

中野市この一年

2015年も残りわずかとなりました。
皆さんの2015年はどんな一年でしたか。
ここでは「広報なかの」で紹介した話題を
中心に、中野市のこの一年を振り返ります。



▼写真の配置



7月	6月	5月	4月	3月	2月	1月
31日 夏期巡回ラジオ体操・みんなの体操会 ⑦ 29日 千曲川ラフティング 26日 越川優選手バレーボール教室 25日 親子ふれあい魚つかみどり 18日 中野祇園祭 3日 市ビートルボール大会	6日 チョウゲンボウ探鳥会 7日 斑尾ふるさと祭り 28日 市消防団ポンプ操法・ラッパ吹奏大会 ⑥	4日 成人式 16日 土砂災害防災訓練 17日 カチューシャふるさとマラソン大会 30日 晋平・辰之メモリアルめぐましライブコントリビューター 2015 in NAKANO 30日 信州なかのバラまつり ⑤	1日 ひまわり保育園開園 ④ 7日 新規就職者激励大会 22日 中山晋平生誕祭 26日 緑化苗木頒布会 29日 故郷のふるさと音楽会	1日 ひまわり保育園開園 ④ 14日 北陸新幹線飯山駅開業 ③ 22日 土人形絵付けコンテスト表彰式 31日 中野ひな市	2日 高野辰之忌 22日 生涯学習市民のつどい 23日 市農業経営技術奨励賞表彰式 27日 差別をなくす講演会	2日 新春走り初め大会 4日 消防団出初式 24日 中山晋平記念音楽賞 31日 優秀賞入選曲発表会 ① 共にいきいき市民のつどい



12月	11月	10月	9月	8月
13日 晋平忌 12日 高野辰之記念祭 5日 豊田人権センター人権のつどい	7日 消費生活講演会 8日 中野市伝大会 15日 中野えびす講・産業展 ⑫ 21日 中野えびす講・産業展 ⑫ 19日 子ども議会 18日 差別をなくす市民集会 14日 「未来への手紙」開錠・発送式 10日 中野えびす講・産業展 ⑫	10日 信州なかの巡りEYEウオーク 10日 健康づくりフェスティバル 10日 秋のバラまつり 11日 童謡・唱歌のふるさと 17日 信州中野アンサンブルフェス 18日 人権センターまつり 27日 総合文化祭芸術祭 27日 合同金婚式 29日 信州なかのフェアin横浜 31日 ドキドキハロウィン2015 ⑪ 31日 図書館まつり	4日 中山晋平記念館まつり 7日 功労者・善行者表彰式 自治功労物故郷追悼式 中野市合併10周年記念式典 ⑩ 徳川宗家18代当主徳川恒孝氏講演会	1日 市長杯争奪市内高校野球大会 6日 七夕まつり 17日 久保竜彦サッカー教室 23日 ムシカ・アレグレ・コンサート 24日 小林家文書一括が市指定有形文化財に指定 29日 市民音楽祭 ⑧ 30日 市民水泳大会

12～1月の合併10周年記念事業を紹介します。大勢の皆さんのお越しをお待ちしています。

check!!

001

12/12(土)

高野辰之記念祭

問 高野辰之記念館 ☎ (38) 3070

高野辰之記念館では、高野辰之博士の教育者としての側面にスポットを当て、元中野・下高井教育会長の寺島正友先生を講師に、「日本の文化・思想を大切にし、志を求め続けた高野辰之」と題してご講演をいただきます。また、講演の前後には高野辰之作品の合唱も行います。お気軽にお越しください。

期 日 12月12日(土) 午後1時30分
 会 場 高野辰之記念館(入場料:無料)
 講 師 寺島正友先生
 出演者 指揮・語り:小林あつ子さん
 伴奏:原田准子さん
 合唱曲目 講演前:春が来た、春の小川
 講演後:朧月夜、紅葉、故郷



check!!

002

1/2(土)

新春走り初め大会



問申 文化スポーツ振興課スポーツ振興係
 ☎ (22) 2111 (内線364)

B & G 海洋センター ☎ (38) 3800

市民体育館 ☎ (26) 3572

豊田公民館 ☎ (38) 2922

期 日 平成28年1月2日(土)
 時 間 午前9時50分から開会式
 コース 豊田文化センター周辺(約1.6km)
 参加資格 市内在住・在勤または本市出身の方
 参加費 100円(お申し込みの際にお支払いください)
 ※降雪などにより中止した場合でも返金しませんので、あらかじめご了承ください。
 申込期限 12月16日(水) 午後5時



はつらつ健康教室

問 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)

会 場 中野保健センター
 定 員 30人(定員になり次第締め切り)
 受講料 無料(調理実習は、材料費350円が別途掛かります)
 申込期間 12月7日(月)～25日(金)

健康づくりの3本柱である「栄養・運動・休養」について、楽しく学ぶことができる「はつらつ健康教室」を開催します。教室修了者ご希望により食育ボランティアの食生活改善推進協議会へ入会できます。募集対象は、全5回を通して参加できる市民の方で、4回以上出席された方には修了証を交付します。※申し込みは、新規受講者優先となります。

	日時	演題・講師【「●」は講話、「○」は実習・実技が中心の内容】
第1回	1月8日(金) 午後1時30分～4時	●開講式 ●知識編「脳卒中にならないために～がんより怖い脳卒中、脳卒中にならないための9カ条～」 講師:飯山赤十字病院院長 古川賢一先生 ●歯科編「健康長寿は歯が命」 講師:健康づくり課 歯科衛生士
第2回	1月29日(金) 午後1時30分～4時	○こころの健康づくり編「楽しい音楽で脳をいきいき!心と体をリフレッシュ!」 講師:長野音楽療法研究会理事長 室川裕子さん、伴奏 村松良子さん ●知識編・情報交換会「自分と家族の未来を守ろう～中野市の現状から分かること～」 講師:健康づくり課 保健師
第3回	2月12日(金) 午前9時30分～午後1時	○食事編「郷土食“やしょうま”づくり」(調理実習) 講師:中野市食生活改善推進協議会
第4回	2月19日(金) 午前9時30分～午後1時	○調理技術編「魚のさばき方講座」(調理実習) 講師:長野県水産物商業協同組合 ○栄養編「減らそう塩分、増やそう野菜」 講師:健康づくり課 管理栄養士
第5回	2月26日(金) 午後1時30分～4時	○運動編「生活習慣病予防のための効果的な運動方法についての考え方」 講師:健康運動支援研究所代表 諏訪直人さん ●閉講式(修了証交付)