



こころの標語

問申 健康づくり課 (内線242)

F(22) 2295

M kento@city.nakano.nagano.jp

応募資格 市内在住・在学・在勤の人

応募期限 8月2日(木)必着

テーマ 命の大切さや自殺の防止を呼び掛けるもの

応募方法 健康づくり課に設置している応募用紙に標語、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、電子メール、ながの電子申請サービスのいずれかで提出してください。

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



北信保健衛生施設組合  
職員採用試験受験者

問申 北信保健衛生施設組合

☎(38) 5060

試験の種類 高校卒業程度

試験区分 一般(プラント運転・維持管理・事務)

受験資格 1987年4月2日から2001年4月1日までに生まれた人(住所要件あり)

受付期間 7月18日(水)～8月17日(金)

当日消印有効

試験期日 9月16日(日)

試験会場 豊田文化センター

※詳しくは、北信保健衛生施設組合のホームページをご覧ください。



市民水泳大会参加者

問申 中野市体育協会

☎(26) 3572

日時 8月26日(日) 午前9時開会式

会場 市民プール

参加資格 小学生以上(1人2種目まで出場可)

参加料 小学生300円、中学生500円、一般1000円(スポーツ傷害保険料を含む)

申込方法 8月3日(金)までに、市民体育館内にある中野市体育協会に参加料を添えて申し込みください。



市民霊園使用者

問申 環境課 (内線245)

募集数 2区画

使用料など 使用料50万円、管理料3千円(年額)

使用者の資格 市内に住所または本籍を有する人

申込期限 8月20日(月)

決定方法 8月28日(火)に市役所において申込者出席による抽選会を行います、候補者を決定します。

資源物の日曜回収・特別回収

7月22日(日) 午前10時～午後1時 資源物の日曜回収

場所 ツルヤ一本木店

回収品目 硬質プラスチック製品、段ボール、新聞紙、雑誌、びん、ペットボトル、食用油、古着

硬質プラスチック製品…ポリタンク、ごみ箱、植木鉢、バケツ、漬物樽などのプラスチック(PP、PE)素材だけのものに限りです。

食用油…家庭用植物性たぶら油で、液体状のものに限りです。

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りです。

8月12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13cm以下のもの。葉は落としてください。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です。

★回収できないと判断されたものは、お持ち帰りください。

★前夜・早朝など指定時間以外の持ち込みは禁止です。

★中野市以外からの持ち込みは固くお断りします。

問環境課 (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



日本土人形資料館  
Ⓢ木曜日  
☎ 26-0730

- 立ヶ花人形・西原久美江の世界 12月28日(金)まで
- 石山邦子コレクション 干支(戌)の土鈴展 2019年5月31日(金)まで

中野陣屋・県庁記念館  
Ⓢ火曜日  
☎ 23-2718

- 西部写游会 写真展 7月16日(月)まで
- 野球展 スーパースターの軌跡 7月9日(月)～8月19日(日)
- 豊画会展 7月26日(木)～8月6日(月)

リサイクルかわらばん

6月27日現在

無償で譲ります

電子オルガン/子ども用学習机/ゴムボート/車椅子/子ども用歩行器/ミニコンポ

無償で譲ってください

子ども用自転車(補助輪付き)/二段ベッド/農業用ポリタンク/鉄道玩具(希望商品有り)/大人用自転車

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。

問消費生活センター ☎(22)2201

防災行政無線

7月の定時放送



☎危機管理課（内線286）

正午の放送

♪肩たたき 中山晋平作曲。6歳で父を亡くし母の手で育てられた晋平。「母さん白髪がありますね」の歌詞とともに母への慈しみが込められた優しい旋律の曲です。

夕方放送<午後6時>

♪雨降りお月 中山晋平作曲。当初は1番のみでしたが、好評だったこともあり、2番が「雲の蔭」として発表されました。メロディーも1番と少し違っています。

※夕方の放送時間は、月により変わります。

ご寄付ありがとうございました

長野県労働金庫中野支店運営委員会 様  
現金 254,350円 市内公立保育園の備品購入のため

☎庶務課（内線399）

おわびと訂正 広報なかの6月号に掲載した内容に誤りがありました。おわびし、訂正します。

該当箇所	誤	正
21頁 最下段イラスト説明文	のんさん	のいさん



保険料免除制度と納付猶予制度  
をご存知ですか

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、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度」があります。保険料の免除などを受けないまま、未納の状態が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。

●納付免除・納付猶予 本人、配偶者および世帯主の所得や年齢に応じて免除や猶予が承認されます。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乘せ）であれば保険料の追納により満額に近づけることができます。

●免除申請の受付 2018年7月分から2019年6月分までの期間の免除申請は、7月から受け付けています。また、2年1カ月前の月分までさかのぼって免除申請をすることができます。

☎長野北年金事務所 ☎026(244)4100  
市民課（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

行政相談	①期日 7月10日(火) 時間 午前9時～11時 会場 豊田支所相談室 ②期日 8月10日(金) 時間 午前9時～11時 会場 市役所2階面談室	庶務課 (内線211)
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 (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(結婚相談は土・日も応じます) 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 予約制	期日 7月19日(木) 時間 午前10時～午後3時 会場 北信合同庁舎	北信地域振興局 ☎(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

編集後記

す っぱい食べ物が恋しい季節がやってきました。毎年、夏バテする私にとって、酸味は夏の唯一の食欲増加ポイント。酸っぱいモモ＝スモモに至っては、見ただけで口の中が潤います。暑いのは苦手ですが、果物に困らない中野市の夏は大好きです。(大原)

も しもの時の備え、できていますか？阪神・淡路大震災の折、人命救助の約6割は、地域の人たちの「共助」によるものだったそうです。地域の人たちと親しくなることも立派な「備え」。そう言い訳しながら、今日も飲みに行きます。(滝澤)

も う今日は見ないで寝よう。と思っても見てしまいます。4年に1度のサッカーの祭典「FIFAワールドカップ」。たくさんの方が一つになって盛り上げられるって楽しいですね。28日(土)の「ションションまつり」では皆さん一緒に盛り上がりましょう。(小林)