

10月から配信開始



母子保健アプリ 「なかのおやこ手帳」 のご利用を

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

妊娠期～子育て期に必要な情報や手
続きをまとめて確認できます。



▲詳しくは、
区HPを
ご覧ください

POINT1

成長記録を
スマホ等で
管理

POINT2

予防接種
スケジュールを
自動で作成

POINT3

子育てに役立つ
地域の情報を
掲載

「資源とごみの分け方・出し方」 冊子を配布しました

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

最新版の冊子を、8月下旬から全
世帯に配布しました。まだ届いてい
ない方は、ごみ減量推進係へ連絡し
てください。



▲区HP

10月15日～21日は 違反建築防止週間

建築安全・安心係/9階
☎(3228)8837 FAX(3228)5668
違反建築のパトロールを強化します。



中野区ピンクリボン2026 10月はピンクリボン月間

乳がんは、日本人女性の8人に1人がかかると言われていますが、早期発見・早期治療によ
り高い確率で治ります。乳がんや検診に関する知識を深め、定期的な検診を心掛けましょう。

区民健診係(中野区保健所)
☎(3382)2429
FAX(3382)7765

乳がんの正しい知
識を広め、乳がん
検診受診を推進す
るための世界的な
啓発キャンペーン

乳がん検診を受けましょう

40歳以上の女性は、乳がん検診(マンモグラフィ
検査)を隔年で受診しましょう。

受診期限 来年2月28日

☆申込制。昨年度受診できなかった方は、忘れずに
受診を。お手元に区民健診受診券(乳がん検診)がな
い方は、区民健診係へ問い合わせを

催しにご参加を ☆いずれも当日直接会場へ

乳がんに関するパネル展示

日時 9月30日(水)～10月13日(火)午前8時30分
～午後5時 ☆最終日は午後4時まで

会場 区役所1階

街頭キャンペーン

日時 10月1日(木)午後1時～2時

会場 区役所1階

マンモグラフィ検査(乳房X線検査)を 検診車で受診できます

会場・日程 ☆1月・2月は来年

区役所=10月1日(木)・7日(水)、11月4日(水)・20日
(金)、12月8日(火)・15日(火)、1月23日(土)、2月
9日(火)・23日(火・祝)

中野区保健所(中野2-17-4)=10月24日(土)、1月
20日(水)、2月25日(木)・28日(日)

南部すこやか福祉センター(弥生町5-11-26)=1月
14日(木)

上鷲宮二丁目集会室(上鷲宮2-4-6)=1月15日(金)、
2月28日(日)

☆申込方法などについて詳しくは、
お手元の区民健診受診券(乳がん
検診)か区HPをご覧ください



▲区HP

9月1日現在。()内は前月比

住民基本台帳	世帯数	人口(人)			
		男	女	小計	合計
日本人	201,185※(114減)	159,998(56減)	157,607(57減)	317,605(113減)	345,057(372減)
外国人	21,458(228減)	14,382(127減)	13,070(132減)	27,452(259減)	

※日本人と外国人の混合世帯 2,083 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