

# 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)

## 施設

### 環境情報センター「エコノバ」の臨時休館

12月16日(土)は、施設内清掃のため休館します。

問環境情報センター「エコノバ」

☎(6225)2433

## 講座・催し物

### 「クリスマス☆ドライ・デコツリー」作り

日11月26日(日)

午後1時30分～3時30分

場新川区民館

対区内在住・在勤・在学者

内ツリーベースに葉や木の実などをデコレーションする。

定12人(抽選)

費1,000円

【持ち物】

作品を持ち帰る袋

申11月17日までに電話で問へ

(受け付けは午前10時～午後7時)。

◎当選者には11月19日までに電話で連絡します。

問新川区民館

☎(3551)7000

### 癒しのアート体験

日11月26日(日)

午後1時30分～3時30分

場新富区民館

対区内在住・在学・在勤者

内リングの香りや手触りを感じたままに絵を描き、表現することを楽しむ。

定5人(抽選)

費500円

【持ち物】

作品を持ち帰る袋

申11月17日までに電話で問へ(受け付けは午前10時～午後5時)。

◎当選者には11月19日までに電話で連絡します。

問新富区民館

☎(3297)4038

### 初心者向け！ヨガ・ピラティス体験

日11月29日(水)

午前11時～11時50分

場明石町区民館

対区内在住・在勤・在学者

内姿勢改善、お腹の引き締め、尿もれ改善。

定15人(抽選)

費300円

【持ち物】

飲み物、タオル

◎動きやすい服装

申11月13日～20日に電話で問へ(受け付けは午前10時～午後5時)。

◎当選者には11月22日までに電話で連絡します。

問明石町区民館

☎(3546)9125

### 年賀状の干支印と雅印作り

日12月17日(日)

午後1時～4時30分

場銀座区民館

対区内在住・在勤・在学者

内来年の干支印(辰の文字)と氏名の中で1文字を選び、雅印を作る。

定6人(抽選)

費500円

【持ち物】

小筆

申11月12日～19日に電話で問へ(受け付けは午前10時～午後5時)。

◎当選者には11月26日までに電話で連絡します。

問銀座区民館

☎(3542)6828

### 年忘れ親子マジックショー&教室

日12月2日(土)

午前10時～11時30分

場人形町区民館5階1・2号室

対区内在住・在勤・在学・在園者

◎大人のみ、また、ショー観覧のみでの参加も大歓迎

内東京消防庁マジック部会によるショーと教室

定40人(抽選)

費500円

◎親子で参加の場合、費用は子どものみ

申11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11月30日までに電話で連絡します。

問人形町区民館

☎(3668)5537

### 文化のリレー～親子蕎麦打ち一日体験教室～

日12月16日(土)

午後1時30分～4時

場築地社会教育会館

対区内在住・在学の小学生とその保護者

内そば打ち実習

定4組8人(抽選)

費1組3,000円(材料費・保険料含む)

申11月26日までに電話またはファクスで①～④(3面記入例参照)⑤学校名・学年⑥参加する保護者の氏名・ふりがなを記入して問へ申し込む。

【協力団体】

電通蕎麦打ち研究会

問築地社会教育会館

☎(3542)4801

FAX(3542)3696



◀社会教育会館公式LINE



◀社会教育会館HP

### 築地社会教育会館ゆめ講座親子でポーセラーツ体験～世界に一つだけのプレートを作っちゃおう～

日令和6年1月14日(日)

午前10時30分～正午

場築地社会教育会館

対小学生とその保護者(区内在住・在勤・在学者)

内白い陶器に転写紙を貼り、電気炉で焼成して、オリジナルプレートを作ります。

定10組(抽選)

費1組2,400円(材料費・保険料含む)

申12月24日までに電話またはファクスで①～④(3面記入例参照)⑤学校名・学年⑥参加する保護者の氏名・ふりがなを記入して問へ申し込む。

問築地社会教育会館

☎(3542)4801

FAX(3542)3696



◀社会教育会館公式LINE



◀社会教育会館HP

### NPO法人築地居留地研究会定例研究報告会

日11月25日(土)

午後2時～4時

場カトリック築地教会2階(明石町5-26)

内築地居留地があった当時の西洋料理のレシピを研究した方に関連するDVDの上映と、食の観点から見た西洋文化との接点についての講演。

【テーマ】

築地居留地の料理人

定50人(先着順/当日直接会場へ)

【後援】

中央区

問NPO法人築地居留地研究会事務局

☎(3551)7595



◀築地居留地研究会HP

### 特別展「本阿弥光悦の大宇宙」関連文化講演会

日令和6年1月24日(水)

午後6時50分開演

場日本橋公会堂ホール「日本橋劇場」

対区内在住・在勤者

内東京国立博物館で来年1月から開催される特別展「本阿弥光悦の大宇宙」に関連する講演会を、NHKと共催で実施。

◎講演会の講師、内容および申し込み方法など詳しくはHPをご覧ください。

定380人(予定)全席指定(抽選)

申12月15日(必着)までに往復はがきに①本阿弥光悦の大宇宙②～⑤(3面記入例参照)⑥在勤者は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込む。

◎車いす席を希望する方は、その旨も併せて記入する。

◎講演会受講者には、本特別展の招待券を一人1枚差し上げます。

問〒104-0041

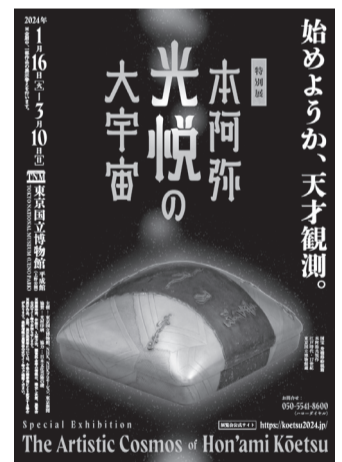
中央区新富1-13-24新富分庁舎3階

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



▲展覧会チラシ

### 京橋図書館ミニシアター

日11月18日(土)

午後2時～

場本の森ちゅうおう(京橋図書館)

1階多目的ホール

内「もうろうをいきる」(邦画、91分)

◎作品の概要については、お問い合わせください。

定50人(先着順/当日直接会場へ)

問本の森ちゅうおう(京橋図書館)

☎(3551)2151



◀中央区立図書館HP

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(申込先) HP ホームページ Eメールアドレス

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

本の森ちゅうおう 京橋図書館 開館1周年記念 イベント第1弾 田中優子先生講演会 「鳶屋重三郎とその仲間たち」

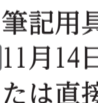
日12月2日(土) 午後2時~4時 場本の森ちゅうおう(京橋図書館) 1階多目的ホール 内不世出の編集者、自らも狂歌を詠む文化人でもあり、日本橋通油町の「耕書堂」で出版・書店を営んだ中央区と縁の深い人物である「鳶屋重三郎」。山東京伝、恋川春町、歌麿、北斎、写楽などを世に出した江戸のメディア王が江戸文化に与えた影響や実績、そしてプロデュースした仲間たちについて、江戸学の大家である前法政大学総長の田中優子先生が講演します。 定80人(先着順/中学生以上) 申11月13日午前9時からHP、電話または直接で申し込み。 問本の森ちゅうおう(京橋図書館) ☎(3551)2151



中央区立図書館HP

本の森ちゅうおう 京橋図書館 開館1周年記念 イベント第2弾 「ちいさな生きもの研究所 ワークショップ」

日12月9日(土)・10日(日) ①午前10時~12時30分 ②午後2時~4時30分 (各回とも同じ内容) 場本の森ちゅうおう(京橋図書館) 1階多目的ホール 対5歳以上(小学生以下は保護者も参加) 内コスチュームアーティストひびのこづえさんと一緒に衣装やコスチュームに使用した布を使って生きもののブローチを作ります。 定各回40人(先着順) 費1,000円(材料費) [持ち物] 筆記用具、色鉛筆、はさみ 申11月14日午前9時からHP、電話または直接で申し込み。 問本の森ちゅうおう(京橋図書館) ☎(3551)2151



中央区立図書館HP

山形県東根市・河北町 観光物産フェア in 月島西仲通り商店街

日11月19日(日) 正午~午後5時 場月島西仲共栄会商店街(西仲通り一番街) 内中央区と友好都市である山形県東根市が、隣町の河北町と合同で観光物産展を開催。ラ・フランス、ふじりんご、紅花関連商品や山形名物芋煮の販売、ミニゲームなどを予定。 問東根市経済部商工観光課観光物産係 ☎0237(42)1111(代表)

「中央区男女共同参画講座」 がんを経験した女性の、支えあいの絆を紡ぐ~乳がん経験から生まれた社会事業~

日12月16日(土) 午後2時~4時 場男女平等センター「ブーケ21」 内がんの闘病をきっかけに、がんと向き合う女性の支えあいのコミュニティを運営するとともに、当事者の声を社会に届ける活動を続ける講師にお話を伺います。 定30人(先着順) 申11月13日午前9時から電子申請、電話またはファクスに①・②(3面記入例参照)③電話番号を記入して申し込み。 記生後3カ月以上の未就学児をお預かりします(12月8日までに申し込み。月齢により定員あり)。 ◎なお本講座は「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

環境情報センター「エコノバ」 イベント情報(12月)

環境情報センターでは、環境に関する展示やエコな材料を使った工作など、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。 ◎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、HPまたは電話で申し込み。 問環境情報センター「エコノバ」 ☎(6225)2433



環境情報センターHP

福祉センター要約筆記啓発講座

日令和6年1月16日~2月6日の毎週火曜日 全4回 午後1時30分~3時30分 場福祉センター3階会議室 対区内在住・在勤者 内要約筆記についての基礎知識を習得するための初心者向け講座。 ◎要約筆記とは、中途失聴者や難聴者など手話によるコミュニケーションが難しい方のために、話し言葉を文字にして伝える方法です。 定10人(抽選) 申11月13日~27日に電話またはファクスに①~⑤(3面記入例参照)を記入して申し込み。 問福祉センター管理係 ☎(3545)9311 FAX(3544)0888

地域で暮らすための福祉講座 お薬について知ろう!

日12月15日(金) 午後2時~3時30分 場月島区民センター1階会議室 対区内在住・在勤・在学者 内薬の正しい飲み方や飲み合わせ、かかりつけ薬局など、薬に関する知識を薬剤師から学ぶ。 定20人(先着順) 申11月13日~12月14日に電話で問へ(受け付けは祝日を除く月~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 ☎(3531)1005

精神保健講習会 うつ病について改めて知って みませんか?~予防と対処方法を正しく知ろう~

日12月15日(金) 午後2時~4時 場中央区保健所2階大会議室 対区内在住・在勤者 内うつ病は患者数が年々増加しており、誰もがかかり得る病気です。精神科医師がうつ病に関する基本的な知識と対処方法などをお話します。 定30人(先着順) 申11月13日から電子申請または電話で申し込み。 問中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930



区HP

~環境学習事業~ 檜原村自然体験ツアー 『「中央区の森」の枝や葉でクリスマスツリーを作ろう!』

日12月17日(日) ・出発 午前7時30分 区役所前 ・解散 午後6時(予定) [行き先] 東京都西多摩郡檜原村 対区内在住・在学の小学生とその保護者 ◎保護者1人につき小学生は2人まで参加可能 内「中央区の森」で間伐について学び、伐採を見学した後、杉の葉クリスマスツリー作りを行います。また、弘沢の滝や郷土資料館を見学します。 ◎天候や交通状況により内容が変更になる場合があります。 定40人(抽選/10人未満の場合は中止) 費2,500円(昼食代含む) 申11月28日午後5時までに、HPから申し込み。 問・申し込みについて (株)エイチ・アイ・エス ☎050(1742)3955 ・環境学習事業について 環境課環境啓発係 ☎(6278)8243



(株)エイチ・アイ・エスHP

中央区飼い主のいない猫譲渡会

日12月17日(日) 正午~午後4時 (受け付けは午後3時30分まで) 場月島区民センター1階 内中央区動物との共生推進員が保護している飼い主のいない猫をお譲りします。 [持ち物] 本人確認ができるもの 申11月15日~12月15日にHPの申し込みフォームまたはメールに①代表者氏名②来場予定人数③電話番号④来場希望時刻⑤気になる猫、質問事項などを記入して申し込む。 ◎猫は当日お渡しできません。 ◎会場内の混雑を防ぐため、時間の希望に沿えない場合もあります。 [主催] 中央区動物との共生推進員 問中央区保健所生活衛生課生活衛生係 ☎(3541)5936 E chuo2828.info@gmail.com



中央区飼い主のいないネコ達HP

保健衛生講座 「知っておきたい歯科知識」

日12月15日(金) 午後1時~2時 場日本橋保健センター4階講堂 対区内在住・在勤者 内歯が痛いと思ったときにどのようなことが起きているのか、そしてどのような治療が待っているのかお伝えします。 定20人(先着順) 申11月13日~12月13日に電話で問へ(受け付けは祝日を除く月~金曜日の午前8時30分~午後5時)。 問日本橋保健衛生協力会事務局(日本橋保健センター内) ☎(3661)3515

離乳食講習会

スタートクラス 日12月6日(水)・15日(金) (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) ステップアップクラス 日12月1日(金)・19日(火) (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(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) 共通 申11月13日~15日に電子申請または電話で問へ。 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



区HP

# スポーツ

## 少年少女水泳教室 (初心者・初級者)

回 令和6年1月12日～30日の毎週  
火・金曜日 全6回  
午後4時～5時30分

場 月島スポーツプラザ温水プール

対 区内在住・在学の小学生

定 40人(抽選)

費 ・水泳帽代(任意) 550円  
・傷害保険料(任意) 800円

用 11月27日(必着)までに電子申請で  
申し込む。

◎抽選の場合は過去に参加してい  
ない方を優先

◎当選者は区役所8階スポーツ課窓  
口で手続きがあります。

問 スポーツ課スポーツ事  
業係  
☎(3546)5531 ▲電子申請



## 水中エクササイズ教室

回 令和6年1月6日～3月9日の毎  
週土曜日 全10回  
午前10時30分～12時30分

場 日本橋小学校温水プール

対 50歳以上の区内在住・在勤者

内 中高年齢の方を対象とし、リズム  
に合わせて全身を動かす水中運動  
の教室です。泳げない方でも楽し  
めます。

定 35人(抽選)

費 ・水泳帽代(任意) 550円

・施設使用料(毎回必要)

65歳以上の区民 無料

区民 350円

在勤者 500円

用 11月27日(必着)までに電子申請、  
はがきまたはファクスで①～⑤  
(3面記入例参照)⑥性別⑦過去の  
本教室参加の有無⑧在勤の方は勤  
務先の名称・所在地・電話番号を  
記入して申し込む。

◎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すると  
ともに、当選した方には、ご案内  
を同封します。

◎学校行事の都合により、開催回数  
が変更となる場合があります。

問 スポーツ課スポーツ事  
業係  
☎(3546)5531  
FAX(3546)9561 ▲電子申請



# 税

## 日曜納税相談

平日に来庁できない方のために、  
特別区民税・都民税の納税について  
日曜納税相談を実施します。来庁の  
際には区からお送りした納税通知書、  
督促状、納税催告書などの納付書、  
収入や生活状況を確認できる書類な  
どをご持参ください。

◎課税に関する相談や課税証明書、  
納税証明書などの発行はできませ  
んのでご注意ください。

回 11月26日(日)午前10時～午後4時

場 区役所2階税務課

問 税務課整理係

☎(3546)5279

テレビ広報番組「こんにちは 中央区です」(15分番組)は、東京ベイネットワークのケーブルテレビ111チャンネル(毎日AM10:00・PM0:00・PM8:00)、東京ケーブルネットワークのケーブルテレビ111チャンネル(毎日AM9:30・PM0:00・PM7:30)で放送しています。

# 国保・年金

## 社会保険料は所得控除の対象 です

国民健康保険・介護保険・後期高  
齢者医療制度および国民年金の保険  
料は、全額が社会保険料として所得  
控除の対象になります。

1月から12月までに納めた保険料  
を領収書や納付済額のお知らせ(令  
和6年1月送付予定)などで確認の  
上、確定申告の際に忘れずに申告し  
てください。

なお、国民年金保険料については  
1月1日から10月2日までの間に納  
付された方へ「社会保険料(国民年金  
保険料)控除証明書」が11月上旬に日  
本年金機構から送付されますので、  
必ずこの証明書(または領収証書)を  
添付してください。

また、10月3日から12月31日ま  
での間に今年初めての国民年金保険  
料を納付された方については、翌年  
の2月上旬に送付予定です。

問 国民健康保険・介護保険・後期  
高齢者医療制度について  
保険年金課収納係

☎(3546)5365

・国民年金について

中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411

自動音声案内2→2

・社会保険料(国民年金保険料)控除  
証明書について(受付時間:月～  
金曜日午前8時30分～午後7時、  
第2土曜日午前9時30分～午後4  
時)

◎土・日曜日、祝日(第2土曜日を  
除く)、年末年始は利用不可  
ねんきん加入者ダイヤル

☎0570(003)004

050から始まる電話の場合

☎(6630)2525

## 11月は「ねんきん月間」です

日本年金機構では厚生労働省と協  
力して、毎年11月を「ねんきん月間」  
と位置づけ、皆さんに公的年金制度  
に対する理解を深めていただくため  
の取り組みを行っています。

また、11月30日の「年金の日」は、  
「ねんきんネット」などを活用して、  
ご自身の年金記録や年金受給見込額  
を確認していただき、高齢期の生活  
設計に思いを巡らしていただくこと  
を目的としています。

【「ねんきん月間」や「年金の日」の主  
な活動予定】

・年金セミナーや年金制度説明会の  
実施  
教育機関や企業などでの実施に積  
極的に取り組みます。

・出張年金相談会の実施

さまざまな場所で実施します。

・機構公式Twitterでのミニ講座の  
発信

・機構ホームページ内に「ねんきん  
月間」ページを設置

・「わたしと年金」をテーマにしたエ  
ッセイ受賞作品の公表

問 中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411(代表)

# その他

## マンションライフをより快適に ～分譲マンション修繕 工事費等助成・相談事業～

中央区都市整備公社では、分譲マ  
ンションの建物の改修工事などに對  
する助成や管理組合に対する相談事  
業を実施しています。

◎申込書などは☎で配布し  
ている他、☎からダウンロ  
ードすることもできます。

問 中央区都市整備公社 ▲都市整備  
公社HP  
☎(3561)5191

## 「シルバー人材センター」で 一緒に働きませんか

シルバー人材センターとは

高齢者が地域で働くことを通じて、  
健康で生きがいのある生活を送り、  
活力ある地域社会づくりに貢献する  
ことを目指す会員組織です。

【入会資格】

・60歳以上の健康な区民で、働くこ  
とと社会奉仕活動に意欲がある方  
・基本理念「自主・自立、共働・共助」  
を理解し、ルールを守って、助け  
合いながら仲良く働ける方

【会員の働き方】

・仕事は依頼主(区、会社、家庭など)  
からセンターが引き受けて契約し  
ます。

・センターは引き受けた仕事の情報  
を公開し、会員から求人します。  
・働いた会員には、センターから実績  
に応じた「配分金」が支払われます。

【仕事の内容】

高齢者の安全に配慮したもので、  
1週当たり20時間以内の臨時的・短  
期的または軽易な作業です。

ビル清掃、家事手伝い、粗大ごみ  
の移動、草取り、育児サービス、簡  
単な大工仕事、障子張り、施設受付、  
自転車整理、ポスター貼り、封入、  
パソコン入力、宛名書きなど、多種  
多様です。

【現在急募中の仕事】

定年延長や継続雇用制度の実施な  
どにより、男性の入会者が減少傾向  
に転じている影響で、特に自転車整  
理の就業会員が不足しています。

また、男女問わず、ビル清掃や、  
一般家庭の家事手伝いの依頼も大変  
多くなっています。主に短い時間の  
仕事ですので、趣味や地域活動の合  
間に働くには、とてもお勧めです。

【入会説明会】

【日時】

毎月13日 午前10時～2時間程度  
◎土・日曜日、祝日の場合は直前の  
平日です。

◎電話予約制(当日予約可)

途中入場はできません。

◎11月は13日(月)に開催します。

【会場】

シルバー人材センター2階会議室  
(八丁堀3-17-9京華スクエア)

【持ち物】

健康保険証など住所・年齢が確認  
できるもの、筆記用具

◎当日入会受け付け後に会員証など  
に使用する顔写真を撮影します。

◎仕事のご紹介は、約1週間後に行  
う研修を受け、年度会費1,000円

をお支払いいただいた後になります。

会社・商店・ご家庭の皆さん  
その仕事お任せください

センターでは、区・家庭・商店・  
会社・各種団体などから多種多様な  
仕事をお引き受けしています(危険  
な仕事などお受けできない内容もあ  
ります)。

会員の仕事ぶりは「真面目で丁寧」  
「安心して任せられる」など、大変好  
評です。

高齢者の豊富な知識・経験はきつ  
と皆さんのお役に立てると思います。  
◎詳しくはHPをご覧くださいか、電  
話またはEメールでお問い合わせ  
ください。

問 中央区シルバー人材センター

☎(3551)2700

E chuo@sjc.ne.jp



▲シルバー人材セン  
ターHP

## 祝日のごみ収集

11月23日(祝)「勤労感謝の日」は、  
木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。

問 中央清掃事務所作業係

☎(3562)1521

## 令和5年第四回定例会の開催

【会期】

11月20日～12月1日の12日間

【ラジオ中継】

中央区議会では、コミュニティFM  
放送「中央エフエム・ラジオシテ  
ィ」で、本定例会の一般質問を生中  
継します。

【番組名】

中央区議会議中継

【放送日時(予定)】

11月21日(火)・22日(水)

午後2時～6時

【周波数】

F M84.0MHz

問 議会局調査係

☎(3546)5559

## あたたかい善意ありがとう ございました

【社会福祉協議会への寄付】

令和5年9月分寄付合計109,384円  
(敬称略・順不同)

【一般寄付金】

日本橋式典…  
10,000円、佃二丁  
目鈴木猛夫…  
1,095円、銀座一  
丁目東町会・新富  
町会合同盆踊り大会…10,149円、銀  
座育成婦人会…5,500円、トルナー  
レライブクラブ…6,300円、田中佐  
智子…21,125円、田野拓馬…1,001円、  
笠間勝子…10,000円、(有)三谷葬儀  
社…10,000円、三谷和美…5,000円、  
匿名(6件)…19,214円(内訳3,900円、  
5,103円、5,103円、4,000円、550円、  
558円)



【ボランティア基金】

匿名…10,000円

問 中央区社会福祉協議会管理部庶務  
課

☎(3206)0506

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 申込先 HP ホームページ Eメールアドレス