

4月から障害者差別解消法が施行されます

社会福祉課 ☎823-9207 FAX 823-9627

この法律は、行政機関および民間事業者における障がいを理由とする差別の解消により、全ての国民が障がいの有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会の実現をめざすものです。

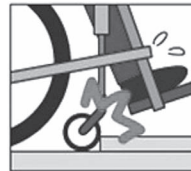
障がいを理由とする差別とは？

障がいを理由として、正当な理由なくサービスの提供を拒否したり、制限したり、条件を付けたりするような行為を言います。また、障がいのある方から何らかの配慮を求める意思の表明があった場合には、負担になりすぎない範囲で、日常生活や社会生活を送る上で障壁となるようなもの（社会的障壁といいます。）を取り除くために必要で合理的配慮を行うことが求められます。

社会的障壁とは？

障がいのある方にとって、日常生活や社会生活を送る上で障壁となるようなものです。

- ・社会における事物（通行、利用しにくい施設、設備など）
- ・制度（利用しにくい制度など）
- ・慣行（障がいのある方の存在を意識していない慣習、文化など）
- ・観念（障がいのある方への偏見など）などがあげられます。



例 街中の段差
3センチメートル程度の段差で車椅子は進めなくなります



例 書類
難しい漢字ばかりでは、理解しづらい人もいます。



例 ホームページ
すべて画像だと読み上げソフトが機能しません。

「不当な差別的取り扱い」と「合理的配慮をしないこと」が禁止されます

	不当な差別的取り扱い	障害者への合理的配慮
国の行政機関・地方公共団体など	禁止 不当な差別的取り扱いが禁止されます。	法的義務 障害者に対し、合理的配慮を行わなければなりません。
民間事業者（個人事業者、NPOなどの非営利事業者も含みます）	禁止 不当な差別的取り扱いが禁止されます。	努力義務 障害者に対し、合理的配慮を行うよう努めなければなりません。

「不当な差別的取り扱い」とは

- ・車いすを利用していることが理由で入店を断られた。
- ・障がいがあるという理由でアパートを貸してもらえなかった。
- ・スポーツクラブや習い事教室などで障がいを理由に入会を断られた。

「合理的配慮をしないこと」とは

- ・交通機関の利用方法を職員に聞いたがわかるように説明してくれなかった。
- ・会議に呼ばれたのでわかりやすく説明してくれる人が必要だと伝えていたが用意してもらえなかった。

～会社を退職された人へ～

国民年金の手続きはお済みですか？

住民課 ☎823-9206
FAX 823-9627

国民年金の届出が必要です！

20歳以上60歳未満の人は、国民年金への加入が法律で義務付けられています。

会社を退職されたときは、厚生年金から国民年金への変更の届出が必要です。

また、会社を退職された人に扶養されている配偶者も、国民年金への変更の届出が必要です。

※退職と同時に会社員の配偶者に扶養される人は、配偶者の勤務先へ届出が必要です。

国民年金の保険料免除制度について

国民年金には、経済的な理由で保険料の納付が困難な場合に本人の申請によって保険料納付が全額または一部（4分の1・半額・4分の3）免除・猶予される制度があります。

通常の免除申請は、申請者本人、配偶者および世帯主の所得が審査の対象になりますが、退職（失業）時の免除申請は、離職票や雇用保険受給資格者証などを添付すれば、退職（失業）された人の所得を除いて審査が行われる特例があります。

申請が遅れても最大2年1カ月前までの免除申請をすることができますが、申請がおくれると万一の際に障害年金などを受け取れない場合や退職（失業）時の免除審査の特例が受けられない場合がありますので、すみやかに申請してください。

受け付け◆住民課（役場1階）

申請に必要なもの◆年金手帳・認印・雇用保険被保険者離職票や雇用保険受給資格者証など、失業していることを確認できる公的機関の証明の写し

詳しくは住民課（役場1階）に問い合わせてください。

みなさんの地区でも いきいき百歳体操を始めて みませんか？

地域包括支援センター ☎821-3210
FAX 824-0291

昨年の11月から中店地区をモデルとして、介護予防のために地域の身近な会場で行う「いきいき百歳体操」の集まりを週1回開催しています。毎回15～20人の参加者が楽しく体操しています。この体操は、高知市が開発した筋力強化プログラムで、高齢者の身体機能・活動性が高まることが科学的に実証されています。これから、この体操に取り組む地域やグループを募集し、町全体に増やしていこうと思っています。

体操を続けて心も体も元気になれば、介護いらず！体操して、閉じこもりゼロの元気な地域を目指しませんか。

いきいき百歳体操って どんな体操？

地域の皆さんが集まる身近な場所で、DVDの映像に合わせて行う筋力アップの体操です。イスに座ってゆっくりと手足を動かしていきます。

体操をする時に手首や足首におもりをつけ、重さを調整することで体力に自信がない人も、元気な人も一緒に体操できます。

いきいき百歳体操 の効果

- ・週1～2回の体操で、地域のみんなと交流できる。
- ・足がうんと上がるようになって、つまずかなくなった！
- ・イスから立ち上がるのが楽になった。
- ・膝の痛みがなくなってきた。
- ・気持ちが明るく前向きになった。

など

募集要件

- ①おおむね65歳以上の人が5人以上集まることできる。
- ②いきいき百歳体操を週1回、6カ月以上継続して取り組むことができる。
- ③会場、体操に必要なイス、テレビDVDデッキを準備できる。

町の支援内容

- ①初回から4回の体操指導。
- ②初回・6カ月後の体力測定の実施。
- ③体操DVD・血圧計の貸出し。（血圧計のみ6カ月間）



体操の体験出前講座も実施します！お気軽に問い合わせてください。