

### 特別養護老人ホーム浅草 リニューアルオープン説明会

10月3日(月)から、リニューアルオープンします。事業団と一緒に働く介護士、看護師の方を募集します。ぜひ説明会にご参加ください。

▷日時 9月17日(出)午前10時、午後1時  
▷場所 特別養護老人ホーム浅草

#### ▷申込方法

右記二次元コードか電話  
で下記問合せ先へ

▷問合せ 社会福祉事業団  
**TEL** (5603) 2228



### 元気情報誌「ココカラ」 第11号発刊します

60代から始める  
これからの人生を自分らしくイキイキと  
過ごすための元気情報誌です。第11号  
の特集は「いつまでも  
いきいき元気！ころばぬ先の健康体操  
サポーター」です。



▷新聞折込日 8月26日(金)

▷折り込む新聞 毎日、朝日、読売、産経  
東京、日本経済の朝刊

▷配布場所 下記問合せ先、各地域包括  
支援センターほか

▷問合せ 介護予防・地域支援課(区役  
所2階⑤番)

**TEL** (5246) 1295

### 4年度第2回知的障害者(児) ガイドヘルパー養成研修

知的障害者(児)の外出時の移動支援に  
必要な知識と技術を学ぶ研修です。修了者  
には、区内の知的障害者(児)の移動支援  
に従事するための修了証を渡します。

▷日時 講義は10月15日(出)午後1時～6  
時、実習は個別に日程調整(5時間程度)

▷場所 講義は区役所10階会議室、実習  
はヘルパーセンターほおずき(日本堤1  
-32-3)

▷対象 次のいずれかに該当する方(ヘル  
パー資格の有無は問いません)

①研修終了後、区内の事業所でガイドヘル  
パーとして従事希望

②すでに従事していて技術向上を目指す

▷定員 18人程度(抽選)

▷費用 実習にかかる交通費・食費・施設  
入館料など、3,000円程度

▷申込方法 下記二次元コードから申込み  
か、申込書(下記問合せ先で配布)を下  
記問合せ先へ郵送か持参

※詳しくは受講案内か、区HPをご覧くだ  
さい。

▷申込締切日時 9月21日(出)午後5時(必  
着)

▷問合せ 障害福祉課(区  
役所2階⑥番)

**TEL** (5246) 1207



### 心身障害者医療証(障医療証) を更新します

引き続き該当する方には、8月末にお送  
りします。申請は不要です。

▷対象 区内在住で、身体障害者手帳1・  
2級(内部機能障害の方は3級も含む)、  
愛の手帳1・2度または精神障害者保健  
福祉手帳1級で、国民健康保険や社会保  
険、後期高齢者医療制度に加入してい  
る方

※本人(20歳未満の場合は世帯主等)の3  
年間の所得(総収入から諸控除を差し引  
いた額)が下表の限度額を超える方、生  
活保護受給中の方、特定の施設に入所中  
の方、65歳以上で重度の障害になった  
方、後期高齢者医療制度に加入し、住民  
税が課税されている方は除く

#### 所得限度額表

扶養人数	所得限度額
0人	360万4千円
1人	398万4千円
2人目以降1人につき	38万円加算

※世帯状況等に応じて各種控除が受けられ  
る場合があります。

※以前、所得超過等で資格がなくなり、今  
回該当する方は、9月30日(金)までに申

請してください。

▷問合せ 障害福祉課

**TEL** (5246) 1201

台東保健所保健予防課

**TEL** (3847) 9405

### 社会福祉協議会常勤職員募集

▷業務内容 地域福祉に関すること

▷受験資格 平成3年4月2日～13年4月  
1日に生まれた、社会福祉士の資格を有  
する方(5年3月31日(金)までに取得見  
込みの方を含む)

▷採用日 5年4月1日(出)

▷募集人数 3人

▷給与(月額) 220,440円(地域手当  
含む)※4年度実績(その他手当、交通  
費別途)

▷選考方法 1次選考はエントリーシート  
2次選考は論文、3次選考は面接

▷申込方法 エントリーシート(台東区  
社会福祉協議会HPからダウンロード

可)を簡易書留で下記問合せ先へ郵送

▷申込締切日 9月30日(金)(必着)

▷勤務地・問合せ 〒110-0004

台東区下谷1-2-11 台東区社会福  
祉協議会 **TEL** (5828) 7545



### 環境に関する意識調査を実施 します

環境を取り巻く状況などが変化している  
中で、今後の環境施策の充実を図るための  
基礎資料とすることを目的に実施します。

▷期間 9月1日(木)～15日(木)

▷対象 無作為に選んだ、16歳以上の区  
内居住者(1,000件)および区内事業  
者(300件)

※郵送配布・郵送回収

▷問合せ 環境課

**TEL** (5246) 1284

## 簡単にできる運動や健康情報の DVDを配布しています

問合せ 介護予防・地域支援課 **TEL** (5246) 1295

ご希望の方は、上記または、お近くの地域包括支援センターへお問合せください。

### おうちで簡単にできる体力測定と筋トレ体操

#### 簡単!おうちで体力測定&筋トレ体操～あなたの体力どのくらい?～

加齢とともに、どうしても低  
下してしまう筋力。

みなさんは、自分の体力や筋  
力はどのくらいかご存じです  
か?おうちで簡単に体力測定を  
行い、体操を試みましょう!

※そのほか健康体操やお口の健  
康についてのDVDも配布して  
います。



YouTube台東区公式チャンネルでも映像を公開しています!

「簡単!おうちで体力測定&筋トレ体操

～あなたの体力どのくらい?～」



## 介護保険サービスの利用手続きをご存じですか

介護保険の要介護(要支援)認定の申請から、サービス利用までの流れは原則下  
図のとおりです。詳しくは、下記へご相談ください。

▷問合せ 介護保険課(区役所2階④番) **TEL** (5246) 1245  
地域包括支援センター あさくさ **TEL** (3873) 8088  
やなか **TEL** (3822) 1556 みのわ **TEL** (3874) 9861  
くらまえ **TEL** (3862) 2175 まつがや **TEL** (3845) 6505  
たいとう **TEL** (5846) 4510 ほうらい **TEL** (5824) 5626



(※1) 非該当の方も、身体状況等を確認する基本チェックリストの判定結果によって、介護予防・生活支  
援サービス事業を利用することが可能です。(※2) 要介護度によっては利用できないサービスがあります  
ので、区・地域包括支援センター・ケアマネジャーにご相談ください。(※3) 訪問介護・通所介護につ  
きましては、介護予防・生活支援サービス事業をご利用ください。

## 9月21日は世界アルツハイマーデーです

1994年、国際アルツハイマー病協会が  
世界保健機関と共同で「世界アルツハイ  
マーデー」を制定しました。この日を中心  
に、世界中で認知症の啓蒙が実施され  
ています。認知症について正しく理解し、  
認知症になっても安心して暮らせる地域  
を目指しましょう。

### 認知症に関するパネル展

認知症の症状や予防のこと、利用できる  
社会資源について展示します。

▷期間・場所 9月1日(木)～15日(木)・生涯学  
習センター1階アトリウム、9月20日(火)  
～30日(金)・区役所1階ロビー

### 認知症関連図書の展示

「9月21日は世界アルツハイマーデーで  
す～認知症の理解を深めませんか～」を  
テーマに関連図書を集めた特設コーナー  
を設置します。▷期間 9月1日(木)～30日(金)  
▷場所 中央図書館

### 認知症サポーター養成講座

▷日時 9月21日(火)午後2時～3時30分  
▷場所 区役所10階会議室 ▷対象 区内在住  
か在勤(学)の方 ▷定員 40人程度(先着

順) ▷申込み・問合せ 介護予防・地域支  
援課 **TEL** (5246) 1225

### 認知症高齢者を介護する家族の こころのケア相談(予約制)

ご家族の方の介護の悩み・介護方法等に  
ついて、公認心理師・臨床心理士が相談  
に応じます。

▷日時 毎月第1・3水曜日午後2時～4時(1人50分程度) ▷場所 下  
記問合せ先か各地域包括支援センター

▷対象 高齢者本人または介護している家  
族が区内在住の方 ▷定員 各2人(先着順)

▷申込締切日時 各相談日1週間前の午前11  
時 ▷申込み・問合せ 介護予防・地域支援  
課(区役所2階⑤番)

**TEL** (5246) 1225

### 認知症高齢者の専門相談(予約制)

認知症が心配な方へ受診の流れや認知症  
予防等について、精神科医師が相談に応  
じます。

▷日時 毎月第2・4金曜日午後2  
時～3時(1人30分程度) ▷定員 各2人  
(先着順) ▷申込締切日 相談日の2日前

▷場所・申込み・問合せ 介護予防・地域支  
援課(区役所2階⑤番)

**TEL** (5246) 1225