住み慣れた地域で安心して住み続けられる「地域包括ケア」の実現に向けて　平成24年度～26年度

高齢者保健福祉計画・第5期介護保険事業計画を策定

計画の全文と、パブリック・コメント（意見公募）等でお寄せいただいたご意見・区の考え方は、地域福祉課・広聴担当課(本庁舎3階)・区政情報センター(本庁舎1階)・特別出張所・区立図書館等で閲覧できるほか、新宿区ホームページでご覧いただけます。また、計画書は、3月28日㈬から区政情報センターで有償頒布します。

【問合せ】**地域福祉課福祉計画係**(本庁舎2階)☎(5273)3517・FAX(3209)9948へ。

基本理念
だれもが人として尊重され
ともに支え合う地域社会をめざす

平成27年(2015年)の将来像
心身ともに健やかに
いきいきとくらせるまち
だれもが互いに支え合い
安心してくらせるまち

基本目標
- 社会参加といきがいづくりを支援します
- 健康づくり・介護予防をすすめます
- いつまでも地域の中でくらせる自立と安心のためのサービスを充実します
- 尊厳あるくらしを支援します
- 支え合いのしくみづくりをすすめます

▶地域包括ケアの実現に向けて

高齢者が住み慣れた地域に住み続けることができるよう、おおむね30分以内で活動できる範囲「日常生活圏域」(新宿区では特別出張所管轄区域)の中で、医療・介護・介護予防・すまいや、見守り・配食・買い物などの多様な生活支援サービス、権利擁護(成年後見制度等)のための事業などを、一体的かつ継続的に提供していくことをめざします。

▶重点的取り組み

【認知症高齢者支援の推進】 認知症の早期発見・早期治療や相談体制の強化を図るとともに、関係機関や地域とのネットワークを築き、認知症になっても高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう支援します。

【在宅療養体制の充実】 高齢者が安心して在宅で療養生活が継続できるよう、病院と地域の関係機関や地域との連携強化と、在宅療養に関わる専門スタッフのスキルアップを図り、在宅療養を支える体制を充実します。

【高齢者総合相談センターの機能強化の推進】 地域包括ケアを総合的に推進するため、その中心的な相談機関となる高齢者総合相談センターの認知度と職員のスキルアップを図り、コーディネート機関として、地域の関係機関との連携を図ります。

ご意見の一部と区の考え方を紹介

◎一人暮らしの高齢者が歩いて行けて、自由に交流できる集会所を作ってほしい

高齢者の交流といきがい活動の場として、ことぶき館・シニア活動館・地域交流館を運営しています。また、高齢者が集う場所として、ふれあい・いきいきサロンや、地域安心カフェなどの事業を充実していきます。

◎高齢者総合相談センターの機能・活動内容が周知されていないのではないか

同センターは、高齢者に関する相談に地域で幅広く対応するため、区が民間事業者に業務を委託している施設です。区民の皆さんに広く知っていただけるよう活動内容の周知に努めるほか、利用しやすい施設とするため、区有施設への併設を進めます。

第5期介護保険事業計画

介護保険法に基づき、3年を1期として区が定めるもので、介護サービスを整備し、第1号被保険者(65歳以上の方)の保険料算定の基礎となる計画です。

第5期(平成24年度～26年度)では、「地域包括ケアシステムの確立」を基本的な考え方とし、介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して住み続けられるためのサービスの、一層の充実を目指します。

【問合せ】**介護保険課推進係**(本庁舎2階)☎(5273)4596・FAX(3209)6010へ。

介護サービスの充実

24時間体制で在宅生活を支える「定期巡回・随時対応型訪問介護看護」を新たに整備します。また、公有地を活用した「ショートステイ（短期入所生活介護）」の整備など、22年度に区が実施した「高齢者の保健と福祉に関する調査」で明らかになった区民ニーズに対応していきます。

介護サービス総給付費の増加

第5期の総給付費は、高齢化の進展に伴う要介護認定者の増加、通所介護（デイサービス）や特定施設入居者生活介護（有料老人ホーム等）などの給付費の増加、介護報酬の改定などから、大幅な増加が見込まれます。

各サービスの利用見込量を積み上げた結果、第5期の総給付費は、第4期（21年度～23年度）の約522億円から2割程度増加し、約634億円と見込みます。

第5期の介護保険料

▶保険料基準額…第1号被保険者の負担分（総給付費の21%）から算出される基準額は、月額5,890円です。このうち、介護給付費準備基金(9億円)、財政安定化基金(約2億円)の活用で、月額490円下げることができるため、基準額は月額5,400円となります。

▶保険料段階…区は、負担能力に応じた負担割合とする考え方に基づき、第4期に12段階の多段階設定を行うなど、きめ細やかな保険料段階設定を実施しています。第5期は、この考え方をさらに進め、14段階としました。詳しくは、「広報しんじゅく」4月15日号でお知らせする予定です。

▶24年度の保険料…仮計算した保険料のお知らせは、4月中旬ころに郵送します。

わたしの健康 まちの元気
新宿区健康アップ宣言！　平成24年度～29年度

健康づくり行動計画を策定

計画の全文と、パブリック・コメント(意見公募)等でお寄せいただいたご意見・区の考え方は、健康推進課・広聴担当課(本庁舎3階)等で閲覧できるほか、新宿区ホームページでご覧いただけます。また、計画書は、区政情報センター(本庁舎1階)で有償頒布します。

【問合せ】**健康推進課健康企画係**（第2分庁舎分館1階）☎(5273)3494・FAX(5273)3930へ。

計画の特色

▶23年度までの計画の重点課題「生活習慣病の予防」「食育の推進」「こころの健康づくり」に、新たな健康課題である「がん対策の推進」「女性の健康支援」を加え、5つの重点課題に対応した施策を展開していきます。

▶「がん対策の推進」の章に「がん対策推進計画」、「食育の推進」の章に「食育推進計画」の2つの個別計画を策定しています。

▶健康づくりは、第一に「自分の健康は自分で守る」ことが重要であることから、区民一人一人が健康づくりに取り組めるよう支援していきます。さらに、健康づくりの効果を高めるため、町会・自治会や地域団体、医療機関等とのネットワークづくりを重視していきます。

29年度に向けてめざす姿

心身ともに健やかにくらせるまち

- 区民一人一人が運動・栄養・休養の調和のとれた望ましい生活習慣を心がけます
- 身近なところで健康づくりを実践できる環境を整えます
- みんなで支え合い、積極的に健康づくりに取り組むまちをめざします

★5つの大目標と主な取り組み★

1 生活習慣病を予防します
- メタボリックシンドローム該当者・予備群を減らすために、健康診査等を活用した健康管理を実践します
- 運動・スポーツ活動の習慣化を推進します
- 適正飲酒の推進と喫煙者の減少をめざします
- 糖尿病の予備群・有病者を減らします
- 口腔機能の維持・向上をめざします

2 総合的にがん対策を推進します
- がん予防を推進します
- がんの早期発見・早期治療を推進します
- がん患者とその家族の苦痛や不安の軽減と、療養生活の質の向上をめざします

3 こころの健康を大切にします
- こころの健康づくりを支援します
- うつ等こころの不調への気づきや早期相談・早期治療を支援します
- こころの病気の早期回復と社会復帰、再発防止を支援します

4 女性の健康づくりを推進します
- 女性の健康に関する拠点施設を整備し、正しい知識の普及を図ります
- 女性の健康を支える活動を推進します
- 女性特有のがん対策を推進します

5 健康的で豊かな食生活を実践できる食育を推進します
- 生涯にわたって健康をつくる食習慣を実践します
- 食の大切さを見直し、食文化を継承していきます
- 食を通じたコミュニケーションを広げます

ご意見の一部と区の考え方を紹介

◎健康づくりの自覚がない人に意識を持って実践してもらうのは大変だ

家庭や職場、地域において、友人や仲間同士で声を掛け合いながら、健康診査受診などの健康づくりに取り組めるよう、区と地域団体等が協働し、仲間とともに健康づくりを実践できる環境の整備に努めていきます。

後期高齢者医療制度
入院時負担軽減支援金の支給

後期高齢者医療制度に加入している方が医療機関に7日以上入院した場合、期間に応じて支給します（介護施設への入所は対象外。

【入院期間と支給金額】
▼7日～60日…1万円
▼61日～120日…2万円
▼121日以上…3万円
※年度内（4月1日～翌年3月31日）に3万円を限度。

新宿区の後期高齢者医療制度に加入した日以降の入院が対象

【申請】次の書類をお持ちの上、高齢者医療担当課または特別出張所へ。
▼入院期間が分かる病院等の領収書原本（コピーは不可。窓口でコピーし原本はお返しします）、▼後期高齢者医療被保険者証、▼入院した方の口座内容が分かる通帳等と印鑑（入院していた方が死亡した場合は相続人の口座内容が分かる通帳等と印鑑）

【問合せ】**高齢者医療担当課高齢者医療係**（本庁舎4階）☎(5273)4562へ。

◆講座・催し等の申し込み◆

①講座・催し名
②〒・住所
③氏名(ふりがな)
④電話番号

(往復はがきには、返信用にも住所・氏名)

はがき・ファックスの記載例

※あて先は各記事の申し込み先へ。
※費用の記載のないものは原則無料。

くらし

しんじゅく女性団体会議 新規会員の募集

女性団体相互の連携と女性のエンパワーメント（自ら意思決定し行動する力を身につけること）を目指し、年間テーマを決めて講座や日帰り研修等を実施しています(現在11団体で活動)。

※原則として隔月第3金曜日に定例会を実施（出席は団体の代表者でなくても可）

【対象】活動拠点が区内にあり、2年以上継続して女性の地位向上と一般的な教養を高める活動をしている団体（構成員が20名以上で半数以上が女性かつ8割以上が区内在住）

【申込み】電話で3月17日㈯までに**男女共同参画課**☎（3341）0801へ。

箪笥地区フリーマーケット

【日時】3月17日㈯午前10時～午後3時

【会場】牛込箪笥地域センター・区民ホール（箪笥町15）

【主催・問合せ】**箪笥町管内町会連合会**（箪笥町特別出張所内）☎（3260）1911へ。

女性向け起業家セミナー

●もっと身近に感じるアントレプレヌール(起業家)

【日時】3月17日㈯午後1時30分～4時30分

【内容】起業家に詳しい2人の女性講師による、創業についてより身近に具体的なイメージを持つための講演と対談（川名和美／高千穂大学教授、堤香苗／㈱キャリア・マム代表取締役）

【会場・申込み】電話で**高田馬場創業支援センター**（高田馬場1－32－10）☎（3205）3031へ。先着36名。

アース・ビジョン 第20回地球環境映像祭

●環境がテーマの国際映像祭

【日時・テーマ】▼3月16日㈮午後2時～8時…くらしを変える未来が変わる、▼17日㈯午前10時～午後6時30分…つながりを取り戻す～3・11から1年、▼18日㈰午前10時～午後8時30分…思いをつなぐ

【内容】「自然と人」、「食」、「エネルギー」、「気候変動」などが題材のドキュメンタリー・アニメーション(日本と海外の20作品)を上映。監督のトークもあり

【費用】1日千円(高校生以下は無料)。3日間通し券(カタログ付き)は一般2千円・学生千500円

【共催】新宿区

【会場・申込み】当日直接、四谷区民ホール（内藤町87）へ。

【主催・問合せ】**アース・ビジョン組織委員会**☎（5802）0525へ。同映像祭ホームページ(URL http://www.earth-vision.jp)でもご案内しています。

こども・教育

就学援助の申請を

●教育費の一部を補助

【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（所得制限あり）

【申込み】▼区立小・中学校に通学中の方…学校に申請してください。▼新宿区以外の公立、国立・私立の小・中学校に通学中の方…3月30日㈮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。

中国語と日本語のお話会

【日時】3月20日㈫午後3時～3時30分

【内容】2か国語で絵本の読み聞かせ

【会場・申込み】当日直接、**こども図書館**（下落合1－9－8）☎（3364）1421へ。先着30名。

映像上映・読み聞かせ 多文化のまち大久保

【日時】3月24日㈯午後2時～4時（入退場自由）

【内容】子どもたちが大久保地域を撮影した映像作品の上映と、日本語・韓国語・タイ語などで絵本の読み聞かせ

【協力】NPO法人みんなのおうち、しんじゅくアートプロジェクト

【会場・申込み】当日直接、大久保地域センター（大久保2－12－7）へ。定員50名。

【問合せ】**大久保図書館**☎（3209）3812へ。

お話会「春ですよ！」

【日時・対象】3月25日㈰午前11時～11時30分…幼児と保護者、午後2時30分～3時…幼児・小学生と保護者

【内容】読み聞かせ・手遊び・パネルシアター

【会場・申込み】当日直接、**北新宿図書館**（北新宿3－20－2）☎（3365）4755へ。各回先着20名。

ペットボトル工作会

【日時】3月25日㈰午後2時～2時45分

【対象】5歳以上の方、20名(未就学児は保護者同伴)

【内容】ペットボトルで作るサテンの輪投げ

【会場・申込み】事前に電話または直接、**こども図書館**（下落合1－9－8）☎（3364）1421へ。先着順。

福祉

マッサージサービスのご利用を

【日時】月～土曜日午前10時～午後5時（1回約50分）

【施術者】区視力障害者協会会員(有資格者)

【費用】▼月・火・木・土曜日…3千500円（身体障害者手帳をお持ちの方は3千円）、▼水・金曜日（サービスデー）…3千円

【会場・申込み】月～土曜日（休館日を除く）の午前10時～午後4時に直接、**視覚障害者作業室**（☎山1－22－2、区立障害者福祉センター内）☎（3232）3766・FAX（3232）3344へ。

区立障害者福祉センター 手話講習会

【日時】5月8日～25年3月5日の火曜日、午後6時30分～8時30分、全40回

【対象・コース】区内在住・在勤・在学の15歳以上で、年間を通して参加できる方（18歳未満の方は保護者の同意が必要）

▼初級(初めて手話を学ぶ方・60名)…手話の基礎、▼中級（初級修了程度・40名）…日常会話、▼上級（中級修了程度か学習歴2年以上・20名）…通訳者として（学習歴3年以上で修了後、新宿区登録手話通訳者試験を受験し活動できる方・10名）…応用技術

※同じコースの再履修はできません。

※中級コース・通訳コースは4月10日㈫、上級コースは17日㈫、いずれも午後6時30分から参加のための試験を実施します。

【費用】2千円（教材費等）

【会場・申込み】往復はがきに記載例（4面参照）のほか年齢・コース・手話学習年数、在勤・在学の方は勤務先・学校の名称・所在地を記入し、3月31日（消印有効）までに**同センター**（〒162－0052戸山1－22－2）☎（3232）3711へ。

成年後見制度 入門講座・相談会

【日時】3月23日㈮、講座は午後6時～7時、相談会は午後6時～9時（1組45分）

【会場】四谷地域センター（内藤町87）

【対象】区内在住・在勤・在学の方、講座は20名・相談会は5組

【申込み】電話で**区成年後見センター**☎（5273）4522へ。先着順。詳しくは、区社会福祉協議会ホームページ（URL http://www.shinjuku-shakyo.jp/）でもご案内しています。

催し・講座

落合第一地域センター まつり「ビバ！おちあい」

【日時】3月10日㈯午前10時～午後4時

【内容】地域の方の演芸、人形劇・模擬店ほか

【会場・問合せ】**同センター**（下落合4－6－7）☎（3954）1611へ。

プラネタリウム一般公開

●春番組・マゼランの大航海と春の星空（再投影番組）

【日時】3月10日㈯・18日㈰・24日㈯・25日㈰、いずれも午前10時30分、午後1時30分・2時50分の3回投影（1回約50分）

【費用】300円（中学生以下は無料）。観覧券の発売と入場は投影開始の30分前から

【会場・申込み】当日直接、**新宿コズミックセンター**8階（大久保3－1－2）へ。

【問合せ】**レガス新宿**（新宿未来創造財団）☎（3223）5121へ。

ウィズ新宿とのパートナーシップ講座

●100年前の女の子」を語る

【日時】3月12日㈪午後2時～4時

【内容】当時の少女の成長過程を通して、現代女性の生き方を考える(船曳由美／編集者・エッセイスト)

【共催】新宿区家庭教育グループ連絡会

【会場・申込み】電話で**男女共同参画推進センター**（ウィズ新宿、荒木町16）☎（3341）0801（日曜日を除く）へ。先着40名。託児あり(要予約)。

四谷地域センターの催し

①お昼のサロンコンサート 春を迎える心のメロディ

【日時】3月13日㈫午後0時10分～0時40分

【プログラム】スメタナ「モルダウ」、滝廉太郎「花」ほか（久保崎泰隆・サクソフォン、西村知子・電子ピアノ）

②芸術サロン・映画会 成瀬巳喜男監督作品「乱れ雲」

【日時】3月14日㈬午後6時30分～8時30分(午後6時15分開場)

【会場・申込み】当日直接、①は四谷区民センター1階プラザ、②は四谷地域センター（いずれも内藤町87）へ。②は先着80名。

【問合せ】**四谷地域センター**（3351）3314へ。

「四谷のお宝」発表会

【日時】3月17日㈯午後1時～2時30分

【内容】地域の方にご応募いただいた「お宝」の展示・発表、講演「都電にまつわる思い出ばなし」(花上嘉成・東武博物館名誉館長)

【会場・申込み】当日直接、四谷地域センター（内藤町87）へ。

【主催・問合せ】**四谷地区協議会事務局**（四谷特別出張所内）☎（3354）6171へ。

いきいきウオーク新宿 短い距離をゆっくりと

●わが町 落合の史跡探訪

【日時】3月21日㈬午前9時10分～9時30分にせせらぎの里（上落合1－2）集合、正午に落合第二地域センター（中落合4－17－13）で解散（雨天実施）

【対象】普段歩く習慣がない方

【内容】約4㎞のウオーキングと歩き方教室

【持ち物】飲料水・帽子・タオル・雨具。運動靴と動きやすい服装でおいでください。

【共催】NPO法人新宿区ウオーキング協会

【申込み】当日直接、集合場所

【問合せ】**健康推進課健康事業係**（第2分庁舎分館1階）☎（5273）3047へ。

講座「SNSで世界の人とつながろう」

【日時】3月22日㈭午後7時～8時30分

【会場】大久保地域センター（大久保2－12－7）

【対象】基本的なパソコン操作ができる方、10名

【内容】世界中で利用されているソーシャル・ネットワーキング・サービスを体験（パソコンを利用、英語対応可）

【申込み】3月6日㈫から電話または直接、**大久保図書館**（大久保2－12－7）☎（3209）3812へ。先着順。