

おタウンニュース みなみ中野



南中野カレーの会 (12月21日) 風景

第 63 号

令和 4 年 (2022 年) 2 月号

令和 4 年 2 月 1 日 発行

☆☆ 編集・発行 ☆☆

中野区南中野区民活動センター
運営委員会
中野区弥生町5-5-2
TEL:3382-1635
FAX:3382-1636
E-mail:nakano_minami@clear.ocn.ne.jp
http://www.nakano-minaminakano.gr.jp



南中野運営委員会



中野つながる フードパントリー @南中野

日時 2.20 (日)
14:00~16:00

会場 南中野区民活動センター
(弥生町5-5-2)

対象 中野区内在住で食料にお困りの方
100 世帯

受付開始 2月1日(火)10:00から
※定員になり次第締め切り

2月1日(火)10:00~受付開始

申込方法

- ① WEBフォーム → <https://forms.gle/m9FCxgNhwLuSoqj99>
- ② 電話 (03-5380-0254)
- ③ 裏面の申込書をFAX(03-5380-6027) 上記のいずれかでお申込みください。



感染対策 感染予防のため、事前予約制、手指消毒、マスク着用、換気の徹底、検温を実施いたします。ご協力よろしくお願いします。

☆食料品を受け取りたい。

※希望が多い場合、時間の変更をお願いすることがあります。

【予約時間枠】

- ①14:00~14:15 ②14:15~14:30
- ③14:30~14:45 ④14:45~15:00
- ⑤15:00~15:15 ⑥15:15~15:30
- ⑦15:30~15:45 ⑧15:45~16:00

☆ほっとひといき コーナーあります♪

※事前予約不要

荷物のつめかえや、
ちょっと立ち寄って
お気軽にお話しや
相談もできます♪



社会福祉法人 中野区社会福祉協議会 ☎164-0001 東京都中野区中野5-68-7スマイルなかの3F
Tel. 03-5380-0254 fax 03-5380-6027 vc@nakanoshakyo.com
HP <https://www.nakanoshakyo.com/> Twitter @nakanofproject

広がる支え合い活動 南中野フードパントリー 2月20日開催

オール南中野

南中野フードパントリー検討会(渡部金雄委員長)は、会議を重ね、新型コロナウイルス感染症拡大の影響による収入減や失業など、さまざまな事情により生活が困窮し、日々の暮らしに不安を抱える家庭に、食料品等を2月20日(日)に提供することにしました。

検討会の報告を受け、南中野フードパントリー実行委員会(柿沼秀光会長)は、中野区社会福祉協議会(吉成武男会長)と連携を図り、南中野地区町会連合会、青少年育成南中野地区委員会、日赤南中野分団、南中野地区民生児童委員協議会、南中野ボランティアコーナー、保護司会南中野分区分、エプロン若菜、南中野カレーの会、南中野地区友愛クラブ連合会、しんやまの家及び南部高齢者会館と協力し、オール南中野として取り組むことにしました。

1月11日(火)から31日(月)の間に、未開封、常温保存が可能で、賞味期限が令和4年3月以降の食品、具体的には、米、うどん、そば、パスタ、インスタント食品、レトルト食品、缶詰、乾物、飲料及び菓子等の寄付を募りました。この間、各種団体や地域の方々から、食料品が寄せられました。

また、食料品の購入などにあてるため、一口五百円の寄付金を募集したところ、多くの金額が集まりました。

食料品及び寄付金に南中野地域の支え合い活動の底力を実感したところです。感謝申し上げます。

寄付金の受付は年間を通して行いたいと思えます。こうした寄付金をもとに、今年だけでなく、継続的にフードパントリーを開催したいと思えます。ご協力のほどお願いします。

みんなの食堂

南中野カレーの会



- ☆日時: 毎月第2・4火曜日 17:30~19:00
- ☆場所: 南中野区民活動センター洋室1・2号
- ☆対象: どなたでも
- ☆会費: 中学生以下無料//高校生以上300円
- 2月・3月の予定: 2月8日・22日、3月8日・22日

南中野ボランティアコーナー

ランチの集い

- ☆日時: 毎月第4木曜日 12:00~13:30
- ☆場所: 南中野区民活動センター洋室1・2号
- ☆対象: 高齢者(単身男性)
- ☆会費: 300円
- 2月・3月の予定: 2月24日、3月24日

※コロナの感染状況により中止もあります。



- ### 町会・自治会の主な行事
- 2月・3月の行事
- ◇南台四丁目東町会
 - ☆「防災講座」: 2月6日(日)10時、しんやまの家にて開催。役員(東及び西町会)を対象に、東京都の担当者から、「直下型地震」の説明。
 - ◇弥生町五丁目町会
 - ☆「餅つき大会・防災訓練」: 2月11日(祝)10時、12時30分、弥生町五丁目多目的ひろばにて開催。町会員を対象に餅つきと初期消火・起震車体験等の防災訓練の実施。
 - ◇新山通町会
 - ☆「貯筋運動教室」: 2月・3月毎週月曜日10時と11時の2回、新山通町会事務所2階にて開催。65歳以上の町会員とその家族を対象に、高齢者の転倒防止、介護予防に役立つ筋力トレーニングを椅子に座って行う運動。参加費100円。
 - ◇南台五丁目町会
 - ☆「新春餅つき大会」: 3月21日(祝)11時開始。南部公園にて開催。町会員を対象に餅つきの実施。
- (※行事はコロナの感染状況により、中止もあります)

もよおし情報

2022年2月1日(火)～3月31日(木)

新型コロナウイルス感染拡大防止の為、もよおしが中止や延期、変更になる場合がございます。念のためご確認ください。



中野みなみ保育園

〒164-0014中野区南台5-29-9
TEL03-3384-5941
FAX03-3384-0862



保育所体験 ポニーとあそぼう

～えさやり&触れ合い～

日時：2/2(水) 3/2(水)
いずれも11時20分～12時
会場：中野みなみ保育園 園庭

育児講座

①手作りおもちゃ作り

②離乳食講座

日時：①2/2(水) ②3/2(水)
いずれも10時20分～11時15分

会場：中野みなみ保育園 子育て支援室

上記いずれも

対象：未就学児とその保護者

申込：前日までに電話で申込。新型コロナ感染拡大

防止のため、人数を制限しています。

南中野児童館

〒164-0013中野区弥生町4-36-15
TEL03-3382-1687
FAX03-3382-1695



乳幼児親子事業「ココロタイム」

乳幼児親子の皆さんが集い、交流できる時間です。お子さんと一緒に手遊びや季節の活動を通じて子育てをゆっくり、のんびり楽しんでください。

水・金曜 11時30分～11時50分

水曜はのんびり乳児向けプログラム。金曜は元気に体操や

季節の行事を行います。※冬期は3/11(金)まで

おかもちえほんぶ「おはなし会」

地域で活動されている「おかもちえほんぶ」のたのこさんによる読み聞かせなどの楽しい活動です。

日時：2/18(金) 3/4(金)

いずれも11時30分～11時50分

会場：南中野児童館

対象：乳幼児親子

申込：必要なし

みなみ児童館

〒164-0014中野区南台5-15-3
TEL03-3382-7399
FAX03-3382-7472



食育講習会「親子で備える！日常備蓄食～ふだんにも生かせる料理～」

南部すこやか福祉センターから栄養士と歯科衛生士が出向いて、非常時の食事の備えと口腔ケアについて話します。日常にも役立つメニューで、ポリ袋調理の実演もあります。

日時：2/16(水) 11時～11時45分

会場：みなみ児童館1階ホール

対象：乳幼児親子12組

申込：2/1(火)～直接ご来館かお電話で。

キッズ・プラザみなみの

〒164-0013中野区弥生町4-27-11 (みなみの小学校内)
TEL03-3381-0162
FAX03-3381-0163

おりおりDAY(おりがみ)

雪だるまをおります。

日時：2/14(月) 22(火)

ぬりぬりDAY(ぬりえ)

冬にふさわしいぬり絵を用意しています。

日時：2/18(金) 24(木)

会場：キッズ・プラザみなみの

対象：小学生 申込：なし

キッズ・プラザ新山

〒164-0014中野区南台4-4-1
TEL03-3384-2295
FAX03-3384-2309



わいわいすいようび(わいすい)

オリジナルの集団遊びや体を動かす様々な遊びを楽しみます！

日時：2/2(水) 16(水) 3/2(水)

3/16(水)

いずれも14時30分～15時30分

会場：キッズ・プラザ新山

南台小学校校庭又は体育館

対象：小学生

申込：特になし、当日遊びに来てください。

南部高齢者会館

〒164-0014中野区南台5-27-24
TEL・FAX03-3381-4261

作品展

利用者の方々の作品、伝承遊び。絵手紙や地域の方の絵画・写真等を部屋に展示しています。

日時：2/1(火)～25(金)

絵手紙

ハガキに絵を描き文章を添えたりして絵手紙を楽しんでいます。

日時：第1木曜 10時～12時

対象：65歳以上の高齢者

申込：実施日に自由にお出で下さい

上記いずれも 会場：高齢者集会室



しんやまの家

〒164-0014中野区南台4-25-1
TEL・FAX03-3229-8175

b(フラット)体操～心も身体も軽くなります！

日時：2/4(金) 25(金) 3/4(金)

3/25(金) ①9時50分 ②10時50分

健康体操～健康で心身はつらつストレッチ

日時：2/7(月) 3/7(月)

①9時50分 ②10時50分

やさしい健康体操～椅子にかけてやさしい体操

日時：2/16(水) 3/16(水)

①9時50分 ②10時50分

歌は友だち～楽しく歌って音楽セラピー

日時：2/14(月) 28(月) 3/14(月)

3/28(月) ①9時50分 ②11時

美術クラブ～素敵な作品を作りましょう

日時：2/4(金) 25(金) 3/11(金)

3/25(金) 13時30分～15時30分

上記いずれも

会場：しんやまの家

対象：60歳以上

申込：コロナ対策の為、人数制限をして実施しています。事前にお問い合わせください。



南中野地域包括支援センター

〒164-0013中野区弥生町5-11-26 (みなみらいす内)
TEL03-5340-7885
FAX03-5340-7886

健康測定会

手首を使って「骨の硬さ=骨密度」を測ります。約15秒で測定結果が出ます。※保健師または看護師が常駐します。お気軽にお声がけください。

日時：2/2(水) 13時～15時

対象：区内在住の60歳以上の方

会場：しんやまの家(南台4-25-1)

元気会(コーシャハイム中野弥生町・第3水曜)

理学療法などの専門家を招いての体操教室やゲーム、座談会などを行っており、気軽な交流の場になっています。(コロナウィルス感染状況により、内容に変更がある可能性があります)

会場：コーシャハイム中野弥生町 集会場

(弥生町6-2-2)

日時：2/16(水) 3/16(水)

いずれも14時～15時

対象：コーシャハイムまたは近隣在住者

上記いずれも 申込：不要(参加無料)



弥生保育園

〒164-0013中野区弥生町5-4-8
TEL03-3381-0213
FAX03-3381-0672



公園で遊ぼう

公園で保育士と一緒に遊びませんか。砂場や的当て等を用意しています。子育て相談もお受けします。

日時：2/9(水) 25(金) 3/10(木) 24(木)

いずれも11時～11時30分

会場：弥生公園 対象：0～5歳児まで

申込：直接弥生公園にお越しください。

なお、感染症の状況により、日程などに変更があるかもしれません。詳しくはポスターをご覧ください。

※2月3日(木)は節分の行事を予定しています。

南台保育園

〒164-0014中野区南台3-35-3
TEL03-3384-0906
FAX03-3384-0662



ポニーとあそぼう

ポニーのきんたろうくんとちょこちゃんが園庭に来てくれます。エサをあげたり、ブラッシングするなど触れ合って遊みましょう。

日時：2/2(水) 14時～15時

※多少前後することがあります。

会場：南台保育園 園庭 対象：0歳～

申込：事前に保育園へご連絡ください。

状況により中止になる場合があります。

先着順で2世帯までとさせていただきます。

保護者の方は必ずマスク着用をお願い致します。

当日の来園前に検温をお願いします。

37.5℃以上ある場合はご遠慮願います。

南台図書館

〒164-0014中野区南台3-26-18
TEL03-3380-2661
FAX03-3380-2662



今後の催しにつきましては直接お問合せください。

弥生福祉作業所

〒164-0013中野区弥生町4-36-15
TEL03-3384-2939
FAX03-3384-2896



今後の催しにつきましては直接お問合せください。

☆南中野区民活動センター集会室
利用団体抽選会のお知らせ☆

●4月使用分：2月21日(月)

●5月使用分：3月22日(火)

地元団体：9時～ 一般団体：11時～

※団体登録証を必ずお持ちください

税の申告のご案内

1 所得税の確定申告について 中野税務署 03(3387)8111(代) ☆自動音声案内

●申告書作成のアドバイスが必要な方は以下の会場へお越しください。

☆開設期間と時間：2/16(水)～3/15(火) 平日8時30分～16時(相談開始9時15分)

☆会場：新宿住友ビル(新宿西口 新宿住友ビルB1F) 注)昨年と会場が変わりました

※会場では当日の「入場整理券」を配布します。またLINEでの事前発行を行います。状況により受付を早く締め切る場合があります。申告書等の提出のみは中野税務署宛に郵送してください。

2 特別区民税・都民税(住民税)の申告について 中野区税務課課税係 03(3228)8913

☆申告期間：2/16(水)～3/15(火)

☆申告方法：なるべく郵送で申告してください。郵送先：〒164-8501 中野区税務課課税係 宛

※中野区HP「税額シュミレーション」で申告書を作成し印刷すればそのまま提出もできます。