

広報

2024(令和6年)

なかの8

No.233



特集

信州中野
アーチェリーセンター

映画「シンペイ～歌こそすべて～」 完成記念イベント

広報なかの No.233

目次 2024 Aug.



Talk show トークショー

監督 晋平の母 そう役
神山征二郎 × 土屋貴子

Concert コンサート

ジャズシンガー 真由子(佐藤千夜子役)
ピアニスト 田中和音
ヴァイオリニスト 中澤きみ子



20
24
SUN 9月1日

午後3時開演

中山晋平記念館
第一展示室

一般500円 高校生以下250円

定員 100人(先着順)

※未就学児不可

申込期間 8月10日(土)～31日(土)

問い合わせ 中山晋平記念館

申し込み先 ☎(22)7050



人口の動き

人口:40,585人 (+10)

男:19,743人 (±0)

女:20,842人 (+10)

世帯数:16,206戸(+24)

【2024年7月1日現在】

※2020年国勢調査を基に推計

10言語翻訳、読み上げ機能で
広報なかのをもっと身近に。

カタログ ポケット



※本紙に掲載した写真・イラストなどの著作権は、著作者に帰属します。個々の写真、イラストなどの二次利用をご希望の方はご相談ください。

中野市議会

○令和6年9月定例会の会期日程(予定)

9月3日(火)～9月26日(休)

○市政一般質問

9月10日(火)、11日(水)、12日(木)

ページ

03 特集
信州中野アーチェリーセンター

07 さあ、やるぞ!
～音楽・演劇・ダンスワークショップ～

08 小学生と市長との懇談会

10 クーリングシェルターを指定しました/
あそびバ! in 信州なかの

DXははじめました。/
11 DX推進アドバイザーを委嘱/
わくわくWork

12 中野シヨンシヨンまつり

14 活き生き!健康メモ/保健だより

15 地域密着型サービス事業者募集/
シニア情報

16 子育て案内/わが家のアイドル

18 まちかどトピックス

20 暮らしの情報掲示板

28 文化なかの

30 図書館だより

31 博物館だより

32 キラリ★中野のチカラ/
今月のプレゼント



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

中野市は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

今月の表紙

北信濃ふるさとの森文化公園
多目的グラウンドにオープン
した「信州中野アーチェリー
センター」。
さまざまな施設・設備を備え、
大会の開催も可能。すでに県
外からの合宿も受け入れてい
ます。



おわび

広報なかの2024年7月号4ページに掲載した真宗寺
の説明に誤りがありました。

お詫びして下記の通り訂正します。

【正】辰之は、下水内高等小学校の教諭時代～

2024.7.21[SUN] OPEN!!

信州中野アーチェリーセンター



誰でも挑戦できる——

弓を引き、的を狙い、弦を放す。そして、矢の当たったところで点数が決まる。シンプルなスポーツ、アーチェリー。

年齢や性別、障がいの有無を問わず、誰でも気軽に楽しめます。

そんなアーチェリーの魅力を、7月21日にオープンした信州中野アーチェリーセンターの紹介とともにお伝えします。

Point 3



弦を放すときは、手が顎^{あご}から離れないように指の力だけを抜く。

少しずつフォームが安定してきました！



だんだんと中心に狙いが定まるように！



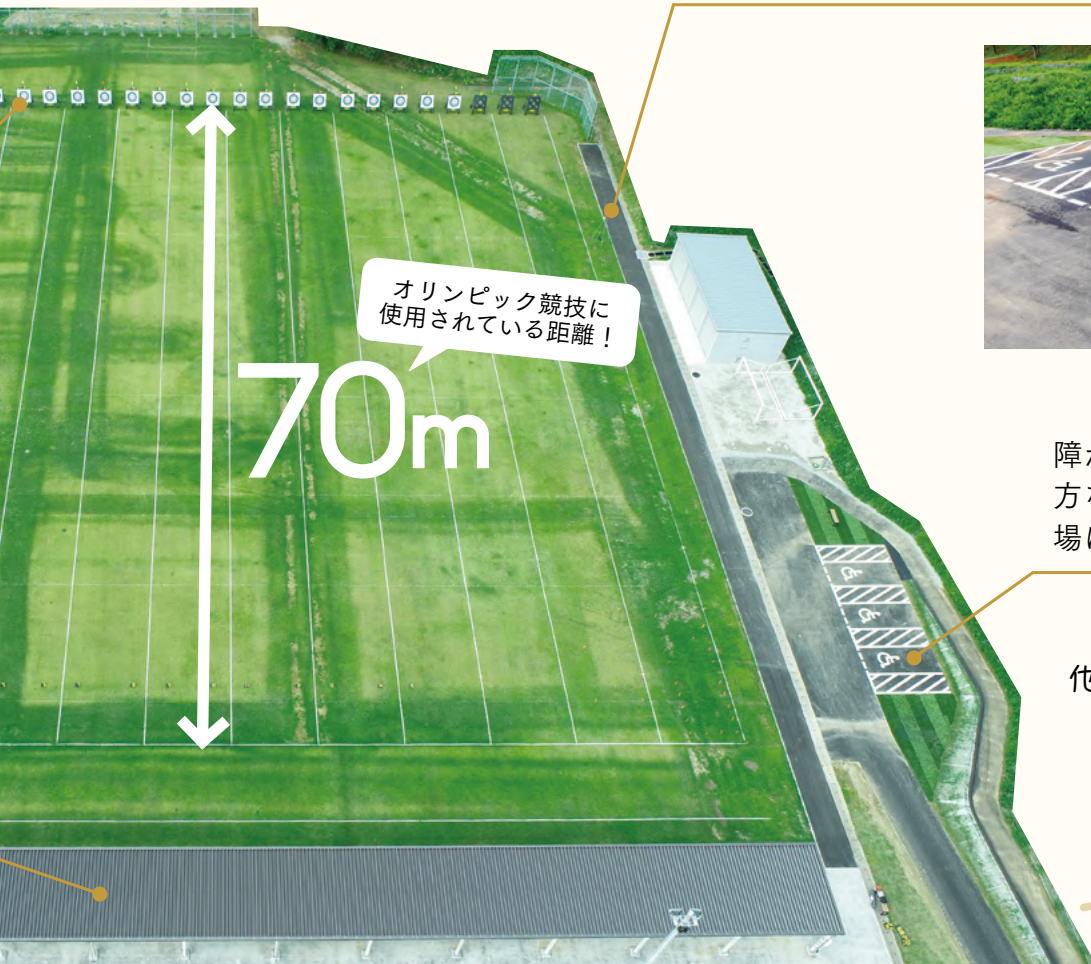
北信濃ふるさとの森文化公園内に整備した信州中野アーチェリーセンターの設備を紹介します。

信州中野アーチェリーセンター のすべて。 ほぼ



車いす用矢取り通路

車いすの方も問題なく通れるようにアスファルト舗装をした通路。的の近くまでは専用マットを敷くことでお一人でも練習できます。



オリンピック競技に使用されている距離！

70m



多目的駐車場

障がいのある方や高齢者、妊婦の方などが優先的に利用できる競技場に最も近い駐車場。

他にも...

- ・LEDライト使用タイマー
- ・夜間練習用照明灯
- ・フリーWi-Fi

魅力的な設備がたくさん！

アーチェリー 体験レポート

東京オリンピックアーチェリー団体銅メダリスト
の武藤弘樹選手にアーチェリーの射ち方を教えてい
ただきました！

武藤弘樹選手
(トヨタ自動車)

いっしょに
やってみましょう！

がんばります！

企画財政

ココが
Point!

Point 1



矢と弓は“引き分ける”。
矢を引く力と均等に弓を前に押す。

Point 2



弓が地面と平行になることを意識
肘が下がらないように注意！

的

ウレタン製ターゲットマット&4
脚タイヤ付きの的を国内初導入。
その数なんと30台！



シューティングエリア

熱中症対策や雨天時も練習がで
きるように横幅50mの屋根を完備。



利用に関するお問い合わせ



信州中野アーチェリーセンター ☎ masa7622@gmail.com
北信濃ふるさとの森文化公園 ☎ (23)1021

Open!
2024
7.21

しゅんこう
竣工式ではテープカット
および初撃式が行われました。
オープニングイベントと
して開催されたアローベル
大会は、世界で活躍するメ
ダリストによるデモシュー
トから始まり、たくさんの
チームが豪華賞品を目指し
て全力でプレーしていました。



道具も安全で、子どもや高
齢の方も楽しめると思う。
今後もこういった大会を開
催して、中野市からどんど
ん盛り上げて行ってほしい。

最初は狙ったところに飛ば
なかったけど、腕の角度な
ど試行錯誤するうちにでき
るようになった。最高点は
9点！とても楽しかった！



チーム 北部アーチェリー



チーム K-MYM

ソソラホールリニューアルオープン記念事業

「さあ、やるぞ！」

～音楽・演劇・ダンスワークショップ～

市公式HP



市民会館ソソラホールのリニューアルオープンを記念し、音楽・演劇・ダンスワークショップを開催します。参加は誰でも大歓迎！1度だけの参加、音楽・演劇・ダンス複数への参加も可能です。誰もがウキウキ、ワクワク体験。参加費は無料です。お気軽にご参加ください！

日時 ▶

演劇

- ① 11月1日(金) 午後6時～9時、2日(土) 午後1時～5時
② 12月13日(金) 午後6時～9時、14日(土) 午後1時～5時

応募締切 ① 10月24日(木)、② 12月5日(木)

音楽

- ① 9月6日(金) 午後6時～9時
7日(土) 午後1時～5時
② 12月14日(土) 午後6時～9時
15日(日) 午後1時～5時

応募締切 ① 8月29日(木)、② 12月6日(金)

ダンス

- ① 8月23日(金) 午後6時～9時
24日(土) 午後1時～5時
② 12月20日(金) 午後6時～9時
21日(土) 午後1時～5時

応募締切 ① 8月15日(木)、② 12月12日(木)

講師 ▶

演劇



かしわぎあきひろ
柏木陽さん
(演劇家・劇団百貨店代表)



わたなべなおこさん
わたなべなおこさん
(演劇家)



まつだひろこ
松田弘子さん
(俳優・中野市出身)

音楽



なかがわけんいち
中川賢一さん
(ピアニスト・指揮者)
©Shuhei NEZU



のむらまこと
野村誠さん
(作曲家・鍵盤ハーモニカ奏者)

ダンス



くろすいくみ
黒須育海さん
(振付家・ダンサー)
©トロロスタジオ



いだあすか
井田亜彩実さん
(振付家・ダンサー)

会場 ▶

市民会館ソソラホール 小ホール

※11月2日(土)、12月13日(金)、14日(土)の演劇ワークショップは中央公民館 体育室101が会場です。

対象 ▶

対象年齢未満の方が参加する場合、保護者の方も一緒にご参加ください。

音楽 5歳以上 定員30人

演劇 5歳以上 定員20人

ダンス 6歳以上 定員30人

申込方法 ▶

電話または **ながの電子申請サービス** からお申し込みください。

※詳細は市公式ホームページをご覧ください。

参加者の皆さんで創作した音楽・演劇・ダンスは2025年2月23日(日)祝、24日(月)に開催するソソラホールリニューアルオープン記念事業「ソソラ市民劇場」でステージ発表を予定しています。

主催 信州なかの文化芸術祭実行委員会、中野市
助成 令和6年度コミュニティ助成事業 | 一般財団法人 自治総合センター



一般財団法人 自治総合センターが、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業により開催しています。

豊田小学校

7月

9

日

元気いっぱい!

仲良し6年生17人

みなさんの素直な意見を聞かせてください!

市長との 交流会

生と、未来の中野市に対して
感じていることについて
れました。

各プロジェクトチーム
からの提案を発表!

最後はみんなで給食

延徳小学校

7月

22日



笑顔あふれる

6年生18人！



おー！なるほど！

小学生と 懇話



中野市の将来を担う小学
する要望や、日ごろから
市長との意見交換が行わ

中野市の未来像やそれに向けた
提案とお願いをしました。

いただいた意見は今後の市政の
参考にさせていただきます！



クーリングシェルターも指定しました

問 生活環境課 ☎ (22) 2111 (内線247)

本年から危険な暑さにより重大な健康被害が発生する恐れがある場合、「熱中症特別警戒情報(熱中症特別警戒アラート)」が発表されます。これに伴い、市では熱中症予防対策を強化するため指定暑熱避難施設(以下「クーリングシェルター」)を指定しました。

市公式HP



クーリングシェルター

危険な暑さから避難できる場所として市町村長が指定した施設で、熱中症特別警戒アラートの発表期間中は一般に開放されます。(ただし、開放時間などは施設によって異なります。)

市内のクーリングシェルター

7月29日現在

市役所 / 中野陣屋・県庁記念館 / 市民会館ソソラホール
豊田庁舎 / 農村環境改善センター帯の瀬ハイッ
道の駅ふるさと豊田 / ウェルシア薬局 中野駅前店

※上記の施設(道の駅ふるさと豊田を除く)は気軽に集まって涼むことのできるクールシェアスポットとしても利用できます。
※飲料水は各自でご用意ください。

開放時間などの詳細は生活環境課までお問い合わせいただくか、市公式ホームページをご覧ください。

ご活用ください



あそびバ! って??

問 子育て課

☎ (22) 2111 (内線357)

市公式HP



幼少期に必要な動作や技能をボールを使った運動・あそびを中心に楽しく習得できる親子プログラムです。
ご自宅でも実施できるいろいろな運動・あそびをお子さんと一緒に体験しましょう!

開催日時

9/29

第1部 午前9時30分～正午(受付 午前9時～)

第2部 午後1時～3時30分(受付 午後0時30分～)

対象・定員

年中～小学3年生の児童と保護者

第1部、2部ともに30組60人ずつ

講師



堀内亮輔さん

(東京女子体育大学 講師)



池田麻美さん

(元バスケットボール 日本代表)

会場

子育て支援拠点施設

HUBLIC nakano体育館

(所在地: 壁田1572)

持ち物

水筒、タオル、屋内シューズ

申し込み

専用フォームから申し込み
※定員に達し次第締め切り

第1部



第2部



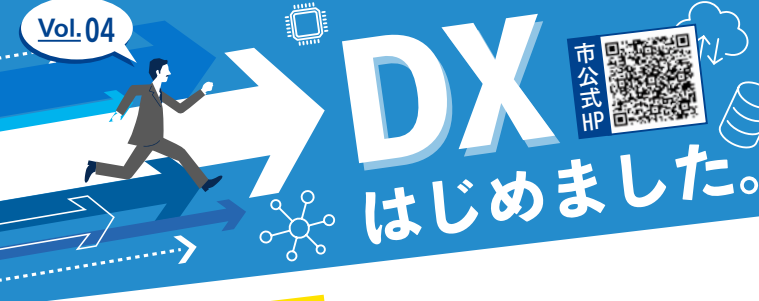
申込期限 9月23日(月)

《主催》 中野市



JAPAN
TOP
LEAGUE

一般社団法人
日本トップリーグ連携機構



市立博物館もDX！

二次元バーコードによる 支払いが可能になりました！

常設展示室やプラネタリウムの観覧料などが
二次元バーコード決済の対象です。



利用可能な二次元
バーコードはこちら！

✓ PayPay

✓ d払い

博物館 姥ヶ沢ビーナス

問 企画財政課 ☎(22)2111 (内線217)

DX推進アドバイザーを委嘱

問 企画財政課 ☎(22)2111 (内線402)

市では、DX推進アドバイザーを委嘱していますが、このたび、派遣元の人事異動に伴い新たに寺西さんをアドバイザーとして委嘱しました。

引き続き、アドバイザーの知見を活用し、行政サービスと地域サービスの新たな向上を目指します。



DX推進アドバイザー
寺西さん

今回、DX推進アドバイザーとして就任させていただくこととなりました。デジタル技術の観点から市民の皆さまの生活がより便利・快適になるようアドバイスできればと考えています。

中野市の地域課題の解決に向けて皆さまに貢献できるよう業務に従事させていただきます。



特徴や魅力を
教えてください！

製造で培った技術を利用し、レーザー加工製品や「りんごチップス」を作っています。近年では、イベントに出店し、地域に愛される企業を目指しています。キャンピングカーにレーザー彫刻機を乗せ、中野市や全国各地のイベントに出張し、その場で彫刻を行っています。

どんな企業ですか？

当社は、電子部品の組み立てを行っている会社です。現在、新しい分野に進出するため、去年からイベントへの出店や「りんごチップス」の製造・販売を行っています。



今回お伺いしたのは

有限会社コスモ電子



所在地:新井614-3

電話番号:(26)2274

代表者:代表
阿部 秀夫

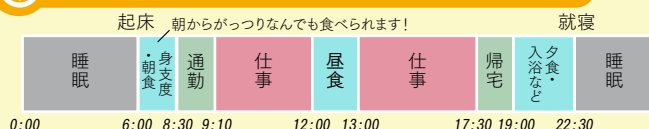
従業員数:30人

業種:製造業

レーザー加工ではまだわからないことも多く、二人で相談しながらより良い製品作りに挑んでいます。現地でお客様に直接手渡しすることで喜んでいる顔を見ることができた時はうれしいです。

お客様の要望に応えられるよう、どんどん新しいアイデアを考えてこれからもっと頑張っていきたいです。

とある仕事の日のスケジュール



製造部門
阿部愛加さん・文香さん
(中野市・入社1年目)



第48回

中野シヨンシヨンまつり

7月27日に夏の風物詩『第48回中野シヨンシヨンまつり』を開催しました。

当日は、個性豊かな51連・約2,500人の方が大きな発声とともにシヨンシヨンばやしを踊りました。

また、アトラクションや打ち上げ花火などのイベントも行われ、会場は大いに盛り上がっていました。





毎日の食卓に野菜を ～8月31日は野菜の日～

野菜・果物の摂取量を増やすことで、脳卒中や心臓病などの循環器病の死亡率が低下することが認められています。

また、野菜を70g(小鉢1皿分)増やすと循環器病が軽減されるといわれています。

長野県民の野菜摂取量の平均値 DATA

県民一人当たりの1日の野菜摂取量は、目標量に達していません。野菜の摂取量が少ない傾向にある朝食と昼食に野菜料理を意識して取り入れてみましょう。

1日の目標量 **350g** 以上

男性: **333g** 女性: **298g**

※ 2022年度長野県県民健康・栄養調査結果

CHECK!



野菜摂取量を測定してみませんか?

野菜の推定摂取量を測定できる機械(ベジチェック)を健康づくり課窓口にありますので、ご利用ください。

※検(健)診などで持ち出している場合があります。設置のない場合はご理解ください。

約30秒で測定可能

減塩でバランスの良い食事を意識

野菜は、素材の味を生かした薄味で食べることが重要です。

主食・主菜・副菜を組み合わせるとバランス良く、たっぷり野菜を食べましょう。

問 申 健康づくり課 ☎(22) 2111(内線242)

▼保健だより

こころの健康相談

こころに関するさまざまな相談に個別に応じます。(無料・予約制)

日時 8月20日(火) 午後2時～4時

会場 中野保健センター

※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。

※都合により健康・福祉カレンダーの日程から変更になっています。

健康相談

保健師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じますので、お気軽にご相談ください。

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

胸部低線量CT検診

より小さな肺がんを発見することができる胸部低線量CT検診を実施します。

次の全ての条件を満たす方が対象です。

・2025年3月31日時点で年齢が、40、43、46、49、52、55、58、61、64歳の方

・本年度、市や職場などの結核・肺がん検診を受診しない方

受診料 3,000円

実施日 9月30日(月)、11月18日(月)

会場 中野保健センター

申込期限 8月20日(火)

子宮頸がん予防ワクチン接種

◆1997年4月2日～2008年4月1日生まれ的女性で過去に計3回の接種をしていない方

接種期限 2025年3月31日(月)まで
※以降は全額個人負担

3回の接種は約半年かかります。
早めにご検討ください。

◆定期接種の対象は小学6年生～高校1年生相当の女性です。

本年度に接種希望の2008年4月2日生まれから2009年4月1日生まれまでの方は、早めの接種をご検討ください。

地域密着型

サービス事業者を

募集します

市公式 HP



問 申 高齢者支援課 ☎ (22) 2111 (内線365)

募集内容

サービスの種類

認知症対応型共同生活介護
(介護予防認知症対応型共同生活介護)

小規模多機能型居宅介護

整備数 (定員)

3 ユニット (27 人)

1 事業所 (29 人以内)

圏域

市内全域

募集期限

9月30日(月)

一次審査

10 月 (資格などの審査)

二次審査

11 月 (現地調査、プレゼン)

選考結果通知

11 月下旬

募集要領や詳細は、市公式ホームページをご覧ください。

行ってみよう! やってみよう! シニア情報



体調チェック、手指消毒、マスク着用などの感染症対策をお願いします。

問 高齢者支援課 ☎ (22) 2111 (内線366・389)



さんさん講座

内容 音楽で脳も身体も健康に
※終了後にeスポーツ体験を行います。
日時 8月29日(木) 午前10時～11時30分
講師 室川裕子さん
会場 中央公民館 3階講堂
参加費 無料
申し込み 不要

内容 男性の料理教室
日時 9月5日(木) 午前10時～正午
講師 高齢者支援課 管理栄養士
会場 中野保健センター 栄養指導室
持ち物 エプロン、手ぬぐい、手拭き、筆記用具
参加費 300円
申し込み 事前に参加費をご持参の上、高齢者支援課までお越しください。



脳元気!! 体らくらく教室

楽しい運動と脳トレで脳と体がイキイキ元気になる教室です。※希望者には送迎があります。

日時 9月27日(金)～(毎週金曜日 約3カ月) 午前10時～11時30分
会場 市民会館ソソラホール 小ホール 参加費 無料
申し込み 事前に高齢者支援課までお電話ください。



子育て案内

育児教室

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線388・385)

日時・会場	対象児・内容	Web 予約
8月20日(火) 午前10時～11時30分 中野保健センター	4～6カ月児 ・赤ちゃん体操★親子でスキンシップ ・離乳食の話、試食（保護者のみ） ※フェイスタオルをお持ちください。	
9月11日(水) 午後1時15分～3時30分 中野保健センター	8～10カ月児 ・赤ちゃんの歯の健康（歯科医師のお話） ・離乳食の話、試食、ベジチェック ・絵本の読み聞かせ（図書館司書の話）	

もうすぐパパママ教室

日時	9月7日(土)、12月7日(土)	9時30分～正午
場所	中野保健センター	
内容	「妊娠中から子育て期のメンタルの変化について」の話、 パパの調理実習と試食、先輩パパの体験談を聞こう、マ マ同士の交流	
持ち物	エプロン・バンダナ(パパのみ)、筆記用具、母子健康手帳	

Web予約



この夏、
子どもが

元気に過ごすために5つのコト
気を付けたい

生活リズムを整えよう！

- ・バランスの取れた食事
- ・十分な睡眠



こまめな水分補給

- ・離乳食初期頃まで
…母乳やミルクをたっぷり
- ・離乳食中期以降
…麦茶や湯冷ましなど甘くないもの



ベビーカーの中の温度

- ・地面との距離が近く、地表の熱や
照り返しの影響を受けやすい
- ・保冷剤や日よけを活用



冷房を上手に使う

- ・冷風が体に直接当たらないように
扇風機などで風の流れる工夫を



流行しやすい感染症

- ・手足口病、ヘルパンギーナ、プール熱などは夏に流行しやすいため、
手洗い、タオルの共有を避けるなど感染症予防に努めましょう



乳幼児健康診査

受付時間/(3歳児健診)

午後0時30分～1時

(3歳児健診以外)

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、おたずね票、
おむつ、バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3カ月児健診	8月27日(火)	2024年 4月生
7カ月児健診	8月28日(水)	2023年 12月生
1歳6カ月児健診	8月30日(金)	2023年 1月生
2歳児健診	8月26日(月)	2022年 7月生
3歳児健診	8月29日(木)	2021年 7月生

歯っぴー親子 むし歯予防教室

日時・会場	内容
8月22日(木) 午前10時～ 11時30分 中野保健 センター	・歯の話と仕上げ磨きの実施 ・おやつの話と試食 ・ベジチェック ・個別相談
Web 予約は こちらから	

子ども電話相談 ☎(23) 3191 午前8時30分～午後5時15分(土・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～翌日午前8時

長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026 (219) 2413



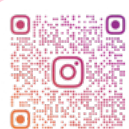


子育て支援センター 8・9月の行事予定

0歳から就学前までのお子さんなどを対象に、毎月楽しい行事を行っています。

施設名	日時	行事
中央子育て支援センター (りんごっこ)	8月29日(木) 午前10時～	「就労相談」 働き方の相談
	9月2日(月) 午前11時～	「絵本の読み聞かせ」 おはなし♡びっくり箱さんの 楽しいお話
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	8月20日(火) 午前10時30分～	「交通安全教室」 赤・青・黄色、 楽しいルールのお話です
	9月6日(金) 午前10時30分～	「ラニさんのヨガ」 育児をがんばる心と体に 癒しの時間を(^^)
子育て支援拠点施設 (HUBLIC)	8月27日(火) 午後1時30分～	「ファーストベビーの会」 初めてのパパ・ママ集まれ～
	9月11日(水) 午前10時30分～	「助産師講座」 育児の「どうして？」に 寄り添います

※この他にもさまざまな行事や相談会を行っています。詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



イベント情報は
こちらから

子育て支援拠点施設

HUBLIC

子育て支援センター

**りんごっこ
・うさぎっ子**

HPが
リニューアル!



市内在住の小学校就学前のお子さんを募集しています。
以下の二次元バーコードからご応募ください。

問 庶務課

☎(22)2111 (内線212)



かない ちず **金井千尋さん (3歳)**

お姉ちゃんになった千尋。
たくさんの笑顔进行が
とう。



さかい えい **堺映衣さん (4歳)**

位里さん (7カ月)

いつも笑いをくれるひょう
うくんコンビ😊

開館時間

・午前9時～午後5時

○「たまご」は午前9時30分～午後0時30分、午後1時30分～3時30分

⚠ 行事は全て事前予約(平日のみ受付)が必要です。
持ち物などの詳細は各センターへお問い合わせください。

問い合わせ・予約先

りんごっこ ☎火 (22) 2259
うさぎっ子 ☎水・日・祝日 (38) 1638
たまご ☎土・日・祝日 (22) 6292
HUBLIC ☎金 (38) 1197

市公式 HP



子育て支援センター お盆期間中の休館日

りんごっこ

16日(金)

うさぎっ子

13日(火)

14日(水)

15日(木)

ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

子育て個別相談をご利用ください

子育てについての不安や悩みなど、子育て支援員(保育士)が個室で相談をお受けします。

※ご利用は事前予約が必要です(当日予約可)。

※子育て支援拠点施設(HUBLIC)では実施していません。

予約可能日時

・毎週月曜日～金曜日(子育て支援センター休館日は除く)

・午前9時～午後4時(30分程度 最大1時間)

※ご希望日時に予約ができない場合がありますので、ご承知ください。

対象

0歳～就学前までのお子さんを持つご両親、祖父母

申し込み先

各子育て支援センターへお申し込みください。



注目のできごとを写真でレポート まちかど トピック



7/13
・14

中野祇園祭



- 1 東町天王神輿
- 2 中野・陣屋前行
- 3 松川川崎
- 4 西町大獅子
- 5 中町子
- 6 松川子

伝統行事の中野祇園祭。初日は、西町大獅子や神輿、川崎踊りなどが行われました。2日目は、あいにくの雨模様でしたが、中野陣屋・県庁記念館を出発地点に「馬乗り行事」が行われ、中町区、西町区、松川区、東町区からそれぞれ若殿様が馬にまたがり、各区内を巡行しました。



今年も中野市民プールがオープンしました。子どもから大人までの多くの人で賑わいを見せていました。取材日は好天に恵まれ、子どもたちが笑顔で流水プールを泳ぐ姿や友達と仲良くスライダーを楽しむ姿が見られました。

6/29

今年も夏がやってきた！ 中野市民プール オープン

7/4

赤色のホームゲーム
信濃グランセローズ
交流戦

信濃グランセローズと福岡ソフトバンクホークス3軍との交流戦が市営野球場で行われました。信濃グランセローズは、1点を追う8回に和辻選手が逆転3ランホームランを放ち4対2で勝利を収めました。

当日は、600人を超える小学生が招待され、レフトスタンドをチームカラーである赤で染め上げて選手へ大声援を送っていました。



7/15

ソソラホールリニューアル後、初めての
2024中野市民音楽祭

市民会館ソソラホールで市民音楽祭が開催されました。当日は、市内の学校の合唱団、合唱部、吹奏楽部のほか、市内で活動している音楽団体が合唱や演奏を披露しました。

また、プログラムの最後には、中村詞文さんと渡邊航平さんによる特別公演が行われました。バリトンの重厚感とともに落ち着きを感じさせる声が会場中に響き渡りました。

音楽祭の最後には会場全体で中村詞文さん指揮のもと、「鬼のダンス」の合唱を行い、会場が一体になりました。





暮らいの 情報掲示板

○ 8・9 月イベントカレンダー

■ イベント ■ スポーツ ■ アート ■ その他
会 会 場 期 期 間

8/9 (金)	■ 市役所"ちょっとした"美術館 ～ 2024夏 ～ 会 市役所 期 8月30日(金)まで Pick up イベント②
8/11 (日)(祝)	■ 開放 市民の日 会 農村環境改善センター 帯の瀬ハイッ
8/12 (月)	■ ハーモニーコンサート 会 中野陣屋・県庁記念館
8/18 (日)	■ ボッチャ講習会 会 コミュニティスポーツセンター ■ 音楽講習会(合唱) 会 市民会館ソソラホール
8/25 (日)	■ サマーコンサート Pick up イベント① 会 高野辰之記念館
8/26 (月)	■ 部落解放・人権政策確立要求中高地区総決起大会 Pick up イベント⑤ 会 市民会館ソソラホール
8/31 (土)	■ 2024中野市民音楽祭 会 市民会館ソソラホール ■ 三澤忠展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 9月22日(日)(祝)まで ■ 帯の瀬の日 ※ 9月29日(日)も開催 会 農村環境改善センター 帯の瀬ハイッ

9/1 (日)	■ 中山晋平映画完成記念コンサート 会 中山晋平記念館 ■ 中野市総合防災訓練 会 永田地区
9/5 (木)	■ 出張！街角ベジチャレンジ Pick up イベント④ 会 新鮮屋オタギリ
9/15 (日)	■ ニューススポーツ体験会【モルック】 Pick up イベント③ 会 タカギセイコーふるさとパーク
9/24 (火)	■ つまみ細工体験講座 Pick up イベント⑥ 会 豊田人権センター
9/28 (土)	■ 陣屋ロビーコンサート 会 中野陣屋・県庁記念館
開催中	■ 平和のための信州・戦争展in中野 会 中野陣屋・県庁記念館 期 8月16日(金)まで ■ ミニカー展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 8月25日(日)まで ■ 唱歌「故郷」「朧月夜」誕生110周年記念 スタンプラリー 会 高野辰之記念館ほか 期 11月30日(土)まで ■ 企画展「不易流行 奈良由起夫展」 会 日本土人形資料館 期 12月28日(土)まで

ご寄付ありがとうございました

問 申 庶務課 (内線400)

勝山正美 様 (長野市)
現金 1,000 万円
医療提供体制の充実のため

科野地区社会福祉協議会 (越)

会長 清水正男 様

現金 4 万円

たかやしろ保育園の子ども達の保育活動に
活用するため



◀ インターネット上でイベント
カレンダーをチェックでき
ます。

フードドライブ

問 中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111

日時 9月3日(火) 午前9時～11時

会場 市役所玄関

回収品目 賞味期限が1カ月以上残っている
未開封で常温保存が可能な食品
(生鮮食品、酒類を除く)



唱歌「故郷」「朧月夜」誕生 110周年記念 サマーコンサート

カレンダー①

問 申 高野辰之記念館 ☎(38) 3070

▶「故郷」のふるさと
として、日本人の心
を揺るがす名曲を
演奏します。



日時 8月25日(日) 午後1時30分 開演
会場 高野辰之記念館
出演 荒井雅至さん(ヴァイオリン)、
ムシカアレグレの皆さん、
小宮康裕さん(ピアノ)
料金 一般500円、高校生以下250円
定員 70人(先着順)
申込期間 8月12日(月)～24日(出)

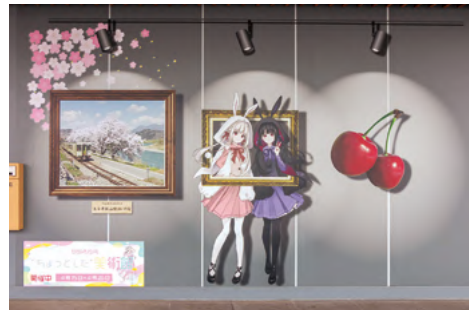


芸術を身近に 市役所"ちょっとした"美術館 ～2024夏～

カレンダー②

問 企画財政課 ☎(22) 2111 (内線222)

▶春に開催した時の様子。
市役所と美術館を身近に感
じていただくことができま
す。



市で管理している芸術作品を市役所の各階で
展示します。今回の展示では、トリックアートの
ほか、「夏」の雰囲気を感じられるような絵画
の展示を行います。
期間 8月9日(金)～30日(金)(平日のみ)
時間 午前8時30分～午後5時15分
会場 市役所本庁舎 各階



中野市スポーツ推進委員会企画 ニュースポーツ体験会 【モルック】

カレンダー③

問 申 文化スポーツ振興課 ☎(22) 2111 (内線364)

日時 9月15日(日) 午後1時30分～3時
会場 タカギセイコーふるさとパーク
料金 100円 定員 16人程度
対象 中野市に在住、在勤または在学する方
申込方法 電話または電子申請
申込期限 8月30日(金)
※定員に達しない場合は、期限後も
随時申し込みの受け付けを行います。



食と健康に関心を 出張!街角ベジチャレンジ

カレンダー④

問 健康づくり課 ☎(22) 2111 (内線242・386)

市民の食の拠点の一つであるスーパーマー
ケットと連携・協力し、店頭で野菜摂取量測定
器「ベジチェック」を活用しながら楽しく食と
健康について考えてもらう機会を提供します。
日時 9月5日(木)
午前10時30分～午後0時30分
会場 新鮮屋オタギリ
料金 無料



部落解放・人権政策確立要求 中高地区総決起大会

カレンダー⑤

問 人権・男女共同参画課 ☎(22) 2111 (内線254)

部落差別などのあらゆる差別をなくすための
「人権政策確立」を求めると同時に、人権が尊重
される地域社会を目指し講演会を開催します。
日時 8月26日(月) 午後6時30分
会場 市民会館ソソラホール 大ホール
講師 黒川みどりさん(静岡大学名誉教授)
講演内容 「部落問題の本質とは」
～近現代の歴史～



地域交流事業 つまみ細工体験講座(全2回)

カレンダー⑥

問 申 豊田人権センター ☎(38) 3522

自分好みの色を選んで作れます。初心者の方
でも安心してご参加ください。
日時 ①9月24日(火) 午後2時～4時
②10月1日(火) 午後2時～4時
会場 豊田人権センター 定員 12人(先着順)
講師 森友美さん 材料費 各回1,000円
申込方法 電話 申込開始 8月15日(木)～
※詳しくは、お問い合わせください。

お知らせ



全国家計構造調査を実施します

問 庶務課(内線211)

本調査は、家計における消費や所得などの実態を把握し、世帯の所得分布と消費の水準などを全国のおよび地域別に明らかにするために実施します。

本調査は、10、11月に行いますが、8月上旬から県知事によって任命された調査員が聞き取り調査を実施するため、対象世帯を訪問します。調査へのご理解とご協力をお願いします。



農地パトロールを実施します

問 農業委員会事務局(内線408)

農業委員会では、農地法の規定による農地パトロールを毎年8月上旬から9月上旬にかけて行っています。

調査の際は、農地への立ち入りやお話を聞かせていただく場合がありますので、ご協力をお願いします。



原爆死没者などの慰霊と平和祈念の黙とう

問 庶務課(内線211)

原爆や戦争によって亡くなられた方々の冥福と世界の恒久平和を祈念し、防災行政無線により1分間の黙とうを実施します。

日時

- ・ 8月6日(火) 午前8時15分
- ・ 8月9日(金) 午前11時2分
- ・ 8月15日(木) 正午



非核平和啓発・戦争資料写真展

問 庶務課(内線211)

広島・長崎の原爆被害を中心とした戦争資料写真の展示を行います。

期間 8月6日(火)～8日15日(木)
会場 市役所2階サロンホール



新しい人権擁護委員が委嘱されました

問 長野地方方法務局飯山支局
☎ 0269(62)2302

小畑悦子さんが法務大臣から人権擁護委員に委嘱されました。

任期 7月1日から3年間



市役所本庁舎に軟骨伝導イヤホンを導入しました

問 企画財政課(内線222)

聴力に不安を感じている方が、安心して窓口で相談ができる環境とするため、市役所の窓口カウンターに軟骨伝導イヤホンを設置しました。

設置場所

- ・ 健康づくり課
- ・ 福祉課
- ・ 高齢者支援課
- ・ 市民課



信濃グランセローズホームゲームの開催

問 文化スポーツ振興課(内線364)

日時 9月1日(日) 午後1時
会場 市営野球場
対戦相手 神奈川フューチャードリームス

料金

- ・ 前売り券 1200円(大人)
300円(高校生以下)
- ・ 当日券 1500円(大人)
500円(高校生以下)

※未就学児は無料です。前売り券はイープラスで購入可能です。



はかりの定期検査を受けましょう

問 商工観光課(内線258)

農産物の出荷や売買、商品の値付けなど、取引や証明に使用するはかり(特定計量器)は、計量法の規定により、2年に1回、定期検査を受けなければなりません。今年度は中野地域を対象に定期検査を行います。対象となるはかりを使用している方は必ず検査を受けてください。

※豊田地域を対象とする定期検査は2025年度に行います。



対象地区 (中野地域のみ)	期日	時間	会場
長岡科野倭	9月6日(金)	午前10時30分 ～ 正午	JA 中野市 高社共選所
平野高丘	9月9日(月)		
中野日野延徳	9月10日(火) 9月11日(水)	午後1時 ～ 3時	中野市コミュ ニティスポー ツセンター
全地区	9月13日(金)		

地域計画を策定します

問 農業振興課 ☎(22)2111(内線406)
問 農業委員会事務局 ☎(22)2111(内線409)



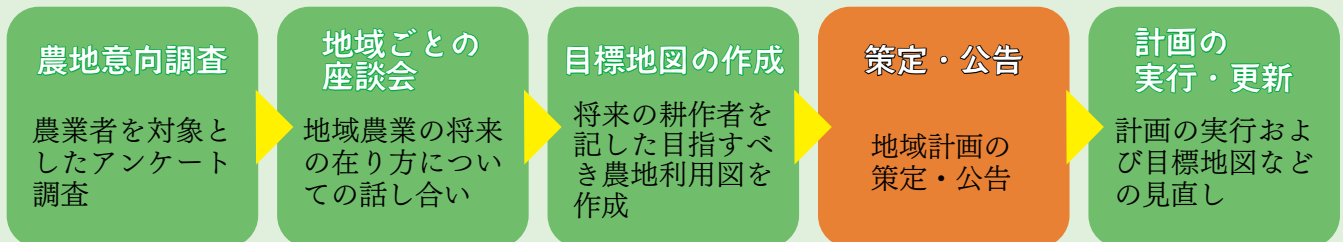
地域計画とは

地域の農地を次世代に引き継ぐために、農業者や地域の皆さまとの話し合いで作る、将来の農地利用の姿を明確化した地域農業の設計図です。

地域計画の策定について

人・農地プランを作成している10地区（中野・日野・延徳・平野・高丘・長丘・平岡・科野・倭・豊田）ごとに今年度末までに地域計画を策定する予定です。

～地域計画策定までの流れ～



地区ごとの座談会の日程などは、決まり次第市公式ホームページでお知らせします。
また、関係者の方には、別途お知らせします。

「こどもの人権相談」強化週間

問 長野地方方法務局飯山支局
☎0269(62)2302

期間中の電話相談は、受付時間を延長して相談を受け付けます。
また、面談による無料相談所を開設しますのでご利用ください。
秘密は厳守します。

期間 8月21日(水)～27日(火)
受付時間

(平日)午前8時30分～午後7時
(土日)午前10時～午後5時
電話番号

0120(007)110

無料相談所

・期日 8月27日(火)

・時間 午前9時～正午

・会場 長野地方方法務局飯山支局

水稲共済の被害届の受け付け

問 長野県農業共済組合北信支所
☎026(219)2892

水稲共済の被害届の受け付けを開始しました。自然災害や病害虫、獣害などにより減収が見込まれる場合は、申告してください。

申告期限 9月2日(月)



里親相談会を開催します

問 子ども相談室(内線271)

里親制度は、さまざまな理由で親と一緒に暮らせない子どもが健やかに育つていくための制度です。里親に関する相談をすることができます。

日時

① 8月20日(火)～29日(木)

パネル展示

② 8月20日(火) 午後2時～4時

里親相談会

会場 市立図書館2階会議室

※第2回は10月上旬を予定しています。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP



競争入札参加資格申請の共同説明会を実施します

問 企画財政課(内線222)

競争入札参加資格申請説明会のサテライト会場を設置します。

期日 9月5日(木)

時間 午後(2回配信)

会場 市役所4階 会議室41

※説明会への参加方法など詳しくは、長野県公式ホームページをご覧ください。



県公式HP

募集



防衛省から学生募集

問 申

自衛隊長野地方協力本部
長野地域事務所

☎ 026(235)6026

募集区分

① 防衛大学校学生 ② 航空学生

受付期間

① (推薦・総合選抜)

9月5日(木)～9日(月)

(一般) 10月17日(木)まで

② 9月5日(木)まで

※受験資格や試験日など詳しくは、自衛隊長野地方協力本部ホームページをご覧ください。



自衛隊HP



耐候性園芸施設整備事業

問 申

農業振興課(内線250)

耐風性または耐雪性のある園芸施設の建替事業および改修事業を対象として補助を行います。

対象

・ 主要構造が鋼管直径48ミリ以上の資材購入に要する経費の2分の1以内(交付上限100万円)



第43回礪珉展作品

問 申 文化スポーツ振興課(内線394)

募集作品 未発表で展示可能な絵画

規格 50号までの額装したもの

応募資格 高校生以上の中高・飯

水地区在住者および中野市出身者・在勤者・在学者(一人一点まで)

出品費 一般 1000円

高校生 500円

応募方法 10月14日(月)祝の午前10

時から正午までの間に一本木公園展示館へご持参ください。

展覧会

期間 10月17日(木)～11月4日(月)

(火曜休館)

時間 午前9時～午後5時

(最終日は午後4時まで)

会場

一本木公園展示館



市公式HP

・ 主要構造が鋼管直径25ミリ以上48ミリ未満の資材購入に要する費用の10分の3以内(交付上限50万円)
※予算上限に達した時点で受け付けを終了します。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



市公式HP

唱歌「故郷」「朧月夜」誕生110周年記念 ～故郷のふるさとでよむ「ふるさと川柳」～



問申 文化スポーツ振興課 ☎(22)2111(内線394)

日々の暮らしの中で思うこと、家族や友人との思い出など「わたしの中のふるさと」をテーマに、五七五(字余り可)の川柳にのせてご応募ください。

応募資格 どなたでも応募可能です。ただし、応募は一人3点までとします。

応募方法 ・「ふるさと川柳」 ・「川柳にこめた思い・エピソード」 ・「住所」 ・「氏名(ふりがな)」
・「ペンネーム(読み方)」(任意) ・「年齢」 ・「電話番号」
をご記入のうえ、窓口へ持参、メール、郵送またはFAXにてご応募ください。(様式任意)
※ながの電子申請サービスからも応募が可能です。

募集期間 9月13日(金)まで(必着)

各賞 <最優秀賞(1点)> どちらかお好きなペアチケット
・「麻衣 with リトルキャロル + 菊池亮太コンサート(11月10日(日)開催)」
・「春風亭小朝独演会(11月30日(土)開催)」
<優秀賞(1点)> 信州牛500g
<佳作(3点)> 創作土人形(信州なかのちゃんによるナカノちゃんのペアセット)

発表方法

10月20日(日)に市民会館ソソラホールで開催される『みんなで唄う唱歌「故郷」「朧月夜」を歌いつなぐ会』で発表するほか、広報なかの、市公式ホームページなどで発表します。

※審査基準や注意事項など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。

資源物の日曜回収

問 生活環境課 ☎(22)2111(内線458)

日時 8月25日(日) 午前10時～午後1時

会場 カインズ中野店

回収品目

硬質プラスチック製品、びん、雑誌、新聞紙、
ペットボトル、段ボール、廃食用油、古着

【次回予定】

9月22日(日)祝 綿半スーパーセンター中野店

就職を希望する50歳未満の女性
を対象とした就職支援セミナーと
パソコン講座を開催します。

期間 9月10日(火)～11月1日(金)

会場 中野地域職業訓練センター1

受講費 無料(市内在住の方)

教材費 4500円

定員 20人

申込期限 9月2日(月)

※無料託児あり



問申 中野地域職業訓練センター
☎(23)3005

女性のための就職支援
セミナー&パソコン講座

リサイクルかわらばん

市民の皆さんの不用品・必要品を掲載しています。



無償で譲ります

和だんす／生ごみ処理機／VHS テープケース／習字道具／木桶／紳士用ジャケット／炊飯器／三脚／カラーボックス／新生児用着物／低学年用ウール着物／座布団／石油ファンヒーター／洋服タンス／鏡台／幼児用補助便座／介護用トイレ

無償で譲ってください

風呂釜／薪ストーブ／二段ベッド／タオル

問 中野市消費生活センター ☎(22) 2201

保育園の先生になる！ 仲條由唯

(なかじょう ゆい・平野小学校6年)



夢

No.228

私の夢は、保育園と幼稚園の先生になることです。なぜかという、私は小さい子のめんどろを見ることが好きだからです。元気いっぱい姿を見ていると、その笑顔を『守りたい』と思うからです。保育園と幼稚園の先生は、大変なことでも、どんな時でも、明るくて優しくいつでも笑顔な所がすごいと思います。私もそんな先生になりたいです。



環境イベント出展企業・団体など

問 申 生活環境課(内線247)

期日 11月23日(土)祝

会場 市民会館ソラホール

出展費 無料

応募要件 北信地域(長野市以北)において地球温暖化防止・環境保全などに関する業務・取り組みなどを行う企業・団体など

申込期限 8月23日(金)

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



事業承継セミナー&相談会

問 申 商工観光課(内線272)

事業承継の課題解決に向けて、学び・相談できるセミナーを開催します。

日時 8月27日(火) 午後1時30分

会場 信州中野商工会議所

対象 市内中小企業者、小規模企業者、個人事業主

参加費 無料

定員 30人

申込期限 8月20日(火)

市公式HP



年金

ご存じですか？ 産前産後免除制度

一 国民年金が免除される期間一

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間（多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間）の国民年金保険料が免除されます。

一 手続きするメリット一

産前産後期間の免除制度は、「保険料が免除された期間」も保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

一 対象となる方一

「国民年金第1号被保険者」で出産日が2019（平成31）年2月1日以降の方
※厚生年金加入中または配偶者に扶養されている方は対象外です。

出産予定日の6カ月前から届出可能です。

マイナンバーカードを利用した
電子申請も可能になりました！



問 市民課（内線237）
長野南年金事務所 ☎026(227)1284

一般的な相談は「ねんきんダイヤル」
☎0570(05)1165
平日午前8時30分～午後5時15分

編集後記

今月の特集「信州中野アーチェリーセンター」。取材の際、実際に競技で使われる弓を引かせていただきましたが、手が震え、狙いを定めるのが難しかったです。ちなみに弓を安定させるには、筋肉だけでなく“骨”で支えることが“コツ”だそうです！（宮島）



トラブル事例

162



新紙幣発行に関する犯罪に 注意！

?



今までのお札が使えなくなるって
聞いたんだけど...

旧紙幣が使えなくなることはありません！
これからも普通に使えます！



?



銀行の人から旧紙幣と新紙幣を交換し
に行きますって電話が来たんだけど...

金融機関などが旧紙幣と新紙幣を
交換しに来ることはありません！
第三者にお金を渡さないで！



?



この新紙幣、本物？

新紙幣は「新しい偽造防止技術」を
採用しています！詳しくは、長野県警
察本部のホームページをご覧ください。



問 中野市消費生活センター ☎(22)2201
県北信消費生活センター ☎026(217)0009
消費者ホットライン（土・日・祝日）☎188

行政相談	①期日 8月13日(火) 時間 午前9時～11時 会場 市役所2階面談室6 ②期日 9月10日(火) 時間 午前9時～11時 会場 豊田庁舎第4会議室	庶務課 (内線211)
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 市役所福祉課厚生保護係	福祉課 ☎(23)4810
生活就労相談	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 福祉ふれあいセンター	
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	
福祉相談・ボランティア相談、 結婚相談 予約制	期日 毎週月～金曜日(結婚相談は土・日も応じます) 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	
法律相談 予約制	期日 毎月第1・3月曜日 ※8月は5日(月)のみ 時間 午後1時30分～3時30分 会場 福祉ふれあいセンター	
職業相談	期日 毎週月～金曜日(祝日を除く) 時間 午前9時30分～午後5時 会場 中野市ふるさとハローワーク(中央公民館1階)	中野市ふるさとハローワーク ☎(23)4710
交通事故巡回相談 予約制	期日 奇数月第3木曜日 時間 午前10時～午後3時 会場 北信合同庁舎	北信地域振興局 ☎(23)0214
権利擁護相談 成年後見制度含む	期日 毎週月～金曜日 時間 午前8時30分～午後5時15分 会場 北信建設事務所 中野庁舎3階	北信圏域権利擁護センター ☎(26)2266

お知らせ

「令和7年度二十歳を祝う会」(2025年5月4日開催予定)
実行委員を絶賛募集中!



「令和6年度二十歳を祝う会」実行委員のみなさん

対象者 2004(平成16)年4月2日～2005(平成17)年4月1日生まれの方
※12月頃から月1回程度の企画会議にご参加いただきます。

申込期限 10月24日(木)

申し込み・問い合わせ先 中央公民館 ☎(22)2691

※「申し込み不要」の記載がないものを除き、受講には事前に電話での申し込みが必要です。また、受講の申し込みは、原則市内在住・在勤の方を優先とします。

文化
な
か
の

公民館HP



北部公民館 ☎(26)0677

フラダンス講座

期日 9月4日、11日、18日、25日、10月2日(全5回 毎回水曜日)

時間 午後1時30分～3時

内容 フラダンスを練習します。ゆったりと体を動かしてみませんか。

講師 阿部磨弥さん **定員** 20人 **持ち物** 飲み物、タオル、運動のできる服装

申し込み 8月8日(木) 午前9時～



壁田トレッキング

日時 9月19日(木) 午前9時～正午

内容 壁田城址から長嶺尾根を約5km歩きます。※集合場所 長野県北信合同庁舎駐車場

講師 生涯学習課 柳生俊樹学芸員 **定員** 市内在住または在勤の方20人

参加費 150円(保険料ほか) **持ち物** 帽子、飲み物

申し込み 8月20日(火) 午前9時～



ふるさとの森を歩こう ～志賀高原・自然探勝コース～

日時 8月28日(水) 午前8時～午後0時30分※雨天時は29日(木)に順延

内容 原生林、湿原、湖沼など、見どころが随所にあるコースです。登り下りあります。

講師 湯本明雄さん 定員 市内在住または在勤の方18人

持ち物 飲み物、おやつ、雨具

申し込み 8月9日(金)、13日(火)、14日(水) 午前9時～午後5時

※申し込み多数の場合は抽選。定員に達しない場合は期間延長。



西部公民館 ☎ (23) 1024

大人のバレエでストレッチ

期日 9月9日、30日(全2回 毎月月曜日)

時間 午後1時30分～3時

内容 バレエの要素を取り入れながらストレッチ。経験がなくても大丈夫！

講師 黒岩あずさん

定員 市内在住または在勤の方15人

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、上履きまたは滑り止め付きの靴下

申し込み 8月13日(火) 午前9時～

お華の教室

期日 ①9月18日、②10月16日、
③11月20日、④12月18日
(全4回 毎月水曜日)

時間 午後7時～8時30分

内容 ①初秋を感じるフラワーリース ②春まで楽しめるガーデニング
③クリスマスキャンドルデコレーション ④お正月アレンジメント

講師 フローリスト花物語 瀧澤郁子さん 定員 市内在住または在勤の方15人

参加費 各回2,500円(1回のみ参加可) 申し込み 8月13日(火) 午前9時～

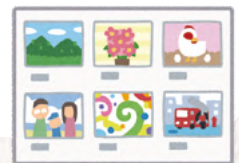


中央公民館 ☎ (22) 2691

ギャラリー展示 中野絵画サークル

期間 8月31日(土)まで

展示内容 色鉛筆画作品



ママとベビーのふれあい広場

期日 8月30日、9月6日、13日、20日(全4回 毎月金曜日)

時間 午前10時30分～11時30分

内容 ベビーマッサージと産後ママのエクササイズです。
楽しくスキンシップしましょう。

講師 丸山奈美さん 定員 市内の1歳未満のお子さんとその保護者15組

参加費 100円(初回のみ、マッサージオイル代) 持ち物 バスタオル、おんぶひも

申し込み 8月13日(火) 午前9時～

▶市立図書館休館のお知らせ

リニューアル工事および年次蔵書整理に伴い、臨時休館となります。期間中の図書および雑誌の返却は、ブックポストをご利用ください。

また、図書館休館中も各分館は通常どおり開館していますのでご利用ください。

期間 8月30日(金)～9月19日(木)

※なお、臨時休館中においても、平日の午前8時30分から午後5時15分の間は、図書などに関するお問い合わせは可能です。休館状況など詳しくは、図書館公式ホームページをご覧ください。

図書館がより

Nakano City Library Information



開館時間 (休館:月曜日、毎月最終金曜日)

●平日 午前9時～午後7時

●土・日・祝日 午前9時～午後5時

市立図書館 ☎ (26) 5841

市立図書館



0～3歳の おはなし会

・おはなし会

図書館職員による読み聞かせ会。
読む絵本は毎回4冊程度です。



期日 8月15日、22日、29日
(毎週木曜日)

時間 午前11時～11時15分

会場 市立図書館1階おはなし室

▶「みんなのオススメ本」 募集します



秋の「図書館まつり」において紹介してもらった本を展示します。心に残った本、感動した本などを教えてください。図書館にない本でも大丈夫です。

期日 10月26日(土)、27日(日)

募集方法 専用用紙にご記入の上提出
(専用用紙は図書館にあります)

募集期間 8月20日(火)～10月18日(金)

ビデオ上映会 としょかんプチ☆キネマ

会場 市立図書館2階AVホール

ミッキーマウス5

上映日時 8月18日(日) 午後2時～

ファースト・ラヴ

上映日時 8月21日(水) 午前10時～

今日の新作図書



図解 城の間取り

編/日本史の謎検証委員会
彩図社

江戸時代の絵図や復元図をもとに、31の城の注目点をまとめた。石垣一つとっても、高さを変えたり幾重にも設置したりと、工夫の仕方が異なり面白い。



江戸時代のハイテク・イノベーター列伝
-「近代日本」を創った55人のエンジニアたち-

編/テクノ未来塾・出川通言視舎

江戸期の科学技術の蓄積がなくては、その後の日本の発展はなかった。産業革命には遅れたけれど、古来から各種の技術蓄積があった上での、文明開化・殖産興業・富国強兵だった！

あいにくあんたのためじゃない
(柚木麻子)

姥玉みつつ
(西條奈加)

シェニール織とか黄肉のメロンとか
(江國香織)

ソングの哲学
(ボブ・ディラン)

糖質疲労
(山田悟)

七十二候を楽しむ野草図鑑
(大海淳)

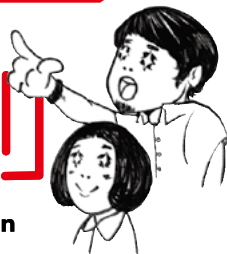
死なないノウハウ
(雨宮処凛)

★読書や読み聞かせを通して、本に親しみましょう。

毎月「家庭読書週間」を実施しています。 **8月の実施期間** 8月18日(日)～24日(土)

博物館だより

Nakano Museum Information



休館日 火曜日

開館時間 午前9時～午後5時

観覧料 常設展示室
一般300円 高校生以下150円
※未就学児、中野市内小中学生・70歳以上は無料

問 申 市立博物館
☎ (22) 2005
F (38) 1290

市公式HP /



文化

夏季共催展

戦時下の民具と平和の群像 ～市所蔵の菊池一雄の彫刻作品と共に～

1908(明治41)年生まれの彫刻家菊池一雄の作品と、市民から寄贈された戦時下の民具を展示します。戦時下の人々の暮らしを感じながら、戦争と平和について思いをめぐらせる場となれば幸いです。



期 間 9月23日(月)祝まで ※休館日を除く

場 所 常設展示室

文化

エントランスミニ展示Ⅱ

これ、なんだ!? —イマジネーションをかき立てる民具たち

市所蔵のさまざまな民具をクイズ形式で展示します。体験コーナーでは、平和の願いを込めた折り鶴作りや、ゲートル(巻脚半)を身に着ける体験もできます。



期 間 10月14日(月)祝まで ※休館日を除く

場 所 エントランス

縄文のある弥生土器



Column

柳沢遺跡で出土した弥生土器(およそ2,200年前、重要文化財)

縄を押し当てて付ける文様が「縄文」。縄文のある土器を使った時代が「縄文時代」。先月号で紹介しました。

縄文時代が終わると、次は「弥生時代」。弥生時代の土器が「弥生土器」です。弥生土器は縄文土器に比べると薄手で、文様の付け方も異なります。

例えば、有名な柳沢遺跡で出土した壺を見てみましょう。注目するのは壺の口の部分。まず目に付くのはジグザグ文様でしょう。北信濃の弥生土器は、ヘラ先や串で線状の文様を描くのが特徴です。でも、よく見ると、ジグザグの脇に縄目があるのがわかります。弥生時代の土器なのに縄文があるのです。時代は変わっても、文様は生き続けます。

★プラネタリウム投影情報

	午前11時～	午後1時30分～	午後3時～
土曜日	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～	ヤドカリくん、まんげつのひみつきち	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～
日曜・祝日	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～	太陽 私たちの母なる星	名探偵コナン ～灼熱の銀河鉄道～

夏休み特別投影!

8月3日(土)～18日(日)は平日も1日3回投影します!(休館日を除く)
投影番組は土曜日と同様です。

各回45分:番組(30分)+
季節ごとの星空解説番組(15分)

観覧料: 一般600円 高校生以下300円 未就学児無料
※中野市内在住の小中学生・70歳以上は無料



Planetarium



地域の未来を照らすみなさんをご紹介します。

キラリ★中野のチカラ No. 117

アーチェリーをもっと身近に！



1 射ち方は現役時代と変わらず、体に染みついている
2 アカデミーでの指導の様子



ホームページ



中野アーチェリークラブ・アカデミー

関浪

せき・なみ 韓国・全州出身。2004年来日し、2006年に日本国籍を取得。2008年の北京オリンピックでは団体8位入賞に貢献し、個人戦でも6位入賞。現在は後進の育成に力を入れている。

ア

ーチェリーを始めたのは小学5年生。純粹にそのかつこよさに惹かれた。」そこから高校卒業後、実業団まで続けた。

「2004年、アーチェリー以外のことがしたくて、ネイルアートを学ぶために来日したが、アーチェリーへの思いは捨てきれなかった。」年間日本語を学んだ後、日本体育大学に入学し、競技を再開した。

2013年、結婚を機に中野市に移住。移住後も競技を続けていたものの、次第に時間の確保が困難になり、2015年の国体を最後に現役引退を決意した。

「子どもが生まれ、育児の傍ら、美容師免許を取得し、夫の実家の美容院を手伝っていた。そんな時、妹から『またアーチェリーやつてみたい』って誘われて。」アーチェリーから離れ約7年。現在は、2022年に設立した『中野アーチェリークラブ・アカデミー』で指導者としてアーチェリーに携わっている。

現在、アカデミーには小学校高学年から40代の方まで幅広い年齢層が在籍している。

「アーチェリーには正解がない。体格やメンタルなどで射ち方が変わり、射ち方が変われば、弓の設定や矢の硬さを一人一人に合わせる必要がある。型にはめられないからこそ、日々の練習の積み重ねが結果に結びつくと思っている。生徒二人の指導は大変でも少しずつ成長する姿が見られるのは、すごくうれしい。」

今後挑戦してみたいことを伺った。

「アーチェリーは、始めるのが難しい競技と思われてしまう。でも実はそうではなくて、年齢も性別も問わず、誰でも楽しめる競技なんです。中野市にもアーチェリー場ができたので、もっと気軽にできる競技として、皆さんに身近に感じてもらえるような活動をしたい。また、ゆくゆくは中野市からオリンピックが出てほしい。」

アーチェリーに少しでも興味がある方、体験してみたいという方は事前にご連絡ください。詳細は、上の二次元バーコードからご覧いただけます。



11ページ「わくわくWork」の取材に伺ったコスモ電子
無添加りんごちっぷす

10名様



プレゼント提供者

有限会社コスモ電子

〒383-0064
中野市新井 614-3
☎ (26) 2274



規格外りんごを皮ごとスライスし、乾燥させました。甘味料や保存料を一切使用していないため、りんご本来のおいしさが味わえます。

Instagram



応募方法

住所、氏名、年齢、電話番号、世帯主名、参考になった記事などを書いてご応募ください。

※当選した方には通知をお送りします。

締め切り 8月26日(月)必着

〈インターネットの場合〉

スマホから二次元バーコードで簡単に応募できます。

リンク先 <https://onl.sc/PZhZNe5>

〈Eメールの場合〉

koho@city.nakano.nagano.jp 宛

〈ハガキの場合〉

〒383-8614 (住所記載不要)
中野市庶務課 秘書広報係 宛



応募フォーム