

なかの区報

nakano

令和3年(2021年)

01|11

No.2059

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

毎月5日・20日発行  
(1月のみ11日発行)

神  
髓  
宿  
る



【今号の表紙】

東中野にある梅若能楽学院会館の能舞台。  
裏表紙では能楽などの伝統文化を伝える  
活動を行っている梅若幸子さんを紹介

# 明けまして おめでとうございます

中野区長 酒井 直人



昨年は、新型コロナウイルスの感染が拡大し、私たちの日常が一変する激動の年となりました。生活や経済に与える影響は非常に大きいですが、一方で、テレワークやオンライン会議が浸透するなど、危機に知恵と工夫で対処する「しなやかさ」を示した年でもあったと思います。また、人のつながりや絆を改めて感じる機会が多く、中野の最大の財産はやはり「人」であることを実感しました。区民のみなさんの生活や営みをしっかりと支える区政にしていく決意を新たにしています。

本年、オリンピック・パラリンピックが感染防止策を講じて東京で開催される中、中野区は、10年後に目指すまちの姿を描く新たな基本構想と、その将来像を実現するためのロードマップとなる基本計画を策定します。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、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、そして安全・安心で住み続けたいくなる持続可能なまちの実現に向けた取り組みを着実に進めてまいります。

そして、これらの取り組みを実現する財源を確保するため、新型コロナウイルス感染症による経済的な影響で厳しさを増す区の財政状況を見据え、区政運営の構造改革に着手します。事務事業の効率化や合理化、更に、中長期的な視点に立ち、施策、施設、組織の再編を視野に入れた区政運営のシステム自体の改革を進めていく覚悟です。

将来に向けて区政の方向性を定める大変重要な年であり、身が引き締まる思いです。私は今、必ずや危機を乗り越える「良き年」にし、中野への愛着と誇りを一層育んでいく思いにあふれています。

本年もどうぞよろしく願い申し上げます。

## 祝・最優秀賞 第9回健康寿命をのばそう!アワード NPO法人の多世代交流の活動が受賞しました

区内で活動するNPO法人ZEROキッズが、厚生労働省とスポーツ庁主催の「第9回健康寿命をのばそう!アワード」母子保健分野で最優秀賞を受賞しました。受賞対象となったのは、マンション住民と地域住民をつなぐ多世代交流活動。江古田3丁目にある交流スペース「もりのいえ」を拠点に

実施している親子の交流や居場所づくり、世代を超えたさまざまなイベントの開催が評価されました。

同賞では、区内で活動する「赤ちゃん和妈妈の防災講座」も団体部門優秀賞を受賞しました。

☆同賞について詳しくは、厚生労働省特設サイトをご覧ください



▲「もりのいえ」でくつろぐ親子



特設サイトはこちら▶

ワンナカノ テーブル テニス カップ  
ONE NAKANO Table Tennis CUP

# オンライン卓球イベント

1/30(土) 午後3時～4時30分

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

日本卓球リーグ所属の実業団2チームによる競技紹介や公開試合などを動画で生配信します。

日本卓球リーグで活躍する松平賢二さんやアジアパラ選手権大会2019銀メダリストの岩淵幸洋さん、元C-uteの矢島舞美さんなどが登場。元卓球女子日本代表監督の近藤欽司さんによる生解説もあります。

どなたでもオンラインで視聴できます

中野区公式YouTubeチャンネルでご覧になれます。



▲視聴はこちらから



松平賢二さん



岩淵幸洋さん

HPで詳しく



▲区HPはこちら



矢島舞美さん



近藤欽司さん

## 会場観覧者を募集

対象 区内在住・在学の方

会場 キリンレモン スポーツセンター(総合体育館)

申込み 1月20日までに電子申請または郵送(必着)で、オリンピック・パラリンピック推進係へ。抽選で50人  住所、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、生年月日、区内在学の方は通学先の名称

## なかの里・まち冬マルシェ



HPで詳しく

商業係/9階  
☎(3228)5591 FAX(3228)5656

なかの里・まち連携\*自治体の合同物産展で、新鮮な野菜や果物など特産品を購入できます。ぜひ、お越しください。

日時 1月27日(水)午前10時～午後4時

会場 区役所正面玄関前

☆当日直接会場へ。売り切れ次第終了

\*なかの里・まち連携=都市と地方が距離を越えて連携し、互いに補いながら、地域住民が中心となり交流することで「新しい時代に合った豊かさ」を目指すこと

連携自治体名	販売品(変更になる場合あり)
福島県喜多方市	新鮮野菜、ラーメンなど
茨城県常陸太田市	そば(乾麺)、納豆など
群馬県みなかみ町	新鮮野菜、リンゴなど
千葉県館山市	新鮮野菜、干物など
山梨県甲州市	ワインなど



▲中野酒販協同組合も出店。ナカノさんとコラボレーションしたお酒も販売



▲昨年の様子

「なかの里・まちパートナーズ」で特産品の購入を

区内の連携事業協力店の「なかの里・まちパートナーズ」では、連携自治体の特産品を購入できます。詳しくは、区HPをご覧ください。

ステッカーやミニのぼりがお店の目印▶



特別区民税・都民税の第4期分  
国民健康保険料の第8期分  
後期高齢者医療保険料の第10期分  
介護保険料の第10期分

2月1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。  
新型コロナウイルス感染症等の影響で納付が困難な方は、早めに相談を



◀税・保険料の猶予・減免等の区HP

最長12か月に延長

休業・失業で家賃が支払えない方へ  
住居確保給付金

失業や休業等で収入が減少した、収入・資産が基準額以下の方が対象。家賃相当額(限度額あり)が支給されます。今月から支給期間が12か月まで延長できるようになりました(3月申請分までの特例措置)。要件や申請方法などについては、区HPをご覧ください。電話で問合せ先へ。

問合せ先

中野くらしサポート／2階  
☎(3228)8950  
平日午前8時30分～午後5時



◀区HPはこちら

## 4月から勤務する会計年度任用職員を募集します

制度に関する問合せ先＝人事係／4階 ☎(3228)8915 FAX(3228)5649

勤務日時は、いずれも原則1日7時間45分及び週31時間以内で、勤務期間は4月1日～来年3月31日の1年以内。勤務日数・期間によっては期末手当や社会保険などの対象になります。交通費支給(限度額あり)。

☆詳しくは、区HPか、各係窓口などで配布している採用選考案内や募集要項をご覧ください

募集する職種一覧

職種(採用人数)	対象	勤務条件	係・問合せ先	申込み
区立保育園での保育補助など	18歳以上の方(高校生を除く)	時給1,041円～1,244円 ☆職種・勤務日数などにより異なる	区立保育園係／3階 ☎(3228)8906 FAX(3228)5667	電子申請か、区HP、各係窓口などで配布中の所定の申込書を郵送または直接、左記係へ。登録制で、登録者の中から選考を実施。欠員などの状況に応じて随時採用 ☆区立保育園は、3月までの登録者も募集中
区立幼稚園での担任教員の補助	幼稚園教諭普通免許または保育士資格を有する方	日給9,387円(6時間勤務の場合は7,268円) ☆原則平日のうち週3日～5日	教職員係／5階 ☎(3228)8861 FAX(3228)5682	
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、介護支援専門員(ケアマネジャー)のうち、いずれかの資格を有する方	月16日・月額279,000円、在宅療養に関する区民や関係機関からの相談などへの対応	在宅療養推進係／6階 ☎(3228)5785 FAX(3228)8716	1月14日～29日に区HP、区役所6階4番窓口などで配布する所定の申込書を郵送(必着)または直接、左記係へ
犯罪被害者等相談支援員(1人)	精神保健福祉士、社会福祉士、保健師等の資格を有するか、犯罪被害者等に対する相談及び支援の経験の有する方	月14日・月額193,130円、犯罪被害者に対する相談支援や理解を深めるための普及・啓発等	地域福祉推進係／6階 ☎(3228)5713 FAX(3228)5662	1月12日～27日に区HP、区役所6階7番窓口などで配布する所定の申込書を郵送(必着)または直接、左記係へ
広報アドバイザー(1人)	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	月5日以内・日給23,500円	広報係／4階 ☎(3228)8803 FAX(3228)5645	1月12日～26日に区HP、区役所4階6番窓口などで配布する所定の申込書を郵送(必着)または直接、左記係へ

## 太陽光発電の普及をサポートします

地球温暖化対策係／8階

☎(3228)5516 FAX(3228)5673

制度や申し込み方法などについて詳しくは、東京都HPをご覧ください。東京都環境局地球環境エネルギー部☎(5321)1111(代表)へ問い合わせを。

### 太陽光発電の余剰電力を買い取ります

家庭の卒FIT電力(固定価格での買取期間が終了した電力)を通常価格より1kwh当たり1.5円上乗せして買い取り、都立特別支援学校などの都有施設で活用します。



▲卒FIT電力の買い取り

### 家庭用蓄電池の設置費用を助成

蓄電池システムの蓄電容量に応じて最大60万円を助成します。



▲家庭用蓄電池の助成

## 緑を増やすために苗木を配布します

緑化推進係／8階

☎(3228)5554 FAX(3228)5677

抽選で200人にコニファー類(針葉樹)の苗木を配布します。

**日時** 1月31日(日)午前10時～午後2時

**配布場所** 区役所正面玄関前

**申込み** 往復ハガキで緑化推進係へ。1月19日必着。

☑住所、氏名とふりがな、返信用に住所、氏名

☆区内在住の方が対象。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

63 (往信)	164-8501 苗木配布担当宛	中野区役所 緑化推進係	(空白のまま)
------------	---------------------	----------------	---------

▲往信面の宛先は郵便番号だけで住所不要

63 (返信)	16X-XXXX	住所●●●●●
		氏名●●●●●
		(ふりがなも)
		様●●

▲返信面

## 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。詳しくは、マイナンバーカード交付係へ問い合わせを。  
☆現在、申請からお渡しまで約2か月かかります。必要な方は早めに手続きを

### 1月18日から税と戸籍の証明書をコンビニエンスストア(コンビニ)で受け取れます

マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書の発行を受けているもの)を利用して、住民票の写しと印鑑登録証明書の他、1月18日から新たに①(非)課税・納税証明書、②戸籍全部(個人)事項証明書、③戸籍の附票の写しをコンビニで取得できます(②③は本籍地が中野区の場合のみ)。

発行手数料は、1通当たり200円(②のみ350円)です。  
☆証明書のコンビニ交付について詳しくは、証明係☎(3228)5506へ



◀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の申請手続きを地域事務所でお手伝いします

本人確認書類(運転免許証、健康保険証、パスポート、年金手帳など)を持参し、当日直接会場へ。先着15人

**日時** 1月19日(火)午前10時～11時30分

**会場** 東部地域事務所(中央2-18-21)

☆2月以降の日程は、決まり次第区HPでお知らせします

# 税の手続きをお忘れなく

## 1 住民税(特別区民税・都民税)の申告書を郵送します

1月1日現在、区内に住所があり、申告が必要と思われる方に宛て、2月4日に申告書を郵送します。申告が必要な方は、必要事項を記入し、区役所3階課税係へ忘れずに申告を。

**申告期間** 2月16日(火)～3月15日(月)

☆新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、郵送での提出を推奨しています。郵送の場合は、同封の返信用封筒をご利用ください

## 2 事業者の方へ 2月1日までに令和3年度(同2年分)給与支払報告書の提出を

お早めに、郵送または直接、区役所3階課税係へ。インターネットを利用した地方税の電子申告システム[eLTAX] でも提出できます。☆前々年の報告書が100枚以上の場合、eLTAX等での報告が義務です

## 3 個人住民税の「特別徴収」を徹底しています

東京都と都内区市町村は、原則として全事業主を「特別徴収義務者」に指定しています。事業主のみなさんは、ご理解・ご協力をお願いします。



個人住民税  
PRキャラクター  
「ぜいきりん」

### 特別徴収とは

事業主の方が従業員に代わり、毎月の給与から個人住民税を差し引いて納付する制度です。

従業員が常時10人未満の場合は、従業員が住む区市町村から承認を受けることで年12回の納期を年2回にする「納期の特例制度」も利用できます。

特別徴収の制度について詳しくは、東京都主税局  をご覧ください。

## 4 確定申告はスマートフォン・パソコンから

確定申告書の作成は、国税庁  「確定申告書等作成コーナー」が便利です。事前に税務署から発行された「ID・パスワード」があれば、マイナンバーカードやICカードリーダーライター(電子情報読み取り機)が無くともe-Tax(国税の電子申告・納税システム)で確定申告ができます。

## 5 「税理士による無料申告相談」で申告書を作成できます

小規模納税者の所得税・復興特別所得税や個人消費税、年金受給者や給与所得者の所得税・復興特別所得税について、アドバイスを受けながら申告書を作成し、提出できます。

☆土地、建物及び株式などの譲渡所得がある場合、配当所得がある場合や青色申告者、初めて住宅ローン控除を受けるなど相談が複雑な場合は、2月16日(火)～3月15日(月)に申告書作成会場(JR新宿駅直結ルミネゼロ「バスタ新宿」上)で相談を

**日程・会場** 1月28日(木)・29日(金)、2月1日(月)・2日(火)  
＝なかのZERO西館(中野2-9-7)

2月3日(水)～5日(金)

＝野方区民活動センター(野方5-3-1)

2月8日(月)・9日(火)

＝鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)

**時間** 午前9時30分～11時、午後1時～3時

☆いずれも当日午前9時30分から、会場で入場整理券を配布(先着72人)

### にせ税理士にご注意を

税務相談・税務書類の作成・税務代理をするためには、税理士資格が必要です。

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  をご覧になるか、同会 ☎(3356)4461 へ問い合わせを。

## 6 1月は固定資産税(償却資産)の申告月です

1月1日現在、23区内に償却資産(土地・家屋以外の事業用資産)を所有している方は、2月1日までに、資産が所在する区にある都税事務所に申告してください。

なお、事業収入が減少した中小事業者等の方は、2月1日までに申告すると軽減措置が受けられます。詳しくは、東京都主税局  で確認を。

☆[eLTAX]  から申告できます

1～6の  
問合せ先

1 2 3 課税係/3階  
☎(3228)8913 FAX(3228)8747

4 5 中野税務署  
☎(3387)8111 ☆自動音声案内

6 中野都税事務所  
☎(3386)1118

## 傍聴を

☆記載がないものは、当日直接会場へ。  
日程は、変わることがあります

### 中野区健康福祉審議会

健康福祉企画係／6階  
☎(3228)5421 FAX(3228)5662  
全体会  
2月9日(火)午後7時～9時  
区役所7階会議室

### 中野区環境審議会

地球温暖化対策係／8階  
☎(3228)6584 FAX(3228)5673  
1月20日(水)午後2時から  
産業振興センター  
☆会場は、変わることがあります

### 中野区都市計画審議会

都市計画課庶務係／9階  
☎(3228)8840 FAX(3228)5668  
1月20日(水)午後2時から  
区役所4階第1委員会室  
☆先着25人。午後1時30分から会場  
で受け付け

### 中野区地域包括支援センター 運営協議会

在宅療養推進係／6階  
☎(3228)5609 FAX(3228)8716  
2021年度の地域包括支援センター設  
置予定法人について  
2月2日(火)午後6時30分から  
区役所7階会議室  
☆事前申込制。1月12日～28日に電  
話で、在宅療養推進係へ。先着5人

### 中野区個人情報保護審議会

文書・情報公開係／4階  
☎(3228)8994 FAX(3228)8834  
個人情報収集事務登録について  
2月3日(水)午後1時30分から  
区役所4階庁議室

### 中野区国民健康保険運営協議会

国保運営係／2階  
☎(3228)8819 FAX(3228)5655  
中野区国民健康保険条例の一部改正  
等について  
2月4日(木)午後2時から  
区役所7階会議室

### 中野区子どもの権利擁護推進 審議会

子ども政策調整係／5階  
☎(3228)5605 FAX(3228)5679  
2月4日(木)午後7時～9時  
区役所9階会議室  
☆保(先着3人)希望の方は1月12日～  
18日に電話またはファクスで、子ども  
政策調整係へ

### 2月の教育委員会定例会

教育委員会係／5階  
☎(3228)8857 FAX(3228)5679  
①12日 ②19日 ③26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

## お知らせ

### 都市計画道路事業 認可変更図書を縦覧中

都市計画係／9階  
☎(3228)8981 FAX(3228)5668

**縦覧図書** 「東京都市計画道路事業幹  
線街路補助線街路第220号線」(西武新  
宿線鉄道交差部＝中野区上高田4丁目  
～5丁目の延伸)について

**縦覧期限** 令和12年3月31日

**縦覧場所** 区役所9階2番窓口

### 高齢者・障害者福祉の計画につ いてのパブリック・コメント手続き

次の①②とも

**資料公表・意見募集期間** 2月5日～26  
日(必着)

**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、  
各係へ。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  
**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、地域包括  
支援センター、区役所4階区政資料セン  
ター、各係窓口

#### ①「中野区高齢者保健福祉計画・第8 期介護保険事業計画」(案)

介護・高齢者支援課管理企画係／2階  
☎(3228)5629 FAX(3228)8972  
☑kaigokourei@city.tokyo-nakano.lg.jp

#### ②「中野区障害者計画・第6期障害福 祉計画・第2期障害児福祉計画」(案)

障害者施策推進係／1階  
☎(3228)8832 FAX(3228)5660  
☑shogaihukusi@city.tokyo-nakano.lg.jp

## ひとり親世帯の方へ

### 臨時特別給付金の申請期限を2月26日(金)必着に延長しました

児童手当・子ども医療費助成係給付金専用ダイヤル  
☎(3228)3253

対象などについて詳しくは、区HPをご覧ください。専用ダイヤルへ問い合わせを。



▲区HP

## 「災害時個別避難支援計画書」の訪問調査を行います

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

10月に、対象の方へ災害時個別避難支援計画書作成のための調査用紙を郵送しました。現在、これまでに回答がなかった方の自宅へ、区職員が順次訪問しています。詳しくは、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。☆訪問する職員は職員証を携帯しています

## 20歳になったら国民年金に加入

国民年金係／1階  
☎(3228)5515 FAX(3228)5654

国民年金は、病気やけがで障害が残った時、老後や家族の働き手がなくなった時などに、働いている世代のみなさんで暮らしを支えあうための制度です。

日本国内に居住している20歳以上60歳未満の方は、厚生年金加入者を除き、国民年金に加入することが法律で義務付けられています。

住民基本台帳情報で20歳になったことが確認できた方は、誕生日の約2週間後に年金手帳等が届きます。資格取得の届け出は不要です。

☆収入が一定基準以下の場合、保険料の「学生納付特例制度」または「免除・納付猶予制度」を利用できます。手続きなどについて詳しくは、国民年金係へ問い合わせを

## 「中野区あんしんすまいパック」助成のご利用を

住宅政策係／9階  
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

区内の民間賃貸住宅に住んでいる、または住み替え予定の単身者向けに、定期的な安否確認電話や死亡時の家財整理費などの補償を行う民間事業者のサービスがあります。

一定の要件に合う方は、このサービスの初回登録料の助成が受けられます。詳しくは、住宅政策係へ問い合わせを。

## 通学路の安全確保にご協力を

学事係／5階  
☎(3228)5459 FAX(3228)5680

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土曜日を中心に、登下校の見守りや防犯パトロールなどを行っています。また、警察などと合同で通学路の安全点検を行っています。

子どもたちが安心して学校へ通えるよう、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。

## 催し・講座

### 暮らしの手続きと書類の相談

区民相談係／1階  
☎(3228)8802 FAX(3228)5644

**内容** 区内在住の方が対象。相続手続きや遺言書作成の方法などについて、行政書士に相談できます

**日時** 2月19日(金)午後1時～4時  
☆一人当たり25分以内

**会場** 区役所1階専門相談室

**申込み** 2月12日午前9時から電話で、区民相談係へ。先着6人

☆毎月第3金曜日に実施。その他専門相談について詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。区民相談係へ問い合わせを

### 行政書士会の相談会もご利用を

**偶数月第1金曜日**  
＝南中野区民活動センター

**奇数月第2金曜日**  
＝鷲宮区民活動センター

☆いずれも、午後1時～4時。当日直接会場へ。詳しくは、東京都行政書士会中野支部☎0120(404)347へ問い合わせを



◀[区HP](#)はこちら

## 刑務所作業製品の展示即売会

地域自治推進係／5階  
☎(3228)5571 FAX(3228)5620

**日時** 2月8日(月)～10日(水)午前10時～午後4時

**会場** 区役所1階区民ホール  
☆当日直接会場へ。(公財)矯正協会との共催



▲過去の開催の様子

## ユニバーサルデザイン普及啓発パネル展

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

**内容** 誰もが暮らしやすいまちにするユニバーサルデザインや日常の心掛けをイラストで解説

**期間** 2月2日(火)～25日(木)

**会場** 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」西側 ☆当日直接会場へ

## 性的マイノリティ区民講座

アイアム ヒア I Am Here「多様な性を生きる」

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

**内容** 性的マイノリティの当事者として幅広く活動する講師から、多様な性の基礎知識などを学びます

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**日時** 2月4日(木)午後6時30分～8時

**会場** 区役所7階会議室

**講師** 浅沼智也氏 (TRANS VOICE IN JAPAN代表)

**申込み** 1月12日～2月3日に電子申請か、電話、ファクスまたは直接、平和・人権・男女共同参画係へ。先着30人。

☎氏名とふりがな、住所、電話番号

## 平和企画展示 「いわさきちひろ平和のパネル展」

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

**内容** 戦争下を生きた絵本画家のいわさきちひろさんの「戦火のなかの子どもたち」などを元にしたパネルを展示

**日時** 1月13日(水)～2月9日(火)午前6時45分～午後10時30分

**会場** 平和資料展示室(キリンレモンスポーツセンター内) ☆当日直接会場へ。(公財)いわさきちひろ記念事業団の協力により実施



▲戦火のなかの少女  
いわさきちひろ／1972年

## 区民のためのパソコン・スマホ入門講座

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

**対象** 区内在住・在勤でパソコン・スマートフォン(スマホ)操作に慣れていない方

**内容・日時** パソコン入門講座=1月22日(金)午前10時～午後3時、スマホ基礎講座=23日(土)午前10時～正午、スマホLINE講座=23日(土)午後1時～3時

**会場** 中野区シルバー人材センター北部分室(〒165-0033若宮3-15-12)、同南部分室(〒164-0012本町6-17-12)、同江古田分室(〒165-0022江古田4-14-11) ☆いずれかの講座を1回のみ受講可

**申込み** 往復ハガキで受講を希望する会場へ。1月15日必着。抽選で各回6人(計54人)。☑️受講希望講座名・会場、住所、氏名とふりがな、電話番号(返信用にも住所、氏名)

☆結果は、1月19日までに郵送

## 区内事業者が出展 「ヴァーチャル産業交流展2020」

産業振興係／9階   
☎(3228)8729 FAX(3228)5656

中小企業が出展する国内最大級の展示会です。今年は1月20日～2月19日にオンラインで開催されます。この展示会に区が重点産業と位置付けるICT(情報通信技術)・コンテンツやライフサポートの関連産業を営む区内の18事業者が特別出展。どなたでも無料で視聴できるので、ぜひご覧ください。

☆視聴方法などについて詳しくは、産業交流展専用HPで確認を



◀専用HPはこちら

## 産業振興センターのオンライン講座(4件)

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

次の①～④とも

**対象** 区内在住・在勤の方、区内での創業を希望する方

**申込み** 1月12日～配信開始日の3日前(④のみ2月18日)の午後5時に産業振興センターHPで申し込むか、電話、ファクスまたは直接、同センターへ。☑️講座名、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス

①中小企業のための信用保証協会徹底活用術

**配信期間** 1月30日(土)～2月7日(日)

②働き方改革のためのタイムマネジメント

**配信期間** 2月6日(土)～14日(日)

③オンリーワンを表現する発信ワークショップ

**配信期間** 2月20日(土)～28日(日)

④見せるだけで注文が入る!チラシ・パンフレットの作り方

**日時** 2月24日(水)午後6時30分～8時30分 ☆Zoomを使用。先着100人



## 募集・求人

### 都営住宅(家族向け・単身者向け・シルバーピア)入居者

東京都住宅供給公社(JKK東京)都営住宅募集センター  
☎0570(010)810(ナビダイヤル)

**対象** 都内在住で、住宅に困窮している一定の所得基準内の世帯

**募集案内・申込書の配布** 2月1日～9日に、区民活動センター、区役所1階総合案内、同9階4番窓口、JKK東京都営住宅募集センター及び同窓口センターで ☆土・日曜日、夜間は区役所1階夜間・休日窓口で受け取れます

**申込み** 募集案内に同封の申込書を渋谷郵便局へ郵送

☆所得基準や申込期限などについて詳しくは、募集案内をご覧ください。電話での問い合わせは、申込書配布期間中の平日午前9時～午後6時に利用可。期間外はJKK東京☎(3498)8894へ

### 東京都立中学校夜間学級の生徒募集

世田谷区立三宿中学校夜間学級(世田谷区太子堂1-3-43)  
☎(3424)5255

世田谷区立三宿中学校夜間学級は、小・中学校を卒業していない方やいろいろな事情により中学校で十分に学べなかった方のためのもので、都内8校の中学校で開設しています。15歳以上の方であれば、年齢・国籍に関係なくいつでも入学できます。教材費などの実費は必要ですが、授業料は無料です。

授業内容は国語や数学など9教科で、一人ひとりの分かるところから学習を始められます。卒業すると中学校の卒業資格を取得できます。

詳しくは、三宿中学校へ問い合わせを。

## 高齡者・介護

### 老齡年金を受給している方へ 源泉徴収票が郵送で届きます

国民年金係／1階  
☎(3228)5514 FAX(3228)5654

老齡年金を受給している方へ、今月下旬までに、日本年金機構から「国民年金・厚生年金源泉徴収票」を郵送します。

老齡年金は、所得税法上の雑所得として課税対象となります。

源泉徴収票は、確定申告の際に必要なため、大切に保管してください。☆紛失した場合は、基礎年金番号を用意して、ねんきんダイヤル☎0570(05)1165(ナビダイヤル)または中野年金事務所☎(3380)6111へ問い合わせを

### 後期高齡者医療制度「医療費等通知書」が郵送されます

後期高齡者医療係／2階  
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

今月下旬、次の対象の方に、東京都後期高齡者医療広域連合から「医療費等通知書」が郵送されます。届いた方は、受診内容等を確認してください。

**対象** 後期高齡者医療保険の被保険者で、令和元年9月～同2年8月の12か月間に医療費(自己負担分と保険者負担分の合計)が5万円を超える月がある方  
☆この通知書は医療費控除の申告手続きで医療費の明細として使用できます

### 高齡者向け優良賃貸住宅 「ウエルカーサ新中野」の 補欠登録者募集

(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** 108,000円～134,000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40,000円まで家賃減額制度あり

**申込期間** 1月14日～21日 ☆優先順位は抽選で決定。空室が発生した場合に順位に従いあっせん。入居審査あり。詳しくは、平日午前9時～午後5時に電話で、同公社へ。登録期間は1年間

### 家族介護教室「認知症の方への 関わり方について」

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

**内容** 専門職との懇談会形式で介護技術などを学びます

**対象** 自宅で高齡者介護をしている方  
**日時** 2月26日(金)午後1時15分～2時45分

**申込み** 1月12日～2月25日の午前9時～午後5時(日曜日を除く)に本人が電話または直接、やよいの園へ。先着10人

### 生活機能向上プログラム(3件)

次の①～③とも

**対象** 区内在住の65歳以上の方(②は男性のみ)

**申込み** 1月12日からの平日午前9時～午後5時(①②は土曜日可)に本人が電話または直接、各施設へ

#### ①楽しく踊ろう!リズムダンス

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

**日時** 1月29日(金)午後2時～3時30分

**申込期限** 1月21日 ☆先着12人

#### ②男性のための排尿障害予防講座

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

**日時** 2月2日(火)午後1時30分～3時

**申込期限** 1月29日 ☆先着12人

#### ③かんたん運動でロコモ予防!

宮園高齡者会館(中央2-18-21)

☎・FAX(3365)0318

**内容** 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の予防に効果的な軽運動など

**日時** 2月10日・24日、3月10日、いずれも水曜日、午後1時30分～3時30分。全3回

**申込期限** 1月29日 ☆先着20人。初めての方優先

公益社団法人 中野区シルバー人材センター

あなたの豊かな知識と経験を地域社会のために生かしてみませんか!

## 会員募集!

■ご希望の多い仕事■

- 家事援助(掃除・洗濯・調理など)
- 育児支援(子どもの送り迎え、保育補助など)
- 除草作業 ●屋内外清掃 ●広報誌の配布等

ご入会ご希望の方はお気軽にお電話を!!  
(電話番号のおかけ間違いにご注意ください)

03-3366-7971

受付時間 平日午前9時～午後5時(土・日・祝日除く)  
〒164-0011 中野区中央2-22-10-101

〈入会資格〉

- 原則満60歳以上の健康で働く意欲がある方
- 地域貢献を目指すシルバー人材センターの活動趣旨にご賛同頂ける中野区民の方
- 年会費2,000円

駅チカ 家族葬専用式場

中野区民の方々にご支持いただいております。

夜中でも対応してくれるのから

安心して葬儀を頼めるところはないかな

家に連れて帰れないのだけども...

くみん斎場 中野新井薬師前

東京都中野区上高田 3-19-17  
西武新宿線「新井薬師前」駅南口徒歩約3分

お問合せ・資料請求  
24時間葬儀受付窓口 (03) 6454-0019

### 介護(予防)サービス地域情報 検索サイトのご利用を

介護事業者係/2階  
☎(3228)8878 FAX(3228)8972

区内の介護事業所や介護予防・生活支援サービスに関する情報を調べることができるインターネットサイト「けあプロ・navi」の運用を開始しました。

どなたでも検索・閲覧できるので、ぜひ活用してください。



◀ご利用はこちらから

### 認知症の基礎や質問に専門医が 答えるYouTube講座

在宅療養推進係/6階  
☎(3228)5785 FAX(3228)8716

事前に受け付けた認知症に関する質問に専門家が答える動画を配信。どなたでもご覧になれます。

配信日 1月25日、2月1日、いずれも月曜日 ☆中野区公式YouTubeチャンネルで1日5本ずつ公開

講師 芦刈伊世子氏(あしかりクリニック院長)他

### 事前質問を募集します

区内在住の方が対象。1月12日~22日に電話、✉ninchisyou@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクス、郵送(必着)または直接、在宅療養推進係へ。住所、氏名とふりがな、認知症に関する質問内容



◀事前質問や動画の視聴はこちらの区HPから確認を

### 特殊詐欺被害防止

## 「自動通話録音機」を無料で貸し出し中です

生活・交通安全係/8階  
☎(3228)8736  
FAX(3228)5658

警告と録音機能があり、特殊詐欺被害を防ぐ効果があります。ご利用ください。  
☆設置は利用者が行い、電気代は自己負担

**対象** 区内在住の、おおむね65歳以上の方が居住する世帯

**申込み** 電話で、生活・交通安全係へ

☆無くなり次第終了。非常通報装置を接続している電話機など、設置できない場合あり。詳しくは、生活・交通安全係へ問い合わせを



◀録音可能時間は最大60分

### ▶▶ 特殊詐欺被害に遭わないために ~警察署からのお知らせ

区内で起きた昨年(10月末時点)の特殊詐欺被害総額は、約1億1,000万円に上ります。その手口の9割以上は次の3種類。以下のような電話があったら、警察に相談を。

#### ① 区役所の職員になりまし

「医療費が戻ります。ATMで手続きしてください」と指示し、他人の口座に振り込ませる。

#### ② 警察や銀行協会職員等になりまし

「あなたのカードが不正利用されています」と言って、暗証番号とカードをだまし取り、預金を全額引き出す。

#### ③ 孫、息子になりまし

「大事なカバンをなくした」「会社の金を使い込んだ」と言って、現金を要求する。

「変だな」と思ったら  
**110番**

被害を防ぐには、自動通話録音機の設置や留守番電話設定にするなどの対策が効果的

中野警察署 ☎(5925)0110  
野方警察署 ☎(3386)0110



### 外壁・屋上の防水/総合リフォーム

**MARUTOMO** マルトモは、

中野区物件を手掛け創業25年以上、ビル・マンションから一戸建等、その数は1050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.marutomol994.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)

遺産分割がまとまらない  
相続預貯金が使われていた  
遺留分の請求をしたい・された  
相続問題は相続を得意分野にする  
弁護士にご相談ください。

**吉口総合法律事務所**  
03-6382-4640

なかの区報を見た方の相続のご相談は60分無料

弁護士:吉口直希 第一東京弁護士会所属  
週刊エコノミストでの相続に関する記事の掲載歴有

東京都中野区本町6-27-12豊国ビル807号

落合・堀の内・代々木 斎場  
**火葬プラン** 火葬のみを執り行う時間・費用圧縮プラン  
総額 **281,600** 円

当社自社式場での  
**一日葬プラン** 駅チカ!安置室あり!ご遺族10名で行う一日葬  
総額 **615,298** 円

資料ご請求 ☎0120-7-09832

ご相談24時間受付 中野区本町6-27-12 豊国ビル1F  あすなろ葬祭

## 子ども・子育て

### お子さんに関わる手当の 手続きはお済みですか



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

次の要件に該当するお子さんを養育している区内在住の保護者に、区が手当を支給する制度があります。

いずれの手当も、所得制限による減額・支給停止等あり。詳しくは、区HPをご覧くださいになるか、児童手当・子ども医療費助成係へ問い合わせを。

#### 対象

児童手当＝中学校3年生までのお子さん  
児童育成手当・児童扶養手当＝母子家庭・父子家庭、または父母のいずれかに重度の障害がある家庭の、18歳に達した日以降の最初の3月31日までのお子さん

児童育成(障害)手当・特別児童扶養手当＝20歳未満の障害のあるお子さん

### 令和3年4月入園 区立幼稚園児の欠員募集

教育・保育支給認定係／3階  
☎(3228)5793 FAX(3228)5667

申し込み方法などについて詳しくは、入園を希望する幼稚園へ問い合わせを。

#### 園児を募集する幼稚園

園名	所在地・電話番号
かみさぎ	上鷲宮4-8-12 ☎(3999)7361
ひがしなかの	東中野5-8-21 ☎(3368)2369

**対象** 申し込み日の時点で保護者とともに区内に住み、住民登録のある4歳児(平成28年4月2日～同29年4月1日生まれ)のお子さん

**募集人数** かみさぎ＝6人、ひがしなかの＝11人

☆障害のあるお子さんは、障害の状況によって、入園できない場合があります

### 医療的ケアを必要とするお子さんへ 区立本町保育園の4月入園児を募集

運営支援係／3階  
☎(3228)8940 FAX(3228)5667

医療的ケアの内容はたんの吸引、経管栄養、導尿です。専任の看護師を配置し、適切な環境を整えています。

申し込みを希望する方は、事前に運営支援係へ相談が必要です。

**保育園所在地** 本町3-29-17

**対象** 集団保育及び保護者の送迎が可能な、令和2年4月1日以前に生まれたお子さん ☆受け入れは1人

### 妊婦さんの歯っぴいお食事講座 (2件)

次のいずれも

**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

☆希望者は、食事診断も受けられます

**時間** ①午後1時15分から、②2時40分から ☆各回1時間で、同内容

**申込み** 1月12日から電子申請か、電話または直接、すこやか福祉センターへ。各回先着6人

**北部すこやか福祉センター**  
(江古田4-31-10)

☎(3388)0240 FAX(3389)4339

**日程** 2月3日(水)

**会場** 北部すこやか福祉センター

**申込期限** 1月30日

**南部すこやか福祉センター**  
(弥生町5-11-26)

☎(3380)5551 FAX(3380)5532

**日程** 2月12日(金)

**会場** 南部すこやか福祉センター

**申込期限** 2月9日



### 歯の生えはじめ教室「ビギナーズ」

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** 歯科衛生士から学ぶ乳幼児と保護者のお口のケアなど

**対象** 区内在住の乳幼児とその保護者  
☆①②は生後6か月～11か月、③は1歳～1歳半のお子さん

**日時** 2月2日(火) ①午前10時から、②11時15分から、③午後1時30分から ☆各回45分で、①②は同内容

**会場** 南部すこやか福祉センター

**申込み** 1月12日～29日に電子申請か、電話、ファクスまたは直接、南部すこやか福祉センターへ。各回先着10組。

☑住所、保護者とお子さんの氏名とふりがな、電話番号、お子さんの生年月日、参加希望回

### 栄養講座「パパが体験！家族の健康ごはんと離乳食」

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

**対象** 区内在住で、家族に妊婦または生後8か月未満の乳児のいる男性

**日時** 2月10日(水)午後1時30分～2時30分

**会場** 中部すこやか福祉センター

**申込み** 1月13日～2月5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8人

### ひとり親家庭講演会

子育てサービス係／3階  
☎(3228)5612 FAX(3228)5657

**内容** 怒りの感情をコントロールする方法(アンガーマネジメント)について、臨床心理士から学びます

**対象** 区内在住のひとり親の方

**日時** 2月11日(木・祝)午後2時～4時

**会場** 中野区さつき寮

**申込み** 1月12日～2月4日に電話で、子育てサービス係へ。先着20人。☑(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを

## ファミリー・サポート事業予約制 会員登録

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、相互援助活動の利用・協力会員の登録を予約制で受け付けます。

**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

**日時** 1月20日、2月10日、いずれも水曜日、午前9時45分～正午

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 1月12日から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ

**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、本人確認書類



## 健康・福祉

### 令和3年度福祉タクシー利用券等の 交付の案内を郵送しています

在宅福祉係/1階  
☎(3228)8953 FAX(3228)5665

次の対象の方に、4月1日から利用できる福祉タクシー利用券・リフト付福祉タクシー利用券・福祉ガソリン券の交付案内を郵送しています。届いたら記載内容を確認してください。

福祉タクシー利用券等は3月中旬ごろに宅配便で発送する予定です。

**対象** 次の①②いずれにも該当する方  
①令和2年12月1日時点での障害等級、同元年中の本人所得等により判定し、交付対象と思われる方

②令和2年11月30日までに今年度の福祉タクシー利用券等の交付を受けた方  
**券種等を変更する方は、申請書に必要事項を記入して返送を**

**返送期限** 1月25日必着

☆変更しない方は、申請(返送)不要

## 肝炎ウイルス検査がまだの方は 無料で受けられます

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

B型・C型肝炎ウイルスは、感染しても自覚症状がないことが多く、感染に気付かない方が多数います。

早期に発見して治療を受けることで、肝炎の進行を防ぐことができ、完治も期待できます。肝炎ウイルス検査を受けたことがない方は、ぜひ検査を受けましょう。

**対象** 肝炎ウイルス検査を受けたことのない区内在住の方 ☆区民健診の対象となる40歳以上の方は、健診と一緒に肝炎ウイルス検査を受けられます。区民健診について詳しくは、区民健診係☎(3382)2429へ問い合わせを

**日時** 2月5日、3月5日、いずれも金曜日、午前10時からと午後2時からの2回受け付け

**会場** 中野区保健所(中野2-17-4)

**申込み** 各実施日の前日までに電話またはファクスで、保健予防係へ。住所、氏名とふりがな、電話番号、性別

## 今年度の区民健診の受診や 申し込みの期限が迫っています

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

区民健診の今年度の受診期限は、2月27日です。受診期限が近くなると、予約が取れず、希望どおりに受診できない場合があります。まだ受けていない方は、すぐに受診しましょう。

なお、次のいずれかに該当する方は、2月9日までに申し込みが必要です。電話で区民健診係へ。

・手元にある受診券に記載のない健診を新たに申し込む方

・受診券(同封の「受診券シール」を含む)を紛失し、再交付を申し込む方

## 国保特定健診を受診した方へ 受診勧奨通知を郵送します

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

国保特定健診の結果、生活習慣病の疑いがあり、まだ医療機関を受診していない方へ「健診結果レポート」を郵送します。また、レポートが届く頃に電話で受診状況を確認します。

生活習慣病は自覚症状がなく進行します。届いた方は医療機関を受診しましょう。

## ゲートキーパー研修 ～自殺を防ぐために～

精神保健支援係(中野区保健所)  
☎(3382)2433 FAX(3382)7765

**内容** 自殺のサインに気付き、適切な対応を行うゲートキーパーについて、中野区公式YouTubeチャンネルで配信します

**配信期間** 2月1日(月)～3月31日(水)

**講師** 伊藤次郎氏(NPO法人OVA代表理事)



☞区HPはこちら

Withコロナ時代、近くで働ける  
仕事を見つけよう!  
面接前に自分の気になることを相談してみませんか?

「都内」で働く  
おしごと相談会

開催日 **2021年1月27日(水)**  
時間 **11:00～16:00** ※最終入場15:30

会場 **中野サンプラザ**  
14階 クレセントルーム  
JRI中野駅 北口より徒歩5分

事前予約された方には  
当日商品券プレゼント!

イベントに関するお問い合わせは **ユメックスイベント事務局** ☎0120-40-3750  
(土日祝除く10時～12時、13時～17時) event@yumex.ne.jp

## 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。

広告

### 歯科相談

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** 歯科衛生士による相談

**対象** 区内在住の方 ☆お子さんと一緒に利用可

**日時** 2月25日(木)午後1時～3時45分 ☆一人当たり30分程度

**会場** 北部すこやか福祉センター

**申込み** 1月21日～2月22日に電話、ファクスまたは直接、北部すこやか福祉センターへ。先着4人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、ファクス番号、お子さんと参加する場合はお子さんの年齢

### 成年後見人勉強会

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** 後見人同士で日頃の業務や疑問などを話し合います。専門相談員(弁護士)からのアドバイスも

**対象** 親族の成年後見人・保佐人・補助人を受任し、業務を行っている方

**日時** 2月13日(土)午後1時30分～3時30分

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 1月12日～2月12日(日曜日・祝日・第3月曜日を除く)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15人。☑講座名、氏名とふりがな、電話番号

### 中小企業への出張オフィスストレッチ

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

区内事業所のオフィス内で、ストレッチなどをスポーツクラブ講師から教わります。オンライン(Zoom)も可。

**開催日**(2月8日～26日の平日いずれか1日)、時間、定員などは相談して決定。利用について詳しくは、産業振興センター☑をご覧になるか、同センターへ問い合わせを。

☆1月12日～27日に申し込みを受け付けの上、抽選で1社

### 健康経営 自宅でできる筋トレ&ストレッチ

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

**対象** 区内在住・在勤の方

**日時** 2月12日(金)午後7時～8時

**会場** 産業振興センター

**申込み** 1月12日から産業振興センター☑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10人。☑氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス

### 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ます。

**日時** 1月15日(金)午後3時30分～4時30分

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 1月14日午後5時までに電話で、ほほえみサービス事業担当へ

☆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

## 新型コロナウイルス感染症についての相談は

発熱・せきなどの症状が出た時は、かかりつけ医に相談を。かかりつけ医がいな方は、東京都発熱相談センターに相談してください。



◀相談窓口について詳しくは区☑へ

東京都発熱相談センター  
☎(5320)4592

毎日24時間受け付け  
☆感染への不安などの一般的な相談は、東京都新型コロナコールセンター☎0570(55)0571へ(ナビダイヤル。毎日午前9時～午後10時)

広告

2021年2月  
新規オープン!  
(予定)

土地建物の権利形態  
事業主体非所有(建物賃貸借契約) ※完成予定図

住み慣れた街ではじめませんか、笑顔で充実した暮らし。

介護付きホーム **ニチイホーム 野方** 内覧予約受付中!

[一般型特定施設入居者生活介護 申請予定]

- 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。

中野区野方5-11-10 西武新宿線「野方」駅南口より徒歩5分(約400m) JR中央線・総武線、東京メトロ東西線「中野」駅北口、関東バス10番のりば「野方」駅行きにて、「野方」下車徒歩4分(約300m)

【施設概要】●介護付有料老人ホーム(一般型特定施設入居者生活介護) 東京都指定介護保険特定施設(一般型特定施設)申請予定 ●鉄筋コンクリート造地上3階建 ●居室区分:全46室(個室44室、夫婦入居可能部屋(2人部屋)2室) ●入居資格:入居時自立・要支援・要介護

首都圏を中心に  
**75**施設  
※オープン予定を含む  
2020年12月現在

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

# 1月11日～2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	
1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
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		司馬内科医院	内	大和町1-65-2 2階	(3223)1785
		おおくら内科	内	東中野5-1-1 3階	(5332)7676
	薬局	仁友クリニック	内	本町2-45-10	(3372)5121
		沼崎歯科医院	歯	新井2-46-1 1階	(3228)7731
		松葉歯科医院	歯	東中野5-5-10-304	(5937)1464
		やまと調剤薬局		大和町1-64-1	(3337)3380
		フラワー薬局東中野店		東中野5-1-1 3階	(5332)9577
1月17日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		横皇病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		武田内科クリニック	内・循	江原町3-5-10-202	(3950)3836
		上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13	(3228)1555
		塔ノ山医院	内	中央2-14-9	(3371)7106
	薬局	みやびハート&ケアクリニック	内・循	中央3-35-4	(5385)3880
		おだ歯科医院☆	歯	鷺宮3-7-7 1階	(6383)0218
		けやき薬局		江古田2-22-1	(3388)0782
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
		なごみ薬局上高田店		上高田1-8-13	(5942)6080
1月24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
		中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		哲学堂石井内科医院	内・消	江古田1-1-4	(5906)5010
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
	薬局	武医院	外・小・皮	東中野1-59-14	(3368)8597
		高野歯科クリニック☆	歯	本町4-21-16-203	(3383)4618
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122
1月31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
		若宮診療所	内	鷺宮3-11-8	(3338)7335
		中野中央クリニック	内・小	中央2-59-18 2階	(5332)5429
		セイメイ内科	内・循	中央1-25-5	(5389)2972
	薬局	田沼内科・小児科医院	小・内	本町6-23-3	(3380)2622
		とりつかせい歯科医院☆	歯	鷺宮1-27-8 1階	(3337)8815
		ファーコス薬局鷺宮		鷺宮3-11-7	(5327)5127
		東京中央薬局		中央2-59-18	(3362)1441
		中川薬局中野本町店		本町6-6-3	(3380)7037

☆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)

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、診療が中止になる場合があります。最新の情報は区HPで確認を

## 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

診療日

年中無休

受付時間

午後6時30分～9時45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

なかの発!

FROM  
NAKANANO  
04

能舞台と観客をつなぐ架け橋に

Umewaka International 株式会社  
代表取締役 梅若幸子さん

中野区在住。中野区名誉区民でもある人間国宝の能楽師、梅若実氏の長女。大学卒業後、大手広告代理店勤務を経て、2007年にUmewaka International株式会社を設立。NPO法人日本伝統文化交流協会事務局長



「能楽は700年続く定番商品」。広告のプロらしく、マーケティングの視点から一言で表現する梅若幸子さん。「能楽は人間の喜怒哀楽を表現している。人の思いは昔も今も変わらない。だから自分に引き寄せて感じることができる」と長く続いてきた理由を明快に、そして丁寧に語る。能楽への深い思いと人柄がうかがわれる。「能楽の面白さを知ってほしい」と精力的に対談や講演をしながら、クラシックやアフリカ音楽など異分野と能楽のコラボレーションをプロデュースする多忙な毎日だ。

高校時代、能楽のパリ公演に同行し「何も語っていないのに、語っている」とのフランス人の言葉に感動し

た。言葉が分からなくても登場人物の感情が伝わる経験。自身も4代になってから能楽がより面白くなったという。年齢と経験を重ねると、想像する力は膨らむ。「だから共感できる」。

「自分が良いと思えないものを人様には見せられない」という父(人間国宝 梅若実氏)の言葉を胸に、能舞台に立つ側ではなく、観客として楽しむためにはどうしたらいいかを常に考えている。「自分の理解で良いか、父の一つひとつ確認しながら」実施している公演後の解説も幸子さんの企画の一つ。新型コロナウイルスの感染拡大時には、高校生と一緒に動画を制作し、YouTubeで配信。更に、映像制作会社による動画配信も準備している。「動画で能に触れ、実際の舞台を観るきっかけに」とい

う思いからだ。「能舞台は一期一会。同じものは二度と観ることはできない。ジャズのセッションのよう」。生でこそ感じられる面白さがある。

「中野は、古いものと新しいものが共存しているところが面白い」。今後は、中野らしい企画をプロデュースしてみたいと語る。「夜間薪をたいて、野外で行う『薪能』と『中野大好きナカノさん』のコラボレーションも面白いかも」。能舞台と観客の架け橋に。幸子さんの情熱と企画は尽きない。



なかの発! →  
中野で活躍する文化人を幅広く紹介します

能楽堂の舞台裏

梅若幸子さんが企画した舞台裏を見学できるガイドツアー。梅若能楽学院会館(東中野2丁目)で能楽の鑑賞後、装束や面を間近に見られる貴重な機会です。取材時に撮影した写真を紹介します。



1.実際に演者が着た装束の写真撮影も可能 2.登場前に姿を映して気持ちを整える鏡の間 3.舞台左側の「橋掛かり」からの景色。演者の入退場は左側通行が原則

催しの開催状況は事前に確認を

新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントなどの開催が中止や延期になる場合があります。参加を予定している方は、事前に区HPで確認するか、各催しの担当へ電話などで確認を。

催しに参加する際は感染症の予防対策を

催しなどに参加する際は、マスクの着用やせきエチケットに協力を。発熱などの症状がある場合は参加を控えてください。



次号予告

ふれあいショップ アザレア



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