

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

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

■問に〒・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(問の宛名)

施設

学校温水プールのご案内

- 日・平日 午後6時～9時
- ・土曜日 午後1時～9時
- ・日曜日、祝日 午前9時～午後9時

夏休み期間中(7月20日～8月31日)の開放時間の延長

【対象小学校・延長日時】

中央小学校・日本橋小学校
平日 午後1時～9時

◎土・日曜日、祝日は通常通りの開放時間

【中央小学校は次の日程の開放を休止します】

7月28日(日)、8月25日(日)

◎学校の利用などにより、一部開放時間の延長ができない日があります。

◎月島第三小学校については、開放時間の延長は行いません。

費・一般大人 500円

・一般小人 250円

・区民大人 350円(区民割引利用証を提示)

・区民65歳以上 無料(区民無料利用証を提示)

◎利用証をお持ちでない方は、健康保険証・運転免許証などの提示により発行。

・区民で障害のある方 無料(区民無料利用証を提示/お持ちでない方は、身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳の提示により発行)

・区民小人 無料(子ども無料利用証を提示)

◎子ども無料利用証は、区立小・中学校で配布しています。区内在住で私立または区外の小・中学校に在学している場合は、健康保険証・学生証などの提示により発行。

問スポーツ課体育施設係

☎(3546)5529

日本橋小学校温水プール

☎(3668)2378

中央小学校温水プール

☎(3206)0035

月島第三小学校温水プール

☎(3531)7860

◎温水プールへのお問い合わせは、開放日の開放時間帯のみ

講座・催し物

デジタルマリンクラフト体験

日8月3日(土)～6日(火)

◎時間は全て午前11時～午後5時

場はるみらい1階地域活動スタジオ

対小学生以上

◎小学校3年生以下は要保護者同伴

内デジタルで描いたオリジナルの海の仲間たちが、スクリーン上で自由に泳ぎ回ります。

◎制作の所要時間は1回15分程度

申当日会場で申し込む。

問地域交流センターはるみらい

☎(3531)2743



文化のリレー

吹矢体験～夏休みは日本橋でレクリエーション吹矢!～

日8月8日(木) 午後2時～3時30分

場日本橋社会教育会館

対区内在住・在学の小学生

◎小学校3年生以下は要保護者同伴

内点数を競いながら矢を吹き放つスポーツ吹矢。保護者も体験できます。

定20人(抽選)

費300円(教材費)

申7月26日までに電話、またはファクスで①～④(2面記入例参照)⑤在学校名・学年⑥保護者同伴の有無を記入して問へ申し込む。

【協力団体】人形町吹矢の会

問日本橋社会教育会館

☎(3669)2102

FAX(3669)2720

囲碁を楽しもう!～初心者向け講座～

日8月21日(水) 午後2時～4時

場月島社会教育会館

対区内在住・在学の小学生

内初心者にも分かりやすく解説しながら囲碁を楽しみます。

定16人(抽選)

申8月7日までに電話、またはファクスで①～④(2面記入例参照)⑤在学校名・学年⑥保護者氏名⑦保護者の同伴有無を記入して問へ申し込む。

【協力団体】水曜囲碁会

問月島社会教育会館

☎(3531)6367

FAX(3531)6369



社会教育会館HP
社会教育会館公式LINE

環境情報センター「エコノバ」 イベント情報(8月)

環境情報センター「エコノバ」では、「中央区の森」の間伐材を使った工作やオオカミについて学べる「こどもエコサマーウィーク」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「エコノバ」

申各イベントの申込期限までに、問へ電話またはHPから申し込む。

問環境情報センター「エコノバ」

☎(6225)2433



夏休み子ども映画会

日8月2日(金)

午前10時30分～(午前10時15分開場)

場日本橋図書館6階図書館ホール

対5歳～小学生のお子さんとその保護者(未就学児は保護者同伴)

【上映作品】

「トム・ソーヤーの冒険」(邦画アニメ、90分)

定35人(先着順)

申7月14日から電話で問へ。

◎7月25日は休館日

◎3人分まで申し込み可能

◎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

問日本橋図書館

☎(3669)6207

手寫葵 Concert 2024～ Trio ～

日9月12日(木)

午後6時30分開演(午後5時30分開場)(予定)

場中央会館「銀座ブロッサム」ホール

対区内在住・在勤者

◎就学前のお子さんは入場できません。

内透明感ある歌声と豊かな表現力で多くの人を魅了し続けている手寫葵さん。スタジオジブリ作品をはじめ数多くの映画やCMソングでも起用されています。日々の喧噪から離れたゆったりとした時間を特別なプログラムでお過ごしく下さい。

◎内容や申し込み方法など詳しくはHPをご覧ください。

定800人(全席指定/抽選)

費2,000円(当日会場で支払い)

◎子ども料金の設定はありません。

申8月8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手寫葵コンサート②～⑤(2面記入例参照)⑥在勤の方は勤務先

(名称・所在地・電話番号)を記入して問へ申し込む。

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



手寫葵さん

NPO法人築地居留地研究会 定例研究報告会

日7月20日(土)

午後2時～4時

場カトリック築地教会(明石町5-26)

内津田梅子の父親津田仙と津田梅子に関する講演

【テーマ】

2024新札の肖像、官費米国女子留学生第一号津田梅子と築地居留地

定80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



立川談幸納涼古典落語の会

日8月24日(土)

午後2時～4時

場人形町区民館5階1・2号室

対区内在住・在勤・在学者

内真打ちの落語家による本格的な落語をお届け(弟子の方も登場)

定50人(先着順)

費500円

申7月13日から電話で問へ(受け付けは午前10時～午後8時)。

問人形町区民館

☎(3668)5537

ポイントを押さえ美しい文字 を書こう

日8月21日(水)

午後2時～4時

場晴海区民館1・2号室

対区内在住・在勤者

内自分の癖を直しながら、百人一首を題材に練習。短冊やカードに書いて持ち帰ります。

定20人(先着順)

費500円

【持ち物】

ボールペンまたは筆ペン

申7月13日から電話で問へ(受け付けは午前9時～午後5時)。

問晴海区民館

☎(3531)5571

スマホささえ隊養成講座

【日】7月31日(水)・8月7日(水)
午後1時30分～4時30分
【場】社会福祉協議会3階大会議室
【対】区内在住・在勤・在学者で、2日間とも参加できる方
【内】ご自身の暮らす・働く・学ぶ地域で、スマホを十分に使いこなせていない高齢者や初心者にスマホの使い方をサポートする「スマホささえ隊」を養成
【定】20人(抽選)
【申】7月17日までに申し込みフォーム、電話またはEメールに①～⑤(2面記入例参照)⑥スマホの種類(Android/iPhone)を記入して【問】へ申し込む。
【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



申し込みフォーム

ブーケ21「事業協力スタッフ養成講座講座班/広報班 参加者募集！」

男女共同参画社会を推進する拠点「ブーケ21」で行う講座の企画・広報に協力するスタッフの養成講座を開催します。詳しい日程は【HP】をご覧ください。
【場】男女平等センター「ブーケ21」
【対】区内在住・在勤・在学者
【内】男女共同参画への理解を深め、重要な課題の一つである「あらゆる暴力の根絶」に関する啓発講座の企画・広報に実践的に携わります。
【定】講座班20人/広報班10人程度(先着順)
【申】7月13日から電子申請、電話またはファクスに①～④(2面記入例参照)⑤Eメールアドレスを記入して【問】へ申し込む。
【記】生後3カ月以上の未就学のお子さんをお預かりします。希望する方は8月19日までに、申し込みの際にお子さんの氏名・ふりがな・年齢を記入してください。
◎円滑な事業運営を図るため、講座の実施事業者、参加者同士で連絡先の交換を行いますので、あらかじめご了承ください。
【問】総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652



区HP



電子申請

女子学生の未来応援企画～先輩女性に聞く わたしが知りたい理系進路のリアル～

【日】8月24日(土)
午前10時～正午
【場】オンライン(Zoom)
【内】理工系分野の女子大学生や働く女性など、少し先を行く先輩のリアルな話が聞けるオンラインイベント。参加者の疑問にもお答えします。

【定】30人程度(先着順)
【申】7月13日から電子申請、電話またはファクスに①・②(2面記入例参照)③電話番号④メールアドレスを記入して【問】へ申し込む。

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



区HP



電子申請



スポーツ

9～12月のスポーツ教室

【場】総合スポーツセンター、月島スポーツプラザ
【申込期限など】
7月21日(必着/抽選)
◎教室の内容や申し込み方法については【HP】をご覧ください。お問い合わせください。
【問】総合スポーツセンター
☎(3666)1501
月島スポーツプラザ
☎(3534)5883



総合スポーツセンター・月島スポーツプラザ【HP】



国保・年金

令和6年度後期高齢者医療保険料納入通知書の送付

令和6年度の後期高齢者医療保険料納入通知書を、7月中旬に全加入者宛てに送付します。
【保険料の納付方法】
・特別徴収
2カ月ごとに支払われる年金から、あらかじめ2カ月分の保険料を天引き
・普通徴収
1カ月分の保険料を毎月納付書または口座振替により支払う
◎支払い回数は令和6年7月から翌年3月までの9回

【保険料の減免】
災害などの特別な事由により保険料を支払うことが一時的に困難なときは、保険料の徴収猶予や減免制度があります。

【問】保険年金課資格係
☎(3546)5362

保養施設(指定旅館)のご案内

保養施設の一覧は、6月中旬に送付した「国保のてびき」または【HP】をご覧ください。
◎申し込みの際に中央区国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者であること、利用人数、利用期間を伝え、利用料金を確認してください。
◎利用当日は、健康保険証を持参し、保養施設に提示
【問】保険年金課給付係
☎(3546)5361



区HP

一定の条件を満たす60歳以上の方も国民年金に加入できます

老齢基礎年金は、20歳から60歳までの40年間保険料を納めなければ、満額の年金を受け取れません。保険料の納め忘れなどで、納付済期間が40年に満たない場合は、60歳から65歳になるまでの間に申し出日から任意加入して保険料を納めて満額に近づけることができます。

なお、老齢基礎年金を受けるためには保険料の納付期間や保険料の免除期間などが原則として10年以上必要となりますが、この要件を満たしていない場合は、65歳から70歳になるまでの間、要件を満たすまで任意加入することができます(ただし、昭和40年4月1日以前に生まれた方に限る)。

【問】保険年金課年金係
☎(3546)5371
中央年金事務所国民年金課
☎(3543)1411(代表)

国民年金保険料の免除・納付猶予制度

国民年金保険料の納付が困難な場合は、保険料の免除制度・納付猶予制度をご利用ください。

◎免除・納付猶予は、申請時の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請ができます。

【免除(全額免除・一部免除)】

本人、配偶者および世帯主の前年の所得が一定基準以下の場合、申請により利用できます。保険料の全額が免除される「全額免除」と、保険料の一部を納付することで、残りの保険料が免除となる「一部免除」があります。

【納付猶予】

本人(50歳未満)および配偶者の前年の所得が一定基準以下の場合、申請により利用できます。

【退職(失業など)による特例免除】

特例免除を申請できる期間は、退職(失業など)のあった月の前月から翌々年6月までです。この特例が適用されると、本人の所得は除外して審査されます。ただし、配偶者、世帯主の所得が一定以上の場合は免除が認められない場合があります。

申請には、失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票など)が必要となります。また、この特例免除は、配偶者、世帯主が退職した場合にも対象となります。

【保険料免除と年金給付の関係】

免除・納付猶予が承認された期間はいずれも、老齢・障害・遺族年金の受給資格期間に算入されます。また、免除の承認期間は、年金額の計算に一部反映されますが、納付猶予の承認期間は、年金額の計算には反映されません。

免除された期間は、保険料を全額納付した場合と比べて、全額免除は2分の1、4分の3免除は8分の5、半額免除は8分の6、4分の1免除は8分の7として年金額が計算されます。

なお、一部免除の承認期間は、一部納付分の保険料を納付しないと免

除が無効となります。

【追納により年金額が増やせます】

老齢基礎年金を増額するために、免除または納付猶予の承認を受けてから10年以内であれば、後から免除・納付猶予された保険料を納めることができる追納制度があります。

【問】保険年金課年金係

☎(3546)5371

中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411(代表)

国民健康保険料の軽減・減免

【倒産・解雇、雇い止めなどにより】退職された方の軽減

申請により保険料が軽減される場合があります。

申請には国民健康保険被保険者証と雇用保険受給資格者証が必要です。

【災害その他特別な事情による減免】
災害などで生活が一時的に著しく困難になった時は、申請により一定期間、保険料の減免を受けることができます。

申請には国民健康保険被保険者証、生活が困難である状況を証明できる書類、申請理由を証明できる書類が必要です。

同様に、医療機関などの窓口で支払う医療費の一部負担金についても減免の制度があります。

◎個々の事情により異なりますので、事前にお問い合わせください。

【問】保険料の軽減・減免について

保険年金課資格係

☎(3546)5362

・医療費の一部負担金の減免について
保険年金課給付係
☎(3546)5361

所得の申告を

【国民健康保険料均等割額の軽減】

令和5年中の総所得金額等が軽減判定基準に該当した世帯に対して、保険料の均等割額が軽減されます。

世帯(世帯主と加入者全員)の中で所得の申告をしていない方がいる場合は、軽減判定ができません。前年に収入がない方も、所得の申告をしてください。

高額療養費の自己負担限度額の変更と入院時食事代の標準負担額の減額

申告により「住民税非課税世帯等」になった方は、高額療養費の自己負担限度額および、入院時の食事代の標準負担額も減額されます。

◎後期高齢者医療制度に加入している方で、申告が確認できていない方には、後期高齢者医療制度保険料に関する申告書をすでに送付しています。提出していない方は、お早めに提出してください。

【問】保険料について

保険年金課資格係

☎(3546)5362

・高額療養費などについて

保険年金課給付係

☎(3546)5360