新宿駅周辺の清掃活動にご参加を
新宿年末クリーン大作戦
みんなの力できれいな新宿

区民の皆さんや新宿を訪れる方が、安心して買い物などを楽しみ、気持ちよく過ごせるように実施します。

どなたでも参加できます。当日直接、集合場所においでください。清掃用具（軍手・ごみ袋・ごみバサミ）は貸し出します。参加者には記念品を差し上げます。

【日時】12月17日㈮午前7時30分～8時30分（7時20分集合）

【集合場所】▼新宿駅東口駅前広場　▼歌舞伎町シネシティ広場（旧新宿コマ劇場前）　▼新宿駅西口モード学園コクーンタワー前

【問合せ】生活環境課ごみ減量計画係（本庁舎7階）☎（5273）3318へ。

昨年12月のクリーン大作戦

後期高齢者医療制度にご加入の方へ

【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。

入院時負担軽減支援金を支給しています

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（年度）】▼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

【申込み】①～④の書類を添えて高齢者医療担当課高齢者医療係（本庁舎4階）・特別出張所へ。

▼①入院期間が分かる病院等の領収書原本（コピー不可。窓口でコピーして原本はお返しします）、▼②後期高齢者医療被保険者証、▼③入院した方の口座が分かる通帳等（亡くなった場合は相続人の通帳等）、▼④入院した方の印鑑（亡くなった場合は相続人の印鑑）

東京都後期高齢者医療広域連合の決算が認定

同連合は後期高齢者医療制度の運営主体として19年3月に設立された特別地方公共団体で、都内62の区市町村が加入しています。

平成22年第2回同連合議会定例会で、平成21年度決算が認定されました（左図）。詳しくは、お問い合わせください。

【問合せ】同連合企画調整課☎（3222）4499へ。

◆歳入
9311億8491万4千円
●主な内容
▶62区市町村からの支出金…1769億2529万8千円
▶国・都からの支出金…3072億4344万4千円
▶社会保険診療報酬支払基金からの交付金…4103億8949万円

◆歳出
9150億6172万7千円
●主な内容
▶診療報酬等の保険給付費…8777億2584万3千円
▶健診などの保健事業費…21億2362万4千円

◆差引残額（歳入－歳出）
161億2318万7千円

振り込め詐欺急増！
電話で「お金を振り込んで」と言われたら迷わず110番！

高齢者の方のご自宅に、振り込め詐欺と思われる電話が相次いでかかっています。

区役所や年金事務所等の職員を名乗り、「保険料や医療費の還付がある。締め切りが迫っているので、今から言う番号に電話をして指示に従うように」と説明し、指示された番号に電話をすると、「近くのATM（現金自動預払機）に行き、指示どおりに操作するように」という手口です。

区役所等の職員が、ATMの操作を求める電話をすることはありません。不審に思ったら、すぐに区に相談するか110番通報してください。

◆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

エコ・チェック
ダイアリーを配布

家庭から出る二酸化炭素の量を、毎月の電気・ガス等の使用量から計算できるなど、省エネ情報満載のカレンダーです。22年度環境絵画展・環境日記コンテストの優秀作品も掲載しています。

【配布日】12月8日㈬から（数に限りがあります）

【配布場所】環境対策課（本庁舎7階）・環境学習情報センター・新宿リサイクル活動センター（高田馬場4－10－17）・西早稲田リサイクル活動センター（西早稲田3－19－5）・特別出張所・区立図書館（区役所内分室を除く）

【問合せ】環境学習情報センター（西新宿2－11－4）☎（3348）6277へ。

みどりのカーテン講座
●カーテンをはずした後の土の手入れの仕方

【日時】12月16日㈭午後1時～3時30分

【内容】みどりのカーテン生育後の土のリサイクルと、生ごみからたい肥作り（外山たら・NPO法人日本コミュニティガーデニング協会会長、土橋由枝・区エコライフ推進員）。土のリサイクル材と野菜の苗を配布

【費用】無料

【会場・申込み】はがきかファックス（記載例（2面参照）のとおり記入）で、12月11日（必着）までに環境学習情報センター（〒160－0023西新宿2－11－4）☎（3348）6277・FAX（3344）4434へ。先着30名。

福祉

特殊眼鏡・コンタクトレンズの費用を助成
●白内障の眼内レンズが入れられなかった方へ

【対象】区内在住で手術した月に満65歳以上で、次のすべてに該当する方。▼老人性白内障による水晶体摘出手術を受け、身体上の理由で眼内レンズが入れられない、▼手術の翌日から5年を経過していない、▼本人の所得が基準額（左表）以下、▼ほかの法令等により特殊眼鏡等の交付を受けていない

【助成額】手術後に購入する特殊眼鏡かコンタクトレンズのうち、いずれか一方の費用（特殊眼鏡は一式4万円、コンタクトレンズは一眼2万5千円を限度。助成は1回の手術に付き1回のみ）。必要に応じて遠視用・近視用の各一式を同時に申請できます。

本人の所得基準

扶養親族数	所得基準額（年額）
0人	257万2千円
1人	305万2千円
2人	343万2千円

※扶養親族が1人増すごとに38万円を加算。
※特定扶養親族・老人扶養親族を扶養しているときは、一定の額を加算できる場合があります。

【申込み】医療機関の意見書・特殊眼鏡等の領収書・本人名義の預金口座の分かるもの・印鑑をお持ちの上、高齢者医療担当課高齢者医療係（本庁舎4階）☎（5273）4562へ。医療機関の意見書の用紙は同係で配布しています。所得を証明する書類が必要な場合があります。

区立障害者福祉センター自立支援フォーラム
●障害者雇用の視点から考える障害児に必要な自立支援とは

【日時】12月18日㈯午後2時～4時30分

【対象】障害のある方と保護者、教育・福祉関係者ほか（手話通訳あり）、50名

【内容】講演「みんなが歩み寄れば社会は変わる～障害者雇用の事例から」とパネルディスカッション「学校・企業・家庭から見た学齢期に必要な支援」

【費用】無料

【会場・申込み】当日直接、同センター（戸山1－22－2）☎（3232）3711・FAX（3232）3344へ。先着順。

区立障害者福祉センターの講座

【日時・内容】左表のとおり。

【対象】区内在住で障害のある方、パソコンは各10名・そば打ちは15名（定員に満たないときは家族の参加も可）

【費用】1回100円（減免制度あり）。材料費等は各自負担

【会場・申込み】直接または電話（日曜日を除く）・ファックス（記載例（2面参照）のほか障害名を記入）で、12月18日㈯までに同センター（戸山1－22－2）☎（3232）3711・FAX（3232）3344へ。応募者多数の場合は抽選。

講座	コース・時間	開始日
パソコン　エクセル応用（前期）	水曜日午前10時～11時30分（全6回）	1月5日㈬
パソコン　エクセル応用（後期）	木曜日午後1時30分～3時（全6回）	2月24日㈭
パソコン　ワード応用（前期）	木曜日午後1時30分～3時（全6回）	1月6日㈭
パソコン　ワード応用（後期）	水曜日午前10時～11時30分（全6回）	2月23日㈬
そば打ち体験	1月19日㈬午後1時30分～3時30分	

※パソコンの前期・後期は同じ内容

認知症サポーター養成講座
●認知症になっても安心して暮らせるまち

【日時】12月22日㈬午後2時～4時

【会場】大久保地域センター（大久保2－12－7）

【対象】区内在住・在勤・在学の方、60名

【申込み】電話で高齢者サービス課高齢者相談係（本庁舎2階）☎（5273）4593へ。先着順。

介護予防四季のセミナー・冬
●寒さに負けない身体作りと脳の活性化で認知症予防

【日時】12月24日㈮、午前11時15分～午後0時45分または午後1時30分～3時

【会場】東急スポーツオアシス（歌舞伎町2－44－1、東京都健康プラザハイジア内）

【対象】区内在住で65歳以上の方、各15名程度（介護保険の「要介護」「要支援」認定を受けている方を除く）

【費用】無料

【申込み】希望の時間帯を選び、電話で高齢者サービス課介護予防係（本庁舎2階）☎（5273）4305へ。先着順。

もう安心尿漏れ改善教室
●トイレが気になって外出をためらうことはありませんか

【日時】1月13日～3月24日の原則として隔週木曜日、午後2時～3時30分、全8回

【会場】▼西早稲田リサイクル活動センター（西早稲田3－19－5）、▼介護老人保健施設マイウェイ四谷（大京町1）

【対象】区内在住で65歳以上の女性、各12名程度（介護保険の「要介護」「要支援」認定を受けている方を除く）

【内容】骨盤底筋や腹部・下肢の筋力を鍛え、くしゃみやせき、重いものを持ち上げたときなどの軽い尿漏れを改善

【費用】1回100円

【申込み】電話で12月13日㈪までに高齢者サービス課介護予防係（本庁舎2階）☎（5273）4305へ。先着順。参加者には後日、申請書を提出していただきます。