

健康・福祉

45歳～61歳の男性へ  
風しん抗体検査クーポン券の  
有効期限が延長されました

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

昭和37年4月2日～同54年4月1日生まれの男性に、昨年5月に風しんの抗体検査と予防接種を無料で受けられるクーポン券を郵送しました。この券は、記載の有効期限にかかわらず、令和6年2月29日まで使えます。

まだ検査等を受けていない方は、医療機関に予約の上、まずは抗体検査を受けてください。

☆勤務先などの健康診断で抗体検査を受けられる場合もあります。対象者がクーポン券がない場合などは、保健予防係へ問い合わせを

「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)5657

日時 5月13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(初めての方限定)

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

申込み 4月21日～5月12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

保健指導相談券もご利用を

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。区役所3階子ども総合窓口や、すこやか福祉センターで配布中。☆一人1回のみ。詳しくは、区HPをご覧ください

骨髄移植ドナーへの助成金をご利用ください

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

区は、骨髄・末梢血幹細胞の提供者(ドナー)とドナーが勤務する事業者の負担を軽減して、より多くの骨髄・末梢血幹細胞移植を実現できるように、助成金を交付しています。

助成条件などについて詳しくは、保健予防係へ問い合わせを。

助成額 ドナー本人=20,000円、ドナーが従事する事業所=10,000円

☆通院・入院に要した日数1日当たりの額。いずれも上限は通算7日まで

ドナー登録をしませんか

骨髄・末梢血幹細胞移植を必要とする方が、(公財)日本骨髄バンクを通じて、適合するドナーを待っています。一人でも多くの方を救うため、みなさんのご理解とご協力をお願いします。

☆ドナー登録について詳しくは、同バンクHPをご覧ください

歯科相談

南部すこやか福祉センター  
(弥生町5-11-26)  
☎(3380)5551 FAX(3380)5532

内容 歯科衛生士によるお口全般に関する相談 ☆お子さんと一緒に利用可

対象 区内在住の方

日時 5月10日(水)午後1時～4時 ☆一人当たり30分程度

会場 南部すこやか福祉センター

申込み 4月21日～5月9日に電話または直接、南部すこやか福祉センターへ。先着4人



▲歯の模型を使った歯磨き指導も

産業振興センターの講座(2件)

産業振興センター(中野2-13-14)  
☎(3380)6946 FAX(3380)6949

次の①②とも

対象 区内在住・在勤の方

会場 産業振興センター

申込み 4月21日～開催日の3日前に産業振興センターHPで

①リフレッシュヨガ

日時 5月13日(土)午後2時～3時 ☆先着15人

②歩行測定会

日時 5月20日(土)午前10時～午後4時 ☆1時間ごとに5回実施(正午開始はなし)。各回先着10人(計50人)



産業振興センターHP

パーキンソン病リハビリ教室

北部すこやか福祉センター  
(江古田4-31-10)  
☎(3389)4323 FAX(3389)4339

対象 区内在住のパーキンソン病の方とその家族

日時 5月22日(月)午後1時30分～3時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 4月21日～5月19日に電子申請か、電話で、北部すこやか福祉センターへ。先着20人

三療サービス  
(はり・きゅう・マッサージ)

高齢者サービス係/5階  
☎(3228)5632 FAX(3228)5492

次の①②とも、資格を持った施術者から1回(45分間)900円でマッサージなどを受けられます。

①施設サービス

区内の高齢者会館など30か所の施設で、毎月1回実施。

対象 区内在住の60歳以上の方

申込み 住所・氏名・年齢を確認できるもの(健康保険証など)を持って、実施施設で手続きを。共通登録証を発行します ☆きゅうは位置の指定のみ。実施施設の所在地などについて詳しくは、区HPをご覧ください。高齢者サービス係へ問い合わせを

②出張サービス

年4回まで、自宅で施術を受けられます。

対象 次のいずれかに該当する区内在住の方

・65歳以上で、常時寝たきりまたは重度の認知症

・身体障害者手帳1級を持っている

・被爆者健康手帳を持っている

申込み お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ

☆担当センターが不明な場合は、高齢者サービス係へ問い合わせを

認知症の方を地域で支えます  
地域の居場所のご利用を

在宅療養推進係/5階  
☎(3228)5785 FAX(3228)8716

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

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。☆お茶代(100円程度)が必要な場合あり

名称・電話番号	日時	会場
Dサロン・オハナ ☎070(5073)9325	毎週月曜日午後1時～4時	あいロード広場 (新井1-22-6)
ささえさんプラザ ☎(5356)5447	第1水曜日午前9時30分～午後0時30分 第2火曜日・第3木曜日・第4水曜日午後1時～4時	しらさぎ桜苑 (白鷺1-14-8)
寄り添いカフェ ☎(3368)5200	毎週火曜日午前10時～午後1時	東中野キングス・ガーデン (東中野4-2-16)
みけた miketa(100歳)が の たの しみになる「いつもの ところ」 ☎(6277)4626	毎週火曜日午後1時～4時	コスモ会館 (弥生町3-14-6)

気軽に相談を

「もの忘れ・若年性認知症・  
認知症相談会」

認知症のケアに携わる専門相談員に相談できます。

日時 4月24日(月)午前10時～午後3時30分

会場 区役所1階区民ホール  
☆当日直接会場へ



▲「寄り添いカフェ」の様子

緊急通報システムのご利用を

高齢者サービス係/5階 ☎(3228)5632 FAX(3228)5492

自宅での急病など緊急時に区の事業委託先の民間受信センターに通報が届き、消防署員などとともに民間事業者が救助に当たるものです。

対象

①日常生活において常時見守りが必要とする、次のいずれかに該当する方

・65歳以上の方のみの世帯  
・65歳以上で、日中は一人で過ごしている方

②身体障害者手帳1・2級の18歳以上の方のみの世帯、または重度身体障害があり、日中は一人で過ごしている方

自己負担額 特定の慢性疾患の有無、住民税の課税状況等により、月額300円～1,300円

申込み先 ①=お住まいの地域を担当する地域包括支援センター

センター名	電話番号
南中野	(5340)7885
本町	(5385)3733
東中野	(3366)3318
中野	(3367)7802
中野北	(5380)6005
江古田	(3387)5550
鷺宮	(3310)2553
上鷺宮	(3577)8123

②=区役所1階障害者相談係 ☎(3228)8956・FAX(3228)5665



詳しくは、区HPで確認を