

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

7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) 4月14日各施設必着 保養施設予約システム 4月1日午前0時~14日午後11時 抽選日 4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 4月20日午前0時~ フロントへの電話による申し込み 4月20日午前10時~	
利用できない日	7月2日~4日(設備点検などのため)	—

[ヴィラ本栖のおすすめ]

ヴィラ本栖では、全自動のマージャン卓をご用意しています。牌のかき混ぜから配置までを自動で行うので、スムーズにゲームを楽しめます。頭の体操にいかがでしょうか。

◎区内4カ所からヴィラ本栖まで乗り換えなしで行ける、便利な直通バスを運行しています。



◀マージャン室

保健・医療・福祉

「中央区かえで学級」学級生の募集

知的障害のある方を対象に、学校卒業後の生涯学習の場として、中央区かえで学級を開設しています。

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、施設見学その他、華道・手芸・運動部に分かれての活動、電車ハイク、宿泊研修会などを行っています。さらに、他区の学級との合同レクリエーションなど、さまざまな学習機会を提供しています。

回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) 午前9時30分~午後3時30分

◎学習内容によって変更する場合があります。

場主に銀座中学校、築地社会教育会館

回原則15歳以上(中学生を除く)の知的障害のある方で、区の特別支援学級(心身障害学級)の卒業生、または区内在住・在勤者

◎会場まで1人で通うことができる方に限ります。

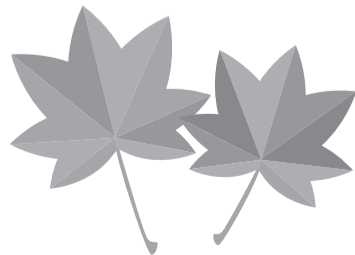
◎見学・申し込みは随時受け付けています。

回文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5524



◀区HP



講座・催し物

岩下尚史氏講演会「東をどりの歴史~邦楽舞踊界を牽引した新橋花街~」

回4月29日(祝)

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

回中学生以上

内新橋演舞場元企画室長で作家の岩下尚史さんが、新橋花街や東をどりについてお話しします。

定80人(先着順)

申3月23日からHP、電話または直接間へ申し込む。

回本の森ちゅうおう(京橋図書館)

☎(3551)2151



◀図書館HP

成年後見申立講座~成年後見制度の基本から実務まで~

基礎編

回4月23日(火)

午後6時30分~8時30分

内司法書士が成年後見制度の概要や申立書類作成に当たっての留意点などを説明します。

応用編

回4月30日(火)

午後6時30分~8時30分

内司法書士が成年後見人の具体的な活動内容や就任後の手続きなどを説明します。

共通

場社会福祉協議会3階会議室

回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・在勤者(親族が区内在住者も可)

定各回20人(先着順)

◎どちらかのみ参加も可

申3月25日から、基礎編は4月17日まで、応用編は4月24日までに電話、ファクスまたはEメールで①~④(3面記入例参照)を記入して間へ申し込む。

回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

Estep@shakyo-chuo-city.jp

女性しごと応援キャラバンin日本橋

~人生を長く楽しむための「50代からのキャリアデザイン」~

回4月23日(火)

・セミナー 午前10時~正午

・個別相談

午後0時20分~1時25分

場AP東京八重洲11階(京橋1-10-7)

回就職を希望している女性

内就職活動のノウハウを提供するセミナーと専門のキャリアコンサルタントによる就職個別相談会(希望者のみ)を実施します。

定セミナー100人(先着順/予約制)

個別相談12人(先着順/予約制)

申HPから申し込む。

回生後6カ月以上の未就学のお子さ

んをお預かりします(定員あり、4月17日正午締め切り)。
回女性しごと応援キャラバン運営事務局

☎(6734)1346



◀女性しごと応援キャラバンHP

ファミリー・サポート・センター提供会員募集

ファミリー・サポート・センター事業は、子育ての手助けができる方(提供会員)と、子育ての手助けが必要な方(依頼会員)が、お互いに助け合いながら子どもの成長を地域で支えていく、会員制の相互援助活動です。

提供会員の活動

内・保育園、幼稚園などの送迎
・提供会員のご自宅での預かり(保護者の用事やリフレッシュの際の預かりなど)

◎預かりの対象は、区内在住で生後57日以上小学6年生以下のお子さん

[活動謝礼]

1時間につき800円(曜日・時間帯により1,000円)

提供会員登録時講習会

回①5月28日(火)

午前9時30分~午後4時

②5月31日(金)

午前9時30分~午後2時30分

場月島社会教育会館

回満20歳以上の健康で子どもが好きな方、子育て支援に理解と熱意のある方(資格不要)

◎登録には2日間の受講が必要です。

◎送迎活動のみでの登録も可

◎ご自身のお子さんを預けたいという方も「両方会員」として同時登録ができます。

◎登録後、スキルアップ講習(1日)の受講が必須です。

内①センター事業説明、保育講習、救命講習
②保育講習

◎送迎専門の方は保育講習の一部を免除

定20人(先着順)

申3月25日~5月13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)⑤託児の有無を記入して申し込む。

回生後3カ月以上の未就学のお子さんをお預かりします(定員6人/先着順)。

回中央区ファミリー・サポート・センター

☎(3206)0120

FAX(3523)6386

Efamily@shakyo-chuo-city.jp



凡例 日日時 会場場 対象象 内容容 師講師 定定員 費用費用・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 問い合わせ先 申込先 HP ホームページ Eメールアドレス

経営セミナー

日 4月24日(水) 午後2時~4時
[開催方法] オンライン(Zoomウェビナーを使用)
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] 世代間ギャップを埋めるコミュニケーション力向上セミナー~新しい世代の納得解とは~
定 50人(先着順)
申 HPで申し込む(イベント番号: 203501(半角))。
問 商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487



東京商工会議所HP

スポーツ

春季区民体育大会

グラウンドゴルフ大会
日 4月20日(土) 午前9時~
[予備日] 5月18日(土)
申 4月12日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、区へ郵送、ファクスまたはEメールで申し込む。
◎申込用紙は区役所8階中央区体育協会事務局窓口で配布する他、HPからダウンロードできます。

ニュースポーツ大会
日 4月6日(土)
・ターゲットバードゴルフ
午前9時~
・ペタンク
午後1時~
申 当日、競技開始の30分前までに直接会場で申し込む。

共通
場 月島運動場
対 区内在住・在勤・在学者
◎雨天時は中止・延期となる場合があります。その場合はHPでお知らせします。
問 〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729
FAX(3546)9561
eentry@chuo-taikyo.jp
中央区体育協会HP

弓道教室(初心者・初級者)

日 5月22日~6月26日(6月17日を除く)の毎週月・水曜日 計10回
午後6時30分~8時30分
場 総合スポーツセンター弓道場
対 18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)
定 25人(抽選/過去に参加していない方を優先)
費 2,000円
申 4月4日(必着)までに電子申請、往復はがきまたはEメールで①~⑤(3面記入例参照)⑥過去の本教室参加の有無⑦在勤者は勤務先の

名称・所在地・電話番号を記入して区へ申し込む。

◎Eメール申し込みの場合は、件名を「R6弓道教室申し込み」としてください。
◎当選者は区役所8階中央区体育協会事務局窓口で手続きがあります。
問 〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729

eentry@chuo-taikyo.jp



中央区体育協会HP



トレッキング教室

日 5月26日(日)
・午前7時 区役所前出発
・午後4時 区役所前到着予定
[交通機関] 観光バス2台
場 御岳山(東京都青梅市)
対 区内在住・在勤の小学生以上のグループ(4人以内)または個人(小・中学生は成人の同伴が必要)
定 50人(抽選/過去に参加していない方を優先)
◎グループの中に過去に参加したことのある方が含まれている場合は、既参加者扱いとなります。

費・大人2,000円
・中学生以下700円
◎動きやすい服装・トレッキングシューズでご参加ください。
申 4月4日(必着)までに電子申請、往復はがき(1グループ1枚限り)またはEメールで①トレッキング教室②申込代表者の氏名・ふりがな・年齢・住所・電話番号・勤務先(名称・所在地・電話番号)③申込人数④申込者全員の氏名・年齢・住所・勤務先(名称・所在地)⑤過去の参加の有無(全員分)を記入して区へ申し込む。
◎Eメールで申し込みの場合は、件名を「R6トレッキング教室申し込み」としてください。
◎参加決定者には事前説明会を行います。
問 〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729
eentry@chuo-taikyo.jp



中央区体育協会HP



シニアスポーツ教室

太極拳
日 4月9日~令和7年3月25日の毎月第2・4火曜日(祝日を除く)
午後6時30分~8時30分

ニュースポーツ(ソフトバレーボール、ラケットテニスなど)

日 4月4日~令和7年3月27日(年末年始、祝日を除く)の毎週木曜日
午後6時30分~8時30分

共通
場 シニアセンター
対 50歳以上の区内在住・在勤者
申 申込用紙に記入の上、区に郵送、ファクスまたはEメールに添付して区へ申し込む。

◎申込用紙は区役所8階中央区体育協会事務局窓口で配布する他、HPからダウンロードできます。
◎Eメールで申し込みの場合は、件名を「R6シニア太極拳教室」または「R6シニアニュースポーツ教室」としてください。
◎申し込みは随時受け付けています。
◎教室中止の場合はHPでお知らせします。

問 〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729
FAX(3546)9561
eentry@chuo-taikyo.jp



中央区体育協会HP

エンジョイフィットネス教室

日 5月14日~6月18日の毎週火曜日 計6回
午後6時30分~8時30分

場 有馬小学校体育館
対 18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)

内 健康づくりのためのエクササイズ体験。バレエ、ウォーキング、正しい姿勢づくりなど毎回違ったエクササイズを紹介します。
定 40人(抽選/過去に参加していない方を優先)

費 500円
申 4月4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過去の本教室参加の有無⑦在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して区へ申し込む。

◎抽選結果は郵送します。合わせて当選した方には、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



電子申請

バドミントン教室(初心者・初級者)

日 5月10日~6月11日の毎週火・金曜日 計10回
午後6時30分~8時30分

場 築地社会教育会館屋内体育場
対 18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)

定 50人(抽選/過去に参加していない方を優先)

費 2,000円
申 4月4日(必着)までに電子申請、はがきまたはファクスに①~⑤(3面記入例参照)⑥過去の本教室参加の有無⑦在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して区へ申し込む。

◎抽選結果は郵送します。合わせて当選した方には、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



電子申請



税

令和5年分確定申告

個人事業者の消費税および地方消費税の申告書の提出・納付期限

4月1日

振替納税をご利用の方(口座引き落とし日)

口座引き落とし日(振替日)の前日までに預貯金口座の残高を確認してください。

[所得税および復興特別所得税]

4月23日

[個人事業者の消費税および地方消費税]

4月30日

インボイス発行事業者の登録を受けた方

令和5年10月1日から同年12月31日までの間においてインボイス発行事業者の登録を受けた事業者の方は、登録日から令和5年12月31日までの間の消費税の申告が必要です。

詳しくはこちら

(国税庁HP)▶



国外財産調書および財産債務調書の提出

一定の条件に該当する財産を保有している方は、7月1日までに、国外財産調書(および同合計表)、財産債務調書(および同合計表)の提出が必要です。

詳しくはこちら

(国税庁HP)▶



財産債務調書制度について

(国税庁HP)▶



東京国税局電話相談センター

午前8時30分~午後5時

(土、日曜日および祝日を除く)

(税務署の代表電話から音声案内で「0」番を選択)

日本橋税務署

☎(3663)8451

京橋税務署

☎(4434)0011

(4) 中央エフエム・ラジオシティ「中央区からのお知らせ」(10分番組)(月~金曜日 AM10:30~10:40 PM3:00~3:10 PM9:30~9:40 祝日・休日、年末年始を除く)、企画番組「ウィークリー声の架け橋」(20分番組)(月~金曜日 AM10:40~11:00 PM3:10~3:30 PM9:40~10:00 土・日曜日 AM10:00~10:20 PM3:00~3:20 PM9:40~10:00)はFMラジオ84.0MHzで放送しています。

手帳 国保・年金

国民年金こんなときは届け出を

国民年金の加入者は、別表に掲げる事項に該当する場合、速やかな届け出が必要です。届け出が遅れたり、届け出漏れがあった際は、将来受け取る年金額が減額されたり、年金を受けとれなくなる場合もあります。

また、年金の受給者が次に掲げる事項に該当する場合も、必ず届け出を行ってください。

- ・受け取り金融機関を変更した
 - ・年金証書を紛失・毀損した
 - ・年金受給者が死亡した
- ◎詳しくはHPを確認するかお問い合わせください。

国民年金課年金係

☎(3546)5371
中央年金事務所
☎(3543)1411(代表)
音声案内②→②を選択
年金受給者の方①→②を選択



区HP

別表 加入者の手続き

種別	こんなとき
第1号被保険者 (20歳以上60歳未満の自営業者、学生など)	20歳になったのに、「国民年金加入のお知らせ」が届かない
	会社などに就職した
	第2号被保険者の被扶養配偶者になった
	国外へ転出する 国外から転入した
第2号被保険者 (厚生年金に加入している人)	会社などを退職した
第3号被保険者 (第2号被保険者に扶養されている20歳以上60歳未満の配偶者)	退職して、第2号被保険者の被扶養配偶者になった
	20歳になった
	離婚・本人の収入増加で扶養からはずれた
	配偶者が退職した
	配偶者が65歳になった 配偶者が転職した 国外へ転出する

国民年金基金で充実した年金を

国民年金基金は、国民年金の加入者が、より充実した年金を受けられるようになる、任意加入の公的な年金制度です。

加入できる方

- ・20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者(保険料の免除および猶予者、農業者年金基金の加入者を除く)
- ・日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満で国民年金に任意加入している方
- ・国外在住で国民年金に任意加入している方

終身年金が基本

1口目は終身年金に加入します。2口目以降(任意)は、「終身年金」と「確定年金」から選べます。年金のタイプや口数、掛け金に応じて老齢年金または、万が一早期に亡くなった場合は遺族一時金が支給されます。

掛け金

掛け金は、選んだ年金のタイプや

加入口数、加入時の年齢、性別により決まりますが、上限は月額68,000円です。また、納めた掛け金は、全額が所得控除の対象となり、所得税や住民税が軽減されます。

◎詳しくはお問い合わせください。

国民年金基金首都圏支部

☎(0120)654192

こんなときには障害基礎年金の請求を

障害基礎年金は、障害の原因となる傷病の初診日が、次の期間のいずれかの間にあり、かつ、障害認定日に、政令で定められた障害状態になった場合に支給されます。

- ①国民年金加入期間
 - ②日本国内に住んでいる60歳以上65歳未満の方で、年金制度に加入していない期間
 - ③20歳前(厚生年金、共済年金加入中を除く)の期間
- ただし、①②の場合は保険料の納付要件が、③の場合は本人の所得制限があります。

障害認定日とは、初診日から1年6カ月を経過した日、または1年6カ月以内に症状が固定した日です。ただし、1年6カ月を経過した日が20歳前の場合は、20歳に達した日が障害認定日となります。

なお、傷病の初診日に厚生年金加入中の方は年金事務所へ、共済年金加入中の方は共済組合へご相談ください。

中央年金事務所お客様相談室

☎(3543)1411(代表)
音声案内①→②を選択
保険年金課年金係
☎(3546)5371

国民健康保険料の納入通知書は6月に送付

令和6年度の国民健康保険料は、前年の所得が確定する6月に通知します。

口座振替や納付書で納めていただく普通徴収の場合、お支払いは6月から翌年3月までの10期割となります。

また、年金からの天引きとなる特別徴収の場合、4・6・8・10・12・2月の年金受給月に徴収します。特別徴収に該当する世帯には、3月中旬に仮徴収額決定通知書兼特別徴収開始通知書を送付します。

4・6・8月のお支払いは仮徴収といい、暫定的に令和5年度の保険料額を基に計算した額を天引きします。令和6年度の保険料額から、4・6・8月に仮徴収した合計額を差し引いた残額を10・12・2月に本徴収として天引きします。

◎国民健康保険料は前年の所得を基に算定するため、所得の申告をすることで保険料が軽減される場合があります。

◎前年に所得がなかった方なども、所得の申告をお願いします。

国民年金課資格係

☎(3546)5362

その他

令和6年度特別区職員採用試験

I類採用試験[春試験]

募集職種や受験資格などについてはHPに掲載されている試験案内をご覧ください。

[第一次試験]

4月21日(日)
☎3月25日午後5時まで(受信有効)にHPから申し込む。

Ⅲ類・経験者・障害者・就職氷河期世代を対象とする採用試験

6月20日に試験案内を公表します(申し込みの受け付けも同日から)。

I類採用試験[秋試験]

7月23日に試験案内を公表します(申し込みの受け付けも同日から)。

◎採用試験案内はHPに公開されます。

特別区人事委員会事務局任用課

☎(5210)9787



特別区人事委員会採用

「令和5年度赤い羽根共同募金」へのご協力ありがとうございました

昨年10月1日～12月31日の間に、各町会・自治会、個人、団体など多くの方のご協力により、計2,956,578円もの募金が寄せられました。

皆さんの多大なご協力に、心より感謝申し上げます。

いただいた募金は、配分推せん委員会で使いみちの審査を行い、福祉施設の設備・備品の整備や福祉団体の活動支援、大規模災害発生時の備えなど、地域のニーズに応じて大切に活用させていただきます。

中央区社会福祉協議会管理部(共同募金会中央地区協力会事務局)

☎(3206)0506

「令和5年度歳末たすけあい運動」へのご協力ありがとうございました

昨年12月、各町会・自治会、女性団体、区内の企業・店舗など、多くの方々のご協力の下、年末恒例の歳末たすけあい運動を実施しました。その結果、968万円もの募金が寄せられました。

この募金から、寝たきり高齢者を介護する方や在宅心身障害児の保護者、交通遺児などへ見舞金をお送りしています。また、地域福祉活動費として、令和6年度に本会が実施する各種の福祉事業に活用させていただきます。

皆さんからの温かいお気持ちに深く感謝・御礼申し上げます。

中央区社会福祉協議会管理部

☎(3206)0506

介護保険に関する委員会などの委員募集

区では、地域密着型の介護保険サービスの質の確保や適正な運営、事業者の指定を公正・公平に行うことを目的として「中央区介護保険地域密着型サービス運営委員会」を設置しています。

また、おとしより相談センターなどが行う事業の適切な運営、公正性および中立性の確保を目的として「中央区おとしより相談センター及び中央区地域包括支援センター運営協議会」を設置しています。

この委員会と協議会の両方にご参加いただける区民の代表の方を募集します。

応募区分・募集人員

区内在住で介護保険をよりよい制度にするためにご協力いただける次の方

- ・65歳以上の方 1人
- ・40～64歳で医療保険に加入している方 1人
- ・介護保険サービスを利用している方またはその家族の方 1人

任期

3年(6月1日～令和9年5月31日)

開催回数・時間

年2回開催予定
平日午後6時30分から2時間程度

☎4月18日(必着)までに次の書類を☎へ郵送または持参する。

- ・所定の申込書
 - ・作文 テーマ「あなたが考える高齢者の支援について」(800字程度)
- ◎申込書および作文用紙は区役所4階介護保険課で配布している他、HPからダウンロードできます。

選考方法

書類選考後、面接を5月中旬までに行います。

報酬

委員には、会議出席ごとに、区で定める基準に基づき報酬をお支払いします。

◎詳しくはお問い合わせください。

介護保険課地域支援係

☎(3546)5379



区HP

「GINZA SKY WALK 2024」～高速道路を歩いて、未来を感じる3日間～

☎5月4日(土)～6日(月)

雨天決行

場東京高速道路

費無料(一部プログラムは有料)

☎3月24日までにHP内の申し込みフォームから申し込む。

◎詳しくはHPをご覧ください。

イベント事務局

☎info@ginza-skywalk2024.jp



イベントHP



人口と世帯(住民基本台帳) 3月1日現在	
人口	179,599人(うち外国人 10,845人)
男	85,687人(うち外国人 5,406人)
女	93,912人(うち外国人 5,439人)
世帯	102,328

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