

認知症予防に役立つ「脳の健康度テスト」を受けてみませんか

在宅療養推進係／6階
☎(3228)5785 FAX(3228)8716

内容 脳の健康度テスト(1日目)とその結果の返却・解説(2日目)

対象 全回(2回)参加できる区内在住の65歳以上の方

会場・日時

①鷺宮区民活動センター＝4月16日・30日、いずれも金曜日、午後2時～4時

②区役所7階会議室＝5月17日・31日、いずれも月曜日、午前10時～正午

③新井区民活動センター＝6月15日・29日、いずれも火曜日、午後1時～3時

④南部すこやか福祉センター＝7月15日・29日、いずれも木曜日、午前10時～正午

申込み 4月6日～各開催日初日の5日前(①は前日)に電話、ファクスまたは直接、下記申込み先へ。各先着25人～35人。住所、氏名とふりがな、電話番号

申込み先の地域包括支援センター

①＝上鷺宮(上鷺宮3-17-4) ☎(3577)8123・FAX(3577)8124

②＝東中野(東中野1-5-1) ☎(3366)3318・FAX(3366)3398

③＝中野北(松が丘1-32-10) ☎(5380)6005・FAX(5380)5762

④＝本町(本町5-10-4) ☎(5385)3733・FAX(5385)3776

「いきいき入浴」「はつらつ事業」に参加しませんか

地域福祉推進係／6階
☎(3228)5713 FAX(3228)5662

区内などの公衆浴場21か所を1回100円で利用できる「いきいき入浴」と、うち20か所で浴場開放前の1時間を利用して軽体操などに無料で参加できる「はつらつ事業」を行っています。登録の上、ご利用を。

対象 区内在住の65歳以上の方 ☆一人での入浴が難しい方は、介助者一人と一緒に入浴できます(1回100円)

浴場開放日 毎月第2・第4の、各浴場が指定する曜日

登録方法 住所、氏名、生年月日が確認できるもの(健康保険証など)を持って直接、「いきいき入浴」の登録を希望する浴場(1か所のみ)へ。なお、「はつらつ事業」は、登録浴場以外でも参加可

☆特別入浴デーも利用可。今年度は七夕湯(7月7日)、敬老湯(9月20日)、ひな祭り湯(来年3月3日)の3回

生活機能向上プログラム「フルーツエコたわし作り教室」

やよいの園(弥生町3-33-8) ☎(3370)9841 FAX(3370)8362

内容 イチゴ型のエコたわしを手編みで作り、手指を動かすことで脳を活性化させます

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 4月19日(月)午後1時30分～3時30分

申込み 4月6日～15日(日曜日を除く)

に本人が電話または直接、やよいの園へ ☆先着12人

高齢者世帯の方へ 緊急連絡カードの作成を進めています

地域支えあい活動支援係／5階
☎(3228)5582 FAX(3228)5620

区は、一人暮らしの高齢者などが万一の時に、駆け付けた救急隊員が本人の情報を確認し、救急搬送に役立てられるよう、緊急連絡先やかかりつけ医などを記入する「緊急連絡カード」の作成を進めています。

緊急連絡カードの情報は、区、地域包括支援センター、民生委員が共有します。

次の対象者の方で、緊急連絡カードの作成を希望する方は、すこやか福祉センターか、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。

対象 おおむね70歳以上の一人暮らしや日中は一人で家に居るなど、必要とする高齢者世帯



▲「救急医療情報キット」。ボトル型ケースとセットにして配布。緊急連絡カードをケースに入れて、冷蔵庫などに保管できます

子ども・子育て

就学援助をご利用ください

学事係／5階
☎(3228)5459 FAX(3228)5680

区内に住民登録があり、生活保護を受給している世帯及び令和2年中の世帯全員の所得合計額が基準額の範囲内にある世帯の方は、公立小・中学校(国立・都立及び中野区外の公立学校を含む)に通うお子さんの給食や学用品などの費用の援助を受けられます。

また、小・中学校の特別支援学級に通うお子さんがいる家庭には、特別支援学級就学奨励費の制度があります。

申請方法などについて詳しくは、在籍する学校または学事係へ問い合わせを。☆就学援助の基準額は、世帯構成(人数・年齢など)により異なります

18歳くらいまでのみなさんの声をお待ちしています

子ども政策調整係／5階
☎(3228)5605 FAX(3228)5679

「中野にあったらいいなと思うのはどんな場所ですか」などの質問に回答をお願いします。期限は4月30日。詳しくは、下記二次元コードからご覧ください。



▲こちらからアクセス

ブックスタート 赤ちゃんに絵本をプレゼント

中央図書館(中野2-9-7)
☎(5340)5070 FAX(5340)5090

ブックスタートとは、絵本を開く新しい「体験」を赤ちゃんに提供する活動のこと。

令和2年6月1日以降に生まれた区内在住の赤ちゃんを対象に、絵本2冊が入ったブックスタート・パックを無料で配布しています。対象児が1歳になる誕生日の前日までに受け取りを。

各図書館のカウンターやブックスタートおはなし会などで受け取れます。

詳しくは、3～4か月児健康診査の案内と一緒に送付するブックスタート事業のチラシをご覧ください。

☆来館が難しい場合は、中央図書館へ相談を



▲ブックスタート・パック

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)
☎(3380)5551 FAX(3380)5532

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
日時 4月28日(水) ①午後1時15分から、②午後2時40分から ☆各回1時間で、同内容

会場 南部すこやか福祉センター

申込み 4月14日～23日に電子申請か、電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。各回先着6人

ファミリー・サポート事業 予約制会員登録

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、相互援助活動の利用・協力会員の登録を予約制で受け付けます。

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・在学が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

日時 4月20日(火)、5月12日(水)、いずれも午前9時45分～正午

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 4月7日から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ

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、本人確認書類

広告

※対象商品の一例

約20年前(1996年～2002年)に販売したポータブルトイレをお持ちの場合は**回収して無料で改良品と交換します。**

ひじ掛けと背もたれにすき間約10cmあり
首などを挟んで**重大事故発生の恐れ**

リコール商品 回収のお願い

受付時間／9:00～19:00 (土・日・祝日・年末年始除く)

0120-011-578

積水ポータブルトイレ 検索

積水化学工業株式会社
〒105-8566 東京都港区虎ノ門2-10-4

初心者対象「手結びの着付教室」(2ヵ月全8回)

通常全8回12,000円 (1回1,500円×8回) → **受講料0円**

日本一の技術を目指す彩きもの学院 新宿校(新宿駅西口より徒歩5分)が、普段着からフォーマルまでの着付けを無料で講習。

教室	コース	日程	コース	日程	時間	会場
新宿	火曜	4/13	金曜	5/21	A	新宿駅歩5分
池袋	金曜	4/16	月曜	5/17	B	池袋駅歩5分
銀座	木曜	4/15	月曜	5/17	C	銀座駅歩3分

A(10時半～) B(14時～) C(19時～) それぞれ90分
◆定員＝各時間5名※3密を避けてコロナ対策の上、開講いたします。
◆受講料＝無料 但し期間中教材費として6,900円(税込)が必要。
申し込みはフリーダイヤル **0120-073005** まで
彩きもの学院(全8教室にて開催中)立川・横浜・松戸・大宮・宇都宮
https://www.saikimonogakuin.co.jp/

区報に広告を掲載しませんか

広報係／4階
☎(3228)8805 FAX(3228)5645

区内全域に約20万部、各戸配布しています。

料金や規格などについての詳しい資料を郵送しますので、問い合わせを。

▲区HPでも案内

広告