

中野区外国人相談窓口 Information Magazine

中野区役所の外国人相談窓口を知っていますか？

区役所から手紙が来たけどどうすればいい？

マイナンバーカードを作りたい！

日本語を無料で勉強できるところはある？

子どもを日本の学校に通わせたい！など

日常生活で困っていることをお気軽にご相談ください。
必要に応じて区役所の担当部署や他の機関を紹介します。

中野区外国人相談窓口

日 時 平日10時～12時、13時～17時
※土曜、日曜、祝日と年末年始
(12月29日～1月3日)はお休み
です。

窓 口 中野区役所 4階

電 話 03-3228-8929(直通)

言 語 英語、中国語、日本語
※タブレットの通訳機で30の
言葉で相談できます。

外国人ナカニワ相談会

外国人ナカニワ相談会を区役所2階
で開催します。
専門家による在留資格・帰化などを相
談できる日もあります。

日 時 1月20日(火)、2月17日(火)
3月17日(火) 10時～12時、
13時～16時

場 所 中野区役所 2階

日本 の 文 化

お正月

1月1日に祝うお正月は、1年のうち最も大きな日本の年中行事と言えます。年末年始は仕事や学校が休みになるので、多くの人は田舎に帰ったり、家族とゆっくり過ごしたり、旅行に行ったりします。

また、お正月には、特別な料理を食べます。その代表が「おせち料理」です。重箱に美しく詰められたおせち料理は、新年の最初の食卓に出されます。おせち料理に入れる料理は何十種類もあり、地方によっても違いますが、例えば「数の子」=子どもがたくさんできるように、「黒豆」=まめに働くように、「栗きんとん」=金色の見た目からお金がたまるように、など、縁起をかつぐ意味のものが多くあります。



年末年始のごみ捨て

年末年始はごみを回収しない日があります。ごみを回収しない日、回収を再開する日などを事前に確認しましょう。

種類	ごみ回収しません
びん・缶・ペットボトル	12月31日～1月4日
粗大ごみ(事前申込)	12月28日～1月4日
陶器・ガラス・金属ごみ	
資源プラスチック	12月31日～1月3日
燃やすごみ(※)	

(※)燃やすごみは、1月4日に臨時収集する地域があります。詳しくはホームページや「中野区ごみ分別アプリ」でご確認ください。

ホームページ



ごみ分別アプリ



「中野区二十歳(はたち)のつどい」

2025年12月上旬に区内に住んでいる参加対象者へ案内状を郵送します。案内状で詳細を確認してください。案内状が届かない場合はお問い合わせください。

日 時

2026年1月12日(月)

場 所

中野区中野2-9-7 なかのZERO

対象者

2005年4月2日から2006年4月1日までに生まれた方で区内に在住、在学、在勤の方。

問合せ

健全育成係

03-3228-5648

詳しくはホームページで確認



中野ランニングフェスタ

「中野四季の森公園」を爽やかに駆け抜け
るランニング＆リレーマラソンイベント。飲
食ブースなど楽しめるコンテンツが盛りだ
くさんのランニングフェスタです。

日 時

2026年3月8日(日)
午前9時20分～午後4時30分

会 場

中野四季の森公園
中野区中野4-12-13

申込み

走者の受け付けは2月1日まで。
当日の来場は申し込み不要です。

☆競技種目によって参加費や定員
が異なります。詳しくは、ホーム
ページをご覧ください。



おひなさま展

中野区の文化財になっている、山崎家の
ひな祭りの人形飾りを中心に、江戸時代か
ら平成時代(1603年～2019年)のひな
祭りの飾りを見ることができます。

日 時

2026年2月10日～3月14日

場 所

中野区立歴史民俗資料館
中野区江古田4-3-4

入館料

無料



年間イベントスケジュール
はこちら

