

## もの忘れ相談会

在宅療養推進係／3階  
☎(3228)5785 FAX(3228)5620

自身や家族の認知症、若年性認知症などについて、専門相談員に相談できます。

**日時** 8月19日(月)午前10時～午後3時30分

**会場** 区役所1階 ☆当日直接会場へ



## 生活実用講座「絵画講座～初心者でも簡単!○△□からはじめる似顔絵のキホン～」

地域生活支援センターせせらぎ(中野5-68-7スマイルなかの内)  
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

**対象** 区内在住の精神障害のある方とその家族、支援者、関心のある方

**日時** 9月5日(木)午後1時～3時

**会場** スマイルなかの

**申込** 8月13日～9月4日に専用フォームから申し込むか、電話または直接、「せせらぎ」へ。先着15人

専用フォーム



## ほほえみサービス協力会員説明会

中野区社会福祉協議会  
ほほえみサービス事業担当  
☎(5380)0753 FAX(5380)0750

日常生活をお手伝いする区民同士の支えあい活動です。20歳以上で、家事や外出を手伝う協力会員(資格不要、謝礼金あり)を募集します。

**日時** 8月16日(金)午後2時～3時30分

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込** 8月15日午後5時までに電話で、ほほえみサービス事業担当へ

☆会員登録には、年会費1,000円と本人名義のゆうちょ銀行口座が必要

## せせらぎ夏祭り2024

地域生活支援センターせせらぎ(中野5-68-7スマイルなかの内)  
☎(3387)1326 FAX(3387)1347

**日時** 8月22日(木)正午～午後4時

**会場** スマイルなかの

☆当日直接会場へ。食事は事前に予約が必要です(有料)。希望の方は、8月13日～21日に電話または直接、「せせらぎ」へ。先着70人

## パーキンソン病リハビリ教室

北部すこやか福祉センター(江古田4-31-10)  
☎(3389)4323 FAX(3389)4339

**対象** 区内在住のパーキンソン病の方とその家族

**日時** 9月9日(月)午後1時30分～3時

**会場** スマイルなかの(中野5-68-7)

**申込** 8月13日～9月6日に電子申請か、電話または直接、北部すこやか福祉センターへ。先着20人

## 「聞いてみよう!! 親族後見人の本音～障害者のための成年後見制度～」

中野区成年後見支援センター／4階  
☎(5380)0134 FAX(5380)0591

**日時** 9月20日(金)午後2時～4時

**会場** 区役所7階会議室

**申込** 8月13日～9月11日に電話またはファクスで、中野区成年後見支援センターへ。先着30人。☑催し名、氏名とふりがな、連絡先

## 障害のある方、難病の方へ

### 医療費助成制度と各種手当をご存じですか

☆申請手続きに必要なものや所得制限の基準などについて詳しくは、**申請窓口**へ問い合わせを

申請窓口

障害福祉相談窓口／3階  
☎(3228)8956 FAX(3228)5662  
または右記のすこやか福祉センターへ

南部 ☎(5340)7888 FAX(5340)7880  
中部 ☎(3367)7810 FAX(3367)7811  
北部 ☎(5942)5800 FAX(5942)5802  
鷺宮 ☎(6265)5770 FAX(6265)5772

### 心身障害者医療費助成制度(障受給者証)

身体障害者手帳1・2級(内部障害は3級まで)、愛の手帳1・2度、または精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの65歳未満の方で、令和5年中の所得が基準額以下の方は、**障受給者証**の交付を受けられます。

#### 現在**障受給者証**をお持ちでない方へ

**申請窓口**で手続きしてください。

なお、65歳以上の方でも、以前に**障受給者証**をお持ちだった方は、申請により交付を受けられる場合があります。条件などについて詳しくは、事前に**申請窓口**へ問い合わせを。

#### 既に**障受給者証**をお持ちの方へ

8月31日で有効期間が切れる**障受給者証**(水色)をお持ちの方で、令和5年中の所得が基準額以下の方へ、9月1日以降に使用できる新しい**障受給者証**(黄色)を8月下旬に郵送します。

### 各種手当

次の4種類の手当の所得限度額適用年度は毎年8月に変わります。令和5年中の所得が基準額以下で、支給要件に当てはまる方は、手当を受けられます。未申請の方は、**申請窓口**で手続きをしてください。

| 手当の種類    | 支給対象となる方                                                          |                                       |
|----------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 障害者福祉手当  | 身体障害者手帳1～3級(脳性まひ、進行性筋萎縮症の方は等級問わず)、または愛の手帳1～4度、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方 | 新規申請時65歳未満の方<br>☆以前受給していた65歳以上の方は、相談を |
| 難病患者福祉手当 | 特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの方<br>☆小児慢性特定疾病医療受給者証をお持ちの方も、対象になる場合あり         |                                       |
| 特別障害者手当  | 原則として、診断書(有料)により対象と判定された方                                         |                                       |
| 障害児福祉手当  |                                                                   |                                       |

9月は  
東京都自殺対策  
強化月間

## 気づいてください 体と心の限界サイン

精神保健支援係(中野区保健所) ☎(3382)2433 FAX(3382)7765

かけがえのない命を守るため、一人で悩まずに相談してください。

### 中野区こころといのちの相談窓口

**相談日時** 平日午前8時30分～午後5時

下記のすこやか福祉センターで相談できます

南部

弥生町5-11-26  
☎(3380)5551 FAX(3380)5532

中部

中央3-19-1  
☎(3367)7788 FAX(3367)7789

北部

江古田4-31-10  
☎(3389)4323 FAX(3389)4339

鷺宮

若宮3-58-10  
☎(3336)7111 FAX(3336)7134

### 自殺対策講演会「ゲートキーパー研修～身近な人のSOS その時あなたは!?～」

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**日時** 9月17日(火)午後2時30分～4時30分

**会場** 中野区保健所(中野2-17-4)

**申込** 8月14日～9月6日に電話、☑hokenyobo@city.tokyo-nakano.lg.jp、ファクスまたは郵送で、精神保健支援係(〒164-0001 中野2-17-4)へ。先着50人。要約筆記・☑・☑(先着5人)希望の方は、あわせて申し込みを。☑住所、氏名とふりがな、電話番号、要約筆記・☑はその旨、☑はお子さんの氏名とふりがな、月年齢

### 自殺対策 特別企画展・パネル展

**期間・会場** ①8月31日(土)～9月26日

(木)=中央図書館(中野2-9-7)、②

9月2日(月)～17日(火)=中野駅ガード下ギャラリー「夢通り」東側、③9月5

日(木)～24日(火)=区役所1階

☆いずれも当日直接会場へ。①は図書館の開館日時、③は午前9時～午後5時

(最終日は4時まで)

### 返済できない借金でお困りの方は「多重債務110番」のご利用を

消費生活センター／4階 ☎(3228)5438 FAX(3228)5456

多重債務問題は必ず解決します。専門家への相談をご利用ください。

☆東京都、法テラス(日本司法支援センター)などとの共催

**対象** 区内在住・在勤・在学の方

**日程** 9月2日(月)・3日(火)

**会場** 区役所4階

**内容・時間** 消費生活相談員への相談=午前9時30分

～午後4時、弁護士への相談=午後2時～4時

☆弁護士への相談は予約制で、一人当たり30分。8月13日～30日に電話で、消費生活センターへ。各日先着4人