

暮らし
いのち
笑顔
と
と
を
守る



相談活動 ハンドブック

2009年版

もくじ

1. 相談活動ハンドブックの活用にあたって ————— P 2
2. 労働相談Q&A ————— P 3
3. 生活保護とは ————— P 6
 - 生活保護制度Q&A ————— P 7
 - 生活保護制度で支給できるもの ————— P 13
 - 生活保護申請書 ————— P 16
4. 収入と所得の違いをご存知ですか ————— P 17
5. 住民税を非課税に ————— P 18
6. 年金について ————— P 20
 - 生活が苦しくなったら加入期間に加算できる「免除申請」ができます
7. お金がなくても医療・介護は受けられます。安心して相談を！ ————— P 22
 - 無料低額診療所をご存知ですか？ 都内無料低額診療事業施設一覧 ——— P 24
8. 相談窓口 ————— (裏表紙)
 - 東京社保協のネットワーク・協力機関



相談活動ハンドブック

の活用にあたって…

このハンドブックは、解雇・雇い止め、住まいや生活相談、生活保護制度や高齢者、子育て世代の自己負担軽減など、様々な場面での相談活動に活用していくための手引書です。

いま、高齢者をはじめとして国民は負担増にあえいでいます。派遣切り・解雇・雇い止めなど「普通に生きる」ことがとても困難になっています。いくら「自己責任論」をおしつけられても、自分たちの力ではどうすることもできないことばかりです。

いざというとき、そんなときに役立つ制度がいろいろあります。しかし、その制度を利用するためには、その制度を知っていることと申請することが必要です。今ある制度を学習・活用し、さらに制度を改善していく運動にご一緒に取り組みましょう。

そして、いざ行政窓口で申請すると理不尽な対応があるかもしれません。そんなときには、裏表紙にある相談窓口にぜひご相談下さい。

どうぞ、相談活動や学習会に活用して下さい。

相談員の心得

初めての相談で気をつけること

①相談に来た重みを大切に

* 相談をして良かったと言ってもらえる対応を

②相談者に安心感と信頼感を

* 服装、曖昧でない言動、相談場所、相談内容の秘密保持

③相談にかける時間は、30分から1時間程度(それ以上は、繰り返して集中力を欠く)

④対応は複数で応じることが望ましい

* 相手の状況に応じた相談員の配置

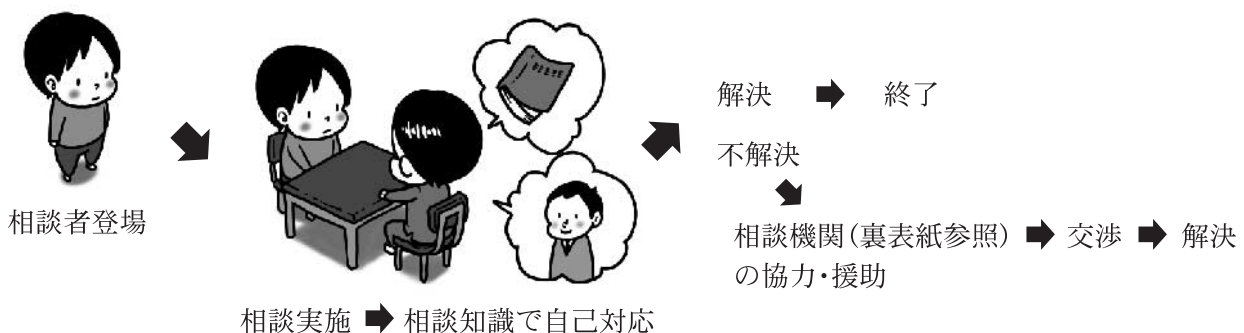
⑤時間や人手、経費も明らかにし準備する

* 弁護士などへの相談や後日の福祉事務所への同行(当日、同行できれば一番いい)
* 本人の物心面への支援(古着・軽食)、当面の宿泊費などの援助

⑥相談者は、相談内容を請け負わないで、自覚的に権利確立に加わることを援助する

⑦必要があれば、労働組合などへの加入をためらわずにすすめる

相談の流れ



労働相談



Q1

解雇・雇い止めを通告されたのですが？

「解雇は認めません。働き続けます」とはっきり答えます。すぐに、同意しない、文書にもサインしてはいけません。まずは、「解雇は認めません。働き続けます」と答えましょう。契約途中打ち切りや解雇には合理的な理由が必要です。合理的な理由がある場合でも契約期間内の賃金などの補償を求めることができます。

Q2

契約満了なのでしかたがないかな、と思うのですが？

契約満了日に突然「終了」を言わたすのは厚生労働省の指針に反します。指針では、最低1カ月程度前には本人に通知すべきであるとしています。契約書が期日までに出不着な派遣契約、有期契約は「期間の定めない契約に転化している」という判決もあります。あきらめずに労働組合などに相談を

Q3

すでに解雇通知などに同意のサインをしたのですが？退寮も通知されたのですが？

すぐに無効を通知し、すぐ撤回しましょう。同時に退寮を通知されたら、「寮はできません。ここに住み続けます」(根拠:借地借家法6カ月の猶予)といいます。「家賃は払えるのか」と言われたら、「寮費は給与からの天引き」を主張しましょう。「解雇は認めません。今までどおり給与を払ってください」と答えましょう。

- 労働組合に相談することをすすめます。労働組合は専門のスタッフがいて相談ののってくれるだけでなく、労働組合に加入すれば、会社に申し入れ、解決策を会社と話し合うことができます。専門スタッフが最後までサポートしてくれます。
- すでに寮を追い出されていたら、生活保護を受けて新しい住居を構え、就職活動をしましょう。

Q4

解雇され、貯金もなく家賃もはらえずに困っているのですが？

すぐに、ハローワークへ行って事情を話し、失業の認定を受け、雇用保険の被保険者であることを確認して雇用保険を受けましょう。

- 雇用保険の被保険者の資格は、
 - ・自己都合で退職:過去2年間に6カ月以上雇用保険に加入(3月31日以降の離職者へ適用)
 - ・会社都合で退職:過去1年間に6カ月以上雇用保険に加入(会社が加入させる義務がありますが、加入していなくても2年さかのぼって加入できる。給与明細書や雇用契約書など労働者であったことを証明する資料をもってハローワークへ)
 - ・会社都合が自己都合にされた時もハローワークに相談を
 - ・ここでも解決しなかったら労働組合へ相談を

雇用保険の給付金額

給付金額は、失業する直前の半年間の平均賃金の50～80% (60歳～64歳については45～80%)
です。ただし、以下の表の通りの上限額が定められています。

30歳未満	6,330円
30歳以上45歳未満	7,030円
45歳以上60歳未満	7,730円
60歳以上65歳未満	6,741円

上限額(平成20年8月1日現在)

給付期間

○一般受給資格者 自己都合により離職した方、および定年退職の方

被保険者期間					
15歳以上 65歳未満	6ヶ月以上 1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
	90日	90日	90日	120日	150日

○特定受給者 会社都合(倒産、人員整理)等により離職を余儀なくされた方

被保険者期間					
	6ヶ月以上 1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
30歳未満	90日	90日	120日	180日	
30歳以上35歳未満	90日	90日	180日	240日	240日
35歳以上45歳未満	90日	90日	180日	240日	270日
45歳以上60歳未満	90日	90日	240日	270日	330日
60歳以上65歳未満	90日	90日	180日	210日	240日

○ハローワークの「就職安定化資金融資」事業の活用を

就労相談を行ったうえで、解雇となった会社の離職と住居喪失の証明、入居予定の賃貸住宅に関する確認書をそろえれば、融資を受けることができます。

・住宅入居初期費用、家賃補助、生活・就職支援費は最大186万円(保証人不要)

半年以内に就職できれば、住宅入居初期費用の敷金・礼金などの部分は返済が免除されます。

就職安定資金融資の貸付対象品目と貸付上限額

(厚生労働省ホームページより)

貸付対象品目	細目	貸付上限額	
①住宅入居初期費用 ②家賃補助費	敷金・礼金等	40万円	50万円 36万円
	転居費・家具什器費	10万円 6万円×6ヶ月 *	
③生活・就職活動費	常用就職活動費	15万円×6ヶ月 *	100万円
	就職身元保証料	10万円	

*は、雇用保険受給者でない者に限る

相談電話先

職や住まいを失った方への支援

NPO法人自立生活サポートセンター・もやい
(火曜日11～21時(電話・来所)、金曜日11時～17時(電話のみ))

03-3266-5744

弁護士中心に相談と支援

首都圏生活保護支援法律家ネットワーク(平日10時～17時)

048-866-5040

都や国がタイアップしてはじめた緊急生活・雇用対策

離職者サポート案内ダイヤル

0120-874-505

ネットカフェや漫画喫茶で寝泊まりしながら就労している人の相談

TOKYOチャレンジネット

0120-874-225

労働相談全般は

東京都ろうどう110番

0570-00-6110

NPO法人 働きたいみんなのネットワーク

無料職業紹介(03-5348-1416)、再就職支援セミナーなど
求職者・失業者の悩み相談

03-3943-6461

ハローワーク飯田橋U-35

35歳未満の職業相談、紹介、求人情報提供

03-5212-8609

ヤングワークプラザしぶや

職業カウンセリング等の就職支援(正社員での就職を希望する35歳未満の過去1年以上雇用保険に加入していない方)

03-3770-8609

東京非正規労働者就労支援センター

非正規労働者の就職支援
平日 10時～19時 土日祝 10時～17時

03-5909-8609



働いている人、年金収入がある人も

暮らしに困れば生活保護を利用できます。

「派遣切りで職を失った」「不況で事業を廃業した」「病気や障がい、高齢で働けない」「貯えがなくなった」…こんなピンチから国民を救う最後の砦(セーフティネット)が生活保護制度です。憲法第25条の「すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」という生存権を具体化したものが、この生活保護です。

他のいろんな制度を使っても暮らしに困った時は、借金をする前に生活保護の申請をしましょう。

生活保護とは

国が定めた「最低生活費」の基準に対して、収入が不足する場合に、不足部分を補うとともに、暮らしを立て直すことを応援するのが、生活保護制度です。

したがって、働いている人、年金などの収入がある人でも「最低生活費」を下回る場合、生活保護を利用することができます。

※「持ち家」だから、「車がある」から、すべて駄目とは限りません。

※暮らしに困った原因に関わらず、要件を満たす限り、無差別・平等に保護を利用できると、生活保護法に定められています(生活保護法 第2条)。

生活保護の種類

- ① 生活扶助 生活費・被服・光熱水費・家具什器・生活用具・家電製品・介護保険料…
- ② 住宅扶助 借家の家賃…敷金、礼金、保証料、火災保険料、維持費等
- ③ 教育扶助 小・中学校の学級費・給食費・教材代・通学交通費・夏季施設参加費…
- ④ 医療扶助 医療費・通院交通費…おむつ代
- ⑤ 介護扶助 介護サービスの利用料…
- ⑥ 出産扶助 出産費用…
- ⑦ 生業扶助 技能修得費・就職支度費・高校就学費…
- ⑧ 葬祭扶助 葬式の費用… などがああります。

生活保護の申請・相談は

区市町村におかれている相談窓口・福祉事務所などが窓口です。



生活保護制度



Q1

生活保護はどんな場合に利用できますか？

国が定めている「最低生活費」以下の収入しかなく、手持金や貯金などもわずかになり、今現在、生活に困窮している状況であれば誰でも生活保護制度を利用できます。最低生活費は、地域や年齢により細かく決められています。家賃・医療費・介護費を別にした生活費が1人暮らしで7～8万円程度、2人で10～12万円程度、3人で13～17万円程度がおおまかな目安となります。

Q2

福祉事務所で保護を断られたらあきらめるしかありませんか？

不当に追い返されている可能性もあるので、あきらめる必要はありません。申請権があるので申請書用紙を出してもらって「申請」しましょう。申請書用紙を出してもらえない場合、口頭で申請の意思を明らかにすれば足ります。ただ、申請をした、しなかった(言った、言わない)と争いになることが予想されます。そこで、メモ用紙でも何でも構いません。「保護申請書」と題をつけ、生活保護を受けたい、として住所と、同一世帯として保護を受けたい全員の氏名・生年月日を記入すれば、正式に「申請」となります。

Q3

申請のために必要なものはありますか？

保護申請は保護申請書さえあれば可能です。書類が揃わないと申請ができない、という対応は誤りです。ただ、要保護状態であることを明らかにするためと、現在の状況を説明するために、下記の書類が用意できるなら持参してください。円滑に手続きが進みます。

用意できるなら
持参して下さい



- ・ 住まい(アパート・寮等)の契約書、家賃通帳
- ・ 不動産があれば、不動産登記簿謄本・登記済権利証・固定資産税の決定通知書
- ・ 銀行等の預貯金の通帳(使っていない口座も含め記帳し、現在高がわかるように)
- ・ 公共料金(電気・ガス・水道・電話)の領収書
- ・ 健康保険証
- ・ 介護保険関係書類(介護保険証・介護保険料の決定通知)
- ・ 年金関係の書類(年金手帳・年金裁定通知・年金振込み通知)
- ・ 生命保険証書、簡易保険証書
- ・ 手当の関係書類(児童手当、児童扶養手当、児童育成手当、福祉手当、雇用保険の失業手当等の金額が分かるもの)
- ・ 給与の明細書(最近の3か月分)
- ・ 車やバイクの車検証

なお、働けないことを示すために「医師の診断書」を求めてくる所もありますが、必要があれば福祉事務所の費用で検診を受け、診断書も作ってもらえます。自分で診断書を用意する必要はありません。

Q4

申請はどこにするのですか？

住民票の有無に関係なく、今あなたが住んでいる場所(住所不定の方は現在いる場所)の福祉事務所や役場で申請できます。

Q5

外国籍でも生活保護を利用することはできますか？

外国籍の場合は、永住ビザや日本人の配偶者ビザなど、定住性のあるビザを持っている場合に生活保護を利用することができます。申請は外国人登録のある場所の福祉事務所に行います。

※ 就労ビザや留学生ビザなど定住性がないビザの方は、首都圏生活保護支援法律家ネットワークにご連絡ください(連絡先は5ページ)。

Q6

申請して生活保護が開始されるまでどれ位かかりますか？

申請のあった日から遅くとも14日以内に決定されることになっており、結果は書面で通知されます。事情により審査に時間がかかる場合でも、30日以内に決定することが求められています。なお、30日を過ぎても決定がされなければ、却下されたとみなして不服申立をすることができます。

Q7

現金を持っていると生活保護は利用できないのですか？

現金や預金の合計が13ページの保護基準(最低生活費)以下であれば利用できます。ただし基準の半額を超える分は最初の保護費から差し引かれます。



Q8

収入があると生活保護は利用できませんか？

収入があっても、最近の3ヶ月の平均収入が最低生活費以下であれば足りない分が支給される形で保護開始決定されます。また医療費や介護費がかかる場合はその分も必要な最低生活費として加えて考えます。就労収入については、その全額が認定されるのではなく、控除される額があります。

Q9

生命保険は解約しなくてはいけないのですか？

解約したときの払戻金が30万円以下で、保険料が最低生活費の15パーセント以下であれば解約しなくても良いことになっています。貯蓄性の高い保険などについては解約して払戻金を生活費に当てることを求められます。

Q 10

学資保険を続けることはできますか？

解約返戻金が50万円以下である場合は続けることができます。また生活保護を利用し始めた後で新たに加入することもできます。

Q 11

野宿生活でも生活保護は利用できますか？

今いる場所の福祉事務所で申請ができます。通常の生活費とは別に、アパート暮らしを始めるための敷金等(敷金・礼金・手数料・火災保険料・保証料)や布団代、家具什器費も受け取れます。



Q 12

住む所がないと最初は施設に入るのですか？

本人の希望する場所で暮らすことができます。居宅生活ができると認められる場合には、施設を断って最初からアパート暮らしを始めることもできます。その場合、当面の居場所として、簡易宿所(ドヤ)や宿泊所、カプセルホテル、サウナ、インターネットカフェ等が利用されており、その宿代についても扶助されます。

Q 13

家賃が高いと生活保護は利用できないのですか？

支給される家賃額に上限がありますが利用できます。ただ、保護が開始された後、低額な家賃の住居に転宅するように指示されることがあります。その場合には、転居に必要な敷金等、住宅の構造が違うために購入が必要な家具什器の費用も支給されます。

Q 14

持ち家があるのですが生活保護は利用できますか？

住むための家や活用している農地などは問題ありません。ただし資産価値が大きい(概ね3000万円程度)住居や土地は処分して生活費に当てることを求められることがあります。その場合も、保有が認められない不動産があるから保護できないのではなく、いったん生活保護を開始します。ただ、不動産が売却できた段階でそれまでに要した生活保護費(医療費も含む)については、返還をする必要があります。

Q 15

住宅ローンが残っていても大丈夫ですか？

原則として生活保護費で住宅ローンの支払いをすることはできません。例外的にローンの残金が少ない場合はローンの支払いを認められる事があります。住宅ローンが払えず家を手放さざるを得ない状態の場合も生活保護を利用できます。

Q 16

借金がありますが生活保護は利用できますか？

利用できます。ただし、保護費から借金を返済することは望ましくありませんので、法テラス(法的トラブル解決窓口)などを利用し、法律家に相談して任意整理や自己破産などで借金を整理しましょう。法律家の費用は分割で払う制度もあります。
※借金の整理については相談窓口法テラス(TEL0570-078374 24時間受付・無料)にご相談ください。

Q 17

自動車やバイクは持てないのですか？

自動車は保有も運転も原則として制限されているのが現状です。仕事、通院で自動車や原動機付自転車を使っている場合は認められることがあります。

Q 18

65歳未満だと生活保護は利用できないのですか？

年齢制限はありません。18歳～64歳は働ける年齢とされていますが、就労の意志があり現実に真剣に求職活動を行っているのに就職できない場合や、収入が少ない場合は誰でも生活保護を利用することができます。



Q 19

どうすれば真剣に仕事を探していると認められますか？

求人情報誌や新聞の求人欄を見たり、ハローワークに行ったり、電話をしたり、面接に行ったりした日時や内容をメモに残しておきましょう。なお、保護開始決定以後の求職活動費(交通費)は扶助してもらえます。

Q 20

親族に連絡すると言われましたが、どういことですか？

生活保護を申請すると福祉事務所は、親や兄弟・子どもに「〇〇さんが生活保護の申請をしましたが、経済的な援助や精神的な援助ができますか？」と問い合わせをします。親や兄弟・子どもは出来る範囲で援助すれば良いことになっており、金銭的に余裕がない場合や、これまでの経緯から関係が悪い場合は、自由に援助を断ることができます。

Q 21

親族に居場所を知られない方法がありますか？

虐待を受けた、DV被害にあったなどの場合は、連絡しないように福祉事務所に伝えれば、居場所を知られないようにしてもらえます。

Q 22

生活福祉資金貸付制度とは、どんな制度ですか？

社会福祉協議会が、急にお金が必要になった場合や修学資金を一時的に貸してくれる制度です。返済しなくてはなりませんから、収入の見込みがはっきりしない場合は生活保護制度を利用すべきでしょう。なお住民票と連帯保証人が必要です。

Q 23

生活安定化総合対策事業とは、どんな制度ですか？

東京都が一定の所得以下の方を対象に生活の安定のために行っている緊急総合対策です。就職チャレンジ支援事業や、生活サポート特別貸付事業、学習塾や大学等受験料の貸付等があります。窓口は、各区市町村です。生活保護制度を利用している方は対象外ですし、貸付ですので、返還が求められます。

Q 24

生活保護が認められない場合はどうすれば良いですか？

もう一度申請することも不服審査請求をすることもできますので、あきらめることはありません。福祉事務所で「生活保護申請の取下げ」をする様に言われる事がありますが、応じる必要はありません。

Q 25

生活保護は打ち切られることがありますか？

福祉事務所が生活保護を打ち切るには文書による指示等、面倒な手続きが必要です。収入が少ないことを理由に「仕事を探す努力をしていない」等として無謀な保護廃止をする自治体もないわけではありません。このよう場合には不服申立てができます。

Q 26

保護辞退届にはどういう意味があるのですか？

生活保護の無理な打ち切りを隠すために、自分から生活保護はいらないと申し出たことにする「保護辞退届」に署名・捺印をするように求められることがあります。辞退届を書く義務はありません。

参考書のご案内

・生活保護の利用をしたいと考えている方には・・・

「あなたにもできる！本当に困った人のための生活保護申請マニュアル」

湯浅 誠 著 1200円

全国の書店で購入できます

・支援者の方には・・・

「必携！法律家・支援者のための生活保護申請マニュアル」

生活保護問題対策全国会議 編 1500円

購入申し込み 072-970-2233 (司法書士 徳武聡子 FAX)

「HOW TO生活保護」 東京ソーシャルワーカー編 現代書館 1800円

「生活保護手帳 各年度版」 中央法規 2500円

生活保護の申請や利用についての相談窓口

首都圏生活保護支援法律家ネットワーク

(受付:平日10時～17時)

048-866-5040

生活保護制度で支給できるもの(1級地—1の場合)

保護基準

基本的には、生活扶助(第1類、第2類)に住宅扶助を加えた金額になります。世帯構成によっては、生活扶助に加算がついたり、教育扶助(義務教育)がついたり、一時扶助が支給される場合があります。これが月単位で支給されます。

① 生活扶助

第1類(衣食費相当) 年齢によって金額が違います。

0～2歳	20,900円
3～5歳	26,350円
6～11歳	34,070円
12～19歳	42,080円
20～40歳	40,270円
41～59歳	38,180円
60～69歳	36,100円
70歳～	32,340円

第2類(光熱費等相当) 世帯の人数によって変わります。

	基準額	冬季加算(11～3月)
1人世帯	43,430円	+ 3,090円
2人世帯	48,070円	+ 4,000円
3人世帯	53,290円	+ 4,770円
4人世帯	55,160円	+ 5,410円

5人以上世帯は、1人増すごとに基準額440円、冬季加算200円を加えます。

※入院患者日用品費 入院者についてはこの、第1類、第2類ではなく、日用品費として月23,150円(冬期24,150円)が支給されます。

② 住宅扶助 基準以内の実額が支給されます。

単身世帯	53,700円以内
6人まで世帯	69,800円以内
7人以上	83,800円以内

□ 年齢・世帯人数を組み合わせると、基本的な保護基準額が算出できます。例えば 65歳と72歳の世帯であれば 第1類36,100円+第1類32,340円+第2類48,070円 の計116,510円が生活扶助となります。これに住宅扶助の必要額を足したものが保護基準となります。

保護開始時に支給されるもの(ホームレス状態にある人の場合) 1人世帯の場合の、東京特別区等の基準

① 敷金等 [279,200円まで]← 敷金・礼金・手数料・火災保険料・保証料等

住居のない人も敷金等の支給を受けて住居を確保することができます。

② 家賃 [月53,700円以下]

臨時的なビジネスホテル、簡易宿所等の宿泊代も支給できます。月途中での入居の場合、当月の日割り家賃の支給が受けられます。東京では、ホテル等の宿泊代とは別に、アパートの契約をする場合には住宅基準一ヶ月分を出してよい、との通知を出しています。これに対し、その後、厚生労働省が「宿泊代とアパート代とを合わせて一ヶ月分の住宅扶助基準内で」との課長通知を09年3月に出しました。

③ 家具什器費(炊事用具、食器、食卓、冷蔵庫等)

[原則:24,800円以下]

[真にやむを得ない場合:39,700円まで]

※ ホームレス状態で家財道具が何もない場合には「真にやむを得ない場合」にあたと解すべきです。

★ 別冊問答集(問7-45)によれば、「真にやむを得ない場合」(特別基準)とは、「例えば、災害にあい家具の大部分を失った場合や、長期間入院していた単身者が退院して新たに自活するに際し全く家具什器を所持していない場合などが考えられる」としています。

④ 布団代 [1組17,900円]

★ 「保護開始時において、現に使用する布団類が全くないか全く使用に堪えなくなり、代替のものがない場合」に支給されます。

⑤ 被服費 [12,900円]

★ 「現に着用する被服(平常着)が全くないか全く使用に堪えない状況にある」場合に認められます。ホームレスで着のみ着のままの人は認められるべきです。

⑥ 生活扶助費 [第1類(衣食費相当)41~59歳なら 38,180円]

[第2類(光熱費等相当)43,430円 + 11~3月は3,090円]

★ 東京では以前から、居宅を確保する前の段階でも申請時からの生活扶助費を出す扱いとしています。一部の福祉事務所では、第2類を出さない等の不当な扱いをしていました。09年3月、厚労省も申請時からの生活扶助費を第1類・第2類とも支給するよう通知を出しました。

さらに、一時扶助として生活保護で、以下のようなものも支給されます

① 移送費 求職活動の交通費、転居の引越し代、施設利用のための交通費

断酒会(AAミーティング)の交通費等

② 技能修得費 生業に就くために必要な技能を修得する経費を必要とする場合、等

③ 就職にあたっての健康診断料・文書料

④ 就職支度費 就職が決まった際に、就職のため直接必要とする洋服・履物等の購入をする場合

⑤ 義務教育費用 学級費・給食費・教材費・入学準備金等。

- ⑥ **高校生の就学費用** 入学準備金、教材費、学級費、通学交通費、私立の場合の都立高校の授業料相当分(都立は免除)等。
- ⑦ **通院交通費** ← 08年に原則不支給とする局長通知が厚生労働省から出されました。自治体も含めた反対運動により08年6月に「事実上の撤回」がなされましたが、局長通知そのものは撤回されておらず、混乱を招いています。
 ただ、東京都では「毎月、継続的な通院をする場合」には扶助するとの通知を出し、通院ができなくなる事態を招かないようにしています。
- ⑧ **契約更新料(契約と同時になされる火災保険料・保証料も含む)**

生活保護法以外で、各自治体から支給されるものもあります。

(各自治体で異なります。下記のもが必ず支給されるものではありません)

① 東京都の自立促進事業に基づくもの

- ・就職活動用の被服費
- ・就労開始時の通勤交通費(最初の給与が支給されるまでのもの)
- ・債務整理等で法テラスを利用する際の予納金
- ・居宅清掃費用

② 各自治体独自の施策

入浴券

収入がある場合の扱い

生活保護費は保護世帯に収入がある場合は、それで足りない部分のみ支給されます。

たとえば、仕送り・援助、年金や失業給付等があれば、その分だけ保護費が減ります。

・就労収入 → 基礎控除、特別控除、必要経費の控除ができ、収入全部が認定されるわけではありません。

基礎控除 収入金額に応じて控除する金額があります。基礎控除額だけ収入とはみなさないため、その分が自由になるため、ゆとりができます。

一例

収入	基礎控除額
12,000～15,999円	9,030円
28,000～31,999円	11,780円
60,000～63,999円	17,290円
100,000～103,999円	23,220円

特別控除 年間収入の1割を必ず控除します。収入が30,000円であれば、1割の3,000円が基礎控除に加えて、収入とはみなされません。

必要経費 社会保険料・所得税・労働組合費・通勤費等の実額を控除します。

保 護 申 請 書

福祉事務所長 様 年 月 日

(申請者・要(被)保護者) 住所 丁目 番 号 荘・方

氏名 ㊟ 電話()

(来所者が本人でない場合) 住所

氏名 ㊟ 電話

要(被)保護者との続柄

生活保護法による保護を次のとおり申請します。

1 保護を受けたい理由

.....

.....

.....

2 家族の状況(同居している者)*

続柄	氏 名	性別	生年月日	年齢	職業・学校	学歴	健康状態
世帯主		男・女	・ ・				
		男・女	・ ・				
		男・女	・ ・				
		男・女	・ ・				
		男・女	・ ・				

3 親兄弟、親族、その他援助者の状況(同居していない者)*

続柄	氏 名	年齢	職 業	住 所 (電 話)

(収入及び資産の状況は、別紙に記入してください。)

*保護開始後この様式を使用する際、2・3・収入などの状況については必要に応じて記入

収入と所得、課税所得の違いをご存知ですか

各種制度や利用者負担の軽減を利用するには、必ずと言っていいほど「本人非課税」「非課税世帯」という条件がついてきます。いろんな制度を活用するには申請や申告をしなければなりません。

このハンドブックを活用する前に、「収入〇〇〇円以下」「所得〇〇〇円以下」などの意味について理解しておく必要があります。

①はじめに

「収入」と「所得」は、ほとんど同じ意味のように思ったり、使ったりしていますが、税金や制度申請などでは区別されています。

収入－必要経費＝所得　これが基本です。

②収入

「収入」とは、文字どおり1年間に手に入れたお金の総額です。「収入」にはいろんな種類があります。サラリーマンであれば月の給料やボーナスなど。自営業では、年間の総売上げが収入になります。年金生活者は年金総額が「収入」になります。

③所得

「所得」とは、収入から必要経費を差し引いた額です。税金は「収入税」ではなく「所得税」であることからわかるように、税金は所得にかかります。

「収入」から必要経費(年金収入なら公的年金控除、給与収入なら給与所得控除)を差し引いたものが「所得」になります。

④課税所得

税金は、収入金額にかかってくるわけではありません。税金の計算をするために、収入からある金額を差し引くことを控除といいます。

そして、すべての控除をしたあとに残ったものを課税所得といいます。(税金をかける所得)したがって、控除をたくさんすれば課税所得は小さくなるので、かかる税金も少なくなります。

住民税を非課税に障害者控除、寡婦・寡夫控除など様々な所得の控除があります

各種控除を活用して住民税を非課税にしよう！

2006年度(平成18年度)から住民税(府県民税・市町村民税)が課税される高齢者が大幅に増えました。

これにより、医療費の窓口負担、国保料(税)、介護保険料・利用料などが上がっています。

税金の申告(所得税の確定申告か住民税の申告)をすることで、住民税が非課税になる場合もあります。



「障害者」や「寡婦・寡夫」であれば住民税が非課税になる場合も

税法上の「障害者」や「寡婦・寡夫」は、前年の所得が125万円以下であれば、住民税が非課税になります。125万円を超える場合は非課税にはなりません、所得控除により税金が安くなります。

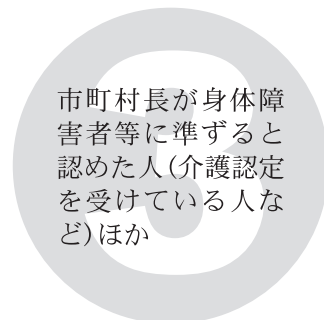
(所得125万円とは給与収入204万円、年金収入(65歳以上)245万円です)

[遺族年金、障害年金、健康保険の傷病手当、雇用保険の失業給付金、労災の給付金などは税法上では所得になりません]

寝たきりの人は「障害者」

税法上の「障害者」となる人は(表1)の通りです。身体障害者手帳などが交付されていなくても、常時寝たきりの人は「障害者」になります。申請や認定は必要ありません。

表1 税法上の障害者となる人



「寡婦・寡夫」は認定不要(死別だけではありません)

税法上の「寡婦・寡夫」となる人は(表2)の通りで証明や認定は不要です。

表2 税法上の「寡婦・寡夫」となる人

(女性の場合)	(男性の場合)
夫と死別した人で所得金額が500万円以下の人(扶養家族がいなくてもかまいません)	妻と死別・離婚した人で子どもを扶養し、かつ所得金額500万円以下の人

※②のうち扶養家族が子どもで、所得金額が500万円以下の人には「特別寡婦」になり控除金額が増えます。
〔所得が500万円とは給与収入688万円、65歳以上の年金収入680万円〕

扶養控除・保険料控除などの申告を忘れずに

配偶者や子ども、親などを扶養している場合(所得が38万円以下のときは「配偶者控除」や「扶養控除」、本人や家族の健康保険料・年金・介護保険料を支払った場合は「社会保険料控除」、生命保険料や地震保険料を払った場合は「生命保険料控除」や「地震保険料控除」が適用できます。

※扶養家族は別居をしても同一生計であれば可能です(前年の死亡者も可能です)忘れずに申告してください。

所得が38万円とは給与収入103万円、65歳以上の年金収入158万円のことで。

夫婦の場合は配偶者特別控除で所得が76万円まで控除が可能です。



年金について:免除申請を知っていますか

年金がもらえるのは、年老いたときだけと思いませんか？ 年金(国民年金・厚生年金・共済年金)は、1. 年老いたとき、2. 障害者になったとき、3. 死亡したとき に要件が満たされていれば受給できます。

1. 年老いたとき

- ①年金加入期間による受給要件の原則は25年です(年齢によって短縮措置あり)。この25年間とは、厚生年金、国民年金(サラリーマンの妻の期間(第3号被保険者)も含む)、共済年金、免除期間を全部合計した期間です。ポイントは免除期間も含むということです。
- ②受給するときの原則は満65歳です(繰り上げ、繰り下げ受給もできます)。

2. 障害者になったとき

- ①病気やケガをして障害等級に該当すれば、障害年金が受給できます。障害の程度に応じて、国民年金からは「障害基礎年金1級・2級」が支給され、厚生年金からは「障害厚生年金1級・2級・3級」が支給されます。受給の要件はさまざまあります。
- ②障害年金は、受給要件の一つに「保険料納付条件」があります。これは初めて医者に出診した日(初診日)前、保険料を納付していた期間と免除期間を合わせた期間が、全加入期間の3分の2以上が必要です。当分の間は(平成28年3月31日まで)、初診日前、1年間に保険料(免除期間を含む)をきちんと納めていれば受給することができます。ここでも免除期間が大きな意味をもつことが分かります。
- ③現代病の「うつ病」も障害年金の対象になります。

3. 死亡したとき

- ①年金に加入中の人や年金を受給している人が私傷病・事故で亡くなったとき、遺族に対して要件に応じて支払われます。業務上の理由で亡くなった場合は労災が適用されます。
- ②こちらも「障害年金」同様に、「保険料納付条件」があります。死亡前の保険料納付期間と保険料免除期間との合算期間が、全加入期間の3分の2以上が必要です。ただし当分の間は(平成28年3月31日まで)、死亡前1年間、保険料がきちんと納めていれば受給できます。ここでも「免除申請」をして「免除期間」を確保しておくことが大切であることがわかります。

生活が苦しくなり国民年金が払えなかったら、とにかく「免除申請」をして「免除期間」を確保しよう。

1. 生活保護を受けると「法定免除」のため自動的に「免除期間」になるので、申請は不要です。
2. 家計が苦しくなり国民年金保険料が払えないときは、とにかく「申請免除」を活用しましょう。所得によって、①「全額免除」と「一部納付免除」があります。一部免除には、②「4分の1納付する」③「2分の1納付する」④「4分の3納付する」があり、さらに⑤「学生免除」⑥「若年者(30歳未満)納付猶予制度」もあります。ポイントは、いずれも免除期間が受給要件の期間になり、免除期間中に障害や死亡事故に遭っても年金が受けられる可能性があるということです。

- ①全額免除 保険料:全額免除(平成20年度・月14,410円)。
年金額には、3分の1が反映される。
要件:前年所得(収入ではない)が、次の計算式で算出した金額の範囲
(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円

- ②4分の1納付する 保険料:3,600円
年金額には、2分の1が反映。

要件：前年所得が、次の計算式で算出した金額の範囲内
78万円＋扶養親族等控除＋社会保険料控除等

③ 2分の1納付する 保険料：7,210円

年金額には、3分の2が反映。

要件：前年所得が、次の計算式で算出した金額の範囲内
118万円＋扶養親族等控除＋社会保険料控除等

④ 4分の3納付する 保険料：10,810円

年金額には、6分の5が反映。

要件：前年所得が、次の計算式で算出した金額の範囲内
158万円＋扶養親族等控除＋社会保険料控除等

*「免除申請用紙」は、社会保険庁のHPからダウンロードできますので、これに記入し住所を届けている市区町村に郵送するだけです。ホントに簡単です。

*所得額を記入する必要もありませんし、該当するかどうかを自分で判断することも不要です。まずはやってみましょう。

一部納付(一部免除)の世帯構成別の所得基準の「めやす」

世帯構成	全額免除	一部納付		
		1/4納付	1/2納付	3/4納付
4人世帯(ご夫婦、お子さん2人)	162万円	230万円	282万円	335万円
2人世帯(ご夫婦のみ)	92万円	142万円	195万円	247万円
単身世帯	57万円	93万円	141万円	189万円

⑤ 学生免除 所得が年間18万円以下であれば、「学生免除申請」ができます。

学生免除期間は、受給資格期間に加算することはできませんが、年金額には全く反映されません。あとから追納することになります。

⑥ 若年者(30歳未満)納付猶予制度

免除制度は、一般的に世帯全部の所得でみられるため所得の多い親と同居すると該当しない場合があります。しかし30歳未満であれば本人又は、本人と配偶者の所得で該当の有無をみますので対象者は広がっています。

年金申請・相談窓口

相談窓口

一般の年金電話相談： 0570-05-1165
(IP電話・PHS) : 03-6700-1165

申請窓口

厚生年金加入中 : 会社・事業所を管轄する社会保険事務所
国民年金 : 住所を管轄する社会保険事務所
免除申請 : 住所の市区町村

インターネットが活用できる人は、次の「東京社会保険事務局」のページを参照して下さい。(http://www.sia.go.jp/sodan/madoguchi/shaho/tokyo/index.htm)

お金がなくても医療・介護は受けられます！

医療・介護は社会資源の有効活用を

【医療が必要な時】

1、生活保護の受給(医療扶助)の場合

医療無料で受けられます。現物給付です。詳細は、生活保護の項目
診断書も施設入所や就職などに必要な場合は、生活保護からです

2、無料・低額診療の活用

「生計困難者のために無料または低額料金で診療を行う」制度です。指定された医療機関のみが対象です。医療機関一覧はP24

3、医療費一部負担金・保険料の減免等

国民健康保険の場合、国民健康保険法で一部負担金の減免及び「徴収猶予」があります。災害・事業の休廃止・失業・生活困難などの場合、市区町村の国保課(係)へ申請します。

○生活福祉資金 対象者と所得制限はありますが、「低所得世帯や障がい者、高齢者」へ一時貸付。申込先は、民生委員又は、市区町村の社会福祉協議会。

○医療費控除 本人や家族(同一生計の親族)のために支払った医療費が対象

前年(1月1日～12月31日)に支払った自己負担分が、「総額10万円」または、「所得金額の5%」を超えた場合、最高200万円まで控除。

※ 医療費控除の対象とならない例;人間ドック、健康診断・診断書料・美容整形等

○高額療養費制度 基準をこえた医療費が払い戻されます。①1ヶ月に1人の人が1つの医療機関ごとに支払った自己負担金額②差額ベッド代や入院給食一部負担金などは除く③入院・通院別や医科・歯科別④年齢、所得などの条件で基準も違います。70歳以上の方の非課税世帯は申請により医療費・入院の食事代・居住費が軽減されます。

詳細や手続きは、国民健康保険の方には市区町村の国保課。健康保険の方は、社会保険事務所で確認してもらう。また、かかっている医療機関に相談。

○窓口負担率の軽減 区民税の課税所得145万円以上の高齢者に3割負担の受給者証が交付されます。しかし、70歳以上の「一部負担割合」が年収により3割の方が1割負担や負担上限が下がります。

軽減の対象者は、単身世帯や2人世帯の年収によって異なります。なお、年収は高齢者(原則70歳以上)のみの収入で計算されます。

○その他 国保料(税)の減免・障がい者控除・貸付制度など、多くの制限はありますが「暮らしに役立つ制度のあらし」(全国生活と健康を守る会連合会 発行 TEL03-3354-7431)を参考に社会資源を有効活用しましょう。

4、国民健康保険料を滞納していても以下の場合には医療が受けられます

国民健康保険を滞納している方でも、15歳までの子どもには無条件で短期証(保険証)が発行されます。また、「医療を受ける必要がある」方は、すべて短期証(保険証)が発行されます。各地の国民健康保険課(係)に申し出てください。

5、医療(診療)内容の相談 「何科にかかったらよいか？」など

裏面に紹介している東京民医連・保険医協会(ウラ表紙に連絡先あり)にお問い合わせ下さい。

【介護が必要な時】

介護認定の受け方(まずは、介護認定を受けましょう)

- 受けられる人
- ・65歳以上で介護が必要な人
 - ・40歳～64歳で特定の疾病で介護が必要な人
- 受けるために
- ・各市区町村の窓口(介護保険課等)か介護支援事業所に相談。ただし、申請の代行は、包括支援センターしかできません。
 - ・要介護認定申請→訪問調査とCP判定→審査会判定→認定結果の通知→介護サービス計画の作成依頼

1、生活保護の受給(介護扶助)の時は

介護サービスは、現物給付です。手続きは、福祉事務所などに認定申請を行い介護認定審査会の認定を受けます。介護保険料も年齢や年金収入の額などによって支給内容・方法が異なりますが支給されます。

2、利用料や食費・居住費の負担軽減

住民税が非課税世帯の人や手元に残るお金が生活保護基準(障がい者加算を加算して)以下になる人は、介護保険課(係)に申請すれば利用料や食費・居住費の負担が軽減されます。

3、高額介護サービス費制度

利用料に上限を決めて、それを超える分は申請にもとづいて後から払い戻すという「償還払い方式」です。

医療保険でも、各々自己負担が高額になったときに、1か月に一定額以上の額が給付されます。

※2009年8月から高額介護合算療養費の申請受付

1年間(8月1日～翌年の7月31日)の医療保険と介護保険における自己負担の合算が世帯単位で高額(限度額は種々)になったときに適用します。医療保険だけの自己負担では、対象になりません)

自己負担額には、福祉用具購入費 住宅改修費 おむつ代などの保険給付外サービスの利用者負担は含みません。

4、認知症の人をかかえる家族 の相談は

・「かかりつけ医」や各地の「地域包括支援センター」「在宅介護支援センター」「ケアマネージャー」「保健所」

・「認知症の人と家族の会」 0120-294-456 月～金10時～15時

・家族が認知症で問題行動で困り入院を希望する場合は、各市区町村の保健所、保健センター、福祉事務所等に相談。その後、高齢者精神医療相談班につながり専門病院外来につながります。



都内無料低額診療事業施設一覧

2009.6現在

	法人名	医療機関名	救急	〒	所在地	電話番号	二次保健医療圏
1	社会福祉法人聖ヨハネ会	総合病院桜町病院		184-0005	小金井市桜町1-2-20	042-383-4111	北多摩南部
2	社会福祉法人浴光会	国分寺病院		185-0014	国分寺市東恋ヶ窪4-2-2	042-322-0123	北多摩西部
3	社会福祉法人多摩済生医療団	多摩済生病院	○	187-0041	小平市美園町3-11-1	042-341-1611	北多摩北部
4	社会福祉法人黎明会	南台病院		187-0032	小平市小川町1-485	042-341-7111	北多摩北部
5	社会福祉法人白十字会	東京白十字病院		189-0021	東村山市諏訪町2-26-1	042-391-6111	北多摩北部
6	社会福祉法人緑風会	緑風荘病院	○	189-0012	東村山市萩山町3-31-1	042-392-1101	北多摩北部
7	社会福祉法人救世軍	救世軍清瀬病院		204-0023	清瀬市竹丘1-17-9	0424-91-1411	北多摩北部
8	社会福祉法人上宮会	清瀬リハビリテーション病院		204-0023	清瀬市竹丘3-3-33	0424-93-6111	北多摩北部
9	社会福祉法人信愛報恩会	信愛病院		204-0024	清瀬市梅園2-5-9	0424-91-3211	北多摩北部
10	社会福祉法人慈生会	ハトレハムの園病院		204-0024	清瀬市梅園3-14-72	0424-91-2525	北多摩北部
11	医療法人財団城南福祉医療協会	大田病院	○	143-0012	大田区大森東4-4-14	03-3762-8421	区南部
12	社会福祉法人恩賜財団慶福育児会	目黒診療所		153-0063	目黒区目黒4-4-7	03-3715-3850	区西南部
13	社会福祉法人康和会	久我山病院	○	157-0061	世田谷区北島山2-14-20	03-3309-1111	区西南部
14	社会福祉法人児玉新生活会	児玉経堂病院		156-0052	世田谷区経堂2-5-21	03-3420-1028	区西南部
15	社会福祉法人東京有隣会	有隣病院		156-0055	世田谷区船橋2-15-38	03-3482-3611	区西南部
16	社会福祉法人恩賜財団済生会支部東京都済生会	東京都済生会渋谷診療所		150-0002	渋谷区渋谷3-2-3 帝都青山ビル2階	03-3407-0895	区西南部
17	社会福祉法人三井記念病院	三井記念病院	○	101-0024	千代田区神田和泉町1	03-3862-9111	区中央部
18	社会福祉法人恩賜財団母子愛育会	愛育病院		106-0047	港区南麻布5-6-8	03-3473-8321	区中央部
19	社会福祉法人恩賜財団済生会支部東京都済生会	東京都済生会中央病院	○	108-0073	港区三田1-4-17	03-3451-8211	区中央部
20	社会福祉法人日本海員救済会	東京救済会クリニック		108-0023	港区芝浦3-2-28	03-3452-8251	区中央部
21	社会福祉法人浅草寺病院	浅草寺病院	○	111-0032	台東区浅草2-30-17	03-3841-3330	区中央部
22	社会福祉法人同愛記念病院財団	同愛記念病院	○	130-0015	墨田区横網2-1-11	03-3625-6381	区東部
23	社会福祉法人賛育会	賛育会病院	○	130-0012	墨田区太平3-20-2	03-3622-9191	区東部
24	社会福祉法人恩賜財団済生会支部東京都済生会	東京都済生会向島病院	○	131-0041	墨田区八広1-5-10	03-3610-3651	区東部
25	社会福祉法人あそか会	あそか病院	○	135-0002	江東区住吉1-18-1	03-3632-0290	区東部
26	社会福祉法人仁生社	江戸川病院	○	133-0052	江戸川区東小岩2-24-18	03-3673-1221	区東部
27	社会福祉法人仁生社	メディカルプラザ江戸川		133-0052	江戸川区東小岩2-6-1	03-3873-1566	区東部
28	社会福祉法人新栄会	滝野川病院		114-0023	北区滝野川2-32-12	03-3910-6336	区西北部
29	社会福祉法人上智会事業団	上智クリニック		116-0001	荒川区町屋4-9-10	03-3892-4514	区西北部
30	社会福祉法人上宮会	日暮里上宮病院		116-0014	荒川区東日暮里2-29-8	03-3891-5291	区西北部
31	社会福祉法人恩賜財団済生会支部東京都済生会	東京都済生会宮城診療所		120-0047	足立区宮城1-33-20	03-3911-0024	区西北部
32	社会福祉法人勝楽堂病院	勝楽堂病院	○	120-0032	足立区千住柳町5-1	03-3881-0137	区西北部
33	社会福祉法人恩賜財団済生会支部東京都済生会	東京都済生会葛飾診療所		124-0012	葛飾区立石8-41-8	03-3691-0670	区西北部
34	社団法人 板橋区医師会病院	板橋区医師会病院	○	175-0082	板橋区高島平3-12-6	03-3975-8151	区西北部
35	医療法人財団健康文化会	介護老人保健施設志村さつき苑		174-0043	板橋区坂下3-7-6	03-5970-3358	区西北部
36	社会福祉法人聖母会	聖母病院	○	161-0032	新宿区下落合2-5-1	03-3951-1111	区西北部
37	社会福祉法人慈生会	慈生会病院	○	185-0022	中野区江古田3-15-2	03-3387-5421	区西部
38	社会福祉法人浄風園	中野江古田病院	○	185-0022	中野区江古田4-19-9	03-3387-7321	区西部
39	社会福祉法人武蔵野療園	武蔵野療園病院		185-0022	中野区江古田2-24-11	03-3389-5511	区西部
40	宗教法人救世軍	救世軍ブース記念病院		166-0012	杉並区和田1-40-5	03-3381-7236	区西部
41	社会福祉法人浄風会	浄風会病院		168-0071	杉並区高井戸西1-12-1	03-3332-6511	区西部
42	社会福祉法人恩賜財団東京都同胞援護会	昭島病院	○	186-0022	昭島市中神町1260	042-546-3111	西多摩
43	財団法人仁和会	財団法人仁和会総合病院	○	192-0046	八王子市明神町4-8-1	0426-44-3711	南多摩
44	社会福祉法人桜ヶ丘社会事業協会	桜ヶ丘記念病院		206-0021	多摩市連光寺1-1-1	042-375-6311	南多摩
45	財団法人仁和会	財団法人仁和会クリニック		192-0046	八王子市明神町4-8-1	042-644-3711	南多摩

「救急」欄の○印は、2009.4.1現在の救急告示医療機関

東京社保協のネットワーク 各種相談窓口

東京地評・東京労働相談センター フリーダイヤル 0120-378-060
労働問題全般の相談

首都圏青年ユニオン TEL03-5395-5359 FAX03-5385-5139
労働相談・生活相談

NPO法人 働きたいみんなのネットワーク TEL03-3943-6461 FAX03-3943-6471
無料職業紹介(03-5348-1416)、再就職支援セミナーなど 求職者・失業者の悩み相談

東京保険医協会 TEL03-5339-3601 FAX03-5339-3449
東京都内の開業医が加盟する団体 医療全般の相談

東京民主医療機関連合会 TEL03-5978-2741 FAX03-5978-2865
医療、介護の相談

東京都生活と健康を守る会連合会 TEL03-5960-0266 FAX03-5960-0268
生活保護、福祉の相談

障都連 TEL03-3207-5636 FAX03-3207-5638
障害者問題全般の相談

年金者組合東京都本部 TEL03-3986-8566 FAX03-3986-8567
年金の相談

東京都保育問題協議会 TEL03-3338-1601 FAX03-3338-1609
保育所の入所などの相談

新日本婦人の会東京都本部 TEL03-3478-5491 FAX03-3404-5808
女性問題、子育て、福祉、生活などの相談

東京都教職員組合 TEL03-3230-3891 FAX03-3262-9705
教育、子育ての相談

東京商工団体連合会 TEL03-5692-5081 FAX03-5692-5091
中小業者の商売・営業・税金・融資・国民健康保険などの相談

東京土建一般労働組合 TEL03-5332-3971 FAX03-5332-3972
住まいの各種相談

東京社会保障推進協議会 TEL03-5395-3165 FAX03-3946-6823
東京の社会保障運動のセンターです。いのち・くらし全般の相談

法律相談など

日本労働弁護団(労働問題) TEL03-3251-5363

首都圏生活保護支援法律家ネットワーク TEL048-866-5040(平日10~17時)

法テラス(法的トラブル解決窓口) TEL0570-078374(24時間受付 無料)



全国にもネットワークがあります。
ご紹介いたしますのでいつでもお問い合わせ下さい。

様々な制度があることを多くの住民は
知りません。ぜひこの一冊をつかって
お知らせしましょう。

発行

東京社会保障推進協議会

〒170-0005 東京都豊島区南大塚2丁目33-10

TEL 03-5395-3165 FAX 03-3946-6823

発行 2009年7月

頒価 100円