

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区は、区HPで詳しい内容をご覧ください

在宅療養推進係/5階
(3228)5105
(3228)5116
認知症予防に有効な生活

認知症予防講演会「脳いきいき講座」



「いきいき入浴」の年間登録は... 住所・氏名・年齢の確認が... できるもの(健康保険証など)を持って、入浴を希望する浴場... 地域福祉推進係へお問い合わせを。

対象 区内在住の65歳以上の方
入浴料 1回100円

いきいき入浴 特別入浴デー「七夕湯」
地域福祉推進係/6階
(3228)5113
(3228)5062
「いきいき入浴」の年間登録証を持って、当日直接、区内等の公衆浴場へ。

「世界のシニア おうちごはん」の申し込み期間が変りました
「なかの区報」4月5日号11ページで、「4月8日」各開催日の前日とお知らせしましたが、「各開催日の1週間前から受け付け」に変更します。

後期高齢者医療係/2階
(3228)8944
(3228)5061
後期高齢者医療の特許期間終了後に同等の品質で製造・販売されるジェネリック医薬品(後発医薬品)。

「ジェネリック医薬品差額通知」を郵送します
後期高齢者医療係/2階
(3228)8944
(3228)5061
先発医薬品の特許期間終了後に同等の品質で製造・販売されるジェネリック医薬品(後発医薬品)。

高齢者訪問調査の実施時期等が変わります
地域支えあい活動支援係/5階
(3228)5062
(3228)5060
民生委員がひとり暮らしなどの高齢者宅を訪問し、日常の様子などをうかがう調査を毎年実施しています。

Information: 高齢者介護情報. 65歳以上の方は「介護保険料決定通知書」を6月26日以降に郵送

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区は、区HPで詳しい内容をご覧ください

在宅療養推進係/5階
(3228)5105
(3228)5116
認知症予防に有効な生活

認知症予防講演会「脳いきいき講座」



「いきいき入浴」の年間登録は... 住所・氏名・年齢の確認が... できるもの(健康保険証など)を持って、入浴を希望する浴場... 地域福祉推進係へお問い合わせを。

対象 区内在住の65歳以上の方
入浴料 1回100円

いきいき入浴 特別入浴デー「七夕湯」
地域福祉推進係/6階
(3228)5113
(3228)5062
「いきいき入浴」の年間登録証を持って、当日直接、区内等の公衆浴場へ。

「世界のシニア おうちごはん」の申し込み期間が変りました
「なかの区報」4月5日号11ページで、「4月8日」各開催日の前日とお知らせしましたが、「各開催日の1週間前から受け付け」に変更します。

後期高齢者医療係/2階
(3228)8944
(3228)5061
後期高齢者医療の特許期間終了後に同等の品質で製造・販売されるジェネリック医薬品(後発医薬品)。

「ジェネリック医薬品差額通知」を郵送します
後期高齢者医療係/2階
(3228)8944
(3228)5061
先発医薬品の特許期間終了後に同等の品質で製造・販売されるジェネリック医薬品(後発医薬品)。

高齢者訪問調査の実施時期等が変わります
地域支えあい活動支援係/5階
(3228)5062
(3228)5060
民生委員がひとり暮らしなどの高齢者宅を訪問し、日常の様子などをうかがう調査を毎年実施しています。

Information: 高齢者介護情報. 65歳以上の方は「介護保険料決定通知書」を6月26日以降に郵送

習慣などについて話を聞きます。初日には「脳の健康度テスト」も実施。
日時 7月17日(水)、8月1日(木)、いずれも午前10時～正午。全2回
会場 区役所7階会議室
対象 全回参加できる区内在住の65歳以上の方
申込み 6月21日～7月12日に電話か、住所、氏名とふりがな、電話番号を記入して電子メール nchiyou@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクシミリまたは直接、在宅療養推進係へ。先着40人

介護予防・日常生活支援総合事業「なかの元気アップセミナー」にご参加を
介護予防推進係/6階 (3228)8949 FAX(3228)5662

週1回、2時間程度で全12回のプログラムを組み、生活機能の改善を目指す事業です。内容は、「口腔機能改善」「運動機能改善」「脳の活性化」「カラオケ体操」の4種類です。7月は、「運動機能改善プログラム」をデイサービスセンターカリア中野弥生町(弥生町2-4-9)で開催します。その他のプログラムについては、次の地域包括支援センターへお問い合わせを。

地域包括支援センター一覧
対象 区内在住の65歳以上の方で、次の①②のいずれかに該当し、地域包括支援センターで対象者と認められた方
①要支援認定を受けた
②基本チェックリストで対象者と判定された
申込み 電話または直接、次の地域包括支援センターへ
☆お住まいの地域を担当するセンターが分からない場合は、区HPをご覧ください

相続税無料相談会
7月6日(土) 13:00~17:00
会場 中野サンプラザ8階 研修室12
税理士 戸田朗夫事務所
TEL:03-3386-0984 FAX:03-3387-0985

外壁・屋上の防水/総合リフォーム マルトモ
03-5380-0065(代)
https://www.marutomo1994.co.jp/

お庭のことなら、何でもお気軽にご相談を!
0120-283691
中野区新井5-33-7(本社・工事部)
6-28-6-211
有限会社マルトモ

合、薬代が安くなります。自己負担額をぐくぐく軽減できるかが分かる「ジェネリック医薬品差額通知」を次の対象の方に、6月下旬か12月中旬のいずれかに郵送します。ジェネリック医薬品利用の参考にご覧ください。
対象 後期高齢者医療制度の被保険者のうち、生活習慣病等の医薬品が処方されている方で、薬代が一定額以上軽減されると見込まれる方
質問は「ジェネリック医薬品通知サポートデスク」へ 0120(601)494へ

後期高齢者医療制度に加入している非課税世帯の方へ
後期高齢者医療係/2階
(3228)8944
(3228)5061
次の①②とも、区から後期高齢者医療被保険者証の交付

7月1日は後期高齢者医療保険料・介護保険料6月(3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

区報に広告を掲載しませんか
広報係/4階
(3228)8805 FAX(3228)5645
区内全域に約20万部、各戸配布しています。

既「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」をお持ちの方には、来年7月末まで使える認定証を来月下旬に郵送します。

「後期高齢者入院時負担軽減支援金の申請を」
保険適用の病院など1年度内31日以上入院した場合、2万円の給付を受けられる制度です。申請は年度ごとに必要。詳しくは、後期高齢者医療係へお問い合わせを。

7/6(土) 13:30~16:30
相続と空き家利活用
セミナー & 無料相談会
03-3477-2881