

# 福祉のひろば

**小金井さくら体操  
介護予防  
ボランティア  
養成講座**

介護予防の基礎知識を広く学び、ご当地介護予防体操の自主グループで活動するボランティアの養成講座です。

時9月14日～10月26日の毎週火曜日午前10時～正午(全7回) 所上之原会館ほか市内

在任・在勤で、講座修了後週1回程度介護予防ボランティアとして活動できる方(要支援・要介護認定等を受けている方や医師から運動を禁止されている方を除く) 定15人

(多数抽選) 申8月16日～9月7日に、直接または電話で

介護福祉課包括支援係(市役所第二庁舎2階 ☎042-387-9845)へ

**高齢者いきいき活動講座  
デッサンから始める楽しい水彩・顔彩入門**

時9月30日、10月7日、14日、21日、11月4日、11日いずれも木曜日午前10時～正午(全6回) 所社会福祉協議会 山口健児さん(画家) 対市内在住のおおむね60歳以上の方定14人(多数抽選) 申8月25日(必着) までに、往復はがきに住所・氏名(ふりがな)・電話番号・年齢・性別を明記し、社会福祉協議会「水彩・顔彩入門係」(〒184-0000

4本町5-36-17 ☎042-387-0011)へ

**認知症家族の集い**  
認知症の方を介護している家族同士で悩みや不安を語り合い、専門の先生の講座を交えながら勉強しませんか。

時9月11日(土) 午後1時～3時 所上之原会館講五島シズさん(認知症介護研究・研修東京センター客員上級研究員) 対認知症の方を介護している家族の方定10人(申込順) 申8月15日から、電話で

緑寿園ケアセンター(☎042-462-1206)へ

**おとしより無料入浴デー**  
おふろ屋さんのご協力により、高齢者の健康保持や児童との交流・憩いの場として、無料入浴デーを実施します。大きなお風呂でのおんびり

と、子供たちと一緒に楽しいひとときをお過ごしください。

時8月22日(日) 午後4時～11時 所ぬくい湯(貫井北町3-4-4) 対市内在住の65歳以上の方と小学生以下の方他ご利用の際は、当日、浴場に口頭で必ず申し出てください

問介護福祉課高齢福祉係(☎042-387-9843)

**市取扱分**  
7月分

特定寄附

市立小学校一年生を対象とした子どもの犯罪被害防止のため

文具セット(いかのおすし標語入り鉛筆、消しゴム、定規) 千50個 小金井・国分寺防犯協会

と、子供たちと一緒に楽しいひとときをお過ごしください。

時8月22日(日) 午後4時～11時 所ぬくい湯(貫井北町3-4-4) 対市内在住の65歳以上の方と小学生以下の方他ご利用の際は、当日、浴場に口頭で必ず申し出てください

問介護福祉課高齢福祉係(☎042-387-9843)

## 善意の輪

市取扱分

7月分

特定寄附

市立小学校一年生を対象とした子どもの犯罪被害防止のため

文具セット(いかのおすし標語入り鉛筆、消しゴム、定規) 千50個 小金井・国分寺防犯協会

と、子供たちと一緒に楽しいひとときをお過ごしください。

時8月22日(日) 午後4時～11時 所ぬくい湯(貫井北町3-4-4) 対市内在住の65歳以上の方と小学生以下の方他ご利用の際は、当日、浴場に口頭で必ず申し出てください

問介護福祉課高齢福祉係(☎042-387-9843)

## 東京都シルバーパスの 一斉更新が始まります

70歳以上の方が都営交通および都内民営バスを利用できる東京都発行の「東京都シルバーパス」は、9月30日で使用期限が切れます。10月1日から使用できるパスの更新手続きは、指定団体「東京バス協会」が行います。今年度も、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、手続きは郵送で行います。詳しくは、8月中旬に送付される「シルバーパス更新手続きのご案内」をご確認ください。

なお、市役所では手続きができませんので、ご注意ください。他課税・非課税証明書が必要な方は、本人を証明できる公的機関の発行した現住所の記載のある書類をお持ちください(マイナンバーカードや運転免許証等の顔写真付きのものは1点、健康保険証や年金手帳等の顔写真のないものは2点必要です) 問東京バス協会(☎03-5308-6950=土曜・日曜・祝日を除く午前9時～午後5時)

## シルバー人材センター からのお知らせ

①植木の手入れの申し込み受け付け

10～12月作業分の申込受付を行います。(多数抽選)

■申込期限▽10月分▽9月2日▽11月分▽10月7日▽12月分▽11月4日 ¥5千800円から 申込期限(必着)

までに、往復はがきに作業希望月・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・作業場所(住所と異なる場合)を明記し、同センター「植木剪定係」へ

②生徒募集

【学習教室】

対小学校5年生～中学生 ¥小学生 ¥6千600円、中学生 ¥8千600円(いずれも月8回分) ※初回のみテキスト代等3千100円が必要

【英会話教室】

(入門～中級クラス) ¥4千300円(月4回分) ※初回のみテキスト代等2千200円が必要です

【子ども英語教室】

対4歳～小学生 ¥3千200円(月3回分) ※初回のみテキスト代等3千500円が必要です

【囲碁教室】

(入門～有段クラス) ¥2千700円(月4回分)

◇②共通◇

申電話で同センターへ

③マンツーマン 無料Zoom教室

時左表のとおり 所同センター 東町会議室(東町4-38-1 26トリーケンプラザ2階)

内パソコンで同時に複数人と交流できるZoom(ビデオ会議システム)の使い方

の習得講座 同センター パソコン班 対メールを使用

できる、65歳以上の市内在住の方 定各4人(多数抽選) 申8月17日までに、Eメールまたは電話で同センターへ

木曜3回コース	8/19～9/2
	9/9～9/23
金曜3回コース	10/7～10/21
	8/20～9/3
月曜3回コース	10/1～10/15
	9/6～9/20
	10/4～10/18

※木曜日は午前10時～正午。金曜・月曜日は午後1時30分～3時30分

◇全項共通◇

問同センター(〒184-0000 02 梶野町4-2-17 グラ

ンツ梶野2階 ☎042-27-17117 silver.zoo

m@koganei-sc.or.jp)

## 心身障害者 医療費助成制度

## 9月に障害受給者証 が更新

都では、重度の心身障がいのある方を対象に、医療費の一部を助成する心身障害者医療費助成制度(障医療)を実施しています。現在お持ちの受給者証は、有効期限が8月31日(一部の方を除く)までとなっています。

受給者のうち、令和2年中の所得が左下表の令和3年度所得制限基準額以下で、いずれかの健康保険に加入していることが確認できた方には、9月1日から使用する新しい受給者証を8月下旬に郵送します。また、所得制限基準額を超えた等の理由で更新できない方には、その理由を記した助成事由消滅通知書を郵送します。

【新規に申請する方】

次のすべての要件に該当する方は、申請により新たに受給することができ

ます。

▽小金井市に住民登録している65歳未満の方(一部特例あり)

▽国民健康保険など、いずれかの健康保険に加入している方

▽身体障害者手帳1・2級(内部障がいの場合は3級まで)、愛の手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1級のいずれかを取得している方

※内部障がいとは、心臓、じ

ん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障がいです

▽申請者本人の所得(令和2年中)が、左表の所得制限基準額以下の方。ただし、20歳未満の方は、その方が加入している健康保険の被保険者(国民健康保険では世帯主)の所得が基準額以下の方

他▽加入している健康保険が変わったときは、必ず届出をしてください▽旧受給者証や転出・死亡等で資格を失った方の受給者証は、必ず返却してください

問自立生活支援課障害福祉係(市役所第二庁舎2階 ☎042-387-9842)

令和3年度所得制限基準額 (令和2年中の所得)

扶養親族等の数	0人	1人	2人	3人
基準額	360万4千円	398万4千円	436万4千円	474万4千円

※所得制限基準額は、所得額から各種控除を差し引いた額になります。なお、控除額は、所得税、市・都民税等の控除額と若干異なります