

長寿(後期高齢者)医療制度「秋季保養施設」の受け付けを開始

～長寿(後期高齢者)医療制度加入者と家族の方へ～

【利用期間・利用料金・施設案内等】下表のとおり

【対象】区内在住の長寿(後期高齢者)医療制度加入者とその家族で、2名以上で利用する方

【申込み】郵政の往復はがきに、保険証の被保険者番号、利用人数、利用者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、

9月5日(必着)までに医療保険年金課高齢者医療係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎4階)へ。

※施設名、希望日は記入不要(受付時に指定してください)。

※1世帯で1部屋の申し込みができます(部屋の定員以上の申し込みの場合は2部屋の利用となります)。

※利用日数は2泊まで。食事なしの利用はできません。

※はがき記入の不備、重複申し込み、返信用はがきのないもの、私製往復はがきでの申し込み、期限を過ぎて到着したものは無効です。

【抽選結果】抽選で受け付け順位を決定し、結果を9月中旬に全員にお知らせします(抽選結果についてのお問い合わせはご遠慮ください)。

▶当選者受け付け…9月18日(木)、区役所本庁舎3階301会議室で受け付けます(時間は当選はがきでお知らせします。指定時間に来られない場合は、次の方を繰り上げて受け付けます)。当日は、当選はがき・後期高齢者医療保険証・施設利用料(1泊1部屋1,700円)をお持ちください。

▶一般受け付け(落選者・はがきで申し込まなかった方)…9月30日(火)午前9時から(9月30日は電話受け付けのみ) ☎(5273)4203(受け付け専用)へ。10月1日(水)からは直接、医療保険年金課高齢者医療係でも受け付けます(後期高齢者医療保険証・施設利用料をお持ちください)。

【問合せ】医療保険年金課高齢者医療係(本庁舎4階) ☎(5273)4203へ。

| 施設名 | 箱根湯本ホテル | おんやど恵 | ハトヤホテル |
|-----------------|--|--|--|
| 所在地 | 神奈川県足柄下郡箱根町湯本茶屋184 | 神奈川県足柄下郡湯河原町宮上361 | 静岡県伊東市岡1391 |
| 利用期間 部屋数 | 10月18日(出)～29日(休)、1～2部屋 | 10月28日(火)～11月7日(金)、1～2部屋 | 11月6日(休)～17日(月)、1～2部屋 |
| 施設利用料 | 1泊・1部屋…1,700円 | 1泊・1部屋…1,700円 | 1泊・1部屋…1,700円 |
| 食料料金等 (現地払い) | 大人(中学生以上) 6,500円/税別(夕食・朝食) 子供(小学生) 5,000円/税別(夕食・朝食) 幼児(3歳以上) 4,000円/税別(夕食・朝食) ※このほか入湯税(中学生以上1人150円) | 大人(中学生以上) 7,800円/税別(夕食・朝食) 子供(小学生) 5,500円/税別(夕食・朝食) 幼児(3歳以上) 4,000円/税別(夕食・朝食) ※このほか入湯税(中学生以上1人150円) | 大人(中学生以上) 5,500円/税別(夕食・朝食) 子供(小学生) 4,000円/税別(夕食・朝食) 幼児(3歳以上) 3,000円/税別(夕食・朝食) ※このほか入湯税(小学生以上1人150円) |
| 食事形態 | 夕食は食事処、朝食はバイキング | 夕食・朝食とも各部屋 | 夕食・朝食ともバイキング |
| 客室内容 | 和室8畳(定員5名)バス・トイレ付 | 和室14畳(定員5名)バス・トイレ付 | 和室14畳(定員6名)バス・トイレ付 |
| 交通経路 | 新宿——箱根湯本——ホテル (小田急) (送迎バス) | 新宿——小田原——湯河原——ホテル (小田急) (JR) (路線バス) | ●新宿—小田原—熱海—伊東—ホテル (小田急) (JR) (JR) (送迎バス) ●新宿——伊東——ホテル (JRスーパービュー踊り子号) (送迎バス) |
| 施設の特徴 | ☆本館鉄筋7階・別館鉄筋9階建て ☆温泉、露天風呂 ☆駐車場あり(無料) ☆車いす利用可 | ☆鉄筋5階建て ☆温泉、露天風呂 ☆駐車場あり(無料) ☆電動階段昇降機設置 ☆車いす利用可 ☆オストメイト(人工肛門・人工ぼうこうを造設している方) 対応の共用トイレ | ☆鉄筋8階建て ☆温泉、屋内温泉プール ☆駐車場あり(無料) ☆車いす利用可 ☆「ホテルサンハトヤ」の海底温泉を無料利用可(1泊1回) |
| 周辺の観光 スポット | 箱根彫刻の森美術館、箱根ガラスの森、箱根ペゴニア園、芦ノ湖、大涌谷 | 万葉公園、町立湯河原美術館、西村京太郎記念館、湯河原梅林 | 伊豆シャボテン公園、伊豆ぐらんぱる公園 |

都営交通無料乗車券の発行

～障害者の方等へ～

平成20年9月30日(火)が有効期限の都バス・都営地下鉄・都電の無料乗車券は、9月1日(月)から新券と交換します。

児童扶養手当を受給している世帯の方へは、9月16日(火)から発行します。

【対象】下表に該当する方(シルバーパスをお持ちの方を除く)。現在、無料乗車券をお持ちでない方も申請できます。

【申請に必要なもの】20年9月30日(火)期限の乗車券、該当する手帳・証書等

| 対象 | 申請・問い合わせ先 |
|---|-------------------------------------|
| 身体障害者・知的障害者・戦傷病者(特別項症～第6項症か第1款症～第5款症)・原爆被爆者(厚生労働大臣の認定を受けた方)か健康管理手当を受給している方・被救護者 | 障害者福祉課相談支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4518 |
| 児童扶養手当受給世帯員(1世帯1名) | 子どもサービス課育成支援係(本庁舎2階) ☎(5273)4558 |
| 生活保護受給世帯員(1世帯1名) | 生活福祉課相談係(第2分庁舎1階) ☎(5273)4552 |

「食べて体イキイキ教室」は、簡単にできる料理が覚えられ、家で作るメニューが増えた「家族に作って喜ばれた」「みんなで作ります」。



牛込保健センターで行った教室から

【第2回】食べて体イキイキ教室 一人暮らしや夫婦二人だけの食生活は、気付かないうちに食事内容が偏り、体が低栄養状態になっていくことがあります。元気にイキイキした生活を送るには、低栄養状態の予防と改善が大切です。

「食べて体イキイキ教室」は、簡単にできる料理の作り方や、参加者全員で食するプログラムです。家にある食材を使って、30分程度でできる主食・主菜・副菜を作ります。

今から取り組む介護予防

区で行っている介護予防教室や日常生活でできることなどを、8回シリーズで紹介しています。

【問合せ】高齢者サービス課 介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273)4594へ。

くらし

「緑の募金」への協力ありがとうございました
区内で21万7千555円が集まりました。

【対象】区内在住の65歳以上の方
【対象】区内在住の65歳以上の方
【要支援】「要介護」認定が出ている方。ご自身でやせていると感じていて、この6か月間で体重が減った方は、ぜひ、お問い合わせください。参加の際、健康チェック等の手続きが必要です。

【会場・申込み】当日直接、①は三栄町生涯学習館(三栄町25)、②は四谷地域センター(内藤町87)へ。
【問合せ】新宿清掃事務所 業務 ☎(3950)2962へ。

【日時】8月30日(土)午前10時～12時
【対象】区内在住の小学4年生以上の方、24名
【講師】神谷卓司(プラスチック処理促進協会広報部)
【費用】無料
【持ち物】ノート・筆記用具
【会場・申込み】電話またはファックスに記載例(4面参照)のとおり記入し、8月28日(木)までに新宿リサイクル活動センター(高田馬場4-10-17) ☎(5333)0537 4・☎(5333)0537 1へ(月曜日休館)。先着順。

【日時】9月14日(日)午後1時30分～4時
【内容】講演「住宅リフォームの正しい知識・地震に強い住宅のポイント」(土屋秀雄/工学博士・一級建築士)と個別相談
【費用】無料
【後援】新宿区
【会場・申込み】当日直接、新宿消費生活センター(高田馬場4-10-2)へ。先着40名。
【主催・問合せ】関東シニアライフアドバイザー協会新宿支部 ☎(3369)0790へ。

【日時】9月12日(金)・②10月17日(金)、10月31日(金)、いずれも午前10時～12時
【内容】靴・傘・鍋修理、包丁・はさみ研ぎ、まな板削り等(いずれも有料。1人4点まで)

【日時】9月13日(土)午後2時～4時(1時30分から受け付け)
【対象】区内在住・在学の小学生ほか、24名
【内容】海流の起こる原因を学び、海に捨てられたごみの行方を考える(発見探究科学クラブ「なぬく」)
【費用】無料
【会場・申込み】はがきかファックスに記載例(4面参照)のとおり記入し、9月10日(必着)までに環境学習情報センター(〒160-0023 西新宿2-11-4、エコギャラリー新宿2階) ☎(3348)6277・☎(3344)4434へ。先着順。