

情報

ChuoCity Information

はがき・FAX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
- 申込先からメール受信できるように設定してください
- 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

◎圏に〒・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
- 〇〇課〇〇係(圏の宛名)

- 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

子ども・子育て



ひとり親家庭日帰りバス研修

日7月27日(日)(荒天など中止による振替日は8月24日(日))

- 集合 午前7時30分 区役所前
- 解散 午後5時30分(予定)

場 栃木県芳賀郡益子町・宇都宮市(行き先)

対 区内在住で次の要件を全て満たすひとり親家庭世帯

- 子どもが4歳(令和4年4月1日以前生まれ)から中学生
- 振替日に参加可能

内 益子焼体験施設での益子焼絵付け体験、宇都宮市内餃子専門店での昼食、大谷資料館見学など

定 80人(抽選/過去に参加していない世帯を優先)

費 2,000円/世帯

申 6月27日正午までにHPから申し込む。

問 社会福祉協議会在宅福祉部推進課

☎(3206)0603

詳しくは

社会福祉協議会HPへ



親子消費者講座

〈中央区消費者友の会共催〉

「未知の宇宙と情報リテラシーを学ぶ体験型見学」

日7月23日(水)

午前8時～午後5時(予定)

場 集合・解散：区役所前(観光バス利用)

行き先：はまぎんこども宇宙科学館、横浜中華街(昼食)、ニュースパーク(日本新聞博物館)

対 区内在住・在学の小学校4～6年生とその保護者(小学生1人につき、保護者1人同伴)

内 宇宙体験、プラネタリウム鑑賞、新聞づくり体験など親子で一日楽しみながら学びます。

定 20組40人(抽選)

費 3,000円(2人分の昼食代)

申 6月27日までに申し込みフォームから申し込む。

◎昼食はアレルギー対応できません。

問 区民生活課消費生活係

☎(3546)5332



申し込みフォーム

ツイズクラブ 交流会～ふたごちゃん・みつごちゃん集まれ!～

日6月30日(月)

午後1時30分～3時

場 晴海保健センター

対 区内在住の多胎児妊娠中の夫婦・多胎児家庭(保護者2人まで)

内 多胎児ならではの妊娠・出産・育児の楽しみ、不安や悩みを、皆さんでお話ししましょう。

定 7組程度(抽選)

申 6月13日～23日にHPまたは電話で問へ。

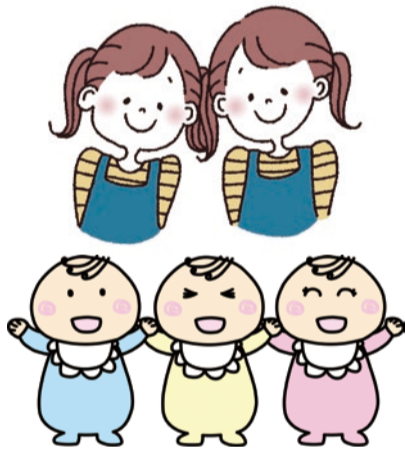
◎定員に満たない場合は、申込期間終了後も申し込みを受け付けます。

問 晴海保健センター健康係

☎(6381)2972



詳しくは区HPへ



子育て中のイライラをコントロールしよう

日7月12日(土)

午前10時～11時30分

場 子ども家庭支援センター「きらら中央」勝どき分室地域活動室

対 区内在住の未就学児の保護者

内 自分を見つめる作業を通して、自己肯定感を高め、前向きに子育てすることを目指す講座。

定 12人程度(抽選)

申 6月26日までに申し込みフォームまたは電話で問へ。

託 1歳以上の未就学児(参加申込時に申し込む)

◎1歳未満の子どもは同席または一時預かり保育を利用。

問 子ども家庭支援センター「きらら中央」勝どき分室

☎(3534)2103



申し込みフォーム

高齢者



シニアのためのいきいきダンス

日6月30日(月)

午前10時～11時

場 はるみらい多目的スタジオ

対 60歳以上

内 ダンスのインストラクターとともに、音楽に合わせて楽しく健康づくり。各自の体調やペースに合わせて無理なく体を動かします。

定 15人(先着順)

費 500円

申 6月3日～29日にHPまたははるみらい1階窓口へ。

問 晴海地域交流センター「はるみらい」

☎(3531)2743



詳しくは
はるみらいHPへ



高齢者の無料職業紹介所「シルバーワーク中央」

お仕事をお探しの皆さんへ

おおむね55歳以上の方の就業に関する相談・職業紹介を行う高齢者向け無料職業紹介所です。

地域密着の求人情報をはじめ、関係機関と連携したハローワーク案件もそろえ、パートタイムからフルタイムまで多種多様な求人情報を用意し、就職までのご相談にきめ細かく応じています。

◎求人情報の一部は、HPでもご覧いただけます。

開所日時

月～金曜日(祝日・年末年始を除く)

午前9時～午後4時

場 八丁堀3-17-9京華スクエア1階

対 おおむね55歳以上の方

人材をお探しの事業主の皆さんへ

事業主からの求人情報と求職者とのマッチングを行い、即戦力につながる人材を紹介しています。求人登録は、企業、団体、NPO法人など業種を問わず受け付けています。

また、一定の条件の下、60歳以上の高齢者を雇用すると、助成金、奨励金などが受け取れる制度もあります。経験豊かな人材をお探しの事業主からのご相談をお待ちしています。

問 社会福祉協議会シルバーワーク中央

☎(3551)9200



詳しくは
シルバーワーク中央HPへ



健康・福祉



お口のヘルスアップイベント!

6月4日～10日は歯と口の健康週間

口の渇き・口臭・むせ・顔の凝りなど気になっていませんか。お口は味わう、しゃべる、笑うなど心と体の健康の入り口です。

保健センターと歯科医師会では、歯と口の健康週間に皆さんのお口の健康づくりをサポートする取り組みを行います。

日本橋プラザ会場

日6月4日(水)

午前11時～午後1時

場 日本橋プラザビル前イベント広場

内 パネル展示、歯科相談、歯磨きアドバイスなど

申 当日、直接会場へ。

月島保健センター会場

日6月10日(火)

午後0時30分～2時30分

場 ムーンアイランドタワー地下1階サンクンガーデン(月島保健センター地下1階)

内 歯科相談、歯磨きアドバイス、お口と体のフレイルチェック、骨密度測定、栄養相談など

申 当日、直接会場へ。

区内歯科医師会各会員診療所

日6月4日(水)～10日(火)

◎診療所により時間が異なります。

内 歯科相談

申 各診療所へ電話で申し込む。

共通

対 区内在住・在勤者

問 月島保健センター健康係

☎(5560)0765

・区内歯科医師会会員診療所について京橋歯科医師会

☎(3538)2700

お江戸日本橋歯科医師会

☎(3661)1565



詳しくは区HPへ



認知症サポーター養成講座

日7月5日(土)

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 認知症について正しい理解を持ち、認知症の方やご家族を温かく見守る応援者になるための講座。講座終了時に、サポーターの証しとなる認知症サポーターカードをお渡しします。

定 30人(先着順)

申 6月9日～27日に電話で問へ。

問 月島おとしより相談センター

☎(3531)1005

腰痛予防教室

日6月21日(土) 午後2時~4時
場 佃区民館3階1・2号室
対 区内在住・在勤・在学者
内 腰痛改善のための基礎知識を身に付け、予防のために生活習慣を工夫する方法を学びます。
定 15人(抽選)
費 500円
申 6月3日~12日に電話で問へ。
問 佃区民館 (3533)6951 (午前9時~午後5時)

東京都予防医学協会で乳がん検診が受診できます

実施期間 8月1日~12月26日
・月~金曜日(祝日を除く)
①午前9時~11時
②午後1時~3時
・土曜日(祝日、第2・4土曜日を除く)
③午前9時~11時
場 東京都予防医学協会(新宿区市谷土原町1-2)
対 ・区内在住で令和8年3月31日時点で年齢が36歳以上の偶数歳の女性
・昨年度受診していない奇数歳の女性
内 問診・マンモグラフィ(乳房エックス線)検査
定 各日①~③の時間帯ごとに各1人(先着順)
費 無料(精密検査および検診内容以外の検査は受診者負担)
申 6月2日午前8時30分から受診希望月の前々月末までに、電話で問へ。
◎受診ができない場合など、注意事項はHPをご覧ください。
◎乳がん検診は区内医療機関でも受診できます。
問 中央区保健所健康推進課健診事業係 (3546)5397

詳しくは区HPへ



ヘルスアップ教室「成人のための健康な体づくり(糖尿病予防編)」

日7月8日(火) 午後1時15分~3時45分
場 中央区保健所2階大会議室
対 20歳~64歳の区内在住者
内 講義: 糖尿病を予防するための食生活7カ条
運動実技: 座るから動くへ時短運動で自分時間をコントロール
◎血圧測定・試食があります。
定 12人(抽選)

申 6月2日~12日にHPまたは電話で問へ。
問 中央区保健所健康推進課健康係 (3541)5930



詳しくは区HPへ

ささえあいサポーター養成講座

日7月2日(水) 午後2時~4時
①7月10日(木) 午後2時~4時
②7月16日(水) 午後2時~4時
◎各回とも同じ内容
場 ①はるみらい1階
①築地交流スペース ツキチカ!
②十思スクエア2階会議室
対 区内在住・在勤・在学者
内 身近な地域で悩みを抱えている方の変化にいち早く気づき、必要な支援につなぐサポーターの養成講座
定 各回10人(抽選)
申 6月25日までに申し込みフォーム、電話またはEメールに①~⑤(6面記入例参照)⑥希望会場を記入し問へ。
問 社会福祉協議会地域支援部ささえあい課 (3523)9295
sasae@shakyo-chuo-city.jp



申し込みフォーム

令和7年度ぜん息児運動教室(フライングディスク教室)

日8月26日(火) 午前9時30分~正午
場 築地社会教育会館
対 区内在住で医師に気管支ぜん息と診断されている小学校1年生~中学校3年生
内 子どもたちが医師など専門スタッフの下でぜんそくに関する知識などを学び、自己管理方法を習得します。また、有酸素運動を通して運動習慣を身に付けます。
定 15人(抽選)
申 6月16日(必着)までにHPまたは申込書(保健所4階健康推進課給付係で配布/HPでダウンロード)を直接または郵送で問へ。
◎参加決定者には、区から主治医に参加の可否を問い合わせます。3月以降に受診をしていない場合、受診をお願いすることがあります。
問 中央区保健所健康推進課給付係 (3546)5400



詳しくは区HPへ

在宅介護に役立つ「介護者教室・交流会」家族介護者のメンタルヘルス

日7月13日(日) 午後2時~3時30分
場 ①マイホームはるみ4階
①オンライン(Zoom)
対 区内在住・在勤・在学者、その他介護に興味・関心のある方

内 家族介護者の役割を果たしながら自分自身の心と体を守るセルフケアについて説明します。教室終了後、介護に関する悩みの共有や情報交換の場として、交流会を開催します。
定 各20人(先着順)
申 6月3日~7月12日に⑦の場合は電話で、⑧の場合はEメールで①「介護者教室申し込み」②氏名・ふりがな③電話番号を記入し問へ。
問 マイホームはるみ (3531)7635
harumi-shien@foryou.or.jp



詳しくは区HPへ

知っていますか? 認知症サポート電話

保健師や社会福祉士などの専門職員が、認知症ではないかと思い悩んでいるご本人や、認知症の方を介護しているご家族のさまざまな悩みについての相談を電話でお受けします。匿名でも構いません。
必要に応じて、自宅に伺うこともできます。
電話相談 月~金曜日 午前8時30分~午後5時 (祝日・休日、年末年始を除く)
相談専用電話 (3546)5286
問 介護保険課地域支援係 (3546)5379



講座・催し

中央区学校保健会講演会

日7月3日(木) 午後3時~4時
場 教育センター5階視聴覚ホール
対 区内在住・在勤・在学者
内 社会の環境変化などに伴い多様化する健康問題の実情を知り、対応を考えます。
[テーマ] 最近の子ども達の健康問題について考える
師 聖路加国際大学 名誉教授 岩辺 京子
定 50人(先着順)
申 6月3日~7月2日に電話で問へ。
◎車でのご来場はお控えください。
問 学務課保健給食係 (3546)5517



▲岩辺 京子さん

マジックショー&講座

日6月29日(日) 午前10時~11時30分
場 月島区民館3階5号室
対 区内在住・在勤・在学者
内 マジックショー観覧後、マジックを学ぶ。本格マジックの入門レベルの講座。
◎マジック道具をプレゼント
定 20人(抽選)
費 500円
申 6月3日~12日に電話で問へ。
問 月島区民館 (3531)6932 (午前9時~午後5時)



中村ひでゆきの高齢者漫談

日7月13日(日) 午後2時~3時
場 浜町区民館5階7号室
対 区内在住・在勤・在学者
内 吉本興業の芸人、中村ひでゆきさんによる漫談を楽しみ、笑って元気になれる会です。
定 30人(先着順)
申 6月3日から電話で問へ。
問 浜町区民館 (3668)2354 (午前10時~午後8時)



▲中村 ひでゆきさん

おひとりさまの防災対策~単身高齢者の「つながり」と「支え合い」~

ワークショップの開催
日6月28日(土) 午前10時~正午
場 区役所8階大会議室
対 区内在住でテーマに興味・関心のある方
内 講演とグループワーク
「中央区災害時地域たすけあい名簿」の中でも多くの割合を占める「ひとり暮らしの高齢者」に着目し、高齢者福祉の観点から災害への備えを考える。
「中央区災害時地域たすけあい名簿」とは
高齢や障害などの理由により災害時に自力で避難することが困難な方で、地域や近隣住民などの支援を希望する方の情報を区が取りまとめたものです。町会・自治会などに提供し、災害時の安否確認や避難支援などに活用しています。
申 6月2日から申し込みフォームまたは電話で問へ。
問 高齢者福祉課高齢者福祉係 (3546)5353



申し込みフォーム

ゴスペルミニコンサート ~いっしょに歌おう!~

日 7月6日(日)
午前10時30分~11時30分
場 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
1階多目的ホール
内 ゴスペルグループ「whooms」による朗読、ミニコンサート。
定 50人(先着順)
申 6月3日からHP、電話または直接問へ。
問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151



詳しくは図書館HPへ



トークイベント&交流会 人と地域の接点を生み出す アイデア持ち寄り会

日 7月5日(土)
午前10時~正午
場 はるみらい集会室1
内 人口増加が進む晴海地区の住民同士のつながりを生み出すため、何かしたい・始めたい人でアイデアを持ち寄り、実現する方策を考えます。
定 15人(抽選)
申 6月3日~29日にHPから申し込む。
問 晴海地域交流センター「はるみらい」
☎(3531)2743



詳しくは
はるみらいHPへ

スズキコージのジョキジョキ切っ て万国旗?づくり

日 6月29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 小学生以上
内 絵本画家として活躍するスズキコージさんのお話を聞きながら、切り絵工作をします。
定 30人(先着順)
申 6月7日から電話または直接問へ。
問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151



▲スズキコージさん



詳しくは図書館HPへ

「銀座百点」創刊70周年記念講演会

日 7月12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 「銀座百点」は今年で創刊70周年。これを記念し、編集長の田辺夕子さんをお招きして「銀座百点」の歴史や

これからについてお話しいただきます。



▲田辺 夕子さん

定 80人(先着順)
申 6月6日からHP、電話または直接問へ。
問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151



詳しくは図書館HPへ



日本橋図書館 映画鑑賞会

日 6月21日(土)
午後2時~4時20分
(開場午後1時30分)
場 日本橋図書館6階図書館ホール
対 中学生以上
内 「小さき麦の花」(洋画/中国、133分)を上映
定 35人(先着順)
申 6月4日から電話で問へ。
◎2人分まで申し込み可
問 日本橋図書館
☎(3669)6207

日本橋図書館SDGsワークショップ 「お気に入りの紙袋でブックカバー作り」

日 6月22日(日)
①午前11時~正午
(開場午前10時45分)
②午後2時~3時
(開場午後1時45分)
場 日本橋図書館6階図書館ホール
対 小学校4年生以上
内 もったいなくて捨てられない紙袋をブックカバーにリメイクします。図書館のブックコートで仕上げ、本の水ぬれを防止します。
定 各回6人(先着順)
申 6月4日から電話、または直接問へ。
◎高さ20センチ以上の紙袋を持参
問 日本橋図書館
☎(3669)6207



東京湾サンセットクルーズ

日 7月26日(土)
・集合 午後3時50分
・出航 午後4時20分
(約2時間のクルージング)
場 日の出心頭シンフォニー乗り場
(港区海岸2-7-104)
対 中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同居家族
内 クルージングレストラン「シンフォニー」の部屋をスペースチャーターしてのクルージングとコース料理(フリードリンク付き)

定 50人(抽選)
費 ・大人 10,700円
・小人(小学生) 8,600円
申 6月13日(必着)までにはがき(1グループ4人まで、1枚限り)に「東京湾サンセットクルーズ」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・年齢を記入し問へ。

問 緑縁トラベル「レッツ中央担当」
〒160-0017
新宿区左門町3-1
左門イレブンビル1階
☎(6380)1615
(平日午前9時~午後6時)



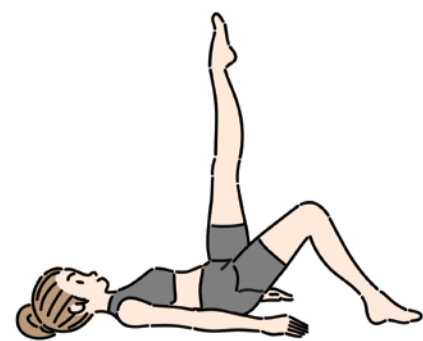
雇用主研修会(人権啓発)

日 6月24日(火)
午後1時30分~4時
場 文京シビックホール大ホール
(文京区春日1-16-21)
対 企業の経営者および人事担当責任者など
内 ・講演「インターネットによる人権侵害と公正な採用選考」
・講義「公正な採用選考について」
定 1,300人(先着順)
申 6月17日までにHPから申し込む。
問 飯田橋公共職業安定所
☎(3812)8781
詳しくは
ハローワーク飯田橋HPへ



健康セミナー「ピラティス教室」

日 7月9日~30日の毎週水曜日(全4回)
午後6時30分~8時
場 築地社会教育会館3階第3和室
対 区内中小企業に勤務する方および区内在住者
内 ・正しい姿勢を身に付ける
・身体の柔軟性を高める
・疲れにくい体を作る など
定 20人(抽選)
費 1,000円
申 6月10日(必着)までに往復はがきまたはEメールに①~⑤(6面記入例参照)⑥在勤者は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入し問へ。
問 レッツ中央(勤労者サービス公社)
〒104-0061
銀座4-9-8NMF銀座四丁目ビル2階
☎(3546)8610
✉kinro_oubo@chuo-tokyo.com



多摩の森 自然体験ツアー 山のふるさと村で森林セラピーと 鹿角ストラップ作成&蕎麦打ち体験

日 6月28日(土)、7月5日(土)
・集合 午前8時
・解散 午後6時(予定)
◎2日間とも同じ内容
場 東京駅周辺(集合・解散)
山のふるさと村(西多摩郡奥多摩町)
(行き先)
対 区内在住・在勤・在学の小学校5年生以上(参加最大3人まで。小学校5・6年生は保護者の同伴が必要)
内 ・森林セラピー
・鹿角を使ったストラップ作り
・そば打ち体験
定 7人(抽選)
◎千代田区、中央区、台東区、品川区、目黒区、荒川区、葛飾区でそれぞれ募集し、2日間で計49人参加予定です(15人未満の場合は中止)。
費 2,500円(昼食・保険代含む)
申 6月9日までに申し込みフォームまたは電話で問へ。
問 多摩の森自然体験ツアーデスク
京王観光(株)東京第1支店
☎(5312)6540



申し込みフォーム



スポーツ



スポーツの楽しさ発見事業 「楽しい卓球デビュー!友達と一緒に ラリーに挑戦しよう!」

日 7月5日(土)
①午後2時~3時(小学校1・2年生)
②午後3時10分~4時10分(小学校3~6年生)
場 総合スポーツセンター主競技場
対 区内在住・在学の小学生
定 各回30人(抽選)
費 無料(傷害保険は任意加入で800円)
申 6月15日までに申し込みフォームから申し込む。
問 スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531



申し込みフォーム



春季区民体育大会 キンボールスポーツ大会

日 7月19日(土)
午前9時30分～
場 総合スポーツセンター主競技場
対 区内在住・在学・在勤者
[部門]小学校1・2年生の部、小学校3・4年生の部、小学校5・6年生の部、中学生以上の部
定 全部門40チーム
(1チーム4～8人、先着順)
費 小学生：500円/人
中学生以上：1,000円/人
申 6月3日～20日に申込用紙(HPでダウンロード)をEメールで問へ。
◎メールの件名は「R7春季区民体育大会参加申し込み」とする。
問 中央区キンボールスポーツ連盟
✉ chuo.kinball@gmail.com



スポーツ指導者養成セミナー 「フォロー研修」

日 7月30日(水)
午後6時30分～8時
(受け付けは午後6時15分～)
場 区役所8階大会議室
対 スポーツ指導に関心のある方
内 スポーツ指導者として必要な理論を習得するためのセミナー。元デフ選手を講師に迎え、デフリンピックについてお話しいただきます。
師 元デフ水泳選手 藤川 彩夏
定 100人(抽選)
申 6月16日(必着)までに申し込みフォーム、はがきまたはFAXに①～⑤(6面記入例参照)を記入し問へ。
問 スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
☎(3546)9561



▲藤川 彩夏さん



障害者スポーツ体験会 ～みんなで気軽にスポーツを体験してみませんか～

日 7月5日(土)
午前10時～正午
場 総合スポーツセンター主競技場
対 区内在住・在勤・在学で障害のある方
◎介助が必要な方はご家族の方などの同伴をお願いします(同伴者も一緒に楽しめます)。
内 ラケットテニス、スナッグゴルフ、ボッチャ、モルック、ストラックアウト、ハンドアーチェリー

◎各種目の詳しい内容については、HPをご覧ください。
◎当日は指導員がルールや競技方法などを説明します。
定 60人(先着順、同伴者含む)
申 6月16日までに申し込みフォーム、電話またはFAXに①～⑤(6面記入例参照)⑥障害の程度、種類⑦同伴者の人数、氏名・ふりがなを記入し問へ。
◎運動制限を受けている方は主治医に相談の上、ご参加ください。
◎当日は手話通訳者・要約筆記者を配置します。
◎傷害保険は区が加入します。
問 スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
☎(3546)9561



税・国保・年金

6月2日からスマートフォン決済にPayBと楽天銀行コンビニ支払サービスが追加されます

スマートフォン決済アプリを利用して納付書のバーコードを撮影することで国民健康保険料などを納付できます。

対象保険料
国民健康保険料
介護保険料
後期高齢者医療保険料

対応決済アプリ
モバイルレジ、PayPay、auPay、d払い、J-CoinPay、楽天ペイ、ファミペイ、PayB、楽天銀行コンビニ支払サービス

◎太字は新たに追加された決済アプリ
◎PayBは金融機関ごとにアプリが異なります。詳しくはHPでご確認ください。
問 保険年金課収納係
☎(3546)5365

詳しくはPayBHPへ



特別区民税・都民税・森林環境税の納税通知書・納付書の発送

発送日
6月10日
◎課税(非課税)証明書の交付開始は6月10日からです。
◎3月18日以降に申告書を提出した方は、税額通知書および課税証明書に申告内容が反映されていない場合があります。対象となる方には順次、税額変更通知書をお送りします。
第1期分の納期限
6月30日
金融機関、郵便局、コンビニ・スマートフォンアプリ(納付書に記載された額が30万円以下のバーコードのある

もの)または区役所2階税務課、各特別出張所で期限までに納めてください。
公的年金から特別徴収されている方などへ

公的年金から住民税の特別徴収(差し引き)をされている方や、新たに特別徴収を開始する方についても、6月10日に通知書を発送します。

問・通知書について
税務課課税係
☎(3546)5270
・納付書について
税務課収納係
☎(3546)5277

令和7年度国民健康保険料の納入通知書を6月16日に送付します

国民健康保険に加入している方に今年度の保険料を通知します。これは、同一世帯の国民健康保険加入者数と前年度中の所得を基に計算したものです。なお、保険料率(均等割額と所得割)を改定したため、前年度とは金額が異なります。

詳しくは、納入通知書に同封する「国保だより」をご覧ください。

◎保険料の支払い方法は、口座振替が原則です。ご協力をお願いします。

所得申告
一定の所得以下の世帯では、保険料が減額になる場合もあります。世帯の中で令和6年中の所得の申告をしていない方がいる場合は、収入の有無にかかわらず、お早めに所得の申告をしてください。
問 保険年金課資格係
☎(3546)5362

特別区民税・都民税・森林環境税の減免申請

生活保護を受けている場合などは、減免の制度があります。

問 税務課課税係
☎(3546)5270

詳しくは区HPへ

交通事故で国民健康保険を使うときには必ず届け出を

交通事故や傷害事件など、第三者(加害者)から受けたけがの治療費は、原則として加害者が負担するものです。

しかし、加害者がすぐに治療費を払えないなど、やむを得ない場合は、区に届け出(第三者行為による傷病届)を行うと国民健康保険を使って治療を受けることができます。

国民健康保険を使ったときは、治療費から一部負担金を除いた額を、国民健康保険が加害者の代わりに医療機関などへ立て替えて支払い、後日加害者に立て替えた分を請求します。

なお、次のようなときは、国民健康保険は使えません。

- ・加害者からすでに治療費を受け取った、または示談を済ませた
- ・業務中や通勤中の事故
- ・被害者が飲酒運転や無免許運転などの違法行為をしていた

問 保険年金課給付係
☎(3546)5361

特別区民税・都民税・森林環境税の公的年金からの特別徴収制度

年金特別徴収
公的年金を受けている方の納税の利便性を図る目的で、公的年金を支給する際に個人住民税(特別区民税・都民税)・森林環境税を差し引いて行う徴収です。

対 特別区民税・都民税・森林環境税の納税義務者のうち、前年中に公的年金などを受給している65歳以上の方ただし、次に該当する方は対象になりません。

- ・年金収入のみの方(65歳以上)で公的年金所得だけでは非課税となる方
 - ・公的年金から差し引く住民税額が老齢基礎年金額を超える方
 - ・中央区で介護保険の特別徴収対象被保険者でない方
 - ・配当割控除額または株式等譲渡所得割控除額が均等割額以上ある方
- ◎対象となる年金は老齢基礎年金などの老齢、または退職を支給事由とする公的年金

◎特別徴収の対象税額は、前年中の公的年金所得に係る個人住民税の所得割額および均等割額・森林環境税

年金仮徴収

令和6年度における年金からの特別徴収は、2月分まで行いました。その後、年金特別徴収額の6分の1の額を1回分として4・6・8月分の徴収額とする仮徴収が始まっています。

ただし、この金額はあくまでも仮で設定されているため、令和7年度の住民税額を決定する6月に、決定した税額との調整を行い、その上で本徴収を実施します。

なお、税額の計算結果によっては年金特別徴収を中止し、普通徴収に変更して納付書で納めていただく場合や、多く徴収している仮徴収税額の一部または全部を還付する場合があります。

計算結果は、6月10日に発送する「特別区民税・都民税・森林環境税納税通知書」に記載しています。

◎令和7年度の個人住民税(特別区民税・都民税)・森林環境税が仮徴収分を下回っている場合は、別途還付通知書をお送りします。

問 税務課課税係
☎(3546)5270

中央都税事務所からのお知らせ 6月は固定資産税・都市計画税第1期分の納期

納税通知書を、6月2日に発送します。お近くの金融機関・郵便局、指定のコンビニエンスストアなどで、6月30日までに納めてください。

また、クレジットカードやスマートフォン決済アプリ、口座振替、金融機関・郵便局のペイジー対応のATM、インターネットバンキング、モバイルバンキングでも納付できます。

問・中央都税事務所
☎(3553)2151
・口座振替の申し込み方法など
東京都主税局徴収部納税推進課
☎(3252)0955

国民健康保険・後期高齢者医療制度夏季施設「海の家」「山の家」の空室申し込み

空室状況など詳細は、チラシまたはHPをご覧ください。

中央区国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入している方とその家族

◎2人以上でご利用ください。

◎利用申し込みは1世帯(被保険者番号ごと)につき1回限り。すでに利用申し込みをしている方は、空室申し込みはできません。

■6月12日午前8時30分から利用希望日の3日前(3日前が土曜日・日曜日の場合はその前の金曜日)までに区役所4階保険年金課の窓口で直接申し込む。

◎6月12日は午前8時30分から先着順に受け付けます。

◎各特別出張所の窓口や電話での申し込みはできません。

問 保険年金課給付係
☎(3546)5360

詳しくは区HPへ



給与所得者が年の途中で退職した場合の特別区民税・都民税・森林環境税の納付方法

次のいずれかの方法で特別区民税・都民税・森林環境税を納めてください。

- ・退職時に特別徴収により、まとめて納める
- ・普通徴収により納める
- ・転職した場合で、転職先の会社の給与から引き続き特別徴収により納める

◎退職した場合は、特別徴収義務者(給与支払者)から異動届出書の提出が必要です。

問 税務課課税係
☎(3546)5270

国民年金の年金額の引き上げ

4月分(6月13日支払い分)からの年金額は、法律の規定により、前年度から1.9%の引き上げとなります。

6月13日の支払いに当たり、日本年金機構が6月初旬から、通知書を送付します。

問 日本年金機構ねんきんダイヤル
☎(0570)051165

おしらせ



日本橋特別出張所が2階フロアへ仮移転します

日本橋区民センターの大規模改修工事に伴い、特別出張所の受付窓口を1階から2階へ仮移転して業務を行います。2階での窓口業務は6月30日から開始します。

なお、1階フロアの工事終了後は2階から1階へ移転して窓口業務を行います(令和8年1月開始予定)。

問 日本橋特別出張所地域活動係
☎(3666)4251

6月は環境月間です

6月5日は「世界環境デー」です。これは1972年にストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたものです。

日本では、環境についての関心と理解を深めるとともに、環境活動への意欲を高めるため、6月5日を「環境の日」、6月の1カ月間を「環境月間」と定めています。

期間中、環境保全の重要性を認識し、環境に配慮した行動のきっかけとなるよう、エコまつりや環境情報センター「エコノバ」でのさまざまなイベントを行います。

さらに、「中央エコアクト」では、ポイントアップキャンペーンを実施します。期間中の対象イベントに参加すると、通常よりも多くポイントを獲得できます。

皆さんもイベントに参加し、環境について考えてみませんか。

問 環境課環境啓発係
☎(3546)9592

詳しくは環境情報センターHPへ
(「エコノバ」イベント情報)



詳しくは区HPへ
(中央エコアクトについて)



各種無料相談

行政書士相談

☎ 毎月第3水曜日
☎ 各種届け出、遺言相続などの相談
不動産取引相談

☎ 毎月第3月曜日
☎ 土地建物の売買・賃貸などの相談
土地家屋調査測量・表示登記相談

☎ 毎月第4木曜日
☎ 建物の新築・増築・取り壊しに伴う表示登記、土地測量(境界確定)、分筆などの相談

司法書士相談

☎ 毎月第1・3火曜日
☎ 相続、遺言、不動産登記、会社登記などの相談

◎「成年後見相談」を毎月第3火曜日に行っています。

遺言・公証相談

☎ 毎月第1水曜日
☎ 公正証書作成や遺言などの相談
共通

[相談時間]午後1時~4時

場 区役所1階区民相談室
◎電話予約が必要(空きがあれば当日受け付け可)

◎祝日・休日、年末年始は行っていません。

問 まごころステーション(区民相談)
☎(3546)9590

詳しくは区HPへ
(相談窓口一覧)



行政相談

国の仕事などに関する苦情や要望は行政相談委員へご相談ください。総務省へも相談ができます(電話・インターネット相談)。

☎ 毎月第3木曜日
午後1時~4時

場 区役所1階区民相談室

◎行政相談委員は、総務大臣から委嘱を受け、ボランティアで活動している皆さんの身近な相談相手です。

問 まごころステーション(区民相談)
☎(3546)9590
「行政苦情110番」行政相談センター「きくみみ」
☎(0570)090110

詳しくは総務省HPへ
(インターネットによる相談)



6月は外国人労働者問題啓発月間

外国人労働者の雇い入れ・離職の際には、その氏名、在留資格などについて、管轄のハローワークへ届け出る必要があります。

また、外国人労働者の雇用管理の改善は事業主の努力義務です。

問 飯田橋公共職業安定所事業所第二部門
☎(3812)8609
(部門コード32#)

環境情報センター「エコノバ」の臨時休館

7月5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

コミュニティふれあい銭湯

☎ 6月11日(水)・25日(水)

場 区内公衆浴場(銭湯)

費 200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。

問 地域振興課区民施設係
☎(3546)5623

保育園の夏季期間における会計年度任用職員(保育所支援員)の募集

勤務期間・時間

8月上旬ごろ~9月上旬ごろ
午前8時45分~午後5時(休憩1時間)

◎7月中の勤務もできます。勤務開始時期はご相談ください。

応募資格

18歳以上の方(高校生不可・保育士資格の有無は不問)

募集人数

20人程度

賃金

・日額10,503円
・交通費別途支給

申 写真付きの履歴書を区役所6階子ども子育て支援課に持参または郵送す

る。募集人員に達するまで募集します(おおむね7月中旬ごろまで)。

◎履歴書の備考欄には勤務期間中の勤務可能な日を記入してください。

採用方法

随時面接を行い、決定します。

問 子ども子育て支援課公立保育園係
☎(3546)5344

令和7年度中央区職員募集

募集職種

福祉Ⅱ類(保育士など)

募集人員

30人程度

受験資格

国籍・性別を問わず、昭和63年4月2日から平成18年4月1日までに生まれ、保育士資格を有し、都道府県知事の登録を受けている方(令和8年3月31日までに資格を取得し、都道府県知事の登録を受ける見込みの方を含む)

第一次選考

8月24日(日)

申込期間

7月31日まで

◎受験資格、申し込み方法など詳しくは、HPの採用情報または区役所3階職員課で配布している募集案内をご覧ください。

◎募集案内を郵送で請求する場合には、封筒に「福祉募集案内請求」と朱書きし、返信用封筒(角型2号・140円切手を貼り返送先を記入したもの)を同封の上、送付してください。

職員課人事係

☎(3546)9565

詳しくは区HPへ



区内介護サービス事業所への就職を支援します(中央区介護人材確保支援事業)

研修や職場見学・体験などを通して、就職を支援する「中央区介護人材確保支援事業」への参加者を募集します。

問 区内介護サービス事業所での就労を希望する方

☎ 介護職員初任者研修など
・職場見学・職場体験
・キャリアカウンセリング
・区内介護サービス事業所とのマッチング(面接の支援も行う)
・就業後の定着支援

定18人

[選考方法]

書類選考および面接

申 HPまたは電話で(株)シグマスタッフへ(随時受け付け)。

問 事業への参加について

(株)シグマスタッフ

☎(6806)1211

・事業について

介護保険課指導担当

☎(3546)5749

詳しくはシグマスタッフHPへ



柏学園で学習・スポーツ活動をしませんか

場千葉県柏市柏1236-1

利用可能施設

運動場、体育館、学習室、多目的室など

社会教育または社会体育を目的とする6人以上の団体

登録が必要です。要件・登録の方法はお問い合わせください。

利用可能日

- ① 青少年少女団体(区内在住の小・中学生で構成される団体) 土・日曜日、祝日・休日、学校の春季・夏季休業期間中(学校利用日を除く)
- ② 一般の団体 土・日曜日、祝日・休日(学校利用日、学校の春季・夏季休業期間中を除く)

◎①・②とも12月28日～1月4日を除く。

◎宿泊利用は青少年少女団体のみ可
使用料(一般の団体)

別表のとおり

◎青少年少女団体の使用料は無料(宿泊の場合は、宿泊利用料別途負担)

申区役所6階学務課で申し込む。

[申込期間]

① 3カ月前の1日午前10時から利用日前日まで(宿泊利用の場合は、利用日14日前まで)

② 2カ月前の1日午前10時から利用日前日まで

問学務課保健給食係

☎(3546)5517



詳しくは区HPへ

別表

施設名	利用区分		利用時間	
	午前・午後	1日		
学習室(63㎡)	400円	800円	[午前利用] 午前8時～午後1時 [午後利用] 午後1時～6時	
理科調理室(94.5㎡)	650円	1,300円		
多目的室(126㎡)	850円	1,700円		
製作活動室(94.5㎡)	650円	1,300円		
和室(24.8㎡)	150円	300円		
体育館(616㎡)	1,900円	3,800円		
運動場(200mトラック)	1月～3月 および 10月～12月	1,750円	3,500円	[午前利用] 午前8時～正午 [午後利用] 正午～午後4時
	4月～9月	2,200円	4,400円	[午前利用] 午前8時～午後1時 [午後利用] 午後1時～6時

ハッピー買物券の取扱店の募集

中小小売店の顧客の増加や消費の拡大を図るため、1万円が1万2,500円分の買い物ができる「中央区内共通買物・食事券(ハッピー買物券)」を6月中旬より発行します。

取扱店の登録

令和7年度は、建物内の店舗面積(小売業を行うための店舗の用に供する床面積)の合計が1,000㎡を超える大規模小売店舗および同店舗に入居するテナント店舗も登録できます。登録料、手数料などは一切かかりません。買物券の利用促進のため、多くの取扱店のご登録をお願いします。

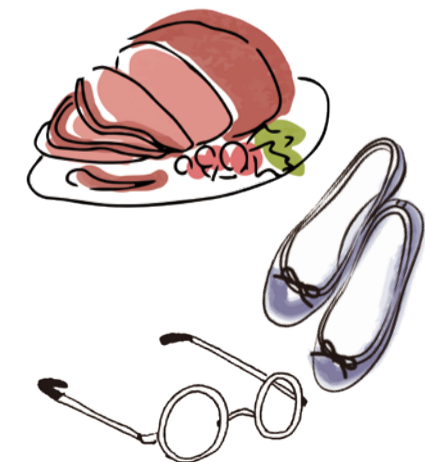
- ・ 有価証券、商品券、プリペイドカード、チケット、切手、郵便はがき、回数券・乗車券(江戸バスを含む)、航空券、ごみ処理券などの購入
- ・ たばこ(加熱式などのたばこを含む)の購入
- ・ 仕入れなどの事業資金

◎申込方法など、詳しくはHPをご覧ください。

問中央区内共通買物・食事券事務局
☎(5369)3949



詳しくは区HPへ



申し込み資格

区内に店舗がある民間事業者(小売業、飲食業、洗濯、理美容、旅館、医療などの各種サービス業および運輸通信業(旅行業を含む))

買物券の活用

新生児の誕生祝いとしての「新生児誕生祝い買物券」、敬老祝品として75歳以上の方に贈呈する「敬老買物券」、中央エコアクトを利用して省エネ活動をした方への特典である「エコ環境券」、健康アプリを使用して得られたポイントの景品である「健康ポイント券」としても活用しています。

買物券の利用対象にならないもの

- ・ 出資や債務の支払い(公共料金、税金、振込代金、払込手数料など)

中央区テレビ・ラジオ広報番組

テレビ広報番組

区政情報や区内イベントなどを紹介する「定例番組」(日～金曜日)を月2回更新(第1・3水曜日)、区内の文化財や歴史、区政の振り返りなど一つのテーマを詳しく紹介する「企画番組」(土曜日)を月替わり(第1土曜日更新)で放送しています。



▲6月の企画番組

詳しくは区HPへ
(テレビ広報番組)



ラジオ広報番組

- ・ 中央区からのお知らせ (月～金曜日放送、毎日更新) 広報紙「区のおしらせ ちゅうおう」をお届けしています。
- ・ ウィークリー声の架け橋 (毎日放送、毎週水曜日更新) 老舗の店主や職人、区内で活動するサークルのメンバー、イベントに参加する方々など皆さんの声をお届けしています。



詳しくは区HPへ
(ラジオ広報番組)



共通

放送時間などについては、10・11面欄外をご覧ください。区公式YouTubeチャンネルでも配信していますのでぜひご視聴ください。

詳しくは区公式YouTubeチャンネルへ



問広報課広報係

☎(3546)5218

落下防止のために建物の点検を

建物の外壁や袖看板などは老朽化などにより破損し、落下する恐れがあります。特に、外壁のタイルやモルタル塗り、スチール枠の窓ガラス、屋外広告物などは注意が必要です。日頃からの点検を心がけてください。

外壁

- ・ ひび割れや部分的に剥がれないかなど

窓ガラス

- ・ ガラスがパテ留めとなっていないかなど

屋外広告物など

- ・ さびや劣化がないかなど
- 必要に応じて専門家に相談し、調査や改善を行ってください。日頃から点検や維持管理を行い、落下物による事故を未然に防ぎましょう。

問建築課建築監察係

☎(3546)5462

「危険物」あなたの身近にも!

毎年6月第2週(令和7年6月8日～14日)は危険物安全週間です。

この機会に身の回りの危険物の安全な取り扱いについて確認をお願いします。

問京橋消防署

☎(3564)0119

日本橋消防署

☎(3666)0119

臨港消防署

☎(3534)0119



詳しくは東京消防庁HPへ



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(3月分)
合計1,085,981円(敬称略・順不同)

[一般寄付金]

佃二丁目鈴木猛夫(1,031円)、八丁堀四丁目東町会(32,000円)、栗原利光(7,000円)、日本橋式典(5,000円)、サンフロンティア不動産(株)(1,000,000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3件(2,950円：内訳650円、1,000円、1,300円)

[ボランティア基金]

京橋朝海幼稚園PTA(10,000円)、中央美世の会(3,000円)

問社会福祉協議会管理部庶務課

☎(3206)0506



お詫びと訂正

「区のおしらせ ちゅうおう」5月15日号に誤りがありました。お詫びして訂正します。

[訂正箇所]

- 3面「すくすく健康相談(乳幼児健康相談)」の対象者
- ・ 正 0歳以上の未就学児
- ・ 誤 妊娠中～生後5カ月



人口と世帯(住民基本台帳)
5月1日現在

人口	188,877人(うち外国人 13,016人)
男	90,363人(うち外国人 6,531人)
女	98,514人(うち外国人 6,485人)
世帯	107,791世帯