

高齢者・介護

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。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12日(月)～14日(水)午前9時30分～午後4時

悪質商法の被害に遭わないための3か条

- ①電話や訪問勧誘で不安をあおられたら、返事はせず、身近な人にすぐ相談する
- ②電話勧誘を避けるため、留守番電話や録音機の設定をする
- ③勧誘者を家に入れない。その前にきっぱり断る

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。

生活機能向上プログラム(4種)

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は土曜日可)

①ハーブクラフト教室

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

日時 8月22日(月)午後1時30分～3時30分

申込期限 8月20日 ☆先着12人

②骨盤底筋体操(2件)

野方高齢者会館(野方2-29-12)
☎・FAX(3388)9586

日時 9月1日～11月17日の第1・第3・第5木曜日(11月3日を除く)、午後1時30分～3時30分。全6回

申込期限 8月31日 ☆先着15人

宮園高齢者会館(中央2-18-21)
☎・FAX(3365)0318

日時 9月7日～11月2日の第1・第3水曜日、午後1時30分～3時30分。全5回

申込期限 8月22日 ☆先着15人(全回参加でき、初めての方優先)

③楽しい脳トレ教室

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

日時 9月6日～10月4日の毎週火曜日、午前10時～11時30分。全5回

申込期限 8月25日 ☆先着15人

④ロコモ予防体操(2件)

松が丘シニアプラザ(松が丘1-32-10)
☎(5380)5761 FAX(5380)5762

日時 9月14日～11月9日の第2・第4水曜日、午後1時30分～3時30分。全5回

申込期限 9月13日 ☆先着15人

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

日時 9月20日～10月25日の毎週火曜日、午後1時30分～3時。全6回

申込期限 9月16日 ☆先着12人(初めての方優先)

家族介護教室(2件)

次の①②とも

対象 自宅で高齢者を介護している方
申込み 8月12日から本人が電話で、各施設へ(②は窓口でも可)

①介護懇談と学習会

中野友愛ホーム(江古田2-24-11)
☎(3389)5515 FAX(5318)5992

日時 8月23日(火)午後1時～3時

申込期限 8月22日 ☆先着15人

②認知症予防体操

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

日時 8月24日(水)午後1時～3時

申込期限 8月23日 ☆先着10人

子ども・子育て

「中野区保育所等のごあんない」を8月22日に発行します

保育入園係／3階
☎(3228)8960 FAX(3228)5667

入園を希望する方は、要件などをよく確認の上、申請してください。

配布場所 区HP、区民活動センター、地域事務所、すこやか福祉センター、区役所3階子ども総合窓口

来年4月の区立幼稚園入園児を募集します

幼稚園・認可外保育係／3階
☎(3228)5681 FAX(3228)5667

園児を募集する区立幼稚園と説明会日時

園名・所在地・電話番号	日時
かみさぎ 上鷲宮4-8-12 ☎(3999)7361	9月12日(月) 午前10時から
ひがしなかの 東中野5-8-21 ☎(3368)2369	

☆事前予約制。8月29日～9月6日の午後1時～5時に電話で、各園へ

募集対象・人数 申し込み日の時点で保護者とともに区内に住み、住民登録のある次の各年齢のお子さん、各園16人(予定)

4歳児(平成30年4月2日～同31年4月1日生まれ)＝2年保育

3歳児(平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ)＝3年保育

募集要項・入園申込書の配布 9月6日～20日に、区民活動センター、地域事務所、すこやか福祉センター、区立幼稚園、区役所3階子ども総合窓口で
☆申し込み方法などについて詳しくは、募集要項をご覧になるか、各幼稚園へ問い合わせを

お子さんが外国人学校に通っている外国籍の保護者の方へ
授業料補助制度のご利用を

学事係／5階
☎(3228)5459 FAX(3228)5680

外国人学校に通学する義務教育の対象年齢のお子さんがある外国籍の保護者の方(親子で区内在住の方に限る)を対象に、授業料の一部を補助します。

補助上限額 お子さん1人につき、8,000円×授業料を払った月数

☆所得制限あり。詳しくは、区HPまたは9月上旬に学校で配布される申請書類をご覧ください。学校で配布されない場合は、学事係へ連絡を。申請の受け付けは9月1日～20日

妊婦さんの歯っぴいお食事講座(4件)

次のすこやか福祉センターいずれも

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、すこやか福祉センターへ。各回先着6人程度

北部(江古田4-31-10)
☎(3388)0240 FAX(3389)4339

日程 8月24日(水)

申込期間 8月12日～22日

南部(弥生町5-11-26)
☎(3380)5551 FAX(3380)5532

日程 8月31日(水)

申込期間 8月17日～29日

中部(中央3-19-1)
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

日程 9月8日(木)

申込期間 8月25日～9月5日

鷲宮(若宮3-58-10)
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日程 9月9日(金)

申込期間 8月26日～9月6日

健康・福祉

食の安全・安心展
～ご存じですか？食中毒のリスクとその予防方法について～

食品衛生係(中野区保健所)
☎(3382)6664 FAX(3382)6667

日時 8月17日(水)～19日(金)午前8時30分～午後5時

会場 区役所1階区民ホール
☆当日直接会場へ

肉は中心部までよく焼いて食べましょう

鳥刺しなど肉の生食を原因とする、カンピロバクター食中毒や腸管出血性大腸菌食中毒が都内で発生しています。

「新鮮だから生でも安全」というのは間違いです。お肉を食べる時は、中心部までしっかり加熱しましょう。

歯科相談

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 歯科衛生士によるお口全般に関する相談 ☆お子さんと一緒に利用可

対象 区内在住の方

日時 9月7日(水)午後1時～4時
☆一人当たり30分程度

会場 南部すこやか福祉センター
申込み 8月12日～9月6日に電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着4人

講演会
「障害者のための成年後見制度」

中野区成年後見支援センター
☎(5380)0134 FAX(5380)0591

対象 区内在住・在勤で障害のある方の家族、成年後見制度に関心のある方

日時 9月12日(月)午前10時～正午

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)
申込み 8月12日～9月9日(日曜日、8月15日を除く)に電話で、中野区成年後見支援センターへ。先着20人

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!

■ご希望の多い仕事■
●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)
●原則満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

ご入会ご希望の方はお気軽にお電話を!!
(電話番号のおかけ間違いにご注意ください)

03-3366-7971
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

シニアの方にやさしい Door To Door の外出
あなたのためのプライベートサポートタクシー
介護福祉タクシー貸切で
自由自在に中長距離外出

★ご希望通りのプランを作成
★行きたい場所へ自由に移動
★全行程ご案内写真撮影付き
★中野区福祉タクシー利用券使用可能

旅屋けんたん 江尻 健太
中野区松が丘1-32-8-503
090-4386-6364 03-3389-2879

(主な所有資格)
介護職員初任者研修
総合旅行業務取扱管理者
国内旅行管理主任者
小中高教員免許

介護保険はご利用できません
旅屋けんたん 検索
QRコードからいつでもお問い合わせ▶

一般乗用旅客自動車運送事業(福祉限定)関東運輸局許可 関東二第1045号