

住み慣れた地域で いきいき と暮らすために

高齢者の方が地域で安心していきいきと暮らすための区の事業・支援等をご紹介します。詳しくは、お問い合わせください。

健康増進

心身ともにさらに豊かに！

図 地域包括ケア推進課高齢いきがい係 ☎(5273)4567

いきいきハイキング

60歳以上

高齢者の体力の保持増進と健康意識の向上のほか、参加者同士の交流を促すため実施しています。
※今年度の開催は、広報新宿後号等でお知らせします。

図 区内在住の60歳以上

湯ゆう健康教室

60歳以上

公衆浴場で、保健師による健康づくりに役立つ講話、レクリエーション等を行っています。終了後は無料で入浴できます。

図 区内在住の60歳以上でふれあいクーポン(★)をお持ちの方

★ふれあいクーポンとは

区内の公衆浴場と区立スポーツ施設を月4回まで(浴場のみ利用3回・共通利用1回)、無料で利用できるクーポンです。

図 区内在住の60歳以上、身体障害者手帳等をお持ちの方、未就学児を扶養し児童育成手当を受給している方

令和7年度参加記念バッジ

参加者には散策先をイメージした記念バッジをプレゼント

仲間づくり

仲間と地域で！

図 地域包括ケア推進課高齢いきがい係 ☎(5273)4567

高齢者クラブ

58歳以上

老後の生活が健全で明るくなるよう、地域の高齢者の方が自主的に組織・運営しているクラブ活動です。教養の向上や健康の増進、レクリエーション等の活動を行っています。

図 58歳以上

囲碁

世代を超えて折り紙を楽しむ

支援・購入補助

毎日の暮らしを支える～区の支援をご利用ください

補聴器の支給や購入費の一部助成

65歳以上

●令和8年4月から補聴器の支給対象等が拡大しました

図 65歳以上で聴力が低下した方で、障害者の制度で支給されていない方

今年度からの変更点～4つのポイント

- ▶対象年齢を、65歳以上で聴力が低下した高齢者に引き下げました(変更前は70歳以上)。
- ▶補聴器は医師の診断に基づき、従前の片耳の耳掛け式・箱型式補聴器に加え、必要に応じて両耳の耳掛け式補聴器を支給します(変更前は耳掛け式または箱型式いずれかの片耳分のみを支給)。
- ▶生活保護等を受けている方に加え、令和8年度住民税が非課税の方も自己負担なしの対象になりました。
- ▶補聴器購入費の助成上限額を、7万2,450円に引き上げました(変更前は3万3,000円(生活保護等を受けている方は3万5,000円))。

★令和3年4月1日～8年3月31日に補聴器支給等事業を受けた方を対象とした経過措置があります。詳しくは、お問い合わせください。

図 高齢者支援課高齢者支援係 ☎(5273)4305

スマートフォン購入費の助成

65歳以上

●初めてスマートフォンを購入する高齢者の方へ

購入費の全部または一部を助成します(3万円を上限)。

図 次の全ての条件を満たす方

- ▶令和9年3月31日時点で満65歳以上
- ▶購入日時点で新宿区に住民登録がある
- ▶令和9年3月31日までに指定店舗で自ら使用する目的で初めてスマートフォンを購入し、通信契約をした

※NFC認証機能のない古いiOSのスマートフォンから機種変更した方も対象となります。

▶原則として、指定店舗で購入から申請まで行い、購入当日に購入店が実施するスマートフォン教室等(個別相談を含む)で基本操作等の講座を受講した

▶購入するスマートフォンに「東京都公式アプリ」の登録と「東京都LINE公式アカウント」の友だち追加をした

図 高齢者支援課高齢者支援係 ☎(5273)0816

防 犯

安全・安心のために！

図 危機管理課危機管理係 ☎(5273)3532

自動通話録音機の無料貸し出し

65歳以上

●特殊詐欺の被害防止に

呼び鈴が鳴る前に、相手に自動で警告メッセージが流れ、通話内容を録音できます。危機管理課(本庁舎4階)・特別出張所、区内の各警察署で受け付けています。

図 区内在住 ▶ おおむね65歳以上の高齢者がいる世帯、▶ 貸し出しが必要と認められる世帯

暮らしに役立つ情報が盛りだくさん！ぜひご利用ください

高齢者くらしのおたすけガイド

高齢者向けのサービスや各種事業、相談先等をまとめた冊子です。高齢者支援課(本庁舎2階)等で配布しています。

図 高齢者支援課高齢者支援係 ☎(5273)4305

しんじゅく健康長寿ガイドブック

健康づくりや介護予防など、さまざまな講座等の情報をまとめた冊子です。地域包括ケア推進課(本庁舎2階)等で配布しています。

図 地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係 ☎(5273)4193

さがせる新宿

高齢者等の暮らしに役立つ情報を検索できます。

図 https://carepro-navi.jp/shinjuku

●さがせる新宿でできること

- ▶住所・最寄り駅から、在宅療養を支援する医療機関・介護サービス事業所等を検索、▶在宅医療・介護等の相談窓口の案内ほか

図 ▶事業…地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係 ☎(5273)4193、▶操作方法…トータルケアセンター ☎(5657)3203(土・日曜日、祝日等を除く午前9時～午後5時。問い合わせの際は、「さがせる新宿について」とお伝えください)

パソコンやスマートフォンで使えます