

令和5年(2023年)

4/1

No.1533

4月23日(日)は

中央区議会議員選挙  
中央区長選挙

詳しくは4・5面へ

区のおしらせ



# ちゅうおう

## Let's Enjoy SPORTS!

スポーツを楽しもう



凡例

問 問い合わせ(申込先)

HP ホームページアドレス

Eメール アドレス

本号には「基本計画特集号」を折り込んでいます。ぜひご覧ください。

### 学校施設などのスポーツ開放 (スポーツひろば)

予約不要

初心者歓迎

無料

開放日時に直接会場へ行き、氏名などを記入の上、ご参加ください。当日は担当指導員がご案内します。

対象

区内在住・在勤・在学で15歳以上の方(中学生を除く)  
(キンボールスポーツのみ小学生以上が対象)

◎学校や種目ごとに開放日時や時間が異なります。  
◎学校行事・工事などで中止となる場合があります。  
◎詳しくはHPをご覧ください。

問 スポーツ課スポーツ事業係

☎(3546)5531



### いろいろなスポーツを体験 少年少女スポーツフェスティバル

日時 4月16日(日) 午後0時45分～2時30分

会場 総合スポーツセンター・浜町運動場(浜町運動場のみ雨天中止)

対象 区内小・中学生および保護者(子どもだけの参加可)

内容 スポーツ体験(軟式野球、サッカー、剣道、卓球、バドミントン、ミニバスケットボール、少林寺拳法、ラグビー)

◎直接会場へお越しください。

◎屋内用運動靴をご用意ください。

◎詳しくは体育協会HPをご覧ください。



#### スポーツ少年団に入ってスポーツを楽しんでみませんか

スポーツ少年団は、地域の子もたちがスポーツの楽しさと喜びを味わい、健康な体と心を育てることを目的とした団体です。当日、各団の案内を配布します。

問 中央区体育協会事務局 ☎(3546)5729

その他のスポーツ事業やスポーツ施設案内などはHPをご覧ください。



「区のおしらせ ちゅうおう」は毎月1日、11日、21日の月3回発行。次回4月11日号は新聞折り込みです。

(1)

凡例 問い合わせ(申込)先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

### ボランティア保険加入手続きのご案内 (継続・新規)

「中央区ボランティア保険」制度は、ボランティア活動中の思わぬ事故で生じた損害に備えるため、保険料を全額区が負担して加入するものです。保険加入(継続・新規)の申し込みを、次のとおり受け付けます。

**対象(被保険者)**  
ボランティア団体の代表者または指導者

**保険内容**  
別表1のとおり

**保険期間**  
6月1日(中途加入の場合は、承別表1

認された日)～令和6年6月1日

**保険料**  
無料

**保険加入の方法**  
継続加入、新規加入共に4月3日(月)から5月2日(火)までに、団体の代表者が、所定の申込用紙に必要事項を記入の上、申し込む(中途加入は随時受け付け)。

**申込用紙の配布場所・申込先**  
別表2のとおり  
☎総務課総務係  
☎(3546)5233

損害賠償責任保険	補償の種類	補償限度額	
		対人の賠償	対物の賠償
	対人の賠償	1人 1億円 1事故 2億円	
	対物の賠償	1事故 500万円(保管物の場合300万円)	
傷害保険	死亡保険金	500万円	
	後遺障害保険金	15万円～500万円	
	入院保険金	日額	3,000円(180日限度)
	通院保険金	日額	2,000円(90日限度)

◎「死亡保険金」および「後遺障害保険金」の補償金額が令和5年度より1,000万円から500万円に変更となりました。

別表2

団体(活動)の種類	担当窓口	電話
青少年の健全育成活動および社会教育活動を行う団体	文化・生涯学習課 青少年係	(3546)5304
町会・自治会関係	地域振興課地域事業係	(3546)5339
乳幼児の健全育成活動を行う団体	子育て支援課子育て支援係	(3546)5350
障害のある方に対する援助活動を行う団体	障害者福祉課障害者福祉係	(3546)5389
高齢者クラブ、高齢者に対する援助活動を行う団体	シニアセンター	(3531)7813
資源再利用活動を行う団体	中央清掃事務所清掃事業係	(3562)1523
交通安全活動を行う団体	交通課交通対策係	(6278)8171
上記以外の団体	活動の関連部課	

### 身近な相談役

介護サービスの利用者と事業所の橋渡しをするなど、介護サービスの質的向上のための活動をする介護相談員を募集します。派遣を希望する介護サービス提供施設などを訪問して、利用者やその家族の声を聞き、疑問や不満・問題点の解消に向けたお手伝いなどをを行います。

**応募資格**  
ボランティア活動や住民活動の経験があり、介護の現場に関心を持つ区内在住の方

**募集人数**  
2人

**任期**  
1年(再任可)

**活動費**  
1回1,600円(週1～2回程度の日中の派遣を予定。交通費支給なし)

### 「介護相談員」の募集

**派遣開始**  
9月(予定)

**選考方法**  
作文および面接

**研修**  
対象者には、7・8月に区が指定する研修を受講していただきます。

**申し込み方法**  
5月8日(必着)までに「介護相談員になりたい理由」を1,200字程度にまとめ、住所・氏名・生年月日・性別・電話番号・職歴(ボランティア活動・住民活動を含む)を明記し、郵送または区役所4階介護保険課指導担当窓口へ持参する。

☎〒104-8404  
中央区築地1-1-1  
介護保険課指導担当  
☎(3546)5749

### いきいき館(敬老館) 春のおすすめ講座

**いきいき桜川(桜川敬老館)**

**日時**  
4月26日(水) 午後2時～3時

**会場**  
いきいき桜川

**内容**  
「健康づくり講座」  
内科専門医による健康寿命を延ばすためのフレイル予防についてのお話です。

**定員**  
20人(先着順)

**申し込み方法**  
当日、直接会場へお越しください。

毎月第2・4木曜日 計24回  
午後1時30分～2時30分

**会場**  
いきいき勝どき大広間

**内容**  
「いきいき運動」  
転倒予防、認知症予防、介護予防に役立つ、椅子に座って行う初心者向けの軽い体操です。

**定員**  
各40人(先着順)

**申し込み方法**  
当日、受付で直接申し込む(電話申し込み不可)。

**いきいき浜町(浜町敬老館)**

**日時**  
4月19日～9月20日  
毎月第3水曜日(8月のみ第1水曜日) 計6回

**健康セミナー** : 午前10時～11時  
**血管年齢測定会** : 午前11時～正午

**会場**  
いきいき浜町大広間

**内容**  
「健康セミナー&血管年齢測定会」  
シニアのための健康講座と血管年齢測定会を行います。

**定員**  
各24人(先着順)

**申し込み方法**  
当日、直接会場へお越しください。

**共通**

**対象**  
60歳以上の区内在住者

**費用**  
無料

◎利用の際は登録が必要です。初めての方は、保険証などを持参し各いきいき館で手続きをしてください。なお、登録の際には、緊急連絡先をお伺いしています。

◎他にもさまざまな講座を開催しています。詳しくは各敬老館へお問い合わせください。

**いきいき勝どき(勝どき敬老館)**

**日時**  
4月13日～令和6年3月28日

**いきいき桜川(桜川敬老館)**  
☎(3553)0030

**いきいき浜町(浜町敬老館)**  
☎(3669)3385

**いきいき勝どき(勝どき敬老館)**  
☎(3531)3258

### 後期高齢者医療保険料の納入通知書は7月に送付

令和5年度の後期高齢者医療保険料は、前年の所得が確定する7月に算定し通知します。

口座振替や納付書で納めていただく普通徴収の場合、お支払いは7月から翌年3月までの9期割となります。

また、年金からの天引きとなる特別徴収の場合、4・6・8・10・12・2月の年金受給月に徴収します。特別徴収に該当する方には、4月中旬に仮徴収額決定通知書兼特別徴収開始通知書を送付します。

4・6・8月のお支払いは仮徴収

といい、暫定的に前年度の保険料額を基に計算した額を天引きします。7月に確定する令和5年度の保険料額から、4・6・8月に仮徴収した合計額を差し引いた残りを10・12・2月に本徴収として天引きします。

◎後期高齢者医療保険料は前年の所得を基に算定するため、所得の申告をすることで保険料が軽減される場合があります。

◎前年に所得がなかった方なども、所得の申告をお願いします。

☎保険年金課資格係  
☎(3546)5362

### 固定電話回線がなくても使える

4月から、固定電話回線の有無にかかわらず高齢者緊急通報システムを利用できるようになります。

**高齢者緊急通報システムの概要**  
65歳以上の高齢者の安全を確保するため、ご自宅に緊急通報機器を設置し、24時間365日体制で次のサービスを行います。

- 急病やけがなどの緊急時にボタンを押すと、区が委託する事業者の受信センターに通報され、警備会社の現場派遣員が救助活動を行う

とともに、必要に応じて消防への救急要請を行います。

- 受信センターで健康に関する相談にも対応します。お住まいの地域の医療機関のご案内なども可能です。

**対象**  
65歳以上の1人暮らしまたは高齢者のみの世帯の方

- ◎日中独居の方なども対象です。
- ◎身体の状態にかかわらず利用できます。

### 高齢者緊急通報システムの充実

**費用区分**

	固定電話回線型式	無線型式
課税世帯	月額450円	月額900円
非課税世帯	無料	月額450円
生活保護など	無料	

◎固定電話回線型式は、ご自宅に固定電話回線が必要です。

◎無線型式は、内蔵のLTE回線を利用するため固定電話回線は不要です。

◎希望者のみ設置となる火災センサーおよび見守りセンサーの費用は、課税世帯がそれぞれ月額50円で、課税世帯以外が無料です。

**利用申請方法**  
☎またはお近くのおとしより相談センターに所定の申請書をご提出ください。

◎詳しくはお問い合わせください。  
☎高齢者福祉課高齢者サービス係  
☎(3546)5355

# 令和5年度国民年金保険料のお知らせ

令和5年度の国民年金保険料は次のとおりです。

- ・定額保険料 月額 16,520円
- ・付加保険料込み 月額 16,920円

### 納付書の送付

令和5年度の国民年金保険料の納付書は、日本年金機構から、4月3日(月)以降に送付します。

納付書が届かない場合は、中央年金事務所へご連絡ください。

### 納付場所

金融機関、郵便局または納付書に記載されているコンビニエンスストアで納めてください(1回の支払額が30万円を超える場合はコンビニエンスストアでは納められませんので、ご注意ください)。

### 付加保険料(付加年金)

第1号被保険者・任意加入被保険者が定額保険料に付加保険料(月額400円)をプラスして納めると、将来受け取る老齢基礎年金に、付加年金

が上乗せされます。

付加年金の年間受取額は、200円×付加保険料納付月数です。2年間受け取ると、納めた保険料と同額になります。受取額は定額で、物価スライド(増額・減額)はありません。

◎付加保険料の納付は、申し込み月分からです。

◎付加保険料の申し込みは、区役所4階保険年金課または日本橋・月島特別出張所でできます。

◎国民年金基金に加入中の方は付加

保険料を納付できません。

### 便利でお得な制度のご案内

保険料をまとめて前払いすると割引となる「前納制度」があります。また、納め忘れの心配がない口座振替や、クレジットカード納付もご利用いただけます。

◎詳しくはお問い合わせください(前納、口座振替、クレジットカード納付に関する場合は中央年金事務所にお問い合わせください)。

### ☎保険年金課年金係

☎(3546)5371

中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411(代表)

音声案内②→②を選択

## 商工業融資のご案内

令和5年度の商工業融資は、前年度の内容を一部変更して実施します。

### 新型コロナウイルス感染症対策緊急特別資金

令和2年3月18日から期間限定で実施していた新型コロナウイルス感染症対策緊急特別資金は令和4年度をもって受け付けを終了しました。

### 借換資金(新型コロナウイルス感染症対策緊急特別資金)

令和5年度も期限を延長して引き続き借換資金を実施します。資金用途は返済中の新型コロナウイルス感

染症対策緊急特別資金の借り換えです。据え置き期間や返済期間の見直しにご活用ください。

### 申し込み要件

右記商工業融資の「申し込み資格」を満たし、かつ新型コロナウイルス感染症対策緊急特別資金を返済中であること。

### 受付期間

4月3日(月)～令和6年3月29日(金)

### 商工業融資の概要

区内中小企業(個人を含む)を対象

に、指定金融機関への融資あっせん と利子の一部補給および保証料補助を行う融資制度を常時実施しています。詳しくは2次元コードをご確認ください。



### 申し込み資格

- ・区内で同一事業(東京信用保証協会の保証対象業種)を1年以上営み(創造支援資金融資の場合は1年未満)、都民税(法人)・特別区民税(個人)などの税金を滞納していないこと
- ・法人は区内に登記があること

・事業に必要な許可・認可を受けていること

### 中小企業信用保険法に基づく認定申請

セーフティネット保証の認定申請を受け付けています。

感染症予防の観点から、原則郵送での申請受け付けとなります。申請に必要な書類とレターパックなどの返信用封筒を合わせて下記宛て先までご郵送ください。書類審査が終わり次第認定書を返送します。

◎詳しくはお問い合わせください。

☎〒104-8404

中央区築地1-1-1

商工観光課相談融資担当

☎(3546)5330

## 4月1日から総務部(防災危機管理室)と教育委員会の組織の一部を変更

### 総務部(防災危機管理室)

地域防災の要である防災拠点運営委員会への支援強化をはじめ、地域の防災訓練や職員訓練の強化をより一層推進していくため、防災危機管理室が一体となって地域課題の改善や区の防災力の向上に取り組む体制を整備します。

### 教育委員会

令和6年度に子ども家庭支援センターが現教育センターのある複合施設に移転することを契機に、教育センターにおける子どもの教育・福祉相談機能の充実を図る他、昨今学校教育が担うさまざまな教育課題に迅速に対応する体制を整備します。

新しい課・係の業務内容は、別表のとおりです。変更になる窓口業務がありますので、ご注意ください。

### 業務内容

新しい課・係の業務内容は、別表のとおりです。変更になる窓口業務がありますので、ご注意ください。

☎総務課組織・業務改善等担当

☎(3546)5625

## 新型コロナウイルス感染症に係る傷病手当金の支給適用期間の再延長

新型コロナウイルス感染症に感染した場合または発熱などの症状があり感染が疑われた場合に、その療養のため出勤することができなかった期間(一定の要件を満たした場合に限る)に支給している傷病手当金は、適用期間が再延長となりました。

### 対象

給与などの支払いを受けている中

中央区国民健康保険および後期高齢者医療制度の加入者

### 再延長後の適用期間

令和2年1月1日から令和5年5月7日まで

◎要件や申請の際に必要な書類など詳しくはお問い合わせください。

☎保険年金課給付係

☎(3546)5361

部名	旧		新		問い合わせ先	
	課名	係名	課名	係名		
(防災危機管理室)	管理課	危機管理担当係長	(防災危機管理課(新設))	防災危機管理担当係長(新設)	危機管理、災害対策本部、防災関係機関との連絡調整、防災無線、防災設備などの管理、総合防災訓練、帰宅困難者対策の推進、消防団などへの支援、防災拠点の整備、防災区民組織の育成、防災拠点運営委員会の支援、防災意識の普及啓発、生活安全、地域防災計画、業務継続計画、国民保護計画、国土強靱化地域計画	
	防災課	防災担当係長				防災調整担当係長
教育委員会	指導室	教職員係	教職員係	教職員の人事・給与・福利厚生、会計年度任用職員の任免	☎(3546)5533	
		事業係	事業係	学力向上、国際理解教育	☎(3546)6756	
		教育支援係	教育ICT推進係(新設)	学校教育におけるICTの活用、ICT機器の整備	☎(6281)5068	
			管理係(新設)	教育センターの運営、教科書採択および無償給与、いじめ・不登校対策	☎(3545)9201	
			教育支援係(新設)	特別な支援を必要とする児童・生徒の就学相談、教育相談	☎(3546)5631	

# 中央区議会議員選挙・中央区長選挙

凡例  
お問い合わせ(申込)先  
HP  
ホームページアドレス  
Eメール  
メールアドレス



## 投票日 4月23日(日) 午前7時～午後8時

4月23日(日)は中央区議会議員選挙および中央区長選挙の投票日です。私たちの声を区政に反映させる機会です。大切な1票を無駄にせず、忘れずに投票しましょう。

問 選挙管理委員会事務局  
☎(3546)5541

### 投票できる方

投票をするには、選挙人名簿に登録されていることが必要です。今回、投票できる方は、日本国民であることに加え、次の要件に当てはまる方です。

**年齢要件** 平成17年4月24日以前に生まれた方

### 区内転居された方へ

3月23日(木)以降に中央区内で転居の届け出をされた方は、転居前の住所地の投票所で投票することになります。

### 区外へ転出される方へ

4月17日(月)以降に中央区から転出する方は、転出する前であれば投票できます。4月16日(日)以前に中央区から転出する方は、今回は投票できません。

### 投票所はよく確かめて

投票は決められた投票所で行います。投票所一覧や入場整理券(別表・別図)などで自分の投票所を確認してから投票に行きましょう。



#### 別表 投票所一覧

投票区	投票所・所在地	投票区域
1	京橋区民館	八重洲二丁目、京橋
2	泰明小学校	銀座一丁目2～11番、二丁目2～9番、三丁目2～8番、四丁目1～8番、五丁目1～10番、六丁目2～12番、七丁目2～11番、八丁目2～11番
3	京橋プラザ	銀座一丁目12～28番、二丁目10～16番、三丁目9～15番、四丁目9～14番、新富
4	銀座中学校	銀座五丁目11～15番、六丁目13～18番、七丁目12～18番、八丁目12～21番
5	京橋築地小学校	築地、浜離宮庭園
6	明石小学校	入船三丁目、湊三丁目、明石町
7	中央小学校	入船一・二丁目、湊一・二丁目
8	京華スクエア	八丁堀
9	明正小学校	新川
10	常盤小学校	日本橋本石町、日本橋室町、日本橋本町一丁目1～5番、二丁目1～5番、三丁目1～5番、四丁目1～8番
11	十思スクエア	日本橋本町一丁目6～10番、二丁目6～8番、三丁目6～11番、四丁目9～15番、日本橋小舟町、日本橋小伝馬町、日本橋大伝馬町、日本橋堀留町、日本橋馬喰町
12	日本橋小学校	日本橋人形町一丁目、二丁目1～14番、21～31番、37番、三丁目、日本橋小網町、日本橋蛸殻町一丁目1～28番
13	有馬小学校	日本橋人形町二丁目15～20番、32～36番、日本橋蛸殻町一丁目29～39番、二丁目、日本橋箱崎町、日本橋浜町二丁目1～5番、18～30番、43～58番、三丁目、日本橋中洲
14	久松小学校	日本橋富沢町、日本橋横山町、東日本橋、日本橋久松町、日本橋浜町一丁目、日本橋浜町二丁目6～17番、31～42番、59～62番
15	阪本小学校	八重洲一丁目、日本橋、日本橋茅場町、日本橋兜町
16	佃島小学校	佃
17	月島幼稚園	月島一・二丁目
18	月島特別出張所	月島三・四丁目
19	月島第二小学校	勝どき一・二・三・四丁目
20	豊海小学校	勝どき五・六丁目、豊海町
21	晴海区民館	晴海

#### 別図 入場整理券見本

ご自分の名前が記載された入場整理券をお持ちください

入場整理券表面

投票所入場整理券  
中央区議会議員選挙  
中央区長選挙

104-8404  
中央区築地1丁目1番1号  
中央 太郎 様

投票日時 4月23日(日) 午前7時から 午後8時まで

投票所  
第〇投票所  
〇〇小学校  
中央区〇〇町〇〇番地

地図

こちらに記載されている投票所へお越しください  
※投票日当日は他の投票所では投票できませんので、ご注意ください。  
※期日前投票期間は5面参照の期日前投票所へお越しください。

入場整理券裏面  
(4月23日に投票される方は記入不要です)

期日前投票をする日をご記入ください

(表面の宛名がご本人であることを確認してください。)  
○ この入場整理券をご本人が指定の投票所(表面記載)または期日前投票所にお持ちください。ご本人以外には使用できません。

～期日前投票のご案内～  
投票日に仕事や旅行等で投票所へ来られない方は、右側の宣誓書兼請求書(必要事項を記入した後)を封書で中央区選挙管理委員会に送付してください。なお、詳しくは、下記問合せ先にご確認ください。  
※ 投票日当日に投票する方は、右側に記入する必要はありません。

○ 不在者投票を希望する方は、右側の宣誓書兼請求書(必要事項を記入した後)を封書で中央区選挙管理委員会に送付してください。なお、詳しくは、下記問合せ先にご確認ください。  
※ この入場整理券がお手元に届いても、投票する日に選挙権がない方は投票できませんので、ご注意ください。

(問合せ先)中央区選挙管理委員会 住所 〒104-8404 東京都中央区築地1-1-1 電話 03(3546)5541・5542(直通)

事務処理欄 点字・代理・不在者

期日前(不在者)投票宣誓書兼請求書  
私は、令和5年執行の中央区議会議員選挙及び中央区長選挙の当日、下記のいずれかの事由に該当し、投票所で投票できない見込みです。は真実であることを誓い、投票用紙を請求します。

ふりがな 明・大 生年月日 昭・平 年 月 日  
氏名 明・大 昭・平

【投票日当日に投票所へ行けない事由】  
仕事・学業等 旅行・用事等 病気・出産等 天災・悪天候

現住所(送付先)  
現住所は表面の宛名と同じですか?  はい → 住所記入不要  
(どちらかを選択し、□に✓をつけてください) いいえ ↓ 住所をご記入ください

〒 都・道 区・市 府・県 町・村  
あてはまる方にチェックを入れてください

※不在者投票用紙を請求する場合は、上記に送付先をご記入ください

### 入場整理券

入場整理券は、4月16日(日)までに世帯ごとに封書で発送します。投票所では、入場整理券のバーコードで受け付け処理をしますので必ずお持ちください。

入場整理券が届いていない方や紛失された方でも、選挙人名簿に登録があることなど、一定の要件を満たしていれば投票(期日前投票)することができます。詳しくはお問い合わせください。

### 選挙公報はポスティング

選挙公報は4月21日(金)までにポスティングにより各戸配布します。なお、配布開始日以降は区役所、日本橋・月島特別出

張所の他、主な区の施設、区内の郵便局にも選挙公報を順次配置します。また、区のホームページでも選挙公報を見ることができます。

期日前投票

期間 4月17日(月)～22日(土) 時間 午前8時30分～午後8時

投票日当日に、仕事や旅行など、別表1に掲げる事由で投票所へ行けない方は、期日前投票ができます。期日前投票をされる方は、あらかじめ入場整理券裏面の期日前(不在者)投票宣誓書兼請求書に必要事項をご記入の上、下記の期日前投票所へお持ちください。期日前投票所でも記入する場を設けていますが、あらかじめ記入していただけますとすぐに投票のご案内ができますので、ご協力をお願いします。記入方法は4面別図の「入場整理券見本」をご覧ください。

別表1 期日前投票該当事由について

Table with 2 columns: 項目 (Item) and 事由 (Reason). Rows include: 仕事など (Work, school, etc.), 旅行・用事など (Travel, etc.), 病気など (Illness, etc.), 天災・悪天候 (Natural disasters, etc.).

期日前投票所一覧



期日前投票の積極的なご活用を

投票日当日は混雑が予想されますので期日前投票を積極的にご活用ください。右記の区ホームページに期日前投票状況を掲載しますので、投票所にお越しになる際、参考にしてください。



区ホームページ▲

投票の方法

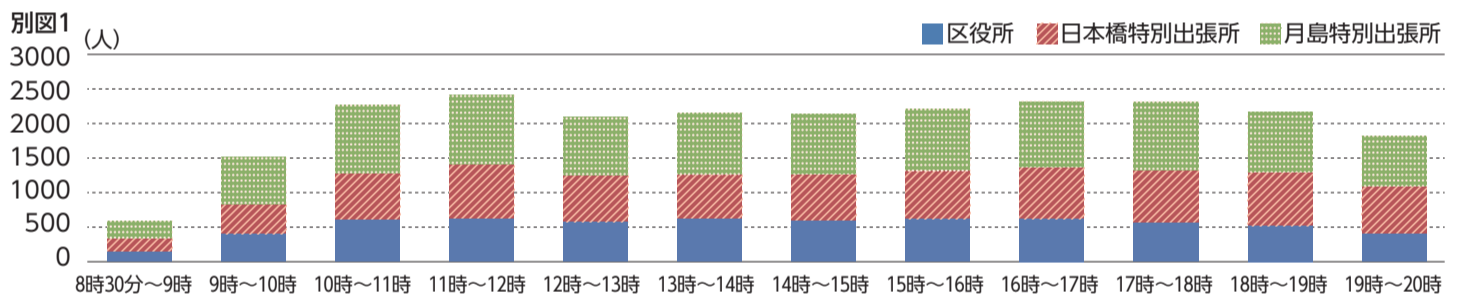
Table with 4 columns: 順序 (Order), 選挙名 (Election Name), 投票用紙の記入 (Ballot Marking), 投票用紙の色 (Ballot Color). Rows for 中央区議会議員 (Chiyoda Ward Councilor) and 中央区長 (Chiyoda Ward Mayor).

開票

4月23日(日)午後8時50分から、築地社会教育会館3階屋内体育場で行います。

【参考】

令和4年7月10日執行 参議院議員選挙 期日前投票状況



不在者投票

病院、老人ホームなどでの不在者投票(指定された施設に限ります)

東京都選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどに入院・入所の方は、その施設で投票することができます。詳しくは入院・入所中の施設にお問い合わせください。

滞在地での不在者投票

区外に長期間滞在する方は、その滞在先の選挙管理委員会で投票することができます。その場合は封書で、投票用紙などを請求する必要があります。入場整理券裏面の宣誓書兼請求書または、区のホームページにある請求書へ必要事項をご記入の上、中央区選挙管理委員会事務局へ郵送または持参してください。手続きの流れは別図2のとおりです。

◎マイナンバーカードをお持ちの方は、

ぴったりサービス(マイナポータル)を利用して、投票用紙などの請求をオンラインで行うこともできます。詳しくは下記「ぴったりサービス」のホームページをご覧ください。



ぴったりサービス▶

郵便などによる不在者投票

身体障害者手帳、戦傷病者手帳または介護保険の被保険者証をお持ちで、別表2に該当する方は、郵便などによる投票(郵便等投票制度)ができます。

また、郵便等投票を行う方で別表3に該当する方は、代理記載制度を利用することができます。

郵便などによる投票には「郵便等投票証明書」(郵便等投票ができる人であることの証明書)が必要です。

証明書の交付申請について、詳しくはお問い合わせください。

郵便等投票証明書が交付されている方には、選挙の前に投票用紙などの請求書をお送りしますので、投票日の4日前までに郵便等投票証明書を添えて請求してください。

記載例

投票用紙等請求書

私は令和5年4月23日執行の中央区議会議員選挙および中央区長選挙の当日、公職選挙法第48条の2第1項(同項第4号及び第5号は除く)に基づく不在者投票の事由に該当する見込みです。上記は真実であることを誓い、投票用紙等を請求します。

令和5年○月△日

- 1 氏名・ふりがな・生年月日
2 中央区での住所
3 投票用紙の送付先住所
4 電話番号(日中に連絡がつく番号)

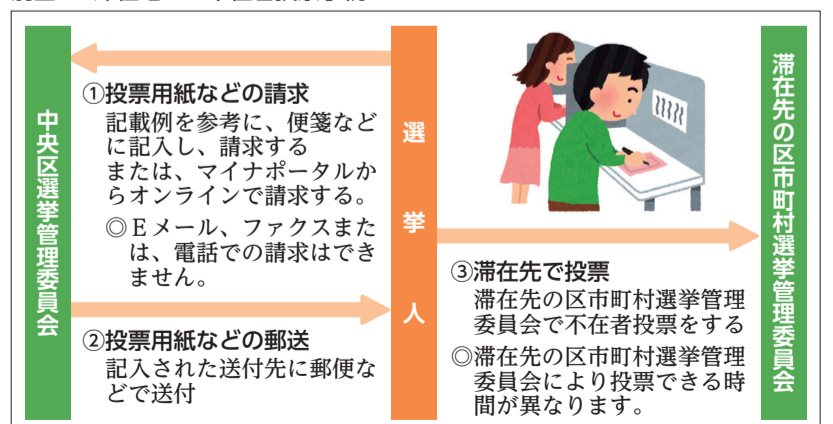
別表2 郵便等投票ができる方

Table with 3 columns: 手帳の種類など (Type of ID), 障害名など (Disability Name), 等級など (Grade). Rows include: 身体障害者手帳 (Physical Disability ID), 戦傷病者手帳 (War Wounded ID), 介護保険被保険者証 (Nursing Insurance ID).

別表3 代理記載制度該当者

Table with 3 columns: 手帳の種類 (Type of ID), 障害名 (Disability Name), 等級など (Grade). Rows include: 身体障害者手帳 (Physical Disability ID), 戦傷病者手帳 (War Wounded ID).

別図2 滞在地での不在者投票手続



凡例 日時 会場 対象 内容 定員 費用 申し込み方法 問い合わせ(申込先) HP ホームページアドレス Eメールアドレス

### 情報コーナー

◎講座などに参加する際は事前の検温や手洗いなどに、ご協力をお願いします。なお、施設の利用やイベント参加時にマスクの着用を求める場合があります。

## 施設

### 環境情報センターの臨時休館

5月3日(祝)は、施設内清掃のため休館します。  
☎環境情報センター  
☎(6225)2433

### 区立図書館の臨時休館

施設の保持点検などのため下記のとおり、臨時休館します。  
**本の森ちゅうおう(京橋図書館)**  
4月24日(月)  
◎郷土資料館も休館となります。  
**日本橋図書館**  
4月10日(月)  
◎詳しくは、各図書館にお問い合わせください。  
**本の森ちゅうおう(京橋図書館)**  
☎(3551)2151  
日本橋図書館  
☎(3669)6207

### 総合スポーツセンター 温水プールの休止

区民体育大会開催のため、4月22日(土)午後7時30分から4月23日(日)午後5時(予定)まで温水プールの利用を休止します。  
☎総合スポーツセンター  
☎(3666)1501

## 保健・医療・福祉

### 特別児童扶養手当など 手当額の改定

令和5年4月分から特別児童扶養手当および特別障害者手当などの手当額が、別表1のとおり改定されました。  
☎障害者福祉課障害者福祉係  
☎(3546)5389  
FAX(3546)0505

	改定前	改定後
特別児童扶養手当(1級)	52,400円	53,700円
特別児童扶養手当(2級)	34,900円	35,760円
特別障害者手当	27,300円	27,980円
障害児福祉手当	14,850円	15,220円
福祉手当(経過措置分)	14,850円	15,220円

### 子ども家庭支援センター 使用料の口座振替の開始

令和5年6月利用分より一時預かり保育、トワイライトステイの使用料の支払いが原則として口座振替となります。  
◎口座振替を希望する公金取扱金融機関の窓口で「子ども家庭支援センター使用料口座振替(自動払込)依頼書」をご提出ください。  
◎詳しくは区のホームページをご覧ください。  
☎子ども家庭支援センター「きらら中央」  
☎(3534)2103

### 記入例(はがき・ファクス)



1人1枚 限り

往復はがきの場合は返信用の宛名に〒・住所・氏名を記入

- ①講座名など
- ②氏名・ふりがな
- ③〒・住所
- ④電話番号
- ⑤年齢
- ⑥その他必要事項

◎**固**に〒・住所が記載されていない場合の宛先は 〒104-8404 築地1-1-1中央区役所 ○○課○○係(固の宛名)  
◎「電子申請も可」と記載されているものは 区のホームページの電子申請から申し込みも可能

## 講座・催し物

### 勤労者のための 上手な話し方セミナー

☎5月10日～6月7日の毎週水曜日 計5回 午後6時30分～8時30分  
場築地社会教育会館3階第3洋室  
☎中小企業に勤務する区内在住・在勤者  
☎ビジネスで活用できる、魅力ある話し方・コミュニケーション技法の習得  
・相手に伝わる声・話し方  
・好感度をアップする話し方とボイストレーニング  
・魅力的な話し方と表現力をアップするテクニック  
・人を引きつける話し方と傾聴力・質問力  
・スピーチやプレゼンの成功法  
☎24人(申し込み多数の場合は抽選) 費1,000円  
☎4月13日(必着)までに往復はがきに①～⑤(6面記入例参照)⑥勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込み。  
☎〒104-0061 中央区銀座4-9-8 NMF銀座四丁目ビル2階 レッツ中央(中央区勤労者サービス公社) ☎(3546)8610

### 中高年齢者のための パソコン教室

☎・1回目 5月4日～29日の毎週月・木曜日 計8回 午前10時～正午  
・2回目 6月5日～29日の毎週月・木曜日 計8回 午前10時～正午  
場シニアセンター1階  
☎50歳以上の区内在住・在勤のパソコン初心者  
☎インターネットとメールを中心とした説明、操作(OSは、Windows 10)を学習します。  
☎各回10人(申し込み多数の場合は抽選) 費無料  
☎4月17日(必着)までに往復はがきに①～⑤(6面記入例参照)⑥在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号⑦パソコン経験の有無・年数⑧希望する回を記入して申し込み(電子申請も可)。  
☎〒104-0051 中央区佃1-11-1 シニアセンター ☎(3531)7813

### 勤労者のためのパソコン講座 (Excel基礎)

☎5月15日(月)～19日(金) 計5回 午後6時30分～8時30分  
場ハイテクセンターパソコン研修室  
☎中小企業に勤務する区内在住・在

勤者でマウス操作および文字入力操作のできる方  
☎Excelの基本技能習得を目指します。  
・Excelの概要  
・表の作成と編集  
・計算式と関数の設定  
・表のレイアウト設定 など  
☎20人(申し込み多数の場合は抽選) 費6,000円  
☎4月13日(必着)までに往復はがきに①～⑤(6面記入例参照)⑥勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込み。  
☎〒104-0061 中央区銀座4-9-8 NMF銀座四丁目ビル2階 レッツ中央(中央区勤労者サービス公社) ☎(3546)8610

### バスツアー 南アルプスさくらんぼ狩り、清里・清泉寮の洋食ランチと八ヶ岳チーズケーキ工房

☎6月11日(日)  
・集合 午前7時10分 レッツ中央隣接の三原橋地域安全センター(旧銀座三原橋交番)前  
・解散 午後6時(予定)  
[行き先など]  
・フルーツバスケット原(サクラんぼ狩り食べ放題)  
・道の駅南きよさと(地元農産物などの買い物)  
・清里・清泉寮(昼食・買い物・散策)  
・八ヶ岳チーズケーキ工房(買い物)  
◎旅行業者の添乗員が同行します。  
☎中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同居家族  
☎43人(申し込み多数の場合は抽選)

### 就職ミニ面接会・心理カウンセリング

[日時など] 別表2のとおり  
☎・心理カウンセリングについて 商工観光課商工振興係 ☎(3546)5329

	就職ミニ面接会	心理カウンセリング
日時	毎月第2火曜日(※) 午後1時～4時	毎月第2火曜日(※) ・午後1時～1時50分 ・午後2時～2時50分 ・午後3時～3時50分
会場	京華スクエア2階会議室	
対象	仕事をお探しの方	・求職者で心の悩みを相談したい方 ・親族などの就職がうまくいかずにお困りの方 ・職場などで対人関係にお悩みの方
内容	・就職ミニ面接会(各回1～2社) ・ハローワークインターネットサービスによる求人検索	就職にまつわる心理カウンセリング
申し込み方法	就職ミニ面接会への参加を希望する方は、最寄りのハローワークで紹介状の交付を受け、予約する。 ◎参加企業については、ハローワーク飯田橋の2次元コードでご確認ください。 ◎求人検索については、当日、直接会場へお越しください。	原則予約制です(商工観光課商工振興係に電話で申し込み)。 ・区内在住者：開催日当日午前10時まで予約可 ・区外在住者：開催日の2開庁日前から当日午前10時まで予約可

(※)月によって開催日が異なる場合があります。

費大人 7,900円  
小人(3歳～未就学児) 5,500円  
◎バス代、サクラんぼ狩り代、昼食代などを含みます。  
☎4月28日(必着)までにはがき(1グループ4人まで1枚限り)に「バスツアー」と明記の上、①代表者の氏名・住所・電話番号・勤務先(名称、所在地、電話番号)②参加人数と全員の氏名・年齢を記入して申し込み。  
[旅行企画・実施]  
(株)緑トラベル(東京都知事登録旅行業第2-7639号)  
◎本バスツアーはレッツ中央の助成事業です。  
☎〒160-0017 新宿区左門町3-1 左門イレブンビル1階 (株)緑トラベル「レッツ中央」係 ☎(6380)1615 (受け付けは平日の午前9時～午後6時)

### 映画鑑賞会

☎4月15日(土) 午後2時～(午後1時30分開場)  
[上映作品] 「ピリープ 未来への大逆転」(洋画、120分)  
場日本橋図書館6階図書館ホール  
☎小学生以上  
☎30人(先着順)  
☎4月5日(水)から12日(水)までに電話で申し込み。  
◎1回の申し込みで2人分まで申し込みできます。  
◎申し込みの際は、申込者全員の氏名と代表者の連絡先が必要です。  
☎日本橋図書館 ☎(3669)6207

・就職ミニ面接会について ハローワーク飯田橋 職業相談第一部門 ☎(3812)8609(部門コード41#)



ハローワーク飯田橋

認知症予防講座
おしゃれで脳トレ
「あなたが輝けば脳も喜ぶ」

日 4月19日(水)
午後6時30分～8時30分
場 築地社会教育会館4階視聴覚室
対 中小企業に勤務する区内在勤者と同居家族および区内在住者
内 認知症予防には何をすれば良いのかだけでなく、おしゃれをすることが認知症予防にどう役立つのかを、楽しく実技を交えながらお話しします。

講師 日本認知症予防学会 認知症予防専門士 岩井 ますみ

定 40人(先着順)
費 無料

日 4月6日(木)から13日(木)までに電話、ファクスまたはEメールに①～⑤(6面記入例参照)⑥勤労者の方は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込む(受け付けは午前8時30分～午後5時)。

問 レッツ中央(中央区勤労者サービス公社)
☎(3546)8610
FAX(3546)8406

E kinro@chuo-tokyo.com

発見の森ツアー

日 ①一般向け4月16日(日)
②子ども向け4月23日(日)
午前10時30分～11時45分

場 本の森ちゅうおう
対 ①中学生以上②小学生
内 本の森ちゅうおう各フロアの見どころを案内します。

定 各回10人(先着順)
費 無料

日 ①、②とも4月3日(月)から問へ電話または図書館問から申し込む。
問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151

QRコードと図書館ホームページ

本の森ちゅうおう講演会
校正・校閲って何?～文字と向き合う世界を知る～

日 4月23日(日)
午後2時～4時
場 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
対 中学生以上
内 校正の仕事について・校正体験
定 40人(申し込み多数の場合は抽選)

日 4月3日(月)から10日(月)までに電話または直接問へ、あるいは2次元コードの申し込みフォームから申し込む。

問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151

スポーツ
スポーツ指導者養成セミナー

日 6月1日～7月10日(6月19日を除く)の毎週月・木曜日(普通救命講習の回のみ土曜日に実施)
計12回
午後6時30分～8時30分(普通救命講習の回のみ午前9時～正午または午後2時～5時)

場 区役所 他
対 原則18歳以上の区内在住・在勤者で区内のスポーツ指導者を目指す方(高校生を除く)

内 「中央区のスポーツ振興」、「普通救命講習」の他、スポーツ指導者として必要な知識を学びます。

セミナー修了者は、スポーツ指導補助者として登録し、区の実施するスポーツ教室などの補助をすることにより、将来のスポーツ指導者を目指すことができます。

講師 聖路加国際病院整形外科スポーツ総合医療センター医長 田崎 篤 他
定 50人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料(普通救命講習の回のみテキスト代を自己負担)

日 ①、②とも4月3日(月)から問へ電話または図書館問から申し込む。

問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151

税

インボイス制度説明会

令和5年10月から実施される消費税の適格請求書等保存方式(いわゆるインボイス制度)に関する説明会を開催します。

日時など 別表のとおり

日 参加を希望する回の税務署に電話で申し込む。

来場には、公共交通機関をご利用

Table with columns: 会場, 日時, 定員. Details for tax seminar locations and times.

ください。
インボイス制度については、国税庁HPをご覧ください。

問 日本橋税務署法人課税第2部門
☎(3663)8451
内線433番

京橋税務署法人課税第2部門
☎(4434)0011
内線2424番

税務署の代表電話から音声案内で2番を選択してください。

HP 国税庁 QRコード

日 4月24日(消印有効)までに区役所8階スポーツ課、日本橋・月島特別出張所などにある申込書に記入し、スポーツ課へ持参、郵送またはファクスで申し込む(電子申請も可)。

要項、申込書は区のホームページからダウンロードすることもできます。

問 〒104-8404
中央区築地1-1-1
スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
FAX(3546)9561

国保・年金

学生の皆さんへ
国民年金の学生納付特例制度

20歳以上の学生で、本人の前年所得が一定基準以下の場合には、申請により承認されると、在学中の保険料の納付が猶予されます(一部対象にならない学校があります)。

学生納付特例が承認された期間は、老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格期間に算入されます。ただし、老齢基礎年金の受給に当たっては、保険料を納めた期間(免除(一部免除の場合は免除された残りの保険料を納めている必要があります)・納付猶予・学生納付特例期間などを含む)が10年以上あることが必要です。また、障害・遺族基礎年金の受給には一定の要件が必要です。

なお、10年以内に保険料を納付(追納)しない場合、老齢基礎年金の受給額に学生納付特例期間は反映されません。

また、承認を受けた年度の翌年度から起算して3年度目以降に追納するときは、当時の保険料額に経過した期間に応じた一定の額が加算されます。

ご本人以外の申請の場合は、必ず委任状が必要になります。

詳しくはお問い合わせください。

問 保険年金課年金係
☎(3546)5371
中央年金事務所国民年金課
☎(3543)1411(代表)
音声案内②→②を選択

その他

職員の給与および定員の公表

区職員の給与および定員などの状況について、透明性を高め、区民の皆さんの一層のご理解を得るため、区役所1階情報公開コーナーと区のホームページで公表しています。

問 職員課給与福利係
☎(3546)5250

コミュニティふれあい銭湯

日 4月12日(水)・26日(水)
◎4月12日はアザレアの湯です。

場 区内公衆浴場(銭湯)
費 100円(敬老入浴証持参者と小学生以下は無料)

◎区内在住・在勤であることが確認できるもの(運転免許証、健康保険証、社員証など)を必ず持参してください。本人の住所・勤務場

所が確認できない場合は一般料金となります。
◎入浴時以外のマスクの着用を、お願いする場合がございます。
◎体調不良の場合は利用を控えてください。

問 地域振興課区民施設係
☎(3546)5623



令和5年度
東京都子育て支援員研修
(第1期)受講者募集

対 区内在住・在勤者
・今後子育て支援員として就業する意欲のある方

内 保育や子育て支援の分野で従事する上で必要な知識や技術などを有する「子育て支援員」の養成研修(地域保育コース)

日 4月3日(月)から17日(月)までに、各HPまたは郵送(簡易書留、消印有効)で申し込む。

◎申込書は区役所6階保育課で配布する他、各HPからもダウンロードできます。

問 地域保育コースについて
東京都福祉保健財団
☎(3344)8533

HP QRコード

研修全般に関すること
都福祉保健局少子社会対策部計画課

☎(5320)4121
HP QRコード

親と子のふれあい
ブックスタート

赤ちゃんの保護者が、絵本の読み聞かせを通してコミュニケーションを図るとともに、読書のきっかけとなるよう、赤ちゃん向けの絵本1冊を無料で配布します。

対 区内在住の0歳児と保護者
配布方法 中央区保健所から郵送される3～4カ月児健診の通知に同封されている引換券を、図書館へご持参ください。

なお、通知の発送後に転入された対象の方は、図書館のカウンターで専用の用紙にご記入いただきます。

◎本人確認のため、お子さんの健康保険証の提示をお願いします。

◎満1歳の誕生日までにお引き換えください。

◎図書館では毎月「ブックスタートおはなし会」を実施しています。詳しくは、各図書館にお問い合わせください。

問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151

日本橋図書館
☎(3669)6207

月島図書館
☎(3532)4391

### 中央区民文化財 新たに2件を登録

閩郷土資料館 ☎(3551)2167

区では、郷土の文化財として保護する必要があると認められたものを「中央区民文化財」として登録し、区民文化財の中から特に重要なものを「中央区指定文化財」として指定しています。令和5年度は4月1日付で、2件を登録し、「中央区民文化財」は、指定7件、登録105件になりました。

#### かんとうだいしんさいひなんきねんひ 関東大震災避難記念碑 (登録番号106号)

**登録種別** 中央区民有形文化財  
— 歴史資料  
**所在地** 日本橋浜町二丁目57番先

#### 佃島旧名主森家及び 関係資料(登録番号107号)

**登録種別** 中央区民有形文化財  
— 歴史資料  
**所在地** 新富一丁目13番14号  
中央区立郷土資料館

#### 概要

本資料は、大正12年に発生した関東大震災の際に、新大橋が焼け落ちることなく、橋上に避難した人々を救ったことを記念して、昭和8年に建立された石碑を昭和39年に再建立したものです。

表面には伯爵有馬頼寧が揮毫した「避難記念」の篆額と建立の由来に関する碑文が、裏面には300人を超える寄付者の名前が刻まれています。刻まれた寄付者の多くは当時日本橋地域に住んでいたさまざまな職種の人々です。

現在の石碑は、裏面の記録や過去の写真との比較から、昭和39年に再建立したものと思われる。碑文内容が建立当初(昭和8年)のものを踏襲しており、再建立から60年近くが経過している点から、震災時の具体的な出来事を記録した歴史的価値の高い資料といえます。



#### 概要

佃島の始まりは、摂津国(現在の大阪府の一部)の漁民が江戸へやってきたことに端を発しています。佃島旧名主森家および関係資料は、佃島の名主を代々務めた一族である森家に伝来したもので、江戸時代中期から昭和中期までの資料類となっています。その内容は、系図や由緒書など、一族全体に関わる文書や記録類、佃島の土地に関する文書や絵図、森家に関連した写真や勲章ならびに印鑑などに大別できます。

本資料群は、佃島において名主役を務めた佃忠兵衛を初代とする佃島の名主伝来のさまざまな資料で構成されています。

特にこれらの資料は、佃忠兵衛が名主となって以来、明治2年まで、13代にわたり佃島の名主役を継承してきた家に伝来する極めて希少な歴史資料といえます。



### トピックス



#### 日本橋中学校吹奏楽部がマーチングバンド全国大会金賞受賞を報告

3月14日、日本橋中学校吹奏楽部の皆さんが区長を訪問し、昨年12月にさいたまスーパーアリーナで開催されたマーチングバンド全国大会で金賞を受賞したことを報告しました。「例年より部員が少なく苦労も多かったですが、努力が報われ、大きな舞台で成果を出せて良かったです」と笑顔で話す生徒たちに、区長から今後の活躍に向けてのエールが送られました。

### 東京おこめクーポン事業



都では、物価高の影響を受けやすい低所得世帯の生活を支援するため、国産の米や野菜などの食品と引き換えられるクーポンを対象世帯に配付し、申し込みをした世帯に食品を配送します。

#### 対象世帯

電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金(1世帯あたり5万円)の対象世帯(住民税非課税世帯および家計急変世帯)

#### 提供方法

対象世帯には、都から4月末までにクーポンを順次配付する予定です。対象世帯からの申し込みに基づき、都から食品を配送します。

◎クーポンに同封された申込用ハガキまたはクーポンに記載された専用サイトから申し込みできます。

問東京おこめクーポン事業コールセンター

☎(5249)3553(土・日曜日、祝日を含む毎日)

### 中央区民カレッジ

## 入学式&2023年度前期講座募集

#### 区民カレッジ入学式

**日時**  
5月12日(金)  
・式典 午後2時~2時15分  
・公演 午後2時30分~4時

**会場** 日本橋公会堂「日本橋劇場」

**対象** 18歳以上のどなたでも

**演題** 歌舞伎と落語~江戸時代からずっと友だち~

**講師** 落語家 十一代目 金原亭馬生、歌舞伎俳優 八代目 大谷友右衛門

**定員** 400人(申し込み多数の場合は、区民カレッジ生優先の上、抽選)

**費用** 無料



#### 募集講座(39講座)

**対象** 18歳以上の区内在住・在勤・在学者(ただし、シニアコースクラブ学習の講座は60歳以上の区内在住者のみ)

**内容** 中央区の歴史、文化や趣味の講座、大学や企業と連携した講座など

#### 共通

#### 申し込み方法

4月14日(必着)までに往復はがき(1枚につき1人1講座)または区のホームページのオンライン手続きから申し込む(申し込み多数の場合は抽選)。

◎日時が重複しない講座は複数申し込みます。

◎詳しくは「中央区民カレッジ講座案内2023年度前期分」をご覧ください。

#### 講座案内配布場所

区役所8階文化・生涯学習課、各社会教育会館、日本橋・月島特別出張所などで配布している他、区のホームページからダウンロードすることもできます。

問 104-8404

中央区築地1-1-1  
文化・生涯学習課生涯学習係  
☎(3546)5524



### 令和5年度

## 健康診査・がん検診



5月から健康診査・がん検診を実施します。健(検)診内容などについては、区のホームページや区内施設などで配布しているチラシをご覧ください。

対象の方には、別表のとおり順次「がん検診等受診券」を送付します。この期間より早く受診したい方はご連絡ください。

#### 費用

無料(ただし、精密検査および健診内容以外の検査は受診者負担)

◎健康保険組合が実施する特定健康

診査を区の健診実施医療機関で受診する場合は、中央区による追加項目を合わせて受診できます(区の健診期間中のみ)。ご希望の方は、特定健康診査を受診する医療機関にお問い合わせください。

◎50歳以上偶数歳の方の胃がん検診の検査方法は、「胃部エックス線検査」または「胃内視鏡検査」のいずれかを選択して受診することができます。

問福祉保健部管理課保健係  
☎(3546)5397

#### 別表 受診券発送時期と受診期間

誕生月	受診券発送時期	受診期間
4月~7月	5月上旬	5月~9月
8月~11月	6月下旬	7月~11月
12月~3月	8月下旬	9月~1月

