

HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可 HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます

日時 11月8日(木)・9日(金)午前9時~午後5時  
会場 区役所1階区民ホール



▲気軽に相談を(昨年の様子)

介護制度運営担当/2階  
TEL(020)5009-0000  
FAX(020)5009-0002  
福祉用品展示と介護相談  
介護ベッド、車いす、電動  
カートなどの展示・体験会。  
主任ケアマネジャーなどに介  
護の相談もできます。誰に  
とっても身近な介護について  
考えてみませんか。

11月11日は「介護の日」



高齢者・介護情報

及び正面玄関前  
☆当日直接会場へ。中野区介  
護サービス事業所連絡会との  
共催  
「介護の日」を中心に  
催しがたくさん  
11月は、介護サービス事業  
所主催のイベントが多数あり  
ます。  
催しの内容などについて詳  
しくは、区HPが、区役所2階  
高齢者総合窓口で配布するパ  
ンフレットをご覧ください。

①認知症の困りごと  
デイホームゆりの木中野  
中央1-13-8  
TEL(03)3704-5300  
FAX(03)3704-5422  
日時 11月18日(日)午後1時  
半~3時半  
申込み 10月21日~11月17日  
に電話で、デイホームゆりの  
木中野へ  
②「親族後見について」と  
専門職を交えた懇談  
弥生町3-33-8  
TEL(03)7098-0841  
FAX(03)7098-0802  
日時 11月26日(月)午後1時  
~3時  
申込み 10月22日~11月20日  
に電話で、やよひの園へ

江古田の森公開セミナー  
「認知症サポーター養成  
講座」  
介護員整備担当/6階  
TEL(020)5009-0001  
FAX(020)5009-0002  
認知症に関する正しい知識  
や認知症の方やその家族への  
接し方などを、介護福祉士か  
ら学びます。  
日時 11月10日(土)午後2時  
~3時半  
会場申込み先 東京総合保  
健福祉センター江古田の森  
(江古田3-14-19) TEL(03)3711-  
8371-1  
申込み 10月21日~11月9  
日に電話で、右記の申込み先  
へ。先着50人程度

10月31日は介護保険料・  
後期高齢者医療保険料  
10月分(7期分)の納期限です。  
忘れずに納付を  
☆口座振替の方は、前日までに  
残高の確認を

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。  
見積は無料!  
0120-283691  
中野区鷺宮  
6-28-6-211  
http://www.sagirokuzoen.com  
info@sagirokuzoen.com

外壁・屋上の防水/総合リフォーム  
マルトモ  
中野区物件を手掛け20年余り、ビル・マンション  
から一戸建等その数は1000棟に達しています  
修繕工事専門会社です。修繕工事・防水工事等で、  
私達の技術を活かして下さい!  
03-5380-0065(代)  
marutomomercury.dti.ne.jp  
有限会社マルトモ

Flower Arrangement School  
フラワーアレンジメント教室  
参加ご希望の方は10月29日(月)まで  
にお電話にてお申し込み下さい  
「秋の半月リース」  
アレンジを予定  
しています。  
講師:グリーンコースト  
参加料:500円  
(お一人様)※花材代込み  
11月6日(火)14:00~  
TEL 6454-0019

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

中野区国際交流協会から  
のお知らせ(4件)  
中野区国際交流協会  
中野2-9-7(なかのNERO  
西館内)  
TEL(03)4209-1000  
FAX(03)3030-0200  
①外国人のための無料専門  
家相談会(法律・ビザ・税  
務・労働・経営・教育)  
通訳付きで、弁護士など  
の専門家に無料で相談でき  
ます。  
日時 11月10日(土)午後1  
時~3時半  
会場 なかのNERO西館  
対応言語:英語、中国語、韓  
国・朝鮮語、スペイン語、ポ  
ルトガル語、フィリピン語、  
アラビア語、ネパール語、や  
さしい日本語  
☆当日直接会場へ。お知り  
合いに外国人の方がいたら、  
このことをお伝えください

②国際交流カフェ  
地域に住む日本人、外国  
人が日本語でおしゃべりし  
て、交流を深めます。どな  
たでも気軽に参加を。  
日時 11月10日(土)午後2  
時~4時  
会場 鍋橋区民活動センター  
(本町5-47-13)  
参加費 200円程度(お茶代)  
☆当日直接会場へ  
③国際スポーツ交流「ボツ  
チャ」  
さまざまな国の方と交流  
しながら、パラリンピックの  
種目「ボッチャ」を体験しま  
す。  
日時 11月17日(土)午後1  
時~4時  
会場 なかのNERO西館  
参加費 100円  
申込み 10月22日~11月16  
日に電話か、電子メール  
nic@nifty.com(11月17日  
スポーツ交流申込)、住所、  
氏名、電話番号、出身国を  
記入で、中野区国際交流協  
会へ。先着40人程度  
④中国の家庭料理講習会  
中国東部の江蘇省出身の  
方に、豚肉と野菜の煮込み  
などの家庭料理を教わりま  
す。

「ユニークダンスを楽しむ  
区民の集い」送迎自動車  
利用希望者は申し込みを  
中野区障害福祉事業団  
TEL(03)3030-2041  
FAX(03)3030-2042  
12月2日(日)午後1時か  
ら産業振興センター(中野2-  
13-14)で開催する「ユニ  
ークダンスを楽しむ区民の集  
い」。車いすで参加する方は、  
会場までリフト付き送迎自  
動車を利用できます。  
申込み 10月22日~29日に  
電話またはファクシミリ(住  
所、氏名とふりがな、電話番  
号、車いすの種類、介助者の  
有無を記入)で、中野区障害  
福祉事業団へ。先着20人



▲6月の家庭料理講習会の様子

都営住宅家族向け・  
単身者向け)入居者募集  
東京都住宅供給公社(JKK東  
京募集センター)  
TEL(0570)010-8100(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 11月  
1日~9日に区民活動セン  
ター、区役所1階総合案内  
窓口、同9階住宅政策担当、  
JKK東京募集センターおよ  
び同窓センターで  
☆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  
申込み 募集案内に同封の  
申込書を渋谷郵便局へ郵送  
☆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。電話での  
問い合わせは、申込書配布  
期間中の平日午前9時~午  
後6時に利用可

年金相談をする方は  
事前予約のご利用を  
中野年金事務所  
中野2-4-25  
TEL(03)3030-0111  
年金の請求や見込み額、  
被保険者記録などについて  
相談できます。相談を希望  
する方は、「予約受付専用電  
話」TEL(0570)0514890  
(ナビダイヤル)か中野年金  
事務所へ、原則、事前予約  
をしてください。  
裁判所の調停委員による  
無料調停相談会  
東京家事調停協会  
TEL(03)5009-0002  
土地建物、金銭債務、近  
隣問題、交通事故や家庭  
内、親族間のもめごとにつ  
いて、調停手続きの相談がで  
きます。弁護士も参加し、  
秘密厳守で応じます。  
日時 11月10日(土)午前10  
時~午後3時半  
会場 西武池袋本店7階(豊  
島区南池袋1-28-1)  
☆当日直接会場へ。詳しく  
は、東京家事調停協会(平日  
午前10時~午後4時)に問  
い合わせを