

みんなでつくっていこう！ 認知症になっても安心して暮らせるまち

～わたしにもできること～

区では、多くの区民の皆さんに認知症について正しく理解していただくとともに、認知症の高齢者等を地域で支える仕組みづくりに取り組んでいます。今回は、認知症に関する主な相談窓口・サービスをご紹介します。
【問合せ】高齢者サービス課高齢者相談係(本庁舎2階) ☎(5273) 4593へ。

「認知症かもしれない」と思ったら早めにご相談を

超高齢社会となった日本では、85歳以上の方の4人に1人に、認知症の症状があるといわれています。新宿区では、介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けている方の2人に1人に、認知症の症状があるという現状です。

●認知症ってどんな病気

認知症の原因は、アルツハイマー病や脳梗塞・脳出血・脳動脈硬化などの脳血管性の病気が代表的です。脳の障害によって、「記憶する」「時間・場所・人などを認識する」「計算する・計画する」などの認知機能が低下し、日常生活に困難が生じてきます。単なる物忘れではありません。「高齢になったから」といつて放っておかず、早めに相談・受診しましょう。

●心配なときはすぐに相談を

認知症は、早期受診・診断・相談等による的確な治療で進行を遅らせることができたり、周囲の方の支援で穏やかに生活することができます。また、治療で治る病気が原因であることもあります。

「あれ?」と思ったり、困りごと・悩みごとなどは、早めに高齢者総合相談センター・保健センター(下表)にご相談ください。また、さまざまな認知症に関するサービスも実施しています(右表)。

4月以降に「新宿区の認知症に関する相談窓口・サービス一覧」を、高齢者サービス課(本庁舎2階)・高齢者総合相談センター・保健センター・特別出張所で配布します。ぜひ、ご活用ください。

★高齢者総合相談センターは、介護・福祉・保健医療・健康等、高齢者の方の総合的な相談窓口として、ケアマネジャー(介護支援専門員)、保健センター等の関係機関と一緒に対応しています。

高齢者総合相談センター	所在地	電話番号
四谷※	若葉3-6 若葉高齢者在宅サービスセンター内	(5367) 6770
笹塚町	北山伏町2-12 特別養護老人ホームあかね苑新館内	(3266) 0753
櫻町	原町3-84 原町高齢者在宅サービスセンター内	(5367) 6737
若松町	若松町25-19	(5292) 0710
大久保※	大久保2-2-18 プチモンド新宿101号	(5291) 6639
戸塚	高田馬場1-29-20 安念ビル1階	(3203) 3143
落合第一	中落合2-5-21 聖母ホーム内	(3953) 4080
落合第二	上落合2-22-11 パインフィールドビル3階	(5348) 5566
柏木・角筈※	西新宿8-15-12 第二秋ビル1階	(5338) 9531
区役所	歌舞伎町1-4-1 高齢者サービス課内(本庁舎2階)	(5273) 4593

※印の高齢者総合相談センターは4月1日休日に移転します(下記参照)。

★保健センター・保健所(保健予防課)では、専門医や保健師が認知症に関する専門相談をお受けしています。

保健センター・保健所	所在地	電話番号
牛込保健センター	弁天町50	(3260) 6231
四谷保健センター	四谷4-17	(3351) 5161
西新宿保健センター	西新宿7-5-8	(3369) 7151
落合保健センター	下落合4-6-7	(3952) 7161
新宿区保健所(保健予防課)	新宿5-18-21(第2分庁舎2階)	(5273) 3862

4月から 四谷、大久保、柏木・角筈の高齢者総合相談センターが移転します

職員を増員し、医療・保健・介護・福祉等の総合相談支援体制をより強化するため移転します。
【移転する高齢者総合相談センター】下表のとおり
【移転日】4月1日(日)
【問合せ】介護保険課推進係(本庁舎2階) ☎(5273) 4596へ。

高齢者総合相談センター	移転後の所在地(4月1日から)	電話番号
四谷	左門町9、玉盛ビル1階	(5367) 6770
大久保	百人町2-8-13、F i s s l 1階	(5332) 5585
柏木・角筈	西新宿7-21-21、西新宿成和ビル4階	(5338) 9531

区内の認知症に関する主なサービス

サービスの種類	対 象	内 容	問い合わせ等
●「勉強したい」方への講座			
認知症サポーター養成講座	区内在住・在勤・在学の方	認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守り、支援できるよう養成する講座です。1回の受講で認知症サポーターになれます。 ▶定期講座(「広報しんじゅく」等で募集します) ▶出前講座(お問い合わせください)	高齢者サービス課 高齢者相談係(本庁舎2階) ☎(5273) 4593
●「相談したい」方への相談窓口			
認知症専門相談	認知症の症状や対応でお困りの方、専門医のセカンドオピニオン(かかりつけ医以外の医師に意見を求める)を受けたい方や家族ほか	認知症専門医と保健師が、診断・治療、対応の相談に応じます。必要に応じて訪問相談も行います。また、ケアマネジャーなどの関係者からの相談にも応じます。 ▶月1回(要予約)。相談会場は保健予防課(新宿5-18-21、第2分庁舎分館1階)	保健センター、高齢者総合相談センター等の相談窓口を通じて予約
物忘れ相談	物忘れの症状を心配している方	早期発見・早期対応のため専門医による個別相談をお受けします。 ▶月1~2回(要予約)。開催日等は「広報しんじゅく」でお知らせします。	保健予防課保健相談係(第2分庁舎分館1階) ☎(5273) 3862

●「受診・相談できる病院を知りたい」方へ医療機関を紹介			
認知症・もの忘れ相談医	認知症の方、認知症の心配のある方と家族	認知症の診断・治療、対応について、研修を受けたかかりつけ医が診療します。医療機関の名簿は新宿区医師会・高齢者サービス課・高齢者総合相談センター・保健センターでご覧になれます。	高齢者サービス課 高齢者相談係 ☎(5273) 4593 保健センター 新宿区医師会 ☎(3208) 2301

●「認知症を予防したい」方への教室・講座			
介護予防教室(脳はつらつ教室)	65歳以上の方(介護保険の要介護認定を受けている方を除く)	脳を刺激するプログラムと運動プログラム(ウォーキング)で認知症を予防する教室を年6回行っています。	高齢者サービス課 介護予防係(本庁舎2階) ☎(5273) 4305
若返り講座	65歳以上の方	認知症予防や口腔機能向上・転倒防止等を目的にした講座を年10回行っています。	保健センター

●介護保険以外の福祉サービス			
徘徊高齢者探索サービス	60歳以上で徘徊のある高齢者や在宅で介護する家族	位置情報専用探索器の利用料等を助成します。	高齢者サービス課 サービス係(本庁舎2階) ☎(5273) 4591
認知症高齢者の介護者リフレッシュ等支援事業	認知症により日常生活に支障のある65歳以上の方を介助している方。利用には一定の要件があります	介護者がリフレッシュしたいときに、ホームヘルパーが認知症の方の見守り、話し相手、散歩の付き添いなどをします。 ▶年間(4月~翌年3月)24時間のリフレッシュ券を交付(10月~3月の申請は12時間)。利用は1時間単位、1日の利用時間は6時間が限度。所得に応じて自己負担の免除があります。	高齢者サービス課 高齢者相談係 ☎(5273) 4593

●介護保険サービス	
介護保険の要支援・要介護認定を受けた認知症の方のみ利用できるサービスとして、認知症対応型通所介護(デイサービス)、認知症対応型共同生活介護(グループホーム)があります(認知症対応型共同生活介護は「要支援1」の方を除く)。その他、訪問介護・訪問入浴介護・訪問看護・訪問リハビリテーション・通所介護・通所リハビリテーション・ショートステイ・居宅療養管理指導・特定施設入居者生活介護・福祉用具の貸与・特定福祉用具販売・住宅改修・夜間対応型訪問介護・小規模多機能型居宅介護・地域密着型特定施設入居者生活介護・地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護・介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)・介護老人保健施設(老人保健施設)・介護療養型医療施設のサービスも利用できます。	高齢者総合相談センターまたは担当のケアマネジャーへ

●「介護者を支援してほしい」方への教室			
認知症介護者教室	区内在住の認知症の方を介護している家族	病気の理解や対応方法、利用できる制度などを学んだり、介護者同士の仲間づくりをします。年1回(4日制)。教室終了後OB会も開催します。	高齢者サービス課 高齢者相談係 ☎(5273) 4593

●民間事業所の活動			
事業所名	対 象	内 容	問い合わせ等
NPO法人若年認知症サポートセンター	若年認知症の方と家族、関係機関の方	若年認知症に関する電話相談や、各種相談先、お近くの家族会の連絡先などの紹介をしています。 ▶月~金曜日午前10時30分~午後5時	新宿1-29-5、グラッドメゾン新宿東801号 ☎(5919) 4185
彩星(ほし)の会	若年認知症の家族の方	若年認知症患者の家族会や個別相談などを行っています。 ▶月・水・金曜日午前10時30分~午後5時	新宿1-32-11、山口ビル3階 ☎(5312) 0644
若年認知症社会参加支援センター「ジョイント」	若年認知症の方	週2回、就労型の各種作業を行うデイサービスを通して、認知症の方を支援します。	本塩町8-2、住友生命四谷ビル地下2階 ☎(5367) 8853
認知症の人と家族の会東京都支部	認知症の方と介護者・支援者の方	電話相談、会報誌の発行、会員のつどい等を行っています。 ▶電話相談・☎(5367) 2339、火・金曜日(祝日を除く)午前10時~午後4時	

情報公開・個人情報保護審議会 区民委員の募集

【対象】22年3月5日現在、区内に1年以上在住の20歳以上の方、2名
【任期】5月1日(日)から2年
【内容】情報公開・個人情報保護制度の運営、個人情報目的の再利用・外部提供、個人情報取扱いの運用、外部委託に
【報酬】審議会(年10回程度)へ出席の都度、1万円
【申込み】「情報公開または個人情報保護について区民としてわたしが考えること」をテーマとした作文(800字程度)に住

所・氏名・年齢・電話番号を記入し、3月25日(日)までに区政情報課広報係(〒160-8448 歌舞伎町1-4-1、本庁舎3階) ☎(5273) 4064へ郵送(必着)またはお持ちください。作文により選考し、結果は4月下旬に応募者全員にお知らせします。作文は選考後返却し、選考以外には使用しません。

子ども・教育

【対象】区内在住で義務教育期間中のお子さんがいて、経済的にお困りの保護者の方。所得制限があります。
【申込み】区立小・中学校に通っている方は、学校を通して申請してください。新宿区以外の公立・国立・私立の小・中学校に通っている方は、3月31日(木)までに学校運営課学校運営支援係(第1分庁舎4階) ☎(5273) 3089へご相談ください。

【日時】3月25日(日)午後2時から3時
【問合せ】景観と地区計画課 地区計画 2月5日の東京都都市計画審議会の議を経て都市計画決定し、3月5日付けで告示・施行しました。関係図書を縦覧しています。
【日時】3月15日(月)午後3時~5時
【内容】22年度の協働支援会議の検討課題、NPO活動資金助成の実施についてほか
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、本庁舎6階会議室へ
【問合せ】地域調整課管理係(本庁舎1階) ☎(5273) 3872へ。

新宿の漱石・卯月講演会 躍動する漱石！ その時代背景をさぐる

【日時】4月10日(日)午後1時30分~5時
【会場】牛込単筒区民ホール(単筒町15)
【内容】▶第1部…「小さな時代の中の漱石」(石原千秋/早稲田大学教授)・▶第2部…「坂の上の雲と漱石」(早坂暁/作家・脚本家)
【費用】2,000円(全指定席)
【共催】新宿区
【申込み】ゆうちょ銀行の払込取扱票に次の①~④を記入して代金を払い込んでください。振込手数料はご自身の負担になります。入金確認後、チケットを郵送します。先着380名。
※定員を超えた後に申し込んだ方には、後日返金します。
▶①口座番号欄…00100-9-762491
▶②金額…購入枚数分のチケット合計金額
▶③加入者名…NPO法人漱石山房
▶④通信欄…ご依頼人…予約した方の郵便番号・住所・氏名・電話番号・チケット購入枚数
【主催・問合せ】NPO法人漱石山房・加藤 ☎080(5427) 7993へ。

国史跡江戸城外堀跡は、新宿区・千代田区・港区にまたがる牛込門(飯田橋駅)・赤坂門(赤坂見附)の約4kmに広がります。現在にも江戸時代の面影を残し、都心では貴重な水辺と緑の空間であるこの史跡の重要性や今後の整備・活用・歴史的景観などについて、専門家がお話しします。

【日時】3月28日(日)午前10時~午後4時
【会場】アルカディア
市ヶ谷(私学会館千代田区九段北4-1-25)
【内容】基調講演・トークセッション(新宿区教育委員会)
【費用】無料
【主催】千代田区
【共催】新宿区・港区
【申込み】電話かメール(記載例(2面参照)のとおり記入)で千代田区立四番町歴史民俗資料館 ☎(3263) 139・rekimih@vesta.ocn.ne.jpへ。
【問合せ】文化観光国際課文化資源係(本庁舎1階) ☎(5273) 3563へ。



◎所得税・贈与税の申告・納税は3月15日(月)までに期限間際は窓口が大変混雑します。お早めに申告納税をお願いします。期限までに申告しなかったり間違っていた申告をするなど、不足分を納めるだけでなく、加算税等がかかることがあります。
◎所得税・贈与税の納税期限内に納税しないと、延滞税がかかる場合があります。所得税の確定申告により納付する税金の2分の1以上を3月15日(月)までに納付すれば、残り5月31日(日)まで延納することができ、また(延納期間中は年4.3%の利子税がかかります)。延納を希望する方は、申告書の「延納の届出欄」に必要事項を記入してください。
◎確定申告書を作成し、提出の会場をお間違えなく申告書の作成と提出の会場を新宿アイランド地下1階アクアプラザに開設しています。期間中は、四谷税務署・新宿税務署には申告書の作成会場を設置していません。詳しくは、e-Taxのホームページ(http://www.e-tax.nta.go.jp)で案内しています。

◎インターネットで申告書の作成ができます
国税庁ホームページ(http://www.nta.go.jp)の「確定申告書作成コーナー」で、いつでも所得税・消費税・贈与税の確定申告書が作成できます。作成した申告書は、印刷してそのまま提出できるほか、電子証明書付きの住民基本台帳カードを使用した電子申告(e-Tax)することもできます(贈与税を除く)。株式等売却した方も「確定申告書等作成コーナー」を利用できます。電子申告は、3月15日(月)までの間、24時間利用が可能です。

◎所得税・消費税・地方消費税(個人事業者)の申告と納税は3月31日(木)までに
21年分の申告書を提出しなければならぬ方は、「平成19年分の課税売上高が1千万円を超えた方」「課税事業者を選択した方」です。
【問合せ】▼所得税・贈与税・消費税等：四谷税務署(三栄町24 ☎(3359) 4451・新宿税務署(北新宿1-19-1 ☎(3362) 7151)・個人事業者税：新宿都税事務所(西新宿7-5-8 ☎(3369) 7151)・住民税：区税務課6階 ☎(5273) 4107・4108へ。

◎春休み差支型
●トレイや牛乳パックをリサイクル
【日時】3月30日(火)午前10時~12時
【対象】区内在住・在学の園児(保護者同伴)・小学生20名
【内容】カラフルな布をはった小物入れ作り
【持ち物】不要なトレイ・古布
【費用】無料
【会場・申込み】往復はがきに記載例(2面参照)のとおり記入し、3月15日(必着)までに新宿リサイクル活動センター(〒169-0075 高田馬場4-10-17) ☎(5330) 5374(月曜日休館)へ。応募者多数の場合は抽選。
◎都市計画決定・縦覧
●大久保三丁目西地区
地区計画
2月5日の東京都都市計画審議会の議を経て都市計画決定し、3月5日付けで告示・施行しました。関係図書を縦覧しています。
【日時】3月15日(月)午後3時~5時
【内容】22年度の協働支援会議の検討課題、NPO活動資金助成の実施についてほか
【会場・申込み】傍聴を希望する方は当日直接、本庁舎6階会議室へ
【問合せ】地域調整課管理係(本庁舎1階) ☎(5273) 3872へ。

◎施設
西落合公園
庭球場・少年野球場
4月からの利用
河川改修工事終了に伴い、同公園庭球場・少年野球場(西落合2-19)の仕様を変更したため、施設整備のために設けたい休場日(毎月第1・第3金曜日)を廃止します。年末年始を除き毎日利用できます。
【施設の仕様】庭球場はクレイコートに砂入り人工芝に、少年野球場は外野の芝生を撤去し全面土に変更
【問合せ】生涯学習コミュニティ課生涯学習・スポーツ係(本庁舎1階) ☎(5273) 3112へ。利用申し込み等詳細は、レガス新宿(区生涯学習財団) ☎(3233) 7701へ。レガス新宿ホームページ(http://www.regus-shinjuku.or.jp)でも案内しています。

税の申告はお済みですか

◎所得税・贈与税の申告・納税は3月15日(月)までに
期限間際は窓口が大変混雑します。お早めに申告納税をお願いします。期限までに申告しなかったり間違っていた申告をするなど、不足分を納めるだけでなく、加算税等がかかることがあります。
◎所得税・贈与税の納税期限内に納税しないと、延滞税がかかる場合があります。所得税の確定申告により納付する税金の2分の1以上を3月15日(月)までに納付すれば、残り5月31日(日)まで延納することができ、また(延納期間中は年4.3%の利子税がかかります)。延納を希望する方は、申告書の「延納の届出欄」に必要事項を記入してください。
◎確定申告書を作成し、提出の会場をお間違えなく申告書の作成と提出の会場を新宿アイランド地下1階アクアプラザに開設しています。期間中は、四谷税務署・新宿税務署には申告書の作成会場を設置していません。詳しくは、e-Taxのホームページ(http://www.e-tax.nta.go.jp)で案内しています。

◎所得税・消費税・地方消費税(個人事業者)の申告と納税は3月31日(木)までに
21年分の申告書を提出しなければならぬ方は、「平成19年分の課税売上高が1千万円を超えた方」「課税事業者を選択した方」です。
【問合せ】▼所得税・贈与税・消費税等：四谷税務署(三栄町24 ☎(3359) 4451・新宿税務署(北新宿1-19-1 ☎(3362) 7151)・個人事業者税：新宿都税事務所(西新宿7-5-8 ☎(3369) 7151)・住民税：区税務課6階 ☎(5273) 4107・4108へ。

◎春休み差支型
●トレイや牛乳パックをリサイクル
【日時】3月30日(火)午前10時~12時
【対象】区内在住・在学の園児(保護者同伴)・小学生20名
【内容】カラフルな布をはった小物入れ作り
【持ち物】不要なトレイ・古布
【費用】無料
【会場・申込み】当日直接、中央図書館(下落合1-9-8) ☎(3364) 1421へ。先着100名。