

「令和7年度中野区食品衛生監視指導計画」を策定しました

食品衛生係
(中野2-17-4中野区保健所)
☎(3382)6664 FAX(3382)6667

この計画は、食品衛生法に基づき、みなさんから意見を募集して策定しました。

計画の全文は3月21日から、区HP、図書館、中野区保健所でご覧になれます。



令和7年度分の国民年金学生納付特例の申請は4月1日から受け付けます

国民年金係/2階
☎(3228)5514 FAX(3228)5456

この制度は、国内の学校に在学する20歳以上の学生で、国民年金保険料の支払いが困難な方の納付を猶予するものです。

申請は毎年度必要です。郵送または直接、国民年金係へ。マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからも申請できます。

☆必要書類や本人の所得による制限、対象外の学校などについて詳しくは、区HPをご覧ください。同係へ問い合わせを

催し・講座

園芸緑化相談

環境・緑化推進係/8階
☎(3228)5516 FAX(3228)5673

内容 区内在住の方が対象。中野区造園緑化業協会に相談できます

日時 4月3日・17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

パソコン・スマホ教室(5月開講)

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

内容 パソコン入門、ワード・エクセル、LINE講座など全7コース。各コース定員6人、週1回2時間、全4回～8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)

参加費 7,500円～18,000円

☆テキスト代別途必要

申込 往復ハガキで、受講を希望する会場の各分室へ。4月18日必着

☆結果は4月25日までに郵送。日程などについて詳しくは、中野区シルバー人材センターHPをご覧ください。同センターへ問い合わせを

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

内容・日時 パソコン体験=4月18日(金)午前10時～午後3時、スマホ入門=19日(土)午前10時～正午、スマホLINE入門=19日(土)午後1時～3時

対象 区内在住・在勤の方

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の各分室へ。4月8日必着。抽選で各回・各会場6人(計54人)。☑講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、受講希望会場(返信用にも住所、氏名を記入)

☆結果は、4月15日までに郵送



募集・求人

令和7年度特別区職員(I類)

人事係/8階
☎(3228)8041 FAX(3228)5647

試験案内は、特別区人事委員会HPをご覧ください。申し込みは、3月24日までに同HPで。

試験日(一次) 4月20日(日)

問合先 特別区人事委員会事務局任用課採用係☎(5210)9787

Ⅲ類・経験者・障害者選考は

6月26日に試験案内を公表します。申し込みの受け付けも同日から。

「区民公益活動に関する政策助成」助成事業

公益活動推進係/4階
☎(3228)3251 FAX(3228)5620

区民団体が行う公益活動で、区の政策目的の実現に貢献する活動に対し、内容等を審査した上で、対象となる経費総額の3分の2以内を助成します。

助成の対象となる活動や申請方法などについて詳しくは、手引き(区HPから入手可)をご覧ください。

助成限度額 1事業20万円で1団体につき2事業

申込期間 4月1日～21日

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。

自衛隊幹部候補生(一般・歯科・薬剤科)

受験資格 一般・大卒程度=22歳以上26歳未満、一般・院卒者=修士課程修了者で20歳以上28歳未満、**歯科**=20歳以上30歳未満、**薬剤科**=20歳以上28歳未満

受付期限 4月4日

予備自衛官補(一般・技能)

受験資格 一般=18歳以上52歳未満、**技能**=18歳以上で、保有する技能に応じて53歳～55歳未満

受付期限 4月8日

一般曹候補生

受験資格 18歳以上33歳未満
受付期限 5月7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



区施設へは、公共交通機関をご利用ください

高齢者・介護

3月～6月に民生委員が高齢者調査を実施します

地域支えあい活動支援係/4階
☎(3228)5582 FAX(3228)5620

75歳以上の高齢者のみで暮らしている世帯を訪問し、生活状況や健康状態について伺います。心配なことがあったら相談を。万が一の救急搬送等に役立つ「緊急連絡カード」などについても案内します。
☆民生委員は「民生児童委員証」を携帯しています

65歳以上の普通徴収の方へ「介護保険料決定通知書」を4月中旬に郵送します

介護資格保険料係/3階
☎(3228)6537 FAX(3228)5620

介護保険料を納付書または口座振替(普通徴収)で支払っている方が対象です。

この通知の保険料額は、令和6年度の住民税の課税状況などを基に仮計算したものです。

令和7年度の住民税課税状況などを基に再計算した保険料の決定通知書は、7月中旬に年金天引き(特別徴収)を含めた全ての方へ改めて郵送します。

65歳以上の方へ4月から带状疱疹定期予防接種が始まります

保健予防係(中野区保健所)
☎(3382)6500 FAX(3382)7765

対象の方へ予診票を6月末までに郵送します。

予診票が届く前に接種を希望する方は、保健予防係へ問い合わせを。

対象 区内在住で、来年3月31日現在、次のいずれかの条件を満たす方

- ①65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上
- ②60歳～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害により身体障害者手帳1級を有する

☆これまでに带状疱疹予防接種を受けたことがある方は対象外

接種実施期間 4月1日～来年3月31日

詳しくは、区HPをご覧ください



上記の対象とならない50歳以上の方も接種費用の一部助成を受けられます

区内在住で50歳以上の方が対象。希望する方は、実施医療機関で相談を。

詳しくは、区HPをご覧ください



実証運行を継続します 若宮・大和町地域のコミュニティ交通

交通政策係/9階 ☎(3228)5819 FAX(3228)5668

鷺ノ宮駅付近～白鷺せせらぎ公園～高円寺駅をワゴン車が運行しています。この実証運行を4月以降も継続します。

運賃 大人=200円、子ども=100円

70歳以上の方は「高齢者割引証」の提示で100円引き

事前申込制。年齢が確認できる書類(健康保険証など)を持って、区役所9階窓口などで申請を。 ☆既に割引証をお持ちの方には、新しい割引証を4月上旬に郵送します。届いたら、新しい割引証をお使いください

遺産分割がまとまらない 相続預貯金が使われていた 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

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