

ご参加ください ささえーる 薬王寺の講座

市谷薬王寺町51 ☎(3353)2333・FAX(3353)6640



- ①屋上庭園サポーター養成講座
【日時・定員】5月21日(月)、6月18日(月)、7月17日(火)、8月20日(月)、9月18日(火)午前10時～12時、全5回(6名)
【内容】庭造りや植物の手入れ・栽培方法
※講座終了後は、サポーターとして同館屋上の庭園等の維持管理で活動していただきます。
- ②ウォーキング講座
【日時・定員】5月1日(火)・15日(火)午前10時～12時(各日20名)
【内容】ささえーる 薬王寺を中心に、4～5kmのウォーキング
- ③パソコン講座(初心者向け)
【日時・定員】5月11日(金)・25日(金)午後1時30分～3時(各日5名)
【内容】インターネットやゲーム、描画ソフトを使ってマウス操作に慣れる
- ④昼食を作って食べよう
【日時・定員】5月18日(金)午前9時30分～午後0時30分(6名)
- ⑤夕食を作って食べよう
【日時・定員】5月14日(月)・28日(月)午後2時30分～5時15分(各日6名)
- ⑥健康長寿の食講座
【日時・定員】5月17日(木)午後1時30分～4

時(6名)
【内容】健康長寿を実現するシニアのための食事づくりと解説



- ⑦おひとり様のお手軽クッキング
【日時・定員】5月22日(火)午前10時～午後1時30分(6名)
【内容】1人分を効率的に作る工夫とコツ
- ⑧男のおつまみ講座(男性対象)
【日時・定員】5月10日(木)・24日(木)午後2時～4時30分(各日6名)
……………〈以下共通〉……………
【対象】①②は区内在住の方、③～⑧は区内在住の60歳以上
【費用】④～⑧は400円
【申込み】①③～⑧は5月8日(火)までに電話または直接、同館へ。応募者多数の場合は抽選。②は当日直接、同館へ。
※④～⑧はエプロン、三角布をお持ちの上、爪を切っておいでください。

元気な高齢者向け 体力測定(2日制)



区内の6会場で、2日間の体力測定を実施します。自分の体力を知り、今後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。時間はいずれも午後2時～4時です。

【対象】区内在住の65歳以上で、2日間とも参加でき、医師から運動を禁止されていない方

※体の状態によっては参加をお断りする場合があります。

※参加は1年間(4月1日～31年3月31日)に1人1回です。

【内容】▶1日目…体力測定(筋力・身体バランスほか)、脳年齢測定、▶2日目…測定結果を基にした運動機能の低下や認知症予防のための個別相談・ミニ講座(いずれの会場も同じ内容)

【持ち物】飲み物(ささえーる 薬王寺は上履き持参)。動きやすい服装でおいでください。

【申込み】電話で4月27日(金)～5月25日(金)に地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階)☎(5273)4568へ。先着順。

★今回募集する会場

会場	定員	実施日(2日制)
信濃町シニア活動館(信濃町20)	30名	5月28日(月)、6月4日(月)
ささえーる 薬王寺(市谷薬王寺町51)	30名	6月19日(火)・26日(火)
西新宿シニア活動館(西新宿4-8-35)	30名	6月28日(木)、7月5日(木)

●下記会場実施分の募集は「広報しんじゅく」後号でご案内します

会場	実施日(2日制)
清風園(中落合1-7-26)	9月7日(金)・14日(金)
高田馬場シニア活動館(高田馬場3-39-29)	9月20日(木)・27日(木)
戸山シニア活動館(戸山2-27-2)	10月3日(水)・10日(水)

地域全体で子育てをしています

地域協働学校

地域協働学校は、地域住民・保護者・教職員等を委員とする学校運営協議会を設置し、学校運営や学校支援活動についての協議を行っている学校です。

区教育委員会では、地域協働学校の取り組みを通して学校・家庭・地域が連携し、一体となって学校を運営していくことで、地域に信頼され、地域に開かれた学校づくりを推進しています。

地域協働学校各校では、学校運営協議会を月1回程度開催し、学校運営や学校評価、学校支援活動などについて協議をしています。また、学校支援活動には、協議会の委員だけではなく、地域の方や保護者もさまざまな形でボランティアとして参加するなど、顔の見える関係づくりが進んでいます。

【問合せ】教育支援課地域連携・家庭教育推進係(大久保3-1-2、新宿コスミックセンター4階)☎(3232)1078へ。

活動の一例

愛日小学校 あいさつ運動

▶子どもたちにあいさつを習慣付け、地域とのつながりを深めるきっかけになっています



戸塚第一小学校 わくドキサマーセミナー

◀協議会が企画・運営。地域の人材等を生かし、子どもたちの興味・関心を広げるイベントを開催



西新宿中学校 「フラワーライン」活動

▶学校周辺の環境美化と生徒のボランティア精神の向上のために、秋・冬の年2回、校舎周辺道路を花で飾っています



障害のある方へ

助成制度をご利用ください

◆心身障害者福祉手当

◎対象の方は申請を

支給の対象(下記)に該当している方で、まだ受給していない方は、申請してください。申請した月分から支給されます。詳しくは、お問い合わせください。

【対象】次のいずれかに該当する方

- ▶身体障害者手帳1級～3級、▶愛の手帳1度～4度、▶脳性まひ、▶進行性筋萎縮症、▶難病疾病、▶戦傷病者手帳特別項症～2項症

※施設に入所している方、児童育成手当の障害手当支給対象の方、新規申請で65歳以上の方、所得が一定以上の方は対象外です。

【手当額(月額)】1万5,500円(身体障害者手帳3級、愛の手帳4度の方は7,750円)

◎受給中の方へ

【30年度の支給日】

- ▶5月18日(金)(2月～4月分)
- ▶8月20日(月)(5月～7月分)
- ▶11月20日(火)(8月～10月分)
- ▶31年2月20日(水)(11月～31年1月分)

所得に関する現況調査にご協力を

毎年7月10日～8月10日に、現況調査を行っています。対象の方には7月10日ごろに調査票を送付しますので、8月10日(金)までに必ず提出してください。

受給資格喪失時の届け出は忘れなく

次に該当する場合は、手当の受給資格がなくなります。該当する場合は受給者本人または家族が必ず届け出てください。受給資格喪失後に手当を受給した場合には、返還していただくことになります。

- ▶死亡したとき、▶新宿区から転出したとき、



▶法令の規定に基づき、老人福祉施設・生活保護施設・障害者支援施設、児童福祉施設またはこれらに準ずる施設((特別)養護老人ホーム、軽費老人ホームを含む)に入所したとき

【問合せ】障害者福祉課経理係☎(5273)4520・FAX(3209)3441へ。

※詳しくは、全受給者へ5月末ごろに発送する現況調査・届け出義務等について記載した通知でもご案内します。

◆日常生活用具給付の品目が追加されました

4月1日から、次の品目が追加されました。

【品目】人工鼻

【対象】身体障害者手帳をお持ちで、喉頭を摘出したことにより、音声機能を消失し、日常的に人工鼻を使用する方または前記と障害の程度が同等と認められた難病患者等

【基準額(月額)】2万3,760円

◆新宿区独自の負担軽減策を継続します

上記日常生活用具給付を含む各種障害福祉サービスの、区独自の負担軽減策(区民税課税世帯の利用者負担率3%等)を32(2020)年度まで継続します。

※車いす等補装具の支給については、区民税所得割額46万円以上の課税世帯の負担率は10%です。

【問合せ】障害者福祉課支援係☎(5273)4583、経理係☎(5273)4520(いずれも本庁舎2階・FAX(3209)3441)へ。