

三療サービス (はり・きゅう・マッサージ)

在宅サービス係/3階 ☎(3228)5632 FAX(3228)5620

次の①②とも、資格を持った施術者から1回900円(準備、片付け等を含め約45分間)でマッサージなどを受けられます。

①施設サービス

区内の健幸プラザなど30か所の施設で、毎月1回実施。

対象 区内在住の60歳以上の方

申込 当日午前9時から電話で各会場へ。実施日などについて詳しくは、区☎をご覧くださいになるか、在宅サービス係へ問い合わせを ☆きゅうは位置の指定のみ

②出張サービス

年4回まで、自宅で施術を受けられます。 ☆回数は申請月により異なります

対象 ①を受けることが困難な方で、次のいずれかに該当する区内在住の方

- 65歳以上で、常時寝たきりまたは重度の認知症
- 身体障害者手帳1級を持っている
- 被爆者健康手帳を持っている

申込 お住まいの地域を担当する地域包括支援センターへ ☆担当センターが分からない場合は、区☎をご覧くださいになるか、在宅サービス係へ問い合わせを

高齢者生活支援サービス 担い手養成講座

中野区社会福祉協議会 ほほえみサービス事業担当 ☎(5380)0753 FAX(5380)0750

開催期間 7月～10月

会場 スマイルなかの(中野5-68-7)

申込 各開催日の前日までに中野区社会福祉協議会☎から申し込むか、電話またはファクスで、中野区社会福祉協議会ほほえみサービス事業担当へ。各回先着20人程度。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、受講希望日 ☆全11種類。詳しくは、同事業担当へ問い合わせを

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/3階 ☎(3228)8944 FAX(3228)5456

次のいずれも 区から後期高齢者医療資格確認書の交付を受けている方で、要件を満たす方が対象。各制度の対象等詳しくは、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

任意記載事項を記載した資格確認書

保険適用の医療費や入院時の食事代が限度額までの支払いとなる制度です。

マイナ保険証をお持ちの方は申請不要ですが、お持ちでない方で希望する場合は申請が必要です。対象などについて詳しくは、後期高齢者医療係へ問い合わせを。

後期高齢者入院時負担軽減支援金

保険適用の病院などに年度内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(世帯員全員が住民税非課税である世帯の方が対象)。

☆申請は年度ごとに必要

介護(予防)サービス地域情報検索サイト「けあプロ・navi」

介護事業者係/3階 ☎(3228)8878 FAX(3228)5620

利用したいサービスや種類から探すことができます。ぜひ活用を。

こちらからアクセス



介護保険負担限度額認定の申請を

介護給付係/3階 ☎(3228)6531 FAX(3228)5620

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。

申込 必要書類を直接、担当の地域包括支援センターか区役所3階窓口へ。郵送の場合は、介護給付係へ ☆必要書類や担当のセンターなどについて詳しくは、区☎をご覧くださいになるか、介護給付係へ問い合わせを

「介護保険負担限度額認定証」をお持ちの方へ

有効期限が今年の7月31日までの方に、更新の申請書を今月上旬に郵送します。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3階窓口で申請してください。

日常生活にお困りの方は相談を

中野区社会福祉協議会 高齢者困りごと支援事業担当 ☎090(5778)7288 FAX(5380)6027

電球の交換や重い物の移動など、日常の困りごとをボランティアが解決します。 ☆詳しくは、中野区社会福祉協議会☎をご覧ください

対象 区内在住の、おおむね65歳以上で一人暮らしや高齢者のみの世帯

断熱 玄関ドア 交換 | 断熱 内窓取付 | 断熱 真空ガラス 交換

補助金制度あります (国+東京都+中野区より)

窓・ドアのリフォームお任せください! 見積り・設計・施工・取付 すべて無料

増改築相談員がいるお店 窓とガラスの専門店

創業71年 株式会社 芹沢ガラス スタッフ募集中

☎0120-953-577 詳細はお問合せください

国立市2-5-17 営業時間/9:00~17:30 定休日/日曜・祝日・隔週土曜

旅ができる プレミア福祉タクシー 「自由自在」に中長距離外出

ご希望通りのプランを作成 | 行きたい場所へ自由に移動 | 全行程ご案内 写真撮影付き | 中野区福祉タクシー 利用券使用可能

旅屋けんたん 江尻 健太 コードからいつでもお問い合わせできます

中野区松が丘1-32-8-503 090-4386-6364 旅屋けんたん 検索

03-3389-2879 介護保険はご利用できません

一般乗用旅客自動車運送事業(福祉限定)関東運輸局許可 関自旅二第1045号

公益社団法人 中野区シルバー人材センター

あなたにとっての「働くよろこび」「健康づくり」 シルバー人材センターで実現してみませんか!

会員募集中

ご要望の多い仕事

- 家事援助(掃除・洗濯・調理など)
- 育児支援(子供の送り迎え、保育補助など)
- 除草作業 ● 屋内外清掃
- 広報誌の配布など

入会資格

- 原則満60歳以上の健康で働く意欲がある方
- 地域貢献を目指すシルバー人材センターの活動趣旨にご賛同頂ける中野区民の方
- 年会費2,000円

入会ご希望の方はお気軽にお電話を!

TEL.03-3366-7971

受付時間 平日午前9時～午後5時(土・日・祝日除く) 〒164-0011 東京都中野区中央2-22-10-101

開催 6月のあすなろ葬祭セミナー

くわしく知りたい!

戒名のこと

6月18日(木) 14:00~ 参加料:500円(税込)

中野サンモール終活相談サロン

中野区中野5-67-11-2F 中野サンモール商店街 三菱UFJ銀行ATM上

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 TEL (受付:平日10時~18時)

03-5318-2876

〒164-0011 東京都中野区中央2-22-10-101