

高齢者・介護

高齢者世帯の方へ
緊急連絡カードの作成を
進めています

地域支えあい活動支援係/5階
☎(3228)5582 FAX(3228)5620

区は、一人暮らしの高齢者などが
万一の時に、駆け付けた救急隊員が本人の
情報を確認し、救急搬送に役立てられるよう、
緊急連絡先やかかりつけの病院などを記入する「
緊急連絡カード」の作成を進めています。

緊急連絡カードの情報は、区、地域
包括支援センター、民生委員が共有します。

次の対象の方で、緊急連絡カードの
作成を希望する方は、すこやか福祉センター、
地域支えあい活動支援係へ問い合わせを。

対象 おおむね70歳以上の一人暮らし

しや日中は一人で家に居るなど、必要とする
高齢者世帯



▲「救急医療情報キット」。ボトル型ケースと
セットにして配布。緊急連絡カードをケースに入れて、
冷蔵庫などに保管できます

江古田の森公開セミナー 「排泄ケアの基本」

高齢者支援基盤整備係/6階
☎(3228)5631 FAX(3228)5492

日時 8月3日(土)午後2時~3時

内容 オムツの基礎知識と使い方

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

家族介護教室 「認知症の人への家族ケア」

はぴね中野坂上(中央1-11-8)
☎(5348)7753 FAX(5348)7754

日時 8月18日(日)午後1時30分~3時30分

内容 介護技術の学習、在宅介護している人
同士の情報交換

対象 自宅で高齢者を介護している方
申込み 7月21日~8月17日に電話で、
はぴね中野坂上へ。先着15人

7月31日は介護保険料・後期 高齢者医療保険料第4期(7月分)の納期限です。忘れずに納付を

☆口座振替の方は、前日までに
残高の確認を

後期高齢者医療制度に加入している方へ

後期高齢者医療係/2階
☎(3228)8944
FAX(3228)5661

保険料決定通知書を郵送します

今年度の保険料決定通知書を、7月18日ごろに
郵送し、加入者の保険料額とその納付方法(年金天引き、
納付書での現金払い、口座振替のいずれか)をお知らせ
します。

後期高齢者医療保険料は、2年ごとに見直しを行い、
下図のとおり加入者全員に一律掛かる「均等割額」と、
加入者の前年中の所得に応じて掛かる「所得割額」を
合計して算出します。

2018・2019年度の保険料の計算方法

均等割額 被保険者1人当たり43,300円
+
所得割額 賦課の基となる所得金額×8.80%
年間保険料額 (上限額62万円)

均等割額の軽減割合が変わります

保険料の算定に当たって、所得の低い方や他の健康保険の
被扶養者だった方は保険料が軽減されます。今年度以降の
均等割額の軽減割合などが、次のとおり変わります。

所得の低い方

総所得金額などの合計が 下記に該当する世帯	軽減割合		
	2019年度	2020年度	2021年度
33万円以下 被保険者全員が年金収入 80万円以下(その他の所得なし)	8割	7割(本則)	
	上記以外	8.5割	7.75割
33万円+(28万円×被保険者数)以下	5割		
33万円+(51万円×被保険者数)以下	2割		

他の健康保険の被扶養者だった方(国民健康保険・組合を除く)

均等割額の軽減割合は5割で、適用期間は加入から2年を
経過する月までです。

平成29年4月30日以前に後期高齢者医療制度に加入した
被扶養者の方の軽減期間は、3月末で終了しました。

子ども・子育て

来年4月に開校する小学校の 校名は「令和小学校」に

学校再編・地域連携係/5階
☎(3228)5548 FAX(3228)5679

上高田小学校と新井小学校は、来年4月1日に統合し、
現・上高田小学校(上高田5-35-3)の位置で新たに開校
します。

この学校の校名が「令和小学校」に決まりました。
この校名は、上高田・新井小学校の関係者などによる
応募名称の中から、統合委員会での協議を経て選定
されました。

☆選定理由などは、区HPの「統合委員会ニュース」
でご覧になれます

期限までに現況届の提出を (児童扶養手当・特別児童扶養手当)

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

児童扶養手当(ひとり親家庭などが対象)・特別児童
扶養手当(障害のあるお子さんがいる家庭が対象)を受
給中の方へ、現況届を8月上旬に郵送します。

現況届の提出は、手当の受給資格の有無を確認する
ための手続きです。提出がないと、引き続き手当を受
けることができません。期限内に必ず児童手当・子
ども医療費助成係へ提出を。

提出期限・方法

8月30日(必着)までに児童扶養手当=直接、特別
児童扶養手当=郵送

☆今年度に限り、児童扶養手当受給者のうち、
婚姻歴のない方へ臨時的に給付金が支給されます。
詳しくは、現況届に同封する案内をご覧ください

明るい選挙ポスター コンクール作品を募集します

区選挙管理委員会/9階
☎(3228)5541 FAX(3228)5687

対象 区内在住・在学の小・中学生、高校生

募集作品 明るい選挙の推進を自由に表現した
ポスター。用紙=四つ切り(542mm×382mm)か八つ
切り(382mm×271mm)の画用紙。画材=自由(紙
や布などを貼っても可)

申込み 学校へ直接提出するか、作品裏面の右下
に学校名、学年、氏名とふりがなを記入して9月6日
までに直接、区選挙管理委員会へ

☆全応募者に参加賞あり。入選・佳作作品は、
区民活動センターなどで開催するポスター展で展
示する他、区HPでも公開。なお、入選作品は、東
京都が行う第2次審査会に提出。また、選挙の啓
発などに利用する場合があります



▲昨年の小学生の入選作品

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

日時 8月21日(水)午後1時30分~3時30分

会場 北部すこやか福祉センター
内容 初めて出産を迎える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。試食やお口のケアなどの健康チェックあり
申込み 7月22日~8月19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
☆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

栄養講習会「家事場のパパちから&ジジちから 離乳食づくり編」

鷺宮すこやか福祉センター(若宮3-58-10)
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

日時 8月31日(土)午後1時30分~3時30分

会場 鷺宮すこやか福祉センター
内容 離乳食や介護食、災害時にも応用できる「
和食」の講義と実習
対象 家族に妊婦または乳児のいる区内在住の男
性

申込み 7月22日~8月21日に電子申請か、電話
または直接、鷺宮すこやか福祉センターへ。先着
20人

☆ママとお子さんが一緒に遊ぶ食育交流スペース
あり

どんなお困り事もお任せ下さい!

- 掃除・片付け・家事代行 ●大工仕事・庭仕事
- 不用品処分のお手伝い ●家具の組み立て
- 引っ越しのお手伝い ●遺品整理

便利屋! お助け本舗 中野坂上店
0120-078-365
電話:03-5358-9884/メール:info@otasure078.com
〒164-0003 東京都中野区東中野 1-56-5 4F

駅チカ 家族葬専用式場

中野区民の方々にご支持いただいております。

夜中でも対応してくれるのかしら
安心して葬儀を頼めるところはないかな
家に連れて帰れないのだけども...

くみん斎場 中野新井薬師前
東京都中野区上高田3-19-17
西武新宿線「新井薬師前駅」南口より徒歩約3分

お問合せ・資料請求 24時間 365日受付 (03) 6454-0019