



高齢者・介護情報



65歳以上の普通徴収の方に「介護保険料決定通知書」を郵送します

介護保険担当/2階

☎(3228)95037

☎(3228)80622

介護保険料を納付書などでお支払いの方に、平成21年度の「介護保険料決定通知書(普通徴収)」を4月7日ごろに郵送します。

今回の保険料額は、平成20年度の特別区民税の課税状況などを基に仮計算したものです。6月下旬に同21年度の特別区民税の課税状況などを基に再計算した保険料の決定通知書を、すべ

ての方に改めて郵送します。



国民健康保険料を年金特別徴収でお支払いの方へ

国保資格課担当/2階

☎(3228)55011

☎(3228)55055

現在、国民健康保険料を年金特別徴収(天引き)でお支払いの方は、2月の徴収額と同じ額を4月、6月に支給される年金から徴収します。8月以降の徴収額は、平成21年度の保険料決定後の6月中旬にお知らせします。

「介護予防基本チェックリスト」を郵送しました

介護予防担当/6階

☎(3228)80649

☎(3228)50206

介護保険の認定を受けていない65歳以上の方全員に、「介護予防基本チェックリスト」を郵送

と、支払いの際に各医療機関の定める料金から、おたふくかぜは4,000円、水ぼうそうは6,000円の助成金を差し引いた金額を支払うことになります。手続きは不要です。助成を受けられるのは、それぞれ1回のみです。

対象…区内在住の満1歳から就学前の乳幼児
☆やむをえず契約医療機関以外で接種する場合は、問い合わせを

4月から母子健康手帳の交付窓口が変わります
～地域センターでは交付しません～

子ども健康担当/3階
☎(3228)5623 ☎(3228)5657

4月からの交付窓口は、次のとおりです。

交付窓口…①区役所子ども総合相談窓口
②保健福祉センター③地域子ども家庭支援センター

受付時間…①②=月～金曜日午前8時～午後5時、③=月～金曜日午前10時～午後6時、土曜日・学校休業日(日曜日を除く)午前9時～午後5時 ☆いずれも、祝・休日と年末年始を除く

しました。これは、生活や身体状況に関する質問表です。この機会に、自分のからだの状態(生活機能)を点検してみましよう。

点検した結果、機能の低下が見られた方は、4月6日までに同封の返信用封筒でチェックリストを郵送してください。これを区が確認し、該当する方に、区の介護予防事業への参加を医師が判定する「生活機能評価票を送ります。

4月1日 本町地域包括支援センターが移転します

高齢者地域支援担当/6階

☎(3228)80651

☎(3228)8716

現在、やよいほうむ内にある本町地域包括支援センターが、4月1日に倶楽部千代田會館内に移転します。

本町地域包括支援センター 移転先所在地…本町5-10-4 (倶楽部千代田會館内)
☎(5005)3733

☎(5005)3776

☆電話番号・ファクシミリ番号の変更はありません

高齢者福祉センターの催し

60歳以上の区内在住の方を対象とした事業です。いずれのセンターも、駐車場はありません。

やよいの園

弥生町3-33-8

☎(3270)9841

☎(3270)8662

「パワーアップ体操」
筋力アップを目的とした、立位中心の体操です。

日時…4月17日(9月18日の毎月第1・3金曜日、午前10時～11時半。全11回)

申込み…3月23日からの平日に、本人が直接、やよいの園へ。先着15人。中野区の利用証をお持ちでない方は、身分証明書と緊急連絡先・かかりつけ医が分かるものをお持ちください。

松が丘シニアプラザ
松が丘1-32-10
☎(5080)5761

☎(5080)5762

「自分の体力をチェックしてみましよう」
握力、歩行速度、片足立ちの測定と体力アップ体操。

日時…4月21日(火)午後1時半～3時

申込み…3月23日(4月6日の平日に、直接、松が丘シニアプラザへ。先着15人

堀江高齢者福祉センター
中野2-23-8
☎(3082)1227

☎(3082)1205

体操教室説明会と申し込み会
日時…4月7日(火)午前10時～11時半

☆当日直接、堀江高齢者福祉センターへ。中野区の利用証をお持ちでない方は、身分証明書と

緊急連絡先・かかりつけ医が分かるものをお持ちください

鷺宮高齢者福祉センター
若宮3-58-10

☎(3310)1171

☎(3310)1172

「詩を楽しむ」
松尾芭蕉の俳句や室生犀星の詩などを鑑賞します。

日時…4月9日(12月10日の毎月第2木曜日(8月は休み)、午前10時～正午

講師…菊田守氏(日本現代詩人会元会長)

☆どなたでも参加できます。当日直接会場へ

区ホームページから、☒は電子申請が、☒は申請書などのダウンロードができます



子ども子育て

学童緊急一時保育事業のご利用を

子育てサービス担当/3階
☎(3228)5612 ☎(3228)5657

保護者の方の入・通院、親族の入・通院の付き添い看護などで保育を受けられないお子さんを、民間学童クラブで預かります。

利用するには、入院などの状況がわかる書類が必要です。電話で問い合わせのうえ、区役所3階子ども総合相談窓口へ申し込みを。

対象…普段学童クラブを利用していない、集団生活が可能な小学校1～3年生のお子さん

4月からおたふくかぜと水ぼうそうの予防接種を助成

保健予防担当(中野区保健所)
☎(3382)6500 ☎(3382)7765

乳幼児の任意予防接種のうち、おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)と水ぼうそう(水痘)の予防接種費用の助成を、4月から始めます。

区内の契約医療機関で接種を受ける

子育てサービスを拡充

詳しくは問合せ先へ

①母子家庭高等技能訓練促進事業

2月から、訓練促進費の支給期間を、修業期間の後半の2分の1の期間に延長しました。 ☆18か月が限度

②ファミリー・サポート事業「特別援助活動」
4月から、「子どもが熱を出したのだけれど、仕事を休めない」という時、お子さんを利用者の自宅で預かります。

ファミリー・サポート事業の会員登録後、特別援助活動の利用手続き(年会費3,000円)が必要です。

利用料…お子さん1人1時間あたり1,200円

問合せ…①=子育てサービス担当/3階・☎(3228)5612・☎(3228)5657、②=中野区ファミリー・サポート・センター☎(5380)0752・☎(5380)0750

子ども子育て講習・講座

講座名	対象	申込み方法・締め切り	日時・会場
マタニティークッキング ☆簡単な調理実習と試食あり	妊娠中の方 先着20人	3月23日～4月12日に 電子申請・電話・窓口で	4/15(水) 午後1時半～3時 ※中野区保健所
ねっおいしいでしょ! こんなに簡単離乳食 ☆食品の増やし方、 組み合わせなど	(初・中期食) 5～8か月ごろの乳児とその保護者 先着40組	3月23日から開催日の 3日前までに電子申請・ 電話・窓口で	4/9(木) 午後1時半～3時半 ※中野区保健所
	(初・中期食) 5～8か月ごろの乳児とその保護者 先着30組		4/23(木) 午後1時半～3時半 鷺宮
	(後期食) 9～12か月ごろの乳児とその保護者 先着30組	3月23日～4月14日に 電子申請・電話・窓口で	4/17(金) 午後1時半～3時半 南部
申し込み・問い合わせは 会場となる各保健福祉センターへ (※は中部保健福祉センター)		●中部(中野2-17-6) …… ☎(3382)6665 ☎(5341)8818 ●鷺宮(鷺宮3-18-15) …… ☎(3336)7111 ☎(3336)7134 ●南部(弥生町2-41-2) …… ☎(3380)5551 ☎(3380)5532	
両親学級	産前=赤ちゃんを初めて迎える夫婦 ☆妊娠5か月以降の方の参加をお勧めします 産後=赤ちゃんを初めて迎えた夫婦 と生後2～7か月の赤ちゃん	日時、会場、申し込み方法など詳しくは、区ホームページをご覧ください。または、お近くの保健福祉センターへお問い合わせを ☆電子申請での申し込みはできません	