子ども・子育て

中野区に転入した保護者の方へ 予防接種の手続きを忘れずに (IP)

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

転入後、手続きをしないと予診票は 郵送されません。定期予防接種の対象 となるお子さんの保護者は、予診票の 交付申請手続きをしてください。

詳しくは、区Ⅲをご覧になるか、保健 予防係へ問い合わせを。

オンライン講演会 「体罰によらない子育て」

子ども政策調整係/5階 ☎(3228)5605 FAX(3228)5679

内容 しつけと体罰の違いや体罰等に よらない子育てのポイントなど

日時 11月5日(土)午後2時~4時

講師 高祖常子氏(NPO法人児童虐待 防止全国ネットワーク理事)

申込み 10月21日~11月2日に電子 申請で ☆Zôomを利用。詳しくは、 区冊をご覧ください

子育て情報をLINEで配信中

です。詳しくは、区Ⅲをご覧ください。

妊娠週数やお子さんの月齢に応じた子育て情

事前に中野区公式LINEの友だち登録が必要

報「なかの子育て応援メール」を受け取れます。

子育て支援課管理運営係/3階 ☎(3228)8824 FAX (3228)5657

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□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 午後1時30分~2時40分

申込み申込期間に電子申請か、電話 または直接、すこやか福祉センターへ。 先着6人程度

中部すこやか福祉センター (中央3-19-1)

☎(3367)7788 FAX(3367)7789

日程 11月10日(木)

申込期間 10月27日~11月7日

鷺宮すこやか福祉センター

(若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日程 11月11日(金)

申込期間 10月28日~11月8日

LINE

子育てミニワーク「ニコニコ子 育て家族になる会話術」

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

対象 区内在住で子育て中の方 ☆お子さんと一緒に参加可

日時 11月26日(土)午前10時~11 時30分

会場 中部すこやか福祉センター

参加費 390円(教材費)

申込み 10月21日~11月21日に電話 または直接、中部すこやか福祉センター へ。 先着 15人(お子さんを除く)程度

養育家庭(里親)体験発表会

児童福祉課企画調整係

(中央1-41-2子ども・若者支援センター) ☎(5937)3289 FAX(5937)3354

日時 11月26日(土)午前10時30分 ~午後0時30分

会場 子ども・若者支援センター 申込み 10月21日~11月24日に下 記二次元コードから申し込むか、電話で、 里親支援機関さとおやこほっとステー ションあいりす (5848) 7130 へ。 先 着30人。 (長・保) (先着10人) 希望の方は、 11月15日までにあわせて申し込みを



◀申し込みは

健康∙福祉



これまで受けていない方は 肝炎ウイルス無料検査へ

結核・感染症予防係(中野区保健所) ☎(3382)6500 FAX(3382)7765

ウイルス性肝炎は自覚症状がないこ とが多く、感染に気付かない人が多数 います。感染の早期発見は、効果的な治 療につながります。一度は検査を受け 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

日時 11月4日、12月2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 ☆来年以降も毎月第 1金曜日に実施

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の平日に 電話またはファクスで、結核・感染症予 防係へ。☑住所、氏名とふりがな、電話 番号、性別

「もの忘れ・若年性認知症・認知症 相談会」

在宅療養推進係/6階 ☎(3228)5785 FAX(3228)8716

内容 認知症のケアに携わる専門相談 員に相談できます

□時 11月7日(月)午前10時~午後3 時30分

会場 区役所1階区民ホール ☆当日 直接会場へ

11月14日は世界糖尿病デー パネル展「糖尿病予防のための 生活習慣」

保健企画係(中野区保健所) ☎(3382)2428 FAX(3382)7765

40歳~74歳の都民の4人に1人が 糖尿病または糖尿病予備群であると推 計されています。糖尿病の多くは、日常 生活の影響を受けて発症する生活習慣 病です。パネル展で知識を深め、日頃の 生活習慣を見直しましょう。

期間 11月4日(金)~14日(月)

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

こころの病のある方の家族セミナー 「地域で安心して暮らすために」

鷺宮すこやか福祉センター (若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

対象 区内在住で、精神障害のある方 の家族、関心のある方

日時・内容 11月6日=精神科医によ る病気の理解と対応、20日=災害への 備え ☆いずれも日曜日、午後1時30 分~3時30分。1回のみの参加も可

申込み 10月21日~各開催日の2日 前の正午に電子申請か、電話または直 接、鷺宮すこやか福祉センターへ。各回 先着20人

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

「不妊専門相談」と 「ほっとピアおしゃべり会」

子ども医療助成係/3階 ☎(3228)5623 FAX(3228)5657

日程 11月12日(土)

会場 区役所 9階会議室

内容·時間·人数

不妊専門相談=午後2時30分~4時 30分 ☆一人当たり30分程度。先着 3人(初めての方限定)

ほっとピアおしゃべり会=午後2時30 分~4時 ☆先着5人程度

申込み 10月21日~11月11日に電子 申請か、電話または直接、子ども医療助 成係へ ☆両方への参加も可

不妊検査等・特定不妊治療の費用助 成もご利用を

医療費の一部について助成を受けら れる場合があります。対

象などについて詳しくは、 区肥で確認を。



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 11月14日(月)午後1時30分~ 3時

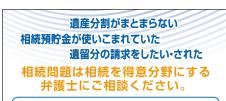
会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 10月21日~11月11日に電 子申請か、電話で、北部すこやか福祉セ ンターへ。先着15人

あなたのためのプライベートサポートタク

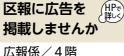
旅ができる介護福祉タクシ

自由自在に中長距離外出









☎(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。



中野区新井 1-19-1

一本からでも、お手入れ承ります。 見積は無料! 0120-283691 園 6-28-6-211

何でもお気軽にご相談を





★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



こやさしい Door To Door の外出

広

nakano 令和4年(2022年)10月20日号

お庭のことなら、

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

《主な所有資格》

総合旅行業務取扱管理。

国内旅程管理主任者 小中高教員免許

介護職員初任者研修