国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方へ

新型コロナに感染した方等への傷病手当金

支給の適用期間を12月31日まで延長しました

令和2年1月1日～12月31日の間で、療養のため労務に服することができない期間（入院が継続する場合は最長1年6か月間）の傷病手当金を支給します。対象の方は申請してください。支給対象日数・支給額等詳しくは、お問い合わせください。新宿区ホームページでもご案内しています。

≪問合せ≫

▶国民健康保険…**医療保険年金課国保給付係**（〒160-8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎4階）☎（5273）4149へ。

▶後期高齢者医療制度…**広域連合お問合せセンター**☎0570（086）519（PHS・IP電話の方は☎（3222）4496。いずれも土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後5時）へ。

◈ 対象

給与等の支払いを受けている被保険者で、新型コロナに感染した、または発熱等の症状があり感染が疑われるため、労務に服することができず給与等の支払いの全部または一部を受けられなくなった方

◈ 申請方法

申請に当たっては、いずれも事前に**左記**問合せ先にご連絡ください。

▶国民健康保険…所定の申請書を郵送で**左記**問合せ先へ。申請書等は新宿区ホームページから取り出せます。

▶後期高齢者医療制度…所定の申請書等を郵送で東京都後期高齢者医療広域連合保険課給付係（〒102-0072千代田区飯田橋3―5―1、東京区政会館16階）へ。申請書は同連合ホームページ（HPhttp://www.tokyo-ikiiki.net/easynavi/kyufu/1001351.html）から取り出せるほか、区高齢者医療担当課（本庁舎4階）で配布しています。

元気な高齢者向け介護予防教室 講

●令和3年1月～3月の教室参加者を募集

【日程・会場・内容等】**下表**のとおり。時間の午前は10時～11時30分、午後は2時～3時30分。各全10回（祝日を除く）

【対象】区内在住の65歳以上。介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けている方、介護予防・生活支援サービス事業の対象の方は参加不可。健康状態により参加をお断りする場合があります。

【費用】1回100円

【申込み】はがき（1人1枚）に3面記入例のほか生年月日・希望教室の受付番号（第2希望まで希望順）を記入し、11月24日㈫（消印有効）までに**地域包括ケア推進課介護予防係**（〒160-8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎2階）☎（5273）4568へ。応募者多数の場合は、申し込みが初めての方を優先して抽選し、結果を12月2日㈬ころお知らせします。同じ時期に**下表**の複数の教室には参加できません。

教室名・内容	受付番号	会場	曜日時間	定員
脳はつらつ教室 認知症の予防（認知症と診断された方を除く）	1	早稲田南町地域交流館（早稲田南町50）	火曜日午後	7名
	2	清風園（中落合1―7―26）	水曜日午前	7名
シニアバランストレーニング教室 座って行う運動を中心に上半身の筋力を鍛える	3	北新宿地域交流館（北新宿2―3―7）	月曜日午前	10名
	4	高田馬場シニア活動館（高田馬場3―39―29）	火曜日午前	10名
	5	上落合地域交流館（上落合2―28―8）	木曜日午前	10名
	6	高田馬場地域交流館（高田馬場1―4―17）	金曜日午前	10名
シニアスポーツチャレンジ教室 立って行う運動を取り入れ、下半身の筋力を鍛えて転倒を予防	7	細工町高齢者在宅サービスセンター（細工町1―3）	月曜日午前	7名
	8		木曜日午前	7名
	9	中落合高齢者在宅サービスセンター（中落合1―7―1）	火曜日午前	7名
	10	東五軒町地域交流館（東五軒町5―24）	火曜日午前	15名
	11	落合第二地域センター（中落合4―17―13）	水曜日午前	15名
	12	西新宿シニア活動館（西新宿4―8―35）	金曜日午前	10名
	13	戸山シニア活動館（戸山2―27―2）	金曜日午後	15名

認知症に関する相談・学習会 イ 講

認知症・もの忘れ相談

【日時・会場】▶①12月3日㈭…戸塚高齢者総合相談センター（高田馬場1―17―20）、▶②12月10日㈭…落合保健センター（下落合4―6―7）、いずれも午後2時30分～4時

【対象】区内在住で「最近もの忘れが多い」と心配のある方、各回4名

【内容】新宿区医師会認知症・もの忘れ相談医による個別相談

【申込み】11月17日㈫から電話で①は**戸塚高齢者総合相談センター**☎（3203）3143、②は**落合第一高齢者総合相談センター**☎（3953）4080へ。先着順。

認知症介護者相談

【日時】12月7日㈪午後2時～4時

【会場】区役所第1分庁舎2階区民相談室

【対象】認知症の方の介護者等で心や体に悩みを抱えている方、3名

【内容】西新宿コンシェリアクリニック精神科医師による個別相談

【申込み】11月17日㈫から電話で**高齢者支援課高齢者相談第一係**（本庁舎2階）☎（5273）4593へ。先着順。

認知症介護者家族会（学習会）

【日時】12月11日㈮午後1時30分～3時30分

【会場】榎町高齢者総合相談センター（弁天町50）

【対象】区内在住で認知症の方を介護しているご家族ほか、10名

【内容】講座「介護ストレス解消法」（講師は渡辺浩子・ウエルネスコーディネーター）と介護者同士の交流会

【申込み】電話かファックス（3面記入例のとおり記入）で**高齢者支援課高齢者相談第二係**（本庁舎2階）☎（5273）4594・FAX（5272）0352へ。

福祉

講座「弁護士による相続と財産管理の基礎知識」 講

【日時】12月2日㈬ 午後2時～3時30分

【対象】区内在住の60歳以上、12名

【内容】遺言、判断能力が不十分な場合の財産管理（講師は千田賢・弁護士）

【会場・申込み】11月17日㈫から電話かファックス（3面記入例のとおり記入）または直接、**北新宿第二地域交流館**（北新宿3―20―2）☎（5348）6751・FAX（3369）0081へ。先着順。

講座「リコーダーを学ぼう」 イ

●認知症予防に向けて

【日時】12月3日～令和3年3月25日の木曜日午前10時～12時（12月31日㈭は休み）、全16回

【対象】区内在住の50歳以上、7名

【内容】リコーダーの基本的な演奏方法。初心者、楽譜が読めない方も参加できます（講師は味澤明子／東京リコーダー協会）。

※12月3日㈭、令和3年3月25日㈭に頭の元気度チェック「ファイブ・コグテスト」を行います。

【費用】1,000円（教材費等）

【持ち物】ソプラノリコーダー

【会場・申込み】11月17日㈫～27日㈮に電話または直接、**西新宿シニア活動館**（西新宿4―8―35）☎（3377）9380へ。先着順。

講座「新しい生活様式の中での地域支えあい」（オンライン） 講

●生活支援体制整備事業

ウェブ会議ツール「Zoom」を利用した講座です。Zoomを利用できない方は、区社会福祉協議会で受講できます。

【日時】12月10日㈭午後1時30分～3時

【定員】▶①Zoom利用…60名、▶②区社会福祉協議会で受講…10名

【内容】地域包括ケアシステムや介護保険の動向を通じ、新しい生活様式の中で一人一人ができることを考える

【申込み】電話かファックス・電子メール（3面記入例のほか受講方法（①②の別）、①の方は電子メールアドレスを記入）で11月30日㈪までに**区社会福祉協議会**（高田馬場1―17―20）☎（5273）9191・FAX（5273）3082・EMshinjuku-vc@shinjuku-shakyo.jpへ。応募者多数の場合は抽選し、落選者にのみご連絡します。

「新宿いきいき体操」講習会 講

新宿いきいき体操サポーターの皆さんと免疫力を高め、加齢に負けない体をつくりません か。介護予防のミニ講座「認知症予防」もあります。動きやすい服装でおいでください。

【日時】12月10日㈭午後2時～4時

【会場】四谷地域センター（内藤町87）

【対象】区内在住・在勤の方、20名程度。健康状態により参加をお断りする場合があります。

【持ち物】上履き、飲み物、タオル

【申込み】11月17日㈫～27日㈮に電話かファックス（3面記入例のとおり記入）で**地域包括ケア推進課介護予防係**（本庁舎2階）☎（5273）4568・FAX（6205）5083へ。先着順。

住宅・まちづくり

新宿駅直近地区に係る都市計画案の説明会・縦覧等

●縦覧・意見書の提出

地区計画（新宿駅直近地区）、都市計画駐車場（新宿駅西口駐車場）の都市計画案についてご意見のある方は、意見書を提出できます。

【縦覧・意見書提出期間】12月2日㈬～16日㈬

【縦覧場所・意見書の提出先】▶地区計画…**新宿駅周辺まちづくり担当課**☎（5273）4214、▶都市計画駐車場…**新宿駅周辺基盤整備担当課**☎（5273）4164（いずれも〒160-8484歌舞伎町1―4―1、本庁舎7階・FAX（3209）9227）へ。

●説明会

【日時】12月4日㈮▶①午後2時30分～4時、▶②午後6時30分～8時（2回とも同じ内容）

【会場】区立産業会館（BIZ新宿、西新宿6―8―2）

【申込み】11月17日㈫から電話かファックス（3面記入例のほか希望時間（①②の別）を記入）で新宿駅周辺基盤整備担当課へ。各回先着60名。手話通訳あり。

空家等無料相談会

【日時】毎月第1・第3火曜日午後1時30分～2時30分・午後2時45分～3時45分

【対象】空家等の所有者ほか、各回1名

【内容】弁護士・司法書士・建築士・不動産専門家による相続・登記・リフォーム・売買など空家等の維持管理・利活用に関する相談

【会場・申込み】相談希望日の2週間前までに電話または直接、**建築調整課**（本庁舎8階）☎（5273）3107へ。先着順。

はがき・ファックス等の記入例

講座・催し等の申し込み

※往復はがきは、各記事で指定がある場合のみ。
※費用の記載のないものは、原則無料。
※電子メールは、件名に講座・催し名を記入。

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