

地域国際交流カフェ

中野区国際交流協会  
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

内容 地域に住む日本人、外国人が日本語でおしゃべりします

日時 10月12日(土)午後2時~4時

会場 鍋横区民活動センター

参加費 100円程度(お茶代)

☆当日直接会場へ

地域活動担い手養成講座「性的マイノリティ(LGBT)への理解」

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

日時 11月11日(月)午後2時~4時

会場 産業振興センター

☆11月9日までの事前申込制。詳しくは、中野区社会福祉協議会HPをご覧ください

高齢者・介護

介護予防総合講座(3件)

次の①~③とも対象は区内在住の65歳以上の方 ☆①②は男性のみ

①男性限定企画「技を学ぼう! 声を出そう! 食を楽しもう!」

上高田東高齢者会館(上高田4-17-3)  
☎・FAX(3228)7220

日程 10月18日(金)・25日(金)、11月11日(月)・25日(月)、12月6日(金)・20日(金) ☆1回のみ参加可

申込み 10月7日~各開催日前日(12月開催分は1週間前)の平日に、電話または直接、上高田東高齢者会館へ。先着15人

②男性料理教室「お家で簡単に作れるアジアの料理」

沼袋高齢者会館(沼袋1-34-14)  
☎・FAX(3387)7381

日時 10月25日(金)午前10時~正午  
参加費 500円(材料費)

申込み 10月7日からの平日に電話または直接、沼袋高齢者会館へ。先着15人

③血管アンチエイジング

やよいの園(弥生町3-33-8)  
☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 10月30日(水)午前10時~11時30分

申込み 10月7日~25日(日曜日、祝日を除く)の午前9時~午後5時に直接本人が、やよいの園へ。先着30人

家族介護教室(2件)

次の①②とも

内容 介護技術の学習、在宅介護をしている人同士での情報交換など

対象 自宅が高齢者を介護している方

①福祉用具活用法

かみさぎホーム(上鷲宮3-17-4)  
☎(3926)8443 FAX(3970)9620

日時 10月18日(金)午後1時30分~3時30分

申込み 10月7日~17日に電話で、かみさぎホームへ ☆先着15人

②認知症のための福祉用具と高齢者サービス

やよいの園(弥生町3-33-8)  
☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 11月8日(金)午後1時~3時

申込み 10月7日~11月8日に電話で、やよいの園へ ☆先着15人

振り込め詐欺にご注意を

「変だな」と思ったら、相手にせず、最寄りの警察署に相談してください。緊急の場合は110番へ。

中野警察署 ☎(5342)0110  
野方警察署 ☎(3386)0110

子ども・子育て

多胎児の会「ピーナッツ」

中部すこやか福祉センター(中央3-19-1)  
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

内容 双子・三つ子など、多胎児ならではの子育てについての情報交換

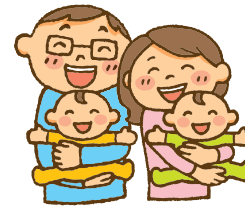
対象 区内在住の、多胎児親子と多胎児を出産予定の妊婦

日時 11月8日(金)午前10時~正午

会場 中部すこやか福祉センター

申込み 10月7日~31日に電子申請か、電話、ファクスまたは直接、中部すこやか福祉センターへ。先着15組。保希望の方は、あわせて申し込みを。住所、

氏名とふりがな、電話番号、同行者の有無、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢



妊婦さんの歯っぴいお食事講座(2件)

内容 初めて出産を迎える区民の方を対象に、妊娠期や出産後の食事のポイントやレシピを紹介。試食やお口のケアなどの健康チェックも ☆希望者は、食事診断も受けられます

申込み 10月7日~開催日の3日前に電子申請か、電話または直接、すこやか福祉センターへ。先着15人

鷲宮すこやか福祉センター(若宮3-58-10)  
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日時 11月8日(金)午前10時~正午

中部すこやか福祉センター(中央3-19-1)  
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

日時 11月14日(木)午後1時30分~3時30分

☆希望者は、骨量計測(素足で測定)、肌水分チェックも受けられます



教科書を採択しました

教育事業係/5階  
☎(3228)5545 FAX(3228)5682

来年度から区立小学校で使用する教科書を次のとおり採択しました。

科目	種目	発行者
国語	国語	光村図書
	書写	日本文教出版
社会	社会	東京書籍
	地図	帝国書院
算数	算数	東京書籍
理科	理科	大日本図書
生活	生活	東京書籍
音楽	音楽	教育出版
図画工作	図画工作	開隆堂出版
家庭	家庭	開隆堂出版
体育	保健	光文書院
外国語	英語	東京書籍
道徳	道徳	東京書籍

採択基準

- ①学習意欲が喚起される
  - ②生きて働く知識・技能の習得と未知の状況にも対応できる、思考力・判断力・表現力等の育成に答えられ、児童自らがよりよい生き方を考えられる
  - ③児童にとって学びやすく、教師にとって教えやすい
- ☆採択の経過などは、区役所4階区政資料センター、同5階15番窓口でご覧になれます

親の思いが心に届く「伝え方」

地域子ども施設調整係/5階  
☎(3228)5603 FAX(3228)5659

対象 子育て中の保護者、コミュニケーションに関心のある方

日時 11月13日(水)午前10時~11時30分

会場 みずの塔ふれあいの家

申込み 10月7日~11月11日に oyagyo.rainbow@gmail.com で、おやぎょう中野へ。先着20人。氏名とふりがな、講座名、お子さんの年齢

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、相互援助活動の利用・協力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

日時 10月29日(火)、11月6日(水)、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

広告

駅前チカ! 家族葬専用式場を見に来ませんか? くみん斎場内覧見学会

当日は葬儀の無料相談もできます。家族葬をお考えなら、ぜひ一度ご来場下さい。

くみん斎場で家族葬を行う場合

この内容がまるわかり!

総額 611,609円 +税

11月16日(土) 11:00~16:00

お好きな時間にご来場下さい!

ご来場の方にBOXティッシュプレゼント

お申込みお問い合わせ 03-6454-0019

くみん斎場 中野新井薬師前

10月のあすなろ葬祭セミナー開催

これだけは知っておきたい 相続のはなし

10月25日(金)14:00~

参加料:500円 テキスト・お茶代込

中野サンプラザ15Fアクアルーム

お申込みお問い合わせ TEL 03-5318-2876

中野区上高田

そうせいじ 宗清寺墓苑

早稲田通り寺町 ほぜんじ幼稚園隣り

墓地ご案内開催中!

■開催日:土曜・日曜・祝祭日 10月末日まで

■開催時間:午前9時~午後5時

セット販売価格 (0.16㎡) 79万円より

※年間管理費は別途。

ご来苑予約・お問い合わせ

絆づくりのパートナー 石苑 0120-141453

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

フリーダイヤル

鷲六造園 | 中野区鷲宮 6-28-6-211

URL http://www.sagirokuzoen.com

メールアドレス info@sagirokuzoen.com

仕事につながる新しい介護資格

《生活援助従事者研修》

通学5日間+自宅学習

10月開講記念キャンペーン

受講料+テキスト代 通常45,000円が → 無料

問合せ・申込:ユースタイルカレッジ 03-5937-6825

広告