

支え合い いきいきと暮らすために

# だれもがだれかのサポーター!

☎高齢者支援課 ☎2998-9120

## ところざわオレンジウィーク ～認知症になっても住みやすいまちに～

認知症は決して他人事ではありません。認知症について考え、周りの人と話をするきっかけを通して、認知症になっても暮らしやすいまちをみんなで作っていききたいですね。

- ☑ 9月12日(月)～16日(金)午前10時～正午、午後1時～3時(12日は午後1時から)
- 📍市役所1階市民ホール
- 📍会場に直接お越しください。
- 📌当事者の作品展、当事者の声の紹介、市の関係事業や介護保険事業所の紹介、認知症の人と家族の会によるつどい



## あなたにできることが、きっとある。

### トコフィット養成講座

体力が少し落ちた高齢者でも始められる「トコロん元気百歳体操」。効果や実技を学び、地域で広めるサポーター「トコフィット」を養成する講座です。

- ☑ 9月14日～10月26日の水曜(10月12日除く)午後2時～4時(全6回)
- 📍こどもと福祉の未来館

- 📌修了後「トコフィット」として活動できる方
- 📌申し込み先着30人
- 📌介護予防と運動の効果、トコフィットの役割、トコロん元気百歳体操の実践とロールプレイなど
- 📌理学療法士
- 📌**申**月初～9月12日(月)に高齢者支援課に電話

### 認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識を身につけて、自分のできる範囲で認知症の人や家族を応援するのが認知症サポーターです。家族や近所の方、お仲間とイキイキと暮らせる方法を考えてみませんか?

- ☑ **場**①10月15日(土)午後2時～4時/吾妻まちづくりセンター②10月28日(金)午後2時～4時/新所沢まちづくりセンター

- 📌市内在住・在勤の方
- 📌各日申し込み先着①60人②30人
- 📌認知症の正しい理解、対応の仕方、認知症サポーターとは
- 📌**申**月初から市役所1階高齢者支援課に直接・電話

## 後期高齢者医療

# 窓口負担割合が一部変更

☎国民健康保険課(後期高齢者医療担当) ☎2998-9218

### 医療費の窓口負担の2割開始

現在、負担割合が1割の後期高齢者医療被保険者証を交付されている方のうち、一定以上の所得がある一部の方は、医療費の窓口負担割合が令和4年10月1日から2割になります。

現役並み所得者(窓口負担割合3割)の方は、引き続き3割のままです。

### 新しい保険証を郵送

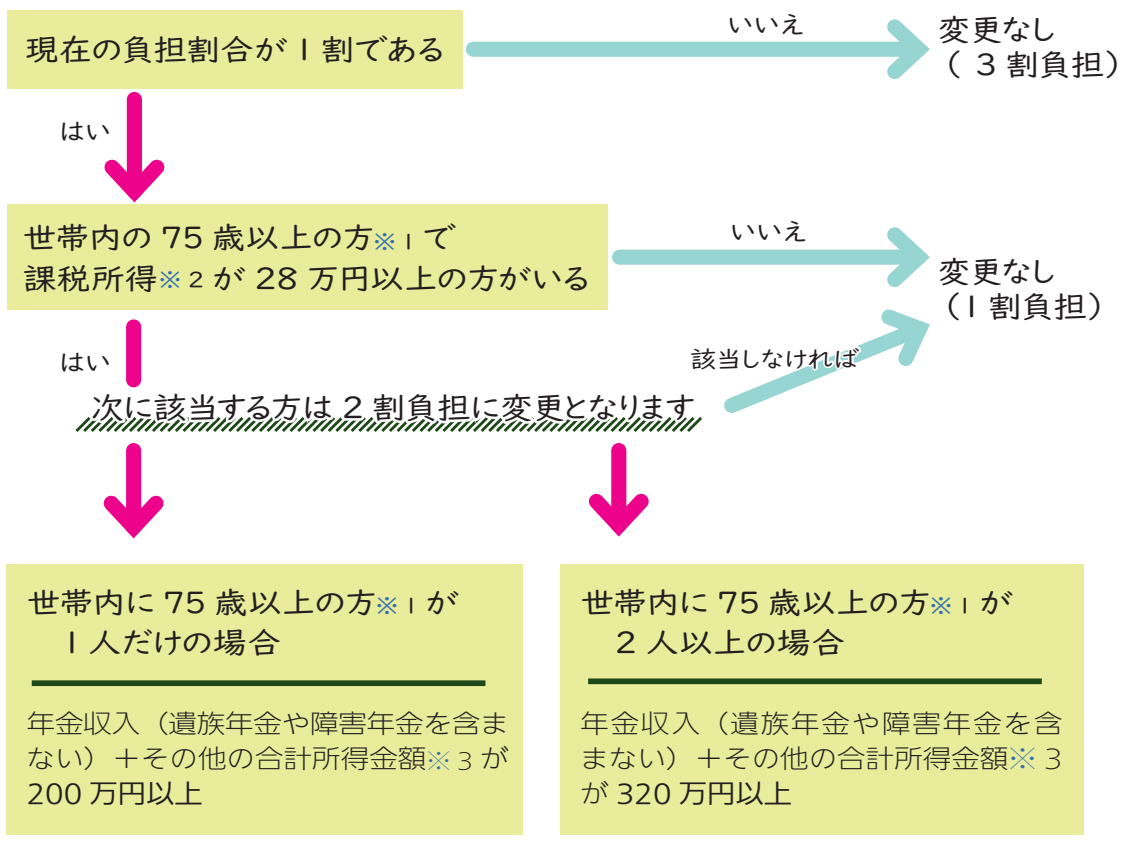
新しい後期高齢者医療被保険者証(ピンク色)を、9月中に簡易書留で郵送します。9月30日まで有効な現在の保険証(茶色)は、破棄するか、国民健康保険課またはまちづくりセンターに返却してください。

### 窓口負担が2割になる方対象 負担を抑える配慮措置

10月1日の施行後3年間(令和7年9月30日まで)は、負担割合が1割から2割に変わったことによる1カ月の増加額を3,000円までに抑える措置があります。

**留意事項** ▶外来医療の窓口負担のみ▶入院の医療費は対象外▶複数の医療機関での受診の場合は、差額を後日払い戻し

### 負担割合2割の対象となる方



※1 65～74歳で一定の障害状態であると広域連合から認定を受けた方を含む  
 ※2 市・県民税納税通知書の「課税標準額」  
 ※3 事業収入や給与収入などから、必要経費や給与所得控除などを差し引いた後の金額