65歳以上の方へ
介護保険料の納め忘れにご注意を

介護保険は、社会全体で介護の負担を支え合う制度です。保険料を納めないと、介護サービスを利用する時に、滞納状況に応じて保険給付の制限等を受けることがあります。忘れずに納めてください。

平成26年3月分までの保険料に未納がある方には、8月20日㈬に催告書を発送します。催告書が届いた方は内容を確認し、お早めにお支払いください。お手元に納付書がない方は、介護保険課資格係へご連絡ください。

【問合せ】▼介護保険料の支払い・相談…**介護保険課資格係**☎（5273）4273、▼介護サービスの利用…**介護保険課給付係**☎（5273）4176（いずれも本庁舎2階）へ。

●保険料を納めないと

▼1年以上滞納しているとき

介護サービスの利用料が、いったん全額自己負担となります。その後、申請により9割を払い戻します（償還払い）。

▼1年6か月以上滞納しているとき

介護サービスの利用料がいったん全額自己負担となり、介護保険の給付（9割）も一時差し止められます。さらに滞納が続くと、差し止められた給付額を滞納している保険料に充てる場合があります。

▼2年以上滞納しているとき

介護サービスを利用したときの自己負担が3割になります（通常は1割）。また、高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費の支給が受けられません。また、施設サービス利用時の食事・居住費の負担限度額制度が利用できなくなります。

※納期限から2年以内の滞納分や現在の保険料をお支払いいただければ、制限を受ける期間を短縮できる場合があります。

●保険料の減額・免除

災害等で財産に著しい損害を受けたときや、事業の休廃止・失業等で世帯の収入が大きく減少し、保険料の支払いが困難になった時には、事由発生から6か月以内に申請した場合、保険料が減額または免除されることがあります。詳しくは、介護保険課資格係にご相談ください。

特別区民税・都民税（住民税）

普通徴収（納付書で納付・口座振替）の方は忘れずに納税を

普通徴収の方の第2期分納期限は9月1日㈪です。納期限を過ぎると、延滞金が加算される場合があります。

【納付場所】銀行等の金融機関（納期限後1か月以内まで取り扱い）、東京都・関東各県・山梨県の郵便局、コンビニエンスストア（1枚で30万円を超えるときはコンビニエンスストアでは支払いができません）、区税務課、特別出張所

【問合せ】**税務課収納管理係**（本庁舎6階）☎（5273）4139へ。

納税でお困りの方は相談を

所得の著しい減少等で納税が困難と認められる場合には、申請により納める時期を遅らせたり、納める税額を分割することができます。

また、災害やその他の事情で納期限を遅らせたり、分割納付が困難な場合には、減免が受けられる場合もあります。

納税でお困りの方、区税を滞納している方は、そのままにせずご連絡ください。相談は常時受け付けています。

【問合せ】**税務課納税係**（本庁舎6階）☎（5273）4508・4509・4538へ。

敬老会は10月29日・30日に開催します

残暑の厳しさが予想されることから、敬老会は23年度から10月に開催しています。対象の方（区内在住の77歳以上）には、10月中旬に招待状を発送します。演目など詳しくは、「広報しんじゅく」などでご案内します。

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

福祉

元気な高齢者向け体力測定

区内の19会場で、3日間の体力測定を実施しています。自分の体力を知り、これからの生活改善や、現在の状態を維持する方法を考えましょう。今回の募集は次の2会場です。

【日時・会場】

▼西早稲田地域交流館（西早稲田1―22―2）…9月4日㈭・11日㈭・25日㈭午後1時30分～3時30分

▼上落合地域交流館（上落合2―28―8）…9月10日㈬・17日㈬、10月1日㈬午前10時～12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、各会場30名

【内容】▼1日目…体力測定（筋力・姿勢分析など）、▼2日目…運動機能の低下を防ぐ相談会・ミニ講座、▼3日目…脳年齢測定・認知症や介護の予防体操

【持ち物】上履き（西早稲田のみ）、飲み物。動きやすい服装でご参加ください。

【申込み】電話で8月29日㈮までに**高齢者福祉課高齢者事業係**（本庁舎2階）☎（5273）4568へ。先着順。

※2会場とも同じ内容です。1日目と2日目は必ず参加してください。

※会場近くにお住まいの方を優先します（参加は1年間に1人1会場です）。

認知症の相談

専門医が個別に相談に応じます。先着順。

●認知症介護者相談

【日時】9月1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

【申込み】電話で**高齢者福祉課高齢者相談係**（本庁舎2階）☎（5273）4593へ。

●認知症・もの忘れ相談

【日時・会場】▼9月2日㈫…戸塚高齢者総合相談センター（高田馬場1―17―20、新宿区社会福祉協議会1階）☎（3203）3143

▼11日㈭…四谷高齢者総合相談センター（三栄町25、四谷保健センター等複合施設4階）☎（5367）6770

時間はいずれも午後2時30分～4時30分

【対象】区内在住で「最近もの忘れが多い」と心配な方、各日4名

【会場・申込み】電話で会場の高齢者総合相談センターへ。

介護者向けの学習会・交流会

【日時・内容】▼9月2日…認知症を知る・対応を知る、▼9日…介護者に役立つ薬の話、▼16日…介護者の心理とストレスケア、▼30日…介護者の会を通して学んだこと、いずれも火曜日午後1時30分～3時30分、全4回

※学習会の後、参加者同士の交流会を開催します。

【会場】大久保地域センター（大久保2―12―7）

【対象】高齢者を介護している方、介護経験のある方、30名

【費用】100円（茶菓代）

【申込み】電話で**高齢者福祉課高齢者相談係**（本庁舎2階）☎（5273）4593へ。先着順。

※介護のため参加が難しい方にはデイサービス、ヘルパー派遣等の支援をします。ご相談ください。

成年後見・任意後見講座

【日時】9月9日㈫午後1時30分～3時30分

【会場】四谷保健センター集会室（三栄町25）

【対象】区内在住・在勤・在学の方、40名

【内容】法定後見との違いや任意後見の依頼の仕方などを司法書士が解説

【申込み】電話かはがき・ファックス・電子メール（2面記載例のとおり記入）で**新宿区成年後見センター**（〒169・0075高田馬場1―17―20、新宿区社会福祉協議会内）☎（5273）4522・FAX（5273）3082・EMail skc@shinjuku-shakyo.jp へ。先着順。

25年度 区のISO14001推進結果

【問合せ】環境対策課環境計画係（本庁舎7階）☎（5273）3763・FAX（5273）4070へ。

区では一事業者として率先して環境改善に取り組むため、「ISO14001」の認証を取得しています。電気・ガス・水などの使用量の削減を進めるとともに、環境に有益な活動を心掛け、年に一度、区の環境に関する取り組みの結果を公表しています。今回は、25年度の取り組みの概要をお知らせします。

●電気・ガス・水・ガソリン・用紙類の使用量、ごみの排出量削減

25年度は、各項目において「21年度の実績から3.0%削減すること」を目標値として設定しました（電気使用量は東日本大震災に伴う節電対策の効果を踏まえて、24年度の実績から1.0%削減を目標値としました）。

ガス使用量は、猛暑による空調利用の増加などで目標を達成できませんでしたが、電気・水・ガソリン・用紙使用量・ごみ排出量は、省エネなどの取り組みの結果、目標を達成しています（**右表参照**）。

今後も目標の達成に向けて、省エネ・業務の効率化等に取り組んでいきます。

●良好な環境の創出を目指す活動

区有施設における、太陽光発電設備の導入や地球温暖化対策を実施していることを周知する「見える化看板」の設置、区外（長野県伊那市・群馬県沼田市・東京都あきる野市）の森林整備を通したカーボン・オフセット事業（森林保全で増加した二酸化炭素吸収量を区内の二酸化炭素排出量から相殺する事業）や、環境教育に取り組んでいます。

●職員の取り組み

空調・照明の管理を徹底するとともに、印刷物の発行数の見直し、毎週水曜日・金曜日をノー残業デーとするなど、業務の効率化とエネルギーの有効利用に努めました。

項目	25年度の実績 （　）内は目標達成度	目標値 （21年度の実績から3.0%削減した数値）
電気使用量	3,213万3,348kWh （100.1%）	3,216万4,637kWh※
ガス使用量	307万6,408㎥ （96.4%）	296万6,969㎥
水使用量	73万6,665㎥ （105.3%）	77万5,601㎥
ガソリン使用量	4万2,470ℓ （116.7%）	4万9,557ℓ
用紙使用量	1億18万8,019枚 （108.2%）	1億845万2,172枚
ごみ排出量	98万5,667kg （106.5%）	104万9,616kg

※電気使用量の目標値は24年度の実績から1.0%削減した数値

区役所本庁舎の駐車場は、免震改修工事のため利用できません。代替駐車場として新宿サブナード地下駐車場がご利用いただけますが、できるだけ公共交通機関をご利用ください。