

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

5月分ヴィラ本栖・伊豆高原荘申し込み

施設名	ヴィラ本栖	伊豆高原荘
在住者優先申し込み	専用はがき(区内在住者優先利用申込書) 2月14日各施設必着 保養施設予約システム 2月1日午前0時～14日午後11時 抽選日 2月16日	2月14日各施設必着 2月1日午前0時～14日午後11時 抽選日 2月16日
空室申し込み(どなたでも申し込みます)	保養施設予約システムによる申し込み 2月20日午前0時～ フロントへの電話による申し込み 2月20日午前10時～	2月20日午前0時～ 2月20日午前10時～
	〇ヴィラ本栖フロント ☎(0120)162312 (東京23区内からのフリーダイヤル) ☎0555(87)2711	〇伊豆高原荘フロント ☎(0120)151307 (東京23区内からのフリーダイヤル) ☎0557(53)1163

【伊豆高原荘のご案内】

伊豆高原荘では1組当たり最大2時間までカラオケルームを利用できます。利用料金は1曲100円ですが、室料は無料です。チェックイン後に当日分のご予約をフロントで承ります。

◎高齢者や障害のある方で風呂付きの和洋室を希望する方は〇まで

◎伊豆高原駅から施設まで利用できる送迎バスを運行しています。



▲カラオケルーム

保健・医療・福祉

健康手帳の交付

健康管理に役立てられるよう、健康診査などの結果を記録できる健康手帳を配布しています。また、HPからダウンロードできます。

【健康手帳の内容】

健康診査、歯の健康観察、健康などの記録

【配布場所】

区役所地下1階福祉保健部管理課
〇福祉保健部管理課保健係
☎(3546)5397



◀スマート・ライフ・プロジェクト▶

AEDの設置・貸し出し

突然の心停止状態に陥った人の救命活動に備え、その場に居合わせた一般の人でも簡単に使用できるAED(自動体外式除細動器)を区の施設などに設置しています。

詳しくはHPをご覧ください。

主な設置場所

区役所、区民センター、保健所、保健センター、区民館、社会教育会館、図書館、児童館、敬老館、スポーツ施設、区立小学校・中学校など

貸し出し

町会や事業所などがイベントなどを実施する際に貸し出します。また、講習会などに向けたAEDトレーニング機器や心肺蘇生練習用人形も貸し出します。

【貸し出し対象者】

区内で活動し、心肺蘇生法(心臓マッサージ・人工呼吸など)の講習などを受講し、証明書の提示ができる方がいる団体の代表者

〇福祉保健部管理課庶務係

☎(3546)5342



◀区HP▶



手話通訳・要約筆記サービス

手話通訳者による窓口でのお手伝い

【利用日時】

毎週金曜日
午前10時～正午、午後1時～3時

〇聴覚などに障害のある方

〇手話通訳者が区役所での各種相談や手続きをお手伝いします。

【利用方法】

区役所1階受付(まごころステーション)にお申し出ください。

手話通訳者・要約筆記者の派遣

〇聴覚などに障害のある方

〇手話通訳者・要約筆記者をそれぞれ月20時間以内で派遣し、日常生活を円滑に過ごせるように支援します。

【申請手続き】

・登録
本人、家族または代理の方が障害者福祉課へ申請する。

・派遣の申し込み

中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センターへ派遣希望日の5日前までに申し込む。

〇登録および制度について
障害者福祉課障害者福祉係

☎(3546)5389

FAX(3248)1322

・派遣の申し込みについて

中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター

☎(3206)0560

FAX(3206)0601

成年後見制度をご存じですか

区と成年後見支援センター「すてっぷ中央」では、安心して成年後見制度を利用できる仕組みを整えておりますので、お気軽にご相談ください。

【成年後見制度とは】

認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でない方が安心して暮らせるよう、法的に権限を与えられた援助者(後見人など)がその人の生活と財産を守る制度です。

【成年後見制度の種類】

【任意後見制度】

将来の判断能力の低下に備え、あらかじめ誰に何を頼みたいか決めておき、公正証書で任意後見契約を締結します。判断能力が低下した場合には、契約の相手方が任意後見人として本人を支援します。

【法定後見制度】

既に判断能力が不十分で支援が必要な方のために、家庭裁判所が後見人などを選ぶ制度です。本人、配偶者、4親等内の親族などが申し立て(家庭裁判所での手続き)を行うことができます。

【区長による申し立て】

申し立てができる親族がないなどの事情がある場合は、区長が親族に代わって申し立てを行います。

なお、経済事情により後見人などに対する報酬の負担が困難で、一定の要件に該当する方を対象に、報酬の助成を行っています。

〇中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」

☎(3206)0567

福祉保健部管理課地域福祉推進係
☎(3546)5393

中央区社会福祉協議会 成年後見支援センター 「すてっぷ中央」

【権利擁護支援事業】

【福祉サービスの利用援助(基本サービス)】

福祉サービスに関する情報提供や相談、サービス利用の手続きや利用料の支払いなどの援助

利用料 1時間1,000円

【日常的な金銭管理サービス】

預貯金の出し入れや公共料金、医療費、家賃の支払いなどの援助

【書類等預かりサービス】

定期預金証書、不動産権利証などの重要書類のお預かり

利用料 1カ月1,000円

◎各サービスとも、所得により利用料減免の制度があります。

◎財産状況の確認や信頼関係づくりのため、利用開始まで通常1～2カ月かかります。

【成年後見支援事業】

【一般相談】

成年後見制度の概要、利用方法などについて、一人一人のご事情に沿って相談に応じます。また、お越しいただくことが難しい場合は、職員が自宅に出向いてお話を伺います。

【弁護士による福祉法律相談】

専門の弁護士が、成年後見制度の手続きや利用方法をはじめ、高齢者や障害のある方の権利侵害、福祉サービスの利用に関わるトラブルや苦情などの相談に応じます。

【毎月1回3組】

午後1時30分～4時30分

相談時間 1組1時間

◎開催日など詳しくはお問い合わせください(要予約)。

【申し立ての支援】

法定後見申立書類作成の支援や、弁護士、司法書士などの専門職後見人等候補者を紹介します。

【後見費用などの助成】

所得や資産が少ない方でも成年後見制度を利用できるよう、申し立て費用や後見人への報酬の支払いが困難な方に対し、費用を助成します。

【出前講座の実施】

町会・自治会や高齢者クラブ、職場内グループ、施設などに職員が出向き、成年後見制度の説明を行います。

【親族後見人への支援】

親族の後見人に就任している方などを対象とした講座を開催する他、随時相談に応じています。

〇中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」

☎(3206)0567



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

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 問い合わせ先(申込先) HPホームページ Eメールアドレス

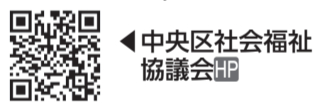
おとなりカフェ・ちょこっと相談会

[おとなりカフェ]
子どもから高齢者まで、誰もがホッと一息つけるコミュニティカフェです。コーヒーやジュースなどを100円(おかわり自由)で提供しています。

[ちょこっと相談会]
「福祉サービスに関する話を聞きたい」、「話し相手になってくれる人がほしい」などの「ちょっとした困りごと」に対し、社会福祉協議会の職員が相談に応じ、一緒に解決策を考えます。

[日時・会場]
・多世代交流スペース「はまるーむ」(日本橋浜町3-40-3 1階)
毎週木曜日、第1・3日曜日
午後1時～5時
・勝どきダイルム(勝どき1-5-1 1階)
第1・3土曜日、第2・4火曜日
午後1時～4時
・聖路加健康ナビスポット：るかなび(築地3-6-2 大村進・美枝子記念聖路加臨床学術センター)
第1金曜日
午後2時～4時
・喫茶アラジン(明石町1-6 レインボーハウス明石1階)
偶数月第3水曜日
午後2時～4時
◎聖路加健康ナビスポット：るかなび、喫茶アラジンでは「ちょこっと相談会」のみの開催

◎いずれも当日、直接会場へ
問中央区社会福祉協議会管理部地域ささえあい課
☎(3523)9295
✉sasae@shakyo-chuo-city.jp



中央区社会福祉協議会HP

「地域福祉/生活支援コーディネーター」にご相談ください

地域福祉コーディネーター
年齢や対象を問わず、日常生活上の困りごとを抱える方に対し、さまざまな機関と連携しながら解決を図ります。また、区民の皆さんが行う地域活動を支援しています。

生活支援コーディネーター
高齢者が住み慣れた地域で生き生きと暮らし続けられるよう、高齢者の介護予防を目的とした取り組みの創出や、地域の支え合いの体制づくりを推進しています。

コーディネーターの役割
[異変に気づく]
アウトリーチ(訪問支援)による課題の早期発見と個別相談支援
[地域につなぐ]
課題の早期解決に向け、支援が必要な方を専門職や地域のネットワーク、住民主体の活動などへつなぐ
[仕組みを作る]
住民と協働し、地域や個人の課題解決に向けた仕組みづくりの推進

問中央区社会福祉協議会管理部地域ささえあい課
☎(3523)9295
✉sasae@shakyo-chuo-city.jp

講座・催し物

成年後見申立講座「よくわかる成年後見制度～制度の基礎から後見人等の職務まで～」

基礎編
日 2月21日(水)
午後1時30分～3時30分
内弁護士が成年後見制度の概要や申立書類の作成に当たっての留意点などを説明します。

応用編
日 2月28日(水)
午後1時30分～3時30分
内弁護士が成年後見人の具体的な仕事内容や就任後の手続きなどを説明します。

共通
場京橋プラザ区民館1号室
対成年後見制度の利用を検討している、または成年後見制度に関心のある区内在住・在勤の方(親族が区内在住の方も可)

定各回20人(先着順)
◎どちらかみの参加も可
申 1月23日～2月14日に電話、ファクスまたはEメールで①～④(3面記入例参照)を記入して申し込む。
問中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」
☎(3206)0567
FAX(3523)6386
✉step@shakyo-chuo-city.jp

笑顔相続を学ぶ～相続対策の柱3つのポイント～

日 2月16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
内相続対策の柱である「遺産分割対策」「納税資金対策」「税軽減対策」を基本に学ぶ。

定20人(先着順)
[持ち物]
筆記用具
申 1月23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

歯の健康教室～授乳期からはじめよう！よい歯並びをつくる生活習慣～0歳児編！

日 3月5日(火)
午後1時30分～3時
場日本橋保健センター
対区内在住で0歳児の保護者
内口の働きを正しく育むスタート地点である授乳期や離乳食の時期に知っておきたいポイントの紹介。

定20人程度(抽選)
申 1月22日～31日に電子申請または電話で申し込む。
◎結果は2月中旬に、はがきでお知らせします。
問日本橋保健センター健康係
☎(3661)5071



区HP

フレイル予防教室～食べて元気に、高齢者の健康づくり～

日 2月21日(水)
午後1時30分～3時30分
場中央区保健所2階会議室
対区内在住者
内たんぱく質を意識して、フレイル予防に大切な食事の取り方の講話と料理紹介(試食あり)。

◎骨密度・体組成・握力測定あり
定20人(抽選)
申 1月22日～31日に電子申請または電話で問へ。
◎申し込み受付期間に申し込んだ方全員に抽選結果を郵送
問中央区保健所健康推進課予防係
☎(3541)5930



区HP

いきいき館(敬老館)バレンタインイベント

いきいき桜川(桜川敬老館)
日 2月11日(祝)
①午後2時～
②午後3時15分～
場いきいき桜川ホール
内ピアノによる弾き歌いで、いろいろな国の名曲を届けます。
定各回60人(先着順)
申 1月25日から館内窓口で直接申し込む(電話申し込み不可)。

いきいき浜町(浜町敬老館)
日 2月3日(土)
午後2時～
場いきいき浜町大広間
内「浜町歌声コンサート」
定50人(先着順)
申 1月24日から館内窓口で直接申し込む(電話申し込み不可)。

いきいき勝どき(勝どき敬老館)
日 2月10日(土)
①午後1時30分～
②午後3時～
場いきいき勝どき大広間
内「武蔵野」AZZオーケストラコンサート
定各回60人(先着順)
申 1月23日から館内窓口で直接申し込む(電話申し込み不可)。

共通
対60歳以上の区内在住者
◎利用の際は登録が必要です。初めての方は、本人確認書類(健康保険証など)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、緊急連絡先を伺っています。
◎他にもさまざまな講座を開催しています。詳しくは各問へお問い合わせください。

問いきいき桜川(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

令和5年度「サークル発表会～ひろげよう！笑顔のサークル～」

月島社会教育会館
日・2月3日(土)
午前10時～午後5時
・2月4日(日)
午前10時～午後6時

場月島社会教育会館4階ホール
日本橋社会教育会館
日・2月10日(土)
午前10時～午後7時
・2月11日(祝)
午前10時～午後7時

場日本橋社会教育会館8階ホール
築地社会教育会館
日 2月17日(土)
午前10時～午後6時45分
場月島社会教育会館4階ホール

共通
内社会教育会館を利用しているサークルの皆さんが、歌・ダンス・演奏など日頃の活動の成果を披露。
◎当日、直接会場へ
◎開始時刻の15分前に開場
◎終演時刻は予定です。

問月島社会教育会館
☎(3531)6367
日本橋社会教育会館
☎(3669)2102
築地社会教育会館
☎(3542)4801



社会教育会館HP



生活安全講習会～高齢者を狙った身近な犯罪手口を学んで安全安心な地域をつくろう～

日 2月8日(木)
午後2時～3時
場いきいき浜町(浜町敬老館)ホール
対60歳以上の区内在住者
内区内でも被害が多発している振り込め詐欺を題材とした落語と防犯講話

定30人程度(先着順)
◎当日、直接会場へ
◎初めていきいき館(敬老館)を利用する方は、本人確認書類(健康保険証など)を持参し、利用者証の交付を受けてください。
問防災危機管理課防災危機管理担当
☎(3546)5087

区民講演会 口腔がんを正しく理解し、命と健康を守ろう！～専門医が教える予防と早期発見法～

日 2月3日(土)
午後2時～3時30分
場日本橋社会教育会館地下2階講習室
定60人(先着順/当日、直接会場へ)
問お江戸日本橋歯科医師会
☎(3661)1565



区HP

ベビーマッサージ教室

日 2月7日(水)
午前10時~11時30分
場 区民館4階5・6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学ぶ。
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 1月23日~2月1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2月4日までに電話で連絡します。
問 区民館
☎(3533)6951

家庭教育講演会「繋ぐ~バレーボールが教えてくれたこと~」

日 3月16日(土)
午後2時~3時30分
場 区役所8階大会議室
対 区内在住・在園・在学のお子さんの保護者および区内在住・在勤で家庭教育に関心のある18歳以上の方
師 元女子バレーボール日本代表 大山 加奈
定 50人(先着順)
申 1月25日午前9時~2月29日午後5時に①~④(3面記入例参照)⑤区外在住の方はお子さんの在学先名称⑥託児希望の場合はお子さんの名前(ふりがな)・性別・月齢を記載して、Eへ申し込む。
記 1歳以上の未就学のお子さんを預かります(10人程度)。
[共催]
中央区PTA連合会
問 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
E kateikyoiuku@city.chuo.lg.jp

中央区飼い主のいない猫譲渡会

日 2月18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。
申 1月24日~2月16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。
◎ 本人確認ができるものをお持ちください。
◎ 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。詳しくはHPをご覧ください。
[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

経営セミナー

日 2月28日(水) 午後2時~4時
場 区役所8階大会議室
対 区内中小企業経営者および従業員
内 商工業経営に役立つ専門知識の習得を目的としたセミナー
[テーマ]
マーケティング戦略の基本
~「売れる」販売方法をイチから考える~
定 100人(先着順)
申 HPから申し込む(イベント番号:203278(半角))。
[申込先]
東京商工会議所イベント・セミナー
問 商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487
東京商工会議所HP

外国人のための区内施設見学バスツアー

日 2月17日(土)
午後0時50分 区役所集合
午後4時40分 区役所前到着予定
内 外国出身の方々に区内の施設やサービスをより知っていただくために、区内の公共施設などを英語と日本語で案内するバスツアー
[訪問施設]
晴海地域交流センター「はるみらい」、小津史料館、本の森ちゅうおう
定 15人(区内在住・在勤者を優先の上、抽選)
◎ 申し込みが3人に満たない場合は中止
申 2月5日までに、①名前②住所③電話番号④国籍⑤理解できる言語⑥年齢を記入して、メールで申し込む(英語も可)。
◎ 2月7日に抽選結果をメールでお送りします。
◎ 名前はパスポートに記載している通りに記載してください。
問 文化・生涯学習課文化振興係
☎(3546)5346(日本語のみ)
☎(3546)5645(毎週月・木曜日午前9時~午後5時は英語のガイダンスに対応)
E b-syogai_01@city.chuo.lg.jp

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・都民税の納税に関する日曜納税相談を実施します。来庁の際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。
日 2月4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

その他

令和6年度会計年度任用職員(女性福祉資金等債権管理・収納推進員)を募集しています

女性福祉資金などの債権管理・収納推進を行う職員を募集しています。応募資格など、詳しくはHPをご確認ください。
問 子育て支援課子育て支援係
☎(6278)8403
区HP

いきいき地域サロンに遊びに来ませんか?

いきいき地域サロンとは
地域の皆さんがいつまでも生き生きとした生活を送ることができるよう、仲間づくりや交流を楽しむ場です。
区内のサロン情報をまとめた「中央区サロンマップ」をもとに、お近くのサロンに足を運んでみてください。

いきいき地域サロンを立ち上げてみませんか?

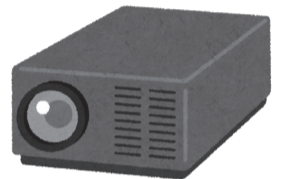
社会福祉協議会では、いきいき地域サロンの立ち上げや運営についての相談を受け付けています。対象の活動団体に対し、活動費の助成や傷害・賠償保険の加入などの支援を行っています。詳しくはお問い合わせください。
問 中央区社会福祉協議会管理部地域ささえあい課
☎(3523)9295
E sasae@shakyo-chuo-city.jp
中央区社会福祉協議会HP

中央区社会福祉協議会会員募集

社会福祉協議会では、一人一人が自分らしく安心して暮らせるよう、地域の皆さんと力を合わせ、さまざまな地域福祉活動を行っています。これらの活動は、本会の主旨に賛同してくださる会員の皆さんからの会費によって支えられています。
[本会事業のご紹介]
区民同士のたすけあい家事サポート、高齢者の食事サービス、障害者・高齢者の就労支援、ボランティア活動のコーディネート、成年後見支援事業、ファミリーサポート事業など
[年会費(年度)]
個人会員 1,000円以上
団体会員 3,000円以上
法人会員 10,000円以上
賛助会員 5,000円以上
◎ 入会をご希望の方に入会申込書などをお送りしますので、お気軽にお問い合わせください。
問 中央区社会福祉協議会管理部庶務課
☎(3206)0506
E kakehashi@shakyo-chuo-city.jp
中央区社会福祉協議会HP

資器材貸し出し

社会福祉協議会では、区内のボランティア活動などを支援するために資器材や印刷機を貸し出しています。
[貸し出している主な資器材]
体験用資器材(アイマスク体験・シニア体験・点字体験)、プロジェクター、スクリーン、フルカラー印刷機など
対 区内在住・在勤・在学者およびボランティア・区民活動センター登録団体(ボランティア活動など、区民福祉の向上に資する活動に限る)
費 無料(フルカラー印刷機用の紙および印刷実費は利用者が負担)
申 貸出希望日の2日前(土・日曜日、祝日・休日は除く)までにお問い合わせください。
問 中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター
☎(3206)0560
FAX(3206)0601
E vc@shakyo-chuo-city.jp



誕生記念植樹

赤ちゃんの誕生を祝い、記念植樹を行います。
[植樹時期]
令和6年3月中旬
対 令和5年1月1日~12月31日に生まれたお子さん
◎ 対象者にはお子さんの氏名掲載に関する申込書を郵送します。
申 掲載を希望する方は、2月14日(必着)までに電子申請または申込書に必要事項を記入して問へ郵送して申し込む。
問 水とみどりの課緑化推進係
☎(3546)5629



▲誕生記念植樹

Table with population and household data for January 1st current. Columns: 人口と世帯(住民基本台帳) 1月1日現在, 人口, 男, 女, 世帯. Values: 176,835人(うち外国人 10,370人), 84,212人(うち外国人 5,158人), 92,623人(うち外国人 5,212人), 100,917

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 託児 問い合わせ(申込先) HPホームページ Eメールアドレス