

HPはホームページ 区HPから、Eメールは電子申請が、PDFは申請書などのダウンロードが可

HPは、区HPで詳しい内容をご覧になれます

information

健康・福祉



「成年後見制度申立講座」

中野区成年後見支援センター

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

成年後見制度は、認知症や知的障害、精神障害などで十分な判断をすることができない方の財産や権利を守るためのものです。

制度の内容や利用する場合の申し立て方法などについて、実際の書類を使った分かりやすい説明を聞きます。

日時 10月11日(火)午後2時~4時

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

☆当日直接会場へ。先着30人

高齢者・障害者のための無料法律相談

中野区成年後見支援センター

☎(5380)0134 FAX(5380)0591

成年後見制度や遺言、相続等について、また福祉サービスの利用について、弁護士や社会福祉士に相談できます。

日時 10月12日・26日、いずれも水曜日、午後3時から ☆11月以降、原則、奇数月は第1・第3水曜日に、偶数月は第2・第4水曜日に実施(ただし、12月は7日・21日、来年1月は11日・25日)

相談時間 一人につき45分程度

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込み 相談日の1週間前までに電話または直接、中野区成年後見支援センターへ。各日先着2人

☆担当弁護士への案件依頼や弁護士の紹介は行っていません

10月1日から開始

重症心身障害児(者)在宅レスパイトサービスのご利用を

障害者福祉事業担当/1階 ☎(3228)8953 FAX(3228)5665

このサービスは、在宅生活を送っている医療的ケアの必要な重症心身障害児(者)に対し、訪問看護師が自宅に出向き、一定時間、医療的ケアを行うことで、家族の一時休息(レスパイト)やリフレッシュを図るサービスです。

区と委託契約した訪問看護事業者の看護師から、自宅で医療的ケアを受けられます。

☆入浴、外出を伴う介護、家事支援は行いません。所得に応じた費用負担あり

対象

次の①~⑤全てに該当する重症心身障害児等を介護する家族

①区内に住所があり、18歳に達するまでに

②の状態になった

③重度の知的障害(愛の手帳1度または2度)があり、かつ重度の肢体不自由(身体障害者手帳1級または2級で歩行不能)がある

④在宅で家族による介護を受けて生活をしている

⑤医療保険制度による訪問看護により医療的ケアを受けている

⑥医師が指示書により医療的ケアが必要と認める

☆②については、障害者手帳未取得でも、重症心身障害児のための「東京都重症心身障害児在宅療育支援事業」の利用者等は対象となる場合あり。詳しくは、障害者福祉事業担当へ相談を

申込み

区役所1階の障害者福祉相談窓口かすこやか福祉センター窓口へ

☆事前に確認が必要な事項、利用者の負担額や必要書類などについて詳しくは、区HPをご覧ください、次の各窓口へ問い合わせを

障害者福祉相談窓口/1階 ☎(3228)8956 FAX(3228)5665

南部 弥生町5-11-26 ☎(3380)5551 FAX(3380)5532

中部 中央3-19-1 ☎(3367)7788 FAX(3367)7789

北部 江古田4-31-10 ☎(3389)4321 FAX(3389)4339

鷲宮 若宮3-58-10 ☎(3336)7111 FAX(3336)7134

区施設へは、公共交通機関をご利用ください

予防接種のおしらせ

保健予防担当(中野区保健所)

☎(3382)6500

FAX(3382)7765

「高齢者インフルエンザ予防接種予診票」を郵送します

「高齢者インフルエンザ予防接種予診票」を、次の対象の方に10月上旬に郵送します。

接種を希望する方は、実施医療機関に問い合わせの上、受けてください。

接種実施期間 10月1日~来年1月31日

対象 区内在住で、平成28年12月31日現在、次の①②いずれかの条件を満たす方

①65歳以上

②60歳~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能のいずれかに障害があり身体障害者手帳1級相当

対象者の負担額 2,500円

☆①②に該当する方で、生活保護費を受給している方は免除。その場合は、区役所2階生活介護担当で、事前に予診票の差し替え手続きをして接種を

生後1歳までの乳児は10月からB型肝炎ワクチンが定期予防接種になります

感染すると慢性肝炎や肝がんなどを発症する恐れのあるB型肝炎。その予防のため、10月1日からB型肝炎ワクチンが定期予防接種に追加され、無料で受けられるようになります。

対象 区内在住で、平成28年4月以降に生まれた1歳未満のお子さん

☆対象となるお子さんのいる家庭には、9月末までに予防接種予診票を郵送。8月以降生まれのお子さんへは、予診票つづりと一緒にお送りします

接種回数 1歳までに3回の接種が必要

☆既に任意接種を受けている場合は、不足回数分のみが定期接種の対象

東山高齢者会館 野方4-41-7 ☎(3328)5280 FAX(3328)5280 野方4-41-7 次①②とも、区内在住の65歳以上の方が対象です。当日直接、東山高齢者会館へ。 ①「ロコモティブシンドローム」について ②「今すぐできるロコモ体操」について 加齢や生活習慣が原因で足の機能が衰える「ロコモティブシンドローム(運動器症候群。略称「ロコモ」)について学びます。 日時 10月3日(月)午後1時半~3時 講師 渡會公治氏(帝京平成大学ヒューマンケア学部教授) ☆先着40人

介護予防総合講座(2件)

information

高齢者・介護情報



体力づくり教室「ロコモ予防体操」

松が丘シニアプラザ

松が丘1-32-10

☎(5380)5761

FAX(5380)5762

ロコモ予防のための軽運動を、健康運動指導士が行います。

対象 区内在住の65歳以上の方

日時 10月5日~12月21日の毎月第1・第3水曜日、午後1時半~3時半。全6回

参加費 800円(全回分)

申込み 9月21日~10月3日の平日午前9時~午後5時に電話または直接、松が丘シニアプラザへ。先着12人

康運動指導士と行います。 日時 10月12日(水)午後1時半~3時 ☆先着20人

9月30日は後期高齢者医療保険料9月(6期)分の納期限です忘れずに納付を

information

子ども・子育て・教育

特別児童扶養手当の現況届の提出はお済みですか

児童手当担当/3階

☎(3228)8952 FAX(3228)5657

特別児童扶養手当を受給している方に、8月上旬に現況届を郵送しました。

現況届の提出は、手当の受給資格を確認するための大切な手続きです。

提出がない場合は、8月分以降の手当を受給できません。未提出の方は、速やかに提出してください。

不明な点は、児童手当担当へ問い合わせを。

子ども家庭専門相談

子ども家庭相談等担当/3階

☎(3228)7867 FAX(3228)7875

子育ての悩みなどを、臨床心理士に相談できます。

対象 区内在住の18歳未満のお子さんとその家族

日時 11月9日、12月7日、いずれも水曜日、午後1時~5時 ☆一人につき1時間程度

会場 区役所3階子ども家庭支援センター

申込み 相談日前日までに電話または直接、子ども家庭相談等担当へ ☆一時保

育希望の方は、相談日の7日前までにあわせて申し込みを

妊婦さんの歯っぴいお食事講座

北部すこやか福祉センター

江古田4-31-10

☎(3388)0240 FAX(3389)4339

第一子を出産予定の区内在住の方を対象に、妊娠期や出産後の食事のポイントやレシピを紹介し、食事診断も実施します。試食やお口のケアなどの健康チェックも。

日時 10月27日(木)午前10時~正午

会場 北部すこやか福祉センター

申込み 9月27日~10月24日に電子申請か、電話または直接、北部すこやか福祉センターへ。先着15人

庭木1本からお手入れOK! ☆土日でもOKです ☆イレはお借りしません ☆お茶はご遠慮します ●なかの区報を見た方へ● 生垣剪定幅1m(高さ2m) 通常2,000円を1,000円に 先着10名様 株式会社ガーデンエクスプレス 東京北支店・練馬区土支店3-19-12 年中無休 ☎03-5933-2811

外壁・屋上の防水/総合リフォーム マルトモ 中野区物件を手掛け20年余り、ビル・マンションから一戸建等、その数は950棟に達しています 修繕工事専門会社です。修繕工事・防水工事等で、私達の技術を活かして下さい! 03-5380-0065(代) marutomo@mercury.dti.ne.jp 中野区新井5-33-7 (中野通り・新井小学校前) 有限会社マルトモ

子どもゲーム作りプログラミング 小学4年~中学生 問題解決能力UP 月謝:7,560円 iPad・スマホ・PC 同時募集 ☎03-3338-8880 http://toritukasei.net パソコン教室 まひしゅく 若宮3-1-1

広告