

広報

2014(平成26年)

なかの

9

No.114

特集 火事場最前線



Contents

広報なかの	1 ~ 34
働く婦人の家だより	35 ~ 36
ちょうげんぼう	37 ~ 38
交差点	39 ~ 42
文化なかの	43 ~ 48

特集2 2014 各地区秋祭り (詳細は 22 ~ 23 ページ)



災害現場の最前線。
過酷な環境の中、大切な命
を守るため行動する人たちが
います。

火事場最前線

いついかなる場所で発生するか分からない「火事」や「災害」。そんな私たちの生活を脅かす存在と、いつも向き合っている、災害現場の最前線で行動する消防隊員の皆さん。

いつ起こるか分からないからこそ、24時間体制で出動に備え、訓練やトレーニングであらゆる現場に対応できるよう心掛けています。出動だけでなく火事を未然に防ぐため、隊員の皆さんは講習や教育活動なども行い、人の命や財産を守るために活動しています。

今回の特集では、日々厳しい訓練に励み、現場の最前線で活動する消防隊員の皆さんを紹介するとともに、私たちが火災現場に居合わせてしまった場合に、どのようなことが行えるかを考えます。

火災の発生状況

中野消防署および豊田消防署の平成25年火災発生件数は17件であり、人口1万人当たりの出火件数は3・64件となっています。出火内訳は建物火災が10件と最も多くなっており、火災による損害見積額の合計は5440万円と、一度火災が起きてしまうと命の危険に見舞われるだけでなく、さまざまな面で大きな被害

が及ぶことが分かります。

また、過去5年の岳南広域消防本部管内における原因別火災発生件数は、たき火・飛火・不始末が29・6%、電気の加熱・漏電が8・5%、たばこによるものが8・5%となっています。ただし、原因不明となっている出火も全体の約4分の1となる26・5%あることから、私たちがいつ火災現場に居合わせるかわかりません。

火災予防をしっかりと行うとともに、消火器など初期消火の準備をし、火災に対する知識を身につけ、対策を図ることが大切です。

救助隊（レスキュー隊）

救助隊（通称レスキュー隊）とは、人命救助活動を主要な任務とする専門部隊のことです。活動服はオレンジ色の「救助服」であり、火災や交通事故など日常生活の中で起こる災害から、自然災害など大規模災害まであらゆる人命救助事案に対応しています。

消防学校で1カ月半に渡り訓練を受け資格を得ることが必要であり、岳南広域消防本部では初任研修の一環として行っているため、消防士は全員がその資格を有しています。

119番通報の向こう側 消防指令室

市内の119番通報を受け付け、24時間迅速に対応している消防指令室。通信員が聞いた内容をもとに出動指令を出し、救急通報時に救助者の意識が無い際には、通信員が口頭で応急処置の指導など行う場合もあります。

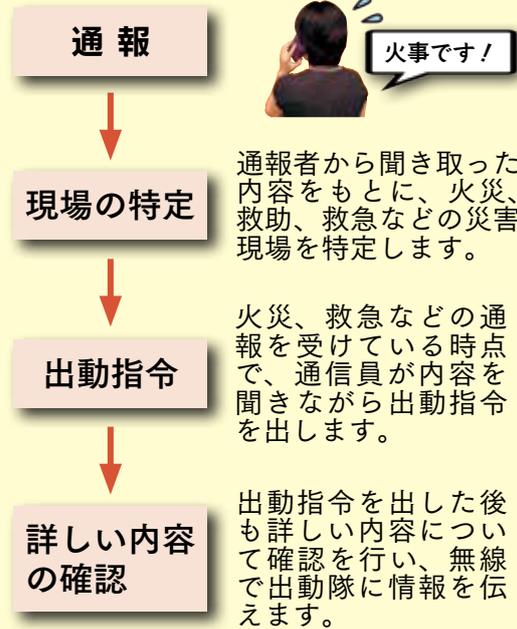


「確実な聞き取り」と「迅速な指令」を心構えにし行動しています

通信指令員 宇山喜之さん

通報は火災や救急など多岐に渡るため、発生場所を確実に聞き取り、いかに早く指令を出せるかを考えて行動しています。通報者は周りの状況から気が動転して当たり前です。なので、ご自身で状況を全部伝えようと無理をせず、私たちの呼び掛けに答えることに集中していただくことが大切です。

119番通報 をすると、指令員が出動命令を出すため必要なことを、順番に伺います。
慌てず、ゆっくりと答えてください。



対象となる電話	通知される位置情報
第3世代携帯電話 (GPS機能付き) ※対応機種は、お使いの携帯電話各社に問い合わせください。	携帯電話番号、位置情報 (経度・緯度)
固定電話およびIP電話 ※電話番号が「050」で始まる電話サービスを除く)	電話番号、契約者住所・氏名

特に屋外における携帯電話からの119番通報で、住所が分からない場合、通報者の発信位置の把握に有効です。

位置情報通知システムとは
携帯電話、IP電話、固定電話からの119番通報において、通報者の発信位置に関する情報が通信指令室に通知され、指令台の電子地図上に表示されるシステムです。

岳南広域消防本部では10月1日(水)から携帯電話、IP電話、固定電話からの119番緊急通報に係る位置情報通知システム(統合型)の運用を開始します。

119番緊急通報の位置情報通知システムを運用開始します

携帯電話による通報について
携帯電話の場合、通報場所が岳南広域消防組合管内からの119番通報であっても、電波状況によってほかの消防本部につながる場合があります。その場合は岳南広域消防本部の指令室に転送されますので、電話を切らないようにしてください。また、携帯電話からの119番通報はできるだけ屋外からお願いします。

電話機能や地理的条件などにより位置情報が十分に確認できないことがありますので、119番通報に際しては、これまでどおり口頭で住所など通報位置や目印となる目標物を確認いたします。

口頭による情報伝達について
電話機能や地理的条件などにより位置情報が十分に確認できないことがありますので、119番通報に際しては、これまでどおり口頭で住所など通報位置や目印となる目標物を確認いたします。

留意事項
非通知設定「184」を付加した通報について
184を付加して発信された番号非通知の119番通報は、通報者の位置が通知されません。しかし、生命に危険がある場合、位置情報を取得することがありますのでご了承ください。

もし火事が発生してしまったら



岳南広域消防組合中野消防署
消防副士長 小橋 遼さん

命を守ることを最優先してください！

突然発生する火事。もしその現場に私たちが行くわしてしまつたら、注意すべき点はあるか。岳南広域消防組合中野消防署に勤務する消防士の小橋遼さんにお話を伺いました。

火事の際の対処方法

- ① 火事が発生したことを大声で周囲の方に知らせてください。
- ② 近くにいる人と手分けをして119番通報と初期消火を実施してください。
- ③ お年寄りや子どもが近くにいる場合、可能であれば一緒に避難しましょう。



注意事項
何より大切なのは命です。自分たちだけで消火しようと無理はせず、身の危険を感じたら避難してください。

じたら避難を最優先してください。

また、煙は上にのぼる習性があるため、避難の際は頭を低くして逃げるようにしましょう。近くにタオルなどあれば、口に当てるとういでしょう。



訓練・講習会

市民の皆さんが地区や事業所で、火災訓練を行う場合、岳南広域消防本部では、訓練用消火器の貸し出しや、消防職員の派遣を行っています。また、救命講習会なども実施していますので、大勢の皆さんの受講をお待ちしています。なお、申し込みは、届出用紙に記入の上、提出いただくか、電話でも受け付けが可能です。詳しくは、岳南広域消防本部の公式ホームページをご覧ください。

初期消火の方法 ～消火器の使い方編～

木造家屋の火災は、全焼に至るまでの平均時間が20分程度です。一般に初期消火が可能なのは、天井に火が回るまでといわれています。

炎が天井に達してしまうと、初期消火では消せません。そのような場合は避難を最優先してください。

消火方法には、消火器を使用するほかに、「天ぷら鍋からの炎」などに対して濡れたタオルやシーツを覆いかぶせ、空気を遮断する方法もあります。状況によって対応し、危険を感じたらすぐに避難しましょう。

① 消火器を火元まで運ぶ



自分に危険が及ばない場所で消火器の発射準備をします。

② 安全栓を抜く



消火器の上部に付いている安全栓を引き抜きます。

③ ノズルを取る



側面に付いているノズルを取ります。

④ ノズルを火点に向ける



炎に近づき過ぎないように注意が必要です。頬に熱を感じる程度の距離にしましょう。

⑤ レバーを強く握る



一般的な消火器の放射時間は15秒です。無駄に打たないように気を付けることが大切です。

⑥ 放射する



粉が部屋中に舞い上がるので、退路をしっかりと確保してから使用しましょう。

ポイント



いきなり火に当てるのではなく、火元の手前からホウキで掃くように近づいて消火するのがコツです。いきなり火元を目がけて消火器を使用すると、勢いで炎が天井を伝って自分に襲い掛かる危険があります。火が完全に消えるまで気を抜かないよう注意しましょう。



消防士の一日

8:30



引き継ぎ・交代
24時間勤務、3交替制で引き継ぎ・交代を行います。

8:35



車両点検
ライト・回転灯・サイレンの作動を確認します。



無線テスト

9:00



資機材点検・整備

資機材の不具合がないか毎日点検します。さらに週一回、全ての資機材の作業状況を点検します。



想定訓練

災害現場を想定した訓練を行います。さまざまな現場を想定し、毎回内容を変えて訓練します。今回は、2階に逃げ遅れた要救助者がいることを想定し、はしごを使った救助作業を行っています。

11:00

執務

12:00

昼休憩

13:00



執務・訓練

各種事務作業の合間に時間が空けば訓練も行います。指令があれば、すぐに出勤します。

18:00

夕食

夕食と朝食は職員が自炊しています。

19:00



執務・トレーニング

執務の合間には筋力トレーニングも行います。救助装備は重量があるため、70kgのバーベルも簡単に上げられる程鍛えています。

22:00

仮眠

仮眠中も指令があればすぐに出勤します。

6:00

起床・朝食



7:00

執務

8:30



引き継ぎ・交代

当直勤務が終了。次の日は非番となりますが、災害などで招集が掛ればすぐに駆け付けます。

消防士の装備一式を大紹介！

重量に耐えるため日々のトレーニングが大切です！



消防士 佐藤博紀さん
通常体重：78kg

装着



フル装備時体重：120.5kg
(装備品総重量：**42.5** kg)

ホース (19.2kg)



呼吸器 (10kg)



オノ (3.9kg)



壁やガラスを破ったりシャッターを切るなど、使用場所は多種多様。

耐熱服 (9.4kg)



1200度の熱でも数分耐えることができ、服の内側には保冷剤も装備可能。



救助工作車 II 型 (通称名: レンジャー)

年式: 平成 18 年式
 全長: 7.65 m 全幅: 2.5 m 全高: 3.45 m
 排気量: 6400cc 車両総重量: 11,840kg
 乗員定員: 6人 クレーン(車上): 最大容量 2.9ト



活動スペースを拡張し、安定させることができるラムシリンダー。交通救助などで車のフロント部分が大きく変形し、ドライバーが挟まれている場合などで使用する。

大型油圧 ラムシリンダー

○通常 62.5cmの長さが最大 150cmまで伸張。
 ○最大で 25トもの押し上げる力があります。



救助工作車の
 救助装備を紹介!
 必ず助ける!

大型油圧 カッター

○最大で 3.5cmの鉄筋も切断が可能。
 ○60トを超える切断力で、さまざまな救助作業において威力を発揮します。

大型油圧切断機と呼ばれるカッター。交通救助の際には、スプレッダーで作った隙間に差し込んでロック機構などを切断し、ドアの開放などを行う。

大型油圧 スプレッダー

○4つの機能…①押し上げ、②引き裂き、③引っ張り、④押しつぶしの作業が可能。
 ○最大で開く力は 20ト。最大で 72cmまで展開可能。

交通救助のほか、要救助者が何かに挟まれた状況で活躍するスプレッダー。ドアを拡張して開放したり先端で対象物を潰したりと活躍の幅は多岐に渡る。

まだまだあるぞ!



照明(車両上部)
 ○全4灯 (2400kw)

夜間作業では 400 m先も映すことのできる非常に明るい照明。日中の現場でも作業中であることをアピールするために使用することもある。



はしご(車上に収納)
 ○最大 8.7 mまで伸長

訓練で一番使用されるはしご。高いところから要救助者を助けるなど、使用頻度は高い。

キラリ★中野のチカラ

かんだ ゆうき
神田 雄樹さん【中野市消防団長】



地域に密着して 自分たちのまちを守る

地域に密着して住民の安心・安全を支え、自分たちのまちを守る消防団。今回は、中野市消防団の団長を務める神田雄樹さんにお話を聞きました。

○消防団員について

火災が起きたときに消防車で現場に駆けつける消防職員と消防団員。消防職員は、岳南広域消防組合の職員で、消防の専門職ですが、消防団員は、会社員や自営業などの自分の仕事を持ちながら活動する地域のボランティア的な存在です。

消防団員はそのような環境の中で訓練を重ね、消火・救助などが必要になった際には、その中心となる消防職員と連携して活躍しています。

○消防団の活動内容について

火災時は、消防職員と連携して消火活動を行い、火災が一段落した後は残火処理を行います。また、鎮火後も引き続き現場の警戒に当たります。



水害などの自然災害の際は、避難誘導、救助・救出、災害防衛活動などを24時間体制で交代で仮眠をとりながら行います。

また、行方不明者の捜索

なども消防団の仕事の一つです。

平時時は、災害を未然に防ぐための「予防消防」に力を入れており、空気が乾燥して火災の危険が高まる時期などには、地区内での注意喚起の広報を行います。

夏にはポンプ操法の技術や規律を競う大会があり、各分団が早朝と夜間に大会に向けた訓練に励みます。ポンプ車などの機械類に精通するためでもあり、組織内の士気高揚にもつながっています。

○消防団の魅力

地域のつながりが希薄になりつつあるといわれますが、消防団は地域のさまざまな年代の人が集まっているため、人とのつながりができ、地域のコミュニティとして重要な役割を果たしています。私自身、消防団活動を通じて年齢や職業も異なる大切な仲間と出会うことができ、先輩方の指導の下、人間の幅も広げることができたように思います。



○これからの消防団

これまでの消防団の装備は火災に特化したものでしたが、今年から救助資機材搭載型車両を1台、総務省から貸与を受けて運用を始めています。救助活動に必要な資機材が搭載されており、近年増加している自然災害による救助活動にも対応できるようになっています。このように火災だけではなく、地域に密着した災害に強い消防団の体制づくりをしていきたいと考えています。

また、中野市では女性消防団員も活動しており、女性ならではの視点を生かした活動に期待が寄せられています。今後はさらに女性の比率を高めていければと思っています。

○市民の皆さんへ一言

私自身も若い頃、消防団は入りづらいイメージがありました。実際に入団して活動が続けてきた中で、人生においてプラスになることがとても多かったと思います。自分のできる範囲で、少しでも地域に貢献したいという思いを持つ若い人たちは、ぜひ消防団に入団してほしいと思います。



災害への備え

近年、全国各地で発生している自然災害で学んだことは、「自分だけは大丈夫」という油断からくる災害への備えの弱さとともに、地域のつながりの大切さです。
災害はある日突然起こります。日ごろから、防災意識を高め、いざというときの備えをしておくことが必要です。

地震発生前の対応

- 家や塀の強度を確認し、必要に応じて補強しておく。
 - 家具などの転倒防止対策
 - 非常持ち出し品、備蓄品の準備
 - 避難場所、避難路の確認
- ## 地震発生時の行動
- とにかく、頑丈な机の下などに潜り込み、身の安全を図り、揺れが収まるまで様子を見る。

地震直後の行動

- 慌てずに落ち着いて行動する。
- 火の元の確認、初期消火
- 窓や戸を開け出口を確保する。
- 慌てて外に飛び出さない。
- 門や塀には近寄らない。

【日ごろから準備しておきたい物の一部】



飲料水
(1人1日3リットルが目安)



食料3日分



救急医療品、常備薬



懐中電灯



携帯ラジオ、電池



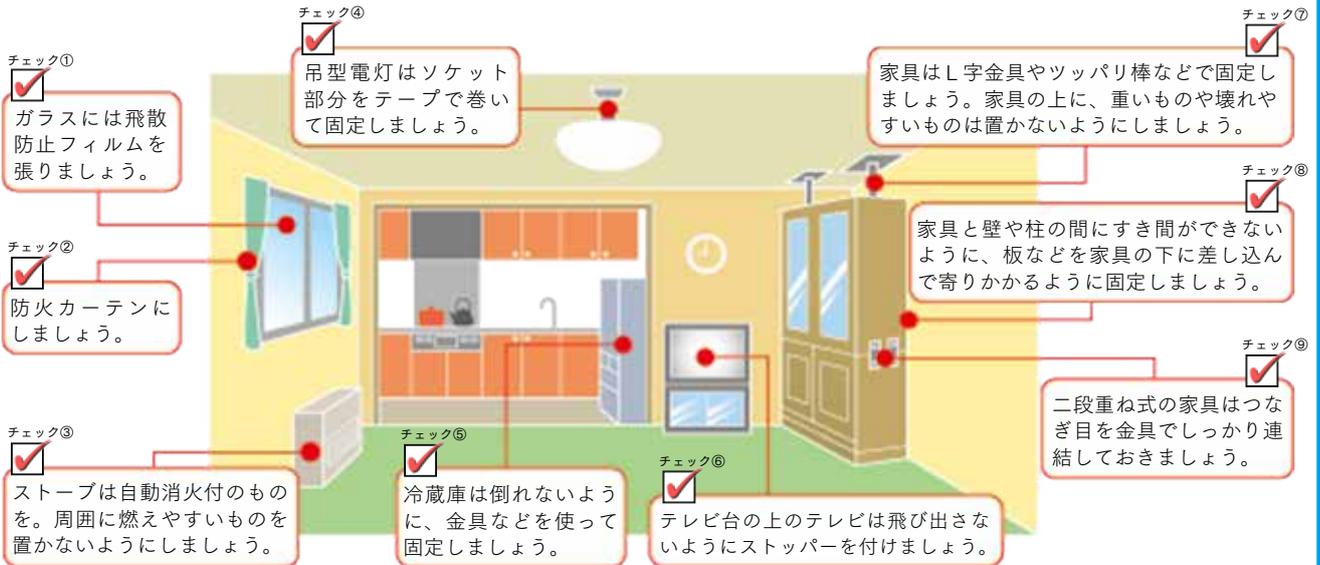
お金、貴重品、下着、防寒具など

地震後の行動

- 正しい情報入手するよう心掛ける。
- 家族の安全が確認できたら、ご近所の安否を確認する。
- 近隣住民と協力し合って救出、救護をする。
- 避難の前には、電気、ガスの元栓を閉めたかを確認する。

地震に備えておくべき事

地震に備えて、「落下・転倒防止対策」「火災防止対策」「身の安全対策」を行うために、家中の安全チェックを行きましょう。



家の周りも確認しましょう！！

- アンテナや瓦の補強をしましょう。
- 植木鉢などの整理整頓をしましょう。
- ガスボンベなど、転倒の恐れがあるものは鎖などで固定し、動かないようにしましょう。
- ブロック塀や門柱は倒れないように補強し、ひび割れや鉄筋のサビも修理しましょう。

避難は落ち着いて、安全に

市では、気象庁から発表される気象情報や雨が降り始めてからの降水量、今後の降雨予想などを基に、市民の皆さんへ避難情報として、「避難準備情報」「避難勧告」「避難指示」を、下図のような経路で伝達します。

避難情報が伝達されたときは、洪水や土砂災害といった災害が発生する危険がありますので、下図のとおり、ただちに避難の準備や行動に移ってください。

また、大雨などの際には、テレビやラジオなどからの情報も確認していただき、気象情報に注意しながら行動してください。

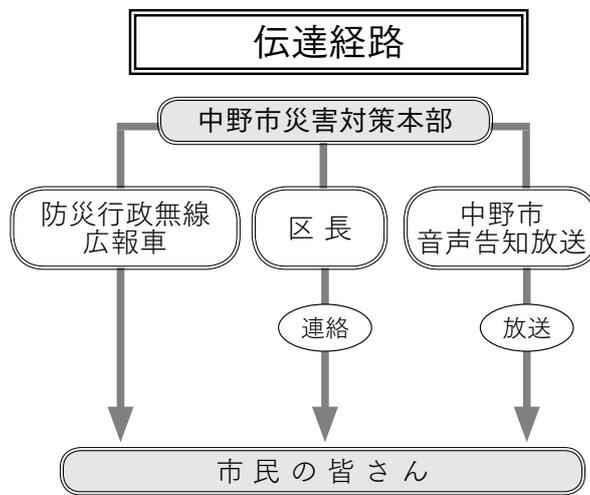
本年2月に全戸配布した防災ガイドブックを、家族の皆さんで再度確認していただき、日ごろから災害時への備えをしておきましょう。

問い合わせ先
危機管理課危機管理防災係
☎(22) 2 1 1 1 (内線
2 8 5 ・ 2 8 6)

避難情報の伝達経路と行動の目安

本市では、避難準備情報・避難勧告・避難指示を次のような経路で市民の皆さんに伝達します。伝達の種類により準備や行動に移ってください。

種類	住民の皆さんの行動の目安
避難準備情報	高齢者や障がい者など、避難に時間を要する方は避難を開始する。一般の方は避難の準備を開始する。ただし、状況によっては自主避難を開始する。
避難勧告	避難の開始。
避難指示	直ちに避難する。避難所までの移動に危険が伴う場合には、生命を守る最低限の行動をとる。



避難時の注意事項

災害時の避難は、普段通っている道でも、足元が見えないことが多いので慎重に歩きましょう。また、頭上からの落下物や飛来物にも十分注意しましょう。いざという時慌てないためにも、どこへの道を通って避難するのかを普段から家族や隣近所で話し合っておきましょう。

避難場所や避難路の確認をしましょう。

非常持出品はなるべく少なくする。

垂れ下がった電線にさわらない。

火の始末、戸締りを忘れずに。

気象・地震などの情報に注意しましょう。

家に避難先、安否情報などのメモを残しましょう。

車の避難は避けて徒歩で避難しましょう。

お年寄りや子どもが安全に避難できるよう協力しましょう。

中学生派遣事業

現地レポート

学校新聞特派員

音楽姉妹都市仙台市

8月7日、8日の2日間、南宮中学校3年の泉麻緒さん、矢野匠真さん、矢野真白さんの3人が「学校新聞特派員」として音楽姉妹都市の宮城県仙台市取材しました。3人がまとめた報告書の中から、一部をご紹介します。

被災地を見学して

1日目の最後に私たちは、津波の被害にあった場所を見に行きました。そこは辺り一面草だらけで家はなく、木も倒れていて悲惨な状態だったので、おまわず言葉を失ってしまいました。心の中で「ここに人が住んでいたんだ。」と



▲仙台市荒浜地区の様子

考えると、とても胸が苦しくなりました。津波で亡くなった人の中に、5歳や私たちと同じくらい14歳の子もいて、本当に悲しくなりました。荒浜地区は、もう住んではいけない地域になっていてはいけません。ですが、その中で自分たちの故郷を取り戻す運動をやっている方々もいて、私の中で、まだ何が出来るかは分かりませんが、何かの力になりたいな...という思いが込み上げてきました。実際に被災地を見ると、津波の恐ろしさが伝わってきました。津波や地震は、経験した人にしか分からない怖さがあります。その怖さが少しでも分かった気がしました。

(泉麻緒)

食文化について

仙台で有名な食べ物の一つに「牛タン」があります。牛タンの始まりは、太平洋戦争後だそうです。当時、仙台にいた駐留米軍が大量に牛肉を消費していたのだそうです。その際、彼らが残したタンとテールを有効活用するため、1948年（昭和23年）、焼き鳥店であった「太助」の初代店長が牛タン専門店を開いたのが始まりだそうです。ところが、この発明から長い間牛タンは人気がなかったそうです。しかし、高度成長期になり転勤や単身赴任が増



▲台原中学校の生徒との交流

加すると、昼食や夜の街で牛タンの味を知り、東京に戻ったサラリーマンの間で評判になったそうです。なので、牛タンが有名になったのは昔ではないのです。

また、外食から生まれたものだったので家庭で食べることはほとんどないそうです。ですので仙台には、たくさん牛タンのお店があります。お店の中に入ってお品書きを見ると、牛タンオンリーで、選べるのは量のみでした。

(矢野匠真)

学校新聞特派員を終えて

仙台はおろか、東北に行っただけでもなかった私は、この2日間がとても楽しみでした。

台原中学校の生徒会の皆さんとの交流は、正直、初対面ではなく話せるか不安でしたが、皆さん面白い人ばかりで、すぐに打ち解けることができました。二時間の交流もあっという間で、別れの時は少し名残惜しい感じがしました。

この交流で初めて、仙台名



▲仙台城址見学の様子

物のずんだ餅と牛タンを食べました。さすが名物と言われているだけあって、美味しかったです。

2日目の晩翠草堂、仙台城址、仙台文学館では、音楽姉妹都市のきっかけである土井晩翠先生のことや、仙台の有名な武士伊達政宗のことを学びました。晩翠先生の生い立ちや、荒城の月がどういう過程で作られたか、また、滝廉太郎先生、中山晋平先生との関係も学びました。そして晩翠先生が、多くの教え子に愛されていたのだということも知ることができました。

(矢野真白)

被爆地派遣 〜 広島市 〜

8月4日から6日までの3日間、豊田中学校3年生の小林凛之介さん、戸島大和さん、小林真央さん、佐藤花歩さんの4人が「平和使節」として、被爆地の広島県広島市を訪問しました。4人がまとめた報告書の中から、一部をご紹介します。

広島平和記念公園

もう光景が想像でき、少し怖くなりました。

私たちは初めに平和記念資料館を見学しました。そこには、8時15分で止まった時計や被爆直後の人の蟬人形、全身が爛れた人の写真、ボロボロになった学生服、生き残った人が描いた絵など、思わず目を背けてしまうような生々しい展示がたくさんありました。中には、8月6日の原子爆弾が落とされた後と、その前日の8月5日の広島市の模様が写っていました。軍都として発展し、多くの施設がおかれ栄えていた広島市。それが一瞬にして焼け野原になってし



▲原爆の子の像

広島市立翠町中学校

2日目の午前中は、翠町中学校の10人の執行委員と平和について考える交流をしました。この交流会ではお互いにスライドを使って学校紹介をしました。翠町中学校は毎年

6月から8月まで生徒会の活動として平和について取り組んできているそうです。主に、折り鶴を作ったり読書の時間



▲翠町中学校と連帯旗の交換

に被爆証言や遺族証言の朗読をしたり、校内慰霊祭を行ったりと広島ならではの活動を行っていました。

そして連帯旗を交換しました。私たちが描いた連帯旗には中野市豊田の豊かな自然を描きました。そこには「緑豊かな平和を願う。」という思いを込めて描きました。

同じ年の人と平和について話し合う機会はあまりないので、こういった時に一緒に平和について話し合ったりできるととても勉強になりました。

ヒロシマ青少年平和の集い

2日目の午後は、ヒロシマ青少年平和の集いに参加しました。まず宇佐川弘子さんに原爆被害について教えてもら

いました。原爆の大きさは3メートルと非常に大きいものでした。しかし、爆発するのはピンポン球くらいの大きさの小さな爆弾が、2メートル先の家まで崩してしまう暴風なので私は驚きました。さらに原爆の表面温度は5千℃でさらにウランが含まれています。熱線で着物のあとが皮膚についた人、放射線は毛が抜けるなどの後遺症などがありました。写真はすごく悲しいものばかりでした。

次は北川建次さんが実際の原爆での体験を話して下さいました。北川さんが通っていた竹屋国民学校は爆心地から1・3キロで、北川さんは5年生でした。朝礼の前、教室にいた時に原爆が落とされました。落とされた時はオルガンの陰に隠れたそうです。北川さんは運良く助かりました

が、校舎は崩れボロボロだったそうです。「同じクラスの子は皮膚が溶けたり窓のガラスが体に刺さったりして真っ黒ズルズルドロドロだった。」私はこれを聞いてぞっとしました。ぼろぼろに崩れた校舎の絵が忘れられません。

平和記念式典

3日目に参加した平和記念式典には、多くの外国の方も参列していて、世界中から注目されていることが分かりました。

式典に参加し一番心に残っているのは、子ども代表の平和の誓いです。2人が力強く発する一言一言に平和を願う重みを感じました。

式典は1時間と短い時間でしたが、原爆の出来事をもう一度、あらためて考え直していかなくてはならないと思いました。それが今後、私たちのやらねばならないものだと思います。人間が他人の命にできることは、手を差し伸べることであって、絶対に奪うことではないはず。

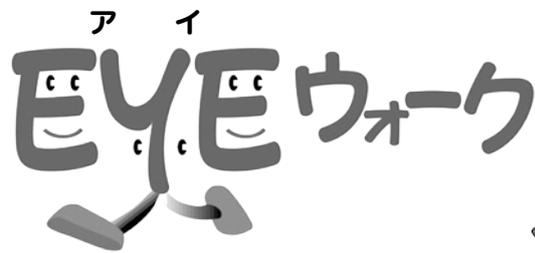
広島から日本中へ、そして世界中に、平和の願いが広がることを望んでいます。



▲原爆ドーム

第6回

なかの巡り



秋の中野市を満喫できるウォーキングイベント「なかの巡り EYE WALK」を開催します。

期日 10月11日(土) (小雨決行)

受付時間 午前9時～9時30分

集合 中野陣屋前広場公園

駐車場 中野市役所駐車場

参加資格 事故防止のため、交通ルールを守り、開催要項、マナーなどをきちんと守れる方。

※小学生以下は、保護者同伴。

参加費 500円

参加賞 特産のキノコ3種

募集定員 ①コースは30人、②～④コース各50人 (先着順)

申込期限 9月30日(火)

申込方法 所定の申込書に必要事項を記入の上、提出いただくか、電話またはホームページからお申し込みください。申込書は、商工観光課、豊田支所地域振興課、信州なかの観光協会に設置してあります。

なかの巡り EYE WALK ホームページ

<http://www.city.nakano.nagano.jp/city/shokan/m-walk/>

問い合わせ・申し込み先

○なかの街並みウォーキング実行委員会事務局 (商工観光課観光係内)

☎ (22) 2111 (内線259)

ファクス (22) 5924

Eメール shoko@city.nakano.nagano.jp

○信州なかの観光協会

☎ (23) 2211

ファクス (38) 8550

Eメール info@nakanokanko.jp

※申込受付は、土・日曜、祝日を除く、午前9時から午後5時まで(観光協会では、土曜日と祝日、9月14日(日)も受け付けます)

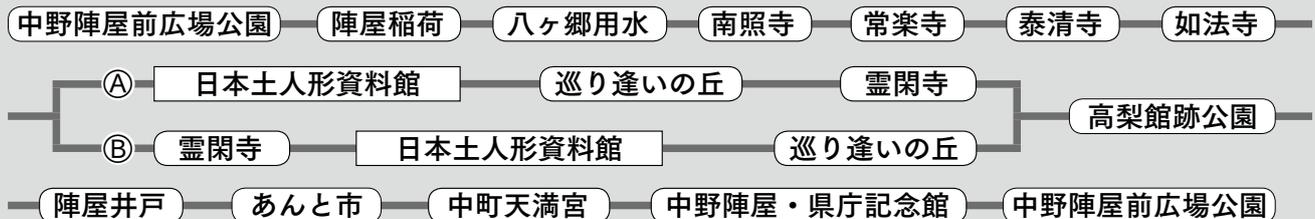
同日開催イベント ～なかの Ebesa～

中野陣屋前広場公園で「THE☆若者・まちなか音楽会」、西町本通りで「西本市」、東横町通りで「あんと市」がそれぞれ開催されます。ぜひ、お出掛けください。

○コース別経路地点

①「～観光ガイドと巡る～歴史と文化に触れ名刹を参拝する」コース (約5km)

日本土人形資料館でお茶とお菓子を配付します



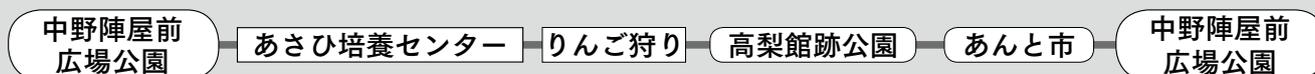
②「果樹園散策とぶどう狩り」コース (約9km)

ぶどう狩り：1房、ジュース1杯付き



③「りんご狩りとえのき茸収穫体験」コース (約8km)

えのき茸収穫体験1株、りんご狩り：2個付き



④中野立志館の高校生(長野大学とコラボ)が考えた高校生と遊ぼう「なかの大冒険」コース (約3km)

コース中でお楽しみを用意しています

親子連れ推奨コース

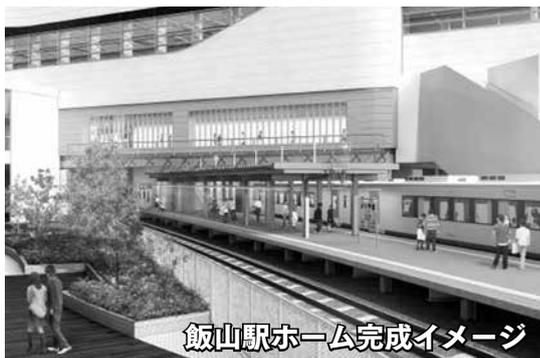


新幹線飯山駅開業にむけて ～魅力ある広域エリアの玄関口へ～

飯山線飯山駅が新しい駅に生まれ変わります

北陸新幹線飯山駅周辺整備事業に併せて移転工事が進められていた飯山駅が、11月9日(日)に移転し、新しい駅舎で営業を開始します。

また、同時に飯山駅観光交流センターも暫定供用開始され、千曲川口広場(東口)から駅を利用できるようになります。



飯山駅ホーム完成イメージ

◇新しい飯山駅の概要

現在の飯山駅から約300m移転して、北陸新幹線飯山駅に併設した橋上駅として、エレベーター、多機能トイレを設置しています。

◇飯山駅観光交流センター

新しい駅舎に併せて、駅の出入り口として飯山駅観光交流センターが暫定供用開始されます。

問い合わせ先

信越9市町村広域観光連携会議事務局

(飯山市役所広域観光推進室内) ☎0269 (62) 3111



▲開票の様子

任期満了に伴う長野県知事選挙が7月24日に告示され、8月10日に投・開票が行われました。

選挙

長野県知事選挙 中野市開票区 投・開票結果

中野市開票区の投・開票結果は次のとおりです。

有効投票票	投票率		投票者数		有権者数	
	女	男	女	男	女	男
1万4670票	39.2%	40.9%	40,750人	73,004人	1万4910人	1万7838人

候補者別得票数(得票順)	無効投票	持ち帰り・その他
阿部守一(無所属) 1万2982票	138票	1票
野口俊邦(無所属) 1498票		
根上隆(無所属) 190票		



開催

信州中野景観展 日本の疎水百選 ～中野・八ヶ郷用水を歩く～

市内を流れる日本の疎水百選に選ばれた八ヶ郷用水の原風景を撮影した景観写真展および記念講演会を開催します。入館料は無料です。この機会にぜひ、ご鑑賞ください。

期間 9月17日(水)～29日(月)

時間 午前10時～午後6時

会場 中野陣屋・県庁記念館



高社山から見る中野市一望



松崎分水槽

○記念講演会

期日 9月26日(金)

時間 午後1時30分

会場 中野陣屋・県庁記念館

講師 徳永泰男さん(高井地方史研究会会長)

演題 「八ヶ郷用水と中野扇状地～疎水とその利用～」

問い合わせ・申し込み先

中野市景観・美化推進協議会事務局(都市計画課建築住宅係内) ☎(22) 2111 (内線273)

開催

2014 健康づくりフェスティバル

「2014健康づくりフェスティバル」を10月11日(土)、中野保健センターおよびフィットネスクラブ・エフバイエー中野、ながでんスイミングスクール中野で開催します。

「健康は家族の幸せ、みんなの願い」をメインテーマに、健康づくりを題材とした、楽しく、お得な企画をご用意しています。皆様のご来場をお待ちしています。

期日 10月11日(土)
時間 午後0時30分～4時30分
会場 中野保健センターおよびフィットネスクラブ・エフバイエー中野、ながでんスイミングスクール中野



▲健康コーナーの様子



▲中野市食生活改善推進協議会展示

内容

○講演会

講師 タニタ管理栄養士
講演内容 「タニタ管理栄養士による健康セミナー」
塩分を減らしてもおいしく食べる工夫、野菜をたくさん食べることの効果や工夫、ゆづり糖値を上げるための食べ方など

○健康コーナー

健康よろず相談、歯科健診、血圧・血糖値測定など

○トレーニングジム無料体験・運動指導

ほかに、製作品展示販売、介護用品展示など盛りだくさんの内容です。ぜひご来場ください。

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)
☎(22)2111 (内線368)

開催

歯周病予防教室 ～若さと元気を取り戻そう～



私たちが歯を失う原因の半分は、歯周病だと言われています。歯周病は、食事や歯磨きはもちろん過労、喫煙などの生活習慣と密接な関係があります。この教室では、歯や歯肉の健康づくりの方法について、体験を通して楽しく学ぶことができます。皆様のご参加をお待ちしています。

会場 中野保健センター 受講料 無料 定員 10人(先着)
対象 19歳以上 申込期限 9月12日(金)

▼教室の日程

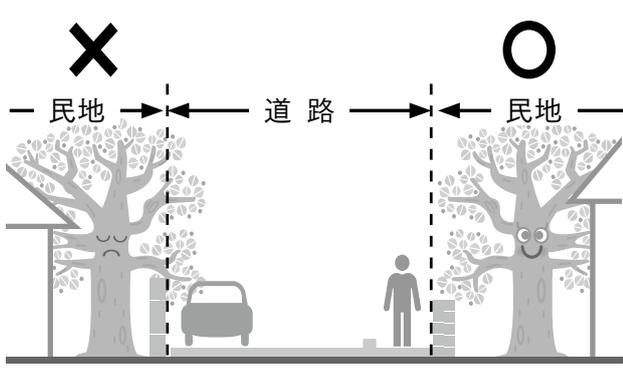
回	期日	時間	内容
1	9月18日(木)	午後1時30分～3時	講師および健診医 すばる歯科クリニック 古田充博先生 講義：演題 「知っていますか？歯周病」 内容：歯周病の症状、怖さ、予防方法などを学習します 健診：歯科医師による口腔内診査、歯周病の精密検査
2	10月9日(木)	午後1時30分～3時 (予約制)	一人一人の結果説明と、お口の健康管理プログラムの提案 内容：歯と歯肉の写真撮影、顕微鏡で口の中の細菌観察など 実習：効果的な歯磨き方法についてアドバイス
3	10月30日(木)	午後1時30分～3時 (予約制)	歯周病予防でアンチエイジング(加齢に伴う症状の予防) 内容：お口の中が良好な状態を維持できるよう支援します。 実習：お口のエクササイズ
4	11月14日(金)	午後1時30分～3時	歯周病予防のための生活・食習慣改善のアドバイス
5	12月12日(金)	午後1時30分～3時	口腔内最終チェック グループワーク

問い合わせ・申し込み先

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

道路

道路への枝の「はみ出し」にご注意ください



植物が繁茂する季節を迎えています。お宅の樹木などが道路上に「はみ出て」いませんか。

道路や歩道に「はみ出した」樹木の枝は、見通しを悪化させたり、通行の障害になるなど、交通事故の原因になります。

樹木の所有者は、道路に樹木がはみ出ないように、枝打ち、移植、伐採など適切な管理をお願いします。

土地の所有者の方へ

土地の所有者には、民法の規定により所有地内に存在する樹木などを適切に管理する義務があり、これに起因して車両や歩行者に事故が発生した場合、所有者の管理責任が問われ、場合によっては賠償請求されることもあります。

災害など緊急性がある場合は行いません。個人で伐採などができない場合は、造園業者などにご相談ください。

伐採した枝などについて

伐採した枝などは、全戸に配布した「ごみと資源物の正しい分け方」に基づいて処分してください。(直径12cm以下、幅50cm、直径30cm以下に束ね、ひもでしっかりと縛り、45円の証紙シールを張る)なお、野外焼却は行わないようお願いいたします。

問い合わせ先
道路河川課監理係
☎2111 (内線263)

国保

国民健康保険被保険者証が更新になります

新しい保険証を加入者世帯の世帯主に9月下旬までに郵送します。

ただし、国民健康保険税に未納がある方には郵送できない場合があります。

保険税を滞納している世帯には、市役所に来庁いただき、納税相談の上、交付する場合があります。

新しい保険証(一般用が空色、退職者用は桃色)は、10月1日から使用できます。

保険証は、保険に加入していることを証明する大切なものですから、紛失しないよう注意してください。

また、医療機関を受診するときは、必ず持参してください。70歳以上75歳未満の方は、保険証と高齢受給者証(緑色)を合わせて医療機関へ持参してください。

医療機関の窓口負担割合は3割です。義務教育就学前の方と、70歳以上で所得が現役並み所得以外の方は2割(誕生日が昭和19年4月1日までの方は1割)になります。

また、75歳以上の方と、65歳以上で一定の障がい認定を受けた方には7月末に「後

期高齢者医療保険証(橙色)を郵送してあります。現在お使いの保険証は、10月1日以降に各自で破棄するなど処分してください。

問い合わせ先
福祉課国保医療係
☎2111 (内線296)
豊田支所地域振興課市民生活係
☎3111 (内線131)

【届いた保険証の確認】

記載内容を確認していただき、次の項目に該当する方は、必ず、市民課または豊田支所地域振興課へ届け出してください。

こんなとき	届け出(代理可)	必要なもの
勤務先の健康保険証を持っているのに保険証が送られてきた	国民健康保険を離脱する届け出がされておらず、国民健康保険にも加入していることになるため、届け出が必要になります。	<ul style="list-style-type: none"> ・勤務先の保険証 ・国民健康保険証 ・印鑑 ・運転免許証など本人確認ができるもの
会社などを退職しているのに保険証が送られてこない	国民健康保険への加入の手続きがされていない場合は、保険証が送られませんので、届け出が必要になります。	<ul style="list-style-type: none"> ・勤めていた会社からの健康保険離脱証明書など ・印鑑 ・運転免許証など本人確認ができるもの^{*1}

*1 60歳以上65歳未満の方で退職などされ、年金証書をお持ちの方は年金証書が必要です。

【国民健康保険税の納入について】

保険税は1世帯ごと「世帯主」が納税義務者となり課税されます。保険税納入通知書に記載されている納期限までに納入をお願いします。口座振替の方は、口座残高の確認をお願いします。

開催 2014 信州中野環境祭

市民の皆さんに環境保全について楽しみながら知っていただく機会として「2014信州中野環境祭」を開催します。

今年「空気に」について考えてみよう！低公害、省エネ&エコのすめく」をメインテーマに、話題のエコカーや環境に優しい製品などの展示・即売などを行います。
詳しくは、9月中旬に全戸配布するリーフレットをご覧ください。

期日 10月5日(日)
時間 午前10時～午後3時



▲大人気！つみ木コーナー

会場 中野勤労者福祉センターほか
内容 環境に優しい製品・エコカーなどの展示販売、企業・団体ブース、各種体験や工作コーナー、飲食コーナー、フリーマーケットなど

問い合わせ先
環境課環境係
☎(22)21111 (内線247)

募集 ふるさとトレッキング

今年度新たに、中野市スポーツ推進委員の企画事業として「ふるさとトレッキング」を開催します。
斑尾山麓の里山を歩き、自然を満喫しませんか。

期日 10月11日(土)(雨天中止)
集合時間 午前10時
集合場所 まだらのお湯 駐車場
コース まだらのお湯周辺 約4キロ
(途中、給水所を設けます)
募集人員 30人
対象者 市内在住の小学校1年生以上の方、または市内に在勤する方(小学生は保護者同伴)
申込方法 10月3日(金)までに、申込書または電話により文化スポーツ振興課へお申し込みください。
申込書は、文化スポーツ振興課、

その他詳細につきましては、お問い合わせください。

問い合わせ先
文化スポーツ振興課スポーツ振興係
☎(22)21111 (内線364)



コミュニティ助成事業 で備品を整備しました



宝くじの社会貢献広報事業である「コミュニティ助成事業」による「宝くじの助成金」を活用し、若宮区が公民館の備品を整備しました。



▲若宮区で整備した石油ファンヒーター

備品の整備により、区民の地域行事への参加を促し、伝統文化の継承とコミュニティ活動の一層の推進が図られます。

実施団体	事業内容
若宮区	石油ファンヒーター、会議テーブル、スタッキングチェア、脚付ホワイトボード、和机、座布団、屋内掲示板、折りたたみ椅子など

問い合わせ先 政策情報課政策推進係
☎(22)21111(内線216)

税金 法人市民税の法人税割税率改正

税制改正に伴う市税条例改正により、10月1日以後に開始する事業年

現行 (9月30日まで)	14・7%
10月1日以後	12・1%

度分から、法人市民税の法人税割の税率が上図のとおり引き下げられます。

問い合わせ先
税務課課税係
☎(22)21111 (内線225)

募集

中野市合併10周年記念事業の企画案

本市は、平成27年度に合併10周年を迎えます。この節目を記念して、市民全員で祝い参加できる合併10周年記念事業を実施します。

記念事業の実施に当たり、市民の皆さんが「故郷のふるさと」中野市への愛着を深め、本市の魅力を市内外へ発信し、さらなる発展につながるような記念事業の企画案・アイデアを募集します。

○募集内容 10周年を記念して、「市で行って欲しいこと」、「市民がみんなでこんなことしてみたい」、「今あるイベントに、記念事業としてこれを行ったら盛り上がるのでは」など、さまざまな記念事業の企画案、イベントのアイデア。

(事業の実施主体は、原則、市とし、平成27年度に実施できる事業を想定し、予算は300万円を予定しています。)
※ただし、次に該当するものは除きます。

- ・営利を目的としたもの
- ・政治的または宗教的なもの
- ・法令などに違反又はその恐れがあるもの

○募集期限 9月19日(金)
○応募資格 市内に在住する方、市内に通学・通勤している方、市内に事務所または事業所を有する個人



人および法人その他団体の方

○応募方法 所定の応募用紙(任意様式でも可)に、企画案・アイデアのタイトル、概要を「記入の上、住所、氏名、連絡先を明記し、直接お持ちいただくか、郵送またはファクスで提出してください。(Eメール可)

※なお、提出された用紙は返却いたしませんのでご了承ください。

問い合わせ・応募先
政策情報課行政管理係
☎2111 (内線401)

募集

中野市行政改革推進委員

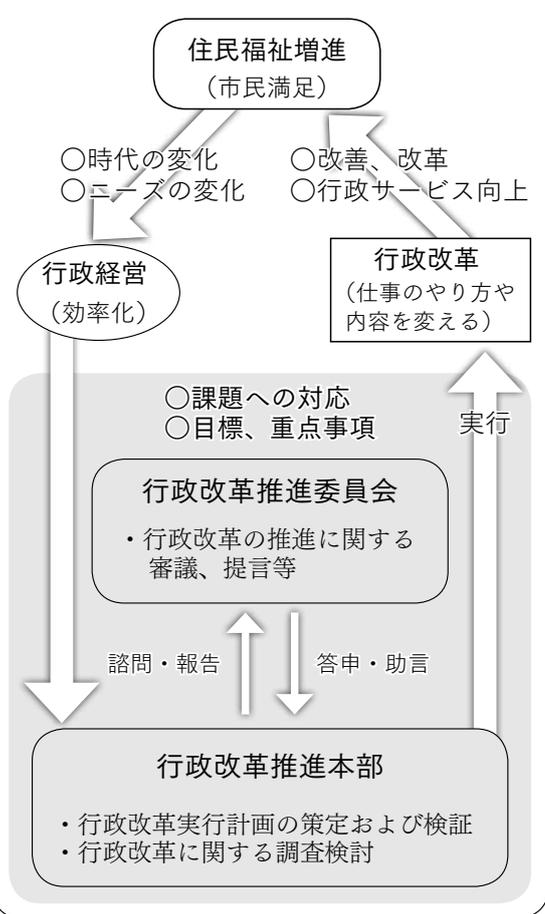
市では、社会経済情勢の多様化に対応し、より効率的な行政の推進を図るため、中野市行政改革推進委員会を設置しています。広く市民の皆さんに参加いただき意見を取り入れるため、次期公募委員を募集します。

- 募集人員 若干名
- 募集期限 9月19日(金) (郵送の場合必着)
- 任期 委嘱の日より1年間
- ※任期中、数回の会議を開催します。
- 応募条件 市内に住所を有する20歳以上の方で、平日昼間の会議に出席できる方
- 報酬 あり
- 応募方法 所定の応募用紙(任意)

市では、社会経済情勢の多様化に対応し、より効率的な行政の推進を図るため、中野市行政改革推進委員会を設置しています。広く市民の皆さんに参加いただき意見を取り入れるため、次期公募委員を募集します。

- 任期 委嘱の日より1年間
 - ※任期中、数回の会議を開催します。
 - 応募条件 市内に住所を有する20歳以上の方で、平日昼間の会議に出席できる方
 - 報酬 あり
 - 応募方法 所定の応募用紙(任意)
- 問い合わせ・応募先
政策情報課行政管理係
☎2111 (内線401)

推進委員と行政改革の関係イメージ



水道料金

水道メーターの検針および上下水道料金について

上下水道料金は、使用された水量に応じて、料金をお支払いいただきます。

そのため、市では2カ月に一度、市が委託した検針員が各ご家庭に伺い、水道メーターなどを検針し、上下水道料金の請求を行っています。

検針にご協力ください

水道メーターの検針は、検針月の1日から8日の間に行いますので、次の点にご協力ください。

- ①メーターボックスの上に、物を置かないようにする。
- ②犬などは、玄関や水道メーターから離れた場所につなぐ。
- ③メーターボックスの上や中に、土・泥・水などが入り込まないようにし、メーターボックスはきれいに保持する。

▼検針実施月

	検針地区・地域
偶数月	中野（栗和田区）、日野（更科区以外）、延徳、平野（片塩、西江部区の一部）、高丘、長科野、倭岡、豊田地域
奇数月	中野（栗和田区以外）、日野（更科区）、平野地区（片塩、西江部区の一部以外）

問い合わせ先
上下水道課営業係
☎2111（内線284）

①～③などの理由によりメーターの検針ができない場合は、認定水量（過去の使用量を参考にして決める水量）で検針したものと見なしてお知らせします。

検針の結果は、「使用水量のお知らせ」をポストなどに入れておきますのでご確認ください。

上下水道料金は、検針した月の28日までにお支払いいただくこととされています。

上下水道課から送付する納入通知書により金融機関、コンビニエンスストアなどで現金でお支払いいただくか、口座振替にてお支払いください。

現在、現金でお支払いいただいている方には、便利な口座振替をお勧めしています。お手続きは、市内金融機関または、上下水道課の窓口にあります専用紙の申込用紙をお願いします。

なお、水道料金などを滞納されると、水道の給水を停止する場合がありますので、納め忘れないようご注意ください。

上下水道料金について

上下水道料金は、検針した月の28日までにお支払いいただくこととされています。

上下水道課から送付する納入通知書により金融機関、コンビニエンスストアなどで現金でお支払いいただくか、口座振替にてお支払いください。

現在、現金でお支払いいただいている方には、便利な口座振替をお勧めしています。お手続きは、市内金融機関または、上下水道課の窓口にあります専用紙の申込用紙をお願いします。

なお、水道料金などを滞納されると、水道の給水を停止する場合がありますので、納め忘れないようご注意ください。

健康

水痘（水ぼうそう）・高齢者肺炎球菌予防接種

10月1日から水痘（水ぼうそう）および高齢者肺炎球菌が定期予防接種になります。

接種方法

○水痘

委託医療機関での個別接種および中野保健センターでの集団接種を実施します。対象年齢の方に予診票と案内を発送しますので、日程や接種医療機関などの詳細はそちらをご覧ください。料金は無料です。

○高齢者肺炎球菌（対象者・料金は下表を参照）

右表の委託医療機関へ予約していただき、年齢が確認できるもの（免許証、保険証など）を持参の上、中野保健センターへお越しください。予診票兼助成券などを交付します。

対象者	①当該年度（平成26年度から平成30年度まで）の末日（3月31日）に各65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方
	②平成26年3月31日に100歳以上の方（平成26年度に限る） ③接種日時時点で60歳以上65歳未満の者であって、心臓、じん臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害1級相当の障がいのある方 ※当該年度の末日（3月31日）に75歳以上で上記①②③の定期接種対象外の方は、市が任意助成を行います。
料金	市が3,000円を負担します。医療機関では、かかった費用から3,000円を差し引いた金額をお支払いください。

▼高齢者肺炎球菌予防接種の委託医療機関

医療機関名	住所	電話番号
アライクリニック	岩船 444 - 1	(24) 0601
飯田医院	中野 1650 - 3	(22) 2653
市川内科医院	三好町一丁目2番10号	(22) 3366
今井こども医院	岩船 161 - 13	(24) 7755
小田切医院	中央三丁目4番16号	(22) 3054
くまき整形外科・リウマチ科クリニック	一本木 282 - 1	(23) 1301
高野医院	中央二丁目6番22号	(22) 6810
佐藤病院	上今井 601	(38) 3311
須藤医院	中野 1868 - 7	(22) 3746
関整形外科	西条 972 - 1	(22) 6170
徳竹医院	中央一丁目7番3号	(22) 3202
西原医院	西二丁目3番16号	(22) 3007
長谷川クリニック	吉田 770 - 1	(26) 7700
広田医院	中央一丁目2番10号	(22) 6661
北信総合病院	西一丁目5番63号	(22) 2151
丸谷医院	片塩 465 - 1	(26) 0077
南谷整形外科	小田中 462 - 1	(22) 7722
油井内科医院	金井 893 - 2	(26) 1241

問い合わせ先

健康づくり課保健医療推進係・母子保健係
（中野保健センター内）

☎（22）2111（内線242・368）

募集

「わかがえり教室」 介護予防教室

追加開催分

介護予防を目的とした「わかがえり教室」を、好評につき追加開催します。

要介護状態にならないようにするために、元気なうちから食事、運動、お口のケアなどの生活習慣を見直すことが大切です。「無理が効かなくなつた」、「口の渇きが気になる」、「食べ物の好みが変わつてきた」など、若いころと比べて心身の変化を感じている方の、積極的な参加をお待ちしています。

○会場 中野保健センター
○期日 10月2日から12月18日まで
の毎週木曜日(全12回)

○時間 午前9時30分～11時30分
○対象 65歳以上のお元気な高齢者の方

○定員 20人(定員になり次第締め切らせていただきます)
※送迎はありません。

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)
☎2111(内線366・389)

募集

食育講座「ダシくらべ」～和食のプロが作る本格ダシのうま味を知ろう～

「食」は日々の生活の中で欠かすことのできない重要なものです。未来を担う子どもたちの環境を作る身近な大人たちに食育の大切さを伝え、大人から子どもに「食」の大切さを伝えてもらいたいという思いから、保護者の方を対象に食育講座を開催します。

会場 中野保健センター
講師 身近な食育推進会(吟、せきざわ、ラ・ステラ、ミューズ、セルクルの店主)の皆さん
実習メニュー 茶碗蒸し、蕎麦のかえし、リゾット
定員 10名程度(先着順)
受講料 材料費800円
申込期限 9月24日(水)
内容は和食のプロが作る本格ダシを使った調理実習(試食あり)と食育講話です。

期日 10月1日(水)
時間 午後1時～3時30分

問い合わせ・申し込み先
健康づくり課健康管理係(中野保健センター内)
☎2111(内線242)

募集

「中野市検診通知書用封筒」へ 掲載する広告を募集します

市の自主財源を確保し、市民サービスの向上を図るため、中野市検診通知書用封筒の裏面に有料広告を掲載していただける事業者などを募集します。なお、掲載の可否は、市の審査委員会が審査します。

広告掲載封筒の規格など
○封筒の種類 中野市検診通知書用封筒
縦31㎝×横22・5㎝
○広告の規格 縦5・5㎝×横9・5㎝
○広告枚数 4枚

作成予定枚数 1万6700枚
○広告掲載料金 4万3254円
※作成枚数により変更になる場合があります。
○発送(使用)期間 1月下旬～2月中旬
○募集期限 9月26日(金)
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)

健康

「健康長寿のまち中野市」を目指して 元気もりもり！健康体操

家でも仕事の合間でも、座りながら気軽に1分間で、衰えがちな足腰を鍛えられるトレーニングを紹介します。

太ももを鍛えて10歳若返ろう！

～効果部位：太ももの前、後ろ～

- ①椅子に浅く座り、足を交差させる。
 - ②後ろ側の足を前に蹴り出すように力を入れ、反対に前側の足を後ろに押さえつけるようにして10秒間押し合う。
 - ③左右の足を組み替え、3セット行う。
- ※呼吸は止めずに、足は下に着けずに行う。
膝に痛みがある方は控えてください。
背筋を伸ばして、どこにもつかまらずにやると、体幹も鍛えられます。



正面

横

※監修 フィットネスクラブ エフバイエー中野 健康運動指導士

不動産公売物件のお知らせ

市では、市税の滞納により差し押さえた不動産を入札によって公売しています。下記の公売財産を購入したい方は、市役所に掲示してある「公売公告兼見積価格公告」などを閲覧し、物件の明細などを確認してください。公売に参加を希望される方は、事前に参加申込書の提出が必要です。参加申込書の様式は、税務課窓口もしくは中野市公式ホームページからダウンロードできます。

ご不明な点は、税務課までお問い合わせください。

公売の対象となる土地・建物

所在地 中野市大字小田中字村上 139 番地 3
土地面積 139.89㎡
地目 宅地
建物種類 居宅
構造 木・鉄骨造亜鉛メッキ鋼板葺3階建
建物面積 1階80.51㎡ 2階80.10㎡ 3階58.79㎡
築年月 昭和61年1月
交通状況 長野電鉄信州中野駅から徒歩15分
見積価格 393万円
※面積・構造などは登記簿の表示です。

▼建物の外観



参加申し込みおよび公売日程

公売方法 入札
申し込み期限 9月30日(火)
入札日 10月7日(火) ※即日開札
公売場所 中野市市民会館 42号会議室
公売保証金 40万円
※参加申し込み後に、公売が中止になる場合があります。

▼建物の間取り



入札に参加される方へ

入札する前に現地で公売財産の状況を確認したり、所在地を管轄する登記所で登記簿を閲覧し、権利関係などを確認しておくことをお勧めします。

問い合わせ・申し込み先 税務課収納係 ☎(22)2111 (内線227)

広報クイズ

■今日のプレゼント

「ブドウ狩り(種無し巨峰)ペアチ
ケット」…2組

問題

中野消防署および豊田消防署の
平成25年火災発生件数は?
「●件」

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
知りたい情報などはがきに書いて、
次の宛先までご応募ください。

締め切り 9月22日(月)必着
※当選はプレゼントの発送をもって
代えさせていただきます。

先月号の答え 平成28年から新たな
国民の祝日となる「山の日」はいつ?
答え・・・「8月11日」

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

市民リレー元気の輪

No.3

徳竹常子さん
からのご紹介



○自己紹介

妻と夫婦2人で暮らしています。

50年以上ブドウを栽培しており、現在は約70坪の畑で、主にピオーネとシャインマスカットを栽培しています。ブドウは種無しで皮ごと食べられることが消費者の一番のニーズになってきているので、今後はナガノパープルとシャインマスカットを主体にしていきたいと考えています。また、自前の大型冷蔵庫を活用して、露地物のピークの時期からずらして出荷する「遅出し」に挑戦したいと思っています。

ハーモニカやオカリナが趣味で、それぞれ10年以上指導を受けて続けています。誰でも手軽に演奏できるものですが奥が深く、上手な人の演



小林 直美 さん (栗和田)

奏を聴くと、少しでも近づきたいという気持ちで湧いてきます。



▲ブドウの手入れをする小林さんご夫婦

旅行も好きで、夫婦で年に一度、海外旅行に行くことを目標にしています。エジプトのピラミッドやミャンマーの寺院など、世界の壮大な造形物を見ることが、人との出会いなどが楽しみです。

○元気の秘訣

妻と一緒に15年ほど連続で人間ドック(1泊)に行っています。その結果を気に掛けて、大好きなお酒を少し控えるようにしました。月の半分を目標に「休肝日」を設け、お酒を飲まなかった日は、妻がカレンダーにシールを貼ってくれます。おかげさまで健康は維持できています。

○おらほの自慢

中野市は農業、特においしいブドウが自慢ではないでしょうか。日本人のみなさんにおいしいシャインマスカットを食べてもらえようように、これからも頑張りたいと思います。

池田市長の

わくわくレポート

vol. 14

地域における消防団の役割

阪神淡路大震災や東日本大震災で防災における消防団と団員の重要性は、等しく誰もが感じているところである。

まず、最初に駆け付けけるのが消防団員の皆さんである。そして常備消防などが帰った後も、災害現場に残り最後まで詰めるのも消防団の皆さんである。現場は常に危険との隣り合わせ。それぞれ生業をもちつつの任務である。

近年、人口減少、少子高齢化が大ききな社会問題として捉えられている中で、地域防災の要といえる消防団の活性化は喫緊の課題であるといえる。若い人たちが少なくなり、地域の災害に備えるためには、団員組織の在り方、その装備の充実等見直さなければならぬ課題が山積している。こうした社会



環境の変化を踏まえて、行政としても、安全性を向上させつつ、その機能充実、負担の軽減等を総合的に見直していかなければならない。

ばならない。

もとより、消防団で任務に当たる皆さんは、地域の中に常にあり、様々な地域活動にも参画していただいている。地域社会の活性化は消防団員の皆さんとともにあるといっても過言ではあるまい。



司馬遼太郎の街道をゆくシリーズに「十津川街道」がある。その一節に、若者が社会性を育むため、一定の年齢になると若衆だけの集団、いわゆる「若衆組」に入り、様々な世の中の仕組みや事情を学ぶ機会を得ていたといった件がある。こうした古い制度にも似たものを要求する時代は消え去り、昨今ではインターネットやSNSが普及し社会の様相が大きく変容し、若い人たちの考え方も変わってきている。

一方で、少子高齢化、人口の偏在が顕著になってきている時代においては、地域固有の文化を継承しつつも、新しい仕組み、新しい装備、新しい感覚の消防団の在り方を考えなければならぬ時が、すぐそこに来ていると思う。



【特集2】

2014 各地区秋祭り

祭りの本質は神の歡待かんたいです。神を招き、仕え、奉るとともに人々の祈りや感謝をお伝えするものです。そのために神前に供物を捧げ、芸能娯楽をもって神をもてなしますが、その様相は地域で多少異なります。ですが人々の願いは天下泰平、五穀豊穰など不変的なものとして今も受け継がれています。

響き渡る笛の音に誘われ、皆さんも秋祭りに出掛けてみませんか。

撮影場所：栗林（白山姫神社）

2014 市内の秋祭りスケジュール：開催場所

9月

6(土)	三俣：八幡神社（三俣） 赤坂：赤坂生活改善センター
13(土)	東江部：江部神社 岩船：岩水神社 草間・日和：日和山神社 替佐：武運濃神社 碓：八王子神社 毛野川：巖島神社 北永江：永江神社 親川：親川太子堂
14(日)	北大熊：北大熊公民館ほか 小沼：小沼公民館ほか 篠井：延徳神社 新保：新保豊田神社 安源寺：小内八幡神社 穴田：八幡神社（穴田）
15(月・祝)	笠倉：高国濃神社
20(土)	西条：西条神社 大熊：大熊神社 大俣：高井大富神社 岩井・岩井東：日里御宰建神社 南永江：永江諏訪神社
21(日)	竹原：竹原神社 奥手山：飯綱神社
22(月)	片塩：諏訪社 吉田：吉田日野神社 越：越智神社
25(木)	東松川：松川神社
26(金)	壁田：長丘神社 古牧：長丘神社 深沢：深沢神社
27(土)	一本木：稻向太元神社 栗和田：栗和田神社 上小田中・下小田中：小田中神社 新野・高遠：新野神社

27(土)	更科：高井舟着神社 七瀬：七瀬公会堂ほか 栗林：白山姫神社 田塚：田塚神社 西笠原・東笠原：笠原神社 南間長瀬：高位牧神社 上今井：上今井諏訪社
-------	--

10月

4(土)	東松川：東松川公会堂 桜沢：白山姫神社 西江部：西江部神社 金井：伊勢社・本水寺 北間長瀬：伊勢神社 柳沢：日高見神社
5(日)	新井：新井神社
7(火)	普代：鴨ヶ嶽神社 赤岩：高社神社里宮
11(土)	立ヶ花：穂崎神社 田上：豊国神社
12(日)	間山：間山豊富神社
13(月・祝)	東町：王日神社
14(火)	中町：中日野神社 松川：松川神社
15(水)	西町：武水穂神社

11月

22(土)	若宮：若宮八幡宮
-------	----------

※各区長あて調査させていただいたものを掲載しています。（9月10日時点）

※駐車場は数が限られているため、各地区の指示に従い駐車してください。

※当日の内容については、変更がある場合もございますので、ご注意ください。

※なお、各地区の秋祭り開催状況については、11月号の中でお知らせする予定です。



▲小内八幡神社の青獅子



▲日和山神社の鬼獅子



▲新野神社の式三番叟



▲岩船地区の悪魔祓い

【内容の説明】

灯…大灯笼・門灯笼・灯笼 獅…獅子舞 笛…笛
 鼓…太鼓 三…三味線 神…神楽 花…花火 店…出店

秋祭りの内容～地区別～

中野地区

地区名	期日	内容
中 町	10月14日(火)～15日(水)	獅 笛 鼓 神
西 町	10月15日(水)	
東 町	10月13日(月)～14日(火)	神事のみ
松 川	10月14日(火)	神事のみ
普 代	10月7日(火)～10日(金)	
東松川	9月25日(木)～26日(金)	神事のみ
	10月4日(土)	獅 笛 鼓 神 花
一本木	9月27日(土)～28日(日)	灯 獅 笛 鼓 神 店
栗和田	9月27日(土)	灯 獅 笛 鼓 神 花 店
西 条	9月20日(土)	灯 獅 笛 鼓 神 店
上小田中	9月27日(土)	灯 獅 笛 鼓 神 店
下小田中	10月3日(金)	合同で実施
東吉田	(本年開催予定なし)	

日野地区

地区名	期日	内容
間 山	10月12日(日)～13日(月)	灯 獅 鼓 神 花 店
新 野	9月27日(土)～28日(日)	灯 獅 笛 鼓 神 花 店 (市無形民俗文化財 ：新野の式三番叟) 合同で実施
高 遠		
更 科	9月27日(土)～28日(日)	灯 獅 笛 鼓 店
東 山	未定 (集会場改修のため)	

延徳地区

地区名	期日	内容
桜 沢	10月4日(土)～5日(日)	獅 笛 鼓 店
大 熊	9月20日(土)～21日(日)	灯 獅 笛 鼓 神 花 店
北大熊	9月14日(日)～15日(月)	獅
小 沼	9月14日(日)～15日(月)	灯 獅 笛 鼓
篠 井	9月14日(日)～15日(月)	獅 笛 鼓 店
新 保	9月14日(日)～15日(月)	灯 獅 笛 鼓 三 店

平野地区

地区名	期日	内容
西江部	10月4日(土)～5日(日)	獅 笛 鼓 店
東江部	9月13日(土)～14日(日)	獅 笛 鼓 店
泉	(本年開催予定なし)	
岩 船	9月13日(土)～16日(火)	灯 獅 笛 鼓 三 花 店
片 塩	9月22日(月)～23日(火)	灯 獅 笛 鼓
七 瀬	9月27日(土)～28日(日)	灯 獅 笛 鼓 三 神 店
吉 田	9月22日(月)～23日(火)	灯 獅 笛 鼓 店
長 嶺	(本年開催予定なし)	

高丘地区

地区名	期日	内容
安源寺	9月14日(日)	灯 獅 笛 鼓 花 店 (市無形民俗文化財 ：小内八幡神社青獅子)
草 間	9月13日(土)～14日(日)	灯 獅 笛 鼓 神 店 (市無形民俗文化財 ：日和山神社鬼獅子)
日 和		
立ヶ花	10月11日(土)～12日(日)	灯 獅 笛 鼓 店
牛 出	未定	神事のみ
栗 林	9月27日(土)～28日(日)	灯 獅 笛 鼓 神 店
大 俣	9月20日(土)	獅 笛 鼓 店

長丘地区

地区名	期日	内容
田 麦	9月27日(土)～28日(日)	獅 笛 鼓
厚 貝	※春祭りとして実施済み	獅 笛 鼓
壁 田	9月26日(金)	神事・お祓いのみ ※獅子舞などは春祭りで実施
古 牧	9月26日(金)～27日(土)	神事・お祓いのみ

平岡地区

地区名	期日	内容
竹 原	9月21日(日)	灯 花 店
金 井	10月4日(土)～5日(日)	灯 笛 鼓 店
西笠原	9月27日(土)	笛 鼓
東笠原		
新 井	10月5日(日)～6日(月)	灯 獅 笛 鼓 神 花 店
若 宮	11月22日(土)	神事・お祓いのみ
北間長瀬	10月4日(土)～5日(日)	灯 笛 鼓 花
南間長瀬	9月27日(土)～28日(日)	笛 鼓 店
長元坊	(本年開催予定なし)	

科野地区

地区名	期日	内容
赤 岩	10月7日(火)～8日(水)	灯 獅 笛 鼓 花 店 (市無形民俗文化財 ：赤岩の太々神楽)
深 沢	9月26日(金)～27日(土)	灯 笛 鼓 店
越	9月22日(月)～23日(火)	獅 笛 鼓 花 店

倭地区

地区名	期日	内容
岩 井	9月20日(土)～21日(日)	獅 笛 鼓 神 店
岩井東		
田 上	10月11日(土)～12日(日)	灯 獅 笛 鼓 店
柳 沢	10月4日(土)～5日(日)	灯 笛 鼓 店
中小屋	(本年開催予定なし)	
牧ノ入	(本年開催予定なし)	

豊井地区

地区名	期日	内容
替 佐	9月13日(土)～14日(日)	獅 笛 鼓 花 店
笠 倉	9月15日(月)	神事のみ
碓	9月13日(土)～14日(日)	神事のみ
奥手山	9月21日(日)	神事のみ
美 沢	(本年開催予定なし)	
上今井	9月27日(土)～28日(日)	獅 笛 鼓 神 店 (市有形文化財 ：屋台 (お囃子))

永田地区

地区名	期日	内容
穴 田	9月14日(日)	獅 笛 鼓 神
毛野川	9月13日(土)～14日(日)	獅 笛 鼓
南永江	9月20日(土)～21日(日)	灯 獅 笛 鼓 神 店
北永江	9月13日(土)～14日(日)	獅 笛 鼓 神
梨久保	未定	神事のみ
涌 井	未定	神事のみ
親 川	9月13日(土)～14日(日)	獅 笛 鼓 神
三 俣	9月6日(土)～7日(日)	獅 笛 鼓
赤 坂	9月6日(土)	神事のみ
豊田深沢	(本年開催予定なし)	

9月10日(水)から16日(火)は

自殺予防週間です



平成25年の自殺者は全国で3万人弱、長野県では416人であり、憂慮すべき状況にあります。

自殺する人の多くが、悩みや問題で追い詰められ、死という道を選んでしまいます。しかし、周りからの小さな助けで、自殺は防ぐことができます。

知っておきたい「自殺のサイン」

- ①うつ病の症状に気を付ける(気分が沈む・自分を責める・仕事の能率が落ちる・決断できない・不眠が続く)
- ②原因不明の身体の不調が長引く
- ③酒量が増す
- ④安全や健康が保てない
- ⑤仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職を失う
- ⑥職場や家庭でサポートが得られない
- ⑦本人にとって価値あるもの(地位・家族・財産)を失う
- ⑧重症の身体の病気にかかる
- ⑨自殺を口にする
- ⑩自殺未遂の経験がある

困ったことや心配なことがあれば、どんなことでも相談してみませんか？

こころの健康相談統一ダイヤル
(平日 午前9時～午後5時15分)
☎0570-064-556



子育て支援センター

＝ 9・10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)	9月17日(水) 午前10時30分～	「助産師講座」 講師は北信総合病院助産師
	10月9日(木) 午前10時30分～	「運動会」 0歳から参加できます！
中央子育て支援センター(りんごっこ)	9月24日(水) 午前11時～	「お父さんの読み聞かせ」 男組さんの楽しいお話！
	10月6日(月) 午前10時30分～	「運動会」 元気いっぱい楽しもう！
豊田子育て支援センター(うさぎっこ)	9月30日(火) 午前10時30分～	「運動会」 親子で元気に楽しもう！
	10月10日(金) 午前10時30分～	「げんきっこ」 ふるさとの森文化公園集合
ひよこ保育園子育て支援センター	9月26日(金) 午前9時30分～	「おにぎりの日」 おにぎりを持って出かけます
	10月17日(金) 午前9時30分～	「おにぎりの日」 おにぎりを持って出かけます

※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 (休)日・月・祝日
- りんごっこ ☎(22) 2259 (休)日・火・祝日
- うさぎっこ ☎(38) 1638 (休)日・水・祝日
- ひよこ保育園 ☎(22) 6292 (休)土・日・祝日

わが家の☆アイドル☆



市内在住の小学校就学前のお子さんを募集します。(先着4人まで掲載)

- ①お名前(ふりがな) ②生年月日 ③性別 ④応募者のお名前 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦メッセージ(30字まで)を明記し、写真データを添付の上、9月19日(金)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



原澤 幸太郎くん (5歳)
元気で思いやりのあるやさしい子に育ててほしいと思います。



関口 詩歩ちゃん (3歳)
いつも元気いっぱいいな詩歩ちゃんできてね。



湯澤 愛菜ちゃん (3歳)
まだまだ甘えん坊のお姉さん♡
元気いっぱいのびのびと育ててね！



倉科 裕幸くん (3歳)
いつも笑顔で元気いっぱい
に育ててね♪

保健だより

- 健康づくり課(中野保健センター) ☎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

日程

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

ワクチン名	日程	予約先
B C G	9月16日(火)	健康づくり課 母子保健係
不活化ポリオ	9月10日(水)	
四種混合	9月19日(金)	
ヒブ		
小児用肺炎球菌		
水痘	10月3日(金) 10月8日(水)	

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

麻しん・風しん混合 (はしか・三日はしか)

対象/第1期=12～24か月未満児
第2期=5歳以上7歳未満で、就学前の1年間(平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ)

※対象者は無料で接種が受けられますので、接種される前月に実施医療機関へ予約してください。

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日から平成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。



健(検)診

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	9月30日(火)	26年5月生
7か月児健診	9月24日(水)	26年1月生
1歳6か月児健診	9月26日(金)	25年2月生
2歳児健診	9月29日(月)	24年8月生
3歳児健診	9月25日(木)	23年8月生

※都合がつかない場合は、翌月お出掛けください。



歯周疾患検診

20歳・30歳・40歳・50歳・60歳および70歳の方を対象に実施しています。

対象者には受診票をお送りしてありますので、希望する市内歯科医院に予約の上、お早めに受診してください。

期間/12月26日(金)まで

受診料/60歳までの方は500円、70歳の方および生活保護受給世帯の方(受付で証明書を提示のことは、無料となります)。



講座・相談

マタニティクラス

期日/10月3日(金)
時間/午前9時30分～11時30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、妊婦の健康・栄養(試食あり)
※3日前までに予約が必要です。

育児教室

会場/中野保健センター

期日・時間	対象児・内容
9月18日(木) 午前10時～11時30分	4～6か月児 赤ちゃん体操、離乳食の話、試食
9月12日(金) 午後1時15分～3時30分	8～10か月児 むし歯予防と顎の発育、離乳食の話、試食

※3日前までに予約が必要です。

心の健康相談

イライラ・不眠・人に会いたがらない・やる気が出ないなど、心に関するさまざまな相談に個別で応じます。相談は無料で、予約制です。

秘密は固くお守りします。お気軽にご利用ください。

心の健康相談は、月1回行っています。詳しくは、健康カレンダーをご覧ください。

期日/10月2日(木)

時間/午後3時～5時

相談担当者/こころの専門医

会場/中野保健センター

対象者/悩みを持つ本人、家族など
※希望者は相談日の2日前までに健康づくり課へお申し込みください。

電話医療相談所	☎23-0300	午前8時30分～午後7時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
女性相談	☎23-4810	午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
子ども電話相談	☎23-3191	午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
長野県小児救急電話相談	☎#8000	午後7時～11時
児童虐待・DV24時間ホットライン	☎0263-91-2410	



中野市民水泳大会

8月24日、市民プールにおいて中野市体育協会主催の「第10回中野市民水泳大会」が開催されました。当日は、時折小雨が降る天候となりましたが、約100人の参加者が50m自由形や平泳ぎ、男女200mリレーなど23種目に分かれて競技を行いました。会場は、学校の先生や友達、家族の大声援で大いに盛り上がり、声援を力に変えた参加者は、日頃の練習の成果を発揮すべく、ゴールを目指して力いっぱい泳いでいました。



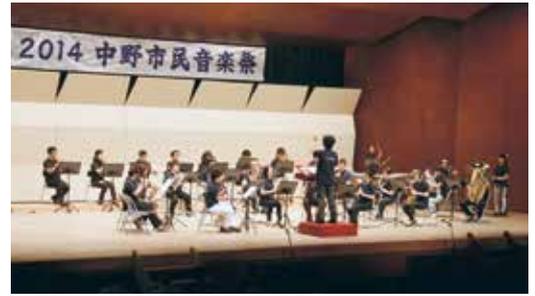
夏休み子ども教室「走り方教室」

8月8日、西部公民館多目的ホールにおいて夏休み子ども教室「走り方教室」を開催しました。当日は、市内の総合型地域スポーツクラブで陸上教室の指導員を務める高木学さんを講師に迎え、あらゆる競技や運動に通用する走り方をトレーニングしました。参加した児童たちは、体の角度や向き、関節や筋肉の使い方など、普段の生活ではなかなか意識できないことを何種類ものトレーニングを通して学んでいました。



市長杯争奪市内高校野球大会

8月2日、市営野球場において「中野市長杯争奪市内高校野球大会」を開催しました。当日は、中野立志館高等学校と中野西高等学校が対戦し、球児たちは強い日差しと厳しい暑さにも負けず、はつらつとしたプレーを見せていました。試合は10対2で中野西高等学校が勝ち、2年ぶり通算20回目の優勝を飾りました。大会終了後には、新潟県上越市の関根学園高等学校を迎え、3校による交流試合を行いました。



2014中野市民音楽祭

8月30日、市民会館ホールにおいて「2014 中野市民音楽祭」を開催しました。音楽を通じたまちづくりの推進と音楽文化の向上を目的に例年開催しており、52回目を迎えた本年は、市内の合唱団や吹奏楽団など23団体が出演し、美しいハーモニーと迫力ある演奏を披露しました。また、参加者全員で開会時に中山晋平先生作曲の「カチューシャの唄」を、休憩後に久石譲氏作曲の「となりのトトロ」を、そして最後に高野辰之博士作詞の「故郷」を合唱し、会場は澄みきった歌声に包まれていました。



ムシカ アレグレ コンサート

8月24日、高野辰之記念館において唱歌『故郷』『朧月夜』誕生100周年サマーコンサート「ムシカ アレグレ コンサート」を開催しました。

当日は、長野市出身で音楽大学などで指導する荒井雅至さん（ヴァイオリン）と門下生、ゲストの小宮康裕さん（ピアノ）によるクラシックなどの演奏が行われました。高野辰之作品の演奏では、参加者全員で合唱を行い、会場には力強く美しい音色と歌声が響き渡りました。



自然観察会「千曲川ラフティング」

千曲川の篠井川合流付近から古牧橋付近までをラフティングボートで下る「千曲川ラフティング」を8月1日から6日間にわたり開催しました。

これは、水辺の生き物や川の汚れを観察し、自然環境保全の重要性を考えることを目的に開催したもので、今年で9年目の取り組みになります。

期間中には、小学生から大人まで276人が参加し、水を掛け合ったり川に飛び込むなど、雄大な自然と触れ合いながら川下りを楽しんでいました。

▼お知らせ

害鳥駆除9月・10月の実施日程

●農政課耕地林務係（内線251）

●害鳥駆除（カラス、ムクドリほか）

実施日 9月7日(日)、21日(日)、28日(日)、10月5日(日)、12日(日)、26日(日)

対象区域 市内農地周辺

時間 日の出から約2時間

※駆除実施中は銃器を使用するため、大変危険です。駆除時間中は、対象区域に近づかないようお願いいたします。

汚泥発酵肥料 なかの「おすみちゃん」・「未土利」

●園上下水道課監理係（内線280）

●なかの「おすみちゃん」

販売日 9月10日(水)、17日(水)、21日(日)、10月1日(水)、8日(水)、15日(水)、19日(日)、29日(水)
販売時間 午前9時～11時30分
販売場所 中野浄化管理センター
価格 1袋(15kg) 200円
バラ(300kg) 1500円
バラ(500kg) 2500円

※バラ売りは10日前までに要予約。
※バラ売り袋は後日お返しください。

●未土利

販売日 月曜日～金曜日(祝日、お盆、年末年始は除く)

販売時間 午前9時30分～午後4時

販売場所 平岡処理場(ナピア平岡 笠原580番地)

価格 1袋(15kg) 250円

※在庫が少ないため、売り切れの際はご容赦ください。

なかの「おすみちゃん」の無料配布

●園上下水道課下水道係（内線283）

●なかの「おすみちゃん」無料配布

期日 10月5日(日)
時間 午前9時
場所 中野浄化管理センター
配布数 2千袋(先着200台1台につき10袋まで)

●「無料引換券」配布

期日 10月5日(日)
時間 午前10時
場所 信州中野環境祭 会場内
上下水道課ブース(勤労者福祉センター)

配布数 先着350枚(1人1枚)

※無料引換券は、10月～平成27年3月のなかの「おすみちゃん」販売日に、1枚につき3袋と交換できます。

※詳しくはお問い合わせください。

「住宅性能向上促進事業補助金」の受付終了

●園都市計画課建築住宅係（内線273）

4月から受け付けを行った「住宅性能向上促進事業補助金」は、7月11日をもって予算総額に達したため、本年度の受け付けを終了しました。多数の方にお申し込みをいただき、ありがとうございました。

補助申請件数 234件
補助金総額 2499万円
対象工事費総額 約2億700万円

屋外広告物禁止物件の一斉点検を実施します

●園都市計画課建築住宅係（内線273）

9月10日(水)の「屋外広告の日」から19日(金)までの「屋外広告物適正化旬間」に合わせて、屋外広告物表示禁止物件の一斉点検を行います。

広告物の適正な表示と良好な景観づくりにご協力をお願いします。

屋外広告物(看板など)の表示禁止物件 電柱、街路灯柱、街路樹、道路上の柵、ガードレール、公衆電話ボックス、信号機、道路標識、橋

(陸橋などを含む)、カーブミラー
※このほか、退色、破損した広告物の表示や、特定の地域での広告物の表示などが禁止されています。

職場のトラブルでお困りの労働者・事業主の方へ

●長野県労働委員会事務局

☎026(235)7468

長野県労働委員会では、労働者と事業主のトラブルを解決するための仲裁(あっせん)を無料で行っています。労使双方がご利用いただけます。トラブルの例 突然解雇された、説明もなく時給が下げられた、配転命令に従業員が従わない、など

ホームページ <http://www.pref.nagano.lg.jp/roi/kensei/soshiki/soshiki/kencho/roi-02.html>



コンビニエンスストアでも納付 ができます

国民年金は、国が責任をもって運営している「安心」の保険です。保険料は夜間や休日でも納付ができます。

国民年金が「お得」な理由

- ・基礎年金支給額の1/2は、国が負担しています。
- ・老後の給付(老齢基礎年金)は、終身で受け取れる一生涯の保障です。
- ・納めた保険料の全額が所得から控除されます。

現役世代の保証も充実 けがや病気などが原因で一定の障がいが残ったときや、死亡したときには「障がい基礎年金」や「遺族基礎年金」も支給されます。

年金の受給資格を得るためには 国民年金を受給するためには、保険料を40年納めることが原則です。万が一、納付できなかった場合でも、納付済期間や免除期間などの合計が25年あれば、老後の年金を受給することができます。
※平成27年10月に、期間が25年から10年に短縮予定。

☎長野北年金事務所 ☎026(244)4100
市民課国民年金係(内線237)

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

廃タイヤの有料回収

☎環境課衛生係(内線245)

家庭で処分にお困りの自動車廃タイヤを有料回収します。ご希望の方は、回収場所に直接お持ちください。

回収日 10月5日(日)

時間 午前9時～正午

場所 浜津ヶ池公園駐車場

料金 500円(1本)

※ホイールの有無は問いません。

注意事項 回収するのは自家用車の廃タイヤのみで、事業で使用する車の廃タイヤは回収しません。事業者の持ち込みは固くお断りします。

北信ブロック

障害者就職面接会

☎飯山公共職業安定所

☎0269(62)8609

ファクス0269(62)5972

障がいをお持ちの方で就職を希望される方を対象に、就職面接会を開催します。事業所の方とその場で面接ができます。ぜひご参加ください。

期日 9月25日(木)

時間 午後1時20分～4時(受付

午後0時30分)

会場 メルパルクNAGANO

参加事業所 約50社(予定)

オータムジャンボ宝くじ

☎公益財団法人長野県市町村振興協会 ☎026(234)3611

宝くじの収益金は、地域住民の福祉向上のため使われます。長野県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

販売期間 9月19日(金)～10月10日(金)

抽せん日 10月17日(金)

「動物追い払い花火」の使用にご注意を!

☎長野県産業労働部ものづくり振興課 ☎026(235)7133

動物駆逐用花火の使用で、持ち手付近が破裂し、指を欠損する事故が多発しています。使用の際は、原則、手には持たずに安全な取り扱いを心がけてください。

「やねだん」から学ぶ

地域再生を考える会

☎公益社団法人日本青年会議所

北陸信越地区長野ブロック協議会 ☎0263(32)0707

行政に頼らず地域再生を果たした鹿児島県柳谷の取り組みを紹介し、住民主導のまちづくりを考えます。

期日 9月15日(月)

時間 午前10時30分

会場 千曲更殖文化会館大ホール

講師 柳谷自治公民館長

豊重哲郎さん

入場料 無料

第30回信州矯正展

☎長野刑務所処遇部企画部門 ☎026(245)0900

受刑者の社会復帰に向けた取り組みや、矯正行政の現状を理解してもらうことを目的に開催します。

期日 10月4日(土)

時間 午前9時～午後3時30分

会場 長野刑務所庁舎前(須坂市馬場町1200番地)

内容 施設見学、性格診断、パネル展示、作業品販売、刑務所のごはん試食、子ども用刑務官制服試着など

B型肝炎訴訟説明会

☎B型肝炎訴訟長野県弁護士事務所 ☎026(234)7754

予防接種によるB型肝炎ウイルス感染者で、裁判で一定の要件を満たす方へ支払われる給付金の要件などに関する説明会が開催されます。

期日 10月5日(日)

時間 午前10時

会場 飯山市民会館 第1会議室

※事前予約不要、参加無料

▼催し・イベント

帯の瀬ハイッ

「帯の瀬の日」

☎ 帯の瀬ハイッ ☎(22)6210

帯の瀬ハイッでは、毎月1回「帯の瀬の日」を開催しています。

どなたでも無料で参加できますので、ぜひご来館ください。

期日	イベント	季節の風情
9月26日(金)	オペレッタ	湯
10月26日(日)	ハーモニカ演奏	草津の湯
11月26日(水)	スーパーマジック	コスモスの湯
12月20日(土)	トーンチャイム演奏	ユズの湯

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

人権センターまつり

☎ 中野人権センター ☎(26)2287

期日 10月4日(土)

●作品・ポスター展示

時間 午前10時30分～午後3時30分

会場 市民会館ホワイエ

●和太鼓演奏

時間 午後1時

会場 市民会館ホール・ステージ

演者 共同作業訓練施設「竹馬」

●記念公演

時間 午後1時30分～3時

会場 市民会館ホール

演題 生きながら生まれ変わる

講師 歌手 米良美一さん

中山晋平記念館まつり

☎ 中山晋平記念館 ☎(22)7050

毎年恒例、中山晋平記念館の一大イベントです。ぜひご来館ください。

期日 10月5日(日)

時間 午前9時～午後4時

会場 中山晋平記念館

ふれあいコンサート 音楽愛好グループによる合唱やフルート、オカリナ、ハーモニカなどの演奏

販売コーナー 地元農産物や食べ物などの販売

※当日は、館内を無料開放します。

※当日は、館内を無料開放します。

千曲川地域ブランドフェア

☎ 千曲市経済部産業振興課 ☎026(272)1056

千曲川流域30市町村自慢の農産物・ご当地ブランドやグルメなどの食が大集合します。

期日 9月28日(日)

時間 午前10時～午後4時

会場 千曲市戸倉体育館(千曲市大字磯部1406-1)

資源物の特別回収・日曜回収

9月28日(日) 午前10時～午後1時 資源物の日曜回収

場所 ユー・パレット中野西店

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

10月5日(日) 午前9時～正午 資源物の特別回収

場所 浜津ヶ池公園駐車場

回収品目 庭木の剪定枝、廃タイヤ(有料)

★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。

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…今年度からナイロン製品・中綿入り製品、セーターなども回収の対象となります。

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。
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。

廃タイヤ…1本500円の費用が掛かります。ホイールの有無は問いません。※事業で使用している車のタイヤは回収できません。

☎ 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

▼募集

公共職業訓練「パソコン・会計実務科」訓練生募集

☎ 長野県長野技術専門学校 ☎026(292)2341

公共職業安定所に求職申込をして

いる方を対象に訓練生を募集します。

募集期限 9月25日(木)まで

募集定員 15人

訓練期間 10月24日(金)から平成27年

1月23日(金)まで(3カ月間)

※科目内容、申込方法など、詳しく

はお問い合わせください。

リサイクルかわらばん 8月22日現在

譲ります 稲の育苗箱(180枚) / 大正琴

譲ってください ベビーベッド

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)

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

暮らしを楽しむ
信州ガーデニング

著/越洋子、清水恵子
信濃毎日新聞社出版局



この一冊で信州の庭づくりが
わかる!花木の図鑑や作業ノ
ウハウも満載!ラクして楽しむ
庭づくり10カ条、信州で育てやすい植物図鑑、月ごとの
園芸作業ごよみ。



3つの鍵の扉
著/ソニヤ・フェルナンデス・
ビダル
晶文社

ニコの素粒子をめぐる冒険。
シュレーディンガーの猫、量子
テレポーテーション、スーパ
ポジション…素粒子たちの不
思議な世界。量子論を知れば
日常がちがって見えてくる!ぼくたちはみんな、「宇宙
のはじまり(ビッグバン)」につながる粒子なんだ。

三国志外伝(宮城谷昌光)/山桜記(葉室麟)/カ
レイドスコープの箱庭(海堂尊)/キル・リスト(フレデリッ
ク・フォーサイス)/人間らしくヘンテコでいい(鎌田實)/
aとtheのココロ(テルキデイブ)/JAは誰のものか(増田
佳昭)/めざせ!日本酒の達人(山同敦子)/ルポ妻が
心を病みました(石川結貴)/3歳までの子育てに大切な
たった5つのこと(佐々木正美)/迫りくる「息子介護」の
時代(平山亮)/世界は宗教で動いている(橋爪大三郎)

ビデオ上映会 としよかん★プチキネマ

トムとジェリーの大冒険

上映日時 9月21日(日) 午後2時~

高齢者は食べ盛り

上映日時 10月1日(水) 午前10時~

会場 図書館2階AVホール(入場無料)

年次蔵書点検のため
図書館を休館しています

ポストへの図書の返却やホームペー
ジでの閲覧・蔵書検索は利用できま
す。
閉館期間 9月11日(木)まで

市の施設見学参加者募集

☎ 庶務課秘書広報係(内線212)

市政への認識を深めてもらうた
め、市の施設見学を実施します。

期日 10月10日(金)

時間 午前9時30分~午後3時50分

見学場所 日本土人形資料館、岳南
広域消防本部、南部学校給食セン
ター、中野浄化管理センター、市立
博物館

※市役所集合、市のバスで移動

募集定員 30人(定員になり次第、
募集終了)

申込締切 9月26日(金)

費用 268円(昼食代)

第10回市民ソフトバレー

☎ 文化スポーツ振興課スポーツ

振興係(内線364)

期日 10月26日(日)

時間 開会式:午前9時

会場 市民体育館

競技部門

①一般女子(中学生以上)

②男女混合

③フレンドシップ

チーム編成条件など

①市内に在住または在勤、在学す
る者で構成すること

②チーム名は10文字以内とすること

③選手および交代要員を含め、8人
以内とすること

④1人で2チーム以上に参加するこ
とはできない

⑤男女混合は女性2人以上が常にプ
レーしていること

⑥フレンドシップは、小学生以下
(性別問わず)2人以上(小学
生4人でも可)、中学生以上2
人以上(男性は1人以上)が常
にプレーしていること

参加料 無料

申込締切 10月15日(水) 午後5時

※申込用紙は文化スポーツ振興課、
市民体育館またはB&G海洋セ
ンターからお持ちください。

THE☆若者・まちなか音楽会

THE☆若者・まちなか音楽会

出演者大募集!

ダンス、バンド演奏、歌などを発表したい方を募集します!

日時 10月11日(土) 午前10時~午後1時30分(予定)

会場 中野陣屋前広場公園ステージ 参加費 無料

応募締切 9月18日(木)

☎ 音色がはずむまちづくり委員会事務局(市役所商工観光課)
(内線272) Eメール shoko@city.nakano.nagano.jp

▼講座

Qimama〜気まま〜
「human care 講座」

岡福祉課厚生保護係（内線255）

DV（ドメスティックバイオレンス。配偶者などによる暴力や嫌がらせ）、モラルハラスメント（精神的な嫌がらせ）、トラウマ（心的外傷）など、「こころの傷付き」について考えながら学ぶ講座を開催しています。

「自身の「こころの傷」に気づき、「こころのケア」へ繋げましょう。

期日	講座テーマ
①10月18日(土)	境界線
②11月29日(土)	コミュニケーション
③12月27日(土)	パートナーシップ
④1月10日(土)	Bさん(加害者とは)
⑤2月7日(土)	育った環境(子どもへの暴力の影響)
⑥3月7日(土)	自尊心

時間 午前10時〜正午

会場 市民会館45号会議室

※10月18日(土)のみ47号会議室

参加料 無料

※参加対象は女性限定です。

※申し込みは不要で、興味ある講座のみの参加もできます。

▼相談

法務局休日無料相談所

岡甲長野地方法務局総務課

☎026(235)6611

土地・建物の登記手続きや境界問題、遺言・相続、婚姻・離婚、人権などについての相談に、法務局職員、公証人、弁護士、司法書士、土地家屋調査士、人権擁護委員が応じます。お気軽にご相談ください。

期日 10月5日(日)

時間 午前9時30分〜午後3時

会場 長野市旭町1108番地

長野地方法務局

※相談は予約が必要です。

多重債務者無料相談会

岡甲長野県長野消費生活センター

☎026(223)6777

弁護士・司法書士による多重債務者無料相談会が開催されます。

借金問題でお困りの方は、一人で悩まずこの機会にぜひご相談ください。

面接は予約制で行いますので、前日までにお申し込みください。

期日 9月10日(水)

時間 午前10時〜午後5時

会場 長野県長野消費生活センター
(長野県長野保健福祉事務所1階)

ご寄付ありがとうございました

ふるさと寄附金

東京都練馬区	押鐘 富士雄 様	2,500,000円
奈良県五條市	峯野 敏和 様	10,000円
東京都杉並区	小林 正信 様	10,000円
静岡県浜松市	山崎 恵子 様	20,000円
埼玉県吉川市	小林 留一 様	10,000円
東京都品川区	酒井 邦浩 様	50,000円
長野市	宮島 康彦 様	30,000円
群馬県前橋市	藤本 清 様	20,000円
群馬県前橋市	折茂 明枝 様	20,000円
大阪府高槻市	原田 尚志 様	10,000円

中野立志館高等学校 様

木製ベンチ2脚 地域活性化のため

中野市マレットゴルフ協会 様

会議用テーブルほか クラブハウス利用促進のため

岡甲庶務課秘書広報係（内線400）

消費生活
相談

消費者トラブルと解決法

47

「自己負担なく修理できます」に注意!

事例 訪問してきた業者に「家の雨どいが壊れている。火災保険の保険金を利用すれば、自己負担は一切なく、屋根の修理ができる」と勧誘された。その後、50万円の見積書を渡され、「保険会社に保険金を請求し、支払われた金額で工事をする」という契約をした。しかし、実際には保険会社から保険金が8万円しか支払われず、残金を支払えなくなってしまった。

アドバイス 「保険金を請求すれば、自己負担なしで自宅の修理ができる」などと勧誘する手口の相談が急増しています。保険金が支払われず、工事費が自己負担になったり、高額な解約料を請求されたりすることもあるので、安易に契約しないよう注意しましょう。

解決方法 業者と契約した場合、契約の日から8日以内であれば、無理由・無条件で契約解除ができる「クーリング・オフ」制度があります。詳細については、相談窓口までお問い合わせください。

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

「法の日」週間

無料法律相談所

☎ 飯山簡易裁判所

☎ 0269(62)2125

10月1日(水)から7日(火)までの「法の日」週間に合わせ、法律、人権、調停、公証についての無料相談所が開設されます。予約は不要で、秘密は固く守られます。

期日 10月2日(木)

時間 午前10時～午後4時

会場 飯山簡易裁判所

※相談内容に関する資料をお持ちください。

長野1日合同行政相談所 「くらしの困りごと相談」

☎ 長野県行政評価事務所

☎ 026(235)5566

不動産の登記、年金、建築など行政の仕事についての相談や、法律相談などを受け付ける合同行政相談所を開設します。相談は無料で、秘密は固く守られます。予約は不要です。お気軽にご相談ください。

期日 9月24日(水)

時間 午前10時～午後3時

会場 長野バスターミナル会館
4階 国際ホール
(受付は午後2時30分まで)

司法書士無料法律相談

☎ 長野県司法書士会飯山支部

☎ 0269(22)3486

住民の皆さんの権利擁護と公正な社会の実現を目指して、司法書士による無料法律相談所を開設します。家・土地のこと、借金のこと、家族のことなど、ぜひこの機会にお気軽にご相談ください。

期日 10月4日(土)、12月6日(土)、平成27年2月7日(土)、4月4日(土)、6月6日(土)

時間 午後2時～5時

会場 市民会館会議室

※予約は不要です。

▼展示

市立博物館 ☎ 22-2005 Ⓢ 火曜日	常設展示室「中野市の自然と歴史・文化・重要文化財柳沢遺跡展示室」 西沢今朝夷水彩画展「ふるさとの記憶」
中野陣屋・県庁記念館 ☎ 23-2718 Ⓢ 火曜日	第17回中野みずゑ会会員作品展 9月15日(月)まで 信州中野景観展 9月17日(水)～29日(月) まめプロ個展「ウチのコ+お弁当ねこ展」 9月18日(木)～29日(月)

▼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)
保健師による保健相談	期日 毎月第2・4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 9月10日(水)、10月10日(金) 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8時30分～午後5時15分 会場 中野人権センター	人権・男女共同参画課 ☎(23)4810
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 9月18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.113

NAGAOKA ELEMENTARY SCHOOL

折り紙で世界中の 人を笑顔にしたい！

わたぬき 綿貫 りゅうま 隆真さん 長丘小学校 6年

僕は、折り紙で世界中の
の人を笑顔にさせる
のが夢です。
なぜかという、前に
折り紙の講演会で、先
生が折り紙についてた
くさんお話をしてくれ
ました。その講演後
も、折り紙のお話をし
て頂きました。その折
り紙の先生は、たくさ
んの国をまわったりし
ながらいろいろな人
に折り紙を教えているそ
うです。それで大勢の人
を笑顔にしたそうです。
なので僕はその折り
紙の先生をそんけいし
たから僕も負けずに、
折り紙で世界中を笑顔
にしたいと思いました。
そのために、算数と
理科などをしっかり勉
強して、オリジナルの作
品もできるようにした
いです。あと、てん開図
から考えて作品を作れ
るように、たくさん折
り紙を折って、とても難
しいと思うけど、すごい
作品ができるようにし
たいです。



編集後記

面積：112.06 km²
人口：44,243人（-7）
男：21,397人（+2）
女：22,846人（-9）
世帯数：15,479戸（+6）
【平成26年8月1日現在】
（ ）は前月比、平成22年
国勢調査を基に推計

▼小さな頃憧れた消防士。時
には40きを超える装備を身
まとい、災害現場の最前線
活躍したりと、とても頼り
なる存在です。今回の特集を
通し、そんな「格好良い消防
士の皆さん」に憧れを抱く方
が増えれば幸いです。（芳澤）
▼取材で参加させてもらった
千曲川ラフティング。雄大な
川の流れを感じるとともに、
普段なかなか見ることができ
ない角度から、川と橋、山の
美しいコントラストなど、素
晴らしい景色を見ることができ
き、故郷の新たな魅力を発見
することができました。（中沢）
▼学生時代、中野消防署へ職
場体験でお邪魔したことがあ
ります。当時、高所訓練の最
中に笑っていると、本気で叱
られたことを思い出します。
子どもながらに、命と向き合
う皆さんの厳しさと優しさを
感じました。（仲條）