

令和5年(2023年)

4/11

No.1534

区のおしらせ

ちゅうおう



▲晴海ふ頭公園

凡例
※お問い合わせ(申込)先 HP ホームページ Eメールアドレス
※費用の記載がないものは無料

令和5年度予算

新たなステージへ!

一般会計当初予算

1,483億9,376万4千円

令和5年度各会計予算が第1回区議会定例会で3月16日(木)に可決されました。

一般会計の当初予算は、1,483億9,376万4千円で、前年度と比較して18.9%の増となり、過去最大規模となりました。

本年度予算は、「新たなステージへ!」と題し、新たに策定した「中央区基本計画2023」に掲げる取り組みの着実な展開を図る他、「脱炭素社会の実現を目指す取組」、「アフターコロナを見据えた「地域・経済の活気とにぎわい向上の取組」、「子どもの健やかな成長と豊かな学びあふれるまちづくり」、「将来の区を支える都市基盤整備」について、重点的に強化を図りました。

(当初予算の主な事業は2面のとおり)

当初予算の会計別比較

区分	令和5年度(千円)	令和4年度(千円)	増減率(%)
一般会計	148,393,764	124,818,363	18.9
国民健康保険事業会計	14,044,404	13,089,836	7.3
介護保険事業会計	9,260,607	9,112,375	1.6
後期高齢者医療会計	3,502,836	3,469,052	1.0
合計	175,201,611	150,489,626	16.4

問財政課財政担当 ☎(3546)5255



令和5年度予算の主な事業

問 財政課財政担当
☎(3546)5255
(単位:千円)

基本政策別の主な新規・充実事業などを紹介します。

凡例
※費用の記載がないものは無料
問 問い合わせ(申込先)
HP ホームページ
Eメールアドレス

すべての人々が健康で安心して暮らせるまち

- 民間公衆喫煙場所への設置費等助成の拡充(116,000)
- 多胎児を妊娠した者に対する妊婦健康診査費用の追加助成(168,497)
- 3歳児健診(視力検査)への屈折検査の導入(6,525)
- 带状疱疹ワクチン任意予防接種の一部助成(8,037)
- 特定不妊治療医療費(先進医療分)の一部助成(43,300)

誰もがいきいきと笑顔で暮らせるまち

- 保育定員の拡大(1,332,067)
- 医療的ケア児保育補助事業の拡充(22,680)
- 学校給食費・保育所等副食費の無償化(633,510)※再掲
- 保育支援者雇用に対する助成の拡充(43,500)
- 子ども医療費助成における高校生世代までの対象拡大(1,003,771)
- 養育費確保支援事業(715)
- 民間学童クラブ誘致による定員拡大(36,180)
- 緊急通報システムにおける無線型式の導入(957)

互いに尊重しあって心豊かに暮らせるまち

- 生理用品の無償配布(246)
- ワーク・ライフ・バランス推進企業等の認定(5,022)

災害・犯罪に強くいつまでも住み続けられるまち

- 地域防災計画の修正(9,600)
- 家庭用消火器のあっせん(2,173)
- 防災拠点運営委員会訓練の支援(14,400)

水とみどりあふれる豊かな環境を未来へつなぐまち

- 小学生向け環境行動計画の作成・活用(1,984)
- Team Carbon Zero(仮称)の運営(ゼロカーボン機運醸成事業)(9,619)
- 新たな仕組みによる中央エコアクト(中央区版二酸化炭素排出抑制システム)の運用開始(5,991)
- 区有地を活用した太陽光発電所の整備(2,449)
- 都内連携による森林保全活動の推進(2,264)
- リサイクルハウスかざぐるまにおけるWEB掲示板の活用(2,786)
- 中央清掃工場余熱利用設備の整備(135,497)

魅力ある都市機能と地域の文化を世界に発信するまち

- コミュニティバスの運行ルート見直し(66,607)
- 都心・臨海地下鉄新線の検討調査(9,900)
- 水上交通活性化事業(13,269)
- 建築物ゼロカーボンの促進に向けた基礎調査の実施(19,170)
- 築地・東銀座における都市基盤整備等を踏まえた魅力あるまちづくりの検討(57,110)
- 日本橋川沿いエリアのにぎわい支援事業(20,000)

多彩な産業が地域に活力を与え、多様な人が集いにぎわうまち

- 「はじめて物語マップ」デジタル媒体の活用(737)
- 商店街等に対する助成(34,921)
- 組織活力向上支援イベント事業補助(32,621)
- 感染防止活動補助の延長(2,300)
- 問屋街活性化の検討調査(3,000)
- 起業家塾の拡充(2,858)
- 借換融資制度(新型コロナウイルス感染症対策緊急特別資金)の延長(-)
- 区内共通買物・食事券の発行(521,624)

豊かな学びにあふれ健やかな体を育むまち

- 学校での健康診断における脊柱側弯症検診の導入(3,630)
- 学校給食費・保育所等副食費の無償化(633,510)※再掲
- 晴海西小学校・晴海西中学校の整備(11,433,742)
- 晴海西小学校第二校舎の整備(50,257)
- 日本橋中学校の改築(193,020)
- 郷土資料館における企画展示の実施(11,618)

人々のつながりが広がる文化の香りと平和に包まれたまち

- 大江戸まつり盆おどり大会の開催(65,438)
- 地域手づくりイベント推進助成の拡充(34,710)
- 中央区まるごとミュージアムの実施(51,997)

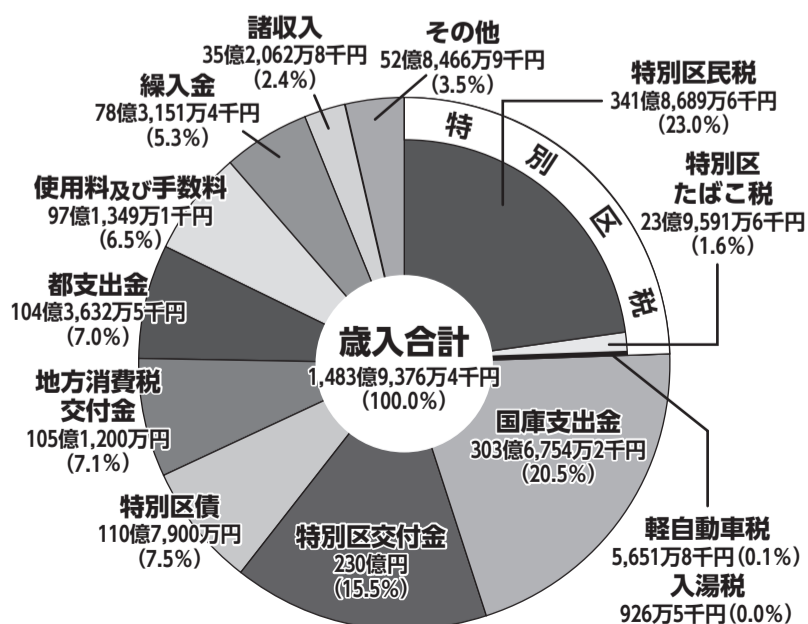
その他の事業

- シティプロモーションの展開(8,000)
- AI-OCRおよびRPAの活用拡大(9,433)
- AIを活用した文字起こしツールの導入(2,939)
- 公共施設予約システムの更新(24,794)
- 一時預かり保育利用料などにおける納付手段の拡大(9,683)
- キャッシュレス決済の導入窓口等の拡大(22,344)
- 晴海特別出張所(仮称)等複合施設の整備(6,503,772)
- 晴海地域交流センターの整備・開設(1,264,239)

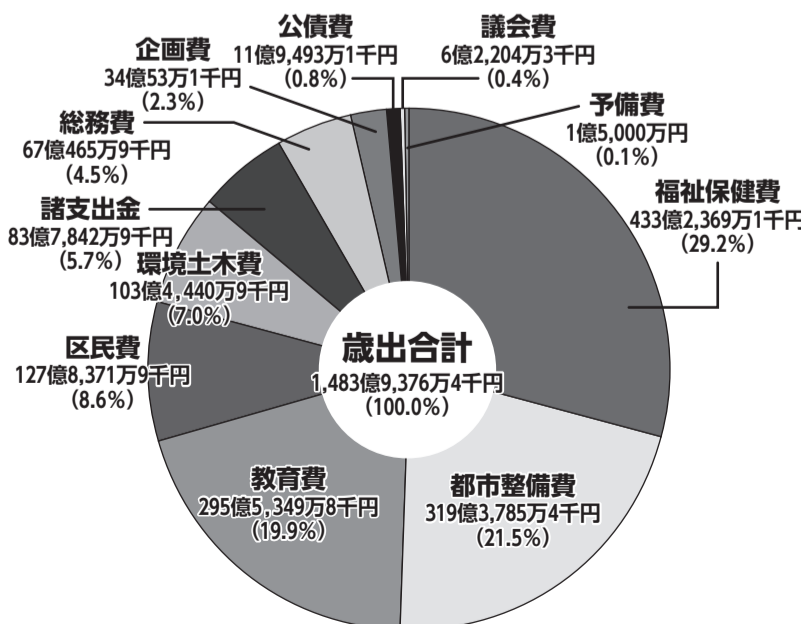
◎事業の詳細および他の事業については、区HPに掲載している「令和5年度中央区予算(案)の概要」をご覧ください。

一般会計当初予算 1,483億9,376万4千円

歳入



歳出



中央エコアクト参加者募集

中央エコアクトは、二酸化炭素排出量削減のために区民・区内事業所の方々が簡単な省エネ活動に取り組みながらポイントを貯め、ポイントに応じた商品やランクに応じたメリットを受けることができる制度です。専用Webサイトやアプリケーション(家庭のみ)から簡単に取り組みをスタートすることができます。**省エネ活動例**

- ・エアコンの使用時間を1日1時間減らす

- ・電気、ガス、水道の使用量の入力
- ・再生可能エネルギー100%電気への切り替え など

ポイント交換可能な商品(家庭用)

- ・区内共通買物・食事券(ハッピー買物券)3,000円分
- ・江戸バス回数券11回分 など

ランク制度(事業所用のみ)

環境活動に取り組むことでポイントを獲得でき、ポイントが貯まるとランクがアップします。



特典

- ・自然エネルギーおよび省エネルギー機器等導入費助成制度での助成額の上乗せ
- ・区発注工事案件入札時の評価点の加算
- ・区ホームページバナー広告掲載料

金1カ月免除 など

◎ランクにより受けられる特典が異なります。詳しくは専用Webサイトをご覧ください。

☎環境課ゼロカーボン推進係
☎(3546)5628

「Team Carbon Zero」参加メンバー募集

区では、2050年までのゼロカーボンシティの実現に向けて脱炭素行動の拡大を図るため、若い世代が自ら考えて実践・発信していく新たな組織「Team Carbon Zero」を立ち上げます。

活動期間
6月～令和6年3月

◎令和6年度の活動も予定しています。

対象

- ・区内在住および在学の学生
- ・区内在住および在勤の若手社員

◎いずれも10～20代の方

◎原則2年間活動に参加できる方

活動内容
ワークショップで「脱炭素」について楽しく学んで、チームの皆さんで自分たちにできる取り組みを考えます。

この他にも、仲間たちと協力してイベントで情報発信をしたり、企業が行っている脱炭素化に向けた取り組みを体験したりできます。

定員
16人程度(定員を大きく超えた場合は選考)

申し込み方法
4月11日～5月12日まで区HPの応募用から申し込み。

◎交通費は自己負担 応募サイト▲
☎「Team Carbon Zero」事務局
(株)ジェイアール東日本企画内)
☎(5447)7790
(平日午前10時～午後5時)
環境課ゼロカーボン推進係
☎(3546)5654

自然エネルギー・省エネルギー機器等導入費助成

区では、地球温暖化の原因となる温室効果ガスを削減するため、自然エネルギー機器や省エネルギー機器などの導入費を助成しています。

令和6年3月31日まで助成額の拡大を行っていますので、ぜひご活用ください(従前の助成額を2倍/一部例外あり)。

申請要件や助成額などについて、詳しくは区HPをご覧ください。

◎機器などの設置工事前に申請するように注意してください。

対象
区民、マンション管理組合、中小企業者など

対象建物
区内の住宅・共同住宅および事業所

対象機器

- ・自然エネルギー機器
- ・太陽光発電システム、蓄電システム
- ・省エネルギー機器など
- ・家庭用燃料電池システム、エアコンディショナー、LEDランプ、高反射率塗料など、その他の省エネルギー機器

◎対象機器は、申請者や建築物によって異なります。

☎環境課ゼロカーボン推進係
☎(3546)5654

電気エコ(急速充電)スタンドを有料化します

区では、区内3カ所に電気エコ(急速充電)スタンドを設置し、無料で開放してきましたが、電気自動車の普及状況を踏まえ、受益者負担の適正化を図るため、有料化します。

有料化開始時期
10月ごろ

◎詳しくは「区のおしらせ ちゅうおう」などでお知らせします。

設置場所

- ・中央区役所附属駐車場(築地1-1-1)
- ・浜町公園地下駐車場(日本橋浜町2-59-4)
- ・月島駐車場(月島4-1-1)

☎環境課ゼロカーボン推進係
☎(3546)5406

「中央区の森」における森林保全活動事業助成金(事業者・団体向け)

区では、広域的な地球温暖化対策推進事業として、西多摩郡檜原村にある「中央区の森」で森林保全活動を行っています。

この「中央区の森」で間伐や下草刈りなどの森林保全活動を行う区内事業者・団体に対し、費用の一部を助成します。

実施期間
5～11月

募集团体数
3団体(先着順)

最少催行人数
10人

☎電話または区役所7階環境課の窓口で申し込む。

◎募集内容について詳しくは、お問い合わせいただくか、区HPをご覧ください。

☎環境課ゼロカーボン推進係
☎(3546)5628

新型コロナワクチン接種体制について

12歳以上の方

対象および接種券の申請
別表のとおり

使用ワクチン
オミクロン株(BA.4-5)に対応した2価ワクチン(ファイザー社製・モデルナ社製)

接種券申請方法
☎またはHPから申請してください。

接種券発送日

申請が不要な方
4月20日(木)

申請が必要な方

- ・4月2日(日)までに申請した方
4月20日(木)
- ・4月3日(月)以降に申請した方
4月24日(月)以降順次発送

予約受付開始日時
4月28日(金) 午前9時

接種開始日 5月8日(月)

		令和5年春開始接種(5月8日～)	
		接種対象	接種券事前申請
初回接種済	12歳以上	高齢者(65歳以上) 精神障害者保健福祉手帳または愛の手帳保持者(令和5年3月17日時点)	不要(区から接種券を送付します)
	5～11歳	基礎疾患・重症化リスクのある方、医療従事者・施設従事者など	○(オミクロン株対応ワクチン) 4回目接種時(※2)に申請された方不要(区から接種券を送付します) 4回目接種時(※2)に申請されていない方必要(☎またはHPから申請してください)
		上記以外(65歳未満)	×(接種できません)
		基礎疾患・重症化リスクのある方	○(オミクロン株対応ワクチン) お手元に接種券がある方は不要
		上記以外	△(※1) 不要

(※1)オミクロン株対応ワクチン未接種者は対象
(※2)令和4年5月から9月まで

5歳以上11歳以下の方

対象
初回接種を完了した5～11歳の方

使用ワクチン
オミクロン株(BA.4-5)に対応した2価ワクチン(小児用ファイザー社製)

接種券発送
初回接種(1・2回目)完了から3カ月経過した方に発送します。なお、すでに発送している接種券は引き続き使用可能です。紛失などした場合は、☎またはHPから申請してください。

予約受付開始日
接種券がお手元に届き次第予約可能

接種開始日 4月1日(土)

基礎疾患を有する方などへ
5～11歳で基礎疾患を有する方または新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化リスクが高いと医師が認める方が5月7日までにオミクロン株対応ワクチンを接種された場合、3カ月経過後に再度オミクロン株対応ワクチンが接種可能です。

接種を希望する場合には、☎またはHPから申請してください。

共通

予約方法・接種会場
詳しくは、接種券に同封するチラシまたはHPでご確認ください。

◎予約をせずに会場へお越しいただいても、当日受け付けはできませんのでご注意ください。

費用
無料

持ち物

- ・予診票
- ・ワクチン接種券「クーポン」(12歳以上の方のみ)
- ・接種済証
- ・接種を受ける方の本人確認書類(例:運転免許証、健康保険証など)
- ・母子健康手帳(5歳以上11歳以下の方のみ)

☎中央区新型コロナワクチンコールセンター
☎(0120)421062

☎中央区新型コロナワクチン接種特設サイト

凡例
☎問い合わせ(申込)先
HPホームページ
Eメールアドレス
※費用の記載がないものは無料

伴走型相談支援・経済的支援(出産・子育て応援事業)の実施

妊婦・子育て世帯が安心して出産・子育てできるよう、妊娠期から出産・子育てまで継続して必要な支援につなぐ伴走型相談支援を実施します。また、出産・子育て費用の負担軽減を目的とした経済的支援も一体的に実施します。

- ①伴走型相談支援
妊娠届け出時、妊娠8カ月ごろ、出生後に面談を行います。
- ②経済的支援
妊娠時と出生後にそれぞれ専用Webサイトで利用できる5万円分の

のギフトカード(計10万円分)の経済給付を行います。給付に当たり、上記①の妊娠届け出時と出生後の面談が必要です。

対象
令和4年4月以降に妊娠・出産をした方
◎対象の方には、個別にご案内を送付する予定です。詳しくは区HPでご確認ください。
☎中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930

バースデーサポートの実施

2歳を迎える子どもがいる家庭の子育てを応援するために、子育ての状況を把握し、必要な情報提供や相談支援を行うとともに、ギフトカードを配布します。

対象
令和5年4月以降に2歳を迎える子どもがいる世帯
ギフトカードの内容
育児用品などに利用できるWebカタログギフト

第1子 1万円相当
第2子 2万円相当
第3子以降 3万円相当
◎ギフトカードの配布に当たっては、区で実施する1歳6カ月児健診を受診するなど要件があります。詳しくは区HPでご確認ください。
◎必要に応じて面談などを実施する場合があります。
☎中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930

中央区子どもの学習・生活支援事業

～子どもの学びをサポートします～

区では、小学校4年生から高校生世代までのお子さんを対象に、無料の学習・生活支援事業を実施しています。

安心して学べる場で学習意欲と基礎学力の向上を促し、自ら学ぶ力を養う他、高校、大学などへの進学や将来の安定就労につながるよう、社会的自立に向けた支援を行います。

ボランティアの先生や支援スタッフ、学習会の仲間と一緒に将来について考え、楽しく学習します。

◎日時など、詳しくは右記載の区HPでご確認ください。



対象
区内在住で、就学援助(生活保護含む)受給世帯、児童扶養手当受給世帯または所得が同水準の世帯の小学校4年生から高校生世代(おおむね20歳以下の高校生、中途退学者、未進学者など)

実施期間
6月～令和6年3月

申し込み方法
4月11日～24日までに、対象区分ごとの右記申し込みフォームから申し込む。右記申し込みフォームから

の申し込みが難しい方は、☎またはファクスで①参加者名(ふりがな)②学年③保護者名④住所⑤電話番号⑥Eメールアドレス⑦希望コース⑧就学援助など支援の受給状況⑨平日連絡可能な時間帯を明記して申し込む。
◎面談により利用者を決定します。
◎定員を超える応募があった場合は、選考の上決定します。
◎定員に空きがある場合は、年度の途中でも受け付けます。

☎中央区子どもの学習・生活支援事業運営事務局(NPO法人キッズドア)
FAX(5244)9991

小学生向け申し込みフォーム▶
中学生向け申し込みフォーム▶
高校生世代向け申し込みフォーム▶

生活支援課相談調整担当
☎(3546)5208
Echuo@kidsdoor.net

生活支援課相談調整担当
☎(3546)5208
Echuo@kidsdoor.net

生活支援課相談調整担当
☎(3546)5208
Echuo@kidsdoor.net

多胎児を妊娠した方への妊婦健康診査費用追加助成の実施

単胎児を妊娠した場合よりも多くの健診受診が推奨される多胎児を妊娠した方に対して、従来の妊婦健診費用助成に加えて追加の費用助成を

実施します。
詳しくは区HPをご覧ください。
☎中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930

特定不妊治療費(先進医療)助成

令和4年4月から保険適用された不妊治療と併せて行った指定の先進医療について、費用の一部を助成します。

また、従来の特定不妊治療医療費助成についても引き続き助成をしています。

特定不妊治療費(先進医療)助成

対象
次の全ての要件に該当する方
・都の特定不妊治療費(先進医療)助成事業の交付決定を受けている
・区内に住所がある
・同一年度で本区助成上限額(10万円)を超える助成を受けていない

内容
先進医療費用の10分の7から都事

業の助成金額を除いた額に対し、1年度当たり10万円を限度に助成します。

従来の特定不妊治療費助成
対象・助成内容については、区HPをご覧ください。

申し込み方法
中央区保健所、日本橋・月島保健センターで配布している所定の申込用紙に記入して申し込む。

☎中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930
日本橋保健センター健康係 ☎(3661)5071
月島保健センター健康係 ☎(5560)0765

相談案内

◎相談日が祝日・休日などに当たる場合は変更になることがあります。令和5年4月11日現在

相談案内	日時	場所	予約・相談先
区民相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	まごころステーション	予約不要
法律相談	毎週金曜日 毎月第2・4水曜日 毎月第1・3水曜日	区民相談室 日本橋特別出張所 月島特別出張所	☎(3546)9590
人権擁護相談	毎月第3水曜日	区民相談室	予約不要
国の行政相談	毎月第3水曜日	区民相談室	☎(3546)9590
行政書士相談	毎月第3水曜日	区民相談室	☎(3546)9590
司法書士相談	毎月第1火曜日	区民相談室	☎(3546)9590
成年後見・司法書士相談	毎月第3火曜日	区民相談室	☎(3546)9590
遺言・公証相談	毎月第1水曜日	区民相談室	☎(3546)9590
年金相談	偶数月の第4水曜日 5・9・11月の第3水曜日 7・11・3月の第4水曜日	日本橋特別出張所 月島特別出張所	予約不要
税務相談	毎月第2・4水曜日	区民相談室	☎(3546)5266
分譲マンション管理相談	毎月第2・4水曜日	京橋プラザ区民館	☎(3561)5191
不動産取引相談	毎月第3水曜日	区民相談室	☎(3546)9590
土地家屋調査測量・表示登記相談	毎月第4水曜日	区民相談室	☎(3546)9590
建築物の耐震相談	月～金曜日 ①午前8時30分～正午 ②午後1時～5時	建築課	☎(3546)5459
住宅住み替え相談	毎月第1月曜日	区民相談室	☎(3546)5466
高齢者のための住み替え相談	毎月第2・4火曜日	区民相談室	☎(3546)5355
高齢者の保健福祉・介護保険の相談	月～金曜日 月～土曜日	午前8時30分～午後5時 午前9時～午後6時	介護保険課 各おとしより相談センター 予約不要
「シルバーワーク中央」おむね55歳以上の方の無料職業紹介・相談	月～金曜日	午前9時～午後4時	シルバーワーク中央 ☎(3551)9200

相談案内	日時	場所	予約・相談先
「ブーケ21」女性相談	毎月第1・5水、第4火曜日 毎月第2火、第3水曜日	午前10時～午後4時 午後3時30分～8時30分	男女平等センター「ブーケ21」 ☎(5543)0653
女性相談	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	子育て支援課 ☎(3546)5350
ひとり親家庭相談	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	子育て支援課 ☎(3546)5350
家庭相談	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	子育て支援課 ☎(3546)5350
保育園入園相談	月～土曜日	午前9時～午後5時	保育課 予約不要
子どもと子育て家庭の総合相談	日～土曜日	午前9時～午後5時	子ども家庭支援センター ☎(3534)2255
教育相談※	月～土曜日	午前9時～午後5時	教育センター ☎(3545)9200
こどもの発達相談	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	子ども発達支援センター ☎(3545)9844
障害のある方の相談全般※	月～金曜日	午前9時～午後6時	障害者福祉課 予約不要
精神に障害のある方の一般相談	月・水・木曜日 土・日曜日、祝日(火・金曜日を除く)	午前9時～午後7時 午前9時～午後6時	障害者地域活動支援センター「ポケット中央」 ☎(3541)1021
保健福祉相談※	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	保健所・保健センター 予約不要
くらしとごとの相談※	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活支援課(自立相談支援機関) ☎(3546)5496
生活保護の相談※	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	生活支援課(福祉事務所) ☎(3546)5303
福祉サービス苦情・相談	毎月第1・3水曜日	①午前10時～正午 ②午後1時～3時	福祉サービス苦情・相談窓口(福祉保健部管理課内) ☎(3546)8373
商工相談	月～金曜日	午前9時～午後5時	商工観光課 ☎(3546)5330
消費生活相談	月～金曜日	午前9時～午後4時	消費生活センター ☎(3543)0084 ☎(3546)5727
交通事故相談	月～金曜日	午前8時30分～午後4時	中央交通事故相談所 ☎(3206)0507
電話相談(予約不要)	月～土曜日	午前9時～午後5時	☎(3545)9203
「ブーケ21」女性電話相談	毎週月曜日	午前10時～午後4時	男女平等センター ☎(5543)0653
男性電話相談	毎月第3水曜日	午後3時～8時	「ブーケ21」 ☎(3495)7770
認知症サポート電話相談	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	介護保険課 ☎(3546)5286
電話医療相談	月～金曜日	午前9時～午後5時	中央区保健所 ☎(3545)1875
教育相談、子ども電話相談※	月～土曜日	午前9時～午後5時	教育センター ☎(3545)9203

※ひきこもりに関する相談も受け付けています。

凡例 ◎お問い合わせ(申込)先 HPホームページ Eメールアドレス ※費用の記載がないものは無料

楽しく健康づくり! 粋トレ教室



日本橋コース

日時
6月15日(木)、8月17日(木)
全2回 午後2時~3時30分
会場
浜町高齢者トレーニングルーム

月島コース

日時
6月30日(金)、8月25日(金)
全2回 午後2時~3時30分
会場
シニアセンター

共通

対象
次の全てに該当する方
・区内在住の60歳以上
・要介護・要支援認定を受けていない
・DVDやYouTubeなどで粋トレを再生できる
・2日間とも参加できる
内容
転倒予防や認知機能の向上に効果のある区オリジナルの介護予防プロ

グラム「中央粋なまちトレーニング(略称:粋トレ)」を継続して行った際の効果などについて、理学療法士が専門的な視点でご紹介します。

また、実際に「粋トレ」を自宅で継続していただき、2カ月後の体力測定で効果を体感していただきます。

◎ご参加いただいた方には粋トレのDVDをお渡しします。

◎粋トレの動画は区HPからもご覧いただけます。

定員
各コース15人(抽選)

申し込み方法
4月28日までに電話またはEに①氏名②生年月日③住所④連絡先⑤希望するコース⑥DVDの再生可否の他、「粋トレ教室」参加希望とご記入の上、Eに申し込む。

☎高齢者福祉課高齢者活動支援係
☎(3546)5716

E:kofuku_02@city.chuo.lg.jp



成人男性の風しん抗体検査および 予防接種

これまで公的な風しんの予防接種を受ける機会がなかった世代の男性を対象に、風しん第5期予防接種が定期化されました。

予防接種を受けることができるのは、区から送付するクーポン券を使用して、抗体検査を受検し、十分な量の抗体がないことが判明した方に限ります。

対象
区内在住で、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性
◎これまでに風しんワクチンを接種したことがある方は対象外
対象ワクチン
MR(麻しん風しん混合)ワクチン

接種回数
1回
接種方法
クーポン券および本人確認できるもの(運転免許証など)を持参の上、指定の医療機関で抗体検査を受けてください。
◎区外の医療機関でも実施可能です。詳しくは区HPをご覧ください。
◎医療機関によって予約制や予防接種の曜日が決まっている場合がありますので、必ず事前に医療機関に確認してください。
☎中央区保健所健康推進課予防係
☎(3541)5930

凡例
※費用の記載がないものは無料
☎問い合わせ(申込)先
HPホームページ
Eメールアドレス

予防接種再接種費用助成

対象
骨髄移植手術などの疾病の治療により、医師から予防接種の再接種が必要と診断された、20歳未満の区内在住者で、国内で再接種をする方
対象となる予防接種
予防接種法に基づく下記に記載の子どもの定期予防接種

ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、四種混合、三種混合、二種混合、不活化ポリオ、BCG、麻しん風しん混合(MR)、麻しん、風しん、水痘(水ぼうそう)、日本脳炎、子宮頸がん

助成額
実際に支払った額または区が定める上限額のどちらか少ない金額
利用方法
費用助成を受けるには、再接種前に「中央区予防接種再接種費用助成金交付決定通知書」の交付を受ける必要がありますので、中央区保健所または日本橋・月島保健センターで事前に手続きをしてください。
◎詳しくは区HPをご覧ください。
☎中央区保健所健康推進課予防係
☎(3541)5930

けい 子宮頸がん定期予防接種

定期予防接種について

対象
小学校6年生から高校1年生相当の女子
◎標準的な接種時期は、中学校1年生となる年度でかつ以下の標準的なスケジュールのとおりです。

予診票送付時期
3月末に予診票を新規対象者(小学校6年生に上がる女子)宛てに送付しています。

キャッチアップ接種

対象
平成9年4月2日から平成19年4月1日生まれの女子
予診票送付時期
令和4年3月末に、予診票を発送しています。

接種期限
令和7年3月31日まで

共通

接種方法
予診票に必要事項を記入の上、母子健康手帳を持参いただくと、23区内の指定医療機関にて無料で接種できます。

◎医療機関によっては、予約が必要な場合がありますので、事前に電話で確認してください。

◎接種に当たっては、HPから厚生労働省作成のリーフレットをよくお読みください。

☎中央区保健所健康推進課予防係
☎(3541)5930

厚生労働省作成
リーフレット▶



高齢者肺炎球菌定期予防接種

対象者には、3月末に「予診票、お知らせ、医療機関名簿」を郵送しました。「予診票」に必要事項を記入の上、区指定の医療機関で接種を受けてください。

実施期間
令和6年3月31日(日)まで
対象
65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方(令和6年3月31日時点)
◎過去に23価肺炎球菌ワクチンを接種したことがある方は、自費で接

種した方も含め、対象外
費用
一部自己負担額 1,500円
◎生活保護などを受けている方は無料
その他
接種方法や対象ワクチンなどは、「予診票」などでご確認ください。
◎予診票を紛失してしまった方や実施期間内に中央区へ転入された方はEへ連絡してください。
☎中央区保健所健康推進課予防係
☎(3541)5930



マイナポイントの申し込みはお済みですか



マイナポイントを受け取るためには、申し込みの上、9月末までに選択したキャッシュレス決済サービスでチャージまたはお買い物をしていただく必要があります。

お早めにお手続きください。

申し込みできる方
令和5年2月28日までにマイナンバーカードを申請した方

マイナポイント支援窓口

手続方法が分からない方などを対象に、支援窓口を開設しています。
窓口開設期間
9月末まで
受付時間
・月~金曜日(祝日を除く)

午前8時30分~午後5時(水曜日は午後7時まで延長)

・日曜日
午前9時~午後5時

会場
区役所1階

必要なもの
・マイナンバーカード
・数字4桁の暗証番号
・本人名義の銀行口座情報(公金受取口座の登録をする場合)
・各決済サービスが指定する決済サービスID・セキュリティコード
◎IDなどは事前に各決済サービスのコールセンター、各HPなどをご確認ください。

来庁される方へのお願い
・登録する決済サービスを決めた上でご来庁ください(一部、終了した決済サービスがあります。ご注意ください)。
・一部の決済サービスは、専用サイトへの事前登録が必要です。登録を済ませた上でご来庁ください。
・窓口が混み合う場合があります。時間に余裕をもってご来庁ください。
☎・マイナポイント事業について
マイナンバー総合フリーダイヤル
☎(0120)950178
(午前9時30分~午後8時。土・日曜日、祝日は午後5時30分まで)

・マイナポイント支援窓口について
総務課組織・業務改善等担当
☎(3546)5625
(平日 午前8時30分~午後5時)
HPマイナポイント事業ホームページ(総務省)

☎マイナポイント
第2弾事業
(国HP)

マイナポイント支援窓口について
(中央区)

☎中央区
マイナポイント
支援窓口(区HP)

中央区まるごとミュージアム 新規参加事業者を募集します



本区の豊かな文化を区民の皆さんや来訪者の方々に楽しみながら知っていただくため、「中央区まるごとミュージアム」を開催しています。このイベントに新たに参加を希望する事業者を募集します。

「まるごとミュージアム」開催日時
11月5日(日)
午前10時～午後4時

対象事業者

区内で継続的に文化事業を実施しており、広く区民や来訪者に向けて文化を発信している団体

対象事業

事業者自らが区内で企画・実施する、営利を目的としない原則無料の文化事業

- ・ 展覧会や発表会、ワークショップなど
- ・ 通常休館のところ、当日に限り特別に開館するもの
- ・ 通常有料のところ、当日に限り特別に無料で開催するものなど

募集期間

4月11日～28日(消印有効)

応募書類

事業企画書(趣旨・目的、事業の概要、事業主体、過去の事業実績が記載されたもの)A4判2枚程度(様式自由)

提出方法

応募書類を郵送または持参

決定

応募書類を審査し、参加事業者を決定します。結果は、5月中旬ごろに連絡します。

☎文化・生涯学習課文化振興係

☎(3546)5346

地域の 子育てを応援 家庭教育学習会の 企画募集説明会

日時
5月8日(月)
午前10時～11時30分

会場
区役所8階大会議室

対象
幼稚園・小・中学校PTA、地域の団体

内容
令和5年度に中央区地域家庭教育推進協議会と共催で行う家庭教育学習会の企画を募集します。対象事業

は、家庭教育に関する講演や、子育てに対する知識を深める学習会などです。協議会は、企画・運営に関する助言や講師謝金などの経費負担を行います。

申し込み方法
4月24日までに電話で申し込む(受け付けは平日午前9時～午後5時)。

☎中央区地域家庭教育推進協議会事務局(文化・生涯学習課内)
☎(3546)5526

令和5年度

国民健康保険料の料率など決定

令和5年度の国民健康保険料は、次のとおり算定し、6月に各世帯へ決定通知を郵送します。

支払いは、6月～令和6年3月の計10回です。

保険料算定の仕組み

国民健康保険料には①基礎分②支援分③介護分(40～64歳の方)の3区分があり、それぞれの「均等割額」「所得割額」を算出します。これらの合

計額が世帯の年間保険料です(詳しくは別表のとおり)。

◎保険料は、前年中の所得を基に算出しています。収入が無い方や収入が少なく確定申告不要の方も、住民税の申告をしていただくことで保険料が軽減される場合があります。

☎保険年金課資格係
☎(3546)5362

別表

	均等割額 加入者全員に一律にかかります	所得割額 加入者の前年中の所得に応じて かかります	1世帯 最高限度額
①基礎分	45,000円/1人	賦課の基となる所得×7.17%	65万円
②支援分	15,100円/1人	賦課の基となる所得×2.42%	22万円
③介護分 (40歳～64歳の方のみ)	16,200円/1人	賦課の基となる所得×2.07%	17万円

◎賦課の基となる所得＝総所得金額等-住民税基礎控除額

中央区 国民 健康保険

「データヘルス計画」 保健事業を実施します

区では国民健康保険に加入している方を対象に、健康寿命の延伸や生活習慣病重症化予防対策として、レセプト(診療報酬明細書)データと特定健診結果などを分析し、健康に関わる保健事業を下記のとおり実施します。

なお、委託先の保健師などから電話で参加の案内、受診の確認などの連絡をさせていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。
生活習慣病治療中断者および健診異常値放置者受診勧奨事業

生活習慣病の受診歴がある方で治療中断が確認された対象の方には5月に、健診結果に基準値を超える数値があった方で医療機関未受診の方には5月と8月に受診勧奨の案内を

郵送します。

糖尿病性腎症重症化予防事業

糖尿病で医療機関へ通院中の方に対し、保健師、管理栄養士などの専門職が糖尿病の重症化を予防するための相談支援を行います。6月に対象の方へ郵送でご案内します。

受診行動適正化指導事業

1カ月に多数の医療機関を受診している方、同じ薬を複数の医療機関からもらっている方に対し、医療機関のかかり方などについて、保健師などの専門職が相談や助言を行います。6月に対象の方へ郵送でご案内します。

☎保険年金課給付係

☎(3546)5361

二十歳のつどい実行委員会 メンバー募集

「二十歳のつどい」の企画・運営を行う方を募集します。対象者には案内はがきを送付しましたのでご覧ください。

対象
区内在住で平成15年4月2日～平

成16年4月1日に生まれた方

☎文化・生涯学習課青少年係

☎(3546)5305

FAX(3546)9556

☎b-syogai_03@city.chuo.lg.jp

東京都シルバーパスのご案内(4月～9月新規購入者)



満70歳以上の都民の方は、都バス、都営地下鉄、日暮里・舎人ライナー、都電、都内民営バスなどが利用できる「東京都シルバーパス」を購入できます。有効期間は発行日から令和5年9月30日(土)までです。

購入方法

満70歳になる月の初日から、馬喰横山駅、東京駅、門前仲町駅、浅草橋駅などにあるシルバーパス発行窓口で手続きができます。

費用

①住民税が課税の方(③を除く)

10,255円(4～9月に購入する場合に限る)

②住民税が非課税の方 1,000円

③住民税が課税の方で、税法上の合計所得金額が135万円以下の方(経過措置) 1,000円

必要書類

- ・ 全員
本人確認書類(健康保険証、運転免許証、マイナンバーカードなど)
- ・ ②に当てはまる方
住民税が非課税であることを確認できるもの

・ ③に当てはまる方
税法上の合計所得(※)が135万円以下であることを確認できるもの(※)長期譲渡所得または短期譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、合計所得から特別控除額を控除して得た額を用います。

◎原則として令和5年度の書類が必要ですが、令和5年度住民税の賦課決定が行われるまでの期間は令和4年度の書類で代用できます。

◎詳しくは☎でご確認いただくか、

お問い合わせください。

☎(一社)東京バス協会シルバーパス専用電話

☎(5308)6950

(土・日曜日、祝日・休日を除く、午前9時～午後5時)

東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課振興担当

☎(5320)4275



◀(一社)東京バス協会

中小企業のホームページ作成・変更費用補助

対象
区内の中小企業基本法第2条に規定する中小企業者(風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律第2条各号に規定する営業を行う者を除く)
◎創業枠は区内で創業して1年未満の中小企業者(創業予定の場合、当補助金の申請日から3か月以内に登記簿謄本または個人事業の開業届出書の写しを提出できる者)

◎過去にこの補助金の交付を受けたことがある企業は、受けることができません。
補助対象経費
・新規にホームページを作成するための費用
・既に開設しているホームページを変更する場合の変更費用(一般枠のみ対象)
◎申請時にホームページ作成(変更)前であること、申請年度内に事業が完了することが要件です。

補助金額
・一般枠 経費の2分の1、限度額5万円まで
・創業枠 経費の3分の2、限度額6万円まで
◎1,000円未満の端数は切り捨て
補助予定件数(抽選)
・一般枠 20件
・創業枠 5件
必要書類
申請書、ホームページ作成事業計画書、企業概要、見積書、ホームページの写し(変更の場合のみ)
◎創業枠を申請する場合は、上記に加え、登記簿謄本の写しまたは税務署への開業届の写し(創業予定

者は申請日から3か月以内に提出)
◎申請書は区HPからダウンロードできます。
■4月17日～5月8日(必着)までに必要書類を区に郵送
抽選結果
5月下旬までに郵送でお知らせします。当選した場合は決定通知を送りし、当選しなかった場合は申請書をお返しします。
◎一般枠については、7月と9月にも募集をします。
■商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487

凡例
◎ 区民サービスセンター(申込)先
HP ホームページ
Eメール アドレス
※費用の記載がないものは無料

あなたのご意見・ご提案をお寄せください

区政に対するご意見ご要望などをお聴きする「区長への手紙」、区政への独創的なアイデアを募集する「区政への提案」を実施しています。
区長への手紙
皆さんからの区政に対する声を「区長への手紙」として受け付けています。区HPから専用入力フォームを利用して投稿する他、区施設の窓口などに備えてある広聴はがき、ファクス、区役所、日本橋・月島特別出

張所1階の投書箱からお寄せください。
回答は、文書(郵送)、Eメールなどで行います。匿名や氏名、住所が不明確な場合、特定の個人や団体を誹謗・中傷する内容などには回答できませんのでご了承ください。
◎詳しくは、区長への手紙HPをご覧ください。
区長への手紙▶

区政への提案
満18歳以上で区内に在住、在勤、在学の皆さんから区民福祉や行政サービスの向上などにつながる提案をいただき、その内容を区政に生かしていく制度です。
提案は、創意工夫に基づく建設的な内容で、具体的に記載されたものに限りま。す。
区HPから専用入力フォームを利用して投稿する、または、区施設の窓

口などで配布している専用の提案書に記載し郵送してください。
いただいた提案は、実現の可能性、既存事業との関係性、費用対効果、効率性などについて調査検討を行い、その結果を区HPおよび「区のおしらせ ちゅうおう」で公表します。
◎詳しくは、区政への提案HPをご覧ください。専用の提案書用紙をダウンロードすることもできます。
■広報課広聴係
☎(3546)5222
FAX(3546)2095
区政への提案▶

広報紙「区のおしらせ ちゅうおう」の個別配送

広報紙「区のおしらせ ちゅうおう」は、毎月1日号(1月1日号を除く)を町会・自治会を通じて、11日・21日号(1月1日号を含む)を新聞折り込みでお届けしています。
新聞を定期購読していないなど、広報紙が届かない区内在住者のうち、次のいずれかに該当し、区施設で入手することが困難な方を対象に個別配送を行っています。
対象
・おおむね65歳以上の方
・障害のある方(障害者手帳をお持ちの方)
申し込み方法
①専用の申込書に必要事項を記入し広報課窓口、郵送、ファクスまたはEで申し込む。

◎申込書は区役所2階広報課、日本橋・月島特別出張所で配布する他、区HPからダウンロードすることもできます。
②電話、はがき、ファクスまたはEに、送付を希望する号(ア：全ての号、イ：1日号のみ、ウ：11日号と21日号)、申し込み理由(ア：高齢のため イ：障害があるため)、住所、氏名・ふりがな、電話番号を記入し区へ申し込む。
◎いずれの場合も、郵送開始を希望する号の発行日10日前(必着)まで。
■広報課広報係
☎(3546)5218
FAX(3546)2095
E:koho_01@city.chuo.lg.jp

マンション管理支援システム「すまいるコミュニティ」の提供

中央区都市整備公社では、分譲マンション管理組合の活動を支援するシステムとして、インターネットを利用した会員制ウェブサイト「すまいるコミュニティ」を提供しています。
このシステムは、理事会からのお知らせや通知、総会や工事の予定などのスケジュールの表示、議事録などの資料の保管、居住者に対するアンケート調査など多くの機能を備えています。
また、居住者間のコミュニケーションなどを活性化するための機能も備えています。
利用条件
・マンションの所在地が区内であること

・「すまいるコミュニティ」の利用に関し理事会などの承認を得ていること
・マンション管理組合は、利用者の登録や削除、ログインIDの管理を行うこと
・「すまいるコミュニティ」に保管されたデータや書き込まれたコメントなどについて、管理組合が責任を持って管理すること
・利用規約を順守すること
申し込み方法
マンション管理組合から申し込み、利用団体としての登録が必要です。登録を希望する場合は、問い合わせを。
■中央区都市整備公社
☎(3561)5191

中央区テレビ・ラジオ広報番組

テレビ広報番組
区政情報や区内イベントなどを紹介する「定例番組」(日～金曜日)を週替わりで、区内の文化財や歴史、区政の振り返りなど1つのテーマを詳しく紹介する「企画番組」(土曜日)を月替わりで放送しています。
ラジオ広報番組
中央区からのお知らせ(月～金曜日放送、毎日更新)
広報紙「区のおしらせ ちゅうおう」をお届けしています。
ウィークリー声の架け橋(毎日放送、毎週水曜日更新)
老舗の店主や職人、区内で活動するサークルのメンバー、イベントに参加する方々など皆さんの声をお届け

する番組
共通
放送時間などについては、10・11面欄外をご覧ください。
番組に対する意見などの募集
より良い番組づくりに向けて皆さんからのご意見・ご要望をお寄せください。
応募方法
住所・氏名・年齢・電話番号などの連絡先を明記の上、郵送、ファクスまたはEから応募
■広報課広報係
☎(3546)5218
FAX(3546)2095
E:koho_01@city.chuo.lg.jp

中央区立晴海地域交流センター(令和5年10月開設)愛称名決定

愛称名の募集にたくさんのご応募ありがとうございました。194件のご応募の中から、愛称名を決定しました。

..... **愛称名 「はるみらい」**

決定理由
「晴海の輝く未来、皆さんに愛される施設になってほしい」という思いが込められており、新しく開設する本施設にふさわしく、親しみをもてる愛称名であるため。

■地域振興課地域交流施設担当 ☎(6281)5066

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。

凡例 日日時 会場 対象 内容 講師 費用・料金(記載がない場合は無料) 申し込み方法 託児 問い合わせ先 HP ホームページ Eメールアドレス

はがき・ファクスなどの申し込みの記入例

原則1人1枚限り

■注意事項

- 往復はがきの場合は返信用宛名に〒・住所・氏名を記入
- Eメールの場合は、件名に講座名などの名称を記入
- 申込先からメールを受信できるように設定を消せるペンは使用不可

■在勤・在学の方へ

- 勤務先(学校名)とその所在地、電話番号も記入

■託児サービスを希望する方へ(本文中に記載がある場合のみ)

- 子どもの氏名(ふりがな)、生年月日も記入

■間に〒・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(間の宛名)

■「電子申請可」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

施設

シニアセンター臨時休館

4月29日(祝)は館内消毒のため休館します。
☎シニアセンター
☎(3531)7813

中央小学校・日本橋小学校・月島第三小学校温水プール

区内在住・在勤者の身近な運動場所として、学校の温水プールを一般に開放しています。

◎日本橋小学校温水プールは4月1日(土)～6月18日(日)まで改修工事のため利用を休止します。

日・平日 午後6時～9時
土曜日 午後1時～9時
日曜日、祝日・休日 午前9時～午後9時

費別表のとおり

◎コース利用についての申し込み方法など、詳しくはHPをご覧ください。どうか問い合わせを。

☎スポーツ課体育施設係
☎(3546)5529
中央小学校温水プール
☎(3206)0035
日本橋小学校温水プール
☎(3668)2378
月島第三小学校温水プール
☎(3531)7860

◎各温水プールへの問い合わせは、開放日の開放時間帯のみになります。

区分	使用料	
区民大人(※)	1回2時間(延長1時間) 350円(170円)	
区民小人(小・中学生)(※)	無料	
区民65歳以上(※)		
区民心身障害者(※)	無料	
一般大人(区外)		1回2時間(延長1時間) 500円(250円)
一般小人(区外小・中学生)		250円(120円)
幼児(小学生未満)	無料	

(※)利用証の提示が必要です。各利用証を発行するには、所定の書類の提示が必要です。
詳しくは、お問い合わせください。
◎区民在住の心身障害者が利用する場合、介助をする方(原則1人)も入場無料です。

保健・医療・福祉

ベビーシッター利用支援事業(一時預かり利用支援)

日常生活上の突発的な事情などにより一時的にベビーシッターによる保育を必要とする保護者や、ベビーシッターを活用した共同保育を必要とする保護者に対し、利用料の一部を補助します。

【利用日時】
毎日午前7時～午後10時(祝日・休日、年末年始を含む)

【対象年齢】
子どもが満6歳に達する年度の末日まで

【利用上限】
児童1人当たり月12時間(多胎児の場合は児童1人当たり月24時間)

【補助内容】
東京都が認定しているベビーシッター事業者の利用料金のうち、1時間当たり2,500円を上限に補助します。

◎申請方法など詳しくは電話で問またはHPへ

☎パーソルワークスデザイン(株)
☎(0120)503487
(平日午前9時～午後5時)

講座・催し物

終活講座～エンディングノートを知ろう～

日5月19日(金) 午後3時～5時
場浜町メモリアル4階会議室
対区内在住・在勤・在学者
内自分の意志や思いを整理し、これからをより良く生きるためのツール「エンディングノート」を中心に、終活について学ぶ。

定30人(先着順)
【持ち物】
筆記用具

☎4月13日から電話で問へ(受け付けは午前10時～午後8時)
問浜町メモリアル
☎(5695)8051

高齢者向けパソコン教室～ゆっくり楽しくチャレンジ～

初めてのパソコンコース
日5月16日(火)～18日(木)全3回
午前9時30分～11時30分
対原則60歳以上の方
内電源の入れ方、マウスの操作、文字の入力方法など、基本の操作を学ぶ。

写真データのすっきり整理と活用方法コース
日5月23日(火)～25日(木)全3回
午前9時30分～11時30分
対原則60歳以上で、簡単な文字入力のできる方
内スマートフォンやデジタルカメラで撮った写真データをパソコンで整理する方法と、アプリを使った写真の加工や印刷方法を学ぶ。

共通
場シルバー人材センター2階パソコン講習室
定各コース10人(抽選)
費3,000円

◎テキスト代は別で、FOM版「初心者のためのパソコン入門(Win10)」(1,100円)を使用します。

☎4月20日(必着)までに往復はがきに①コース名②～⑤(8面記入例参照)⑥パソコンの機種名⑦申し込み理由を記入して申し込む。

◎1枚のはがきで両コースの申し込みができます。

◎以前に受講された方も申し込むことができます。

◎当選者は、当選はがきで指定された口座に受講料をお振り込みください。期日を過ぎた場合は、補欠の方に受講の資格が移ります。

◎本講座は「中央区民カレッジ連携講座」のため、区民カレッジの単位となります。区民カレッジ生(コース生)は申し込みはがきにカレッジ生であることを記載してください。

◎パソコンは講習室のものを使用します(OSはWindows10)。

☎〒104-0032
中央区八丁堀3-17-9
京華スクエア1階
☎(3551)2700



「協働ステーション中央」社会貢献活動サポート相談

対・区内で活動を始めたい方：団体設立に関する事 など
・NPO・ボランティア団体・町会・自治会：組織運営・事業見直し(伴走型支援)、会計事務・労務など
・企業：CSR活動や寄付・物品の提供先、事業連携先のマッチングなど

【受付時間】
午前10時～午後7時

◎相談時間は1回1時間程度です。

【休館日】
月曜日、年末年始、施設点検日

場協働ステーション中央
☎電話、ファクスまたはEで①氏名・ふりがな②電話番号③所属④Eメールアドレス⑤相談希望日時

◎相談内容を記入して申し込む。
☎協働ステーション中央
☎(3666)4761
FAX(3666)4762
Einfo@kyodo-station.jp

☎社会貢献活動サポート相談

高齢者の写経教室(お試しコース)～文字も心も美しく～

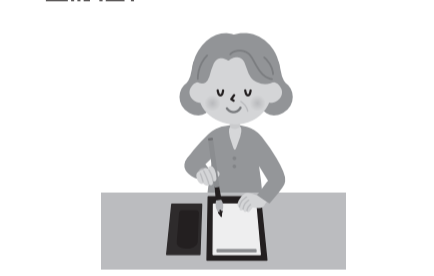
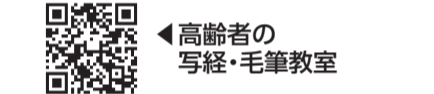
日5月11日～25日の毎週木曜日(全3回)午前9時30分～11時30分
場シルバー人材センター研修室
対原則60歳以上の方
内小筆を使って「般若心経」を書き写す。

- 小筆使いに慣れる
- 筆順
- 名入れのバランス
- 年月の書きかた

定16人(抽選)
費2,100円(教材費を含む)
☎4月20日(必着)までに往復はがきに①～⑤(8面記入例参照)、⑥申し込み理由を記入して申し込む。

◎当選者は当選はがきで指定された口座に受講料をお振り込みください。期日を過ぎた場合は、補欠の方に受講の資格が移ります。

☎〒104-0032
中央区八丁堀3-17-9
京華スクエア1階
中央区シルバー人材センター
☎(3551)2700



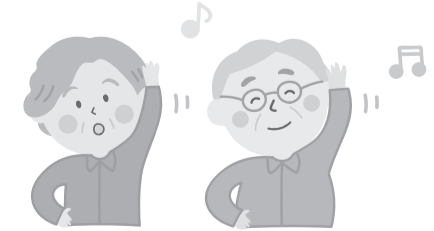
中高年齢者のための「エイジングケア・ストレッチ教室」初級編

日5月17日(水)・31日(水)
午後1時30分～3時(各回とも同じ内容)
場佃区民館4階5・6号和室
対50歳以上の区内在住・在勤者
内腰痛や膝痛でお悩みの方にお勧め。音楽を聴きながら行う。

定各回12人(抽選)
費各回500円
【持ち物】
タオル、飲み物

◎当日は運動のできる服装で参加を。
☎4月13日～22日に電話で問へ(受け付けは午前9時～午後5時)
◎当選者には4月25日までに電話で連絡します。

問佃区民館
☎(3533)6951



終活教室

日 5月13日(土)、6月17日(土)(全2回) 午前10時~11時30分
場 人形町区民館
対 区内在住・在勤・在学者(全回参加できる方)
内・第1回
終活タイプ診断~あなたにピッタリな方法教えます~
・第2回
終活あるあるQ&A~行政書士がお答えします~
定 20人(抽選)
費 1,000円(教材費を含む)
【持ち物】
筆記用具
申 4月13日~26日に電話で問へ(受け付けは午前10時~午後8時)
◎当選者には4月30日までに電話で連絡します。
問 人形町区民館
☎(3668)5537

マジックショー&講座

日 5月28日(日)
午前10時~11時30分
場 晴海区民館
対 区内在住・在勤・在学者
内 マジックショー観覧後、マジックを教えます。本格マジックの入門コース程度のレベル
◎マジックのアイテムをプレゼント
定 16人(抽選)
費 500円
申 4月13日~22日に電話で問へ(受け付けは午前9時~午後5時)
◎当選者には4月25日までに電話で連絡します。
問 晴海区民館
☎(3531)5571

ベビーマッサージ教室

日 5月18日(木)
午前10時~11時30分
場 月島区民館2階1・2号和室
対 区内在住・在勤者と3カ月~1歳前後の赤ちゃん
内 夜泣きの改善やリラックス効果があるといわれるベビーマッサージを行う。
定 6組(抽選)
費 500円
【持ち物】
バスタオル、お子さん用の飲み物、いつものお出掛けセット
申 4月13日~22日に電話で問へ(受け付けは午前9時~午後5時)
◎当選者には4月25日までに電話で連絡します。
問 月島区民館
☎(3531)6932

こどもの読書週間イベント【迫力満点!おおきなえほんのひろば】

日 4月22日(土)~23日(日)
午前9時~午後5時
場 日本橋図書館6階図書館ホール
内 大型絵本を自由に楽しめます。
問 日本橋図書館
☎(3669)6207



子ども読書の日記念おはなし会

毎年4月23日は、子どもの読書活動への関心と理解を深めるとともに、読書活動に対する意欲を高めることを目的に「子ども読書の日」と定められています。図書館では、この日を記念しておはなし会を実施します。



本の森ちゅうおう(京橋図書館)
日 5月5日(祝)
・0~2歳向け
午前11時~11時30分
・3歳~小学生向け
午後3時~4時
場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール
定 各回25組(先着順)
日本橋図書館
日 4月26日(水)
・赤ちゃんクラス(おおむね2歳まで)
午前11時~11時30分
・3歳以上幼児向け
午後3時30分~4時
場 日本橋図書館6階図書館ホール
定 各回25組(先着順)
月島図書館
日 4月19日(水)
・0~2歳向け
午後2時~2時30分
・3歳以上幼児向け
午後3時30分~4時
場 月島社会教育会館4階和室
定 各回25組(先着順)
共通
内 大型絵本の読み聞かせ 他
申 4月13日~18日に直接または電話で問へ
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

浮世絵セミナー

日 4月18日(火)
午前10時30分~11時30分
場 いきいき桜川
対 60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)
内 浮世絵を使い、江戸の歴史、文化や生活を探る。
定 30人(先着順)
申 当日、直接会場へ
問 いきいき桜川(桜川敬老館)
☎(3553)0030

春の午後の“ヴァイオリントリオライブ”

日 5月6日(土) 午後2時開演(午後1時30分開場)
場 いきいき浜町大広間
対 60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)
内 ヴァイオリン・ギター・パーカッションの楽しい演奏
定 40人(先着順)
申 4月14日から受付で直接申し込む(電話申し込み不可)。
問 いきいき浜町(浜町敬老館)
☎(3669)3385

いきいき教室(音楽)受講生募集

日 4月20日~令和6年3月21日
毎月第1・3木曜日 計23回
午後1時30分~2時30分
場 いきいき勝どき大広間
対 60歳以上の区内在住者(いきいき館の登録証が必要)
内 メンタルケアや認知症予防を目的として、音楽療法を取り入れた歌と動作を行う講座
音楽で心と脳を元気にしましょう。
定 各回40人(先着順)
申 当日、直接会場へ
問 いきいき勝どき(勝どき敬老館)
☎(3531)3258

子育て支援講座 ~可能性が広がる子育て~ ガミガミ子育てからニコニコ子育てになる!

日 5月12日(金)
午前10時~11時30分
場 子ども家庭支援センター「きらら中央」地域活動室
対 区内在住の1歳~未就学のお子さんの保護者
内 きょうだい育児の不安や悩みを軽くし、ニコニコ子育てするヒントを学ぶ講座
定 12人程度(抽選)
申 4月27日までに電話またはきらら中央窓口で直接申し込む(電子申請も可)。
記 1歳から未就学のお子さんをお預かりします。希望する方は、参加申し込みの際に一緒に申し込みを(1歳未満のお子さんは一時預かり保育などをご利用ください)。
問 子ども家庭支援センター「きらら中央」
☎(3534)2103

少年リーダー養成研修会 高校生スタッフ(ボランティア)募集

【日時など】
・実地踏査
6月18日(日)
柏学園
・スタッフ研修会
5月28日(日)、10月29日(日)
築地社会教育会館など
・事前および事後研修
7月22日(土)、8月5日(土)、9月2日(土)
築地社会教育会館
・宿泊研修
8月12日(土)~15日(火)
柏学園
対 原則として、区内在住または居住地を問わず本研修会経験者(未経験者はお問い合わせください)で、全日程に出席でき、研修会スタッフとしての適性が認められる高校生
内 小学校5年生から中学生までを対象とする研修会でのプログラムや共同生活の指導および運営補助
定 12人(男女各6人)
申 4月25日までに電子申請で申し込む。
◎詳しくは区HPをご覧ください。
問 文化・生涯学習課青少年係
☎(3546)5304

在宅介護に役立つ「介護者教室・交流会」 低栄養予防について ~自宅でできる調理の工夫

日 5月14日(日)
午後2時~3時30分
場 築地社会教育会館2階講習室・オンライン(Zoom)
対 区内在住・在勤・在学者、その他介護に興味・関心のある方
内 高齢者に必要な栄養・介護食の種類や食事形態を選定するポイント
・ひと手間かけて食べやすい食事にアレンジする工夫
・とろみの付け方 他
定 各15人(先着順)
申 4月12日~5月13日までに来場の場合は電話で、オンラインの場合は☎で①「介護者教室申し込み」の旨②氏名・ふりがな③電話番号をお伝えください。
問 マイホーム新川
☎(3552)5670
E myhomeshinkawa@san-ikukai.or.jp

中高年のための健康づくり講座

【日時など】
①5月13日(土)②5月20日(土)③5月27日(土)
いずれも午後2時~4時
内 ①個々で楽しめる思わず笑いの出る体操②2人組で楽しめる思わず笑いの出る体操③グループで楽しめる思わず笑いの出る体操
【テーマ】
思わず笑いの出る体操で心と身体を生き生きと
場 シニアセンター1階セミナー室
対 50歳以上の区内在住・在勤者
定 15人(抽選)
申 4月30日(必着)までに往復はがきに①~⑤(8面記入例参照)⑥在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して申し込む(電子申請も可)。
問 〒104-0051
中央区佃1-11-1
シニアセンター
☎(3531)7813

社会教育会館自主講座

皆さんの「学びたい」、「やりたい」に合わせ、社会教育会館主催でさまざまな魅力ある講座を企画しています。
申 電話または社会教育会館窓口で直接申し込む。
◎3館いずれの窓口でも申し込みできます。
◎講座について詳しくはHPをご覧ください。
問 築地社会教育会館
☎(3542)4801
日本橋社会教育会館
☎(3669)2102
月島社会教育会館
☎(3531)6367



社会教育会館 講座情報

凡例 日 日時 場 会場 対 対象 内 内容 師 講師 定 定員 費 費用・料金(記載がない場合は無料) 申 申し込み方法 記 託児 問 問い合わせ(申込先) HP ホームページ E メールアドレス

凡例 日 時 場 会 場 対 象 内 容 師 講 師 定 員 費 用 ・ 料 金 (記 載 が ない 場 合 は 無 料) 申 込 込 み 方 法 託 託 見 問 問 い 合 わ せ (申 込) 先 HP ホ ー ム ペ ー ジ Eメール アドレス

日本語指導者養成講座

日本語指導に必要な基礎知識を学び、区内の日本語ボランティア教室で活動してみませんか。

【説明会】 受講を希望する本人が、いずれかの説明会に必ずご参加ください。(各回1時間程度)

日 4月20日(木) 午後6時45分～22日(土) 午後1時30分～25日(火) 午前10時30分～

場 新富区民館2階会議室 定 各50人(先着順) 申 4月11日から出席を希望する日の前日までに電話で申し込む。

【養成講座】 日 6月3日(土)・7日(水)・14日(水)・17日(土)・24日(土)、7月5日(水)・8日(土)・12日(水)・19日(水)・22日(土)、8月2日(水)、9月9日(土)・13日(水)・20日(水)・30日(土)

○水曜日 午後6時45分～8時45分 ○土曜日 午後1時～5時15分(途中、15分間の休憩あり) ○上記日程での講義が中止になった場合は、予備日に行います。

【予備日】 7月29日(土)、8月26日(土)

場 新富区民館2階会議室 対 次の要件を全て満たす方 ・18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)で全回出席可能な方 ・講座修了後に、区内の日本語教室で、ボランティア活動を継続できる方(外国語の能力は問いません) ○原則対面での講義です。状況によってはオンラインでの講義となります。

定 25人程度(作文選考) 申 5月8日午後5時(必着)までに、受講申込書(説明会で交付)および作文を、区に郵送または持参して申し込む。 ○作文の課題・字数などは指定があります。説明会でご確認ください。 問 〒104-0041 中央区新富1-13-24 新富分庁舎3階 中央区文化・国際交流振興協会 ☎(3297)0251

環境情報センター イベント情報(5月)

環境情報センターでは、SDGs関連の掲示、環境に関わる実験や教室など楽しいイベントを行っています。

○日時など詳しくはHPをご覧ください。問い合わせを。 ○イベント情報のチラシは区役所7階環境課の窓口、出張所、区民館などでも配布しています。

場 環境情報センター 申 各イベントの申込期限までに、電話またはHPから申し込む。

問 環境情報センター ☎(6225)2433



本の森ちゅうおう星空ひろば ミニプラネタリウム

日 4月14日(金)・28日(金)、5月26日(金)・27日(土) ・午後1時30分～2時30分 ・午後3時～4時 5月3日(祝) ・午前11時～正午 ・午後1時30分～2時30分 ・午後3時30分～4時30分

場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール

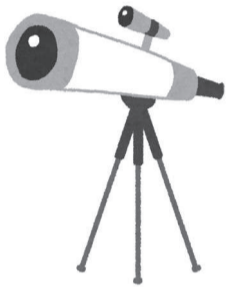
内 平面プラネタリウムで、解説員が当日の星空を解説をします。また、記念日の星空を映し出し、カードにして差し上げます。

定 各回30人(先着順) 申 当日、1階総合案内で申し込む。 ○星空ヨガ・星空観望会なども開催します。詳しくはHPで確認を。

問 本の森ちゅうおう(京橋図書館) ☎(3551)2151



中央区立図書館



講演会 「新橋花柳界～新橋をどり～」

日 4月30日(日) 午後2時～3時30分 場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール

内 江戸末期より続く新橋花柳界の歴史や裏話、大正14年から続く「新橋をどり」の講演

定 80人(先着順) 申 4月13日から電話で区へ、またはHPから申し込む。

問 本の森ちゅうおう(京橋図書館) ☎(3551)2151



中央区立図書館

離乳食講習会

【スタートクラス】 日 5月12日(金)・25日(木)(各回とも同じ内容) 午後1時30分～3時15分

内 ・離乳食の進め方(初期食～中期食)の話 ・料理の紹介と試食(試食は保護者のみ)

日 4月12日～14日に電話で区へ(電子申請も可)

問 中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930 月島保健センター健康係 ☎(5560)0765

【ステップアップクラス】 日 5月9日(火) 午後1時30分～3時15分 内 ・離乳食の進め方(後期食～完了期食)の話



・料理の紹介と試食(試食は保護者のみ)

日 4月12日～14日に電話で区へ(電子申請も可)

問 日本橋保健センター健康係 ☎(3661)5071

【共通】 会場や対象などはHPで確認を。



スポーツ

グラウンドゴルフ・ペタンク・ターゲットバードゴルフ講習会

日 5月18日(木) 午前10時～正午

場 浜町運動場 対 18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)

内 年齢・性別を問わず誰でも楽しめるニュースポーツの講習会

日 当日、直接会場へ ○雨天中止です。中止のお知らせはHPで確認を。

問 中央区体育協会事務局 ☎(3546)5729



中央区体育協会

水泳教室(初心者・初級者)

日 6月6日～30日の毎週火・金曜日 計8回 午後6時30分～8時30分

場 中央小学校温水プール 対 18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)

定 30人(抽選) 費 ・参加費 500円 ・水泳帽代(任意) 550円

日 4月25日(必着)までにはがきまたはファクスで①～⑤(8面記入例参照)⑥泳力の程度(何メートル泳げるか)⑦過去の本教室参加の有無⑧在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して申し込む(電子申請も可)。

○抽選の場合は過去に参加していない方を優先

○抽選結果は封書でお知らせします。当選した方には、ご案内を同封します。

問 スポーツ課スポーツ事業係 ☎(3546)5531 FAX(3546)9561



第34回 ファミリースポーツデー

日 5月3日(祝) 午前10時～午後3時

場 総合スポーツセンター 内 家族や友達みんなでスポーツを楽

しめるよう、総合スポーツセンターを無料で開放(トレーニングルーム・エアライフル場を除く)

【対象種目】

体力測定、水泳、トランポリン、キッズテニス、ゴルフなど

○指導者が全種目を指導 ○上履きは必ず持参

○温水プール参加者は水着・水泳帽を持参

○体調不良の場合は参加をお控えください。また、受付時の検温および体調チェックシートの記入をお願いします。

問 総合スポーツセンター ☎(3666)1501 FAX(3666)1503



総合スポーツセンター



手帳 国保・年金

転入者の国民年金保険料の納付

毎月の国民年金保険料の納付期限は、翌月末日です。住所が変わった方も、4月に送付した納付書をご使用ください。

納付書を紛失した方は、再発行しますので、区へご連絡ください。納付書は、納付期限を過ぎても2年間は使用できます。

なお、口座振替、クレジットカード納付をご利用の方は、引き続き口座、クレジットカードから引き落とされます。

問 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

国民健康保険および後期高齢者医療制度の夏季施設 「海の家」「山の家」の申し込みのご案内

健康増進とレクリエーションを目的として、「海の家」「山の家」を開設します。

【開設期間】 7月22日(土)宿泊～8月20日(日) 宿泊の30日間

【開設施設】 ・海の家(1施設) 「ホテル暖香園」(静岡県伊東温泉) ・山の家(1施設) 「ホテル南風荘」(神奈川県箱根湯本温泉)

【申込期間】 5月1日～19日

○申し込み方法など詳しくは「区のおしらせ ちゅうおう」5月1日号に掲載予定です。区HPからもご覧になれます。

問 保険年金課給付係 ☎(3546)5360

中央区バリアフリーマップの発行

バリアフリーマップ更新 ボランティアWEB講習会



中央区バリアフリーマップ(銀座・日本橋一〜三丁目)の発行

NPO法人リーブ・ウィズ・ドリームとの協働により、区内のバリアフリーマップを作成しています。

地図は、日本語版と英語版があり、区役所4階福祉保健部管理課、日本橋・月島特別出張所などで配布している他、[QR](#)からご覧いただけます。

バリアフリーマップ更新ボランティアWEB講習会

開催日

5月13日(土)・14日(日)

開催方法

YouTubeの中央区公式チャンネルでオンライン配信

◎所要時間は約15分間で、上記期間中はいつでも視聴できます。

対象

18歳以上の区内在住・在勤・在学者、その他関心のある方

内容

障害のある方や高齢の方、乳幼児をお連れの方などが安心して外出できるように、区民の方の参加により区内全域のバリアフリーマップを作

成しています。今後区民の方から情報をお寄せいただき、随時更新を行うため、調査の具体的な方法や情報の投稿方法を説明します。

定員

30人(抽選)

申し込み方法

5月11日までに、電話または[QR](#)から①氏名・ふりがな②電話番号③Eメールアドレス④年齢(年代のみ)⑤区内在住・在勤・在学者・その他を記入して申し込む。

[福祉保健部管理課庶務係](#)

☎(3546)5343



▲NPO法人リーブ・ウィズ・ドリーム



▲申し込みフォーム



▲地図イメージ

トピックス



アートはるみ芸術祭

3月17日から19日まで、月島社会教育会館晴海分館アートはるみで、「第3回アートはるみ芸術祭」が開催されました。この催しは、築地・日本橋・月島の社会教育会館3館合同で行われたもので、日頃各館を利用している皆さんの制作による書道、水彩画、陶芸、手芸などさまざまな作品が展示されました。

個性豊かな力作が数多く並び、訪れた皆さんは作者の説明を受けるなどしながら作品の鑑賞を楽しんでいました。

中央区議会議員選挙・中央区長選挙

投票日時 4月23日(日) 午前7時~午後8時

[選挙管理委員会事務局](#) ☎(3546)5541

総合スポーツセンターの 利用休止期間の変更について

「区のおしらせ ちゅうおう」3月21日号で総合スポーツセンターの一部利用休止についてお知らせしましたが、工事内容の見直しによりスケジュールが変更(別表のとおり)となりましたのでお知らせします。

利用者の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力のほど、

よろしく願います。

◎詳しくは、施設における掲示などをご確認ください。

[総合スポーツセンター](#)

☎(3666)1501

スポーツ課体育施設係

☎(3546)5529



別表

エリア	変更前	変更後
主競技場・第3会議室	9月1日~令和6年5月15日	令和6年3月1日~令和6年11月29日

凡例
◎お問い合わせ(申込)先
HP ホームページ
Eメールアドレス

区のおしらせ
ちゅうおう



区の公式
SNSなど



外国語通訳コールセンターおよび テレビ電話通訳をご利用ください

外国人住民の方へ必要なサービスを速やかにご案内できるよう多言語対応の通訳コールセンターを開設しています。また、区役所の窓口でもタブレット端末を用いたテレビ電話通訳サービスを行っています。

中央区外国語通訳コールセンター

オペレーター(通訳者)が問い合わせ内容の担当部署へつなぎ、そのままオペレーターを交えて通訳を行います。

専用電話番号

☎(0570)054222

午前8時30分~午後5時

(土・日曜日、祝日、休日および年末年始を除く)

費用

通話料は自己負担となります。

テレビ電話通訳

タブレット端末の画面を通じて通訳者が外国人住民の方と区職員の会話を通訳します。

通訳が必要な方は、窓口の職員にお申し出ください。



設置場所

区役所1階まごころステーション、区民生活課、2階税務課、4階保険年金課、6階保育課・学務課、日本橋・月島特別出張所、中央区保健所、日本橋・月島保健センター、子ども家庭支援センター、子ども発達支援センター
◎設置場所以外の部署でも利用することができます。窓口の職員にお申し出ください。

◎テレビ電話通訳の他、音声機械通訳アプリによる翻訳サービスを利用することもできます。

共通

対応言語(13言語)

英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、ベトナム語、タガログ語、ネパール語、インドネシア語、タイ語、ロシア語、ヒンディー語、フランス語

[総務課組織・業務改善等担当](#)

☎(3546)5625

◎日本語のみのご案内となります。



Please use our Foreign-Language Interpretation Call Center and Videophone Interpretation

We have set up a multilingual interpretation call center to provide foreign residents with the information they need. We also provide a video interpretation service using tablet terminals at the City Office counter.

Chuo City Foreign-Language Interpretation Call Center

A call center operator of Chuo City foreign language interpreter connects the call to a section in charge based on respective requests, then the communication shall be kept on including the interpreter (the operator).

Exclusive Phone Number: ☎0570-054222

Available Time: Mon. - Fri. 8:30 a.m. - 5:00 p.m. (Excluding Year-end holidays and any holidays)

Charge: Calling fee shall be claimed to the caller (Interpretation fee is free of charge)

Videophone Interpretation

An interpreter interprets communications between foreign visitors and the staff of the office through the screen. If you need any interpreter, please ask for it to the staff at the counter.

Installed Location

Magokoro Station (1st fl. - of the office), Resident Affair Section (1st fl.), Taxation Section (2nd fl.), Health Insurance and Pension Section(4th fl.), Childcare Section(6th fl.), School Affairs Section(6th fl.), Nihonbashi Special Branch, Tsukishima Special Branch, Chuo City Public Health Center, Nihonbashi Health Center and Tsukishima Health Center, Child Development Support Center, Family and Children Support Center.

◎"Videophone" would be also available at any sections other than the above, please ask for it at the counter if in need.

◎An audio machine interpretation app (application) other than the Videophone Interpretation could be used.

Common

Supported Language (13 Languages)

English, Chinese, Korean, Portuguese, Spanish, Vietnamese, Tagalog, Nepalese, Indonesian, Thai, Russian, Hindu, French

Contact Address: Operational Improvement, and Organization, General Affairs Section

◎Information is available in Japanese only. ☎03-3546-5625

(12) 「区のおしらせ ちゅうおう」は区役所、特別出張所、区民館などの区施設、コミュニティバス、区内公衆浴場、一部金融機関、百貨店、ファミリーマート(一部店舗を除く)、都営地下鉄の駅(東銀座・宝町・築地市場・日本橋・人形町・東日本橋・馬喰横山・浜町・勝どき・月島)、東京メトロの駅(京橋・銀座・東銀座・新富町・築地・八丁堀・三越前・日本橋・人形町・茅場町・小伝馬町・水天宮前・月島)、JRの駅(新日本橋・馬喰町)、文化堂でも配布しています。