

なかの区報

nakano

令和2年(2020年)

02|05

No.2037

中野区ホームページ <https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/>

毎月5日・20日発行

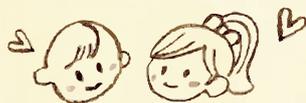
# いろいろな個性が育つ場所

児童発達支援・放課後等デイサービス「おでんくらぶ」で医療的ケアを受けるお子さん

## CONTENTS

1-3 いろいろな個性が育つ場所  
4-5 税の申告

6 中野区基本構想検討素案をまとめました  
16 防災講演会と総合防災訓練



# いろいろな個性が育つ場所



子ども発達支援係 / 5階 ☎ (3228) 5613 FAX (3228) 5680

重度の知的障害と肢体不自由が重複する「重症心身障害」。医療的ケアが必要な場合もあるため、こうした重い障害のある子どもたちが安心して過ごせる場所は少ないのが現状です。

自身も重症心身障害のあるお子さんを育てながら、重症心身障害児の通所施設「おでんくらぶ」(本町6丁目)を運営している福満さんに話を聞きました。



▲福満美穂子さん (NPO 法人なかのドリーム理事)



## — 「おでんくらぶ」設立のきっかけは

「医療的なケアが必要で夜間も気が休まらない」「子どもが先に亡くなってしまうことを考える」など、重い障害がある子どもの親は、深刻な悩みを抱えていることも。そこで、2007年に区立の療育センターアポロ園に通う保護者で交流の場をつくりました。このグループの名前が「おでんくらぶ」だったんです。

その後、中野区医師会の先生などの協力で、月1回定期的に集まり、保護者やボランティアの方と一緒にお子さんと遊んだり、親同士の勉強会をしたりするようになりました。これがきっかけとなり、多くの方の支えでNPO法人なかのドリームを設立。おでんくらぶの名前を引き継ぎ、事業を始めました。

## — 活動内容を教えてください

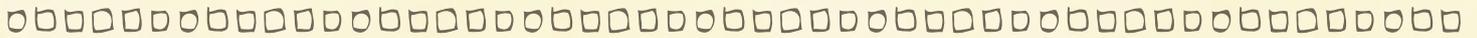
午前は就学前のお子さんを保護者と一緒に療育する「児童発達支援」、午後は小学生～高校生を預かる「放課後等デイサービス」を行っています。

子どもにとって大切なのは、楽しく過ごせることだけではなく、次の日も元気でいられること。そのため、土曜日の放課後等デイサービスでは、音や光による癒やしの空間「スヌーズレン」を取り入れるなど、子どもたちがゆっくりと過ごせるように工夫しています。

また、保護者への支援も重要。どのような支援ができるか、考えているところなんです。

「おでんくらぶ」という名称には、たくさんの方の具材(子どもたち)が集まる楽しい居場所づくりをしたいという気持ちが込められています





# おでんくらぶでの過ごし方

子どもたちがのびのびと過ごす場。看護師や指導員のスタッフが充実しています。医療的ケアを受けながら、友だちと楽しく交流します。



## < 放課後等デイサービスの一例 >

**お迎え**



リフト付きのバスで、学校から施設まで送迎

**バイタルチェック**



体温、酸素飽和度などの健康状態を確認します

**療育活動**



体をほぐす運動や作品づくりなどを実施

## < 児童発達支援サービス利用者の声 >

当日の子どもの状態に合わせて、柔軟にプログラムを決めてくれるので安心できます



Aさん

昼食後に子どもを預けての自由時間があり、保護者同士で交流できるのがうれしいです



Bさん



▲季節に合わせた催しを行うことも

## — 子育てしながらの活動は大変ではないですか

私の子どもはこれまで30回以上も入退院を繰り返し、大変な時期もありましたが、現在は体調が安定しています。

今でも、夜間に起きて、たんの吸引を行うことはあります。それでも、お昼は訪問介護・看護を利用して時間をつくっています。子どもにとっても、いろいろな人と関わる機会が増え、自立の後押しになりましたね。学校の先生による訪問授業も受けているんですよ。

## — 今後の取り組みで考えていることは

例えばシェアハウスなど、みんなで支えあいながら安心して過ごせる環境づくりに取り組みたいですね。

成長していく子どもに、いつまでも親が付きっきりというわけにはいきません。卒業後の行き先への不安、訪問授業が受けられなくなることで学びの場がなくなる心配などがあります。子どもやその家族が地域とのつながりを持ち、自立して生活できることが一番の願いです。

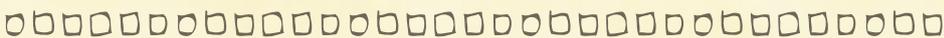


## 地域の方へのメッセージ

重い障害のある子どもとその親は、地域で孤立しがち。地域社会とのつながりを持ち、安心して暮らすためにはみなさんの温かいご協力が必要です。

子どもの障害の有無に関わらず、保護者同士が顔を合わせて交流することはとても大切。私たちの存在を知っていただき、理解を深めてくれたらうれしいです。

◀ 福満さんと長女の華子さん



# 申告期間は 2/17(月) ▶ 3/16(月) 税の申告はお早めに

税金は、福祉や防災などの行政サービスを行うための重要な財源です。

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、令和2年1月1日現在、区内在住の方を対象に、同元年(平成31年)中の所得に対して、同2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。

## 住民税(特別区民税・都民税)の申告 は区役所3階1番窓口へ

課税係/3階 ☎(3228)8913 FAX(3228)8747

申告が必要と思われる方へ、「令和2年度特別区民税・都民税(住民税)申告書」を2月5日に郵送しました。同封の「申告の手引き」を参考に必要書類を用意し、申告書を作成して、郵送または直接、課税係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、同係へ問い合わせを。

☆昨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、下記の配布場所で受け取りを。区HPからもダウンロードできます

住民税  
申告書の  
配布場所

区民活動センター  
区役所3階1番課税係窓口

受付日時

2月17日(月)~3月16日(月)  
午前8時30分~午後5時 ☆平日のみ

## 令和2年度からの住民税の主な変更点

### ふるさと納税(都道府県・市区町村に対する寄付)の見直し

令和元年6月1日以降、ふるさと納税に係る特例控除額の対象は、定められた基準に適合する総務大臣指定の市区町村等への寄付金に限定されました。☆令和元年5月31日までは、従来どおり全ての市区町村等への寄付金がふるさと納税特例控除額の対象となります

### 住宅借入金等特別税額控除の適用期間を延長

消費税率10%が適用される住宅取得等について、令和元年10月1日~同2年12月31日に入居した場合の控除期間を3年間延長して13年間としました。

ぜひ  
ご利用を

### 「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」

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HPで検索するか、右記の二次元コードからアクセスを。



## こんな場合はどうするの? ~税の申告Q&A~



**Q1** 昨年複数の会社で働いていました。どのように申告すればよいですか

**A1** 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。所得税の還付を受けられる場合があります。

**Q2** 公的年金収入以外に、その他の所得がありました。申告は必要ですか

**A2** 公的年金収入が400万円以下でその他の所得金額が20万円以下の場合は、区役所へ住民税の申告が必要です。所得税の還付がある場合は税務署で申告してください。

**Q3** 収入がなくても申告は必要ですか

**A3** 収入がない方も、住民税申告書の裏面の連絡書欄に記入して区役所へ提出してください。申告書の提出がないと、税証明書を発行できないことや、国民健康保険料などが高くなる場合があります。

## 所得税などの申告は税務署へ

中野税務署 ☎(3387)8111(代) ☆自動音声案内

中野税務署内に申告書作成・相談会場はありません。確定申告書の作成は、国税庁HP内「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。なお、相談等がある場合には、次の会場をご利用ください。

### 申告書作成会場

**受付日時** 2月17日(月)～3月16日(月)の午前8時30分～午後4時(相談開始は午前9時15分) ☆平日のみ。ただし、2月24日(月・休)、3月1日(日)は開場

**会場** ルミネゼロ(渋谷区千駄ヶ谷5-24-55NEWoMan 5階/JR新宿駅新南エリア直結「バスタ新宿」上)

「税理士による無料申告相談」でも申告書を作成できます

**受付日時** 2月6日(木)・7日(金)の午前9時30分～11時、午後1時～3時

**会場** なかのZERO西館(中野2-9-7)

☆混雑状況により、受け付けを早めに終了する場合があります。土地、建物及び株式などの譲渡所得がある方、配当所得や退職所得がある方、青色申告の方、初めて住宅ローン控除を受ける方、贈与税申告の方及び相談内容が複雑な方は、申告書作成会場(ルミネゼロ)で相談を

## 個人事業税の申告は都税事務所へ

新宿都税事務所 ☎(3369)7154

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3月16日(月)までに都税事務所へ申告してください。

**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)

税の申告にも必要なマイナンバー、  
取り扱いにはご注意ください

### マイナンバー制度に便乗した不正な勧誘や 個人情報の取得にご注意ください

情報政策推進係/6階 ☎(3228)8807 FAX(3228)5646

不審な電話や電子メールを受けた場合は、内容により下記へ相談をしてください。

**マイナンバー制度全般**=マイナンバー総合フリーダイヤル☎0120(95)0178、**不審な電話などを受けたら**=警察の相談専用電話☎#9110、**事業者をかたりマイナンバーを聞かれたら**=中野区消費生活センター☎(3389)1196、**消費者ホットライン**☎188

## 対象の方は確認しましょう

### 国民健康保険・後期高齢者医療保険の医療費の通知書は医療費控除の明細になります

それぞれの保険に加入している方へ、医療費の総額などを記載した通知を年1回発行しています。再発行できません。届いたら大切に保管してください。

なお、国民健康保険の令和元年11月以降、後期高齢者医療保険の同年9月以降の医療費などは、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。詳しくは、各係へ問い合わせを。

### 国民健康保険では

平成30年11月～令和元年10月に健康保険適用の医療を受けた方で、同2年1月31日現在、区内在住の方が対象。2月中旬に郵送予定です。

【問合せ】国保給付係/2階

☎(3228)8954 FAX(3228)5655

### 後期高齢者医療保険では

対象の方へ、1月下旬に郵送済みです。

【問合せ】後期高齢者医療係/2階

☎(3228)8944 FAX(3228)5661

### 障害者控除等の対象になるケース

障害者相談係/1階 ☎(3228)8956 FAX(3228)5665

満65歳以上の方は、障害者手帳をお持ちでなくても、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」が必要です。

### 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。

詳しくは、障害者相談係へ問い合わせを。

### 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している方は、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。

詳しくは、下記の各係へ問い合わせを。

【問合せ】介護保険料に関すること=介護資格保険料係/2階☎(3228)6537、介護保険サービス利用料に関すること=介護給付係/2階☎(3228)6531 ☆いずれもFAX(3228)8972

## ありがとうございました

### 区への寄付(10月～12月)

10月4日、東京中野モラロジー事務所様から  
30,000円

11月26日、「モラル・ハラスメント被害からの  
救済の会」パザパ様から59,357円

12月17日、大妻中野同窓会けやき會様から  
38,300円

### 環境基金への寄付(10月～12月)

10月17日、望月淑子様から5,000円

11月25日、12月3日、NPO法人ボランティア  
労力ネットワーク東中野支部様から計4,775円

12月13日、加瀬麗芳様から2,000円

期間中、匿名希望の方(4件)から計51,000円

### 区民公益活動推進基金への寄付 (10月～12月)

期間中、匿名希望の方(6件)から計150,500円

## 中野区議会 第1回定例会

2月13日(木)～3月23日(月)

区議会事務局/3階

☎(3228)5585 FAX(3228)5693

### 会議日程

本会議=2月13日・17日～19日、3月9日・23日、**予算特別**

**委員会**=2月19日・20日・25日～28日、3月6日、**予算特別**

**委員会分科会**=3月2日～4日、**常任委員会**=3月12日・13

日・16日、**特別委員会**=3月17日・18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～28日の**予算特別**  
**委員会**は、午前10時に開会

### 一般質問放送日時(J:COMチャンネル)

☆区内のみ視聴可

2月29日(土)、3月1日(日)・7日(土)・8日(日) = 午後5

時～7時45分、3月2日(月)・4日(水)・6日(金) = 午後6

時～7時30分

☆放送についての問い合わせは、J:COM東京☎0120(914)

000へ(午前9時～午後6時)

## 中野区基本構想検討素案をまとめました

基本構想係/4階

☎(3228)5782 FAX(3228)5476



区は、10年後に目指すまちの姿を描く「中野区基本構想」の改定に取り組んでいます。このたび、その検討素案をまとめました。

### 2月17日、 なかの区報特別号を発行します

中野区基本構想検討素案の概要をお知らせします。  
A4判で発行日までに各戸に配布します。

☆素案は、区HP、区民活動センター、図書館、区役所4階9番窓口でもご覧になれます

### 10年後に目指すまちの姿

人と人がつながり、  
新たな活力が  
生み出されるまち

未来ある子どもの育ちを  
地域全体で支えるまち

1  
3

つながる  
はじまる  
なかの

2  
4

誰もが生涯を通じて  
安心して自分らしく  
生きられるまち

安全・安心で  
住み続けたいくなる  
持続可能なまち

### 意見交換会へご参加を

当日直接会場へ。※印は区民と区長のタウンミーティングとして実施。詳しくは、特別号をご覧ください。

日時	会場
2月23日(日・祝) 午後2時～4時 ※	桃園区民活動センター (中央4-57-1)
28日(金) 午後7時～9時 ※	南中野区民活動センター (弥生町5-5-2)
3月4日(水) 午後7時～9時 ※	鷺宮区民活動センター (鷺宮3-22-5)
5日(木) 午後7時～9時	東部区民活動センター (中央2-18-21)
11日(水) 午前10時～正午	江古田区民活動センター (江原町2-3-15)
14日(土) 午前10時～正午 ※	区役所9階会議室
19日(木) 午後7時～9時 ※	区役所7階会議室
24日(火) 午後2時～4時	野方区民活動センター (野方5-3-1)

☆**手**・要約筆記・**保**希望の方は、各開催日の7日前までの平日に電話またはファクスで、基本構想係へ。**住**住所、氏名とふりがな、電話番号、参加希望日、**手**及び要約筆記はその旨、**保**はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

## なかの里・まち連携体験交流事業 常陸太田市日帰りツアー



商業係/9階 ☎(3228)5591 FAX(3228)5656

HPで  
詳しく

茨城県常陸太田市で「金砂郷のけんちん村まつり」や「ひなめぐり」が楽しめます。

**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

**日時** 3月1日(日)午前8時～午後6時

☆集合・解散は区役所。往復貸し切りバス利用。スケジュールなどについて詳しくは、区HPをご覧ください。申込み先へ電話で確認を。天候・交通状況等により、一部内容変更の場合あり

**参加費** 中学生以上6,500円、子ども(4歳～小学生)6,000円、幼児(4歳未満・バス座席料のみ)2,000円 ☆昼食は各自負担

**申込み** 2月6日から電話で、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) ☆平日=午前9時～午後7時、土・日曜日、祝日=午前10時～午後6時に利用可



商品券の購入引換券の交付を受けた方へ

## 中野区プレミアム付商品券の 購入期限と使用期限にご注意を

商品券の購入は

2月29日(土)まで

区内の郵便局(土・日曜日、祝日は中野郵便局のみ)で購入できます。

商品券の使用は

3月31日(火)まで

購入後の商品券は、期限までに取扱店で使用してください。

中野区プレミアム付商品券  
コールセンター

☎0120(080)203

☆平日午前8時30分～午後5時

☆詳しくは、区HPをご覧ください。コールセンターへ問い合わせを

## 小・中学校の新校舎等整備についての説明会・意見交換会

子ども教育施設整備係/5階  
☎(3228)5547  
FAX(3228)5441

区は、右表の4校の新校舎を整備するための準備を進めており、小学校には順次、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、右表①～③の基本設計(案)と④の基本構想・基本計画(案)をまとめたので、説明会と意見交換会を開催します。

なお、各案は、区HP、区役所5階4番窓口でご覧になれます。

☆いずれも当日直接会場へ。手保(各日先着5人)希望の方は、2月6日～各開催日の7日前の平日(2月12日開催分は2月7日まで)に、電話またはファクスで、子ども教育施設整備係へ。住所、氏名とふりがな、参加希望日と会場、手はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢



説明会一覧 ☆中野本郷小学校についてのみ意見交換会

テーマ	日時	会場
①南台小学校の新校舎について	2月12日(水) 午後6時30分～8時	南中野区民活動センター (弥生町5-5-2)
	2月16日(日) 午後2時～3時30分	
②鷺宮小学校・西中野小学校統合新校舎について	2月16日(日) 午前10時～11時30分	鷺宮小学校 (鷺宮3-31-4)
	2月28日(金) 午後6時30分～8時	西中野小学校 (白鷺3-9-2)
③第四中学校・第八中学校統合新校舎について	2月15日(土) 午後2時～3時30分	第四中学校 (若宮1-1-18)
	2月20日(木) 午後6時30分～8時	第八中学校 (鷺宮4-7-3)
④中野本郷小学校新校舎について	3月6日(金) 午後6時30分～8時	中野本郷小学校 (本町4-27-3)
	3月7日(土) 午前10時～11時30分	

# 令和2年度分の利用登録者を募集

～登録制自転車駐車場(①2か所)、整理区画(②5か所)～



自転車対策係/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駐車場へ。電子申請及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 自宅及び通勤・通学先が各駅から直線距離で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30分～11時30分、 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 自宅及び通勤・通学先が各駅から直線距離で300m以上離れている方が対象	落合(160台)	落合駅	年額 9,600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30分～午後6時
	沼袋南(250台)	沼袋駅		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)	
	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月に開講する

## 手話講習会の受講生を募集



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。なるか、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、  
✉jokatu@bf.wakwak.comへ件名に「手話講習会について」と入れて問い合わせを。

障害者施策推進係/1階

☎(3228)8832

FAX(3228)5660

◇開講クラス一覧 ☆昼・夜クラスともに保あり。受講済み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		定員	選考方法
		昼	夜		
①入門 (学習経験なし)	32回	木曜日 午後1時30分～3時30分		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	金曜日 午前10時～正午	火曜日 午後7時～9時	昼・夜 各40人	クラスごとに選考試験 (②昼=3月6日午前、③昼=3月5日午前、②③夜=3月3日夜間)
③応用 (およそ2年以上)		木曜日 午前10時～正午			
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7日に試験

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

**期間** 4月～来年2月

**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** 往復ハガキで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。2月21日必着。結果や試験の案内は、全応募者に郵送。☑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・ファクス番号、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保希望の方はお子さんの氏名とふりがな、月年齢、⑨返信用にも住所、氏名

## お知らせ

### 「西武新宿線沿線まちづくり整備方針(案)」についてのパブリック・コメント手続き

都立家政駅・鷺ノ宮駅周辺まちづくり係／9階  
 ☎(3228)5569 FAX(3228)5417

区は、西武新宿線の連続立体交差事業にあわせて、同沿線地域のまちづくりを推進しています。

このたび、都立家政駅・鷺ノ宮駅周辺地区におけるまちづくり整備方針(案)を作成したので、みなさんの意見を募集します。

**公表資料** 「西武新宿線沿線まちづくり整備方針(案)」 都立家政駅周辺地区編、鷺ノ宮駅周辺地区編

**資料公表・意見募集の期間** 2月27日～3月18日(必着)

**公表場所** 区HP、区民活動センター、区役所4階区政資料センター、同9階20番窓口

**意見を提出できる方** 区内在住・在勤・

在学の方、区内に事務所や事業所のある個人・法人またはその他の団体、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)を電子メール、ファクス、郵送または直接、都立家政駅・鷺ノ宮駅周辺まちづくり係へ。住所、氏名とふりがな、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

☆メールアドレスは区HPで確認を

**説明会も実施します**

**都立家政駅周辺地区について** = 2月28日(金)午後7時～8時30分、29日(土)午後2時～3時30分、中野区シルバー人材センター北部分室(若宮3-15-12)で

**鷺ノ宮駅周辺地区について** = 2月27日(木)午後7時～8時30分、3月1日(日)午後2時～3時30分、鷺宮高齢者会館(若宮3-58-10)で

☆当日直接会場へ。手・要約筆記・保(各日先着3人程度)希望の方は、2月6日～20日の平日に電話またはファクスで、都立家政駅・鷺ノ宮駅周辺まちづくり係へ。住所、氏名とふりがな、参加希望日、手・要約筆記はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

☆意見の提出方法などについて詳しくは、公表資料または区HPをご覧ください。決定した計画は、3月下旬までに区HPなどで公表予定

### 「中野区旅館業法施行条例」及び「中野区住宅宿泊事業の適正な実施の確保に関する条例」の改正の考え方についての意見交換会

医薬環境衛生係(中野区保健所)  
 ☎(3382)6663 FAX(3382)6667

区内では民泊などの宿泊施設が増加しています。地域の良好な生活環境を確保するため、条例の一部を改正する予定です。その考え方をまとめたので、意見交換会を開催します。

**日時** 2月15日(土)午後2時～3時、19日(水)午後7時～8時、いずれも同内容

**会場** 中野区保健所(中野2-17-4)

☆当日直接会場へ。保(各日先着3人)希望の方は、2月6日～各開催日の2日前に電話、seikatueisei@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクス、郵送または直接、医薬環境衛生係へ。住所、お子さんと保護者の氏名とふりがな、電話番号、参加希望日、お子さんの月年齢

## 懲戒処分の公表

人事係／4階  
 ☎(3228)8726 FAX(3228)5649

区は、下記のとおり懲戒処分を行ったので、「中野区職員の懲戒処分の公表に関する要綱」に基づき公表します。

### 1 処分に係る事案の概要

実態とは異なる出勤記録の修正が判明したため、不適切な処理を取り消した。その結果、私事欠勤が5日間となった。

### 2 処分を受けた職員の所属部、職層名、年齢

健康福祉部主事(56歳)、同部副参事(50歳)

### 3 処分内容

いずれも戒告

### 4 処分の発令年月日

令和元年12月26日

### 食品衛生監視指導計画(案)の公表と意見の募集

食品衛生係(中野区保健所)  
 ☎(3382)6664 FAX(3382)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。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** 「令和2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12日～26日(必着)

**公表場所** 区HP、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

### 中野駅新北口駅前エリア再整備事業計画を策定しました

中野駅周辺まちづくり係／9階  
 ☎(3228)8970 FAX(3228)5670

この計画は、中野駅新北口駅前エリア内に整備する拠点施設について、区が求める都市機能や事業化に向けた基本方針を示したものです。

同計画の内容やパブリック・コメント手続きの結果は、区HP、区民活動センター、区役所4階区政資料センター、同9階11番窓口でご覧になれます。

## 中野四丁目地区地区計画等の変更案についての説明会

中野駅周辺まちづくり係/9階  
☎(3228)8970 FAX(3228)5670

日時 2月18日(火)午後7時~8時ごろ

会場 区役所7階会議室 ☆当日直接会場へ。**保**(先着3人)希望の方は、2月6日~13日に電話またはファクスで、中野駅周辺まちづくり係へ。**住**住所、お子さんと保護者の氏名とふりがな、電話番号、お子さんの月年齢

## 「鍋横区民活動センター等整備基本計画(案)」についての説明会

地域施設係/5階  
☎(3228)8945 FAX(3228)5620

区は、鍋横区民活動センター分室用地などの区有地(本町4-44)に、鍋横区民活動センター・地域包括支援センター・鍋横自転車駐車場等の複合施設を令和5年度に整備する予定です。このたび配置案等をまとめたので、説明会を開催します。

基本計画(案)は、区**HP**、区役所5階8番窓口でご覧になれます。

日時 2月14日(金)午後7時~9時、15日(土)午前10時~正午

会場 鍋横区民活動センター(本町5-47-13) ☆当日直接会場へ。**手保**(各回先着5人)希望の方は、2月6日~7日午後5時に電話またはファクスで、地域施設係へ。**住**住所、氏名とふりがな、電話番号、参加希望日、**手**はその旨、**保**はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

## 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

保健事業係(中野区保健所)  
☎(3382)2430 FAX(3382)7765

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** 耳鼻科用剤などの感覚器官用薬、血圧降下剤などの循環器官用薬、去たん剤などの呼吸器官用薬、糖尿病剤等

## 2月19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

危機管理係/8階  
☎(3228)8948 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、2月19日(水)には自動放送が30秒程度流れます。

## 催し・講座

### すまいのリフォーム相談

住宅政策係/9階  
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

**内容** 区内の小規模建設事業者団体による相談

**日時** 2月・3月の毎週金曜日、午前10時~午後4時(正午~午後1時を除く)  
☆3月20日は休止

**会場** 区役所1階区民ホール(3月27日のみ南中野区民活動センター)

☆当日直接会場へ

### 土地建物無料相談会

都市計画係/9階  
☎(3228)8981 FAX(3228)5668

**日時** 2月14日(金)午前10時~午後3時30分

**会場** 区役所1階区民ホール

**申込み** 2月13日までの平日午前9時~午後5時に電話で、まちづくり推進土地建物協議会☎0120(406)239へ ☆同協議会との共催

## ひもてはうすスペシャルデジタル スタンプラリーPART II

観光係/9階  
☎(3228)5433 FAX(3228)5656

2月下旬~3月下旬開催のスマートフォンのアプリを使ったイベントです。昨年度テレビ放映された、区内を舞台としたアニメ「ひもてはうす」のキャラクターが中野区全域を盛り上げます。

イベントの参加方法などについて詳しくは、下記二次元コードから確認を。



中野区公式観光サイト「まるっと中野」▶

## 「区民公益活動推進基金からの助成」「業務委託の提案制度」事業実施報告会

地域自治推進係/5階  
☎(3228)8093 FAX(3228)5620

区は、区民団体が行う公益活動を推進するため、区民公益活動推進基金からの助成及び業務委託の提案制度を行っています。

今年度の助成対象4団体と、提案制度で業務を受託した3団体の実施報告会を開催します。どなたでもご参加ください。

**日時** 2月24日(月・休)午後1時~3時30分

**会場** 区役所7階会議室 ☆当日直接会場へ

## 「中野昔あれこれ」パネル展

土木事業調整係/8階  
☎(3228)8844 FAX(3228)5674

**日時** 2月25日(火)~28日(金)午前8時30分~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。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

### くらしの講座 「キャッシュレス使い方講座」

消費生活センター／1階  
☎(3389)1191 FAX(3389)1199

**内容** キャッシュレス決済についての説明。スマートフォンをお持ちの方は実際のアプリ導入を手伝います

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**日時** 2月28日(金)午後3時～4時

**会場** 区役所9階会議室

**申込み** 2月6日～20日に電子申請か、電話で消費生活センターへ。先着50人。

**保**(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを

### 「中野大好きナカノさん」 ナカナカ会～まちぶらツアー編～

シティプロモーション係／9階  HPで詳しく  
☎(3228)5467 FAX(3228)5656

**日程** 2月29日(土)

**時間・内容** ①午前9時30分～午後1時30分＝「ナカノさん専属カメラマンと巡るナカノさん撮影ツアー」、②午後2時30分～6時＝「中野区をこよなく愛するゲストと歩く東中野周辺のまち歩きツアー」

☆2月18日までの事前申込制。抽選で各10人程度。申し込み方法などについて詳しくは、中野区シティプロモーション  HP から確認を



▲ツアー後、「ちびナカノさん」を貸し出します

### みどりの教室「緑多めの寄せ植え」

緑化推進係／8階  
☎(3228)5554 FAX(3228)5677

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**日時** 3月7日(土)午後1時30分～3時

**会場** 区役所7階会議室

**参加費** 1,500円(教材費)

**申込み** 電子申請か、ハガキで緑化推進係へ。2月14日必着。抽選で50人。

**手保**(抽選で3人)希望の方は、あわせて申し込みを。  「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、在勤・在学の方は勤務先・通学先の名称と所在地、 **手**はその旨、 **保**はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

### 産業振興センターの講座(2件)

産業振興センター(中野2-13-14)  
☎(3380)6946 FAX(3380)6949

次の①②とも

**対象** 区内在住・在勤の方、区内での創業を考えている方

**時間** 午後6時30分～8時30分

**会場** 産業振興センター

**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、ファクスまたは直接、同センターへ。先着20人。  講座名、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス

①お金の悩み? スッキリ解決! 創業マネーの実態と資金調達の鉄則

**日程** 3月3日(火)

②出会った瞬間に高額契約が取れる人になる! 2時間で売上げの上がる好感度を身に付ける実践セミナー

**日程** 3月12日(木)

### なかの国際交流フェスタ

中野区国際交流協会  
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

**内容** さまざまな国の踊りやパフォー

マンス、世界の物品販売など

**日時** 2月14日(金)午後6時～8時30分(5時開場)

**会場** なかのZERO西館(中野2-9-7)

☆当日直接会場へ



▲昨年の様子

### リサイクル自転車の販売

中野区シルバー人材センター  
☎(3366)7971 FAX(3366)7998

**内容** 条例に基づき撤去された自転車の一部をシルバー人材センター会員が分解・整備し、30台を販売予定

**日時** 2月20日(木)午前11時40分までに直接会場へ。11時45分に購入順を決める抽選を開始。荒天延期

**会場** 中野四季の森公園内管理棟(中野4-13)

**販売価格** 車種により8,500円、11,500円、13,000円(防犯登録料、TSマーク代、消費税込み)

☆3月以降も毎月第3木曜日に実施。天候による当日の開催可否や販売日以降の在庫状況については同センター  HP をご覧になるか、電話で問い合わせを

### 史跡めぐり 「大谷資料館と栃木蔵の街」

中野区教育振興会  
(野方1-35-3教育センター内)  
☎(3228)5544 FAX(3385)9319

**対象** 18歳以上の方

**日程** 3月5日(木)

**参加費** 8,000円(昼食代等含む)

**申込み** 2月10日からの平日午前9時～午後4時に参加費を持って直接、中野区教育振興会へ

**募集・求人**

**中野区公式観光サイト  
「まるっと中野」の区民レポーター**

観光係／9階  
☎(3228)5433 FAX(3228)5656

「まるっと中野」に記事を月2回以上投稿する区民レポーターを募集します(謝礼あり)。

申込期限は2月29日。  
詳しくは、右記二次元  
コードからご覧ください。



▲まるっと中野

**中野区採用説明会にご参加を**

人事係／4階  
☎(3228)8041 FAX(3228)5649

**内容** 職員によるパネルディスカッションや質疑応答など

**対象** 令和2年度以降の特別区職員採用試験を受験希望の方

**日時** 3月5日(木) ①午後1時～2時40分、②午後3時30分～5時10分

**会場** 産業振興センター

**申込み** 2月21日までに電子申請で申し込みを。抽選で各回150人。結果は全応募者に通知



**広報アドバイザー(会計年度任用職員)**



広報係／4階  
☎(3228)8803 FAX(3228)5645

自治体・民間で広報に関わる職務経験を有し、広報活動の実効性を向上させる技術・意欲のある方を募集。勤務条件や申し込み方法などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。

**勤務期間** 4月1日～来年3月31日

**応募期限** 2月10日必着

**高齢者・介護**

**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**

国保給付係／2階  
☎(3228)8954 FAX(3228)5655  
後期高齢者医療係／2階  
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

同じ医療保険に入っている世帯内で、対象期間(平成30年8月1日～令和元年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を超えた場合に、超えた額が支給される制度です。限度額は、世帯の所得などによって異なります。

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ており、支給条件に該当する世帯へ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。詳しくは申請書に同封の案内をご覧ください。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。

**次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
- ③70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21,000円未満のもの
- ④高額療養費や高額介護サービス費として支給された額

**地域で介護予防の活動をしている方への補助制度説明会**

介護予防推進係／6階  
☎(3228)8949 FAX(3228)5492

地域で高齢者を対象とした介護予防に関する活動(住民主体サービス事業)をしている、または、したいと考えている団体が対象。運営費の補助金などについて説明します。

**日時** 2月25日(火)午後2時～3時

**会場** 区役所7階会議室

☆当日直接会場へ

**からだ丸わかり介護予防フェスタ!**

介護予防推進係／6階  
☎(3228)8949 FAX(3228)5492

**内容** 歩行姿勢や筋力、骨や血管の若さなどが分かる元気ドック。男性ボイストレーニングの成果発表も

**日時** 2月29日(土)午前10時30分～午後2時30分

**会場** 産業振興センター(中野2-13-14)  
☆当日直接会場へ

**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(3387)7381

**内容** ハンバーグと和風スイーツの作り方を管理栄養士から学びます

**対象** 区内在住の65歳以上の男性

**日時** 2月21日(金)午前10時～正午

**認知症高齢者等個人賠償責任保険の受け付けを始めました**

自己負担なし

高齢者サービス係／6階 ☎(3228)5632 FAX(3228)5492

認知症の方が他人に損害を与え、法律上の賠償責任を負った場合に、その費用(最高3億円)を補償する保険です。次の対象の方は加入できます。

**対象** 区内在住で、在宅で生活している要支援1～要介護5の方で、認知症により徘徊行動のある65歳以上(初老期認知症の場合は40歳以上)の方

**申込み** 直接、担当の地域包括支援センターへ

☆担当センターが分からない場合は、高齢者サービス係へ問い合わせを

**参加費** 500円(材料費)

**申込み** 2月6日から電話または直接、沼袋高齢者会館へ。先着15人

## 家族介護教室

中野友愛ホーム(江古田2-24-11)  
☎(3389)5515 FAX(5318)5992

**内容** 「介護のあれこれ」をテーマにした懇談会

**対象** 自宅で高齢者を介護している方

**日時** 2月25日(火)午後1時～3時

**申込み** 2月6日～21日に電話で、中野友愛ホームへ。先着15人

## 子ども・子育て

### 次の保護者補助金の申請期限は3月13日(必着)です

次の①②の補助金の申請期限は3月13日です。期限日を過ぎての受け付けはできません。余裕をもって申請してください。申請方法などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。各係へ問い合わせを。

#### ①認証保育所等保護者補助金

保育支援係/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区内在住の保護者の方に、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](#)からダウンロードもできます。☆添付書類の追加提出がある方も、必ずこの期限までに提出を

#### ②私立幼稚園等園児の保護者補助金等

幼稚園・認定こども園係/3階

☎(3228)8754 FAX(3228)5667

私立幼稚園(子ども・子育て支援新制

度園含む)、または都が確認した幼稚園類似施設に、お子さんを通わせている区内在住の保護者の方が対象。入園料や保育料などの補助を受けられる制度です。受けられる補助の内容は、在園施設や世帯状況によって異なります。

☆上半期分の申請を行った方も再度申請が必要です

### 家庭的保育事業所を 利用しませんか

運営支援係/3階

☎(3228)8940 FAX(3228)5667

家庭的保育事業所は区内に9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少人数保育する認可施設です。来年度から全施設で給食が実施され、卒所後は連携する保育施設へ入園できます。

4月入所の申込期限は、2月13日です。申し込み方法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で配布中の「中野区保育所等のご案内」をご覧ください。保育入園係☎(3228)8960へ問い合わせを。



### 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

**内容** 歯科衛生士から学ぶ赤ちゃんの歯磨き習慣の準備と保護者のお口のケア。保護者のむし歯菌チェックも

**対象** 区内在住の生後6か月～11か月の乳児とその保護者

**日時** 3月12日(木)午前10時から、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

**申込み** 2月6日～3月10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。各回先着15組(計30組)

### 妊婦さんの歯っぴいお食事講座 (2件)

**内容** 初めて出産を迎える区民の方を対象に、妊娠中から出産後の食事のポイントとお口のケアなどを紹介

**申込み** 2月6日から電子申請か、電話または直接、各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

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5日(木)午後1時30分～3時30分

**会場** 中部すこやか福祉センター

**申込期限** 3月2日

☆希望者は、骨量測定、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13日(金)午前10時～正午

**会場** 鷺宮すこやか福祉センター

**申込期限** 3月10日



## 健康・福祉

### 健康講座「手軽に!ストレッチ講座」

地域生活支援センターせせらぎ  
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

**対象** 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

**日時** 2月13日(木)午後1時30分～2時30分

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 2月6日～12日に電話で、「せせらぎ」へ。先着20人

**地域での健康づくり講座「多胡  
はじめ肇先生直伝！ラジオ体操の基礎」**

北部すこやか福祉センター  
(江古田4-31-10)  
☎(3389)4323 FAX(3389)4339

**対象** 区内在住・在勤・在学の方  
**日時** 2月28日(金)午後2時～3時30分  
**会場** 新井区民活動センター(新井3-11-4)  
**申込み** 2月6日から電子申請か、電話または直接、新井区民活動センター☎(3389)1411へ。先着70人  
☆同センター運営委員会との共催

**3/1～3/8は女性の健康週間  
女性の健康相談のご利用を**

南部すこやか福祉センター  
(弥生町5-11-26)  
☎(3380)5551 FAX(3380)5532

**内容** 肩こり、頭痛などの更年期症状や、生理痛、生理不順など女性特有の症状について助産師に相談できます  
**対象** 区内在住・在勤・在学で65歳未満の女性  
**日時・会場のすこやか福祉センター**  
2月28日(金)＝鷺宮、3月3日(火)＝中部、3月4日(水)＝北部、3月9日(月)＝南部、いずれも午前9時30分～午後3時30分 ☆一人当たり40分程度  
**申込み** 2月6日～21日に電話で、(公社)東京都助産師会新宿中野杉並地区分会☎070(6941)9521へ。各日先着12人

**歯科相談**

中部すこやか福祉センター  
(中央3-19-1)  
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

**内容** 歯科衛生士による相談  
**対象** 区内在住の方  
**日時** 3月3日(火)午後1時～4時  
☆一人当たり30分～45分  
**会場** 中部すこやか福祉センター  
**申込み** 3月2日までに電話、ファクス

または直接、中部すこやか福祉センターへ。先着6人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、ファクス番号  
☆小さなお子さんと一緒に利用可

**障害者・高齢者虐待防止講演会**

障害者支援係／1階  
☎(3228)8706 FAX(3228)5665

**対象** 区内在住の方、施設職員等福祉に関わる方  
**日時** 3月5日(木)午後3時～5時  
**会場** 区役所1階特別集会室  
**講師** 三森敏明氏(弁護士)  
**申込み** 2月6日～3月2日に電話、☑shogaihukusi@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクスで、障害者支援係へ。先着40人程度。☑要約筆記希望の方は、2月26日までにあわせて申し込みを。☑氏名、電話番号、☑要約筆記はその旨

**「不妊専門相談」と  
「ほっとピアおしゃべり会」**

出産・育児支援係／3階  
☎(3228)5623 FAX(3228)5657

**日程** 3月14日(土)  
**会場** 区役所7階会議室  
**内容・時間・人数**  
不妊専門相談＝午後2時30分～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30分～4時 ☆先着15人程度  
**申込み** 2月6日～3月13日に電子申

請か、電話または直接、出産・育児支援係へ ☆両方への参加も可



**妊娠を望む方への保健指導相談券もご利用を**

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の医療機関で、無料で相談できます。 ☆一人1回のみ。詳しくは、区HPをご覧ください。出産・育児支援係へ問い合わせを

**ほほえみサービス協力会員説明会**

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

日常生活を有償でお手伝いする、区民同士の支えあい活動です。  
20歳以上で、家事や介護のお手伝いのできる協力会員を募集しています。  
**日時** 2月20日(木)午前10時～11時30分  
**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)  
☆当日直接会場へ。会員登録には年会費1,000円と本人名義のゆうちょ銀行口座が必要

落合・堀内・代々幡斎場での	火葬のみを執り行う時間・費用圧縮プラン
<b>火葬プラン</b>	総額 <b>259,600</b> 円
駅チカ!安置室あり!費用を抑えた良質の家族葬	
<b>家族葬プラン</b>	総額 <b>671,678</b> 円
資料ご請求は ☎ 0120-7-09832	
☑相談 24時間受付 中野ブロードウェイ1F	
はなしを聞く葬儀社 あすなろ葬祭	

広告

## 2月5日～20日の休日当番医・当番薬局

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	
2月9日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		さかい内科クリニック	内	鷺宮3-19-15	(5327)3670
		竹下医院	小	野方5-22-8	(3339)6658
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		中野診療所	内・小	本町6-12-13	(3381)0151
		吉永歯科医院☆	歯	中野5-30-19	(3387)0118
	薬局	コバヤシ薬局		鷺宮3-15-10	(3336)5056
		ひまわり調剤薬局		本町6-12-13	(3381)0351
	2月11日(火・祝)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9
横畠病院			外・内	新井1-38-6	(3389)2531
若宮診療所			内	鷺宮3-11-8	(3338)7335
たかねファミリークリニック			内・小・皮	丸山2-17-13	(5356)8120
山本クリニック			内	弥生町3-26-3	(3372)0007
ハートケア銀河クリニック			内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909
中島歯科医院			歯	松が丘1-17-2-106	(3388)0189
林歯科医院			歯	中野5-30-6-209	(3387)1354
薬局		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		ひかり薬局		弥生町3-26-1	(3375)3516
2月16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
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		橋本医院	内	野方3-15-3	(3389)0355
		中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11	(3361)1381
		塔ノ山医院	内	中央2-14-9	(3371)7106
		藤原医院	産婦・内	東中野5-20-14	(3371)4506
		かみさぎ歯科医院☆	歯	上鷺宮4-6-20	(3999)1850
	薬局	中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110

☆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)

### 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30分  
 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  
 (ファクスは聴覚・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～翌朝8時  
**土・日曜日、祝・休日**  
 午前8時～翌朝8時

### 救急病院案内

**中野消防署** ☎(3366)0119  
**野方消防署** ☎(3330)0119

## 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。

- ☆必ず事前(午後5時30分以降)に電話で連絡を
- ☆保険証・医療証を持って受付時間内に来院を
- ☆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

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30分 ～9時45分	受付時間	午後6時30分 ～9時30分
診療時間 午後7時～10時			

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



# 自分や大切な人を守るために

地域防災係／8階

☎(3228)8930 FAX(3228)5658

## 2/22土 中野区防災講演会

東日本大震災の際に、災害対応に従事した仙台市宮城野区の職員から、体験談などを聞きます。

時間 午前10時30分～正午 会場 区役所7階会議室

☆当日直接会場へ。先着100人程度。保(先着4人)希望の方は、2月6日～14日に電話または✉kikikanri@city.tokyo-nakano.lg.jpで、地域防災係へ。📍住所、お子さんと保護者の氏名とふりがな、電話番号、お子さんの月年齢

## 3/8日 総合防災訓練 ☆当日直接会場へ

時間・会場・内容

[第1部] (午前9時開始)

上高田地域全体を会場とした初期消火訓練や搬送訓練など

[第2・第3部] (午前10時～正午)

第五中学校(上高田4-28-1)が主会場。災害時の医療体制を学ぶ訓練。防災関係機関によるスタンプラリー形式の体験コーナーなど



▲消火訓練の様子

☆炊き出しカレーの試食などもあります。雨天時は内容を変更して実施する予定

### 総合防災訓練に飼い犬同行で参加しませんか

衛生環境係(中野区保健所)

☎(3382)6662 FAX(3382)6667

事前申し込みにより、第2部の主会場で同行避難訓練を体験できます。希望する方は、2月27日までに電話または直接、衛生環境係へ。その際、犬の鑑札番号や平成31年度狂犬病予防注射済票番号などを伺います。先着50頭。

☆飼い主の方だけの当日の見学は申し込み不要。雨天中止

### 主会場ではペット防災パネル展・講演会も

パンフレット等の配布もあるので、ぜひご参加ください。



# おも 人・想ひ・未来

如月。受験シーズン真っ盛りですね。私は30年程前、大学受験のために上京。以来、中野に住み、大の中野ファンとなりました。受験生のみなさんにエールを送るとともに、中野を好きになってくれる若者が増えることを願っています。

今号では、重度の知的障害と肢体不自由が重複する重症心身障害児の通所施設とその活動を特集しています。私はさまざまな現場に赴き、当事者の方々にお話を伺っていますが、残念ながら、まだ安心できる体制が十分でないのが現状です。常に気が休まらない、経済的な負担が大きい、先行きがとても心配な

## 区長 酒井直人

ど、親はさまざまな不安を抱えています。子育てや介護で何よりもつらいのは「孤独感」です。みなさんのご理解、そして親同士の交流の場が増えていくことがその「孤独感」を和らげると思います。区は、誰もが安心して暮らせる地域づくりを推進します。

先月は、区内小・中・高校生のダンス発表会を観覧し、表現力豊かな演舞に魅了されました。そして、今月29日には、和太鼓フェスタがなかのZEROホールで開催されます。数々の大会で入賞している「暁」を始め、迫力の演奏は必見。ダンス、和太鼓も中野の「誇り」ですね。

1月1日現在。( )内は前月比

住民基本台帳	世帯数	人口(人)			
		男	女	小計	合計
日本人	192,792※(156減)	158,812(100減)	156,327(26減)	315,139(126減)	335,234(184減)
外国人	15,117(78減)	10,287(38減)	9,808(20減)	20,095(58減)	

※日本人と外国人の混合世帯 2,054 を含む

### 次号予告

FUN(楽しい)FAN(大好き)なかの地域の架け橋となる学生たち



### なかの区報二次元コード

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団回収へ