

広 報

2014 (平成26年)

なかの 3

No.108

特集

おかあちゃんの手作り

Contents

広報なかの		1 ~ 34
交差点		35 ~ 38
文化なかの		39 ~ 44

おかあちゃんの手作り

中野市豊田農産物加工施設利用組合

16年目を迎えたおふくろの味は
信州中野の「ふるさと」の味





1 おそろいの黄色いかわぼうしは味噌部の皆さん 2 グリーンのエプロンが爽やかなおやき部の皆さん 3 ピンクのエプロンがかわいい菓子部の皆さん 4 設立当初からのメンバー。左から副組合長の西野三恵子さん、組合長の関きよ子さん、副組合長の神田一枝さん

中野市豊田農産物加工施設



住所 中野市大字永江2211-1
TEL/FAX (38) 3309
開設 平成10年12月1日
建築面積 258.58㎡
構造 鉄骨平屋建（農産物加工所）、木造平屋建（農産物加工貯蔵所）
施設内容 おやき加工室、菓子加工室、味噌加工室、研修室、材料搬入室、材料庫、熟成室

イチオシ！ふるさとの味詰め合わせ



内祝などに赤飯、
山菜おこわの注文
も承ります

道の駅「ふるさと豊田」に隣接する「中野市豊田農産物加工施設」。冬の時期は、朝から農家のおかあちゃんたちの笑い声が響き、活気にあふれている。

中野市豊田農産物加工施設利用組合は、施設の指定管理者を務めながら、地元の農産物を使った加工品を作っている。地域農業の向上に寄与することを目的に、平成10年11月、組合員40人が出資金を出し合い「豊田農産物加工施設利用組合」を設立。「おやき部」「菓子部」「味噌部」の3部会制で、ほぼ毎日活動している。組合設立のきっかけは、特産のリンゴを加工し付加価値のある商品にすること。組合員のほとんどが農家ということもあり、農村だからできること、女性だからできることを組合員が自ら考え実践してきた。販売先への営業なども全て自分たちで行っている。

材料は地元で採れる野菜や果物。野菜は規格外農産物を有効利用、リンゴは組合員の農家で採れた完熟リンゴを使う。味噌に使う大豆も地元産にこだわって、組合員自ら約30㍓の遊休農地を利用し栽培している。

平成18年には、豊田音頭に出てくる驚きや感嘆を表す方言「あちゃま」を商標登録。同年、全国農山漁村女性チャレンジ活動表彰で農林水産大臣賞を受賞した。

平成25年4月現在で組合員数は58人。子育て中や非農家の女性も加わり、交流も盛んになってきた。同年10月には、農林水産省から6次産業化推進整備事業認定を取得し、信州の伝統野菜「ぼたんこしょう」を使った商品など、新商品開発にも力を注ぐ。

今後も、農村女性の可能性を信じ、楽しみながら活動していくとともに、若い世代に、ふるさとの味・食文化を継承していく。



あちゃまおやき

信州の郷土食「おやき」。豊田農産物加工施設利用組合が作る「あちゃまおやき」は、生地の中に野菜がどっさり入っていて、味もボリュームも満点の一品。おやき部のメンバーが毎日4～5人で、およそ400個のおやきを作っている。こだわりは、季節の野菜をふんだんに使った具材ともっちりとした食感の生地。生地には、りんごパイの製造過程でできるリンゴの煮汁を練り込んで仕上げている。具材となる野菜は地元産のものを使い、おやきの種類は野沢菜、大根ミックス、きのこなど7種類。おすすめは、コショウの効いたじゃがバタと夏季限定の丸ナス。おかあちゃんが愛情込めて作る“ふるさとの味”をぜひご賞味あれ。



野沢菜のおやき



おやき部長の北澤勇子さん



おやき作りの様子

おひさまのりんごパイ

半月型で完熟リンゴがぎっしり詰まった「おひさまのりんごパイ」。冬の農閑期には、菓子部のメンバー7～8人で1日およそ300個を手作りしている。リンゴは「ふじ」と「紅玉」の2種類を使用。組合員にリンゴ農家が多いだけあって、地元で採れた完熟リンゴを惜しみなく使う。こだわりのパイ生地は折り込み生地。そうすることで焼き上がったときに層ができ、サクサクした食感が楽しめ、食べたときに形が崩れない。部員みんなで常に新商品の開発に取り組み、販路拡大を模索しているという。「農村女性の冬の仕事として、みんなで楽しみながら作っているんですよ。」働くおかあちゃんも“おひさま”のように暖かい。



左：菓子部長の丸山美志子さん 右：220℃に熱せられたオーブンでふっくらと焼き上げる





あちゃみそ

みその仕込みは2月から3月にかけて行うため、この時期の味噌部は稼ぎ時。味噌部のメンバーは2人体制で仕込みから袋詰めまでを行う。「あちゃみそ」は米麹8割、塩分12%の手作りみそ。無添加で、昔ながらのやさしい味わいに仕上げている。原材料は地元産にこだわり、麴用のコシヒカリは組合員の農家で栽培したもの。大豆は、遊休農地を利用して組合員たち自らで栽培している。部長の清野さんのおすすめは「みそ汁」。どんな具材にも合うんだとか。「他の部よりも平均年齢は高いですが、みんな仲が良く、楽しみながら仕事をしていますよ。」おかあちゃんの手作りみそは、思わず“あちゃま”と言ってしまう心温まる味です。



味噌部長の清野久子さん

あちゃみそを使った小昼を召し上がれ。

ニラせんべい
あちゃみそ・味噌漬・ニラ・小麦粉 ※卵を入れるとふっくらと仕上がります

こねつけだんご
菊芋の味噌漬・ごはん・小麦粉

味噌ドレッシング
あちゃみそ・酢・砂糖・えのき木

味噌かりんとう
あちゃみそ・小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・七味

焼きおにぎり味噌
あちゃみそ・砂糖・みりん ※お好みでお酒も



ぼたんこしょう餅

平成 25 年、豊田農産物加工施設利用組合は新商品開発に取り組みました。「地元ならではの食材を使い、ここでしか食べられないものを作ろう。」そこで考えたのが、永江地区を中心に栽培されている信州の伝統野菜「ぼたんこしょう」を使った商品。ぼたんこしょう保存会の皆さんに協力を依頼し、試行錯誤の結果、「ぼたんこしょう餅」が完成した。餅は直径約 7 cm、厚さ 1 cm ほどの丸型。組合員が作ったもち米を使い、細かく刻んだぼたんこしょうを入れ、塩で味付けした。赤いぼたんこしょうを使っているため餅はオレンジ色をしている。ぼたんこしょうのピリッとした辛さがやみつきの餅は、焼いてからうどんやラーメン、鍋物に入れて食べるのがおすすめ。また、適当な大きさに切ってお好み焼きに入れてもおいしい。ぼたんこしょう餅を作るのは、イベントなどで活躍する惣菜班の皆さん。各部の仕事を掛け持ちしている 8 人のメンバーが、週 1 回、3 人で 200 個の餅を作っている。辛さの中にもおかあちゃんの優しさが詰まった一品です。



「ぼたんこしょう」は、ナス科トウガラシ属。味に深みがあり、程良いピリ辛を楽しめるのが特徴です。完熟すると赤くなります



左：楽しく会話しながらの餅作り
上：赤いぼたんこしょうが入ると餅がオレンジ色に染まる



ぼたんこしょう餅が2枚入ったボリューム満点の「カうどん」。道の駅ふるさと豊田で食べることができます



2月14日～16日の雪による被害状況

本州南岸沿いを発達しながら進んだ「南岸低気圧」の影響により、市内では2月14日(金)から16日(日)にかけて大雪となりました。降雪量、雪による被害状況などは次のとおりです。

降雪量の状況

- 発生日 2月14日(金)～16日(日)
- 最大積雪深 田上観測所 85cm (15日14時)
- 大雪警報発令 (15日11時28分)
- 大雪警報解除 (16日4時20分)

雪による被害状況 (2月20日現在)

○農業用施設 (ビニールハウス)

※積雪による一部倒壊または全壊

作物名	件数 (棟数)	面積 (a)	被害金額 (千円)
サクランボ	23	229	5,920
ブドウ	23	428	144
プラム	2	17	535
シャクヤク	9	75	957
トルコギキョウ	21	118	2,816
アスター	2	2	134
野菜	8	99	9,586
イチゴ	2	37	1,358
メロン	1	1	62
合 計	91	1,006	21,512

○公共施設

※積雪による一部倒壊

一本木公園バラ植栽養生用パイプハウス 1棟
被害金額 385千円

○住宅などの被害状況

住宅玄関浸水・店舗内浸水など 5件



▲市街地における除排雪作業の様子



▲雪が山のように積まれた排雪場



▲雪により倒壊した農業用ビニールハウス

～いざという時のために～

中野市防災ガイドブック

市では、中野市防災ガイドブックをリニューアルし、2月に市民の皆さんへお届けしました。

いざという時のための各種防災情報をはじめ、浸水想定区域や土砂災害警戒区域などを表示した「防災マップ」も掲載していますので、大切に保管していただき、この機会に家族みんなで防災について話し合いましょう。



雪害対策本部を設置しました

市では、2月16日(日)午後1時に「中野市雪害対策本部」を設置し、雪による被害状況の調査や道路の除排雪の対応などを行っています。



雪害対策本部会議の様子

区長

平成26年度 区長の皆さんを紹介します

※敬称略

平成26年度中野市区長会定期総会を2月21日、長野県中野勤労者福祉センターにおいて開催しました。地域自治の先頭に立ってご尽力いただく各地区の区長の皆さんを紹介します。



▲就任のあいさつをする丸山富雄会長と新役員の皆さん

◆中野地区

中町・土屋皓司、西町・古田隼人、東町・丸山富雄、松川・(代)中村明文、普代・北村公吉、東松川・横田昭男、一本木・柳沢信夫、栗和田・小野公一、西条・小林保行、上小田中・柴草高雄、下小田中・保科真一、東吉田・春原輝明

◆日野地区

間山・小林則夫、新野・小林健、更科・中山春吉、高遠・千葉智実、東山・達家秀文

◆延徳地区

桜沢・戸田和秀、大熊・佐藤重行、北大熊・木村博行、小沼・渡辺和也、篠井・山崎啓司、新保・番場隆

◆平野地区

西江部・町井弘延、東江部・小林利雄、泉・町田伸一、岩船・小林實、片塩・土屋多久司、七瀬・山崎保、吉田・竹内昌弘、長嶺・萩原一男

◆高丘地区

安源寺・高見沢賢、草間・湯本正、日和・原至、立ヶ花・北原博史、牛出・中澤宏一、栗林・小林邦雄、大俣・倉島隆正

◆長丘地区

田麦・岩下岳司、厚貝・山岸正徳、壁田・渋川家延、古牧・若林仁

◆平岡地区

竹原・阿部和夫、金井・田尻晃一、西笠原・塚田嘉幸、東笠原・塚田

◆科野地区

繁泰・新井・霜鳥隆生、若宮・板井和夫、北間長瀬・阿部廣士、南間長瀬・田中敏雄、長元坊・森山巧

◆倭地区

赤岩・湯本敏幸、深沢・佐藤勝男、越・荻原伸一

◆豊津地区

岩井・宮澤幹夫、岩井東・吉田和司、田上・三井常夫、柳沢・佐藤昌樹、中小屋・山岸由定、牧ノ入・稲葉武治

◆上今井地区

替佐・原田孝男、笠倉・田子正美、碓・三井善登、奥手山・佐藤康夫、美沢・平山昭夫

◆上今井地区

上今井・白井今朝徳

◆永田地区

穴田・藤沢眞、毛野川・瀧澤志朗、南永江・瀧澤一夫、北永江・中島守成、梨久保・松野茂和、涌井・大内巧巳、親川・中村善太郎、三俣・小山善隆、赤坂・荒井豊、豊田深沢・清水博定

区長会役員が決定

平成26年度中野市区長会定期総会において、各役員が次のとおり選出されました。

会長 丸山富雄
副会長 千葉智実、北原博史、岩下岳司、中島守成
理事 佐藤重行、小林實、阿部和夫、佐藤勝男、佐藤昌樹、原田孝男、白井今朝徳

消防

地域活動助成事業 雨具を整備

中野市消防団では公益財団法人長野県市町村振興協会の地域活動助成事業により、消防団員用雨具を整備しました。

地域活動助成事業とは、市町村振興宝くじの収益金などを活用し、地域の振興を図るため、地域の連帯感の醸成や自治意識の向上など、市町村振興・発展に寄与することを目的に、地域防災組織育成助成事業などに対し助成を行っています。



▲今回整備した消防団員用雨具

今回整備した雨具(327着)により、荒天時に活動する団員の身体を保護するとともに、消防団活動の一層の推進が図られます。

問い合わせ先
消防課消防係
(22)3386



消費税

消費税率が引き上げられます

4月1日より消費税率（国・地方）が引き上げられます。

消費税および地方消費税の税率

5%（現行）	
うち国分（消費税）	4・0%
うち地方分（地方消費税）	1・0%



8%（4月1日以降）	
うち国分（消費税）	6・3%
うち地方分（地方消費税）	1・7%

引き上げ分の消費税収について

今回の引き上げに伴う消費税増収分（国・地方とも）は、全額が社会保障財源化され、医療介護サービスの充実など社会保障の充実のほか、国民年金など社会保障の安定化のために充てられます。

社会保障の財源を確保すること、で、財政健全化に一定の寄与が期待されます。

適正な転嫁のための相談窓口

政府では、転嫁拒否や違法価格表示、便乗値上げなどに関する政府共通の相談窓口として、消費税価格転嫁等総合相談センターを設置しています。



また、市では、消費税率（国・地方）の引き上げに当たって、円滑かつ適正に消費税転嫁できるよう、消費税転嫁対策情報受付窓口を設置しています。

消費税転嫁、広告・宣伝、価格表示などに関してご相談がある方は、各相談窓口またはホームページ上の専用フォームをご利用ください。

消費税価格転嫁等総合相談センター
公式ホームページ
<http://www.tenkasoudan.go.jp/>

問い合わせ先

消費税価格転嫁等総合相談センター

☎0570（200）123

受付時間 平日午前9時～午後5時

（3月、4月は土曜日も受付）

中野市消費税転嫁対策情報受付窓口

（税務課内）

☎22111（内線354）

Eメール zeimu@city.nakano.nagano.jp

給食

学校給食費を改定します

4月から消費税が8%に引き上げられるに伴い、4月1日から給食費を改定します。

皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

小学校低学年

改定後	現行
247円（7円増）	240円

小学校高学年

改定後	現行
268円（8円増）	260円

中学生

改定後	現行
309円（9円増）	300円

問い合わせ先

南部学校給食センター

☎223555

北部学校給食センター

☎233356

豊田学校給食センター

☎383466

選挙

中野市議会議員一般選挙 一票の力を信じて投票に行こう



4月30日任期満了に伴う中野市議会議員一般選挙について、次のとおり執行します。

投票日 4月20日（日）（予定）

時間 午前7時～午後8時（一部の投票所は午前7時～午後7時まで）

開票日 同日開票

選挙すべき定数 20人

期日前投票

○市役所本庁舎

期間 4月14日（月）～19日（土）

時間 午前8時30分～午後8時

○豊田支所、北部公民館、西部公民館

期間 4月17日（木）～19日（土）

時間 午前8時30分～午後7時

問い合わせ先

立候補予定者説明会

立候補予定者・関係者は出席してください。なお、出席者は候補者1人につき3人以内とします。

期日 3月24日（月）

時間 午後1時30分

場所 市役所本庁舎31・32号会議室

立候補届出受付日（告示日）

期日 4月13日（日）

時間 午前8時30分～午後5時

場所 市役所本庁舎31・32号会議室

問い合わせ先

選挙管理委員会事務局

☎22111（内線324）

転居などの手続きはお早めに

3・4月は、就職や進学、転勤などで引っ越しをする方が多く、窓口が大変混み合いますので、手続きは早めに行いましょう。

●市民課関係

こんなとき	手続き期限	手続きの際に必要なもの
他の市区町村または海外から引っ越してきたとき（転入届）	引っ越してから14日以内	○転出証明書（転入前に住んでいた市区町村から交付を受けたもの） ○届け出人の印鑑 ○年金手帳・年金証書（お持ちの方） ○住民基本台帳カード（転入前からお持ちの方） ○在留カード（外国人住民の方） ○パスポート（海外から引っ越してきた方） ○戸籍謄（抄）本（海外から引っ越してきた方で中野市に本籍のない方）
市内で引っ越したとき（転居届）		○届け出人の印鑑 ○国民健康保険証（加入している方） ○年金手帳・年金証書（お持ちの方） ○住民基本台帳カード（お持ちの方） ○在留カード（外国人住民の方）
他の市区町村または海外へ引っ越すとき（転出届）	引っ越しする14日前から	○届け出人の印鑑 ○印鑑登録証（登録してある方） ○国民健康保険証（加入している方。学生の場合は、あわせて在学証明書*） ※転出時に用意できない場合は、後日提出 ○住民基本台帳カード（お持ちの方）
会社を辞めて国民健康保険、国民年金に加入するとき	会社の健康保険を離脱したときから14日以内	○健康保険離脱証明書（保険の喪失証明） ○国民年金・厚生年金保険年金証書（60歳から65歳未満の方） ○年金手帳（お持ちの方） ○パスポート（外国人住民の方）
会社などに就職して国民健康保険を脱退するとき	会社の健康保険に加入したときから14日以内	○届け出人の印鑑 ○国民健康保険証 ○会社の健康保険証（被扶養者がある場合は、全ての方の保険証）

【本人確認をさせていただきます】 市役所窓口で手続きをする際には、ご本人であることを確認させていただきますので、官公庁から発行された顔写真付きの証明書（運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード、在留カードなど）をお持ちください。

●上下水道関係 ※上下水道課の窓口、または豊田支所で受け付けています。

こんなとき	手続きの際に必要なもの	手数料	電話での受付
転出・転居するとき（水道の使用を止めるとき）	印鑑 【電話で届け出される場合は、料金の精算の方法、転出・転居先の住所、連絡先をお知らせください】	無料	可
転入・転居するとき（水道を使い始めるとき）	印鑑、手数料*など 【料金を口座振替する場合は、口座番号、預金通帳登録印鑑をお持ちください】 ※手数料は初回料金に合算して請求します	500円	不可
所有者（使用者）が変わるとき（市民課などに転出入届けを出しても水道などの名義は変わりません）	印鑑、土地建物などを購入した場合は売買契約書の写しなど【家族間の異動の場合は電話でも受付可能です】	無料	不可 【例外あり】

※土・日曜日、祝日は、閉庁のため届け出の受付および水道の開栓、閉栓の対応はできませんので、事前に届け出をお願いします。

問い合わせ・届け出先 市民課窓口係 ☎（２２）２１１１（内線２３６）
上下水道課営業係 ☎（２２）２１１１（内線２８４）
地域振興課（豊田支所内） ☎（３８）３１１１（内線１３１）

休日窓口を開設します

年度末と年度初めに集中する住民異動などに伴う各種手続きについて、次のとおり休日窓口を開設しますので、ご利用ください。

開設日 3月23日、30日、4月6日、13日（いずれも日曜日）

時間 午前8時30分～正午

場所 市役所本庁の関係課窓口

※他市町村、関係機関などに確認が必要となる業務は取り扱いできません。詳しくは、各業務担当課へお問い合わせください。

取り扱い業務	担当課	電話番号
◎戸籍謄抄本、除籍・改製原戸籍謄抄本に関する証明書の交付 ◎住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍の附票の交付 ◎印鑑の登録、廃止の申請の受け付け、印鑑登録証明書の交付 ◎税関係証明書の交付 ◎戸籍届出、住民異動届の受け付け ◎国民年金保険料免除(学生納付特例を含む)申請の受け付け	市民課	市役所代表 (22) 2 1 1 1 (内線 2 3 6・2 3 7)
◎市税の収納 ◎税関係証明書の作成	税務課	(内線 2 2 7)
◎国民健康保険の加入、脱退手続き ◎福祉医療申請(乳幼児除く)、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害者総合支援法障害福祉サービスの受け付け	福祉課	(内線 2 9 4・2 9 6)
◎児童手当申請、福祉医療申請(乳幼児等)の受け付け	子育て課	(内線 3 5 6)
◎保育所入所・退所手続き ◎保育料の収納	保育課	(内線 2 9 3)
◎水道の開閉栓手続き ◎水道、下水道料金の収納	上下水道課	(内線 2 8 1)

募集

中野市地域福祉計画(案)および障がい者計画(案)に関するご意見

市では、「地域福祉計画」および「障がい者計画」の策定を進めています。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。

直接お持ちいただくか、郵送、ファクスまたはEメールで提出してください。

提出期限 3月17日(月)

募集内容 「中野市地域福祉計画(案)」および「中野市障がい者計画(案)」に対するご意見

問い合わせ・提出先

閲覧場所 福祉課、豊田支所地域振興課、市公式ホームページ (<http://www.city.nakano.nagano.jp/>)

〒383-8614(住所記載不要)
福祉課厚生保護係(地域福祉計画)・障害福祉係(障がい者計画)

意見の提出方法 様式は任意ですが、住所、氏名を明記の上、文書を

☎(22) 2 1 1 1 (内線 2 5 5・2 9 5)
ファクス(22) 3 8 7 9

Eメール fukushi@city.nakano.nagano.jp

受賞

「広報なかの」が広報コンクールで最優秀賞を受賞しました

平成25年長野県市町村広報コンクールにおいて、広報なかの11月号が、「広報紙・市の部」の最優秀賞に選ばれました。

広報なかの11月は、巻頭に「信州中野の酒」と題した特集を掲載し、

酒造りの歴史や市内醸造所を紹介しました。また、座談会「サケトーク」では、お酒に関する質問や疑問、楽しみ方などを紹介しています。

なお、広報なかのバックナンバーは、市公式ホームページからご覧いただけます。今後も、より良い広報紙となるよう努めてまいりますので、ご愛読よろしく願います。

問い合わせ先

庶務課秘書広報係
☎(22) 2 1 1 1 (内線 2 1 2)



▲コンクール最優秀賞作品

行政コスト計算書

(平成24年4月1日～平成25年3月31日)

資産形成を伴わない経常的な行政活動（福祉サービスなど）に係るコストと、使用料・手数料などの収入状況を示すものです。



行政コスト計算書から分かること

経常行政コスト166億1,000万円に対して、受益者負担は5億4,000万円です。

残りの160億7,000万円は、受益者負担金以外の一般財源（市税、地方交付税など）、国県支出金などで賄われています。

住民1人当たりの状況	
人にかかるコスト	6万8,000円
物にかかるコスト	12万9,000円
移転支出的なコスト	15万3,000円
その他のコスト	6,000円
経常行政コスト	35万6,000円

経常行政コスト（構成比）	166億1,000万円
1 人にかかるコスト（19.0%） ▷人件費、退職手当引当金など	31億7,000万円
2 物にかかるコスト（36.2%） ▷物件費、維持補修費、減価償却費	60億2,000万円
3 移転支出的なコスト（42.9%） ▷社会保障給付や補助金など	71億3,000万円
4 その他のコスト（1.9%） ▷公債費など	2億9,000万円
経常収益 ▷使用料・手数料などの受益者負担金	5億4,000万円
純経常行政コスト （経常行政コスト－経常収益） ▷市税、地方交付税などの一般財源、国県支出金など	160億7,000万円

資金収支計算書

(平成24年4月1日～平成25年3月31日)

1年間の歳計現金の流れを「経常的収支」、「公共資産整備収支」、「投資・財務的収支」の3つの区分に分け、どのような活動に資金を必要としているかを示しています。

期首資金残高	4億6,600万円
1 経常的収支	37億7,300万円
2 公共資産整備収支	△5億400万円
3 投資・財務的収支	△33億2,400万円
当期収支(現金増減額)	5,500万円
期末資金残高	4億1,000万円

純資産変動計算書

(平成24年4月1日～平成25年3月31日)

「純資産」が1年間でどのように増減したのかを示しています。

期首純資産残高	737億2,100万円
1 純経常行政コスト	△160億7,000万円
2 財源調達 ▷地方税 ▷地方交付税 ▷補助金 ▷その他	157億3,100万円 54億9,100万円 61億6,600万円 25億900万円 15億6,500万円
3 その他(臨時損益など)	700万円
期末純資産残高	733億9,000万円



財務諸表から分かること

◇社会資本形成の世代間負担

公共資産に占める純資産合計の割合が高いほど将来世代の負担は少なく、逆に地方債残高の割合が高ければ将来世代の負担が大きいことが分かります。

これまでの世代がすでに負担した資産の割合を示す「現世代負担比率」は87.6%、将来世代が負担する資産の割合を示す「将来世代負担比率」は22.5%となっています。

◇有形固定資産の行政目的別割合

公共資産に計上された有形固定資産の行政目的別の割合から、どの行政分野に社会資本整備の重点を置いてきたかを把握することができます。

行政目的別の割合は、生活インフラなどが54.8%、教育が27.1%、産業振興が7.5%などとなっています。

中野市普通会計財務諸表

市の財政状況を市民の皆さんに分かりやすく知っていただくため、新地方公会計制度に基づき、総務省方式改訂モデルによる普通会計財務諸表を作成しました。

(注) 普通会計とは、一般会計、社会就労センター事業特別会計、情報通信施設事業特別会計の3会計を指します。

普通会計

一般会計

社会就労センター事業特別会計

情報通信施設事業特別会計

貸借対照表 (平成25年 3月31日現在)

貸借対照表は、会計年度末時点において市が保有する全ての「資産」や、その資産をどのような財源（「負債」や「純資産」）で賄ってきたかを分かるように表したものです。

左側に資産、右側には資産を形成した財源を負債と純資産に分けて対象表示することで、どのような資産をどのような負担で蓄積してきたかが分かります。

資産の部 (これまでに積み上げてきた資産)		負債の部 (これからの世代が負担する金額)	
1 公共資産 (将来世代に引き継ぐ社会資本)	838 億 2,000 万円	1 固定負債	205 億 1,000 万円
▷有形固定資産	827 億 2,000 万円	▷地方債	168 億 5,000 万円
▷売却可能資産	11 億 円	▷退職手当引当金	36 億 5,000 万円
		▷その他	1,000 万円
2 投資等	90 億 円	2 流動負債	26 億 3,000 万円
▷投資及び出資金など	8 億 6,000 万円	▷翌年度償還予定地方債	20 億 2,000 万円
▷貸付金、基金など	81 億 4,000 万円	▷その他	6 億 1,000 万円
3 流動資産	37 億 1,000 万円	負債合計	231 億 4,000 万円
▷現金預金 (うち歳計現金)	35 億 9,000 万円 (4 億1,000万円)	純資産の部 (これまでの世代が負担した金額)	
▷未収金	1 億 2,000 万円	純資産合計	733 億 9,000 万円
資産合計	965 億 3,000 万円	負債および純資産合計	965 億 3,000 万円



貸借対照表から分かること

965億3,000万円の資産を保有し、そのうち733億9,000万円はこれまでの世代で支払済みであり、残りの231億4,000万円は将来世代の負担で債務を返済していくことになります。

資産は、有形固定資産の減価償却や基金残高の減などにより、昨年度と比較して1億2,000万円減少しました。負債は、地方債残高の減少などにより昨年度と比較して約3億円減少しました。

住民 1 人当たりの状況	
平成25年 3月31日現在の 住民基本台帳人口：46,670人	
負債	49万6,000円
純資産	157万2,000円
資産	206万8,000円

病児・病後児保育事業

園児が「病気」または「病気の回復期」にあり、集団保育や家庭での育児が困難な場合に児童を保育する「病児・病後児保育事業」を4月から実施します。

場所	中野市西一丁目5番63号 (北信総合病院敷地内たんぽぽ保育園となり)
対象児童	次のいずれかに該当する生後6カ月から小学校就学前の児童で、この保育サービスの利用が可能だと医師が認める児童 ・市内の保育所・幼稚園などに在園 ・市内に住所があり市外の保育所・幼稚園などに在園
登録先	保育課保育係または市内公立保育園 登録用紙に必要事項を記入の上、提出してください。 【持ち物】健康保険証・印鑑・母子健康手帳 ※登録用紙は上記登録先に設置してあるほか、市公式ホームページからダウンロードできます。
定員	1日6人まで。 利用希望の前日か当日下記の時間内に予約をお願いします。
利用時間	月曜日から金曜日まで(ただし祝日と年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時15分まで(延長保育はありません)
利用料金	無料 ※保育に必要となるおむつなどの実費は保護者負担となります。
利用期間	原則として連続7日まで(ただし施設の休日を除く)
予約先	北信総合病院「病児・病後児保育室」 ☎(38)1163 ファクス(38)1173 ※登録後でないと利用はできませんのでご注意ください。
利用当日の持ち物	【書類】 ・施設利用申請書(保護者が記入する書類) ・診療情報提供書(医師が記入する書類) ・健康保険証 ・福祉医療費受給者証 ※申請書および提供書は、保育課保育係、市内公立保育園、病児・病後児保育施設に設置してあります。 【持ち物】 ・当日分の薬(薬品説明書含む) ・着替え(上下衣服・下着:各2着)、タオル(手ふき・バスタオル) ・昼食、おやつ、飲み物(症状に合ったもの) ・食器(箸・フォーク・スプーン・コップなど) ・ビニール袋など(着替え入れ) ※持ち物・衣類には全て記名をお願いします。 【乳幼児の場合】 上記のほか、次の持ち物をご用意ください。 ・紙おむつ、おしりふき ・粉ミルク、哺乳瓶、食事用エプロン ・その他(お気に入りのおもちゃなど)
その他	・かかりつけ医から保育室の利用が可能だと判断された場合でも、急な病状の変化などにより、施設の判断で利用をお断りする場合がありますので、あらかじめご了承ください。 ・お預かり中に症状に変化があった場合は、保護者の方にご連絡いたします。医療の受診が必要と思われる場合は、保護者の方に確認後、北信総合病院にて受診できるサポート体制を整えています。 ・キャンセルする場合は、お早めにご連絡ください。

利用の手順

利用登録

※事前登録が必要です。
保育課、市内公立保育園
において登録できます。



発病



医療機関受診

「診療情報提供書」に
必要事項を記入し、医
療機関へ提出します。



予約

※病児・病後児保育施設
へ予約を行います。
予約時間:午前8時30分
～午後5時15分



利用

※当日の持ち物を忘れず
にお持ちください。



保育

症状に変化があった場合、
保護者の方に連絡し、医
療受診が必要な際は、北
信総合病院を受診します。



お迎え(保護者引渡し)

問い合わせ・登録先

保育課保育係 ☎(22)2111(内線293)



特別障害者手当・障害児福祉手当・ 特別児童扶養手当・児童扶養手当・児童手当のこと

名称	特別障害者手当	障害児福祉手当																					
目的	精神または身体に著しく重度の障がいがある 20 歳以上の特別障がい者の、精神的、物質的な特別の負担軽減の一助として手当を支給することにより、福祉の向上を図ることを目的としています。	精神または身体に重度の障がいがある満 20 歳未満の重度障がい児に対して、その障がいのため必要となる、精神的、物質的な特別の負担軽減の一助として手当を支給することにより、特別障がい児の福祉の向上を図ることを目的としています。																					
手当の対象者	日常生活において、常時特別の介護を必要とする、20 歳以上の在宅の重度障がい者が支給対象になります。 ＜支給の対象となる障がいの程度＞ おおむね次の障がい重複する方またはそれと同程度以上の方 ○身体障害者手帳の 1、2 級 ○知能指数おおむね 20 以下の知的障がい ○日常生活において常時介護を必要とする程度の精神障がい ※上記障がい程度は目安ですので、審査後、障がいの程度によっては、支給基準に該当しない場合があります。 ※また、次のような場合は手当を受給できません。 ・障がい者が障がい者支援施設や養護老人ホーム、特別養護老人ホームなどの施設に入所しているとき ・障がい者が病院または診療所に継続して 3 カ月を超えて入院しているとき	日常生活において、常時介護を必要とする、20 歳未満の在宅の重度障がい児が支給対象になります。 ＜支給の対象となる障がいの程度＞ おおむね次の障がいを有する方またはそれと同程度以上の方 ○身体障害者手帳の 1、2 級 ○知能指数おおむね 20 以下の知的障がい ○日常生活において常時介護を必要とする程度の精神障がい ※上記障がい程度は目安ですので、審査後、障がいの程度によっては、支給基準に該当しない場合があります。 ※また、次のような場合は手当を受給できません。 ・障がい児が障がいを支給事由とする年金を受給できるとき ・障がい児が障がい児入所施設などの施設に入所しているとき																					
所得制限	手当を受ける方やその配偶者および扶養義務者の前年の所得が限度額以上ある場合は、手当の支給が停止されます。 <table border="1"> <thead> <tr> <th>扶養親族の人数</th><th>請求者本人の所得制限限度額</th><th>配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>0 人</td><td>360.4 万円</td><td>628.7 万円</td></tr> <tr> <td>1 人</td><td>398.4 万円</td><td>653.6 万円</td></tr> <tr> <td>2 人</td><td>436.4 万円</td><td>674.9 万円</td></tr> <tr> <td>3 人</td><td>474.4 万円</td><td>696.2 万円</td></tr> <tr> <td>4 人</td><td>512.4 万円</td><td>715.5 万円</td></tr> <tr> <td>5 人</td><td>550.4 万円</td><td>738.8 万円</td></tr> </tbody> </table> ※扶養の状況により限度額に加算できる場合があります。		扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額	0 人	360.4 万円	628.7 万円	1 人	398.4 万円	653.6 万円	2 人	436.4 万円	674.9 万円	3 人	474.4 万円	696.2 万円	4 人	512.4 万円	715.5 万円	5 人	550.4 万円	738.8 万円
扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額																					
0 人	360.4 万円	628.7 万円																					
1 人	398.4 万円	653.6 万円																					
2 人	436.4 万円	674.9 万円																					
3 人	474.4 万円	696.2 万円																					
4 人	512.4 万円	715.5 万円																					
5 人	550.4 万円	738.8 万円																					
支給額 支給月	【手当月額】 26,080 円 【支給月】 2 月、5 月、8 月、11 月（各月 10 日）	【手当月額】 14,180 円 【支給月】 2 月、5 月、8 月、11 月（各月 10 日）																					
手続き 提出先	認定請求書を提出し福祉事務所の認定を受けることで支給されます。 【必要書類】 ①手当認定請求書 ②手当所得状況届 ③所定の診断書 ④その他必要書類 【提出先】 福祉課障害福祉係																						

※受給資格があっても請求しないと手当を受給できませんのでご注意ください。

手当月額については平成 26 年 4 月に改定予定です。改定後の支給額は 4 月号でお知らせします。

詳しくは、担当課へお問い合わせください。

問い合わせ・提出先
 特別障害者手当・障害児福祉手当について
 福祉課障害福祉係 ☎（２２）２１１１（内線２９５・２９４）

特別児童扶養手当	児童手当																																			
精神または身体に中度以上の障がいのある満20歳未満の児童の福祉の増進を図ることを目的として支給されます。	児童を養育している方に対し、家庭での生活の安定に寄与するとともに、児童の健やかな成長に資することを目的として支給されます。																																			
次の条件に当てはまる障がいのある満20歳未満の児童を監護する父もしくは母、または父母にかわって児童を養育している方が支給対象者となります。 各級の障がいの程度は政令第1条第3項別表第3で定める状態であり、認定審査は診断書等により判定医が判定します。 ＜支給の対象となる児童＞ ◎特別児童扶養手当1級 ①身体障害者手帳の概ね1級・2級程度に該当する児童（内部的疾患を含む） ②療育手帳の判定がA程度の知的障がいまたは同程度の精神障がいに該当する児童 ◎特別児童扶養手当2級 ①身体障害者手帳の概ね3級程度に該当する児童（内部的疾患を含む） ②療育手帳の判定がB1程度の知的障がい、または同程度の精神障がいに該当する児童 ※児童が障がいによる公的年金を受けられる場合や、児童が児童福祉施設（保育所・通園施設等を除く）に入所している場合は受給できません。（ただし、受給者等と一緒に入所の場合は受給できる場合があります）	次の条件に当てはまる児童を監護し、かつ生計を同一にする父もしくは母、または父母にかわって児童を監護し、かつその生計を維持している方が支給対象者となります。 ＜支給の対象となる児童＞ 日本国内に居住し、0歳から中学校修了まで（15歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の児童																																			
手当を受ける方やその配偶者および扶養義務者の前年の所得が限度額以上ある場合は、手当の支給が停止されます。 <table><tr><th>扶養親族の人数</th><th>請求者本人の所得制限限度額</th><th>配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額</th></tr><tr><td>0人</td><td>459.6万円</td><td>628.7万円</td></tr><tr><td>1人</td><td>497.6万円</td><td>653.6万円</td></tr><tr><td>2人</td><td>535.6万円</td><td>674.9万円</td></tr><tr><td>3人</td><td>573.6万円</td><td>696.2万円</td></tr><tr><td>4人</td><td>611.6万円</td><td>717.5万円</td></tr><tr><td>5人</td><td>649.6万円</td><td>738.8万円</td></tr></table> ※扶養の状況により限度額に加算できる場合があります。	扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額	0人	459.6万円	628.7万円	1人	497.6万円	653.6万円	2人	535.6万円	674.9万円	3人	573.6万円	696.2万円	4人	611.6万円	717.5万円	5人	649.6万円	738.8万円	手当を受ける方の前年の所得が限度額以上ある場合は、特例給付の額となります。 <table><tr><th>扶養親族等の人数</th><th>所得制限限度額</th></tr><tr><td>0人</td><td>622万円</td></tr><tr><td>1人</td><td>660万円</td></tr><tr><td>2人</td><td>698万円</td></tr><tr><td>3人</td><td>736万円</td></tr><tr><td>4人</td><td>774万円</td></tr><tr><td>5人</td><td>812万円</td></tr></table> ※扶養の状況により限度額に加算できる場合があります。	扶養親族等の人数	所得制限限度額	0人	622万円	1人	660万円	2人	698万円	3人	736万円	4人	774万円	5人	812万円
扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額	配偶者、扶養義務者、養育者の所得制限限度額																																		
0人	459.6万円	628.7万円																																		
1人	497.6万円	653.6万円																																		
2人	535.6万円	674.9万円																																		
3人	573.6万円	696.2万円																																		
4人	611.6万円	717.5万円																																		
5人	649.6万円	738.8万円																																		
扶養親族等の人数	所得制限限度額																																			
0人	622万円																																			
1人	660万円																																			
2人	698万円																																			
3人	736万円																																			
4人	774万円																																			
5人	812万円																																			
【手当月額】平成25年10月改定（平成26年4月改定予定） <table><tr><th>等級</th><th>対象児童1人につき</th></tr><tr><td>1級</td><td>50,050円</td></tr><tr><td>2級</td><td>33,330円</td></tr></table> 【支給月】4月、8月、11月（各月11日）	等級	対象児童1人につき	1級	50,050円	2級	33,330円	【手当月額】平成24年4月改定 <table><tr><th colspan="3">所得制限限度額未満</th><th>所得制限限度額以上</th></tr><tr><td colspan="3">3歳未満（一律）</td><td>15,000円</td></tr><tr><td rowspan="2">3歳～小学生</td><td>第1、2子</td><td>10,000円</td><td rowspan="3">特例給付額 5,000円</td></tr><tr><td>第3子以降</td><td>15,000円</td></tr><tr><td colspan="3">中学生（一律）</td><td>10,000円</td></tr></table> ※第3子以降とは、高校卒業まで（18歳の誕生日後の最初の3月31日まで）の養育している児童のうち、3番目以降をいいます。 【支給月】6月、10月、2月（各月10日）	所得制限限度額未満			所得制限限度額以上	3歳未満（一律）			15,000円	3歳～小学生	第1、2子	10,000円	特例給付額 5,000円	第3子以降	15,000円	中学生（一律）			10,000円											
等級	対象児童1人につき																																			
1級	50,050円																																			
2級	33,330円																																			
所得制限限度額未満			所得制限限度額以上																																	
3歳未満（一律）			15,000円																																	
3歳～小学生	第1、2子	10,000円	特例給付額 5,000円																																	
	第3子以降	15,000円																																		
中学生（一律）				10,000円																																
認定請求書を提出し県知事の認定を受けることで支給されます。 【必要書類】①請求者と対象児童の戸籍謄本 ②請求者と対象児童が含まれる世帯全員の住民票 ③所定の診断書（養育手帳がA判定又は身体障害者手帳が1～3級が交付されている場合はその写しにより診断書を省略できる場合があります） ④その他必要書類 【提出先】子育て課子ども支援係	出生や転入により新たに受給資格が生じた場合には、認定請求書を提出し市長の認定を受けることで支給されます。公務員の方は勤務先での申請となります。 【必要書類】①請求者の保険証 ②請求者本人名義の通帳 ③その他必要書類 【提出先】子育て課子ども支援係																																			

問い合わせ・提出先
 特別児童扶養手当・児童扶養手当・児童手当について
 子育て課子ども支援係 ☎（22）2111（内線356）

名称	児童扶養手当																																	
目的	父母の離婚などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育しているひとり親家庭等の生活の安定と自立を助け、児童の福祉の増進を図ることを目的として支給されます。																																	
手当の対象者	次の条件に当てはまる児童（18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある者。なお、児童が18歳に達した場合で、政令で定める障がいの状態であるときは20歳未満の者。）を養育している父もしくは母、または父母にかわって児童を養育している方が支給対象者となります。 ＜支給の対象となる児童＞ ①父母が離婚した児童 ②父または母が死亡した児童 ③父または母が重度の障がいの状態（国民年金の障害等級が1級程度）にある児童 ④父または母の生死が明らかでない児童 ⑤父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童 ⑥父または母がDV保護命令を受けた児童 ⑦父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童 ⑧母が婚姻によらないで生まれた児童 ※父、母、養育者および児童が公的年金を受けることができる場合は受給できません。ただし、児童が父または母に支給されている公的年金給付の加算の対象となっている場合で障害基礎年金については、子の加算額と児童扶養手当額の比較によりどちらか一方に受給変更ができます。																																	
所得制限	手当を受ける方や扶養義務者等の前年の所得が限度額以上ある場合は、手当の全部または一部が支給停止されます。 <table><tr><th rowspan="2">扶養親族の人数</th><th colspan="2">請求者本人の所得制限限度額</th><th rowspan="2">孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者の所得制限限度額</th></tr><tr><th>全部支給</th><th>一部支給</th></tr><tr><td>0人</td><td>19万円</td><td>192万円</td><td>236万円</td></tr><tr><td>1人</td><td>57万円</td><td>230万円</td><td>274万円</td></tr><tr><td>2人</td><td>95万円</td><td>268万円</td><td>312万円</td></tr><tr><td>3人</td><td>133万円</td><td>306万円</td><td>350万円</td></tr><tr><td>4人</td><td>171万円</td><td>344万円</td><td>388万円</td></tr><tr><td>5人</td><td>209万円</td><td>382万円</td><td>426万円</td></tr></table> ※扶養の状況により限度額に加算できる場合があります。				扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額		孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者の所得制限限度額	全部支給	一部支給	0人	19万円	192万円	236万円	1人	57万円	230万円	274万円	2人	95万円	268万円	312万円	3人	133万円	306万円	350万円	4人	171万円	344万円	388万円	5人	209万円	382万円	426万円
扶養親族の人数	請求者本人の所得制限限度額		孤児等の養育者、配偶者、扶養義務者の所得制限限度額																															
	全部支給	一部支給																																
0人	19万円	192万円	236万円																															
1人	57万円	230万円	274万円																															
2人	95万円	268万円	312万円																															
3人	133万円	306万円	350万円																															
4人	171万円	344万円	388万円																															
5人	209万円	382万円	426万円																															
支給額 支給月	【手当月額】平成25年10月改定（平成26年4月改定予定） <table><tr><th rowspan="2">区分</th><th rowspan="2">月額</th><th colspan="2">児童加算額</th></tr><tr><th>第2子</th><th>第3子以降</th></tr><tr><td>全部支給</td><td>41,140円</td><td rowspan="2">5,000円</td><td rowspan="2">3,000円</td></tr><tr><td>一部支給</td><td>所得額に応じ 41,130～9,710円</td></tr></table> 【支給月】4月、8月、12月、（各月11日）				区分	月額	児童加算額		第2子	第3子以降	全部支給	41,140円	5,000円	3,000円	一部支給	所得額に応じ 41,130～9,710円																		
区分	月額	児童加算額																																
		第2子	第3子以降																															
全部支給	41,140円	5,000円	3,000円																															
一部支給	所得額に応じ 41,130～9,710円																																	
手続き 提出先	認定請求書を提出し市長の認定を受けることで支給されます。 【必要書類】①請求者と対象児童の戸籍謄本 ※子の入籍後の戸籍謄本（親子が一緒になっていて離婚の記載があるもの）。 ただし、子の入籍が間に合わない場合は、父または母と子の戸籍謄本を1通ずつ ②請求者と対象児童の保険証 ③年金手帳 ④その他必要書類 【提出先】子育て課子ども支援係																																	

※受給資格があっても請求しないと手当が受給できませんのでご注意ください。
詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。か担当課へお問い合わせください。
市公式ホームページ <http://www.city.nakano.nagano.jp>

発表

土人形絵付けコンテスト入賞作品

土人形の愛らしさと素朴さを感じてもらおうと、第8回土人形絵付けコンテストを開催しました。市内外から3部門で過去最高636点の応募があり、2月10日に審査会を行った結果、次のとおり入賞作品が決定しました。

小学校低学年(以下)の部

最優秀賞

村石美由紀さん(中野小2年)

優秀賞

神田澤希さん(豊井小3年)

宮岡窓香さん(長丘小3年)

倉田莉瑚さん(倭小3年)

小学校高学年の部

最優秀賞

山田凛々花さん(平岡小6年)

優秀賞

岩本莉子さん(中野小6年)

細井香花さん(長野市氷鉋小4年)

井上広章さん(長野市南部小5年)



▲山田凛々花さんの作品



▲村石美由紀さんの作品

一般の部

最優秀賞

宮沢淳さん(長野市)

優秀賞

西山留美(三ツ和)

傳田礼子さん(江部)

佐野美由紀さん(吉田)



▲宮沢淳さんの作品

このほか、佳作に30点(各部門10点)の作品が入選しました。たくさんのご応募ありがとうございました。なお、表彰式は、3月23日(日)午前9時30分から中野陣屋・県庁記念館で開催します。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

絵付けコンテスト 応募作品展示(全636点)

期間 3月23日(日)～4月1日(火)
会場 中心市街地活性化施設
(中町公会堂隣り)

問い合わせ先

商工観光課観光係

☎2111(内線259)

開催

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3月31日(月)、4月1日(火)に市街地で開催されます。ぜひ、お出掛けください。

中野土びな展示即売会

郷土玩具中野土人形(中野人形、立ヶ花人形)を抽選販売します。

なお、即売会の前後には出品人形を見学できます。

○展示

3月30日(日) 午前10時～午後5時

3月31日(月) 午前9時～午後0時

30分、午後6時30分～8時30分

4月1日(火) 午前9時～午後3時

会場 信州中野商工会議所

○即売に当たっての抽選

3月31日(月) 午前11時～

会場 中央通り

○即売会 3月31日(月)午後1時30分～

会場 信州中野商工会議所

全国土人形即売市

全国約21カ所の土人形を一堂に集めた日本唯一の即売市です。

3月31日(月) 正午～午後5時

4月1日(火) 午前10時～午後3時

会場 中野陣屋前広場公園

大灯籠びな行進

3月31日(月) 午後6時

出発場所 信州中野商工会議所前

土人形絵付け体験・奈良由起夫さん制作実演

3月31日(月)、4月1日(火)

午前10時～午後3時
会場 まちなか交流の家
まちかど土びな展

市街地72店舗の店先などに各店所有の土人形を展示しています。(4月1日(火)まで)

第16回中野陣屋・県庁記念館 ひな市特別展

中野ひな市にあわせ、中野の土びなをより多くの方につけていただくため、市内外の収集家が所有している中野土びなの展示を行います。

来館された方に「土びなポストカード」をプレゼント(数量限定)します。

期間 3月15日(土)～

4月1日(火)

時間 午前10時～午後6時(入館は5時30分まで)

会場 中野陣屋・県庁記念館

問い合わせ先
■中野ひな市に関する事
商工観光課観光係
☎2111(内線259)
■ひな市特別展に関する事
中野陣屋・県庁記念館
☎2718



開催

日野原重明先生 健康講演会

昭和53年から本市の健康づくりにご協力いただいている日野原重明先生の講演会を開催します。

日野原先生は、昨年10月に102歳を迎えられました。

健康づくりへの関心をさらに高め

ていただく
絶好の機会
です。



日野原重明先生

皆さんの
ご来場をお
待ちしてい
ます。

期日 3月21日(金・祝日)
時間 開会 午後1時(開場午前11時)
講演 午後1時10分～2時10分

会場 市民会館ホール

演題 「健やかな長寿日本」をめざして
入場料 無料

※講演後、晋平少年少女合唱団の皆
さんによるアトラクションを開催
します。

・入場者が定員(千人)に達した場合、
入場をお断りすることがあります
のであらかじめご了承ください。

問い合わせ先

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)

開催

なかのブランド シンポジウム

信州なかのシンボルマークおよび登録商標「故郷のふるさと」の活用を推進するため、なかのブランドシンポジウムを開催します。「ふるさとから世界への情報発信」をテーマに、コーディネートにタレントの三四六さんを迎え、各ジャンルの有識者の皆さんと地域資源の活用やイメージ

向上に向けた取組みを語るシンポジウムです。どなたでもご参加いただけます。皆さんのご来場をお待ちしています。

期日 3月22日(出)

時間 午後1時30分～4時

会場 市民会館ホール

入場料 無料

問い合わせ先

売れる農業推進室推進係
☎2111(内線406)



食育

「中野市食育推進計画(第2次)」を 策定しました

平成26年度から平成30年度までの5年間に、市の食育推進の指針となる「中野市食育推進計画(第2次)」を策定しました。

この計画は、市民の皆さんが食を通じて豊かな人間性を育み、食を大切に、活気あるまちづくりを進めるため策定したものです。今後、この計画に基づき、食育を推進します。

パブリックコメントの結果

策定に先立ち、パブリックコメントを実施した結果、1人4件の意見

提出がありました。内容については、市公式ホームページに掲載しています。ご意見ありがとうございました。

計画書の閲覧場所

健康づくり課(中野保健センター内)、

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

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)

☎2111(内線242)

医療

医学生に奨学資金 を貸付します

市では、市内の臨床研修病院の指定を受けた病院(以降「市内の病院」)の医師として従事しようとする志のある医学生に対して、奨学資金の貸付を行っています。

平成26年度の貸付希望者を次のとおり募集します。

貸付対象者 大学において医学を専攻している者で、卒業後3年以内に

市内の病院の医師として従事する意思を有する者

貸付金額 月額20万円(限度)

貸付期間 貸付決定の月から大学卒業の月まで

貸付条件 市内の病院において貸付期間と同一期間勤務すること

募集人員 2人

募集期間 募集人員に達するまで

返還の免除 貸付期間と同一の期間を市内の病院で勤務した場合、全額免除となります。

※申請書は、市公式ホームページからダウンロードできます。<http://www.city.nakano.nagano.jp>

問い合わせ・申し込み先

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)



こんにちは 電話医療相談所です

Q 高校生の娘が花粉症でつらそうです。対策について教えてください。また、現在花粉症でなくても今後発症することはありますか。

A くしゃみ、鼻水、鼻づまりや目のかゆみなど花粉症の症状は、花粉の飛散量に比例して悪化する傾向があるため、次のことに気を付けましょう。

【対策方法】

- 外出時はツルツルした衣服などを身につけ、帰宅時には外で花粉を払ってから入室する。
- ドア・窓を閉め、花粉の侵入を防ぐとともに掃除をこまめに行う。
- 寝ている間に吸い込まないように、枕まわりを水で少し湿らせたタオルで拭き取っておく
- 免疫力を高めるため、不規則な生活、睡眠不足、飲みすぎ、ストレスなどを避ける

新薬開発も進み、花粉が飛び始める前から治療を行うことで症状の重症化を防ぐことができます。人によって原因となる花粉や症状が違いため、症状をしっかり抑えるには、医療機関で医師に相談し、自分に合った治療を行うことが大切です。

【発症していない方】

発症する確率はそれまでに吸ってきた花粉の量、個人の体質が関係するため、今後も花粉症を発症しないとは限りません。これからは花粉になるべく接しないことが大切です。

電話医療相談所は、4月1日(火)から開所時間が変わります。

変更後の開所時間：午前8時30分～午後7時
(土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く)



子育て支援センター

＝ 3・4月の行事予定 ＝

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。

お気軽にお出掛けください。

施設名	日時	行事
北部子育て支援センター (さくらんぼ)	3月11日(火) 午前10時45分～	「おめでとう会」 入園するお友達と祝おう!
	4月15日(火) 午前11時～	「SA・RI・MA」 楽しいパネルシアター公演
中央子育て支援センター (りんごっこ)	3月17日(月) 午前10時30分～	「おめでとう会」 入園するお友達と祝おう!
	4月5日(土) 午後2時～	「Wパワー」 双子さん達、交流しましょう
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	3月14日(金) 午前10時30分～	「おめでとう会」 入園するお友達と祝おう!
	4月8日(火) 午前11時～	「お母さんの読み聞かせ」 どんなお話かな?

※この他にもさまざまな行事を行っています。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。各子育て支援センターへお問い合わせください。

問い合わせ先

さくらんぼ ☎ (22) 6622 ㊟日・月・祝日
りんごっこ ☎ (22) 2259 ㊟日・火・祝日
うさぎっ子 ☎ (38) 3012 ㊟日・水・祝日

わが家の ☆アイドル☆



市内在住の小学校就学前(平成21年4月1日生まれまで)のお子さんを募集します。(先着5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、3月17日(月)までにご応募ください。

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



やまだ ひろのり 山田 晃士朗くん (3歳)

春から年少さん。元気いっぱい
友達たくさん出来るといいね!



すの原 まき 春原 未華子ちゃん (3歳)

お姉ちゃんたちに負けないで
剣道ガンバロウネ!



たにや いろは 田尻 彩羽ちゃん (2か月)

みんなで会えるのを待ってたよ!!
♡早く歩く姿が見たい♡



おのざわ りょうま 小野澤 龍馬くん (6歳)

もうすぐ卒園。皆ありがとう☆

保健だより

- 健康づくり課(中野保健センター内) ☎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(中野保健センター内) ☎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
予約先／健康づくり課母子保健係

ワクチン名	日程	予約先
B C G	3月17日(月) 4月14日(月)	健康づくり課 母子保健係
不活化 ポリオ	3月17日(月)	
ヒブ		
小児用 肺炎球菌	3月24日(月) 4月11日(金)	
四種混合		

日本脳炎

日本脳炎の1期・2期の接種が終了していない平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの方が、接種を受けることができますようにになりました。

ご希望の方は、健康づくり課へお問い合わせください。



献血体験キャンペーン

期日／3月8日(土)、9日(日)
時間／午前9時30分～11時30分
午後1時～3時
会場／イオン中野店 正面駐車場
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物



健康

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、オムツ、バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3 か月 児健診	3月11日(火)	25年11月生
7 か月 児健診	3月12日(水)	25年7月生
1歳6か月 児健診	3月14日(金)	24年8月生
2歳児健診	3月10日(月)	24年2月生
3歳児健診	3月13日(木)	23年2月生

※都合がつかない場合は、翌月お出掛けください。

マタニティクラス

期日／3月18日(火)
時間／午後1時15分～4時
会場／中野保健センター
持ち物／筆記用具、母子健康手帳、動きやすい服装
内容／母子の歯の健康、出産・子育てに関する制度・サービスの紹介、妊婦体験、母子栄養と乳房管理
※3日前までに予約が必要です。

育児教室

期日／3月19日(水)
時間／午後1時15分～3時30分
会場／中野保健センター
対象／8～10か月児
内容／むし歯予防とアゴの発育、離乳食の話(試食あり)
※3日前までに予約が必要です。



講座・相談

いきいき健康講座

期日／3月19日(水)
時間／午後1時30分～3時
会場／北部公民館
講師／三井洋子さん
(株式会社 DreamSeed 保健師・精神保健福祉士)
演題／「不安やイライラ、落ち込みなどの不快な感情を減らすコツ」
※申込みは不要で、受講料は無料です。講座終了後、保健師による相談コーナーがあります。

自殺対策強化月間

3月は「自殺対策強化月間」です。自殺はさまざまな悩みにより心理的に追い込まれた末の死であり、誰にでも起こる可能性がある身近な問題です。あなたの周りの人が「いつもとちょっと違う」と感じるときは、声を掛けることから始めてみましょう。

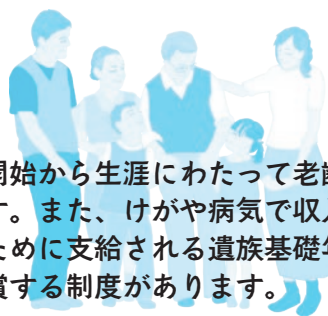
市では、毎月1回こころの専門医による相談を行っています。(相談は無料で予約制です) イライラ・不眠・やる気が出ないなど、心に関するさまざまな問題は一人で悩まずに相談しましょう。

また、市内各所に掲示してある「こころに関する標語のポスター」や市のホームページにも県内の主な相談窓口を記載してありますのでご覧ください。



電話医療相談所	☎23-0300	午前8時30分～午後10時(土・日曜日、祝日を除く)
女性相談	☎23-4810	午前9時～午後5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)
長野県小児救急電話相談	☎#8000	午後7時～11時
児童虐待・DV24時間ホットライン	☎0263-91-2410	

国民年金特集 2014



どうして国民年金が必要？

国民年金は、国が運営する公的年金です。国民年金は終身年金なので、受給開始から生涯にわたって老齢基礎年金を受け取ることができ、老後の安定した収入を確保することができます。また、けがや病気で収入が途絶えてしまったときのための障害基礎年金、万が一のとき残された家族のために支給される遺族基礎年金など、国民年金には、老後のためだけでなく、さまざまな生活の場面を補償する制度があります。

保険料を納付することは、年金を受け取る権利を得るために大切なことです。

3つの基礎年金

① 老齢基礎年金

老齢基礎年金を受け取るためには、保険料納付済期間（厚生年金や共済組合の加入期間を含む）と保険料免除期間などを合算した期間が、原則として25年以上必要です。（平成27年10月からは10年に短縮されることが予定されています）

老齢基礎年金の年金額

20歳から60歳になるまで（加入可能年数40年）の保険料を全て納めると、満額の老齢基礎年金が受け取れます。※60歳から65歳になるまでの間に任意加入（第2号被保険者を除く）をして、満額の年金に近づけることができます。

老齢基礎年金の受給開始年齢

◆繰り上げ受給

老齢基礎年金は、原則として65歳から受けられますが、希望すれば60歳から65歳になるまでの間でも繰り上げて受けることができます。ただし、請求した時点に応じて年金が減額され、その減額率は一生変わりません。

◆繰り下げ受給

希望すれば66歳以降、繰り下げて年金を受けることができます。請求した時点に応じて年金が増額され、その増額率は一生変わりません。

② 障害基礎年金

障害基礎年金は、次の条件の全てに該当する方に支給されます。

条件その1（初診日）

20歳前、国民年金の被保険者期間中、または被保険者の資格を失った後でも60歳以上65歳未満で日本国内に住んでいる間に、障がいの原因となる病気やけがの初診日があること。ただし、老齢基礎年金の繰り上げ受給の方は除きます。

条件その2（障がいの程度）

障がいの程度が、20歳に達したとき、または障がい認定日において、国民年金の障がい等級1級または2級のいずれかの状態になっていること。

条件その3（保険料納付）

次の保険料納付要件のいずれかを満たしていること。

○初診日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が3分の2以上であること。

○初診日の属する月の前々月までの直近の1年間に、保険料の未納期間がないこと。

※初診日が20歳前にあるときは、保険料納付要件は不要。

初診日とは？

傷病（障がいの原因となった病気やけが）について、初めて医師または歯科医師の診療を受けた日をいいます。※同一傷病で転医があった場合は、一番初めに診療を受けた日が初診日となります。

障がい認定日とは？

障がいの程度を定める日のことで、その障がいの原因となった傷病についての初診日から起算して1年6ヵ月を経過した日、または1年6ヵ月以内にその傷病が治った場合（症状が固定した場合）はその日をいいます。

②平成26年度障害基礎年金の年金額

1級障害 966,000円＋子の加算額
2級障害 772,800円＋子の加算額

子2人まで	(子1人につき)	222,400円
子3人目から	(子1人につき)	74,100円

※18歳到達年度末日までの間にある子（または1級・2級の障がいの状態にある20歳未満）がある場合、加算されます。

③ 遺族基礎年金

遺族基礎年金は、次のいずれかの要件に当てはまる場合に、死亡した方によって生計を維持されていた「子のある妻」または「子」に支給されます。（平成26年4月から「子のある夫」も支給対象者となります）

遺族基礎年金支給の要件

- ① 国民年金の被保険者である間に死亡したとき。
- ② 国民年金の被保険者であった60歳以上65歳未満の方で、日本国内に住所を有していた方が死亡したとき。

- ③ 老齢基礎年金の受給権者が死亡したとき。
- ④ 老齢基礎年金の受給資格期間を満たしている方が死亡したとき。

保険料の納付要件

前記①または②の場合、死亡日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせた期間が3分の2以上であること、もしくは、死亡した方が65歳未満であれば、死亡日の属する月の前々月までの被保険者期間のうち、直近1年間に、保険料の未納期間がないことが必要です。

対象となる「子」とは？

死亡時、18歳になった年度の年度末までの間にある子（または、20歳未満で1級または2級の障がいの状態にある子）で、かつ婚姻をしていない子が対象です。死亡時、胎児であった子も出生以後に対象となります。

生計維持とは？

「死亡した方によって生計を維持されていた方」とは、死亡当時、死亡した方と生計

を同一にしていた方で、年収850万円の収入を将来にわたって得られない方です。

【各年金額について】

※青枠内の①～③の年金額は、平成25年10月から平成26年3月の年金額の0・7%の減額を見込んだ額です。

※平成27年4月以降（6月支払分以降）の年金額は、平成26年度の年金額から0・5%引き下がるが予定されています。

第1号被保険者の独自給付

自営業の方やその配偶者の方、20歳以上の学生やアルバイトの方、任意加入被保険者などの『第1号被保険者』へは、独自給付として「寡婦年金」、「死亡一時金」および「付加年金」があります。

寡婦年金とは？

第1号被保険者としての保険料納付済期間と保険料免除期間を合わせて25年以上ある夫が死亡したときに、夫によって生計を維持し、かつ、夫との婚姻関係（事実婚を含む）が10年以上継続している

妻に対して、60歳から65歳になるまでの間支給されます。

金額は、夫の第1号被保険者期間について老齢基礎年金の計算方法により計算した額の4分の3になります。

※夫が老齢基礎年金や障害基礎年金を受給していた場合は請求できません。

死亡一時金とは？

死亡一時金は、第1号被保険者として保険料納付済期間が3年以上ある方が死亡したときに遺族に支給されます。

遺族の範囲は、配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹の順番で、死亡したときに生計を同一にしていた方です。

※寡婦年金と死亡一時金の両方を受けられる場合はどちらか一方が支給されます。

付加年金とは？

定額の保険料に月額400円の保険料（付加保険料）を上乗せして納めると、老齢の基礎年金に付加年金が上乗せされます。

※農業者年金に加入されている方は納付が必要です。

※国民年金基金に加入されている方は納付ができません。

国民年金保険料

国民年金の保険料は、支払い方法によってお得な割引料金が設定されています。口座振替は、口座をお持ちの金融機関・ゆうちょ銀行または、年金事務所や市役所年金窓口でお申し込みください。※経済的な理由などで保険料の納付が困難な場合は、「保険料免除制度」があります。

国民年金の保険料（平成26年度）

納付方法	1カ月分	6カ月分	1年分	2年分
現金支払（前納） 【割引額】		90,760円 740円お得	179,750円 3,250円お得	
口座振替（前納） 【割引額】	15,200円 50円お得	90,460円 1,040円お得	179,160円 3,840円お得	355,280円 14,800円お得
現金支払（月々）	15,250円	91,500円	183,000円	370,080円

キラリ☆中野のチカラ

(左から)

あべ ゆりか
阿部 優里香 さん

こばやし えみ
小林 笑美 さん



阿部・小林 フィットネスインストラクターとしてエアロビクスやピラティスのレッスンを指導しています。ウェーブストレッチリングという体のゆがみを整える道具を使ってエクササイズをするなど、通われる皆さんに合ったメニューをご案内しています。施設はとても広々としてゆつくりできるので、コミュニケーションの場として通われる

○わたしの仕事

このコーナーでは、大人から子どもまで魅力ある市民の方や団体などを紹介しています。

今回は、市内のスポーツクラブに勤務する阿部優里香さんと小林笑美さんにお話を聞きました。

○現在の仕事を始めたきっかけ

阿部 小さな頃から体を動かすことが好きで、大学の恩師に体を意識することの大切さを教えていただき、皆さんにもそのことを伝えたくてこの仕事を目指すようになりました。

小林 もともとスポーツや体を動かすことが好きで、専門学校でスポーツ学を学びさまざまな体験をする中でこの仕事をやりたいと思いました。

○仕事の魅力

方も多く、10代から80代の方まで幅広い年齢層の方が通われています。

阿部・小林 通われる皆さんは、体力向上やダイエット、リハビリなど目標を持って来ているので、今まで出来なかったことができた時や、痛みを抱えていた方が治った時など、目標を達成した感動と一緒に味わうことができることが一番の魅力だと思います。



○今後の抱負

阿部 まだまだ覚えることがいっぱいあるので、知識をもっと増やしていきたいです。また、若年層の運動能力低下が懸念されているため、若年層の皆さんを中心に、幅広い年齢層の方が施設を利用していただけるように、魅力あるキャンペーンやイベントを発信していきたいです。

小林 皆さんの目標を今以上にかなえるために日々努力して、誰からも信頼されるスタッフとなれるように頑張りたいです。

阿部・小林 また、私たちも体力向上を目指して走り込みをしているので、今度出場する長野マラソンでは42・195kmを走り切りたいです。

広報クイズ

■今月のプレゼント

「中野土人形（鯛曳き）」
(奈良由起夫さん制作) … 2人

問題

豊田農産物加工施設利用組合で販売しているおやきの名称は？

「●●●●おやき」

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 3月25日(火)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 「第1回中野まちゼミの参加店舗数は？」

答え・・・「27店舗」

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

小野澤ちかさん
からのご紹介



○自己紹介

結婚のため昨年12月に群馬県の高崎市から中野市に引っ越して来ました。まだまだ地域のことについて分からないことが多いですが、雄大な山々に囲まれた景色は新鮮であり、市民の皆さんの人柄が温かくとても住みやすい中野市は、来てみてすぐ好きになりました。

ドライブが好きなので、もっと中野市のさまざまな場所に出掛けて、景色を見るだけで気持ちの良くなれるようなポイントを見つけていきたいと思っています。

カメラが趣味で、休日には出かけた場所の景色や愛犬のダックスフンドを撮影しています。昨年購入したばかりのミラーレスカメラの機能をもっと使いこなして、今以上に思い出をきれいに残していきたいです。



▲雄大な山々を見ると、気持ちも穏やかになります。

○中野市のイメージ

志賀高原や長野市も近いいため出掛けやすく、町もすっきりしていてとても住みやすいイメージがあります。

山々に霧が掛かった景色は、今まで見たことがないほどきれいで、見ただけで豊かな気持ちになることができます。

○今後チャレンジしたいこと

中野に来てから料理作りが楽しめるようになったので、もっと料理のレパートリーを増やすとともに、クッキーやケーキなどお菓子作りにもチャレンジしたいです。また、家族や友人が食べておいしいと話している「月の兎の運呼」もぜひ食べてみたいです。

池田市長の

わくわくレポート

vol. 8



大きい事

市長就任1年3カ月を経過して、市民の方から大きい事をやれといった言葉を時々いただく。良くも悪くも私に対する激励と受け止めている。目に見える形でアドバリンを上げるのは容易いが、今の時代、軽々な施策は展開できない。これまでに山積している課題を今は一つ一つ解決に向けて行動に移していくことが大切だと思っている。市民の皆さんには私のベースにある考え、つまり、経済社会の現状認識を知っていただき、行動の根拠を理解していただくことが重要だと考えている。人口が増加する社会では、さまざまな社会インフラが必要とされ、整備されてきた。しかし、中野市では2030年には約7000人もの人口が減ると予想されているように、人口減少下での市経済の活性化や将来的にも健全な財政状態をどのように維持していくかといったことは、常

に念頭に置いて事に当たらなければいけない。次の世代を担う若い人たちに夢と希望が持てる中野市をどのように創るか、先頭に立って思念する毎日である。

この一年、「交流と連携と協働によるまちづくり」がこれからの地域社会に重要だと訴えてきたが、ここに来て、市内の各地域で積極的な活性化に取り組みもうとされる皆さんが増えてきたように思う。何かをしなれば、これまでと何も変わらない。むしろどんどん意図しない方向に悪化していくだけだ。変えるためには、私たち自身、一人一人が協働の精神で、新しい発想で挑戦することが必要だ。そのためにも交流による新しい感覚や考えが重要であり、そこにこそ夢や希望が、具体的なアイデアが浮かんでくる。

私自身もこの一年間、域内外の色々な方とコミュニケーションをとる中で、執るべき施策の力点を観光にこそ力を入れないと絞り込みができた。環境は整いつつあるし、待ったなし。取組にあたつてのグランドデザインを一刻も早く市民の皆さんにお知らせしたいと思っている。前進あるのみ！



や将来的にも健全な財政状態をどのように維持していくかといったことは、常

石井 小百合 さん
(事務職員・一本木)



B & G財団会長杯中野市綱引き大会

2月9日、B & G海洋センターにおいて、健康増進・体力づくりを図るとともに、海洋センターの利用促進と綱引き競技の普及を目的に、第9回B & G財団会長杯中野市綱引き大会を開催しました。

当日は、一般男子の部6チーム、一般女子の部4チーム、子どもの部13チームの計188人が参加し、仲間と力を合わせて勝利を目指しました。熱戦が繰り広げられた会場では、駆け付けた家族や友人の声援で大いに盛り上がり、参加者は息を合わせて力いっぱい綱を引いていました。



中野平中学校生徒会から絵本贈呈

2月20日・3月6日、中野平中学校生徒会ふれあい委員会の皆さんが、高丘保育園と平野保育園に絵本の贈呈を行いました。これは、同中学校がリサイクル活動として行っているアルミ缶収集の収益を生かし、購入した絵本を地域の保育園に贈呈し交流を図っているものです。高丘保育園には生徒7人が訪れ、園児たちに絵本を手渡した後、寄贈した絵本の読み聞かせを行い、園児たちと楽しく触れ合っていました。（写真：高丘保育園）



農商工連携研修会

2月24日、市民会館において、市内の中小企業者と農業者が連携し、新しい事業や新商品開発について研究することを目的に「農商工連携研修会」を開催しました。当日は、株式会社果実企画代表取締役の加藤瑞博^{かとうみづひろ}さんを講師にお迎えし、「農業者による新しい『企画』と『monoづくり』」と題して講演いただいたほか、商品開発の事例発表や情報提供、加工品の試食が行われるなど、会場ではさまざまな情報交換が行われていました。



中野立志館高等学校スキー部 全国高等学校スキー大会総合優勝

2月5日から8日まで福島県猪苗代町・秋田県鹿角市を会場に行われた第63回全国高等学校スキー大会において、中野立志館高等学校スキー部男子が見事に総合優勝を果たしました。同スキー部は、中野実業高等学校以来20年ぶり、中野立志館高等学校としては初優勝を飾りました。

2月10日、市役所庁舎前で優勝報告会が行われ、凱旋した選手たちが優勝杯や賞状を持って行進してくると、待ち構えていた大勢の皆さんが地元高校生の快挙を称え、大きな拍手で選手を迎えていました。



高野辰之忌

2月22日、高野辰之記念館において、高野辰之博士の多彩な業績を広く伝え、その功績をたたえるため高野辰之忌を開催しました。当日は、生家の高野良之さんによるあいさつの後、関係者の皆さんが博士の遺影に献花しました。引き続き行われた記念公演では、景山敬子さんと瀧澤ヒトミさんがフルートとピアノを演奏し、「春が来た」や「紅葉」など四季の童謡を奏でました。最後は全員で「故郷」を合唱し、博士をしのびました。



食農フォーラム

2月11日、アップルシティーナかにおいて、食農フォーラムを開催しました。当日は、マスターソムリエの高野豊さんが「中野市を日本No.1のブランドにするために」と題して講演し、続いて信州ガレット振興会の皆さんによるソバのクレープ「信州ガレット」の料理実演を行いました。

料理実演後、地産地消料理と信州ガレットの試食会が行われ、参加者はキノコを使ったオリジナル料理などをおいしそうに試食していました。



介護予防の情報かわら版

～高齢者の皆さんの総合相談窓口～

中野市地域包括支援センター（高齢者支援課介護予防包括支援係） をご利用ください

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんを介護、医療、福祉、健康などさまざまな面から、総合的に支えるための機関です。住み慣れた地域で安心して健やかに暮らせるよう、保健師・主任介護支援専門員・社会福祉士などがチームとなり、関係機関・専門家と力を合わせて支援します。

◆お気軽にご相談ください

たとえば、こんなお悩みはありませんか？

- ・最近、体が弱ってきたような気がする
- ・介護サービスを受けたいけど、どうすれば良いか分からない
- ・家族だけで介護するのは大変、悩みを聞いてほしい
- ・親が認知症かもしれない。どうしたら良いか教えてほしい
- ・近所の高齢者の様子が前と違って心配だ。など

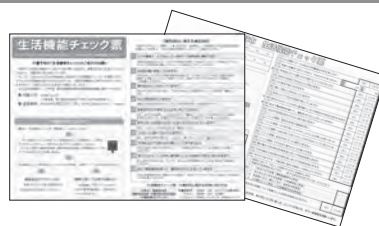


Check

本人からの相談はもちろん、家族や地域の方からの相談も受け付けています。「どこに相談すれば良いか分からない」というときも、まずはご相談ください。相談内容に適した情報提供や助言を行います。

◆健康づくりや介護予防のお手伝いをします

65歳以上の方（介護保険の要支援・要介護認定を受けている方を除く）に、生活機能チェック票をお送りし、回答いただいた結果をもとに、市で行っている介護予防教室をご案内しています。



Check

【介護予防教室の例】

- ・元氣もりもり教室、ひざ腰らくらく教室（運動器の機能向上）
- ・お達者くらぶ（閉じこもり、うつ、認知症の予防）
- ・お口きたえて体も元氣教室（口腔機能の向上）



高齢者の皆さんの権利を守ります

- 成年後見制度の紹介、利用のご相談
- 高齢者虐待の早期発見・支援をします
- 消費者被害の未然防止



地域の連携・協力体制を支えます

- 地域の医療機関やさまざまな職種とのネットワークづくりを行います
- 地域のケアマネジャーを支援します



介護予防教室へ 行こう！

市で行っている介護予防のための運動教室を紹介します。

ご自宅までの送迎も行っていますので、お気軽にご参加ください。

「腰痛やひざ痛で悩んでいる」、「足の力が弱くなった」、「転ぶのが怖くて外に出る回数が減った」など、加齢に伴う足腰の痛みや筋力低下が気になる方はぜひ、介護予防教室にご参加ください。

「腰の痛みが良くなった」、「長い距離を歩けるようになった」など、喜びの声が多数寄せられています！

元気もりもり教室

プールやマシンを使いながら一人一人に合った運動を行います。

会 場 ながでんハートネット倶楽部
駅前健康ぷらざ

回 数 週1回（約4カ月間：全16回）

参加料 320円（1回）



ひざ腰らくらく教室

自宅でも簡単にできる体操を行いながら体を動かしていきます。

会 場 中野保健センター

回 数 週1回（約3カ月間：全12回）

参加料 320円（1回）



高齢者見守り・徘徊 SOS ネットワーク

認知症高齢者のご家族の方へ

認知症高齢者の方で行方不明となることが心配される場合、事前に利用者登録をしていただくと、行方不明になった際に、「警察への捜索の願出」と「受信センターへ通報」を行うことで、地域の支援者の方に情報が配信され、支援者のネットワークで捜索を行うことができます。

利用者登録の詳しい方法については、高齢者支援課までご相談ください。

支援者を募集しています

認知症高齢者の方を日頃から見守り、行方不明になった際に早期発見・保護にご協力いただける市内の企業や団体、市民の皆さんの支援者を募集しています。

支援者の登録をしていただいた方には、行方不明者の捜索依頼が受信センターからEメールまたはファクスで配信されます。捜索依頼情報を受けた場合は、日常生活や仕事に支障のない範囲での捜索にご協力をお願いします。支援者の登録をしていただける方は、高齢者支援課で配布している「支援者登録申請書」に記入の上、高齢者支援課へ提出してください。

問い合わせ・申し込み先

高齢者支援課介護予防包括支援係（中野保健センター内）

☎（22）2111（内線366・367）

▼募集

市の施設に自動販売機を設置する事業者を募集

【関】財政課管財係（内線222）

市が管理する施設に自動販売機を設置する事業者の方を募集します。

設置期間 4月1日(火)から3年間

応募期間 3月7日(金)～14日(金)

申込方法 設置を希望される方は応募資格関係書類を提出してください。

い。応募資格関係書類は、財政課で配布するほか、市公式ホームページからダウンロードできます。

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

市の共通使用封筒へ掲載する有料広告を募集

【関】財政課管財係（内線222）

新たな自主財源を確保し、市民サービスの向上を図るため、市共通使用封筒の裏面に有料広告を掲載していただける事業者の方などを募集します。お店や会社のPRなど、暮らしに役立つ広告の申し込みをお待ちしています。

①角形2号市内専用封筒

・広告枠数 4枠

・作成枚数 2万枚

・広告料（1枠） 4万8600円
②長形3号市内専用封筒

・広告枠数 1枠

・作成枚数 7万枚

・広告料（1枠） 10万8000円

広告掲載位置 封筒裏面

広告の規格 5・5cm×9・5cm

色数 黒1色

発送期間（予定） 5月頃から在庫

終了まで（概ね1年間）

申込期限 3月24日(月)

スポーツ安全保険の加入を受け付けます

【関】財団法人スポーツ安全協会

長野県支部

☎026(219)2474

保険期間 4月1日(火)～平成27年3

月31日(火)

加入できる団体 スポーツ活動、文化

活動、ボランティア活動、地域活動

を行う5人以上の社会教育関係団体

※家族だけで活動する団体、プロス

ポーツを行う団体、営利活動を

目的とする団体などは加入でき

ません。

※申し込み方法など詳しくは、ホー

ムページをご覧ください。お

問い合わせください。

ホームページ <http://www.sportsanzen.org/>

▼相談

司法書士による借金・多重債務無料電話相談

【関】長野県司法書士会

☎0263(55)4077

3月の「自殺対策強化月間」に合わせ、自殺の原因・動機の一つである借金・多重債務問題に、司法書士が無料で電話相談に応じます。お一人で悩まずご相談ください。

期日 3月15日(土)

時間 午前10時～午後5時

専用電話 0120(448)788

有料広告欄

資源物の特別回収・日曜回収

3月16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(市民センター北側)

回収品目 庭木の剪定枝、硬質プラスチック

3月23日(日) 午前10時～午後1時 資源物の日曜回収

場所 原信中野店

回収品目 段ボール、新聞紙、雑誌・雑がみ、びん、ペットボトル、食用油、古着・古布

★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。

庭木の剪定枝…直径15cm以下のもの。剪定枝のチップは会場に積み置きます。無料で配布していますので、ご自由にお持ちください。※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…衣装ケース・バケツ・ジョウロ・漬物樽・ごみ箱・カゴ・植木鉢・プランター・ポリタンク・ポリボトルに限ります。

食用油…家庭で使用した天ぷら油で、液体状のものに限る。

古着・古布 ※ナイロン製品・中綿入り製品、セーターなどは回収できません。

びん・ペットボトルなど…月1回の資源物収集の分別方法と同様です。

【関】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

考えすぎた人 お笑い哲学者列伝

著／清水義範
新潮社

なぜ、こんなことを
考えたんだ!?偉大な哲
学者は、みなケタはず
れの奇人変人だった。
哲学アレルギーのあなたに贈るユーモアお勉強小説。



子どもと読みたい 科学の本棚

著／藤嶋昭・菱沼光代
東京書籍

東京理科大学学長・藤
嶋昭先生が、読書体験を
踏まえながら紹介する、こ
れだけは読んでおきたい

科学の読書案内。名作絵本から最近話題の新
書まで、いろいろなジャンルから科学の面白い本
150冊を紹介。幼少期からの読書体験の充
実によって、理科嫌い、理科離れも解決。大
人が読んででも楽しい本ばかりです。

恋歌(朝井まかて)／ペテロの葬列(宮部みゆ
き)／インフェルノ(上・下)(ダン・ブラウン)
／ボケたていいじゃない(関口祐加)／カテ
リーナの旅支度(内田洋子)／寄せの手筋200
(金子タカシ)／山小屋で、会いましょう!(鈴
木みき)／中村勘三郎最期の131日(波野好江)
／別れの何が悲しいのですかと、三國連太郎
は言った(宇都宮直子)／家康公の時計(落合
偉洲)／おいしさのコツが一目でわかる基本の
料理(検見崎聡美)

ビデオ上映会 としよかん★プチキネマ

ナイトミュージアム

上映日時 3月16日(日) 午後2時～

家で死ぬと言うこと

上映日時 4月2日(水) 午前10時～

会場 図書館2階AVホール(入場無料)

▼お知らせ

汚泥発酵肥料 なかの

「おすみちゃん」・「未土利」

☎ 上下水道課下水道係(内線283)

有機分で土壌が豊かになります。

●なかの「おすみちゃん」

販売日 3月12日(水)、16日(日)、

26日(水)、4月2日(水)、9日(水)、

13日(日)、23日(水)

販売時間 午前9時～11時30分

販売場所 中野浄化センター

価格 1袋(15kg) 2,000円

バラ(300kg) 15,000円

バラ(500kg) 25,000円

※バラ売り 要予約(10日前)

●未土利

販売日 月曜日～金曜日(祝祭
日除く)

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) 2,500円

※在庫が少ないため、売り切れ
の際はご容赦ください。

信越9市町村広域観光連 携会議に2団体が加入

☎ 商工観光課観光係(内線259)

信越9市町村広域観光連携会議に
新たに2団体が加入しました。

市では引き続き、新幹線飯山駅の
開業に向けて、信越9市町村と連携
し、新幹線飯山駅観光案内所や駅を

起点とした2次交通について検討を
進めていきます。

新たに加入した団体

・しなの鉄道株式会社

・職業訓練法人中高職業訓練協会

図書館の開館時間を延長

☎ 市立図書館 ☎ (26) 5841

図書館の利用拡大と利用者の利便
性の向上を図るため、火曜日から金
曜日までの開館時間を午後7時まで
に延長します。

ぜひご利用ください。

期間 4月1日(火)から

開館時間 午前9時～午後7時

※土・日・祝日は午後5時まで

※分館では実施しません。

リサイクルかわらばん

2月27日現在

譲ります

電子オルガン／冷凍庫／こたつ布団／布団乾燥機／寝
袋(大人用)／電気式寄せ鍋／大鍋／DVDプレーヤー／車椅子／シ
ルバーカー／VHSビデオデッキ

譲ってください

ビデオカメラ(ミニDVカセットタイプ)／小型耕運機
／園芸用アーチパイプ(20本)／蜂蜜遠心分離機

市民の皆さんの不用品・必要品を掲載しています。

物品はご自身で保管し、希望者双方で直接交渉していただきま
す。掲載期間は半年間で、ご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)

▼催し・イベント

親子読書活動セミナー マジック&音楽の開催

市立図書館 ☎(26)5841

市立図書館では、親子読書活動を推進するため、「マジックと音楽と絵本のコンサート」を開催します。

子どもから大人までなたでも参加できますので、音楽とマジックの実演を楽しんでみませんか。

期日 3月8日(土)

時間 午後1時30分～3時

会場 市立図書館2階AVホール

内容 マジックショー、鍵盤ハーモニカ&ピアノ演奏、絵本ライブ

講師 大友剛さん

入場料 無料

市立博物館・生涯学習課 ふるさとレポート発表会

市立博物館 ☎(22)2005

市立博物館と生涯学習課では、平成25年度の研究・調査成果を紹介する「ふるさとレポート発表会」を開催します。

発表会では、中央大学山崎研究室と共同で行っている災害の歴史の研究や市民自ら行っている石仏・植物・野鳥についての調査、山田家収

蔵資料のデータベース作成、市内の遺跡発掘など、中野市の自然・歴史・民俗などについての12件の成果報告を行います。発表形式は、スライドによる口頭発表とパネル展示による発表です。

どちらでも自由にご覧いただけますので、ぜひご来場ください。

期日 3月30日(日)

時間 午後1時30分～5時

会場 中央公民館2階教室・勤労青年ホーム2階集会室

定員 50人(申込不要)

参加費 無料

信濃グランセローズ激励会

中野ボールパーク・フェスタ実行委員会(北信エルシーネット内)

☎(26)1585

期日 4月4日(金)

時間 午後6時から

会場 アップルシティーなかの

対象者 市内に在住または在勤の成人の方(定員300人)

入場チケット 2千円

チケット販売窓口 市役所文化スポーツ振興課、市民体育館、B&G海洋センター、中野商工会議所、JA中

野市各事業所、北信エルシーネット

※送迎バスを運行します。詳しくは、お問い合わせください。

税の知識 ⑨ 納め忘れがないか確認を

☎税務課収納係(内線227・228)

市税の納め忘れがないか確認をお願いします。

⑨ 納税通知書の確認をお願いします

納税通知書(納付書)は、「市県民税」「固定資産税(都市計画税)」「国民健康保険税」「軽自動車税」の4種類があります。領収書をご確認いただき、もしも納め忘れがある場合は、至急、納付をお願いします。

また、口座振替をご利用の方は、預金残高不足により引き落とせなかった場合、気が付かないでいることがありますので、もう一度通帳をご確認ください。

なお、納税通知書(納付書)を紛失された場合、再発行しますので、税務課までご連絡ください。

⑨ 納付期限を過ぎると督促手数料や延滞金が加算

納付期限を過ぎての納付は、督促手数料や延滞金が加算されることがありますのでご注意ください。

納期限 平成25年度国民健康保険税第9期の納期限は、3月31日(月)です。

年金 免除申請ができる対象期間が拡大されます

所得が少ないときや失業などにより国民年金保険料を納付することが困難な場合、さかのぼって保険料の免除申請をすることができます。

さかのぼって免除申請できる期間は、これまでは申請の直近7月(学生納付特例は直近の4月)までの1年以内でしたが、4月からは、申請時点の過去2年1カ月前までの期間をさかのぼることができるようになります。

申請時期 4月以降速やかに申請してください。申請時点の2年1カ月前の月分まで免除申請ができます。

(4月に申請された場合、平成24年3月分から免除対象となります。なお、4月2日(水)までに申請された場合は、平成24年2月分から免除対象となります)

※申請期間に対応する前年所得に基づき審査を行いますので、免除が承認されない場合があります。

☎市民課国民年金係(内線237)

長野北年金事務所 ☎026(244)4100

平日午前8時30分～午後5時15分

一般的な相談は「ねんきんダイヤル」☎0570(05)1165

消費生活
相談

消費者トラブルと解決法

42

ネット通販前払いによるトラブルに注意！

事例 自分のスマートフォンから、インターネットを通じてショッピングサイトで腕時計を購入した。代金は前払いで、指定された口座に振り込んだ。しかし、1週間経っても腕時計が届かないため、購入先のショッピングサイトに問い合わせたが、連絡が取れない。

アドバイス インターネットを通じたショッピングサイトは、日本だけに限らず、海外のものも多数あり、業者の所在が分からないことがあります。また、前払いは、代金が既に業者に渡っているため、トラブルが起きた場合、業者が返金に応じてくれない限り、金銭的な救済はされません。振込先の口座名義が個人(特に外国人)であるもの、極端に安い商品や問い合わせ先に住所や電話番号がないものは避けましょう。

解決方法 連絡が取れないことから、海外業者の可能性もあります。専門機関の紹介もできますので、まずはご相談ください。

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)

長野県長野消費生活センター ☎026(223)6777

▼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」 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	第5回信州中野 つるしかざり展 3月10日(月)まで 第16回中野陣屋 ひな市特別展 3月15日(土)～4月1日(火)

ご寄付ありがとうございました

中野平中学校生徒会 様

絵本 生徒会活動の収益金を活用し、平野・高丘保育園と交流を図るため

いただきました寄付金および寄付品は、市政のために大切に使用させていただきます。

寄付に関するお問い合わせ・お申し込みは、庶務課秘書広報係(内線400)までお願いします。

問申 庶務課秘書広報係 (内線400)

▼相談日程

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 毎週金曜日(休所日を除く) 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 3月10日(月)、4月10日(木) 時間・会場 ①午前9時～11時30分 豊田支所 相談室 ②午後1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9時～午後5時 会場 中野人権センター	人権・男女共同参画課 ☎(23)4810
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	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
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
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 3月20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

夢

No.107

建築家になりたい！



た か ひ ら ち ひ ろ
高比良 千尋さん 永田小学校 6年

ぼくの夢は建築家になることです。なぜ建築家になりたいかというところ、今ぼくが住んでいる家を建ててくれた大工さんに憧れているからです。木からあの家が造られるなんて「すごい」と思いました。

しかもその大工さんは、ただ家を建てるのではなく、毎日の生活を考える工夫をしてくれます。住む人の気持ちを考えて造ってくれているのです。

ぼくもそんな家を建てたいです。将来、自分のオリジナルがつまったマイホームを建てたいです。

自分のだけではなく、他の人の家も建てて、「建ててくれてありがとう。」とか、「こんな家に住みたかったんだ。」と言われるような家を建てて、将来建築家を目指す人たちが憧れられるような人になりたいです。



編集後記

面積：112.06 km²
人口：44,492人（－40）
男：21,511人（－15）
女：22,981人（－25）
世帯数：15,426戸（－3）
【平成26年2月1日現在】
（ ）は前月比、平成22年国勢調査を基に推計

▼豊田農産物加工施設の取材で、組合員の皆さんが作った。亡くなった私の母も料理が得意で、私は母の料理が大好きでした。おふくろの味が恋しくなったら、加工施設のおかあちゃんに会いに行こうと思います。（堀米）

▼中野立志館高等学校スキー部男子の皆さんが、全国高等学校スキー大会で見事総合優勝を果たし、優勝報告会で見る自信に満ちた選手の表情に大きな元気をもらいました。私も毎月皆さんに元気を与えられるような広報作りを目指したいです。（芳澤）

▼雨？と、まだ暗い玄関を開けると聞こえていたのは雪解けの音。ふと見た車には屋根から落ちた大きな氷の塊が…。大きな爪痕を残した大雪でしたが、近づく春を思えば、それでもワクワクするものです。（柳澤）