

なかの

2025(令和7)年

10

No.247

特集

中学生派遣事業





新たに任命した 地域おこし協力隊を紹介します



農業振興のため、新たに地域おこし協力隊を任命しました。

「農業王国PR」を活動ミッションに、(一財)信州中野ふるさと公社を拠点として、恵まれた自然条件と地域特性を生かして市と地元農産物の知名度向上、関係人口の創出に取り組んでいただきます。

うえやまさんび

上山 譜美 隊員(東京都出身)

エノキタケやぼたんこしょうなど、多くの農産物に恵まれている中野市の魅力をSNSなどを活用して、私ならではの視点で親しみやすく、わかりやすく伝えていきたいです。



ページ

03 特集
中学生派遣事業

07 眼光未来に徹す(市長コラム)/
DXはじめました。

08 あなたの命を守る マイナ救急始まる

09 ファミリー・サポート・センター/
ぼんちゃんラーメン×中野市
コラボカップ麺を食べて当てよう

10 2024年度決算概要

12 人事行政運営状況

14 インフルエンザ予防接種費用助成/
保健だより

15 新型コロナウイルス感染症
予防接種費用助成/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。

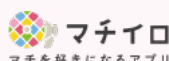
今月の表紙

9月22日に行われた「中学生派遣事業報告会」で撮影しました。皆さん学んだことや感じたことを堂々と発表していました。



人口の動き

人口:40,090人 (-23)
男:19,475人 (-11)
女:20,615人 (-12)
世帯数:16,352戸(+14)
【2025年9月1日現在】
※2020年国勢調査を基に推計



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。



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

※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。



中学生被爆地派遣事業



毎年、8月6日に広島市で行われる原爆死没者慰霊式並びに平和祈念式と、8月9日に長崎市で行われる原爆犠牲者慰霊平和祈念式典へ市内中学生を派遣しています。

式典への参列のほか、ワークショップへの参加による他地域の学生との意見交換や、被爆体験講話の聴講などを通じ、平和学習を深めることで、戦争の悲惨さを学ぶとともに、平和に対する啓発活動を行うことを目的としています。

戦後80年を迎えた今年、1989年から続く被爆地派遣も35回目となりました。本年度の「平和使節」の皆さんは、現地でのどんなことを感じたのでしょうか。



8月5日・6日、南宮中学校3年生の山本美月さん、松宮翠さん、飛岡紗衣良さんの3人が広島市を訪れました。

飛岡 被爆した方のお話を聞いて、資料から想像していたよりも一瞬のできごとだったんだなって思った。

山本 怖いとかって言葉では言い表せない感情になったよね。写真からは見えない気持ちの部分の聞くことができたのは貴重な体験だった。

松宮 被爆したことを理由に差別された人がいたなんて考えたこともなかった。就職や結婚まで断られたなんて…。

飛岡 きつとあまり思い出したくない経験だと思うけど、自分たちに起きたことを伝えることで、平和な世界を作っていきたいって気持ちを感じた。

山本 伝える役割をしているっていえば平和記念資料館も見学したけど、どうだった？

松宮 私は被爆した人の写真が忘れられない。放射線を浴びたせいで顔中に、歯ぐきにまで斑点ができてしまった人の。本当に怖かった。

飛岡 やけどをした人がごぎに寝かせられている写真も印象に残っている。一人や二人じゃなくて、何十人も横たわっている様子に、これが現実なんだなって衝撃だった。

山本 原爆の悲惨さを思い知らされる展示が多かったね。私は、原爆

によって亡くなった人の遺品の展示が印象的だった。家族とのエピソードとかが添えられてあって、その人の生きてきた時間を想像して胸が詰まるような気持ちになった。



松宮 一発の爆弾がたくさんの人の夢や希望、14万人以上の命まで奪って、しかもたつた80年前に起きたことなんて信じられないよね。

山本 平和学習の集いでも、戦争の被害について改めて勉強して、「平和でない状態」と「その解決方法」について話し合ったよね。広島市の生徒の皆さんが平和とか今起きている問題とかに対してすごくポジティブな考えを持っていて見習いたいなって思った。

飛岡 被爆者の笠岡貞江さんが

言っていた「世界が平和になるためには仲良くすることが必要」って、本当にそのとおりだと思う。

松宮 それなら今の私たちにもできるよね。友だちと意見が違ったとき、相手の話を聞いて理解し合う。平和な世界への第一歩になるよ。

山本 今回、広島に行ったことで、戦争や原子爆弾の怖さだけでなく、平和への向き合い方についても学ぶことができた気がする。

飛岡 私たちみたいな中学生にできることは少ないけど、ここで知ったことを無駄にしないように、他の人にも伝えていきたいと思った。平和記念資料館や平和記念式典にいたたくさんの海外の方も、身近な人たちに広めてくれたらいいな。



松宮 私は今、とても幸せだって胸を張って言える。80年前は当たり前じゃなかった、安心して毎日を送れていることに感謝したい。

レポート全文はこちら



8月8日・9日、高社中学校3年生の金井虹璃さん、齋藤翠さん、富井玲葉奈さんの3人が長崎市を訪れました。

齋藤 原爆資料館は事前学習で見た資料よりも生々しい展示が多くてちよつと怖かった。

富井 実物はインパクトが段違いだったね。私は被爆した方が着ていた白衣の展示が印象的だった。半分は血で染まってる、もう半分は熱線の影響で変色しちゃってる…。

金井 被爆した人の焼けただれた顔の写真もあつて、原子爆弾の熱や爆風がどれだけすごまじかったかを思い知らされたね。

齋藤 でも、実物大の原子爆弾の模型は思ってたより小さかったよね。こんな大きさであんなに広い範囲に被害があるんだってびっくりした。



金井 8日にピースフォーラム平和学習で聞いた被爆者の三瀬清一郎さんの話もよく覚えてる。被害の状況を聞いて、自分の住んでいる場所に原爆が落ちてくることを想像

したらすごく怖くなったけど、2日間が一番感じる事が多かったから、レポートにしてみんなに伝えたいと思った。

富井 私もピースフォーラムのことは書きたいなって思った。全国の中学生や高校生と話し合うってなかなかできないし、「違い」ってテーマも日常的に考える内容じゃないからちよつと難しかった。



齋藤 国が違うと文化も違つて、どうしてもわかり合えないところもあるって意見も出てたな。

富井 私たちのグループは、違いがあつて考え方が異なつていたとしても、反発せずにお互いに何もしいないことが認め合つている状態だつてまじめになったよ。

金井 国や文化が違つても、お互い

の国を理解し合つて、守り合うことが今の世界には必要だと思う。

齋藤 平和記念式典の西岡洋さんの平和宣言も被爆した方だからこそその重みがあつたね。「絶対に核兵器を使つてはならない、使つたらすべてがおしまいです」つて。

金井 でもこうやつて被爆した方から直接話を聞けるって本当に貴重なことだよ。被爆者の平均年齢が86歳を超えたんだつて。これから先、戦争や原子爆弾の恐ろしさを語り継いでいくのは、私たちの役目なんだつて思った。

富井 この2日間の写真を友だちとか家族に見せたり、話題にするのも第一歩だよ。実際の体験を本人から直接聞いた私たちにしか話せないこともあると思う。

齋藤 長崎や広島に原爆が落とされたことは事実で、もうどうしようもない。でもここから世界中の人が学んで、考えることができれば、同じことが繰り返されることはないと思う。

金井 この2日間で、毎日登校して授業を受けて、友だちと楽しく過ごせること、大切な家族とおいしいご飯が食べられること、実は当たり前のことじゃなくて、本当に幸せなことなんだつて思った。

レポート全文はこちら



宮城県仙台市

伊達政宗の城下町、杜の都として知られる仙台市は、多くの文学者や科学者を輩出した学都でもあります。名曲『荒城の月』を作詞した詩人、英文学者である土井晩翠のふるさとです。

中野平中学校

学校新聞特派員

音楽姉妹都市 仙台市

現地レポート



8月5日・6日の2日間、中野平中学校3年生の春原未華子さん、小池駿平さん、塚田憲生さんの3人が仙台市を訪れました。

五橋中学校と交流して

春原さん

五橋中学校に着くと、合唱部と吹奏楽部の皆さんが発表をしてくださいました。合唱部の発表では一人一人の声が大きく響き、一つ一つのハーモニーが合わさった時にとても感動しました。吹奏楽部の発表ではそれぞれの楽器が主人公となり音楽を作り上げていく迫力がものすごかったです。曲のクライマックスの瞬間には、音色の変化とアンサンブルの美しさ为一体となつて体中が音に包まれるような感覚で圧倒されました。



生徒会役員の皆さんから、生徒会や文化祭、部活の様子

を聞きました。生徒会で誕生

日の人をお祝いする企画を行っているそうで、全校生徒が仲良くなるきっかけにもなるし、お祝いしてもらった人も嬉しいだろうなと思いました。また、五橋中学校には「パイナポ君」というオリジナルキャラクターがいて、とても可愛い見た目をしていました。中野平中学校でも全校に親しめるキャラクターを作ってみたい!と思いました。他にも、中野平中学校にはない企画も多く、参考にしたいと思いました。



晩翠草堂訪問

小池さん

晩翠草堂は高いビル群が立ち並ぶ中にそこだけ時が止まったようにポツンと建てられています。

土井晩翠さんは1871年に生まれ、晩翠草堂には78歳の時に住み始め、80歳で亡くなりました。僕は晩翠さんについてあまり知りませんでした。が、生涯でされたことを聞いてびっくりしました。まず有名なのは「荒城の月」を作詞したこと

です。「荒城の月」は音楽の授業で習ったので僕も知っていました。他にも310もの校歌を作詞したと聞き、本当に驚きました。



晩翠草堂の中には晩翠さんが作った詩や実際に使っていた下駄、当時のままの状態のベッドと枕などがありました。

晩翠草堂を見学し、晩翠さんはとても偉大で、愛されていたんだなと感じました。



荒浜小学校

塚田さん

荒浜小学校は2011年3月11日の東日本大震災による津波の被害にあった小学校で、そのままの状態で保管されています。

津波は2階まできたそうで

ベランダの柵は折れたり曲がったりしていました。廊下には、車やがれきが押し寄せた震災翌日の写真がほぼ実際の大きさで展示されていました。3階の教室の黒板には、当時の生徒たちのメッセージが書かれていました。「負けるな」や「立ち上がれ」、「ありがとう」の感謝の言葉などさまざまなメッセージが書かれていました。



最後に、当時体育館にあった時計を見ました。その時計は3時55分で止まっていて、その時間に津波が学校に到達したことがわかりました。

津波の被害にあつて生き残った貴重な学校に行くことができ、震災の悲惨さを知ることができました。

レポート全文はこちら



第14回 地域の魅力を再発見



題字：湯本隆英



▲中野市誕生20周年記念のロゴマーク。バラをモチーフにしたデザインで、市出身の漫画家 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

中野市は2カ所の高速道路1Cがあり、市街地から北陸新幹線飯山駅まで車で20分、日本海も近く、都心まで3時間の距離に位置しています。これから実りの秋、行楽シーズンを迎え、人の往来が増加する時期です。中野市誕生20周年のこの機に、交流人口、関係人口を増やしていきましょう。

さて、3年目を迎えた子育て拠点施設HUBLIC NAKANOは、市内外から子ども連れの皆さまが訪れ、ご活用いただいています(2024年度利用者数 約39,000人)。

また、昨年7月にオープンしました信州中野アーチェリーセンターには市内はもちろん、県外からも多くの方々にご利用いただき、好評をいただいています。

地域の魅力を再発見し、点在しているこの地域の魅力を結びまとめ、新たな価値を創出し、発信していくことがこれまで以上に必要になってきます。

中野市の10年後、20年後の未来を見据え、皆さまとの約束である公約実現に向け、各種事業を実施して参ります。

今回の見通し

中野市長 湯本隆英

点と点を線に、線と線を面に。



Vol.15

DX

市公式HP

はじめました。

11月2日 Sun. 午前10時～午後4時

eスポーツイベント開催決定

会場 市民会館ソシオホール



▲ARスポーツ「HADO」※イメージ

eスポーツイベント（ARスポーツ「HADO」）を開催します！
eスポーツを通じて「世代を越えた交流」を実現し、子どもから高齢者まで多くの方が楽しめるイベントになっています。
家庭用ゲーム機を使用したeスポーツ体験ブースや飲食・物産品販売ブースも出店予定です。

あなたの命を守る

マイナ救急始まる

問 岳南広域消防本部 ☎(38)0911



119番通報で駆け付けた救急隊員は、傷病者の病歴や処方薬などの医療情報から、搬送先医療機関の選定や、救急車内での処置を行います。ところが、実際の救急現場では慌てて思い出せないなど正確な情報が救急隊員に伝わらないことも珍しくありません。

そんな「もしも」のときに役立つのが、マイナ保険証を活用した「マイナ救急」。この度、岳南広域消防本部は総務省消防庁と連携し、「マイナ救急」の実証実験を開始します。

マイナ救急ってなに??

救急隊員が傷病者のマイナ保険証を活用し、医療情報を閲覧した上で、より適切な処置やスムーズな搬送につなげるものです。

医療情報の確認は本人の同意を得て行われますが、意識不明など意思疎通が困難な場合は、同意なしで確認することがあります。

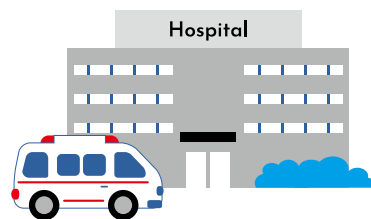
マイナ救急の流れ



傷病者が医療情報の閲覧に同意



救急隊員がマイナンバーカードを読み取り、医療情報を閲覧



より適切な処置や搬送先医療機関の選定につながる!

期待される効果

正確な情報の
把握と伝達



適切な処置
円滑な搬送



医療機関の
事前準備



マイナ救急の利用には、マイナ保険証の登録が必要です!

マイナ保険証の登録については、市民課窓口係☎(22)2111(内線275)に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。



「もしも」の時に備えて、マイナンバーカードの取得、マイナ保険証の登録と携行をお願いします!!

ファミリー・サポート・センター

提供会員募集中

ファミリー・サポート・センターは子育ての「援助を受けたい方(依頼会員)」が仕事や急な用事で子どもの世話ができない時に、「援助をしたい方(提供会員)」が手助けをする組織です。

市公式HP



提供会員の活動内容

生後3カ月から小学3年生までの子どもの保育施設や学校などへの送迎、保育施設の時間外や冠婚葬祭の際の子どもの預かりなど

提供会員になれる方

- ・子育てを応援したい方
- ・市内在住で心身ともに健康な20歳以上の方
- ・保育施設などへの送迎や自宅で子どもを預かることができる方(特別な資格は必要ありません。)
- ・会員登録にあたり、救命救急の講習を受けていただきます

活動時間

午前7時～午後7時の間で依頼のあった時間

報酬(1時間当たり)

3歳未満：1,100円 3歳以上：1,000円

援助活動後、報酬が依頼会員から支払われるほか、市が1時間当たり400円を上乗せ補助します。

詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



第1弾 Tシャツ



抽選で
20名様



※各グッズの写真・イラストはイメージです。
デザイン・仕様が変更となる場合があります。



市公式HP

問 文化スポーツ振興課 ☎(22)2111 (内線394)

コラボカツ麺は市内スーパー(一部店舗)などでお買い求めいただけます。
詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

第3弾

トートバッグ



抽選で
20名様

応募期間 ※当日消印有効

第1弾 12月10日(水)まで 第2弾 12月11日(木)～2026年2月18日(水) 第3弾 2月19日(木)～4月30日(木)

応募方法

- はがきの場合 ▶ 住所・氏名・電話番号・第1弾の場合はサイズ(S～3L)を明記の上、はがきに直接「応募券」10枚を貼って送ってください。
- 封筒の場合 ▶ 任意の用紙に住所・氏名・電話番号・第1弾の場合はサイズ(S～3L)を明記の上、直接「応募券」10枚を貼って送ってください。

【宛先】〒383-8614 中野市三好町一丁目3番19号 文化スポーツ振興課宛

応募券



特別会計

特定の事業を行うため一般会計と分けて経理をしている会計。6つの特別会計は、すべて黒字となりました。

会計名	歳入	歳出
国民健康保険事業	49億4376万円	48億3894万円
後期高齢者医療事業	7億3894万円	7億2641万円
介護保険事業	48億1936万円	47億3709万円
倭財産区事業	71万円	56万円
永田財産区事業	51万円	29万円
中野財産区事業	242万円	208万円

企業会計

独自収入でその経費をまかなう独立採算を原則とする会計。本市では下水道事業会計と水道事業会計が該当します。

下水道事業会計	収入	支出
収益的収支	18億3425万円	17億8174万円
資本的収支	18億8245万円	23億7965万円
水道事業会計	収入	支出
収益的収支	12億1066万円	8億4470万円
資本的収支	6億7864万円	13億3534万円

チェック!!

財政は健全?

自治体の財政状況を判断する基準として健全化判断比率などを公表しています。いずれの指標も早期健全化基準以内であり、健全な数値となっています。

指標	実質赤字比率 ^{※1}	連結実質赤字比率 ^{※2}	実質公債費比率 ^{※3}	将来負担比率 ^{※4}
中野市	—	—	5.8%	—
早期健全化基準	12.93%以内	17.93%以内	25.0%以内	350.0%以内

(実質赤字比率および連結実質赤字比率は赤字額がないため、将来負担比率は算定の結果マイナスのため「—」と記載しています。)

※1 実質赤字比率

一般会計などの標準財政規模に対する実質赤字額の比率。財政運営の悪化の度合いを示します。

※2 連結実質赤字比率

公営企業会計を含む全会計を対象とした実質赤字額および資金の不足額の標準財政規模に対する比率。財政運営の悪化の度合いを示します。

※3 実質公債費比率

一般会計が負担する市債の元利償還金など（借入金の返済額など）の標準財政規模を基本とした額に対する比率。資金繰りの程度を示します。

※4 将来負担比率

一般会計などが将来負担すべき実質的な負債の標準財政規模を基本とした額に対する比率。現時点の負債残高を指標化し、将来財政を圧迫する可能性の度合いを示します。

チェック!!

市の貯金は?

市の貯金に当たるものが「基金」です。2024年度末の基金残高は111億2498万円で、23年度末に比べ8億7553万円の減少となりました。A～Cを合算した「主要3基金」は、23年度末に比べ160万円の増加となりました。

基金残高 (2024年度末現在)	
財政調整基金 (A)	29億8409万円
減債基金 (B)	8億2400万円
公共施設等整備基金 (C)	18億9881万円
合併振興基金	13億6421万円
その他基金	40億5387万円
合計	111億2498万円
市民一人当たり [※]	約27万円

※2024年度末の住民基本台帳人口(41,934人)をもとに計算

チェック!!

市の借金は?

市の借金にあたるものが、「市債」です。本市の2024年度末の全会計市債残高は346億7422万円で、23年度末に比べ6億9763万円の減少となりました。

市債残高 (2024年度末現在)	
一般会計	188億9205万円
下水道事業会計	126億2540万円
水道事業会計	31億5678万円
合計	346億7422万円
市民一人当たり [※]	約83万円

2024年度 (令和6年度)

決算概要

問 企画財政課 ☎(22)2111(内線221)

※記載金額は1万円未満四捨五入のため、数値が一致しない場合があります。

一般会計

企画財政課
小林



2024年度に皆さんに納めていただいた税金や国・県などから交付されたお金がいくらで、どのように使われたかをお知らせします。

2023年度との比較(主なもの)

市税

定額減税分の個人住民税、法人市民税および固定資産税の減などにより、3億432万円の減少

地方交付税

普通交付税および特別交付税の増により、5億8039万円の増加

国庫支出金

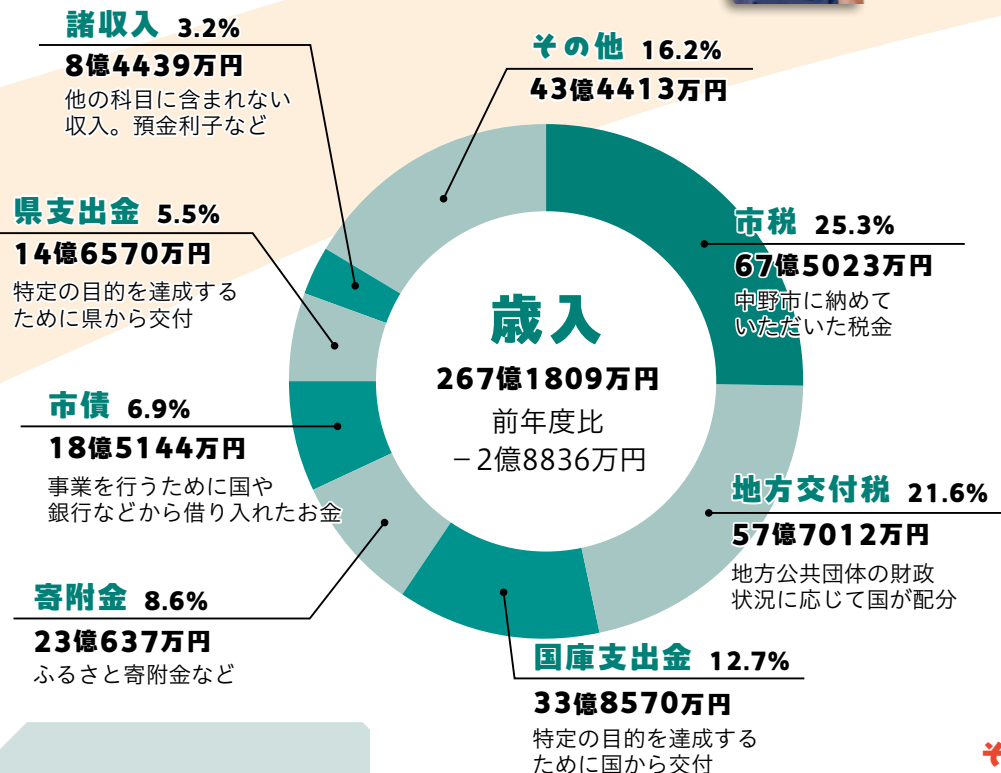
就学前教育・保育施設整備交付金および放送ネットワーク整備支援事業費補助金の増などにより、6億1291万円の増加

寄附金

ふるさと寄附金の増などにより、4951万円の増加

市債

市民会館リノベーション事業による公共施設等適正管理推進事業債の減などにより、13億4467万円の減少

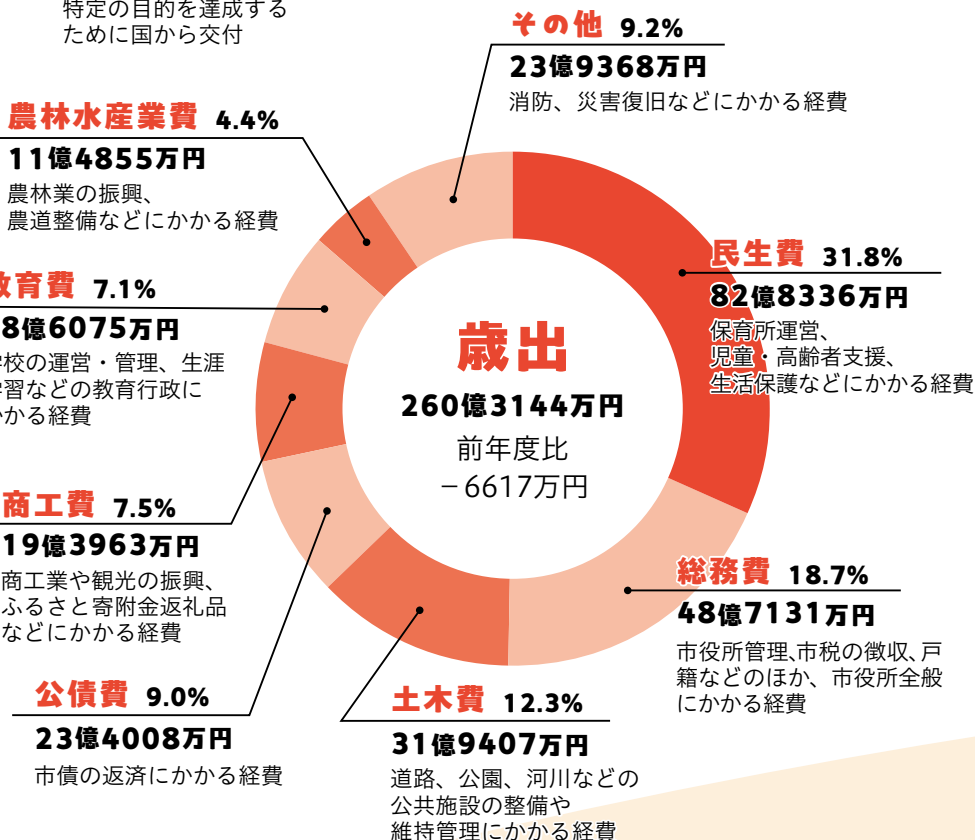


歳入歳出差引額

6億8665万円

翌年度へ繰り越すべき財源の
2億2150万円(繰越明許費等)
を差し引くと……

4億6515万円の黒字



2023年度との比較(主なもの)

総務費

市民会館リノベーション工事費の皆減などにより、14億1501万円の減少

民生費

民営化保育所施設整備費等補助金の皆増などにより、9億36万円の増

▼ 職員給与費（2025年度普通会計予算）

職員数（人） （A）	給与費（千円）				1人当たり給与費（千円） （B/A）	共済費（千円）
	給料	職員手当	うち期末・勤勉手当	計（B）		
367	1,344,474	743,180	553,877	2,087,654	5,688	425,603

※職員手当には、退職手当を含みません。給与費は、当初予算に計上された額です。
職員数は、2025年4月1日現在の普通会計区分に属する人数です。

▼ 一般行政職の初任給と経験年数別・学歴別平均給料月額（2025年4月1日現在）

区分	初任給 （円）	経験年数別平均給料月額（円）					
		10～15年未満	15～20年未満	20～25年未満	25～30年未満	30～35年未満	35年以上
大学卒	220,000	292,700	317,400	348,900	373,600	399,400	416,600
高校卒	188,000	261,900	311,700	331,100	345,500	355,300	405,700

3 職員手当の状況（2025年4月1日現在）

期末・勤勉手当 （2024年度支給割合）	期末	勤勉
常勤一般職員 （特定幹部職員）	2.50月分 （2.10月分）	2.10月分 （2.50月分）

退職手当	自己都合	勧奨定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
最高限度	47.709月分	47.709月分
その他特例	退職時特別昇給なし	

※このほか、扶養手当、通勤手当などがあります。

4 職員の休業の状況
（2024年度中に新たに取得した人数）

▼ 育児休業

取得者数 （人）		取得期間の内訳（人）		
男	女	1年未満	1年以上 2年未満	2年以上 3年未満
6	8	6	8	0

5 職員の研修の状況（2024年度）

独自研修		その他研修	
8件	395人	19件	96人

※受講者は延べ人数

6 特別職給料、
議員報酬の状況（2025年4月1日現在）

区分	給料（報酬）月額（円）	期末手当支給割合 （2024年度支給割合）
市長	836,900	3.45月分
副市長	682,400	
教育長	611,900	
議長	391,500	
副議長	331,400	
議員	308,100	

7 職員の分限と
懲戒処分などの状況（2024年度）

分限処分者（人）（※1）					懲戒処分者（人）（※2）					訓告（人） （※3）
免職	休職	降任	降格	小計	免職	停職	減給	戒告	小計	
0	4	0	0	4	0	0	0	1	1	2

- ※1 職員がその職責を十分に果たすることができない場合に行われる処分で、公務能率の維持を目的とします。
- ※2 職員の一定の義務違反に対する道義的責任を問うための処分で、公務における規律と秩序を維持することを目的とします。
- ※3 処分ではないが、自己の行為に対し責任を自覚させ、将来を戒め職務遂行に対する姿勢の改善、意識向上などを目的とします。

8 北信広域連合公平委員会からの
報告事項（2024年度）

勤務条件に関する 措置の要求件数	不利益処分に関する 審査請求件数
0	0

人事行政の運営などの状況

市の人事行政を市民の皆さんに知っていただくため、職員数や給与、サービスなどの状況について公表します。

詳細は市公式ホームページで公開しています。

問 庶務課 ☎(22)2111(内線213)



1 職員の任免と職員数に関する状況

▼ 部門別職員数（各年4月1日現在）

部 門		職員数（人）		対前年 増減数
		2024年度	2025年度	
一 般 行 政	議 会	5	5	0
	総 務	78	75	△3
	税 務	25	23	△2
	民 生	135	129	△6
	衛 生	35	35	0
	労 働	1	1	0
	農林水産	22	21	△1
	商 工	10	9	△1
	土 木	27	26	△1
	小 計	338	324	△14
特 別 行 政	教 育	31	33	2
	小 計	31	33	2
公 営 企 業 等	水 道	10	8	△2
	下 水 道	9	7	△2
	そ の 他	21	21	0
	小 計	40	36	△4
合 計		409	393	△16

※表中の△は減少の意味

▼ 採用職員と退職職員

採用者数	退職者数
9人	25人

※採用者数は、2025年4月1日の採用者数であり、退職者数は24年4月1日から2025年3月31日までの退職者数です。（一部事務組合などへの派遣職員を含む）

▼ 等級別職員数（2025年4月1日現在）

区 分	1 級	2 級	3 級	4 級	5 級	6 級	7 級	合計
職制上の段階	主事補 技師補 など	主事 技師 など	係長 副主幹 など	課長補佐 主幹 など	課長 副参事 など	部長 参事 など	参事幹	
職員数（人）	58	89	151	32	36	19	8	393
構成比（％）	14.8	22.7	38.4	8.1	9.2	4.8	2.0	100.0

2 職員の給与の状況

▼ 人件費（2024年度普通会計決算）

歳出額(千円) (A)	人件費(千円) (B)	人件費率(％) (B/A)
26,031,435	4,038,610	15.5

※人件費には、特別職および会計年度任用職員に支給される給料、手当、共済費、報酬を含みます。

▼ 一般行政職の平均給料月額と平均年齢 （2025年4月1日現在）

平均給料月額（円）	平均年齢（歳）
325,700	43.0

インフルエンザ 予防接種費用助成

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線388・242)

助成対象者

	子ども	高齢者
対象年齢	生後6カ月から15歳(中学3年生)までに相当する年齢の方	65歳以上の方 ※60歳以上65歳未満の方で、基礎疾患がある方も対象。
助成期間	2026年3月31日(火)まで	
助成金額	インフルエンザHAワクチン 1回につき費用の1/2 (上限1,000円・2回まで) いずれか一方のみ 経鼻弱毒生 インフルエンザワクチン 1回の費用の1/2 (上限2,000円・1回まで)	インフルエンザHAワクチン 1人1回のみ 自己負担額1,500円 ※自己負担額が変更となりました。 ※生活保護受給者は無料。受給者 証明書をお持ちください。

接種方法

医療機関へ連絡し予約を行った上で、住所、氏名、年齢が確認できるもの(マイナンバーカード、母子健康手帳など)をお持ちいただき接種を受けてください。
医療機関に用意されている予診票へ記入をお願いします。

注意点

- 経鼻弱毒生インフルエンザワクチンは、右の表の★印の医療機関でのみ接種可能です。
- 市外の医療機関でお子さまの接種を希望する方は、事前に必ず健康づくり課までご連絡ください。
- 65歳以上で市外の医療機関で接種を希望する方は、医療機関へ予診票の有無をお問い合わせの上、必要場合は健康づくり課までご連絡ください。

市内接種可能医療機関一覧

高齢者は表の全ての医療機関で接種可能です。

医療機関名	電話番号	子どもの接種可能年齢
今井こども医院	(24) 7755	生後6カ月から 中学3年生まで
くまき整形外科・ リウマチ科クリニック	(23) 1301	
長谷川クリニック	(26) 7700	
はんだクリニック	(38) 0861	
北信総合病院	(22) 2151	生後6カ月から 小学6年生まで
アライクリニック	(24) 0601	1歳から 中学3年生まで (西原医院はインフルエンザ HAワクチン1〜2歳未満)
飯田医院	(22) 2653	
★西原医院	(22) 3007	
三沢クリニック	(22) 5522	
★丸谷医院	(26) 0077	3歳から 中学3年生まで (丸谷医院はかかりつけのみ)
さかえクリニック	(23) 2405	
徳竹医院	(22) 3202	
★高橋医院	(26) 2171	小学1年生から 中学3年生まで
油井内科医院	(26) 1241	
高野医院	(22) 6810	
南谷整形外科	(22) 7722	
小田切医院	(22) 3054	中学生のみ (小田切医院は水曜日不可)
すずきレディース クリニック	(24) 7887	中学3年生のみ
須藤医院	(22) 3746	
市川内科医院	(22) 3366	
佐藤病院	(38) 3311	
広田医院	(22) 6661	高齢者のみ

問 申 健康づくり課 ☎(22) 2111(内線242)

▼保健だより

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

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 10月16日(木)
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。

特定健診・いきいき健診

病気を予防するため、年に1回は必ず健診を受けましょう。
今年度まだ受診されていない方は、この機会にぜひ受診してください。

期日 10月31日(金)
時間 午前9時～10時30分
午後1時～2時30分
午後5時30分～7時
会場 中野保健センター
会場 身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査、心電図など

献血のお知らせ

期日 10月10日(金)
時間 午前9時30分～11時30分
午後1時～2時30分
会場 市役所1階市民ラウンジ
持ち物 献血カードまたは運転免許証など本人確認ができるもの
※献血web会員サービス「ラブラッド」から予約が可能です。
ぜひご利用ください。

新型コロナウイルス感染症

予防接種費用助成

問 健康づくり課 ☎ (22)2111(内線368)

助成対象者

対象者	65 歳以上の方 ※ 60 歳以上 65 歳未満の方で、 基礎疾患などがある方も対象。
助成 期間	2026 年 3 月 31 日(火)まで ※ 1 人 1 回のみ
自己 負担額	4,500 円 ※ 自己負担額が変更となりました。 ※ 生活保護受給者は無料。受給者 証明書をお持ちください。

※ 対象者以外の方は任意接種となり、全額自己負担です。

接種方法

医療機関へ連絡し予約を行った上で、住所、氏名、年齢が確認できるもの（免許証、マイナンバーカードなど）とお薬手帳をお持ちいただき接種を受けてください。

医療機関にある予防接種の説明書をよくご覧ください。

接種券はお送りしません。 医療機関に用意されている予診票へ記入をお願いします。

市内接種可能医療機関一覧

医療機関名	電話番号
北信総合病院	(22) 2151
アライクリニック	(24) 0601
くまき整形外科・ リウマチ科クリニック	(23) 1301
長谷川クリニック	(26) 7700
飯田医院	(22) 2653
徳竹医院	(22) 3202
三沢クリニック	(22) 5522
市川内科医院	(22) 3366
高野医院	(22) 6810
南谷整形外科	(22) 7722
さかえクリニック	(23) 2405
須藤医院	(22) 3746
西原医院 (かかりつけのみ)	(22) 3007
高橋医院	(26) 2171

注意点

- ・ 65 歳以上で市外の医療機関で接種を希望する方は、医療機関へ予診票の有無をお問い合わせの上、必要な場合は健康づくり課までご連絡ください。
- ・ 新型コロナウイルスワクチンは、インフルエンザワクチンと接種の間隔を空ける必要はありません。
- ・ 新型コロナウイルス感染症予防接種は法律上の義務はなく、自らの意思で接種を希望する方のみ行うものです。
- ・ 予防接種の効果と副反応のリスクをご理解をいただいた上で接種の判断をお願いします。

行ってみよう! やってみよう! シニア情報



問 申 高齢者支援課 ☎ (22)2111(内線366・382)



さんさん講座

内容 音楽で脳も身体も健康に
日時 10月30日(木)
午前10時～11時30分
講師 室川裕子さん

内容 シニアのためのノルディックウォーク
日時 11月6日(木) 午前10時～11時30分
講師 服部正秋さん
持ち物 運動できる服装、飲み物、ポール(お持ちの方)

※ いずれも会場は中央公民館 講堂、申し込み不要。



ちょ筋健脚教室

一人一人に合った強さのマシン運動や、筋トレなどを行う教室です。
電話または窓口でお申し込みください。

開始日 11月18日(火)～(毎週(火)・(金)、約4カ月)
時間 午前11時～午後0時30分
会場 ながでんハートネット駅前健康ぷらざ
参加費 1回 280円
※ 希望者には送迎があります。

次のうち3つ以上該当する方に

オススメです!

- ☐ 階段を上る時、手すりなどが必要
- ☐ 椅子から立ち上がる時、何かにつかまる
- ☐ 普段、15分以上歩き続けていない
- ☐ 直近1年間で転倒したことがある
- ☐ 転倒に対する不安が大きい

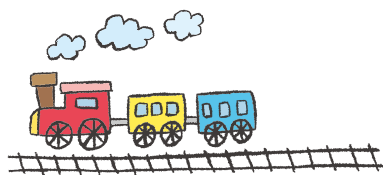


子育て案内

問 健康づくり課 ☎(22)2111(内線388・385)

教室など

育児教室



日時・会場	対象児・内容
10月14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。
10月30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

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、サポートブック(お持ちの方のみ)

日時・会場	内容
10月25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

健診

乳幼児健康診査

受付時間

(3歳児健診)午後0時30分～1時
 (1歳児健診)午後0時30分～0時50分
 (上記以外の健診)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

健診名	健診日	対象生年月
3カ月児健診	10月21日(火)	2025年6月生
7カ月児健診	10月22日(水)	2025年2月生
1歳児健診	10月15日(水)	2024年9月生
1歳6カ月児健診	10月24日(金)	2024年3月生
2歳児健診	10月20日(月)	2023年9月生
3歳児健診	10月23日(木)	2022年9月生

LINEのチャットから**予約**が可能！



✓ 母子健康手帳交付窓口予約(妊娠届出時の面談)

✓ 各種教室の申し込み

＼カンタン！友だち登録！／

- ① LINEアプリの「友だち追加」から右の二次元コードを読み取る
- ② 「追加」を押して登録完了！



市公式アカウント

親子で歯っぴー教室

日時・会場	内容
11月5日(水) 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

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 10・11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
りんごっこ (中央子育て支援センター)	10月20日(月) 午前10時30分	にこ・すく♡えいご 英語のリズムに合わせて歌おう踊ろう
	11月13日(木) 午前10時30分	ママビクス 親子ふれあい体操とエクササイズ
うさぎっ子 (豊田子育て支援センター)	10月21日(火) 午前11時	絵本読み聞かせ おはなし♡びっくりばこさんの楽しいおはなし
	11月11日(火) 午前10時30分	助産師講座 子育て中の方に寄り添った役立つお話がいっぱいです
HUBLIC (子育て支援拠点施設)	10月30日(木) 午前10時30分	HUBLICハロウィーン Trick or Treat! みんなでハロウィンごっこを楽しもう! 仮装してきてね!!
	11月4日(火) 午前10時	歯科相談・ツインズの会 相談は10時、ツインズの会は10時30分から。多胎児育児の皆さんお話ししましょう
たまご (ひよこ保育園子育て支援センター)	10月17日(金) 午前10時	食事・離乳食講座 試食をしながらひよこ保育園で大切にしている食事についてお話しします。
	11月7日(金) 午前10時15分	2歳児講座 2歳児さんといっしょにお散歩へ行こう!
さつきっこ (平野さつきこども園子育て支援センター)	10月22日(水) 午前10時30分	手作りおもちゃの日 トイレットペーパーの芯でトンボを作ろう♪

お問い合わせ・予約先

施設名	開館日時
りんごっこ ☎0269(22)2259	午前9時～午後5時 休業日：火
うさぎっ子 ☎0269(38)1638	午前9時～午後5時 休業日：水・日・祝日
HUBLIC ☎0269(38)1197	午前9時～午後5時 休業日：金
たまご ☎0269(22)6292	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・祝日
さつきっこ ☎0269(38)0088	午前9時～午後2時 休業日：土・日・祝日

⚠ 行事は全て事前予約が必要です。
持ち物などの詳細は各施設へお問い合わせください。

うさぎっ子・HUBLIC 未就園児の「一時預かり」を ご利用ください

ご家庭の事情により、一時的に家庭での保育が困難となるお子さんをお預かりします。

※利用日の7日前までにお申し込みが必要です。

料金

平日・土曜日 ※休業日除く

・3歳未満：4時間以内 1,100円／8時間以内 2,200円
・3歳以上：4時間以内 600円／8時間以内 1,200円

日曜日・祝日 ※HUBLICのみ

・3歳未満：4時間以内 1,650円／8時間以内 3,300円
・3歳以上：4時間以内 900円／8時間以内 1,800円



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)



樋口礼乃さん(2歳)

もうすぐ3歳だね！
すくすく元気にそだってね！



まちかど トピック



9/23

環境について考えてみよう 2025信州なかの環境フェア

地球温暖化防止に向けた取り組みを考えていただくきっかけとして市民会館ソソラホールで2025信州なかの環境フェアを開催しました。

架空のスーパーマーケット「ソソラヤ」で商品の環境マークを学ぶゲームや、昨年に続き実施されたうんこ先生の特別授業など多くのイベントが行われ、参加者は楽しみながら環境問題について学んでいました。



2月の岩手県大船渡市をはじめ、日本各地で発生した林野火災を踏まえ、中野消防署と消防団が合同で林野火災対応訓練を行いました。

林野火災では長距離の送水と住宅地への延焼を防止する必要があるため、複数のポンプを使用する「中継送水訓練」と延焼阻止線の設置方法について確認を行いました。

9/6

火災の予防啓発 林野火災対応訓練

8/30

ソソラホールに響き渡る 2025中野市民音楽祭

今年2回目となる中野市民音楽祭を市民会館ソソラホールで開催しました。

当日は市内小中学校の合唱団、合唱部、吹奏楽部のほか、市内で活動する音楽団体など全18の団体が合唱や演奏を披露しました。

この日のために結成された「中野市民音楽祭合唱団」の合唱が終わると会場は大きな拍手に包まれました。





中野市総合防災訓練をタカギセイコーふるさとパークで行い、永田地区住民をはじめ近隣の区長や関係者ら約200人が参加しました。

アリーナで避難所開設訓練としてパーティション(簡易テント)や段ボールベッドを組み立てたり、屋外では日赤奉仕団による炊き出し訓練をはじめ、消火訓練やAEDなどを使った救護訓練も行いました。

NPO法人長野県砂防ボランティア協会による「赤牛先生」が実際に県内で起こった土砂災害の事例などを踏まえ、講演を行っていただきました。

8/30

中野市総合防災訓練

防災意識の向上

9/7

ホームゲーム最終戦 信濃グランセローズ応援イベント

市営野球場で行われた山梨ファイヤーウィンズとのホームタウンゲームに伴い、信濃グランセローズ応援イベントを開催しました。

このイベントは信濃グランセローズと市の活性化と認知度の向上を目的としており、応援コメントの寄せ書きやストラックアウトチャレンジ、グランセローズ選手とのリレー対決などが行われ、大いに盛り上がりました。

試合は5対8で敗れたものの、選手も諦めず戦い、観客も最後まで声援を送っていました。



9/6

AC長野パルセイロ×明治安田×中野市 パルフェスNAKANO

タカギセイコーふるさとパークを会場にパルフェスNAKANOを開催しました。

市内の年中から小学校6年生までを対象に行われたサッカー教室では、特別講師としてパルセイロU18の勝又監督が直接指導し、子どもたちは目を輝かせながらプレーしていました。

サッカー教室の後はパブリックビューイングが行われ、トップチームに所属する小西陽向選手と田中康介選手が登場しました。

ハーフタイムには選手のサイン入りボールなどが当たる抽選会も開催され、会場は大いににぎわっていました。





暮らいの 情報掲示板

10・11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

10/8 (水)	■ 群生に感動60年 小古井嘉幸きのご写真展 会中野陣屋・県庁記念館 期10月27日(月)まで
10/11 (土)	■ 土人形絵付け体験 会農村環境改善センター帯の瀬ハイッ
10/13 (月)祝	■ Musikkapelle Nagano 第5回演奏会 会市民会館ソソラホール
10/16 (木)	■ 健康ディスコでフレイル予防 会市民会館ソソラホール ※11月20日(木)も開催
10/18 (土)	■ 志賀高原トレッキング(秋季) 会志賀高原大沼池(山ノ内町) ■ 中野市誕生20周年記念 健康づくりフェスティバル 会市民会館ソソラホール
10/19 (日)	■ 中野市誕生20周年記念 KAORI PARADISE 2025 コンサート 会市民会館ソソラホール ■ 帯の瀬の日 会農村環境改善センター帯の瀬ハイッ
10/26 (日)	■ 旧山田家住宅講座 会旧山田家住宅 ■ フロの日 会農村環境改善センター帯の瀬ハイッ
10/29 (水)	■ 夢さち信州中野つるしかざりの会 体験教室 会中野陣屋・県庁記念館 ※10月30日(木)も開催
11/1 (土)	■ 歩いて健康フェスタ 会タカギセイコーふるさとパーク ■ 中野市誕生20周年記念 2025もみじ祭り 会タカギセイコーふるさとパーク
11/2 (日)	■ 中野市誕生20周年記念 信州痛車フェスinなかの 会防災広場 ■ おとまち倶楽部 まちなか散歩写真展 ～懐かしのレコードと共に～ 会中野陣屋・県庁記念館 ※11月3日(月)祝も開催
11/6 (木)	■ 中野・下高井特別支援教育委員会 ほほえみ作品展 会中野陣屋・県庁記念館 期11月10日(月)まで

11/9 (日)	■ 第21回中野市駅伝大会 会タカギセイコーふるさとパーク
11/15 (土)	■ 三澤忠卒寿記念展 会中野陣屋・県庁記念館 期11月30日(日)まで
11/26 (水)	■ 男女共同参画セミナー 信州大学出前講座 会中野市人権センター
開催中	■ 中野市誕生20周年記念 市收藏銅石版画作品展 会一本木公園 期11月24日(月)まで ■ 中野市誕生20周年記念 西沢今朝夷水彩画展 会市立博物館 期11月30日(日)まで ■ 立ヶ花人形5代目 西原久美江と立ヶ花人形 会日本土人形資料館 期2026年3月1日(日)まで

資源物の日曜回収

問 生活環境課 (内線245)

日時 10月26日(日) 午前10時～午後1時

会場 デリシア中野店

回収品目

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

【次回予定】

11月23日(日)祝 西友中野駅前店

フードドライブ

問 中野市社会福祉協議会 ☎(26)3111

日時 11月4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)

Pick upイベント



開催



彩りの秋、痛車大集合！

信州痛車フェスinなかの

カレンダー①

問 商工観光課 ☎ (22) 2111 (内線256)

▶アニメキャラクターなどで車体を装飾した「痛車」が集結します！



日時 11月2日(日) 午前10時～午後4時

会場 防災広場

内容 痛車展示(痛車コンテスト)、はたらく乗り物展示、倍増戦士ロゼショー、スーパーカー展示、キッチンカーの出店 など



駐車場 旧中野高等学校グラウンド



開催

男女共同参画セミナー

信州大学出前講座

カレンダー③

問 申 中野市人権センター ☎ (26) 2287

日時 11月26日(水)

午後1時30分～3時

会場 中野市人権センター

講師 信州大学教育学系教授
上村恵津子さん



講演内容

「子どもとのコミュニケーションを考える」

対象 市内在住、在勤の方

定員 30人 参加料 無料

申し込み 電話、電子申請またはFAX(26)2641

※託児は事前に予約が必要です。



開催

オープンの部出場チーム募集！

第21回中野市駅伝大会

カレンダー②

問 申 中野市体育協会 ☎ (26) 3572



開催期日 11月9日(日)

会場 タカギセイコーふるさとパーク周辺
(穴田・南永江・北永江区)

対象 中学生以上の方

参加料 3,000円

申し込み 10月17日(金)まで／中野市体育協会事務局(市民体育館)窓口または電話

※詳しくは、中野市体育協会ホームページをご覧ください。



開催

歴史や文化を学ぶ

旧山田家住宅講座

カレンダー④

問 申 旧山田家住宅 ☎ (23) 2955

▶旧山田家住宅と綿の歴史を学び、収穫とコサージュ作りで実際に綿に触れてみましょう。



旧山田家住宅と綿の歴史を学び、収穫とコサージュ作りで実際に綿に触れてみましょう。

日時 10月26日(日) 午後1時30分～4時

会場 旧山田家住宅 定員 10人

参加料 600円(観覧料+材料費)

申し込み 10月11日(出)～／電話



お知らせ



定額減税調整給付金(不足額給付)の申請はお早めに

問 定額減税給付金コールセンター
☎ 0120(350)411

提出期限 10月31日(金) 必着

提出方法 郵送またはオンライン

※詳しくは市公式ホームページをご覧ください。



市公式 HP

コンビニ交付サービス
一時停止

問 市民課(内線275)

マイナンバーカードを利用してコンビニエンスストアなどで住民票の写しを交付するサービスについて、標準化対応のため一時的に利用を停止します。

期間 11月4日(火) 午前6時30分

～18日(火) 午前6時30分

対象証明書 住民票の写し、印鑑

登録証明書、所得課税扶養証明書、戸籍謄本および抄本、戸籍の

附票

対象店舗 全国のコンビニエンス

ストア、イオン、市役

所 市民ホールなど



市公式 HP



10月は

里親月間

問 子ども相談室(内線277)

～里親になりませんか～



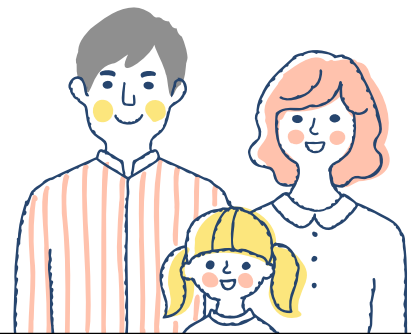
市公式 HP

子どもたちが健やかに成長していくためには、家での温もりやさまざまな経験が大切ですが、事情により親と離れて暮らす子どもたちが全国に約4万2千人います。



こうした子どもたちを自分の家庭に迎え入れ、関係機関のサポートを受けながら温かい愛情と正しい理解をもって養育するのが「**里親制度**」です。

里親を希望する方や里親制度について詳しく知りたい方は、右記までお問い合わせください。



県中央児童相談所 026(238)8030
児童養護施設いいやま 0269(62)2339

巡回行政相談所を
開設します

☎ 庶務課(内線211)

月に一回、市役所本庁舎および
豊田支所で実施している定例の行政
相談のほか、国の実施する「行政
相談月間」に合わせ、期間中に
巡回行政相談所を開設します。

日時

10月24日(金)午前9時～11時

会場 市民会館ソラホール

※詳しくは市公式ホ
ムページをご覧ください。
さい。



10月は「個別労働紛争
あっせん制度」周知月間

☎ 県労働委員会事務局

☎026(235)7468

県労働委員会では、労働問題の
専門家が中立、公正な立場で労働
者個人と事業主との雇用トラブル
(解雇、賃金、パワハラなど)につ
いて、「あっせん」により円満な解
決をお手伝いしています。
手続きは簡単・無料で、懇切丁寧
にお話を伺います。また、秘密
は厳守されます。



中野市議会議員一般選挙の
日程が決まりました

☎ 選挙管理委員会事務局(内線324)

2026年4月30日の任期満了
に伴う市議会議員一般選挙の日程
を次のとおり決定しました。

選挙期日 26年4月26日(日)

告示日 26年4月19日(日)

選挙すべき議員の数 20人

【立候補予定者説明会】

日時 26年3月24日(火)午後2時

会場 市役所

会議室41・42・43



2026年度保育所の
申し込みが始まります

☎ 保育課(内線293)

対象

① 26年4月に保育所へ入所を希望
する方

② 26年5月から9月までの間に育
児休業が終了し復職予定の方

受付期間 11月4日(火)～14日(金)

申込書配布予定 10月15日(水)

※定員を超える申し込みがあった
保育所については選考となるた
め、ご希望に沿えない
場合があります。



宅配ボックス

購入費用を助成します

☎ 生活環境課(内線247)

宅配の再配達抑制による温室効果ガスの排出削減
および宅配物の盗難などに対する防犯対策として、
宅配ボックスを新たに設置する方に対して、購入費
用の一部を助成します。



対象者

- ・市内に住所を有する方
 - ・市内に事業所を有する方
- ※1世帯または1事業所につき1回限り



対象となる宅配ボックス

- ・4月1日以降に購入したもの
- ※リース・レンタル品および自作したものは対象外
- ・収納した宅配物が外部から見えない構造である
こと
- ・耐久性があり、宅配物を安全に保管できる構造
であること
- ・鍵などにより、正当な受取人のみが受領できる
防犯機能を有していること



補助金額

宅配ボックスの購入経費の2分の1以内
1台あたり上限1万円

申請期限

2026年3月31日(火)

作業の種類			単位	金額	備考
農作業 標準労賃	田・稲作	田植え	1 時間	1,061 円	植え付け作業準備、消毒作業含む
		一般作業		1,061 円	
	畑・果樹	一般作業		1,061 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
		接木作業		1,700 円	資材代別
	きのこ	一般作業		1,061 円	
	オペレーター	運転作業		1,700 円	運転手のみ SS の運転
機械作業 標準料金	田・稲作	代かき（一度）※	10a	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	結束ヒモ別
		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
	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	燃料費込、オペレーター代・薬剤代別	
		草刈り	刈払い	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
		バックホー※ （バケット 0.07㎡未満）		6,100 円	

※運転手・燃料費が含まれています。

今回の改正は太字部分のみとなります。
詳しくは市公式ホームページをご覧ください。

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
（10月3日から適用）



市公式 HP

長野県最低賃金が改正されたことに
伴い、2025年度農作業標準労賃・機
械作業標準料金の一部を改正しました。
作業労賃・作業料金はあくまでも「目
安」とし、圃場条件などを考慮して当
事者間で協議してください。領収書は
必ず発行してください。

2025 一本木公園 秋のバラまつり

問 一本木公園バラの会

☎（23）4780

秋ならではのバラの色や香り、
ダリアとバラの共演が見どころで
す。バラの苗木をはじめとする物
販やステージイベントも行われま
す。

期間 10月11日（土）～19日（日）

会場 一本木公園

※入場料、駐車料は無料です。期
間中は公園入口のトレイラーハ
ウスで、秋のバラまつりに合わ
せた商品の販売も行
います。



市公式 HP

2025年度地域啓発 研修会権利擁護セミナー

問 福祉課（内線 462）

「身寄りのない方が地域で安心
して暮らすためのガイドライン」
を作成した南箕輪村の取り組み
について、南箕輪村社会福祉協議
会 唐木事務局次長と県社会福祉
協議会総務企画部 中島主任企画
員とのトークセッションで紹介し
ます。

日時 10月16日（木）

【第一部】午後1時30分～2時
北信地域障がい福祉自立支援協議
会権利擁護部会メンバーによる寸
劇

【第二部】午後2時～3時30分

「身寄りのない方が地域で安心し
て暮らすためのガイドライン」作
成トークセッション

会場 飯山市文化交流館 なちゅら

入場料 無料

※申し込み方法など詳しくは権利
擁護センターホームページをご
確認ください。



権利擁護
センター HP

マイナンバーカード 夜間・休日窓口の開設

問 市民課（内線 275）

日時

① 10月19日（日）午前9時～正午
② 2026年1月7日（水）、8日（木）、
9日（金）午後5時15分～8時

開設場所 市民課窓口係

夜間・休日窓口については
LINEを活用した事前予約制
としています。市LINE公式ア
カウントから予約をお願いします。
※マイナンバーカード

ドに関する手続き
のみ。



市公式 HP

健康デイスコは懐かしのデイスコミュニケーションに合わせて踊るダンスプログラムで、誰でも無理なく楽しみながら、心も体もいきいきさせることができます。

健康デイスコは懐かしのデイスコミュニケーションに合わせて踊るダンスプログラムで、誰でも無理なく楽しみながら、心も体もいきいきさせることができます。

健康デイスコ
フレイル予防



募集

公共交通の利用促進と利便性向上を図るため次のとおり改修しました。
・和式トイレを洋式トイレに改修
・トイレ内の男女の仕切りを設置

企画財政課(内線466)

上今井駅公衆トイレを
改修しました

長野県最低賃金
1,061円
「長野県最低賃金」が10月3日に改定されました。

長野労働局 HP

長野県最低賃金が
改正されました

長野労働局労働基準部賃金室
電話 026(223)0555

募集区分
陸上自衛隊高等工科学生
受付期間
2026年1月15日(木)まで
資格 26年4月1日現在で15歳以上17歳未満の男子(中学卒業見込みを含む)
※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。



自衛隊長野地方協力本部
長野地域事務所
電話 026(235)6026

防衛省から学生募集



参加料 500円(各回)

日時
① 10月16日(木) 午前10時～11時
② 11月20日(木) 午後2時～3時
③ 12月20日(土) 午前10時～11時

会場 市民会館ソラホール
講師 プロダンサー・県ストリートダンス普及協会代表理事 ちびゆりさん

新しいふれあい農園を開園しました

西条地区に新しいふれあい農園を開園しました。果樹以外の野菜、花きなどの栽培が可能です。

西条第2ふれあい農園

大字西条540-1、大字西条540-2

年間使用料 1,500円/区画
(1区画あたり約50㎡)

新しいふれあい農園を含め、市内には4つのふれあい農園があります。

- 1 | 大俣ふれあい農園
- 2 | 大俣第2ふれあい農園
- 3 | 東吉田ふれあい農園
- 4 | 西条第2ふれあい農園

空き情報など詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



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

テレビボード／植木鉢／保温プレート／和ダンス／椅子／インクカートリッジ／ベッド／座布団カバー／サーキュレーター／ヒマワリの種／パネルヒーター

無償で譲ってください

風呂釜／ベニヤ板／冷蔵庫／小学生用グローブ／子ども用三輪車／大豆ミンサー／脚立／水槽用ポンプ／流し台

問 市消費生活センター ☎(22)2201

私の夢は美容師になることです。私は幼いころから美容院で髪を切ってもらうといつも可愛い自分になれてとてもうれしい気持ちになります。私も美容師になって人を喜ばせたいと思いました。そのために、美容に関することの勉強はもちろん、中学校生活の中で粘り強さも身につけていきたいです。そして、いつか自分の夢を叶えたいです。

美容師になりたい

小野澤 柑奈

(おのざわ かな・南宮中学校1年)

夢

No.242



市営住宅入居者募集

問 申 都市建設課(内線273)

現在、空きがある住宅と、10月から12月の間に空きができた場合の補充入居者を募集し、公開抽選により決定します。

日時 10月30日(木)午後1時30分

申込期限 10月14日(火)

場所 市役所会議室21

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



歩いて健康フェスタ

問 申 健康づくり課(内線242)

健康づくりや運動を始めるきっかけになるイベントを開催します。(もみじ祭りと同時開催)

日時 11月1日(土)

午前9時～午後1時

場所 タカギセイコーふるさとパーク

内容 ウォーキング講座(要予約)、健康チェックコーナー

申込期限 10月29日(水)

※詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。



年金

社会保険料（国民年金保険料） 控除証明書が発行されます

年末調整、確定申告まで大切に保管してください！

国民年金保険料は、所得税および住民税の申告において、全額が社会保険料控除の対象となります。「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」は、国民年金保険料を支払ったことの証明であり、年末調整や確定申告で控除を受ける際に必要です。

【対象の方と送付時期】

- ・ 1月1日～9月30日の間に納付した方
→10月下旬から順次発送
- ・ 10月1日～12月31日の間に初めて納付した方
→2026年2月上旬から順次発送

届いているかご確認の上、大切に保管してください。届かないときや再発行を希望するときは、長野南年金事務所にお問い合わせください。

※ご家族の国民年金保険料をご本人に代わって納付した場合も納めた方の社会保険料控除に加えることができます。

※国民年金保険料を免除している方には届きません。

☎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

「平和使節」の皆さんの話を聞き、11年前のことを思い出しました。43年ぶりに本格的な雨天の中で行われた式典。見れば見るほど沈黙してしまう平和記念資料館の展示。15歳で本当に貴重な経験をさせてもらったなと改めて思いました。（佐藤）



トラブル事例

175



リチウムイオン電池の膨張、 発煙、発火に注意！

約3年前にネット通販で購入したリチウムイオン電池を使用した自転車用ライトが、走行中に突然爆発し、腹部にやけどを負った。

アドバイス



リチウムイオン電池は小型大容量で、繰り返しの使用が可能などの利点からモバイルバッテリーやワイヤレスイヤホン・スピーカーなど身の回りのさまざまな商品に搭載されています。しかし便利な一方で電池の発煙、発火事故も発生しています。

製造・販売元の型式が明記されていない商品や、仕様が不明確な商品を購入するのは避けましょう。充電器やモバイルバッテリーは、PSEマークの表示を確認しましょう。

充電の際は適切な充電器を使用し、もし充電端子が過熱したり異臭がした際は直ちに使用を中止しましょう。

落下などで電池に衝撃が加わると、発煙・発火を伴う事故につながる可能性も考えられます。持ち運びや保管の際は取り扱いに注意し、電池に膨張がみられたら使用を控えましょう。

☎ 中野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 10月10日(金) 時間 午前9時～11時 会場 市役所 面談室6 ②期日 11月10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（月曜日が休日の場合、翌日火曜日に実施） 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

文化 なかの

「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です。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。

公民館HP



お知らせ

公民館文化祭スケジュール

▶ 中央

利用団体作品展

▶ 11月8日(土)、9日(日)
午前10時～午後4時

▶ 豊田

作品展

▶ 10月25日(土) 午前9時～午後3時
26日(日) 午前9時～午後2時

体験交流広場

▶ 10月25日(土) 午前10時～午後2時

音楽祭

▶ 10月26日(日) 午前9時～正午

▶ 西部

作品展

▶ 10月25日(土) 午前9時～午後3時
26日(日) 午前9時～午後2時

芸能発表

▶ 10月25日(土) 午前10時～11時30分
26日(日) 午前10時～午後2時

▶ 北部

作品展、もったいない市

▶ 10月18日(土) 午前9時～午後5時
19日(日) 午前9時～午後4時

芸能祭

▶ 10月19日(日) 午後1時～4時

豊田公民館 ☎ (38)2922

ココロとカラダを整える 足裏健康法

期日 ①11月21日(金)、②12月5日(金) 時間 午後1時30分～3時

内容 リフレクソロジーで足裏とふくらはぎのケアを学びます。

①足裏セルフケア 基礎編 ②ふくらはぎケア 応用編

講師 リフレクソロジスト 山崎美津子さん 定員 12人

材料費 300円(オイル代) 持ち物 バスタオル、フェイスタオル、飲み物

申し込み 10月15日(水) 午前9時～

西部公民館 ☎ (23)1024

リラックスヨガ 秋の部

期日 10月29日、11月12日、26日、
12月10日(全4回 毎回水曜日)

時間 午前10時～11時30分

内容 季節の変わり目、ヨガで体の調子を整えましょう。

講師 黒岩あずささん 定員 25人

持ち物 ヨガマットかバスタオル、飲み物

申し込み 10月10日(金) 午前9時～

楽しく学ぶボールペン字

期日 11月4日、18日、12月2日、16日
(全4回 毎回火曜日)

時間 午後1時30分～3時

内容 字を書く機会が減っている今こそ、
日常に役立つ文字を美しく書いてみ
ましょう。

講師 五岳館 田端智子さん

定員 15人 材料費 300円

持ち物 お好みのボールペン

申し込み 10月15日(水) 午前9時～

生き・いき教室

期日 ①11月7日、②12月12日、③2026年1
月9日、④2月13日、⑤3月6日
(全5回 毎回金曜日)

時間 午後1時30分～3時

内容 ①内山紙でランタン作り
②“人生会議”してみませんか
③新春音楽会
④バレンタイン・コンサート
⑤笑顔でリトミック体操

定員 各回20人 材料費 500円(①のみ)

持ち物 上履き(⑤のみ)

申し込み 10月14日(火) 午前9時～

手のひらサイズの秋栗モンブラン作り

日時 11月14日(金) 午後1時～3時30分

内容 渋皮栗とラム酒をぜいたくに使った大人の
モンブランを作りましょう。

講師 まんなかカフェ 西澤友香さん

定員 12人 材料費 800円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク

申し込み 10月16日(木) 午前9時～

アーチェリー講座

期日 11月5日、12日、19日、26日、12月3日、10日、17日(全7回 毎回水曜日)
時間 午前10時～正午
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 **参加費** 700円(道具レンタル代)
持ち物 タオル、飲み物
申し込み 10月14日(火) 午前9時～

秋のデッサン教室

日時 11月15日(土) 午後1時30分～3時30分
内容 人物のクロッキーや季節の果物を描きましょう。
講師 アイコ美術工芸社 相子靖子さん
定員 10人(小学5年生以上)
材料費 800円
申し込み 10月15日(水) 午前9時～

親子の楽しい食育教室

日時 11月29日(土) 午前9時30分～正午
内容 食育について学びながら料理をしましょう。
講師 中野市食生活改善推進協議会
定員 20人(市内在住の小学生親子)
材料費 300円(1人分)
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、飲み物
申し込み 10月10日(金) 午前9時～

中央公民館シニア大学【一般公開講座】 旅する一茶～九州も四国も～

日時 11月5日(水) 午後2時～3時30分
講師 近代文学研究者 堀井正子さん
定員 40人 **持ち物** 筆記用具

100歳まで歩けるためのセルフケア体操

期日 11月18日、25日、12月2日、9日、16日、23日(全6回 毎回火曜日)
時間 午前10時～11時30分
内容 膝の痛みや腰痛を改善したり、予防するための体操をします。
講師 鍼灸師・認定ヨガ療法士 清水結子さん
定員 15人
持ち物 ヨガマットかバスタオル、動きやすい服装、飲み物
申し込み 10月15日(水) 午前9時～

絵手紙講座

期日 11月11日、18日、12月2日(全3回 毎回火曜日)
時間 午後1時30分～3時
内容 絵手紙の描き方を学びます。
講師 市川典子さん **定員** 10人
材料費 150円 **持ち物** 絵に描きたいもの

ギャラリー展示 地域の歴史と文化を学ぶ会・中野点字友の会

展示内容 学習内容のまとめ、点字点訳物の作品
期間 10月31日(金)まで(予定)

大人のギター講座

期日 10月31日、11月7日、14日、21日、28日(全5回 毎回金曜日)
時間 午前10時30分～正午
内容 懐かしい曲をギターで演奏しませんか。初心者から経験者までOK！
講師 保科智幸さん **定員** 10人
持ち物 筆記用具、ギター(お持ちの方)
申し込み 10月10日(金) 午前9時～

みんないきいき！生きがい大学 第1回

日時 11月20日(木) 午後1時30分～3時
内容 映画鑑賞会
 懐かしの木島線の映像をご覧ください。
定員 30人(おおむね60歳以上の方)
申し込み 10月28日(火) 午前9時～
 ※全10回を予定しています。

バンブーキャンドルづくり

日時 11月14日(金) 午前11時～午後1時
内容 間伐した竹で幻想的なLEDキャンドルを作ります。
講師 下高井農林高校
定員 15人 **材料費** 1,500円
持ち物 軍手、飲み物、ヘアゴム(髪が長い方)
申し込み 10月21日(火) 午前9時～

きのこ肉まん講座

日時 11月12日(水) 午前10時～正午
内容 ほかほか肉まんを作しましょう！
 中野市産キノコ入りです。
講師 中野市食生活改善推進協議会
定員 12人 **材料費** 500円
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、布巾、飲み物、持ち帰り容器
申し込み 10月21日(火) 午前9時～

▶第21回中野市図書館まつり

日時 10月25日(土)、26日(日)

内容

- ・古本市
- ・ぬりえ展
- ・ミニ工作
- ・ボランティア団体の読み聞かせ
- ・倍増戦士ロゼ ヒーローショー など

▶紙すき・和本づくり体験教室

日時 10月26日(日) 午前10時～正午

募集期間 10月10日(金)～17日(金)

定員 15人※小学3年生以下は保護者同伴

材料費 300円

持ち物 手拭きタオル、エプロンまたは濡れてもいい服装

内容

- ・紙パックを原料に、手すきでポストカード作り
- ・和紙と糸を使って和本作り

▶創作教室

木の実のクリスマスオーナメント

日時 11月16日(日) 午前10時～正午

募集期間 10月29日(水) 午前9時～11月6日(木)

講師 まるやましんいちろう 丸山真一郎さん

定員 20人※小学3年生以下は保護者同伴

材料費 700円

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



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 10月9日、16日、23日、
30日、11月6日
(毎週木曜日)

時間 午前11時～11時15分

※23日はスペシャルデー。健康づくり課から栄養やお口についてのお話があります。

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

世界路面電車紀行 オセアニア
上映日時 10月15日(水) 午前10時

あらいぐまラスカル 完結版
上映日時 10月19日(日) 午後2時

顔
上映日時 11月5日(水) 午前10時

今月の新着図書



裁判員17人の声
著/牧野茂、大城聡、裁判員経験者ネットワーク
旬報社

裁判員に選ばれたときから任務を終えるまでについて詳細にインタビューした本。経験者だけが知っている17人分の「非日常」の体験談。

1,800円+税



からだが整う
菜食べんとう
著/中島美美枝
主婦と生活社

肉や魚介類、卵、乳製品といった動物性の食材を使わず、野菜や乾物、豆を中心とした植物性の食材でつくっておべんとうのレシピ本。保存の目安も載っている。

学生街の殺人
(東野圭吾)

抗がん剤を使わなかった夫
(倉田真由美)

犬と生きる
(辻仁成)

生きる言葉
(俵万智)

片付けは減らすのが9割
(阪口ゆうこ)

この間取り、ここが問題です！
(船渡亮)

トイレから始める防災ハンドブック
(加藤篤)

★読書や読み聞かせを通して、本に親しみましょう。

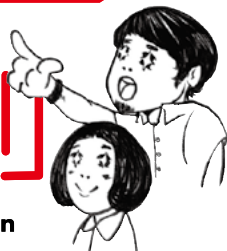
毎月「家庭読書週間」を実施しています。10月の実施期間 10月19日(日)～25日(土)

2025.10 広報 なかの

30

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！

目次 秋の天文学講演会 宇宙人はいますか？



NHK ラジオ深夜便
「ようこそ宇宙へ」でおなじみの国立天文台天文情報センター准教授・
あがたしやひろこ 縣秀彦さんによる講演会です。

日時 11月1日(土) 午後2時～3時30分
会場 プラネタリウム室
参加費 無料 定員 100人 ※要予約

キッズ 親子deアカデミー「君もガリレオ！」 天体望遠鏡をつくってみよう！

国立天文台プロデュース天体望遠鏡キットを製作します。望遠鏡の使い方を学びながら月や惑星を観察してみよう！



日時 11月1日(土) 午後4時～6時
会場 研修室・庭
参加費 6,000円(望遠鏡キット代)
定員 親子15組 ※要予約
持ち物 三脚 ※天体観察会を行います

目次 星空学習会&観望会 秋のほしぞらをみよう！

開催日 10月18日(土)

①ほしぞらStudy☆秋のほしぞら
「月」と秋の星空

時間 午前10時～午後0時30分
会場 研修室・プラネタリウム室

参加費 100円(星座早見盤キット代)
※要予約、キットをお持ちの方は無料

②秋のほしぞらをみよう！

時間 午後7時～9時
講師 信州中野天文同好会のみなさん

会場 プラネタリウム室・庭

参加費 無料 ※要予約



考古学講演会

歴史 兵庫県から見た柳沢銅戈・銅鐸 一国宝 桜ヶ丘銅鐸・銅戈群とともにー



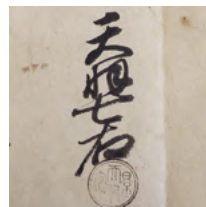
全国で最も多くの銅鐸^{どうたく}が見つまっている兵庫県。青銅器文化の本場から見た北信濃^{きたしんりゅう}とは？聞けば、柳沢遺跡の銅戈・銅鐸の価値や魅力をもっと深く知れるはず。

日時 11月8日(土)
午後2時～4時

講師 神戸市立博物館学芸員^{かやはらともな} 萱原朋奈さん
参加料 無料 定員 50人 ※要予約

歴史 テーマ展示 中野代官のはんこ(印章)いろいろ

江戸時代初期から高井郡中野村に設置されていた中野陣屋(幕府の出先役所)。中野の代官たちが使用していたはんこ(印章)について紹介します。



期間 10月25日(土)～12月28日(日)
場所 常設展示室

★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】 ヤドカリくん、ほしをみに	【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】 見えない宇宙に挑む
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～	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～	一秒ちょっと前の月	名探偵コナン ～探偵たちの星月夜～
祝日 10月13日(月祝)	名探偵コナン ～探偵たちの星月夜～	ナナとハチ ～ちきゅうに落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～

※11月1日(土)午後は、講演会のため投影はありません。

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.131



9月に陣屋・県庁記念館で開催された展示の様子

やりたいと思ったら とにかくやってみる

陶芸家

飯沼禮子

いいぬま・れいこ 中野市三好町出身・在住。独自の手法「炭化珈琲焼」の作品を40年間作り続けている。2007年から19年まで全国公募陶芸財団展に毎年入選し、優秀賞・美術館賞を受賞。2020年以降、中野陣屋・県庁記念館で毎年趣向を凝らした作品展を開催している。

陶

芸との出会いはファッションデザインの専門学生時代。備前焼に惹かれて、展示会を巡る日々を過ごしました。

卒業後はデザイン関係の仕事に就き、24歳で結婚。子育てが一段落した頃に公民館で開催された陶芸講座に参加し、飯沼さんの陶芸家としての道がスタートした。

「さまざまな窯元を見学したけど、弟子入りすることは考えていませんでした。誰かに習ったらその手法に縛られてしまう。自分のやり方で、自分だけの作品を作りたいかった。」

そんな飯沼さんの作品は「炭化珈琲焼」という手法で仕上げられている。使用済みのコーヒーの粉を乾燥させて炭にし、焼き上げる際の燃料に使ったオリジナルの手法だ。大きな作品を焼く際は大量のコーヒーの粉が必要になるため、市内の喫茶店などから譲り受けていたそう。

「形を作るのに数カ月、焼き上げるのに数十時間。それだけかけても思うように仕上がらないこともあります。でも、想像どおりの作品ができたときの喜びを知ってしまったらもうやめられない。」

炭化珈琲焼を確立させて40年。陶芸一本かと思いきや、「半年前からピアノを習い始めた」と笑う飯沼さん。

「やりたいと思ったらくにかくやってみる。考えてしまうという理由を付けてやらないもの。合わないなって思ったらやめてしまえばいいのよ。」文字アートや染め物、川柳、パッチワークなど、陶芸と並行して常にさまざまな作品に取り組んできた。今回、中野陣屋・県庁記念館で開催した展示会では専門学生時代に習ったペーパーフラワーを陶芸作品とコラボさせた。

「孫とのエピソードを詠んだ川柳と陶芸作品をかけ合わせたことも。皆さんに新鮮な気持ちで見てもらえるように展示も工夫したいとね。」今年78歳を迎えた飯沼さん。元気の秘訣は「好きなことを続けること。新しいことに挑戦すること。限られた時間を、ぼーっと過ごしたこともないもの。」

飯沼禮子さん制作

ペーパーフラワーライト

2名様



9月に陣屋・県庁記念館で開催した「飯沼禮子ペーパーフラワー『灯』展」で展示した作品。飯沼さん制作の陶器を台座に。玄関やお部屋を優しく照らします。

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。

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 10月24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://x.gd/C7j2L>

〈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