

情 報 コ ー ナ 一

ChuoCity Information

はがき・FAXなどの申し込みの記入例

◎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
- 【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)

原則1人
1枚限り

- 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



アレルギー講演会 「乳幼児のアレルギーの 予防と対応」

日 令和8年1月30日(金)

午後2時～4時

場 日本橋保健センター4階講堂

対 区内在住の妊婦、乳幼児の保護者

定 30人程度(抽選)

申 12月22日までにHPまたは電話で問へ。

託 生後7ヶ月以上の未就学児(申込時に申し込む/12人程度、抽選)

問 日本橋保健センター健康係

📞 (3661)5071



詳しくは区HPへ

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

パパ力UP講座

日 令和8年1月18日(日)

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父親

内 パパならではの育児方法、時間管理術、パートナーとの協力方法について学びます。

定 12人(抽選)

申 令和8年1月4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)

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

スポーツの楽しさ発見事業 「スポーツと体操と遊びの融合!? 楽しくからだを動かし 運動能力もupしましょう!!」

日 令和8年1月25日(日)

①午前10時～11時

(小学校1・2年生)

②午前11時10分～午後0時10分

(小学校3～6年生)

◎2部制で、時間帯の選択はできません。

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)

申 12月15日までに申し込みフォーム

ファミリースキー教室

日 令和8年2月6日(金)～8日(日)

2泊3日

午後6時30分区役所前出発

場 長野県湯の丸スキー場(長野県東御市新張1270)(行き先)

対 区内在住・在勤・在学の小学生以上の親子。原則として親1人につき子ども2人までの1グループ4人以内(中学生・高校生は1人での参加可)

定 40人(抽選)

費 中学生以上 33,000円

小学生 27,000円

◎リフト代、レンタルスキーセットは自己負担(それぞれ中学生以上5,000円程度、小学生3,000円程度を予定)

申 令和8年1月5日(必着)までにHP、Eメールまたははがきに①～⑤(6面記入例参照)⑥学校名・学年⑦性別

⑧在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号⑨過去の本教室参加の有無⑩参加人数を記入し問へ。

◎②～⑨は参加者全員分記入

◎Eメールは件名を「R7ファミリースキー教室申し込み」としてください。

◎参加決定した方を対象に事前説明会を行います。

問 スポーツ協会事務局

〒104-8404

築地1-1-1

📞 (3546)5729

✉ entry@chuo-taikyo.jp



詳しくは
スポーツ協会HPへ

少年少女水泳教室 (初心者・初級者)

日 令和8年2月10日～27日の毎週火・

金曜日(全6回)

午後4時～5時30分

場 日本橋小学校温水プール

対 区内在住・在学の小学生

定 40人(抽選/初めての方を優先)

費 無料(傷害保険は任意加入で800円)

円)

申 12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

本の森ちゅうおう人形劇 「おやゆび姫」

日 令和8年1月18日(日)

午後2時～3時

場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール

対 3歳～小学生とその保護者

内 人形劇団「ぱぴぱぱぽ劇場」が演出する人形劇を、親子で一緒に楽しめます。

定 40組(抽選)

申 12月22日午後9時までに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

ほっこー息私の時間

「正月太り解消！」

忙しいママのためのセルフケア」

日 令和8年1月21日(水)

午前10時～11時30分

場 男女平等センター「ブーケ21」

4階ワークルーム

対 区内在住の幼稚園や保育園に入園していない未就学児の保護者

内 普段使いすぎている腰や肩などのストレッチと体幹を使う体操を組み合わせ、全身のバランスを整えます。

定 20人(先着順)

申 12月3日午前9時からHPまたは電話で問へ。

託 生後3ヶ月以上の未就学児(令和8年1月19日までに申し込む)

問 総務課男女共同参画係

📞 (5543)0651



詳しくは区HPへ

日本の伝統芸能 「狂言」を体験してみよう

日 令和8年1月7日(水)

午後2時～3時30分

場 はるみらい多世代交流スタジオ

対 小・中学生

内 狂言「盆山」を目の前で鑑賞した後、狂言のセリフや動きをまねしたり、衣裳や道具を見たりします。

師 野村 万之丞

野村 拳之介

野村 真之介



▲野村 万之丞さん

定 30人(先着順/保護者は子ども1人につき1人まで見学可)

申 12月3日～令和8年1月6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



詳しくは
はるみらいHPへ



中央区立晴海地域交流センター



▲ワークショップの様子

ひとり親家庭等医療費助成のご案内

ひとり親家庭などの方の医療費について、自己負担金を助成します。

対次のいずれかに該当する18歳になった年度の3月31日までの児童（中度以上の障害がある場合は20歳未満）と、その児童を養育している方。
・離婚、死亡、遺棄（1年以上）などで父親または母親がいない
・父親または母親が法令により1年以上拘禁されている
・父親または母親がDV防止法による保護命令を受けている
・父親または母親に重度の障害がある
・婚姻によらないで生まれ、父親または母親の扶養がない
・父親または母親が生死不明
◎所得制限がありますので、詳しくはお問い合わせください。

助成の範囲

[住民税課税世帯の方]
各種健康保険適用の自己負担分の一部

[住民税非課税世帯の方]
各種健康保険適用の自己負担分全額
および入院時食事療養標準負担額

医療証の更新は1月1日

すでに現況届を提出済みで、資格要件に該当する方には、12月下旬に新しい医療証（藤色）をお送りします。現況届を未提出の方は、12月3日までにご提出ください。現況届の提出がないと、新しい医療証は交付されませんのでご注意ください。

◎現在、所得超過（令和5年中の所得）により助成対象外になっている方で、令和6年中の所得が制限額以下になる方は、令和8年1月1日から助成対象になりますので必ず12月中に申請してください。

◎交通事故などで第三者の行為による傷病で医療証を使用したときは、必ず届け出をしてください。

問子ども子育て支援課子育て給付係

（3546）5350



詳しくは区HPへ

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！

日令和8年1月29日（木）

午後1時30分～3時

場中央区保健所2階大会議室

対区内在住で0歳児（開催日当日）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つておきたいポイントをご紹介します。

定20人程度（抽選）

申12月3日～12日にHPから申し込む。

問中央区保健所健康推進課健康係

（3541）5930



詳しくは区HPへ



受験生チャレンジ支援貸付事業

中学校3年生、高校3年生などの子どもがいる一定所得以下の世帯に対し、学習塾などの受講費用や受験費用を貸し付けます。

貸し付け内容

①学習塾等受講料貸付金
貸付限度額 300,000円

②受験料貸付金
・高校受験料
貸付限度額 27,400円
・大学等受験料
貸付限度額 120,000円

◎世帯収入や都内在住歴などの要件があります。申し込みに当たり、まずは電話でお問い合わせください。

◎高校、大学などに入学した場合は、貸付金の返済が免除されます。

問社会福祉協議会地域支援部ささえあい課
（3523）9295

詳しくは
社会福祉協議会HPへ



高齢者



敬老入浴事業のご案内

65歳以上の区民の方に健康の維持増進や地域の交流に役立てていただくため、区内の全公衆浴場および他区協力浴場を1回100円で利用できる「敬老入浴証（カード）」を希望により交付しています。



詳しくは区HPへ

日令和8年1月29日（木）

午後1時30分～3時

場中央区保健所2階大会議室

対区内在住で0歳児（開催日当日）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つておきたいポイントをご紹介します。

定20人程度（抽選）

申12月3日～12日にHPから申し込む。

問中央区保健所健康推進課健康係

（3541）5930



詳しくは区HPへ



対65歳以上の区民

◎65歳となる誕生日（区内に転入された65歳以上の方は転入された翌月）の初旬に敬老入浴証への引換券（黄色いはがきサイズ）を郵送しています。

◎特別養護老人ホーム入所者の方を除きます。

◎引換券が届かない、または紛失されたなどで引換券をご希望の方は、問へ。

問高齢者福祉課高齢者福祉係

（3546）5354

健康・福祉



腰痛予防教室

日12月20日（土）

午後2時～4時

場浜町メモリアル4階会議室

対区内在住・在勤・在学者

内腰痛改善のための基礎知識を身につけ、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12月3日～12日に電話で問へ。

問浜町メモリアル

（5695）8051

（受け付けは午前10時～午後8時）

令和7年度健康診査・がん検診などの健（検）診期間を令和8年3月10日まで延長しました

お手持ちの受診券はそのまま使えますので、同封の実施医療機関名簿に記載の医療機関で受診してください。

◎50歳以上偶数歳の方は、「胃部エックス線検査」または、「胃内視鏡検査」のいずれかを選択して胃がん検診を受診できます。ただし、今年度に胃内視鏡検査を選択しない場合は、翌年度に胃内視鏡検査を選択できませんのでご注意ください。

◎人間ドックを受けた方も、検査データを活用することで検査項目を一部省略して受診でき、健康相談を受けることができます。

◎受診券を紛失したなどの理由で受診できない場合は、HPまたは電話で問へ。

費無料（精密検査は受診者負担）

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

いきいき桜川（桜川敬老館）運動系講座

日令和8年1～6月（講座ごとに日時が異なります）

場いきいき桜川ホール

対60歳以上の区内在住者（いきいき館の利用者証が必要）

内ヨガや太極拳、エクササイズ、体操など、運動系の7講座の受講者を募集します。

定20～32人（講座により異なる/抽選）

申12月14日までに直接館内窓口へ。

問いきいき桜川（桜川敬老館）

（3553）0030

いきいき館（敬老館）クリスマスイベント

いきいき勝どき（敬老館）

日12月13日（土）

午後3時～4時

場いきいき勝どき大広間

内「中央区・ブリエールジュニアコラス」クリスマスコンサート

申12月3日から直接館内窓口へ。

いきいき桜川（敬老館）

日12月20日（土）

午後0時30分開演（午後0時15分開場）

場いきいき桜川ホール

内泰明小学校金管バンドコンサート

申12月5日から直接館内窓口へ。

いきいき浜町（敬老館）

日12月20日（土）

午後2時～3時

[リサイクル品受付・展示期間]

受付：12月3日（水）～13日（土）

展示：12月15日（月）～19日（金）

場いきいき浜町大広間

内「クリスマス・リサイクルビンゴ大会」

ビンゴになった方には景品があります。

申当日直接館内窓口へ。

共通

対60歳以上の区内在住者（いきいき館の利用者証が必要）

定各60人（先着順）

問いきいき勝どき（勝どき敬老館）

（3531）3258

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



介護者教室・交流会「知って安心！初めての介護保険サービス」

日令和8年1月11日（日）

午後2時～3時30分

場⑦マイホーム新川2階介護者教室

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

内介護保険の各種サービスとその利用方法を紹介します。教室終了後には、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12月3日～令和8年1月10日に⑦の場合は電話で、①の場合はEメールに①「介護者教室申し込み」の旨②氏名・ふりがな③電話番号を記入し問へ。

問マイホーム新川

（3552）5670

✉myhomeshinkawa@san-ikukai.or.jp



詳しくは区HPへ

絵本作家から 絵本の作り方を学ぼう！

日 令和8年1月18日(日)・2月1日(日)

各日午後1時30分～3時30分

場 はるみらい工作スタジオ

対 18歳以上で2日間参加できる方

内 絵本作家から本づくりを学びます。

絵本のラフを作つてから製本を目指す実技の講座です。

◎進行状況によって、ご自宅での作業をお願いする場合がございます。

師 山本 祐司

定 10人(先着順)

費 2,000円(参加費・材料費込み)

申 12月3日～令和8年1月17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」

TEL (3531)2743

詳しく述べ
はるみらいHPへ



▲お手本作品と、講師の山本 祐司さん

日本橋図書館 クリスマス映画鑑賞会

日 12月20日(土)

午前10時～11時20分

(午前9時30分開場)

場 日本橋図書館6階図書館ホール

対 小学生以上

内 「サンタクロースになった少年」(洋画、日本語吹替、80分)を上映

定 35人(先着順)

申 12月4日から電話で問へ。

◎ご家族3人分まで申し込み可能(大人1人の参加も可能)

問 日本橋図書館

TEL (3669)6207

社会教育会館ゆめ講座

「投資信託のチェックポイント」と「自分らしいライフプラン表の作り方」

日 令和8年1月17日(土)

午前10時～正午

場 月島社会教育会館講習室

対 18歳以上の区内在住・在勤・在学者

内 投資信託の仕組みなどを学び、自分らしい資産形成のためのライフプラン表を作る講座

定 20人(先着順)

申 12月3日から館内窓口、電話またはFAXで①～④(6面記入例参照)を記入して問へ。

問 月島社会教育会館

TEL (3531)6367

FAX (3531)6369

「匂い袋づくり～自分だけの和の香りづくり～」

日 令和8年1月18日(日)

午後1時30分～3時30分

場 築地社会教育会館第1洋室

対 中学生以上の区内在住・在勤・在学者

内 お香の種類、原料、歴史について学び、自分で好みの香料を調合して匂い袋を作る講座

定 20人(抽選)

費 2,500円

申 令和8年1月4日までに館内窓口、電話またはFAXで①～④(6面記入例参照)を記入して問へ。

問 築地社会教育会館

TEL (3542)4801

FAX (3542)3696

「簡単名画制作体験～テクニック不要！モネの睡蓮を描こう～」

日 令和8年2月18日(水)

午後2時～4時30分

場 月島社会教育会館第3洋室

対 18歳以上の区内在住・在勤・在学者

内 有名な「モネの睡蓮」を題材に、身近な道具を使って感覚のままに絵の具を塗り重ねて絵を制作する講座

定 12人(先着順)

費 1,000円

申 12月18日から館内窓口、電話またはFAXで①～④(6面記入例参照)を記入して問へ。

問 築地社会教育会館

TEL (3531)6367

FAX (3531)6369

詳しく述べ
社会教育会館HPへ



社会教育会館公式LINE



日本橋図書館 バリアフリー映画鑑賞会

日 12月20日(土)

午後2時～4時(午後1時30分開場)

場 日本橋図書館6階図書館ホール

対 中学生以上

内 「最強のふたり」(洋画、日本語吹替、113分、音声ガイド・ガイド字幕付)を上映

◎障害の有無にかかわらず、どなたでもお楽しみいただけます。

定 35人(先着順/障害のある方優先)

申 12月4日から電話またはFAXで問へ。

◎2人分まで申し込み可能

問 日本橋図書館

TEL (3669)6207

FAX (3669)6253

郷土資料館・東京都公文書館連携事業「江戸の町名主～南伝馬町名主高野家のアーカイブズ」のパネル展示と講演会

展示

日 12月16日(火)～令和8年1月18日(日)

午前9時～午後9時

◎日曜日、休日は午前9時～午後5時

◎12月18日、31日～令和8年1月2日、15日は休館

場 本の森ちゅうおう2階郷土資料館企画展示室

内 江戸の支配機構の中で重要な役割を果たした町名主。その仕事から見える江戸の町方社会の実態を、現在の京橋に居を構えた名主高野家に残された資料をもとに解き明かします。

講演会

日 12月17日(水)

午後2時～3時30分

(午後1時30分開場)

場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール

内 長年東京都公文書館で高野家文書の

研究に携わってきた講師による、展示内容に関連した講演を行います。

師 東京都公文書館課長代理(史料編さん担当) 西木 浩一

定 80人(先着順)
申 当日、直接会場へ。
問 本の森ちゅうおう郷土資料館

TEL (3551)2167



▲西木 浩一さん



詳しく述べ
区HPへ



男女平等センター クリスマスピアノコンサート

日 12月20日(土)

午後2時～4時

場 男女平等センター1階交流コーナー

内 ブーケ21のピアノボランティアによるクリスマスコンサート。子ども連れの方も気軽にお越しください。

申 当日、直接会場へ。

問 総務課男女共同参画係

TEL (5543)0651



詳しく述べ
区HPへ



冬の中央区歴史散歩2026 「銀座八丁ぶら散歩 ～新春にめぐる福と歴史～」

日 金曜コース：令和8年1月23日(金)

土曜コース：令和8年1月24日(土)

いずれも午後1時30分～3時30分
(雨天決行)

[集合場所]

東京スクエアガーデン前

場 京橋の親柱→奥野ビル→ヨネイビル

ディング→銀座発祥の地→電気灯柱

記念碑→朝日稻荷→宝童稻荷→銀座

教会→石川啄木歌碑→交詢社ビル→

豊岩稻荷神社→金春通り→銀座柳の

碑前(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

申 12月30日までに申し込みフォームから申し込む。

問 冬の中央区歴史散歩2026問い合わせ窓口

E-mail kuhou.machiaruki@gmail.com

申し込みフォーム



東京都美術館開館100周年記念 「スウェーデン絵画 北欧の光、日常のかがやき」関連文化講演会

日 令和8年2月12日(木)

午後6時30分開演

(午後5時45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 令和8年1月27日(火)～4月12日(日)

(日)に東京都美術館で開催される東京都美術館開館100周年記念「スウェーデン絵画 北欧の光、日常のかがやき」に関連する講演会

師 東京都美術館 学芸員 中江 花菜

定 380人(自由席/抽選)

申 12月19日(必着)までに往復はがきに①スウェーデン絵画展②～⑤(6面記入例参照)⑥在勤者は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して問へ。

◎車いすや歩行器を使用されている方は、その旨も併せて記入してください。

◎講演会受講者には、本展の招待券を1人1枚差し上げます。

問 文化・国際交流振興協会

TEL 104-0041

新富1-13-24 新富分庁舎3階

TEL (3297)0251

新春経済講演会

日 令和8年1月23日(金)

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

[テーマ]

激動の国際情勢と日本の安全保障
～地政学リスクへの対応～

師 防衛省防衛研

究所研究幹事

兵頭 慎治

定 100人(先着順)

申 HPから申し込む(イベント番号: 206116 (半角))。



▲兵頭 慎治さん

問 商工観光課中小企業振興係

☎ (3546)5487



詳しくは

東京商工会議所HPへ

**地域福祉ワークショップ
中央区のみらいについて考えよう！
「#ふくしどりデザイン小会議」**

日 令和8年1月23日(金)

午後6時30分～8時30分

場 区役所8階大会議室

対 地域活動に関心のある方、町会・自治会、民生・児童委員、ボランティア団体など、地域で活動している方

内 グループワークを通じて中央区のこれからについて関心を持ち、全ての世代が安心して暮らせる中央区にしていくために何ができるのか、必要な取り組みや活動を考えます。

定 25人(抽選)

申 令和8年1月6日までに申し込みフォームまたはFAXで問へ。

◎ 申し込み締め切り後も、定員に空きがある場合は随時受け付けますので、お問い合わせください。

問 地域福祉課地域福祉推進係

☎ (3546)5393



FAX(3544)0505



申し込みフォーム



詳しくは区HPへ

**労働セミナー(使用者向け)
「最新対応 企業のカスハラ対策～基本と実践～」**

日 令和8年1月14日(水)～2月3日(火)

場 オンデマンド配信

対 使用者、人事労務担当者、テーマに関心のある方

内 カスハラ対策の基本を押さえ、組織的な取り組みとして事前準備、実際に遭遇した時の対応などを実務的な観点から解説します。

師 (公社)消費者関連専門家会議 専務理事 齊木 茂人

定 200人程度(先着順)

申 12月5日からHPで申し込む。

問 総務課男女共同参画係

☎ (5543)0651

詳しくはTOKYO
はたらくネットHPへ**スポーツ****スポーツ指導者養成セミナー
「フォロー研修」**

日 令和8年1月13日(火)

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。デフリンピアンを講師に迎え、先月開催されたデフリンピックについてお話しいただきます。

師 デフ卓球選手 難光 晋太郎



定 100人(抽選)

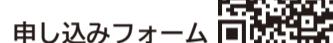
申 12月22日(必着)

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。▲灘光 晋太郎さん

問 スポーツ課スポーツ事業係

☎ (3546)5531

FAX(3546)9561

**太極拳教室(初心者・初級者)**

日 令和8年1月14日～2月6日の毎週水・金曜日(全8回)

午後6時30分～8時30分

場 京橋プラザ区民館多目的ホール

対 18歳以上の区内在住・在勤者
(高校生を除く)

定 20人(抽選/初めての方を優先)

費 2,000円

申 12月15日(必着)までにHP、Eメールまたは往復はがきに①～⑤(6面記入例参照)を記入し問へ。

◎ Eメール申し込みの場合は件名は「R7太極拳教室申し込み」としてください。

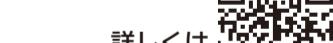
◎ 当選者は区役所8階スポーツ協会事務局窓口で手続きがあります。

問 スポーツ協会事務局

〒104-8404 築地1-1-1

☎ (3546)5729

✉ entry@chuo-taikyo.jp

詳しくは
スポーツ協会HPへ**水泳教室(初心者・初級者)**

日 令和8年2月3日～27日の毎週火・金曜日(全8回)

午後6時30分～8時30分

場 日本橋小学校温水プール

対 18歳以上の区内在住・在勤者
(高校生を除く)

定 30人(抽選/初めての方を優先)

費 500円(参加者)

申 12月20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

FAX(3546)9561



申し込みフォーム

第79回区民体育大会**レディース(ママさん)バレー大会**

日 令和8年2月15日(日)

午前9時30分～

場 総合スポーツセンター主競技場

対 区内在住の既婚女性で編成したチーム

- ・区内の小・中学校に在学する児童・生徒の母親で編成したチーム
- ・中央区バレー大会連盟が認めたチーム(35歳以上の未婚女性も参加可)

申 令和8年1月8日正午までにHPから申し込む。

問 スポーツ協会事務局

☎ (3546)5729

詳しくは
スポーツ協会HPへ**税・国保・年金****国民健康保険料・介護保険料・
後期高齢者医療保険料の口座登
録はお済みですか**

各保険料の納付については、年金からの天引き(特別徴収)以外の方は原則、口座振替です。自動的に口座振替されるので、納付忘れによる延滞金の心配もありません。口座登録がまだの方は、早めに口座登録をお願いします。

口座登録方法

[口座振替依頼書(はがき)による登録]

保険料決定通知に同封している口座振替依頼書(はがき)で登録ができます。毎月10日(土・日曜日、祝日の場合は前日)までに申し込むと、翌月の保険料から口座振替を開始します。

[キャッシュカードによる登録]

区役所4階の保険年金課・各特別出張所の窓口で、専用端末機にご利用の金融機関などのキャッシュカードを通して、暗証番号を入力することで口座振替(自動払込)の手続きが完了します。通帳や届出印は不要です。対象金融機関は以下のとおりです。

- ・みずほ銀行
- ・三井住友銀行
- ・三菱UFJ銀行
- ・りそな銀行

・東日本銀行

・城北信用金庫

・東京シティ信用金庫

・ゆうちょ銀行

◎ 写真付きの本人確認書類を持参の上、口座名義人がご登録ください。

◎ 毎月10日(土・日曜日、祝日の場合は前日)までに申し込むと、その月の保険料から口座振替を開始するので、口座振替依頼書(はがき)よりも早く開始できます。

[スマートフォン(AIRPOST)による登録]

「+メッセージ」アプリをダウンロード後、「公式アカウント」の画面で「AIRPOST」を検索し、お申し込みください。対象金融機関は次のとおりです。

・三菱UFJ銀行

・武蔵野銀行

・静岡銀行

・北洋銀行

・JAバンク(一部)



AIRPOST利用ガイド

引き落とし日

登録した口座の引き落とし日は全ての保険料共通で毎月末日(末日が金融機関などの休業日に当たる場合は翌営業日)となっています。

なお、次の事情で口座振替ができない場合は、納付書でお支払いください。

- ・納定期を過ぎた保険料を納付する時
- ・預金口座を保有していない時
- ・口座振替開始手続きが完了する以前の納定期の保険料を納付する時

納定期までにお近くの金融機関、郵便局、コンビニ、区役所4階保険年金課、各特別出張所でお支払いください。スマートフォン決済による支払いも可能です。

問 保険年金課収納係

☎ (3546)5365

おしらせ

**体育施設団体利用登録の
継続手続き****受付期間**

12月26日まで

対 登録の有効期限が令和7年12月31日までの団体

内 登録責任者が区役所8階スポーツ課の窓口で手続きを行う。

必要なもの

- ・体育施設団体利用登録申請書(HPでダウンロード/スポーツ課窓口で配布)
- ・登録責任者本人を確認できるもの(マイナンバーカード、運転免許証など)
- ・体育施設団体利用登録証

問 スポーツ課体育施設係

☎ (3546)5529



詳しくは区HPへ

**日本橋特別出張所が1階フロアへ
移転します(令和8年1月5日～)**

日本橋区民センターの大規模改修工事に伴い、2階に移転している受付窓口を1階フロアの工事が完了するため1階に移転します。

問 日本橋特別出張所地域活動係

☎ (3666)4251

18歳・19歳・20歳代の投票立会人の募集

選挙管理委員会では、若い世代の皆さんに選挙により関心を持っていただるために、有権者になったばかりの若い方を投票立会人に選任しています。

応募資格

区内在住の18歳、19歳および20歳代の有権者

職務内容

投票管理者の下で投票が公正に行われるよう立ち会います。

応募方法

HPから、または「投票立会人登録申込書」(HPでダウンロード)に必要事項を記入して郵送、FAXで問へ。

問選挙管理委員会事務局

（3546）5542
FAX(3543)9057

詳しくは区HPへ

住宅に関する事業のご案内

◆高齢者などの居住支援

・住宅住み替え相談

[相談日時]

- ・毎月第1月曜日(一般相談)
- ・毎月第2・第4火曜日(高齢者相談)
いずれも午後1時～4時(要予約)

・あんしん居住制度利用助成

対区民で区内の賃貸住宅に転居する際、「あんしん居住制度」((公財)東京都防災・建築まちづくりセンター)を利用する次の方

- ・満60歳以上の方
- ・障害者(障害の程度による条件あり)

[助成額]

- ・預かり金タイプは利用費用の2分の1
- ・月払いタイプは事務手数料

・家賃債務保証制度利用助成

対区民で区内の賃貸住宅に転居する際、「家賃債務保証制度」((一財)高齢者住宅財団)を利用する次の方

- ・満60歳以上、または、要介護・要支援認定を受けている60歳未満の方

◎同居者は配偶者、満60歳以上の親族、要介護・要支援認定を受けている60歳未満の親族などに限る。

- ・障害者世帯(障害の程度による条件あり)

・子育て世帯(扶養義務のある18歳以下の者が同居する世帯)

[助成額]

- ・保証料の2分の1

問・住宅住み替え相談について

住宅課計画指導係(一般相談)

（3546）5466

詳しくは区HPへ
(一般相談)

高齢者福祉課高齢者サービス係
(高齢者相談)

（3546）5355

詳しくは区HPへ
(高齢者相談)

- ・あんしん居住制度について
(公財)東京都防災・建築まちづくりセンター
（5989）1784
- ・家賃債務保証制度について
(一財)高齢者住宅財団
（6880）2781

・あんしん居住制度利用助成および
家賃債務保証制度利用助成につい
て
住宅課計画指導係
（3546）5466

詳しくは区HPへ
(あんしん居住制度
利用助成)

詳しくは区HPへ
(家賃債務保証制度
利用助成)

◆住宅修繕等資金の融資あっせん

住宅の修繕や木造住宅の耐震改修などの資金を調達することが困難な場合に、必要な資金の融資が受けられるよう指定金融機関にあっせんします。

- ◎本制度を利用するに当たり、事前に金融機関の仮審査を受ける必要があります。
- ◎増築または改築工事で、建築確認申請を必要とする工事は対象外。

問住宅課計画指導係

（3546）5466

詳しくは区HPへ

日本橋小学校温水プールの休止

次の期間は、区主催の水泳教室が開催されるため一般の方は利用できません。

日令和8年2月3日～27日の毎週火・
金曜日(全8日間)

問日本橋小学校温水プール
(開放日の開放時間帯のみ)

（3668）2378
スポーツ課体育施設係
（3546）5529

詳しくは区HPへ

特別区(東京23区)職員採用試験 合同説明会

日令和8年1月11日(日)

午前10時～午後4時
場立教大学池袋キャンパス
(豊島区西池袋3-34-1)

対令和8年度以降の特別区職員採用試
験・選考の受験希望者

内各区・一部事務組合の概要説明や技
術・専門職の個別相談などブースに
分かれて説明を行います。

申12月3日～22日にHPから申し込む。
◎入退場自由

問特別区人事委員会事務局任用課採用
係

（5210）9787
総務部職員課人事係
（3546）9565

詳しくは
特別区人事委員会HPへ

無戸籍の方、ご相談ください

出生の届け出がされておらず、無戸籍でお困りの方々へ、戸籍をつくる手
続きについてご案内します。無戸籍の人やそのお知り合いの方は、法務局や
区の戸籍窓口にご相談ください。

問東京法務局
（5213）1344
区民生活課戸籍係
（3546）5317

住居表示に係る街区構成の変更

現月島三丁目18番、19番、20番、
21番、22番および23番街区

月島三丁目北地区第一種市街地再開
発事業の実施に伴い街区割の変更を行
うため、令和7年12月1日付けで、住
居表示の18番、19番、20番、21番、
22番および23番街区を別図1のとお
り変更します。なお、19番、21番、
22番および23番街区は欠番とします。
別図1



現月島三丁目28番、29番および30
番街区

月島三丁目南地区第一種市街地再開
発事業の実施に伴い街区割の変更を行
うため、令和7年12月1日付けで、住
居表示の28番、29番、および30番街
区を別図2のとおり変更します。な
お、29番および30番街区は欠番とし
ます。

別図2



共通

変更日以降、新築届が提出された建
物から新しい住居表示を定めます。

問建築課建築調整係

（3546）5453

令和7年度歳末たすけあい運動 にご協力ください

この運動は、区民の皆さんをはじめ、
町会・自治会、各種団体や企業など、
地域の方々のご協力により実施してい
ます。お寄せいただいた募金は、区内
の地域福祉活動に活用されます。

[期間]

12月1日(月)～31日(水)

[募金の活用]

- ・高齢者の見守り活動
- ・子育てサロンの運営
- ・ボランティア活動の支援
- ・見舞金贈呈(寝たきり高齢者の介護
者、在宅心身障害児の保護者、交通
遺児)など

[募金受付窓口]

- ・社会福祉協議会2階 管理部庶務課
 - ・区役所地下1階 地域福祉課庶務係
 - ・各特別出張所
- ゆうちょ銀行窓口で使える青い払込
票(手数料無料)も用意しています。

[主催]東京都共同募金会(中央地区協
力会)

[実施]社会福祉協議会

[協力]中央区

[協賛]各町会・自治会、女性団体、中
央区民生・児童委員協議会

◎会社内や店頭に期間限定で募金箱を
設置していただける企業・店舗を募
集しています。

交通遺児の方へ見舞金を贈呈

対区内在住で、両親もしくは父母のど
ちらかを交通事故で亡くされた平成
19年4月2日以降生まれの18歳以
下の方

申12月12日(必着)までに申請書(社
会福祉協議会で配布)に、交通事故
証明書の写しと、亡くなられた方と
子どもの関係が明記されている公的
な書類(戸籍謄本など)を同封の上、
郵送で問へ。

問社会福祉協議会管理部庶務課

〒104-0032

八丁堀4-1-5

（3206）0506



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(9月分)

合計550,397円(敬称略・順不同)

一般寄付金

佃二丁目鈴木猛夫…1,097円、日
本橋式典…5,000円、关毅…3,000
円、鈴木邑次…300,000円、中央区
スポーツ推進委員協議会…100,000
円、田中佐智子…20,000円、栗原裕
信…100,000円、(有)三谷葬儀社…
10,000円、三谷和美…5,000円、
匿名(4件)…6,300円(内訳850円、
1,450円、3,000円、1,000円)

問社会福祉協議会管理部庶務課

（3206）0506



人口と世帯(住民基本台帳)

11月1日現在

人口 190,653人(うち外国人 13,500人)

男 91,199人(うち外国人 6,810人)

女 99,454人(うち外国人 6,690人)

世帯 108,385世帯