

そら通信 2021年 3月号

〒184-0004 東京都小金井市本町2-20-30

TEL 042-381-6922

FAX 042-316-4120

〈開所時間〉

お問い合わせ・電話相談
交流室

火曜日

11時～19時

12時～19時

水・木・金・土曜日

10時～18時

12時～18時

☆ 3月のお知らせ ☆

(1) 卓球 について

新型コロナウイルス感染症の影響で外出する機会が減っている今、感染予防をしつつ無理なく身体を動かしてみませんか。

3月10日(水) 15:00～15:45に行います。参加ご希望のかたは交流室に貼ってあるチラシにお名前をお書きください。

(2) スタッフ会議 について

3月24日(水)は年度末のスタッフ会議のため、交流室はお休みさせていただきます。電話相談は通常通りご利用になれます。ご理解とご協力をお願いいたします。

そらコラム 2

精神障害者保健福祉手帳 について

障害がある方が持つことのできる「障害者手帳」のうち、精神障害がある状態を認定するものが「精神障害者保健福祉手帳」です。手帳を持っていることで、人によっては利用できるメリットもあります。ただし、申請する／しないは個人の自由です。(精神障害があっても、手帳を持っている人もいれば持っていない人もいます) 大事なことは、自身で選択して申請するかどうかを考えることだと思われます。

手続き方法

- ① 申請書
(窓口にあります)
- ② 精神障害者保健福祉手帳用診断書
(かかりつけの病院に依頼。作成にかかる費用は、市から一部助成があります)
- ③ 保険証、印鑑、
マイナンバーのわかるもの
- ④ 証明写真
(手帳に貼る縦4cm×横3cmの写真)



メリットは…?

- ・生活保護受給の方は加算がつく
- ・都営交通が無料で利用できる
- ・一部の税金の控除が受けられる
- ・公共施設などの利用料が割引に。
- ・障害者雇用の求人に応募できる。
- ・手帳が1級の場合は、医療費の助成(マル障)が受けられる。…などです