

♪ FUN FAN なかの ♪  
楽しい! 大好き!

地域の架け橋となる  
学生たち



国際交流運動会の実行委員長と副委員長

CONTENTS

- |     |                           |    |                |
|-----|---------------------------|----|----------------|
| 1-3 | FUN FAN なかの 地域の架け橋となる学生たち | 7  | 引っ越し等の手続きはお早めに |
| 4-6 | 民生委員・児童委員(前編)             | 16 | 災害に備えましょう      |

# FUN FAN なかの

楽しい! 大好き!

## 地域の架け橋となる 学生たち

副実行委員長  
渡邊夏佳さん

実行委員長  
中村洋介さん

副実行委員長  
芦田祐夏さん

昨年11月3日に初開催された、国際交流運動会「Nakano Borderless」<sup>ナカノボーダレス</sup>。多様な文化背景を持った人々が共に生きる「ボーダレスな(国境のない)」中野を目指して、明治大学国際日本学部山脇ゼミの学生たちが企画したものです。14か国の方が参加したこのイベントについて、実行委員の学生たちに話を聞きました。

### — 運動会を企画したきっかけは

**中村:**そもそも、2018年に東京都主催の多文化共生プレゼンコンテストで発表した企画なんです。

**芦田:**日本人と外国人が言葉の壁を越えて交流するには、運動会が最適だと提案し、最優秀賞をいただきました。

**渡邊:**その時は、実現までは考えていなくて。でも、プレゼン内容を山脇ゼミ主催の「なかの多文化共生フォーラム」で発表したら、参加していた中野区長や中野区観光協会理事長などから、「ぜひ実現を」と後押しされたこともあり、昨年1月ごろから動き始めました。

### — 実施までの道のりはどうだった

**中村:**それからが大変だったよね。僕たち全員4年生なので、ちょうど就職活動も重なってたし。

**芦田:**そうそう。実行委員会設立や補助金申請など初めての手続きが盛りだくさんで、四苦八苦しました。

**渡邊:**そんな時、地域のみなさんが親身になってアドバイスしてくれたのがとてもありがたかったです。

**中村:**書類の書き方や集客のノウハウを教えてくれたり、会場借用のために尽力いただいたり、中野に関わる多くの方が支えてくれました。

**芦田:**例えば、困っていることをAさんに相談すると、「じゃあ、こういう人がいるよ」とBさんを紹介してくれ、さらにBさんがCさんをとった形で人と人のつながりが広がったよね。

**渡邊:**なかなか参加者が集まらなくて苦労していた時も、チラシを配る場所を紹介してくれました。



▲会場は明治大学附属中野中学・高等学校校庭



### — 運動会に来た人の反応は

**中村:**当日は、総勢157人が参加。そのうち、外国人34人と日本人49人が5チームに分かれて障害物競走や綱引きなどで競いました。

**芦田:**小さなお子さんがいる家族や学校の友達同士など幅広い年齢、職業の方が集まってくれたね。

**渡邊:**さまざまな国籍の人と交流できるよう、チーム分けを工夫しました。日本語学校の留学生が、次の企画があったらまた参加したいと言ってくれたのがうれしかったな。

**芦田:**チーム内で自発的にお互いの連絡先を交換している人たちもいて、国際交流の一端を担えたと思いました。

**中村:**アンケートでもまた参加したいという回答がたくさんあって、手応えを感じましたね。

**渡邊:**最後は全員で盆踊り。サンバのリズムで炭坑節を踊って大いに盛り上がりました。



### — 中野の印象は変わりましたか

**芦田:**入学したての頃は「サブカルのみち」というイメージだったなあ。

**渡邊:**私も。最初は中野駅とキャンパスのある中野四季の森公園周辺しか知らなかったしね。

**中村:**僕もそうだった。だけど、今回いろんな人と関わりを持って「古き良きまち」だと感じたな。人と人とのつながりが濃いと思った。

**渡邊:**たくさんの方の温かさを感じました。卒業してもOGとして、今後の活動に関わりたいですね。

**中村:**うん。本当にそう思う。今回の企画にも多くのOB・OGが手を貸してくれました。

**芦田:**実は、今年度のプレゼンコンテストでも最優秀賞を受賞したんです。この中で提案した企画が実現に向けて動き出したら、ぜひ、中野のみなさんとのつながりを下級生にもつなげたいですね。



## 留学生から見た中野

運動会当日は、司会を担当。参加した子どもたちが友達感覚で接してくれて、まさにボードレスだと思いました。

中野は「人の情にあふれているな」と感じます。以前、レンガ坂にあるお店を紹介したくて、許可を得に伺ったら、他にもおススメのお店があるよと、いろいろなお店を教えてくださいました。みなさん本当に親切ですね。

山協ゼミの**韓国人留学生**

イスンジュ  
**李承注さん**



▲山協ゼミのみなさん

中野の多文化共生のまちづくりに少しでもお役に立てたらうれしいですね

**山脇啓造教授**



# 民生委員・児童委員は みなさんの身近な相談相手です

前編



▲東京都民生委員・児童委員のキャラクター「ミンジー」

地域支えあい活動支援係／5階 ☎(3228)5582 FAX(3228)5620

「介護に疲れた」「子育てが不安」「健康面や生活が心配」などの悩みを抱えていませんか。民生委員・児童委員、主任児童委員は、これらの相談を受け関係機関につなぎます。厚生労働大臣から委嘱を受けた無報酬の特別職公務員で、相談した方の秘密は守られるので、気軽に相談してください。

各委員は担当区域が決まっており、任期は3年です。昨年12月1日付で一斉に改選されたので、今号と次号に分けて紹介します。

南中野地区		
氏名	電話番号	担当区域
河合 明	080(1003)9578	南台1丁目1~8番、15番
五味 尚代	(3376)7780	南台1丁目9~14番、南台2丁目1~3番、18~22番
小林 智子	(5388)7275	南台2丁目4~17番、南台4丁目1番(5号)、3番(5~7号)、5番(12~14号)、6番(1~3・10~11号)
浅川 茂樹	(3381)1252	南台2丁目23番、24番、34~40番、41番(1~7・18~20号)、42番
藤原 亮一	(6677)9206	南台2丁目25~33番、45番、46番(1号)
飯原 順子	(3382)4121	南台2丁目46番(2~11号)、48~52番
飯沼とき江	(3382)1122	南台3丁目37~44番、46番(1~5・33・34号)
熊澤紀代子	(3381)3516	南台3丁目1~5番、6番(1~6号・16号と26号の一部・27~28号)、7~14番、20番、32番
吉川 順子	(3381)9650	南台3丁目15~19番、21番、26番(1~11・24号)、27~31番、33~36番
田中 晴美	(5385)0768	南台3丁目6番(8・14・17・19・22・25号・16号と26号の一部)、22~25番、26番(12~23号)
山川 義則	(3381)3124	南台4丁目1番(1~4・6~7号)、2番、3番(5~7号を除く)、4番、5番(3~11号)、6番(4~9号)、7~16番
川島世師子	(5385)6489	南台4丁目17~28番、33~36番
田代美千代	(3381)8527	南台4丁目52~65番
布施 律子	(3381)8383	南台4丁目29~32番、37~38番、39番(1・10~12号)、44番(7~10号)、45~49番
田村 浩美	(3381)8059	南台5丁目9~16番、18番(1~3・13・14号)、19~23番
土屋佐津子	(3382)2565	南台5丁目17番、18番(4~12号)、26~33番、34番(3~9号)
浅野 晶子	(6875)2588	弥生町6丁目1番、3~14番、南台3丁目45番、46番(6~32号)、南台5丁目24~25番、34番(1~2・10~11号)
相場 久恵	(5340)7262	弥生町6丁目2番
長沼 恵子	090(3242)6141	弥生町5丁目1~11番
野中 聖子	(3380)0329	弥生町5丁目12~23番
赤坂 邦子	(3382)5886	南台2丁目41番(8~17号)、43番、44番、47番、弥生町4丁目1番(1~6・13~16号)、20~25番
清水 眞子	(3384)8509	弥生町4丁目15~19番、26~37番
杉山 郁子	(3381)0924	弥生町2丁目43~53番、弥生町5丁目24~27番
樋口 尚子	(3384)1512	弥生町4丁目1番(7~12号)、2~14番
山本はる江	(3372)6184	弥生町3丁目28~36番

遠藤 文夫	(3372)2569	弥生町3丁目1番(5~15号)、2~8番、9番(5~19号)、12番(8~14号)、13番
小黑美代子	(3372)1898	弥生町3丁目14番、15番(4~8号)、19~22番、24番(7~25号)、27番
増淵 恵子	080(3704)6667	弥生町1丁目38番(1~10・24・25号)、39番、弥生町3丁目1番(1~4・16~18号)、9番(1~4・20号)、10番、11番、12番(1~7・15~18号)、15番(1~3・9・10号)、16~18番、23番、24番(1~6・26号)、25番、26番
望月加代子	(3372)5257	主任児童委員(南中野地区全域)
赤津 知子	(3382)6448	
欠員	(3228)5582	南台4丁目39番(2~9号)、40~43番、44番(1~6号)、50~51番、南台5丁目1~8番

弥生地区		
氏名	電話番号	担当区域
石田恵美子	(3372)1215	弥生町1丁目1~7番
江野畑あや子	(3372)5323	弥生町1丁目8~11番、21~28番、58番、59番
渡辺 章江	(3372)0878	弥生町1丁目29番、30番、52~57番、60番
村野美穂子	(3375)7992	弥生町1丁目12~20番、31番、32番、34~36番
八鍬 幸子	(3375)7615	弥生町1丁目33番、37番、38番(11~23号)、40~51番
熊澤 恵子	(3372)9366	弥生町2丁目5~14番、20~22番
早乙女久美子	(5371)0304	弥生町2丁目1~4番、15~19番
五味香代子	(3382)1626	弥生町2丁目23~42番
佐藤あや子	(3373)8896	本町1丁目1~9番
柳野恵美子	(3372)4641	本町1丁目10~12番、13番(1~8号)、15番(1~6・25号)、16~30番
上野美恵子	(3372)7882	本町2丁目1~5番、15~28番
渡辺 華江	(3372)4673	本町2丁目6~14番、本町3丁目1番、7番、15番
徳田美代子	(3370)9748	本町2丁目29~36番、39~45番
日江井フミ子	(3372)7819	本町2丁目37番、38番、52番、53番、本町3丁目16番、17番、25番、26番
山崎久美子	(3372)6071	本町3丁目2~6番、8~11番、本町4丁目1番、2番
堀越みゆき	(3320)0114	本町3丁目12~14番、18~24番、本町4丁目3番、4番
山本麻由美	(3373)3147	主任児童委員(弥生地区全域)
越坂部干明	(6315)7501	

東部地区		
氏名	電話番号	担当区域
深沢 行代	(3372)0463	本町1丁目13番(9~18号)、14番、15番(7~24号)、31番、32番、中央1丁目1番、21番、33~39番
由井美恵子	(3372)1701	本町2丁目46~51番、54番
幕内真由美	(3374)5870	本町3丁目32~33番、本町4丁目5番、中央3丁目23番
藤井 裕子	(3363)1826	中央2丁目1~6番、29番、30番
飯田 敬子	(3366)4016	中央1丁目2~12番、13番(9~11号)、14番、15番、18番、19番、20番(1~4・18~35号)
川口みさ子	(3361)4324	中央1丁目16番、17番、20番(5~17号)、22~24番、26~32番
堀 すが子	(3369)9728	中央1丁目40~50番
小林 真里	(3368)1215	中央2丁目7~20番
坂口江美子	(3361)7214	本町3丁目27~31番、中央2丁目24~28番、31~33番、46番、47番
水野 満江	(3369)2755	中央2丁目34番、38~45番
山田三恵子	(3368)1712	中央2丁目48~56番
米ノ井英次	080(3258)3994	中央3丁目1番、2番、22番、24~26番
小池 久子	(3361)8624	中央2丁目35~37番、57~59番
小堀 敬子	(3365)5847	中央1丁目13番(1~8号)、25番、51番、52番、中央2丁目21~23番、東中野1丁目2~9番、東中野2丁目1~3番
小林 淳子	(3369)7563	東中野1丁目37~50番
久保田朋子	(3363)6599	東中野1丁目1番、15~23番、36番
中村 恵子	(3369)7090	東中野1丁目51~59番
鈴木 静子	(3369)8572	東中野1丁目10~14番、24番、25番
永長由美子	(3366)5610	東中野1丁目26~35番
神山 映子	(3369)8621	東中野2丁目4~8番、18番、19番
辻本美禰子	(3369)3575	東中野2丁目17番、20~28番
大倉 晴子	(3368)5359	東中野2丁目9番、10番、15番、16番、29~34番
小熊 笑子	(3361)1966	東中野2丁目11~14番、35番、36番
平泉 紀子	(3369)7497	中野1丁目1~8番、26番、27番
佐藤 浩子	(3368)9107	中野1丁目9~20番、22~25番
橋本 和子	(3361)1820	中野1丁目21番、28~31番、33~39番
河本 茂子	(3362)3797	中野1丁目40~49番、51番
加藤 洋子	(5386)8724	中野1丁目52番、53番、54番(1~5号)、56番(7~13号)、57~63番
高山 直子	(3369)6471	主任児童委員(東部地区全域)
森尻千佐子	(3367)6836	

鍋横地区		
氏名	電話番号	担当区域
木村 浩子	(3381)3576	本町5丁目1~6番、9~14番、24~29番
清水 雄二	(3382)8223	本町5丁目7番、8番、15~23番
吉原 悦子	(3380)5063	本町5丁目30~47番
橋本 久子	(3380)5369	本町4丁目7~11番、14~17番
小網 憲	(3381)3893	本町4丁目12番、13番、22~26番
福岡 正枝	(3384)9595	本町4丁目6番、18~21番、29番
高橋富美子	(3383)5939	本町4丁目27番、28番、31~36番、本町5丁目48番
秋元智恵子	(3384)9034	本町4丁目37~38番、本町6丁目1~5番、11~13番
白井 晴子	(3381)3737	本町4丁目30番、43~44番、中央4丁目2~3番、8番

竹内ひろ子	(3381)4941	中央3丁目30~36番、中央4丁目1番、9番、10番
齋藤 明美	(3381)0824	本町6丁目6~10番、23番、24番、31~33番、39~41番
増崎 明子	(3229)7347	本町4丁目39~42番、45~48番、本町6丁目14番、15番、16番(12号の一部・13~22号)、17番(1~6号)
伊知地晃子	(3381)1459	本町6丁目16番(1~11号・12号の一部)、17番(7~15号)、18~22番
喜多あゆみ	(3229)1066	中央5丁目5~10番
中畑 佳子	(3383)1908	中央5丁目15~19番、20番(1~7・13~15号)、21番(1・6~14号)、27番(1~13・24~34号)
寺崎 益枝	(3384)3996	本町6丁目27~30番、34~38番、42~45番
飯塚ひさえ	090(4053)2147	主任児童委員(鍋横地区全域)
坂主美奈子	080(4688)3037	
欠員	(3228)5582	中央4丁目4番、5番、6番(1~13・18~32号)、7番、中央5丁目1~4番、11~14番、本町6丁目25番、26番

桃園地区		
氏名	電話番号	担当区域
松村美枝子	(3366)0051	中央3丁目3~6番、17~21番、27番
小島 修一	(3361)5470	中央3丁目7~10番、15番、16番、45~47番
内川久美子	(6304)8074	中野1丁目32番、50番、54番(6~16号)、55番、56番(1~6号)、中野2丁目1番、2番、17番、中央3丁目11~14番、48~51番、中央4丁目42番、43番、44番(6・8号を除く)、45番、52番
小林喜代子	(3229)1238	中央3丁目28番、29番、37~44番、中央4丁目21番
小林 清美	(3384)9807	中央4丁目11~14番、20番、22番、23番、31~33番、49~51番
菅沢 和恵	(3383)9803	中央4丁目34~41番、44番(6・8号)、46~48番
光 君江	(3382)5908	中央4丁目15~19番、24~26番、30番
忍田 宏子	090(4624)2564	中央4丁目27~29番、54~59番
浅野誉喜子	(3381)5644	中央4丁目6番(14~17号)、中央5丁目32~43番
西野 節子	(3381)6845	中央5丁目20番(8~12号)、21番(2~5号)、22~26番、27番(14~23号)、28~31番、44~48番
進藤伊久枝	(3383)6977	中野2丁目3~10番、14番、15番、16番(1~4号・5号と26号の一部・27~35号)
戸高 謙治	090(3577)7280	中野2丁目11~13番、23~26番、30番、中野5丁目31番
山田憲一郎	(3381)8038	中野2丁目16番(6~25号・5号と26号の一部)、18~22番、27~29番、中野3丁目31~33番、34番(2~8・32号)、中央4丁目53番、60番、61番、中央5丁目49番
星野 悦子	(3382)5109	中野3丁目1~14番、29番、30番
荒岡めぐみ	(5340)4368	中野3丁目15~27番
服部 裕子	(5343)1033	中野4丁目1番、2番、6番(1~5・27号)、7番(9・10号)、8~10番、13~22番、23番(1~7号)
古川 美代	(6356)0947	主任児童委員(桃園地区全域)
石川美穂子	(3381)6708	
欠員	(3228)5582	中野3丁目28番、34番(2~8・32号を除く)、35~50番

☆表中「欠員」となっている地区内の相談は、地域支えあい活動支援係の電話番号を記載しています

昭和・東中野地区		
氏名	電話番号	担当区域
長島 歩	090(8722)5545	中野5丁目32~35番、56番、58~67番、68番(1~3・22・23号)
城戸 晴子	(3389)2290	中野5丁目24番(16号)、40~43番、48~53番、55番
国保 真理	(3389)7440	中野5丁目36~39番、44~47番、54番、57番
神山美乃理	(3386)2047	中野5丁目25~30番
佐々木繁子	(3389)7818	中野5丁目6~8番、18~22番
加藤 節子	(3388)4886	中野5丁目1番、2番、3番(1~17・28~36号)、9~17番
千葉 光代	(3387)2977	中野5丁目3番(18~27号)、4番、5番、23番、24番(16号を除く)、上高田2丁目1番(1~16・26~33号)、3番(1~39号)
小林 弘美	(3362)7228	中野6丁目16番、17番、21~29番、30番(1~11・25~31号)、31番(1~3・18・19号)、32番(1~7・19~21号)
蓮見ゆう子	(3371)0521	中野6丁目1番、7~13番、18~20番
石坂真智子	(3361)3077	中野6丁目2~6番、14番、15番、30番(12~24号)、31番(4~17号)、32番(8~18号)
中川弥生子	(3360)9815	上高田1丁目1番(1~24・27~45号)、2番(1~27・40~51号)、3番(1~5号)
田代 治美	(3362)5988	上高田1丁目26番(1~9・17~21号)、27番(1~16・25~29号)、30番(1~3・9号)、31番(1~14・22~30号)、34番(1~9・17~23号)、35番(1~11・25~30号)、36番(1~10・21~26号)、37番(1~10・25~29号)
鋤柄 恭子	(3386)6493	上高田2丁目40番(1~13号・14号の一部・15・16・20~35号)、新井1丁目1番、2番(1~17号・25号の一部・26~28号)、3番(1~3・9~15号)
田邊 俊子	(3368)5273	東中野3丁目1~5番、7番、22~24番
田口 洋文	(3364)0203	東中野3丁目6番、8~11番、13番、14番
澤本 雅一	(3362)7396	東中野3丁目12番、15~21番
渡邊 公子	(3368)0127	東中野4丁目1~9番
丸本 玲子	(3366)3942	東中野4丁目10~21番
脇屋美智子	(3361)8680	東中野5丁目1~10番、12番
内田 光子	090(8814)1825	東中野5丁目11番、14~19番、27~29番
岸 哲也	(5389)7540	東中野5丁目13番、20~26番、30番
佐藤清一郎	(3228)0266	主任児童委員(昭和・東中野地区全域)
欠員	(3228)5582	東中野4丁目22~30番

秋山 妙子	(3319)9992	上高田2丁目20~23番、27番、28番、32~34番、54~58番
小池 大介	(3385)0948	上高田2丁目29~31番、38番、39番、40番(14号の一部・17~19号)、41~53番
高野 好造	(3389)9233	上高田3丁目15~22番、25~28番
飯田勇美永	(5380)4056	上高田3丁目23番、24番、29~41番
三木由美子	(3387)8073	上高田4丁目1~16番、18~23番
畠山 妙子	(3385)8404	上高田4丁目17番
久住 辰雄	(3386)8405	上高田4丁目24~26番
村上さおり	(3387)6015	上高田3丁目1番、2番、上高田4丁目27~48番
河野 孝子	(3388)0640	上高田5丁目13~16番、29~34番、46番、47番
荒井 優子	(3386)9714	上高田5丁目1~12番、17~24番
宮崎 直子	(3385)7427	主任児童委員(上高田地区全域)
欠員	(3228)5582	上高田3丁目3~14番、上高田5丁目25~28番、35~45番

新井地区		
氏名	電話番号	担当区域
成田 房雄	(5318)9141	中野4丁目3~5番、6番(6~26号)、7番(1~8号)、11番、12番、中野5丁目68番(4~21号)
星野 新一	(3386)2762	新井1丁目2番(18~24号・25号の一部)、15~22番、31~35番
野中 隆夫	090(5808)4501	新井1丁目3番(4~8号)、4番、5番、12~14番、23~30番
鈴木 公子	(3388)0308	新井1丁目6~11番、新井2丁目1~8番
田中 玲子	(3386)1495	新井2丁目24~35番、37番、38番
田子 裕之	090(4203)9668	新井2丁目36番、39~43番、新井3丁目17~23番、37番
佐藤千恵子	(3386)2061	新井3丁目1番、4~9番、11~13番、新井4丁目1番、2番、14番
伊澤 由美	090(3906)7847	新井3丁目10番、新井4丁目3~13番、15~17番
田村 洋子	(3389)4176	新井4丁目18~21番、松が丘2丁目1~6番、8番、9番
村松 聖子	(3319)0701	新井4丁目22~32番
松澤 好男	(3386)2679	新井5丁目1~16番
前川 祥子	(3388)9833	主任児童委員(新井地区全域)
欠員	(3228)5582	新井1丁目36~43番、新井2丁目9~23番、新井3丁目2番、3番、14~16番、新井5丁目17~33番、松が丘1丁目6番

上高田地区		
氏名	電話番号	担当区域
岡見 初音	(3386)0604	上高田1丁目7~16番
近藤 裕子	(3386)6029	上高田1丁目1番(25・26号)、2番(28~39号)、3番(6~12号)、4~6番、17~19番、22~25番、26番(10~16号)、27番(17~24号)、28番、29番、30番(4~8号)、32番
田中 恵子	(3387)2847	上高田1丁目20番、21番、31番(15~21号)、33番、34番(10~16号)、35番(12~24号)、36番(11~20号)、37番(11~24号)、38~40番
秋野 昌子	(3389)6831	上高田1丁目41~50番
辻 尚美	(3386)1281	上高田2丁目1番(17~25号)、2番、3番(40~50号)、4~11番
田川 礼子	(3386)3352	上高田2丁目12~19番、24~26番、35~37番

## 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/5階  
☎(3228)5582 FAX(3228)5620

75歳以上の高齢者のみの世帯を訪問し、健康状態や困っていることなどについて伺います。心配なことがあったら相談を。緊急連絡カードの作成についても案内します。

☆民生委員は、必ず「民生児童委員証」を携帯しています

☆表中「欠員」となっている地区内の相談は、地域支えあい活動支援係の電話番号を記載しています

# 引っ越し等の手続きはお早めに

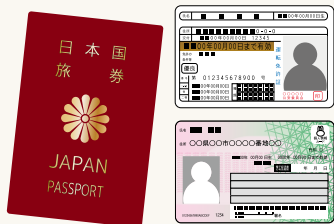
春は入学や就職、転勤など節目の季節。区役所では3月から4月にかけて、引っ越しに関する届け出が集中し、普段よりも手続きに時間が掛かります。

できるものから早めに手続きしておきましょう。手続きなどについて詳しくは、[区HP](#)や昨年末に配布した「わたしの便利帳」もあわせてご確認ください。

## ◆手続きには本人確認書類が必要です

例 運転免許証、パスポート、マイナンバーカードなど

☆代理人が手続きをする場合には、委任状などが必要になることがあります。あらかじめ各係へ問い合わせを



## ◆区役所1階総合窓口の混雑状況などをスマートフォンやパソコンでご覧になれます

管理運営係／1階

☎(3228)8818 FAX(3228)5653

[区HP](#)(右記二次元コード)からご利用ください。



### こんなことが確認できます

- ①お出掛け前には 自宅や外出先で、その時点での窓口混雑状況
- ②区役所に到着後には 受付発券機で番号札を発券します。札の二次元コードをスマートフォン等で読み取ると、自分の番号が呼び出されているかが分かります

## 区役所では、夜間・休日窓口を開設しています

住民記録係／1階 ☎(3228)5500 FAX(3228)5653

転入・転出など一部の手続きでは、夜間・休日窓口を利用できます。利用可能な手続きについて詳しくは、[区HP](#)(右記二次元コード)をご覧ください。



▲夜間窓口 ▲休日窓口

**開設日時** 毎週火曜日＝午後8時まで  
毎週日曜日＝午前9時～午後4時

転出届は郵送で提出できます

[区HP](#)をご覧ください。か、住民記録係へ問い合わせを。



## 地域事務所もご利用を

転入・転出の届け出や各種証明書の発行などの手続きが行えます。

**開設日時** 平日午前8時30分～午後5時

地域事務所	所在地	電話番号
南中野	弥生町5-11-26	(3382)1457
東部	中央2-18-21	(3363)0752
江古田	江原町2-3-15	(3954)6812
野方	野方5-3-1	(3330)4201
鷺宮	鷺宮3-22-5	(3330)4112

## 主な手続きの問合せ先

■ **住民異動届** 住民記録係／1階  
☎(3228)5500 FAX(3228)5653

■ **後期高齢者医療保険** 後期高齢者医療係／2階  
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

■ **国民年金** 国民年金係／1階  
☎(3228)5514 FAX(3228)5654

■ **区立小・中学校への転入学** 学事係／5階  
☎(3228)5459 FAX(3228)5680

■ **国民健康保険** 資格賦課係／2階  
☎(3228)5511 FAX(3228)5655

■ **児童手当、(乳)医療証、(子)医療証** 子育て窓口／3階  
☎(3228)5484 FAX(3228)5657

### 就職・離職した方へ

職場の健康保険に加入した(国保をやめる)、またはやめた(国保に加入する)場合は手続きが必要です。詳しくは、資格賦課係へ問い合わせを。

■ **児童育成手当、児童扶養手当、特別児童扶養手当、ひとり親医療証** 児童手当・子ども医療費助成係／3階  
☎(3228)8952 FAX(3228)5657

## 中野区議会 第1回定例会

3月23日(月)まで開会中

区議会事務局／3階

☎(3228)5585 FAX(3228)5693

### 会議日程

本会議=3月9日・23日、**予算特別委員会**=2月25日～28日、3月6日、**予算特別委員会分科会**=3月2日～4日、**常任委員会**=3月12日・13日・16日、**特別委員会**=3月17日・18日 ☆どなたでも傍聴できます。日程は、変わることがあります

**開会** 午後1時から。ただし、2月25日～28日の**予算特別委員会**は、午前10時に開会

### 一般質問放送日時(J:COMチャンネル)

☆区内のみ視聴可

2月29日(土)、3月1日(日)・7日(土)・8日(日)=午後5時～7時45分、3月2日(月)・4日(水)・6日(金)=午後6時～7時30分

☆放送についての問い合わせは、J:COM東京☎0120(914)000へ(午前9時～午後6時)

### 国民健康保険料の第9期分

3月2日は納期限です。忘れずに納付を

☆口座振替の方は、事前に残高の確認を

スマートフォンをお使いの方へ

「中野区ごみ分別アプリ」で  
収集日などを確認できます



▲中野区ごみ減量キャラクター「ごみのん」のアイコンが目印

ごみ減量推進係(リサイクル展示室内)  
☎(3228)5563 FAX(3228)5634

「ごみ収集日カレンダー」、「ごみ分別辞典」、ごみ出し忘れ防止のための「アラート機能」など、便利な機能があります。引っ越しが多くなるこの時期にぜひご利用ください。

**利用方法** 下記の二次元コードを読み取り、アプリをダウンロードします。詳しくは、[区HP](#)で確認を ☆英語・中国語(簡体字)・ハングルに対応した外国語版も配信中



▲iPhone用



▲Android用

どこでもルールを確認できて便利だよ。資源とごみの分別に協力してね



## 若者を狙った

## トラブルにご注意を

成人になったばかりの若者を狙った、マルチ商法などのトラブルが起きています。消費者金融での借入れを求められる事例も。

### 例えばこんなケース

- 「楽に稼げる仕事がある」と勧誘を受けた
- 「配当や紹介料が入るから」と出資を勧められた
- ▶▶ その結果、高額な教材を買わされ、借金だけが残った

### 甘い話には裏があるかも

東京くらしWEBでは、上記のようなケースを、事例を通して解説しています。分かりやすい4コマ漫画も掲載。ぜひご覧ください。



消費生活センター／1階

☎(3389)1191 FAX(3389)1199

☆相談専用電話☎(3389)1196  
(平日午前9時30分～午後4時)

3月9日(月)・10日(火)

### 消費者被害特別相談 「若者のトラブル110番」

SNSなどを通じた契約トラブルが増えています。意に沿わない勧誘による契約などについて、消費生活相談員に電話で相談できます。

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**時間** 午前9時30分～午後4時

☆上記の相談専用電話で受け付け



## お知らせ

### 都市計画案の縦覧(2件)

次の①②とも

**縦覧場所** 区役所9階2番窓口、東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課

**意見を提出できる方** 区内(①は都内)在住・在勤・在学の方、案件に直接利害関係のある方

**意見提出の方法** 意見書(書式自由)を郵送または直接、東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課(〒163-8001住所不要)へ。住所、氏名とふりがな、電話番号、在勤・在学の方は勤務先・通学先の名称と所在地、利害関係のある方はその理由(②のみ)

#### ①「東京都市計画都市高速鉄道西武鉄道新宿線」

東京都都市整備局都市基盤部交通企画課

☎(5388)3284 FAX(5388)1354

西武鉄道新宿線西武新宿駅～上石神井駅間の複数線化計画の廃止等について

**縦覧・意見募集の期間** 3月3日～17日(必着)

#### ②「中野四丁目地区地区計画等変更案図書」

中野駅周辺まちづくり係/9階

☎(3228)8970 FAX(3228)5670

中野4丁目周辺の中野四季の都市にお

ける地区計画の変更について

**縦覧・意見募集の期間** 2月20日～3月4日(必着)

☆関連都市計画(高度地区、防災地域)の変更案も同時に縦覧。意見の提出は、区役所9階都市計画課へ

### 緑の整備や保全などに関する方針の改定案にご意見を

次の①②とも

**資料公表・意見募集の期限** 3月19日(消印有効)

**公表場所** 東京都都市整備局HP、都民情報ルーム(都庁)、区役所8階9番窓口、同9階2番窓口など

**意見提出の方法** 意見書(書式自由。メールの場合は本文に記載)を☑S0000169@section.metro.tokyo.jpまたは郵送で、東京都都市整備局都市づくり政策部緑地景観課(〒163-8001住所不要)へ。住所(市区町村名まで。法人の場合は法人名と所在地、業種)

#### ①「都市計画公園・緑地の整備方針」(改定案)

都市計画係/9階

☎(3228)8262 FAX(3228)5668

#### ②「緑確保の総合的な方針」(改定案)

緑化推進係/8階

☎(3228)5554 FAX(3228)5677

### 中野駅西側南北通路・橋上駅舎等事業についての説明会

中野駅周辺まちづくり係/9階

☎(3228)8980 FAX(3228)5670

区は、中野駅西側南北通路・橋上駅舎等について、令和8年末の開業を目指し、平成30年10月から準備工事を進めています。事業の概要や今後の工事の進め方を説明します。

**日時** 3月6日(金)午後7時～8時30分、7日(土)午前10時～11時30分

**会場** 区役所9階会議室

☆当日直接会場へ。保(各日先着3人)。2月21日～27日正午に電話またはファ

クスで、中野駅周辺まちづくり係へ。氏名とふりがな、電話番号、お子さんの氏名とふりがな、月年齢



▲完成イメージ図

### 3月1日から夕方の音楽を午後5時に放送します

生活・交通安全係/8階

☎(3228)8736 FAX(3228)5658

防災無線スピーカーによる夕方の音楽「遠き山に日は落ちて」の放送時刻を午後4時から5時に変更します。

この音楽は、防犯対策上、子どもの帰宅を促すためのものです。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

### 固定資産税・都市計画税(23区内)第4期分の納期限は3月2日です

中野都税事務所 ☎(3386)1111

3月2日までに、忘れずに納めてください。

### 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)

☎(3380)6111

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次の①②のいずれかに、原則、事前予約をしてください。

#### 予約申込先

①「予約受付専用電話」☎0570(05)4890 ☆ナビダイヤル。平日の午前8時30分～午後5時15分

②中野年金事務所 ☆自動音声案内に従い、最初に「1」、次に「2」を選択。平日の午前8時30分～午後5時15分(週の初日は午後7時まで)

### 傍聴を ☆当日直接会場へ

#### 3月の教育委員会定例会

教育委員会係/5階

☎(3228)8857 FAX(3228)5679

①13日 ②27日

いずれも金曜日、午前10時から

区役所5階教育委員会室

☆日程は、変わることがあります



## 催し・講座

### 3月の不動産相談



区民相談係／1階

☎(3228)8802 FAX(3228)5644

**内容** 区内在住の方が対象。不動産の売買や賃貸借、更新などについて宅地建物取引士に相談できます

**日時** 3月6日(金)・17日(火)・24日(火)、いずれも午後1時～4時 ☆一人当たり30分以内

**会場** 区役所1階専門相談室

**申込み** 相談日の前週の同曜日午前9時から電話で、区民相談係へ。各日先着6人

☆毎月第1金曜日、第3・第4火曜日に実施。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。区民相談係へ問い合わせを

### 土地建物無料相談会

都市計画係／9階

☎(3228)8981 FAX(3228)5668

**日時** 3月9日(月)午前10時～午後3時30分

**会場** 区役所1階区民ホール

**申込み** 3月6日までの平日午前9時～午後5時に電話で、まちづくり推進土地建物協議会☎0120(406)239へ ☆同協議会との共催

### フリーマーケット

リサイクル展示室(松が丘1-6-3)

☎(3387)2411 FAX(3228)5634

**開催日時** 3月7日・21日、いずれも土曜日、午前10時～午後1時(品物がなくなり次第終了) ☆出店者の募集は終了

**会場** リサイクル展示室

**4月出店者の募集** 4月4日・18日、いずれも土曜日、午前10時から開催。都内在住・在勤・在学の方が対象。申し込みは、3月1日～10日に電子申請か、宛

先に申込者の住所・氏名を記入した郵便ハガキを持って直接、リサイクル展示室へ。抽選で各日10人(うち区民優先枠5人)

☆抽選結果は、全応募者にハガキなどで通知



▲欲しいものが見つかるかも

### ユニバーサルデザイン普及啓発パネル展

平和・人権・男女共同参画係／4階

☎(3228)8229 FAX(3228)8860

**日時** 3月10日(火)～13日(金)午前8時30分～午後5時 ☆最終日は午後4時まで。当日直接会場へ

**会場** 区役所1階区民ホール

#### ユニバーサルデザイン(UD)とは

誰もが利用しやすいようあらかじめ考慮して生活環境などを設計することです。

#### 体験コーナーもあります

各日午前10時～午後4時(正午～午後2時を除く)に実施。UDの考え方に基づいて設計された製品を手に取り説明が聞けます。

☆(公財)共用品推進機構の協力



▲身近にあるUDを体験しませんか

### 再犯防止推進シンポジウム 「見守り・支えあい、立ち直りを 応援するまち中野を目指して」

地域活動企画調整係／5階

☎(3228)8822 FAX(3228)5620

**内容** 経済学者の中島隆信氏の講演と中島氏、永見光章氏(元保護司)、小畑輝海氏(更生保護法人両全会理事長)のパ

ネルディスカッション。手

**日時** 3月14日(土)午前10時～11時50分

**会場** なかのZERO小ホール(中野2-9-7)

☆当日直接会場へ。定員500人。要約筆記・保(先着3人)希望の方は、2月25日～3月6日に電話またはファクスで、地域活動企画調整係へ。氏名とふりがな、電話番号、要約筆記はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

### 障害者就労施設による 自主生産品等の販売会

障害者施策推進係／1階

☎(3228)8832 FAX(3228)5660

障害のある方が区内の通所施設で作った自主生産品を日替わりで販売します。

**主な販売品** パン、クッキー、パウンドケーキ、小物雑貨、革製品、木工品など

**日時** 3月2日(月)～6日(金)午前10時～午後5時 ☆各日とも売り切れ次第終了。当日直接会場へ

**会場** 区役所1階区民ホール



▲お気軽にお立ち寄りください

### シルバー人材センターの 講座受講生募集

中野区シルバー人材センター

☎(3366)7971 FAX(3366)7998

長年にわたり各分野で経験や知識を積んできた同センター会員から、親切・丁寧な指導を受けられます。

申し込み希望の方は、まずは中野区シルバー人材センターへ電話を。

#### 講座の種類

①学習教室(小学校3～6年生の国語・算数、中学生の英語・数学)、②英会話(入門・基礎・基礎上級・中級・実用)、③実用書道、④万葉集講座

**期間・回数** 4月からの3か月～半年(①は通年)、週1～2回

**会場** 中野区シルバー人材センター 北部分室(若宮3-15-12)、同南部分室(本町6-17-12)、同江古田分室(江古田4-14-11/②の入門・基礎のみ)

**参加費** 講座の種類により月2,500円～6,000円 ☆入会金不要

## 外国語講座の受講生募集(5件)

中野区国際交流協会  
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

### ①初めての中国語

**日時** 前期=4月14日～7月28日、後期=9月1日～12月22日の、毎週火曜日午後6時30分～8時30分

### ②初めての韓国語

**日時** 前期=4月8日～7月29日、後期=9月9日～12月16日の、毎週水曜日午前10時～正午

### ③英会話

**日時** 前期=4月10日～7月10日、後期=9月4日～12月4日の、毎週金曜日午前10時～正午

### ④実践英会話

**日時** 前期=4月10日～7月10日、後期=9月4日～12月4日の、毎週金曜日午後2時～4時

### ⑤Enjoy Speaking English

エンジョイスピーキング イングリッシュ  
**日時** 前期=4月13日～7月20日、後期=9月7日～12月14日の、毎週月曜日午後6時30分～8時30分

①～⑤とも

**対象** 前期・後期とも出席できる方(各期全12回。予備日含む)

**会場** なかのZERO西館(中野2-9-7)

**参加費** 各期12,000円(③～⑤は15,000円) ☆同協会賛助会員は2,000円引き

**申込み** 往復ハガキで中野区国際交流協会(〒164-0001中野2-9-7)へ。3月13日必着。抽選で25人。希望講座名、住所、氏名とふりがな、年齢、性別、電話番号、区内在勤・在学の方は勤務先・通学先の名称、会員・一般の別(返信用

にも住所、氏名)

☆結果は全応募者に3月25日ごろ郵送



## 募集・求人

### 令和2年度 中野区などの特別区職員を目指す方へ

人事係/4階  
☎(3228)8041 FAX(3228)5649

#### 特別区職員採用試験案内の公表

**I類(一般、土木・建築新方式)**=3月19日(木)

**Ⅲ類・経験者・障害者選考**=6月25日(木)

☆各区分の受験資格などについて詳しくは、特別区人事委員会採用試験情報

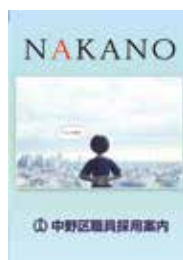
HPで確認を

#### 試験についての問合せ先

特別区人事委員会事務局任用課採用係  
☎(5210)9787

#### 中野区職員を目指す方へ

パンフレット「中野区職員採用案内」は、受験するみなさんを応援する1冊。区の概要の他、職員からのメッセージなどをご覧ください。採用案内は、区役所4階3番窓口で配布しています。



◀役立つ情報が満載。区HPでもご覧になれます

### 統計調査員(登録者)

政策情報係/4階  
☎(3228)8892 FAX(3228)5643

令和2年国勢調査に向け、随時面接を実施。事前に政策情報係へ連絡を。

**対象** 原則として20歳以上で、区内での調査活動に従事できる方

**勤務内容** 国が実施する各種統計調査(年1、2回実施)の調査票の記入依頼と回収、記入内容の点検など

**勤務期間** 調査期日の前後3週間程度

☆期間中、自身で時間を調整して活動することが可能

**報酬** 1調査につき、3万～5万円程度  
☆調査の種類などにより異なります

### 中野区地域密着型サービス等の整備事業者募集説明会

高齢者支援基盤整備係/6階  
☎(3228)5631 FAX(3228)5492

区内の土地・建物の資産活用を検討している方や事業者、認知症グループホームなどの事業や補助制度などについて説明します。

**日時** 3月6日(金)午後2時30分～4時

**会場** 区役所1階特別集会所

☆前日までの事前申込制。詳しくは、区HPをご覧ください

### 区民公益活動に関する政策助成事業募集説明会

地域自治推進係/5階  
☎(3228)8093 FAX(3228)5620

区政目標の実現に貢献する区民団体の公益活動に対し、経費の一部を区が助成(1事業当たり上限20万円、1団体2事業まで)する制度です。来年度の助成について説明します。

**説明会日時** 3月12日(木)午前10時から、13日(金)午後7時から

**会場** 区役所9階会議室

☆いずれも同内容。当日直接会場へ

#### 助成対象となる活動の種類

- ①地域のきずなにより支えあう地域づくり
  - ②産業の活性化、都市観光推進
  - ③地球環境を守る
  - ④子どもと子育てを家庭を支援する
  - ⑤ユニバーサルデザイン、男女共同参画の推進及び平和・人権を守る
  - ⑥地域の健康福祉を推進する
  - ⑦安全で快適なまちづくり
  - ⑧学習、文化、芸術の振興及び国際交流
  - ⑨スポーツ振興のための活動
  - ⑩消費者のための活動
- ☆詳しくは、区HPをご覧ください
- ☆詳しくは、区HPをご覧ください

## 中野区オリンピック・パラリンピック推進実行委員(第3期)

オリンピック・パラリンピック推進係／6階  
☎(3228)8988 FAX(3228)5626

**活動内容** オリンピック・パラリンピック関連事業の企画・運営

**対象** 区内在住・在勤・在学の18歳以上の方

**任期** 4月からの1年間 ☆毎月1回、平日夜に2時間程度の会議を開催。事業実施日のみ従事者に報酬を支給予定

**申込み** 2月21日～3月13日に電子申請か、区HP、区役所6階3番窓口で配布する申込書に必要事項を記入し、郵送(消印有効)または直接、オリンピック・パラリンピック推進係へ。選考で10人程度

☆結果は全応募者に通知



▲一緒に東京2020大会を盛り上げましょう

## 区立中学校用教科書採択のための選定調査委員会区民委員

教育事業係／5階  
☎(3228)5545 FAX(3228)5682

**対象** 5月～7月の平日昼間に区役所で開催する委員会に全回(5回程度)出席できる、18歳以上の区内在住の方

☆教科書の発行者や著作・編集の関係者など、教科書の採択に利害関係がある方を除く

**活動内容** 教科書選定についての協議、意見の集約、資料の作成など

**報酬** 会議への出席1回につき3,000円 ☆交通費支給なし

**申込み** 2月20日～3月16日に電子申請か、ハガキ(消印有効)で、教育事業係へ。抽選で3人。住所、氏名とふりがな、生年月日、職業、電話番号、応募の

動機

☆結果は全応募者に郵送

## 高齢者・介護

### 高齢者農園を利用できます

高齢者サービス係／6階  
☎(3228)5632 FAX(3228)5492

区内在住の60歳以上の方で、現在活動中のグループ(次の①～⑤)のいずれかに加わって農作業が可能な方が対象です。 ☆個人利用は不可

#### 活動場所・グループ

やよい農園(弥生町4-30) = ①花・野菜

②植木・盆栽

かみさぎ農園(上鷲宮5-30) = ③花・野菜  
④植木⑤盆栽

**利用料** 年額1,500円

**申込み** 事前に体験入園が必要です。まずは、希望するグループの体験入園日を高齢者サービス係へ問い合わせてください ☆希望するグループに入れない場合もあります

### 介護予防総合講座「輪投げ教室」

沼袋高齢者会館(沼袋1-34-14)  
☎・FAX(3387)7381

**対象** 区内在住の65歳以上の方

**日時** 3月9日(月)午前10時～11時

**申込み** 2月21日から電話または直接、沼袋高齢者会館へ。先着20人

### いきいき入浴特別入浴デー「ひな祭り湯」

地域福祉推進係／6階  
☎(3228)5713 FAX(3228)5662

「いきいき入浴」の年間登録証を持って、当日直接、区内等の公衆浴場へ。

**対象** 区内在住の65歳以上の方

**日時** 3月3日(火)、各浴場の営業時間  
☆浴場により、実施日が異なる場合あり。各浴場で確認を

**入浴料** 1回100円 ☆ひな祭り湯は、

小学生以下のお子さんも利用可(登録不要。無料)

### 「いきいき入浴」の年間登録は

住所・氏名・年齢の確認ができるもの(健康保険証など)を持って、入浴を希望する浴場で手続きを。詳しくは、地域福祉推進係へ問い合わせを。

### 江古田の森公開セミナー

高齢者支援基盤整備係／6階  
☎(3228)5631 FAX(3228)5492

**内容** 自分や家族が亡くなった後に備える「終活」について

**日時** 3月7日(土)午後2時～3時

**会場・問合せ先** 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50人程度

### 後期高齢者医療保険料・介護保険料の第11期分

3月2日は納期限です。忘れずに納付を

☆口座振替の方は、事前に残高の確認を

## 子ども・子育て

### 外国人学校児童・生徒保護者補助金の申請期限は3月31日(必着)です

学事係／5階  
☎(3228)5459 FAX(3228)5680

都の認可を受けている外国人学校に通う、義務教育課程に相当する年齢のお子さんがある区内在住の外国籍の保護者の方が対象。授業料の一部の補助を受けられる制度です(所得制限あり)。

**補助額** 8,000円(上限)×授業料を支払った月数

☆期限日を過ぎての申請はできません。申請方法などについて詳しくは、学事係へ問い合わせを

## 中野区ファミリー・サポート事業登録講習会

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)6027

子育てを地域で手助けする、相互援助活動の会員を募集しています。講習会はお子さんと同席可。

**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・在学が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  
☆利用・協力の両方に登録できます

**日時** 2月28日(金)、3月11日(水)、いずれも受け付けは午前10時～10時30分で、同内容

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**持ち物** 登録希望の方(利用会員は保護者)の顔写真(3cm×2.5cm、スナップ写真可)2枚、印鑑、黒ボールペン

☆当日直接会場へ。先着順に手続きを実施。所要時間は約1時間30分



## 東京都公立中学校夜間学級の生徒募集

せたがや くりつ みしゅくちゅうがっこう や かんがっきゅう  
世田谷区立三宿中学校夜間学級  
(せたがやくたいしどう  
世田谷区太子堂1-3-43)

☎(3424)5255

ちゅうがっこう や かんがっきゅう しやうちゅうがっこう そつぎょう  
中学校夜間学級は、小・中学校を卒業  
していない方やいろいろな事情により  
中学校で十分に学ばなかった方のため  
のものです。都内8校の中学校で開設して  
います。15歳以上の方であれば、年齢・  
国籍に関係なくいつでも入学できます。  
授業料などの実費は必要ですが、授業料は無料です。

じゅぎょうないよう こくご すうがく きょうか  
授業内容は国語や数学など9教科で、  
一人ひとりの分かるところから学習を  
始められます。卒業すると中学校の卒業資格を取得できます。  
詳しくは、三宿中学校へ問い合わせを。

## 健康・福祉

### 3/1～3/8は女性の健康週間 パネル展をご覧ください

保健企画係(中野区保健所)  
☎(3382)2428 FAX(3382)7765

乳がんや子宮がんなど、女性特有の病気や症状についてのパネル等をご覧ください。

妊娠、出産、更年期など、年齢やライフステージとともに変化する心や体を知り、日々の健康づくりに生かしましょう。

**期間** 3月2日(月)～16日(月)

**会場** 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側 ☆当日直接会場へ

### 65歳以上75歳未満で一定の障害のある方へ 「障害認定」を受けると後期高齢者医療制度に加入できます

後期高齢者医療係/2階  
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

後期高齢者医療制度の被保険者(加入者)は一般的には75歳以上の方ですが、次の条件に当てはまる65歳以上75歳未満の方も、申請して東京都後期高齢者医療広域連合の障害認定を受けることで、加入できます。

**条件** 次のいずれかをお持ちの方

- ①国民年金証書(障害年金1・2級)
- ②身体障害者手帳1～3級
- ③身体障害者手帳4級の一部(次のいずれかに該当する方)
  - 下肢障害4級1号(両下肢の全ての指を欠くもの)
  - 下肢障害4級3号(1下肢を下肢2分の1以上で欠くもの)
  - 下肢障害4級4号(1下肢の著しい障害)
  - 音声・言語機能障害
- ④精神障害者保健福祉手帳1・2級
- ⑤東京都愛の手帳1・2度
- ⑥国家公務員共済組合法等の法令による障害年金証書等

☆当てはまる方は、後期高齢者医療係に相談を

### 障害認定を受けた場合

それまでの健康保険を脱退し、認定を受けた日から後期高齢者医療制度に加入することになります。

保険料や窓口での医療費の自己負担割合は、加入の前後で変わる可能性があります。加入していた健康保険や世帯状況などによっては、負担が増える場合もあるので、ご注意ください。

☆加入しても、75歳の誕生日前であれば脱退することが可能

### 在宅福祉や障害者等団体の活動に 助成を受けたい方へ

中野ボランティアセンター  
☎(5380)0254 FAX(5380)6027

次の説明会にご参加を。

#### 助成の種類・対象

①在宅福祉活動助成=在宅福祉活動を行っているボランティアグループ、NPO団体

②障害者等団体活動助成=生きづらさを抱える方々や障害者を直接支援する団体、当事者やその家族で構成する団体  
**説明会日時**

①について=3月3日(火)午後3時30分～4時30分、5日(木)午前10時30分～11時30分

☆同内容。参加はいずれか1日

②について=3月5日(木)午後2時30分～3時30分

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

☆当日直接会場へ。新規で助成を希望する団体は、事前に中野ボランティアセンターへ問い合わせてください

## 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)**  
<https://www.marutomo1994.co.jp/>  
株式会社マルトモ 中野区新井5-33-7(本社・工事部)  
中野区新井1-11-9-5F(営業部)

広告

3月は  
東京都自殺対策  
強化月間

# 気づいてください 体と心の限界サイン

精神保健支援係(中野区保健所) ☎(3382)6500 FAX(3382)7765

誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指し、区は「中野区自殺対策計画～いのちを守り、つまずいても再出発できるまち中野～」を策定しました。

かけがえのない命を守るため、一人で悩まずに相談してください。

## 中央図書館(中野2-9-7) 自殺対策特別企画展

**日程** 2月29日(土)～3月26日(木) ☆当日直接会場へ。開館時間や休館日などについて詳しくは、図書館HPで確認を

## 区役所1階区民ホール 自殺対策パネル展

**日時** 3月2日(月)～6日(金) 午前8時30分～午後5時(最終日は4時30分まで) ☆当日直接会場へ

## 中野区こころといのちの相談窓口

**相談日時** 平日午前8時30分～午後5時 **下記のすこやか福祉センターで相談できます**

**南部** 弥生町5-11-26  
☎(3380)5551  
FAX(3380)5532

**中部** 中央3-19-1  
☎(3367)7788  
FAX(3367)7789

**北部** 江古田4-31-10  
☎(3389)4323  
FAX(3389)4339

**鷲宮** 若宮3-58-10  
☎(3336)7111  
FAX(3336)7134

## 「自殺防止!東京キャンペーン」特別相談

### フリーダイヤル 特別相談

3月7日(土)午前0時～  
9日(月)午前5時30分  
☎0120(58)9090  
(東京自殺防止センター)

### 自殺予防いのちの電話 ☆毎月10日に開設

3月10日(火)午前8時～  
11日(水)午前8時  
3月20日(金・祝)・30日(月)  
各日午後4時～午前0時  
☎0120(783)556  
(日本いのちの電話連盟)

### 東京都自殺相談ダイヤル ～こころといのちのほっとライン～

3月27日(金)～31日(火)  
☆期間中は24時間対応  
☎0570(08)7478  
(ナビダイヤル)

### 有終支援いのちの 山彦電話-傾聴電話-

3月1日(日)～31日(火)  
各日正午～午後8時  
金曜日は午後10時まで  
☎(3842)5311

### 多重債務110番

3月2日(月)・3日(火)  
各日午前9時～午後5時  
☎(3235)1155  
(東京都消費生活総合センター)

### 自死遺族のための電話相談

3月10日(火)～13日(金) 各日午前10時～午後10時  
☎(3796)5453 (グリーフケア・サポートプラザ)  
3月20日(金・祝)～22日(日) 各日午前11時～午後7時  
☎(3261)4350 (全国自死遺族総合支援センター)

### LINE相談

3月1日(日)～31日(火)  
各日午後3時～9時30分  
(アカウント名)  
相談ほっとLINE@東京

## 返済できない借金でお困りの方は「多重債務特別相談」へ

多重債務問題は必ず解決します。専門家への相談をご利用ください。

☆東京都、法テラス(日本司法支援センター)などとの共催

**対象** 区内在住・在勤・在学の多重債務でお困りの方

**日程** 3月2日(月)・3日(火)

消費生活センター／1階  
☎(3389)1191 FAX(3389)1199

**会場** 区役所1階消費生活センター

**内容・時間** 消費生活相談員への相談＝午前9時30分～午後4時、弁護士への相談＝午後2時～4時 ☆弁護士への相談は、原則一人30分。2月21日～相談日前日の平日に、消費生活センターへ電話予約を。各日先着4人

広告

**駅チカ 家族葬専用式場**

夜中でも対応してくれるのかしら

安心して葬儀を頼めるところはないかな

家に連れて帰れないのだけど…

中野区民の方々にご支持いただいております。

くみん斎場 中野新井薬師前

東京都中野区上高田3-19-17  
西武新宿線「新井薬師前駅」南口より徒歩約3分

お問合せ・資料請求  
24時間 365日受付

**(03) 6454-0019**

## 区報に広告を掲載しませんか

広報係／4階  
☎(3228)8805 FAX(3228)5645

HPで  
詳しく

区内全域に約20万部、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。

## 2月20日～3月5日の休日当番医・当番薬局

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号		
2月23日(日・祝)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421	
		横畠病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531	
		武田内科クリニック	内・循	江原町3-5-10-202	(3950)3836	
		井上医院	内	松が丘1-2-16	(3386)6194	
		溝口医院	内・小・皮	弥生町2-12-9	(3372)0035	
		酒井医院	産婦	東中野3-6-13	(3371)6730	
		景山歯科医院☆	歯	中央2-59-11 1階	(3367)3456	
2月23日(日・祝)	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411	
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935	
2月24日(月・休)	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	
		鷺ノ宮耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉	鷺宮3-20-10	(5327)4187	
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743	
		中野中央クリニック	内・小	中央2-59-18 2階	(5332)5429	
		三五医院	内	南台2-6-8	(3381)0313	
		竹村歯科クリニック	歯	松が丘1-33-15 1階	(3319)8239	
		田中歯科医院	歯	中野5-52-15-410	(3387)6850	
	2月24日(月・休)	薬局	豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9	(3223)4117
			東京中央薬局		中央2-59-18	(3362)1441
3月1日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321	
		新渡戸記念中野総合病院	内・外・小・整・ 脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991	
		たかねファミリークリニック	内・小・皮	丸山2-17-13	(5356)8120	
		新井五行堂醫院	内	上高田2-9-11	(3387)0893	
		仁友クリニック	内	本町2-45-10	(3372)5121	
		南台寺尾クリニック内科・小児科	内・小・循	南台3-37-27	(3381)7755	
		タカヒロデンタルオフィス☆	歯	上鷺宮5-8-6	(3926)4182	
	3月1日(日)	薬局	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
ことぶき薬局中野中央店				中央4-59-11	(5385)2971	

☆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)

### 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。

- ☆必ず事前(午後5時30分以降)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		総合東京病院 (江古田3-15-2) ☎(3387)5421	
診療日	年中無休	診療日	月～金曜日 (祝・休日を除く)
受付時間	午後6時30分～9時45分	受付時間	午後6時30分～9時30分
診療時間 午後7時～10時			

### 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)  
携帯電話などからは  
<http://www.himawari.metro.tokyo.jp/kt/>

### 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・PHSからは

**#7119**

ダイヤル回線

☎(3212)2323

# 災害に備えましょう

HPで詳しく

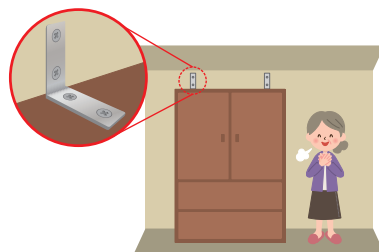


地域防災係 / 8階 ☎(3228)8930 FAX(3228)5658

30年以内に70%の確率で発生すると予測される「首都直下地震」。いざという時、被害を最小限に抑えるには事前の備えが重要です。命と財産を守るため、今すぐ取り組みましょう。

## 家具を固定するなど 家の中を安全に

大きな地震では、重い家具や家電が倒れ、凶器になることも。確実に固定し、万一倒れてもけがをしないように位置や向きを変えるなどの対策をしましょう。



家具転倒防止器具を自分で取り付けられない場合は

耐震化促進係 / 9階  
☎(3228)5576 FAX(3228)5471

希望する方は、区から施工者の紹介を受けられます。満65歳以上の方や障害者手帳をお持ちの方のみの世帯などは、無料で工事が可能(器具代は1万円まで無料)。なお、テレビや冷蔵庫など、家電の転倒防止器具は対象外。

利用方法などについて詳しくは、区HPをご覧くださいになるか、耐震化促進係へ問い合わせを。

3月1日~7日は 建築物防災週間です

建築安全・安心係 / 9階  
☎(3228)8837 FAX(3228)5471

外壁材の落下や天井の崩落などの事故を起こさないためには、建築物の適切な維持管理が重要です。この機会に、建築物の防災・耐震対策が十分かを点検しましょう。



台風15号・19号により被災した方へ 住宅補修費最大30万円を補助します

住宅政策係 / 9階  
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

り災証明で「床上浸水」、「床下浸水」、「その他」と判定された住宅(貸家を除く。分譲住宅は専有部分のみ)の補修工事が対象。3月19日までに工事や支払いが完了しているなどの要件があります。

**申込期限 3月19日**

☆対象要件などについて詳しくは、区HPをご覧くださいになるか、住宅政策係へ問い合わせを

3月1日から 避難所を一部変更します

危機管理係 / 8階  
☎(3228)8948 FAX(3228)5658

区立学校の再編に伴い、新井小学校は3月1日から避難所の指定を外れます。そのため、次のとおり避難所の指定を変更します。

**変更後の避難所と追加された防災会**

**上高田小学校(上高田5-35-3)**

= 新井北防災会、新井中防災会

☆該当の区域にお住まいの各世帯へは、今月中にお知らせを配布します

2月1日現在。( )内は前月比

住民基本台帳	世帯数	人口(人)			
		男	女	小計	合計
日本人	192,770※ (22減)	158,827 (15増)	156,384 (57増)	315,211 (72増)	335,364 (130増)
外国人	15,148 (31増)	10,349 (62増)	9,804 (4減)	20,153 (58増)	

※日本人と外国人の混合世帯 2,066 を含む

次号予告

令和2年度の予算案



なかの区報二次元コード

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