

元気なうちから介護予防

スポーツクラブ利用で運動習慣化

「改善」が目標の短期集中トレーニング

「団塊の世代」の方が75歳以上となる2025年まであと10年を切りました。高齢者は今後ますます増加すると見込まれる一方、介護人材の不足や介護保険財政の逼迫が懸念されています。区では、高齢者の皆さんが、住み慣れた地域でできる限り暮らし続けられるよう、さまざまな介護予防の取組を提案・支援してまいります。

スポーツクラブで運動習慣化 江東マスターズフィットネス

介護予防に取り組むきっかけづくりを支援します。区内6か所のスポーツクラブ(以下「クラブ」)の中から希望施設をひとつ選んで利用できます。

時 8月下旬から9月末まで(利用決定通知が届いてから週1回、全4回)※初回利用日は、クラブにより指定日となる場合があります。

場 表1のとおり

人 次のすべてを満たす方(各施設30人程度)

- 区内在住で65歳以上の方
- 要支援・要介護認定を受けていない方
- 医師から運動を制限されていない方
- クラブの利用規約を遵守できる方

○現在クラブの会員でない方 **費** 2,000円(初回利用時)

内 初回にオリエンテーション

「団塊の世代」の方が75歳以上となる2025年まであと10年を切りました。高齢者は今後ますます増加すると見込まれる一方、介護人材の不足や介護保険財政の逼迫が懸念されています。区では、高齢者の皆さんが、住み慣れた地域でできる限り暮らし続けられるよう、さまざまな介護予防の取組を提案・支援してまいります。

表1 江東マスターズフィットネス 実施場所一覧

クラブ名	営業時間
コナミスポーツクラブ東大島 (大島7-38-30ダイエー東大島店4階) ☎3746-6620(小林)	[月・火・木・金] 10:00~23:00 [土] 10:00~21:00 [日・祝] 10:00~18:00
スポーツクラブ ルネサンス北砂 (北砂2-16-1) ☎5635-9880	[月・火・水・金] 10:00~23:00 [土] 10:00~21:00 [日・祝] 10:00~20:00
スポーツクラブ&スパ ルネサンス亀戸(亀戸2-1-1 2階) ☎5836-1301	[月~木] 10:00~23:00 [土] 10:00~21:00 [日・祝] 10:00~20:00
東陽町ウェルネスセンター (東陽2-2-20) ☎3615-5566	[月~土] 10:00~21:00
スポーツクラブ オッソ南砂 店(南砂6-7-15トビレックプラザ西館2階) ☎5634-5505	[月~木] 9:30~23:30 [土] 9:30~22:00 [日・祝] 9:30~21:00
ジェクサー・フィットネス& スパ亀戸(亀戸5-1-1アトレ亀戸店6階) ☎5836-8871	[月~金] 10:00~23:00 [土] 10:00~21:00 [日・祝] 10:00~20:00

表2 元気アップトレーニング 実施場所一覧

名称	所在地
枝川高齢者在宅サービスセンター	枝川1-8-15-101
ジョイフィット亀戸	亀戸5-6-1 2階
あかつき苑	大島7-38-15
スポーツクラブ ルネサンス北砂	北砂2-16-1
寿園サービスセンター	北砂2-1-16
愛和病院	東砂4-20-2
ジョイフィットアカデミー	墨田区江東橋4-26-5 7階
ルネサンス 元気ジム両国	墨田区亀沢1-19-1田中ビル2階

を実施し、高齢者向けプログラムや設備利用(マシントレーニング、水中ウォーキング、エアロビクス、ヨガなど)についてご案内します。

締 8月5日(金)

申 住所と生年月日を確認できる書類を持参し、利用を希望するクラブの窓口へ

3 か月で生活機能の「改善」を目指す

三元気アップトレーニング

理学療法士等リハビリ専門職の指導のもと、「要支援」の状態を改善するための効果的な機能訓練(運動・栄養・口腔の複合プログラム)を提供します。

時 3か月(週2回、全24回、1回120分)

場 表2のとおり

人 要支援1・2または基本チェックリスト該当者で、長寿サ

ポータルセンター・長寿サポートでのサービスが必要と判断された方

費 4,800円(初回利用時)

申 長寿サポートセンター・長寿サポート(2・3面下部参照)窓口で

回 介護予防ダイヤル(地域ケア推進課内)

☎(3647)9452
FAX(3647)3165

情報公開と個人情報保護

平成27年度実施状況報告

情報公開制度

情報公開制度は、区が保有する行政情報の内容を具体的に明らかにすることで、皆さんへの説明責任を果たし、公正で開かれた区政運営を保障していくための制度で、次の3つの制度があります。

- 開示請求制度
- 個人情報保護制度
- 情報提供制度

江東区情報公開条例に基づく開示請求権に対する義務的なもの

情報提供制度

条例上の請求とは異なり、申出を受けて区が任意に情報を提供するもの

情報公表制度

請求や申出を前提とせずに区が義務的に情報を公表するもの

個人情報保護制度

個人情報保護制度は、区民の皆さんに、区が保有する自分の情報の開示、訂正、削除および利用停止を請求する権利を保障し、一方、区には、個人情報を適正に取り扱うため、次のようなルールを義務付けるものです。

- 利用目的を明確にした個人情報の適正な収集
- 個人情報の漏えい、改ざん、滅失その他の事故防止のための必要な措置
- 目的外利用や外部提供の原則

情報公開の実施状況

平成27年度の公文書の開示請求(申出)件数は、延べ6,258件でした。このうち開示請求(義務的開示)によるものが1,899件、残り4,359件は情報提供申出(任意的公開)によるものです。

開示請求(義務的開示)の実施状況

開示請求は、区長の事務に關するものが154件で、そのうち都市整備部または土木部が保有する土木・建設関係文書について開示を求めものが計93件と最も多くなっています。

禁止

○個人情報に関する業務登録とファイル登録

○個人情報に係る業務処理を外部へ委託する場合等の外部委員による意見聴取

○職員や受託業務従事者等への罰則適用

保有個人情報開示等請求の実施状況

保有個人情報の開示請求件数は148件あり、主なものは、福祉部の保有する介護保険認定関係書類等が60件、その他区民部が保有する印鑑登録、住民票、戸籍、税証明関係書類等が48件でした。

個人情報保護コーナー

これらの請求・決定状況の詳細は、区役所2階こうとう情報ステーション内「情報公開コーナー」で閲覧できます。同コーナーでは、区の長期計画その他重要な基本計画、予算書、決算書、区議会本会議録、入札経過調査書

国民健康保険

保険料の納付をお忘れなく 皆さんの納付で支える国保制度

国民健康保険料は、国民健康保険加入者の皆さんが病気やけがをしたときの医療費、出産や死亡の際の給付などに充てられる貴重な財源となっています。各月月末の納期までに納付されるようお願いいたします。

口座振替は、納め忘れがなく支払いの手間が省ける安心で便利な納付方法です。「口座振替依頼書」を郵送しますのでお問い合わせください。また、区役所

情報公開・個人情報保護窓口

各制度の利用請求の受付は、情報公開個人情報保護窓口のほか、各課でも行っています。お気軽にご相談ください。

回 広報広聴課情報公開個人情報保護担当

☎(3647)4022
FAX(3647)9635

平成27年度情報公開個人情報保護制度の実施状況 平成28年3月31日現在

区分	請求件数	開示可否の決定件数				取下げ	
		開示	一部開示	非開示	計		
公文書開示請求(義務的開示)	189	100	78	0	5	183	6
情報提供(任意開示)	6,069	6,069	-	-	-	6,069	-
情報公開件数合計	6,258	6,169	78	0	5	6,252	6
保有個人情報開示等請求	149	87	41	1	19	148	1

(注)非開示のA欄は、実施機関が対象文書を保有していないこと(文書不存在)以外の事由による非開示、および存否応答拒否の件数。
非開示のB欄は、文書不存在による非開示の件数。
保有個人情報開示等請求の非開示のA欄は、利用停止請求の不停止の決定を含む。

および出張所窓口ではキャッシュカード(一部金融機関に限り)でできます。保険証とキャッシュカードをお持ちください。

申 医療保険課係(区役所2階8番)窓口、各出張所・豊洲特別出張所

☎(3647)3169
FAX(3647)8443