

### ジェネリック医薬品(後発医薬品)利用差額をお知らせします

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

先発医薬品の特許期間終了後に同等の品質で製造・販売される「ジェネリック医薬品」。先発医薬品から切り替えると、多くの場合、薬代が安くなります。

切り替えによって自己負担額をどのくらい軽減できるか試算した結果を、今月下旬に次の対象の方に郵送します。ジェネリック医薬品利用の参考にしてください。

**対象** 中野区の国民健康保険に加入している20歳以上で、次の種類の先発医薬品を今年7月に処方された方

**種類** 感覚器官用薬、循環器官用薬、呼吸器官用薬、消化器官用薬など

### お休みします(3件)

**上高田図書館児童室**  
上高田図書館(上高田5-30-15)  
☎(3319)5411 FAX(3319)5472

10月30日(月)～来年2月6日(火)改修工事のため休室します。  
☆一般書フロアは、通常どおり利用可

**鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ温水プール**  
鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ(白鷺3-1-13)  
☎(3337)1771 FAX(3337)3280

10月23日(月)～11月5日(日)改修工事のため休場します。  
☆温水プール以外は、通常どおり利用可

**中野東図書館**  
中野東図書館(中央1-41-2)  
☎(5937)3559 FAX(5937)3627

11月13日(月)～17日(金)蔵書点検のため休館します。  
☆他の図書館は、通常どおり利用可

### 「災害時個別避難支援計画書」の郵送調査を行います

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

区は、いざという時に一人では避難が難しい方(要支援者)の安否確認や避難支援を円滑にするため、計画書の作成を進めています。

未調査の方や調査後4年以上経過した・状況が変わった方へ、10月6日に調査票を郵送します。

届いた方は、同封の返信用封筒で回答を返送してください。

**対象** 次の①～④のいずれかに該当する方

- ①要介護・要支援の認定を受けている
- ②身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、愛の手帳のいずれかの交付を受けている
- ③障害者総合支援法の障害支援区分1～6の認定を受けている
- ④70歳以上の単身者、75歳以上の高齢者のみの世帯

☆避難時に必要な情報等を支援者(※)と共有するための重要な調査です。制度について詳しくは、区📄をご覧ください。

☆地域支えあい活動支援係へ問い合わせを

※支援者=計画書に記載された情報を活用して要支援者の安否を確認し、必要に応じて避難を手助けする人

### 空き家でお困りの方へ電話相談のご利用を

住宅政策係/9階  
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

空き家の管理や解体、相続などについて、まちづくり推進土地建物協議会の建築士や司法書士、税理士等に相談できます。近隣の空き家でお困りの方も、ぜひ相談を。

**相談専用電話** ☎0120(500)681  
☆平日午前9時～午後5時(正午～午後1時を除く)



### 10月22日～31日は駅前放置自転車グリーンキャンペーン

自転車対策係/8階  
☎(3228)5561 FAX(3228)5675

放置自転車は、緊急車両や災害時避難の通行を妨げる危険な障害物となります。自転車は自転車駐車場に置きましょう。

放置自転車のない安全で住みよいまちにするために、ご協力をお願いします。

### 献血にご協力を

中野区赤十字奉仕団(地域自治推進係内)/5階  
☎(3228)5571 FAX(3228)5620

**日時** 10月24日(火)午前10時～午後4時(正午～午後1時30分を除く)

**会場** 区役所正面玄関前

### 区役所の一部窓口でキャッシュレス決済が使えます

次の窓口では、支払いに交通系電子マネーやクレジットカードなどを利用できます。利用できる決済の種類等について詳しくは、区📄をご覧ください。

### 内容・窓口・問合せ

住民票の写しや戸籍謄本等  
=1階証明窓口・住民記録窓口  
証明係/1階  
☎(3228)5506 FAX(3228)5653

道路に関する証明書等  
=8階1番窓口  
道路境界係/8階  
☎(3228)5525 FAX(3228)5674

### マイナンバーカードをお持ちの方へ電子証明書の更新は区役所・地域事務所でできます

マイナンバーカード交付係/1階  
☎(3228)5425 FAX(3228)5653

区役所1階8番窓口に加えて、地域事務所でも電子証明書の更新ができるようになりました。

有効期限の3か月前から更新手続きができます。詳しくは、区📄をご覧ください。

## 催し・講座

### 介護サービス事業パネル展

高齢者支援基盤整備係/5階  
☎(3228)5631 FAX(3228)5492

**内容** 定期巡回や訪問介護など、地域密着型の介護サービスの取り組みを紹介

**日程** 10月10日(火)～12日(木)

**会場** 区役所1階区民ホール  
☆当日直接会場へ

### 若者フリースペース「まごころ祭」

子ども・若者相談課庶務係(中央1-41-2子ども・若者支援センター)  
☎(5937)3267 FAX(5937)3514

**内容** 子ども・若者支援センター内にある若者フリースペース「まごころドーナツ」。その利用者による作品の展示や活動紹介、楽しいゲームコーナーも

**日時** 10月21日(土)午後1時～5時

**会場** 子ども・若者支援センター  
☆当日直接会場へ

### 日本語ボランティア実践講座

中野区国際交流協会(中野2-9-7)  
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

**対象** 区内在住・在勤・在学の方または同協会の賛助会員で、受講後に同協会のボランティアとして日本語クラスで活動できる20歳以上の方

**日時** 11月21日～来年3月26日の原則毎週火曜日、午後6時30分～9時。全15回

**会場** なかのZERO西館(中野2-9-7)

**受講料** 15,000円(賛助会員13,000円)  
☆全回分。別途教材費が必要

**申込** 10月27日までに小論文と受講申込書を持参し、同協会へ。選考で30人  
☆小論文のテーマは「地域の多文化共生と日本語ボランティアの役割」(自筆で1,000字程度)。詳しくは、中野区国際交流協会📄をご覧ください。

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

### 中野区消費生活展2023

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

**内容** 区内消費者団体による食・環境・暮らしに役立つ情報をパネルや映像で紹介

**日時** 10月31日(火)、11月1日(水)午前9時～午後5時

**会場** 区役所1階区民ホール  
☆当日直接会場へ

### 居住支援セミナー「オーナー目線で考える今後の賃貸経営とは」

住宅政策係/9階  
☎(3228)5581 FAX(3228)5669

**対象** 民間賃貸住宅のオーナー、管理会社

**日時** 11月10日(金)午前10時30分～正午

**会場** 産業振興センター(中野2-13-14)

**講師** 手塚康弘氏(NPO法人日本地主家主協会理事長)

**申込** 10月6日～31日に☑kyojushien@city.tokyo-nakano.lg.jpで、中野区居住支援協議会へ(住宅政策係へファクスも可)。先着30人。☑氏名とふりがな、電話番号またはファクス番号  
☆同協議会との共催

### 高齢者生活支援サービス担い手養成講座

介護予防推進係/5階  
☎(3228)8949 FAX(3228)5492

**開催期間** 10月～来年1月  
☆全12回。1回のみ参加も可

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)他

**申込** 各開催日の前日までに電話またはファクスで、中野区社会福祉協議会(ほほえみサービス事業担当)☎(5380)0753・FAX(5380)6027へ。各回先着20人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、受講希望日  
☆普通救命講習のみ自己負担あり。一部講座はオンラインで実施。講座の内容・日程などについて詳しくは、同事業担当へ問い合わせを

### 世界の家庭料理講習会

中野区国際交流協会(中野2-9-7)  
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

**内容** 韓国出身の方から、キンパ等の本格的な家庭料理の作り方を学びます

**日時** 11月17日(金)午前10時～午後2時

**会場** 障害者福祉会館(沼袋2-40-18)

**参加費** 1,000円(材料費等)

**申込** 10月20日までに専用フォームから申し込むか、電話で、中野区国際交流協会へ。抽選で20人。結果は、10月31日に全応募者に通知

専用フォームはこちら



### オンライン講座「何が違う?!シニアの就職、うまくいく人、いかない人」

産業振興センター(中野2-13-14)  
☎(3380)6946 FAX(3380)6949

**対象** 区内在住または区内企業への就職を希望する50代以上の方

**配信期間** 11月6日(月)～20日(月)

**申込** 10月6日～31日に産業振興センター📄で

アンテナ  
**Antenna**

(区内活動団体等の情報)  
参加費の書いていないものは無料です

---

**やさしい相続税・上手な遺産分割のおはなし**

---

(一社)中野青色申告会  
☎(3380)8761

**日時** 11月5日(日)午後1時30分～4時30分

**会場** 産業振興センター(中野2-13-14)

**申込** 10月6日から電話で、(一社)中野青色申告会へ。先着50人