

なかの区報

nakano

令和2年(2020年)

12|20

No.2058

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

毎月5日・20日発行

思いをつないで、  
その先へ



【今号の表紙】

江古田区民活動センター運営委員会が呼びかけ、地域のみなさんが作った1万2千羽もの鶴。新型コロナウイルス感染症終息への願いと、全ての方への感謝とエールが込められています

中野区立  
江原小学校

# 思いをつないで、その先へ

新型コロナウイルス感染症の拡大により、甚大な影響を受けた今年。そんな困難な中でも多くの寄付や力づけられる出来事がありました。今号では一年を振り返り、その一部を紹介します。



▲区役所1階に展示された江原小学校3年生からのエール。  
「コロナが流行しないように仕事をしてくれてありがとう」



▲江原小学校3年生。上のパネル以外にも、病院や福祉施設、保健所などへ、応援のメッセージやダンス映像を贈りました

## たくさんの 寄付がありました

区は、6月1日～8月29日にふるさと納税を活用したガバメントクラウドファンディングを初めて実施。区の感染症対策事業へ174万円の寄付がありました。

また、それ以外にも、感染症対策への寄付金やマスク、消毒剤などの多くの物品が寄せられました。



1



2



3

1. 大妻中野高等学校3年生の瀧澤さんは手作りマスク150枚を寄贈。区立幼稚園で活用されています 2・3. (株)友和から贈られたアクリルレパーテーションは、区内企業の若手社員が集まる「ナカノミライブプロジェクト」などで利用

絆と、強い思いで  
支え合った一年



## スーパーと協力して 支援一覧を配布

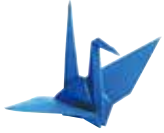
区は、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた方への支援一覧を作成。区内のサミットストアなどで配布しています。



## 動画配信で 学びを止めない

学校の臨時休業期間が長引く中、ICT（情報通信技術）教育の研究指定校として先進的な取り組みを行った中野東中学校。1か月で授業動画約500本を作成し、生徒の自宅学習を支援しました。





中野の元気を  
取り戻すために

外出の自粛や催しの中止により、特に飲食店は大きな打撃を受けました。そこで店舗や地域を応援するため、さまざまな取り組みを行いました。

持ち帰り・出前サービスを  
まるっと中野で紹介

中野区商店街連合会と協力し、中野区公式観光サイト「まるっと中野」に、区内の飲食店を掲載。

紹介チラシも配布。自宅でプロの味を楽しみつつ、地元のお店を応援しませんか▶



「今こそ中野を元気にする事業  
～キズナ・ナカノ・チカラ～」

シティプロモーション事業に取り組む団体を8月に募集し、中野を盛り上げる団体の事業への助成を決定しました。



▲助成事業の一つ、「魔法の森のハロウィンパーティー」のZoom仮装大会の様子

コロナに負けない！

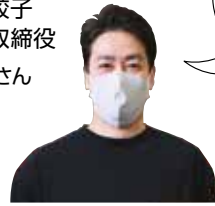
「中野の逸品グランプリ」オンライン開催

区内のテイクアウト・デリバリーのグルメに利用者が投票。全50品の中から、野方餃子(野方6-18-8)の麻辣担々水餃子がグランプリに選ばれました。

麻辣担々水餃子



野方餃子  
代表取締役  
大釜さん



中野区を活気づけるため少しでも役に立ちたいと思い、参加しました。料理でみなさんを元気にできたらうれしいです

◀11月15日の最終審査の様子。審査員にはタレントの中川翔子さんも(写真右端)



◀専用HPではその他のエントリーメニューなどをご覧になれます

PICK UP!  
ピックアップ

10月オープン! キリンレモンスポーツセンターを紹介



私のおすすめは、2階の「多目的室2」。大きく開放的な窓からは平和の森公園が一望できます。また、トレーニング室には小学生も挑戦できるボルダリングの壁や体への負担が少ない油圧式のトレーニングマシンなどがあり、幅広い年齢の方が利用できる施設です



公園を眺められる施設内のカフェ



1階には平和資料展示室も併設



ヨガのクラスなどに利用される多目的室2

同センター責任者  
岩田さん



▲詳しくはこちら

# 職員数や職員の給与をお知らせします

「中野区人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数や職員の給与などを公表します。公表内容の全文は、右記区HPか、区民活動センター、図書館、区役所4階区政資料センターにある冊子をご覧ください。

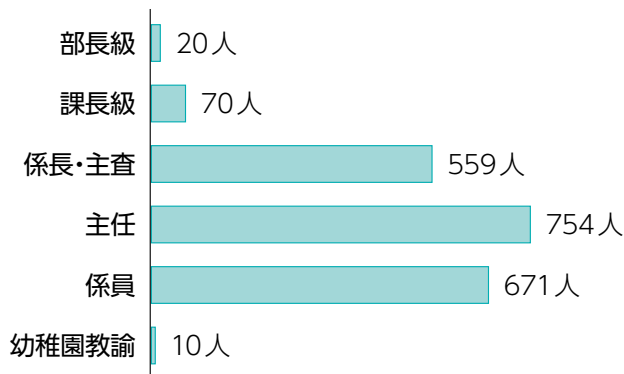


人事係/4階  
☎(3228)8894  
FAX(3228)5649



## 職員数の状況

### ① 職層ごとの職員数(令和2年4月1日現在)

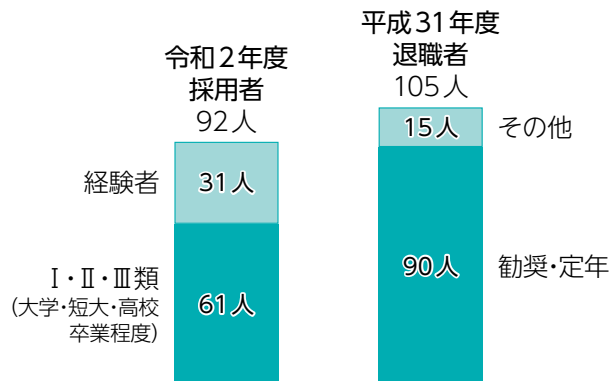


### ② 部門別職員数(各年4月1日現在)

区分	職員数		増減
	令和2年度	平成31年度	
議会	18人	19人	1減
総務	456人	444人	12増
税務	71人	69人	2増
民生	694人	712人	18減
衛生	315人	318人	3減
労働	3人	3人	0
商工	20人	24人	4減
土木	265人	258人	7増
教育	129人	128人	1増
国保・介護	105人	102人	3増
合計	2,076人	2,077人	1減

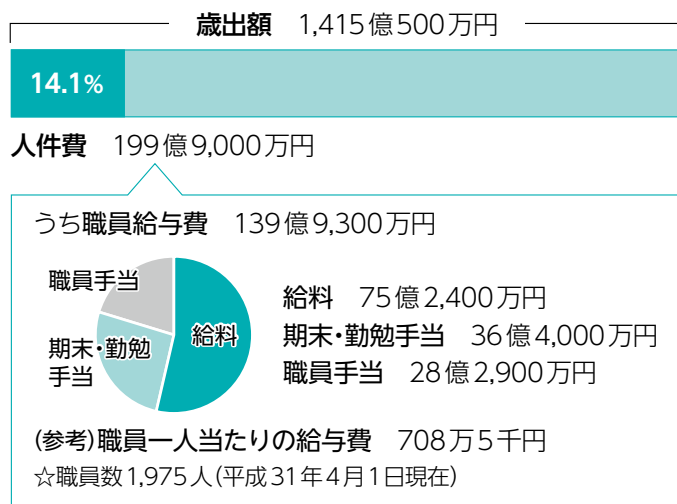
☆一般職の職員の数であり、①とは数値が異なります

### ③ 職員採用者数・退職者数(令和2年4月1日現在)



## 給与の状況

### ① 人件費・職員給与費(平成31年度普通会計決算)



☆決算額は百万円(一人当たり給与費は千円)未満四捨五入

### ② 職員の平均年齢、平均給料・給与月額

(令和2年4月1日現在)

#### 一般行政職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
中野区	41.2歳	301,381円	412,173円
東京都	41.8歳	314,885円	457,097円
国	43.2歳	327,564円	(公表なし)

#### 技能労務職

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
中野区	54.3歳	298,665円	398,508円
東京都	50.3歳	291,521円	397,001円
国	50.9歳	287,283円	(公表なし)

平均給料月額とは「職種ごとの職員の基本給の平均」、平均給与月額とは「給料月額と扶養・地域・住居・通勤・時間外勤務手当などの諸手当の合計額」のことです。

### ③ 職員の初任給、経験年数・学歴別平均給料月額

(令和2年4月1日現在)

区分	一般行政職		技能労務職
	高校卒業程度	大学卒業程度	高校卒業程度
初任給	147,100円	183,700円	142,500円
経験年数	10年	217,950円	257,278円 (該当者なし)
	20年	(該当者なし)	360,767円 (該当者なし)

#### 4 職員の各種手当

期末・勤勉手当(平成31年度)

区分	支給割合		一人当たり平均支給額	
	期末手当	勤勉手当		
中野区	一般職員	2.60月分 (1.45月分)	2.05月分 (1.00月分)	159万 5千円
	管理職	2.20月分 (1.25月分)	2.45月分 (1.20月分)	
国		2.60月分 (1.45月分)	1.90月分 (0.87月分)	(公表なし)

☆カッコ内は再任用職員。勤勉手当は、勤務成績の評価に応じた支給率により支給。職務上の段階に応じた加算措置あり

退職手当(平成31年度)

区分	支給割合	一人当たり平均支給額	
中野区	自己都合	39.75月分	514万9千円
	勲奨・定年	47.70月分	2,054万5千円
国	47.709月分	(公表なし)	

☆表の支給割合は最高限度支給率。早期退職者への加算措置あり

#### 5 特別職の報酬等(令和2年4月1日現在)

区分	給料月額	区分	報酬月額
区長	1,242,400円	議長	892,400円
副区長	997,300円	副議長	756,100円
教育長	874,200円	委員長	647,900円
常勤監査委員	799,700円	副委員長	618,600円
		議員	589,000円

中野区特別職報酬等審議会の答申を受け、区議会の議決を経て条例で決定しています。

☆表左側の給料月額は、地域手当相当分を含んだ額です

#### 職員の給与の決まり方

地方公務員の給与は、地方公務員法により、一般家庭の生計費、国や他の地方公共団体職員、民間企業従業員の給与などを考慮して定めることとされています。

中野区では、特別区人事委員会の勧告に基づき、条例により給与を決定しています。

##### 特別区人事委員会

- ①民間企業の給与実態を調査
- ②給与勧告

##### 中野区

- ③区議会で条例の審議・議決
- ④給与改定

#### 勤務時間その他の勤務条件の状況

##### 1 年次有給休暇の取得状況(平成31年中)

職員一人当たりの取得日数 14.7日

##### 2 その他休暇等の取得状況(平成31年度)

種類	取得人数	種類	取得人数
病気休暇	149人	育児休業	男性 8人 女性49人
介護休暇	4人	部分休業	男性 2人 女性46人

☆部分休業とは、育児・介護休業法に基づいた、小学校入学前の子どもの育児のために1日2時間以内で休業できる制度

#### 分限処分及び懲戒処分の状況

##### 分限処分(平成31年度)

種類	人数
免職	0人
降任	0人
休職	41人
降給	0人

##### 懲戒処分(平成31年度)

種類	人数
免職	0人
停職	1人
減給	0人
戒告	2人

職員が一定の事由によりその職務を果たせない場合に、公務能率上の維持・向上を図るために行う処分です。

職員が法令違反などの一定の義務違反を行った場合に、公務の規律と秩序の維持を目的として行う処分です。

### 令和3年度の会計年度任用職員(登録者)を募集します

人事係/4階 ☎(3228)8915 FAX(3228)5649

**職種** 一般事務補助、福祉、栄養士、保育士、児童指導、保健師、看護師、清掃作業など

**勤務時間** 原則1日7時間45分かつ週31時間以内

**勤務場所** 区役所、地域事務所、すこやか福祉センターなど

**時給** 1,041円～1,558円 ☆交通費支給。期末手当や社会保険の対象となる場合あり

**申込み** 電子申請か、区HP、区役所4階3番窓口で配布中の申込書を郵送または直接、人事係へ。随時受け付け

☆欠員などの状況に応じて随時採用。今年度登録している方も、改めて登録が必要

# 令和3年度予算で検討中の主な取り組み(案)にご意見を

## 令和3年度予算で検討中の主な取り組み(案)

### 1 人と人がつながり、新たな活力が生まれるまちへの取り組み

#### 新規・拡充する事業

- 旧中野刑務所正門の保存・活用に向けた検討 **所 区**
- 区民活動センター集会室Wi-Fiルーターの貸し出し **所 地**  
利用団体が情報収集などに利用できるよう、インターネット環境を整え、利便性の向上を図ります。

#### 引き続き推進する事業

- 「東北復興大祭典なかの」の実施 **所 総**
- 商店街キャッシュレス化導入支援 **所 区**
- 中野駅周辺のまちづくり **所 ま**

### 2 未来ある子どもの育ちを地域全体で支えるまちへの取り組み

#### 新規・拡充する事業

- 地域学校協働活動の推進 **所 子・教**  
地域と学校が相互に「連携・協働」し活動する制度の導入に向けて、関係団体等との意見交換を行います。
- 地域型保育事業(小規模・家庭的)、認証保育所の減収に係る補助 **所 子・教**
- 就学援助 **所 子・教**  
経済的理由で義務教育を受けることが困難な児童・生徒の保護者への就学援助の認定基準を見直します。
- インターネットを通じた子育て等情報の発信 **所 子・教**  
子育て支援情報をLINEで配信します。また、子ども総合相談窓口の待ち人数などの情報をインターネットを通じて配信します。
- 子ども・若者支援センター及び児童相談所等開設準備・事業等運営 **所 子・教**  
施設の開設準備を進めるとともに、児童福祉審議会の設置などの準備を進めます。
- 妊娠出産子育てトータル支援事業 **所 地**  
父親等向け事業や多胎児家庭支援事業を拡充します。

#### 引き続き推進する事業

- 区立療育センターにおける保育所等訪問支援の実施等 **所 子・教**  
保育園等巡回訪問指導から保育所等訪問支援に転換します。(仮称)地域連携推進員による保育ソーシャルワーク事業や発達支援研修、私立幼稚園への大学連携による相談支援を実施します。

#### 引き続き推進する事業

- 子どもの権利擁護に係る条例の検討 **所 子・教**
- 区立学校の再編・環境改善等 **所 子・教**
- 保育入園事務の効率化 **所 子・教**
- 区立保育園民営化・民間保育施設新規開設支援 **所 子・教**
- GIGAスクール構想の推進 **所 子・教**
- 子ども施設の拡充・各種改修工事等 **所 子・教**
- 子ども配食事業 **所 子・教**
- 病後児保育事業委託 **所 子・教**

#### 6～8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 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 総** 総務部＝総務係／4階

☎(3228)8811 FAX(3228)5647

**所 都** 都市基盤部

＝都市計画課庶務係／9階

☎(3228)8840 FAX(3228)5668

**所 健** 健康福祉部

＝福祉推進課庶務係／6階

☎(3228)8829 FAX(3228)5662

**所 区** 区民部

＝区民文化国際課庶務係／6階

☎(3228)5568 FAX(3228)5456

**所 ま** まちづくり推進部

＝まちづくり計画課庶務係／9階

☎(3228)3254 FAX(3228)5417

**所 環** 環境部＝環境課庶務係／8階

☎(3228)5524 FAX(3228)5673

区は、来年度の予算編成に当たり、検討中の新しい基本構想で描く四つのまちの姿に沿った政策体系を想定した編成を検討しています。また、持続可能な区政運営の実現や厳しさが増す財政状況を見据え、構造改革の視点から事務事業の効率化、合理化を図ります。

このたび、検討中の案のうち主な取り組み項目(新規・拡充、推進、見直し)について、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。

☆ **所** = 所管部。部名は略号で表示。正式名称や問合せ先は6ページにあります

予算係/5階  
☎(3228)8813  
FAX(3228)5650

●意見提出方法は8ページ●

### 3 誰もが生涯を通じて安心して自分らしく生きられるまちへの取り組み

#### 新規・拡充する事業

● **介護保険指定事業者等管理システムクラウド版新規導入** **所地**

システムの導入により、事業者の指定・管理等を迅速に行い、事務負担を軽減します。

● **中野三丁目高齢者施設の運営** **所地**

民間事業者が整備する堀江敬老館代替施設で高齢者会館相当事業を実施します。

● **成年後見制度利用促進** **所健**

支援の方針等を専門的知見から多角的に検討する会議を設置します。

● **公衆浴場のAED購入経費補助事業** **所健**

● **健診管理システム改修** **所健**

健(検)診結果情報をデジタル化し、マイナポータルを活用した情報提供体制を構築します。

#### 引き続き推進する事業

● **中野東図書館の開設** **所子・教**

● **(仮称)地域包括ケア総合計画の策定** **所地**

● **認知症とともに暮らす地域安心事業** **所地**

● **オリンピック・パラリンピック推進事業** **所健**

### 4 安全・安心で住み続けたい持続可能なまちへの取り組み

#### 新規・拡充する事業

● **防災対策の推進** **所総**

避難所に太陽光蓄電池を配備。災害対策用毛布をクリーニングし真空包装を行います。また、防災リーダーの応急手当普及員の資格取得を支援します。

● **学校情報配信システム** **所子・教**

双方向性機能を追加したシステムの導入準備を進め、緊急時等に迅速に対応します。

● **住宅確保要配慮者を対象とした居住支援事業の推進** **所都**

各種専門職が連携し、入居前から退去時まで切れ目なく支援し、住宅確保に配慮が必要な方の民間賃貸住宅への入居促進を図ります。

#### 引き続き推進する事業

● **新型コロナウイルス感染症対策** **所子・教、地、健**

● **親子料理教室** **所環**

● **都市計画マスタープランの改定・景観方針の策定** **所都**

● **無電柱化整備事業** **所都**

● **区立公園の整備等** **所都**

● **区内交通環境の整備** **所都**

● **空き家等対策の推進** **所都**

● **地域まちづくり** **所ま**

東中野駅東口周辺、野方駅以西、新井薬師前駅・沼袋駅周辺

● **防災まちづくり** **所ま**

### 5 区政運営に関する取り組み

#### 引き続き推進する事業

● **新庁舎の整備事業** **所総**

● **中野区基本構想の周知及び中野区基本計画等の策定** **所企**

**12月28日(月)まで 「基本構想」 検討案へ  
ご意見を**

基本構想係/4階  
☎(3228)5782 FAX(3228)5476

案に対する具体的な意見をお寄せください。提出方法などについて詳しくは、**区HP**をご覧ください。基本構想係へ問い合わせを。



▲**区HP**

#### 見直しを検討している項目は次ページへ

来年度予算編成では、構造改革の視点を踏まえて事業の見直しなどの検討を行っています。

#### 案の全文をご覧になりたい方は

区**HP**、図書館、区民活動センター、区役所4階区政資料センターでご覧になれます。



▲**区HP**

## 構造改革を進め持続可能な区政運営を実現します

短期的には、財政的な「節減」を行うため、事務事業の効率化、合理化等の検討を進めています。検討に当たっては、八つの視点を設定し、経常的な事業や業務の手法の見直しを行いました。

今後は、中長期的な視点に立ち、施策・施設・組織の三つの再編を視野に入れ、八つの視点に基づいて更に検討を深め、構造改革実行プログラムを定めるなど、区政運営のシステム自体の改革を進めていきます。

☆構造改革について  
詳しくは、企画係  
☎(3228)3258  
FAX(3228)5476へ

### 構造改革の 八つの視点

- ① 公民役割分担の明確化
- ② 協働・協創による事業展開
- ③ 事業成果に基づく事業の廃止、縮小
- ④ 財政負担の大きい事業の見直し
- ⑤ 事業手法の選択
- ⑥ 職員配置の適正化、事業執行体制の見直し
- ⑦ 計画的な区有施設の配置と管理
- ⑧ 歳入確保の取り組み

## 検討中の主な見直し事業

- **区報発行回数**の見直し **所 企**  
夏季の区報発行を1回減らし、代替として夏季の催し情報などを区報や「shufoo!」等のアプリ、LINE公式アカウントなどのSNSで発信。更にスーパー等でチラシを配布します。
- **「なかの生活ガイド」**の作成 **所 企**  
既存の冊子の発行形態を見直し、生活する上で必須の情報を掲載したガイドを作成。転入者に配布します。電子版も作成し、区報やアプリなどに掲載します。
- **シティプロモーション事業**助成 **所 企**  
助成対象を文化・芸術、子育て・教育に関連するものに特化。ガバメントクラウドファンディングを活用し、区のPRと区民のシビックプライド醸成につなげます。
- **友好都市・諸外国との交流** **所 区**  
派遣・受け入れ回数を見直します。
- **なかのまちめぐり博覧会** **所 区**  
実行委員会への補助を含む予算措置は行いません。
- **なかの生涯学習大学の再編** **所 区、地**  
新入生募集を今年度で終了し、令和5年度にシニア対象の生涯学習事業と地域での活躍応援事業に再編する検討を進めます。
- **保育士宿舎借り上げ支援事業** **所 子・教**  
国・都制度に準拠した執行方法に見直します。
- **民間保育施設ICT化推進事業補助、安全対策強化事業補助**の見直し **所 子・教**
- **定期利用保育事業**の廃止 **所 子・教**
- **海での体験事業実施回数・定員**の見直し **所 子・教**
- **妊娠・出産支援事業**の休止 **所 子・教**  
新型コロナウイルス感染症の拡大防止を踏まえた講座の開催方法などを検討します。
- **中高生ライフデザイン応援事業**の廃止 **所 子・教**  
全区立中学校で事業の実施が終了したため。
- **中高生活動発信応援助成**の休止 **所 子・教**  
区民公益活動助成制度にて代替します。
- **地域健康づくり**の見直し **所 地**  
更年期世代対象と子育て世代対象の事業を統合し、幅広い世代の女性を対象とした事業を実施します。
- **第二中学校の温水プール開放事業**の休止 **所 健**  
令和3年度中に行われる大規模改修の後、一般への開放を休止します。
- **犬の飼い方教室、猫の飼い方教室**の休止 **所 健**
- **なかのエコポイント** **所 環**  
環境商品コースを廃止し、環境行動コースの継続・充実を図ります。
- **リサイクル展示室運営** **所 環**  
開館日時を縮小します。
- **花と緑の祭典事業** **所 都**  
春季の開催を休止します。苗木の配布や緑化相談等を個別に実施し、みどりを増やす取り組みを継続します。

☆ **所** = 所管部。部名の正式名称や問合せ先は6ページ

### 1月4日(月)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。1月4日必着。

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



## お知らせ

### 傍聴を

☆当日直接会場へ。日程は、変わることがあります

### 1月の教育委員会定例会

教育委員会係／5階  
 ☎(3228)8857 FAX(3228)5679  
 ①8日 ②22日 ③29日  
 いずれも金曜日、午前10時から  
 区役所5階教育委員会室

### 中野区子どもの権利擁護推進審議会

子ども政策調整係／5階  
 ☎(3228)5605 FAX(3228)5679  
 1月12日(火)午後7時～9時  
 区役所7階会議室  
 ☆保(先着3人)希望の方は12月21日～1月5日に電話またはファクスで、子ども政策調整係へ

### いじめ等対応支援特別委員会

教育指導担当／5階  
 ☎(3228)5589 FAX(3228)5682  
 1月20日(水)午後2時30分～4時30分  
 区役所5階教育委員会室  
 ☆一部非公開あり

### 中野区男女共同参画・多文化共生推進審議会

平和・人権・男女共同参画係／4階  
 ☎(3228)8229 FAX(3228)8860  
 1月27日(水)午後7時～9時  
 区役所9階会議室

### 12月29日～1月3日 区役所は休業します

☆特定の窓口や施設は除く。詳しくは、区HPまたはなかの区報12月5日号をご覧ください

### 「〔(仮称)中野区いじめ防止等対策推進条例〕(案)についてのパブリック・コメント手続き

教育指導担当／5階  
 ☎(3228)5589 FAX(3228)5682

区は、子どもたちが安心して生活し、学ぶことができるよう、いじめの防止等に向けた基本理念、区・教育委員会・学校等の責務、基本的な取り組みなどを示す条例の制定を目指しています。

このたび、その案を作成したので、みなさんの意見を募集します。

**資料公表・意見募集期間** 12月21日～1月12日(必着)

**公表場所** 区HP、区民活動センター、区役所4階区政資料センター、同5階15番窓口

**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 sidousitu@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクス、郵送または直接、教育指導担当へ。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

### 2月1日から避難所を一部変更します

危機管理係／8階  
 ☎(3228)8948 FAX(3228)5658

旧若宮小学校(若宮3-53-16)の建て替え工事に伴う変更です。

**変更した避難所と対象防災会**  
 美鳩小学校(大和町4-26-5)＝鷺南防災会、都営若宮三丁目アパート自治会防災部、白鷺一丁目第二アパート自治会防災部、都営白鷺一丁目第四アパート自治会防災会

☆美鳩小学校を避難所とする各世帯には、別途お知らせを配布します

### 「中野区子ども・子育て支援事業計画」の令和元年度事業実績を公表します

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

この計画は、子どもと子育て家庭への支援に関する総合的な計画です。

区が掲げた基本理念「子どもたちがのびのびとすこやかに成長し、子どもを育てる喜びを感じながら、安心して子育てができるまち」の実現に向け、昨年度に実施した施策・事業の内容や個別目標の達成状況をまとめました。

**公表場所** 区HP、図書館、すこやか福祉センター、区役所3階子ども総合相談窓口

### 給与支払報告書の提出期限は2月1日です

課税係／3階  
 ☎(3228)8913 FAX(3228)8747

期限日までに、令和3年1月1日現在居住している市区町村長宛てに提出してください(ただし、今年中に退職した方の分は、退職した日現在の居住地)。

中野区に提出する場合は、郵送または直接、課税係へ。インターネットを利用した地方税の電子申告システム[eLTAX]からも提出できます。

☆前々年の報告書が100枚以上の場合、来年からeLTAX等による報告が義務付けられます

### 元中野区長・神山好市氏が逝去されました

昭和61年(1986年)6月に就任以来、平成14年(2002年)まで4期にわたって中野区長を務めた神山好市氏が、11月24日に逝去されました。91歳。

なお、葬儀はご親族等により執り行われました。

**国民健康保険料の第7期分  
後期高齢者医療保険料の第9期分  
介護保険料の第9期分**

**1月4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。新型コロナウイルス感染症等の影響で納付が困難な方は早めに相談を。区HPで納付相談や猶予、減免の案内をご覧ください

**「医療費についてのお知らせ」を  
郵送します**

国保給付係／2階  
☎(3228)5508 FAX(3228)5655

中野区の国民健康保険に加入している方に、医療費の総額などを記載した「医療費についてのお知らせ」を毎年度郵送しています。これは、制度に対する理解と今後の健康づくりに役立ててもらうことが目的です。

今年度は2月中旬に郵送予定です。☆このお知らせは、医療費控除の申告手続きで医療費の明細として使用できます。なお、通知対象期間外の医療費などは、別途明細書を作成する必要あり

**通知対象** 中野区の国民健康保険の被保険者で、令和元年11月～同2年10月に健康保険が適用された医療を受けた方で、令和3年1月29日現在、区内在住の方 ☆通知対象期間中に75歳を迎えた方には、誕生日前日までの分を記載

**受け取りの辞退や辞退の解除をした  
方は届け出を**

お知らせの受け取りを辞退したい方は「医療費通知辞退届」を、昨年度まで辞退していて今年度から受け取りを希望する方は「医療費通知辞退解除届」を1月18日必着で提出してください。☆提出方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。国保給付係へ問い合わせを

**確定申告のお知らせ**

中野税務署(中野4-9-15)  
☎(3387)8111

**国税庁HP内「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください**

同コーナーでは、マイナンバーカードやICカードリーダーライター(電子情報読み取り機)がなくても、事前に税務署から「ID・パスワード」の発行を受けると、パソコンやスマートフォンからe-Tax<sup>インターネット</sup>で確定申告ができます。

また、書面提出の場合は、作成した申告書を印刷して郵送などで提出できます。

**申告書作成のアドバイスが必要な方は  
次の会場へ**

**会場** ルミネゼロ(渋谷区千駄ヶ谷5-24-55ニューマン5階/JR新宿駅直結「バスタ新宿」上)

**日時** 2月16日(火)～3月15日(月)の平日午前8時30分～午後4時(午前9時15分相談開始)

☆混雑状況により入場制限を実施。中野税務署では、相談・作成ができません(申告書の提出のみ可)。なお、公的年金受給者は、2月15日までの平日に同税務署で相談可

**医療費控除を受ける方へ**

領収書に代えて、「医療費控除の明細書」の添付が必要です。☆領収書は自宅で5年間保存する必要があります

**1月10日は「110番の日」**

警視庁通信指令本部  
☎(3581)4321

110番は事件・事故などを警察に通報する緊急通報ダイヤルです。都内の110番通報の約3割は、問い合わせや相談、いたずらなど緊急性のないものです。

悩み事や心配事などを電話で相談したい時は、「#9110」(24時間対応、通話料は自己負担)または最寄りの警察署へ。

・中野警察署 ☎(5925)0110

・野方警察署 ☎(3386)0110

**12月28日は固定資産税・都市計画税第3期分の納期限です**

中野都税事務所 ☎(3386)1111

期限までに忘れずに納めてください。☆新型コロナウイルス感染症の影響で事業収入が減少した中小企業者等の方への軽減措置の申告期限は2月1日です。詳しくは、東京都主税局HPで確認を



**催し・講座**

**成人のつどい(成人式)**

育成活動支援係／5階  
☎(3228)5648 FAX(3228)5659

**対象** 平成12年(2000年)4月2日～同13年(2001年)4月1日生まれで、中野区に住居登録のある方

**日時** 1月11日(月・祝)①午後0時30分から(午前11時45分開場)、②3時30分から(2時45分開場) ☆原則、住所の郵便番号の最初の3桁が164の方は①に、165の方は②に参加を。都合の良い時間に変更して参加可(連絡不要)

**会場** サンプラザ(中野4-1-1)

☆当日直接会場へ。対象の方には案内状(入場券)を郵送済みです。案内状が無い対象者や家族などは、当日受付で手続きを

**1月の社会保険・労務管理相談**



区民相談係／1階  
☎(3228)8802 FAX(3228)5644

**内容** 年金、社会保険、労働問題などについて社会保険労務士に相談できます

**対象** 区内在住の方

**日時** 1月15日(金)午後1時～4時  
☆一人当たり25分以内

**会場** 区役所1階専門相談室

**申込み** 1月8日午前9時から電話で、区民相談係へ。先着6人

☆毎月第3金曜日に実施。その他の専門相談について詳しくは、区HPをご覧ください。区民相談係へ問い合わせを

## パソコン・スマートフォン教室 (2月開講)

 HPで詳しく

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

**内容** パソコン入門、ワード・エクセルなど全10コース。各コース定員10人でいずれも週1回2時間、全8回  
☆使用するOSはWindows10。インターネットを利用した区役所への各種手続き方法も紹介

**会場** 中野区シルバー人材センター北部分室(若宮3-15-12)、同南部分室(本町6-17-12)、同江古田分室(江古田4-14-11)

**参加費** 16,000円(全回分) ☆テキスト代別途必要

**申込み** 往復ハガキで、受講を希望する会場の各分室へ。1月15日必着  
☆結果は1月21日までに返信。ハガキ記載内容や日程などについて詳しくは、同センターHPをご覧ください。問い合わせ

### スマートフォンの講座も開講

LINE講座など。詳しくは、同センターへお問い合わせを。

## 中野区・杉並区「わかもの就職相談・面接会と面接直前対策セミナー」

産業振興係/9階  
☎(3228)8729 FAX(3228)5656

**対象** 正社員を希望するおおむね39歳以下の方

**日程** 1月26日(火)

**会場** 産業振興センター

**内容・時間・申込み**

セミナー=正午~午後1時。1月6日から電話で、産業振興係へ ☆先着12人  
面接会=午後1時~4時受け付け。面接を希望する企業数の履歴書を持参して、当日直接会場へ(入退場自由で、相談のみの参加も可。混雑状況により入場制限を実施)

☆杉並区、ハローワーク新宿との共催。参加事業者約10社は、1月上旬以降にハローワーク新宿HPで公開予定

## 産業振興センターの インターネット配信講座(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、区内在住・在勤の方、区内での創業を希望する方が対象。12月21日からの事前申込制。申込期限などについて詳しくは、産業振興センターHPを確認を。

### ①中堅からベテラン社員を失わないための介護離職予防セミナー

**配信期間** 1月23日(土)~31日(日)

### ②営業しなくても注文が入る!他社を圧倒する強みの作り方

**配信日時** 1月26日(火)午後6時30分~8時30分 ☆先着100人



## 募集・求人

### 介護に関わる会計年度任用職員

 HPで詳しく

次の①~③とも

**勤務期間** 令和3年4月1日~同4年3月31日、原則平日の午前8時30分~午後5時15分

**通勤手当** 支給(上限額あり) ☆調査・出張業務にかかる旅費の支給あり

**問合せ先** ①=区役所2階介護認定係 ☎(3228)6513・FAX(3228)8972、②③=区役所6階介護予防推進係 ☎(3228)8949・FAX(3228)5492

☆申込期限は1月21日(必着)。対象や勤務日数・内容、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

### ①要介護認定調査員

**報酬(予定)** 月額22万~24万4千円程度

### ②介護予防・フレイル予防推進員

**報酬(予定)** 月額37万円程度

### ③介護給付等適正化推進員

**報酬(予定)** 月額20万円程度

## 自衛官等

自衛隊高円寺募集案内所  
☎(3318)0818

応募に必要な書類や試験日、年齢の基準日などについて詳しくは、募集案内所へ問い合わせを。

### 陸上自衛隊高等工科学校生徒(男子)

**受験資格** 中学卒(見込み含む)で、17歳未満の男性

**受付期限** 1月6日

### 貸費学生(技術)

**受験資格** 以下の①②のいずれかに該当し、卒業後直ちに自衛隊で勤務する意思のある方 ☆年齢制限あり

①理学部・工学部の大学3年次と4年次  
②大学院(専門職大学院を除く)修士課程1年次と2年次

**受付期限** 1月15日

☆学資金として毎月54,000円を貸与。返還や免除などについて詳しくは、問い合わせを

### 自衛官候補生(男子・女子)

**受験資格** 18歳以上33歳未満

**受付期間** 年間で随時

自衛隊高円寺  
募集案内所HP



## 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創業25年以上、ビル・マンションから一戸建等、その数は1050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

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

遺産分割がまとまらない  
相続預貯金が使われていた  
遺留分の請求をしたい・された  
相続問題は相続を得意分野にする  
弁護士にご相談ください。

吉口総合法律事務所  
03-6382-4640

なかの区役所を見た方の相続のご相談は60分無料

弁護士:吉口直希 第一東京弁護士会所属  
週刊エコノミストでの相続に関する記事の掲載歴有

東京都中野区本町6-27-12豊国ビル807号



## 高齢者・介護

### 高額療養費外来年間合算の支給申請書を郵送します

国保給付係／2階  
☎(3228)5508 FAX(3228)5655

7月31日現在、所得区分が一般または住民税非課税世帯の、70歳以上75歳未満の方が対象。昨年8月1日～今年7月31日の外来診療自己負担額の合計額が上限(144,000円)を超えた場合に、超えた額が支給されます。

支給要件に該当する方には、今月下旬に世帯主宛てに支給申請書を郵送します。

☆7月31日時点で中野区の国民健康保険に加入していなかった方は、加入していた医療保険へ問い合わせを

### 生活機能向上プログラム(4件)

#### ①簡単筋トレ&ストレッチ

東中野いこいの家(東中野4-9-22-201)  
☎・FAX(3364)5938

日時 1月5日～2月9日の毎週火曜日。全6回 ☆各日、午前9時45分から11時からの2部制(各1時間)

申込み 12月21日～25日に電話で、東中野いこいの家へ。各部先着15人

#### ②腰痛・膝痛<sup>しつこ</sup>予防コース

南部高齢者会館(南台5-27-24)  
☎・FAX(3381)4261

日時 1月15日～3月12日の毎週金曜

### ⚠ 特殊詐欺にご注意

「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 ☎(5925)0110  
野方警察署 ☎(3386)0110

日(2月5日を除く)、午後1時30分～3時。全8回

申込み 12月21日～1月8日の平日に本人が直接、南部高齢者会館へ。先着12人

#### ③手を使う

昭和高齢者会館(東中野3-19-18)  
☎・FAX(3367)0813

内容 毛糸を使ったかぎ針編みやルームシューズ制作

日時 1月25日～2月15日の毎週月曜日、午後2時～3時30分。全4回

参加費 各回700円(材料費)

申込み 1月8日～19日の平日に電話または直接、昭和高齢者会館へ。抽選で8人

#### ④大人の脳トレ講座

野方高齢者会館(野方2-29-12)  
☎・FAX(3388)9586

日時 1月25日(月)午後1時30分～3時

申込み 12月21日からの平日に電話または直接、野方高齢者会館へ。先着10人

①～④とも

対象 区内在住の65歳以上の方(①～③は原則全回参加できる方)

## 子ども・子育て

### 栄養講座「パパが体験！家族の健康ごはん」と離乳食」

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

対象 区内在住で、家族に妊婦または生後8か月未満のお子さんのいる男性

日時 1月29日(金)午後1時30分～2時30分

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込み 12月28日～1月26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8人

### 歯の生えはじめ教室「ビギナーズ」

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

内容 赤ちゃんの歯磨き習慣の準備と保護者のお口のケアについて歯科衛生士から学びます

対象 区内在住の生後6か月～11か月の乳児とその保護者

日時 1月28日(木)①午後2時から、②3時15分から ☆各回45分で、同内容

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込み 12月21日～1月26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。各回先着8組16人

### 子育てワークショップ 3歳からの親の声かけのコツ

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

お子さんと一緒に参加できます。

日時 1月30日(土)午前10時～11時30分

会場 文園児童館(中野6-10-6)

申込み 12月21日～1月25日に☑oyogyo.nakano@gmail.comで、おやぎよう中野へ。先着10人(お子さんを除く)程度。☑講座名、氏名とふりがな、電話番号、お子さんと参加する場合はお子さんの氏名とふりがな、年齢

### 2月1日から区立保育園の一時保育実施園を一部変更します

子育てサービス係／3階  
☎(3228)5612 FAX(3228)5657

弥生保育園での一時保育は1月25日に終了し、2月1日から中野保育園(弥生町2-6-3)で実施します。

☆本町保育園の一時保育は通常どおり実施。私立保育園の実施園などについて詳しくは、区HPをご覧ください

HPで詳しく

## 妊婦さんの歯っぴいお食事講座 (2件)

次のいずれも

**内容** 初めて出産を迎える区民の方を対象に、妊娠中から出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

**時間** ①午後1時15分から、②2時40分から ☆各回1時間で、同内容

**申込み** 12月21日から電子申請か、電話または直接、すこやか福祉センターへ。各回先着6人

**鷺宮すこやか福祉センター**  
(若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

**日程** 1月8日(金)

**会場** 鷺宮すこやか福祉センター

**申込期限** 1月5日

**中部すこやか福祉センター**  
(中央3-19-1)

☎(3367)7788 FAX(3367)7789

**日程** 1月14日(木)

**会場** 中部すこやか福祉センター

**申込期限** 1月8日



## 健康・福祉

### カラダのバランス測定会

産業振興センター(中野2-13-14)

☎(3380)6946 FAX(3380)6949

**内容** 体力・体組成を測定し、スポーツクラブ講師から助言を受けます

**対象** 区内在住・在勤の方

**日時** 1月24日(日)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** 産業振興センター

**申込み** 12月21日午前9時～1月21日午後5時に産業振興センターHPで申し込むか、電話、ファクスまたは直接、同センターへ。先着90人。氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、希望時間

### 弁護士による「高齢者・障害者のための無料法律相談」

中野区成年後見支援センター

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

**対象** 区内在住のおおむね65歳以上の方、障害のある方 ☆65歳未満でも相談できる場合や家族などの代理相談が可能な場合あり

**日時** 1月21日(木)午後1時～5時

☆一人当たり45分

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込み** 12月22日～1月19日(年末年始、日曜日、第3月曜日、祝日を除く)午前9時～午後5時に電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。先着12人。相談名、氏名とふりがな、電話番号

### 路面の凍結にご注意を

土木事業調整係/8階

☎(3228)5592 FAX(3228)5674

寒さが厳しくなると、路面の凍結や雪による転倒事故が多くなります。十分にご注意を。

雪が積もったら、家の前の雪かきなどを行い、道路を安心して歩けるようご協力をお願いします。

☆降雪後の水まきは、路面の凍結につながり危険です



### 手洗いとうがいはこまめに



### 「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** 2月6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30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(カウンセリング方式)＝午後2時30分～4時 ☆先着2人程度

**申込み** 12月21日～2月5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。

相談券は区役所3階子ども総合相談窓口、すこやか福祉センターで配布中。電子申請による郵送受け取りも可能。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

どんなお困り事もお任せ下さい!

- 掃除・洗濯・片付け ●荷物の移動
- 不用品処分のお手伝い ●家具組み立て
- 大工仕事・庭仕事 ●遺品整理
- 引っ越しのお手伝い ●その他お困り事

便利屋! お助け本舗 中野坂上店

0120-078-365

電話: 03-5358-9885 info@otasuke078.com LINE@

T164-0003 東京都中野区東中野 1-56-5 ホシノビル 4F

落合・堀の内・代々木 霊場

火葬のみを執り行う時間・費用圧縮プラン

火葬プラン 総額 281,600 円

当社自社式場での一日葬プラン 総額 615,298 円

資料ご請求 0120-7-09832

ご相談24時間受付 中野ブロードウェイ1F はなしを聞く葬儀社 あすなる葬祭

広告

# 12月20日～ 1月11日の 休日当番医・ 当番薬局

2020 December

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2021 January

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

☐ 休日当番医・当番薬局がある日(右表掲載分)

## 年末年始に発熱した時の 相談は

東京都発熱相談センター  
☎(5320)4592  
☆年中無休。24時間対応

## 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

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	
12月20日(日)	当番医	新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		たかとり内科	内	大和町1-30-6	(6265)5835
		上高田クリニック	内	上高田1-8-13	(5942)5822
		渡辺整形外科・外科・内科	整・外・内	中央2-2-3	(3361)1770
		三五医院	内・神経内	南台2-6-8	(3381)0313
	土田歯科医院☆	歯	南台3-6-25 1階	(3229)0880	
	薬局	ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		なごみ薬局上高田店		上高田1-8-13	(5942)6080
		カメイ調剤薬局中野南台店		南台2-9-3	(5328)2313
12月27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
		中越整形外科	整	鷺宮3-20-9	(5327)5835
		橋本医院	内	野方3-15-3	(3389)0355
		ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909
		やまもと消化器内科クリニック	内・外	本町3-31-7 1階	(5304)1195
	奥田歯科医院☆	歯	丸山2-24-1	(3339)9288	
	薬局	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
		豊生堂鷺宮薬局		鷺宮3-18-9	(3223)4117
12月29日(火)	当番医	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		くり小児科内科	内・小	野方4-22-3	(5345)6166
		たかねファミリークリニック	内・小・皮	丸山2-17-13	(5356)8120
		中野坂上米沢医院	内・消・小・皮	中央2-4-3-102	(3365)2727
		南台寺尾クリニック内科・小児科	内・小	南台3-37-27	(3381)7755
	佐川歯科医院	歯	東中野1-4-7	(3371)6480	
	藤田歯科医院	歯	鷺宮4-3-4	(3223)4141	
	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
フジ薬局			野方4-19-2	(3386)8854	
薬局アポック中野坂上店		中央2-4-3	(3369)0021		
12月30日(水)	当番医	新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
		横皇病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		ちひろこどもクリニック	小	野方5-22-8	(3339)6658
		大場診療所	内・小	大和町3-40-6	(3330)0073
		やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11	(6300)4790
		白川クリニック	内・外	南台2-51-8 1階	(6382)5011
	ナオキ歯科クリニック	歯	中央1-35-1 2階	(5389)5386	
	かみさざ歯科医院	歯	上鷺宮4-6-20	(3999)1850	
	水野歯科医院	歯	南台4-52-3	(3381)1366	
	薬局	中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
むさしの薬局新井薬師店			新井1-26-6	(5380)3935	
栄真堂薬局			大和町3-44-2	(3337)2510	
すずらん薬局		南台2-51-7	(6382)7941		
12月31日(木)	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
		美穂診療所	内・小・消	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		松が丘医院	内・小	松が丘2-34-2	(3953)0682
		かねなか脳神経外科	脳神経外・内	中央4-4-2	(6382)4880
		ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909
	しもじげ歯科医院	歯	上鷺宮4-7-11	(3825)6321	
	熊谷歯科医院	歯	東中野3-6-2-105	(3371)0844	
	田上歯科医院	歯	大和町2-13-5	(3338)1076	
	薬局	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
青葉調剤薬局			中野5-47-10	(3389)7110	
アサヒ薬局			野方1-5-17	(5942)5460	
わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663		

☆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)

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	
1月1日(金・祝)	当番医	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
		総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		やまぐち内科ハートクリニック	内	上鷲宮2-4-1	(3970)0770
		高野整形外科	整	弥生町4-18-7	(3380)6700
	薬局	三五医院	内・神経内	南台2-6-8	(3381)0313
		ふじまき歯科	歯	東中野3-7-25	(3369)2310
		大橋歯科医院	歯	新井2-25-4	(3386)3444
		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
1月2日(土)	当番医	わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
		カメイ調剤薬局中野南台店		南台2-9-3	(5328)2313
		中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		すぎやまクリニック	内・小	鷲宮1-27-5 3階	(3223)1275
	薬局	新橋医院	内・消	新井2-10-3	(3385)2800
		新中野女性クリニック	産婦	本町4-48-23	(3384)3281
		多田町診療所	内・小・呼	南台3-33-5	(3381)3191
		前島歯科医院	歯	東中野3-21-3	(3361)7450
		かわいい歯科クリニック	歯	丸山2-3-3 1階	(3339)3455
1月3日(日)	当番医	土田歯科医院	歯	南台3-6-25 1階	(3229)0880
		むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
		わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
		アサヒ薬局		野方1-5-17	(5942)5460
	薬局	総合東京病院	内・外	江古田3-15-2	(3387)5421
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		美穂診療所	内・小・消	鷲宮5-3-14	(3990)1208
		塩崎クリニック	内・胃・外・肛	鷲宮2-5-7 2階	(5327)3336
		かねなか脳神経外科	脳神経外・内	中央4-4-2	(6382)4880
1月10日(日)	当番医	溝口医院	内・小・皮	弥生町2-12-9	(3372)0035
		奥田歯科医院	歯	丸山2-24-1	(3339)9288
		和田歯科医院	歯	東中野4-10-14	(3361)3740
		アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
	薬局	アサヒ薬局		野方1-5-17	(5942)5460
		わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
		新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		かみさざぎッズクリニック	小・小外	上鷲宮3-8-14	(3577)8400
1月11日(月・祝)	当番医	さかい内科クリニック	内	鷲宮3-19-15	(5327)3670
		新中野内科クリニック	内・消内	本町4-45-9 4階	(6382)5270
		ハートケア銀河クリニック	内・心内	本町2-50-12 2階	(5371)0909
		立花歯科医院☆	歯	本町4-30-25 2階	(3382)6480
		中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
	薬局	むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
		コバヤシ薬局		鷲宮3-15-10	(3336)5056
		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
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
1月11日(月・祝)	当番医	司馬内科医院	内	大和町1-65-2 2階	(3223)1785
		おおくら内科	内	東中野5-1-1 3階	(5332)7676
		仁友クリニック	内	本町2-45-10	(3372)5121
		沼崎歯科医院	歯	新井2-46-1 1階	(3228)7731
		松葉歯科医院	歯	東中野5-5-10-304	(5937)1464
	薬局	やまと調剤薬局		大和町1-64-1	(3337)3380
		フラワー薬局東中野店		東中野5-1-1 3階	(5332)9577
		むさしの薬局中野坂上店		本町2-45-11	(5358)7877

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、診療が中止になる場合があります。最新の情報は区HPでご確認ください

### 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。

新渡戸記念中野総合病院  
(中央4-59-16) ☎(3382)9991

診療日	年中無休
受付時間	午後6時30分～9時45分
診療時間 午後7時～10時	

☆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

☆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)

# 1月は健康づくり月間です

保健企画係(中野区保健所) ☎(3382)2428 FAX(3382)7765

健康な生活を送るためには、適度な運動や栄養バランスのとれた食生活が大切です。日常生活で次のことを実践し、健康づくりを始めませんか。

## 今より10分程度多く体を動かす

- 階段を利用する
- 歩く
- 体操やストレッチを行う



## バランスの良い食事をとる

- 主食・主菜・副菜を組み合わせる
- 毎日野菜をプラス一皿
- 塩分は控えめにする

## 健康づくりに関するパネル展示

**期間** 1月5日(火)~29日(金)  
**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

☆毎年1月に行っている健康づくりフェスタは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止します



ライン  
LINEを活用  
した情報発信を  
始めます

広報係/4階  
☎(3228)8804  
FAX(3228)5645



防災や子ども・子育てに関する区からのお知らせなどをLINEで配信します。利用方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。



◀こちらからアクセス

# 明るい選挙ポスターコンクールの審査結果

区選挙管理委員会/9階 ☎(3228)8092 FAX(3228)5687

明るい選挙を推進するためのポスター募集に対し、今年度は小・中学校の計12校から274点の応募がありました。

審査の結果、中野区入選・佳作の作品と入賞作品が次のとおり選ばれました(敬称略。カッコ内は学校名と学年)。

### ●中野区入選 (10点)

【小学生】 林英里(南台・5年生)、柴千裕・中野すみれ・島田悠生・飯田心春・内山桃太・米谷陽翔・岩野悠(みなみの・6年生)

【中学生】 大坪瑚花(北中野・2年生)、平田葉奈(南中野・2年生)

### ●中野区佳作 (15点)

【小学生】 古谷安麗(鷺宮・6年生)、細田ひなた(南台・6年生)、松本門太・渡邊琉太・橋本珠・福田真菜・三浦久実・土井理紗子(みなみの・6年生)、高浜真依子・夏村柚羽(中野第一・4年生)

【中学生】 石井圭祐・村越空(北中野・2年生)、小水内明奈(緑野・2年生)、武富珠生(緑野・1年生)、落合優斗(南中野・2年生)

### ●入賞作品 (2点)

【中野区選挙管理委員会委員長賞】  
長澤品仁(鷺宮小学校・6年生)

【中野区明るい選挙推進協議会会長賞】  
浅野櫻(南中野中学校・2年生)



▲柴千裕さん(みなみの小学校6年生)の中野区入選作品

## ポスター展にお越しください

日程	会場
1月5日(火)~11日(月・祝)	麒麟レモンスポーツセンター
1月13日(水)~18日(月)	南部すこやか福祉センター
1月20日(水)~25日(月)	野方区民活動センター
2月2日(火)~7日(日)	中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側

☆当日直接会場へ

## 催しの開催状況は事前に確認を

新型コロナウイルス感染症の影響により、イベントなどの開催が中止や延期になる場合があります。参加を予定している方は、事前に区HPで確認するか、各催しの担当へ電話などで確認を。

## 催しに参加する際は感染症の予防対策を

催しなどに参加する際は、マスクの着用やせきエチケットに協力を。発熱などの症状がある場合は参加を控えてください。



12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	194,790※(242減)	159,726(133減)	157,291(24減)	317,017(157減)	334,652(111増)
外国人	12,720(251増)	9,056(206増)	8,579(62増)	17,635(268増)	

※日本人と外国人の混合世帯 2,026 を含む

## 次号予告

次号は1月11日発行です  
☆1月の発行はこの1回のみ



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