

生活機能向上プログラム(4件)

次のいずれも

対象 区内在住の65歳以上の方で、全回参加できる方

申込 8月12日からの平日午前9時～午後5時に電話または直接、各施設へ(①は土曜日可)

①暑さに負けない夏バテ対策!

効果的セルフケア

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 8月25日(月)午後1時30分～3時

申込期限 8月23日 ☆先着30人

②認知症予防講座

しんやまの家(南台4-25-1)

☎・FAX(3229)8175

日時 9月5日(金)午後1時30分～3時

申込期限 9月4日 ☆先着40人

③腰らくらく体操と元気ができる食事

東山高齢者会館(野方4-41-7)

☎(3228)5280 FAX(3228)5070

日時 9月18日(木)午後1時30分～3時

申込期限 9月17日 ☆先着20人

④歩く～ずっと歩き続けるための体づくり～

東中野いこいの家(東中野4-9-22-201)

☎・FAX(3364)5938

日時 9月25日、10月23日・30日、11月27日、12月25日、いずれも木曜日、

午後1時30分～3時。全5回

申込期限 8月22日 ☆先着20人

子ども・子育て

「中野区保育所等のごあんない」を8月20日に発行します

保育入園係/3階

☎(3228)8960 FAX(3228)5679

入園を希望する方は、必要書類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)5679

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	説明会日時(9月)
①かみさざり 上鷲宮4-8-12 ☎(3999)7361	8日(月) 午前10時から
②ひがしなかの 東中野5-8-21 ☎(3368)2369	9日(火) 午前10時から

☆事前予約制。①=8月25日～9月5日、②=8月26日～9月8日の午後1時～5時に電話で、各園へ

募集要項・入園申込書の配布 9月4日～17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
☆詳しくは、募集要項をご覧ください。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/7階

☎(3228)5459 FAX(3228)5679

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 8,000円×授業料を払った月数

受付期間 9月2日～24日

☆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

「歯みがき教室」

中部すこやか福祉センター
(中央3-19-1)

☎(3367)7788 FAX(3367)7789

内容 歯科衛生士に学ぶお子さんの歯磨き習慣の準備と保護者のお口のケア

日時 9月12日(金)①午前10時から、②11時30分から、③午後2時30分から
☆①③は50分、②は40分

対象 区内在住の乳幼児とその保護者
☆①は奥歯の生えた2歳未満、②は3～4か月健康診査を受診後、③は前歯の生えた2歳未満のお子さん

会場 中部すこやか福祉センター

申込 8月18日～9月10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。各回先着10組

中高生の居場所事業 「TEEN'S CAFE」

子ども政策調整係/7階

☎(3228)5605 FAX(3228)5679

雑談やゲーム、勉強など自由に利用できます。

日時 8月31日(日)午後2時～5時

会場 NPO法人カタリバ中野事務所(中野5-15-2) ☆当日直接会場へ

妊婦さんの歯っぴいお食事講座 (3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

時間 午後1時30分～3時

会場 各すこやか福祉センター

申込 申込期間に電子申請か、電話または直接、すこやか福祉センターへ。各日先着8人程度

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 8月27日(水)

申込期間 8月13日～22日

中部すこやか福祉センター
(中央3-19-1)

☎(3367)7788 FAX(3367)7789

日程 9月4日(木)

申込期間 8月21日～9月1日

鷲宮すこやか福祉センター
(若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日程 9月5日(金)

申込期間 8月22日～9月2日

「ごみのんハウスの夏休みミニ講座～保冷剤でオリジナルの消臭剤を作ってみよう!～」

ごみ減量推進係(リサイクル展示室内)

☎(3228)5563 FAX(3228)5634

対象 区内在住の小学生(小学校1～3年生は保護者の付き添いが必要)

日時 8月26日(火)・27日(水)、いずれも午前9時30分～11時で同内容

会場 リサイクル展示室(松が丘1-6-3)

申込 8月12日～17日に電子申請で

☆各日先着8人

申し込みはこちら



「パパも作るよ!離乳食」(2件)

次のいずれも

対象 区内在住で、家族に妊婦または生後6か月未満の乳児がいる男性

時間 午後1時30分～3時

申込 申込期間に電子申請か、電話または直接、すこやか福祉センターへ

☆各日先着8人

鷲宮すこやか福祉センター
(若宮3-58-10)

☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日程 9月27日(土)

申込期間 8月27日～9月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 10月4日(土)

申込期間 9月4日～10月1日

乳幼児のための やさしいアレルギー教室

北部すこやか福祉センター

(江古田4-31-10)

☎(3388)0240 FAX(3389)4339

対象 区内在住の乳幼児親子

日時 9月17日(水)午前10時～11時30分

会場 北部すこやか福祉センター

申込 8月12日～9月16日に電子申請か、電話または直接、北部すこやか福祉センターへ。先着15組



ファミリー・サポート事業 予約制会員登録

中野区社会福祉協議会

中野区ファミリー・サポート事業担当

☎(5380)0752 FAX(5380)0750

子育てを地域で手助けする、相互援助活動の利用・協力会員の登録を事前予約制で受け付けます。

対象 利用会員=区内在住で子育ての援助を受けたい方、協力会員=区内在住・在勤・在学か隣接区にお住まいで、子育ての援助をしたい20歳以上の方

日時 8月25日(月)、9月4日(木)午前10時～正午

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 8月12日から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ

庭木1本から承ります!

お約束
 庭木1本より明瞭料金
 トイレはお借りしません
 土日でもOKです
 お茶はご遠慮します

なかの区報
この区報を
なかの区報を
この区報を

生垣の剪定 長さ1m高さ2m
通常2,200円を ※税込
※10名以上
1,100円

ガーデンエグゼクティブ 東京北
カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ
03-5933-2811
9:00～17:00 練馬区土支田3-19-12
お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから

習い事に通う小学生を応援!
こども送迎サービス
タクシーの相乗りによる送迎

キャンペーン実施中!
(2025年8月末迄)

初回利用月
月会費 **0円**
※通常¥1,000/月

初回利用
送迎利用料 **0円**
※往復利用の場合も初回は0円です。

詳しくはこちら

企画・運営 TOPPAN株式会社 子ども送迎サービス事務局
childcare-info@toppan.co.jp
0120-128-168 | 受付時間(土日祝日除く)15:00～22:00

お問い合わせ

東京シティ競馬 8.15(金)まで開催中

黒潮盃 [SⅢ] 8.13(水)

東京シティ競馬(大井競馬)は、東京23区が主催しています。

勝馬投票券の購入は20歳から、適度に遊ぶ、大人のたしなみ。地方競馬の収益金は、畜産振興及び地方財政の改善に活用されています。

公式X 公式YouTube

TCK 検索