

## 各種相談日程

相談内容について秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。

相談名	日時	会場	問い合わせ先
子ども相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	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	毎週月・水・金曜日(休所日を除く) 午前10時～11時	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毎週水曜日 午前10時～11時30分 ②毎月第1木曜日 午前10時～11時30分	中野保健センター 豊田保健センター	健康づくり課健康管理係 (内線242)
介護に関する 総合相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	中野保健センター	地域包括支援センター (内線366)
行政相談	7月11日(月)、8月10日(水) 午後1時～4時…市民会館44号会議室 午前9時～11時30分…豊田支所相談室		庶務課庶務文書係 (内線211)
身体障害者相談所 (予約制)	毎月第1・3水曜日 午後2時～4時	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	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
女性相談窓口 (面接は予約制)	毎週月・水・金曜日 (電話)午前9時～午後5時 (面接)午前9時～午後5時	中野人権センター	男女共同参画推進室 (☎23-4810)
心配ごと相談	毎週月～金曜日 午後1時30分～4時30分	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
結婚相談 (予約制)	毎週月～金曜日 午前9時～午後5時	福祉ふれあいセンター	中野市社会福祉協議会 (☎26-3111)
消費生活相談	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	市民課生活交通安全係	市民課生活交通安全係 (内線238)
交通事故 巡回相談	7月21日(木) 午前10時～午後3時	北信地方事務所	北信地方事務所 (☎22-3111)
法律相談 (予約制)	毎月第1・3月曜日 (月曜休日の場合は翌火曜日) 午後1時30分～3時30分	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	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	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)

## 電話相談

専用電話をご利用ください。

電話医療相談 ☎23-0300

午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日を除く)

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、祝日を除く)

児童虐待・DV24時間ホットライン

☎0263-91-2410

## 展示案内

是非、ご覧ください。

市立博物館 Ⓢ火曜日 ☎22-2005	常設展示「中野市の自然と歴史・文化」
中野陣屋・ 県庁記念館 Ⓢ火曜日 ☎23-2718	ぐるり高社山の四季写真展 7月11日(月)まで アートフラワー展 7月31日(日)まで

## 年金

国民年金「保険料免除・若年者納付猶予制度」があります

「ねんきんダイヤル」(平日午前8時30分～午後5時15分)  
☎0570(05)1165

経済的な理由などで国民年金の保険料を納めることが困難な場合には、申請をして承認されると保険料の納付が免除または猶予されます。

保険料の免除や猶予を受けずに未納の状態、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

### 全額免除・一部納付(免除)・納付猶予

本人、配偶者および世帯主それぞれの所得に応じて、全額免除、3/4免除、半額免除、1/4免除、納付猶予(30歳未満の方のみ)があります。

また、免除や猶予が承認されると、全額納付した場合に比べて、将来受給できる老齢基礎年金が一定の割合で減額されます。この場合、10年以内(3年目以降は加算額が上乘せ)であれば保険料を追納することにより満額に近づけることができます。

☎ 長野北年金事務所 ☎026(244)4100

## ご寄付 ありがとうございます

- ふるさと寄付金 教育、文化振興のため  
現金 2,500,000円  
<東京都練馬区 押鐘 富士雄 様>
- ふるさと寄付金 市長が選定する政策のため  
現金 10,000円  
<埼玉県入間市 山岸 光雄 様>
- ふるさと寄付金 医療・福祉のため  
現金 40,000円  
<東京都荒川区 土屋 文雄 様>
- 長丘小学校図書購入費として  
現金 100,000円  
<壁田 武田 亥佐雄 様>

いただきました寄付金は、市政のため大切に使用させていただきます。

☎ 庶務課秘書広報係(内線400)

## 環境トピックス

シリーズ 地球温暖化⑥

### ◎「ピークカットチャレンジ」にご協力を


県では、逼迫が懸念される電力需給へ対応するため、防犯などの安全確保をはじめ、生活、経済に影響を与えない範囲で家庭・企業・行政が節電を行う「ピークカットチャレンジ」を実施しています。

実施日は、ライトダウンキャンペーン「昼も。夜も。節電ライトダウン2011」の特別実施日である6月22日(水)(実施済み)、7月7日(木)の2日間のほか、7月26日(火)の計3日間で、午後1時から4時までの3時間と、午後8時から10時までの2時間が対象です。

取り組み実施後は、県内全域の節電効果のほか、家庭・企業・行政の取り組み内容も公表することとしています。

ぜひ「ピークカットチャレンジ」へご参加いただき、節電に努めましょう。

☎ 長野県省エネルギー・自然エネルギー推進本部(長野県温暖化対策課) ☎026(235)7022

未来が変わる。日本が変わる。  
中野市はチャレンジ25キャンペーンに参加しています。 

## リサイクル かわらばん

ご利用ください  
(6月30日現在)

### さしあげます

★こたつ板★小動物用ケージ★ベビーラック★ブラウン管テレビ★ベビー用歩行器★全自動洗濯機

### ゆずってください

★ジュニアシート★ノートパソコン★掃除機★農機具★電子ピアノ★スキーセット(女性用・子ども用)★炊飯器★自転車

ご家庭で不要になった物を再活用しませんか。無償でゆずっていただける方、ゆずってほしい物がある方は、お気軽にご連絡ください。

### 問い合わせ・申し込み先

市民課生活交通安全係(内線238)