ACP講演会「人生会議とエンディングゲーム体験会」

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785　FAX(3228)5620

ACPとは、もしもの時に備え、自分の希望する医療や介護、生き方を大切な人や関係者と共有すること。ボードゲームをしながら、考えてみませんか。

日時・会場 **①8月24日(土)**午後2時～4時45分＝区役所1階、**②9月4日(水)**午後1時30分～4時＝沼袋区民活動センター(沼袋2-40-18)、**③6日(金)**午後1時30分～4時＝南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)

申込 7月22日から①＝8月9日まで、②③＝23日までに電話、houkatukea@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクスまたは直接、在宅療養推進係へ。各回先着30人。手・保(先着2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、手はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

「ビジコンなかの」にプランを出してみませんか

産業係／8階
☎(3228)8729　FAX(3228)5456

中野発の新しいビジネスプランを募集するコンテストです。申込方法や入賞特典について詳しくは、ビジコンなかの2024事務局HPをご覧ください。
☆西武信用金庫との共催

ビジコンなかの2024事務局HP

パソコン・スマホ入門講座

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

対象 区内在住・在勤の方

内容・日時 **パソコン体験**＝8月23日(金)午前10時～午後3時、**スマホ入門**＝24日(土)午前10時～正午、**スマホLINE入門**＝24日(土)午後1時～3時

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。8月13日必着。受講希望講座名・会場、住所、氏名とふりがな、電話番号(返信用にも住所、氏名)
☆抽選で各講座・会場6人(計54人)。結果は全応募者に8月20日までに郵送

江古田の森公開セミナー「終の住み処を考える」

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

日時 8月10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

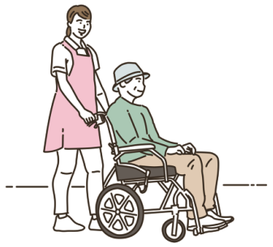
中野区介護サービス事業所連絡会パネル展

介護保険課管理係／3階
☎(3228)5629　FAX(3228)5620

内容 活動内容や介護サービスの紹介

期間 8月1日(木)～7日(水)午前10時～午後4時

会場 区役所1階



後期外国語講座(3件)

中野区国際交流協会
☎(5342)9169　FAX(3383)0728

英会話、中国語、韓国語の3講座。9月～12月(全12回)の欠員分受講生を、抽選で募集します。詳しくは、中野区国際交流協会HPをご覧ください。

対象 区内在住・在勤・在学の方、賛助会員の方

会場 なかのZERO西館(中野2-9-7)

参加費 1講座につき20,000円(賛助会員18,000円)

申込 8月12日までに専用フォームから申し込むか、電話で、同協会へ

専用フォーム

募集・求人

任期付短時間勤務職員(技能系)

人事係／8階
☎(3228)8041　FAX(3228)5647

勤務内容 区立保育園での保育業務

勤務期間 令和6年10月1日以降～同8年3月31日

選考日 8月24日(土)

申込 電子申請か、区民活動センター、図書館、区役所8階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**＝8月6日までの消印有効、**電子申請・窓口**＝8月8日午後5時まで。選考で30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

来年4月1日から勤務する中野区職員(保育士)

人事係／8階
☎(3228)8041　FAX(3228)5647

対象 都道府県知事の登録を受けている保育士の有資格者(来年3月31日までに登録見込み含む)で、昭和62年4月2日～平成17年4月1日に生まれた方

申込 8月2日午後5時までに電子申請で。選考(筆記・面接)で30人程度
☆勤務条件や選考日程などについて詳しくは、区HPか、区民活動センター、図書館、区役所8階窓口で配布中の採用選考案内をご覧ください

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。

防衛大学校及び防衛医科大学校の学生

受験資格 高校卒(見込み含む)で、21歳未満

受付期間 **防衛大学校学生(推薦・総合選抜)**＝9月5日～9日、**防衛大学校学生(一般)**＝10月17日まで、**防衛医科大学校学生(看護学科)**＝10月2日まで、**防衛医科大学校学生(医学科)**＝10月9日まで

航空学生(海・空)

受験資格 高校卒(見込み含む)で、**航空学生(海)**＝23歳未満、**航空学生(空)**＝24歳未満

受付期間 9月5日まで

一般曹候補生

受験資格 18歳以上33歳未満

受付期間 9月3日まで

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

都営住宅入居者(家族向け・単身者向け・シルバーピア)

東京都住宅供給公社(JKK東京)
都営住宅募集センター
☎0570(010)810(ナビダイヤル)

対象 都内在住で、住宅に困窮している一定の所得基準内の世帯

募集案内・申込書の配布 8月1日～9日に、区民活動センター、区役所1階総合案内、同9階窓口、JKK東京都営住宅募集センター及び同窓口センターで
☆土・日曜日、祝日、夜間は区役所1階夜間・休日窓口で受け取れます

申込 都営住宅入居者募集サイトで申し込むか、募集案内に同封の申込書を郵送　☆所得基準や申込期限などについて詳しくは、募集案内をご覧ください。募集センターのナビダイヤルは、申込書配布期間中の平日午前9時～午後6時に利用可。期間外は、☎(3498)8894へ

高齢者・介護

家族介護教室「訪問介護の活用」

はぴね中野坂上(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 8月18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 7月21日～8月16日に電話で、はぴね中野坂上へ　☆先着15人

生活機能向上プログラム「認知症、本当のこと、間違っていること」

上高田東高齢者会館(上高田4-17-3)
☎・FAX(3228)7220

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 7月29日(月)午後1時30分～3時

申込 7月21日～28日に電話または直接、上高田東高齢者会館へ　☆先着30人

広告

シニあん 訪問マッサージ
中野区全域訪問可能！
ご自宅/施設で待ってるだけ♪
医師の同意のもと
健康保険が使えます♪
☆国家資格者☆あん摩師/鍼灸師が行う
訪問リハビリマッサージ/訪問鍼灸
練馬区豊玉北4-23-9アーバンテラス練馬202
毎日８～２２時まで受付中♪
☎０１２０-６８４-４８１

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8月9日（金） 13：15～17：00
場所 中野セントラルパークカンファレンス 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、03-5643-1022 までお電話を

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)

遺産分割がまとまらない
相続預貯金が使いこまれていた
遺留分の請求をしたい・された
相続問題は相続を得意分野にする弁護士にご相談ください。
吉口総合法律事務所
03-6382-4640
弁護士：吉口直希　第一東京弁護士会所属
週刊エコノミストでの相続に関する記事の掲載歴有
JR中央・総武線「東中野駅」西口より徒歩1分
東京都中野区東中野4-4-3 山内ビル2階

お庭のことなら、何でもお気軽にご相談を！
中野区を中心に、地元密着を基本として活動する植木屋です。庭木一本からでも、お手入れ承ります。見積は無料！
フリーダイヤル 0120-283691
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

区施設へは、公共交通機関をご利用ください