区民公益活動推進基金に寄付しませんか

公益活動推進係／4階
☎(3228)3251　FAX(3228)5620

区内で新たに地域活動を始める団体へ必要な資金を助成する「チャレンジ基金助成」の財源となります。詳しくは、公益活動推進係へ問い合わせを。

住居表示の届け出をお忘れなく

住民記録係／2階
☎(3228)5500　FAX(3228)5456

建物を新築した場合や建て替えた場合は、住居表示の届け出を行ってください。届け出をしていないと、居住する方が住民異動届(転入届等)をする際に受け付けができません。

アパート等の名称を変更した場合も、同様に届け出が必要です。詳しくは、区HPをご覧になるか、住民記録係へ問い合わせを。

☆電子申請または郵送でも申請可

催し・講座

すまいのリフォーム相談

住宅政策係／9階
☎(3228)5564　FAX(3228)5668

内容 区内の小規模建設事業者団体による相談
日時 12月～来年1月の毎週金曜日(12月26日、1月2日は除く)、午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)
会場 区役所1階　☆当日直接会場へ

女性のための相談

受付専用電話　☎(3228)5556

DV(ドメスティック・バイオレンス=パートナーからの暴力)や家族間のトラブル、思いがけない妊娠、性暴力など、女性が抱えるさまざまな問題について相談できます。

秘密は必ず守ります。ためらわずに電話を。

受付時間 平日午前8時30分～午後5時

生活にお困りの方は相談を

自立相談支援窓口

中野くらしサポート／4階
☎(3228)8950　FAX(3228)8072

経済的な困りごとや就労の不安などを支援員に相談できます。また、自立に向けた支援を受けられます。

受付時間 平日午前8時30分～午後4時30分

こちらからも相談の予約ができます

生活保護の申請相談窓口

生活相談係／4階
☎(3228)8927　FAX(3228)8072

さまざまな理由で収入が減少した方や、預貯金などの資産を活用しても生活に困窮する方は、電話または直接、生活相談係へ相談を。

受付時間 平日午前8時30分～11時、午後1時～4時
☆一人当たりの相談時間は1時間程度。時間に余裕を持って相談を

オンラインセミナー「自分らしいキャリアを実現するために今できること」

平和・人権・男女共同参画係／7階
☎(3228)8229　FAX(3228)5476

視聴期間 1月7日(水)～27日(火)の都合の良い時間にオンラインで。所要時間は3時間
申込 1月27日までにTOKYOはたらくネットHPで。先着200人

TOKYOはたらくネットHP

若者会議報告会

子ども政策調整係／7階
☎(3228)5605　FAX(3228)5679

内容 参加者が地域でチャレンジした成果を発表
日時 12月14日(日)午後1時～5時
会場 区役所1階　☆当日直接会場へ

LGBTQ+おしゃべりサロンとミニ講演会

平和・人権・男女共同参画係／7階
☎(3228)8229　FAX(3228)5476

性的マイノリティについて、当事者や他の参加者と自由にお話しできます。

日時 12月20日(土)午後2時～3時30分
会場 区役所1階　☆当日直接会場へ。先着20人程度

防災講演会「災害時の避難所運営について」

地域防災係／8階
☎(3228)8930　FAX(3228)5647

対象 区内在住・在勤の方
日時 1月10日(土)午前10時から
☆2時間程度
会場 区役所6階会議室
申込 12月6日～1月5日に電子申請か、電話で、地域防災係へ。先着100人
☆オンライン(先着100人)でも同時配信予定。電子申請で申し込みを

区HP

女性しごと応援キャラバン in 中野

中小企業支援係／8階
☎(3228)8729　FAX(3228)5456

対象 就職を希望する女性
日程 1月14日(水)
内容(定員)・時間
セミナー(先着100人)＝午前10時～正午
個別相談会(先着12人)＝午後0時20分～1時25分　☆一人当たり30分
会場 中野セントラルパークカンファレンス(中野4-10-2)
申込 12月8日～1月14日に女性しごと応援キャラバン運営事務局HPで申し込むか、電話で、同事務局☎(6734)1346へ。保(先着10人)希望の方は、1月7日正午までにあわせて申し込みを

外国人ナカニワ相談会

区民相談係／2階
☎(3228)8929　FAX(3228)5456

内容 区役所での手続きや暮らしの困りごとなどを英語・中国語で相談できます
☆30言語に対応した通訳機も設置
日時 1月20日(火)午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)
会場 区役所2階下りエスカレーター前
☆当日直接会場へ

同日午前10時～正午に東京出入国在留管理局職員による専門相談も開催
事前申込制(先着4人)。12月20日～1月17日に電子申請で。

リサイクル自転車の販売

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

内容 区の条例に基づき撤去された自転車の一部を販売(20台程度)
日時 12月18日(木)午前11時45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
会場 旧沼袋小学校校庭(沼袋3-13-2)
販売価格 車種により11,000円、16,000円、18,000円(税・防犯登録料込み)

中野・杉並で創業しよう「実践！創業セミナー」

中小企業支援係／8階
☎(3228)8729　FAX(3228)5456

対象 中野区・杉並区内での創業を考えている方、創業後間もない方で資金調達を検討している方
☆原則、全回参加できる方
日時 2月7日～28日の毎週土曜日、午前10時～午後3時。全4回
会場 産業振興センター(中野2-13-14)
申込 12月8日～1月28日に、西武信用金庫HPから申込書をダウンロードし、✉chiikikyoso@seibushinkin.comへ。先着20人。保(先着4人程度)希望の方は、あわせて申し込みを
☆杉並区、西武信用金庫との共催。セミナーについて詳しくは、西武信用金庫地域協創部(飯島・中村)☎(6382)7016(平日午前9時～午後5時)へ問い合わせを

募集・求人

会計年度任用職員

次のいずれも
勤務期間 令和8年4月1日～同9年3月31日
☆交通費支給(限度額あり)。詳しくは、区HPをご覧になるか、各係へ問い合わせを

①介護予防・フレイル予防推進員
②地域支え合い推進員

介護予防推進係／3階
☎(3228)8949　FAX(3228)5620
月給 ①＝32万円程度、②＝21万円程度
申込 必要書類を郵送または直接、介護予防推進係へ。12月8日から、**郵送**＝1月7日(消印有効)まで、**窓口**＝9日午後5時まで　☆選考で各2人

③児童館補助員

地域子ども施設調整係／7階
☎(3228)8934　FAX(3228)5679
時給 1,459円～1,662円
☆資格の有無などにより異なります
申込 電子申請か、所定の登録申込書を郵送または直接、地域子ども施設調整係へ
☆欠員などの状況に応じて随時面接を実施

公益社団法人 中野区シルバー人材センター
あなたにとっての『働くよろこび』『健康づくり』
シルバー人材センターで実現してみませんか！
会員募集中
ご要望の多い仕事
●家事援助(掃除・洗濯・調理など)
●育児支援(子供の送り迎え、保育補助など)
●除草作業 ●屋内外清掃
●広報誌の配布など
入会資格
●原則満60歳以上の健康で働く意欲がある方
●地域貢献を目指すシルバー人材センターの活動趣旨にご賛同頂ける中野区民の方
●年会費2,000円
入会ご希望の方はお気軽にお電話を！
TEL.03-3366-7971
受付時間 平日午前9時～午後5時(土・日・祝日除く)
〒164-0011
東京都中野区中央2-22-10-101

シニあん 訪問マッサージ
中野区全域訪問可能！
ご自宅/施設で待ってるだけ♪
医師の同意のもと
健康保険が使えます♪
☆国家資格者のみ在籍☆
訪問リハビリマッサージ/訪問鍼灸
練馬区豊玉北4-23-9アーバンテラス練馬202
無料電話受付中♪
☎0120-684-481
代表 なかはた しゅんすけ

ベネッセの介護付有料老人ホーム
(一般型特定施設入居者生活介護)
リハビリホーム
グランダ中野南
中野区弥生町4-17-4
外観(完成予想CG)
土地建物の所有形態:事業主体非所有
2025年12月 新築オープン！ 見学受付中！
ベネッセスタイルケア お客様窓口 0120-17-1165 受付時間9:00～18:00(土・日・祝日含む毎日)
グランダ 中野南 検索
【ホームの概要】■入居要件/入居時自立・要支援・要介護、契約時原則満65歳以上■居住の権利形態/利用権方式■利用料の支払方式/選択方式■介護にかかわる職員体制/2.5:1以上(週40時間換算)、夜間帯(22時～翌6時)最小時の体制は介護職員1名。看護職員(看護師または准看護師)を常勤換算(週40時間換算)で2名配置(満床時)■東京都指定特定施設入居者生活介護、指定介護予防特定施設入居者生活介護●完成予想CGの内容は一部変更される場合がございます。あらかじめご了承ください。 G51205 60

月平均10万件のアクセス！
区ホームページにバナー広告を掲載しませんか
広報係／7階
☎(3228)8803
FAX(3228)5476
詳しくは、区HPをご覧ください。
広告

区施設へは、公共交通機関をご利用ください