

広報

2025(令和7)年

なかの

4

No.241



特集

中野市誕生20周年

ページ

03	特集 中野市誕生20周年	
08	眼光未来に徹す(市長コラム)/ 納税通知書は必ずご確認を/ 健康ポイントアプリ	
09	郵便局でマイナンバーカード電子証明書の 更新・暗証番号の初期化が可能に	
10	2025(令和7)年度 中野市一般会計 当初予算	
12	小中学校の給食費を無償化します/ DXははじめました。	
13	2025年度(2026年採用) 中野市職員採用試験	
14	生き生き!健康メモ/保健だより	
15	带状疱疹ワクチンの定期接種が 始まります/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	

市役所 “ちよっとした”美術館 春 ~ 2025

春の雰囲気味わえる絵画などを市役所に展示します。

場所 市役所本庁舎 1階風除室

期間 4月14日(月)~25日(金) ※平日のみ
(午前8時30分~午後5時15分)

問 企画財政課 ☎(22)2111 (内線222)

農地
家庭菜園
花壇に!

下水道堆肥

未土利

みどり

市公式HP



販売場所 平岡堆肥化施設(ナピア平岡)

販売日 月~金曜日
※祝日、8月9日~17日、12月27日~1月12日は除く

販売時間 午前9時30分~午後4時

問 上下水道課 ☎(22)2111(内線283)



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。



人口の動き

人口:40,309人 (-56)

男:19,584人 (-24)

女:20,725人 (-32)

世帯数:16,273戸(+1)

【2025年3月1日現在】

※2020年国勢調査を基に推計



20言語翻訳、読み上げ機能で「広報なかの」をもっと身近に。

マイ広報紙

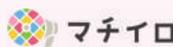
※毎月中旬に更新



中野市議会



※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。



マチを好きになるアプリ

いつでもどこでも「広報なかの」を読むことができるスマートフォン専用の無料アプリです。

ダウンロードはこちらから



今月の表紙

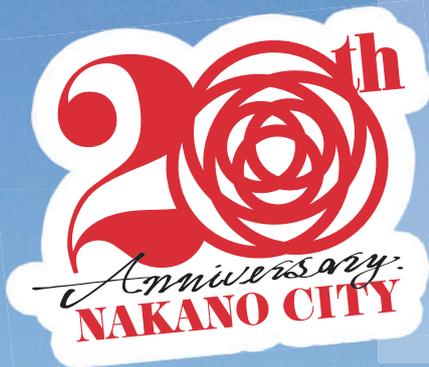
市の花「バラ」「シャクヤク」、木「リンドロ」「モミジ」、鳥「チョウゲンボウ」の写真を組み合わせてデザインしました。中でも「バラ」は誕生20周年記念のロゴのモチーフにもなっています。

中野市誕生20周年

2005年4月1日、旧中野市と旧豊田村が合併し、新「中野市」が産声を上げました。

それまで築き上げてきた両市村の歴史を大切な経験として生かしつつ、さらに新たな歴史を積み重ねて進んできたこの20年―。

今回の特集は中野市誕生20周年を記念し、誕生後の20周年を写真で振り返るとともに、4月以降に開催する記念事業をお知らせします。



Q.1
シヨンシヨンまつりの由来でもある中野市独特の手締めは?

Q.2
合併当時の人口は?

Q.4
中野市の花バラと?

Q.3
「長野県りんご三兄弟」の一つで、中野市で生まれたリンゴの品種は?

クイズで知ろう!
中野市のコト



1



3



4



2



5



8



6



7



9



12



11



健康くん 元気くん 10



15



14



13

新『中野市』誕生から20年の歩み

- ・2005年度 開市式・豊田支所がスタート①
- ・青木一市長就任②
- ・2006年度 中野保健センター完成
- ・市宮野球場が信濃グラウンセローズの公式練習グラウンドに決定③
- ・2007年度 柳沢遺跡から銅戈と銅鐸の破片が出土
- ・2008年度 非核平和都市宣言
- ・市の「花・木・鳥」を制定
- ・小田切治世市長就任④
- ・2009年度 市立博物館展示室オープン
- ・豊田赤坂農村公園「ドッグラン」オープン
- ・2010年度 市民憲章を制定
- ・姥ヶ沢遺跡(大俣)出土の土偶の愛称が「姥ヶ沢ビーナス」に決定
- ・2011年度 一本木公園イングリッシュガーデン完成⑤
- ・中野陣屋前広場公園完成
- ・2012年度 多目的サッカー場完成⑥
- ・池田茂市長就任⑦
- ・2013年度 さくら保育園開園⑧
- ・2014年度 市音楽親善アンパサダーに麻衣さんを任命⑨
- ・2015年度 健康長寿のまち宣言⑩
- ・ひまわり保育園開園⑪
- ・中野市合併10周年記念式典⑫
- ・2016年度 新斎場「たびだちの森」供用開始
- ・天皇皇后両陛下行幸啓(高野辰之記念館)⑬
- ・北信総合病院しゅん工式



19



17



16

栄誉賞 表彰式



20



23



21



24



22



27



25



29



28



26

- 2017年度
 - ・みなみ保育園開園
 - ・中山晋平誕生130年祭⁽¹⁴⁾
 - ・市役所新庁舎開庁⁽¹⁵⁾
- 2018年度
 - ・新りんごっこ開所
- 2019年度
 - ・令和元年東日本台風
 - ・「カチューシャの唄」知音都市交流30周年記念事業
- 2020年度
 - ・新型コロナウイルス感染症国の緊急事態宣言
 - ・ひらおか保育園開園
 - ・高社小学校開校⁽¹⁶⁾
 - ・中野地域職業訓練センターにコワーキングスペースがオープン
 - ・湯本隆英市長就任⁽¹⁷⁾
- 2021年度
 - ・関係人口創出拠点施設「ZENYA」開所
 - ・魅力発信VTuber「信州なかの」デビュー⁽¹⁸⁾
 - ・新型コロナウイルス感染症終息・県内経済復興祈念花火
 - ・人権尊重都市宣言
 - ・もみじ荘リニューアルオープン
 - ・豊田小学校開校
- 2022年度
 - ・とよた保育園開園
 - ・2023年度
 - ・笠倉壁田橋開通⁽¹⁹⁾
 - ・牧秀悟選手栄誉賞表彰⁽²⁰⁾
 - ・子育て支援拠点施設「HUBLICNAKANO」開館⁽²¹⁾
 - ・ふるさと信州なかの応援寄附金22億円突破⁽²²⁾
 - ・ふるさと交流拠点施設タカギセイコーふるさとパークオープン⁽²³⁾
- 2024年度
 - ・市民会館ソラホール開館⁽²⁴⁾
 - ・グランセローズ独立リーグ日本一⁽²⁵⁾
 - ・市立図書館リニューアルオープン⁽²⁶⁾
 - ・映画『シンペイ 歌こそすべて』完成披露試写会
 - ・宮島礼史先生作品コラボ『なかのかのの祭り』⁽²⁷⁾
 - ・信州中野アーチェリーセンターオープン⁽²⁸⁾
 - ・久石譲さん出演新日本フィルハーモニー交響楽団中野市特別演奏会⁽²⁹⁾

クイズで知ろう! 中野市のコト答え合わせ

A.1
天領締め

飲み会の締めはこれ!



世帯数は14,958戸



A.2
47,492人
(2005年4月1日現在)

A.3
秋映

濃い赤色が特徴!



A.4
シヤクヤク

生産量日本一!



中野市誕生20周年記念ロゴマーク



街角などに多く植えられ、愛され、親しまれているバラをモチーフに「重なる人の輪がバラの花を咲かせているイメージ」でデザイン。市出身の人気漫画家 宮島礼吏先生もデビュー20周年を迎えることから、監修していただきました。

記念事業のPRに
使用していきます!



20周年記念イベント大募集!

開催予定のイベントに「中野市誕生20周年記念」の冠を付けませんか? ご応募いただいたイベントは選考の上、中野市誕生20周年記念事業として広報なかのや市公式ホームページに掲載しPRを行います!

対象事業

2026年3月31日までに実施する事業で、ふるさとへの愛着を深め、本市の魅力を市内外に発信できる事業
※公序良俗に反する事業、政治・宗教または思想活動などを目的とする事業、営利または売名を目的とする事業は対象になりません。

使用申請

市が指定する使用申請書に事業計画書を添付して企画財政課へ提出してください。

詳しくは
市公式ホームページを
ご覧ください



2025

5 May

中野市二十歳を祝う会
こどものとしょかんまつり
北信濃ふるさとの森文化公園スプリングフェア
信州なかのバラまつり
地域づくり講演会



July 7

一本木公園ビアパーク
中野シヨンシヨンまつり



8 August

中野市民音楽祭



September 9

北信濃ふるさとの森文化公園オータムフェア
信州なかの環境フェア



10 October

中野市誕生20周年記念式典 700
図書館まつり
健康づくりフェスティバル
一本木公園秋のバラまつり
市長杯争奪高校野球大会
土人形絵付けコンテスト



November 11

信州なかの痛車おたのもしゃんすーフェス



2026

2 February

中山晋平記念音楽賞優秀賞入選曲発表会

時期未定

一本木公園植樹祭
アーチェリー市長杯
公民館文化祭
文化講演会

...and more

眼光 未来 に 徹す

題字：湯本隆英



▲昨年の高梨館跡公園。タクトオコヒガンザクラが毎年きれいに咲いています。

第12回

21年目のSpring has come !

2025年度で新中野市が誕生して20年を迎えます。一年を通して記念事業を行う予定です。「中野市誕生20周年記念事業」の冠を付けていただける市民の皆さまが開催するイベントも募集しています。市民全員でこの20周年をお祝いしましょう。

さて、新中野市となった翌年2006年の出生数は404人でした。近年では、22年は216人、23年は199人、24年は174人でした。約19年前と比較すると、1年間で生まれるお子さんの数は半分以下になりました。20年前の合併当時は人口5万人を想像していましたが、潮流は逆へ変わり、少子化が進んでいます。『千の蔵より子は宝』です。

また、2024年の国内の出生数は72万988人。新型コロナウイルス感染症などの影響もあり、出生数(日本人のみ)は70万人、合計特殊出生率は1.2を割り込みそうです。引き続き、交流・関係人口を増やし、定住人口につながる施策を継続的に実施しながら、子育て世代の環境をより改善するとともに、大人や私を含めた高齢者も住みやすい地域づくりを市民の皆さまと連携しながら取り組んでまいります。

21年目もキラリと光る明るい中野市を共につくりましょう。

今回の見通し

中野市長 湯本隆英



みんなでつくる
みんなが住みやすいまち

納税通知書は 必ずご確認を!



問 税務課 ☎(22)2111(内線227・228)

4月中旬から新年度の納税通知書が届き始めます。納税通知書には納付書が同封されていることがありますので、必ず内容の確認をお願いします。

納税通知書のココをチェック!



- 登録口座の記載の有無
- 納付書同封の有無
- 課税内容、税額、納期限

口座振替の方は登録口座の残高も確認しましょう。

納期限内に納付がないと滞納となり、督促状の発送後、滞納処分の対象となります。

よくある事例

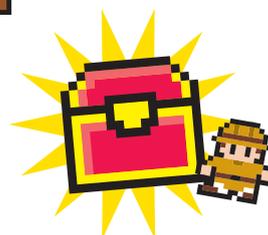
「口座登録をしてある」と思い込み、納期限まで納付がなく、結果的に滞納となり、督促状が届いてから初めて気付いた。



※固定資産税などは、登記変更などにより今まで登録していた口座が引き継がれないことがあります。

健康 ポイントアプリ

市公式HP



自主的に健康づくりに取り組み、ポイントを貯めると商品券やお食事券が当たる抽選に参加できます!

対象

16歳以上の中野市民

取組期間

2026年1月31日(木)まで

抽選参加条件

6000ポイント以上貯めた方

定期的にウォーキングミッションが開催されます

アプリについて詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線242)

マイナンバーカード電子証明書の更新・暗証番号の初期化が可能に

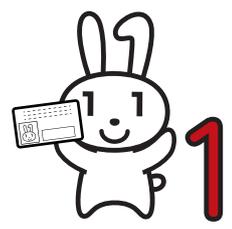
問 市民課 ☎(22)2111(内線236)

今年度からマイナンバーカード電子証明書を更新される方が増加し、市民課窓口係のマイナンバーカード専用窓口では大変な混雑が予想されます。

この混雑を緩和するため、5月から次の郵便局でマイナンバーカード電子証明書の更新および暗証番号の初期化ができるようになります。



マイナンバーカード電子証明書??



信頼できる第三者（認証局）が間違いなく本人であることを電子的に証明するもので、書面取引における印鑑証明書に代わるものです。

電子証明書には**5年の有効期限**があり、有効期限が過ぎた場合、e-Taxなどの電子申請をはじめ医療機関での受診、コンビニでの証明書などの交付に使用できなくなりますので更新の手続きをお願いします。

手続きが可能な郵便局

信州中野郵便局



所在地 三好町二丁目 1-1
問 ☎ 0570(943)429

吉田郵便局



所在地 吉田 21-4
問 ☎ (22)4246

永田郵便局



所在地 永江 1874-2
問 ☎ (38)2542

受付日時・必要なもの

期日：**5月1日**(木)から手続き可能 時間：午前**9時**～午後**5時**
※(土)(日)(祝)、12月31日～1月3日を除く

持ち物：マイナンバーカード、
電子証明書設定暗証番号（英数字6～16文字および数字4桁）

可能な手続き

※注意※ 15歳以上の本人申請のみ可能(代理申請不可)

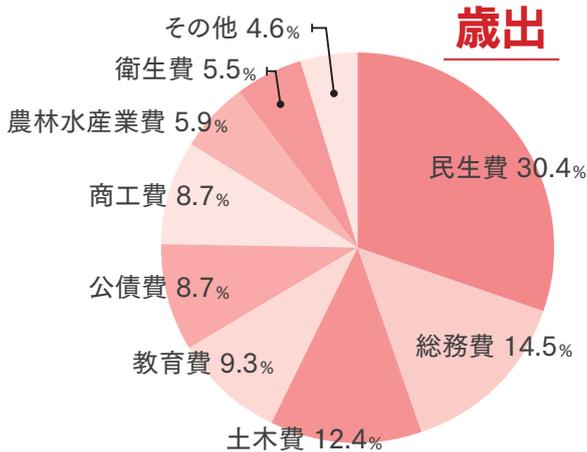
- 電子証明書および利用者証明用電子証明書の更新・発行
- マイナンバーカードの暗証番号の初期化

一般会計 **270億9,400万円**

前年度当初比 **↑9.7%** (23億9,400万円の増)

2025年度予算は第2次中野市総合計画に掲げた将来都市像「緑豊かなふるさと文化が香る元気なまち」の実現に向け、市民が安全・安心に暮らすことのできる持続可能なまちづくりのため、臨機応変かつ確に課題を克服すると同時に安定した行財政運営を行えるよう「DXの推進」「公共施設の最適化」などの具体的な事業に取り組み、持続可能な財政構造の確立を目指します。

歳出



区分 金額 前年度比

民生費 82億円 ↑0.1%
障がい者・高齢者・児童支援などの経費

総務費 39億円 ↑27.2%
庁舎の管理や市税の徴収などの経費

土木費 34億円 ↑15.7%
道路や公園整備などの経費

教育費 25億円 ↑28.0%
学校教育や生涯学習などの経費

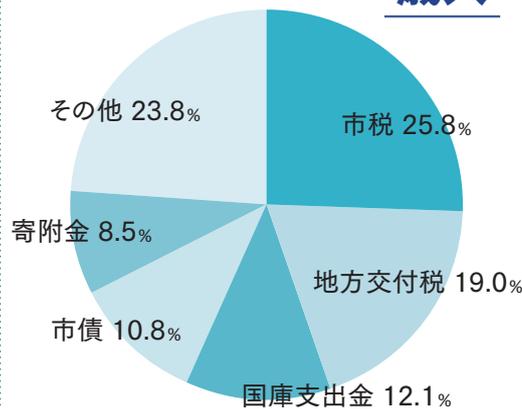
公債費 24億円 ↓-3.5%
市債の返済経費

商工費 24億円 ↑17.9%
観光施設や商工業振興などの経費

農林水産業費 16億円 ↑13.8%
農林水産業振興、農道整備などの経費

衛生費 15億円 ↓-2.8%
健康管理やごみ処理などの経費

歳入



区分 金額 前年度比

市税 70億円 ↑5.6%
市に収められる税金

地方交付税 52億円 ↑3.5%
国から配分される税金

市債 29億円 ↑75.9%
事業実施のため国などから借るお金

財源確保・行政改革の取り組み

市税、地方交付税などの歳入以外ではふるさと寄附金23億円を見込みます。市の魅力を地域の方と連携して全国へ発信し、より多くの方に選ばれる市になるよう努めます。

各種事業へのクラウドファンディングなどを活用し、財源の確保に努めるほか、LINEアカウント連携システムサービス導入により、各種申請における利便性の向上、デジタル技術の活用による業務の効率化、施設の統廃合や売却により、公共施設の適正化を進めます。

特別会計・企業会計 予算

企業会計名	予算額	前年度比
下水道事業	43億360万円	↑2.3%
水道事業	28億4,443万円	↑17.0%

特別会計名	予算額	前年度比
国民健康保険事業	49億8,735万円	↓-0.5%
後期高齢者医療事業	7億5,311万円	↑4.5%
介護保険事業	49億8,650万円	↑0.6%
倭財産区事業	56万円	↓-18.2%
永田財産区事業	42万円	↑3.4%
中野財産区事業	143万円	↑6.9%
計	107億2,937万円	↑0.3%



もっと enjoy !

文化・スポーツ・観光による交流

- ★ 文化公園整備事業
- ★ 市営運動場照明LED化工事
- ★ 多目的サッカー場人工芝張替工事
- ★ 豊田ふるさと交流館施設改修事業
- ★ 一本木公園整備事業
- ★ 中野市誕生20周年記念事業
- ★ 証城寺しょうじょうじの狸囃子たぬきばやしほか童謡唱歌誕生記念事業
- ★ 美術館建設準備事業（調査・設計など）

その他継続して市出身の宮島礼吏先生などの作品とタイアップしたまちづくり、アーチェリーセンターやタカギセイコーふるさとパークを活用したスポーツ振興、移住交流人口の増加に取り組みます。



◀ 多目的サッカー場

もっと安心安全！

健康長寿・安心安全なまちづくり

- ★ 健(検)診SNS広告業務委託事業
- ★ 帯状疱疹ワクチン接種事業
- ★ 高齢者安心らいふエアコン補助金
- ◆ シルバーいきいき応援券給付事業
- ◆ 運転免許証自主返納交付金
- ★ 身体障がい者介助者用自動車改造等補助金
- ★ 凍結防止剤自動散布システム導入事業
- ★ ライフビジョン本格稼働
- ★ 消防署建設事業（基本設計）

その他継続して公的病院等運営事業（北信総合病院と地域医療の連携強化）、通学路・歩道整備、橋梁修繕、地域公共交通の維持、上今井遊水地空間利活用検討会（国・県との防災連携）に取り組みます。



予算のポイント

— 子どもと真ん中・薔薇色のまちへの挑戦 —

【新規事業（★）、拡大事業（◆）】

子どもと真ん中！

子育て・教育施策の加速化

- ★ 小・中学校給食費無償化（県内19市初の無償化）
- ★ 保育園主食提供（有償）
- ★ 1カ月児健康診査事業
- ★ 小・中学校学習用タブレット端末更新
- ★ お昼寝用コット導入
- ★ 不登校児童・生徒支援員などの配置
- ★ 給食センター建設事業（設計）



その他継続して子ども医療費の無償化、結婚新生活支援事業（新婚世帯の住居費などの補助）、HUBLICを活用した子育て支援の充実に取り組みます。

もっと農業！もっと商業！もっと工業！

にぎわいと活力あふれるまちづくり

- ◆ 農業王国発展加速化事業補助金
- ★ 農業振興研究開発費負担金（農産物の新品種・技術開発）
- ◆ 産地生産基盤パワーアップ事業補助金
- ◆ 工場設置事業助成金（地元企業の支援拡大）



その他継続して空き店舗活用チャレンジ等支援事業やマルシェ開催事業補助、にぎわい創生推進事業補助（市内のにぎわい創出イベントへの支援）、従業員家賃補助（市外から市内アパートなどに転居した際の家賃補助）に取り組みます。

小中学校の 給食費を無償化します

問①学校給食センター ☎(22)2111(内線8017(南部)・8020(北部))
②③学校教育課(内線418)

児童生徒の通学状況に応じて、給食費を4月分から無償化します。

1 市内の小中学校に通学している場合

➤➤ 給食費を4月分から無償化します。

2 市内の小中学校に通学し、疾病などの理由により弁当を持参している場合

3 市内在住で、市外の小中学校に通学している場合

➤➤ 通学日数に応じて、給食費相当分を助成します。

助成の手続きについては2026年2月ごろに対象者へ案内を送付します。

※お願い※

無償化により給食費について保護者負担は生じませんが、フードロス削減の観点から療養などの理由により長期間給食を必要としない場合は、給食を停止する手続きをお願いします。

Vol.12



DX

はじめました。



2026年3月末で 音声告知放送サービスが終了します

現在提供中の「音声告知サービス」は、機器メーカーのサポート終了により、2026年3月末をもってサービスを終了します。
これに伴い、新情報配信サービス「**ライフビジョン(アプリ)**」を代替手段として提供します。

「ライフビジョン」で確認できる情報

- ▶ 防災行政無線の放送内容
- ▶ 行政情報、市公式ホームページの到着情報
- ▶ 広報なかの、全戸配布物や議会だよりなど
- ▶ 電子申請や暮らしに役立つ情報

音声告知放送端末は回収方法が決まり次第、別途ご案内します。



ダウンロードはコチラから



Google Play
からダウンロード



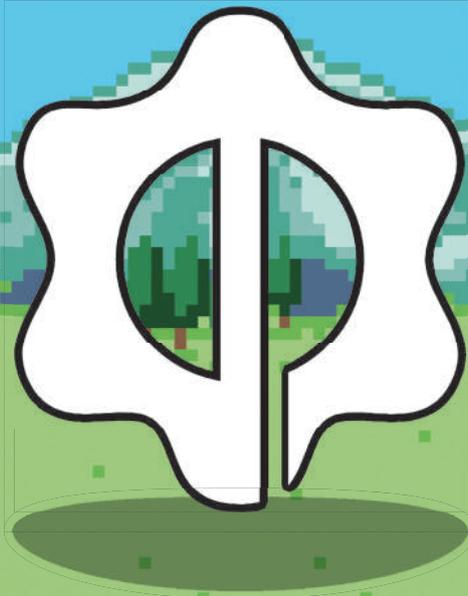
App Store
からダウンロード

2025年度(2026年採用)

中野市職員採用試験

受付期間 **5月9日(金)まで**

第1次試験 **6月1日(日)**



▶ はい！
うける！

なんと なかのしゃくしょが
なかまに なってほしそうに こちらをみている！
しょくいんさいようしけんを うけますか？

A 大学卒業程度

区分	受験資格 ※詳しい資格要件は受験案内をご確認ください。		採用予定 人員
	生年月日	資格要件など	
行政	1995年4月2日～ 2004年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 大学卒業程度の学力を有する者 2025年5月1日現在、中野市に住民登録しており市内に居住している者、または本人が進学・就職などにより現在中野市を離れているが、以前に市内に居住していた者（中野市に住民登録があった者） 	若干名

B 短大卒業程度

区分	受験資格 ※詳しい資格要件は受験案内をご確認ください。		採用予定 人員
	生年月日	資格要件など	
保育士	1997年4月2日～ 2006年4月1日	<ul style="list-style-type: none"> 保育士の資格を有し、保育士登録をしている者（採用日の前日までに当該資格を取得し、保育士登録申請をする見込みの者を含む） 	若干名

受験案内や
詳細はコチラ

市公式HP



良い目覚めは 良い睡眠から

春は生活環境の変化や寒暖差などからのストレスを受けやすく、心と体の調子を整えることが大切な時季です。心と体の調子を整えるため、まずは睡眠を見直してみませんか？

日本人は睡眠不足…？

出典：健康づくりのための睡眠ガイド2023



国の調査で約4割の方が睡眠時間が6時間未満と回答しています。成人の適正な睡眠時間は6～8時間と考えられていて、1日の睡眠時間は最低でも6時間以上確保することが推奨されています。

※適正な睡眠時間には個人差があります。

光・温度・音を意識

- ・体内時計を調整するため、朝は明るく、夜は暗い環境を作りましょう。
- ・室温は適温に。就寝1～2時間前に入浴すると寝付きが良くなります。
- ・できるだけ静かな環境で寝ましょう。

食事にも注意！

朝食を抜くと体内時計は乱れ、睡眠不足を招きます。また、就寝の2時間以内に食事を取ると睡眠の質が下がることがあります。

日中の運動を増やす

体を動かし、適度な疲労を感じると睡眠の質が高まります。ただし、就寝2～4時間前の運動は逆効果なので要注意！

良い睡眠のためには…

嗜好品との付き合い方

アルコールは一時的に寝付きが良くなりますが、睡眠の質が低下します。カフェインやたばこのニコチンは覚醒作用などを含むため、注意しましょう。



眠れないときは

就寝前に行うリラックス方法を持つことが大切ですが、それでも寝付きが悪く20分以上眠れない場合は、一度寝床から出て暗い場所でリラックスして過ごし、無理に寝ようとせず眠気を感じたら寝床に戻ってみましょう。

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)

秘密は厳守します。

期日 4月17日(木)

時間 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。

子育て・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

歯周疾患検診

対象者には受診券をお送りします。希望する市内の歯科医院に予約の上、お早めに受診してください。

期日 2026年2月28日(土)まで

対象 20・30・40・45・50・55・60・65・70歳の方

骨髄バンクドナー助成

公益財団法人日本骨髄バンクに登録し、骨髄などを提供したドナーと当該ドナーが勤務する事業所に対し、助成しています。

助成額 ドナー 2万円/日

事業所 1万円/日

※最大10日分まで

尿中塩分摂取推計量検査

5月から尿中塩分摂取推計量検査の申し込みを開始します。普段の食事を取っている塩分量を確認してみませんか？

検査方法など詳細は健康づくり課までお問い合わせください。

実施期間

2026年3月末まで

带状疱疹ワクチン 定期接種が始まります

問 健康づくり課 ☎ (22) 2111 (内線368)



接種対象者

- 年度内に65・70・75・80・85・90・95歳を迎える方または100歳以上の方
- 60～64歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害があり、日常生活が困難な方

自己負担額 ※[]内は補助回数

生ワクチン【1回】 2,400円

不活化ワクチン【2回】 6,400円/回

※2回接種で12,800円

接種が可能な医療機関はコチラです

対象者へ3月末にお知らせハガキをお送りしますので、接種を希望される方は、事前に医療機関へご予約の上、接種を受けてください。

詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

【持ち物】本人確認できるもの(免許証、マイナンバーカードなど)、接種済証(不活化ワクチン2回目の方)、生活保護受給者は受給証明書

医療機関名	電話番号	接種可能ワクチン
北信総合病院	22-2151	●☆
アライクリニック	24-0601	●☆
飯田医院	22-2653	☆
市川内科医院	22-3366	●☆
今井こども医院	24-7755	☆
小田切医院	22-3054	●☆
くまき整形外科・リウマチ科クリニック	23-1301	●☆
高野医院	22-6810	☆
さかえクリニック	23-2405	●☆
須藤医院	22-3746	●☆
徳竹医院	22-3202	☆
西原医院	22-3007	☆
長谷川クリニック	26-7700	●☆
はんだクリニック	38-0861	●☆
広田医院	22-6661	●
丸谷医院	26-0077	●☆
三沢クリニック	22-5522	☆
南谷整形外科	22-7722	●☆
油井内科医院	26-1241	●☆
佐藤病院	38-3311	●☆

行ってみよう! やってみよう! シニア情報



ご希望の方は高齢者支援課までご相談ください。

問 高齢者支援課 ☎ (22) 2111 (内線366・389)

認知症サポーター養成講座

認知症は誰でもなる可能性があります。認知症の正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の方や家族に対し、できる範囲で手助けする「認知症サポーター」になりませんか?

開催日時や会場はご相談ください。

内容 認知症の症状、認知症の方やご家族の気持ち、対応時の心得(60～90分程度)

対象者 高齢者に限らずどなたでも受講可能

受講料 無料 講師 キャラバンメイト(専門研修修了者)



▲受講者には特製缶バッチを差し上げます

わかがり教室

運動、脳トレ、栄養やお口の健康などについて仲間づくりをしながら楽しく学べる教室です。

※前年度参加された方はお申し込みできません。

開始日 6月25日(水)～(週1回、約3カ月)

時間 午前10時～正午

会場 中野保健センター

脳元気!!体らくらく教室

楽しい運動と脳と体がイキイキ元気になる教室です。

※前年度参加された方はお申し込みできません。

開始日 6月4日(水)～(週1回、約3カ月)

時間 午前10時～11時30分

場所 中野人権センター

※希望者には送迎があります。



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
4月17日(木) 午前10時～11時30分 中野保健センター	8～10カ月児 ・赤ちゃんのお口の話 ・離乳食の話、試食 ・図書館から絵本の紹介、読み聞かせ ・子育て支援センター「りんごっこ」見学
5月15日(木) 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。

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40分～1時

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

マタニティママ&パパクラス

持ち物 筆記用具、母子健康手帳、飲み物、
【5/17のみ】エプロン、バンダナ、子育て応援ガイドブック

日時・会場	内容
4月19日(土) 午前9時30分～11時30分 中野保健センター	妊娠中の過ごし方・分娩のお話、先輩パパの体験談、抱っこ体験、お父さんの妊婦体験、個別相談
5月17日(土) 午前9時30分～正午 中野保健センター	妊産婦の食事と栄養、“PAPA”つとCooking・試食、“出産～子育て”制度とサービス、測定コーナー、お父さんの妊婦体験、個別相談

健診名	健診日	対象生年月
3カ月児健診	4月22日(火)	2024年12月生
7カ月児健診	4月23日(水)	2024年8月生
1歳6カ月児健診	4月25日(金)	2023年9月生
2歳児健診	4月21日(月)	2023年3月生
3歳児健診	4月24日(木)	2022年3月生

LINEで
簡単予約

市公式アカウントを[友だち追加]して
トーク画面の[予約]から申し込みが可能に!



母子保健新規事業が始まります

1歳児健診が開始

計測や歯科医師の診察だけでなく、遊びの紹介・絵本のプレゼントも!

骨密度検査やベジチェックなどでパパママの健康も見直せます!

健診日の約2カ月前に案内を郵送します。

対象 今年度1歳になる方
時期 誕生月の翌月



おたふくかぜワクチン 助成事業対象者を拡大

1歳児に加え、就学1年前(年長児)も対象となります。

助成額 3,000円※1人1回限り

詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



1カ月児健診の費用を助成

お子さんの健やかな成長を支援するため、1カ月児健診の費用を全額助成します。

対象 4月以降に生まれ、受診日に市内に住所を有する方

出産医療機関などで個別受診となります。

妊娠8カ月ごろに受診票をお渡ししますので、ご予約の上、受診してください。



健康をこどもにつなぐ 葉酸サプリメント 給付事業の対象者を拡大

葉酸は女性の健康を考える上で、生涯を通じて必要な栄養素です。

婚姻届または妊娠届を提出し、葉酸サプリメントの配布をご希望された方に無料で提供します。

詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



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)

県小児救急電話相談 ☎#8000 午後7時～翌日午前8時

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をご紹介します

中央子育て支援センター りんごっこ

住所 西一丁目1-7
 電話番号 0269(22)2259
 対象者 乳幼児(0歳~就学前)
 ※保護者の付き添いが必要です。
 利用料金 無料
 利用時間 午前9時~午後5時
 休業日 火曜日、12月29日~翌年1月3日



豊田子育て支援センター うさぎっ子

住所 豊津2514-1
 電話番号 0269(38)1638
 対象者 乳幼児(0歳~就学前)
 ※保護者の付き添いが必要です。
 利用料金 無料
 利用時間 午前9時~午後5時
 休業日 日・水曜日、祝日、12月29日~翌年1月3日



子育て支援拠点施設HUBLIC

住所 壁田1572
 電話番号 0269(38)1197
 対象者 18歳までの児童およびその保護者
 利用料金 無料
 利用時間 午前9時~午後5時
 休業日 金曜日、12月29日~翌年1月3日



中野児童センター

住所 中央二丁目1-27
 電話番号 0269(26)1260
 ■対象者 乳幼児(0歳~就学前)
 ※保護者の付き添いが必要です。
 利用料金 無料
 利用時間 午前9時30分~午後0時30分
 休業日 土・日曜日、祝日、12月29日~翌年1月3日、
 小学校の休業日(春・夏・冬休みなど)
 ■対象者 児童(小学1~6年生)
 利用料金 無料
 利用時間 午前9時30分~午後6時
 休業日 日曜日、祝日、12月29日~翌年1月3日



ひよこ保育園子育て支援センター たまご

住所 東山1134-4(ひよこ保育園内)
 電話番号 0269(22)6292
 対象者 乳幼児(0歳~就学前)
 ※保護者の付き添いが必要です。
 利用料金 無料
 利用時間 午前9時30分~午後0時30分
 午後1時30分~3時30分
 休業日 土・日曜日、祝日、12月29日~翌年1月3日



平野児童センター

住所 岩船43
 電話番号 0269(26)5219
 ※対象者などは中野児童センターと同一。

NEW OPEN

平野さつきこども園子育て支援センター さつきっこ

住所 片塩41(新園開園まで)、片塩35(新園開園後)※6月開園予定
 電話番号 0269(24)5788 対象者 乳幼児(0歳~就学前)※保護者の付き添いが必要です。
 利用料金 無料 利用時間 午前9時~午後2時 休業日 土・日曜日、祝日、12月29日~翌年1月3日



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

問 庶務課
 ☎ (22) 2111 (内線212)



たきざわりと
瀧澤利斗さん(1歳)
 1歳おめでとう☆
 4月から保育園
 がんばろうね!



まるやまたいせい
丸山大晴さん(8カ月)
 毎日、可愛い
 笑顔をありがとう



まちかど トピックス

2/27

学校アウトリーチ事業

音楽親善アンバサダー麻衣

特別授業

平野小学校に歌手で音楽親善アンバサダーの麻衣さんをお招きし、特別授業をしていただきました。

自身の子どもの頃の話を国内外で活動することを得た経験を歌を交えながら話し、音楽の楽しさや素晴らしさとともに、世界に目を向けることの大切さを伝えていただきました。

最後は、麻衣さんと約450人の児童による市のイメージソング「空みあげて」が体育館に響き渡りました。



3/15

身近な情景や思いをメロディーに乗せて

中山晋平記念音楽賞

優秀賞入選曲発表会

今年で61回目となる中山晋平記念音楽賞の優秀賞入選曲発表会を市民会館ソラホールで開催しました。

市内外の児童・生徒を対象に募集し、応募のあった計51曲から選ばれた優秀賞受賞者7人が表彰を受けました。



その後、歌手の佐藤容子さん、寛子さんによるシユガーシスターズや、ピアニストの寺嶋陸也さん、クラリネットイストの橋爪恵一さんが受賞曲および記念公演を披露し、訪れた皆さんは個性が輝く美しいメロディーに耳を傾けていました。

3/15

穏やかでいられるように

認知症講演会

映画監督でテレビディレクターの信友直子さんをお招きし、講演会を開催しました。

認知症の母親と老々介護する父親を描いたドキュメンタリー映画を制作され、自身の経験から介護の大変さを踏まえ、本人も家族も穏やかでいられるために認知症との上手な付き合い方をお話いただきました。



※撮影場所：豊田中学校



3月18日に市内小学校7校、19日に中学校4校で卒業証書授与式が行われ、小学生365人、中学生348人が卒業しました。
式では、在校生や保護者など大勢の出席者が見守る中、卒業生が入場し、校長先生から一人一人に卒業証書が手渡され、来賓や在校生からお祝いや感謝の言葉が贈られました。
新たな旅路への一步を踏み出した卒業生の瞳には、どんな困難も乗り越えられるような力強さと輝きが宿っていました。

3/18
19

たくさんの思い出と感謝を胸に
小・中学校卒業証書授与式



3/22

ソノラホールオープニング記念
**成田達輝
ヴァイオリン・リサイタル**

数々の難関コンクールで入賞し、脚光を浴び続けているヴァイオリニストの成田達輝さんと、多彩な音色を引き出す実力派ピアニストの實川風さんによるコンサートを開催しました。

クラシックの名曲や久石譲作曲の「人生のメリーゴーランド」のほか、当日限りの即興アレンジで中山晋平作曲の「シャボン玉」が披露され、会場は大きな拍手に包まれました。



3/16

3度目の受賞
牧秀悟選手栄誉賞表彰式



横浜スタジアムにおいて、中野市出身の牧秀悟選手の栄誉賞表彰式を行いました。
牧選手はSMBBC日本シリーズの優勝やWBCプレミア12の日本代表の準優勝に大きく貢献しました。
栄誉賞はスポーツなどの分野で顕著な成績をあげ、市民に明るい希望を与え、方に贈呈しています。

3/15

個性豊かな作品たち
土人形絵付けコンテスト表彰式

第19回土人形絵付けコンテストの入賞作品が決定し、制作者への表彰式を行いました。

3部門で応募総数286点から選ばれた30点の入選作品は市公式ホームページでご覧いただけます。

市公式HP





暮らいの 情報掲示板

○ 4・5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

4/6 (日)	■ 日本土人形資料館まつり 会 日本土人形資料館 ■ プラっとまち巡り中野「五福のへびをあつめよう」 会 日本土人形資料館ほか Pick up イベント③
4/9 (水)	■ 湯本祐一写真展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 4月28日(月)まで
4/14 (月)	■ “ちょっと”した美術館～2025春～ 会 市役所 期 4月25日(金)まで
4/19 (土)	■ 中野市誕生20周年記念 ドキュメンタリー映画上映会 会 市民会館ソソラホール
4/27 (日)	■ 「故郷」のふるさと音楽会 Pick up イベント② 会 高野辰之記念館 ■ 信濃グランセローズホームゲーム 会 市営野球場 ※5月23日(金)も開催
4/30 (水)	■ 「ふるさと山河」宮澤芳一日本画展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 5月5日(月)祝まで
5/8 (木)	■ 貴子(陶芸)&孝子(絵画)展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 5月19日(月)まで
5/10 (土)	■ なかのしこどものとしょかんまつり 会 市立図書館 期 5月11日(日)まで
5/11 (日)	■ 帯の瀬の日 会 農村環境改善センター帯の瀬ハイッ
5/18 (日)	■ グリーンコンサート Pick up イベント① 会 中山晋平記念館
5/22 (木)	■ 和紙とはぎれ「布」の創作人形展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 6月9日(月)まで
開催中	■ 小黒三郎組み木館 ズートピア信州 池田憲一郎製作組み木作品展 会 中野陣屋・県庁記念館 期 4月6日(日)まで
	■ 中野土人形「市川一生コレクション」 会 中野陣屋・県庁記念館 期 4月20日(日)まで
	■ 中野人形五代目奈良久雄の世界 ～牧基之コレクションより～ 会 日本土人形資料館 期 6月29日(日)まで



◀ インターネットでイベント
カレンダーをチェックでき
ます

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

メイクBOX / 女児用礼服一式 / セミダブル
ベッド / 白 (餅つき用)

無償で譲ってください

二段ベッド / ミシン / スノーボード一式 / ス
キー用ヘルメット / 灯油タンク / 風呂釜 /
ワープロ / リンゴ用コンテナ / プラパレット

問 市消費生活センター ☎ (22) 2201

ご寄付ありがとうございました

問申 庶務課 (内線400)

大井正隆 様 (愛知県)

現金 100,000 円

延徳小学校児童図書購入のため

中野市農業協同組合 (三好町)

代表理事組合長 望月隆 様

児童用傘 300 本

管内小学校の新入学児童への祝品として

中野ライオンズクラブ (中央)

会長 永池宏文 様

安全帽子 331 個

新入学児童の交通安全のため

○ Pick up イベント



募集 晋平メロディを歌い継ぐ グリーンコンサート

カレンダー①

問申 中山晋平記念館 ☎(22) 7050

▶ 110周年を迎えた中山晋平作曲「ゴンドラの唄」をはじめ、さまざまな曲を演奏します



日時 5月18日(日) 午後2時～3時30分

会場 中山晋平記念館 第一展示室

出演 佐藤美和さん(マリンバ)
高久史子さん(ピアノ)

入場料 一般500円、高校生以下250円

定員 100人(先着順)

申し込み 4月23日(水)～5月17日(土) / 電話

※木曜日休館

※未就学児は入場できません。

募集 高野辰之記念館 「故郷」のふるさと音楽会

カレンダー②

問申 高野辰之記念館 ☎(38) 3070



日時 4月27日(日) 午後1時30分(開演)

会場 高野辰之記念館

出演 萩原のり子さん(ソプラノ)
景山敬子さん(フルート)
青木佳子さん(ピアノ)

入場料 一般500円、高校生以下250円

定員 70人(先着順)

申し込み 4月13日(日)～26日(土) / 電話

※未就学児も入場できます。火曜日休館

開催 プラッとまち巡り中野 五福のへびをあつめよう

カレンダー③

問 日本土人形資料館 ☎(26) 0730



期間 4月6日(日)～6月15日(日)

会場 日本土人形資料館ほか市内4会場

※日本土人形資料館は木曜日休館

資源物の日曜回収

問 生活環境課 (内線458)

日時 4月27日(日) 午前10時～午後1時

会場 綿半スーパーセンター中野店

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、古着、廃食用油

【次回予定】

5月25日(日) ユー・パレット中野西店

お知らせ



中野市地域防災計画を
修正しました

問 危機管理課(内線286)

中野市防災会議において中野市
防災計画の修正案が決定しまし
た。修正した計画は、市公式ホ
ムページでご覧ください。

また、1月15日から2月12日ま
での間にお寄せいただいたご意見
の提出状況は次のとおりです。

意見提出者数 2人
意見数 2件



カルチャー・アート活動応援
事業補助金を交付します

問 文化スポーツ振興課(内線394)

対象事業 市内の施設において団
体が開催する音楽、演劇、舞踊、美
術その他文化芸術に関する催しを
行う活動

補助金額 対象経費の2分の1以
内(上限10万円)

申請期限 5月9日(金)

※詳しくは担当課へ
お問い合わせ下さい。



特殊詐欺被害防止対策機器
の購入・設置を支援します

問 市消費生活センター

☎(22)2201

年々巧妙化する特殊詐欺対策と
してご利用ください。

助成対象者 65歳以上の方が同居
する世帯

助成額 購入・設置に要した経費
の2分の1(上限5000円)

申請期限 2026年3月31日(火)
※先着40台分

※今年度中に購入したものに限り
ます。



身体障がい者等介助用
自動車改造等補助金

問 福祉課(内線307)

対象 市内在住の重度身体障がい
者(児)と同居する介助者

対象経費 介助する重度身体障がい
者(児)の移動のために使用する

自動車にリフトを付けるなどの改
造に要する費用、または同様の装
置などが整備された自動車を購入

する費用

補助金額 補助対象
経費の2分の1以内
(上限20万円)



児童扶養手当、特別児童
扶養手当の受給申請

問 福祉課(内線298)

児童扶養手当、特別児童扶養手
当を受給するためには、手続きが
必要です。未申請の場合は、受給
できませんのでご注意ください。

対象者

・児童扶養手当

父母が離婚や死亡した児童、父
または母が重度の障がいの状態に
ある児童、婚姻によらないで生ま
れた児童などを養育している方

・特別児童扶養手当

精神や身体に中度以上の障がい
がある児童を養育している方



フードドライブ

問 中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111

日時 5月7日(水) 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)

作業の種類		単位	金額	備考
農作業 標準労賃	田・稲作	田植え	998円	植え付け準備作業、消毒作業含む
		一般作業	998円	
	畑・果樹	一般作業	998円	袋かけ・摘果・房切・摘粒など
		剪定作業	1,910円	
		技術作業	1,700円	棚・ハウス建て
	きのこ	一般作業	998円	
オペレーター	運転作業	1,700円	運転手のみ SSの運転対象	
機械作業 標準料金	田・稲作*	代かき(一度)*	11,570円	
		代かき(二度)荒代*	10,720円	
		代かき(二度)植代*	10,720円	
		田植え(田植機)*	11,620円	植え付けのみ、標準は4条植
		バインダー*	12,520円	結束ヒモ
		ハーベスター*	12,810円	(ハゼ掛け) 基準
		コンバイン(結束付)*	27,640円	
		コンバイン(カッター)*	25,720円	自脱式コンバイン、運搬料別途
	田	耕起作業	10,610円	ロータリー耕 13~15cm標準
	畑・果樹	SS防除*	5,540円	オペレーター代・薬剤代別
		草刈り	刈払い機	1時間 2,260円
		乗用	10a 5,080円	乗用草刈機、燃料費込
	重機	バックホー* (バケット0.07㎡以上)	1時間 6,810円	運搬料別途
		バックホー* (バケット0.07㎡未満)	6,100円	

問 農業委員会事務局(内線409)

2025年度
農作業標準労賃・
機械作業標準料金
(4月1日から適用)

市農業委員会では農作業標準労賃および機械作業標準料金を改正しました。作業料金は圃場条件や作業条件を考慮して、依頼者と受託者双方で十分な協議をして決めてください。領収書は必ず発行してください。

※運転者・燃料が含まれています。



第3期中野市子ども・子育て支援事業計画の策定

問 子育て課(内線361)

本計画に基づき、子どもの健やかな育ちと子育てを社会全体で支援する環境の整備を推進していきます。

パブリックコメントの実施結果

意見提出者数 2人

意見数 2件

計画の閲覧場所 子育て課、市民課 豊田窓口係、市公式ホームページ



高齢者世帯のエアコン設置費を補助します

問 高齢者支援課(内線243)

対象 エアコンが未設置の70歳以上の独り暮らし高齢者または70歳以上の高齢者のみの世帯で、民生委員を通じて台帳登録のある世帯
補助金額 エアコン設置費用の2分の1以内で上限5万円(市内に本社を有する業者が設置する場合は7万円)

申請方法 申請書および添付書類を高齢者支援課へ提出



職員人事

2025年4月1日現在の課長以上の職員は次のとおりです。(紙面の都合上、一部役職名を省略しています)

問 庶務課 (内線209)

総務部 部長 栗林淳一
庶務課長 堀米一志 / 危機管理課長 竹田章 /
企画財政課長兼公共施設マネジメント推進室長
阿藤博之 / 税務課長 峰村昌志

健康福祉部 部長 中山貴弘
健康づくり課長 戸田修三 /
福祉課長 江本一視 /
中野、豊田社会就労センター所長 池田純子 /
高齢者支援課長 小林浩

子ども部 部長 柴本清天
子育て課長兼子ども相談室長 中山猛 /
保育課長 鈴木克彦

くらしと文化部 部長 秋元正幸
生活環境課長兼市民協働推進室長兼
消費生活センター所長 池田正実 /
文化スポーツ振興課長 荒井喜博 /
市民課長 野村博 / 人権・男女共同参画課長兼
中野、豊田人権センター館長 神田幸一

経済部 部長 石川雅之
農業振興課長 有賀裕介 /
商工観光課長 池田寿

建設水道部 部長 頓所勲
都市建設課長 大塚久良 /
上下水道課長 小林英哉

消防部 部長 柴本賢司
消防課長 矢野浩美

会計課 会計課長兼会計管理者 竹内和彦

教育委員会 教育次長 丸山晃
学校教育課長 小橋俊樹 / 南部、北部給食センター所長 大沢英樹 / 生涯学習課長兼図書館長
小林雄一 / 中央、北部、西部、豊田公民館長
北村勇人 / 博物館長 舘林弘毅

議会 事務局長 丸山賢司
事務局次長 上野聡志

監査委員 事務局長 高木一也

選挙管理委員会(併)書記長 高木一也

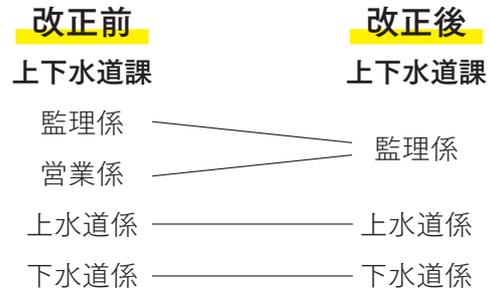
農業委員会 事務局長 佐々木篤博

市の組織改正

問 庶務課 (内線211)



下記のとおり市の組織を改正しました。



僕の夢は、プロ野球選手になり世界中の人々から注目される選手になることです。僕は小学生の頃から野球が大好きです。僕は野球の試合でピッチャーをやっていて相手を三振に抑えたときが一番楽しいです。僕は持ち味のストレートを生かし、今年全国大会に出場したいです。



ついていきますか？命を守る
「住宅用火災警報器」

問 岳南広域消防本部中野消防署
☎(22)33886

全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務化されています。住宅用火災警報器には火災による逃げ遅れを減らす効果があります。また、住宅用火災警報器の寿命は約10年とされています。10年を目安に電池の交換や機器の取り換えを行うほか、定期的に動作確認をしましょう。



創業者向け支援制度を
ご活用ください

問 申 商工観光課(内線272)

市制度資金 創業支援資金(新設) 貸付金利1.0%[※](特定条件を満たした場合0.9%[※])
※3年間の利子補給あり
空き店舗活用チャレンジ等支援 事業補助金
空き店舗を活用して出店するための改修費などを補助



「ながの子育て家庭優待パスポート」がLINEで使えます!

問 子育て課(内線362)

県公式LINEアカウントを友だち追加し、利用登録するとLINEアプリでパスポートを利用できるようになりました。紙のパスポートと同様に協賛店舗で提示することでサービスを受けられますので、ぜひご利用ください。

※紙のパスポートも引き続きお使いいただけます。

※利用登録の手順やパスポートの表示方法など、詳しくは県結婚・出産・子育て応援サイト「チアフルながの」をご覧ください。



地域活性化イベントへ
補助金を交付します

問 申 商工観光課(内線258)

にぎわい創生推進事業補助金
市内経済の活性化や集客によるにぎわい創出を目的とするイベントの開催に要する経費に対して補助金を交付します。
※今年度から補助率・補助限度額が変更となりました。
マルシェ開催事業補助金
生産者および事業者同士の交流の場の創出を目的とするマルシェの開催に要する経費に対して補助金を交付します。



農振除外や編入申し出の
受け付けを再開します

問 農業振興課(内線406)

8月末までに申し出があったものは翌年2月ごろまでに変更予定です。

なお、申し出の内容などによって、さらに期間を要する場合があります。農振除外などを希望する場合は、必ず事前のご相談をお願いします。



道路管理者が 変更となりました

問 県北信建設事務所中野事務所
☎(22)3138

変更に伴い対象区間の通行料金が無料となります。

対象区間 主要地方道中野豊野線
志賀中野有料道路
道路管理者
(変更前) 県道路公社
(変更後) 県北信建設事務所

※詳しくは県北信建設事務所へお問い合わせください。



農業王国発展加速化 事業

問 農業振興課(内線250)

農業生産の基盤を強化し、農業者の経営安定を図るため、園芸用施設の整備にかかる生産資材購入費の一部を補助します。

補助対象など 事業費が50万円以上の園芸用施設の新設、改修などの生産資材購入経費に対し、補助率5分の2以内の額とし、800万円を上限とします。

申込期限 4月30日(水)



スポーツ教室参加者

問 中野市体育協会
☎(26)3572

●初心者硬式テニス教室(全8回)
期日 5月13日～7月1日の毎週

火曜日
時間 午後7時30分～9時30分
会場 市営テニスコート
対象 高校生以上の方

●初心者弓道教室(全10回)
期日 5月14日～7月16日の毎週
水曜日
時間 午後8時～9時30分
会場 市弓道場

対象 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方
申込期限 5月7日(水)
※受講料はともに2000円

生涯学習推進会議委員

問 生涯学習課(内線423)

募集人数 若干名

任期 依頼の日から2年間
応募資格 市内に住所を有する18歳以上で、平日の昼間に開催する会議に参加できる方
申込期限 5月2日(金)



市営住宅入居者

問 都市建設課(内線273)

現在空きがある住宅と5月から7月までに明け渡しがあった場合に備え、補充入居者を募集します。

抽選日時 4月30日(水)
午後1時30分
抽選会場 市役所会議室21
申込期限 4月14日(月)

熱意応援事業補助金 活用事業

問 市民協働推進室(内線455)

協働による地域づくりの推進を図るため、自主的・主体的に取り組む地域の力を生み出す市民活動団体を支援します。事前相談は随時受け付けていますのでお問い合わせください。

募集期間 4月14日(月)～5月16日(金)
交付金額

①重点テーマに該当する団体は、対象経費の5分の4以内
②重点テーマに該当しない団体は、対象経費の4分の3以内
限度額は①②ともに30万円で、特に優れた事業と認められた場合は、



は、補助率が10分の9まで引き上げられます。
※対象となる重点テーマなど詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

環境審議会委員

問 生活環境課(内線247)

募集人数 若干名
任期 6月3日から2年間
応募資格 市内に住所を有する18歳以上で、平日の昼間に開催する会議に参加できる方

申込期限 5月12日(月)



図書館協議会委員

問 市立図書館 ☎(26)5841

募集人数 2人
任期 委嘱の日から2027年6月30日まで
応募資格 市立図書館を利用する市内に住所を有する18歳以上で、平日の昼間に開催する会議に参加できる方

申込期限 5月10日(土)



年金

学生納付特例制度の申請は毎年度必要です！

国民年金には学生で所得が一定以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。学生納付特例を受けた期間は、年金額には反映されませんが、受給資格期間に算入されます。

○新たに特例を受けたい方

「年金手帳または番号通知書」と「学生証の両面の写し（または在学証明書の原本）」をお持ちの上、市民課または長野南年金事務所で申請するかマイナポータルから申請をしてください。

※国民年金は20歳から加入となります。20歳前の手続きはできません。

○引き続き特例を受けたい方

前年度に学生納付特例を承認され、今年度も引き続き同じ学校に在学する方は、4月上旬ごろから順次送付される申請はがきに必要事項を記入の上、ご返送ください。

☎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

花より団子とはよく言ったもので、この時季はつい和菓子を手にとってしまいます。桜餅、草餅、お花見団子、もう少しで柏餅がお店に並びますね。花粉症なので甜茶を片手に楽しみたいと思います。こしあん派の人とは仲良くなれそうです。（佐藤）



トラブル事例

169



購入確定の前には解約方法もよく確認



SNSの動画を見て健康食品を注文したら定期購入だった。解約しようと電話をしたところ、2回目の商品が届いてからでないと言われた。2回目の商品が届いたので電話をすると、SNSやメールで問い合わせるよというガイダンスが流れるのみだった。SNSで解約の申し出をしたが、何度も同じことの繰り返しになって解約できない。

アドバイス



定期購入は解約方法が電話やSNSのみの場合があります。購入する際は、事業者の連絡先や定期購入かなどをよく確認し、事業者が指定する解約方法を自力でできるかも事前によく確かめましょう。ネット通販にはクーリング・オフ制度はありません。

電話が繋がりにくかったり、返信がなかなか来ない場合もあります。解約の期日までに事業者に連絡がつかない不安がある場合は、電話やメールの発信履歴など連絡した証拠を残し、事業者が指定する手段で解約を申し出ようとしたことを証明できるようにしておきましょう。

☎市消費生活センター ☎(22)2201
県消費生活センター ☎0263(40)3660
消費者ホットライン（土・日・祝日）☎188

行政相談	①期日 4月10日(木) 時間 午前9時～11時 会場 市役所 面談室6 ②期日 5月12日(月) 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 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(5月は7日(水)と19日(月)に実施) 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)	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

ふるさと歴史探訪～春～

- 期日 5月14日、21日、28日、6月4日、11日(全5回 毎回水曜日)
- 時間 午前9時30分～11時30分
- 内容 地域に残る文化財などを見て歩き、歴史的背景について学びます。現地までマイクロバスで移動します。
- 講師 第1回 生涯学習課 柳生俊樹学芸員
第2回 高木元治さん
第3回 寺島正友さん
第4回 生涯学習課 大滝敦士学芸員
第5回 土屋積さん



定員 23人 持ち物 飲み物、散策に適した服装
 申し込み 4月14日(月) 午前9時～16日(水) 午後5時
 (申し込み多数の場合、抽選。定員に達しない場合、期間延長。)

脳トレ&健康体操講座

- 期日 5月13日、27日、6月3日、10日、17日、24日(全6回 毎回火曜日)
- 時間 午後2時～3時30分
- 内容 簡単で楽しい脳トレと健康体操を行います。
- 講師 春原トレーニングセンター 春原輝明さん

定員 30人 持ち物 タオル、筆記用具
 申し込み 4月10日(木) 午前9時～

市民書道展受賞作品

展示内容 書道作品
 期間 4月30日(水)まで



「申し込み不要」の記載のないものを除き、受講には事前に電話での申し込みが必要。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。

文化なごの



中野市の鳥チョウゲンボウ

中野市の自然



チョウゲンボウは中野市の鳥である。そのチョウゲンボウに関わるようになって35年ほどになるが、チョウゲンボウの観察や傷病鳥を保護する時にいつも思うことがある。それは、チョウゲンボウが可愛い鳥であることだ。
 チョウゲンボウはハトくらの大きさの猛禽類である。猛禽類で思いつくのは、タカの仲間。タカは生きた獲物を捕らえるため、「凛々しい」や「獠猛」のイメージがある。チョウゲンボウもハタネズミや小鳥類を捕らえるため、立派な猛禽類。しかし、イメージは「カワイイ」。観察会でチョウゲンボウを見た小学生たちも、口をそろえて「カワイイ」と言う。



▲保護されたチョウゲンボウのオス

この見た目の違いには理由がある。実は、チョウゲンボウはタカの仲間じゃない。ハヤブサの仲間である。以前はハヤブサの仲間
 はタカの一部と考えられていたが、2012年に日本鳥学会から出版された「日本鳥類目録」改訂第7版でハヤブサの仲間はタカ目から独立し、ハヤブサ目ハヤブサ科となった。
 そして、その根拠となったゲノム解析からは、ハヤブサ目はタカ目との類縁は遠く、むしろスズメ目やオウム目に近いという証拠が出された。最近可愛いと評判の鳥はシマエナガ。シマエナガはスズメ目である。チョウゲンボウがタカ目よりスズメ目に近いことが、可愛さに関係しているのかもしれない。

本村健 生涯学習課学芸員



①ふるさとの森を歩こう ②親子で歩こう！ふるさとの森

日時 5月20日(火)…①、24日(土)…②※親子限定 午前8時15分～正午
内容 植物観察をしながら、春の斑尾高原を歩きましょう。
講師 自然観察指導員 湯本明雄さん **定員** ①18人、②市内小学生親子9組
持ち物 飲み物、おやつ、雨具
申し込み ①4月14日(月) 午前9時～16日(水) 午後5時(抽選)
 ②4月17日(木) 午前9時～(定員に達し次第、締め切り)

豊田deノルディックウォーキング～春期～

日時 4月25日、5月9日、23日、6月6日(全4回 毎週金曜日) 午前9時～10時30分
内容 ポールを使い効率よく全身運動をしましょう。ポールは貸し出しできます。
講師 日本ノルディックフィットネス協会ナショナルトレーナー 服部正秋さん
定員 18人 **持ち物** タオル、飲み物、雨具 **申し込み** 4月10日(木) 午前9時～

鉢バラを育てよう

期日 5月7日、6月25日、9月3日、11月12日(全4回 毎週水曜日)
時間 午前9時30分～11時
内容 一本木公園でバラの育て方を学びます。次の3品種から1つ選べます。
 ①ジャルダン・ドゥ・フランス、②フレグラント・アプリコット、③チャールストン
講師 荒井バラ園 荒井健悟さん **定員** 15人※原則、全4回の受講ができる方 **材料費** 2,500円
持ち物 手袋、移植ゴテ、鉢持ち帰り用の袋、筆記用具 **申し込み** 4月10日(木) 午前9時～



はじめてのアーチェリー

期日 5月14日～6月25日(全7回 毎週水曜日)
時間 午前9時30分～11時30分
内容 アーチェリーをやってみませんか。初めての方も大歓迎です。
講師 信州中野アーチェリーセンター 関浪さん
定員 10人 **材料費** 700円(道具レンタル代)
持ち物 タオル、飲み物 **申し込み** 4月17日(木) 午前9時～

すくのみ学級

日時 5月12日～12月8日(全11回 毎月曜日) 午前10時30分～11時30分
内容 リトミックや親子ダンス、ベビー&キッズマッサージを行います。
 音楽に合わせて踊ったり、歌ったり親子で楽しく遊みましょう。
講師 小林寿美さん ほか **定員** 未就学児と保護者20組
持ち物 バスタオル **申し込み** 4月10日(木) 午前9時～



昨年の様子▲

うた声のひびき 前編

期間 4月23日、5月28日、6月25日、7月16日(全4回 毎週水曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 懐かしの童謡唱歌を歌います。合唱経験は問いません。心身ともにリフレッシュしましょう。
講師 片山みや子さん **定員** 20人 **申し込み** 4月10日(木) 午前9時～

開館時間試行延長のお知らせ

冬期間以外の利用状況を把握するため、試行で開館時間を午後8時までとします。

図書館だより

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8時
(試行延長中)

●土・日・祝日 午前9時～午後5時

市立図書館 ☎ (26) 5841

市立図書館



▶映画上映会 「リンゴ畑の四日間」

寄贈いただいたDVDを上映します。約60年前の中野市で撮影された映画で当時の中野市民が出演しています。

日時 4月26日(土) 午前10時～10時50分
定員 50人※当日先着順

▶なかのし こどものとしょかんまつり

期日 5月10日(土)、11日(日)

内容

- ・おはなし会 - スペシャル -
- ・倍増戦士ロゼによる読み聞かせとヒーローショー
- ・出張!日本土人形資料館絵付け体験
- ・こどもの本のリユース など

▶なかのし子ども読書週間

期間 4月23日(水)～5月11日(日)

内容

- ・「わたしの好きな本」
専用の用紙に本のタイトルを書いて館内へ展示
- ・「たのしいキモチになる絵本」
絵本の紹介と展示
- ・「としょかんスタンプラリー」
期間中にスタンプを集めて5月10日と11日にガチャが回せます

0～3歳の 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 4月10日、17日、24日、
5月1日(毎週木曜日)

時間 午前11時～11時15分



ビデオ上映会 としょかんプチ☆キネマ

会場 市立図書館 AV ホール

イミテーション・ゲーム

～エニグマと天才数学者の秘密～

上映日時 4月16日(水) 午前10時～

サクラカプセル

上映日時 4月20日(日) 午後2時～

今月の新着図書



謎解き世界の地理
トピック100

著/宇田川勝司
ベレ出版

グローバル化が進んでいるとはいえ、世界には日本人が知らなかったり、気付いていなかったりする謎や驚きがある。そんな謎や驚きを大陸ごとに紹介している。黒海はホントに黒いのか? など。



スーパーの食材で
究極の家庭料理

著/東山広樹
大和書房

食材は計量する、調味料は割合で考えるなど、科学的な考察と分析に基づいて調理をすれば、料理上手になれる。美味しかった料理の再現率も高くなる。超料理マニアな料理人の本。

またうど
(村木嵐)

ヒポクラテスの困惑
(中山七里)

任侠梵鐘
(今野敏)

ナイフをひねれば
(アンソニー・ホロヴィッツ)

する、しない。
(伊藤まさこ)

脳を活かすスマホ術
(星友啓)

超訳般若心経
(境野勝悟)

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 /

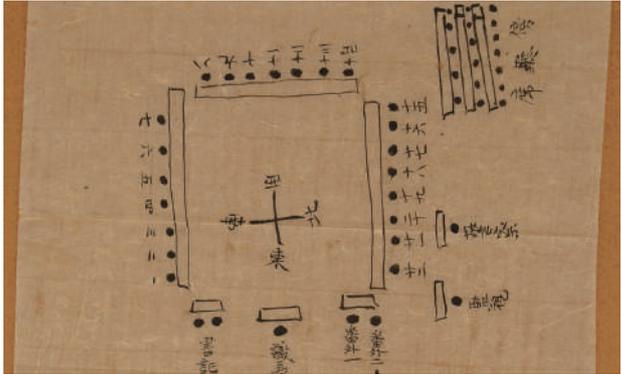


二次元コード決済が可能になりました！

歴史

<中野市誕生20周年記念>

春のテーマ展 「アーカイブズで見る明治前期の豊津村」



◀ 第一回豊津村会座席図(1880年)

1871(明治4)年の廃藩置県のあと、新しい地方政治のしくみが全国に広がり、各地の様子や人々の意見が役場を通して郡や県へ報告されました。戸長役場に残された記録史料(アーカイブズ)から、明治前期の豊津村(現中野市豊津)の村会・小学校の開設、産業や災害の様子が見えてきます。

期間 4月12日(土)～5月19日(月)

会場 常設展示室

キッズ

<中野市誕生20周年記念>

プラネタリウムリバイバル投影

過去に投影した人気番組をリバイバル投影します！



©青山剛昌/小学館・読売テレビ・TMS 1996
無断転載を禁止します



©バンダイ

5月3日(土)祝～6日(火)祝の期間中は、下記のとおり投影します。

午前11時～/午後3時～

名探偵コナン～探偵たちの星月夜～

午後1時30分～

くまのがっこう～ジャッキーのおほしさま～

銅鐸に大穴!?



◀ 1号銅鐸(柳沢遺跡出土)

柳沢遺跡で見つかった銅鐸。今から2000年以上前、弥生時代の人々が祭りに使った鐘です。製作地は遠く離れた近畿地方。原材料は大陸からの輸入品。鑄造技術は超ハイテク。かなり希少な品だったはず。それが5個もあるんです。

そのうちの1号銅鐸。下半分以上が壊れています。発掘の重機が原因だそうです。割れ口を観察すると、なぜか滑らかな箇所が。新しい傷とは別に、もともと穴があったと考えるしかありません。かなり大きな穴です。しかも二箇所も。

これは「湯回り不良」と言って、溶けた金属が鑄型全体に行き渡らなかったことが原因です。鑄物としては、欠陥品と言うしかありません。北信濃の弥生人たちはどう考えていたのでしょうか。

だまされて欠陥品を押し付けられた? それとも、アウトレット? 色々想像が膨らむ資料です。たとえ欠陥品でも、歴史的な価値に欠けることはありません。

★ 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～
水曜プラネ	【ママ&ベビーTime】 くまのがっこう ～ジャッキーのおほしさま～	【ゆったり癒しTime】 ヒーリング プラネタリウム	【がっつり天文Time】 宇宙 はじまりの物語
土曜日	名探偵コナン ～探偵たちの 星月夜～	くまのがっこう ～ジャッキーの おほしさま～	名探偵コナン ～探偵たちの 星月夜～
日曜日	名探偵コナン ～探偵たちの 星月夜～	見えない宇宙 に挑む	名探偵コナン ～探偵たちの 星月夜～
祝日 4月29日(火祝)	名探偵コナン ～探偵たちの 星月夜～	ナナとハチ ～ちきゅうにおちてきた ネコのものがたり～	名探偵コナン ～探偵たちの 星月夜～

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



Column

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.125

書家

久保 皐泉

くぼ・こうせん 中野市新井出身。10歳から書を習い、大学で専門的に学び、会社員を経て書家として独立。書道教室を主宰するほか、長野市の成人学校の講師としても活躍。旅館の看板や室名札、筆文字ロゴや商品パッケージなど、数多く手掛けている。

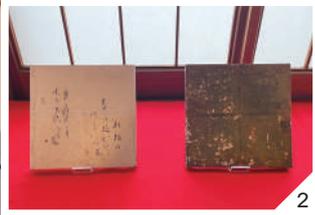
Instagram



書を未来へつなぐために、 現代の私ができることを



撮影協力：玉照院



1 「書とあかり展」で展示した生徒制作のランタン
2 純銀箔を使用した経年変化を楽しむ作品

手

を黒くして帰ってくる隣の家のお姉ちゃんを見て、楽しそうだなと思ったのがきっかけ。スイミングやピアノ、英語も習いましたが、書道が一番でした。

10歳から書道が続いていた久保さんが書道に深く興味を持ったのは高校2年生。先生に書の道を勧められたのが初めは戸惑いの方が大きかったという。「それまではあまり目立つ賞を取ることもなかったのですが、どうして私が？と。でも同じ頃に教室で出品した作品で大賞をいただいたり、少しずつ成果が出てくるように。手本をまねて、基本的な文字の書き方や筆致を学ぶ習字と、古典・古筆を手本とし、文字を素材として自己表現をしていく書道との違いに難しさも感じましたが、初めて知ることばかりの楽しさにどんどん惹き込まれていきました。」

書道の指導者が多い大学へ進み、かな書道の良師に出会う。日本で生まれたかな文字の美しさに触れ、それまで主としていた漢字からかなへ転向した。「書の道に進むと決めたものの、将来への不安は大きかったです。他大学のサークルに所属し、同年代の書道専攻生の作品を見て、技量の差に衝撃を受けたりもしました。どうやって好きな書道を受けたいのか、制作会社でデジタル技術や広報手段を身に付けるなど、今に至るまで時間はかかりましたが、模索しながら道を築いてきました。」

仕事をしながらでは書く時間が確保できず、深い学びから離れた時期も。それでも独立を見据えて人脈を広げ、さまざまな縁が今につながっているという。5年前からは書道教室を主宰。長野市の成人学校などでボールペン講座の講師も務めている。第22回長野灯明まつりにおいて善光寺永代宿坊玉照院で開催した「書とあかり展」では生徒の作品も展示。

「室名札を揮毫したことをきっかけに実現した展覧会は、表具師の北岡芳仙洞さん(中野市)と一緒に開き、普段触れることの少ない表具の世界も知っていただくことができました。高い技術力により、いつもイメージを形にしていたいただいています。」

作品を創る上では「和室が減り、書を見る機会も減っていますが、現代の暮らしの中でも身近に感じてほしいと思います。暮らしに溶け込む書を展開しています。書を楽しまひきつかけに自分の作品がなれたらいいなと思っています。」

日本文化として書を残していきたいと話し「これからも書が続け、長い長い書の歴史の中で、自分も一つの点になれたら。そして、受け継がれる伝統文化を未来へとつなげていくために、先人たちへの敬意を持って、現代に生きる私ができることに挑み続けていきたいです。」

広報なかの 4月号 中野市役所

〒383-8614 長野県中野市三好町一丁目3番19号

TEL 0269-22-2111 FAX 0269-26-0349 E-mail info@city.nakano.nagano.jp

今月のプレゼント 横浜 DeNA ベイスターズ 牧秀悟選手 サイン色紙 2名様

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 4月25日(金)必着
(インターネットの場合)
スマホから二次元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



プレゼントを提供いただけるお店・団体を募集しています。詳しくは庶務課(☎内線212)までご連絡ください。