

## ▼講座・講習会

### 「人間のcare講座」 〜気まま〜Qimama

☎ 福祉課厚生保護係（内線276）

DV（ドメスティックバイオレンス。配偶者などによる暴力や嫌がらせ）、モラルハラスメント（精神的嫌がらせ）、トラウマ（心的外傷）など「こころの傷つき」について考えながら学ぶ講座を開催します。  
人間関係で悩まれている方やご家族の方、また、関心がある方や参加経験がある方など、お気軽にご参加ください。

期日	講座テーマ
9月2日(金)	暴力（いじめ・虐待・DV）の構造
10月7日(金)	あれも暴力だったんだ！「暴力の種類」
11月4日(金)	体つてすごいな「暴力に対する心身のしくみ」
12月9日(金)	自分らしくコミュニケーション
1月6日(金)	育った環境・子どもへの影響
2月3日(金)	自分のためにできること

時間 午前10時～正午

場所 市民会館 44号会議室

※参加料無料・申し込みは不要で、希望講座のみの参加も可能です。

## 働く婦人の家講座

☎ 働く婦人の家

☎ (22)2974（午後1時から）

働く婦人の家では女性のためのさまざまな講座を開催しています。

### 季節の料理講座

夏の終わりに夏野菜を食べ尽くしましょう。トマトとねぎのサラダ、長茄子の豚肉巻きなど全4品作ります。

期日 9月13日(火)

時間 午後7時～9時

講師 米澤説好さん

教材費 700円

### プリザーブド・マテリアル講座

ボジョレーカラーのローズでクラシカルなオブジェを作りましょう。

期日 9月23日(金)

時間 午後7時～9時

講師 青木律子さん

教材費 2500円

定員 各16人(定員になり次第締切)

対象者 市内在住または在勤の女性

受付開始 8月23日(火)午後1時から

※詳しくはお問い合わせください。



## ▼展示

市立博物館  
☎ 火曜日  
☎ 22-2005

- ・特別公開「青銅器埋納坑 修復完了」
- ・常設展示「重要文化財柳沢遺跡展」
- ・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

- ・高木美香「第2回まめプロ個展」  
8月17日(水)から29日(月)まで
- ・西部写遊会「写真展」  
8月17日(水)から29日(月)まで

## リサイクルかわらばん 7月27日現在

**譲ります** 照明器具（洋室用）／洋服ダンス／ポストンバッグ／水槽／ワードローブ（引き戸タイプ）／プラスチックペットキャリー／ペットサークルケージ／介護用電動ベッド／ベビーチェア（テーブル付）／カーペット

**譲ってください** ミシン／ハウス用鉄パイプ／旅行用スーツケース／小型耕運機／ジュニアシート

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。

☎ 市民課生活交通安全係（内線238）

## 資源物の特別回収・日曜回収

8月28日(日) 午前10時～午後1時 資源物の日曜回収

場所 ツルヤ一本木店

回収品目 硬質プラスチック、段ボール、新聞紙、雑誌、びん、ペットボトル、食用油、古着

- ・硬質プラスチック…ポリタンク、植木鉢、バケツなどのプラスチック（PP、PE）素材に限る。
- ・食用油…家庭用植物性天ぷら油で、液体状の油に限る。
- ・古着…洗濯済みの衣類、靴（両足そろったもの）、ネクタイ、バッグなどで汚れや臭いのない物に限る。

9月11日(日) 午前9時～正午 資源物の特別回収

場所 浜津ヶ池公園駐車場

回収品目 庭木の剪定枝、硬質プラスチック製品

- ・庭木の剪定枝…直径15cm以下のもの。  
※草・根・廃材・果樹剪定枝は回収できません。
- ・硬質プラスチック…上記日曜回収の記載と同じ

★回収できないと判断された物は、お持ち帰りください。

★指定時間以外の持ち込みは禁止です。

★中野市以外からの持ち込みは固くお断りします。

☎ 環境課衛生係（内線245）

ごみの減量とリサイクルで美しいふるさとを次世代へ

## 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

### 飲むだけくすりスープ

著/タカハシ ユキ  
 大和書房

野菜たっぷり、かんたん新習慣。飲めば飲むほどいいことが起こる！美味しく体を整える。全60レシピ、1日1スープ。



### いっしょに走ろう

著/道下 美里  
 芸術新聞社

本気の思いが本気の仲間を引き寄せる！失明という過酷な現実の中、走ること生きる役割を見出した。ピュアな笑顔で挑戦を続けるブラインドランナーの半生。

秋霜(葉室麟) / 富士山噴火(高嶋哲夫) / 擬宝珠のある橋(宇江佐真理) / 与謝野鉄幹漢詩全釈(濱久雄) / 嫌老社会を超えて(五木寛之) / プロ野球「背番号」雑学読本(手束仁) / 動物たちのしあわせの瞬間(福田幸広) / がんにならない人の50の習慣(平島徹朗) / モグラハンドブック(飯島正広ほか) / パナマ文書(渡邊哲也) / 知らないではすまされない！わが子を守る法律知識(高野浩樹) / 関東・甲信越一泊でたのしむ山歩きガイド(旬の山愛好会)

### ビデオ上映会 としよかん★プチキネマ

#### おじゃる丸スペシャル

「わすれた森のヒナタ」

上映日時 8月21日(日) 午後2時

会場 図書館2階AVホール(入場無料)

### 年次蔵書点検のため、市立図書館および北部・西部・豊田分館を休館します

ポストへの図書の返却やホームページでの閲覧・蔵書検索は利用できます。

閉館期間 9月1日(木)～8日(木)まで

## 男女共同参画セミナー 自己肯定感を育む子育て

講師 人権・男女共同参画課男女共同参画係(内線254)

今回のテーマは「自己肯定感を育む子育て」です。子育てに一生懸命なあまり、悩んだり不安で心がいっぱいになってしまっている方も、ちよつと肩の力を抜いて、一緒に考えてみませんか。

期日 8月31日(水)

時間 午前10時～正午

講師 吉池優子さん(認定子育て

ハッピーアドバイザー)

場所 中野市人権センター会議室

定員 30人(定員になり次第締切)

対象者 市内在住・在勤の方

その他 託児あり(要予約)

## 第5回がん公開講座 「緩和ケア講演会」

講師 J A長野厚生連北信総合病院 ☎(22)2151

北信総合病院は、昨年度厚生労働省から県下初の「地域がん診療病院」に指定され、活動の一環として地域住民の皆さんを対象に、公開講座を開催しています。今回は緩和ケアがテーマです。この機会に緩和ケアについて一緒に学びませんか。

期日 8月27日(土)

時間 午後2時～3時30分

会場 北信総合病院 さくらホール

講演内容 緩和ケアって何？/麻薬って怖い？/新生病院伊藤義彦

先生のお話

※入場は無料で申し込みは不要です。

## 催し・イベント

### 新庁舎建設整備記念講演

#### 「東京スカイツリー®の建設」

講師 大林組長野営業所

☎026(226)6354

新庁舎建設整備に伴う記念講演会「東京スカイツリー®の建設」世界一への挑戦」が開催されます。

講師は中野市出身で、東京スカイツリーの建設を担当した大林組の原田恒則さんです。自立式電波塔として、世界一のタワーを建設した高い技術力を知る絶好の機会です。ぜひご参加ください。

本講演会は、新庁舎建設整備の受注者である大林組長野営業所が地域活性化の取り組みとして開催する

ものです。

期日 8月25日(木)

時間 午後4時

会場 中央公民館3階講堂

講師 大林組本社建築部特殊工

部上級首席技師 原田恒則さん

講師経歴 国内外多数のスリッ

フォーム・リフトアップ関係の特

技術採用プロジェクトの施工・技

指導のほか、新工法の技術開発に従

事。主な従事プロジェクトは、東

スカイツリー、大阪ドーム、大阪

テリシオンシティのほか、国内・海

外特殊大規模構造物など。

※入場は無料で申し込みは不要です。

