

なかの区報

nakano

令和3年(2021年)

09|20

No.2074

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

毎月5日・20日発行

ひとりじゃないよ

地域とつながる子育て

新型コロナワクチン1万人分
サンプラザで集団接種を実施
☆詳しくは14ページをご覧ください

【今号の表紙】
「なかママひろば」の一場面。赤ちゃんが偶然同じ誕生日だったことが分かり、思わずママも笑顔に

ひとりじゃないよ

地域とつながる子育て



感染症による影響が長期化する中で、特に子育て家庭の孤立が問題となっています。

今号では、親子と地域をつなごうと奮闘する区内の2団体に話を聞きました。

▲オンラインでの多世代交流イベント「森の音楽会」の参加者
（「もりのいえ」で。団体提供）

子どものパワーで地域をつなぎ文化をつくる

「もりのいえ」

江古田の杜^{もり}（江古田3丁目）にある民間の子育て支援施設。
NPO法人ZEROキッズが委託を受け運営



▲もりのいえ
公式ブログ



佐々木さん
ZEROキッズ理事長。
もりのいえの企画・運
営に携わる

長年培った人脈で講座を企画

「もりのいえ」はキッズルームや絵本ライブラリー、テラスがある施設。大規模マンションの敷地にありますが、マンションの住民だけでなく、地域の方も多く来られます。

そこで主に0歳～2歳のお子さんと保護者を対象としたおはなし会や音あそびなどを開催。運営するZEROキッズは、中野で27年間、子どもたちと音楽やアートの活動を行ってきた団体です。その活動で培った人脈を生かして、多彩な講座を企画しています。

多くの人がつながりを求めている

今年4月からは「日曜Kids'らんど」をスタート。お父さんと育児休業が明け職場復帰したお母さん、小学生も参加しやすいように、日曜日に行っています。

昨年新型コロナの拡大で、もりのいえの活動は縮小し、乳幼児向けイベントのオンライン開催を試みました。でも、乳幼児親子は触れ合いや実体験が大切だと痛感。今年から感染症対策を徹底して、以前のようなイベントを再開しました。保護者の方からは、「開いてよかった」という声が寄せられています。

また、特に力を入れているのが多世代交流。子どもからシニア世代までと一緒に歌う「森のファミリー合唱団」や、シニア世代の住民がボランティアで子どもを見守る「もりのグランマ」など、世代の壁を越えて交流する活動があります。もりのグランマは、住民の方からの「ぜひ手伝いたい」という声で生まれました。

先行きの見えない状況ですが、多くの方がつながりを求めていると感じます。これからも、いろいろな工夫で交流を深めていきたいですね。



1



2



3

1.日曜Kids'らんどで藍染めに挑戦する小学生 2.木工工作のイベントでシニアの方と交流する親子 3.「子どもたちと関わることで、生活に張りがでます」と語るもりのグランマの二人

親同士のつながりで、育児をもっと楽に

子育ての輪 なかの

乳幼児ママを中心に6人で活動する団体。
現在月2回、公園や区民活動センターなどで、親子で楽しめる「なかママひろば」を開催



▲子育ての輪
なかのHP



中尾さん

5歳・3歳のお子さんを持つ主婦で2019年に団体を立ち上げ。新メンバーも随時募集中

孤立しないための仕組みを

活動の原動力となったのは、危機感です。私は結婚後に中野に引っ越してきたので、第一子を出産した当時、地域に知り合いがいませんでした。出産後程なく私が高熱を出した時、近くに頼れる人がいないことに気づき、私だけでなく子どもも危ないのではと不安に。孤立しないために、セーフティネットとして地域の親同士が助け合い、フォローし合える仕組みがほしいと強く感じました。

そこで、継続的なつながりを作るイベントができないかとブログやツイッターで思いを発信していたら、賛同してくれる仲間ができ、団体を立ち上げました。

昨年は新型コロナの影響で、子どもの幼稚園が休園。毎日育児や家事に追われ、自分の居場所だと思っていた団体の活動もできなくなり、精神的に追い詰められました。でも、そんな時だからこそ私たちの活動が必要だと実感。

今は屋外で開催するなど、できる限りの感染症対策をして活動しています。

「ひとりじゃないよ」と伝えたい

以前イベントに初参加したママが、「自分の子と同年ぐらいの子、ちゃんというんですね」とつぶやいたんです。近所付き合いが減り、更に今は外出の自粛で、親子の孤立は深まっていると感じました。人知れず孤独や不安を抱え、疲れてしまった方も多いのでは。

今はイベントだけですが、今後はお子さんの一時預かりや保育付きの講座などを実施し、育児が少しでも楽になるようにお手伝いしたいです。

子育てをつらいと感じたり、子どもを預けたりすることは悪いことじゃない。もうだめだと感じる前に、必要なタイミングで必要な場所につながることでできる仕組みを作りたい。以前の私のように悩んでいる方がいたら、「ひとりじゃないよ」と伝えたいんです。

なかママひろばの様子



1



2



3

1.子どもを遊ばせながら親同士が交流 2・3.きらきらボトル作り、模造紙アートなど、幅広い年齢の子どもたちを飽きさせない工夫も

参加者の声



よい気分転換になりました



兄弟の年齢差があり、一緒に遊べる場所が少ないのでとても助かりました

区の子育てひろばもご利用を

乳幼児と保護者がのんびり過ごしたり、同年齢のお子さんと遊ばせたりできる場所です。乳幼児向けのおもちゃや絵本などを備えています。

区内に9か所ある他、児童館内でも実施。詳しくは区HPをご覧ください。地域子ども施設調整係へ問い合わせを。

地域子ども施設調整係／5階
☎(3228)8934 FAX(3228)5659



◀所在地などについて詳しくはこちら

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」の作成と利用申請が必要



▲事業について
詳しくはこちら

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

妊娠期

「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。

産前家事支援事業

妊婦さんの体調が悪く、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。

産後家事・育児支援事業 NEW

1歳未満のお子さんがある家庭の日常的な家事や育児をサポートします。

多胎児家庭支援事業 NEW

移動にかかる費用の助成や育児のお手伝い、多胎児家庭の交流会などを行います。

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。

ファーストバースデーサポート事業 NEW

区内在住の1歳を迎えるお子さんがいる家庭にアンケートを郵送します。回答があった方へ、子育て用品のカatalogギフト(1万円相当)等を配布します。

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。

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

例えば、食事の支度や洗濯、清掃などの家事、おむつ替えや授乳、沐浴の補助などの育児を頼めます
☆1時間につき800円(低所得の方は免除)

相談・問い合わせは すこやか福祉センター(4か所)へ

☆月～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 | ☎(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

出産

子育て期

子ども・子育て情報

掲示板

HPで詳しく

☆内容などについて詳しくは、区HPをご覧ください。
各係へ問い合わせを

オンライン講座「あまりにも美味しい あまりものレシピ 親子クッキング」



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

「食品ロス削減の日」に開催。まだ食べられる食品を捨ててしまう「食品ロス」を減らすために、食材を無駄なくおいしく食べきる料理をZoomで実習します。材料等は各自でご用意ください。

☆新渡戸文化短期大学との連携事業。参加すると、なかのエコポイント100ポイントをもらえます

対象 区内在住・在学の小学生とその保護者

日時 10月30日(土)午前10時～正午

申込み 9月21日～
10月5日に電子申請
で。抽選で30組



過去に実施した会場での調理例。今回はカボチャのレシピを予定▶

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

☆予防接種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ます

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

子育て情報をLINEで配信中

子育てサービス係/3階
☎(3228)5612 FAX(3228)5657



妊娠週数やお子さんの月齢に応じた子育て情報を受け取れます。事前に中野区公式LINEの友だち登録が必要です。詳しくは、区HPをご覧ください。



▲区HP

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

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

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 10月15日(金)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 南部すこやか福祉センター

申込み 10月1日～12日に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。各回先着6人

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30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。提出がないと、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。

東京都母子及び父子福祉資金 貸付制度のご利用を

自立支援係/2階
☎(3228)8889 FAX(3228)5601

20歳未満のお子さんを扶養しているひとり親世帯の方で、高校・短期大学・大学・専門学校等に通う資金(入学金・授業料等)の支払いが困難な場合などに利用できます。原則として保証人が必要。

☆貸し付け要件があります

中野の秋を楽しもう

新型コロナウイルスの感染拡大防止に配慮して開催する予定のイベントを紹介します。

10/10
(日)

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

バレーやテニスなどさまざまなスポーツを無料で楽しめます。当日直接会場へ。

会場 区内スポーツ施設(麒麟レモン スポーツセンター、平和の森公園、哲学堂運動施設、上高田運動施設、谷戸運動公園)

☆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月号をご覧ください。スポーツ活動係へ問い合わせを



▲区HP



10/16
(土)

花と緑の祭典2021秋

緑化推進係／8階
☎(3228)5554 FAX(3228)5677

区民の実行委員主催の、家庭で花や緑を楽しむための催しです。園芸資材や種まき教室教材セット(午後2時30分まで)の販売も。

時間 午前10時～午後3時

会場 中野四季の森公園イベントエリア(中野4-12)

☆当日直接会場へ。詳しくは、[区HP](#)をご覧ください



▲区HP

例年より規模を縮小して開催します。苗木・草花の交換を行う「花と緑の窓口」は実施しません。

祭典当日に引き取りを

ブルーベリーの苗木の無料配布

申込み 往復ハガキで緑化推進係へ。10月1日必着。

☑住所、氏名とふりがな、返信用に住所、氏名
☆抽選で500人。1家族につき往復ハガキ1通のみ。午前10時～午後3時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)宛 | 中野区役所 緑化推進係 (空白のまま) | 63 (返信) | 16X-XXXX | 住所●●●●● 氏名●●●●● (ふりがなも) |
|------------|---------------------|---------------------------|------------|----------|-------------------------------|

▲往信面の宛先は郵便番号だけで住所不要

▲返信面

中野の秋・冬イベントを紹介 まるっと中野をご覧ください

シティプロモーション係／4階
☎(3228)5467 FAX(3228)5645

中野区公式観光サイト「まるっと中野」の特設ページでは、中野のまちを元気にするイベントを紹介しています。情報は随時更新。下記二次元コードからご覧ください。



◀まるっと中野[HP](#)

中野区議会 第3回定例会

10月15日(金)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4日・15日、決算特別委員会 = 9月21日・22日・24日、10月1日、決算特別委員会分科会 = 9月27日～29日、常任委員会 = 10月6日～8日、特別委員会 = 10月11日～13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21日・22日・24日の決算特別委員会は、午前10時に、27日・28日の決算特別委員会分科会は、午前9時及び午後1時30分に開会

一般質問放送日時(J:COMチャンネル)

☆区内のみ視聴可

9月20日(月・祝)・22日(水)・24日(金) = 午後6時～7時30分、9月25日(土)・26日(日) = 午後5時～7時45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)

10月18日～24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、行政相談委員に相談できます。詳しくは、区民相談係へ問い合わせを。

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25分

対象 区内在住・在勤・在学の方

申込み 相談日の前週金曜日午前9時から電話で、区民相談係へ。各日先着4人

「総務省行政相談センターきくみみ東京」
(行政苦情110番)もご利用ください

☎0570(090)110(ナビダイヤル)

FAX(5331)1761

☆IP電話からは、☎(3363)1100へ

電子版区報のご利用を

広報係／4階

☎(3228)8805 FAX(3228)5645

無料アプリ「カタログポケット」を利用するとスマートフォンなどで区報をご覧になれます。10言語の自動翻訳など便利な機能がたくさん。ぜひご利用を。

便利な機能

- 10言語に対応した自動翻訳
- 音声読み上げも9言語に対応
- 文字を拡大して表示
- 発行をプッシュ通知でお知らせ



▲このアイコンが目印

ダウンロードはこちらから



▲iPhone用



▲Android用

マイナポイントの取得期限が 12月31日まで延長されました

情報政策推進係／6階

☎(3228)8807 FAX(3228)5646

今年4月30日までにマイナンバーカードを申請した方が対象です。利用方法などについて詳しくは、総務省のマイナポイントHPをご覧ください。



▲マイナポイントHP

利用手続きをお手伝いします

ポイントを取得するための事前手続き(マイナポイントの①予約②申し込み)を自分で設定することが難しい方のお手伝いをします。

マイナンバーカードとカード取得時に設定した数字4桁のパスワードを用意し、当日直接会場へ。②の手続きには、上記の他に決済サービスIDとセキュリティコードも必要。詳しくは、マイナポイントHPで確認するか、情報政策推進係へ問い合わせを。

日時 平日午前9時～午後4時

会場 区役所1階8番窓口前

仕事・ビジネス

保育士就職支援研修・就職相談会

保育園・幼稚園課運営支援係／3階
☎(3228)5692 FAX(3228)5667

内容 中野区を含む近隣6区1市の民間保育所が参加する就職相談会 ☆保育園長による保育事情や就職に役立つ話を聞く事前オンライン研修あり(当日までに各自で受講)

対象 保育士の資格を有する方、取得見込みの方

日時 10月31日(日)午後2時～4時

会場 タワーホール船堀(江戸川区船堀4-1-1)

☆10月28日までの事前申込制。保(先着6人)希望の方は、10月27日までにあわせて申し込みを。詳しくは、東京都保育人材・保育所支援センターHPをご覧ください。同センター☎(5211)2912・FAX(5211)1494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

産業係／9階

☎(3228)8729 FAX(3228)5656

事業拡大、売上増加を目的に、ビジネスフェアに出展する区内中小企業者へ出展料の一部を助成します。オンライン型のビジネスフェアも対象です。詳しくは、区HPをご覧ください。

福祉のしごと相談・面接会

中野区社会福祉協議会

☎(5380)0751 FAX(5380)0750

未経験の方や資格がない方も気軽にご参加を。

日時 10月15日(金)午後1時～3時

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

申込み 9月21日午前10時から、下記二次元コードで申し込むか、電話で、中野区社会福祉協議会へ ☆中野区との共催



◀申し込みはこちら

産業振興センターのオンライン講座

産業振興センター(中野2-13-14)

☎(3380)6946 FAX(3380)6949

産業振興センターでは、経営や創業に役立つさまざまな講座を開催しています。10月は「テレワーク活用のポイントと育成・評価の事例(応用編)」などの講座を開催。9月21日から申し込みを開始します。

各講座の内容や申込期間について詳しくは、同センターHP(右記二次元コード)をご覧ください。



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。

マイナンバーカードの申請手続きをお手伝いします

地域事務所(5か所)へ本人確認書類(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。各日先着20人。

☆申請からお渡しまで、約2か月かかります

会場の地域事務所・日時 南中野(弥生町5-11-26)=10月13日(水)、東部(中央2-18-21)=10月28日(木)、江古田(江原町2-3-15)=11月11日(木)、野方(野方5-3-1)=11月25日(木)

☆各日午前10時～11時30分。12月以降の日程は、区HPをご覧ください

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」

証明書をコンビニで受け取れます

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。窓口での発行手数料より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

お知らせ

傍聴を

☆日程などは、変わる
ことがあります

10月の教育委員会定例会

教育委員会係／5階
☎(3228)8857 FAX(3228)5679
①1日 ②8日 ③15日 ④29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
☆当日直接会場へ

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年度中野区地域包括支援センター事業について
10月13日(水)午後6時30分から
区役所9階会議室
☆事前申込制。9月21日～10月7日に電話で、在宅療養推進係へ。
先着5人

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。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で分割納付や猶予、減免の案内をご覧ください

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

「中野区西地区に係る都市計画 (素案)についての説明会

中野駅周辺まちづくり係／9階
☎(3228)8912 FAX(3228)5670

日時・会場 10月15日(金)午後6時30分～8時＝区役所7階会議室、24日(日)午後2時～3時30分＝産業振興センター
申込み 9月24日～10月5日に電話、
✉ekishuhen@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。各日先着60人。手・保(各日先着3人)希望の方は、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、参加希望日、手はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

有料粗大ごみ処理券のデザインが 変わります

清掃事務所
☎(3387)5353 FAX(3387)5389

有料粗大ごみ処理券に収集予定日と受付番号の欄が追加されます。順次、新しいデザインの有料粗大ごみ処理券を販売します。現行券も今までどおり使用できます。



▲新デザインの中野区有料粗大ごみ処理券

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。

10月6日午前11時ごろ 防災無線スピーカーから 試験放送が流れます

防災危機管理係／8階
☎(3228)5435 FAX(3228)5658

大規模な災害や武力攻撃などの緊急事態が発生した時は、全国瞬時警報システム(Jアラート)により国から情報が伝達されます。

みなさんへ確実に伝えるための手段の一つが、防災無線スピーカーです。全国一斉の試験放送として、10月6日(水)には自動放送が30秒程度流れます。

戦没者等の遺族の方へ

地域福祉推進係／6階
☎(3228)5713 FAX(3228)5662

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日現在、公務扶助料や遺族年金などを受給する方(戦没者等の妻や父母など)がいない場合に、額面25万円、5年償還の記名国債「第十一回特別弔慰金」を受給できます。

請求期限は令和5年3月31日です。該当する方は、早めに請求を。

☆受給できるのは、ご遺族のうち1人のみ(順位あり)。条件などについて詳しくは、厚生労働省HPをご覧ください。地域福祉推進係へ問い合わせを

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す。今年は新型コロナウイルス感染症の影響による新たな福祉課題への対応等にも活用します。

振り込みなどでも募金できます。詳しくは、赤い羽根共同募金HPをご覧ください。

将来の年金額を増やせます

国民年金係／1階
☎(3228)5515 FAX(3228)5654

次の①②の制度を利用すると、将来受け取れる年金額を増やすことができます。申し込み方法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追納制度

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例を受けた期間の保険料をさかのぼって納めることができる制度です。免除等を受けた年度から10年以内であれば利用できます。

②付加保険料制度

通常の国民年金保険料に、月400円を上乗せして納める制度です。将来、老齢基礎年金にあわせて付加年金を受給できます。

催し・講座

10月の税務相談

区民相談係／1階
☎(3228)8802 FAX(3228)5644

日時 10月5日(火)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 9月28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をご覧ください

税理士会の相談もご利用を

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)、鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)

☆事前申込制。詳しくは、電話で、東京税理士会中野支部事務局☎(5385)1717へ問い合わせを

大家さんセミナー「認知症高齢者グループホームってなに？」

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

区内の土地・建物の資産活用を検討している方や事業者にも、認知症高齢者グループホーム等の事業や補助制度などについて説明します。

日時 10月7日(木)午後3時～5時

会場 区役所7階会議室

申込み 9月21日～10月6日に電話、
☑kaigokibanseibitantonou@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクスで、高齢者支援基盤整備係へ。先着30人。
☑氏名とふりがな、電話番号、事業者は事業所名

第8回中野区検定

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 11月28日(日)午前9時30分から

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60人。応募方法や検定料などについて詳しくは、同会HPをご覧ください。電話で問い合わせを。区役所1階福祉売店、教育センター1階で過去問題集(350円)を販売しています

募集・求人

子ども・子育て会議区民公募委員

子ども・教育政策課企画財政係／5階
☎(3228)5610 FAX(3228)5679

子育てしやすいまちづくりを推進するための施策や事業計画について議論します。

対象 区内在住で、子育て支援に関心があり、平日夜間の会議に参加できる方
任期 12月からの2年間

報酬 会議への出席1回当たり3,000円 ☆交通費支給なし

提出書類 ①応募動機、②作文「地域の子育て支援について」(400字～800字)
☆①②とも書式自由

申込み 9月20日～10月8日(必着)に
☑kodomoseisaku@city.tokyo-nakano.lg.jp、郵送または直接(平日のみ)、企画財政係へ。選考で3人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号

会計年度任用職員(登録者)

人事係／4階
☎(3228)8894 FAX(3228)5649

職種 一般事務補助、福祉、栄養士、保育士、児童指導、保健師、看護師など

勤務期間 来年3月31日まで ☆勤務日数・時間は調整可

勤務場所 区役所、すこやか福祉センターなど

時給 1,041円～1,558円 ☆交通費支給(限度額あり)。期末手当や社会保



催しに参加する際はご注意を

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、催しなどが中止や延期になる場合があります。最新の情報は、区HP等で確認するか、各担当へ問い合わせてください。

感染症の拡大を防ぐために

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

除の対象となる場合あり

申込み 電子申請か、区HP、区役所4階3番窓口などで配布中の登録申込書を郵送または直接、人事係へ ☆欠員の状況に応じて随時面接を実施。勤務条件などについて詳しくは、区HPをご覧ください。人事係へ問い合わせを

自衛官等

自衛隊高円寺募集案内所
☎(3318)0818

応募に必要な書類や試験日、年齢の基準日などについて詳しくは、募集案内所へ問い合わせを。

防衛大学校及び防衛医科大学校の学生受験資格 高校卒(見込み含む)21歳未満
受付期間 防衛大学校学生(一般)=10月27日まで、防衛医科大学校学生(看護学科)=10月6日まで、防衛医科大学校学生(医学科)=10月13日まで

陸上自衛隊高等工科学校生徒(男子)受験資格 中学卒(見込み含む)17歳未満
受付期間 推薦=11月1日~12月3日、一般=11月1日~来年1月14日

自衛官候補生(男子・女子)受験資格 18歳以上33歳未満
受付期間 年間で随時



◀自衛隊高円寺募集案内所HP

高齢者・介護

家族介護教室 「介護保険サービス基礎知識」

はぴね中野坂上(中央1-11-8)
☎(5348)7753 FAX(5348)7754

対象 自宅で高齢者を介護している方
日時 10月31日(日)午後1時30分~3時30分

申込み 9月21日~10月30日に電話で、はぴね中野坂上へ
☆先着7人。会場は東部区民活動センター(中央2-18-21)

生活機能向上プログラム 「転ばぬ先の介護のお話」

上高田東高齢者会館(上高田4-17-3)
☎・FAX(3228)7220

対象 区内在住の65歳以上の方
日程・内容 10月1日(金)=介護福祉士による「介護なんでも相談会」、8日(金)=ケアマネジャーによる「介護保険のお話」、11月30日(火)=福祉住環境コーディネーターによる「福祉用具のあれこれ」

☆1回のみ参加も可
時間 午前10時~11時30分
申込み 各開催日の2日前の平日までに電話または直接、上高田東高齢者会館へ
☆各回抽選で15人(初めての方優先)

「高齢者インフルエンザ予防接種予診票」を9月中に郵送します

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送付します



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



積水ハウスグループのサービス付き高齢者向け住宅 グランドマスト江古田の杜



「グランドマストシリーズ」は、介護事業所・診療クリニックと連携した高齢者向け賃貸住宅です。



【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●総戸数/121戸●専有面積/45.69㎡~71.10㎡●構造/鉄骨・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人入居38,500円(税込)2人入居57,750円(税込)●税金/月額賃料の1.1ヶ月分(税込)●契約形態/普通賃貸借(4年間)●仲介手数料/月額賃料の1ヶ月分+154,000円~357,000円(税込)●取引形態/仲介●設計/施工/積水ハウス株式会社●業主/積水ハウス株式会社●募集(仲介)株式会社 イー●広告有効期限/2021年9月末

参加費無料 完全予約制 個別内覧会

9/23(木)祝

第1部 10:30~
第2部 13:00~
第3部 15:30~

※上記日程以外でも見学可能です。下記までご連絡ください。
各回2組様限定【申込締切日:前日の18時まで】

資料請求 ご見学についてのお問合せは 国土交通大臣免許(1)第9129号(公社)東京都宅地建物取引業協会(公社)全国宅地建物取引業保証協会 〒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(夏期・冬期休業は別途ごさいます)

積和「グランドマスト」株式会社 ☎0120-815-823

健康・福祉



国保特定健診の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

中野区の国民健康保険に加入している40歳以上の方へ、5月末に国保特定健診の受診券を郵送しました。健康的な生活を送るため、年に一度健康診断を受けましょう。

今年度の受診が確認できない方には、今月下旬に勧奨通知を郵送します。内容を確認して受診してください。

精神保健福祉講座「LGBTQのきほん～当事者の立場から～」

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

内容 多様な性のあり方(LGBTQ)について

対象 区内在住の方

日時 10月10日(日)午後2時～3時30分

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 9月21日～10月9日に電話で、「せせらぎ」へ。先着10人

Zoom参加者も募集

先着100人。下記二次元コードからも申し込みます。日時、申込期間は、上記と同じです。



栄養講習会「災害時のお食事とポリ袋クッキング」

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

内容 災害時に役立つ備蓄食についての話と、ポリ袋を使った調理の実演

☆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 10月29日(金)午後1時30分～2時45分

会場 中部すこやか福祉センター

申込み 9月29日～10月26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10人

アライグマ・ハクビシンの被害に遭ったら

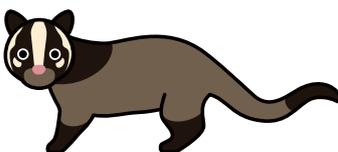


衛生環境係(中野区保健所)
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

区は、外来種のハクビシンや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。



▲ハクビシンは鼻筋が白く、体に模様がない

高齢者・障害者のための相談会

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

次のいずれも

内容 成年後見制度や遺言、相続について相談できます

☆一人当たり45分

対象 区内在住・在勤の高齢者、障害のある方(①は家族も可)

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 9月21日(日曜日、第3月曜日を除く)から電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。☎相談会名(①は希望日も)、氏名とふりがな、電話番号、ファクス番号

①無料法律相談(弁護士や社会福祉士に相談)

日時 10月6日・13日・20日、いずれも水曜日、午後2時から

申込期限 相談希望日の7日前まで
☆各日先着2人。11月以降も月に3回、水曜日に開催。担当弁護士への案件依頼はできません

②成年後見相談会(司法書士に相談)

日時 10月9日(土)午前10時～午後4時

申込期限 10月8日
☆先着18人。(公社)成年後見センター・リーガルサポート東京支部との共催

広告

沼袋駅 徒歩 約8分

でい げん じ 貞源寺墓苑

新規オープン

貞源寺個別 永代供養墓 『永久の郷』

1区画 (1霊様) 18.85万円より

合祀墓 5万円より 合祀可能です!

ご来苑予約・お問い合わせ【一般墓もご用意しております】

(株)花匠 0120-141453

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

お庭のことなら、何でもお気軽にご相談を!

中野区を中心に、地元密着を基本として活動する植木屋です。庭木一本からでも、お手入れ承ります。見積は無料!

フリーダイヤル 0120-283691

鷺六造園 | 中野区鷺宮 6-28-6-211

URL http://www.sagirokuzoen.com
メールアドレス info@sagirokuzoen.com

中野区ピンクリボン2021 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9人に1人がかかると言われていますが、早期発見・早期治療により高い確率で治ります。乳がんや検診に関する知識を深め、定期的に検診を受けましょう。

乳がんに関するパネルを展示します

日時 10月4日(月)～7日(木)
の午前8時30分～午後5時(初日は午前9時30分から)

会場 区役所1階区民ホール
☆当日直接会場へ

過去のパネル展の様子▶



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28日。昨年度受けられなかった方は、忘れずに受診しましょう。昨年度に視触診検査のみ受診した方は、今年度マンモグラフィ検査を受診できます。申し込みは、区民健診係へ。

新型コロナウイルス感染症の影響で生活資金にお困りの方へ

緊急小口資金・総合支援資金の

特例貸し付け申請期限が11月30日まで延長されました

休業・失業などで困っている方は生活資金(上限あり)を無利子で借りられます。

原則、郵送での申請です

申請に必要な書類を自宅に郵送します。まずは中野区社会福祉協議会に電話してください。

☆要件や必要書類などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会 [HP](#) をご覧ください



中野区社会福祉協議会

(中野5-68-7スマイルなかの内)

☎(5380)5775

FAX(5380)0750

☆平日午前9時～午後5時
(第3月曜日は除く)



▲こちらからアクセス

庭木1本からお手入れOK!

見積無料

営業時間 9:00～17:00

お約束
 土日でもOKです
 トイレはお借りしません
 お茶はご遠慮します

●なかの区報を見た方へ●
 生垣剪定(幅1m・高さ2m) 通常2,200円を **1,100円** 先着10名様

ガーデンエクステラ
 東京北支店: 練馬区土支田3-19-12
☎03-5933-2811

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.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)

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

新型コロナウイルス感染症 家庭内での感染が増えています

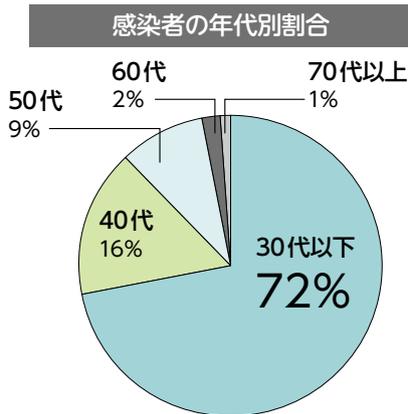


◀最新の情報は
区HPで確認を

20代・30代の方を中心に、感染者数の増加が続いています。感染力の強いデルタ株の影響で、家庭内で感染する事例も増えています。

一方で、区内の高齢者のワクチン接種率は84%を超え、感染者数に占める割合も減少しています。引き続き、マスクの着用、3密の回避、手洗いを徹底し感染を予防しましょう。

感染者の7割以上が30代以下



☆6月28日～8月1日

高齢者の接種率は84%以上

ワクチン接種状況

| 区分 | 接種率 | |
|----------|---------|---------|
| | 1回目接種済み | 2回目接種済み |
| 65歳以上の方 | 84.3% | 81.8% |
| 12～64歳の方 | 48.1% | 36.3% |
| 合計 | 56.3% | 46.6% |

☆9月1日現在

家庭内感染予防のポイント

- こまめに手を洗う
- マスクを着ける
- 定期的に換気をする
- ドアノブや電気のスイッチなどはこまめに消毒する
- 料理は一人分ずつ盛り付ける
- タオルや歯磨きコップは共有しない



モデルナ社製ワクチンの集団接種を行います

区はモデルナ社製ワクチンを1万人分確保。10月4日(月)からサンプラザ(中野4-1-1)で集団接種を実施します。各日の実施時間は午後1時～8時。1回目の予約と同時に2回目の予約も受け付けます(4週間後の同曜日・時間)。予約は9月22日に開始。詳しくは、区HPをご覧ください。下記コールセンターへお問い合わせを。

中野区新型コロナワクチン接種 コールセンター

☎0570(03)5444 (ナビダイヤル)

☆毎日午前9時～午後7時



▲詳しくは
こちら

屋根ふきかえ・塗装工事

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

ALTERED 1361

オールド 1361* ライフスタイルラボ
〒165-0026 東京都中野区新井 1-36-1
VINTAGE 家具・服・雑貨の販売 /
cafe & BAR/music / カルチャースクール

Lifestyles Lab. -NEW OPEN-
9/22~

カルチャースクールのご案内
((アイシングクッキー教室))

カラフルで可愛いクッキーを作ってみませんか?
親子での参加も大歓迎!!
10月3日 日曜日 14:00~
詳細・ご予約・お問い合わせは下記・HPまで↓↓
TEL/03-5942-5020
MAIL/lifestyleslab.altered1361@gmail.com
https://lifestyles-lab.com

葬儀のごこと、ご相談下さい

中野駅から徒歩5分
事前相談無料
質の良い生花祭壇
葬儀後のお悩みもフォロー

中野ブロードウェイF あすなろ葬祭

ご相談・資料請求 ☎0120-7-09832

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20日(月・祝) | 当番医 | 新渡戸記念中野総合病院 | 内・外・整・脳神経外 | 中央4-59-16 | (3382)9991 | |
| | | 中野共立病院 | 内 | 中野5-44-7 | (3386)3166 | |
| | | 美穂診療所 | 内・小・消 | 鷺宮5-3-14 | (3990)1208 | |
| | | 松が丘医院 | 内・小 | 松が丘2-34-2 | (3953)0682 | |
| | | ハートケア銀河クリニック | 内・心内 | 本町2-50-12 2階 | (5371)0909 | |
| | | 高野整形外科 | 整 | 弥生町4-18-7 | (3380)6700 | |
| | | 高津歯科クリニック | 歯 | 中央5-39-11 2階 | (5385)8733 | |
| | | 荒牧歯科医院 | 歯 | 大和町1-64-10 | (5356)7273 | |
| | | 薬局 | ことぶき薬局中野中央店 | | 中央4-59-11 | (5385)2971 |
| | | | 青葉調剤薬局 | | 中野5-47-10 | (3389)7110 |
| アサヒ薬局 | | | 野方1-5-17 | (5942)5460 | | |
| 9月23日(木・祝) | 当番医 | 総合東京病院 | 内・外 | 江古田3-15-2 | (3387)5421 | |
| | | 横畠病院 | 外・内 | 新井1-38-6 | (3389)2531 | |
| | | 熊谷医院 | 内 | 鷺宮3-32-5 | (3338)1515 | |
| | | つるた鷺ノ宮クリニック | 内・皮・小 | 白鷺1-7-15 | (5373)8460 | |
| | | はまだ耳鼻咽喉科 | 耳鼻咽喉 | 弥生町2-21-11 2階 | (5304)7556 | |
| | | やよい町こども医院 | 小 | 弥生町1-8-11 | (6300)4790 | |
| | | 中島歯科 | 歯 | 本町4-44-14-201 | (3382)1704 | |
| | | はいばら歯科医院 | 歯 | 野方3-15-14 | (3385)6480 | |
| | | 薬局 | アクア薬局 | | 江古田2-24-14 | (3389)5411 |
| | | | むさしの薬局新井薬師店 薬局アポック鷺宮店 | | 新井1-26-6 鷺宮3-33-6 | (5380)3935 (3223)0088 |
| 9月26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 | |
| | | 小川クリニック | 内 | 大和町2-46-4 | (5327)4664 | |
| | | 天正堂クリニック | 小・内 | 丸山1-5-7 | (3319)3965 | |
| | | 中野坂上米沢医院 | 内・小 | 中央2-4-3-102 | (3365)2727 | |
| | | 三五医院 | 内・神経内 | 南台2-6-8 | (3381)0313 | |
| | | りばーすデンタルクリニック☆ | 歯 | 中野3-2-1-201 | (5340)3621 | |
| | | 薬局 | にこにこ薬局あおだも店 | | 丸山1-15-22 | (5942)7746 |
| 薬局アポック中野坂上店 | | | 中央2-4-3 | (3369)0021 | | |
| カメイ調剤薬局中野南台店 | | | 南台2-9-3 | (5328)2313 | | |
| 10月3日(日) | 当番医 | 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 | |
| | | 中野江古田病院 | 内・外 | 江古田4-19-9 | (3387)7321 | |
| | | 小池小児科医院 | 小 | 若宮3-2-10 | (3330)0743 | |
| | | やまぐち内科ハートクリニック | 内・循・呼 | 上鷺宮2-4-1 | (3970)0770 | |
| | | サンモールクリニック | 内・外 | 中野5-65-12 | (5345)5767 | |
| | | ハートケア銀河クリニック | 内・心内 | 本町2-50-12 2階 | (5371)0909 | |
| | | 船坂歯科医院☆ | 歯 | 野方3-25-8 | (3388)6818 | |
| | | 薬局 | 中野中央薬局 | | 中央4-60-5 | (6304)8530 |
| わかみや薬局 いずみ薬局さぎのみや | | | 若宮1-43-11 上鷺宮2-4-1 | (5327)3663 (5848)3229 | | |

☆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。

- ☆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 |

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

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

今年の秋に予定されています 衆議院議員選挙・最高裁判所裁判官国民審査



区選挙管理委員会 / 9階 ☎(3228)5541 FAX(3228)5687

中野区の衆議院議員選挙の小選挙区は第7区と第10区に分かれています。それぞれ投票できる候補者が異なります。



◀詳しくは、区HPをご覧になるか、区選挙管理委員会へ問い合わせを

滞在先や郵便で投票できる制度があります

いずれも希望する方は、早めに区選挙管理委員会に連絡してください。

●病院や滞在先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中の方、都道府県の選挙管理委員会が指定した病院や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。

●身体に重い障害のある方などは郵便投票を

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証で要介護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、早めに区選挙管理委員会へ問い合わせを。 ☆新型コロナウイルス感染症で療養中の方も郵便で投票できる場合があります

投票所入場整理券に 点字シールを貼れます

目の不自由な方は、点字シールを貼った投票所入場整理券や音声版・点字版の選挙広報を受け取れます。 ☆知り合いに目の不自由な方がいたら、このことを伝えてください

必ず投票
しましょう



◀明るい選挙イメージキャラクター「選挙のめいすいくん」

おも 人・想い・未来

～地域活動や経済の回復に向けて～

区長 酒井直人

金木犀の香りが秋の訪れを感じさせてくれます。緊急事態宣言が再延長されました。中野区は、新型コロナウイルスの感染拡大防止に全力で取り組んでいます。

これまでであれば、秋の深まりとともに、中野四季の森公園を始め、区内各地で心躍るお祭りやイベントが行われているのが中野の景色でした。私は、秋の催しを準備してきたみなさんから悲痛な声を聴いています。中野区は、来年度に向けて、感染症の影響で大きく落ち込んだ地域活動や経済を力強く回復していくため、実効性の

ある取り組みを考えていきます。

まずは、ワクチン接種が不可欠です。現在、新規予約枠が少なく、大変申し訳なく思っていますが、10月から2か月、中野サンプラザに特設会場を設け、モデルナ社製ワクチンを10,000人の方に2回接種できることになりました。重症化リスクが高い方を優先するとともに、夜間の接種枠を設けます。予約の開始は9月22日。今後も希望する全ての方がワクチン接種を受けられるよう一層工夫してまいります。

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 | 196,020※ (71減) | 159,766 (86減) | 157,644 (10減) | 317,410 (96減) | 333,780 (196減) |
| 外国人 | 11,445 (135減) | 8,377 (48減) | 7,993 (52減) | 16,370 (100減) | |

※日本人と外国人の混合世帯 2,015 を含む

次号予告

中野を元気に～秋のイベントを楽しもう～



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