

# 東京2020大会

オリンピック・パラリンピック推進係/6階  
☎(3228)8988 FAX(3228)5626

HPで詳しく

観覧する際は、新型コロナウイルス感染症予防のため、密集を避け、マスク着用の徹底を。また、大きな声での会話等は控えてください。

## 聖火リレーが中野を通過します

- 日時** 7月17日(土)午後2時45分～3時34分
- リレーコース** 中野四季の森公園～山手通り(中野氷川神社前)
- 交通規制を行います**  
リレーコース周辺の道路は車両が通行できない時間があります。ご協力をお願いします。



▲聖火リレーコース



▲詳しいルートなどについてはこちら

## オリンピック競技を大型スクリーンで観戦しよう

- 対象** 区内在住・勤務・在学の方
- 日程** ①7月24日(日)、25日(日)  
②7月31日(土)、8月1日(日)
- 会場** 中野セントラルパークカンファレンス・コンベンションホール(中野4-10-2)
- 申込み** ①=7月16日、②=7月23日までに電子申請か、郵送で、オリンピック・パラリンピック推進係へ。氏名、住所、生年月日、在勤・在学の方は通勤・通学先の名称、電話番号、メールアドレス  
☆各日抽選で100人

中止になりました

## 8月以降の各種保険証等を郵送します

いずれも税の申告期限が延長されたことにより、税情報反映されていない場合があります。該当する方には、後日正しい自己負担割合の保険証等を改めて郵送します。

### 国民健康保険に加入している70歳～74歳の方 「東京都国民健康保険高齢受給者証」

資格賦課係/2階 ☎(3228)5511 FAX(3228)5655  
今月下旬に郵送します。世帯の対象者全員分を世帯主の方宛てに郵送するので、対象被保険者氏名欄を確認してください。

受診の際は、保険証と一緒に高齢受給者証を提示してください。

☆自己負担割合は令和3年度住民税課税標準額などを基に判定。詳しくは、同封の「一部負担金の割合(医療費などの自己負担割合)」をご覧ください。

- 自己負担割合が3割(現役並み所得者)の方へ  
前年中の収入額が基準未満の方は、自己負担割合が2割になる可能性があります。可能性のある方には「国民健康保険基準収入額適用申請書」を同封するので、期限内に申請してください。

### 後期高齢者医療制度に加入している方 「後期高齢者医療被保険者証」

後期高齢者医療係/2階  
☎(3228)8944 FAX(3228)5661

医療費の自己負担割合は、毎年8月に見直します。負担割合が変更になる方には、新しい保険証を今月下旬までに簡易書留で郵送します。

- 自己負担割合が3割(現役並み所得者)の方へ  
一定の条件を満たすと自己負担割合が1割になります。条件に該当する可能性のある方へ、申請書を6月に郵送しました。申請方法を確認の上、手続きしてください。

### 要介護・要支援等の認定を受けている方 「介護保険負担割合証」

介護給付係/2階 ☎(3228)6531 FAX(3228)8972

介護保険サービスの自己負担割合は、毎年8月に見直します。新しい負担割合を記載した「介護保険負担割合証」を今月中旬に郵送します。

利用者負担額が基準以上になった場合は「高額介護サービス費」の支給対象になります。対象者には区からお知らせを郵送するので、申請してください。

## お知らせ

傍聴を ☆日程は、変わることがあります

### 中野区男女共同参画・多文化共生推進審議会

平和・人権・男女共同参画係/4階  
☎(3228)8229 FAX(3228)5476  
7月21日(水)午後7時～9時  
区役所5階教育委員会室  
☆事前申込制。7月6日～16日に平和・人権・男女共同参画係へ

### 「区民公益活動推進基金からの助成」申請事業公開オンラインプレゼンテーション

公益活動推進係/5階  
☎(3228)3251 FAX(3228)5620

区民公益活動推進基金からの助成を希望する区民団体が、助成の可否を審査する区民公益活動推進協議会に、事業内容などを説明するプレゼンテーションをZoomでご覧になれます。

参加団体や事業名は、事前に区HPで確認できます。

**日時** 7月22日(木・祝)午後1時～3時15分

**申込み** 7月19日までに☑koeki@city.tokyo-nakano.lg.jpで、公益活動推進係へ。氏名とふりがな、電話番号

### 基金への寄付にご協力を

この助成事業は、みなさんからの寄付を区民公益活動推進基金に積み立てて財源としています。

寄付して下さる方には、必要書類を郵送します。また、電子申請も可能です。寄付について詳しくは、区HPをご覧ください。また、公益活動推進係へ問い合わせを。



▲助成制度についてはこちらから

### 町会・自治会の活動に参加しませんか

地域自治推進係/5階  
☎(3228)8921 FAX(3228)5620

区内にある107の町会・自治会では、支えあい活動などを通して、その地域に住む方がより暮らしやすい地域となるよう取り組んでいます。

お住まいの地域の町会・自治会を地図で確認できるリーフレットを区民活動センター、区役所5階8番窓口で配布中。その場で町会・自治会への入会手続き、または添付の専用ハガキで入会の申し込みができます。



▲区HPからダウンロードもできます

### 海外での診療費用の保険者負担分の給付を受けるには

国保給付係/2階  
☎(3228)5508 FAX(3228)5655

国民健康保険に加入している方が海外渡航中に急病などで診療を受けた場合は、現地で必ず書類(①診療内容明細書②領収明細書③領収書)を作成してもらってください。

①と②は、所定の用紙が必要です。なお、クレジットカードの明細は、③領収書とはみなされません。

帰国後、①②③の書類(外国語で記入されている場合は、日本語の翻訳文を添付)とパスポート等をそろえて申請すると、審査通過後に、保険者負担分の給付を受けられます。ただし、日本国内で保険を適用されない診療や治療目的での渡航の場合は、対象外です。

詳しくは、区HPをご覧ください。渡航前に国保給付係へ問い合わせを。



▲申請に必要な書類は区HPからもダウンロード可

## 電子申請で手続きを便利に

情報政策推進係/6階  
☎(3228)8807 FAX(3228)5646

パソコンやスマートフォンを使って手続きができる電子申請。利用可能な手続きは200件以上あり、場所や時間を気にせず手続きができて便利です。

東京共同電子申請・届出サービスHPにアクセスし、活用してください。



▲こちらからもアクセス可

遺産分割がまとまらない  
相続預貯金が使いこまれていた  
遺留分の請求をしたい・された  
相続問題は相続を得意分野にする  
弁護士にご相談ください。

吉口総合法律事務所  
03-6382-4640

なかの区報を見た方の相続のご相談は60分無料  
弁護士:吉口直希 第一東京弁護士会所属  
週刊エコノミストでの相続に関する記事の掲載歴有  
東京都中野区本町6-27-12豊国ビル807号

7月のあすなろ葬祭セミナー開催

散骨ってどんなこと? 詳しく解説します!

7月12日(月)14:00~ 参加料:500円(税込)  
中野サンプラザ 15F アクアルーム

◆参加ご希望の方はお電話にてお申込み下さい◆  
お申込みお問合せ TEL03-5318-2876

広告