お知らせ

納め忘れに注意！介護保険料を納めましょう

災害など特別な事情がない状態で介護保険料を滞納すると、介護保険サービスを利用する時に、自己負担の割合が大きくなることがあります。

保険料を納めないでいると

- **納期限の超過**
  督促状をお送りします。

- **1年以上の滞納**
  介護サービスの利用料が、いったん全額自己負担になります。その後、申請により保険給付分が後日支払われます。

- **1年6カ月以上の滞納**
  介護サービスの利用料が、いったん全額自己負担になり、申請により戻る予定の保険給付分は滞納保険料を納付するまで、一時的に差し止められます。その後も滞納保険料の納付がない場合は、差し止められた保険給付分から滞納保険料に充てられることもあります。

- **2年以上の滞納**
  介護保険料は時効により納めることができなくなります。
  時効となった保険料がある場合、その期間に応じて介護サービス利用料の自己負担が3割または4割に引き上げられ、高額介護（予防）サービス費の支給などが受けられなくなります。また、滞納期間が長いほど、自己負担の引き上げ期間が長くなります。

- **過年度分の保険料に未納があるかた**
  11月25日から納付書(催告書)を順次発送する予定です。指定期限までにお納めください。期限までに支払いが困難な場合は、納付相談も行っています。早めにご相談ください。
  ※納付相談などをされているかたには納付書を送らない場合があります

問 介護保険課介護保険資格・保険料係（☎5722-9845、FAX5722-9716）

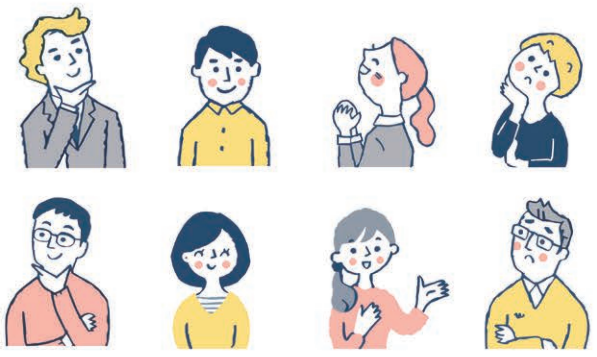
意見募集

計画改定素案への意見を募集します

男女平等・共同参画及び性の多様性の尊重を推進する計画改定素案

男女が個人として尊重され、共に責任を分かち合い、家庭、地域、職場などのさまざまな分野において共同参画するとともに、性の多様性が尊重され、誰もが自分らしく生きていくことができる社会を目指すため、計画を改定します。

主なポイント　困難な問題を抱える女性への支援を新たに追加
閲覧期間　12月15日まで
閲覧場所　人権政策課（総合庁舎本館4階）、地区サービス事務所（東部地区を除く）、住区センター、図書館、男女平等・共同参画センター（中目黒スクエア内）、区Web
提出方法　区Webをご覧ください
提出期限　12月15日



問 人権政策課男女平等・多様性推進係（☎5722-9422、FAX5722-9469）

スポーツ

区民交流ボッチャ大会

パリ2024パラリンピックでも話題となり、パラスポーツとして注目されているボッチャの区民交流大会を開催します。子どもから高齢者まで幅広い世代が楽しむことができます。

時 令和9年1月16日（土）9:30～13:00（9:00から受け付け）
場 中央体育館
対 区内在住・在勤・在学者が1人以上いる小学生以上のチーム（1チーム3～4人。介助が必要なかたは介助者同伴）
定 30チーム程度（抽選）
申 12月18日までに、区Web/電話/申込書（申込先で配布）をFAX/郵送/窓口



問 先 スポーツ振興課スポーツ事業係（〒153-8573目黒区役所〈住所不要〉、総合庁舎本館1階、☎5722-9695、FAX5722-9754）

スポーツ

目黒区体育祭秋季・冬季大会

種目	日時	会場	対象	申込期間
相撲	12月12日（土）13:30から	中央体育館	小学～高校生	当日会場へ
ソフトテニス	令和9年1月10日（日）9:00から	碑文谷体育館	高校生以上	11月16日～12月15日
スキー	令和9年1月17日（日）9:15から	かたしな高原スキー場（群馬県利根郡片品村）	18歳以上（高校生を除く）	11月15日～12月15日

対 区内在住・在勤・在学者、目黒体育協会の加盟団体（学生連盟加入者を除く）
¥ 100～10,000円（小・中学生は原則半額。種目により、実費や保険料が必要な場合あり）
主催　目黒区など
申 申し込み方法は種目により異なります。詳細は区Webをご覧ください

問 目黒体育協会（☎5722-8088、FAX5734-1032）

スポーツ

トップアスリート競技観戦ツアー

バレーボールの「SVリーグ第8節GAME1東京グレートベアーズ対サントリーサンバーズ大阪」を観戦します。迫力あるプレーを、会場で体感しませんか。

時 12月19日（土）12:30～17:00（貸し切りバス利用）
場 国立代々木競技場第二体育館（渋谷区神南2-1-1）
対 区内在住・在学の小・中学生（小学生は保護者同伴。中学生は保護者の同意が必要）
定 40人（抽選）
申 12月2日までに、区Web



問 スポーツ振興課スポーツ事業係（☎5722-9695、FAX5722-9754）

凡例　時日時　場会場　内内容　師講師　対対象　定定員　¥費用　申申し込み　先申込先　問問い合わせ　Webウェブサイト　◎申込期限に（消印有効）の記載がない場合は必着です