

## 後期高齢者医療制度に加入している方へ

### 29年度の保険料のお知らせをお送りします

後期高齢者医療制度は、75歳以上(一定の障害により、任意で加入している方は65歳以上)の方が対象の制度です。

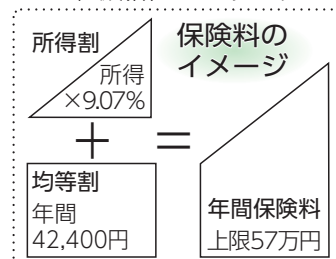
保険料の納入通知書を7月14日(金)に発送します。7月24日(月)までに届かない方はご連絡ください。保険料の計算方法もご案内しています。28年分の所得税・住民税の申告が遅れた方、新宿区以外で住民税が課税されている方などは、後日、保険料が変更になることがあります。

#### ◆保険料のしくみ

保険料は、均等に負担していただく「均等割」と、所得に応じて負担していただく「所得割」の合計です(下図)。

▶保険料の上限は57万円です。  
▶均等割・所得割の金額は、所得によって軽減される場合があります。

▶後期高齢者医療制度に加入する前日まで被用者保険(会社の健康保険組合・共済組合等)の被扶養者だった場合は、軽減措置があります。



## 夏休みの学校プール開放

学校名	開放日
小学校	
津久戸	8月18日(金)~23日(水)
江戸川	8月9日(水)・10日(木) 14日(月)~17日(木)
市谷	8月3日(水)~9日(水)
愛日	8月14日(月)~18日(金)
早稲田	8月10日(水)・11日(木)・14日(月)~17日(木)
鶴巻	8月1日(火)~8日(火)
牛込仲之	8月9日(水)~15日(水)
富久	8月1日(火)~10日(水)
余丁町	8月10日(水)~16日(水)
四谷	8月8日(水)~18日(金)
四谷第六	8月1日(火)~15日(火)
花園	8月7日(月)~18日(金)
大久保	8月17日(水)~23日(水)
天神	8月8日(水)~11日(木)
戸山	8月8日(水)~10日(木) 14日(月)~16日(水)
戸塚第一	8月7日(月)~12日(土)
戸塚第二	8月7日(月)~16日(水)
戸塚第三	8月14日(月)~19日(土)
落合第二	8月14日(月)~23日(水)
落合第三	8月9日(水)~16日(水)
落合第四	8月1日(火)~6日(日)
落合第五	7月31日(月)~8月7日(月)
落合第六	8月10日(水)~16日(水)
柏木	8月17日(水)~22日(火)
西戸山	8月15日(火)~21日(月)
中学校	
西早稲田	8月14日(月)・15日(火) 20日(日)~24日(木)
落合	8月7日(月)~11日(木)
西新宿	8月9日(水)~16日(水)
新宿	8月12日(土)~16日(水)

【問合せ】新宿未来創造財団地域交流課 ☎(3232)5121・📠(3209)1833へ。

【会場・日程】左表のとおり  
【開放時間】▼昼間の部：午前10時~12時  
午後1時~3時(牛込仲之・小・花園・小・落合第三・小は午後4時まで) ▼夜間の部 (花園のみ)：午後6時~8時  
※いずれも受け付けは終了の30分前までです。悪天候の場合は中止。混雑時は入場を制限することがあります。  
【対象】区内在学の小・中学生と区内在住・在勤の方向同伴者も利用できます。  
※未就学児(おむつが取れていること)が利用する場合は、小学生以下のプール開放を必要とする場合があります。必要を開放時間中にプール受付へ。  
※高校生以上の方は区内在住・在勤が分るもの(健康保険証・運転免許証等)・区内在住・在勤の方の同伴者(健康保険証・運転免許証等)の提示が必要となります。  
※水着・水泳帽を着用してください。  
※車・自転車での来場はご遠慮ください。

## 医療費の自己負担割合が変わる方へ 新しい被保険者証をお送りします

◆医療費の自己負担割合 8月~30年7月の医療費の自己負担割合は、29年度の住民税の課税状況等で決まります。同じ世帯の被保険者のうち、29年度の住民税課税標準額が145万円以上の方がいない場合は「1割」、いる場合は「3割」です。

- 収入額による特例
自己負担が3割で、28年中の収入が「収入基準額(※)」に該当する方は、申請により「1割負担」になります。該当する可能性の高い方には6月下旬に「基準収入額適用申請書」をお送りしています。
※収入基準額…同じ世帯の被保険者の収入の合計額が、1名の場合は383万円未満(383万円以上の場合でも、70歳~74歳の方が同じ世帯にいる場合は520万円未満)、2名以上の場合は520万円未満
- ★自己負担割合が変わる方
新しい被保険者証を7月14日(金)に発送します。これまでの被保険者証は、8月1日(火)以降に同封の返信用封筒でお返しください。
- ★自己負担割合が変わらない方
新しい被保険者証はお送りしません。これまでの被保険者証で受診してください。

◆世帯全員が住民税非課税の方へ
医療機関等の窓口で支払う金額がより低額な自己負担限度額となるほか、入院時の食事が減額される「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。該当する方は、高齢者医療担当課へ申請してください。28年度以前に交付を受けていて29年度も世帯全員が住民税非課税の方には、申請がなくても、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」を7月24日(月)に発送します。

### はがき・ファックスの記入例

①講座・催し名  
②〒・住所  
③氏名(ふりがな)  
④電話番号  
(往復はがきの場合、返信用にも住所・氏名)

講座・催し等の申し込み  
※宛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。

申し込み①電話かはがきファックス・電子メール(4面記入例のほかに在・在勤在学・学区民の成年後見人等の別を記入)で「新宿区成年後見センター」〒160-0075 高田馬場1-17-20 区社会福祉協議会(内 ☎5273・4522・📠5273・3082・📠5273・3082・📠5273・3082・shinjuku-shakyu.jp)へ

### 福祉 成年後見人講座

●成年後見における司法と福祉の連携について  
【日時】8月4日(金)午後6時~8時  
【会場】区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)  
【対象】区内在住・在勤・在学の方・学区民の成年後見人ほか  
【講師】岩本幸恵/法テラス東京法律事務所常勤弁護士

### 福祉 初心者ゲートボール講習会

【日時(会場)】7月10日~28日の月・金曜日(7月17日(祝)を除く)午前9時30分~12時:都立戸山公園いきいき広場(箱根山地区・戸山3-2) ▼7月16日・23日・30日の日曜日午前10時~12時:よつや運動広場(四谷1-1)・清水川橋公園(下落合1-1) (雨天・荒天時中止)  
【対象】区内在住・在勤・在学で、おおむね10歳代~70歳代の方、

### 福祉 盆踊り教室

【日時】7月16日(日)午後2時~4時  
【対象】区内在住・在勤の方50名  
【内容】炭坑節、東京音頭ほか  
【持ち物】靴下または足袋  
【会場】申込み当日直接、大久保地域センター(大久保2-12-17) ☎(3209)3961へ。先着順。  
【講師】井上智陽/イラストレーター

### 教育 環境絵画を募集

環境問題・保全をテーマにしたメッセージ性のある絵画を募集します。  
【募集区分】▼ファミリーの部(子どもと家族と一緒に描いた絵、▼小学校低学年(1~3年生)の部、▼小学校高学年(4~6年生)の部、▼中学生の部  
【対象】区内在住・在学の小・中学生と家族(ファミリーの部は未就学児も応募できます)  
【教材等】B3判か四つ切り(54mm×382mm)の画用紙に、水彩絵の具、クレヨン・パステル(立体作品・色鉛筆の使用は不可)で描く(縦書き・横書きは自由)

### 教育 夏休み親子消費者講座

●新宿消費センター委託講座  
身近な食べ物の謎を調べてみましょう。  
【日時】8月6日(日)午前10時~12時  
【会場】新宿消費生活センター分館 高田馬場1-32-10  
【対象】区内在住・在学の小・中学生と保護者、20名子ども1人(のみ)の参加も可

### 教育 夏休み読書スタンプラリー

読書やおはなし会への参加でスタンプを集めるとプレゼントと交換できます。  
【日程】7月15日(土)~9月1日(金)  
【対象】小学生まで  
【会場・問合せ】角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5371)0010へ。

### シニア活動館・地域交流館の催し

北新宿第二地域交流館  
①~③は区内在住の60歳以上が対象です。  
【日時(会場)】8月1日・8日・22日・29日の火曜日午前10時~11時30分、全4回(16名)  
【内容】声優を目指す学生と一緒に発声トレーニング・台本の朗読  
③朗読体験会  
【日時(定員)】7月31日(月)午後2時~3時30分(20名)  
【内容】成年後見制度の仕事組みと基礎知識  
②お口の健康講座  
【日時(定員)】7月31日(月)午後2時~3時30分(20名)  
【内容】飲み込み方に関する講義と口腔体操ほか  
④納涼祭  
【日時(定員)】7月26日(水)午後1時30分~3時30分(30名)  
【内容】吹き矢の作製・体験  
【費用】40円(材料費、初め

### シニア活動館

区内在住の50歳以上が対象です。  
①80年代ニューミュージックつうたごえ  
【日時(定員)】7月19日(水)午前10時~11時30分(15名)  
【内容】吹き矢の作製・体験  
【費用】40円(材料費、初め  
②手作り吹き矢ひらひら  
【日時(定員)】7月19日(水)午後2時~4時(60名)  
【内容】異邦人ほかを合唱  
③ダンス  
【日時(定員)】7月27日(木)午前10時~12時(5名)  
……(以下共通)……  
【会場(申込み)】①は当日直接、④は7月15日(土)までに電話かファックス4面記入例のとおり記入または直接「信濃町シニア活動館(信濃町20-5) ☎(3209)9371・📠5369(0738)①②は先着順、④は応募者多数の場合は抽選。▼③は7月19日(水)から電話または直接「戸山シニア活動館(戸山2-27-2) ☎(3204)2422へ先着順。

## 区立障害者福祉センター講座 8月開講

【日時】▶①いきいき健康講座…月曜日午前10時~11時30分(初回は8月7日(月)、全13回、▶②かるがも体操講座…火曜日午前10時~11時30分(初回は8月8日(火)、全15回、▶③パソコン講座「エクセル」健康管理表…水曜日午前10時~11時30分(初回は8月23日(水)、木曜日午後1時30分~3時(初回は8月24日(木)、各5  
回、▶④軽体操講座…木曜日午前10時~11時30分(初回は8月24日(木)、全13回、……(以下共通)……  
【対象】区内在住で障害のある方、①③は10名、②は8名、④は12名  
※定員に余裕がある場合は家族も参加できます。  
【費用】1回100円(減免あり)  
【会場・申込み】7月19日(水)までに電話かファックス(4面

記入例のほか希望講座 ④~④の別。③は希望曜日・曜日、障害者・手帳の種類を記入)または直接、同センター(戸山1-22-2) ☎(3232)3711(日曜日、祝日を除く)・📠(3232)3344へ。応募者多数の場合は、同様の講座への申し込み状況等を考慮し、抽選(障害者手帳をお持ちの方を優先。詳しくは、お問い合わせください。  
【協力】つくば科学万博記念財団(つくばエキスポセンター)  
【申込み】7月7日(金)から電話または直接、西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3954)4373へ。先着順。  
【日時】8月3日(水)午後2時~4時  
【対象】小・中学生、15名(保護者の同伴可)  
【内容】図書館資料を使った調べ物(レファレンス)を学ぶ  
【会場・申込み】7月7日(金)から電話または直接、下落合図書館(下落合1-9-8) ☎(3368)6100へ。先着順。

【日時】8月5日(土)・19日(土)、午後2時~4時、全2回  
【対象】2回とも出席できる中学生以上、15名  
【内容】テレビドラマや映画、アニメ作品の設計図であるシナリオの魅力に迫るワークショップ(講師は(株)シナリオセンター)  
【会場・申込み】7月7日(金)から電話または直接、下落合図書館(下落合1-9-8) ☎(3368)6100へ。先着順。  
【日時】7月28日(金)午前11時~11時45分  
【対象】小・中学生、15名(保護者の同伴不可)  
【申込み】7月7日(金)から電話で同館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。  
【日時】7月23日(日)午後2時30分~3時30分  
【対象】小学生まで、15名(保護者

の同伴可)  
【申込み】7月7日(金)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。  
●中学生対象  
【日時】7月28日(金)午後2時~4時  
【内容】論文執筆のためのインターネット検索のコツ、参考文献リストの整理方法ほか  
……<以下共通>……  
【会場・申込み】7月7日(金)から電話または直接、四谷図書館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着10名  
【見学先】ボプラ社(大京町22-1)【対象】小学4年生~中学生、10名  
【申込み】7月7日(金)から電話または直接、同館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。  
●中町図書館  
【日時】7月25日(火)午前10時~11時30分(午前9時45分に同館集合、11時40分に解散)  
【見学先】借成社(市谷砂土原町3-5)  
【対象】小学生、15名(保護者の同伴不可)  
【申込み】7月7日(金)から電話で同館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。  
●夏をテーマにした折紙教室  
折紙で1枚の絵を製作し、児童室壁面に飾ります。  
【日時】7月25日(日)午前10時30分~11時30分  
【対象】小学生まで、12名(未就学児は保護者同伴)  
【会場・申込み】7月8日(土)から電話または直接、鶴巻図書館(早稲田鶴巻町521) ☎(3208)2431へ。先着順。  
●夏をテーマにした紙粘土工作  
作品の写真を館内に展示します。  
【日時】7月23日(日)午後2時30分~3時30分  
【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)  
【対象】小学生まで、15名(保護者

### 図書館の催し

【会場・申込み】当日直接、角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5371)0010へ。先着順。  
●万華鏡作り  
【日時】7月22日(土)・23日(日)、午後2時~3時・午後4時~5時(4回とも同じ内容)  
【対象】小・中学生、各回15名  
【会場・申込み】7月7日(金)から電話または直接、西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3954)4373へ。先着順。  
●夏をテーマにした折り紙教室  
折紙で1枚の絵を製作し、児童室壁面に飾ります。  
【日時】7月25日(日)午前10時30分~11時30分  
【対象】小学生まで、12名(未就学児は保護者同伴)  
【会場・申込み】7月8日(土)から電話または直接、鶴巻図書館(早稲田鶴巻町521) ☎(3208)2431へ。先着順。  
●中町図書館  
【日時】7月25日(火)午前10時~11時30分(午前9時45分に同館集合、11時40分に解散)  
【見学先】借成社(市谷砂土原町3-5)  
【対象】小学生、15名(保護者の同伴不可)  
【申込み】7月7日(金)から電話で同館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。  
●夏をテーマにした紙粘土工作  
作品の写真を館内に展示します。  
【日時】7月23日(日)午後2時30分~3時30分  
【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)  
【対象】小学生まで、15名(保護者

### 出版見学

●四谷図書館  
【日時】7月24日(月)午前9時30分~12時  
【見学先】ボプラ社(大京町22-1)【対象】小学4年生~中学生、10名  
【申込み】7月7日(金)から電話または直接、同館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。  
●中町図書館  
【日時】7月25日(火)午前10時~11時30分(午前9時45分に同館集合、11時40分に解散)  
【見学先】借成社(市谷砂土原町3-5)  
【対象】小学生、15名(保護者の同伴不可)  
【申込み】7月7日(金)から電話で同館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。  
●夏をテーマにした折紙教室  
折紙で1枚の絵を製作し、児童室壁面に飾ります。  
【日時】7月25日(日)午前10時30分~11時30分  
【対象】小学生まで、12名(未就学児は保護者同伴)  
【会場・申込み】7月8日(土)から電話または直接、鶴巻図書館(早稲田鶴巻町521) ☎(3208)2431へ。先着順。

### 出版見学

●四谷図書館  
【日時】7月24日(月)午前9時30分~12時  
【見学先】ボプラ社(大京町22-1)【対象】小学4年生~中学生、10名  
【申込み】7月7日(金)から電話または直接、同館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。  
●中町図書館  
【日時】7月25日(火)午前10時~11時30分(午前9時45分に同館集合、11時40分に解散)  
【見学先】借成社(市谷砂土原町3-5)  
【対象】小学生、15名(保護者の同伴不可)  
【申込み】7月7日(金)から電話で同館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。  
●夏をテーマにした紙粘土工作  
作品の写真を館内に展示します。  
【日時】7月23日(日)午後2時30分~3時30分  
【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)  
【対象】小学生まで、15名(保護者

### 英語おはなし会

●絵本を英語で読み聞かせ  
【日時】7月19日(水)午後3時~3時30分  
【対象】小学生までのお子さんと保護者、20名