



文京区
シンボルマーク



区報 ふんきょう

令和2年 (2020) 7/10

毎月10・25日発行
発行/文京区 編集/企画政策部広報課
〒112-8555 文京区春日1-16-21
代表 ☎ (3812) 7111
<https://www.city.bunkyo.lg.jp/>

▲区制70周年を契機に
制定した区のシンボル
マークです。
No.1743

■主な内容

専門委員が決まりました…………… 2面
元年度情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況… 3面

熱中症に気をつけましょう…………… 8面
「ぶんきょう涼み処」を開設します
～外出時の小休止にご利用ください～… 8面

文京区版ひきこもり総合対策

「ひきこもりのこと、どこに相談していいかわからない」そんな時は…

『文京区ひきこもり支援センター』へ

問生活福祉課 自立支援担当 ☎(5803)1917 月～金曜午前9時～午後5時(祝日・年末年始を除く)



▲区HP

文京区ひきこもり支援センター

で 検索

ひきこもり：様々な要因の結果として、社会的参加(就学、就労、家庭外での交友など)を回避し、原則的には6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態を指します。(厚生労働省：ひきこもりガイドラインより)



親亡き後の生活のことを考えると不安

人とうまく話せない

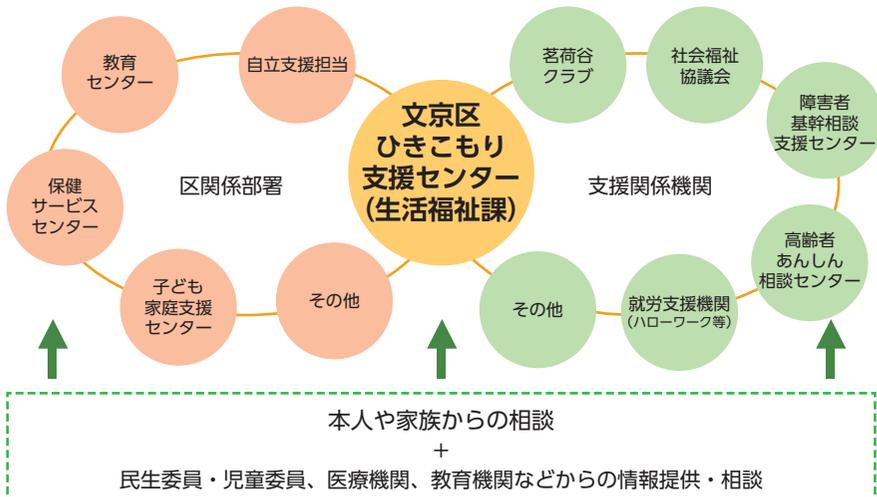


ひきこもりの子どもに
どう接したらよいか
わからない



介護のため、家庭に入ったら、
ひきこもりの家族がいたがどう
接してよいかわからない

文京区ひきこもり支援ネットワーク



「8050問題」等の複合的な課題に対応していくために、「ひきこもり等自立支援会議」や「個別ケース検討会議」などを行いながら、支援関係機関と連携し、解決に向けての支援を一緒に考えていきます。地域の方からの相談には、社会福祉協議会(地域福祉コーディネーター)と連携して支援を行います。

文京区ひきこもり支援センターの役割

ひきこもり状態の背景となる多様な事情やそれぞれの心情に寄り添いながら、「断らない」「ひきこもり当事者の小さな変化に気付きつながら続ける」相談支援を行っていきます。

当事者への対応

長期高齢化するひきこもりの当事者、家族、家族に関わる方からの相談を受けつけ支援関係機関と連携し、必要な支援を行います。

家族支援の重要性

当事者に一番近い存在の家族の方が広くひきこもりの情報を得られる「講演会」、同じ境遇にある家族同士の交流ができる「茶話会」、「個別相談会」を行います。

当事者支援

家族支援

支援者支援

情報発信

ひきこもりについての啓発活動・支援者支援

支援従事者や地域のサポーター向けの研修を行っていきます。

ひきこもり支援の情報を発信

区ホームページやSNS、区報等を通して、情報を発信していきます。

STEP～ひきこもり等自立支援事業～

Support支援 / Talk相談 / Experience経験 / Place居場所

「STEP」は2年度より、義務教育終了後の全年齢の方を対象を拡大しました 問茗荷谷クラブ ☎(3941)1613

本人・家族が
相談する



ステージ1

- ひきこもり相談
臨床心理士、精神保健福祉士等が助言、カウンセリングを行います。
- 電話相談=30分程度
(年間12回まで無料)
- 来所相談=50分程度
(年間15回まで無料)
- 訪問相談=50分程度
(年間12回まで無料)
- メール相談
(1回のみ無料)

本人が
一歩踏み出す



ステージ2

- フリースペース
自宅以外の居場所ができます。
(開始3か月無料、以降は月額12,000円)
また、参加者を限定した居場所も用意しており、単発での参加が可能です。
- 女子会(女性限定)
(参加費500円)
- よつば庵(40才以上限定)
(参加費1,000円程度)
- ステップUPプログラム
- コミュニケーション編
コミュニケーション力を養成するプログラムやレクリエーション等。プログラムにも参加しながら、居場所活動にも参加できます。
(開始3か月無料、以降は月額12,000円)

本人が
社会に踏み出す



ステージ3

- ステップUPプログラム
- 社会貢献編
ボランティアなどの様々な活動を通じた体験のサポートを社会福祉協議会と連携して行います。
- 社会参加体験活動編
月1回程度の農業体験、雑貨制作や祭りへの出店を通して地域交流の体験をします。
- 社会参加準備編
年に数回、就労の準備に関する講座や座談会を行います。

本人らしい
次のステップへ



ステージ4

- 就労・修学
- ジョブコーチ
ひきこもり状態から抜け出した後でも、面談や交流会を通じて、就労や修学に関する不安や悩みなどの心身の負担を軽減します。
- 定着化サポート
就労、修学後も定期的に通える場を提供し、定着できるようにサポートします。
(月額6,000円)

イベント情報：茶話会

☎7月25日(出)午前10時～正午 ☎区民センター ☎ひきこもりでお困りの家族同士の交流等 ☎ひきこもりでお困りの家族の方 ☎20人(申込順、区内在住者を優先) ☎無料 ☎電話又は ☎住所・氏名・連絡先を明記し、茗荷谷クラブ ☎(3941)1613 ☎(3947)0766へ

本事業は、文京区から青少年健康センター「茗荷谷クラブ」に委託して実施しています。

茗荷谷クラブ(小日向4-5-8三軒町ビル306)

開設時間：月～土曜(祝日を除く)午前10時～午後6時

☎(3941)1613 ☎(3947)0766 ☎bunkyo@skc-net.or.jp

☎http://myogadani-club.com/



▲茗荷谷クラブHP

☆現在、「区報ぶんきょう」は新聞(朝日、毎日、読売、産経、東京、日本経済)折込で区内世帯に配布しています。そのほか、区の施設に置いてあります。



専門委員が決まりました

本年7月1日より新たな専門委員を選任しました。

*専門委員



堀賢(ほり さとし)

(順天堂大学大学院 医学研究科感染制御科学 教授)

略歴

平成13年英国感染症制御専門資格取得

得 14年インフュエクシオンコントロールドクターの認定を受ける

25年文京区新型コロナウイルス感染症医療体制検討会議委員 29年長崎大学高度安全実験施設(BSL-4)に係る管理委員等を歴任

*専門委員・行政の視点を越えた専門の学識から、区政の推進に関する提言等を区長を行う独立性の委員であり、地方自治法に規定されている委員です。本区においても、平成11年10月より専門委員を設置しており、これまでも様々な助言や提言をいただいています。

今後、学識経験に基づく助言や提言をいただきます。

☎企画課 ☎(5803)1126

保険料額決定通知書兼納入通知書を送付します

2年度後期高齢者医療保険料額決定通知書兼納入通知書を7月17日(金)に送付します。

納付書が同封されている方は、期日までに金融機関で納めてください。

納付方法

(1) 特別徴収

年金受給月(偶数月)に、当月分と翌月分を年金から引落とします。

※ 次の全てにあてはまる方①年額18万円以上の年金を受給②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合算額が、介護保険料が引かれている公的年金の1回あたりの受給額の2分の1以下

※ 申出により、年金からの引落しを口座振替に変更可。ただし、特別徴収の停止には、対象月の3か月前までに申出が必要

(2) 普通徴収

(1)以外の方は、納付書又は口座振

替により保険料を納めてください。

保険料の軽減措置

所得区分に応じて、軽減措置があります。

(1) 均等割額の軽減

昨年に引き続き段階的な見直しが行われました。

均等割額の総所得金額等の合計額が33万円以下の軽減割合は、段階的に本則である7割軽減となります。また、5割2割軽減の判定所得の基準額が引上げられました。(下表参照)

(2) 所得割額の軽減(東京都後期高齢者医療広域連合独自の軽減)

厚生年金の一般的な収入173万円(旧ただし書き所得20万円)までの方は、所得割額が軽減されます。

(3) 被用者保険の被扶養者であった方への軽減

制度加入の前日まで被用者保険の被

新しい後期高齢者医療被保険者証(保険証)を送付します

保険証の大きさがカードサイズに変更になります

現在お使いの保険証の有効期限は7月31日(金)です。8月1日(土)から有効の新しい保険証(オレンジ色)を、7月中旬に簡易書留郵便で送付します。

有効期限の切れた保険証(青竹色)は、ご自身で破棄するか、高齢者医療係へご返却ください(郵送による返却可)。

なお、新しい保険証の有効期限は4年7月31日ですが、特別な事情がなく保険料を納めていない方には、通常より有効期限の短い保険証を交付する場合があります。

2年度も世帯全員が住民税非課税の方には、新しい減額認定証を7月中旬に郵送します。

減額認定証を7月中旬に郵送します。

【自己負担割合が1割の方】
限度額適用・標準負担額減額認定証(減額認定証)

【自己負担割合が3割の方】
限度額適用認定証(限度額認定証)

世帯の後期高齢者医療被保険者全員の住民税課税所得が69万円未満の場合、保険適用の医療費の負担が所得区分に応じた自己負担額までになる「後期高齢者医療限度額適用認定証」(限度額認定証)の交付を受けることができます。交付を希望する方は、申請が必要です。

2年度も世帯全員が住民税非課税の方には、新しい減額認定証を7月中旬に郵送します。

2年度も限度額認定証の交付対象となる方には、新しい限度額認定証を7月中旬に郵送します。

確定申告期限の延長による影響について

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、所得税の確定申告期限が延長されました。延長期間中に確定申告を行った方がいる世帯の場合、今回送付する保険証に記載される自己負担の割合が暫定的なものとなる場合があります。

2年度も世帯全員が住民税非課税の方には、新しい減額認定証を7月中旬に郵送します。

2年度も限度額認定証の交付対象となる方には、新しい限度額認定証を7月中旬に郵送します。

確定申告期限の延長による影響について

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、所得税の確定申告期限が延長されました。延長期間中に確定申告を行った方がいる世帯の場合、今回送付する保険証に記載される自己負担の割合が暫定的なものとなる場合があります。

2年度も世帯全員が住民税非課税の方には、新しい減額認定証を7月中旬に郵送します。

が決定することにより、送付した保険証の自己負担の割合に変更があった場合は、変更後の保険証を送付しますので、すでにお持ちのものと差し替えをお願いします。変更前の保険証を使用した場合は、負担割合差額の医療費の納付や払い戻しの手続きをお願いすることがあります。

自己負担の割合の判定基準

自己負担の割合	2年度住民税課税所得(平成31年1月～元年12月の所得から算出)
1割	同じ世帯の後期高齢者医療被保険者全員がいずれも145万円未満の場合
3割	同じ世帯の後期高齢者医療被保険者の中に145万円以上の方がいる場合

☎国保年金課高齢者医療係 ☎(5803)1205

新しい高齢受給者証を送ります

文京区国民健康保険に加入している70歳の方には、高齢受給者証を交付しています。

毎年8月1日に更新となるため、7月下旬に新しい高齢受給者証を送付します。

今後70歳になる方には、誕生月(1日)生まれの方はその前月の下旬に高齢受給者証を送付します。

医療費の負担割合

更新後の高齢受給者証の負担割合は、2年度の住民税の課税所得により判定します。

70歳の方で、住民税課税所得が145万円以上の方がいる世帯は3割負担、その他の世帯は2割負担となります。

☎国保年金課国保資格係 ☎(5803)1192

表

同一世帯の被保険者及び世帯主の総所得金額等の合計	均等割額の軽減割合	
	2年度	3年度
33万円以下 被保険者全員が 年金収入80万円以下 (その他の所得がない)	7割(本則)	
	上記以外	7割(本則)
33万円 + (28.5万円×被保険者数)以下	5割	
33万円 + (52万円×被保険者数)以下	2割	

※65歳以上(2年1/1時点)の方の公的年金所得については、その所得からさらに15万円(高齢者特別控除額)を差し引いた額で判定
※世帯主が被保険者でない場合でも、世帯主の所得を軽減判定の対象
※軽減判定は、当該年度の4/1(年度途中で東京都資格取得した方は資格取得時)の世帯状況により判定

特殊詐欺にだまされてならぬ

だまされたいと思ってるあなたへ「わかっているけどだまされるそれが特殊詐欺です」

還付金詐欺やキャッシュカードをすり替える特殊詐欺の被害が多発しています。特別定額給付金を巡る怪しい電話などの相談も寄せられています。不審な電話は、一度切つて家族や友人に相談するか、警察に連絡してください。

自動通話録音機を貸し出します

無償で自動通話録音機の貸し出しを行っています。設置することにより、電話機の呼び出し音が鳴る前に、警告メッセージを流すため、発信者(犯人)が通話を断念して、被害を未然に防止する効果が期待できます。

区内在住で、おおむね65歳以上の方が居住する世帯に直接危機管理課又は区内警察署へ持参するもの、身分証明書(公的機関発行)又は郵便物等により住所・氏名等が確認できるもの、危機管理課(5803)1280 ※在庫に限りあり



(縦10cm×横12cm×厚さ3cm)

児童扶養手当受給者等へ「ひとり親世帯への臨時特別給付金」を支給します

新型コロナウイルス感染症の影響により、子育てと仕事を一人で担う低所得のひとり親世帯に大きな困難が心身に生じていることを踏まえ、臨時特別給付金を支給します。

▽基本給付対象 ①2年6月分の児童扶養手当の支給を受けている②公的年金給付等を受けているため、児童扶養手当の支給を受けていないひとり親世帯③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変したため、直近の収入が前年より減少し、急変後1年間の収入見込額が児童扶養手当の所得基準額以下に下がったひとり親世帯

▽追加給付対象 ①②の世帯のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変した世帯

▽基本給付額 1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円▽追加給付額 1世帯5万円

▽申込書配布 子育て支援課(区にも掲載)

▽受付期間 8月3日(月)～11月30日(月)

▽基本給付①に該当する方を除き申込書を子育て支援課児童給付係へ

▽濃厚労働者「ひとり親世帯臨時特別給付金」コールセンター☎0120(400)903(月～金曜午前9時～午後6時) ※詳細は区HPを参照 ※基本給付①該当者で受給を希望しない方は届出書を提出(区HPからダウンロード可)

「社会を明るくする運動」

「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」

「社会を明るくする運動」とは 全ての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい地域社会を築くための、法務省が主催する全国的な運動です。

文京区の取組み

犯罪や非行のない明るい地域社会を築くには地域の方の協力が必要です。この運動に関わるきっかけを作っていたため、区では、「文京区社会を明るくする運動推進委員会」を結成し、7月の強調月間に様々な広報啓発活動を実施しています。今年も、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、街頭広報活動や集会を中止しましたが、「社会を明るくする運動」は今年で70回目を迎えます。犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラについて皆さんと一緒に考えてみませんか。



関係先 福祉政策課地域福祉係 ☎(5803)1202

「保育の必要性」の認定はお済みですか

幼児教育・保育の無償化に伴い、国立・私立幼稚園等及び認可外保育施設を利用する児童の保護者が補助を受けるためには、「保育の必要性」の認定が必要です。認定日は申請書を収受した日となり、日付を遡ることは出来ません。また、認定を受けていない期間は補助対象外です。 ※詳細は区HPを参照



▲区HP

Table with 3 columns: 利用施設, 認定手続き, 提出及び問合せ. It lists procedures for national/private kindergartens and childcare facilities.

文京区保育ママ 家庭的保育事業

区では、保育ママによる自宅等での保育を行っています。少人数による一人ひとりに合わせたきめ細かな保育ができます。

文京区保育ママ

就労などにより保育できない保護者に代わり、保育経験があり保育士等の資格をもつ区認定の保育ママが、自宅等で家庭的な保育をします。

家庭的保育事業(国の制度に基づく保育ママ)

保育が必要と認められる3歳未満の児童について、家庭的保育事業者の自宅などで保育します。

文京区保育ママ

幼児保育課入園相談係 ☎(5803)1190 ※詳細は、区HP(左記二次元コード)又は「2020(令和2)年度保育所等利用のご案内」(申込案内)を参照

※募集人数に達している場合あり



▲区HP



文京区保育ママ一覧

Table listing childcare workers with columns: 氏名等, 資格, 住所, 電話.

家庭的保育事業一覧

Table listing family childcare services with columns: 事業所名, 住所, 電話.

Comparison table between 'Childcare Mom' and 'Family Childcare Service' regarding application methods, hours, and fees.

元年度情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況

区政に関する情報は、どなたでも情報公開条例に基づいて公開請求ができます。情報公開の実施状況の詳細は、行政情報センター及び区HPで公表しています。また、区が保有している個人情報の情報は、個人情報保護条例に基づいて自己情報の開示等請求ができます。

Table showing statistics for public information requests and personal information disclosure requests, including counts for requests, responses, and non-responses.



健康 医療 介護

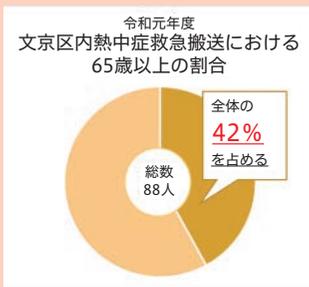
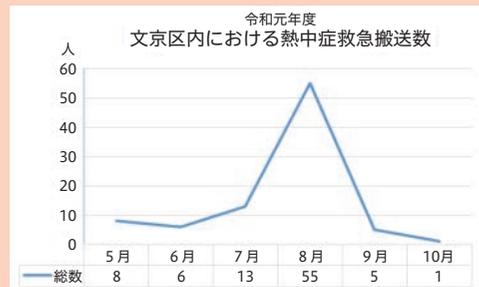


熱中症に気をつけましょう 区健康推進課福祉保健政策推進担当 ☎(5803)1231

数字から見る熱中症

熱中症とは

熱中症とは、高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分(ナトリウム)などのバランスが崩れ、体内の調節機能がうまく働かなくなってしまうことで起こる症状の総称です。熱中症は屋外だけでなく、室内で何もしていないときでも発症する場合があります。



「熱中症に注意するのは、梅雨明けから…」なんて考えてはいませんか？5月から救急搬送数は増え始めるため、この時期も注意が必要です！65歳以上の救急搬送が全体の約40%を占めています。高齢者は特に注意が必要です。「水分補給」「食事」「体づくり」「睡眠」のサイクルを大事にして、熱中症を防ぎましょう。



出典：東京消防庁 <https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/saigai/heat.htm> ▲消防庁

熱中症の症状

- めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り、手足のしびれ、気分が悪い
- 頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感、いつもと様子がちがう
- 返事がおかしい、意識消失、けいれん、からだが熱い

熱中症が疑われたら

- 涼しい場所へ移動。
- 衣服を緩めて体から熱の放散を助ける。
- 水でぬらしたタオルや保冷剤などで首、わきの下、腿の付け根を冷やす。
- 冷たい水やスポーツドリンクを少しずつ補給する。

マスク熱中症に注意

マスク着用時のリスク

- 熱が体外に出にくくなり、体内温度が上昇する
- 口の中が湿っているため、のどの渇きを感じにくく、自覚のないうちに脱水状態になりやすい



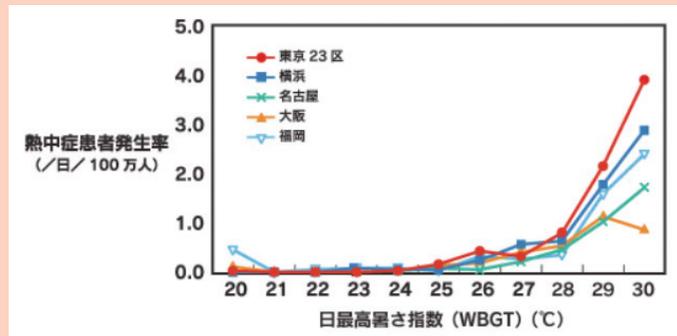
⚠ 呼びかけに応じないとき、意識がないとき、自分で水分補給ができないとき、症状が改善しないときには救急車を呼びましょう。

暑さ指数(WBGT)をご存じですか？

暑さ指数(WBGT)とは

熱中症の危険度を判断する数値です。人間の熱バランスに影響の大きい「気温」「湿度」「輻射熱(地面や建物・体から出る熱)」の3つを取り入れています。暑さ指数(WBGT)が28℃以上になると熱中症は急増するため、注意が必要です。

※最新情報は区へ



日常生活に関する指針

温度基準 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険 (31℃以上)	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が高い。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒 (28~31℃※)	中等度以上の生活活動でおこる危険性	外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25~28℃※)	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。
注意 (25℃未満)	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。

※(28~31℃)及び(25~28℃)については、それぞれ28℃以上31℃未満、25℃以上28℃未満を示します。日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針Ver.3」(2013)より



▲環境省

出典：環境省 <https://www.wbgt.env.go.jp/> 「環境省熱中症予防情報サイト」では暑さ指数(WBGT)を公表しています。

「ぶんきょう涼み処」を開設します~外出時の小休止にご利用ください~

熱中症を予防するためには、水分補給に加えて、涼しいところで休息することが大切です。外出時、暑さでの体力消耗を防ぐために、暑さを避けて涼しくお過ごしください。

※どなたでも **無料**

新型コロナウイルス感染症拡大防止のためのお願い

- 咳エチケット、マスクの着用
- 手洗い、手指消毒の励行
- ソーシャルディスタンス(お互いの間隔を約2m空ける)の確保
- 近距離での会話や大声での発声を避ける
- 滞在は1回15分以内
- ゴミの持ち帰り

⚠ 咳や発熱等の症状がある場合は利用をお控えください。

施設名	所在地	問合せ
シビックセンター	春日1-16-21	(3812)7111
礪川地域活動センター	小石川2-18-18	(3813)3638
大原地域活動センター	千石1-4-3	(3946)8594
大塚地域活動センター	大塚1-5-17	(3947)2624
音羽地域活動センター	音羽1-22-14	(3943)0621
湯島地域活動センター	本郷7-1-2	(3813)6554
向丘地域活動センター	向丘1-20-8	(3813)6668
汐見地域活動センター	千駄木3-2-6	(3827)8149
駒込地域活動センター	本駒込3-22-4	(3824)5801
不忍通りふれあい館(根津地域活動センター)	根津2-20-7	(3822)0040
白山交流館	白山4-27-11	(3813)8500
目白台交流館	目白台3-18-7	(5395)9141
根津交流館	根津1-14-3	(3828)5269
千駄木交流館	千駄木3-42-20	(3821)6695
ふるさと歴史館*	本郷4-9-29	(3818)7221
森鷗外記念館*	千駄木1-23-4	(3824)5511
スポーツセンター	大塚3-29-2	(3944)2271
総合体育館	本郷7-1-2	(3814)4271
目白台運動公園(管理棟内)	目白台1-19	(3941)6153
肥後細川庭園(松聲閣内)	目白台1-1-22	(3941)2010
教育センター	湯島4-7-10	(5800)2591
真砂中央図書館	本郷4-8-15	(3815)6801
本郷図書館	千駄木3-2-6	(3828)2070
小石川図書館	小石川5-9-20	(3814)6745
本駒込図書館	本駒込4-35-15	(3828)4117
水道端図書館	水道2-16-14	(3945)1621
目白台図書館	関口3-17-9	(3943)5641
千石図書館	千石1-25-3	(3946)7748
湯島図書館	本郷3-10-18	(3814)9242
根津図書室	根津2-20-7	(3824)2608
大塚公園みどりの図書室	大塚4-49-2	(3945)0734
アカデミー湯島	湯島2-28-14	(3811)0741
アカデミー音羽	大塚5-40-15	(5976)1290
アカデミー茗台	春日2-9-5	(3817)8306

*有料施設のため、無料スペースのみ使用可
※開館時間等については、各施設へ問合せのこと
※涼み処では、市販飲料や食料品の提供はなし。食事、ほか作業は禁止

区健康推進課福祉保健政策推進担当 ☎(5803)1231

お肉の食中毒に注意

区生活衛生課食品衛生担当 ☎(5803)1228

新鮮なお肉であっても、生のお肉や加熱不十分なお肉を食べるとカンピロバクターや腸管出血性大腸菌などの食中毒になる危険があります。特に、子どもや高齢者、抵抗力の弱い方は食中毒症状が重症化してしまうことがあります。次のことに注意して食中毒を予防しましょう。

食べる時

- 生のお肉や加熱不十分なお肉を食べない
- 焼肉などを食べる場合、生のお肉を取る tong や箸、焼くときの箸、焼いたお肉を取る箸は別にする

調理するとき

- 生のお肉に触れた包丁やまな板、手指はよく洗う
- お肉は中心部までしっかり加熱する
- 生のお肉とほかの食品が触れないように保管する

