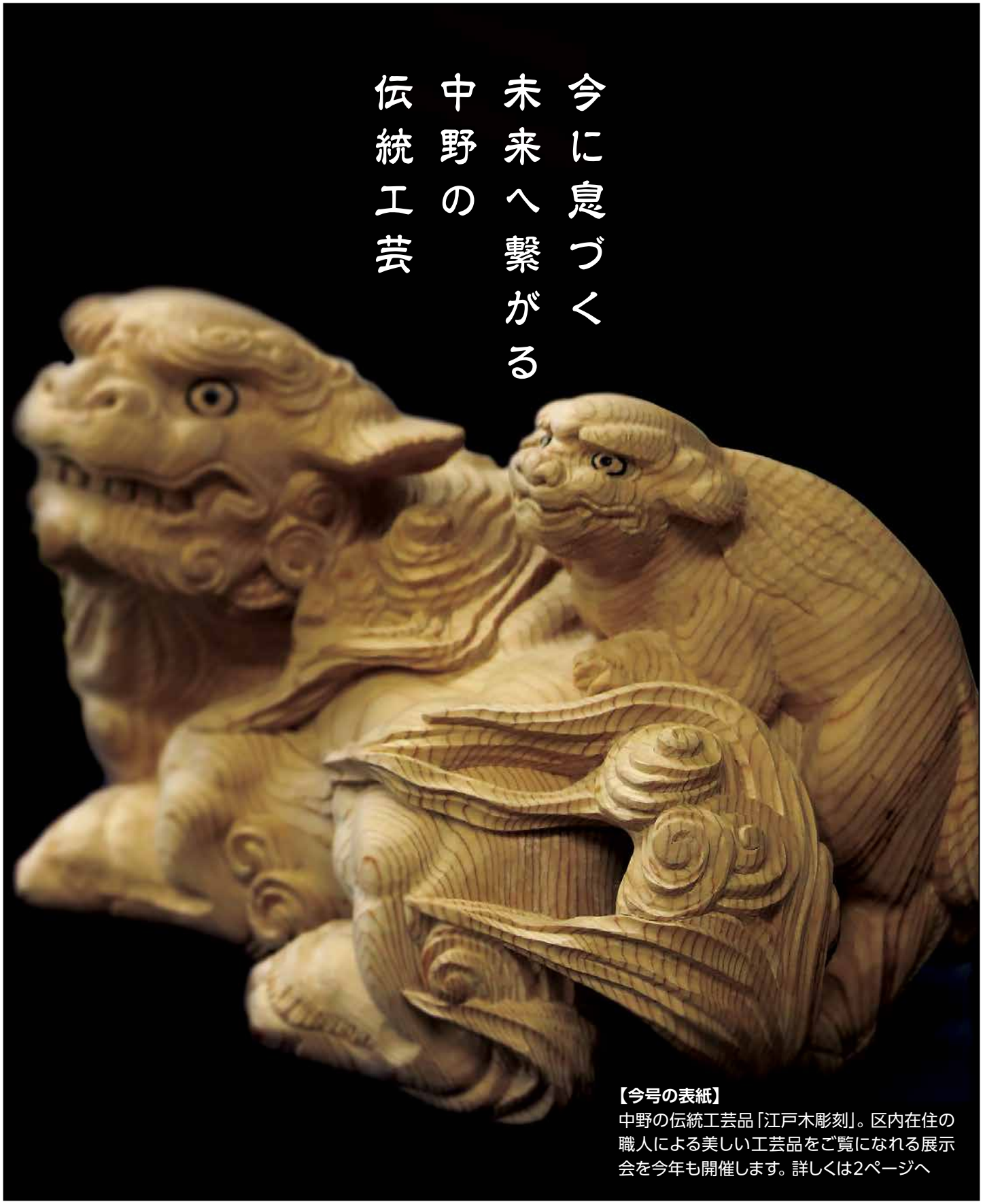
なかの区報
nakano
www.city.tokyo-nakano.lg.jp

令和6年（2024年）
5.20
No.2133
毎月5日・20日発行
（1月・8月は11日発行）



【今号の表紙】
中野の伝統工芸品「江戸木彫刻」。区内在住の職人による美しい工芸品をご覧になれる展示会を今年も開催します。詳しくは2ページへ

巧みの技が集結
中野区伝統工芸展

6月7日(金)～9日(日)

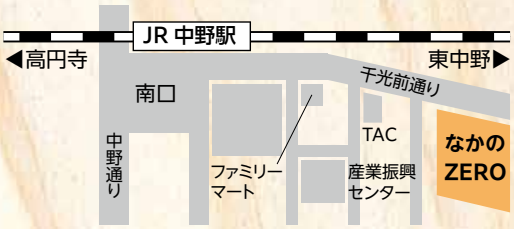
産業係／8階　☎(3228)8729　FAX(3228)5456

江戸時代から伝わる伝統工芸技術を守り続けてきた、区内在住の職人による工芸品をご覧になれます。金銀の和紙や絹糸で織り上げる佐賀錦、一筆一筆色を挿し染め、四季折々の景色や植物を表す東京手描友禅など全13業種。多彩な技の実演や彫刻硝子(ガラス)などの制作体験も実施予定です。使うほどに美しさと愛着が増す工芸品。この機会に伝統工芸の魅力を感じてみませんか。

工芸品の購入や修理の相談もできます。詳しくは、区HPをご覧ください。

☆一部の工芸品は、産業振興センター(中野2-13-14)で、開館時間中にいつでもご覧になれます

時間 いずれも午前10時～午後5時
会場 なかのZERO(ゼロ)西館(中野2-9-7)
☆当日直接会場へ



過去の展示会の様子

❶❷東京手描友禅、❸竹工芸、❹江戸べっ甲、❺彫刻硝子、❻草木染め

職人紹介

中野区伝統工芸保存会の会員は20名(4月末現在)。その中から東京都伝統工芸士(※)の2名を紹介します。

※**東京都伝統工芸士**＝伝統的技術・技法を東京都知事に認定された者

田中正武 氏

江戸表具(国指定伝統的工芸品、東京都伝統工芸品)

創業1736年、9代目表具師。寺院や個人が所有する、掛軸やふすまなどの表装の修復を手掛ける。

天野輝義 氏

江戸木彫刻(東京都伝統工芸品)

寺社仏閣や茶道具などの木彫制作を行う。同展示会で、天野氏が手掛けた子ども神輿も展示予定。

SNSでも情報発信中

InstagramやX(旧Twitter)などでも工芸品の紹介や各所でのイベント情報を発信しています。

詳しくはこちら▶

突然の水害に備えましょう
～都市型水害に注意を～

区は、集中豪雨や台風により度々大きな水害に遭ってきました。神田川･妙正寺川の改修や、下水道整備などの対策は進んでいるものの、局地的な短時間の豪雨に対しては万能ではありません。日頃から、水害への対策を確認しておきましょう。

防災対策係／8階
☎(3228)8933
FAX(3228)5647

大雨で危険を感じた時は

避難指示に従って早めの避難を

区や警察、消防が防災無線、広報車などで避難指示を行った場合は、一時避難所(区民活動センターなど)や高台に避難してください。

建物の地下には行かない

避難が遅れて危険が迫った場合には、2階建て以上の建物の最上階へ避難を(垂直避難)

早めに情報を得て的確な対応を

災害時にはいろいろな災害情報が配信されます。常に最新の情報を集めるように心掛けましょう。

区防災サイト

中野区防災サイト

災害･気象情報や河川水位、避難所などがご覧になれます。

区防災･防犯情報メール

災害時の緊急情報等を電子メールで受信できます。区HPから登録を。

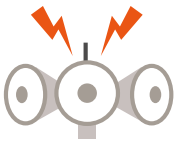
区公式SNS

区公式のXやLINE(ライン)で防災情報を随時受信できます。

緊急速報「エリアメール」等

緊急時は区内にいる方の携帯やスマホで受信できます。

防災無線スピーカー

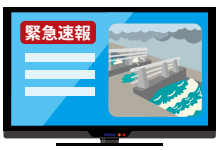


内容が聞き取れない場合、音声自動応答サービス☎(3228)5726で確認できます。

河川が増水すると、警報サイレンが鳴ります

区内の河川21か所に、スピーカーを設置。警戒水位、危険水位に達するとサイレンが鳴ります。

ケーブルテレビ「J:COMチャンネル」



放送についての問い合わせはJ:COM東京☎0120(914)000(午前9時～午後6時)へ。

地域･防災青色灯パトロールカー(広報車)

河川から離れた地域でも浸水に注意

近年では日本各地で局地的な大雨が多発し、下水道から水があふれたり、逆流したりする「内水氾濫」が発生しています。大雨の時は水の使用を控え、洗濯や風呂の排水などは雨がやんでからにしてください。

大雨に備えて土嚢(どのう)の準備を

土木事業調整係／9階
☎(3228)5592　FAX(3228)5668

水害の発生しやすい時期に備えて、日頃から土嚢を準備してください。

☆11月下旬までは、区内各所(水防倉庫や浸水被害の出やすい地域の路上)に配備。自由にお持ちください。配備場所は、区HPでご覧になれます

▲区HP

中野区ハザードマップ

浸水予想区域や土砂災害に警戒が必要な区域の他、日頃の備えなどを確認できます。いざという時に命を守る行動がとれるよう、水害時の避難所や避難経路などを確認しましょう。

☆区役所1階総合案内などで配布中。区HPでもご覧になれます

▲区HP

中野区の財政状況をお知らせします

財政担当／7階　☎(3228)8813　FAX(3228)5476

区は「中野区財政状況の公表に関する条例」に基づき、毎年5月と11月に財政状況を公表しています。
今号では、今年度予算のあらましと、令和5年度下半期の財政状況(予算執行状況など)についてお知らせします。
☆金額等は表示単位未満で四捨五入しているため、合計などが一致しない場合があります

令和6年度予算のあらまし

令和6年第1回区議会定例会に提案した令和6年度当初予算は、区報3月5日号でお知らせした予算案により可決されました。そのあらましは、次のとおりです。

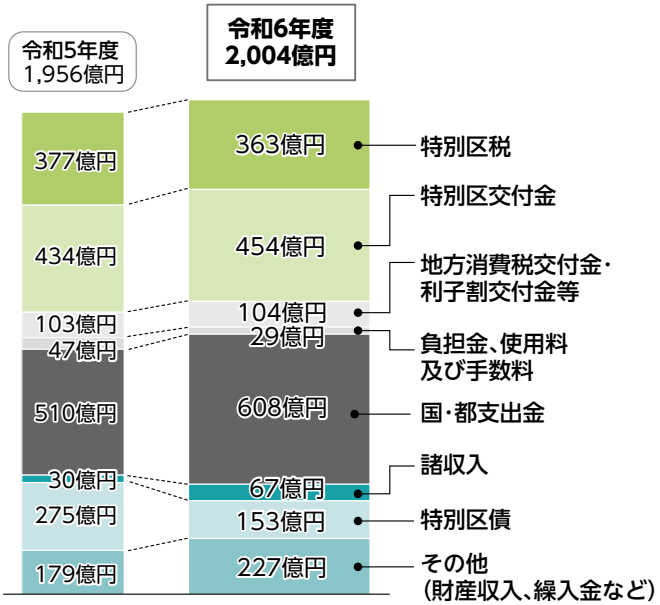
令和6年度当初予算

会計ごとの予算額

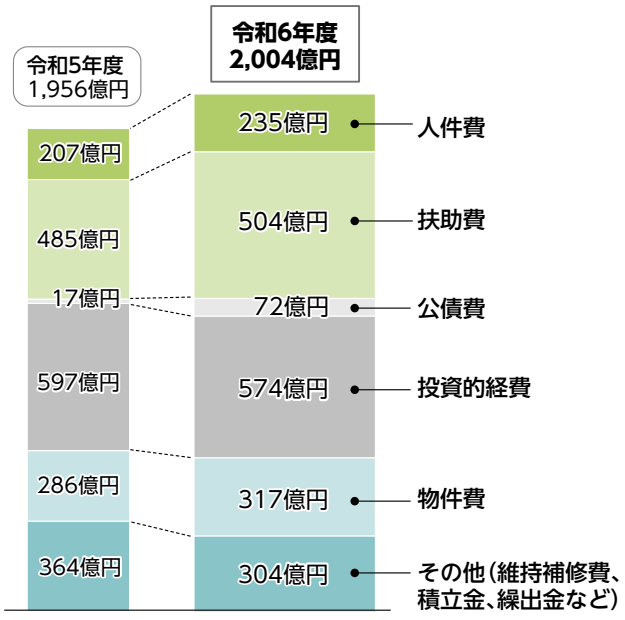
会計		令和6年度	令和5年度	差し引き	前年度比
一般会計		2,004億3,700万円	1,956億3,000万円	48億700万円	2.5%増加
特別会計	用地	14億9,900万円	87億7,900万円	▲72億8,000万円	82.9%減少
	国民健康保険事業	350億8,400万円	360億4,400万円	▲9億6,000万円	2.7%減少
	後期高齢者医療	81億6,200万円	79億2,100万円	2億4,100万円	3.0%増加
	介護保険	252億3,500万円	244億5,800万円	7億7,700万円	3.2%増加
合計		2,704億1,700万円	2,728億3,200万円	▲24億1,500万円	0.9%減少

一般会計の内訳

歳入



歳出(性質別)



1万円の使い道

☆一般会計の予算(2,004億円)を1万円に換算して、目的別に多い順に並べました

子ども教育費 3,116円	健康福祉費 1,733円	まちづくり推進費 1,692円	区民費 740円	総務費 662円	地域支えあい推進費 505円
都市基盤費 428円	公債費 358円	環境費 308円	議会費 45円	企画費 44円	その他 366円

令和5年度　財政の状況（下半期）

令和5年度下半期の予算の執行状況等は、同6年3月31日現在、次のとおりです。
☆出納整理期間（4月1日～5月31日）の収入額と支出額が反映されていないため、最終的な決算額とは異なります

①各会計予算の執行状況

会計	予算現額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
一般会計	2,097億円	1,733億円	82.7%	1,381億円	65.8%
用地特別会計	88億円	88億円	100.0%	88億円	100.0%
国民健康保険事業特別会計	351億円	307億円	87.3%	321億円	91.4%
後期高齢者医療特別会計	76億円	74億円	97.3%	76億円	99.7%
介護保険特別会計	251億円	233億円	93.0%	225億円	89.5%

②一般会計予算の執行状況

歳入

区分	予算現額	収入済額	収入率
特別区税	383億円	340億円	88.8%
特別区交付金	453億円	473億円	104.5%
地方消費税交付金・利子割交付金等	102億円	107億円	105.3%
負担金、使用料及び手数料	47億円	28億円	58.6%
国・都支出金	544億円	476億円	87.6%
諸収入	30億円	27億円	90.2%
特別区債	242億円	197億円	81.1%
その他	296億円	85億円	28.8%
歳入合計	2,097億円	1,733億円	82.7%

歳出（目的別）

区分	予算現額	支出済額	執行率
議会費	11億円	8億円	78.2%
企画費	9億円	8億円	88.0%
総務費	307億円	128億円	41.6%
区民費	148億円	118億円	80.0%
子ども教育費	625億円	544億円	87.1%
地域支えあい推進費	90億円	71億円	79.1%
健康福祉費	372億円	323億円	86.8%
環境費	59億円	53億円	90.2%
都市基盤費	85億円	61億円	72.3%
まちづくり推進費	173億円	50億円	29.1%
公債費	14億円	14億円	99.9%
その他	204億円	2億円	0.8%
歳出合計	2,097億円	1,381億円	65.8%

③特別区債・基金

項目	3月末現在高	昨年9月末現在高
特別区債	225億円	233億円
基金	793億円	797億円

④財産の状況

財産の種類	3月末現在	昨年9月末現在
土地	101万4,556.48㎡	101万5,320.94㎡
建物	53万6,308.04㎡	49万2,082.24㎡
備品	3,076点	2,943点

☆備品は50万円以上のもの

⑤区民の税負担

	3月末現在	昨年3月末現在
一人当たり	106,085円	106,632円
一世帯当たり	167,084円	169,337円

☆各年3月31日現在の特別区民税の課税総額、4月1日現在の人口、世帯数（外国人含む）を基に算出

⑥一時借入金

支払いに必要な資金が一時的に不足する場合に、金融機関などから借り入れるお金のこと。令和5年度下半期は、ありませんでした。

⑦補正予算

物価高騰への対策経費、子育て世帯や住民税非課税世帯等への給付金に関わる経費の増額など、下半期に8回の補正を行いました。各会計の下半期の総補正額は次のとおりです。

【一般会計】8億790万5千円の追加
【用地特別会計】1,095万6千円の追加
【国民健康保険事業特別会計】9億1,226万3千円の減額
【後期高齢者医療特別会計】2億7,219万9千円の減額
【介護保険特別会計】6億4,036万円の追加

☆令和5年第3回・第4回及び同6年第1回区議会定例会で議決

6月1日から 区民健診が始まります

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

受診券などを今月末に郵送します。この機会に健康診断を受診しましょう。
☆全国健康保険協会(協会けんぽ)等が実施する健診については、ご自分の加入先の組合等へ問い合わせを

申込期間　6月1日(土)～来年2月7日(金)

受診期間　6月1日(土)～来年2月28日(金)

▲区HP

A4サイズの封筒で郵送▶

原則として区への申し込みが必要なもの(選択制)

令和4年度･同5年度に受診･申し込みをした方へ、受診券などを郵送します。
2回連続で受診しなかった場合、受診券は郵送されません。再度申し込みを。

健診(検診)の名称	自己負担金	対象年齢･条件 ☆年齢基準日は来年3月31日	
①健康づくり健診	500円	35歳～39歳の方と40歳以上の生活保護受給者等	
②大腸がん検診	200円	40歳以上の方	
③子宮頸(けい)がん検診	1,000円	20歳以上の女性　☆2年に1回	
④乳がん検診(視触診+乳房X線検査)	1,000円	40歳以上の女性 ☆2年に1回。400円で乳房X線検査のみの受診も可	
⑤胃がんハイリスク診査	500円	過去にこの診査に相当する検査を受けたことがない40歳以上の方	
⑥-1 胃がん検診(胃部X線検査)	1,000円	40歳以上の方	☆いずれかを2年に1回
⑥-2 胃がん検診(胃内視鏡検査)	2,000円	50歳～69歳の方	
⑦成人歯科健診	200円	35歳～75歳の方	
⑧肝炎ウイルス検査	無料	過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない40歳以上で、①健康づくり健診･⑨国保特定健診･⑩長寿健診のいずれかを受診される方	

申込 申込期間内に電子申請か、電話、郵送または直接、区民健診係へ。直接の場合、地域事務所とすこやか福祉センターでも受け付け

区への申し込みが不要のもの

対象の方へ受診券などを郵送します。届いたら中身を確認して受診してください。

健診(検診)の名称	自己負担金	対象年齢･条件　☆年齢基準日は来年3月31日
⑨国保特定健診	500円	40歳～74歳で中野区の国民健康保険に加入している方
⑩長寿(後期高齢者)健診	500円	後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方
⑪眼科検診	400円	45･55･65歳の方

自己負担金が免除される場合があります
昨年度世帯全員が住民税非課税の方などが対象。申請が必要な場合あり。詳しくは、区HPで確認を。

中野区議会 第2回定例会
6月13日(木)～28日(金)

区議会事務局／10階
☎(3228)5585　FAX(3228)5693

会議日程
本会議=6月13日･14日･17日･28日
常任委員会=6月19日～21日
特別委員会=6月24日～26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
8月3日(土)･4日(日)･10日(土)･11日(日)=午後5時～7時45分
8月5日(月)･7日(水)･9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)

便利でお得

証明書をコンビニで受け取れます

戸籍住民課コールセンター／2階
☎(3228)5506　FAX(3228)5456

マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書の発行を受けているもの)を利用して、住民票の写しや印鑑登録証明書などを全国の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

▲マイナンバーPRキャラクター「マイナちゃん」

軽自動車税の納期限は5月31日です

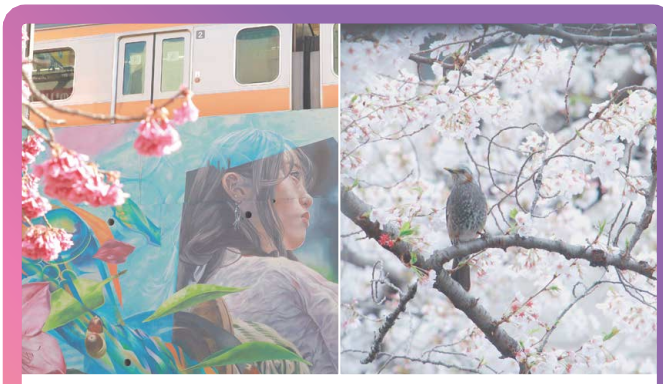
諸税係／2階
☎(3228)8908　FAX(3228)5456

5月2日に郵送した納税通知書兼納付書により、地域事務所や区役所、金融機関、コンビニなどで、忘れずに納付してください。
☆ペイジーやモバイルレジ(クレジットカード可)、スマホ決済(PayPay(ペイペイ)など)でも納付できます。詳しくは、区HPをご覧になるか、諸税係へ問い合わせを

自動車税(種別割)の納期限も5月31日です

中野都税事務所(中野4-6-15)　☎(3386)0649
☆自動車税についての問合せ先は、
東京都自動車税コールセンター　☎(3525)4066

今年度の自動車税の納税通知書を、5月1日に郵送しました。5月31日までに、金融機関やコンビニ、都税事務所などで納めてください。
クレジットカードを利用したパソコンやスマホ等からの納付、スマホ決済による納付もできます。
☆車検時、納税証明書の提示は不要。ただし、納税の確認には10日程度掛かるため、その間は車検時に納税証明書を提示してください



Follow me
中野区公式
Instagram
NAKANOKU_OFFICIAL

ふらっと訪れたくなる景色をお届けします

お知らせ

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)5668

道路等に面し、倒壊の恐れがある高さ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

「東京都市計画道路幹線街路補助線街路第76号線都市計画案」の縦覧と意見募集

都市計画係／9階
☎(3228)8964　FAX(3228)5668

縦覧期間 6月4日～18日
縦覧場所 区役所9階窓口、都庁第二本庁舎12階都市計画課
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
意見書の提出方法 意見書(書式自由)を6月4日～18日(消印有効)に郵送または直接、東京都都市整備局都市計画課(〒163-8001新宿区西新宿2-8-1都庁第二本庁舎12階)へ。都市計画案の名称、提出日、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・所在地、利害関係のある方はその理由

区HP。6月4日から公開

「弥生町二丁目19番地区防災街区整備事業組合設立に係る事業計画書」の縦覧と意見募集

都市計画係／9階
☎(3228)8964　FAX(3228)5668

縦覧期間 5月30日～6月12日
縦覧場所 区役所9階窓口
意見を提出できる方 区域内の土地所有者及び物件に利害関係のある方
意見書の提出方法 意見書(書式自由)を5月30日～6月26日(消印有効)に郵送または直接、東京都都市整備局防災都市づくり課(〒163-8001新宿区西新宿2-8-1都庁第二本庁舎11階)へ。住所、氏名とふりがな、電話番号

区HP

あき地は適正に管理しましょう

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

あき地に雑草が生い茂ると、美観を損ねるだけではなく害虫の発生や花粉アレルギー発症などの原因にもなり、環境衛生上も好ましくありません。
また、ごみの投棄や犯罪、火災を招く危険もあります。あき地の管理者は定期的に見回り、雑草が長く伸びないうちに刈り取るなどの管理をお願いします。
☆自分で刈り取れない場合は、区に委託もできるので相談を(有料)

6月17日(月)～21日(金) 蔵書点検のため 中央図書館は休館します

中央図書館(中野2-9-7)
☎(5340)5070
FAX(5340)5090

☆他の図書館は、通常どおり利用できます

傍聴を

中野区健康福祉審議会

健康福祉企画係／4階
☎(3228)5421　FAX(3228)5662
スポーツ・健康づくり部会
6月4日(火)午後7時～9時
区役所7階会議室
☆事前申込制。5月21日～27日に電話、kenkofukusikikaku@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

6月の教育委員会定例会

教育委員会係／7階
☎(3228)5734　FAX(3228)5679
①7日 ②21日 ③28日
いずれも金曜日、午前10時から
区役所7階教育委員会室
☆当日直接会場へ

6月は不正改造車排除・東京都暴走族追放の強化期間です

生活・交通安全係／8階
☎(3228)8736　FAX(3228)5647

不正改造の情報は、関東運輸局東京運輸支局☎(3458)9231へ。暴走行為に気付いたら、すぐに110番通報を。

年金振込通知書を郵送します

中野年金事務所(中野2-4-25)
☎(3380)6111
☆自動音声案内に従い「1」の「2」を選択

公的年金を口座振込で受給している方へ、6月上旬に、日本年金機構から年金振込通知書を郵送します。

この通知書は、6月～来年4月の偶数月に支払われる金額をお知らせするものです。

紛失した場合は、基礎年金番号を用意して、ねんきんダイヤル☎0570(05)1165(ナビダイヤル)または中野年金事務所へ問い合わせてください。また「ねんきんネット」からいつでも再交付申請をすることができます。

☆年金から天引き(特別徴収)されている税や保険料については、各所管の係へ問い合わせを

催し・講座

不動産、住まいの無料相談会

住宅政策係／9階
☎(3228)5564　FAX(3228)5668

内容 弁護士や税理士などによる相談
☆(公社)全日本不動産協会中野杉並支部との共催で中野区居住支援協議会(※)も参加
対象 区内在住の方
日時 6月18日(火)午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)
☆一人当たり30分程度
会場 区役所1階
申込 6月3日～14日の平日午前11時～午後4時(正午～午後1時を除く)に電話で、(公社)全日本不動産協会中野杉並支部☎(3314)0988へ。先着35人
☆詳しくは、区HPをご覧になるか、同協会中野杉並支部へ問い合わせを
※中野区居住支援協議会＝区や不動産団体、居住支援団体等が共同で設立。高齢者や障害のある方、ひとり親など、住まい探しが難しい方を支援します

区HP

園芸緑化相談

環境・緑化推進係／8階
☎(3228)5516　FAX(3228)5673

内容 中野区造園緑化業協会員による相談
対象 区内在住の方
日時 6月6日・20日、いずれも木曜日、午前9時30分～午後4時30分(正午～午後1時を除く)
会場 区役所1階　☆当日直接会場へ

区民公益活動団体向け運営支援講座

公益活動推進係／4階
☎(3228)3251　FAX(3228)5620

対象 区内で公益活動している団体
内容・日時 **①団体運営お悩み講座**(先着30人)＝6月12日、**②伝わる!チラシ作成講座**(先着40人)＝7月3日、いずれも水曜日、午後2時～4時
会場 区役所6階会議室
☆②はZOOM(ズーム)で開催
申込 ①＝5月21日～6月7日、②＝6月10日～28日に電子申請で

詳しくは、区HPをご覧ください

Flower Arrangement School
開催 フラワーアレンジメント 教室
6月5日(水) 14:00～
参加料:1,000円(お一人様)　＊花材代込み
テーマは当日発表!お楽しみに♪
参加ご希望の方は 5月27日(月)までにお電話にてお申し込みください
お申込み・お問合せ(受付:平日10時～18時) TEL 6454-0019
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

外壁・屋上の防水／総合リフォーム
MARUTOMO 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)

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
驚六造園　中野区鷺宮6-28-6-211
URL http://www.sagirokuzoen.com
メールアドレス info@sagirokuzoen.com
広告

子育て中の女性向け 再就職支援イベント in 中野

産業係／8階
☎(3228)8729　FAX(3228)5456

対象 就職を希望する子育て中の女性
日時 7月2日(火)午前10時～正午
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 5月24日～7月1日に東京しごとセンター・女性しごと応援テラスHPで申し込むか、電話で、同センター☎(5211)2855へ。先着30人。保(先着7人)希望の方は、6月25日までにあわせて申し込みを

東京しごとセンター・女性しごと応援テラスHP

6月1日は「人権擁護委員の日」パネル展示

平和・人権・男女共同参画係／7階
☎(3228)8229　FAX(3228)5476

法務大臣からの委嘱を受け、人権相談などの活動をしている人権擁護委員。その活動状況を紹介します。
日時 5月28日(火)～6月2日(日)午前8時15分～午後9時30分
会場 区役所1階　☆当日直接会場へ

区HP

6月20日は「世界難民の日」パネル展示

平和・人権・男女共同参画係／7階
☎(3228)8229　FAX(3228)5476

世界には現在も、過酷な紛争地で暮らす方々がいます。パネル展などを通し、平和について考えてみませんか。
日時 6月15日(土)～20日(木)午前8時15分～午後9時30分　☆期間中本庁舎ライトアップも実施(午後5時～9時30分)
会場 区役所1階　☆当日直接会場へ

ワークショップなども実施。詳しくは区HPをご覧ください

男女共同参画週間講演会

「強く生きるためのヒント～野々村友紀子が伝えたい人生で大事なこと～」

平和・人権・男女共同参画係／7階　☎(3228)8229　FAX(3228)5476

日時 6月29日(土)午後2時～3時10分
会場 区役所6階会議室
申込 5月21日～6月25日に電子申請か、電話で、平和・人権・男女共同参画係へ。先着140人。保(先着5人)希望の方は、6月20日までにあわせて申し込みを

区HP

▲講師の野々村友紀子氏(放送作家)

犬の飼い方教室(初心者向け)

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

初めて犬を飼う方が対象。東京都動物愛護推進員から学びます。
☆犬を連れての参加は不可
日時 6月15日(土)午後1時30分～3時30分
会場 中野区保健所(中野2-17-4)
申込 5月21日～6月14日に電話、ファクスまたは直接、衛生環境係へ。先着20人。保(先着2人)希望の方は、6月7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、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

広告

区報に広告を掲載しませんか

広報係／7階
☎(3228)8803
FAX(3228)5476

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。

庭木1本から承ります！

お約束
庭木1本より明瞭料金
土日でもOKです
トイレはお借りしません
お茶はご遠慮します
見積無料！

なかの区報をご覧の方へ
生垣剪定 長さ1m×高さ2m
通常2,200円を(税込)
先着10名様 1,100円

営業時間 9:00～17:00
ガーデンエクスプレス
東京北支店 練馬区土支田3-19-12
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから
03-5933-2811

相続問題 無料法律相談会(予約制)

～ 話し合いがまとまらない、相続問題で訴えられた、どんなことでもお気軽にご相談ください ～
日時　令和6年6月11日(火) 13:00～16:00
場所　中野セントラルパークカンファレンスルーム ROOM5
主催　弁護士法人鎧橋法律事務所(東京弁護士会所属)
鎧橋法律事務所 代表弁護士 岸本 有巨
事前予約や日程が合わない方については、
次の電話番号まで 03-5643-1022

6月は浸水対策強化月間 和田ポンプ施設見学会

東京都下水道局西部第一下水道事務所
お客さまサービス課管路施設担当
☎(5343)6211

大雨の際に、中野区本町·弥生町周辺の雨水を一時的にためる地下50mにある貯留管を見学します。

雨水が処理されるまでの流れを模型などで学びます。

動きやすい服装·靴で参加を。雨天時は、地下貯留管へは入れません(地上施設の見学のみ)。

日時 6月8日(土)午前10時～午後3時
会場 和田ポンプ施設(杉並区和田2-1)
☆実施時間内に随時、直接施設へ。入場整理券を配布し、先着300人程度。見学時間は約1時間

▲過去の見学会の様子

募集・求人

小·中学校プール指導員(アルバイト)登録者

体験学習係／7階
☎(3228)5608　FAX(3228)5679

対象 区立小·中学校での水泳指導ができる18歳以上の方(高校生を除く)
勤務期間 6月1日～9月30日(夏休みを含む)のうち、各学校の指定する日
日給 8,400円(半日の場合は4,200円)
☆交通費支給(限度額あり)
申込 8月31日までに履歴書を持って直接、区役所7階窓口へ

区HP

高齢者·介護

生活機能向上プログラム「少しで変わる見直しチャレンジ! 歩き方講座」

宮園高齢者会館(中央2-18-21)
☎·FAX(3365)0318

対象 区内在住の65歳以上の方
日時 6月17日、7月1日、いずれも月曜日、午後1時30分～3時
申込 5月21日～6月10日に電話または直接、宮園高齢者会館へ
☆先着15人

家族介護教室(2件)

次のいずれも
対象 自宅で高齢者を介護している方
日程 6月18日(火)
申込 5月21日から電話で、各施設へ(②は窓口も可)　☆先着15人

①介護のアレコレ

中野友愛ホーム(江古田2-24-11)
☎(3389)5515　FAX(5318)5992
時間 午後1時～3時
申込期限 6月18日正午

②「福祉用具の上手な活用方法」について～きて、みて、体験してみよう福祉用具～

かみさぎホーム(上鷺宮3-17-4)
☎(3926)8443　FAX(3970)9620
時間 午後1時30分～3時30分
申込期限 6月17日

初心者向けタブレット講習会

デジタル政策係／7階　☎(3228)8807　FAX(3228)5647

対象 区内在住の60歳以上で、全回参加できる方　☆講習期間中、タブレット端末を借りられます
申込 5月20日から6月3日までの平日午前9時～午後5時に電話で、タブレット講習会事業事務局☎(6774)6929へ。抽選で各会場10人。住所、氏名とふりがな、電話番号、年齢、受講希望会場

会場·日時　☆**午前**=午前9時30分～正午、**午後**=午後1時30分～4時

会場		日程 第1回	第2回	第3回	第4回	時間
区役所		6/21(金)	7/12(金)	8/2(金)	8/23(金)	午後
区民活動センター	南中野	6/22(土)	7/13(土)	8/3(土)	8/24(土)	午後
	弥生	6/23(日)	7/14(日)	8/4(日)	8/25(日)	午前
	江古田	6/24(月)	7/15(月·祝)	8/5(月)	8/26(月)	午前
	昭和	6/25(火)	7/16(火)	8/6(火)	8/27(火)	午前
	東部	6/26(水)	7/17(水)	8/7(水)	8/28(水)	午前
	野方	6/27(木)	7/18(木)	8/8(木)	8/29(木)	午後
	上鷺宮	6/28(金)	7/19(金)	8/9(金)	8/30(金)	午後

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

介護保険負担限度額認定の申請を

介護給付係／3階
☎(3228)6531　FAX(3228)5620

住民税非課税世帯の方が介護保険施設に入所する場合やショートステイを利用する場合に、居住費･食費の限度額を設けて負担を軽減する制度です。利用には申請が必要です。

申込 必要書類を直接、担当の地域包括支援センターか区役所3階4番窓口へ。郵送の場合は、介護給付係へ

☆必要書類や担当のセンターなどについて詳しくは、区HPをご覧になるか、介護給付係へ問い合わせを

「介護保険負担限度額認定証」をお持ちの方へ

有効期限が今年の7月31日までの方に、更新の申請書を来月上旬に郵送します。届いたら内容を確認して、必要な資料を添えて返送するか、直接、区役所3階4番窓口で申請してください。

生年月日	年　月　日
適用年月日	年　月　日から
有効期限	令和6年7月31日まで

▲有効期限はこちらを確認

区HP

シニア大学に参加しませんか

地域自治推進係／4階
☎(3228)8921　FAX(3228)5620

中野区友愛クラブ連合会(老人クラブ連合会)が主催の、高齢者の健康づくりや生きがいづくりなどを目的とした学びの場です。

☆文部科学省が定める「大学」とは異なります

対象 区内在住でおおむね60歳以上の方

日時 ①6月12日(水)、②7月9日(火)、③9月10日(火)、④10月8日(火)、⑤11月5日(火)、①⑤は午後1時50分から、②～④は午後2時から

☆全5回。1回のみの参加も可

会場 なかのZERO(ゼロ)大ホール(中野2-9-7)　☆当日直接会場へ

5月31日は納期限です。忘れずに納付を

後期高齢者医療保険料･介護保険料の第2期分

☆口座振替の方は、事前に残高の確認を

子ども･子育て

お子さんに関わる手当等の手続きはお済みですか

次の対象のお子さんを養育している区内在住の保護者の方に、区が手当や医療費を支給･助成する制度があります。

いずれも所得制限による減額･支給停止等あり(子ども医療証を除く)。詳しくは、区HPをご覧になるか、各係へ問い合わせてください。

対象

児童手当＝中学校3年生までのお子さん

子ども医療証＝高校3年生相当までの年齢のお子さん

児童育成手当･児童扶養手当･ひとり親家庭等医療証＝ひとり親、または父母のいずれかに重度の障害がある家庭等の、18歳に達した日以降の最初の3月31日までのお子さん

児童育成(障害)手当･特別児童扶養手当＝20歳未満の障害のあるお子さん

問合先

手当＝児童手当係／3階
☎(3228)8952　FAX(3228)5679

医療証＝子ども医療助成係／3階
☎(3228)5623　FAX(3228)5679

区HP

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

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

「歯みがき教室」

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

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 6月14日(金)①午前10時から、②11時30分から、③午後2時30分から☆各回50分で、②③は同内容
対象 区内在住の乳幼児とその保護者☆①は1歳～1歳11か月、②③は生後6か月～11か月のお子さん
会場 中部すこやか福祉センター
申込 5月22日～6月12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。各回先着10組

就学相談のご利用を

特別支援教育係
(中央1-41-2子ども・若者支援センター)
☎(5937)3238　FAX(5937)3512

発達の状況や障害の状態に応じてお子さんが適切な教育を受けられるよう専門員とともに就学先を決めていきます。
対象 来年4月に小・中学校に就学する障害のあるお子さんや就学に不安のあるお子さんの保護者
日時 平日午前9時～午後5時　☆相談時間はおおむね1時間。必ず予約を
会場 子ども・若者支援センター
申込 区HP、区内幼稚園・保育園などで配布している申込書類を郵送または直接、特別支援教育係へ

すこやか福祉センターの子育て専門相談

区内在住の18歳未満のお子さんの保護者が対象。子育てに関する疑問や悩みを心理職員や栄養士、歯科衛生士などに相談できます。

相談日などについて詳しくは、担当のすこやか福祉センターに確認し、予約の上利用を。担当するセンターが分からない場合は、区HPをご覧になるか、下記いずれかのすこやか福祉センターへ問い合わせてください。

問合・申込先のすこやか福祉センター

南部(弥生町5-11-26)
☎(3380)5551　FAX(3380)5532
中部(中央3-19-1)
☎(3367)7788　FAX(3367)7789
北部(江古田4-31-10)
☎(3388)0240　FAX(3389)4339
鷺宮(若宮3-58-10)
☎(3336)7111　FAX(3336)7134
☆平日・土曜日午前8時30分～午後5時

相談日は区HPでも確認できます

受験生チャレンジ支援貸付のご利用を

中野区社会福祉協議会(中野5-68-7)
☎(5380)5775

高校・大学の授業料や塾の費用を無利子で借りられ、入学すると返済が免除されます。詳しくは、中野区社会福祉協議会へ問い合わせを。
対象 中学校3年生・高校3年生のお子さんがいる、所得が一定基準以下の世帯☆相談は、前日までに予約が必要。平日(第3月曜日を除く)午前9時～午後5時に電話で、同協議会へ

健康・福祉

犯罪被害に関するパネル展

犯罪被害者等相談専用ダイヤル／4階
☎(3228)5713　FAX(3228)5662

日時 6月5日(水)～12日(水)午前8時30分～午後5時(初日は1時から、最終日は4時まで)
会場 区役所1階　☆当日直接会場へ

6月は「食育月間」パネル展をご覧ください

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

食べることは生きること。毎日の食事は大切な心と体を育みます。生涯にわたり健康で生き生きと暮らせるよう、「食」にまつわる情報を展示します。
期間 6月1日(土)～28日(金)
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

GRAND MAST
積水ハウスグループのシニア向け賃貸マンション(サービス付き高齢者向け住宅)
人生100年時代を楽しみたい60歳以上の方々へ　～賃貸形式の幸せな新しい住まいを検討してみませんか?～
入居者募集中
グランドマストが選ばれる理由
1 入居一時金・礼金・更新料不要
2 二人で入居可能なゆったりとした広い部屋あり
(広さは物件により異なります。詳細はお問い合わせ下さい。)
3 外出・面会制限が無く、悠々自適な自分らしい暮らし
おすすめポイント｜多世代交流型住宅

グランドマスト 江古田の杜
東京都中野区 江古田3-14-2
おすすめポイント｜「都立家政」駅より徒歩3分

グランドマスト 中野若宮
東京都中野区 若宮3-27-2
個別内覧会開催　まずはお気軽に見学へお越しください!
グランドマスト江古田の杜　5月25日(土)・30日(木)
グランドマスト中野若宮　5月24日(金)・28日(火)
〈貸主〉 SEKISUI HOUSE GROUP 積水ハウス不動産東京株式会社 グランドマスト事業部
宅地建物取引業者免許 国土交通大臣(13)第2250号(一社)不動産協会(公財)日本賃貸住宅管理協会
取引態様:仲介　仲介:株式会社イチイ シニア事業部 東京都知事免許(12)第39368号
東京都渋谷区代々木2-1-1 新宿マインズタワー20階
●資料請求・ご見学についてのお問い合わせ
フリーコール 0120-815-823
営業時間／9:00～18:00　定休日／土曜・日曜・祝日
お問い合わせの際には「なかの区報を見た」とお伝えください。
担当:川口

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

三療サービス（はり・きゅう・マッサージ）

在宅サービス係／3階
☎(3228)5632　FAX(3228)5620

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 当日午前9時から電話で各会場へ。初めての方は登録が必要です。実施施設の所在地や実施日、持ち物などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、在宅サービス係へ問い合わせを

☆きゅうは位置の指定のみ

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 ①を受けることが困難な方で、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 お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ

☆担当センターが分からない場合は、区HPをご覧になるか、在宅サービス係へ問い合わせを

江古田の森公開セミナー「腰痛予防～自宅でできる運動と日常生活動作指導～」

高齢者支援基盤整備係／4階
☎(3228)5631　FAX(3228)5620

日時 6月8日(土)午後2時～3時

会場・問合先 東京総合保健福祉センター江古田の森(江古田3-14-19)☎(5318)3711

☆当日直接会場へ。先着20人程度

カラダ・バランスセミナー「座りすぎ防止体幹強化エクササイズ」

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

対象 区内在住の勤労者・区内在勤の方

日時 6月15日(土)午前10時～11時

会場 産業振興センター

申込 5月21日～6月12日に産業振興センターHPで　☆先着15人

光化学スモッグにご注意を

環境公害係／8階
☎(3228)5799
FAX(3228)5673

春から初秋にかけて、晴れて気温が高く、風が弱い日に発生しやすい光化学スモッグ。次のことに注意しましょう。

光化学スモッグ注意報が発令されたら

乳幼児や高齢者、ぜんそくなどの呼吸器系疾患がある方は、特に注意が必要です。外出や屋外での運動は控えましょう。

次の方法でお知らせします

- 防災無線スピーカーによる放送
- 区民活動センターや児童館などに垂れ幕を掲示(平日のみ)
- 区立小・中学校の屋上に黄色の吹き流しを掲揚(平日のみ)
- 東京都大気汚染情報テレホンサービス　☎(5640)6880

東京都HPでも確認できます

光化学スモッグの被害に遭ったら

目がチカチカする、のどが痛い、息苦しいなどの症状が出たら、すぐに屋内に入って目を洗い、うがいをしてください。

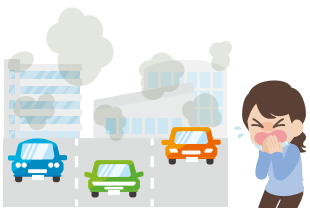
それでも良くならない時は、医師の診療を受けてください。

被害状況を調査しています。

被害に遭った時は、最寄りのすこやか福祉センターへ連絡を

中部＝☎(3367)7788　FAX(3367)7789
北部＝☎(3389)4321　FAX(3389)4339
南部＝☎(3380)5551　FAX(3380)5532
鷺宮＝☎(3336)7111　FAX(3336)7134

☆土・日曜日、祝日、夜間は東京都医療機関案内サービス「ひまわり」☎(5272)0303へ



広告

5月20日～6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
5月26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
		かみさぎキッズクリニック	小	上鷺宮3-8-14	(3577)8400
		東中野セント・アンジェラクリニック	内	東中野5-17-10　1階	(6908)9698
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		重光クリニック	内・外・肛	弥生町2-20-12	(6382)5476
		しもしげ歯科医院☆	歯	上鷺宮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
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122
6月2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
		総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		若宮診療所	内	鷺宮3-11-8	(3338)7335
		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
		ハートケア銀河クリニック	心内・内	本町3-29-15　2階	(5371)0909
		まさみデンタルクリニック☆	歯	中野4-2-1　4階	(3388)8383
	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		ファーコス薬局鷺宮		鷺宮3-11-7	(5327)5127

☆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)

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)
パソコンやスマホからは「医療情報ネット」
https://www.iryou.teikyouseido.mhlw.go.jp

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**

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	受付時間	診療時間
年中無休	午後6時45分～9時45分	午後7時～10時

☆必ず事前に電話で連絡を
☆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

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

nakano なかの区報
令和6年(2024年)5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4-11-19
編集／広聴・広報課　広報係☎(3228)8803　FAX(3228)5476

7月7日実施　東京都知事選挙・東京都議会議員補欠選挙

区選挙管理委員会／8階
☎(3228)5541
FAX(3228)5687

希望する方は、早めに区選挙管理委員会に連絡してください。

●身体に重い障害のある方などは郵便投票を

身体に重い障害などがあり、表Aに該当する方で、自ら記載できる方は、郵便などで投票できます。事前に「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要があります。

●代理記載制度

表Aに該当する方のうち、自ら記載できない方で、表Bに該当する方は、事前に区選挙管理委員会へ届け出た代理記載人に投票に関する記載をしてもらうことができます。

●投票所入場整理券に点字シールを貼れます

目の不自由な方は、点字シールを貼った投票所入場整理券を受け取れます。

☆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

表A

	障害の部位	障害の程度
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級・2級
	心臓・腎臓・呼吸器・膀胱(ぼうこう)・直腸・小腸	1級・3級
	免疫・肝臓	1級～3級
戦傷病者手帳	両下肢・体幹	特別項症～第2項症
	心臓・腎臓・呼吸器・膀胱・直腸・小腸・肝臓	特別項症～第3項症
介護保険被保険者証の要介護状態		要介護5

表B

	障害の部位	障害の程度
身体障害者手帳	上肢・視覚	1級
戦傷病者手帳		特別項症～第2項症

6月は東京都HIV検査・相談月間

HIV・梅毒即日検査・相談のご利用を

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

HIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染しても、早期の発見・治療で病気の進行を抑えられます。また、梅毒も早期治療が効果的です。

少しでも感染の不安があれば、血液検査を受けましょう。検査・相談は、いずれも無料・匿名で受けられます。

☆①②は原則電子申請。難しい方は、電話またはファクスで結核・感染症予防係へ

①即日検査・相談

結果が陰性の場合、当日中にその旨が分かります。検査項目はHIVと梅毒。

日時 6月2日(日)午後2時から
☆予約時に来所時間を指定
申込 6月1日までに電子申請で。先着70人

申し込みは
こちらから▶

②通常検査・相談

HIV・梅毒と同時にクラミジア感染症、B型肝炎も検査できます。結果は2～3週間後に分かります。

日時 来年3月までの毎月第2・第4水曜日、午後1時30分～2時15分
申込 検査日前日までに電子申請で。詳しくは、区HPをご覧ください

③電話相談

☆検査は行っていません

東京都HIV/エイズ電話相談
☎(3227)3335
平日＝正午～午後9時
土・日曜日、祝日＝午後2時～5時

エイズ予防財団・エイズ電話相談
☎0120(177)812
☆携帯電話からは☎(5259)1815へ。平日のみ、午前10時～午後5時(午後1時～2時を除く)

5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	199,742※(623増)	160,062(339増)	157,772(294増)	317,834(633増)	340,422(1,622増)
外国人	16,943(951増)	11,980(563増)	10,608(426増)	22,588(989増)	

※日本人と外国人の混合世帯 2,038 を含む

次号予告　子ども相談室のワークショップ

◀なかの区報　SNSでも情報発信中　◀区HP

●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

古紙パルプ配合率70%再生紙を使用