

福祉

信州パーキング・パーミット制度の利用証が市の窓口でも申請できます

公共施設や店舗などさまざまな施設に設置されている障がい者等用駐車区画を適正に利用していただくため、障がいのある方や高齢の方、妊産婦の方など歩行が困難な方に、県内共通の「利用証」を交付する制度が、「信州パーキング・パーミット制度」です。利用証は同様の制度を導入する34府県でも相互利用できます。



▲利用証

○利用対象者 障がい者（身体・知的・精神・発達）、要介護高齢者、難病患者、妊産婦、けが人などで歩行が困難または歩行に介助などが必要な方。

※障がいの程度によって対象とならない場合があります。詳細は、広報なかの4月号に折り込んだチラシか、長野県公式ホームページ（下記QRコード）をご覧ください。



▲QRコード

○利用できる駐車場 この制度に賛同する協力施設で、専用の案内表示のある駐車区画で利用できます。

○利用証の申請方法

①窓口での申請（原則、即日交付）
障がいなどの状況の分かる書類（身体障害者手帳、介護保険被保

▼市の申請窓口

申請窓口	対象者	電話番号
福祉課	障がい者など	☎ (22) 2111 (内線 295)
高齢者支援課 (中野保健センター内)	高齢者	☎ (22) 2111 (内線 365)
健康づくり課 (中野保健センター内)	妊産婦	☎ (22) 2111 (内線 368)
地域振興課 (豊田支所内)	上記全て	☎ (38) 3111 (内線 131)

※長野県健康福祉部地域福祉課（長野県庁内）でも申請できます。

険者証など）を持参し、右記の窓口へ直接お持ちください。
②郵送での申請（後日、郵送交付）
申請書に必要な事項を記入し、障がいなどの状況の分かる書類（身体障害者手帳など）のコピーと返信用切手（140円）を同封して、県庁地域福祉課へ郵送してください。

問い合わせ・申請先

〒383-18570（住所記載不要）

長野県健康福祉部地域福祉課
☎ 026(232) 0053

福祉

指定難病患者等激励金

市では、11月1日現在で市内に住所のある指定難病患者などに対して、中野市指定難病患者等激励金を支給します。

○支給対象者（次に該当する方）

①人工透析患者

②指定難病患者

③小児慢性特定疾病患者
※ただし、次の助成・慰労金などの支給を受けている方は、支給対象となりません。

・在宅福祉支援事業通院費等助成
・重度心身障害児（者）介護慰労金
・介護サービス利用奨励給付金

○申請期限 10月31日（月）

○支給額（年額）

・市民税非課税世帯 1万円

・市民税課税世帯 5千円

○申請方法 所定の申請書に必要事項を記入の上、次に該当する受療証、受給者証または受診券の写しを添付し、福祉課まで申請してください。

①各健康保険機関が発行する特定疾病療養受療証

②特定医療費（指定難病）受給者証

③小児慢性特定医療費医療受給者証

問い合わせ・申し込み先
福祉課障がい福祉係
☎ (22) 2111（内線294）

給付金

臨時福祉給付金および障害・遺族基礎年金受給者向け給付金の申請はお済みですか

臨時福祉給付金および障害・遺族基礎年金受給者向け給付金を受け取るためには申請が必要です。9月中旬に、対象と思われる方に申請書類を送付しています。支給対象と思われる方で申請書がお手元にない方はご連絡ください。

い。

○支給額（1人当たり）

・臨時福祉給付金 3千円

・障害・遺族基礎年金受給者向け給付金 3万円

○申請期限 12月13日（火）

問い合わせ先

福祉課厚生保護係
☎ (22) 2111（内線276・255）

介護予防講座(さんさん講座)

65 歳以上の方を対象に、介護予防講座「さんさん講座」を開催します。
皆さんで楽しみながら健康な体をつくりましょう。

問い合わせ・申し込み先
高齢者支援課長寿福祉係
(中野保健センター内)

☎(22)2111 (内線243)

講座名	楽しく歌って心も体もリフレッシュ	男の腕まくり！男の料理教室	楽しく脳と体を使ってみよう
内 容	懐かしいあの歌この歌、季節を味わう思い出の歌。歌うことは脳への心地よい刺激となり、深い呼吸が体をリフレッシュさせてくれます。	「1人暮らしでいつも同じものばかり」「料理なんてしたことがなかったけど急にしなければいけなくなった」そんな男性の皆さんのための簡単料理教室です。	「会話の中に『あれ』『それ』が増えてきた」「階段の上り下りがきつい」「転びやすくなった」という皆さん、この機会に楽しみながら、物忘れしにくい脳と元気な体をつくりましょう。
期 日	11月4日、11月11日、12月2日、12月16日（いずれも金曜日）	11月2日(水)、11月16日(水)、12月1日(木)、12月15日(木)	11月8日、11月22日、11月29日、12月13日（いずれも火曜日）
時 間	午後2時～3時15分	午前10時～正午	午後2時～3時30分
会 場	さんさん館（中野市福祉ふれあいセンター敷地内）	中野保健センター	中野保健センター
講 師	声楽家 沼田秀美さん	高齢者支援課 管理栄養士	健康運動指導士 三浦弘さん
定 員	15人	10人（男性のみ）	15人
持ち物	なし	エプロン、三角巾（てぬぐいなど）、筆記用具	水分補給するための飲み物、汗拭きタオル、上靴
参加費	無料	1回につき、食材費として400円程度の実費が必要です。	無料

健康

～あなたは食塩を取り過ぎているかも～
尿中塩分排せつ量検査をしてみませんか

平成25年度長野県民健康・栄養調査結果では約9割の方が、また、平成27年度に本市で実施した尿中塩分排せつ量検査では約8割の方が食塩を取り過ぎているという結果でした。

食塩の取り過ぎは、将来的に高血圧や胃がんなどにかかる危険性を高めます。

尿中塩分排せつ量検査は、24時間尿をためて、尿の中に排せつされるナトリウム量を測定し、推定の食塩摂取量を調べる検査です。

この機会に、食塩摂取量を確認してみませんか。お申し込みを希望される方は、健康づくり課へご連絡ください。

○検査料金 無料

○検査実施期間 平成29年2月～3月

○募集定員 50人

※定員になり次第、募集を締め切りますので、ご希望の方はお早めにお申し込みください。

○申込締切 平成29年1月31日(火)

問い合わせ・申し込み先
健康づくり課健康管理係（中野保健センター内）
☎(22)2111 (内線242)



▲検査キット

健康

～始まりました～
B型肝炎ワクチン定期接種



○定期接種開始 10月1日から
○対象者 本年4月以降に生まれたお子さん（1歳になるまで）
○接種方法 B型肝炎ワクチンを27日以上の間隔で2回、さらに、1回目接種から139日以上を経過した後に、1回接種の計3回。

実施しています。対象のお子さんには、予診票と案内を送りますので、詳細については、そちらをご覧ください。

問い合わせ先
健康づくり課母子保健係（中野保健センター内）

☎(22)2111 (内線368・388)