

家族や近所の高齢者の皆さんなどにもご案内ください

よこはま健康ファミリー
キャラクター



ヘルスイ
ジジ
バババ
ツイッター公式アカウント: @yokohama_kenko

よこはまシニア通信

よこはまシニアボランティアポイント ボランティア登録者が急増中

65歳以上の市民一人ひとりの社会参加や地域への貢献、健康増進と介護予防を通じた生きがいづくりを目的とした「よこはまシニアボランティアポイント」。さまざまな福祉施設で、あるいは子育て支援などの場でも、ボランティア活動に取り組む人が増えています。あなたも、始めてみませんか。

登録者数
1万5,000人
突破!



イメージ
キャラクター
健康ほうし君



花を生けています

あなたもボランティアに
参加しませんか



ゲームの手伝いをしています



車いすを整備しています

**施設などで
ボランティア活動をする**
高齢者施設などで配膳や片付けを手伝ったり、庭を手入れしたりします。レクリエーションや車いすの介助を通じて、利用者の話し相手として喜ばれることもあります。



お茶を入れていきます

ポイントを活用する(換金・寄附)
換金して自由に使うことができます。
※ポイント活用は年間8000ポイントまで
(1ポイント=1円)

換金して
今後の活動の
費用にすることも
できるね!

基金に寄附も
できるよ!

活動してポイントを貯める
1日30分程度の活動をすると、
200ポイントがもらえます。
※ポイント上限は1日200ポイントまで

始めてみると、続けていける
理由が見つかります

ボランティアをして良かったこと
「日々の生活に張りが出た」
「健康につながっている」
「ボランティア仲間ができた」
「役に立った実感を得た」
「地域とのつながりができた」

まずは登録研修会へ

制度の仕組み、活動の注意点、活動場所の選び方などを説明します。
いずれも13時(受付開始12時30分)から
※事務局への事前申込みが必要です

4月18日(火)	鶴見公会堂	6月5日(月)	中山地区センター
4月25日(火)	開港記念会館	6月14日(水)	旭公会堂
5月9日(火)	泉公会堂	6月20日(火)	瀬谷公会堂
5月25日(木)	南公会堂	7月4日(火)	栄公会堂
		7月13日(木)	開港記念会館
		7月25日(火)	青葉公会堂

☎ 事務局 ☎ 671-0296 ☎ 671-0295

介護保険料の減免について

28年中に土地・建物を売却し、長期・短期譲渡所得にかかる特別控除がある人へ

28年中に土地や建物を売却した人で、売却にかかる長期・短期譲渡所得に特別控除がある場合、合計所得金額から、当該特別控除額を控除して計算し直すことにより、介護保険料の減免が受けられる場合があります。

6月に送付する「介護保険料額決定通知書」で保険料を確認の上、通知書発行の区役所保険年金課に相談してください。

☎ 健康福祉局介護保険課 ☎ 671-4253 ☎ 681-7789
または 通知書発行の区役所保険年金課

介護保険サービスについて

介護報酬改定により、自己負担額が変わります

4月から、介護人材の処遇改善のため、介護報酬が改定されました。今までと同じサービスを利用した場合でも、介護保険サービスの自己負担額が変わることがあります。

実際の自己負担額は、サービスの種類などによって異なりますので、利用する各サービス提供事業所または担当のケアマネジャーに確認してください。

☎ 健康福祉局介護保険課 ☎ 671-4255 ☎ 681-7789