

# 情報

## スクエア

公共機関・民間団体からのおしらせ

情報スクエア

枚、印鑑、黒ボールペン  
 ☆当日直接会場へ。ただし、開始から30分経過後(10時以降)の入場はできません。一時保育希望の方は11月7日から電話で申し込みを。各日先着5人

### ほほえみサービス協力 会員説明会

中野区社会福祉協議会  
 ほほえみサービス事業担当  
 ☎(03380)07503  
 FAX(03380)07500  
 FAX(03380)07500  
 家事や介護のお手伝いができる方を募集しています。都合のつく時に、自由に時間を調整して活動できます。研修などがあり、初めての方でも安心です。☆登録には年会費千円が必要

日時 11月18日(金)午後1時半～2時半 ☆引き続き3時40分まで入門講座あり  
 会場 スマイルなかの(中野5-68-7)  
 ☆当日直接会場へ

### スマイル福祉カレッジ 「高次脳機能障害について 理解を深める」

中野ボランティアセンター(ス

**高齢者  
介護  
情報**

### 後期高齢者医療制度 「医療費通知」が 郵送されます

後期高齢者医療担当/6階  
 ☎(03380)09444  
 ☎(03380)10001  
 今月下旬に、東京都後期高齢者医療広域連合から「医療費通知」が郵送されます。医療費の総額等を確認してください。  
 ☆「医療費通知」は、税金の医療費控除(還付申告)などの証明資料としては使えません  
**対象**  
 後期高齢者医療の被保険者で、1月～6月の間に次の①か②のいずれかに該当した方  
 ①医療費(保険者負担分を含む)等の合計金額が1か月でも3万円以上の期間があった  
 ②療養費の支給を受けた

### 介護予防講演会 「老いても『心・体』を 衰えさせないきくち体操」

堀江高齢者福祉センター  
 中野2-23-8  
 ☎(03380)13307  
 FAX(03380)13305  
 健康づくり・生きがいづくりのヒントを見つけます。  
 日時 11月18日(金)午後2時～4時(1時半開場)  
 会場 なかのZERO小ホール(中野2-9-7)  
**対象** 区内在住の方  
**講師** 菊池和子氏(きくち体操創始者)  
 ☆当日直接会場へ。先着550人

### 家族介護教室

介護技術を学びながら、在宅介護している人同士で情報交

### マイルなかの内)

☎(03380)02514  
 FAX(03380)6027  
 高次脳機能障害について東京都心身障害者福祉センター職員から学び、障害への理解を深めます。  
 日時 12月9日(金)午後2時～4時半  
 会場 スマイルなかの(中野5-68-7)  
 参加費 500円 ☆中野区社会福祉協議会会員は無料  
 申込み 11月9日～12月8日に電話または直接、中野ボランティアセンターへ。先着30人

### 11月は労働保険適用 促進強化月間

労働保険(労災保険・雇用

保険)は、一人でも労働者を雇った場合は必ず加入しなければいけません。  
 勤務している会社が、これらに未加入の場合は、仕事や通勤中のけがなどに対する各種労災保険給付や退職時の雇用保険給付に支障が生じます。加入の状況が明確でない、または未加入の場合の受給方法など詳しくは、次の労働基準監督署または公共職業安定所に問い合わせを。

労働保険について  
 Ⅱ新宿労働基準監督署  
 ☎(0336)14402  
 雇用保険について  
 Ⅱ新宿公共職業安定所  
 ☎(0320)1273

### 全国一斉「女性の権利 ホットライン」強化週間

セクシュアル・ハラスメントやストーカー行為などの女性を巡る人権問題に関する相談に応じる専用電話「女性の権利ホットライン」。次の期間は時間を延長して実施します。  
 日時 11月14日(月)～20日(日)、午前8時半～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)  
**専用電話番号** 東京法務局人権擁護部 ☎0570(070)810 ☆ナビダイヤル。IP電話やPHSの場合は☎03(5213)1421へ。強化週間終了後はいずれも、平日の午前8時半～午後5時に利用できます

### 東日本大震災被災者等に対する 税務相談会

東京税理士会  
 ☎(3356)4461  
 「震災特例法」などの支援制度に関する税金の相談に、東京税理士会所属の税理士が応じます。  
 日程 11月26日(土)・27日(日)  
 受付時間 いずれも午前10時～午後4時  
 会場 区役所7階会議室  
 ☆当日直接会場へ

### 「アンテナ」に掲載しませんか

区報担当/4階  
 ☎(3228)8805  
 FAX(3228)5645  
 「アンテナ」は、区内で活動している団体や公共性のある団体の催しなどの情報を発信する場です。  
 掲載申し込みの締め切りは、催し実施月や申し込み開始月の2か月前の15日です(区役所の閉庁日にあたる場合は、次の閉庁日)。  
 ☆申し込み方法など詳しくは、問い合わせを。電子申請でも申し込み可  
 ☆紙面の都合で掲載できない場合があります

### 「金環食」

来年5月21日に東京で見ることが出来る「金環食」について聞きます。  
 日時 11月16日(水)午後1時半～3時  
 ☆当日直接、東山高齢者会館へ。先着50人

### なべさんの 元氣湧くわく講座 「優しい落語入門」

堀江高齢者福祉センター  
 中野2-23-8  
 ☎(03380)13307  
 FAX(03380)13305  
 日時 11月22日(火)午後2時半～3時半  
 ☆当日直接、堀江高齢者福祉センターへ。先着30人

### 墨絵でつくる1年賀状教室

やよいの園  
 弥生町3-33-8  
 ☎(0370)9841  
 FAX(0370)83022  
 日時 11月28日(月)午前10時～正午  
 参加費 500円(材料費)  
 申込み 11月8日からの平日に本人が参加費を持って直接、やよいの園へ。先着20人

### 高齢者福祉 センターの 催し

主に60歳以上の  
区内在住の方が  
対象です

### 秋の演芸大会

鷺宮高齢者福祉センター  
 若宮3-58-10  
 ☎(03310)1171  
 ☎(03310)1172  
 同センターで活動中の自主

東山高齢者会館  
 野方4-41-7  
 ☎(03380)5280  
 FAX(03380)5070

### 介護予防総合講座

65歳以上の区内在住の方が対象です。

「便利な福祉用具」  
 日時 11月20日(日)午後1時半～3時

「介護相談と学習会」  
 「症状への実践アドバイス」  
 日時 11月18日(金)午後1時～3時

中野友愛ホーム  
 江古田2-24-11  
 ☎(03380)5515  
 FAX(03380)5062

交換しませんか。  
**対象** 自宅で高齢者を介護している方  
 申込み 11月7日から前日まで  
 に、電話で各施設へ。先着各15人