

情報コーナー

- 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

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)

保健・医療・福祉

健康診査・がん検診

区では、40歳以上の中央区国民健康保険加入者および後期高齢者医療制度加入者に健康診査を実施しています。また40歳以上の区民の方にはがん検診などを、65歳以上の区民の方には介護予防のためのフレイル予防健診を実施しています。

対象者には、5月から8月までの間に「がん検診等受診券」を発送していますので、受診してください。

◎受診券発送時期など詳しくは区HPでご確認ください。

◎健康保険組合などの加入者の特定健康診査の実施期間、実施方法などは、それぞれの健康保険組合窓口にお問い合わせください。

がん検診・精密検査

がん検診では精密検査が必要かどうかを調べます。「要精密検査」と判定された方は、必ず精密検査を受診してください。

●無料(精密検査および検診以外の検査は受診者負担)

問福祉保健部管理課保健係

☎(3546)5397



区HP

講座・催し物

東儀秀樹 ジャズと時空を超えた音楽

日 9月8日(金)
午後6時45分開演(午後5時45分開場)

場 日本橋公会堂ホール「日本橋劇場」
対 区内在住・在勤者

◎就学前のお子さんは入場できません。

◎小中学生が1人で鑑賞する場合は、送迎をお願いします(送迎者は入場できません)。

内 奈良・平安時代から今に伝わる宮廷音楽「雅楽」。雅楽がギターやピアノと一体となり、和洋の名曲を千年の時を超えた音色でお届けし



▲東儀 秀樹さん

ます。
【出演者】
・東儀 秀樹(雅楽師)
・東儀 典親(ギター、笙)
・Keiko(ピアノ)

【曲目(予定)】
・ジュピター
・枯葉
・Love Of My Life/QUEEN 他

定400人(全席指定、抽選)
費2,000円(当日会場にて支払い)

◎子ども料金の設定はありません。

日 8月17日(必着)までに返信用の宛名に郵便番号・住所・氏名を記入した往復はがき(1人1枚限り)に①東儀秀樹コンサート②～⑤(5面記入例参照)⑥在勤の方は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して間へ申し込む。

◎往復はがき1枚で1人分の申し込みとなります(複数人分申し込み場合はそれぞれ申し込みが必要)。料金不足のはがきは返却します。

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



文化・国際交流振興協会HP

子ども図書館員の募集

日 京橋図書館 9月17日(日)
・日本橋図書館 9月10日(日)
・月島図書館 9月24日(日)

第1部 午前9時30分～11時30分
第2部 午後1時30分～3時30分

◎時間は3館共通

対 区内在住・在学の小学校4～6年生
内 図書館での仕事(本の配架、返却

体験など)を通じて、子どもたちの職業意識や読書意欲の向上と図書館への親近感を深めます。

定・京橋図書館 各部10人
・日本橋図書館 各部10人
・月島図書館 各部8人

◎いずれも抽選

日 8月3日～23日(消印有効)に電子申請または所定の申込書に必要な事項を記入して参加希望の図書館に持参。あるいは、はがきに①住所②氏名・ふりがな③電話番号④学校名⑤学年⑥参加を希望する図書館名と希望の部(第1部または第2部)を第3希望まで記入して、京橋図書館に郵送

◎申込書は各図書館で配布する他、図書館HPからダウンロードできます。

問 〒104-0041
中央区新富1-13-14
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

図書館HP



めぐみちゃんと家族のメッセージ

横田滋写真展～めぐみさん 家族と過ごした13年～

日 8月2日(水)～14日(月)
午前10時30分～午後7時(午後7時30分閉場)

◎最終日は午後4時30分まで
場 日本橋高島屋 S.C.(日本橋2-4-1)

内 故横田滋さん(拉致被害者・横田めぐみさんの父)が撮影した写真やめぐみさんが書いた作文、書き初め、着物などを展示

◎詳しくはあさがおの会HPをご覧ください。

【後援】
中央区、中央区教育委員会

あさがおの会HP

男女平等センター「ブーケ21」水曜イブニングトーク

～中央区から羽ばたくスタートアップ企業!～

日 9月6日(水)
午後6時30分～8時

場 男女平等センター「ブーケ21」

【テーマ】
人間とロボットがともに暮らすまちづくり

【ゲスト】
(株)ZMP

定30人程度(先着順)
日 8月3日から電子申請、電話また

はファクスに①・②(5面記入例参照)③電話番号を記入して間へ申し込む。

◎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。

問 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652

区HP
電子申請

男女共同参画講座 ～トミヤマユキコさんと考える生きづらさに効くマンガの処方～

日 9月10日(日)
午後2時～4時

場 男女平等センター「ブーケ21」

内 さまざまな悩みを解きほぐしてくれる漫画を、ジェンダーの視点も踏まえて紹介するトークイベント

定 30人程度(先着順)

日 8月3日午前9時から電子申請、電話またはファクスに①・②(5面記入例参照)③電話番号を記入して間へ申し込む。

託 生後3カ月以上の未就学児をお預かりします(9月1日までに申し込む。月齢により定員あり)。

◎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。

問 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652

区HP
電子申請

防災に関する講演会と展示会 関東大震災から100年知る・学ぶ・備える

講演会
日 8月27日(日)
午後2時～4時

対 中学生以上

内 気象予報士くぼてんきさんが、関東大震災を振り返り、天気と地震の両側面から防災についてお話しします。

定 50人(先着順)

日 8月3日から申し込みフォーム、電話または直接間へ

展示会
日 8月28日(月)～30日(水)

◎ 8月28日は午後1時～5時、29日は午前9時～午後5時、30日は午前9時～午後3時

内 関東大震災などの自然災害や防災に関するパネル展示

◎当日直接会場へ

共通
場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール

問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151

申し込みフォーム

凡例 日時 会場 対象 内容 講師 定員 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(申込先) HPホームページ Eメールアドレス

凡例 日日時 会場 対象 内容 講師 定員 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 申込先 HP ホームページ Eメールアドレス

高次脳機能障害者交流会

日 9月30日(土) 午後1時30分～3時 場 福祉センター3階会議室 対 区内在住の高次脳機能障害の方とご家族、支援者 内 ミニ講座「高次脳機能障害とピアサポートについて」、情報交換など 〇交流会終了後、希望者に個別相談を行います(4人程度、要予約)。 定 15人(先着順) 申 8月3日～9月29日午後5時に電話、またはファクスに①～⑤(5面記入例参照)、相談がある方は⑥に相談希望を記入し区へ申し込む。 〇手話通訳、介助など配慮の必要な方は事前にお申し出ください。 問 福祉センター 〆(3545)9311 FAX(3544)0888

10月からのさわやか健康教室

毎週水曜日午後コース 日 10月4日～12月20日の毎週水曜日 全12回 午後1時30分～4時 〇最長6カ月まで継続可 場 浜町高齢者トレーニングルーム 定 12人(抽選) 毎週金曜日午後コース 日 10月6日～12月22日の毎週金曜日 全12回 午後1時30分～4時 〇最長6カ月まで継続可 場 いきいき桜川(桜川敬老館) 定 10人(抽選) 共通 対 区内在住で、運動機能などの生活機能が低下していない60歳以上の健康な方(要介護・要支援認定を受けている方を除く) 〇生活機能の低下は、厚生労働省作成の「基本チェックリスト」を基に判定 内 問診、血圧測定実施後、高齢者向けのトレーニングマシンを使ったトレーニングや、口腔ケア・栄養改善のミニ講座 申 8月18日(消印有効)までに申込書などの書類を記入し、区役所4階高齢者福祉課に郵送または持参 〇申込書などの書類一式は、区に電話で連絡した方に郵送します。また、いきいき館(敬老館)やシニアセンター、おとしより相談センターなどの施設で配布している他、区HPからダウンロードできます。 〇「基本チェックリスト」も申込書などの書類に含まれています。 〇過去にさわやか健康教室を受講された方は申し込むことができません。 〇受講決定後であっても、参加者の健康面での安全と教室運営上の事故防止のため、教室への参加をご遠慮いただく場合があります。 問 高齢者福祉課高齢者活動支援係 〆(3546)5716



区HP

はつらつ健康教室

毎週月曜日午後コース [時間] 午後1時30分～4時 場 浜町高齢者トレーニングルーム 定 15人 毎週火曜日午前コース [時間] 午前9時30分～正午 場 いきいき桜川(桜川敬老館) 定 10人 毎週水曜日午後コース [時間] 午後1時30分～4時 場 ケアプラザあいおい 定 15人 毎週木曜日午前コース [時間] 午前9時30分～正午 場 浜町高齢者トレーニングルーム 定 15人 毎週木曜日午後コース [時間] 午後1時30分～4時 場 いきいき桜川(桜川敬老館) 定 10人 毎週土曜日午前コース [時間] 午前9時30分～正午 場 シニアセンター 定 15人 共通 対 区内在住で、運動機能などの生活機能が低下している65歳以上の方(要介護1～5の方を除く) 〇おとしより相談センターのケアマネジメントにより、教室の受講が望ましいかどうかを個別に判断します。 内 問診、血圧測定実施後、体操や口腔ケア、栄養改善の講座などを行い、生活機能の改善・向上を目指します。 申 お近くのおとしより相談センターへご相談の上、申し込む。 〇受講は年間1回限り 〇受講決定後であっても、参加者の健康面での安全と教室運営上の事故防止のため、教室への参加をご遠慮いただく場合があります。 問 京橋おとしより相談センター 〆(3545)1107 日本橋おとしより相談センター 〆(3665)3547 人形町おとしより相談センター 〆(5847)5580 月島おとしより相談センター 〆(3531)1005 勝どきおとしより相談センター 〆(6228)2205

いつまでもいきいき元気! 「はつらつ健康教室」体験講座

対 区内在住で、転倒の不安がある、疲れやすい、外出が減ったなどの現状の改善に興味のある65歳以上の方(要介護1～5の方を除く) 内 現在実施中のはつらつ健康教室の一部を体験します(椅子に座ってできる体操、頭の体操など)。 日本橋コース 日 9月13日(水) 午後1時30分～3時 場 人形町区民館1・2号室 定 30人(先着順)

申 8月3日～9月12日に電話で区へ(祝日を除く月～土曜日の午前9時～午後6時) 問 人形町おとしより相談センター 〆(5847)5580 月島コース 日 8月28日(月) 午後2時～3時30分 場 月島区民センター1階会議室 定 30人(先着順) 申 8月3日～25日に電話で区へ(祝日を除く月～土曜日の午前9時～午後6時) 問 月島おとしより相談センター 〆(3531)1005



在宅介護に役立つ「介護者教室・交流会」～認知症予防と日常生活の心がけ～

日 9月10日(日) 午後2時～3時30分 場 築地社会教育会館2階講習室 ①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 ・自宅で日常的に行える認知症予防法の紹介 ・脳を活性化させる体操の紹介 など 定 各20人(先着順) 申 8月12日～9月9日に来場の場合は電話で区へ申し込む。オンラインの場合はEメールに①「介護者教室申し込み」の旨②氏名・ふりがな③電話番号を記入し申し込む。 問 マイホーム新川 〆(3552)5670 E myhomeshinkawa@san-ikukai.or.jp

高齢者の写経教室(お試しコース)～文字も心も美しく～

日 9月5日(火)・12日(火)・19日(火) 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」を書き写します。 定 16人(抽選) 費 2,100円(教材費を含む) 申 8月10日(必着)までに往復はがきに①～⑤(5面記入例参照)⑥申し込み理由を記入して区へ申し込む。 〇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、補欠の方に受講資格が移ります。 〇本講座は「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。

問 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 〆(3551)2700



高齢者の写経教室

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 9月5日(火)～7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、基本の操作を学びます。 費 3,000円 〇テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのパソコン入門(Windows10)」(1,100円)を使用 Excelを使ってみようコース 日 9月12日(火)～14日(木)、19日(火)～21日(木) 全6回 午前9時30分～11時30分 対 原則60歳以上で、簡単な文字入力ができる方 内 表計算ソフト「Excel2016」を使って、セルや計算式の入力、計算表作りなど、基礎と活用を学びます。 費 6,000円 〇テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのExcel2016」(1,320円)を使用 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) 申 8月10日(必着)までに往復はがきに①コース名②～⑤(5面記入例参照)⑥普段使っているパソコンの機種名⑦申し込み理由を記入して区へ申し込む。 〇1枚のはがきで2つのコースの申し込みができます。 〇過去に受講された方も申し込むことができます。 〇当選者は、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。 〇本講座は「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。 〇パソコンのOSはWindows10です。

問 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 〆(3551)2700



高齢者向けパソコン教室



中央区の街並み絵画展作品募集

[応募資格] どなたでも
[応募作品] 現在の中央区の風景を描いた20号までの大きさで、額装してある作品
[応募方法] 9月20日(必着)までに電子申請またははがきに①中央区の街並み絵画展②～⑤(5面記入例参照)⑥作品の種別⑦大きさ⑧画題⑨描いた地域(京橋地域・日本橋地域・月島地域)⑩区施設展示の希望の有無を記入して区へ申し込む。
[搬入日] 10月28日(土)
[絵画展] 11月1日(水)～5日(日)
[映画鑑賞会] 8月19日(土) 午後2時～(午後1時30分開場)
[上映作品] 「海の沈黙」(洋画、87分)
[交詢社公開講座] 9月13日(水) 午後2時～3時30分
11月8日(水) 午後2時～3時30分

レッツ中央契約カルチャースクール 10月期講座の受講支援

中小企業に勤務する区内在住・在勤者
①池袋コミュニティ・カレッジの入会金免除および受講料10%割引(一部除外あり)
②朝日カルチャーセンター朝日JTB・交流文化塾の入会金免除、および公開講座の会員料金での受講
◎よみうりカルチャー、資格の大原、LEC東京リーガルマインドなども割引となります。
各20人(先着順)
①は8月18日から、②は8月23日からレッツ中央窓口で法人会員受講申込書または法人会員証を受け取り、受講先で手続きを行う。
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

講座「地域に必要なささえあいは」とは

8月30日(水) 午後2時～4時
中央区社会福祉協議会3階会議室
区内在住・在勤・在学者
防災という観点を交えながら、地域での「ささえあい」の必要性についてひもといていきます。
定20人(先着順)
8月3日～25日に電話またはファクス、Eメールに①～④(5面記入例参照)を記入し区へ申し込む。
中央区社会福祉協議会管理部地域ささえあい課
(3523)9295
FAX(3206)0601
esasae@shakyo-chuo-city.jp

税

特別区民税・都民税(普通徴収分)第2期分の納期は8月31日

金融機関、郵便局、コンビニ、スマートフォンアプリまたは区役所2階税務課、日本橋・月島特別出張所で納めてください。
なお、コンビニやスマートフォンアプリでの納税は、金額が300,000円以下のバーコードが印字された納付書に限ります。
税務課収納係
(3546)5277

その他

祝日のごみ収集

8月11日「山の日」は、金曜日の収集地域で通常どおり、燃やすごみ・燃やさないごみ、資源およびプラスチック製容器包装の収集を行います。
中央区清掃事務所作業係
(3562)1521



集団献血のお知らせ

8月22日(火) 午前9時30分～11時30分 午後1時～3時30分
区役所8階大会議室
◎当日、直接会場へ
◎200mlおよび400mlの全血献血を行います。
◎輸血の安全性確保のため、受け付けの際、本人確認を行っています。氏名を確認できるもの(運転免許証、パスポート、健康保険証など)を持参してください。
◎年齢、海外渡航歴、服薬などにより献血できない場合があります。詳しくは区へ問い合わせを
東京都赤十字血液センター
(5272)3523

コミュニティふれあい銭湯

[日程] 8月9日(水)・23日(水)
◎8月9日はグズマニアの湯
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。
地域振興課区民施設係
(3546)5623

講師派遣制度利用団体募集(後期分)

10月から令和6年3月までの間に講師派遣を予定している社会教育関係登録団体
◎前期(4月～9月)に決定した団体を除く。
◎学習会などを開催する際の講師への謝礼(上限額あり)を負担します。
定70団体(抽選)
8月20日(必着)までに、電子申請または往復はがきに①団体講師派遣の申し込み②登録団体名③登録番号④団体代表者または連絡担当者の住所・氏名・電話番号⑤学習会などの実施予定月⑥学習会などのテーマを記入して区へ申し込む。
◎会場の確保、講師との交渉などは各団体で実施してください。
◎団体の構成員を講師にすることはできません。
◎社会教育関係団体の登録については、区またはお近くの社会教育会館にご相談ください。
文化・生涯学習課生涯学習係
(3546)5524

「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)

森林を荒廃から守り、育てるため、行政区域を超えた広域的な地球温暖化対策推進事業として、東京都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。
「中央区の森」で間伐や植樹などの森林保全活動を行い、森林再生に貢献してみませんか。区では、森林保全活動に要する費用の一部助成を行っています。

[対象事業] 「中央区の森」で行う森林保全活動(間伐、間伐材の運び出し、下草刈り、植樹、作業路整備、その他区が必要と認める事業)
◎詳しくは区HPをご確認ください。
[実施対象期間] 8月～11月
[募集团体数] 2団体(先着順)
区へ電話または区役所7階環境課の窓口で申し込む。
環境課ゼロカーボン推進係
(3546)5628

街路樹や公園などの樹木への「水やり」にご協力を

夏の猛暑や雨が降らない日が続くと、水不足により樹木が枯れてしまうことがあります。ご自宅近くの街路樹や公園などの樹木への「水やり」を朝晩の涼しい時間帯にお願いします。
樹木の健全な生育のために皆様のご協力をお願いします。
水とみどりの課道路緑化施設係
(3546)5437

仮住宅使用者の募集

建て替えやリフォームをご計画の方
[使用開始期間] 11月1日～令和6年1月31日
◎前後する可能性があります
[使用期間] 原則として3カ月以上2年以内
◎募集施設や申し込み資格、対象事業などについて詳しくは、区HPをご確認ください。
8月1日～31日に区役所5階住宅課の窓口で配布している申込書に記入の上、申し込む(抽選)。
住宅課計画指導係
(3546)5466

令和5年度特別区職員I類採用試験[土木造園(土木)・建築](秋試験)

募集職種や受験資格などについては特別区人事委員会HPをご覧ください。
[第一次試験] 9月10日(日)
8月10日午後5時(受信有効)までに特別区人事委員会から申し込む。
◎春試験に申し込んだ方も、秋試験に申し込むことができます。
◎採用試験案内は特別区人事委員会HPに公開されます。
特別区人事委員会事務局任用課採用係
(5210)9787

凡例 日日時 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) 申し込み方法 託託見 問い合わせ先 HP ホームページ Eメールアドレス