

広報

2024(令和6年)

なかの

4

No.229

— 特集 —

笠倉壁田橋が 開通しました



ページ

03	特集 笠倉壁田橋が開通しました	
07	眼光未来に徹す(市長コラム) / 新規補助金事業が始まります	
08	2024年度 中野市一般会計当初予算	
10	中野市生活就労支援センター/ 高齢者肺炎球菌ワクチン/ 後期高齢者医療制度の保険料率	
11	市民会館リノベーション情報	
12	職員人事	
13	2024年度 中野市職員採用試験	
14	わくわく Work / 公営温泉施設民間譲渡後の営業/ 納税通知書は必ずご確認を!	
15	被災地支援活動状況/ 旧山田家住宅が開館しました	
16	活き生き!健康メモ/保健だより	
17	健康ポイントアプリ/ 母子保健新事業/シニア情報	
18	子育て案内/わが家のアイドル	
20	まちかどトピックス	
22	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	

市役所 “ちょっとした”美術館 春 ~ 2024

春を感じるつるしかざりや絵画などを市役所に展示します。

場所 市役所本庁舎 各階

期間 4月15日(月)~26日(金) ※平日のみ
(午前8時30分~午後5時15分)

問 企画財政課 ☎(22)2111 (内線222)

人口の動き

人口:40,772人 (-39)
男:19,846人 (-23)
女:20,926人 (-16)
世帯数:16,126戸 (+7)

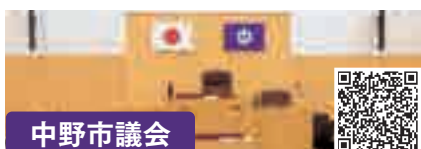
【2024年3月1日現在】

※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。
カタログ ポケット



※本紙に掲載した写真・イラストなどの著作権は、著作者に帰属します。個々の写真、イラストなどの二次利用をご希望の方はご相談ください。



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



3月25日に開通した笠倉壁田橋。アーチの色は『縹色(はなだいろ)』と呼ばれる藍染めの中間色で、日本の伝統色とされています。

笠倉壁田橋が開通しました

問 都市建設課 ☎ (22)2111(内線305)

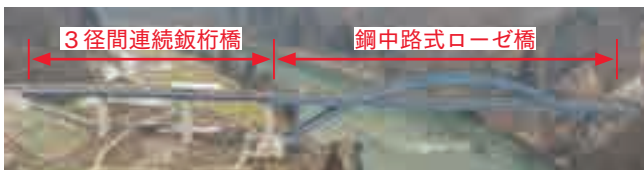
3月25日に一般県道豊田中野線全線および笠倉壁田橋の開通式が行われました
 この事業の起こりは、1986（昭和61）年度にまでさかのぼります
 約39年の時を経て、ついに開通した笠倉壁田橋
 今回の特集では、完成までの歩みに加え、橋の概要や開通式の様子をお伝えします



DATA

かさぐらへきだはし
笠倉壁田橋

橋長 265m (鋼中路式ローゼ橋:159m
 3径間連続鈹桁橋:106m)



一般県道豊田中野線

延長 1,810m※笠倉壁田橋を含む
 道路幅員 車道: 6m、歩道: 片側2.5m





事業の概要

笠倉壁田橋を含む一般県道豊田中野線は、起点を笠倉側の旧国道117号交差点、終点を壁田側の国道292号壁田交差点までの約1.8kmを事業区間としています。

開通したことで、豊田地域と中野地域の往来がスムーズになり、渋滞緩和や生活利便性の向上、自然災害の際に緊急車両が迅速に通行できるため、防災機能も向上します。

2016

起点から420mまで供用開始。
笠倉壁田橋の設計を開始。

2019

橋台・橋脚建設および
橋梁の下部工事に着手。

2023

道路となる部分に床版を設置。

2024

笠倉壁田橋が完成。
標識設置や道路舗装を実施。

2017

景観検討委員会で橋梁の色が
「はなだ色」に決定。

2022

全ての橋脚・橋台が完成。引き続き、
ケーブルクレーンでアーチ架設を開始。
アーチの架設後、補剛桁ほごうげの架設を開始。



▲7月からアーチの架設が開始。
1部品の設置には1日を要し、約2
カ月で架設が完了。



▲「補剛桁」は舗装の下にある鋼製の床組。自動車の荷重を支えるほか、橋の剛性を補う機能もある。



▲補剛桁の架設後、床版を設置し、笠倉壁田橋が完成。開通に向け、道路舗装が開始された。



3/25
開通

笠倉壁田橋

完成までの歩み

事業のはじまり

これまで、豊田地域と中野地域の往来は笠倉壁田橋から上下流それぞれ5 kmほど離れた上今井橋または古牧橋を渡るしかなかったため、1986（昭和61）年度に新たな道路を作ることが検討され、1995（平成7）年度まで旧中野市と旧豊田村独自で事業が進められました。

その後、県がこの事業を引き継ぎ、2007（平成19）年度には国の交付金事業として事業化されました。

2007

交付金事業として事業化。
地質調査、道路設計などを進める。

2009

笠倉側の本工事に着手。

2012

壁田側の地元説明会を経て、
用地測量を実施。

2008

笠倉側の地元説明会を経て用地測量
や用地立会を実施。

2011

琵琶島遺跡（笠倉側）の
発掘調査を実施。

2014

壁田城址の埋蔵文化財
試掘調査を実施。

中野市ならではの工夫も…！

アーチ部を含めて見映えがする橋となった
笠倉壁田橋。

道路面の上部には落雪やつらら対策のため
横桁を設置しておらず、積雪が多い中野市な
らではの工夫もされています。



R4.7



R4.8



R4.9



R4.10



R4.11



祝 一般県道 豊田中野線・笠倉壁田橋 開通



一般県道豊田中野線・笠倉壁田橋開通式

開通にあたって

事業化から約18年の歳月を経て、ここに一般県道豊田中野線の全線および笠倉壁田橋の開通を迎えることができました。

貴重な土地をご提供いただいた皆さま、対策委員会、一般県道豊田中野線建設促進期成同盟会、地元関係区ならびに中野市の皆さま、そして橋梁や道路の工事を引き受けていただいた施工業者の皆さま、その他の関係する全ての皆さまのご協力に深く感謝申し上げます。



北信建設事務所
せき かずのり
関 一規 所長

交通安全祈願祭



▲出席者全員で今後の交通安全を祈願しました。

三世代家族渡り初め



▲橋の永続の願いを込めた三世代家族渡り初めには、笠倉区と壁田区のご家族二組が参加しました。

この橋が完成したことで、中野地域へのアクセスが良くなり、とてもうれしく思っています。



おおさか
笠倉区 大澤 さんご家族

ようやく完成し、感慨深く感じています。家族でたくさん利用していきたいと思えます。



しぶかわ
壁田区 渋川 さんご家族



題字：湯本隆英



▲ HUBLICでは市内外から多くの家族が交流を行っています。

第9回 安心子育て・縁を紡ぐ^{えにし}

新年度がスタートし、黄色の帽子と真新しいランドセルを背負った子どもたちを見かけます。おかげ様で、新中野市は、誕生から20年目を迎えます。

新中野市となった翌年2006(平成18)年の出生数は404人、合計特殊出生率1.53でした。それに対し、2022(令和4)年は216人のお子さんが生まれ、合計特殊出生率は1.25となり、2023(令和5)年の出生数は210人となりました。

約18年前と比較すると1年間で生まれるお子さんの数は半減。合計特殊出生率も全国1.26、県1.43と中野市はいずれも下回っています。

コロナ禍の影響により高齢者人口が日本の総人口の30%以上となり、社会課題が発生すると言われている、いわゆる「2035年問題」が前倒しとなり、この少子化を加速させている「静かな有事」が進んでいます。少子化の減少傾向への対策を行うことが大切です。

さて、HUBLICが、オープンして1年が経過し、市内外から約4万人を超えるお子さん連れのご家族にご利用いただいております。タカギセイコーふるさとパーク、ソソラホール、整備中のアーチェリー場など、新たに整備した拠点施設を活用し、子どもからお年寄りまで住んでみたい中野市を目指しています。更なる「縁」をつなぐため、皆さまの知恵が必要であると感じています。

今回の見通し

中野市長 湯本隆英



未来を見据え、多くの「縁」をつなぐ

新規補助金事業が始まります

各事業の詳細については市公式ホームページをご覧ください。



熱意応援します補助金

市では、協働による地域づくりの推進を図るため、自主的、主体的に取り組む地域の力を生み出す市民活動団体を支援します。事前相談も受け付けていますので、お気軽にお問合せください。

募集期間 4月15日(月)～5月17日(金)

交付金額

- ①重点テーマに該当する団体は、対象経費の5分の4以内で限度額30万円
 - ②上記に該当しない団体は、対象経費の4分の3以内で限度額30万円
- ただし、特に優れた事業と認める場合は、補助率が10分の9まで引き上げられます。

問申 市民協働推進室 ☎(22)2111(内線 455)



中野市小・中学生スポーツ活動事業補助金

市内在住の小中学生のスポーツ振興を図るため大会参加費について補助を行います。(学校教育活動を除く)

対象

市内に活動拠点がある団体に所属する市内在住の小・中学生
※補助を希望される団体は事業着手前にお問い合わせください。

交付金額

大会参加費の2分の1以内(限度額1万円/人)

問申 文化スポーツ振興課 ☎(22)2111(内線 364)



中野市カルチャー・アート活動応援補助金

市内の施設において団体が開催する音楽、演劇、舞踊、美術、その他文化芸術に関する催しを開催する活動について補助を行います。

※公共施設、民間施設の別は問いません。

募集期限 5月31日(金)

交付金額

対象経費の2分の1以内(限度額10万円)

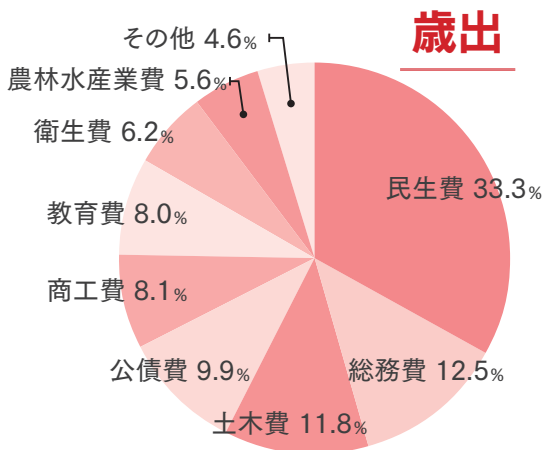
問申 文化スポーツ振興課 ☎(22)2111(内線 394)



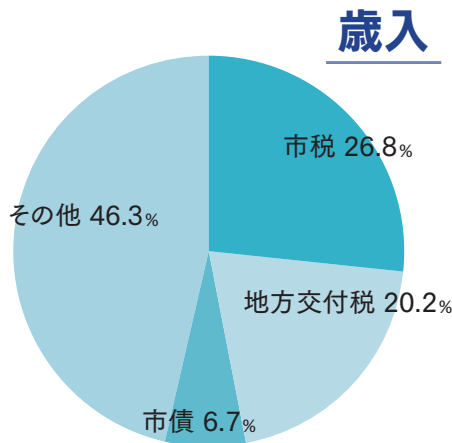
一般会計 **247**億円

前年度当初比 \searrow -5.2%(13億6,400万円の減)

2024年度予算は、第2次中野市総合計画後期基本計画の3年目となり、最終年度を前にして、計画に掲げた施策の実現や目標達成を視野に入れた施策を推進し、総合計画に掲げた将来都市像「緑豊かなふるさと文化が香る元気なまち」の実現を念頭に置きつつ伝統を踏まえながら、新しい発想や手法も取り入れ、「キラリと光る中野市」づくりを一層推進する予算としました。



- | 区分 | 金額 | 前年度比 |
|------------------------------------|--------------------|------|
| 民生費 82億円 \nearrow 15.6% | 障がい者・高齢者・児童支援などの経費 | |
| 総務費 31億円 \searrow 47.0% | 庁舎の管理や市税の徴収などの経費 | |
| 土木費 29億円 \searrow 8.4% | 道路や公園整備などの経費 | |
| 公債費 25億円 \nearrow 1.9% | 市債の返済経費 | |
| 商工費 20億円 \nearrow 9.7% | 観光施設や商工業振興などの経費 | |
| 教育費 20億円 \nearrow 8.0% | 学校教育や生涯学習などの経費 | |
| 衛生費 15億円 \nearrow 3.6% | 健康管理やごみ処理などの経費 | |
| 農林水産業費 14億円 \nearrow 8.3% | 農林水産業振興、農道整備などの経費 | |



- | 区分 | 金額 | 前年度比 |
|-----------------------------------|-------------------|------|
| 市税 66億円 \searrow 1.3% | 皆さんが中野市に収める税金 | |
| 地方交付税 50億円 \searrow 2.0% | 国から配分される税金 | |
| 市債 17億円 \searrow 57.5% | 事業実施のため国などから借りるお金 | |

資源活用ゼロ予算事業

財政状況が厳しさを増す中で、事業予算を使わずに今ある設備や人材を最大限に活用し、本来業務とはひと味違った事業を展開していきます。

- ・お出かけ市長室
～まちづくり意見交換会の開催～
- ・教育相談コーディネーターによる不登校児童・生徒支援
- ・高齢者向けスマホ講習会の開催
- ・起業・事業拡大支援チームの設置
- ・YouTube活用による情報発信 など

問 企画財政課 2111(内線21)

特別会計名	予算額	前年度比
国民健康保険事業	50億1,364万円	\searrow 7.5%
後期高齢者医療事業	7億2,091万円	\nearrow 14.9%
介護保険事業	49億5,854万円	\nearrow 1.0%
倭財産区事業	69万円	\nearrow 1.0%
永田財産区事業	41万円	\nearrow 15.5%
中野財産区事業	134万円	\searrow 2.8%
計	106億9,553万円	\searrow 2.4%

特別会計・企業会計 予算

企業会計名	予算額	前年度比
下水道事業	42億776万円	\searrow 4.7%
水道事業	24億3,030万円	\nearrow 31.8%



縁から発信する中野市の魅力

縁で生まれる交流・関係人口

2023年度には、中山晋平先生を題材とした映画公開の記念事業、高野辰之博士作詞の唱歌誕生110周年の記念事業や、ソソラホール開館の記念事業を展開し、ソソラホールでは本市出身の作曲家、久石譲さんによるコンサートを開催するほか、同じく本市出身の漫画家、宮島礼吏さんとの「タイアッププロモーション戦略事業」を展開するなど、市で紡がれてきた縁そしてこれから紡がれる縁により、市の魅力ある取り組みを国内外に効果的に発信し、交流人口および関係人口の創出・拡大を促進し、地域の活性化を図ります。

また、個人の縁だけでなく、企業立地の促進や雇用機会を創出し、地域の活性化を図り、そこから税収の増加につながるよう、企業に対する助成事業によるインセンティブを広く周知していきます。



撮影:スタジオ写真 和田庄平



撮影:スタジオ写真 和田庄平

▲ ソソラホール大ホール(左)、ソソラストリート(右)

災害に備える

令和6年能登半島地震を受けて、多目的に活用できるブルーシートなどを追加備蓄し、パレットやかご台車などを購入し、備蓄品の保管環境の最適化に努め、災害時には迅速な搬出入が行えるよう取り組みます。

新たに導入する「地域情報配信システム」では、災害情報の伝達手段としての役割も担い、市民の皆さんは、スマホを活用することで、逃すことなく正確かつ迅速に災害情報を受け取れるようになります。

また、住宅では、安全性向上のため、耐震改修費の補助を継続させ、農業では、風雪被害に備え、耐候性のあるハウスや果樹棚などの整備費の補助を新たに行い、道路や水路では、浸水被害などに備え、引き続き計画的に補修や整備などを行い、災害に備えたまちづくりを推進します。



▲ブルーシート
▶かご台車



予算のポイント

—— 安心子育て・縁を紡ぐ ——

子育て支援の拡大、膨らむ安心

学校給食費を最大6割軽減に拡大

2023年度で3割から5割軽減にした市内小中学校の児童生徒の給食費を、物価高騰に伴う学校給食費の単価見直しに対応し、さらに実質最大6割軽減にすることで、保護者の経済的負担の軽減を図り、より一層子育て施策を充実します。



この他に、従来0歳から15歳までが対象であった医療費給付は、対象年齢を18歳まで拡大します。

また、子どもの出生前の段階から、葉酸サプリメントの提供や生活環境の変化に対応する知識などの習得機会の提供など、子育ての不安を減少できるように支援します。保育園では、遊戯室にも空調設備を設置し園児が安心して快適に遊べる環境を整え、23年度に整備したDX環境を保護者の利便性の向上と保育士の負担軽減のため引き続き活用を図り、より良い保育環境につなげます。

つながる多様性・新たな縁を生む

選択できる第3の居場所、誰にでも

不登校の児童・生徒が安心して過ごせる居場所として利用できるよう、フリースクールの利用料の一部を補助します。

「図書館リニューアル整備事業」として、遊具などを置いた見守りと交流ができる“動”の空間と、仕事や勉強を集中してできる“静”の空間を作り、小さい子どもを連れた子育て世代を含め、幅広い世代が集える居場所を創出します。

子ども以外でも、eスポーツを活用して誰でも集える場所、高齢者の外出・交流できる場所を創出する「多世代交流可能な3rdプレイス創出事業」を展開し、また、障がい者が利用できるアーチェリー場の整備を引き続き進め、さまざまな人がつながり、新たな縁となる機会を提供することで、地域の支え合いを促進し、市民一人ひとりがつながり、国内外ともつながるまちづくりを目指します。



▲アーチェリー場完成イメージ

高齢者肺炎球菌ワクチンの対象年齢などが変わります

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線368)

4月1日から、高齢者肺炎球菌ワクチンの対象年齢が変わり、接種に係る自己負担額が変更になりました。

【定期接種】

対象者 接種を受ける日に65歳の方または60～64歳の一定の障がい有者方(※)で、過去に肺炎球菌のワクチン接種を受けたことがない方

(※)心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障がい有者方

自己負担額 2,000円

予診票 65歳の誕生日の翌月に送付します

【任意接種】

対象者 接種を受ける日に66歳以上で過去5年以内に肺炎球菌のワクチン接種を受けたことがない方(任意接種で2回目以降の方は、主治医とご相談ください)

自己負担額 約5,000円

(医療機関によって異なります)

予診票 接種を希望される方は予診票を送付しますので、健康づくり課までご連絡ください。

中野市生活就労支援センターの窓口が変わります

問 福祉課 ☎(22)2111(内線456)

4月1日から、中野市生活就労支援センター(愛称:まいさば中野)の中野市社会福祉協議会への委託に伴い、相談窓口が同協議会となりました。

相談窓口(委託先)

中野市社会福祉協議会

(西条70-1 中野市福祉ふれあいセンター内)

電話番号

(38)0097(直通)



中野市生活就労支援センターでは、生活が困窮している方へ自立に向けた支援を行います。

生活保護のような経済的給付ではなく、相談者の課題を把握し、社会保障制度などを活用した課題解決を相談者と共に行う人的支援が中心となっています。一人で悩まず、まずはご相談ください。

▶詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP

後期高齢者医療制度の保険料率が変わりました

問 市民課 ☎(22)2111(内線304)

4月から後期高齢者医療制度の保険料率が下記のとおり変わりました。



—	2022・23年度	2024・25年度	備考
均等割額	40,907円	⇒ 44,365円	—
所得割額	8.43%	⇒ 9.45%	24年度は、基礎控除後の総所得金額などが58万円以下の場合8.56%
賦課限度額	66万円	⇒ 80万円	24年度は、1949年3月31日以前に生まれた方、障害認定の方は73万円

保険料の軽減

世帯内の被保険者と世帯主の前年の総所得金額等を合計した額	軽減割合(軽減後の均等割額)
	2024・25年度
43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の場合	7割軽減 (13,309円/年)
43万円+(29.5万円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の場合	5割軽減 (22,182円/年)
43万円+(54.5万円×世帯の被保険者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の場合	2割軽減 (35,492円/年)

▼詳しくは長野県後期高齢者医療広域連合のホームページをご覧ください。



中野市市民会館 ソソラホール リノベーション情報 Vol. 24



ソソラホール SNS 開設しました



instagram



Facebook



問申 文化スポーツ振興課 ☎(22)2111 (内線394・395)

現在の進捗度 **リノベーション工事了!**
5月リニューアルオープン!

ソソラホールの内覧会を開催します

リニューアルオープンするソソラホールを皆さんにお披露目します。大ホールや小ホール、舞台などを見学できます。どなたでもご来場いただけますので、お気軽にお越しください。

日時 5月1日(水)

時間 午前10時～午後4時

場所 市民会館ソソラホール

▶1月に行われた市民会館利用説明会の様子



ソソラホールオープニングイベント決定!

詳細は決定次第お知らせします。

■ **中野市総合文化祭** 6月22日(土)・23日(日)

■ **中野市民音楽祭** 7月15日(月祝)・8月31日(土)

■ **中山晋平映画上映会** 9月

■ **久石 譲 凱旋公演 新日本フィルハーモニー交響楽団 特別演奏会** 9月29日(日)

中野市出身の作曲家 久石譲の指揮による新日本フィルハーモニー交響楽団のクラシックコンサート。日本を代表するチェロ奏者の宮田大との共演も予定。

■ **Musikkapelle Nagano コンサート** 10月14日(月祝)

中野市出身でドイツ在住のオーボエ奏者 藤井貴宏のもとに日本全国から集まったアマチュア演奏家・音大生によるオーケストラ。市内高校吹奏楽部も出演。

■ **麻衣 with リトルキャロル + 菊池 亮太 コンサート** 11月10日(日)

歌手で中野市音楽親善アンバサダー麻衣と自身が主催するコーラスグループ『リトルキャロル』によるコンサート。ピアニストには、ソソラホールの新ピアノ『スタインウェイD274』を選定した人気ピアニストの菊池亮太が出演。

■ **春風亭小朝独演会** 11月30日(土)

落語会をリードし続ける名手、春風亭小朝の独演会。笑い感動の渦に巻き込む話芸は必見。

■ **ソソラ市民劇場** 2025年2月～3月

演劇・ダンス・音楽のワークショップを通して市民とアーティストが舞台作品を創作して披露。関連事業として小学校へアーティストが出向き、子どもたちに演劇・ダンス・音楽などのアート体験の場を提供。

■ **成田達輝ヴァイオリン・リサイタル** 2025年3月22日(土)

数々の難関コンクールで入賞を果たし、脚光を浴び続けているヴァイオリニスト・成田達輝によるリサイタル。人気・実力ともに日本を代表するピアニスト・萩原麻未も出演予定。三井住友海上文化財団の助成により特別料金で開催。

職員人事

2024年4月1日現在の課長以上の職員と保育園長、退職者、新規採用職員は次のとおりです。(紙面の都合上、一部役職名を省略しています)

問 庶務課 ☎ (22) 2111
(内線209)



総務部 部長 栗林淳一

庶務課長 丸山賢司 / 危機管理課長 竹田章 / 企画財政課長兼公共施設マネジメント推進室長 阿藤博之 / 税務課長 峰村昌志

健康福祉部 部長 高山康代

健康づくり課長 田中勇 / 福祉課長 池田純子 / 中野、豊田社会就労センター所長 荒井喜博 / 高齢者支援課長 堀米一志

子ども部 部長 小林由美

子育て課長兼子ども相談室長 戸田修三 / 保育課長 鈴木克彦

くらしと文化部 部長 秋元正幸

生活環境課長兼市民協働推進室長兼消費生活センター所長 池田正実 / 文化スポーツ振興課長兼中山晋平記念館長兼高野辰之記念館長 丸山晃 / 市民課長 野村博 / 人権・男女共同参画課長兼中野、豊田人権センター館長 神田幸一

経済部 部長 太田敦

農業振興課長 有賀裕介 / 商工観光課長 小林浩

建設水道部 部長 石川雅之

都市建設課長 頓所勲 / 上下水道課長 小林英哉

消防部 部長 柴本賢司

消防課長 芋川利幸

会計課 会計課長兼会計管理者 竹内和彦

教育委員会 教育次長 柴本清天

学校教育課長 小橋俊樹 / 南部、北部学校給食センター所長 大沢英樹 / 生涯学習課長兼図書館長 大塚久良 / 中央、北部、西部、豊田公民館長 宮澤博之 / 博物館長 舘林弘毅

議会 事務局長 中山貴弘

事務局次長 上野聡志

監査委員 事務局長 高木一也

選挙管理委員会 (併) 書記長 高木一也

農業委員会 事務局長 小林雄一

保育園

平野保育園長 黒岩文子 / 松川保育園長 池田陽子 / 高丘保育園長 萩原広美 / たかやしる保育園長 上倉真希 / さくら保育園長 富岡幸子 / ひまわり保育園長 小橋真己 / みなみ保育園長 清水みどり / ひらおか保育園長 町田理恵 / とよた保育園長 下田美香

派遣

北信広域連合 池田俊哉 / 岳南広域消防組合 矢野浩美 / 中野市社会福祉協議会 豊田和広

新規採用

根本真美 (税務課) (再採用) / 徳武昇 (税務課) / 西原光佑 (税務課) / 有賀未来 (福祉課) / 清水捺央 (高齢者支援課) / 穂積史歩 (松川保育園) / 平林和佳菜 (市民課) / 澤田智弥 (農業振興課) / 雲晴香 (商工観光課) / 北原貴利 (都市建設課) / 酒井涼太 (都市建設課) / 倉石倭子 (学校教育課)

退職

土屋龍昭 (建設水道部長) / 宮嶋清 (高齢者支援課長) / 宮嶋香代子 (市民課長) / 水野佑一 (生活環境課長補佐兼環境係長) / 小橋矢寿子 (さくら保育園長 (再任用)) / 青木広江 (みなみ保育園) / 滝沢久美子 (北信保健衛生施設組合) / 松野寛史 (子育て課) / 西澤早織 (さくら保育園) / 中島茉衣 (平野保育園)

市の組織改正

問 庶務課 ☎ (22) 2111 (内線211)

4月1日から、下記のとおり市の組織を改正しました。



改正前	改正後
建設水道部	建設水道部
道路河川課	都市建設課
都市計画課	上下水道課
上下水道課	

2024年度 (2025年採用) 中野市 職員採用 試験

受付期間 **5月10日(金)まで**

第1次試験 **6月2日(日)**

市公式HP



問 庶務課 ☎ (22) 2111 (内線213)



大学卒業 程度	区分	受験資格 ※詳しい資格要件は受験案内をご確認ください		採用予定 人員
		生年月日	資格要件など	
	行政	1994年4月2日～ 2003年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 大学卒業程度の学力を有する者 2024年5月1日現在、中野市に住民登録してあり市内に居住している者、または本人が進学・就職などにより現在中野市を離れているが、以前に市内に居住していた者（中野市に住民登録があった者） 	若干名

短大卒業 程度	区分	受験資格 ※詳しい資格要件は受験案内をご確認ください		採用予定 人員
		生年月日	資格要件など	
	保育士	1996年4月2日～ 2005年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 保育士の資格を有し、保育士登録をしている者（採用日の前日までに当該資格を取得し、保育士登録申請をする見込みの者を含む） 	若干名

みなみ保育園

山田保育士(入庁2年目)

子どもたちの笑顔に元気をもらい、日々成長していく姿を身近で感じながら自分も成長できるこの仕事に私はやりがいを感じています！



市民課

酒井主事(入庁3年目)

国民健康保険業務を担当しています。責任のある業務が多く、その分、やりがいをもって働いています。将来皆さんと共に働くことを楽しみにしています！





わくわくWork

Vol. 28

今回お伺いしたのは
株式会社 協栄テクノス



所在地:三ツ和462-1
電話番号:(26)2015
代表者:代表取締役
樋口 健吾
従業員数:10人
業種:印刷事業



紙表面の凸凹模様を表現する、型押し・箔押し。○や☆などの型を作って押し出す型抜き加工。一から開発するオリジナルケース制作などの技術を『E-Technology』と呼んでおり、技術力、発想力、デザイン・販促展開力に自信があります。

オフセット印刷、グラビア印刷、オンデマンド印刷に加え、独自の凸印刷特殊加工技術を生かし、さまざまなシール&パッケージ製造ニーズにお応えしています。

1974年からシール・ラベル印刷事業を開始し、お客様の製品を個性ある商品にするお手伝いをしています。

どんな企業ですか？

特徴や魅力を教えてください！

わくわくWorker



なかの
中野 さん(仮名)
(飯山市・入社2年目)

お客様の製品により大きな価値と魅力を付加できるよう、日々、試行錯誤しています。いまだに奥が深いこの仕事にはやりがいを感じているところです。現在、弊社で力を入れている「手提げ袋」に関わる業務には、お客様の声に応えられるよう向上心を持って取り組んでいきたいと思ひます。

とある仕事の日のスケジュール



納税通知書は必ずご確認を！

問 税務課 ☎(22)2111(内線228)

4月中旬から新年度の納税通知書が届き始めます。納税通知書には納付書が同封されていることがありますので、必ず内容の確認をお願いします。

納税通知書が届いたら☺☹☺を確認！



- 登録口座の記載の有無
- 納付書同封の有無
- 課税内容、税額、納期限
- 口座残高(口座振替の方のみ)

納期限までに納付がないと滞納となり、督促状の発送後、滞納処分の対象となります。

よくある事例

「口座登録をしてある」と思い込み、納期限まで納付がなく、結果的に滞納となり、督促状が届いてから初めて気付いた。



※固定資産税などは、登記変更などにより、今まで登録していた口座が引き継がれないことがあります。

公営温泉施設

民間譲渡後の営業について

問 商工観光課 ☎(22)2111(内線259)

4月1日に民間事業者に譲渡した施設の営業形態をご紹介します。

4月23日(水) OPEN予定 湯の駅 ぽんぽこの湯

旧:間山温泉公園(ぽんぽこの湯)

営業時間 午前10時~午後9時

定休日 毎週木曜日

料金	中学生以上	小学生	幼児
平日	550円	350円	無料
土日祝	650円	450円	

お問い合わせ ☎(23) 2686



4月20日(土) OPEN予定

まだらおの湯

旧:斑尾高原体験交流施設(まだらおの湯)

営業時間 午前10時~午後9時

定休日 毎週火曜日

料金 大人:500円、12歳未満:250円

お問い合わせ ☎(38) 3000



被災地支援活動状況

職員を派遣し、行っている被災地支援活動の状況についてお知らせします。(3月27日現在)



水道管の漏水調査および復旧支援 ▶

期間	支援内容	人員
2月19日～23日	漏水調査・復旧支援	2人
3月25日～28日	給水支援	3人

期間	支援内容	人員
3月7日～11日	廃棄物処理にかかる事務支援	1人

期間	支援内容	人員
3月5日～8日	下水道管渠の被害調査	2人

被災地の早期復興のため、市では引き続き、県や県内各市町村と連携しながら支援を継続し、実施します。

問 危機管理課 ☎(22)2111(内線285)

◀ 避難所運営などの支援

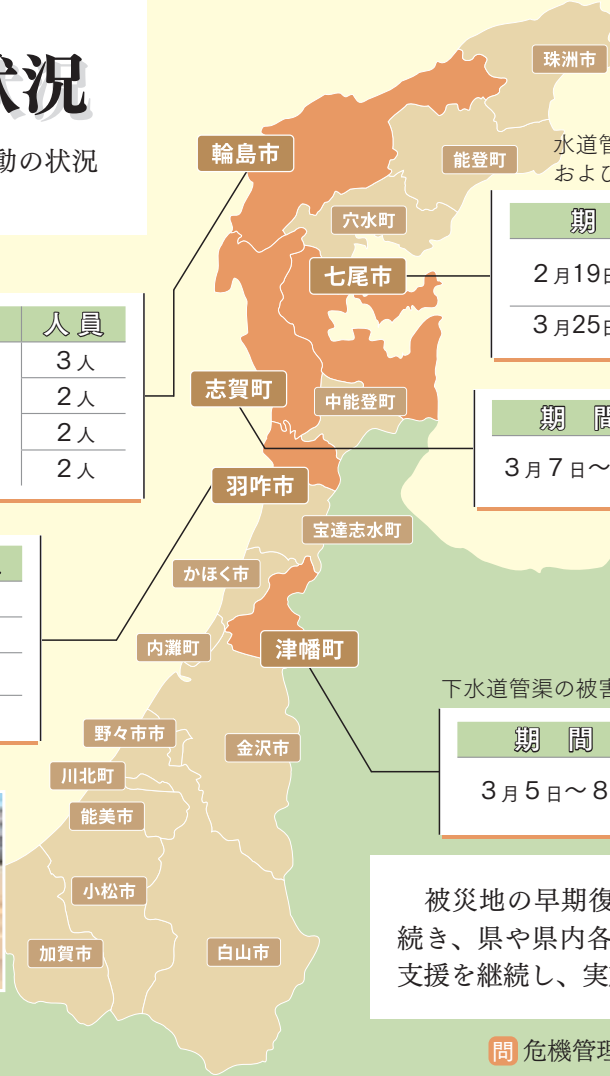
期間	支援内容	人員
1月16日～19日	避難所運営支援	3人
1月24日～27日		2人
2月21日～24日		2人
2月29日～3月3日		2人

期間	支援内容	人員
1月13日～15日	給水支援	3人
1月20日～25日	下水道管渠の被害調査	2人
2月9日～13日	被害調査	2人
2月12日～17日	家屋調査	2人

▼ 給水車による応援給水



▲ 家屋の被害認定調査



問 旧山田家住宅 ☎(23)2955

旧山田家住宅が開館しました

改修工事で休館していた旧山田家住宅が4月1日から開館しました。

国の登録有形文化財に登録されている建造物のほか、庭園や展示室の観覧や座敷などを使用することができます。

市公式HP



[開館時間] 午前10時～午後4時 [貸館時間] 午前10時～午後3時 [休館日] 毎週火曜日

[観覧料] 一般300(240)円、高校生以下150(120)円 ※()は団体(20人～)料金

[使用料] 奥座敷・新座敷など 1室600円/2時間、庭園2,000円/2時間

観覧および各施設の使用を希望される場合、事前に予約が必要です。ご連絡ください。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



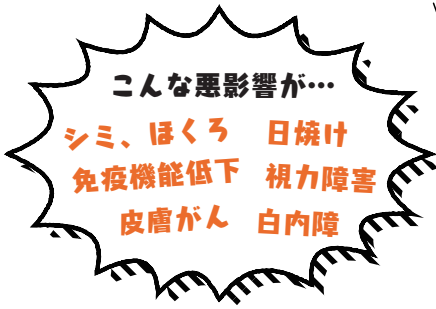
新座敷



庭園

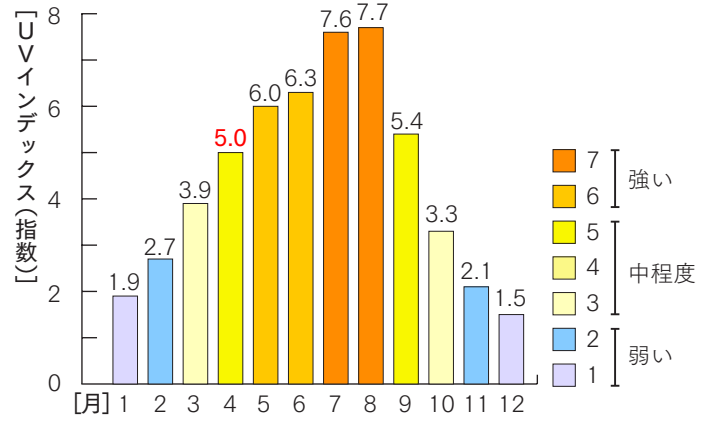
悔るなかれ、UV 春の紫外線

紫外線は骨の健康維持や免疫機能の向上に必要なビタミンDを作ってくれるなど良い面もありますが、浴びすぎると健康に悪影響を及ぼすことがあります。



紫外線＝夏のイメージが強いですが、晴れの日はもちろん、曇っていても室内にいても年中降り注いでいます。また、紫外線は春からどんどん増えていきます。乾燥や花粉症などにより春は肌が弱くなっているため早めの対策をしましょう。

2023年長野県の紫外線の強さ（月平均値）



紫外線対策6つのポイント！

日焼けしてからの肌のお手入れでは、日焼けの痛みは抑えられても、長期的な健康被害を予防できません。予防するためには紫外線を浴びすぎないようにすることが重要です。

- ① 紫外線の強い時間帯(午前10時～午後2時)を避ける
- ② 外にいるときは日陰を利用する
- ③ 日傘を使う、帽子をかぶる
- ④ 袖や襟のついた衣服で体を覆う
- ⑤ サングラスをかける
- ⑥ 日焼け止めを上手に使う



問 申 健康づくり課 ☎(22) 2111(内線242)

▼保健だより

こころの健康相談

こころに関するさまざまな相談に個別に応じます。(無料・予約制) 秘密は固くお守りします。

期日 4月15日(月)
時間 午後2時～4時
会場 中野保健センター

※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。
※都合により、健康・福祉カレンダーの日程から変更になっています。

健康相談

保健師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

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

歯周疾患検診

対象者には受診券をお送りします。市内の歯科医院に予約のうえ、お早めに受診してください。

期間 12月31日(火)まで
対象者 20・30・40・45・50・55・60・65・70歳の方

受診料 500円
※20歳・70歳の方は無料です。

2024年度尿中塩分摂取推計量検査について

4月より尿中塩分摂取推計量検査の申し込みを開始します。詳細については健康づくり課までお問い合わせください。

実施期間 5月から2025年3月末まで

中野市国民健康保険の特定健診について

受診率の向上のため、今年度より、受診資格のある方全員に「健診のご案内」を配布します。

お住まいの地区健診の2週間前までにお届けしますので、生活習慣病の予防・早期発見のために、積極的な受診をお勧めします。

骨髄バンクドナー助成

公益財団法人日本骨髄バンクに登録し、骨髄などを提供したドナーと当該ドナーが勤務する事業所に対し、助成しています。

助成額 ドナー 2万円/日
事業所 1万円/日

※最大10日分まで

母子保健新事業を スタートします

問申 健康づくり課 ☎(22) 2111(内線388)



低所得世帯の妊婦に対する 初回産科受診料を助成します

低所得世帯の妊婦が、産科医療機関などを受診して妊娠の判定検査に要した初回の費用に対し、10,000円を上限に助成します。

対象者

- ・住民税非課税世帯に属する方または住民税非課税世帯と同等の所得水準の世帯である方
- ・4月1日以降に妊娠判定のために産科医療機関などを受診し、初回受診日から申請日まで中野市に住民登録がある方

健康をこどもにつなぐ 葉酸サプリメントを給付します

葉酸は女性の健康を考えるうえで、生涯を通して必要となり、特に妊娠前から授乳期は非妊娠時より多く摂取する必要があります。

4月1日以降の婚姻届出時にご希望の方に葉酸サプリメントをプレゼントします。

オプションル新生児スクリーニング 検査費用を助成します

「原発性免疫不全症」「脊髄性筋萎縮症」を対象にした「オプションル新生児スクリーニング検査」の費用を助成します。該当となる方には別途ご案内します。

対象者 4月1日以降に生まれた新生児など

健康 ポイントアプリ



問 健康づくり課 ☎(22) 2111(内線242)

期間

2025年
1月31日まで

取組
締め切り

2025年
1月31日

対象

16歳以上
の中野市民

自主的に健康づくりに取り組むことで、ポイントを貯めて特典と交換することができます。

特典 1 健康づくりポイント5,000ポイント以上集めると
2,000円分商品券が当たる!!

特典 2 ウォーキングミッションに参加して
クリアしたらお食事券などが当たる!

定期的にウォーキングミッションが開催されます

アプリについて詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

健康記録応援事業を開始します

専用の記録用紙に歩数と血圧を記入して、景品に応募できる事業です。詳しくは健康づくり課へお問い合わせください。

行ってみよう! やってみよう! シニア情報



体調チェック、手指消毒、マスク着用などの感染症対策をお願いします。

※さんさん講座以外は、申し込みが必要となります。 問 高齢者支援課 ☎(22)2111(内線366・389)

みんなでなっちょ! 体操出前講座

①体操講座

月に1回程度定期的に活動する団体に、効果的な体操や脳トレなどを体験してもらい、終了後も継続できるようサポートをします。

実施回数 4回

②グループ支援

体験講座の修了者や運動の自主グループに対し、講師を派遣し活動をサポートします。

実施回数 年2回

介護支援ボランティアの 登録者を募集しています

ボランティア活動を通じて、地域貢献や社会活動に参加することで、高齢者の方がより健康で生きがいのある暮らしを送ることを目的としています。
※65歳以上の方が行ったボランティア活動にポイントを付与し、特典(市内の特産品や検診無料券)と交換します。

4月から認知症カフェが 立ち上がりました

"カフェひだまり"

開催日 毎月第3土曜日

時間 午前9時30分~11時30分

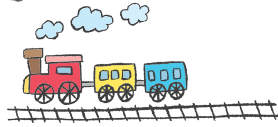
住所 立ヶ花739-41

参加を希望される方は高齢者支援課までお問い合わせください。



子育て案内

教室など 育児教室



問 健康づくり課 ☎0269(22)2111(内線388・385)

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	4月23日(火)	2023年12月生
7カ月児健診	4月24日(水)	2023年8月生
1歳6カ月児健診	4月26日(金)	2022年9月生
2歳児健診	4月22日(月)	2022年3月生
3歳児健診	4月25日(木)	2021年3月生

歯っぴー親子むし歯予防教室

日時・会場	内容
4月18日(木) 午前10時～11時30分 中野保健センター	<ul style="list-style-type: none"> フッ素の話と仕上げ磨きの実施 おやつの話と試食 個別相談
※対象年齢 <u>1.6歳～2歳未満</u>	
詳しい内容・Web予約はこちら	

日時・会場	対象児・内容	Web予約
4月16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) ※フェイスタオルをお持ちください。	
4月17日(水) 午後1時15分～3時30分 中野保健センター	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 ・絵本の読み聞かせ(図書館司書の話)	

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
5月11日(土) 午前9時30分～11時30分 中野保健センター	妊娠・分娩の経過と日常生活で気をつけたいこと、妊産婦の食事・栄養、沐浴体験、お父さんの妊婦体験、個別相談	

もうすぐパパママ教室

2024年度からパパ向けの教室を開催します!

この教室は、パパの子育てに関する悩み相談、情報交換、子育ての方法などを学ぶ場です。先輩パパの体験談を通して子育てのヒントやコツが得られるようサポートさせていただきます。

パパの調理実習もあり、ママも一緒に試食できます。調理実習中は、ママ同士の交流もできます。

今年度は2回の開催予定で、妊娠中のママとそのパパが参加できます。ぜひご参加ください。

日程については、広報やホームページ、アプリでお知らせします。



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





市内の支援センターを紹介するよ!

子育て支援センターをご紹介します

中央子育て支援センター(りんごっこ)

住所 西一丁目1-7
電話番号 (22)2259
対象者 乳幼児(0歳~就学前)
※保護者の付き添いが必要です
利用料金 無料
利用時間 午前9時~午後5時
休業日 火曜日、12月29日から翌年1月3日
その他 市外の方もご利用いただけるようになりました。



豊田子育て支援センター(うさぎっ子)

住所 豊津2514-1
電話番号 (22)1638
対象者 乳幼児(0歳~就学前)
※保護者の付き添いが必要です
利用料金 無料
利用時間 午前9時~午後5時
休業日 日・水曜日、祝日、12月29日から翌年1月3日
その他 市外の方もご利用いただけるようになりました。



HUBLIC

住所 壁田1572 電話番号 (38)1197
対象者 0歳~18歳の児童およびその保護者
利用料金 無料
利用時間 午前9時~午後5時
休業日 金曜日、12月29日から翌年1月3日



中野児童センター

住所 中央2丁目1-27
電話番号 (26)1260
対象者 乳幼児(0歳~就学前)
※保護者の付き添いが必要です
利用料金 無料
利用時間 午前9時30分~午後0時30分
休業日 土・日曜日、祝日、12月29日~翌年1月3日、小学校の休業日(春・夏・冬休みなど)
対象者 児童(小学1~6年生)
利用料金 無料
利用時間 午前9時30分~午後6時
休業日 日曜日、祝日、12月29日~翌年1月3日



子育て支援センターたまご

住所 東山1134-4(ひよこ保育園内)
電話番号 (22)6292
対象者 乳幼児(0歳~就学前)
※保護者の付き添いが必要です
利用料金 無料
利用時間 午前9時30分~午後0時30分
午後1時30分~3時30分
休業日 土・日曜日・祝日



平野児童センター

住所 岩船43
電話番号 (26)5219
※対象者などは中野児童センターと同一



みやげ よしえ
三宅 佳恵さん (2歳)
我が家のアイドルよっちゃん。
強く優しく育てね。



市内在住の小学校就学前のお子さんを募集しています。
右の二次元バーコードからご応募ください。

問 庶務課 ☎0269(22)2111 (内線212)



ながさわ りん
長澤 凛さん (1歳)
毎日幸せをくれてありがとう!
いっぱい食べて元気に育ってね。



なましま たろう
成島 維狼さん (1歳)
ナイススマイル!
ベントウ乗ってたくさんお散歩行こうね!





「ふるさと」作詞 高野辰之 / 作曲 阿部直二

暮らいの 情報掲示板

○ 4・5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

4/6 (土)	■ 中野写真クラブ写真展 会中野陣屋・県庁記念館 期4月22日(月)まで
4/17 (水)	■ ノルディックウォーキング「朝ノル」 会市民体育館前 Pick up イベント③
4/25 (木)	■ 小古井嘉幸「春から夏の山菜写真展」 会中野陣屋・県庁記念館 期5月13日(月)まで
4/27 (土)	■ 「故郷」のふるさと音楽会 会高野辰之記念館 Pick up イベント①
5/2 (木)	■ 池田憲一郎制作組み木の節句人形展 会中野陣屋・県庁記念館 期5月31日(金)まで
5/3 (金)祝	■ 「ハーモニー」コンサート 会中野陣屋・県庁記念館
5/14 (火)	■ ノルディックウォーキング 会市役所周辺 Pick up イベント③
5/16 (木)	■ 湯本祐一・佐藤計佐二写真展 会中野陣屋・県庁記念館 期6月3日(月)まで
5/19 (日)	■ グリーンコンサート 会中山晋平記念館 Pick up イベント②

開催中	■ 第18回土人形の里信州なかの土人形 絵付けコンテスト作品展示会 会中野陣屋・県庁記念館 期4月11日(木)まで
	■ 企画展「不易流行 奈良由起夫展」 会日本土人形資料館 期12月28日(出)まで



◀ 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。

ご寄付ありがとうございました

問 申 庶務課 (内線400)

中野市農業共同組合 (三好町1)
 代表理事組合長 望月 隆 様
 児童用傘 340 本
 管内小学校の新入学児童への祝品として

中野ライオンズクラブ (中央1)
 会長 丸谷 弘幸 様
 新入学児童交通安全帽子 390 個
 交通安全のため

市川 典子 様 (七瀬)
 絵画 4 点 教育振興のため

勝山 正美 様・勝山 剛頼 様 (長野市)
 アップルパイ 3,550 個
 りんごジュース 5,520 本
 市内の子どもたちに地元産加工品を
 味わってもらうため

明日はきのこを食べようプロジェクト
 協議会 (片塩) 会長 古屋 健太 様
 絵本 75 冊
 市内の児童にきのこの魅力を伝えるため

リサイクルかわらばん

市民の皆さんの不用品・必需品
 を掲載しています。



無償で譲ります

湯たんぽ / 和だんす / 子ども用自転車 /
 作業用ゴーグル / 学習机 (椅子付き)

無償で譲ってください

縁側台 / ワードプロセッサー / 風呂釜 /
 薪ストーブ / 二段ベッド / そり

問 中野市消費生活センター ☎ (22) 2201

○ Pick up イベント



**唱歌「故郷」「朧月夜」
誕生110周年記念
「故郷」のふるさと音楽会**

問申 高野辰之記念館 ☎(38) 3070

▶「故郷」のふるさととして、高野辰之博士が日々本人の心情を歌い込んだ歌唱などを演奏します。



日時 4月27日(土) 午後1時30分
会場 高野辰之記念館
内容 リード・オルガンによる高野辰之の唱歌
メドレーなど
出演 桜木クララさん 定員 70人
入場料 一般500円、高校生以下250円
申込方法 電話
申込期間 4月13日(土)～26日(金)



**晋平メロディを歌い継ぐ
グリーンコンサート**

問申 中山晋平記念館 ☎(22) 7050

▶110周年を迎えた中山晋平作曲「カチューシャの唄」をはじめとして、さまざまな曲を演奏します。電話にてお申し込みください。



日時 5月19日(日) 午後2時～3時30分
会場 中山晋平記念館第一展示室
出演 トリコロレ
小橋麻美さん(ソプラノ)、瀧澤ヒトミさん(ピアノ)・早川育さん(フルート)
入場料 一般500円、高校生以下250円
※未就学児は入場できません
申込期間 4月20日(土)～5月18日(土)



**初心者大歓迎
ノルディックウォーキング**

問申 文化スポーツ振興課 ☎(22) 2111 (内線364)

▶期間内の途中参加も大歓迎です。気持ちよく体を動かすことができます。ポールも無料貸し出しを行います。



期日 5月14日(火)、21日(火)、28日(火)、
6月4日(火)、11日(火) (全5回)
時間 午後6時30分～8時
会場 市役所周辺
参加料 100円/回 (毎回徴収)
申込期限 4月30日(火)



ノルディックウォーキング「朝ノル」

期日 4月17日(水)、6月19日(水)、
8月21日(水)、10月16日(水) (全4回)
時間 午前6時30分～7時30分
会場 (4月・8月) 市民体育館前
(6月・10月) 市立博物館前
参加料 無料 (事前申し込み不要)



今なら高く売れます! 金 プラチナ ダイヤモンド
売るなら地価買取価格No.1を目指すゴールドノア **査定 無料**
西友中野駅前店にて営業中!

OK 即日OK 即日OK 即日OK
即日OK 即日OK 即日OK
即日OK 即日OK 即日OK

ブランド品 高価買取いたします

女性スタッフが対応いたします。お買い得ついでにまずは査定だけでも!

ゴールドノア中野店 ☎080-3020-6166

Produce 01J 有機栽培株式会社
〒383-0024
群馬県立+30211
TEL.0759-26-2097

「暮らしの質を高める」しずきんお塾
もぎ建ておうち塾

暮らしの質を高める。しずきんお塾。暮らしの質を高める。しずきんお塾。暮らしの質を高める。しずきんお塾。

暮らしの質を高める。しずきんお塾。暮らしの質を高める。しずきんお塾。暮らしの質を高める。しずきんお塾。

暮らしの質を高める。しずきんお塾。暮らしの質を高める。しずきんお塾。暮らしの質を高める。しずきんお塾。

お知らせ



ミニジョブカフェ 個別相談会

問申 商工観光課(内線258)

ミニジョブカフェ個別相談会では、ジョブカフェ信州から派遣されるキャリアコンサルタントからマンツーマンによる実践的なアドバイスが受けられます。

開催日 毎月第2火曜日

時間 ①午後1時30分～2時20分

②午後2時30分～3時20分

③午後3時30分～4時20分

会場 市役所

対象 おおむね45歳までの求職者

定員 1日3人

相談費用 無料

申込期限 相談希望

日の3開庁日前



児童扶養手当、特別児童 扶養手当の受給申請

問申 福祉課(内線298)

児童扶養手当、特別児童扶養手当を受給するためには、手続きが必要ですが、受給資格があっても申請しないと受給できないため、ご注意ください。

対象者

・児童扶養手当

父母が離婚や死亡した児童、または母が重度の障がいのある児童、婚姻によらないで生まれた児童などを養育している方

・特別児童扶養手当

精神や身体に中度以上の障がいがある児童を養育している方

※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。



臨時特別給付金の 申請期限を延長します

問申 福祉課(内線306)

住民税非課税世帯などに対して支給している臨時特別給付金の支給申請期限を延長します。

支給額 1世帯あたり7万円

申請方法 対象の方には確認書を送付済みです。必要事項をご記入

のうえ返送してください。

申請期限 5月31日(金)

※詳しくは、市公式

ホームページをご覧ください。



福祉医療費給付金支給決定 通知書を簡略化します

問申 福祉課(内線276・298)

4月より福祉医療費給付金支給決定通知書の送付を行わないため、支給額は口座への振込額でご確認ください。

※高額介護合算療養費制度などにより払い戻しがある場合、福祉医療費給付金を返還いただくことがあります。



第4次中野市地域福祉計画・ 第3次中野市障がい者計画を 策定しました

問申 福祉課(内線298・462)

今回策定した計画に基づき、地域の福祉に共通して取り組む事項、包括的な体制整備など今後の地域福祉を推進します。

また、障がいのある方の地域生活の支援、社会参加の促進などサービス基盤の充実を推進します。パブリックコメントの実施結果ご意見はありませんでした。

計画の閲覧場所

福祉課、豊田庁舎豊田窓口係、市公式ホームページ



人生の大切なひとときの為に… **ジェイエー・アップル樹葬祭会員**

エンジェル 会員募集

皆様の終活をサポート。安心、お得な特典が充実

入会金
5,000円

年会費
不要

特典1 葬儀代金の総額より**5%割引**(火葬ともしびプランは対象外)

特典2 法事代金の総額より**3%割引**(会場利用規定)

特典3 シャボン玉館別館の安置室利用代金より**5,000円割引**

特典4 **5,000円分のご利用券** 3枚(有効期限ご入会から1年)

JA定期預金式のエンジェルに加入の方は永久会員のため、特典は累積しお受け頂けます。

JA虹のホール **シャボン玉館**

中野市大字吉田519

年中無休・24時間対応

TEL 0269-26-1122

0120-511-393

TEL 0269-26-1122

市の職員が講師となつて、市で行っている仕事を説明します。今年度は68のメニューを用意しています。市民の方が5人以上で行う会合や研修会などご利用いただけますので、日程などお気軽にご相談ください。



☁️ 中野まなび塾を
ご活用ください
☎ 生涯学習課(内線423)

ついていませんか？ 命を守る「住宅用火災警報器」

☎ 岳南広域消防組合中野消防署 ☎(22)3386

- 全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務化されています。
- 住宅用火災警報器は火災による逃げ遅れを減らす大きな効果があります。
- 住宅用火災警報器の寿命の目安は10年とされています。10年を目安に電池の交換や機器の取り換えをしましょう。また、定期的に動作確認をしましょう。



介護保険料が変わります

☎ 高齢者支援課 (内線365)

介護保険制度の持続可能性を確保し、サービスを必要とする方に必要なサービスが提供されるよう、4月より次のとおり介護保険料が変更となります。

2024~26年度の介護保険料基準額
69,360円(年額)

※保険料額は所得段階によって金額が異なります。7月以降に被保険者(65歳以上)の皆さんへ保険料額の「決定通知書」をお送りします。



中野市老人福祉計画・ 第9期介護保険事業計画を策定しました

本計画は、高齢者やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らすため、高齢者福祉事業、地域支援事業および介護サービスを適切に提供していくことを目的として策定したものです。

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



本計画に基づき、市民の主体的なスポーツ活動および健康づくり運動を支援し、本市のスポーツ行政を推進します。
パブリックコメントの実施結果
ご意見はありませんでした。
計画の閲覧場所
文化スポーツ振興課、
豊田庁舎豊田窓口係、
市公式ホームページ



☁️ 第3次中野市スポーツ推進
計画を策定しました
☎ 文化スポーツ振興課(内線364)

「健康寿命の延伸、健康格差の縮小」を目的とした中野市健康づくり計画「なかの健康ライフプラン21(第3次)および中野市食育推進計画(第4次)を策定しました。
パブリックコメントの実施結果
ご意見はありませんでした。
計画の閲覧場所
健康づくり課、豊田庁舎豊田窓口係、市公式ホームページ



☁️ 中野市健康づくり計画・中野市
食育推進計画を策定しました
☎ 健康づくり課(内線368)

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」
お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎ 026-214-3681

結婚相談所ムスベル

募集



水道事業運営審議会委員

問申 上下水道課(内線280)

水道事業、公共下水道事業および農業集落排水事業の運営に関する審議を行うため、中野市水道事業運営審議会の公募委員を募集します。

募集人数 若干名

任期 委嘱日から2年間

応募資格 市内に住所を有し、平日の昼間の会議に出席できる18歳以上の方

申込期限 4月19日(金)



防衛省から学生募集

問申 自衛隊長野地方協力本部

長野地域事務所

☎026(235)6026

募集区分

- ・第1回キャリア採用幹部
- ・技術陸・海・空曹

申込期限 5月17日(金)

※受験資格や試験日など詳しくは、自衛隊長野地方協力本部までお問い合わせください。



スポーツ教室参加者

問申 中野市体育協会 ☎(26)3572

●初心者硬式テニス教室(全8回)

期日 5月7日～7月9日の毎週
火曜日※6月18日、7月2日除く

時間 午後7時30分～9時30分

会場 市営テニスコート

対象 高校生以上の方

申込期限 4月30日(火)

●初心者弓道教室(全10回)

期日 5月15日～7月24日の毎週
水曜日※7月3日除く

時間 午後8時～9時30分

会場 中野市弓道場

対象 市内在住・在勤・在学の高
生以上の方

申込期限 5月8日(水)

※受講料はともに2000円



ふれあい農園利用者

問申 農業振興課(内線406)

対象 市内在住の農家以外の方

区画数 ・西条 59区画
・大俣 53区画

・東吉田 35区画

年間使用料 1区画1500円

※空き区画の状況な

ど詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市営住宅入居者

問申 都市建設課(内線358)

現在空きがある住宅と5月から7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。

抽選日時 4月25日(木)
午後1時30分

抽選会場 市役所2階会議室21

選考方法 公開抽選で順位を決定

申込期限 4月15日(月)

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



資源物の日曜回収

問 生活環境課 ☎(22)2111(内線458)

日時 4月28日(日) 午前10時～午後1時

会場 新鮮屋オタギリ

回収品目

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

【次回予定】

5月26日(日) ユー・パレット中野西店

イオン 中野店

買取のまるよし

捨てないで! こんなお品物も大歓迎です!

- 石が取れたり、壊れているアクセサリ
- サイズが合わない指輪
- 名前の入ったアクセサリ
- 金歯や万年筆のペン先などの金製品
- ガラス割れ・変色・サビなどOK! 壊れたブランド時計
- 傷があったり、使い込んだブランドバッグ
- 書き損じたハガキ
- 余った年賀状

洋酒買取 ご自宅で飲まずにしまっただけの未開封のウイスキー・ブランデー・ワインなど箱がなくとも買取いたします!

☎0269-27-4886 中野市大字一丁目252-1(イオン中野店内1F) [営業時間]10:00～19:00 年中無休

デザインから印刷 豊かな表現を形にします

- 一環書籍
- データ入力・加工
- 分冊帳
- 印刷代行サービス
- デザイン(チラシ・ポスター・名刺・封筒・封入封筒)

有限会社 レアドーク

中野市大字全井字八幡 104-3
TEL:0269-26-7790 FAX:0269-26-7892

私の夢はみんなを笑顔にするネイリストになることです。
理由はいつでも手もとは見えていて、つめがきれいだったらモチベーションが上がるからです。ネイリストになるために休日はマニキュアをして、たまにネイルチップを作って努力をしています。これからもすてきなネイリストになれるように練習を続けていきたいです。



みんなを
笑顔にする!
藤沢佳恋

(ふじさわ かれん・高社小学校5年)

夢

No.224

フードドライブ

☎中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111

日時 5月7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
未開封で常温保存が可能な食品
(生鮮食品、酒類を除く)

年金

学生納付特例制度の 申請は毎年度必要です!

国民年金には、学生で所得が一定以下の場合、保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。学生納付特例を受けた期間は、年金額には反映されませんが、受給資格期間に算入されます。

なお、特例制度の利用開始から10年以内であれば、追納により将来受け取る年金額を満額に近づけることができます。

●新たに特例を受けたい方

「年金手帳または番号通知書」、「学生証の両面の写し(または在学証明書の原本)」をお持ちのうえ、市民課または長野南年金事務所で手続きをしてください。

※20歳前での手続きはできません。

●引き続き特例を受けたい方

前年度に学生納付特例を承認され、今年度も引き続き同じ学校に在学する方は、4月上旬頃に送付されるはがきに必要事項を記入のうえご返送ください。

☎長野南年金事務所 ☎026(227)1284
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

編集後記

3年間広報担当としてお世話になりましたが4月をもって異動となりました。カメラを片手に市内を駆け回り、時には県外へも撮影に行った時間は本当に貴重な経験でした。新しい職場でもアンテナを高く頑張ります。今までありがとうございました。(成田)

行政相談	①期日 4月10日(水) 時間 午前9時～11時 会場 市役所2階面談室 ②期日 5月10日(金) 時間 午前9時～11時 会場 豊田庁舎第4会議室	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 福祉ふれあいセンター	
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 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 中野市ふるさとハローワーク(中央公民館1階)	中野市ふるさとハローワーク ☎(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 ☎(23)0214
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

ふるさと歴史探訪～春～

期日 5月15日、22日、6月5日、12日
(全4回 毎回水曜日)

時間 午前9時30分～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。
※現地までマイクロバスで移動
します。

講師 第1回 土屋 積さん
第2回 高木 元治さん
第3回 生涯学習課 柳生 俊樹
第4回 寺島 正友さん

定員 25人 **持ち物** 飲み物

申し込み 4月10日(水) 午前9時～
12日(金) 午後5時
(申し込みが多数の場合、抽選
定員に達しない場合、期間延長)

脳トレ&健康体操講座

期日 5月14日、21日、28日、6月4日、
18日、25日(全6回 毎回火曜日)

時間 午前10時～11時30分

内容 脳トレと適度な運動で健康を
維持しましょう。

講師 春原 輝明さん **定員** 30人

持ち物 飲み物、タオル、筆記用具

申し込み 4月16日(火) 午前9時～

ギャラリー展示 市民書道展

期間 4月30日(火)まで

内容 受賞作品の展示



※「申し込み不要」の記載のないものを除き、受講には事前に電話での申し込みが必要。また、受講の申し込みは、原則市内在住・在勤の方を優先とします。

文化なかの

公民館HP



お知らせ

2023年度
分館報コンクール受賞分館

- 最優秀賞** 間山
- 優秀賞** 赤岩、栗和田、竹原
- 努力賞** 東笠原、西条、金井、東町、穴田
- 中野市公民館長賞** 上小田中、東吉田

不都合な、余りに不都合な

ふるさとの歴史

小館の高梨氏館跡で出土した陶器片。水や酒などを貯える大甕の口縁の破片である。褐色の器肌や硬く焼きしまった質感。福井県北西部、丹生郡越前町一帯で焼かれた越前焼で間違いない。越前焼は、鎌倉時代以降、壺、甕、すり鉢などの日常雑器が日本海沿岸を中心に広く流通した。同じ北陸の珠洲焼に比べると影が薄い。北信地方にも入っている。高梨氏館跡で出土した本例は、形態的な特徴から見て、16世紀後半のものであろう。

えっ、16世紀後半だと!?

以前にも紹介したように、高梨氏館跡では、白磁、青磁、青花といった中国の磁器が出土している。古いものでは14世紀末、新しいものでは15世紀末から16世紀初めの特徴を示す。また、珠洲焼も出土しているが、これらも16世紀初めより新しくならないだ

ろう。珠洲焼は、15世紀末まで衰退し、流通が途絶えるからである。したがって、小館の館は、早ければ15世紀末、遅くとも16世紀前半までに廃絶した、というのが私の主張である。16世紀後半のものは、鎌倉時代以降、壺、甕、あれば、それが成り立たないではないか。

不都合な資料だが、少量だし、いつそ見なかったことにしたいぐらいである。小さな破片もあなどれないといひ続けてきた口で、それはいけない。反省。改めて検討したい。



▲越前焼大甕の口縁部破片
高梨氏館跡出土 (16世紀後半)

柳生俊樹
生涯学習課学芸員



北部公民館 ☎ (26) 0677

スポーツ吹矢ところと体もとのう東洋医学入門講座

期日 5月27日、6月10日、24日、7月8日(全4回 毎月曜日)
時間 午前10時～正午 内容 スポーツ吹矢の体験と東洋医学に関する健康講座を行います。
講師 中嶋 研二さん 材料費 100円(スポーツ吹矢のマウスピースをお持ちでない方)
持ち物 スポーツ吹矢のマウスピース 申し込み 4月15日(月) 午前9時～

米粉のロールケーキ作り講座

日時 5月22日(水) 午後1時30分～3時30分
内容 米粉生地のロールケーキ作りを学びます。
講師 宮下 彩花さん 定員 8人 材料費 700円 持ち物 エプロン、三角巾
申し込み 4月15日(月) 午前9時～



西部公民館 ☎ (23) 1024

母と子のすくのみ学級

期日 5月13日～12月9日(全10回 毎月曜日)
時間 午前10時30分～11時30分
内容 音楽にあわせて踊ったり、歌ったり、親子で楽しく遊びましょう。
講師 小林 寿美さん ほか 定員 未就学児とその保護者20組
申し込み 4月10日(水) 午前9時～



うた声のひびき 前編

期日 4月24日、5月22日、6月12日、7月3日(全4回 毎回水曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 懐かしの童謡唱歌をみんなで歌います。合唱の経験は問いません。
講師 片山 みや子さん ほか 定員 20人 申し込み 4月10日(水) 午前9時～

豊田公民館 ☎ (38) 2922

バラの育て方講座～鉢バラを楽しみながら、季節の手入れを学ぼう～

期日 5月8日、6月26日、9月4日、11月13日(全4回 毎回水曜日)※雨天時振替あり
時間 午前9時30分～11時 場所 豊田文化センターおよび一本木公園
内容 鉢バラを育てながら学びます。木立性新苗、花色は赤、黄、ピンクから選べます。
講師 荒井バラ園 荒井 健悟さん 定員 15人※原則全4回の受講ができる方
材料費 2,500円 持ち物 手袋、移植ゴテ 申し込み 4月10日(水) 午前9時～

豊田deノルディックウォーキング～春期～

期日 4月25日、5月9日、23日、6月6日(全4回 毎回木曜日)
時間 午前9時～10時30分
内容 2本のポールで足腰を補助し、効率よく全身運動ができます。ポールは貸し出しできます。
講師 日本ノルディックフィットネス協会ナショナルトレーナー 服部 正秋さん
定員 15人 持ち物 飲み物、タオル、雨具



第19回なかの子ども読書週間

▶わくわくスタンプラリー —スタンプを集めて としょかんガチャを回そう!—

スタンプは、借りた本の冊数分と「こどもとしょかんまつり」のイベントに参加すると貰うことができます。としょかんガチャを回すとプチプレゼントがもらえます。

スタンプを集める期間

4月23日(火)～5月12日(日)

としょかんガチャができる期間

5月11日(土)、12日(日)

※両日とも大人100、こども100ずつとなり、無くなり次第終了となります。

▶わたしのすきな本

専用に用意した紙に好きな本のタイトルを書いて色を塗り、大きなこいのぼりに貼ります。今まで募集した「わたしのすきな本」も展示します。

期間 4月23日(火)～5月12日(日)

▶こどもの本ベストリーダー

2023年の貸出数が1位から15位までの児童書を紹介します。

期間 4月23日(火)～5月30日(木)

図書館だより

Nakano City Library Information



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

市立図書館 ☎(26)5841

市立図書館



0～3歳の おはなし会



・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 4月11日、18日、25日、
5月2日(毎週木曜日)

時間 午前11時～11時15分

ビデオ上映会 としょかんプチ☆キネマ

会場 市立図書館2階 AV ホール

風光る剣 - 八嶽党秘聞 -

上映日時 4月17日(水) 午前10時～

ふるさと再生 日本の昔ばなし 桃太郎ほか

上映日時 4月21日(日) 午後2時～

坂本龍馬の生涯

上映日時 5月1日(水) 午前10時～

今日の新书推荐



大名廃業
—お取りつぶし・
お家断絶の裏側—

著/安藤優一郎
彩図社

跡継ぎがいなくて、幕府に楯突いて、藩内が分裂して…泰平の世といわれる江戸時代に大名の身分・地位を失ったさまざまな事例を紹介する。



俳句ミーツ短歌
—読み方・楽しみ方を
案内する18章—

著/堀田季何
笠間書院

俳人であり歌人でもある著者が、俳句や短歌のさまざまな側面を紹介する。誰でも「わかった気になる」1冊となっている。

人間標本
(湊かなえ)

ブラック・ショーマンと覚醒
する女たち (東野圭吾)

変な家2
(雨穴)

月と散文
(又吉直樹)

レシート探訪
(藤沢あかり)

老いたら好きに生きる
(和田秀樹)

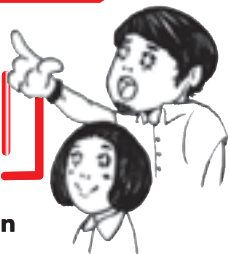
客観性の落とし穴
(村上靖彦)

★読書や読み聞かせを通して、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。4月の実施期間 4月21日(日)～27日(土)

博物館だよ

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
☎ (22) 2005
☎ (38) 1290

check /



歴史 エントランス展示 五月人形と昭和のおもちゃ



期間

4月19日(金)～6月9日(日)
端午の節句・こどもの日にちなんで、収蔵品の中から五月人形やかぶと、昭和のおもちゃを展示します。おもちゃは実際に触ることができる展示です。五月人形は、凛々しくも愛嬌のある姿が見どころです。

自然 春のほしぞらをみよう!

参加料：無料



春の星空を大型望遠鏡で覗いてみませんか。天候に恵まれれば、おとめ座のスピカといった春の一等星を望遠鏡越しで見ることができます。暖かい服装でお越しください。

日時 5月11日(土) 午後7時30分～9時

講師 信州中野天文同好会

定員 100人 ※要予約

※初めにプラネタリウム室で春の星空解説を行います。

文化 企画展 次回予告

昨年、好評いただいた絵図展の第2弾「明治初期の村絵図 150年前の信州中野II」を5月31日(土)から常設展示室特設会場で開催します。

今回は、中野市西部地区の一部(前回展示を行わなかった村)、北部地区、豊田地区を中心に展示予定です。前回とは違う地域の絵図を見ることができます。ぜひ各地区や村の特徴をご鑑賞ください。

詳細については、5月号に掲載します。お楽しみに!



国民の祝日～4月～

4月に定められている国民の祝日は、「昭和の日」(29日)です。内閣府が定めた国民の祝日のひとつで、その説明には「激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす」と記されています。

もともとは、昭和天皇の誕生日として祝日になっていました。ゴールデンウィークの連休との関係もあり、崩御後には「みどりの日」として制定され、2007年に現在の名称へと変わりました。

昭和の時代は64年間と長く、その間にはたくさんの出来事があり、平成・令和とつながっていきます。「昭和の日」は、昭和の出来事を忘れないようにみんなで思い出す日として、昭和にちなんだ遊びや食事をするのも良いかもしれません。

★ 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～
土曜日	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～	宇宙への旅	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～
日曜日	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～	アステリアと星の道しるべ	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～
GW 特別投影 5月3日(金)～6日(月)	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～

各回45分:番組(30分)+
季節ごとの星空解説番組(15分)

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



Column

Planetarium

写真家

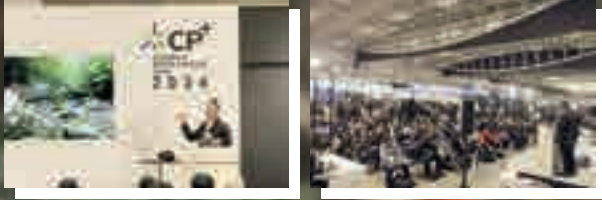
関一也

せき・かずや 中野市出身。豊富な知識をいかし、ポートレート、ウェディング、風景や物撮りなどの幅広いジャンルで写真や動画の撮影を行っており、現在、女優 木村文乃 YouTubeチャンネル「木村文乃official」の撮影も行っている。

X (旧 Twitter)



全てのチャンスは "Yes" から



写真・映像イベント『CP+2024』で開催したセミナーの様子。関さんが講師を務めるセミナーには、全国各地からカメラマンが集まる。



美

「容師になると同時に本格的に写真の活動を始めましたが、そこから数カ月たつて、将来への不安から精神的に参っていた時がありました。でも、ある時、ウェディングフォトをする機会をいただいて、その楽しさを知って以降、それをメインに活動をしていました。」と活動の発端を語ってくれた。

また、自身も得意とし、数ある作品の中でも特に目を引く星空の写真について聞いた。

「友人と星空を撮影していた時期にちょうど結婚式の前撮りで『星空と撮りたい』という依頼があつたんです。いい写真が撮れ、依頼された方も喜んでくれて、そこから『星景ポートレート』を研究しようと思った。」

こうして『星景ポートレート』の第一人者となつた関さん。実は、写真家とは別に輝かしい経歴を持つている。

「高校生から始めたアーチェリーは、大学時代にコンパウンド全日本選手権で4連覇したり、世界大会にも出場させてもらいました。今でも続けてはいますが、主に妻がやっているアーチェリーのアカデミーを手伝ったりしています。」

そんな関さんが語るカメラの魅力とは。

「全く関係のない職種の方とつながれることです。これまで、多種多様な仕事をいただいたおかげで、活動の幅が広がりました。水中撮影のためにダイビングのライセンスを取得したのもこのつながりがあつたからです。」

「全てのチャンスはYesから生まれると思っていて、『嫌だからという理由でNoは出さない』というのは自分ルールで決めているんです。今まで多くの方からいただいたチャンスがあつたからこそ今があると思っています。」

最後に今後の展望について聞いた。

「これまで、関わった方には幸せになつてほしい、何かプラスになつてほしいと思ひながら活動してきました。もちろん、これからも同じ思いで活動しますし、地元を盛り上げたいという思いもあるのですが、さまざまなイベントに関わり、中野市をさらに盛り上げるような活動がしたいです。」

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 4月24日(水)必着

〈インターネットの場合〉

スマホから二次元バーコードで簡単に応募できます。

リンク先 <https://onl.sc/PZhZNe5>

〈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

今月のプレゼント 信濃グランセローズ

選手サイン入りポスター 3名様



◀ 監督やコーチ、選手からサインをいただきました。