



健康・福祉

このほかの記事は11面こうとうインフォメーションに掲載

ふれあいセンター 春の受講生募集 ~高齢者の健康・生きがいづくりに~ シニア

4月~9月に各ふれあいセンターで、健康増進のための体操教室や教養を深める講座など、さまざまな講座を開催します。詳細は受講案内をご覧ください。

※講座により開催期間は異なります。また、教材費が必要な講座があります

※定員を超えた場合は令和7年度後期同種講座未受講の方を優先し、抽選

【受講案内配布場所】各ふれあいセンター、各福祉会館、各出張所、各図書館、各ふれあいセンターのHP

対区内在住の60歳以上の方

場深川ふれあいセンター、森下ふれあいセンター、城東ふれあいセンター、亀戸ふれあいセンター

申入館票とはがき(申込1教室につき1枚)を持参し、各ふれあいセンター窓口で

ふれあいセンター未登録の方は本人確認書類を持参して登録手続きをしてください。

※森下ふれあいセンターの講座は深川ふれあいセンターで申し込んでください

【申込期間】

【深川・森下ふれあいセンター】2月25日(水)~28日(土)9:30~16:00

【城東・亀戸ふれあいセンター】2月16日(月)~28日(土)9:30~16:00

問

【深川ふれあいセンター】☎03-3643-1902 ☎03-3630-6719

【城東ふれあいセンター】☎03-3640-8651 ☎03-3699-6744

【亀戸ふれあいセンター】☎03-5609-8822 ☎03-5609-8821

介護費用の一部(保険料・サービス利用料・おむつ代)は税の所得控除の対象です

介護保険料

社会保険料控除の対象です。社会保険料控除額を記入する際、下表の書類で納付金額をご確認ください(領収書の添付は不要)。納付額がわからない場合は、右記2次元コードまたは電話・窓口でお申し込みください。介護保険課で1年間の納付額の確認書を発行します。窓口でお渡しする場合は、本人確認書類(マイナンバーカード・運転免許証等)が必要です。

介護保険料の納付金額を確認する書類

納付方法	申告書を記入する際に金額を確認する書類
年金から差し引き	令和7年分公的年金等の源泉徴収票 (日本年金機構から1月に発行されたもの) ※障害年金や遺族年金を受給している方で、日本年金機構から源泉徴収票が届かない場合は、1年間の納付額の確認書を発行しますので、ご連絡ください。
納付書で支払い	令和7年中の領収印のある介護保険料の領収書
口座振替	口座振替済のお知らせ(区介護保険課から12月下旬に送付済み)

※令和7年中に納付方法が切り替わった方は、該当する確認書類の金額を合計し記入してください

介護(介護予防)サービス利用料

医療系の居宅サービス(訪問看護、訪問・通所リハビリテーション、居宅療養管理指導など)や施設サービスの一部は、医療費控除の対象です。医療系以外の居宅サービスであっても医療系と併せて利用した場合、対象になるものもあります。該当する場合は、介護サービス事業者等が発行する領収証に医療費控除対象額が記載されていますのでご確認ください。

おむつ代

寝たきり(おおむね6か月以上)の方のおむつ代は、医療費控除の対象です。申告には、医療費控除明細書と主治医が発行した「おむつ使用証明書」が必要です。

※令和6年分から、医療費控除を受けるのが1年目であっても、要介護認定を受け一定の条件に合う場合、この証明書を介護保険課で発行する「おむつ使用の確認書」に代えることができます。

※令和5年分以前の確認書は医療費控除を受けるのが2年目以降の方で一定の条件に合う場合に発行します。

問【介護保険料に関すること】

介護保険課資格保険料係(区役所3階5番)

☎03-3647-9493 ☎03-3647-9466

【介護(介護予防)サービス利用料に関すること】

介護保険課給付係(区役所3階2番)

☎03-3647-9498 ☎03-3647-9466

【おむつ代に関すること】

介護保険課庶務係(区役所3階3番)

☎03-3647-9481 ☎03-3647-9466



▲介護保険料納付確認書
オンライン申請



▲医療費控除

ご家族のもの忘れが気になった方へ

認知症に関するさまざまな事業をご利用ください

区では、認知症の方も家族もいつまでも安心して暮らせる地域づくりを目指し、以下の事業を行っています。

●AIチェックツール「ONSEI」

気軽に認知機能のチェックができるスマートフォン向けアプリ

●高齢者おかえりネットワーク事業

外出に不安がある方へのキーホルダーやシール配布など

●GPSサービス契約費用助成

GPSを利用した位置探索システムの契約にかかる費用を助成

●認知症ガイドブック

認知症を正しく理解するために、各長寿サポートセンター、区役所で配布しています

詳細は区HPをご覧ください。

問地域ケア推進課地域ケア係

☎03-3647-4398 ☎03-3647-3165



全身性強皮症のさまざまな症状と最新の治療

全身性強皮症は、抗体の種類などによりさまざまな症状があらわれます。食欲がない、めまいがある、皮膚の潰瘍がつらい、手指・ひじ・肩などの関節痛がある、坂道や階段で息切れする、疲れやすいなどの症状で困っていますか。専門医が、疾患や最新の治療、日常生活で気を付けるポイントなどについてお話しします。

日3月21日(土)14:00~16:00(受付13:30~)

場城東保健相談所

対区内在住で全身性強皮症の方や家族

定会場30人、オンライン(Zoom)50人(いずれも申込順)

講山口由衣(横浜市立大学医学部 皮膚科学教室 主任教授)

申2月24日(火)9:00から区HP申込、窓口・電話またはFAXに10面申込記入例の①~④と⑤受講方法(対面またはオンライン)⑥参加者について(患者またはその家族など)⑦講演会で聞きたい内容や質問などを記入し、城東保健相談所へ☎03-3637-6521 ☎03-3637-6651 ※オンライン受講の申し込みは3月6日(金)17:00まで

手話講習会 上級者向け「養成コース」

手話通訳者試験合格を目指す「養成コース」の受講生を募集します。

日4月14日~令和9年3月9日の火曜(全33回)10:00~12:00 ※開・閉講式の詳細は受講生にお知らせします

場高齢者総合福祉センター ※開・閉講式は総合区民センター

対次のすべてに該当する方

●区内在住・在勤・在学で18歳以上(令和8年4月1日現在)の健聴者

●江東区手話講習会手話通訳Ⅱコース修了者、または同等の手話技術を有する方(手話学習3年以上)

●江東区手話通訳者登録試験(手話通訳者全国統一試験)を受験する方

●区内行事における手話をを使ったボランティア活動に年2回以上参加できる方(平日または土・日曜 ※出席日数には含まない)

定30人(選考)

費テキスト代

【選考試験】

日3月17日(火)10:00~

場高齢者総合福祉センター

内筆記試験(手話通訳Ⅱコース修了レベル)・場面通訳・面接

【持ち物】返信用封筒(長形3号封筒に110円切手を貼付のうえ、郵便番号、住所、氏名を明記)

申3月3日(火)19:00までに社会福祉協議会HPまたはボランティア・地域貢献活動センターに電話で☎03-3645-4087 ☎03-3699-6266



手話で
「ありがとう」

