

●すこやか なつまつり

期 8月3日(水)・4日(木)
時 午前9時30分～11時30分、午後1時30分～3時30分
所 市内在住の子どもと保護者(1世帯1回)
定 人数制限あり(先着順)
申 7月12日(水)午後1時から電話ですこやかへ
個 詳細はすこやか参照



令和4年度社会福祉協議会
ちょビット協力金(会費)募集



いただいた協力金は、孤立を防ぎ、住民
同士のつながりをつくる「ひだまりサロン」
など、地域で取り組む福祉活動の財源になります。
協力方法/社会福祉協議会、福祉総務課(市役所3階)、
神代出張所など、または社会福祉協議会から申し込み
社会福祉協議会 481-7617

精神障害者家族の情報交換・相談会

日 7月9日(土)午後1時30分～3時30分
所 ところの健康支援センター 当日直接会場へ
個 精神障害者家族会かささぎ会・小倉
03-3300-4197 (障害福祉課)

介護教室参加者募集

期 ①7月11日(月)②26日(水)
時 午前10時～正午
所 介護老人保健施設花水木
内 ①「自分の歩き方を知ろう」～AIを使った歩行解析
といざとなったときに使える歩行補助用具の体験～
②「介護の方法を知ろう」～ベッド・車いすから、起
こす・立つ・座る～
個 福祉用具事業者、老健介護福祉士
定 各回申し込み順15人
費 無料
個 地域包括支援センターはなみずき 441-5763
(高齢者支援室)

生活支援員の募集

判断能力に不安のある、高齢者や障害者の自宅を訪

問し、郵便物の確認や手続き、預貯金の出し入れや支
払いなどを支援する生活支援員を募集します。
日 説明会：7月21日(水)午前10時～正午
養成講座：28日(水)午前9時～正午※共に参加必須
所 総合福祉センター2階
個 市内在住で市内の福祉事業所などでの利用者支援に
従事していない方
定 申し込み順20人
個 電話でちょうふ地域福祉権利擁護センター
481-7766 (社会福祉協議会)

シルバー人材センター 出張臨時入会説明会

日 7月26日(水)午前10時30分～
所 仙川町3-1-22仙川ツインビル2階
個 60歳以上の市民
定 申し込み順10人程度
個 入会金1000円(入会する方のみ)、筆記用具、身分
証明書
個 顔写真撮影あり
申 調布市シルバー人材センター 487-9375

簡単!10の筋力トレーニング講座

立つ、座る、歩くなど日常生活でよく使う筋肉を鍛
えます。運動に自信の無い方も、安心して参加できま
す。
日 8月9日(水)午前10時～11時30分
所 グリーンホール小ホール
個 65歳以上の市民で要介護の認定を受けていない方。
医師から運動制限を受けている方は医師に相談後受講
定 申し込み順40人
費 無料
持 飲み物
申 7月6日(水)から電話で高齢者支援室 481-7150

知って活かそう介護予防教室(全8回)

運動や栄養、口腔、認知症予防の理解を深め、上手
に年齢を重ねるコツを学びます。
期 ①8月17日(水)②24日(水)③31日(水)④9月7日(水)⑤28日
(水)⑥10月12日(水)⑦19日(水)⑧26日(水)
時 午前10時～11時30分
所 総合福祉センター
個 市内在住の65歳以上で初参加の方※要支援・要介護
認定者、介護予防・日常生活総合事業対象者、医師か
ら運動制限を受けている人は不可
定 申し込み順20人

費 無料
申 7月6日(水)～20日(水)に電話で高齢者支援室
481-7150

障害年金・個別相談会

日 8月19日(金)
時 午前9時30分～、10時30分～、11時30分～
所 総合福祉センター4階
個 市内在住の障害や疾患のある方と家族、支援者(障
害年金受給の有無は不問)
個 社会保険労務士による、障害年金の受給資格や申請
方法などの個別相談(1人50分程度)
定 各回3人(初めての方優先)
費 無料
協 協力/障害年金サポート調布
申 7月8日(金)～8月12日(金)に電話またはFAXでドル
チェ 490-6675・444-6606 (社会福祉協議会)

夏の特別講習会
「視覚に障がいのある方の
ためのスマホ講習会」



日 8月29日(月)午後1時30分～3時30分
所 総合福祉センター4階生活支援室
個 市内在住の視覚に障害や疾患のある方と家族
定 5人(多数抽選)
費 無料
個 初心者向け。iPhone使用(貸し出しもあり)。詳細
は社会福祉協議会参照
申 7月6日(水)～8月18日(水)に直接または電話、Eメ
ール(平日午前9時～午後5時)でドルチェ 490-
6675・dolce@ccsw.or.jp (社会福祉協議会)

青年・成人期の発達障がい～周りができるこ
と・理解と支援のポイントについて～

日 9月3日(土)午後2時～4時(1時30分開場)※配信
期間：9月27日(水)～10月31日(月)
所 ところの健康支援センター2階こかげ
調 田中 哲(子どもと家族のメンタルクリニックやま
ねこ院長、社会福祉法人子どもの虐待防止センター理
事)
定 会場受講：申し込み順80人
費 無料
申 会場受講：8月31日(水)までに電話で問い
合わせ先へ オンデマンド配信：9月3日
(土)までに申し込みフォームから申し込み
個 詳細はところの健康支援センター参照
個 ところの健康支援センター 490-8166



後期高齢者医療被保険者証(保険証)、減額認定証、限度額認定証の更新

個 保険年金課 481-7148

8月1日(月)から使用する新しい保険証を7月中旬
に、限度額適用・標準負担額減額認定証(以下、「減
額認定証」)、限度額適用認定証(以下、「限度額認
定証」)を7月下旬に発送します。
※詳細は同封する案内参照
※住所と実際の送付先が異なる場合は要問い合わせ
保険証(藤色・カードサイズ)/加入者全員に簡易
書留で送付します。10月からの窓口2割負担の導入
に伴い、全ての方の保険証の有効期限が9月30日(金)
までです※10月以降使用する保険証は、9月中旬に
送付予定
減額認定証(白色)/世帯全員が住民税非課税の方
が対象です。今までに申請したことがあり、令和4
年度も該当する方に送付します
限度額認定証(白色)/3割負担の方のうち、世帯
の被保険者全員が住民税課税所得690万円未満の方
が対象です。今までに申請したことがあり、令和4
年度も該当する方に送付します
現在使用中の保険証、減額認定証、限度額認定証の
返却/8月1日(月)以降に、個人情報に留意の上、破

棄いただくか、保険年金課(市役所2階)または神
代出張所に返却(郵送可)してください

※7月中は現在お使いの保険証、減額認定証、
限度額認定証が必要です

●後期高齢者医療制度の自己負担割合に2割負担が追加

10月1日(土)から、医療機関等の窓口で支払う医療費の自己負担割合に、新たに「2割」が追加され、「1割」
「2割」「3割」の3種類となります。

自己負担割合の図表

※令和4年度住民税課税所得に基づき、世帯単位で判定
※住民税非課税世帯は1割負担

○令和4年9月30日まで

Table with 2 columns: 判定基準, 自己負担割合. Rows: 1. 同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合 (3割); 2. 同じ世帯の被保険者全員の住民税課税所得がいずれも145万円未満の場合 (1割)

○令和4年10月1日から

Table with 2 columns: 判定基準, 自己負担割合. Rows: 1. 同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の方がいる場合 (3割); 2. 以下の①②の両方に該当する場合 (2割); ①同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が28万円以上145万円未満の方がいる; ②「年金収入」+「その他の合計所得金額」の合計額が被保険者が1人の場合200万円以上、被保険者が2人以上の場合320万円以上; 3. 同じ世帯の被保険者全員の住民税課税所得がいずれも28万円未満の場合または、上記①に該当するが②には該当しない場合 (1割)

●マイナンバーカードを利用したコンビニ交付サービス停止 システムメンテナンスなどのため、終日利用できません。
期 7月20日(水) 個 市民課 481-7041-3