

なかの区報

# nakano

令和5年(2023年)

# 04|05

No.2108

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・8月は11日発行)



## 一緒に中野を語ろう!

区民と区長のタウンミーティング

# 一緒に 中野を語ろう!

区民と区長のタウンミーティング

広聴係/4階

☎(3389)4445 FAX(3228)5645

✉kuminnokoe@city.tokyo-nakano.lg.jp

中野のまちをより良いものにするため、区は、対話による区政運営に取り組んでいます。タウンミーティングは、みなさんが区長へ意見を直接伝えられる場の一つ。参加人数やテーマに応じてさまざまな方法で開催しています。今号では、その様子や内容を紹介します。

## 区政課題をテーマに

### グループディスカッション

5~6人程度のグループに分かれて討議。各グループには区職員も加わり意見を出し合います。年代や職業の異なる方が一緒に話し合うことで、お互いに新しい発見があることも。

もちろん区長も全グループの討議に参加。一人ひとりの思いを受け止めながら、いただいたご意見に耳を傾け語り合います。



## 参加者の声

世界には大変な課題がたくさんありますが、まず中野から何かできることはないかと思い、参加しました。他の方の意見を知れたのは面白かったです

区の取り組みを知ることができたとし、他の方の考えに触れるいい機会になりました。参加して良かったです

◀昨年度は「オール中野で考え、取り組むSDGs」や「教育大綱の改定に向けて」などをテーマに開催

## 率直な思いを書き込む

### グループワーク

身近な問題として日頃から感じていることをふせんに書き込みます。



◀思いの込められたふせんで台紙がいっぱいに(昨年10月)

## 本音でトーク

### 対面方式

具体的な提案や切実な思いを区長と向かい合って伝えられます。



◀次年度の取り組みについて次々と意見が(昨年12月)



## こんな成果がありました



児童館のおもちゃが古かったり、壊れていたりする



全児童館の乳幼児用のおもちゃをリニューアル

地域で活動したい高齢者に向けた支援策を



中野区社会福祉協議会に委託し地域の居場所を提供する活動の支援を強化

学校に支援員を配置し、先生の負担軽減を図ったら良いのでは



小学校の学級担任業務を補佐する職員配置などの予算を増額

## 身近な場所に出向きます

### 児童館で語ろう

### 子育てカフェ

子育てカフェは、子育て中の方を対象として主に児童館で開催。お子さんを育てている中で感じた「こんなサービスがあったらいい」「こんなことに困っています」など、中野の子育てを本音で語り合います。

「中野で子育てをして良かった」「中野で育てて良かった」と思える「子育て先進区」の実現に向け、みなさんと一緒に考え課題解決に取り組みます。



### お子さんも

### 一緒に楽しめます

絵本の読み聞かせや手遊びなど、親子で楽しめるプログラムも実施。お子さんと一緒に気軽に参加できます。



▲親子プログラムは参加者同士がつながるきっかけにも。交流の輪が広がります

### 子どもや若者も直接発言

### 学校でのタウンミーティング

公立・私立を問わず区内の学校現場へ出向き、児童や生徒、学生と対話。若いみなさんの視点に気付かされることも多い一方、子どもたちにとっても、自分たちの発言に直接フィードバックを得られる有意義な時間になっています。

### 参加者の声

区長さんに「そのアイデアいいね」と言われました。私たちの意見を受け止めてくれているんだな、とうれしかったです



### 1月は2か所で開催

#### こども教育宝仙大学

保育や幼児教育に携わることを目指す学生と意見交換。中野がこれからどんなまちになってほしいかななどを語り合いました。

#### 大妻中野中学校・高等学校

課外活動などの成果を生徒が発表し、区長がコメント。その後、区職員も加わったグループディスカッションで更に議論を深めました。

## みなさんの声を区へ

### タウンミーティング・意見交換会

開催日などは決まり次第、区HPや区報などでお知らせします。

### 区民の声アプリ「なかのEYE」

道路や公園設備の破損などを簡単に区へ情報提供できます。詳しくは、区HPをご覧ください。



### 声のポスト

区役所、区民活動センター、図書館などに設置しています。

### 電話、電子メールなどで直接担当課へ

ファクスや郵送、窓口でも可。担当が分からない場合や区政運営全般に対するご意見などは、広聴係へ。

タウンミーティングは、どなたにも参加しやすいよう平日夜間や土・日曜日にも開催します。中野のこれからを一緒に語りましょう。



酒井区長▶

## 1 びん・缶・ペットボトルは資源として出しましょう

びん・缶・ペットボトルは大切な資源です。ルールやマナーを守って、びん・缶・ペットボトル集積所へ。

### ペットボトルリサイクルのルール

- ・軽くすすぐ ・つぶす
- ・キャップとラベルを外す

☆区内16か所のスーパーに設置したペットボトル自動回収機もご利用を。設置場所などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください



## 2 新聞・ダンボール、古着・古布は集団回収へ

区内全域で、町会・自治会などが集団回収を行っています(古着・古布は一部地域を除く)。集団回収集積場所に出してください。

☆古着・古布はリサイクル展示室でも回収。回収日・実施地域などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください



▲古着・古布は必ず晴れた日に出してください

## 3 プラスチック製容器包装も資源です

プラスチック製容器包装とは、入れ物や包み、袋として使われているプラスチックやビニールのこと。

水で軽くすすいで汚れを落とし、ふたのできる容器か中身の見える透明・半透明の袋に入れてごみ集積所へ。



▲プラマークが目印



袋は二重にしないでください▶

## 4 ライターやスプレー缶などをごみに出す場合は別袋で

ライター、スプレー缶、充電式電池が取り外せない30cm以下の小型家電などは、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、中身が何かを明記して「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

茶わんなどの陶器も中身の見える袋等に入れて出してね



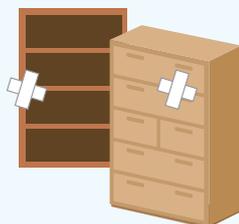
▲中野区ごみ減量キャラクター「ごみのん」

## 5 有料ごみ処理券は中野区のシールの使用を

事業系ごみを区のごみ収集に出す場合は「中野区事業系有料ごみ処理券」が、家庭から粗大ごみを出す場合は「中野区有料粗大ごみ処理券」が、それぞれ必要です(いずれもシール状)。他区の有料ごみ処理券は、中野区内では使用できません。

いずれも、区内のコンビニエンスストアなどの取扱店舗で購入し、ごみ袋または粗大ごみに貼って出してください。最寄りの販売場所は、[区HP](#)で確認するか、清掃事務所へ問い合わせを。

なお、粗大ごみの収集には、申し込みが必要です。[区HP](#)から手続きするか、電話で、粗大ごみ受付センター☎(5715)2255(月～土曜日の午前8時～午後7時)へ。



## 6 「中野区ごみ分別チャットボット」のご利用を

ごみの分別や収集日などの問い合わせに対し、24時間いつでもAI(人工知能)が対話形式で回答します。右記二次元コードからぜひご利用を。



### ● 問合せ先 ●

①②資源回収推進係 ☎(3228)5555

⑥ごみ減量推進係 ☎(3228)5563

☆いずれも松が丘1-6-3リサイクル展示室内、FAX(3228)5634

③～⑤清掃事務所

☎(3387)5353 FAX(3387)5389

お得に

手軽に

## 環境にやさしい行動を

HPで  
詳しく

環境・緑化推進係／8階 ☎(3228)5516 FAX(3228)5673

### お得に燃料電池自動車を体験！ 「なかのMIRAIプラン」のご利用を

区内在住の方が対象。水素を利用し、走行時にCO<sub>2</sub>を排出しない燃料電池自動車をお得に借りられます。利用した方は、なかのエコポイント1,000ポイントの他、「なかの里・まち連携自治体(※)」の訪問特典を受け取れます。

脱炭素社会の実現のため、ぜひ体験してみませんか。

※一部の自治体は対象外

申込み先 トヨタレンタカー中野駅前店

☎(3383)0100



◀詳しくは、区HPをご覧ください

### 地域の行事や勉強会で 「出前講座」を活用しませんか

いずれも、なかのエコポイント200ポイントをもらえます。

#### ●地球温暖化防止出前講座

10人以上の集まりで利用できます。詳しくは、環境・緑化推進係へ問い合わせを。

#### ●ごみ減量出前講座

ごみ減量推進係(リサイクル展示室内)

☎(3228)5563 FAX(3228)5634

講義形式やクイズで学べるものなど、さまざまな形式に対応します。気軽にごみ減量推進係へ相談を。

## 繁殖期の

## カラスからの被害を防ぐために

カラスは、3月～6月ごろに繁殖期を迎えます。卵やヒナを守ろうとして警戒心が強まるため、人を攻撃することがあります。カラスの習性を知り、寄せ付けない対策を取りましょう。

衛生環境係(中野区保健所)

☎(3382)6662 FAX(3382)6667

### 巣の近くを通らない

鳴きながら飛び回る、木の枝をつついて大きな音を出すなどの行動は、巣を守るための威嚇です。背後から飛んできて、人の後頭部を蹴るなどの攻撃をすることも。

そのようなカラスがいる場所には巣があります。なるべく通らないようにしましょう。☆やむを得ない場合は、帽子や傘などで防御を



◀ハンガーなどで巧みに作られた巣

### 巣作りの材料を与えない

都会のカラスの巣は、主に針金ハンガーで作られます。ハンガーは物干しざおなどに固定し、洗濯物と一緒に取り込みましょう。また、葉や枝が多い樹木は定期的に枝切りをしましょう。

### 餌になるものを与えない

容器に付着したままのマヨネーズなど、油分の多いものはカラスの大好物。カラスは嗅覚が弱い半面、視力が非常に優れています。残飯は、目に付かないよう新聞紙などで包んでからごみ袋に入れ、容器類は、資源回収に出す前に必ず洗いましょう。また、ごみ集積所では、防鳥用ネットを確実にごみ袋に掛けてください。

☆防鳥用ネットの貸し出しについて詳しくは、清掃事務所☎(3387)5353・FAX(3387)5389へ問い合わせを



### 落ちたヒナには近付かない

5月～6月は、ヒナの巣立ちの時期です。翼の力が弱いと地面に落ちてしまうことも。人が近付くと、親ガラスが攻撃してきます。

ヒナが落ちていても近付かず、衛生環境係に連絡を。専門業者に捕獲を依頼するなど対応します。

団体・企業の方へ

## シティプロモーション助成事業を募集します



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

中野の文化・芸術、子育て・教育を活性化する事業を募集します。1事業当たり上限100万円(予算総額300万円)。

審査の上、助成事業を決定します。助成要件などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。

**申込み** 4月5日～28日に、[区HP](#)またはシティプロモーション係で配布する申請書を直接、同係へ



◀助成事業について詳しくはこちら



## お子さんの 予防接種を忘れずに

保健予防係(中野区保健所)

☎(3382)6500

FAX(3382)7765



◀[区HP](#)



「**予防接種予診票**」が届いたら接種の計画を

### MR(麻しん・風しん混合)2期

幼稚園・保育園の年長組に相当する年齢のお子さん(平成29年4月2日～同30年4月1日生まれ)が対象。今月末までに郵送します。

麻しん(はしか)と風しんは、感染力が強く、予防接種を受けないと多くの人がかかってしまいます。合併症を引き起こすこともあり、軽視できない病気です。そのため、小学校入学までに2回の接種が推奨されています(1回目は1歳以上2歳未満)。

### DT(ジフテリア・破傷風混合)2期

11歳以上13歳未満のお子さんが対象。11歳の誕生月の月末に郵送します。

DTは、幼児期に受けたジフテリア・百日せき・破傷風3種混合(DPT)ワクチン、これらにポリオを加えた4種混合(DPT-IPV)ワクチンの接種後、更に免疫力を高めるために接種するものです。

### 日本脳炎2期

9歳以上13歳未満のお子さんが対象。9歳の誕生月の月末に郵送します。

### HPV(子宮頸がん)

小学校6年生～高校1年生に相当する年齢の女性が対象。小学校6年生の方へ、7月下旬以降順次、郵送します。

### 4月から9価HPVワクチン(シルガード9)も定期予防接種の対象に

従来の2価・4価HPVワクチンに加え、定期予防接種の対象になりました。ワクチンの内容などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。

### 17歳～26歳の女性へ

予防接種を積極的に勧奨していなかった17歳～26歳(平成9年4月2日～同19年4月1日生まれ)の方も無料で接種できます(令和7年3月31日まで)。詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。



▲[区HP](#)

任意予防接種の費用助成をご利用ください

### MR(麻しん・風しん混合)

申請手続きなどについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。保健予防係へ問い合わせを。

**助成対象** MR1期または2期の接種期間を過ぎてしまった18歳以下の方

### おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)

直接、区内契約医療機関へ。

**助成対象** 1歳～就学前のお子さん  
☆2回まで。区外で接種した方も、費用を申請できる場合があります

### 中野区に転入した保護者の方へ

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HP](#)をご覧ください。保健予防係へ問い合わせを。

## 火災から命を守るために 住宅用火災警報器は点検・交換を

地域防災係／8階  
☎(3228)8930  
FAX(3228)5658



警報器は、全ての住宅に設置が義務付けられています。交換の目安は10年。年数が経過したものは、交換を検討しましょう。

### 住宅用火災警報器と消火器を区であっせんしています

区内在住の方は、住宅用火災警報器や家庭用消火器の購入・取り付けに区のあっせんを利用できます。

種類や価格について詳しくは、[区HP](#)か、区民活動センター、消防署、区役所8階14番窓口で配布している案内をご覧ください。  
☆区役所や消防署の職員が、訪問販売を行うことはありません。悪質な訪問販売にはご注意ください



▲警報器は、電池切れなどがないか定期的に確認を

### あなたの力が必要です 消防団で活動しませんか

18歳以上の健康な方は、年齢や性別を問わずどなたでも入団できます。関心のある方は下記へ問い合わせを。

#### 中野消防団本部(中野消防署内)

☎(3366)0119

#### 野方消防団本部(野方消防署内)

☎(3330)0119

#### 特別区消防団入団サポートダイヤル

☎0120(119)588

## 春の交通安全講習会

交通事故防止のポイントなどを学びます。この講習に参加した方は、自転車の点検整備費用助成券(上限2,000円)を受け取れます。点検整備を受けた自転車には、安全性が認められた証しとしてTSマークのシールが貼付され、1年間の付帯保険として最大1億円の賠償責任補償が付きます。

助成券について詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。生活・交通安全係☎(3228)8886へ問い合わせを。

### 講習会の申込み

平日午前9時～午後4時に電話で、各警察署の交通総務係へ。①=4月6日～21日、②=4月10日～21日に各日先着順で受け付け。 ☆各日1時間

### 交通安全コンサートにもご参加を

野方警察署 ☎(3386)0110

警視庁音楽隊とカラーガード隊によるパフォーマンスをご覧になれます。

**日時** 4月17日(月)午前11時～正午

**会場** サンプラザ前(中野4-1-1)

☆当日直接会場へ



### ①中野警察署 ☎(5925)0110

☆午前＝午前10時30分開始、夜＝午後6時開始

日程	時間	会場
4月22日(土)	午前	中野警察署(中央2-47-2)
24日(月)		南中野区活(弥生町5-5-2)
25日(火)	夜	中野警察署
26日(水)	午前	東中野区活(東中野5-27-5)
	夜	中野警察署

※区活＝区民活動センター

### ②野方警察署 ☎(3386)0110

☆午前＝午前10時開始、夜＝午後6時開始

日程	時間	会場の区民活動センター
4月28日(金)	夜	大和(大和町2-44-6)
29日(土・祝)	午前	新井(新井3-11-4)
5月1日(月)	夜	沼袋(沼袋2-40-18)
2日(火)		鷺宮(鷺宮3-22-5)

### 通学路の安全確保にご協力を

学事係／5階 ☎(3228)5459 FAX(3228)5680

4月は入学・進級の時期です。新1年生を始め、子どもたちが安心して学校へ通えるよう、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。

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。

## お知らせ

### 「中野四丁目新北口地区及び 団町地区に係る都市計画案」の 縦覧と意見募集

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

**縦覧期間** 4月13日～27日

**縦覧場所** 区役所9階都市計画係

**意見を提出できる方** 区内在住・在勤・  
在学の方、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  
4月13日～27日(必着)に郵送または  
直接、都市計画係へ。☑住所、氏名とふ  
りがな、電話番号、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

### 都市計画道路事業 認可変更図書を縦覧中

街路整備係／9階  
☎(3228)3256 FAX(3228)8943

**縦覧図書** 「東京都市計画道路事業区  
画街路中野区画街路第3号線」(交通広  
場部＝上高田3・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階都市計画係

## 傍聴を

### 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

4月17日(月)午後7時～9時

区役所7階会議室

☆事前申込制。4月6日～13日に  
電話で、健康福祉企画係へ。先着  
5人程度。要約筆記・☎・保(先着3  
人)希望の方は、4月10日正午ま  
であわせて申し込みを

### 「国民生活基礎調査」 対象世帯はご協力を

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

この調査は、国民生活の基礎的な事  
項(保健、医療、福祉、年金、所得など)を  
調べるために、厚生労働省が毎年行っ  
ているものです。

対象の世帯(無作為に抽出した区内約  
150世帯)には、今月中旬以降、調査員  
が伺います。

調査内容を統計以外の目的に使用す  
ることはありません。ご協力をお願いし  
ます。

☆調査員は「調査員証」を携帯しています

### セーフティネット(SN)住宅への 改修費を助成します

住宅政策係／9階  
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

SN住宅とは、高齢者や子育て世帯な  
ど住宅の確保に配慮が必要な方の入居  
を拒まない賃貸住宅のこと。物件の所  
有者等が、SN住宅の登録制度にお持ち  
の物件を登録することで、空き家・空き  
室対策になることが期待できます。

SN専用住宅として物件を登録した場  
合、その住宅の改良等に掛かる改修工  
事費の一部を助成します。



◀詳しくは、区HP  
をご覧ください

### 令和5年度の国民年金保険料

国民年金係／1階  
☎(3228)5514 FAX(3228)5654

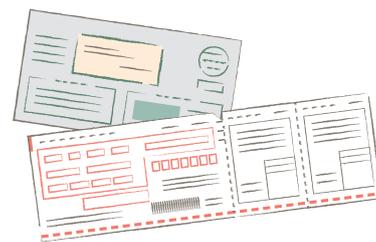
国民年金保険料は、年度ごとに改定  
されます。令和5年度の保険料月額  
は、前年度より70円引き下げられ、  
16,520円となります。

納付書は、今月上旬に、日本年金機  
構から1年分まとめて郵送されます。  
各月の納付期限を確認して、期限内  
に支払ってください。

なお、1年分または6か月分を前払い  
できる納付書も同封予定です。まと  
めて前納すると、割引が適用されま  
す(納期限5月1日)。また、2年分  
まとめて前納したい場合は、早めに  
年金事務所へ申し出を。

**支払方法** 金融機関・コンビニエ  
ンスストアでの現金支払い、電子納  
付(ペイジー) ☆別途手続きすれば、  
口座振替、クレジットカード払いも  
可能。なお、コンビニエンスストア  
では30万円を超える納付はできま  
せん

**問合せ先** 中野年金事務所☎(3380)  
6111 ☆自動音声案内に従い「2」の  
「2」を選択



### 確定申告の振替納税をする方は預貯金残高の確認を

中野税務署 ☎(3387)8111 ☆自動音声案内

振替納税とは、預貯金口座からの口座引き落としにより税を納付する制  
度です。振替納税を利用する方は、振替日の前日までに預貯金残高を確認し  
てください。

#### 税目・振替日

所得税及び復興特別所得税 = 4月24日

個人事業者の消費税及び地方消費税 = 4月27日

## 国民健康保険の加入・喪失の届け出は14日以内に

資格賦課係／2階  
☎(3228)5511 FAX(3228)5655

### 届け出が必要な場合

**国民健康保険への加入**＝職場の健康保険をやめた時、家族の扶養から外れた時。健康保険資格喪失証明書(退職証明書、離職票など)が必要 ☆加入の届け出が遅れた場合でも、保険料は資格発生日までさかのぼって納付する必要があります。ただし、原則として保険給付をさかのぼって受けることはできません

**国民健康保険の喪失**＝職場の健康保険に加入した時。国民健康保険証と職場の健康保険証が必要 ☆他の健康保険に加入した後、中野区の国民健康保険証を使って受診した場合は、区が負担した医療費を返還する必要があります

### 前記の他に必要な書類

加入・喪失いずれの手続きも、世帯主のマイナンバー確認書類(マイナンバーカード、通知カードなど)と、本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)

### 手続き場所

地域事務所、区役所2階5番窓口

☆短期証・資格証明書を持っている方の受け付けは区役所のみ。手続きは郵送でも受け付けています

### 問合せ先

加入・喪失の届け出について

資格賦課係

保険給付について

国保給付係／2階 ☎(3228)5508

## 若者フリースペースのご利用を

子ども・若者相談課庶務係  
(中央1-41-2子ども・若者支援センター)  
☎(5937)3267 FAX(5937)3514

子ども・若者支援センター内にあり、おしゃべりや自習などをしながら自由に過ごせる場所です。見学したい方は、下記問合せ先へ気軽に相談を。

**対象** 区内在住・在勤・在学の15歳～39歳の方

**開設日時** 火～土曜日午前11時30分～午後7時 ☆祝・休日を除く

**問合せ先** 若者フリースペース「まごころドーナッツ」☎(5937)3664

### 4月26日(水)に利用説明会を開催

4月6日からの事前申込制(先着20人)。詳しくは、若者フリースペースへ問い合わせを。 ☆5月以降毎月1回開催



◀詳しくは、若者フリースペースHPへ

## 固定資産税に係る土地・家屋の価格などを縦覧中

中野都税事務所(中野4-6-15)  
☎(3386)1111

**縦覧日時** 6月30日までの平日午前8時30分～午後5時

**縦覧場所** 土地・家屋が所在する区にある都税事務所

☆縦覧には本人確認書類(代理人の場合は委任状も)が必要。詳しくは、中野都税事務所へ問い合わせを

## 募集・求人



### 区立保育園会計年度任用職員(登録者)



区立保育園係／3階  
☎(3228)8906 FAX(3228)5667

**職種** 保育補助、短時間保育補助、一般看護師

**勤務期間** 来年3月31日まで

☆勤務日数・時間は調整可

**時給** 1,233円～1,569円 ☆職種、資格の有無などにより異なります。保育補助は無資格・未経験の方も歓迎

**申込み** 電子申請か、所定の登録申込書を郵送または直接、区立保育園係へ ☆欠員などの状況に応じて随時面接を実施。登録申込書や勤務条件について詳しくは、区HPをご覧ください。区立保育園係へ問い合わせを

### 第25期中野区都市計画審議会公募委員

都市計画課庶務係／9階  
☎(3228)8840 FAX(3228)5668

**対象** 次の①～⑤全てに該当する方

- ①都市計画とまちづくりに関心、熱意があり、平日に開催する会議に出席できる
- ②区内在住で、満18歳以上
- ③中野区の他の付属機関の委員でない
- ④中野区職員及び中野区議会議員でない
- ⑤過去に2期以上、中野区都市計画審議会の公募委員を務めていない

**任期** 6月から2年間

**活動回数・時間** 年4回程度、1回約2時間

**報酬** 会議への出席1回につき3,000円 ☆交通費支給なし

**申込み** 4月10日から電子申請か、区HPまたは都市計画課庶務係で配布する応募用紙を郵送または直接、同係へ。4月21日午後5時必着。選考で4人以内 ☆結果は、全応募者に郵送



## 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、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。

### 感染症の予防対策を

催しなどに参加する際は、せきエチケットなどに協力をお願いします。

発熱などの症状がある場合は参加を控えてください。

催し・講座



すまいのリフォーム相談

住宅政策係／9階

☎(3228)5581 FAX(3228)5669

**内容** 区内の小規模建設事業者団体による相談

**日時** 4月7日～5月26日の毎週金曜日(5月5日を除く)、午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)

**会場** 区役所1階区民ホール  
☆当日直接会場へ

例えばこんな相談ができます

- 雨漏り
- ベランダや屋根の修繕
- バリアフリー化 など

第3日曜日の法律相談



区民相談係／1階

☎(3228)8802 FAX(3228)5644

**内容** 区内在住の方が対象。弁護士による相談。必ず事前予約を

**日時** ①4月16日、②5月21日、いずれも日曜日、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** ①=4月10日、②=5月15日の午前9時から電話で、区民相談係へ。各日先着12人

☆平日の相談は、月曜日(第3日曜日の翌日を除く)、水曜日に実施。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



区HP

区民公益活動団体向け「伝わる！」情報発信・チラシ作成講座

公益活動推進係／5階

☎(3228)3251 FAX(3228)5620

**対象** 原則全回参加できる区内の公益活動団体の方

**日時** 5月19日・26日、6月2日、いずれも金曜日、午後2時から ☆全3回(各回2時間30分程度)。オンライン(Zoom)で開催

**申込み** 4月6日～5月17日に☑koe ki@city.tokyo-nakano.lg.jpで、公益活動推進係へ。先着40人。☑団体名、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス



詳しくは、区HPをご覧ください

生活に困っている方などの相談

生活相談係／2階

☎(3228)8927 FAX(3228)5601

さまざまな理由で収入が減少した方や途絶えた方、預貯金などの資産を活用しても生活に困窮する方からの相談をお受けしています。

平日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)に電話または直接、生活相談係へ。

☆一人当たりの相談時間は1時間程度。時間に余裕を持って相談を

女性のための相談

受付専用電話 ☎(3228)5556

DV(ドメスティック・バイオレンス=パートナーからの暴力)や家族間のトラブル、思いがけない妊娠、性暴力など、女性が抱えるさまざまな問題について相談できます。

秘密は必ず守ります。ためらわずに電話を。

☆平日午前8時30分～午後5時に随時受け付け

軽井沢少年自然の家のご利用を



体験学習係／5階 ☎(3228)5608 FAX(3228)5680

豊かな自然の中、家族やグループでハイキングやサイクリングなどを楽しめます。卓球やバドミントンを楽しめるレク室もあり、スポーツ合宿などに利用できます。

**利用できる方** 区内在住・在勤・在学の方、区内の青少年団体・社会教育団体など

**料金** 宿泊費(1泊) = 2,300円(中学生以下 = 1,100円、2歳以下 = 無料)、食事代(朝夕2食) = 2,900円(中学生以下 = 2,330円、2歳以下 = 1,440円)



**所在地** 長野県北佐久郡軽井沢町長倉2141(しなの鉄道中軽井沢駅から徒歩20分)

**申込み** 利用予定日の7日前までに電話で、軽井沢少年自然の家☎0267(45)5420へ。青少年団体、社会教育団体 = 利用日の3か月前から、その他 = 2か月前から申し込み可

☆詳しくは、区HPをご覧ください。軽井沢少年自然の家へ問い合わせを



区HP

## 女性しごと応援フェア 家庭と両立できる企業と出会う！ in 中野

産業係／9階  
☎(3228)8729 FAX(3228)5656

**内容** 就職に役立つセミナーや女性の就職に理解のある企業との面接会など

**対象** 育児・介護など、家庭と両立しながら就職・転職を目指す女性

**日時** 5月17日(水)午前10時からと午後1時30分からの2部制 ☆各部3時間

**会場** サンプラザ(中野4-1-1)

**申込み** 4月10日～5月16日に東京しごとセンター・女性しごと応援テラスHPで。各部先着30人。保(各部先着10人)希望の方は、5月10日正午までにあわせて申し込みを

**問合せ先** 東京しごとセンター・女性しごと応援フェア事務局☎(6272)8503



◀東京しごとセンター・女性しごと応援テラスHP

## パソコン・スマートフォン 体験講座

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

**対象** 区内在住・在勤の方

**内容・日時** パソコン体験=4月21日(金)午前10時～午後3時、スマホ体験=4月22日(土)午前10時～正午、スマホLINE体験=4月22日(土)午後1時30分～3時30分

**会場** 中野区シルバー人材センターの各分室

北部(〒165-0033若宮3-15-12)

南部(〒164-0012本町6-17-12)

江古田(〒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。4月12日必着。抽選で各回・各会場8人(計72人)。講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、受講希望日時・会場(返信用にも住所、氏名を記入) ☆結果は、4月17日までに郵送

## 高齢者・介護

### 令和5年度「後期高齢者医療 暫定保険料額決定通知書」を 4月17日ごろ郵送します

後期高齢者医療係／2階  
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

この通知は4月～6月の保険料額とその納付方法をお知らせするものです。ただし、今回通知するのは前年度の保険料額に基づいて計算された暫定の額です。令和5年度の年間保険料額は同4年中の所得が確定する7月に計算し、再度通知します。

なお、納付方法は「年金からの天引き」「納付書での支払い」「口座振替」のいずれかです。

詳しくは、通知をご覧になるか、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

### 高齢者世帯の方へ 「緊急連絡カード」を作いませんか

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

区は、緊急連絡先やかかりつけ医などを記入する「緊急連絡カード」の作成を進めています。これは、一人暮らしの高齢者などが万一の時に、駆け付けた救急隊員が本人の情報を確認し、救急搬送に役立てるためのものです。

緊急連絡カードの情報は、区、地域包括支援センター、民生委員が共有します。

次の対象の方で、緊急連絡カードの作成を希望する方は、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。

**対象** おおむね70歳以上の一人暮らしや日中は一人で家に居るなど、必要とする高齢者世帯



▲「救急医療情報キット」

## 寝たきりの方へ 訪問サービスのご利用を



介護給付係／2階  
☎(3228)6531 FAX(3228)8972

次の①②とも、要介護認定を受け、在宅で寝たきりの方が対象。区と協定している事業者が訪問し、サービスを提供します。希望する方は、介護給付係またはお住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ問い合わせを。

### ①訪問理美容サービス

要介護3～5の方が対象。理美容師が調髪します。 ☆1回につき1,500円

### ②寝具乾燥サービス

要介護4・5の方が対象。寝具の乾燥消毒または水洗いを行います。 ☆自己負担あり

## 地域で介護予防の活動をしている方へ 補助金の申請を



介護予防推進係／5階  
☎(3228)8949 FAX(3228)5492

地域で高齢者の介護予防に関する活動(住民主体サービス事業)をしている団体は、運営費などの補助を受けられます。

申請方法などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、介護予防推進係へ問い合わせを。



◀区HP



## 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



「いきいき入浴」「はつらつ事業」に参加しませんか

地域福祉推進係／6階  
☎(3228)5713 FAX(3228)5662

区内などの公衆浴場20か所を1回100円で利用できる「いきいき入浴」と、うち19か所で浴場開放前の1時間を利用して軽体操などに無料で参加できる「はつらつ事業」を行っています。登録の上、ご利用を。

**対象** 区内在住の65歳以上の方  
☆一人での入浴が難しい方は、介助者

一人と一緒に入浴できます(1回100円)  
**浴場開放日** 毎月第2・第4の、各浴場が指定する曜日

**登録方法** 住所、氏名、生年月日が確認できるもの(健康保険証など)を持って直接、「いきいき入浴」の登録を希望する浴場(1か所のみ)へ。なお、「はつらつ事業」は、登録浴場以外でも参加可  
☆特別入浴デーも利用可。今年度は七夕湯(7月7日)、敬老湯(9月18日)、ひな祭り湯(来年3月3日)の3回

生活機能向上プログラム(3件)

次のいずれも

**対象** 区内在住の65歳以上の方(②は原則全回参加できる方)

**申込み** 4月6日からの平日午前9時～午後5時に本人が直接、各施設へ(①③は土曜日、電話可)

①ダンス体操

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

**日時** 4月18日(火)午後1時30分～3時

**申込期限** 4月17日 ☆先着15人

②B-B体操～脳活性化教室～

しんやまの家(南台4-25-1)

☎・FAX(3229)8175

**内容** 中高老年期運動指導士に学ぶ認知症予防に役立つ運動

**日時** 4月21日、5月19日、6月23日、7月21日、8月18日、9月29日、いずれも金曜日、午前9時50分からと10時50分からの2部制 ☆全6回。各部50分で、先着20人

**申込期限** 4月20日

③なるほど!「心臓病」のお話

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

**日時** 5月16日(火)午後3時～4時

**講師** 井口信雄氏(榊原記念クリニック院長)

**申込期限** 5月15日 ☆先着35人

認知症の方のためのサービスのご利用を

高齢者サービス係／5階 ☎(3228)5632 FAX(3228)5492

①徘徊高齢者探索サービス

認知症の方が徘徊した時に居場所を探索できるGPS(全地球測位システム)端末を貸し出します。

位置の情報は、パソコン、スマートフォン、携帯電話(一部機種を除く)でご覧になれる他、電話での確認も可能です。

**利用者負担金** 月額600円(住民税非課税世帯は300円)

②認知症高齢者等個人賠償責任保険

認知症の方が他人に損害を与え、法律上の賠償責任を負った場合に、その費用を補償(最大3億円)する保険です。自己負担はありません。

①②とも

**対象** 区内在住で、在宅で生活している要支援1～要介護5の方で、認知症により徘徊行動のある65歳以上(初老期認知症の場合は40歳以上)の方

☆①は前記の徘徊行動のある高齢者を日常的に介護していて、位置情報の確認後に徘徊した高齢者を迎えに行くことができる方が対象(代わりに迎えに行ける方がいる場合も含む)

**申込み** 直接、担当の地域包括支援センターへ ☆詳しくは、区HPをご覧ください。高齢者サービス係へ問い合わせを

広告

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!**

■ご要望の多い仕事■

- 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



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

旅ができる介護福祉タクシー  
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  
090-4386-6364 03-3389-2879

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 関東旅二第1045号



## 子ども・子育て



### 就学援助をご利用ください

学事係／5階

☎(3228)5459 FAX(3228)5680

区内に住民登録があり、生活保護を受給している世帯及び令和4年中の世帯全員の合計所得金額の合算が就学援助基準額の範囲内にある世帯の方は、公立小・中学校(国立・都立及び中野区外の公立学校を含む)に通うお子さんの給食や学用品などの費用の援助を受けられます。

また、小・中学校の特別支援学級に通うお子さんがいる家庭には、特別支援学級就学奨励費の制度があります。

申請方法などについて詳しくは、在籍する学校または学事係へ問い合わせを。☆就学援助の基準額は、世帯構成により異なります

### 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る制度です。原則として保証人が必要。その他の貸し付け要件などについて詳しくは、区HPをご覧ください。自立支援係へ問い合わせを。

### 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** 午後1時30分～3時

**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人程度

#### 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** 4月19日(水)

**会場** 北部すこやか福祉センター

**申込期間** 4月6日～17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** 4月26日(水)

**会場** 南部すこやか福祉センター

**申込期間** 4月12日～24日

### 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・協力会員の登録を事前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・在学か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** 4月28日(金)、5月9日(火)、いずれも午前10時～正午

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 4月10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

## 健康・福祉



### 目の不自由な方へ読み書きをお手伝いします

障害者施策推進係／1階

☎(3228)8832 FAX(3228)5660

自宅などに事業者が伺い、申込書等の代筆や郵便物等の代読をします。対象の方は、無料で利用できます。

利用には、事前手続きが必要。詳しくは、障害者施策推進係へ問い合わせを。☆知り合いに目の不自由な方がいたら、このことをお伝えください

**対象** 視力低下などにより、文字の読み書き等が難しい区内在住の方

☆障害者手帳の有無は問いません

**利用時間** 1回当たり2時間以内で月8時間まで

### 代筆・代読の支援事業者を募集

事前に区との契約が必要。詳しくは、障害者施策推進係へ問い合わせを。

### 重度の障害がある方は特別障害者手当・障害児福祉手当を受給できます

在宅福祉係／1階

☎(3228)8953 FAX(3228)5665

下記のいずれも4月からの改定額で、受給には所得制限があります。詳しくは、在宅福祉係へ問い合わせを。

### 特別障害者手当

支給月額27,980円。精神・知的または身体に重度の障害があり、日常生活において常時特別な介護を要する20歳以上の方が対象。☆施設に入所している方や3か月を超えて入院している方を除く

### 障害児福祉手当

支給月額15,220円。精神または身体に重度の障害があり、日常生活において常時介護を要する20歳未満の方が対象。☆施設に入所している方や障害を支給理由とする公的年金を受給している方を除く

**Flower Arrangement School**

**開催 フラワーアレンジメント教室**

テーマは当日参加してのお楽しみ月

4月25日(火)

14:00～

参加料: 1,000円  
(お一人様)

\*花材代込み

参加ご希望の方は **4月17日(月)までに**  
お電話にてお申し込みください

TEL 6454-0019

お申込みお問合せ  
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

## 賃貸住宅探しにお困りの方は 相談を



住宅政策係／9階

☎(3228)5581 FAX(3228)5669

協力不動産店の情報提供や住み替え時の家賃債務保証サービス利用料の一部助成など、さまざまなサービスがあります。

高齢者世帯や障害者世帯、ひとり親世帯など、民間賃貸住宅への住み替えが難しい方が対象。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。



区HP

## 点字講習会(基礎編)

障害者福祉会館(沼袋2-40-18)

☎(3389)2171 FAX(3389)2175

**内容** 点字ボランティア育成のための講習会

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**日時** 5月8日～7月10日の毎週月曜日、午前10時～正午。全10回

**会場** 障害者福祉会館

**参加費** 2,500円程度(教材費)

**申込み** 4月6日～5月2日の平日午前9時～午後5時に電話またはファクスで、障害者福祉会館へ。先着10人。講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号

## 成年後見講座 「法定後見の申し立て」

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** 法定後見の手続きを中心に、実際の書類を使って学びます

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**日時** 5月18日(木)午後2時～4時

**会場** スマイルなかの

**申込み** 4月6日～5月12日(日曜日、祝日、第3月曜日を除く)に電話、ファクスまたは直接、中野区成年後見支援センターへ。先着20人。講座名、氏名とふりがな、連絡先

## 身体障害・知的障害のある方などは 都営交通無料乗車券の更新を

在宅福祉係／1階

☎(3228)8953

FAX(3228)5665

**対象** 有効期限を迎える都営交通無料乗車券を持ち、次のいずれかに該当する方

- ①身体障害者手帳か愛の手帳を持っている
- ②戦傷病者手帳を持っている
- ③被爆者健康手帳と、厚生労働大臣(厚生大臣)の認定書または健康管理手当証書を持っている
- ④生活保護受給世帯
- ⑤児童扶養手当受給世帯
- ⑥中国残留邦人等に対する支援給付を受けている(またはその配偶者)
- ⑦児童養護施設などに入所している

☆いずれもシルバーパスをお持ちの方は対象外。④⑤は世帯で1人のみ発行可

**申込み** 現在お持ちの都営交通無料乗車券と、上記①～⑦の資格を確認できる手帳や認定書、受給者証明書などを持って、有効期限の切れる月の1日以降に右記の場所へ

## 磁気式の都営交通無料乗車券をお持ちの方

すこやか福祉センター、地域事務所、区役所1階障害者福祉相談窓口へ

## ICカード式(PASMO)の都営交通無料乗車券をお持ちの方

- ①～③の方＝直接、都営地下鉄の定期券発売所へ(有効期限経過後、12か月までは同様の手続き可)
- ④～⑦の方＝次の窓口で更新確認書を受け取ってから、都営地下鉄の定期券発売所へ

### 更新確認書の発行窓口

すこやか福祉センター、地域事務所、区役所内の各担当窓口(④⑥＝2階生活援護呼び出し窓口、⑤＝3階子ども総合窓口、⑦＝1階障害者福祉相談窓口) ☆区内には、都営地下鉄の定期券発売所はありません。大江戸線の新宿駅・練馬駅などのご利用を。④～⑦の方で有効期限が過ぎた場合は、区で磁気式券の発行を受けてからICカードとともに持参の上、手続きを

## 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、家事や外出を手伝う協力会員(資格不要、謝礼金あり)を募集します。

**日時** 4月19日(水)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** 4月18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

## 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

## 4月5日～20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		
4月9日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2 (3387) 5421		
		横島病院	外・内	新井1-38-6 (3389) 2531		
		かみさぎキッズクリニック	小	上鷲宮3-8-14 (3577) 8400		
		中越整形外科	整	鷲宮3-20-9 (5327) 5835		
		山田医院	産婦・小・内	中野2-14-17 (3384) 3555		
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・整・外	中央4-4-2 (6382) 4880		
		桃園通り村上歯科医院☆	歯	中野3-27-15 1階 (6382) 8618		
4月16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		
		中野共立病院	内	中野5-44-7 (3386) 3166		
		中野の森ファミリークリニック	内	上高田1-37-11 (3361) 1381		
4月16日(日)	当番医	かたやま医院	内・小・皮	東中野5-23-14 1階 (3227) 0603		
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12 (3368) 0888		
		ハートケア銀河クリニック	心内・内	本町2-50-12 2階 (5371) 0909		
		むらやま歯科医院☆	歯	野方5-31-7 (3336) 3022		
		4月16日(日)	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
				薬局アポック小滝橋店		東中野5-23-14 (5338) 0085

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

☆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、他の病院を紹介いたします

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

## 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**

鷲六造園 | 中野区鷲宮 6-28-6-211  
URL <http://www.sagirokuzoen.com>  
メールアドレス [info@sagirokuzoen.com](mailto:info@sagirokuzoen.com)

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

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  
JR中央・総武線「東中野駅」西口より徒歩1分  
東京都中野区東中野4-4-3 山内ビル2階

## うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

042-649-2351  
結婚相談所 ムスベル

4月23日(日)は **中野区議会議員選挙の投票日**です

区選挙管理委員会/9階 ☎(3228)5541 FAX(3228)5687

**選挙特集号を配布します**

投票要件や期日前投票の日程・会場などを掲載。  
4月8日～16日に、各戸に配布します。



◀明るい選挙イメージ  
キャラクター  
「選挙のめいすいくん」

貴重な一票を  
生かすため、  
忘れずに  
投票しましょう

**4月23日は日曜窓口を休止します**

証明係/1階 ☎(3228)5506  
住民記録係/1階 ☎(3228)5500  
マイナンバーカード交付係/1階 ☎(3228)5425

住民票などの発行や転入・転出届の預かりなどの窓  
口事務を休止します。

**4月22日午後10時～24日午前7時  
タイムズ中野区役所駐車場は  
臨時休業します**

庁舎管理係/4階  
☎(3228)8854

区役所駐車場の▶  
利用案内はこちら



**新型コロナワクチン情報**

**5歳～11歳のお子さんも  
オミクロン株対応ワクチンを接種できます**

従来株ワクチンを2回以上接種したお子さんが対象。  
案内ハガキまたは接種券を3月13日に郵送しました。  
詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。



▲[区HP](#)

**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

**人・<sup>おも</sup>想い・未来**

～対話による区政を更に進めます～

区長 **酒井直人**

新年度がスタート。仕事や学校など環境が変わり、緊張している方も少なくないと思います。一方で、新たな出会いにワクワクする時期。私自身、気持ちを新たに区政の課題に取り組んでいく決意です。

区が区政運営において、最も重視しているのが、区民の方や事業者のみなさんとの対話です。テーマを工夫するとともに、現地へ赴くなど、みなさんとの対話を質・量ともに充実し、それらを政策や業務改善に反映していくことに力を入れています。対話をベースとして、みなさんと区の協働・協創により政策を実現していくことが、子どもに

優しい、そして、誰にとっても住みやすい中野の未来を創っていくものと確信しています。みなさんの声を、思いをぜひお聞かせください。

区は、協創の取り組みの一つとして、「日常の中で触れられる芸術をまちに広げたい」との思いから、区内のさまざまな場所で壁画(ミュール)を制作しています。昨年は、中野駅北口と区立鷺宮小学校の体育館にミュールを創出。そして、この春、中野駅東西連絡通路と本町5丁目の就労継続支援事業所「カサ・デ・オリーブ」の壁面に、それぞれ新たなミュールを描きました。どちらも中野らしさを感じ、お気に入りです。

**次号予告**

歩いて発見。中野のいいとこ  
まち巡りウォーク



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