

後期高齢者医療制度に加入している方へ

29年度の保険料のお知らせをお送りします

後期高齢者医療制度は、75歳以上(一定の障害により、任意で加入している方は65歳以上)の方が対象の制度です。

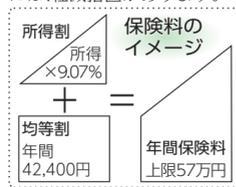
保険料の納入通知書を7月14日(金)に発送します。7月24日(月)までに届かない方はご連絡ください。保険料の計算方法もご案内しています。28年分の所得税・住民税の申告が遅れた方、新宿区以外で住民税が課税されている方などは、後日、保険料が変更になることがあります。

◆保険料のしくみ

保険料は、均等に負担していただく「均等割」と、所得に応じて負担していただく「所得割」の合計です(下図)。

▶保険料の上限は57万円です。
▶均等割・所得割の金額は、所得によって軽減される場合があります。

▶後期高齢者医療制度に加入する前日まで被用者保険(会社の健康保険組合・共済組合等)の被扶養者だった場合は、軽減措置があります。



◆保険料は原則として年金からの引き落としにならない場合

次の方は納付書や口座振替(自動払込)での納付となります。

▶介護保険料が年金からの引き落としでない方
▶年金(介護保険料が引かれている年金)の受給額が年額18万円未満の方

▶29年7月1日以降に75歳になった方
▶29年4月2日以降に新宿区に転入した方

▶本人の申し出により口座振替に変更した方
▶後期高齢者医療保険料と介護保険料の合計が、介護保険料が引き落とされている年金の受給額の2分の1を超える方

※年度の途中で保険料が増額になる方は、年金からの引き落としと納付書や口座振替での納付を併用していただく場合があります。

◎年金からの引き落としを口座振替(自動払込)に変更できます

「保険料納付方法変更申出書」を高齢者医療担当課へ郵送またはお持ちください。申出書が8月4日(金)までに届いた方は10月から、その後届いた方は12月以降、口座振替に変更します。申出書が必要な方はご連絡ください。

※申出書を提出しても、保険料を滞納した場合は、年金からの引き落としに切り替わることがあります。

【問合せ】高齢者医療担当課高齢者医療係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎4階) ☎(5273)4562 ☎(3203)6083へ。

医療費の自己負担割合が変わる方へ 新しい被保険者証をお送りします

◆医療費の自己負担割合

8月～30年7月の医療費の自己負担割合は、29年度の住民税の課税状況等で決まります。同じ世帯の被保険者のうち、29年度の住民税課税標準額が145万円以上の方がいない場合は「1割」、いる場合は「3割」です。

●収入額による特例

自己負担が3割で、28年中の収入が「収入基準額(※)」に該当する方は、申請により「1割負担」になります。該当する可能性の高い方には6月下旬に「基準収入額適用申請書」をお送りしています。

※収入基準額…同じ世帯の被保険者の収入の合計額が、1名の場合は383万円未満(383万円以上の場合でも、70歳～74歳の方が同じ世帯にいる場合は520万円未満)、2名以上の場合520万円未満

★自己負担割合が変わる方

新しい被保険者証を7月14日(金)に発送します。これまでの被保険者証は、8月1日(火)以降に同封の返信用封筒でお返しください。

★自己負担割合が変わらない方

新しい被保険者証はお送りしません。これまでの被保険者証で受診してください。

◆世帯全員が住民税非課税の方へ

医療機関等の窓口で支払う金額がより低額な自己負担限度額となるほか、入院時の食事が減額される「限度額適用・標準負担額減額認定証」を交付します。該当する方は、高齢者医療担当課へ申請してください。

28年度以前に交付を受けていて29年度も世帯全員が住民税非課税の方には、申請がなくても、新しい「限度額適用・標準負担額減額認定証」を7月24日(月)に発送します。

成年後見人講座

●成年後見における司法と福祉の連携について
【日時】8月4日(金)午後6時～8時
【会場】区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)
【対象】区内在住・在勤・在学の方
【講師】岩本幸恵/法テラス東京法律事務所常勤弁護士

初心者ゲートボール講習会

【日時(会場)】7月10日、28日の月・金曜日(7月17日(祝)を除く)午前9時30分～12時:都立戸山公園いきいき広場(箱根山地区、戸山3-2) 7月16日、23日、30日の日曜日午前10時～12時:よつや運動広場(四谷1-1) 清水川橋公園(下落合1-1) (雨天・荒天時中止)
【対象】区内在住・在勤・在学で、おおむね10歳代～70歳代の方、おむね10歳代～70歳代の方、

盆踊り教室

【日時】7月16日(日)午後2時～4時
【対象】区内在住・在勤の方50名
【内容】炭坑節、東京音頭ほか
【持ち物】靴下または足袋
【会場】申込み当日直接、大久保地域センター(大久保2-12-1) ☎(3209)3961へ。先着順。
【講師】井上智陽/イラストレーター

環境絵画を募集

環境問題・保全をテーマにしたメッセージ性のある絵画を募集します。
【募集区分】ファミリーの部(子どもと家族が一緒に描いた絵)、小学生低学年(1～3年生)の部、小学校高学年(4～6年生)の部、中学生の部
【対象】区内在住・在学の小・中学生と家族(ファミリーの部は未就学児も応募できます)
【画材等】B3判か四つ切り(54mm×382mm)の画用紙に、水彩絵の具、クレヨン、パステル(立体作品、色鉛筆の使用は不可)で描く(縦書き・横書きは自由)。
【表彰等】区長賞ほか各賞。表彰式は11月11日(土)予定。入選作品は氏名・学校名・学年とともに「新宿区環境絵画・環境日記展2017」で展示します。
【応募方法】作品の裏面に作品応募シートの裏面に貼り、9月8日(金)までに環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277へお持ちください。作品応募シートは同センターで配布するほか、同センターホームページ(https://www.shinjuku-ecocenter.jp/)から取り出せます。区立の小・中学生は学校に提出してください。受賞作品の著作権は一切の権利は新宿区に帰属し、受賞作品は区の印刷物に活用します。作品は後日返却します。
【日時】8月6日(日)午前10時～12時
【会場】新宿消費生活センター分館 高田馬場1-32-10
【対象】区内在住・在学の小学生4～6年生と保護者、20名子ども1人(のみ)の参加も可。
【講師】近藤恵津子/NPO法人

夏休み親子消費者講座

●新宿消費センター委託講座
身近な食べ物の謎を調べてみませんか。
【日時】8月6日(日)午前10時～12時
【会場】新宿消費生活センター分館 高田馬場1-32-10
【対象】区内在住・在学の小学生4～6年生と保護者、20名子ども1人(のみ)の参加も可。
【講師】近藤恵津子/NPO法人

清掃関連施設見学会

【日時(集合場所)】8月22日(火)午前8時30分～10時
【会場】新宿区清掃事務所(新宿区西新宿4-33-7) ☎(5371)0010へ。
【費用】50円(材料費)
【申込み】往復はがきに4面記入例のほか、お子さんの学年・性別を記入し、7月25日(必着)までに新宿未来創造財団文化学習課(〒160-0022新宿6-1-11、新宿文化センター内) ☎(3350)1141へ。応募者多数の場合は抽選。
【日時】8月31日(水)午前9時30分～午後0時30分
【対象】区内在住の保育士・看護師・教員、ファミリー・サポートセンター提供会員で、18歳以上の同居者がいる25歳以上70歳未満の方
【会場】申込み(8月30日(水)までに)電話で子ども総合センター(下落合) ☎(3209)7329 ☎(3232)0675へ。先着8名。

子どもショートステイ

子どもショートステイは、保護者が一時的に子どもを養育できない時に、区内の施設や地域のご家庭(協力家庭)で1週間を限度にお預かりする制度です。「協力家庭」となることを希望している方向けに研修を開催します。
【日時】8月31日(水)午前9時30分～午後0時30分
【対象】区内在住の保育士・看護師・教員、ファミリー・サポートセンター提供会員で、18歳以上の同居者がいる25歳以上70歳未満の方
【会場】申込み(8月30日(水)までに)電話で子ども総合センター(下落合) ☎(3209)7329 ☎(3232)0675へ。先着8名。

はがき・ファックスの記入例

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)
講座・催し等の申し込み
※宛先は各記事の申し込み方へ。
※費用の記載のないものは、原則無料。

申し込み

【申込み】電話かはがき・ファックス・電子メール(4面記入例のほか、在勤・在学・在学・区民の成年後見人等の別を記入)で、新宿区成年後見センター(〒160-0075高田馬場1-17-20 区社会福祉協議会内) ☎(5273)4522 ☎(5273)3082 ☎(3082)2222 shinjuku-shinkyu.jp

各日10名

【内容】基礎から指導。動きやすい服装・運動靴でおいでください。用具は貸し出しします。
【費用】一回200円
【主催・申込み】7月7日(金)から電話で各日3日前までに区ゲートボール協会/田林 ㊟(33362)1357へ。先着順。

からくりおもちゃ工作

●お父さんと一緒にからくりおもちゃを作ろう
【日時】7月29日(土)午前10時～12時
【対象】区内在住・在勤・在学の父親とおおむね3歳～小学2年生のお子さん、20組
【講師】井上智陽/イラストレーター
【申込み】7月7日(金)から電話かファックス(4面記入例のとおり)記入で男女共同参画推進センター(〒160-0010新宿荒木町16) ☎(3341)0801(日曜日、祝日を除く) ☎(3341)0740へ。先着順。

図書館の催し

夏休み読書スタンプラリー

読書やおはなし会への参加でスタンプを集めるとプレゼントと交換できます。
【日程】7月15日(土)～9月1日(金)
【対象】小学生まで
【会場・問合せ】角筈図書館(西新宿4-33-7) ☎(5371)0010へ。
【対象】小学生まで、各回15名
【会場・申込み】7月7日(金)から電話で西落合図書館(西落合4-13-17) ☎(3954)4373へ。先着順。
●夏をテーマにした折り紙教室
折り紙で1枚の絵を製作し、児童室壁面に飾ります。
【日時】7月25日(日)午前10時30分～11時30分
【対象】小学生まで、12名(未就学児は保護者同伴)
【会場・申込み】7月8日(土)から電話または直接、鶴巻図書館(早稲田鶴巻町521) ☎(3208)2431へ。先着順。
●夏をテーマにした紙粘土工作
作品の写真を館内に展示します。
【日時】7月23日(日)午後2時30分～3時30分
【会場】大久保地域センター(大久保2-12-7)
【対象】小学生まで、15名(保護者

英語おはなし会

●絵本を英語で読み聞かせ
【日時】7月19日(水)午後3時～3時30分
【対象】小学生までのお子さんと保護者、20名

出版見学

●四谷図書館
【日時】7月24日(月)午前9時30分～12時
【見学先】ポプラ社(大京町22-1)
【対象】小学4年生～中学生、10名
【申込み】7月7日(金)から電話または直接、同館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。
●中町図書館
【日時】7月25日(火)午前10時～11時30分(午前9時45分に同館集合、11時40分に解散)
【見学先】偕成社(市谷砂土原町3-5)
【対象】小学生、15名(保護者の同伴不可)
【申込み】7月7日(金)から電話で同館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。
●中野図書館
【日時】7月27日(木)午後1時～4時
【内容】夏休みの自由研究などに

シニア活動館・地域交流館の催し

北新宿第二地域交流館

①～③は区内在住の60歳以上が対象です。
【会場】申込み ①は7月12日(水) ②は19日(水)まで、電話かファックス(4面記入例のとおり)記入または直接、同館(北新宿3-20-2) ☎(5348)6751 ☎(3369)0081へ。応募者多数の場合は抽選。▼④は当日直接同館へ。先着順。
【日時】7月31日(月)午後2時～3時30分(20名)
【内容】成年後見制度の仕事と基礎知識
②お口の健康講座
【日時】7月31日(月)午後2時～3時30分(20名)
【内容】飲み込み方に関する講義と口腔体操ほか
③朗読体験会
【日時・定員】8月1日・8日・22日・29日の火曜日午前10時～11時30分、全4回(16名)
【内容】声優を目指す学生と一緒に発声トレーニング
④納涼祭
【日時】7月26日(水)午後1時30分～3時30分(30名)
【内容】吹き矢の作製・体験
【費用】40円(材料費、初め

シニア活動館

区内在住の50歳以上が対象です。
①80年代ニューミュージックつうたごえ
【日時・定員】7月16日(日)午後2時～4時(60名)
【内容】異邦人ほかを合唱
②手作り吹き矢ひらひらは
【日時・定員】7月19日(水)午前10時～11時30分(15名)
【内容】吹き矢の作製・体験
【費用】40円(材料費、初め

区立障害者福祉センター講座

【日時】▶①いきいき健康講座…月曜日午前10時～11時30分(初回は8月7日(月)、全13回、▶②かるがも体操講座…火曜日午前10時～11時30分(初回は8月8日(火)、全15回、▶③パソコン講座「エクセル」健康管理表…水曜日午前10時～11時30分(初回は8月23日(水)、木曜日午後1時30分～3時(初回は8月24日(木)、各全

8月開講

【日時】▶①いきいき健康講座…月曜日午前10時～11時30分(初回は8月7日(月)、全13回、▶②かるがも体操講座…火曜日午前10時～11時30分(初回は8月8日(火)、全15回、▶③パソコン講座「エクセル」健康管理表…水曜日午前10時～11時30分(初回は8月23日(水)、木曜日午後1時30分～3時(初回は8月24日(木)、各全

出版見学

●四谷図書館
【日時】7月24日(月)午前9時30分～12時
【見学先】ポプラ社(大京町22-1)
【対象】小学4年生～中学生、10名
【申込み】7月7日(金)から電話または直接、同館(内藤町87) ☎(3341)0095へ。先着順。
●中町図書館
【日時】7月25日(火)午前10時～11時30分(午前9時45分に同館集合、11時40分に解散)
【見学先】偕成社(市谷砂土原町3-5)
【対象】小学生、15名(保護者の同伴不可)
【申込み】7月7日(金)から電話で同館(中町25) ☎(3267)3121へ。先着順。
●中野図書館
【日時】7月27日(木)午後1時～4時
【内容】夏休みの自由研究などに

謎解きワークショップ

【日時】8月3日(水)午後2時～4時
【対象】小・中学生、15名(保護者の同伴可)
【内容】図書館資料を使った調べ物(レファレンス)を学ぶ
【会場・申込み】7月7日(金)から電話または直接、下落合図書館(下落合1-9-8) ☎(3368)6100へ。先着順。
●シャボン玉のふしぎ
【日時】7月30日(日)午後1時～2時・午後2時30分～3時30分、2回とも同じ内容
【会場】落合第二地域センター(下落合4-17-13)
【対象】小学生まで、各回50名(未

シナリオライター入門講座

【日時】8月5日(土)・19日(土)、午後2時～4時、全2回
【対象】2回とも出席できる中学生以上、15名
【内容】テレビドラマや映画、アニメ作品の設計図であるシナリオの魅力に迫るワークショップ(講師は(株)シナリオセンター)
【会場・申込み】7月7日(金)から電話または直接、下落合図書館(下落合1-9-8) ☎(3368)6100へ。先着順。

夏休みの学校プール開放

学校名	開放日
小学校	
津久戸	8月18日(金)～23日(水)
江戸川	8月9日(水)・10日(木)・14日(月)～17日(木)
市谷	8月3日(水)～9日(水)
愛日	8月14日(月)～18日(金)
早稲田	8月10日(水)・11日(木)・14日(月)～17日(木)
鶴巻	8月1日(火)～8日(火)
牛込仲之	8月9日(水)～15日(水)
富久	8月1日(火)～10日(水)
余丁町	8月10日(水)～16日(水)
四谷	8月8日(火)～18日(金)
四谷第六	8月1日(火)～15日(火)
花園	8月7日(月)～18日(金)
大久保	8月17日(水)～23日(水)
天神	8月8日(火)～11日(祝)
戸山	8月8日(火)～10日(木)・14日(月)～16日(水)
戸塚第一	8月7日(月)～12日(土)
戸塚第二	8月7日(月)～16日(水)
戸塚第三	8月14日(月)～19日(土)
落合第二	8月14日(月)～23日(水)
落合第三	8月9日(水)～16日(水)
落合第四	8月1日(火)～6日(日)
落合第五	7月31日(月)～8月7日(月)
落合第六	8月10日(水)～16日(水)
柏木	8月17日(水)～22日(火)
西戸山	8月15日(火)～21日(月)
中学校	
西早稲田	8月14日(月)・15日(火)・20日(日)～24日(木)
落合	8月7日(月)～11日(祝)
西新宿	8月9日(水)～16日(水)
新宿	8月12日(土)～16日(水)

環境絵画を募集

環境問題・保全をテーマにしたメッセージ性のある絵画を募集します。
【募集区分】ファミリーの部(子どもと家族が一緒に描いた絵)、小学生低学年(1～3年生)の部、小学校高学年(4～6年生)の部、中学生の部
【対象】区内在住・在学の小・中学生と家族(ファミリーの部は未就学児も応募できます)
【画材等】B3判か四つ切り(54mm×382mm)の画用紙に、水彩絵の具、クレヨン、パステル(立体作品、色鉛筆の使用は不可)で描く(縦書き・横書きは自由)。
【表彰等】区長賞ほか各賞。表彰式は11月11日(土)予定。入選作品は氏名・学校名・学年とともに「新宿区環境絵画・環境日記展2017」で展示します。
【応募方法】作品の裏面に作品応募シートの裏面に貼り、9月8日(金)までに環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277へお持ちください。作品応募シートは同センターで配布するほか、同センターホームページ(https://www.shinjuku-ecocenter.jp/)から取り出せます。区立の小・中学生は学校に提出してください。受賞作品の著作権は一切の権利は新宿区に帰属し、受賞作品は区の印刷物に活用します。作品は後日返却します。
【日時】8月6日(日)午前10時～12時
【会場】新宿消費生活センター分館 高田馬場1-32-10
【対象】区内在住・在学の小学生4～6年生と保護者、20名子ども1人(のみ)の参加も可。
【講師】近藤恵津子/NPO法人

環境絵画を募集

環境問題・保全をテーマにしたメッセージ性のある絵画を募集します。
【募集区分】ファミリーの部(子どもと家族が一緒に描いた絵)、小学生低学年(1～3年生)の部、小学校高学年(4～6年生)の部、中学生の部
【対象】区内在住・在学の小・中学生と家族(ファミリーの部は未就学児も応募できます)
【画材等】B3判か四つ切り(54mm×382mm)の画用紙に、水彩絵の具、クレヨン、パステル(立体作品、色鉛筆の使用は不可)で描く(縦書き・横書きは自由)。
【表彰等】区長賞ほか各賞。表彰式は11月11日(土)予定。入選作品は氏名・学校名・学年とともに「新宿区環境絵画・環境日記展2017」で展示します。
【応募方法】作品の裏面に作品応募シートの裏面に貼り、9月8日(金)までに環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277へお持ちください。作品応募シートは同センターで配布するほか、同センターホームページ(https://www.shinjuku-ecocenter.jp/)から取り出せます。区立の小・中学生は学校に提出してください。受賞作品の著作権は一切の権利は新宿区に帰属し、受賞作品は区の印刷物に活用します。作品は後日返却します。
【日時】8月6日(日)午前10時～12時
【会場】新宿消費生活センター分館 高田馬場1-32-10
【対象】区内在住・在学の小学生4～6年生と保護者、20名子ども1人(のみ)の参加も可。
【講師】近藤恵津子/NPO法人

環境絵画を募集

環境問題・保全をテーマにしたメッセージ性のある絵画を募集します。
【募集区分】ファミリーの部(子どもと家族が一緒に描いた絵)、小学生低学年(1～3年生)の部、小学校高学年(4～6年生)の部、中学生の部
【対象】区内在住・在学の小・中学生と家族(ファミリーの部は未就学児も応募できます)
【画材等】B3判か四つ切り(54mm×382mm)の画用紙に、水彩絵の具、クレヨン、パステル(立体作品、色鉛筆の使用は不可)で描く(縦書き・横書きは自由)。
【表彰等】区長賞ほか各賞。表彰式は11月11日(土)予定。入選作品は氏名・学校名・学年とともに「新宿区環境絵画・環境日記展2017」で展示します。
【応募方法】作品の裏面に作品応募シートの裏面に貼り、9月8日(金)までに環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277へお持ちください。作品応募シートは同センターで配布するほか、同センターホームページ(https://www.shinjuku-ecocenter.jp/)から取り出せます。区立の小・中学生は学校に提出してください。受賞作品の著作権は一切の権利は新宿区に帰属し、受賞作品は区の印刷物に活用します。作品は後日返却します。
【日時】8月6日(日)午前10時～12時
【会場】新宿消費生活センター分館 高田馬場1-32-10
【対象】区内在住・在学の小学生4～6年生と保護者、20名子ども1人(のみ)の参加も可。
【講師】近藤恵津子/NPO法人

環境絵画を募集

環境問題・保全をテーマにしたメッセージ性のある絵画を募集します。
【募集区分】ファミリーの部(子どもと家族が一緒に描いた絵)、小学生低学年(1～3年生)の部、小学校高学年(4～6年生)の部、中学生の部
【対象】区内在住・在学の小・中学生と家族(ファミリーの部は未就学児も応募できます)
【画材等】B3判か四つ切り(54mm×382mm)の画用紙に、水彩絵の具、クレヨン、パステル(立体作品、色鉛筆の使用は不可)で描く(縦書き・横書きは自由)。
【表彰等】区長賞ほか各賞。表彰式は11月11日(土)予定。入選作品は氏名・学校名・学年とともに「新宿区環境絵画・環境日記展2017」で展示します。
【応募方法】作品の裏面に作品応募シートの裏面に貼り、9月8日(金)までに環境学習情報センター(西新宿2-11-4、新宿中央公園内) ☎(3348)6277へお持ちください。作品応募シートは同センターで配布するほか、同センターホームページ(https://www.shinjuku-ecocenter.jp/)から取り出せます。区立の小・中学生は学校に提出してください。受賞作品の著作権は一切の権利は新宿区に帰属し、受賞作品は区の印刷物に活用します。作品は後日返却します。
【日時】8月6日(日)午前10時～12時
【会場】新宿消費生活センター分館 高田馬場1-32-10
【対象】区内在住・在学の小学生4～6年生と保護者、20名子ども1人(のみ)の参加も可。
【講師】近藤恵津子/NPO法人