

あなたも 認知症サポーターに なりませんか

関福祉総合課認知症施策推進係
(☎5722-9702、FAX5722-9062)



認知症サポーターは、認知症を正しく理解し、できる範囲で認知症のかたや家族を支援する応援者です



認知症サポーター養成講座

区内には3年度末現在、約1万3千人のサポーターがいます。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指し、養成講座を開催します。

- 時 6/21(火) 10:30~12:00
- 場 総合庁舎内会議室
- 内 認知症についての理解や接し方などの講義ほか
- 対 認知症や認知症介護に関心のある区内在住者
- 定 ①来場=20人②会議アプリWebex(ウェベックス)によるオンライン=30人(各先着)
※感染状況により、オンラインのみや延期などになる場合あり
- 申 ①は電話、FAX・Eメール、②はEメールに、講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話、年齢、性別、希望参加方法①または②、手話通訳希望者はその旨を書いて、5/16~31に、福祉総合課認知症施策推進係(☎5722-9702、FAX5722-9062、✉fsogo.kouza01@city.meguro.tokyo.jp)へ。教材などを後日郵送

地域で認知症サポーター
養成講座ができます！

地域包括支援センターの出前講座

希望の日時・場所に講師を派遣し、感染症対策を講じながら、講座を開催します。詳細は、地域包括支援センター(下記参照)へご相談ください。

- 時 1時間30分程度
- 対 職場、学校、商店街、町会・自治会ほか

地域包括支援センター

北部	大橋1-5-1 クロスエアタワー9階、 ☎5428-6891、FAX3496-5215
東部	総合庁舎本館1階、☎5724-8030、FAX3715-1076
中央	中央町2-9-13 食販ビル内、☎5724-8066、FAX5722-9803
南部	碑文谷1-18-14 碑小学校内南西側、 ☎5724-8033、FAX3719-2031
西部	柿の木坂1-28-10、☎5701-7244、FAX3723-3432

受付時間 月~金曜日8:30~19:00
土曜日8:30~17:00(祝・休日、年末年始を除く)

高 友達を誘って！／ 老人クラブに 入ってみませんか



関高齢福祉課いきがい支援係(☎5722-9837、FAX5722-9474)

区内で約3,600人が活動している老人クラブをご存じですか。老人いこいの家を活動拠点とし、区内在住のおおむね60歳以上のかたなら、どなたでも入会できるクラブ活動です。幅広い活動を通して、健康維持や仲間づくりなど、新たな生きがいや楽しみを見つけてみませんか。

会員限定の傷害保険に低額で加入することもできます。入会方法など詳細は、近くの老人いこいの家、または高齢福祉課いきがい支援係にお問い合わせください。

また、目黒区老人クラブ連合会(コード①)を昨年開設しました。ぜひご覧ください。



活動内容 ※感染症対策のため、活動を中止している場合あり

- 健康増進 輪投げ、体操、グラウンドゴルフ、歩こう会ほか
- 生きがい活動 囲碁、将棋、華道、手芸、フラダンス、パソコンほか
- ボランティア活動 公園清掃、切手整理、施設への手作り雑巾ほか
- 友愛活動 会員同士の声掛け、安否確認ほか
- その他の活動 誕生会、スマホ教室ほか
- 目黒区老人クラブ連合会行事 輪投げ大会、映画会、グラウンドゴルフ大会、芸能大会、高齢者運動会ほか

年会費 1,500円

ボッチャの新サークルができました

東京パラリンピック競技大会で話題となり、誰でも気軽にできるスポーツ、ボッチャ(※)。複数のクラブで、ボッチャの活動が始まっています。
※目標球に球を近づける競技



国民健康保険給付制度のご案内

関国保年金課給付係(☎5722-9811、FAX5722-9339)

国民健康保険は、国民健康保険被保険者証の提示により医療費の一部負担金(2~3割)で診療を受けられるほか、次の給付制度があります(申請は2年以内)。詳細は区HP(コード②)をご覧ください。



療養費 旅先(海外を含む)での急病等の緊急やむをえない理由で被保険者証を提示せずに受診し、医療費の全額を支払ったり、医師の指示で治療用装具を作製したりした場合などの保険給付相当額を支給します。

出産育児一時金 加入者が出産した場合、42万円を支給します(他の健康保険から支給される場合は対象外)。医療機関などでの手続きにより、出産育児一時金を出産費用の支払いに充てることができる直接支払制度があります。

葬祭費 亡くなった加入者の葬儀を行ったかたに7万円を支給します(他の健康保険から支給される場合は対象外)。

高額療養費 1カ月の医療費の一部負担金、自己負担限度額を超えたときに差額を支給します。対象者には、診療を受けた3~4カ月後に申請書を送付します。

限度額適用認定証 限度額適用認定証を提示すると、1カ所の医療機関での入院や通院にかかる1カ月当たりの医療費の一部負担金の支払いが、自己負担限度額までになります(非課税世帯は入院時の食事代も減額)。認定証は申請により交付されます。ただし、保険料の滞納がある場合、原則として交付できません。

高額介護合算療養費 国民健康保険と介護保険の年間(8月~翌年7月)の自己負担額を合算し、自己負担限度額を超えた場合に差額を支給します。