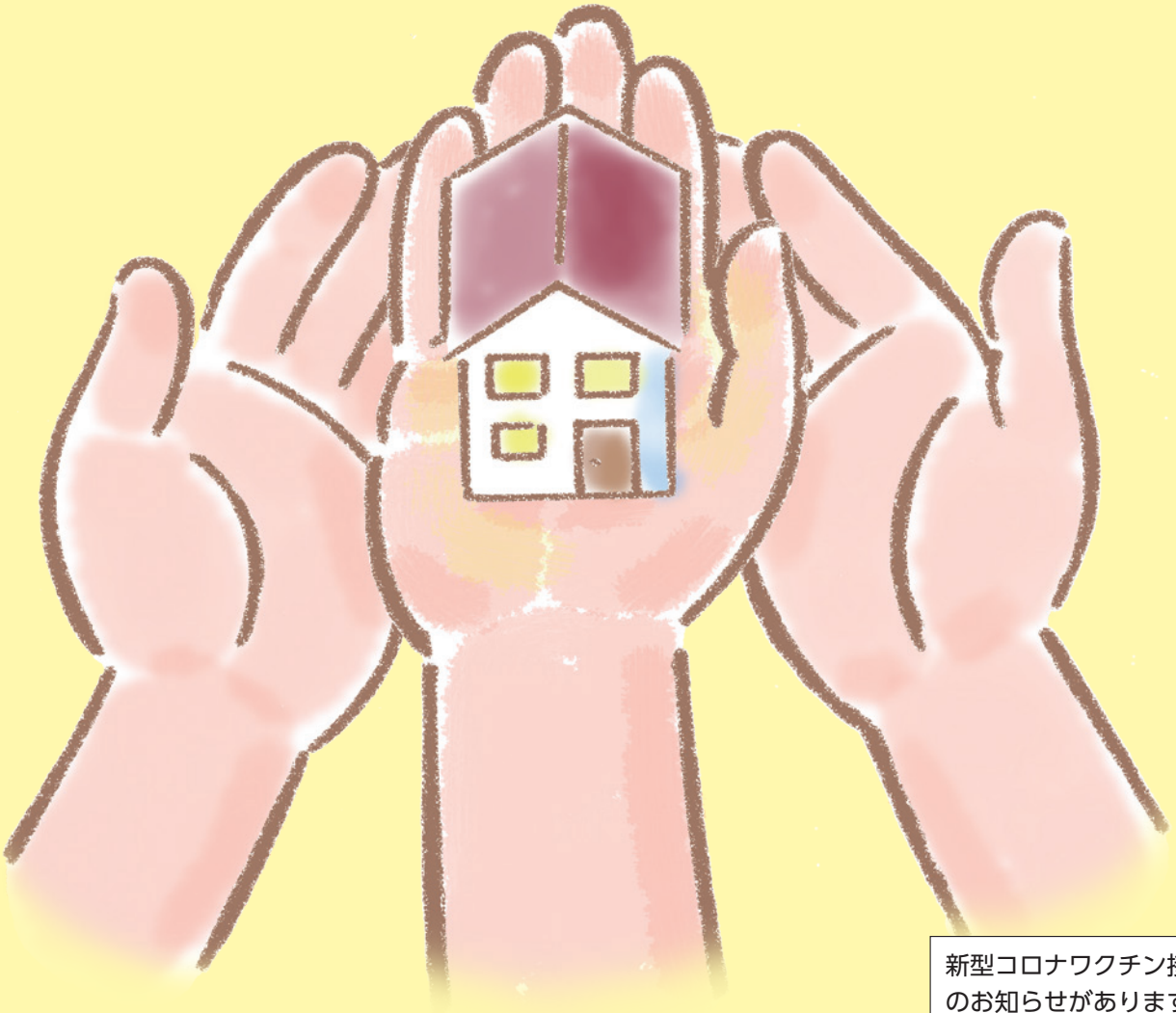
なかの区報
nakano
中野区ホームページ https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/
令和３年（2021年）
11|20
No.2078
毎月5日・20日発行

寄り添うために

ひきこもり当事者・家族への支援



新型コロナワクチン接種のお知らせがあります。裏表紙をご覧ください

寄り添うために

ひきこもり当事者・家族への支援

社会問題となっているひきこもり。当事者の年齢や状態はさまざまで、相談できずに孤立するケースも多くあります。当事者や家族の力になりたいと活動する区内の２団体に話を聞きました。

当事者・家族のための居場所

カタルーベの会

代表 中川さん
上高田在住、民生児童委員

会では切手を切るなど手作業をしながらスタッフとおしゃべり▶

中野に当事者のための居場所を

カタルーベの会を作ることになったきっかけは、2015年の中野区社会福祉協議会主催のフォーラムです。そこでひきこもりについての講演があり、当事者と家族にとって身近な居場所が必要だと強く感じて職員に提案しました。その後他団体の居場所を見学に行ったり、話し合いを重ねたりして準備。2017年に会を立ち上げました。

現在ボランティア経験者や元当事者など９人で活動しています。

それぞれが好きなように過ごせる空間を目指して

主な活動は、月に１度スマイルなかの（中野5-68-7）での茶話会。毎回２～３人が継続して参加しています。

当事者にとって会場に入るのは、とても勇気がいることなんです。「会場の前まで来たけれど入れなかった」という方もいました。だからこそ、来てくれた方には、「参加してくださってありがとう」という気持ちで接しています。

それぞれにひきこもらざるを得ない事情があり、それは百人百様。ひきこもりはこういう人と決めつけず、一人ひとりに寄り添うように心掛けています。

一方で、深い悩みを聞いた時、心理の専門家ではない私たちがどう対応すべきか迷うことも。当事者の状態などについて学ぶため、今年からスタッフみんなで改めて勉強を始めました。

一方的な場所の提供ではなく、それぞれがやりたいことを見つけて好きなように過ごせる空間を目指しています。

常設の居場所や社会参加のきっかけを

今後の目標は、困った時にいつでも相談できる場所を作ることです。また、当事者の社会参加のきっかけになるような作業やちょっとした仕事が提供できる仕組みを作りたいと考えています。

お渡ししたパンフレットで就労移行支援事業所の存在を知り、実際に仕事を始めた方がいました。また、「会に来ることがこれから先のシミュレーションになっています」と話してくれた方も。これからも一人でも多く当事者や家族の方の力になれたらと思っています。

カタルーベの会から

当事者・家族の親戚やご近所の方へ

お子さんのひきこもりをきっかけに、親戚・近所付き合いができなくなる方が多いんです。家のことを聞かれるのがつらくなって、付き合いを絶ってしまう。なので相手から相談されない限り、「お子さんどうしているの？」などと質問しない方がよいのです。「元気？」といったごく普通のあいさつで十分。

相談された時には原因探しは避け、支援先を伝えたり、「相談先の窓口に一緒に行こうか」など声を掛けたりすると心強いと思います。

当事者のご家族へ

ひきこもりの期間が長いほど、回復には時間が掛かります。まずはご家族が焦らず、今の生活を楽しむことが大切ではないでしょうか。

参加者（当事者）の声

スタッフが温かく何でも話を聞いてくれます。一人で過ごすことは苦ではないのですが、ここに来て誰かと話すと、運動した後のような充実感があります。

親同士つながるための場所

中野わの会

代表 Aさん
区内在住、当事者の親として活動

多様化する「ひきこもり」

平成30年度の内閣府「生活状況に関する調査」では、全国の満40歳～64歳の1.45％に当たる61.3万人がひきこもり状態にあると推計。

専業主婦・主夫や家事手伝いの方など、年齢・性別・属性に関係なく誰でもさまざまなきっかけでひきこもりになり得ることが分かりました。

親が変わらないと子どもは変わらない

自分の子どもについて相談していたKHJ東東京地区家族会「楽の会リーラ」から紹介され、カタルーベの会の発足に関わりました。「親が変わらないと子どもは変わらない」と考えていた私は、当事者の親同士がつながる場があればと2018年に中野わの会を立ち上げました。現在4人で活動しています。

会では月に1度、当事者の親が集まる月例会を開催しています。参加者は60代・70代の方が中心で毎回10人～13人ぐらい。内容は学習と懇談です。悩みは人それぞれ違いますが、他の家庭の話はとても参考になると言われます。「また来月も来ます」と声を掛けられた時はうれしかったですね。

区民活動センターなどでチラシを配布して、毎回2～3割は初めての方がいらっしゃいます。

親が社会とつながるための一歩を

私には25年間ひきこもっている息子がいます。ひきこもりについて勉強を始めてから、親の考えを押しつけないことや子どもの話を否定せずよく聞くこと、日常のあいさつなどを心掛けてきましたが、状況を変えるまでには至っておりません。

私のように、子どもがひきこもったまま40代・50代になってしまい、高齢の親が中年の子どもの世話をする8050問題も増えているんです。

当事者や家族に特に必要なのは、ひきこもりに特化した相談窓口や常設の居場所です。本人が就労して終わりではなく、その後も数年にわたって伴走していくような、継続的な支援が大切だと考えています。中野わの会では、親同士の交流会や常設の居場所づくりに取り組みたいです。

親が孤独だと、子どもも孤立してしまいます。まずは親が社会とつながるように。家族会はその最初の一歩です。悩んでいる親御さんがいたら、まずは相談できる場所が区内にあることを知って、一歩踏み出してもらえたらと願っています。

カタルーベの会スタッフ 元当事者からのメッセージ

私は19歳から25歳ぐらいまでひきこもっていた経験があります。会では同じような体験を持つ方と話すことで、苦しいのは自分だけではないということが分かり、気持ちが楽になりました。周りの方には当事者の気持ちに寄り添った支援をしてほしい。

当事者の方へ。このままでは駄目だと思っている場合やどう行動すればよいか分からない時は、勇気を出して支援団体などに相談してみてください。

今回紹介した団体の問合せ先

●**カタルーベの会**
nandemo@nakanoshakyo.com

●**中野わの会**
nakanowanokai@gmail.com

☆いずれも電話は中野区社会福祉協議会福祉何でも相談 ☎(5380)0776

お悩みのある方はすこやか福祉センターへ

ひきこもりやうつ状態、不眠などの悩みを相談できます。

☆月～土曜日の午前8時30分～午後5時

問合せ先のすこやか福祉センター

①南部 ☎(3380)5551 FAX(3380)5532
②中部 ☎(3367)7788 FAX(3367)7789
③北部 ☎(3389)4323 FAX(3389)4339
④鷺宮 ☎(3336)7111 FAX(3336)7134

▲担当のセンターは区HPで確認を

「ひきこもりを生きる」を支援する ～本人も家族も孤立しないために～

来年2月28日(月)まで、都の講演動画をご覧になれます。

講師 長谷川俊雄氏(白梅学園大学教授)

☆東京都公式動画チャンネルから視聴可

▲こちらから視聴できます

中野区の財政状況をお知らせします

区は「中野区財政状況の公表に関する条例」に基づき、毎年5月と11月に財政状況を公表しています。
今号では、令和2年度決算のあらましと令和3年度上半期の財政状況（予算執行状況など）についてお知らせします。
詳しくは、区HPまたは、区民活動センター、図書館、区役所4階区政資料センターにある「令和2年度主要施策の成果（決算説明資料）」、「中野区の財政白書（令和2年度決算の状況）」をご覧ください。

HPで詳しく

☆記事中の金額、割合は、原則として表示単位未満で四捨五入し、端数処理しています。このため、合計額などの数値は、表示している数値から算出した値とは異なる場合があります

財政調整係／5階
☎(3228)8813
FAX(3228)5650

令和2年度 決算のあらまし

歳入・歳出ともに400億円近く増加

主な要因は新型コロナウイルス感染症の対策などによるものです。一般会計の歳入と歳出の差し引きは56億9,300万円の黒字となりました。

①各会計別決算額

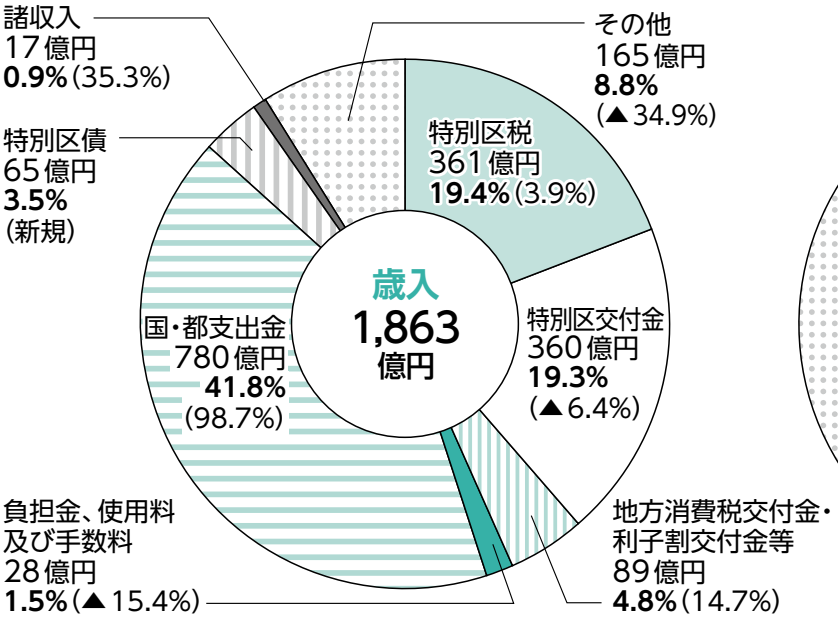
☆百万円単位で端数を四捨五入

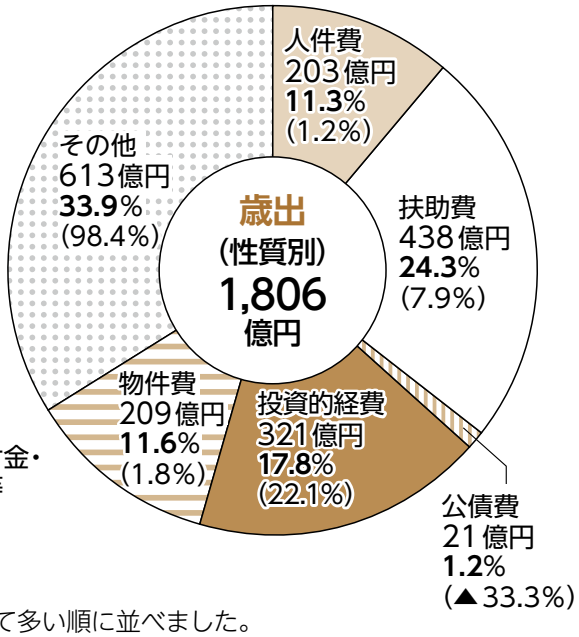
会計	歳入決算額	歳出決算額	差引額
一般会計	1,863億800万円	1,806億1,600万円	56億9,300万円
用地特別会計	101億8,000万円	101億8,000万円	0万円
国民健康保険事業特別会計	324億6,500万円	321億2,200万円	3億4,300万円
後期高齢者医療特別会計	70億5,900万円	69億8,800万円	7,100万円
介護保険特別会計	236億7,000万円	231億5,100万円	5億1,900万円

☆介護保険の運営状況の概要は7ページをご覧ください。なお、国民健康保険の運営状況の概要は次号（12月5日号）でお知らせする予定です

②一般会計

☆億円単位で端数を四捨五入。パーセントは構成比、カッコ内は対前年度増減率





1万円の使い道

歳出決算額を目的別にし、1万円に換算して多い順に並べました。

子ども教育費 2,999円	総務費 2,222円	健康福祉費 1,989円	区民費 598円	地域支えあい推進費 379円	まちづくり推進費 366円
都市基盤費 343円	環境費 284円	公債費 116円	企画費 113円	議会費 48円	その他 545円

③特別区債・基金　（普通会計※）

（※）普通会計＝一般会計と用地特別会計を合わせ、重複経費などを除いた、総務省の定める基準による統計上の会計方式

項目	令和２年度末	令和元年度末
特別区債	240億円	90億円
基金	642億円	613億円

☆区債の満期一括償還の財源として減債基金に積み立てている額（令和元年度４億円）は除いています。また、基金には介護給付費準備基金は含まれません

中野区土地開発公社の事業実績

☆百万円単位で端数を四捨五入

用地の取得

地区施設道路用地、防災まちづくり事業用地及び街路用地を取得しました（面積487㎡、取得額９億9,600万円）。

用地の処分

地区施設道路用地、防災まちづくり事業用地を中野区に売却しました（面積1,584㎡、処分額15億2,700万円）。

借入金残高（３月末現在）

- 中野区から26億8,400万円
- 金融機関から17億3,200万円

平和基金の運用状況と平和事業をお知らせします

平和・人権・男女共同参画係／４階　☎（3228）8229　FAX（3228）5476

平和基金の運用収益が98万円

この基金は、平和に関する事業を安定的・継続的に行えるよう、必要な財源を確保する目的で設けたものです。

令和２年度は、平和基金の基本額１億円に対し、平均利率が0.98％、運用収益は98万円でした。これを今年度の平和事業の経費に充てています。

平和事業経費支出に1,109万円

平和基金の令和元年度の運用収益等で同２年度の経費を賄い、次の事業の実施に充てました。

中野区平和資料展示室整備＝985万円、**「平和のつどい」**＝66万円、**平和資料展示室運営**＝42万円、**平和企画展示の実施など**＝16万円

財務書類の概要

区は、貸借対照表などの財務書類を作成し、区の財政全体の状況を明らかにしています。令和２年度の一般会計と用地特別会計を合算した財務書類の一部を抜粋してお知らせします。

（1）貸借対照表

会計年度末時点における区の財政状態を明らかにしたものです。

資産の額は、負債と純資産の合計額に一致します。

（単位：億円）

資産の部		負債の部	
固定資産	**5,420**	固定負債	**378**
有形固定資産（土地や建物など）	4,988	地方債	227
無形固定資産（ソフトウェアなど）	21	退職手当引当金	151
投資その他の資産（出資金など）	411	流動負債（1年以内に返済期限が到来する負債など）	**66**
流動資産	**395**	１年内償還予定地方債	13
現金預金	101	賞与等引当金	9
基金	287	預り金・未払金	44
未収金等	7	**純資産の部**	
		純資産	**5,370**
資産合計	**5,815**	**負債及び純資産合計**	**5,815**

（2）行政コスト計算書

一会計期間中の区の費用・収益の取引高を明らかにしたものです。純行政コストを税収等の財源で賄っています。

（単位：億円）

経常費用　①	**1,191**
人件費（職員給与費など）	205
物件費等（消耗品費、委託料など）	332
その他の業務費用	8
移転費用（補助金、生活保護などの社会保障給付）	647
経常収益　②	**39**
純経常行政コスト A＝①－②	**1,152**
臨時損失　③	**337**
臨時利益　④	**4**
純行政コスト B＝A＋③－④	**1,485**

令和３年度　財政の状況（上半期）

4～9月末の執行状況等は次のとおりです。
☆③⑤⑥の「9月末」「3月末」は、いずれも2021年

財政調整係／5階　☎(3228)8813　FAX(3228)5650

①各会計予算の執行状況

会計	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
一般会計	1,552億円	550億円	35.4%	526億円	33.9%
用地特別会計	19億円	0億円	0.0%	11億円	59.1%
国民健康保険事業特別会計	320億円	135億円	42.2%	119億円	37.2%
後期高齢者医療特別会計	71億円	26億円	36.1%	23億円	32.3%
介護保険特別会計	233億円	112億円	47.9%	99億円	42.7%

②一般会計予算の執行状況

歳入

区分	予算現額	収入済額	収入率
特別区税	334億円	137億円	41.0%
特別区交付金	327億円	151億円	46.1%
地方消費税交付金・利子割交付金等	76億円	46億円	60.5%
負担金、使用料及び手数料	30億円	16億円	53.8%
国・都支出金	454億円	132億円	29.1%
諸収入	15億円	7億円	50.6%
特別区債	92億円	0億円	0.0%
その他	224億円	60億円	26.8%
歳入合計	1,552億円	550億円	35.4%

歳出

区分	予算現額	支出済額	執行率
議会費	9億円	4億円	49.1%
企画費	20億円	7億円	32.5%
総務費	88億円	26億円	29.8%
区民費	121億円	40億円	32.8%
子ども教育費	555億円	198億円	35.7%
地域支えあい推進費	70億円	30億円	42.6%
健康福祉費	351億円	155億円	44.2%
環境費	53億円	23億円	44.3%
都市基盤費	68億円	22億円	32.5%
まちづくり推進費	102億円	15億円	15.1%
公債費	15億円	6億円	39.8%
その他	100億円	0億円	0.0%
歳出合計	1,552億円	526億円	33.9%

③特別区債・基金

項目	9月末現在高	3月末現在高
特別区債	235億円	181億円
基金	669億円	628億円

④一時借入金

支払いに必要な資金が一時的に不足する場合に、金融機関などから借り入れるお金のこと。令和3年度上半期には、ありませんでした。

⑤財産の状況

財産の種類	9月末現在	3月末現在
土地	102万9,775.35m²	102万6,836.65m²
建物	50万2,055.89m²	48万417.51m²
備品	2,724点	2,722点

☆備品は50万円以上のもの

⑥区民の税負担

	9月末現在	昨年9月末現在
一人当たり	100,187円	100,158円
一世帯当たり	161,212円	161,377円

☆各年9月30日現在の特別区民税の課税総額、10月1日現在の人口、世帯数（外国人含む）を基に算出

⑦補正予算

3月（令和3年第1回区議会定例会）
【一般会計】214万8千円の追加補正

6月（令和3年第2回区議会定例会）
【一般会計】18億4,996万3千円の追加補正

9月（令和3年第3回区議会定例会）
【一般会計】37億433万7千円の追加補正

中野区議会　第４回定例会
11月25日(木)～12月10日(金)

区議会事務局／3階
☎(3228)5585　FAX(3228)5693

会議日程　**本会議**＝11月25日・26日・29日、12月10日、**常任委員会**＝12月1日～3日、**特別委員会**＝12月6日～8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

一般質問放送日時(J:COMチャンネル)
☆区内のみ視聴可
12月4日(土)・5日(日)・11日(土)・12日(日)＝午後5時～7時45分、**12月6日(月)・8日(水)・10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)

マイナンバーカードの申請をお手伝いします

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

本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)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か月掛かります

▲マイナンバーキャラクター「マイナちゃん」

会場の地域事務所・日時
野方(野方5-3-1)＝11月25日(木)、2月3日(木)
鷺宮(鷺宮3-22-5)＝12月9日(木)、2月10日(木)
南中野(弥生町5-11-26)＝12月22日(水)
東部(中央2-18-21)＝1月13日(木)
江古田(江原町2-3-15)＝1月27日(木)
☆各日午前10時～11時30分。1月、2月は来年

令和２年度　中野区介護保険の運営状況の概要

介護保険は、高齢者の介護を社会全体で支える制度です。運営状況について詳しくは、区HPか、地域包括支援センター、区民活動センター、図書館、すこやか福祉センター、区役所4階区政資料センターにある冊子でご覧になれます。
☆金額は百万円未満(介護給付費の合計額のみ1億円未満)を四捨五入

介護・高齢者支援課管理企画係／2階
☎(3228)5629
FAX(3228)8972

支援・介護を必要としている高齢者は５人に１人

●区内の65歳以上の方(第1号被保険者)は68,548人
●前記のうち要介護(要支援)認定者数等は14,300人
●要介護度に応じて、在宅や施設で利用できる介護保険サービスの利用者数は11,645人
☆人数は今年3月末の実績

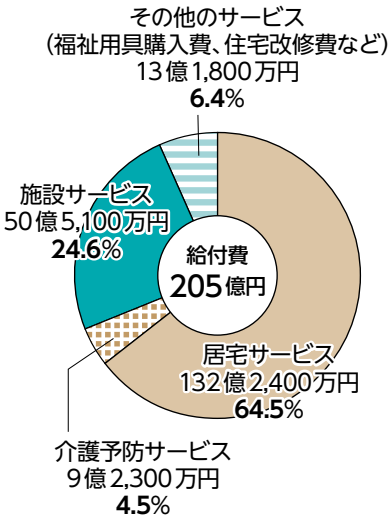
介護保険料と準備基金

●65歳以上の方が納めた介護保険料は約47億6,400万円
●約2億3,700万円を取り崩し、約3億3,300万円を準備基金として積み立てました

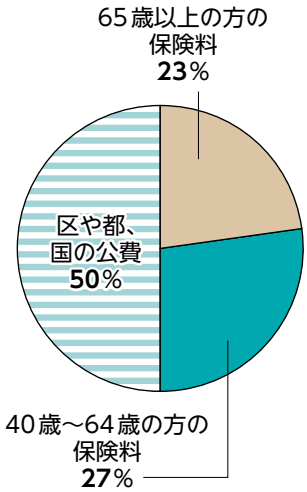
介護給付費は約205億円

☆介護給付費(以下、給付費)とは、介護サービスの利用に掛かった額から利用者負担額(1割～3割)を引いた残りのこと

給付費の使い道



給付費の財源



令和3年度　中野区表彰式を行いました

秘書係／4階　☎(3389)1111(代表)　FAX(3228)5645

区は、自治の発展や福祉の向上などに尽力された方を表彰しています。

今年度は、10月29日の表彰式で次の方々を表彰しました(表彰状5人[☆印]、感謝状5人)。

▲表彰式に参加されたみなさん

表彰されたみなさん(敬称略)

自治功労

荻野　勉(新井南町会会長)☆
長田　武宏(仲町町会会長)☆
関　聡介(中野区建築審査会専門調査員)☆
金谷　芳雄(中野区国民健康保険運営協議会会長)
漆原　勲(新中野町会会長)
矢島　和行(新井西町会会長)

納税功労

飯田　敬子(中野納税貯蓄組合連合会常任理事)

社会福祉事業功労

田近　八重子(中野区パーキンソン病友の会役員)

社会教育功労

今増　雅己(中野区剣道連盟役員)☆
斎藤　隆恒(中野区卓球連盟役員)☆

10月31日実施　衆議院議員選挙(小選挙区)の結果(概要)

区選挙管理委員会／9階　☎(3228)5541　FAX(3228)5687

◀明るい選挙イメージキャラクター「選挙のめいすいくん」

区内の当日有権者数と投票結果

選挙区	当日有権者数 / 投票者数	投票率
第7区	142,525人 / 80,980人	56.82%
第10区	141,232人 / 79,971人	56.62%
中野区全体	283,757人 / 160,951人	56.72%

☆(参考)中野区全体の前回投票率は53.05%

衆議院議員選挙(比例代表)、最高裁判所裁判官国民審査の結果は、区HPでご覧になれます

得票結果(敬称略)

☆届出順。◎印は当選者。○印は比例代表当選者

選挙区		候補者(届出政党)	得票数(中野区)
第7区		つじ　健太郎(日本維新の会)	10,471
		松本　文明(自由民主党)	25,398
	◎	ながつま　昭(立憲民主党)	40,174
		いの　恵司(NHKと裁判してる党弁護士法72条違反で)	1,179
		込山　ひろし	1,746
第10区	○	鈴木　ようすけ(立憲民主党)	34,052.311
	◎	鈴木　隼人(自由民主党)	32,486.688
		小山　徹	1,329
		ふじ川　たかし(日本維新の会)	8,357
		沢口　ゆうじ	1,532

国民健康保険料の第6期分
後期高齢者医療保険料の第8期分　介護保険料の第8期分

11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、減免の案内をご覧になれます

11月30日は個人事業税
第2期分の納期限です

中野都税事務所　☎(3386)1111

☆8月上旬に郵送した納税通知書で、忘れずに納付を

12月4日～10日は 人権週間

みんなで築こう人権の世紀 ～「誰か」のこと じゃない。～

この週間を通して差別、いじめ等の人権侵害を自分のこととして捉え、改めて人権について考えてみませんか。

人権パネル展

平和・人権・男女共同参画係／4階
☎(3228)8229 FAX(3228)5476

人権擁護委員の活動紹介や区内小学生の「人権の花」活動報告など、人権問題に関する展示です。

期間 12月4日(土)～12日(日)
会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」西側

12月3日～9日は障害者週間 障害者就労施設による自主生産品の販売会

障害者施策推進係／1階
☎(3228)8832 FAX(3228)5660

日時 12月6日(月)～10日(金)、各日午前10時から(売り切れ次第終了)
会場 区役所1階区民ホール

無戸籍の方はご相談ください

戸籍係／1階 ☎(3228)5503 FAX(3228)5653

さまざまな理由で出生届を提出できず、お子さんまたはご自身が戸籍に記載されていない方は、戸籍係または東京法務局無戸籍相談窓口☎(5213)1344へ相談を。無戸籍でお困りの方をご存じの方も相談できます。詳しくは、法務省HP内「無戸籍でお困りの方へ」をご覧ください。

東京法務局人権相談

日時 年末年始を除く平日の午前8時30分～午後5時15分 ☆①③④はナビダイヤル。④は午前9時～午後5時、⑤は24時間相談可

①みんなの人権110番 ☎0570(003)110

②子どもの人権110番 ☎0120(007)110

③女性の人権ホットライン ☎0570(070)810

④外国語人権相談ダイヤル
(英語、中国語など10言語に対応)
☎0570(090)911

⑤インターネット人権相談HP

夜間人権ホットライン

(公財)東京都人権啓発センター ☎(6722)0127

人権侵害や日常生活の法律問題を弁護士に相談できます。 ☆一人当たり10分程度
日時 12月6日(月)午後5時～8時

12月1日は 世界エイズデー

気になったら一人で悩まずに相談を

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

エイズは、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染により、体の免疫力が低下する病気です。感染しても、早期の発見・治療で発症や進行を抑えられます。

少しでも感染の不安があれば、血液検査(HIV抗体検査)を受けましょう。検査・相談は、いずれも匿名、無料です。

☆①②とも、聴覚障害のある方はファクス番号を記入してファクスで、保健予防係へ

①即日検査・相談	結果が陰性の場合、当日中にその旨が分かります。検査項目はHIVのみ。	**日時** 12月5日、来年2月6日、いずれも日曜日午後 ☆予約の際に来所時間を指定 **申込み** 平日正午～午後6時に電話で、事業委託先のNPO法人アカー☎(6382)6190へ ☆アカーHPからも可
②通常検査・相談	HIV抗体検査と同時に梅毒とクラミジア感染症、B型肝炎も検査できます。結果は2～3週間後に分かります。	**日時** 来年3月までの毎月第2・第4水曜日(来年2月23日を除く)、午後1時30分～2時15分 ☆12月と来年3月の第4水曜日は結果告知のみ **申込み** 検査日前日までに電話で、保健予防係へ
③電話相談 ☆検査は行っていません	**東京都HIV／エイズ電話相談** **☎(3227)3335** 平日＝正午～午後9時 土・日曜日、祝日＝午後2時～5時	**エイズ予防財団・エイズ電話相談** **☎0120(177)812** ☆携帯電話からは☎(5259)1815へ。平日のみ、午前10時～午後5時(午後1時～2時を除く)

お知らせ

「囲町地区地区計画都市計画変更原案」の縦覧と意見募集

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

縦覧期間　12月7日～21日
縦覧場所　区役所9階2番窓口
意見を提出できる方　区域内の土地所有者および利害関係のある方
意見提出の方法　12月28日必着で意見書（書式自由）を郵送または直接、都市計画係へ

成人のつどい（成人式）の案内状を郵送します

HPで詳しく

育成活動支援係／5階
☎(3228)5648 FAX(3228)5659

来年1月10日（月・祝）に区がサンプラザで行う「中野区成人のつどい」。その案内状を、12月上旬に郵送します。対象者などについて詳しくは、区HPをご覧ください。12月14日ごろまでに届かない場合は育成活動支援係へ連絡を。
☆11月1日以降に転入手続きを行った方には、12月中旬に郵送予定。なお当日は、入場券がなくても、区内在住・在勤・在学の方や以前区内に住んでいた対象年齢の方、家族の方も入場できます。当日直接会場で入場手続きを

◀詳しくはこちらから

傍聴を

☆どなたでも傍聴できます

教育委員会定例会

教育委員会係／5階
☎(3228)8857 FAX(3228)5679
12月17日（金）午前10時から
区役所5階教育委員会室
☆当日直接会場へ。日程は、変わることがあります

中野区地域包括ケアシンポジウムにご参加を

地域包括ケア推進係／6階
☎(3228)5804 FAX(3228)8716

区は「できることからはじめよう！『オールなかの』の地域包括ケア」を合い言葉に、支援が必要な全ての方を対象とした体制づくりを推進しています。

このたび「中野区地域包括ケア総合アクションプラン（案）」を作成したので、意見交換会を兼ねたシンポジウムを開催します。

対象　区内在住・在勤・在学の方
日時　12月15日（水）午後6時～8時
会場　なかのZERO（ゼロ）小ホール（中野2-9-7）　☆当日直接会場へ。先着250人。要約筆記・手・保（先着5人）希望の方は、11月24日～12月7日に電話またはファクスで、地域包括ケア推進係へ。住所、氏名とふりがな、電話番号、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

区民公益活動推進基金に寄付しませんか

公益活動推進係／5階
☎(3228)3251 FAX(3228)5620

区内では、さまざまな区民団体が幅広い分野で自主的な公益活動を行っています。この基金は、その活動に必要な資金を助成するためのものです。

今年度は、「なかの生涯学習サポーターの会」など3団体に助成。基金に寄付をして、区民団体の公益活動を応援しませんか。寄付の金額は、幾らでも構いません。なお、3万円以上の場合は、区から感謝状を贈呈。個人の場合、所得税（または住民税）の確定申告の際に寄付金控除の対象となります。法人の場合は、全額損金算入できます。

寄付してくださる方には、必要書類を郵送します。電子申請も可能。詳しくは、公益活動推進係へ問い合わせを。

生け垣・植樹帯の設置費用を一部助成します

HPで詳しく

緑化推進係／8階
☎(3228)5554 FAX(3228)5677

対象条件などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、緑化推進係へ問い合わせを。

助成限度額　設置延長1m当たり1万円（上限30万円）
☆各年度の予算の範囲内で支出し、予算額に達した時点で受け付けを終了

ライターやスプレー缶などをごみに出す場合は別袋で

清掃事務所
☎(3387)5353 FAX(3387)5389

ライターやスプレー缶などを他のごみと一緒に出すと、清掃車やごみ処理施設の火災の原因になります。

これらのごみを出す場合は、他のごみとは別の袋に入れ、中身を明記して「陶器・ガラス・金属ごみ」の日にごみ集積所へ出してください。
☆スプレー缶などに穴を開けると危険です。できるだけ中身を使い切り、穴を開けずに出してください

◀中身を明記してください

12月1日～7日 TOKYO交通安全キャンペーン

生活・交通安全係／8階
☎(3228)8886 FAX(3228)5658

11月24日（水）午前10時～午後12時30分にサンプラザ前広場で「飲酒運転根絶キャンペーン」を実施。

詳しくは、野方警察署☎(3386)0110へ問い合わせを。

都市計画原案「住宅市街地の開発整備の方針」への公述申し出

HPで詳しく

東京都都市整備局都市計画課
(新宿区西新宿2-8-1)
☎(5388)3336

計画案の縦覧・申出書の配布　12月1日～15日に、都庁都市整備局都市計画課、区役所9階2番窓口で　☆申出書は東京都都市整備局HPからダウンロード可

公述の申し出　区域内(中野区は全域が対象)に在住の方、計画案に利害関係のある方が対象(一人10分以内)。公述申出書を12月15日必着で郵送または直接、東京都都市整備局都市計画課へ　☆来年1月に公聴会を開催。詳しくは、東京都都市整備局HPで確認を

「ねんきんネット」のご利用を

HPで詳しく

中野年金事務所(中野2-4-25)
☎(3380)6111

11月30日(いいみらい)は、厚生労働省が定めた「年金の日」。これを機に、インターネットで自身の年金記録や将来の年金の見込み額などを確認できる「ねんきんネット」を活用しませんか。

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。

赤い羽根共同募金からの配分を受けたい方へ

HPで詳しく

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

赤い羽根共同募金に寄せられた寄付金は、民間の地域福祉活動事業、社会福祉事業に配分されています。

配分を希望する方は、12月17日までに東京都共同募金会へ相談が必要です。詳しくは、同募金会HPをご覧になるか、同会事業部☎(5292)3183へ問い合わせを。

催し・講座

12月の登記相談

HPで詳しく

区民相談係／1階
☎(3228)8802　FAX(3228)5644

内容　区内在住の方が対象。司法書士・土地家屋調査士による相談。必ず事前予約を

日時　12月14日(火)午後1時～4時　☆一人当たり25分

会場　区役所1階専門相談室

申込み　12月7日午前9時から電話で、区民相談係へ。先着6人

☆毎月第2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

初心者向け スマートフォンLINE(ライン)講座

情報政策推進係／6階
☎(3228)8807　FAX(3228)5646

専門学校の学生から個別指導でLINEの使い方などを教わります　☆スマートフォン(スマホ)は各自持参。専門学校東京テクニカルカレッジ、(公社)中野法人会との共催

対象　区内在住・在勤でスマホ操作に慣れていない方

日時　12月16日(木)①午前10時30分～11時30分、②午後1時30分～2時30分　☆同内容。受講はいずれか1回

会場　専門学校東京テクニカルカレッジ(東中野4-2-3)

申込み　往復ハガキで**中野法人会(〒165-0026新井2-33-6)**へ。12月2日必着。抽選で各回20人。講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、受講希望回(返信用にも住所、氏名)　☆結果は全応募者に12月9日までに返信

ゆかりの著作者紹介展示「三田村鳶魚(えんぎょ)～文園に花開いた江戸学～」

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

期間　11月27日(土)～来年1月27日(木)

会場　中央図書館　☆当日直接会場へ

「ビジコンなかの」にプランを出してみませんか

HPで詳しく

産業係／9階
☎(3228)8729　FAX(3228)5656

ICT(情報通信技術)・コンテンツ事業、または人々の暮らしを応援するライフサポート事業に関する新しいビジネスプランのコンテストです。

対象　区内で創業・事業展開を考えている個人、法人または団体

申込み　ビジコンなかの2021事務局HPから申込書をダウンロードし、12月27日までに電子メールで同事務局へ　☆西武信用金庫、三井住友海上火災保険(株)との共催。入賞特典などについて詳しくは、同事務局HPで確認を

オンライン講座「中小企業のための求職者向けの魅力的な会社のアピール法とよい人材の見分け方」

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、区内での創業を希望する方

受講方法・日時

Zoom(ズーム)＝12月7日(火)午後5時30分～7時30分(先着20人)

動画配信＝12月18日(土)～26日(日)

申込み　11月22日～12月2日午後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。氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、受講方法

広告

募集・求人

中野区職員（看護師）

人事係／4階
☎(3228)8041　FAX(3228)5649

対象　看護師の免許を有し（来年3月末までに取得見込みの方を含む）、昭和52年4月2日以降に生まれた方
☆国籍、性別不問
勤務開始日　来年4月1日
勤務場所　区立保育園、児童相談所など
選考日　12月19日(日)
申込み　12月3日午後5時までに電子申請で、人事係へ
☆選考（筆記・面接）で若干名。勤務条件などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、人事係へ問い合わせを

◀区HP

中野区一般任期付職員（児童福祉司係長級）

HPで詳しく

人事係／4階
☎(3228)8957　FAX(3228)5649

勤務内容　児童福祉司等の教育など、中野区児童相談所での指導業務
勤務期間　令和4年4月1日～同9年3月31日
勤務場所　子ども・若者支援センター（11月29日開設予定）
申込み　所定の申込書を郵送または直接、人事係へ。**郵送**＝12月8日（消印有効）まで、**窓口**＝12月10日午後5時まで
☆選考（書類、面接）で1人。対象や申込書などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、人事係へ問い合わせを

中野区育児休業代替任期付職員（事務・保育士）

HPで詳しく

人事係／4階
☎(3228)8041　FAX(3228)5649

次の①②とも
勤務期間　代替する職員の育児休業期間内（おおむね6か月～3年）
選考日　来年1月9日(日)
申込み　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申込書を郵送または直接、人事係へ。**郵送**＝12月13日（消印有効）まで、**電子申請・窓口**＝12月15日午後5時まで
☆いずれも選考（筆記・面接）で、若干名。詳しくは、区HPをご覧になるか、人事係へ問い合わせを

①事務
対象　日本国籍を有し、平成16年4月1日までに生まれた方
勤務開始日　来年4月1日以降

②保育士
対象　平成14年3月1日までに生まれ、都道府県知事の登録を受けている保育士の資格を有する方（来年2月28日までに登録見込みの方を含む）。国籍不問
勤務開始日　来年3月1日以降

子ども・子育て

就学通知書を郵送します

HPで詳しく

学事係／5階
☎(3228)5459　FAX(3228)5680

来年4月に小・中学校入学の対象となるお子さんの保護者へ、就学通知書を郵送します。
対象　日本国籍で区内に住民登録がある、または外国籍で就学手続きを済ませている、次の期間に生まれたお子さん
小学校＝平成27（2015）年4月2日～同28（2016）年4月1日
中学校＝平成21（2009）年4月2日～同22（2010）年4月1日
郵送予定日　**小学校**＝12月上旬、**中学校**＝来年1月上旬

次の方は手続きが必要です
①区立小・中学校に入学を希望する外国籍のお子さん
②国立、都立、私立の小・中学校に入学するお子さん
☆詳しくは学事係へ問い合わせを

◀区HPでもご覧になれます

広告

区報に広告を掲載しませんか　HPで詳しく
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。

庭木1本からお手入れOK！

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 先着10名様 1,100円
ガーデンエクスプレス
東京北支店：練馬区土支田3-19-12
☎03-5933-2811

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（ニワサギロクイチバン）
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

幼稚園や認可外保育施設等を利用する保護者の方へ 給付を受けるには認定が必要です

HPで詳しく

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

幼稚園や認定こども園、認可外保育施設等を利用するお子さんが無償化の給付を受けるには、教育・保育支給認定または施設等利用給付認定の申請が必要です。上記の施設に内定した方は、施設から案内を受け取ってください。来年4月に入園予定の方は、できるだけ12月末までに申請を。

無償化の範囲や条件について詳しくは、案内または区HPをご覧ください。

◀区HP

受験生チャレンジ支援貸付のご利用を

中野区社会福祉協議会
(中野5-68-7スマイルなかの)
☎(5380)5775

高校・大学の受験料や塾の費用を無利子で借りられ、入学すると返済が免除されます。貸し付け要件などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会へ問い合わせを。

対象 中学3年生・高校3年生のお子さんがいる、所得が一定基準以下の世帯
☆相談は、前日までに予約が必要。平日(第3月曜日を除く)午前9時～午後5時に電話で、同協議会へ

区立障害児通所支援施設の放課後等デイサービスの利用希望の方は相談を

HPで詳しく

子ども発達支援係／5階
☎(3228)5613 FAX(3228)5680

次の①～③の区立障害児通所支援施設は、就学しているお子さんを対象に放課後等デイサービスを実施しています。

来年4月からの利用を希望する方は、次の期間に相談してください。

相談期間・方法 11月22日～12月28日の午前10時～午後5時に電話またはファクスで、希望する次の対象施設へ。
住所、氏名とふりがな、電話番号、ファクス番号、お子さんの氏名とふりがな、生年月日

対象施設

①療育センターゆめなりあ
(弥生町5-5-2)
☎(6382)4781 FAX(6382)4782

②放課後デイサービスセンターみずいろ
(丸山1-17-2緑野小学校敷地内)
☎(3388)5777 FAX(3388)5666

③子ども発達センターたんぽぽ
(丸山1-17-2緑野小学校敷地内)
☎(5343)7883 FAX(5343)7893

☆③は重度・重複障害のお子さんが対象。上記以外の民間事業所の利用については、直接各事業所へ問い合わせを。区内の事業所の一覧は区HPでご覧になれます

◀区HP

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 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

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 12月10日(金)
会場 南部すこやか福祉センター
申込期間 11月26日～12月7日

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 12月15日(水)
会場 北部すこやか福祉センター
申込期間 12月1日～13日

妊婦さんの食事について紹介中

区HPでは、妊娠中に不足しやすい鉄分やカルシウムなどが含まれるおすすめレシピを紹介しています。その他、歯っぴいお食事講座に参加した方の感想や「知って得するQ＆A」も掲載。ぜひご覧ください。

◀区HP

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)

西武新宿線「新井薬師前」駅近
費用・サイズを抑え、時間を有効的に使えます
一日葬プラン
総額615,298円税込
資料請求・お問合せ くみん斎場 中野新井薬師前
(03)6454-0019

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
広告

健康・福祉

歯科相談

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

内容 歯科衛生士によるお口全般に関する相談 ☆お子さんと一緒に参加可
対象 区内在住の方
日時 12月13日(月)午後1時～3時30分 ☆一人当たり30分程度
会場 鷺宮すこやか福祉センター
申込み 11月22日～12月10日に電話、ファクスまたは直接、鷺宮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

▲歯の模型を使った歯磨き指導も

ネズミ対策パネル展「侵入箇所や駆除方法を学ぼう」

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

期間 12月1日(水)～24日(金)
会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側 ☆当日直接会場へ

区民健診は2月28日までに受診を

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、区民健診の受診期限は来年2月28日です。期限が近付くと、医療機関が混み合って受診できない場合もあります。早めに受診しましょう。
☆健診(検診)の種類によっては、区への申し込みが必要(申込期限は2月10日)。受診券を紛失した場合は再発行します。詳しくは、区民健診係へ問い合わせを

メタボリックシンドローム(メタボ)の疑いがある方へ

国保特定健診でメタボの可能性があるとの結果が出た方のうち、まだ特定保健指導を利用していない方へ特定保健指導利用券を郵送しています。

この券を利用すると、医師や管理栄養士から生活習慣の改善に向けた支援を受けられます。積極的に活用しましょう。

協会けんぽ被扶養者の方は年に一度は健診を

全国健康保険協会(協会けんぽ)の被扶養者(家族)で40歳～74歳の方は、特定健診を受診できます。詳しくは、協会けんぽ東京支部健診専用ダイヤル☎(6853)6111(平日午前9時～午後5時)へ問い合わせを。
☆区は、区民の健康増進や疾病予防を推進するため、協会けんぽ東京支部と覚書を締結しています

冬場に多発 ノロウイルス食中毒に要注意

食品衛生係(中野区保健所) ☎(3382)6664 FAX(3382)6667

次の注意点を守り、食中毒や感染を予防しましょう。

感染予防の3つのポイント

1. カキなどの二枚貝は**十分加熱を**
2. 調理・食事の前、トイレの後には**しっかり手洗いを**
3. 嘔吐物などを片付けた後は**塩素系消毒剤で消毒を**

パネル展示もご覧ください

期間 12月1日(水)～24日(金)
会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側
☆当日直接会場へ

広告

SEKISUI HOUSE GROUP
積水ハウスグループの
サービス付き高齢者向け住宅
入居一時金・礼金・更新料なし
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。

参加費無料 完全予約制 個別内覧会
11/25(木)
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】

【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・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/積水ハウス株式会社●貸主/積和グランドマスト株式会社●募集(仲介)/株式会社 イチイ●広告有効期限/2021年11月末日

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
積和グランドマスト株式会社 0120-815-823
〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-1-1新宿マインズタワー
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・冬期休業は別途ございます)

11月20日～12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
11月21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
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		いしい内科クリニック	内	沼袋4-31-11　1階	(5345)7667
		やまぎしこどもクリニック	小	本町4-45-9　2階	(3382)2525
		中村診療所	内	本町5-39-2	(3381)3797
		佐川歯科☆	歯	東中野1-4-7	(3371)6480
	薬局	ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		あいせい薬局		沼袋4-31-15	(5942)6039
		本町鈴薬局		本町5-39-13	(3382)6787
11月23日(火・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
		熊谷医院	内	鷺宮3-32-5	(3338)1515
		司馬内科医院	内	大和町1-65-2　2階	(3223)1785
		かねなか脳神経外科	内・外・脳神経外・整	中央4-4-2	(6382)4880
		秋吉クリニック	内	本町3-20-22	(3378)1600
		林歯科医院	歯	中野5-30-6-209	(3387)1354
		大久保歯科クリニック	歯	野方6-4-1　2階	(3330)4144
	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		やまと調剤薬局		大和町1-64-1	(3337)3380
		ラビット薬局新中野店		本町3-23-5	(3372)8916
11月28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
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13	(3228)1555
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		中野新橋内科クリニック	内・循・内分泌・糖尿	弥生町2-20-18	(6383)3201
		むらやま歯科医院☆	歯	野方5-31-7	(3336)3022
	薬局	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
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122
12月5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
		総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		新井五行堂醫院	内・耳鼻咽喉	上高田2-9-11	(3387)0893
		ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12　2階	(5371)0909
		田沼内科・小児科医院	小・内	本町6-23-3	(3380)2622
		熊谷歯科医院☆	歯	東中野3-6-2-105	(3371)0844
	薬局	けやき薬局		江古田2-22-1	(3388)0782
		中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
		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)

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

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

12月1日～31日

PayPay（ペイペイ）で最大30%戻ってくるキャンペーン

第2弾

▲区HP

商業係／9階　☎(3228)3263 FAX(3228)5656　premium@city.tokyo-nakano.lg.jp

キャンペーン内容

12月1日～31日に、区内対象店舗でキャッシュレス決済サービス「PayPay」を使うと、決済額に応じてボーナスポイント（1回当たり最大3千円分、期間内最大1万円分）がもらえます。詳しくは、区HPをご覧ください。

利用方法の問合せ先

PayPayカスタマーサポート窓口

☎0120(990)634

☆毎日24時間対応。

加盟店の方は☎0120(990)640へ

PayPay使い方相談会

区内在住の方が対象。11月22日～29日午後5時に電話または電子メールで、商業係へ申し込みを。先着30人程度。

日時・会場

11月30日(火)午前11時～正午

区役所9階会議室

新型コロナワクチンの追加接種・訪問接種が始まります

いずれも、予約方法などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、右記へ問い合わせてください。

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

●2回目の接種後8か月以上経過した方へ

追加（3回目）の接種を実施します。接種の案内（接種券）は、接種後7か月経過した方へ順次、郵送します。

▲追加接種

●寝たきり等で未接種の方へ

自宅で接種を受けられます（訪問接種）。接種会場への移動が困難で、かかりつけ医の往診による接種も受けられない方は、ぜひご利用を。　☆利用要件あり

▲訪問接種

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。

11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	195,609※（294減）	159,397（234減）	157,362（182減）	316,759（416減）	332,816（548減）
外国人	11,163（108減）	8,218（68減）	7,839（64減）	16,057（132減）	

※日本人と外国人の混合世帯 2,014 を含む

次号予告　いざという時に役立つ 日頃の見守り

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3年(2021年)11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