

広報

2016(平成28年)

# なかの

# 1

No.130

中野市は合併10周年

## Contents

広報なかの	.....	1 ~ 32
農業委員会だより	.....	33 ~ 34
ふるさと北信濃	.....	35 ~ 38
文化なかの	.....	39 ~ 44



特集 子ども議会

～私たちが考えるより良い中野市の将来～

# 新年のごあいさつ

交流・連携・協働で  
挑戦するまちづくり

穏やかな新春を迎え、皆さまにおかれましては健康にお過ごしのことと心からお慶び申し上げます。

昨年を振り返りますと、わが国の今後を決める大きな節目の年であったかと存じます。TPP（環太平洋戦略的経済連携協定）が交渉妥結となり、また、安全保障関連法案が国会にて可決されました。国内では、将来にわたって活力ある地域を維持するため、一昨年閣議決定された「まち・ひと・しごと創生総合戦略」がスタートしたことをうけ、本市においても昨年10月に「中野市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定し、元気な中野市づくりの緒に就いたところであり

ます。  
また身近なところでは、北陸新幹線飯山駅が開業し、高速道路に加え、北信

地域に高速鉄道交通が充実し、地域のポテンシャルは一段の加速をみました。このような大きな変化のなかで、本市は合併10周年を迎え、来るべき将来の中野市づくりに邁進すべく決意を新たに致した次第です。

さて、これからの地域づくりの基本は、総合戦略の指針にみることであります。

地方創生では、地方の自立に資するため、外部人材の活用や人づくりにつながる施策や、地方が主体となった、夢のある前向きな取り組みなど、地域の持続可能な施策を重視し、地方へのひと・しごとの移転・創出、プロセスよりも結果を重視するといった策定指針といえるものが示されています。また、目指すべき成果が具体的に想定され、検証等が施策展開に求められており、人財の育成、確保、そして主体的な行動を求めていると思えます。こうした動きは、変化変容の

激しさが予想されるこれからの地域社会において強く要請されています。

これまでも私は、交流・連携・協働による地域づくりを提唱してきましたが、市民が一つになつて、交流・連携・協働を基本に、将来のあるべき姿を共有し、人が集い、営み、安心して暮らせる魅力あふれるまちづくりに挑戦する中野市にしたいと思えます。

新春に臨み、本年が皆さまにとりまして幸溢れ実り多き年となりますことを祈念し、新年のごあいさつと致します。

中野市長 池田 茂



特集

# 子ども議会

～私たちが考えるより良い中野市の将来～

昨年11月19日、市役所議場において「子ども議会」を開催しました。子ども議会は、中野市の将来を担う子どもたちに、市政を身近に感じてもらうとともに、まちづくりに進んで参加する意欲を育てるため開催しています。

本年度は、日野小学校、延徳小学校、豊井小学校および永田小学校の6年生、計78人が4グループに分かれて参加し、議員となった12人の皆さんが質問・提案を行いました。

日野小学校 6年生の皆さん



議長  
池田虹乃さん (日野小)



議長  
竹内蒼依さん (延徳小)

延徳小学校 6年生の皆さん



豊井小学校 6年生の皆さん



議長  
関 蒼真さん (豊井小)



議長  
市川凌汰朗さん (永田小)

永田小学校 6年生の皆さん





## 第1グループ 20人

(日野小5人・延徳小8人)  
(豊井小4人・永田小3人)



倉石 龍 議員  
(延徳小)

街灯を増やしてほしい

《質問》 街灯を増やしてほしい理由は、小学校・中学校帰りの人たちの通る道には街灯が少ないことです。それに街灯を増やすことで不審者対策にもなると思います。特に増やしてほしいところは、細い路地や曲がり角です。それで交通事故が減ると思います。それに街灯が消えはじめているのがあるので、取り替えてほしいです。

《答弁》 池田市長

通学路などに街灯を増やすことは、皆さんが住んでいる地区の区長さんが中心となり、皆さんの要望を取りまとめて進めています。このほか、市では、白熱電球をLED電球などに替えることも推進しています。また、街灯が消えている場所を見掛けたら、家の方を通じて、地区の役員さんに連絡をしてみてください。すぐに取り替えてくれるはずです。外が暗くなると、街灯の明かりがあっても、危ない場所もあるので、交通事故や犯罪に遭わないように注意していただき、一緒に安心して安全な中野市にしていきたいです。



宮澤 真奈 議員  
(豊井小)

各教室にクーラーを設置してほしい

《質問》 教室にクーラーを設置してほしい理由は3つあります。1つ目は、夏は涼しく冬は温かくして、健康を維持することができるからです。2つ目は、適した温度で生活すると、学習するときに、より集中することができるからです。3つ目は、扇風機やストーブだと、スペースをとりますがクーラーだとスペースをあまりとらず、教室を広々と使えるからです。

《答弁》 小嶋教育長

市内にある15の小中学校では、どの学校にも保健室とコンピュータ室にはクーラーが既に設置されています。また、現在順番に、たくさんの方が使用する図書室や、窓を開けて授業することが難しい音楽室へクーラーを設置しているところがあります。しかし、市内15小中学校全ての教室にクーラーを設置するとすると、多額の費用が掛かります。今後は、学校施設の老朽化に伴う大規模な改修工事等に併せるなど、各教室へのクーラー設置を検討していきたいと考えています。



西澤 水希 議員  
(永田小)

キノコの中野市をもっと有名に

《質問》 ぼくは農業が大好きです。そんな農業の中でも、中野市はキノコ栽培で有名です。もっとアピールするために、栽培できるキノコを増やし、ジコボウやムラサキシメジなど、雑キノコといわれるキノコも栽培できたら、より有名にできると思います。さらに、キノコを使った名物料理やスイーツを開発して食べられるようにしたい。元気がなっていくと思います。

《答弁》 池田市長

雑キノコを栽培品目とすることについて、ジコボウは人工栽培が難しいとされており、ムラサキシメジの栽培は、大量生産が難しいとされています。雑キノコについては、天然で採れる時期が決まっていることが魅力であり、価値があるとされていると考えています。ご提案いただいた名物料理とスイーツの開発については、専門的な事業者と連携し開発が進められており、開発に関する取組みを支援するほか、産地からの情報発信を進めていきたいと考えています。



## 第2グループ 20人

(日野小4人・延徳小9人)  
(豊井小4人・永田小3人)



子どもたちが安心して  
過ごせる遊び場を



脇田 琉々 議員  
(日野小)

《質問》 私の家の周りには、神社や記念館などがありますが、子どもたちが遊べる遊具や施設はありません。唯一、遊べるのが東山公園や学校のグラウンドです。遊べるといっても、遊具などはとても少なく、長い時間過ごせません。私たちも安心して過ごせる公園が近くにあったらと思っています。

《答弁》 池田市長  
市内には、地域ごとに都市公園という公園が20カ所、農村公園のほか、公会堂の庭などに市や各区などで遊具を設置している広場が遊び場として考えられます。遊具が多くあるのも魅力の一つだと思いますが、遊具の少ない公園で友達と工夫して遊ぶことも良いことだと考えています。また、公園は、親子とのふれあいの場であったり、緊急避難場所としても、大事な所だと考えています。今の段階で、新しい公園を造ることは難しいので、今ある公園をより安全に安心してご利用していただければ、維持管理に努めていきます。

道にゴミをたやすく捨てる  
人がいなくなるような工夫を



徳竹 冴 議員  
(延徳小)

《質問》 私たちの小学校では、月に一度、ゴミ拾い登校を行っています。ですが、やった次の日にもタバコの吸い殻や、空き缶などのゴミが落ちています。このような状況を日常的に続いているという現実を、ゴミを捨ててしまう人に知ってほしいです。それと同時に、ゴミを捨てる人が出したゴミを、子どもたちが拾っているという現実も知ってほしいです。

《答弁》 池田市長  
徳竹さんが言うとおり、ゴミのポイ捨ては、依然として後を絶ちません。市でも、各地区の役員さんと協力して、定期的にパトロールを行い、ゴミを回収したり、ポイ捨て防止の看板を設置しているほか、学校や地域の皆さんが街をきれいにするためにやっている活動について、広報なかのなどでも紹介しています。ポイ捨てをしている人に、自分が捨てたゴミをほかの誰かが苦労して拾っていることを、もっと知ってもらえるように、今後いろいろな機会を通じて紹介できればと思っています。

タブレットを一人1台  
使えるようにしてほしい



稲田 藍 議員  
(豊井小)

《質問》 タブレットを一人1台使えるようにしてほしい1つ目の理由は、高学年になると教科書が増えとても大変ですが、タブレットがあると教科書や資料が少なく、とても便利です。2つ目の理由は、図やグラフや写真などを簡単に見ることが出来ます。3つ目の理由は、友達がタブレットを使う通信教育をやっている、課題が効率よくできるのでとても便利です。

《答弁》 小嶋教育長  
タブレット端末については、平成26年度から、順番に10台ずつ整備を始めています。稲田さんのご提案のように、一人ひとりに合った課題ができることもタブレットを使った学習の利点です。しかし、一人に1台ずつタブレットが使えるようになるには、電波が混線して使えなくなってしまうなど、いろいろな問題も考えられます。まずは少ない台数でも、友達と協力しながら使ってもらい、タブレット学習の良さを研究をして、将来は一人1台で学習できることを考えていきたいと思っています。





## 第3グループ 19人

(日野小4人・延徳小7人  
・豊井小5人・永田小3人)

### サルなどの動物の対策について



小林拓翔 議員  
(日野小)

《質問》 私たちの学校は裏山に近く、その山から野生のサルやイノシシが下りてきて畑の作物を荒らします。学校の周辺では、電気柵で畑を守っていて、低学年にとって危険になることもあると思います。自然や野生動物も大切にしたいけれど、山間地で農業する人たちの生活も守っていききたい。そのため、これからどうしていくのか、私たちに協力できることなどがあつたら、教えてください。

《答弁》 池田市長

市では、有害獣から農作物を守るため、猟友会の皆さんと協力し、わなや捕獲檻を設置したりして有害獣の駆除を実施しています。また、農地へ有害獣が侵入しないように、広域電気柵も設置していますが、電気柵には高圧の電流が流れているので、近寄らないよう十分注意し、低学年の児童にも教えてもらえるとありがたいです。更に被害が少なくなるよう、餌となる生ごみなどを農地へ捨てないよう、農家の皆さんと一緒に取り組んでもらいたいと思います。

### 中野市の観光スポットを増やしてほしい



樋口静香 議員  
(延徳小)

《質問》 中野市には、観光スポットが少な過ぎると思います。有名になるような観光スポットとして、私たちの延徳小学校の周りにも新保豊田神社のクヌギや、桜沢の八生のカヤなどがあります。ほかにも新しい観光スポットとして、山に「自然」をテーマにしたアスレチックを作ってみてはどうでしょうか。検討お願いします。

《答弁》 池田市長

中野市には、日本人形資料館、中山晋平記念館、高野辰之記念館や、一本木公園など、多くの方に訪れていただける施設のほか、キノコやブドウ、中野市生まれのリング「秋映」など、多くの特産品があります。市内には、観光施設文化施設など、多くの施設がありますので、今のところ新しく観光施設などを造る計画はありませんが、新保豊田神社のクヌギのほか、市内には文化財も多数あり、そこを巡っていたりすることも本市の魅力を知っていただく一つの方法だと思いますので、PRの方法を考えていきたいと思います。

### 新型テレビかタブレットを学校に



瀧澤菜々美 議員  
(永田小)

《質問》 私たちの学校のテレビはアナログ方式で、地デジ対応していません。そのため、テレビが見れませんが、各教室にも配線し、4Kのテレビを入れていただきたいです。難しいようでしたら、タブレットを一人1台配っていただきたいと思います。タブレットが使えれば、インターネットもできるので、授業で使ったりできていいと思います。

《答弁》 小嶋教育長

地上デジタル放送への移行に伴い、学校のテレビをデジタルテレビに変えてしまうと、校内放送が見れなくなってしまうという問題があつたため、その対応策として、教室に電子黒板機能の付いたプロジェクターを設置していくことに決め、各学校へ順番に設置をしています。またタブレットについては、豊井小学校の稲田さんにお話ししたように、各学校へ順番に整備を始めました。すぐにいろいろな機器を整備することは大変難しいことですが、皆さんが楽しく充実した学習ができるように、整備を進めていきたいと思います。



## 第4グループ 19人

(日野小4人・延徳小7人  
・豊井小5人・永田小3人)



道路に歩道をつけてほしい



池田 智 議員  
(日野小)

《質問》 更料入り口から、日野小・間山に向かう道は歩道の少ない道です。また、雪の日などは、道路がすべって車が人につかりそうになったり、雪でせまくなった道が危険になったりしています。間山にはぼんぼこの湯もあって、車の行き来もあり、坂道なのでスピードが出ます。安心して過ごせる歩道を作ってほしいと思います。

《答弁》 池田市長  
市では、誰もが利用・通行しやすい道路にするため「やさしい歩道づくり事業計画」を定め、歩道がない道路には歩道を付け、段差がある所は、段差の少ない平らな歩道に作り替えています。現在は、歩行者などの通行が多い市街地を中心に整備を進めています。質問の道路については、歩道がない部分があり危険なので、違う道を通って通学してもらっています。少しずつですが、順番に整備を進めており、歩道ができるまでは、遠回りになり大変だと思いますが、車などに気を付けて安全に通学していただければと思います。

川がもつときれいになるような工夫を



西澤奏都 議員  
(延徳小)

《質問》 多くの通学路には、川があります。その川にはゴミがたくさん捨ててあります。中野市は自然がたくさんある素敵なところなのに、川が汚れていると印象を悪くしてしまうので、川がもつときれいになるような工夫をしてください。川がきれいになったら、川の水で水遊びをしたいです。また、川の汚れは生き物の命や環境問題にもつながっているのです、このことも考えてほしいです。

《答弁》 池田市長  
市では、川や水路へゴミを捨てられないようにするため、定期的にパトロールやポイ捨て防止の看板を設置するなどしていますが、残念なことに、マナーを守らない一部の身勝手な迷惑行為により、川や水路にゴミがたくさん捨ててあることがあります。西澤さんが言うとおり、中野市は自然がたくさんある素敵なところですので、川もそうです。自然を大切にしたいと思う人が増えるように、市としても、いろいろな方法を考えていきたいと思っています。

シルバーウィークがなくなっても秋休みをつくってほしい



津金颯汰 議員  
(豊井小)

《質問》 秋休みを追加してほしい理由は3つあります。今年、シルバーウィーク(以下・SW)がありました。2学期は長い学期なので、SWが入って気持ちがいいので、SWが入って気持ちが増え、体力をのばすことができます。3つ目は、秋休みで好きな本を読むことができます。全国学力テストの結果でも、読書をしている人は点数が高い傾向があるので、秋休みをつくられた方がよいと思います。

《答弁》 小嶋教育長  
SWは、毎年あるわけではありませんが、津金さんのご提案のように、SWの頃は、運動や読書をするのに気持ちのよい時期で、連続のお休みでリフレッシュができることと良いことが多いかもしれません。学校の授業日数や休日は、校長先生が決め、夏休みやそのほかのお休みをいつにするか決めていきます。お休みについては、また校長先生たちにお話をし、秋休みをつくることかどうか検討してみたいと思います。



# 子ども議会を通して感じたこと



## 子ども議会を体験して



脇田琉々さん  
(日野小)

私は子ども議会に参加して、「子どもたちが安心して過ごせる遊び場」という題で提案しました。

学校でたくさん練習を行い、私は深呼吸して、やるぞ！という気持ちでいました。会場につくとテレビや新聞で見た事のある景色で、より緊張が高まりました。演説席にて読む練習をして、まだ練

習だと分かっていたのに声や手がふるえてしまい、自分でもおどろくほどに手が冷たくなっていました。その後、観客席に行き、上からの景色を見ました。そこには新聞社席があり、議会が話し合うことを広く伝えようとしていることを知りました。私の質問が終わった後、市長さんは、みんなが安全で安心して過ごせる公園を、皆さんの意見を聞きながら計画を進めているとおっしゃっていました。

これからお金のかかることもあるけれど、私達や未来の子ども達が住みよく健康で過ごせるまちづくりができるよう、私達も関心を持っていていきたいと思えます。

## 責任を感じた子ども議会



樋口静香さん  
(延徳小)

私は、子ども議会で発表者になると考え、一番最初にまずとても責任を感じました。「クラスのみんなと考えた意見を代表で発表をする」「市長さんに言ったりいろんな記者の方々が来る」と考えると、責任感、またそれと同時に緊張感を持ちました。

私のグループは「中野市に観光

スポットを」についてです。本当は同じグループの友だちが発表者になっていたのですが、欠席のため、代わりに私が代表者となりました。

堂々としていくかは心配だったけれど、「うまくいくか」ではなく、「しっかりとみんなで作った意見を伝えられるか」だと思いました。そう思った時、少し勇気がわきました。

控え室で、発言する時に言うこと、演壇への登り方を確認したりしました。本番、すごく緊張しました。自分の言う番になり、演壇で堂々と発表できたのでホッとしました。

## 子ども議会に参加して



山口航也さん  
(豊井小)

ぼくは、初めて中野市議会の会場に入り、子ども議会に参加しました。豊井小学校、永田小学校、延徳小学校、日野小学校の人たちが議場に集まりました。まず、グループ1とグループ2の人たちが議場に入りました。ぼくは、グループ1だったので、最初にイスに座りました。市長さんや教育長さん

もいました。イスに座ると緊張しました。質問者は、述べ方を工夫して、とても分かりやすかったです。議会を通して、ぼくが一番心に残った意見は、日野小学校の「子どもが安心して過ごせる遊び場を」という意見です。この意見が素晴らしいと思ったのは、遊べる公園が少ないというところを取り上げて、それに対して中野市では公園についてどう考えているかを知りたいという気持ちで伝わってきたからです。子ども議会は、とてもいい経験になりました。子ども議会に参加したことで、将来の中野市のことをもっと考えるようになりました。

## 中野市をより住みやすい中野市に



山崎琴未さん  
(永田小)

11月19日に、市内の4小学校の6年生と子ども議会に参加しました。

最初は傍聴席からの見学でしたが、議員席に座っている人がみんな緊張した感じだったので、見ている方も緊張してしまいました。次は議員席に座りました。イス

がフカフカで気持ち良かったです。

次からは、控室でプロジェクトを通しての見学でした。応答の時には、市長さんや教育長さんが分かりやすく話してください、質問が出た地域のことをよく調べて、数字で教えてくださったりしたので、よく分かりました。

私が今回、特に印象に残ったのは、一回目の議長さんです。発言する人や市長さん、教育長さんが話される時に、いつもうなずいていて良く聴いているんだなと思いました。また、出番があった6年生はみんなハキハキ発言していてすごいなあと思いました。



1月の合併10周年記念事業を紹介します。大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

check!!

001

1/30(土)

## 第52回中山晋平記念音楽賞優秀賞入選曲発表会

問 文化スポーツ振興課文化振興係 ☎ (22) 2111 (内線394)

本年度の優秀賞に輝いた楽曲を発表する「中山晋平記念音楽賞優秀賞入選曲発表会」を開催します。応募総数244曲の中から優秀賞に選ばれた8曲を市内の小学生および音楽団体が合唱するほか、音楽賞の審査員でありピアニストの寺嶋陸也さんをお招きし、記念公演を行います。また、市音楽親善アンバサダーの麻衣さんも出演します。



▲昨年度の様子

期 日 1月30日(土) 時 間 開演：午後0時30分（開場：正午）  
会 場 市民会館ホール 入場料 無料  
内 容 入選曲受賞者の表彰、優秀賞入選曲の発表、記念公演



## 寺嶋陸也プロフィール

1964年生まれ。東京藝術大学音楽学部作曲科卒、同大学院修了。オペラシアターこんにゃく座での演奏や、97年東京都現代美術館でのポンピドー・コレクション展開催記念サティ連続コンサート「伝統の変装」、03年パリ日本文化会館における作品個展「東洋・西洋の音楽の交流」などは高く評価され、06年にはタングルウッド音楽祭に招かれボストン交響楽団のメンバーと自作を含む室内楽を演奏した。作曲、ピアノ演奏のほか、東京室内歌劇場やびわ湖ホールのおペラ公演の指揮など、活動は多方面にわたる。オペラ『ガリレイの生涯』『末摘花』、カンタータ『伊邪那岐・伊邪那美』、合唱のための『詩篇第49番』『沖繩のスケッチ』など作品多数。国内はもとよりイタリア、イギリス、フランス、オランダ、スペイン、アメリカ合衆国などでも演奏されている。作曲のほかにもピアニストとしてリサイタルなどの独奏をするほか、内外の著名な演奏家と数多く共演し、指揮やコンサートの企画など、活動は多方面にわたる。



## 作曲講習会を開催します

問・申 文化スポーツ振興課文化振興係  
☎ (22) 2111 (内線394)

市と中野市音楽団体連盟では、創作（作曲）の講習会を開催します。講師には、作曲家の唐沢史比古さんをお招き、曲づくりのコツを指導していただきます。作曲の経験の有無は問いません。音楽に興味のある方、音を楽しみたい方にお勧めです。大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

期 日 2月14日(日) 講 師 唐沢史比古さん  
時 間 午前10時30分～午後2時30分 持ち物 昼食、飲料、筆記用具、鍵盤ハーモニカ（お持ちの方）  
（受付開始：午前10時から）  
会 場 勤労青少年ホーム 主 催 中野市・中野市音楽団体連盟  
参加料 無料（定員30人） 申込期限 2月12日(金)（定員になり次第募集締め切り）



## 唐沢史比古プロフィール

作曲家・指揮者・音楽教育指導者。東京音楽大学を卒業し、長期にわたり音楽教師として「音楽育」を行う。長野冬季オリンピック国歌制作担当者として、小澤征爾氏（新日本フィル）による国歌CD製作や、各国国歌の編集とオーケストラ・コーラスアレンジ、CD出版、音楽イベント企画などを行う。福祉大学校教授として保育士のための音楽教育をすすめる。現在豊南短大講師。

〈主な作品〉合唱組曲『ともしびは』『御柱の情景』『山よ河よ天よ』『杜と子どもたち』『奇跡の星地球』ほか

# 12月市議会定例会報告

12月市議会定例会が、11月27日から12月17日まで、21日間の会期で開催されました。

この議会では、条例案14件、予算案6件、事件案4件の合わせて24件が審議され、いずれも原案どおり可決されました。

また、議員提案による意見書などについても審議されました。

主な内容をお知らせします。

## 条例

「中野市行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律」に基づく個人番号の利用及び特定個人情報提供に関する「条例」の制定

行政手続における特定の個人を識別するための番号の利用等に関する法律の施行に伴い、個人番号の利用および特定個人情報提供に関し、必要な事項を定めるため、本条例を制定しました。

「中野市特別会計条例」の一部改正

中野市が実施する下水道事業について地方公営企業法の財務規定等を適用し、同法第17条の規定による特別会計を設置するため、下水道事業および農業集落排水事業の特別会計を廃止するため、所要の改正を行いました。

「中野市市税条例」等の一部改正

市税のうち市民税、固定資産税、軽自動車税および特別土地保有税の減免の申請期限を納期限前7日までから納期

限までに延長するとともに、行政不服審査法の全部改正により行政不服審査制度における不服申立ての手続が審査請求に一元化されることに伴う用語の整理など、所要の改正を行いました。

「中野市介護予防拠点施設条例」の一部改正

介護予防拠点施設（中野市さんさん館）について、指定管理者制度を導入するとともに、施設の使用対象者を高齢者だけでなく障がい者にも拡大するため、所要の改正を行いました。

「中野市保育所条例」の一部改正

施設の老朽化に伴い改築するみなみ保育園の位置について、仮園舎として使用する旧みよし保育園の位置に変更するため、所要の改正を行いました。

「中野市商工業振興条例」の一部改正

中小企業信用保険法が改正され、中小規模の特定非営利活動法人（NPO法人）が信用保証制度および長野県中小企業融資制度資金の対象となったことから、本市の中小

企業融資制度においても対象とするとともに、小規模企業者について、融資のあっせんなどの助成の対象として明記するため、所要の改正を行いました。

## 補正予算

### 《一般会計（第3号）》

平成27年度の一般会計予算に1億4334万余円を追加し、補正後の予算総額を203億7067万余円としたほか、新庁舎建設整備に係る債務負担行為を追加しました。主な歳出の内容は次のとおりです。

#### 《総務費》

● 防災施設維持整備事業費で、多目的防災広場整備工事実施設計業務委託料等を1060万円の増額

#### 《政策推進事業費》

● ふるさと寄附金の大幅な増加に伴い、ふるさと振興基金積立金を1億5600万円の増額

● ふるさと寄附金をお寄せいただいた寄附者の皆様への謝礼等として、故郷のふるさと情報発信事業費を5487万円の増額

● 介護保険事業特別会計繰出（民生費）

● 金を1469万余円の減額

● 幼児教育振興事業費で、多子世帯保育料軽減事業補助金として86万余円の増額

#### 《衛生費》

● 北信保健衛生施設組合負担金で、斎場事業分担金4461万余円の減額および、一般・じん芥・し尿事業分担金2133万余円の減額

#### 《農林水産業費》

● 農業経営基盤強化促進事業費で、経営転換協力補助金および耕作者集積協力補助金として159万余円の増額

#### 《土木費》

● 道路橋梁維持事業費で、道路等修繕工事費として470万円の増額

## 指定管理者の指定

中野市さんさん館・中野市民体育館ほか16施設・一本木公園ほか2施設の指定管理者の指定について、議会の議決を得ました。

## 基本構想の議決

第2次中野市総合計画基本構想について、議会の議決を得ました。

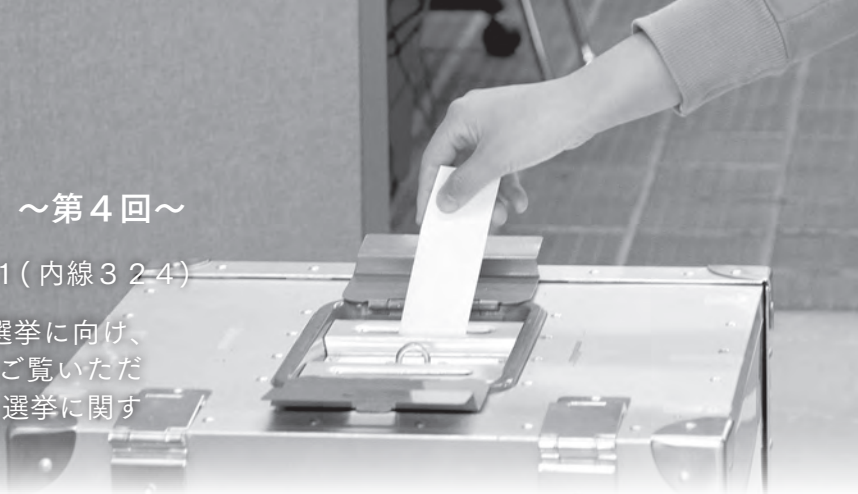


# 選挙を考える

～第4回～

問 選挙管理委員会事務局 ☎ (22) 2111 (内線324)

今年の夏に行われる予定の参議院議員通常選挙に向け、中野市の投票率の推移や選挙執行状況などをご覧いただき、選挙に対する関心を高めていただくため、選挙に関する情報を随時掲載していきます。



今回は、選挙に関する基礎知識について、Q & Aでご紹介します。

選挙に関する質問 (Q & A)



Q なぜ選挙を行うの？

A 私たちの生活や社会をよくするために、私たちの意見を政治に反映させるべく、代表者が必要であり、その代表者を決めるのが「選挙」です。

したがって、その代表者が職務を行うに当たっては、一部の代表としてではなく、全ての国民や住民のために政治を行うこととなります。

Q なぜ多数決なの？

A 民主政治の大原則である多数決は、人々の意見を集約し、決定する際に用いる方法です。

より多くの支持を得た者を代表者とすることによって、政治の安定化を図ります。



Q 政治と選挙の関係は？

A 「選挙」とは、私たちの代表を選び私たちの意見を「政治」に反映させるためのもので、そのためにも、私たち一人ひとりが「政治」に関心を寄せることで、「選挙」はもつと身近なものになるといえます。

Q 市政の場合はどうなる？

A 今までお読みいただいた「政治」を「市政」に置き換えた内容になります。

Q 政治って身近なこと？

A 私たちの身の回り全てに、政治が関わっています。



例えば、税金、物価、交通、仕事、介護、まちづくりなど、私たちの生活全てが政治によって決められています。その政治を実行するには予算が必要です。その予算は皆さんの税金が使われています。

Q 選挙で意見を反映させるチャンスは何回あるの？

A 左表のとおり、皆さんが共通して意見を反映できる選挙は6つです。

選挙の種類	国政選挙	地方選挙
国の政治 (国政)	・衆議院議員選挙 ・参議院議員選挙	—
県の政治 (県政)	—	・県知事選挙 ・県議会議員選挙
市の政治 (市政)	—	・市長選挙 ・市議会議員選挙

※このほか、土地改良区総代総選挙がありますが、これは、一部の地区の方の選挙になります。

Q 国政選挙と地方選挙の違いは？

A 【国政選挙とは】

日本は「衆議院」と「参議院」の二院制で、一つの議院で議決した内容を、もう一つの議院で違う立場や角度からさらに検討して、慎重に審議します。皆さんは、衆議院と参議院の議員を選挙で選びます。

【地方選挙とは】

地方自治は、議決機関としての「議会」と、執行機関としての「首長」（知事や市町村長）から成り立っており、それぞれの代表者を選挙で選んでいます。また、両者は仕事を分けていて、互いにけん制する仕組みになっています。つまり、首長が提出する予算や条例などの提案を議会は調査をし、議決して初めて執行できます。

Q 選挙のことは分かっただけ、誰を選べばいいの？

A 身の回りに関わっている政治に注目していると、新聞やテレビ、インターネット、街頭演説、講演会、選挙公報などで自然と情報が入ってきます。

選挙は、あなた自身、家族、地域の将来を決める大切なこと

自身の将来のため、地域の将来のために皆さんの声を投票という形で表現してください。

※次回は選挙に関するまめ知識を掲載予定です。



## 戦略

# 中野市まち・ひと・しごと 創生総合戦略を策定



市では、人口減少に対応し、活力のある地域経済を維持していくための指針となる「中野市まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定しました。

今後は、総合戦略で掲げた目標を達成すべく、各種事業を積極的に推進してまいります。

また、総合戦略策定に当たり実施しましたパブリックコメントの結果については、次のとおりです。貴重なご意見ありがとうございました。

募集期間 平成27年11月6日～12月4日

意見の提出状況

○意見の提出者数 1人

○意見数 6件

提出されたご意見と市の考え方の公表場所 政策情報課、市公式ホームページ (<http://www.city.nakano.nagano.jp/>)

問い合わせ先

政策情報課政策推進係 ☎(22)2111 (内線216)

## ▼総合戦略の基本目標

目指す姿 住みよさで選ばれるまちへ

### 【基本目標1】

子育て・子育て安心戦略 ～自然減の抑制～

### 【基本目標2】

「故郷」のふるさとに住まう人口定着戦略～社会増への転換～

### 【基本目標3】

雇用創出と「信州なかの」ブランドをいかした産業振興戦略 ～労働と基幹産業の安定～

### 【基本目標4】

確かな暮らし実現戦略～安心安全・健康長寿のまちづくり～

## 施設

# 中野市公共施設白書を作成



市が保有する公共施設の将来像を検討し、時代に即した管理運営を行っていくため、新たな公共施設白書を作成しました。

この白書は、市民の皆さんにも詳しくかつ分かりやすい基礎資料となるよう心掛け、公共施設を用途別に

分類し、利用状況を分析しています。

白書は本編と施設別編に分け、市公式ホームページで公表しています。

問い合わせ先

政策情報課行政管理係 ☎(22)2111 (内線401)

## 募集

# 第2次中野市総合計画 前期基本計画（素案）および 実施計画（平成28～30年度）（案）に対するご意見

## 第2次中野市総合計画 前期基本計画（素案）

市では、平成28年度からの10年間のまちづくりの指針となる「第2次中野市総合計画」の策定を進めています。

基本計画は、基本構想（議会12月定例会議決）において掲げる将来都市像「緑豊かなふるさと 文化が香る元気なまち」の実現に向け、6つの基本政策の下に位置づける個別の行政分野ごとに、まちづくりの目標やその実現に向けた政策および施策を掲げ、具体的な事業を推進していくための指針となるものです。本基本計画の計画期間は、基本構想の期間10年間のうち、平成28（2016）年度から平成33（2021）年度までの6年間としています。計画をより良いものにするため、広く市民の皆さんからのご意見を募集しています。

## 実施計画（平成28～30年度）（案）

市では、新たな総合計画と整合を図りつつ、平成28～30年度における実施計画の策定を進めています。

実施計画は、毎年度における予算編成や事業実施の指針となる計画です。

計画をより良いものにするため、広く市民の皆さんからのご意見を募集しています。

- 前期基本計画（素案）、実施計画（案）の公表場所 政策情報課、豊田支所地域振興課、市公式ホームページ (<http://www.city.nakano.nagano.jp/>)
- 提出方法 様式は任意ですが、住所、氏名、電話番号を明記の上、「前期基本計画（素案）に対する意見」または「実施計画（案）に対する意見」と記載し、政策情報課へ直接お持ちいただくか、郵送またはファクス、Eメールで提出ください。
- 提出期限 1月22日(金)

問い合わせ・提出先

〒383-8614（住所記載不要）

政策情報課政策推進係 ☎(22)2111（内線216） ファクス（26）0349

Eメール [seisaku@city.nakano.nagano.jp](mailto:seisaku@city.nakano.nagano.jp)

## 庁舎

# 新庁舎の基本設計が完了しました

市民の皆さんのご意見をお聞きしながら進めてきた新庁舎の基本設計が完了しました。

平面計画や電気設備・機械設備計画などは、市役所財政課で閲覧できるほか、市公式ホームページでも閲覧できます。（広報なかの平成27年11月号でお知らせした見直し後の平

面図は変更ありません）

今後は、実施設計と建設工事の一括発注に係る請負業者を選定し、事業を進めてまいります。

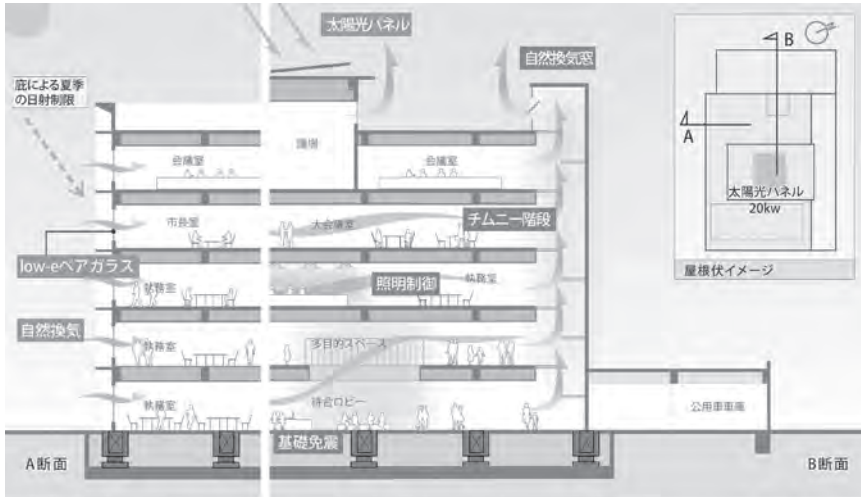
問い合わせ先

財政課管財係

☎(22) 21111（内線328）



▲内観のイメージ（1階エントランス）▶鳥瞰図（北西側より）▼環境計画概念図



## 募集

# 中野市水道事業運営審議会委員

市では、市民の皆さんのご意見を水道行政に反映していくため、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ついて審議する中野市水道事業運営審議会の委員を募集します。

○応募資格 市内に住所を有する20歳以上で、平日の昼間の会議に出席できる方

○募集人員 若干名

○任期 4月1日(金)から2年間

○報酬 あり

○応募方法 応募動機を400字以内(用紙は問いません)にまとめ、住所、氏名、連絡先、生年月日を明記の上、ご応募ください。

○募集期限 2月5日(金)

○選考 書類選考で行い、結果は応募者全員に通知します。

問い合わせ・応募先

上下水道課監理係

☎(22) 21111（内線378）

## 110番

# 110番の日

# 「落ち着いて正しく使おう 110番」

1月10日は、110番の日です。

一〇番通報は、緊急の事件・事故が発生した場合に、関係者や目撃した皆さんから早く、正しい通報を受け、犯人の逮捕、被害者の救護などの警察活動を適切に行うためのものです。一〇番の目的を理解し、正しい利用に努めましょう。

警察やパトカーなどに伝達します。

【一〇番通報のポイント】

一〇番通報をする場合には、慌てず落ち着いて、要領よく警察官の質問に答えてください。

問い合わせ先

中野警察署

☎(26) 0110

警察相談専用ダイヤル

☎ #9110

市民課生活交通安全係

☎(22) 21111（内線238）

【一〇番電話の仕組み】

固定電話や携帯電話の場合でも、県内で一〇番通報をすると、全て長野市内にある「警察本部通信指令室」につながり、直ちに最寄りの警



マイナンバー制度は、社会保障・税制度の効率性・透明性を高め、国民にとって利便性の高い、公平・公正な社会を実現するための社会基盤です。

本年1月から、下表のとおり、社会保障・税などに関する手続きをする際には、マイナンバーの記載が必要となります。

なお、これらの手続きの際には、本人確認として「番号確認」と「身元確認」を行います。

## 市の窓口でマイナンバーが必要な手続き

	内容	問い合わせ先
社会保障分野	・児童手当に関する申請 ・児童扶養手当に関する申請	子育て課子ども支援係 ☎ (22) 2111 (内線 356)
	・母子保健に関する申請	健康づくり課母子保健係 ☎ (22) 2111 (内線 388)
	・介護保険に関する申請	高齢者支援課介護保険係 ☎ (22) 2111 (内線 365)
	・生活保護に関する申請 ・障がい福祉サービスに関する申請 ・国民健康保険、後期高齢者医療保険に関する申請	福祉課厚生保護係 ☎ (22) 2111 (内線 255) 福祉課障がい福祉係 ☎ (22) 2111 (内線 295) 福祉課国保医療係 ☎ (22) 2111 (内線 296、304)
税分野	・償却資産の申告 ・新築住宅に対する固定資産税減額に関する申請 ・軽自動車税などの各種減免申請	税務課課税係 ☎ (22) 2111 (内線 225) 税務課資産係 ☎ (22) 2111 (内線 226) 税務課収納係 ☎ (22) 2111 (内線 227)

### 番号確認・身元確認に必要なもの



個人番号カード

※個人番号カードは顔写真があるので番号確認と身元確認が、カード1枚で可能です。

### または



通知カードまたは、住民票（マイナンバー入り）のいずれか1点



運転免許証、パスポートなどのいずれか1点

※市民税・県民税の申告には、平成29年2月申告時（平成28年分所得）からマイナンバーの記載が必要になります。

## 入札

### 建設工事等の入札参加資格 審査（中間審査）受け付け

平成28年度に市が発注する建設工事または設計・測量などのコンサルタント業務委託に係る入札参加資格者名簿に登録を希望される方は、資格審査申請書を提出してください。

今回の受け付けは、中間審査となりますので、既に平成27・28年度参加資格者名簿に登録されている方は申請の必要はありません。

#### 登録内容

#### ○建設工事

建設業法による建設業の許可がある方  
※一定規模以下の工事のみ受注を希望の場合には、建設業の許可は不要です。

#### ○測量、建設コンサルタント等業務委託

営業に関し、法律上必要な許可・登録を受けている方

登録期間 4月1日～平成29年3月31日



#### 受付期間

2月1日(月)～29日(月) (郵送可)

※なお、物品等競争入札（見積り）参加資格申請は、随時受け付けています。

#### その他

申請に必要な書類など詳細については、市公式ホームページをご覧ください。

市公式ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/>

問い合わせ・申請先

財政課管財係  
☎ 22111 (内線 222)

## 固定資産税

### 固定資産の異動届を忘れずに

固定資産税・都市計画税は、1月1日現在の所有者に課税されます。

「山林から雑種地へ」など、現況の地目を変更された場合は、土地の地目変更届を提出してください。

たは家屋の異動については、平成29年度からの課税対象となります。

※申告書・届出は、2月1日(月)までに税務課へ提出してください。  
※償却資産の申告書以外の用紙は、市の公式ホームページからもダウンロードできますのでご利用ください。

### 家屋滅失届

平成27年中に家屋を取り壊した方は、家屋滅失届を提出してください。なお、家屋滅失届を提出すると、取り壊した家屋には次年度から固定資産税は課税されません。

### 住宅用地異動申告書

事務所を住宅へ改築するなど用途変更された方や、新しく家屋を新・増築し、宅地の利用状況などに異動があった方は、住宅用地異動申告書を提出してください。なお、1月2日以降の土地ま



市公式ホームページ  
<http://www.city.nakano.nagano.jp/>

お問い合わせ先  
税務課資産係  
☎22111 (内線226)  
☎3111 (内線122)

## 税金

### 給与支払者(事業者)の皆さんへ 給与支払報告書の早期提出にご協力ください

平成27年中に給料、賃金、賞与などの支払いを行った会社や個人などの給与支払者は、地方税法に基づき、原則として、従業員が平成28年1月1日現在居住する市区町村長あてに「給与支払報告書」を提出することとされています。

は2月1日(月)です。1月中旬の早期提出にご協力をお願いします。

※個人住民税の特別徴収制度については、広報なかの平成27年10月号の14ページをご覧ください。

また、給与支払報告書の提出の際には、個人住民税を特別徴収できる方と、退職などの理由で特別徴収できない方(普通徴収)を仕切り紙な



お問い合わせ先  
税務課課税係  
☎22111 (内線225)

## 子育て

### 中野市ファミリー・サポート・センター



子育ての「援助を受けた方」と「援助を行いたい方」が会員となり、仕事や冠婚葬祭など子どもの世話ができない際に、会員間で子育ての手助けをする中野市ファミリー・サポート・センター事業を行っています。

- 登録先 (次のいずれかの場所)
- ・北部子育て支援センター
- ・中央子育て支援センター
- ・豊田子育て支援センター
- 利用手順
- ①依頼会員は、子どもを預けたい日時・内容を子育て課に連絡する。
- ②子育て課は、提供会員と連絡調整し、援助活動の依頼をする。
- ③依頼会員と提供会員の間で、事前に打ち合わせを行った後、援助活動を行う。
- ④料金は依頼会員が提供会員に直接支払う。

- 援助活動の内容
- ・保育施設などへの子どもの送迎
- ・日曜、祝日に子どもを預かる
- ・保育施設の開始前、終了後に子どもを預かる
- ・外出、冠婚葬祭、通院時などに子どもを預かる
- 登録について
- ・中野市ファミリー・サポート・センターを利用するためには、事前に会員登録が必要で

- ・登録料
- ・3歳未満700円
- ・3歳以上600円
- その他
- ・万が一の事故に備え、市で保険に加入しています。
- ※ご希望の日時などにより、ご希望に沿えない場合があります。

- ・依頼(お願い)会員 市内在住で、生後3か月〜小学校3年生までの子どもを養育している方
- ・提供(まかせて)会員 健康で自宅で子どもを預かることのできる方(特別な資格はいりません)
- ・両方会員 依頼と提供の両方の会員要件を備えた方

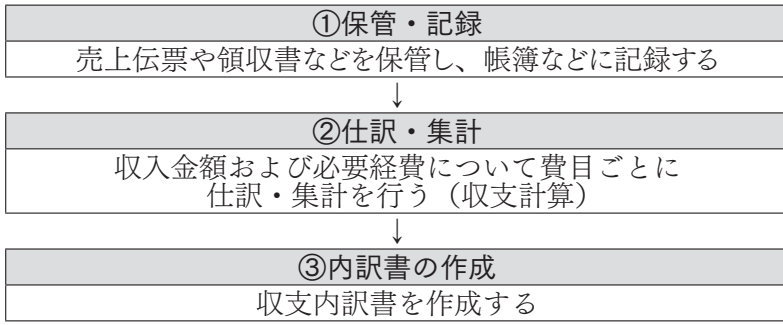
お問い合わせ・申し込み先  
子育て課子ども支援係  
☎22111 (内線356)

# 農業所得の申告準備をお願いします

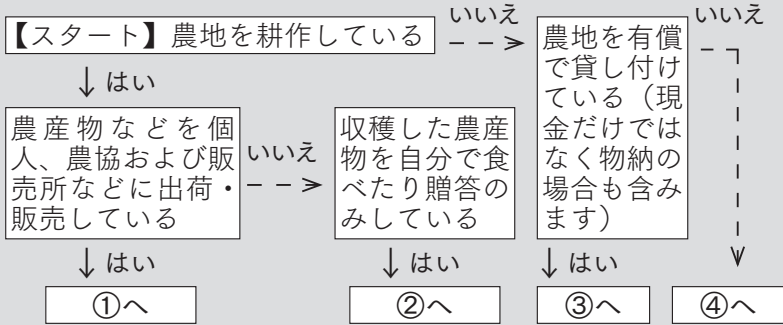


農業所得の申告（確定申告または個人住民税の申告）を行うためには、自分で収支内訳書（青色申告決算書）を作成するなど準備が必要です。申告相談で農業所得を申告する場合は、相談を円滑に進めるため、必ず経費などの仕訳・集計を済ませてから会場にお出掛けください。

## 農業所得の申告の流れ



## 農業所得の申告が必要な方



①	収支計算により農業所得を申告してください
②	消費した農産物の数量と収穫時の市場平均価格を乗じて農業所得の収入として申告してください
③	農地の貸し付けに係る収入を不動産所得として申告してください
④	農業所得の申告の必要はありません

収入	販売金額	農産物の売上伝票等から集計（出荷経費を引く前の金額で計算）
	家事消費	家事消費の数量に収穫時の単価の平均額（庭先価格）により計算
	雑収入	受取共済金、受託耕作収入、農業に係る各種補助金・交付金などの収入金額を計算
経費	農産物の棚卸高	・期首（前年の棚卸額） ・期末（数量×収穫時の価格の平均額） （野菜などの生鮮な農産物や棚卸数量の僅少なものは省略可）
	肥料、農薬費、出荷経費など	農作業などに使用した肥料、農薬、ダンボール代の資材費などの領収書、レシートにより計算

**Q** 農業所得の収支計算の仕方は？

**A** 農業所得は、総収入金額から必要経費を差し引いて計算します。収入と経費の区分については、左表を参考に計算してください。

### 農業所得Q&A

区分	控除額
所得税の青色申告をされる方	支払った金額（税務署長の承認が必要）
青色申告以外の方	(1)500,000円（配偶者は、860,000円） (2)専従者控除前の所得金額／（専従者の人数+1） ※(1)、(2)のいずれか少ない金額が一人当たりの専従者控除額となります

**Q** 水道・電気・ガス・燃料代などの経費に日常生活で使用した分も含んでいる場合は？

**A** 農業に使用した分のみを必要経費として計上します。使用割合などの合理的な基準で案分してください。

**Q** 収支内訳書の専従者控除の計算方法はどのようになりますか？

**A** 生計を一にしている配偶者や親族（15歳以上）が、1年に6カ月以上農業に専ら従事している場合、専従者控除として必要経費に算入できます。計算方法は、左表のとおりです。

### 申告相談の電話予約について



申告相談期間中の午前9時から午後4時までの間、30分単位で時間を指定してご予約いただけます。

なお、申告相談の詳細な日程などについては、広報なかの2月号でお知らせします。

○予約方法 予約専用電話で希望相談日、会場（市民会館、豊田支所）と時間を指定してください。

◆予約専用電話 ☎(38)1300

※予約受付日の受付時間以外には通話できません。

○受付日 2月5日(金)～3月14日(月)（土・日・祝日を除く）

○受付時間 午前8時30分～午後5時15分

○その他留意点

- ・市の代表電話での予約はできません。
- ・予約は希望相談日の前日までに済ませてください。（月曜日を希望する場合は、前の週の金曜日まで）
- ・予約状況により、お住まいの地区以外の相談日になる場合があります。

問い合わせ先  
税務課 課税係  
☎(22)21111（内線225）





# 軽自動車税の税率改正



平成 26・27 年度税制改正および市税条例の改正により軽自動車税の税率が次のとおり改正されました。

## ○原動機付自転車などについて

下表の①改正後の税率が、平成 28 年度から適用されます。

車種区分		現行年額	① 改正後の年額 【H28 年度分～】
原動機付自転車	50cc以下	1,000円	2,000円
	50cc超 90cc以下	1,200円	2,000円
	90cc超 125cc以下	1,600円	2,400円
	三輪以上のもの	2,500円	3,700円
軽自動車 二輪のもの	125cc超 250cc以下	2,400円	3,600円
専ら雪上を走行するもの		2,400円	3,600円
小型特殊自動車	農耕作業用のもの	1,600円	2,400円
	その他のもの	4,700円	5,900円
二輪の小型自動車	250cc超	4,000円	6,000円

## ○軽自動車について

下表の改正後の税率が適用されます。

車種区分			② 現行年額	③ 改正後の年額 【H27年度分～】	④ 重課税率（年額） 【H28年度分～】	軽課（年額）【H28年度】		
						⑤	⑥	⑦
三輪のもの			3,100円	3,900円	4,600円	1,000円	2,000円	3,000円
四輪以上のもの	乗用のもの	営業用	5,500円	6,900円	8,200円	1,800円	3,500円	5,200円
		自家用	7,200円	10,800円	12,900円	2,700円	5,400円	8,100円
	貨物用のもの	営業用	3,000円	3,800円	4,500円	1,000円	1,900円	2,900円
		自家用	4,000円	5,000円	6,000円	1,300円	2,500円	3,800円

②平成27年3月31日までに新規検査をした車両（④の場合を除く）

③平成27年4月1日以降に最初の新規検査をした車両

④最初の新規検査から14年を経過した月の属する年度以後の年度分の車両に適用（平成28年度から）

⑤電気自動車・天然ガス軽自動車（平成21年排出ガス10%低減）

⑥乗 用：平成17年排出ガス基準75%低減達成（以下：※1）かつ平成32年度燃費基準+20%達成車  
貨物用：※1 かつ平成27年度燃費基準+35%達成車

⑦乗 用：※1 かつ平成32年度燃費基準達成車

貨物用：※1 かつ平成27年度燃費基準+15%達成車

※⑤、⑥、⑦については、平成27年4月1日から平成28年3月31日の間に最初の新規検査をした車両に限ります。

※⑥、⑦については、揮発油（ガソリン）を内燃機関の燃料とする車両に限ります。

※各燃費基準の達成状況は、自動車検査証の備考欄に記載されています。

## ○軽自動車税の減免申請について

身体に障がいのある方が所有する軽自動車など条件を満たす場合は、申請により軽自動車税の減免をしています。なお、軽自動車税減免申請書には、個人番号および本人確認書類が必要となります。

個人番号および本人確認については、広報なかの12月号をご覧ください。

問い合わせ先 税務課課税係 ☎（22）2111（内線225）



# 防火ポスター入選作品紹介

中野市防火管理協議会（会長・市村清二）は、防火意識の向上を目的として、市内の小中学生を対象に標語入り防火ポスターを募集しました。応募があった245点を審査し、昨年11月、秋の火災予防運動期間中に中野消防署において入賞者の表彰を行いました。

## 各部門の最優秀作品 (敬称略)

【小学生4年生以下の部】  
矢島亘（中野小4年）



【小学生5・6年生の部】  
小林美月（中野小6年）



【中学生の部】  
渡辺桃大（南宮中1年）



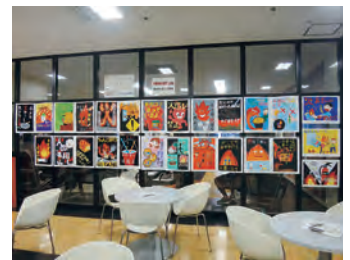
## 最優秀賞以外の入賞者 (敬称略)

【小学生4年生以下の部】  
荻原瑠華（中野小4年）  
北村悠馬（中野小4年）  
鈴木勇翔（中野小4年）  
加藤和（高丘小4年）  
庄司菌（高丘小4年）  
小畑柑乃（豊井小4年）

小林優花（豊井小4年）  
佐藤晴希（豊井小4年）

【小学生5・6年生の部】  
只左亜蘭（中野小6年）  
中村日香理（中野小6年）  
水野慧（中野小6年）  
内田幸杜（中野小5年）  
藤井莉音（中野小5年）  
小林涼香（高丘小6年）  
武田大斗（平岡小6年）

【中学生の部】  
内田捺稀（南宮中2年）  
高橋李奈（南宮中2年）  
足達真帆（南宮中1年）  
西澤光貴（南宮中1年）  
堀米音巴（南宮中1年）  
大井涉（中野平中1年）  
渡邊さららナ（高社中3年）  
渡辺竜馬（高社中2年）



▲入選作品展示の様子

問い合わせ先  
岳南広域消防組合中野消防署  
予防係  
☎(22)3386



## 暖房器具による火災に注意しましょう

新年を迎え寒さが厳しい中、皆様のご家庭でも暖房器具が大活躍していることと思います。しかし、暖房器具は便利さの反面、使用方法を誤ったり、注意を怠ると、火災の原因となる危険性をはらんでいることも事実です。

そこで、暖房器具を使用する上で注意するポイントをまとめてみました。ポイントに沿ってご家庭の暖房器具とその近くをチェックしていただき、安心・安全で快適な冬をお過ごしください。



- 暖房器具を使用する上で注意するポイント
- 暖房器具の近くに物を置かない、干さない（落下・転倒により着火する）
  - 給油時は電源を切る（燃料が漏れ発火の原因になる）
  - 就寝中に暖房器具を布団の近くに置かない（寝返りにより布団へ着火する）
  - カーテンや燃えやすい物の近くに暖房器具を置かない（着火する）
  - スプレー缶を暖房器具の近くに置かない（スプレー缶が爆発する）
  - 使用前には点検や清掃を行う（ほこりなどに着火する。不備があれば業者へ修理を依頼する）

問い合わせ先 岳南広域消防組合中野消防署予防係 ☎(22)3386



# AEDマップへの 情報登録のお願い



岳南広域消防組合では、地域の救命率をより向上させることを目的に、管轄内のAED設置事業者の皆さんに対して、日本救急医療財団が主導する全国AEDマップへの情報登録を呼び掛けています。

全国AEDマップとは、インターネットの地図上で、どこにAEDが設置されているの

## ▼全国AEDマップ



効に使用され、突然の心停止から社会復帰する方が増えることを目的としています。

登録方法 日本救急医療財団 全国AEDマップのホームページ (<https://www.gqzaidannmap.jp/>)から登録できます。

AED情報の登録は、突然倒れた人の命を救うために役に立てられます。ぜひ登録をお願いします。

お問い合わせ先  
岳南広域消防本部警防係  
☎0119



# 人間ドックを受診される方へ 健診費用の一部を助成します

生活習慣病の早期発見・早期治療による健康保持増進を図るため、指定医療機関での人間ドック受診の際の健診費用の一部を助成しています。

## ○対象者

- ① 35歳から74歳の国民健康保険被保険者（ただし、脳および肺検査は40歳以上）
- ② 後期高齢者医療制度被保険者（75歳以上の方および65歳から74歳で一定の障がいがある方）

○助成額 日帰り1万9900円、一泊二日3万3400円

（北信総合病院での受診は、一部オプション検査の助成があります）

※年度内1回限りとし、がんドック助成を受けた方は除きます。

- 申し込み・受診方法
- ① 指定医療機関へ受診日などの予約をしてください。
- ② 市へ人間ドック助成の申請をしてください。
- ③ 受診日までに助成券を送付しますので、受診当日に医療機関へ提出してください。

※北信総合病院の場合は、受

診当日に病院窓口で助成の申請ができますので、市の事前申請は不要です。  
※指定医療機関は、健康・福祉カレンダーをご覧ください。  
※がんドック（PET/CT検査）を受ける際の費用の一部も助成しています。

お問い合わせ・申し込み先  
福祉課国保医療係  
☎2111（内線304）

健康づくり課保健医療推進係  
（中野保健センター内）  
☎2111（内線368）

地域振興課市民生活係（豊田支所内）  
☎3111



# 元気もりもり！健康体操

～これだけやれば間違いなし！  
簡単腹筋エクササイズ～

おせち料理やお餅をついっ食べ過ぎてしまいがちなお正月。「ぽっこりおなか」が気になる方もいるのではないのでしょうか。

今回は、座ったままできる、おなか回りを引き締める運動を紹介します。3通りのやり方によって、おなかの筋肉の上部・下部・側部を鍛えることができます。

## 【共通のポイント】

- ・手を後ろについて座り、足を揃えて伸ばした姿勢からスタート。
- ・ゆっくり10回程度繰り返します。
- ・呼吸を止めないで行いましょう。
- ・腰に負担がかからないように、背中を曲げ、おへそを見るように意識して行いましょう。



## 【おなかの筋肉（上部）に効く方法】



- ① 膝を曲げながら自分の胸に近づけます。
- ② 膝を伸ばしながら足を下ろします。この動きを繰り返します。

## 【おなかの筋肉（下部）に効く方法】



- ① 膝を伸ばした状態で20センチほど足を上げます。
- ② 足を床に着かないように下ろします。この動きを繰り返します。

## 【おなかの筋肉（側部）に効く方法】



- ① 足を伸ばした状態で右足を上に、左足を下に交差させます。
- ② 反対に右足を下に、左足を上にします。

※監修 フィットネスクラブ エフバイエー中野 健康運動指導士



# いきいき健康講座



市では、自分のため、家族のために知って得する健康情報が盛りだくさんの「いきいき健康講座」を開催します。受講料は無料で申し込み不要です。皆様のご参加をお待ちしています。

	日時・会場	演題・講師
ハート	2月9日(火) 午後1時30分～2時30分 中野保健センター	○「こころの健康を保つために～過ごし方と接し方～」 佐藤病院 副院長 杉浦宏子氏
	2月25日(木) 午後1時20分～2時30分 豊田文化センター	○「笑って元気！笑って健康！笑いヨガで心と体をリフレッシュ！」 しあわせ長野笑いヨガクラブ 主宰 中川満子氏
糖尿病	2月12日(金) 午後4時～6時 中野保健センター	○「健康長寿は血糖コントロールが決め手～市民の7割の方が高血糖です！～」 北信総合病院 院長 洞和彦氏 ○「中野市の現状について」 健康づくり課 保健師 ○「歯周病は糖尿病の第6番目の合併症」 健康づくり課 歯科衛生士
高血圧	3月4日(金) 午後0時45分～2時30分 中野保健センター	○「高血圧はキケンな病気のサインです！～血圧管理の方法について～」 北信総合病院 腎臓内科部長 上條浩司氏 ○「減らそう塩分、増やそう野菜」 健康づくり課 管理栄養士
運動	3月25日(金) 午前10時～11時30分 中野保健センター	○「実践！楽脳フィットネス ～最新の若返り運動を体験しよう～」 フィットネスサポートセンター代表 健康運動指導士 三浦弘氏 ※動きやすい服装でお越しください

問い合わせ先 健康づくり課健康管理係（中野保健センター内） ☎（22）2111（内線242）

## 北信広域連合嘱託職員（介護員）採用試験

北信広域連合では、平成28年度採用予定の嘱託職員採用試験を行います。

受験を希望される方は、受験案内で受験資格・試験科目などをご確認いただき、所定の試験申込書によりお申し込みください。

試験区分		採用 予定 人員	受験資格			試験	
			年齢要件	住所要件	資格要件	方法	期日・会場
嘱託	介護員	若干名	原則、平成28年4月1日現在で満65歳に達していない者	勤務に支障がない通勤可能な範囲であること	特になし。ただし、介護福祉士などの有資格者は優遇あり	面接試験	2月14日(日) ・ 豊田支所

○受験案内および試験申込書は、北信広域連合事務局（豊田支所内）、各組織市町村の役所・役場の窓口、各老人ホームにあります。また、北信広域連合のホームページからもダウンロードできます。

○試験申込書の募集期限は、2月3日(水)までです。申し込み方法など、詳細については、受験案内をご覧ください。

問い合わせ・申し込み先 北信広域連合事務局総務係（豊田支所内） ☎（38）5050

# 中野市嘱託・臨時職員採用試験

市では、平成28年度採用予定の嘱託・臨時職員採用試験を行います。

受験を希望される方は、受験案内で受験資格・勤務形態などをご確認いただき、所定の試験申込書によりお申し込みください。

試験方法 面接試験 試験期日 2月11日(木) 試験会場 市民会館 41号、42号、44号～47号会議室

募集期限 1月27日(水) ※郵送での申し込みは、1月27日(水)までの消印があるものに限り有効です。

受付時間 市役所開庁日の午前8時30分から午後5時15分まで

受験案内および試験申込書 庶務課、豊田支所地域振興課、中央・北部・西部の各公民館、永田窓口サービスステーションなどで配布しているほか、市公式ホームページでもご覧いただけます。

市公式ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp/>

受験資格など詳細については、受験案内をご覧ください。

## (1) 嘱託職員…直接業務を担当し、1年を単位に任用される職員

職 種	予定人員	勤務予定機関	職務内容	
行政バス運転手	各職種 若干名	財政課	行政バスの運転業務および車両管理業務	
市税徴収員		税務課	市税徴収業務	
保健師		健康づくり課	保健業務	
歯科衛生士		健康づくり課	歯科衛生業務	
母子父子相談員		福祉課	母子父子相談業務	
障がい児相談員		福祉課	障がい児相談業務	
家計支援相談員		福祉課	生活困窮者の家計支援相談業務	
児童クラブ児童支援員		放課後児童クラブ	児童健全育成業務	
子育て支援センター支援員		子育て支援センター	子育て支援業務	
保育所保育士A		20人程度	保育所	保育業務 ※1
保育所保育士B		保育所	保育業務 ※1	
保育所調理技師		保育所	調理業務 ※1	
保育所看護師		保育所	看護業務 ※1	
道路維持作業員		各職種	道路河川課	道路維持業務
学校給食センター調理技師A		各職種 若干名	学校給食センター	学校給食業務(アレルギー食対応職員)
学校給食センター調理技師B			学校給食センター	学校給食業務
公民館指導員		中央公民館	指導業務	
学芸員		博物館	学芸員業務	

※1 保育所保育士A、保育所調理技師および保育所看護師は、毎週ではないが土曜日勤務あり、保育所保育士Bは毎週土曜日勤務あり

## (2) 臨時職員…6カ月を単位に任用される臨時的任用職員

職 種	予定人員	勤務予定機関	職務内容	
一般事務員A	各職種 若干名	庁内または出先機関など	一般事務(7時間45分)	
一般事務員B (身体障がい者雇用)		庁内または出先機関など	一般事務(7時間45分)	
一般事務員C		庁内または出先機関など	一般事務(7時間)	
一般事務員D		中山晋平記念館	窓口事務および施設管理業務	
一般事務員E		公民館	一般事務および施設管理業務	
一般事務員F		博物館	一般事務および施設管理業務	
児童クラブ児童支援補助員		児童センターまたは放課後児童クラブ	児童健全育成業務	
保育所調理員		保育所	調理業務(6時間) ※2	
延長担当保育士		10人程度	保育所	保育業務
土曜日延長担当保育士		保育所	保育業務	
学校事務員	各職種 若干名	小・中学校	学校事務	
学校庁務員		小・中学校	学校庁務	
学校図書事務員		小・中学校	学校図書事務	
読書指導員		小学校	読書指導業務	
学校給食センター調理員		学校給食センター	調理業務	
図書館事務員		図書館および分館	図書館事務	

※2 保育所調理員は毎週土曜日勤務あり

問い合わせ・申し込み先 庶務課職員係 ☎(22)2111 (内線209・213)



ヒートショックにご用心!



ヒートショックとは、急激な温度変化により体が受ける影響のことで、室温の変化によって、血圧が急激に上昇したり、下降したり、脈拍が速くなったりする状態のことです。

ヒートショックが原因で死亡する方は年間1万人以上といわれており、最も多いのは浴室での事故です。浴室や脱衣所で倒れたり、湯船の中で意識を失い溺れてしまうこともあります。

ヒートショックによる事故を防ぐための入浴法

- ①脱衣所に暖房器具を置いて、入浴前に脱衣所を暖かくしておく。
- ②入浴前に浴槽のふたを開けたり、浴室にシャワーをかけ暖めておく。
- ③湯船に入る前に、体の末端(手足)からかけ湯をして、徐々に体を暖めていく。
- ④足からゆっくりと入り、徐々に肩まで体を沈めていく。
- ⑤湯船から出るときは、ゆっくりと立ち上がる。

家族と同居されている方は、家族がいる時間に入浴したり、声を掛け合うことも大事です。また、入浴以外にも廊下に出るときや夜間のトイレなどのときには、羽織るものや小物(手袋、マフラー、靴下など)を使って温度差を感じることを少なくするように工夫しましょう。

子育て支援センターでは、0歳から就学前のお子さんを対象に、毎月楽しい行事を行っています。

施設名	日時	行事
北部子育て支援センター(さくらんぼ)	1月27日(水) 午前11時～	「さくらんぼ広場」 第2回元気に雪とあそぼう
	2月19日(金) 午前10時30分～	「バンブー」北部公民館 親子でダンスみんなでダンス
中央子育て支援センター(りんごっこ)	1月28日(木) 午前10時30分～	「ちびっこ広場」 新保構造改善センター集合
	2月12日(金) 午後2時～	「リトミック」 講師 小林寿美さん
豊田子育て支援センター(うさぎっ子)	1月29日(金) 午前10時30分～	「げんきっこ」西部公民館 お正月のたこ製作
	2月12日(金) 午後2時～	「レインボー料理教室」 要予約2月8日まで(託児あり)

※この他にもさまざまな行事を行っています。詳しくは、各子育て支援センターへお問い合わせください。

開館時間 午前8時30分～午後5時(共通)

問い合わせ先

さくらんぼ ☎日・月・祝日

☎(22) 6622 ※FAX兼用

りんごっこ ☎日・火・祝日

☎(22) 2259 ※FAX兼用

うさぎっ子 ☎日・水・祝日

☎(38) 1638 FAX(38) 3114

わが家の☆アイドル☆



市内在住の小学校就学前のお子さんを募集します。(先着4人まで掲載)

①お名前(ふりがな)②生年月日③性別④応募者のお名前⑤住所⑥電話番号⑦メッセージ(30字まで)を明記し、写真データを添付の上、1月22日(金)までにEメールなどでご応募ください。

問い合わせ・応募先

〒383-8614(住所記載不要)

庶務課秘書広報係

☎(22) 2111(内線212)

Eメール koho@city.nakano.nagano.jp



黒岩 新くん(1歳)  
車が大好き!  
運転上手になったね♪



井坪 滯ちゃん(2歳)  
外遊びがだ～いすき!  
雪遊びも楽しみだ～☆



北沢 真祐くん(3歳)・琉真くん(11カ月)  
弟思いの優しい兄とお兄ちゃんが  
大好きな仲良し兄弟です



蔵谷 葵ちゃん(10カ月)  
元気に大きくな～れ♡

# 保健だより

- 健康づくり課(中野保健) ☎22-2111(内線242-368)
- 地域振興課(豊田支所内) ☎38-3111
- 休日緊急診療所(センター内) ☎23-2255



## 予防接種など

### 日程

受付時間/午後0時45分～1時30分  
会場/中野保健センター  
持ち物/母子健康手帳、予診票

ワクチン名	日程	予約先
B C G	1月13日(水)	健康づくり課 母子保健係
水痘	1月15日(金)	
四種混合	1月8日(金) 2月8日(月)	
ヒブ		
小児用肺炎球菌		

※3日前までに予約が必要です。  
※対象・接種間隔など詳しくは健康カレンダーをご確認ください。

### 予防接種健康被害救済制度

平成25年3月31日までに、市町村の助成により、ヒトパピローウイルス(HPV)ワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種した方のうち、接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診した方は、接種との関連性が認定されると、医療費・医療手当が支給される場合があります。

心当たりのある方は、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度相談窓口へ至急お問い合わせください。

相談窓口/☎0120-149-931  
※フリーダイヤルをご利用にならない場合は、☎03-3506-9411(有料)へ。



## 健(検)診など

### 乳幼児健康診査

受付時間/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、オムツ、バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3か月健診	1月26日(火)	27年9月生
7か月健診	1月27日(水)	27年5月生
1歳6か月健診	1月29日(金)	26年6月生
2歳児健診	1月25日(月)	25年12月生
3歳児健診	1月28日(木)	24年12月生

※都合がつかない場合は、翌月お出掛けください。

### こころの健康相談

イライラ・不眠など、心に関するさまざまな相談に個別で応じます。相談は無料で、予約制です。秘密は固くお守りします。お気軽にご利用ください。

期日/2月12日(金)

時間/午後2時～4時

相談担当者/こころの専門医

会場/中野保健センター

対象者/悩みを持つ本人、家族など

※希望者は相談日の2日前までに健康づくり課へお申し込みください。

### 献血のお知らせ

期日/2月2日(火)

時間/午後1時～4時30分

会場/市民会館46号会議室

持ち物/献血カードまたは運転免許証など本人確認ができるもの



## 講座・相談

### マタニティクラス

会場/中野保健センター  
持ち物/筆記用具、母子健康手帳

期日・時間	内容
1月15日(金) 午前9時30分～11時30分	妊娠の経過と起こりやすい異常、妊産婦の健康・栄養(試食あり)、個別相談
2月2日(火) 午後1時～3時30分	母子の歯の健康、母乳栄養と乳房管理 ※歯ブラシ持参

※3日前までに予約が必要です。  
※ご家族の方も一緒にご参加ください。

### 育児教室

会場/中野保健センター

期日・時間	対象児・内容
1月20日(水) 午後1時15分～3時30分	8～10か月児 むし歯予防と顎の発育、離乳食の話、試食
1月22日(金) 午前10時～11時30分	4～6か月児 赤ちゃん体操、離乳食の話、試食
2月4日(木) 午前10時～11時30分	4～6か月児 赤ちゃん体操、離乳食の話、試食

※3日前までに予約が必要です。

### 小児救急電話相談「#8000」

子どもの夜間の急な病気や、けがの相談に看護師などが応じます。

※#8000でつながらない場合は、☎0263(34)8000へご相談ください。

※相談日時 毎日午後7時～11時

電話健康相談所	☎23-0300	午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
女性相談	☎23-4810	午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
子ども電話相談	☎23-3191	午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、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～11時
長野県児童虐待・DV24時間ホットライン	☎026-219-2413	



# 中野のチカラ

## 県縦 中野下高井チーム



### 目標の入賞ならずも

### 過去最高の7位と大健闘

昨年11月14日・15日の2日間にわたって開催され、長野市から飯田市までの22区間(217.5キロ)を県内の15チームがタスキをつなぎ走り抜けた第64回長野県縦断駅伝競走大会(以下・県縦)。

今回は、昨年の県縦で過去最高の7位と健闘した中野下高井チームの皆さんにお話を聞きました。

### ○チームの紹介

県縦のために、中野市・山ノ内町・木島平村・野沢温泉村の4市町村で結成しているのが中野下高井チームです。メンバーは中学生から30代後半までの選手のほか、監督、

スタッフなど合計およそ30人で、それぞれ仕事や家庭、学業などと両立しながら、レースに出たり練習に励んだりしています。

自分たちが一生懸命走って良い成績を残し、地域に明るい話題を提供できればと考えています。

### ○トレーニング・選考会

メンバーの約半分はクロスカントリースキーの選手でもあるため、12月から3月までは、チームとしての活動はありません。4月から定期的にチーム練習が始まり、9月と10月に選考会を行います。選考会が終わると、区間会議で各区間を走る選手を決定し、下見をしてコースをイメージしたトレーニングを行いながら、本番に備えていきます。

### ○チームワークで挑んだ県縦

中野市から今回は12人の選手が出場し、大会1日目は8位、2日目は順位を一つ上げ、7位でゴールしました。総合成績は12時間10分49秒で、前々回の8位を超える過去最高の総合7位となりました。

走るの一人ずつですが、その先に待っている仲間のこととを思うことで、一人で走るときに比べて力が出るのが駅伝の魅力です。各区間の選手がそれぞれ普段以上の力を発揮したことで得られた、まさにチームワークの成果だと思います。

### ○初入賞を目指す戦いはもう始まっている

今年の県縦では、昨年果たせなかった6位入賞を目指します。昨年6位の松本市との差は7分19秒でした。この差を埋めるために何が必要かを考え、全員が区間6位以内で走れるように一人ひとりが力をつける必要があります。大会本番までの一日一日を大切に、目標を強く意識してトレーニングに邁進していきたいと思います。選手を見掛けただけの声を掛けていただき、応援いただけたらと思います。

中野市合併10周年記念  
**広報クイズ**



### ■今月のプレゼント

「りんごジュース」：2人

### 問題

子ども議会に参加した児童の人数は？

「●●人」

クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名を記入の上、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はがきに書いて、次の宛先までご応募ください。

締め切り 1月29日(金)必着  
※当選はプレゼントの発送をもって 代えさせていただきます。

先月号の答え 平成26年の全国の特許詐欺被害総額は？  
答え・・・「約565億円」

383-8614

(住所記載不要)

中野市庶務課

秘書広報係 行

住所・氏名・年齢・  
電話番号・世帯主



# 銀座NAGANOレポート



信州の魅力をまるごと共有（シェア）するオール信州活動拠点「銀座NAGANO」に、平成27年度の1年間、中野市役所から実務研修派遣職員として勤務している北沢菜美さんのレポートをお送りします。



写真解説：①銀座NAGANO 1階ショップスペースの様子。／②首都圏でも認知度が高い「秋映」も店頭で並びます。／③2階フロアでは各市町村などが工夫を凝らした多様なイベントを開催。④／首都圏にPRするため、中野市の活動も行われています。／⑤派遣職員として勤務する北沢菜美さん。

## ○銀座NAGANOでの仕事内容

銀座NAGANOでは、首都圏のお客様に信州の魅力を発信するイベントを日替わりで開催しており、私はイベントを主催される皆さんとの打ち合わせや、当日のサポートをさせていただいています。

今年度は、既に11月末時点で308件のイベントが開催され、おかげさまで2万1185人の方にご参加いただきました。

ご当地そばウィークやスイーツフェア、日本酒やワインの講座、商談会や演奏会など多彩なイベントの開催により、幅広い首都圏の皆様のご来店につながっています。

長野県には、他県にはない素晴らしい自然、文化、産業、食、人材がたくさんあります。

どうやってPRするか、主催者の皆さんと一緒に考え、一つのイベントが終わったあとに、お客様に「今日はまた一つ信州の知恵を授かりました」、「銀座NAGANOはいつ来ても楽しいね」というコメントをいただくと、長野県の良さを知っていただけたと、とてもうれしい気持ちになります。

## ○銀座NAGANOは首都圏での総合活動拠点

銀座NAGANOは、ヒト・コト・モノを「つなぐ」プラットフォームを目指しています。

1階にはショップスペースなど、「しあわせ信州スタイルの食卓」を提案する信州の健康食や伝統食など食品・飲料を中心としたご紹介、2階では、工芸品などの展示と丸

山珈琲のショップ、観光案内コーナー、イベントスペースがあります。

また、4階には、移住相談コーナーやビジネス利用もできるコワーキングスペースがあり、首都圏における信州の観光・移住・産業の魅力を総合的に発信する拠点となっています。

都内の企業の方や地域づくりに携わる方のほか、県内各市町村・他県の方との連携など、本場にたくさんの方が日々ご来場されるので、「人」の交流の拠点でもありと感じています。

## ○皆様もぜひお越しください

2016年も、信州の良さを伝え、首都圏の皆様にあこがれを持っていただけるような商品のご紹介やイベントのご提案などに、スタッフ一同一杯挑戦をしていきます。

また、現地の様子などは銀座NAGANO公式フェイスブックでご紹介しています。ぜひ、銀座NAGANOへ遊びに来ていただき、中野市民の皆様への「しあわせ信州」を教えてください。皆様のお越しをお待ちしています！



## 晋平忌

昨年12月13日、中山晋平記念館において晋平忌実行委員会主催による「第31回晋平忌」が開催されました。当日は、献花や黙とう、コンサートなどが行われ、新野子ども地域活動促進委員会、日野小学校2年生・3年生、コールなかの、新野婦人部コーラス、中野高校ギターマンドリンクラブOB・OG会の6団体が合唱や演奏、オペレッタを披露し、中山晋平先生をしのびました。

また、コンサートの最後には参加者全員で合唱を行い、美しい歌声が会場を包み込みました。



## アナウンサーによる絵本の読み聞かせ

昨年12月4日、中央子育て支援センター「りんごっこ」において、SBC信越放送アナウンサーの宮入千洋さんによる絵本の読み聞かせが行われました。これは、「SBCこども未来プロジェクト」の一環として行われたもので、会場には小さな子ども連れ母親などが大勢訪れました。

宮入さんが表情や声色を変え、体を使いながら読み聞かせると、子どもたちは絵本の世界に引き込まれるように夢中になって聞き入っていました。



## ガキ大将フェスティバル

昨年12月6日、市民体育館において、地区別対抗の綱引き大会「ガキ大将フェスティバル」を開催しました。

当日は、男子の部6チーム、女子の部6チームが出場し、友人や先生、保護者の皆さんによる熱いこもった応援を受けた選手たちは、仲間と呼吸を合わせて力いっぱい綱を引いていました。

なお、男子の部は延徳地区育成会、女子の部は高丘地区育成会が見事優勝を飾りました。



## 高野辰之記念祭

昨年12月12日、高野辰之記念館において「中野市合併10周年記念 高野辰之記念祭」を開催しました。当日は、高野辰之博士の教育者としての側面にスポットを当て、「日本の文化・思想を大切にし、志を求め続けた高野辰之」という演題で、元中野・下高井教育会長の寺島正友さんてらしまさともに講演いただきました。また、講演の前後に、小林あつ子さんこばやしによる指揮・語りと、原田准子さんはらだのりこによる伴奏で「朧月夜」や「故郷」など高野辰之作品を参加者全員で合唱し、高野辰之博士の功績をたたえました。



## 年末の交通安全運動交通指導所

昨年12月1日から31日まで「年末の交通安全運動」が行われ、12月1日には、国道292号アップルシティーなかの前において、交通指導所が開設されました。

当日は、中野警察署長、中野市交通指導員、中高交通安全協会、ヤングドライバーズクラブ、自動車販売店協会など交通安全に携わる皆さんが参加し、通行車両にパンフレットなどを配りながら交通安全を呼び掛けました。



## 第15回ふるさとCM大賞NAGANO

昨年12月6日、長野市若里市民文化ホールにて「第15回ふるさとCM大賞NAGANO」の最終審査会が行われました。これは、長野県内の市町村が30秒の手作りCMを制作し、ふるさと自慢をアピールするもので、当日は、全92作品の応募の中から一次審査を通過した23作品が登場し、工夫を凝らしたプレゼンテーションを行いました。中野市の作品「あの時、あの味…」は審査の結果、奨励賞を受賞しました。

### ▼募集

#### B & G 財団会長杯 綱引き大会参加者募集

【開申】文化スポーツ振興課スポーツ  
振興係（内線364）  
B & G 海洋センター ☎(38)3800  
市民体育館 ☎(26)3572

期日 2月7日(日)

時間 午前8時30分

会場 B & G 海洋センター

種目 ①一般男子の部（高校生以上）  
②一般女子の部（高校生以上）

③子どもの部（小・中学生で男女問わず、平成27年4月1日現在の年齢合計が65歳以内とします）

チーム編成 選手6人・交代要員2人以内とします。1人で2チーム以上に参加することはできません。

参加資格 市内に在住または在勤の方  
申込期限 1月27日(水) 午後5時

#### 市民スキー大会参加者募集

【開申】中野市体育協会 ☎(26)3572

期日 2月14日(日)

会場 木島平スキー場（現地集合）

時間 受付：午前8時15分

開会式：午前9時15分

参加資格 市内に在住、在勤または在学の方

競技種目 大回転  
競技区分 全13区分

- ①小学校低学年女子（1・2年生）
- ②同男子③小学校中学年女子（3・4年生）④同男子⑤小学校高学年女子（5・6年生）⑥同男子⑦中学生女子⑧同男子⑨一般女子（中学校卒業以上）⑩青年男子（中学校卒業以上30歳未満）⑪成年男子（30歳以上45歳未満）⑫壮年男子1部（45歳以上60歳未満）⑬壮年男子2部（60歳以上）

※年齢は平成28年1月31日を基準  
参加料 大人 2000円、中学生1500円、小学生 1000円  
（傷害保険料込、リフト代別）

申込期限 1月23日(土)

申込方法 中野市体育協会（市民体育館内）またはマツヤスポーツへ参加料を添えて、お申し込みください。

#### 公共職業訓練受講者募集

【開申】ハローワーク飯山

☎0269(62)8609

●建築CADデザイナー科（定員20人）

●CAD/CAM技術科（定員15人）

訓練期間 3月2日(水)～8月29日(月)

会場 ポリテクセンター長野

受講料 無料（テキスト代別）

訓練内容 ものづくり技術、設備保守などの技術習得

募集期限 1月28日(木)

#### 地域発 元気づくり支援金 活用事業を募集しています

【開申】政策情報課政策推進係（内線216）

北信地方事務所地域政策課  
☎(23)0201

対象事業 自らの知恵と工夫により、自主的・主体的に取り組み地域の元気を生み出す、モデル的で発展性のある事業

重点的に推進するテーマ

- ・自然エネルギーの普及・拡大
- ・障がい者、女性、若者の雇用促進
- ・および就業・定住支援

- ・地域防災力の向上
- ・子育て支援

- ・災害復興対策事業

対象団体 公共的団体など（地域づくり活動を行うNPO法人、協議会、自治会やグループなど）

支援金の交付額

- ①ハード事業（道路、水路、建物などの建設または改修、1件10万円以上の備品取得など）：3分の2以内
- ②ソフト事業（ハード事業以外）：4分の3以内

補助金の下限額 30万円

募集期限 2月1日(月)

事前相談会（要予約）

日時 1月22日(金) 午前9時

会場 市役所3階 第3委員会室

#### リサイクルかわらばん 12月25日現在

譲ります 照明器具(和室用・洋室用)／車いす／手押し車(高齢者用)／キャリアケース

譲ってください きね2本／うす／流し台／着物帯(男性用)／浴衣(男の子用)／家庭用耕うん機

市民の皆さんの不用品・必要品を掲載しています。掲載期間は半年間で、希望により再掲載も可能です。

【開申】市民課生活交通安全係（内線238）

#### 市営住宅・若者住宅 入居者募集

【開申】都市計画課建築住宅係（内線273）

現在の空き住宅と、2月から4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ています。

募集する住宅 東山団地・泉団地・長元坊団地・小田中団地・城下団地の各市営住宅、若者住宅

空きのある住宅 若者住宅

募集期限 1月15日(金)

選考方法 公開抽選により順位を決定

抽選日時 1月28日(木) 午後1時30分

抽選会場 市民会館45号会議室

※入居者の資格など、詳しくはお問い合わせください。

## 今月の新着図書情報

今月の新着図書の一部を紹介します。  
 市立図書館 ☎(26)5841

### 老いの冒険

著/曾野綾子  
 興陽館書店

「人生でもっとも自由な時間の過ごし方―もういつ死んでもいいという感覚にはすばらしい解放感がある。」

老年は、大いに冒険すればいい。もしあなたに愛する人がいて、その人は既に亡くなっているなら、再びその人に会う死の後に、「私はけっこう楽しく生きていたのよ。」と報告できるような、老年でありたい。



### 人の心は読めるか?

著/ニコラス・エプリー  
 早川書房

どうすれば、上司や家族、友人の「本心」がわかる? 自分をもっとも理解できていない相手は自分自身。そんなコワイ指摘からはじまる、真の他者理解への8つのステップ!

うずら大名(畠中恵)/総理にされた男(中山七里)/霧(桜木紫乃)/70年目の恋文(大櫛ツチエ)/はじめてのやさしい短歌のつくりかた(横山未来子)/辞書からみた日本語の歴史(今野真二)/不動の魂(五郎丸歩)/遺品整理士という仕事(木村榮治)/スチールラックのすごい収納(E mi)/ちいさな酒蔵33の物語(中野恵利)/日本のものづくり遺産(国立科学博物館)/老後破産(NHKスペシャル取材班)

## ビデオ上映会 としよかん★プチキネマ

### 学校の怪談/恐怖の学校編

上映日時 1月17日(日) 午後2時～

### 陪審員

上映日時 2月3日(水) 午前10時～

会場 図書館2階AVホール(入場無料)

### 春休み海外研修交流プログラム 参加者募集

☎03(6417)9721

期間 3月26日(土)～4月5日(火)

内容 ホームステイ、文化交流、学

### 放送大学4月入学生募集

☎0266(58)2332

放送大学は、テレビやラジオ、インターネットなどを利用して授業を行う通信制の大学です。

出願期限 第1回 2月29日(月)  
 第2回 3月20日(日)

期日	イベント	季節の風呂
1月26日(火)	特殊詐欺のお話	みかん
2月26日(金)	エイサーの踊り	りんご
3月26日(土)	カラオケ	湯

時間 午前10時～午後3時  
 持ち物 昼食、入浴道具  
 予約 3日前までに予約が必要です。

### 県民セミナー 健やかな妊娠・出産のために

☎026(235)7141

妊娠・出産に適した時期や、健康づくりなどについて啓発するためのセミナーを開催します。

期日	会場
1月30日(土)	カノラホール岡谷市文化会館
1月31日(日)	篠ノ井市民会館

時間 午後1時30分～4時  
 内容 魔装斗さん・矢沢心さん夫妻によるトークショー、医師・助産師を交えたパネルディスカッションなど  
 申込締切 1月18日(月)  
 ※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

### 長野県農業大学校 学生募集

☎026(278)5211

将来の企業的な農業経営者を育成する「実践経営者コース」の学生を募集しています。

修業年限 2年  
 募集人員 10人  
 願書受付期限 2月1日(月)

校体験、地域見学、野外活動など  
 派遣先 イギリス、オーストラリア、カナダ、フィジー、ニュージーランド、フィリピン

対象 小学3年生～高校3年生  
 参加費 39万8千円～49万8千円  
 応募締切 2月1日(月)  
 ※期間、金額などはコースにより異なります。

### 帯の瀬の日

☎(22)6210

帯の瀬ハイツでは、毎月1回「帯の瀬の日」を開催しています。どなたでも無料で参加できますので、ぜひご来館ください。

1月から3月のご案内

### 催し・イベント

## ▼お知らせ

### ハクビシン捕獲用わな講習会

【圃田】農政課耕地林務係(内線251)

ハクビシンによる農作物被害などを受け、自らの建物や敷地などにわなを設置し、捕獲しようとする方を対象とした講習会を開催します。本講習を受講し、考查問題を一定水準以上正解された方は、通常必要となる狩猟免許がなくてもハクビシンの捕獲許可を受けられます。

開催日 2月13日(土)

時間 午前9時30分～11時30分

会場 市民会館45号会議室

受講料 テキスト代として700円

(当日徴収)

申込期限 2月4日(木)

※わなを設置できる土地については一定の条件が設定されています。詳しくはお問い合わせください。

### 汚泥発酵肥料「未土利」

【圃田】下水道課監理係(内線280)

販売日 月曜日～金曜日(祝日は除く)

販売時間 午前9時30分～午後4時

販売場所 平岡処理場(ナピア平岡 笠原580番地)

価格 1袋(15kg) 250円

※売り切れの際はご容赦ください。  
※なかの「おすみちゃん」は、2月中旬まで販売していません。

### 最低賃金が改定されました

【圃田】中野労働基準監督署 ☎(22)2105

長野県内の事業場で働く全ての労働者と、労働者を一人でも雇用している全ての雇用主に適用される「長野県最低賃金」が、昨年10月1日を基準に改定されました。この機会に、ぜひ賃金をご確認ください。  
改定後最低賃金 746円(時間額)

### 歩行型除雪機による

### 事故にご注意ください

【圃田】日本農業機械工業会

☎(3433)0415

毎年、雪のシーズンになると除雪機による事故が多発しています。除雪機を使う際には次の点に注意し、使用者の責任において、正しく安全に作業を行ってください。

#### 注意点

- ・周囲に人がいないことを確認し、人を絶対に近づけさせない。
- ・投雪口に詰まった雪を取り除く際は、必ずエンジンを停止し、雪かき棒を使用して雪を取り除く。

## ご寄付ありがとうございました

中野市職員互助会 様

デュプロブロック33セット

市内保育園・子育て支援センターを利用する子どもたちの情操教育のため

赤岩 湯本 達保 様

図書20冊

科野小学校の図書充実のため

【圃田】庶務課秘書広報係(内線400)

## ▼展示

市立博物館 ☎火曜日 ☎22-2005	常設展示室「中野市の自然と歴史・文化・重要文化財柳沢遺跡展示室」 西沢今朝夷水彩画展「ふるさとの記憶」
中野陣屋・ 県庁記念館 ☎火曜日 ☎23-2718	・「北陸新幹線沿線百名山」写真展 栗田貞多男・市川董一郎 1月18日(月)まで ・中野西高等学校美術部・書道部 生徒作品展 1月31日(日)まで

### 消費生活相談

## 消費者トラブルと解決法

63

### 電子マネーを悪用した詐欺に注意!

**事例** パソコンで無料動画サイトを開き、年齢入力をしたところ、突然「入力完了」の文字と10万円の料金を請求する画面が出た。驚いてサイト会社へ電話をしたところ、「本当は16万円のところを10万円にしているので、支払うように。」と言われた。仕方なく指示に従ってコンビニへ行き、数万円のプリペイドカードを購入した後、カードの発行番号を会社に伝えてしまった。

**アドバイス** 最近、電子マネーを悪用した詐欺被害が急増しています。業者から請求があったとしても、利用していなければ代金を支払う必要はありません。電話をしてしまうと、住所や氏名などの個人情報漏れる恐れがあります。業者から指示されても、プリペイドカードを購入したり、カード番号などを伝えたりしないようにしましょう。プリペイドカードは、一度購入してしまうと原則として払い戻しができませんので、ご注意ください。

### 問い合わせ・消費生活相談窓口

市民課生活交通安全係(内線238)

長野県北信消費生活センター ☎026(223)6777

消費者ホットライン ☎188



## 任意加入制度 - 60歳からでも加入ができます -

老齢基礎年金は、20歳から40年間(480月)保険料を納めなければ、満額を受け取ることはできません。

**任意加入制度が利用できます** 納付期間が40年未満の場合でも、60歳から65歳まで(納付済期間や免除を合わせた期間が25年未満の方は特例として70歳まで)の間、国民年金に任意加入して老齢基礎年金を増やすことができます。  
※海外に居住する20歳～65歳の日本人の方も加入できます。  
※厚生年金・共済年金の被保険者の方や老齢基礎年金の繰り上げ支給を受けている方は、加入できません。

### 任意加入によるメリット

- ・65歳から受け取る老齢基礎年金を増やすことができる。
- ・一定要件を満たすと、加入期間中に思わぬ事故や病気などで障がいが残ったときに、遺族基礎年金や障害基礎年金が受け取れる。
- ・納めた保険料は、全額社会保険料控除の対象となる。

〒長野北年金事務所 ☎026(244)4100  
市民課国民年金係(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

## 講座

### 働く婦人の家

#### 講座受講生募集

働く働く婦人の家 ☎(22)2974

### ● やしように作り講座

期日 2月12日(金)

時間 午後1時30分～3時30分

講師 米澤説好さん

教材費 600円

定員 16人

### ● 和菓子(道明寺)作り講座

期日 2月17日(水)

時間 ①午後2時～4時

講師 青木律子さん  
②午後7時～9時

教材費 各500円

定員 各16人

会場 働く婦人の家

持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具、持ち帰り用の容器

対象者 市内在住または在勤の女性の方(学生は除く)

申込方法 1月19日(火)午後1時以降、電話または直接ご来館の上、お申し込みください。(土・日・祝日を除く午後1時から10時まで)

※定員になり次第、募集を締め切ります。

申し込みは1月19日(火)午後1時以降、電話または直接ご来館の上、お申し込みください。(土・日・祝日を除く午後1時から10時まで)

各種相談日程	期日・時間・会場	問い合わせ先
子ども相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 市役所子ども相談室	子ども相談室(内線278)
保健師による子育て相談	期日 1月29日(金) 時間 午前10時～11時 会場 りんごっこ(中央子育て支援センター)	中央子育て支援センター ☎(22)2259
定期健康相談	①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 ②期日 毎月第1木曜日 時間 午前10時～11時30分 会場 豊田保健センター	健康づくり課健康管理係 (内線242)
高齢者の方のための総合相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 中野保健センター	高齢者支援課介護予防包括支援係(内線366)
行政相談	期日 1月12日(火)、2月10日(水) 時間・会場 ①午前9時～11時 豊田支所相談室 ②午後2時～4時 市民会館44号会議室	庶務課庶務文書係 (内線211)
消費生活相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 市役所市民課生活交通安全係	市民課生活交通安全係 (内線238)
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5時15分 会場 中野人権センター	人権・男女共同参画課 ☎(23)4810(専用電話)
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	福祉課厚生保護係 (内線276)
身体障がい者相談所 予約制	期日 毎月第1・3水曜日 時間 午後2時～4時 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
福祉相談・ボランティア相談、結婚相談 予約制	期日 毎週月～金曜日 時間 午前9時～午後5時 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
心配ごと相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午後1時30分～4時30分 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
法律相談 予約制	期日 毎月第1・3月曜日(月曜日の場合は翌火曜日) 時間 午後1時30分～3時30分 会場 福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111
職業相談	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時 会場 中野市地域職業相談室(南宮庁舎)	中野市地域職業相談室 ☎(23)4710
交通事故巡回相談	期日 1月21日(木) 時間 午前10時～午後3時 会場 北信合同庁舎	北信地方事務所 ☎(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

# 夢

No.129



## 全日本スキー技術選で 優勝し、デモになりたい!

こじま ふひと  
小島 史さん 倭小学校 6年

ぼくは将来、全日本スキー技術選手権大会で優勝し、ナショナルデモンストラーターになりたいです。ナショナルデモンストラーターは、求められるスキー技術をお手本として見せることのできるデモンストラーターの中でもトップクラスの人たちです。

ぼくは、四歳ぐらいの時からスキーを始め、九歳の時にSAJの一級を取りました。そのあと、柏木義之デモのすべりを見たとき、とてもかっこいいと思い、あんな風にすべりたいと思いました。コントロールや演技がとても上手で、あこがれるようになりました。

昨年の三月、全日本の決勝を見に八方尾根に行きました。しゃ一面は急でしたが、選手のすべりはとても迫力があって、ぼくも、絶対この大会ですべりたいと思います。

中学生になると、プライベートが受検できるので、ぼくは、クラウンを指して一生けん命練習するつもりです。そして、夢に少しでも近づけるよう頑張りたいです。



中野市役所広報 facebook

### 編集後記

面積：112.18 km<sup>2</sup>  
人口：43,916人 (+3)  
男：21,253人 (-3)  
女：22,663人 (+6)  
世帯数：15,672戸 (+19)  
【平成27年12月1日現在】  
( )は前月比、平成22年国勢調査を基に推計

▼新年明けましておめでとうございます。今月号の特集では子ども議会を取材しました。小学校6年生の皆さんが、日常生活で感じることを質問し、中野市をより素晴らしいまちにしていきたいという気持ちを感じることができました。私も広報紙を通じ、より良い中野市にできるよう努力していきたいと思えます。(芳澤)

▼「ガキ大将フェスティバル」を取材しました。仲間と力を合わせて真剣な表情で綱を引き、勝利が決まると手を取り合い飛び跳ねて喜びを爆発させる子どもたちの姿を見て、とても清々しい気持ちになりました。本年も、より表情のある広報を目指していきたいです。(中沢)

▼今年の干支は、申年。日野小出身の私にとって、サルはたびたび学校に来ては畑を荒らす、身近な存在でした。今回の子ども議会での先輩の質問で、当時と変わらぬ様子を知ることができ、思いがけず原点回帰。初心に帰って、本年も広報をがんばります。(仲條)