

催し・講座

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 10月29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 10月23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

すまいのリフォーム相談

住宅政策係／9階
☎(3228)5564 FAX(3228)5668

内容 区内の小規模建設事業者団体に
よる相談

日時 10月・11月の毎週金曜日(10月23
日、11月13日を除く)、午前10時～午
後4時(正午～午後1時を除く)

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

介護サービス事業パネル展

介護保険課管理係／3階
☎(3228)5629 FAX(3228)5620

定期巡回・随時対応型訪問介護看護
サービスをご紹介します。

期間 10月6日(火)～22日(木)

会場 中野駅ガード下ギャラリー「夢通
り」東側 ☆当日直接会場へ

「ティーンズフェス」

子ども政策調整係／7階
☎(3228)5605 FAX(3228)5679

ティーンズ会議に参加する小学生～
高校生年代が企画した取り組みを実践
し、地域に発信するイベントです。

日時 10月18日(日)午前10時～午後1
時

会場 絵本ラウンジL^ルOO^フPなかの(中野4
-10-1) ☆当日直接会場へ

生活にお困りの方は相談を

自立相談支援窓口

中野くらしサポート／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

こちらからも相談の予約可



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

☆一人当たりの相談時間は1時間程度。
時間に余裕を持って相談を

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 10月20日、11月17日、いずれも
火曜日、午後7時～8時30分

会場 区役所1階ミーティングルーム

☆当日直接会場へ

なかの地域共創ひろば

公益活動推進係／4階
☎(3228)3251 FAX(3228)5620

地域活動を振り返り、仲間を増やすコ
ツなどを学びます。

対象 区内の公益活動団体

日時 11月2日(月)午後7時～9時

会場 区役所7階会議室

申込 10月6日～26日に電子申請か、電
話、✉koeki@city.tokyo-nakano.lg.jp
または直接、公益活動推進係へ。先着30
人。☑住所、氏名とふりがな、電話番
号、団体名、メールアドレス

区



中野区消費生活展2026

消費生活センター／4階
☎(3228)5438 FAX(3228)5456

内容 区内消費者団体による食・環境・暮
らしに役立つ情報の紹介

日時 11月3日(火・祝)・4日(水)、午前10
時～午後5時(4日は3時30分まで)

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

「かぞくのしゃべり場」

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

若者を支える家族が、自由に語り合っ
たり、情報交換をしたりできる場です。

対象 区内在住・在勤・在学の義務教育
終了後～39歳の方の家族

日時 10月24日、11月28日、12月26日、
いずれも土曜日、午後2時～4時

会場 子ども・若者支援センター

☆当日直接会場へ。先着20人

日本語ボランティア実践講座

中野区国際交流協会(中野2-9-7)
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

対象 区内在住・在勤・在学の方または中
野区国際交流協会の賛助会員で、受講
後に同協会のボランティアとして日本語
クラスで活動できる20歳以上の方

日時 12月1日～来年3月30日の原則毎
週火曜日、午後6時30分～9時
☆全15回

会場 なかのZERO西館(中野2-9-7)
受講料 15,000円(賛助会員13,000円)
☆全回分。別途教材費が必要

申込 11月2日までに小論文と受講申込
書を持参し、中野区国際交流協会へ。
選考で30人

☆小論文のテーマは「地域の多文化共生
と日本語ボランティアの役割」(自筆で
1,000字程度)。詳しくは、同協会 ☎を
ご覧になるか、同協会へ問い合わせを

シルバー人材センター 入会登録説明会

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

対象 区内在住で原則60歳以上の健康
で働く意欲のある方

日時 10月29日(木)午前10時30分から
と午後1時30分から ☆各回1時間30
分程度で同内容

会場 区役所1階ミーティングルーム

申込 10月6日から電話またはファクス
で、中野区シルバー人材センターへ。各
回先着10人程度。☑住所、氏名とふり
がな、希望回

同日正午から武蔵野音楽大学OBに よるミニコンサートも開催

会場 区役所1階 ☆1時間程度。当日
直接会場へ

外国人のための無料専門家相談会 ～法律・ビザ・税務・労働・教育～

なかのくこくさいこうりゅうきょうかい
中野区国際交流協会
☎(5342)9169 FAX(3383)0728

ないよう 弁護士などのせんもんかによる無料相
談(通訳付き)

日時 11月7日(土)午後1時～4時30分

会場 なかのZERO西館(中野2-9-7)
☆事前申込制。10月23日までに電話ま
たは✉anic@nifty.comで、中野区国際
交流協会へ

対応言語(予定) やさしい日本語、英語、
中国語、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポル
トガル語、フィリピン語、アラビア語

募集・求人

南中野中学校の学校改築推進 協議会委員

学校地域連携係／7階
☎(3228)5548 FAX(3228)5679

対象 同校の通学区域内に居住する小学
生の保護者

活動内容 新校舎の配置案や整備内容に
ついての協議など

任期 12月～令和16年3月(予定)
☆会議は同校周辺で1回当たり2時間
程度、午後6時以降に年1～3回開催予
定。報酬・交通費支給なし。☑あり
提出書類 作文「新校舎に期待すること」
(400字程度、書式自由)

申込 10月5日～26日午後5時(必着)に
電子申請か、郵送または直接、学校地
域連携係へ。☑住所、氏名とふりがな、
電話番号、メールアドレス、お子さんの
学年

☆選考で1～2人。結果は、全応募者に
通知

高齢者・介護

心身の衰えが気になる方の フレイル予防相談会

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

日時 10月16日(金)午前10時～午後3時
30分

会場 区役所1階 ☆当日直接会場へ

お金のプロが教える“貯まる法則”とは？ FPに学ぶ「はじめてのマネーセミナー」

10月17日(土)参加無料・要予約
中野セントラルパークで開催

セミナー事務局(わかば企画内)
☎0120-661-339
節約・貯蓄・投資のノウハウをお金のプロ
がわかりやすく解説します。

講師 ファイナンシャルプランナー

杉山健太さん

日時 10月17日(土)※受付30分前から
【午前の部】10時～
11時30分【午後の
部】1時30分～3時



※募集代理店＝ライフプラザ
パートナーズ東京FA第三密
業部東京都新宿区西新宿
1-21-1明宝ビルディング12階
03-5322-7213LPPTK
3-26-24[2028年7月末日]

参加費 無料※要予約

会場 中野セントラルパークサウス1F

カンファレンスルーム3B
(中野4-10-2・中野駅北口徒歩5分)

特典 ゴディバフッキーセット(写真)を進呈

申込 電話で事務局へ。ま

たは右記の二次元コードか
ら。各部先着22人。



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
ご相談・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

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

UEKIYA たくぐで 見に来る クイック
フューチャー **植木屋革命 クイック・ガーデニング**

剪定 伐採 草むしり

<先着50名様・広報紙限定>中野区民割
3000円OFF

中野区内
2527名
ご利用いただきました

見積り・出張費
無料!

タグで フォーカス

0120-329-919 9:00～18:00
土日祝含む

50名のお庭専門員が
ご相談にお応えします

株式会社クイック・ガーデニング 本社 〒183-0016 東京都府中市八幡町 3-19-20 サンサティア