なかの区報
nakano
中野区ホームページ https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/

令和５年（2023年）
04|20
No.2109
毎月5日・20日発行
（1月・8月は11日発行）

歩いて発見。中野のいいとこ まち巡りウォーク

鷺宮八幡神社の力石
（白鷺1-31-10）

江古田の森公園（江古田3-14）
ハナミズキの見頃は4月から5月

桃園川緑道
（中野3-11先～
中央1-12先）

広町みらい公園
（弥生町6-1）

山政（浅田）醤油（しょうゆ）醸造所のレンガ塀
（中央2-32）

歩いて発見。中野のいいとこ

まち巡りウォーク

もうすぐゴールデンウィーク。区内には公園や史跡、寺社など魅力あふれる場所がたくさんあります。今号ではまち歩きスポットを紹介。新緑を楽しみながら区内を歩いてみませんか。

歴史を知る

哲学堂公園（松が丘1-34-28）
☎(3951)2515 FAX(3951)2280

明治37年に東洋大学の創立者、井上円了博士によってつくられた哲学をテーマとした公園です。園内には、哲学に由来する形や言葉が付けられた建築物や石造物、池などが散在。国指定名勝になっています。

開園時間　**6月30日まで**＝午前8時～午後6時、**7月1日～8月31日**＝午前7時～午後6時
☆詳しくは、公園HPをご覧ください

▲公園HP

---3.8km(57分)

こちらも
歴史民俗資料館
（江古田4-3-4）
☎(3319)9221
FAX(3319)9119

春の古建築物公開

公開期間　4月29日(土・祝)～5月5日(金・祝)午前9時～午後5時
☆当日直接会場へ。一部は建物外からの観覧のみ

成願寺（本町2-26-6）

室町時代に紀州より移り住み、当地を開墾し、やがて中野長者と呼ばれて慕われた鈴木九郎。一人娘を病気で亡くしたことから僧侶となり、供養のため、また人々の役に立ちたいという思いから邸宅を寺院にしたことが成願寺の始まりです。　☆東京メトロ丸ノ内線・都営大江戸線「中野坂上駅」1番出口から徒歩約3分

◀旧防空壕(ごう)。見学は事前予約が必要。寺務所☎(3372)2711へ問い合わせを

中野長者鈴木九郎のものがたりの看板▶

---0.5km(7分)

こちらも
象小屋の跡
（本町2-32朝日が丘公園内）
江戸時代中期、日本に連れてこられた象。徳川八代将軍吉宗が上覧した後、中野村の源助がもらい受けここで飼育していました。

親子で楽しむ

中野四季の森公園（中野4-12・13）

芝生や大きな木が生い茂る都会のオアシス。「なかの東北応援まつり」や「花と緑の祭典（4ページ参照）」などの大きなイベントの会場にもなっています。

5/3（水・祝）から池流れを開放

開放期間は9月30日（土）まで。詳しくは、区HPをご覧ください。

▲区HP

こちらも

◀なかのZERO（ゼロ）プラネタリウム（中野2-9-7）。子ども向けプログラムは原則毎週土曜日午前11時。詳しくは、同施設☎（5340）5045へ問い合わせを

なかのZEROの隣にある紅葉山公園（中野2-5）の機関車▶

探してみよう！

▲「たきび」のうた発祥の地（上高田3-26-17）

◀みはと公園（大和町4-51）のハト。背中は滑り台

新道橋（新井3-38）のカエル▶

◀かせいチャンモニュメント（都立家政商店街内）。漫画家のちばてつや氏がデザイン

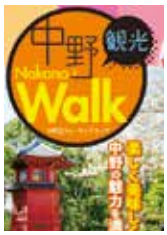
▲神田川歌碑（中央1-13-9）。昭和48年（1973年）に大ヒットした「神田川」の歌詞などが刻まれています

▲区役所前の犬の像（中野4-8-1）。徳川五代将軍綱吉の時代、中野駅周辺には広大な犬屋敷「お囲い」がありました

中野区ウォーキングマップ

まち歩きを楽しくする情報が盛りだくさん。区HPでご覧になれます。

☆若干数、冊子版を中野区保健所で配布中。なくなり次第終了



6月17日（土） 春のあるこう会

スポーツ活動係／6階
☎（3228）5537 FAX（3228）5626

5月19日までの事前申込制（抽選で20人）。詳しくは、4月30日発行の中野区生涯学習スポーツ情報紙「ないせす」5月号をご覧ください。

出掛けませんか 春のイベント

5/20(土)・21(日) 花と緑の祭典2023春

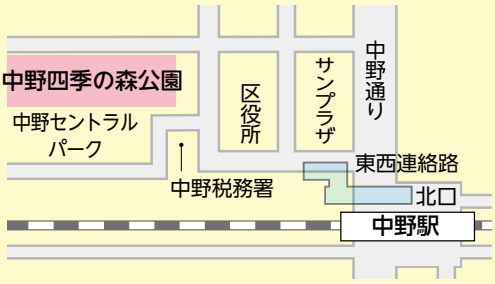
環境・緑化推進係／8階　☎(3228)5516　FAX(3228)5673

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。　☆スケジュールなどについて詳しくは、区HPをご覧ください

▲区HP

時間　午前10時～午後4時

会場　中野四季の森公園(中野4-13)



事前申し込みが必要な催し　☆いずれも区内在住の方が対象。( )内は抽選定員

①苗木の無料配布(計500人)
＝20日(土)午前10時から
地域での緑化推進のために配布します。樹木は、ブルーベリー、クルメツツジ、シモツケ、オリーブ、シャクナゲ各100本(予定)。1世帯につき1本。

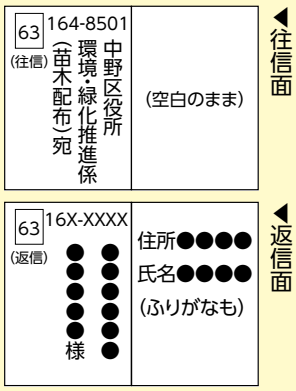
②サツマイモの袋栽培教室(20人)
＝20日(土)正午～午後1時

③ハーブ教室(20人)
＝21日(日)午前11時～午後0時30分

④バラ教室(25人)
＝21日(日)午後2時～3時30分

申込み(①～④共通)　往復ハガキで、環境・緑化推進係へ。5月1日必着。②～④は参加費300円、電子申請も可。住所、氏名とふりがな、①は希望する樹木名(第2希望まで)、②～④は教室名、返信用にも住所、氏名

往復ハガキの書き方(例)



その他の参加できる催し

剪定(せん)教室(20日のみ)、寄せ植え教室、ミニグリーンアドベンチャー、園芸緑化相談、花と緑の窓口、絵画展と指文字、木工教室、環境・緑化推進コーナー(なかのエコポイント50ポイントがもらえます)

5/21(日) 中野区民ふれあい運動会

障害者施策推進係／1階
☎(3228)8832　FAX(3228)5660

障害のある人もない人も、楽しく参加できる運動会です。

時間　午前9時30分～午後0時45分ごろ

会場　第二中学校(本町5-25-1)

☆当日直接会場へ。雨天中止

送迎バスの利用は事前に申し込みを

障害があり、公共交通機関を使って会場に行くことが困難な方は、当日、送迎バスを利用できます。

申込み　4月28日までに電話か、ファクスで、障害者施策推進係へ。住所、氏名とふりがな、電話番号またはファクス番号、車いす利用・不用の別(電動か手動の別も)、介護者の有無、乗降希望場所、初めて利用の場合はその旨も記入

区民と区長の タウンミーティング

5月の開催予定

広聴係／4階
☎(3389)4445 FAX(3228)5645
kochokoho@city.tokyo-nakano.lg.jp

テーマ

基本計画における後期の取り組み
～「つながる　はじまる　なかの」の実現に向けて～

日時　5月25日(木)午後6時30分～8時

会場　区役所7階会議室

☆事前申込制(先着30人)。4月21日～5月22日に電子申請か、電話、電子メールまたはファクスで、広聴係へ。要約筆記・手・保(先着2人)希望の方は、5月18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、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

教育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3月28日付で教育委員に伊藤亜矢子氏を任命しました。任期は、令和9(2027)年3月27日までです。

伊藤亜矢子氏

聖学院大学心理福祉学部教授、放送大学客員教授、私立学校スクールカウンセラー。再任

5月4日(木・祝) 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 FAX(3228)5643

4月30日(日)、5月1日(月)・2日(火)・7日(日)はマイナンバーカードの一部手続きができません

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

システムメンテナンスのため、上記の日は、次の手続きができません。詳しくは、区HPをご覧ください。

- 氏名や転居に伴う住所の書き換え
- 暗証番号の初期化・ロック解除
- 電子証明書の更新・発行・失効

▲区HP

令和5年度の国民健康保険料率等が決まりました

資格賦課係／2階
☎(3228)5511 FAX(3228)5655

令和5年度の国民健康保険料は、次のとおり算定し、6月に各世帯へ決定通知を郵送します。

支払いは、6月～来年3月の計10回です。

保険料算定の仕組み

国民健康保険料には①基礎分②支援分③介護分(40歳～64歳の方)の3区分があり、それぞれの「均等割額」「所得割額」を算出します。これらの合計額が世帯の年間保険料です。

39歳以下の方、65歳～74歳の方＝①②の合計額
☆未就学児の①②の均等割額は半額
40歳～64歳の方＝①②③の合計額

令和5年度国民健康保険料(年額)の算定式

	均等割額 ☆加入者全員に一律に掛かります	所得割額 ☆加入者の前年中の所得に応じて掛かります	1世帯最高限度額
①基礎分	42,300円／1人	旧ただし書き所得(※)×7.64%	65万円
②支援分	14,400円／1人	旧ただし書き所得(※)×2.65%	22万円
③介護分	18,000円／1人	旧ただし書き所得(※)×2.10%	17万円

※旧ただし書き所得＝総所得金額等－基礎控除43万円

☆保険料は、前年中の所得を基に算定しています。収入が無い方や収入が少なく確定申告不要の方も、保険料算定のため、住民税の申告を。住民税の申告についての問い合わせは、課税係☎(3228)8913へ

2022区民意識・実態調査の結果がまとまりました

HPで詳しく

統計係／4階　☎(3228)8892　FAX(3228)5643

この調査は、区民のみなさんが必要としていることを的確に把握して区政運営に生かすために、毎年実施しています。

このたびまとめた最新の調査結果を抜粋してお知らせします。

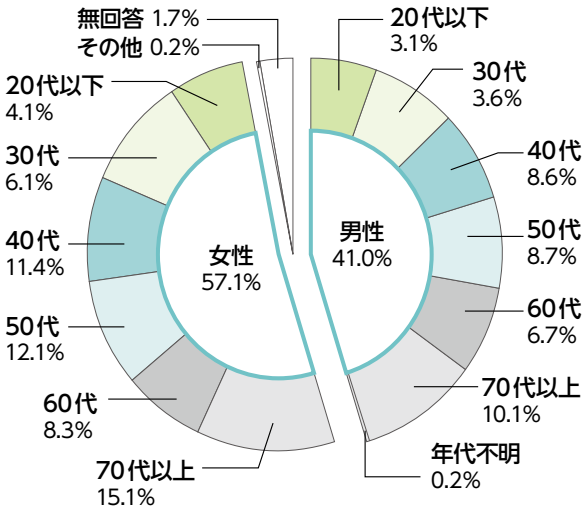
☆数値は小数点第2位を四捨五入。調査結果の概要は、区HP、図書館、区役所4階区政資料センターでご覧になれます

◀全文は区HPで公表

回答者1,016人の内訳

(全グラフ共通)

- 実施時期　昨年9月
- 調査対象　無作為抽出の18歳以上の区民2,000人
- 調査方法　郵送・インターネット回答
- 回収率　50.8%



区の施策への要望は「高齢者福祉」「防災」「道路・交通」が上位に

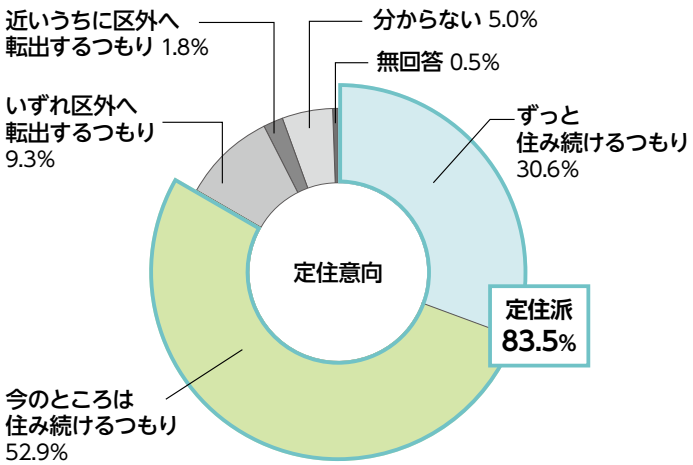
26項目の中から、今後特に力を入れてほしい施策の1位～3位を選んでもらいました。合計では、2016調査以降1位だった「防災」が2位となり、「高齢者福祉」がトップに。区が力を入れていると感じる施策の上位3項目は前回と同じでした(右図下段)。

施策への要望・評価上位5項目　☆( )内は前回調査の順位

	第1位	第2位	第3位	第4位	第5位
要望	高齢者福祉 24.4% ⬆(第5位)	防災 21.8% ⬇(第1位)	道路・交通 18.9% ⬇(第2位)	子育て支援 17.0% ⬆(第6位)	みどり・公園 16.8% ⬇(第3位)
評価	重点的まちづくり 32.2% ➡(第1位)	みどり・公園 17.6% ➡(第2位)	ごみ・リサイクル 14.1% ➡(第3位)	子育て支援 12.8% ⬆(第5位)	高齢者福祉 12.5% ⬆(第7位)

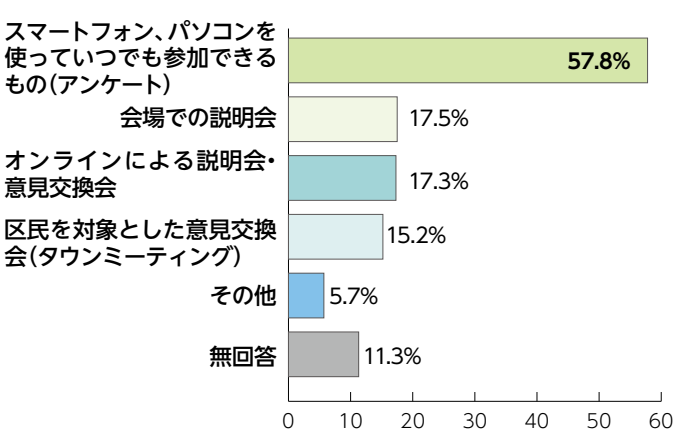
中野区への「定住派」「愛着を感じている人」は8割超え

今後も中野区に住みたいかの質問で「ずっと」「今のところ」を合わせた定住派は83.5%でした。また、中野区に愛着を感じているかの質問に「とても」「どちらかといえば」感じていると回答した割合も、昨年に引き続き8割超えでした。



区政に参加したい方法は「スマートフォン、パソコンを使っていつでも参加できるアンケート」が約6割

区政に参加したい方法は、「スマートフォン、パソコンを使っていつでも参加できるもの(アンケート)」が57.8%と最も多く、「会場での説明会」などその他を大きく引き離しました。



お知らせ

傍聴を

☆日程・会場は、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

5月の教育委員会定例会

教育委員会係／5階
☎(3228)8857 FAX(3228)5679
①12日 ②19日 ③26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

中野区ユニバーサルデザイン推進審議会

平和・人権・男女共同参画係／4階
☎(3228)8229 FAX(3228)5476
5月11日(木)午後7時～9時
区役所7階会議室

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／5階
☎(3228)5609 FAX(3228)8716
令和5年度地域包括支援センター事業について
5月24日(水)午後6時30分から
区役所7階会議室
☆事前申込制。5月8日～17日に電話で、在宅療養推進係へ。先着5人

5月は赤十字運動の強化月間

赤十字活動資金募集にご協力を

地域自治推進係／5階
☎(3228)8921 FAX(3228)5620

日本赤十字社は、地域の方からいただく活動資金を国内外での災害救護活動など、人道的活動に役立てています。

みなさんのご協力をお願いします。

◀日本赤十字社東京都支部HP

「中野区自転車利活用計画(案)」のパブリック・コメント手続き

交通政策係／8階
☎(3228)5819 FAX(3228)5675

資料公表・意見募集期間 4月21日～5月12日(必着)

公表場所 区HP、区民活動センター、図書館、区役所4階区政資料センター、同8階16番窓口

意見を提出できる方 区内在住・在勤・在学の方、区内に事務所や事業所のある個人・法人またはその他の団体、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kotuseisaku@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクス、郵送または直接、交通政策係へ。住所、氏名とふりがな、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

「今後の区立図書館のサービス・配置のあり方の基本的な考え方(素案)」の意見交換会

図書館運用支援係／5階
☎(3228)5740 FAX(3228)5679

区は、区立図書館のサービスの基本的な方向性や、それを支える施設の配置のあり方を検討しています。

このたび、素案をまとめたので、意見交換会を開催します。

日時・会場

①**5月10日(水)**午後2時から＝鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)、②**12日(金)**午後6時から＝教育センター(中央1-41-2)、③**14日(日)**午後2時から＝区役所7階会議室

☆当日直接会場へ。保(各日先着3人)希望の方は、4月21日～28日に電話またはファクスで、図書館運用支援係へ。氏名とふりがな、電話番号、参加希望日、お子さんの氏名とふりがな、月年齢

「中野区パートナーシップ宣誓」の対象が広がりました

HPで詳しく

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

区は、多様な生き方、個性や価値観を受け入れる地域社会の実現を目指し、「中野区パートナーシップ宣誓」を実施しています。その対象を、パートナーのいずれか一方が性的マイノリティ当事者の場合や、一方が区内在住・在勤・在学の場合などにも広げ、宣誓書等受領証にお子さんの名前も併記できるようにしました。詳しくは、区HPをご覧ください。

性的マイノリティ対面・電話相談「中野にじいろ相談」のご利用を

区内在住・在勤・在学の方が対象。行政書士などの資格を持つ性的マイノリティ当事者に相談できます。

☆事前予約制。開催日時などについて詳しくは、区HPをご覧ください

◀区HP

特定建築物と建築設備等の定期報告を

建築安全・安心係／9階
☎(3228)8837 FAX(3228)5471

不特定多数の人が利用する一定規模以上の建築物と、防火戸・非常用照明・エレベーターなどの設備は、定期的に調査・点検し、その結果を報告することが義務付けられています。

建築物の所有者や管理者は、一・二級建築士または国土交通大臣が定める有資格者に調査・検査を依頼し、報告書を提出してください。

対象となる建築物などについて詳しくは、建築安全・安心係へ問い合わせを。

「災害時個別避難支援計画書」を作りませんか

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

区は、災害時に一人では避難が難しい方（要支援者）の安否確認や避難支援を円滑にするため、計画書の作成を進めています。

次の対象の方で、災害時個別避難支援計画書を希望する方は、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。

対象 次の①～④のいずれかに該当する方

①要介護・要支援の認定を受けている
②身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、愛の手帳のいずれかの交付を受けている
③障害者総合支援法の障害支援区分1～6の認定を受けている
④70歳以上の単身者、75歳以上の高齢者のみの世帯
☆避難時に必要な情報等を支援者（必要に応じて避難を手助けする人）と共有します。妊婦の方など、避難に特段の配慮が必要な方は相談を

介護職員研修等の受講費用を助成します

HPで詳しく

高齢者支援基盤整備係／5階
☎(3228)5631 FAX(3228)5492

次の研修を昨年4月以降に修了し、他に研修費用の助成を受けていない方は、区内の介護保険事業所で働いているなどの助成要件を満たすと受講費用の助成を受けられます。詳しくは、区HPをご覧ください。

対象の研修

介護職員実務者研修＝先着25人、上限12万円
介護職員初任者研修＝先着20人、上限9万円
生活援助従事者研修＝先着1人、上限5万円

◀区HP

便利なマイナポータルの活用を

情報政策推進係／6階
☎(3228)8807 FAX(3228)5646

マイナポータルとは、マイナンバーカードを使って、オンラインで行政手続きができるサービスです。児童手当の現況届や要介護・要支援認定の申請など、利用できる手続きが増えました。

詳しくは、デジタル庁のマイナポータルHPをご覧ください。

◀詳しくはこちら

電子申請で手続きを便利に

情報政策推進係／6階
☎(3228)8807 FAX(3228)5646

パソコンやスマートフォンを使って手続きができる電子申請。利用可能な手続きは200件以上あり、場所や時間を気にせずに利用ができて便利です。

東京共同電子申請・届出サービスHPにアクセスし、活用してください。

◀こちらからもアクセス可

ブロック塀等の撤去及びフェンス等の設置費用を助成します

耐震化促進係／9階
☎(3228)5576 FAX(3228)5471

道路等に面し、倒壊の恐れのある高さ1.2mを超える塀等の撤去と、当該塀等の撤去後に新たにフェンス等を設置する際の費用を一部助成します。

☆必ず事前に相談を。要件や助成額などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、耐震化促進係へ問い合わせてください

◀区HP

事業者の方へ 10月からインボイス制度が始まります

中野税務署（中野4-9-15）
☎(3387)8111

消費税の仕入税額控除の新たな方式として始まります。10月1日以降にインボイス（適格請求書）を交付するためには、事前の登録が必要です。

手続きの方法などについて詳しくは、国税庁HPをご覧ください。

◀国税庁HP

年金相談をする方は事前予約のご利用を

中野年金事務所（中野2-4-25）
☎(3380)6111

年金の請求や見込み額、被保険者記録などについて相談できます。相談を希望する方は次の予約先へ原則、事前予約をしてください。

予約先

①予約受付専用電話
☎0570(05)4890 ☆ナビダイヤル。平日の午前8時30分～午後5時15分
②中野年金事務所
☆自動音声案内に従い、「1」の「2」を選択。平日の午前8時30分～午後5時15分（週の初日は午後7時まで）、第2土曜日の午前9時30分～午後4時

催し・講座

「女性のための『自分らしい』起業アイデアワークショップ」

産業振興センター（中野2-13-14）
☎(3380)6946 FAX(3380)6949

対象 区内で創業を希望する女性
日時 5月18日（木）午後6時30分～8時30分
会場 産業振興センター
申込み 4月21日～5月15日に産業振興センターHPで。先着15人

募集・求人

第七中学校の学校改築推進委員会委員

学校再編・地域連携係／5階
☎(3228)5548 FAX(3228)5679

対象　同校の通学区域内に居住する小学生の保護者
活動内容　新校舎への意見や協議など
任期　7月～令和11年3月(予定)
☆会議は同校周辺で1回当たり2時間程度、午後6時以降に開催予定。報酬・交通費支給なし。一時保育あり
提出書類　作文「新校舎に期待すること」(400字程度、書式自由)
申込み　4月20日～5月8日午後5時に電子申請か、郵送(必着)または直接、学校再編・地域連携係へ。住所、氏名とふりがな、電話番号、お子さんの年齢
☆選考で2人程度。結果は、全応募者に郵送

来年1月8日(月・祝)開催「二十歳のつどい」実行委員

若者活動支援係／5階
☎(3228)5648 FAX(3228)5659

内容　「二十歳のつどい」の企画や案内状等のデザイン、当日の司会など
対象　区内在住・在勤・在学の方。①**実行委員**＝平成15年4月2日～同16年4月1日生まれ、②**サポーター**(①とともに企画に携わる)＝おおむね18歳～29歳
☆①②とも人数上限はありません。6月中旬以降に第1回実行委員会を開催予定。2回目以降は、委員の都合に合わせて日時を設定
申込み　4月24～5月19日に電子申請か、電話、kenzenikusei@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクスまたは直接、若者活動支援係へ。住所、氏名とふりがな、生年月日、電話番号、メールアドレス

都営住宅入居者(家族向け・単身向けなど)

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　5月8日～16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、祝日、夜間は区役所1階夜間・休日窓口で受け取れます
申込み　都営住宅入居者募集サイトで申し込むか、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。募集センターのナビダイヤルは、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、☎(3498)8894へ

特別区の区立幼稚園教員

HPで詳しく

教職員係／5階
☎(3228)8861 FAX(3228)5682

募集は①②の2種類で、いずれも勤務先は特別区(大田区・足立区を除く)の区立幼稚園です。内容について詳しくは、特別区人事・厚生事務組合教育委員会HPをご覧ください。
問合せ先　特別区人事・厚生事務組合人事企画課採用選考担当(〒102-0072 千代田区飯田橋3-5-1東京区政会館17階)
①＝☎(5210)9857
②＝☎(5210)9751

①教員採用候補者

対象　幼稚園教諭普通免許状を持っている(来年4月1日までの取得見込み含む)、平成元年4月2日以降に生まれた方
申込み　5月9日までに、前記HPで

②臨時的任用教員採用候補者

対象　幼稚園教諭普通免許状を持っている方
申込み　郵送で、問合せ先へ
☆新規申込者の選考は毎月実施

◀特別区人事・厚生事務組合教育委員会HP

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。

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て等、修繕工事・防水工事等で、私達の技術を活かしてください！
お見積り無料　お気軽にご相談ください
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(中野通り)
広告

高齢者・介護

高齢者用肺炎球菌予防接種が受けられます

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

次の対象の方へ予診票を5月上旬に郵送します。早めの接種を希望する方は、保健予防係へ問い合わせを。

☆予診票が届いても、これまでに高齢者用肺炎球菌予防接種を受けたことがある方は対象外

対象 区内在住で、令和6年3月31日現在、次のいずれかの条件を満たす方

①65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方

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る身体障害者手帳1級相当の方

接種実施期間 来年3月31日まで

自己負担額 1,500円 ☆生活保護を受給している方は免除

後期高齢者医療保険料・介護保険料の第1期分

納期限は5月1日です。忘れずに納付を

☆口座振替の方は、事前に残高の確認を。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

介護予防事業にご参加を

介護予防推進係／5階
☎（3228）8949 FAX（3228）5492

区内在住の65歳以上の方が対象。体操やお口のケアなどを専門家に学び、介護予防の習慣付けを目指します。

☆いずれも無料。内容や開催日時などについて詳しくは、区HPか、各施設で配布中のチラシをご覧ください

朝の体操プログラム「朝活体操」
総合体育館（新井3-37-78）
☎（5860）0024

マイナス5歳若返り体操～整骨院のプログラム～
アラジン姿勢整骨院
（新井2-23-2阿ら井ハイツ1階）
☎（6303）4034
まるもと鍼灸（しんきゅう）整骨院
（東中野3-8-13ドーンNS7階）
☎（5389）0324

なかの・からだナビ！～健康を口・栄養・体操から～
中野区歯科医師会館（中野2-14-17）
☎（3382）1487

◀介護予防事業についての区HP

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は女性のみ）

申込み 平日に本人が電話または直接、各施設へ

①荻原悦子の料理教室「三食おはぎ」
上高田東高齢者会館（上高田4-17-3）
☎・FAX（3228）7220

日時 5月12日（金）午後1時～3時30分

参加費 700円（材料費）

申込期間 4月24日～5月8日

☆先着16人

②骨盤底筋体操
宮園高齢者会館（中央2-18-21）
☎・FAX（3365）0318

日時 5月17日～7月5日の第1・第3水曜日、午後1時30分～3時。全5回

申込期間 4月21日～5月2日

☆先着15人（全回参加でき、初めての方優先）

脳いきいき講座

在宅療養推進係／5階
☎（3228）5785 FAX（3228）8716

内容 脳の健康度テスト（1日目）とその結果の返却・解説（2日目）

対象 両日参加できる区内在住の65歳以上の方

日時 5月17日・31日、いずれも水曜日、午後2時～4時

会場 東部区民活動センター（中央2-18-21）

申込み 4月21日～5月10日に電話、ファクスまたは直接、東中野地域包括支援センター☎（3366）3318・FAX（3366）3398へ。先着30人。住所、氏名とふりがな、電話番号

広告

公益社団法人 中野区シルバー人材センター
あなたにとっての『働くよろこび』『健康づくり』
シルバー人材センターで実現してみませんか！
会員募集中
ご要望の多い仕事
●家事援助（掃除・洗濯・調理など）
●育児支援（子供の送り迎え、保育補助など）
●除草作業 ●屋内外清掃
●広報誌の配布など
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市民の方
●年会費2,000円
入会ご希望の方はお気軽にお電話を！
TEL.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
東京都中野区中央2-22-10-101

子ども・子育て

認証保育所等の保護者補助金の申し込みは5月26日からです

HPで詳しく

幼稚園・認可外保育係／3階
☎(3228)8979 FAX(3228)5667

認証保育所、東京都に設置届出済みの補助対象となる認可外保育施設を利用している保護者の方は、保育料の一部助成を受けられます。

この制度の案内と申請書は、5月26日から区内補助対象施設、地域事務所、区役所3階子ども総合窓口で配布する他、区HPでダウンロードできます。

☆補助制度や要件などについて詳しくは、前記の案内または区HPをご覧ください

◀区HP

乳幼児親子支援活動助成金

HPで詳しく

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

対象となる活動

①乳幼児親子に居場所・広場を提供し、その交流を図る活動(オンラインでの交流も可)

②乳幼児を一時的に預かる活動

助成額 1回当たり2,500円～3,000円

募集期限 5月22日午後5時(必着)

応募書類の配布 4月20日以降に区HPまたは区役所5階7番窓口で

☆新規に応募を考えている団体の方は、事前に地域子ども施設調整係へ電話してください。応募条件や申し込み方法などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、同係へ問い合わせを

◀区HP。4月20日から公開

医療的ケアを必要とするお子さんへ区立本町保育園の入園児を募集

運営支援係／3階
☎(3228)8940 FAX(3228)5667

申し込みを希望する方は、まずは運営支援係へ相談を。

保育園所在地 本町3-29-17

対象 集団保育及び保護者の送迎が可能な、令和4年4月1日以前に生まれたお子さん ☆受け入れは1人

医療的ケア内容 たんの吸引、経管栄養、導尿

5歳児歯科健康診査の案内を郵送します

子ども医療助成係／3階
☎(3228)5623 FAX(3228)5657

今年度中に5歳になるお子さんの保護者の方宛てに、受診票を今月下旬に郵送します。届いたら、区内の指定医療機関で予約をして受診してください。

対象 平成30年4月2日～同31年4月1日生まれのお子さん

受診期間 5月1日(月)～11月30日(木)

☆この期間外は受診できません

ひとり親家庭支援事業「子育て個別相談会」

子ども・子育て支援係／3階
☎(3228)8723 FAX(3228)5657

内容 区内在住のひとり親の方が対象。心理カウンセラーに相談できます

日時 5月24日(水)①午後1時30分から、②2時40分から ☆各回50分

会場 中野区さつき寮

申込み 4月21日～5月8日に電話または✉satsuki@image.ocn.ne.jpで、中野区さつき寮☎(3381)6262へ。各回先着1人。保希望の方は、あわせて申し込みを。住所、氏名とふりがな、電話番号、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

5月5日は「こどもの日」この日からの1週間は児童福祉週間です

HPで詳しく

子ども・教育政策課庶務係／5階
☎(3228)5734 FAX(3228)5679

お子さんの健やかな成長と家庭について国民全体で考えることを目的に、厚生労働省が定めた「児童福祉週間」。

区は、この期間を中心に、児童館等の施設で、親子で楽しめる催しを行います。ぜひご参加を。

☆催しの日時や会場などについて詳しくは、区HPをご覧ください

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 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

鷺宮すこやか福祉センター

(若宮3-58-10)
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日程 5月12日(金)
会場 鷺宮すこやか福祉センター
申込期間 4月28日～5月9日

中部すこやか福祉センター

(中央3-19-1)
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

日程 5月18日(木)
会場 中部すこやか福祉センター
申込期間 5月2日～15日

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

健康・福祉

45歳～61歳の男性へ 風しん抗体検査クーポン券の有効期限が延長されました

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

昭和37年4月2日～同54年4月1日生まれの男性に、昨年5月に風しんの抗体検査と予防接種を無料で受けられるクーポン券を郵送しました。この券は、記載の有効期限にかかわらず、令和6年2月29日まで使えます。

まだ検査等を受けていない方は、医療機関に予約の上、まずは抗体検査を受けてください。

☆勤務先などの健康診断で抗体検査を受けられる場合もあります。対象者でクーポン券がない場合などは、保健予防係へ問い合わせを

「不妊専門相談」と「ほっとピアおしゃべり会」

HPで詳しく

子ども医療助成係／3階
☎（3228）5623 FAX（3228）5657

日時 5月13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 4月21日～5月12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

保健指導相談券もご利用を

妊娠に向けた体づくりや不妊治療のことなどについて、区が委託した産婦人科や泌尿器科の医療機関で、無料で相談できます。区役所3階子ども総合窓口や、すこやか福祉センターで配布中。

☆一人1回のみ。詳しくは、区HPをご覧ください

骨髄移植ドナーへの助成金をご利用ください

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

区は、骨髄・末梢（まっしょう）血幹細胞の提供者（ドナー）とドナーが勤務する事業者の負担を軽減して、より多くの骨髄・末梢血幹細胞移植を実現できるよう、助成金を交付しています。

助成条件などについて詳しくは、保健予防係へ問い合わせを。

助成額 **ドナー本人**＝20,000円、**ドナーが従事する事業所**＝10,000円

☆通院・入院に要した日数1日当たりの額。いずれも上限は通算7日まで

ドナー登録をしませんか

骨髄・末梢血幹細胞移植を必要とする方が、（公財）日本骨髄バンクを通じて、適合するドナーを待っています。一人でも多くの方を救うため、みなさんのご理解とご協力をお願いします。

☆ドナー登録について詳しくは、同バンクHPをご覧ください

認知症の方を地域で支えます

地域の居場所のご利用を

在宅療養推進係／5階
☎（3228）5785 FAX（3228）8716

どなたでも気軽に立ち寄り、ゆったりと過ごせる場所です。医療・福祉職等の認知症ケアの経験がある専門相談員が常駐しています。

詳しくは、区HPをご覧になるか、在宅療養推進係へ問い合わせを。

☆お茶代（100円程度）が必要な場合あり

名称・電話番号	日時	会場
Dサロン・オハナ ☎070（5073）9325	毎週月曜日午後1時～4時	あいロード広場（新井1-22-6）
ささえさんプラザ ☎（5356）5447	第1水曜日午前9時30分～午後0時30分 第2火曜日・第3木曜日・第4水曜日午後1時～4時	しらさぎ桜苑（白鷺1-14-8）
寄り添いカフェ ☎（3368）5200	毎週火曜日午前10時～午後1時	東中野キングス・ガーデン（東中野4-2-16）
miketa（みけた）（100歳）が愉（たの）しみになる「いつものところ」 ☎（6277）4626	毎週火曜日午後1時～4時	コスモ会館（弥生町3-14-6）

気軽に相談を

「もの忘れ・若年性認知症・認知症相談会」

認知症のケアに携わる専門相談員に相談できます。

日時 4月24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

▲「寄り添いカフェ」の様子

歯科相談

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

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 5月10日(水)午後1時～4時
☆一人当たり30分程度
会場 南部すこやか福祉センター
申込み 4月21日～5月9日に電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着4人

▲歯の模型を使った歯磨き指導も

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
会場 産業振興センター
申込み 4月21日～開催日の3日前に産業振興センターHPで

①リフレッシュヨガ

日時 5月13日(土)午後2時～3時
☆先着15人

②歩行測定会

日時 5月20日(土)午前10時～午後4時 ☆1時間ごとに5回実施(正午開始はなし)。各回先着10人(計50人)

◀産業振興センターHP

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 5月22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 4月21日～5月19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20人

三療サービス(はり・きゅう・マッサージ)

HPで詳しく

高齢者サービス係／5階
☎(3228)5632 FAX(3228)5492

次の①②とも、資格を持った施術者から1回(45分間)900円でマッサージなどを受けられます。

①施設サービス

区内の高齢者会館など30か所の施設で、毎月1回実施。
対象 区内在住の60歳以上の方
申込み 住所・氏名・年齢を確認できるもの(健康保険証など)を持って、実施施設で手続きを。共通登録証を発行します
☆きゅうは位置の指定のみ。実施施設の所在地などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、高齢者サービス係へ問い合わせを

②出張サービス

年4回まで、自宅で施術を受けられます。
対象 次のいずれかに該当する区内在住の方
・65歳以上で、常時寝たきりまたは重度の認知症
・身体障害者手帳1級を持っている
・被爆者健康手帳を持っている
申込み お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ
☆担当センターが不明な場合は、高齢者サービス係へ問い合わせを

緊急通報システムのご利用を

HPで詳しく

高齢者サービス係／5階 ☎(3228)5632 FAX(3228)5492

自宅での急病など緊急時に区の事業委託先の民間受信センターに通報が届き、消防署員などとともに民間事業者が救助に当たるものです。

◀詳しくは、区HPで確認を

対象
①日常生活において常時見守りを必要とする、次のいずれかに該当する方
・65歳以上の方のみの世帯
・65歳以上で、日中は一人で過ごしている方
②身体障害者手帳1・2級の18歳以上の方のみの世帯、または重度身体障害があり、日中は一人で過ごしている方
自己負担額 特定の慢性疾患の有無、住民税の課税状況等により、月額300円～1,300円

申込み先 ①＝お住まいの地域を担当する地域包括支援センター

センター名	電話番号
南中野	(5340)7885
本町	(5385)3733
東中野	(3366)3318
中野	(3367)7802
中野北	(5380)6005
江古田	(3387)5550
鷺宮	(3310)2553
上鷺宮	(3577)8123

②＝区役所1階障害者相談係☎(3228)8956・FAX(3228)5665

4月20日～5月5日の休日当番医・当番薬局

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。

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

☆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

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

月日		医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
4月23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
		鷺ノ宮耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉	鷺宮3-20-10	(5327)4187
		上高田ちば整形外科・小児科	小	上高田1-8-13	(3228)1555
		中山レディスクリニック	産婦	東中野3-9-14	(3371)2676
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		西原デンタルオフィス☆	歯	中野3-36-12 6階	(3229)1182
	薬局	豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9	(3223)4117
		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
4月29日(土・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
		たかのクリニック	内・小	上鷺宮4-6-38	(3990)2222
		中野の森ファミリークリニック	内	上高田1-37-11	(3361)1381
		新中野内科クリニック	内・消	本町4-45-9 4階	(6382)5270
		とりつかせい歯科医院	歯	鷺宮1-27-8 1階	(3337)8815
		高津歯科クリニック	歯	中央5-39-11 2階	(5385)8733
	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
		薬局アポック鷺宮店		鷺宮3-33-6	(3223)0088
		アサヒ薬局		野方1-5-17	(5942)5460
4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
		大場診療所	内・小	大和町3-40-6	(3330)0073
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・整・外	中央4-4-2	(6382)4880
		中野新橋内科クリニック	内・循内	弥生町2-20-18	(6383)3201
		藤田歯科医院	歯	鷺宮4-3-4	(3223)4141
		中島歯科	歯	本町4-44-14-201	(3382)1704
	薬局	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		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
		百前調剤薬局		弥生町2-28-10	(6304)8767

☆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)

広告

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

遺産分割がまとまらない
相続預貯金が使いこまれていた
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

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

月日		医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
5月3日(水・祝)	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
		やまぐち内科ハートクリニック	内	上鷺宮2-4-1	(3970)0770
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12	(3368)0888
		やまぎしこどもクリニック	小	本町4-45-9 2階	(3382)2525
		優歯科クリニック沼袋	歯	沼袋1-36-5 3階	(3228)5470
		小林歯科医院	歯	本町6-16-5	(3381)9183
	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
		いずみ薬局さぎのみや		上鷺宮2-4-1	(5848)3229
		アサヒ薬局		野方1-5-17	(5942)5460
5月4日(木・祝)	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
		塩崎クリニック	内・胃・外・肛	鷺宮2-5-7 2階	(5327)3336
		くり小児科内科	小・内	野方4-22-3	(5345)6166
		かたやま医院	内・小・皮	東中野5-23-14 1階	(3227)0603
		中山レディスクリニック	産婦	東中野3-9-14	(3371)2676
		沼崎歯科医院	歯	新井2-46-1 1階	(3228)7731
		長井歯科医院	歯	本町6-26-14	(3380)2371
	薬局	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
		あんず薬局野方店		野方6-2-3	(5356)8668
		薬局アポック小滝橋店		東中野5-23-14	(5338)0085
5月5日(金・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
		横畠病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		協立内科・脳神経内科クリニック	内・脳神経内	鷺宮4-2-3 1階	(5327)8612
		すぎやまクリニック	内・小	鷺宮1-27-5 3階	(3223)1275
		新中野女性クリニック	産婦	本町4-48-23	(3384)3281
		高野整形外科	整	弥生町4-18-7	(3380)6700
		サエグサ歯科医院	歯	沼袋1-7-13	(3385)3751
		しんこ歯科クリニック	歯	中野1-62-2	(3365)0648
	薬局	ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
		コバヤシ薬局		鷺宮3-15-10	(3336)5056
		アサヒ薬局		野方1-5-17	(5942)5460

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

休日当番医の受付・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

広告

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

4月23日(日) 中野区議会議員選挙の投票日

区選挙管理委員会／9階　☎(3228)5541　FAX(3228)5687

これからの中野区政を決める大切な選挙です。貴重な一票を生かすため、忘れずに投票しましょう。

投票時間　午前7時～午後8時　☆開票は4月24日(月)午前8時から

▲明るい選挙イメージキャラクター「選挙のめいすいくん」

投票日に仕事や用事がある方は期日前投票を

投票所入場整理券が届いている場合は、裏面の期日前投票宣誓書に記入して、下記の会場へ持参してください。いずれの期日前投票所でも投票できます。

⚠ **投票日当日は、指定された投票所以外では投票できません**

開設日時	期日前投票所
4月22日(土)まで ☆いずれも午前8時30分～午後8時	区役所1階特別集会室
	南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)
	東部区民活動センター(中央2-18-21)
	江古田区民活動センター(江原町2-3-15)
	野方区民活動センター(野方5-3-1)
	鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)

投票・開票状況は区HPで確認できます

投票状況
(区全体の投票者数及び投票率)
＝23日(日)午前8時ごろから
開票状況
＝24日(月)午前10時ごろから

5月1日～31日
自転車安全利用TOKYOキャンペーン

生活・交通安全係／8階
☎(3228)8886　FAX(3228)5658

区内では、自転車事故が多発しています。交通ルールを守って、安全に自転車を利用しましょう。

親子で学ぶ　自転車乗り方教室
対象　自転車に乗れない小学生とその保護者
日時　5月13日(土)午後2時～4時　☆雨天中止
会場　中野水再生センター駐車場(新井3-37-4)
申込み　4月21日～5月8日の平日午前9時～午後4時30分に電話で、野方警察署交通総務係☎(3386)0110へ。先着15組

5月8日から
春の新型コロナワクチン接種が始まります

2回以上接種した次の方が対象です。自己負担はありません。

65歳以上の方
4月24日に接種券を郵送します

12歳～64歳で基礎疾患のある方、医療従事者等
接種券の申請が必要。案内ハガキを4月17日に郵送しました。接種を希望する方は、下記コールセンター等へ申し込みを

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)

▲最新の情報は区HPで確認を

4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	197,684※(1,743増)	159,349(864増)	157,278(691増)	316,627(1,555増)	335,187(1,747増)
外国人	13,384(189増)	9,659(60増)	8,901(132増)	18,560(192増)	

※日本人と外国人の混合世帯1,986を含む

次号予告　子育てひろば

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5年(2023年)4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