

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・在学か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

世田谷区立三宿中学校夜間学級(世田谷区太子堂1-3-43)
☎(3424)5255

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、中学校で十分に学べなかった方のためのもので、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。教材費などの実費は必要ですが、授業料は無料です。

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ことから学習をはじめられます。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になれます。

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下肢を下腿2分の1以上で欠くもの)

●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を

外壁・屋上の防水/総合リフォーム

MARUTOMO マルトモ

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

広告