

なかの

毎月5日・20日発行

区報

6/20

NO.2000

平成30年(2018年)

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

8……区からのおしらせ

11……情報スクエア

12……高齢者・介護情報

15……健康・福祉
(休日当番医・当番薬局 ほか)

16……なかの区報が2000号を迎えました



information

子ども・
子育て・教育
拡大版

特集

「生きる力」を育む

一人ひとりの可能性を伸ばし、生きる力を育むために
幼稚園・保育施設、小・中学校が連携し、幼児期から
の切れ目のない教育に取り組んでいます。



「生きる力」を育む

教育指導等担当/5階
TEL 03(3222)5100
FAX 03(3222)5082

区は、「二人ひとりの可能性を伸ばし、未来を切り拓く力を育む」(中野区教育ビジョン第3次)という教育理念に基づき、さまざまな取り組みを行っています。今号では、新しい学習指導要領に基づいた幼稚園、保育施設、小・中学校の取り組みや地域との連携について紹介します。

幼児期からの連続した教育と区立学校の取り組み

就学前の子どもたちに 向けた連携教育

区では、子どもたちが安心して入学の日を迎えられるよう、地域の小学校と幼稚園・保育施設が「つながり」を大切に連携を進めています。

具体的な取り組み例は、園児の小学校見学や授業・給食体験(アプローチカリキュラム)、小学校1年生の生活科での校内探検(スタートカリキュラム)など。

就学前の子どもたちが、小学校の雰囲気を感じ、小学生へのあこがれの気持ちを持つことで、幼稚園・保育施設から小学校への円滑な移行を図ります。



▲「今日はお当番。みんなの分をよそいます」。給食の用意をする様子(とちの木保育園)

小学校・中学校の連携教育

小学生が中学校へ安心して進学でき、中学生としての自覚や自分に対する有用感を高められるよう「小中連携教育」に取り組んでいます。

区立の小・中学校全体で、小・中学校の教員が相互に授業に関わる「乗り入れ指導」、小学生が中学校を見学・体験する「オープンキャンパス」、教員が子どもたちの課題を話し合う「小中連携教育協議会」などを行っています。

また、小・中学校が合同で行事を開催するなど各中学校区で独自の取り組みも始めています。



▲中学生が小学校へ出向き合唱披露(上)やあいさつ運動を実施

ICT(情報通信技術) 教育の充実

昨年度までに、区立小学校のパソコン教室にタブレット型パソコンを、区立中学校の各教室に大型電子黒板と教員用タブレット型パソコンを導入しました。

これらの機器の活用により、学習課題に対する子ども同士の意見の交換もより活発になっています。

各校では、プレゼンテーションソフトで作成したスライドを電子黒板に提示しながら展開する授業や書画カメラ(実物投影机)を用いた子どもたちによる発表、ノート指導などICTを活用した教育を更に充実させていっています。



▲電子黒板を使って授業を展開(第八中学校)

▲タブレットを使った授業は子どもたちに好評(緑野小学校)

小学校での英語教育

区立小学校では、外国人講師を招くなど工夫・改善を図りながら外国語活動の実践的な授業を行っています。

白桜小学校では、子どもたちが自ら「英語に関わりたい」と思えるような授業づくりのため、標準的な授業モデルである「白桜スタンダード」を作成し、全学年が外国語活動に取り組んでいます。英語で歌ったり、ゲームをしたりと、楽しみながら英語に親しめる授業は、子どもたち自身が「話したい・伝えたい」「聞きたい・応えたい」と思えるように研究・実践しています。この研究については、11月2日に、同校で発表が行われる予定です。



▲実際に英語を使ってコミュニケーションすることは多文化理解のきっかけにも(白桜小学校)



地域ぐるみで子どもを育む

地域の多様な人材が活躍しています
 ～学校支援ボランティア制度～

学校・地域連携担当／5階
 ☎(3322)05548 ☎(3322)5679

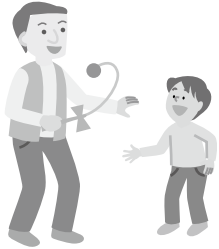
区内の各学校では、地域ぐるみで子どもたちの生きる力を育むため、地域のみなさんや学生がボランティアとして活躍しています。

ボランティアのみなさんは、学校が必要とする支援の内容に応じ、それぞれの知識や経験、特技を生かしてさまざまな活動を行っています。

緑野小学校では、学生ボランティアが授業をサポート。図工の授業と一緒に工作をするなどの活動をしています。子どもたちは、ボランティアの学生さんと触れ合うことで、将来について考える機会にもなっています。

活動例

- 授業や放課後学習の補助
- 読み聞かせ
- 登下校の見守り
- 子どもたちとの交流を交えた昔遊び
- 花壇の手入れ など



▲図工の授業をサポートする学生(緑野小学校)

☆活動を希望する方は、学校・地域連携担当へ相談を。学校のニーズにより活動していただくため、希望通りの活動ができない場合もあります。

子どもたちと地域の関わり
 ～学校と地域の連携～

区立学校では、子どもたちが「生きる力」を育むため、自発的・主体的に取り組むことができるよう学校と地域で連携した活動を行っています。

第二中学校の取り組み

「学校から地域へ」

地域の活動に貢献することで、ボランティア精神を育んでいます。生徒会主催の地域清掃や避難所開設訓練の手伝いなどの他、中学校区の小学校の運動会や児童館のお祭りへの参加などさまざまな活動をしています。

「地域から学校へ」

地域の教育力を生かす取り組みとして、社会人の話を聞く会を開催。実業家や法律家からの話や区内の専門学校による授業体験を通じて、自分は将来どのような職業に就くのかを考えるきっかけとなっています。



▲ブライダル専門学校による授業体験の様子



▲学校周辺を清掃する生徒

図書館職員が子どもたちに本を紹介

区立図書館は、小学校3年生～6年生を対象にブックトークを実施。これは、図書館職員が小学校へ出向き、本を紹介する催しです。「本」を中心に子どもたちと交流し、読書に親しむきっかけをつくります。

昨年12月、谷戸小学校では、5年生に宇宙に関する本を紹介。参加した児童からは「以前読んだ本をまた読みたくなった」「内容を聞いて読んでみたいと思った」という声が上がリ、読書への興味が湧いたようです。

その他、2月17日に「ビブリオバトル」(発表者が読んだ本の面白さについて説明・発表し、参加者が読んでみたいと思った本に投票する紹介合戦)を全区立中学校と図書館との共催で実施するなど、本の貸し出しだけではなく、学校と連携した読書活動の推進にも取り組んでいます。



▲中央図書館にはビブリオバトルで紹介された本を展示中

「個性のある図書館づくり」企画展示を
 ご覧ください

中央図書館

☎(5340)5070 ☎(5340)5090

区立図書館8館では、生活に密着したテーマを各館に割り当て、2か月ごとに展示内容を替えながら、関連図書やパネルなどで紹介しています。

6月30日(土)から、新しい展示に切り替えるので、ぜひお立ち寄りの上、「ご覧ください」。

☆各館の展示内容や所在地、休館日などについて詳しくは、図書館☎をご覧ください。中央図書館へ問い合わせ

この春、中野東中学校が開校しました



中野東中学校(第三中学校と第十中学校の統合新校)は、3学年321人でスタート。新1年生は、早速4月に山中湖へ移動教室に行きました。新しい仲間との生活の手応えをつかみ、帰り際には美しい富士山を見て一斉に感動の声を上げていました。2・3年生も、昨年度に統合前の2校が合同で実施した部活動や移動教室から、きずなが広がっています。生徒たちは、良い学校を創ろうと、学習に運動に張り切り、笑顔が絶えない毎日です。同校の教育目標は「知を磨き 徳を高め 体をつくる」。これまでの学校の良さや伝統を引き継ぎつつ、新たな歴史を築いていくための一歩を踏み出しました。



▲4月17日からの1泊2日、山中湖での移動教室で。さまざまな体験や感動を共有した1年生

中野東中学校新校舎に子育て相談の拠点を併設します

区は、2021年度、中野東中学校の新校舎に併設して、児童相談所機能を含む(仮称)総合子どもセンターを整備する予定です。

「こんな機能が入ります」

- **総合相談** 子育て家庭とお子さんに関するさまざまな課題について、総合的に相談に応じます。
- **専門的支援** 児童虐待や青少年の問題行動等への対応、若者相談、教育相談等に、専門的スキルを備えた職員が面接・調査など課題解決に向けた具体的な支援等を実施。子どもや家庭にとって安全・安心な環境を整備します。
- **分析・検証、関係機関連携強化** 対応事例の分析・検証等を通じて知識と技術を蓄積・共有し、地域で子どもと家庭を支える関係機関全体の対応力を強化します。



スマートフォン(スマホ)・携帯電話を安全に利用するために

8割以上が自分専用の機器を所持

近年、多くの子どもたちが、携帯電話やスマートフォン、通信機能付き携帯ゲーム機などインターネットを気軽に利用できる機器を所持しています。区が、小学校4年生以上の区立小・中学生を対象として昨年11月に実施した「児童・生徒の携帯電話、スマートフォン、通信機能付き携帯ゲーム機の利用状況等に関する調査」では、8割以上が自分専用の携帯電話等を持っていました(グラフ1)。

これらの機器は便利ですが、長時間の利用による学習時間の減少や生活リズムの乱れ、SNS(インターネット上の交流サービス)を巡るトラブルなど使い方によっては子どもたちに悪影響を及ぼす場合があります。

同調査によると、中学校2・3年生の4割以上が、知らない人と会話やメール等のやり取りをしたことがあります(グラフ2)。子どもたちがトラブルや犯罪などに巻き込まれることを防ぐためには、使い方のルールを徹底し、学校と家庭が連携することが必要です。

🏠 SNS学校ルール

各区立学校では、「SNS学校ルール」を定めています。これは、東京都が作成した「SNS東京ルール」に基づいたもので、各校ごとに、児童・生徒が意見を出し合って策定。子どもたちはポスター作成や生徒会新聞での啓発など、自主的にルールを守る活動に取り組んでいます。

📱 SNS学校ルールの例

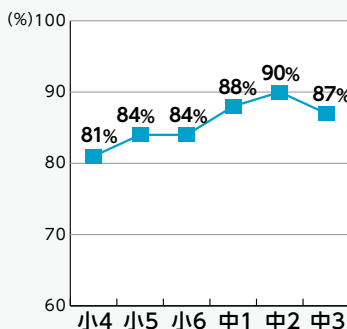
- 1日の利用時間と終了時刻を決めて使う
- 人の悪口や嫌がることを書き込まない
- トラブルに巻き込まれたら、親や先生にすぐに相談する
- 週に1日は電源を切る など

🏠 家庭でもルールを決めましょう

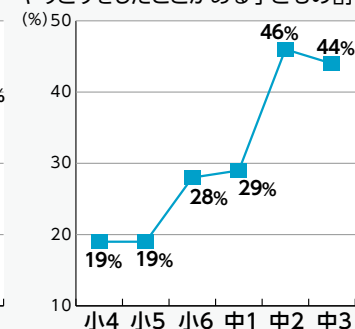
子どもたちがインターネットを安全に利用するためには、保護者の協力が必要です。有害なサイトへのアクセスを制限する「フィルタリング」の設定は有効な手立ての一つ。本調査では回答者の約半数が設定していました。

家庭でも、SNSの危険性や利用する際の注意点などについて、お子さんと話し合い、それぞれの「SNS家庭ルール」を作りましょう。

グラフ1 自分専用の携帯電話等の所持率



グラフ2 知らない人と会話やメール等のやり取りをしたことがある子どもの割合



教育委員会の活動をお知らせします

教育委員会担当/5階
TEL(3228)8857
FAX(3228)5679

教育委員会は 教育長と4人の委員で活動中

教育委員会は、地域の実情に合った教育行政の実施を目的として設置され、合議制で運営。

現在、中野区では、教育長と4人の委員が活動しています。

会議は傍聴できます

教育委員会の定例会は、原則として、毎週金曜日に区役所で開催し、年1回の「夜の教育委員会」、年2回の「地域での教育委員会」を含め、全て傍聴することができます。

6月22日(金)「地域での教育委員会」

午前10時から、第七中学校(江古田2-9-11)で開催。「特別な支援が必要な子どもたちへの支援について」をテーマに協議します。
☆7月の開催は、左記の「傍聴を」をご覧ください。8月以降の予定は、今後のなかの区報、区報でお知らせします



▲教育委員会定例会の様子

教育現場の訪問や 視察などの活動も

区立学校の訪問、学校長との意見交換会、また軽井沢少年自然の家など教育施設の視察等、日々さまざまな活動を行っています。活動を通し、教育現場で子どもたちと触れ合い、また、みなさんの地域にも出向くことで、更に開かれた教育行政を目指します。



▲訪問を通して子どもたちと触れ合います(白桜小学校で)
▲園児のリレーを応援する様子(かみさぎ幼稚園で)



幼稚園や小学校を訪問し活動の参考に

かみさぎ幼稚園訪問

4月27日

この日の訪問では、園長から園の概要についての説明を受けた後、各クラスでの園児の様子を視察しました。

年少児は入園したばかりで少し緊張しているように見えました。緊張しているように見えましたが、みんなで仲良く活動し、教員による絵本の読み聞かせに夢中になっていました。他にも、リレーや体操をする年長クラスの子どもたちの元気いっぱいな姿を見ることができました。

白桜小学校訪問

(授業視察、児童との対話集会)

6月1日

午前中に各学年の授業を視察し、お昼は子どもたちと一緒に給食を味わいました。午後には、6年生との対話集会を実施。グループに分かれて中野の未来についての発表を聞きました。「こみの分別を推進する」をテーマにした発表では、あらかじめ自分たちの家庭でこみの分別化の実態を調べ、分別を進めるために廃油の活用例を挙げていました。子どもたちの真剣で率直な思いを委員が聞く貴重な機会になりました。



傍聴を

☆当日直接会場へ

7月の教育委員会 定例会

①6日(金) ②13日(金)

③20日(金)

=いずれも午前10時から

④27日(金)

=午後7時から(夜の教育委員会)

☆日程は、変わることがあります

区役所5階 教育委員会室

【問合せ】教育委員会担当/5階

☎(3228)8857

FAX(3228)5679

第68回 社会を明るくする運動

「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」

地域自治推進担当／5階 ☎(0298)66211 FAX(0298)56200

7月は、犯罪や非行のない明るい社会を築くための「社会を明るくする運動」の強調月間。そのために何ができるか、考えてみませんか。

- 7月1日(日) (更生保護の日) 午後1時から 駅頭一斉キャンペーンも実施
- 7月2日(月) 午前8時から 西武新宿線新井薬師前駅周辺で

区内各地区の身近な催しをそのきっかけにしてください。☆いずれも、当日直接会場へ。全ての会場に、駐車場はありません

日時	地区	会場	内容	
6月30日(土) 午前10時から	野方	緑野中学校 (丸山1-1-19)	緑野中学校吹奏楽部による演奏、野方警察署員による講演「薬物の危険性について」、啓明小学校校長による講演「様々な方との出会い」	
7月4日(水) 午後2時から	新井・沼袋	新井薬師梅照院 (新井5-3-5)	新宿少年センター所員による講演「最近の少年の非行と対策」	
7月14日(土)	午前8時50分から	昭和東中野・東部	中野東中学校 (東中野5-12-1)	「中野東中学校生徒と考えるいじめ問題」(弁護士による講演とグループ討論)
	午前10時半から	鍋横	第二中学校 (本町5-25-1)	道徳授業地区公開講座参加と懇談会、第二中学校吹奏楽部による演奏
	午前10時35分から	桃園	桃花小学校 (中央5-43-1)	DVD上映、桃花小学校副校長による講話、同校児童による鼓笛演奏
	午前10時45分から	大和	第四中学校 (若宮1-1-18)	中学生と一緒に聴く講演会「みんながふつうに暮らせる社会のために～聴導犬について学ぶ」
	午後1時半から	江古田	第七中学校 (江古田2-9-11)	江古田小学校校長による講演「これからの時代に求められる『言葉の力』の育成を目指して」、第七中学校吹奏楽部・輝鼓会和太鼓の共演
7月16日(月・祝) 午後1時から	上高田	大妻中野中学校・高等学校 (上高田2-3-7)	第19回「ひまわりコンサート」(地域の小・中学生、高校生による、演奏・コーラスなど)	
7月17日(火) 午前10時から	鷺宮・上鷺宮	都立椛ヶ丘高等学校 (上鷺宮5-11-1)	椛ヶ丘高校のコーピング授業体験～ストレス対処法を学ぶ～ ①ABC「こころの法則」②あたたかいことばかけ	
7月19日(木) 午前10時半から	弥生	弥生区民活動センター (弥生町1-58-14)	中野警察署銃器・薬物対策係による講演「地域のチカラ パートⅦ～薬物を知って子どもを守る～」	
7月21日(土) 午前10時から	南中野	南中野区民活動センター (弥生町5-5-2)	新宿少年センター相談員による講演「少年非行の現状」、南中野中学校吹奏楽部による演奏	
8月28日(火) 午前10時半から	全地区	宝仙学園中学校・高等学校 (中央2-28-3)	「はじめてのヒップホップダンスin中野」(年齢別クラスで行うダンス教室)	

トピックス

「子育てひろば」を 利用しませんか

「子育てひろば」は乳幼児親子がゆっくり過ごせる場所です。おもちゃで遊んだり、他の親子とお互いの子育ての情報交換をしたり、気軽に利用できます。ぜひ、遊びに来てください。

南部と中部すこやか福祉センター内にある左記の「子育てひろば」には、子育てに関するチラシなども置いてあるので、情報収集にも役立ちます。

「すくすくクラブ」

会場 弥生町5-11-26
開設時間 平日午前10時～午後5時、土曜日午前11時～午後4時

問合せ 南部すこやか福祉センター ☎(0388)55511

「ごんべん」

会場 中央3-19-1
開設時間 平日午前10時～午後5時、土曜日午前10時～午後4時半

問合せ 中部すこやか福祉センター ☎(0386)77705

☆「子育てひろば」は他に児童館などでも利用できます



▲絵本やおもちゃで自由に遊べます



▲飲食もできます

子ども・子育て・教育情報掲示板

育休パパ・ママの職場復帰セミナー

人権・男女共同参画担当／4階

☎(3228)8229 FAX(3228)8860

育児と仕事を両立するためのポイントを学びます。育児休業後に職場へ復帰する際の不安を解消しましょう。

☆東京都労働相談情報センターとの共催

日時 7月24日(火)午後1時半～3時半

会場 産業振興センター(中野2-13-14)

対象 育児休業中の方とその配偶者、育児休業を取得予定の方

講師 山口理栄氏(育休後コンサルタント)

申込み 7月5日までに東京都労働相談情報センター

<https://www.hataraku.metro.tokyo.jp/soudan-c/center/>から申し込むか、電話で、同センター普及担当☎(5211)2209へ。抽選で20人(育児休業中の方を優先)

☆一時保育(定員20人)希望の方はあわせて申し込みを



ご存じですか 私立幼稚園等園児の保護者向け補助金

幼稚園・認定こども園担当／3階

☎(3228)8754 FAX(3228)5667

私立幼稚園などにお子さんを通わせている区内在住の保護者の方に、保育料や入園料の一部を補助します。

申請書と案内は、新規入園児には通園先の幼稚園を通じて6月中旬に配布しました。進級児には、6月1日に自宅へ郵送しました。

☆子ども・子育て支援新制度の給付施設については対象外

歯のはえはじめ教室～ビギナーズ～

北部すこやか福祉センター 江古田4-31-10

☎(3388)0240 FAX(3389)4339

赤ちゃんの歯磨き方法と保護者のお口のケアについて、歯科衛生士に学びます。保護者のむし歯菌チェックも。

日時 7月31日(火)午前10時から、11時から ☆各45分。同内容で2回実施

会場 北部すこやか福祉センター

対象 生後6か月～11か月の乳児とその保護者

申込み 6月21日～7月27日に電子申請か、電話、ファクシミリ(住所、氏名とふりがな、電話番号、お子さんの氏名とふりがな、生年月日、希望時間を記入)または直接、北部すこやか福祉センターへ。各回先着15組(計30組)

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

北部すこやか福祉センター 江古田4-31-10

☎(3388)0240 FAX(3389)4339

初めて出産を迎える区内在住の方を対象に、妊娠中から出産後の食事のポイントやレシピを紹介し、食事診断を実施します。試食やお口のケアなどの健康チェックも。

日時 8月1日(水)午前10時～正午

会場 北部すこやか福祉センター

申込み 7月2日～27日に電子申請か、電話または

直接、北部すこやか福祉センターへ。先着15人

☆希望者は、骨量測定(素足で測定)も受けられます



夏休みにチャレンジ 「あまりにも美味しいあまりものレシピ 親子クッキング」

ごみゼロ推進担当 松が丘1-6-3(リサイクル展示室内)

☎(3228)5563 FAX(3228)5634

まだ食べられる食品を捨ててしまう「食品ロス」を減らすため、食材を無駄にしないでおいしく食べきるための料理を親子で作ります。☆新渡戸文化短期大学との連携事業

日時 8月7日(火)・11日(土・祝)、いずれも午前10時～正午

会場 新渡戸文化学園(本町6-38-1) ☆駐車場はありません

対象 区内在住・在学の小学生とその保護者(2人1組)

申込み 6月21日～7月18日の平日に電話か、ファクシミリ(参加希望日、住所、氏名とふりがな、電話番号、お子さんの氏名とふりがな、学年を記入)または直接、ごみゼロ推進担当へ。各日先着18組(計36組)

区立幼稚園児の欠員募集

入園相談担当／3階

☎(3228)8904 FAX(3228)5667

申し込み方法などについて詳しくは、入園を希望する幼稚園へ問い合わせを。

対象 申し込み日の時点で保護者とともに区内に住み、住民登録のある、次の年齢(生年月日)のお子さん
4歳児=平成25年4月2日～同26年4月1日生まれ
5歳児=平成24年4月2日～同25年4月1日生まれ
☆障害のあるおさんは、障害の状況によっては入園できない場合があります

幼稚園名	所在地・電話番号	募集人数
かみさぎ	上鷲宮4-8-12 ☎(3999)7361	4歳児のみ 9人
ひがしなかの	東中野5-8-21 ☎(3368)2369	4歳児6人 5歳児1人





「区民公益活動推進基金からの助成」公開プレゼンテーション

地域自治推進担当／5階
 ☎(3228)5571
 FAX(3228)5520

区民公益活動推進基金からの助成を希望する区民団体が、助成の可否を審査する区民公益活動推進協議会に事業内容などを説明するプレゼンテーションをご覧いただけます。

参加団体や事業名は、事前に区HPで確認できます。
日時 7月8日(日)午後1時～3時半(0時半開場)
会場 区役所7階会議室
 ☆当日直接会場へ

基金への寄付にご協力を

この助成事業は、みなさんからの寄付を区民公益活動推進基金に積み立てて財源としています。

寄付金を生かして欲しい

活動の分野や事業(団体)を寄付の際に希望することもできます。

寄付していただく方には、必要書類を郵送します。また、電子申請も可能です。寄付について詳しくは、区HPをご覧ください。地域自治推進担当へ問い合わせを。

住居表示の届け出をお忘れなく

住民記録担当／1階
 ☎(3228)5524
 FAX(3228)5555

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、住居表示台帳の記載を修正するため、届け出が必要です。

なお、同一住居表示の建物が複数ある場合、申請により、住居表示の末尾に「1」等の補助番号を付けることができます。詳しくは、住民記録担当へ問い合わせを。

中野区議会 第2回 定例会

6月27日(水)～7月13日(金)

区議会事務局／3階
 ☎(3228)5585 FAX(3228)5693

会議日程

本会議=6月27日・29日、7月2日・3日・13日
 常任委員会=7月5日・6日・9日
 特別委員会=7月10日・11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

◆一般質問放送日時(J:COMチャンネル)

☆区内のみ視聴可
 7月7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日)=午後5時～7時45分
 7月9日(月)・11日(水)・13日(金)=午後6時～7時半
 ☆放送についての問い合わせは、J:COM中野 ☎0120(914)000へ(午前9時～午後6時)

「平成29年度中野区食品衛生監視指導の実施結果」を公表します

食品衛生担当(中野区保健所内)
 ☎(3333)6604
 FAX(3333)6607

区は、食品衛生監視指導計画を毎年度策定し、飲食店などの監視指導や食品衛生に関する講習会などの事業を実施しています。平成29年度に実施した結果(速報値)をご覧ください。

公表開始日 6月25日

公表場所 区HP、区民活動センター、図書館、すこやか福祉センター、中野区保健所

税・国保・年金

国民健康保険 限度額適用認定の申請をお忘れなく

国保給付担当／2階
 ☎(3228)8054
 FAX(3228)5555

事前に申請すると「限度額適用認定証」が発行されて、入院時や高額な外来診療を受ける際の医療費(自己負担額)が限度額までの支払いとなる制度です。

住民税非課税世帯の方は、食事代も併せて減額されます。

特別区民税・都民税の第1期分、国民健康保険料の第1期分(6月支払い分)7月2日は納期限です 忘れずに納付を

☆口座振替で納付している方は、事前に残高の確認を

固定資産税・都市計画税(23区内)第1期分の納期限も7月2日です

☆6月1日に郵送した納税通知書で、忘れずに納付を
 中野都税事務所 ☎(3386)1111

申込み 国民健康保険証、世帯主のマイナンバーカードまたは通知カード、本人確認資料を持って直接、区役所2階国保給付担当へ。随時受け付け。郵送での申請も可。ただし、保険料未納の方や住民税未申告者のいる世帯の方は発行できない場合があります。☆70歳以上の方は、課税状況などにより申請できない場合があります。

既に「限度額適用認定証」をお持ちの方へ

更新用の申請書を6月22日以降に郵送します。更新希望の方は、7月6日まで に必ず提出を。

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

HP

は、区HPで詳しい内容をご覧になれます

国民年金保険料を納めることが経済的に難しい方へ

国民年金担当/1階

☎(3228)56514

FAX(3228)56514

収入の減少や失業などにより国民年金保険料の納付が難しい方を対象に、審査基準に基づき支払いを免除・猶予する制度があります。

今年7月～来年6月分の保険料の免除・猶予申請については、今年7月に受け付けを開始します。

郵送での申請を希望する方には、必要書類を郵送するので、国民年金担当へ連絡を。

国民年金保険料の納付が



7月1日～7日

平成30年 飲酒運転させない TOKYOキャンペーン

～飲んだら乗るな、乗るなら飲むな～

生活・交通安全担当/8階

☎(3228)8886 FAX(3228)5658

「お酒を飲んだら運転しない」
「お酒を飲んだ人には運転させない、車を貸さない」
「運転する人にはお酒を出さない、勧めない」
を徹底し、飲酒運転を根絶しましょう。
☆自転車ももちろん「飲んだら乗るな」です

相談

不動産、住まいの無料相談会

住宅政策担当/9階

☎(3228)56601

FAX(3228)56609

不動産全般にわたる相談

確認できない方への納付案内などの業務は、日本年金機構が委託した民間事業者が行っています。訪問の際は、必ず身分証を携帯しています。

委託先事業者などについて詳しくは、日本年金機構HPをご覧になるか、中野年金事務所 ☎(3380)6111へ問い合わせを。

に、弁護士や税理士、建築士、空き家相談士などの専門家が応じます。

☆公益社団法人全日本不動産協会中野・杉並支部との共催

対象 区内在住の方

日時 7月12日(木)午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く) ☆一人当たり30分程度

会場 区役所1階区民ホール・特別集会室

申込み 6月21日～7月10日の平日(午後1時～5時)に電話で、同協会中野・杉並支部 ☎(3314)0988へ。先着70人 ☆定員に満たない場合は、当日会場でも受け付け

住宅新築・増改築相談

住宅政策担当/9階

☎(3228)56601

FAX(3228)56609

住宅の耐震・防犯対策、空き家の片付け、バリアフリー化などについて、区内の小規模建設事業者団体に相談できます。

日時 原則毎週金曜日(除外日あり)、午前9時半～午後4時半(正午～午後1時を除く)

講座・講演

初心者向けパソコン講座

情報政策推進担当/6階

☎(3228)8807

FAX(3228)5646

文字の入力方法やインターネットの使い方について、専門学校の学生による個別指導で学びます。

☆使用するOSはWindows10。専門学校東京テクニカルカレッジ、公益社団法人中野法人会との共催

日時 7月12日(木)①午前10時半～11時半、②午後1時半～2時半 ☆同内容。受講はいずれか1回のみ

会場 専門学校東京テクニカルカレッジ(東中野4-2-3)

対象 区内在住・在勤で、パソコン操作に慣れていない方
申込み 往復ハガキ(初心者向け)パソコン講座受講希望、住所、氏名とふりがな、電話番号、希望受講回、返信用にも住所、氏名を記入)で、公益社団法人中野法人会/〒165-0026

催し

フリーマーケット

リサイクル展示室

松が丘1-6-3

☎(3380)2411

FAX(3228)5634

会場 リサイクル展示室

開催日時 7月7日・21日、いずれも土曜日、午前10時～午後1時 ☆出店者の募集(は終了)

8月の出店者募集 8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、7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



新井2-33-6へ。6月30日必着。抽選で各回20人計40人 ☆結果は、7月7日までに申込者全員に返信

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

☎(3380)6946

FAX(3380)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、

関心のある方

申込み 6月21日から、産

業振興センター☎から申し

込むか、電話、ファクシミリ

(氏名とふりがな、電話番号

号、メールアドレスを記入)

または直接、同センターへ

①「中小企業における事業

承継〜後継者探しと事業の

承継対策」

事業承継などについて、

税理士に学びます。

日時 7月18日(水)午後6

時半〜8時半

☆先着20人

②なかのビジネス創造塾

「頑張らずに集客できる

〜ファンを増やす仕組みの

作り方」

顧客が増え続ける仕組み

の作り方を、経営コンサルタ
ントに学びます(6回連続講
座の4回目)。

日時 7月28日(土)午後1
時半〜5時半

参加費 千円

☆先着10人。今回のみの参
加も可

職員・
アルバイト



任期付短時間勤務職員
(保育業務)

人事担当/4階

☎(3228)8094

FAX(3228)5649

対象 9月1日以降勤務可

能な方

勤務期間 平成30年9月1

日〜翌々年3月31日

勤務時間 週5日または週6

日で、朝(午前7時15分〜

11時半)または夕方(午後3

時半〜7時半)のうち指定す

る2時間または3時間。ま

たは週5日で、朝および夕

方のうち指定する4時間〜

6時間

勤務場所 区立保育園

申込み 電子申請か、採用

選考案内にある申込書に記

入の上、郵送または直接、

人事担当へ。電子申請・窓口

7月13日午後5時まで、
郵送7月12日までの消印
有効。選考により20人程度

選考日 7月22日(日)

☆採用選考案内は、区☎か、

区民活動センター、図書館、

区役所4階人事担当で配布

中。勤務条件などについて

詳しくは、同案内をご覧ください

アルバイト登録者



人事担当/4階

☎(3228)8041

FAX(3228)5649

原則平日の午前9時〜

午後4時に、区役所、地域

事務所、すこやか福祉セン

ターなどで勤務します。

一般事務補助

時給 980円

保健師

時給 1470円

いずれも

交通費 支給(限度額あり)

申込み 電子申請か、区☎、

区役所4階人事担当で配布

している申込書に記入して

郵送または直接、同担当へ。

随時受け付け ☆登録期間

は1年間。欠員などの状況

に応じて随時採用

びん・缶・ペットボトルは
資源として出しましょう



ごみゼロ推進担当(リサイクル展示室内)
☎(3228)5555
FAX(3228)5634



びん・缶・ペットボトルは大切な資源です。使用後は「水で軽く洗う」「袋から出す」「静かに出す」などのルールやマナーを守って、びん・缶・ペットボトル集積所へ。

☆出し方などについて詳しくは、区☎をご覧ください。ごみゼロ推進担当へ問い合わせを

ペットボトル破砕回収機もご利用を

ペットボトルは、区内のスーパー(下表)に設置した破砕回収機でもリサイクルできます。ポイントをためて「お買物券」と交換することも可能。ぜひ利用してください。

ペットボトル破砕回収機の設置店舗

店舗名	所在地
サミットストア中野南台店	南台5-26-2
マルエツプチ中野中央店	中央1-13-8
三徳新中野店	中央5-14-4
コープ中野中央店	中央5-41-18
ライフ東中野店	東中野3-9-7
サミットストア東中野店	東中野4-5-10
キッチンコート東中野店	東中野5-1-1
ライフ中野駅前店	中野5-33-13

店舗名	所在地
三徳中野店	新井1-1-5
ライフ中野新井店	新井3-8-12
マルエツプチ大和町店	大和町1-4-2
オーケストア鷺宮店	白鷺3-4-3
ピーコック都立家政店	鷺宮1-17-3
マルエツ都立家政駅前店	鷺宮1-17-7
コープ中野鷺宮店	鷺宮2-18-8
オーケストア中杉店	鷺宮3-47-7



破砕回収機。ペットボトルを入れると容積が8分の1になり、運搬の効率が良くなるため、車両から排出されるCO₂（二酸化炭素）を削減できます。

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



7月からキャンペーン実施 福利厚生サービス会員 募集

中野区勤労者サービスセンター
☎(3300)6941
☎(3300)6943
FAX(3300)6943

区内事業所・商店で働いている方や事業主、または区内在住の勤労者の方を対象に実施している、勤労者

サービスセンター「エンジョイライフなかの」の幅広い福利厚生サービスを利用しませんか。

随時入会可能。7月～9月末に2人以上で新規加入した事業所は、「入会プレゼント」を受け取れます。この機会にぜひ入会を。

事業主の方が従業員の会費を負担する場合は、必要経費として計上できます。

会員特典 観劇・美術展等のチケットのあつせん、レジャー施設の割引利用など

会費 月額500円 ☆入会金200円

☆申し込み方法などについて詳しくは、中野区勤労者サービスセンター [HP http://](http://http://)

www.nakano-kinrou.or.jp/をご覧ください。電話で問い合わせを

公開講座(2件)

都立久我山青光学園
世田谷区北島山4-37-1
☎(3300)6235
☎(3300)7136
FAX(3300)7136

①点字の初級

日時 7月23日(月)・24日(火)・29日(日)・30日(月)・31日(火)、いずれも午後1時半～4時半

②ボランティア養成講座

日時 9月9日(日)午前9時～正午、10月14日(日)午前9時～午後1時、11月11

日(日)午前の時～正午
☆①②とも、申し込み方法などについて詳しくは、都立久我山青光学園 [HP http://www.kugayama-sh.metro.tokyo.jp/HP/index.htm](http://www.kugayama-sh.metro.tokyo.jp/HP/index.htm)をご覧ください。電話で同校に問い合わせを

学校公開

東京学芸大学附属特別支援学校
東京留米市氷川台1-6-1
☎042(471)5274
☎042(471)5275
FAX042(471)5275

知的障害のあるお子さんのための学校です。幼稚部から高等部まであり、中野区も通学区域になっています。

日時 7月14日(土)午前10時～11時50分

申込み 事前に電話で同校へ

☆その他の日程でも実施。詳しくは、東京学芸大学附属特別支援学校 <http://www.u-gakugei.ac.jp/tokushu/> をご覧になるか、電話で同校へ問い合わせを。来春、小学部を除く各部の入学生を募集予定

アンテナ

(区内活動団体等の情報)

参加費の書いていないものは無料です
女性のための無料ホットライン
(女性の権利110番)

無料電話相談専用番号 ☎(3591)9211
☆6月23日(土)午前10時～午後4時のみ利用できます

女性に対する暴力やセクハラ、離婚問題等について、弁護士と女性相談員に電話で相談できます。

問合せ先 東京弁護士会 人権課 ☎(3581)2205

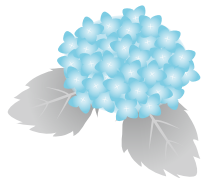
「アンテナ」に掲載しませんか

区報担当/4階 ☎(3228)8805
FAX(3228)5645

「アンテナ」は、区内で活動している団体や公共性のある団体の催しなどの情報を発信する場です。

掲載申し込みの締め切りは、催し実施月や申し込み開始月の2か月前の15日です(区役所の閉庁日にあたる場合は、次の開庁日)。

☆申し込み方法などについて詳しくは、問い合わせを。電子申請でも申し込み可。紙面の都合で掲載できない場合があります



広告

石原詢子 30周年記念
リサイクル
特別ゲスト:二葉百合子
9/5(水)中野サンプラザ
開演15:30 開演16:00(1回) 料金SS席¥6,500/S席¥5,500(税込)

プレイガイド 好評発売中!!

- サンプラザチケットコーナー(10:00～18:30) ☎03-3388-7906
- チケットぴあIPコード:109-112) ☎0570-02-9999
- ローチケチケット(Lコード:75866) ☎0570-084-003
- CNプレイガイド ☎0570-08-9999
- イープラス(パソコン&携帯) http://eplus.jp

ベルワールドミュージック ☎03-3222-7982
東京都千代田区一番町6-1 ロイヤル一番町A-201(平日 12:00～18:00)

グライブのマナーセミナー 参加無料 初心者歓迎

CHECK! **★オリジナル「マナーチェックシート」プレゼント!**
★プロのFPFによる「無料コンサルティング(90分)OK!
※後日予約制

こんな方、参加してみませんか?
◎ 将来に対する不安(老後の不安、いつまで健康で働ける?年金の不安)
◎ この加入している保険でいいの?

日程	開催時間	開催場所
1 7/1(日)	14:00～16:00	ホテルサンルートプラザ新宿
2 7/3(火)	14:00～16:00	中野サンプラザ
3 7/16(月・祝)	14:00～16:00	ホテルサンルートプラザ新宿
4 7/22(日)	14:00～16:00	中野サンプラザ
5 7/28(土)	13:00～15:00	NMF新宿南口ビル

完全予約制 **いまずくお申込みを!**
HPよりエントリー **グライブ** 検索
スマホよりエントリー
お電話よりエントリー **0120-337-194**
受付時間10時～19時(平日)

Glive 株式会社グライブ 〒116-0003 東京都港区新保4-2-12 新保セントラルビル4F ☎0120-337-194(平日10:00～19:00)

information

高齢者・介護情報

65歳以上の方には

「介護保険料決定通知書」
を6月26日以降に郵送

介護資格保険料担当/2階

☎(0220)80944

FAX(0220)80942

通知書が届いたら、保険料
等を確認してください。

保険料を滞納すると、介
護保険サービスの費用の支払
い方法が変更されたり、利用
者負担の割合が引き上げられ
たりします。ご注意ください。

減額制度のご利用を

保険料の納付が困難な方
には、減額制度があります。
詳しくは、通知書同封の「介
護保険だより」をご覧ください。

☆70歳以上の方は、シルバー
パス発行申し込みの際に、こ
の通知書を利用できます。再
発行はできないので、大切に
保管を

後期高齢者医療制度に
加入している
非課税世帯の方へ

後期高齢者医療担当/2階

☎(0220)80944

FAX(0220)50601

次の①②とも、区から後
期高齢者医療被保険者証の交
付を受けている方で、世帯全
員が住民税非課税である世帯
の方が対象です。

①限度額適用・標準負担額
減額認定の申請を

保険適用の医療費や入院時
の食事代が限度額までの支払
いとなる制度です。

利用には申請が必要。被
保険者証と印鑑を持って直
接、区役所2階高齢者総合
窓口で申請してください。

既に「後期高齢者医療限度
額適用・標準負担額減額認定
証」をお持ちの方には、来年
7月末まで使える認定証を、
来月下旬に郵送します。

②後期高齢者入院時負担軽
減支援金の申請を

保険適用の病院などに年
度内31日以上入院した場合、
2万円の給付を受けられる制
度です。申請は年度ごとに必
要。詳しくは、後期高齢者
医療担当へ問い合わせを。

「ジェネリック医薬品差額
通知」を郵送します

後期高齢者医療担当/2階

☎(0220)80944

FAX(0220)50601

先発医薬品の特許期間終了
後に同等の品質で製造・販売
されるのが、「ジェネリック医
薬品」(後発医薬品)です。

先発医薬品から切り替える
と、多くの場合、薬代が安
くなります。

自己負担額をどれくらい
軽減できるかが分かる「ジェ
ネリック医薬品差額通知」を、
次の対象の方に、6月25日か
12月中旬のいずれかに郵送し
ます。

ジェネリック医薬品利用の
参考にしてください。

対象 後期高齢者医療制度の
被保険者のうち、生活習慣
病等の医薬品が処方されてい
る方で、薬代が一定額以上軽
減されると見込まれる方

質問は「ジェネリック医薬
品通知サポートデスク」

0120(336)0600へ

この電話は、①6月26日
7月31日、②12月中旬
1月31日の平日午前9時～午
後5時に利用できます。

☆①②以外の期間は、東京都
後期高齢者医療広域連合保健

事業・医療費適正化係 ☎(3)2
22-4507へ問い合わせを

いきいき入浴

特別入浴デー「七夕湯」

高齢福祉担当/6階

☎(0220)50602

FAX(0220)50602

「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。

日時 7月7日(土)、各浴場
の営業時間 ☆浴場により、
実施日が異なる場合があります。

各浴場で確認を
対象 区内在住の65歳以上の
方

入浴料 100円

「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、高
齢福祉担当へ問い合わせを。

家族介護教室

学習会「認知症に対する
アプローチ」と懇談

やよいの園

弥生町3-33-8

☎(337)09841

FAX(337)08302

介護技術を学びながら、

外壁・屋上の防水/総合リフォーム

GO FOR THE BIG 友 マルトモ マルトモ は、
1994 MARUTOMO SPIRITS

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 中野区新井5-33-7(本社・工務部)
中野区新井1-11-9-5F(営業部)

広告

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

鷺六造園 中野区鷺宮 6-28-6-211
URL http://www.sagirokuzoen.com
メールアドレス info@sagirokuzoen.com

在宅介護をしている人同士で
情報交換を行います。

日時 7月30日(月)午後1時
～3時

対象 自宅で高齢者を介護し
ている方

申込み 6月21日～7月27日
に電話で、やよいの園へ。先
着15人

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

介護予防総合講座(2件)
「いきいき美容教室」

沼袋高齢者会館

沼袋1-34-14

☎・FAX(3328)7381

化粧やマッサージを通して、いきいきと暮らすためのポイントを美容の専門スタッフから学びます。

日時 7月10日(火)午前10時～正午

対象 区内在住の65歳以上の方
申込み 6月21日からの平日に電話または直接、沼袋高齢者会館へ。先着20人

「定年退職後の男の生き方を考える」5回連続講座

東山高齢者会館

野方4-41-7

☎(3228)5280

FAX(3228)5070

退職後の時間の使い方などを学びます。そば打ちや発声の実習も。

日時 7月30日(月)午前10時

7月2日は後期高齢者医療保険料・介護保険料6月(3期)分の納期限です。忘れずに納付を
☆口座振替で納付している方は、6月29日までに残高の確認を

午後1時、8月9日(木)31日(金)、9月10日(月)いずれも午後1時半～3時半、9月28日(金)午後3時～5時
対象 区内在住の65歳以上の男性で、原則全回に参加できる方
申込み 6月21日からの平日に直接、東山高齢者会館へ。先着20人
☆そば打ちの材料費700円の自己負担あり。各回の内容について詳しくは、東山高齢者会館へ問い合わせを

江古田の森公開セミナー
「しっかりと食べ、元気に歩こう〜嚥下・転倒予防のおはなし〜」

介護基盤整備担当/6階

☎(3228)5031

FAX(3228)5062

安全に食べるための工夫や高齢者の転倒防止について理学療法士などから学びます。

日時 7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

「なかの元気アップ」でいつまでも笑顔

介護予防体制整備担当/5階 ☎(3228)8949 FAX(3228)8716

体操などのプログラムに参加して、介護が必要な状態になるのを防ぎましょう。



介護予防・日常生活支援総合事業
「なかの元気アップセミナー」



週1回、2時間程度で全12回のプログラムを組み、生活機能の改善を目指す事業です。内容は、「口腔機能改善」「運動機能改善」「脳の活性化」「カラオケ体操」の4種類です。

7月は、「運動機能改善プログラム」を松が丘シニアプラザ(松が丘1-32-10)とデイサービスセンターカリア中野弥生町(弥生町2-4-9)で開催します。

その他のプログラムについては、下記の地域包括支援センターへ問い合わせを。

対象 区内在住の65歳以上の方で次の①②のいずれかに該当し、地域包括支援センターで対象者と認められた方

- ①要支援認定を受けた方
- ②基本チェックリストで対象者と判定された方

申込み 電話または直接、下記の地域包括支援センターへ

センター名	電話番号
南中野	☎(5340)7885
本町	☎(5385)3733
中野	☎(3367)7802
東中野	☎(3366)3318
中野北	☎(5380)6005
江古田	☎(3387)5550
鷺宮	☎(3310)2553
上鷺宮	☎(3577)8123

☆お住まいの地域を担当するセンターが分からない場合は、区HPをご覧になるか、介護予防体制整備担当へ問い合わせを

「なかの元気アップ体操」で気軽に運動



中野区歌「未来カレンダー Forever Nakano」に合わせて気軽に体を動かす、どなたでも取り組める体操です。健康で長生きできる心身をつくるため、みなさんも取り組んでみませんか。体操の映像は区HPからご覧になれます。

地域で活動している団体・グループは、体操の映像を収録したDVDを区役所5階介護予防体制整備担当で受け取れる他、講師派遣を利用して体操や介護予防のコツを教わることもできます。詳しくは、同担当へ問い合わせを。

☆DVDの受け取りには、団体情報の記入が必要



「なかの元気アップ体操ひろば」にご参加を



「なかの元気アップ体操」や筋力アップのための簡単な体操を行います。現在は、区内2か所で実施しています。区内在住の65歳以上の方ならどなたでも参加できます。

☆開催日時や会場について詳しくは、区HPをご覧になるか、介護予防体制整備担当へ問い合わせを

HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、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

Beauty Workshop 「～カラダ、ココロの健康な 毎日を～」

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

骨粗鬆症や生活習慣病などの話を聞きます。運動実技もあります。

日時 7月19日(木)午後2時～4時半

会場 南部すこやか福祉センター

対象 区内在住・在勤のおおむね30代～50代の女性

講師 寺内智子氏(寺内医院院長)他

申込み 6月21日から電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。**電子申請**=7月17日まで、**電話・窓**

☐=7月18日まで。先着30人
☆一時保育(先着6人)希望の方は、あわせて申し込みを

つむぎセミナー 「香りで五感を働かせてみよう」

障害者地域自立生活支援センターつむぎ
☎(3389)2375 FAX(5942)5811

リラックスしたり体調を整えたりするためのアロマ(香り)の活用方法を学びます。

日時 6月30日(土)午後2時半～4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 区内在住の身体障害や知的障害のある方とその家族・支援者、関心のある方

参加費 400円

申込み 6月21日～29日に電話で、「つ

むぎ」へ。先着15人

健康講座 「生活習慣病について知ろう」

地域生活支援センターせせらぎ
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

精神障害のある方の生活習慣病について、保健師から予防のコツなどを学びます。

日時 7月25日(水)午後1時半～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 区内在住の精神障害のある方とその家族・支援者、関心のある方

申込み 6月21日～7月24日に電話で、「せせらぎ」へ。先着20人

6月20日～7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
6月24日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9 (3387)7321
		横皇病院	外・内	新井1-38-6 (3389)2531
		橋本医院	内	野方3-15-3 (3389)0355
		宮医院	内・小	上高田3-1-13 (3385)3177
	薬局	セイメイ内科	内・循	中央1-25-5 (5389)2972
		白石医院	産婦・内・小	南台2-18-10 (3384)5255
		大石歯科クリニック※	歯	中野6-28-8 (3360)1270
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22 (5343)3912
7月1日(日)	当番医	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・小・整・脳神経外	中央4-59-16 (3382)9991
		武田内科クリニック	内・循	江原町3-5-10-202 (3950)3836
		竹下医院	内・小	野方5-22-8 (3339)6658
		上高田ちば整形外科・小児科	内・外・小	上高田1-8-13 (3228)1555
		ハートケア銀河クリニック	内・心内・精	本町2-50-12 2階 (5371)0909
	薬局	はいばら歯科医院※	歯	野方3-15-14 (3385)6480
		けやき薬局		江古田2-22-1 (3388)0782
	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)

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

東京都保健医療情報センター「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

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。

- ☆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

新渡戸記念中野総合病院内／ 総合東京病院内／
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

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

information

健康・福祉



都医療券(気管支ぜん息)の更新を忘れずに (大気汚染医療費助成制度)

保健予防担当(中野区保健所)

☎(3382)6500 FAX(3382)7765

都内に引き続き1年以上住んでいて、一定の要件を満たす気管支ぜん息にかかっている方を対象に、その治療に要した医療費のうち健康保険を適用した後の自己負担の一部(月額6千円を超えた部分)を都が助成する制度です。

助成対象と認定された方には都医療券を交付。その有効期間満了後も引き続き助成を受けるには、更新手続きが必要です。有効期間満了の1か月前を目安に、すこやか福祉センター、中野区保健所で

手続きをしてください。

なお、平成9年4月1日以前に生まれた方が更新手続きを行わずに資格を喪失すると、再認定を受けられません。ご注意ください。

☆18歳未満の方は、一定の要件を満たせば、新規認定され、18歳になる月の末日まで助成を受けられます。認定要件などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。保健予防担当へ問い合わせを

「市民後見人養成講習」 講演と説明会

中野区成年後見支援センター

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

「市民後見人」とは、社会貢献をしようという精神で後見業務を担っていただく方のことです。

後見制度などについて弁護士から学び、市民後見人の候補者養成講習の説明を聞きます。

養成講習受講の要件などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会 [HP](#) <http://>

www.nakanoshakyo.comの募集要項をご覧ください。

日時 7月11日(水)午後2時~4時半

会場 商工会館(新井1-9-1)

対象 成年後見制度に関心のある方

申込み 6月21日~7月6日に電話で、中野区成年後見支援センターへ。先着70人
☆講演のみの参加も可

成年後見人勉強会 「後見人が行う財産管理とは」

中野区成年後見支援センター

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

後見人の業務の一つである財産管理について、専門相談員(弁護士)に学びます。

日時 7月14日(土)午後1時半~3時半

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

対象 親族の成年後見人・保佐人・補助人を受任している方、成年後見制度に関心のある方

申込み 6月21日~7月13日に電話で、中野区成年後見支援センターへ。先着40人

! 光化学スモッグにご注意を

環境公害担当(中野区保健所内) ☎(3382)3135 FAX(3382)6667

気温が高く風が弱い、空にもやがかかったような日に発生しやすい、光化学スモッグ。自動車の排気ガスもその一因です。短時間の駐停車で車両のエンジンを止める「アイドリング・ストップ」の徹底にご協力を。

光化学スモッグ注意報が発令されたら…

乳幼児や高齢者、ぜんそくなどの呼吸器系疾患がある方は、特に注意が必要です。外出や屋外での運動は控えましょう。注意報は次の方法でお知らせします。

- 防災無線スピーカーによる放送
- 区民活動センターや児童館などに垂れ幕を掲示(平日のみ)
- 区立小・中学校の屋上に黄色の吹き流しを掲揚(平日のみ)
- 東京都 [HP](http://www.ox.kankyo.metro.tokyo.jp/ox.php) <http://www.ox.kankyo.metro.tokyo.jp/ox.php>
- 東京都大気汚染テレホンサービス ☎(5640)6880

光化学スモッグの被害に遭ったら…

「目がチカチカする」「のどが痛い」「息苦しい」などの症状が出たら、すぐに屋内に入って眼を洗い、うがいをしてください。それでも良くならないときは、医師の診療を受けてください。

被害状況を調査しています。被害に遭った時は、最寄りのすこやか福祉センターへ連絡を

南部

☎(3380)5551
FAX(3380)5532

中部

☎(3367)7788
FAX(3367)7789

北部

☎(3389)4321
FAX(3389)4339

鷲宮

☎(3336)7111
FAX(3336)7134

☆土・日曜日や祝日、夜間の連絡は東京都保健医療情報センター☎(5272)0303へ

6月は 蚊の発生防止 強化月間です

衛生環境担当
(中野区保健所内)
☎(3382)6662
FAX(3382)6667

デング熱やジカ熱など、蚊が媒介する感染症を防ぐため、日頃から蚊の発生を抑制し、蚊に刺されないような対策を取りましょう。

蚊の防除のポイント

【幼虫(ポウフラ)対策】

- 植木鉢の受け皿や空き缶、古タイヤなどの水たまりをなくす

【成虫対策】

- 草むらや、やぶの手入れを定期的に行う
- 刺されないように長袖・長ズボンを着る
- 必要に応じて虫よけ剤を使う



なかの区報が2000号を迎えました

区報担当/4階 ☎(3228)8805 FAX(3228)5645

区報のあゆみ

おかげさまで、なかの区報は誕生から約70年で、2000号という大きな節目を迎えることができました。区報の顔であるタイトルロゴの移り変わりとおわせて、区報の歴史を紹介します。



創刊号

昭和24年
3月1日

2ページ、月1回民間ローカル紙社による発行。1部5円で、出張所で販売していました。



第14号

昭和25年
4月28日

この号から1部1円に値下げしました。第80号(昭和28年4月18日発行)から、新聞折り込みでの無料配布が始まりました。



第231号

昭和40年
5月17日

ロゴが常用漢字(当時の当用漢字)になりました。昭和40年には、人口が約35万5千人に。



第917号

昭和62年
4月5日

ロゴは平仮名で「なかの」に。16万7千部発行。世帯数は約15万4千、平均世帯人数は2.18人でした。



第1738号

平成19年
4月20日

紙面を大幅に刷新し、タブロイド判からA4判に。同時に、ポストिंगによる各戸配布を始めました。



▲私たちが編集しています

今後もなかの区報のご愛読をよろしくお願いします

平成27年5月5日号から現在のロゴになりました。区政情報をみなさんに分かりやすく届けられるよう、これからも「親しまれる紙面づくり」を心掛けて編集していきます。

ご紹介した区報を読むには…

インターネット上で、創刊号からの区報の縮刷版・製本版を読むことができます。「中野区立図書館デジタルアーカイブ」<https://archive.nakano-library.jp/>をご覧ください。

世帯と人口 6月1日現在。()内は前月比

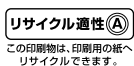
住民基本台帳	世帯数	人口(人)			
		男	女	小計	合計
日本人	190,135 ※(114増)	157,483(139増)	154,839(123増)	312,322(262増)	330,841(289増)
外国人	13,912(4減)	9,457(4増)	9,062(23増)	18,519(27増)	

※日本人と外国人の混合世帯 2,007 を含む

外国人向け広報紙(英語版・中国語版・ハングル版)最新号ができました。☆区内の駅などで6月20日から配布。区HPからもご覧になれます

次号予告

〈特集〉
明治からふりかえる
中野のまち



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



古紙パルプ配合率70%再生紙を使用

日本製紙「リサイクル上質70」を使用しています。この紙の古紙パルプ配合率については、製紙会社の出庫証明書により、確認済みです。

☆区内各家庭の郵便受けなどに配布しています