

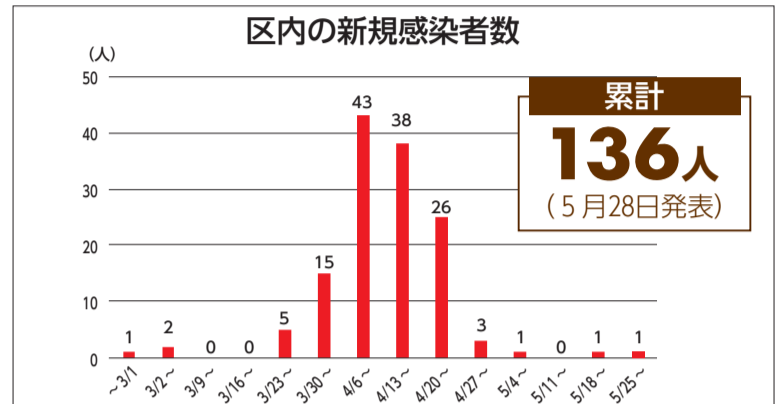


# 緊急事態宣言が解除されました

「新しい生活様式」で感染の再拡大を防ぎましょう

5月25日に東京都でも緊急事態宣言が解除されました。今後は、感染拡大の抑制と社会経済活動の両立を図ることが重要になります。区では、独自の緊急経済対策などを継続するとともに、引き続き感染拡大防止に努め、施設や事業の再開を段階的に進めていきます。

区民の皆さんには、手洗いや消毒・咳エチケットの徹底や身体的距離の確保、3密の回避など、「新しい生活様式」の実践をお願いします。



## 5月28日現在の区の対応方針

### ● イベント・行事など

規模・内容などにより開催の可否を判断し、感染防止対策を行った上で実施します。イベントなどの開催情報については、広報かつしかや区ホームページでお知らせします。

### ● 施設の開館および施設利用の再開

感染防止対策を行った上で、順次再開していきます。施設ごとに開館状況などが異なりますので、詳しくは2面をご覧ください。

### ● 保育施設・学童保育クラブ

「休園」を終了しますが、引き続き感染拡大防止のために可能な限り「家庭での保育を要請」します。

### ● 学校の再開など

密集を軽減するため、6月1日から段階的に分散登校を実施します。詳しくは各学校のホームページをご確認ください。

#### ▶ 第1段階(1週目)

全ての学年が登校できるよう、1~2つの学年ごとに分散して登校、給食(昼食)は無し

#### ▶ 第2段階(2・3週目)

全ての学年が登校できるよう、午前と午後それぞれ学年を決めて登校、簡易的な昼食を用意

#### ▶ 第3段階(4週目)

通常登校、給食を実施



## 「新しい生活様式」を取り入れましょう

感染拡大防止には、一人一人の意識と行動が重要です。

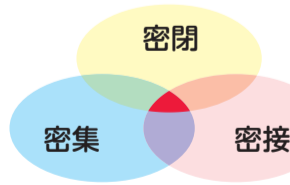
- 手洗いの徹底
- マスクの着用



身体的距離の確保  
(距離を保とう)



「3つの密」を  
避けましょう



### 場面別の生活様式

#### 買い物

- ☑一人または少人数で空いた時間に
- ☑レジに並ぶ時は間隔をあける
- ☑通販や電子決済も利用する
- ☑計画を立てて素早く済ませる



#### 食事

- ☑大皿は避けて個々の料理を頼む
- ☑対面ではなく横並びで座る
- ☑持ち帰りや出前も利用する



#### 娯楽・スポーツなど

- ☑公園は空いた時間・場所を選ぶ
- ☑筋トレやヨガなどは動画を活用する
- ☑ジョギングは少人数で



## 特別定額給付金 申請のお願い

■申請書の送付前にもう一度、申請書の記入内容、同封物の確認をお願いします。提出する書類に不備や不足があると、給付金の支給が遅くなる場合があります。

■全世帯へ申請書を発送しています。申請書が届いていない方は、葛飾区特別定額給付金コールセンターへお問い合わせください。

■窓口受付は行っていません。申請は郵送でお願いします。

葛飾区特別定額給付金コールセンター

☎03-5654-7131

(毎日/午前8時30分~午後5時)

電話のかけ間違いにご注意ください。



## 施設の再開について

緊急事態宣言の解除を受け、順次施設の利用を再開しています。

最新情報は区ホームページをご覧ください。



▲区ホームページ

### 注意事項

- ▶施設ごとに感染防止対策を行います。各施設管理者の指示に従って利用してください。
- ▶利用の際はマスクを着用してください。
- ▶発熱や咳など、風邪の症状がある方は利用しないでください。
- ▶利用時間の短縮や利用箇所の制限などを行っている施設があります。

(5月28日現在)

施設名	再開日	問い合わせ	施設名	再開日	問い合わせ
コミュニティ施設	地区センター(別館含む)・学び交流館・憩い交流館	6/1(月)から(窓口は5/26(火)から)	学び	図書館	中央・立石 6/1(月)から その他 6/2(火)から
	集い交流館	再開に向けて準備中		絵と言葉のライブラリーミッカ	6/5(金)から
	勤労福祉会館	6/1(月)から		郷土と天文の博物館	再開に向けて準備中
	シニア活動支援センター	6/15(月)から		科学教育センター(未来わくわく館)	6/1(月)から
男女平等推進センター(図書資料室を含む)	6/1(月)から	奥戸総合スポーツセンター(乳幼児親子のみ利用可)	6/1(月)から(白鳥・渡江は旧のみ)	子育てひろば(いろはを除く)・親子ひろば	6/1(月)から
公園・スポーツ施設など	体育施設(トレーニングルームを除く)	6/1(月)から	子ども	地域型児童館	再開に向けて準備中
	小・中学校、旧学校における施設(体育館、校庭など)の貸し出し	体育館など屋内施設 再開に向けて準備中 校庭など屋外施設 8/1(土)から 屋外の遊び場、スポーツ開放 7/1(火)から		子育てひろばいろは	6/1(月)から
	にいじゅくプレイパーク	5/27(水)から		金町子どもセンター(乳幼児親子のみ利用可)	6/1(月)から
	ボニースクールかつしか	6/2(火)から		障害者就労支援センター(水曜夜間)	6/3(水)から
	公園・児童遊園の一部遊具(複合遊具・滑り台など)	5/26(火)から	かつしかボランティアセンター	6/1(月)から	
	上千葉砂原公園(ふれあい・引き馬コーナー・交通遊具)	再開に向けて準備中	ウェルピアかつしか内喫茶コーナー(ミモザ)	再開に向けて準備中	
	新宿交通公園(ミニSL・鉄道資料室・バス展示・交通遊具)		産業・文化	寅さん記念館・山田洋次ミュージアム・山本亭	5/30(土)から
	北沼公園(ムーンウォーカー・交通遊具)		かつしかシンフォニーヒルズ	6/9(火)から(窓口は6/1(月)から)	
	金魚展示場		かめありリリオホール	5/30(土)から	
	水元かわせみの里	6/2(火)から	葛飾区伝統産業館	5/30(土)から	
	静観亭	5/30(土)から	夜間延長・休日開庁窓口	6/3(水)から	
	和楽亭	6/1(月)から	区政情報コーナー	5/26(火)から	
			食堂	6/1(月)から	
			旅行コーナー(近畿日本ツーリスト)	6/1(月)から	
			区役所		

## 新型コロナウイルスに関する健康相談

### ●帰国者・接触者電話相談センター

咳や発熱、強いだるさなどがある方はご相談ください。

**葛飾区** 月～金曜日(祝日を除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
**☎03-3602-1376**

**東京都** 月～金曜日は午後5時～翌午前9時、  
 土・日曜日と祝日は終日  
**☎03-5320-4592**

### ●新型コロナウイルス感染症相談電話

左記に該当しない場合の健康相談に応じます。

**葛飾区** 月～金曜日(祝日を除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
**☎03-3602-1399**

保健センター(11面上欄参照)でも相談に応じます。

**東京都** 多言語による相談(日・英・中・韓)  
**毎日(午前9時～午後10時)**  
**☎0570-550571**(ナビダイヤル)  
 聴覚障害のある方など  
**FAX 03-5388-1396**

**厚生労働省** 毎日(午前9時～午後9時)  
**☎0120-565653**(フリーダイヤル)

### 経験したことのない夏に注意

## 熱中症予防対策

マスクの着用や外出自粛などが続く中、熱中症のリスクが高まっています。いつも以上に熱中症に注意し、予防しましょう。

【担当課】 青戸保健センター



### 今年の夏が危険な理由

- ◆外出自粛での運動不足により、体が暑さに慣れず、汗をかいて体温を下げる「夏の体」の準備ができない。
- ◆マスクを着けていると、体内に熱がこもりやすく、のどの渇きを感じづらくなり、知らないうちに脱水が進んでしまう。

### 相談窓口

- ▶健康ホットラインかつしか ☎03-3602-1244
- ▶保健センター(11面上欄参照)

## 熱中症予防のポイント

### ◆水分を取る工夫

のどが渇いていなくても、小まめに水分を取りましょう。起床時、外出時、入浴前後などにも水分を取りましょう。

心臓や腎臓、糖尿病などの持病がある方は、水分の取り方について主治医に相談してください。



### ◆適度な運動・お風呂の活用

涼しい時間帯に適度な運動をしたり、お風呂につかって汗をかいたりして、暑さに慣れましょう。

### ◆暑さを避ける

風通しを良くして、カーテン、すだれ、ブラインド、緑のカーテンなどで直射日光を遮断しましょう。また、エアコンや扇風機、うちわなどを上手に使いましょう。打ち水も効果的です。

### ◆体調を整える

十分な睡眠と、バランスの良い食事を三食取りましょう。

(3)

本紙はUD(ユニバーサルデザイン)フォントを使用しています。

**お知らせ**

**地域包括支援センター  
運営協議会・地域密着  
型サービス運営委員会  
を傍聴できます**

地域包括支援センター  
(高齢者総合相談センター)  
の事業実績などの協議、地  
域密着型サービスの整備状  
況などについて報告します。

【日時】 6月22日(月)  
午後3～5時

【会場】 かつしかエコライ  
フプラザ(立石1-9-1)

【定員】 10人

【申込方法】  
6月10日(水)午前9時から  
電話で(先着順)。

【申し込み・担当課】  
高齢者支援課  
☎03(5654)8597

**東京都介護支援専門員  
実務研修受講試験  
受験要項を配布します**

受験には実務経験などが  
必要です。詳しくは受験要  
項をご覧ください。

【試験日】 10月11日(日)

【受験要項配布・申込期限】  
6月30日(火)(消印有効)

【受験要項配布場所】  
介護保険課(区役所2階2  
01番)、福祉事務所東庁  
舎(金町1-6-24)、東京  
都庁本庁舎(新宿区西新宿  
2-8-1)

郵送を希望する場合は、  
封筒に「令和2年度受験要  
項送付希望」と書いて、返信  
用封筒(角2封筒に250  
円分の切手貼付・宛先記  
入)を同封し、請求してく  
ださい。

【郵送請求・申し込み・問  
い合わせ】  
〒163-079新宿区西新宿2-  
7-1小田急第一生命ビル  
19階(公財)東京都福祉保  
健財団法人養成部介護人材  
養成室・ケアマネ試験担当  
☎03(3344)8512

【担当課】 介護保険課

**葛飾区人権施策推進  
指針(改定版)を策定  
しました**

葛飾区における人権施策  
の基本的な考えと方向性を  
示す指針です。

【閲覧場所】 ウイメンズパ  
ル(立石5-27-1)、図書  
館、区政情報コーナー(区  
役所3階304番)

【申し込み・担当課】  
区ホームページからもご  
覧になれます。

目の不自由な方など向け  
に音声版(デジ版)も用  
意しています。詳しくは  
お問い合わせください。

【担当課】 人権推進課  
☎03(5654)8148

**区営住宅・都営住宅募  
集案内の配布・申込受  
付期間が延長されます**

【配布期間】  
6月8日(月)～23日(火)

【申込受付期間】  
6月8日(月)～26日(金)

【募集案内・申込書配布場所】  
住環境整備課(区役所3階  
307番)、総合案内(区役  
所1-2階)、西生活課(区  
役所2階234番)、福祉  
事務所東庁舎(金町1-6  
-24)、区民事務所、区民サ  
ービスコーナー

【問い合わせ】  
東京都住宅供給公社新小岩  
窓口センター(西新小岩1  
-1-2)や、東京都住宅供  
給公社ホームページ(<https://www.to-kousya.or.jp/>)  
からも取り出せます。

【問い合わせ】  
東京都住宅供給公社都営住  
宅募集センター  
☎03(3498)8894

【担当課】 住環境整備課

**難病医療相談**

神経難病専門医による医  
療相談です。

【日時】 6月25日(木)  
午後2時～4時30分

【会場】 健康プラザかつし  
か(青戸4-15-14)

【対象】 パーキンソン病や  
脊髄小脳変性症などの神経  
難病の方、神経難病の恐れ  
があり転倒しやすい方、手  
足の震えなどがある方5人

【申込方法】  
6月8日(月)午前9時から  
電話で(先着順)。

【申し込み・担当課】  
保健予防課  
☎03(3602)1274

**原爆被爆者の方へ  
見舞金を支給します**

【対象】  
被爆者健康手帳をお持ちで、  
令和2年6月1日から支給  
時期まで引き続き区内にお  
住まいの方

【支給金額】 2万1千円

【支給時期】 8月中旬

【申請方法】 所定の申請書  
と同意書を、6月30日(必  
着)までに郵送。

令和元年度に支給されて  
いる方には、6月上旬に申  
請書と同意書を送付します。  
新たに区に転入された方  
は、お問い合わせください。

【対象】 アマチュアの方  
【募集写真】 区内の自然美  
や名所旧跡、祭りなど「葛  
飾」の魅力表現した写真  
(カラーまたは白黒で、A  
4サイズ。組写真・パノラ  
マ写真不可)

詳しくは、かつまるガイ  
ド(<http://www.katsushika-kankei.com/>)をご覧ください。

**第63回  
観光写真コンクール  
作品を募集します**

【応募先】  
〒125-0052柴又7-1-5柴  
又観光案内所(柴又下町や  
り出せます)。  
☎03(5654)8244

**野菜品評会の区民審査  
員を募集します**

区内で生産された農産物  
の出来栄を審査します。

審査員には区内産の新鮮  
野菜を差し上げます。

【日時】 7月2日(木)  
午前11時30分～午後2時30分

【会場】 テクノプラザかつ  
しか(青戸7-2-1)

**おわびと訂正**  
5月20日に送付した「令  
和2年度 風しん第5期  
抗体検査・予防接種」の案  
内に同封の指定医療機関一  
覧表の電話番号の一部に誤  
りがありました。

正しくは次のとおりです。

▽平成立石病院  
☎03(3692)2121

▽愛育苑診療所  
☎03(3607)6606

▽なかむら耳鼻咽喉科  
☎03(5648)8741

おわびして訂正します。

【担当課】  
保健予防課  
☎03(3602)1238

**新型コロナウイルス感染症拡大防止  
ごみの捨て方のお願い**

【担当課】 清掃事務所 ☎03-3693-6113

- ▶使用済みのマスクやティッシュを捨てる際は、ごみ袋を二重にする
  - ▶ごみ袋の封がほどけないようにする
  - ▶ごみ袋がいっぱいになる前に出す
- 感染により在宅療養中・自宅待機中の方へ
- ▶ごみはすぐ捨てず、1週間程度、自宅で保管する
  - ▶ペットボトルは「燃やすごみ」として出す

7月1日(水)より全国で  
レジ袋が有料になります

**マイバッグを  
使用しましょう**

7月から全国でレジ袋の有料化が義務付けられます。レジ袋を削減しプラスチックごみを減らしましょう。  
【担当課】 リサイクル清掃課  
☎03-5654-8273

**◆ポイ捨て禁止!**

ポイ捨てされたレジ袋やペットボトルが海まで流れると、海中の生物が傷つき、場合によっては死んでしまうなどの影響が出ています。こうした海洋プラスチックごみが世界中で大きな問題となっています。

**◆マイバッグでレジ袋を削減!**

レジ袋の代わりに繰り返し使えるマイバッグを使用したり、使い捨てプラスチック製品を減らしたりすることが、環境問題解決の一步となります。マイバッグなどを使用して、プラスチックごみを出さない生活を心掛けましょう。



広告 内容については広告主にお問い合わせください。

葛飾区創業30年。  
気軽に相談! 迅速な対応!  
地元だから顔が見えて安心!

**外壁塗装**

屋根 外壁 木部 鉄部

**見積無料**

国家資格取得者が直接施工・管理致します

株式会社 たつみ住研  
**0120-973-877**  
葛飾区柴又5-31-15  
mail: info@tatumi-j.co.jp  
http://www.tatumi-j.co.jp

5セット購入で  
10,000円分もお得に!

プレミアム率20%  
新型コロナウイルス対策緊急支援

# プレミアム付商品券 予約受付中!

【担当課】 商工振興課

【申込期限】 6月15日(月)(必着)

【商品券の概要】 1セット10,000円で12,000円分(500円券×24枚。14枚は一般商店、10枚は大型店・一般商店共通で使用可)のお買い物ができます。

【販売数】 100,000セット(1人5セットまで申し込み可)

【使用期間】 7月15日(水)~12月31日(木)

【申込方法】 ハガキまたはインターネットで(1人1回。多数抽選)。詳しくはかつしかプレミアム付商品券公式ホームページ(<https://www.katsushikaku-premium.com>)をご覧ください。

右のQRコードからも申し込みできます。

【問い合わせ】

かつしかプレミアム付商品券運営事務局 ☎0120-015-136  
(月~金曜日(祝日を除く)/午前9時~午後5時)



## プレミアム付商品券の取扱店を募集しています

募集要項や申込方法など、詳しくは上記公式ホームページをご覧ください。

【対象】 区内で小売業・飲食業・サービス業などの事業を営んでいる店舗(葛飾区商店街連合会に加盟していない店舗は、準会員への加盟が必要です)

【問い合わせ】 葛飾区商店街連合会 ☎03-3838-1813  
(月~金曜日(祝日を除く)/午前10時~午後4時)

## 児童手当・児童育成手当を 受給している方へ

令和2年2~5月分の児童手当と児童育成手当を支給します。個別の通知はしません。

【振込完了予定日】 6月10日(水)

### 児童手当

0歳から中学卒業までのお子さんがある家庭が対象の手当です。

### 児童育成手当(育成手当・障害手当)

ひとり親家庭や、父親(母親)に障害がある家庭、障害があるお子さんがいる家庭が対象の手当です。障害の状況により対象とならない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

【担当課】 子育て支援課

▷児童手当に関すること ☎03-5654-8294

▷児童育成手当に関すること ☎03-5654-8298

精神障害者・  
難病患者の  
方へ

## 受給者証の有効期間が 延長になりました

【対象】 対象医療費の受給者証をお持ちで、有効期間満了日が令和2年3月1日~令和3年2月28日の方

【延長期間】 1年間

【対象医療費と受給者証の取り扱い】

▶自立支援医療費(精神通院)

現在お持ちの受給者証を有効期間の1年後までそのまま利用できます。

▶難病法に基づく特定医療費および小児慢性特定疾病医療費

東京都から1年延長した受給者証が送付されます。

【担当課】 保健予防課 ☎03-3602-1274

毎月19日は  
食育の日

## 6月は食育月間です

【担当課】 健康づくり課 ☎03-3602-1268

食育とは、生涯にわたって健康で豊かな生活を送るために、食に関する知識と食を選択する力を習得し、健全な食生活の実践をめざすことです。

家で過ごすことが多いと、好きなものや手軽なものが多くなって栄養が偏ってしまう人も多いのではないのでしょうか。

栄養バランスの良い食事を意識し、規則正しい食生活を送りましょう。



### 栄養バランスの良い食事とは?

1日3食、主食・副菜・主菜を揃えることを意識しましょう。

**主食** ごはん・パン・麺などエネルギー源となるもの **主菜1皿**

**副菜** 野菜・きのこ・海藻・イモ類など身体の調子を整えるもの

**主菜** 肉・魚・卵・大豆製品など身体をつくる材料となるもの



特に朝ごはんの欠食率が高い傾向にあります。朝ごはんを食べると、脳の働きが活発になったり、代謝が良くなったりするなど、たくさんの利点があります。生活リズムを整え、元気に1日を過ごしましょう。

### 食育に関するパネル展示

日程	会場
6/24日(水)まで	中央図書館(金町6-2-1)
6/18(木)~26日(金)	区民ホール(区役所2階)



食育の取り組みは、区ホームページ(トップ→くらしのガイド→健康・医療・衛生→食育の取組→区の食育の取り組みの紹介)でも紹介しています。



## かつしかの 元気食堂 おうちで 作ろう! 元気食堂メニュー

【担当課】 健康づくり課 ☎03-3602-1268



### トマトときゅうりの 豆腐タルタルサラダ

切ってすぐ食べられる、旬の野菜を使ったサラダをご紹介します。タルタルソースは卵を豆腐で代用することで、火を使わず簡単に調理できます。

### 【材料】(2人分)

- キュウリ …………… 1/2本
- 塩 …………… 少々
- トマト …………… 中1個
- 切干大根 …………… 4g
- 絹ごし豆腐 …………… 1/4丁
- ▶ マヨネーズ ……大さじ1/2
- ▶ 白だし ……………大さじ1/2
- ▶ 粒マスタード ……小さじ1

### 健康ポイント

- ◎豆腐は卵と比べて、エネルギーや脂質を抑えることができ、夏でもさっぱり食べられます。
- ◎旬のトマトとキュウリはみずみずしく、熱中症予防にもおすすめです。

### 【作り方】

- ① 豆腐にキッチンペーパーを巻き、500Wの電子レンジで2分加熱する。切干大根は洗い、10分ほど水に漬け、ざるにあげる。
- ② キュウリは薄い輪切りにして塩をまぶしておく。トマトは8等分のくし形切りにし、一切れを3等分に切る。
- ③ 水切りした豆腐をボウルに入れてよく潰す。切干大根をみじん切りにし、よく水気を切ったら、Aの調味料とともに和える。
- ④ ②のキュウリの水気を絞り、トマトと合わせて皿に並べる。③のタルタルソースをかけて出来上がり。

### 【栄養成分表示】 1人分

エネルギー 67kcal たんぱく質 2.9g 脂質 3.9g  
炭水化物 5.5g 食塩相当量 0.8g

献立作成: 葛飾区健康部

## 令和2年度 特別区民税・都民税(住民税)のお知らせ

今年度の住民税は、平成31(2019)年の所得に対して課税します。税額決定納税通知書を確認の上、納期限内の納付をお願いします。【担当課】 税務課(区役所3階321番)

- ▶課税の内容について ☎03-5654-8550
- ▶納付の相談について ☎03-5654-8280
- ▶口座振替・還付金・証明書の郵送請求の相談について ☎03-5654-8201

### ●税額決定納税通知書を送付します

●自営業など個人で納付する方(普通徴収)、年金から引き落としされる方(年金特別徴収)は、6月10日(水)に発送します。

#### 【納期限】

- ▶第1期 6月30日(火) ▶第2期 8月31日(月)
  - ▶第3期 11月2日(月) ▶第4期 令和3年2月1日(月)
- 年金特別徴収の方は各支給月に引き落としされます。

【納付窓口】 金融機関、郵便局(ゆうちょ銀行)、税務課(区役所3階321番)、区民事務所、区民サービスコーナー、コンビニエンスストア

この他、口座振替やペイジーマーク表示のあるATM、インターネットバンキング・モバイルバンキングなども利用できます。

●会社員など給与から差し引きされている方(給与特別徴収)は、5月14日に給与支払者(勤務先)あてに送付しました。6月から年12回、給与からの差し引きとなります。

- ▶勤務先を退職したが通知書が届かない場合は、退職した勤務先に、退職の異動届を区役所に提出しているかご確認ください。
- ▶普通徴収の納付書が届いたが、新しい会社に勤め始めたときは、その勤務先で特別徴収できる場合があります。希望される場合は、勤務先にご相談ください。

### ●令和2年度住民税の課税(非課税)・納税証明書の発行について

【発行開始日】 6月10日(水) (給与から差し引きされている方(給与特別徴収)はすでに発行できます)

【発行場所】 税務課、区民事務所、区民サービスコーナー

郵送請求、電話または電子申請による夜間・休日窓口(区役所1階)での受け取りの他、マイナンバー(個人番号)カードをお持ちの方は、コンビニエンスストアなどの証明書発行機での交付も可能です。

#### 【ご注意ください】

- ▶住民税の申告をしていない方(公的年金受給者、確定申告をした方、勤務先から給与支払報告書の提出があった方および被扶養者の方を除く)の証明書は発行できませんので、税務課で申告してください。この場合、証明書の即日発行はできません。
- ▶被扶養者の方で所得金額(0円を含む)の記載のある証明書が必要な場合、住民税の申告が必要となる場合があります。
- ▶新型コロナウイルス感染拡大防止による申告期限の延長により、申告内容が当初の住民税額や各種保険料などの算定に反映されていない場合がありますが、順次算定していきます。

新型コロナウイルス感染症の影響により納税が困難な方へ納税を猶予する「特例制度」があります。詳しくは12面をご覧ください。

## 令和3年度の住民税に適用される主な税制改正

働き方の多様化を踏まえ「働き方改革」を後押しする観点から税制改正が行われます(所得税は令和2年分から適用)。

詳しくは区ホームページをご覧ください。

#### (1)給与所得控除の見直し

控除額を10万円引き下げ、控除が適用される給与収入の上限が850万円に変更となります。

#### (2)公的年金等控除の見直し

控除額を10万円引き下げ(公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が、1,000万円以上2,000万円以下の場合20万円、2,000万円を超える場合は30万円)。

#### (3)基礎控除および調整控除の見直し

基礎控除額が10万円引き上げられ43万円に変更となります。ただし、所得が2,400万円を超える場合は段階的に引き下げられ、2,500万円を超える場合は基礎控除の適用がなくなります。また、2,500万円を超える場合は調整控除が適用されなくなりました。

#### (4)所得金額調整控除の新設

給与所得控除および公的年金等控除の見直しにより、子育て・介護を行う世帯や、給与収入と年金収入の両方がある場合、原則増税とならないための控除が設けられました。

#### (5)給与所得控除、基礎控除などの見直しに伴う各種所得要件の見直し

次の各種控除や非課税基準について、それぞれ10万円引き上げられます。

- ▶配偶者控除および扶養控除の所得要件
- ▶配偶者特別控除の所得要件
- ▶勤労学生控除の所得要件
- ▶障害者・未成年・寡婦および寡夫の非課税の所得要件
- ▶個人住民税均等割および所得割の非課税基準
- (6)ひとり親家庭に対する税制の見直し
  - ▶未婚のひとり親に対する税制上の措置  
婚姻歴の有無や性別にかかわらず、生計を一にする子(総所得金額等が48万円以下)を有する単身者に、「ひとり親控除」(控除額30万円)を適用。
  - ▶寡婦(寡夫)控除の見直し
    - 寡婦に寡夫と同様に所得制限が設定(合計所得金額500万円(年収678万円))されます。
    - 住民票の続柄に「夫(未届)」「妻(未届)」の記載がある場合は、控除の対象外となります。
    - 子ありの寡夫の控除額は、子ありの寡婦と同額の30万円となり、「ひとり親控除」に統合されます。
    - 非課税の対象が寡婦および寡夫からひとり親および寡婦に変更となります。

## 健康の秘訣は

## 口腔ケア



お口の健康なくして、快適な日常生活は過ごせません。心身を健康な状態で維持し、快適な日常生活を過ごすためには口腔ケアが大切です。

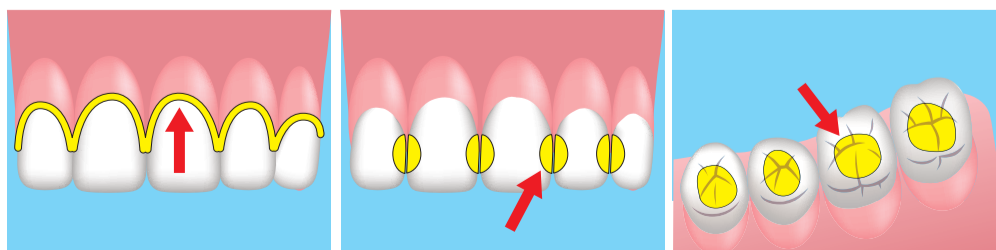
【担当課】 健康づくり課 ☎03-3602-1268

### 毎日の歯みがきでお口の中を清潔に保とう

#### みがき方のポイント

- ▶歯ブラシを細かく動かす
- ▶力を入れすぎない
- ▶フッ化物入りの歯みがき剤を使用する

#### みがき残しが多いところ



歯と歯肉の境目

歯と歯の間

かむ面(溝)

この他、歯並びが悪いところや、詰め物・入れ歯の金具の接触部分も念入りにみがきましょう。

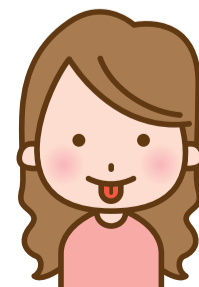
また、歯と歯の間はデンタルフロスや歯間ブラシを使いましょう。

### お口の動きを良好に保とう

お口には「食べる」「話す」「呼吸する」「表情をつくる」という、4つの大きな働きがあります。

お口周りの筋肉が衰えると、食べられるものが偏ることで低栄養になったり、誤って食道ではなく気管に入ってしまう誤嚥を引き起こしたりする可能性があります。

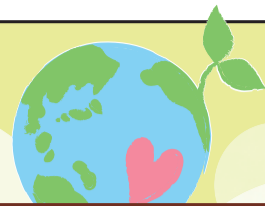
お口の体操で筋肉を維持しましょう。



舌を上下左右に出したり、舌で左右の頬をついたりしましょう

# エコチャレンジ・エコマスター制度

はじめよう! 地球にやさしい行動



【担当課】 環境課 ☎03 - 5654 - 8531

日頃の暮らしや仕事の中で、地球温暖化対策や自然・生活環境の保全をするための取り組みです。

## 制度の流れ

### まずはエコ宣言!

「小まめに電気を消す」「エコバッグを持参する」など、環境のために実行することを決めましょう。家庭や企業でも取り組みます。

### 次に行動! エコチャレンジ!

エコ宣言したことを、意識して実践しましょう。宣言以外にも緑のカーテンづくり、環境イベントへの参加、エコに関するアイデアなど、環境のために取り組んだことをエコチャレンジシートに記入し、環境課へ提出してください。あなたのエコチャレンジを認定します。



【エコチャレンジシート配布場所】 環境課(区役所4階410番) 区ホームページ(トップ→くらしのガイド→環境→環境→かつしかエコチャレンジ・エコマスターのご案内)からも取り出せます。

### エネルギーデータ表も記入してみましょう

電気・ガス・水道の使用量を記入するエネルギーデータ表も、エコチャレンジシートと一緒にセットしてあります。データ表を記入することで、前年との比較やエネルギー使用の傾向を知ることができます。エネルギーデータ表を1年間(4月～翌年3月)のうち、10カ月分以上記入し、環境課へ提出いただいた方には、データをグラフにしたエネルギーレポートと記念品を差し上げます。

### 取り組み続けた方は、エコマスターに!

継続してエコライフに取り組み、エネルギーデータ表を5年間分提出していただいた方を、エコマスターとして表彰します。

## 葛飾区総合アプリからも利用できます

エコ宣言やエコチャレンジシートが入力がアプリでできるようになりました。提出した過去のデータや、統計データとの比較ができるなどの便利な機能があるだけでなく、手書きや紙での提出の手間を省けます。※アプリをご利用の場合は、紙での提出は必要ありません。どちらか一方をご利用ください。



### 利用手順

- ①スマホアプリ「ココシル」をインストール  
Android端末は「Google Play」、iOS端末は「App Store」から「ココシル」を検索し、インストールします。
- ②「ココシル」を起動
- ③「葛飾区総合アプリ」を選択
- ④「くらし」から「かつしかエコチャレンジ・エコマスター」を選択



【担当課】 情報政策課 ☎03 - 5654 - 8130

# 地震から命を守る日頃の備え!

地震による死亡やけがの原因の多くが建物の倒壊や家具の転倒によるものです。阪神淡路大震災では、約8割の方が「窒息・圧死」で亡くなりました。また、葛飾区は一部の地域が火災に脆弱な木造住宅密集地域であるため、地震により発生した火災で命を落とす危険性もあります。こうした大規模地震発生時のリスクを軽減するため、次のような対策が有効です。

【担当課】 地域防災課 ☎03 - 5654 - 8254



## 家具転倒防止器具の取り付け

寝室や居間など普段過ごすことの多い部屋の家具を中心に、家具転倒防止器具を取り付けましょう。



たんすに設置した転倒防止器具

## ガラス飛散防止フィルムの貼付

地震によって窓ガラスが割れ、室内にガラスが飛散することを防止できます。また、台風などの強風時にも有効です。



フィルムなし フィルムあり

## 感震ブレーカーの設置

通電火災は、停電が復旧した際に発生する火災です。電気ストーブなどに再度通電した際に、散乱した布製品などが過熱されて出火します。また、地震の影響で傷ついたコードなどがショートして出火することもあります。これらを防ぐためにも地震の際に自動的にブレーカーを切ってくれる感震ブレーカーを設置しましょう。



コンセントタイプ

## 高齢の方や障害のある方で構成される世帯に補助をしています

- ▶住宅用家具転倒防止器具取付支援補助金(上限額3万円)
- ▶ガラス飛散防止フィルム貼付支援補助金(上限額2万円)
- ▶感震ブレーカー取付支援補助金(上限額2万円)

【対象世帯】 区内在住で世帯全員が次のいずれかに該当する世帯

- ▶65歳以上の方
- ▶身体障害者手帳(1・2級)または愛の手帳(1・2度)をお持ちの方

申請方法など、詳しくは設置前に地域防災課(☎03 - 5654 - 8254)へお問い合わせください。

# 区民応援 メッセージ

新型コロナウイルス感染症と戦う区民の皆さんを元気づけるため、葛飾区ゆかりの方たちから応援メッセージが寄せられました。



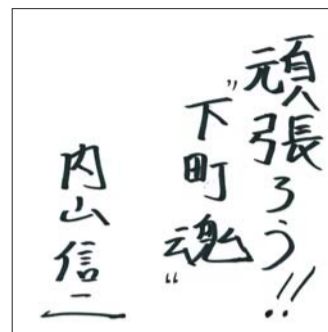
区ホームページ



**五代目 一龍齋貞花氏**  
(講談師)  
古典だけでなく、ビジネスや野球など幅広い講談で人気を集めている。亀有在住。



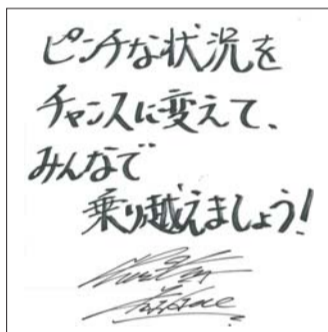
**内山信二氏**  
(タレント)  
子役時代からバラエティ番組などで活躍。新宿出身。かつしか観光大使。



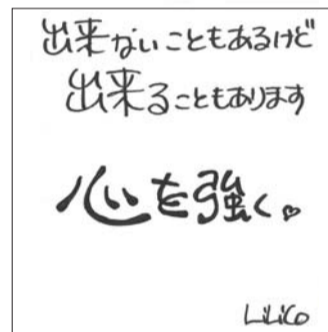
**大野隆司氏**  
(版画家)  
ネコとダジャレを組み合わせた版画で人気となる。新聞の挿絵などで活躍。東金町在住。



**川畑 要氏**  
(アーティスト)  
ヴォーカルデュオ「CHEMISTRY」として活躍中。亀有出身。かつしか観光大使。



**LiLiCo氏**  
(タレント)  
映画コメンテーター・タレントとしてテレビなどで活躍中。かつしか観光大使。



## みんなで応援しよう!

# 葛飾元気野菜

葛飾区は23区の中でも農業が存続している数少ない区の一つです。区内農家の優れた技術で生産された葛飾産の野菜を区民の力で支えましょう。

【担当課】  
産業経済課 ☎03 - 3838 - 5554



### ◆葛飾元気野菜とは

葛飾区では戦後まで農業が主要産業で、当時は金町コカブなど、葛飾発祥の野菜をはじめ、多くの野菜が作られていました。

現在では、水元・奥戸・高砂地区を中心に小松菜や枝豆、キャベツ、ブロッコリーなどが栽培されています。これら区内で栽培された野菜は葛飾元気野菜として、直売や学校給食への供給など、地産地消の取り組みが行われています。



▲区内にある小松菜畑

### ◆ここで買えます!

#### 葛飾元気野菜即売会

区内で生産されたさまざまな野菜を販売します。

日時	会場
6/10(水)午前11時30分から	区役所正面玄関前(立石5-13-1)
6/16(火)午前10時30分から	堀切地区センター(堀切3-8-5)
6/24(水)午前10時30分から	金町地区センター(東金町1-22-1)
7/1(水)午前10時30分から	さつき湯(東堀切3-27-9)
7/9(木)午前11時30分から	区役所正面玄関前(立石5-13-1)
7/16(木)午前11時30分から	

いずれも売り切れ次第終了。

#### 葛飾元気野菜直売所

区内の農家さんには、直売所や自動販売機を設置している方がいます。詳しい場所などは、区ホームページ(トップ→観光・産業情報→産業→農業→葛飾元気野菜を買いに行こう!)をご覧ください。



▲区ホームページ



▲野菜自動販売機

### 「葛飾元気野菜」の登録店を募集しています

葛飾元気野菜を販売するお店を「取扱店」、葛飾元気野菜を使用した加工品を販売したり、料理を提供したりするお店を「使用店」として登録します。登録店舗にはPR用看板、のぼり旗などを差し上げます。詳しくはお問い合わせください。



直売所や販売店、使用店などの情報はこちらから

<https://genkiyasai.jp/>

葛飾元気野菜

検索





## お知らせ

**介護保険サービス  
利用者の負担額軽減  
申請更新のお知らせ**

### 介護保険施設での 負担額軽減申請

介護保険施設における食費・居住費の負担額軽減の認定(負担限度額認定)を受けている方へ、更新のお知らせを6月中旬に送付します。

【対象】 住民税非課税世帯で次の全てに該当する方、または生活保護受給者

▽配偶者がいる場合、配偶者も非課税(世帯分離を含む)  
 ▽預貯金などの額が、単身で1千万円(夫婦の場合は2千万円)以下

### 生計困難な方の介護保険 サービス利用料軽減申請

軽減事業を実施している事業者から、訪問介護や短期入所生活介護(ショートステイ)など、指定の介護保険サービスを受けた場合、利用料を25%軽減します(老齢福祉年金受給者の方は50%軽減)。

利用料軽減の認定を受けている方へ、更新のお知らせを6月中旬に送付します。  
 【対象】 住民税非課税世帯で

次の全てに該当する方、または生活保護受給者

▽年収が単身世帯で150万円(世帯員が1人増えることに50万円加算)以下

▽預貯金など(有価証券、債券なども含む)の額が単身世帯で350万円(世帯員が1人増えることに100万円加算)以下

▽日常生活のために必要な資産以外に活用できる資産がない  
 ▽負担能力のある親族などに扶養されていない

▽介護保険料を滞納していない

### いずれも

新規に申請する場合や対象の事業者など、詳しくはお問い合わせください。

【更新受付期間】  
6月30日(火)まで

【更新後の認定期間】 8月1日(土)～令和3年7月31日(土)  
 【申請・担当課】  
介護保険課  
 (区役所2階201番)  
 ☎03(5654)8246

**65歳以上の方へ  
令和2年度の介護保険  
料をお知らせします**

令和2年度特別区民税の決定に基づき、「介護保険料特別徴収額決定通知書兼納入通知書」を6月中旬にお送りします。

**年金天引きの方・口座振替の方**

決定通知書のみ

**10月から年金天引きとなる方**

決定通知書、6～9月分の全

納納付書、各月の納付書

**納付書でお支払いの方**

決定通知書、6月～翌年3月分の全納付書、各月の納付書

【担当課】 介護保険課

☎03(5654)8249

## もの忘れ相談会

最近物忘れがひどくなった方や、認知症の相談をしたい方などの悩みに専門医が応じます。

【日時】 6月25日(木)午後2～4時

【会場】 新小岩北地区センター  
(東新小岩6-21-1)

【対象】 認知症の心配がある区内在住の方、またはその家族3人

【申込方法】 6月12日(金)午後5時までに電話で(申込多数の場合、相談内容により決定)。

【申し込み】

高齢者総合相談センター新小岩

☎03-5879-9328

【担当課】 高齢者支援課

## シルバーピア住宅の入居者を募集します

緊急通報装置や手すりの設置など、日常生活に配慮した住宅です。

住まいに困っている度合いの高い順に登録し、空き家が発生次第、順番に紹介します。

【対象】 次の全てに該当する65歳以上の方

▶ 単身の方、または60歳以上の同居親族がいる2人世帯の方(配偶者の場合はおおむね60歳以上)

▶ 平成29年6月18日以前から区内にお住まいの方

▶ 自立した生活のできる方

(介護を受けながら自立した生活をしている方を含む)

▶ 前年の所得金額が、単身者の場合は256万8千円以下、2人世帯の場合は合計294万8千円以下の方

▶ 立ち退きを求められている、または住宅が老朽化しているなどの理由でお困りの方(家賃滞納など本人に責任がある場合を除く)

▶ 暴力団員でない方

【募集住宅】

▷ 単身者向 1DK 10戸 ▷ 2人世帯向 2DK 2戸

【使用料(月額)】

▷ 単身者向 1万3300円～3万7900円

▷ 2人世帯向 2万円～6万800円

いずれも所得金額によって変わります。

【申込方法】 6月8日(月)～16日(火)に住環境整備課(区役所3階307番)で申込用紙を配布します。申込者本人がお越しください。

申込用紙は6月18日(木)(必着)までに持参か郵送してください。持参の場合は、印鑑(同居親族を含む)をお持ちください。立ち退きが理由の場合は、家主による立ち退き証明書が必要です。

【申し込み・担当課】

〒124-8555葛飾区役所住環境整備課 ☎03-5654-8353

## 70歳以上の方へ

### 安全運転支援装置の 設置費用を補助します

都ではペダル踏み間違い時の急加速を抑制する安全運転支援装置を購入・設置した個人に対し、費用の9割(9月1日からは5割)を補助しています。さらに区では、都の補助を受けて装置を設置した方に費用の1割(上限1台当たり1万円)を補助します。

【対象】 令和2年度中に70歳以上になる区内在住の方で、令和2年4月1日以降に東京都安全運転支援装置設置促進事業補助金を受け、安全装置を購入した方

【申請期間】 令和3年3月31日(水)まで

【申請に必要な物】

申請書、対象者本人の口座番号が分かる物、印鑑、安全運転支援装置購入・設置の領収書、作業明細書、運転免許証、都への補助金申込書の控え

【申請方法】

持参で。郵送での申請を希望する場合は事前にお問い合わせください。

【申請書配布場所】

交通政策課(区役所4階423番)、区民事務所  
区ホームページからも取り出せます。

【申請・担当課】

〒124-8555葛飾区役所交通政策課

☎03-5654-8386





(9)

## シニアのためのゆっくり・じっくりIT講座 7月分

日会内下表のとおり対区内在住55歳以上の方方往復ハガキに希望番号・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を書いて、各申し込み先に6月22日(月)(必着)まで(多数抽選)。担シニア活動支援センター

番号	コース	日程	費用 (教材費込み)	定員 (人)	時間・会場・申し込み
A※	パソコンで楽しむ趣味の写真撮影・整理・保存・画像調整 全2回	7/6・13(月)	2,000円	4	【時間】 午前9時30分～11時30分 【会場・申し込み】 〒124-0012立石6-38-11 シニア活動支援センター内 シニアIT・活動情報サロン ☎03-3692-3180
B	ここが知りたいマンツーマン1日講座 スマホやパソコンのここを教えて	7/20(月)または27(月)	2,000円	各日1	
C	iPhone・iPadタブレット入門(操作の基本～便利機能体験) 全4回	7/7～28(火)	4,000円	各4	
D	アンドロイドスマホ・タブレット(初心者でも安心して学べます)(持ち込みのみ) 全4回	7/8～29(水)	4,000円		
E	iPhone・iPadの便利講座 カレンダー・メモアプリの便利な活用 全2回	7/9・16(木)	2,000円		
F	スマホ・タブレット活用<検索・乗換案内・写真活用>(持ち込みのみ) 全2回	7/23・30(木)	2,000円		
あ	iPhone・iPadの趣味講座 お絵描き、塗り絵がこんなに楽しい 全2回	7/7・14(火)	2,000円	各4	
い	LINEのスタンプ作ってみよう<スマホ>写真を使ったオリジナルスタンプ作成 全2回	7/21・28(火)	2,000円		
う	アンドロイドスマホ・タブレット初心者入門講座(再受講者歓迎)(持ち込みのみ) 全2回	7/8・15(水)	2,000円		
え	アンドロイドスマホ・タブレット便利機能アプリ活用術(再受講者歓迎)(持ち込みのみ) 全2回	7/22・29(水)	2,000円	各日1	
お★	ここが知りたいマンツーマン1日講座 アンドロイドスマホ編(持ち込みのみ)	7/22(水)または29(水)	2,000円		
か※	パソコンで楽しむ趣味の写真撮影・整理・保存・画像調整 全2回	7/2・9(木)	2,000円	各4	
き	iPhone・iPadの便利講座 カレンダー・メモアプリの便利な活用 全2回	7/16・30(日)	2,000円		
く※	楽しいワード入門<パソコン初心者>写真を使ったカラー案内チラシ作成 全2回	7/3・10(金)	2,500円		
け	ここが知りたいマンツーマン1日講座 iPhone・iPad編	7/17(金)または31(金)	2,000円	各3	
301	初めてのパソコン 全4回	7/2～23(水)午前	4,000円		
302※	デジカメ、スマホ(アンドロイド)の写真をパソコンへ取り込み・整理・印刷(持ち込みのみ) 全2回	7/16・23(水)午後	2,000円		
303※	初心者のためのワード入門(案内状・表・ハガキ作成) 全4回	7/4～25(土)午後	4,500円		
304※	初心者のためのエクセル入門(表計算・グラフ作成・データ操作) 全4回	7/1～22(水)午前	4,500円		
305	サクッと操作! アンドロイドスマホ(写真、音楽、地図)(持ち込みのみ) 全2回	7/2・9(水)午後	2,000円	【時間】 午前10時～正午 午後/午後1時30分～3時30分 【会場・申し込み】 〒133-0051江戸川区北小岩6-2-6-102 NPO法人ユニコムかつしか ☎03-6657-9333	
306	サクッと操作! アンドロイドスマホ(LINE使いこなし)(持ち込みのみ) 全2回	7/4・11(土)午前	2,000円		
1※	パソコン応用講座(ステップアップ)	7/6～27(月)	4,000円	各3	
2※	各種案内状・報告書・住所録・表計算などの作成、作図・画像・写真などの処理操作方法、挨拶ハガキの作り方(季節限定)	7/7～28(火)	4,000円		
3※		7/8～29(水)	4,000円		
4	パソコン基礎講座(1) 基本操作(電源ON/OFF、文字入力他) 関連アプリの使い方 全2回	7/9・16(木)	2,000円		
5		7/10・17(金)	2,000円		

使用ソフト/ウィンドウズ10 ※のコースはローマ字入力できる方が対象です。

## シニア向け活動情報マガジン

「Cha!Cha!Cha!」にご登録ください



シニア向けの情報を配信する無料のメールマガジンです。  
登録したパソコンやスマートフォンにメールを配信します。

### 【主な配信内容】

- ▶シニア世代で地域活動を行っている方の紹介
- ▶特集企画(注目情報など)
- ▶講座・イベントなどの募集情報

### 【配信日時】

毎月25日の午後5時頃  
(土・日曜日、祝日の場合は翌平日に配信)

### 【登録方法】

区ホームページ(トップ→オンラインサービス→メール配信サービス→シニア向け活動情報マガジン「Cha!Cha!Cha!」)から登録できます。右のQRコードからも登録できます。



詳しくはお問い合わせください。

### 【担当課】

シニア活動支援センター  
☎03-5698-6201

凡例

日日時

会会場

対対象

方申込み

定定員

申申込み

申申込み

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

問問

## 住まい探しでお困りの高齢の方へ

# 民間賃貸住宅の住み替え支援を行っています

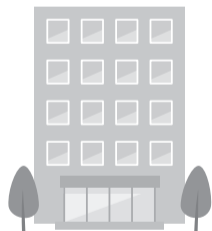
### ● 契約までの流れ

#### 相談

部屋探しでお困りのことをお聞きます。  
(例) 「高齢で単身のため、なかなか契約できる住まいが見つからない」など

#### 物件探し

区の登録事業者者に情報提供し、事業者から収集した物件情報をお知らせします。



#### 物件の下見、賃貸契約

- ▶利用者が自身で取扱店に行き、物件の下見や賃貸契約の手続きを行います。
- ▶あんしん民間賃貸住宅補償サービスの利用契約を行います。  
⇒初回登録料、月額利用料が全額助成されますサービスの例(週2回電話による安否確認、死亡時の原状回復費用などの補償金支給)

この他、初回の家賃債務保証料の一部を補助する制度もあります(上限額30,000円)。要件など、詳しくはお問い合わせください。

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

## 令和2年度 特定健診のお知らせ

今年度の特定健診は、新型コロナウイルス感染症の影響により延期といたします。  
受診開始時期は後ほど区のホームページなどで広報します。  
受診券の配布も開始時期に併せて延期となります。

- 対象者** 区内在住の40歳～74歳で、葛飾区国民健康保険に加入している方(4月1日時点)
- 場所** 区内の指定医療機関

葛飾区医師会 葛飾区立石5-15-12  
Tel.03-3691-8536  
詳しくはホームページをご覧ください <http://www.katsushika-med.or.jp>

集団予防接種によりB型肝炎ウイルスに持続感染された方へ 一人で悩まずに無料電話相談をご利用ください

## B型肝炎 給付金 について

# 無料電話相談

- 対象者** 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ  
※ご遺族の方も給付金請求できます
- 給付金** 50万円～3,600万円  
※病態に応じて給付等の内容が異なります
- 弁護士費用** 着手金・相談料 無料 成功報酬制  
※訴訟実費別途

(ご予約受付時間) ☎9:00～18:00 (完全予約制) ☎0120-013-621

弁護士法人 プレシヤス総合法律会計事務所  
TEL 03-5363-6333 FAX 03-5363-6334  
E-mail: info@precious-law.jp http://precious-law.jp/

## 令和2年度国民健康保険料決定通知書 兼納入通知書・納付書をお送りします

【担当課】 国保年金課 ☎03 - 5654 - 8210

国民健康保険の加入者がいる世帯へ、令和2年度国民健康保険料決定通知書兼納入通知書と納付書を6月17日(水)に発送します。口座振替をご利用の方や特別徴収(年金天引き)の方には、国民健康保険料決定通知書兼納入通知書のみ送付します。

加入人数や所得の変更などで保険料が変更になった場合は、その都度、国民健康保険料変更通知書兼納入通知書を送付します。

### 保険料を特別徴収(年金天引き)で納める方

保険料を公的年金から天引きします。天引き額は、国民健康保険料決定通知書兼納入通知書の特別徴収欄でご確認ください。口座振替による納付方法に切り替えることもできます。詳しくはお問い合わせください。

### 令和2年1月2日以降に転入した方

区では、所得金額などを把握できないため、所得にかかわらず国民健康保険に加入している方全員にかかる金額(均等割額)のみで保険料を算定します。

後日、所得金額などが判明した後に保険料を再計算し、保険料が変更になる場合は、国民健康保険料変更通知書兼納入通知書を送付します。

## 特別区民税・都民税(住民税)などを 延長期間に申告した方へ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、令和2年度特別区民税・都民税(住民税)などの申告期限が延長されました。これに伴い、申告延長期間の3月17日～4月16日に申告をした方は、国民健康保険料決定通知書兼納入通知書に内容が反映されていない場合があります。

後日、所得金額などが判明した後に保険料を再計算し、保険料が変更になる場合は、7月以降に国民健康保険料変更通知書兼納入通知書を送付します。

## 税・国民健康保険料などのお支払いは、 簡単・便利な口座振替をご利用ください

【担当課】 収納対策課 ☎03 - 5654 - 8186

税・国民健康保険料などのお支払いは、口座振替をご利用いただきますと払い忘れが防げます。

決定通知書に口座振替の依頼書が同封されていますので郵送で手続きができます。

また、口座名義人ご本人がキャッシュカードをお持ちいただくと、区役所・区民事務所の窓口で簡単に手続きができます。

詳しくは区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

### 国民健康保険料の口座振替手続きをされた方へ

## 国民健康保険「健康推進事業」施設 割引券をお送りします

【担当課】 国保年金課 ☎03 - 5654 - 8213

下表の温泉施設やスポーツクラブの施設割引券を掲載した「口座振替開始のお知らせ(口座振替開始・変更月発送)」および「口座振替済等のお知らせ(毎年12月下旬発送)」を送付します。

新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴い、各施設により営業状況が異なります。詳しくは、施設へお問い合わせください。

施設名	電話番号
東京天然温泉 古代の湯(奥戸4-2-1)	03 - 5654 - 2611
スポーツクラブネサンス青砥24(青戸6-2-1)	03 - 5629 - 3923
セントラルフィットネスクラブ青砥(立石6-39-8)	03 - 3838 - 0781
セントラルウェルネスクラブ24京成小岩(鎌倉4-2-1タナベビル)	03 - 5612 - 5071
セントラルフィットネスクラブ亀有(亀有3-26-1リリオ館8F)	03 - 5680 - 0303

## 国民健康保険の各種届け出は お済みですか？

届け出を忘れると、保険料の納め過ぎが発生したり、督促状が届いたりする他、医療費の保険負担が適用できない場合があります。 【担当課】 国保年金課 ☎03 - 5654 - 8210

### 新型コロナウイルスの影響により収入が減少した方へ

国民健康保険料を減免する制度があります。詳しくは12面をご覧ください。

### ■職場の健康保険に加入された場合や扶養家族になった場合は、国民健康保険をやめる届け出が必要です

勤務先から区役所への連絡はありません。ご自身で14日以内に届け出が必要です。

#### 【郵送での届出方法】

##### 必要書類

- ①職場の健康保険証または資格取得証明書のコピー(該当する方全員分)
- ②国民健康保険被保険者資格喪失届出書(郵送用)(区ホームページから取り出せます)に記入した用紙または、住所・氏名・電話番号・国民健康保険をやめる旨を記入した任意の用紙(①の余白に記入しても構いません)
- ③葛飾区の国民健康保険証(該当する方全員分)※
- ④高齢受給者証(70～74歳の方のみ)※

※公印部分にボールペンで×印をするか、ハサミで切り込みを入れてください。

送付先 〒124 - 8555葛飾区役所国保年金課  
(封筒に「国保資格喪失届出書在中」と記入してください)

#### 【窓口での届出方法】

##### 必要書類

- ①職場の健康保険証または資格取得証明書(該当する方全員分)
- ②葛飾区の国民健康保険証(該当する方全員分)
- ③高齢受給者証(70～74歳の方のみ)
- ④世帯主と異動する世帯員のマイナンバー(個人番号)を確認できる物  
(マイナンバー(個人番号)カード、通知カード、マイナンバーの記載がある住民票)
- ⑤届出者の本人確認書類(マイナンバー(個人番号)カード、運転免許証、パスポート、顔写真付きの住民基本台帳カードなど)

届出窓口 国保年金課(区役所3階315番)、区民事務所

### ■非自発的失業者に係る軽減制度を受ける場合は、届け出が必要です

倒産や解雇などの理由で離職した方を対象とした保険料の軽減制度です。

#### 【対象】

離職時に65歳未満で雇用保険受給資格者証の離職理由コードが11・12・21・22・23・31・32・33・34のいずれかに該当する方(特例受給資格者や高齢受給資格者の方を除く)

#### 【届け出に必要な物】

- ①ハローワークで発行の「雇用保険受給資格者証」
- ②葛飾区の国民健康保険証
- ③マイナンバー(個人番号)を確認できる物(マイナンバー(個人番号)カード、通知カード、マイナンバーの記載がある住民票)
- ④届出者の本人確認書類(マイナンバー(個人番号)カード、運転免許証、パスポート、顔写真付きの住民基本台帳カードなど)

【届出窓口】 国保年金課(区役所3階315番)

### ■国民健康保険に加入している方は、住民税の申告が必要です

(所得税の確定申告をした場合などを除く)

所得が無かった方や少ない方は、保険料の軽減が受けられません(所得金額や世帯の被保険者数によって条件は異なります)。申告がお済みでない方は、正しい保険料の計算ができないため、保険料の軽減が受けられません。確定申告の必要がない方でも必ず住民税の申告をお願いします。

#### 【申告・担当課】

税務課(区役所3階321番) ☎03 - 5654 - 8550

(11)

健康部(保健所)  
 (代)☎03-3602-1222  
 青戸4-15-14

青戸保健センター  
 ☎03-3602-1284  
 青戸4-15-14

金町保健センター  
 ☎03-3607-4141  
 金町4-18-19

新小岩保健センター  
 ☎03-3696-3781  
 西新小岩4-21-12

水元保健センター  
 ☎03-3627-1911  
 東水元1-7-3

**認知症サポーター養成講座**  
 認知症の方や家族が地域で安心して暮らせるよう、認知症について正しく理解します。  
 日 6月20日(土)午後2時～3時30分  
 会場 新小岩地区センター(新小岩2-17-1)対面  
 対象 区内在住・在勤・在学の方20人  
 申込 6月8日(月)午前9時から電話で(先着順)。申高年齢者総合相談センター奥戸☎03(5670)5212 担当高年齢者支援課

**障害のある方へパソコン講習会**  
 キーボード操作や文字入力の方法を学びます。  
**高次脳機能障害のある方へパソコン講習会** 全5回  
 日 ①7月1日～29日の(水)午前10時～11時30分 ②7月4日～8月1日の(土)午前10時～11時30分  
 会場 区内在住69歳以下で、高次脳機能障害のある方各4人

**身体障害のある方へしっかりパソコン講習会** 全5回  
 日 7月6日～8月3日の(月)午前10時～11時30分  
 会場 区内在住69歳以下で、身体障害者手帳をお持ちの方4人

**文化芸術講座**  
 「馬場あき子の作品ほか」の資料送付と出詠作品「発見のある歌」に対する指導を通じて行います。  
 定 40人  
 会場 和田沙都子氏(短歌人)方往復ハガキに「短歌講座」・自作の短歌1首(発見のある歌)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、6月25日(木)(必着)まで(多数抽選)。申問〒125-0051 新宿6-2-1181  
 2 村田方(葛飾短歌会事務局) ☎03(3607)0636 担当生涯学習課

**自然学習講座**  
 夏の昆虫たちを観察しよう

**短歌講座**  
 「馬場あき子の作品ほか」の資料送付と出詠作品「発見のある歌」に対する指導を通じて行います。  
 定 40人  
 会場 和田沙都子氏(短歌人)方往復ハガキに「短歌講座」・自作の短歌1首(発見のある歌)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、6月25日(木)(必着)まで(多数抽選)。申問〒125-0051 新宿6-2-1181  
 2 村田方(葛飾短歌会事務局) ☎03(3607)0636 担当生涯学習課

**自然学習講座**  
 夏の昆虫たちを観察しよう

**短歌講座**  
 「馬場あき子の作品ほか」の資料送付と出詠作品「発見のある歌」に対する指導を通じて行います。  
 定 40人  
 会場 和田沙都子氏(短歌人)方往復ハガキに「短歌講座」・自作の短歌1首(発見のある歌)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、6月25日(木)(必着)まで(多数抽選)。申問〒125-0051 新宿6-2-1181  
 2 村田方(葛飾短歌会事務局) ☎03(3607)0636 担当生涯学習課

**講座・講演会**

**凡例**  
 日日時 会場 対象 定員 内容 講師 費用 持ち物  
 保育 他その他 方申込方法 申込先 問問い合わせ先 担当課

**方往復ハガキに希望講座名(「高次①または②」「しっかり」のいずれか)・住所・氏名・生年月日・電話番号を書いて、6月19日(金)(必着)まで(新規申し込みのみ)**

**自然学習講座**  
 夏の昆虫たちを観察しよう

**短歌講座**  
 「馬場あき子の作品ほか」の資料送付と出詠作品「発見のある歌」に対する指導を通じて行います。  
 定 40人  
 会場 和田沙都子氏(短歌人)方往復ハガキに「短歌講座」・自作の短歌1首(発見のある歌)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、6月25日(木)(必着)まで(多数抽選)。申問〒125-0051 新宿6-2-1181  
 2 村田方(葛飾短歌会事務局) ☎03(3607)0636 担当生涯学習課

**自然学習講座**  
 夏の昆虫たちを観察しよう

**短歌講座**  
 「馬場あき子の作品ほか」の資料送付と出詠作品「発見のある歌」に対する指導を通じて行います。  
 定 40人  
 会場 和田沙都子氏(短歌人)方往復ハガキに「短歌講座」・自作の短歌1首(発見のある歌)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、6月25日(木)(必着)まで(多数抽選)。申問〒125-0051 新宿6-2-1181  
 2 村田方(葛飾短歌会事務局) ☎03(3607)0636 担当生涯学習課

**自然学習講座**  
 夏の昆虫たちを観察しよう

**短歌講座**  
 「馬場あき子の作品ほか」の資料送付と出詠作品「発見のある歌」に対する指導を通じて行います。  
 定 40人  
 会場 和田沙都子氏(短歌人)方往復ハガキに「短歌講座」・自作の短歌1首(発見のある歌)・住所・氏名(フリガナ)・電話番号を書いて、6月25日(木)(必着)まで(多数抽選)。申問〒125-0051 新宿6-2-1181  
 2 村田方(葛飾短歌会事務局) ☎03(3607)0636 担当生涯学習課

**自然学習講座**  
 夏の昆虫たちを観察しよう

**講座・講演会**

**チャレンジしませんか！介護のしごと**

**生活介護員養成研修 全4回**

4日間の研修で生活支援サービスの基本を学び、介護サービス事業所で働くことをめざします。

研修を修了した方は「生活介護員」の資格が取得でき、生活支援サービス(訪問型・通所型サービス)を提供する事業所で働くことができる他、東京都が行う研修を受講する際に、研修時間の一部が免除される場合があります。また、修了後にフォローアップ研修も実施します。

- 【日時】 6月22日(月)～25日(木)午前9時～午後5時
- 【会場】 ウィメンズパル(立石5-27-1)
- 【対象】 18歳以上で、介護サービス事業所への就業を希望・検討している方、または通所型住民主体サービスを運営している方(予定を含む) 20人程度
- 【内容】 ▶介護に関する基礎知識 ▶介護の基本  
 ▶介護における安全確保 ▶認知症・障害の理解  
 ▶葛飾区の総合事業 など
- 【申込方法】 電話かファクス(住所・氏名・生年月日・電話番号(ファクス番号)を記入)で、6月12日(金)まで(多数抽選)。
- 【申し込み】 (一社)葛飾区介護サービス事業者協働組合  
 ☎03-5654-9517  
 (午前10時～午後4時/土・日曜日、祝日を除く)  
 FAX03-5654-9518
- 【担当課】 高齢者支援課 ☎03-5654-8598

**10万円の特別定額給付金を装った詐欺にご注意ください！**

【担当課】 消費生活センター

特別定額給付金の給付のためと称した「個人情報」「通帳、キャッシュカード」「暗証番号」などの詐取にご注意ください。

区役所や総務省が区民の皆さんに、次のような行為を行うことは**絶対ありません**。

- ▶現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- ▶受給にあたり、手数料の振り込みを求めること
- ▶メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること

**不審に感じたら、すぐに相談を**

- ▶葛飾警察署 ☎03-3695-0110
- ▶亀有警察署 ☎03-3607-0110
- ▶消費生活センター ☎03-5698-2311

夜間・休日は☎110に通報を！

**休日応急診療 必ず事前に電話の上、マスク着用で受診してください。**

中学生以下の方が受診する際は、保護者の同伴をお願いします。車で来診される場合は、診療所の駐車場または近隣の有料駐車場をご利用ください。

**◆医療機関などの案内**  
 東京都医療機関案内サービスひまわり ☎03-5272-0303  
 東京消防庁救急相談センター(24時間対応) ☎#7119または☎03-3212-2323  
 本田消防署 ☎03-3694-0119/金町消防署 ☎03-3607-0119

**◆平日夜間診療所(小児科)**  
 平日夜間こどもクリニック(東金町1-22-1金町地区センター内金町休日応急診療所)  
 ☎03-3627-0022 (受付時間)月～金曜日 午後7時30分～9時45分

**◆休日診療所(内科・小児科)**  
 金町休日応急診療所(東金町1-22-1金町地区センター内) ☎03-3627-0022  
 (受付時間)日曜日・祝日 午前10時～11時30分・午後1時～3時30分・5時～9時30分  
 土曜日 午後5時～9時30分

※立石休日応急診療所(立石5-15-12葛飾区医師会館内)は休診しています。

**◆休日当番医(受付時間)午前9時～11時30分、午後1時～4時30分**

月日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
6/7	四ツ木診療所	内	東四ツ木4-45-16	03-3694-1661
	吉崎医院	内、小	金町2-9-14	03-3607-3870
	遠武内科小児科医院	内、小	立石6-34-12	03-3693-8821
	東金町内科クリニック	内、小、消	東金町7-5-8-1F	03-5648-5715
	小宅産婦人科医院	産婦	西水元1-29-17	03-3609-0415
6/14	佐藤整形外科医院	整、リウ	東金町1-26-5	03-3627-8686
	大山クリニック	内、消、循、小	堀切1-41-9	03-3692-1314
	立石中央クリニック	内、消、乳外、肛、小	立石7-3-4	03-5672-2225
	南塚医院	内、循、胃	東新小岩4-3-3	03-5698-3688
	茅野外科内科	内、外	西亀有2-37-3	03-3602-0357
	新小岩北口診療所	外、整、内、胃	西新小岩1-8-4	03-5670-2826
	南郷外科・整形外科医院	整	堀切3-17-13	03-3691-1613

**◆休日歯科当番医(診療時間)午前9時～午後4時**

月日	医療機関名	所在地	電話番号
6/7	木暮歯科クリニック	柴又5-8-3-2F	03-5668-5150
	早川歯科医院	新小岩1-44-3-2F	03-3655-0301
6/14	こじま歯科医院	金町5-28-8-101	03-5876-3101
	宮澤歯科医院	堀切2-13-9	03-5671-6480

**◆休日当番接骨院(開院時間)午前9時～午後5時**

月日	接骨院名	所在地	電話番号
6/7	岡島接骨院	南水元4-17-4	03-5660-0461
	いけだ接骨院	宝町1-2-1	03-5698-2577
6/14	黒田接骨院	白鳥2-6-1	03-3604-8221
	三浦接骨院	細田5-10-9	03-3673-6598

**◆休日対応薬局(開局時間)午前9時～午後5時30分**

月日	薬局名	所在地	電話番号
6/7	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	03-3694-0435
	いろは薬局	金町2-9-14	03-6231-3523
	プライム薬局亀有店	亀有5-21-8-103	03-5682-7060
	スカイ薬局青戸店	立石6-34-13	03-5654-6866
	へいわ橋薬局	東四ツ木4-45-10	03-5698-0502
6/14	新生堂薬局東金町店	東金町7-4-3	03-5648-5320
	おおうら薬局第一支店	立石7-6-1	03-3694-0435
	フレンド薬局	西新小岩1-8-5-1F	03-5670-9311
	秋山薬局堀切三丁目店	堀切3-17-15	03-3693-8970

このマークのあるものは、パソコン・携帯電話から電子申請で申し込みができます(一部、携帯電話からは申請できないものがあります)。  
 全○回とある講座は、全ての日程に参加してください。費用の記載がない事業は、定員を超えた場合抽選します。ハガキ・ファクスによる申し込みは原則1人1枚です。詳しくは区ホームページをご覧ください。

# 新型コロナウイルス 経済・生活支援関連情報

家計が苦しいなど生活のことでお悩みの方へ

## 自立相談支援窓口

生活困窮となった方はご相談ください。

### 住居確保給付金について

収入の減少や離職などにより、住居喪失またはその恐れのある方へ家賃相当額(上限あり)を家主に支給します。支給要件など、詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】 自立相談支援窓口 ☎03 - 5654 - 8625

新型コロナウイルスの影響により税や保険料の納付にお困りの方へ

## 税・保険料の特例制度や納付相談

### ①特別区税

【問い合わせ】 税務課 ☎03 - 5654 - 8280

### ②国民健康保険料、後期高齢者医療保険料

【問い合わせ】 国保年金課 ☎03 - 5654 - 8213

### ③介護保険料

【問い合わせ】 介護保険課 ☎03 - 5654 - 8249

### 上記①～③のうち収納対策課所管分

【問い合わせ】 収納対策課 ☎03 - 5654 - 8174

### ④国税

【問い合わせ】 葛飾税務署 ☎03 - 3691 - 0941

### ⑤国民年金保険料

【問い合わせ】 葛飾年金事務所 ☎03 - 3695 - 2181

## 納税を猶予する「特例制度」

特例が適用された税は納期限から最長1年間納税が猶予されます。適用には申請が必要です。口座振替を利用されている方は、6月17日(水)までにお問い合わせください。

【対象】 新型コロナウイルスの影響で令和2年2月以降の任意の期間(1カ月以上)において、事業などによる収入が前年同期に比べて概ね20%以上減少し、一時に納税が困難な方

【対象の税】 ▶特別区民税・都民税 ▶軽自動車税(種別割)(いずれも令和2年2月1日～3年1月31日が納期限のもの)

【問い合わせ】 税務課 ☎03 - 5654 - 8280

(収納対策課が担当するものは☎03 - 5654 - 8174)へ)

## 国民健康保険料の減免

減免には申請が必要です。収入や納付状況などを伺った上で減免のご案内をしますので、事前にお問い合わせください。その際、必ずお手元に6月17日(水)に発送する令和2年度国民健康保険料決定通知書をご用意してください。

【対象の保険料】 原則として令和2年2月分～3年3月分

【対象・減免額】

▶新型コロナウイルス感染症で、主たる生計維持者が死亡した、または重篤な傷病を負った世帯 全額

▶新型コロナウイルス感染症の影響で、主たる生計維持者の事業収入などの減少が見込まれ、次の全てに該当する世帯 一部減額

①主たる生計維持者の事業収入などの減少額(保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額)が令和元(2019)年の当該事業収入などの金額の10分の3以上であること

②主たる生計維持者の令和元(2019)年の合計所得金額が1,000万円以下であること

③減少することが見込まれる主たる生計維持者の事業収入などに係る所得以外の令和元(2019)年の合計所得金額が400万円以下であること

【問い合わせ】 国保年金課 ☎03 - 5654 - 8213

## 国民年金保険料の特例免除

新型コロナウイルスの影響により、収入源となる業務の喪失などにより所得が相当程度まで下がった場合、臨時特例措置として本人申告の所得見込額を用いた簡易な免除申請が可能となりました。詳しくはお問い合わせください。

【対象の免除申請】 令和2年2月以降分の国民年金保険料免除・納付猶予、学生納付特例

【必要書類】 免除・猶予申請書、学生納付特例申請書(学生証のコピーを添付)および所得の申立書

【申請・問い合わせ】

▶葛飾年金事務所(立石3-7-3) ☎03 - 3695 - 2181

▶国保年金課(区役所3階315番) ☎03 - 5654 - 8214

休業や失業などで減収し、生活資金にお困りの方へ

## 緊急小口資金等の特例貸付

要件や申請方法など詳しくは各ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

▶主に失業や休業された方

【問い合わせ】 葛飾区社会福祉協議会 ☎03 - 5698 - 2457

▶主に休業された方

【問い合わせ】 ▶労働金庫連合会 ☎0120 - 225 - 755

▶葛飾郵便局 ☎03 - 3695 - 9109

▶葛飾新宿郵便局 ☎0570 - 943 - 102

子育て世帯の方へ

## 臨時特別給付金を加算して支給します

児童手当の受給世帯に対し、国から支給される1万円に区独自でさらに1万円を加え、6月中旬から支給します。区から児童手当を受給している方は申請不要です。

【対象】 令和2年3・4月分の児童手当受給者(特例給付は除く)

公務員の方へ

受給には申請が必要です。

詳しくは区ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

【問い合わせ】 子育て支援課 ☎03 - 5654 - 8294

妊婦の方へ

## 妊娠子育て応援券を追加交付しています

タクシー運賃などに使える妊娠子育て応援券(1万円分)にさらに1万円分を加え、6月1日から交付しています。

【対象】 令和2年度に「ゆりかご面接」を行う妊婦

【問い合わせ】 青戸保健センター ☎03 - 3602 - 1284

事業者の方へ

## 新型コロナウイルス対策緊急融資

### 本人負担利率0%・信用保証料全額補助

事業活動に影響を受けている区内中小企業・小規模事業者に対し資金繰りを支援します。予約の上、面談が必要です。

すでに融資を受けている方には金融機関を通じて本人負担利率分を利子補給します。

【問い合わせ】 産業経済課 ☎03 - 3838 - 5556



-----国や東京都の経済支援-----

### ●持続化給付金

1カ月の売上が前年同月比で50%以上減少した事業者、法人200万円、個人事業者100万円を給付します。

【問い合わせ】 経済産業省持続化給付金事業コールセンター

☎0120 - 115 - 570(毎日/午前8時30分～午後7時)

### ●東京都感染拡大防止協力金

都の要請に応じて休業・短縮営業などを実施した事業者、50万円または100万円を給付します。

【問い合わせ】 東京都緊急事態措置等・感染拡大防止協力金相談センター

☎03 - 5388 - 0567(毎日/午前9時～午後7時)

### ●雇用調整助成金

休業や教育訓練を実施した事業者、休業手当または賃金などの一部を助成します。

【問い合わせ】 厚生労働省雇用調整助成金コールセンター

☎0120 - 60 - 3999(毎日/午前9時～午後9時)

▶雇用調整助成金の無料相談を行います(要予約)

詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】 しごと発見プラザかつしか

(青戸7-2-1テクノプラザかつしか内) ☎03 - 5680 - 8765

広告 内容については広告主にお問い合わせください。

# リフォーム・リノベーション

相談・見積 ¥0

お陰様・地元で20年

真心対応

豊富な経験と実績

雨もり 内外装

水周り 新築

介護リフォーム

TOYODO THOUSE-SP 東洋堂ハウスSP

本社 03(5849)3090

足立区東綾瀬 1-24-13 柳東洋堂ハウスSP第1ビル

東京都知事許可(般-27)第144283号

東洋堂ハウスSP 検索

住宅リフォーム事業者団体 国土交通大臣登録

金町支店 03(5876)3963

JR金町駅前 葛飾区東金町 1-4-13 越後屋ビル 2F

小岩支店 03(6458)0064

JR小岩駅前 江戸川区西小岩 1-28-12 カーサ西小岩 2F