

広報 まちの ひろ

2006
(平成18年)

3

No.12

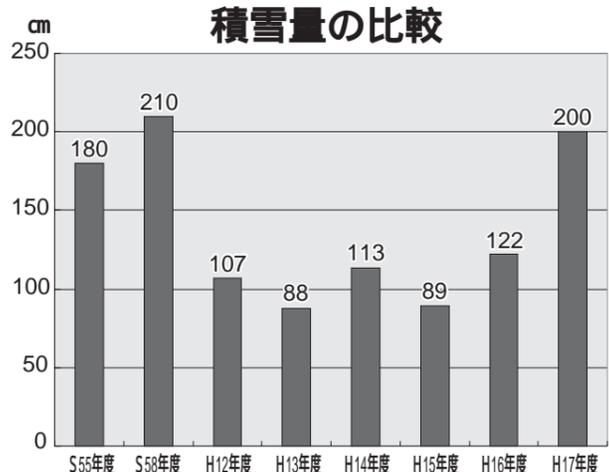


ふるさと冒険クラブの雪上運動会

目次

- | | | | |
|---------------------------|-------|------------------|-------|
| ・大雪による被害の状況..... | 2 ~ 3 | ・粹..... | 12 |
| ・疏水百選に『ハケ郷用水』が選ばれました..... | 4 | ・未来を支える国民年金..... | 14 |
| ・佐藤かおりさんに栄誉賞..... | 5 | ・まちのできごと写真館..... | 16 |
| ・中野市議会議員一般選挙..... | 6 | ・みんなのひろば..... | 18 |
| ・転居の手続きお早めに！..... | 7 | ・お知らせ..... | 20 |
| ・北信州に春を呼ぶ「中野ひな市」..... | 8 | ・健康だより..... | 24 |
| ・飼犬の登録と狂犬病予防注射を！..... | 9 | ・交差点..... | 1 ~ 4 |
| ・やめよう！ポイ捨て 歩きタバコ..... | 10 | ・文化なかの..... | 1 ~ 6 |
| ・ふるさとレポーター募集..... | 11 | | |

市内でも大きな被害が発生 大雪による被害の状況



最近の積雪量の状況

近年、暖冬と言われることが多く、それほど大雪という状況は記憶にありませんが、今年度は最近にはない雪の多い年度となりました。過去五年間の最大積雪量（表1及び左グラフ）を比べてみても、各年の最大積雪量と一メートル近い差があることがわかります。このように雪の量が多いため、道路の除雪作業を行っただけでは道幅が狭く、通行に支障を及ぼすため、排雪作業も頻繁に行われました。また、その除雪した雪を捨てる排雪場も山積みとなり、雪捨て場の確保が心配されるほど、非常に多い雪の量でありました。

農業関係の被害状況 (表2) (平成18年2月21日現在)

作物名	面積 (ha)	件数 (棟数)	被害金額 (千円)
リンゴ	303.9		209,230
ブドウ	269.7		62,239
モモ	108.1		110,450
桜桃	14.5		16,279
和梨	8.8		5,243
洋梨	10.4		5,220
プラム	26.7		23,710
その他	0.1		203
計	742.2		432,574
ぶどうハウス	2.82	38	19,378
ぶどう棚	5.84	57	7,257
サクラボハウス	0.14	6	1,949
その他	0.84	15	3,855
計	9.64	116	32,439
合計	751.8	232	465,013

農産物の地区別被害面積 (表3)

地区名	面積 (ha)
中野地区	23.0
日野地区	7.7
延徳地区	2.7
平野地区	18.4
高丘地区	44.1
長丘地区	88.0
平岡地区	225.3
科野地区	166.1
倭地区	69.9
豊井地区	72.8
永田地区	24.2
合計	742.2

農業関係の被害状況

(二月二十一日現在・表2及び表3) 今回の大雪により、既に農業関係では多くの被害が確認されています。施設関係の被害では、ブドウやサクラボハウスのハウス以外に、ブドウの露地棚などの倒壊が発生しました。この施設関係の被害は、面積で約九・六四ヘクタール、件数は一一六件(棟)、金額にして約三、一四三万円以上にのぼっています。また、農産物の被害は、リンゴ、ブドウ、そしてモモなどを始めとする果樹の樹体が被害を受けました。この被害は市内全域で確認されており、面積は約七四二・二ヘクタール、被害金額は約四億三、二五七万円、といつ



雪の重みでりんごの幹や枝が折れました

非常に大きな被害となっています。なお、この樹体被害は現在も調査しており、積雪により園地などの確認ができないところもあり、今後雪が解けるにつれ、かなりの大きな被害が確認されることが懸念されます。



雪により倒壊したブドウハウス



大雪により除雪をしても道路に雪があふれ排雪も行われました



排雪場所も次々に雪が運ばれて大きな雪山となりました

この冬は、強い寒気の影響で昨年十二月から断続的に雪が降り、市では、例年に比べて早い時期から道路の除排雪などを行いました。しかし、年が明けても断続的な降雪が続き、一月四日には、田上観測所で一日の降雪量が六十一センチを記録するという大雪に見舞われました。市は、この大雪に対する雪害対策本部を十二月二十二日に設置しましたが、市内では雪による人的被害が発生し、道路や河川などには倒木もあり、一部の地域では倒木の影響で停電となりました。また、その他にも建物の破損や、農業関係ではハウスなどの施設に被害が発生しました。そして一月中旬になると、今度は寒気が弱まって降雨となり、これま

で積もった多くの雪に水分を含み、さらに雪による被害が拡大しました。この雪の重みによる影響で、落雪などにより非住家の全壊や半壊なども起こりましたが、深刻な大きい被害となっているのが、市の基幹産業である農業関係です。農業用施設の被害では、ハウスやぶどう棚の倒壊などが起こり、また農産物の被害としては果樹の樹体が被害を受け、現在も雪が解けるにつれ、この樹体への被害について報告があげられています。今後暖かくなるにつれ、この大雪による農産物への被害の確認は、より一層拡大する恐れがあり、依然として予断を許さない状況となっています。

最近5年間と過去の記録的な最大積雪量 (表1)

年度	記録年月日	最大積雪量 (cm)	備考
昭和55年度	昭和56年2月5日	180	雪害対策本部を設置(昭和56年1月12日)
昭和58年度	昭和59年2月10日	210	豪雪災害対策本部を設置(昭和59年2月11日)
平成12年度	平成13年1月19日	107	
平成13年度	平成14年1月6日	88	
平成14年度	平成15年1月25日	113	
平成15年度	平成16年1月15日	89	農作物気象災害対策本部を設置(平成15年12月24日)
平成16年度	平成17年1月22日	122	
平成17年度	平成18年1月4日	200	雪害対策本部を設置(平成17年12月22日)

平成15年度は短期間に大雪が降り、農作物に大きな被害が発生しました。

最大積雪量の状況 (表1)

これまで、市内の田上で観測して積雪量が多かったのは、「昭和」では昭和五十六年二月の一八〇センチと、昭和五十九年二月の二〇〇センチ(記録に残っている中で最大の積雪量)となっており、どちらの年も雪による大きな被害を受け、雪害に対応するための対策本部が設置されました。その後「平成」に入ってから、今年一月四日の二〇〇センチという積雪量は、昭和五十九年の最大積雪量に続いて二番目に多く、市では、現在も雪害対策本部を設置しており、雪害への対応をしています。

地域防災計画案の意見募集

中野市地域防災計画は、地域に係る災害予防対策、災害応急対策、災害復旧・復興対策を実施することにより、市における土地の保全と住民の生命、財産を災害から保護することを目的とした計画です。今回、市民の皆さんのご意見を反映させるため、この計画についての意見を募集します。

募集期限 三月十七日(金)まで

提出方法 郵送、FAX、Eメール
その他 計画の素案は、市役所庶務課及び豊田支所庶務課、または市のホームページで閲覧できます

提出・問い合わせ先
市役所庶務課防災係
〒383 864 中野市三好町一丁目三番十九号(☎)2111 内線285、FAX(☎)0349)

Eメール
bosai@city.nakano.nagano.jp



ブドウ棚もほとんど雪で覆われました

『疏水百選に』ハケ郷用水』が選ばれました

近年、農村の高齢化、農業の国際競争への対応、環境意識の高まりなど、こうした状況が重なって日本の水・土・里は、今、大きな変革期を迎えています。農林水産省では、日本の美しく豊かな水・土・里を育て、また維持していくことが大切と考え、今回、その中でも農業の用水をテーマとした疏水百選が実施され、中野市ハケ郷土地改良区の『ハケ郷用水』がこの百選に選ばれ、全国の一般投票で二十七位となりました。

疏水とは、かんがい・給水などのために新たに土地を切り開き、水路を設けて通水させるというもので、約四十万戸にも及ぶ食料供給の基盤であり、国土・環境保全、美しい景観の形成など多面的機能を発揮する国民共有の資産で、長い歴史の中で育まれ、地域によって守られてきました。しかし、過疎化、高齢化等により、その保全管理が困難になりつつあるため、国民全体で保全活動に取り組み、次世代に継承していくことが必要であり、国民的な運動として進めるということから、この『疏水百選』が行われました。

「疏水百選」選定の経過

候補地区の募集
平成十七年六月～八月
(応募総数 四百九十九件)

一次選定後の候補 二百八十四地区
投票期間 平成十七年十月二十日～十一月十一日
投票総数 約二十二万六千件

内訳 インターネット約十二万二千件
ハガキ、FAX 約十万四千件
疏水百選の決定
平成十八年一月二十七日に疏水百選百十地区が決定(ハケ郷用水が認定)

ハケ郷とは

古くから夜間瀬川中野扇状地に発達した郷村 更科、小田中、西条、



▶各堰への安定配分の要である松崎分水槽

吉田、一本木、若宮、竹原、中野(松川を含む)による水利共同体のことで、水田と畑を合わせて、約五百三十%の受益地を有しています。その用水は、志賀高原の深山幽谷の水を集めて流れる横湯川と角間川が合流してなる夜間瀬川から取水し、分水槽によりハケ郷の六つの堰へ規定の大きさの分水口を通して送られています。また、この用水の源流となる志賀高原の大沼池・琵琶池のほか、群馬県側に位置するガラン沢より十七箇所の沢水を集め、隧道(すいどう)等により山腹を約六キロ引水した寒沢堰が、一八九二年に開削されるなど、常に貯水量の維持及び用水の確保に努めてきました。いずれも、先人達の偉業による引

中野市ハケ郷土地改良区の概要

16世紀	中野堰各堰の開削
17世紀後半	ハケ郷水利組織の確立(ハケ村用水組合)
1873年(明治6年)	中野町外ハケ村用水組合
1875年(明治8年)	中野町外七ヶ村用水組合
1893年	下高井郡夜間瀬川ハケ郷普通水利組合
(明治26年)	水利組合法の制定
1908年(明治41年)	耕地整理組合を制定
1924年(大正13年)	土地改良法の公布
1949年(昭和24年)	ハケ郷水利組合設立(任意)
1951年(昭和26年8月)	中野市ハケ郷土地改良区設立
1972年(昭和42年2月)	組合員1,017名
2004年(平成16年度末)	地区面積 529.9ha
	田 224.9ha
	畑 305.0ha



更科堰に位置する妙法寺大門分水工

水で、中野市の肥沃な農地を潤す大切な水となり、地域住民の水への意識の変革をもたらしました。

ハケ郷用水の特徴

・志賀高原の清冽な水を水源とし、六つの堰で八つの郷を潤している。清らかな水が流れる堰には、ホタル・サワガニ・シジミが生息するなど自然環境が保たれている。
・開削以降、地域住民の生活に密接にかかわり、堰周辺の水辺環境は地域住民に憩いと安らぎを提供している。
・用水の源流である大沼池・琵琶池は志賀高原の周囲の山々とともに豊かな自然景観を形成している。

第19回全国都道府県対抗 中学バレーボール大会 長野県選抜チームで優勝 佐藤かおりさんに 栄誉賞



二月三日、市役所で栄誉賞の表彰式を行いました。今回、栄誉賞を受賞したのは、高社中学校三年の佐藤かおりさん(金井在住)です。表彰式には本人と家族、議会の代表、そして学校関係者が出席し、青木市長から表彰状と記念品が手渡されました。

佐藤さんは、平成十七年十月二十四日から十二月二十七日に開催された「第十九回全国都道府県対抗中学バレーボール大会」において、長野県選抜チームの選手として出場し、同チームの優勝に貢献したことから、この功績をたたえ栄誉賞が贈られました。

高社中学校三年
佐藤かおりさん



栄誉賞は、スポーツの分野において顕著な成績をあげたもの又は学術、芸術その他の分野において文化の興隆に貢献したもので、市民に明るい希望を与えたもの」に対して表彰することとしており、今回の栄誉賞は、新しい中野市となって初めての表彰となります。

南宮中学校の 武道場が完成



平成十七年八月から、南宮中学校武道場の新設工事を進めてまいりましたが、このたび完成し、二月二十日、現地ですしゅん工式を行いました。当日は式に先立ち、関係者の手によりテープカットが行

われました。続く式典では、市長のあいさつや学校長及び生徒会長から喜びのことはなどが述べられ、出席された皆さん全員で、新しい武道場の完成を祝いました。

施設の概要

構造 鉄骨造二階建て
延べ床面積 五百十三平方メートル
主な施設
一階 ピロティ、ホール
二階 剣道場、柔道場、男女更衣室、器具庫、防具庫等
総事業費
一億六千二百二十万四千円



しゅん工を記念したテープカット

信州大学医学部長と青木市長が懇談

二月十七日、青木市長は信州大学医学部を訪問し、産学官の連携について大橋医学部長と懇談しました。

信大医学部は、大学全体で組織している産学官連携推進本部に医学部独自の知的財産活用センターを設置し、医療や看護分野などからの多角的な社会貢献を目指しており、市は経済分野などでも連携が

できればと考え、意見交換を行いました。お話ししたものです。また、併せて北信総合病院の深刻な医師不足が懸念されている問題について、同学部への協力をお願いしました。産学官の取り組みや知的財産の管理を医学部独自で強化推進しているのは全国的にも珍しいとのこと、同学部の方針や姿勢の積極さが理解できたところであり、市としては今後、課題や目標を整理し



た中で協議していきたいと考えています。

中野市議会議員一般選挙

投票日

4月23日(日)

四月三十日に任期満了となる中野市議会議員の一般選挙が、四月十六日告示、二十三日(日)に投票が行われます。

立候補予定者説明会

中野市議会議員一般選挙の立候補予定者説明会を次の日程で開催いたしますので、立候補予定者および関係者は、ご出席ください。

期日 三月二十一日(火)

時間 午前十時

場所 中野市市民会館二階 四十一号会議室

郵便による不在者投票

郵便等投票制度

身体に障害があるため、投票所へ出かけることができない方を対象として、郵便等による不在者投票をすることが出来る(自宅等で投票用紙に記入することのできる)制度です。対象となる方は、下の表に該当する方です。

郵便等投票制度の対象者

対象者	傷病名	障害の程度
身体障害者手帳をお持ちの方	両下肢・体幹・移動機能の障害	1級か2級
	心臓・腎臓・呼吸・ぼうこう・直腸・小腸の障害	1級から3級
戦傷病手帳をお持ちの方	両下肢・体幹・移動機能の障害	特別項症から第2項症
	心臓・腎臓・呼吸・ぼうこう・直腸・小腸の障害	特別項症から第3項症
対象者	要介護区分	
介護保険の被保険者証交付者	要介護5	

代理記載制度

これは、郵便投票制度を利用したくても、自ら投票用紙に記載することができない方を対象に、自宅で代理人が投票に関する記載をする制度です。

代理記載制度の対象者

右の表に該当する方で、次に掲げる障害をお持ちの方

- 身体障害者手帳をお持ちの方で上肢または視覚の障害が一級の方
- 戦傷病手帳をお持ちの方で上肢または視覚の障害が特別項症から第二項症の方

代理記載人は、選挙権のある方に限られており、選挙管理委員会に届出が必要となります。

なお、郵便投票の手続きを行うには証明書等が必要です。また、証明書の郵送等には時間がかかりますので、お早めに選挙管理委員会までご連絡ください。

問い合わせ先 市選挙管理委員会事務局 (☎2111内線324)

区のさまざまな問題に取り組み、また、区と市とを結ぶパイプ役としてご苦労いただき、平成十八年度の区長さんが次のとおり決まりました。

中野地区 中町・見波橋、西町・牧俊捷、東町・小林光雄、松川・中村直治、普代・松島輝男、東松川・横田久夫、一本木・中村幸次、栗和田・小林滋、西条・小林和人、上小田中・滝沢巖、下小田中・早川由一、東吉田・高津重信、**日野地区** 間山・小林重保、新野・中山功次、更科・小根澤達夫、高遠・田川精一、東山・佐藤恒夫

延徳地区 桜沢・原芳弘、大熊・佐藤昭治、北大熊・柴本富夫、小沼・小林光年、篠井・木村茂、新保・高田宣男

平野地区 西江部・横澤勇二、東江部・小林富藏、泉・関秀男、岩船・外山悟郎、片塩・岩月増雄、七瀬・藤澤伸行、吉田・町田基吉、長嶺・梨政延

高丘地区 安源寺・宮島正道、草間・酒井将雄、日和・近藤久人、立ヶ花・近藤孝次郎、牛出・長谷川和幸、栗林・増田満、大俣・浅沼忠雄

長丘地区 田麦・篠原正春、厚貝・中條勝作、壁田・小林健吉、古牧・野村健治

平岡地区 竹原・阿部敏春、金井・佐藤均、西笠原・山田

平成18年度の区長さんです

～よろしくお願いたします～

貞徳、東笠原・久野敏美、新井・藤沢金也、若宮・山口条雄、北間長瀬・小田切勝利、南間長瀬・久野政信、長元坊・丸山恒夫

科野地区 赤岩・佐藤榮一、深沢・上原正博、越・池田榮一

倭地区 岩井・山田宗良、岩井東・池田信一、田上・三井武司、柳沢・永沢暢良、中小屋・三井久詠、牧ノ入・稲葉武治

豊津地区 替佐・清野武、笠倉・関愛信、裕・小林郁夫、奥手山・佐藤康夫、美沢・丸山豊志

上今井地区 上今井・神田尚志

永田地区 穴田・割田典昭、毛野川・長澤良延、南永江・傳田良廣、北永江・宮島一典、梨久保・水野博文、涌井・水野正朗、親川・中村收一、三俣・市川今朝男、赤坂・田中悟、豊田深沢・清水定一

市区長会の役員決定

一月二十四日、平成十八年度区長会定期総会が中野勤労者福祉センターで開催され、各役員が次のとおり選出されました。

会長 松島輝男

副会長 佐藤昭治、高梨政延

山田宗良、神田尚志

理事 佐藤恒夫、近藤久人、野村健治、佐藤均、池田榮一、清野武、宮島一典

(敬称略)

転居の手続きをお早めに!

この時期は、就職や進学、転勤等で引っ越しをする人が多くなります。転居時の手続きは早めに行いましょう。届出の際には、届け出た方の本人確認をしますので、運転免許証などの写真付き身分証明書をお持ちください。

届出の種類	必要なもの	説明
市外へ住所を移すとき(引越しをする前に)	1. 転出届 (市民課・市民環境課にあります)	・転出先の住所・世帯主を市民課窓口または豊田支所市民環境課窓口へ届出いただきますと転出証明書を交付します。転出証明書は転出先市町村窓口で転入の手続きの際に提出してください。
	2. 印鑑	・届出人の印鑑
	3. その他	・印鑑登録してある方は、印鑑登録証 ・国民健康保険の加入者は保険証。学生が転出する場合は、在学証明書をご持参ください(間に合わないときは後日でも結構です)
市外から中野市へ住所を移すとき(引越してから14日以内)	1. 転出証明書	・今まで住んでいた市区町村窓口からあらかじめ交付を受けてください
	2. 転入届	・中野市での住所の地番・行政区・世帯主を確認して届け出てください
	3. 印鑑	・届出人の印鑑
	4. その他	・中野市で国民健康保険に加入する方は、その旨を申し出てください ・国民年金の加入者は年金手帳
市内で住所を移すとき(引越してから14日以内)	1. 転居届 (市民課・市民環境課にあります)	・新しい住所の地番・行政区・世帯主を確認して届け出てください
	2. 印鑑	・届出人の印鑑
	3. その他	・国民健康保険の加入者は保険証 ・国民年金の加入者は年金手帳
会社などをやめて国民健康保険、国民年金に加入するとき(14日以内)	1. 印鑑	・届出人の印鑑
	2. その他	・世帯主が既に国民健康保険に加入しているときは、その保険証 ・年金手帳 ・職場の健康保険をやめた証明書
会社などに就職して国民健康保険、国民年金をやめるとき(14日以内)	1. 印鑑	・届出人の印鑑
	2. その他	・国民健康保険の保険証 ・社会保険の保険証 ・年金手帳

問い合わせ先 市役所市民課 (☎22-2111内線236) 豊田支所市民環境課 (☎38-3111内線152)

届出の種類	必要なもの	説明
転居するとき 中野地域(来庁または電話で受付)	1. 水道使用中止届	・水道を止める3日前までに届け出てください ・料金の精算をしていただきます
転居するとき 豊田地域(来庁のみ受付)	1. 水道使用中止届	上記と同様
	2. 印鑑	・届出人の印鑑
	3. 手数料	・1件1,500円
入居するとき (来庁のみ受付)	1. 給水申込書	・水道を使う3日前までに届け出てください
	2. 印鑑	・申込人の印鑑
	3. 手数料	・(中野地域)1件 500円 ・(豊田地域)1件1,500円
水道所有者などが変わったとき (来庁のみ受付)	1. 水道使用者等異動届	・相続や売買などがあった場合はすみやかに届け出てください
	2. 印鑑	・届出人の印鑑

問い合わせ先 市役所水道課 (☎22-2111内線284) 豊田支所水道係 (☎38-3111内線131)

ご利用ください 休日窓口業務

窓口業務をより便利にご利用いただけるようにするため、市民生活に関わりの深い業務について、市役所本庁において、休日窓口業務を試行します。

実施日 3月19日(日) 3月26日(日) 4月2日(日) 4月9日(日)

実施時間 午前8時30分から正午まで

業務の詳細については、広報なかの2月号をご覧ください。

「売れ農」情報局



味噌汁 飲んでいただけますか?

味噌は、大豆・麹・食塩を混ぜ合わせて発酵熟成させたもので、日本各地では気候風土や嗜好によってさまざまな味噌が作られています。長野県で製造される味噌は、昭和三十年に『信州味噌』として商標登録をし、それまで主に家庭で作られていた

味噌を全国に先駆けて販売宣伝を行い、普及したものです。市内では地場産大豆で作った味噌や農林水産大臣賞を受賞されたものなど、この土地の風土に合った誇れるものが作られています。

『味噌汁は朝の毒消し』ということわざがあるとおり味噌は優れた健康食品で、がん予防、コレステロールの抑制、胃潰瘍の予防など、体内の余分な脂肪を溶かす働きや、腸内の老廃物を排出する効果が認められています。

また、味噌の主原料である大豆も『畑の肉』などと言わ



豊田農産物加工施設での味噌づくり

れ、良質なタンパクや必須アミノ酸などの栄養素を豊富に含んでいます。味噌汁を飲む習慣は健康にとても良い事が分かります。ぜひ、毎日の食卓に地元の味噌をお使いください。

鳥の大学講演会

十三崖に再びチョウゲンボウが舞う 中野市

国天然記念物に指定されている「十三崖のチョウゲンボウ繁殖地」は、近年営巣数が激減しています。

昔のように、再び十三崖にたくさんのチョウゲンボウが舞う姿を取り戻すため、本市の自然や環境を見直し、学ぶための講演会を開催します。

期日 3月12日(日)

時間 午後1時30分から3時30分

会場 中央公民館講堂

内容 生物多様性と自然再生
ふるさとの自然を育てるためのヒント

講師 鷲谷いづみ先生 (東京大学大学院農学生命科学研究科教授)

犬を飼っている皆さんへ 登録と狂犬病予防注射を！

生後91日以上飼育する犬は、生涯1回の登録と毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。新たに犬を飼われた方は、下記の日程により登録と狂犬病予防注射を実施してください。また、すでに登録を済ませている方は、後日送付いたしますハガキをご持参のうえ、狂犬病予防注射を実施してください。

手数料（1頭につき） 新規犬6 220円（登録手数料・注射済票交付手数料・注射関係料金）
登録犬3 220円（注射済票交付手数料・注射関係料金）

（1次）

月日	実施場所	実施時間
4月10日(月)	北信保健所中野支所	9:10~9:50
	西公園	10:00~10:20
	東吉田区民会館	10:30~11:00
	西間公会堂	11:10~11:30
	西条区民会館	13:00~13:20
4月11日(火)	下小田中公会堂	13:30~14:00
	栗和田コミュニティセンター	9:20~10:00
	市民体育館前	10:10~10:40
	一本木南部研修センター	10:50~11:20
	松川神社	13:00~13:40
4月12日(水)	東町区民会館	13:50~14:10
	上小田中集落センター	14:20~14:50
	間山公民館	9:30~10:10
	新野区民会館	10:20~10:50
	高遠生活改善研修センター	11:00~11:15
4月13日(木)	東山区集会所	13:00~13:30
	更科構造改善センター	13:40~13:55
	新保公会堂	9:15~10:15
	小沼公民館	10:25~10:45
	J A 延徳支所	10:55~11:25
4月14日(金)	桜沢精米所前	13:15~13:35
	大熊公民館	13:45~13:55
	北大熊公民館	14:05~14:20
	吉田野神社	9:15~9:50
	岩船公会堂	10:00~10:40
4月17日(月)	七瀬公会堂	10:50~11:15
	片塩公民館	11:25~11:45
	西江部公民館	13:05~13:35
	東江部公民館	13:45~14:15
	J A 平野支所	14:25~14:55
4月18日(火)	草間公会堂	9:10~9:40
	草間研修センター	9:50~10:20
	立ヶ花公会堂	10:30~10:50
	牛出公会堂	11:00~11:20
	安源寺農事集会所	13:00~13:30
4月19日(水)	栗林公民館	13:40~14:00
	大俣公民館	14:10~14:30
	長嶺団地集会所	9:10~9:50
	田麦公民館	10:00~10:20
	厚貝公会堂	10:30~10:50
4月20日(木)	壁田農業研修センター	11:00~11:15
	古牧生活改善研修センター	11:25~11:35
	南間長瀬公民館	13:05~13:20
	北間長瀬構造改善センター	13:30~13:50
	西笠原活性化センター	14:00~14:15
4月21日(金)	東笠原公民館	14:25~14:40
	新井構造改善センター	9:20~9:50
	若宮公民館	10:00~10:30
	金井農事集会所	10:40~11:10
	竹原下公民館	13:00~13:30
4月22日(土)	新田構造改善センター	13:40~14:10
	長元坊集会所	14:20~14:30
	深沢区コミュニティセンター	9:15~9:40
	越構造改善センター	9:50~10:10
	赤岩火の見下	10:20~11:00
4月23日(日)	柳沢区民会館	11:10~11:40
	田上生活改善センター	13:10~13:40
	岩井東研修センター	13:50~14:00
	岩井生活改善センター	14:10~14:25
	上今井神社裏	9:00~9:30
4月24日(月)	笠倉火の見下	9:45~9:55
	豊田支所前	10:05~10:55
	奥手山公会堂	11:10~11:20
	碓生活改善センター前	11:30~11:40
	穴田公民館前	13:00~13:20
4月25日(火)	三俣集会所前	13:35~13:45
	親川太子堂下	14:05~14:15
	永田窓口サービスステーション前	14:25~14:55
	南永江地域交流センター前	15:05~15:25
	西原邦男氏追悼特別展	先日他界されました土人形師の故西原邦男氏を追悼して特別展を行います。

（2次）

月日	実施場所	実施時間
5月21日(日)	北信保健所中野支所	9:00~9:30
	J A 日野支所前集出荷所	9:40~10:10
	J A 延徳支所	10:20~10:50
	西条区民会館	11:00~11:30
	松川神社	13:00~13:30
5月28日(日)	東吉田区民会館	13:40~14:10
	J A 平野支所	9:20~9:50
	片塩公民館	10:00~10:30
	J A 高丘支所	10:45~11:15
	豊田支所前	13:00~13:30
6月4日(日)	永田窓口サービスステーション前	13:40~14:10
	J A 長丘支所	9:30~10:00
	J A 平岡支所	10:15~10:45
	J A 科野支所	11:00~11:30
	J A 倭支所	11:45~12:15

飼い犬が死亡、転出等した場合は、市役所環境課または豊田支所市民環境課まで届け出てください。狂犬病予防注射当日に、犬に異常が確認された場合には注射前に必ず申し出てください。雨天の場合も実施します。

犬の飼主皆様へ 次の3つのルールを守って飼育しましょう

散歩中のフンは持ち帰りましょう。
普段から首輪、クサリでしっかりつなぎ、首輪には鑑札が済票をつけておきましょう。
生涯一度の登録と毎年一回の狂犬病予防注射を受けましょう。

問い合わせ先 市役所環境課衛生係（☎22 - 2111内線245）・豊田支所市民環境課市民環境係（☎38 - 3111内線151）



北信州に春を呼ぶ 「中野ひな市」



北信州の春の風物詩「中野ひな市」が、三月三十一日(金)と四月一日(土)の二日間、市街地で開催されます。

中野ひな市の催し
3月31日・4月1日

中野土びな展示即売市

奈良家、西原家の土人形を展示・即売します。なお、数には限りがございますので、ご承知おきください。

会場 中野商工会議所

西原邦男氏追悼特別展
先日他界されました土人形師の故西原邦男氏を追悼して特別展を行います。

会場 中野商工会議所

全国土人形即売市
全国の土人形の即売会です。

会場 中野陣屋・県庁記念館
前の柳通り

土びな絵付け体験
土人形師の奈良久雄さんの指導を受けながら、土びなの絵付け体験ができます。

会場 中野陣屋・県庁記念館
前の柳通り

大籠びな行進
三月三十一日の午後六時から大籠びなと子供びなが街を練り歩きます。

会場 中野市街地

展示の開催
ふるさとのお内幕さま展
開催期間 三月二十二日(水)から四月七日(金)

会場 中野陣屋・県庁記念館
前の柳通り

問い合わせ先
市役所商工観光課商工係（☎22-2111内線258）または中野商工会議所（☎21-911）

問い合わせ先 市役所環境課衛生係（☎22 - 2111内線245）・豊田支所市民環境課市民環境係（☎38 - 3111内線151）

固定資産台帳の縦覧と閲覧ができます！

縦覧制度		閲覧制度	
縦覧できる帳簿	土地価格等縦覧帳簿...所在、地番、地目、地積、価格 家屋価格等縦覧帳簿...所在、家屋番号、種類、構造、床面積、価格	閲覧を求められることができる者	閲覧に対する対象固定資産
縦覧できる人および縦覧申込に必要なもの	土地又は家屋に係る固定資産税の納税者 納税通知書、課税明細書、運転免許証、保険証、パスポート等のいずれか一つ 土地又は家屋に係る固定資産税の納税者と同居の親族 納税通知書、課税明細書等のいずれか一つ 納税管理人 納税通知書、課税明細書等のいずれか一つ 固定資産税の納税者の代理人 委任状	固定資産税の納税義務者	当該納税義務に係る固定資産
縦覧期間	平成18年4月1日(土)から平成18年5月1日(月)（ただし、土・日曜日、祝日を除く）	土地について賃借権その他の使用または収益を目的とする権利（対価が支払われるものに限る）を有する者	当該権利の目的である土地
縦覧時間	午前8時30分から午後5時15分	家屋について賃借権その他の使用または収益を目的とする権利（対価が支払われるものに限る）を有する者	当該権利の目的である家屋およびその敷地である土地
縦覧場所	市役所税務課 豊田支所総務課税務係	固定資産の処分をする権利を有する一定の者	当該権利の目的である固定資産
縦覧場所	縦覧帳簿のコピーは交付いたしません。また、デジカメ等での撮影もできません。	閲覧申込に必要なもの	土地又は家屋に係る固定資産税の納税者 納税通知書、課税明細書、運転免許証、保険証、パスポート等のいずれか一つ 借地人、借家人 賃貸借契約書等
縦覧手数料	無料	閲覧時間	午前8時30分から午後5時15分
縦覧場所	市役所税務課 豊田支所総務課税務係	閲覧場所	市役所税務課 豊田支所総務課税務係

土地に対する固定資産税のみ納税している人は、家屋価格等縦覧帳簿は縦覧することができません。また、家屋のみの場合は、土地価格等縦覧帳簿は縦覧できません。

問い合わせ先 市役所税務課資産係（☎22-2111内線226）
豊田支所総務課税務係（☎38-3111内線113）



やめよう！ポイ捨て歩きタバコ

タバコを吸わない人が煙を吸わない環境を創りましょう
他人に迷惑をかけないように思いやりを持ちましょう



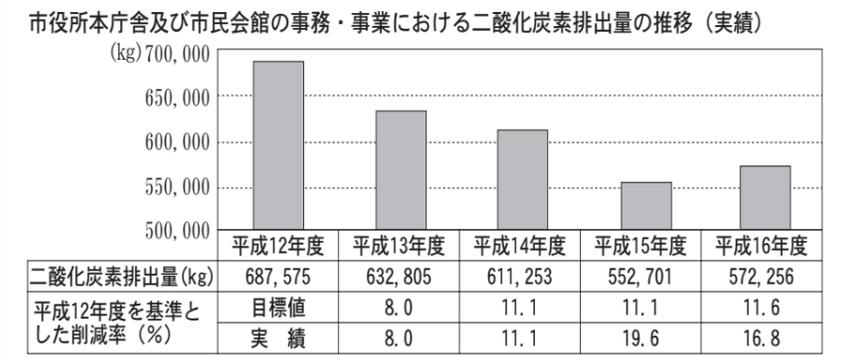
タバコの煙の危険について

タバコの煙は、喫煙者が吸い込む“主流煙”と火のついた部分から立ち上る“副流煙”とに区別されます。主流煙より副流煙はアルカリ性で刺激が強く、発がん物質などの有害物質の濃度も高くなっています。
副流煙を吸わされることによっても、頭痛、せき・くしゃみ、目・のどの痛みがおこる他、肺がん、心臓病などの健康への影響があります。

タバコのポイ捨ては、まちなみの美観を損なうだけでなく、山火事などにつながる危険性があります。
また、公園や路上での歩きタバコは、タバコを吸わない人にまで煙を吸わせる危険があります。思いやりを持ち、特に、子どもたちがタバコの煙による健康被害を受けない環境を創りましょう。

中野市地球温暖化防止実行計画を策定しました

本市は、平成13年9月にISO14001の認証を取得し、また、平成15年11月には「中野市地球温暖化防止実行計画」を策定して、地球温暖化防止のため、温室効果ガス（二酸化炭素）の排出削減に取り組んできました。本年度で実行計画の期間が終了するため、新たな「中野市地球温暖化防止実行計画」を策定しました。

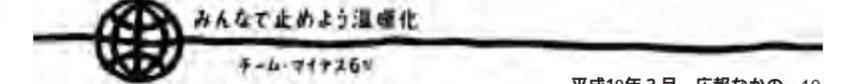


『中野市地球温暖化防止実行計画』について

計画の期間・範囲
平成十八年度から平成二十二年までの期間で、計画の対象とする範囲は、市が直接行う全ての事務・事業とします。

削減目標と取り組み
平成二十二年度において、市が直接行う全ての事務・事業によるエネルギー消費（電気、重油、灯油等）に伴う二酸化炭素の総排出量を平成十六年度比で10%削減するものとし、今後地球温暖化防止のため、二酸化炭素の削減の取り組みを実施していきます。

問い合わせ先
市役所環境課環境係（☎22）2111内線247）または
豊田支所市民環境課市民環境係（☎3111内線151）



ふるさとレポーター募集

地域の行事や話題などの記事を、「広報なかの」へ提供して下さる方（ふるさとレポーター）を募集します。また、現在活動されている3名の方に、広報誌に対する想いなどを語っていただきました。興味を持たれた方は、ぜひご連絡をください。



阿部与市さん
(中央一丁目)

情報過多の時代は高齢者も若い人も感覚が優れ、月並の印刷物にはあまり目を貸してくれない傾向もあるようです。「広報」とは教育の一種であって、教えたり、グループを育み、楽しい郷土づくりの使者とも信じます。
ところが、多くなった企業や団体の機関紙などを見ますと、発行側の「読ませよう」の気持ちやや強く伺えます。しかし、現代では「読ませる広報」ではなくて「読まれる広報」、つまり「待たれる広報」が基本だと思っています。

それには市の考えている計画や行事などを市民へ、そして市民の希望やグループ活動

市民に届け 私が歩いて感じたこと



海野佐重郎さん
(三ツ和)

私は、不自由な体であつても、自分の少ない知識であつ

農産物直売所・観光農園紹介パンフレット掲載希望者募集

市内へ訪れた方に直売所や観光農園を紹介する案内パンフレットの作成にあたり、掲載希望者を募集します。
募集内容
市内の農業者で農産物直売所または、観光農園を営み、一般の方と責任を持って、農産物の取引・交流を深めようとする者またはグループ
申込期限 三月十五日(水)
申込・問い合わせ先
市役所売れる農業推進室
(☎22) 2111内線381)

中野市特産品ギフトカード発売

農産物などを旬の時期以外でも贈り物としてご利用いただけるギフトカードを発売しています。お祝い事などの贈り物にお使いください。
カードの種類 3,000円コース、4,500円コース
カード有効期間 8月31日(木)まで
発売元 中野市振興公社
(☎22) 2111内線299)

たときに、見る人が関係する記事が出てくるようになれば、もっと親しまれると思います。これからの中野市を私たちが見つけに行きましょう。



神田茂貞さん
(上今井)

新「中野市」が誕生し、各地域の情報をつなげるお手伝い役として、ふるさとレポーターとして半年が過ぎます。私も豊田地域の情報を中心にお伝えできればと、情報探しに幾度となく足を運びました。毎月発行の「広報なかの」に記載されています。「まちのいきこと写真館」は私が楽しみにしているページです。また、

募集人数 十名
活動内容 地域における身近な話題の取材と原稿提出、情報提供、市が招集する会議等への出席、広報に対する要望の集約と報告
応募資格 市内に居住する二十歳以上の方で、市政について関心を持ち、レポーターとしての熱意を持つ公正な立場

みんなのひろばで紹介される「地域を知ろう中野めぐり」や「プロジェクトW」など、地域の文化や伝統を知り、各地で活動する人々を紹介するページも好きで読んでいます。自分なりの情報網で、イベントや行事の記録も写真と一緒に保存してありますが、地方紙や情報センターによる報道でお伝えすることが多く、なかなかお伝えすることができず、経路を踏まえて、今後は、この反省を踏まえて、今後は、話題を求め探すことも重要ですが、地域のかかわりや人々の想いを紹介できればと考えます。また、一枚の写真を見ただけで、ほのぼのとするものや、笑いたくなる情報をお伝えしたらとも考えます。
市民の皆さんが、次のレポートを心待ちにするコーナーにしたいので、情報をお願いいたします。新規のレポーターに期待します。

の方、なお、国家公務員および地方公務員の方は除きます。
応募方法 履歴書（市販のもの）を提出してください。
応募期限 3月24日(金)
応募・問い合わせ先
市役所庶務課秘書広報係（☎22）2111内線212）または
豊田支所総務課庶務係（☎3111内線114）

平成18年4月から介護保険制度の一部が変わります。

「地域包括支援センター」が設置されます。

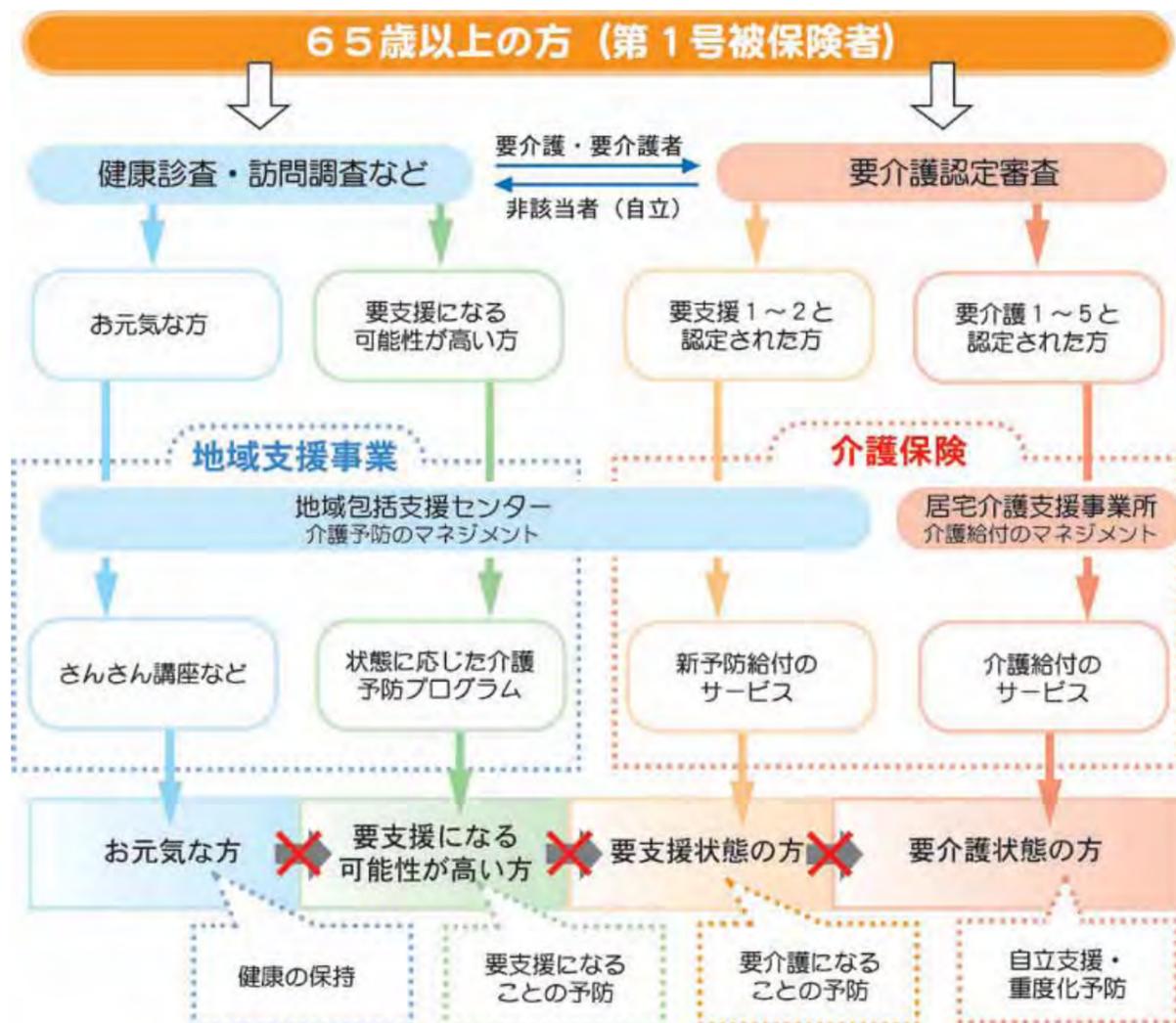
このセンターでは、高齢者の皆さんの相談を受けたり、見守ったり、心身の状態に合わせた支援を提供する総合的なサービス拠点ができます。それが「地域包括支援センター」です。

介護・福祉・保健の専門職がチームになって地域で暮らす高齢者の皆さんを支援します。

地域包括支援センターの役割

- * 地域の高齢者の状態を把握し、介護予防を推進します
- * 高齢者の虐待の防止と権利擁護のための活動をします
- * 高齢者や家族の総合的な相談を受け付け、支援します
- * よりよい介護のために、ケアマネジャーを支援します

状況に応じて「地域支援事業」「新予防給付」「介護給付」



問い合わせ先 中野市保健福祉部高齢者福祉課 電話 22-2111 内線 296・297・365
中野市豊田在宅介護支援センター 電話 38-3111

転倒予防地域講座 (元気もりもり体操教室)



年をとると、体が固くなる、筋力が低下する、バランスをとることが難しくなるなどの原因により転びやすくなるといわれています。

しかし、毎日の生活に運動を取り入れることで、転倒しにくくなるとともに、腰痛・膝痛を和らげることができます。

市では、簡単な運動を習慣付けられるようお手伝いする教室として、転倒予防地域講座（元気もりもり体操教室）を実施しました。今年度は市内の5会場で開催し、この教室は、理学療法士、保健師、栄養士により行われました。

	内容
第1回	・なぜ転ぶのか、老化って何？ ・あなたの転倒危険度をチェック！ ・膝痛、腰痛について ・個別相談
第2回	・骨粗しょう症の予防の食事 ・栄養相談
第3回	・靴の選び方、足の話 ・良い歩き方
第4回	・姿勢、ゆがみ、バランスの話 ・家庭の中で気をつけること ・個別相談



寝たきりゼロの
情報かわら版

平成18年度は、地域支援事業で計画中です。

教室に参加された方々が、教室終了後も自主グループとして活動している地区もあります。平成17年6～7月にこの教室を実施しました間山地区の教室終了後の様子をご紹介します。

間山地区では、教室終了時"これで終わりたくない、これからも集まりたい"という声が多かったため、その後も民生委員さんを中心に活動しています。毎月20日頃の午後2～4時で約10人が集まっています。元気もりもり体操教室の参加者だけでなく、新しい仲間も増えています。

体を動かして健康になろうということで『健康サロン』と呼んでおり、軽い体操やゲーム、ビーチボールバレー、お茶飲み会などを行っています。日中一人で過ごしている人も、この健康サロンではたくさん笑い、楽しく過ごしています。毎回とても楽しんでいる人が多いようです。



その他、今年度は介護予防地域講座（お達者くらぶ）を実施した地区でも、終了後、自主グループを作って活動している地区があります。このような場合は高齢者の皆さんの生きがいになっていると感じます。

この講座に関するお問い合わせは

中野市保健福祉部高齢者福祉課
保健福祉係 電話22-2111 内線296・297
中野市豊田在宅介護支援センター
電話38-3111

国民年金の保険料は口座振替がお得です！

(平成18年度)

納付方法	1ヶ月分	6ヶ月分	1年分
現金支払(前納) 【割引額】		82,480円 680円お得	163,370円 2,950円お得
口座振替(前納) 【割引額】	13,810円 50円お得	82,220円 940円お得	162,830円 3,490円お得
現金支払(月々)	13,860円	83,160円	166,320円

③ **学生納付特例申請**
学生の方で本人の前年所得が一定額以下の場合に申請することにより、保険料の納付が猶予されます。

② **若年者納付猶予申請**
30歳未満の方で本人、配偶者の前年所得が一定額以下の場合に申請することにより、保険料の納付が猶予されます。

① **免除(全額・半額)申請**
本人、世帯主、配偶者の前年所得が一定額以下の場合に申請手続きすることにより、保険料の納付が全額または半額免除されます。(退職者、天災などの被災者の方への特例制度があります。)

18年7月から

できるだけ保険料を納めやすくするため、保険料免除制度に「4分の3免除」と「4分の1免除」が加わります。

所得が少ないなど、保険料を納めることが経済的に困難な場合には、本人の申請手続きにより、本人の申請手続きが免除または猶予される制度があり、次の3種類があります。

保険料を納めるのが難しい方は

免除の対象となる所得のめやす(平成17年度)

世帯構成	全額免除	半額免除
4人世帯 (夫婦2人)	162万円	282万円
2人世帯 (夫婦のみ)	92万円	195万円
単身世帯	57万円	141万円

免除・納付猶予・学生特例の期間は、間隔は老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格に必要な期間に入ります。免除の期間の老齢基礎年金の金額は、全額納付と比較して、全額免除が3分の1、半額免除は半額の保険料を納めた場合に3分の2となります。納付猶予・学生特例の期間は老齢基礎年金の額には算入されませんが、免除・納付猶予・学生特例の期間について10年以内であれば、さかのぼって保険料を納める(追納)ことができます。ただし、3年目以降は、加算金がつきますので、早めに追納したほうがお得です。

年金加入記録などをあらかじめ印字した年金の請求書(「裁定請求書」)を、60歳または65歳になる月の3ヶ月前にお送りしています。対象者は、老齢基礎年金の受給資格が確認できた方です。請求の際には、必要事項を記入し、必要書類を添付して提出してください。なお、戸籍、住民票は、誕生日の前日以降の発行である必要がありますのでご注意ください。

裁定請求書の事前送付をしています

詳しくは「ねんきんダイヤル」、最寄りの社会保険事務所または年金相談センターにお問い合わせください。

65歳以上で障害基礎年金の受給権をお持ちの方へ

平成18年4月から障害基礎年金と老齢厚生年金、障害基礎年金と遺族厚生年金を併せて受給することができるようになります。

お知らせ

年金のお問い合わせは「ねんきんダイヤル」へ

年金請求などのご相談は0570 05 1165
年金をお受けになっている方のご相談は0570 07 1165
受付時間 午前8時30分から午後5時まで(土・日・祝日・年末年始を除く)
・電話が繋がらない場合は最寄りの社会保険事務所をご利用ください。



問い合わせ先

市民課国民年金係(☎222 111内線237)
豊田支所市民環境課市民環境係(☎3111内線152)
長野北社会保険事務所(026(244)4100)

未来を支える国民年金 特集号

20歳から60歳までのすべての方は、公的年金に加入することとなっています。

国民年金の加入者は、第1号被保険者(農業者、自営業者など)、第2号被保険者(会社員、公務員など)、第3号被保険者(第2号被保険者に扶養されている配偶者)にわかれます。

国民年金のメリットは

老後をずっと支える
終身の年金

日本人の平均寿命は、医療技術の進歩などによって、今後さらに延びることが予想され、老後の生活費の不安が大きくなります。国民年金は、生きている限り年金が受け取れる一生涯の保障です。

不測の事態に備える
保険としての年金

国民年金は老後だけでなく、加入者が事故や病気で障害が残った場合は「障害基礎年金」が支給され、死亡したときはその遺族に「遺族基礎年金」が支給されます。(公的年金制度の障害・遺族年金は日本の人口の20人に1人が受給)

納めた保険料は
税金の負担が軽減

納めた保険料は社会保険料控除として全額控除の対象となり、税金が安くなります。平成17年分の申告から、社会保険料控除証明書や領収証書など書類の添付が必要となりました。

生涯の年金額は
保険料の1.7倍以上

国民年金の老齢基礎年金は3分の1(将来は2分の1)が国庫負担(税金)で賄われていることにより、払った保険料を上回る給付を受けられる計算となっています。厚生労働省の試算では、今年20歳になった方でも、納めた保険料の1.7倍以上となります。

国民年金は経済の
変動にも負けません

年金や物価の変動にあわせて、年金を支える力と給付のバランスをとる仕組みにより年金額が改定されるため、年金に加入(20歳)してから年金を受給(65歳)するまでの間、経済社会が大きく変動したとしても、年金の価値が保障されるのです。

国民年金は有
利で魅力的な制度です



3つの基礎年金があなたの「生活サポート」です

老後に備えます

老齢基礎年金

17年度金額
794,500円(満額)

障害基礎年金

17年度金額
993,100円(1級)
794,500円(2級)

遺族基礎年金

17年度金額
1,023,100円(1級)
(子1人のある妻の場合)

特別障害給付金制度が始まっています

平成17年4月から

特別障害給付金

17年度金額
月額5万円(1級)
月額4万円(2級)

対象者は

昭和61年3月以前に厚生年金または共済組合に加入していた方の配偶者で、国民年金に任意加入しなかった方
平成3年3月以前に国民年金に任意加入しなかった学生

または、任意加入しなかった期間中に病気やケガによる初診日があつて、現在障害基礎年金の1級または2級相当の障害に該当する方です。

請求は

市役所国民年金担当窓口で行ってください。

給付金は請求された翌月分から支給されます。請求が遅れると、さかのぼって支給されませんのでご注意ください。

中野土びな「ふぐ乗り大黒」



「ふぐ」という魚は、美味で珍重されていました。ところで時期によって「当たる」こともあってか、「ふぐは食いたし、命は惜しし」なんていう俗説さえありました。

しかし、「ふぐ」の濁点を取れば「ふく」、つまり「福」であり、当たることは昔から「蚕が当たる」、「稲が当たる」、「クジが当たる」などといわれ、「当たる」は「幸運」を意味します。

『この幸運の「ふぐ」の背に、日本の福の神「大黒様」が乗っている「ふぐ乗り大黒」こそ、私たちのマスコットですね』と、土びな研究家の方が説明しています。(人形の高さ45センチ、幅50センチ)

中野市民スキー大会

2月26日、中野市体育協会主催の中野市民スキー大会が、牧の入スノーパークを会場に開催されました。この大会は旧中野市では毎年行われていましたが、今回は合併を機に、改めて第1回として開催。

当日は大回転の競技に、小学生から大人までの男女合わせて約80名が参加しました。出場した選手は、日ごろの練習成果を発揮するため、果敢にポールを攻め、好タイム目指して、滑走していました。



精一杯の滑りでゴールしました

まちのできごと 写真館

中野市綱引き大会

B & G財団会長杯中野市綱引き大会が2月19日、B & G海洋センターのアリーナで開催されました。

今まで豊田地域で13回にわたって開催されたこの大会は、第1回と改め、中野地域のチームも加わった全22チーム約220人が参加。

当日は大きな歓声が会場に響く中、力を出し合い白熱した戦いが繰り広げられました。



負けないぞ!

第1回 高野辰之忌

初めての開催となる高野辰之忌が2月25日、高野辰之記念館で行われました。

式では、現在生家にお住まいの高野さんのお話や献花などのほか、来場された皆さんで「朧月夜」を合唱。また記念公演では、市内のギター愛好会によるギターコンサートと中野市落語研究会の落語が披露され、古典芸能を愛した辰之博士を皆さんで偲びました。



ギター演奏の曲に合わせて皆さんも口ずさんでいました

生涯学習市民のつどい

市民の皆さんに生涯学習についての関心を高めたいと、2月4日、第1回生涯学習市民のつどいを中央公民館講堂で開催しました。

第一部のマナビステージ(実践発表)では、赤岩高社講太々神楽の皆さんに、市の無形民俗文化財に指定されている「赤岩の太々神楽」の全11曲の中から、神楽舞、鈴神楽、岩戸開きの3曲を発表していただきました。

続く第二部の記念講演では、講師に弁護士の三瀬顕さんをお迎えし、「戦後60年」を生きてきて...」を演題に、豊富な人生経験のなかから含蓄のあるお話を楽しい口調で語っていただき、来場された皆さんは充実した時間を過ごされていました。



ユーモアたっぷりに話す三瀬 顕さん

売れる農業推進・食育フォーラム

2月1日、売れる農業推進・食育フォーラムをアップルシティーなかで開催しました。

このフォーラムでは、長年キノコの研究をされている松澤恒友先生が「エノキタケの機能性について」を、また、テレビ等で活躍中の本多京子先生は「キノコ・果物の栄養学」について、それぞれ講演をされました。

その後、きのこ料理コンクール優秀作品の展示試食もあり、キノコの良さを再認識する機会となりました。



エノキタケの制がん作用をご説明いただきました



キノコと果物の栄養について語る本多先生

今月の表紙

ふるさと冒険クラブの雪上運動会

2月5日、豊田野球場を会場に行われた「雪上運動会」。この運動会は、豊田地域で毎年行われていた恒例行事で、当日は約60人の小・中学生が参加。

まず、子どもたちは6班に分かれ、競技で使う「そり」を竹と木材を使って手作りして製作。その後、二人三脚やボール蹴りなどのメドレーリレーやできたての「そり」を使ったそりレースなどの競技が行われ、子どもたちは汗をかくほど元気に飛び回りました。



地域を知ろう!

中野めぐり

No.11



梨久保区

梨久保区の特産品はアスパラとブルーベリーです。区内で行われる行事には、春祭りや秋祭りをはじめ、新穀祭やどんど焼きがあります。今は若い人が少なくなり実施していませんが、数年前までは雪上運動会も開かれており、かんじき競争や宝探しなどを行っていました。



○永江堤神社。春祭りや秋祭り、新穀祭が催される場所。

○中央公民館西組分館。梨久保、涌井、親川の3区で使用している公民館。旧永田小学校西分校。



新野区



新野区は作曲家中山晋平の生誕地です。また、市指定の無形民俗文化財「新野の式三番叟(しきさんばそう)」が有名です。これは、翁・千歳・尉という3者の一連の舞いのことで、江戸時代に京都から伝わった伝統芸能です。秋祭りの出し物の1つで、今年は9月30日に行う予定です。



○中山晋平記念館。昭和62年、中山晋平の生誕100年を記念し、生家の隣に建てられた。

○新野神社。秋祭りの会場。式三番叟は隣の公会堂で行われる。



新婚さん

No.11



吉家 充さん(28歳) 晴美さん(28歳) (岩船)

▼出会ったきっかけは (充さん)彼女の勤めている会社に、お客として行ったことが最初の出会いです。 ▼第一印象は (充さん)背が小さいなあと思いましたが、受付のカウンターから前が見えるの? という感じでした(笑)。 (晴美さん)私の勤務先に来るときはいつもスーツを着ていたの、しっかりしてそうというのが最初の印象です。 ▼お互いのすてきなところは (充さん)不器用な面もありますが、自分に正直に生きて

いるところですね。 (晴美さん)笑いのツボが一緒なところですよ。今のところは、家事を手伝ってくれるので感謝しています。 ▼どんな家庭を築いていきたいですか (充さん)常に笑い声があふれている家庭にしたいです。晴美さん、いつもお弁当を作ってくれてありがとう! (晴美さん)家族みんなが友達のような家庭です。充さん、これからもいろいろなところに連れて行ってくださいわね。私の第一希望はハワイかな?

スノーボードが二人の趣味

明るく仲の良い家庭を築きたい

合併記念交流イベント・男女共同参画出前講座 そば打ち交流会が開かれました

2月18日、男女共同参画社会づくりを目指す「なかの男女共生市民会議」と「ふるさと虹の会」は、そば打ち交流会を豊田文化センターにおいて開催しました。この交流会は、それぞれの活動の情報交換と親睦を深めるために行われたものです。

当日は、信州中野蕎麦文化普及会の皆さんから、実技指導を受けながら、楽しくそば打ちを体験。また、そば打ち終了後には、「らくのう座」による踊りや太鼓なども披露されました。



◀中野地域のひとと豊田地域の人がベアになって、そば打ちを体験しました



▶市長も招かれおそばを頂いた後、除雪費用に関する話もありました



永田小学校6年 西澤 佳亮くん

西岡選手みたいな野球の名選手になる!

ぼくのしょう来の夢は「プロ野球選手」になることです。ぼくは、二年生の時からずっと「永田ジャリーズ」という地区の野球チームに入っています。去年の十一月からは、シニア野球の北リーグというところで、毎週土・日曜日に、長野の練習場ではいっぱい練習しています。永田小からは自分も入れて四人、北リーグでがんばっています。最近やつと硬球に慣れてきて

今回ご紹介する「豊田農産物加工施設利用組合みそ部」は、「ふるさと味の会」から「おやき部」「菓子部」とともに三部構成で平成十年十二月から活動をスタートし、現在は十七名で取り組んでいます。 以前と違って今は、加工施設に熟成室が増築され、大豆は部員の皆が遊休荒地で栽培し、米は地元のごしひかり100%で、水は地元の名水を使用して、安心して食べられる昔ながらの味噌を約四ヶ月仕込んでいます。商品名は『手づくり味噌ふるさと』で、道の駅ふるさと豊田やもみじ荘などで販売しており、宅急便での発送も行っています。この活動には重い樽を運ぶという重労働もあります。が、一昨年には味噌漬も商品化でき、現在は味噌をベースとした商品開発



も検討し、皆で頑張っています。 みそ部の部長である高橋美代子さんは「活動は楽しく、仲間づくりもでき、農閑期には多少なりとも収入が得られて、活動をして本当に良かったと思います」と話していました。



豊田農産物加工施設 利用組合 みそ部 部長 高橋 美代子



中野市役所
☎22-2111
FAX(広報直通)
22-2445
豊田支所
☎38-3111

福祉医療費制度

厚生課厚生係(内線292)
☎または豊田支所保健福祉課福祉係(内線143)

この制度は、病気の種類に関係なく健康保険を使った際に、かかる医療費を給付するものです。

次の事項に該当すると思われる方で、まだ申請をされていない方はお早めに手続きをしてください。

- (1) 小学校就学前のお子さん
(2) 身体障害者手帳1〜4級をお持ちの方(4級をお持ちの方は所得制限があります)
(3) 療育手帳A1〜B2をお持ちの方(B2をお持ちの方は所得制限があります)
(4) 精神障害者保健福祉手帳1〜3級をお持ちの方(所得制限があり、通院のみ対象です)
(5) 65歳以上で国民年金の障害年金の対象となっている方
(6) 母子家庭及び父子家庭の方(父子家庭の方は所得制限があります)
(7) 68歳・69歳の方(所得制限があり、医療費の1割は自己負担となります)

脳損傷による後遺障害実態調査

厚生課福祉係(内線294)
☎または豊田支所保健福祉課福祉係(内線143)

事故などの後天的理由によって脳損傷を受け、後遺障害をお持ちの方については、福祉・医療制度のはざ間にあって、現在まで実態が明らかにされていないことから、必要な支援策の検討が遅れていました。

県では、まず実態把握から始め、今後の支援策へとつながっていくため、3月20日(月)から実態調査を行うことになりました。
ご家族やご近所で脳損傷による後遺障害をお持ちの方がいらっしゃいましたら、調査への協力を呼びかけていただきますようお願いいたします。

市営住宅入居者定期募集

都市計画課建築住宅係(内線273)または豊田支所建設課建設係(内線134)

空き住宅及び平成18年4月から6月までの間に明渡しの

己負担となります(医療費の申請は、1年前までさかのぼって手続きができます)。

は、市役所商工観光課商工係(内線258)までお問い合わせください。

あつた市営住宅の入居者を募集します。
募集期間 3月8日(水)〜20日(月)

募集する住宅 東山、泉、長元坊、小田中、城下の各市営住宅
抽選日時及び会場 3月24日(金)午後2時、市民会館43号会議室
抽選方法 公開抽選により入居順位を決定します。
入居者の資格 次のすべてに該当する方
(1) 市内に住所がある、または市内に勤務場所がある方
(2) 現に同居し、または同居しようとする親族(事実上婚姻関係と同様の事情にある方及び婚姻予定の方等を含む)がある方
(3) 現に住宅に困窮しているのが明らかな方
(4) 市税等を滞納していない方
(5) 条例で定める範囲内の収入である方

Eイジレスライフ実践者・社会参加活動事例募集

高齢者福祉課保健福祉係(内線297)または豊田支所保健福祉課福祉係(内線143)

Eイジレスライフ(年齢にとらわれず、自らの責任と能力において自由に生き生きとした生活を送る)を実践して

いたり、地域で社会参加活動を行っている概ね65歳以上の高齢者やそのグループ等の活動事例を募集しています。
募集する活動事例 Eイジレスライフ実践者(次のいずれかを実践している方)
(1) 社会に還元し活躍している方
(2) 中高年から一念発起して、物事を成し上げた方
(3) 高齢期を新しい価値観で生活している方
(4) 優れた体力・気力等を維持し活躍している方

(5) 地域住民のリーダー的な役割を發揮し、生活している方
社会参加活動(次の活動分野で、生き生きと充実した生活を送っている方が中心の10名以上のグループ等)
趣味・教育・文化、福祉・保健健康・スポーツ、その他
推薦方法 推薦する方の氏名またはグループ名と活動内容を3月20日(月)までに高齢者福祉課保健福祉係へ提出
詳しくは、直接お問い合わせください。

国民年金加入者の皆さまへ

国民年金保険料は、口座振替や前納がおトクです
平成18年度の保険料は月額13,860円となりますが、前納制度を利用すると、保険料が割引かれて大変お得です。4月は1年分の保険料を納付書だけでなく、口座振替でも前納できる月です(4月分から翌年3月分をまとめて納めます)。
・納付書で納めると 通常より2,950円お得
・口座振替で納めると 通常より3,490円お得
また、6か月前納や毎月の当月末振替(早割)もできますので、社会保険事務所や市役所までご相談ください。
なお、口座振替の手続きは、3月中旬までをお願いします。
年金相談の予約を受け付けています
社会保険事務所と年金相談センターでは、年金相談の予約を受け付けていますので、電話または窓口でお申し込みください。
・長野北社会保険事務所 ☎026-244-3760
・長野年金相談センター ☎026-226-8580
(受付時間: 午前8時30分〜午後5時(土・日・祝日除く))
問い合わせ先 市民課国民年金係(内線237)・豊田支所市民環境課市民環境係(内線152)または長野北社会保険事務所(☎026(244)4100)

パーキンソン病講演会

長野県北信保健所中野支所
期日 3月13日(月)

時間 午後2時〜4時
場所 長野県北信保健所中野支所201会議室

演題 「元気に働くための日常生活リハビリテーション」
講師 JA長野厚生連リハビリテーションセンター鹿教湯病院の理学療法士、作業療法士
対象者 パーキンソン病患者及びその家族

害鳥獣駆除・野猿巡回駆除3月の実施

農作物の被害防止を図るため、市猟友会のご協力により害鳥獣駆除を実施します。

害鳥獣駆除
実施日 5日(日)、12日(日)、19日(日)、26日(日)
区域 中野地域

野猿巡回駆除
実施日 8日(水)、22日(水)
区域 栗和田から桜沢にかけた山際

その他 害鳥獣による被害があった場合は、下記までご連絡ください。

問い合わせ先 農作物害鳥獣駆除推進協議会事務局(市役所農政課内☎(22)2111内線251、有線20644)

出かけてみませんか

日本土人形資料館



平成元年9月に開館した日本土人形資料館は、全国各地の土人形約1900点を収蔵・展示しています。歴史とぬくもり、ふるさとの香りが館内に漂い、あなたを土人形の世界へと誘います。
また、土人形の彩色体験ができるほか、お土産用として当館製作の土人形等もあります。



所在地 / 中野1150

なかの「おすみちゃん」販売

コンポスト化施設により製造した肥料なかの「おすみちゃん」の販売があります。皆さんぜひご利用ください。

3月の販売日 15日(水)

数量に限りがありますので、売り切れの際はご容赦ください。

販売価格(税込み) 1袋 15kg ¥200円

販売場所 中野浄化管理センター(中野市大字江部511番地)

販売時間 午前9時から午後1時まで

問い合わせ先 下水道課施設管理係(内線281)または豊田支所下水道係(内線137)

平成18年度 科学研究費助成金

長野県内で、科学の研究・発明に取り組みられている個人または団体に対して、助成金を交付しています。申請方法など詳しくは、ホームページをご覧ください。

交付対象 県内で科学研究をしている個人または団体交付部門

- ・第1部 一般(第2部、第3部以外の方)
- ・第2部 小・中学校及び高等学校の教員
- ・第3部 大学、研究所、試験場等の研究者

助成金額 30万円以内
申請期限 5月12日(金)
ホームページ <http://w2.avis.nj/nkagaku>

青年国際交流事業 参加青年募集

内閣府 共生社会政策担当(03)3581-1181 または長野県教育委員会文化財・生涯学習課青少年健全育成ユニット(026-235-7439) 日本と世界各国の青年との交流を通して、相互理解と友好を深め、広い

国際的視野と国際協調の精神を身に付けた次代を担うにふさわしい青年を育成するため青年国際交流事業を実施しています。

現在、平成18年度の「国際青年育成交流」(8~9月)、「日本・中国青年親善交流」(8~9月)、「日本・韓国青年親善交流」(9月)、「東南アジア青年の船」(10~12月)、「世界青年の船」(平成19年1~3月)の参加青年(18歳~30歳対象)を募集しています。

ホームページ <http://www8.cao.go.jp/youth/kyu1.htm>
詳細については、直接お問い合わせください。

「道路ふれあい月間」 推進標語募集

国土交通省道路局道路交通管理課(03)5253-8181 国土交通省(03)5253-8181 毎月2月を「道路ふれあい月間」として、道路の正しい利用や道路愛護思想の普及に努めています。この行事の一環として、道路ふれあい月間「推進標語」を募集いたします。

テーマ 道路は国民共有の、つまりあなたの財産です。
応募資格 小学生以上
応募方法 郵便がきまたは

インターネット(一人何点でも応募可能です)
募集期限 3月31日(金)
ホームページ <https://ssl.jolls.co.jp/nyougo/index.html>

外国人対象 無料相談会

県行政書士会北信支部国際課(026)233-3377が安心して在留生活ができるよう、無料相談会を開催します。なお、外国人を雇用したい、あるいは外国人を雇用している事業所の皆さんについても、相談に応じます。

期日 3月25日(土)
3月12日から
中高医師会休日緊急診療所の電話番号が変わります

外国人対象 無料相談会

新たに中高医師会の建物が建設されることに伴い、3月12日(日)から緊急休日診療所の電話番号が変わります。

なお、現在建設中の中野保健センターが完成し、同センター内に中高医師会の緊急休日診療所が開設される際には、改めて電話番号が確定されます。ご理解をお願いします。

電話番号
新・026)6986
旧・026)2337

不動産評価等の 無料相談会

社団法人長野県不動産鑑定士協会(026)233-3377が無料で、不動産鑑定士が無料でご相談に応じます。

時間 午後1時30分~4時
会場 中野市人権センター

期日 4月3日(月)
時間 午前10時~午後4時
会場 長野市役所第2庁舎9階16会議室
相談内容 不動産評価に関する事項および不動産に関すること全般
詳しくは、直接お問い合わせください。

ご利用ください!! リサイクル

リサイクルとゴミの減量のため、ご家庭で使わなくなった物や欲しい物をご連絡ください。

(2月20日現在で掲載)

●ゆづりください!!
足踏みミシン(アンティーク調) ラジカセ CD ラジカセ ソファア アップライトピアノ 三味線 電動車イス 車イス MD コンポ バドミントンラケット ノートパソコン シンセサイザー オープンレンジ スノーシュー かんじき コンビラック 布団 カラオケセット カーオーディオ 食器棚 英語用教材(子供用)
申し込み先 市民課生活交通安全係(内線238)
問い合わせ先 市民課生活交通安全係(内線238)
または豊田支所市民環境課 市民環境係(内線151)

●ゆづりください!!
ベビーカー バット(子供用) ベッド ローラーブレード オルガン スキーセット バスチェア(子供用) 大人用三輪車 自転車 味噌桶(家庭用) テニスラケット 人形ケース バギー(3歳まで) 子供服 足踏みミシン 三味線(稽古用) ビデオデッキ 太陽熱温水器 ガス

講座の内容や費用など、詳しくは直接お問い合わせください。

総合学科高校学習会

県立高校の再編により、新しい高校が設置されようとしています。学習会を開催しますので、ご参加をお願いします。

日時 3月11日(土)午後2時
会場 中央公民館講堂
内容 「総合学科高校ってどういう高校」
講師 都立葛飾地区総合学科

介護予防地域講座 (お達者くらぶ)

高齢者福祉課保健福祉係(内線296)または豊田支所内豊田在宅介護支援センター(内線144) 皆様をお話を聞いたり、おしゃべりをしたりして、寝たきりや認知症を予防しましょう。

中野地域 3月13日(月)午後2時

時~4時・厚員公民館
豊田地域 3月23日(水)午後2時~4時・穴田公民館

中野陣屋・県庁記念館特別展 「ふるさとのお内裏さま展」

ひな祭りには各家庭で、お内裏さまのひな人形を飾って、特に女の子の健康と幸福を願ってきました。そのひな祭りを前にして、中野では「おひな市」が催され、これが江戸時代から今日まで続いています。

今年も、ひな祭りの原点に立ち返り、全国のお内裏を集め、ふるさとのお内裏

ひな祭りには各家庭で、お内裏さまのひな人形を飾って、特に女の子の健康と幸福を願ってきました。そのひな祭りを前にして、中野では「おひな市」が催され、これが江戸時代から今日まで続いています。

今年も、ひな祭りの原点に立ち返り、全国のお内裏を集め、ふるさとのお内裏

「お内裏さま展」を開催します。また、全国各地に伝わる郷土玩具の販売コーナーも設置します。

期間 3月22日(水)~4月7日(金)(期間中無休)
時間 午前10時~午後6時
(入場無料)
問い合わせ先 中野陣屋・県庁記念館
026)2718

歴史民俗資料館

「中野の民具展」
5月24日(水)まで
数十年前に使用されていたなつかしい生活道具、修復した江戸時代の享保雑などを展示します。

を中心、中野市が所蔵する油彩画を展示します。

中野陣屋・県庁記念館

日下里美木版画展
3月6日(月)まで
土難とその仲間たち 月岡尚雄写真集
3月8日(水)~17日(金)
長野オリンピック8回記念ピンバッチ展
3月17日(金)まで
特別展「ふるさとのお内裏さま展」
3月22日(水)~4月7日(金)
火曜日休館

各種相談日程

相談は無料、秘密は厳守

相談名	日時	会場・問い合わせ先
心配ごと相談	毎週月~金曜日 13:30~16:30	福祉ふれあいセンター (026-3111)
福祉相談	毎週月~金曜日 9:00~17:00	福祉ふれあいセンター (026-3111)
ボランティア相談	毎週月~金曜日 9:00~17:00	福祉ふれあいセンターまで ご連絡ください。
法律相談	毎月第1・3月曜日 13:30~15:30	福祉ふれあいセンターまで ご連絡ください。
結婚相談(会場 人権センター)	毎月第1・3日曜日 14:00~16:00	福祉ふれあいセンターまで ご連絡ください。
行政相談所	(中野地域)4月10日(月) 13:00~16:00	市民会館44号 (内線335)
	(豊田地域)4月10日(月) 9:00~11:30	豊田支所相談室 (内線114)
女性相談窓口	(電話)毎週月・水・金 9:00~17:00	人権センター 026-23-4810
	(面接)毎週月・水・金 9:00~13:00	面接相談は予約が必要となります。
交通事故巡回相談	毎月第3木曜日 10:00~15:00	北信地方事務所 026-23-0202
身体障害者相談所	毎月第1・3水曜日 14:00~16:00	福祉会館 (中野地域からの有線は21104)
子ども教育相談室	毎週月~金曜日 9:00~17:00	市教育委員会 (内線304) 予約が必要となります。
テレホン子育て相談	毎週火曜日 9:30~11:30	026-1260 (中野児童センター内)
児童保健相談	毎月第1木曜日 10:00~11:30	026-5219 (平野児童センター内)
いじめ相談3191	常時	026-3191 (市教育委員会内)
職業相談	毎週月~金曜日 8:30~17:00	南宮庁舎職業相談室 (026-23-4710)

展示案内

「中野市所蔵油彩画展」
3月9日(水)~5月24日(水)
桜田晴義、高橋政文、土屋貢、三沢忠、山田晃の作品

中野小学校旧校舎・
信州中野銅石版画
ミュージアム

市の人口

(平成18年2月1日現在)

人口	46,713人(-30)
男	22,558人(-19)
女	24,155人(-11)
世帯数	14,610戸(-9)

()は前月1日比

市役所保健課 ☎22-2111 内線242・243
 豊田支所保健福祉課 ☎38-3111 PHS 6120

中野保健センター ☎26 - 6986
 休日診療所： ☎26 - 2337
 休日当番薬局携帯電話 ☎090 - 4125 - 8402
 (ともに9時~17時。日・祝日のみ)

予防接種

持ち物 / 母子健康手帳、予診票

BCG(接種年齢は3~6か月未満の乳児)	
3月14日(火)	
受付時間 / 午後1時~1時30分	
会場 / 中野保健センター	
対象 / 平成17年12月生まれ 3か月健診時に行います。	
ポリオ(小児マヒ)	
受付時間 / 午後1時~1時50分	
<中野保健センター>	
4月10日(月)...日野、延徳、長丘、科野、倭	
11日(火)...中野	
13日(木)...高丘、平岡	
14日(金)...平野	
<豊田保健センター>	
4月12日(水)...豊田	
対象・接種方法	3か月~1歳6か月の乳幼児 (7歳6か月未満まで接種可能) ・下痢をしている場合は、治ってから受けましょう。 6週間以上あけて2回接種

豊田地域の方も、中野保健センターで接種を受けられます。

麻しん・風しん混合予防接種

4月1日から、麻しん・風しん混合ワクチンに変わります。対象者は、3月中に医療機関で予約してください。

対象者 / 12か月~24か月の幼児
 詳しくは、健康カレンダーをご覧ください。



ちひろ
宮島千浩くん(3歳2か月)
 わんぱくで好奇心のある男の子です。外に出て遊ぶことが好きで、食べ物はお肉やイチゴが大好き。思いやりのある優しい子に育ってほしいと思います。
 (宮島進・貴子さん 安源寺)

乳幼児健康診査

受付時間 / 午後1時~1時30分
 会場 / 中野保健センター
 持ち物 / 母子健康手帳、オムツ、バスタオル

健診名	健診日	対象
3か月健診(BCG予防接種)	3月14日(火)	17年11月1日~11月30日生
7か月健診	3月15日(水)	17年7月1日~7月31日生
1歳6か月健診	3月17日(金)	16年8月1日~8月31日生
2歳健診	3月13日(月)	16年2月1日~2月29日生
3歳健診	3月16日(水)	15年2月1日~2月28日生

都合の悪い場合は翌月お出かけください。

両親学級

期日 / 4月14日(金)
 時間 / 午前9時30分~11時45分
 会場 / 中野保健センター
 持ち物 / 筆記用具、母子健康手帳
 内容 / 妊娠の経過と起こりやすい異常、妊産婦の栄養
 4月からマタニティークラスと名称が変わります。

育児教室

期日 / 3月14日(火)
 時間 / 午前10時15分~11時30分
 会場 / 中野保健センター
 対象 / 4~6か月
 内容 / 赤ちゃん体操、離乳食について
 申し込み先 / 市役所保健課または豊田支所保健福祉課

いきいき健康講座 ~PART4~

期日 / 3月24日(金)
 時間 / 午後1時30分~3時30分
 会場 / 西部公民館
 テーマ / 「その日のうちに疲れをリセット！」
 ~身体の疲れ痛み、こりの予防法、解消法~
 講師 / 北信総合病院 理学療法士 森田さん
 お申し込みは不要で、受講は無料。

歯のはなし ②④

「うんたときどきQ&A」

○治療した歯がむし歯になった

A むし歯は、歯の汚れのたまっていたところなどにできてしまいます。そこにできたむし歯を治したとしても、汚れがたまりやすい場所であるところと、むし歯を治療してつめたとしても、歯とつめたものとのすき間には必ず汚れが存在します。そのすき間からまたむし歯が生じてしまうことは十分考えられます。

再発しないためには、治したむし歯の清掃(ブラッシング)を毎日きちんとすることです。

(協力) 中高歯科医師会)

文化なかの

中野市公民館報

2006
No.12
通巻 544

3



地域の稀少な伝承行事 餅の入った“ワラット”を交換する小沼餅かえ行事

季節のコラム

幼子と手をつなぎ行く春の道

なんたつてお外が大すき、そんな子にせがまれて増し来た春光の中を行けば、雪解けの道端に咲く小さな花たちにてあう。

いつのまにこんなに沢山咲いたのか。土に華やぐ空のようなその色に「綺麗きれい」と喜び愛でれば、ちいさな長靴の歩みを止めて覗き込む可愛いらしさ。

花は、強く美しく。

みんな自分で自分を精一杯咲く。凍てついていた野山に三月の陽あふれ、全てに躍動の息づきを感じるから、この明るいつり来た春を、未来ある子どもたちのたくさんの夢と希望に重ねたい。

「中野市の子ども理解」 に取り組んだ成果を まとめた冊子の紹介

特集

こんにちは分館「上今井分館」
ふるさとの歴史「県史跡の内堀館」
グループ紹介「豊田川柳クラブ」
編集委員だより
公民館フォト
今月の伝言板

あおぞら

皆さんは、風邪の予防に何か心がけていることや習慣はありますか？

今年は、インフルエンザが猛威を振るい、二重三重の予防が必要となっています。予防接種はもちろん、毎日の生活の中での予防。

私は、基本中の基本、うがいと手洗いを必ずする。もう一つは、お風呂上りに手足に冷水をかけること。それまで毎月一回は風邪を引いていたのが、これを実践するようになってから嘘のように風邪知らずの体になりました。逆に忘れてしまうと風邪を引いてしまうほどです。

寒い時期だけでなく、冬から春へと暖かくなる季節の変わり目にも風邪を引きやすいといえます。うがい、手洗いはもちろん、マスクをする、ビタミンなどの栄養を摂取するといった予防の仕方はいくつもあります。自分なりの方法をしっかりと実践し、毎日元気に過ごしたいものです。

また花粉症の季節がやってきますが、皆さん体調管理には充分気を付けてください。

(Y)

「中野市の子どもも理解」 に取り組んだ成果を 冊子にまとめました

地域での支援の方向と 取り組みの具体を提案

“地域の子どもは、地域で育てたい”の熱い願いを背景に
中野市の子どもが、今、おかれている環境（自然・人的）の中で
何を見つめ・感じ・思い・考え・求め・活動して生きているのか。

中野市公民館（中央・北部・西部・豊田）では、
今年度、子ども事業専門委員会を立ち上げ、一年間問い深めてきました。
そして、この度調査・研究の成果をまとめた冊子ができあがりしました。

この冊子は、公民館事業や地域で子育て事業を
進めるときの参考にさせていただければ幸いです。

****冊子「まなざし」の目次****

- 第一章 今の中野市の子どもたち（実態編）
主として幼児・小学生を対象に
専門委員の目を通して多角的に見た子ども
の意識や活動の実態と考察
- 第二章 子どもたちの声なき叫び（受容編）
実態から浮かび上がってきた子育ての課
題とその内容を、課題を抱えて生きる中野
市の子どもたちの「声なき叫び」として受
け止めた。今後立ち上げていく事業や支援
策のための根拠とするもの
- 第三章 支援の方向と提案（構想編・実践計画編）
課題と内容を深く受け止め、子ども自身
が内在させている力を呼び起こし、自ら伸
びようとする自立・自発への支援の方向性
と支援活動の具体的取り組みの提案



第一章 今の中野市の子どもたち（実態編）

主として幼児・小学生を対象に

今おかれている環境の中で、子どもたちの意識や生活の様子はどのようになっているのか、調査してまとめました。

《生活のありさまから》

創意工夫して遊ぶことよりもポケモン、タマゴッチなどの流行玩具が、興味や話題の中心となっている。また、子どもを取り巻く環境には、音楽CD、映画ビデオやDVD、ゲームソフトなどがあふれ、それらの貸し借りや売り買いも日常的なものとなっている。生活経験や遊びを通した学びが少なくなり、危険を回避する知恵や力をつける機会を得られないまま、大きくなってきている。

気持ちが他者依存、消極的になっている子どもが見られる。「ぼくは、それできないからやらない」「わたしは、野菜がきらいだから食べない」「お母さんが自転車は危ないって言ったから、わたしは乗らない」「外へ遊びに行くと誘拐されるから遊びに行かない」などの声も聞かれる。

等々、浮かび上がってきた子どもの様子が、9ページにわたりまとめてあります。

第二章 子どもたちの声なき叫び（受容編）

第一章の実態から浮かび上がってきた内容に深く思いを寄せ、話し合っていく中から気づいてきた子育ての課題は、“満ち足りた衣食住がゆえの子育ての戸惑い・発達不全をどうしたらよいか”でありました。その内容を5つにまとめ、「子どもたちの声なき叫び」という形で表しました。

お友だちと、思いっきりお外を飛び回りたい
テレビゲームで遊べるから、お友だちがいなくてもちっともさびしくないよ
何かやりたいことを見つけて思いきりやってみたい
おかあちゃん（おとうちゃん）あのね、お話したいことで胸がいっぱいな
食べたいものはいつでも食べられからいいけれど、朝飯や夕飯になると、あれを食べる、これも食べると言われるからいやだ

第三章 支援の方向と提案（構想編・実践計画編）

この章では、第二章「子どもたちの声なき叫び」に応えていくための支援の方向とその具体を提案させていただきました。

《提案の中から》

子どもは“自然”であるからこそ、自然の中から人間らしい心・感性が生まれていくのではないか。（題材「みちくさお散歩教室」の提案）
幼児は、水溜りがあれば「入ろうとする」「かきまわす」「はねとばす」などやりたがる。川で水と思いきり遊んで、のびのびと豊かな心や感性が育

まれるようにしたい。（題材「おもいきり水と遊ぼう」の提案）
火起こしに挑戦しよう
基地を作って思いきり遊ぼう
ふるさとオペレッタ
など30を超える題材を提案させていただきました。

中野市公民館においても、この中から題材を選んで平成18年度から取り組んでいきます。
冊子のお問い合わせは中央公民館まで 電話22 - 2691 有線20691

こんにちは 分館

上今井分館は、千曲川の西側、豊田地区（旧豊田村）の最南端に位置しています。産業は果樹栽培、水稲を主とする土地です。

平成十七年度の公民館活動の目的は、区民の文化交流・健康の増進を図る事業を実施し、人と人が時と場を共有し、コミュニケーションを果す場のお手伝いができればということとで事業を進めてまいりました。

常会対抗の区民球技大会（ソフトボール・ソフトバレー・ゲートボール）を上今井グラウンドで行いました。大会の運営は、役員・常会長等多くの皆さんにご協力いただきました。試合では、勝ち負けでエキサイトする場面がありました。また、お盆にあわせて夏祭り

上今井分館



を育成会と共催で行いました。今年は、より大勢の区民の参加をということで文化祭も同時に開催しました。育成会の出店や役員の出店、子どもたちによるコーラス、もみじ太鼓、豊井ふるさと太鼓、歌謡ショー等が行なわれ、盛大に開催できました。今後は、各種団体と協力して、幅広い年齢層が参加できる事業活動ができればと思います。

上今井分館長 神田 勝則

ふるさとの歴史

上今井集落の南東の隅に、「内堀館」とよぶ館跡がある。平成五年（一九九三）に長野県史跡の指定をうけている。館の広さは堀をのぞいて、南北六〇メートル、東西五〇メートルのほぼ四角形。北・東・西の三方に、幅一〇メートルの馬蹄形の水堀。北と西

県史跡の内堀館

には高さ三メートルの土塁。部分的には野面積みの石垣でかまれている。このように防御を固めた中に住居がある、中世豪族の典型的な屋敷跡である。西にはりっぱな門、西・北・東は大木がうっそうと繁って、そこはいかにも中世らしい景観

を残している。この館は、江戸時代後期には、飯山街道の本陣となつて、飯山の殿様が、参勤交代の折にここで休んだ。部屋の一段高い所に殿様専用の「上段の間」がある。

現在、館跡は個人の所有となつており、敷地の一角に住宅がある。

阿部 敏明

グループ紹介

豊田川柳クラブ

豊田川柳クラブは、平成十六年度に旧豊田村公民館主催で開催された、川柳教室の受講生を中心に発足したサークルです。

長野県川柳作家連盟会長石田一郎先生を講師に、月一回活動しています。毎回二つずつ「お題」が出され、活動日までに作句します。「五・七・五」のリズムに自分の思いを託すのはなかなか難しいのですが、石田先生の添削により、まるでマジックのようにすつきりした作品に変わり、いつも賛嘆しています。

川柳は、誰でも簡単に作ることができます。その中にもメンバーそれぞれの個性、作句の特徴があり、自分には無い作句方法にお互い勉強になり、川柳の奥深



さを実感しています。また、考え抜いた末に作句した作品を、褒め上手な先生に「これは良い句だね。」と褒めていただいた時の気持ち良さがたまらず、毎回楽しんで活動しています。中には、積極的にコンクールに応募し、入選を果たしているメンバーもいます。皆さんも「良い句だね。」の褒め言葉をいただく快感を味わってみませんか。参加をお待ちしています。

会長 岡村 郁子

編集委員
だより

小林ふみ子さん



栗林区にお住まいの、小林ふみ子さんをご紹介します。

小林さんは、長野県が主催する農村女性きらめきコンクール「主張の部」で、平成十六年度最優秀賞（知事賞）を受賞されました。このコンクールは、農業や農村生活、地域づくりに積極的に取り組んでいる農村女性の活動を紹介し、男女がパートナーシップを発揮できる魅力ある農村社会づくりを進めるため行なわれています。小林さんの主張文、「家族経営協定は、農村女性の活力になる」には、個性を活かした農

業経営の確立について述べられています。そして昨年は、栗林区の婦人講座で、「元気になる秘訣」と題し、講演されました。

小林さんは農業委員としても活躍され、地域の方と風の会への参加、男女共同参画を推進されています。また、持続性の高い農業生産方式のエコファーマーへの推奨、ボランティア活動への参加など幅広く活動されています。これも地域の方の協力、そして良い仲間恵まれていたからと仰られています。

現在は、夫と息子さんの三人で互いに理解し合い、支え合いながら農業経営をされているそうです。小林さんの親しみやすく、優しい人柄が印象的でした。

なお、小林さんの主張文は、
www.pref.nagano.jp/
xnousei/hokusinkai/
ganchi-iyoho/2004/
0412kirameki.htm
でご覧いただけます。

(K・S)

公民館フォト

墨と水で彩る芸術

豊田公民館「水墨画入門教室」(全5回)が、1月26日から始まりました。“これから水墨画を学んでみたい”とお考えの方に最適な初心者向けの講座です。内容は、水墨画の基本的な筆使いや、水墨画の基礎となる植物の竹・蘭・梅・菊(総称して「四君子」)の描き方を一つずつ習得して、最終的にそれらを応用し創作作品を制作します。この講座は3月23日まで行なわれます。



嘉生稀宗先生の指導に目を凝らす受講者

色とりどりたのしいやしょうま

2月4日、中央公民館・西部公民館で「やしょうまづくり講座」を開催しました。講師として、いずれも中野市食生活改善推進協議会の会員の方々にご指導いただきました。最近は、様々な色を組み合わせたアイデアいっぱいのやしょうまが人気とあって、テレビアニメのキャラクターなどにも挑戦しました。参加者は冬の一時を、親子や友人同士でふれあいながら、北信地方の郷土食やしょうまづくりをたのしみました。



様々な絵柄や色鮮やかでかわいいやしょうまができました

平成17年度
分館報コンクール結果

本コンクールは、分館の広報活動促進を目的に毎年開催しています。今年度は、1分館協議会を含む33分館から出品されました。地域の情報が幅広く掲載されたもの、工夫を凝らした内容、地域性や特徴のある分館報が数多くありました。

今年度の入賞は、下記のとおりです。

- 最優秀賞 西条分館(西条だより)
- 優秀賞 間山分館(館報まやま)
- 努力賞 新野分館(館報しんの)
- 企画賞 吉田分館(分館報よしだ)

健康は自分で“つくる”

北部公民館「高齢者大学」を2月14日に開催しました。今回は、「歌って笑って健やか人生」と題し、西箕輪公民館長の城取茂美先生にご講演いただきました。健康でイキイキ過ごす秘訣として、“日々の生活に笑顔と歌を取り入れる”



歌とユーモアを交えお話された城取先生

とお話されました。受講者からは、「歌は心に勇気と明るさを教えてくれる。笑顔は健康の素であることができた」など、たくさんの感謝の声が寄せられました。



トランペットを演奏するシルバースクラッグ氏

トランペット の魅力を堪能

2月18日中央公民館講堂において、なかの21市民講座 音楽鑑賞「ジェフリー・シルバースクラッグ トランペトリサイタル」を開催しました。

アメリカを代表するトランペット奏者ジェフリー・シルバースクラッグ氏の来日に際し、実現したこのリサイタル。ピアノ奏者の青山夏実さんの協演により全7曲が演奏されました。

開演とともに、トランペットとピアノの音色が会場全体を包み込み、市内外からお越しいただいた約200人の皆さんは、冬寒の夜、至福のひと時を過ごされました。

今月の伝言板

中央公民館から

3月の展示コーナー

高齢者大学作品展

内容 中央公民館高齢者大学のクラブ活動で制作した作品の展示(絵手紙・書・ちぎり絵)
場所 中央公民館1階 展示コーナー

作品募集

第25回中野市民書道展

展示期間 3月31日(金)～4月1日(土)
時間は両日とも午前9時～午後6時
展示会場 中央公民館 講堂
出品資格 市内に在住・在勤している方、または市内の書道グループに所属している方
出品数 1人1点まで(但し未発表の作品に限る)
作品規格 一般の部(高校生を含む)
条幅半折、裏打ち仮巻き着装
小中学生の部 条幅半折4分の1、縦長書、裏打ちなし仮巻き着装
申込み 3月17日(金)までに、所定の出品申込書により中央公民館へお申込みください。

ホームページもご覧ください
<http://www.city.nakano.nagano.jp/kominkan>

お問合せ及び 中野市中央公民館
申込み先 22-2691 (有)20691

豊田公民館から

開催のお知らせ

クローズアップ豊田

豊田地域の歴史・風土・文化を学んでいただく講座(全3回)の最終回です。

日時 3月8日(水) 午後1時30分～午後3時
場所 豊田文化センター 会議室
内容 「斑尾火山の自然」
講師 前長野県立歴史館 館長 市川 健夫 先生
受講料・申込み 不要

平成17年度高齢者学級

<第3回(公開講座)>
日時 3月13日(月) 午後1時30分～午後3時
場所 豊田文化センター 会議室
演題 「^{いのち}無限」 健康長寿のひけつ
講師 大本山活禅寺 柳沢 無双 先生
<第4回>
日時 3月27日(月) 午後1時30分～午後3時
場所 豊田文化センター 会議室
内容 ・豊田公民館長のお話
・マジックショー 安藤 照治 氏
受講料・申込み 不要

お問合せ先 中野市豊田公民館
38-2922

今月号の表紙の写真 毎年、事八日(3月8日)に五穀豊穡・家内安全を祈願し行われる小沼地区の餅かえ行事(市指定無形民俗文化財)

交 差 点

<中野市男女共同参画計画>

「共にいきいき なかのプラン」

すべての市民が、性別にかかわらず

お互いの生き方を尊重し合い、

個性豊かに生きることができる

男女共同参画社会の実現をめざします。

この計画の目標達成に向けて身近なところから実践しましょう。

“あいとぴあ”男女共同参画啓発かるた



ただ、悩んでいたたり、我慢するだけで解決することはありません。
おかしい事、不満な事を、声に出してみると、案外賛同者がいるかもしれません。

男女共同参画社会づくり事業
合併記念交流イベント

「共にいきいき」

市民のつどい
江川紹子講演会について



講演をする江川紹子さん

中野市男女共同参画

社会づくり

実行委員 金井 哲雄

私たち男女共同参画社会づくり実行委員会では、男女共同参画について、多くのひとに理解していただくため、今年度は長野県の男女共同参画センター「あいとぴあ」から借用したパ

ネルの展示とフリージャーナリスト江川紹子さんによる講演会を企画し、運営いたしました。

江川さんは、まず、自分の作ったCDの話から、「子どもにきれいな日本語で歌う子守歌を聴かせたい。そして父親も育児に参加する時代なので、男の人の歌う子守歌があればいいなあ」という話をされました。

男女共同参画というだけでも、堅苦しく感じますが、江川さんはもっと柔軟にとらえて父親たちの育児を、義務としてではなく、もっと夢があり、楽しむものとしてイメージして欲しいというメッセージなのだと感じました。

さらに夢の実現についてのお話をされましたが、ここが一番私には、印象深く、考えさせられました。

ごく普通の家庭に育った若者が、自分らしさや自分の存在の意義を探してオウム真理教に入

り、教祖の命令で坂本弁護士一家の殺害という取り返しのない罪を犯してしまったことについて「夢は、自分の足を地につけてその向こうにあるものを求めよう、一足飛びにたどり着こうとするのは、危ない」と言われましたが、ほんとうにそのとおりだと強く共感しました。

また、多くの若者たちに聴いて欲しい言葉だと思いました。そして、「もう年だからとあきらめないで、自分自身でやりたいうことをみつけて、いきいきと生きる大人の姿を若者にみせることが大事」という言葉は深くうなずけるものでした。

今回の講演を聞き、とても元気をもらった気持ちがありました。まず自分がいきいきと生活していくことが大切だと考え、自分のまわりをもう一度見直して、新しいことにもどんどん挑戦していきたいと思うようになりました。



男女共同参画社会づくり実行委員のみなさん。

入場者数538名のうち216名の方からアンケートを頂きました。

良かった	165人
普通	31人
良くなかった	6人
不明	14人

講演会の感想より

・子どもに夢を持つように言ってきましたが、間違いで、大人が自分で夢を持つことの大切さを切実に感じています。

もうすぐ平成十八年度はじまりますが、各地域では新しい役員さんでスタートしていることでしょうか。

地域での役員は、まだ、圧倒的に男性が多いのですが、女性で立派にやりこなした方もいます。

次回から役員の選出範囲に、女性も入れてみてはいかがでしょう。

『当役』に参画して

上野 紀子

現在私は、平成十七年度中野市柳沢区副区長（会計）という役目を終え、重いと感じた責任から離れて、どっと押し寄せた疲れも、やっと癒えつつある状況です。

中野市住民となって二年目、年齢も三十代で、『女性』である私が当役になったのは、その順番が、我が「イエ」に回ってきて、本来参画することになっ

ていた義父が体調を崩し、代打するべき総領の夫が仕事の都合で留守がちであったため、私が代打の代打という立場で、家族から頼み込まれてしゅしゅ納得したのが実際なのでした。

初顔合わせの際に、他の当役仲間から代理として参加なのか、本人として参画するのか、私の意志を確認されました。そこから私の中に「参画」という責任への自覚が生まれました。今でもその時を思い出すとしゃんと背筋を伸ばさずにはいられない感覚になります。

また、中野市も倭という地域も何もかもが知らないことばかりでしたが「女性だから」という理由で甘えて責任を逃れられることは無く、無知で参画すればそれなりに発言もい加減になつてしまうので、常に教えるお願い、教わり、学び、教えを生かしながら参画していきました。男女の如何問わず、学んで体



一番左が上野さん。前にずらりと並んだちょうちんは、お祭りに使ったもの。これを持って神殿にも入ったとの事です。

験したことが身に付いて後に役立つことが『社会参画』だと思います。そのためには、勇気を出して体験することが大切なのではないのでしょうか。

十七年度倭地区区長会長始め、区長会の皆様方にはご指導ご鞭撻いただきましてありがとうございます。また、非力な私を励まし、柳沢区民としても成長させ、育ててくれた当役仲間にごこの場をお借りして感謝とお礼を述べさせていただきます。ありがとうございます。

男女共同参画推進室では、様々な事業を実施しております。

あなたも参加してみませんか。いずれも男女を問いません。

社会づくり実行委員の募集

男女共同参画を広く周知するためのイベントを開催します。企画運営のスタッフを募集いたします。

パワーアップ講座の募集

あなた自身の力をパワーアップするため、講座や研修に参加してみませんか。小さいお子さんがいる方には保育室を用意いたします。

出前講座の募集

あなたの都合の良い場所・時間に講座を開催します。

あなたの希望を入れて楽しい講座をつくりまします。

以上の三つを募集しております。興味のある方は男女共同参画室へ詳細をお尋ねください。お待ちしております。

男女協同参画の国際的状况

GEM：ジェンダー・エンパワーメント指数の国際比較

順位	国名	GEM値
第1位	ノルウェー	0.928
第2位	デンマーク	0.880
第3位	スウェーデン	0.857
第4位	アイスランド	0.834
第5位	フィンランド	0.833
第6位	ベルギー	0.828
第7位	オーストラリア	0.826
第8位	オランダ	0.814
第9位	ドイツ	0.813
第10位	カナダ	0.807
第11位	スイス	0.705
第12位	米国	0.793
第13位	オーストリア	0.779
第14位	ニュージーランド	0.769
第15位	スペイン	0.745
第16位	アイルランド	0.724
第17位	パハマ	0.719
第18位	英国	0.716
第19位	コスタリカ	0.668
第20位	アルゼンチン	0.665
...
第40位	パナマ	0.563
第41位	マケドニア	0.555
第42位	タンザニア	0.538
第43位	日本	0.534
第44位	ハンガリー	0.528
第45位	ドミニカ共和国	0.527

国連開発計画「人間開発報告書」より作成
GEM値の最高値は「1」です

本場に日本の女性は、強くなったのでしょうか？
日本は80カ国中43位

GEM（ジェンダー）とは、女性が政治及び経済活動に参加し、意思決定に参加できるかどうかを測るものです。具体的には、国会議員に占める女性割合、管理職に占める女性割合及び男女の推定所得を用いて算出しています。

女性相談窓口から

つい、子供を叩いてしまう

おかあさんへ

小さい子どもの世話は、大変です。ぐずぐずしているうえに、いうことはきかない。泣き声を聞いているだけでイライラしてきますね。

でも、それで叩いてしまうのは、おかあさんが疲れているからなのです。体の疲れもありますが、さまざまなストレスによって心が疲れて、ささくれているせいです。家族、近所、

親戚づきあい、お金のこと等など…

子育ては「母親の仕事」「母親の責任」のプレッシャーや「子守が仕事で楽だろう」という無理解など、たくさんの方のストレスを抱えていますか。

そして、思い通りにならない子どもヘカツとなって手を上げてしまう。後になって反省して、お菓子を买买あげたり、抱きしめたりしていませんか。

おかあさん自身は気づいていないかもしれませんが、子どもを叩くこととどうにもならないストレスを発

散しているのです。

子どものためでも、しつけのためでもありません。

ストレスを相談員に話してみませんか。自分のストレスや不満を話すことで、子どもを叩いてしまうことが減ればいいですね。

母親が穏やかな気持ちでいることが、子どもにとって一番いいことです。

どうぞ、気楽にお尋ねください。



○相談日及び相談時間

月・水・金曜日（祝日は除く）

○電話相談

午前9時～午後5時

○面接相談（要予約）

午前9時～午後1時

○相談電話番号は23・4810（シンパizeロ）心配ゼロと覚えてください。

専門の女性相談員が女性の様々な悩み相談をお受けしております。

ご意見、ご感想、お問い合わせ、男女共同参画社会について、身近な問題等をお寄せください。 中野市男女共同参画推進室 〒383-8614 中野市三好町1-3-19

電話 0269-22-2111 内線 254 F A X 0269-22-5923 有線 23404

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

メール danjo@city.nakano.nagano.jp