

いきいきライフ

介護保険負担限度額認定更新手続き

更新手続きが必要な方に案内と申請書類を送りましたので、早めに手続きをしてください。案内が届かない場合はご連絡ください。

対象 次のすべてに該当する方
・「介護保険負担限度額認定証」の有効期限が令和8年7月31日
・令和8年度の世帯全員の住民税が非課税

提出期限 7月3日(金)
※期限を過ぎても申請は可能。8月1日(土)から有効期間を開始するには、8月中に提出を

更新方法 申請書類を郵送または直接問合せ先へ。申請後、令和8年度の本人と世帯の課税状況、所得、資産要件(預貯金などの額)で判定。対象者には、8月1日(土)から有効の認定証を送付

認定証の有効期限 ~令和9年7月31日

認定証の利用方法 介護施設サービスやショートステイ利用

の際に提示すると、負担段階に応じて自己負担額(食費、居住費)を軽減

問合せ 高齢介護課介護事業指定係☎03-5211-4336

公開講座 プログラミング教室

micro:bitでビー玉迷路ゲームを作ろう

とき 7月19日(日)午後1時30分~3時30分

会場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)

定員 10名(抽選/幼児、児童は保護者の同伴が必要)

費用 6,000円(micro:bit 3,000円、材料費3,000円)

申込方法 7月9日(木)17時までにHPで参加条件を確認のうえ、HP、ファクス(6面記入例参照)、または直接問合せ先へ
※当選された方のみ7月10日(金)ごろに通知

問合せ 障害者福祉センターえみふる

☎03-3291-0600

FAX03-3291-0608



新しい後期高齢者医療資格確認書・資格情報のお知らせを送付します

送付時期 7月27日(月)までに住民登録地へ送付。届かない場合は、お問い合わせを

対象 後期高齢者医療制度の被保険者

送付物・送付方法

	送付物	送付方法
85歳以上の方	資格確認書	特定記録郵便
84歳以下でマイナ保険証を利用していない方		
84歳以下でマイナ保険証を利用している方	資格情報のお知らせ	普通郵便

※マイナ保険証を利用しているかの基準は、5月末に東京都後期高齢者医療広域連合から送付したチラシかHPを確認
※資格情報のお知らせだけでは医療機関の受診不可



▲資格確認書

※届いたら記載内容の確認を

※現在お持ちの資格確認書は、8月以降ご自身で破棄するか、問合せ先または出張所へ返却

※いずれも、簡易書留郵便での送付を希望する方は、7月10日(金)までに問合せ先へ

問合せ 保険年金課後期高齢者医療係☎03-5211-4206



▲資格情報のお知らせ

7月のはあとサロン

対象 一番町/アキバ=区内在住者、三崎町/和泉=60歳以上の区内在住者(いずれも申込順)

申込方法 前日までに電話またはファクス(6面記入例参照)で
一番町は番町分室(☎03-6272-4357/FAX03-6272-4358)、
三崎町は社会福祉協議会(☎03-3265-1901/FAX03-3265-1902)、
アキバ/和泉はアキバ分室(☎03-6285-2860/FAX03-6285-2861)へ

気軽に立ち寄れる交流スペース。今月のおすすめを紹介します。※申し込みは6月25日(木)午前9時から受け付け



会場	とき	内容	定員
一番町みんなのサロン(一番町12)	24日(金) 午後1時30分~2時30分	「手話ふれあい会」 ボランティアから簡単な手話を学ぶ	8名
三崎町はあとサロン(神田三崎町3-1-17)	27日(月) 午後1時30分~2時30分	「みんなで歌おう」 声を合わせて歌を歌う	8名
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	22日(水) 午後1時30分~2時30分	「切手整理ボランティア活動」 最新の切手整理の方法を学ぶ	15名
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	14日(火) 午後1時30分~2時30分		10名

※各サロンは週2日~3日開室。このほかにもいろいろなプログラムあり

7月のはあとカフェ

事前申込不要で、認知症の情報共有や交流ができるカフェ。専門スタッフとの個別相談もあり

対象 認知症に関心がある方

会場・問合せ	とき	内容
いきいきはあとカフェ (一番町12番地いきいきプラザ一番町1階) 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	9日(木)午後2時~3時30分 (開場午後1時30分)	①楽しみながら体を動かそう! 講師/バストリハ四谷 ②ミニ音楽会 演奏/アンサンブルポコポコ
いきいきはあとカフェ (一番町12番地いきいきプラザ一番町1階) 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	25日(土)午後2時~3時30分 (開場午後1時30分)	①一番町の歴史を音楽と共に 講師/安田郁子氏 ②ミニ音楽会 演奏/フルートアンサンブル難破船
神田はあとカフェ (神田淡路町2-8-1かんだ連雀1階) 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	11日(土) 午後2時~4時	「みんな集まれ!『ため』になる1日に」 企画/千代田区オレンジサポーター
神田はあとカフェ (岩本町2-15-3 ほほえみプラザ1階多目的ホール) 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	28日(火) 午前10時~11時45分	「お口の健康から始まる快適ライフ♪」 講師/千代田区歯科医師会

☆毎月第2火曜午後2時・第2木曜午前10時からシルバー人材センター入会説明会を開催。詳しくはシルバー人材センター(☎03-3265-1903)へ☆