

申告
期間は

2月18日(月)～3月15日(金)

特集

税の申告はお早めに

会社員のBさん



今年も
税金の申告の時期か

昨年は給与以外にも
副収入があったけど、
少しだし、
申告しなくていいかな



パートで働くAさん

毎年制度が
変わるのよね



住民税の
申告書だわ

何か届いてたぞ

まあいいか...

今年は配偶者控除が
変わるって聞いたけど、
私にも関係あるのかしら



ちょっと待って

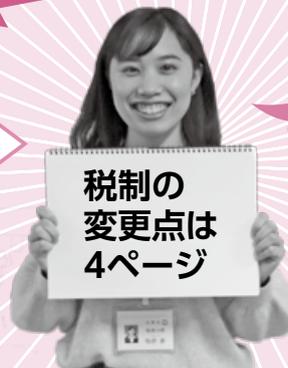
Bさんも所得があれば
申告が必要です。
みなさんも2、3ページで
ご確認ください



中野区税務
担当職員

税制の
変更点は
4ページ

Aさんのお宅にも
関係があるかも
しれません



5 …… 区からのお知らせ

10 …… 情報スクエア(公共機関・民間団体からのお知らせ)

11 …… 高齢者・介護情報

13 …… 子ども・子育て・教育

15 …… 健康・福祉(休日当番医・当番薬局 ほか)



2月18日(月)～3月15日(金)

所得税・住民税の申告期間

税の申告はお早めに

あなたに必要な手続きを確認しましょう

スタート

平成31年1月1日現在の住所は中野区ですか

いいえ(区外)

住民税の申告が必要な場合は1月1日現在の住所地で手続きを
☆所得税の申告が必要かどうかは、上の質問の「中野区」を住所地に読み替えてください、確認してください

はい

平成30年中に収入がありましたか

いいえ(収入なし)

住民税申告書裏面の連絡書欄に記入して区役所へ提出を
☆国民健康保険料や介護保険料の計算、児童扶養手当など各種手当の支給時に使用します。提出しないと正しく計算できず、保険料が高くなる可能性があります

はい

次の①②③のいずれかに該当しますか
① 1か所からの給与の支払いを受けている人で、給与収入が2千万円以下であり(年末調整済み)、その他の所得が20万円以下
② 2か所以上からの給与の支払いを受けている人で、給与収入が2千万円以下であり(年末調整済み)、中心となる給与以外の金額とその他の所得が20万円以下
③ 公的年金収入が4百万円以下で、その他の所得が20万円以下

いいえ(いずれも該当せず)

所得税の確定申告を

所得税の申告をした方は、住民税の申告は不要です



収入がない場合も申告は必要です



税金は、福祉や教育、防災など区民のみなさんの暮らしに関わる行政サービスを行うための重要な財源。そのうち住民税は、特別区民税と都民税を合わせたもので、平成31年1月1日現在、区内在住の方を対象に、同30年中の所得に対して同31年度に課税します。申告書は自分で作成し、早めの提出をお願いします。

特別区民税・都民税(住民税)の申告は区役所3階1番区民税課税担当へ

区民税課税担当/3階
TEL (33228)8913
FAX (33228)8747

今年も申告が必要と思われる方に、「平成31年度特別区民税・都民税(住民税)申告書」を2月4日に郵送しました。同封の「申告書の手引き」を参考に必要書類を用意し、自分で申告書を作成して、郵送または直接、区民税課税担当窓口へ提出してください。

申告書の書き方や必要書類が分からない方は、同担当へ問い合わせを。
☆平成30年中に転入した方には、申告書を郵送していません。必要な方は、次の配布場所で受け取りを。区☒からもダウンロードできます。

住民税申告書を配布中の場所
区民活動センター、区役所3階1番区民税課税担当窓口

受付日時
2月18日(月)～3月15日(金)の平日午前8時半～午後5時

「中野区特別区民税・都民税 税額シミュレーションシステム」をご利用ください
特別区民税・都民税の試算と申告書作成ができるサイトです。区☒で検索するか、下記の二次元コードからアクセスを。



所得税などの申告は 税務署へ

中野税務署 TEL (33607)8111(代)
☆自動音声での案内。なお、中野税務署内に申告書作成・相談会場はありません

確定申告書は、国税庁ホームページで作成を

確定申告書の作成は、国税庁☒「確定申告書作成コーナー」が便利です。お手持ちのタブレット、スマートフォンでも作成でき、作成した申告書は印刷して郵送で提出できます。

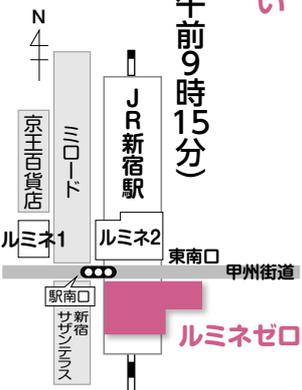
相談等がある場合には、申告書作成会場をご利用ください

開設期間
2月18日(月)～3月15日(金)の平日
午前8時半～午後4時受け付け(相談開始は午前9時15分)

☆2月24日および3月3日の両日曜日は開場

会場

ルミネゼロ
(渋谷区千駄ヶ谷5-24-55 New Woman 5階)
JR新宿駅直結「バスタ新宿」の上階



！ 申告の際はご注意ください

税の申告にはマイナンバーを

申告書には、申告する方およびその控除対象配偶者、扶養親族、事業専従者のマイナンバー（個人番号）の記載が必要です。提出の際は、申告する方の「個人番号確認書類」および「身元確認書類」の提示をしてください。☆郵送の場合は写しを添付してください



▲マイナンバーキャラクター「マイナちゃん」

にせ税理士にご注意ください

税務管理担当／3階

☎(3228)8816 FAX(3228)5652

税理士資格の無い者が税務相談・税務書類の作成・税務代理をすることは、法律で禁じられています。「にせ税理士」、「にせ税理士法人」にご注意ください。

税理士は、税理士証票を携帯し、税理士バッジを着用しています。詳しくは、東京税理士会 <http://www.tokyozeirishikai.or.jp> をご覧になるか、同会へ電話☎(3356)4461で問い合わせを。

申告の必要はありません

合計所得金額1千万円超で、所得38万円以下の配偶者を扶養している、そのことを税証明に記載する必要がありますか

支払報告書に記載されている以外に対象となる控除（医療費など）一定の条件の下で所得から差し引くことができるものがありますか

収入が給与、公的年金のみで、それらの支払者から中野区役所へ支払報告書が提出されていますか

はい
(記載が必要)

はい
(控除あり)

いいえ
(提出なし)

特別区民税・都民税(住民税)の申告を
☆郵送でも提出できます

所得税の還付がありますか

いいえ
(還付なし)

はい
(還付あり)

こんな場合はどうするの？ ～税の申告Q&A～

Q1

昨年3月に会社を退職し、その後3か所でアルバイトをしていました。どのように申告すればよいですか



A1

税の申告は、1月～12月の1年間の収入が対象。アルバイト先を含めて収入額を明らかにし、確定申告する必要があります。全ての勤務先から「給与所得の源泉徴収票」を発行してもらい、所得税の確定申告をしてください。納め過ぎた所得税の還付を受けられる場合があります。

Q2

公的年金収入が350万円で、その他の所得金額が10万円でした。申告は必要ですか



A2

区役所へ住民税の申告が必要です。公的年金収入が400万円以下でその他の所得金額が20万円以下の場合、所得税の確定申告は不要（源泉徴収の対象とならない公的年金の収入がある場合は、所得税の確定申告が必要となる場合があります）。☆所得税の還付がある場合は、税務署に所得税の申告をしてください

その他の所得が少なくても申告は必要なのかあ

表紙のBさん

次ページで控除についても確認しましょう

個人事業税の申告は 都税事務所へ

申告期間

3月15日(金)まで

申告場所

新宿都税事務所(新宿区西新宿7-5-8)
中野都税事務所(中野4-6-15)

個人で事業を営んでいる方のうち、所得税や住民税の申告をしない方は、前年中の事業の所得などを都税事務所へ申告してください。

新宿都税事務所
☎(3360)7154

日程(いずれも2月)	会場
4日(月)～7日(木)	野方区民活動センター (野方5-3-1)
12日(火)～15日(金)	なかのZERO西館 (中野2-9-7)

税理士による無料申告相談（申告書を作成して提出できます）
☆いずれも、午前9時15分～11時15分、午後1時～3時半受け付け。土地、建物および株式などの譲渡所得がある場合、配当所得がある場合、青色申告者、初めて住宅ローン控除を受けるなど相談内容が複雑な場合には、右の申告書作成会場「ルミネゼ」にて相談を



変更後の控除額

納税義務者の前年中の合計所得金額	配偶者控除		配偶者特別控除
	配偶者が69歳以下	配偶者が70歳以上	配偶者の前年中の合計所得金額が38万円超123万円以下
900万円以下	33万円	38万円	最大33万円、最少3万円
900万円超950万円以下	22万円	26万円	最大22万円、最少2万円
950万円超1,000万円以下	11万円	13万円	最大11万円、最少1万円
1,000万円超	いずれも適用外		

夫の所得金額も関係するのね

表紙のAさん



区民税課税担当/3階
☎(3228)8913 FAX(3228)89747

いずれの控除も納税義務者の前年中の合計所得金額に応じて控除額を段階的に縮小し、合計所得金額が1千万円を超える場合は適用外となりました。

なお、配偶者特別控除については、配偶者の前年中の合計所得金額の上限が76万円から123万円に上がります。

平成31年度から
住民税の配偶者控除・
配偶者特別控除が変わります

対象の方は確認しましょう

今年度から国民健康保険、後期高齢者医療保険の「医療費についてのお知らせ」を、医療費控除の証明資料(医療費通知)として使えます

国民健康保険、後期高齢者医療保険の「医療費についてのお知らせ」は、対象の方に年1回発行しています。今年度から、このお知らせを平成30年1月からの医療費通知として添付できます。

ただし、国民健康保険は同年11月以降、後期高齢者医療保険は同年9月以降の医療費等については、領収書に基づいて「医療費控除の明細書」を作成する必要があります。

なお、記載されている自己負担額と実際に負担した額が異なる場合には、自分で額を訂正して申告する必要があります。

☆このお知らせは再発行できません。届いたら大切に保管してください

国民健康保険では

平成29年11月～同30年10月に健康保険が適用された医療を受けた方で、同31年1月31日現在、区内在住の方が対象。通知対象期間中に75歳を迎えた方は、誕生日の前日までの分を記載。2月中旬に郵送します。

【問合せ先】国保給付担当/2階

☎(3228)5508 FAX(3228)5655

後期高齢者医療保険では

同保険に加入している対象の方には、1月下旬に郵送済みです。

【問合せ先】後期高齢者医療担当/2階

☎(3228)8944 FAX(3228)5661

自分が適用を受ける控除を確認しましょう



障害者控除等の対象になるケース

【問合せ先】障害者相談支援担当/1階

☎(3228)8956 FAX(3228)5665

次のいずれも、対象等について詳しくは、障害者相談支援担当へ問い合わせを。

高齢者の方へ

満65歳以上の方で障害者手帳をお持ちでない方も、寝たきりまたは認知症などの状態により、障害者控除、特別障害者控除の対象となる場合があります。

申告には区が発行する「障害者控除対象者認定書」が必要となります。

医療費控除の対象となる在宅サービス費用もあります

医師との適切な連携のもとに行われた居宅介護(身体介護を伴うものに限る)、重度訪問介護等の障害福祉サービスを受けた場合、そのサービスの費用が医療費控除の対象となることがあります。

申告には、サービス提供事業者が発行する「障害福祉サービス等利用料領収証」が必要です。

介護保険で控除の対象になるか確認を

介護保険料は社会保険料控除の対象になります。また、介護サービスを利用されている方は、サービスの種類によって利用料の一部が医療費控除の対象になります。内容などについて詳しくは、下記の各担当へ問い合わせを。

【問合せ先】

介護保険料に関する控除について

=介護資格保険料担当/2階 ☎(3228)6537

介護保険サービス利用料に関する医療費控除について

=介護給付担当/2階 ☎(3228)6531

☆いずれもFAX(3228)8972

HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可 HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます



中野四丁目新北口地区に係る都市計画案の縦覧

中野駅周辺計画担当/9階

☎(3228)80670 FAX(3228)5670

「中野四丁目新北口地区まちづくり方針」の目指すべきまちの実現に向けまとめた次の図書をご覧になれます。意見の提出もできます。

縦覧図書 中野四丁目新北口地区に係る都市計画道路(案)、都市計画駐車場(案)、土地区画整理事業(案)、地区計画(案) 図書の縦覧 2月7日~20日に、区役所9階都市計画担当で

意見を提出できる方 区内在住・在勤・在学の方、案件に直接利害関係のある方 意見提出の方法 意見書(書式自由。住所、氏名とふりがな、電話番号、区内在勤・在

学の方は勤務先・通学先の名称と所在地、利害関係のある方はその理由も記入を郵送または直接、都市計画担当へ。2月20日必着

中野四季の都市のまちづくりについて説明会

中野駅周辺まちづくり担当/9階

☎(3228)80670 FAX(3228)5670

新区役所建設予定地を含む中野4丁目の「中野四季の都市」地区。その将来像や整備の方針など、今後のまちづくりについて説明します。日時 2月15日(金)午後7時~8時半

会場 区役所7階会議室

☆当日直接会場へ。手話通訳・一時保育(先着3人)希望の方は、2月6日~8日に電話またはファクシミリ(住所、氏名とふりがな、電話番号、手話通訳希望の方はその旨、一時保育希望の方はお子さんの氏名とふりがな、月年齢を記入)で、中野駅周辺まちづくり担当へ

公共サインガイドライン案への意見を募集します

企画調整担当/4階

☎(3228)80888 FAX(3228)5476

区は、区が設置する標識や案内誘導板などの公共サインについて、誰にとっても分かりやすい表示にするため、その整備や維持管理の統一基準となるガイドラインの検討を進めています。

このたび、案をまとめたので、みなさんの意見をお寄せください。

公表資料 中野区公共サインガイドライン(案)

公表場所 区、区役所4階企画調整担当

資料公表・意見募集の期間 2月22日必着

意見提出の方法 住所、氏名を記入して電子メール

nikakutyosei@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクシミリで企画調整担当へ

「中野区あんしんすまいパック」助成のご利用を

住宅政策担当/9階

☎(3228)51001 FAX(3228)50609

「中野区あんしんすまいパック」

クとは、単身者が民間の賃貸住宅に転居する際に、定期的な見守りとしくなった際の葬儀費、家財の片付けの3点を提供するサービスです。単身の高齢者・障害者等の円滑な住み替えを支援

します。一定の要件に合う方は、サービス利用時の初回登録料の助成を受けられます。詳しくは、住宅政策担当へ問い合わせを。

2月20日 午前11時ごろ 防災無線 スピーカーから 試験放送が流れます

災害対策担当/8階 ☎(3228)8933 FAX(3228)5658

大規模な災害や武力攻撃などの緊急事態が発生した時は、全国瞬時警報システム(Jアラート)により国から情報が伝達されます。

みなさんへ確実に伝えるための手段の一つが、防災無線スピーカーです。全国一斉の試験放送として、20日に自動放送が30秒程度流れます。

中野区議会 第1回 定例会

2月15日(金)~3月15日(金)

区議会事務局/3階 ☎(3228)5585 FAX(3228)5693

会議日程 本会議=2月15日・19日・20日、3月5日・15日 予算特別委員会=2月20日・21日・25日・26日、3月4日 予算特別委員会分科会=2月27日・28日 常任委員会=3月7日・8日 特別委員会=3月12日・13日

☆どなたでも傍聴できます。日程は、変わることがあります 開会 午後1時から。ただし、2月25日・26日の予算特別委員会は、午前10時に開会します

◆一般質問放送日時(J:COMチャンネル) ☆区内のみ視聴可 3月2日(土)・3日(日)・9日(土)=午後5時~7時45分 3月4日(月)・6日(水)・8日(金)=午後6時~7時半 3月10日(日)=午後8時半~10時45分 ☆放送についての問い合わせはJ:COM中野 ☎0120(914)000へ(午前9時~午後6時)

意見交換会一覧

テーマ (新校舎の開設位置)	日時	会場
平和の森小学校の新校舎 (旧法務省矯正管区敷地内)	① 2月11日(月・祝) 午前10時～正午	新井区民活動センター (新井3-11-4)
	② 2月14日(木) 午後6時半～8時半	
第四中学校・第八中学校の 統合新校舎 (美鳩小学校の位置)	③ 2月11日(月・祝) 午後2時～4時	大和区民活動センター (大和町2-44-6)
	④ 2月17日(日) 午前10時～正午	鷺宮区民活動センター (鷺宮3-22-5)
鷺宮小学校・西中野小学校 の統合新校舎 (第八中学校の位置)	⑤ 2月13日(水) 午後6時半～8時半	鷺宮区民活動センター (鷺宮3-22-5)
	⑥ 2月16日(土) 午後2時～4時	
南台小学校の新校舎 (現在の位置)	⑦ 2月16日(土) 午前10時～正午	南中野区民活動センター (弥生町5-5-2)
	⑧ 2月17日(日) 午後2時～4時	

「新校舎等整備基本構想・基本計画(案)」についての意見交換会



子ども教育施設整備担当/5階
☎(3322)5547
FAX(3322)5441
区は、2023年度に左表の4校の新校舎を開校し、小学校の新校舎にはキッズ・プラザや地域開放型学校図書館を併設する予定です。
このたび、各校新校舎の

整備に当たつての構想や配置案等を基本構想・基本計画案としてまとめたので、意見交換会を開催します。
なお、各基本構想・基本計画の案は区民、区役所5階子ども教育施設整備担当でご覧になれます。
☆いずれも当日直接会場へ。手話通訳・一時保育(各回先着5人希望の方は、2月6日から①③⑤は2月8日まで、④⑥⑧は2月

12日までに電話またはフックシミリ(住所、氏名とふりがな、参加希望日と会場、手話通訳希望の方はその旨、一時保育希望の方はお子さんの氏名とふりがな、月年齢を記入)で、子ども教育施設整備担当へ

来年度の食品衛生監視指導計画案への意見を募集します



食品衛生担当(中野区保健所内)
☎(3322)6664
FAX(3322)6667

区は、食品の安全を確保し区民のみなさんの健康を守るため、年度ごとに食品衛生監視指導計画を策定しています。

このたび公表する来年度の計画案について、みなさんの意見をお寄せください。

公表資料 平成31年度中野区食品衛生監視指導計画(案)

資料公表・意見募集の期間 2月18日～3月4日(必着)

公表場所 区民活動センター、図書館、すこやか福祉センター、中野区保健所
☆意見の提出方法などについて詳しくは区民課か、公表資料

料をご覧ください。決定した計画は、3月下旬までに区民課などで公表する予定です

税・国保・年金

ジェネリック医薬品(後発医薬品)利用差額をお知らせします
保健事業担当/6階
☎(3322)5408
FAX(3322)5666

先発医薬品の特許期間終了後に同等の品質で製造・販売される「ジェネリック医薬品」。先発医薬品から切り替えると、多くの場合、薬代が安くなります。
切り替えによって自己負担額をどのくらい軽減できるか試算した結果を、今月下旬に次の対象の方に郵送します。ジェネリック医薬品利用の参考にしてください。



対象 中野区の国民健康保険に加入している20歳以上の方で、次の種類の先発医薬品を昨年11月に処方された方
種類 強心剤、血圧降下剤などの循環器官用薬、下痢止め・整腸剤などの消化器

官用薬、血液凝固阻止剤、糖尿病用剤

国民年金保険料は前納がお得です
申し込みは早めに

国民年金担当/1階
☎(3322)5514
FAX(3322)5654

国民年金保険料は、まとめて前払いすると、割引されて大変お得なので、前納制度をご利用ください。
前納期間 「2年」「1年」「6か月」から選択可能。長い程、割引額が高くなります(2年前納で1万5千円程度の割引)

前納方法 ①口座振替、②クレジットカード払い、③現金のいずれかで可能。①が最も割引額が高くなります
☆①②と③の「2年」は事前申し込みが必要

申込期限 ①②は2月末、③の「2年」は4月19日ごろ。郵送等で受け付けます ☆いずれも、前納の納付期限は「5月7日」です

申込書の提出・手続きの問合せ先 中野年金事務所(中野2-4-25) ☎(3380)6111
☆自動音声案内に従い「2」の「2」を選択

HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可 HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます

講座・講演

防災講演会「ライフラインの災害対策について」

地域防災担当／8階

TEL(33220)8092

FAX(33220)5050

私たちの生活と密着しているガスや電気などのライフライン。その災害対策について、家庭でできることや最新技術などをガス・電力会社の職員から学びます。

日時 2月23日(土)午前10時～11時50分

会場 区役所7階会議室

☆当日直接会場へ。先着

区への寄付(10月～12月)

- 10月16日、東京ハイヤー・タクシー協会新都心支部様から100,000円
11月22日、上鷲宮ハロウインの会様から10,000円

環境基金への寄付(10月～12月)

- 11月5日、ボランティア労力ネットワーク東中野支部様から10,840円、播磨南様から2,000円、市川純様から3,000円、山崎美佐紀様から2,000円、青波敦子様から1,000円、番場麻弥美様から2,000円
11月29日、ボランティア労力ネットワーク東中野支部様から4,350円
期間中、匿名希望の方(8件)から計18,000円

区民公益活動推進基金への寄付(10月～12月)

- 10月20日、匿名希望の方から50,000円

ありがとうございました。

150人。一時保育(先着4人)希望の方は、2月6日～15日に電話か、電子メール

hosai@city.tokyo-nakano.jp(氏名とふりがな、電話番号、お子さんの氏名とふりがな、月年齢を記入)で、

地域防災担当へ申し込みを

「くらしの講座」災害現場を知る人に聞く防災用品選びのポイント

消費生活センター／1階

TEL(3380)1191

FAX(3380)1199

災害時に、自分や家族を守るための防災用品の選び方やその正しい使い方を学びます。

日時 2月27日(水)午後2時15分～4時15分

会場 区役所7階会議室

対象 区内在住・在勤・在学の方

申込み 2月6日～21日に

電子申請か、電話で消費生活センターへ。先着42人

☆一時保育(先着5人希望の方は、あわせて申し込みを

みどりの教室

「春の草花の寄せ植え」

緑化推進担当／8階

TEL(33220)5054

FAX(33220)5073

園芸に関する話を聞き、寄せ植えの作り方を学びます。寄せ植えは持ち帰れます。

日時 3月9日(土)午後1時半～3時

会場 区役所7階会議室

対象 区内在住・在勤・在学の方

講師 早船時良氏(園芸研究家)

参加費 千五百円(教材費)

申込み 2月5日から電子

申請か、ハガキ(みどりの教室参加希望、郵便番号、住所、氏名とふりがな、日

中連絡可能な電話番号、区内在勤・在学の方は勤務先・

通学先の名称と所在地、一時保育希望の方はお子さんの氏名とふりがな、月年齢、

手話通訳希望の方はその旨を記入)で、緑化推進担当へ。2月15日必着。抽選で

50人(一時保育3人。結果は、全応募者に郵送などで

通知

☆応募は一人1回のみ



障害者連続講座

障害者相談支援担当／1階

TEL(33220)8706

FAX(33220)5055

どなたでも参加できます。

①②両方に参加可。

次の①②とも

申込み 2月6日～3月13

日に電話またはファクシミリ(氏名、電話番号、配慮が必要な方はその内容を記入)で、障害者相談支援担当へ。

先着40人

日程 3月14日(木)

会場 区役所1階特別集会所

講師 曾根直樹氏(日本社会事業大学教授)

①虐待防止講演会

助けを求めない虐待被害者への援助者としての向き合い方を考えます。

時間 午前10時～正午

②成年後見講演会

金銭管理や福祉支援の選択が難しい方への援助者としての向き合い方を考えます。

時間 午後1時～3時

経営力アップ講座

「セールストークはもういない!? 渡すだけで仕事が取れる」

「集客名刺」の作り方

産業振興センター

中野2-13-14

TEL(3380)6946

FAX(3380)6949

日時 3月6日(水)午後6時半～8時半

会場 産業振興センター

対象 区内中小企業等の経営者、区内での創業を予定している方

申込み 2月6日から産業振興センターHPで申し込む

か、電話、ファクシミリ(氏名とふりがな、電話番号、お持ちの方はメールアドレスを記入)または直接、同セン

ターへ。先着20人

催し

「中野区の情景や神田川の今と昔」パネル展

土木事業調整担当/8階

☎(0226)80044

FAX(0226)50674

神田川の今と昔の情景をご覧ください。

☆東京都第三建設事務所主催の「神田川上流懇談会」による協力で実施

日時 2月25日(月)～3月1日(金)午前9時～午後5時(最終日は3時まで)

会場 区役所1階

区民ホール

☆当日直接会場へ



公益活動団体に関する講座と催し

地域自治推進担当/5階

☎(0226)50511

FAX(0226)50600

公益活動とはみなさんが自発的に、不特定多数の方の利益のために行う活動のこと。みなさんも①②に参

加してみませんか。いずれか1回のみ参加も可。

次の①②とも

日程 3月3日(日)

会場 区役所7階会議室

①区民公益活動団体支援講座「伝えるコツ」

活動の広がりに必要な、広報やコミュニケーション力を向上させるコツについて、NPO法人日本NPOセンターのスタッフから学びます。講座終了後、②に参加できます。

時間 午前10時～午後1時

対象 公益活動を行う団体とそれに関わる方

申込み 2月6日～22日に

電話か、団体名、住所、氏名とふりがな、電話番号を記入して、電子メール

☎nikikatudo@city.tokyo.nakano.jp、ファクシミリ、郵送または直接、地域自治推進担当へ。先着40人

②「区民公益活動推進基金からの助成」実施事業報告と情報交換の会

区は、区民団体が行う公益活動に対して基金から助成を行っています。

今年度の助成対象である計6団体による事業報告、

区民公益活動推進協議会からの事業評価を聞き、直面した課題やアドバイスを共有します。ごなたでもご参加ください。

時間 午後1時半～4時

☆当日直接会場へ。定員50人

相談

第3日曜日の法律相談

区民相談担当/1階

☎(0226)8002

FAX(0226)50644

相続や土地・建物、金銭貸借など日常生活での困りごとについて、弁護士に相談できます。必ず事前予約を。

日時 2月17日(日)午後1時～4時 ☆一人当たり30分以内

会場 区役所1階専門相談室

対象 区内在住の方

申込み 2月12日午前10時から電話で、区民相談担当へ。先着12人

☆毎月第3日曜日に実施。平日の相談日などについて詳しくは、区HPをご覧ください

か、同担当へ問い合わせを

土地建物無料相談会

都市計画担当/9階

☎(0226)80001

FAX(0226)50600

区内の民間事業者7団体で構成するまちづくり推進

土地建物協議会の専門家が、土地建物等に関するさまざま

な相談におこたえします。

☆同協議会との共催

日時 2月20日(水)午前10時～午後4時

会場 区役所1階区民ホール

申込み 平日午前9時～午後5時に電話で、同協議会

☎0120(406)239へ。当日も電話で申し込み可

「すまいのリフォーム相談」

住宅政策担当/9階

☎(0226)55001

FAX(0226)50600

住宅の新築・増改築や簡易な修繕、空き家の片付け、

バリアフリー化などについて、区内の小規模建設事業者

者団体に相談できます。

日時 原則毎週金曜日(除外日あり)、午前9時半～午後

4時半(正午～午後1時を除く)

会場 区役所1階区民ホール

☆当日直接会場へ

職員・アルバイト

中野区採用説明会にご参加を

人事担当/4階

☎(0226)80041

FAX(0226)50640

仕事の魅力・やりがいや職場の雰囲気などをテーマにした職員のパネルディスカッションをご覧ください。

質疑応答も実施。

日時 3月12日(火)午後2時～5時(1時15分開場)

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

対象 平成31年度以降の特別区職員採用試験を受験希望の方

申込み 2月28日までに電子申請で申し込みを。抽選で150人。結果は全応募者へ通知



▲パンフレット「中野区職員採用案内」は、区HPでご覧いただけます。ぜひご利用を

HPはホームページ 区HPから、PCは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可 HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます



平成31年度分の利用登録者を募集

～登録制自転車駐車場(1)2か所、整理区画(2)4か所～

自転車対策担当/8階
☎(3228)5528
FAX(3228)5675

申し込みは一人1か所のみで、直接下表の申込み先へ。電子申請およびハガキでの申し込みは不可。2月7日～13日に先着順に受け付けて、審査します。満車になり次第終了。重複申し込みや記載漏れは無効。審査の結果、登録できる方には、登録に関する書類一式を後日郵送します。

☆通勤・通学に自転車を利用する方が対象。申し込みには防犯登録番号と通勤・通学先の名称・所在地・電話番号の記入が必要

種類(利用対象者)	名称(募集台数)	最寄り駅	利用料金	申込み先・受付時間	
①登録制自転車駐車場 自宅、通勤・通学先が各駅から500m以上離れている方が対象	新江古田(300台)	新江古田駅	年額 7,200円	新江古田自転車駐車場(江原町2-29-17)	午前6時半～11時半、午後2時～7時
	中野富士見町(90台)	中野富士見町駅		中野富士見町自転車駐車場(弥生町5-23-17)	
②整理区画 自宅、通勤・通学先が各駅から300m以上離れている方が対象	落合(160台)	落合駅	年額 7,200円	落合駅自転車等駐車整理区画内管理人室(東中野3-14)	午前6時半～午後6時
	沼袋南(250台)	沼袋駅	年額 9,600円	沼袋第一自転車駐車場(沼袋3-1)	
	東中野東(34台)	東中野駅		東中野駅前広場地下自転車駐車場(東中野1-58-9)	午前6時半～午後8時
	※野方東(北=200台・南=160台)	野方駅	野方第二自転車駐車場(野方5-32)		

※電線共同溝整備工事で一部区画を封鎖するため、駐車場所の移動をお願いする場合があります

4月から勤務する非常勤職員を募集します



下記①～④とも、勤務日時は4月1日～来年3月31日の平日午前8時半～午後5時15分で、勤務場所は区役所(2)のみ中野区保健所)。交通費支給(限度額あり)。書類・面接により選考し、結果は全応募者に郵送。詳しくは、区HPをご覧ください。各担当へ問い合わせを。

職種(採用人数)	対象	勤務内容	勤務日数・報酬予定額	担当・問合せ先	申込み(最終日必着)
①文化財専門員(1人)	申し込み時点で、次の全てに該当する方 ・日本国籍を有する ・4年制大学卒業 ・埋蔵文化財の発掘経験、調査報告書等の執筆実績を有する ・学芸員資格を有する	埋蔵文化財等の調査・保護・活用業務など	月16日・月額198,400円	文化財担当/6階 ☎(3228)8731 FAX(3228)5626	2月5日～25日に、区HP、区役所6階文化財担当で配布する採用選考申込書等を郵送または直接、左記担当へ
②精神保健相談員(1人)	精神保健福祉士の資格を有し、1年以上の相談業務などの経験がある方	精神障害のある方への訪問や退院後支援、助言・指導など	月16日・月額221,000円	保健予防担当(中野区保健所) 中野2-17-4 ☎(3382)6500 FAX(3382)7765	2月5日～19日に、区HPの採用選考申込書を郵送または直接、左記担当へ
③在宅療養コーディネーター(1人)	看護師、保健師、社会福祉士またはケアマネジャー資格を有する方	在宅療養に関する区民や関係機関からの相談等への対応	月16日・月額279,000円	在宅医療介護連携推進担当/5階 ☎(3228)5609 FAX(3228)8716	2月22日までに、区HPの採用選考申込書を郵送または直接、左記の各担当へ
④介護予防による地域づくり推進員(1人)	理学療法士、作業療法士または言語聴覚士の資格を有する方	区民への介護予防に関する技術的助言、地域自主団体への運動指導、介護事業所への助言・支援など	月16日・月額371,800円	介護予防体制整備担当/5階 ☎(3228)8949 FAX(3228)8716	



中野区ファミリー・サポート事業登録講習会

中野区社会福祉協議会中野区ファミリー・サポート事業担当
☎(5380)0752
FAX(5380)6027

子育てを地域で手助けする、相互援助活動事業の会員を募集しています。講習会は、お子さんと参加可。

日時・会場 2月25日(月)・3月4日(月)・13日(水)、いずれも午前10時半～正午(10時15分開場)、スマイルなかの(中野5-68-7)で、同内容

対象 利用会員 区内在住で子育ての援助を受けたい方、**協力会員** 区内在住・在勤・在学が隣接区にお住まいで、子育ての援助をしたい20歳以上の方

持ち物 登録希望の方(利用会員は保護者)の顔写真(3cm×2.5cm、スナップ写真可)

2枚、印鑑、黒ボールペン
☆当日直接会場へ。各日先着40人(お子さんを含む)

ほほえみサービス事業 協力会員説明会

中野区社会福祉協議会ほほえみサービス事業担当
☎(5380)0753
FAX(5380)6027

ほほえみサービスは、在宅での日常生活を有料でお手伝いする区民同士の支えあいの仕組みです。

20歳以上で、家事や介護のお手伝いができる協力会員を募集しています。

日時・会場 2月20日(水)午前10時～11時半、スマイルなかの(中野5-68-7)で
☆当日直接会場へ。会員登録には、年会費千円と本人名義のゆうちょ銀行の口座が必要

史跡めぐり 「成田山新勝寺と佐倉の歴史を訪ねて」

中野区教育振興会
野方1-35-3(教育センター内)
☎(3380)5544
FAX(3380)9319

千葉県にある成田のおお

動として有名な新勝寺や旧佐倉藩主の邸宅であった堀田邸、江戸時代の武家屋敷などを見学します。

日時 3月7日(木)午前8時出発、午後6時半ごろ帰着予定。いずれも区役所西側

☆往復貸し切りバス利用
対象 18歳以上の方
参加費 8千円(昼食代・入館料・傷害保険料等含む)
申込み 2月8日からの平日午前9時～午後4時に参加費を持って直接、教育振興会へ。先着15人程度

在宅福祉や障害者団体の活動に助成を受けたい方へ

中野ボランティアセンター
☎(5380)0654
FAX(5380)6027
次の説明会にご参加を。
助成の種類・対象

- ①在宅福祉活動助成 在宅福祉活動を行っているボランティアグループ、NPO団体
- ②障害者団体活動助成 障害者を直接的に支援する団体を

説明会日時
①について 3月5日(火)午後3時半～4時半、3月7日(木)午前10時半～11時半
☆同内容。参加はいずれか

区内経済団体の事務所が産業振興センターに移転します

産業振興センター
☎(3380)6946
FAX(3380)6949

現在商工会館にある次の区内経済団体の事務所は、産業振興センター(中野2-13-14)へ移転します。

移転先での業務開始日
中野工業産業協会=2月15日(金)
東京商工会議所中野支部、中野区商店街連合会=2月18日(月)
☆移転により、各団体の電話番号・ファクシミリ番号は変更になる予定です。詳しくは、産業振興センターか各団体へ問い合わせを

- 1日
- ②について 3月7日(木)午後2時半～3時半

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

☆当日直接会場へ。新規で助成を希望する団体は、事前に中野ボランティアセンターへご連絡ください

「神田川上流懇談会(第七期)」の委員募集

東京都第三建設事務所工事第二課工務担当
☎(3380)5137

この会議では、江戸川橋から上流の神田川などについて、情報や意見の交換を行います。

このたび、東京都および流域の5区2市(中野・新宿・文京・杉並・豊島・武蔵

野・三鷹)で、委員を公募します。

対象 各区市内に在住・在勤・在学で、神田川等に関心がああり、年2回程度昼間の会議に出席できる個人・団体(あわせて個人14人と2団体程度)

任期 来年度から3年間
応募方法 住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、4百～8百字程度の作文(神田川等について思うこと(書式自由)を添えて郵送)

で、東京都第三建設事務所工事第二課工務担当/〒164-0001中野4-8-1へ。

3月29日必着
☆選考結果は4月下旬ごろに全応募者に通知。応募書類は返却しません

🏠はホームページ 区📍から、📄は電子申請が、📄は申請書などのダウンロードが可 📄は、区📍で詳しい内容をご覧になれます

世帯の自己負担限度額

年齢	所得区分	自己負担限度額
70歳未満	901万円超	212万円
	600万円を超え 901万円以下	141万円
	210万円を超え 600万円以下	67万円
	210万円以下 (住民税非課税世帯を除く)	60万円
	住民税非課税世帯	34万円
70歳以上	現役並み所得者 (自己負担3割)	67万円
	一般 (自己負担1割・2割)	56万円
	住民税非課税世帯Ⅱ	31万円
	住民税非課税世帯Ⅰ	19万円

☆所得区分は、平成30年7月31日現在で適用。分類の基準などについて詳しくは、各医療保険者へお問い合わせ

同じ医療保険に入っている世帯内で、対象期間(平成29年8月1日～同30年7月31日)に医療と介護の両方に自己負担があり、その合計額が限度額(左表を超えた場合に、超えた分が支給される制度です。昨年7月31日時点で中野区の国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入し

高額医療・高額介護合算療養費制度の申請書を郵送します

information

高齢者・介護情報

ており、支給条件に該当する世帯には、今月下旬以降に区または東京都後期高齢者医療広域連合から申請書を郵送します。詳しくは、昨年7月31日時点で加入していた、各医療保険者へ問い合わせを。
支給対象となる自己負担額
医療費と介護費の自己負担の合算額から、左表の自己負担限度額を差し引いた額。ただし、次の①～④に該当するものは対象外
① 差し引いた額が500円以下の場合
② 保険適用外の治療費や差額ベッド代、施設等での食費や居住費(滞在費など)
③ 70歳未満の方で、一つの医療機関で同月内に支払った自己負担額が2万1千円未満のもの
④ 高額医療費や高額介護サービス費として支給された額



介護予防総合講座
栄養・口腔コース
「男性料理教室」
沼袋高齢者会館
沼袋1-34-14
☎ FAX(33387)7381
テーマは「肉と野菜を使った男の料理」。ボルシチ風シチュー、春のサラダなどの作り方を管理栄養士から学びます。
日時 2月22日(金)午前10時～正午
対象 区内在住の65歳以上の男性
参加費 500円(材料費)
申込み 2月6日～21日の平日に電話または直接、沼袋高齢者会館へ。先着15人

あなたが狙われています
～特殊詐欺にご注意を～

「特殊詐欺」は、不特定の方に対して対面することなく、電話、ハガキ、電子メールを使って行われ、巧妙に不安をあおります。接触を断ち、誰かに相談して、被害を防ぎましょう。

オレオレ詐欺
息子・娘や孫を装う手口
「携帯電話が壊れ、番号が変わった」などと電話の後、「電車(タクシー、病院等)に会社のお金の入ったカバンを忘れた」「株で失敗した」「交通事故」などと現金を要求する。
警察官や銀行員を装う手口
「犯人の所持品にあなたの通帳があった」「口座が悪用されたのでキャッシュカードを交換する」などと、通帳やカードを受け取りに来る。

還付金詐欺
税務署や区役所を名乗り「医療費(保険金、税金など)が戻ります。今日が締め切りなので、携帯電話とキャッシュカードを持ってコンビニエンスストアや金融機関のATMに行ってください」と指示し、ATMの前で携帯電話をかけさせ「還付手続きを教えます」と操作させて、犯人の口座に振り込ませる。

架空請求詐欺
「裁判所」「法務省」「民事訴訟管理センター」を名乗り、「裁判所に訴状が提出された。給与、不動産物の差し押さえを行う」などと脅して不安をあおり、お金や情報をだまし取る。
☆不審な場合はすぐに110番へ通報

家族介護教室 学習会
「よくある症状への実行可能なアドバイス」と懇談
中野友愛ホーム
江古田2-24-11
☎(3380)5515
FAX(5318)5992
介護技術を学びながら、
着15人
申込み 2月6日～25日に電話で、中野友愛ホームへ。先着15人
対象 自宅で高齢者を介護している方
日時 2月26日(火)午後1時～3時
在宅介護をしている人同士で、情報交換をしませんか。

HPはホームページ 区HPから、PDFは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可

HP詳しくは、区HPで詳しい内容をご覧ください

平成31年度 親子農園利用者を募集

子ども施策調整担当/3階

☎(3228)5648 FAX(3228)5659

対象 年2回行う共同除草に参加できる、次のいずれかに該当する世帯や団体

①区内在住で、平成31年4月1日現在18歳未満のお子さんと同居していて、親子で利用する世帯

②区内に拠点がある、青少年の健全育成等を目的とする施設・団体

農園所在地 白鷺2-14

募集区画 152区画(1区画は約9.9m)

利用期間 4月1日~来年2月29日

利用料 1区画当たり年額3,000円

申込み 2月5日~19日に電子申請か、ハガキ(利用責任者と利用者全員の住所、氏名とふりがな、電話番号を記入)で、子ども施策調整担当へ。郵送の場合は、19日までの消印有効

☆1世帯または1施設・団体につき、1件の申し込みのみ有効。募集区画数を超える応募がある場合には抽選。結果は、3月8日ごろに全応募者に郵送する予定

平成30年度分の 認証保育所等保護者補助金の 申請期限は3月15日です

私立施設給付担当/3階

☎(3228)8979 FAX(3228)5667

区内・区外の認証保育所(※)、東京都に届け出をしている認可外保育施設にお子さんを預けている保護者の方に、保育料の一部を助成しています。

案内と申請書は、区内の補助対象施設、地域事務所、すこやか福祉センター、区役所3階子ども総合相談窓口で配布しています。また、区HPからのダウンロードもできます。補助制度について詳しくは、区HPか、案内をご覧ください。

申請期限 3月15日必着

☆期日を過ぎての受け付けはできません。余裕を持って申請してください。添付書類の追加提出がある方も、必ずこの期日までに提出を

※**認証保育所**=認可保育所に準じた基準を満たし、東京都の認証を受けた保育施設。区内の施設(15園)の所在地や連絡先については、区HP、子育て支援ハンドブック「おひるね」などで確認できます

家庭的保育事業所を 利用しませんか

運営支援担当/3階

☎(3228)8940 FAX(3228)5667

家庭的保育事業所は区内に10か所あり、保育士や家庭的保育者が、自宅などで2歳までのお子さんを保育する認可施設です。3~5人の少人数保育で、ゆったりと家庭にいるような雰囲気の中、一人一人の個性や興味に合わせたきめ細かい保育が行われています。4月以降に入所される方は、卒後後に連携する保育施設への入園が可能です。

4月入所を希望するお子さんは、2月15日までに申し込んでください。申し込み方法や事業所の所在地などについて詳しくは、区HPまたは、区役所3階子ども総合相談窓口等で配布中の「中野区保育所等のご案内」をご覧ください。入園相談担当☎(3228)8960へ問い合わせを。



入園・入学前のお子さんの予防接種はお済みですか

保育園や幼稚園、学校などの集団生活の場では、麻しん(はしか)などの病気が多くの人に感染することがあります。

お子さんを感染症から守るため、小学校入学までに必要な予防接種を計画的に受けましょう。いずれも、「予防接種予診票」と母子健康手帳を持参して区指定の医療機関で受けてください。接種回数、対象者などは下記のとおりです。

保健予防担当
(中野区保健所)
☎(3382)6500
FAX(3382)7765

MR(麻しん・風しんの2種混合)

2回

1期=1歳以上2歳未満のお子さん

2期=小学校入学前1年間のお子さん(保育園・幼稚園の年長児)

☆今年度に2期の対象となっているのは、平成24(2012)年4月2日~同25(2013)年4月1日生まれのお子さんです。昨年4月に郵送した予診票で今年の3月31日までに忘れずに受けましょう

日本脳炎1期

3回

生後6か月以上7歳6か月未満のお子さん

(この期間に6日以上28日までの間隔で2回受け、1年後に追加の接種を1回受けます。標準的な接種時期は、3歳~4歳)

水痘(みずぼうそう)

2回

1歳以上3歳未満のお子さん

(標準的な接種時期は、1回目=1歳~1歳3か月、2回目=1回目を受けた半年~1年後)

DPT-IPV(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオの4種混合)

4回

生後3か月以上7歳6か月未満のお子さん

(この期間に20日以上56日までの間隔で3回受け、その1年~1年半後に追加の接種を1回受けます)

☆予診票が必要な方は、お子さんの母子健康手帳を持参して、すこやか福祉センターまたは保健予防担当で事前に交付を受けてください。不明な点については、保健予防担当へ問い合わせを。なお、医療機関での予防接種実施日等については、各医療機関に問い合わせを

「不妊専門相談」と「ほっとピアおしゃべり会」

出産・育児支援担当／3階
☎(3228)5623
FAX(3228)5659



妊娠や不妊治療などについて、産婦人科医に個別相談できます。

同じ経験のあるピアカウンセラーを交えて、悩みや気持ちを話し合うおしゃべり会も同日開催。聞いているだけでも大丈夫です。両方に参加することも可能です。区内在住の方が対象。



日程 3月9日(土)
会場 鷺宮すこやか福祉センター(若宮3-58-10)
時間・内容・人数
不妊専門相談=午後2時半～4時45分
☆一人当たり30分程度。先着3人
ほっとピアおしゃべり会=午後2時半～4時 ☆先着15人程度
申込み 2月6日～3月7日に電子申請か、電話または直接、出産・育児支援担当へ

保健指導相談もご利用を

妊娠に向けた体づくりや不妊治療のことなどについて、区が委託した産婦人科や泌尿器科で、無料で相談できます。

対象 区内在住の方
利用方法 すこやか福祉センター、区役所3階子ども総合相談窓口で配布中の相談券に必要事項を記入し、裏面記載の実施医療機関へ電話予約の上、相談を。一人1回のみ

information

子ども・子育て・教育

妊婦さんの歯っぴいお食事講座(2件)

第1子を出産予定の区内在住の方を対象に、妊娠期や出産後の食事のポイントやレシピを紹介し、試食やお口のケアなどの健康チェックも。

中部すこやか福祉センター
中央3-19-1

☎(3367)7788 FAX(3367)7789

日時 3月7日(木)午後1時半～3時半

会場 中部すこやか福祉センター

申込み 2月6日～3月4日に電子申請か、電話または直接、中部すこやか福祉センターへ。先着15人

☆希望者は、食事診断と骨量計測(素足で計測)、お肌の水分チェックも受けられます

鷺宮すこやか福祉センター
若宮3-58-10

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日時 3月8日(金)午前10時～正午

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込み 2月6日～3月6日に電子申請か、電話または直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。先着15人

☆希望者は、食事診断も受けられます

歯の生えはじめ教室～ビギナーズ～



中部すこやか福祉センター

中央3-19-1

☎(3367)7788 FAX(3367)7789

赤ちゃんの歯磨き習慣の準備と保護者のお口のケアについて、歯科衛生士と学びます。

保護者のむし歯菌チェックも。

日時 3月15日(金)①午前10時から、②午前11時から ☆同内容で2回実施。各回60分

会場 中部すこやか福祉センター

対象 生後6か月～11か月の乳児とその保護者

申込み 2月6日～3月13日に電子申請か、電話、ファクシミリ(参加希望時間、住所、氏名とふりがな、電話番号、お子さんの生年月日、氏名とふりがなを記入)または直接、中部すこやか福祉センターへ。各回先着15組(計30組)

栄養講座「家事場のパパ&ジジちから離乳食づくり編」



北部すこやか福祉センター

江古田4-31-10

☎(3388)0240 FAX(3389)4339

「男子厨房に入ろう!」。乳児から大人、介護食まで応用できる食事づくりのポイントを、講義と試食を通して栄養士から学びます。

日時 2月23日(土)午後1時半～3時

会場 北部すこやか福祉センター

対象 区内在住の、家族に妊婦または乳児のいる男性

申込み 2月6日～21日に電子申請か、電話または直接、北部すこやか福祉センターへ。先着20人

広告

落合・堀ノ内・代々橋斎場での	火葬のみを執り行う時間・費用圧縮プラン
火葬プラン	総額 248,400 円
駅チカ!安置室あり!費用を抑えた良質の家族葬	
家族葬プラン	総額 660,538 円
資料ご請求は ☎ 0120-7-09832	
ご相談 24時間受付 中野ブロードウェイ1F	

区報に
広告を
掲載しませんか



区報担当／4階
☎(3228)8805
FAX(3228)5645
区内全域に約20万部を各戸配布しています。料金や規格などについての詳しい資料を郵送しますので、問い合わせを。

HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可

HP詳しくは、区HPで詳しい内容をご覧ください

健康講座「女性の養生法」

鷹宮すこやか福祉センター

若宮3-58-10

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

体質と上手に付き合い、病気になりにくい心と体をつくるコツについて、中国漢方の婦人科医から学びます。

日時 2月20日(水)午前10時~11時45分

会場 野方区民活動センター(野方5-3-1)

対象 区内在住・在勤のおおむね65歳未満の方

申込み 2月6日~18日に電子申請か、電話または直接、鷹宮すこやか福祉センターへ。先着25人

☆一時保育(先着8人)希望の方は、2月

14日までにあわせて申し込みを



生活講座「そろそろ、くるかな? 親の介護」

地域生活支援センターせせらぎ

☎(3387)1326 FAX(3387)1347

区内在住の精神障害のある方とその家族・支援者、関心のある方が対象。障害のある方が家族の介護をする際に気を付ける点などについて学びます。

日時 2月21日(木)午後1時~2時半

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 2月6日~20日に電話で、「せせらぎ」へ。先着20人

在宅障害者(児)緊急一時保護事業を休止します

障害者施設担当/1階

☎(3228)8715 FAX(3228)5660

現在、やよい荘(弥生町2-5)とやまと荘(大和町3-18)で行っている在宅障害者(児)緊急一時保護事業は、事業者の指定管理期間の終了に伴い4月1日以降の受け入れを休止します。今後の予定については、決まり次第、区HPなどでお知らせする予定です。

4月に開講する

手話講習会の受講生を募集

障害者社会参画担当/1階 ☎(3228)8832 FAX(3228)5660

下表①~④のレベルごとに手話や福祉の知識などを学べます。詳しくは、区HPをご覧ください。事業委託先のNPO法人中野区聴覚障害者情報活動センター☎・FAX(5380)3330へ問い合わせを。

開講クラス一覧 ☆受講済みのクラスの再受講は原則不可

開講クラスとレベル (手話の学習年数)	回数	開講日時(昼または夜)		定員	選考方法
		昼 ☆一時保育あり	夜		
①入門 (学習経験なし)	32回	金曜日 午前10時~正午		昼・夜 各50人	定員を超えた場合は抽選
②基礎 (およそ1年以上)	各 39回	木曜日 午前10時~正午	火曜日 午後7時~9時	昼・夜 各40人	3月に試験実施。 ②③昼=7日(木)、 ②③夜=5日(火)
③応用 (およそ2年以上)		木曜日 午後1時半~3時半			
④手話通訳者養成 (およそ3年以上)	40回	土曜日 午前10時~正午		昼のみ 20人	3月9日(土)に試験実施



期間 4月~来年2月

対象 将来、手話通訳者として活動できる、区内在住・在学・在勤の16歳以上の方 ☆④手話通訳者養成クラスは18歳以上の方

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)他

参加費 3,000円程度(テキスト代)

申込み 郵送のみ。2月22日必着で往復ハガキに下記の必要事項を記入して、NPO法人中野区聴覚障害者情報活動センター/〒164-0001中野5-68-7スマイルなかの5階へ ☆抽選結果や試験の案内は、全応募者に郵送
〈必要事項〉

①希望するクラスの名称と昼・夜の別、②住所、③氏名とふりがな、④生年月日、⑤日中連絡可能な電話番号・ファクシミリ番号、⑥受講希望の理由、⑦区内在勤・在学の方は勤務先・通学先の名称と所在地、電話番号、⑧昼のクラスで一時保育希望の方はお子さんの氏名と年齢、⑨返信用に住所、氏名

information

健康・福祉



2月5日~20日の 休日当番医・当番薬局

休日当番医の診療時間

☆事前に電話で確認を

午前9時~午後5時

保険証・医療証をお持ちください。往診はしません。

休日当番薬局の開設時間

☆事前に電話で確認を

午前9時~午後5時半

医療機関受診時の処方せんをお持ちください。

夜間および日曜日、祝・休日の医療機関案内

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

☎(5272)0303

FAX(5285)8080

(ファクシミリは聴覚・言語障害者向け)

携帯電話などからは

<http://www.himawari.metro.tokyo.jp/kt/>

小児救急相談

東京都「子供の健康相談室」

☎(5285)8898

☆プッシュ回線・携帯電話からは#8000も利用可

月~金曜日 午後6時~11時

土・日曜日、祝・休日

午前9時~午後11時

救急病院案内

中野消防署

☎(3366)0119

野方消防署

☎(3330)0119

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	
2月10日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		横畠病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		哲学堂石井内科医院	内・消	江古田1-1-4	(5906)5010
		高野整形外科	整	弥生町4-18-7	(3380)6700
		中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11	(3361)1381
		溝口医院	内・小・皮	弥生町2-12-9	(3372)0035
		小林歯科医院※	歯	本町6-16-5	(3381)9183
2月10日(日)	薬局	アクア薬局	江古田2-24-14	(3389)5411	
		むさしの薬局新井薬師店	新井1-26-6	(5380)3935	
2月11日(月・祝)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		宮地内科医院	内・小	上高田1-35-9	(3361)1858
		つるた鷺ノ宮クリニック	内・皮	白鷺1-7-15	(5373)8460
		新中野内科クリニック	内・消内	本町4-45-9	(6382)5270
		たまつ小児科医院	小	南台3-15-5 1階	(3380)0325
		船坂歯科医院	歯	野方3-25-8	(3388)6818
ナオキ歯科クリニック	歯	中央1-35-1 2階	(5389)5386		
2月11日(月・祝)	薬局	イオックス薬局鷺ノ宮店	白鷺1-7-15	(6265)5840	
		青葉調剤薬局	中野5-47-10	(3389)7110	
2月17日(日)	当番医	新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
		横畠病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		たかのクリニック	内・循内	上鷺宮4-6-38	(3990)2222
		いたばしクリニック	内・外	大和町1-27-3	(5356)1623
		ハートケア銀河クリニック	内・心内・精	本町2-50-12 2階	(5371)0909
		南台寺尾クリニック内科・小児科	内・小	南台3-37-27	(3381)7755
		協立歯科※	歯	鷺宮4-2-3	(3339)6483
		2月17日(日)	薬局	やまと調剤薬局	大和町1-64-1
2月17日(日)	薬局	中野中央薬局	中央4-60-5	(6304)8530	

※印は、歯科医療拠点事業(午前9時~正午は、歯科救急電話相談も受け付け)

中野区準夜間こども救急診療

15歳以下のお子さんを対象に、小児科医が診療を行います。

新渡戸記念中野総合病院/
中央4-59-16
☎(3382)9991

総合東京病院/
江古田3-15-2
☎(3387)5421

診療日 年中無休

診療日 月~金曜日(祝・休日を除く)

受付時間 午後6時半~9時45分

受付時間 午後6時半~9時半

診療時間 午後7時~10時

☆電話は午後5時半以降にしてください

☆必ず事前に電話で連絡を。症状により診療できない場合があります

☆入院などが必要な場合は、他の病院を紹介します

☆保険証・医療証を持って受付時間内に来院を

東京消防庁 救急相談センター (24時間受け付け・年中無休)

プッシュ回線・
携帯電話・
PHSからは
#7119

ダイヤル回線
☎(3212)2323



みらい・まち・なかの

「年が明けたぞ! いのしし年だ! それ行け中野区!」なんて思っていたのもつかの間、もう立春です。暦の上では春ですが、厳しい寒さは続きます。インフルエンザの感染にはどうぞご注意ください。

さて先月は、中野区成人のつどいに列席しました。ちょっと驚いたのは、今回の対象者、3,290人のうちの851人、約4分の1が外国籍の方だということです。5年前(平成26年)は、253人で参加者の10分の1弱でした。急激に

ピンナップ



1月14日の成人のつどいには、1,202人の新成人が参加しました

進行するグローバル化への対応は待ったなしと感じました。

催しでは、中学校時代の恩師からのビデオメッセージがありました。多くの先生は、教生子に将来の活躍への期待を寄せていました。ところが、新成人500人に聞いた民間の調査によると、日本の未来を「暗い」と考える人が63%もいました。理由は、「少子高齢化への不安」などだそうです。

2月15日から開催する平成31年第1回定例会では、新年度の当初予算案が審議されます。平成の時代が終わろうとし、新たな時代の幕開けまで3か月を切りました。将来を担う若者には、変化を恐れず、しなやかに前に進んで欲しいと願うとともに、未来への明るい展望が持てるよう、足腰がしっかりとした区政運営を進めていきます。

区長 酒井直人

なかの里・まち連携体験交流事業

茨城県常陸太田市 日帰りバスツアー

HPで詳しく



地域商業活性化担当/9階
☎(3228)5591 FAX(3228)5656

茨城県常陸太田市で、鯨ヶ丘ひなまつりやいちご狩りなどを満喫します。旬の野菜収穫体験もできます。



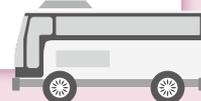
日時 3月23日(土)
午前8時~午後6時ごろ

☆集合・解散は区役所。往復貸し切りバス使用。当日のスケジュール等については、区HPをご覧ください。右記の問合せ先へ電話で確認を。天候・交通状況等により一部変更の場合あり

対象 区内在住・在勤・在学の方、またはその方を含むグループ

参加費 ①大人(中学生以上)=7,900円
②子ども(4歳~小学生)=7,400円
③2歳~4歳未満=2,000円(バス座席料のみ)
☆①②は体験料含む。2歳未満で、バス座席を利用しないお子さんは無料

問合せ申込み 2月6日以降の平日=午前9時~午後7時、
土・日曜日、祝日=午前10時~午後6時に電話で、Nツアー・コールセンター(株式会社農協観光首都圏支店) ☎0570(076)888(ナビダイヤル)へ。先着40人(最少催行人数30人)



世帯と人口 1月1日現在。()内は前月比

住民基本台帳	世帯数	人口(人)			合計
		男	女	小計	
日本人	190,009 ※ (12増)	157,471 (47増)	154,861 (7減)	312,332 (40増)	331,658 (16増)
外国人	14,604 (39減)	9,907 (26減)	9,419 (2増)	19,326 (24減)	

次号予告

〈特集〉
シティプロモーション

※日本人と外国人の混合世帯 2,018 を含む



日本製紙「リサイクル上質70」を使用しています。この紙の古紙パルプ配合率については、製紙会社の出庫証明書により、確認済みです。

☆区内各家庭の郵便受けなどに配布しています。情報活用後は、資源として古紙の集回回収へ