

## 募集・求人

### 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** 2月3日～12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

### 後期高齢者医療制度に加入中の方へ「医療費等通知書」を郵送します

後期高齢者医療係/3階  
☎(3228)8944 FAX(3228)5456

今月下旬、次の対象の方に、東京都後期高齢者医療広域連合から「医療費等通知書」が郵送されます。届いた方は、受診内容等を確認してください。

**対象** 後期高齢者医療保険の被保険者(11月29日現在)で、令和5年9月～同6年8月の12か月間に保険診療で医療機関等への受診履歴がある方  
☆この通知書は、医療費控除の申告手続きで医療費の明細として使用できます。なお、通知対象期間外の医療費などは、別途明細書を作成する必要があります

### 高齢年金を受給している方へ「公的年金等の源泉徴収票」を郵送します

国民年金係/2階  
☎(3228)5514 FAX(3228)5456

高齢年金を受給している方へ、今月下旬までに、日本年金機構から「公的年金等の源泉徴収票」が郵送されます。

高齢年金は、所得税法上の雑所得として課税対象となります。

源泉徴収票は、確定申告の際に必要なため、大切に保管してください。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)へ問い合わせを。  
☆オンラインで使用できる源泉徴収票の電子データは、マイナポータルで受け取れます。詳しくは、中野年金事務所☎(3380)6111へ問い合わせを



### 高齢者向け優良賃貸住宅「ウエルカーサ新中野」の入居者・補欠登録者募集

(一財)首都圏不燃建築公社  
不動産アセット事業部  
☎(6809)6328 FAX(6809)6329

**対象** 都内在住で、自ら居住するための住宅を必要としている、60歳以上の方(所得基準あり。持ち家がある方は対象外)

**住宅所在地** 本町4-36-5

**月額家賃** 108,000円～134,000円  
☆別途、共益費と緊急通報サービス利用料(合わせて13,000円程度)が必要。所得により40,000円まで家賃減額制度あり

**申込期間** 1月14日～24日  
☆優先順位は抽選で決定。補欠登録者は空室が発生した場合、順位に従いあつせん。入居審査あり。詳しくは、平日午前9時～午後5時に電話で、(一財)首都圏不燃建築公社へ。登録期間は1年間



### 生活機能向上プログラム(2件)

次のいずれも

**対象** 区内在住の65歳以上の方  
**申込** 1月14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(①は土曜日可)

**①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** 1月30日(木)午後1時30分～3時  
**出演者** 桂文ぶん氏(真打落語家)  
**申込期限** 1月29日 ☆先着30人

**②大人の脳トレ講座～楽しくゲームや運動で脳の活性化!!～**  
松が丘シニアプラザ(松が丘1-32-10)  
☎(5380)5761 FAX(5380)5762  
**日時** 2月20日(木)午前11時～正午  
**申込期限** 2月19日 ☆先着20人

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

### 家族介護教室(3件)

次のいずれも

**対象** 自宅で高齢者を介護している方  
**申込** 申込期間に電話で、各施設へ(③は窓口可)

**①訪問看護の活用～在宅医療～**  
はぴね中野坂上(中央1-11-8)  
☎(5348)7753 FAX(5348)7754  
**日時** 2月16日(日)午後1時30分～3時30分  
**申込期間** 1月12日～2月14日 ☆先着15人。会場は東部区民活動センター(中央2-18-21)

**②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  
**日時** 2月18日(火)午後1時～3時  
**申込期間** 1月14日～2月17日  
☆先着15人

**③認知症予防体操**  
やよいの園(弥生町3-33-8)  
☎(3370)9841 FAX(3370)8362  
**日時** 2月27日(木)午後1時～3時  
**申込期間** 2月6日～26日 ☆先着10人

### 歩行姿勢測定会

介護予防推進係/3階  
☎(3228)8949 FAX(3228)5620  
区内10会場で開催。日時や会場などについて詳しくは、高齢者会館や区民活動センター等で配布中のチラシをご覧ください。介護予防推進係へ問い合わせを。

**対象** 区内在住で65歳以上の方  
**日程** 2月3日(月)～7日(金)  
☆事前申込制(定員あり)。1月20日から電話で、同係へ

## 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

児童手当係/3階  
☎(3228)8952 FAX(3228)5679

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、区が手当等を支給する制度があります(②～④は所得制限による減額・支給停止等あり)。

**対象**  
①**児童手当**=18歳に達した日以降の最初の3月31日までのお子さん  
②**児童育成手当・児童扶養手当**=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  
③**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  
④**実質ひとり親家庭への子育て給付金**=父母が離婚調停中の、18歳に達した日以降の最初の3月31日までのお子さん  
☆詳しくは、区☎をご覧ください。児童手当係へ問い合わせを

### フォーラム「中野の子どもを中野のみんなで育てよう!

学校再編・地域連携係/7階  
☎(3228)5548 FAX(3228)5679

**日時** 2月8日(土)午後1時～3時  
**会場** 区役所6階会議室  
**申込** 2月5日までに(一社)グローハッピー☎で。先着45人  
☆グローハッピーなどとの共催

## スマホ操作にお困りの方へ

### 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** 都内在住の60歳以上の方  
**申込** 各開催日の1週間前までの平日午前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

### 相談会

**対象** 都内在住の60歳以上の方  
**会場・日程** 右表のとおり  
**時間** 午前9時から、午後1時から。各回3時間 ☆当日直接会場へ。一人当たり30分程度

スマートフォン普及啓発事業事務局 ☎(6775)9480

会場	日程(2月)
区民活動センター	新井 2日(日)
	東中野 2日(日)
	弥生 3日(月)
	桃園 3日(月)
	江古田 3日(月)
	鷺宮 4日(火)
	南中野 4日(火)
上高田 4日(火)	

会場	日程(2月)
区民活動センター	野方 4日(火)
	昭和 5日(水)
	東部 5日(水)
	大和 5日(水)
	鍋横 5日(水)
	沼袋 6日(木)
	上鷺宮 6日(木)

会場	日程(2月)
区役所1階	19日(水)
区民活動センター	桃園 1日(土)・10日(月)
	上高田 1日(土)・11日(火・祝)
	大和 1日(土)・12日(水)
	江古田 2日(日)・10日(月)
	新井 9日(日)
	東中野 9日(日)
弥生 10日(月)	

会場	日程(2月)
区民活動センター	鷺宮 11日(火・祝)
	南中野 11日(火・祝)
	野方 11日(火・祝)
	昭和 12日(水)
	東部 12日(水)
	鍋横 12日(水)
	沼袋 13日(木)
上鷺宮 13日(木)	

あなたのお悩み解決します。お気軽にご相談ください。

## 無料法律相談会

**日時** 令和7年2月17日(月) 9:30～14:30  
**会場** 中野区役所1階 ミーティングルームB  
申込み: 令和7年2月4日～2月13日 相談時間30分  
第二東京弁護士会・法律相談課 ☎03-3592-1855  
受付時間=月～金 9:30～16:30  
●先着12名(当日空きがあれば14:00まで会場受付にて予約可能)  
会場受付=中野区役所1階 ナカニワ相談会エリア

相談料 無料

広告