

「わたしたちがいつもいきいきと暮らすために」 地域の福祉を推進する中野社協です。



ハピネスなかの

2025
冬

社会福祉法人中野区社会福祉協議会

<http://www.nakanoshakyo.com>

中野社協

検索



Facebookやっています!

12月1日スタート!
▶12月31日

地域活動

2025(令和7)年度
歳末たすけあい運動

いきいき募金

募金活動も
地域貢献・地域活動の参加の
ひとつです!

お寄せいただいた募金は、中野区の地域福祉活動のために
活用されます。心をとどけ、みんなで支えあうまち
づくりのために、ご協力をお願いいたします。



募金をするには?

- 町会・自治会の方々が募金のお願いにうかがいます
 - 中野社協窓口でもお受けいたします
 - ゆうちょ銀行振込でもお受けいたします
- 社協窓口もしくは電話等でお申し込みいただきましたら、振込用紙をお送りいたします。

- 中野駅北口広場にて
街頭募金を実施します!
- 12月6日(土) 午前10時～11時



昨年の街頭
募金の様子

お問い合わせ 経営管理課 ☎5380-0751



昨年度の募金総額18,968,331円が区内の地域活動等に使われました。その一部をご紹介します。

地域団体

オレンジカフェさぎのみや



地域の高齢者が交流する集いの場

毎月1回鷺宮区民活動センターで、地域の高齢者の交流を図るカフェを開催しています。認知症予防や健康維持などの講演会、ピアノ鑑賞、体操なども行っています。近年ひとり住まいで孤立している高齢者が多く、カフェはこれらの方々の集いの場でもあり、また介護の専門職の方も参加しての認知症に対する理解を深める場にもなっています。

地域団体

はじめての習い事 あんじゅば



募金を活用させていただきました。
ありがとうございました!

イベントをととしてハツラツ子育て

月1回、子どもや親に向けたイベントを開催しています。子どもたちが夢中になれるイベントは、子どもたちの資質が発見できたりして、子育てにいかせます。親に向けては、子どもとの向き合い方やセルフケアなどを学び、育児にハツラツと取り組めるお手伝いをします。ここは、地域とのつながりが広がる場、地域で安心して子育てができるようになる居場所です。

もっと知りたい! 共同募金

歳末たすけあい運動の配分(助成金)の計画や過去の実績は、中央共同基金会のホームページ「はねっと」でもご覧になれます。

<http://hanett.akaihane.or.jp/>

はねっと

検索

歳末たすけあい運動への募金は、法人の募金、個人の募金いずれも金額により税制上の優遇措置の対象となります。

広告 わたしたちは、中野の福祉のまちづくりを応援しています。

中面には求人広告掲載あり

「感謝をこめて」税理士開業60年余。
中野区生れ。若い仲間と共に。地域に生きる。

終活「安心100年の人生設計」

相続対策・成年後見制度(家族信託・遺言作成(預託・執行)・尊厳死宣言)
税理士得意分野 学校法人、社会福祉法人、公益財団法人、医療法人(医師・歯科医師)等設立。経営指導。

(障害者のトイレ完備)



税理士法人 昴星

<https://www.subaru-keiri.co.jp>

[中野本社] 〒164-0001 東京都中野区中野 2-29-15 サンハイツ中野 501

Tel: 03-3380-2411 Fax: 03-3380-2415

●JR 中央線、東京メトロ東西線「中野駅」南口より徒歩3分。西武信金本店隣り。

- ・子供達が揉めないよう遺言書を作りたい
- ・元気なうちに子供に財産管理を頼みたい
- ・相続で何をすれば良いか分からない

⇒遺言・相続のご相談は
弁護士にお任せください!



高井・村山法律事務所

(代表) 弁護士 高井 信也 (第一東京弁護士会)

03-5318-3450

(平日10:00~18:00)

中野駅北口より
徒歩約4分!

中野駅より徒歩5分

登記・税務
遺産整理・生前贈与

司法書士・税理士・土地家屋調査士
各資格者協働のワンストップサービス

黒澤合同事務所グループ

0120-11-9638



社協会員募集！

中野社協の地域福祉のための活動を支える重要な財源のひとつが、区民のみなさまに社協会員として入会いただき、納入していただく会費です。中野の地域活動を支えるため、ぜひともみなさんのご入会をお願いいたします。

年会費

普通会員(個人、商店など)	—口1,000円から
団体会員(町会・自治会、社会福祉施設など)	5,000円以上
特別会員(個人、企業など)	10,000円以上

※特別会員は広報紙「ハビネスなかの」に掲載します(希望者のみ)

※中野社協へのご寄付・会費納入は、所得税・相続税・法人税の税制上の優遇措置(寄付金控除)を受けられます

※会費納入以外にも、ボランティア等で地域活動を直接応援していただく方法もあります。お気軽にお問い合わせください！

入会方法や社協会員へのお問い合わせ 経営管理課 ☎5380-0751 ✉soumu@nakanoshakyō.com

2025(令和7)年5月1日～10月31日入会の特別会員(敬称略)

有限会社ケイエステイ機材 代表取締役 加藤 豊光 中央大学学生会 東京中野区支部 東京土建一般労働組合 中野支部 有限会社コソノ建築 有限会社しばまねき 株式会社高波 あすなろ葬祭 TAC 東京アスレティッククラブ 西武信用金庫 本店 サンロード中野・桃園会 中野南口駅前商店街 川崎 敦子 学校法人新渡戸化学学園 株式会社アクト 熊倉 規親 富士見台くらぬ科 医療法人社団山田クリニック 健朗会三五医院 東京医療生活協同組合新渡戸記念中野総合病院 株式会社アスモ 花堂 浩一 松沢 淳子 下田 政廣 公益社団法人全日本不動産協会 東京都本部 中野・杉並支部 司法書士法人黒澤合同事務所 特定非営利活動法人アビリティクラブたすけあい 社会医療法人社団健友会 やまと診療所	税理士法人昴星 医療法人社団朋佑会 宮嶋メディカルクリニック 司法書士 松山 聡 なかつクリニック 院長 三枝 直樹 かわかつ耳鼻咽喉科 いずみ産業株式会社 代表取締役 大村 清保 相子 省子 株式会社アイル・コーポレーション 武市 通孝 クリニカル南台 弁護士 山崎司平 西京信用金庫 南中野支店 株式会社ハナビシ 代表 窪寺 雄二 株式会社小河原建設 土屋 八郎 保坂 実 日本自動車株式会社 代表取締役 吉原 二郎 三和警備保障株式会社 社会医療法人社団健友会 株式会社富士の華 大村 美和子 株式会社七星科学研究所 取締役 鈴木 芳久 山崎 仙寺 宗教法人禅定院 高橋 将雄 金剛産業株式会社 西京信用金庫 中野支店
--	---

申し込み

① クレジットカードでのお手続き

クレジットカードでの会費納入ができます。詳しくはホームページの社協会員募集のページをご覧ください。



② 郵便振替 口座番号 00170-7-10419

※専用用紙をご希望の方はご連絡ください。ゆうちょ銀行窓口およびATMから「現金」でお振込みする場合、手数料110円(税込)がかかりますのでご了承ください。

③ 銀行振込 西武信用金庫 本店(店番001)

普通預金 口座番号 1096959

お手持ちの銀行口座から上記口座にお振込みください。銀行振込の方は、入会申込書が必要となります。詳しくは、中野社協ホームページをご覧ください。なお、振込手数料は会員様のご負担となりますのでご了承ください。

④ 社会福祉協議会窓口 直接、お越しください。

ご寄付いただきありがとうございます

※2025(令和7)年5月1日～10月31日

●一般寄付

上高田盛年会	5,293円
櫻井 節子	10,000円
樋口 貴紀	10,000円
鈴木 佳代子	10,000円
池本 裕絵	10,000円
松舘 正人	1,090円
中野文化陶芸日曜会	35,200円
さなこ印刷	5,000円
匿名(5件)	52,020円

●災害支援

※令和6年能登半島地震災害義援金

中野社協 窓口募金箱 4,609円

※令和6年能登半島地震義援金

中野社協 窓口募金箱 4,609円

※令和7年大船渡火災災害義援金

中野社協窓口募金箱 3,041円

●ボランティア基金

手作り作品の会 81,000円

ジツト株式会社 27,575円

使用済インクカートリッジ換金分

オカダスタンプ(切手きるきの会) 21,980円

●中野・子どもの未来応援基金

芙蓉 900,000円

チューリッヒ生命保険株式会社 97,310円

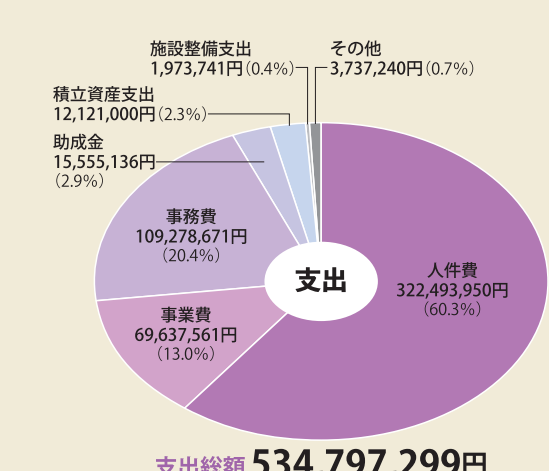
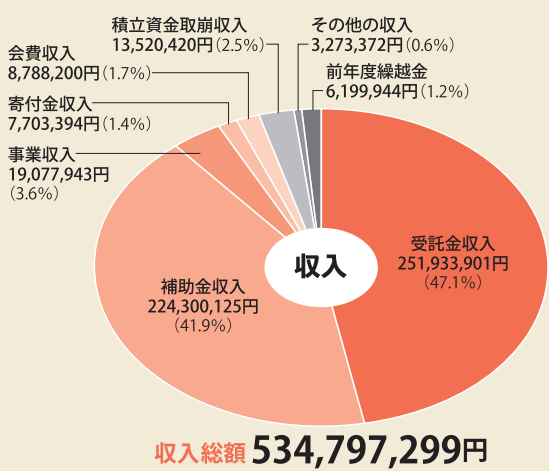
磯 総子 20,000円

栗原 京子 120,000円



2024(令和6)年度 中野社協事業報告

2024(令和6)年度 中野社協決算報告



2024(令和6)年度事業報告・決算報告、2025(令和7)年度事業計画・予算は、中野社協ホームページ <http://www.nakanoshakyō.com> にて公開しています。

お問い合わせ 経営管理課 ☎5380-0751

「食」にお困りの方に、必要な食料支援を

一時的に生活に困窮した方などを対象に、中野社協の窓口で食料支援を行っています。物価高騰等の影響があり、公的制度利用や初回給与までの一時的なつなぎとして食料支援を希望する方が多くいます。相談者には外国人や高齢者など、現在の公的な制度では支援の対象外となる方や、複数の生活課題があり継続的な支援が必要な方も見受けられます。

食料支援をきっかけに、必要な支援につながる場合もあり、中野社協が支援する子ども食堂や地域でのフードパントリーも相談の入り口としての役割を担っています。

2025年度には、地域のみなさんといっしょに考える食の支援フォーラムを開催します。詳しくは、4面をご覧ください。



中野社協
食料支援件数
556件
(2024年度)

413件
(2023年度)

求人広告 中野の福祉を支えてくださる方を募集しています。

中野区立弥生福祉作業所	スタッフ募集！
給与	1,380円～
雇用形態	アルバイト・パート ※常勤も募集中。
仕事内容	障害のある方の中活動支援 軽作業、検品、散歩など
勤務日数	平日 週3日～
勤務時間	8時～17時の間で4時間以上
連絡先	中野区弥生町4-36-15 ☎03-3384-2939 ✉jin01-tokutake@inagi-masayume.com
担当者	徳高(とくたけ)

福祉人材 募集中



広告掲載募集

「ハビネスなかの」は年2回、区内全戸に配布しています。ただいま、令和8年度掲載広告を募集しています。ご希望の方は右記へご連絡ください。

お問い合わせ・申し込み

経営管理課 ☎5380-0751

サイズ	1コマ縦46mm×横56mm 画像データ(JPEG)またはWordかExcelで作成したものをpdf画像にしてお渡しください。
掲載要件	区内に事業所等が存在すること、他
広告料	1面 1コマ 40,000円 最終面 1コマ 30,000円 中面 1コマ 20,000円(求人募集)



新しいまちなかサロン誕生！

まちなかサロン はるさんのおしゃべりサロン

10月4日にスタートしたばかりのサロンです。第1回目の参加者は25人。お菓子や自家焙煎のコーヒー等をいただきながらにぎやかに話したい、そしてゲストのボランティアさんのリレーで、なじみの歌を歌うの2時間、笑いが絶えないひとときを過ごしました。サロン代表の色部恵さんもおんなに多くの方が参加してくれとは！と大成功に満面の笑みでした。

開催場所 宮二町会集会所2階(中野1-3-14)
開催日時 毎月第1土曜日 午前10時～12時
参加費 300円
(お菓子とお茶付き、持ち込みOK)
不要、どなたでも歓迎、都合の良い時間に来てください

申込み

※特別イベントの場合は予約が必要になります。

参加費が変更になる場合があります。

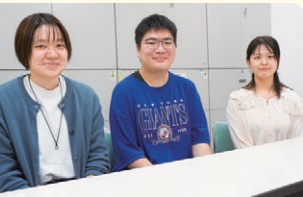
お問い合わせ

中野ボランティアセンター ☎5380-0254



元氣いっぱい！の代表・色部さん

子どもたちの楽しい居場所 まちなかサロン サニーすぽっと



左から永木さん、鈴木さん、望月さん

参加対象 小学3年生～6年生

開催場所 スマイルなかの3階 会議室A・B(中野5-68-7)

開催日時 毎月第1・第3土曜日 午前9時30分～11時30分(※祝日はお休み)

参加費 50円 ※イベント時に+50円頂く場合がございます

申込み 上の二次元コードから事前にお申込みをお願いします。

※保護者の方がフォームの入力をお願いします。

お問い合わせ 中野ボランティアセンター ☎5380-0254



居場所づくり座談会 開催します

深い悩みや悲しみを抱える人が安心して声を出せる居場所をつくるには～あなたが大切に思う身近な人のために～

大切な人が病气や悲しみを抱えたとき、そばにいる私たちにできることは？白鷺メディカル・カフェの太田さんから実践者を迎え、安心して声を出せる居場所づくりのヒントを考えます。少人数でじっくり語り合う座談会です。

ファシリテーター (株)エンバブリック 広石 拓司氏
ゲスト がん哲学外来白鷺メディカル・カフェ 太田 和歌子さん
こころのサポートびよこ中野 村上 順子さん

日時 2026年1月10日(土) 午後2時～4時
場所 スマイルなかの5階 第1、2会議室(中野5-68-7)
申込み 二次元コード、電話またはメール

お問い合わせ 中野ボランティアセンター ☎5380-0254

✉vc@nakanoshakyō.com



開催場所 日本キリスト教団 白鷺教会(白鷺2-47-10)

開催日時 偶数月の第3土曜日 午後2時～4時

参加費 300円

申込み 開催前日までにお申し込みください。

※詳細は、二次元コードからホームページをご覧ください。



参加者に寄り添い、少しでも不安を解消できる居場所に

がん哲学外来

白鷺メディカル・カフェ

メディカル・カフェは、お茶とお菓子を囲んで、患者さんご家族、ご友人・医療従事者など、自由に悩みや体験を分かち合い、「解決」はできなくても「解消」できる、ホッとできる場として、全国に広がっています。

白鷺メディカル・カフェは、白鷺教会の協力をいただき、2015年7月18日に、中井理佐子さんを中心にスタートしました。中井さんも当事者であるため、体調を崩しながらも、中井さんが亡くなった後も、中心スタッフの太田和歌子さんが引き継ぎ、現在も2か月に1回開催しています。

「コロナ禍の際はオンラインを活用し、スタッフと参加者がつづける場を大切に、常に参加者に寄り添う形で、不安を少しでも解消できるような場づくりを心がけていました。これからも、この居場所を立ち上げた中井さんの想いとともに、参加された方がほっとできる場を続けていきます」と太田さん。次回は12月20日(土)開催の予定です。



お問い合わせ 中野ボランティアセンター ☎5380-0254

掲載団体&寄付 募集！

「ボランティアグループ等の
寄付募集ページ」開設！

中野社協のホームページに、ボランティア団体の活動への想いや取り組みを発信し、活動に必要な「モノ」を募集できるページを開設しました。

活動を広めたいボランティア団体が、必要なモノの情報を掲載、寄付の形で応援したい方はここからボランティア団体とつながることができるページです。ぜひご利用ください。



情報掲載の申込み

<https://nakanoshakyo.com/nakanoinfo/donor/>

＊掲載にあたっては担当者と相談しながら進めていきます。

寄付をしたい方

HPIに掲載している団体へ直接ご連絡ください。



お問い合わせ 中野ボランティアセンター ☎5380-0254

✉ vc@nakanoshakyo.com

参加者募集！

2025(令和7)年度

なかの災害ボランティア
センター運営訓練

大規模災害時に立ち上げる「なかの災害ボランティアセンター」の運営訓練を実施します。中野の災害支援について、訓練の参加を通していっしょに考えていきませんか？



日時 2026年1月31日(土) 午後2時～4時
定員 25名程度
場所 帝京平成大学 中野キャンパス (中野4-21-2)
申込み WEBフォームにて受付
二次元コードからアクセスできます。



お問い合わせ 中野ボランティアセンター ☎5380-0254

✉ vc@nakanoshakyo.com

学生、勤労者、
初めての方
大歓迎です！

参加者募集！

2026年2月9日(月)

食のフォーラム 開催！
「食を通じた
生活困窮者支援を考える」

このフォーラムでは八王子市でフードバンクやパントリーの取り組みを実践している(一社)八王子フードバンクの國本氏を講師として、地域の中で食を通じた生活困窮者支援についてみなさんと考えていきます。



日時 2026年2月9日(月)
午後1時30分～4時
会場 中野区役所1階 ナカノバ
申込み 二次元コード、電話またはメール



申し込み・お問い合わせ 生活福祉資金貸付事業 ☎5380-5775

✉ seifuku@nakanoshakyo.com

参加者募集！

ひきこもり
家族勉強会

～気づく・わかる・かわる
→わたしが楽になる～

ひきこもりについてお悩みのご家族を対象に、心が楽になるヒントを学びます。講師のお話とワークショップを通じて、「自分を楽にしてあげる」方法を見つけることを目指します。

日時 2026年2月5日(木)、26日(木)
午後2時～4時
定員 約10名
場所 スマイルなかの3階 AB会議室 (中野5-68-7)
申込み 二次元コード、電話またはメール



申し込み・お問い合わせ

ひきこもり支援事業 ☎090-5412-0666

✉ tunagaru@nakanoshakyo.com

参加者募集！

ほほえみサービス事業
協力会員説明会

ほほえみサービスは、“困ったときはお互いさま”から始まる支え合い、助け合いの地域活動です。協力会員ができる範囲で、日常生活のちょっとした困りごとを有料でお手伝いします。

あなたのちょっとした空き時間を“まちの困った”を支援する活動に活かしてみませんか？まずは協力会員説明会にお越しください。



●協力会員説明会

日時 2025年12月23日(火)、2026年1月27日(火)、
2月24日(火)、3月19日(木) 午後2時～3時30分
(※ご希望の方には終了後に約30分、臨時の買い物代行「ちょこっと買い物代行」の研修があります)
場所 スマイルなかの3階 AB会議室(中野5-68-7)
申込み 電話もしくは二次元コードよりお申し込みください。



申し込み・お問い合わせ ほほえみサービス事業 ☎5380-0753

参加者募集！

弁護士による
高齢者・障害者の
ための無料法律相談

弁護士会が、高齢者・障害者の問題に精通した弁護士を派遣して行なう無料法律相談会です。

※高齢者はおおむね65歳以上が対象ですが、65歳未満の方でも相談できる場合や、家族などの代理相談が可能な場合があります。

日時 2026年2月2日(月) 午前10時～午後5時
(一人あたりの相談時間は45分)
定員 18名(予約制、先着順)
場所 スマイルなかの3階(中野5-68-7)

申し込み・お問い合わせ

中野区成年後見支援センター ☎5380-0134

相談受付中！

受験生チャレンジ
支援貸付事業

中学3年生、高校3年生を対象に、塾費用と受験料の貸付を無利子で行います。さらに、高校、大学等に入学した場合は、返済が免除されます。今年度から一部貸付上限額の引き上げを実施しています。新規相談の受け付けは2026年1月30日(金)までとなります。※貸付には条件があります。詳細はお問い合わせください。

専用Webサイト

<https://jukenchallenge.jp>

お問い合わせ

受験生チャレンジ支援貸付事業 ☎5380-5775

急ぐにゃ！



東京都民生委員・児童委員の
キャラクター「ミンジー」

こんにちは 第45回
民生児童委員です！

お気軽に
ご相談ください

2025年は3年に一度の民生児童委員一斉改選の年です。12月1日から新たなメンバーを迎えるのスタートです。
皆さんは、生活の中で様々な悩み事を相談できる相手が、身近にいることをご存じですか？
「民生児童委員」は、守秘義務を守りながら活動しています。地域にお住まいの乳幼児から高齢者まで、すべての方に寄り添う身近な相談相手です。行政や関係機関と連携し、適切な支援につなげる役割も担っています。
お困りごとがありましたら、お住まいの地域の民生児童委員にお気軽にお声掛けください。

お問い合わせ 中野区民生児童委員担当 ☎3228-5582

発行 社会福祉法人中野区社会福祉協議会

〒164-0001 中野区中野5-68-7 スマイルなかの4階
☎5380-0751 FAX 5380-0750 ✉ soumu@nakanoshakyo.com

編集・制作 有限会社エディタ企画

広告 わたしたちは、中野の福祉のまちづくりを応援しています。

訪問歯科診療いたします



医療法人社団以和貴会
富士見台さくら歯科

中野 練馬 板橋 杉並

☎ 03-5848-8484

中野区上鷺宮3-10-12

訪問
歯科



中野区の葬儀はお任せ下さい

株式会社 富士の華

☎0120-326-365

〒165-0027 東京都中野区野方1-38-13

令和7年 台風第22号・23号 被災地支援

このたびの令和7年台風第22号・23号により、被災された八丈島、青ヶ島のみなさまに心よりお見舞い申し上げます。

中野区社会福祉協議会では、これらの義援金および支援金をお届けするために、窓口にて募金箱の設置を行っています。

お預かりした募金は、半分を被災された方に直接届く「義援金」として東京都共同募金会へ送付するとともに、残り半分を現地で支援活動等に取り組む団体に届く「支援金」として、八丈町社会福祉協議会へ、それぞれお送りさせていただきます。

ぜひ東京からできる支援活動として、ご協力お願い申し上げます。

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

お問い合わせ 中野社協 ☎5380-0751