

NAKANO CITY

区長就任のごあいさつ

区長 酒井 直人

「オール中野」で築く、持続可能なまち

このたびの区長選挙において、多くの区民のみなさまのご支持をいただき、引き続き区政を担うことになりました。改めて責任の重さを感じています。今後も対話を大切にしながら、より開かれた区政を進めていきます。

今は、社会の変化が大きく、先行きが見通しにくい時代にあります。このような中でも、基本構想が描く将来像「つながる はじまる なかの」の実現に向け、変化に柔軟に対応できる組織づくりを進めます。新庁舎の機能を生かし、区民サービスの向上につながる仕事の進め方を推進するとともに、職員一人ひとりが力を発揮できる職場づくりに取り組みます。

また、職員が地域に飛び出してみなさまと交わる機会を広げ、信頼関係を深めながら課題解決につなげてい

ます。あわせて、デジタル技術を活用し、みなさまが必要な情報を見つけやすく、手続きや相談がよりしやすくなるよう、サービスの充実に取り組みます。

重点的に取り組む分野として、子育て支援、地域包括ケア、持続可能なまちづくりを掲げます。妊娠期から若者期まで切れ目のない支援を充実させるとともに、子どもの権利を大切にします。健康づくりや孤立防止、障害者支援などを進め、誰もが安心して暮らせる地域をつくります。更に、中野駅周辺のまちづくりや防災力の向上、環境への取り組みなどを通じ、活力あるまちを実現します。

中野の最大の財産は「人」です。区民のみなさま、地域団体、事業者、そして職員が力を合わせ、「オール中野」で区政を前へ進めていきます。

Profile 酒井直人(54歳)

1971年岐阜県生まれ。大学進学を機に上京し、中野に居住。早稲田大学法学部、同大学院法学研究科修了後、中野区に入る。政策室副参事(広報担当)、地域支えあい推進室副参事(地域包括ケア推進担当)などを歴任。2018年6月中野区長に就任。趣味はトロンボーンと料理。得意料理はタイ料理。家族は妻・娘(高2)・丸(4歳・犬)



対話を力に、区政を前へ

6月29日、令和8年区議会第2回定例会の開会に当たり酒井直人区長は、今後4年間の区政経営に向けて所信を表明しました。その概要をお知らせします。

「対話を基本に、変化に強い区政経営を」

中東情勢を含めた国際情勢の変化や長期化する物価高騰、生命に危険を及ぼすレベルの猛暑など、予測困難な時代にあります。

こうした時代の中で、基本構想で描くまちの姿「つながる はじまる なかの」を着実に実現するためには、部門を越えた連携が機能し、自ら課題を解決できる組織へと変わり続けていくことが欠かせません。

区は、「目標と成果による区政運営」を全ての行政活動の基本方針として、区政経営方針、経営戦略、行政評価、事業見直し、予算・決算、個人目標管理などの経営システムをPDCAサイクルにより運用しています。

こうした経営システムの再構築・機能強化を進め、組織づくりと人づくりを一体的に推進し、組織風土改革を着実に前へ進めるとともに、区民の視点に立った成果志向の区政経営を徹底していきます。その原点は、区民との「対話」です。区民の意見や価値観を丁寧に受け止め、より良い区政の実現に向け、今年度からの5年間の取り組みを示す「中野区基本計画」に基づき、各施策を進めてまいります。



▲6月29日、区議会第2回定例会で



1 子育て先進区の実現

子どもの権利・意見を政策に反映

- 子どもの権利の視点を全ての施策に取り入れるとともに、子どもの意見を政策に反映する取り組みを推進

地域全体で子育てを応援

- 産前産後ケアを拡充し、妊娠期から乳幼児期、成長段階に応じた切れ目のない支援体制を構築

子どもの貧困対策・ひとり親家庭支援

- 学校長期休業中の食品配付事業の実施、常設型フードパントリーの設置

子どもの居場所づくり

- 児童館の機能強化・施設整備を推進
- 常設プレーパークの設置箇所拡充を検討

中高生年代・若者のチャレンジや社会参画の支援

- ティーンズ会議や若者会議を通じて、子ども・若者の声を区政に反映
- 給付型奨学金事業の実施
- 中高生年代向け拠点施設、中高生機能強化型児童館の整備

多様な価値観の中で成長できる学校教育

- 子どもが自分で学校予算の使い道・修学旅行の行き先等を考える学びや参画を促進
- タブレット端末を活用し、一人ひとりに合った学習(教育DX)を推進
- 地域や区内事業者と連携した創業教育・キャリア教育の充実
- 多文化共生の視点を踏まえた国際理解教育や日本語支援、包括的性教育の実施

英語教育の充実

- ALT(外国語指導助手)の配置拡充

不登校支援・いじめ防止

- 不登校支援を強化し、教育支援室「フリーステップルーム」やチャレンジクラス「N組」の運営、学びの多様化学校の設置検討など多様な学びの環境を整備
- SNS相談体制の強化や専門職の配置、アニメを活用した啓発動画などによりいじめの未然防止と早期対応を推進

教育環境の整備

- 教員の働き方改革と学校支援人材の確保・活用を推進
- 部活動についても地域連携や外部人材の活用等により多様な体験機会を確保

2 地域包括ケア体制の実現

スマートウェルネスシティの推進

- 誰もが健康で生きがいを持ち、安全・安心に暮らせる地域社会の実現に向けた取り組みを推進

健康づくりの推進

- 区民の健康意識の向上と行動変容を促す取り組みの推進
- 健幸プラザの活動プログラムを充実
- 女性の健康づくりやプレコンセプションケアの推進
- ライフステージに応じた健康施策を体系的に展開

安心して子どもを産み育てられる環境整備

- 不妊治療に対する支援の充実

物価高騰への対応

- 区民生活や事業活動の実態を踏まえた負担軽減策を推進

複合的な課題を抱える人への支援強化

- コミュニティソーシャルワーカーの配置拡充、アウトリーチ体制の強化、孤独・孤立対策の推進
- ケアラー支援条例の制定などにより、家族の介護・看病を担う人への支援を充実

障害児・障害者支援

- 児童発達支援の強化、放課後等デイサービスを充実
- 18歳以降も切れ目のない支援体制を構築

3 活力ある持続可能なまちの実現

中野駅周辺のまちづくり

- 中野駅新北口駅前エリア再整備を区民との対話を踏まえ推進
- 中野駅西側南北通路・橋上駅舎の整備
- 千光前通りのアニメを生かしたまちづくりの推進、中野駅桃園広場整備の推進

西武新宿線沿線まちづくり

- 新井薬師前駅・沼袋駅周辺のまちづくりの推進
- 野方以西の連続立体交差化の早期実現

居心地の良い公共空間づくり

- 「歩きたくなるまちづくり」の実現に向け、公園再整備やみどりの創出、ベンチ設置などを推進
- 子どもの意見を反映したインクルーシブな公園整備を推進

防災・産業・環境

- 避難所開設支援アプリの活用など防災DXを推進
- デジタル地域通貨「ナカペイ」を活用した地域内経済循環を促進
- 「なかの気候区民会議」を契機に「ゼロカーボンシティなかの」の実現を推進

全文をご覧になりたい方は

区長施政方針説明の全文は、
区HPでご覧になれます。



▲区HP

胸が高鳴るなかの夏

商店街支援係／8階 ☎(3228)5591 FAX(3228)5456

いずれも、どなたでも参加できる催しです。当日直接会場へ。駐車場はありません。

8/1^土
2^日

なべよこ夏まつり

(鍋横商店街振興組合主催)

会場 鍋屋横丁通り(本町4丁目)

時間 両日午前11時30分～午後7時30分

8/8^土
9^日

鷺宮盆おどり

(鷺宮商明会主催)

会場 旧鷺宮小学校(鷺宮3-31-4)

時間 両日午後4時～8時30分

8/22^土
23^日

納涼盆踊り大会

(東中野銀座商店会主催)

会場 みどり公園(東中野3-11-12)

時間 両日午後6時～8時 ☆両日午後5時～6時は子ども盆踊りを開催

8/22^土
23^日

あいロードまつり

(薬師あいロード商店街振興組合主催)

会場 薬師あいロード商店街(新井1丁目)

時間 両日午後2時～7時

8/22^土
24^月

納涼盆踊り大会

(江古田商和会主催)

会場 丸山塚公園(沼袋2-40)

時間 全日午後6時30分～9時

8/29^土
30^日

川島夜店市

(川島商店街振興組合主催)

会場 川島商店街(弥生町3丁目)

時間 両日午後4時～8時

8/21^金
23^日

子どもから大人まで楽しめる野外シネマ 「中野チルナイトピクニック ～夕涼みアニメシアター～」

シティプロモーション係／8階
☎(3228)5467 FAX(3228)5456

中野セントラルパークイーストの壁面に、プロジェクションマッピングの技術を使って、区内に本社のある、アニメ関係会社5社の名作アニメを上映します。

☆当日直接会場へ。小雨決行(荒天中止)

日時 8月21日(金)～23日(日)いずれも午後7時～9時

☆上映前の午後4時～7時に、子ども向けワークショップも実施。

上映作品などについて詳しくは、区HPをご覧ください

会場 中野四季の森公園(中野4-13)



▲区HP



▲昨年の様子



引き続き熱中症にご注意を

エアコンなどを適切に使用し、こまめに水分を補給しましょう。

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



買い物やサービスで 中野区デジタル地域通貨

ナカペイ

地域経済活性化係／8階 ☎(3228)5707 FAX(3228)5456

ナカペイは、区内約1,440の加盟店で使えるキャッシュレス決済サービスです。



▲専用サイト

便利さ拡大中！

区内の商店街はもちろん、イベントや施設利用料の支払いなど、さまざまな場面で使えます。

使うほど 地域のお店を応援！

ナカペイ加盟店の決済手数料は0円。支払いを通して、お店を応援することができます。

いつでもお得にチャージ

3%ポイント還元キャンペーン

チャージ(購入)額に対してポイントを還元します。

キャンペーン期間 8月3日(月)正午～来年1月31日(日)
☆予算上限に達し次第、終了する場合があります

ポイント還元率 3% ☆付与されたポイントの有効期限は、チャージした月の翌々月末まで



▲詳しくは、こちらから

8月3日(月)
正午から

クレジットカードでチャージができるようになります

マイナンバーカードを用いた本人確認を完了した方が対象です。
☆同日からチャージ方法が、セブン銀行ATMとクレジットカードのみに変わります



▲チャージ方法など詳しくは、こちらから

スーパーマーケットライフが会場

ナカペイ出張サポート窓口

日時・会場店舗 8月5日(水)・6日(木)＝中野新井店(新井3-8-12)、18日(火)・19日(水)＝中野駅前店(中野5-33-13)、27日(木)・28日(金)＝東中野店(東中野3-9-7)

☆いずれも午前9時30分～午後0時30分。当日直接会場へ。開催日以外はナカペイコールセンターへ問い合わせを



問合せ先 > ナカペイコールセンター
☎(6743)2481 ☆平日午前10時～午後5時

証明書の取得は マイナンバーカードで便利に

住民記録係／2階
☎(3228)5500 FAX(3228)5456

マイナンバーカードを利用して、住民票の写しや印鑑登録証明書などをオンラインで申請し、郵送で受け取れます。

また、全国のコンビニでも取得可。詳しくは、区HPをご覧ください。戸籍住民課コールセンター☎(3228)5506へ問い合わせを。

政治家の寄付は禁止されています

区選挙管理委員会／8階
☎(3228)5541 FAX(3228)5687

区長や区議会議員などの公職にある人やこれらに立候補を予定している人が選挙区内の人や団体に寄付をすること、また有権者が寄付を求めることは、公職選挙法で禁じられています。

お互いに「贈らない・求めない・受け取らない」を心掛け、ルールを守りましょう。☆政治家が、選挙区内の人に対し、年賀状などのあいさつ状(自筆による答礼のためのものは除く)を出すことも禁じられています

「チャレンジ基金」助成金交付事業を決定しました

公益活動推進係／4階
☎(3228)3251 FAX(3228)5620

区民公益活動推進基金から助成を行う団体が決定しました。詳しくは、区HPをご覧ください。

改定前の事業系有料ごみ処理券をお持ちの方はお早めに手続きを

清掃事務所(松が丘1-6-3)
☎(3387)5353 FAX(3387)5389

平成29年10月改定時のごみ処理券は、清掃事務所で改定後の料金との差額を支払い新しい券と交換するか、払い戻しの手続きをしてください。☆詳しくは、区HPをご覧ください。清掃事務所へ問い合わせを

「なかのエコチャレンジ」に 取り組もう

環境・緑化推進係／8階
☎(3228)5516 FAX(3228)5673

家庭で取り組める省エネ項目のチェックシートです。まずは1週間、始めてみましょう。

チェックシートは区HPからダウンロードできます



催し・講座

ペットの防災教室

衛生環境係
(中野2-17-4中野区保健所)
☎(3382)6662 FAX(3382)6667

東京都動物愛護推進員から学びます。
☆ペットを連れての参加はできません

日時 8月22日(土)午後1時30分～3時30分

会場 区役所1階

申込 8月6日～19日に電話か、ファクスまたは直接、衛生環境係へ。先着20人。
保(先着2人)希望の方は、8月14日までにあわせて申し込みを。**住**住所、氏名とふりがな、電話番号、**保**はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

なかの地域共創ひろば

公益活動推進係／4階
☎(3228)3251 FAX(3228)5620

団体の悩みや運営のコツなどを共有できる団体交流会です。

対象 区内の公益活動団体

日時 8月19日(水)午後7時～9時

会場 区役所7階会議室

申込 7月21日～8月10日に電子申請か、電話、**こ**koeki@city.tokyo-nakano.lg.jpまたは直接、公益活動推進係へ。先着30人

詳しくは、区HPをご覧ください



平和企画展示 「広島・長崎 原爆ポスター展」

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

日時・会場 ☆いずれも当日直接会場へ
①**7月24日(金)～8月4日(火)**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)、②**8月6日(木)～16日(日)**午前8時30分～午後9時30分=区役所1階、③**8月18日(火)～27日(木)**=中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側

家族の「ゆとり時間」をつくる 暮らしの整理学

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

対象 区内在住・在勤・在学の方、関心のある方

日時 8月8日(土)午後2時～4時

会場 区役所6階会議室

申込 7月21日～8月7日に専用フォームから申し込むか、平日午前9時～午後5時に電話で、街活性室(株)☎(6453)7808へ。先着30人。**保**(先着3人)希望の方は、7月30日までにあわせて申し込みを☆オンライン(Zoom)でも参加可。先着50人

専用フォーム



人権よろず相談

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

人権擁護委員に相談できます。
日時 8月4日(火)午後1時～4時
☆一人当たり30分程度
会場 区役所7階相談室
申込 7月28日午前9時から電話で、平和・人権・男女共同参画係へ。先着6人
☆9月以降も毎月第1火曜日に実施

「ビジコンなかの」に ビジネスプランを出してみませんか

中小企業支援係／8階
☎(3228)8729 FAX(3228)5456

中野発の新しいビジネスプランを募集するコンテストです。申込方法や入賞特典について詳しくは、ビジコンなかの2026事務局HPをご覧ください。
☆西武信用金庫との共催

ビジコンなかの2026事務局HP



介護未経験者向け 「介護に関する入門的研修」

介護保険課管理係／3階
☎(3228)5629 FAX(3228)5620

介護の仕事の基本的知識とスキルを学びます。修了後に区内介護事業所との「介護のおしごと相談会」を開催。

☆詳しくは、区HPをご覧ください。介護保険課管理係へ問い合わせを

対象 全回参加可能で、介護の仕事に興味のある18歳以上の方

日時 9月7日(月)・10日(木)・14日(月)・16日(水)午前9時30分から

☆各日6時間程度(休憩あり)。全4回

会場 区役所7・8階会議室

申込 7月21日～8月18日に電子申請か、電話で、セントスタッフ(株)☎(6803)5624へ。先着30人

後期外国語講座(3件)

中野区国際交流協会
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

英会話、中国語、韓国語の3講座。9月～12月(全12回)の欠員分受講生を、抽選で募集します。

会場 なかのZERO西館(中野2-9-7)

参加費 1講座につき20,000円(賛助会員18,000円)

申込 8月7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

専用フォーム



パソコン体験・スマホ入門・ LINE入門講座

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

内容・日時 パソコン体験=8月21日(金)午前10時～午後3時、スマホ入門=22日(土)午前10時～正午、LINE入門=22日(土)午後1時～3時

対象 区内在住・在勤の方

会場 中野区シルバー人材センターの各分室

北部(〒165-0033若宮3-15-12)

南部(〒164-0012本町6-17-12)

江古田(〒165-0022江古田4-14-11)

申込 各受講希望開催日の8営業日前(必着)に往復ハガキで、受講を希望する会場へ。抽選で各回・各会場6人(計54人)。**住**講座名、住所、氏名とふりがな、電話番号、受講希望会場(返信用にも住所、氏名を記入)
☆結果は、全応募者に各開催日の3営業日前までに郵送予定

募集・求人

中野区育児休業代替任期付職員 (建築・保育士)

人事係／8階
☎(3228)8041 FAX(3228)5647

選考日 8月15日(土)

申込 7月31日午後5時までに電子申請で

☆対象や勤務条件などについて詳しくは、区HPをご覧ください

区HP



区報に広告を 掲載しませんか

広報係／7階
☎(3228)8803
FAX(3228)5476

区内全域に約22万部、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。

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



株式会社 山野
中野区新井 1-19-1

フリーダイヤル 012-012-4699



広告

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、東京バス協会から更新の案内が郵送されています。更新を希望する方は、案内をご覧ください。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)

磁気カードから交通系ICカード(PASMO)に変わります

更新にあわせて、タッチ乗車や自動精算などがスムーズにできるPASMOに変わります。

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。

生活機能向上プログラム「ボードゲームで終活を楽しく学ぶ」

健幸プラザみどり館上高田
(上高田4-17-3)
☎・FAX(3228)7220

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 8月19日(水)午前10時～11時30分

申込 8月5日～17日の平日午前9時～午後5時に電話または直接、健幸プラザみどり館上高田へ ☆先着12人

友愛クラブの活動に参加しませんか

地域自治推進係／4階
☎(3228)8921 FAX(3228)5620

「友愛クラブ」は、おおむね60歳以上の方を対象とした地域の老人クラブの愛称です。区内57のクラブで、趣味を生かした活動や地域に役立つ活動をしています。

参加してみたい方や地元のクラブの連絡先を知りたい方は、地域自治推進係へ問い合わせを。

江古田の森公開セミナー「新しい後見人制度について」

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

日時 8月15日(土)午後1時～2時

会場 東京総合保健福祉センター江古田の森 ☆当日直接会場へ

家族介護教室「認知症ケア」

はびね中野坂上(中央1-11-8)
☎(5348)7753 FAX(5348)7754

対象 自宅で高齢者を介護している方

日時 8月16日(日)午後1時30分～3時30分

申込 7月21日～8月14日に電話で、はびね中野坂上へ ☆先着15人

子ども・子育て

期限までに現況届の提出を(児童扶養手当・特別児童扶養手当)

児童手当係／3階
☎(3228)8952 FAX(3228)5679

8月上旬に、児童扶養手当(ひとり親家庭などが対象)・特別児童扶養手当(障害のあるお子さんがいる家庭が対象)を受給中の方へ、現況届を郵送します。

現況届の提出は、手当の受給資格の有無を確認するための手続きです。提出がないと引き続き手当を受けることができません。8月31日(必着)までに、児童手当係へ提出を。

☆添付書類などについて詳しくは、現況届に同封する案内をご覧ください

明るい選挙ポスターコンクール作品を募集します

区選挙管理委員会／8階
☎(3228)5541 FAX(3228)5687

対象 区内在住・在学の小・中学生、高校生

申込 学校へ直接提出するか、作品裏面の右下に学校名、学年、氏名とふりがなを記入して9月11日までに直接、区選挙管理委員会へ ☆参加賞あり

未就園児が対象「中野区こども誰でも通園制度」

保育企画調整係／7階
☎(3228)8089 FAX(3228)5679

お子さんの健やかな成長を応援することを目的とした制度です。

保育園等を利用していないお子さんが、一部の保育施設を定期的に利用できます。申込方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

北部すこやか福祉センター
(江古田4-31-10)
☎(3388)0240 FAX(3389)4339

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

日時 8月5日(水)午後1時30分～3時

会場 北部すこやか福祉センター

申込 7月22日～8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人程度

お子さんの発達などに不安をお持ちの方へペアレントメンターと話しませんか

子ども発達支援係／3階
☎(3228)5613 FAX(3228)5662

内容・日時 個別相談会＝①8月4日(火)・②12日(水)、グループ相談会＝③9日(日)・④28日(金)

☆①②④は午前10時～11時30分、③は午前10時30分～正午

会場 ☆区活＝区民活動センター

①沼袋区活(沼袋2-40-18)、②桃園区活(中央4-57-1)、③楽～CAN(本町2-5-7)、④新井区活(新井3-11-4)

申込 7月21日～各開催日の前日までに電話または✉irotori@wakamiyaclub.or.jpで、NPO法人わかみやクラブいろいろどり☎(6821)7540へ。①②は各日先着2人、③④は各日先着4人。☑氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、お子さんの年齢と性別

ひとり親家庭のみなさんへ

困った時は気軽に相談を

母子・父子自立支援員が個別に状況を伺い、問題解決のお手伝いをします。利用できるサービスなども紹介。相談上の秘密は守られます。安心して相談を。詳しくは、区HPをご覧ください。

相談方法 随時受け付け。まずは電話で、子ども・子育て支援係へ

●状況に応じて以下の支援サービスが受けられます ☆事前相談が必要

①養育費確保支援

養育費を公正証書等で取り決める場合、作成手数料などの補助金を受給できます(上限2万円)

④母子家庭等高等職業訓練促進給付金等

一定期間の高等職業訓練促進給付金等を受給できます

②ひとり親家庭住宅支援補助金

区内転居をした際に掛かった初期費用等に対する補助金を受給できます(上限30万円)

⑤母子生活支援施設入所

一定期間の中で、養育支援、家庭運営支援など自立に向けた支援を受けられます

③母子家庭等自立支援教育訓練給付金

対象講座の受講料などの60%相当額を受給できます

⑥東京都母子及び父子福祉資金貸付

お子さんの修学や就学支度、親の技能習得や転宅などに必要な資金を借りられます

①～⑤＝子ども・子育て支援係／3階
☎(3228)8723 FAX(3228)5679
⑥＝自立支援係／4階
☎(3228)5637 FAX(3228)8072



▲区HP



受験生チャレンジ支援貸付のご利用を

中野区社会福祉協議会(中野5-68-7)
☎(5380)5775

高校・大学の受験料や塾の費用を無利子で借りられ、入学すると返済が免除されます。詳しくは、中野区社会福祉協議会へ問い合わせを。

対象 中学校3年生・高校3年生のお子さんがいる、所得が一定基準以下の世帯
☆相談は、前日までに予約が必要。平日(第3月曜日を除く)午前9時～午後5時に電話で、同協議会へ



中高生年代の方へ

8月1日オープン (仮称)ナカノ ティーンズベース

子ども政策調整係／7階
☎(3228)5605
FAX(3228)5679

中高生年代の居場所として、おしゃべりや自習、趣味の活動など、自由に過ごすことができます。

開設日時 平日=午後3時～8時30分、土・日曜日・祝日及び夏休み期間中=午前10時～午後8時30分
☆中学生は全日午後7時30分まで

会場 教育センター分室内(野方1-35-3)
☆休館日などについて詳しくは、区HPをご覧ください



▲区HP

健康・福祉

7月28日は世界・日本肝炎デー 過去に受けたことのない方は肝炎ウイルス無料検査を受けましょう

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、放置すると肝硬変や肝臓がんに進行することもあります。早期発見・早期治療のため、ぜひ検査を受けましょう。

日時 8月7日、9月4日、いずれも金曜日、午前10時からと午後2時から

☆各回10人。10月以降も、原則毎月第1金曜日に実施

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、検査希望日時

都医療券(気管支ぜん息)の更新をお忘れなく 大気汚染医療費助成制度

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

現在認定を受けている方は、有効期間満了の1か月前を目安に、すこやか福祉センターか、中野区保健所で都医療券の更新手続きをしてください。

平成9年4月1日以前に生まれた方は、更新手続きを行わずに資格を喪失すると再認定を受けられません。ご注意ください。

☆一定の要件を満たして新規認定された方は、18歳になる月の末日まで助成を受けられます。認定要件などについて詳しくは、区HPをご覧ください

国保特定健診を受診した方へ 健診結果を活用しましょう

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

国保特定健診の結果、生活習慣病の疑いがあり、まだ医療機関を受診していない方へお知らせを今月下旬に郵送します。届いた方は医療機関を受診しましょう。 ☆お知らせを郵送した後に電話で受診状況を確認します



事故に遭ったら 加入している健康保険へ届け出を

交通事故(自転車同士の事故、自損事故を含む)や暴力などによるけが等の治療に健康保険を使用する場合は、加入している健康保険へ届け出が必要です。

なお、他人(第三者)の行為によるけが等の医療費は、加害者が過失割合に応じて負担するのが原則ですが、その場合でも健康保険で受診することもできます。下記に連絡し、事故等の詳細を知らせ、提出書類などについての説明を受けてください。

連絡先

☆いずれもファクスは(3228)5456

国民健康保険の加入者
国保給付係／2階
☎(3228)5510

後期高齢者医療保険の加入者
後期高齢者医療係／3階
☎(3228)8944

☆上記以外の方は、加入している健康保険へ連絡を

HPVワクチンの予防接種を無料で受けられます

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

子宮頸がんや性感染症等の原因になるHPV(ヒトパピローマウイルス)。次の対象の方は、ワクチンを無料で接種できます。詳しくは、区HPをご覧ください。

対象 区内在住の小学校6年生～高校1年生年代の男女

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 8月13日(木)午後1時～3時

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

歯科相談

北部すこやか福祉センター
(江古田4-31-10)
☎(3389)4321 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 8月17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 7月27日～8月13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

家づくりのプロが中立的な視点で解説 「はじめての住宅購入まるわかり無料講座」開催

8月9日(日)参加無料・要予約
中野セントラルパークで開催

講座事務局(わかば企画内)
☎0120-661-339

中立的な立場で家づくりをサポートする「イエーエージェント」では、住宅購入や住み替

令和7年度福祉オンブズマン制度・民間福祉サービス紛争調停制度の運営状況

福祉推進課庶務係／4階
☎(3228)8757 FAX(3228)5662

福祉オンブズマン制度

区が提供する福祉サービスへの苦情の申し立てを受けて、区の対応が適正かどうか、区長が委嘱した福祉オンブズマン(中野区福祉サービス苦情調整委員)が公平な立場で調査し審査する制度です。

令和7年度に申し立てを受けた苦情は、1件でした。内容を調査・審査した結果は、次のとおりです。

●現状では区の対応はやむを得ないと判断し、申立人に伝えたもの=1件

また、令和6年度に申し立てを受けた苦情について、令和7年度に実施機関に対し、是正や制度の改善を求める意見を表明したものは、1件でした。



民間福祉サービス紛争調停制度

民間の事業者が行う福祉サービスの利用に関する紛争について、解決を図る制度です。サービスを利用する区民、事業者の方のどちらからでも申請できます。令和7年度は、いずれからの申請もありませんでした。

☆いずれの制度についても詳しくは、区HPをご覧ください



失語症の方の意思疎通をお手伝いします

障害者福祉会館(沼袋2-40-18)
☎(3389)2171 FAX(3389)2175

買い物や通院などの外出時に、意思疎通をサポートする支援者を派遣します。希望する方は、事前に失語症サロンへの参加が必要です。団体向けの派遣も実施。詳しくは、障害者福祉会館へ問い合わせを。

せせらぎ夏祭り2026

地域生活支援センターせせらぎ
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

日時 8月20日(木)正午～午後4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

☆当日直接会場へ。食事は事前に予約が必要です(有料)。希望の方は、8月4日～19日に電話または直接、「せせらぎ」へ。先着70人

「ワーカー向けカラダケア」

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

仕事中の姿勢による、体の負担を軽減するトレーニングを学びます。

対象 区内在住の勤労者・区内在勤の方

日時 8月22日(土)午前10時～11時

会場 産業振興センター

申込 7月22日～8月19日に産業振興センターHPで。先着15人

カンファレンスルーム5(中野4-10-2)
各線「中野」駅北口徒歩5分

講師 住宅建築コーディネーター
小路敏治さん他

申込 電話で無料講座事務局まで(午前10時～午後5時)webは右記の二次元コードから※個人情報受付に利用します



広告

7月20日～
8月11日の
休日当番医・
当番薬局

中野区準夜間
こども救急診療

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。

新渡戸記念中野総合病院
(中央4-59-16)
☎(3382)9991

診療日

年中無休

受付時間

午後6時45分～9時45分

診療時間

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

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

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
7月20日(月・祝)	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
	つるた内科クリニック	内・皮・小	江古田2-1-1 1階・2階	(5860)0196
	右近クリニック	内・小	南台3-33-5	(3381)3191
	中野すこやかクリニック	内	中央2-59-18 2階	(5358)9967
	新中野女性クリニック	産婦	本町4-48-23	(3384)3281
	林歯科医院	歯	中野5-30-6-209	(3387)1354
	沼崎歯科医院	歯	新井2-46-1 1階	(3228)7731
	むさしの薬局新井薬師店		新井1-26-6	(5380)3935
	とおやま薬局中野南台店		南台3-32-5	(3229)5039
7月26日(日)	総合東京病院	内・外・形外	江古田3-15-2	(3387)5421
	中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
	哲学堂石井内科医院	内・消内	江古田1-1-4	(5906)5010
	大場診療所	内・小	大和町3-40-6	(3330)0073
	なかのキッズクリニック	小	中野2-24-9-A103	(5340)7153
	堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
	山内歯科医院	歯	東中野4-4-3 2階	(3361)0526
	青葉調剤薬局		中野5-47-10	(3389)7110
	栄真堂薬局		大和町3-44-2	(3337)2510
	茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
8月2日(日)	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
	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
	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
	やよい町こども医院	小	弥生町1-8-11	(6300)4790
	白川クリニック	内・外	南台2-51-8 1階	(6382)5011
	えみ歯科矯正歯科 中野沼袋	歯	沼袋1-1-7 1階	(5942)4461
	中野中央薬局		中央4-60-5	(6304)8530
	イトウ薬局		東中野3-8-7	(3371)6936
	すずらん薬局		南台2-51-7	(6382)7941
8月9日(日)	総合東京病院	内・外・整	江古田3-15-2	(3387)5421
	横島病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
	熊谷医院	内	鷺宮3-32-5	(3338)1515
	ちひろこどもクリニック	小	野方5-22-8	(3339)6658
	かねなか脳神経外科	内・脳神経外・ 外・整	中央4-4-2	(6382)4880
	右近クリニック	内・小	南台3-33-5	(3381)3191
	中野区弥生町・南台 みなみ台なないろ歯科	歯	弥生町4-25-1	(6382)5507
	薬局アポック鷺宮店		鷺宮3-33-6	(3223)0088
	野方調剤薬局		野方5-21-8	(3336)8822
	とおやま薬局中野南台店		南台3-32-5	(3229)5039
8月11日(火・祝)	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
	中野共立病院	内	中野5-44-7	(3386)3166
	やまぐち内科ハートクリニック	内	上鷺宮2-4-1	(3970)0770
	中野駅前内科クリニック	内	中野3-36-12 2階	(3382)1071
	糖尿病・内分泌内科	内	中央2-59-18 2階	(5358)9967
	中野すこやかクリニック	内	中央2-59-18 2階	(5358)9967
	やまぎしこどもクリニック	小	本町4-45-9 2階	(3382)2525
	五十嵐歯科	歯	中野5-37-17	(3389)5150
	ゆかり歯科	歯	江古田4-6-3 2階	(3385)1117
	いずみ薬局さぎのみや		上鷺宮2-4-1	(5848)3229

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

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HP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.iryuu.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

外壁・屋上の防水／総合リフォーム

MARUTOMO 1994 MARUTOMO SPIRITS マルトモ は、

中野区物件を手掛け創業30年以上、ビル・マンションから一戸建て等、修繕工事・防水工事等で、私達の技術を活かしてください!

お見積り無料 お気軽にご相談ください

03-5380-0065(代)
https://www.marutomo1994.co.jp/
株式会社マルトモ 中野区新井5-33-7(中野通り)

中野区で選ばれる「後悔しない一日葬」を
火葬料式場料も
すべて含んだ『本当の総額』

マンション等でお家に帰れない方も安心
病院から直接、「面会ができる安置室」へ
24時間 365日すぐにお迎えに伺います。

くみん商場 中野新井薬師前 西武新宿線「新井薬師前」徒歩3分

資料請求
お問合せ (03) 6454-0019

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・された
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

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! 申請手数料・手数料
に相談・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 株式会社 芹沢ガラス スタッフ
71年 募集 中

☎0120-953-577 詳細はお問合せ
ください

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

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

区立小・中学校 学校給食展示会

～給食の舞台裏をのぞいてみよう～

学校健康推進係/7階

☎(3228)5522 FAX(3228)5679

厨房機器の展示や食育講座、小・中学生を対象とした箸置き作りのワークショップなどを実施。

日時 7月26日(日)午前10時～午後4時

会場 区役所1階

☆当日直接会場へ。区役所1階カフェテリア「ナカノヤNYAcafe」ではNYAコラボ給食を販売。詳しくは、区HPをご覧ください



▲区HP



▲コラボ給食イメージ



▲当日は回転釜の展示も



▲給食の時間を楽しむ子どもたちの様子

安全で楽しい夏休みを過ごすために 防犯対策を確認しましょう

生活・交通安全係/8階

☎(3228)8736 FAX(3228)5647

●子どもを犯罪から守る5つのキーワード

子どもが不審者に遭った時の対処法を親子で確認しましょう。

い について
い かない



お おおごえを
だ だす



す すぐ
に げる



の 車にのらない



し 何かあったら
大 人に
し らせる



登録しよう「防災・防犯情報メール」

区内で発生した犯罪・不審者情報を、電子メールで受け取れます。登録の手続きなどについて詳しくは、区HPを確認を。



▲区HP



災害時の断水に 備えましょう

大規模な地震が発生した際、区の想定断水率は最大で約17%です。各家庭で、一人当たり1日3Lの飲料水を3日～7日分備蓄しましょう。

覚えておこう 災害時給水ステーション

地域防災係/8階

☎(3228)8930

FAX(3228)5647



▲このマークが
目印です

断水した際、区内では次の場所で水をお配りします。水を入れる清潔な容器(ポリタンクなど)を持参してください。

場所 弥生公園(弥生町5-4)、江古田の森公園(江古田3-14)、みずのとう公園(江古田1-3)

☆都内に200か所以上設置。災害時の開設状況などについて詳しくは、都水道局アプリまたは都水道局HPでご覧になれます



◀アプリの
ダウンロードは
こちらから

7月1日現在。()内は前月比

住民基本台帳	世帯数	人口(人)				合計
		男	女	小計		
日本人	201,312※(101減)	159,990(38減)	157,670(56減)	317,660(94減)		345,106(72減)
外国人	21,398(54増)	14,356(5増)	13,090(17増)	27,446(22増)		

※日本人と外国人の混合世帯 2,081 を含む



古紙パルプ配合率70%再生紙を使用

●区内各家庭の郵便受けなどに配布しています。情報活用後は、資源として古紙の集団回収へ



▲なかの区報

SNSでも
情報発信中



▲区HP