

「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。



- 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いたら、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。近年ひとり住まいと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。



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!

イベントをとお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 / 岐末たすけあい運動の配分(助成金)の計画や過去の実績は、[中央共同募金会のホームページ](http://hanett.akaihane.or.jp/)
「はねっと」でもご覧になれます。 <http://hanett.akaihane.or.jp/> はねっと 検索

岐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。

「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・草稿死宣言)
税理士得意分野 学校法人、社会福祉法人、公益財團法人、医療法人(医師・歯科医師)等設立。経営指導。



税理士法人 昂星

<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ぬ
⇒遺言・相続のご相談は弁護士にお任せください!



初回相談60分無料

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 中野駅北口より
(平日10:00~18:00) 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)	一口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)

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@nakanoshakyo.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ィ機材 代表取締役 加藤 豊光	税理士法人昴星
中央大学学員会 東京中野区支部	医療法人社団朋介会 宮嶋メディカルクリニック
東京土建一般労働組合 中野支部	司法書士 松山 啓
有限会社ノーナ建設	なおりクリニック 院長 三枝 直樹
有限会社しまなみき	かわかく耳鼻咽喉科
株式会社高波	いすみ産業株式会社 代表取締役 大村 清保
あすなろ葬祭	相子 真子
TAC 東京アスレティッククラブ	株式会社アイル・コーポレーション
西武信用金庫 本店	武市 通孝
サンロード中野・桃商店	クリニカル南台
中野南口駅前商店街	弁護士 山崎司平
川崎 敦子	西京信用金庫 南中野支店
学校法人新渡戸文化学園	株式会社ハナビシ 代表 福澤 雄二
株式会社アクト 熊倉 規親	株式会社小河原建設
岩田 敏恭	土屋 八郎
富士見台さくら歯科	保坂 実
医療法人社団山田クリニック	日本自動ドア株式会社 代表取締役 吉原 二郎
健朗会三五医院	三和警備保障株式会社
東京医療生活協同組合新渡戸記念中野総合病院	社会医療法人社団健友会
株式会社アスモ 金堂 浩一	株式会社富士の華
松沢 淳子	大村 美和子
下田 政廣	株式会社七星科学研究所 取締役 鈴木 芳久
公益社団法人全日本不動産協会 東京都本部	宝仙寺
中野・杉並支部	宗教法人禪定院 高橋 将雄
司法書士法人黒澤合同事務所	金剛産業株式会社
特定非営利活動法人アビリティクラブたすけい	西京信用金庫 中野支店
社会医療法人社団健友会 やまと診療所	

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

※専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。



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(土)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お話し合い、そしてゲストのボランティアさんの歌つての2時間、笑い絶えないひとときを過ごしました。サロン代表の色部春恵さんも「こんなに多くの方が参加してくれるのは!」と大成功に満面の笑みでした。

色部さんはこれまで長年、ボランティア活動を続ける方、中野ボランティアセンターでボランティア相談員も行つてきました。この相談員を卒業したのを機に、今回サロンを始めたことにありました。

これまでの経験をもとに、今後も多くの方がやりたいことを機に、今回サロンを始めたため、

ほっと心が
休まる場

中野社協が応援する まちなかサロン/地域の居場所

地域には、「まちなかサロン」をはじめ、気軽に立ち寄れて、暮らしへやさしいつながりを広げる居場所がたくさんあります。一方で、不登校や介護など、共通の経験・テーマをもつた方々が集う居場所も増え、想いを分かち合い、安心できるひとつの居場所も、活動者のみなさんのあたたかい想いや工夫が込められた、人と人をつなぐ大切な場所です。私は、みなさんのそうした想いを尊重しながら、応援していきます。

中野社協のホームページ内「なかの情報」では、さまざまな方が参加できるまちなかサロンや、子どもも食堂、学習支援などの地域の居場所を紹介しています。ご利用ください。

※中野社協のHPまたは
二次元コードから▶



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・医療従事者などが、自由に懇談や体験を分かち合い、「解決できません」とても「解消」できる、ホットな場として、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として、白井さんも担当者であるため、体調を見ながらやうやかに継続し、中井さんが亡くなった後も、中心スタッフの太田さんや歌子さんが引き継ぎ、現在も2ヶ月に1回開催しています。

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として、白井さんも担当者であるため、体調を見ながらやうやかに継続し、中井さんが亡くなった後も、中心スタッフの太田さんや歌子さんが引き継ぎ、現在も2ヶ月に1回開催しています。

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として、白井さんも担当者であるため、体調を見ながらやうやかに継続し、中井さんが亡くなった後も、中心スタッフの太田さんや歌子さんが引き継ぎ、現在も2ヶ月に1回開催しています。

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として、白井さんも担当者であるため、体調を見ながらやうやかに継続し、中井さんが亡くなった後も、中心スタッフの太田さんや歌子さんが引き継ぎ、現在も2ヶ月に1回開催しています。

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として、白井さんも担当者であるため、体調を見ながらやうやかに継続し、中井さんが亡くなった後も、中心スタッフの太田さんや歌子さんが引き継ぎ、現在も2ヶ月に1回開催しています。

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



集まつた子どもたちと若手スタッフは、元気に声をかけて「楽しさを学習する」ひととき——ここは

昨年活動を開始した、大学生のスタッフが運営する、小学生を対象とした子どもの居場所です。

「地域の居場所」ということで、参加者同士、地元ならではの話題で盛り上がる、地元が大変なことでも、地域の問題でやわらかに抱き合って、一緒に遊ぶが一体化した時間

を設けたりもしています」と代表の鈴木瑛士さん。スタッフのひとりは、月美里さん、子どもたちが安心して過ごせる場所づくりですと

居場所としての場の大切さを強調します。同じくスタッフの永木郁さんも「勉強と言つても、子どもたちが持ってきた宿題やドリルの解き方をいっしょに考える」と代表の鈴木瑛士さん。スタッフのひとりは、月美里さん、子どもたちが安心して過ごせる場所づくりですと

居場所としての場の大切さを強調します。同じくスタッフの永木郁さんも「勉強と言つても、子どもたちが持ってきた宿題やドリルの解き方をいっしょに考える」と代表の鈴木瑛士さん。スタッフのひとりは、月美里さん、子どもたちが安心して過ごせる場所づくりですと

居場所としての場の大切さを強調します。同じくスタッフの永木郁さんも「勉強と言つても、子どもたちが持ってきた宿題やドリルの解き方をいっしょに考える」と代表の鈴木瑛士さん。スタッフのひとりは、月美里さん、子どもたちが安心して過ごせる場所づくりですと

居場所としての場の大切さを強調します。同じくスタッフの永木郁さんも「勉強と言つても、子どもたちが持ってきた宿題やドリルの解き方をいっしょに考える」と代表の鈴木瑛士さん。スタッフのひとりは、月美里さん、子どもたちが安心して過ごせる場所づくりですと

居場所としての場の大切さを強調します。同じくスタッフの永木郁さんも「勉強と言つても、子どもたちが持ってきた宿題やドリルの解き方をいっしょに考える」と代表の鈴木瑛士さん。スタッフのひとりは、月美里さん、子どもたちが安心して過ごせる場所づくりですと

居場所としての場の大

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、活動で必要な「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ます。ぜひご活用ください。



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

HP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 2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「ちょっと買いたい物代行」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



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

訪問歯科

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

中野区上鶴宮3-10-12

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、ご協力を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