

募集・求人



区営住宅・福祉住宅
空き家入居者・補欠登録者

東京都住宅供給公社 (JKK 東京)
☎ (5467) 9361 ☆平日午前9時～午後6時(正午～午後1時を除く)

区は、各住宅の募集事務を JKK 東京に委託しています。それぞれの対象などについて詳しくは、募集案内をご覧ください。

募集案内配布期間・場所 9月1日～8日
平日午前8時30分～午後5時＝区民活動センター、区役所1階特別集会所で
夜間、土・日曜日＝区役所夜間・休日受付窓口で

申込み 所定の申込書を次のいずれかの方法で提出

郵送＝9月1日～8日の消印があり、13日必着で JKK 東京へ

窓口＝9月1日～8日の平日午前8時30分～午後5時に直接、区役所1階特別集会所内の特設窓口へ

☆区営住宅は、公開抽選で入居者を決定。福祉住宅は、住宅困窮度の高い方から順に登録。結果は、郵送でお知らせします(電話ではお答えできません)

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、受験資格などについて詳しくは、自衛隊高円寺募集案内所HPをご覧ください。

募集職種・受付期間 防衛大学校(推薦・総合選抜)＝9月5日～10日、防衛医科大学校(看護学科)＝10月6日まで、防衛医科大学校(医学科)＝10月13日まで、防衛大学校(一般)＝10月27日まで、航空学生(海・空)＝9月9日まで、一般曹候補生(第2回)＝9月6日まで



自衛隊高円寺
募集案内所HP

男女共同参画センター情報誌

「アンサンブル」企画・編集委員
HPで詳しく
平和・人権・男女共同参画係／4階
☎ (3228) 8229 FAX (3228) 5476

活動内容 男女共同参画を推進するための情報誌の作成。平日日中に2時間程度、計2～3回開催する会議に出席

☆無報酬。年度内に1回発行

対象 区内在住・在勤・在学の方

任期 9月～来年3月

申込み 電子申請か、郵送または直接、平和・人権・男女共同参画係へ。8月26日必着。選考で2～3人。作文「私にとっての男女共同参画」(400字程度、書式自由)と応募の動機、住所、氏名とふりがな、電話番号、職業、区内在勤・在学の方は勤務先・通学先の名称と所在地

☆結果は、9月中旬に全応募者に郵送



▲募集について
詳しくはこちら

高齢者・介護



講演会「若年性認知症の母と生きる～大切な人が認知症になったら、あなたは どうする?～」

在宅療養推進係／6階
☎ (3228) 5785 FAX (3228) 8716

内容 55歳で認知症と診断された母との闘病生活について、Zoomでの開催

対象 区内在住の方、区内介護サービス事業者

日時 9月22日(水)午前10時～正午

申込み 8月12日～9月10日に ninchisyou@city.tokyo-nakano.lg.jp またはファクスで、在宅療養推進係へ。先着50人。

希望の方はあわせて申し込みを。住所、氏名とふりがな、年齢、電話番号、メールアドレス、☎はその旨



講師の岩佐まり氏(フリーアナウンサー)

おむつサービスのご利用を



高齢者サービス係／6階 ☎ (3228) 5632 FAX (3228) 5492

紙おむつの現物支給(月1回)または入院中のおむつ費用の助成(月額上限6,000円)を受けられます。詳しくは、区HPをご覧ください。

対象

中野区に住民登録があり、常時失禁状態かつ次のいずれかに該当する方

- ① 65歳以上で、要介護1以上または入院中の方
- ② 3歳以上で、身体障害者手帳1・2級または愛の手帳1・2度の方

☆所得制限あり。介護施設等に入所中の方は対象外。生活保護受給中の方は紙おむつの配達のみ利用可

申込み先

①＝お住まいの地域を担当する地域包括支援センター

②＝障害者相談係 ☎ (3228) 8956・FAX (3228) 5665

地域包括支援センター

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
鷲宮	(3310) 2553
上鷲宮	(3577) 8123

生活機能向上プログラム(4件)

次のいずれも

対象 区内在住の65歳以上の方(②は女性のみ)

申込み 8月12日からの平日午前9時～午後5時に本人が電話または直接、各施設へ

① 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

日時 8月19日(木)午後1時30分～3時30分

申込期限 8月18日 ☆先着12人

② 骨盤底筋体操

野方高齢者会館(野方2-29-12)
☎・FAX (3388) 9586

日時 9月～11月の第1・第3木曜日、午後1時30分～3時30分。全6回

申込期限 8月27日 ☆先着10人

③ 簡単運動でロコモ予防!

宮園高齢者会館(中央2-18-21)
☎・FAX (3365) 0318

日時 9月8日・22日、10月13日、いずれも水曜日、午後1時30分～3時30分

申込期限 8月31日 ☆先着20人

④ ロコモ予防体操

東山高齢者会館(野方4-41-7)
☎ (3228) 5280 FAX (3228) 5070

日時 9月13日～10月25日の毎週月曜日(祝日除く)、午後1時30分～3時。全6回

申込期限 9月10日 ☆先着10人(初めての方優先)

9月は世界アルツハイマー月間
認知症に関するパネル展と相談会

在宅療養推進係／6階
☎ (3228) 5785 FAX (3228) 8716

次のいずれも

日程 9月6日(月)・7日(火)

会場 区役所1階区民ホール

☆当日直接会場へ

パネル展

時間 午前8時30分～午後5時

「認知症・物忘れ相談会」

「若年性認知症相談会」

時間 午前10時～午後4時

☆上記の他、8月下旬～9月下旬に区立図書館で認知症関連書籍を集めた特別企画展示を開催。9月16日～30日は中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」での展示も

高齢者被害特別相談

消費生活センター／1階
☎ (3389) 1191 FAX (3389) 1199

通信販売や架空・不当請求等のトラブルについて、消費生活相談員に相談できます。期間中、電話で消費生活センターへ。

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 9月13日(月)～15日(水)午前9時30分～午後4時

シルバーパスの更新を忘れずに

東京バス協会シルバーパス専用電話
☎ (5308) 6950

現在シルバーパスをお持ちの方には、8月中旬に東京バス協会から案内(赤または青色の封筒)が郵送されます。更新を希望する方は、案内をご覧の上、期日までに手続きを。

新規に購入したい方は

70歳以上で都内在住の方が購入できます。詳しくは、東京バス協会へ問い合わせを。

家族介護教室(2件)

次のいずれも

対象 自宅で高齢者を介護している方

申込み 8月12日から電話で、各施設へ

懇談会で介護の不安を解消しませんか
中野友愛ホーム(江古田2-24-11)
☎ (3389) 5515 FAX (5318) 5992

日時 8月24日(火)午後1時～3時

申込期限 8月23日 ☆先着10人

介護保険サービス基礎知識

はびね中野坂上(中央1-11-8)
☎ (5348) 7753 FAX (5348) 7754

日時 9月5日(日)午後1時30分～3時30分

申込期限 9月3日 ☆先着7人。会場は東部区民活動センター(中央2-18-21)

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

なかの区報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

公益社団法人 中野区シルバー人材センター
あなたの豊かな知識と経験を地域社会のために生かしてみませんか!

会員募集!

■ご要望の多い仕事■
●家事援助(掃除・洗濯・調理など)
●育児支援(子どもの送り迎え、保育補助など)
●除草作業 ●屋内外清掃 ●広報誌の配布等

(入会資格)
●原則60歳以上の健康で働く意欲がある方
●地域貢献を目指すシルバー人材センターの活動趣旨にご賛同頂ける中野区民の方
●年会費2,000円

受付時間 平日午前9時～午後5時(土・日・祝日除く)
〒164-0011 中野区中央2-22-10-101

03-3366-7971