

## 高齢者・介護

### シルバーパスの更新を忘れずに

東京バス協会シルバーパス専用電話  
☎(5308)6950

現在シルバーパスをお持ちの方には、東京バス協会から更新の案内が郵送されています。更新を希望する方は、案内をご覧ください。期日までに手続きを。  
☆1,000円パスの購入には所得確認書類が必要(マイナンバーカードをお持ちの方は、スマホからの手続きで所得確認書類の省略可)

### 磁気カードから交通系ICカード(PASMO)に変わります

更新にあわせて、タッチ乗車や自動精算などがスムーズにできるPASMOに変わります。

### 新規に購入したい方は

70歳以上で都内在住の方が購入できます。詳しくは、東京バス協会へ問い合わせを。

### 生活機能向上プログラム「ボードゲームで終活を楽しく学ぶ」

健幸プラザみどり館上高田  
(上高田4-17-3)  
☎・FAX(3228)7220

**対象** 区内在住の65歳以上の方

**日時** 8月19日(水)午前10時～11時30分

**申込** 8月5日～17日の平日午前9時～午後5時に電話または直接、健幸プラザみどり館上高田へ ☆先着12人

### 友愛クラブの活動に参加しませんか

地域自治推進係／4階  
☎(3228)8921 FAX(3228)5620

「友愛クラブ」は、おおむね60歳以上の方を対象とした地域の老人クラブの愛称です。区内57のクラブで、趣味を生かした活動や地域に役立つ活動をしています。

参加してみたい方や地元のクラブの連絡先を知りたい方は、地域自治推進係へ問い合わせを。

### 江古田の森公開セミナー「新しい後見人制度について」

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

**日時** 8月15日(土)午後1時～2時

**会場** 東京総合保健福祉センター江古田の森 ☆当日直接会場へ

### 家族介護教室「認知症ケア」

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

**対象** 自宅で高齢者を介護している方

**日時** 8月16日(日)午後1時30分～3時30分

**申込** 7月21日～8月14日に電話で、はびね中野坂上へ ☆先着15人

## 子ども・子育て

### 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)

児童手当係／3階  
☎(3228)8952 FAX(3228)5679

8月上旬に、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。8月31日(必着)までに、児童手当係へ提出を。

☆添付書類などについて詳しくは、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／8階  
☎(3228)5541 FAX(3228)5687

**対象** 区内在住・在学の小・中学生、高校生

**申込** 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11日までに直接、区選挙管理委員会へ ☆参加賞あり

### 未就園児が対象「中野区こども誰でも通園制度」

保育企画調整係／7階  
☎(3228)8089 FAX(3228)5679

お子さんの健やかな成長を応援することを目的とした制度です。

保育園等を利用していないお子さんが、一部の保育施設を定期的に利用できます。申込方法などについて詳しくは、区HPをご覧ください。

### 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

**内容** 初めて出産を迎える区民の方を対象に、妊娠中から出産後の食事のポイントとお口のケアなどを紹介

**日時** 8月5日(水)午後1時30分～3時

**会場** 北部すこやか福祉センター

**申込** 7月22日～8月3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12人程度

### お子さんの発達などに不安をお持ちの方へペアレントメンターと話しませんか

子ども発達支援係／3階  
☎(3228)5613 FAX(3228)5662

**内容・日時** 個別相談会＝①8月4日(火)・②12日(水)、グループ相談会＝③9日(日)・④28日(金)

☆①②④は午前10時～11時30分、③は午前10時30分～正午

**会場** ☆区活＝区民活動センター

①沼袋区活(沼袋2-40-18)、②桃園区活(中央4-57-1)、③楽～CAN(本町2-5-7)、④新井区活(新井3-11-4)

**申込** 7月21日～各開催日の前日までに電話または✉irotori@wakamiyaclub.or.jpで、NPO法人わかみやクラブいろいろどり☎(6821)7540へ。①②は各日先着2人、③④は各日先着4人。☑氏名とふりがな、電話番号、メールアドレス、お子さんの年齢と性別

## ひとり親家庭のみなさんへ

### 困った時は気軽に相談を

母子・父子自立支援員が個別に状況を伺い、問題解決のお手伝いをします。利用できるサービスなども紹介。相談上の秘密は守られます。安心して相談を。詳しくは、区HPをご覧ください。

**相談方法** 随時受け付け。まずは電話で、子ども・子育て支援係へ

●状況に応じて以下の支援サービスが受けられます ☆事前相談が必要

#### ①養育費確保支援

養育費を公正証書等で取り決める場合、作成手数料などの補助金を受給できます(上限2万円)

#### ④母子家庭等高等職業訓練促進給付金等

一定期間の高等職業訓練促進給付金等を受給できます

#### ②ひとり親家庭住宅支援補助金

区内転居をした際に掛かった初期費用等に対する補助金を受給できます(上限30万円)

#### ⑤母子生活支援施設入所

一定期間の中で、養育支援、家庭運営支援など自立に向けた支援を受けられます

#### ③母子家庭等自立支援教育訓練給付金

対象講座の受講料などの60%相当額を受給できます

#### ⑥東京都母子及び父子福祉資金貸付

お子さんの修学や就学支度、親の技能習得や転宅などに必要な資金を借りられます

①～⑤＝子ども・子育て支援係／3階  
☎(3228)8723 FAX(3228)5679  
⑥＝自立支援係／4階  
☎(3228)5637 FAX(3228)8072



▲区HP



## おむつサービスのご利用を

在宅サービス係／3階 ☎(3228)5632 FAX(3228)5620

紙おむつの現物支給(月1回)または入院中のおむつ費用の助成(月額上限6,000円)を受けられます。詳しくは、区HPをご覧ください。在宅サービス係へ問い合わせを。

### 対象

区内に住民登録があり、常時失禁状態かつ次のいずれかに該当する方

①65歳以上で、要介護1以上または入院中の方  
②3歳以上で、身体障害者手帳1・2級、精神障害者保健福祉手帳1・2級または愛の手帳1・2度の方

☆①は所得制限あり。介護保険施設等に入所中の方は対象外。生活保護受給中の方は紙おむつの現物支給のみ利用可

### 申込先

①＝お住まいの地域を担当する地域包括支援センター

②＝障害者相談係 ☎(3228)8956・FAX(3228)5662

### 地域包括支援センター

| センター名 | 電話番号       |
|-------|------------|
| 南中野   | (5340)7885 |
| 本町    | (5385)3733 |
| 東中野   | (3366)3318 |
| 中野    | (3367)7802 |
| 中野北   | (5380)6005 |
| 江古田   | (3387)5550 |
| 鷺宮    | (3310)2553 |
| 上鷺宮   | (3577)8123 |