



瑞穂町子ども子育て会議を開催します

会議の傍聴を希望される方は、当日受け付けに申し出てください。
 日時 2月20日(月)午後6時30分から
 場所 町民会館1階会議室
 問合せ 福祉課 ㊟557-7624

生活の不安や心配ごとなど相談ください

▼経済的な問題で生活に困っている方
 ▼長く失業している方や、働いた経験のない方
 ▼引きこもりやニートで悩んでいる方
 ▼家計管理が上手にできない方
 ▼子どもの学習で悩んでいる方 など
 日時 毎週金曜日
 午後1時30分～3時30分(年末年始・祝日を除く)

場所 ふれあいセンター
 費用 無料
 問合せ 福祉課 ㊟557-7620
 西多摩くらしの相談センター
 ㊟0428-253501



http://kurashinosoudan.net/
 ▲上記のQRコードまたはURLから、西多摩くらしの相談センターのホームページがご覧いただけます。

高齢者配食サービス事業

栄養バランスのとれた食事を提供し、健康の保持・増進を図り、定期的に訪問することで安否の確認を行います。
 対象 町内在住で65歳以上の一人暮らし、高齢者のみ世帯とこれに準ずる世帯の高齢者で、食事の調理などが困難と認められる方
 内容 月曜日から土曜日までの間で、週2回配達します(昼食)
 費用 1食400円
 ※申請の後、調査を行った上で決定します。
 問合せ 高齢課 ㊟557-7623

転倒予防教室

寝たきりや介護の要因のひとつとして「転倒・骨折」があります。立ったり、歩いたりする機能が低下することを「ロコモ」と言い、「ロコモ」も転倒・骨折につながります。この教室では、転倒予防としてすぐに実践できるストレッチなどの運動を中心に行います。足腰に自信がなくなった方、膝や腰に痛みのある方、転倒に不安がある方ももちろん、まだまだ元気な方もぜひご参加ください。
 日程 2月21日・28日、3月7日・14日(毎週火曜日 全4回)
 時間 午後2時15分～3時45分
 場所 長岡コミュニティセンター
 対象 転倒予防に興味のあるおむね60歳以上の方
 持ち物 筆記用具、タオル、飲み物
 ※動きやすい服装と靴でご参加ください。
 申込み 2月2日(木)から高齢課へ
 ㊟557-7623

高齢者調査にご協力ください

次期の高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画を策定するため、介護予防の推進と、生活状況や健康状態などを調査する「介護予防・日常生活圏域二丁目調査」と「在宅介護実態調査」を行います。

家族介護者のつらい

ご家庭での介護の悩みや疑問を本音で語り合い、プライバシーに配慮しながらも、情報交換ができる場として開催しています。また、専門職に相談もできます。
 日時 2月21日(火)
 午後1時30分～3時30分
 場所 長岡コミュニティセンター
 対象 介護をしている方・受けている方、介護の経験・関心がある方などご参加いただけます。
 ※偶数月に定期開催しています。
 参加費 無料
 申込み 西部高齢者支援センター
 ㊟557-0609

市民公開講座
ひとりでも悩まないで認知症や介護のこと
 なじみの居場所づくり
 ～認知症カフェをふやそう～
 日時 3月11日(土) 午後2時～4時
 (午後1時30分開場)
 場所 福生市市民会館 小ホール
 (駐車場あり)
 定員 200人(申込順)
 ※ご参加いただけます。
第I部
 演題 「八王子ケアラーズカフェ わたぼうしと家族の思い」
 講師 新井尚子さん(八王子市高齢者あんしん相談センター子安看護師)
第II部
 報告 西多摩地域「認知症カフェ」の現状と課題
 講師 原島千代子さん(認知症家族の会「青梅ネット喫茶室」)
 松波希代子さん(あきる野市認知症サロン「はなみずき」)
 主催 西多摩医療圏地域拠点型認知症疾患医療センター 青梅成木台病院
 共催 西多摩医療圏地域連携型認知症疾患医療センター(福生クリニック、菜の花クリニック、奥多摩病院)

認知症の人について正しく知り、日常生活の中で見守り、適切に対応できる力を身につけるための講座です。ご参加いただけます。
 受講者には東京都からサポーターの証・オレンジリングがプレゼントされます。
認知症サポーター養成講座
 問合せ 西多摩医療圏認知症疾患医療センター 青梅成木台病院
 ㊟0428-7181
 日時 3月11日(土) 午後2時～4時
 場所 奥多摩町福祉会館
 定員 150人
 費用 無料(教材費は西多摩三師会が負担します)
 講演 玉木一弘さん(西多摩三師会会長)
 申込み 西多摩三師会
 ㊟0428-2171
 ㊟0428-1615 (24)



要介護認定を受けている方へ

障害者控除や特別障害者控除、医療費控除を受けられる場合があります

高齢者の「障害者控除」

65歳以上で身体障害者手帳などの交付を受けていない方であっても、一定の要件に該当する方には、障害者控除対象者認定書を発行します。

確定申告の際、障害者控除対象者認定書を添付することにより、本人またはその扶養者が障害者控除または特別障害者控除を受けることができます。

対象 要介護1以上で、次のいずれかに当てはまる方

控除区分	要介護認定の結果による区分
障害者控除	認知状態にあり、日常生活自立度判定基準のⅡa、Ⅱbに該当 日常生活自立度(寝たきり度)判定基準のAに該当
特別障害者控除	認知状態にあり、日常生活自立度判定基準のⅢ以上に該当 寝たきりの状態にあり、日常生活自立度(寝たきり度)判定基準のB以上に該当

認知症高齢者の日常生活自立度

認知機能の障がいがあり、日常生活に及ぼす影響の度合いを判定したものです。軽度から順にⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴの5段階で区分しています。

障がい高齢者の日常生活自立度

日常生活動作の障がいがあり、日常生活に及ぼす影響の度合いを判定したものです。軽度から順にⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳの4段階で区分しています。

申請できる方 本人またはその親族の方

※身分証明書をお持ちください。

※対象者の個人情報については、電話での問い合わせはお受けできません。

おむつ代の医療費控除

▶おむつ代の税申告をするのが2年目以降の方

▶40歳以上で要介護認定を受けている方

▶主治医意見書の内容から、寝たきり状況にあり、尿失禁の発生の可能性があることが確認できる方

※1年目は、医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。詳しくは、医療機関にお問い合わせください。

申請できる方 本人またはその親族の方

※身分証明書をお持ちください。

※対象者の個人情報については、電話での問い合わせはお受けできません。

問合せ 高齢課 ㊟557-0594

障がい児等タイムケア事業 新規利用者 募集

町では、地域生活支援事業として、特別支援学校などに通う障がい児の放課後や学校休業日（土曜日、夏休みなど）における日中活動の場を提供しています。

場所 心身障害者（児）福祉センター「あゆみ」（石畑 2193）

対象 町内在住の小学生、中学生、高校生で、身体障害者手帳または愛の手帳の交付を受けている方

利用日数 1カ月につき25日以内

利用日時 ▶月～金曜日 午前11時～午後6時
▶土曜日、学校教育法に定める特別支援学校休業日 午前9時～午後6時

休所日 日曜日、祝日、年末年始

利用料（1回につき）
▶4時間未満…200円
▶4時間以上8時間未満…400円
▶8時間以上…800円

※月額負担上限額を超えた金額は、公費負担となります。また、生活保護世帯の利用料は無料です。
※行事への参加など、実費負担が別途かかる場合があります。

申込み 身体障害者手帳または愛の手帳、認印をお持ちの上、福祉課へ

※4月1日からの利用をご希望の方は、2月10日（金）までに申請してください。

問合せ 福祉課 ☎557-0574

心身障害者（児）福祉センター「あゆみ」パート職員 募集

勤務内容

①障がい児等タイムケア事業…障がい児の日中活動の支援・送迎介助
放課後、遊びを中心とした取り組みの中で、子供達の社会性や生活面での成長を支援していきます。

②地域活動支援センター事業…障がい者の日中活動の支援（介護）・送迎介助
障がい者が日中の時間をいきいきと楽しく過ごすお手伝いです。

勤務地 心身障害者（児）福祉センター「あゆみ」（石畑 2193）

勤務日 ①②とも、月曜日から土曜日までの間で週3日程度の勤務（シフト制）

勤務時間

①月～金曜日 午後1時～6時15分
土曜日および学校教育法が定める休校日 午前9時～午後6時

②基本 午前9時45分～午後4時45分
朝送迎介助有 午前9時～午後4時45分
夕送迎介助有 午前9時45分～午後5時15分
朝・夕送迎介助有 午前9時～午後5時15分

※就労条件など、詳しくはお問い合わせください。

問合せ 心身障害者（児）福祉センター「あゆみ」担当 高橋 ☎556-6655

瑞穂町子ども・子育て会議委員 募集

子ども・子育て支援に関する皆さまの声を事業に反映させるため、会議にご参加いただける町民委員を募集します。

募集人数 2人

対象 次のすべてに該当する方

①町に住所を有する20歳以上（平成29年4月1日現在）の方

②年2～3回程度、平日夜間に開催される会議に出席できる方

③現在、町の審議会など委員に委嘱されていない方

任期 4月1日～平成31年3月31日

報酬 会議出席1回につき4,000円（所得税込み）

応募期間 2月20日（月）から28日（水）までの、午前8時30分から午後5時まで（土・日曜日を除きます）

応募方法 次の書類に必要事項を記入の上、郵送または直接福祉課児童係へ提出してください。

なお、応募書類は返却しません。

①瑞穂町子ども・子育て会議委員応募用紙

②瑞穂町子ども・子育て会議委員応募原稿用紙

※①②は、福祉課、あすなろ児童館、子育て支援センターひばり、保健センターで配布しています。また、町ホームページからもダウンロードできます。

応募先 〒190-1292 瑞穂町大字箱根ヶ崎 2335 瑞穂町 福祉部 福祉課 児童係

選考方法 書類選考により決定します。審査結果については、3月下旬までに、応募者本人に通知します。

※記入いただいた個人情報、委員の選考および選考結果通知のみに利用します。

問合せ 福祉課 ☎557-7624

高額医療・高額介護合算制度

同じ医療保険の世帯内で、1年間の医療保険と介護保険との自己負担額の合計が、次の表の自己負担限度額を超えた場合、その超えた額が支給されます。

対象 医療保険と介護保険の両方に自己負担額がある世帯

※詳しくは、世帯が加入の医療保険者または担当課へお問い合わせください。

- ▶医療保険…「高額介護合算療養費」
- ▶介護保険…「高額医療合算介護（介護予防）サービス費」

問合せ 高齢課 ☎557-0594
住民課 ☎557-7578

医療と介護の自己負担合算後の限度額（年額）

●計算期間は、毎年8月1日から翌年7月31日までの12カ月間です。

区分		70歳未満の方	70歳以上の方※2
基準総所得額※1	901万円超	212万円	現役並み所得者（課税所得145万円以上の方） 67万円
	600万円超～901万円以下	141万円	一般（住民税課税世帯の方） 56万円
	210万円超～600万円以下	67万円	低所得者（住民税非課税世帯の方） 31万円
	210万円以下	60万円	世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに、所得が0円になる方（年金収入のみの場合80万円以下の方） 19万円
住民税非課税世帯		34万円	

※1 基準総所得額＝前年の総所得金額等－基礎控除33万円 ※2 後期高齢者医療制度の対象の方も含まれます。

サロン講座

現在サロンを支援している方や関係者の方、また今後サロンをやってみたい、興味がある、と考えている方向けの講座です。サロンの成り立ちから実際に使えるレクリエーション、そして継続していくための秘訣までお伝えします。

※サロンとは、誰でも立ち寄ることができる地域の集いの場です。

日時 2月20日（月）・27日（月）、3月6日（月）
午前10時～正午

場所 ふれあいセンター2階会議室

対象 サロン支援者や興味のある方

定員 30人

費用 無料

講師 飯田弘さん

申込み 2月3日（金）から、ボランティアセンターみずほへ
☎557-3036

赤い羽根共同募金運動 総額60万988円

昨年10月に実施した「赤い羽根共同募金運動」で集まった募金は東京都共同募金会へ送り、施設整備費や地域福祉活動費として町内の福祉施設へ配分されます。皆さまのご協力、ありがとうございました。

簡単！体幹トレーニング教室

「体幹」はその名の通り、胴体部分、体の幹（みき）のことです。体幹筋がきちんと働くことによって、バランスがとりやすくなる、姿勢が良くなる、疲れにくくなるなど、さまざまなプラスの効果も期待できます。どこでもできる簡単な運動から、ストレッチャポールを使った本格的なトレーニングまで幅広くご紹介します。ぜひ、ご参加ください。

日時 2月16日・23日、3月2日・9日（木曜日 全4回）
午前10時～11時30分

場所 高齢者福祉センター寿楽

対象 町内在住で60歳以上の方

※関節に急性炎症がある方、手足に強いしびれや痛みがある方、医師から運動を禁止されている方は対象外です。

定員 15人

費用 500円

講師 久保田直子さん（理学療法士）

持ち物 室内履き、バスタオル（床に敷いて使用）、飲料

申込み 2月2日（水）から8日（水）までの、午前8時30分から午後5時までに電話または直接寿楽へ

※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。

あすなろ児童館

石畑 1837 ☎ 557-7766



2月

休館日 ○毎週日曜日
○11日(祝)



開館時間 午前9時30分～午後5時

※幼児（未就学児）には保護者が同伴してください。

内容	日時	定員	申込み	その他お知らせ
デザインコンテスト「手袋」	1日(水)～28日(火)(応募期間)	なし	児童館内のポストで随時受付	応募用紙は創作室で配布してるよ 素敵な手袋を描いてね
むかしばなし	9日(木) 午後3時30分～4時	なし	なし	季節にふさわしいお話をじっくり聞こう お友達を誘って、ぜひ参加してね

○小学生以上対象の事業(申し込みは、電話または直接児童館へ)

内容	日時	定員	申込み	その他お知らせ
豆まきお楽しみ会	3日(金) 午後3時30分～4時	なし	時間までに来てね	みんなで鬼を追い出して福を招こう
スラックライン体験教室	8日(水) 午後3時30分～4時30分	16人	4日(土) 午前9時30分から(申込順)	綱渡りとトランポリンをいっしょにしたような 新感覚のスポーツだよ!上達するほど楽しくなるよ。初めての人もぜひ参加してね
料理教室「いちごのロールケーキをつくろう」	22日(水) 午後3時30分～4時30分	24人	4日(土) 午前9時30分から 20日(月)午後4時30分まで(申込順)	ふんわりスポンジを手作りしよう かわいいいちごのプチケーキだよ

費用 100円 持ち物 三角巾、エプロン、飲み物、お手ふきタオルなど

○幼児向け事業のご案内 ●お子さんと自由に参加できます!時間までに集まってください。費用は無料です。

名称	対象	日時	内容
あつまれ!あかちゃん	ハイハイ～歩き始め位の乳幼児	8日(水) 午前10時20分～11時20分 定員 10組(申込順) 申込み 3日(金) 午前9時30分から電話または直接児童館へ	人育ち唄など
	0歳児	22日(水) ①午前10時20分～10時50分 ②午前11時～11時30分 (定員 各15組)	パネルシアター、ごろ寝アート写真など
あつまれ!ヨチヨチ	1歳児	1日(水)、15日(水) 午前10時30分～11時	運動あそび、エプロンシアターなど
親子であそぼう	1歳6カ月以上	6日(月)、20日(月) 午前10時30分～11時10分	パンタインのグッズをつくらう、道具開放など

移動児童館

◆駐車場には限りがありますので、徒歩または自転車でお越しください。

名称	日程	内容	場所
あつまれ!むさしのぴょんちゃん	13日(月)	エプロンシアターなど	武蔵野コミュニティセンター
ワン・ツー・チャチャチャ!もとさやま	21日(火)	ひなまつりの飾りを作ろうなど	元狭山コミュニティセンター
ニコニコスマイルながおか	22日(水)	ボールであそぼうなど	長岡コミュニティセンター

子育てひろば

◆対象 入園前の乳幼児と保護者 ◆駐車場がありませんので、徒歩または自転車でお越しください。

名称	内容	日時	場所・問合せ
みんなの広場	親子保育所体験(要予約) 園庭で遊ぼう	10日(金) 午前9時～正午 10日(金) 午前10時～11時	石畑保育園 ☎557-2780
	親子保育所体験(要予約) 園庭で遊ぼう	24日(金) 午前9時～正午 24日(金) 午前10時～11時	
	親子保育所体験(要予約) 園庭で遊ぼう	3月3日(金) 午前9時～正午 3月3日(金) 午前10時～11時	
	親子保育所体験(要予約) 園庭で遊ぼう	3月3日(金) 午前10時～11時	
むさしのひろば	節分 園庭開放(要予約)	3日(金) 午前10時～11時	むさしの保育園 ☎554-1284
	子育て相談/園見学(要予約)	毎週木曜日 午前10時～11時 随時 午前10時～11時	
ふれあいクラブ	豆まきに参加しよう/身体測定	3日(金) 午前10時～11時30分	東松原保育園 ☎557-0140
	お医者さんごっこに参加しよう/身体測定	8日(水) 午前10時～11時30分	
ワイワイひろば	園庭であそぼう(23日(木)は身体測定をします)	毎週木曜日 午前10時～11時	狭山保育園 ☎557-2876
にこにこひろば	おともだちとあそぼう(つくってあそぼう)/身体測定/健康アドバイス(要予約)	15日(水) 午前10時～11時	長岡保育園 ☎556-0916
なかよしクラブ	園児と一緒に給食を食べよう(費用1人280円、申込み6日(月)まで) 人形劇鑑賞	9日(水) 午前10時～正午 22日(水) 午後2時～3時	みずほひびり保育園 ☎556-2652
とのがや広場	節分祭/園庭遊び	3日(金) 午前9時45分～11時	とのがや保育園 ☎557-7601

問合せ 福祉課 ☎557-7624

保育園 幼稚園に遊びに来てね



名称	内容	日時	場所・問合せ
びよりんくらぶ	親子体操&段ボール遊び	18日(土) 午前10時～11時30分	如意輪幼稚園 ☎557-4183
木の実ひろば	のぞみまつり	8日(水) 午前10時～11時30分	瑞穂のぞみ幼稚園 ☎557-0382
	2月のお誕生会&こりすくらぶ説明会	22日(水) 午前10時～正午	
まつぼっくり	英語で遊ぶおやつ・絵本読み聞かせ遊び(要予約)	7日(火) 午前11時～11時45分	福正寺松濤幼稚園 ☎557-6811

問合せ 教育課 ☎557-6683



住民提案型協働事業 子どもとママの ふれあいフィットネス

音楽に合わせてゲーム・ダンスを楽しみながら、お子さんと保護者の方の友達づくりをしませんか。

日時 2月14日(火)
午前10時30分～11時30分

場所 長岡コミュニティセンター
1階ホール

対象 1歳半(歩けるお子さん)から未就園児と保護者

定員 30組(申込順)

費用 無料

講師 中野むつみさん(ヒップホップインストラクター)

持ち物 上ばき、汗ふきタオル、飲み物

共催 子育て自主サークル「わんぱくクラブ」

申込み 2月12日(日)までに、わんぱくクラブ代表吉岡へ
☎090(80003)5977

子育て支援事業 あすなろ児童館・ひばり共催 ベビーマッサージ教室

日時 3月4日(土) 午前10時30分～11時30分

場所 子ども家庭支援センターひばり

対象 0歳児と保護者 **定員** 15組

費用 200円(オイル代) ※当日集金します。

講師 園田 美保さん(NPO 法人国際ボンピング協会ベビーマッサージインストラクター)

持ち物 バスタオル1枚、おねしょシートまたはレジャーシート1枚、水分補給用の飲み物

申込み 2月8日(水) 午前9時30分から電話または直接児童館へ ☎557-7766

**住民提案型協働事業
ほっと・カフェの
「わんぱくしゃべりば」**

子育てを経験したスタッフが相談のつたり、乳幼児向けの読み聞かせや遊びを行います。子育て中の方に、子育ての息抜きの場となるよう友達づくりや情報交換ができる場所を提供します。事前の申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

日時 2月20日(月) 午前10時～正午

場所 武蔵野コミュニティセンター和室

対象 乳幼児と保護者

費用 無料

共催 生涯学習推進団体「ほっと・カフェ」

問合せ 社会教育課 ☎557-6695

子ども家庭支援センター「ひばり」

石畑 1972 ☎ 568-0051

2月

休館日 ○毎週日曜日 ○11日(祝)

開館時間 午前9時～午後5時

★親子ふれあい・あそび

日時 2月10日(金) 午前10時30分～11時

内容 手遊び、リズムあそびなど

★おはなし はじまるよ

日時 2月16日(木) 午前10時30分～11時

内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居など

**ファミリー・サポート・センター交流会
勇気づけ体幹トレーニング**

～自分自身に目を向けて、体の声を聞いてみましょう～

日時 2月24日(金) 午前10時～11時30分

※新規に依頼会員、提供会員への登録を希望される方も参加できます。

定員 15人(託児あり※人数に限りがあります)

講師 池田 美帆さん(フィットネスコーチ)

持ち物 タオル、飲み物、筆記用具、動きやすい服装(裸足になります)

申込み 2月6日(月)午前9時から電話または直接ひばりへ ☎557-4138

★子どものこと、家庭のこと相談できます

子ども家庭支援センターは、18歳未満の子どもと家庭に関するあらゆる相談を随時お受けしています。

相談できる方 お子さんの保護者・家族・親族、児童本人、妊婦の方、地域の方など

相談できる内容(例)

- ▶育児・しつけ▶発達・性格行動▶育児不安・育児疲れ
- ▶妊娠中の不安、出産後の心配▶子どもへのイライラ
- ▶子どもに怒鳴ってしまう、叩いてしまう
- ▶一時的に子どもを預けたい・育てられない
- ▶不登校・ひきこもり▶非行▶経済的困窮
- ▶家族やパートナーからの暴力・暴言・脅し
- ▶子ども自身からの悩み相談(いじめられる、学校に行きたくない、虐待を受けているなど)

その他どのような相談でもお受けしています。

相談のある方は電子メール、電話または直接ひばりへ
✉hibari@town.mizuho.tokyo.jp ☎568-0051
※携帯電話で受信拒否の設定をされている場合、受信できるように設定してください。