

長寿をお祝いします

ことぶき祝金をお贈りします

●9月上旬から
地区の民生委員がお届けします

【対象・金額】平成24年9月1日現在
区内在住で、次に該当する方

▼古希(70歳・昭和17年4月1日～18年3月31日生まれ)…5千円

▼喜寿(77歳・昭和10年4月1日～11年3月31日生まれ)…7千円

▼米寿(88歳・大正13年4月1日～14年3月31日生まれ)…1万円

▼長寿(96歳～99歳・大正2年4月1日～6年3月31日生まれ)…3万円

100歳以上の方に
祝金3万円をお贈りします

●新たに100歳になる方を
区長が訪問します

区内在住で100歳以上の方に、祝金を

敬老会は10月に開催します

●招待状は10月上旬にお送りします

敬老週間に合わせ、例年9月上旬に実施していましたが、残暑の厳しい時期であることから、昨年からは10月に開催しています。今年は10月17日(水)・18日(木)に開催します。詳しくは、「広報しんじゅく」10月5日号でお知らせする予定です。

※事業の見直しに伴い、今年からお菓子
の配布はありません。

24年9月30日が有効期限の
都営交通無料乗車券をお持ちの方へ

都営バス、都営地下鉄、都電荒川線、日暮里・舎人ライナーに乗車できる無料乗車券を、9月3日(月)から、新しい乗車券と交換します。

【対象・申請に必要なもの】区内在住で下表に該当する方(東京都シルバーパスをお持ちの方を除く)。有効期限が「24年9月30日」と記載された乗車券(紫色)と、申請に必要なもの(下表)をお持ちの上、障害者福祉課で申請してください。

※現在、無料乗車券をお持ちでない方も申請できます。

※ICカード式(PASMO)の無料乗車券をお持ちの方は、都営地下鉄、日暮里・舎人ライナーの窓口等で手続きをしてください。

※券の色が紫色以外で、有効期限が24年9月30日の無料乗車券をお持ちの方は、発行された窓口にお問い合わせ

【問合せ】高齢者福祉課高齢者事業係(本庁舎2階)☎(5273)4567・☎(5272)0352へ。

【区長の訪問日時(予定)】9月4日(火)午前・午後、5日(水)午前・6日(木)午前・午後、7日(金)午後、11日(火)午前・午後

【対象】区内在住で大正2年3月31日までに生まれた方

お贈りします。新たに100歳になり、希望する方には区長が訪問し、祝金をお渡しします。

【問合せ】高齢者福祉課高齢者事業係(本庁舎2階)☎(5273)4567・☎(5272)0352へ。

元気な高齢者向け
介護予防教室

参加者募集

【期間】10月～12月の週1回(シニアバランストレーニング教室は10月～25年3月の週1回)

【時間・会場・内容等】右表のとおり。各全12回程度(受付番号3の骨盤底筋向上教室は全8回、受付番号10～14のシニアバランストレーニング教室は全24回程度)

※時間の午前は10時～11時30分、午後は2時～3時30分(午後のシニアパワーアップ教室は1時30分～3時)

【対象】区内在住の65歳以上で、介護保険の「要支援」「要介護」認定を受けていない方。健康状態により参加をお断りすることがあります。

【費用】1回100円

【申込み】はがき(往復はがきは不可)に記載例(4面参照)のほか生年月日・希望する教室の受付番号(第2希望まで希望順に記入可)を記入し、9月7日(金)(消印有効)までに高齢者福祉課高齢者事業係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階)☎(5273)4568へ。はがきは1人1枚。応募者多数の場合は抽選し、結果は9月14日(金)ころお知らせします。

★パワーアップ高齢者(区の健康診査等の結果、介護予防の取り組みが必要と判定された方)が対象の介護予防教室(対象の方には個別にご案内)を含め、同じ時期に複数の教室には参加できません。

新宿区役所本庁舎・第1分庁舎・第2分庁舎の代表電話は☎(3209)1111、新宿区ホームページは☎http://www.city.shinjuku.lg.jp/です。

東京都シルバーパスの一斉更新

都内在住で70歳以上の方を対象に発行している東京都シルバーパスは、都営バス、都営地下鉄、都電荒川線、日暮里・舎人ライナーと都内の民営バスに乗車できます。

現在、東京都シルバーパスをお持ちの方は、9月3日(月)から更新手続きができます。

●手続き方法

対象の方には、8月下旬に東京バス協会から「シルバーパス更新申込書」「更新窓口案内図」をお送りします。指定の更新窓口で手続きしてください。

指定日・指定窓口が都合の悪い方は、右下表のいずれかの窓口で、9月中旬に手続きしてください。

●対象・費用

(1)24年度住民税が課税の方…2万510円

(2)24年度住民税が非課税の方…千円

(3)24年度住民税が課税で、23年1月～12月の合計所得金額が125万円以下の方…千円

(4)23年度経過措置のうち、17年度の住民税が非課税だったことにより千円でシルバーパスの発行を受けている方…千円

●更新に必要なもの

▼シルバーパス更新申込書

▼住所・氏名・生年月日が分かるもの(健康保険証・運転免許証等)

※住民票・パスポートは不可

▼有効期限が「24年9月30日」のシルバーパス

▼対象・費用の(2)に該当する方は、次の①②③のいずれか1つ

①24年度介護保険料納入

②24年度住民税非課税証明書(1通300円)

③生活保護受給証明書

▼対象・費用の(3)に該当する方は、次の①②のいずれか1つ

①24年度介護保険料納入

②24年度住民税非課税証明書(1通300円)

※介護保険料納入(決定)通知書は再発行できません。

【問合せ】東京バス協会(シルバーパス専用電話)☎(5308)6950、東京都福祉保健局在宅支援課(9月28日(金)までの臨時案内電話)☎(5320)4177(いずれも土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時)へ。

※70歳以上で新規にシルバーパスの購入を希望する方は、受付窓口が異なります。お問い合わせください。

臨時更新窓口

時間はいずれも午前10時～午後3時30分

※京王百貨店新宿店は午後5時まで

期間	会場
9月3日(月)・4日(火)	柏木地域センター(北新宿2-3-7)
9月3日(月)～5日(水)	都庁第二本庁舎1階(西新宿2-8-1)
9月3日(月)～7日(金)、24日(月)～28日(金)	区役所第1分庁舎1階(歌舞伎町1-5-1)
9月5日(水)～7日(金)	若松地域センター(若松町12-6) 落合第二地域センター(中落合4-17-13)
9月13日(木)・14日(金)	戸塚地域センター(高田馬場2-18-1)
9月18日(火)～21日(金)	都営大江戸線都庁前駅構内
9月20日(木)～25日(火)	京王百貨店新宿店7階※(西新宿1-1-4)
9月21日(金)・24日(月)・25日(火)	四谷区民センター(内藤町87)
9月24日(月)～26日(水)	落合第一地域センター(下落合4-6-7)
9月25日(火)～28日(金)	大久保地域センター(大久保2-12-7)
9月26日(水)～28日(金)	牛込簗笥地域センター(簗笥町15) 榎町地域センター(早稲田町85)

教室名	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 ※認知症と診断されている方を除く	1	早稲田南町地域交流館(早稲田南町50)	火曜日午後	18名
	2	北新宿第二ことぶき館(北新宿3-20-2)	水曜日午後	18名
骨盤底筋向上教室 尿漏れ予防(女性対象)	3	介護老人保健施設マイウェイ四谷(大京町1)	木曜日午後	10名
シニアスポーツ チャレンジ教室 足腰の筋力を向上させ転倒を予防(立位中心)	4	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	10名
	5	東京都健康プラザハイジア(歌舞伎町2-44-1)	火曜日午前	13名
	6	北山伏ことぶき館(北山伏町2-17)	木曜日午後	20名
	7	高田馬場第二ことぶき館(高田馬場1-4-17)	木曜日午前	20名
	8	落合三代交流サロン(西落合1-31-24、西落合児童館2階)	水曜日午後	20名
	9	北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	水曜日午前	20名
シニアバランス トレーニング教室 バランスを保つ力を向上させ筋力の低下を予防(座位中心)	10	北山伏ことぶき館(北山伏町2-17)	水曜日午前	18名
	11	薬王寺ことぶき館(市谷薬王寺町51)	木曜日午前	18名
	12	高田馬場第二ことぶき館(高田馬場1-4-17)	金曜日午前	18名
	13	高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	火曜日午前	18名
	14	北新宿地域交流館(北新宿2-3-7)	月曜日午前	18名
シニア パワーアップ教室 全身の筋力の低下を予防	15	細工町高齢者在宅サービスセンター(細工町1-3) ※トレーニングマシンを使用	木曜日午前	10名
	16	介護老人保健施設デンマークイン新宿(原町2-43) ※プールでの水中運動。23年度または24年度で直近の、区の健康診査受診結果の提出が必要	金曜日午前	8名
	17		金曜日午後	8名