



子育て案内

☎健康づくり課 ☎(22) 2111(内線388)

教室など

育児教室

会場/中野保健センター

期日・時間	対象児・内容
9月9日(水) 午後1時15分 ～3時30分	8～10カ月児 赤ちゃんの歯の健康(歯科医師のお話)、離乳食の話、試食(保護者のみ)
8月7日(金) 9月10日(木) 午前10時～ 11時30分	4～6カ月児 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)

※3日前までに予約が必要です。



マタニティクラス

会場/中野保健センター

持ち物/筆記用具、母子健康手帳

期日・時間	対象児・内容
9月14日(月) 午前9時30分 ～11時30分	出産・子育てに関する制度とサービスの紹介、妊婦体操、沐浴について、お父さんの妊婦体験、個別相談

※3日前までに予約が必要です。

健診

乳幼児健康診査

受付時間/ (3歳児健診)

午後0時30分～1時

(3歳児健診以外)

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、おむつ、バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3カ月児健診	8月25日(火)	2020年4月生
7カ月児健診	8月26日(水)	2019年12月生
1歳6カ月児健診	8月28日(金)	2019年1月生
2歳児健診	8月24日(月)	2018年7月生
3歳児健診	8月27日(木)	2017年6月21日～7月26日生

予防接種

日程

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	受付時間
B C G	8月18日(火)	午後1時～1時30分
日本脳炎	8月7日(金) 9月4日(金) 9月8日(火) 9月16日(水)	午後0時45分～1時30分

※3日前までに予約が必要です。
※対象となる人には、個別通知しています。



なかの公園

中野市豊田赤坂農村公園(ドッグラン)

穴田 2322-1



熱中症に気を付けるワン☆



#小型犬用と中・大型犬用の2区画

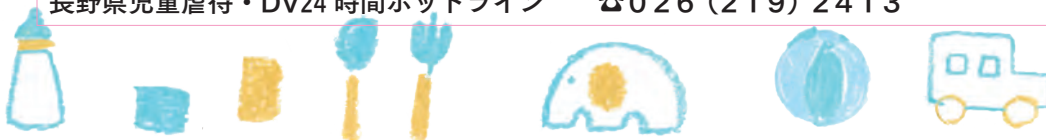
#元気いっぱいワンちゃん #ベンチでゆったり

保健師の子育て相談 期日 8月6日(木) 時間 午前10時～11時 会場 さくらんぼ ☎0269(22)6622

子ども電話相談 ☎0269(23)3191 午前8時30分～午後5時15分(土・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～翌日午前8時

長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026(219)2413





たんざくをお願い事
たーくさん
かいたよ

子育て支援センター 8・9月の行事予定

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)	9月16日(水) 午前10時～	歯科相談 歯に関する相談をお気軽にどうぞ
	9月16日(水) 午後2時～	ふたごの会 ふたごちゃんあつまれ!
中央子育て支援センター (りんごっこ)	8月27日(木) 午前10時～	就労相談 就労に関する相談をお気軽にどうぞ
	9月16日(水) 午前10時～	保健相談 計測、相談などお気軽にどうぞ
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	8月20日(木) 午前10時～	歯科相談 歯に関する相談をお気軽にどうぞ
	9月11日(金) 午前10時～	栄養相談 食に関する相談をお気軽にどうぞ



りんごっこ



▶お盆期間中の子育て支援センター運営について
8月13日(木)～15日(土)の期間、「さくらんぼ」と「うさぎっこ」は休館し、「りんごっこ」のみ開所します。ご予約は「りんごっこ」までお願いします。

▶開館時間

午前9時～正午 午後1時30分～4時

※ご利用を希望する場合は、事前にご予約ください。(当日可)

☆問い合わせ先☆

さくらんぼ ☎(22) 6622 ※FAX 兼
りんごっこ ☎(22) 2259 ※FAX 兼
うさぎっ子 ☎(38) 1638
FAX (38) 3114

♡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。



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、行事は今後中止・延期・内容変更となる場合があります。



市内在住の小学校就学前のお子さんを募集します。

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、8月20日(木)までにEメールまたは右記のQRコードリンク先からご応募ください。



庶務課 ☎(22) 2111 (内線212)
Eメール koho@city.nakano.nagano.jp



いわつき 快斗くん(1歳) とうま 柁磨くん(8カ月)
兄弟仲良くすくすく育ってね☆



ひがしもと 賢紀くん(2歳)
元気にいっぱい遊ぼうね



いげだ 梨帆ちゃん(1歳)
おしゃべり上手な末娘♡
絶賛ぼちゃぼちゃ成長中♪



あべ 百花ちゃん(11ヶ月)
わが家のアイドル!
もうすぐ1歳おめでとう



注目のできごとを写真でレポート

まちかど トピックス



7/18～
8/23

今年もこの季節がやってきた
**中野市民プール
オープン**

中野市民プールがオープンし、子供たちが元気に流水プールで泳ぐ姿や、スライダープールで思い切り滑る姿などが見られました。

今年も新型コロナウイルス対策のため、一度の入場可能者数の制限や、入場時に利用者が氏名を記載したり、スタッフが体温を測定したりする措置が取られています。営業は8月23日(日)までの予定です。



今年初めてプールに入りました。水は少し冷たかったけど、とっても楽しいです。期間中は来られるだけ来たいと思っています。

友達と遊びに来ていた
富井 玲葉奈さん・阿部 ひなのさん・武田 空乃さん



6/22~

疾病退散の願いを込めて
「アマビエ」土人形
絵付け体験が人気

まちなか交流の家では、疾病退散にご利益があるとされる妖怪「アマビエ」の土人形の素焼きを制作し、絵付け体験を受け付けています。アマビエの土人形には、特産品のえのきやブドウ、バラをモチーフにした飾りがあり、しらわれています。家族連れなどが、自分だけのオリジナルの土人形を楽しそうに絵付けしていました。（現在は予約制）



目とか細かいところがとても難しかったけど、自分の好きな色に塗れてとても楽しかったです。



絵付け体験に来た
ふるほやし りんだ
古林 快土 さん・輪大 さん

6/27

ギターの旋律に癒されて
陣屋ミニ演奏会

中野陣屋・県庁記念館において、ミニ演奏会が開催されました。新型コロナウイルス対策のため、間隔を広めに配置した座席にて、30人ほどの聴衆が集まり、市内在住のギタリスト山浦智幸さんやボーカリスト山浦未夢さんが奏でる音楽に耳を傾けていました。



7/10

地域の将来を考えるきっかけに
SDGs出前授業

中野平中学校の1・3年生を対象に、SDGs出前授業を行いました。これは、国際社会の共通目標である「SDGs」を理解してもらい、問題解決能力を育成するきっかけにと、市職員と地域おこし協力隊が講師となり開催したものです。授業は、SDGsの説明から始まり、ワークショップなどで積極的に話し合う様子が見られました。



「シャボン玉」作曲 中山晋平 / 作詞 野口雨情

暮らしの 情報掲示板

8・9月 イベントカレンダー

■ イベント ■ スポーツ ■ アート ■ その他
 会 会場 期 期間

開催中	■ 小林正佳漫画・イラスト展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 8月10日(月)まで ■ 東京オリンピック・パラリンピックアートポスター展 会 市役所2階ロビー 期 9月30日(水)まで Pick up イベント③ ■ 満点願う天神さま 会 日本土人形資料館 期 9月30日(水)まで ■ ねずみと大黒様 会 日本土人形資料館 期 12月28日(月)まで ■ 泰平を願い福呼ぶ土人形 西原久美江展 会 日本土人形資料館 期 2021年1月31日(日)まで ■ 石山邦子コレクション 十二支・祭り 会 日本土人形資料館 期 2021年5月31日(月)まで
	8/6 (木) ■ 非核平和啓発・戦争資料写真展 会 市役所2階多目的サロホール 期 8月14日(金)まで
	8/9 (日) ■ 西原久美江さん土人形絵付け教室 会 日本土人形資料館
	8/11 (火) ■ ミニジョブカフェ個別相談会 会 市民会館会議室 ※ 9月8日(火)も開催
	8/12 (水) ■ 西部写游会写真展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 8月24日(月)まで

8/20 (木) ■ ノルディックウォーキング Pick up イベント① 会 市役所周辺 ※ 9月30日までの毎週木曜日に開催
8/21 (金) ■ 家族介護者交流会 Pick up イベント④ 会 中央公民館
8/25 (火) ■ 下水道堆肥なかの「おすみちゃん」無料配布 会 中野浄化管理センター
8/26 (水) ■ 帯の瀬の日 会 農村環境改善センター帯の瀬ハイッ ※ 9月26日(土)も開催
8/29 (土) ■ 市民水泳大会 会 市民プール ■ 障がい者向けスポーツクラブ 会 市民体育館 ■ ノルディックダンス Pick up イベント② 会 多目的サッカー場

▼インターネットでイベントカレンダーをチェックできます。



公共施設の指定管理者を募集

問申 政策情報課(内線401)

市では、公の施設の管理に民間企業などの技術や知識を活用し、市民サービスの向上と経費の節減を目的に、指定管理者を募集します。

応募期限 9月3日(木)

施設名	所管課
一本木公園ほか2施設	都市計画課(内線270)
中野市宮野球場ほか15施設	文化スポーツ振興課(内線395)

※応募方法など詳しくは、施設所管課で配布している募集要項または市公式ホームページをご覧ください。



Pick up イベント



中野市スポーツ教室 ノルディックウォーキング

カレンダー①

問申 文化スポーツ振興課 ☎(22) 2111 (内線364)

▶初心者大歓迎。楽しく歩きましょう。定員30人になり次第締め切ります。



期日 8月20日から9月17日までの毎週木曜日 (全5回)

時間 午後7時～8時15分

会場 市役所周辺

対象 市内在住・在勤・在学の小学生以上 (小学生は保護者同伴)

参加料 500円 (ポール貸し出し無料)

申込期限 8月13日(木)



中野市スポーツ推進委員企画事業 ノルディックダンス

カレンダー②

問申 文化スポーツ振興課 ☎(22) 2111 (内線364)

▶ノルディックウォーキングのポールを使用して、音楽に合わせて行うエクササイズです。定員の50人になり次第締め切ります。



期日 8月29日(土)

時間 午後6時30分から

会場 多目的サッカー場

対象 市内在住・在勤の人とその関係者

※同伴のお子さん (3歳以上) は、市スポーツ推進委員とニュースポーツで遊びます。

参加料 無料 (ポール貸し出しも無料)

申込期限 8月21日(金)



東京オリンピック・パラリンピック アートポスター展

カレンダー③

問申 文化スポーツ振興課 ☎(22) 2111 (内線364)

期日 7月31日(金)～9月30日(水)

会場 市役所2階ロビー

内容 国際的に活躍するアーティストやデザイナーが作成したアートポスターを展示します。5作品を2週間ごとに展示替えして、全20作品を展示します。



心身のリフレッシュを 家族介護者交流会

カレンダー④

問申 高齢者支援課 ☎(22) 2111 (内線389)

期日 8月21日(金)

時間 午後1時30分～3時

会場 中央公民館

内容 本年度5回開催予定の1回目。今回は、専門職による講義「事例から学ぶ認知症の方への寄り添い方」を行います。

申込期限 8月20日(木)



お知らせ



特別定額給付金の申請はお済みですか

問申 新型コロナウイルス感染症生活支援対策室(内線481)

特別定額給付金申請書を5月中旬にお送りしています。申請がお済みでない人は、期限内に忘れずに申請してください。

給付対象者 2020年4月27日に、市の住民基本台帳に記録されていた人

給付額 給付対象者1人につき10万円

申請・受給権者 給付対象者の属する世帯の世帯主

申請期限 8月19日(水)

下水道堆肥なかの「おすみちゃん」無料配布

問 上下水道課(内線283)

期日 8月25日(火)～28日(金)

時間 午前10時～午後4時

会場 中野浄化管理センター

数量 1人20袋まで

※在庫はたくさんありますが、なくなり次第終了します。

非核平和啓発・戦争資料写真展

問 庶務課(内線211)

長崎・広島の原爆被害を中心とした戦争資料写真の展示を行います。

期間 8月6日(木)～14日(金)

会場 市役所2階多目的サロンホール

原爆死没者などの慰霊と平和祈念の黙とう

問 庶務課(内線211)

防災行政無線により1分間の黙とうを行います。皆さんの敬けんな黙とうをお願いします。

・8月6日(木) 午前8時15分

・8月9日(日) 午前11時2分

・8月15日(土) 正午

人権擁護委員が委嘱されました

問 長野地方事務局飯山支局

☎0269(62)2302

竹前美保さんが、引き続き法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。

担当地区 平野・高丘地区

任期 7月1日から3年間
人権擁護委員の職務 市民の皆さんに人権侵害があった場合に、その救済のための調査や情報収集を行い、法務局への報告や関係機関への告発・勧告を行います。

水稲共済に加入している農家の皆さんへ

問申 長野県農業共済組合北信支所
☎026(219)2892

水稲共済の被害届の受け付けを開始しました。自然災害や病虫害などにより減収が見込まれる場合は、申告してください。

申告期限 9月4日(金)

農地パトロールを実施します

問 農業委員会事務局(内線409)

農業委員会では、農地法の規定による農地の利用状況調査を、毎年8月上旬から9月上旬にかけて行っています。調査の際は、農地への立ち入りやお話を聞かせていただく場合があります。また、調査結果に基づく農地の利用意向調査にご協力をお願いいたします。

募集



砸珉展作品

募集作品 未発表で展示可能な絵画規格 50号までの額装したもの
応募資格 高校生以上の中高・飯水地区居住者および中野市出身者・在勤者・在学者(一人1点まで)
応募方法 10月18日(日)の午前10時から正午までの間に、一本木公園展示館にお持ちください。
出品料 千円(高校生は500円)



若者住宅入居者

問申 都市計画課(内線273)

現在空きがある住宅と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ます。

申込期限 8月19日(水)

選考方法 公開抽選で順位を決定

抽選日時 8月25日(火)午後1時

抽選会場 市役所4階会議室43

※申込方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



行政改革推進委員会委員

問申 政策情報課(内線401)

F(26)0349

M gkyosei@city.nakano.nagano.jp

募集人員 若干名

任期 10月30日から2年間

応募資格 市内に住所を有する18歳以上で平日昼間の会議に参加できる人

応募方法 応募用紙(任意様式可)に応募動機と「行政改革に求めること」を400字程度にまとめ、住所、氏名、性別、生年月日、連絡先を明記の上、持参いただくか、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで提出してください。

応募用紙配布場所 政策情報課、市公式ホームページ

応募期限 8月31日(月)



子ども・子育て会議委員

問申 子育て課(内線356)

F(22)5901

M kosodate@city.nakano.nagano.jp

募集人員 若干名

任期 委嘱の日から2年間

応募資格 市内に住所を有する子育てに携わる親

応募方法 応募用紙(任意様式可)に応募動機と「子育てについて思うこと」を400字程度にまとめ、住所、氏名、生年月日、職業、連絡先を明記の上、持参いただくか、郵送、ファクス、Eメールのいずれかで提出してください。

応募用紙配布場所 子育て課、子育て支援センター、放課後児童クラブ、市公式ホームページ

応募期限 8月31日(月)



北信広域連合職員

問申 北信広域連合 ☎(38)5050

申込期限 8月21日(金)

※試験区分や受験資格など詳しくは、北信広域連合ホームページをご覧ください。



航空学生など

問申 自衛隊長野地方協力本部 長野地域事務所

☎026(235)60026

募集区分 航空学生、防衛大学校学生など

※応募資格や申込期限、試験日など詳しくは、自衛隊長野地方協力本部ホームページをご覧ください。



ひとり親世帯臨時特別給付金

問申 子育て課(内線356)

給付対象者

- 2020年6月分の児童扶養手当の支給を受けている人
- 公的年金給付などを受けていることにより、2020年6月の児童扶養手当の支給を受けていない人
- 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を給している人と同じ水準となっている人

- 給付金額** 【基本給付】 1世帯5万円
第2子以降1人につき3万円
【追加給付】 1世帯5万円

①～③のいずれかに該当する人に「基本給付」を行います。
①、②のいずれかに該当する人のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が大きく減少している人には「追加給付」も行います。
給付には、申請が必要です。
※給付対象者①の人が基本給付を受ける場合についてのみ申請不要





市民霊園
一般区画聖地の使用者

問申 環境課(内線245)

募集数 15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

申込方法 所定の応募用紙により環境課に提出してください。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。

申込期限 8月31日(月)

決定方法 9月16日(水)に市役所で申込者出席による抽選会を行い、候補者を決定します。



女性のための就職支援
セミナー参加者

問申 北信州能力開発センター

☎(23)30005

対象 50歳未満の女性

研修期間 9月8日(火)～11月5日(木)

会場 中野地域職業訓練センター

教材費 4500円

定員 20人

申込期限 9月1日(火)

※詳しくは、北信州能力開発センターホームページをご覧ください。



男女共同参画セミナー
参加者

問申 人権・男女共同参画課

☎(26)2287

対象 市内に在住、在勤、在学の人
会場 市民会館41号会議室

定員 各回30人

参加費 無料

●第3回

期日 8月22日(出)

時間 午後1時30分～3時30分

テーマ 働くこととお金のこと

●第4回

期日 9月23日(水)

時間 午前10時～正午

テーマ マネープランから「やりたいことや働き方」を考える

※託児の利用を希望する場合は、1週間前までに予約が必要です。



甲種防火管理者
新規資格取得講習会

問申 中野消防署 ☎(22)3386

期日 9月17日(木)、18日(金)

会場 中央公民館3階講堂

定員 50人(定員になり次第、締め切ります)

受講料(テキスト代) 3700円

参加費 無料

※2日間の全講習を修了すると資格が認定されます。

資源物の日曜回収

8月23日(日) 午前10時～午後1時 会場 原信中野店

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、廃食用油、古着

【次月予定】9月27日(日) ホームプラザナフコ信州中野店

問申 環境課(内線245)

フードドライブ

※布マスクの回収も行います

9月1日(火) 午前9時～11時 会場 市役所玄関

回収品目 賞味期限が1カ月以上残っている未開封の食品(生鮮食品を除く)

問申 中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111

リサイクルかわらばん

市民の皆さんの不用品・必要品を掲載しています。



無償で譲ります

陶芸用窯／ガラス製食器／桃収穫用コンテナ／バイク用充電器／介護ベッド／プリンター用インクカートリッジ

無償で譲ってください

自転車／食卓・椅子

問申 消費生活センター ☎(22)2201

残さず食べよう! 30・10運動

【宴会たべきりキャンペーン】

重点取組期間 7～9月・12～1月

宴会では、たくさんのお料理が残ってしまいがちです。「もったいない」ですよね。食べ残しを減らすために、「最初の30分間と最後の10分間」は自分の席についてお料理を楽しみ、「たべきり」で気持ちのいい宴会にしませんか?

問申 環境課(内線245)

年金

国民年金保険料の一部免除が承認された人へ

国民年金保険料の免除申請をして、一部免除が承認された人は、残りの一部保険料を納める必要があります。

一部免除の承認通知が届いた後に、減額された納付書が届きますので、納付をしてください。

一部保険料を納付しない場合「未納」となり、老齢・障害・遺族基礎年金が受給できないこともありますので、ご注意ください。

なお、免除を受けた期間があると、将来の年金額は減額されますが、10年以内であれば、免除を受けた期間の追納が可能です。

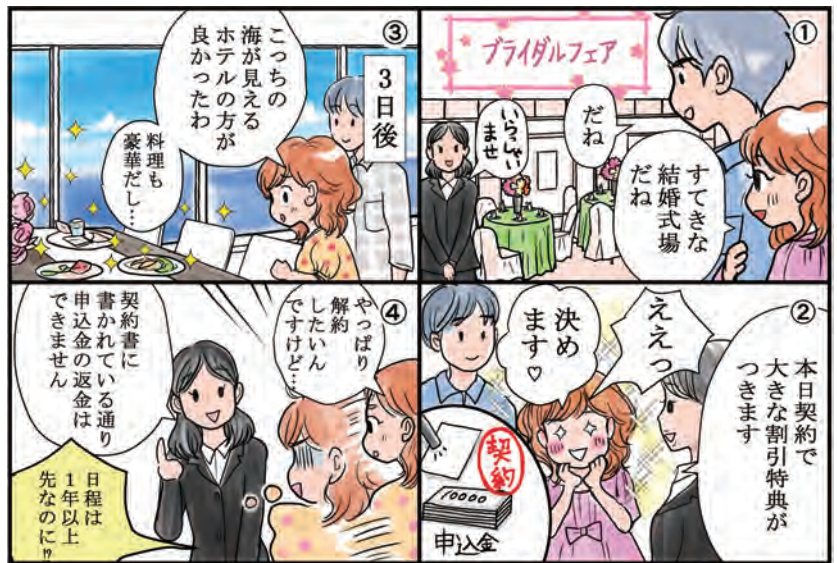


☎市民課(内線237)
長野北年金事務所 ☎026(244)4100
一般的な相談は「ねんきんダイヤル」
☎0570(05)1165
平日午前8時30分～午後5時15分

消費者トラブル事例 117

漫画：林 晴々

結婚式場サービスに関するトラブル



アドバイス 申込金を払う場合は、その支払い目的や、解約時に返金されるものなのかを確認しておくことが重要です。解約を申し出た時期に応じて、キャンセル料として別途請求されることもあります。トラブルを避けるためにも、キャンセル料がいつの時点でどのくらいかかるのか事業者者に説明を求め、契約書の内容もしっかり確認しましょう。

☎中野市消費生活センター(平日) ☎(22)2201
消費者ホットライン(土・日・祝日) ☎188

行政相談	①期日 8月11日(火) 時間 午前9時～11時 会場 市役所2階面談室 ②期日 9月10日(木) 時間 午前9時～11時 会場 豊田支所相談室	庶務課 (内線211)
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9時～午後5時 会場 市役所福祉課厚生保護係	福祉課 ☎(23)4810
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	
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	
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) ※8月は3日(月)のみ行います。 時間 午後1時30分～3時30分 会場 福祉ふれあいセンター	
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 奇数月第3木曜日 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

長 年地元に住んでいますが、先日、初めてチョウゲンボウを間近で見ることができました。これは市役所近くで巣立ちに失敗して落ちてきたヒナを一時的に保護していたもので、父鳥が心配そうに見守るなか、危なっかしくも懸命に飛び立っていく若鳥の姿が感動的でした。(滝澤)

元 気な笑顔が見られる「わが家のアイドル」のコーナー。子育て支援センターに撮影に行った際、カメラを持った謎の男性職員に戸惑い、子どもたちは無表情に。しかし、先生方にカメラ後方で試行錯誤していただき、笑顔が撮影できています。先生方いつもありがとうございます。(松野)

坊 ちゃん刈りから丸刈りにして、白球を追いかけた日々は遠い昔になりました。現代、コロナ禍で夏の甲子園は中止になりましたが、夏季高等学校野球長野県大会が開催されています。球場に入ることはできませんが、ネット中継で応援しています。(小林)



今月の伝言板

中央公民館

講演会「信濃の伝説」

～中野の「黒姫物語」と松谷みよ子の「龍の子太郎」～

期日 9月3日(木)

時間 午後2時～3時30分

内容 近代文学研究者 堀井正子先生に、信濃の伝説のお話をさせていただきます。

定員 80人 (市内在住・在勤)



青木律子のプリ・マテ講座

期日 9月3日(木)

時間 午後7時～9時

内容 プリザーブドフラワーで
素敵な壁飾りを作ります。

定員 20人 (市内在住・在勤)

材料費 2,500円



脳トレ&健康体操講座

期日 8月21日から10月2日まで
毎週金曜日(9月4日は除く)

時間 午後2時～3時30分

内容 簡単な脳トレと適度な運動を
します。

定員 15人 (市内在住・在勤)

令和2年度中野市成人式 再延期のお知らせ

新型コロナウイルスの感染リスクを回避し、安心・安全な成人式を行うため、9月21日に延期した令和2年度中野市成人式を次の通り再延期します。

期日：令和3年5月2日(日) ※詳細は3月にご案内します。

文化なかの

公民館報

No.185

(通巻 No.716)

ふるさととの歴史

中野氏はどこに氏寺を建てたのか(前編)



▲中野氏の氏寺と推測される高梨氏館跡。氏寺とは一族の霊をまつる寺のこと。

平安時代から戦国時代の中頃までの約670年間、今から約520年前まで、中野(現大字西条と中野)を本拠地として勢力を拡大した中野氏は、しだいに政治・経済上でも発展していった。

なかでも中野能成は、建仁3年(1203年)鎌倉の源氏二代将軍に仕えたが、失敗して領地を取り上げられたのち、その領地を取り返した事件が起こった。中野氏の次の惣領である忠能は、文永元年(1264年)、女の子「袈裟御前」に西条と志久見郷(現栄村の一部)を譲った。この御前は市川重房の後妻に入り、同9年にその領地を重房の先妻の子盛房に譲ってしまった。このため中野氏は領地を大きく減らして、次第に衰退の道をたどった。

この後の中野氏の動向につ

いて、2019年2月、宮内庁書陵部の文書研究官、櫻井彦氏が研究誌「日本歴史」に、「信州中野氏所領相続の再検討」という題で論文を発表した。この中で櫻井氏は、「中野氏は一族を束ねる惣領に氏寺を管理させて、氏が衰退するのを防ぐだけでなく、中野一族の領地を減らさないように守らせることを目指した」と結論されている。

では、中野氏は領地のどこに氏寺を建てたのだろうか。櫻井氏の論文ではこの点について言及されていないが、筆者は、高梨氏館跡に他ならないと推測する。

次回ではこの点について筆者の見解を紹介したい。

岩戸 貞彦

県北信シニア大郷土史講師
「高井」元常任委員
中央公民館ふるさと歴史探訪講座講師

北部公民館

ヨガ&瞑想

期日 8月28日、9月25日、10月30日
(各回金曜日)
時間 午前10時～11時30分
内容 ヨガで体を動かしながら
瞑想に入ります。
定員 8人



はじめてのつまみ細工

期日 9月11日、25日、
10月9日(毎回金曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 和布を使って、つまみ細工の
アクセサリを作ります。
定員 16人
材料費 600円程度(1回につき)
申込 9月4日(金)まで



親子体験教室「あるある探検隊」

第3回 稲刈りとフルーツかき氷体験

期日 9月下旬
時間 午後1時～3時30分
内容 稲刈りをした後、地元のフルーツ
をのせて、かき氷を作ります。
対象 小学生親子20組
参加費 300円(年間保険料)
申込 9月11日(金)まで



やさしい薬膳 ～秋編～

期日 9月12日(土)
時間 午前10時～午後0時30分
内容 薬膳の基本を学びながら、実際に
調理してみます。
定員 12人
材料費 800円
申込 9月4日(金)まで



豊田公民館

サイズアップ野菜づくり ～今から間に合う秋まき編～

期日 8月19日(水)
時間 午後1時30分～3時
内容 一回り大きく、もっとおいしく、一歩
上に行く秋冬野菜を作しましょう。
定員 30人



英語であそぼ

期日 9月2日、30日、11月4日、
12月2日(毎回水曜日)
時間 午前10時30分～11時30分
内容 英語で簡単な歌を歌い、親子で楽し
くスキンシップしましょう。
対象 0歳から就園前までのお子さんと
保護者15組



※受講には申し込みが必要です。
右記の各公民館連絡先までご連
絡ください。



▲公民館
ホームページ

西部公民館

生きがいつくり講座 楽しんでみませんか ～花の物語～

期日 9月16日、10月14日、11月4日、
12月9日(毎回水曜日)
時間 9、10月 午後1時30分～3時
11、12月 午後7時～9時
内容 9月 寄せ植え、
10、11月 スワッグ(壁掛け)、
12月 BOXフラワー
お花との語らいを楽しみましょう。
定員 15人
材料費 各回2,000円



～西部公民館でもやります～ サイズアップ野菜づくり

期日 9月4日(金)
時間 午後1時30分～3時
内容 野菜を大きく育てる「コツ」
を伝授します。
定員 30人



■中央 ☎ (22) 2691 ■北部 ☎ (26) 0677
■西部 ☎ (23) 1024 ■豊田 ☎ (38) 2922

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。

▶ 図書館ホ
ムページ



まちの植物のせかい

著／鈴木純
雷鳥社

駐車場や空き地、公園
やただの道ばた。まちの
あらゆる場所で愛らしく
たくましい姿をみせてい
る植物たち。植物観察家
による植物観察の拠所を紹介。



1万人超を救ったメンタル
産業医の職場の「しんどい」
がスーッと消え去る大全
著／井上智介
大和出版

全ての人に「大ざっぱ
(rough)」に、「笑って
(laugh)」人生を楽しんでもらいたいと思
う「ラフドクター」が、「自分の心」の守り
方を教えてくれる。

飛族(村田喜代子)／カケラ(湊かなえ)／黄
金夜界(橋本治)／「広辞苑」をよむ(今野
真二)／宇治抹茶問屋4代目が教えるお抹
茶のすべて(桑原秀樹)／ようこそ「料理が
苦痛」な人の料理教室へ(本多理恵子)／手
話通訳者になろう(木村晴美)／プライバ
シーマークやるべきこと、気をつけること
(ISO総合研究所)／キミのお金はどこに消
えるのか 令和サバイバル編(井上純一)／
ロヒンギャ問題とは何か(日下部尚徳)／光
に向かって這っていけ(サーロ節子)／VR
が変えるこれからの仕事図鑑(赤津慧)

ビデオ上映会 としよかん プチ★キネマ

おまえうまそうだな

上映日時 8月16日(日) 午後2時～

獄門島

上映日時 9月2日(水) 午前10時～

会場 図書館2階AVホール(入場無料)

図書館 おしらせ掲示板

申問 市立図書館 ☎(26)5841

開館時間

平日(月曜日休館)

午前9時～午後7時

土・日・祝日

午前9時～午後5時

月次蔵書整理による休館のお知らせ

期日 8月28日(金)、9月25日(金)

※例年9月に行っている年次蔵書点検によ
る休館(10日間程度)は、今年はありません。

夏休み 怖い話のおはなし会



期日 8月12日(水)

時間

①午後3時30分から(小学2年生以下向け)
ちよっこわいおはなし会

②午後4時から(小学3年生以上向け)
そこそこわいおはなし会

定員 各回30人(当日先着順)

0～3歳のおはなし会

図書館職員による読み聞かせ会。読
む絵本は毎回4冊程度です。

期日 毎週木曜日(8月6日、13日、
20日、27日、9月3日)

時間 午前11時から

博物館だより

問 申 市立博物館 ☎ 0269 (22) 2005
Fax0269 (38) 1290



休館日：火曜日

開館時間：午前9時～午後5時



博物館前に素敵なテラスができました。ぜひお立ち寄りください。

キッズアカデミー

縄文時代の糸でブレスレット

日時：9月6日(日) 午前10時～正午

内容：古代から糸の材料として栽培されてきた「からむし」でブレスレットをつくります。

定員：10人(要予約)

対象：小・中学生

参加費：100円



明治期の洋画

高橋 由一作「第十一代山田荘左衛門顕善像」

絵画史上、特別な位置を占める高橋由一の作品2点を見比べ、日本の近代化と地域のつながりにも思いを巡らせてみませんか。

公開期間

8月31日(月)まで

※8月11日(火)は開館



特別公開中



▲ロビーに展示してある収蔵資料は迫力満点

博物館の学芸員を 紹介します。 Vol.1

不定期連載

はしもと たくや
橋本 拓也

4月から学芸員として博物館に勤めています。主に美術史や民俗学の担当です。菊池 契月や高橋 由一の作品など全国に誇る美術作品に接することができて非常にうれしく思います。

現在、民俗分野の展示替えや、8月9日(日)開催の「サマースペシャル Museum」にて「妖怪」にまつわる話をするための準備をしています。ぜひお来ください。

博物館の展示作品などのことで聞きたい点があれば、お気軽にお問合せください。



▲開催する展示の準備

プラネタリウム投影情報

	午前11時～	午後1時～	午後3時～
土・日・祝 30分間投影	名探偵コナン 星影の魔術師	リーフ サンゴ礁を旅して	名探偵コナン 星影の魔術師

各回定員 20人

★8月は16日(日)まで毎日投影!

※要予約(電話またはFaxでお申し込みください)
※入館時にマスクの着用、手指消毒をお願いします。
※予約などの詳細は博物館ホームページをご覧ください。



夢

No.181

体操選手になりたい！

延徳小学校 6年

柴本 心来 さん



私の将来の夢は、体操選手になることです。幼稚園のころ体操を始めました。ですが、学校に上がる前に引越したこともあり、一回体操をやめました。でも引越先体操クラブがありました。しかも以前に習っていた体操の先生が指導をしていました。私は、そこで「もう一度体操をやりたい」と思いました。ですが、幼稚園でやっていた体操とちがい、とても難しいし、あまり技もできませんでした。でも友達と協力して、くり返し練習をして、技ができたときは、とてもうれしかったです。だから今でも続けることができていると思います。そしてなによりすごく楽しいです。

私は、今でも「やっていてよかった」と思う時がたくさんあります。今の将来の夢を大切にこれからもたくさんの技に挑戦していきたいです。また、みんなにも体操の楽しさを伝えていきたいです。これからもがんばります。



広報クイズ

問題

チョウゲンボウが主に餌としている、農作物に被害を与えるネズミは、〇〇ネズミ。〇〇に入る言葉は？

先月号の問題：バラを愛する正義のヒーロー！倍増戦士ロゼがオススメするバラの名前は？

答え：希望

応募方法

クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名をご記入の上、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書いて、はがきかEメールでご応募ください。

Eメール koho@city.nakano.nagano.jp

締め切り 8月28日(金) 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。

<input type="checkbox"/>	383-8614	(住所記載不要)
住所・氏名・年齢	中野市庶務課	
電話番号・世帯主	秘書広報係	
	行	

—今月のプレゼント—

中野市立博物館オリジナル

マグネット付きクリップ2個セット (3名様) ※種類は選べません。



市立博物館からメッセージ

市立博物館では、普段は入れない夜の博物館に入ることができる「サマー スペシャル Museum」を8月9日(日)に開催するほか、プラネタリウムを8月16日(日)まで毎日投影します。ほかにもいろいろなイベントを開催していますので、ぜひお越しください。

