

認知症への理解を深めよう

在宅療養推進係／3階
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

9月は
「世界アルツハイマー月間」
催しに参加しませんか

RUN伴なかの2026

認知症の方や家族、支援者、地域の方が、区内のオレンジカフェ(認知症カフェ)などを經由して区役所までタスキをつなぐイベントです。

日時 9月19日(土)午前10時～午後4時

☆9月21日(月・祝)まで本庁舎ライントアップも実施(午後5時～9時)

認知症予防に役立つ脳いきいき講座

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 10月2日・16日、いずれも金曜日、午前10時～正午

会場 新井区民活動センター(新井3-11-4)

申込 9月7日～25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 中野北地域包括支援センター(松が丘1-32-10)☎(5380)6005 FAX(5380)5762

「認知症あんしんガイド」のご利用を

地域包括支援センターなどで配布中。ぜひ活用を。



▲認知症やその予防について役立つ情報を掲載

認知症の方を地域で支えます

地域の居場所「なかののなかま」

どなたでも気軽に立ち寄り、ゆったりと過ごせる場です。認知症ケアの経験がある医療・福祉職などの専門相談員が常駐しています。

開催日などについて詳しくは、区HPか、区役所3階窓口で配布中のチラシをご覧ください。

名称・電話番号	会場
Dサロン・オハナ ☎070(5073)9325	あいロード広場 (新井1-22-6)
ささえさんプラザ ☎(5356)5447	しらさぎ桜苑 (白鷺1-14-8)
寄り添いカフェ ☎(3368)5200	東中野キングス・ガーデン (東中野4-2-16)
いつものところ ☎(6277)4626	コスモ会館 (弥生町3-14-6)

介護が必要な方、介護をしている方へ

介護(予防)サービス

地域情報検索サイト「けあプロ・navi」のご利用を

介護事業者係／3階

☎(3228)8878 FAX(3228)5620

利用したいサービスや種類から探すことができ、事業所の空き情報を確認できます。

また、地図上で近くの事業所を探せる機能も。ぜひ活用してください。



▲「けあプロ・navi」トップページ



◀こちらからアクセス

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 区内在住の65歳以上の方

日程 10月2日～27日の毎週火・金曜日 ☆全8回

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)=2時50分から ☆各会場1時間で同内容

申込 9月16日～29日に直接、各会場へ。各会場先着6人

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 申込期間に電話または直接、各施設へ

「認知症の方の気持ちに寄りそうかわり方」

やよいの園(弥生町3-33-8)

☎(3370)9841 FAX(3370)8362

日時 9月30日(水)午後1時～3時

申込期間 9月7日～29日

☆先着10人

「訪問診療の活用」

はびね中野坂上(中央1-11-8)

☎(5348)7753 FAX(5348)7754

日時 10月18日(日)午後1時30分～3時30分

申込期間 9月24日～10月16日

☆先着15人

10月1日
から

区内の公共エリアは 喫煙禁止になります

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

10月1日から施行される「中野区受動喫煙防止対策条例」に基づき、同日から区内の公共エリア(※)は喫煙禁止になります(加熱式たばこも含む)。

喫煙の際は、指定喫煙所など喫煙が認められている場所をご利用ください。

※公共エリア=道路、公園、その他区が設置、または管理する施設の敷地で区が指定した喫煙場所を除く場所



◀指定喫煙所の設置場所などについて詳しくは、区HPをご覧ください



受動喫煙等への配慮をお願いします

受動喫煙による肺がんのリスクは1.28倍、虚血性心疾患のリスクは1.3倍、脳卒中のリスクは1.24倍高くなります(厚生労働省HPから抜粋)。私有地等の喫煙が禁止されていない場所で喫煙する場合も、公共エリアにいる方に受動喫煙が生じないように配慮をお願いします。

特に、お子さんや妊娠中の方、健康上配慮が必要な方の近くでは、十分にご注意ください。



ご意見・ご相談は中野区受動喫煙防止対策コールセンターへ

喫煙場所の設置を希望する事業者への専門アドバイザー派遣の相談もできます。ぜひ活用を。

☎050(5807)2476 ☆平日午前9時～午後5時(祝日・年末年始を除く)

9月20日・27日、
10月4日・25日は
日曜窓口を休止します

住民記録係／2階 ☎(3228)5500

システム作業やなかの東北絆まつりのため、各種証明書の発行や引越し、マイナンバーカードの窓口事務を休止します。

非課税世帯等の方へ エアコンの購入・設置費用を助成します

低所得世帯向けエアコン設置緊急支援事業専用受付／4階
☎(3228)2770 FAX(3228)8072

熱中症予防のため、ご自宅にエアコンがない非課税世帯等の方を対象に、エアコンの購入・設置費用を助成します。

助成額 上限10万円

申込 来年2月末までの平日午前8時30分～午後5時に電話で、低所得世帯向けエアコン設置緊急支援事業専用受付へ

☆要件などについて詳しくは、区HPをご覧ください



▲区HP