

いつまでも中野で元気に!

地域の通い場

1 江古田の杜リブインラボ協議会
会場 プライムメゾン江古田の杜ウエスト (江古田3-14-1)
開催日 第1・3火曜日、第2土曜日、第4水曜日
☆軽体操・太極拳など

2 なかのさくらぐみ
会場 新井区民活動センター (新井3-11-4)
開催日 第2・4水曜日、第3火曜日

3 東中野うたごえの丘
会場 東中野区民活動センター (東中野5-27-5)
開催日 原則月3回、金曜日
☆詳しくは、2・3ページへ

4 男のボイス
会場 中部すこやか福祉センター (中央3-19-1)
開催日 第1~3月曜日、最終金曜日

5 なかのICTサポーター
会場 各地域の区民活動センター等
開催日 随時開催

▲サロンや映画の上映会など

▲音響機器を使った体操、歌唱

▲スマホなどの使い方相談

【今号の表紙】

地域の仲間と楽しく介護予防できる場の一部を紹介。
詳しくは、介護予防推進係 ☎(3228)8949へ問い合わせを

いつまでも中野で元気に!

介護予防推進係/5階 ☎(3228)8949 FAX(3228)5492

「人生100年時代」と言われる今、住み慣れた場所で元気に過ごすには生きがいを持ち続けることが大切です。区内には、趣味活動を始めた約500の地域団体が自主的に活動し、中には楽しみながら介護予防ができる場も。今号では、地域で介護予防の活動をしている団体を紹介します。

地域の通い場

音響機器で介護予防

東中野うたごえの丘

「100歳まで生きよう」を合言葉に
月3回程度実施(表紙③)



◀のぼりが目印

ある日の活動の様子

名曲を歌って口の体操



音響機器を使ってみんなでカラオケ。後半になるにつれて大きな声に

参加者の平均年齢は80歳以上で、90代の方も。毎回20人程が参加



音楽に合わせてストレッチ



毎回違う種類の体操。飽きずに続けられます



間に脳トレも

何て読むでしょう
百日紅



音響機器はスタッフが設定。歌は季節などに合わせて選曲



ヒントを聞きながらクイズに挑戦(右上の答えはサルスベリ)



終わった後はみんなで片付け。活動後は水分補給もしっかりと



参加者の声

家ではあまり体を動かさませんが、ここでは楽しみながら運動できます。いつも時間があつという間です

一人暮らしをしています。ここに来ると優しく話し掛けてもらえてうれしいです

終わった後はのどがすごくすっきり。来る前よりも発声が楽になります

家は少し遠いのですが、楽しいのでタクシーで通っています



主催の木内さん▶



みんなが居心地良くいられる場所に

2019年から活動している東中野うたごえの丘。
活動を支えるスタッフのみなさんに話を聞きました。



▲主催の木内さんご夫妻(1列目中央・右)とスタッフのみなさん



活動する中で

工夫していることはありますか

プロがやっている訳ではなく、素人が一から勉強して作ってきた活動ですが、だからこそ「調子良いね」「最近どう?」といった声掛けを大切にしています。

また、スタッフも一緒に歌唱や体操をしながら、ポイントなどを伝えます。「等身大で、身近に感じて居心地が良い」という声をいただくことも。

ここには、認知症の自覚がある方や一人暮らしの方、介護をしている方など、さまざまな方が参加します。どんな事情があっても「ここは自分の居場所」と感じてもらえたらうれしいです。

参加者の方から「手伝いたい」と声をいただくことも。この場に集まった全員でうたごえの丘を作っている感覚です



どのような方が

スタッフとして活動していますか

元々地域で民生委員や友愛クラブの活動をしていたメンバーが集まり、うたごえの丘を始めました。主に6人程のスタッフで活動しています。

大切にしているのは、スタッフ含めみんなが「楽しかったね」と言って帰れる環境を続けること。そのためには、無理は禁物。経理、音響機器のプログラミング、参加者の健康チェックなど、それぞれ得意なことやできることを分担して活動しています。



元々歌の活動をしていたことがきっかけでスタッフになりました。私もみなさんと一緒に大きな声で歌います



活動していて良かったことは

どんなことですか

ここでの活動をきっかけに他の参加者と顔見知りになるなど、交流の場になっていると感じます。「最近見掛けないな」と思う方や心配な方がいたら、みんなで気に掛け、連絡を取ったり、まちで会った時に声を掛けたりすることも。活動の時間だけでなく、日頃の支え合いにもつながっているなと思います。



▲A4版、20ページ

情報が満載「あなたの近くの通いの場マップ」

活用して、自分に合う場を見つけませんか。

配布場所

地域包括支援センター
区民活動センター
高齢者会館
すこやか福祉センター
区役所5階10番窓口

例えばこんな情報が載っています

- 近くの銭湯で体操などができる「はつらつ事業」
- 各地域で実施しているラジオ体操の会場・日時
- 高齢者会館での健康・生きがいづくり事業や生活機能向上プログラム

区役所の年末年始のお休み

施設(窓口)の休業期間

区役所は、特定の窓口や施設を除き、
12月29日(金)～1月3日(水)休業します。
 ☆体育館などの運動施設、ホールなどの文化施設の休業
 予定は、区HPか、生涯学習スポーツ情報紙「ないせす」1月
 号(12月24日発行)をご覧ください

施設の種類・名称	休業期間	
暮らし	区役所、区民活動センター、 地域事務所、図書館、 産業振興センター、 自転車保管場所での引き取り	12月29日(金)～ 1月3日(水)
	リサイクル展示室	12月28日(木)～ 1月4日(木)
	清掃事務所	12月31日(日)～ 1月3日(水)
	駐車場(タイムズ中野区役所)	休まず営業します
保健・福祉	中野区保健所、 障害者福祉会館、 すこやか福祉センター	
高齢者子ども	高齢者会館、地域包括支援セン ター(※)、子ども若者支援セン ター、教育センター、学童クラ ブ、キッズ・プラザ、児童館、城 山ふれあいの家、みずの塔ふれ あいの家	12月29日(金)～ 1月3日(水)

(※)地域包括支援センターは、休業期間中も緊急の場合は電話
 に対応します

ごみ収集と資源回収



区HP▶

種類	休業期間	問合せ先
びん・缶・ ペットボトル	12月31日(日)～ 1月3日(水)(注1)	資源回収推進係 ☎(3228)5555 FAX(3228)5634
粗大ごみ (事前申込制)	12月29日(金)～ 1月3日(水)	粗大ごみ 受付センター ☎(5715)2255
燃やすごみ	12月31日(日)～ 1月3日(水)	清掃事務所 ☎(3387)5353 FAX(3387)5389
プラスチック製 容器包装		
陶器・ガラス・ 金属ごみ(注2)		

(注1)1月4日(木)は当日午前6時30分までに回収容器を設置
 (注2)陶器・ガラス・金属ごみは、次のとおり臨時収集を実施
 12月29日(金)=江古田2・4丁目、鷺宮2丁目、野方5・6丁目、
 丸山全域、若宮1丁目、東中野1・2・4・5丁目
 30日(土)=鷺宮1・3丁目、白鷺1・2丁目、若宮2・3丁目

●「古紙」などの集団回収

区HPをご覧くださいになるか、12月28日(木)までに資源回収
 推進係へ問い合わせを。

「中野区ごみ分別アプリ」のご利用を



ごみの分別方法などをスマホで確認でき
 ます。ぜひ、ご利用ください(左アイコンが目
 印)。☆外国語版もあります。詳しくは、区
 HPで確認を

休みの間に証明書の受け取りや戸籍の届け出などをしたい方へ

区役所の休業期間中(12月29日(金)～1月3日(水))は、区役所1階の夜間・休日受付で一部業務のみ取り扱います。
 ☆区役所の休業期間中は、コンビニエンスストアでの証明書交付も利用できません。ご注意ください

電話予約により証明書を受け取れます

12月28日(木)午後4時までに、本人が電話で予約す
 ると、休業期間中でも区役所で次の証明書を受け取れま
 す。詳しくは、事前に各係へ問い合わせを。
 ☆印鑑登録証明書を電話予約する際は、印鑑登録カード
 を手元に用意してください

住民票の写し、印鑑登録証明書

特別区民税・都民税の課税証明書・納税証明書

証明係
 ☎(3228)5506 FAX(3228)5653

軽自動車税の納税証明書

諸税係
 ☎(3228)8908 FAX(3228)5652

国民健康保険料の賦課・納付証明書

国保収納係
 ☎(3228)8971 FAX(3228)5655

年末年始も24時間受け付けます

☆いずれも休業期間中は問い合わせ不可

●戸籍の届け出(出生届、婚姻届、死亡届など)

戸籍係
 ☎(3228)5503 FAX(3228)5653

●納付の受け付け

次の①～④とも、納付書と、その書面に記載された
 とおりの金額をお持ちの場合のみ、受け付け可能です。

①特別区民税・都民税

納税係
 ☎(3228)8924
 FAX(3228)5652

②国民健康保険料

国保収納係
 ☎(3228)5507
 FAX(3228)5655

③軽自動車税

諸税係
 ☎(3228)8908
 FAX(3228)5652

④介護保険料

介護資格保険料係
 ☎(3228)6537
 FAX(3228)8972

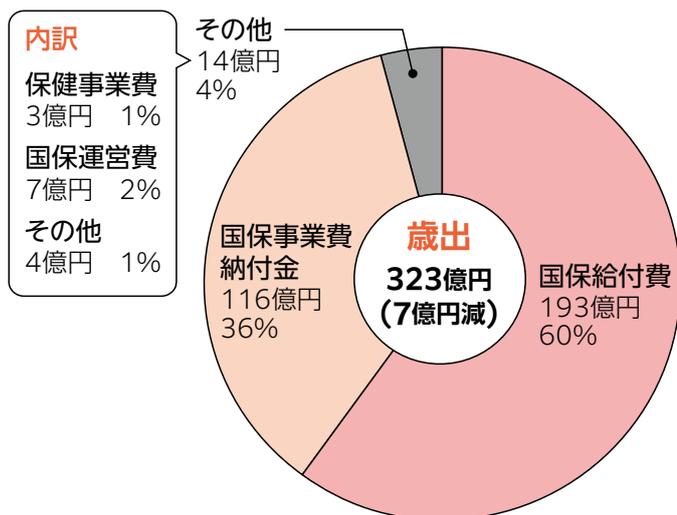
令和4年度の国民健康保険の運営状況(概要)

国民健康保険は、職場の健康保険や後期高齢者医療制度に加入していない方などを対象とした医療保険です。加入者が納める保険料や国・都の支出金などを基に、都が区市町村とともに運営しています。令和4年度の加入者数は、区民の約22%、約74,000人で、前年度に比べ約1,000人減少しました。

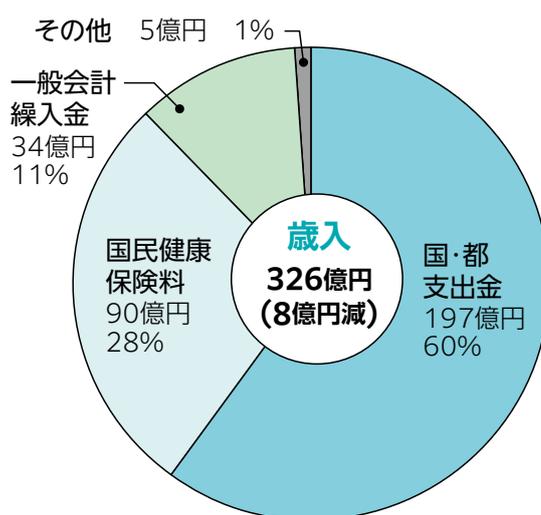
国保運営係/2階
☎(3228)8819
FAX(3228)5655

☆制度などについて詳しくは、区HPをご覧ください。国保運営係へ問い合わせを

歳出 国保給付費が昨年度より11億円減少



歳入 運営費の一部として34億円を一般会計から繰り入れ



☆カッコ内は前年度比。歳出・歳入の金額、割合は、原則として表示単位未満の端数を四捨五入。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。なお、歳出と比較して歳入が約3億円多いのは、保険料と国等の支出金への返還金(次年度繰越金)を含んでいるためです

医療費の増加を抑えるためにご協力を

◆特定健診を受けましょう

区民健診係(中野区保健所)
☎(3382)2429 FAX(3382)7765

40歳以上の方向けの特定健診でメタボリックシンドロームの疑いがあると判定されると、その予防に特定保健指導を利用できます。

生活習慣病を早めに予防、治療し、医療費の増加と保険料負担の抑制につなげましょう。

☆国民健康保険加入者の特定健診の受診方法などについて詳しくは、区民健診係へ問い合わせを

◆ジェネリック医薬品を賢く使おう

保健事業係(中野区保健所)
☎(3382)2430 FAX(3382)7765

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、医薬品の特許が切れた後に、同等の品質で製造・販売される低価格の医薬品です。窓口で支払う薬代や医療費の削減が期待できます。

かかりつけの医師や薬局の薬剤師に相談の上、ジェネリック医薬品をご利用ください。

みなさんの保険料が制度を支えています

◆保険料の納付は便利な口座振替で

国保収納係/2階
☎(3228)5507 FAX(3228)5655

区役所や金融機関に向かなくても、郵送やスマートフォンで手続きできます。詳しくは、区HPをご覧ください。国保収納係へ問い合わせを。

☆区の職員を装った還付金詐欺が発生しています。電話やATMで還付金の手続きを行うことはありません。ご注意ください

◆納付できない場合は放置せずに相談を

滞納整理係/2階
☎(3228)5509 FAX(3228)5655

保険料の未納がある場合、区は催告、財産の差し押さえや給付の差し止めなどを行います。

失業や病気など、やむを得ない事情で納付できない場合は、早めに相談を。

中野区議会 第4回定例会 12月12日(火)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 = 12月12日

常任委員会 = 12月5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9日(土)・10日(日)・16日(土)・17日(日) = 午後5時～7時45分

12月11日(月)・13日(水)・15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)

みなさんの意見をお寄せください

パブリック・コメント手続き

平和・人権・男女共同参画係／4階
☎(3228)8229 FAX(3228)5476
✉danjosenta@city.tokyo-nakano.lg.jp

①「中野区男女共同参画基本計画(第5次)案」

②「中野区ユニバーサルデザイン推進計画(第2次)案」

資料公表・意見募集期間 12月7日～1月4日(必着)

公表場所 区☒、区民活動センター、区役所4階区政資料センター、同4階10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)を電子申請か、電子メール、ファクス、郵送または直接、平和・人権・男女共同参画係へ。☑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

令和6年度予算で検討中の主な取り組み(案)にご意見を

財政担当／5階
☎(3228)8813 FAX(3228)5650

区は、来年度の予算編成に当たり、暮らしの安心と中野のまちの活力につながる事業を検討しています。

12月5日から、検討中の案のうち、主な取り組み項目を区☒に掲載します。これらに対するみなさんの意見をお寄せください。

☆主な取り組み(案)の内容は、なかの区報12月20日号でもお知らせします

区☒▶



ご意見は1月4日までに

意見内容と氏名(団体名)を記入し(書式自由)、
✉zaisei@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクスまたは郵送で、財政担当へ。1月4日必着。



その場で区長に意見を伝えられます

区民と区長の

タウンミーティング

12月の
開催予定

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

日時・主な取り組みの分野・会場

12月21日(木) = 子育て先進区、地域包括ケア体制

22日(金) = 活力ある持続可能なまち、区政運営

☆いずれも午後6時30分から、区役所7階会議室で。事前申込制(各日先着30人)。12月6日～15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☑☒(各日先着2人)希望の方は、12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、参加希望日、要約筆記☑はその旨、☒はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

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」を 決定しました

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

都市計画図書は、区役所9階2番窓口でご覧になれます。

ハイティーンのみなさんへ 健康福祉に関する計画(素案)の 意見交換会に参加しませんか

健康福祉企画係／6階
☎(3228)5421 FAX(3228)5662

区は、健康で活力に満ちた「健康福祉都市なかの」の実現を目指すための計画を作ります。

ヤングケアラーや障害のある子どもの支援、食育の推進などについて、みなさんの声を聞かせてください。

☆素案は、区HPでご覧になれます

対象 中学生・高校生年代の方

日時 12月18日(月)午後4時～6時

会場 中野東図書館(中央1-41-2)

☆当日直接会場へ



区HP

令和5年度行政評価の 外部評価結果をまとめました

企画調整係／4階
☎(3228)3258 FAX(3228)5476

行政評価は、区が昨年度に実施した事業の効果について、実績とコストを基に評価し、改善につなげる仕組みです。

今年度は8事業について、有識者による外部評価を行いました。評価の結果は区HPでご覧になれます。

区HP



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。詳しくは、区HPをご覧になるか、住民記録係へ問い合わせを。

区HP



保険料の口座振替済額通知書を 今月下旬に郵送します

今年1月以降に口座振替で納付した額を一覧で記載したものです。大切に保管してください。詳しくは、下記問合先へ。

問合先

国民健康保険料＝国保収納係／2階
☎(3228)5507・FAX(3228)5655

後期高齢者医療保険料＝後期高齢者医療係／2階

☎(3228)8944・FAX(3228)5661

介護保険料＝介護資格保険料係／2階

☎(3228)6537・FAX(3228)8972

「災害時個別避難支援計画」の 訪問調査を行います

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

10月に、対象の方へ災害時個別避難支援計画作成のための調査用紙を郵送しました。今月中旬ごろから、これまでに回答がなかった方の自宅へ区職員が順次訪問します。詳しくは、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。

☆職員は職員証を携帯しています

政治家の寄付は禁止されています

区選挙管理委員会／9階
☎(3228)5541 FAX(3228)5687

区長や区議会議員などの公職にある人やこれらに立候補を予定している人が選挙区内の人や団体に寄付をすること、また有権者が寄付を求めることは、公職選挙法で禁じられています。

お互いに「贈らない・求めない・受け取らない」を心掛け、ルールを守りましょう。

☆政治家が、選挙区内の人に対し、年賀状などのあいさつ状(自筆による答礼のためのものは除く)を出すことも禁じられています

路面の凍結にご注意を

土木事業調整係／8階
☎(3228)5592 FAX(3228)5674

寒さが厳しくなると、路面の凍結や雪による転倒事故が多くなります。十分にご注意を。

雪が積もったら、家の前の雪かきなどを行い、道路を安心して歩けるようご協力をお願いします。

☆降雪後の水まきは、路面の凍結につながり危険です



傍聴を

☆どなたでも傍聴できます

中野区公契約審議会

契約係／6階
☎(3228)8903 FAX(3228)5651

労働報酬下限額について

12月22日(金)午後3時から

区役所4階庁議室

☆午後2時30分から区役所6階12番窓口で受け付け

「中野区防災地図」のやさしい日本語版ができました

地域防災係／8階
☎(3228)8930 FAX(3228)5658

外国人の方にも分かりやすい日本語で避難所や日頃の備えなどを確認できます。

日本語・英語・中国語・韓国語版もあります。いずれも、区役所8階14番窓口で配布中。区HPからもご覧になれます。☆知り合いに、これらの言語での情報を必要としている方がいたら、このことをお知らせください



区HP

お休みします(2件)

哲学堂公園弓道場

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

12月6日(水)～12日(火) 電気工事のため休場します。

☆弓道場以外は、通常どおり利用できます

なかのZERO本館

なかのZERO(中野2-9-7)
☎(5340)5000 FAX(5340)5016

令和7年2月1日～9月30日(予定)改修工事のため休館します。

☆なかのZERO西館は、通常どおり利用できます

雑居ビルなどの避難路や自動火災報知設備は定期的に点検を

建築安全・安心係／9階
☎(3228)8837 FAX(3228)5471

雑居ビルなどでの火災が多発しています。火災時の避難路となる廊下や階段、防火扉の前に物を置いていないか、自動火災報知設備や誘導灯・非常灯が正常に作動するかを定期的に点検しましょう。

確定申告はスマホから

中野税務署(中野4-9-15)
☎(3387)8111

確定申告書の作成は、国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」が便利です。スマホのカメラで源泉徴収票を撮影すると、金額や支払者情報などが自動入力されます。

青色申告決算書や収支内訳書も作成できます。ぜひご利用を。

確定申告書等作成コーナーはこちら



みんなで取り組もう 冬のエコライフ

環境・緑化推進係／8階 ☎(3228)5516 FAX(3228)5673

これからの季節は、暖房器具の使用とともにエネルギー消費量とCO₂(二酸化炭素)排出量が増えます。「環境にやさしい暮らし」を目指し、家庭でできる対策に取り組みましょう。日常生活での省エネが、地球温暖化防止につながります。



ぜひ活用を パンフレット「エコライフ」のすすめ

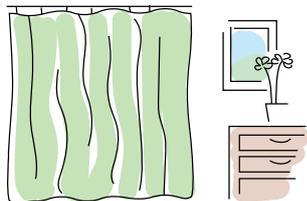
身近な省エネ例など、環境を守る行動やさまざまな取り組みを紹介しています。パンフレットは区民活動センター、区役所8階10番窓口で配布中。



区HPからも
ご覧になれます

温かく過ごすひと工夫

厚手のカーテンを使用



暖房時は扇風機を併用して、暖まった空気の循環を



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7時まで)、第2土曜日の午前9時30分～午後4時

募集・求人

任期付短時間勤務職員(技能系)

人事係/4階
☎(3228)8041 FAX(3228)5649

勤務内容 ①区立保育園での保育業務、
②区立小・中学校、幼稚園での障害のあるお子さんの介助業務

勤務期間 令和6年4月1日以降～同8年3月31日

選考日 1月21日(日)

申込 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**=12月13日までの消印有効、**電子申請・窓口**=12月15日午後5時まで。選考で①=60人程度、②=40人程度
☆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

児童館補助員 (会計年度任用職員)

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

勤務内容 区立児童館での児童の遊びの見守りなど

対象 18歳以上の方(高校生を除く)

勤務期間 令和6年4月1日～同7年3月31日 ☆勤務日数・時間は調整可

時給 1,233円～1,440円 ☆資格の有無などにより異なります。交通費支給(限度額あり)

申込 電子申請か、所定の登録申込書を郵送または直接、地域子ども施設調整係へ
☆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などについて詳しくは、区HPをご覧ください

自衛官等

自衛隊高円寺募集案内所
☎(3318)0818

応募に必要な書類や試験日、年齢の基準日などについて詳しくは、募集案内所へ問い合わせを。

陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)

受験資格 中学卒(見込み含む)の男性で17歳未満

受付期限 1月5日

予備自衛官補(一般・技能)

受験資格 一般=18歳以上34歳未満、
技能=国家免許資格等を有する18歳以上53歳～55歳未満

受付期限 4月6日

自衛官候補生

受験資格 18歳以上33歳未満

受付期間 年間で随時

自衛隊高円寺
募集案内所 



令和6年度「放課後子ども教室推進事業」委託団体

若者活動支援係/5階 ☎(3228)5648 FAX(3228)5659

放課後子ども教室は、学校等を活用し、放課後や週末に学習・スポーツ・文化活動などさまざまな体験の機会を子どもたちへ提供する事業です。

今年度は19団体が活動中。実施日などについて詳しくは、区HPをご覧ください。

応募書類の配布 12月5日から、区HPまたは区役所5階6番窓口で

応募期間 12月18日～1月12日(必着)

区HP 



委託団体募集説明会を開催

新規に応募を考えている団体の方は、事前に若者活動支援係へ電話の上、参加してください。

日時 12月12日(火)午前10時～11時

会場 区役所7階会議室

☆応募条件などについて詳しくは、区HPをご覧ください

か、同係へ問い合わせを
公園での自由遊び
(とちまるランド)



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!



0120-283691

フリーダイヤル

ニワ サギロ クイヂバン

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

催し・講座

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 ①12月17日、②1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 ①=12月11日、②=1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

土地建物無料相談会

都市計画係／9階

☎(3228)8964 FAX(3228)5668

対象 区内在住または区内に土地建物をお持ちの方

日時 12月27日(水)午前10時～午後3時30分

☆一人当たり30分程度

会場 区役所1階特別集会室

申込 12月22日までの平日午前10時～午後4時に電話で、NPO法人中野すまいの相談室☎090(1771)4888へ

☆まちづくり推進土地建物協議会との共催

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 毎週金曜日、午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)

☆12月22日・29日、1月5日は休止

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



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

女性しごと応援キャラバン in 中野

産業係／9階

☎(3228)5518 FAX(3228)5656

対象 就職を希望している女性

日程 1月18日(木)

内容(定員)・時間

セミナー(先着100人)=午前10時～正午

個別相談会(先着12人)=午後0時20分～1時25分 ☆一人当たり30分

会場 中野セントラルパークカンファレンス(中野4-10-2)

申込 12月6日～1月17日に女性しごと応援キャラバン運営事務局HPで申し込むか、電話で、同事務局☎(6734)1346へ。保(先着10人)希望の方は、1月12日正午までにあわせて申し込みを

申し込みはこちらから



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

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

クリニックプラス 中野

内科 アレルギー科 皮膚科



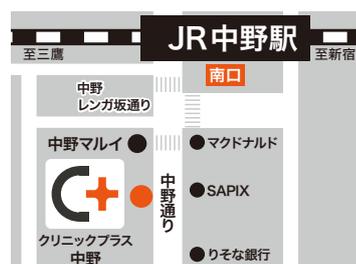
公式LINEで
カンタン予約

Q クリニックプラス中野

中野駅より

徒歩 1分

土日祝も診療 平日20:00まで



03-6382-4543

東京都中野区中野3-34-29中野ハルスカイビル 6F
中野マルイとなり

中野・杉並で創業しよう 「実践!創業セミナー」

産業係/9階
☎(3228)8729 FAX(3228)5656

対象 中野区・杉並区内での創業を考えている方、創業後間もない方で資金調達を検討している方 ☆原則、全回参加できる方

日時 2月3日～24日の毎週土曜日、午前10時～午後3時。全4回

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

申込 12月6日～1月22日に、西武信用金庫🏦から申込書をダウンロードし、✉chiikikyoso@seibushinkin.comへ送信を。先着20人。📄(先着4人)希望の方は、あわせて申し込みを
☆杉並区、西武信用金庫との共催。セミナーについて詳しくは、西武信用金庫地域協創部(高橋・加古)☎(6382)7016(平日午前9時～午後5時)へ問い合わせを

高齢者・介護

後期高齢者医療制度に 加入している方へ

後期高齢者医療係/2階
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

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の方は、申請すると次の制度を利用できます。

申請方法などについては、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

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代が限度額までの支払いになる制度です。

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で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

70歳～75歳の方へ 「もの忘れ検診」は2月29日まで に受診を

在宅療養推進係/5階
☎(3228)5785 FAX(3228)8716

対象の方は、もの忘れ検診(認知機能検査)を無料で受けられます。2月2日までに受診券を入手し、区内の指定医療機関へ予約を。

対象 昭和23年4月1日～同29年3月31日生まれの方

受診券の入手方法

75歳の方=8月下旬に郵送済み

☆12月5日に勧奨通知を郵送します

70歳～74歳の方=区役所5階16番窓口、地域包括支援センター、区民活動センターで配布中の申込書を郵送または直接、在宅療養推進係へ
☆詳しくは、区🏠をご覧になるか、在宅療養推進係へ問い合わせを

スマホ講座(2件)

スマートフォン体験会

情報政策推進係/6階
☎(3228)8807 FAX(3228)5646



スマホをお持ちでない方は、約2か月無料で借りられます。

対象 都内在住の60歳以上で、全回参加できる方

申込 12月13日までの平日午前9時～午後5時に電話で、東京都スマートフォン普及啓発事業事務局☎050(5536)6049へ。抽選で各会場10人

会場・日時 ☆午前=午前9時30分～正午、午後=午後1時～4時

会場の区民活動センター	日程 ☆全4回	時間
上鷺宮、東部、沼袋	12月20日～1月21日の 毎週右記の曜日 ☆12月28日～1月3日を 除く	水曜日 午前
弥生、桃園、野方		木曜日 午後
鍋横、昭和、大和		金曜日 午前
上高田、江古田、鷺宮		土曜日 午後
東中野、新井、南中野		日曜日 午前

スマートフォン講習会

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

対象 全回参加できる方

日時 1月13日(土)・14日(日)=午後1時～4時20分、20日(土)=午前10時～正午。全3回

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 往復ハガキで、受講を希望する会場へ。12月21日必着。抽選で各会場7人程度(計21人程度)。📄講座名、受講希望会場、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、1月5日までに郵送

シニアのおしごと就職相談・面接会

産業係／9階
☎(3228)5518 FAX(3228)5656

シニアの雇用に積極的な事業者が8社参加。参加企業と求人情報の詳細は、ハローワーク新宿  をご覧ください。

対象 おおむね60歳以上の方

日時 12月19日(火)午後1時～3時45分に受け付け

会場 産業振興センター(中野2-13-14)
☆当日直接会場へ。面接希望の方は、履歴書の持参を。入退場自由。ハローワーク新宿との共催

ハローワーク新宿 

「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お知らせを、次の対象の方に、今月中旬に郵送します。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を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、12月中旬～1月31日の平日午前9時～午後5時に利用できます(年末年始を除く)。

☆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 ☎(3222)4507へ問い合わせを

食育講習会「たんぱく質を摂取しよう」

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

内容 調理実習を通して、健康維持に効果的なたんぱく質の取り方を学びます

対象 区内在住の60歳以上の方

日時 1月25日(木)午後2時～4時

会場 沼袋高齢者会館(沼袋1-34-14)

申込 12月6日～1月12日に電子申請か、電話で、保健企画係へ。先着30人



▲過去の講習会の様子

家族介護教室「認知症・物忘れチェック～専門職を交えた懇談会～」

やよいの園(弥生町3-33-8)
☎(3370)9841 FAX(3370)8362

対象 自宅で高齢者を介護している方

日時 1月25日(木)午後1時～3時

申込 12月6日～1月24日に電話または直接、やよいの園へ。先着10人

介護(予防)サービス地域情報検索サイト「けあプロ・navi」のご利用を

介護事業者係／2階
☎(3228)8878 FAX(3228)8972

事業所などのさまざまな情報を簡単に検索できます。利用したいサービスや種類から探すことができ、事業所の空き情報が確認できます。また、地図上で近くの事業所を探せる機能も。ぜひ、活用してください。

こちらからアクセス 

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(③は原則全回参加できる方)

申込 12月6日からの平日午前9時～午後5時に電話または直接、各施設へ(①②は土曜日可)

①今日からはじめる5つの温活習慣

やよいの園(弥生町3-33-8)
☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 12月20日(水)午後1時30分～3時

申込期限 12月19日

☆先着30人

②～臨床美術の世界～

アートセラピーで脳の活性化

やよいの園(弥生町3-33-8)
☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 12月25日(月)午後1時30分～3時

申込期限 12月23日

☆先着10人

③転倒予防講座

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

日時 1月9日～3月5日の隔週火曜日、午前10時～11時30分 ☆全5回

申込期限 1月5日

☆先着20人



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



子ども・子育て

新入学学用品費の就学援助申請書は1月12日までに提出を

学事係/5階
☎(3228)5459 FAX(3228)5680

来年度、中野区立または国公立の小学校に入学予定のお子さんがある世帯へ、入学前に新入学学用品費を支給するための申請書を12月上旬に郵送します。

これは、昨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場合に支給するものです。申請書が届いても、世帯の所得が基準を超える場合や所得が不明の方がいる場合は対象外です。

申請する方は、同封の返信用封筒に切手を貼り1月12日必着で郵送を。
☆令和6年度の就学援助については、入学後に改めて申請してください

親医療証の現況届の提出はお済みですか

子ども医療助成係/3階
☎(3228)3253 FAX(3228)5657

ひとり親家庭等医療費助成制度医療証(親医療証)をお持ちの方のうち、児童扶養手当を受給していない方へ、更新に必要な現況届を10月末に郵送しました。現況届の提出がないと、来年1月1日から使える(親)医療証を発行するための審査ができません。まだ提出していない方は、至急提出を。

☆児童扶養手当受給中の方は、同手当の現況届の提出が必要です。まだ提出していない方は、至急提出してください

私立幼稚園等園児の保護者の方へ補助金等の申請はお早めに

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

私立幼稚園(子ども・子育て支援新制度園含む)または、都が認定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保護者の方が対象。入園料や保育料などの補助を受けられます。

年度途中での入園などのため補助金をまだ申請していない方は、3月8日(必着)までに申請してください。それ以降は申請できません。

☆受けられる補助の内容は、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。幼稚園・認可外保育係へ問い合わせを

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

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 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

日時 12月20日(水)午後1時30分~3時

会場 北部すこやか福祉センター

申込 12月6日~18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。先着12人程度



子育てミニワーク「親の声かけで子どもの反応が変わる」

南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)
☎(3382)1750 FAX(3382)1766

心理学に基づいた話し方・聞き方を楽しく学べます。

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 1月20日(土)午前10時~11時30分

会場 南部すこやか福祉センター

参加費 390円(教材費)

申込 12月6日~1月15日に電話または直接、南部すこやか福祉センターへ
☆先着18人(お子さんを除く)程度

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 12月21日(木)、1月10日(水)、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 12月8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

📞登録を / 中野区公式LINE

広報係/4階 ☎(3228)8804 FAX(3228)5645



友だち追加はこちらから



シニあん 訪問マッサージ

練馬/中野/杉並/板橋/豊島⇒訪問施術可能♪
ご自宅や施設で待っているだけ(^^)

全日(8~22時まで)電話受付中!

医師の同意のもと 国家資格者である
“あん摩師”“鍼灸師”が伺います!
健康保険が使える
訪問リハビリマッサージ
訪問はりきゅう

練馬区豊玉北4-23-9 アーバンテラス練馬202

☎0120-684-481

広告

健康・福祉

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 1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 12月6日~1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

障害者自立支援協議会合同セミナー ~障害者権利条約「わが国への総括所見を受けて」~

障害者施策推進係/1階
☎(3228)8832 FAX(3228)5660

日時 1月11日(木)午後2時~4時30分

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

申込 12月6日~28日に✉jiritsushien@tocolo.or.jpで、障害者自立支援協議会事務局へ(障害者施策推進係へ電話、ファクスまたは直接も可)。先着90人。要約筆記・手・保(先着4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、配慮が必要な方はその内容、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

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7年3月31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

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 12月19日(火)午後1時30分~3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 12月16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

ボランティア募集説明会

中野ボランティアセンター(中野5-68-7)
☎(5380)0254 FAX(5380)6027

ボランティアを始めてみたい方は、ぜひ参加を。

日時 1月17日(水)午後6時30分~7時30分

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 12月6日~1月16日に専用フォームで。先着10人

☆詳しくは、中野ボランティアセンターへ問い合わせを

専用フォームはこちら



「地域活動応援!講座」にもご参加を

さまざまな分野の講座があるので、自分に合った地域活動を見つけられます。

講座内容や申し込み方法などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会HPをご覧ください。

例えばこんな講座があります

☆カッコ内は開催日

- ・地域活動としての犯罪被害者支援(12月15日)
- ・災害ボランティア講座~中野の地域の力を考えよう~(12月16日)
- ・安全講習~子どもの成長発達と事故~(12月20日)

中野区社会福祉協議会HP



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

区報に広告を掲載しませんか

広報係/4階 ☎(3228)8805 FAX(3228)5645

区内全域に約21万部、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。



▲区報でも案内



12月5日~20日の休日当番医・当番薬局

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📄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

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	
12月10日(日)	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
		くり小児科内科	小・内	野方4-22-3	(5345)6166
		中野の森ファミリークリニック	内	上高田1-37-11	(3361)1381
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・整・外	中央4-4-2	(6382)4880
		三五医院	内・神経内	南台2-6-8	(3381)0313
	立花歯科医院☆	歯	本町4-30-25 2階	(3382)6480	
	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		フジ薬局		野方4-19-2	(3386)8854
カメイ調剤薬局中野南台店			南台2-9-3	(5328)2313	
12月17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
		新井五行堂醫院	内・耳鼻咽喉	上高田2-9-11	(3387)0893
		寺内医院	内・産婦	新井5-31-1	(3386)2267
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12	(3368)0888
		柳田医院	内・小	弥生町4-36-13	(3381)4066
		しもしげ歯科医院☆	歯	上鷲宮4-7-11	(3825)6321
	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
	アサヒ薬局		野方1-5-17	(5942)5460	

☆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

新渡戸記念中野総合病院
(中央4-59-16)
☎(3382)9991

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。

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

☆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



中野区コラボ企画 『中野』のカプセルトイ第2弾

発売時期：12月上旬より順次~なくなり次第終了
販売場所：gashacoco 中野サンモール店 他
販売価格：1回 300円(税込)
発売元：株式会社ブシロードクリエイティブ

【ラインナップ 全7種類 ランダム販売】



gashacoco 中野サンモール店
東京都中野区中野五丁目6-4番9号
中野サンモール商店街
営業時間：11時~21時
連絡先：080-3558-7830 (LINE)
03-3847-6769



火の用心

冬は火災の多い季節です

地域防災係/8階
☎(3228)8932 FAX(3228)5658

気温が下がり、暖房器具の使用が増えるこれからの季節。乾燥した空気の影響で火災が発生しやすい時季でもあります。火災予防を徹底し、自身や家族の命と財産を守りましょう。

木造密集地域にお住まいの方へ「感震ブレーカー」を無料で配布します

停電復旧による火災を防ぐのに効果的な感震ブレーカー。対象地域の木造住宅にお住まいの方に、都がコンセントタイプの感震ブレーカーを配布しています。申込期限は12月31日。詳しくは、東京都防災 [HP](#) をご覧ください。

問合せ先
 東京都出火防止対策促進事業コールセンター
 ☎0120(888)289

3/10 (日) 中野ランニングフェスタ2024

スポーツ活動係/6階
☎(3228)5586 FAX(3228)5626

走者の受け付けは1月31日まで。当日の応援はどなたでも参加できます。スペシャルゲストも登場。

日時 3月10日(日)
午前9時20分～午後4時30分

会場 中野四季の森公園(中野4-12・13)

催しの問合せ先

中野ランニングフェスタ
 実行委員会事務局
 ☎(3380)7022



▲会場には露店も並びます



▲同フェスタ実行委員会 [HP](#)

おも 人・想い・未来

～2023年を振り返って～

区長 酒井 直人

2023年も、残すところあと一月となりました。今年を振り返ってみると、新型コロナウイルスの影響で、数年間中止になっていたイベントもようやく復活し、中野に活気とにぎわいが戻ってきたと実感しています。

区民活動センター運営委員会が中心となって行われる各地区まつり、青少年健全育成地区委員会が行う花火大会やミニリーダーデイキャンプ、認知症の啓発イベント、各種スポーツ大会など、一つひとつのイベントには、企画から準備、実施まで多くの地域のみなさんが関わっておられます。

活動の目的や内容はさまざまですが、どのイベントも地域のコミュニティーの維持、強化に資するもの

で、また世代間交流や次世代育成に欠かせません。

区として、これらの取り組みの重要性を認識し、支援をし、政策を展開する、その役割を果たすとともに、地域に飛び出してまちの人と関わり、信頼関係を築く職員を育成していきたいと思えます。

さて、物価高騰により生じた社会に対する不安から、区民のみなさんが安心して生活できる環境を取り戻し、中野のまちの活力へとつなげるため、来年度の予算を現在検討しているところです。そのうち、主な取り組み(案)については、12月5日から区ホームページでお示しし、なかの区報12月20日号に掲載する予定です。ぜひとも、みなさんのご意見をお聞かせください。