

広報

2022(令和4年)

なかの

10

No.211



祝 BCCリーグ 制覇!!

信濃グランセローズ



特集

未来につなぐ「空き家」





問 信州中野おごっそフェア実行委員会 ☎(22)2191
(信州中野商工会議所)

市の「おごっそ」が一堂に集まる「信州中野おごっそフェア」が今年も開催されます。みんなで一緒に地域のおごっそを楽しみませんか？



日時 10月15日(土)・16日(日) 両日 午前10時～午後3時

会場 中野陣屋前広場公園(入場無料)

※会場前は歩行者天国になります

イベント概要

- ▶ 飲食、加工品、農産物ブースが多数出店
- ▶ 「信州中野おやきグランプリ」の開催
- ▶ ぼたんこしょうを使ったサイダー「ボタッシュ」の試飲、販売
- ▶ 簡単に作れちゃう「土びなペーパークラフト」
- ▶ 農産物収穫体験コーナー
- ▶ エノキ瓶タワーチャレンジ
- ▶ 倍增戦士ロゼ ヒーローショー



※掲載している行事や講座などは、中止・延期することがあります。

※掲載している人物の写真は撮影時のみマスクを外している場合があります。

人口の動き

人口:41,373人 (+13)
男:20,147人 (-5)
女:21,226人 (+18)
世帯数:15,926戸 (+32)

【2022年9月1日現在】

※2020年国勢調査を基に推計



10言語翻訳、読み上げ機能で
広報なかのをもっと身近に。

加タログ ポケット



ページ

03	特集 未来につなぐ「空き家」	
08	PayPayで最大25%戻ってくるキャンペーン / 新型コロナワクチン接種	
09	第18回 図書館まつり / 長野電鉄営業開始100周年記念イベント	
10	令和3年度 決算概要	
12	人事行政	
14	インフルエンザワクチン接種 / 保健だより	
15	わくわくWork / シニア情報	
16	子育て案内 / わが家のアイドル	
18	まちかどトピックス	
20	高齢者向けサービスのご案内	
21	暮らしの情報掲示板	
28	文化なかの	
30	図書館だより	
31	博物館だより	
32	キラリ★中野のチカラ / 今月のプレゼント	

※「信州なかの日和」はお休みです。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

中野市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

今月の表紙

中野市がホームタウンの信濃グランセローズが、BCリーグチャンピオンシップを制し、5年ぶり2度目のBCリーグチャンピオンになりました。18ページでもご紹介していますのでご覧ください。



※表紙および上記写真提供:信濃グランセローズ

未来につなぐ 「空き家」

年々増加する「空き家」。皆さんの身近にも空き家問題があるのではないのでしょうか？
今回の特集では、空き家の活用者、市の相談体制をご紹介します。空き家問題を「自分事」に捉えていただき、中野市の未来が良くなるには？を考えていきます。

登場人物

地域おこし協力隊
(空き家対策担当)



むらい しょうた
村井 照太

中野市の空き家相談員として日々勉強中。自宅の借家をDIYして空き家相談所を開設しましたので、ぜひお立ち寄りください。(詳細7ページ)

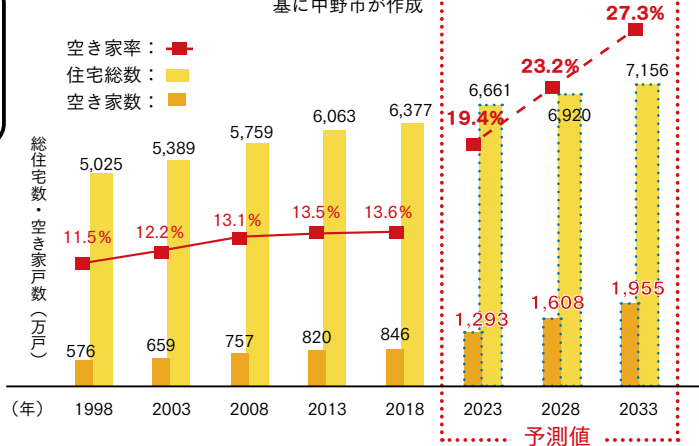
インタビューアー
(インターン生)



かさはら ちひろ
笠原 千妃呂 さん

信州大学経済学部3年生。地域で活動をする授業を受講し、村井隊員と知り合った。インターンシップで中野市役所の業務を体験中。

総住宅数・空き家数・空き家率の実績と予測
(全国) ※出典：野村総合研究所のデータ(2019年9月)を
基に中野市が作成



そもそも何で「空き家」が問題視されているのでしょうか？



それは、高齢化社会や核家族化により、10年後空き家が現在の**2倍**以上に増える推計が出ている危機感から生まれてます。



もちろん！中野市も空き家が増えてきています！



出典：総務省統計局「住宅・土地統計調査」(2018年)

空き家があること
のリスク！

空き家解消のヒントを求めて活用者の声をインタビューしていきます!!

いきます

ハチの巣ができる

獣の住処になる

草木が伸びて、周りに迷惑!

空き巣・犯罪拠点

倒壊して、人にあたるかも

ボロボロで売れなくなる

※DIYとは：《do-it-yourself》。素人が自分で何かを作ったり、修繕したりすること。日曜大工。

INTERVIEW @草間

新規就農 + 空き家改修で居住

2021年に中野市へ移住した藤森さん一家。新規就農を目指す中、この空き家に出会いました。市の補助金活用とDIYで「自然と暮らす生活」を実現させました。

01



東京で会社員をしていた藤森さん一家が移住して空き家の購入に至った経緯や中野市での生活について伺いました。

02



「もともとは自然豊かな場所に移住したいという気持ちがありました。」新規就農を目指すにあたり、果樹栽培に適した気候の中野市にご縁があったそうです。
空き家との出会いは「人づてに聞きました。人と人とのつながりがあるのは地方ならではの魅力の一つだと思います」と移住してから感じたことを話してくれました。



住まいに求める条件は人それぞれ
この家と暮らしが自分たちの価値観にあっている

藤森さん
Instagram



ふじもり よういちろう
藤森 陽一郎さん

ふじもり ゆい
藤森 由衣さん

03



リノベーションを前提に物件を探していましたが、コスト削減のために自分たちでできることはDIYしたそうです。「お家の改修工事を請け負う業者と『自分たちでDIYしたい箇所』を打ち合わせしながら改修を進めました。2人の娘を子育てしながら、DIY作業と農業を両立。合間作業で少しずつ進めました。」

「自分たちのライフスタイルに合わせて変化させていけることが空き家の魅力。形になった達成感が次のモチベーションになるし、次はどんな風に活用しようか考える時間も楽しいですよ。」と生活を楽しんでいました。

売りたい、貸したいをサポート

空き家バンク事業

このサービスは、長野県宅地建物取引業協会長野支部と連携し、「空き家を買いたい・貸したい人」とのマッチングを行い、空き家の市場流通の促進を目指しています。空き家所有者で空き家の処分に困っている方は一度ご相談ください。



行政サービス

02



移住者対象!! 改修の補助金

空き家活用等事業補助金

台所や浴室、便所、内装、屋根、外壁などの改修工事に要する経費の一部を補助します。



行政サービス

01



最大補助額

80万円 補助対象経費の
3分の2以内

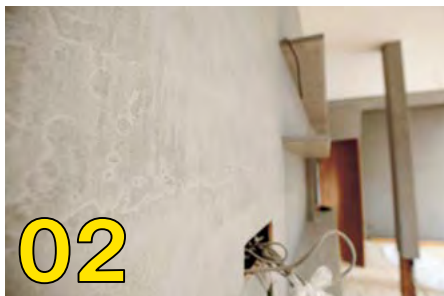
カフェを目指して FULLリノベーション

カフェ序章
Instagram



01

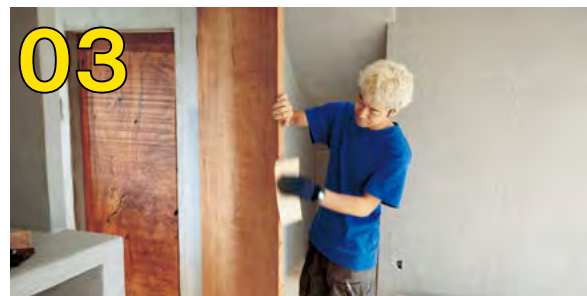
今年11月にオープン予定のカフェ『序章』。上田市出身で高校の同級生の二人が空き家を一からリノベーションしています。「自分でやってみる」を大事にこの空き家のDIYを始めてから3年目。市のDIY材料費補助金も活用して、コツコツとオープンへ近づけています。完成したら、カフェではあるけど、イベント開催やギャラリーなどの面白いことにチャレンジする場所にしたいそうです。



02



電気工事、左官作業、大工工事など、プロに習って、自分たちでも作業を行っているそうです。こだわりの左官塗材モルテックスの模様をきれいにさせるよう毎日DIYに取り組む様子はもはや職人。この空き家の元所有者も大工さんらしく、間取りも面白かったです。



03



「自分でやってみる」を大事にしたい
ここを「序章」に面白いことをしていきたい

たかの なおゆき
高野 直之さん

かきめま ゆうた
柿沼 裕太さん

「長野県でお店ができる家を探していたところ不動産業者の紹介でこの空き家と出会いました。タイミングと希望価格が一致したので購入を決断しました。もともとは京都などの県外を転々としていましたが、長野県で店を出したいという思いでここに腰を据えました。」

最初は工事をプロに頼むことも考えましたが、結局自分で作業することが多くなり、DIYの範囲がどんどん広がっていったそうです。知り合いの大工さんに技術を教わったり、SNS投稿でDIYについて投稿したり、動画を配信したりなど作業を楽しんでいるお二人。「自分でやる→試行錯誤→人に聞く→イメージどおりにできる」ということが人脈を広げ、達成感を生むと話してくれました。

売れない…その空き家売ります！

100均空き家マッチング事業

「解体するしかない」「売れない」という空き家を100円、100万円で購入希望者とマッチングする事業です。あきらめているその空き家、一度ご相談ください。

詳細はこちら



行政サービス

04



中野ウサ吉

空き家でお店！を支援します

民間事業者対象型 空き家活用補助金

行政サービス

03

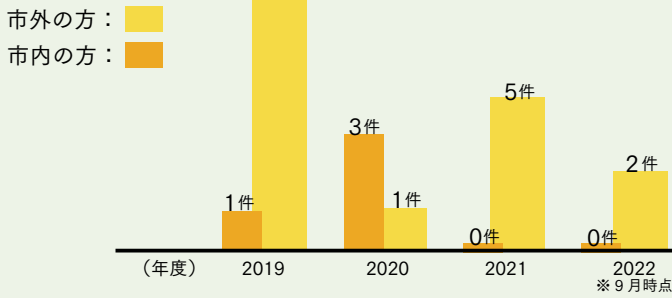


補助金詳細



①改修費、②解体費、③DIY材料費の一部を補助します。「空き家をリノベーションしてお店にしたい」、「コミュニティスペースにしたい」という方はご相談ください。

中野市空き家バンクの移住者成約
(購入・賃貸) 件数



そうだね！
ライフスタイルや住居への
価値観が空き家とマッチした方が
購入まで至りますね。

空き家活用者は市外からの移
住者が多いみたいですね！



つまり、

まずは相談してみよう！

ピョーン

左ページ
で紹介！

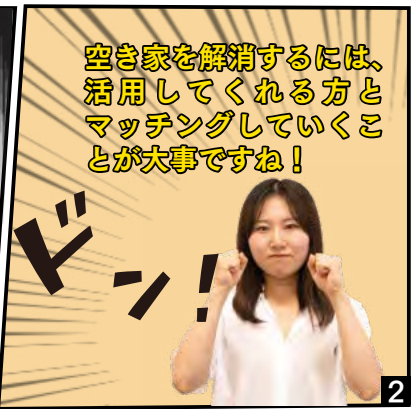
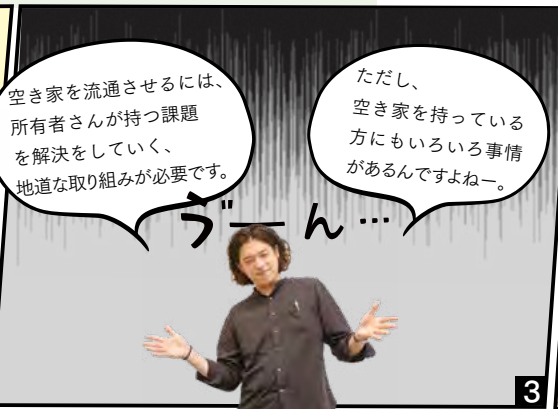
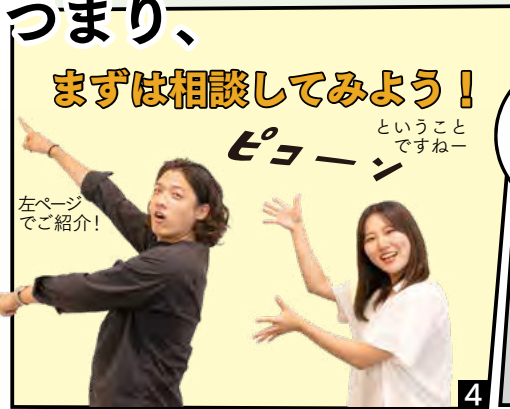
空き家を流通させるには、
所有者さんが持つ課題
を解決していく、
地道な取り組みが必要です。

ただし、
空き家を持っている
方にもいろいろ事情
があるんですねー。

うーん...

空き家を解消するには、
活用してくれる方と
マッチングしていくこ
とが大事ですね！

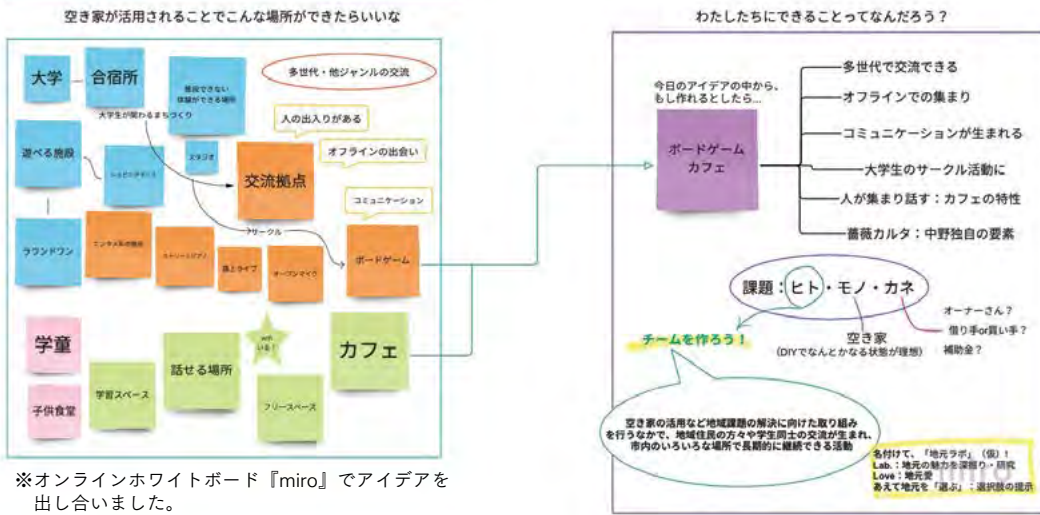
ドン!



若者が
考える
まちづくり

わかもの
WAKAMONO
空き家サミットの
活動紹介

10年後の将来を担うであろう、若い世代（学生）が
空き家活用や地域での活動を考える機会として開催中。
「中野のチカラ応援事業補助金事業」に採択され、現在
は中野市中央にある空き家を使ったイベント企画など
を考案中。



◀ 8月21日に行った第1回空き家サミットでは、
中野市出身の学生や活動
に興味のある大学生が集
まり意見を交わしました。
実際に「自分たちに
できることはなにか？」
などの具体的なアイデア
を出し合い、実行するた
めのグループ「NAKANO
地元 Lab」を立ち上げま
した。



◀ NAKANO 地元 Lab では、
一緒に活動してくれる学
生メンバーを募集してい
ます。

Lab.事務局
ご興味ある学生
は左記 QR コードのメ
ールアドレスにご連絡
ください。



◀ 現在、イベ
ント開催を目指し
て空き家の一部
を鋭意 DIY 中！

空き家相談事例

空き家によって事情もさまざま。法律なども調べて、相談にのっています。



01 相談者：空き家所有者

親が住んでいた家が空き家になりました。とにかく何かから始めていかもわかりません。

Aさん



村井：まずは状況を整理して「何をしないとイケないか」を一緒に考えましょう！

02 相談者：空き家所有者

空き家を売りたいのですが、知り合いの業者がなく、どうしたらよいでしょうか？

Bさん



村井：空き家バンク事業で、空き家の販売、賃貸をお手伝いしています。詳しくは4ページをご覧ください。

03 相談者：空き家の近隣の方

隣の空き家の敷地から草木が侵入してきて困ります。でも、所有者と連絡が取れなくて…。

Cさん



村井：こちらで所有者をお調べできます。連絡し、指導を行いたいと思います。

04 相談者：空き家の近隣の方

家の近くの空き家が倒壊しそう…。市で何か対処していただけないでしょうか？

Dさん



村井：危険な空き家を「特定空家」とし法的処置を行います。情報提供ありがとうございます。

近隣トラブルの解決は少しお時間をいただきます。



条件どおりの物件はすぐには見つからないケースが多いですが、めぐり合わせを信じて探しましょう。



05 相談者：空き家活用希望者

中古物件を借りるか、購入してお店を開きたいと思っています。よい物件ありますか？

Eさん



村井：いくつかご紹介しますが、条件に見合うものがなければ、出てきたところでご案内します。

06 相談者：空き家活用希望者

とにかく安い空き家を購入したいです。ただ、街なかがいいなー。と思っています。

Fさん



村井：安い物件にはそれなりの訳があります。事前に詳細を確認して内覧に進みましょう。

空き家相談所のご案内 ※相談無料

場所：岩船 452-3

☎ 080 (6408) 6031

メール：nakanocity.akiya@gmail.com

営業日：水～日曜日・祝日

時間：午前9時～午後5時30分

空き家相談会のご案内 ※相談無料

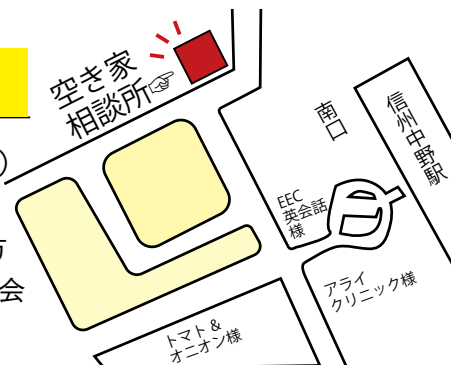
日時：11月12日(土) 午前10時～午後3時(予約制)

場所：中野市空き家相談所(岩船452-3)

対象：北信、須高地域に空き家を所有されている方

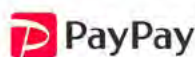
申込：☎026(228)2130(長野県宅地建物取引業協会長野支部)にご連絡ください

内容：宅建協会会員と個別相談を行います



▲相談所は中野立志館高校とDIYで改築しました。お気軽にお立ち寄りください。

PayPay を利用して支払うと



がんばろう
中野市!

最大 25% 戻ってくる

開催期間

11月1日(火)

11月30日(水)

問申 商工観光課 ☎(22)2111 (内線272)

付与上限 1,000 ポイント / 回 5,000 ポイント / 期間

キャンペーン期間中に、市内の対象店舗でPayPayを利用して支払うと、決済額の最大25%分のPayPayポイントが付与されます。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

市公式HP



使い方が
わからない...

市民向け相談会・相談窓口でサポートします!

登録って
どうやるの?

相談会 (要予約)

期日 10月26日(水)、27日(木)、11月7日(月)
会場 中央公民館1階 106会議室
時間 午前10時~11時
午後2時~3時(11月7日のみ開催)

相談窓口

ソフトバンク 中野バイパス店(要事前申し込み) ☎(24)7717
住所 新井412-4 時間 午前10時~午後7時
PayPay カスタマーサポート窓口 ☎0120(990)634
24時間受付 / 365日

新型コロナ ワクチン接種

お知らせ
第20弾

※2022年9月29日時点の情報です

中野市新型コロナワクチン接種 コールセンター 0570-008-522

(平日 午前9時~午後5時)

問 新型コロナウイルスワクチン接種推進室
☎(22)2111 (内線 241)



10月からオミクロン株対応ワクチンによる追加接種を始めます

- ・オミクロン株対応ワクチンの対象は、2回目までの接種を完了した12歳以上の全ての方で、1人1回接種が受けられます。
- ・すでに3・4回目の接種券を持っていて、まだ接種していない方には、改めて接種券を送付しません。接種券を紛失した際は、電子申請またはコールセンターで再発行を申請してください。
- ・「3回目接種が済んでいて4回目接種券を持っていない方(当初に4回目接種の対象でなかった方)」と「4回目の接種が完了している方」には、前回の接種を完了した順番に接種券を送付しますので、接種券が届きましたら、予約して接種を受けてください。

電子申請



5歳~11歳の方も追加接種を受けられます

- ・2回目の接種が済んでいる5歳~11歳の方も、新型コロナワクチンの追加接種(3回目)を受けられるようになりました。接種回数は1回で、2回目までと同じ小児用ワクチンを使用します*。(接種間隔は5カ月)
- ※2回目まで小児用ワクチンを接種し、3回目の接種日までに12歳の誕生日を迎えた場合は、小児用ワクチンではなく、大人用オミクロン株対応ワクチンを使用します。
- ・感染・重症化予防のため、接種を推奨しますが、ワクチン接種のメリットとデメリットを踏まえて、お子さまと一緒に十分話し合っ、ワクチン接種を受けるか決めましょう。特に、基礎疾患のあるお子さまとその同居のお子さま(きょうだい等)、かかりつけ医が接種をすすめるお子さまには、接種を強く推奨します。

県が設置する 集団接種会場のご案内



県では、市町村のワクチン接種を支援するため、10広域に集団接種会場を設置しています。長野市以北では、県飯山庁舎(飯山市)、ホテルメトロポリタン長野(長野市)、ホテル国際21(長野市)が会場となっています。市の接種会場だけでは必要な接種枠を確保できない場合がありますので、県の集団接種会場での接種もご検討ください。詳しくは県HPをご覧ください。

第18回**中野市図書館まつり**

29日(土)イベント

▶文化講演会 (午後2時～3時)

テレビの音が大きくなったと言われませんか?
～難聴と補聴器の耳よりの話～

講師 言語聴覚士 嶋津 有莉さん
定員 30人(当日先着順) 入場無料

▶ワークショップ 午前10時～正午 (材)…材料費

麦わらで作る
ホテルかご

(材)500円



おりがみ
～ユニット折り紙～

(材) 50円



午後1時30分～3時30分

つくってみよう!
～いろいろな形の
木っ端で自由な形に～

(材)500円



ペーパーキリングで
キーホルダー

(材) 500円



▶豊田故郷太鼓による和太鼓演奏(午前11時～)

両日開催

- ▶ボランティア団体の催し(読み聞かせ、語りなど)
- ▶古本市 ▶おたのしみ本 ▶書庫開放 ▶信州なかのドライブマップ展示 ▶健康に関する展示 ▶マイナバーカード・マイナポイント相談窓口 ▶ミニ講座「ポップアップカード作り」 ▶キッチンカーによる軽食販売

10/29(土)・30(日)

会場:市立図書館

問 市立図書館 (26)5841

図書館まつりの期間中、
本を借りた方にコースターを
プレゼント!



30日(日)イベント

▶ワークショップ 午前10時～正午

オリジナル
エコバッグ作り

(材) 200円



いろいろ選んで作ろう!
デコパージュ

(材) 100～
500円



午後1時30分～3時30分

ハロウィンカップ
ケーキマグネット

(材) 300～
500円



木の実を使った
アロマワックス
サシェ

(材) 500円



ペットボトルのフタで
マカロンを作ろう

(材) 100円



- ▶「デジとしょ信州」体験会(午前9時～、午後2時～)
- ▶点字で名前を書いてみよう(午前10時～午後3時)
- ▶骨密度測定コーナー(午前10時～11時30分)
- ▶パンジーの苗 無料配布(午前11時30分～正午)

豊田分館でも開催! 10/22(土)・23(日)

- ▶よみきかせ会 ▶おりがみコーナー
- ▶古本市 ▶おたのしみ本 ▶書庫開放
- ▶展示『OPAC (利用者用検索機)の使い方』

主催:長野電鉄株式会社 共催:地域連携長野電鉄沿線活性化協議会

おかげさまで営業開始100周年記念イベント

長野電鉄株式会社の営業開始100周年を記念して、イベントを開催します。

開催日 10月22日(土)

料金

長野電鉄 鉄道全線で乗車料が
➡ 100円/回



市公式HP



当日は沿線市町村の特産品などを各駅で販売する予定です。
詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

地域が
つながる

公

共

交

通

問 企画財政課
☎ (22)2111 (内線466)

特別会計

特定の事業を行うため一般会計と分けて経理をしている会計。6つの特別会計は、すべて黒字となりました。

会計名	歳入	歳出
国民健康保険事業	52億9838万円	51億9981万円
後期高齢者医療事業	5億8089万円	5億6410万円
介護保険事業	45億8161万円	44億7268万円
倭財産区事業	70万円	37万円
永田財産区事業	58万円	39万円
中野財産区事業	567万円	502万円

企業会計

独自収入でその経費をまかなう独立採算を原則とする会計。本市では下水道事業会計と水道事業会計が該当します。

下水道事業会計	収入	支出
収益的収支	20億1443万円	19億3413万円
資本的収支	12億9659万円	17億6377万円
水道事業会計	収入	支出
収益的収支	11億8279万円	8億8288万円
資本的収支	2億9537万円	6億1421万円

チェック!! 財政は健全?

自治体の財政状況を判断する基準として健全化判断比率などを公表しています。いずれの指標も早期健全化基準以内であり、健全な数値となっています。

指標	実質赤字比率 ^{*1}	連結実質赤字比率 ^{*2}	実質公債費比率 ^{*3}	将来負担比率 ^{*4}
中野市	—	—	6.8%	—
早期健全化基準	12.94%以内	17.94%以内	25.0%以内	350.0%以内

(実質赤字比率および連結実施赤字比率は赤字額がないため、将来負担比率は算定の結果マイナスのため「-」と記載しています。)

※1 実質赤字比率

一般会計などの標準財政規模(標準的な状態で毎年度経常的に市の収入となる一般財源の規模で、2021年度は130億9512万5千円)に対する実質赤字額の比率。財政運営の悪化の度合いを示します。

※2 連結実質赤字比率

特別会計、企業会計を含む全会計を対象とした実質赤字額および基金の不足額の標準財政規模に対する比率。財政運営の悪化の度合いを示します。

※3 実質公債費比率

一般会計が負担する市債の元利償還金など(借入金の返済額など)の標準財政規模を基本とした額に対する比率。資金繰りの程度を示します。

※4 将来負担比率

一般会計などが将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模を基本とした額に対する比率。現時点の負債残高を指標化し、将来財政を圧迫する可能性の度合いを示します。

チェック!! 市の貯金は?

市の貯金に当たるものが「基金」です。2021年度末の基金残高は101億5467万円で、20年度末に比べ3億8176万円の増加となりました。A～Cを合算した「主要3基金」は、一般会計の財源不足分に充てるため、財政調整基金を取り崩したことなどにより、20年度末に比べ3億5745万円の減少となりました。

基金残高 (2021年度末現在)	
財政調整基金 (A)	21億4255万円
減債基金 (B)	7億1487万円
公共施設等整備基金 (C)	21億6022万円
合併振興基金	13億 105万円
その他基金	38億3598万円
合計	101億5467万円
市民一人当たり [*]	約23万円

※2021年度末の住民基本台帳人口(4万3245人)をもとに計算

チェック!! 市の借金は?

市の借金にあたるものが「市債」です。本市の2021年度末の全会計市債残高は369億5006万円で、20年度末に比べ15億1752万円の減少となりました。

市債残高 (2021年度末現在)	
一般会計	190億4600万円
下水道事業会計	148億2044万円
水道事業会計	30億8361万円
合計	369億5006万円
市民一人当たり [*]	約85万円

※2021年度末の住民基本台帳人口(4万3245人)をもとに計算

コラム

市の貯金はいくらあればいい?



基金は、経済の不況などにより大幅に税収が減少したり、災害の発生などにより急な支出が必要になったりした際に活用する「財政調整基金」と、特定の目的のために資金を積み立て、条例で定めた使途に限って取り崩しのできる「特定目的基金」に区分されます。

特定目的基金は、公共施設の整備など将来的に歳出が増加する際の財源として活用する一方、財政調整基金は年度間の財源調整をする役割が大きく、財源が不足する年度に活用する基金ですので、一定額を確保(貯金)しておく必要があります。

一般的に財政調整基金は標準財政規模の10%から20%が適正と言われていて、総務省が2017年度に行った全国調査でも、積み立ての考え方として「標準財政規模の一定割合」と回答した市町村のうち「5%から20%以下」とする回答が最も多い結果でした。

したがって、本市の2021年度の標準財政規模が130億9512万5千円で、基金残高が21億4255万円ですので、その割合は16.4%となり、適正とされる貯金額と言えます。今後も、適正な規模が確保されるよう、引き続き毎年度の決算剰余金を積み立てていきます。

2021年度 (令和3年度)

決算概要

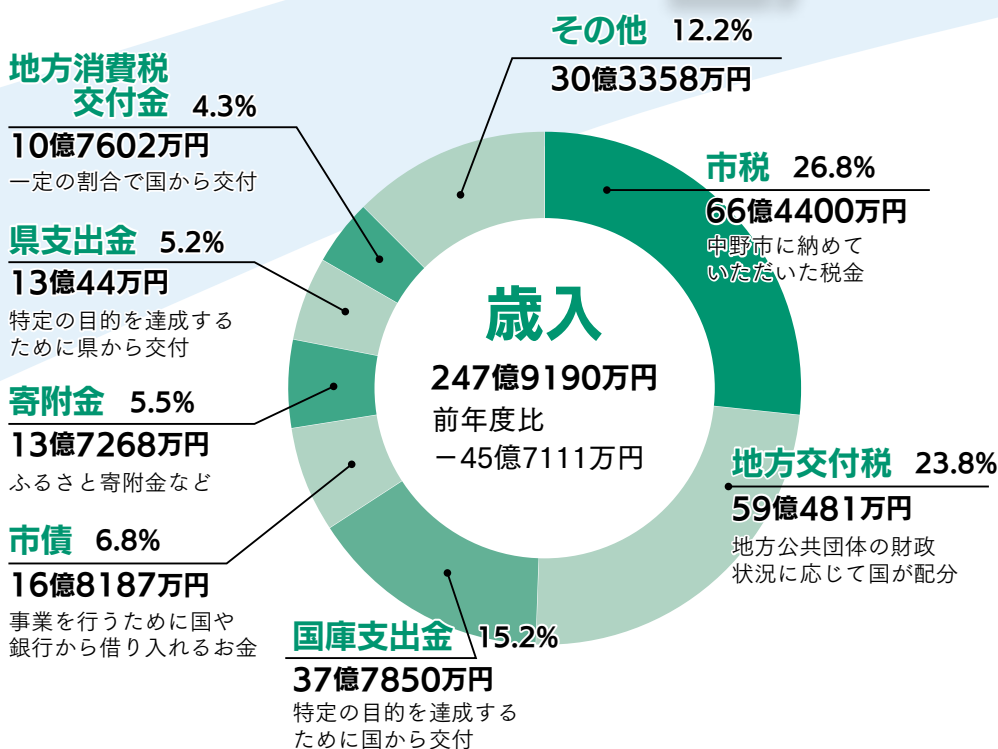
問 企画財政課 ☎(22)2111(内線221) ※記載金額は1万円未満四捨五入のため、数値が一致しない場合があります。

一般会計



企画財政課
尾形 直之

2021年度に皆さんに納めていただいた税金や国・県などから交付されたお金がいくらで、どのように使われたかをお知らせします。



2020年度との比較(主なもの)

- ▶市税
法人市民税の増などにより、4億6313万円の増加
- ▶地方交付税
普通交付税(臨時経済対策費および臨時財政対策債償還基金費)の増などにより、3億9180万円の増加
- ▶国庫支出金
特別定額給付金給付事業費補助金の減などにより、37億9101万円の減少
- ▶県支出金
農林水産施設災害復旧費補助金(繰越明許分)の減などにより、15億8409万円の減少

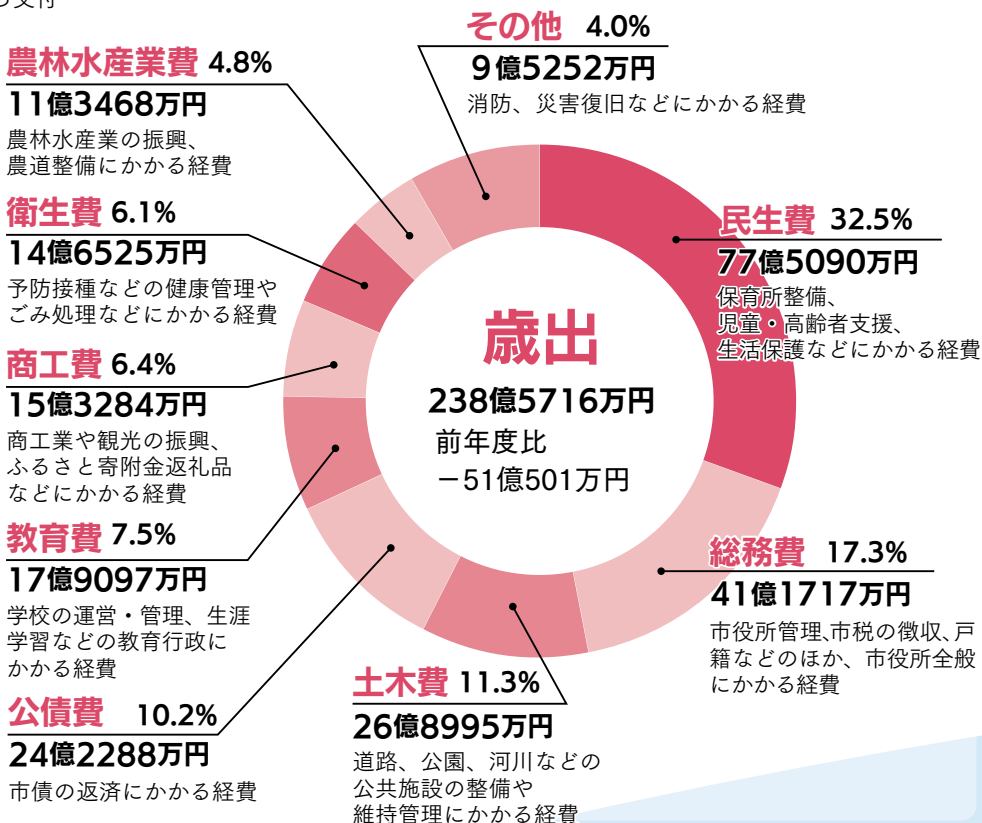
歳入歳出差引額
9億3474万円

翌年度へ繰り越すべき財源の1億5352万円(繰越明許費)を差し引くと……

7億8122万円
の黒字

2020年度との比較(主なもの)

- ▶総務費
特別定額給付金給付事業費の減などにより、36億3087万円の減少
- ▶教育費
小学校統合推進事業費(繰越明許)の減などにより、14億2875万円の減少



▼ 職員給与費（2022年度普通会計予算）

職員数（人） （A）	給与費（千円）				1人当たり給与費（千円） （B/A）	共済費（千円）
	給料	職員手当	うち期末・勤勉手当	計（B）		
386	1,349,868	693,081	505,456	2,042,949	5,293	429,511

※職員手当には、退職手当を含みません。給与費は、当初予算に計上された額です。
職員数は、2022年4月1日現在の普通会計区分に属する人数です。

▼ 一般行政職の初任給と経験年数別・学歴別平均給料月額（2022年4月1日現在）

区分	初任給 （円）	経験年数別平均給料月額（円）					
		10～15年未満	15～20年未満	20～25年未満	25～30年未満	30～35年未満	35年以上
大学卒	182,200	281,400	312,200	340,600	374,300	405,600	432,300
高校卒	150,600	241,200	299,000	324,900	332,500	379,500	412,600

3 職員手当の状況（2022年4月1日現在）

期末・勤勉手当 （2021年度支給割合）	期末	勤勉
常勤一般職員 （特定幹部職員）	2.55月分 （2.15月分）	1.9月分 （2.3月分）

退職手当	自己都合	勸奨定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
最高限度	47.709月分	47.709月分
その他特例	退職時特別昇給なし	

※このほか、扶養手当、通勤手当などがあります。

4 職員の休業の状況（2022年4月1日現在）

▼ 育児休業

取得者数 （人）		取得期間の内訳（人）		
男	女	1年未満	1年以上 2年未満	2年以上 3年未満
0	18	16	2	0

5 職員の研修の状況（2021年度）

独自研修		その他研修	
9件	745人	24件	72人

※受講者は延べ人数です。

6 特別職給料、議員報酬の状況（2022年4月1日現在）

区分	給料（報酬）月額（円）	期末手当支給割合 （2021年度支給割合）
市長	563,360（※）	3.35月分
副市長	656,200	
教育長	588,400	
議長	376,500	
副議長	318,700	
議員	296,300	

※100分の30を減じた額

7 職員の分限と懲戒処分などの状況（2021年度）

分限処分者（人）（※1）					懲戒処分者（人）（※2）					訓告（人） （※3）
免職	休職	降任	降格	小計	免職	停職	減給	戒告	小計	
0	5	0	0	5	1	0	0	0	1	2

- ※1 職員がその職責を十分に果たすことができない場合に行われる処分で、公務能率の維持を目的とします。
- ※2 職員の一定の義務違反に対する道義的責任を問うための処分で、公務における規律と秩序を維持することを目的とします。
- ※3 処分ではないが、自己の行為に対し責任を自覚させ、将来を戒め職務遂行に対する姿勢の改善、意識向上などを目的とします。

8 北信広域連合公平委員会からの報告事項（2021年度）

勤務条件に関する措置の要求件数	0	不利益処分に関する審査請求件数	1
-----------------	---	-----------------	---

人事行政の運営などの状況

市の人事行政を市民の皆さんに知っていただくため、職員数や給与、服
務などの状況について公表します。

詳細は、市公式ホームページで公開しています。

問 庶務課 ☎ (22) 2111 (内線 213)



1 職員の任免と職員数に関する状況

▼ 部門別職員数 (各年4月1日現在)

部 門	職員数 (人)		対前年 増減数	
	2021年度	2022年度		
一 般 行 政	議 会	5	5	0
	総 務	77	76	△1
	税 務	24	24	0
	民 生	148	140	△8
	衛 生	35	39	4
	労 働	1	1	0
	農林水産	23	23	0
	商 工	9	9	0
	土 木	29	28	△1
	小 計	351	345	△6
特 別 行 政	教 育	34	33	△1
	小 計	34	33	△1
公 営 企 業 等	水 道	10	10	0
	下 水 道	10	9	△1
	そ の 他	20	21	1
	小 計	40	40	0
合 計	425	418	△7	

※表中の△は減少の意味。

▼ 採用職員と退職職員

採用者数	退職者数
13人	18人

※採用者数は、2022年4月1日の採用者数であり、退職者数は2021年4月1日から2022年3月31日までの退職者数です。(一部事務組合などへの派遣職員を含む)

▼ 等級別職員数 (2022年4月1日現在)

区 分	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	7 級	合計
職制上の段階	主事補 技師補 など	主事 技師 など	係長 副主幹 など	課長補佐 主幹 など	課長 副参事 など	部長 参事 など	参事幹	
職員数 (人)	86	75	149	52	25	23	8	418
構成比 (%)	20.6	17.9	35.7	12.4	6.0	5.5	1.9	100.0

2 職員の給与の状況

▼ 人件費 (2021年度普通会計決算)

歳出額(千円) (A)	人件費(千円) (B)	人件費率(%) (B/A)
23,843,181	3,924,382	16.5

※人件費には、特別職および会計年度任用職員に支給される給料、手当、共済費、報酬を含みます。

▼ 一般行政職の平均給料月額と平均年齢 (2022年4月1日現在)

平均給料月額 (円)	平均年齢 (歳)
314,800	42.3

市内医療機関一覧

高齢者は表の全ての医療機関で接種可能です。

医療機関名	電話番号	子どもの接種可能年齢	
北信総合病院	(22)2151	生後6カ月から 中学3年生まで	
今井こども医院	(24)7755		
くまき整形外科・ リウマチ科クリニック	(23)1301		
はんだクリニック	(38)0861	1歳から 中学3年生まで	
アライクリニック	(24)0601		
飯田医院	(22)2653		
西原医院	(22)3007		
長谷川クリニック	(26)7700		
丸谷医院	(26)0077		
三沢クリニック	(22)5522		
さかえクリニック	(23)2405		3歳から 中学3年生まで (徳竹医院は予約不要) (油井内科医院は小学生 以下はかかりつけのみ)
高橋医院	(26)2171		
徳竹医院	(22)3202		
油井内科医院	(26)1241	小学1年生から 中学3年生まで	
市川内科医院	(22)3366		
南谷整形外科	(22)7722		
高野医院	(22)6810	中学生のみ	
小田切医院	(22)3054		
すずきレディス クリニック	(24)7887	高齢者のみ	
関整形外科	(22)6170		
広田医院	(22)6661		

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線393・388)

注意点

市外の医療機関でお子さまの接種を希望する方は、事前に必ず健康づくり課までご連絡ください。

インフルエンザワクチンは、新型コロナワクチンと接種の間隔を空ける必要はありません。

どうやって受けるの？

医療機関へ連絡し確認・予約を行ったうえで、保険証、母子健康手帳などをお持ちいただき接種を受けてください。予診票は医療機関にあります。



インフルエンザ
予防啓発キャラクター
マメソウくん

インフルエンザ 予防接種費用助成

流行前の予防接種で重症化を防ぎましょう



アズキちゃん

助成対象者

	子ども	高齢者
対象年齢	2007(平成19)年4月2日以降に生まれた生後6カ月から中学3年生に相当する年齢の方	65歳以上の方 ※60歳以上65歳未満の方で、一定の障がいがある方も対象。
助成期間	2023(令和5)年3月31日まで	
助成金額	1人1回につき 1,000円を助成 (2回まで、ただし 13歳以上の方は 原則1回) ※医療機関で、かかった費用から 1,000円を差し引 いた金額をお支 払いください。	1人1回のみ 自己負担額1,000円 ※生活保護受給者は無 料。受給者証明書をお 持ちください。

※表内の年齢・月齢は全て満年齢です。

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線242・386)

▼保健だより

特定健診・いきいき健診

病気を予防するため、年に1回は必ず健診を受けましょう。
期日 10月14日(金)、29日(土)
時間 ① 午前9時～10時30分
② 午後1時～2時30分
③ 午後5時30分～7時
※10月29日(土)は①・②の時間帯のみです。
会場 中野保健センター
内容 身体・血圧測定、血液検査、尿検査、心電図など

健康相談

相談日 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

こころの健康相談

期日 10月20日(木)
時間 午後2時～4時
会場 中野保健センター
※相談無料。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。

胸部低線量 CT 検診

対象者(次の全ての要件を満たす方)
○2023年3月31日時点で年齢が40、43、46、49、52、55、58、61、64歳の方
○今年度、市の結核・肺がん検診を受診しない方
受診料 3,000円
実施日 11月18日(金)
会場 中野保健センター
申込期限 10月31日(月)

電話健康相談所 ☎0269(23)0300

午前8時30分～午後5時15分 ※土・日・祝日を除く

休日緊急診療所 ☎0269(23)2255

日・祝日の午前9時～正午、午後1時30分～5時



顔が見える農産物をテーマに、生産者の思いを届けるべく、スーパー、ファミレスなどを通じて新鮮でおいしい農産物を消費者へ届けています。これからも新鮮でおいしい食べ物でお客様のお腹を満腹にできるよう努めていきます。

特徴や魅力を教えてください！

北信地域を中心に生産されたきのこ、果物、野菜を販売しています。

どんな企業ですか？



今回お伺いしたのは
きのこの森株式会社



所在地: 草間1306-17
電話番号: 0269(22)7207
代表者: 霜鳥雅博
従業員数: 40人 (2022年9月現在)
業種: 卸売業



わくわくWorker

朝から5kmほど有酸素運動します



しもとり たけひろ
霜鳥 匠 さん
(穴田・入社10年目)

毎年新しい生産者の方や取引先が増えており、その分商品の数量や種類も増え覚えることが多いです。現在は新規商品、新規取引先開発を行っております。

とある仕事の日のスケジュール



◀ ポケモンカード楽しんでます！ポケモンバトルしようぜ！



行ってみよう！ やってみよう！ シニア情報



65歳以上の方を対象に各種健康講座を開催します。さんさん講座以外はお申し込みが必要です。参加の際は、体調確認、手指消毒、マスクの着用など、感染防止対策をお願いします。

問 高齢者支援課 ☎ (22) 2111 (内線366・389)

さんさん講座

音楽、体操、健康などのいろいろなテーマの講座を開催します。お気軽にご参加ください。

開催日・内容

- ①10月19日(水) 講師: 認知症キャラバンメイト 知ろう！深めよう！認知症への理解 ~認知症サポーター養成講座~
- ②11月9日(水) 講師: 高見澤 かおるさん お役に立つ認知症予防トレーニング

会場 中央公民館 3階講堂
時間 午前10時~11時30分 参加費 無料

わかがり教室

運動・脳トレ・栄養・お口の健康など、仲間づくりをしながら楽しくフレイル予防を学びます。
※前年度ご参加された方はお申し込みできません。

開始日時 12月6日(火)~(週1回・全12回)
午後2時~4時

会場 豊田文化センター
参加費 無料 定員 15人

ひざ腰らくらく教室

ボールやゴムバンドを使った運動、ストレッチなどを行い、転びにくい体づくりをする教室です。
※前年度ご参加された方はお申し込みできません。

開始日時 12月7日(水)~(約3カ月・全12回)
午後1時~2時30分

会場 中央公民館 定員 10人
参加費 初回到ゴムバンドとボールを購入していただきます。(1,400円)
※送迎あり



子育て案内

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線388)

教室など

育児教室



持ち物/フェイスタオル

日時・会場	対象児・内容	Web 予約
10月18日(火) 午前10時～ 11時30分 中野保健 センター	4～6カ月児 赤ちゃん体操★親子でスキンシップ、 離乳食の話、試食（保護者のみ）	
11月16日(水) 午後1時15分 ～3時30分 中央公民館	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）	

※3日前までに電話またはWeb予約が必要です。

マタニティクラス



持ち物/筆記用具、母子健康手帳、子育て応援ガイドブック

日時・会場	内容	Web 予約
10月15日(土) 午前9時30分 ～11時30分 中央公民館	妊娠・分娩の経過と日常生活で気を付けたいこと、 妊産婦の食事・栄養、育児体験、出産・子育て における制度とサービスの紹介、お父さんの妊婦 体験、個別相談	
11月14日(月) 午後1時15分 ～3時15分 中央公民館	母と子の歯の健康（歯科医師のお話）、母乳栄 養と乳房管理、妊婦体操、お父さんの妊婦体験、 個別相談	

※3日前までに電話またはWeb予約が必要です。

※10月15日(土)は会場が中野保健センターから中央公民館に変更となりました。

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	10月25日(火)	2022年 6月生
7カ月 児健診	10月26日(水)	2022年 2月生
1歳6カ月 児健診	10月28日(金)	2021年 3月生
2歳児 健診	10月24日(月)	2020年 9月生
3歳児 健診	10月27日(木)	2019年 9月生

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、
バスタオル

ワクチン名	日程	受付時間
BCG	10月11日(火) 12月12日(月)	午後1時 ～1時30分
日本脳炎 第1期	10月21日(金) 以降の予約枠 に空きあり	午後0時45分 ～1時30分

※3日前までに予約が必要です。

保健師の子育て相談 期日 11月9日(水) 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



注目のごちごも写真でレポート

まちかど トピックス



9/23

5年ぶりのリーグ王者

信濃グランセローズ BCLリーグ優勝



写真提供:信濃グランセローズ



信濃グランセローズがBCLリーグの頂点を決めるBCLリーグチャンピオンシップに臨み、茨城アストロプラネッツを相手に3連勝し、2017年以来5年ぶりに制覇しました。降雨の中、中野市宮野球場で行われた3戦目は5対2で勝利(7回コールド)。勝利の瞬間、選手たちや応援していたファンの方たちは歓喜し、柳澤監督の目には涙が浮かんでいました。インタビュで柳澤監督は「優勝は言葉にならないくらいうれしい。選手たちには感謝しかない。」と語っていました。

9月30日と10月1日に信濃グランセローズは、日本一をかけた日本独立リーグランドチャンピオンシップ2022(開催地・熊本県)へ挑戦しました。試合の様子は11月号でお伝えします。



8/28

いざという時に備えて

総合防災訓練

8月28日に高丘小学校を主会場に中野市総合防災訓練を実施しました。当日の訓練は、大型で強い勢力の台風が接近した影響による大雨で、土砂災害と千曲川の氾濫が発生したことを想定し、訓練を行いました。

参加した皆さんは、いつ起こるか分からない災害に備え、真剣な表情で訓練に取り組みられました。

訓練に参加した
上今井区長
こぼやし ほんいち
小林 健一さん



今回の訓練を区での対応の参考にしたいと思います。



9/19

音楽でひとつになる 中野市民音楽祭

音楽でひとつになる

市内で活動している合唱などの団体が出演する「中野市民音楽祭」を豊田文化センターホールで開催しました。

新型コロナウイルス感染症対策のため、3回に分けて開催するうちの1回目となる今回は、指揮者・作曲家として活躍されている富澤裕さんの指揮による音楽講習会受講者の合唱など、5団体が演奏を披露しました。



9/20

みんなで作る交通安全 交通死亡事故ゼロ

みんなで作る交通安全

連続1000日



交通死亡事故のない日が連続千日に達したこと、県交通安全運動推進本部から表彰を受けました。

達成日は7月25日で、9月26日現在も交通死亡事故ゼロは継続しており、連続1063日と記録を伸ばしています。

9/11

横浜スタジアムで中野市をPR 信州なかの特産品フェア

横浜スタジアムで中野市をPR



中野市出身のプロ野球選手・牧秀悟選手が活躍する横浜スタジアムで「信州なかの特産品フェア」を開催しました。

会場ではシャインマスカットなどの農産物や加工品の販売とPRが行われ賑わいを見せました。

8/31

高校生×アーティスト×ソラホール 信州なかのカスタムウォール プロジェクト完成報告会

高校生×アーティスト×ソラホール



中野立志館高校生と市内アーティストユニット「アイコ美術工芸社」による市民会館工用フェンスへのアートペイントが完成し報告会を行いました。

高校生が構想し、地域の自然や文化などを描いた作品は、工事期間中ご覧いただけます。

9/6

アーティストを学校へ派遣 ソラホール・ わくわくアート体験

アーティストを学校へ派遣



市民会館のリニューアルに向けたプレ企画として文化芸術により子供たちのコミュニケーション力や表現力・想像力などを高めるため開催しました。

演劇家によるワークショップで、コミュニケーションの意味や楽しさなどを体感しました。

ご存じですか？

高齢者向け各種サービスのご紹介



※1～5のサービスを受けるには、事前に民生委員を通じて「**独り暮らし高齢者台帳**」の登録を行ってください。また、高齢者のみ世帯の方で3～5のサービスを希望される方は、事前に市へ「**高齢者のみ世帯台帳**」の登録を行ってください。

1 火災警報器などの給付

①～③の意味
① サービスの内容
② 対象者
③ 申請方法など

1 火災警報器などの給付

- ① 火災警報器などを給付します。
- ② 65歳以上の1人暮らしの方(所得制限あり)
- ③ 民生委員を通じて市へ申請

2 緊急通報装置の貸与

- ① 緊急時に消防署や「駆け付け協力員」へ通報する装置や、24時間人の動きがないと通報が入る安否確認センサーを貸与します。
- ② 65歳以上の1人暮らしの方(所得制限あり)
- ③ 民生委員を通じて市へ申請



3 通院費などの助成券

- ① 通院・買物など外出時に利用するタクシー料金の一部を助成します。
- ② 70歳以上の高齢者のみ(世帯(所得制限あり))
- ③ 市へ申請



4 救急医療情報カードの配布

- ① 冷蔵庫に貼っていただくマグネット式緊急連絡先カードを配布します。
- ② 65歳以上の高齢者のみ(世帯)
- ③ 台帳登録後に配布



5 看護師による訪問相談

- ① 定期的に看護師が訪問し相談や体調確認をします。
- ② 65歳以上の高齢者のみ(世帯)
- ③ 台帳登録後に順次訪問



6 配食サービス

- ① 定期的な夕食の配食と安否確認を行います。(食事代金は実費となります。)
- ② 栄養改善、安否確認支援を必要とする65歳以上の高齢者のみ(世帯(管理栄養士による事前調査あり))
- ③ 市へ申請



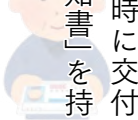
7 シルバー乗車券・温泉等利用助成券

- ① タクシーや公共交通機関、市内温泉などの施設で使える助成券を配布します。
- ② 70歳以上の高齢者
- ③ 住民登録のある方に配布



8 運転免許証自主返納交付金

- ① 口座振込で一万円を交付します。(返納後半年以内、一回限り)
- ② 65歳以上ですべての運転免許証を自主返納した方
- ③ 運転免許証返納時に交付される「取消通知書」を持参して市へ申請



9 資源物等排出支援事業

- ① 新聞紙・段ボール・ビンなどの資源物の運搬が困難な世帯を対象に、玄関先まで回収に伺います。
- ② 65歳以上の高齢者のみ(世帯(書類審査、必要に応じ面談あり))
- ③ 市へ申請



10 住居除雪等支援事業補助金

- ① 積雪による住居の倒壊や損傷を防ぐため、雪おろしなどの費用の一部を補助します。
- ② 65歳以上高齢者のみ(世帯(市民税所得割が課せられていない世帯))
- ③ 民生委員を通じて市へ申請



お問い合わせ

- ☎ (22) 2111
- 1～8 高齢者支援課 (内線 243・366)
- 9 生活環境課 (内線 245)
- 10 福祉課 (内線 276)

第17回 土人形の里 信州なかの

土人形 絵付け
コンテスト



第16回
【小学校高学年の部】
最優秀賞作品



第16回
【小学校低学年以下の部】
最優秀賞作品



第16回
【一般の部】
最優秀賞作品

応募先（絵付けができる場所）

日本土人形資料館
信州中野観光センター
創作土人形工房まちなか交流の家

応募規定

- ①応募点数 1人1点
- ②応募料 無料
(別途人形代が必要です)
- ③応募締切 2023年1月31日(火)
午後4時

部門

小学校低学年以下の部
小学校高学年の部
一般の部（中学生以上）

問申 日本土人形資料館 ☎(26)0730

暮らりの
情報掲示板

10・11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

10/8 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 2022一本木公園秋のバラまつり 会 一本木公園 期10月16日(日)まで ■ 岩河智子特別公開レッスン 会 豊田文化センター ■ 働く市民のエアロビクス&おまけヨガ講座 ※11月12日(土)・19日(土)も開催 会 農村環境改善センター帯の瀬ハイツ 	10/29 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 中野市図書館まつり 会 市立図書館 ※10月30日(日)も開催
10/9 (日)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 信州なかのご当地ラジオ体操&ゴミ拾いウォーキングde健康づくり Pick up イベント② 会 綿半スーパーセンター中野店 ■ 岩河智子特別公開レッスン成果発表会 会 豊田文化センター ■ 作曲家とオペラ歌手によるコンサート 会 豊田文化センター 	11/12 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 中野えびす講 会 市街地 ※11月13日(日)も開催 ■ 帯の瀬ハイツから花火を観よう(中野えびす講) 会 農村環境改善センター帯の瀬ハイツ
10/10 (月祝)	<ul style="list-style-type: none"> ■ オータムフェア 会 北信濃ふるさとの森文化公園 ■ 清水正賛助 清水和高フルーツコンサート 会 中野陣屋・県庁記念館 	11/13 (日)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 中野のから騒ぎ 会 中野小学校旧校舎（一本木公園内）
10/15 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 信州中野おごっそフェア2022 会 中野陣屋前広場公園 ※10月16日(日)も開催 ■ お片付け講座 会 中野市人権センター 	開催中	<ul style="list-style-type: none"> ■ 清水正 米寿展 美術の多分野を歩んだ世界 会 中野陣屋・県庁記念館 期10月17日(月)まで ■ 和の彩り 土人形の装い展 会 日本土人形資料館 期10月31日(月)まで ■ トラと清正公さん 会 日本土人形資料館 期12月28日(火)まで
10/16 (日)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 千曲川・高社山SEA TO SUMMIT 2022 Pick up イベント① 会 科野地区、倭地区、高社山 	<p style="text-align: center;">新型コロナウイルス感染症拡大防止のための イベント中止情報 もみじ祭り 問 地域振興課 ☎(38)3111 (内線 8202)</p>	
10/20 (木)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 礪砥展 会 一本木公園展示館 期 11月6日(日)まで 	<p style="text-align: center;">資源物の日曜回収 問 生活環境課 (内線458)</p>	
10/21 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 南宮中学校美術部作品展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 10月23日(日)まで 	<p>10月23日(日) 午前10時～午後1時 会場 デリシア中野店 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 【次回予定】11月27日(日) イオン中野店</p>	
10/22 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 中野市図書館まつり 会 市立図書館豊田分館 ※10月23日(日)も開催 	<p style="text-align: center;">フードドライブ 問 中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111</p>	
10/26 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 帯の瀬の日 ※11月25日(金)も開催 会 農村環境改善センター帯の瀬ハイツ ■ 山田寿章油彩画展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 11月7日(月)まで 	<p>11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)</p>	
10/28 (金)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 家族介護者交流会 会 市役所 		
10/29 (土)	<ul style="list-style-type: none"> ■ NAKANO 恋結び 2022 会 THE FIVE SEASONS NAKANO ■ 朗読発表会 会 中野陣屋・県庁記念館 		

Pick up イベント



千曲川・高社山 SEA TO SUMMIT 2022

カレンダー①

問 商工観光課 ☎(22) 2111 (内線259)



期日 10月16日(日)

内容 アウトドアスポーツを通じて、自然の循環を体感する環境スポーツイベント。科野地区、倭地区と高社山を舞台に開催されます。全国からの参加者を応援しましょう。

コース カヤック(飯山カヌーポート～湯滝カヌーポート)
バイク(湯滝カヌーポート～旧科野小学校グラウンド)
ハイク(旧科野小学校グラウンド～高社山頂上)



信州なかのご当地ラジオ体操 & ゴミ拾いウォーキングde健康づくり

カレンダー②

問 健康づくり課 ☎(22) 2111 (内線242・393)



期日 10月9日(日) (受付 午前6時45分)

時間 ラジオ体操 午前7時10分
ゴミ拾いウォーキング 午前7時15分

会場 綿半スーパーセンター中野店 駐車場

内容 開店前の駐車場で中野市魅力発信VTuber信州なかのちゃんが方言で声をかけるラジオ体操を行います。体操の後はゴミ拾いウォーキングでSDGsに取り組みながら健康づくりを行います。

持ち物 軍手



第2回 第一生命長野支社&中野市 恋活イベント

NAKANO 恋結び 2022

問 申 子育て課 ☎(22) 2111 (内線356)

10月29日(土) 午後2時～5時

内容 カフェスタイルのお見合いパーティー

対象 25歳～40歳前後の独身の方

※市内在住・在勤者優先

会場 THE FIVE SEASONS NAKANO

参加費 2,000円

定員 男女各10人

申込期限 10月25日(火)

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。

恋結びHP



2学期 中野のから騒ぎ

Much Ado about Nothing in NAKANO

問 申 子育て課 ☎(22) 2111 (内線356)

11月13日(日) 午後1時～4時

内容 恋愛授業、中野のから騒ぎ(フリートーク)

講師 しあわせ本舗 代表 若井順子^{わかいいずみこ}さん

対象 結婚を希望する独身の方、年齢制限なし

※市内在住・在勤者優先

会場 中野小学校旧校舎(一本木公園内)

参加費 無料

定員 男女各20人

申込期限 11月9日(水)



1学期の様子(25人参加)

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。

から騒ぎHP





長野県内の事業場で働く全ての労働者に適用される「長野県最低賃金」が10月1日に改正されました。



長野県最低賃金が改正されました
☎026(223)0555
長野労働局労働基準部賃金室

作業名	単位	金額	
		改正前	改正後
水田・畑・果樹・菌茸一般作業	1時間	890円	910円

中野市農業委員会では、農作業標準賃の一部を改正しました。作業料金は、圃場条件や作業条件を考慮して、依頼者と受託者双方で十分な協議をして決めてください。領収書は必ず発行してください。

2022年度農作業標準賃の一部改正
☎農業委員会事務局(内線409)



JR飯山線「上今井駅」の駐輪場を整備しました。ぜひご利用ください。



上今井駅駐輪場を整備しました
☎中野市地域公共交通対策協議会事務局(内線466)

対象地区	期日	時間	会場
日野、延徳地区	10月28日(金)	午後6時30分～8時	中央公民館
豊田地区	10月31日(月)		豊田文化センター
中野地区	11月1日(火)		中央公民館
長丘、平岡、科野、倭地区	11月2日(水)		北部公民館
平野、高丘地区	11月4日(金)		西部文化センター

中野市まちづくり基本計画(立地適正化計画策定および都市計画マスタープランの見直し)の素案説明のため、住民説明会を行います。
市公式HP

第2回まちづくり基本計画策定に係る住民説明会
☎都市計画課(内線269)

宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。長野県内の宝くじ売り場で購入いただくくと、収益が長野県に配分されます。
販売期間 10月21日(金)まで
抽選日 10月28日(金)

ハロウィンジャンボ宝くじ
☎(公財)長野県市町村振興協会
026(234)3611



▲三間灯籠の柱
▼エアコン



宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」を活用し、赤岩区では三間灯籠の柱(樺材)のお祭り備品を、若宮区では公益財団法人長野市町村振興協会の宝くじによる助成事業である「地域活動助成事業」を活用し、エアコンなどの公民館備品を整備しました。

宝くじの助成金で備品を整備しました
☎市民協働推進室(内線455)



第11回特別弔慰金の請求はお早めに

問 福祉課(内線 276)

戦没者などの遺族を対象とした特別弔慰金の請求期限が迫っています。
請求期限 2023年3月31日(金)
 ※請求期限を過ぎると第11回特別弔慰金を受けることができなくなります。



巡回行政相談所を開設します

問 庶務課(内線 211)

「行政相談週間」に合わせ、巡回行政相談所を開設します。

期日 10月20日(木)
時間 午前10時～11時
会場 北部公民館、永田窓口サービスセンター



生活にお困りの方の相談窓口

問 福祉課(内線 456)

中野市生活就労センター「まいさぼ生活」では、生活に困窮している方に生活、就労、家計の相談支援を実施し

ています。

社会福祉協議会で実施している貸付金、食糧支援、日常生活品の緊急支援のご相談も受け付けています。



自宅のSPレコードを聴いてみませんか

問 申 中山晋平記念館
 ☎(22)7050

中山晋平記念館のラップ型蓄音機で、お手持ちのSPレコードを聴くことができます。
 ※予約が必要です。



信濃川水系河川整備計画(変更原案)に対する意見

問 国土交通省千曲川河川事務所
 ☎026(227)9434

信濃川水系河川整備計画(変更原案)に対するご意見と回答を、千曲川河川事務所ホームページに掲載しています。

※ご意見と回答は道路河川課でも閲覧ができます。



クマにご注意ください

問 農業振興課 (内線 252)

今年度、市内でのクマの目撃・痕跡情報は40件となっています。特に科野・平岡・延徳地区で多く出没しています。クマを発見した場合は、すぐに市または警察へ連絡をお願いします。

クマの出没を防ぐために

- ・農作業を行う際は、鈴や音の出るものを携行し、クマに人の存在を知らせる。
- ・庭や農地にクマを誘引する生ごみや野菜・果実の廃棄残渣などを置かない。
- ・庭や農地は雑草を刈り払い、見通しをよくすることでクマが侵入しにくい環境をつくる。



クマに遭遇しないために

- ・防災無線や「すぐメール」などを確認し、周辺でクマの情報がある場合は十分に注意する。

クマに遭遇してしまったら

- ・落ち着いて、クマに背を向けずにゆっくりとその場から離れる。
- ・クマを驚かさないう、大声を出したり、走って逃げない。





はじめの一歩促進事業
登録事業者

問申 企画財政課(内線216)

習い事や塾などを行う事業者・団体への経済支援と、子供たちの個性や学力を伸ばす機会の提供を目的に、登録事業者に対し経費の補助をするため、登録事業者を募集します。

対象事業者 児童・生徒(3歳~18歳)を対象に指導・教育サービスなどを提供する市内事業者・団体

(例)空手・柔剣道・サッカーなどスポーツ少年団、学習塾、ピアノ・英会話教室など

補助金額

○事業実施経費

・事業者1者につき1万円以内

○新規入会者の入会に伴う経費

・対象者1人につき5千円以内

実施期間 11月1日(火)
~2023年2月28日(火)



2023年度保育所の
申し込みが始まります

問申 保育課(内線329)

来年4月から新たに保育所への入所を希望する児童の申し込みを受け

付けます。

受付対象者

①2023年4月に保育所へ入所を希望する方

②2023年5月から9月までの間に育児休業が終了し、復職予定の方

受付期間 11月1日(火)~14日(月)

申込書配布時期 10月11日(火)

入所要件 市内に住所(住民票)がある子どもおよびその保護者で、仕事や病気などの事情により家庭での保育ができない方

配布場所 保育課、各保育所

申込先 保育課または電子申請

※定員を超える申し込みがあった保育所については、選考となります。

ご希望に沿えない場合があります。

※2023年10月から24年2月までの間に育児休業が終了し、復職予定の方については、23年

5月以降、別途募集を行います。

行います。



市営住宅入居者

問申 都市計画課(内線273)

現在空きがある住宅と11月から2023年1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 10月17日(月)

選考方法 公開抽選

抽選日時 10月26日(水)午後1時30分

抽選会場 市役所4階
会議室43



地域交流事業の
各種講座

問申 人権センター ☎(26)2287

時間 午後1時30分~3時30分

会場 中野市人権センター

定員 ①10人②15人

申込期日 10月11日(火)から(定員になり次第締め切り)

講座名	日時	材料費
①折り紙教室	11月~3月 第2水曜日 (全5回)	無料
②ミニ盆栽を 作ってみよう!	11月17日(木)	1500円

陸上自衛隊
高等工科学校生徒

問申 自衛隊長野地方協力本部
長野地域事務所
☎026(235)6026

資格 2022年4月1日現在で15歳以上17歳未満の男子

申込期間(推薦)

12月2日(金)まで

申込期間(一般)

23年1月6日(金)まで



中野市市民会館 ソソラホール リノベーション情報 Vol.6

問 文化スポーツ振興課
☎(22)2111(内線394)

現在の進捗度
18%

信州なかのクリエイティブミーティング
参加者募集

日時・会場・内容

- 第6回 10月18日(火) 午後6時30分
市役所 会議室 52・53
- 第7回 11月9日(水) 午後6時30分
市役所 会議室 52・53

申し込み

途中からの参加もできます。開催日の前日までにお申し込みください。

信州なかのクリエイティブミーティング 開催レポート

第3回(9月6日開催)は、「コミュニケーション力を引き出す演劇ワーク体験」をテーマに演劇家の柏木陽さん(かしわぎあきら)を講師に迎え開催。グループごとにと与えられた「美」「誠意」「対立」などのお題を体で表現し、他者がお題を当てるというシアターゲームを通じて、多様な他者とのイメージを共有し、価値観の違いを認め合う演劇の楽しさやイメージを伝えることの難しさ、コミュニケーションの楽しさを体験しました。



第3回

第4回(9月21日開催)では、「みんなが楽しく、誰もが面白い、市民の広場をつくる。」をテーマに、ソソラホール開館後の企画事業などについて、グループに分かれて意見交換を行い、イメージやアイデアなどを共有しました。



第4回

夢

No.206

私は、将来「音響」の仕事に就いて、聴く人の心に残る音を提供したい。音は記憶として頭に、心に刻まれる。そもそも私は音楽が大好きだ。なぜなら、それは人の心を動かす力があるからだ。音響は元の音の良さを最大限に引き出していく仕事である。そのようにして磨かれた音はスッと耳に、心に入ってくる。私はもっともっと音と向き合い、心を動かせるような音を、たくさんの人に届けたい!

音響になりたい

佐々木 結海

(ささき ゆうみ・高社中学校3年)

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

学習机/五月人形/食器類/小型犬用ゲージ・キャリーケース/雄犬用トイレ

無償で譲ってください

社交ダンス衣装(男性用)/ブドウ棚の資材/大人用自転車/南宮中学校男子制服

問 中野市消費生活センター ☎(22)2201

年金

あなたの年金、
「ねんきんネット」で確認を!

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録の確認ができます。

- ねんきんネットでできること
 - ・将来の年金見込額の試算
 - ・電子版「ねんきん定期便」の閲覧
 - ・受給に関する各種通知書(年金振込通知書など)の確認
 - ・各種届書(免除・納付猶予申請書など)の作成・印刷 など

年金記録を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか?

〈11月30日(いいみらい)は「年金の日」です〉

※詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。



問申 市民課 ☎(22)2111 (内線237)
長野南年金事務所 ☎026(227)1284

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 143

漫画：中島皆

老人ホームの入居権を譲ってほしい?!



実在する企業名などを名乗り「老人ホームの入居権を譲ってほしい」などと持ち掛ける電話は詐欺です。相手にせずすぐに電話を切ってください。話を聞いてしまうと、さまざまな口実で金銭を要求されます。一度支払ってしまうと取り戻すことは困難です。不安に感じても、話をうのみにせず、絶対にお金を払わないでください。

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 10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 11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8時30分～午後4時30分 会場 市役所福祉課厚生保護係	福祉課 ☎(23)4810
生活就労相談	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 (内線456・457)
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	
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

空 模様は決して良いとは言えない状況の中で行われた、BCリーグチャンピオンシップ3戦目。降雨により試合が一時中断となる場面もありましたが、信濃グランセローズの選手たちの熱がこもったプレーにカメラを構えながら圧倒されていました。(成田)

き っと売れないから解体するしかない…なんて思われているかもしれない空き家が、さまざまな方法を通じて希望者とマッチングすることで、元気に生まれ変わることができるんだと今回感じました。改修をDIYされている方も多く、ピフォーアフターを見るのも楽しいですね。(松野)

家 庭読書週間をご存じですか?子どもの読書活動を習慣づけてもらえるよう、中野市では毎月家庭読書週間を実施しています。今月は図書館まつりも開催されます。読書の秋、人生を豊かにする読書を楽しんではいかがでしょうか。(西野)

公民館文化祭スケジュール

※北部公民館の文化祭は実行委員会の決定により中止です。

中央

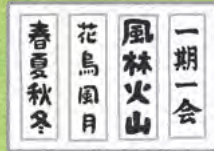
- ▶ 10月16日(日)
文化芸術協会「芸能祭」
午前10時～午後2時
会場 豊田文化センター
- ▶ 11月5日(土)・6日(日)
中央公民館利用団体作品展
午前9時～午後5時
(6日は午後4時30分まで)
- ▶ 11月6日(日)
中央公民館利用団体発表会
午後1時～4時10分
- ▶ 11月12日(土)・13日(日)
文化芸術協会「文化展」
午前9時～午後5時
(13日は午後4時まで)

西部

- ▶ 10月29日(土)
作品展、芸能発表
午前9時～午後3時
- ▶ 10月30日(日)
作品展、芸能発表
午前9時～午後2時

豊田

- ▶ 10月22日(土)
作品展
午前9時～午後5時
体験交流広場
午前10時～午後3時
- ▶ 10月23日(日)
作品展
午前9時～午後2時
音楽祭
午前9時～正午



文化
なかの

公民館報
No.211
(通巻No.743)

今月の伝言板

※「申し込み不要」の記載のないものを除き、受講には事前に**申し込みが必要**です。

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

公民館HP



中央公民館

第2回はじめての色鉛筆画教室

期日 11月19日～12月17日 全5回 毎回土曜日
時間 午前9時～正午
内容 色鉛筆で写実画を描きましょう。
講師 田中 健太郎さん
定員 市内在住または在勤の方 12人
(新規受講生を優先)
持ち物 24色以上の油性色鉛筆、鉛筆(2B)、30cmの定規
材料費 600円
申し込み 10月12日(水)～

フルーツカッティング講座

期日 10月29日(土)
時間 午前10時～11時30分
内容 果物のカッティング技術を学びます。
講師 青木 律子さん
定員 市内在住または在勤の方、市内在住の小中学生親子 15人
持ち物 ペティナイフ(お持ちの方)、エプロン、バンドナ、持ち帰り用のタッパー、飲料水
材料費 500円、中学生以下300円

中野市中央公民館シニア大学【一般公開講座】 『清貧の思想』のベストセラー作家 中野孝次の信州暮らし

期日 11月17日(木)
時間 午後2時～3時30分
講師 近代文学研究者 堀井 正子さん
定員 市内在住または在勤の方 30人
持ち物 筆記用具
申し込み 10月11日(火)～

豊田公民館

笠倉・琵琶島トレッキング

期日 10月27日(木)
(雨天時 10月28日(金)振替開催)
時間 午前9時～正午
内容 地域の歴史、新橋の工事現場など景色を楽しみながら歩きましょう。
講師 田子 晴夫さん、割田 辰夫さん
定員 市内在住または在勤の方 15人
持ち物 雨具、飲み物、おやつ、マスク
申し込み 10月11日(火)～



豊田公民館文化講演会

日本3百名山ひと筆書きの旅 ～僕が歩き続けられた理由～

入場無料

12月17日(土) 定員 450人

時間 午後2時～3時30分(1時開場)
会場 豊田文化センター ホール



講師 田中 陽希さん

プロアドベンチャーレーサー。2014年、前人未到の挑戦として、南は屋久島、北は利尻島までの「日本百名山ひと筆書き～Great Traverse～」7800kmの旅を208日と11時間で達成。その後、二百名山、三百名山と挑戦を重ね、「日本3百名山ひと筆書き～Great Traverse3～」を2021年8月2日に完遂させた。

豊田公民館へ電話または電子申請からお申し込みください。

中野市民先行受付
10月12日(水)～



一般受付
11月9日(水)～



西部公民館

生き・いき教室

期日 11月11日～2023年3月3日
全5回 毎週金曜日
時間 午後1時30分～3時
内容 11月11日 茶道のたしなみ
12月9日 AED講習会
1月13日 邦楽の調べ
2月10日 バレンタインコンサート
3月3日 ゲートボールを楽しむ
定員 各回25人(11月のみ20人)

リラックスヨーガ 第2期

期日 11月14日、21日、28日、
12月5日、12日
全5回 毎月曜日
時間 午後1時30分～3時
内容 ヨガで身体の調子を整えましょう。
講師 黒岩 あずささん
定員 20人
持ち物 ヨガマットかバスタオル、タオル、水分補給の飲料水



北部公民館

みんないきいき!

生きがい大学～第1・2回～

日時 11月2日(水)、18日(金)
2日 午後1時30分～3時30分
18日 午後1時30分～3時
内容 2日 映画鑑賞会
18日 信州大学出前講座
「意思決定と経済の心理学」
信州大学准教授 田村 徳至さん
定員 市内在住または在勤のおおむね60歳以上の方 30人
申し込み 10月12日(水)～
※生きがい大学は全10回を予定しています。



大人のギター教室

期日 11月7日、14日、21日、28日、
12月5日
全5回 毎月曜日
時間 午後1時30分～3時
内容 青春時代の懐かしい曲をギターで演奏してみませんか。初心者から経験者まで歓迎。
講師 保科 智幸さん
定員 市内在住または在勤の方 10人
申し込み 10月11日(火)～



「第18回中野市図書館まつり」を開催します

※詳しくは9ページをご覧ください。

図書館だより

Nakano City Library Information 

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 10月13日、20日、27日
(各回木曜日)

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 10月18日(火)、11月8日(火)

時間 午前11時~11時30分

開館時間 (休館：月曜日、毎月最終金曜日)

•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 ☎0269(26)5841

市立図書館



図書館花の会のご紹介

図書館花の会は図書館の環境美化を目的とした花のボランティアとして2001(平成13)年に発足しました。その後、03(平成15)年に正式名称を現在の「図書館花の会」としました。

現在は、市の「花のまちづくり」に賛同し、正面玄関側の花壇の花々の植栽から草取り、水やりといった作業のすべてを担ってくださっています。

また、春の「こどものとしょかんまつり」、秋の「図書館まつり」でも花苗を無料で配布していただき、図書館行事を盛り上げるためにご協力いただいています。

ご来館の際は、図書館花の会の皆さんが丹精込めて育てた花々をお楽しみください。



ビデオ上映会 としょかんプチ☆キネマ

あらいぐまラスカル 完結版
上映日時 10月16日(日) 午後2時~

イミテーション・ゲーム エニグマと天才数学者の秘密
上映日時 10月19日(水) 午前10時~

ふるさとに生きる 3
上映日時 11月2日(水) 午前10時~

会場 市立図書館2階AVホール

今日の新书推荐



学校では教えてくれない超ディープな数学の教科書

著/難波博之
SBクリエイティブ

なぜ三角定規は30°と45°の2種類なのか、なぜ「マイナス×マイナス」はプラスなのか。先生と生徒の会話形式でわかりやすく教えてくれる。



こっそり楽しむうんこ化石の世界

著/土屋健
技術評論社

うんこも化石になる!? 動物本体の化石は「姿を知る」手がかりで、うんこの化石は「生き様を知る」手がかりとなる。古生物たちの最期をうんこ化石から推理する。

作家刑事毒島の嘲笑
(中山七里)

弧蝶の城
(桜木紫乃)

一年3セットの服で生きる
(あきやあさみ)

寝ても覚めてもアザラン救助隊
(岡崎雅子)

食べられる草ハンドブック
(森昭彦)

行動経済学
(阿部誠)

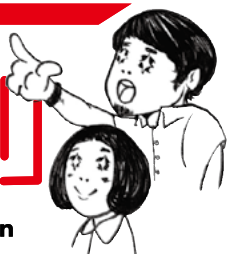
土偶手帳 新版
(譽田亜紀子)

★読書や読み聞かせをとおして、本に親しみましょう。

毎月「家庭読書週間」を実施しています。 10月の実施期間 10月23日(日)~29日(土)

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・70歳以上は無料

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

\ check /



文化 10月のワークショップ情報

日時 | 10月10日(月祝) 午前10時～午後2時

Welcome!!



北信濃ふるさと公園で開催されるオータムフェアに合わせて、博物館でもワークショップを開催します。気軽に作れるワークショップを、ぜひお試しください。

ワークショップメニュー

- ▶ 勾玉づくり 参加費400円
- ▶ 貼る！飾る！博物館うちわ 参加費150円



歴史 展示解説

場所・常設展示室 ※観覧料が必要です



かわらけ ～人と人をつなぐ土器～

常設展示室で展示解説を行います。常設展の中世展示(鎌倉・室町・戦国時代)のリニューアルを機に、展示品の魅力を掘り下げます。第2回は、武士たちが宴会で使った土器「かわらけ」を取り上げます。

日時 10月23日(日) 午後2時～3時

講師 学芸員 柳生 俊樹

定員 20人程度

※予約が必要ですので、博物館にお電話ください。

歴史 エントランス展示資料の入替

観覧無料

エントランスで展示している民俗資料の一部を入れ替えます。たくさんの収蔵品の中から少しずつ展示替えしながら紹介します。今回も触れることができる展示がありますので、昔の道具に触れ、動きや感触を確かめてみてください。

さてこのシルエットは一体なんの道具でしょう？答えは博物館でご確認ください。



Column

秋は楽しい季節

暑い夏が終わり、涼しい時期になりました。青々しい植物たちも、徐々に秋色に変わっていきます。秋も深くなればリースづくりの材料になる、松ぼっくりやどんぐりを拾うことができます。落ちた栗のイガを拾い煮出して光沢のあるシルクを染めれば、透明感のある金色に染めることができます。真っ赤な実をつけた植物や熟した木の実を食べにくる小鳥、不思議な形や色のキノコなどさまざまなものを観察することのできる季節です。今年は2年ぶりに北信濃ふるさと森文化公園のオータムフェアが開催され、博物館周辺もより賑やかになりそうです。自然に囲まれた公園で、秋を楽しみましょう。

★プラネタリウム投影情報

午前11時～	午後1時30分～	午後3時～
土日 10月10日(月祝) ・忍たま乱太郎の宇宙大冒険 月ウサギがクレーターをかけるの段	・アステリアと星の道しるべ	・忍たま乱太郎の宇宙大冒険 月ウサギがクレーターをかけるの段

©感染症対策のため、土日祝日の各種団体利用を制限しています。
 ★各回ごと定員30人 ※当日先着順

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・70歳以上は無料



Planetarium



地域の未来を照らすみなさんをご紹介します。

キラリ★中野のチカラ No. 98

高丘ゆるゴミ拾い部

2021年発足。現在12人のメンバーで活動しており、高丘地区でのゴミ拾い活動を行っている。



普段使っている道や家から見える範囲、そして自分の足元にゴミがあるよ、ってことに目を向けてもらえたらいいなと思います。

広報なかの

10月号

中野市役所

TEL 0269-22-2111
FAX 0269-26-0349

〒383-8614 長野県中野市三好町一丁目3番19号
Eメール info@city.nakano.nagano.jp

公式サイト https://www.city.nakano.nagano.jp/
2022年10月5日発行 発行 中野市 編集 総務部庶務課 印刷 高嶺堂印刷所

- 1・2/9月25日に開催したTAKAOKA市場では多くの参加者とゴミ拾いを行った。
- 3/参加者が拾った路上に落ちていたゴミ



「最後に二人に、活動への思いを伺った。「この活動を通じて世界を変えようとかそんな大きなことは全然考えていなくて。こういう活動を発信することで地域が盛り上がり、それがゴミを意識するきっかけになってくれたらうれしいです。ゴミ拾いをして一週間後にはまたゴミが落ちていなんてこともあるんです。なので、普段通学・通勤に使っている道や家から見える範囲、そして自分の足元にゴミがあるよってことに目を向けてもらえたらいいなと思います。」

「買物する時に、これは資源になるかなとかゴミになっちゃうかなって考えるようになりましたね。あとは、一緒にゴミ拾いをして子どもが道路に落ちていたゴミとかに敏感になりました。一回ゴミ拾いを経験したら、ポイ捨てなんてできなくなると思いますよ。」

「基本的には、それぞれソロで自分の都合がいい時にゴミ拾いをするのが主な活動になります。ゴミ拾い活動の状況を共有できるスマートフォンアプリがあってそれで活動報告していますね。他にも、ゴミ拾いと併せて音楽会や縁日などの地域を盛り上げるイベントなども行っています。」

「生懸命に、キツキツに活動するんじゃないくて、ゆるく長く楽しく活動できるように『ゆるゴミ拾い部』と命名しました。」と話してくれたのは、高丘ゆるゴミ拾い部の発起人となった今井伴子さんと湯出川恵里子さん。もともとはそれぞれ個人的にゴミ拾いを行っていたが、環境活動に関する講演を聞いたことがきっかけとなり、高丘ゆるゴミ拾い部を発足した。高丘ゆるゴミ拾い部では、普段どのような活動をしているのか伺った。



2100系 「スノーモンキー」チョコQ 3名様

プレゼント提供者

長野電鉄株式会社

〒380-0833
長野市権堂町2201
☎ 026(248)6000



北信地域の地方私鉄として、中野市を始め沿線のお客様の通勤通学の足としての使命と、沿線の観光地を訪れるお客様の輸送の使命を担っています



応募方法

住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名、参考になった記事などを書いてご応募ください。

※当選はプレゼントの通知をもって代えさせていただきます。

締め切り 10月21日(金)必着

〈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。

〈Eメールの場合〉

koho@city.nakano.nagano.jp 宛

〈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



応募フォーム

