

募集

大学で学ぼう！
家族介護教室in順天堂大学

順天堂大学の教員が講師となり、効率的で力を抜ける介護方法を学ぶことができます。新型コロナウイルス感染症予防のため、講話と講師によるデモンストレーションのみを実施します。(演習はなし)

時①「看護の視点～認知症予防・リフレクソロジー～」

8月10日(水)午前10時～正午

②「排泄ケア・清潔に過ごすために」

8月24日(水)午前10時～正午

※①②いずれかのみでの参加も可

場順天堂大学保健看護学部11番教室(大宮町3丁目7・33)

講師順天堂大学の教員

対高齢者を介護している家族や近隣の援助者、将来に備えて介護方法を学びたい人

定各回50人程度

申・問7月29日(金)までに、電話、FAXまたはメールで地域包括ケア推進課 ☎ 983・2609 FAX 975・6788

✉houkatsu@city.mishima.shizuoka.jp

情報

誰もが加入する公的年金制度です
国民年金の加入方法

国民年金は、基本的に日本に住む20歳以上60歳未満のすべての人に加入する義務があります。

■第1号被保険者：農業者、自営業者、学生、フリーター、無職の人など

加入方法▶自身で住所地の市区役所・町村役場の国民年金担当窓口で手続き

■第2号被保険者：会社員や公務員などの厚生年金保険に加入している人

加入方法▶勤務先が手続き

■第3号被保険者：第2号被保険者に扶養されていて、年収130万円未満の20歳以上60歳未満の配偶者

加入方法▶第2号被保険者の勤務先を經由し手続き

注退職した第2号被保険者や、第2号被保険者の扶養から外れた第3号被保険者は、第1号被保険者への変更が必要のため、早めの手続きをお願いします。

問保険年金課 ☎ 983・2606

問日本年金機構三島年金事務所 ☎ 973・1166

募集

令和4年度前半(9月～11月)の参加者を募集しています
シニア向け運動教室に参加しませんか？

運動機能や口の機能の維持・向上、認知症予防の方法について学ぶ運動教室を開催します。

対運動に支障がなく、会場まで通うことのできる65歳以上の人※介護保険の認定者、事業対象者登録をしている人は対象外

注▶参加は年間で1人1教室まで▶定員を超えた場合は、昨年度参加していない人を優先して抽選▶健康

状態に関するアンケートの結果、参加をお断りする場合があります

申・問7月15日(金)までに参加したい教室を、地域包括ケア推進課 ☎ 983・2759



▲過去の教室の様子

■運動教室の詳細

内容	とき	ところ	定員
▶脳機能の向上(※) 脳がイキイキするような教室です。脳の活性化を図る体操やプログラムを行い、脳の機能が低下しやすい部分を鍛えます。	9月6日～11月8日 毎週火曜日午後(全10回) ※予備日：11月15日	北上文化プラザ2階 研修室2	10人
▶体・口の機能の向上 表情、体型、ダブルで美しくなる方法を学びます。体や口の機能アップの体操など盛りだくさんの講座です。	9月8日～11月17日 毎週木曜日午後(全10回) ※11月3日は祝日のため休み ※予備日：11月24日	社会福祉会館4階 大会議室	20人

※初回にファイブ・コグ(脳の元気度チェック)を実施します

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用(記載なしは無料)・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み(記載なしは不要)・問問合せ

※新型コロナウイルス感染症拡大防止を図るため、掲載した事業を中止・延期
 または内容変更する場合があります。(最新情報は市ホームページでご確認ください。)

情報

申請が必要な場合があります
子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯分）のご案内

■支給対象者

18歳以下の児童（障害がある場合は20歳）を監護するひとり親世帯等であって、下記①～③いずれかに該当する人に、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

- ①令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けている
- ②公的年金等を受給していることにより、令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない(児童扶養手当についての支給制限限度額を下回る人に限る)
- ③令和4年4月分の児童扶養手当は受給していないが、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している人と同じ水準となっている人

※②、③の詳しい支給条件については市ホームページをご確認ください。

■支給額

対象児童1人につき5万円

■申請方法

▶支給対象者①（申請不要）

令和4年4月分の児童扶養手当振込時の指定口座に振り込みます。

▶支給対象者②、③（要申請）

申請書に必要事項を記載して、郵送または直接、子育て支援課

※申請書、添付書類などについては市ホームページをご確認ください

■申請期限

令和5年2月28日(火)まで
 (郵送の場合は当日消印有効)
 閩子育て支援課 ☎ 983・2712



▲詳細はこちら
 (市ホームページ)

情報

家庭での保育が困難なときに、病気のお子さんを預けることができます
病児・病後児保育サービス

子どもが病気で家庭での保育が難しいときのために、病児・病後児の保育サービスがあります。

■病児保育

申込み	光ヶ丘小児科 ☎987・2200	函南平出クリニック ☎978・1366
定員	9人	9人
対象	満6カ月～おおむね10歳未満で以下のすべてに該当する子 ①病期中(発熱、感冒、扁桃炎、気管支炎、嘔吐下痢症、中耳炎、結膜炎、とびひ、突発性発疹、水痘、インフルエンザ、骨折、肺炎、おたふく風邪など)の子 ②保護者が勤務や出産・病気・冠婚葬祭などで家庭での保育が困難な子	
利用料	市民と市内の認可保育園に通園している園児は無料 ※そのほかの児童は1日2,000円	
利用方法	事前登録の後、前日までに予約 ※各施設へお問い合わせください	

■病後児保育

申込み	恵明保育園 ☎975・1940	まりあ保育園 ☎939・5353
定員	3人	3人
対象	満1歳～おおむね10歳未満で以下のすべてに該当する子 ①病気の回復期で、まだ集団保育(保育園・幼稚園・学校など)が適さない子 ②医師が病後児保育の対象として認めた子 ③保護者が勤務や出産・病気・冠婚葬祭などで家庭での保育が困難な子	
利用料	市民と市内の認可保育園に通園している園児は無料 ※給食あり。食費・リネン代の実費1日350円	
利用方法	事前登録の後、前日までに予約 ※各施設へお問い合わせください	

閩子ども保育課 ☎ 983・2611