

「おひとりさまのサバイバル術！～老後の不安に寄り添う窓口を知ろう～」

中野区社会福祉協議会
あんしんサポート事業担当
☎(5380)1995 FAX(5380)0591

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 8月29日(金)午後2時～4時

会場 区役所1階

申込 8月12日～22日に電話またはファクスで、あんしんサポート事業担当へ。先着40人。☑催し名、氏名とふりがな、電話・ファクス番号

シルバー人材センターの講座

中野区シルバー人材センター
☎(3366)7971 FAX(3366)7998

中野区シルバー人材センター会員から、親切・丁寧な指導を受けられます。小・中学生向けの学習教室や英会話教室、書道教室などがあります。週1～2回実施。申し込み希望の方は、同センターへ問い合わせを。☆参加費は講座の種類によって異なります

会場 中野区シルバー人材センターの下記の分室

北部(〒165-0033若宮3-15-12)

南部(〒164-0012本町6-17-12)

詳しくは、シルバー人材センター☑をご覧ください



アンテナ Antenna
(区内活動団体等の情報)

みんなの笑顔で大気圏突破！中野宇宙博

(公社)東京青年会議所中野区委員会 ☎090(2454)4742

宇宙旅行のVR体験やゲームを通して宇宙を楽しく学びます。

日時 8月23日(土)・24日(日)午前10時～午後6時

会場 区役所1階他

☆当日直接会場へ

募集・求人

男女共同参画センター情報誌「アンサンプル」企画・編集委員

平和・人権・男女共同参画係／7階
☎(3228)8229 FAX(3228)5476

活動内容 男女共同参画を推進するための情報誌の作成。平日日中に2時間程度、計1回～2回開催する会議に出席

☆無報酬。年度内に1回発行

対象 区内在住・在勤・在学の方

任期 9月～来年3月

申込 電子申請か、郵送または直接、平和・人権・男女共同参画係へ。8月28日必着。選考で2～3人。記載事項などについて詳しくは、区☑をご覧ください

区営住宅・福祉住宅 空き家入居者・補欠登録者

東京都住宅供給公社(JKK東京)
☎(5467)9361 ☆平日午前9時～午後6時(正午～午後1時を除く)

区は、各住宅の募集事務をJKK東京に委託しています。それぞれの対象などについて詳しくは、募集案内をご覧ください。JKK東京へ問い合わせを。

募集案内配布期間 9月1日～8日

配布場所 平日午前8時30分～午後5時＝区民活動センター、区役所1階ミーティングルーム

夜間、土・日曜日＝区役所夜間・休日受付窓口

申込 所定の申込書を次のいずれかの方法で提出

郵送＝9月1日～8日の消印があり、12日必着でJKK東京へ

窓口＝9月1日～8日の平日午前8時30分～午後5時に直接、区役所1階ミーティングルーム内の特設窓口へ

☆区営住宅は、公開抽選で入居者を決定。福祉住宅は、調査等の結果を基に住宅困窮度の高い方から順に登録。結果は、郵送でお知らせします(電話ではお答えできません)

中野区育児休業代替任期付職員(栄養士)

人事係／8階
☎(3228)8041 FAX(3228)5647

選考日 9月6日(土)

☆勤務期間はおおむね6か月～3年。勤務開始日などについて詳しくは、区☑をご覧ください

高齢者・介護

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月上旬までに更新の案内が届きます。更新を希望する方は、期日までに手続きを。

☆1,000円パスの購入には所得確認書類が必要(マイナンバーカードをお持ちの方は、スマホからの手続きで所得確認書類の省略可)

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。

認知症予防に役立つ 脳いきいき講座

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

内容 脳の健康度テスト(1日目)とその結果の返却・解説(2日目)

対象 両日参加できる区内在住の65歳以上の方

日時 9月12日・26日、いずれも金曜日、午後2時～4時

会場 南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)

申込 8月12日～9月5日に電話、ファクスまたは直接、下記申込先へ。先着20人。☑住所、氏名とふりがな、電話番号

申込先 南中野地域包括支援センター(弥生町5-11-26)

☎(5340)7885 FAX(5340)7886

長寿健診を受けた方へ 栄養・健康相談の案内を郵送します

地域包括ケア推進係／4階
☎(3228)5803 FAX(3228)5620

体重が減少傾向にある方などに、8月下旬頃に案内を郵送します。希望者は、自宅で専門家に栄養・健康相談ができます。同封の返信用封筒で申請を(9月8日必着)。

60歳以上の非課税・生活保護受給者の方へ 都市型軽費老人ホームを利用できます

高齢者専門相談係／4階
☎(3228)8951 FAX(3228)5662

身の回りのことを自分でできる方を対象とした高齢者施設です。見守りを行う職員が24時間常駐しています。詳しくは、区☑をご覧ください。お住まいの地域を担当する地域包括支援センターまたは高齢者専門相談係へ問い合わせを。

高齢者被害特別相談

消費生活センター／4階
☎(3228)5438 FAX(3228)5456

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。期間中、電話で同センターへ。

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 9月8日(月)～10日(水)午前9時30分～午後4時

65歳～80歳の方へ 「もの忘れ検診」を受けませんか

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

対象の方は、もの忘れ検診(認知機能検査)を無料で受けられます。受診券を入手し、区内の指定医療機関へ予約を。

対象 昭和20年4月1日～同36年3月31日生まれの方

実施期間 9月1日～来年2月28日

☆詳しくは、区☑をご覧ください。在宅療養推進係へ問い合わせを

受診券の入手方法

・75歳の方＝8月下旬に郵送します

・75歳以外の対象の方＝電子申請か、地域包括支援センター、区民活動センター、区役所3階、実施医療機関で9月1日～来年1月30日まで配布する申請書を郵送または直接、在宅療養推進係へ

演劇で学ぶ 「認知症サポーター養成講座」

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

認知症の正しい知識や対応方法などを楽しく学べます。

日時 9月4日(木)午前10時～11時30分

会場 区役所1階

申込 8月12日～29日に電子申請か、電話、ファクスまたは直接、在宅療養推進係へ。先着40人。☑氏名とふりがな、電話番号、年齢

スポーツ・コミュニティプラザの 介護予防事業にご参加を

介護予防推進係／3階
☎(3228)8949 FAX(3228)5620

区内在住の65歳以上の方が対象。体操や水中での運動等を通して、介護・認知症予防の習慣付けを目指します。

☆開催日時などについて詳しくは、区☑をご覧ください。下記会場へ問い合わせを

申込 8月12日～31日に直接、下記会場へ

会場のスポーツ・コミュニティプラザ
南部(弥生町5-11-26)☎(5340)7881
中部(中央3-19-1)☎(3363)0608
鷺宮(白鷺3-1-13)☎(3337)1771

家族介護教室(2件)

次のいずれも

対象 自宅で高齢者を介護している方

申込 申込期間に電話で、各施設へ

①介護のアレコレ

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

日時 9月16日(火)午後1時～3時

申込期間 8月12日～9月12日

☆先着15人

②訪問歯科について

かみさぎホーム(上鷺宮3-17-4)

☎(3926)8443 FAX(3970)9620

日時 9月18日(木)午後1時30分～3時

申込期間 8月18日～9月11日

☆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

旅ができる
プレミアム福祉タクシー
「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

コードからいつでもお問い合わせできます
旅屋けんたん 検索
介護保険はご利用できません
一般乗用旅客自動車運送事業(福祉限定)関東運輸局許可 関自旅二第1045号

広告