

## 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29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9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。

### もの忘れ相談会

在宅療養推進係/5階  
☎(3228)5785 FAX(3228)8716

自身や家族の認知症、若年性認知症などについて、専門相談員に相談できます。

**日時** 1月15日(月)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、物忘れが増えた
- 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

### 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、区民健診係へお問い合わせを。

### 講演会「人生のツアーガイド～障害者の方への成年後見制度～」

基幹相談支援係/1階  
☎(3228)8706 FAX(3228)5665

**対象** 区内在住の方、福祉サービス事業所職員の方

**日時** 2月7日(水)午後1時30分～3時30分

**会場** 産業振興センター(中野2-13-14)

**申込** 1月12日～31日に専用フォーム、電話、電子メールまたはファクスで、次の申込先へ。先着60人。要約筆記・通訳希望の方は、あわせて申し込みを。氏名とふりがな、電話番号、要約筆記・通訳はその旨

**申込先** ミッキーNEXT(事業委託先)

☎(5923)9150・FAX(5923)9151

✉info@mickeynext.co.jp

専用フォームはこちら



### 江古田の森公開セミナー

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

**内容** いつまでも元気に歩くために、簡単に取り組める体操について専門家の話を聞きます

**日時** 2月10日(土)午後2時～3時

**会場・問合先** 東京総合保健福祉センター江古田の森(江古田3-14-19)

☎(5318)3711

☆当日直接会場へ。先着20人程度

### 肝炎ウイルス検査がまだの方は 無料で受けられます

結核・感染症予防係(中野区保健所)  
☎(3382)6500 FAX(3382)7765

B型・C型肝炎ウイルスは、感染しても自覚症状がないことが多く、感染に気付かない方が多数います。

早期に発見して治療を受けることで、肝炎の進行を防ぐことができ、完治も期待できます。ぜひ検査を。

**対象** 肝炎ウイルス検査を受けたことのない区内在住の方 ☆区民健診の対象となる40歳以上の方は、健診と一緒に肝炎ウイルス検査を受けられます。区民健診について詳しくは、区民健診係☎(3382)2429へ問い合わせを

**日時** 2月2日、3月1日、いずれも金曜日、午前10時から午後2時からの2回

**会場** 中野区保健所(中野2-17-4)

**申込** 各実施日の前日までに電話またはファクスで、結核・感染症予防係へ。住所、氏名とふりがな、電話番号、性別

### 令和6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5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

#### 券種等を変更したい方は

1月25日必着で申請書を返送してください。

### ほほえみサービス 協力会員説明会

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

日常生活をお手伝いする区民同士の支えあい活動です。20歳以上で、家事や外出を手伝う協力会員(資格不要、謝礼金あり)を募集します。

**日時** 1月17日(水)午後1時30分～3時  
**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込** 1月16日午後5時までに電話で、ほほえみサービス事業担当へ  
☆会員登録には、年会費1,000円と本人名義のゆうちょ銀行口座が必要

中野区社会福祉協議会



### 親族後見人勉強会

中野区成年後見支援センター  
(中野5-68-7スマイルなかの内)  
☎(5380)0134 FAX(5380)0591

**対象** 親族の成年後見人・保佐人・補助人を受任している方

**日時** 2月10日(土)午後2時～4時

**会場** スマイルなかの

**申込** 1月12日～2月6日(日曜日、第3月曜日を除く)に電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。先着20人。氏名とふりがな、電話番号、講座名

## 歯科相談



北部すこやか福祉センター(江古田4-31-10)  
☎(3389)4323 FAX(3389)4339

**内容** 歯科衛生士によるお口全般に関する相談  
☆お子さんと一緒に参加可

**対象** 区内在住の方

**日時** 2月19日(月)午後1時～3時45分  
☆一人当たり30分程度

**会場** 北部すこやか福祉センター  
**申込** 1月22日～2月15日に電話、ファクスまたは直接、北部すこやか福祉センターへ。先着4人。住所、氏名とふりがな、年齢、電話番号、お子さんと参加する場合はお子さんの年齢

公益社団法人 **中野区シルバー人材センター**

あなたにとっての『働くよろこび』『健康づくり』  
シルバー人材センターで実現してみませんか!

## 会員募集中

ご要望の多い仕事

- 家事援助(掃除・洗濯・調理など)
- 育児支援(子供の送り迎え、保育補助など)
- 除草作業 ● 屋内外清掃
- 広報誌の配布など

**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

**入会ご希望の方はお気軽にお電話を!**

TEL.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 東京都中野区中央2-22-10-101

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  
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

シニあん  
訪問マッサージ

練馬/中野/杉並/板橋/豊島⇒訪問施術可能♪  
ご自宅や施設(老人ホーム)でまってるだけ(^^)

全日(8～22時まで)電話受付中!

医師の同意のもと  
健康保険が  
使える

国家資格者である  
“あん摩師”“鍼灸師”が同います!  
訪問リハビリマッサージ  
訪問はりきゅう

練馬区豊玉北4-23-9 アーバンテラス練馬202  
☎0120-684-481

葬儀のこと、  
ご相談下さい

中野駅から徒歩1分  
事前相談無料  
質の良い生花祭壇  
葬儀後のお悩みもフォロー

中野駅前 **あすなろ葬祭**

ご相談・資料請求  
☎0120-7-09832

\*\*\*\*\*ご来店の際は一度お電話下さい\*\*\*\*\*

### 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21万部、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。

