

HPはホームページ 区HPから、PC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 子ども・子育て・教育

認証保育所等の 保護者補助金の申し込みは 5月27日からです

保育支援係/3階
☎(3228)8979 FAX(3228)5667

区内・区外の認証保育所、東京都に設置届出済みの補助対象となる認可外保育施設を利用している保護者の方は、保育料の一部について助成を受けられます。

この制度の案内と申請書は、5月27日から区内補助対象施設、すこやか福祉センター、地域事務所、区役所3階子ども総合相談窓口で配布する他、区HPでダウンロードできます。

補助制度について詳しくは、前記の案内または区HPをご覧ください。

お子さんに関わる手当の 手続きはお済みですか

児童手当・子ども医療費助成係/3階
☎(3228)8952 FAX(3228)5657

お子さんを養育している方に、区が手当を支給する制度があります。

対象要件に該当する区内在住の保護者の方で、まだ申請をしていない方は、児童手当・子ども医療費助成係へ問い合わせを。

対象
児童手当=中学校3年生までのお子さん
児童育成手当・児童扶養手当=母子家庭・父子家庭、または、父母のいずれかに重

度の障害がある家庭の、18歳になって最初の3月31日を迎えていないお子さん
児童育成(障害)手当・特別児童扶養手当=20歳未満の障害のあるお子さん
☆いずれの手当も所得制限による減額・支給停止等あり。詳しくは、区HPをご覧ください。児童手当・子ども医療費助成係へ問い合わせを

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1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ます。試食やお口のケアなどの健康チェックも。

☆希望者は、食事診断と骨量測定(素足で計測)も受けられます

日時 6月19日(水)午後1時半~3時半
会場 北部すこやか福祉センター
申込み 5月21日~6月17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

女性のための健康講座 「すこやかママの身体づくり ~親子体操をしよう~」

北部すこやか福祉センター
江古田4-31-10
☎(3389)4323 FAX(3389)4339

お子さんを預けて産婦人科医から妊娠、月経、婦人科特有の疾患についての話を聞いた後、親子で体操をします。

対象 首の座った生後4か月~18か月頃のお子さんと母親

日時 6月20日(木)午後2時~4時

講師 寺内智子氏(寺内医院院長)他
会場 江古田区民活動センター(江原町2-3-15)
申込み 5月21日から電子申請か、電話または直接、北部すこやか福祉センターへ。**電子申請**=6月18日まで、**電話・窓口**=6月19日まで。先着20組

ピースの会(多胎児親子の会)

北部すこやか福祉センター
江古田4-31-10
☎(3388)0240 FAX(3389)4339

双子など多胎児のお子さんがある、区内在住の保護者と妊婦の懇談会です。お子さんも一緒に参加できます。

日時 6月20日(木)午前10時~11時半
会場 北部すこやか福祉センター
申込み 5月21日~6月13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組

就学相談のご利用を

特別支援教育係/5階
☎(3228)5557 FAX(3228)5680

発達の状況や障害の状態に応じてお子さんが適切な教育を受けられるよう、専門員とともに就学先を決めていきます。

対象 来年4月に小・中学校に就学するお子さんの保護者

日時 毎週月・火・木・金曜日の、午前9時から、午前11時から、午後2時から
☆相談時間はおおむね1時間。必ず予約を

会場 教育センター(野方1-35-3)
申込み 電話または直接、特別支援教育係へ。原則11月末までに相談を

日時 6月20日(木)午後2時~4時

現在「介護保険負担限度額認定証」をお持ちの方へ
お手元にある「介護保険負担限度額認定証」の有効期限は7月31日です。
更新の申請書は5月下旬に郵送します。届いたら内容を確認して、必要な資料を添えて返送するか、直接、区役所2階高齢者総合窓口で申請してください。

**家族介護教室
「認知症の方への対応」と
懇談**
やよいの園
弥生町3-33-8
☎(3370)0841
FAX(3370)8322
対象 自宅で高齢者を介護している方
日時 6月14日(金)午後1時~2時半
申込み 5月21日~6月7日

先着15人
に電話で、やよいの園へ。先着15人
**介護予防総合講座
「退職後の男の生き方を
考える」
5回連続講座**
東山高齢者会館
野方4-41-7
☎(3228)5280
FAX(3228)5070
退職後の人生の過ごし方などを学びます。そば打ちや発声の実習も。
日時 6月1日(土)午後1時半~3時半、14日(金)午前9時半~午後1時、7月2日(火)午後1時半~3時半、16日(火)午後1時半~3時半、30日(火)午後3時~5時半、区内在住の65歳以上の男性で、全回参加できる方優先
申込み 5月21日からの平日に直接、東山高齢者会館へ。先着20人
☆そば打ちの材料費700円の自己負担あり。6月14日のそば打ちのみ沿袋区民活動センター(沿袋2-40-18)で実施。各回の内容などについて詳しくは、東山高齢者会館へ問い合わせを

5月31日は後期高齢者医療保険料・介護保険料5月分(2期分)の納期限です。
忘れずに納付を
☆口座振替で納付している方は、前日までに残高の確認を

介護保険負担限度額認定の申請を
介護給付係/2階
☎(3228)6531
FAX(3228)8072
住民税非課税世帯の方が介護保険施設に入所する場合やショートステイを利用する場合に、居住費・食費の限度額を設けて負担を軽減する制度です。利用には申請が必要です。

**体力づくり教室
「ロコモ予防コース」**
しんやまの家
南台4-25-1
☎・FAX(3226)8175
加齢や生活習慣が原因で、足腰の機能が衰える、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)。その予防に効果的なストレッチや簡単な軽運動を健康運動指導士等から教わります。
日時 6月21日~7月26日の毎週金曜日、午前10時~11時半。全6回
対象 区内在住で原則全回参加できる65歳以上の方
申込み 5月21日~6月4日の平日に直接、しんやまの家へ。先着20人

**江古田の森公開セミナー
「水分補給の知識を付けて
夏を元気に乗り切ろう」**
高齢者支援基盤整備係/6階
☎(3228)5031
FAX(3228)5062
高齢者の熱中症予防に効果的な水分補給の方法などを看護師から学びます。どなたでも参加できます。
日時 6月1日(土)午後2時~3時
会場・問合せ先
東京総合保健福祉センター江古田の森(江古田3-14-19)
☎(5318)3711
☆当日直接会場へ。先着50人程度

こんなお悩みありませんか?
●争族を防ぎたい
●遺言書を作成したい
●不動産の諸問題を解決したい
●相続税がいくら心配
東京ビジネスパートナーズ税理士法人主催
相続無料相談会開催
会場:中野サンプラザ(中野区中野4丁目1-1)
5月22日(水)9:00~21:00 ※その他の日時もご相談ください
相続のお悩みをご相談ください
税理士 植原光隆 不動産・金融 小守美行 司法書士 林史人
ご相談のご予約 ▶▶ 平日 9:00~18:00
☎03-6914-5730
相続事業承継相談センター
予約制:個別に1時間のご相談を承ります

お庭のことなら、何でもお気軽にご相談を!
中野区を中心に、地元密着を基本として活動する植木屋です。庭木一本からでも、お手入れ承ります。見積りは無料!
フリーダイヤル 0120-283691
鷹六造園 中野区鷺宮 6-28-6-211
URL http://www.sagirokuzoen.com
メールアドレス info@sagirokuzoen.com

外壁・屋上の防水/総合リフォーム
GO FOR THE BIG! 友 マルトモ 1994 MARUTOMO SPIRITS マルトモは、
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1000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)
https://www.marutomol994.co.jp/
有限会社マルトモ 中野区新井5-33-7(本社・工事部) 中野区新井1-11-9-5F(営業部)

駅チカ! くみん斎場 内覧見学会
家族葬専用式場を見に来ませんか? 当日は葬儀の無料相談もできます。家族葬をお考えなら、ぜひ一度ご来場下さい。
くみん斎場で家族葬を行う場合 総額 611,609円 +税 この内容がまるわかり!
6月29日(土) 11:00~16:00 お好きな時間に来場下さい! 各社の方にはBOXティッシュプレゼント
くみん斎場 中野新井薬師前 TEL 03-6454-0019