

注目のごきごき写真レポート

# まちかど トピックス



2



3



1



4/7

## 新たな歴史を刻む 豊田小学校開校式・入学式



4

豊田小学校と永田小学校が統合して誕生した豊田小学校の開校式がかれ、児童104人と教職員、来賓が開校を祝いました。

式典では、芳原慶子校長が「豊田というふるさとへの誇りと愛着を持つて、未来を自ら切り拓く力を育みたい」とあいさつ。また、校歌の作詞者、長野県立大学・金田一真澄学長は「中野市の豊かな自然を誇りに、世界に羽ばたいてほしい」と、思いを語っていました。

その後開かれた入学式では、26人の新1年生が元気に入学し、会場は温かい拍手に包まれました。



5



6

1 教育長から学校長へ、新校の校旗が手渡されました 23 作詞した金田一さんの前で、2年～6年生が新しい校歌を合唱 4 「何が入っているかな？」配られた教材に興味津津の新1年生 56 初めての学校に、緊張した面持ちの新1年生

「新しい校舎で、楽しい学校生活を送ってほしいですね」  
(父・将翔さん)  
「鉄棒を頑張っていっぱいやりたい！」(志希くん)



長男の志希くんが入学  
岡村さんご家族

3/31  
・4/1

2年ぶり、待ちに待った開催  
**中野ひな市**



北信州の春の訪れを感じさせる風物詩、中野ひな市が開催され、「中野土びな展示即売市」や「大灯籠びな行進」などのイベントが行われました。  
例年大行列ができる展示即売市は、感染症対策のため事前抽選により実施。密を避け、じっくりと人形を選ぶ愛好家の姿が見られました。



神奈川県から来ました。  
ひな市には何度も来ています。  
とてもおめでたい、いい作品に出会えました！

一番を引き当て  
「鯛乗り恵比寿」を購入  
濱村強さん



3/28

スポーツシーズン到来！

### 小中学生ロードレース大会

旧長丘小学校周辺を会場とし、第1回中野市小中学生ロードレース大会を行いました。

この大会は、小中学生の基礎体力と競技力の向上を目的に開催されたもので、小学1年生から中学3年生まで148人の子供たちが市内外から参加し、春の中野市を全力で駆け抜けました。



3/20  
~4/1

### 中野陣屋・県庁記念館特別展 三澤忠展

中野市若宮出身で、日展名誉会員の洋画家、三澤忠さんの特別展が開催され、3月27日には三澤さん本人によるギャラリートークが開催されました。

特別展では北信濃の雪景色などを描いた油彩画26点のほか、優しい色合いの水彩画やスケッチ画、普段使用されている画材などが展示され、多くのお客さんが鑑賞に訪れました。





# 暮らしていくの 情報掲示板

## 5・6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	<b>特別展 笑顔福らむえびす大黒様</b> 会 日本土人形資料館 期 10月31日(日)まで <b>うしと天神様</b> 会 日本土人形資料館 期 12月28日(火)まで <b>絵手紙サークル つぶやき展</b> 会 中野陣屋・県庁記念館 期 5月17日(月)まで
	5/20 (木) <b>ノルディックウォーキング</b> 会 市役所周辺 ※ 5月27日(木)、6月3日(木)も開催
	5/22 (土) <b>障がい者向けスポーツクラブ</b> 会 市民体育館 <span style="background-color: #f96; padding: 2px;">Pick up イベント①</span>

5/23 (日)	<b>麻衣コンサート with リトルキャロル</b> 会 市民会館ホール
5/27 (木)	<b>帯の瀬の日</b> ※ 6月26日(土)も開催 会 農村環境改善センター帯の瀬ハイッ
5/29 (土)	<b>2021 信州なかのバラまつり</b> 会 一本木公園 <span style="background-color: #f96; padding: 2px;">Pick up イベント②</span> <b>十三崖チョウゲンボウ探鳥会</b> 会 十三崖一帯 <span style="background-color: #f96; padding: 2px;">Pick up イベント③</span>
5/30 (日)	<b>グリーンコンサート</b> 会 中山晋平記念館 <span style="background-color: #f96; padding: 2px;">Pick up イベント④</span>

▼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。



## イベント中止情報

斑尾ふるさと祭り

問 地域振興課 ☎ (38) 3111

### 資源物の日曜回収

5月23日(日) 午前10時～午後1時 会場 カインズ中野店

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】6月27日(日) ナフコ信州中野店

問 環境課 (内線245)

### フードライブ

6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 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

掛布団/マットレス/椅子/照明器具(蛍光灯)/中野立志館高校制服(男子用Lサイズ)/ベビーベッド/多機能プリンター/ポータブルトイレ

無償で譲ってください

自転車(大人用)/レコード(LP・SP)/ソリ

問 中野市消費生活センター ☎ (22) 2201

# Pick up イベント



## みんなで楽しもう！ 障がい者向けスポーツクラブ

カレンダー①

問申 サンスポートながの ☎026(295)3442

▶講師を招き、フロアホッケー、サッカー、フットサルなどのレクリエーションを行います。



期日 5月22日(土)、6月5日(土)、7月10日(土)、  
8月28日(土)、11月6日(土)、12月25日(土)

時間 午後1時～3時

会場 市民体育館（コミュニティスポーツセンターで開催する場合があります）

参加料 無料

※申し込みなど詳しくは、お問い合わせください。



## 3000本のバラがお出迎え 信州なかのバラまつり

カレンダー②

問 都市計画課 ☎(22)2111(内線270)

▶イベント情報は、随時一本木公園バラの会ホームページでお知らせしていきます。



期間 5月29日(土)～6月13日(日)

会場 一本木公園

駐車場料金（開催協力金）

普通車 1,000円／1台

※開催期間中はマスクの着用にご協力ください。

また、園内での食事、食べ歩き、飲酒はご遠慮ください。



## 国の天然記念物を見てみよう！ 十三崖チョウゲンボウ探鳥会

カレンダー③

問申 生涯学習課 ☎(22)2111(内線424)

期日 5月29日(土)

時間 午前9時15分～11時（小雨決行）

場所 十三崖一帯（夜間瀬川南側河川敷）

講師 十三崖チョウゲンボウ応援団 会員

参加料 無料

参加方法 当日参加

（事前予約などは不要です）



## フルーツとピアノの共演 グリーンコンサート

カレンダー④

問 中山晋平記念館 ☎(22)7050

日時 5月30日(日) 午後2時～3時30分

会場 中山晋平記念館

定員 30人

募集期間 5月10日(月)～5月29日(土)

内容 早川育さん（フルーツ）と瀧澤ヒトミさん（ピアノ）によるコンサート

入館料 無料



# お知らせ



**スポーツ専任コーチ  
講習会等実施事業補助金**  
問申 文化スポーツ振興課(内線364)

**対象事業** 国内または国際的に実績のあるスポーツ専任コーチによる講習会または実技指導を実施する事業  
**対象者** 市内に在住、在勤または在学する10人以上の者で構成するスポーツ団体  
**対象経費** スポーツ専任コーチに対する謝礼、旅費  
**補助金額** 補助対象経費の内2分の1以内(限度額30万円)  
**申請期限** 6月30日(水)  
※申請方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP



**社会教育委員会  
新聞を発行しました**

問 生涯学習課(内線423)

「ひきこもりとなり、社会参加できなくなる前の段階で、社会参加委員としてかかわれること」をテーマとした研究調査を、新聞にしました。新聞は市公式ホームページで公開しています。



市公式HP



**支所の宿日直業務を  
本庁舎へ集約します**

問 庶務課(内線213)

豊田支所の宿日直業務を5月31日で廃止します。休日、夜間に各種届け出をする場合や問い合わせについては、本庁舎宿日直室で対応します。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP



**ブロック塀等の安全  
点検が受けられます**

問申 都市計画課(内線358)

市では、所有者などから申し込みのあった対象となるブロック塀などを、専門家により無料で安全点検します。  
**対象** 次の項目全てに該当するもの  
・現在、市内に存在するもの  
・道路に面しているもの  
・コンクリートブロック造またはレンガ造や石造など組積造と呼ばれる構造の塀であること  
※申請方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP



**国民健康保険の  
税率が変わりました**

問 市民課(内線296)

改定後の税率(2021年度)

区分	医療保険分	後期支援分	介護保険分
所得割	6.90%	2.50%	2.20%
資産割	14.90%	7.30%	4.50%
均等割	22,000円	7,800円	9,400円
平等割	18,100円	6,500円	5,500円
課税限度額	630,000円	190,000円	170,000円

軽減区分	世帯主と加入者の所得割合計
7割	43万円+10万円×(給与所得者数の数-1)以下の世帯
5割	43万円+28.5万円×被保険者数+10万円×(給与所得者数の数-1)以下の世帯
2割	43万円+52万円×被保険者数+10万円×(給与所得者数の数-1)以下の世帯



**住宅防災・衛生機能  
向上事業補助金**

問申 都市計画課(内線358)

次のいずれかの工事と住宅改良工事を、施工業者に発注して行う場合、補助金を交付します。  
①火災警報器設置工事  
②下水道接続工事  
③耐震改修工事(耐震補強に該当しない部分)  
※申請方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP



### 子育て世帯生活支援特別 給付金(ひとり親世帯分)

問申 子育て課(内線356)

低所得のひとり親世帯の方に給付金を支給します。

対象 次のいずれかの要件に該当する方

- ① 2021年4月分の児童扶養手当の支給を受けている方(申請不要)
- ② 公的年金給付等を受けていることにより、2021年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない方
- ③ 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準になっている方

※申請方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



### 新婚世帯への補助金 対象が拡大しました

問申 子育て課(内線356)

対象世帯 次の全ての要件に該当する世帯

- ① 2021年1月1日から22年2月28日までの間に婚姻届を提出した夫婦
- ② 対象となる住居が市内にあり、申請時に夫婦の双方または一方の住所が当該住居の住所であること

- ③ 夫婦ともに、婚姻日における年齢が39歳以下かつ、世帯の所得が400万円未満

※奨学金を返還している世帯は、奨学金の年間返済額を夫婦の所得から控除します

補助の対象 2021年1月1日から22年2月28日までに支払った次の費用

- 新居の住居費
- ⑦ 新居の購入費
- ⑧ 新居の家賃、敷金・礼金、共益費、仲介手数料
- 新居への引越費用
- ⑨ 引越業者や運送業者に支払った引越費用

補助金額 対象の⑦⑨を合わせて1世帯あたり上限30万円

申請期限 2022年3月7日(月)



### 高校の再編・整備計画の 住民説明会

問 長野県教育委員会事務局

高校教育課 高校再編推進室  
☎026(235)7452

県立高校の再編・整備計画【二次(案)】などについて、旧第2通学区における住民説明会を行います。  
会場 中央公民館講堂

- 開催日 ①5月15日(土)、②③5月27日(休)
- 時間 ①午後2時～3時30分  
②午後3時～4時30分  
③午後6時～7時30分

定員 各100名(事前申込制。Eメール、ファクス、ながの電子申請でお申し込み)

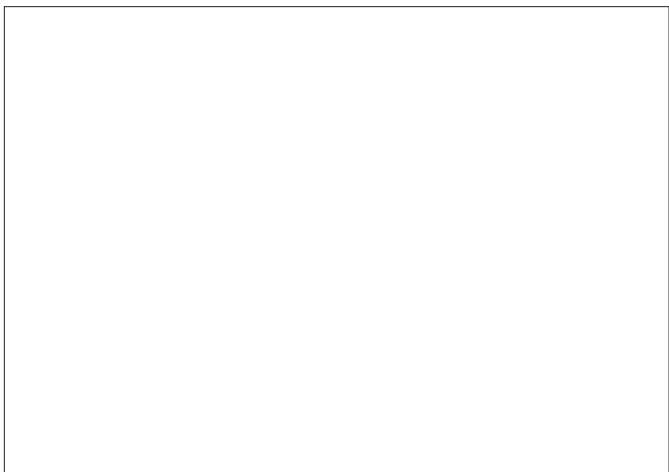
※申込方法など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



### 令和3年経済センサス 活動調査を実施します

問 政策情報課(内線217)

6月1日(火)を調査日として全国一斉に調査が行われます。5年ごとに実施される国の重要な調査で、わが国における産業構造を包括的に明らかにすることを目的としています。調査票は5月下旬に配布が始まり、回答はオンラインまたは調査員への提出のいずれかとなります。パソコン、スマートフォンから24時間提出可能なオンライン回答が便利です。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



作業名		単位	金額	付記	
水田作業	田植え	1時間	890円		
	一般作業	1時間	870円		
	動力 耕耘 作業	耕起	10a	8,830円	あぜこし料 圃場1枚当たり300円
		代かき(一度)	10a	10,030円	
		代かき(二度)荒代	10a	7,350円	
		代かき(二度)植代	10a	7,710円	
	農機具	田植機*	10a	8,060円	植付けのみ
		バインダー*	10a	11,040円	結束ひも付
		ハーベスター*	10a	11,290円	ハゼカケもの基準
		自脱コンバイン*	10a	20,850円	
畑作業	動力耕耘作業*	10a	6,760円		
	一般作業	1時間	870円	アスパラガスほか	
果樹作業	剪定	1時間	1,570円		
	摘花・摘果	1時間	870円		
	袋掛け	1時間	870円		
	一般作業	1時間	870円		
	SS防除作業*		10a 成木1回	4,270円	薬剤・補助者別途
	バック ホー	15PS以上*	1時間	5,900円	運搬料別途
15PS未満*		1時間	5,270円	運搬料別途	
肥料散布作業(マニアスプレッター)		10a	1,170円	本機貸し出し	
			3,350円	運転者・燃料付	
菌茸作業		1時間	870円		

問 農業委員会事務局(内線408)

2021年度  
農作業標準労賃・  
機械作業標準料金

J A中野市・J Aながの豊田支所・中野市農業委員会において、農作業標準労賃および機械作業標準料金を決定しました。作業料金は、圃場条件、作業条件を考慮して増減できます。領収書は必ず発行してください。

○労賃には消費税はかかりません。

※は、運転者・燃料が含まれています

## 募集



### 全戸配布物のポスティング導入へのご意見

問 庶務課(内線211)

F (26) 0349

M shomu@city.nakano.nagano.jp

公表場所 庶務課、市公式ホームページ

公表期間 5月1日(土)〜31日(月)

意見の提出期限 5月31日(月)

意見の提出方法 任意の様式に住所、氏名、電話番号を明記の上、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。

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP

### 学校給食センター 運営委員の募集

問 北部学校給食センター

(内線8020)

学校給食センターの運営に関する事項を審議するため、公募により委員を募集します。

募集人数 3名以内

募集期限 5月28日(金)

### 応募資格

- ①市内に住所を有する18歳以上の方
- ②平日の昼間に開催する会議に出席できる方

任期 2021年8月1日から2年間

応募方法 「学校給食に求めること」を400字程度にまとめ、応募用紙に必要事項を明記の上、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。



市公式HP

## ご寄付ありがとうございました

問 庶務課(内線399)

信州子ども食堂ネットワーク  
代表 傳田 清 様  
お菓子 30箱  
児童センターのおやつとして

信州中野商工会議所青年部  
会長 市川 竜之介 様  
本 35冊  
子供たちの学習のため

# 年金

## 20歳になったら国民年金

国民年金は20歳から60歳までの人が加入し、保険料を納める制度です。老齢年金のほかに、障害年金（けがや病気で障がいが残ったとき）、遺族年金（亡くなったとき）があり、あなたと家族の生活をサポートします。

日本年金機構では国民年金制度の内容やメリット、保険料の納付方法や免除の手続きなどをわかりやすく動画でご案内しています。ぜひ下記QRコードから動画をご覧ください。



機構HP

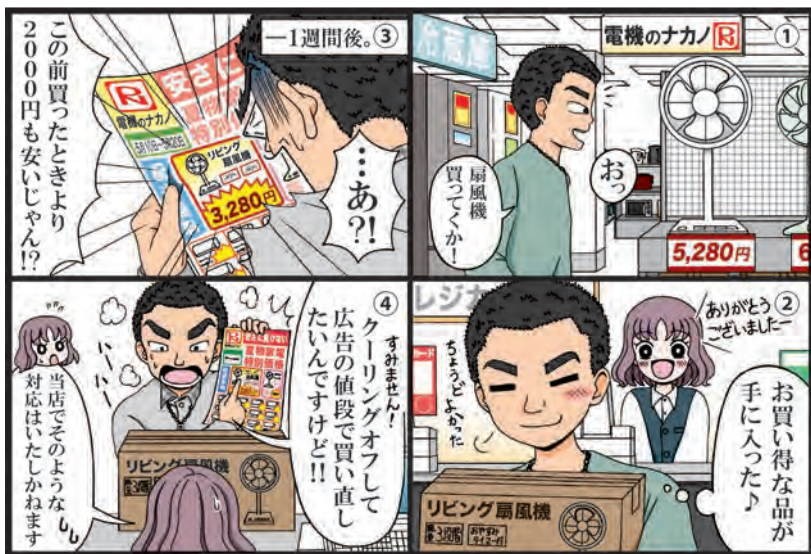


**問** 市民課（内線237）  
長野北年金事務所 ☎026(244)4100  
一般的な相談は「ねんきんダイヤル」  
☎0570(05)1165  
平日午前8時30分～午後5時15分

## 消費者トラブル事例 126

漫画：のい

### クーリング・オフ制度を知ろう！



**アドバイス** 店舗で購入した商品については、クーリング・オフをすることは出来ません。クーリング・オフ制度は、訪問販売や電話勧誘など、事業者からの不意打ち的な勧誘により契約した場合などに、一定の期間内であれば無条件で申し込みの撤回や契約の解除ができる制度です。クーリング・オフ可能な取引の対象は法律で決められています。

**問** 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 5月10日(月) 時間 午前9時～11時 会場 豊田支所相談室 ②期日 6月10日(木) 時間 午前9時～11時 会場 市役所2階面談室	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・祝も応じます) 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(祝日をのぞく) 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) ※5月の第1週は6日(木)に行います。 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(祝日を除く) 時間 午前9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

## 歩

数計測機能のついた時計を付けて生活していますが、記録を見てみると1日5～6千歩。思ったより歩いていないんだなと感じました。今回の特集で、歩数と予防できる可能性のある病気を知ることができたので、日常生活で「歩く」ことをより意識したいと思います。(松野)

## き

美しい新緑が見られる季節。ホームセンターにも観葉植物がたくさん並んでいますが、ステイホームで需要が伸びているそうです。私も昨年からちょっとずつ買っていますが、今年は株分けや板付けなどちょっと高度な(?)作業に挑戦したいと思っています。(滝澤)

## 方

文記の美しさに感動し文学への憧れを感じたものの、文章を書く事への苦手意識が消えなかった学生時代。そんな私ですが4月より広報担当となりました。かつての憧れにわずかでも近づけるよう、精一杯努力をさせていただきますのでよろしくお願い致します。(成田)



# 心をひらく

問 中野市人権センター  
豊田人権センター  
☎02669(26)2287  
☎02669(38)3522

## 一人一人の人権が尊重される社会のために

「人権」とは、人間が人間らしく生きるために、生まれながらにして持っている権利で、私たちが幸せに生きるために大切なものです。人権センターは、市民の福祉の向上、人権教育・交流の拠点として、さまざまな事業を通して、一人一人の人権が尊重される、差別のない明るい社会の実現を目指しています。

## 人権センターの主な事業

### ○相談事業

人権に関する相談を相談内容に応じ、問題解決に向けて

一緒に考えていきます。

### ○啓発および広報活動事業

各区分館人権教育懇談会、高齢者や保育園等保護者、人権センター利用者を対象とした人権教育研修会の開催、人権センターまつり（中野）や人権のつどい（豊田）の開催、人権啓発広報「心をひらく」や人権啓発資料の発行など、教育・啓発に関する事業を推進します。

また、人権問題に関する資料や図書・DVDなどの貸し出しをします。

### ○地域交流事業

健康教室や各種講座などを通して、さまざまな人と交流し、仲間作りを支援します。

## 人権教育懇談会にご参加ください

人権センターでは、市内各区または分館単位での人権教育懇談会を開催します。懇談会は、身近な事例を題材に、人権への理解を深めることを大切にしています。30分程度の人権啓発DVDを活用したり、講師・助言者のお話を聴いたりして「人権」について考え、懇談します。差別のない、あたたかな思いやりの心と、お互いが支えあう共生の社会を実現するため、皆さまのご協力をお願いします。

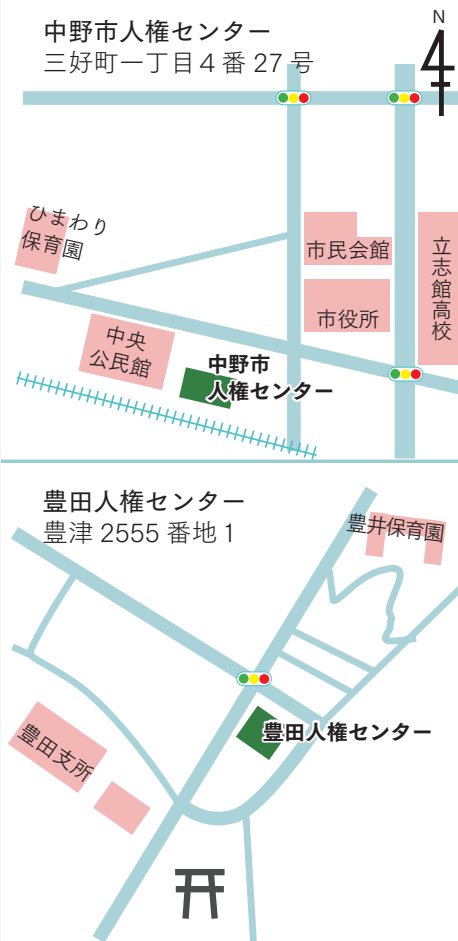
### 【人権に関する相談窓口】

- ◆中野市人権センター 人権相談専用電話 **0269-26-2287**〔直通電話〕  
(平日 午前8時30分～午後5時15分)
- ◆みんなの人権110番(法務省) **0570-003-110**  
(平日 午前8時30分～午後5時15分)
- ◆子どもの人権110番(法務省) **0120-007-110**  
(平日 午前8時30分～午後5時15分)
- ◆外国人のための人権相談(法務省) **0570-090-911**  
(平日 午前9時～午後5時)
- ◆長野県人権啓発センター 人権相談専用電話 **026-274-3232**  
(火曜日～日曜日 午前8時30分～午後5時)
- ◆新型コロナ誹謗中傷等被害相談窓口(長野県) **026-235-7100**  
(平日 午前8時30分～午後5時15分) ※実際に被害を受けられた方専用
- ◆新型コロナウイルス対策ダイヤル(長野県弁護士会) **026-232-2104**  
(平日 午前9時～午後5時)

### ◆特設人権相談所を開設します

日々の暮らしの中でお困りのことや悩みごと(差別、虐待、いじめなど)がありましたら、ご相談ください。

期日 6月2日(水) 時間 午前9時～正午 会場 中野市人権センター  
相談員 人権擁護委員 ※相談は無料で、秘密は厳守されます。



# 2021 年度

## 地域交流事業・各種講座のご案内

対象：中野市内に在住・在勤の方  
 申込方法：電話またはご来館の上、申し込みください。定員になり次第、締め切りとなります。

会場	教室名	期間	時間	参加費	必要なもの	講師	内容（定員）
中野市人権センター	笹団子作り教室	5/28(金) 6/17(木)	午後1時30分～4時	材料費 600円	エプロン、三角巾、持ち帰り用タッパー	町田たつ江	ヨモギがたくさん入った笹団子を作りましょう。各回、内容は同じになります。(各回定員6人)
	初心者折り紙教室	6月～10月の 毎月第2木曜日 8月は第1木曜日 (全5回)	午後1時30分～3時30分	無料	折り紙(無地)、ボンド、カッターナイフ、はさみ、ものさし、ピンセット(先端が細く内側が平らなもの)	同上	初心者コースです。折り紙の基礎から学べます。(定員10人)
	いきいき健康体操教室 (概ね60歳以上の方対象)	6月～7月の 毎週火曜日 (全9回)	午前10時～11時	無料	ヨガマット(バスタオルも可)、小タオル、飲料水、上履き	黒岩あずさ	家庭にあるものを使ってできる簡単な運動を紹介します。無理をしない程度に体を動かしましょう。(定員10人)
	クラフトテープで四つたたみの小物入れを作ろう	6/24(木)、 7/2(金)、8(木)、 14(水)、21(水) (全5回)	午前10時～正午	材料費 600円 (初回のみ)	はさみ、材料持ち帰り用袋	遠山綾子	クラフトテープでコースターと小物入れを作ります。(定員10人)
	折り紙教室	11月～ 2022年3月の 毎月第2水曜日 (全5回)	午後1時30分～3時30分	無料	折り紙(無地)、ボンド、カッターナイフ、はさみ、ものさし、ピンセット(先端が細く内側が平らなもの)	町田たつ江	折り紙の楽しさが再発見できます。リハビリや脳のトレーニングにもなります。(定員10人)
豊田人権センター	生け花教室	6月～11月 第2火曜日 (全6回)	午後1時～3時	材料費 1,200円/ 1回 (花代)	花器、剣山、はさみ	小畑ひろ子	お花を生けて、心豊かに過ごしませんか。随時参加可能です。(8月は、お盆のお花を生けます)(定員15人)
	絵手紙教室	6月～11月 第3木曜日 (全6回)	午後1時30分～3時30分	ハガキ 紙代 実費	自分の描きたい素材、絵の具、筆、墨汁(お持ちでない人は、初回お貸しします)	尾島健太郎	自分の描きたい素材で絵手紙を作りましょう。初めての人もお気軽にご参加ください。(定員15人)
	折り紙教室	6月～ 2022年1月 第1水曜日 ※11月と1月は 第3水曜日 (全8回)	午後1時30分～3時30分	無料	折り紙(無地)、ボンド、カッターナイフ、はさみ、ものさし、ピンセット(先端が細く内側が平らなもの)	村田千恵	折り紙で指先を動かし脳を活性化させて、楽しみながら作品を作りませんか。(定員15人)
	ソーイング教室	8/30～10/18 毎週月曜日 ※9/20(月)と10/11(月)はお休み (全6回)	午後1時30分～3時30分	材料費 実費	布、ものさし、裁縫道具、アイロン	竹内初枝	タンスで眠っている古布を使い、誰でも簡単に作れる洋服を作りましょう。(定員15人)
	健康体操教室	10/12～11/16 毎週火曜日 (全6回)	午前10時～11時	無料	ヨガマット(バスタオルも可)、小タオル、飲料水、上履き	黒岩あずさ	筋肉をほぐしながら、簡単な体操で無理なく少しずつ、体を動かしましょう。(定員15人)

### 新型コロナウイルス感染症に関する偏見や差別を防止するための規定が設けられました

(新型インフルエンザ等対策特別措置法等を一部改正する法律 令和3年2月13日施行)

気づこう、  
変えよう、  
そのひとつ。

**STOP! コロナ差別**

新型コロナウイルス感染症に関する様々な差別的な取扱いが報告されています。偏見や差別は決して許されません。

= 事例 =

- 感染したことを理由に解雇される
- 回復しているのに出社を拒否される
- 勤務先等で感染者が出たことを理由に、子供の保育園等の利用を拒否される
- 感染者が発生した学校の学生やその家族が来店を拒否される
- 感染者個人の名前や行動を特定し、SNS等で公表・非難する など

# 文化なまの

祝ご成人おめでとうございます

公民館報  
No.194  
(通巻 No.726)



今私たちは雨の中を歩いています。  
コロナ禍を乗り越えて戻ってくるのは少し前までの日常なのかもしれませんが、きっと明るい未来が先で待っています。前を向いていきましょう。

「虹を見たければ、ちょっとやそっとの雨は我慢しなくちゃ。」 - ドリー・パートナー

令和3年度中野市成人式実行委員  
坂本 朗仁さん(中野地区)

ふるさとに集い、久しぶりに友人たちと再会し、新成人としての決意を胸に未来へ一歩踏み出す機会となる大切な成人式。  
今年5月2日と4日に、令和2年度および3年度中野市成人式を開催する予定でしたが、新型コロナウイルスの感染拡大により、本年5月の開催は中止となってしまいました。  
そこで、成人式を楽しみにされていた新成人の皆さんへ、成人式の開催に向け中心となって準備を進めてきた成人式実行委員からのメッセージをお届けします。

あたりまえだと思っていた成人式。  
思い通りにいかないことが多い毎日で、成人式も例外ではありませんでした。晴れて日常が落ち着いたとき、誰ひとり欠けることなく、みんなで「成人式が中止になったこと」を笑って話せるように、今できることをがんばりましょう！

令和2年度中野市成人式実行委員  
佐藤 花歩さん(豊田地区)



## 今月の伝言板

### 中央公民館

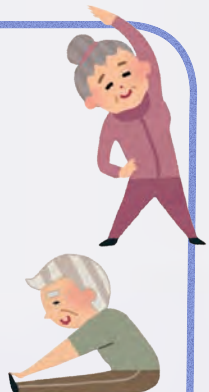
#### ふるさと歴史探訪

期日 6月9日(水)、16日(水)、23日(水)  
時間 午前10時～11時30分  
内容 地域に残る文化財などを見て歩き、歴史的背景を学びます  
定員 20人(市内在住・在勤)  
申し込み 5月10日(月)から



#### 脳トレ&健康体操講座

期間 6月23日～7月28日  
(全6回 毎週水曜日)  
時間 午後2時～3時30分  
内容 簡単で楽しい脳トレと、健康体操を行います  
定員 30人(市内在住・在勤)  
申し込み 5月17日(月)から



#### はじめての色鉛筆画教室

期間 6月5日～7月3日(全5回 毎週土曜日)  
時間 午前9時～正午  
内容 色鉛筆を使ってリアルな静物画を描きましょう  
定員 成人12人(市内在住・在勤)受講したことのない方優先  
受講料 600円  
申し込み 5月10日(月)から



- 受講には申し込みが必要です。各公民館までご連絡ください。
- ご来館の際はマスクを着用してください。

## 北部公民館

### 大人のギター教室 ～美しき青春の音色～



**期日** 初回6月7日(月) (全5回)  
**時間** 午後1時30分～3時  
**内容** おうちで眠っているギター、もう一度弾いてみませんか。  
初心者歓迎です。  
**定員** 10人(市内在住・在勤)  
**申し込み** 5月12日(水)から

### 初夏の和菓子を楽しむ



**期日** 6月11日(金)  
**時間** 午前9時30分～正午  
**内容** 旬のイチゴと生あんを使って、いちご大福と椿もちを作ります  
**定員** 12人(市内在住・在勤)  
**材料費** 500円  
**申込期間** 5月12日(水)～  
6月4日(金)

## 豊田公民館



### ふるさとの森を歩こう ～現地講座 斑尾山麓自然探訪～

**期日** 5月26日(水)  
**時間** 午前8時30分～正午  
**集合** 豊田文化センター 午前8時30分  
まだらおの湯 午前9時  
**内容** 自然観察をしながら斑尾高原ふるさとの森を歩きます。(概ね整備されたトレイルですが、アップダウンあり。軽登山の服装、靴、雨具が適しています)  
**定員** 15人(市内在住・在勤)  
**申し込み** 5月12日(水)～21日(金)

### 音楽で脳がイキイキ!



**期日** 6月10日(木)  
**時間** 午後2時～3時30分  
**内容** 音楽療法を取り入れた脳の体操です。楽しく歌って、笑って、長生きしましょう。  
**定員** 20人(65歳以上の方)  
**申し込み** 5月12日(水)から

## 西部公民館

### エンジョイ♪アロマで手づくり ～アロマが薫るリースを作ろう!～



**期日** 6月16日(水)  
**時間** 午後7時～9時30分  
**内容** お花のリースと、自分好みのルームフレグランスを作ります。  
**定員** 16人  
**材料費** 1,300円

### リラックスヨーガ 第1期

**期日** 6月14日、21日、28日  
7月5日、12日  
(全5回 毎月曜日)  
**時間** 午後1時30分～3時  
**内容** 季節の変わり目、ヨーガで身体をほぐしましょう  
**定員** 20人



### ゆかた着付け教室

**期日** 6月3日、10日、17日  
(全3回 毎回木曜日)  
**時間** 午後7時～8時30分  
**内容** 夏のお出かけ、お祭りに浴衣を着て女子力アップしてみませんか  
**定員** 15人  
**持ち物** 浴衣一式



公民館HP



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

## 新型コロナウイルスに関する情報

新型コロナウイルス感染症対策のため、除菌器とセルフ貸し出し機を導入しています。ご利用ください。

## 0~3歳のおはなし会 & えほんの時間

### ●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 5月13日、20日、27日  
(毎週木曜日)

時間 午前11時から

### ●えほんの時間

絵本の選び方や紹介など。  
交流の場としてもご活用ください。

期日 6月4日(金)

時間 午前11時~11時30分



# 図書館だより

Nakano City Library Information



開館時間 (休館: 月曜日)

●平日 午前9時~午後7時

●土・日・祝日 午前9時~午後5時

問申 市立図書館 ☎ (26) 5841

市立図書館



## こどものとしょかんまつり

子どもの読書週間にあわせて、いろいろなイベントを開催します。

実施日時 5月8日(土)、9日(日)  
午前9時~午後5時

### ☆おはなし会—スペシャル—

8日「おはなし会」、「語り」

9日「おはなし会」、「ウクレレライブ」

両日のイベント終了後、「図書館花の会」から花苗をプレゼント。

### ☆あおぞらおはなし会 (8日)

### ☆こどものふるほんいち (両日)

### ☆ミニ工作 (両日)

※ほかにも楽しいイベントがあります。  
※各イベントの開催時間など詳しくは  
図書館のホームページをご覧ください。

## ビデオ上映会

### としょかんプチ☆キネマ

#### 小さな世界はワンダーランド

上映日時 5月16日(日) 午後2時~

#### 100回泣くこと

上映日時 6月2日(水) 午前10時~

会場 図書館2階 AV ホール(入場無料)

## 今日の新书推荐



音読でたのしむ思い出の童謡・唱歌

著/齋藤孝  
KADOKAWA

童謡・唱歌は「歌詞を声に出して読む・歌う」ことにおいて「おとなの歌」でもある。令和に伝えたい、歌い継ぎたい歌が101曲。



雑談の一流、二流、三流

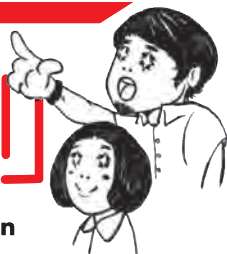
著/桐生稔  
明日香出版社

雑談にはプラスな感情を生み出す力がある! 適切な話題を見つけ、相手を飽きさせず好印象を与えるメソッド。

雪のなまえ(村山由佳)/空洞のなかみ(松重豊)/いわいごと(畠中恵)/おれたちの歌をうたえ(呉勝浩)/「山奥ニート」やっています。(石井あたら)/世の中と足並みがそろわない(ふかわりょう)/事件現場清掃人(高江洲敦)/がんと共存ちょっと癒される話(保坂隆)/スマホ脳(アンデシュ・ハンセン)/マトリ厚労省麻薬取締官(瀬戸晴海)/家族のトリセツ(黒川伊保子)/オードリー・タン自由への手紙(オードリー・タン)

# 博物館だより

Nakano Museum Information



休館日 火曜日

開館時間 午前9時～午後5時

観覧料  
常設展示室  
一般 300円 高校生以下 150円  
※未就学児、中野市内小中学生  
および70歳以上は無料

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

check /



歴史

春季企画展開催中！ 中野市の歴史を掘る ～下小田中遺跡の調査から～

観覧無料

春季企画展では、下小田中地区で見つかった古墳時代や平安時代の土器などおよそ40点を展示しています。今回、展示品を手にとって見ることができる「ハンズオン展示」を採用しています、この機会に1,000年以上前の人々と同じ感触を確かめてみてください。

会期 ～6月21日(月)

会場 博物館エントランス



## 平安時代の土器を見る

現代の小鉢に似た、およそ1,200年前の食器です。ろくろを使った大量生産のため、見た目は冴えないものですが、機能性に特化した合理的な形といえるでしょう。



## 細部に見える土器作りの痕跡

平安時代の食器の底部です。表面にはろくろを回して作ったことがわかる筋が残っています。また、ろくろから糸を使って切り離れたときにできる渦巻き状の痕跡も見えます。



観望会 皆既月食をみよう！

無料・予約不要

今年最大の満月（スーパームーン）の皆既月食が見られます。見通しの良い博物館の庭で観望しましょう！

日時 5月26日(水) 午後7時～9時  
(皆既の最大は午後8時19分頃)

講師 信州中野天文同好会の皆さん



Column

## 展示室を這う人

博物館に出かけて、展示品を見るのは楽しいものです。ときには研究のヒントも見つかります。とは言え、ケースの中に展示された品をじっくり見るのは、案外大変なもの。照明や配置によって、見たいところに限ってよく見えないこともあります。懐中電灯で照らしたり、単眼鏡を使ったり、ときには床に這いつくばって見ることも。周囲の白い目も気になります。展示品に触れてもいい「ハンズオン展示」ならこんな苦労は必要ないのですが。

## ★ 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	・ポケット モンスター ～オーロラからの メッセージ～	・リーフ ～サンゴ礁を旅して～	・名探偵コナン ～星影の魔術師～
第2-4 水曜日	午前10時～	午後1時30分～	
投影日 5月12日 5月26日	・ナナとハチ ～ちぎゅうにおちてきた ネコのものがたり～	・太陽 ～私たちの母なる星～	各回、 季節ごとの 星空解説も あります。

Planetarium

## 「アフター7」ヒーリングプラネタリウム

5月12日(水) 午後7時～

音楽: YOASOBI

観覧料：一般 600円 高校生以下 300円 未就学児無料  
※中野市内在住の小中学生および70歳以上は無料



# 夢

## 日本代表になって ワールドカップに出場する

No.190

題字：竹内悠吾さん

僕の夢は、サッカーの日本代表選手になってワールドカップに出場することです。4歳の時にサッカーと出会い、5歳から本格的にサッカーチームに入りました。最初はサッカー選手になりたいとは思っていませんでした。ですが、サッカーの番組でリオネル・メッシ選手がプレーしているのを見て、「かっこいいな。」「あんな風になりたいな。」と思い、サッカー選手になりたいと思いました。僕はそれから、サッカーチームに入り、一生懸命に練習をしています。練習はお父さんや、チームのコーチに教えてもらっています。自主練習ではお父さんやコーチに教えてもらったことを参考にして練習しています。これからも一生懸命に練習をして、将来、日本代表選手になり、みんなに「かっこいいなあ。」と言われるようなサッカー選手になりたいです。そしてメッシ選手を超える選手になり、ワールドカップに出場して優勝したいです。



豊田小学校6年  
竹内 悠吾 さん

## 広報クイズ

### 問題

健康づくりへの取り組みのひとつで、毎日の歩数を実際の距離に換算し、県外の3都市までの距離を仮想して歩く「ウォーキング○○○○○の旅」。○に入る文字は？

先月号の問題：豊井小学校と永田小学校が統合され、新たに開校した小学校は○○小学校。○に入る文字は？

答え：豊田

### 応募方法

クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名、サインを希望する選手名（松井または赤羽）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ご応募ください。

〈ハガキの場合〉〒383-8614（住所記載不要）  
中野市庶務課 秘書広報係 宛

〈Eメールの場合〉 koho@city.nakano.nagano.jp 宛

〈インターネットの場合〉スマホからQRコードで簡単に応募できます。

締め切り 5月27日(木) 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。



## 今月のプレゼント

信濃グランセローズ  
レプリカユニホーム&キャップセット  
2名様



グッズを身に着けて  
応援をお願いします！



ユニホームには、昨季まで信濃に所属し、現在、東京ヤクルトスワローズ育成選手として活躍されている松井 聖選手、赤羽 由紘選手のサイン入り!!  
(1着につき1名のサイン入り)

- ユニホーム Mサイズ
- キャップ フリーサイズ

### プレゼント提供者

株式会社  
長野県民球団



BCリーグ2021シーズンが4月10日に開幕しました。今シーズンこそは2季連続逃したBCリーグチャンピオンフラッグを奪回し、日本一を目指して戦って参ります。6月13日(日)には中野市営野球場でのホームゲームを予定しています。熱いご声援をお願いします。



「広報なかの」では、広報クイズのプレゼントを提供していただけるお店を募集しています。詳しくは庶務課までご連絡ください。