

将来の年金額を増やせます

国民年金係/1階
☎(3228)5515 FAX(3228)5654

次の①②の制度を利用すると、将来受け取れる年金額を増やすことができます。申し込み方法などについて詳しくは、中野年金事務所☎(3380)6111へ問い合わせを。

①追納制度

国民年金保険料の免除、納付猶予、学生納付特例を受けた期間の保険料をさかのぼって納めることができる制度です。免除等を受けた年度から10年以内であれば利用できます。

②付加保険料制度

通常の国民年金保険料に、月400円を上乗せして納める制度です。将来、老齢基礎年金にあわせて付加年金を受給できます。

催し・講座

10月の税務相談

区民相談係/1階
☎(3228)8802 FAX(3228)5644

日時 10月5日(火)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 9月28日午前9時から電話で、区民相談係へ。先着6人

☆毎月第1火曜日に実施。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

税理士の相談もご利用を

日時 毎月第2木曜日(3月と8月を除く)午後1時~4時

会場 南中野区民活動センター(弥生町5-5-2)、鷺宮区民活動センター(鷺宮3-22-5)

☆事前申込制。詳しくは、電話で、東京税理士会中野支部事務局☎(5385)1717へ問い合わせを

大家さんセミナー「認知症高齢者グループホームってなに？」

高齢者支援基盤整備係/6階
☎(3228)5631 FAX(3228)5492

区内の土地・建物の資産活用を検討している方や事業者、認知症高齢者グループホーム等の事業や補助制度などについて説明します。

日時 10月7日(木)午後3時~5時

会場 区役所7階会議室

申込み 9月21日~10月6日に電話、kaigokibanseibitantou@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクスで、高齢者支援基盤整備係へ。先着30人。氏名とふりがな、電話番号、事業者は事業所名

第8回中野区検定

中野区教育振興会
☎(3228)5544 FAX(3385)9319

内容 中野区の歴史・文化などの知識を問う検定

日時 11月28日(日)午前9時30分から

会場 産業振興センター

☆10月1日~11月15日に中野区教育振興会へ申し込みを。先着60人。応募方法や検定料などについて詳しくは、同会HPをご覧ください。区役所1階福祉売店、教育センター1階で過去問題集(350円)を販売しています

募集・求人

子ども・子育て会議区民公募委員

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

子育てしやすいまちづくりを推進するための施策や事業計画について議論します。

対象 区内在住で、子育て支援に関心があり、平日夜間の会議に参加できる方
任期 12月からの2年間

報酬 会議への出席1回当たり3,000円 ☆交通費支給なし

提出書類 ①応募動機、②作文「地域の子育て支援について」(400字~800字) ☆①②とも書式自由

申込み 9月20日~10月8日(必着)に kodomoseisaku@city.tokyo-nakano.lg.jp、郵送または直接(平日のみ)、企画財政係へ。選考で3人。住所、氏名とふりがな、電話番号

会計年度任用職員(登録者)

人事係/4階
☎(3228)8894 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、看護師など

勤務期間 来年3月31日まで ☆勤務日数・時間は調整可

勤務場所 区役所、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(限度額あり)。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番窓口などで配布中の登録申込書を郵送または直接、人事係へ ☆欠員の状況に応じて随時面接を実施。勤務条件などについて詳しくは、区HPをご覧ください

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。

防衛大学校及び防衛医科大学校の学生
受験資格 高校卒(見込み含む)21歳未満
受付期間 防衛大学校学生(一般)=10月27日まで、防衛医科大学校学生(看護学科)=10月6日まで、防衛医科大学校学生(医学科)=10月13日まで

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)17歳未満
受付期間 推薦=11月1日~12月3日、一般=11月1日~来年1月14日

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

高齢者・介護

家族介護教室「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

対象 自宅で高齢者を介護している方
日時 10月31日(日)午後1時30分~3時30分

申込み 9月21日~10月30日に電話で、はびね中野坂上へ ☆先着7人。会場は東部区民活動センター(中央2-18-21)

生活機能向上プログラム「転ばぬ先の介護のお話」

上高田東高齢者会館(上高田4-17-3)
☎・FAX(3228)7220

対象 区内在住の65歳以上の方

日程・内容 10月1日(金)=介護福祉士による「介護なんでも相談会」、8日(金)=ケアマネジャーによる「介護保険のお話」、11月30日(火)=福祉環境コーディネーターによる「福祉用具のあれこれ」

☆1回のみ参加も可

時間 午前10時~11時30分

申込み 各開催日の2日前の平日までに電話または直接、上高田東高齢者会館へ

☆各回抽選で15人(初めての方優先)

「高齢者インフルエンザ予防接種予診票」を9月中に郵送します

保健予防係(中野区保健所)
☎(3382)6500 FAX(3382)7765

次の対象の方で接種を希望する方は、実施医療機関に問い合わせの上、期間内に受けてください。

接種実施期間 10月1日~来年1月31日

対象 区内在住で、12月31日現在、次の①②いずれかの条件を満たす方

- ①65歳以上
②60歳~64歳で心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能のいずれかに障害があり、身体障害者手帳1級相当

対象者の負担額 2,500円 ☆生活保護を受けている方は免除。その場合は、免除と記載された予診票を送付します

特殊詐欺にご注意を

「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



催しに参加する際はご注意を

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、催しなどが中止や延期になる場合があります。最新の情報は、区HP等で確認するか、各担当へ問い合わせを

感染症の拡大を防ぐために

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

積水ハウスのサービス付き高齢者向け住宅「グランドマスト江古田の杜」の広告。参加費無料、個別内覧会開催(9/23)などの情報が含まれている。