

なかの

毎月5日・20日発行

区報

NO.2018

4/5

平成31年(2019年)

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

特集

「平成」中野区のあゆみ



平成元年(1989年)の
中野駅周辺



現在(2019年)の
中野駅周辺



**4/21日は
中野区議会議員選挙の
投票日です**

忘れずに投票を。
投票について詳しくは、
裏表紙をご覧ください。



明るい選挙イメージキャラクター「選挙のめいすいくん」▲

- 4 区からのお知らせ
- 9 情報スクエア(公共機関・民間団体からのお知らせ)
- 10 高齢者・介護情報
- 12 子ども・子育て・教育
- 15 健康・福祉(休日当番医・当番薬局 ほか)
- 16 中野区議会議員選挙



「平成」中野区のあゆみ

今月で終わりを迎える「平成」。
今号では、平成時代の中野区のあゆみを振り返ります。

広報係／4階
☎(03)2228(0)88005
FAX(03)2228(0)56455



1 平成元年 5月
ニュージーランドのウェリントン市の子どもたちが、教育交流で区役所を訪問



2 7年 4月
オウム真理教附属医院(野方)に中野北保健所と都の衛生局が監察に入る



3 11年 4月
中野坂上交差点に接する3地区の再開発事業が完成。アクロスシティ中野坂上の再開発ビル



4 17年 9月
妙正寺川の様子。集中豪雨で濁流は橋の上まで



5 17年 9月
敬老の日にちなみ、天皇皇后両陛下がしらさぎホームをご訪問



6 19年 4月
旧国立療養所跡地(江古田3丁目)にできた江古田の森



7 20年 3月
中野の逸品グランプリ2008の表彰式

年代	区内の動きなど	☆ 太字は社会の動き
平成元年	消費税率導入 第2・第4土曜日の閉庁開始 中野駅ガード下ギャラリ「夢通り」完成 国際交流協会を設立① 歴史民俗資料館を開館	
2年	中野公会堂閉館 福祉オンブズマン制度発足	
3年	都庁舎が新宿に移転 バブル経済崩壊による景気低迷平成5年秋頃まで	
4年	区役所の毎週土曜日の閉庁開始、区立の幼稚園、小・中学校は毎月第2土曜日が休みに	
5年	シティテレビ中野設立 もみじ山文化の森施設を開設(もみじ山文化センター、中央図書館併設)愛称は公募でなかのZEROに 野方区民ホール開設	
7年	阪神・淡路大震災 地下鉄サリン事件 オウム真理教附属医院立ち入り監察② 都市型ケーブルテレビ(CATV)放送開始 教育委員候補者区民推薦制度要綱施行、地域教育フォーラム開催	
8年	全国初の「中野区教育行政における区民参加に関する条例」可決 区ホームページを開設	
9年	都営地下鉄12号線(練馬〜新宿間)開業 財政健全化推進プランまとまる	
10年	中野坂上交差点に接する3地区の再開発事業完成③ 上高田運動施設の開設 「コンピュータ西暦2000年問題危機管理計画」に基づき越年対応	
11年	都区制度改正により、清掃事業などが都から区へ移管 介護保険制度開始	
12年	ニューヨークなどで同時多発テロ発生 日韓共同でサッカーワールドカップ開催 田中大輔区長就任	
13年	パブリック・コメント手続きを導入 子ども総合相談窓口開設 サンプラザの所有会社「株式会社まちづくり中野21」設立	
14年	新潟県中越地震 新しい基本構想の制定、中野区自治基本条例施行 大雨による水害(8月15日約280世帯被災、9月4日1530世帯被災)④	
15年	天皇皇后両陛下がしらさぎホームをご訪問⑤	

東京2020 オリンピック・ パラリンピック大会に 向けた取り組み

東京2020大会まで残り500日を切りました。気運醸成に向けて、中野区ではさまざまな催しを実施しています。



▲昨年10月27日・28日、オリンピック・パラリンピックのフラッグが再び中野区にやってきました



▲さまざまな競技のデモンストレーションや体験会を行いました(上=車いすバスケットボール、下=フェンシング)

11

27年 3月

新しい区歌は、大妻中野高等学校合唱部と東亜学園高等学校コーラス部の歌声でCDに収録。区HPで試聴できる



12

28年 7月

北京市西城区との友好都市30周年記念芸術公演では演舞が披露された



13

28年 11月

名誉区民として梅若氏(左)と山中氏を顕彰



14

30年 9月

江古田3丁目に住宅、保育・介護施設が集まった新しいコミュニティが誕生

8

20年 9月

小学生が考えた「うさごはん」は、お子さんに大人気



9

21年 12月

彫刻作品「哲学の庭」は、ハンガリー共和国から区に寄贈



10

24年 10月

東北復興大祭典なかのは、東日本大震災で被災した4県の継続的な復興支援のために始まった



31年

中野区シティプロモーション、本格始動

30年

中野区ユニバーサルデザイン推進条例を施行
中野区パートナーシップ宣誓・宣誓書等受領証の交付開始
酒井直人区長就任

29年

江古田獅子舞が東京都指定無形民俗文化財に

28年

中野区初の名誉区民に梅若実氏と山中慎介氏を選定

27年

中国北京市西城区との友好都市30周年記念芸術公演を開催

26年

中野区認定観光資源を認定

25年

中野区都市観光サイト「まるっと中野」開設

24年

東北復興大祭典なかのはを初開催

23年

地域センターを地域事務所と区民活動センターに再編
地域での見守り活動のための情報を町会・自治会に提供開始

22年

旧野方配水塔が国の登録有形文化財に

21年

哲学堂公園に「哲学の庭」設置

20年

後期高齢者医療制度開始

19年

「江古田の森」誕生

18年

「新しい中野をつくる10か年計画」の策定

information

区からの
お知らせ〔仮称〕中野区自殺対策
計画〔素案〕についての
意見交換会

保健予防係(中野区保健所)

☎(3388)6500

FAX(3388)7765

区は、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、「〔仮称〕中野区自殺対策計画」の策定を進めています。

このたび、計画素案をまとめたので、意見交換会を開催します。

日時・会場

①4月24日(水)午後7時～8時半、区役所7階会議室で

②26日(金)午後2時半～4時、沿袋区民活動センター(沿袋2-40-18)で
☆当日直接会場へ

「基本構想
区民ワークショップ」
アンケートにご協力を

基本構想係/4階

☎(3388)5782

FAX(3388)5476

区は、10年後に目指すべきまちの姿を描く「中野区基本構想」の改定に取り組んでいます。改定に当たり、幅広くみなさんの意見を反映するため、6月に区民ワークショップを開催します。

今月中旬以降、対象の方(無作為抽出の18歳以上の区民2千人)へワークショップの参加希望調査票とアンケートを郵送します。届いた方は、ご協力をお願いします。

「国民生活基礎調査」
対象世帯はご協力を

衛生環境係(中野区保健所)

☎(3388)6962

FAX(3388)6967

この調査は、国民生活の基礎的な事項(保健、医療、福祉、年金、所得など)を調べるために、厚生労働省が毎年行っているものです。

対象の世帯(無作為抽出の区内約460世帯)には、今

月中旬以降、調査員が伺います。

調査内容を統計以外の目的に使用することはありません。ご協力をお願いします。

☆調査員は「調査員証」を必ず携帯しています

弥生町三丁目地区
における建築物の
制限に関する条例が
施行されますHP
詳しく

弥生町防災まちづくり係/9階

☎(3388)8774

FAX(3388)8943

区は、弥生町三丁目周辺地区の防災性向上や居住環境の改善に向けた防災まちづくりを進めています。

地区内の都営川島町アパート跡地を対象とした「弥生町三丁目地区地区計画」(1月25日付都市計画決定)に基づく建築物等の制限のうち、特に重要な事項について定めた建築条例が5月1日に施行されます。

内容などについて詳しくは、区HPをご覧ください。弥生町防災まちづくり係へ問い合わせを。

弥生町三丁目周辺地区・大和町地区の方へ
不燃化特区※のエリア内での
建て替え等の補助は来年度までHP
詳しく

※不燃化特区=東京都が指定して従来の木造住宅密集対策に加え特別な支援を導入し防災性の向上を図る地区

右図の不燃化特区(弥生町三丁目周辺地区及び大和町地区)で建築年数が一定の期間を超過した老朽建築物の建て替えや除却を行う方へ、補助金を交付しています。この補助は2021年3月完了分までです。

建て替えの補助対象を拡大しました

4月から建て替えの補助対象を、個人の方に加え、中小企業(宅地建物取引事業者を除く)へも拡大しました。

☆申請方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。各地区の担当へ問い合わせを



不燃化特区の指定を受けた範囲

--- 町丁境

HPはホームページ 区HP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HPで詳しい内容をご覧になれます

区民と区長の タウンミーティング

基本構想係／4階
☎(3228)5782
FAX(3228)5476

4月の
開催予定

日時・会場・テーマ

4月26日(金)午後7時から
区役所7階会議室
中野の魅力について区長と語る
☆グループディスカッション形式

☆当日直接会場へ。一時保育・手話通訳希望の方は、開催日の7日前までに電話またはファクシミリで、基本構想係へ申し込みを

住宅資金等融資あつせん のご利用を

住宅政策係／9階

☎(3228)5581
FAX(3228)5609

自宅をリフォームするための資金の用意が困難な方に、区は金融機関の融資をあつせんし、利子の一部を補助しています。

資金の種類は、水災害特別資金(※)と木造住宅耐震改修資金で、いずれも随時受け付けています(着工前に限る)。

制度について詳しくは、区HPをご覧ください。住宅政策係へ問い合わせを。

※水災害特別資金は水災害で生じた住宅被害の復旧工事または水災害の発生する恐

れのある地域での予防改修工事

通学路の安全確保に ご協力を

学事係／5階

☎(3228)5459
FAX(3228)5680

4月は入学・進級の時期です。新1年生を始め、子どもたちが安心して、学校へ通えるよう、教育委員会では、保護者や地域の方と協力し、平日及び授業日となっている第2土曜日を中心に、登下校の見守り活動や防犯パトロールなどを行っています。地域のみなさん、ドライバーのみなさんも通学路の安全確保にご協力をお願いします。

税・国保・年金

国民健康保険の 加入・喪失の届け出は 14日以内に

資格課係／2階

☎(3228)5511
FAX(3228)5655

届け出が必要な場合

国民健康保険への加入は職場の健康保険をやめた時、家族の扶養から外れた時、健康保険資格喪失証明書が必要(退職証明書、離職票など)☆加入の届け出が遅れた場合でも、保険料は資格発生日までさかのぼって納付する必要があります。ただし、保険給付は、原則としてさかのぼって受けることはできません

国民健康保険の喪失は職場の健康保険に加入した時、国民健康保険証と職場の健康保険証が必要 ☆他の健康保険に加入した後、中野区の国民健康保険証を使って受診した場合は、区が負担した医療費を返還していただきます

前記の他に必要な書類

加入・喪失いずれの場合も、世帯主のマイナンバー確

認書類(マイナンバーカード、通知カードなど)と、本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)が必要です。

手続き場所 地域事務所、区役所2階資格課係 ☆短期証・資格証明書を持つている方の受け付けは、区役所のみ

問合せ先 加入・喪失の届け出について 資格課係 保険給付について 国保給付係 ☎(3228)5508

国民年金保険料について のお知らせ(2件)

国民年金係／1階
☎(3228)5514
FAX(3228)5654

次の①②とも、内容などについて詳しくは、中野年金事務所 ☎(3380)6111へ問い合わせを。

①平成31年度の保険料

国民年金保険料は、年度ごとに改定されます。平成31年度の保険料月額、前年度より70円引き上げられ、1万6410円となります。

納付書は、4月上旬に、日本年金機構から1年分まとめて郵送されます。各月の納付期限を確認して、期限内にお

支払ってください。

なお、1年分または6か月分を前払いできる納付書も同封される予定です(納期限5月7日)。まとめて前納すると、割引が適用されてお得なのでご利用ください。また、2年分をまとめて前納したい場合は、年金事務所へ申し出を。

支払方法 金融機関・コンビニエンスストアでの現金支払い ☆別途手続きすれば、口座振替、クレジットカード払いも可能。なお、コンビニエンスストアでは30万円を超える納付はできません

②4月から産前産後期間の 保険料の免除制度が始まりました

国民年金第1号被保険者で出産日が今年2月1日以降の妊産婦の方は、出産前後の4か月(多胎妊娠の場合は6か月)の国民年金保険料が免除される制度です。

出産予定日の6か月前から手続きができます。必要書類などについて詳しくは、中野年金事務所へ問い合わせを。☆妊娠85日(4か月)以上であれば、死産・流産された方も対象

募集



障害のある方の利用する施設での日中活動ボランティア(2件)

平日午前9時半～午後3時半に活動してみませんか。対象は18歳以上の方です。随時、各施設へお申し込みください。

①かみさきこぶし園

上鷲宮 1-21-30
☎(6244)8121
FAX(6244)8123

同園での活動や生活面での介助をします。小学生～高校生の場合は体験ボランティアも。☆受け付けは電話のみ。ボランティア活動は、見学後に開始

②障害者福祉会館

沼袋 2-40-18
☎(3389)2173
FAX(3389)2175

同館での日中活動の手伝いをします。都合の良い時間に活動できます。☆電話か、ファクシミリ(「ボランティア希望」、住所、氏名とふりがな、電話番号を記入)または直接、受け付け

第23期中野区都市計画審議会公募委員



都市計画課庶務係/9階

☎(3228)8840
FAX(3228)5668

この審議会は、都市計画に関する事項を審議する区長の附属機関です。その公募委員を募集します。
対象 次の①～⑤全てに該当する方

①都市計画とまちづくりに関心、熱意があり、区役所でおおむね年4回、平日に2時間程度開催する会議に出席できる

②区内在住で、満20歳以上

③中野区の他の附属機関の委員でない

④中野区職員及び中野区議会議員でない

⑤過去に2期以上、中野区都市計画審議会の公募委員を務めていない

任期 6月(予定)から2年間

報酬 会議への出席1回につき3千円 ☆交通費支給なし

申込み 4月5日から電子申請か、区HPまたは区役所9階都市計画課庶務係で配布する応募用紙を郵送または直接、同係へ。電子申請・

窓口 4月26日午後5時必着、郵送 26日までの消印有効。選考で4人以内
☆結果は、全応募者に郵送

中野区環境審議会

区民委員



地球温暖化対策係/8階

☎(3228)5516
FAX(3228)5673

改定予定の「中野区環境基本計画」などについて、調査・審議を行い、意見を述べます。この審議会の区民委員を募集します。

対象 区内在住で環境問題に関心があり、平日昼間に2時間程度、区役所で開催予定の会議(今年度は5回程度)に出席できる方

任期 6月(予定)から2年間

報酬 会議への出席1回につき3千円 ☆交通費支給なし

申込み 4月5日から電子申請か、区HPまたは区役所8階地球温暖化対策係で配布する応募用紙をファクシミリ、郵送または直接、同係へ。4月19日午後5時必着。選考で3人

☆結果は、全応募者に郵送

「なかのまちめぐり博覧会2019」

個別イベントの実施団体を募集します

観光係/9階

☎(3228)5433 FAX(3228)5656



©中野区

なかのまちめぐり博覧会マスコットキャラクター
クルトン中野

なかのまちめぐり博覧会は、10月19日(土)～11月24日(日)に行われる区内全域のさまざまな催しを一体的にまとめ、みなさんに楽しく巡ってもらうイベントです。

区内の観光資源(歴史、食、文化、スポーツなど)を活用したまち歩き、体験・見学・講座などのイベントを自ら企画・運営できる団体を5月24日(金)まで募集します。承認を受けた個別イベントは、博覧会公式パンフレット等に掲載されます。

応募方法などは、中野区公式観光サイト「まるっと中野」で確認してください。



▲まるっと中野へ

7月から「まるっと中野」の区民レポーターとして情報を発信しませんか

観光係/9階

☎(3228)5433
FAX(3228)5656

中野区公式観光サイト「まるっと中野」に区内のおススメスポットや地元ネタなどを

月2回程度ブログ形式で投稿しませんか。

活動期間は来年3月まで。活動方法や謝礼などについて詳しくは、「まるっと中野HP」で確認を。

申込み 4月30日までに「まるっと中野HP」内の応募フォームから申し込みを。面接などにより若十名

HPはホームページ 区HP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HPで詳しい内容をご覧になれます中野本郷小学校の学校
改築推進委員会委員

学校再編・地域連携係／5階

☎(3228)5548

FAX(3228)5679

対象 同校の通学区域内に

居住する乳幼児の保護者

活動内容 建築後50年を経

過し校舎の建て替えを予定

している同校について、新校

舎の配置案や整備内容など

の意見のとりまとめ、連絡

調整など

任期 6月(予定)～2023

年3月 ☆会議は1回当た

り2時間程度で、午後6時

以降に開催予定。報酬・交

通費支給なし。一時保育あり

開催場所 鍋横区民活動セン

ター(本町5-47-13)など

提出書類 作文「新校舎に期

待すること」(4百字程度、

書式自由)

申込み 4月5日から電子申

請か、住所、氏名とふりが

な、電話番号、お子さんの

年齢を書いたものに提出書類

を添えて、ファクシミリ、郵

送または直接、学校再編・地

域連携係へ。4月18日午後5

時必着。選考で2人程度

☆結果は、全応募者に郵送

講習会に参加した方へ
自転車の点検整備費用を助成します

生活・交通安全係／8階

☎(3228)8886

FAX(3228)5658



区または中野・野方面警察署が実施する交通安全に関する講習会へ参加した方は、自転車の点検整備費用助成券(上限2,000円)を受け取れます。指定店舗で自転車の点検・整備を受けた場合、この券で割引が受けられます。

点検整備を受けた自転車には、安全性が認められた証として、TSマークのシールが貼付され、1年間の付帯保険として賠償責任補償(最大1億円)等の保険が付きます。

☆詳しくは、区HPをご覧ください。生活・交通安全係へ問い合わせを



▲TSマーク。TSとは「Traffic Safety(交通安全)」の頭文字

対象の講習会は

自転車安全利用講習会

警察署員の話や交通安全啓発ビデオ、自転車シミュレーター体験などにより、自転車利用の正しいルールと安全利用のためのマナーを学びます。

日時

5月18日、6月1日、いずれも土曜日、
午前10時～11時半、午後2時～3時半
☆同内容で4回実施

会場

区役所1階特別集会室

対象

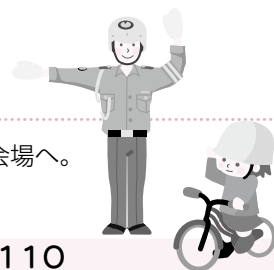
日常的に自転車を利用する方

申込み

4月8日～各開催日前日に電子申請か、電話または直接、生活・交通安全係へ。
各回先着30人

春の交通安全講習会

交通事故防止のポイントなどを聞く講習会です。当日直接会場へ。
全ての会場に駐車場はありません。



中野警察署 ☎(5342)0110

野方警察署 ☎(3386)0110

日程	時間	会場	所在地
4月 16日(火)	午前	昭和区民活動センター	中野6-16-20
	夜	弥生区民活動センター	弥生町1-58-14
17日(水)	午前	東中野区民活動センター	東中野5-27-5
	夜	東部区民活動センター	中央2-18-21
18日(木)	午前	南中野区民活動センター	弥生町5-5-2
	夜	鍋横区民活動センター	本町5-47-13
19日(金)	午前	桃園区民活動センター	中央4-57-1
	夜	中野警察署	中央4-4-3

☆午前=午前10時～11時、夜=午後6時～7時

日程	時間	会場	所在地
5月10日(金)	夜	大和区民活動センター	大和町2-44-6
13日(月)	夜	沼袋区民活動センター	沼袋2-40-18
14日(火)	夜	鷺宮区民活動センター	鷺宮3-22-5
15日(水)	夜	上鷺宮区民活動センター	上鷺宮3-7-6
16日(木)	夜	西武信用金庫 鷺宮支店	若宮3-16-11
17日(金)	夜	野方区民活動センター	野方5-3-1
18日(土)	午後	新井区民活動センター	新井3-11-4
19日(日)	午後	江古田区民活動センター	江原町2-3-15

☆午後=午後2時～3時、夜=午後6時～7時

相談

土地建物無料相談会

都市計画係／9階

☎(3228)8981

FAX(3228)5608

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 4月17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 事前(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」

住宅政策係／9階

☎(3228)5681

FAX(3228)5609

住宅の簡易な修繕、空き家の片付けなどについて、区内の小規模建設事業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10時～午後4時

(正午～午後1時を除く)

会場 区役所1階区民ホール

☆ただし、4月19日(金)は鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)で、5月24日(金)は南中野区民活動センター(弥生町5-5-2)で開催。いずれも当日直接会場へ

講座・講演

パソコン入門講座

情報政策推進係／6階

☎(3228)8807

FAX(3228)5646

文字入力やインターネット利用の方法などを学びます。☆使用するOSはWindows10。中野区シルバー人材センターとの共催

会場・日時 中野区シルバー人材センターの分室①～③

で実施し、いずれも同内容

①北部分室(〒165-0033

若宮3-15-12)・②南部分室(〒164-0012本町6-17-12)・③江古田分室(〒165-0022江古田4-14-11)

4月26日(金)・27日(土)

☆参加は1日のみ(いずれも午前10時～午後3時。昼休み1時間を含む)

対象 区内在住・在勤で、パソコン操作に慣れていない方

申込み 往復ハガキに、講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、受講希望日・会場(返信用にも住所、氏名を記入し、受講を希望する会場①～③のいずれか)へ。4月15日必着。抽選で各日・各会場10人(計60人) ☆結果は全申込者に4月19日までに返信

職員・アルバイト

特別区の区立幼稚園教員

教職員係／5階

☎(3228)8891

FAX(3228)5682

募集は①②の2種類で、いずれも勤務先は特別区(大田区・足立区を除く)の区立幼稚園です。内容について詳しくは、特別区人事・厚生事務組合HPをご覧ください。それぞれの問合せ先電話番号へ電話で確認を。

申込み先 特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当(〒164-0012飯田橋3-5-1東京区政会館17階)

募集案内配布場所 中野区役所5階教職員係または右記申込み先

軽井沢少年自然の家のご利用を

体験学習係／5階 ☎(3228)5608 FAX(3228)5680

豊かな自然の中、家族やグループでハイキングやサイクリングなどを楽しめます。スポーツ宿舎などに利用することもできます。



利用できる方 区内在住・在勤の方、区内の青少年団体・社会教育団体など

所在地 長野県北佐久郡軽井沢町長倉2141 (しなの鉄道中軽井沢駅から徒歩20分)

料金 宿泊費(1泊)=2,300円(中学生以下=1,100円、3歳未満=無料)
食事代(朝夕2食)=2,500円(中学生以下=2,000円、3歳未満=1,200円)

申込み 利用予定日の7日前までに電話で、軽井沢少年自然の家☎0267(45)5420へ。青少年団体・社会教育団体=利用予定日の3か月前から、その他=2か月前から申し込み可
☆施設などについて詳しくは、区HPをご覧ください。軽井沢少年自然の家へ問い合わせを

①教員採用候補者

対象 幼稚園教諭普通免許状を持つている、または来年4月1日までに取得の見込みで、昭和60年4月2日以降に生まれた方

申込み 募集案内にある受験申込書を郵送または直接、前記申込み先へ。郵送は5月7日までの消印有効、窓口は5月7日・8日

第一次選考(筆記試験)6月23日(日)

問合せ先電話番号 ☎(5210)9751

②妊娠出産休暇・育児休業補助教員採用候補者(登録者)

対象 幼稚園教諭普通免許状を有し、幼稚園等で1年以上の勤務実績(条件あり)がある昭和34年4月2日以降に生まれた方

申込み 6月3日・4日に直接、前記申込み先へ ☆勤務実績の条件などについて詳しくは、募集案内をご覧ください

問合せ先電話番号 ☎(5210)9857

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

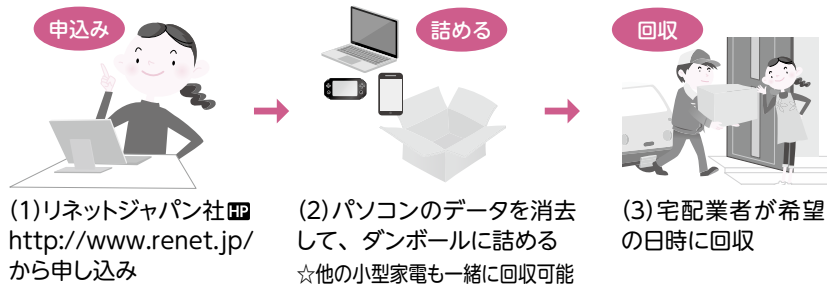
は、区HPで詳しい内容をご覧になれます

家庭で不要になったパソコンは無料で回収に出せます

資源回収推進係(リサイクル展示室内)
☎(3228)5555 FAX(3228)5634

区は、小型家電リサイクル法の認定事業者であるリネットジャパン株式会社と協力して、4月1日から、家庭で不要になったパソコンの宅配便による無料回収を始めました。データ消去ソフトも無料で利用できます。

回収手順



☆ファクシミリでも申し込み可能。回収可能な品目などについて詳しくは、区HPをご覧ください。資源回収推進係へ問い合わせを

区立保育園アルバイト登録者

区立保育園係/3階
☎(3228)8906
FAX(3228)5097
職種(5種) 保育補助、短時間保育補助、用務補助、調理補助、看護師
勤務期間 6か月以内 ☆勤務日数・時間は調整可
時給 1010円〜1740円



円 ☆職種、勤務期間、資格の有無等により異なります。交通費支給(限度額あり) 申込み 電子申請か、所定の登録申込書を郵送または直接、区立保育園係へ ☆登録期間は1年間。欠員などの状況に応じて随時面接を実施。登録申込書や勤務条件などについて詳しくは、区HPをご覧ください。区立保育園係へ問い合わせを

仕事・ビジネス



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

会場 産業振興センター

対象 区内在住・在勤の方、区内で創業を希望する方

申込み 4月8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(受講希望講座名、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレスを記入)または直接、同センターへ。先着30人

①経営力アップ講座「事業承継を検討している方のためのビジョン明確化」

日時 5月7日(火)午後6時〜8時半

②なかのビジネス創造塾「ゼロから好きなことで起業する・スタートアップ準備講座」

日時 5月16日(木)午後6時〜8時半

情報スクエア

公共機関・民間団体からのお知らせ

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 4月17日(水)・26日(金)、いずれも受け付けは午前10時〜10時半で、同内容

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 利用会員Ⅱ区内在住で子育ての援助を受けたい方、協力会員Ⅱ区内在住・在勤・在学か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。先着順に手続きを実施。所要時間は約1時間

東京都子育て支援員研修「地域保育コース」を受講しませんか

公益財団法人東京都福祉保健財団子育て支援員担当
☎(3344)8563

この研修の修了者は、東京都により「子育て支援員」として認定されます。区内在住・在勤で、子育て支援員として就業希望の方が受講できます。

4月17日必着で申し込みが必要。手続き方法などについて詳しくは、東京都福祉保健財団子育て支援員担当 <http://www.fukushizaidan.jp/11kosodate-shien/> をご覧になるか、同担当へ問い合わせを。
☆募集案内は、右記HPからダウンロード可。区役所5階子ども・教育政策課企画財政係でも4月3日から若干数配布予定

情報 スクエア(続き)

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

☎(5680)0753

FAX(5680)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 4月19日(金)午後1時半～3時、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

赤い羽根共同募金を
事業に配分して欲しい方へ

中野区募金委員会(地域自治推進係内/5階)

☎(3228)8801

FAX(3228)5620

赤い羽根共同募金に寄せられた寄付金を、地域における民間の地域福祉活動事業、社会福祉を目的とする

事業に配分します。

配分の申請を希望する方は、4月26日までに東京都共同募金会へ相談を。

☆申請対象などについて詳しくは、同募金会 <http://www.tokyo-akaihane.or.jp/>をご覧ください。同会事業部 ☎(5262)3183へ問い合わせを

確定申告の振替納税をする方は
預貯金残高の確認をお願いします

確定申告の振替納税をする方は 預貯金残高の確認をお願いします

中野税務署 ☎(3387)8111(代) ☆自動音声で案内しています

振替納税とは、預貯金口座からの口座引き落としにより税を納付する制度です。振替納税を利用する方は、振替日の前日までに預貯金残高の確認をしてください。

税目・振替日 所得税及び復興特別所得税=4月22日(月)
個人事業者の消費税及び地方消費税=4月24日(水)

information

高齢者・介護 情報

平成31年度

「後期高齢者医療暫定

保険料額決定通知書」を

4月19日ごろ郵送します

後期高齢者医療係/2階

☎(3228)8944

FAX(3228)5661

この通知は、「4月～6月の保険料額」と「その納付方法」についてお知らせするものです。

ただし、今回通知するのは、前年度の保険料に基づいて計算された暫定の額です。平成31年度の年間保険料額は、同30年中の所得に応じて7月に計算し、再度通知します。

なお、納付方法は、「年金からの天引き」「納付書での現金払い」「口座振替」のいずれかです。通知で確認してください。

不明な点は、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

「いきいき入浴」「はつらつ事業」に参加しませんか

地域福祉推進係/6階

☎(3228)5713

FAX(3228)5692

区内などの公衆浴場21か所を1回100円で利用できる「いきいき入浴」と、うち20か所が浴場開放前の1時間を利用して軽体操などに無料で参加できる「はつらつ事業」を行っています。登録の上、ご利用を。

浴場開放日 毎月第2・第4の、各浴場が指定する曜日

対象 区内在住の65歳以上の方 ☆一人での入浴が難しい方は、介助者一人と一緒に入浴できます(1回100円)

登録方法 住所、氏名、生年月日が確認できるもの(健康保険証など)を持って直接、「いきいき入浴」の登録を希望する浴場(1か所のみ)へ ☆「はつらつ事業」は、登録浴場以外でも参加可

☆特別入浴デーも利用可。今年度は七夕湯(7月7日)、敬老湯(9月16日)、ひな祭り湯(来年3月3日)の3回

区内全域に約20万部、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。

区報に広告を掲載しませんか

広聴・広報係/4階

☎(3228)8805 FAX(3228)5645



区内全域に約20万部、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。

どんなお困り事もお任せ下さい!

- 掃除・洗濯・片付け
- 大工仕事・庭仕事
- 不用品処分のお手伝い
- 家具の組み立て
- 引っ越しのお手伝い
- 遺品整理



お助け本舗 中野坂上店

0120-078-365

電話 .03-6304-8703 / info@otasuke078.com



LINE@



広告

HPはホームページ 区HP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HPで詳しい内容をご覧になれます

地域で介護予防の活動をしている方へ
住民主体サービス
補助金の申請を

介護予防推進係／6階
☎(3228)8949
FAX(3228)5662

介護予防を目的とした住民ボランティア団体による日常生活支援や通いの場の提供など「住民主体サービス」の活動をしている団体は、運営費などに対する補助金を受けられます。

申請方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。介護予防推進係へ問い合わせを。

申請期限 来年2月28日

介護予防総合講座
料理教室「世界のシニアおうちごはん」

上高田東高齢者会館
上高田4-17-3

☎・FAX(3228)7220

世界各国出身の方に高齢者に優しい料理を教わり、一緒に食文化を学びます。

日時 4月15日(月)、5月20日(月)、6月17日(月)、7月22日(月)、8月19日(月)、9月13日(金)、いずれも午前

10時～午後1時。全6回
☆1回のみの参加も可
対象 区内在住の65歳以上の方

参加費 各回500円(材料費)
申込み 4月8日～各開催日前日の平日に電話または直接、上高田東高齢者会館へ。各回先着15人

体力づくり教室
「ロコモ予防コース」(2件)

加齢や生活習慣が原因で、足腰の機能が衰える「ロコモティブシンドローム(運動器症候群)」。

その予防に効果的なストレッチや簡単にできる軽運動を健康運動指導士等に教わります。

①②とも、区内在住の65歳以上の方が対象。全6回。

①東山高齢者会館

野方4-41-7

☎(3228)5280

FAX(3228)5070

日時 5月8日・22日、6月5日・19日、7月3日・17日、いずれも水曜日、午後1時半～3時

申込み 4月8日～19日の平日に電話または直接、東山高齢者会館へ。抽選で14人(初

めての方を優先)

②しんやまの家

南台4-25-1

☎・FAX(3229)8175

日時 5月10日～6月14日の毎週金曜日、午前10時～11時半

申込み 4月8日～22日の平日に直接、しんやまの家へ。先着20人(全回参加できる方

徘徊高齢者探索サービス
のご利用を

高齢者サービス係／6階

☎(3228)5662

FAX(3228)5662

認知症の高齢者が徘徊した時に居場所を探索可能な、GPS(全球測位システム)端末を貸し出すサービスです。

位置の情報は、パソコン、スマートフォン、携帯電話(一部機種を除く)でご覧になれる他、電話での確認もできます。

対象 区内在住で次の①②のいずれかの方

①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

②徘徊行動のある高齢者を日



「なかの元気アップ体操ひろば」にお越しください



介護予防推進係／6階 ☎(3228)8949 FAX(3228)5662

「なかの元気アップ体操」や筋力アップのための簡単な体操を行います。毎週1回、各会場(下表)が指定する曜日に実施。区内在住のおおむね65歳以上の方は、どなたでも参加できます。

内容などについて詳しくは、区HPをご覧ください。介護予防推進係へ問い合わせを。

会 場	開催曜日	時間・人数
①コープ中野鷺宮店(鷺宮2-18-8)	火曜日	午前10時～11時 ☆9時45分から受け付け、先着30人(④南台商店街会館のみ20人)
②コーシャハイム中野弥生町集会所(弥生町6-2)	火曜日	
③コーシャハイム上鷺宮集会室(上鷺宮3-9)	水曜日	
④南台商店街会館(南台2-24-15)	木曜日	
⑤中野友愛ホーム(江古田2-24-11)	木曜日	
⑥東京都生協連会館(中央5-41-18)	金曜日	

☆当日直接会場へ。祝日、年末年始を除く

常に介護を受けていて、位置情報の確認後に徘徊した高齢者を迎えに行くことができる方(代わりに迎えに行ける方がいる場合を含む)
利用者負担金 月額600円(住民税非課税世帯は300円)

申込み 電話または直接、担当区域の地域包括支援センターへ ☆地域包括支援センターの連絡先が分からない場合は、高齢者サービス係へ問い合わせを

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詳しくは、区HPで詳しい内容をご覧になれます

information

子ども・子育て・教育

子育て専門相談のご利用



すこやか福祉センターの心理職員や栄養士、歯科衛生士等に、子育てに関するさまざまな悩みを相談できます。相談日などについて詳しくは担当センターに確認し、予約のご利用を。担当するセンターが分からない場合は、区HPで確認するか、下記いずれかのすこやか福祉センターへ問い合わせてください。

対象 区内在住の18歳未満のお子さんの保護者

問合せ・申込み先のすこやか福祉センター

①南部／弥生町5-11-26

☎(3380)5551・FAX(3380)5532

②中部／中央3-19-1

☎(3367)7788・FAX(3367)7789

③北部／江古田4-31-10

☎(3388)0240・FAX(3389)4339

④鷺宮／若宮3-58-10

☎(3336)7111・FAX(3336)7134

☆平日＝午前8時半～午後7時、土曜日＝午前8時半～午後5時に問い合わせを

妊婦さんの歯っぴいお食事講座



鷺宮すこやか福祉センター

若宮3-58-10

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

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ます。試食やお口のケアなどの健康チェックも。

日時 5月10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 4月10日～5月7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

1歳6か月児健診(歯科)は集団健診から個別受診に変わりました

出産・育児支援係／3階

☎(3228)5623 FAX(3228)5657

4月から、1歳6か月児歯科健診の方法が、すこやか福祉センターでの集団健診から、区が委託した医療機関で行う個別受診に変わりました。

対象のお子さんのいる世帯には、1歳6か月になる1か月前に、案内と受診票を郵送します。2歳になる前日までに、案内に記載された医療機関で受診してください。

「新生児聴覚検査」の費用助成が受けられるようになりました



出産・育児支援係／3階

☎(3228)5623 FAX(3228)5657

生まれてすぐの赤ちゃんに聴覚障害の疑いがないかを調べる「新生児聴覚検査」。聴覚障害は、早期に適切な支援を開始することで、言葉の発達などへの影響が最小限に抑えられます。この検査費用の一部を助成します。

今年4月1日以降に生まれた赤ちゃんが対象。妊娠を届け出た際に「新生児聴覚検査受診票」を配布します。

☆3月までに妊娠の届け出をした方は、届け出た窓口で受診票を受け取るか、受診後に費用請求の手続きをしてください。手続き方法について詳しくは、区HPをご覧になるか、出産・育児支援係へ問い合わせを

就学援助をご利用ください

学事係／5階

☎(3228)5459 FAX(3228)5680

区内に住民登録があり、生活保護を受給している世帯及び平成30年中の世帯全員の所得合計額が就学援助基準額の範囲内にある世帯の方は、公立小・中学校(国立・都立及び中野区外の公立学校を含む)に通うお子さんの給食や学用品などの費用の援助を受けられます。

また、小・中学校の特別支援学級に通うお子さんがいる家庭には、特別支援学級就学奨励費の制度があります。

申請方法などについて詳しくは、在籍する学校または学事係へ問い合わせを。☆就学援助の基準額は、世帯構成(人数・年齢など)により異なります

キッズ・プラザ江原を開設しました

地域子ども施設調整係／5階

☎(3228)5603 FAX(3228)5659

江原小学校内(江原町1-39-1)にキッズ・プラザ江原を開設しました。キッズ・プラザは、放課後の小学生の安全で安心な遊び場です。

利用方法などについて詳しくは、キッズ・プラザ江原☎(3951)6025へ問い合わせを。

☆キッズ・プラザの開設にあわせて、江原学童クラブも同小学校内に移転しました

ハイティーン会議メンバーになりませんか

育成活動支援係／5階 ☎(3228)5648 FAX(3228)5659

中学生・高校生世代が、自分たちが日常生活を送る中で疑問に思うこと、気になるテーマについて意見を出し合い、調査や取材を通じて考察を深める場です。区民のみなさんと区長と一緒に意見交換をする交流会も行う予定です。

第1回ワークショップは6月2日(日)に開催予定。2回目以降は、メンバーの都合に合わせて日時を設定します。

対象 区内在住・在学・在勤の中学生～18歳の方

活動期間 6月～来年3月の日曜日など(月1～2回程度)

申込み 4月5日～5月24日に電話か、住所、氏名とふりがな、電話番号、学校名と学年(年齢)、第1回ワークショップの出欠を書いて電子メール☎kenzenikusei@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクシミリまたは郵送(消印有効)で、育成活動支援係へ ☆希望者はどなたでもメンバーになれます

対象年齢の男性に 風しん抗体検査・ 予防接種の クーポン券を郵送します

保健予防係(中野区保健所)

☎(3382)6500

FAX(3382)7765

免疫のない女性が妊娠初期に風しんに感染すると、胎児が先天性風しん症候群にかかる恐れがあります。

首都圏では風しんにかかる方が増えています。感染の広がりを防ぐため、風しんの定期予防接種を受ける機会のなかった次の対象の方に抗体検査と予防接種を無料で受けられるクーポン券を今月末までに郵送します。届いた方は、医療機関に予約の上、まずは抗体検査を受けてください。

対象 昭和47年4月2日～同54年4月1日生まれの男性

☆勤務先などの健康診断で抗体検査を受けられる場合もあります。昭和37年4月2日～同47年4月1日生まれの男性も申請によりクーポン券を受け取れます。申請方法などについて詳しくは、保健予防係へ問い合わせを

不妊のことで悩んでいる方へ

出産・育児支援係/3階 ☎(3228)5623 FAX(3228)5657



特定不妊治療・不妊検査等の費用助成をご利用ください



特定不妊治療等にかかった費用の一部について助成を受けられます。手続き方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。出産・育児支援係へ問い合わせを。

対象 4月1日以降に東京都特定不妊治療費助成事業・東京都不妊検査等助成事業の承認決定を受けた方

助成限度額 特定不妊治療費=治療内容によって25,000円または50,000円、不妊検査等=25,000円

不妊専門相談・ほっとピアおしゃべり会

妊娠や不妊治療等について、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たおしゃべり会も同時開催。専門相談とおしゃべり会の両方に参加することも可能です。

日程 5月25日(土)

会場 区役所7階会議室

申込み 4月8日～5月24日に電子申請か、電話または直接、出産・育児支援係へ

内容・時間・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

おしゃべり会=午後2時半～4時 ☆先着15人程度

●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

お子さんの予防接種を忘れずに

保健予防係(中野区保健所)

☎(3382)6500 FAX(3382)7765



「予防接種予診票」が届いたら接種の計画を

MR
(麻しん・
風しん混合
ワクチン)
第2期

幼稚園・保育園の年長組に相当する年齢のお子さん(平成25年4月2日～同26年4月1日生まれ)が対象です。4月末までに予防接種予診票を郵送します。

麻しん(はしか)と風しんは、感染力が強く、予防接種を受けないと多くの人がかかってしまいます。合併症を引き起こすこともあり、軽視できない病気です。そのため、小学校入学までに2回の接種が推奨されています(1回目は1歳以上2歳未満)。

DT
(ジフテリア・破傷風混合ワクチン)第2期

11歳の誕生日の月末に予防接種予診票を郵送します。

DTは、幼児期に受けるジフテリア・百日ぜき・破傷風(DPT)3種混合ワクチン、これらにポリオを加えた4種混合ワクチン(DPT-IPV)でできた基礎免疫を維持するために、11歳以上13歳未満のお子さんに接種するものです。

日本脳炎
第2期

9歳以上13歳未満のお子さんに接種するものです。9歳の誕生日の月末に予防接種予診票を郵送します。

任意予防接種の費用助成を ご利用ください

MR

申請手続きなどについて詳しくは、区HPをご覧ください。保健予防係へ問い合わせを。

助成対象 MR第1期または第2期の接種期間を過ぎてしまった19歳未満の方

ロタウイルス

直接、区内指定医療機関へ。

助成対象 生後6週～32週のお子さん

おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)

直接、区内指定医療機関へ。

助成対象 1歳～就学前のお子さん

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

障害者福祉手当の対象を拡大しました



在宅福祉係／1階

☎(3228)8953 FAX(3228)5665

4月から、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方も、新たに障害者福祉手当を受給できます。対象となる可能性のある方には個別に案内と申請書を郵送します。

対象 精神障害者保健福祉手帳1級を65歳未満で取得した方

手当額 月額5,000円 ☆65歳以上の方は2,500円

☆対象条件などについて詳しくは、区HPをご覧ください。在宅福祉係へ問い合わせを

点字講習会(基礎編)

障害者福祉会館

沼袋2-40-18

☎(3389)2171 FAX(3389)2175

点字ボランティア育成のための講習会です。

日時 5月8日～7月10日の毎週水曜日、午前10時～正午。全10回

会場 障害者福祉会館

対象 区内在住・在勤・在学の方

参加費 2,500円程度(教材費)

申込み 4月8日～5月7日の平日に電話またはファクシミリ(「点字講習会[基礎編]受講希望」、住所、氏名とふりがな、電話番号を記入)で、障害者福祉会館へ。先着20人

成年後見制度申立講座

中野区成年後見支援センター

中野5-68-7(スマイルなかの内)

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

成年後見制度は、認知症や知的障害、精神障害などで、十分な判断をすることができない方の財産や権利を守るためのものです。

成年後見制度の利用・手続き方法などについて、実際の書式などを使った説明を聞きます。

日時 5月9日(木)午後2時～4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 区内在住・在勤・在学の方

申込み 4月6日～5月8日(日曜日、祝・休日、第3月曜日を除く)に、電話、ファクシミリ(氏名とふりがな、連絡先、講座名を記入)または直接、中野区成年後見支援センターへ。先着30人

身体障害・知的障害のある方などは都営交通無料乗車券の更新を

在宅福祉係／1階 ☎(3228)8953 FAX(3228)5665

対象 有効期限を迎える都営交通無料乗車券を持ち、次のいずれかに該当する方

- ①身体障害者手帳か愛の手帳を持っている
 - ②戦傷病者手帳を持っている
 - ③被爆者健康手帳と、厚生労働大臣(厚生大臣)の認定書または健康管理手当証書を持っている
 - ④生活保護受給世帯
 - ⑤児童扶養手当受給世帯
 - ⑥中国残留邦人等に対する支援給付を受けている(またはその方の配偶者)
 - ⑦児童養護施設などに入所している
- ☆いずれもシルバーパスをお持ちの方は対象外。④⑤は世帯で1人のみ発行可

申込み 現在お持ちの都営交通無料乗車券と、前記①～⑦の資格を確認できる手帳や認定書、受給者証明書などを持って、有効期限の切れる月の1日以降に下記の場所へ

磁気式の都営交通無料乗車券をお持ちの方

すこやか福祉センター、地域事務所、区役所1階障害福祉相談窓口へ。

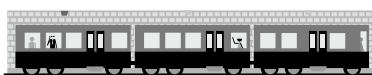
ICカード式(PASMO)の都営交通無料乗車券をお持ちの方

①～③の方は、直接、都営地下鉄の定期券発売所へ(有効期限経過後、12か月までは同様の手続き可)。

④～⑦の方は、次の窓口で更新確認書を受け取ってから、都営地下鉄の定期券発売所へ。

更新確認書の発行窓口 すこやか福祉センター、地域事務所、区役所内の各担当窓口(④⑥=2階生活援護呼び出し窓口、⑤=3階子ども総合相談窓口、⑦=1階障害福祉相談窓口) ☆区内には、都営地下鉄の定期券発売所はありません。大江戸線の新宿駅・新宿西口駅・練馬駅などのご利用を

☆ICカード式(PASMO)の都営交通無料乗車券をお持ちの④～⑦の方で、有効期限が過ぎた場合は、区で磁気式の券の発行を受けてから、ICカードとともに都営地下鉄の定期券発売所へ持参して手続きを



高齢者世帯・障害者世帯等の方の住み替えを支援します

住宅政策係／9階

☎(3228)5581 FAX(3228)5669

区内の民間賃貸住宅にお住まいで、区内の民間賃貸住宅への転居(住み替え)が困難な高齢者世帯・障害者世帯などの方に、協力不動産店の紹介や家賃債務保証制度を利用するための支援をしています。

適当な物件が見つからない場合には、随時相談を受け付けています。詳しくは、住宅政策係へ問い合わせを。

健康経営「オフィス出張ストレッチ」

産業振興センター

☎(3380)6946 FAX(3380)6949

区内の事業所にスポーツクラブ講師を派遣します。ストレッチなどを通じた従業員の健康づくりにご利用ください。

開催日(5月13日～24日の平日、いずれか1日)、時間、内容などは相談して決定します。

☆4月8日～22日に申し込みを受け付けの上、抽選で1社。内容などについて詳しくは、産業振興センターHPをご覧ください

information

健康・福祉



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

4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
4月7日(日)	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
	新渡戸記念中野総合病院	内・外・小・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
	かみさぎキッズクリニック	小・小外	上鷺宮3-8-14	(3577)8400
	赤沢医院	内	中野5-33-28	(3387)1811
	堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
	三五医院	内	南台2-6-8	(3381)0313
	三上歯科医院※	歯	南台3-37-27	(3384)0385
4月14日(日)	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
	ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
4月14日(日)	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
	鷺ノ宮耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉	鷺宮3-20-10	(5327)4187
	中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11	(3361)1381
	仁友クリニック	内・小	本町2-45-10	(3372)5121
	たまつ小児科医院	小	南台3-15-5 1階	(3380)0325
	橋本歯科医院※	歯	野方3-18-19	(3389)2823
4月14日(日)	豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9	(3223)4117
	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)

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。

☆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

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

受付時間 午後6時半～9時45分

診療日 月～金曜日(祝・休日を除く)

受付時間 午後6時半～9時半

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



お悩みの土地は **変形地** または **狭小地** なら **ご相談は無料** お気軽に

建設業許可 国土交通大臣許可(特-29 第2471号) / 一般建築士事務所登録 東京都知事登録 第5726号 / 宅地建物取引(業免許) 国土交通大臣(2) 第8374号

住まいを建てて生活の幅をひろげよう

MISAWA ミサワMJホーム

相談は解決への第一歩 0120-126-330

開業室開業課まで(受付時間)10:00～18:00(定休日)火・水曜日

開催 4月のあすなろ葬祭セミナー

どうなるの **相続税** が にかかるかも?

4月24日(水) 14:00～ 参加料:500円 テキスト・お茶代込

中野サンプラザ 15F アクアルーム

お申込み お問合せ TEL 03-5318-2876

中・高・年英会話

基礎から応用まで楽しくレッスン 都内私立大学で20年間国際交流アドバイザーとして世界中を巡ったベテラン講師が責任指導いたします。

月4回レッスン・1回の授業60分

英語アシスト 電話工事中のため、講師携帯へお電話ください。

講師携帯 ☎080-1090-6334

中野区上高田2-40-6 ☎3386-6493

4/21日は投票日 午前7時～午後8時



▲明るい選挙イメージキャラクター
「選挙のめいすいくん」

中野区議会議員選挙

区選挙管理委員会／9階

☎(3228)5541 FAX(3228)5687



忘れずに投票を▶

投票できる方

投票には、中野区の選挙人名簿に登録されていることが必要です。一度、選挙人名簿に登録されると、住所などの変更がない限りそのまま登録されます。

今回の選挙で新たに中野区の選挙人名簿に登録される方は、「平成13年4月22日までに生まれた方で同31年1月13日までに中野区に転入届を出し、4月13日現在、引き続き中野区に住んでいる、日本国籍を有する方」です。

また、投票する日まで引き続き中野区に住んでいることが必要です。

最近、区内で転居をした方は

中野区の選挙人名簿に登録されている方で、3月20日までに区内転居の届け出をした方は新住所地の投票所で、3月21日以降に届け出をした方は前住所地の投票所で投票します。



滞在先や病院などで不在者投票ができます

出張や旅行などで一時的に区外に滞在する方や都道府県の選挙管理委員会が指定した病院・老人ホームなどに入院・入所中の方で、投票所に行けない方は、不在者投票ができます。希望する方は、早めに区選挙管理委員会へ問い合わせを。



代理投票・点字投票 ☆投票の秘密は固く守られます

身体に障害があるなどの理由で投票用紙の記入が困難な方には、投票所の係員がお手伝いをします。また、目の不自由な方は、点字で投票できるので、係員にお申し出を(知り合いに該当する方がいたら、このことをお知らせください)。



車いすのまま投票できます

段差のある投票所には、スロープを備え、係員も付き添います。各投票所内の車いすもご利用ください。



投票日に投票所に行けない方は期日前投票を

入場券が届いている場合は、裏面の「宣誓書(兼投票用紙等請求書)」に記入してお持ちください。中野区で投票できる方は、住所にかかわらず、下表のどの期日前投票所でも投票できます。

☆投票日当日は、指定された投票所以外では投票不可

開設期間	期日前投票所 ☆いずれも午前8時半～午後8時
4月15日(月)～20日(土)	区役所1階特別集会室(中野4-8-1)
	南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)
	東部区民活動センター(中央2-18-21)
	江古田区民活動センター(江原町2-3-15)
	野方区民活動センター(野方5-3-1) 鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)



投票所入場整理券(入場券)をお持ちください

入場券は4月13日までに封書で世帯ごとに郵送します。未着や紛失した場合でも、投票資格があれば投票できるので、投票所の係員にお伝えください。

☆郵便物が確実に届くよう、ポストへの名前表示をお願いします



郵便等投票の請求期限は4月17日午後5時

重度の障害があり、身体障害者手帳・戦傷病者手帳をお持ちの方、または介護保険の被保険者で要介護5の方は、自宅から郵便などで投票できる場合があります。

対象者には「郵便等投票証明書」を発行するので、区選挙管理委員会へ問い合わせを。



候補者のポスターは区内316か所に掲示

4月14日から候補者の選挙運動用ポスターが掲示されます。掲示場に表示してある二次元コードを読み取ると、区HPから情報をご覧になれます。

☆ポスターを破いたり、掲示場を壊したりすると、法律で罰せられます



選挙公報を4月16日～18日に各戸配布

区民活動センターなど主な施設や区内の各駅、期日前投票所や各投票所にも備えます。また、区HPでもご覧になれます。



投票所の変更にご注意を

【第9投票区】

⑩桃園小学校 ⇒ ⑨朝日が丘児童館(本町2-32-14)

☆他に1か所の投票所の名称を変更しました(所在地は変更なし)。入場券で確認を

4月21日、5月5日は日曜窓口を休止します

住民票などの発行や転入・転出届の預かり、国民健康保険料や住民税等の納付などの窓口事務を休止します。

証明係／1階	☎(3228)5506
住民記録係／1階	☎(3228)5500
国保徴収係／2階	☎(3228)5509
納税係／3階	☎(3228)8924
諸税係／3階	☎(3228)8908

4月20日午後10時～22日午前7時 タイムズ中野区役所駐車場は 臨時休業します

庁舎管理係／8階 ☎(3228)8854

☆中野区自動車駐車場(中野4-11)は利用できます

次号予告

〈特集〉歩こう、出掛けよう