

平和のために
誰にでも
できることがある。
やるべきことがある。

戦争相手は
同じ人間
されて女兼なことは
してはいけない

平和に
感謝を

みんなが迷わず、
平和へ一歩

つらい過去
語り続ける

戦争を知らない

私たちの

“平和をつなぐ旅”

日々を
楽しむ

もうくり返しては
いけない
「悲惨」で「残酷な」
戦争

平和の灯を
消すために
同じ過ちを
くり返さない



邪悪

自分にできること
を考えて、
行動に移す

戦争を知らない私たち

昨年、区内の中学校2年生が被爆地である広島を訪れる「平和の旅」に参加しました。

今号では、子どもたちが戦争に対して何を感じ、何を思うのか、その様子を紹介します。

みなさんも、改めて平和について考えてみませんか。

☆昨年の参加者の報告会などを含めた催しも開催。詳しくは、裏表紙をご覧ください

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



2023.11.19
事前学習会



どうしたら平和になるのか？戦争は無くなるのか？お互いに意見を出し合いながら、みんなで平和について考えました



平和を祈りながら鶴を折りました

2023.12.2
旅1日目:呉市



呉市海事歴史科学館(大和ミュージアム)で戦艦大和の模型などの迫力に圧倒される子どもたち

戦争に関する映画の舞台にもなった堺橋。景色を眺めながら、今日一日を思い返します



身近な人たちを大切にしたい

戦争は、想像以上に悲惨で残酷なものでした。大和ミュージアムでは、日本の造船技術の高さを知り、特攻隊について深く学ぶことができました。一番印象的だったことは、特攻隊員の方の実際の声を聞いたことです。大切な人たちとの別れは、どんなに無念だったか。それでも、選ばれたことを誇りに思わなければならない、つらい時代だっただろうと思いをはせました。広島に歴史に触れ、二度と争いを起こしてはいけないと感じました。まずは、家族や友達、身近な人たちを大切にしていきたいです。

「平和の旅」



もうくり返しては
いけない
「悲惨」で「残酷」な
戦争

の“平和をつなぐ旅”

2023.12.3

旅2日目:広島市



平和記念公園で
原爆の子の像へ千
羽鶴を捧げ、慰霊碑
に献花を行いました



ガイドの話を聞き、
平和への思いを強
くする子どもたち



広島平和記念資
料館には、目を背け
たくなるような悲惨な写真や映像
も。しかし子どもたちは、しっかりと
展示物を見つめ、学びました

2023.12.26

事後学習会



2日間の旅を振り返り、平和のために自分
たちには何ができるのか考え、それぞれの
平和への思いを「平和メッセージ」にしまし
た。今号の表紙をご覧ください

今年の「平和の旅」の 参加者を募集します

対象 区内在住・在学の中学校2年生

日程 12月21日(土)・22日(日)

申込 電子申請か、学校で配布する応募用紙
(区☎からもダウンロード可)を郵送で、平
和・人権・男女共同参画係へ。選考で10人。
9月13日午後5時必着(電子申請の場合は
9月16日まで)

☆参加費無料

詳しくは区☎へ▶



参加者の声

戦争の記憶を 語り継ぎたい

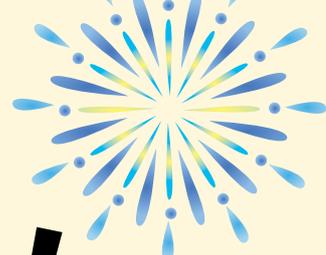
原爆は一瞬で全てを消し去るものという印象がありました。しかし、原爆の影響は一瞬では終わらず、被爆後も人々を苦しませていました。原爆の悲惨さを学んだ後に訪れた、平和記念公園では、ガイドさんの言葉がとても心に残りました。ガイドさんのように、相手の心に残すのは難しいことだと思いますが、今は、色々なことを学び、上手く伝えられるようになります。皆が平和について理解し、考えることで世界が平和になっていくのではないのでしょうか。





盛り上げれ

なかのの夏!



商店街主催の催しについては、商業係/8階
☎(3228)5591 FAX(3228)5456へ問い合わせを
いずれも、駐車場はありません。

7月13日(土)・
14日(日)

中野チャンプルーフェスタ

(中野北口昭和新道商店街主催)

会場 中野四季の森公園(中野4-12・13)、中野駅北口の各商店街 他

時間 13日=午前12時15分~午後8時50分

14日=午前10時50分~午後7時10分

沖縄エイサー団体が商店街を練り歩きます。中野四季の森公園などで、約70の団体が歌やダンスを披露。



子供縁日

(サンロード中野・桃商会主催)

会場 四季の庭(中野3-34-28中野マルイ2階裏)

時間 両日午後3時~6時



事前に配布する
参加券が必要です

☆詳しくは、サンロード中野・桃商会  をご覧ください。当日の配布はありません



7月20日(土)・
21日(日)

薬師盆踊り大会

(薬師あいロード商店街振興組合主催)

会場 新井薬師公園(新井5-4)

時間 両日午後6時~9時(お子さんは午後8時まで)

小学生以下のお子さんに
お菓子を配布



7月27日(土)・
28日(日)

盆踊りフェスティバル

(天神商栄会主催)

会場 打越天神北野神社境内(中野5-8-1)

時間 両日午後5時~9時

模擬店も出店



7月28日(日)

かせい阿波踊り

(都立家政商店街振興組合主催)

会場 都立家政商店街(西武新宿線都立家政駅前)

時間 午後4時~8時

「かせいチャン」
エコバッグを
先着600人に
配布



他にもまだある！夏の楽しみ



「なかの里・まち連携※自治体」で格別な体験を

商業係/8階 ☎(3228)5591 FAX(3228)5456

現在、区(まち)は次の5自治体(里)と連携しています。いずれの「里」も、「まち」では得られない、魅力でいっぱいです。

区役所1階のなかの里・まち連携PRコーナーには、各自治体の観光パンフレットやお得な情報を取りそろえています。

夏休みを利用して、遊びに行きませんか。



①福島県喜多方市

蔵のまち、喜多方ラーメンでおなじみ。会津盆地を一望できる三ノ倉高原のひまわり畑は、東北最大級を誇ります(見頃は8月)



▲三ノ倉高原のひまわり畑

②茨城県常陸太田市

水戸光園公隠居の地やそばの産地として知られ、竜神大吊橋のバンジージャンプが有名。竜神ダム湖でカヌーも



▲竜神大吊橋のバンジージャンプ

③群馬県みなかみ町

谷川岳のふもと、利根川の源流に位置し、アウトドアスポーツを満喫できます。みなかみ18湯と称する個性豊かな温泉も



▲法師温泉・法師乃湯

⑤山梨県甲州市

日本ワイン産業の発祥の地。市営の「ぶどうの丘」では130銘柄の飲み比べも。歴史ロマンや美しく連なる山々など、見どころ満載です



▲ぶどうとワイン

④千葉県館山市

長い海岸線があり、館山湾に沈む夕日は日本の夕陽百選にも。収穫体験やダイビングなども楽しめます



▲北条海岸から見た夕景

※なかの里・まち連携=地方と都市が距離を越えて連携し、互いの強みを生かしながら、市民・区民・区内の事業者が中心となり交流する事業のこと



◀施設の特典情報も。詳しくは、区HPをご覧ください

軽井沢少年自然の家で涼しく楽しく

体験学習係/7階

☎(3228)5608 FAX(3228)5679

家族やグループでハイキングやサイクリングなどを体験できます。卓球などを楽しめる部屋も。スポーツ合宿などにもぜひご利用を。☆7月1日から宿泊料を改定。詳しくは、軽井沢少年自然の家HPをご確認ください



▲軽井沢少年自然の家HP



小学校入学前のお子さんはじゃぶじゃぶ池で水遊びを楽しもう

公園維持・管理係/9階

☎(3228)8849 FAX(3228)5668

9か所の公園内にある深さ30cm程度の水遊び施設です。7月20日(土)から実施予定。保護者の付き添いが必要です。☆小学生以上は利用不可



▲会場などについて詳しくはこちら





夏の学びを応援します



夏休みに使える学習スペース

子ども・子育て支援係／3階
☎(3228)8723 FAX(3228)5679

次の施設では、静かで快適な環境で集中できるように、夏休み中(7月20日～8月31日)に小・中学生、高校生向けの学習スペースを設けています。開設日時や対象について詳しくは、[区HP](#)で確認を。



▲[区HP](#)



お子さんが使える学習施設一覧(7月20日～8月31日)

図書館
中央(中野2-9-7)
野方(野方3-19-5)
中野東(中央1-41-2)
上高田(上高田5-30-15)

児童館
南中野(弥生町4-36-15)
上高田(上高田5-30-15)
若宮(若宮3-54-7)

図書館分室(ライブラリー)
みなみの(弥生町4-27-11)
美鳩(大和町4-26-5)
中野第一(本町3-16-1)

その他の施設名等
城山ふれあいの家(中野1-20-4)
みずの塔ふれあいの家(江古田1-9-24)
教育センター分室(野方1-35-3)
なかのZERO(中野2-9-7)
NAKANO HAKO(中野2-24-9)

☆図書館分室はいずれも同名の小学校内



自由研究にもおすすめ! 親子で楽しく学ぼう



子どもエコ講座(2件)

環境・緑化推進係／8階 ☎(3228)5516 FAX(3228)5673

次のいずれも

申込 7月8日～17日に電子申請で。各回抽選で20人。**保**(各回先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを

「燃料電池ってなんだろう？」

対象 区内在住・在学の小学校4～6年生

日時 7月28日(日)午前10時から、午後1時から
☆各回1時間

会場 区役所8階会議室

「親子で木材に触れよう 木材であそぼう！」

対象 区内在住・在学の小学校1～3年生とその保護者

日時 8月4日(日)午前10時から、午後1時から
☆各回1時間30分

会場 区役所6階会議室

夏休み親子くらしの講座 「コンタクトレンズの空箱で オリジナル万華鏡を作ろう！」

消費生活センター／4階
☎(3228)5438 FAX(3228)5456

対象 区内在住・在学の小学生とその保護者

日時 8月3日(土)午前10時～11時30分

会場 区役所7階会議室

申込 7月8日～29日に電子申請か、電話で消費生活センターへ。先着20組40人。**保**(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを

ひとり親家庭の方へ

「夏休み工作 モザイクタイルでランプを作ろう！」

子ども・子育て支援係／3階
☎(3228)8723 FAX(3228)5679

対象 区内在住のひとり親家庭で、小・中学生、高校生とその保護者

日時 8月4日(日)午後2時～4時

会場 中野区さつき寮

申込 7月6日～21日に電話または✉satsuki@image.ocn.ne.jpで、中野区さつき寮☎(3381)6262へ。先着15組程度。**保**(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを。

☑住所、保護者の氏名とふりがな、電話番号、参加するお子さんの年齢、**保**はお子さんの氏名とふりがな、月年齢



ゼロカーボンシティを目指して 環境にやさしい行動を

環境企画係/8階
☎(3228)5524 FAX(3228)5673

区は、2050年までにCO₂(二酸化炭素)排出量の実質ゼロを目指しています。その実現に向けた具体的な取り組みを示した「中野区脱炭素ロードマップ」を作成しました。区・区民・区内の事業者が一丸となって、環境にやさしい行動を積み重ねることが大切です。日常生活でできることから続けていきましょう。 ☆数値は1年間取り組んだ場合(東京都「家庭の省エネハンドブック2024年度」より)

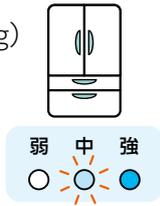


▲ロードマップの全文は、
区HPでご覧になれます

冷蔵庫の温度を季節に合わせて調整

節約> 1,990円(CO₂削減30.2kg)

冷蔵庫は詰めすぎず、冷凍庫は隙間無く詰めた方が省エネです



こまめにシャワーを止める

節約> 3,480円(CO₂削減30.7kg)

シャワーヘッドを節水型に変えると、少量のお湯でもいつもどおり使えます



炊飯器の長時間保温をしない

節約> 1,470円(CO₂削減22.4kg) \ OFF /

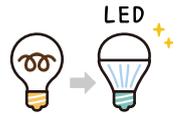
7時間以上保温する場合は、2回に分けて炊くか、まとめて炊いて冷凍保存を



白熱電球をLED電球に交換

節約> 2,960円(CO₂削減45.0kg)

長くつけることが多いリビングや玄関から交換しましょう



「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

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。

どうしても消費し切れない食品など、ぜひお寄せください。

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

中野区ごみ減量
キャラクター「ごみのん」▶



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

受付できる食品

米、乾麺、缶詰、インスタント食品、レトルト食品、お茶、コーヒー、粉ミルク、調味料など



受付できない食品

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

ありがとうございました

昨年度は、計2,401個(約965kg)の食品を、子ども食堂等へ提供しました。



▲区HP

所得税及び復興特別所得税の 予定納税(第1期分)の納期限は 9月30日です

中野税務署 ☎(3387)8111
☆自動音声案内

対象の方へ、6月中旬に通知書を郵送しました。
納期限までに納めてください。 ☆予定納税額の
減額申請書の提出期限は、7月31日です

9月5日(木)～11日(水) 改修工事のため 哲学堂運動施設は休場します

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

行政評価公開ヒアリングに ご参加を

企画調整係/7階
☎(3228)3258 FAX(3228)5476

行政評価は、区が前年度に実施した事業について、実績とコストから評価する取り組みです。

有識者による公開ヒアリングを傍聴してアンケートを提出する「外部評価モニター」として参加しませんか。

日時 8月19日(月)午後2時30分～5時

会場 区役所6階会議室

申込 7月8日～8月8日に電子申請か、電話、✉
kikakutyosei@city.tokyo-nakano.lg.jpで、企画調整係へ。先着20人。要約筆記・🗣️・👤(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを。☑️氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、要約筆記・🗣️はその旨、👤はお子さんの氏名とふりがな、月年齢
☆参加できない方は、事前に意見を提出できます。
詳しくは、区HPをご覧ください



区HP▶

8月から使える各種保険証等を郵送します

国民健康保険に加入している70歳～74歳の方 「東京都国民健康保険高齢受給者証」

資格賦課係/2階
☎(3228)5511 FAX(3228)5456

今月下旬に、世帯の対象者全員分を世帯主の方宛てに郵送します。届いたら対象被保険者氏名欄を確認してください。

受診の際は、保険証と一緒に高齢受給者証を提示してください。

☆自己負担割合は令和6年度住民税課税標準額などを基に判定。詳しくは、同封の「一部負担金の割合(医療費などの自己負担割合)について」をご覧ください

自己負担割合が3割(現役並み所得者)の方へ

前年中の収入額が基準未満の方は、自己負担割合が2割になる可能性があります。可能性のある方には「国民健康保険基準収入額適用申請書」を郵送するので、期限内に申請してください。

後期高齢者医療制度に加入している方 「後期高齢者医療被保険者証」

後期高齢者医療係/3階
☎(3228)8944 FAX(3228)5456

新しい保険証(青竹色・カード型)を今月下旬までに加入者全員に簡易書留で郵送します。

要介護・要支援等の認定を受けている方 「介護保険負担割合証」

介護給付係/3階
☎(3228)6531 FAX(3228)5620

介護保険サービスの自己負担割合は、毎年8月に見直します。新しい負担割合を記載した「介護保険負担割合証」を今月中旬に郵送します。

利用者負担額が基準以上になった場合は「高額介護サービス費」の支給対象になります。対象者にはお知らせを郵送するので、申請してください。



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)5647

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

傍聴

☆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

中野区環境審議会

環境企画係／8階
☎(3228)5524 FAX(3228)5673

7月25日(木)午後2時から

教育センター分室(野方1-35-3)

☆要約筆記・手保(先着2人)希望の方は、7月8日～16日に電話、☎kanky@city.tokyo-nakano.lg.jpで環境企画係へ。

☑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

中野区人権施策推進審議会

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

7月25日(木)午後7時から

区役所7階会議室

中野区都市計画審議会

都市計画課庶務係／9階
☎(3228)8840 FAX(3228)5668

7月31日(水)午前10時から

区役所6階会議室

☆先着25人。午前9時30分から直接会場で受け付け

非木造住宅をお持ちの方へ 耐震診断や各種助成のご利用を

耐震化促進係／9階
☎(3228)5576 FAX(3228)5668

昭和56年5月31日以前に建築された、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。また、耐震補強工事の他、建て替えまたは除却に掛かる費用の一部助成も受けられます。

いずれも、事前に耐震化促進係へ相談が必要です。詳しくは、区HPをご覧ください。なるか、同係へ問い合わせを。

空き家でお困りの方へ 電話相談のご利用を

住宅政策係／9階
☎(3228)5564 FAX(3228)5668

空き家の管理や解体、相続などについて、まちづくり推進土地建物協議会の建築士や司法書士、税理士等に相談できます。近隣の空き家でお困りの方も、ぜひ相談を。

相談専用電話 ☎0120(500)681

☆平日午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)

7月10日から 税務署への申告書、申請書の 提出先が変わります

中野税務署(中野2-24-11住友不動産中野駅前ビル6階)
☎(3387)8111 ☆自動音声案内

提出方法・提出先

郵送=東京国税局業務センター大手町分室(〒100-8156千代田区大手町1-3-3)、窓口・e-Tax=所轄税務署
☆所轄税務署の変更はありません

ジェネリック医薬品(後発医薬品) 利用差額をお知らせします

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

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」。先発医薬品から切り替えると、多くの場合、薬代が安くなります。

切り替えによって自己負担額をどのくらい軽減できるか試算した結果を、今月下旬に次の対象の方に郵送します。ジェネリック医薬品利用の参考にしてください。

対象 中野区の国民健康保険に加入している20歳以上で、次の種類の先発医薬品を今年4月に処方された方

種類 感覚器官用薬、循環器官用薬、呼吸器官用薬、消化器官用薬等

セーフティネット(SN)住宅への 改修費等を助成します

住宅政策係／9階
☎(3228)5564 FAX(3228)5668

SN住宅とは、高齢者や子育て世帯など住宅の確保に配慮が必要な方の入居を拒まない賃貸住宅のこと。物件の所有者が、SN住宅としてお持ちの住宅を登録することで、空き家・空き室対策になることが期待できます。要件を満たした場合、保険料や専用住宅改修費を一部助成します。

区HP



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

催し・講座

暮らしの手続きと書類の相談

区民相談係／4階
☎(3228)8802 FAX(3228)5456

内容 相続手続きや遺言書作成の方法などについて、行政書士に相談できます。必ず事前予約を

対象 区内在住の方

日時 7月19日(金)午後1時～4時

☆一人当たり25分以内

会場 区役所4階専門相談室

申込 7月12日午前9時から電話で、区民相談係へ。先着6人

☆毎月第3金曜日に実施。その他の専門相談について詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。なるか、区民相談係へ問い合わせを

行政書士会の相談会もご利用を

偶数月第1金曜日＝南中野区民活動センター(弥生町5-5-2)

奇数月第2金曜日＝鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)

☆いずれも午後1時～4時。当日直接会場へ。詳しくは、東京都行政書士会中野支部☎0120(404)347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 区内在住の方、区内に土地建物をお持ちの方

日時 7月31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階ミーティングルーム

申込 7月26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

シルバー人材センター お仕事相談会

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

入会や仕事の依頼などの相談ができます。展示会も開催。

対象 区内在住の方

日時 7月16日(火)午前10時～午後2時

会場 区役所1階

☆当日直接会場へ

リサイクル自転車の販売

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

内容 区の条例に基づき撤去された自転車の一部を販売(25台程度)

日時 7月18日(木)午前11時40分までに直接会場へ ☆11時45分に購入順を決める抽選を開始

会場 旧沼袋小学校校庭(沼袋3-13-2)

販売価格 車種により11,000円、16,000円、18,000円(税・防犯登録料込み)

☆7月より価格を改定しています

中止・延期の場合は
こちらでお知らせします



子ども・若者支援センター 若者相談のご利用を

総合相談係
(中央1-41-2子ども・若者支援センター)
☎(5937)3271 FAX(5937)3514

区内在住・在勤・在学中で、15歳～39歳の方が対象。学校・職場の悩みや家族・友達のことなど、何でも相談できます。電話だけでなく、対面相談も可(事前予約制)。相談内容がはっきりしていない場合でも、まずは電話してください。

また、施設内には、利用者がゆっくり過ごせる「若者フリースペース」があります。見学を希望する方は、気軽に☎(5937)3664へ問い合わせを。詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。

募集・求人

「中野区人権施策推進審議会」 区民委員

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

活動内容 区の人権及び多様性の尊重に係る施策を推進するために必要な事項についての審議

対象 区内在住で、平日に開催予定の会議(年3回程度)に出席できる方

任期 9月から2年間

報酬 会議への出席1回当たり3,000円
☆交通費支給なし

申込 7月26日(必着)までに電子申請か、[区HP](#)または区役所7階窓口で配布する応募用紙をファクス、郵送または直接、平和・人権・男女共同参画係へ。選考で2人 ☆結果は、全応募者に郵送

[区HP](#)



障害のある方を対象とした 会計年度任用職員

人事係／8階
☎(3228)8041 FAX(3228)5647

対象 障害者手帳をお持ちの区内在住の18歳以上の方(高校生を除く)

職種 一般事務補助

勤務期間 10月1日～来年3月31日

勤務時間 月16日程度、かつ週20時間以上31時間未満

☆勤務日数・時間は調整可

勤務場所 区役所

時給 1,156円

☆交通費支給(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 7月31日(必着)までに電子申請か、所定の選考申込書を郵送または直接、人事係へ ☆面接により3人

特別区(東京23区)職員

人事係/8階
☎(3228)8041 FAX(3228)5647

採用区分 III類、経験者1級職、経験者2級職(主任)、経験者3級職(係長級)、障害者を対象とする採用、就職氷河期世代を対象とする採用

☆一定の資格が必要な職種あり。詳しくは、特別区人事委員会 [HP](#) で確認を

申込 7月11日午後5時までに電子申請で ☆障害者を対象とする採用選考のみ郵送可(7月10日までの消印有効)

問合せ先 特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎(5210)9787

区立保育園会計年度任用職員(登録者)

区立保育園係/3階
☎(3228)8638 FAX(3228)5679

職種 保育補助、短時間保育補助

勤務期間 来年3月31日まで

☆勤務日数・時間は調整可

時給 1,282円~1,495円

☆職種、資格の有無などにより異なります。無資格・未経験の方も歓迎

申込 電子申請か、所定の登録申込書を郵送または直接、区立保育園係へ ☆欠員などの状況に応じて随時面接を実施。夏季プール保育補助の登録も募集。詳しくは、[区HP](#) をご覧になるか、同係へ問い合わせを

中野区育児休業代替任期付職員(事務・保育士)

人事係/8階
☎(3228)8041 FAX(3228)5647

選考日 7月27日(土)

☆事務は8月18日(日)に二次選考あり

勤務期間 10月1日以降、代替する職員の育児休業期間内(おおむね6か月~3年) ☆申し込み方法等について詳しくは、[区HP](#) をご覧ください



区内施設等の指定管理者

応募希望の事業者は事前予約制の説明会にご参加を。詳しくは、[区HP](#) をご覧ください。

①放課後デイサービスセンターみずいろ 子ども発達支援係/3階
☎(3228)5613 FAX(3228)5662

②産業振興センター 産業係/8階
☎(3228)8729 FAX(3228)5456
期間 令和7年4月1日~同12年3月31日

③かみさざこぶし園 障害者施設係/3階
☎(3228)8715 FAX(3228)5662
期間 令和7年4月1日~同17年3月31日

登録生活支援員

中野区社会福祉協議会 アシストなかの権利擁護事業担当/4階
☎(5380)6444 FAX(5380)0591

活動内容 高齢や障害等により金銭管理や手続き等に不安がある方の支援

対象 20歳~66歳の方

募集説明会にご参加を

日時 8月7日(水)午後2時30分~3時30分

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 7月8日~8月6日に専用フォームから申し込むか、電話で、アシストなかのへ。先着30人

☆詳しくは、中野区社会福祉協議会 [HP](#) をご覧ください

専用フォーム



ボランティア相談員

中野ボランティアセンター (中野5-68-7スマイルなかの内)
☎(5380)0254 FAX(5380)6027

活動内容 ボランティアセンター窓口での相談や活動調整、区内施設への訪問など ☆無償。実費支給(交通費・昼食代)

対象 ボランティア活動経験のある18歳~おおむね70歳の区内在住の方

☆詳しくは、募集要項をご覧ください

活動時期 事前研修に参加し、来年4月に活動開始

申込 7月5日~9月6日に履歴書(指定様式)を直接、中野ボランティアセンターへ ☆募集要項・履歴書は、同センターの [HP](#) や窓口で配布中

説明会にご参加を

日時 8月21日(水)午前10時30分~11時30分

会場 スマイルなかの

申込 8月20日までに電話で、中野ボランティアセンターへ

スケッター(有償ボランティア)

地域包括ケア推進係/4階
☎(3228)5803 FAX(3228)5620

福祉施設の掃除やレクリエーションの提供など、隙間時間で活動できます(事前登録制)。詳しくは、スケッター運営事務局 [HP](#) をご覧ください。

スケッター運営事務局 [HP](#)



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

広告

高齢者・介護

65歳以上の方へ 補聴器の購入費用の一部を助成します

在宅サービス係/3階
☎(3228)5632 FAX(3228)5620

8月1日から申請を受け付けます。購入前に申請し、交付の決定を受ける必要があります。

助成上限額 1台につき45,000円

☆要件を満たした場合、2台まで可。対象や助成額などについて詳しくは、区HPをご覧ください。在宅サービス係へ問い合わせを



後期高齢者医療制度に加入中の方へ 保険料決定通知書を郵送します

後期高齢者医療係/3階
☎(3228)8944 FAX(3228)5456

保険料決定通知書を7月中旬に郵送します。加入者の保険料額とその納付方法(年金天引き、納付書での現金払い、口座振替のいずれか)をお知らせします。不明な点は、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

家族介護教室「認知症について」

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 7月22日(月)午後1時~3時

申込 7月6日~20日に電話または直接、やよいの園へ。先着10人

介護予防事業 「なかの・からだナビ! ~健康を歯と口・栄養・体操から~」

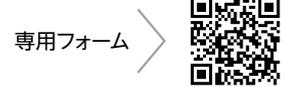
介護予防推進係/3階
☎(3228)8949 FAX(3228)5620

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 9月10日~10月15日の毎週火曜日、午後1時~3時 ☆全6回。全回参加できる方優先

会場 中野区歯科医師会館(中野2-14-17)

申込 7月8日~8月28日に専用フォームから申し込むか、電話で、中野区歯科医師会☎(3382)1487へ。先着12人



スマホ操作にお困りの方へ

デジタル政策係/7階 ☎(3228)8807 FAX(3228)5647

体験会

スマホをお持ちでない方は、約1か月無料で借りられます。

対象 区内在住の60歳以上の方

申込 各開催日の1週間前の平日午前9時~午後5時に電話で、スマートフォン普及啓発事業事務局☎(6775)9480へ。各回抽選で10人

会場・日時 右表のとおり ☆いずれも午後1時~4時

会場	日程		
	7月	8月	
区民活動センター	南中野	15日(月・祝)	24日(土)
	東中野	15日(月・祝)	24日(土)
	新井	15日(月・祝)	24日(土)
	江古田	15日(月・祝)	22日(木)
	弥生	17日(水)	20日(火)
	野方	17日(水)	20日(火)
	上高田	18日(木)	23日(金)
	鷺宮	18日(木)	21日(水)

会場	日程		
	7月	8月	
区民活動センター	桃園	19日(金)	20日(火)
	鍋横	19日(金)	22日(木)
	昭和	19日(金)	22日(木)
	大和	19日(金)	22日(木)
	東部	20日(土)	23日(金)
	上鷺宮	20日(土)	22日(木)
	沼袋	22日(月)	23日(金)

相談会

対象 区内在住の60歳以上の方

会場・日時 右表のとおり ☆いずれも午前9時から午後1時からの2回。各回3時間で同内容。当日直接会場へ

会場	日程		
	7月	8月	
区役所1階	24日(水)	21日(水)	
区民活動センター	江古田	22日(月)	29日(木)
	南中野	22日(月)	31日(土)
	東中野	22日(月)	31日(土)
	新井	22日(月)	31日(土)
	弥生	24日(水)	27日(火)
	野方	24日(水)	27日(火)
	上高田	25日(木)	30日(金)

会場	日程		
	7月	8月	
区民活動センター	鷺宮	25日(木)	28日(水)
	桃園	26日(金)	27日(火)
	鍋横	26日(金)	29日(木)
	昭和	26日(金)	29日(木)
	大和	26日(金)	29日(木)
	東部	27日(土)	30日(金)
	上鷺宮	27日(土)	27日(火)
	沼袋	29日(月)	30日(金)

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(①は78歳まで)

申込 平日に本人が電話または直接、各施設へ(③は土曜日可)

①#シャープ体操～アクティブ・シニアのストレッチ&筋トレ～

しんやまの家(南台4-25-1)
☎・FAX(3229)8175

日時 7月24日・31日、いずれも水曜日、午前10時～11時30分

☆全2回。全回参加できる方優先

申込期間 7月8日～23日

☆先着10人

②□から始まる健口づくり

沼袋高齢者会館(沼袋1-34-14)
☎・FAX(3387)7381

日時 7月25日(木)午前10時～正午

申込期間 7月8日～23日

☆先着20人

③落語の笑いで健康に!

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

日時 7月29日(月)午後1時30分～3時

出演者 桂文ぶん(真打落語家)

申込期間 7月6日～27日

☆先着30人

子ども・子育て

オープンハウス型説明会 「江古田の森公園での 試行プレーパーク」

子ども政策調整係/7階
☎(3228)5605 FAX(3228)5679

9月～11月頃に実施する試行プレーパークの内容を説明します。アンケートも実施。

日時 7月15日(月・祝)・17日(水)、いずれも午前10時～午後4時

会場 江古田の森公園学習室(江古田3-14) ☆当日直接会場へ

児童育成手当の現況届の提出はお済みですか

児童手当係/3階
☎(3228)8952 FAX(3228)5679

児童育成手当(ひとり親家庭・障害のあるお子さんのいる家庭等が対象)は、現況届の提出がないと引き続き手当を受給することができません。まだ提出していない方は、至急提出を。

☆添付する書類が個別に必要な場合もあります。詳しくは、現況届に同封した案内をご覧ください



「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31日(水)①午前10時から、②11時20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 北部すこやか福祉センター

申込 7月8日～29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

子育てミニワーク「イヤイヤ期の親の言葉かけのポイント」

すこやか福祉センター企画調整係/4階
☎(3228)8809 FAX(3228)5620

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 8月3日(土)午前10時～11時30分

会場 中部すこやか福祉センター(中央3-19-1)

参加費 390円(教材費)

申込 7月8日～30日に電子申請で
☆先着15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)0750

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 7月22日(月)、8月6日(火)、いずれも午前10時～正午

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 7月11日午前10時から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ

健康・福祉

歯科医師による 歯と口の無料相談会

在宅療養推進係/3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

中野区歯科医師会の医師に、お口の悩みごとなどを相談できます。

対象 区内在住の方

日時 7月11日(木)午後1時～3時

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

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 ☆お子さんと一緒に参加可

対象 区内在住の方

日時 8月7日(水)午後1時～3時45分

☆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 7月8日～8月5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

賃貸住宅探しにお困りの方は相談を

住宅政策係／9階
☎(3228)5564 FAX(3228)5668

高齢者世帯や障害者世帯、ひとり親世帯など、民間賃貸住宅への住み替えが難しい方が対象。詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。住宅政策係へ問い合わせを。

もの忘れ相談会

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

自身や家族の認知症などについて、専門相談員に相談できます。

日時 7月11日(木)午前10時～午後3時30分

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

ハーブ講座

障害者地域自立生活支援センターつむぎ
☎(3389)2375 FAX(5942)5811

アロマスプレー作りを体験できます。
対象 区内在住で知的障害のある方、関心のある方

日時 7月27日(土)午後2時～4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

参加費 400円(材料費)

申込 7月6日～21日に専用フォームから申し込むか、電話またはファクスで、「つむぎ」へ。先着10人。氏名とふりがな、電話番号、配慮が必要な場合はその内容

専用フォーム



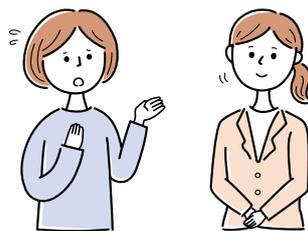
ひきこもりでお悩みの方向け 合同相談会

中野区社会福祉協議会
ひきこもり支援事業担当
☎090(5412)0666 FAX(5380)6027

日時 7月31日(水)午後3時30分～4時45分

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

詳しくはこちら



「ひきこもりサポーター養成講座」

中野区社会福祉協議会
ひきこもり支援事業担当
☎090(5412)0666 FAX(5380)6027

対象 ひきこもり支援に関心のある方

日時 ①7月31日(水)、②8月27日(火)、③9月9日(月) ☆①は午後1時30分から(先着50人)、②③は午後2時から(先着20人)。各日2時間で全3回。登録には3回の受講が必要

会場 ①区役所1階、②③スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 7月8日～30日に電話または tu nagaru@nakanoshakyo.comで、ひきこもり支援事業担当へ

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)0750

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 7月26日(金)午後6時30分～8時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 7月25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

アシストなかの事業説明会

中野区社会福祉協議会
アシストなかの権利擁護事業担当／4階
☎(5380)6444 FAX(5380)0591

高齢や障害等により金銭管理や手続き等に不安がある方の支援について。

日時 8月30日(金)午後2時～3時

☆オンライン(Zoom)で開催

申込 7月12日～8月23日に専用フォームから申し込むか、電話で、アシストなかのへ ☆詳しくは、中野区社会福祉協議会 [HP](#) をご覧ください

専用フォーム



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。

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。見積りは無料!

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

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

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 東京北支店 練馬区土支田3-19-12

03-5933-2811

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

7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



月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号		
7月7日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2 (3387)5421		
		新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16 (3382)9991		
		中野ひだまりクリニック	内・消	東中野3-6-12 (3368)0888		
		かたやま医院	内・小・皮	東中野5-23-14 1階 (3227)0603		
		高野整形外科	整	弥生町4-18-7 (3380)6700		
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15 (3372)4701		
		大橋歯科医院☆	歯	新井2-25-4 (3386)3444		
7月14日(日)	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		
		哲学堂石井内科医院	内・消	江古田1-1-4 (5906)5010		
7月15日(月祝)	当番医	なかのキッズクリニック	小	中野2-24-9-A103 (5340)7153		
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・外・整	中央4-4-2 (6382)4880		
		三五医院	内・神経内	南台2-6-8 (3381)0313		
		歯科仲井診療所☆	歯	中野3-31-7 (3382)8818		
		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		
		カメイ調剤薬局中野南台店		南台2-9-3 (5328)2313		
7月15日(月祝)	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		
		横皇病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531		
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14 (3990)1208		
		つるた内科クリニック	内・小・皮	江古田2-1-1 1階・2階 (5860)0196		
		中野駅前内科クリニック糖尿病・内分泌内科	内	中野3-36-12 2階 (3382)1071		
		中野新橋内科クリニック	内・循内	弥生町2-20-18 (6383)3201		
		山内歯科医院	歯	東中野4-4-3 2階 (3361)0526		
		優歯科クリニック沼袋	歯	沼袋1-36-5 3階 (3228)5470		
		7月15日(月祝)	薬局	中野中央薬局		中央4-60-5 (6304)8530
				イオックス薬局鷺ノ宮店		白鷺1-7-15 (6265)5840
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)

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.iryuu.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

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。

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

中野区民だけの オトクなプラン

夏休みの家族旅行に!

選べる!

1泊2食 ※8/10-8/18を除く
まる得宿泊プラン

大人2名様より受付(入湯税別) 詳しくはWEBで!

静岡県
伊豆箱根温泉

伊勢海老付き 2名に1尾
大人 18,000円 15,400円~/人
スタンダード (消費税込)

大人 14,800円 13,200円~/人

自家源泉の宿 竜宮の使い

自社プールあります



ご予約はこちらから

休前日+3,000

0557-95-0141



旅ができる

プレミアム福祉タクシー

「自由自在」に中長距離外出

シニアの方にやさしい Door To Doorの外出

あなたのための プライベート サポートタクシー

全行程ご案内 写真撮影付き

旅屋けんたん 江尻 健太

中野区松が丘 1-32-8-503

090-4386-6364

03-3389-2879

一般乗用旅客自動車運送事業(福祉限定)関東運輸局許可 関東第二1045号

ご希望通りのプランを作成

行きたい場所へ自由に移動

中野区福祉タクシー 利用券使用可能

主として資格
総合旅行業務取扱管理者
国内旅行業務取扱管理者
中高教員免許
介護職員初任者研修

コードからいつでもお問い合わせできます

検索

介護保険はご利用できません

学び 考え つなげる平和 ～平和のつどい2024～

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

内容 ①講演「折り鶴の少女 佐々木禎子^{さだこのこ}が遺したもの」(手話通訳あり)、②令和5年度平和の旅報告会(手話通訳あり)、③映画「ラーゲリより愛を込めて」(日本語字幕あり)

日時 7月27日(土)正午～午後4時(午前11時30分開場)

会場 なかのZERO小ホール(中野2-9-7) ☆当日直接会場へ。先着500人。☎(先着9人)希望の方は、7月17日までに電話で、平和・人権・男女共同参画係へ



▲講師の佐々木 祐滋氏
(NPO法人
SADAKO LEGACY
副理事長)



区HP▶

7月7日 (日) 東京都知事選挙・東京都議会議員補欠選挙の投票日

区選挙管理委員会/8階 ☎(3228)5541 FAX(3228)5687

あなたの大切な一票です。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7月7日(日)午後9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
7月6日(土)まで ☆いずれも午前8時30分～午後8時	区役所1階
	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)
=7日(日)午前8時ごろから

開票状況
=7日(日)午後10時ごろから

低所得世帯の方へ 給付金を給付します

中野区給付金コールセンター
☎0120(649)016

☆対象の方へ、6月下旬から必要書類を順次郵送しています。詳しくは、届いた書類または区HPをご覧ください

令和6年度に新たに、住民税非課税または均等割のみ課税となった世帯

給付額 1世帯当たり10万円

☆昨年度に価格高騰支援給付金の給付対象となった世帯主を含む世帯は対象外

子育て世帯への加算

給付額 お子さん1人につき5万円

対象 令和6年度に新たに、住民税非課税または均等割のみ課税となった世帯であり、18歳以下のお子さんを扶養している世帯

次号予告

中野駅前大盆踊り大会



◀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