

住み慣れた自宅ですっと暮らしたい

在宅療養という選択肢



中野区医師会訪問看護ステーションのみなさん

CONTENTS

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| 1-3 在宅療養という選択肢 | 8 平成30年度の国民健康保険の運営状況(概要) |
| 4-7 令和2年度予算で検討中の主な取り組み(案) | 16 基本構想審議会答申の概要 |

住み慣れた自宅ですっと暮らしたい

在宅療養という選択肢



医療や介護が必要になった時、みなさんはどのように過ごしたいですか。病院や施設への入院・入所以外にも、在宅療養という選択肢があります。安心して自宅で療養できるよう、さまざまな専門職がチームで支えています。その一人、中野区医師会訪問看護ステーションの管理者・遠藤さんに話を聞きました。

在宅療養推進係 / 5階

☎ (3228) 5785 FAX (3228) 8716

なじんだ環境で安心して過ごせるのが
在宅療養の良さ

—訪問看護の内容を教えてください—

療養している方の自宅に伺い、必要な医療処置やケアを行います。熱や血圧の測定、呼吸音や肌つやの確認などで普段と変わりないかを診た後、リハビリやお風呂の介助、服薬管理などその方に必要なケアを実施。ヘルパーさんとノートを通じて情報を共有し、お腹が痛くなったのはいつからか、最近の食欲は、といった状況を把握しています。場合によっては、医師に連絡し指示を仰ぐことも。

—在宅療養の良い点は何でしょうか—

やはり、なじんだ環境に身を置ける安心感だと思います。病院や施設よりも自由度が高いので、好きなように過ごせますし。退院したばかりの時は、自身や家族で医療処置を行うことを心配する方もいますが、慣れるまでは訪問回数を増やしたり、困った時に電話で質問に答えたりといった対応もしています。



忙しいけど楽しいからいつも笑顔でいられます
(写真左が遠藤さん)

家族の方にも
納得してもらえるケアを

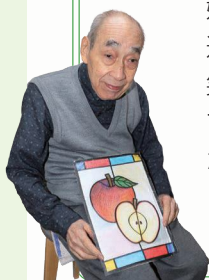
—苦勞したことや困ったことはありますか—

介護している家族とその他の家族とで意見が噛み合っていない時に、折り合いがつくよう調整するのに苦勞しました。介護者が疲れている場合にレスパイト(一時休息)サービスの利用を勧めるなど、家族への気配りも欠かせません。また、腰痛ベルトの利用を勧めたところ、動けるようになった認知症の方が物を振り回すという、利用者に良かれと思ったことが、家族を苦しめてしまった出来事があり、多角的な視点でケアをすることの大切さを学びました。

—うれしかったことはありますか—

ご自宅で見取られた後、家族の方から「いい看取りができた」「自分の時にも来てほしい」と言われた時は本当にうれしいです。当訪問看護ステーションの営業は平日のみですが、夜間や休日も当番を決めて24時間対応できるようにしています。年末年始も誰かしらが出勤する状況です。そういった苦勞が一気に報われますね。

在宅療養中の方の声



自宅だと、クラシック音楽鑑賞や塗り絵など、好きなことを気兼ねなくできるのがいいですね。遠藤さんを始め、ケアをしてくれるみなさんが笑顔で接してくれるので、私も妻も元気をもらっています。退院時は寝返りもできない状態でしたが、リハビリを頑張り、最近は週1回デイサービスにも参加。とても充実しています。

◀ 趣味の塗り絵を手にした N さん

1日のスケジュール

AM 9:00

スタッフ全員でミーティング



タブレットを使って電子カルテを入力



PM 4:40

ステーションへ帰所。電子カルテ入力、担当医・ケアマネジャーへの連絡、夜間対応当番への申し送りなど



ステーションへ帰所。お昼



AM 9:00

AM 9:40

AM 10:50

PM 12:00

PM 1:10

PM 2:20

PM 3:30

PM 4:40

1 件目の訪問

2 件目の訪問

3 件目の訪問

4 件目の訪問

5 件目の訪問

雨の日も自転車で訪問先へ出発



訪問カバン。必要なものが全て入ってます

ケアマネジャーなど関係者と会議をすることも

ただいま



まずは気軽に問い合わせてください



遠藤さん ▶

在宅療養を利用してみたい方に向けてのメッセージ

数ある選択肢の一つとして、在宅療養を考えてみたらいかがでしょうか。どんな方でも希望すれば方法はあります。一人暮らしで寝たきりの状態でも在宅療養を選んでの方がいますよ。できるかできないかといったことではなく、ご自身の思いを大事にして選んでほしいですね。訪問看護師以外にも医師やケアマネジャー、ヘルパーなど、さまざまな専門職が安心して生活できるようサポートします。

在宅療養について詳しく知りたい方は

「在宅療養ハンドブック」

相談窓口や在宅療養を支える職種など、在宅療養に役立つ情報が満載です。区民活動センター、すこやか福祉センター、地域包括支援センター、高齢者会館、区役所5階8番窓口で配布中。ぜひ、ご利用を。



区HPからもご覧になれます



在宅療養相談窓口 (区役所内)

専用電話 ☎ (3228) 5785

☆相談時間は平日午前8時30分～午後5時

在宅での療養生活について、専門の相談員が対応します。相談内容に応じて、必要な情報の提供や、医療や介護への橋渡しをします。

例えばこんな相談ができます

- 病院から退院が決まったけれど、どうしたらよいか分からない
- 自宅で家族を看取りたい

令和2年度予算で検討中の主な取り組み(案)

令和2年度予算で検討中の主な取り組み(案)

1 子育て先進区に向けた取り組み

安心できる子育て環境

● **(仮称)子どもの権利条例の検討** 所 子・教
条例の制定に向けた検討を進めます。

● **妊産婦への支援体制の充実** 所 地
多胎児の子育て支援の拡充など、トータルケア事業の充実を図ります。

● **3歳児健康診査の充実** 所 地
中野区医師会及び歯科医師会に3歳児内科健診の一部と歯科健診を委託し、子育て世帯へのかかりつけ医の推進やすこやか福祉センターと医療機関の連携強化を図ります。

● **民間保育施設新規開設支援** 所 子・教
民間保育施設誘致、老朽化した私立保育園の建て替えに対する新園建設費等の補助や認可外保育施設の認可化移行を支援し、保育の質の向上や保育定員の拡充を図ります。

● **保育入園事務についての効率化** 所 子・教
保育入園申し込みに係る申請書及び入園利用調整処理のICT(情報通信技術)化を進め、申請手続きの簡素化を図ります。

● **居宅訪問型保育事業利用者の負担軽減** 所 子・教
利用時の保育士や看護師の交通費を補助します。なお、こうした新規・拡充策に取り組むため、待機児童緊急対策の区立保育室6室の廃止や保育士新規確保に係る事業の終了などの見直しを行います。

● **子育て支援施設等の拡充** 所 子・教
キッズ・プラザの開設準備や子育てひろばの整備を進めるとともに、学童クラブの待機児童対策として、民間学童クラブの運営を支援します。

● **(仮称)総合子どもセンター等設置準備** 所 子・教
(仮称)総合子どもセンター等の整備を進めます。また、児童相談所開設準備として他自治体へ職員を派遣します。

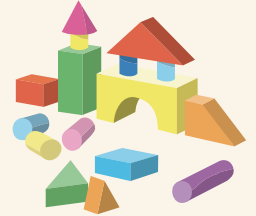
● **子どもの貧困対策の推進** 所 子・教
実態調査の結果や関係機関等からの意見聴取を基に具体的な事業化を検討します。

● **ひとり親家庭支援の充実** 所 子・教
交流会や子育て相談会、養育費等についてのセミナーの開催及び母子等ショートケア事業を実施します。

楽しく育つ地域環境

● **木製おもちゃの子ども施設への配置** 所 子・教

連携自治体の木材を活用した木製おもちゃを子ども施設に配置します。



● **子どもの読書環境の充実** 所 子・教

子ども読書活動を推進するため、ブックスタート事業を行います。また、区立図書館に絵本等の乳幼児向け図書を充実させます。

充実した教育環境

● **学校現場へのユニバーサルデザイン(UD)フォントの導入** 所 企、子・教

分かりやすい授業を目指し小・中学校にUDフォントを導入します。

● **幼児教育の充実** 所 子・教

私立幼稚園等への保護者補助を継続し、保育の質向上のための研究会補助を増額します。

● **区立学校の再編** 所 子・教

学校の統合に伴う統合校の仮校舎の改修工事、新校舎の整備や開設準備を行います。

● **学級数増加に伴う対応** 所 子・教

普通教室の不足が見込まれる学校について、増築等の対応を図ります。

● **区立学校体育館の冷暖房化・校庭改修** 所 子・教

第二中学校の体育館棟、小・中学校校庭の大規模改修及び体育館の冷暖房化を計画的に実施します。

● **英語教育の充実** 所 子・教

小学校英語教育アドバイザー派遣、小学校ALT(外国語指導助手)配置事業の拡充、東京都英語村での小学校英語体験プログラム事業及び中学生英語検定料の補助を行います。

● **特別支援教育の充実** 所 子・教

全区立中学校に特別支援教室を整備(2年計画)し、巡回指導を実施します。

区は、来年度の予算編成に当たり、三つの取り組みに重点を置き、これらを効果的に進めていくための事業を検討しています。

このたび、検討中の案のうち、子育て、安全・安心やまちづくりなどについて、主な取り組み項目(新規、拡大・充実、見直し)として、次のとおりまとめました。これらに対するみなさんの意見をお寄せください。

☆意見提出の方法は7ページをご覧ください。【所】=所管部。部名は略号で表示。正式名称や問合せ先は7ページにあります

予算係/5階
☎(3228)8813
FAX(3228)5650

2 安心して地域で暮らし続けられるための取り組み

地域包括ケアシステム

●地域包括ケア総合計画の検討 【所地】

支援を必要とする全ての人を対象にした(仮称)地域包括ケア総合計画の策定に向けた検討を進めます。また、すこやか福祉センターの利用時間を見直し、日中の職員体制やアウトリーチ機能を強化します。

●区民活動センター等の整備 【所地】

本町4丁目用地に高齢者会館機能を併せ持つ区民活動センター等を整備するため基本設計等を行います。温暖化対策推進オフィス跡施設を改修し、区民活動センター仮施設等を整備します。

●手話の理解及び障害者の多様な意思疎通の促進に関する事業 【所健】

手話の理解促進及び多様な障害特性に応じた意思疎通支援等を行うため、やさしい手話教室などの事業を実施します。



●犯罪被害者等支援事業 【所健】

犯罪被害者等のさまざまな事情や心身の状況の変化に応じた切れ目のない適切な支援を行うとともに、理解促進に向けた普及啓発事業を実施します。

●介護サービス事業所等の情報のインターネット公開 【所地】

介護サービス事業所等の情報をインターネットで公開し、さまざまな条件で検索できるようにします。

健康で快適な生活

●中野区立総合体育館の開設 【所健】

総合体育館を開設します。また、施設の愛称付与にネーミングライツ(命名権)を導入します。

●胃がん検診の改善 【所健】

胃X線検査に加え胃内視鏡検査を実施します。

●受動喫煙防止対策に関する取り組み 【所健】

改正健康増進法及び東京都受動喫煙防止条例が全面施行されることに伴い、新制度に関する普及啓発等の取り組みを進めます。

●食品ロス削減の推進 【所環】

飲食店等と連携・協力し、食べきり運動など食品ロス削減の普及啓発を推進します。また、家庭での未利用食品を集め、福祉団体等の活動に役立てるフードドライブを実施します。

●区立公園の整備 【所都】

魅力的な公園環境づくりを推進するため、公園再整備計画を策定します。また、遊具の補修・更新等を早期に行う他、UDを踏まえたトイレの改修を行います。

●シェアサイクルの導入 【所都】

移動の利便性を高める手段として、都心区と広域連携したシェアサイクル制度を導入します。

●コンビニ交付サービスの充実 【所区】

税証明、戸籍証明及び戸籍の附票もコンビニ(コンビニエンスストア)で取得できるように拡充し、利便性の向上やマイナンバーカードの普及促進を図ります。

防犯・防災対策

●自動通話録音機貸与事業 【所総】

特殊詐欺被害防止のため同機器の貸与事業を拡充します。

●防災対策の推進 【所総】

風水害の一時避難所に飲料水などの物資を配備します。また、外国人向けの洪水ハザードマップを作製します。

●耐震化等の促進 【所都】

木造住宅耐震改修等助成事業、緊急輸送道路等沿道建築物の耐震化促進事業の助成の拡充やブロック塀(フェンス)建て替え助成等を実施します。また、危険と判断されたブロック塀の所有者に対して安全指導や啓発を行います。

3 区民とともに進めるまちづくりのための取り組み

区の基本構想、基本計画

●中野区基本構想の改定及び中野区基本計画の策定 所企

将来の中野のまちを展望し、目指す姿を明らかにするため、中野区基本構想・基本計画を改定・策定します。



◀審議会やワークショップなどにより、みなさんの声を聞きながら進めています

地域まちづくり

●中野駅周辺のまちづくりの推進 所ま

中野駅周辺各地区のまちづくりを推進するとともに、中野駅西側南北通路・橋上駅舎の整備工事を行います。また、中野3丁目における土地



▲区役所から見た中野駅

●新井薬師前駅・沼袋駅周辺のまちづくり 所ま

西武新宿線新井薬師前駅・沼袋駅周辺地区で、交通環境の改善、にぎわいと魅力あふれるまちづくりや防災性の向上に向けた取り組みを進めます。また、都市計画道路の整備推進と沿道建築物の不燃化の促進、上高田1～3丁目周辺地区におけるまちづくりの検討などを行います。

●野方駅以西のまちづくり 所ま

連続立体交差事業の早期実現を関係機関に働きかけ、西武新宿線野方駅、都立家政駅、鷺ノ宮駅の各駅周辺地区まちづくり整備方針策定に向けた取り組みを進めます。併せて地区計画、駅前の拠点づくり及び駅周辺基盤計画の検討を行います。



▲踏切待ちの現状(鷺ノ宮駅)

●東中野駅東口周辺のまちづくり 所ま

交流拠点形成やバリアフリー化等に向けた検討成果等を踏まえ、駅東口周辺の今後のまちづくりの方向性について検討します。

●弥生町・大和町の防災まちづくり 所都、ま

- 弥生町3丁目周辺地区 避難道路整備等を進めます。
- 大和町地区 地区計画導入の検討、避難道路の整備等を進めます。
- 両地区 不燃化特区制度等による不燃化促進を図るとともに、無電柱化を推進します。

多文化共生

●多言語翻訳機の導入 所区

区役所や各出先機関等にAI(人工知能)翻訳機を導入し、在住外国人が安心して暮らせる環境づくりを行います。

●ホームページ上の区報の多言語対応 所企

区政情報の多言語化を進めるため、外国人向け広報紙(3か国語)を廃止し、10か国語対応アプリを導入します。

●(仮称)男女共同参画・多文化共生推進条例の検討 所企

性的少数者や多文化共生についての理解促進の視点を踏まえ、男女平等基本条例の改正について検討します。

●「東北復興大祭典なかの」の実施 所総

被災地の継続的な支援のため、復興の状況や観光・文化の発信を行うことで、区民の被災地に対しての意識や復興支援への理解を深め、震災の記憶風化防止を図ります。



▲ねぶた運行

4 三つの取り組みを支え、推進する行財政運営

区の情報発信

● 広報の充実

所企

区政情報を分かりやすくかつ的確に伝えるために、ホームページにUDフォントを導入するとともに、多言語対応の質を向上します。更に、地域住民と協働して、中野のまちの変遷の映像等を記録・収集し、区の歴史的情報資産の充実と活用を図ります。これに伴い、区の広報番組の制作・放送を休止します。

収納対策

● 特別区税収納率向上対策の充実

所区

収納率向上に向け、電話及び訪問による納税案内や財産調査を拡充するとともに、SMS(ショートメッセージサービス)を活用した納付勧奨を実施します。また、区外滞納者への状況調査を拡大します。

業務効率化・働き方改革等

● 新区役所整備

所総

令和6年度の移転に向け、実施設計を進めます。また、中野体育館の解体工事に着手します。



◀外観イメージ(確定した内容ではありません)

● ICTを活用した業務改善

所企、総

新区役所整備に向けた業務改善のプロセスを構築するとともに、単純・定型的業務の自動化やペーパーレスの推進、テレワークの試行を行います。

● (仮称)中野区公契約条例の検討

所総

公契約に係る質の向上や労働者等の適正な労働条件の確保を図るため、条例制定に向け検討します。

4～7ページの項目の所管部の問合せ先

所企

企画部＝企画係／4階
☎(3228)8987 FAX(3228)5476

所総

総務部＝総務係／4階
☎(3228)8811 FAX(3228)5647

所子・教

子ども教育部・教育委員会事務局
＝企画財政係／5階
☎(3228)5610 FAX(3228)5679

所地

地域支えあい推進部
＝地域活動推進課庶務係／5階
☎(3228)8822 FAX(3228)5620

所都

都市基盤部＝都市計画課庶務係／9階
☎(3228)8840 FAX(3228)5668

所区

区民部＝区民生活課庶務係／6階
☎(3228)5568 FAX(3228)5456

所健

健康福祉部＝福祉推進課庶務係／6階
☎(3228)8829 FAX(3228)5662

所ま

まちづくり推進部
＝まちづくり計画課庶務係／9階
☎(3228)5463 FAX(3228)5417

所環

環境部＝環境課庶務係／8階
☎(3228)5524 FAX(3228)5673

12月19日(木)までに / ご意見をお寄せください

意見内容と氏名(団体名)を記入し(様式自由)、電子メールかファクス、または郵送で、予算係へ。12月19日必着。
☆令和2年度予算で検討中の主な取り組み(案)は、12月5日以降、区HPでもご覧になれます

電子メール zaisei@city.tokyo-nakano.lg.jp

ファクス FAX(3228)5650

郵送 〒164-8501(所在地不要) 予算係宛て

12月11日(水)
午後7時～9時

「区民と区長のタウンミーティング(12月1回目)」では、その場で意見を伝えられます

☆当日直接、会場の区役所9階会議室へ。タウンミーティングについては、基本構想係
☎(3228)5782・FAX(3228)5476へ問い合わせを

平成30年度の国民健康保険の運営状況(概要)

HPで詳しく

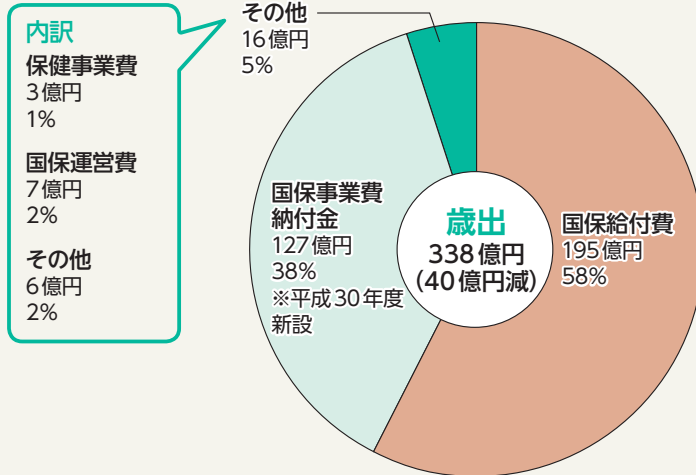
国保運営係／2階
☎(3228)8819
FAX(3228)5655

国民健康保険は、職場の健康保険や後期高齢者医療制度に加入していない方などを対象とした医療保険です。平成30年度からは都が区市町村とともに運営する形となり、加入者が納める保険料や国・都の支出金などを基に運営しています。平成30年度の加入者数は、区民の約3割、約84,000人で、前年度に比べ約2,000人減少しました。

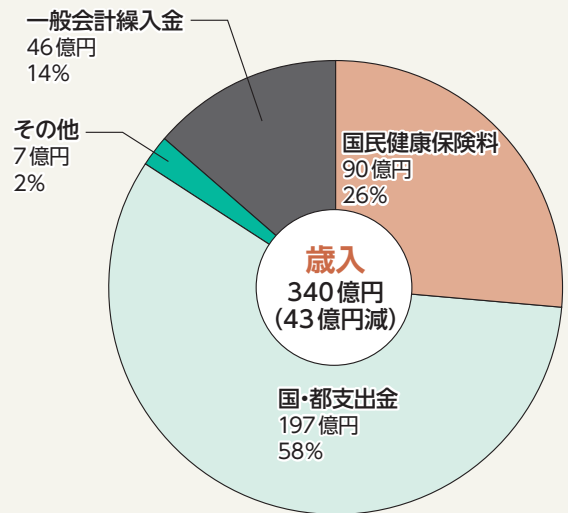
☆制度などについては、区HPをご覧ください。国保運営係へ問い合わせを

歳出 医療費などに充てる国保給付費が5億円減少

要因は、後期高齢者医療制度への加入による被保険者数の減少などによるものです。



歳入 運営費の一部として46億円を一般会計から繰り入れ



☆グラフの()内は前年度比。歳出・歳入の金額、割合は、原則として表示単位未満の端数を四捨五入。このため、合計額などの数値は、表示している数値から算出した値とは異なる場合があります。なお、歳出と比較して歳入が約2億円多いのは、保険料と国等の支出金への返還金(次年度繰越金)を含んでいるためです

医療費の増加を抑えるためにご協力を

◆特定健診を受診しましょう

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

40歳以上の方向けの特定健診でメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の疑いがあると判定されると、その予防に「特定保健指導」を利用できます。

生活習慣病を早めに予防、治療し、医療費の増加と保険料負担の抑制につなげましょう。

☆国民健康保険加入者の特定健診の受診方法などについて詳しくは、区民健診係へ問い合わせを

◆ジェネリック医薬品をかしこく使おう

保健事業係(中野区保健所)
☎(3382)2430 FAX(3382)7765

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、医薬品の特許が切れた後に、同等の品質で製造・販売される低価格の医薬品です。窓口で支払う薬代や医療費の削減を期待できます。

かかりつけの医師や薬局の薬剤師に相談の上、ジェネリック医薬品をご利用ください。

みなさんの保険料が制度を支えています

◆保険料は口座振替でお支払いください

国保収納係／2階
☎(3228)5507 FAX(3228)5655

納付方法は、年金から天引きされている方を除き、原則、口座振替です。預金口座のキャッシュカードがあれば、地域事務所、区役所で、簡単に口座振替を開始できます。利用できる金融機関名などについて詳しくは、国保収納係へ問い合わせを。

☆区の職員を装った還付金詐欺が発生しています。電話やATMで還付金の手続きを行うことはありません。ご注意ください

◆納付できない場合は放置せずに相談を

国保徴収係／2階
☎(3228)5509 FAX(3228)5655

保険料の未納がある場合、区は催告、財産の差し押さえや給付の差し止めなどを行います。

失業や病気など、やむを得ない事情で納付できない場合は、未納を放置せず、早めに相談を。

区民と区長の タウンミーティング

12月
(2回目)の
開催予定

基本構想係／4階 ☎(3228)5782 FAX(3228)5476

日時・会場・テーマ

20日(金)午後2時から
江古田区民活動センター(江原町2-3-15)
人生100年時代を生きる
☆グループディスカッション形式。当日直接会場へ。**手保**
希望の方は、12月13日までに電話またはファクスで、基本構想係へ申し込みを。12月1回目の開催内容については、7ページをご覧ください

12月は

「オール東京滞納STOP強化月間」です

納税係／3階 ☎(3228)8924 FAX(3228)5652

区と東京都は、納税義務の公平性の確保のためさまざまな徴収対策に取り組んでいます。
☆納付が困難な方は、できるだけ早くご相談を



中野区議会 第4回定例会

12月10日(火)まで開会中

区議会事務局／3階
☎(3228)5585 FAX(3228)5693

会議日程

本会議＝12月10日

特別委員会＝12月5日・6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

12月7日(土)・8日(日)・14日(土)・15日(日)＝午後5時～7時45分

12月9日(月)・11日(水)・13日(金)＝午後6時～7時30分

☆放送についての問い合わせは、J:COM東京
☎0120(914)000へ(午前9時～午後6時)

みなさんのご意見をお寄せください(2件)

①「中野区保育の質ガイドライン」(案)についての意見交換会

幼児施策調整係／3階
☎(3228)8833 FAX(3228)5667

区内全ての就学前教育・保育施設において、子どもたちの成長・発達に配慮しつつ、子どもを中心とした教育・保育を計画的かつ確実に提供するためのガイドラインです。

このたび、その案をまとめたので、みなさんの意見を聞かせてください。

会場・日時

区役所7階会議室＝12月14日(土)午後2時から、南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)＝16日(月)午後7時から、野方区民活動センター(野方5-3-1)＝17日(火)午後7時から

☆当日直接会場へ。**保**(各日先着5人)。12月6日～11日に電話または☑hoikuen-youchien@city.tokyo-nakano.lg.jpで、幼児施策調整係へ。📍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、月年齢



②「中野区子ども・子育て支援事業計画(第2期)」(案)のパブリック・コメント手続き

子ども・教育政策課企画財政係／5階
☎(3228)5610 FAX(3228)5679

子育て支援サービスを総合的に推進するための事業計画です。

このたび、令和2年度～同6年度の計画案をまとめたので、みなさんの意見を募集します。

公表資料 「中野区子ども・子育て支援事業計画(第2期)」(案)

資料公表・意見募集の期間 12月16日～1月7日

公表場所 区📍、区民活動センター、図書館、すこやか福祉センター、区役所4階区政資料センター、同5階2番窓口など

意見を提出できる方 区内在住・在勤・在学の方、区内に事務所や事業所のある個人・法人またはその他の団体、案件に直接利害関係のある方

意見提出の方法 意見書(書式自由)を☑kodomo-seisaku@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクス、郵送または直接、子ども・教育政策課企画財政係へ。1月7日必着。
📍住所、氏名とふりがな、区内在勤・在学の方は勤務先・通学先の名称と所在地、利害関係のある方はその理由

新校舎等の整備期間変更についての説明会

HPで詳しく

区は、右表の2校の新校舎整備について検討を行っています。このたび、整備期間等の変更が必要となりました。このことについて、説明会を開催します。☆いずれも当日直接会場へ。【手保】(各日先着5人)。12月6日～11日午後5時に、電話またはファクスで、子ども教育施設整備係へ。【住所、氏名とふりがな、参加希望日と会場、手はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

問合せ

新校舎について＝子ども教育施設整備係／5階
☎(3228)5547 FAX(3228)5441

学校の統合について＝学校再編・地域連携係／5階
☎(3228)5548 FAX(3228)5679

説明会一覧

テーマ	日時	会場
南台小学校の新校舎について	12月17日(火) 午後6時30分から	南中野区民活動センター (弥生町5-5-2)
	12月22日(日) 午前10時から	南台小学校 (南台3-44-9)
第四中学校・第八中学校の統合新校舎について	12月20日(金) 午後6時30分から	第八中学校 (鷺宮4-7-3)
	12月22日(日) 午後2時から	第四中学校 (若宮1-1-18)

困った時は相談してください

HPで詳しく

第3日曜日の法律相談

区民相談係／1階
☎(3228)8802 FAX(3228)5644

内容 区内在住の方が対象。弁護士による相談。必ず事前予約を

日時 ①12月15日、②1月19日、いずれも日曜日、午後1時～4時 ☆一人当たり30分

会場 区役所1階専門相談室

申込み ①＝12月9日、②＝1月14日の午前9時から電話で、区民相談係へ。各日先着12人

☆平日の相談は、月曜日(第3日曜日の翌日を除く)、水曜日に実施。詳しくは、区HPをご覧ください。区民相談係へ問い合わせを。なお、12月20日～1月10日は、専門相談を実施しません

すまいのリフォーム相談

住宅政策係／9階 ☎(3228)5581 FAX(3228)5669

内容 区内の小規模建設事業者団体による相談

日時 12月6日・13日、1月17日・24日、いずれも金曜日、午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)

会場 区役所1階区民ホール ☆当日直接会場へ

土地建物無料相談会

都市計画係／9階 ☎(3228)8981 FAX(3228)5668

日時 12月18日(水)午前10時～午後3時30分

会場 区役所1階区民ホール

申込み 12月17日までの平日午前9時～午後5時に電話で、まちづくり推進土地建物協議会☎0120(406)239へ ☆同協議会との共催

生活に困っている方などの相談

生活相談係／2階
☎(3228)8927 FAX(3228)5601



病気や失業などの理由で収入が途絶えた方や努力をしても生活に困窮する方からの相談、就労の相談をお受けしています。 ☆一人当たりの相談時間は1時間程度。時間に余裕をもって相談を

平日午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)に電話または直接、生活相談係へ。

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、妊娠、性暴力など、女性が抱えるさまざまな問題の解決に向けた相談をお受けしています。

秘密は厳守するので、ためらわずに電話を。
☆平日午前8時30分～午後5時に随時受け付け

お知らせ

都市計画図書の縦覧と意見募集

中野駅周辺まちづくり係／9階
☎(3228)8970 FAX(3228)5670

縦覧図書 「中野四丁目地区地区計画変更都市計画原案図書」

縦覧期間 12月6日～19日

縦覧場所 区役所9階2番窓口、東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課

意見を提出できる方 区域内の土地所有者及び都市計画法施行令第10条の4に規定する利害関係のある方

意見提出の方法 12月26日必着で意見書(書式自由)を郵送または直接、東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課(〒163-8001住所不要)へ

雑居ビルなどの避難路や自動火災報知設備は定期的に点検を

建築安全・安心係／9階
☎(3228)8837 FAX(3228)5471

火災時の避難路となる廊下や階段、防火扉の前に物を置いていないか、自動火災報知設備や誘導灯・非常灯が正常に作動するかを定期的に点検しましょう。

傍聴を ☆当日直接会場へ

住宅政策審議会

住宅政策係／9階
☎(3228)5581 FAX(3228)5669
12月20日(金)午後2時30分から
区役所7階会議室

中野区環境審議会

地球温暖化対策係／8階
☎(3228)5516 FAX(3228)5673
12月25日(水)午後3時～5時
区役所7階会議室

「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針」を策定しました

都市計画係／9階
☎(3228)8262 FAX(3228)5668

優先整備路線等を除く未着手の都市計画道路の必要性や計画の見直しについて、東京都と都内自治体協働で検証結果等をまとめ、「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針」を策定しました。

同方針は、東京都都市整備局HP、区役所9階2番窓口、都民情報ルーム(都庁)などでご覧になれます。

羽田空港飛行経路変更についての説明会

環境公害係／8階
☎(3228)5799 FAX(3228)5673

国は、羽田空港国際線の発着回数を増やすため、午後3時～7時の南風時に、中野区上空を飛行機が通過する新飛行経路案を決定しました。

この案についてパネルを展示し、質問に答える形式の説明会を国土交通省が開催します。

中野区での説明会は

- ①12月18日(水)午後2時～5時＝弥生区民活動センター(弥生町1-58-14)
- ②12月19日(木)午後5時～8時＝野方区民活動センター(野方5-3-1)
- ③12月21日(土)午後2時～5時＝なかのZERO西館(中野2-9-7)

☆いずれも同内容で、どなたでも参加できます。当日の実施時間内に直接会場へ。他会場での開催情報や中野区上空を通過する飛行経路案などについて詳しくは、区HPか国土交通省HPをご覧ください

コールセンターもご利用を

問合せ先 国土交通省「羽田空港のこれから」に関する電話窓口
☎0570(001)160(ナビダイヤル)
☆IP電話からは☎(5908)2420へ

住居表示の届け出をお忘れなく

住民記録係／1階
☎(3228)5624 FAX(3228)5653

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、住民記録係へ問い合わせを。

確定申告はスマートフォン、パソコンから

中野税務署(中野4-9-15)
☎(3387)8111

確定申告書の作成は、国税庁HP「確定申告書等作成コーナー」が便利です。事前に税務署から発行された「ID・パスワード」があれば、マイナンバーカードやICカードリーダーライタ(電子情報読み取り機)が無くともe-Tax(国税の電子申告・納税システム)で確定申告ができます。詳しくは中野税務署へ問い合わせを。

確定申告書等
作成コーナー
はこちら▶



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)
☎(3380)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。

中野区プレミアム付商品券の申請期限を12月14日(消印有効)に延長しました

中野区プレミアム付商品券コールセンター
☎0120(080)203

☆平日午前8時30分～午後5時



催し・講座

「社員の個性と多様性を活かす企業になろう」

産業振興センター(中野2-13-14)
☎(3380)6946 FAX(3380)6949

日時・会場 1月16日(木)午後6時30分～8時30分、産業振興センターで
☆12月6日から受け付け。先着20人。
詳しくは、産業振興センターHPをご覧ください

ごみ減量パネル展「忘年会、新年会では、おいしく残さず食べきろう！」

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

期間 12月9日(月)～18日(水)
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

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分解・整備し、30台を販売予定

日時 12月19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8,500円、11,500円、13,000円(防犯登録料、TS

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HPをご覧ください。電話で問い合わせを。1月以降も毎月第3木曜日に実施

消費税軽減税率制度説明会

中野税務署(中野4-9-15)
☎(3387)8111

日時 12月18日(水)午後3時～3時30分

会場 中野税務署
☆事前申込制。申し込み方法などについて詳しくは、中野税務署へ問い合わせを



募集・求人

中野区育児休業代替任期付職員(福祉職)

人事係/4階
☎(3228)8919 FAX(3228)5649

対象 平成12年4月1日までに生まれ、社会福祉士の資格を有する方 ☆来年3月31日までに取得見込みの方を含む。国籍不問

勤務期間 来年4月1日以降、代替する職員の育児休業期間内(おおむね6か月～3年)

選考日 1月18日(土)

申込み 電子申請か、区民活動センター、図書館、区役所4階3番窓口などで配布中の採用選考案内の申込書を郵送または直接、人事係へ。郵送=1月6日(消印有効)まで、電子申請・窓口=1月8日午後5時まで
☆若干名。詳しくは区HPか、採用選考案内をご覧ください

アルバイト登録者(一般事務補助・保健師)

人事係/4階
☎(3228)8919 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。
時給 一般事務補助=1,040円、保健師=1,550円

交通費 支給(限度額あり)

申込み 電子申請か、区HP、区役所4階人事係で配布している申込書に記入して郵送または直接、同係へ。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

特別区職員採用試験23区合同説明会



人事係/4階
☎(3228)8041 FAX(3228)5649

対象 来年度以降に特別区職員採用試験を受験予定の方

日時 1月12日(日)午前10時～午後4時

会場 立教大学池袋キャンパス(豊島区西池袋3-34-1)

☆当日直接会場へ。駐車場はありません。詳しくは、特別区人事委員会HPをご覧ください。同委員会事務局任用課採用係☎(5210)9787へ問い合わせを



▲職員の経験談を交えた具体的な話を聞けます。質疑応答タイムも

統計調査員(登録者)

政策情報係/4階
☎(3228)8892 FAX(3228)5643

来年度の国勢調査に向け、随時面接を実施。事前に政策情報係へ連絡を。

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

中野区健康福祉審議会区民委員

健康福祉企画係／6階

☎(3228)5421 FAX(3228)5662

活動内容 改定する「中野区健康福祉総合推進計画」に盛り込むべき基本的な考え方などの審議

対象 次のいずれかに関心があり、区役所で行う会議に出席できる、20歳以上の区内在住の方

・健康寿命の延伸及び高齢者を地域で支えるための方策

・地域で子どもから高齢者まで誰もが生き生きと暮らすための方策

・障害のある人の社会参加を支えるための方策

☆会議は、平日夜間(1回当たり2時間程度)を予定。令和2年度は月1・2回、同3・4年度は年1・2回を予定

任期 来年4月からの3年間

報酬 審議会の出席1回につき3,000円 ☆交通費支給なし

申込み 12月5日～26日午後5時に電子申請か、区HPまたは区役所6階健康福祉企画係で配布する応募用紙をファクス、郵送(消印有効)または直接、同係へ

☆選考で6人程度。選考結果は、2月中旬までに全応募者に郵送

がん検診受診率向上の啓発活動を行う企業・団体

区民健診係(中野区保健所)

☎(3382)2429 FAX(3382)7765

社会貢献活動として、区民のがん検診受診率向上のための普及啓発活動に取り組む企業・団体を募集します。

区による選定後、協定を結び連携して活動します。希望する団体の方は**12月26日必着**で区民健診係へ申し込んでください。

☆協定の内容や申し込み方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。区民健診係へ問い合わせを

令和2年度「放課後子ども教室推進事業」委託団体の募集

育成活動支援係／5階

☎(3228)5648 FAX(3228)5659

放課後子ども教室は、学校等を活用し、放課後や週末に学習・スポーツ・文化活動などさまざまな体験の機会を子どもたちへ提供する事業です。

応募書類の配布 12月5日から、区HPまたは区役所5階6番窓口で

応募期間 12月16日～1月24日午後5時必着

委託団体募集説明会を開催

新規に応募を考えている団体の方は、事前に育成活動支援係へ電話の上、必ず参加してください。

日時 12月16日(月)午前10時～正午

会場 区役所7階会議室

☆説明会、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

高齢者・介護

後期高齢者医療制度に加入している方へ

後期高齢者医療係／2階

☎(3228)8944 FAX(3228)5661

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、世帯員全員が住民税非課税の方は、申請すると次の①②の制度を利用できます。

①限度額適用・標準負担額減額認定

保険適用の医療費や入院時の食事が限度額までの支払いになる制度です。

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を。

②後期高齢者入院時負担軽減支援金

保険適用の病院などに年度内で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。申請方法などについて詳しくは、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

介護予防総合講座 「栄養・口腔ケア講座」

東中野いこいの家

(東中野4-9-22-201)

☎・FAX(3364)5938

内容 減塩のコツやお口のケアについて、栄養士や歯科医師から学びます

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 1月6日(月)・20日(月)・22日(水)、2月3日(月)・17日(月)、3月2日(月)午前10時～11時30分 ☆全6回

申込み 12月6日～20日の平日に電話で、東中野いこいの家へ。先着30人 ☆初めての方優先

体力づくり教室 「男性のための体幹体操」

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

対象 区内在住の65歳以上の男性

日時 1月～3月の第1・第3月曜日午後1時～2時30分 ☆全6回

申込み 12月6日～20日(12月8日・15日を除く)の午前9時～午後5時に直接、やよいの園へ。先着20人

在宅介護を支える介護サービスパネル展

高齢者支援基盤整備係／6階

☎(3228)5631 FAX(3228)5492

日時 12月19日(木)～25日(水)の平日午前9時～午後4時

会場 区役所1階区民ホール ☆当日直接会場へ



▲「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」と「小規模多機能型居宅介護」を紹介します

子ども・子育て

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

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

内容 初めて出産を迎える区民の方を対象に、妊娠中から産後の食事のポイントとお口のケアなどを紹介

☆希望者は、食事診断も受けられます

日時 1月10日(金)午前10時～正午

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込み 12月6日～1月7日に電子申請か、電話または直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。先着15人

親医療証の現況届の提出はお済みですか

児童手当・子ども医療費助成係／3階
☎(3228)8952 FAX(3228)5657

「ひとり親家庭等医療費助成制度医療証(親医療証)」をお持ちの方に、更新に必要な現況届を11月上旬に郵送しました。

現況届の提出がないと、来年1月1日から使える親医療証を発行するための審査ができません。まだ提出していない方は、至急提出を。

新入学学用品費の就学援助申請書は1月15日までに提出を

学事係／5階
☎(3228)5459 FAX(3228)5680

来年度、中野区立小学校または国公立小学校に入学予定のお子さんがある世帯へ、入学前に新入学学用品費を支給するための申請書を12月中旬に郵送します。

これは、平成30年中の世帯全員の所得合計額が就学援助基準額の範囲内にある場合に支給するものです。申請書が届いても、世帯の所得が基準を超える場合や所得額の不明な方がいる場合は対象外です。

申請する方は、同封の返信用封筒に

切手を貼り来年1月15日必着で郵送を。
☆令和2年度の就学援助については、入学後に改めて申請してください

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

日時 12月18日(水)、1月7日(火)、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)

☆当日直接会場へ。持ち物などについて詳しくは、中野区社会福祉協議会HPをご覧ください。電話で問い合わせを。先着順に手続きを実施。所要時間は約1時間

健康・福祉

てきお 適塩で味覚を育む栄養講座

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

内容 おいしく素材の味を生かした食事と健康づくりのコツを学びます。希望者は、持参した汁物の塩分測定も

対象 区内在住の18歳～64歳の方

☆生後10か月以下のお子さんとの参加も可

日時 1月17日(金)午後1時30分～3時

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込み 12月6日～1月10日に電子申請か、電話または直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。先着20人

「不妊専門相談」と「ほっとピアおしゃべり会」

出産・育児支援係／3階
☎(3228)5623 FAX(3228)5657

日程 1月18日(土)

会場 区役所9階会議室

内容・時間・人数

不妊専門相談＝午後2時30分～4時45分 ☆一人当たり30分程度。先着3人

ほっとピアおしゃべり会＝午後2時30分～4時 ☆先着15人程度

申込み 12月6日～1月17日に電子申請か、電話または直接、出産・育児支援係へ ☆両方への参加も可

保健指導相談券もご利用を



妊娠に向けた体づくりや不妊治療のことなどについて、区が委託した産婦人科や泌尿器科の医療機関で、無料で相談できます。 ☆一人1回のみ。詳しくは、区HPをご覧ください。出産・育児支援係へ問い合わせを

ネズミ対策パネル展 「侵入箇所や駆除方法を学ぼう」

衛生環境係(中野区保健所)
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

期間 12月26日(木)まで

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

ご予約お問合せ サンライズプロモーション東京 (平日12:00～18:00/オペレーター) 0570-00-3337

12月のあすなる葬祭セミナー 開催

落合 斎場 堀ノ内 斎場 代々幡 斎場

にて家族葬を行った場合…
いくらかかるのかな? どのくらい待つのかな?

火葬場式場で 行う 家族葬

12月18日(水) 14:00～ 参加料:500円
中野サンプラザ 15F アクアルーム テキスト・お茶代込

お申込みお問合せ TEL 03-5318-2876

12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
12月8日(日)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2 ☎(3387)5421
		横島病院	外・内	新井1-38-6 ☎(3389)2531
		たかねファミリークリニック	内・小・皮	丸山2-17-13 ☎(5356)8120
		いしい内科クリニック	内	沼袋4-31-11 1階 ☎(5345)7667
		中野中央クリニック	内・小	中央2-59-18 2階 ☎(5332)5429
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15 ☎(3372)4701
		田中歯科医院☆	歯	中野5-52-15-410 ☎(3387)6850
12月8日(日)	薬局	けやき薬局		江古田2-22-1 ☎(3388)0782
		東京中央薬局		中央2-59-18 ☎(3362)1441
12月15日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9 ☎(3387)7321
		中野共立病院	内	中野5-44-7 ☎(3386)3166
		中越整形外科	整	鷺宮3-20-9 ☎(5327)5835
		中野の森クリニック	内・小	上高田1-37-11 ☎(3361)1381
		藤原医院	産婦・内	東中野5-20-14 ☎(3371)4506
		やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11 ☎(6300)4790
		おだ歯科医院☆	歯	鷺宮3-7-7 1階 ☎(6383)0218
12月15日(日)	薬局	青葉調剤薬局		中野5-47-10 ☎(3389)7110
		豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9 ☎(3223)4117

☆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30分
 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
 (ファクスは聴覚・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～翌朝8時
土・日曜日、祝・休日
 午前8時～翌朝8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。

- ☆必ず事前(午後5時30分以降)に電話で連絡を
- ☆保険証・医療証を持って受付時間内に来院を
- ☆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

新渡戸記念中野総合病院 (中央4-59-16) ☎(3382)9991		総合東京病院 (江古田3-15-2) ☎(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30分～9時45分	受付時間	午後6時30分～9時30分
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

庭木1本からお手入れOK!



- ☑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

ガーデンエタスプラス
 東京北支店：練馬区土支田3-19-12
 ☎03-5933-2811

駅チカ 家族葬専用式場

中野区民の方々にご支持いただいております。



夜中でも対応してくれるのかしら
 安心して葬儀を頼めるところはないかな
 家に連れて帰れないのだけど...
くみん斎場 中野新井薬師前
 東京都中野区上高田3-19-17
 西武新宿線・新井薬師前駅・南口より徒歩約3分
 お問合せ・資料請求
 24時間 365日受付 **(03) 6454-0019**

広告

新しい「中野区基本構想」策定に向けて 基本構想審議会が答申を提出しました

基本構想係/4階
☎(3228)5782 FAX(3228)5476

区は、10年後の将来像を描く、新しい基本構想の策定に取り組んでいます。基本構想審議会は、4月から検討を重ね、10月28日に、「中野区基本構想の改定にあたっての基本的な考え方及び盛り込むべき事項」について、区長へ答申を提出しました。

区は今後、答申に掲げられた視点や10年後に実現するまちの姿などを参考に、「中野区基本構想」の素案づくりを進めます。

☆答申の全文は、区HP、区民活動センター、図書館、区役所4階9番窓口でご覧になれます



▲左から小澤副会長、宮協会長、酒井区長

改定にあたっての基本的な考え方

将来にわたって活気あふれる地域社会を継続していくために、将来を見据え対応すべき社会状況として、新たな地域コミュニティの構築や超高齢社会への対応と子ども・子育て関連施策の充実などを挙げています。また、これらを実現するために重視する視点として、次の3点を掲げています。

- 多様性の共存とゆるやかなつながり
- 新しい物語のはじまりと再出発のまち
- 未来を協創する立場を越えた協働

10年後に実現するまちの姿

改定にあたっての基本的な考え方に基づき、答申では、10年後に実現するまちの姿を次の4項目ごとにまとめています。

- 誰もが気軽に地域に関われる「ゆるやかなつながり」が支える「なかの暮らし」
- 「未来を担う宝」である子どもを地域全体で育むまち
- 誰もが生涯を通じて自分らしく生きられるまち
- シンボル拠点の形成と安全・安心で住み続けたいなるまち

おも 人・想い・未来

区長 酒井直人

はや師走。朝晩の冷え込みが厳しくなっており、空気が乾燥していることを肌で感じます。年末に向けて一層慌ただしくなる時ですね。インフルエンザが流行しているので、早めのワクチン接種や手洗いの徹底などで感染予防を心掛けましょう。

少し人の力を借りて、普段の暮らしを続けていくのが在宅療養。今号の特集では、それを支える訪問看護師をご紹介します。中野区は、誰もができるだけ住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、医療、介護、介護予防、住まいなどを一体的に提供する地域包括ケアシステムの構築を計画的かつ着実に進めています。その核の一つとなるのが、医療や介護などの専門職や関係機関が連携し、地域の方々とも協力して、ケアの必要な方の在宅療養を

支えるネットワークづくりです。

在宅医、ケアマネジャー、ホームヘルパー、訪問看護師、地域の方とそれぞれお話しさせていただくと、確かな技術と温かさがあり、大変心強く感じています。こういった方たちがより連携しやすくなるための環境づくりを、みなさんと協議しながら、ハード・ソフト両面で進めていきたいと思っています。

さて、来年度予算の検討が大詰めを迎えています。区の将来をきちんと見据え、また、中野区の最大の財産である「人」が一層活躍できる予算にしたいと考えています。今号で予算の主な取り組み案をお示ししています。ぜひとも、みなさんのご意見をお聞かせください。

次号予告

みらいへ続くこの一年



なかの区報二次元コード

区内各家庭の郵便受けなどに配布しています
情報活用後は、資源として古紙の集団回収へ