

介護保険

介護保険料(65歳以上)の納め忘れはありませんか

納め忘れていた場合は、コンビニエンスストア、キャッシュレス決済、金融機関、総合支所くみん窓口・出張所等で納付してください(※センターではお取り扱いできません)。

保険料を滞納していると、延滞金が加算されることがあります。また、滞納期間に応じて、介護保険サービス費の自己負担額が通常の割合から3割または4割に引き上げられるほか、高額介護サービス費が支給されなくなる等の制限を受けることがありますのでご注意ください。

納付書で保険料を納付されている方は、納め忘れのない口座振替(自動払込)をご利用ください。

●口座振替の申込方法(次の①～③いずれか)

①「口座振替依頼書」を口座のある金融機関に提出
②区HPQ 194828 から「Web口座振替受付サービス」で申込み

③キャッシュカードを持って介護保険課窓口へ

※②③は一部対応できない金融機関、カードがあります。

備詳しくは、お問い合わせください。

問介護保険課 ☎5432-2643 FAX5432-3042

せたがやシニアボランティア活動に参加してみませんか

介護保険施設等でボランティア活動を行った方にポイントを交付し、実績に応じて介護保険料負担軽減資金(年間上限6000円)を支給します。

●活動を始めるには、研修の受講が必要です

対区内在住の65歳以上(介護保険第1号被保険者)でこの研修を一度も受けたことのない方

日2月7日(水)午後1時30分～4時

場世田谷区福祉人材育成・研修センター(松原6-37-10)

担当=介護保険課

申1月18日までに、電話またはファクシミリ(記入例3面)で☎せたがやコールへ 先着30人

障害のある方

障害者のためのマシンで体力づくり講座～マシンを使って気持ちよく汗をかこう

対区内在住・在勤で、障害者手帳をお持ちの18歳以上の方(初めての方優先)

日1月27日、2月10・24日いずれも土曜午前10時20分～11時50分(全3回)

場保健センター(松原6-37-10)

費1回400円(指導料)

申12月19日までに、電話で保健センター(☎6265-7473 FAX6265-7429)へ 抽選12人

子ども・若者

希望丘青少年交流センターイベント「アップスフェス2024」出演者募集

内容/バンド・楽器演奏、ダンス・お笑い・大道芸等のパフォーマンス、映像作品の上映

対過半数が区内在住・在学・在勤で中学生以上の若者の①グループ(10人以内)または②個人

日3月9日(土)午後1時30分～7時

備応募多数の場合は抽選。詳しくは、ホームページ(HP<https://ups-s.com/>)をご覧ください。

申1月31日までに、電話、メール、ファクシミリ(記入例3面)または直接希望丘青少年交流センター(☎6304-6915 FAX6304-6916 info@ups-s.com)へ

☎就学援助費(新入学用品費)入学前支給

4月に国公立小学校へ入学予定の子どもがい

る家庭に、新入学に必要な学用品等の購入費用を支給します(所得制限等要件あり)。

支給額/6万4300円

申請期限/1月19日

備☎オンライン手続き可。

問学務課 ☎5432-2686 FAX5432-3028

区HPQ 183631

「わくわくウィンタープラン」で楽しい冬を過ごそう

子どもが参加できる冬のイベントや学習講座等、楽しい情報を掲載しています。

区HPQ 149694 からご覧になれます。

配布場所/図書館、児童館等

備冊子は数に限りがあります。

問生涯学習課

☎3429-4254

FAX3429-4267



住まい・街づくり

ひとり親家庭のためのJKK東京住宅相談会

内容/JKK東京(東京都住宅供給公社)の一般賃貸住宅の紹介・入居申込の受付(相談時間は1人1時間まで)

対区内在住で18歳未満の子どもがいるひとり親世帯の方またはひとり親世帯になる予定の方

日1月27日(出)午前10時～午後4時

場北沢タウンホール

担当=居住支援課

申1月23日までに、電話でJKK東京入居支援専用ダイヤル(☎03-3498-9068 FAX03-3409-4523)へ 先着16人

※空きがある場合は申込なしでも相談可。

健康・衛生

がん先進医療費利子補給制度

区が指定する金融機関でがん先進医療費の融資を受ける場合、350万円までのローンに対し、利子(固定金利1.25%)相当額を最大10年間助成します。

対国内でがんの先進医療を受ける予定で、利子補給金承認申請時に引き続き一年以上区内に住所を有する方(住民税を滞納していない方に限る。申請は、対象となるがん患者と同世帯の方、3親等以内の親族の方も可)

備融資の際は、金融機関で審査があります。対象の医療等詳しくは、区HPQ 158278 をご覧いただくか、お問い合わせください。

問世田谷保健所健康企画課

☎5432-2447 FAX5432-3102

こころの健康を考える区民会議～こころについて考える

内容/こころの健康について、参加者同士で情報共有や意見交換

日1月12日(金)午前10時～11時30分

場三茶しゃれなあどホール

備詳しくは、お問い合わせください。

申1月10日までに、電話またはファクシミリ(記入例3面。年齢は不要)で世田谷保健所健康推進課(☎5432-2947 FAX5432-3102)へ 先着40人

健康のための講座(保健センター)

①自律訓練法体験講座

～緊張緩和で心身のバランスを整える(全3回)

日2月20日～3月5日の毎週火曜午後2時～3時10分

②30歳からのファイティング(①全8回②全6回)～パンチやキックの動きで体引き締め

日①1月10日～2月28日の毎週水曜午後6時20分～7時40分②1月13日～3月23日の第2・4土曜午前10時～11時30分

対①区内在住・在勤の18歳以上の方②区内在住・在勤の18～59歳の方(初めての方優先)

場保健センター(松原6-37-10)

費1回400円(指導料)

申12月19日までに、電話、ファクシミリ(記入例3面。性別、生年月日、②は①②の別も明記)、またはホームページで保健センター(☎6265-7473 FAX6265-7429 HP<https://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/>)へ

抽選①24人②①②各40人

※抽選結果は当選者にのみ通知。

仕事・産業

介護と仕事の両立(オンライン)

日1月18日(休)午後2時～3時30分

講藤井友恵(マザーズハローワーク東京 就職支援ナビゲーター)

申12月18日午前9時から、予約サイト(HP<https://reserva.be/sanchaoshigotocafe/>)へ 先着50人

問三茶おしごとカフェ

☎3411-6604 FAX3411-6690

若者の就職活動を応援します

①仕事講話・職場見学・仕事体験

内容/応募や今後の就労の方向性を決めていくきっかけ作りのための様々な業界・職種の話や職場見学・体験

②就職力UP講習

日時	講座名
1月18日(休) 午前10時～正午	「基礎」の再確認 就職前のビジネスマナーセミナー
1月24日(水) 午後1時～3時	基礎から身に付く 面接力UPセミナー

場三茶おしごとカフェ

備各日20人。どちらかの参加も可。

③サポステ見学・説明会

内容/支援内容の説明会(希望者には個別相談を実施)

日1月13日(出)午前10時～正午

場せたがや若者サポートステーション(太子堂4-3-1 STKハイツ4階)

対①②15～49歳で就労の方向性を見出した方③働くことに悩んでいる15～49歳の方とそのご家族、支援者

備①の会場、申込方法等詳しくは、お問い合わせください。

担当=工業・ものづくり・雇用促進課

問せたがや若者サポートステーション

☎5779-8222 FAX3424-7786

再就職をめざす女性のための職業訓練(Word・Excel基礎科)(全5回)

対結婚・出産・介護等で離職し、ハローワークで求職登録をしている方

日1月29日(月)～2月2日(金)いずれも午前10時～午後3時

場三茶おしごとカフェ

費2200円(テキスト代)

備保育あり。申込先等詳しくは、ホームページ(右記二次元コード)をご覧ください。

担当=工業・ものづくり・雇用促進課

申12月18日～1月12日(必着)に、申込書(ホームページにあり)を郵送 抽選10人

問同職業訓練事務局 ☎6261-7524

6面へつづく【仕事・産業】

