



友達登録は
こちらから



PC・スマホ フィーチャーフォン



保険・年金・税金

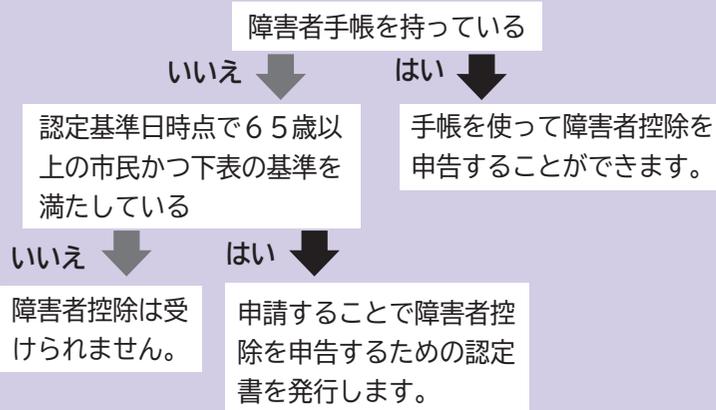
健康・福祉

広報おうめ 5.2.1 (7)

確定申告で障害者控除を申告する方へ

障害者控除対象者認定書の発行

申請の要・不要チェックフロー



認定基準日 申告の対象となる年の12月31日（年の途中で亡くなった場合は、亡くなった日）

申請できる方 本人またはその扶養者

申請方法

- ▷直接…申請書に必要事項を記入して高齢者支援課（市役所1階）へ
- ▷電子申請…2次元コードから（パソコンによる申請も可）



必要書類

- ▷障害者控除対象者認定申請書
 - ▷介護保険被保険者証
 - ▷基準日現在の要介護区分の分かるものおよび主治医意見書の写し（市内の老人施設等の入所者で、介護保険の保険者が青梅市以外の市区町村の場合）
 - ▷所定の診断書（要介護認定を受けていない方）
- ※発行までに1週間程度（介護保険の保険者が市外の場合はさらに数日）かかります。
※診断書の作成には各医療機関が定める費用が別途かかります。

認定基準	控除の種類	認定区分	控除額	
			所得税	市・都民税
要介護1～5に認定され、要介護認定資料の主治医意見書または認定調査票に記載されている日常生活自立度が基準に該当する方 または 医師の診断書等により、基準に該当することが確認できる方	特別障害者控除	6か月以上寝たきりの状態にある方	40万円	30万円
		身体障害者手帳1・2級または愛の手帳1・2度に準ずる方		
	障害者控除	身体障害者手帳3～6級または愛の手帳3・4度に準ずる方	27万円	26万円

健康・福祉

新型コロナウイルスワクチン接種

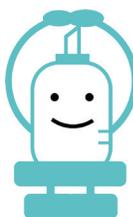
問 市コールセンター ☎0120-840-085



年齢	内容
12歳以上	オミクロン株対応ワクチン（1人1回）※ 2月の集団接種（予約制） 昼間…4日（土）、12日（日）、25日（土） 夜間…17日（金）
5～11歳	小児用ファイザーワクチン 2回目は通常3週間空けて接種。その後5か月以上空けて追加接種 ▷5～7歳…市内実施医療機関での接種 ▷8～11歳…集団接種会場での接種
生後6か月～4歳	乳幼児用ファイザーワクチン 2回目は通常3週間空けて接種。その後8週間以上空けて3回目を接種 ▷市内実施医療機関での接種

※11月8日以降に武田社ワクチン（ノババックス）を、3回目以降の接種として受けている場合は、オミクロン株対応ワクチンを接種できません。

今後の予定や最新情報は市ホームページをご覧ください。



予診票の利用期限は3月31日

高齢者肺炎球菌ワクチン 予防接種

問 健康センター ☎23-2191

定期接種の対象者は毎年度変わります。また、該当の生年月日の方でも、過去に23価の肺炎球菌ワクチンを接種済み（全額自己負担の場合を含む）の場合は本制度を使って接種することはできません。

対象者 令和5年4月1日時点で、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、100歳
※対象者には、令和4年4月に下の封筒で送付済み。



女性のライフサイクルに合わせた薬との付き合い方

日時 3月4日（土）午後2時～4時

会場 市役所2階会議室

対象 市民

内容 女性の体調の変化に役立つお薬について分かりやすくお話しします。

講師 青梅薬剤センター薬局 薬剤師 斎藤章代氏

定員 先着30人（予約制）

持ち物 筆記用具

申し込み 2次元コードまたは電話 ☎23-2191 で健康センターへ



青梅市医師会健康コラム97

歩くと足が痛いとき

市立総合病院循環器内科副部長 宮崎 徹

歩くことは健康の基本であり、歩数計で記録をつけたり、最近ではスマホのアプリを利用して楽しみながら運動されている方も増えていると思います。ある一定の距離を歩くと、途中でふくらはぎやふとももの筋肉に痛みやしびれがでて歩行が次第に困難になり、しばらく休息すると治まる症状のことを「間欠性跛行」といいます。一緒に歩く人のペースについていけなくなった、旅行したいが距離を歩けず困っていた等、外来相談に来る患者さんはすでに何ヶ月も前から気づいていたものの、徐々に悪くなって受診することが多くみられます。

原因として神経性と血管性の2種類の疾患がありますが、閉塞性動脈硬化症という病気が原因の場合、全身の動脈硬化が進行していることが多く、狭心症や脳梗塞などを罹患する、もしくはすでにわずらっている可能性もあります。閉塞性動脈硬化症と診断された患者さんの治療方法は内服が基本となります。

生活習慣病に対する治療を行い、運動療法でも足の痛みが変わらない場合、専門的な治療方法を提示しますので、心当たりのある症状をお持ちの方は、かかりつけの先生にご相談ください。

問 健康センター ☎23-2191

自殺予防講座

支えあい講座（2回講座）

～気持ちについて考えよう～



グループワーク

少人数で自分や人の気持ちの理解についてグループワークを行います。

日時 3月1日（水）午前10時～11時30分

会場 健康センター3階

対象 市内在住・在勤の方

定員 先着6人（予約制）

服装・持ち物 筆記用具、飲み物

申し込み 電話 ☎23-2191 で健康センターへ

街頭キャンペーン（希望者のみ）

職員と一緒にリーフレット配布を行います。

日時 3月16日（木）午後3時20分～4時40分（雨天時は17日に延期）

会場 JR河辺駅周辺

今よりもっと素敵になるために

女性の健康セミナー



日時 3月4日（土）午前9時30分～正午

会場 市役所2階会議室

対象 当日64歳以下の方

内容 食習慣の見直しと運動実践を行います。一緒に自分の体と向き合ってみましょう。

講師 管理栄養士 高水秀美氏、健康運動指導士 森田ひろみ氏

定員 先着30人（予約制）

服装・持ち物 運動のできる服装、室外用運動靴、飲み物、筆記用具

申し込み 2次元コードまたは電話 ☎23-2191 で健康センターへ