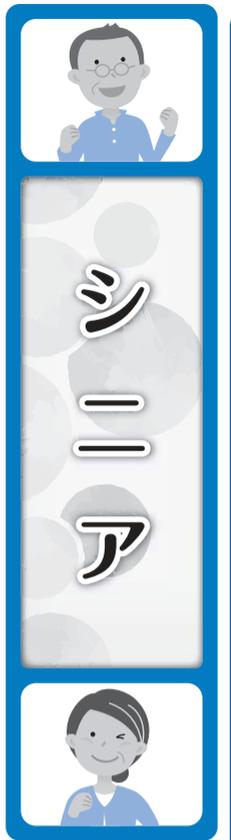




凡例

日日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物
 保育 他その他 方申込方法 申 申込先 問 問い合わせ先 担 担当課



催し

70歳以上の方が区内の銭湯を1回2300円で利用できる「くつろぎ入浴事業」のPRイベントです。70歳未満の方もお越しください。



7月22日(日)午後1～2時。直接会場へ(先着順)。会富士の湯(亀有2・5・7)。駐車場はありません。区内在住の方20人程度担高齢者支援課 ☎(5654)8259

講座・講演会

鎌倉図書館講演会
 お葬式・お墓・お布施
 ・供養について
 全2回

7月24日(火)・25日(水)午後2～4時 定60人 師二村祐輔氏(日本葬祭アカデミー教務研究室 主宰) 方7月9日(月)午前8時

から電話で(先着順)。申はなしょうぶコール ☎(6758)2222 会担鎌倉図書館(鎌倉2・4・5)

生きがい支援講座
 ラテンのリズムを楽しもう
 全5回

中南米のさまざまな打楽器を使い、演奏を楽しみます。8月8日(水)・15日(水)・22日(水)・29日(水)、9月4日(火)午後2～4時 対区内在住65歳以上の方25人 師山瀬哲郎氏(打楽器奏者) 費1800円 方往復ハガキに「ラテン」・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、7月19日(木)(必着まで(多数抽選)。会申担 124・0012立石6・38・11シニア活動支援センター ☎(5698)6201

健康

もの忘れ相談会

最近物忘れがひどくなった方や、認知症の相談をしたい方などの悩みに専門医が応じます。

8月1日(水)午後2～4時 対区内在住で認知症の心配がある方、またはその家族3人 師大友理光氏(認知症サポート)

会場(銭湯)	実施曜日・時間	電話番号
富士の湯(亀有2・5・7)	第3(火)午後1～2時	3602-3797
橘湯(西亀有2・47・11)	第3(火)午後1時30分～2時30分	3690-1168
さつき湯(東堀切3・27・9)	第3(水)午後2～3時	3602-1447
第四富士の湯(宝町2・11・8)	第4(水)午後1時30分～2時30分	3697-1925
末広湯(宝町1・2・30)	第4(金)午後2時45分～3時45分	3693-3310
アクアドルフィンランド(立石7・16・3)	第4(水)午後1時40分～2時40分	3693-2641
アクアガーデン栄湯(東四つ木3・45・7)	第2(木)午後2時30分～3時30分	3692-5206
千代の湯(東新小岩5・17・6)	第3(水)午後1～2時	3697-5787

いずれも直接会場へ(先着順)。

営業時間前の銭湯の脱衣所を利用して、介護予防につながる健康体操やレクリエーションを行います。



ふれあい銭湯事業
 銭湯で健康体操をしませんか

5719担高齢者支援課
 5時まで(多数の場合、相談内容により決定)。会申高齢者総合相談センター青戸(青戸3・13・19) ☎(5629)3131

このマークのあるものは、パソコン・携帯電話から電子申請で申し込みができます(一部、携帯電話からは申請できないものがあります)。

「全〇回」とある講座は、全ての日程に参加してください。費用の記載がない事業は無料です。多数抽選の記載がある事業は、定員を超えた場合抽選します。ハガキファックスによる申し込みは原則1人1枚です。詳しくは区ホームページをご覧ください。

シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 8月分

日会内下表のとおり対区内在住55歳以上の方方往復ハガキに希望番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、各申し込み先に7月24日(火)(必着)まで(多数抽選)。担シニア活動支援センター

番号	コース	日程	費用(教材費込み)	定員(人)	時間・会場・申し込み
A	スマホ(持ち込みのみ) やさしく学べるアンドロイド入門	全4回 8/6～27(月)	4,000円	各4	【時間】午前9時30分～11時30分 【会場・申し込み】〒124-0012立石6・38・11シニア活動支援センター内シニアIT・活動情報サロン ☎3692-3180
B	スマホ・タブレット(iPhoneのみ持ち込み) やさしく学ぶiPad&iPhone	全4回 8/7～28(火)	4,000円		
C	やさしく学べる 初めてのパソコン	全2回 8/8・15(水)	2,000円		
D	スマホ(持ち込みのみ) やさしく学べるらくらくスマホ入門	全2回 8/22・29(水)	2,000円		
E*	やさしく学べる 初めてのワード	全2回 8/9・16(木)	2,500円	各4	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒125-0032水元4・6・15水元憩い交流館 ☎5660-3113
F*	趣味の写真を楽しむ パソコンでできる画像調整・整理	全2回 8/23・30(木)	2,000円		
あ	やさしく学べる 初めてのパソコン	全2回 8/7・14(火)	2,000円		
い*	趣味の写真を楽しむ パソコンでできる画像調整・整理	全2回 8/21・28(火)	2,000円		
う	スマホ(持ち込みのみ) やさしく学べるアンドロイド入門	全4回 8/8～29(水)	4,000円	各3	【時間】午後1時30分～3時30分 【会場】つつみ憩い交流館(西新小岩2・1・4) 【申し込み】〒124-0012立石3・30・18 NPO法人ユニコムかつしか ☎6905-8080
え	スマホ・タブレット(iPhoneのみ持ち込み) 楽しく使えるiPad&iPhone	全2回 8/9・16(木)	2,000円		
お	やさしく学べるらくらくスマホ入門(持ち込みのみ)	全2回 8/23・30(木)	2,000円		
か	やさしく学べるiPad&iPhone入門	全2回 8/10・17(金)	2,000円		
き*	初めてのワード 楽しい写真入りチラシを作ろう	全2回 8/24・31(金)	2,500円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1・23・6堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
301	初めてのパソコン	全4回 8/7～28(火)	4,000円		
302*	フォトアプリでデジカメ写真の取り込み・編集	全2回 8/2・9(木)	2,000円		
303*	ワードで案内状・感謝状・はがき作成	全4回 8/6～27(月)	4,500円		
304*	エクセルで健康・家計・名簿管理をしよう	全4回 8/4～25(土)	4,500円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1・23・6堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
305	スマホ(アンドロイド)で電話・メール・ネット検索(持ち込みのみ)	全2回 8/3・10(金)	2,000円		
306	スマホ(アンドロイド)で写真撮影・地図利用他(持ち込みのみ)	全2回 8/17・24(金)	2,000円		
307	スマホ(アンドロイド)でLINEを楽しもう他(持ち込みのみ)	全2回 8/16・23(木)	2,000円	各3	【時間】午前10時～正午 【会場・申し込み】〒124-0006堀切1・23・6堀切憩い交流館 【問い合わせ】NPO法人キッツ理事平山 ☎090-8743-5830
1*	パソコン応用講座(あいさつ状・報告書・住所録・集計表などの作成、画像処理他)	全4回 8/2・9・23・30(木)	4,000円		
2*	同上	全4回 8/3・10・24・31(金)	4,000円		
3	パソコン入門講座(文字入力・文書作成の基礎など)	全2回 8/7・21(火)	2,000円		
4	同上	全2回 8/8・22(水)	2,000円		

使用ソフト/ウィンドウズ8.1または10 ※のコースはローマ字入力ができる方が対象です。

新しい後期高齢者医療被保険者証(後期被保険者証)をお送りします

現在お使いの後期被保険者証(藤色)の有効期限は、7月31日(火)です。8月1日(水)からお使いいただく後期被保険者証(青竹色)を、簡易書留・転送不要郵便で7月中旬～7月31日(火)に、本人の住民登録地へ送付します(郵便局に転居届を出していても、転送されずに区役所へ返送されます)。配達時に不在だった方は、郵便物等ご不在連絡票がポストに入りますので、記載されている連絡先へご連絡ください。

受け取られた方は、氏名・生年月日・一部負担金の割合(下表)などの記載内容をご確認ください。現在お使いの後期被保険者証は、8月1日(水)以降にご自身で破棄していただくか、国保年金課または区民事務所にお返しく下さい。

負担割合	所得区分	負担割合の判定基準
1割	一般	同じ世帯で後期被保険者証をお持ちの方全員が、平成30年度住民税課税標準額145万円未満の場合
3割	一定以上所得者	同じ世帯で後期被保険者証をお持ちの方のうち、平成30年度住民税課税標準額145万円以上の方がいる場合

負担割合が3割の方へ

平成29年中の収入額が次の基準に該当する方は、「基準収入額適用申請書」を提出し、認められた場合、負担割合が1割になります。詳しくはお問い合わせください。

▷同一世帯に後期被保険者証をお持ちの方が1人の場合で、収入額が383万円未満

ただし、383万円以上でも同じ世帯の中に70～74歳の方がいる場合は、その方と後期被保険者の合計収入額が520万円未満。

▷同一世帯に後期被保険者証をお持ちの方が2人以上いる場合で、合計収入額が520万円未満

【申請に必要な物】

後期被保険者証、平成29年中の収入額が分かる物(確定申告書の控えなど)、印鑑、基準収入額適用申請書

【申請・担当課】 国保年金課(区役所3階315番)

☎5654-8528