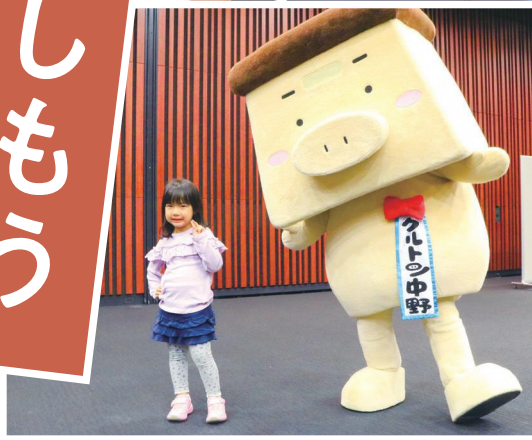
なかの区報
nakano
中野区ホームページ https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/

令和元年（2019年）
09|20
No.2029
毎月5日・20日発行

中野の秋を楽しもう



CONTENTS

2-5　中野の秋を楽しもう
10　インフォメーション（お知らせ）
16　中野区ピンクリボン 2019
16　福島県喜多方市中野区環境交流ツアー

中野の秋を楽しもう

秋は、区内でさまざまな催しが開催されます。
中野の魅力に触れられるチャンスです。ぜひ、お出かけください。

☆申し込み方法の記載がない催しは当日直接会場へ

10/12(土)・13(日)

中野にぎわいフェスタ 2019

商業係／9階　☎(3228)5591　FAX(3228)5656

各会場で、ステージや模擬店、スケートボード体験、お子さん向けのイベントなどを開催。観光大使スタンプラリーで景品ももらえます。秋の一日を中野で満喫しませんか。

会場 中野駅周辺〈地図中の🄰～🄸〉

★各会場の内容や時間などについて詳しくは、中野にぎわいフェスタHPか、サンプラザ1階中野区観光協会案内所などで配布中のパンフレットをご覧ください。イベント全体については、下記へ問い合わせを

中野にぎわいフェスタ

催しの問合せ先
中野にぎわいフェスタ実行委員会事務局
(一般社団法人中野区観光協会内)
☎(5332)7377〔平日午前10時～午後5時〕
✉info@nakano-kanko.com

同日開催

10/12(土) なかの里・まち連携10周年記念フェア

見つけた！もうひとつのふるさと なかの里・まち

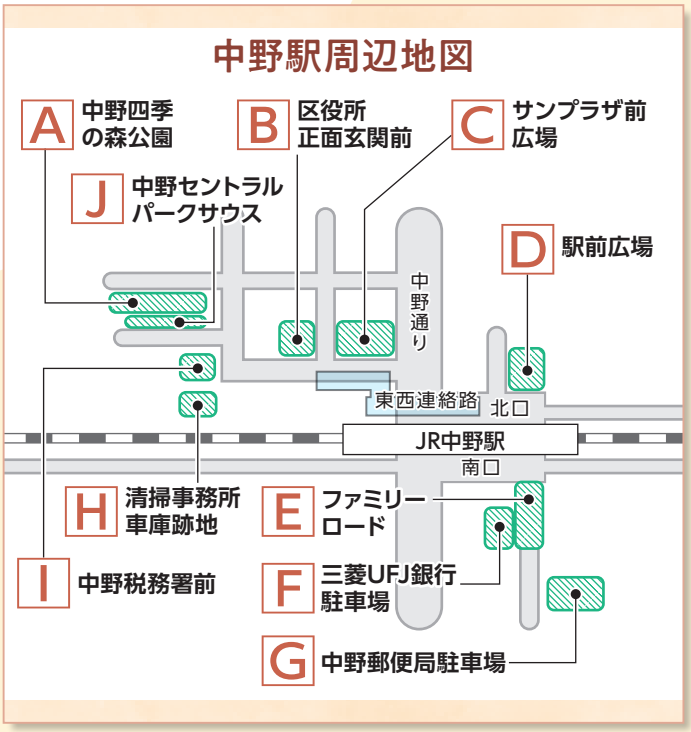
「なかの里・まち連携宣言」10周年を記念し、式典や合同物産展、工芸品手作り体験などを同時開催。

会場 中野駅周辺〈地図中の🄲・🄳〉、サンプラザ内

★工芸品手作り体験(うちわ・箸づくりなど)の申し込み方法などについて詳しくは、区HP(右記の二次元コード)をご覧になるか、商業係へ問い合わせを

10周年

中野駅周辺地図



会場で行う献血にご協力ください

12日(土)には、会場🄰で献血を実施。来場の際は、ご協力をお願いします。
★詳しくは、地域自治推進係☎(3228)8921へ問い合わせを

10/14（月・祝） 体育の日 スポーツ体験イベント

オリンピック・パラリンピック推進係／6階
☎(3228)8988 FAX(3228)5626

ラグビー、ブラインドサッカー、ボッチャ、ホッケーを体験できます。競技体験参加者には抽選で東京2020グッズをプレゼント。

時間 正午～午後4時
会場 区役所正面玄関前
〈2ページ地図中のB〉

★詳しくは、区HPをご覧になるか、オリンピック・パラリンピック推進係へ問い合わせを

10/14（月・祝） 中野区民スポーツフェスティバル

スポーツ活動係／6階
☎(3228)5537 FAX(3228)5626

体操やテニスなど、18種類のスポーツを無料で楽しめます。

会場 **区内スポーツ施設**（中野体育館、鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ、哲学堂公園運動施設、上高田運動施設、谷戸運動公園、鷺宮運動広場、産業振興センター）

★詳しくは、区HPか、中野区生涯学習スポーツ情報紙「ないせす」10月号をご覧になるか、スポーツ活動係へ問い合わせを

10/19（土）・11/24（日） 中野×杉並×豊島 アニメ・マンガフェス2019 in 中野

観光係／9階 ☎(3228)5433 FAX(3228)5656

中野区・杉並区・豊島区の3区と東京商工会議所の各支部が連携して開催するアニメ・マンガイベントです。

会場 **中野セントラルパークカンファレンス 地下1階「コンベンションホール」**
〈2ページ地図中のJ〉

申込み ①は9月30日まで、②は10月31日までに申し込みが必要。応募方法などについて詳しくは、中野区公式観光サイト「まるっと中野」をご覧ください。

まるっと中野

10/19(土)
①徹底検証！東映まんがまつり

人気ヒーローが一堂に会する、子どもたちの人気イベント「東映まんがまつり」。今年4月に復活したことを記念して、歴史や魅力に迫るトークショーを開催。スペシャルゲストの水木一郎氏によるミニライブも楽しめます。

11/24（日）
②おしりたんてい ふめつのせっとうだんショー

トロル原作の児童書大ヒットシリーズ「おしりたんてい」のショーを楽しめます。

同日開催 **わくわく！アニメ制作体験**

午後0時30分～5時（最終受け付けは4時30分）、子どもも大人も楽しめます。当日直接会場へ。

11/2（土）・3（日・祝）は杉並・豊島会場で実施

in 杉並

人気アニメのキャラクターショーやスタンプラリーなど

会場 杉並会館（杉並区上荻3-29-5）

in 豊島

有名漫画家のトークショーやコスプレワークショップ、映画会など

会場 としま区民センター（豊島区東池袋1-20-10）
中池袋公園（豊島区東池袋1-16-1）

10月を中心に

地区まつり

地域のみなさんによる手作りのおまつりを楽しめます。

★内容や会場などについて詳しくは、担当の区民活動センターHPまたは広報紙をご覧になるか、問い合わせを

区民活動センターの施設案内

区民活動センター	日　程
南中野 ☎(3382)1635	10/1(火)・5(土)・6(日)・20(日)
弥生 ☎(3372)0845	10/19(土)・20(日)
鍋横 ☎(3383)2733	9/28(土)、10/18(金)～20(日)・26(土)
東部 ☎(3363)0631	10/5(土)・6(日)・20(日)
桃園 ☎(3382)5411	10/20(日)、11/2(土)～4(月・休)
昭和 ☎(3368)8164	10/4(金)～6(日)
東中野 ☎(3364)6795	10/19(土)・20(日)
上高田 ☎(3389)1325	11/9(土)・10(日)

区民活動センター	日　程
新井 ☎(3389)1310	10/20(日)・26(土)・27(日)
江古田 ☎(3954)6963	10/6(日)・12(土)・19(土)・20(日)・25(金)　☆予備日26(土)
沼袋 ☎(3389)4572	10/19(土)～27(日)
野方 ☎(3330)4394	10/18(金)～20(日)
大和 ☎(3339)6125	10/6(日)・13(日)・14(月・祝)・19(土)・20(日)
鷺宮 ☎(3330)4127	10/20(日)・26(土)・27(日)
上鷺宮 ☎(3970)9182	10/26(土)・27(日)

10/19(土)

障害者福祉会館まつり

障害者福祉会館
☎(3389)2171　FAX(3389)2175

ゲーム、模擬店、不用品活用市(バザー)など。

時間 午前10時～午後2時30分
会場 障害者福祉会館(沼袋2-40-18)、丸山塚公園(沼袋2-40)

募集します

①ボランティア
内容　催し当日の午前9時30分～午後3時30分に、模擬店の手伝いや参加者の付き添いなど
対象　18歳以上の方(高校生を除く)
★交通費支給なし。先着5人程度

②不用品活用市(バザー)出店団体
参加費　300円(出店料)　★先着12団体

申込み(①②共通)　9月24日～10月11日の平日に電話またはファクスで、障害者福祉会館へ。①は本人の、②は代表者の住所、氏名とふりがな、電話番号

10/19(土)

デュオフェスティバル

南中野児童館
☎(3382)1687　FAX(3382)1695
弥生福祉作業所
☎(3384)2939　FAX(3384)2896

模擬店やゲーム、イベントコーナー、作業所の自主生産品販売など。

時間 午前11時～午後2時30分
会場 南中野児童館・弥生福祉作業所(いずれも弥生町4-36-15)
★南中野児童館の子ども向けコーナーは午後1時30分まで

ボランティア募集
内容　催し当日の午前10時30分～午後3時30分に、自主生産品販売の手伝いなど
対象　中学生～おおむね60歳の方
★昼食あり。交通費支給なし
申込み　9月24日～10月11日に電話または直接、弥生福祉作業所へ。選考で15人程度

10/27(日)

こぶしフェスティバル

かみさぎこぶし園　☎(5241)8121　FAX(5241)8123

自主生産品販売や模擬店、作業体験、ゲーム、アトラクションなど。

時間 午前11時～午後2時
会場 かみさぎこぶし園(上鷺宮1-21-30)

10/19(土)・20(日)

花と緑の祭典2019秋

緑化推進係／8階　☎(3228)5554　FAX(3228)5677

区民の実行委員が企画・運営し、毎年春と秋に開催。家庭で花や緑を楽しむための催しです。

時間 午前10時～午後4時(20日は午後3時終了)
会場 中野四季の森公園〈2ページ地図中のA〉

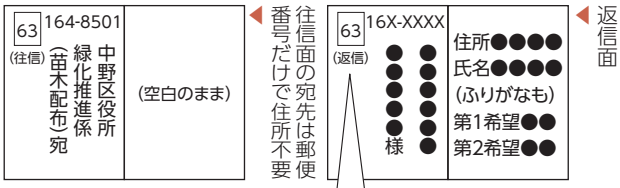
★各催しのスケジュールなどについて詳しくは、区HP(右記の二次元コード)をご覧ください

事前申し込みが必要な催し(いずれも区民優先)

①苗木の無料配布

樹木は、ブルーベリー150本、オリーブ、シャクナゲ各100本、カラタネオガタマ50本(計400本)です。
日時 19日(土)午前10時～午後3時
申込み 往復ハガキで緑化推進係へ。10月4日必着。住所、氏名とふりがな、希望する樹木名(第2希望まで)、返信用に住所、氏名
★抽選で400人。1家族につき往復ハガキ1通のみ。時間内に引き取り可能な方のみ申し込みを

往復ハガキの書き方(苗木配布希望の場合)



★10月1日から、郵便料金が63円に改定されます。返信面は必ず63円に。料金不足の場合、申し込みは無効となるのでご注意を

②ハーブ教室

日時 20日(日)午前10時30分～11時30分
参加費 200円
申込み 9月24日から電話で、緑化推進係へ。先着30人

③バラ入門教室

日時 19日(土)午後1時30分～3時
参加費 2,500円　★抽選で20人

④クリスマスローズ教室

日時 20日(日)午後1時30分～2時30分
参加費 500円　★抽選で30人

申込み(③④共通) 電子申請か、往復ハガキで緑化推進係へ。10月4日必着。住所、氏名とふりがな、平日昼間の連絡先電話番号、参加希望教室名、返信用に住所、氏名
★いずれも、苗は持ち帰れます

19日(土)午前10時30分から

平成31年度 なかのみどりの貢献賞 表彰式を行います

受賞部門・受賞者

地域緑化活動部門　柳井市(山口県)と中野区を花でつなぐプロジェクト(貢献賞)、北中野中学校父母と教師の会(奨励賞)
緑化貢献企業等部門　江古田三丁目地区まちづくり協議会、(独)都市再生機構東日本都市再生本部、(医財)健貢会総合東京病院、積水ハウス(株)〔1団体3企業による連名〕(貢献賞)

当日その場で参加できる催し

- **寄せ植え教室**
- **剪定(せんてい)教室**
- **花と緑の窓口**
- **園芸緑化相談**
- **ミニグリーンアドベンチャー**
- **地球温暖化対策コーナー**・・・「なかのエコポイント」50ポイントがもらえます。指定の環境アプリを利用すると、更に50ポイントを贈呈

予告! まだまだあるぞ 中野の秋

★いずれも予定。詳しくは、次号(なかの区報10月5日号)でお知らせします

10/19(土)～11/24(日)

なかのまちめぐり博覧会2019

区内全域で行われるさまざまなイベントを集約し、一体的に開催する博覧会です。
会場 区内各所

オープニングイベントでは▶クルトン中野に会えます

10/26(土)・27(日)

2019東北復興大祭典なかの

東日本大震災及び熊本地震からの復興を継続的に支援する催しです。
会場 区役所周辺など

▲模擬店の他、ねぶたの運行なども楽しめます

10月は3R（スリーアール）推進・食品ロス削減月間 「もったいない」をなくそう！

できることに取り組んでごみを減らそう！

中野区ごみ減量キャラクター▲「ごみのん」

「3R」とは、ごみ減量の三つのポイント「Reduce（リデュース）（ごみを出さない）、Reuse（リユース）（捨てずに繰り返し使う）、Recycle（リサイクル）（もう一度資源として生かす）」のこと。「**食品ロス**」は、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことだよ

ごみ減量パネル展

ごみ減量推進係（リサイクル展示室内）
☎（3228）5563　FAX（3228）5634

会場・日時

①**区役所1階区民ホール**＝9月30日（月）～10月4日（金）午前8時30分～午後5時（最終日は4時まで）、②**中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」**＝10月15日（火）午前10時～31日（木）午後3時
☆いずれも当日直接会場へ。①のみ、「なかのエコポイント」50ポイントを贈呈

▲昨年の展示の様子

フリーマーケット

リサイクル展示室（松が丘1-6-3）
☎（3387）2411　FAX（3228）5634

日時　10月5日・19日、いずれも土曜日、午前10時～午後1時

会場　リサイクル展示室　☆出店者の募集は終了

11月出店者の募集　11月2日・16日、いずれも土曜日、午前10時から開催。都内在住・在勤・在学の方が対象。申し込みは、10月1日～10日に電子申請か、宛先に申込者の住所・氏名を記入した郵便ハガキ（額面63円分）を持って直接、リサイクル展示室へ。抽選で各日10人（うち区民優先枠5人）　☆抽選結果は、全応募者にハガキなどで通知

HPで詳しく

生ごみ処理機・コンポスト（堆肥）化容器のあっせんのご利用を

生ごみを減らしたり、堆肥にしたりできる機器を区であっせんしています。屋内用・屋外用などさまざまなタイプを選んで購入できます。型・価格などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、ごみ減量推進係へ問い合わせを。
☆品物を宅配便で配送後、代金を郵便局で振り込み（一部商品は代金引換）

9／21～30　秋の全国交通安全運動

世界一の交通安全都市TOKYOを目指して

生活・交通安全係／8階
☎（3228）8886
FAX（3228）5658

9月30日は「交通事故死ゼロを目指す日」　次の項目に重点を置いて、秋の交通安全運動を実施します。

❶ 子どもと高齢者の安全な通行の確保

❷ 高齢運転者の交通事故防止

❸ 夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

❹ 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

❺ 飲酒運転の根絶

❻ 二輪車の交通事故防止

自賠責保険・共済への加入・更新をお忘れなく

諸税係／3階
☎（3228）8908
FAX（3228）5652

自賠責保険・共済は、交通事故を起こした場合の被害者救済や加害者の経済的な負担の補てんなど、対人賠償の確保を目的としたものです。原動機付自転車を含む全ての自動車に加入が義務付けられ、無保険での運転は違法です。

未加入で運転した場合は、1年以下の懲役または50万円以下の罰金が科せられます。また、自賠責保険・共済の証明書を所持していないだけでも30万円以下の罰金です。

忘れずに加入・更新しましょう。

中野区の上空を通過する飛行経路案が決定しました

環境公害係／8階
☎(3228)5799　FAX(3228)5673

HPで詳しく

国は、羽田空港国際線の発着回数を増やすため、新飛行経路案を決定しました。

来年3月29日以降、午後3時～7時の南風時に、中野区上空（最低高度は約900メートル）を飛行機が通過します。また、12月下旬までの午前6時～8時を中心に、飛行検査のため小型飛行機が中野区上空を飛ぶ場合があります。

区内の飛行経路などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、下記へ問い合わせを。

問合せ　「羽田空港のこれから」に関する電話窓口☎0570(001)160（ナビダイヤル）　☆IP電話からは☎(5908)2420へ

▲こちらからアクセス可

電子申請で手続きを便利に

情報政策推進係／6階
☎(3228)8807　FAX(3228)5646

利用可能な手続きは200件以上。場所や時間を気にせず、パソコンやスマートフォンで便利に手続きできます。

「東京共同電子申請・届出サービス」HPにアクセスし、活用してください。右の二次元コードからもアクセス可。

赤い羽根共同募金運動にご協力を

中野区募金委員会（地域自治推進係内）／5階
☎(3228)8921　FAX(3228)5620

10月1日に始まるこの募金は、地域福祉活動のため毎年実施しているもので、被災地の復興支援活動にも使われています。ご協力をお願いします。

10月7日～13日は 行政相談週間

区民相談係／1階　☎(3228)8802　FAX(3228)5644

行政相談委員に相談できます

毎日の暮らしの中で、年金や保険、福祉など、国や特殊法人などの仕事への苦情や意見、要望がある方は、下表の行政相談委員に相談できます。

氏名	住所	電話番号
村松 多寿子	上鷺宮	☎(3970)4440
板橋　英之	中　野	☎(3382)2010
加藤 美佐子	本　町	☎(3372)7381
眞壁　恵龍	弥生町	☎(3381)7629
納谷　光和	沼　袋	☎(3389)4100
川邉　律子	新　井	☎(3319)0911

区役所での行政相談もご利用を

区役所1階専門相談室で、毎月第4金曜日の午後2時～4時に相談できます。　☆一人当たり30分

対象　区内在住・在勤・在学の方

申込み　相談日の前週の同曜日午前9時から電話で、区民相談係へ。各日先着4人

特設行政相談窓口を開設します

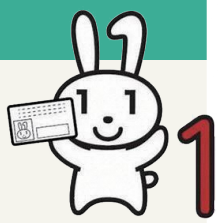
「中野にぎわいフェスタ2019」（2ページ参照）の会場内で実施。予約不要です。

日時　10月12日(土)・13日(日)午前10時～午後4時

会場　中野四季の森公園　☆当日直接会場へ

便利なマイナンバーカードの取得を

マイナンバーカード交付係／1階
☎(3228)5425　FAX(3228)5653



▲マイナンバーキャラクター「マイナちゃん」

マイナンバーカードは金融機関における口座開設、パスポートの新規発給など、さまざまな場面で身分証明書として利用できます。

コンビニエンスストア（コンビニ）で証明書を受け取れます

マイナンバーカード（利用者証明用電子証明書を発行したもの）を利用して、住民票の写しと印鑑登録証明書をコンビニで取得できます。1通当たり200円と、区役所窓口での発行よりも100円安く取得でき、時間も5分程度で済みます。

☆証明書のコンビニ交付について詳しくは、証明係☎(3228)5506へ問い合わせを

10月15日～21日は 違反建築防止週間

建築安全・安心係／9階
☎(3228)8837　FAX(3228)5471

違反建築パトロールを強化します。

中野区議会　第3回定例会　10月16日(水)まで開会中

区議会事務局／3階
☎(3228)5585
FAX(3228)5693

会議日程　**本会議**＝10月3日・16日、**決算特別委員会**＝9月20日・24日・25日、10月2日、**決算特別委員会分科会**＝9月26日・27日・30日、**常任委員会**＝10月7日～9日、**特別委員会**＝10月10日・11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、9月20日・24日・25日の決算特別委員会は、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
9月21日(土)・22日(日)・28日(土)・29日(日)＝午後5時～7時45分、**9月23日(月・祝)・25日(水)・27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)

税に関するお知らせ

10月1日から軽自動車税が変わります

諸税係／3階
☎(3228)8908　FAX(3228)5652

「軽自動車税環境性能割」の創設
　自動車取得税は廃止。新車・中古車問わず、自動車の取得時に払う環境性能割が導入されます。税率は、その燃費性能などに応じて変わりますが、10月1日～来年9月30日に軽自動車(自家用乗用)を取得した場合、臨時的に1%軽減されます。
　なお、当分の間は東京都が賦課徴収を行います。

従来の軽自動車税の名称は「軽自動車税種別割」に
　税率は変わりません。
☆詳しくは、諸税係へ問い合わせを

区内在住の方向け 税理士による相談(2件)

HPで詳しく

10月の税務相談

区民相談係／1階
☎(3228)8802　FAX(3228)5644

日時　10月1日(火)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
申込み　9月24日午前9時から電話で、区民相談係へ。先着6人
☆毎月第1火曜日に実施。その他の専門相談について詳しくは、区HPをご覧になるか、区民相談係へ問い合わせを

無料税務相談

東京税理士会中野支部
☎(5385)1717　FAX(5385)2255

日時　毎月第2木曜日(3月と8月を除く)午後1時～4時
会場　南中野区民活動センター(弥生町5-5-2)、野方区民活動センター(野方5-3-1)
☆当日直接会場へ。午後3時30分まで受け付け

区内の事業主の方向け 説明会と講習会(2件)

消費税軽減税率制度説明会

中野税務署　☎(3387)8111
☆自動音声案内で「2」を選択し内線331へ
日時　①9月25日 ②10月9日 ③16日、いずれも水曜日、午後3時～3時30分(②は4時まで)
会場　中野税務署(中野4-9-15)
申込み　電話で、中野税務署へ

事業主の方の「記帳講習会」

一般社団法人中野青色申告会
☎(3380)8761　FAX(3380)8763

日時・内容　10月7日(月)①午前9時30分～11時30分＝一般事業(主にフリーランス)について、②午後1時30分～3時30分＝不動産貸し付けについて
会場　中野青色申告会会館(中央4-9-11)
申込み　電話で、中野青色申告会へ。①②とも先着30人程度

妊娠・出産・子育てトータルケア事業

みなさんの子育てを切れ目なくサポートします

区は、妊婦さんとそのご家族が安心して赤ちゃんを迎え、子育てできるよう、さまざまな事業を実施しています。ぜひ、ご利用ください。
☆産前産後家事支援事業と産後ケアは、事前に「かんがるープラン」の作成と利用登録が必要

HPで詳しく

▲こちらからアクセス可

妊娠期

妊娠 まずは妊娠届を出して母子健康手帳を受け取ります

「プレママコール」

妊娠20週以降の方に、すこやか福祉センター職員が電話します。体調面やその他の心配事など気軽に相談を。

「かんがるープラン」を作りましょう

区内在住の全ての妊婦さんを対象に、すこやか福祉センターまたは自宅で保健師等が面談（かんがるー面接）をします。必要な支援などについて一緒に考え、「かんがるープラン」を作成します。

各種教室で産前をサポート

安心して赤ちゃんを迎える準備ができるよう、こんにちは赤ちゃん学級などの講座を実施しています。

産前産後家事支援事業

出産 ママの体調が悪く、家族などから支援を受けられない時に、日常的な家事を行います。

子育て期

こんにちは赤ちゃん訪問

生後４か月以下の赤ちゃんがいるお宅に、訪問指導員が伺います。出生通知票を基に事前連絡します。

産後ケア

産後の母体回復を支援し、赤ちゃんのお世話をサポートします。

産後サポート

近い月齢の赤ちゃんがいるママ同士、スタッフと一緒に学び合い、情報交換できる講座を実施しています。

その他の育児支援

保健師等による継続支援、子育てひろば、各種相談・教室、グループ交流など、さまざまな支援事業があります。

＼注目／ 来年３月21日までに面談してプランを作成すると

妊娠・子育て応援ギフト券（１万円相当）がもらえます。ぜひ活用を。

相談・問い合わせはすこやか福祉センター（４か所）へ

☆平日＝午前８時30分～午後７時、土曜日＝午前８時30分～午後５時に利用できます

名称	所在地	電話・FAX
南部	弥生町5-11-26（みなみらいず内）	☎(3380)5551 FAX(3380)5532
中部	中央3-19-1	☎(3367)7788 FAX(3367)7789
北部	江古田4-31-10	☎(3388)0240 FAX(3389)4339
鷺宮	若宮3-58-10	☎(3336)7111 FAX(3336)7134

☆お住まいの地域を担当するすこやか福祉センターは区HPで確認できます

国民健康保険料の第４期分
後期高齢者医療保険料の第６期分
介護保険料の第６期分

９月30日は納期限です。忘れずに納付を

☆口座振替の方は、事前に残高の確認を

９月30日は固定資産税・都市計画税第２期分の納期限です
忘れずに納付を

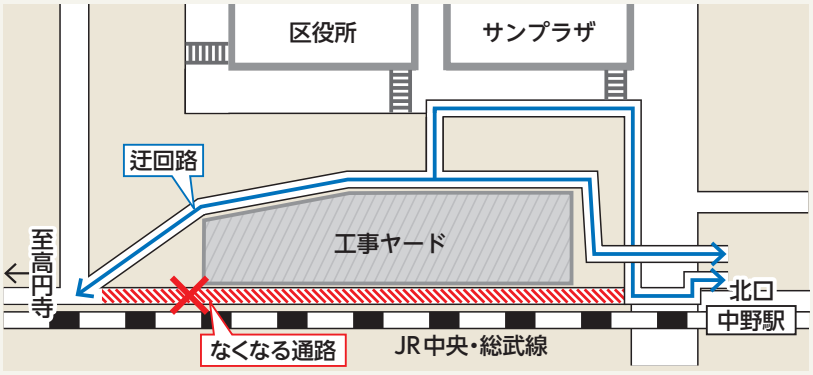
中野都税事務所　☎(3386)1111

10/1

中野駅北口の線路沿い通路がなくなります

中野駅周辺まちづくり係／９階　☎(3228)8980　FAX(3228)5670

中野駅西側南北通路・橋上駅舎等事業の工事に伴うものです。中野駅～中野四季の都市（まち）・高円寺方面の通行には、迂回路（うかい）（下図）を利用してください。



お知らせ

西武新宿線沿線まちづくり整備方針(素案)についての意見交換会

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検討しています。

このたび、都立家政駅・鷺ノ宮駅周辺地区の整備方針の素案を作成したので、意見交換会を開催します。

都立家政駅周辺地区について

日時 10月4日(金)午後7時～8時30分、5日(土)午後2時～3時30分

会場 中野区シルバー人材センター北部分室(若宮3-15-12)

鷺ノ宮駅周辺地区について

日時 10月3日(木)午後7時～8時30分、6日(日)午後2時～3時30分

会場 鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)

☆いずれも当日直接会場へ。各開始時間の20分前に開場。要約筆記あり、手保(各日先着3人程度)。希望の方は、9月24日～各開催日の7日前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、要約筆記・手はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

傍聴を ☆当日直接会場へ

10月の教育委員会定例会

教育委員会係／5階
☎(3228)8857 FAX(3228)5679

①4日 ②11日 ③25日、いずれも金曜日、午前10時から
区役所5階教育委員会室
☆日程は、変わることがあります

「災害時個別避難支援計画」の郵送調査を行います

地域支えあい活動支援係／5階
☎(3228)5582 FAX(3228)5620

区は、いざという時に一人では避難が難しい方(要支援者)の安否確認や避難支援を円滑にするため、計画書の作成を進めています。

今年度新たに対象となった方、介護度などの状況が変わった方、まだ調査が完了していない方、前回の調査より4年が経過した方へ、調査用紙を10月上旬に郵送します。

届いた方は、同封の返信用封筒で回答を返送してください。

対象 次の①～④のいずれかに該当する方

①要介護・要支援の認定を受けている
②身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、愛の手帳のいずれかの交付を受けている
③障害者総合支援法の障害支援区分1～6の認定を受けている
④70歳以上の単身者、75歳以上の高齢者のみの世帯

☆制度について詳しくは、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを

ビジネスフェア出展補助金制度のご利用を

HPで詳しく

産業振興係／9階
☎(3228)8729 FAX(3228)5656

事業拡大、売り上げ増加を目的に、国や地方公共団体が主催・後援するビジネスフェアで自社製品やサービスをPRする区内事業者に対して、出展料の一部を補助します。

対象 区内中小企業、区内産業の育成・振興に寄与する事業を行う区内一般社団法人または一般財団法人

補助額 ICT・コンテンツ関連またはライフサポート関連産業者＝最大9万円、それ以外の事業者＝最大6万円

☆申し込み方法、必要書類等について詳しくは、区HPをご覧になるか、産業振興センター☎(3380)6947へ問い合わせを。予定数に達した時点で申請を締め切ります

安心して歩ける安全な道路環境をつくりましょう

道路監察係／8階
☎(3228)5527 FAX(3228)5674

道路上での次の行為は、道路法・道路交通法・屋外広告物法で禁止されています。街の景観を損ねるだけでなく、車両や歩行者、特に障害のある方や高齢者にとって危険なのでやめましょう。ご協力をお願いします。

禁止事項

✕看板やテーブルを置く
✕商品を陳列する
✕貼り紙や自立式の広告などを設置する
☆区は、貼り紙や立て看板などを発見した場合、屋外広告物法に基づき、すぐに撤去します

10月から最低賃金が改正されます

東京労働局労働基準部賃金課
☎(3512)1614

東京都の最低賃金は、10月1日から時間額1,013円に改正されます。これは、都内で働く全ての労働者に適用されます。

詳しくは、東京労働局労働基準部賃金課または東京働き方改革推進支援センター☎0120(232)865へ問い合わせを。

「ねんきんネット」をご利用ください

HPで詳しく

中野年金事務所(中野2-4-25)
☎(3380)6111

インターネット上で自身の年金の年金記録や将来の年金の見込み額などを確認できるサービスです。

利用方法などについて詳しくは、日本年金機構HPをご覧になるか、中野年金事務所またはねんきんネット等専用ダイヤル☎0570(058)555(ナビダイヤル)へ問い合わせを。

募集・求人

アルバイト登録者(一般事務補助・保健師)

人事係／4階
☎(3228)8919 FAX(3228)5649

原則平日の午前9時～午後4時に、区役所、地域事務所、すこやか福祉センターなどで勤務します。

時給 一般事務補助＝1,010円、保健師＝1,510円

交通費 支給(限度額あり)

申込み 電子申請か、区HP、区役所4階3番窓口で配布中の申込書を郵送または直接、人事係へ。随時受け付け

☆登録期間は1年間。欠員などの状況に応じて随時採用

催し・講座

ユニバーサルデザインサポーター養成講座

HPで詳しく

平和・人権・男女共同参画係／4階
☎(3228)8229 FAX(3228)8860

内容 ユニバーサルデザインに関する基礎的な知識を学びます ☆受講終了後、認定証を交付。サポーターとしての活動は、日々の暮らしでのユニバーサルデザインの普及や、区が実施する事業への参加などです

対象 区内在住の方

日時 11月6日(水)午後1時30分～5時

会場 区役所1階特別集会室

申込み 9月24日～10月11日に申込書をud-sense@city.tokyo-nakano.lg.jp、郵送または直接、平和・人権・男女共同参画係へ。選考で10人程度 ☆申込書は区HPからダウンロードを。選考結果は全員へ郵送

犬の飼い方・しつけ方教室(初心者向け)

衛生環境係(中野区保健所)
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

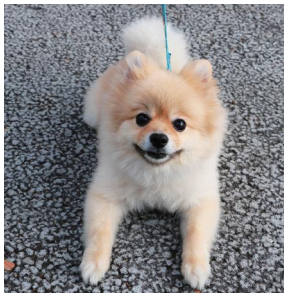
内容 犬の習性などについて、東京都動物愛護推進員から学びます ☆犬を連れての参加は不可

対象 初めて犬を飼う方、飼い方でお困りの方

日時 10月19日(土)午後1時30分～3時30分

会場 中野区保健所(中野2-17-4)

申込み 9月24日～10月17日に電子申請か、電話、ファクスまたは直接、衛生環境係へ。先着40人。手保(先着5人)。10月11日までにあわせて申し込みを。講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、手はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢



◀周囲に受け入れられるよう愛犬にしつけを

保証協会の担当者から学ぶ、創業保証の活用方法と審査のポイント「中小企業のための信用保証協会徹底活用術」

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

対象 区内在住・在勤・在学の方、区内での創業を考えている方

日時 10月24日(木)午後6時30分～8時

会場 産業振興センター

申込み 9月24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

高齢者生活支援サービス担い手養成講座

介護予防推進係／6階
☎(3228)8949 FAX(3228)5492

開講期間 11月8日～来年1月28日 ☆全12回。1回のみの参加も可

会場 スマイルなかの他

受講料 救急救命講習のみ1,400円

申込み 各開催日の前日までに電話またはファクスで、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へ。各回先着20人 ☆講座の内容や日程などについて詳しくは、同事業担当へ問い合わせを

国際交流協会からのお知らせ(2件)

中野区国際交流協会(中野2-9-7)
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

国際スポーツ交流「ボウリング」

日時 10月26日(土)午後1時～3時

会場 中野サンプラザボウル

参加費 1,000円(別途貸靴代が必要)

申込み 10月18日までに電話またはanic@nifty.comで、中野区国際交流協会へ。日本人、外国人各20人程度。「10／26ボウリング」、住所、氏名とふりがな、電話番号、国籍

日本語ボランティア実践講座

HPで詳しく

対象 区内在住・在勤・在学の方または同協会の賛助会員(ボランティアを含む)で、受講後に同協会のボランティアとして日本語クラスで活動できる20歳以上の方

日時 12月3日～来年3月31日の原則毎週火曜日、午後6時30分～9時。全15回

会場 なかのZERO(ゼロ)西館

受講料 15,000円(賛助会員13,000円) ☆全回分。別途教材費が必要

申込み 10月31日までに小論文と受講申込書を持って直接、同協会へ。選考で30人 ☆詳しくは、中野区国際交流協会HPをご覧になるか、同協会へ問い合わせを

第６回中野区検定

HPで詳しく

中野区教育振興会
☎(3228)5544 FAX(3385)9319

内容 中野区の歴史・文化などの知識を問う検定
日時 12月1日(日)午前10時着席
会場 産業振興センター
☆10月1日～11月15日に中野区教育振興会へ申し込みを。先着150人。応募方法や検定料などについて詳しくは、同会HPをご覧になるか、電話で問い合わせを

9月中は毎日開設 身元不明・行方不明者相談所

時間 午前9時～午後4時
会場 警視庁本部1階身元不明相談室(千代田区霞が関2-1-1)、巣鴨とげぬき地蔵尊高岩寺会館(豊島区巣鴨3-36-1)
☆写真など本人を特定する資料を持って直接会場へ
問合せ 中野警察署☎(5342)0110、野方警察署☎(3386)0110

高齢者・介護

「高齢者インフルエンザ予防接種予診票」を10月上旬に郵送します

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

次の対象の方で接種を希望する方は、実施医療機関に問い合わせの上、期間内に受けてください。
接種実施期間 10月1日～来年1月31日
対象 区内在住で、12月31日現在、次の①②のいずれかの条件を満たす方
①65歳以上
②60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能のいずれかに障害があり、身体障害者手帳1級相当
対象者の負担額 2,500円 ☆生活保護を受けている方は免除。その場合は、免除と記載された予診票を郵送します

介護予防総合講座（2件）

いずれも
対象 区内在住の65歳以上の方
日程 10月11日(金)

「いざという時の為の防災食」

沼袋高齢者会館(沼袋1-34-14)
☎・FAX(3387)7381
内容 非常時でもおいしく食べられる工夫を栄養士から学びます
時間 午前10時～正午
参加費 500円(材料費)
申込み 9月24日から電話または直接、沼袋高齢者会館へ。先着15人

「栄養(こうくう)・口腔教室～健康はお口から～」

しんやまの家(南台4-25-1)
☎・FAX(3229)8175
内容 お口のケアを始めとした幅広い健康維持について、東京医科歯科大学院講師白田(はくた)千代子氏から学びます
時間 午前10時～11時30分
☆当日直接会場へ。先着40人程度

江古田の森公開セミナー「自宅内の危険個所を見つけよう」

高齢者支援基盤整備係／6階
☎(3228)5631 FAX(3228)5492

内容 自宅に潜む危険とその対策について、介護福祉士から学びます
日時 10月11日(金)午後2時～3時
会場・問合せ先 東京総合保健福祉センター江古田の森(江古田3-14-19)☎(5318)3711
☆当日直接会場へ。先着50人程度

高齢者向け優良賃貸住宅「ウエルカーサ新中野」の入居者募集

(一財)首都圏不燃建築公社不動産アセット事業部
☎(6809)6328 FAX(6809)6329

対象 都内在住で、自ら居住するための住宅を必要としている60歳以上の方(所得基準あり)
住宅所在地 本町4-36-5
月額家賃 124,000円 ☆別途、共益費と緊急通報サービス利用料(合わせて13,000円程度)が必要。所得により家賃減額制度あり
申込期間 9月24日～10月1日
募集戸数 1戸(ワンルーム)
☆入居審査あり。詳しくは、電話(平日午前9時～午後5時)で、同公社へ

広告

住み慣れた街ではじめませんか、笑顔で充実した暮らし。
サービス付き高齢者向け住宅
[一般型特定施設入居者生活介護 申請予定]
ニチイホーム 渋谷本町
2019年 秋 新規開設！(予定)
現地内覧受付中！ 要予約
首都圏を中心に 74施設 ※オープン予定を含む 2019年8月現在
●30年以上にわたる介護実績※ ●自己実現を目指す介護予防と認知症ケア
●外出・サークル活動を楽しむ自由なアクティビティ ※ニチイホームは、1983年に前進となる介護施設(現:ニチイホーム修善寺)から始まりました。
渋谷区本町 4-49-15
都営地下鉄大江戸線「西新宿五丁目」駅より徒歩9分(700m) 京王新線「初台」駅より徒歩18分(1.4km) 東京メトロ丸の内線「中野新橋」駅より徒歩13分(1km)
【施設概要】●サービス付き高齢者向け住宅として東京都に登録済 登録番号 15008(2015年11月6日)●一般型特定施設入居者生活介護申請予定 ●鉄筋コンクリート造 地上4階建 ●居室区分:[全室個室44室] ●入居資格:入居時自立・要支援・要介護
中野新橋駅 西新宿五丁目駅 初台駅 都庁 新宿駅
土地建物の権利形態事業主体非所有(建物賃貸借契約)
資料請求、現地内覧のご予約、お気軽にお電話ください。
0120-555-800 受付 9:00～18:00(年中無休)
ニチイホーム
www.nichii-home.jp
(株)ニチイケアパレス
千代田区神田駿河台2-5-12
NMF駿河台ビル6F
ニチイ

子ども・子育て

小児インフルエンザ予防接種（任意接種）費用を一部助成します

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

助成対象期間 10月1日～来年1月31日（接種日）
助成対象者 区内在住で、接種日当日に生後6か月～小学校就学前のお子さん
接種場所 区内契約医療機関
☆詳しくは、区HPをご覧になるか、保健予防係へ問い合わせを。予診票は医療機関に備え付けのものをお使いください。区外の医療機関で助成対象期間中に接種した場合は、後日、助成額の還付請求ができるので、同係へ問い合わせを
助成額 1回につき1,000円 ☆助成対象期間中2回まで。各医療機関が定めた額から助成額（1,000円）を差し引いた額を接種時にお支払いください

特別児童扶養手当の現況届の提出はお済みですか

児童手当・子ども医療費助成係／3階
☎（3228）8952 FAX（3228）5657

特別児童扶養手当を受給中の方へ、7月31日に現況届を郵送しました。

現況届の提出は、手当の受給資格を確認するための大切な手続きです。提出がない場合は、8月分以降の手当を受けられません。未提出の方は、速やかに提出してください。

不明な点は、児童手当・子ども医療費助成係へ問い合わせを。

私立幼稚園等園児の保護者の方へ 補助金の申請は10月31日までに

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・子育て支援新制度移行園を除く）または都が認定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は、入園料と保育料の一部補助を受けられます。

10月から幼児教育無償化が始まるため、4月～9月分の最終申請期限は10月31日（必着）です。期限を過ぎての申請はできないのでご注意を。

申請方法などについて詳しくは、幼稚園・認定こども園係へ問い合わせを。

「プログラミング体験 ～自分でゲームを作ってみよう～」

産業振興係／9階
☎（3228）8729 FAX（3228）5656

日時 10月12日（土）午前10時～正午
会場 中野区産業振興拠点ICTCO（中野4-10-1中野セントラルパークイースト1階）
対象 小学校3年生以上のお子さん
参加費 2,500円（テキスト代含む）
申込み 9月24日～10月9日にseminar@ictco.jpで（一社）中野区産業振興推進機構へ。先着15人。講座名、住所、氏名、電話番号、学校名、学年、メールアドレス
☆詳しくは、同機構HPをご覧になるか、電話で同機構☎（5942）6007へ

「すこやかママの身体づくり ～親子体操をしよう～」

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

内容 お子さんを預けて産婦人科医の話を聞いた後、親子で体操をします
対象 首の据わった生後4か月～1歳半ごろのお子さんと母親
日時 10月17日（木）午後2時～4時
会場 江古田区民活動センター
講師 寺内智子氏（寺内医院院長）他
申込み 9月24日～10月10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組

「親子で一緒！楽しく継続！ 筋力アップ体力アップ」

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

対象 3か月以上1歳未満のお子さんとその保護者
日時 10月29日（火）午後1時30分～3時30分
会場 中部すこやか福祉センター
申込み 9月25日から電子申請か、電話または直接、中部すこやか福祉センターへ。**電子申請**＝10月25日まで、**電話・窓口**＝10月28日まで。先着20組

乳幼児のための やさしいアレルギー教室

鷺宮すこやか福祉センター
（若宮3-58-10）
☎（3336）7111 FAX（3336）7134

対象 区内在住の、乳幼児の保護者 ☆お子さんとの参加も可
日時 10月31日（木）午前10時～正午
会場 鷺宮すこやか福祉センター
講師 山本貴和子氏（国立成育医療研究センター医師）
申込み 9月24日～10月25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25人（組）

広告

どんなお困り事もお任せ下さい！
●掃除・洗濯・片付け ●荷物の移動
●不用品処分のお手伝い ●家具組み立て
●大工仕事・庭仕事 ●各種代行
●引っ越しのお手伝い ●その他お困り事
便利屋！お助け本舗 中野坂上店
0120-078-365
電話 03-5358-9885 info@otasuke078.com
〒164-0003 東京都中野区東中野 1-56-5 ホシノビル 4F
LINE@

区報に広告を掲載しませんか
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。

健康・福祉

ハクビシン、アライグマの被害に遭ったら

衛生環境係（中野区保健所内）
☎（3382）6662　FAX（3382）6667

区は、ハクビシンまたはアライグマの被害に遭っている戸建て住宅を対象に、「箱わな」を設置して捕獲・駆除する事業を行っています。

この事業の利用には、箱わなの設置場所の提供、毎日の見回り、捕獲時の連絡等についての協力が必要です。

申し込み方法などについて詳しくは、衛生環境係へ問い合わせを。

☆随時受け付け

▲ハクビシンは鼻筋が白く、体に模様がない

成年後見制度申し立て講座

中野区成年後見支援センター
☎（5380）0134　FAX（5380）0591

内容　制度の内容や手続きなどについて、実際の書類を使った説明を聞きます
対象　区内在住・在勤・在学の方
日時　10月8日（火）午後2時～4時
会場　スマイルなかの
申込み　9月21日～10月7日に電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。先着40人。講座名、氏名とふりがな、電話番号、ファクス番号

高齢者、障害者のための無料法律相談

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

内容　成年後見制度や遺言などについて、弁護士や社会福祉士に相談できます　☆一人当たり45分程度
対象　区内在住・在勤の高齢者、障害者の方とその家族
日時　10月9日・23日、いずれも水曜日、午後3時から　☆11月以降、原則的に奇数月は第1・第3水曜日に、偶数月は第2・4水曜日に実施（ただし、来年1月は8日・22日）
会場　スマイルなかの
申込み　各相談日の7日前までに電話または直接、中野区成年後見支援センターへ。各日先着2人　☆担当弁護士への案件依頼はできません

「大好評！せせらぎ心理学講座！」

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　10月6日（日）午後1時30分～2時30分
会場　スマイルなかの
申込み　9月21日～10月5日に電話で、「せせらぎ」へ。先着20人

日常生活で使える対人マナー講座

障害者地域自立生活支援センターつむぎ
☎（3389）2375　FAX（5942）5811

内容　イラストやロールプレイで学ぶ参加型講座
対象　区内在住で知的障害のある方
日時　10月6日・27日、いずれも日曜日、午後1時30分～4時。全2回
会場　スマイルなかの
申込み　9月21日～10月4日に電話またはファクスで、「つむぎ」へ。先着20人。講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、配慮の必要な方はその内容

適塩（てきしお）で味覚を育てる栄養講座

北部すこやか福祉センター
（江古田4-31-10）
☎（3388）0240　FAX（3389）4339

内容　おいしくて塩分控えめな食事について栄養士から学びます
対象　区内在住の18歳～64歳の方　☆お子さんとの参加も可
日時　10月24日（木）午後1時30分～午後3時
会場　北部すこやか福祉センター
申込み　9月24日～10月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（組）

10月17日～23日は「薬と健康の週間」くすりの相談会のご利用を

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

内容　薬の飲み合わせや購入時に確認すべきことなどを、薬剤師に相談できます。体脂肪測定や健康相談なども実施
日時　10月12日（土）午前11時～午後5時
会場　帝京平成大学中野キャンパス（中野4-21-2）
☆当日直接会場へ。駐車場はありません

広告

外壁・屋上の防水／総合リフォーム
MARUTOMO 1994 MARUTOMO SPIRITS マルトモは、
中野区物件を手掛け20年余り、ビル・マンションから一戸建等、その数は1000棟に達しています
修繕工事専門会社です。修繕工事・防水工事等で、私達の技術を活かして下さい！
03－5380－0065（代）
https://www.marutomo1994.co.jp/
株式会社マルトモ　中野区新井5-33-7（本社・工事部）　中野区新井1-11-9-5F（営業部）

中野区上高田
宗清寺墓苑（そうせいじ）
早稲田通り寺町 ほぜんじ幼稚園隣り
墓地ご案内開催中！
■開催日：土曜・日曜・祝祭日　10月末日まで
■開催時間：午前9時～午後5時
大きい区画もご用意しております。

施工例
セット販売価格 79（0.16㎡）（税込）万円より
※年間管理費は別途。
ご来苑予約・お問い合わせ
絆づくりのパートナー 石苑　FreeDial 0120-141453

9月20日～10月5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
9月22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
		くり小児科内科	小・内	野方4-22-3	☎(5345)6166
		中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11	☎(3361)1381
		やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11	☎(6300)4790
		三五医院	内	南台2-6-8	☎(3381)0313
		浅香歯科医院☆	歯	野方5-28-5	☎(3337)3718
	薬局	フジ薬局		野方4-19-2	☎(3386)8854
		カメイ調剤薬局中野南台店		南台2--9-3	☎(5328)2313
9月23日(月・祝)	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
		つるた鷺ノ宮クリニック	内・皮・小	白鷺1-7-15	☎(5373)8460
		竹下医院	内・小	野方5-22-8	☎(3339)6658
		くすのき診療所	内・外・脳神経外	中央2-7-8	☎(3361)0072
		多田町診療所	内・呼・小・アレルギー	南台3-33-5	☎(3381)3191
		歯科米沢医院	歯	中央2-4-1-203	☎(3364)6480
		藤田歯科医院	歯	鷺宮4-3-4	☎(3223)4141
	薬局	イオックス薬局鷺ノ宮店		白鷺1-7-15	☎(6265)5840
		パレット薬局中野坂上店		中央2-2-22	☎(6914)0017
9月29日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	☎(3387)7321
		横畠病院	外・内	新井1-38-6	☎(3389)2531
		中越整形外科	整	鷺宮3-20-9	☎(5327)5835
		たかねファミリークリニック	内・小・皮	丸山2-17-13	☎(5356)8120
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	☎(3372)4701
		白川クリニック	内・外	南台2-51-8　1階	☎(6382)5011
		土田歯科医院☆	歯	南台3-6-25　1階	☎(3229)0880
	薬局	豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9	☎(3223)4117
		すずらん薬局		南台2-51-7	☎(6382)7941

☆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内 (中央4-59-16) ☎(3382)9991		総合東京病院内 (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

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

中野区ピンクリボン2019
10月はピンクリボン運動月間

乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診受診を推進するための世界的な啓発キャンペーン

区民健診係（中野区保健所）☎（3382）2429　FAX（3382）7765

乳がんは、日本人女性の11人に1人がかかると言われています。早期発見・早期治療により高い確率で治るので、定期的に検診を受けることが大切です。

「がん検診普及啓発及び受診率向上に関する協定」を区と締結している企業等（アフラック、新渡戸文化学園、キングス・ガーデン東京）と協働で、次の催しを行います。

乳がんや検診に関する知識を深め、定期的な受診を心掛けましょう。　★いずれも、当日直接会場へ

▲昨年の街頭キャンペーン

乳がんの自己触診法を学ぶミニ講座

内容 乳がんを体験した看護師から学びます。自己触診に使えるせっけん作りも。男性も参加できます
★先着20人。駐車場はありません
日時 10月31日（木）午前10時～正午
会場 東中野キングス・ガーデン（東中野4-2-16）

街頭キャンペーン

日時 10月3日（木）午前10時から
会場 中野駅北口駅前広場など
★雨天中止

乳がんの自己触診で使えるせっけん作り

日時 10月31日（木）午後2時30分～4時30分
会場 区役所1階区民ホール
★先着20人

乳がんに関するパネル展示

日時 10月1日（火）～24日（木）の平日、午前8時30分～午後5時
会場 区役所1階区民ホール

乳がん検診を受けましょう

区は、40歳以上の女性が隔年で受診するよう、乳がん検診（視触診検査・マンモグラフィ検査）を申込制で実施しています。今年度の受診期限は、来年2月29日。昨年度受けなかった方は、忘れずに受診しましょう。
★申し込みは、区民健診係へ

福島県喜多方市中野区環境交流ツアー（1泊2日・3食付）

地球温暖化対策係／8階　☎（3228）5516　FAX（3228）5673

喜多方市の森林ガイドによる環境学習や木工体験で環境保護についての知識を深め、農家に宿泊して収穫体験や交流を楽しみます。

区は、同市と協定を結び、カーボン・オフセット（※）に取り組んでいます。
☆参加すると「なかのエコポイント」300ポイントをもらえます

※カーボン・オフセット＝区内のCO_2排出量を区外での植樹などによるCO_2吸収量で埋め合わせること

日時　10月26日（土）午前7時30分～27日（日）午後7時頃　☆集合・解散は区役所。往復貸し切りバス利用
対象　区内在住・在勤・在学で、軽いハイキング程度が可能な4歳以上の方
参加費　大人＝10,520円、中学生＝9,970円、小学生＝6,580円、小学生未満＝4,050円
☆学習・体験費、温泉入浴料込み
申込み　9月24日午前10時から電話で、株式会社東京ナイストラベル・コールセンター☎（5879）3821へ。先着30人

▲喜多方ラーメンの昼食も（料金は自己負担）

9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	192,865※　（2減）	158,795　（51減）	156,311　（21増）	315,106　（30減）	334,783（220減）
外国人	14,744（217減）	10,100（104減）	9,577　（86減）	19,677（190減）	

※日本人と外国人の混合世帯2,057を含む

次号予告　いろんな家族のカタチ

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

nakano
令和元年（2019年）9月20日発行
発行／中野区　中野区役所☎（3389）1111（代表）〒164-8501 中野区中野4-8-1
編集／広聴・広報課　広報係☎（3228）8805　FAX（3228）5645