

なかの区報

nakano

中野区ホームページ

<https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/>

令和4年(2022年)

01|11

No.2081

毎月5日・20日発行
(1月・8月は11日発行)

新たな活力が
生み出される年に



【今号の表紙】
区役所から富士山を望む

新春対談

新成人と語る

酒井区長と成人のつどい実行委員長・柴崎さん、副実行委員長・赤崎さんに中野の好きなところやこれからの中野に期待することなどを語っていただきました。



▲(左から)柴崎さん、酒井区長、赤崎さん

みんなの思い出に残る成人式に

区長 実行委員として、どんな成人式にしたいと考えていますか。

柴崎 新型コロナなどで繊細になってる人が多いと思うけど成人式は人生で一度きり。なので、今までにないような思い出に残る式にしたいと考えています。

赤崎 僕は写真をたくさん撮りたい。振り返った時に自分の成長を感じたり、楽しかったことを思い出せたりすると思うんです。

区長 それはすてきですね。去年は延期され3月の開催となりましたが、「開催してもらえて良かった。実行委員のみなさん、ありがとう」という声が多く寄せられました。今年もぜひ工夫し

て成功させてください。

中野は地域の人の仲がいい

区長 二人とも生まれた時からずっと中野に住んでいるそうですね。中野の好きなところをぜひ教えてください。

柴崎 地域の人がみんな仲がいいところです。子ども会の行事でボランティアをした時、年配の方が優しく声を掛けてくれました。身近な人たちとの触れ合いもすごく多い地域だなと感じています。そこが一番好きですね。

区長 確かに。私は地方出身ですが、地域の付き合いは中野の方が多く感じます。おそろいのTシャツを作っている町会もありますよね。

赤崎 僕の出身地区の町会がまさにそうですね。僕は、中野はいい都会だなと思っていて、便利さと環境の良さが共存しているのが魅力だと感じます。特に中野駅周辺は都会的な部分に緑もある。誇れる地域なので、友達をたくさん呼んでいます。

区長 いい話ですね。中野四季の森公園周辺では、オフィスで働く人と地域住民が隣同士で昼食をとっている光景

が見られる。これは職場と住居が共存する中野の良さの一つですね。

住み続けたいまち中野

赤崎 中野が好きなので、豊かでしっかりした家庭を築き、中野に住み続けるのが目標です。道路がもっと広くなれば、より住みやすくなると思うので、期待しています。あと、中野駅の南口に若者向けのお店が増えると北口との差別化も図れると思います。

柴崎 インスタグラムに写真を載せたいくなるようなおしゃれなカフェが増えたら、より多くの中野に来てくれるのではないのでしょうか。

区長 中野に住み続けたいと思ってきているのはうれしいですね。中野をより魅力的なまちにするためのいいヒントをもらえました。

区長から新成人のみなさんへ

大人になっても地域の人とつながっててください。地域のコミュニティー活動が活発になれば、更に豊かな生活になると思います。みなさんのこれからの活躍を期待しています。

明けましておめでとうございます

中野区長 酒井直人



2022年の干支は壬寅(みずのえとら)。厳しい冬を越えて、春に芽吹き、成長する年を意味するとも言われます。私は、ワクチンの3回目接種を始め、新型コロナウイルス感染症の感染防止策を十分に講じながら、さまざまな活動を力強く再開し、中野に活力を取り戻していく年にする決意を新たにしています。

昨年11月に開設した「みらいステップなかの」。こ

の複合施設内に、2月には蔵書17万冊の中野東図書館が、4月には児童相談所が開設されます。中野区基本計画に基づき、子どもたちが健やかに成長し、区民のみなさんが安心して暮らすことができ、さまざまな人が活躍しているまちを実現するために、全力で取り組んでまいります。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

区民と区長の タウンミーティング

2月の
開催予定

企画係／4階
☎(3228)8987 FAX(3228)5476

テーマ・日時・会場

「地域包括ケア体制の推進」

2月3日(木)午後6時30分から
区役所7階会議室

☆グループディスカッション形式で事前申込制(先着50人)。1月12日～31日に電子申請か、電話、
☑kikaku@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクスで、企画係へ。要約筆記・**手**・**保**希望の方は、1月27日までにあわせて申し込みを。**住**住所、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、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

中野区議会 第1回定例会

2月10日(木)～3月25日(金)

区議会事務局／3階
☎(3228)5585 FAX(3228)5693

会議日程

本会議 = 2月10日・15日～17日、3月9日・25日、
予算特別委員会 = 2月17日・21日・24日・25日・28日、
3月1日・8日、**予算特別委員会分科会** = 3月2日～4日、
常任委員会 = 3月14日～16日、**特別委員会** = 3月17日・22日・23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24日・25日・28日、
3月1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26日(土)・27日(日)、3月5日(土)・6日(日) = 午後5時～7時45分、
2月28日(月)、3月2日(水)・4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)

ワンナカノパラスポーツフェス

ONE NAKANO Para Sports Fes

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

車いすバスケットボールの公開試合とダンスパフォーマンスを楽しめます。ゲストは東京2020パラリンピック日本代表ヘッドコーチの京谷和幸さんやアイドルグループ「仮面女子」の猪狩ともかさんなど。

☆車いすバスケットボールの競技体験もあります(抽選で20人)

日時 1月29日(土) 午前10時～午後4時 ☆入退場自由

会場 キリンレモン スポーツセンター(新井3-37-78)

申込み 1月21日までに電子申請か、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500人。**住**住所、氏名とふりがな、生年月日、電話番号、メールアドレス、競技体験希望の方はその旨

☆結果は1月24日以降に全員に通知



猪狩ともかさん



京谷和幸さん



田村裕さん(麒麟)



大西ライオンさん

同時開催

事前申込不要

パラスポーツ体験

5人制サッカーやボッチャなどを体験できます。東京2020聖火リレートーチの撮影スポットやパネル展示も。室内履きを持参し、当日直接会場へ。



▲詳しくは
区HP

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3日に申告書を郵送します。申告が必要な方は、区役所3階課税係へ忘れずに申告を。

申告期間 2月16日(水)～3月15日(火)

☆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。同封の返信用封筒で提出できます

2 事業主の方へ 1月31日までに令和4年度(同3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」[HP](#)でも提出できます。

☆前々年の報告書が100枚以上の場合、eLTAX等での報告が義務付けられています

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[HP](#)をご覧ください。

4 住民税の納付は便利な「地方税共通納税システム」で

パソコンで複数の自治体へ一括納付できます。手数料は掛かりません。

また、ダイレクト納付(インターネットバンキングの契約不要)とインターネットバンキングの2種類の方法で納税できます。詳しくは、eLTAX[HP](#)をご覧ください。

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。☆譲渡所得・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、贈与税申告者など相談が複雑な場合は、2月16日(水)～3月15日(火)に申告書作成会場(新宿区西新宿2-6-1新宿住友ビル地下1階「新宿住友ホール」)で相談を

申込み	日程・会場
予約受付電話 ☎0570(00)6593	2月2日(水)～4日(金) =産業振興センター(中野2-13-14)
	2月7日(月)・8日(火) =鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)
▲オンラインも可	2月9日(水)・10日(木) =野方区民活動センター(野方5-3-1)

☆時間はいずれも午前9時30分～11時30分、午後1時～4時

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[HP](#)をご覧ください。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、1月31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。

☆「eLTAX」[HP](#)からも申告できます

1～6の
問合せ先

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

4 収納係/3階 ☎(3228)8920 FAX(3228)5652

5 中野税務署 ☎(3387)8111 ☆自動音声案内

6 中野都税事務所 ☎(3386)1118

2月1日に

中野東図書館を開館します

中央図書館(中野2-9-7)
☎(5340)5070 FAX(5340)5090

17万冊を所蔵。読み聞かせができる子ども専用スペースの他、無料WiFiや自習・仕事の資料作成ができるスペースを整備。さまざまな用途で利用できます。

所在地 中央1-41-2 みらいステップなかの内

開館時間 午前9時～午後9時

休館日 原則第2木曜日・最終金曜日 ☆詳しくは、図書館HPをご覧ください

自動貸出機・返却機で便利に

ご自身で貸し出しや返却処理をします(中央図書館にも設置)。

☆利用方法などについて詳しくは、図書館HPをご覧ください



▲図書館HP



▲図書の見学席

中野駅新北口駅前エリア 拠点施設整備の説明会

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

区は、中野駅新北口駅前エリアの再整備を、施行予定者の提案を基に進めています。これまでの検討内容と施設計画(案)の概要について説明会を開催します。

日時 1月20日(木)午後6時30分から

会場 区役所7階会議室

申込み 1月12日～18日に電話、☑ekikeikaku@city.tokyo-nakano.lg.jp またはファクスで、中野駅周辺まちづくり係へ。先着50人。**手・保**(先着3人)希望の方は、1月14日までにあわせて申し込みを。**住**所、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、**手**はその旨、**保**はお子さんの氏名とふりがな、月年齢



▲完成予想図

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

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。

マイナンバーカードの申請手続きをお手伝いします

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。各日定員20人程度。
☆現在、申請からお渡しまで約2か月掛かります。必要な方は早めに手続きを

会場・日時 野方地域事務所(野方5-3-1) = 2月3日(木)
鷺宮地域事務所(鷺宮3-22-5) = 2月10日(木)

☆各日午前10時～11時30分。3月以降の日程は、区HPをご覧ください



1 ◀マイナンバー
キャラクター
「マイナちゃん」

HPで
詳しく

コンビニエンスストア(コンビニ)で 証明書が受け取れます

証明係/1階
☎(3228)5506 FAX(3228)5653

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、住民票の写しなどを全国のコンビニで取得できます。窓口での受け取りより100円安く、お得です。

取得できる証明書 ①住民票の写し②印鑑登録証明書③(非)課税・納税証明書④戸籍全部(個人)事項証明書⑤戸籍の附票の写し ☆④⑤は本籍地が中野区の場合のみ

中野区で働きませんか

②～⑥は会計年度任用職員。勤務日時は原則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	対象(採用人数)	勤務条件	係・問合せ先	申込み
①中野区育児休業代替任期付職員(保健師)	平成12年5月1日までに生まれ、保健師免許を有する方、4月30日までに取得見込みの方。国籍不問(若干名)	5月1日以降、代替する職員の育児休業期間内(おおむね6か月～3年)	人事係/4階 ☎(3228)8041 FAX(3228)5649	電子申請か、区民活動センター、図書館、区役所4階3番窓口などで配布中の採用選考案内の申込書を郵送または直接、左記係へ。郵送=2月4日(消印有効)まで、電子申請・窓口=2月7日午後5時まで
②区立保育園での保育補助など	高校生を除く18歳以上の方	時給1,041円～1,556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、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
③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	時給1,249円 ☆原則週2日～5日の平日	教職員係/5階 ☎(3228)8861 FAX(3228)5682	
④理学療法士	理学療法士の資格を有する方(1人)	月8日・月額270,400円	障害者相談係/1階 ☎(3228)8956 FAX(3228)5665	1月11日～31日に区HP、区役所1階23番窓口で配布する所定の申込書、資格を証明する書類の写しを直接、左記係へ
⑤権利擁護支援員	保健師または看護師資格を有する方(1人)	月14日・月額193,130円、高齢者虐待に関する相談援助	高齢者専門相談係/6階 ☎(3228)8951 FAX(3228)5662	1月11日～27日(必着)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、資格を証明する書類の写しを郵送または直接、左記係へ
⑥広報アドバイザー	自治体と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(1人)	月5日以内・日給23,500円	広報係/4階 ☎(3228)8803 FAX(3228)5645	電子申請か、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または直接、左記係へ。郵送=1月26日(必着)まで、電子申請・窓口=1月26日午後5時まで
⑦スポーツ推進委員(非常勤職員)	区内在住・在勤・在学または区内で活動している18歳～75歳程度の方(32人)	月額5,000円(予定)、スポーツ事業の企画・実施・協力など ☆4月1日から2年間。実績に応じて旅費等を支給	スポーツ活動係/6階 ☎(3228)5586 FAX(3228)5626	電子申請か、区役所6階3番窓口などで配布する所定の申込書と小論文(800字程度・専用書式)を郵送または直接、左記係へ。郵送=2月10日(必着)まで、電子申請・窓口=2月10日午後5時まで

23区合同説明会と技術職採用フォーラム

人事係/4階

☎(3228)8041 FAX(3228)5649

期間中、各区がオンライン(Zoom)で生配信します。
タイムスケジュールなどについて詳しくは、特別区人事委員会HPをご覧ください。同委員会事務局任用課採用係☎(5210)9787へ問い合わせを。
☆同時視聴は最大1,000人

合同説明会=1月11日(火)～20日(木)

☆中野区の説明会の配信は1月12日(水)午後2時のみ

技術職採用フォーラム=1月17日(月)



◀視聴は特別区人事委員会HP特設サイトから

お知らせ

「特定個人情報保護評価書(案)」のパブリック・コメント手続き

新型コロナウイルスワクチン接種担当
(中野2-17-4中野区保健所)
☎(3382)2427 FAX(3382)7765

マイナンバー(個人番号)を含む個人情報(特定個人情報)ファイルを保有する際は、特定個人情報保護評価を実施することが義務付けられています。

新型コロナウイルスワクチン接種を円滑に進めるため、特定個人情報の取り扱い範囲が増えたので、評価書(案)について意見を募集します。

資料公表・意見募集期間 1月19日～2月17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、中野区保健所

☆提出先は新型コロナウイルスワクチン接種担当。詳しくは、区HPをご覧ください
るか、同担当へ問い合わせを

監査委員を任命しました

総務係/4階
☎(3228)8811 FAX(3228)5647

区長は、区議会の同意を得て、令和3年12月14日付で監査委員に武藤英一氏を任命しました。任期は同7年12月13日までです。

武藤英一氏
税理士(武藤英一税理士事務所)。

「第11次中野区交通安全計画」を策定しました

生活・交通安全係/8階
☎(3228)8886 FAX(3228)5658

この計画は、交通安全対策基本法に基づき、交通安全対策を総合的かつ計画的に推進するため、5年ごとに策定しているものです。

このたび、パブリック・コメント手続きを行い、令和7年度までの5か年を計画期間とする第11次の計画を策定しました。

同計画の全文やパブリック・コメント手続きの結果は、区HPか、区民活動センター、区役所4階区政資料センター、同8階15番窓口をご覧ください。

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、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。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。

地域のみなさん、ドライバーのみなさんも、子どもたちが安心して学校へ通えるようご協力をお願いします。

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

**1月31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。区HPで納付相談や猶予、減免の案内をご覧ください

傍聴を

☆日程は、変わることがあります。記載がないものは、当日直接会場へ

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21日(金)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

中野区個人情報保護審議会

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

2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 ②18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

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
令和3年度の地域包括支援センター運営評価結果について
1月31日(月)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～25日に電話で、在宅療養推進係へ。先着5人

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3日(木)午後2時から
区役所9階会議室

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18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14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。その他の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(弥生町5-5-2)

奇数月第2金曜日

=鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)

☆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

冬季の省エネルギー対策パネル展

地球温暖化対策係／8階

☎(3228)5516 FAX(3228)5673

内容 家庭などで有効な省エネ対策の事例や区の地球温暖化対策

日時 1月24日(月)～27日(木)午前8時30分～午後5時

会場 区役所1階区民ホール

☆当日直接会場へ。来場すると、なかのエコポイント50ポイントをもらえます

防災パネル展

地域防災係／8階

☎(3228)8930 FAX(3228)5658

いずれも当日直接会場へ。

日時 1月17日(月)～20日(木)午前9時～午後5時

会場 区役所1階区民ホール

1月20日(木)は体験デーも開催

午前10時～午後3時に、区役所正面玄関前で。



▲起震車で震度7の揺れを体験。非常食などの展示もあります

～ピンチをチャンスに!二つの「カイゼン」～

区民公益活動団体支援講座

公益活動推進係／5階

☎(3228)3251 FAX(3228)5620

対象 ①②いずれかの講座に全回参加でき、区内で公益活動をしている団体(2人1組)

内容・日程

①カラを破ろう!活動前進講座

=2月9日・16日、いずれも水曜日

②想いを理解者へ!情報発信講座

=2月17日(木)・21日(月)・22日(火)

時間 午後7時～9時

会場 区役所9階会議室

申込み 1月12日～26日にkoeki@city.tokyo-nakano.lg.jpで、公益活動推進係へ。各講座先着20組(計80人)。

☑️受講希望講座名、団体名、氏名とふりがな、電話番号

再犯を防ぎ立ち直りを支えあおう

イベントに参加して、再犯防止について理解を深めませんか。

中野区再犯防止推進シンポジウム

地域活動企画調整係／5階

☎(3228)8809 FAX(3228)5620

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 2月11日(金・祝)午後2時～4時

会場 なかのZERO小ホール(中野2-9-7)

申込み 1月12日～31日に[区HP](#)から申込書をダウンロードし、tiiki.katudo@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクスで、地域活動企画調整係へ。先着300人。[手](#)希望の方は、1月31日午後5時までにあわせて申し込みを

オンラインでも参加できます

Zoomを利用(先着50人)。申し込み方法は前記と同じです。

刑務所作業製品の即売会

地域自治推進係／5階

☎(3228)5571 FAX(3228)5620

日時 2月7日(月)～10日(木)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



▲売り上げの一部は犯罪被害者支援団体の活動に助成しています

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)5476

内容 誰もが暮らしやすいまちにするためのユニバーサルデザイン(UD)や日常の心掛けをイラストで解説

☆①の会場には、実際のUD製品を手にとって体験できるコーナーも

会場・日時

①区役所1階区民ホール=1月31日(月)～2月2日(水)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」東側=2月8日(火)～24日(木)

☆いずれも当日直接会場へ

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、区内での創業を希望する方

受講方法 Zoom(先着20人)、動画配信

申込み 1月12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。☑講座名、受講方法、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス

①商品・サービスの魅力の伝え方に悩む経営者のためのデザイン活用セミナー

日時 Zoom=2月8日(火)午後3時40分～5時30分、**動画配信**=2月19日(土)～27日(日)

申込期限 2月3日午後5時

②採用面接スキルアップセミナー

日時 Zoom=2月21日(月)午後1時30分～3時30分、**動画配信**=2月26日(土)～3月6日(日)

申込期限 2月16日午後5時

介護未経験者向け「介護に関する入門的研修」

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

介護の基本的知識とスキルを学びます。修了後に区内介護事業所による「介護のおしごと相談会」を予定。

対象 全回参加可能で、介護の仕事に興味のある18歳以上の方

日時・会場 2月1日(火)～4日(金)=新井区民活動センター(新井3-11-4)、2月9日(水)・10日(木)=桃園区民活動センター(中央4-57-1)

☆時間はいずれも午前10時～午後3時(休憩あり)。全6回

申込み 1月12日～26日に電話で、(株)ミッキーNEXT☎(5923)9150へ。先着10人

オンラインでも参加できます

Zoomを利用(先着40人)。前記期間中に区HPで申し込みを。



◀区HP

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=1月21日(金)午前10時～午後3時、**スマホ基礎**=22日(土)午前10時～正午、**スマホLINE**=22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)

申込み 往復ハガキで受講を希望する会場へ。1月14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18日までに郵送

募集・求人



都営住宅(家族向け・単身者向けなど)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

東京都立三宿中学校夜間学級の生徒

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

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はじめられます。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。

高齢者・介護



**高齢年金を受給している方へ
公的年金等の源泉徴収票が郵送
で届きます**

国民年金係 / 1階

☎(3228)5515 FAX(3228)5654

高齢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「公的年金等の源泉徴収票」が郵送されます。

高齢年金は、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

**後期高齢者医療制度に加入中の方へ
「医療費等通知書」が郵送されます**

後期高齢者医療係 / 2階

☎(3228)8944 FAX(3228)5661

今月下旬、次の対象の方に、東京都後期高齢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 後期高齢者医療保険の被保険者で、令和2年9月～同3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。なお、通知対象期間外の医療費などは、別途明細書を作成する必要あり

スマートフォン体験会

情報政策推進係 / 6階

☎(3228)8807 FAX(3228)5646

内容 文字入力やカメラなどの基本操作、アプリの活用などを実際にスマートフォン(スマホ)を使って学びます
☆スマホをお持ちでない方は、約1か月無料で借りられます

対象 都内在住で、60歳以上のスマホ操作に慣れていない方やスマホをお持ちでない方

会場・日時

会場	日程(2月)	
区役所7階会議室	12日(土)	
区民活動センター	弥生	3日(木)
	大和	7日(月)
	野方	10日(木)
	新井	17日(木)
	沼袋	24日(木)
上高田	28日(月)	

☆各日正午～午後4時で、同内容

申込み 各開催日の1週間前までの平日午前9時～午後5時に電話またはファクスで、東京都スマートフォン普及啓発事業事務局☎(3804)3381・FAX(3804)3370へ。各回抽選で10人。☑希望日・会場、住所(区市町村まで)、氏名とふりがな、電話番号、年代、性別、スマホの有無
☆3月の日程は、高齢者会館や区民活動センターで配布するチラシをご覧ください。事業について詳しくは、同事務局へ問い合わせを

生活機能向上プログラム(2件)

次の①②とも

対象 区内在住の65歳以上の方(②は全回参加できる方のみ)

申込み 1月12日からの平日(①は土曜日可)に本人が電話または直接、各施設へ

①「いつまでも美味しく食べるために～口腔ケアの重要性～」

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 1月24日(月)午後1時30分～3時

申込期限 1月22日 ☆先着12人

②「元気なうちに取り組もう!「高齢者の食事と健康」

東中野いこいの家(東中野4-9-22-201)

☎・FAX(3364)5938

日時 2月1日～22日の毎週火曜日、午前10時～11時 ☆全4回

申込期限 1月26日 ☆先着15人



広告

[グランドマスト江古田の杜]

試食会付見学
1/13(木) 15(土)
20(木) 29(土)
第1部 10:30～
第2部 13:00～

積和ハウスグループのサービス付き高齢者向け住宅

グランドマストシリーズ

個別内覧会 受付中

【お申し込み方法】下記フリーコールにお電話のうえ、ご希望の見学内容をおしらせください。※申込締切：内覧会の3日前まで

〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-1-1 新宿メインズタワー
tel.03-5350-3900 ホームページ / http://www.grandmast.jp
営業時間：9:00～18:00 定休日：土曜日・日曜日・祝日(12/29～1/5は冬期休業となります)

[グランドマスト中野若宮]

1/21(金)開催
第1部 10:30～
第2部 13:00～
第3部 15:30～

【グランドマスト江古田の杜】物件概要●所在地/東京都中野区江古田3-14-2●交通/都営大江戸線「新江古田」駅徒歩12分●地戸数/121戸●専有面積/45.69㎡～71.10㎡●構造/規模/鉄筋コンクリート造地上14階建●建物用途/サービス付き高齢者向け住宅●登録番号/15028●竣工/2018年8月●賃料(月額)/140,000円～325,000円●共益費(月額)/20,000円●生活支援サービス費(月額)/1名入居38,500円(税込)2名入居57,750円(税込)●敷金/月額賃料の1ヶ月分●契約形態/普通賃貸借契約(4年間)●仲介手数料/月額賃料の1.1ヶ月分(154,000円～357,500円(税込))●取引形態/仲介●設計/施工/積和ハウス株式会社●貸主/積和グランドマスト株式会社●募集(仲介)/株式会社 イーイ●広告有効期限/2022年1月末日
 ●所在地/東京都中野区若宮3丁目27-2●交通/西武新宿線「鷺ノ宮」駅から徒歩6分(約474m)、西武新宿線「都立家」駅より徒歩3分(約220m)●総戸数/30戸●構造/規模/重量鉄骨造3階建●建物用途/サービス付き高齢者向け住宅●登録番号/15013●賃料(月額)/156,000円～212,000円●共益費(月額)/21,500円●生活支援サービス費(月額)/1名入居55,000円(税込)2名入居82,500円(税込)●敷金/月額賃料の1ヶ月分●仲介手数料/月額賃料の1.1ヶ月分(171,600円～233,200円(税込))●専有面積/37.00㎡～47.21㎡●契約形態/普通賃貸借契約(4年間)●取引形態/仲介●設計/施工/積和ハウス株式会社●貸主/積和グランドマスト株式会社●募集(仲介)/株式会社 イーイ●広告有効期限/2022年1月末日

高齢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12日~19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「認知症について」

かみさぎホーム(上鷲宮3-17-4)
☎(3926)8443 FAX(3970)9620

対象 自宅で高齢者を介護している方
日時 1月21日(金)午後1時30分~3
時

申込み 1月12日~20日に電話で、か
みさぎホームへ。先着15人

あんしんサポート事業説明会

中野区社会福祉協議会あんしんサポ
ート事業担当

☎(5380)6444 FAX(5380)0591

定期的な訪問など、一人暮らしの高
齢者を支える仕組みです。

対象 区内在住の65歳以上の方やそ
の家族

日時 2月17日(木)午後2時~3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 1月12日から専用フォームで
申し込むか、電話で、あんしんサポ
ート事業担当へ。先着20人

☆オンライン(先着20人)でも同時配信。
申し込み方法は前記と同じです



◀専用フォーム
はこちら



特殊詐欺に ご注意を

「変だな」と思ったら、相手にせず、
最寄りの警察署に相談してください。
緊急の場合は110番へ。

中野警察署 ☎(5925)0110

野方警察署 ☎(3386)0110



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

「子育て世帯への臨時特別給付」

平成15年4月2日~令和4年3月31
日生まれのお子さん1人につき10万円
を支給(所得制限あり)。なお、次の方は
申請が必要です。

- ・平成15年4月2日~同18年4月1日
生まれのお子さんの保護者(児童手当受
給中の方を除く)
- ・児童手当を受給している公務員



◀詳しくは区HPを
ご覧ください

外壁・屋上の防水/総合リフォーム

MARUTOMO マルトモ

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.marutomo1994.co.jp/
株式会社マルトモ

中野区新井5-33-7(本社・工務部)
中野区新井1-11-9-5F(営業部)



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!!
(電話番号のおかげ間違いにご注意ください)

03-3366-7971

(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

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



広
告

令和4年4月入園 区立幼稚園園児の欠員募集

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(募集人数)

園名	所在地・電話番号
かみさぎ (10人)	上鷲宮4-8-12 ☎(3999)7361
ひがしなかの (7人)	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29年4月2日～同30年4月1日生まれ)のお子さん

☆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

栄養講座「パパが体験！家族の健康ごはん」と離乳食」

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

内容 離乳食の作り方や味付け、大人の食事からの取り分け方など

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25日(金)午後1時30分～2時45分

会場 鷲宮すこやか福祉センター

申込み 1月25日～2月22日に電子申請か、電話または直接、鷲宮すこやか福祉センターへ。先着8人

「歯みがき教室」(2件)

次のいずれも

内容 歯科衛生士によるお子さんの歯磨き習慣の準備などの話

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

時間 ①午前10時から、②11時15分から、③午後2時から ☆各回45分で、①②は同内容。各回先着8組

申込み 1月12日～開催日の2日前までの平日に電子申請か、電話または直接、すこやか福祉センターへ

鷲宮すこやか福祉センター
(若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日程 1月27日(木)

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1日(火)

ひとり親子育て相談会

子育てサービス係／3階
☎(3228)5612 FAX(3228)5657

内容 区内在住のひとり親の方が対象。児童福祉施設の職員に相談できます

日時 1月30日(日)①午前10時から、②11時から ☆各回45分

会場 中野区さつき寮

申込み 1月12日～24日に電話で、子育てサービス係へ。各回先着1人。**保**希望の方は、あわせて申し込みを

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

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 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

日時 2月16日(水)①午後1時15分から、②2時40分から ☆各回1時間で、同内容

会場 北部すこやか福祉センター

申込み 2月2日～14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。各回先着6人

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18日(火)、2月3日(木)いずれも午前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日午前10時から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ

広告

落合・堀ノ内・代々幡斎場での
火葬プラン 時間と費用を圧縮。火葬のみのプランです

総額 281,600円 税込

ご相談・資料請求は

中野プロードウェイF あすなろ葬祭

☎0120-7-09832

シニアの方にやさしい Door To Door の外出
あなたのためのプライベートサポートタクシー

介護福祉タクシー貸切で
自由自在に中長距離外出

★ご希望通りのプランを作成
★行きたい場所へ自由に移動
★全行程ご案内写真撮影付き
★中野区福祉タクシー利用券使用可能

旅屋けんたん 江尻 健太
中野区松が丘1-32-8-503
090-4386-6364 03-3389-2879

《主な所有資格》
介護職員初任者研修
総合旅行業務取扱管理者
国内旅程管理主任者
小中高教員免許

介護保険はご利用できません

LINE QRコードからいつでもお問い合わせ

旅屋けんたん 検索

一般乗用旅客自動車運送事業(福祉限定)関東運輸局許可 関自旅二第1045号

屋根ふきかえ・外壁塗装

雨漏り緊急対応

リフォーム全般 ご相談・お見積り無料

創業 昭和62年 東京都建設業許可

株式会社 山野
中野区新井 1-19-1

フリーダイヤル 012-012-4699

健康・福祉



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

国保特定健診や各種がん検診など区民健診の今年度の受診期限は、2月28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10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 まだ受けていない方へ

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

中野区の国民健康保険に加入している40歳以上の方で、今年度の受診が確認できない方へ、今月下旬に勧奨通知を郵送します。2月末までに受診してください。



◀区民健診について
詳しくはこちら

あなたのお悩み解決します。お気軽にご相談ください。

無料法律相談会

日時 令和4年2月17日(木)
9:30~14:30

場所 中野区役所1階

申込み: 令和4年1月11日~2月16日 相談時間30分
第二東京弁護士会・法律相談課 ☎03-3592-1855

受付時間 月~金 9:30~16:30

●先着12名(当日空きがあれば14:00まで会場受付にて予約可能)
会場: 中野区役所1階(受付は区民ホール)



第二東京弁護士会
Daiichi Tokyo Bar Association

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4日、3月4日、いずれも金曜日、午前10時からと午後2時から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

令和4年度分の福祉タクシー利用 券等の交付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。

対象 次の①②いずれにも該当する方
①令和3年10月31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
②令和3年12月1日時点での障害等級、令和2年中の本人所得等により判定し、交付対象と見込まれる方

☆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。券種等を変更する場合は、1月25日必着で申請書の返送を

パーキンソン病リハビリ教室

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 区内在住のパーキンソン病の方とその家族

日時 1月24日(月)午後1時30分~3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 1月21日までに電話で、北部すこやか福祉センターへ。先着12人

栄養講座「今から備える!災害時の 食事の工夫」

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 栄養士による災害時の知恵や食事の工夫の話と調理の実演

☆お子さんと一緒に参加可

対象 区内在住の18歳~64歳の方

日時 2月4日(金)午後1時30分~2時30分

会場 北部すこやか福祉センター

申込み 1月12日~2月1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8人

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 歯科衛生士によるお口全般に関する相談 ☆お子さんと一緒に利用可

対象 区内在住の方

日時 2月7日(月)午後1時~3時30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12日~2月3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、年齢、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

賃貸住宅探しにお困りの方へ



住宅政策係／9階

☎(3228)5581 FAX(3228)5669

次のいずれも

対象 高齢者世帯や障害者世帯、ひとり親世帯などの住み替えが難しい方
☆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

住み替え物件の情報提供

協力不動産店から受けた物件の情報を区が提供します。

家賃債務保証サービス等利用料の一部助成

保証人がたてられない場合の「家賃債務保証」や「緊急連絡先代行サービス」の利用料の一部助成が受けられます。
☆要件あり。必ず事前に住宅政策係へ問い合わせを

「コロナ禍の聴覚障害者への情報保障を考える～中途失聴・難聴者編～」

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

日時 2月12日(土)午後1時～2時30分

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

講師 小川光彦氏(中野区中途失聴・難聴者の会会長)

申込み 1月12日～2月10日に電話、tsumugi@axel.ocn.ne.jpまたはファクスで、「つむぎ」へ。先着20人。[住](#)住所、氏名とふりがな、電話番号、ファクス番号

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、家事や介護を手伝う協力会員(資格不要、謝礼金あり)を募集します。

日時 1月25日(火)午後1時30分～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 1月24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

親族後見人勉強会

中野区成年後見支援センター

☎(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12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10日(日曜日・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](#)講座名、氏名とふりがな、電話番号

講演会「はじめての成年後見制度」

中野区成年後見支援センター

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 2月10日(木)午後2時～4時

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

講師 長尾愛女氏(弁護士)

申込み 1月12日～2月4日(日曜日・第3月曜日を除く)に下記二次元コードから申し込むか、電話またはファクスで、中野区成年後見センターへ。先着40人。
[講](#)講座名、氏名とふりがな、電話番号
☆Zoom(先着50人)でも同時配信。メールアドレスを明記の上、前記と同様に申し込みを



◀申し込みはこちら

健康増進

お手軽歩行姿勢測定会

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19日(土)午前10時～正午

会場 産業振興センター

申込み 1月12日～2月16日午後5時に産業振興センター[HP](#)か、電話、ファクスまたは直接、同センターへ。先着24人。
[講](#)氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス

献血にご協力を

中野区赤十字奉仕団(地域自治推進係内)／5階

☎(3228)5571 FAX(3228)5620

献血をすると、肝機能や糖尿病などの血液検査が無料で受けられる他、記念品がもらえます。

日時 2月14日(月)午前10時～午後4時(正午～午後1時30分を除く)

会場 区役所正面玄関前

新型コロナワクチンの予約専用サイトが変わります

中野区新型コロナワクチン接種コールセンター

☎0120(76)4040 ☆毎日午前9時～午後7時

区予約システムの変更に伴い、1月11日(火)から予約専用サイトのURLが変わります。

詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。



◀[区HP](#)



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16日(日)	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		
		かみさぎキッズクリニック	小	上鷺宮3-8-14	(3577)8400		
		東中野クリニック	内・脳神経内・老内	東中野1-58-12	(3361)2732		
		かねなか脳神経外科	内・外・脳神経外・整	中央4-4-2	(6382)4880		
		中野診療所	内・小	本町6-12-13	(3381)0151		
		船坂歯科医院☆	歯	野方3-25-8	(3388)6818		
1月23日(日)	当番医	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・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991		
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208		
1月30日(日)	当番医	宮地内科医院	内・小	上高田1-35-9	(3361)1858		
		ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909		
		やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11	(6300)4790		
		和田歯科医院☆	歯	東中野4-10-14	(3361)3740		
		1月16日(日)	薬局	青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
				アイン薬局東中野店		東中野1-58-11	(3366)9505
				ひまわり調剤薬局		本町6-12-9	(3381)0351
1月23日(日)	薬局	アックア薬局		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		
		薬局アポック上高田店		上高田1-35-5	(3361)0077		
		1月30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
				小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
				新井クリニック	内	東中野3-10-12 3階	(5331)3383
堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉			本町2-42-15	(3372)4701		
柳田医院	内・小			弥生町4-36-13	(3381)4066		
1月30日(日)	薬局	大久保歯科クリニック☆	歯	野方6-4-1 2階	(3330)4144		
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935		
		わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663		
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122		

☆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・携帯電話からは

#7119

ダイヤル回線

☎(3212)2323

中野 LOVE 夢に向かって

成人のつどい実行委員の新成人メンバーに
 将来の夢や中野への思いについて聞きました。

赤崎さん
中野大好きです!!

柏谷さん
多様な考えを受容し、多角的に物事を考えられる人になりたいです

柴崎さん
笑顔あふれる人生を目指して頑張ります

田中さん
中野に20年間育ててもらったので今後は中野に恩返しできるよう頑張ります!

平林さん
不安もありますが「なんでも楽しむ」をモットーにかっこええ大人になりたいです

佐々さん
今までお世話になった人に感謝の気持ちを返せるような人になりたいです!

忠内さん
将来の夢は心理カウンセラー。人の話をうまく聞いて支える人になれるよう勉強中です

☆成人のつどいは1月10日(月・祝)に開催。当日の様子は、同日中に区のフェイスブック(FB)で紹介予定です。区FBは区HPのトップページでも見られるので、ぜひご覧ください

20歳になったら国民年金に加入を

国民年金係 / 1階
 ☎(3228)5514 FAX(3228)5654

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。詳しくは、国民年金係へ問い合わせを

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等があります。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。

(せきエチケット)

次号予告

中野区医師会

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