

中野区に転入した保護者の方へ 予防接種の手続きを忘れずに

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

転入後、手続きをしないと予診票は
郵送されません。定期予防接種の対象
となるお子さんの保護者は、予診票の
交付申請手続きをしてください。

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。



子育ての困りごとなどを相談できる 「出張総合相談」

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

18歳未満の方や子育て中の方が、日
頃の悩みや困りごとを相談できます。

日時 11月1日(日)午後1時～4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 (2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

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

日程 11月5日(木)

申込期間 10月22日～11月2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 11月6日(金)

申込期間 10月23日～11月3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ませんか

子ども発達支援係／3階
☎(3228)5613 FAX(3228)5662

発達に支援が必要なお子さんの子育
てを経験した先輩保護者「ペアレントメ
ンター」に子育ての不安や悩みを話せま
す。

☆お子さんの年齢、診断の有無は問い
ません

内容・日時

個別相談会=①11月10日(火)・②18日
(水)・③30日(月)

グループ相談会=④11月8日(日)・⑤27
日(金)

☆①②③⑤は午前10時～11時30分、
④は午前10時30分～正午

会場 ①沼袋区民活動センター(沼袋2-
40-18)、②桃園区民活動センター(中
央4-57-1)、③わかみやクラブ(沼袋1-
2-7)、④楽～CAN(本町2-5-7)、⑤
野方区民活動センター(野方5-3-1)

申込 10月21日～各開催日の2営業日
前までに電話または✉irotori@waka
miyaclub.or.jpで、NPO法人わかみや
クラブいるとりどり☎(6821) 7540へ。

①②③は各日先着2人、④⑤は各日先
着3人。☑住所、氏名とふりがな、電話
番号、メールアドレス、お子さんの年齢
と性別

ひとり親世帯等の方へ 調査にご協力を

子ども・子育て支援係／3階
☎(3228)8723 FAX(3228)5679

ひとり親世帯等の生活の実態や困り
ごとを把握するための調査です。11月1
日以降、対象の世帯へ調査員が伺いま
す。

対象 無作為抽出で選ばれたひとり親世
帯、養育者世帯

健康・福祉

絶対やめよう!危険ドラッグ 薬物乱用防止 中野区民大会に ご参加を

医薬環境衛生係(中野区保健所)
☎(3382)6663 FAX(3382)6667

危険ドラッグは、麻薬や覚せい剤と
同じくらい危険です。使用すると幻覚や意
識障害などの症状が起こり、死亡する
場合もあります。

☆危険ドラッグは、法令により販売、購
入、所持、使用等が禁止されています

内容 帝京平成大学学生による発表と、
薬物乱用をテーマに中学生が作成した
ポスター・標語の入賞作品の表彰式

日時 11月15日(日)午後2時～3時

会場 帝京平成大学中野キャンパス(中
野4-21-2)

☆当日直接会場へ。先着50人

薬の飲み合わせなどを薬剤師に相談 できる「くすりの相談会」も同時開催

時間 午後1時30分～4時

☆当日直接会場へ

これまで受けていない方は 肝炎ウイルス無料検査へ

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

ウイルス性肝炎は自覚症状がないこ
とが多く、感染の早期発見は、効果的
な治療につながります。一度は検査を受
けましょう。

対象 区内在住で、肝炎ウイルス検査を
受けたことのない方

日時 原則、各月の第1金曜日、午前10
時からと午後2時からの2回受け付け
☆来年1月は第2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子申請
または電話で、結核・感染症予防係へ。
各日先着10人。☑住所、氏名とふりが
な、電話番号、性別



女性のためのヘルスケア 「ヨガ&ヘルスチェック」

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・在勤・在学の18歳～64
歳の女性

日時 12月9日(水)午後6時～8時

会場 中部すこやか福祉センター

申込 10月28日～11月24日に電子申
請で。先着20人。(保(先着5人)希望の
方は、あわせて申し込みを



65歳以上75歳未満で 一定の障害のある方へ 「障害認定」を受けると後期高齢 者医療制度に加入できます

後期高齢者医療係／3階
☎(3228)8944 FAX(3228)5456

後期高齢者医療制度の被保険者(加
入者)は75歳以上の方ですが、次の条
件に当てはまる65歳以上75歳未満の
方も、申請して東京都後期高齢者医療
広域連合の障害認定を受けることで、
加入できます。

条件 次のいずれかをお持ちの方

①国民年金証書(障害年金1・2級)

②身体障害者手帳1～3級

③身体障害者手帳4級の一部(詳しくは、
後期高齢者医療係へ問い合わせを)

④精神障害者保健福祉手帳1・2級

⑤東京都愛の手帳1・2度

⑥国家公務員共済組合法等の法令によ
る障害年金証書等

障害認定を受けた場合

それまでの健康保険を脱退し、認定
を受けた日から後期高齢者医療制度に
加入することになります。

保険料や窓口での医療費の自己負担
割合は、加入の前後で変わる可能性が
あります。加入していた健康保険や世帯
状況などによっては、負担が増える場合
もあるので、ご注意ください。

☆加入しても、75歳の誕生日前であれ
ば脱退できます

障害者就労相談会

障害者施策推進係／3階
☎(3228)8832 FAX(3228)5662

区内障害者就労支援事業所の就労ス
タッフなどに相談できます。

対象 就労を検討している区内在住の障
害のある方とその家族、障害者雇用に
関心のある区内事業者

日時 11月5日(木)午前10時～午後3時
(正午～午後1時を除く)

☆一人当たり30分

会場 区役所3階上りエスカレーター前
☆当日直接会場へ

生活実用講座 「楽しく体を動かそう! はじめてのパドルテニス講習会」

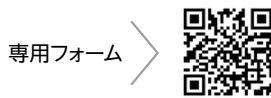
地域生活支援センターせせらぎ
(中野5-68-7スマイルなかの内)
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

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 12月13日(日)午後1時30分～3時
30分

会場 総合体育館(新井3-37-78)

申込 10月21日～12月12日に専用
フォームから申し込むか、電話または直
接、「せせらぎ」へ。先着20人



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

10月31日(土)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
「イエージェント」では、住宅購入や住み替

え、建て替えの進め方・お金のノウハウを
学ぶ入門講座を開催。この機会に参加を。

日時 10月31日(土)※時間を選んでください

①午前10時②午前11時③午後1時

④午後2時⑤午後3時⑥午後4時

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
人情報は受付に利用します



広告