

子ども・子育て

乳幼児のためのアレルギー教室

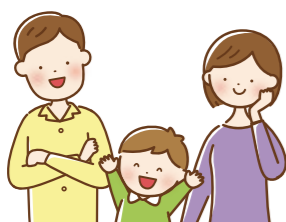
中部すこやか福祉センター
(中央3-19-1)
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

対象 区内在住の乳幼児親子
日時 2月2日(木)午前10時30分～正午
会場 中部すこやか福祉センター
申込み 1月12日～27日に電子申請か、電話または直接、中部すこやか福祉センターへ。先着20組

子育てミニワーク「ニコニコ子育て家族になる会話術」

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

対象 区内在住で子育て中の方
☆お子さんと一緒に参加可
日時 2月18日(土)午前10時～11時30分
会場 鷺宮すこやか福祉センター
参加費 390円(教材費)
申込み 1月12日～2月13日に電話または直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。先着10人(お子さんを除く)程度



栄養講座「パパが体験！家族の健康ごはん＆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か月未満の乳児がいる男性
日時 2月28日(火)午後1時30分～2時45分

会場 鷺宮すこやか福祉センター
申込み 1月30日～2月24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人程度

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 午後1時30分～2時40分
申込み 電子申請か、電話または直接、中部すこやか福祉センターへ。各回先着6人程度

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27日(金)
会場 鷺宮すこやか福祉センター
申込期間 1月13日～24日

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

日程 2月15日(水)
会場 南部すこやか福祉センター
申込期間 2月1日～13日



▲妊婦さんにおすすめの料理を試食

「歯みがき教室」(2件)

次のいずれも
内容 歯科衛生士によるお子さんの歯磨き習慣の準備と保護者のお口のケア
対象 区内在住の乳幼児とその保護者
☆①②は生後6か月～11か月、③は1歳～1歳半のお子さん
時間 ①午前10時から、②11時15分から、③午後2時から ☆各回45分で、①②は同内容
申込み 電子申請か、電話または直接、中部すこやか福祉センターへ。各回先着8組

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31日(火)
会場 鷺宮すこやか福祉センター
申込期間 1月12日～27日

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

日程 2月9日(木)
会場 南部すこやか福祉センター
申込期間 1月12日～2月7日

講演会「中野の子どもを中野のみんで育てよう！」

企画調整係
(中央1-41-2 子ども・若者支援センター)
☎(5937)3289 FAX(5937)3354

日時 2月4日(土)午後1時～3時
会場 子ども・若者支援センター
申込み 1月12日～2月1日に(一社)グローハッピーHPで。先着30人
☆(一社)グローハッピーとの共催



申し込みはこちら

健康・福祉

今年度の区民健診の受診や申込期限が迫っています

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

国保特定健診や各種がん検診など区民健診の今年度の受診期限は、2月28日です。受診期限が近くなると、予約が取れず、希望どおりに受診できない場合があります。まだ受けていない方は、すぐに受診しましょう。

なお、次のいずれかに該当する方は、2月10日までに申し込みが必要です。電話で区民健診係へ。
・手元にある受診券に記載のない健診を新たに申し込む方
・受診券(同封の「受診券シール」を含む)を紛失し、再交付を申し込む方

国保特定健診をまだ受けていない方へ

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

中野区の国民健康保険に加入している40歳以上の方で、今年度の受診が確認できない方へ、今月下旬に勧奨通知を郵送します。2月末までに受診してください。



区HP

令和5年度福祉タクシー利用券等の交付の案内を郵送しています

在宅福祉係/1階
☎(3228)8953 FAX(3228)5665

次の対象の方に、4月1日から利用できる福祉タクシー利用券・リフト付福祉タクシー利用券・福祉ガソリン券の交付案内を郵送しています。届いたら内容を確認してください。

対象 令和4年10月31日までに今年度の福祉タクシー利用券等の交付を受けた方
☆福祉タクシー利用券等は3月中旬ごろに宅配便で発送する予定です。券種等を変更する場合は、1月20日必着で申請書の返送を



区HP

賃貸住宅探しにお困りの方は相談を

住宅政策係/9階
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

協力不動産店の情報提供や住み替え時の家賃債務保証サービス利用料の一部助成など、さまざまなサービスがあります。

高齢者世帯や障害者世帯、ひとり親世帯など、民間賃貸住宅への住み替えが難しい方が対象。詳しくは、区HPをご覧ください。



区HP

「もの忘れ・若年性認知症・認知症相談会」

在宅療養推進係/6階
☎(3228)5785 FAX(3228)8716

内容 認知症のケアに携わる専門相談員に相談できます

日時 2月9日(木)午前10時～午後3時30分
会場 区役所1階区民ホール
☆当日直接会場へ

例えばこんな相談ができます

- ・最近、もの忘れが増えた
 - ・同じことを何度も言う・聞く
 - ・家族や知り合いが認知症かもしれない
 - ・認知症の家族との接し方が分からない
- ☆家族や関係者の方も相談できます。ちょっとした心配事でも気軽に相談してください

日常生活で使えるマナー講座

障害者地域自立生活支援センターつむぎ
☎(3389)2375 FAX(5942)5811

対象 区内在住で知的障害のある方
日時 1月22日、2月12日、いずれも日曜日、午後1時30分～4時。全2回
会場 スマイルなかの(中野5-68-7)
申込み 1月12日～20日に電話またはファクスで、「つむぎ」へ。先着20人。
住所、氏名とふりがな、電話番号、配慮が必要な場合はその内容

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

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
JR中央・総武線「東中野駅」西口より徒歩1分
東京都中野区東中野4-4-3 山内ビル2階

屋根ふきかえ・外壁塗装
雨漏り緊急対応
リフォーム全般 ご相談・お見積り無料

創業 昭和62年 東京都建設業許可
株式会社 山野
中野区新井 1-19-1
フリーダイヤル 012-012-4699

結婚相談
～29年の実績～
日高 晶元が入会から
成婚までサポートします

日本成人連盟(NNR)加盟
高田馬場結婚相談所
tel.03-5386-3161
・木曜休・
新宿区高田馬場
4-1-6-401

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。