

国民健康保険のお知らせ

国民健康保険料の改定

医療費や後期高齢者医療制度への負担金、介護納付金額等により保険料を毎年見直し、均等割額所得割額を改定しています。(22年度の保険料は下図のとおり)。

保険料のお支払い

22年度の納入通知書は、6月にお送りします。1年間の保険料は6月・23年3月の10回に分けてお支払いください。納付書は、6月と11月に5か月分ずつお送りします。

※22年1月2日以降に新宿区に転入した方には、6月にお送りする納入通知書では均等割額などの保険料をお知らせします。その後、前住所地の住民税額に基づいて所得割額を計算し、保険料変更通知をお送りします。

資格の取得・喪失の届け出は14日以内に

●やむを得ず遅れた場合でも必ず届け出を
医療保険制度では、誰もが必ず公的な健康保険に加入しなければなりません。退職等で勤務先の健康保険をやめたときや、国民健康保険に加入していた方が勤務先の健康保険に変わったときは、届け出が必要です(自動的に切り替わりません)。

国民健康保険の資格は、「加入しなければならぬ日」から発生します。加入の手続きが遅れた場合でも、保険料はさかのぼって納めていただきます。会社・労務法人の事業所に勤務する方は、勤務先の健康保険に加入します。勤務先にご相談ください。

届出は医療保険年金課・特別出張所へ

①勤務先の健康保険をやめて国民健康保険に加入する方
資格喪失証明書または退職日が確認できるものと、厚生年金・共済年金の受給資

【22年度の国民健康保険料】			
基礎賦課額 (医療分)	後期高齢者支援金等 賦課額(支援金分)	介護納付金賦課額 (介護分)	年間保険料
均等割額 31,200円×世帯の 加入者数	均等割額 8,700円×世帯の 加入者数	均等割額 12,000円×世帯の 加入者のうち40歳～ 64歳の方の人数	+
+	+	+	
所得割額 世帯加入者全員の 22年度の住民税額 ×(100分の80)	所得割額 世帯加入者全員の 22年度の住民税額 ×(100分の23)	所得割額 世帯の加入者のうち 40歳～64歳の方の 22年度の住民税額 ×(100分の17)	=
(賦課限度額50万円)	(賦課限度額13万円)	(賦課限度額10万円)	

国民健康保険料は必ず納めましょう

保険料は、医療給付の費用に使われる大切な財源です。医療費などは、医療機関の窓口での自己負担分を除き、半分は公費で、残りの半分は皆さんの保険料でまかなわれています。国民健康保険に加入している皆さんは、医療費の一部を負担して医療を受けられると同時に、保険料を納める義務もあります。

保険料を納めない方がいると、国民健康保険の運営が困難になり、医療費をまかなえなくなります。保険料は必ず納めましょう。

21年度分までの保険料を完納されていない方は、至急納めてください。

◎保険料を納めないでいると
未納期間に応じ、次の措置をとります。お支払いが困難なときは、早めにご相談ください。

①督促や催告をしても納めない場合は、通常の保険証の代わりに有効期限の短い保険証(短期証)を交付します。

国民健康保険 保養施設を 開設しています

区の国民健康保険に加入している方の健康増進などにご利用いただけます。

▼保養施設：年間を通して、近県の温泉地などの旅館を、一般より低料金で利用できます。詳しくは、医療保険年金課・特別出張所で配布する「国民健康保険保養施設のご案内」をご覧ください。
▼夏季保養施設：夏季(7月下旬～8月下旬)に低料金で利用できる施設を開設します。詳しくは、「広報しんじゅく」などでお知らせします。

【問合せ】医療保険年金課庶務係(本庁舎4階) ☎(5273) 3880へ。

国保温泉センター 割引利用券の配布

都内の次の施設の割引利用券を、医療保険年金課・特別出張所で配布しています。

- ①檜原温泉センター数馬の湯
- 【所在地】西多摩郡檜原村2430
- ②奥多摩温泉もえぎの湯
- 【所在地】西多摩郡奥多摩町水川119-1
- ③秋川渓谷瀬戸の湯
- 【所在地】あきる野市乙津565
- ④生涯青春の湯つるつる温泉
- 【所在地】西多摩郡日の出町大野4718
- ……(以下共通)……
- 【利用料金】①②は大人400円・小学生200円(ほかに入湯税が掛かります)、③④は大人600円・小学生200円
- 【問合せ】医療保険年金課庶務係(本庁舎4階) ☎(5273) 3880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

消費者大学講座 ・新宿消費生活センター 委託事業

【日時・内容】家庭内の設備と機器。▼①5月14日(金)：エコに暮らす！助成金を上手に使おう(東京ガス・東京電力・新宿区)。▼②6月3日(休)：欠陥製品による事故は救済されるか？PL法(製造物責任法)について(中村雅人・弁護士)。▼③6月17日(休)：暮らしの危険！事故の事例(国民生活センター・危機情報室)。▼④7月9日(金)：火災予防・災害や救急への備え・消防署)。▼⑤8月6日(金)：よくわかる地デジ講座・個別相談(総務省東京都中央テレビ受信者支援センター)。▼⑥9月初旬予定：消費者被害・修了式、各回とも午後1時30分～3時30分、全6回。

家族介護者教室・交流会

●介護者の力になる福祉用具を学ぼう
【日時】5月15日(土)午後1時～3時30分
【会場】戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
【対象】区内在住で高齢者を介護している方、介護経験があり交流会の活動に意欲のある方、30名
【内容】福祉用具専門相談員の講演と参加者の交流会
【申込み】無料で
【申込先】電話で戸塚高齢者総合相談センター ☎(3203) 3143へ。先着順。
※介護のため参加が難しい方にはデイサービスの利用、ヘルパー派遣利用等の支援をします。ご相談ください。

介護モニターを募集

介護保険制度やサービスの利用にご意見を。【申込み】所定の応募用紙を、5月14日(金)までに介護保険課推進係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階 ☎(5273) 4212へ)郵送(必着)またはお持ちください。応募用紙は関係・特別出張所・高齢者総合相談センターで配布しているほか、新宿区ホームページから取り出せます。応募者多数の場合は、お住まいの地域、介護保険サービスの利用状況、要介護者の要介護度、応募理由等を考慮して選考するとともに、過去に介護モニターの経験がない方を優先します。結果は5月下旬に郵送でお知らせします。

男女共同参画推進会議 区民委員を募集

男女共同参画推進計画の策定や男女共同参画を進めるための施策に、ご意見等をいただきます。【任期】7月15日～24年7月14日
【対象】区内在住で、22年4月1日現在20歳以上の方、3名
【謝礼】会議(年4回程度)に出席の都度1万円【申込み】所定の申込用紙と「男女共同参画社会を実現するための区民の役割」をテーマとした作文(800字程度)を、5月8日(土)までに男女共同参画課(〒160-0007荒木町16、男女共同参画推進センター・ウイズ新宿内) ☎(334) 0801へ郵送(必着)またはお持ちください。選考結果は応募者全員にお知らせします。作文は返却しません。申込用紙はウイズ新宿・特別出張所・地域センター・区立図書館等で配布するほか、新宿区ホームページからも取り出せます。

●子ども家庭支援センター・児童館の幼児サークル等(表1)

館名	所在地	電話番号	曜日・対象・定員				
			月	火	水	木	金
中落合子ども家庭支援センター(※)	中落合2-7-24	(3952) 7163	—	0・1歳児(各10組)	—	2～3歳児(15～20組)	0・1歳児(各10組)
榎町子ども家庭支援センター	榎町36	(3269) 7304	—	1歳児(30組)	0歳児	2歳児～(30組)	—
信濃町子ども家庭支援センター	信濃町20	(3357) 6851	—	2歳児	—	1歳児	3か月児～
早稲田南町児童館	早稲田南町50	(5287) 4321	—	—	—	2歳児～(30組)	1歳児～(30組)
西新宿児童館	西新宿4-35-28	(3377) 9352	—	2歳児～(20組)	1歳児(20組)	0歳児(20組)	—
本塩町児童館	本塩町8	(3350) 1456	—	0歳児～就園前	—	1歳6か月児～就園前	0～1歳6か月児
東五軒町児童館	東五軒町5-24	(3269) 6895	—	0歳児(25組)	1歳児(25組)	2歳児～(25組)	—
北山伏児童館	北山伏町2-17	(3269) 7196	—	—	—	2～3歳児	—
中町児童館	中町25	(3267) 3321	—	—	2歳児～	1歳児	0歳児
薬王寺児童館	市谷薬王寺町51	(3353) 6640	—	おおむね0歳児	おおむね2歳児～	おおむね1歳児	—
富久町児童館	富久町22-21	(3357) 7638	—	0～1歳児	—	2歳児～	—
戸山児童館	戸山2-27-2	(3204) 2422	—	—	—	2～3歳児	0～1歳児
大久保児童館	大久保1-4-1	(3209) 0803	おおむね1歳児～就園前	—	—	—	—
百人町児童館	百人町2-18-21	(3368) 8156	—	0～1歳児(20組)	—	2～3歳児(20組)	—
高田馬場第一児童館	高田馬場3-39-29	(3368) 8167	—	0歳児	1歳児	2歳児～	—
高田馬場第二児童館	高田馬場1-4-17	(3200) 5038	—	—	年齢制限なし	—	1歳児～(40組)
上落合児童館	上落合2-28-8	(3360) 1413	6か月～3歳児(40組)	—	—	—	—
西落合児童館	西落合1-31-24	(3954) 1042	—	—	—	2～3歳児	0～1歳児
中井児童館	中井1-8-12	(3361) 0075	—	未就学児(第2・第4)	—	0～1歳児(30組)	2歳児～(40組)
北新宿第一児童館	北新宿2-3-7	(3369) 5856	—	1歳6か月児～	—	0～1歳6か月児	—
北新宿第二児童館	北新宿3-20-2	(3365) 1121	—	—	—	—	2～3歳児

※中落合子ども家庭支援センターは年数回、不定期で実施します。

●子育てサロン・子育て仲間づくり活動(表2)

館名	所在地	サロン名(内容)・対象	実施日	問合せ
榎町子ども家庭支援センター	榎町36	ハローエンジェルズ(英語を使ったふれあい遊び) …乳幼児親子	第2月曜日	(3269) 7304
		ほんわかサロン(手芸活動) …乳幼児保護者	第2木曜日	
		手作り・ぬくぬく(エプロンシアター制作) …乳幼児保護者	第3火曜日	
		ぬくぬく・新宿(エプロンシアター) …乳幼児親子	第3水曜日	
		おはなしくまん(読み聞かせ、手遊び) …乳幼児親子	第3金曜日	
		親子であそぼう！(親子のふれあい遊び) …乳幼児親子	第3金曜日	
		まんまカンタービレ(親子コーラス) …乳幼児親子	第4水曜日	
北新宿第一児童館	北新宿2-3-7	とっとのめ(わらべうた) …乳幼児親子	第4木曜日	(3369) 5856
		ゆいまーる北一(親子のふれあい遊び) …乳幼児親子	月1回	
		ゆいまーる北二(親子のふれあい遊び) …乳幼児親子	月1回	
		おはなしくまん(読み聞かせ・手遊び) …乳幼児親子	月1回	
子育て支援施設 ゆったりーの	北山伏児童館1階	おはなしくまん(読み聞かせ・手遊び) …乳幼児親子	月1回	(5228) 4377

●自主サークル等(表3)

館 名	所在地	サークル名 (内容) ・対象・定員	実施日	問合せ
中落合子ども家庭 支援センター	中落合2ー7ー24	エンジェルドリーム(母親のためのパワーヨガ) …子育て中の母親(15名)	火曜日	(3952) 7163
信濃町子ども家庭 支援センター	信濃町20	にこにこキッズ (親子で英語遊び) …就学前	4月～12月 第3火曜日	(3357) 6851
本塩町児童館	本塩町8	ABC KIDS (英語あそび) …6か月児～就学前	水曜日	(3350) 1456
中町児童館	中町25	くれよんくらぶ (絵本の読み聞かせ・手遊び・季節の行事) …就園前	第2または 第3月曜日	(3267) 3321
上落合児童館	上落合2ー28ー8	プチカンパ(ベビーマッサージ・手遊び・リズム体操)…0～3歳児(10組程度)	水曜日	(3360) 1413
		エンジェルドリーム (パワーヨガ) …子育て中の保護者 (10名)	木曜日	
北新宿第一児童館	北新宿2ー3ー7	にこにこ会 (季節行事遊びほか) …1歳6か月～	水曜日	(3369) 5856
		キャロットの会 (体操・リズム遊び) …3か月～3歳児	金曜日	