切れる更新申請（または区分変更）中の被保険者の場合は、認定の状況によって発送が遅れる場合があります。



■農用地区域・農振除外とは

農用地区域は、農業上の利用を確保するために定められた区域であることから、その区域内にある土地の農業以外の目的（住宅、商業施設、駐車場、資材置場など）への転用は、農振法および農地法によって厳しく制限されています。

しかし、やむを得ず農業以外の目的へ転用する必要がある場合は、農振法によって定められた要件を満たす場合に限り、農業振興地域整備計画を変更して、その土地を農用地区域から除外することができます。

このような整備計画の変更が、いわゆる「農振除外」といわれているものです。

■農用地区域に含まれる農地の除外手続き（農振除外申請）ができる場合とは

農用地区域は、農業上の利用を確保するために定められた区域であることから、農業以外の目的に資することにより、ほかの農地の農業上の利用に支障が生じたり、農業施策の実施の妨げにならないよう、農振法によって、除外できる場合が限定されています。除外の容認については、以下の要件を全て満たす場合に限られます。（申請により、必ず農振除外が容認されるわけではありません）

①必要性、緊急性および規模の妥当性があり、かつ、ほかに代替する土地がないこと

当該農業振興地域における農用地区域以外の区域内の土地利用の状況からみて、当該変更に係る土地を農用地など以外の用途に供することが必要かつ適当であって、農用地区域以外の区域内の土地をもって代えることが困難であると認められること

※「土地所有者の了解を得たため」「宅地に比べて安価で購入できるため」などの理由では、要件は満たしません。

②周辺農地における農業上の利用に支障を及ぼす恐れがないこと

当該変更により、農用地区域内における農用地の集団化、農作業の効率化、周辺農地の農業上の効率的かつ総合的な利用に支障を及ぼす恐れがないと認められること

※原則として、「農地転用許可の見込みのない第1種農用地」「農用地区域に囲まれている農地」などは要件を満たしません。

③担い手への利用集積に支障を及ぼす恐れがないこと

当該変更により、農用地区域内における効率的かつ安定的な農業経営を営む者（認定農業者など）に対する農用地の利用の集積に支障を及ぼす恐れがないと認められること

④土地改良施設の有する機能に支障を及ぼす恐れがないこと

当該変更により、農用地区域内の土地改良施設（用排水路、ポンプ場など）の有する機能に支障を及ぼす恐れがないと認められること

⑤農業上の公共投資後8年以上経過していること

当該変更に係る土地が土地改良事業などの受益地に該当する場合にあっては、当該土地が、農業に関する公共投資により得られる効用の確保を図る観点から、土地改良事業などの工事が完了した年度の翌年度から起算して8年を経過した土地であること

■事前相談

必ず、事前に農振除外の見込みがあるかどうか農政課に相談してください。

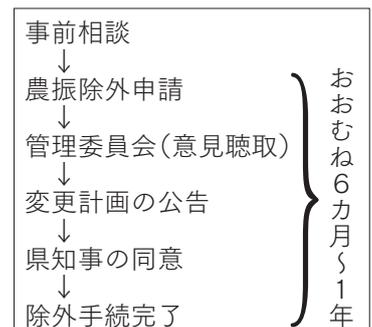
農用地区域内で住宅などを建てる場合は、建築着手までに、農振除外申請の日からおおむね1年を要する場合がありますので、日程的に余裕を持って建築計画を立ててください。

■申請受付期限

8月31日(水)まで（次回受付期限 平成29年2月頃）

※受け付けは原則、年2回行う予定です。

▼農振除外の流れ



環境

家庭で 宴会で 減らそう食品ロス



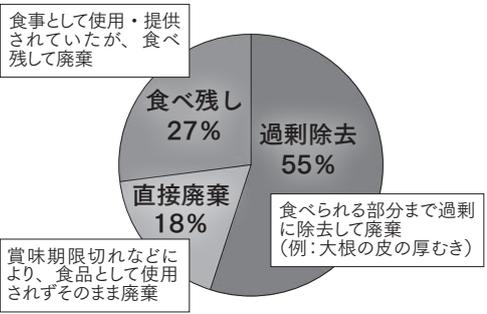
食品ロスとは、家庭や宴会での食べ残しなど、まだ食べられるのに廃棄される食品のことを指します。

食品ロスの現状

日本での食品ロスは、年間642万ト(農林水産省および環境省「平成24年度推計」より)と推測されています。大切な資源の有効活用や環境負荷への配慮から、食品ロスを減らすことが重要です。

食品ロスの半分は家庭から

日本の食品ロス642万トのうち、312万トは家庭からのものです。家庭の1人当



家庭における食品ロスの内訳

出典：農林水産省「食品ロス統計調査・世帯調査(平成26年度)」を基に消費者庁にて作成

たりの食品ロスは、年間24.6キと試算され、この量は茶碗164杯分のごはんに相当します。(茶碗1杯分のごはんを150gと仮定)

家庭でできる食品ロス削減

【買い物】

- ・ 買い物に出掛ける前に冷蔵庫内などをチェック
- ・ 必要な食材を必要な量だけ購入
- ・ 手前に陳列されている食品を選ぶ

【調理】

- ・ 作り過ぎない
- ・ 余ったものは作り替える
- ・ 野菜や果物の皮を厚むきしない
- ・ 残っている食材から使う

宴会で実践 30・10運動

【乾杯後30分】

すぐにお酌に回らずおいしい食事を楽しむ。

【お開き前10分】

もう一度料理を楽しみ、幹事は食べきりを呼び掛ける。

問い合わせ先

環境課衛生係
☎21111 (内線245)

住宅

住宅耐震化促進事業



▲QRコード

大規模地震災害から市民の皆さんの生命と財産を守るため、「中野市耐震改修促進計画」に基づき住宅などの耐震化を促進しています。

以下の住宅について耐震診断の実施または、補助を行っていますので、ぜひご利用ください。

木造在来工法の住宅

- 要件 次の全てに該当する住宅
- ①昭和56年5月31日以前に着工された住宅(賃貸住宅を除く)
 - ②非木造在来工法の住宅(プレハブ工法など一部の住宅を除く)

非木造在来工法の住宅

- 要件 次の全てに該当する住宅
- ①昭和56年5月31日以前に着工された住宅(賃貸住宅を除く)
 - ②非木造在来工法の住宅(プレハブ工法など一部の住宅を除く)

○内容 住宅の所有者が依頼する建築士の耐震診断に対し、かかる費用の3分の2(二戸建て住宅の場合、最大8万9千円)の補助金を交付します。

※診断の結果、倒壊の危険性があると判断された住宅については、耐震補強または現地建替え工事に対する補助があります。詳しくは、市公式ホームページ(上記QRコード)をご覧ください。お問い合わせください。

問い合わせ先
都市計画課建築住宅係
☎21111 (内線273)

住宅

住宅防災・衛生機能向上事業



市では、住宅の安全性、耐久性および衛生機能の向上を図ることにより、市民の住生活の安定を確保するため、住宅防災・衛生機能向上のための火災警報器設置工事などを市内施工業者により行う方に、補助金を交付します。

○補助金申請受付期間 7月20日(水)～29日(金)

○受付場所 市役所都市計画課

※なお、申請用紙は広報なかの5月号に挟み込み、全戸配布させていただきます。

※市役所、豊田支所ほか各窓口に設置している申請用紙をご利用ください。

問い合わせ先
都市計画課建築住宅係
☎21111 (内線273)

開催

創業セミナー・創業塾

創業に興味のある方はぜひご参加ください。なお、参加する場合には申し込みが必要です。

創業セミナー

○期日 7月30日(土)

○時間 午前9時～正午

○場所 中野地域職業訓練センター

○講師 (株)エイチ・エーエル

石川知穂さん(中小企業診断士)

○参加料 無料

○定員 20人

○内容 「夢の実現!創業のために必要なこと」と題して、創業前の体験講座と創業塾のご案内、終了後は講師と参加者同士で交流会を行います。

創業塾

○期日 8月6日(土)から9月10日(土)までの各土曜日(8月13日(土)を除く)

○時間 午前9時～正午

○場所 中野地域職業訓練センター

○講師 (株)エイチ・エーエル



▲QRコード

石川知穂さん(中小企業診断士)ほか

○テキスト代 2000円

○定員 20人

○内容 左記表のとおり

※詳しくは、信州中野商工会議所ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。

日程	内容
8月6日(土)	事業コンセプトおよび経営計画を考える
8月20日(土)	マーケティングを考える
8月27日(土)	明日から実践できる!身近なSNS活用講座
9月3日(土)	事業を継続させる数値感覚・計画を考える
9月10日(土)	創業者が活用できる補助金・助成金を最大限活用する

問い合わせ・申し込み先
信州中野商工会議所
☎(22)2191

募集

中野市交通安全計画(案)に対するご意見

交通安全に関する各種の対策は、交通安全対策基本法に基づき策定される国や県、市町村の交通安全計画により進められています。

市でも、昭和46年以降5年ごとに「中野市交通安全計画」を策定してきましたが、平成27年度をもって、第9次の計画期間が終了したことから新たに、「第10次中野市交通安全計画」を策定します。

この計画は、平成28年度から平成32年度までの5年間に講ずるべき交通安全に関する

施策の大綱を定めるものであり、関係行政機関が緊密な連携を保つ必要があることから、国や県の計画の内容を踏まえつつ策定することとされています。

また、この計画に基づき、各年度の具体的施策を毎年度定めていきます。

この計画の素案に対するご意見をお寄せください。

計画(案)の公表場所

・市役所市民課

・豊田支所地域振興課



▲QRコード

・市公式ホームページ(上記QRコード)

公表期間 7月29日(金)まで

意見の提出方法 任意の様式に、住所、氏名を明記の上、

市民課へ直接お持ちいただく

か、郵送、ファクスまたはEメールにより提出してください。

提出期限 7月29日(金)

問い合わせ・提出先

〒383-8614(住所記

載不要)

市民課生活交通安全係

☎(22)2111(内線235)

ファクス(24)1160

Eメール seikatsu@city.nakano.nagano.jp

笠倉築堤事業 しゅん工

防災

5月20日、千曲川笠倉築堤事業(延長520m)が完了し、国や県、市の関係者、地権者、地元関係者など約70人が参加し、現地においてしゅん工式が行われました。笠倉地区では、過去の千曲川の出水により床上床下浸水被害が発生し、堤防の早期完成が望まれていました。平成22年度から堤防整備に着手し、平成25年度には暫定堤防が完成、平成27年度には高さ確保を図ったコンクリート壁(パラペット工)が完成し、このたびしゅん工いたしました。



問い合わせ先
地域振興課振興係(豊田支所内)
☎(38)3111(内線141)

開催

中野祇園祭

戦国時代から続く伝統の「中野祇園祭」が7月16日(土)、17日(日)に市街地で開催されます。ぜひお出掛けください。

また、開催に当たり会場周辺に交通規制がかかります。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

○みこしなどの市街地行進

期日 7月16日(土)

時間 午後5時～8時

出発場所 中野陣屋前広場公園

○馬乗り行幸

期日 7月17日(日)

時間 午後2時～4時15分

出発場所 中野陣屋・県庁記念館前

○子供みこしの行進

期日 7月16日(土)、17日(日)

場所 市街地

○交通規制

期日 7月16日(土)

時間 正午～午後8時30分

場所 会場周辺(詳しくはお問い合わせください)

問い合わせ先

中野市祭り対策推進連絡協議会事務局

(信州中野商工会議所)

☎(22)2191

発行

2016信州なかのギフトカタログ発行

「2016信州なかのギフトカタログ」を発行しました。カタログには信州なかのの農産物や加工品、地元醸造の味噌やお酒など、魅力的な特産品がたくさんそろっています。



贈ってうれしい、もらってうれしい「故郷のふるさと 信州なかの」の特産品をお中元やお祝い、記念品のほか、ご自宅用にいかがですか。※カタログをご希望の方は、お問い合わせください。

問い合わせ先

一般財団法人中野市産業公社(市役所南宮庁舎内)

☎(22)2111(内線299)

信州中野観光センター

☎(23)5581

開催

男女共同参画セミナー

男女共同参画社会の実現に向け、さまざまなテーマでセミナーを開催します。第1回目は、整理整頓用の収納グッズでは部屋がスッキリしない悩みを持つ方のための「お片付けセミナー」です。

参加をご希望の方は、事前の申し込みが必要です。皆さんのご参加をお待ちしております。

期日 7月25日(月)

時間 午前10時～正午

場所 中野市人権センター会議室

定員 30人(定員になり次第締め切り)

対象者 市内在住・在勤の方

講師 宮嶋万輝代さん(「シンプルお片づけ」代表)

テーマ お片付けセミナー「収納グッズを買う前に」

その他 託児あり(要予約)

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

お問い合わせ・申し込み先

人権・男女共同参画課男女共同参画係

☎(22)2111(内線254)

活用

銀座NAGANOで中野市の魅力をPRしませんか

信州首都圏総合活動拠点「銀座NAGANO」(東京都中央区)には、1階のショップスペースのほか、2階イベントスペースおよび4階のコワーキングスペースなどがあり、長野県の魅力をPRするイベントや商談スペースとして利用いただくことができます。利用には申請が必要で、申請の受け付けは銀座NAGANOとなりませんが、市内の企業や団体の皆さんで現地の様子や活用方法などを知りたい場合、市役所庶務課秘書広報係において事前にご相談を受けています。首都圏で中野市の魅力発信にチャレンジしましょう。

※銀座NAGANOの詳細については、銀座NAGANO公式ホームページ(右記QRコード)をご覧ください。

問い合わせ先

利用申込 銀座NAGANO

☎03(6274)6015

事前相談 庶務課秘書広報係



▲QRコード



募集

市民水泳大会参加者募集

第12回市民水泳大会を開催します。50歳自由形や平泳ぎ、200メートルレーなど41種目に分かれて競技を行いますので、参加をご希望の方は、ぜひお申し込みください。

期日 8月28日(日)
受付時間 午前8時20分
会場 市民プール
競技種目(男女別) 小学生低学年の部(1~4年)、小学生高学年の部(5・6年)、中学生の部、一般の部

※1人2種目まで出場可能
参加資格 小学生以上
参加料 小学生2000円、中学生3000円、一般5000円
※スポーツ傷害保険料を含む
申込期限 8月5日(金)
申し込み方法 参加費を添えてお申し込みください。小・中学生は、学校単位でお申し込みください。

問い合わせ・申し込み先
中野市体育協会事務局
☎(26)3572



▲▼大会の様子



グラウンド・ゴルフとは、専用のボールとクラブを使用して、ボールをホールポストに入れるまでの打数を競う、誰にでもできる大変親しみやすいニュースポーツです。

募集

グラウンド・ゴルフ大会参加者募集

期日 8月20日(出)(小雨決行)
時間 午後7時15分
会場 多目的サッカー場
参加資格 市内在住の小学生以上の方または市内在勤の方
参加料 無料
申込期限 8月12日(金)
※定数になり次第、募集を終了します。

問い合わせ先
文化スポーツ振興課スポーツ振興係
☎(22)2111 (内線364)

奨学金

奨学金を貸与します

市では、高等学校、大学、短期大学、高等専門学校および専修学校に、今年度から進学する方または在学中の方(通信制・通信教育を除く)に奨学金を貸与(無利息)します。
貸与の要件
○本人または本人と生計を一にする者が市内に引き続き1年以上居住していること
○経済的理由により就学困難であること
○ほかの団体から別に学資の貸与を受けていないこと など

市役所総合窓口案内
申し込み方法
で配布している願書などの必要書類を学校教育課へ提出してください。
なお、願書は市公式ホームページからもダウンロードできます。
申込期限 9月23日(金)
募集人員 3人程度
その他 貸与額および償還方法など詳しくはお問い合わせください。
問い合わせ・申し込み先
学校教育課総務係(豊田支所内)
☎(38)3112 (内線550)

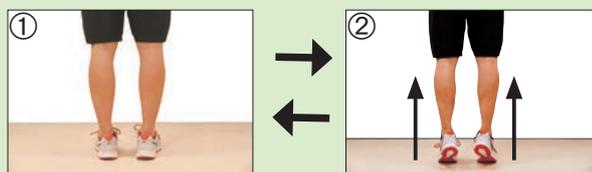


健康

元気もりもり！健康体操

立ち仕事が続くと、ふくらはぎの疲れやむくみが気になってきませんか。下半身にたまった疲労を取り除くために、何かをしながらできる「ながら運動」でふくらはぎを鍛えましょう。

むくみや冷え症にオススメ!!
かかと伸び上げ体操



- ①足を腰幅に広げ真っすぐ立ちます。
- ②かかとをゆっくりできるだけ持ち上げます。
※①と②を繰り返し、10回を目安に行いましょう。

【ポイント】

- ・慣れてきたらゆっくり行いましょう
- ・足首が外に開かないようにしましょう



※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

中野市職員採用試験・選考考査

平成28年度中野市職員採用試験および選考考査を行います。受験を希望される方は、受験案内で受験資格・試験科目などをご確認いただき、所定の試験（考査）申込書によりお申し込みください。

なお、受験案内・試験（考査）申込書の様式は、市公式ホームページからダウンロードいただけます。

1次試験・考査

日時 9月18日(日) 午前8時45分

会場 市役所会議室

申込受付期間 8月3日(水)まで ※郵送による場合は、8月3日消印有効

試験の種類	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
短大卒業程度	保育士	若干名	昭和58年4月2日 ～ 平成9年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 保育士の資格を有する者（平成28年度実施の国家試験で当該資格を取得見込みの者を含む） 平成28年5月1日現在、中野市に住民登録があり市内に居住している者、または現在中野市を離れているが、以前市内に居住していた者（中野市に住民登録があった者）で、採用後に市内に居住することが確実な者（※1）
高校卒業程度	一般事務	若干名	平成7年4月2日 ～ 平成11年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 高校卒業程度の学力を有する者 住所要件については、（※1）と同じ
	土木	若干名	平成7年4月2日 ～ 平成11年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 高等学校の土木専門課程卒業程度の学力を有する者
	栄養士 〈社会人経験者対象〉	若干名	昭和46年4月2日 ～ 平成5年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 栄養士の資格を有する者 栄養士の資格取得後、民間企業などにおける栄養士業務の職務経験を3年以上有する者

種類	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	住所要件など
高校卒業程度	一般事務 〈障がい者対象〉	若干名	昭和37年4月2日 ～ 平成11年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 障がいの程度が1級から6級までの身体障がい者手帳の交付を受けている者

◎受験案内は、市役所庶務課、総合窓口案内、豊田支所地域振興課にあります。

問い合わせ・申し込み先

〒383-8614（住所記載不要）庶務課職員係 ☎（22）2111（内線213）

Eメール shomu@city.nakano.nagano.jp

北信広域連合職員採用試験

平成28年度北信広域連合職員採用試験を行います。受験を希望される方は、受験案内で受験資格・試験科目などをご確認いただき、所定の試験申込書によりお申し込みください。なお、受験案内・試験申込書の様式は、北信広域連合公式ホームページからダウンロードいただけます。

1次試験

日時 9月18日(日) 午前9時

会場 中野市豊田支所会議室

申込受付期間 7月11日(月)～8月19日(金) ※郵送による場合は、8月19日消印有効

試験の種類	試験区分	採用予定人員	受験資格	
			生年月日	住所要件など
高校卒業程度	介護員等	若干名	昭和56年4月2日 ～ 平成11年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 日本国籍を有し、高校卒業程度の学力を有する者 採用後は北信広域連合組織市町村（中野市、飯山市、山ノ内町、木島平村、野沢温泉村、栄村）に居住し、住所登録するものとする

◎受験案内は、北信広域連合事務局、北信広域連合各施設、組織市町村の役所・役場の各受付窓口にあります。

問い合わせ・申し込み先

〒389-2101 中野市大字豊津2508番地 北信広域連合事務局総務係（豊田支所内）

☎(38)5050 Eメール kouiki@hokusin.or.jp

北信保健衛生施設組合職員採用試験

平成28年度北信保健衛生施設組合職員採用試験を行います。受験を希望される方は、受験案内で受験資格・試験科目などをご確認いただき、所定の試験申込書によりお申し込みください。なお、受験案内・試験申込書の様式は、北信保健衛生施設組合ホームページからダウンロードいただけます。

1次試験

日時 9月18日(日) 午前9時

会場 中野市豊田文化センター会議室

申込受付期間 7月20日(水)～8月19日(金) ※郵送による場合は、8月19日消印有効

試験の種類	試験区分	採用予定人員	受験資格	
			生年月日	住所要件など
初級	一般 (事務、プラント 運転・維持管理)	若干名	昭和60年4月2日 ～ 平成11年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 日本国籍を有し、高校卒業程度の学力を有する者 申し込み現在、北信保健衛生施設組合組織市町(中野市、山ノ内町、長野市豊野町、信濃町、飯綱町、小布施町)に住居登録があり居住している者、又は進学・就職等により他に居住しているが、父母等が組織市町に居住しており、採用後に組織市町内に居住することが確実な者

◎受験案内は、北信保健衛生施設組合事務局、組織市町の役所・役場の各受付窓口にあります。

問い合わせ・申し込み先

〒389-2101 中野市大字豊津2508番地 北信保健衛生施設組合事務局（豊田支所内）

☎(38)5060 Eメール j-hokuei@bz01.plala.or.jp



熱中症にならないために！



熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高なくても、湿度が高く、風が弱い日、閉め切った部屋も注意が必要です。

こんな人は特に注意！

乳幼児やご高齢の方、糖尿病など持病がある方、体調の悪い方、暑さに慣れていない方、激しい運動や長時間の屋外作業をする方

熱中症は、目まい・頭痛・吐き気・倦怠感などの症状があり、ひどい時には意識を失うこともあります。熱中症が疑われる場合は、涼しいところへ移動して、体を冷やし、医療機関に相談しましょう。

～熱中症予防方法～

- ・のどが渇く前に水分を摂り、併せて適度な塩分補給も行う（アルコールは水分補給にはなりません）
- ・涼しい服装をし、外出時は日傘や帽子を使用する
- ・屋外の場合は、こまめに屋内や日陰で休憩をとる
- ・徐々に暑さに慣れる
- ・エアコンを上手に活用する
- ・体調の悪い時は無理をしない



子育て支援センターでは、0歳から就学前まで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)	7月28日(木) 午前11時～	「お父さんの読み聞かせ」 カバンの中から素敵なお話が
	8月4日(木) 午前10時30分～	「七夕まつり」 さりまさんとお祭りごっこ
中央子育て支援センター(りんごっこ)	7月23日(土) 午前11時～	「パパ講座」子育て塾 頓所陽子先生のお話
	8月1日(月) 午前10時30分～	「七夕まつり」 お楽しみ企画がいっぱい！
豊田子育て支援センター(うさぎっこ)	7月15日(金) 午前11時～	「腰痛体操」 理学療法士 畠山美輝さん
	8月5日(金) 午前10時30分～	「七夕まつり」 さりまさんのパネルシアター

※この他にもさまざまな行事や相談会を行っています。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。



▲QRコード

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

うさぎっこ ㊟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、7月22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



かわしま はな
川島 華ちゃん(1歳)
ながい えみ
永井 咲ちゃん(2カ月)

仲よし従姉妹!! 2人元気に大きくなあれ♡



やまざき せいた
山崎 晴太くん(11カ月)

元気いっぱいにおおきくなってね♪



なかもやま えま
中山 愛菜ちゃん(2歳)
がれん けい
果恋ちゃん(6カ月)

わが家の♡宝物♡仲よし姉妹♡



あべ しよた
阿部 匠汰くん(2歳)
けいし
恵士くん(8カ月)

元気に仲良く大きくなあれ!

保健だより

●健康づくり課(中野保健) ☎22-2111(内線242・368)

●休日緊急診療所(中野保健) ☎23-2255



予防接種

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	7月8日(金) 8月8日(月)	健康づくり課 母子保健係
ヒブ		
小児用肺炎球菌		
B C G	8月3日(水)	
日本脳炎	7月19日(火) 8月1日(月)	
水痘	7月22日(金)	

※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。

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8年4月2日から平成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。



健(検)診

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	7月26日(火)	28年3月生
7か月健診	7月27日(水)	27年11月生
1歳6か月健診	7月29日(金)	26年12月生
2歳児健診	7月25日(月)	26年6月生
3歳児健診	7月28日(木)	25年6月生

※都合がつかない場合は、翌月お出掛けください。

胃・大腸がん検診

胃・大腸がん検診に申し込みをされた方には、順次受診票をお送りしています。内容をご確認の上、受診してください。追加申し込みは随時受け付けていますので、お問い合わせください。

特定・いきいき健診会場の変更

都合により会場が変更となった日程があります。ご確認のうえ、お出掛けください。

期日/8月4日(木)

受付時間/午後1時～2時30分

	変更前	変更後
会場	南間長瀬公民館	北間長瀬構造改善センター

※なお、受付時間は変更ありません。



講座・相談

マタニティクラス

会場/中野保健センター

期日	内容
8月12日(金) 午後1時～3時30分	母と子の歯の健康、母乳栄養と乳房管理、お父さんの妊婦体験 ※筆記用具、母子健康手帳、歯ブラシをお持ちください

※3日前までに予約が必要です。

育児教室

会場/中野保健センター

期日・時間	対象児・内容
7月13日(水) 午後1時15分～3時30分	8～10か月児 むし歯予防と顎の発育、離乳食の話、試食(保護者のみ)
7月21日(木) 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(動きやすい服装でお越しください)、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。

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)

子ども—こだわりが強い、登校拒否など
大人—イライラ、不眠、人に会いたがらない、やる気が出ないなど

期日/8月18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。

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	

キラリ☆ 中野のチカラ

なっちょ合同会社 の皆さん



地元民だからこそ 伝えられる情報発信を

今年の4月からインターネット上に「なっちょぽーたる」という信州中野の魅力を伝えるためのサイトが立ち上がりました。

今回は、このなっちょぽーたるを主軸に中野市の魅力を発信する「なっちょ合同会社」の皆さんにお話を聞きました。

○「なっちょ」とは

「なっちょ」とは、長野県北部の方言で、「どうですか?」「いかがですか?」という相手を思う意味で使われています。

なっちょ合同会社は、信州中野商工会議所青年部の有志10人が集まり、「信州中野の魅力をもっと広く伝えたい」「地域住民のコミュニティを創造したい」「もっともっと信州中野が好きになりたい」「信州中野はなっちょだいたい?」という思いを込めて設立しました。

○「なっちょぽーたる」

なっちょぽーたるでは、中野市内のイベント・店舗情報・市からのお知らせを知ることができます。これらの情報は、信州なかの観光協会や中野市体育協会などで構成する信州中野地域情報連絡会を通じて情報提

供されるものや、社員の地道な取材活動から得たものです。特に、店舗情報は、地域で親しまれているお店などで、インターネットにホームページが無いお店でも、昔から知っているからこそお知らせできる、地元民だからこそ伝えられる情報を提供しています。

また、なっちょぽーたるのサイト内には「情報提供フォーム」というページがあり、市内の非営利目的のイベント情報や団体などの情報をサイト閲覧者からメールで投稿していただくことができるほか、情報を知りたいという問い合わせにも対応しています。

なっちょぽーたるは、市民の皆さんが活用できる信州中野の情報発信の場所です。

○市民の皆さんへ

なっちょ合同会社は、なっちょぽーたるを発信源に市内の店舗情報やイベントの細かい情報をお伝えしていきます。現在、掲載店舗数は45件ですが、目標の掲載店舗数はまだまだ上を目指しており、市内店舗の方々の協力が必要です。

また、なっちょぽーたる以外の活動として、空き店舗の活用、市内店舗のホームページ作成なども行っています。地域を知っている強みを活かして、これらの活動を通じて信州中野を盛り上げていこうと思いますので応援をお願いいたします。

広報クイズ

■今月のプレゼント

「バラ苗木（なかの小町）」…2人

問題

藤澤勇さんのリオ五輪出場は、何五輪に続く、2大会連続出場になるでしょうか? 「●●●●●五輪」

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 7月25日(月)必着

※当選はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

先月号の答え 新たに18歳・19歳に投票権が認められたことで、中野市では約何人が投票できるようになるでしょうか? 答え・・・「約950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

市民リレー元気の輪

No.23

割田はま子さん
からのご紹介



○自己紹介

農家をやっており、モモやリンゴ、アスパラガス、サクランボ、米などを栽培しています。

もともとはサラリーマンをしており、兼業農家という形で親の代からやっていて畑を継ぎました。

妻は嫁に来るまで農業の経験はなかったのですが、一から勉強しながら農業に取り組んでくれました。

私自身はサラリーマンだったので、転勤などでなかなか農業に専念できる時間がなく、妻に畑を任せていることが多かったと思います。そのため、サラリーマンを辞めて7年ぐらい前から農業に専念し始めるようになったのですが、妻に畑仕事のノウハウをいろいろと教えてもらっ



みやざわ しょういち 宮澤 昇一 さん (草間)

ています。

子どもたちは、みんな市外に出ており、畑の後継者がいないことに悩んでいます

が、妻と二人で畑を守っています。



▲サクランボ畑にて

○元気の秘訣

自分の体の調子をよく理解し、無理をしないよう気を付けることが一番だと思います。農家なので、仕事の調整もしやすく、自分に無理のないペースで働いています。毎日をしつかり、元気に、無理なく働いていることが元気の秘訣です。

○おらほの自慢

草間の日和山神社で行われる秋祭りの鬼獅子は市の指定無形民俗文化財になっていて、毎年、市外からもお客さんが来るくらい盛り上がりがあります。獅子舞いは、演目7舞とお囃子34曲で構成されており、見応えがあります。私も、伝統の鬼獅子を守り継承する保存会に属しており、太鼓を叩いて、舞に参加し、祭り獅子を継承しています。

池田市長の

わくわくレポート

vol. 34



天皇后両陛下を

お迎えして

去る6月4日、天皇后両陛下を高野辰之記念館にお迎えした。当日は、記念館の広場に早朝から大勢の市民の皆さんが、歓迎のためお集まりいただいた。両陛下が我が中野市にお見えになることは、誠に栄誉の至りであり、私自身、中野市を代表してお迎えする栄に浴したことは、感極まるものがあった。

今回、両陛下は、6月5日に半世紀ぶりに長野県で開催された全国植樹祭にご臨席になるのに併せて、高野辰之記念館のご視察となった。植樹祭のフィナーレでは参加者全員で唱歌「故郷」の合唱となったが、その感動は言葉に尽くせないものがあった。今や「故郷」は世界的に歌われる曲となり、まさに詩の原風景が私たち中野市にあるというところが、非常な宝であることを、あらためて思った次第である。

高野辰之博士は音楽家ではなく、国文学者として東京帝国大学で博士号を授与され、日本の歌謡史を研究された。歌謡といっても歌謡曲から連想される歌謡ではなく、浄瑠璃や民謡の類であるが、そうした研究の一端を、博士が昭和天皇に御進講したのが折しも6月4日であったことに、私自身も縁を強く感じた。

私たちの郷土が育んだ偉人としては、高野辰之博士のみならず、日本のフォスターといわれる中山晋平生ほか、数多の方がおられ、音楽をはじめとして文化芸術振興に取り組んできた。私たちはこうした中野市に縁の深い偉人の恩恵に浴し、さらに文化芸術振興を図り、郷土愛を育む中で、地域づくりに動しむことが大切だと考える。

ちなみに、来年1月18日には、中野市、仙台市、竹田市が音楽を縁に、音楽姉妹都市提携を結んで50周年を迎える。都市間連携がこれからの時代は重要だといわれる中、もう一度、こうした中野市の持てる資産を見つめ直し、新たな時代に向け、郷土づくりに取り組むことが、私たちにあって大切なこととあらためて思った次第である。



小学校運動会（延徳小・平野小・平岡小・倭小・豊井小）

市内小学校5校の運動会が、6月4日と18日に行われました。平岡小学校では、赤組と白組に分かれて、かけっこや綱引き、騎馬戦などの競技が行われ、児童たちは練習の成果を十分に発揮し、力いっぱい各競技に臨んでいました。心配された天気にも恵まれ、かけっこのゴールテープを両手を広げて駆け抜ける児童の姿や、1年生から4年生まで各学年のテーマで踊るダンス、砂ぼこりを舞い上げ3学年で力を合わせる綱引きなどに保護者らの歓声が上がっていました。

【写真:平岡小学校】



斑尾ふるさと祭り

5月29日、まだらおの湯周辺において、「第30回斑尾ふるさと祭り」が開催されました。当日は、山菜の天ぷらやきのこ汁の振る舞い、ミニ動物園の開設や魚のつかみ取り、和太鼓や中野市消防音楽隊による演奏などが行われ、大勢の皆さんでにぎわいました。また、今回は熊本地震復興支援として義援金受付箱の設置やミニバザーが実施され、義援金とバザー売上金の計75,626円は日本赤十字社を通して被災地へ寄附されました。



消防団ポンプ操法およびラッパ吹奏大会

6月19日、第12回中野市消防団ポンプ操法およびラッパ吹奏大会を市営豊田野球場で開催しました。これは、消防技術およびラッパ吹奏技術の向上発展と団員相互の団結、士気の高揚を図ることを目的としたもので、当日は、市内の11分団が出場し、日頃の訓練の成果を競いました。

大会結果は、ポンプ操法のポンプ車と小型ポンプの部は共に第2分団、ラッパ吹奏の部は第4分団がそれぞれ優勝しました。



晋平・辰之メモリアル めざましクラシックス 2016 in 信州なかの

5月28日、市民会館ホールにおいて、「晋平・辰之メモリアル めざましクラシックス 2016 in 信州なかの」が開催されました。当日は、バイオリニストの松本蘭さんと、フジテレビアナウンサーの軽部真一さん、スペシャルゲストで歌手の稲垣潤一さんがコンサートを行いました。クラシック音楽の演奏は、軽部さんのナレーションから会場全体を包み込むようなアンサンブルが始まり、観客を名曲の世界に引き込みました。また、アンコールでは、来場された皆さんと共に唱歌「故郷」を合唱しました。



市民プールオープン

6月26日に市民プールがオープンしました。オープン初日は入場料金が無料で、梅雨の時期特有の蒸し暑さの中、たくさんの皆さんが涼みに訪れました。

訪れた方は、友達同士でウォータースライダーを勢いをつけて滑り、大きな水しぶきをあげて着水したり、流水プールで浮き輪に乗って涼んでいたりとさまざまに楽しんでいました。市民プールは、8月28日(日)まで営業しています。



なかの花づくりコンテスト 2016

6月18・19日に一本木公園において、「なかの花づくりコンテスト 2016」が開催されました。

当日は、コンテストのほか、フリーマーケットや花苗販売、コケ玉作り講習会なども行われ、公園がにぎわいました。

コンテストでは、寄せ植えなど66点の色とりどりな作品が展示され、公園を訪れた人の投票により、13点の入賞作品が選出され、最優秀賞には森田順子さんの作品が選ばれました。

▼お知らせ

ツキノワグマにご注意 ください!

【園農政課耕地林務係（内線251）】

春先から市内でツキノワグマの目撃情報が相次いでいます。農作物被害および人身被害を防ぐために、次のことに気を付けてください。

- 山際で農作物を栽培するときは、防護柵を設置しましょう。
- 庭や畑に生ごみを放置しないようにしましょう。

● 朝や夕方はクマの行動が活発になります。その時間帯に山際に近づくときは、特に注意しましょう。

● 山へ入る際は、ラジオや鈴などを鳴らして人の存在を知らせましょう。

※ツキノワグマの目撃情報などがありましたら、ご連絡ください。

害鳥駆除 7月実施日程

【園農政課耕地林務係（内線251）】

害鳥駆除（カラス、ムクドリほか）

実施日 7月10日(日)、24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。駆除時間には対象

の農地周辺に近づかないようお願いいたします。

ペレットストーブ等購入 費補助金を交付します

【園農政課耕地林務係（内線251）】

県産材の利用促進などを目的に、ペレットストーブなどの購入費用に対し、補助金を交付します。今年度の補助対象者を次のとおり募集します。

- 対象 市内に住所または事業所を有する方で、市税の滞納がない方
- 補助金額 購入経費の2分の1以内で、限度額10万円
- 募集人数 2人
- 募集期限 7月29日(金)

● その他 補助金の交付には一定の条件があります。希望者多数の場合は抽選により決定します。

※詳しくはお問い合わせください。

農薬を使用する方へ 農薬散布の際はご注意ください

【園農政課振興係（内線253）】

農薬による事故などを防ぐため、8月末まで農薬危害防止運動が実施されています。

住宅地に近接した場所で農薬の散布を行う場合は、周辺の住民や動植物への配慮が必要ですので、次の点

消費生活相談 消費者トラブルと解決法

69

音声ガイダンスを利用した架空請求

事例 携帯電話に着信があったので、かけ直すと「動画コンテンツに登録があり、料金を滞納している。支払わなければ民事訴訟を起こす」という音声ガイダンスが流れた。「料金を知りたい方は“1”を、心あたりのない方は“2”を」と言われたので、“2”を押したところ、電話がつながり、いきなり名前を聞かれた。そこで、電話に出た先方の名前を尋ねたら電話を切られた。電話の内容に心当たりがない。

アドバイス 非通知電話や見知らぬ電話番号に出たり、かけ直したりしないようにしましょう。「訴訟を起こすと言われた」、「身に覚えのない請求書が家に届く」など少しでも疑問や不安を感じたら、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

に特に注意してください。

● 農薬の散布を減らす防除方法を積極的に活用しましょう。（例：施設栽培での防虫ネットの使用）

● 農薬を散布する際は、農薬のラベルの記載事項を守り、安全かつ適正に使用しましょう。

● 農薬は、できるだけ粒剤など飛散が少ないと考えられるものを選ばしましょう。そのほか、時間帯や風向きにも十分注意し、飛散低減ノズルを使用するなど、飛散防止に努めましょう。

● 必要に応じ、隣接する住民に対して、散布予定日時などを情報提供しましょう。

NOSA I 北信

獣害対策費用の助成

【園北信農業共済組合】

公果樹共済担当

026(219)2891

公農畑作物・園芸施設共済担当

026(219)2892

イノシシなどの獣害被害を予防するため、田畑や園芸施設の周囲に獣害予防施設（電気柵・金網・ネットなど）を設置した組合員に、資材購入費用の一部を助成します。

助成額 費用の2分の1に相当する額で、限度額2万円

※詳しくはお問い合わせください。

汚泥発酵肥料 なかの「おすみちゃん」・「未土利」

● 園上下水道課下水道係（内線283）

● なかの「おすみちゃん」無料配布
無料配布日 8月7日(日)

時間 午前9時から数量終了まで
場所 中野浄化管理センター
数量 4000袋（1袋15キロ）
先着200人、車1台に20袋までとさせていただきます。

※7・8月の販売はありません。

次回販売日は9月7日(水)です。

●未土利の販売

販売日 月～金曜日(祝日を除く)
時間 午前9時30分～午後4時
場所 平岡処理場(ナピア平岡)
価格 1袋(15キロ) 250円

地図情報データ現地調査

● 政策情報課情報統計係(内線217)

市では、施策の参考資料としている地図情報データについて、経年変化箇所の修正を行うため、市内全域で現地調査を実施します。

調査では、身分証明書を携帯した受託業者の調査員が、建物、道路などの位置や形状を道路上で確認しますのでご理解と協力をお願いします。

調査期間 12月28日(水)まで

受託業者 国際航業(株) 長野営業所

経済センサスー活動調査

● 政策情報課情報統計係(内線217)

経済センサスー活動調査について、ご協力ありがとうございました。調査の結果は国の各種行政施策をはじめ、地域の産業振興の基礎資料として活用されます。また回答がお済みでない場合は、ご連絡ください。

長野県女性活躍推進会議

応援事業

● 人権・男女共同参画課男女共同

参画係(内線254)

長野県では、女性の活躍を推進し、男女の人権が尊重され、豊かで活力のある地域社会を実現するため、「長野県女性活躍推進会議」を設置しています。同会議では、女性の活躍を推進する応援事業を紹介しています。詳しくは、同会議のホームページをご覧ください。



▲QRコード

サマージャンボ宝くじ

● 公益財団法人長野県市町村振興

協会 ☎026(234)3611

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます。長野県の販売実績により収益金が配分され

ますので、県内の宝くじ売り場でお買い求めください。
発売期間 7月29日(金)まで
抽せん日 8月9日(火)

▼募集

市営住宅・若者住宅

入居者募集

● 園都市計画課建築住宅係(内線273)

現在の空き住宅と、8月から10月までに明け渡しがあった場合に備え、補充入居者を募集しています。

募集する住宅 東山団地・泉団地・

長元坊団地・小田中団地・城下団地

の各市営住宅、若者住宅

空きのある住宅 東山団地・泉団地・

長元坊団地・小田中団地

募集期限 7月15日(金)

選考方法 公開抽選により順位を決定

抽選日時 7月28日(木) 午後1時30分

抽選会場 市民会館44号会議室

※詳しくはお問い合わせください。

後期高齢者歯科健診

受診希望者募集

● 長野県後期高齢者医療広域連合

給付課給付係

☎026(229)5320

対象者 昭和15年4月1日～昭和

16年3月31日生まれの被保険者のうち、歯科健診の受診を希望する方
健診期間 11月30日(水)まで
受診回数 1回

自己負担 無料(治療や精密検査にかかる費用は自己負担となります)

対象医療機関 県歯科医師会所属の

歯科医院

※対象者の方へ、案内通知と問診票

を送付しています。詳しくはお

問い合わせください。

2016信州ねんりんピック作品募集

● 園高齢者支援課長寿福祉係

(内線243)

明るく活力ある長寿社会を目指すし、シニアの皆さんの総合的な健康と福祉の祭典「2016信州ねんりんピック」が開催されます。本祭典のなかで開催される高齢者作品展の作品を募集します。

出品者資格 県内在住の60歳以上の

アマチュアの方

部門 日本画・洋画・彫刻・手工

芸・書・写真

出品条件 1人1点とし、出品者により制作されたもので未発表の作品

申込締切 8月26日(金)

※申込方法など、詳しくはお問い合

わせください。

働く婦人の家講座募集

働く婦人の家

☎(22)2974(午後1時から)

働く婦人の家では女性のためのさまざまな講座を開催しています。

講座名	期日	時間
簡単おもてなし料理講座	7月25日(月)、 8月22日(月)	午後7時～ 午後9時
薪窯で焼く陶芸講座	8月3日(水)～ 9月14日(水)の 水曜日全6回	午後7時～ 午後9時
女性のための魅力アップ講座(心のマナー講座)	8月4日(木)、 8月18日(木)	午後7時～ 午後8時30分

※市内在住または在勤の女性が対象で、お申し込みは7月11日(月)午後1時から受け付けます。教材費など、詳しくはお問い合わせください。

埼玉県坂戸市との交流会 参加小・中学生募集

☎(38)2922

信州中野ふるさと交流団主催による、埼玉県坂戸市の子どもたちとの交流会の参加者を募集しています。

期間 7月31日(日)～8月1日(月)

場所 豊田公民館ほか

対象 小学4年生～中学3年生

※小学3年生は保護者同伴で参加可

定員 30人程度(先着順)

参加費 4000円

応募締切 7月15日(金)

※参加者には、7月24日(日)に事前説明会があります。詳しくはお問い合わせください。

自衛官等採用試験

日程のお知らせ

☎(26)2356026

長野地域事務所

☎(26)2356026

項目	概要	資格	試験日
航空学生	海上自衛隊・航空自衛隊パイロットなど養成します	高校卒業者(見込みを含む)で21歳未満の方	1次:9月22日(木)、2次:10月15日(土)～20日(木)のいずれか1日、3次:11月12日(土)～12月15日(木)のいずれか1日
一般曹候補生	陸・海・空曹自衛官を養成します	18歳以上27歳未満の方	1次:9月16日(金)、17日(土)のいずれか1日、2次:10月6日(木)～12日(水)のいずれか1日
自衛官候補生	3カ月の所要の教育を経て任期制自衛官に任官します	18歳以上27歳未満の方	男子:9月17日(土)～25日(日)のいずれか1日 女子:9月24日(土)

受付期間 9月8日(木)まで

※受験手続きや入隊後の流れなど、詳しくはお問い合わせください。

▼展示

市立博物館 ☎火曜日 ☎22-2005	特別公開「青銅器埋納坑 修復完了」 常設展示「重要文化財柳沢遺跡展」 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 ☎火曜日 ☎23-2718	・中沢瑞枝「詩と人形と写真」展 7月24日(日)まで ・「郷土の画家が描く高社山」 三沢忠・山田晃・土屋貢ほか8人の画家作品 7月27日(水)から8月15日(月)まで

リサイクルかわらばん 6月28日現在

譲ります 照明器具(洋室用)/洋服ダンス/ポストンバッグ/水槽/ワードローブ(引き戸タイプ)/陳列棚/プラスチックペットキャリー/ペットサークルケージ/プラスチックペットトイレトレー/アスバラ選別機

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)

資源物の特別回収・日曜回収

7月24日(日) 午前10時～午後1時 資源物の日曜回収

場所 カインズ中野店

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。

8月14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、陶磁器

庭木の剪定枝…直径15cm以下のもの。

※草・根・廃材・果樹剪定枝は回収できません。

陶磁器…汚れのない食器類に限ります。

★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

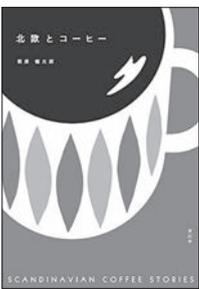
今月の新着図書情報

今月の新着図書の一部を紹介します。
 市立図書館 ☎(26)5841

見る聞くわかる野鳥界 識別編

著/石塚 徹
 信濃毎日新聞社出版局

ようこそ野鳥界へ。さっそくハマってみませんか。ユニークで画期的な野鳥図鑑ついに登場!庭や散歩道、野山や水辺で見かけるあんな鳥こんな鳥の種類がわかる。鳥の世界は興味津々!



北欧とコーヒー

著/萩原 健太郎
 青幻舎

コーヒーでめぐる。フィンランド、ノルウェー、スウェーデン、デンマークへの旅。一杯

のコーヒーから見えてくる北欧のライフスタイル。北欧と日本のカフェ案内、ムーミンと映画から知る北欧とコーヒー、ヴィンテージカップ&ソーサー80選。

風聞き草墓標(諸田玲子)/ビューティーキャンプ(林真理子)/機龍警察火宅(月村了衛)/息子に贈ることば(辻仁成)/境界の民(安田峰俊)/昭和の歌100(小西良太郎)/おりがみ・おてがみ(たかはしなな)/鉄腕アトム(橋本一郎)/片づけられない人のための考えない片づけ(川上ユキ)/脳が認める勉強法(ベネディクト・キャリー)/天皇陛下の私生活(米窪明美)/絵本を読むと「天職」が見つかる(中越裕史)

ビデオ上映会 としよかん★プチキネマ

トムとジェリー6	上映日時 7月17日(日) 午後2時~
アイアンマン	上映日時 8月3日(水) 午前10時~
会場 図書館2階AVホール(入場無料)	

参加資格 戦没者の遺児が対象となります。参加者の持病などにより付添者が必要な方はご相談ください。(付添者は全て自己負担となります)
訪問時期 8月以降各地
参加費用 10万円(集合場所までの交通費、帰国時宿泊代、渡航手続き)

戦没者遺児による慰霊友好親善事業参加者募集

財団法人長野県遺族会事務局
 ☎026(228)0334

先の大戦で亡くなられた戦没者の遺児を対象として、旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善を深めることを目的に、慰霊友好親善事業が行われます。次のとおり参加者を募集します。

手数料などは自己負担となります)
実施地域 マリアナ諸島、トラック、パラオ諸島、東部ニューギニア、ポルネア・マレー半島、フィリピン、ソロモン諸島、ミャンマー、台湾、バシー海峡、中国ほか
 ※申込期限や日程など、詳しくはお問い合わせください。

放送大学で学びませんか 10月入学生募集

放送大学長野学習センター
 ☎0266(58)2332

放送大学は、テレビやラジオ、インターネットなどを利用して授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、教養を深めたいなど多様な目的で広い世代、

2016ドキドキハロウィンボランティア募集

中野市商店会連合会事務局
 ☎(22)2191

10月15日(土)に開催する秋の仮装イベントのボランティアを募集しています。会場飾り付けの企画や制作などへの参加のほか当日スタッフをしながらイベントを楽しみましょう。
対象 高校生以上の方
 ※詳しくはお問い合わせください。

第49回手紙作文コンクール作品募集

第49回手紙作文コンクール事務局
 ☎0120(5336)493

信州中野郵便局
 ☎(22)3070

日本郵便株式会社では、子どもたちが手紙に親しむとともに、文章表現の魅力を伝えることを目的に手紙作文コンクールを実施しています。
部門 はがき作文部門(小・中・高校生)、絵手紙部門(幼児~高校生)
応募期限 9月23日(金)
 ※応募方法など詳しくは日本郵便(株)の公式ホームページをご覧ください。だくか、お近くの郵便局までお問い合わせください。



▲QRコード

▼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
☎(38)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

☎(26)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 ☎(22)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

☎(38)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。



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

夢

No.135



本で囲まれた部屋に住みたい!

あとう こゆき
阿藤 小雪さん 平野小学校 6年

私の夢は、自分の部屋をかべ一面本だにして、本で囲まれた部屋にすることです。

私は本が好きで、まんがも小説もたくさん読みます。図書館や本屋さんで、おもしろい本を見つけたのが得意です。そして、文字だけの本を読むのが好きです。さし絵とかがないとおもしろくないと思う人もいると思います。でも、私は文字だけの本を読んでみると、主人公や他のキャラクターが自分だけの想像で頭にかんできるので、すごく楽しいです。冒険やファンタジーの物語も好きです。冒険は、出来事にワクワクドキドキし、自分も行ってみたいなあとあります。ファンタジーはこんな世界があつたらいいなと考えてしまいます。

家にも、自分の本だながありますが、まだ半分も埋まっていないので、大人になるころには、全部うめて、かべ一面の本に囲まれます。それまでに、たくさん本を読みたいです。



中野市役所広報
facebook

編集後記

面積：112.18 km²
人口：43,637人（-18）
男：21,111人（-4）
女：22,526人（-14）
世帯数：15,731戸（+15）
【平成28年6月1日現在】
（ ）は前月比、平成22年国勢調査を基に推計

▼16日間の期間中、数えてみたら10日間も取材に通った2016信州なかのバラまつり。会場でシャッターを切っていると「バラがすごくきれいだね」「本当に来てよかった」という声がたくさん聞こえてきました。今回で23回目を迎えたバラまつりは、まさに「おらほの自慢」です。（中沢）
▼初めて運動会に写真を撮る目的で行きました。子どもたちの元気あふれる姿に良い写真が撮れそうな予感が湧いてくる一方、親御さんたちとのポジション争いに苦戦していました。次の運動会までに、ポジション取りをうまくできるように精進したいと思います。（大原）
▼水田に水が入り緑の深まる頃、手入れされた田畑や庭先の花々、月遅れの鯉のぼりが飾られる様子は決して田舎という形容ではなくて、唱歌「故郷」の地に息づく丁寧なくらしそのものです。両陛下が車窓からご覧になったこの景色を本当に誇らしく思いました。（北沢）