

できることから始めよう



【今号の表紙】

SDGsとは、「誰一人取り残さない」社会の実現を目指し、世界共通で取り組む17の目標です。環境・貧困・教育など、私たちの暮らしに直結する課題が含まれています。区は、区内の企業・団体と連携し、SDGs推進に取り組んでいます。詳しくは、2ページをご覧ください



なかの
SDGs

SDGsをもっと身近に 中野で取り組むSDGs

企画係/7階 ☎(3228)8987 FAX(3228)5476

SDGsとは、Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)を略したもので、2030年までに達成を目指す国際社会共通の目標です。区は、中野区基本構想で描くまちの姿の実現を目指し、地域課題の解決及びSDGsの推進に取り組む企業・団体等を「なかのSDGsパートナー」として登録するパートナーシップ制度を実施しています。

解決策やノウハウをもつ企業・団体等とマッチング

なかのSDGs マッチングプラットフォーム

パートナーシップによる取り組みを希望する「なかのSDGsパートナー」と企業・団体等とのマッチングを支援しています。



▲区HP



活動紹介

1 企業と若者がつながり、地域をきれいに 中野坂上駅周辺での清掃活動

他団体と駅周辺の
清掃活動をしたい

若者が地域の未来を
考えるきっかけが欲しい



(株)プライム
アシスタンス



NPO法人文化学習
協同ネットワーク
(まごころドーナツ)



中野坂上駅周辺の清掃活動を実施。企業と若者が地域と関わるきっかけをつくるとともに、地域環境の向上に取り組めました。同日、座談会も開催。事業者間の相互理解と関心が深まるきっかけにもなりました。



▲清掃活動の様子

2 いつものコーヒーで、SDGsをもっと身近に ワークショップの開催

地域事業者のSDGsの
取り組みを紹介したい

SDGsを身近に考える
機会を提供したい



(株)JTBコミュニ
ケーションデザイン



マルタケ
コーヒービーンズ



SDGsを子どもにも親しみやすく伝え、身近な行動につなげることを目的にワークショップを開催。コーヒーを題材に事業環境やフェアトレードなどを学び、SDGsにつながる行動を「やってみる」「続ける」ことの大切さを考えるきっかけとなりました。



▲サステナブルな取り組みとして「オリジナル脱臭剤」も作成しました

他にも

区内に広がる「なかのSDGsパートナー」の取り組み

高校生が自ら考え、行動するSDGs活動 堀越高等学校SDGs同好会



コンタクトレンズの空ケースを回収するリサイクル活動や地域の小学生を対象にしたSDGsの講演会、子ども食堂の装飾作りなど、地域に根ざした活動を行っています。

区内の事業者・団体の方へ

「なかのSDGsパートナー」に 登録しませんか

申込 5月31日までに所定の申請書(区HPから入手可)を kikaku@city.tokyo-nakano.lg.jp で、企画係へ



▲詳しくは、区HP
をご覧ください



▲3月に行われたフォーラムの様子

大切な財源として活用します

中野区の基金への寄付にご協力を

区は、次の基金を設け、区民、事業者のみなさんからの寄付金などを積み立てて活用しています。いずれの寄付も、個人の場合、所得税(または住民税)の確定申告の際に寄付金控除の対象になります。

申し込みは、随時受け付けています。電子申請か、区HPまたは各係窓口で配布する申込用紙に記入し、ファクス、郵送または直接、下記の各係へ。

☆申し込み後の手続き方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。各係へ問い合わせを

環境基金

環境・緑化推進係/8階
☎(3228)5516 FAX(3228)5673

「中野の森プロジェクト」

このプロジェクトへの寄付は、次の①～③の3コースで、いずれも森林整備等の費用の一部として活用します。

①森林再生応援「My記念」コース

1口1,000円で募集。結婚や還暦、入学などの記念名を入れた「森林再生応援メンバー証」を贈呈

②「中野の森パートナー」コース

3万円以上で募集。ヒノキで作った「中野の森パートナー証」を贈呈し、区HPに掲載

③「中野の森づくり貢献協賛」コース

任意の寄付金額を上乗せした商品やサービスを提供する商店・団体を募集。寄付金額の合計が2万円以上の場合にはヒノキで作った感謝状を贈呈し、区HPに掲載



▲協定により群馬県みなかみ町に設けた「中野の森」(15ha)。福島県喜多方市とも協定を締結し、森林を整備しています

「身近な緑を守り育てる」コース

1口1,000円で募集。1回の申し込みにつき、花の種1袋を贈呈します。

住宅地の占める割合が多い中野区では、庭木や生け垣はもちろん、マンションのベランダにある緑も緑化の大きな要素です。このコースへの寄付金は、区が「花と緑の祭典」などで配布する苗木の購入費用の一部として活用します。

区民公益活動推進基金

公益活動推進係/4階
☎(3228)3251 FAX(3228)5620

これから区内で公益活動を始める団体に対して、その活動に必要な資金を助成するための基金です。

子ども・若者文化芸術振興基金

文化振興・多文化共生推進係/8階
☎(3228)8863 FAX(3228)5456

子どもや若者の豊かな創造性や表現力、多様性を受け入れる心を育てていくための基金です。文化・芸術に触れ、体験できる取り組みや環境づくりに活用します。

ありがとうございました

区への寄付(1月～3月)

2月13日、(公社)東京都宅地建物取引業協会第十ブロックブロック長 石井弘美様から50万円
3月1日、山田洋様から5万円
3月2日、(株)小河原建設様から65,300円
3月2日、中野区勤労者サービスセンター様から3,268,601円
3月9日、濱津隼一様から3万円
3月13日、中野区トリム体操連盟様から24,650円
3月20日、篠原照樹様から1万円
期間中、西本光俊様と、匿名希望の方(5件)から、計418,929円

環境基金への寄付(1月～3月)

2月27日、城戸口俊一様から千円

こんにちは 民生委員・児童委員です

地域支えあい活動支援係/4階 ☎(3228)5582 FAX(3228)5620

民生委員・児童委員は、地域の身近な相談相手です。地区ごとに決まった担当委員が、「生活に不安がある」「子育てで困っている」「家族の介護が心配」など、さまざまな相談に応じます。詳しくは、地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。

東京都民生委員・
児童委員キャラクターの
ミンジーです。
よろしくね



地 域 を つ な ぐ パ イ プ 役

厚生労働大臣の委嘱を受け、顔の見える関係を大切にして地域での見守り・支えあい活動を行っています。全ての民生委員は児童委員を兼ね、お子さんやひとり親家庭等の福祉に関する相談にも応じます。常にみなさんに寄り添い、相談内容に応じて行政や関係機関などと連携します。

☆委員には「守秘義務」があり、相談上の秘密は守られます。安心して相談を



▲特殊詐欺防止の呼び掛け



▲小学生の登下校を見守り

誰もが地域で安心して暮らせるために /

見守り・支えあい活動

高齢者や障害のある方など、日頃からの見守りが必要な家庭へ随時訪問しています。また、特殊詐欺被害防止のための啓発活動もしています。

お子さんや子育て家庭への支援

いじめや不登校、虐待などお子さんを取り巻く問題に対し、学校などと連携して解決に向け支援。また、妊産婦やひとり親家庭などが地域で安心して子育てできるようサポートしています。

高齢者訪問調査

75歳以上の高齢者のみで暮らしている世帯を訪問。生活状況や困っていることを伺い、必要なサービスにつなげます。

☆民生委員・児童委員は、必ず「民生児童委員証」を携帯しています

地域活動への参加

町会・自治会、地域ボランティアなどと連携・協力し、さまざまな地域活動に参加しています。

5月12日は民生委員・児童委員の日

日頃の活動を紹介するパネル展示を行います。いずれも当日直接会場へ。

期間・会場

5月11日(月)～15日(金)=区役所1階

☆午前8時30分～午後5時(初日は正午から、最終日は午後4時まで)

5月15日(金)～22日(金)=中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側



▲過去のパネル展の様子

最大
3万円

防犯機器等の購入・ 設置費用の一部を補助します

生活・交通安全係／8階
☎(3228)8736 FAX(3228)5647

対象 区内在住で、令和8年4月1日～同9年1月29日に自宅用として防犯機器を購入・設置した方
☆1世帯につき1回。過去に本事業の助成を受けた世帯は対象外

申請期間 5月11日～来年1月29日
☆申請方法や対象の機器などについて詳しくは、[区HP](#)をご覧ください

6月1日から

囲町自転車駐車を開設します

自転車対策係／9階
☎(3228)5561 FAX(3228)5668

囲町地区の再開発ビル内(中野4-15-1・16-1)に、自転車駐車を開設します。これに伴い、これまで仮設で運営していた中野西自転車駐車場(中野4-14)は5月31日で閉鎖します。☆定期利用の受け付けは5月中を予定



▲詳しくはこちら

「中野区バリアフリー基本構想」を 改定しました

ウォークアップ係／9階
☎(3228)5819 FAX(3228)5668

区は、これまでのバリアフリー化の取り組みを見直し、継続・発展させるため、中野区バリアフリー基本構想を改定しました。

構想の全文とパブリック・コメント手続きの結果は、[区HP](#)、区民活動センター、図書館、すこやか福祉センター、区役所1階区政資料センター、同9階窓口でご覧になれます。

軽自動車税の納税通知書を 郵送します

税務管理係／2階
☎(3228)8908 FAX(3228)5456

軽自動車税は、毎年4月1日現在、原動機付自転車や小型自動二輪、軽四輪車などの登録がある方に、その年度分を課税します。

令和8年度分の納税通知書兼納付書を5月8日に郵送します。納期限の6月1日までに、地域事務所や区役所、コンビニ、スマホ決済アプリなどで納付してください。☆窓口以外で納付した場合、領収証書は発行されません。なお、廃棄や譲渡、盗難などで車を所有しなくなった場合でも、4月1日現在で廃車の申告がなかった場合は課税の対象です

特別区民税・都民税等を 給与特別徴収(給与天引き)で納付している方へ

5月18日から課税(納税)証明書の 交付を受けられます

課税係／2階
☎(3228)8914 FAX(3228)5456

給与特別徴収分の令和8年度特別区民税・都民税・森林環境税(国税)の課税(納税)証明書を、5月18日から、地域事務所、区役所2階住民記録係で交付します(1通300円)。納税者本人が交付申請する場合は本人確認書類(運転免許証など)を、代理人が交付申請する場合は委任状(納税者本人の自署または押印があるもの)と代理人の本人確認書類をお持ちください。

☆給与特別徴収と他の徴収方法を併用している方やコンビニ交付を希望する方などの場合、6月11日に交付を開始します

令和8年度の税額決定通知書を送付します

課税係／2階 ☎(3228)8913 FAX(3228)5456

給与特別徴収分の令和8年度特別区民税・都民税・森林環境税(国税)の税額決定通知書を、5月18日に勤務先へ送付します。勤務先の給与担当者を通じて受け取ってください。

☆普通徴収・年金特別徴収分の税額決定・納税通知書は、6月11日に自宅へ送付予定

事業者の
方へ

住民税の納付は 「地方税共通納税システム」のご利用を

収納係／2階 ☎(3228)8920 FAX(3228)5456

特別徴収の納入には「地方税共通納税システム」が便利です。パソコン操作で複数の自治体へ一括して納付できます。詳しくは、[eLTAX](#)(地方税ポータルシステム) [HP](#)をご覧ください。



なかのみどりの貢献賞

環境・緑化推進係/8階 ☎(3228)5516 FAX(3228)5673

区内での緑化活動等の取り組みを表彰し、副賞を贈呈します。
応募作品は、6月29日(月)～7月2日(木)に区役所1階に展示。
表彰式は10月の「花と緑の祭典2026秋」で行う予定です。

部門・対象(個人・団体とも可)

①緑の保護育成活動部門=自宅の庭などで、樹木や草花を守り育てる活動

【例】庭づくり、緑のカーテン等の壁面緑化、屋上緑化など

②子ども緑化活動部門=子どもを中心に、学校や幼稚園、保育園、児童館、地域で緑化に取り組む活動

【例】学校農園での活動、町会の子ども会での花壇づくり

③地域緑化活動部門=公園や地域で緑化に取り組む活動(前記②に該当する活動を除く)

【例】自主管理花壇での活動、街路樹・植栽地の維持管理

④緑化活動サポート部門=前記①～③の取り組みを支援するための活動

【例】花壇づくりなどの指導、企業等による活動団体への緑化の技術支援・資金援助など

提出書類

応募用紙、写真台帳

☆1年以内に撮影した該当箇所や活動風景の四季折々の写真6枚程度(4枚以上)を添付

☆④は写真に代えて、教室等で使用した資料でも可

申込

5月5日～29日に、電子申請で

☆応募用紙、写真台帳の様式は、区HPでダウンロードできます



◀昨年度の「地域緑化活動部門」受賞写真

繁殖期の

カラスからの被害を防ぐために

衛生環境係(中野区保健所)
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

巣の近くを通らない

鳴きながら飛び回る、木の枝をつついて大きな音を出すなどの行動は、巣を守るための威嚇です。背後から飛んできて、人の後頭部を蹴るなどの攻撃をすることも。

そのようなカラスがいる場所には巣があります。なるべく通らないようにしましょう。
☆やむを得ない場合は、帽子や傘などで防御を



餌になるものを与えない

容器に付着したままのマヨネーズなど、油分の多いものはカラスの大好物。カラスは嗅覚が弱い半面、視力が非常に優れています。残飯は、目に付かないよう新聞紙などで包んでからごみ袋に入れ、容器類は、資源回収に出す前に必ず洗いましょう。また、ごみ集積所では、防鳥用ネットを確実にごみ袋に掛けてください。

☆防鳥用ネットの貸し出しについて詳しくは、清掃事務所☎(3387)5353・FAX(3387)5389へ問い合わせを

カラスは、3月～6月ごろに繁殖期を迎えます。卵やヒナを守ろうとして警戒心が強まるため、人を攻撃することがあります。カラスの習性を知り、寄せ付けない対策を取りましょう。



▲ハンガーなどで巧みに作られた巣

巣作りの材料を与えない

都会のカラスの巣は、主に針金ハンガーで作られます。ハンガーは物干しざおなどに固定し、洗濯物と一緒に取り込みましょう。また、葉や枝が多い樹木は定期的に枝切りをしましょう。

落ちたヒナには近付かない

5月・6月は、ヒナの巣立ちの時期です。翼の力が弱くと地面に落ちてしまうことも。人が近付くと、親ガラスが攻撃してきます。

ヒナが落ちていても近付かず、衛生環境係に連絡を。専門業者に捕獲を依頼するなど対応します。

低所得世帯等の方へ

価格高騰支援給付金の申請期限は 5月29日(消印有効)です

期限を過ぎると給付金(1世帯につき2万円)が受け取れません。期限までに申請を。



▲区HP

価格高騰支援給付金コールセンター ☎0120(586)035

(平日午前8時30分～午後5時15分)

☆聴覚障害のある方はFAX(3228)5647へ

高齢者向け会食事業を行っている団体の方へ

「なかの長寿ふれあい食堂推進 事業補助金」を交付します

介護予防推進係/3階

☎(3228)8949 FAX(3228)5620

今年度から、高齢者が飲食しながら交流を楽しめる会食事業を行う地域団体へ、補助金を交付します。交付を希望する団体は、事前に介護予防推進係へ電話の上、説明会に参加してください。

説明会日時 5月29日(金)午後2時～4時

会場 区役所6階会議室

6月8日(月)～19日(金)

中野中学校温水プールの 開放を休止します

スポーツ活動係/7階

☎(3228)5586 FAX(3228)5662

最大
3万円

65歳以上(来年3月31日時点)の区民の方へ

スマホの購入費用等を一部助成します

デジタルサービス係/7階 ☎(3228)2780 FAX(3228)5647

5月18日～来年3月23日(予定)に区が指定する店舗で購入することが条件です。詳しくは、区HPをご覧ください。デジタルサービス係へ問い合わせを。



「なかの元気アップ体操ひろば」のご利用を

介護予防推進係/3階

☎(3228)8949 FAX(3228)5620

「なかの元気アップ体操」や筋力アップのための簡単な体操を行います。毎週1回、各会場が指定する曜日(祝日・年末年始を除く)に実施。区内在住のおおむね65歳以上の方は、どなたでも参加できます。☆詳しくは、介護予防推進係へ問い合わせを

「なかの元気アップ体操」のDVDを配布中

中野区歌「未来カレンダーForeverNakano」に合わせてどなたでも取り組める体操です。

この体操は区公式YouTubeチャンネルでご覧になれる他、DVDの配布も行っています。希望の方は、介護予防推進係へ問い合わせを。



◀こちらから
アクセス

DVDのジャケット▶



会場・定員(先着)	曜日
①小淀ホーム(中央1-18-3)・15人	月
②コーシャハイム中野弥生町コミュニティサロン(弥生町6-2)・30人 ☆室内履き持参	火
③コーシャハイム上鷲宮コミュニティサロン(上鷲宮3-9)・25人 ☆室内履き持参	水
④中野友愛ホーム(江古田2-24-11)・15人 ☆室内履き持参	木
⑤東京都生協連会館(中央5-41-18)・25人	金
⑥若宮3丁目家政会館(若宮3-17-3)・15人 ☆室内履き持参	

☆いずれも午前9時30分からと10時20分からの2回受け付け(⑤は10時20分からと11時10分から)。各回30分で同内容。当日直接会場へ

オンライン(ZOOM)体操ひろばもご利用を

各日先着100人。事前登録が必要です。

日時 毎週火曜日午前10時30分から、毎週木曜日午後2時から ☆各回30分。健幸プラザみどり館上高田(上高田4-17-3)と健幸プラザ本一(本町1-7-6)で同内容を上映します(健幸プラザ本一は火曜日のみ)



▲詳しくは、
区HPへ

お知らせ

傍聴

☆日程・会場は、変わることがあります

**中野区地域包括支援センター
運営協議会**

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

5月26日(火)午後6時30分から

区役所7階会議室

☆事前申込制。5月7日～20日に電話で、在宅療養推進係へ。先着5人

中野区健康福祉審議会

健康福祉企画係／4階
☎(3228)5421 FAX(3228)5662

①5月22日(金)=スポーツ・健康づくり部会

②25日(月)=地域福祉部会

③26日(火)=障害部会

いずれも午後7時～9時

①②=区役所7階会議室

③=同6階会議室

☆事前申込制。5月7日～14日に電話、kenkofukusikikaku@city.tokyo-nakano.lg.jpまたはファクスで、健康福祉企画係へ。各日先着5人。要約筆記・☎・保(各日先着3人)希望の方は、あわせて申し込みを。☑氏名とふりがな、連絡先、要約筆記・☎はその旨、保はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

**自分や大切な人を守るために
地域で防災訓練をしませんか**

地域防災係／8階
☎(3228)8930 FAX(3228)5647

訓練内容に応じて、消防署や区職員の出向や起震車の派遣もできます。希望する団体は、消防署または地域防災係へ相談を。☆訓練前に防災訓練等実施計画書の申請をすると、訓練中にけがをした場合等に区の保険が適用されます。詳しくは、区☎をご覧ください

**介護職員研修等の受講費用を
助成します**

介護保険課管理係／3階
☎(3228)5629 FAX(3228)5620

次の研修を昨年4月以降に修了し、他に研修費用の助成を受けていない方は、助成要件を満たすと受講費用の助成を受けられます(先着順)。

詳しくは、区☎をご覧ください。

対象の研修・助成金額

介護職員実務者研修=上限12万円

介護職員初任者研修=上限9万円

生活援助従事者研修=上限5万円

シロアリにご注意を

衛生環境係(中野区保健所)
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

ヤマトシロアリは湿気を好み、風呂場など水気のある場所に巣を作ります。4月～5月の午前中に、巣から飛び出すことがあります。家に湿気をためない、家の周囲に木材を置かないなどが予防になります。

アメリカカンザイシロアリは、乾燥に強く、6月～10月の日中に出現します。砂のような顆粒状のふんが特徴で、長期間放置しておく、被害が広がってしまいます。

☆不安があれば早めに(一社)関東しろあり対策協会☎0120(03)7825または(一社)日本ハウ酸処理協会☎0120(40)9980へご相談を

シロアリ無料相談会もご利用を

日時 5月20日(水) 午前10時～11時30分、午後1時30分～3時

会場 野方区民活動センター(野方5-3-1) ☆当日直接会場へ

経済センサス-活動調査にご協力を

統計係／8階 ☎(3228)8892 FAX(3228)5647

全国の事業所・企業の経済活動の状態を把握するための調査です。今月中旬から、まだ回答をしていない区内の事業所・企業を調査員が訪問して調査票を配布します。ご理解とご協力をお願いします。

☆調査員は「調査員証」を携帯しています

問合せ先 経済センサス-活動調査コンタクトセンター☎0120(138)102

☆10月30日までの午前9時～午後6時(土・日曜日、祝日は除く)

広告

5月のあすなろ葬祭セミナー開催
あなたにも**相続税**がかかるかも?
5月21日(木) 14:00～ 参加料:500円(税込)
中野サンモール終活相談サロン
中野区中野5-67-11-2F 中野サンモール商店街 三菱UFJ銀行ATM上
参加ご希望の方はお電話にてお申し込み下さい
お申込み・お問合せ TEL (受付:平日10時～18時)
03-5318-2876

フラワーアレンジメント 教室開催
Flower Arrangement School
5月27日(水) 14:00～
参加料:1,000円(お一人様) *花材代込み
※オリジナルアレンジを楽しもう♪※
参加ご希望の方は5月18日(月)までに
お電話にてお申し込みください
お申込み・お問合せ TEL 6454-0019
(受付:平日10時～18時)
中野区上高田3-19-17 西武新宿線「新井薬師前駅」南口 徒歩約3分

地元密着で安心施工!
新築・リフォーム・修繕まで
住まいのご相談は
東京土建なかの住宅センター
☑ 中野区役所1階で相談会を実施中
次回相談日は **5/29(金)、6/19(金)**
(午前10時～午後4時まで)
☎ 03-3388-5449
〒165-0024 中野区松が丘1-8-4

「事業系廃棄物排出届出書」の提出はお済みですか

ごみ減量推進係
 (松が丘1-6-3リサイクル展示室内)
 ☎(3228)5563 FAX(3228)5634

小規模事業者で、ごみの自己処理が困難な場合は、例外的に区のごみ収集を利用できます。その場合は、区へ届け出が必要です。届け出をした事業者には、事業者番号を記載した「届出済証」を郵送します。

届出制度について詳しくは、ごみ減量推進係へ問い合わせを。
 ☆ごみを出す際は、袋の容量に応じた「中野区事業系有料ごみ処理券」(シート)を購入し、事業者番号と事業者名を明記の上、ごみ袋に貼ってください。購入場所は、区HPで確認を

戦没者等の遺族のみなさんへ「第十二回特別弔慰金」の請求はお早めに

地域福祉推進係/4階
 ☎(3228)8963 FAX(3228)5662

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和7年4月1日現在、公務扶助料や遺族年金などを受給する方(戦没者等の妻や父母など)がいない場合には、275,000円(額面)の、5年償還の記名国債「第十二回特別弔慰金」を受給できます。

請求期限は令和10年3月31日です。該当する方は、早めに請求を。
 ☆受給できるのは、ご遺族のうち1人のみ(順位あり)。詳しくは、厚生労働省HPをご覧ください

催し・講座

5月の行政相談

区民相談係/4階
 ☎(3228)8802 FAX(3228)5456

年金や保険、福祉など、国や特殊法人などの仕事への苦情や意見・要望を行政相談委員に相談できます。

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 5月22日(金)午後2時~4時

会場 区役所4階専門相談室

申込 5月15日から電子申請か、電話(午前9時から)で、区民相談係へ。先着4人(各申込方法で2人ずつ)
 ☆毎月第4金曜日に実施

土地建物無料相談会

都市計画係/9階
 ☎(3228)8964 FAX(3228)5668

対象 区内在住の方、区内に土地建物をお持ちの方

日時 5月21日(木)午前10時~午後3時30分 ☆一人当たり30分程度

会場 区役所1階ミーティングルーム

申込 5月15日までの平日午前10時~午後4時に電話で、司法書士坂本洋事務所☎(3385)8523へ ☆まちづくり推進土地建物協議会との共催

LINEでできる無料の見守りサービス説明会

地域包括ケア推進係/8階
 ☎(3228)5803 FAX(3228)5620

対象 一人暮らしの方やその家族の方など

日時 5月22日(金)午後2時~3時

会場 区役所7階会議室

☆NPO法人エンリッチとの共催

5月7日~21日にこちらから申し込みを。先着30人



中野区・第四消防方面合同水防訓練

土木事業調整係/9階
 ☎(3228)5592 FAX(3228)5668

台風や集中豪雨に備え、区と消防署、消防団が合同で水防訓練を行います。

日時 5月21日(木)午前10時~11時30分

会場 江古田の森公園多目的広場(江古田3-14) ☆当日直接会場へ



▲昨年の様子

習い事に通う小学生を応援! 平日の送迎は私たちにお任せください!

子ども送迎サービスこどもび

勤務時間の調整 送迎の労力

子ども専用のタクシーで安心・安全に送迎

お得なキャンペーン実施中

企画・運営 TOPPAN株式会社 子ども送迎サービス事務局
 お問い合わせ 0120-128-168 | 受付時間(土日祝日除く)15:00~22:00

野方に出張！ 若者フリースペース

子ども・若者支援係
(中央1-41-2みらいステップなかの内)
☎(5937)3257 FAX(5937)3514

気軽に立ち寄って自由に過ごせます。

対象 区内在住・在勤・在学の義務教育
終了後～39歳の方

日時 5月14日(木)、6月11日(木)、7月
9日(木)午前11時30分～午後6時30分

会場 野方区民活動センター(野方5-3-
1) ☆当日直接会場へ

子ども・若者支援センターの 若者相談もご利用を

学校・職場の悩みや家族・友達のこ
となど、何でも相談できます。電話、電子
フォームの他、対面相談(事前予約制)
も。詳しくは、[区HP](#)をご覧ください。

やさしい(わかる)日本語講座

中野区国際交流協会
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

日時 6月30日～8月4日の毎週火曜日、
午後6時30分～8時30分 ☆全6回

会場 なかのZERO西館(中野2-9-7)

参加費 5,000円(賛助会員3,000円)

申込 6月12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25人

専用フォーム



女性のための相談

受付専用電話 ☎(3228)5556

DV(ドメスティック・バイオレンス=パ
ートナーからの暴力)や家族間のトラブル、思
いがけない妊娠、性暴力など、女性が抱え
るさまざまな問題について相談できます。

秘密は必ず守ります。ためらわずに電
話を。

受付時間 平日午前8時30分～午後5時

個人事業者向け記帳説明会

中野税務署 ☎(3387)8111 ☆自
動音声案内で「2」を選択し内線212へ

日時 5月28日(木)・29日(金)、午前9
時30分からと午後1時30分から

☆各回2時間。日程により内容が異なり
ます。申し込みの際にご確認を

会場 中野税務署(中野2-24-11)

申込 5月7日～27日に電話で、中野税
務署へ ☆各回先着25人。(一社)中野
青色申告会との共催

世界の家庭料理講習会 「台湾料理」

中野区国際交流協会
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

日時 5月29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 1,500円(材料費等)

申込 5月15日までに電話または [enic](#)
@nifty.comで、中野区国際交流協会
へ。抽選で20人。☑講座名、住所、氏
名とふりがな、電話番号、国籍

生活にお困りの方は相談を

自立相談支援窓口

中野暮らしサポート/4階
☎(3228)8950 FAX(3228)8072

経済的な困りごとや就労の不安など
を支援員に相談できます。また、自立に
向けた支援を受けられます。

受付時間 平日午前8時30分～午後4時
30分

生活保護の申請相談窓口

生活相談係/4階
☎(3228)8927 FAX(3228)8072

さまざまな理由で収入が減少した方
や、預貯金などの資産を活用しても生
活に困窮する方は、電話または直接、
生活相談係へ相談を。

受付時間 平日午前8時30分～11時、午
後1時～4時 ☆一人当たり1時間程度。
時間に余裕を持って相談を

史跡めぐり「東国三社(鹿島神宮・ 息栖神社・香取神宮)」

中野区教育振興会
(野方1-35-3教育センター分室内)
☎(3228)5544

日時 6月5日(金)午前8時～午後6時

☆集合・解散は区役所。往復貸し切りバ
ス利用

参加費 11,000円(昼食代、保険料等込
み)

申込 5月15日からの平日午前9時～午
後4時に参加費を持って直接、中野区
教育振興会へ ☆若干名

広
告

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

屋根ふきかえ・外壁塗装

雨漏り緊急対応

リフォーム全般 **ご相談・お見積り無料**

創業 昭和62年 東京都建設業許可

株式会社 **山野**
中野区新井 1-19-1

フリーダイヤル **012-012-4699**

募集・求人

中野区空家等対策審議会区民委員

住宅政策係／9階
☎(3228)5564 FAX(3228)5668

活動内容「中野区空家等対策基本計画」の改定に向けた審議

対象 平日に区役所で開催予定の会議に出席できる、18歳以上の区内在住の方

任期 8月からの2年間

報酬 会議への出席1回当たり3,000円
☆交通費支給なし

提出書類「応募の動機」と作文「中野区の空家政策の在り方」(1,000字程度、書式自由)

申込 5月5日～25日に電子申請か、郵送または直接(平日のみ)、住宅政策係へ。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、生年月日
☆選考で2人。結果は、全応募者に通知

区立保育園会計年度任用職員(登録者)

区立保育園係／3階
☎(3228)8638 FAX(3228)5679

職種 保育補助、短時間保育補助

勤務期間 来年3月31日まで

時給 1,569円～1,750円

☆職種、資格の有無などにより異なります。無資格・未経験の方も歓迎

申込 電子申請か、所定の登録申込書を郵送または直接、区立保育園係へ
☆欠員などの状況に応じて随時面接を実施。夏季プール保育補助の登録も募集

中野区育児休業代替任期付職員(事務・福祉・保育士)

人事係／8階
☎(3228)8041 FAX(3228)5647

勤務期間 8月1日以降おおむね6か月～3年

選考日 6月6日(土)

☆事務は6月27日(土)に二次選考あり

申込 5月25日午後5時までに電子申請で ☆詳しくは、区HPをご覧ください

小・中学校プール指導員(登録者)

体験学習係／7階
☎(3228)5608 FAX(3228)5679

対象 区立小・中学校での水泳指導ができる18歳以上の方(高校生を除く)

勤務期間 6月1日～9月30日(夏休みを含む)のうち、各学校の指定する日

日給 9,000円(半日の場合は4,500円)

☆交通費支給(限度額あり)

申込 7月31日までに履歴書を持って直接、区役所7階窓口へ

「放課後子ども教室」推進事業受託団体(二次募集)

健全育成係／7階
☎(3228)5648 FAX(3228)5679

小・中学校等を活用し、放課後等に子どもの居場所をつくる事業です。

申込期間 5月11日～22日午後5時(必着)

応募書類の配布 区HPまたは区役所7階窓口で

子どもショートステイ協力家庭

養育支援調整係(中央1-41-2)
☎(5937)3267 FAX(5937)3514

保護者の入院や出張などにより一時的に子どもを養育できない時に、自宅で子どもを泊まりで預かります。対象や要件などについて詳しくは、区HPをご覧ください。養育支援調整係へ問い合わせを。

高齢者・介護

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 6月12日・26日、いずれも金曜日、午前10時～正午

会場 沼袋区民活動センター(沼袋2-40-18)

申込 5月7日～6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 江古田地域包括支援センター(江古田4-31-10)

☎(3387)5550 FAX(3387)5955

スマホ教室

スマートフォン普及啓発事業コールセンター ☎(6316)3169

スマホをお持ちでない方は、約3か月無料で借りられます(各会場抽選で1台程度)。

対象 都内在住の60歳以上の方

日時 6月3日～24日の毎週水曜日、午後1時30分～4時30分

会場 大和区民活動センター(大和町2-44-6)、上高田区民活動センター(上高田2-11-1)

申込 5月27日までの平日午前9時～午後5時に電話で、スマートフォン普及啓発事業コールセンターへ。各会場抽選で10人

相談会もご利用を

日時 6月9日(火)午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く。一人当たり30分程度)

会場 区役所1階ミーティングルーム

☆当日直接会場へ。先着24人。スマホ持参

断熱 玄関ドア 交換
断熱 内窓取付
断熱 真空ガラス 交換

補助金制度あります

(国+東京都+中野区より)

窓・ドアのリフォームお任せください!

申請手続代行手数料 相談・お見積り 無料

増改築相談員のいるお店 窓とガラスの専門店

創業 71年

株式会社

芹沢ガラス

スタッフ 募集中

0120-953-577

詳細はお問合せください

国立市中2-5-17 営業時間/9:00～17:30 定休日/日曜・祝日・隔週土曜

介護予防事業 「マイナス5歳若返り体操」

介護予防推進係/3階
☎(3228)8949 FAX(3228)5620

対象 区内在住で65歳以上の方

日程 6月2日～26日の毎週火・金曜日

会場・時間 浅見接骨院(弥生町4-23-12)=午後1時30分から、キネシオ接骨院(新井1-36-3)=午後2時50分から ☆各会場1時間。全8回

申込 5月13日～26日に直接、各会場へ。各回先着6人

高齢者スマホ講習会

デジタルサービス係/7階
☎(3228)2780 FAX(3228)5647

対象 区内在住・在勤の65歳以上の方

日時 ①6月17日・24日、②7月8日・22日、いずれも水曜日、午後2時～4時

会場 区役所1階ミーティングルーム

申込 ①=6月5日、②=26日までに往復ハガキ(必着)で中野区シルバー人材センター南部分室(〒164-0012本町6-17-12)へ。抽選で各日15人。☑受講希望日(いずれか1日のみ)、住所、氏名とふりがな、電話番号、返信用にも住所、氏名 ☆結果は全応募者に①=6月12日、②=7月3日までに郵送。スマホ持参

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は窓口も可)

①「**認知症の方の嚙下障害の特徴と支援のポイント**」 ☆先着10人

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

日時 5月27日(水)午後1時～3時

申込期間 5月7日～26日

②「**在宅医療について**」 ☆先着20人
かみさぎホーム(上鷲宮3-17-4)
☎(3926)8443 FAX(3970)9620

日時 6月17日(水)午後1時30分～3時

申込期間 5月18日～6月10日

生活機能向上プログラム 「落語の笑いで健康に!」

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

対象 区内在住で65歳以上の方

日時 5月25日(月)午後1時30分～3時

申込 5月7日～23日に電話または直接、やよいの園へ ☆先着30人

子ども・子育て

令和8年度認証保育所等の 保護者補助金の申し込みは 5月18日からです

幼稚園・認可外保育係/3階
☎(3228)5681 FAX(3228)5679

就労等により認証保育所や認可外保育施設(補助対象施設に限ります)を利用している保護者の方は、保育料の一部助成を受けられます。

今年度から対象要件が緩和され、これまで対象外だった方も補助対象となる場合があります。詳しくは、区HPをご覧ください。

案内・申請書の配布 5月18日から区内補助対象施設、区HPで

補助上限額 7万円

児童育成手当の新規申請を 受け付けています

児童手当係/3階
☎(3228)8952 FAX(3228)5679

児童育成手当の受給には所得制限があり、5月の申請分からは、審査基準として適用する所得の対象年が切り替わります。

令和6年中の所得では限度額超過のため申請していなかった方や現況届の審査で資格消滅となった方でも、同7年中の所得では手当を受給できる可能性があります。詳しくは、区HPをご覧ください。

対象 母子家庭・父子家庭、または父母いずれかに重度障害がある家庭の、18歳に達した日以降の最初の3月31日までのお子さんの保護者。または20歳未満の障害のあるお子さんの保護者

家事・育児支援事業が 利用しやすくなりました

すこやか福祉センター企画調整係/8階
☎(3228)8809 FAX(3228)5620

1歳未満のお子さんがいる家庭の日常的な家事や育児をサポートします。利用可能時間を拡充するとともに、妊娠中の方の利用条件を緩和しました。詳しくは、区HPをご覧ください。

多胎児の保護者の方へ 産後ケア事業の利用回数を 拡大しました

すこやか福祉センター企画調整係/8階
☎(3228)8809 FAX(3228)5620

デイケア・ショートステイ・アウトリーチの3種類を合計26回まで利用できるようになりました。詳しくは、区HPをご覧ください。

ひとり親家庭の方へ 「おきあがりこぼしを作ろう!」

子ども・子育て支援係/3階
☎(3228)8723 FAX(3228)5679

対象 区内在住のひとり親家庭で、5歳以上のお子さんとその保護者

日時 5月31日(日)午後2時～3時30分

会場 中野区さつき寮

申込 5月6日～23日に電話または✉satsuki@tousei.or.jpで、中野区さつき寮☎(3381)6262へ。先着12組。☑(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを。☑住所、保護者の氏名とふりがな、電話番号、お子さんの年齢、☑はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

「パパも作るよ! 離乳食」

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 区内在住で、家族に妊婦または生後6か月未満の乳児がいる男性

日時 6月6日(土)午後1時30分～3時

会場 北部すこやか福祉センター

申込 5月7日～6月3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12人

「なかのBABY&KIDS MUSIC FESTA」

地域包括ケア推進係／8階
☎(3228)5803 FAX(3228)5620

対象 妊婦の方、未就学児とその保護者
日時 5月16日(土)午前10時～午後3時
会場 区役所1階
☆当日直接会場へ。一部事前申込制

内容などについて詳しくは、
☎☎をご覧ください



「出張子ども図書館！～親子で たのしむ絵本とおはなし～」

子ども政策調整係／7階
☎(3228)5605 FAX(3228)5679

日程 5月30日(土)
内容・時間 ①わらべうたの会=午前11時から、②おはなし会=午後1時30分から ☆各回20分程度
対象 区内在住の小学生以下のお子さんとその保護者 ☆①は2歳以下、②は3歳以上のお子さん

会場 区役所3階キッズスペース
申込 5月6日～28日に電子申請で。各回12組程度
☆(公財)東京子ども図書館との共催
同日ワークショップも開催

午前10時30分～午後4時に区役所1階で塗り絵や紙人形のワークショップ等を楽しめます。詳しくは、☎☎をご覧ください。☆3階キッズスペースには読書相談スペース等も設置(午後3時まで)

子育ての“困った”は気軽に相談を 子ども・若者支援センターの 総合相談

子ども・若者支援係
(中央1-41-2子ども・若者支援センター)
☎(5937)3257 FAX(5937)3514

区内在住の18歳未満のお子さんとその家族の方が対象。子ども・子育てに関するあらゆる悩みを相談できます。電話や面談、電子フォームの他、ご自宅に相談員が訪問して相談することもできます。詳しくは、☎☎をご覧ください。

「歯みがき教室」

鷺宮すこやか福祉センター
(若宮3-58-10)
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

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 5月29日(金)①午前10時から、②11時20分から、③午後2時から
☆①は50分、②③は40分
対象 区内在住の乳幼児とその保護者
☆①は前歯が4本以上生えている生後6か月～3歳未満、②③は3～4か月児健康診査受診後のお子さん

会場 鷺宮すこやか福祉センター
申込 5月15日～27日に電子申請か、電話または直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。各回先着9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、相互援助活動です。

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 5月23日(土)、6月8日(月)午前10時～正午
会場 スマイルなかの(中野5-68-7)
申込 5月8日午前10時から電話で、中野区ファミリー・サポート事業担当へ

子育て情報を LINEで配信中

子育てサービス係／3階
☎(3228)5612
FAX(3228)5679

妊娠週数やお子さんの月年齢に応じた子育て情報「なかの子育て応援メール」を受け取ることができます。



▲詳しくは、☎☎へ

「ペアレントメンターミニ講座～発達 にかたよりのある子どもの習い事～」

子ども発達支援係／3階
☎(3228)5613 FAX(3228)5662

対象 発達の特性や障害のあるお子さんを育てている区内在住の保護者の方
日時 5月28日(木)午前10時～11時30分
会場 桃園区民活動センター(中央4-57-1)
申込 5月6日～27日に電話または☎iro.tori@wakamiyaclub.or.jpで、NPO法人わかみやクラブ いろとりどり☎(6821)7540へ。先着15人

健康・福祉

5月31日は世界禁煙デー 5月31日～6月6日は禁煙週間

保健企画係(中野区保健所)
☎(3382)2428 FAX(3382)7765

世界禁煙デーパネル展

期間 5月25日(月)～31日(日)
会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側

中野駅付近でのキャンペーン

日時 5月29日(金)午前10時～11時
☆ウェットティッシュを配布。雨天中止

骨髄移植ドナーへの助成金をご利用ください

保健予防係(中野区保健所)
☎(3382)6500 FAX(3382)7765

区は、骨髄・末梢血幹細胞まつしようの提供者(ドナー)とドナーが勤務する事業者の負担を軽減して、より多くの骨髄・末梢血幹細胞移植を実現できるよう、助成金を交付しています。

助成額 ドナー本人=20,000円、ドナーが従事する事業所=10,000円
☆通院・入院に要した日数1日当たりの額。いずれも上限は通算7日まで

詳しくは、☎☎をご覧ください



ドナー登録をしませんか

みなさんのご協力をお願いします。
☆ドナー登録について詳しくは、(公財)日本骨髄バンク☎☎をご覧ください

歯科医師による 歯と口の無料相談会

在宅療養推進係/3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

対象 区内在住の方
日時 5月14日(木)午後1時~3時
会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

犯罪被害に関するパネル展

犯罪被害者等相談支援窓口/4階
☎(3228)5713 FAX(3228)5662

日時 5月19日(火)~26日(火)午前8時
30分~午後5時(初日は午後1時から、
最終日は4時まで)
会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

「もの忘れ相談会」

在宅療養推進係/3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

自身や家族の認知症、物忘れなどについて、専門相談員に相談できます。

日時 5月21日(木)午前10時~午後3時
30分
会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

職場で気軽にリフレッシュ マインドフルネスストレッチ

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

対象 区内在住の勤労者・区内在勤の方
日時 6月6日(土)午前10時~11時
会場 産業振興センター
申込 5月7日~6月3日に産業振興セン
ターHPで。先着15人

歯科相談

鷺宮すこやか福祉センター
(若宮3-58-10)
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

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 6月16日(火)午後1時~3時30分
☆一人当たり30分程度
会場 鷺宮すこやか福祉センター
申込 5月15日~6月12日に電話、ファ
クスまたは直接、鷺宮すこやか福祉セン
ターへ。先着4人。☑住所、氏名とふり
がな、年齢、連絡先、お子さんと参加す
る場合はお子さんの年齢

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)0750

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 5月19日(火)午後2時~3時30分
会場 スマイルなかの(中野5-68-7)
申込 5月15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

緊急通報システムのご利用を

在宅サービス係/3階 ☎(3228)5632 FAX(3228)5620

自宅での急病など緊急時に区の事業委託先の民間受信センターに通報が
届き、消防署員などとともに民間事業者が救助に当たるものです。

対象

日常生活において常時見守りを必
要とする、次のいずれかに該当する
方 ☆下記に当てはまらなくても、
同様の事情にある世帯も利用でき
る場合があります

- ①65歳以上の方のみの世帯
- ②身体障害者手帳1・2級の18歳
以上の一人暮らしの方、または重度
身体障害のある方のみの世帯
- ③同居人がいるが、日中は上記①
②と同様の事情にある世帯

自己負担額

特定の慢性疾患の有
無、住民税の課税状況等により、月
額300円~1,300円

申込先

- ①=お住まいの地域を担当する地
域包括支援センター ☆担当する
センターが分からない場合は、在宅
サービス係へ問い合わせ
- ②=区役所3階障害者相談係
☎(3228)8956・FAX(3228)5662
- ③=①または②へ

GRAND MAST
**積水ハウスグループの
シニア向け賃貸マンション**
(サービス付き高齢者向け住宅)
**人生100年時代を
楽しみたい60歳以上の方々へ**

(貸主) 積水ハウスシャーマンPM東京株式会社

多世代交流型マンション

グランドマスト 江古田の杜



物件情報は
こちらから



グランドマスト 中野若宮



物件情報は
こちらから



グランドマスト事業部
〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-1-1
新宿マインズタワー20階
宅地建物取引業者免許 国土交通大臣(13)
第2250号(公財)日本賃貸住宅管理協会

●資料請求・ご見学についてのお問い合わせ
0120-815-823
■営業時間/9:00~18:00 ■定休日/土曜・日曜・祝日

5月5日～20日の休日当番医・当番薬局

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	
5月5日(火・祝)	当番医	新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		美穂診療所	内・小・消内	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		くり小児科内科	小・内	野方4-22-3	(5345)6166
		東中野セント・アンジェラクリニック	内・呼内・循内	東中野5-17-10 1階	(6908)9698
		右近クリニック	内・小	南台3-33-5	(3381)3191
		長井歯科医院	歯	本町6-26-14	(3380)2371
		大久保歯科クリニック	歯	野方6-4-1 2階	(3330)4144
	薬局	ことぶき薬局中野中央店		中央4-59-11	(5385)2971
		むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
コーラル薬局野方店			野方6-8-1	(5356)8583	
とおやま薬局中野南台店			南台3-32-5	(3229)5039	
5月6日(水・休)	当番医	総合東京病院	内・外・整	江古田3-15-2	(3387)5421
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		沖津医院	内・脳神経外	鷺宮3-20-4	(3339)2865
		中野駅前内科クリニック 糖尿病・内分泌内科	内	中野3-36-12 2階	(3382)1071
		中野すこやかクリニック	内	中央2-59-18 2階	(5358)9967
		中野新橋内科クリニック	内・循内	弥生町2-20-18	(6383)3201
		吉永歯科医院	歯	中野5-30-19	(3387)0118
		とりつかせい歯科医院	歯	鷺宮1-27-8 1階	(3337)8815
	薬局	けやき薬局		江古田2-22-1	(3388)0782
		マエノ薬局中野店		中野3-34-13	(3229)3122
東京中央薬局			中央2-59-18	(3362)1441	
百前調剤薬局			弥生町2-28-10	(6304)8767	
5月10日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
		横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		橋本医院	内	野方3-15-3	(3389)0355
		かねなか脳神経外科	内・脳神経外・外・整	中央4-4-2	(6382)4880
		歯科奥村医院	歯	野方6-12-9	(3338)5418
	薬局	むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
		わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
5月17日(日)	当番医	新渡戸記念中野総合病院	内・外・整・脳神経外	中央4-59-16	(3382)9991
		中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		中野ひだまりクリニック	内・消内・循内・呼内	東中野3-6-12	(3368)0888
		三五医院	内・神経内	南台2-6-8	(3381)0313
		西原デンタルオフィス	歯	中野2-24-9 2階	(3229)1182
	薬局	中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
		青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
		カメイ調剤薬局中野南台店		南台2-9-3	(5328)2313

当番医・当番薬局が変更になる場合があります。最新の情報は区📄で確認を



事前に電話で確認を

休日当番医の診療時間

午前9時～正午、午後1時～5時
マイナ保険証(または資格確認書)・医療証をお持ちください。
往診はしません。

休日当番薬局の開設時間

午前9時～正午、午後1時～5時30分
医療機関受診時の処方せんをお持ちください。

夜間および日曜日、祝・休日の医療機関案内

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

☎(5272)0303
FAX(5285)8080

(ファクスは聴覚・言語障害者向け)

パソコンやスマホからは「医療情報ネット(ナビイ)」

<https://www.iryu.teikyouseido.mhlw.go.jp>

小児救急相談

東京都「子供の健康相談室」

☎(5285)8898

プッシュ回線・携帯電話からは#8000も利用可
月～金曜日 午後6時～翌朝8時
土・日曜日、祝・休日 午前8時～翌朝8時

救急病院案内

中野消防署 ☎(3366)0119
野方消防署 ☎(3330)0119

東京消防庁

救急相談センター (24時間受け付け・年中無休)

プッシュ回線・携帯電話からは #7119

ダイヤル回線

☎(3212)2323

中野区準夜間 こども救急診療

新渡戸記念中野総合病院
(中央4-59-16)
☎(3382)9991

15歳以下のお子さんを対象に、小児科医が診療を行います。

診療日 | 受付時間 | 診療時間
年中無休 | 午後6時45分～9時45分 | 午後7時～10時

☆必ず事前に電話で連絡を
☆マイナ保険証(または資格確認書)・医療証を持って受付時間内に来院を
☆症状により診療できない場合があります
☆入院などが必要な場合は、他の病院を紹介します

5/30 (土) 出張!ごみのんハウスの古着リユース

ごみ減量推進係(松が丘1-6-3リサイクル展示室内)
☎(3228)5563 FAX(3228)5634

リサイクル展示室に持ち込まれた古着を無料で提供します。当日直接会場へ。


時間 午前10時30分~午後2時30分
会場 区役所1階ミーティングルーム

同日開催

ごみゼロ啓発イベント「親子で楽しく3R!」

午後1時~4時に区役所1階で開催。
午後3時から、マシンガンズ滝沢氏などお笑い芸人らによるトークショーも。

▲詳しくは、
区 ☎へ



5/23 (土) 点検整備の助成券がもらえる自転車安全利用講習会

生活・交通安全係/8階
☎(3228)8736 FAX(3228)5647

時間 午前10時からと午後2時から
☆各回1時間で、同内容

会場 新井区民活動センター(新井3-11-4)

申込 5月11日から電話で、生活・交通安全係へ。各回先着40人

点検整備を受けた自転車には、安全性が認められた証しとしてTSマークのシールが貼付され、1年間の付帯保険として損害賠償責任補償(最大1億円)の保険が付きます。

平和企画展示「中野の空襲・東京大空襲」

昭和20(1945)年5月の山の手大空襲では、中野の大半が焼け野原となり、400人以上の方が亡くなりました。
平和への願いを込めて、当時の写真を展示します。

日時・会場 ☆いずれも当日直接会場へ
①**5月12日(火)~25日(月)** 午前8時30分~午後5時=東部区民活動センター(中央2-18-21)
②**5月27日(水)~6月10日(水)** 午前6時45分~午後10時30分=平和資料展示室(新井3-37-78総合体育館内)

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

6/7(日)は投票日 中野区長選挙・中野区議会議員補欠選挙

区選挙管理委員会/8階
☎(3228)5541 FAX(3228)5687

いずれも希望する方は、早めに区選挙管理委員会に連絡してください。

- 身体に重い障害のある方などは郵便投票を**
身体に重い障害などがあり、表Aに該当する方で、自ら記載できる方は、郵便などで投票できます。事前に「郵便等投票証明書」の交付を受ける必要があります。
- 代理記載制度**
表Aに該当する方のうち、自ら記載できない方で、表Bに該当する方は、事前に区選挙管理委員会へ届け出た代理記載人に投票の記載をしてもらうことができます。
- 投票所入場整理券に点字シールを貼れます**
目の不自由な方は、点字シールを貼った投票所入場整理券を受け取れます。
☆知り合いに目の不自由な方がいたら、このことをお伝えください

明るい選挙イメージキャラクター「選挙のめいすいくん」▶

表A	障害の部位	障害の程度
身体障害者手帳	両下肢・体幹・移動機能	1級・2級
	心臓・じん臓・呼吸器・膀胱・直腸・小腸	1級・3級
	免疫・肝臓	1級~3級
戦傷病者手帳	両下肢・体幹	特別項症~第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・膀胱・直腸・小腸・肝臓	特別項症~第3項症
介護保険被保険者証の要介護状態		要介護5

表B	障害の部位	障害の程度
身体障害者手帳	上肢・視覚	1級
戦傷病者手帳		特別項症~第2項症