

情報コーナー(3頁からのつづき)

子ども医療費助成制度により、一部負担金が助成されます。詳しくはお問合せください

- ・70歳以上75歳未満の被保険者 1割(一定以上の所得者は3割)
◎退職者医療制度該当者についても同様です。

入院時食事療養費

入院したときの食事代は、診療や薬にかかる費用とは別に、1食あたり標準負担額(260円)を自己負担し、残りは国保が負担します。

住民税非課税世帯などの方には標準負担額の減額制度がありますので、入院が決まったとき、または入院したときは、お問合せください。

申請が必要なもの

[療養費]緊急のときなど、やむを得ず保険証を提示しないで診療を受けた場合、海外旅行中に医療機関で治療を受けた場合またはコレットなどの治療補装具代などを支払った場合は、審査の上、決定された費用から一部負担金を除いた額を世帯主に支給します。

[高額療養費]被保険者の方が、同じ月内に同じ病院などに支払った一部負担金(室料差額、食事代など保険外負担を除く)が自己負担限度額(世帯課税状況・医療費によって異なる)を超えた場合、その超えた額を世帯主に支給します。該当する世帯には、診療した月の2カ月から3カ月後に申請書類を送付します。

限度額適用認定証を提示することにより、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。限度額適用認定証は、別途申請が必要です。

[出産育児一時金]被保険者が出産した(妊娠85日以上の死産・流産を含む)場合は、出産育児一時金として42万円を支給します。

国保から医療機関に支払いますので、原則として区への支給申請は必要ありません。ただし、出産費用が42万円未満の場合は、その差額を区に請求することになります。また、他の健康保険から支給される方は、国保から支給されません。差額がある際に必要な書類についてはお問合せください。

[葬祭費]被保険者が死亡したとき、葬儀を行った方に葬祭費7万円を支給します。

◎申請が必要なものについては、申請期限(2年)が定められていますので、早めに申請してください。申請の際に必要な書類についてはお問合せください(保険料の滞納がある場合は、給付できないことがあります)。

保険年金課給付係

- ☎(3546)5361
・子ども医療費助成制度については子育て支援課子育て支援係
☎(3546)5350

その他

職業相談・就職ミニ面接会

区では区民の皆さんの就職を支援するためハローワーク飯田橋との共

催による職業相談・就職ミニ面接会を開催しています。

日毎月第2・4火曜日(別表1のとおり)

午後1時~4時
場京華スクエア2階会議室(八丁堀3-17-9)

内・ハローワーク飯田橋職員による職業相談

- ・ハローワークインターネットサービスによる求人検索
・就職面接会(1~2社)

日職業相談・求人検索をご希望の方は直接会場にお越しください。企業との面接をご希望の方はハローワークの紹介状をご持参ください。

◎面接会の参加企業については、ハローワーク飯田橋ホームページでご確認ください。

商工観光課商工観光係

☎(3546)5328
ハローワーク飯田橋職業相談第二部門
☎(3812)8609 (部門コード42#)

HPハローワーク飯田橋
http://tokyo-hellowork.jsite.mhlw.go.jp/list/iidabashi.html

別表1 職業相談・就職ミニ面接会開催日(予定)

Table with 3 columns: 月, 第2火曜日, 第4火曜日. Rows for 10月, 11月, 12月, 平成25年1月, 2月, 3月.

◎10月9日(火)のミニ面接会は終了しました。◎日程は変更になる場合があります。

東京人材銀行 就職面接会のお知らせ

40歳以上の管理職・技術職などの経験がある方を対象とした就職面接会を開催します。参加企業求人一覧はハローワーク飯田橋のホームページに掲載しますのでご確認ください。

日10月20日(土)
午後1時30分~4時 (受付は午後1時から3時まで)

場区役所8階大会議室

◎参加ご希望の場合は、事前に東京人材銀行までお問合せください。

場東京人材銀行紹介コーナー
☎(3212)1996

敬老入浴事業

65歳以上の区民の方に健康の維持増進や近所の方との交流に役立てていただくため、区内の全公衆浴場(別表2)および他区協力浴場(別表3)を1回百円で利用できる「敬老入浴証(カード)」を希望により交付しています。

日・新たに65歳を迎える方 誕生月の初旬に引換券を郵送します。

・区内に転入された65歳以上の方 転入された翌月の初旬に引換券を郵送します。

◎特別養護老人ホーム入所者の方を除きます。

◎交付対象の方で、引換券が届かない場合は、お問合せください。

[引換場所] 各公衆浴場(別表2・3)、各いき

いき館(敬老館)、シニアセンター、区役所4階高齢者福祉課、日本橋・月島特別出張所

[引換券の再発行]

引換券を紛失された場合は、お問合せください。引換券を再発行の上、郵送します。

[敬老入浴証の再発行]

敬老入浴証を紛失・破損された方は、各公衆浴場(別表2・3)に住所・氏名・生年月日を確認できるもの(健康保険証など)を提示し、再交付申請書(各公衆浴場にあり)に必要事項を記入すると、100円で再交付されます。

場高齢者福祉課高齢者福祉係

☎(3546)5354

別表2 区内公衆浴場

Table with 3 columns: 浴場名, 所在地, 電話番号. Rows for 京橋地域, 日本橋地域, 月島地域.

別表3 他区協力浴場

Table with 3 columns: 浴場名, 所在地, 電話番号. Rows for 千代田区, 台東区.

ネズミ個別相談会のお知らせ

天井裏で音がする、食物をかじられたなど、ネズミによる被害でお困りの方を対象に相談会を開催します。

ネズミの防除は、ネズミが生息しにくい環境を整えることや、ネズミ

ファミリー・サポート・センター「子育てサポーター」募集

ファミリー・サポート・センター事業は、子育てサポーターとして育児の手助けができる方(提供会員)と区内在住の育児の手助けが必要な方(依頼会員)が会員となり、地域の中で子育てをする助け合いの活動です。

日・提供会員 満20歳以上の健康で育児経験などがあり、子育ての援助に理解と熱意のある方

・依頼会員 区内在住で生後57日以上小学校4年生までのお子さんおよび軽度の障害のある小学校6年生までのお子さんを育てている方

別表4 提供会員登録時講習会日程および会場

Table with 3 columns: 日時, 会場. Rows for 10月22日(月), 11月10日(土), 12月14日(金), 平成25年1月16日(水).

の種類や生態に応じた工夫が重要です。

相談会では、専門の相談員が個別に相談内容を聞き取り、被害の状況に応じた対策についてお答えします。

日11月1日(木)

午前10時~午後3時

◎相談時間は1人30分です。

場中央区保健所2階大会議室

日区内在住・在勤者

内被害状況に応じたネズミ防除対策について

[相談員]東京都ペストコントロール協会相談員

定24名(先着順)

費無料

日10月11日(木)から31日(水)までの間に電話で申込む。

場中央区保健所生活衛生課環境衛生係

☎(3541)5938

あたたかい善意 ありがとうございます

社会福祉協議会への寄付

平成24年8月分寄付合計 309,922円(敬称略・順不同)

[一般寄付金]

株式会社ハッピー・パスポート...21,663円、薬本光明...10,000円、



中央社会福祉協議会 イメージキャラクター [ニジノコ]

益社団法人お江戸日本橋歯科医師会...100,000円、常山晴代...10,000円、

常山雅子...10,000円、池田富三...50,000円、宇田川秀子...3,000円、

保田清...5,000円、有限会社三谷葬儀社...10,000円、三谷和美...5,000円、

匿名(1件)...5,103円

[ボランティア基金]

中央美世の会和田国利...3,000円、石田和子...55,000円、匿名(1件)...20,000円

場中央区社会福祉協議会管理部

☎(3206)0506

・両方会員 子どもを預けたい時もあるが、預かることもできる方

内保育園、幼稚園の送り迎えやお預かり、お母さんが産前産後の場合の上のお子さんの預かりなど

[謝礼] 1時間800円または1,000円

提供会員登録時講習会

事業説明、家庭保育講習および登録手続きを行います。

日・場別表4のとおり

日事前に電話またはファクス、Eメールに①~④(5頁記入例参照)を記入して申込む。

場中央区社会福祉協議会ファミリー・サポート・センター

☎(3206)0120

FAX(3523)6386

Efamily@shakyo-chuo-city.jp

凡例 日日時 会場 対象 内容 定員 費用 申込方法 問い合わせ(申込)先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

情報コーナー(4頁からのつづき)

区民文化祭作品展 開催のご案内

区民の皆さんによる絵画や写真、書道作品、手芸品(人形・編物・刺しゅう・和洋裁作品など)、工芸品(革製品・鎌倉彫・陶芸など)、生け花などの作品を各社会教育会館で展示します。観覧は無料です。皆さんお誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

築地社会教育会館

11月1日(木)～4日(日)

午前10時～午後8時(最終日は午後5時まで)

場築地社会教育会館屋内体育場ほか

日本橋社会教育会館

11月8日(木)～11日(日)

午前10時～午後6時(最終日は午後4時まで)

場日本橋社会教育会館ホールほか

月島社会教育会館

11月15日(木)～18日(日)

午前10時～午後6時(最終日は午後4時まで)

場月島社会教育会館ホールほか

共通

費無料

問築地社会教育会館

☎(3542)4801

日本橋社会教育会館

☎(3669)2102

月島社会教育会館

☎(3531)6367

健康福祉まつり・消費生活展2012

健康福祉まつり、消費生活展を開催します。皆さんお誘い合わせの上、ご来場ください。

10月28日(日)

午前10時～午後3時(小雨決行)

場中央区保健所、福祉センター、教育センター、郷土天文館「タイムドーム明石」、あかつき公園

◎自動車、自転車での来場はご遠慮ください。

◎視聴覚ホール、野外ステージには手話通訳者を配置します。また、必要に応じ要約筆記者を配置します。

問・健康福祉まつりについて

福祉センター管理係

☎(3545)9311

FAX(3544)0888

中央区保健所生活衛生課生活衛生係

☎(3541)5936

FAX(3546)9554

中央区社会福祉協議会

☎(3206)0560

FAX(3206)0601

・消費生活展について

中央区消費生活センター

☎(3546)5332

FAX(3546)9557

中央区民カレッジオープンカレッジ シンポジウム

「ふたつの銀座復興ー文明開化とモダン文化ー」

11月18日(日)

午後1時30分～

場教育センター視聴覚ホール

対18歳以上の方

内オープンカレッジは、区民カレ

ジを皆さんに知っていただくために、中央区の文化や歴史をテーマに開催しています。

今回のシンポジウムでは、郷土天文館の特別展「ふたつの銀座復興ー文明開化とモダン文化ー」と連携し、銀座が大火や震災からの復興を契機に世界有数の繁華街に発展して来た秘密を探ります。

[出演]・司会 法政大学教授、郷土天文館館長 陣内秀信

・パネラー 川本三郎(評論家)、竹沢えり子(銀座街づくり会議企画運営担当)、戸矢理衣奈(株式会社IRIS代表取締役、『銀座と資生堂』著者)、野口孝一(中央区総括文化財調査指導員)

定100名(申込多数の場合は抽選)

◎抽選となった場合は区民優先です。

費無料

申10月31日(必着)までに往復はがきに①～⑤(5頁記入例参照)を記入して申込む(電子申請も可)。

問文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5525

成年後見制度講演会・成年後見制度無料個別相談会

成年後見制度とは、認知症や知的障害などにより判断能力が不十分な方の不安を解消し、権利と財産を守る制度です。この制度に関する講演会および無料個別相談会を開催します。

ご夫婦や親子でのご参加もお待ちしております。

講演会「元気なうちに老いじたく」

11月10日(土)

午後2時～4時(午後1時30分開場)

場区役所8階大会議室

対区内在住・在勤の方

内高齢などで判断能力が不十分になった場合に自分の権利と財産を守る成年後見制度(法定・任意後見制度)について、遺言や相続などの話を交えながら分かりやすく説明します。

万が一に備えて自分の希望などをまとめておくためのエンディングノートもお配りします。

[講師]公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート本部常任理事、司法書士 山崎政俊

定100名(先着順)

申10月26日(金)までに電話またはファクス、Eメールに①～④(5頁記入例参照)を記入して申込む。

無料個別相談会

11月17日(土)

・午前10時～11時30分

・午前11時30分～午後1時

・午後1時～2時30分

・午後2時30分～4時

場区役所8階第1会議室ほか

対区内在住・在勤で成年後見制度の利用を検討している本人・親族など

内成年後見制度の申立手続きや利用方法などについて、一人ひとりのご事情に沿ってご相談に応じます。

[相談員]公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート東京支部所属の司法書士

定各回5組(先着順、要事前予約)

申11月9日(金)までに電話またはファクス、Eメールに①～④(5頁記入例参照)⑤希望の時間帯を記

入して申込む。

共通

費無料

問中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」

☎(3206)0567

FAX(3523)6386

Estep@shakyo-chuo-city.jp

第4日曜日はプラネタリウムへ行こう! 星の大集団・アンドロメダ銀河にせまる!

10月28日(日)

午後1時～2時(開始5分前には要入場)

場タイムドーム明石プラネタリウムホール

内アンドロメダ銀河は、アンドロメダ座にある星の大集団です。はじめは星の集まりだとはわかっていませんでした。その後、星と判明していった観測の歴史や、見つけ方などをご紹介します。

定86名(先着順)

費無料

◎直接会場へお越しください。

◎入場整理券(1人1枚)を当日正午から受付で配布します。

問郷土天文館「タイムドーム明石」

☎(3546)5537

手帳 国保・年金

後期高齢者医療保険料の納め忘れはありませんか

後期高齢者医療保険料は特別徴収(年金天引き)の方を除き、保険料の納付期限は、毎月末日(末日が土・日曜日の場合はその翌日)です。

お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは区役所4階保険年金課および日本橋・月島特別出張所で期限までに納めてください。

保険料納付には、納め忘れがなく便利な「口座振替」をお勧めします。特別徴収以外の方で「口座振替」をご希望の方は保険年金課収納係までご連絡ください。

問保険年金課収納係

☎(3546)5365

65歳になったら 老齢基礎年金の請求を

老齢基礎年金は、原則として、保険料を納めた期間と免除や納付猶予などの期間を合わせて25年以上ある方に、65歳から支給されます。そのほか、合算対象期間(国民年金に任意加入できる方が任意加入しなかった期間など)がある方は、事前に年金事務所へご相談ください。

支給には手続きが必要で、65歳の誕生日の前日から受け付けます。

[繰上請求]

60歳以上65歳未満の間に請求して老齢基礎年金を受けることもできます。ただし、繰上げ支給の請求をした時点(月単位)に応じて一定の割合で年金額が減額されます。

[繰下請求]

66歳以降に請求して老齢基礎年金を受けることもできます。この場合は、繰下げ支給の請求をした時点(月単位)に応じて一定の割合で年金額が増額されます。

◎いったん繰上げまたは繰下げ請求をすると、一生同じ割合で減額または増額された年金を受けることとなります。

[請求先]

20歳から60歳までの間、国民年金第1号被保険者期間のみの方は区役所または日本橋・月島特別出張所で、その他の方は、年金事務所で手続きをしてください。

問保険年金課保険年金係

☎(3546)5370

中央年金事務所お客様相談室

☎(3543)1411

特別支給の老齢厚生年金を受けている方も 老齢基礎年金の請求を

現在、特別支給の老齢厚生年金を受けている方は、65歳から老齢基礎年金・老齢厚生年金に分けて計算されるため、年金請求書の提出が必要となります。

該当する方には、65歳の誕生月に日本年金機構から「年金請求書(国民年金・厚生年金保険老齢給付)〈はがき様式〉」が送付されますので、住所・氏名を記入の上、提出してください。

老齢基礎年金のみまたは老齢厚生年金のみを66歳以降に加算された額で受けることを希望する場合は、「はがき」の繰下げ希望欄の老齢基礎年金・老齢厚生年金のどちらかに○印を記入してください。

老齢基礎年金・老齢厚生年金両方の繰下げを希望される場合には、「はがき」を提出する必要はありません。◎繰下げを希望した場合は、66歳以降の受け取りを希望するときに「老齢基礎・厚生年金支給繰下げ請求書」を年金事務所に提出してください。

問中央年金事務所お客様相談室

☎(3543)1411

国民年金保険料は前納がお得です

国民年金保険料の納付方法には、毎月納付のほかに、保険料をまとめて前払いすると割引となる、「前納制度」があります。

たとえば、平成24年10月分から平成25年3月分までの6カ月分を現金で前納すると、毎月納付よりも730円割引になり、毎月納める手間も省け大変お得です。ただし、納付期限は10月31日(水)までです。ご注意ください。

前納を希望される方は、年金事務所へお問合せください。

問中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411

国民健康保険の主な給付

療養の給付

医療機関の窓口で保険証を提示すれば、年齢などに応じた一部負担金を支払うだけで、診療や投薬を受けることができます。保険対象医療費のうち被保険者の一部負担金を除いた費用を国保が負担します。

[一部負担金の割合について]

- ・小学校入学前 2割
- ・小学校入学後から69歳の被保険者 3割(義務教育を終了するまでは、(2頁へつづく))

情報コーナー (5頁からのつづき)

ひとり親家庭パソコン教室

日11月1日～12日の毎週月・木曜日 計4回 午後6時～8時30分

場ハイテクセンターパソコン研修室 対区内在住のひとり親家庭の父または母で、マウス操作および簡単な文字入力操作のできる方

内初級ワード・エクセルおよびインターネットの実践的活用

定20名(申込多数の場合は抽選)

費無料

[託児]

2歳6カ月以上のお子さんを希望により預かります。

用10月24日(必着)までに往復はがきに、①「ひとり親家庭パソコン教室」と明記し、②～⑤(5頁記入例参照)⑥パソコン操作経験の有無⑦託児の必要の有無(希望する方はお子さんの氏名・年齢)を記入して申込む。

問子育て支援課子育て支援係

☎(3546)5351

健康吹矢講座

日・内別表1のとおり

場シニアセンター1階セミナー室

対50歳以上の区内在住・在勤者

[講師]生きがい活動支援室生きがい活動リーダー(吹矢レクリエーション協会公認指導員)

定30名(申込多数の場合は抽選)

費無料

用11月2日(必着)までに往復はがきに①～⑤(5頁記入例参照)を記入して申込む(電子申請も可)。

問〒104-0051

中央区佃1-11-1

シニアセンター

☎(3531)7813

別表1

Table with 2 columns: 日時, 内容. Rows include 11月17日(土) 午前10時～11時, 24日(土) 午前10時～11時, 12月1日(土) 午前10時～11時.

◎全3回

「認知症サポーター養成講座」を開催します

地域の皆さんを対象として、認知症について正しい理解を持ち、認知症の方の応援者としてご本人やご家族を温かく見守る「認知症サポーター」になるための講座を開催します。

日11月16日(金)

午後2時～4時

場日本橋公会堂集会室

対区内在住・在勤・在学者

内教材などを使用して、ビデオと講義による講座を実施します。講座終了時に、サポーターの目印として、オレンジリングをお渡しします。

[講師]日本橋おとしより相談センター職員

定40名(先着順)

費無料

用10月11日(木)から11月9日(金)までに電話で申込む。

問日本橋おとしより相談センター

☎(3665)3547

知って得する！ ゼロから学べる介護技術

急に介護が必要になった時でもすぐに生かせるように、介護の技術が習得できる講座を開催します。

また、以前介護の講習を受けた後、しばらくブランクのある方も再度、基礎から介護の技術を学べます。

日11月10日(土)

午後2時～3時30分

場マイホーム新川2階介護者教室

対区内在住・在勤・在学者

内介護を受ける人がいつまでも口から食べることを楽しみを持ち続けられるように、食事の形態や食事介助の方法などを基本から学ぶ。

[講師]管理栄養士、介護福祉士

定20名(先着順)

費無料

用10月11日(木)から27日(土)までに電話で申込む。

社会教育会館 講座のご案内

社会教育会館では、生活の向上や趣味の発見に役立つさまざまな講座を開催しています。10月中旬から12月初旬までに開催予定の講座は別表2のとおりです。ぜひご参加ください。

用10月11日(木)から各講座の申込期限までに電話または各講座開催館

別表2

Table with 5 columns: 開催館, 日時(開講日), 内容, 定員・費用, 申込期限. Rows include 築地, 日本橋, 月島.

◎申込みは先着順です。定員になり次第締め切ります。申込期限以降はお問合せください。

◎費用は教材費・材料費込みです。

◎講座内容は一部変更になる場合があります。

問京橋おとしより相談センター ☎(3545)1107

リサイクル教室 ～エコ・クッキング参加者募集～

日11月28日(水)

午前10時30分～午後1時

場月島社会教育会館4階料理教室

対18歳以上の区内在住・在勤・在学者

内食べ物を無駄なく使う工夫や、エネルギーの節約方法などを調理実習を通して学びます。

定24名(申込多数の場合は抽選)

費300円

[持参する物]エプロン・ふきん・お手ふきタオル・筆記用具・髪の毛の長い方は、バンダナや三角巾など

用11月13日(火)までに電話で申込む(電子申請も可)。

問水とみどりの課環境活動係

☎(3546)5654

窓口で直接申込む。

問築地社会教育会館

☎(3542)4801

日本橋社会教育会館

☎(3669)2102

月島社会教育会館

☎(3531)6367

アートはるみ

☎(3531)9190

スポーツ

第66回区民体育大会

ボウリング大会

日10月28日(日)

午前10時～

場田町ハイレーン

対区内在住・在勤・在学者および連盟登録者

[競技方法]3ゲームトータル

定80名(先着順)

費・一般男女 1,500円

・高校生以下 500円(当日、会場で納入)

用当日、午前10時までに直接会場で申込む。

◎競技内容・申込方法など、詳細を記載した実施要項は区役所6階中央区体育協会事務局窓口で配布します。なお、区のホームページまたは中央区体育協会ホームページからダウンロードすることもできます。

問中央区ボウリング連盟事務局(バーズ内)

☎(3206)2224

催し物

「銀座ブロッサム TSUKEMENSスペシャル ライブ～EL DORADO～」チケット発売中

日11月28日(水)

午後6時15分開場

午後6時45分開演

場銀座ブロッサム(中央会館)ホール

内クラシック、ジャズ、映画音楽、ゲーム音楽とジャンルにとらわれない音楽性を持つ、ヴァイオリン2本とピアノの音楽ユニット。父さだまさし譲りの卓越したメロディセンスが光るTAIRIKUを始め、SUGURU、KENTAとメンバー全員が音大出身です。「生音」にこだわり、倍音豊かなコンサートが魅力です。

費一般 4,500円

区内在住・在勤者 4,000円

[チケット販売]区内在住・在勤者用のチケットは、11月23日(祝)までに区内在住・在勤者であることを確認できるもの(運転免許証、社員証など)を持参して、銀座ブロッサム(中央会館)窓口で購入してください。

◎一般券は、ちけっとぽーと、チケットぴあ、ローソンチケット、イープラス、カンフェティでも購入できます。

◎全席指定です。

◎未就学児童の入場はご遠慮ください。

問銀座ブロッサム(中央会館)

☎(3542)8585

お詫びと訂正

「区のおしらせ 中央」10月1日号に誤りがありました。お詫びして訂正します。

7頁「第14回特別展ふたつの銀座復興～文明開化とモダン銀座～」タイトル

誤 「～文明開化とモダン銀座～」

正 「～文明開化とモダン文化～」

凡例 日日時 会場 対象 内容 定員 費用 申込方法 問合せ(申込先) HP ホームページアドレス Eメールアドレス

情報コーナー

遊ぶ 知る

学ぶ

記入例(はがき・ファクス)

1人1枚 限り

往復はがきの場合は返信用の宛名に〒・住所・氏名を記入

①講座名など
②氏名・ふりがな
③〒・住所*
④電話番号
⑤年齢
その他必要事項

※在勤の方は会社名・所在地・電話番号、在学の方は学校名・所在地・電話番号も記入

◎固に〒・住所が記載されていない場合の宛先は〒104-8404 築地1-1-1 申込先へ

◎「電子申請も可」と記載されているものは区のホームページの電子申請から申込みも可能

施設

自動交付機休止のお知らせ

自動交付機の入替えを実施するため、区役所、日本橋・月島区民センターに設置されている住民票の写し、印鑑登録証明書の自動交付機は、次のとおり休止します。

区民の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

- ・10月17日(水)中央区役所
 - ・10月24日(水)日本橋区民センター
 - ・10月25日(木)月島区民センター
- ◎いずれも午後5時30分から休止します。

- ☎区民生活課総合窓口係
☎(3546)5321
- ☎日本橋特別出張所区民係
☎(3666)4253
- ☎月島特別出張所区民係
☎(3531)1153

学校施設等のスポーツ開放(スポーツひろば)のご案内

「スポーツひろば」(別表参照)は、気軽にスポーツを楽しんでいただける場です。予約なしで、1人でも、初心者の方でも参加できます。

開放日時に直接会場へ行き、受付にある台帳に氏名などを記入してください。当日は担当指導員がご案内します。ぜひ、ご利用ください。

対区内在住・在勤・在学者で15歳以上の方(中学生を除く)

[持ち物]運動のできる服装・靴(テニス・バドミントン・卓球に参加される方は各自ラケットを持参)

費無料(テニス・バドミントンは、ボール代・シャトル代として300円が必要)

◎学校行事・工事などで中止となる場合があります。

☎スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531

別表 スポーツひろば一覧
利用時間：午後6時30分～9時

種目	曜日	開放校(施設)
ニュースポーツ(ラケットテニス・ソフトバレーボール)	火	日本橋小学校
	金	月島第三小学校
バドミントン	水	日本橋中学校
	木	晴海中学校
健康トレーニング	水	有馬小学校
卓球	木	京華スクエア
テニス	木	京橋築地小学校
バレーボール	木	阪本小学校
バスケットボール	木	銀座中学校

ほっとプラザはるみ 臨時休館のお知らせ

11月5日(月)から7日(水)まで施設の保守点検のため、全館(レストラン・集会施設含む)休館します。

☎ほっとプラザはるみ
☎(3531)8731

いきいき浜町(浜町敬老館)からのお知らせ

いきいき浜町では10月1日(月)から平成25年2月末までお風呂の改修工事を行っています。この期間は日替わりの男女入れ替え制でひとつのお風呂をご利用いただくことになります。

◎詳しくはお問合せください。
☎いきいき浜町(浜町敬老館)
☎(3669)3385

保健・医療・福祉

福祉サービス苦情相談窓口

区では、各種福祉サービスに対する苦情の相談をお受けするため、第三者による窓口を開設しています。窓口には社会福祉士の資格を持った専門相談員を配置し、公正かつ中立な立場で問題解決に努めます。

[対象となる福祉サービス]

区が実施する高齢者、障害者、児童などを対象とした福祉に関する各種のサービス

◎国民健康保険、後期高齢者医療制度、介護保険の保険料額についての苦情相談は対象外となります。

[苦情相談できる方]

福祉サービスを利用している方(本人)、配偶者、3親等以内の親族など

☎第1・3火曜日(祝日・年末年始を除く)
午後1時～5時

☎場区役所4階福祉保健部管理課内
費無料

☎福祉サービス苦情相談は原則予約制です。相談をご希望の方は前日までに電話またはファクスでご予約ください。

☎福祉サービス苦情相談受付
☎・FAX(3546)8373

気管支ぜん息と診断された方、医療費助成制度をご存じですか

都では、気管支ぜん息の方を対象に医療費の助成をしています。

☎次の要件を全て満たしている方

- ・現在、気管支ぜん息にかかっている方(18歳未満の方は慢性気管支炎、ぜん息性気管支炎、肺気腫も対象)
- ・都内に引き続き1年以上住所を有する方
- ・健康保険などに加入している方
- ・申請日以降に喫煙しない方

[助成内容]

医療券に記載された疾病の治療に要した医療費のうち、保険適用後の自己負担分を助成します。

[助成対象とならないもの]

- ・医療券に記載されていない疾病の医療費
- ・申請にかかる費用(「主治医診療報告書」の文書作成料・検査費用)
- ・入院時の食事療養・生活療養標準

負担額

- ・保険診療以外の費用(差額ベッド代、個室料など)
- ・吸入器購入費およびレンタル費用
- ・「医療費支給申請書兼口座振替依頼書」の証明発行にかかる手数料

[助成の期間]

申請日から起算して2年を経過した日以降の直近の誕生月の末日まで

[申請手続]

区役所4階福祉保健部管理課で申請書類などを配布、受け付けています。審査の結果、認定された方に医療券を発行します。

[医療券]

医療券を健康保険証などと一緒に医療機関の窓口(高齢受給者証などをお持ちの方は併せて窓口)に提示することで、気管支ぜん息の治療にかかる医療費の助成が受けられます。

[更新手続を忘れずに]

既に医療券をお持ちの方が有効期間満了後も引き続き助成を受けるためには、更新申請が必要です。必ず有効期間内に更新手続きをください。更新に必要な書類は有効期間満了の約2カ月前に郵送しますので、書類が届かない場合はお問合せください。

☎福祉保健部管理課保健係
☎(3546)5400

講座

フラダンス体験講習

☎10月22日(月)
午後2時～3時30分

☎場新川区民館1階和室

☎対区内在住・在勤・在学者

☎内心と体のリフレッシュをしながらフラダンスを楽しめる1日体験講習です。

☎定20名(申込多数の場合は抽選)
費無料

☎申10月11日(木)から17日(水)までに電話で申込み(受付時間 午前9時～午後5時)。

☎場新川区民館
☎(3551)7000

墨絵の年賀状教室

☎11月4日(日)
午後1時30分～4時30分

・11月5日(月)
午後6時～8時30分

☎場京橋区民館2号室

☎対区内在住・在勤・在学者

☎内墨の濃淡やかすがれが趣のある、墨絵の年賀状を作成します。

☎定各回20名(申込み多数の場合は抽選)

☎費無料
[持参するもの]小筆2本、小皿2枚(黒・赤用)

☎申10月11日(木)から21日(日)までに電話で申込み(受付時間 午前9時～午後5時)。

☎場京橋区民館
☎(3561)6340

女性のための尿失禁予防教室

女性は、妊娠・出産や肥満などをきっかけに尿漏れになりやすいと言われています。尿失禁を予防して毎日をさわやかに過ごしましょう。

日時	内容・講師
10月26日(金) 午前10時～正午	・お話と実技 「女性の尿失禁予防と対策～骨盤底筋体操をマスターしよう～」 講師 皮膚・泌尿器認定看護師 高崎良子
31日(水) 午後2時～4時	・運動指導 ～骨盤底筋体操の実践～ 講師 パーソナルトレーナー 鈴木純子 ・尿失禁対策グッズの紹介 講師 保健センター保健師

◎全2回

☎場月島保健センター多目的室

☎対区内在住のおおむね65歳未満の女性

☎定30名(先着順)
費無料

☎申10月12日(金)から電話で申込み(電子申請も可)。

◎両日とも動きやすい服装でご参加ください。

☎場月島保健センター健康係
☎(5560)0765

離乳食講習会

日時	10月30日(火)	10月31日(水)
会場	月島保健センター 栄養室	中央区保健所 2階 栄養室
対象	9～11か月ごろの乳児の保護者	7～8か月ごろの乳児の保護者
内容	3回食の進め方	2回食の進め方
費用	・離乳食の作り方の紹介 ・試食(保護者のみ)	
定員	各20名(先着順)	
費用	無料	
申込方法	10月12日(金)から電話で申込み。	
申込(問合せ)先	月島保健センター健康係 ☎(5560)0765	中央区保健所健康推進課(栄養担当) ☎(3541)4260