

中野区ホームページ ▶ <https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/>



東京都民生委員・
児童委員のキャラクター
「ミンジー」です
よろしくね



胸の徽章は、委員が活動の際
に着用するもので、幸せの芽
生えを示す四つ葉のクロー
バーを背景に、民生委員の
「み」の文字と児童委員を示す
双葉を組み合わせ、平和のシ
ンボルのハトをかたどって、愛
情と奉仕を示しています



特集

地域の身近な相談相手

こんにちは 民生委員・児童委員です

- 5 …… 区からのお知らせ
- 10 …… 情報スクエア
(公共機関・民間団体からのお知らせ)
- 12 …… 高齢者・介護情報
- 13 …… 子ども・子育て・教育
- 15 …… 健康・福祉
(休日当番医・当番薬局 ほか)



地域の身近な相談相手

こんにちは 民生委員・児童委員です

生活上気掛かりなこと、子育てで困っていること、
介護で心配なことなど、一人で悩んでいませんか。

民生委員・児童委員、主任児童委員は、地域にいる
身近な相談相手です。気軽に相談してください。

地域支えあい活動支援係／5階

☎(3228)5582

FAX(3228)5620

民生委員・児童委員って こんな人

民生委員は、厚生労働大臣の委嘱を受けて、
地域に根差した福祉活動を無報酬で行っている
ボランティアで、全ての民生委員は児童委員を
兼ねています。常に区民のみなさんの立場に
立ち、相談に応じて、行政など適切な機関へつな
ぐ「パイプ役」として活動しています。

気軽に相談を

「介護のことで悩んでい
る」「高齢者の一人暮らし
で不安だ」「子育てのこと
で、どこに聞いたら良いか
分からない」など、気軽に
相談してください。

秘密は守られます

民生委員・児童委員に
は「守秘義務」があり、相
談上の秘密は守られます。
安心して相談を。

お住まいの区域の 委員に相談できます

相談する方の住所によって、担当委員が決まっ
ています。

みなさんのお住まいの担当委員を知りたい場
合は、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。



こ ん な 活 動 を し て い ま す

お子さんや子育て家庭への支援

いじめや不登校、虐待などお子さんを取り巻く
問題に対し、小・中学校や児童相談所と連携して、
早期の解決に向けた支援をしています。

また、妊産婦やひとり
親家庭などの相談に応じ、地域の中で安心して
子育てができるようサ
ポートをしています。



見守り・声掛け活動

高齢者や障害がある方など、日頃からの見
守りが必要な家庭へ、随時、訪問しています。

また、振り込め詐欺被害防止のため警察署
と連携し、金融機関などで啓発活動をしてい
ます。



救急医療情報キットの普及

万一の場合に駆け付けた救急隊員が本人の情
報を確認し、救急搬送に役立てるものです。

自宅冷蔵庫等に保管できるボトル型ケースと、
必要事項を記入する緊急連絡カードをセットにし
て配布しています。

希望する方は、民生委員・児童委員か、すこや
か福祉センター、地域支えあい活動支援係へ問い
合わせを。



◀冷蔵庫に保管。駆け付けた
救急隊員が見つめます

ひとり暮らし等高齢者調査

ひとり暮らしなどの高齢者宅を訪問。生活
状況を聞き取り、必要なサービスにつなげて
います。





▲宮内さん

私の普段の活動を日記風に紹介します。
 下記の他にも、地域のさまざまな行事に積極的に参加して地域の方に主任児童委員の
 ことを知ってもらえるようにしています。
 課題を抱えていた家庭のお子さんが、立派な大人になり、まちで声を掛けてくれた時は、とてもやりがいを感じました。

お子さんに関する支援を
 専門に担当

主任児童委員

主任児童委員は、民生委員・児童委員の中から厚生労働大臣が指名し、主にお子さんの福祉に関することを専門に担当しています。

主任児童委員は区内14地区に2人ずつ配置され、子ども家庭支援センターや児童相談所、学校などと連携しながら活動しています。

鷺宮地区の主任児童委員・宮内信子さんに日頃の活動内容を伺いました。

ある月の活動内容

○月○日 主任児童委員部会で意見交換

毎月1回、区内の全主任児童委員が集まる会議。各地区での事例の情報共有や課題解決に向けた意見交換などを行っています。



▲会議の一コマ



▲私たちが主任児童委員です

○月△日 児童館運営協議会に出席

児童館の運営について、地域の方と一緒に意見を出し合います。

児童館でのイベントのお手伝いも。催しに参加したお子さんや保護者の方に積極的に声を掛け、顔見知りになるようにしています。不安なことや気がかりなことを気軽に相談してほしいですね。



○月×日

地域のお子さん・子育て家庭の見守り

地域でお子さんや子育て家庭が安心・安全に生活できるようそっと見守ります。

近所の方から、「夜遅く子どもだけで出歩いていた」との話を聞き、夜に見回りをすることも。



○月☆日 「あいサポ」の運営

子育て経験のあるボランティアが鷺宮地域の乳幼児を預かる「あいサポ」。毎月1回、鷺宮児童館で開催しています。お子さん1人に対し大人1人が付く手厚い体制で、毎回大人気。「久しぶりにゆっくりできた」などと喜ばれ、やりがいがあります。

事業開始から約10年。初めてお預かりしたお子さんと先日、中学校の卒業式で再会し、成長した姿に感慨もひとしおでした。

○月*日 地区での情報共有

鷺宮地区の民生委員・児童委員と主任児童委員が集まり、情報を共有して支援に生かしています。鷺宮地区では、自主的な会議も開催していて、月に2回集まっています。

○月◎日

中野区青少年補導連絡会の活動に参加

この連絡会は、非行防止のため保護司、少年補導員、民生委員・児童委員などで構成された自主組織です。非行少年などを早期に発見し、健全な生活に戻すため、新宿駅周辺で街頭補導を行いました。



▲新宿少年センター職員が非行の温床になりやすい場所などを教えてくださいました

こんな活動もしています 子育てサロン

上高田地区の主任児童委員、民生委員が中心となって運営している子育てサロン「ほのぼののタイム」。子育て中の方が、お茶を飲みながらほっと息づける場です。



1回50円の参加費で、お茶やコーヒー、ココアなど種類豊富な飲み物がお代わり自由。親同士の情報交換の他、人生経験豊かなスタッフとの異世代交流の場にも。



スタッフがお子さんをあやしている間にゆったり過ごせます。
☆子育てひろば「いちごルーム」(上高田1-17-5)内で毎月第4木曜日午前11時〜正午に開催

野方地区の主任児童委員・猿田えり子さんからのメッセージ 地域のみなさん 安心して相談してください

私たち主任児童委員は、さまざまな関係機関との会議に参加し、お子さんや子育て家庭の支援のお手伝いができるよう、意見交換や情報共有を行っています。

新1年生の保護者会で紹介していただくなど、学校と連携した取り組みも広がっています。

また、少しでも地域のみなさんの役に立てるようにと、地区ごとに幅広く活動しています。

私自身は、主任児童委員の委嘱を受けてから今年で20年余り。近所の公園で出会うお子さんや保護者の方に率先してあいさつや声掛けをしています。最初はびっくりされますが、次第に打ち解けて、相手からも話し掛けてくれるように。この活動を続けていることで、とても多くの方と知り合うことができました。このネットワークは大切な財産です。

私たちは、身近な近所の住人です。情報の管理には最大限の注意を払っているので安心して相談してください。



◀猿田さん

5月12日は 民生委員・ 児童委員の日

地域支えあい活動支援係/5階
☎(02628)55582 FAX(02628)55620

日頃の活動をみなさんに知っていただくため、この日の前後にPR活動を行います。ぜひ、お立ち寄りください。

☆いずれも当日直接会場へ

夢通りパネル展示

期間 5月10日(金)まで

会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」

パネル展・相談会

日時 5月13日(月)〜17日(金)

パネル展 午前8時半〜午後5時 ☆最終日は午後4時まで

相談会 午前10時〜午後4時




会場 区役所1階区民ホール



▲会場でも気軽に相談してください

東京都・東京都民生児童委員連合会主催 「民生委員・児童委員活動普及・啓発パレード」

5月12日(日)午前中に、都内約千五百人の民生委員・児童委員が新宿通りを行進。安全で安心な福祉のまちづくりを目指し、多くの関係機関と連携しながら活動を行っていることを、広く都民のみなさんにアピールします。ぜひ、沿道から応援をお願いします。

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

貴重な財源として活用します

中野区の基金への寄付にご協力を

区は次の基金を設け、区民、事業者のみなさんからの寄付金などを積み立てて、活用しています。いずれの寄付も、個人の場合、所得税(または住民税)の確定申告の際に寄付金控除の対象になります。申し込みは、随時受け付けています。電子申請か、区HP・窓口で配布する申込用紙に記入し、ファクシミリ、郵送または直接、次の各係へ。
☆申し込み後の手続き方法などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、各係へ問い合わせを

区民公益活動推進基金

地域自治推進係 / 5階
☎(3228)5571
FAX(3228)5620

区内では、さまざまな区民団体が幅広い分野で自主的な公益活動を行っています。

この基金は、その活動に必要な資金を助成するものです。昨年度は、「特定非営利活動法人なかのドリーム」他5団体に助成しました。地域の公益活動の活性化に向けて、ぜひ基金に寄付をして、区民団体の公益活動を応援してください。

寄付の金額は、いくらでも結構です。なお、3万円以上の場合、区から感謝状を贈呈します。

「区民公益活動推進基金からの助成」事業実施団体の募集

地域自治推進係 / 5階
☎(3228)5571
FAX(3228)5620

区民団体が今年度実施する公益性のある活動で、区民生活への貢献性、先駆性や創造性に優れた事業に対し、その事業経費の一部を助成します。

多くの団体が幅広く活用できるよう、同一団体による同一事業や継続性のある事業に対しての助成は3回(3年)までとしています。

これまで助成を受けたことのない団体(事業)も、ぜひ応募してください。

申込み 5月10日から区HP、区役所5階地域自治推進係で配布する申請書に記入し必要書類を添えて、5月27日～6月7日に直接、同係へ

☆対象団体は、書類審査とプレゼンテーションで決定。日程などについて詳しくは、申請書入手時に確認を

環境基金

「中野の森プロジェクト」

地球温暖化対策係 / 8階
☎(3228)5516
FAX(3228)5673



区は、群馬県みなかみ町及び土地所有者との協定により、同町の牧場跡地(15ha)に設けた「中野の森」で、植林を行っています。また、福島県喜多市とも協定を締結し、森林整備を支援しています。これらは、区内のCO₂(二酸化炭素)排出量を、植林や森林整備で得られるCO₂吸収量で埋め合わせる、「カーボン・オフセット」の取り組みです。

このプロジェクトへの寄付は、次の①～③の3コースで、いずれも植林や森林整備の費用の一部として活用します。

①森林再生応援 My 記念

1口1,000円で募集。結婚や出産などの記念に名を入れられる「森林再生応援メンバー証」を発行

②中野の森パートナー

3万円以上で募集。区から「中野の森パートナー証」を授与し、区HPにパートナーであることを掲載

③中野の森づくり 貢献協賛

任意の寄付金額を上乗せした商品やサービスを提供する商店・団体等を募集。区から感謝状を進呈し、区HPに協賛店であることを掲載

「身近な緑を守り育てる」寄付コース 緑化推進係 / 8階

住宅地の占める割合が多い中野区では、庭木や生け垣、マンションのベランダにある緑なども緑化の大きな要素です。

このコースへの寄付金は、区が「花と緑の祭典」などで配布する苗木購入費用の一部として活用します。

1口1,000円で募集。なお、1回の申し込みにつき、花の種1袋を進呈します。

地域での緑化推進のために苗木を配布します

「花と緑の祭典2019春」の会場で、先着600人(家族)にブルーベリーの苗木を配布します。当日直接会場へ。
☆1家族につき1本

緑化推進係 / 8階
☎(3228)5554
FAX(3228)5677



日時 **5月19日(日)**
午前10時から

会場 **中野四季の森公園**
(中野4-13)



健康福祉に関するアンケート調査にご協力を

健康福祉企画係／6階
☎(3228)5421
FAX(3228)5062

みなさんの健康福祉への関心やサービスに対する意見などを把握し、事業や施策の見直し・改善などに役立てるための調査です。

対象となつた方はご協力をお願いします。

対象 20歳以上の区民から無作為に抽出した3千人
調査方法 5月9日ごろに郵送で調査票を配布し、郵送で回収(返送期限5月31日)

工業統計調査にご協力を

政策情報係／4階

☎(3228)8802
FAX(3228)5043

この調査は、日本の製造業の実態を明らかにするた

めに経済産業省が毎年行っているものです。

今月中旬から、対象の事業所を調査員が訪問して、聞き取りと調査票の配布を行い、後日回収に伺います。ご理解とご協力をお願いします。

☆調査員は「調査員証」を携帯しています

対象 6月1日現在、製造業を営む事業所(調査票の作成は従業員数4人以上の事業所)

「中野区あんしんすまいパック」助成のご利用を

住宅政策係／9階

☎(3228)5581
FAX(3228)5069

「中野区あんしんすまいパック」は、単身者が民間の賃貸住宅に転居する際に、定期的な見守りと亡くなった際の葬儀費、家財の片付けの3点を提供するサービスです。単身の高齢者・障害者等の円滑な住み替えを支援します。

一定の要件に合う方は、サービス利用時の初回登録料の助成を受けられます。要件や利用方法などについて詳しくは、住宅政策係へ問

い合わせを。

緑を守り増やすための助成の利用を

緑化推進係／8階

☎(3228)5554
FAX(3228)5077

次の①②とも、制度や対象条件などについて詳しくは、緑化推進係へ問い合わせを。

① 樹木・樹林・生け垣の維持管理への助成(保護指定制度)

一定の基準を満たす緑を保護指定し、維持管理費用の一部を助成する制度です。

保護指定相談・助成金申請は、緑化推進係で随時受け付け。助成金交付の対象となるのは、保護指定をした翌年度からです。

助成額(年額) 樹木Ⅱ1本当たり1万円、樹林Ⅱ面積に応じて3万〜8万円、生け垣Ⅱ長さ1m当たり千円

② 生け垣・植樹帯の設置への助成

一定の条件を満たす生け垣・植樹帯設置の場合に、費用の一部を助成する制度です。

区民と区長のタウンミーティング

基本構想係／4階
☎(3228)5782
FAX(3228)5476

5月(2回目)の開催予定

日時・会場・テーマ

22日(水)午後7時から
区役所7階会議室
新しい基本構想について
②健康・医療・福祉
☆グループディスカッション形式

☆当日直接会場へ。一時保育・手話通訳希望の方は、5月15日までに電話またはファクシミリで、基本構想係へ申し込みを

各年度の予算の範囲内で支出し、予算額に達した時点で受け付けを終了します。

助成限度額 設置延長1m当たり1万円(上限30万円)

あき地は適正に管理しましょう

衛生環境係(中野区保健所)

☎(3228)6002
FAX(3228)6007

あき地に雑草が生い茂ると、まちの美観を損ね、害虫発生や花粉アレルギー発症の原因になるなど、環境衛生上も好ましくありません。

ごみの投棄や犯罪、火災を招く危険もあるので、あき地の管理者は定期的に見回り、雑草が長く伸びない

うちに刈り取るなどの管理をお願いします。

中野区合同水防訓練

土木事業調整係／8階

☎(3228)5502
FAX(3228)5064

台風や集中豪雨に備え、中野区と中野・野方の両消防署・消防団が合同で水防訓練を行います。

土嚢を積んで浸水を防ぐ方法や住宅への浸水を防止する工法などの実演をご覧になれます。

日時 5月31日(金)午前9時半〜11時

会場 江古田の森公園多目的広場(江古田3-14)
☆当日直接会場へ

HPはホームページ 区HPから、PC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

税・国保

特別区民税・都民税を 給与特別徴収給与と引き きで納付している方へ

平成31年度の税額決定通知書を送ります

給与特別徴収分の平成31年度特別区民税・都民税の税額決定通知書を、5月15日に勤務先に郵送します。勤務先の給与担当者を通じて受け取ってください。

☆普通徴収・年金特別徴収分の税額決定・納税通知書は、6月13日に自宅へ郵送する予定

5月15日から課税(納税)証明書 の交付を受けられます

給与特別徴収分の平成31年度特別区民税・都民税の

課税(納税)証明書を5月15日から、地域事務所、区役所1階証明係で交付します(一通300円)。

納税者本人が交付申請する場合は本人確認できるもの(運転免許証など)を、代理人が交付申請する場合は委任状(納税者本人の自署または押印があるもの)と代理人の本人確認ができるものをお持ちください。

☆給与特別徴収と他の徴収方法を併用している方の場合、全ての税額が決定する6月13日に交付を開始します

問合せ(いずれも課税係/3階) 税額決定通知書について

☎(3228)8913

FAX(3228)8747

課税(納税)証明書について

☎(3228)8914

FAX(3228)8747

軽自動車税の納税通知書を送ります

諸税係/3階

☎(3228)8908

FAX(3228)5652

軽自動車税は、毎年4月1日現在、原動機付自転車や小型自動二輪、軽四輪車などの登録がある方に、その年度分を課税します。平成31年度分の納税通知書兼納付書を、5月9日に郵送します。納期限の5月31日までに、区役所、金融機関、コンビニエンスストア

か、スマートフォンなどで納付できるアプリ「モバイルレジ」で納付してください。

☆モバイルレジで納付した場合、領収証書は発行されません。なお、廃棄処分や譲渡、盗難などで車を所有しなくなった場合でも、4月1日現在で廃車の届け出がなかった場合は、課税の対象

「中野区特別区税条例」 を改正

税務管理係/3階

☎(3228)8905

FAX(3228)5652

地方税法の改正に伴い、「中野区特別区税条例」を改

正しました。条例の主な改正点は、次の2点です。

①ふるさと納税(都道府県・市区町村に対する寄付)に係る見直し

定められた基準に適合するものとして総務大臣が指定する市区町村等への寄付金に限って、ふるさと納税に係る特別控除額の対象となります。今年6月以降の寄付金から適用。

②住宅借入金等特別税額控除の控除期間の延長

消費税率10%が適用される住宅の取得等をし、10月1日〜来年12月31日に入居した場合の控除期間を3年間延長して13年間としました。

☆改正内容について詳しくは、区HPをご覧ください。税務管理係へ問い合わせを

相談

第3日曜日の法律相談

区民相談係/1階

☎(3228)8902

FAX(3228)5644

相続や土地・建物、金銭貸借などでの困りごとについて、弁護士に相談できます。

必ず事前予約を。
対象 区内在住の方
日時 5月19日(日)、6月16日(日)、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 相談日の前週の月曜日午前9時から電話で、区民相談係へ。各日先着12人
☆毎月第3日曜日に実施。平日の各種専門相談の実施日と申し込みについて詳しくは、区HPをご覧ください。同係へ問い合わせを

土地建物無料相談会

都市計画係/9階

☎(3228)8901

FAX(3228)5668

区内の民間事業者7団体で構成するまちづくり推進土地建物協議会の専門家が、土地建物等に関するさまざまに相談におこたえします。

☆同協議会との共催

日時 5月29日(水)午前10時〜午後4時

会場 区役所1階区民ホール

申込み 前日までの平日午前9時〜午後5時に電話で、

同協議会☎0120(406)239へ

催し

平和企画展「中野の空襲」

平和・人権・男女共同参画係
/4階

☎(3228)80220
☎(3228)80220
FAX(3228)80600

昭和20年(1945年)5月、中野の地域一帯は空襲を受け、焼け野原になりました。判明しているだけで400人以上の方が亡くなっています。

こうした惨劇を再び招かないよう、平和への願いを込めて、中野の空襲や東京大空襲の写真を展示します。



▲東中野1丁目付近の焼け跡(昭和22年)

日時会場

- ① 5月20日(月)～24日(金) 午前8時半～午後5時、区役所1階区民ホールで
 - ② 5月28日(火)～6月5日(水) 午前8時半～午後5時、桃園区民活動センター(中央4-57-1)で
- ☆①②とも、当日直接会場へ。最終日は午後4時まで

募集

「なかのみどりの貢献賞」

各部門(①～④)
緑化推進係/8階

☎(3228)51514
☎(3228)51514
FAX(3228)51517

区内での緑化活動等の取り組みを表彰し、副賞を贈呈します。

応募内容は、6月24日(月)～28日(金)に区役所1階区民ホールに展示。表彰式は、10月の「花と緑の祭典2019秋」で行う予定です。

部門・対象

① 緑の保護育成活動部門 自宅の庭などで、草木や草花を守り育てる活動を行っている個人・団体

【例】積極的な庭づくり、緑のカーテン等の壁面緑化、屋上緑化など

② 子ども緑化活動部門 学校や地域で子どもたちと一緒に緑化に取り組む活動を行っている個人・団体

【例】学校農園、町会の子ども会での花壇作り

③ 地域緑化活動部門 公園や地域で緑化に取り組む活動を行っている個人・団体

【例】自主管理花壇、街路

樹・植栽地の維持管理

④ 緑化活動サポート部門 前記①～③の取り組みを支援するための活動を行っている個人・団体

【例】花壇作りなどの指導、企業等による活動団体などへのみどり技術支援・資金援助など

提出資料 1年以内に撮影した該当箇所や活動風景の四季折々の写真(1サイズ相当を4枚程度)

☆④は写真に代え、教室等で使用した資料でも可

申込み 5月7日から電子申請か、区民または区役所8階緑化推進係で配布する応募用紙に提出書類を添えて同係へ。6月18日必着

☆自薦・他薦とも可。審査結果は、全応募者に通知

「放課後子ども教室推進事業」受託団体(二次募集)

育成活動支援係/5階

☎(3228)50648
☎(3228)50650
FAX(3228)50650

「放課後子ども教室」は、小・中学校や児童館等を活用して放課後や週末に安全・安心な活動拠点を設ける事業です。地域の方の協力を

傍聴を

☆当日直接会場へ

中野区地域包括支援センター運営協議会

2019年度の地域包括支援センター運営計画について他

5月20日(月)午後6時半から

区役所1階特別集会室

【問合せ】基幹型包括支援係/5階

☎(3228)5609

FAX(3228)8716

住宅政策審議会

5月24日(金)午後3時から

区役所7階会議室

【問合せ】住宅政策係/9階

☎(3228)5581

FAX(3228)5669

区への寄付(1月～3月)

- ▼1月15日、小池秀明様から50万円
- ▼2月8日、東京中央農業協同組合様から11,302円
- ▼2月13日、トマトクラブ様から2万円
- ▼2月21日、大妻中野同窓会(けやき會)様から31,000円
- ▼3月4日、中野九中同窓会(桃蔭會)様から1,534,932円

環境基金への寄付(1月～3月)

- ▼1月25日、匿名の方から1,000円
- ▼1月28日、佐藤商店様から3万円
- ▼2月4日、向山たつ美様から1,000円
- ▼3月20日、匿名の方から1,000円
- ▼3月27日、ボランティア労力ネットワーク東中野支部様から7,350円

区民公益活動推進基金への寄付(1月～3月)



- ▼2月5日、匿名の方から5,000円


ありがとうございました。

得ながら、学習・スポーツ・文化活動・交流の機会などを子どもたちへ提供します。地域の育成団体からの提案を受け、区が審査の上、提案団体に事業の実施を委託します。

募集期間 5月20日～31日

午後5時(必着) 応募書類の配布 5月7日から、区民、区役所5階育成活動支援係窓口で ☆応募条件や申し込み方法などについて詳しくは、同係へ問い合わせを

HPはホームページ 区HPから、は電子申請が、は申請書などのダウンロードが可

は、区HPで詳しい内容をご覧ください

就労・求人支援サイト 「ぐっJOBなかの」を ご利用ください

産業振興係/9階
☎(3228)5518
FAX(3228)5656



二次元コードからアクセス▲

正社員・パート・内職など、さまざまな求人情報を無料で閲覧できます。仕事探しに役立つ就職面接会やセミナーの情報も。ぜひ活用を。

☆産業振興センター(中野2-13-14)のパソコンで閲覧できます(平日午前9時～午後5時)。事業者からの求人情報も随時受け付け

電話番号、職業、区内在勤・

機、住所、氏名とふりがな、

度、書式自由)と応募の動

機、住所、氏名とふりがな、

電話番号、職業、区内在勤・

勤務期間 調査期日の前後

記入内容の点検など

勤務期間 調査期日の前後

記入内容の点検など

男女共同参画を推進 情報誌「アンサンブル」 企画・編集委員

平和・人権・男女共同参画係
/4階

☎(3228)8220
FAX(3228)8800

活動内容 男女共同参画セ

ンター情報誌「アンサンブル」
(年2回程度発行)の企画や
原稿作成、編集作業を職員
と一緒に実施。1号につき2
〜3回開催する会議(平日日
中に2時間程度)に出席

☆無報酬。交通費支給なし

対象 区内在任・在勤・在学

の方

任期 6月〜来年3月

申込み 作文「私にとつての

男女共同参画」(4百字程

度、書式自由)と応募の動

機、住所、氏名とふりがな、

電話番号、職業、区内在勤・

在学の場合は勤務先・通学先
を書いたものを郵送または
直接、平和・人権・男女共
同参画係へ。5月22日必着。
選考で2〜3人 ☆結果は、
5月末に全応募者に郵送

統計調査員(登録者)

政策情報係/4階

☎(3228)8800
FAX(3228)5643

随時、面接を実施しま
す。事前に政策情報係へ連
絡を。 ☆調査員は、登録者
の中から選任

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

記入内容の点検など

勤務期間 調査期日の前後

記入内容の点検など

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

職員・ アルバイト

区立保育園アルバイト (登録者)

区立保育園係/3階

☎(3228)8600
FAX(3228)5607

職種(4種) 保育補助、短時
間保育補助、用務補助、調
理補助

勤務期間 6か月以内 ☆勤

務日数・時間は調整可

時給 1010円〜1350

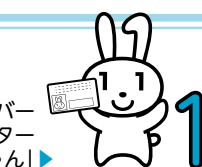
円 ☆職種、勤務期間、資

格の有無等により異なります。

交通費支給(限度額あ

り)

申込み 電子申請か、所定



マイナンバー
キャラクター
「マイナちゃん」▶

便利なマイナンバーカードの取得を

マイナンバーカードは、金融機関での口座開設、パスポートの新規発給、携帯電話の契約など、さまざまな場面で身分証明書として利用できます。ぜひ、取得を。

コンビニエンスストア(コンビニ)で 証明書を受け取れます

証明係/1階 ☎(3228)5506 FAX(3228)5653

マイナンバーカード(利用者証明用電子証明書を発行したもの)を利用して、住民票の写しと印鑑証明書をコンビニで取得できます。1通当たり200円と、区役所窓口での発行よりも100円安く取得でき、時間も5分程度で済みます。

利用場所

全国のセブン-イレブン、
ローソン、ファミリーマ
ートおよびミニストップ等の
各店舗に設置されたマル
チコピー機

利用時間

午前6時半～午後11時(年末年始・メ
ンテナンス時を除く)
☆区役所1階ローソンのマルチコピー
機でも、平日、区役所の業務時間内
に利用可

住民基本台帳カード (住基カード)をお持ちの方へ

マイナンバーカード交付係/1階
☎(3228)5425 FAX(3228)5653

住基カードでのコンビニ交付は終了しま
した。また、住基カードの電子証明書は更
新できません。

コンビニ交付や電子証明書を利用する方
は、マイナンバーカードへの切り替えをお
願います。

☆マイナンバーカードについて詳しくは、
マイナンバーカード交付係へ問い合わせを

仕事・
ビジネス



産業振興センターの講座
(2件)

産業振興センター

中野2-13-14

☎(03)3800-6940

FAX(03)3800-6949

次の①②とも

会場 産業振興センター

対象 区内在住・在勤の方
区内での創業を考えている方
申込み 5月7日から産業
振興センター☎で申し込む
か、電話、ファクシミリ(氏
名とふりがな、電話番号、
お持ちの方はメールアドレス
を記入)または直接、同セン

ターへ

①経営力アップ講座「なぜあの会社は儲かるのか?」他者との違いを出して儲けを生む方法」

日時 6月4日(火)午後6

時半〜8時半

☆先着20人

②なかのビジネス創造塾

創業のために必要な知識を学ぶ連続講座(全6回)。1回のみ参加も可。初回は「自分らしく起業し、成果を出し続ける方法とは?」をテーマに、ぶれない経営者としての心構えについて学びます。

日時 6月15日(土)午後1

時半〜5時半

参加費 全6回一括分15千

円、1回ごと2千円

☆先着30人

新創業融資制度の利子の一部補給を受けられます

産業振興係/9階

☎(03)2200-8720

FAX(03)2200-5050

新たに創業する事業者が無担保・無保証人で利用できる日本政策金融公庫の新創業融資制度。この融資を利用した区内事業者は、支払った利子の一部補給(最大1・9%)を受けられます。融資の手続きなどについて詳しくは、日本政策金融公

庫新宿支店☎(3)342-41

71へ問い合わせを。

☆利子補給の申請期間は11

月〜12月を予定

経営と創業について相談できます

産業振興センター

中野2-13-14

☎(03)3800-6947

FAX(03)3800-6949

経営相談

平日午後1時〜5時に、創業や経営全般に関する相談(予約制)ができます。「会社を設立したい」「売り上げを伸ばしたい」「販売路線を拡大したい」など気軽に相談を。

対象 区内中小企業の経営者、区内での創業を予定している方

申込み 事前に電話または

直接、産業振興センターへ。

随時受け付け

どこでも出張相談

経営全般に関して相談可能。希望の日時、場所(区内に限る)に、中小企業診断士が出向きます。創業後のフォローアップも受けられます。

対象 区内中小企業の経営者

申込み 電話か、区役所9

階産業振興係で配布する申込用紙に必要事項を記入し、ファクシミリまたは直接、産業振興センターへ

情報
スクエア

公共機関・民間団体からのお知らせ

リサイクル自転車の販売

中野区シルバー人材センター

☎(03)6607-971

FAX(03)6607-998

区の条例に基づき撤去された自転車の一部を分解・整備し、30台を販売予定です。
日時 5月16日(木)午前11時40分までに直接会場へ。11時45分に購入順を決める抽選を開始。荒天延期
会場 中野四季の森公園内

管理棟(中野4-13)

販売価格 車種により8千

5百円、1万千5百円、1

万3千円(防犯登録料、T S

マーク代、消費税込み)

☆天候による当日の開催可

否、販売日以降の在庫状況

については、同センター☎

[http://www.nakano-sjc.](http://www.nakano-sjc.or.jp)

[or.jp](http://www.nakano-sjc.or.jp)をご覧ください。

6月以降

も毎月第3木曜日に実施

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

☎0570(0)10(8)10(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 5月

7日〜15日に区民活動セン

ター、区役所1階総合案内、

同9階住宅政策係、JKK

東京募集センター及び同窓

センターで ☆土・日曜

日、夜間は区役所1階夜間・

休日窓☎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

HPはホームページ 区HPから、PC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

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参加可。

日時 5月8日(水)・16日(木)・25日(土)、いずれも受け付けは午前10時～10時半で、同内容

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 利用会員Ⅱ区内在住で子育ての援助を受けたい方、協力会員Ⅱ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



参加費の書いていないものは無料です

第12回江古田の森春まつり

障害者支援施設江古田の森 ☎(5318)3711

模擬店や余興、利用者の作品展示と販売も。

日時 5月18日(土)午前11時～午後2時

会場 東京総合保健福祉センター江古田の森(江古田3-14-19) ☆当日直接会場へ。駐車場はありません

以上の方

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

ほほえみサービス 協力会員説明会

中野区社会福祉協議会ほほえみサービス事業担当
☎(5380)0753
FAX(5380)6027

ほほえみサービスは、自宅での日常生活を有料でお手伝いする区民同士の支えあいの仕組みです。

20歳以上で、家事や介護のお手伝いができる協力会

員を募集しています。

日時 5月23日(木)午後1時半～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

☆当日直接会場へ。会員登録には、年会費千円と本人名義のゆうちょ銀行の口座が必要

外国語講座の受講生募集

中野区国際交流協会
☎(5342)9169
FAX(3333)0288

①初めての英会話
②実践英会話

日時 前期Ⅱ6月5日～9月25日、後期Ⅱ10月2日～12月18日の、毎週水曜日。

①Ⅱ午前10時～正午、②Ⅱ午後1時～3時

③English Speaking English

日時 前期Ⅱ6月7日～9月27日、後期Ⅱ10月4日～12月20日の、毎週金曜日。午後6時半～8時半

①～③とも

対象 前期(夏季休みあり)・後期とも受講できる方(各期全12回)
会場 なかのZERO西館

(中野2-9-7)

参加費 各期1万5千円
☆同協会賛助会員は2千円引き

申込み 往復ハガキに講座名、住所、氏名とふりがな、年齢、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)を記入し、中野区国際交流協会/〒164-0001中野2-9-7へ。5月20日必着。抽選で25人

☆結果は全応募者に5月24日ごろ郵送

東京都子育て支援員 研修を受講しませんか

東京都福祉保健局少子社会対策部計画課
☎(5320)4121

都内在住・在勤で、子育て支援員として就業希望の方を対象とした研修です。

修了者は、東京都により「子育て支援員」として認定されます。

地域子育て支援コース、放課後児童コース、社会的養護コースがあり、いずれも5月7日～24日必着で申し込みが必要。申し込み方法について詳しくは、次の問合せ先へ確認を。

問合せ先 株式会社東京リーガルマインド ☎(591)36225(平日午前9時～午後6時)

☆募集案内は、同社HPからダウンロード可。区役所5階子ども・教育政策課企画財政係でも若干数配布しています。研修制度全般について詳しくは、東京都福祉保健局少子社会対策部計画課へ問い合わせを

交通安全イベントにご参加を

①②とも当日直接会場へ。
③3世代で学ぶ交通安全
野方警察署
☎(3386)0110

音楽隊の演奏や警察車両の展示などのイベントを通して交通安全について学びます。

日時 5月12日(日)午前10時～正午

会場 中野セントラルパーク
サウス前(中野4-10)

②自転車安全利用実技教室
中野警察署
☎(5342)0110

自転車持参でご参加を。

日時 5月18日(土)午前10時～11時

会場 杉山公園(本町6-15)

情報 スクエア(続き)

史跡めぐり「富士の恵みの湧水と三嶋大社へ」

中野区教育振興会

野方1-35-3(教育センター内)

TEL(0268)5544

FAX(0268)9319

静岡県の柿田川や三嶋大社、楽寿園・楽寿館を見学します。

日時 6月4日(火)午前8時出発、午後6時半ごろ帰着予定。いずれも区役所西側

☆往復貸し切りバス利用

対象 18歳以上の方

参加費 8千円 ☆昼食代・入館料・傷害保険料等含む

申込み 5月14日からの平日午前9時〜午後4時に参加費を持って直接、中野区教育振興会へ。若干名

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(0268)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

る場合は、「予約受付専用電話」0570(05)4890(ナビダイヤル)または中野年金事務所へ原則事前予約をしてください。

シニア大学に参加しませんか

中野区友愛クラブ連合会(地域自治推進係内)

TEL(0268)5571

FAX(0268)5020

「シニア大学」は、高齢者の健康づくりや生きがいづくり、仲間の輪を広げること、を目的とした学びの場です。区内の老人クラブ相互の親睦や交流を図っている中野区友愛クラブ連合会が運営しています。この講座に参加して、さまざまな分野の知識・教養を高めませんか。

対象 区内在住の方

日時 6月4日(火)、7月2日(火)、9月10日(火)、10月9日(水)、11月7日(木)の全5回、いずれも午後2時から会場 なかのZERO大ホール(中野2-9-7)

☆1回ごとの参加も可。当日直接会場へ。文部科学省が定める「大学」とは異なります

information

高齢者・介護情報

体力づくり教室「腰痛・膝痛予防体操」

野方高齢者会館

野方2-29-12

TEL(0268)92080

腰やひざの痛みの予防に効果的なストレッチや家庭でも簡単にできる軽運動を、健康運動指導士から学びます。

日時 6月5日・19日、7月3日・17日・31日、8月14日
いずれも水曜日、午後1時半〜3時半。全6回

対象 65歳以上の区内在住の方

申込み 5月7日〜6月4日の平日午前9時〜午後5時に電話または直接、野方高齢者会館へ。先着12人

家族介護教室(2件)

次の①②とも

対象 自宅で高齢者を介護している方

申込み 5月7日〜開催日前日に電話で、各施設へ ☆先着15人

①介護保険制度の仕組みを知ろう

かみさぎホーム
上鷹宮3-17-4

TEL(0268)8443

FAX(0268)9620

介護保険制度の仕組みを施設職員から学びます。

日時 5月13日(月)午後1時半〜3時半

②懇談会「認知症の方のよくある症状について」

中野友愛ホーム
江古田2-24-11

TEL(0268)5515

FAX(0268)5992

介護技術を学びながら、在宅介護をしている人同士で、情報交換をします。

日時 5月28日(火)午後1時〜3時

シニア向けおしごと説明会

産業振興係/9階

TEL(0268)5518

FAX(0268)5656

中野区とセブンイレブン・ジャパンとの「地域活性化包括連携協定」に基づき、働く

意欲のあるシニアと、その雇用に積極的な同社の区内店舗を結び付ける説明会です。

同社担当者による仕事内容の説明の他、実際に働いている方の仕事のやりがいなどを映像で紹介いたします。

また、ハローワーク新宿の協力により、参加者の希望に沿った仕事内容、店舗等を紹介します。空いた時間にはレジ打ち等の体験も。

対象 おおむね60歳以上の方
日時・内容 5月27日(月)午後0時半受け付け開始、午後1時〜2時IIセブンイレブンの仕事についての説明、2時〜4時II個別相談

会場 産業振興センター(中野2-13-14)
☆当日直接会場へ

NPO法人 全国葬送支援協議会

内閣総理大臣認証 第1767号

相続税節税のいろは
—家族葬そのあとに—
無料セミナー



5月31日(金) 14時~16時


場所 中野区産業振興センター3階 会議室2
(中野区中野2-13-14)

お申込み
お問合わせ 0120-056-590

主催 アイユーメモリー

当セミナーでの営業・勧誘等は一切ございません

HPはホームページ 区HPから、は電子申請が、は申請書などのダウンロードが可

は、区HPで詳しい内容をご覧になれます

information

子ども・子育て・教育

児童育成手当の新規申請を受け付けています

児童手当・子ども医療費助成係／3階

☎(3228)8952 FAX(3228)5657

児童育成手当の受給には所得制限があり、5月申請分からは、審査基準として適用する所得の対象年が切り替わります。

平成29年中の所得では限度額超過のため申請していなかった方や現況届の審査で資格喪失となった方でも、同30年中の所得では手当の受給対象となる場合があります。

手続きなどについて詳しくは、児童手当・子ども医療費助成係へ問い合わせを。

対象 母子家庭・父子家庭または父母いづれかに重度障害がある家庭の、18歳に達する日以降の最初の3月31日までのお子さんの保護者。または20歳未満の障害のあるお子さんの保護者 ☆審査基準内の場合、申請した翌月の分から受給

歯の生えはじめ教室「ビギナーズ」

南部すこやか福祉センター

弥生町5-11-26(みなみらいず内)

☎(3380)5551 FAX(3380)5532

赤ちゃんと保護者のお口のケアについて、実習を通して歯科衛生士から学びます。

日時 6月20日(木)午前10時から、11時から ☆各1時間。同内容で2回実施

会場 南部すこやか福祉センター

対象 生後6か月～11か月のお子さんとその保護者

申込み 5月7日～6月18日に電子申請か、電話、ファクシミリ(住所、お子さんと保護者の氏名とふりがな、参加希望時間、電話番号、お子さんの生年月日を記入)または直接、南部すこやか福祉センターへ。各回先着15組(計30組)

妊娠中の方へ

「かんがるープラン」を作って
ギフト券を受け取りましょう 

区内在住の妊婦さんを対象に、すこやか福祉センターまたは自宅で、保健師等が面接(かんがるー面接)をします。

みなさんが安心して子育てできるよう、要望に応じて一人ひとりに適したサービス情報を提供し、必要な支援について一緒に考え、「かんがるープラン」を作成します。

面接してプランを作成した妊婦の方には、妊娠・子育て応援ギフト券(1万円相当)を贈呈。ぜひ活用を。

問合せ先のすこやか福祉センター

①南部／弥生町5-11-26

☎(3380)5551・FAX(3380)5532

②中部／中央3-19-1

☎(3367)7788・FAX(3367)7789

③北部／江古田4-31-10


☎(3388)0240・FAX(3389)4339

④鷲宮／若宮3-58-10

☎(3336)7111・FAX(3336)7134

☆お住まいの地域を担当するすこやか福祉センターが分からない場合は、区HPで確認するか、③北部すこやか福祉センターへ問い合わせを

女性の健康講座

「すこやかママの身体づくり
～親子体操をしよう～」 

南部すこやか福祉センター

弥生町5-11-26(みなみらいず内)

☎(3380)5551 FAX(3380)5532

妊娠、月経、婦人科疾患など、女性の健康について産婦人科医から話を聞きます(一時保育あり)。体力づくりに役立つ親子体操も。

日時 5月30日(木)午後2時～4時

会場 南部すこやか福祉センター

対象 生後4か月～18か月のお子さんとその保護者(女性)

講師 寺内智子氏(寺内医院院長)他

申込み 5月7日～24日に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着20組

「今から備える! 災害時の親子ごはん」

中部すこやか福祉センター

中央3-19-1

☎(3367)7788 FAX(3367)7789

親子で乗り切る災害時の食事や知恵についてお話、調理・試食で楽しく学びます。

日時 6月27日(木)午後1時半～3時半

会場 中部すこやか福祉センター

対象 区内在住の妊婦、生後3か月～11か月のお子さんとその保護者

申込み 5月7日～6月24日に電子申請か、電話または直接、中部すこやか福祉センターへ。先着30人

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

南部すこやか福祉センター

弥生町5-11-26(みなみらいず内)

☎(3380)5551 FAX(3380)5532

第1子を出産予定の区内在住の方を対象に、妊娠期や出産後の食事のポイントとお口のケアについて、実習や試食を通して学びます。

日時 6月14日(金)午後1時半～3時半

会場 南部すこやか福祉センター

申込み 5月7日～6月11日に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着15人

☆希望者は、食事診断と骨量測定(素足)、お肌の水分チェックも受けられます

区報に広告を掲載しませんか

広報係／4階

☎(3228)8805 FAX(3228)5645

広
告

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。



HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、FAX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

健康経営「気分スッキリ! リフレッシュヨガ」

産業振興センター

中野2-13-14

☎(3380)6946 FAX(3380)6949

日時 6月13日(木)午後7時~8時

会場 産業振興センター

対象 区内在住・在勤の方

申込み 5月7日から産業振興センターHPで申し込むか、電話、ファクシミリ(氏名とふりがな、電話番号、メールアドレスを記入)または直接、同センターへ。先着15人

健康づくりパートナー募集

保健企画係(中野区保健所)

☎(3382)2428 FAX(3382)7765

区や地域の団体が主催する健康づくり(食育、糖尿病予防、がん対策等)に関する普及啓発イベントに無償で協力できる個人・団体を募集します。

申込み 所定の登録申込書に必要事項を記入し、5月31日までにファクシミリまた

は直接、保健企画係へ

☆必要に応じて面接を実施。応募の要件などについて詳しくは、区HPをご覧になるか、保健企画係へ問い合わせを

5月31日は世界禁煙デー 5月31日~6月6日は禁煙週間

保健企画係(中野区保健所)

☎(3382)2428 FAX(3382)7765

肺がんや心筋梗塞、くも膜下出血など、命にかかわる病気の原因になるたばこ。吸う人だけではなく、周囲の人々の健康にも悪影響を及ぼします。

これを機に、「禁煙習慣」を身に着けましょう。

世界禁煙デーパネル展

期間 5月15日(水)~31日(金)

会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」

中野駅付近でのキャンペーン

日時 5月31日(金)午前10時~11時

☆雨天中止

「環境省熱中症対策シンポジウム」の区内中継会場へお越しください

保健予防係(中野区保健所)

中野2-17-4

☎(3382)6500 FAX(3382)7765

医学やスポーツ、暮らしに関する専門家に、熱中症の基礎的な知識やスポーツ・イベントでの対策、夏の快適な過ごし方など、熱中症対策に役立つ話を聞けます。

日時 6月3日(月)午前10時~午後3時半

会場 なかのZÉRO西館(中野2-9-7)

☆プログラムや申し込み方法などについて詳しくは、環境省熱中症予防情報サイトHP <http://www.wbgt.env.go.jp/>か、保健予防係で配布している申込用紙をご覧ください



胃がん検診(胃部X線検査)の対象条件が変わります

区民健診係(中野区保健所) ☎(3382)2429 FAX(3382)7765

今年度から、区民健診の次の検査の対象条件が次のように変わります。

	変更後	変更前
胃がん検診(胃部X線検査) ☆2年に1回	40歳以上の区民(来年3月31日現在) ☆昨年度に胃がん検診(胃部X線検査)を受診した方は対象外	中野区の胃がんハイリスク診査(※)、またはそれに相当する検査の結果が「A群」判定の40歳以上の区民

☆区民健診は、6月1日から始まります。受診を希望する場合は、6月3日以降に区民健診係へ申し込みを。申し込み方法やその他の健診については、なかの区報5月20日号に掲載予定

※胃がんハイリスク診査

胃がんハイリスク診査は血液検査で、ピロリ菌感染の有無と胃粘膜の萎縮の程度を測定し、将来的な胃がん発生のリスクを段階に応じてA~D群に分類する検査です。胃がんそのものを発見する検査ではありません。

A群は「異常なし」、B~D群は「要精密検査」となります。「要精密検査」となった方は、保険診療でピロリ菌の除菌や定期的な胃部内視鏡検査の受診を推奨しています。

庭木1本からお手入れOK!



お約束
 ☆土日でもOKです
 ☆トイレはお借りしません
 ☆お茶はご遠慮します

●なかの区報を見た方へ●
 生垣剪定幅1m(高さ2m)通常2,000円を1,000円
 先着10名様

株式会社ガーデンエクスプレス
 東京北支店:練馬区土支田3-19-12
 ☎03-5933-2811
 年中無休

無料法律相談会

相続問題、借金問題、賃貸借・売買、その他法律問題かどうかわからなくてもお気軽にご相談下さい。

5月25日(土) 13:30 ~ 16:40

会場: 中野サンプラザ7階 研修室8

相談ご希望の方は、事前に電話又はメールにてご予約ください。当会HP (<http://zenkikai.net/>)

相談時間40分

相談会責任者(予約先) ※土・日・祝日を除く10:00~17:00まで

吉原隆平総合法律事務所 弁護士 吉原 隆平(東京弁護士会) ☎03(3256)7830 ✉yoshihara@ry-law.com

主催: 東京弁護士会法友全期会(東京弁護士会所属の弁護士グループ)

広告

information

健康・福祉



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時半
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
(ファクシミリは聴覚・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～11時
土・日曜日、祝・休日 午前9時～午後11時

救急病院案内

中野消防署
☎(3366)0119
野方消防署
☎(3330)0119

5月5日～20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	
5月5日(日・祝)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		塩崎クリニック	内・胃・外・肛	鷺宮2-5-7 2階	(5327)3336
		おうじ内科・糖尿病クリニック	内・小	中野5-26-8	(3388)1024
		中山レディスクリニック	産婦	東中野3-9-14	(3371)2676
	薬局	溝口医院	内・小・皮	弥生町2-12-9	(3372)0035
		土田歯科医院	歯	南台3-6-25 1階	(3229)0880
		奥田歯科医院	歯	丸山2-24-1	(3339)9288
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
5月6日(月・休)	当番医	わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
		スギ薬局中野南口店		中野3-33-18	(6382)4711
		総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
		中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11	(3361)1381
	薬局	セイメイ内科	内・循	中央1-25-5	(5389)2972
		田沼内科・小児科医院	小・内	本町6-23-3	(3380)2622
		やなだクリニック	泌・内	弥生町6-2-20	(5342)9511
		三上歯科医院	歯	南台3-37-27	(3384)0385
		石田歯科医院	歯	若宮3-6-7	(5373)2737
5月12日(日)	当番医	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		アルト薬局		本町6-6-3	(3380)7037
		わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
		中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
	薬局	横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		哲学堂石井内科医院	内・消	江古田1-1-4	(5906)5010
		荻原医院	小	江古田2-11-10	(3388)5050
		おおくら内科	内	東中野5-1-1 3階	(5332)7676
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
5月19日(日)	当番医	西原デンタルオフィス※	歯	中野2-25-6 2階	(3229)1182
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		フラワー薬局東中野店		東中野5-1-1 3階	(5332)9577
		新渡戸記念中野総合病院	内・外・整	中央4-59-16	(3382)9991
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
	薬局	武田内科クリニック	内・循	江原町3-5-10-202	(3950)3836
		橋本医院	内	野方3-15-3	(3389)0355
		東中野クリニック	内・神経内	東中野1-58-12	(3361)2732
		仁友クリニック	内・小	本町2-45-10	(3372)5121
		矢崎歯科医院※	歯	大和町1-12-7	(3338)2295
5月20日(日)	薬局	青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
		中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530

※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。

新渡戸記念中野総合病院 / 総合東京病院 /
中央4-59-16 / 江古田3-15-2
☎(3382)9991 / ☎(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時半～9時45分 / 受付時間 午後6時半～9時半
診療時間 午後7時～10時

- ☆電話は午後5時半以降にしてください
- ☆必ず事前に電話で連絡を。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
- ☆保険証・医療証を持って受付時間内に来院を

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



休日当番医以外で5月5日・6日に開院している区内医療機関は、区図でご覧になれます

みらい・まち・なかの

風薫る5月。先日J:COM中野の番組収録で、緑まぶしい東中野周辺を散策してきました。ゆっくり歩いてみると、「中野区ものしり博士」の私も知らなかった新たな発見が…これも散歩のだいご味の一つですね。ということで前号では、例を見ない超大型連休を区内で楽しんでいただく一助にと、おすすめのウォーキングコースを紹介しました。みなさんにもぜひ「小さな新発見」を体験し、楽しんでいただけたらと思います。



4月8日の第1回基本構想審議会

さて、先月8日、基本構想審議会がスタートしました。新しい基本構想は、10年後に目指す将来像を描くもので、区民のみなさんとともに考え、作り上げていきたいと考えています。有識者や区内の各団体代表、公募委員で構成された審議会では、テーマ別の部会も設置し、区民のみなさんと職員で議論するワークショップやアンケート調査の結果などを捉えながら、丁寧にご審議いただきます。区は今年の秋に審議会から答申をいただき、それを基にさらに検討を重ね、2020年度に新たな基本構想を策定する予定です。

5月1日、元号が令和に改まりました。新しい時代の中野にふさわしい、そして区民のみなさんや中野のまちで働き、学び、活動する人たちにとって、愛着と誇りが持てる基本構想にしたいと思います。一緒に考えていきましょう。

区長 酒井直人

！ごみの分別と集団回収にご協力を

古着・古布は集団回収へ

資源回収推進係(リサイクル展示室内)
☎(3228)5555 FAX(3228)5634

古着・古布は、多くの地域で、町会・自治会などが行う集団回収に出せます。回収日などについて詳しくは、区HPをご覧ください。資源回収推進係へ問い合わせを。

出し方 洗濯後、ボタンやファスナーを付けたままビニール袋に入れ、集団回収集積場所へ。古着はぬれるとごみになってしまうので、晴れた日に出しましょう
☆リサイクル展示室(松が丘1-6-3)でも回収しています。午前8時半～午後5時に直接持ち込んでください(年末年始を除く)

ライターやスプレー缶などを
ごみに出す場合は別袋で

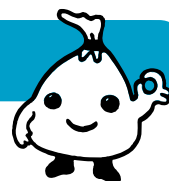
清掃事務所 松が丘1-6-3
☎(3387)5353 FAX(3387)5389

ライター、スプレー缶、カセットボンベなどは、他のごみと一緒に出すと、清掃車やごみ処理施設の火災の原因になります。

また、水銀式の体温計や血圧計など、水銀を多量に含むごみが清掃工場で焼却処理されると、排出ガスの水銀濃度が規制値を超え、焼却炉を停止しなければなりません。

これらのごみを出す場合は、他のごみとは別の袋に入れ、中身が何かを明記して「陶器・ガラス・金属ごみ」の日にごみ集積所へ出してください。

☆スプレー缶などに穴を開けると危険です。できるだけ中身を使い切り、穴を開けずに出してください



▲中野区ごみ減量キャラクター「ごみのん」



▲中身を明記してください

「事業系廃棄物排出届出書」の提出はお済みですか

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

小規模事業者で、ごみの自己処理が困難な場合は、例外的に区のごみ収集を利用できます。その場合は、届け出が必要です。該当する方は、ごみ減量推進係へ問い合わせの上、手続きを。
☆届け出をした事業者には事業者番号を記載した

「届出済証」を郵送します。ごみを出す際は、袋の容量に応じた「中野区事業系有料ごみ処理券」(シール)を購入し、事業者番号と事業者名を明記の上、ごみ袋に貼ってください。なお、届け出制度について詳しくは、区HPでもご覧になれます

次号予告

〈特集〉無くそう 受動喫煙