

訪問介護等利用者負担額 助成認定証の更新について

市では、住民税非課税世帯の方を対象に、訪問介護などのサービスの自己負担額を助成しています。

現在利用していただいている助成認定証は、6月30日(木)で有効期限が切れます。7月1日(木)以降に対象となる方、所得の増加などにより対象外

介護保険施設での食費負担

減額認定証について

介護保険施設（特別養護老人ホーム、老人保健施設、療養型医療施設）に入所している方で、住民税が非課税世帯

みなさんはどんな時にお医者さんに行きますか？お腹が痛い、下痢が止まらない、頭が痛い、動悸がするなど何か症状があつてから行く人がほとんどです。しかし、何かあつた時あなたの正常な状態がどのくらいなのかを把握している

でも、顔見知りのお医者さんもないし、痛くもかゆくもないのにどうやってお医者さんにかかれればよいのか分からない、という方もいらっしゃると思います。そういう人にお勧めするのは、三鷹市で行っている基本健康診査を受診することです。これは、三鷹市に住民票があれば16歳以上の市民は年に1回無料で受けられる健康診断です（職場などで健康診断を受けることが

書（高齢者支援室で配布しています。前回、認定を受けている方には、住所地へお送りしています。）

となる方には、6月末に結果をお知らせします。

【利用者自己負担割合】
①訪問介護・訪問看護 3%
②通所介護・通所リハビリテーション 6%
③高齢者支援室 内線2684

の方は、申請により食費負担額の減額を受けることができます。

食事代の1日あたりの標準負担額		
生活保護受給者、老齢福祉年金の受給者、住民税非課税	世帯全員が住民税非課税	左記以外の世帯
300円	500円	780円

障害者のための法律相談

心身に障害を持つ方やその家族を対象に、専門の弁護士による法律相談を行います（事前に予約が必要です）。
◆相談できる内容 ①成年後見人制度、②財産管理、③福祉サービスの苦情相談など法律に関するさまざまな相談
▽6月12日(木)午後1時30分～3時30分、障害者地域自立生活支援センター「ぼつぷ」

ホームドクターの作り方、つき合い方

できる方は除く。検査内容は、眼底写真、心電図、採血、尿検、便潜血で、40歳以上はこれに胸部レントゲンが加わります。
受診の仕方は簡単で、三鷹市保健センターに電話で申し込むと、受診票を郵送してくれます。もちろん、直接行って窓口でもらえます。受診時期は、誕生日

シルバーなんでも110番

お気軽にご相談ください

心配ごと
日常生活の不安など
問題解決のため一緒に考えます。
人に言えないことも電話ならOK

専用電話 ☎0422-71-1010

月～金曜日の午後1時～3時
(土・日曜日、祝日、年末年始はお休み)

社会福祉法人
三鷹市社会福祉事業団
在宅福祉サービス係
☎43-8804



介護者談話室

「老人保健施設って何？特別養護老人ホームって何？」
三鷹市社会福祉協議会主催。介護者の方が日々困っていることなどを相談できるように、同じ悩みをもつ同士でお茶を飲みながら気軽に語り合いませんか。
▽6月22日(火)午後1時30分～4時、福祉会館。三鷹市牟礼老人保健施設はなかいどう、特別養護老人ホームどんぐり山の職員が、各施設の紹介・説明を行います。

S・カフェでおしゃべり

NPO法人こもれば主催。対象はおおむね65歳以上の高齢者のみなさん。おしゃべりとおいしいお菓子で、楽しいひとときを一緒に過ごしましょう。

結核検診を受けましょう

結核は過去の病気として軽く見られがちですが、近年でも全国で多くの新発患者があり、今でもわが国最大の伝染病です。早期発見のために検診を受けましょう。検査は胸部レントゲン間接撮影で行います。16歳以上（平成元年3月31日以前生まれ）の市民の方などなたでも受診できます（妊娠中の方を除く）。
▽6月7日(月)～12日(土)午前8時～11時30分、総合保健センター1。当日は楽に脱衣できる服装（金属・貝ボタンのついていないもの）で。

注意ください。
▽当日、直接会場へ。市民健康手帳をお持ちの方は持参してください。
↓総合保健センター ☎46-3254

双子の親の交流会

最近、双子や三つ子のお子さんと接する機会が多くなりました。お母さん方の話を聞いていると、双子ならではの苦労があるようです。双子（または三つ子）のお子さんを持つ親の方々に集まっていただき、情報交換などを行う交流会を実施します。ぜひ参加ください。
▽6月16日(火)午後2時～3時30分、総合保健センター1。

多摩府中保健所

☎042-362-2364

6月の食品・環境衛生出張窓口

▽6月24日(木)午後1時～4時、総合保健センター別館1階で。

◆業務内容

- ①食品関係営業許可の更新申請および食品衛生講習会（講習会は午後2時30分から）
- ②環境衛生関係届出施設の変更届などの受付
- ③水質検査容器的の無料配付
- ④食品・環境衛生の相談受付

↓多摩府中保健所武蔵野三鷹地域センター ☎54-2200

※次回は7月29日(木)です。

歯の衛生週間 愛歯のつどい

三鷹市・三鷹市歯科医師会では、6月4日(金)～10日(木)の「歯の衛生週間」にちなみ、講演会と歯科相談を実施します。
▽6月12日(土)三鷹産業プラザ7階で。
◆無料歯科相談（午後0時30分～2時） 歯周病、入れ歯、歯並びなど、お口に関わる相談に応じます。

身体の不調を治してレッツウォーキング

背骨が整ったきれいな歩き方は、内臓の働きを良くし、肩こりや腰痛の防止にもなり、心まで健康（さわやか）にしてくれます。背筋を伸ばしてさつそうと歩いてみませ

三鷹市薬剤師会および三鷹市医薬品管理センターのホームページができました

三鷹市薬剤師会では、同会の活動内容、医薬品の情報提供を主体としたホームページを公開しました。
市民のみなさんからの質問や意見を随時集計した「Q&A」のほか、旬の医薬品に関する話題を「トピックス」、医薬品に関する豆知識を「よもやま話」として紹介しています。そのほか会員薬局紹介、

①食品関係営業許可の更新申請および食品衛生講習会（講習会は午後2時30分から）
②環境衛生関係届出施設の変更届などの受付
③水質検査容器的の無料配付
④食品・環境衛生の相談受付
↓多摩府中保健所武蔵野三鷹地域センター ☎54-2200
※次回は7月29日(木)です。

3254へ申し込む。3団体まで（申し込み多数の場合は抽選）。
歯の衛生週間 愛歯のつどい
三鷹市・三鷹市歯科医師会では、6月4日(金)～10日(木)の「歯の衛生週間」にちなみ、講演会と歯科相談を実施します。
▽6月12日(土)三鷹産業プラザ7階で。
◆無料歯科相談（午後0時30分～2時） 歯周病、入れ歯、歯並びなど、お口に関わる相談に応じます。

◆講演会「噛むことと健康」
▽野菜のちから（午後2時～4時） 講師は東京農業大学名誉教授の五島孜郎さん。
▽当日、直接会場へ。
↓三鷹市歯科医師会 ☎45-2715

母子講演会 心臓病児の育児 ～続・専門医に聞きたこと～

▽6月17日(木)午前10時30分～正午、多摩府中保健所。講師は桜町病院小児科部長の小林宗光さん。
▽事前に同保健所保健対策課地域保健第一係 ☎042-362-334へ申し込む。