

令和6年(2024年)

3/1

No.1566

区のおしらせ

ちゅうおう



第2回

『中央区推奨土産品』決定 ~Central Tokyo Premium Selection~

皆さんからの投票により、エントリー商品147点の中からモノ部門・食部門各20位までの商品を、「中央区推奨土産品~ Central Tokyo Premium Selection ~」として認定しました。中央区観光協会では、区を代表する商品として認定商品に認定証および「中央区推奨土産品ロゴマーク」を交付し、3年間の認定期間中、区内のみならず国内外の皆さんに魅力を広く発信していきます。

- ◎各商品の詳細はHPをご覧ください。
- ◎各部門の入賞商品は別表のとおりです。商品名の五十音順で掲載しています。
- ◎20位の投票数が同数であったため、モノ部門は21商品を認定しました。

問中央区観光協会 ☎(6228)7907



中央区観光協会HP



中央区推奨土産品ロゴマーク

モノ部門(別表)

商品名	店舗名
A 伊東屋オリジナル ROMEO No.3 ボールペン 太軸	銀座 伊東屋 本店
B 裏縞(うらしま)折り畳み傘60cm 10本骨	(株)小宮商店 東日本橋ショップ
C うるし天然抗菌マスクケース	黒江屋
D Electric Coffee Syphon	HARIO ランプワークファクトリー 室町店
E 香 花の香り	鳩居堂銀座本店
F かぶきにゃんたろう マスコット	松竹歌舞伎屋本舗 木挽町広場店
G KIYAエーデルワイス料理鉄	日本橋木屋 本店
H 銀座タニザワオリジナル プルダレスバッグ	銀座タニザワ本店
I 銀座テラー社製 フルオーダースーツ	銀座テラー本店
J 毛抜き3mm幅	うぶげや
K Cohana 関の豆ばさみ	Cohana 日本橋本店
L 小物入れつづら	岩井つづら店
M 篠柄箒(しのえぼうき)	白木屋傳兵衛京橋本店
N シルバー アコヤパール・スルーペンダント(アコヤ真珠)	宝石専門店ミワ
O 千社札ふろしきグッズ名刺入れ	中央区観光情報センター
P 手ぬぐい「道路元標と濃ゆい味」	日本橋弁松総本店
Q 匂袋 珠衣	香十銀座本店
R 人形町風呂敷ハンカチ	MUCCO(ムッコ)
S HIKKOMIねこ	CLASSICS the Small Luxury 日本橋人形町店
T 梨園染手ぬぐいのぞき窓	梨園染 戸田屋商店
U WAKOクロック(MYS067/時計塔)	和光

食部門(別表)

商品名	店舗名
a アップルパイ	銀座ピエス・モンテ
b 莓大福	御菓子司翠江堂本店
c うなぎの佃煮(100g)	天安本店
d 榮太樓鮎 2缶入	榮太樓總本舗 日本橋本店
e 銀座スイスのレトルトカレー	銀座スイス銀座店
f ぎんだら京粕漬	魚久本店
g 空也もなか(10個入)	空也
h 黄金芋	壽堂
i すき焼きコロケ	人形町今半 惣菜本店
j たかさごの黒毛和牛ローストビーフ	肉のたかさご佃本店
k 玉子焼	甘酒横丁 鳥忠
l 手焼きせんべい 5枚入り	にんぎょう町草加屋
m 東京べったら漬	東京にいたか屋 本社
n 特製カツサンド	日本橋 宇田川
o 特撰うねすベーコン(100g)	築地の鯨
p どらやき	霊岸島梅花亭
q どらやき	日本橋うさぎや 中央通り店
r 人形焼七福神 10個入り	名物人形焼本舗 板倉屋
s 人形焼	重盛永信堂
t DL-A リーフパイ 8枚入り	銀座ウエスト本店

◎いずれの表も商品名の五十音順で掲載しています。



リサイクル適性(A) この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

「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3月11日号は新聞折り込みです。

リサイクル・資源回収にご協力を



プラスチック製容器包装の回収にご協力を

区では汚れがないプラスチック製容器包装を資源として「プラマークの日」に集積所で回収しています。

ペットボトルの資源回収にご協力を

区では汚れがないペットボトルを「資源の日」に集積所で回収しています。

共通

事業所から出す場合は有料です。必ず袋の容量に応じた中央区の「有

料ごみ処理券」を貼って出してください。

ごみと資源の分け方・出し方冊子▲

家電のリサイクルにご協力を

家電リサイクル法では、家電製品の販売店に収集運搬の義務を、家電メーカーなどにリサイクルの義務を課し、家電製品を使った消費者(排出者)がそのための費用を負担するという役割分担により、再商品化などを行っています。

資源の回収場所拡充のお知らせ

公共施設や小学校などで、飲料用紙パックや食品用発泡スチロールトレイなどご家庭から出た資源を回収しています。4月から新たに以下の場所で回収を実施します。

晴海区民センター(晴海特別出張所)

- ・品目 飲料用紙パック、食品用発泡スチロールトレイ、電池類、小型家電、インクカートリッジ
- ・回収日時 4月15日から(小型家電、インクカートリッジは施設の開館時間のみ)

晴海西小学校

- ・品目 飲料用紙パック、食品用発泡スチロールトレイ、廃食用油、布類、蛍光管、電池類、水銀式体温計・血圧計・温度計、小型家電、園芸用土
- ・回収日時 4月13日以降の毎週土曜日(午前10時～正午)

◎晴海地域交流センターでの布類の回収は3月をもって終了します。晴海西小学校をご利用ください。

「ごみと資源の分け方・出し方」の冊子の配布

区では、ごみと資源の収集曜日や分別方法の他、集団回収・拠点回収などさまざまな回収方法をご案内する冊子「ごみと資源の分け方・出し方」を区内全世帯に配布しています。

分別の分かりにくいごみや資源の分別ポイント、回収されたごみや資源の行方について掲載しており、清掃・リサイクル事業への理解と学習についてもご活用いただけます。お手元に置いて正しい分別にご利用ください。

ごみ・資源の分別などの質問はチャットボットが便利です



◀区HP(チャットボット)

問中央清掃事務所清掃事業係
☎(3562)1523

凡例 問問い合わせ(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

プラスチック製容器包装の回収



◀このマークが目印です。



◎品目ごとに分けず、透明・半透明の袋にまとめて入れて、当日の午前8時までに集積所に出してください。

注意

- 軽くすすぐか、紙などで拭き取って、汚れを落としてください。汚れが落ちないものは、「燃やすごみの日」に出してください。
- ペットボトル本体は、「資源の日」に出してください。
- 袋に入れる際には、ごみ袋を二重にして出さないでください。

◎汚れたものやプラスチック製容器包装でないものを出すと、資源にならず、また処理費用も多くかかりますので、分別にご協力をお願いします。

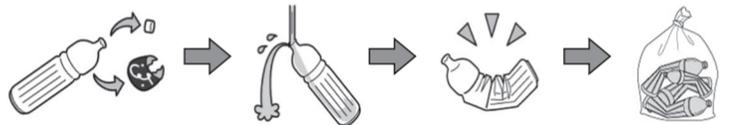
ペットボトルの回収



◀このマークが目印です。

下図の手順で出してください

- ①キャップとラベルを外す。
- ②中身を空にして、水洗する。
- ③押しつぶす。
- ④透明・半透明の袋に入れる。



◎透明・半透明の袋にまとめて入れて、当日の午前8時までに集積所に出してください。

注意

ペットボトルのキャップとラベルは、「プラマークの日」に出してください。

◎キャップやラベルを外していないものや汚れたペットボトルがあると、適正にリサイクルすることができません。リサイクルを意識してキャップやラベルを外し、汚れをきちんと落とされたきれいなものを出しましょう。

家電(エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機)のリサイクル

リサイクルすることが義務付けられているもの(区では収集できません)



リサイクル方法

- ①新しく買い替える場合 新たに購入する家電販売店に回収を依頼してください。
- ②単に廃棄する場合 以前購入した家電販売店に回収を依頼してください。
- ③製品を購入した販売店が遠方、廃業、不明の場合 家電リサイクル受付センターへお申し込みください。

- ◎リサイクル料金は(一財)家電製品協会問にお問い合わせください。
- ◎①～③ともリサイクル料金(別表1)の他に収集運搬料金が必要です。収集運搬料金は家電販売店や回収業者などにお問い合わせください。
- ◎その他、自家用車などで家電の運搬が可能な方は、指定引き取り場所(別表2)に持ち込むこともできます(収集運搬料金が不要です)。

別表1 リサイクル料金(目安)

品目		料金(税込み)
エアコン		990円
テレビ	画面サイズが15型以下	1,870円
	画面サイズが16型以上	2,970円
冷蔵庫(冷凍庫)	内容積が170リットル以下	3,740円
	内容積が171リットル以上	4,730円
洗濯機		2,530円
衣類乾燥機		2,530円

◎メーカーによって料金が異なる場合があります。

別表2 主な指定引き取り場所(事前連絡の上、持ち込みをお願いします)

指定引き取り場所	住所	電話
MDロジスティクスサービス(株) 江東営業所	江東区新木場1-11-15マルフク産業(株)内	☎(3522)6980
岡山県貨物運送(株)江戸川事業所	江戸川区臨海町4-3-1葛西トラクターミナル2号棟	☎(5667)7060

問家電リサイクル受付センター

☎(0570)087200(ナビダイヤル)
受け付けは土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前9時～午後5時です。

- ・各メーカーのリサイクル料金について (一財)家電製品協会 家電リサイクル券センター ☎0120(319)640

受け付けは日曜日、祝日、年末年始を除く午前9時～午後6時です。



◀家電リサイクル受付センターHP



◀(一財)家電製品協会HP

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

4月1日から介護老人保健施設「リハポート明石」の入所期間などを変更

最大入所期間の変更

現在、最大入所期間は6カ月ですが、在宅復帰の見込みがあり6カ月以上リハビリを実施する必要がある場合などの所定条件に該当する場合は、最大12カ月まで延長できるようになります。

利用対象者の変更

現在、利用対象者は区内在住の要介護高齢者などに限定していますが、2親等以内のご家族が区内に在住している区外在住の高齢者なども定員に空きがある場合、ご利用できるようになります。

◎区外在住者の受け入れには上限を設けており、多床室のみとなります。

共通

所定条件などの変更についての詳細は区HPでご確認いただくか間までご連絡ください。

◎短期入所、通所リハビリテーション、訪問リハビリテーションの利用方法などに変更はありません。

間・施設入所やサービスについて 介護老人保健施設リハポート明石 ☎(3545)9911

(年末年始を除く月～土曜日の午前9時～午後5時)

・変更内容について 高齢者福祉課高齢者サービス係 ☎(3546)5355



保健・医療・福祉

病児・病後児保育事業

入院加療の必要のない病中のお子さん(病児)または病後回復期のお子さん(病後児)を、やむを得ない理由により家庭で看護することができないときにお預かりします。

【利用できる日時】

月～金曜日(祝日・年末年始・入室前診断実施医療機関の臨時休業日を除く)午前9時～午後5時30分

◎対象医療機関など詳しくは、区HPをご覧ください。

対区内在住の生後7カ月～小学校3年生までの児童

費子ども1人につき1日2,000円

◎昼食・おやつは各自持参

◎所得要件に応じて利用料の助成制度があります。

【利用方法】

事前に各保育室または子ども家庭支援センターで利用登録をして、利用日の前日までに保育室へ予約してください。なお、利用日当日は入室前診断が必要です。

間子ども家庭支援センター事業係

☎(3534)2103



乳幼児クラブ利用者募集

区内の児童館では、主に0歳児～2歳児までの区内在住の親子を対象に、さまざまな遊びや季節感を取り入れた行事を通して、親子の絆や地域の親同士・子ども同士の交流を深めることを目的とした「乳幼児クラブ」を開催しています。

60歳からの「ゆうゆう講座」～前期分受講者募集～

運動機能や栄養状態の改善、認知機能の向上などに役立つ1回完結型の講座です。既存の区内サークルや講座・イベントの紹介も行います。◎講座一覧は別表2のとおり。

別表2

日時	講座名	定員	実施場所	申込開始日
4月12日(金)	健康リズム体操	各50人	築地社会教育会館	3月11日
26日(金)	足腰すっきり体操			
5月10日(金)	楽しく脳トレ! 知らずに足トレ! サルサダンスを踊ろう	各40人	月島社会教育会館	4月11日
24日(金)	健康ヨーガ			
6月5日(水)	しなやかな体力づくり講座	各40人	月島社会教育会館	5月11日
26日(水)	楽しく歌ってゴスペルに挑戦			
7月12日(金)	楽しく学ぶ! 認知症予防講座	40人	築地社会教育会館	6月11日
30日(火)	キックボクシングエクササイズ			
8月2日(金)	フラで楽しく健康に!	各30人	日本橋社会教育会館	7月11日
27日(火)	貯筋運動教室			
9月12日(木)	みんなで楽しく合奏でフレイル予防!	30人	築地社会教育会館	8月11日
25日(水)	ミニ食養生講座 もっと知りたい調味料「さ・し・す・せ・そ」①砂糖編	40人		

ブ」を開発しています。

令和6年度の入会登録を3月1日から受け付けます。

◎申し込み方法など詳しくは、区HPをご覧ください。

間築地児童館

☎(3544)0127

新川児童館

☎(3553)2084

堀留町児童館

☎(3661)8937

浜町児童館

☎(3669)3386

佃児童館

☎(3531)7811

月島児童館

☎(3533)0885

勝どき児童館

☎(3531)3250

晴海児童館

☎(3534)3021 ▲区HP



「中央粋なまちトレーニング(粋トレ)」に取り組もう!

「粋トレ」は、転倒予防や認知機能の向上などに効果のある中央区オリジナルの介護予防プログラムです。

粋トレを継続して行い、楽しみながら健康づくりに取り組みましょう。

【粋トレについて】

別表1のとおり

・希望する団体には、体操のDVDやCDをお渡しします。

・粋トレは、いきいき館や高齢者通いの場の他、区が主催する体操教室などで行っていきます。

・動画は区HPからご覧になれます。

間高齢者福祉課高齢者活動支援係

☎(3546)5334

別表1

粋トレは7種類の体操で構成されています。

①ウォーミングアップ	
②基本の体操	
アレンジ編	③ボール体操
	④タオル体操
	⑤マット体操
	⑥ペア体操
⑦クールダウン	

◎それぞれの体操は約3分間です。

◎②～⑥の体操は、中央区首頭「これがお江戸の盆ダンス」をアレンジした曲に合わせて行います。



対要介護・要支援認定を受けていない60歳以上の区内在住者

間別表2の申込開始日の午前9時から社会教育会館へ電話または直接申し込む。

間・講座申し込み・内容について

築地社会教育会館

☎(3542)4801

講座・催し物

区民公開講座
骨粗しょう症の予防と治療について～40歳過ぎたら何もしなければ4人に1人が骨折します～

日 3月23日(土)

午後2時～3時30分

場 月島区民センター1階会議室

定 100人(先着順)

◎当日、直接会場へお越しください。

間 中央区医師会

☎(3531)1048 ▲区HP



春の中央区歴史散歩2024
シリーズ「浮世絵で歩く中央区」
第2回 春風に誘われ、散策を楽しむ編～鉄砲洲から明石町・築地～

日 土曜コース 3月23日(土)

日曜コース 3月24日(日)

◎いずれも午後1時30分～3時30分

◎雨天決行

【共通】

【集合場所】

JR・東京メトロ八丁堀駅A2出口地上

【行き先】

桜川公園～鐵砲洲稲荷神社～佃島渡船場跡～アメリカ公使館跡～聖路加タワー～運上所跡～勝鬨橋～晴海通り～波除稲荷神社(解散)

対小学生以上(小学生は保護者同伴)

定 各回30人(抽選)

費 500円(小・中学生は250円)

日 3月11日(必着)までに申し込みフォームまたは往復はがきに①希望のコース名②～⑤(3面記入例参照、④は固定電話と携帯電話の両方)を記入して申し込む。

◎往復はがきは1通につき1人1コース

間 〒104-0052

中央区月島1-6-7

中央区文化財サポーター協会

筑間憲章

E harunokuhou2024@gmail.com



◀申し込みフォーム

日本橋社会教育会館

☎(3669)2102

月島社会教育会館

☎(3531)6367

・健康づくり事業全般について

高齢者福祉課高齢者活動支援係

☎(3546)5716

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 託 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

社会教育会館イベント情報

アートはるみ芸術祭

日 3月15日(金)~17日(日)
午前10時~午後6時(最終日は午後4時まで)

場 アートはるみ
内 社会教育会館3館(築地・日本橋・月島)合同の作品展を開催します。区民の皆さんによる絵画・書道・手芸など幅広い分野の作品を多数展示します。

サークル体験ウィーク

日 3月18日(月)~24日(日)
場 各社会教育会館・アートはるみ
内 新しい仲間を募集中のサークルが体験会を行います。
費 無料(材料費など実費の必要な体験会もあります)

講座を企画・開催してみませんか~「ゆめ講座」アイデア大募集~

社会教育会館では、区民の皆さんに提案いただいた講座企画をスタッフがお手伝いし、実施する「ゆめ講座」を開催しています。提案を希望する方はいずれかの説明会にご参加ください。

説明会

築地社会教育会館
日 4月14日(日)
午後2時~3時(予定)

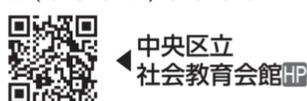
月島社会教育会館
日 4月17日(水)
午後6時30分~7時30分(予定)

日本橋社会教育会館
日 4月18日(木)
午後3時~4時(予定)

各会場共通

対 区内在住者
内 応募要領の説明、応募書類の配布など
○当日、直接会場へ
各イベント共通
○詳しくは、HPをご覧ください。

場 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



中央区立社会教育会館HP

美術品輸送のプロに学ぶ、ものを安全に運ぶコツ

日 4月21日(日)
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

対 中学生以上
内 繊細で複雑な形の美術作品は、どのようにして梱包・輸送されるのか。安全にモノを送るコツはあるのか。美術品輸送のプロに話を伺います。

定 50人(抽選)
申 3月1日午前9時~4月4日午後9時にHP、電話または直接問で申し込む。

○抽選結果は4月9日ごろまでに連絡
場 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151



図書館HP

日本橋図書館「プレママおはなし会」

日 3月20日(祝)
午前10時~10時45分(午前9時30分開場)

場 日本橋図書館6階おはなしのへや
対 出産を控えた妊婦とご家族
内 おすすめの赤ちゃん絵本や実用書の紹介、絵本の読み聞かせ。希望者は、当日の赤ちゃん向けおはなし会が見学できます。

定 5組(先着順)
申 3月4日から電話で問へ申し込む。
○申し込みの際は、申し込み者全員の氏名と代表者の連絡先が必要
場 日本橋図書館
☎(3669)6207

東京国立博物館 特別展「法然と極楽浄土」関連文化講演会

日 4月24日(水)
午後6時50分開演(午後6時10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
内 東京国立博物館で開催(4月16日~6月9日)される特別展「法然と極楽浄土」に関連する講演会
○講演会の講師や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(抽選/全席指定)
申 3月21日(必着)までに往復はがきに①法然と極楽浄土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)を記入して問へ申し込む。

○車いす席を希望する方は、その旨も併せて記入してください。
○講演会受講者には、本特別展の招待券を1人1枚差し上げます。
場 〒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

▲展覧会チラシ
中央区文化・国際交流振興協会HP

中央区文化・国際交流振興協会HP

育児中の保護者のための「ほっと一息私の時間」

日 3月19日(火)
午前10時~11時30分
場 男女平等センター「ブーケ21」

対 幼稚園や保育園に入園していない区内在住の子ども保護者
[テーマ]
春のアロマケア ~季節の変わり目からだをいたわる~

定 12人程度(先着順)
記 生後3カ月~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併せてお申し込みください(月齢により定員あり)。

申 3月3日午前9時から電話で問へ申し込む。
場 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651 ▲区HP

☎(5543)0651 ▲区HP

京橋図書館ミニシアター

日 3月16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 「万博ニュース」、「第1回明治百年大銀座祭り」、「第3回大銀座祭り銀座100年記念」(合計47分)の16ミリフィルムの3作品を、デジタル映像で上映
○作品の概要については、問へ問い合わせを

定 50人(先着順)
○当日、直接会場へ
場 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151



図書館HP

バスツアー 潮干狩りと宝家名物あさり御膳

日 5月11日(土)
・集合 午前8時20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4時(予定)

[行き先など]
・金田みたて海岸(木更津/潮干狩り)
・宝家 名物あさり御膳(木更津/昼食)
・三井アウトレットパーク木更津(木更津/買い物)

○旅行者の添乗員が同行します。
対 中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同居家族
○レッツ中央の会員でない方の申し込みも可
定 43人(抽選)
費 大人 7,600円
小人(4歳~小学生) 5,300円

○バス代、潮干狩り代(大人2kg・小人1kgまで、貸し熊手・網袋付)、昼食代などを含む。

申 3月29日(必着)までにはがき(1グループ4人までで1枚限り)に「バスツアー」と明記し、①申し込み代表者の氏名・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む。

[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(中央区勤労者サービス公社)の助成事業です。

場 〒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
(平日の午前9時~午後6時)

中央区文化推進事業助成対象事業 中央区交響楽団「創立30周年記念演奏会」

日 5月26日(日)
午後2時開演(午後1時15分開場)

場 第一生命ホール(晴海1-8-9)
○未就学のお子さんでも入場できます(1人で席に座って静かに鑑賞できる方のみ。乳児は不可)。

内 クラシックコンサート

[曲目]
バッハ(齋藤秀雄編曲)/シャコンヌ、ラフマニノフ/パガニーニの主題による狂詩曲、エルガー/創作主題による変奏曲「エニグマ(謎)」
定 600人(全席指定/抽選)
○定員は変更になる場合あり
費 寄付制(終演後、お気持ちによるご寄付をお願いします)
申 3月1日~14日にHPから申し込む。
○当選者の発表は、4月下旬頃を予定しているチケットの発送をもって代えさせていただきます。

[後援]
中央区、中央区教育委員会、中央区文化・国際交流振興協会
○お問い合わせはHPの専用フォームからお願いします。



中央区交響楽団HP

無料不動産相談会

宅建協会に所属する不動産のエキスパートや弁護士・税理士・建築士・不動産鑑定士が、賃貸・売買・相続・資産運用など、不動産に関するご相談・専門的なご質問にお答えします。

日 3月16日(土)
午前11時~午後4時(最終受け付けは午後3時30分)

場 数寄屋橋公園
[主催]
東京都宅地建物取引業協会

[後援]
中央区
場(公社)東京都宅地建物取引業協会第一ブロック
☎(3293)0878

ナウマンゾウの化石「浜町標本」発掘記念プレート制作記念講演会

日 3月9日(土)
午前11時~12時30分
場 浜町メモリアル

内 昭和51年、都営新宿線の工事に発掘されたナウマンゾウの化石「浜町標本」の発掘記念プレート制作を記念し、講演会を開催します。

[演題・講師]
①日本を代表するナウマンゾウ「浜町標本」
野尻湖ナウマンゾウ博物館 館長 近藤 洋一

②ナウマンゾウとマンモスゾウ、日本に最後にいたゾウたち
滋賀県立琵琶湖博物館 館長 高橋 啓一

③「アケボノゾウ化石」~陸上大型哺乳類化石としては初の国指定天然記念物~
滋賀県多賀町立博物館 館長 高橋 進

定 40人(先着順)
○当日、直接会場へ

[後援]
中央区、中央区教育委員会、中央区観光協会

場(一社)日本橋浜町エリアマネジメント
☎(3551)2151



HAMACHO.JP

スポーツ

中央区地域スポーツクラブ 令和6年度会員募集中

- 区内在住・在勤・在学者
- 各種プログラムに参加するには会員登録が必要です。年会費(保険料含む)は、高校生以上3,000円、中学生以下2,000円、65歳以上2,200円です。なお、3月中に新規入会の方は令和6年度の年会費は免除されます。
- 令和5年度に入会した方も令和6年度に参加する場合は、再度入会の手続きをしてください。
- 中央区地域スポーツクラブ大江戸月島と日本橋・京橋 Mapleは、どちらのクラブに入会しても相互利用ができます。
- 各プログラムの内容など、詳しくは中央区地域スポーツクラブ大江戸月島/日本橋・京橋 Mapleの各HPをご覧ください。

中央区地域スポーツクラブ大江戸月島

【実施種目】
サッカー、フットサル、水泳、テニス、野球、体操、空手、かけっこ、ヨガ、チアダンス、ホッケー、バスケットボール、ハワイアンフラ、ダーツ、合気道、寺子屋、ウクレレ、フラッグフットボールなど

【(一社)中央区地域スポーツクラブ大江戸月島事務局】
☎070(6980)6899
(土・日曜日の午前10時～午後3時。平日はEメールでお問い合わせください)
Econtact@oedo.tokyo.jp

中央区地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋 Maple

【実施種目】
かけっこ、キンボール、合気道、エンジョイ体操、水泳、3×3、太極拳、タグラグビー、ダブルダッチ、テニス、フラッグフットボール、フラワーアレンジメント、ヨガ&アロマセラピー、日本舞踊など

【中央区地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋 Maple事務局】
Einfo@maple.tokyo.jp



水中エクササイズ教室

- 4月13日～6月22日(5月4日を除く)の毎週土曜日 全10回 午前10時～11時
- 中央小学校温水プール
- 50歳以上の区内在住・在勤者
- 中高年齢の方を対象とした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。
- 50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
- 3月15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。
- スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
FAX(3546)9561



電子申請

税

中学生の「税についての作文」

次代を担う中学生が、私たちの身近な生活環境と税との関わりについて関心を持ち、税への理解を深められるよう、全国納税貯蓄組合連合会および国税庁が主催する中学生の「税についての作文」の募集が毎年行われています。令和5年度も本区の多くの中学生が応募しました。

その中から、中央区長賞5作品を含む27作品が受賞された他、3作品が東京納税貯蓄組合総連合会へ上申され、日本橋中学校の加藤小侑さん(作品名「感謝のバトン」)が国税庁長官賞、晴海中学校の熊坂陽子さん(作品名「弟を助けてくれた税」)が東京国税局管内納税貯蓄組合連合会優秀賞、開智日本橋学園中学校の成田倅瑛さん(作品名「未来繋がる税金」)が東京納税貯蓄組合総連合会会長賞を受賞されました。

【税務課管理係】
☎(3546)5265

区HP

令和5年分確定申告

2月16日～3月15日(土・日曜日を
除く)の間、申告書の作成会場を東京
国税局1階に設けています。その他、
e-Taxのご案内など、詳しくはHP、「区
のおしらせ ちゅうおう」2月1日号
および2月11日号をご覧ください。

【納付期限】
【所得税および復興特別所得税】
3月15日(振替納税は4月23日)
【贈与税】
3月15日

◎振替納税は利用できません。
【個人事業者の消費税および地方消費税】
4月1日(振替納税は4月30日)

【東京国税局電話相談センター】
午前8時30分～午後5時
(土・日曜日を除く)
税務署の代表電話から音声案内で
0番を選択してください。
日本橋税務署
☎(3663)8451
京橋税務署
☎(4434)0011



国税庁HP

その他

原動機付自転車、軽自動車などの 廃車・定置場変更の 届け出はお済みですか

軽自動車税(種別割)は4月1日現在、バイクや軽自動車などを所有している方に課税されます。譲渡や売却、解体などにより車両を手放したり、盗難に遭った場合は必ず廃車の届け出をしてください。また、車両の定置場を区外へ変更した場合は、ナンバープレートの変更手続きが必要です。4月1日までに届け出がない場合、令和6年度も本区で課税されますのでご注意ください。

- 125cc以下のバイク・小型特殊自動車について
税務課管理係
☎(3546)5267
- 125ccを超えるバイクについて
東京運輸支局
☎050(5540)2030
- 三輪、四輪の軽自動車について
軽自動車検査協会東京主管事務所
☎050(3816)3100

ごみ・資源のふれあい収集

ごみや資源を自力で集積所に出せない高齢者などに対して、職員が玄関先まで訪問して収集する「ふれあい収集」を実施しています。その際、ご要望に応じて声掛けなどの安否確認も行います。

- ごみや資源を集積所(粗大ごみは屋外)に運び出すことが困難で、身近な人の協力を得ることができない65歳以上の高齢者や障害者などで構成される世帯
- 粗大ごみは事前申し込みにより室内から運び出し、収集を行います。
- 中央清掃事務所作業係
☎(3562)1521

若者のトラブル110番の実施

区役所1階の消費生活センターにお越しになるか、相談専用ダイヤルにてご相談ください。

- 3月11日(月)・12日(火)
午前9時～午後4時
- 区内在住・在勤・在学の29歳以下の方
- 消費生活相談専用ダイヤル
☎(3543)0084
☎(3546)5727
- 中央区消費生活センター
☎(3546)5332

コミュニティふれあい銭湯

- 3月13日(水)・27日(水)
- 3月13日はマーガレットの湯
- 区内公衆浴場(銭湯)
- 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

中央区かえで学級助手募集

15歳以上(中学生を除く)の知的障害のある方を対象に、社会の中で自立して生きていく力を身に付けることを目的として、中央区かえで学級を開設しています。この学級で、助手(ボランティア)として活動する方を募集します。

- 5月12日～令和7年3月9日の日曜日(月2回程度で、年間19回のうち宿泊2回の計21日開催予定) 午前9時～午後4時30分
- 学習内容によって変動があります。
- 場主に銀座中学校、築地社会教育会館
- 知的障害児や知的障害者に対する知識があり、意欲がある方
- 学級生および講師の補助
・学級生と一緒にレクリエーションやスポーツ、調理を実施
- 若干名
- 謝礼あり
- 【選考方法】
書類選考および面談
- 3月25日(必着)までに、所定の申込書に必要事項を記入の上、区へ郵送または持参する。
- 申込書は区役所8階文化・生涯学習課で配布する他、区HPからダウンロードできます。
- 参加可能日の相談にも応じます。
- 詳しくはお問い合わせください。
- 文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524



区HP

展示会出展費用を中小企業などに補助(上期分)

- 区内の中小企業、区内の中小企業などで組織する商工業団体
- 【補助対象経費】
・会場使用料(小間料)
・展示装飾に要する経費
・出品物の運搬に係る経費
・インターネットを利用して行われる場合の出展料
- 4月1日～9月30日に開催される展示会が対象です。終了後の申請はできません。

【補助金額】
対象経費の総額の2分の1、限度額15万円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)

【補助予定件数】
25件

◎予定件数を超えた場合は抽選

【申請受け付けなど】
必要書類を記入の上、3月4日～15日(必着)に郵送で区へ申し込む。

◎当選した場合は4月上旬までに決定通知を送付し、当選しなかった場合は申請書をお返します。

◎必要書類や申請方法について詳しくは区HPをご確認ください。

【補助金交付回数の制限】
補助金の交付は年度内1回限りで、平成28年度からの通算で3回までです。

【商工観光課中小企業振興係】
☎(3546)5487



区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

福祉センター作業室の移転

福祉センター作業室は明石町住宅等複合施設(明石町14-1)へ移転し、4月1日から福祉センター明石町作

業室として開設します。
☎福祉センター管理係
☎(3545)9311



戸籍の証明書の請求が便利になります



戸籍法の一部改正に伴い、3月1日から本籍地に限らず全ての市区町村の窓口で戸籍証明書が請求できます。

取扱窓口

本庁舎1階区民生活課戸籍係

請求できる方

本人、配偶者、直系親族(親、子など)

◎請求には顔写真付きの身分証明書が必要です。

☎区民生活課戸籍係

☎(3546)5317



新型コロナワクチンの特例臨時接種終了に伴う受け付け業務などの変更



現在、実施している新型コロナワクチン接種は3月31日(日)をもって、無料で接種ができる特例臨時接種期間が終了します。接種を検討されている方は、3月中の接種をお願いします。

特例臨時接種期間の終了に伴い、本区におけるコールセンターの運営を終了する他、各種対応も変更します(別表1・2のとおり)。

令和6年度の接種について

主に高齢者を対象として秋冬に1回接種が行われる予定です(原則有料)。接種時期や使用するワクチンなどが決まり次第、改めてお知らせ

します。

☎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

別表1(コールセンターの運営終了など)

内容	終了日
コールセンター	3月29日(金)午後6時
特設サイト(※1)	3月31日(日)
予約サイト	

(※1)3月末に中央区HP内に新型コロナワクチン接種に関するページを公開する予定です。

トピックス



中央区地域スポーツクラブ日本橋・京橋、月島合同体験会

2月12日、阪本小学校と月島第一小学校で中央区地域スポーツクラブ日本橋・京橋と月島の合同体験会が開催されました。体験プログラムの一つである「かけっこ」では、参加した子どもたちが指導者から速く走るコツを教わり、早速実践していました。また、「なわとび&ダブルダッチ」では、コーチの合図に合わせて2本のロープを上手に飛ぶなど、子どもたちが体を動かす楽しさを実感できるきっかけとなりました。

別表2(各種対応)

内容	最終受付日			
	保健所窓口	郵送	電子申請	コールセンター
接種券の再発行	3月29日(金)午後5時	-	3月22日(金)申請分	3月22日(金)午後6時
住所地外接種	-	3月22日(金)到着分	-	-
ワクチン接種証明書(ワクチンパスポート)	4月以降も継続(※2)	-	-	-
健康被害救済制度	4月以降も継続	-	-	-

(※2)令和5年度までに接種した証明書を発行します。ワクチン接種証明書アプリおよびコンビニ交付は3月末で終了予定です。
◎年度末の窓口申請は混雑が予想されるため、各種申請を予定されている方はお早めにご申請ください。

3月は自殺対策強化月間です ~ひとりで悩まず相談してください~

こことからだの不調がみられたら早めに相談してください

健康・経済問題、人間関係、介護、子育てなど誰にでも起こり得る要因が複雑に絡み、誰にも相談できず、自殺に追い込まれてしまうといわれています。心身不調のサインが見られたら、早めに相談してください(別図のとおり)。

別図

こころのサイン

- 憂鬱
- 眠れない
- 理由もなく不安になる
- 気持ちが落ち着かない
- イライラする

からだのサイン

- お腹が痛くなる
- 下痢、便秘が続く
- 胸がドキドキする
- 疲れがとれない、だるい
- 食欲がない、おいしくない

これらの症状はこことからだの不調のサインです

思い当たることは
ありませんか

周りの人ができること

悩みがあるときや死にたいほどつらいとき、話を聞いてもらおうと気持ちが軽くなります。大切な人がいつもと様子が違うときは、声をかけ話を聴く他、専門相談窓口をご案内ください。

強化月間中の取り組み

区の取り組み

- 区内各施設やコミュニティバス「江戸バス」にポスターを掲示しています。
- 相談窓口一覧を記載したリーフレットを作成し、区内各施設で配布しています。



都の取り組み

自殺対策強化月間のキャンペーン事業として特別相談を実施します(別表のとおり)。

年間を通しての取り組み

精神科専門医によるこころの相談を保健所、保健センターで実施しています。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
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



別表 「自殺防止!東京キャンペーン」特別電話相談(関係機関と連携して、相談受付時間の延長などを行います。)

相談窓口	受付日時	電話番号
フリーダイヤル特別相談(NPO法人国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター)	3月1日~3月7日 午後8時~翌午前2時30分 ◎3月4日 午後10時30分~3月5日 午後5時~	☎(0120)589090 ☎(5286)9090
有終支援いのちの山彦電話-傾聴電話-(NPO法人有終支援いのちの山彦電話)	3月の火・水・金・土・日曜日、祝日 各日正午~午後8時	☎(3842)5311
(全国)自殺予防いのちの電話(一般社団法人 日本いのちの電話連盟)	3月10日 午前8時~翌8時 3月1日~31日 各日午後4時~9時	☎(0120)783556
(東京)東京いのちの電話(社会福祉法人 いのちの電話)	毎日24時間	☎(3264)4343
東京都自殺相談ダイヤル~ココロといのちのほっとライン~(NPO法人メンタルケア協議会)	3月27日~31日 各日24時間	☎(0570)087478
自死遺族傾聴電話(NPO法人グリーンケア・サポートプラザ)	3月5日~8日 各日午前11時~午後4時	☎(3796)5453
自死遺族相談ダイヤル(NPO法人全国自死遺族総合支援センター)	3月11日~13日 各日午前10時~午後5時	☎(3261)4350
多重債務110番(東京都消費生活総合センター)	3月4日・5日 各日午前9時~午後5時	☎(3235)1155

◎相談は無料です。なお別途通話料がかかります。
◎0570で始まるナビダイヤルは携帯電話の無料通話やかけ放題プランなどの対象外です。
◎通常の相談受付時間や連絡先については、各相談窓口のホームページをご確認ください。

(6)

「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。

※費用の記載がないものは無料

区のおしらせ ちゅうおう



区の公式 SNS など

