

東京都シルバーパスのお知らせ

10月～翌年3月・

新規購入者用！

満70歳以上の都民の方には、申し込みにより都営交通・都内民営バスなどが利用できる「東京都シルバーパス」を発行します。

〔パスの有効期限〕

令和4年9月30日まで

〔対象者〕

都内に住所登録されている満70歳以上の方（寝たきりの方を除く）

〔申込方法〕

満70歳になる月の初日から申し込みます。

必要書類をご用意のうえ、最寄りのバス営業所・都営地下鉄定期券発売所などのシルバーパス発行窓口でお申し込みください。

〔必要書類〕

◎全員

住所・氏名・生年月日が確認できる「本人確認書類」（保険証または運転免許証など）

◎下記表の②・③の方（つぎのいずれか1点）

（ア）令和3年度介護保険料納入（決定）通知書の所得段階区分欄に「1」から「6」のいずれかの記載があるもの

（イ）令和3年度住民税課税非課税証明書

（ウ）生活保護受給者証明書（生活扶助）（令和3年4月以降発行）

【必要書類に関する

注意事項】

・（ア）は、町から送付されている「決定通知書」をご用意ください。（再発行はできません）

・（イ）は、町の窓口で発行しています。（原則有料）

・（ウ）は、「生活扶助」を表す記載があるもののみ使用できます。（本人確認書類との兼用が可能）

〔その他〕

有効期限が2021年9

	対象者	費用
〔費用〕	①令和3年度の住民税が「課税」の方 ③以外の方	20,510円
	②令和3年度の住民税が「非課税」の方	1,000円
	③令和3年度の住民税が「課税」であるが、令和2年の合計所得金額*が135万円以下の方	

*税法上の合計所得金額を指します。不動産譲渡所得に係る特別控除額（令和2年分）がある場合は控除します。

月30日のパスをお持ちの方で、まだ更新手続きがお済みでない方は、10月中に最寄りのシルバーパス発行窓口でお手続きください。

※問い合わせは、東京バス協会シルバーパス専用電話（土・日・祝日を除く、午前9時から午後5時まで）☎03(5308)6950

簡単！やさしいお食事づくり講習会（障害者自立生活サポート事業）

心身の状態に不安がある方にとって、日々の健康に留意した食生活はとても重要だと言われます。食生活がバランスよく規則正しく整うことで、生活リズム・からだのリズムが改善し、より充実した生活に繋がることが期待されます。しかし、障害があることで、自力での食事づくりが敷居の高いものになりがちで、とかく食事がおざなりになりになってしまうことはありませんか？なかなか栄養バランスを考えた食事づくりは大変です。今回、障害をお持ちの方を対象とした「やさしいお食事づくり講習会」を企画しました。みなさんの参加申し込みをお待ちしております。

〔日 時〕 9月23日（木）・10月10日（日） いずれも午前9時30分～午後1時30分

〔会 場〕 保健福祉センター 栄指導室

〔対象者〕 身体障害者手帳・精神保健福祉手帳・愛の手帳などをお持ちの方、もしくは同等の障害があると判断される方で、保健福祉センターにいらっしゃることができる方

*参加申し込み後に、お身体の状況を教えていただき、この講習会について事前に説明をさせていただきます。

※申し込み、問い合わせは、福祉保健課 ☎83-2777