

高齢者の健康・生きがいづくりをサポートします



「まるごとシニアガイド(28年度版)」を配付しています

健康・生きがいづくり、介護予防、介護保険等、さまざまな区のサービスについて、分かりやすくまとめた冊子です。
65歳以上の方がいる世帯へ配付しています。10月中旬までに届かなかった場合は、お問い合わせください。
問合せ 高齢者福祉課(区役所2階) ☎内線2661



困ったときは 相談窓口へ

- **おとしりなんでも相談**
問合せ 高齢者福祉課(区役所2階) ☎内線2675
- **医療福祉に関する相談**
問合せ 高齢者福祉課(区役所2階) ☎内線2668
- **認知症やうつ病に関する相談**
予約制で専門医が相談に応じます。
問合せ 高齢者福祉課(区役所2階) ☎内線2666
- **生活を支える総合的な相談**
保健師・看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員が、介護予防プランの作成や、高齢者に関する相談・情報提供を行っています。
問合せ 地域包括支援センター(下表)



日常生活を支援します

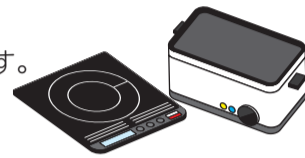
- **入浴カード「ふろわり200」の配付**
健康保持・増進、地域でのふれあいのために、区内の公衆浴場を週1回程度、1回200円で利用できる入浴カード「ふろわり200」を配付しています。
※各区民事務所でも申請を受け付けています
対象 70歳以上の方
- **交通安全杖を支給**
杖を使用しなければ歩行が困難な方に交通安全杖を支給しています。
対象 65歳以上で前年度の住民税が非課税の方
- **電磁調理器等購入費を助成**
電気フライヤーやIH調理器等の、購入費の一部を助成します。
対象 65歳以上のひとり暮らしの世帯、高齢者のみの世帯



▲入浴カード「ふろわり200」



▲交通安全杖



- **高齢者の民間賃貸住宅への入居を支援**
民間賃貸住宅への転居が困難になっている高齢者世帯の転居を支援します。
対象 連帯保証人を立てられない方、転居先が見つからない方
- **高齢者の住み替え家賃等を助成**
良質で耐震性に優れた住宅への転居を支援します。
対象 70歳以上のひとり暮らしの世帯、70歳以上の方とその配偶者・兄弟姉妹のみで構成される世帯
- **高齢者の住宅契約貸主を助成**
新たに加入する補償保険料を助成します。
対象 高齢者世帯の方と賃貸借契約を交わした貸主の方

申請・問合せ 高齢者福祉課(区役所2階) ☎内線2661

ご利用ください 高齢者みまもりネットワーク

高齢者みまもりステーション(右表)は、社会福祉士等の相談員が、高齢者の見守り・安否確認や地域ぐるみで高齢者を見守るネットワークづくりを行っています。高齢者みまもりネットワークに登録すると、日頃の見守りや災害時の救助活動のほか、下の5つのサービスが利用できます。登録はみまもりステーションで行っています。

対象 75歳以上のひとり暮らし、または高齢者のみの世帯、要介護度3～5の方、日中独居の高齢者 ※65歳以上の方は相談してください

- **緊急通報システム**
「緊急ボタン」により委託業者が通報を受けて救急車を呼びます。
※条件により自己負担があります
- **配食見守りサービス**
屋敷の宅配を活用して見守りを行っています。
※利用には要件・自己負担があります
- **ひと声運動**
年2回、民生委員が自宅に訪問し、相談に応じます。
- **新聞販売店による見守り**
新聞配達時や集金時に見守りを行います。
- **救急医療情報キット**
救急隊が救急搬送を速やかに進めるようするため、必要な医療情報を記載したシート等を保管するキットを配付します。



問合せ 高齢者福祉課(区役所2階) ☎内線2678

高齢者みまもりステーション・地域包括支援センター

地区	所在地	高齢者みまもりステーション電話番号	地域包括支援センター電話番号
南千住東部	南千住3-14-7(サンハイム荒川内)	(3805)5705	(3805)5702
南千住西部	南千住1-18-6	(5604)5760	(5604)5710
荒川	荒川5-47-2(花の木ハイム荒川内)	(5855)0324	(5855)3323
町屋	町屋7-10-6(さくら館内)	(5855)6407	(3894)3568
東尾久	東尾久3-31-8	(5855)8514	(5855)8513
西尾久	西尾久1-1-12(信愛のぞみの郷内)	(3893)3550	(3893)3555
東日暮里	東日暮里3-8-16	(5615)3172	(5615)3171
西日暮里	西日暮里5-35-5	(3807)3839	(3807)3828

荒川こるばん・せらばん体操

荒川こるばん・せらばん体操は、下半身の筋力アップ・バランス感覚の向上等に効果があります。加えて脳を活性化させる効果も期待できます。



各地域の会場(右表)へ直接お越しください。
※男性向けや自主的に行っている会場もあります
持ち物 室内履き用靴、汗ふきタオル、飲み物
問合せ 健康推進課(がん予防・健康づくりセンター2階) ☎内線432

地域	会場	日時	地域	会場	日時
南千住	石浜ふれあい館	(月)・午前	町屋	さくら館	(木)・午前
	南千住ふれあい館	(火)・午前		おたけの郷(町屋7-18-11)	(金)・午前
	南千住駅前ふれあい館	(水)・午前		尾久ふれあい館	(月)・午前
荒川	癒しの里南千住(南千住6-67-8)	(木)・午前	尾久	西尾久ふれあい館	(火)・午前
	汐入ふれあい館	(金)・午後		信愛のぞみの郷	(水)・午前
	なごみ三河島(荒川5-25-3)	(月)・午前		アクト21	(木)・午前
	荒川山吹ふれあい館	(火)・午前	日暮里	東日暮里ふれあい館	(月)・午前
	峡田ふれあい館	(水)・午後		西日暮里ふれあい館	(火)・午後
	花の木ハイム荒川	(木)・午後		夕やけこやけふれあい館	(水)・午後
町屋	生涯学習センター	(木)・午前	日暮里ひろば館	(木)・午前	
	荒川さつき会館	(金)・午前	日能研西日暮里校(西日暮里5-38-5)	(金)・午後	
	町屋ふれあい館	(月)・午前	※首都大学東京荒川キャンパスは、改修のため平成29年3月まで休止		

9月19日祝は敬老の日 ご長寿をお祝いします

サンパール荒川・ホテルラングウッド・区内ふれあい館13か所、右表のとおり地区別に式典やイベント・アトラクションを開催します(ふれあい館では式典はありません)。参加者には記念品を差し上げます。
詳細は、9月上旬までに郵送する招待状をご覧ください。
期日 9月19日(祝)
対象 区内在住で、75歳以上の方(昭和16年9月20日以前に生まれた方)
問合せ 高齢者福祉課(区役所2階) ☎内線2661

会場	開催時間	対象地区
サンパール荒川	午前10時～11時	南千住、荒川5～8丁目
	午後3時～4時	町屋、荒川1～4丁目
ホテルラングウッド	午前11時～正午	東日暮里、西日暮里
	午後1時30分～2時30分	東尾久、西尾久

会場	地域	内容	時間	定員
石浜ふれあい館	南千住	湘南姉妹の懐メロ喫茶	午後1時～3時	60
南千住ふれあい館		歌声喫茶(カラオケ)	▶午前10時～正午 ▶午後1時30分～3時30分	各50
南千住駅前ふれあい館		ザ・マジックショーと駄菓子横丁	午後1時30分～3時	90
峡田ふれあい館	荒川	お月見演芸会	午後1時30分～3時30分	70
荒川山吹ふれあい館		マジックショーとおしるご会	午前10時30分～正午	70
町屋ふれあい館		人形芝居とバラエティーショー	午前11時～正午	80
荒木田ふれあい館	町屋	夫婦漫才「やすまる・みどり」お笑いライブ	▶午前10時30分～11時 ▶午後1時～1時30分	各150
尾久ふれあい館		おど歌声ひろば	午後1時～3時	100
西尾久ふれあい館		みんなで楽しむ名曲コンサート	▶午後1時30分～2時30分 ▶午後3時～4時	各60
東日暮里ふれあい館	日暮里	舞台発表鑑賞会	午後1時30分～3時	70
夕やけこやけふれあい館		三浦鯉登さんと一緒に歌を楽しむ会	▶午後2時～3時30分	60
西日暮里ふれあい館		歌謡ショー	午後1時30分～3時	70

11月6日(日)は 荒川区長選挙投票日

郵便等投票ができる方
身体障害者手帳・戦傷病者手帳・介護保険被保険者証をお持ちの表1に該当する方で、「郵便等投票証明書」を交付されている方は、郵便等投票ができます。
※郵便等投票証明書を交付されている方に案内を送付します。必要事項を記入の上、投票用紙等を請求してください
※表1、表2の両方に該当する方は、代理人による代理記載投票ができます(事前に申請が必要です)
郵便等投票証明書の申請方法
申請書(本人の署名が必要)と身体障害者手帳・戦傷病者手帳・介護保険被保険者証を添えて申請してください(持参の場合は代理の方も可)。
申請・問合せ 選挙管理委員会事務局(区役所6階) ☎内線3411

郵便等による不在者投票希望の方は証明書の申請を

障がい等の区分	障がい等の程度	
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能	1級、2級
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	1級、3級
戦傷病者手帳	免疫、肝臓	1級～3級
	両下肢、体幹	特別項症～第2項症
介護保険被保険者証	心臓、じん臓、肝臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸	特別項症～第3項症
	要介護状態区分	要介護5

障がい等の区分	障がい等の程度(ただし、表1に該当する方が対象)	
身体障害者手帳	上肢、視覚	1級
戦傷病者手帳		特別項症～第2項症

高齢者用区営住宅の入居者を募集

高齢者用区営住宅に空き家が生じた際に入居する「空き室待ち登録者」を募集します。

- 募集人数** ● 単身用…15人 ● 2人世帯用…5世帯
- 対象住宅** ● 西尾久七丁目住宅 ● 町屋七丁目住宅 ● 西尾久三丁目住宅 ● 南千住二丁目住宅 ● 町屋五丁目住宅
- 住宅使用料(月額)** 1万3800円～4万8700円(世帯の前年の所得に応じて決定) ※別途、共益費(月額)2600円が必要です

- 申込要件** ▶ 65歳以上のひとり暮らし、または65歳以上とおおむね60歳以上の配偶者、ともに65歳以上の兄弟姉妹の2人世帯 ▶ 引き続き5年以上区内在住で、住民票等で証明できる方 ▶ 独立した日常生活が営める程度に健常である方(要介護1までの方) ▶ 平成27年の所得が、単身用256万8000円以下、2人世帯用294万8000円以下の方等

- 申込用紙の配布** 9月12日(月)～9月21日(水)に区役所1階総合案内・2階福祉推進課、各区民事務所で※(出・回)等を除く
- 申込方法** 申込用紙に必要事項を記入し、9月20日(火)・21日(水)に区役所3階304会議室に持参
- 問合せ** 福祉推進課 ☎内線2614