

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」=まめに働けるように、「栗さん
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	12月31日～1月3日
資源プラスチック	
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



発行:中野区 区民部 区民サービス課 区民相談係

住所:〒164-8501 中野区中野4-11-19 電話:03(3228)8929(直通)

年に4回(6月、9月、12月、3月)日本語、英語、中国語、ネパール語で情報誌を発行いたします。