

なかの区報 nakano

令和5年(2023年)

06|20

No.2113

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)

教育委員会って
どんなところ？

【今号の表紙】

視察に訪れたかみさぎ幼稚園で
園児と触れ合う教育委員

教育委員会って どんなところ？

教育委員会は何をしているところかご存じですか。教育委員というと、学校の卒業式であいさつをする人というイメージを持つ方も多いかもしれません。今号では、その役割や活動内容を紹介します。

教育委員会係／5階 ☎(3228)8857 FAX(3228)5679



教育委員会って？

教育委員会は、地域の実情に合った教育行政の実現を目的としています。

中立公正な教育を継続的に行っていくため、区長からは独立した組織になっています。



教育長と4人の委員がいます



教育長と教育委員は、区長が議会の同意を得て任命します。

教育長

常勤で任期は3年。教育委員会の会議を主宰し、教育委員会の権限に属する全ての事務をつかさどります。

教育委員

非常勤で任期は4年。教育行政の基本方針や重要事項を審議し決定します。委員のうちに保護者を含むことになっています。



入野教育長

教育委員からのメッセージ

子育て中の委員から

岡本委員

教育関係の出版社で編集の仕事をしています。5、6年前に区立小のPTA会長をして中野の教育に興味を持ち始めたところ、区報で教育委員候補者の募集制度を知り、応募しました。教育委員会では、各学校の主体的な教育活動を支えるため、学校教育に関わるあらゆることについて検討しています。

これからはなんと言っても「こどもの権利」！区民の皆様のご意見もうかがいながら、ウェルビーイングな学校の実現に向けて尽力します。

平本委員

私は、弁護士として日常的に人権を守る活動に取り組んでおり、教育委員としても「子どもの権利や意見が尊重されているか」という視点を大切にしています。子どもたちには、家庭や学校、地域の中で大切な存在として尊重される体験を通して、自己肯定感を育ててほしいと考えています。

私自身も子育て中ですが、地域の皆様との関わりを通じ、公教育には地域の力が不可欠であると感じています。区民の皆様のお力添えを頂きながら、中野区の教育のために尽力して参ります。

医師・大学教授も活動中

村杉委員

小児科医、学校医として、子どもたちが健康で楽しい学校生活を送れるためのお手伝いができれば幸いです。また、健康教育などを通じ、未来を担う子どもたちが心身ともに健やかな成長ができるよう、教育委員としての役割を果たしたいと思います。

伊藤委員

子どもの心を育む学校環境について研究しています。教育委員会の会議では、子どもたちの学校生活や、それを支える先生方を思い浮かべながら、少しでも子どもたちにとって良い学校生活が実現されるように発言できればと考えています。

こんなことを 決めています

- 学校の設置や校舎の整備
- お子さんの就学に関すること
- 学校で使う教科書選び など

話し合いで決めています

中野の教育について大切なことを話し合いで決定します。定例会は原則として毎週金曜日に開会。どなたでも傍聴でき、会議録は教育委員会HPからご覧になれます。



▲こちらからアクセス

傍聴しませんか

7月の定例会

①7日②21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。日程は変わることがあります



▲定例会の様子

どんなことをしているの？

身近な地域で活動しています

区立学校・幼稚園の訪問や教育施設の視察など、地域の教育現場に出向き更に開かれた教育行政を目指しています。

児童・生徒との対話集会、地域での教育委員会などの活動を通し、子どもたちと触れ合い、地域のみなさんの声を生かします。



▲かみさぎ幼稚園訪問



▲写真左から、地域での教育委員会(令和小学校)、授業視察(第七中学校)、児童との対話集会(西中野小学校)



他に こんなことも

学校教育だけでなく、さまざまな方が主体的に学べる図書館の設置・運営や文化財の保護についても教育委員会で協議しています。

中野区議会 第2回定例会

7月7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=6月20日・22日・23日・26日、7月7日

常任委員会=6月28日~30日

特別委員会=7月3日~5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

7月1日(土)・2日(日)・8日(土)・9日(日)=午後6時~8時45分

7月3日(月)・5日(水)・7日(金)=午後6時30分~8時

☆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)

区民と区長の

タウンミーティング

7月の
開催予定

広聴係/4階

☎(3389)4445 FAX(3228)5645

✉kochohoho@city.tokyo-nakano.lg.jp

テーマ

「ゼロカーボンシティなかの」の実現に向けて、
今私たちができること

日時 7月20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)。6月21日~7月14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、7
月13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

区議会の議長・副議長が決定

区議会事務局/3階

☎(3228)5585 FAX(3228)5693

5月25日の中野区議会第1回臨時会で、次のとおり
決められました(敬称略)。



中野区議会議長
酒井たくや



同副議長
木村広一

また、区長は区議会の同意を得て、次の2人を監査
委員に選任しました(敬称略)。

監査委員 山本たかし、平山英明

子育て家庭と区長の

タウンミーティング

子育て
カフェ

広聴係/4階

☎(3389)4445 FAX(3228)5645

テーマ

子どもの居場所・遊び場

対象 区内で子育て中の保護者とお子さん

日時 7月13日(木)午前10時30分~11時30分

会場 大和児童館(大和町2-8-12)

☆当日直接会場へ。**手**希望の方は、7月6日までに
ファクスで、広聴係へ。

📍住所、氏名とふりがな、
ファクス番号、**手**希望の旨



納期限は6月30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

- ・特別区民税・都民税の第1期分
- ・国民健康保険料の第1期分
- ・後期高齢者医療保険料の第3期分
- ・介護保険料の第3期分

固定資産税・都市計画税第1期分
の納期限も6月30日です

中野都税事務所 ☎(3386)1111
☆忘れずに納付を

生活を支える給付金を支給します

☆いずれも詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。下記へ問い合わせを

子育て世帯の方へ 生活支援特別給付金

低所得の子育て世帯の生活を支援する給付金です。

給付額 お子さん1人につき5万円

対象の方のうち、下記以外の方は申請が必要です。

申請不要の方・支給時期

- ①3月・4月分の児童扶養手当の受給者
- ②令和4年度にこの給付金(ひとり親世帯以外分)を受け取った方
- ①②とも6月30日以降順次支給



▲[区HP](#)

児童手当係／3階

☎(3228)8952

(平日午前8時30分～午後5時)

☆聴覚障害のある方はFAX(3228)5657へ

住民税非課税世帯の方へ 価格高騰支援給付金

電力・ガス・食料品等の価格高騰による家計負担を支援する給付金です。

給付額 1世帯につき3万円

対象・申込み

①**住民税非課税世帯**＝令和5年6月1日に中野区に住民登録があり、世帯全員の同5年度分の住民税が非課税の世帯



対象の世帯へ6月19日に書類を郵送。届いたら、内容を確認して手続きを

②**家計急変世帯**＝令和5年1月以降に家計が急変し、①と同様の事情にある世帯



申請が必要。6月19日以降に[区HP](#)から申し込むか、申請書を[区HP](#)からダウンロードして郵送または直接、区役所7階価格高騰支援給付金相談窓口へ



▲[区HP](#)

価格高騰支援給付金コールセンター

☎(3228)5900

(平日午前8時30分～午後5時15分)

☆聴覚障害のある方はFAX(3228)5898へ

助成を利用して建物の耐震性を確認しましょう

いずれも、昭和56年5月31日以前に建築された、区内の建築物が対象です。事前に耐震化促進係へ相談を。詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。同係へ問い合わせを。

耐震化促進係／9階

☎(3228)5576

FAX(3228)5471

非木造住宅の耐震診断費用

鉄筋コンクリート造や鉄骨造などの非木造住宅(マンション含む)が対象。耐震診断に掛かる費用の助成(765万円まで)を受けられます。

対象建築物の建築年度や構造、延べ面積などを設計図書で確認の上、相談を。

指定の大通り沿いの建築物の耐震化費用

地震時の避難や消火活動など緊急輸送を円滑に行うため、「中野区耐震改修促進計画」では「地震発生時に閉塞を防ぐべき道路」を定めています。

これにより、中野通り、大久保通りなどに接し、地震時に倒壊すると道路を半分以上塞いでしまう建築物は、耐震診断や補強設計、補強工事などに掛かる費用の一部助成を受けられます。

第73回 社会を明るくする運動

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ

詳しくは、
区HPで確認を

地域自治推進係/5階 ☎(3228)5571 FAX(3228)5620

7月は犯罪や非行のない地域社会を築くための「社会を明るくする運動」強調月間。また、「再犯防止啓発月間」でもあります。

一人ひとりができることを考えるきっかけに、下表の催しに参加してみませんか。

☆いずれも当日直接会場へ。全ての会場に駐車場はありません



日時	地区	会場	内容
6月27日(火) 午後1時10分から	大和	明和中学校 (若宮1-1-18)	講演「少年院で学び合う少年たち」
7月8日(土) 午前10時35分から	鍋横・桃園	第二中学校 (本町5-25-1)	新宿少年センターの講演と吹奏楽演奏
7月8日(土) 午前10時45分から	新井・沼袋	中野中学校 (中野4-12-3)	野方警察署・ふれあいポリス・弁護士の講演 「青少年の犯罪低年齢化による犯罪抑止」
7月8日(土) 午前10時50分から	江古田	第七中学校 (江古田2-9-11)	尾花紀子氏(ネット教育アナリスト)の講演
7月11日(火) 午前10時から	野方	野方WIZギャラリー (野方5-3-1)	講演「少年院にいる子どもたち」
7月17日(月・祝) 午後1時から	上高田	東亜学園高等学校 (上高田5-44-3)	ひまわりコンサート
7月20日(木) 午前10時30分から	弥生	弥生区民活動センター (弥生町1-58-14)	推進運動「地域のチカラ パート区～今の子どもたちの現状～」
7月22日(土) 午前10時から	南中野	南中野区民活動センター (弥生町5-5-2)	中野警察署の講演と南中野中学校吹奏楽部の演奏

次の催しにもご参加を

街頭キャンペーン

日時 7月3日(月)午前10時～午後3時30分

会場 区役所正面玄関前

啓発ポスター等の展示

期間 7月3日(月)～18日(火)

会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側

再犯防止推進イベント

「社会を明るくする運動 in summer」

日時 7月15日(土)午前10時～午前11時30分

会場 なかのZERO小ホール(中野2-9-7)

刑務所作業製品の即売会

日時 7月18日(火)～20日(木)午前10時～午後4時

会場 区役所1階区民ホール

☆(公財)矯正協会との共催



▲売り上げの一部は犯罪被害者支援団体の活動に助成しています

いずれも
当日直接会場へ

マイナンバーカードを作いませんか



HPで詳しく

マイナンバーキャラクター「マイナちゃん」

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

マイナンバーカードは身分証明書として利用できる他、お得で便利な点が多数あります。

☆申請からお渡しまでは約2か月掛かります

まだお持ちでない方の申請手続きをお手伝いします

会場の地域事務所・日時

鷺宮(鷺宮3-22-5) = 7月6日(木)

野方(野方5-3-1) = 7月13日(木)

☆各日午前10時～11時30分

申込み

6月21日～各開催日前日の正午に電話で、マイナンバーカード交付係へ。各日先着20人程度



▲区役所でも実施中。詳しくは区HPで確認を

コンビニで証明書を受け取れる

住民票の写しや印鑑登録証明書などを全国のコンビニエンスストア(コンビニ)で受け取れます。窓口での発行手数料より100円安くお得です。詳しくは、区HPをご覧ください。区役所1階証明係 ☎(3228)5506・FAX(3228)5653へ問い合わせを。

電子証明書も利用できる

イータックス e-Tax(確定申告)を始めとしたさまざまなオンライン手続きが簡単にできます。

まだある便利な機能

健康保険証としての利用や給付金などを受け取る口座の登録等もできます。詳しくは、マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120(95)0178へ問い合わせを。

住居表示の届け出をお忘れなく

住民記録係／1階 ☎(3228)5624 FAX(3228)5653

建物を新築した場合や建て替えた場合は、住居表示の届け出を行ってください。届け出をしていないと、居住する方が住民異動届(転入届等)をする際に受け付けができません。

アパート等の名称を変更した場合も、同様に届け出が必要です。

なお、同一住居表示の建物が複数ある場合、申請により、住居表示の末尾に「-1」などの補助番号を付けることができます。詳しくは、住民記録係へ問い合わせを。

☆「建物その他の工作物新築届」は郵送でも申請可

7月3日から「町名表示板」を配布します

希望する方は、郵送または直接、住民記録係へ申請してください。申請書は区HPからダウンロードできます。

☆対象などについて詳しくは、区HPで確認を



▲町名表示板。住居番号表示板(写真右)と並べて取り付けを



区HP

7月1日～7日

飲酒運転させない TOKYO キャンペーン

～飲んだら乗るな、乗るなら飲むな～

生活・交通安全係／8階

☎(3228)8886 FAX(3228)5658

次のことを徹底し、飲酒運転を根絶しましょう。

☆自転車も「飲んだら乗るな」です

- お酒を飲んだら運転しない
- お酒を飲んだ人には運転させない、車を貸さない
- 運転する人にはお酒を出さない、勧めない



お知らせ

防災用品を区であっせんしています

地域防災係／8階

☎(3228)8930 FAX(3228)5658

区内在住・在勤の方は、家具転倒防止器具や非常食などの購入に区のあっせんを利用できます。

詳しくは、区HPか、区民活動センター、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



区HP

傍聴を

☆日程は変わることがあります

中野区人権施策推進審議会

平和・人権・男女共同参画係／4階

☎(3228)8229 FAX(3228)5476

7月10日(月)午後7時～9時

区役所9階会議室

☆当日直接会場へ

中野区健康福祉審議会

健康福祉企画係／6階

☎(3228)5421 FAX(3228)5662

スポーツ・健康づくり部会

7月11日(火)午後7時～9時

区役所7階会議室

☆事前申込制。6月21日～7月3日に

電話、✉kenkofukusikaku@city.

tokyo-nakano.lg.jpまたはファクス

で、健康福祉企画係へ。先着5人。要

約筆記・手・保(先着3人)希望の方

は、あわせて申し込みを。氏名と

ふりがな、連絡先、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

「令和4年度中野区食品衛生監視指導の実施結果」を公表します

食品衛生係(中野区保健所)

☎(3382)6664 FAX(3382)6667

区は、食品衛生監視指導計画を毎年度策定し、飲食店などの監視指導や食品衛生に関する講習会などの事業を実施しています。令和4年度に実施した結果(速報値)をご覧ください。

公表開始日 6月29日

公表場所 区HP、図書館、中野区保健所



区HP。6月29日から公開

国民健康保険限度額適用認定の申請をお忘れなく

国保給付係／2階

☎(3228)8954 FAX(3228)5655

事前に申請すると「限度額適用認定証」が発行されて、入院時や高額な外来診療を受ける際の医療費(自己負担額)が限度額までの支払いとなる制度です。

住民税非課税世帯の方は、食事代もあわせて減額されます。

申請を希望する方には申請書を郵送するので、電話で国保給付係へ連絡を。ただし、保険料未納の方や住民税未申告者のいる世帯の方には発行できない場合があります。

☆70歳～74歳の方は、課税状況などにより申請不要な場合あり

「限度額適用認定証」をお持ちの方へ

更新用の申請書を今月下旬に郵送します。更新希望の方は、7月4日までに必ず提出を。

☆70歳～74歳の方で、住民税の判定ができない場合、申請の案内をお送りできません

国民年金保険料を納めることが経済的に難しい方へ

国民年金係／1階

☎(3228)5514 FAX(3228)5654

収入の少ない方や失業などにより国民年金保険料の納付が難しい方を対象に、審査基準に基づき支払いを免除・猶予する制度があります。

7月～来年6月分の保険料の免除・猶予申請については、7月に受け付けを開始します。

郵送での申請を希望する方には、必要書類を郵送するので、国民年金係へ連絡を。

国民年金保険料の納付案内

国民年金保険料の納付が確認できない方に対する、電話や文書などによる納付案内等は、日本年金機構が委託した民間事業者が行っています。

委託先事業者などについて詳しくは、日本年金機構HPをご覧ください。中野区年金事務所☎(3380)6111へ問い合わせを。

新型コロナの影響を受けた方へ 国民健康保険料の減免の申請期限が9月29日まで延長されました

資格賦課係／2階

☎(3228)3267 FAX(3228)5655

新型コロナウイルス感染症の影響により、令和4年度の収入が減少した世帯などは、同4年度の国民健康保険料の減免を受けられる場合があります。その申請期限が9月29日に延長されました。

要件などについて詳しくは、資格賦課係へ問い合わせを。



区HP

募集・求人



中野区特別職報酬等審議会 区民公募委員

総務係／4階

☎(3228)8811 FAX(3228)5647

区議会議員の議員報酬、区長や特別職等の給料の額を審議します。

対象 区内在住の20歳以上の方

任期 10月からの2年間

☆会議は主に毎年10月～12月の夜間に区役所で3回～4回開催

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 応募の動機(400字程度、書式自由)

申込み 6月22日～7月21日に電子申請か、提出書類を添えてファクス、郵送または直接、総務係へ。選考で若干名。

☑住所、氏名とふりがな、年齢、性別、電話番号 ☆結果は、全応募者に郵送

「業務委託の提案制度」 事業実施団体



公益活動推進係／5階

☎(3228)3251 FAX(3228)5620

公益活動を行う区民団体が、来年度区からの受託を希望する業務を提案する制度です。区は、書類審査、ヒアリングを経て、業務を委託する団体を決定します。

☆区がまだ行っていない業務を提案する場合は、事前に相談が必要

申込み 6月23日～7月14日(必着)に、申請書に必要書類を添えて☑koeki@city.tokyo-nakano.lg.jp、郵送または直接、公益活動推進係へ

☆応募の手引きや申請書は、6月23日から区HPでダウンロード可。同係でも配布します



☑区HP

任期付職員

人事係／4階

☎(3228)8041 FAX(3228)5649

次のいずれも

選考日 7月23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番窓口で配布中の採用選考案内の申込書を郵送または直接、人事係へ。郵送=7月4日(消印有効)まで、電子申請・窓口=7月6日午後5時まで

☆勤務条件などについて詳しくは、区HPか、採用選考案内をご覧ください

任期付短時間勤務職員(技能系)

職務内容(募集人数) 区立保育園での保育業務(90人)、区立小・中学校での障害のあるお子さんの介助業務(30人)

勤務期間 9月1日以降～令和8年3月31日

育児休業代替任期付職員 (事務・保育士)

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(筆記・面接)で若干名

①事務

対象 日本国籍を有し、平成17年10月1日までに生まれた方

勤務開始日 10月1日以降

☆8月27日(日)に二次選考あり

②保育士

対象 平成15年9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(8月31日までに登録見込みの方を含む)。国籍不問

勤務開始日 9月1日以降



☑区HP

会計年度任用職員(登録者)



次の①②とも

勤務期間 来年3月31日まで ☆勤務日数・時間は調整可

手当 交通費(限度額あり) ☆期末手当や社会保険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、各係へ

☆欠員などの状況に応じて随時面接を実施。時給は、職種、資格の有無などにより異なります。勤務条件について詳しくは、区HPをご覧ください

①区役所、すこやか福祉センターなど 人事係／4階

☎(3228)8041 FAX(3228)5649

職種 一般事務補助、福祉、保育士、児童指導、保健師、看護師など

時給 1,173円～1,572円

②区立保育園

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

時給 1,233円～1,440円

☆夏季プール保育補助の登録も募集

歴史写真の仕分けボランティア

広報係／4階

☎(3228)8803 FAX(3228)5645

対象 区内在住・在勤・在学の高校生以上の方

日時 8月10日(木)午前10時～午後4時 ☆時間は応相談

会場 区役所7階会議室

申込み 7月20日までに☑koho@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクスで、広報係へ。選考で20人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、年齢、職業、応募の動機(200字程度、書式自由)

☆区内共通商品券(3,000円分)を贈呈。結果は、全応募者に通知

催し・講座



初心者向けスマートフォン
LINE 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・在勤の方

日時 7月13日(木)午前10時30分～11時30分

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。6月30日必着。抽選で20人。📄講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、返信用にも住所、氏名 ☆結果は全応募者に7月7日までに返信

東京都子育て支援員研修



東京都福祉保健局少子社会対策部計画課
☎(5320)4121

対象 都内在住・在勤で、子育て支援員として就業する意欲のある方

募集コース 地域保育、地域子育て支援、放課後児童、社会的養護

申込期間 6月30日～7月14日(必着)
☆詳しくは、東京都福祉保健局HPで確認を。募集案内は、6月30日以降、区役所5階1番窓口でも若干数配布

高齢者・介護



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 7月14日・28日、いずれも金曜日、午後2時～4時

会場 沼袋区民活動センター(沼袋2-40-18)

申込み 6月21日～7月7日に電話、ファクスまたは直接、下記の申込み先へ。先着20人。📄住所、氏名とふりがな、電話番号

申込み先 江古田地域包括支援センター(江古田4-31-10)

☎(3387)5550 FAX(3387)5955

友愛クラブの活動に参加しませんか

地域自治推進係／5階
☎(3228)5571 FAX(3228)5620

「友愛クラブ」は、おおむね60歳以上の方を対象とした地域の老人クラブの愛称です。区内約60のクラブで、趣味を生かした活動や地域に役立つ活動をしています。

参加してみたい方や地域のクラブの連絡先を知りたい方は、地域自治推進係へ問い合わせを。

いきいき入浴
特別開放入浴デー「七夕湯」

地域福祉推進係／6階
☎(3228)8963 FAX(3228)5662

「いきいき入浴」の登録証を持って直接、区内等の公衆浴場へ。

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 7月7日(金)、各浴場の営業時間
☆浴場により、実施日が異なる場合あり。各浴場で確認を

入浴料 1回100円

「いきいき入浴」の登録は

住所・氏名・年齢の確認ができるもの(健康保険証など)を持って、入浴を希望する浴場で手続きを。詳しくは、地域福祉推進係へ問い合わせを。

家族介護教室
「認知症介護の目指すもの」

はびね中野坂上(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 7月16日(日)午後1時30分～3時30分

会場 東部区民活動センター(中央2-18-21)

申込み 6月21日～7月15日に専用フォームから申し込むか、電話で、はびね中野坂上へ

☆先着15人。オンライン(Zoom)でも参加可



◀専用フォームはこちら

広告

“不動産を売るとき”って、どうしたらいいの?
「不動産の上手な売り方無料個別講座」を開催

6月26日(月)～7月21日(金)
参加無料・要予約
三井住友信託銀行中野支店で開催

無料講座事務局(わかば企画内)
☎0120-661-339

三井住友信託銀行グループの「三井

住友トラスト不動産」では、不動産売買の悩みや不安を解決するための無料個別講座を開催します。この機会に参加を。

日時 6月26日(月)～7月21日(金)
午前10時～午後5時※水土日祝定休
(日程があわない場合は伝えてください)

会場 三井住友信託銀行中野支店(中野区中野5-62-5・中野駅北口すぐ)

特典 不動産売買ガイドブック進呈

申込み 電話で無料講座事務局まで(午前10時～午後5時)webの申し込みは右記二次元バーコードから
※応募者の個人情報(受付と会場の案内に利用



生活機能向上プログラム 「骨盤底筋体操」

野方高齢者会館(野方2-29-12)
☎・FAX(3388)9586

対象 区内在住の65歳以上の女性
日時 7月20日、8月3日・17日・31日、
9月7日、いずれも木曜日、午後1時30分～3時30分 ☆全5回
申込み 6月21日～7月19日の平日午前9時～午後5時に電話または直接、野方高齢者会館へ
☆先着15人

「夏バテ予防の食事～管理栄養士による講話と簡単なレシピの紹介～」

松が丘シニアプラザ(松が丘1-32-10)
☎(5380)5761 FAX(5380)5762

対象 区内在住の60歳以上の方
日時 7月20日(木)午後2時～3時
申込み 6月21日～7月20日の平日午前9時～午後5時に電話または直接、松が丘シニアプラザへ
☆先着30人

後期高齢者医療制度に加入している非課税世帯の方へ

後期高齢者医療係/2階
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

次の①②とも、区から後期高齢者医療被保険者証の交付を受けている方で、世帯員全員が住民税非課税である世帯の方が対象。

①限度額適用・標準負担額減額認定
保険適用の医療費や入院時の食事が限度額までの支払いとなる制度です。利用には申請が必要。希望する方は、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

既に「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方で、8月以降も対象となる方には、来年7月末まで使える認定証を来月下旬に郵送します。

②後期高齢者入院時負担軽減支援金
保険適用の病院などに年度内31日以上入院した場合、2万円の給付を受けられる制度です。

申請は年度ごとに必要。詳しくは、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

「ジェネリック医薬品差額通知」を郵送します

後期高齢者医療係/2階
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

先発医薬品の特許期間終了後に、同等の品質で製造・販売される「ジェネリック医薬品」。現在処方されている医薬品から切り替えた場合、自己負担額をどれくらい軽減できるかが分かる「ジェネリック医薬品差額通知」を、次の対象の方に、6月下旬、12月中旬に発送します。ジェネリック医薬品利用の参考にしてください。

対象 後期高齢者医療制度の被保険者のうち、生活習慣病等の医薬品が処方されている方で、薬代が一定額以上軽減されると見込まれる方

質問はジェネリック医薬品差額通知サポートデスク☎0120(629)016へ

この電話は、6月下旬～7月31日、12月中旬～来年1月31日の平日午前9時～午後5時に利用できます。

☆期間外は、東京都後期高齢者医療広域連合保健事業・医療費適正化係☎(322)4507へ問い合わせを

65歳以上の方へ 「介護保険料決定通知書」を7月12日以降に郵送します

介護資格保険料係/2階 ☎(3228)6537 FAX(3228)8972

通知書が届いたら、保険料等を確認してください。

保険料を滞納すると、介護保険サービスの費用の支払い方法が変更されたり、利用者負担の割合が引き上げられたりします。ご注意ください。

☆70歳以上の方は、シルバーパス発行申し込みの際に、この通知書を利用できる場合があります。再発行はできないので、大切に保管を

減額制度のご利用を

保険料の納付が困難な方には、減額制度があります。詳しくは、通知書同封の「介護保険だより」をご覧ください。

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

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

子ども・子育て



区立幼稚園児の欠員募集

幼稚園・認可外保育係／3階
☎(3228)5681 FAX(3228)5667

申し込み方法などについて詳しくは、
下表の幼稚園へ問い合わせを。

幼稚園名	所在地・電話番号	募集人数
かみさぎ	上鷲宮4-8-12 ☎(3999)7361	4歳児8人 5歳児2人
ひがし なかの	東中野5-8-21 ☎(3368)2369	4歳児11人 5歳児4人

対象 申し込み日の時点で保護者ととも
に区内に住み、住民登録のある次の
年齢(生年月日)のお子さん

4歳児＝平成30年4月2日～同31年
4月1日生まれ

5歳児＝平成29年4月2日～同30年
4月1日生まれ

☆特別な支援が必要なお子さんについ
ては、各幼稚園に相談を

ご存じですか 私立幼稚園等
園児の保護者向け補助金



幼稚園・認可外保育係／3階
☎(3228)8754 FAX(3228)5667

私立幼稚園(子ども・子育て支援新制
度の施設を含む)、都が確認した幼稚園
類似施設にお子さんを通わせている区
内在住の方が対象。入園料や保育料、預
かり保育料、給食費の一部を補助します。

申請書と案内は、新入園児(子ども・子
育て支援新制度の施設は全利用児)に
は通園先の幼稚園を通じて6月中旬に
配布、進級児には、自宅へ郵送しました。
☆補助の内容は在園施設や世帯状況によ
って異なります。詳しくは、区HPをご
覧ください



◀区HP

「^{おい}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

内容 食材を無駄なくおいしく食べき
る料理の実習

☆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 ☆2人1組で、初めての方限定

日時 8月3日(木)・7日(月)、いずれも
午前10時～午後0時30分 ☆各日同
内容

会場 新渡戸文化学園(本町6-38-1)

☆駐車場はありません

申込み 6月21日午前9時30分～7月
5日に電話で、ごみ減量推進係へ。各日
先着12組



▲昨年の様子

「歯みがき教室」

北部すこやか福祉センター
(江古田4-31-10)

☎(3388)0240 FAX(3389)4339

内容 歯科衛生士に学ぶお子さんの歯
磨き習慣の準備と保護者のお口のケア

日時 7月10日(月)①午前10時から、
②11時15分から、③午後2時から

☆各回45分で、①③は同内容

対象 区内在住の乳幼児とその保護者
☆①③は1歳～1歳半、②は生後6か月
～11か月のお子さん

会場 北部すこやか福祉センター

申込み 6月21日～7月6日に電子申
請か、電話または直接、北部すこやか福
祉センターへ。各回先着12組

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8人程度

鷲宮すこやか福祉センター
(若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日程 7月7日(金)

会場 鷲宮すこやか福祉センター

申込期間 6月23日～7月4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 7月13日(木)

会場 中部すこやか福祉センター

申込期間 6月29日～7月10日



「パパも作るよ!離乳食」

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、家族に妊婦または
生後6か月未満の乳児のいる男性

日時 7月21日(金)午後1時30分～3
時

会場 中部すこやか福祉センター

申込み 6月21日～7月18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8人

東京学芸大学附属特別支援学校 学校公開・入学説明会

HPで詳しく

東京学芸大学附属特別支援学校
(東久留米市氷川台 1-6-1)

☎042(471)5274 FAX042(471)5275

対象 来年度入学を検討しているお子さんとその保護者、担任の先生。1組3人まで

日時 7月8日(土) 午前10時～11時50分

会場 東京学芸大学附属特別支援学校

申込み 事前に電話で、同校へ

☆知的障害のあるお子さんのための学校(幼稚部～高等部)。中野区も通学区域。その他の日程などについて詳しくは、同校HPをご覧になるか、電話で、同校へ問い合わせを

健康・福祉



「もの忘れ相談会」

在宅療養推進係／5階

☎(3228)5785 FAX(3228)8716

自身や家族の認知症、若年性認知症、物忘れなどについて、専門相談員に相談できます。

日時 7月6日(木) 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

成年後見人勉強会 「後見人の財産管理」

中野区成年後見支援センター

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

対象 親族の成年後見人・保佐人・補助人を受任している方、関心のある方

日時 7月8日(土) 午後2時～4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 6月21日～7月3日に電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。先着20人。氏名とふりがな、電話番号、講座名

害虫パネル展～日常生活で見かける害虫の駆除・防除対策～

衛生環境係(中野区保健所)

☎(3382)6662 FAX(3382)6667

期間 7月3日(月)～31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

6月は蚊の発生防止強化月間です

衛生環境係(中野区保健所)

☎(3382)6662 FAX(3382)6667

デング熱やジカウイルス感染症など蚊が媒介する感染症を防ぐため、日頃から蚊の発生を抑制し、蚊に刺されないような対策を取りましょう。

蚊の防除のポイント

幼虫(ボウフラ)対策

- ・植木鉢の受け皿、空き缶、古タイヤなどの水たまりをなくす

成虫対策

- ・草むら、やぶを手入れして、風通しを良くする
- ・刺されないように長袖を着る
- ・必要に応じて虫よけ剤を使う

生活実用講座「腸活講座～腸活レシピで夏バテ対策!～」

地域生活支援センターせせらぎ

☎(3387)1326 FAX(3387)1347

対象 区内在住の精神障害のある方とその家族、支援者、関心のある方

日時 7月23日(日) 午後1時～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 6月21日～7月22日に専用フォームから申し込むか、電話または直接、「せせらぎ」へ。先着20人



◀専用フォームはこちら

「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

日程 7月8日(土)

会場 区役所7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 6月21日～7月7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



▲不妊治療経験のあるピアカウンセラーを交えたおしゃべり会

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をご覧になるか、子ども医療助成係へ問い合わせを

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

これからの季節 食中毒にご注意を ～ 家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント～

気温や湿度が高くなる6月～8月は、細菌による食中毒が増えます。
次の注意点を守り、食中毒を予防しましょう。

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

1. 食品の購入

- 消費期限などの表示をチェック
- 肉・魚はそれぞれ小袋に分けて包む

2. 家庭での保存

- 冷蔵庫に入れるのは7割程度に
- 肉・魚は汁がもれないように包んで保存

3. 下準備

- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
- 肉・魚は生で食べるものから離す
- 包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

4. 調理

- 作業前は手を洗い、台所は清潔に
- 加熱は十分に(中心部分の温度が75℃で1分以上)
- 調理を中断する時は食品を冷蔵庫へ

5. 食事

- 盛り付けは清潔な食器を使う
- 出来上がったものは長時間室温に放置しない

6. 残った食品

- 早く冷えるように小分けにして保存する
- 時間が経ちすぎたら、思い切って捨てる
- 温め直す時は十分に加熱する(75℃以上)



ぜひご参加を

食品衛生街頭相談会

食中毒やその予防方法について、保健所職員などに相談
できます。

日時 6月29日(木)午後2時～3時

会場 中野ブロードウェイ1階早稲田通り側(中野5-52-15) ☆当日直接会場へ

食中毒予防パネル展

～お肉は中心までよく焼いて食べよう!～

期間 7月3日(月)～31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

新型コロナに感染したかも? と思ったら

東京都新型コロナ相談センター
☎0120(670)440
☆24時間受け付け・年中無休



**かかりつけ医や東京都新型コロナ
相談センターに電話で相談**
医療機関に行く前に連絡を。



医療機関を受診
原則、自己負担。当面の間、
一部公費負担もあります。



療養
発症後、5日間は外出を控え、10日
間はマスクの着用が推奨されています。

まずは、国が承認した検査キットで自主検査をし、症状が軽い方は自宅等で療養を。
重症化リスクの高い方や症状が重くなった方は、医療機関に連絡して受診しましょう。



◀詳しくは、厚
生労働省HPをご
覧ください

6月20日～7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	
6月25日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		小金澤医院	内・循	江原町3-35-8	(3951)5621
		かたやま医院	内・小・皮	東中野5-23-14 1階	(3227)0603
		セイメイ内科	内・循	中央1-25-5	(5389)2972
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		前島歯科医院☆	歯	東中野3-21-3	(3361)7450
薬局	アシスト薬局		江原町3-35-8	(5996)4631	
	薬局アポック小滝橋店		東中野5-23-14	(5338)0085	
	茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122	
7月2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
		中越整形外科	整	鷺宮3-20-9	(5327)5835
		新井五行堂醫院	内・耳鼻咽喉	上高田2-9-11	(3387)0893
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12	(3368)0888
		やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11	(6300)4790
		サエグサ歯科医院☆	歯	沼袋1-7-13	(3385)3751
薬局	けやき薬局		江古田2-22-1	(3388)0782	
	ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971	
	豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9	(3223)4117	

当番医・当番薬局が変更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

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45分～ 9時45分
診療時間	午後7時～10時

遺産分割がまとまらない
相続預貯金を使いこまれていた
遺留分の請求をしたい
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

7月のあすなる葬祭セミナー 開催

わかる!
火葬式と家族葬

参加ご希望の方はお電話にてお申込み下さい

7月3日(月) 14:00～ 参加料 500円(税込)

くみん斎場 中野新井薬師前 「新井薬師前駅」南口徒歩約3分
中野区上高田3-19-17

お申込み
お問合せ TEL 03-5318-2876

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

「もったいない」を「ごちそうさま」につなぐ

フードドライブにご協力を



◀中野区ごみ減量キャラクター「ごみのん」

ごみ減量推進係(松が丘1-6-3リサイクル展示室内)
☎(3228)5563 FAX(3228)5634

フードドライブとは、家庭で余っている食べ物を持ち寄り、集まった食品を福祉団体等へ寄付する活動のこと。まずは各家庭で食べきりを心掛け、どうしても消費しきれない食品をお寄せください。

持ち込める食品の条件

・賞味期限が持ち込み日から2か月以上先で未開封の常温保存可能な食品

次の物は対象外

冷凍・冷蔵保存が必要、包装が破損している、商品説明が日本語でない、瓶詰め、生鮮食品(米は除く)、アルコール類

受付場所

・リサイクル展示室 ・区役所8階10番窓口

☆受付日時などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。内容量300g以上の食品を提供すると、なかのエコポイントをもらえます

大切に活用して食品ロスを削減

まだ食べられる食品を捨ててしまう「食品ロス」。その削減のため、中野区社会福祉協議会を通して、集まった食品を子ども食堂等に寄付しています。



ありがとうございました

昨年度は、計5,671個(約1,255kg)の食品を、子ども食堂等へ提供しました。引き続きご協力を。



▲詳しくは [区HP](#)へ

町会・自治会の活動に参加しませんか

地域自治推進係/5階
☎(3228)8921 FAX(3228)5620

区内にある108の町会・自治会では、支えあい活動などを通して、その地域に住む方がより暮らしやすい地域となるよう取り組んでいます。

お住まいの地域の町会・自治会を地図で確認できるリーフレットを区民活動センター、区役所5階8番窓口で配布中。その場で町会・自治会への入会手続き、または専用ハガキで入会の申し込みができます。



▲[区HP](#)

例えばこんな活動をしています

見守り支えあい活動



防犯・防災対策など
安心・安全な地域づくり



お祭りやイベントなどの
地域交流事業

6月1日現在。()内は前月比

住民基本台帳	世帯数	人口(人)				合計
		男	女	小計		
日本人	198,207※ (42増)	159,511 (43減)	157,442 (47増)	316,953 (4増)	335,983 (14増)	
外国人	13,841 (3減)	9,919 (1増)	9,111 (9増)	19,030 (10増)		

※日本人と外国人の混合世帯 1,984 を含む

次号予告

50年間ありがとう 中野サンプラザ



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