

なかの区報 nakano

🏠 www.city.tokyo-nakano.lg.jp

令和8年(2026年)

8.11

No.2182

毎月5日・20日発行
(1月・8月は11日発行)

中野で出会う、
星空の世界。



【今号の表紙】なかのZERO(中野2-9-7)のプラネタリウム。

解説員による生解説とともに、季節ごとの星空や宇宙の世界を楽しめます

令和
7
年度

情報公開制度と 個人情報保護制度の 運営状況をお知らせします

文書・情報公開係／6階 ☎(3228)8893 FAX(3228)5647

公正性の確保のために

区は、情報公開請求や保有個人情報開示請求等に対する区の決定について審査請求があった場合の審査機関として、情報公開・個人情報保護審査会を設置しています。

情報公開制度

区民のみなさんの知る権利を保障する制度で、「中野区区政情報の公開に関する条例」により運営しています。

職員が職務の上で作成、または入手した情報で、文書等の記録媒体により保管しているものは、どなたでも情報公開請求できます。

昨年度の情報公開請求の件数は317件で、内容は表1のとおりです。

表1 情報公開の決定状況(317件) (単位：件)

全部公開(個人情報などの公開すべきでない情報が一切含まれない請求)	209
一部公開(情報の一部を公開できない請求)	72
非公開(情報の全部を公開できない請求。該当する文書が存在しなかったもの等)	32
却下(権利の乱用、請求要件を欠くもの等)	4

個人情報保護制度

個人情報を適正に取り扱うためのルールを定めるとともに、区民のみなさんの権利利益を保護するための制度です。

「個人情報の保護に関する法律」に基づき、区の事務で1,000人以上の個人情報を取り扱う場合は、個人情報ファイル簿を作成及び公表しています。また、「中野区個人情報の保護に関する法律施行条例」に基づき、1,000人未満の個人情報を取り扱う場合は、条例個人情報ファイル簿を作成及び公表しています。昨年度末の作成数は、表2のとおりです。

なお、昨年度の保有個人情報開示請求は166件でした。その内訳は、全部開示101件、部分開示24件、不開示41件(該当する文書が存在しなかったもの等)です。訂正等の請求はありませんでした。

表2 個人情報ファイル簿及び条例個人情報ファイル簿の作成状況 (単位：件)

実施機関	個人情報ファイル簿				条例個人情報ファイル簿			
	令和7年度 当初の作成数 (A)	令和7年度内の作成数		令和7年度末 の作成数 (A+B-C)	令和7年度 当初の作成数 (あ)	令和7年度内の作成数		令和7年度末 の作成数 (あ+い-う)
		新規(B)	廃止(C)			新規(い)	廃止(う)	
区長	203	19	4	218	368	22	9	381
教育委員会	17	2	0	19	21	7	7	21
選挙管理委員会	1	0	0	1	0	0	0	0
監査委員	0	0	0	0	0	0	0	0
計	221	21	4	238	389	29	16	402

また、区が保有する個人情報は、利用目的以外の目的で、区内部で利用すること及び区以外の外部機関等に提供することを原則禁止しています。ただし、法令に基づく場合や本人の同意がある場合などについては、例外として利用目的以外の目的での利用及び提供ができることとしています。昨年度の利用・提供はいずれも128件でした。

中野区議会 第3回定例会

9月7日(月)～10月16日(金)

区議会事務局／10階

☎(3228)5585 FAX(3228)5693

会議日程

本会議=9月7日～9日、10月1日・16日、決算特別委員会=9月9日・11日・15日～18日・30日、決算特別委員会分科会=9月24日・25日・28日、常任委員会=10月5日～7日、特別委員会=10月8日・9日・14日

☆どなたでも傍聴できます。日程は、変わることがあります

開会 午後1時から。ただし、9月15日～18日の決算特別委員会は、午前10時に開会

☆一般質問放送日時(J:COMチャンネル)は「なかの区報」9月5日号でお知らせします

ありがとうございました

区への寄付(4月～6月)

4月22日、東京土建一般労働組合中野支部様から15万円

6月25日、篠原照樹様から1万円

6月29日、鶴田定洋様から40万円

期間中、匿名希望の方(2件)から計56,853円

環境基金への寄付(4月～6月)

5月8日、加島満春様から千円

5月25日、匿名希望の方(1件)から1万円

令和8年熊本地震 義援金にご協力を

総務係／6階

☎(3228)8811 FAX(3228)5647

被災された方への義援金を10月16日まで受け付けています。義援物資は受け付けていません。

受付場所 地域事務所、区役所6階窓口

受付時間 平日午前8時30分～午後5時



▲区HP

8月31日は納期限です。忘れずに納付を

☆口座振替の方は、事前に残高の確認を

- 特別区民税・都民税・森林環境税の第2期分
- 国民健康保険料の第3期分
- 後期高齢者医療保険料の第5期分
- 介護保険料の第5期分

個人事業税第1期分の納期限も

8月31日です

中野都税事務所 ☎(3386)1111

秋の交通安全講習会

交通事故防止のポイントなどを学びます。この講習に参加した方は、自転車の点検整備費用助成券(上限2,000円)を受け取れます。

☆当日直接会場へ。各回先着40人。午前①=午前10時から、午前②=午前11時から、夜=午後6時から。各回1時間。全ての会場に駐車場はありません



中野警察署 ☎(5925)0110

日程	時間	会場
8月18日(火)	夜	中野警察署(中央2-47-2)
19日(水)	午前①	南中野区活(弥生町5-5-2)
21日(金)	午前①	東中野区活(東中野5-27-5)
22日(土)	午前①	中野警察署

野方警察署 ☎(3386)0110

日程	時間	会場
9月 7日(月)	夜	大和区活(大和町2-44-6)
8日(火)	夜	鷺宮区活(鷺宮3-22-5)
9日(水)	夜	野方区活(野方5-3-1)
11日(金)	夜	新井区活(新井3-11-4)
12日(土)	午前②	沼袋区活(沼袋2-40-18)

※区活=区民活動センター

ご協力ありがとうございました

国勢調査の速報値をお知らせします

統計係／8階 ☎(3228)8892 FAX(3228)5647

昨年実施した国勢調査(10月1日期日)のうち、中野区の人口総数と世帯数の速報値は次のとおりです。

令和7年速報値

人口総数	355,333人(10,453人増加)
世帯数	221,274世帯(13,181世帯増加)

☆()内は前回(令和2年)との比較。なお、今回の速報値は、今年9月に総務省統計局から公表予定の確定値とは異なる場合があります



大学等への進学を
応援します

中野区給付型奨学金

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

大学や専門学校への進学を目指す若者を対象に、給付型奨学金の申請を受け付けます。今回は、来年度進学を予定している方が対象です。☆収入基準などの条件あり。詳しくは、区HPをご覧ください



▲区HP

9月は
東京都自殺対策
強化月間

気づいてください 体と心の限界サイン

精神保健支援係(中野区保健所) ☎(3382)2433 FAX(3382)7765

かけがえのない命を守るため、一人で悩まずに相談してください。

中野区こころといのちの相談窓口

相談日時 平日午前8時30分～午後5時

下記のすこやか福祉センターで相談できます

南部

弥生町5-11-26
☎(3380)5551
FAX(3380)5532

中部

中央3-19-1
☎(3367)7788
FAX(3367)7789

北部

江古田4-31-10
☎(3389)4323
FAX(3389)4339

鷲宮

若宮3-58-10
☎(3336)7111
FAX(3336)7134

自殺対策講演会「笑って気づく こころのSOS」

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 9月14日(月)午後2時～3時30分

会場 区役所1階

申込 8月12日～9月10日に電子申請か、電話または☑hokenyobo@city.tokyo-nakano.lg.jpで、精神保健支援係へ。先着100人。要約筆記・☑・☑(先着5人)希望の方は、8月28日までにあわせて申し込みを。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、要約筆記・☑はその旨、☑はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

自殺対策 特別企画展・パネル展

期間・会場 ①8月29日(土)～9月24日(木)=江古田図書館(江古田2-1-11)、②9月1日(火)～30日(水)=区役所1階、③9月3日(木)～23日(水・祝)=中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側

☆いずれも当日直接会場へ。①は図書館の開館日時、②は午前9時～午後5時(最終日は4時まで)

返済できない借金でお困りの方は「多重債務110番」のご利用を

消費生活センター／4階 ☎(3228)5438 FAX(3228)5456

多重債務問題は必ず解決できます。専門家への相談をご利用ください。☆東京都、法テラス(日本司法支援センター)などとの共催

対象 区内在住・在勤・在学の方

日程 9月7日(月)・8日(火)

会場 区役所4階

内容・時間 ①消費生活相談員への相談=午前9時30分～午後4時、②弁護士への相談=午後2時～4時
☆①は当日直接会場へ。②は予約制で、一人当たり30分。8月12日～9月4日に電話で、消費生活センターへ。各日先着4人

お知らせ

傍聴を

☆日程・会場は、変わることがあります。
記載がないものは、当日直接会場へ

中野区公契約審議会

契約係／8階
☎(3228)8903 FAX(3228)5647
労働報酬下限額について
8月25日(火)午後3時から
区役所6階会議室
☆午後2時30分から直接会場で受け付け

中野区健康福祉審議会

健康福祉企画係／4階
☎(3228)5421 FAX(3228)5662
①9月1日(火)=地域福祉部会
②3日(木)=スポーツ・健康づくり部会
③8日(火)=障害部会
いずれも午後7時～9時
区役所7階会議室
☆事前申込制。①8月12日～24日、②8月12日～26日、③8月19日～31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・✋・🛡️(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、🛡️はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

9月の教育委員会定例会

教育委員会係／7階
☎(3228)5734 FAX(3228)5679
①4日 ②11日 ③25日
いずれも金曜日、午前10時から
区役所7階教育委員会室

「中野区特別区税条例」を改正しました

税務管理係／2階
☎(3228)8816 FAX(3228)5456

地方税法の改正に伴い、「中野区特別区税条例」を改正しました。主な改正点は、次の2点です。詳しくは、区🏠をご覧ください。税務管理係へ問い合わせを。

①住宅借入金等特別税額控除(住宅ローン控除)の適用期限の延長

個人住民税の控除対象期間を令和25年度分まで延長します。また、控除の対象となる住宅への入居期限を令和12年まで延長します。

②セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)の適用期限の撤廃等

スイッチOTC医薬品(※)の購入費についての適用期限を撤廃します。また、それ以外の医薬品の購入費については、令和13年12月31日までに購入した分について個人住民税の控除が受けられます。

※スイッチOTC医薬品=医師から処方が必要な医薬品から、ドラッグストアなどで購入できる医薬品に転用されたもの

8月26日午前11時ごろ防災無線スピーカーから試験放送が流れます

防災危機管理係／8階
☎(3228)8909 FAX(3228)5647

防災無線スピーカーは、みなさんに情報を確実に伝えるための手段の一つです。全国一斉の試験放送として、8月26日(水)に自動放送が30秒程度流れます。

平和の森小学校移転後跡地活用に関する説明会

資産管理活用係／7階
☎(3228)8814 FAX(3228)5476

日時 8月31日(月)午後7時～8時30分
会場 区役所6階会議室 ☆当日直接会場へ。先着50人程度。🛡️(先着3人)希望の方は、8月17日～24日に電話、✉sisankanri@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクスまたは直接、資産管理活用係へ。📄氏名とふりがな、連絡先、お子さんの氏名とふりがな、月年齢

西武新宿線踏切渋滞解消促進期成同盟 決起大会にご参加を

まちづくり計画係／9階
☎(3228)5463 FAX(3228)5417

西武新宿線の「開かずの踏切」の解消に向けて決起大会を開催します。

日時 8月27日(木)午後2時～3時30分
(1時30分開場)

会場 野方区民ホール(野方5-3-1)

☆当日直接会場へ

連続立体交差事業の紹介ブースにもお立ち寄りを

同日午前10時～午後4時に、会場に併設する野方区民活動センターで、西武新宿線地下化工事の内容をパネル展示などで紹介します。鉄道跡地のイメージ画像をAIで作成できる体験ブースも。

詳しくは、区🏠をご覧ください





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

シニアの方にやさしい Door To Door の外出
あなたのための プライベート サポートタクシー

ご希望通りのプランを作成
全行程ご案内 写真撮影付き

行きたい場所へ自由に移動
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 関東旅二第1045号

どなたでも学べる 早稲田大学公開講座

中野校や オンラインなど

バンフ請求 詳細はこちら

秋講座受付中
03-3208-2248

早稲田大学 エクステンションセンター

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子ども・若者支援センター)
☎(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 8月13日、9月10日、10月8日、い
ずれも木曜日、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

LGBTQ+おしゃべりサロン

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

日時 ①8月18日(火)午後7時～8時30
分、②9月19日(土)午後2時～3時30分

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

防災体験デー

地域防災係／8階
☎(3228)8930 FAX(3228)5647

内容 消火器体験や起震車の体験など

日時 8月29日(土)午前9時～正午

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ



▲最大で震度7の揺れを体験できます

行政書士による外国人向け相談会

外国人相談窓口／4階
☎(3228)8929 FAX(3228)5456

在留資格や帰化などの手続きについて、
行政書士に相談できます。

☆30言語に対応した通訳機を設置

対象 区内在住の外国人の方

日時 9月3日(木)午後1時～4時

☆一人当たり25分以内

会場 区役所2階下りエスカレーター前

☆当日直接会場へ

園芸緑化相談

環境・緑化推進係／8階
☎(3228)5516 FAX(3228)5673

内容 中野区造園緑化業協会による相談

対象 区内在住の方

日時 9月3日・17日、いずれも木曜日、
午前9時30分～午後4時30分(正午～
午後1時を除く)

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

東京一日合同行政相談所

区民相談係／4階
☎(3228)8802 FAX(3228)5456

相続や登記、税金、法的トラブルなど
を弁護士や税理士などの専門家に相談
できます。詳しくは、東京行政評価事務
所☎(3363)1100へ問い合わせを。

☆東京行政評価事務所との共催

日時 9月8日(火)午後1時～4時

☆一人当たり20分以内

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

映像制作ワークショップ 「中野の魅力を動画にしよう！」

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

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 9月4日(金)午後6時～9時

会場 区役所1階

講師 眞鍋海里氏(クリエイティブ・ディレ
クター)

申込 8月18日までに電子申請で

☆抽選で30人

区HP



中野区・杉並区 「保育のおしごと就職相談・面接会」

中小企業支援係／8階
☎(3228)8729 FAX(3228)5456

杉並区、ハローワーク新宿との共催。
中野区・杉並区内の民間保育事業者約
20者が参加予定。

日時 9月6日(日)午後1時～4時に受け
付け

会場 杉並区役所(杉並区阿佐谷南1
-15-1) ☆面接を希望する事業者分
の履歴書を持参して、当日直接会場へ。
入退場自由。保(生後6か月以上、定員
あり)希望の方は、8月18日～27日に
電子申請か、電話で、中小企業支援係
へ

詳しくは、区HPを
ご覧ください



- ✓ 法人・個人の決算・申告って何をすればいい？
- ✓ 同業・パートナーに資産を残したい。
- ✓ 相続が発生したが、何から手を付けたらよいかわからない。

お金のお悩み
Liberaにおまかせ

- ① 法人の顧問・決算申告
- ② 個人事業主・不動産オーナーの顧問・申告
- ③ 相続税の申告・生前からの相続対策



Libera 税理士事務所
070-6669-7507

梶 兼太郎 (東京税理士会所属・登録番号 149960)
中野区本町 4-4-13 西京城ビル 2F-5 号室
初回相談無料！ WEB 面談にも対応◎



32 歳、頑張ります！

遺産分割がまとまらない
相続預貯金が使えない
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



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**

広
告

「子どもを守る大人のための性の学び」

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

日時 9月6日(日)午後3時～5時

会場 区役所6階会議室 ☆オンライン
(Zoom)での参加も可(先着100人)

申込 8月12日～9月4日に専用フォーム
から申し込むか、電話で、街活性室(株)
☎(6453)7808へ申し込みを。先着
50人。保(先着3人)希望の方は、8月
21日までにあわせて申し込みを

専用フォーム



なかのボッチャフェスタ2026

スポーツ活動係／7階
☎(3228)5586 FAX(3228)5662

対戦形式でボッチャを楽しめます。ス
ポーツ体験会も開催。

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 10月3日(土)午前10時～午後4時

会場 総合体育館(新井3-37-78)

申込 8月14日～9月18日に電子申請
か、 sportssinko@city.tokyo-naka
no.lg.jp、区HPまたは区役所7階窓口で
配布中の申込用紙を直接、スポーツ活
動係へ。 住所、氏名とふりがな、電
話番号、ボッチャ競技経験の有無

区HP



パソコン・スマホ教室(9月開講)

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

内容 パソコン入門、ワード・エクセル、
LINE講座など。週1回2時間、全4回～
8回

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)

江古田(〒165-0022江古田4-14-11)

参加費 7,500円～18,000円

☆テキスト代別途必要

申込 往復ハガキで、受講を希望する会
場の各分室へ。8月20日必着
☆結果は、8月27日までに郵送。日程
などについて詳しくは、中野区シルバー
人材センターへ問い合わせを

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)

募集・求人

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、募集案内をご覧にな
るか、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、11
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(一定の条件に当てはまる子育て世
帯への優遇措置あり)。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)

自衛官等

自衛隊高円寺募集案内所
☎(3318)0818

申込期間や試験日などについて詳し
くは、募集案内所へ問い合わせを。

防衛大学校及び防衛医科大学校の学生
受験資格 高校卒(見込み含む)で、21
歳未満

一般曹候補生、2等陸・海・空士(任
期制自衛官)

受験資格 18歳以上33歳未満

一般幹部候補生(陸)

☆受験資格について詳しくは、高円寺
募集案内所HPをご覧ください

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

高齢者・介護

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21年4月1日～同37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HP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

・70歳・75歳の方＝8月下旬に郵送します

・70歳・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29日に配布する申請書を郵送または直接、在宅療養推進係へ

いつまでも会話を楽しむために 「健康朗読講座」

介護予防推進係／3階
☎(3228)8949 FAX(3228)5620

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 ①9月16日～12月23日(9月23日を除く)の毎週水曜日、午前10時～11時30分、②9月18日～12月18日の毎週金曜日、午後2時～3時30分

☆全14回

会場 ①＝鍋横区民活動センター(本町5-47-13)

②＝鷺宮区民活動センター分室(白鷺1-4-27)

申込 8月12日から電子申請か、電話で、介護予防推進係へ ☆先着25人

区HP



中野区友愛クラブ連合会パネル展

地域自治推進係／4階
☎(3228)8921 FAX(3228)5620

内容 友愛クラブ(おおむね60歳以上の方によるグループ)の活動紹介

日時 8月25日(火)・26日(水)午前8時30分～午後5時

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

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3日(木)午前10時～11時30分

会場 区役所1階

申込 8月12日～28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。☎(先着5人)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、年齢、☎はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

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、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

会場 ①②＝区役所1階ミーティングルーム、③＝江古田区民活動センター(江原町2-3-15)、④＝桃園区民活動センター(中央4-57-1)

日時 ①9月11日(金)、②10月6日(火)、③④9月2日～23日の毎週水曜日

☆いずれも午後1時30分～4時30分。

①②は1回のみ、③④は全4回

申込 各開催日の1週間前までの平日午前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

介護予防事業に参加して 運動習慣を身に付けませんか

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。体操やお口のケアなどを学びます。☆いずれも無料。詳しくは、区HPをご覧ください。下記へ問い合わせを

「スポーツ・コミュニティプラザの 介護予防プログラム」

申込 8月12日～30日に直接、下記会場へ

中部(中央3-19-1)☎(3363)0608
南部(弥生町5-11-26)☎(5340)7881
鷺宮(白鷺3-1-13)☎(3337)1771

「なかの・からだナビ!」

中野区歯科医師会 ☎(3382)1487

日時 10月27日～12月8日(11月3日を除く)の毎週火曜日、午後1時～3時

☆全6回

会場 中野区歯科医師会館(中野2-14-17)

申込 8月24日～10月9日に専用フォームから申し込むか、平日午前10時～午後4時に電話で、中野区歯科医師会へ。先着12人

専用フォーム



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15日(火)午後1時～3時

申込期間 8月12日～9月14日

☆先着15人

②理学療法士による介護予防講座

かみさぎホーム(上鷺宮3-17-4)
☎(3926)8443 FAX(3970)9620

日時 9月18日(金)午後1時30分～3時

申込期間 8月19日～9月11日

☆先着20人

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

申込 申込期間の平日午前9時～午後5時に電話または直接、各施設へ(①②は土曜日可)

①クラフトバンドで小物作り

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 8月24日(月)午後1時30分～3時

申込期間 8月12日～18日

☆抽選で10人

②五感で楽しむ野菜と果物の健康講座～見て、触れて、話して脳も元気～

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 8月31日(月)午後1時30分～3時

申込期間 8月12日～29日 ☆先着30人

③痛いけどクセになる

台湾式足もみ健康法

健幸プラザみどり館上高田

(上高田4-17-3)

☎・FAX(3228)7220

日時 8月31日(月)午後4時～5時30分

申込期間 8月17日～27日 ☆先着20人

④歩く～ずっと歩き続けるための体づくり～

健幸プラザ東中野いこいの家

(東中野4-9-22-201)

☎・FAX(3364)5938

日時 9月24日、10月22日・29日、11月26日、いずれも木曜日、午後1時30分～3時。全4回 ☆全回参加できる方優先

申込期間 8月12日～21日

☆抽選で17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

区HP



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
かみさぎ 上鷲宮4-8-12 ☎(3999)7361	9月8日(火) 午前10時からと 午後4時から ☆各回1時間程度 で同内容
ひがしなかの 東中野5-8-21 ☎(3368)2369	

☆事前予約制。8月24日～9月7日の午後1時～5時に電話で、各園へ

募集案内の配布 9月3日～18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、募集案内をご覧ください。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

申請期限 9月18日(必着)

☆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10日(木)①午前10時から、②11時30分から、③午後2時30分から
☆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3歳未満、②③は3～4か月健康診査を受診後のお子さん

会場 中部すこやか福祉センター

申込 8月17日～9月8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

呉服専門店の「着方教室」 令和8年9月スタート 全10回 受講料無料

中野南台で創業91周年の呉服専門店「武蔵屋中野本店」では令和8年9月スタートの着方教室(10回無料・教材費2200円)秋の受講生を募集中です。申し込み締め切り8月24日(月)

<きもの着方教室(無料・全10回)>

- ◆火曜・木曜・土曜(午前クラス)・・・10時～12時
- ◆火曜(夜クラス)・・・19時～21時

初回の開催日 9/8(火)・9/10(木)・9/12(土)

応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

30畳のお部屋で少人数の開催。ゆったりとしたお教室です

着付けの技術だけでなく、着物を着る方法も併せて学び、自分一人で着物を着て出掛けられるようになるための教室です。

創業91年 武蔵屋 中野本店
TEL. 03-3381-6348
中野区南台2-24-11
「南台三丁目」バス停徒歩2分
10:00～18:30、水曜定休
https://www.musashiya.co.jp/

詳しいご案内・お問い合わせは武蔵屋呉服店のサイト(QRコード)からご確認ください。

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

未就園の2歳児のお子さんがある 保護者の方へ 幼稚園で体験の場を広げる 通園制度を利用しませんか

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

さまざまな人との関わりや体験を通して、お子さんの健やかな成長を育むための制度です。保育所等を利用していない2歳児(令和8年4月1日時点)のお子さんを幼稚園等で定期的に預かります。利用には、実施園への申し込みが必要です。詳しくは、実施園へ問い合わせ。☆実施日時は園によって異なります。保護者の就労等、理由は問いません

実施園 ☆②③は9月から

①やはた幼稚園(大和町2-30-3)

☎(3330)6311

②やはたみずのとう幼稚園(江古田1-1-1)☎(3953)4417

③宝仙学園幼稚園(中央2-33-26)

☎(3365)5468

「ごみのんハウスの夏休みミニ講座～手作り乾電池でリサイクルを学ぼう!～」

ごみ減量推進係(リサイクル展示室内)
☎(3228)5563 FAX(3228)5634

対象 区内在住の小学校3～6年生のお子さんとその保護者

日時 8月29日(土)午前10時からと午後1時30分から ☆各回2時間で同内容

会場 リサイクル展示室(松が丘1-6-3)

申込 8月12日～21日に電子申請で
☆各回先着6組

中高生の居場所事業 ティーンズ カフェ 「TEEN'S CAFE」

子ども政策調整係／7階
☎(3228)5605 FAX(3228)5679

中高生年代の方が雑談やゲーム、勉強など自由に過ごせます。

日時 9月2日(水)午後5時～8時

会場 区役所1階 ☆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

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26日(水)

申込期間 8月12日～21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3日(木)

申込期間 8月20日～31日

鷺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4日(金)

申込期間 8月21日～9月1日

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=①9月1日(火)・②9日(水)、
グループ相談会=③9月13日(日)・④25日(金) ☆①②④は午前10時～11時30分、③は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 8月12日～各開催日の2日前までに電話または✉irotori@wakamiyaclub.or.jpで、NPO法人わかみやクラブ いるとりどり☎(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

ひとり親家庭の方へ 「食事を通して交流しよう!」

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のお子さんとその保護者

日時 8月29日(土)午後6時～7時30分

会場 中野区さつき寮

申込 8月12日～21日の午前7時～午後9時に電話または✉satsuki@tousei.or.jpで、中野区さつき寮☎(3381)6262へ。先着15組。☑食物アレルギーの有無、住所、保護者の氏名とふりがな、電話番号

「放課後デイサービスセンターみずいろ」利用説明会

子ども発達支援係／3階
☎(3228)5613 FAX(3228)5662

対象 来年度利用を検討している保護者の方

日時 ①8月29日(土)、②9月12日(土)・③19日(土)・④28日(月)

☆①③④は午前10時～11時30分、②は午後1時30分～3時

会場 放課後デイサービスセンターみずいろ(丸山1-17-2)

☆事前申込制。詳しくは、区🏠をご覧ください

「小学生向け 認知症サポーターになろう!」

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

対象 区内在住・在学の小学校4～6年生
☆保護者の同伴可

日時 8月21日(金)午前10時～11時30分

会場 区役所1階

申込 8月12日～20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30人。☑氏名とふりがな、電話番号、年齢

「パパも作るよ!離乳食」

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

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 9月12日(土)午後1時30分～3時

会場 鷺宮すこやか福祉センター

申込 8月12日～9月9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。先着8人

生き物の秘密を探ろう 「江古田の森公園探検隊」

環境・緑化推進係/8階
☎(3228)5516 FAX(3228)5673

公園を探検して、植物や昆虫類の特徴を学びます。

対象 区内在住・在学中で小学生以上の子さん ☆小学校1～3年生は、保護者の付き添いが必要

日時 10月3日(土)午前9時から、11時から

☆いずれも1時間30分程度で、同内容。

荒天の場合は10日(土)に実施

会場 江古田の森公園(江古田3-14)

申込 8月11日～9月1日に電子申請で。各回抽選で15人程度

「生き物ガイドブック」もご覧ください

区内に生息する生き物や観察のポイントなどを掲載しています。ぜひ活用を。

区HPからダウンロード
できます



健康・福祉

食の安全・安心展 ～ご存じですか?食中毒のリスク とその予防方法について～

食品衛生係(中野区保健所)
☎(3382)6664 FAX(3382)6667

日時 8月14日(金)～20日(木)午前9時～午後5時

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

肉は中心部までよく焼いて食べましょう

鳥刺しなど肉の生食を原因とする、カンピロバクター食中毒や腸管出血性大腸菌食中毒が都内で発生しています。

「新鮮だから生でも安全」というのは間違いです。お肉を食べるときは中心部まで、しっかり加熱しましょう。

もの忘れ相談会

在宅療養推進係/3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

認知症のケアに携わる専門相談員に相談できます。

日時 8月19日(水)、9月7日(月)～9日(水)、いずれも午前10時～午後3時30分

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

認知症に関するパネル展もご覧ください

日時 9月5日(土)～19日(土)午前8時30分～午後5時(最終日は4時まで)

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ。9月1日(火)～21日(月・祝)午後5時～9時に本庁舎ライトアップも実施

高校1年生年代の方へ HPVワクチンの接種はお早めに

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

期限までに接種を完了するためには、9月末までに1回目の接種が必要です。詳しくは、区HPをご覧ください。保健予防係へ問い合わせを。

接種期限 令和9年3月31日

接種場所 区内の契約医療機関

☆区HPから確認できます

「働く世代のおひとりさま向け 法律講座」

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

対象 区内在住・在勤で40歳以上の女性

日時 8月25日(火)午後6時～7時30分

会場 区役所1階

申込 8月12日～25日に専用フォームで。先着30人

☆シスターフレンド準備委員会との共催

申し込みは
こちらから



江古田の森公開セミナー 「感染症から身を守ろう ～これからの季節の過ごし方～」

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 9月19日(土)午後2時～3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

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 **8/14(金)、9/4(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

参加者募集! 参加申込

誰でも参加。みんなが主役!

みんなであつなこう

ランフェスティバル 2026

TEL: 050-1746-8410

2026.10.10・11 会場 MUFGスタジアム(国立競技場) 日本陸上競技連盟

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。

9月は「食生活改善普及運動月間」 レシピコンテストとパネル展

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

内容 大学生が考案したレシピのコンテストと食に関するパネル展 ☆会場
投票した方には、うさごはんグッズをプ
レゼント。9月1日から区HPでも投票可
日時 9月1日(火)・2日(水)午前9時～午
後4時30分

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

区HP



▲中野区食育マスコット
キャラクター「うさごはん」

やさしい手話教室

障害者施策推進係／3階
☎(3228)8832 FAX(3228)5662

対象 区内在住・在勤・在学の小学校4年
生以上で、全回参加可能な方

日時 9月12日・26日、10月10日、11
月14日、12月19日、いずれも土曜日、
午後1時30分～3時30分 ☆全5回

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 8月13日～27日に電話、✉shog
aihukusi@city.tokyo-nakano.lg.jp、
ファクスまたは直接、障害者施策推進
係へ。先着40人。🏠(先着5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、小・中学生は学年、🏠
はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

「不妊専門相談」と 「ほっとピアおしゃべり会」

子ども医療助成係／3階
☎(3228)5623 FAX(3228)5679

日程 9月12日(土)

会場 区役所9階会議室

内容・時間・人数

不妊専門相談＝午後2時30分～4時30
分 ☆一人当たり30分程度。先着3人
ほっとピアおしゃべり会＝午後2時30分
～4時 ☆先着5人程度

申込 8月12日～9月11日に電子申請か、
電話または直接、子ども医療助成係へ
☆両方への参加も可

「妊娠を望む方への相談券」もご利用を

妊娠に向けた体づくりや不妊治療の
ことなどについて、区が委託した産婦人
科や泌尿器科の医療機関で、無料で相
談できます(一人1回まで)。詳しくは、
区HPをご覧ください。

パーキンソン病リハビリ教室

中部すこやか福祉センター
(中央3-19-1)
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

対象 区内在住のパーキンソン病の方と
その家族

日時 9月14日(月)午後1時30分～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 8月12日～9月11日に電子申請か、
電話で、中部すこやか福祉センターへ。
先着20人

歯科相談

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 9月28日(月)午前9時30分～正午
☆一人当たり30分程度

会場 中部すこやか福祉センター

申込 8月28日～9月25日に電話、ファ
クスまたは直接、中部すこやか福祉セ
ンターへ。先着4人。📄住所、氏名とふり
がな、年齢、電話・ファクス番号、お子
さんと参加する場合はお子さんの年齢

調理講座「みんながシェフで みんながおきやくさま」

障害者地域自立生活支援センターつむぎ
☎(3389)2375 FAX(5942)5811

対象 区内在住で障害のある方とその家
族、関心のある方

日時 9月12日(土)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 500円(材料費)

申込 8月12日～9月3日に専用フォーム
から申し込むか、電話またはファクスで、
「つむぎ」へ。先着10人。📄氏名とふ
りがな、電話番号、配慮が必要な場合
はその内容

専用フォーム





ANYTIME FITNESS エニタイムフィットネス野方店
9.28 (月) オープン記念

先行入会キャンペーン

期間
限定

8.14 (金)～9.13 (日) まで

3ヶ月分会費(初月分+10月分+11月分)+他初期費用

入会費用 500 円 (税込) のみ

東京都中野区野方 6-13-4
野方エニタイム
フィットネスビル
TEL: 03-5848-3321

詳細は
こちら



成年後見制度説明会

中野区成年後見支援センター／4階
☎(5380)0134 FAX(5380)0591

希望する方は、終了後に個別相談もできます。

対象 区内在住・在勤・在学の方

日時 9月1日(火)午前10時～11時

会場 区役所1階ミーティングルーム

申込 8月12日～31日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。☑催し名、氏名とふりがな、連絡先

カラダ・バランスセミナー 「転倒・つまずき防止」

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 9月12日(土)午前10時～11時

会場 産業振興センター

申込 8月12日～9月9日に産業振興センターHPで。先着15人

産業振興センターHP



「ピアカウンセリングを共に学ぶ」

地域生活支援センターせせらぎ
(中野5-68-7スマイルなかの内)
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

対象 区内在住の精神障害のある方とその家族、支援者、関心のある方

日時 9月12日(土)午前10時15分～午後4時、13日(日)午前9時45分～午後4時 ☆全2回。両日参加できる方優先

会場 スマイルなかの

参加費 500円(テキスト代・お茶代)

申込 8月12日～9月11日に電話または直接、「せせらぎ」へ。先着15人

障害のある方、難病の方へ

医療費助成制度と各種手当をご存じですか

☆申請手続きに必要なものや所得制限の基準などについて詳しくは、**申請窓口**へ問い合わせを

申請窓口

障害福祉相談窓口／3階
☎(3228)8956 FAX(3228)5662
または右記のすこやか福祉センターへ

南部 ☎(5340)7888 FAX(5340)7880
中部 ☎(3367)7810 FAX(3367)7811
北部 ☎(5942)5800 FAX(5942)5802
鷺宮 ☎(6265)5770 FAX(6265)5772

心身障害者医療費助成制度 (障)受給者証

身体障害者手帳1・2級(内部障害は3級まで)、愛の手帳1・2度、または精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの65歳未満の方で、令和7年中の所得が基準額以下の方は、(障)受給者証の交付を受けられます。

現在(障)受給者証をお持ちでない方へ

申請窓口で手続きしてください。

なお、65歳以上の方でも、以前に(障)受給者証をお持ちだった方は、申請により交付を受けられる場合があります。条件などについて詳しくは、事前に**申請窓口**へ問い合わせを。

既に(障)受給者証をお持ちの方へ

8月31日で有効期間が切れる(障)受給者証(水色)をお持ちの方で、令和7年中の所得が基準額以下の方へ、9月1日以降に使用できる新しい(障)受給者証(黄色)を8月下旬に郵送します。

各種手当

次の4種類の手当の所得限度額適用年度は毎年8月に変わります。令和7年中の所得が基準額以下で、支給要件に当てはまる方は、手当を受けられます。未申請の方は、**申請窓口**で手続きをしてください。

手当の種類	支給対象となる方
障害者福祉手当	身体障害者手帳1～3級(脳性まひ、進行性筋萎縮症の方は等級問わず)、または愛の手帳1～4度、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方
難病患者福祉手当	特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの方 ☆小児慢性特定疾病医療受給者証をお持ちの方も、対象になる場合あり
特別障害者手当	原則として、診断書(有料)により対象と判定された方
障害児福祉手当	

8月11日～9月5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
8月11日(火・祝)	当番医	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 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
		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
	薬局	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		
8月16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
		横畠病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		小池小児科医院	小	若宮3-2-10	(3330)0743
		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
		中村診療所	内・循内・小	本町5-39-2	(3381)3797
		大久保歯科クリニック	歯	野方6-4-1 2階	(3330)4144
	薬局	セレン薬局中野店		中央4-60-10	(5328)2345
		わかみや薬局		若宮1-43-11	(5327)3663
		本町鈴薬局		本町5-39-13	(3382)6787
8月23日(日)	当番医	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
		美穂診療所	内・小・消内	鷺宮5-3-14	(3990)1208
		桃園通りこもれびクリニック	内・外・ 脳神経外	中野3-27-19	(6382)8043
		中野富士見町サニークリニック	内・外	弥生町5-27-4 2階	(5340)7571
		堤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	本町2-42-15	(3372)4701
		水野歯科医院	歯	南台4-52-3	(3381)1366
	薬局	アクア薬局		江古田2-24-14	(3389)5411
		マエノ薬局中野店		中野3-34-13	(3229)3122
		茜調剤薬局中野坂上店		本町2-42-15	(6300)6122
8月30日(日)	当番医	中野江古田病院	内・外	江古田4-19-9	(3387)7321
		横畠病院	外・内	新井1-38-6	(3389)2531
		天正堂クリニック	小・内	丸山1-5-7	(3319)3965
		おおくら内科	内	東中野5-1-1 3階	(5332)7676
		中野坂上米沢医院	内・小・外	中央2-4-3-102	(3365)2727
		クリニカル南台	内・小	南台2-45-10	(3381)8681
		浅香歯科医院	歯	野方5-28-5	(3337)3718
	薬局	むさしの薬局江古田店		江古田4-20-22	(5343)3912
		フラワー薬局東中野店		東中野5-1-1 3階	(5332)9577
		薬局アポック中野坂上店		中央2-4-3	(3369)0021

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

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 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

(※)
生活道路での
自動車の
法定速度が **30** km/h に引き下げ
られます

9月1日
から

生活・交通安全係/8階
☎(3228)8736 FAX(3228)5647

道路標識等により最高速度が指定されている道路を除き、生活道路の最高速度は30km/hになります。詳しくは、中野警察署 ☎(5925)0110または野方警察署 ☎(3386)0110へ問い合わせを。

※生活道路=日常で利用する中央線等がない比較的狭い道路など



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展示し、アンケートに回答した方へ無料で提供します。

日時 8月26日(水) 午前10時30分～午後2時

会場 区役所1階 ☆午前9時30分から整理券を配布。当日直接会場へ



◀中野区ごみ減量
キャラクター
「ごみのん」



▲詳しくは、
区HPで

8月15日は「戦没者を追悼し平和を祈念する日」です

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

先の大戦において亡くなられた方々を追悼し平和を祈念するため、8月15日(土)正午から1分間の黙とうをお願いします。

人・想い・未来

～戦後81年、平和への想いを未来へ～

区長 酒井直人

8月15日は、戦争で犠牲になられた方々を追悼し、平和を祈念する日です。終戦から81年を迎えた今、改めて平和の尊さと重みを心に刻んでいます。

中野区も1945年5月25日の山の手大空襲により、見渡す限りの焼け野原となりました。確認されているだけでも、死者418人、負傷者1,611人、全焼家屋約2万戸という甚大な被害を受けています。先の大戦で尊い命を失われた全ての方々に、心から哀悼の意を表するとともに、ご冥福をお祈り申し上げます。

現在も世界では、各地で武力衝突や人道危機が続いています。だからこそ、戦争の惨禍を風化させることなく、平和の尊さを次の世代へ受け継いでいくことが、私たちの責任であると考えています。

中野区では、平和資料展示室の運営や被爆アオギリ2世の植樹に取り組むとともに、区内の中学校2年

生を対象とした広島への「平和の旅」を継続しています。これまで延べ40人の中学生が参加し、被爆者の講話や平和記念資料館の見学などを通じて学びを深めました。

参加した生徒からは、「戦争は遠い過去の出来事ではなく、自分たちが考え続けなければならないことだと感じた」「学んだことを多くの人に伝えたい」「平和のためには、身近な人を大切にし、話し合うことが大切だと思った」といった声が寄せられています。現地を見て、聞いた、感じた経験は、子どもたちが平和を自分事として考える大切なきっかけになっています。

平和は、一人ひとりが学び、考え、対話し、自分にできることを行動に移すことで未来へつないでいくものです。中野区はこれからも、次世代とともに平和への想いを未来へつなぎ、その大切さを発信してまいります。

