

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

◎罫に〒・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(罫の宛名)

- 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



子育て支援講習会 「身につけておこう!子どもの応急手当」

日6月26日(金)
午後1時30分~3時30分
場月島保健センター多目的室
対区内在住の乳幼児の保護者
内発達に応じて起こりやすい事故の特徴や予防対策、事故発生時の応急手当のお話と実習
定24人(抽選)
申6月10日までにHPから申し込む。
託生後7カ月以上の未就学児(参加申込時に申し込む)
問月島保健センター健康係
☎(5560)0765



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11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めざす講座
定12人程度(抽選)
申6月25日までに申し込みフォームまたは電話で問へ。
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

令和8年度ぜん息児運動教室 (フライングディスク教室)

日8月21日(金)
午前9時15分~正午
場築地社会教育会館第3洋室・屋内体

育場

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
内ぜん息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15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)を郵送または直接問へ。
問中央区保健所健康推進課給付係
☎(3546)5400



詳しくは区HPへ

ツインズクラブ 交流会 ~ふたごちゃん・みつごちゃん 集まれ!~

日6月30日(火)
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15日~23日にHPまたは電話で問へ。
問晴海保健センター健康係
☎(6381)2972



詳しくは区HPへ



絵本を取り入れた育児講座 「絵本を使った楽しい育児のお話」

日6月28日(日)
午前10時30分~正午
場本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対妊婦・未就学児の保護者
内子どもの誕生から成長に合わせて、毎日の育児に活用できる絵本の取り入れ方と効果を学ぶ大人向けの講座
定30人(先着順)
申6月3日から電話または直接問へ。
託生後6カ月以上の未就学児(参加申

込時に申し込む/定員あり)
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

親子消費者講座 (中央区消費者友の会共催) 「空の仕事と地球の未来を学ぶ」

日7月22日(水)
午前9時~午後5時40分
場集合・解散:区役所前(観光バス利用)
行き先:ANA Blue Base Tour(教育訓練施設見学ツアー)、羽田空港内レストラン(昼食)、かわさきエコ暮らし未来館、浮島処理センター
対区内在住・在学の小学校4~6年生と保護者(小学生1人につき、保護者1人同伴)
内航空機関連の仕事を理解できる見学ツアーとごみ焼却施設等見学を行います。
定20組40人(抽選)
費3,900円(2人分の昼食代)
申6月26日までに申し込みフォームから申し込む。
問区民生活課消費生活係
☎(3546)5332



申し込みフォーム

家庭教育学習会

内乳幼児期の子どもとの向き合い方や自己肯定感と情緒のはぐくみ方を学ぶ他、いわしを手で開いてかば焼きを作る学習会
◎各学習会の詳細・申し込み方法などは「家庭教育学習会のお知らせ」(HPでダウンロード/区役所8階文化・生涯学習課、各社会教育会館・図書館などで配布)をご覧ください。
問地域家庭教育推進協議会事務局(文化・生涯学習課内)
☎(3546)5526



詳しくは区HPへ

ひとり親家庭日帰りバス研修

日7月26日(日)(荒天など中止による振替日は8月23日(日))
・集合 午前7時30分 区役所前
・解散 午後5時30分
場山梨県都留市・笛吹市(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5年4月1日以前生まれ)から中学校3年生
・振替日に参加可能
内リニア見学センター訪問、果物収穫体験、桔梗信玄餅工場見学
定80人(抽選/過去に参加していない世帯を優先)
費3,000円/世帯
申6月22日までに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
✉zaitaku@shakyo-chuo-city.jp



詳しくは
社会福祉協議会HPへ

健康・福祉



高血圧について気になりませんか ~自分のからだを守るために~

日7月5日(日)
午後2時~4時
場本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対中学生以上
内高血圧に関する三つのテーマについて聖路加国際大学と聖路加国際病院の専門家から話を伺います。
定60人(先着順)
申6月3日午前9時から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

介護者教室・交流会「介護の現場で起こりうるさまざまな危険」

日7月12日(日)
午後2時~3時30分
場マイホームはるみ4階多目的室
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
内介護現場で起こる転倒や転落などの危険と予防策を解説します。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11日に②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電話番号を記入して問へ。
問マイホームはるみ
☎(3531)7635
✉harumi-shien@foryou.or.jp



詳しくは区HPへ

災害時地域たすけあい名簿を 知ろう!

「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名簿です。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。
ワークショップの開催
日6月14日(日)
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
申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

ヘルスアップ教室 成人のための健康な体づくり(骨粗しょう症予防編)

日 7月3日(金)
午後1時15分~3時45分
場 中央区保健所2階会議室
対 20~64歳の区内在住者
内 ・運動実技:骨を守る、楽しく歩くコツと続け方~無理なく続く、笑顔で歩くヒント~
・講義:丈夫な骨づくりのために意識したい食事のポイント
◎血圧・骨密度測定・試食があります。
定 12人(抽選)
申 6月2日~11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



精神保健講習会「人生100年時代の健康を支える睡眠」

日 6月30日(火)
午後1時30分~3時30分
場 日本橋保健センター4階講堂
対 区内在住・在勤者
内 ころとからだの健康につながる睡眠についてお話しします。
師 東京科学大学 教授 駒田 陽子 ▲駒田 陽子さん
定 40人程度(先着順)
申 6月3日からHPまたは電話で問へ。
問 日本橋保健センター健康係
☎(3661)5071



詳しくは区HPへ

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9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・マンモグラフィー(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 受診希望月の前々月末までに、電話で問へ。
◎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康事業係
☎(3546)5397



詳しくは区HPへ

お口のヘルスアップイベント! 歯と口の健康週間(6月4日~10日)

口の渇き・口臭・むせ・かみにくさ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、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(木)
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5日(金)
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。
日本橋保健センター会場
日 6月12日(金)
正午~午後2時
場 日本橋保健センター5階
内 歯科相談、歯磨きアドバイス、お口の健康チェック
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(木)~10日(水)
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 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
・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



ささえあいサポーター養成講座

日 ①6月26日(金) 午後2時~4時
②6月30日(火)

午後2時~4時
◎7月8日(水)
午後2時~4時
◎各回とも同じ内容
場 ②はるみらい2階集会室1
①はまる一む
◎築地交流スペースツキチカ!
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 ②は6月19日まで、①は6月23日まで、②は7月1日までに申し込みフォーム、電話またはEメールに①~⑤(7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

講座・催し

マンション防災講習会(組織向け) 「組織の役割と防災対策のポイント」

日 7月7日(火)午後2時~4時
場 ②区役所8階大会議室
①オンライン(Zoom)
対 区内マンションで防災活動に取り組んでいる方(管理組合役員、防災組織に所属している方、管理会社の方、関心のある区民)
内 マンション管理組合や管理会社などが取り組む防災対策のポイントについて説明します。
定 ②40人程度(先着順)
①70人程度(先着順)
申 6月4日から申し込みフォームまたは申込書(HPでダウンロード/区役所1階防災危機管理課、各特別出張所で配布)を郵送・FAXで問へ。
問 防災危機管理課防災危機管理担当
☎(3546)5510
☎(3546)5708



申し込みフォーム

お花の教室「花薫る夏のお庭で」

日 6月27日(土)
午後1時30分~3時30分
場 堀留町区民館
対 区内在住・在勤・在学者
内 アーティフィシャルフラワーを使って作品を作ります。
定 15人(先着順)
費 1,500円
申 6月3日~15日に電話で問へ。
問 堀留町区民館
☎(3661)8448
(午前10時~午後8時)



詳しくは堀留町区民館HPへ

顎や肩のこり予防教室(座学と体操)

日 6月20日(土)
午後2時~4時
場 浜町区民館
対 区内在住・在勤・在学者
内 理学療法士が背骨の動かし方を中心に、原因と対策を説明します。マットを使った体操も行います。
定 15人(先着順)
費 500円
申 6月3日~15日に電話で問へ。
問 浜町区民館
☎(3668)2354
(午前10時~午後8時)

女性のための股関節の柔軟体操体験

日 6月24日(水)
午後1時30分~3時30分
場 銀座区民館
対 区内在住・在勤・在学者
内 冷え性、高低血圧、腰・膝痛、坐骨神経痛などの対策となる体操を体験
定 9人(抽選)
費 300円
申 6月3日~13日に電話で問へ。
問 銀座区民館
☎(3542)6828
(午前10時~午後7時)



東京湾サンセットクルーズ

日 7月26日(日)
・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「シンフォニー号」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 11,100円
・小人(小学生) 8,900円
申 6月15日(必着)までに申し込みフォームまたははがき(1グループ4人まで)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 (株)ジャパトラ「レッツ中央」係
〒161-0033
新宿区下落合3-21-1NKフジビル8階
☎(6915)3651
(平日午前9時30分~午後5時30分)



申し込みフォーム

あなたにも使える！使おう！ 専門図書館

日 6月29日(月)
午後6時30分～8時
場 晴海図書館3階会議室
内 専門図書館や資料の紹介をする講座
定 15人(先着順)
申 6月3日から電話または直接問へ。
問 晴海図書館
☎(5166)3131

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21日(日)
①午前11時～正午
(午前10時45分開場)
②午後2時～3時
(午後1時45分開場)
◎各回とも同じ内容
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 紙袋をブックカバーにリメイクします。
◎高さ20センチ以上の紙袋をお持ちください。
定 各回6人(先着順)
申 6月4日から電話または直接問へ。
問 日本橋図書館
☎(3669)6207

日本橋図書館 映画鑑賞会

日 6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 『それだけが、僕の世界』(韓国映画、120分)
定 35人(先着順)
申 6月3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

江戸の涼をたしなむ ～投扇興で江戸遊び～

日 7月12日(日)
午後2時～4時
場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対 中学生以上
内 うちわや扇子を通じて江戸の文化を学び、扇子を使った「投扇興」を体験
定 30人(抽選)
申 6月20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



男女平等センター「ブーケ21」 水曜イブニングトーク 「中央区の食文化の歴史と今」

日 7月1日(水)
午後6時30分～8時
場 男女平等センター「ブーケ21」
内 [テーマ] 銀座と女性のカフェ文化
研究家の野口孝一さんから話を伺います。
定 30人程度(先着順)

申 6月3日からHP、電話またはFAXに①～②(7面記入例参照)③電話番号④区民カレッジ生(コース生)はその旨を記入し問へ。
問 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
☎(5543)0652



詳しくは区HPへ

腰痛予防教室

日 6月20日(土)
午後2時～4時
場 豊海区民館2・3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教えます。
定 15人(抽選)
費 500円
申 6月3日～12日に電話で問へ。
問 豊海区民館
☎(3536)4005

トークイベント&交流会 もしものとき、どう助け合う？ 晴海防災アイデア交流会

日 7月4日(土)
午前10時～正午
場 はるみらい集會室1
内 晴海に住む人・働く人ならでの、防災に関する困りごとを持ち寄り、アイデアを出し合います。
定 12人(抽選)
申 6月3日～28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



夏を乗り切る！本格スパイスカレーの作り方

日 7月9日(木)
午前10時～午後2時
場 はるみらい料理スタジオ
対 18歳以上
内 スパイスを使ったカレーの作り方を学ぶ。
定 12人(先着順)
費 2,500円
申 6月3日～7月8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



▲完成イメージ

健康セミナー「ピラティス教室」

日 7月8日～29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 ・正しい姿勢を身につける
・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(7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2-15-6 銀座プロッサム1階
☎(3546)8610
✉kinro_oubo@chuo-tokyo.com

大切なご家族のための相続勉強会

日 6月26日(金)
午前10時～正午
場 浜町メモリアル4階会議室
対 区内在住・在勤・在学者
内 円滑に遺産分割を行うための準備、税負担を軽減する方法などを学ぶ
定 20人(先着順)
申 6月3日から電話で問へ。
問 浜町メモリアル
☎(5695)8051
(午前10時～午後8時)

中央区学校保健会講演会

日 7月9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 咀嚼や嚥下がうまくできない、構音異常や口唇閉鎖不全などのお子さんへの対応について
師 清水歯科クリニック 副院長 清水清恵
[テーマ] ▲清水 清恵さん
地域社会で育む子どもの口腔機能
定 50人(先着順)
申 6月3日～7月8日に電話で問へ。
問 学務課保健給食係
☎(3546)5515



▲清水 清恵さん

雇用主研修会(人権啓発)

日 6月23日(火)・24日(水)
午後1時30分～4時
場 銀座プロッサム中央会館ホール(銀座2-15-6)
対 企業の経営者および人事担当責任者など
内 ・講演「想像し考え行動すること」
・講義「公正な採用選考について」
定 各日900人(先着順)
申 6月16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



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27日(土)、7月4日(土)
・集合 午前8時
・解散 午後6時
◎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(行き先)
対 区内在住・在勤・在学の小学校5年生以上(最大3人まで)
◎小学生は保護者の同伴が必要。満18歳未満のみの場合は親権者の同意書が必要
内 ・山のふるさと村周辺の散歩
・鹿角ストラップ作り体験
・蕎麦打ち体験(昼食)
・ガイドウォーク
定 各3人(抽選/15人未満の場合は中止)
◎協議会に参加している8区でそれぞれ同人数を募集
費 2,500円/人(昼食・保険代含む)
申 6月8日までに、申し込みフォームまたは電話で問へ。
問 (株)日本旅行「多摩の森自然体験ツアー」デスク
☎080(7017)7664



申し込みフォーム

スポーツ



スポーツ指導者養成セミナー 「フォロー研修」

日 7月28日(火)
午後6時30分～8時
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 ハラスメント問題について
師 明治大学政治経済学部 教授 高峰修
定 100人(抽選)
申 6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(7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



▲高峰 修さん

申し込みフォーム

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4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
◎介助が必要な方は家族の方などの同伴をお願いします。
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など
定 60人(先着順、同伴者含む)
申 6月15日までに申し込みフォーム、電話またはFAXに①～⑤(7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



申し込みフォーム

障害児・障害者を対象とした スポーツ・レクリエーション教室 (ポッチャ)

日 6月21日(日)
①7月5日(日)
②8月16日(日)
③9月6日(日)
◎各回とも午後2時～3時
場 福祉センター第1・2会議室
①②総合スポーツセンター小体育室
③月島スポーツプラザ第2武道場
対 区内在住・在勤・在学の障害者
◎介助が必要な方は家族などの同伴をお願いします。
定 各回10人(先着順)
申 各開催日の3日前までにEメールまたはFAXで①参加したい教室の記号②～④および実施日(複数可)⑤～⑦(7面記入例参照)⑧在学者は学校名・学年⑨障害の程度・種類⑩同伴者の氏名・ふりがな・年齢・人数⑪FAXで申し込む場合はFAX番号⑫在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入し⑬へ。
◎運動制限を受けている場合は主治医に相談の上、ご参加ください。
◎傷害保険は運営側で加入します。
問 地域スポーツクラブ大江戸月島
☎070(6980)6899
☎(5546)3591
✉contact@oedo.tokyo.jp

詳しくは
地域スポーツクラブHPへ



第80回区民体育大会

アーチェリー大会
日 6月14日(日)
午前10時～
場 総合スポーツセンターアーチェリー場
対 区内在住・在勤・在学者(高校生以下を除く)
[競技種別]
・リカーブ部門(男子・女子)
・コンパウンド部門
申 当日、午前9時30分までに直接会場へ。
問 スポーツ協会事務局
☎(3546)5729
詳しくは
スポーツ協会HPへ

春季区民体育大会 キンボールスポーツ大会

日 7月18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1～3年生の部、小学校4

～6年生の部、エンジョイビギナー、エンジョイアドバンス、オフィシャル
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⑬へ。
◎メールの件名は「R8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

詳しくは
スポーツ協会HPへ



税・国保・年金

特別区民税・都民税・森林環境税(普通徴収分)第1期分の納期は6月30日

金融機関、郵便局、地方税お支払いサイト、スマートフォンアプリ、コンビニ(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、各特別出張所で納めてください。
問 税務課課税係
☎(3546)5277

特別区民税・都民税・森林環境税の納税通知書の発送

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17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。
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 税務課課税係
☎(3546)5270

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高めるため、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
徴収方法
・4・6・8月の支払いは「仮徴収」として前年度の年金特別徴収額の6分の1の額を1回分として徴収します。
・10・12・2月の支払いは「本徴収」として6月に確定する令和8年度住民税額から、仮徴収した額を除く残額を徴収します。

なお、税額の計算結果によっては年金特別徴収を中止のうえ、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8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

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

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



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1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
・口座振替の申込方法など
東京都主税局徴収部納税推進課
☎(3252)0955

令和8年度国民健康保険料の納入通知書を6月15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。保険料は、同一世帯の国民健康保険加入者数と前年中の所得を基に計算しました。

なお、保険料率など(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」またはHPをご覧ください。

納入通知書の様式を変更しました

納入通知書の様式をA3サイズに変更しました。

詳しい見方は同封する「納入通知書のみかた」またはHPをご覧ください。

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7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。

国民健康保険から職場の健康保険に加入したとき

社会保険などの健康保険に加入した場合は、マイナ保険証の登録有無にかかわらず届け出が必要です。

届け出がない場合、保険料の請求が続き、納めた保険料を返金できなくなる場合がありますので、速やかなお手続きをお願いします。

問 保険年金課資格係

☎(3546)5362

詳しくは区HPへ

(国民健康保険の保険料)



詳しくは区HPへ

(国民健康保険料)

納入通知書の見方)



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

対 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。

申 6月11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11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



国民年金の年金額の引き上げ

4月分(6月15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。

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

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

各保険料の納付方法については、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。口座振替なら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、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お持ちの上、口座名義人がご登録ください。
[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。
・納期限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に納期限を迎える保険料を納付する時

納期限までにお近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、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。

☎保険年金課収納係

☎(3546)5365

おしらせ



コミュニティふれあい銭湯

☎6月10日(水)・24日(水)

☎区内公衆浴場(銭湯)

☎200円(敬老入浴証提示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、マイナンバーカード、社員証など)を必ずお持ち

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

都市計画(案)の公告・縦覧

都市計画(案)の名称

- ①②都市再生特別地区の変更(築地一丁目地区)
- ①築地地区地区計画の変更
- ②築地一丁目地区第一種市街地再開発事業の決定
- ③築地一丁目特定街区の廃止
- ②八重洲日本橋地区地域冷暖房施設の変更

縦覧期間・意見書の提出期間

☎6月9日~6月23日
午前9時~午後5時(閉庁日を除く)

縦覧場所

- ☎①区役所5階地域整備課
- ☎②のみ都庁第二庁舎12階北側都市整備局都市づくり政策部でも縦覧可
- ②区役所5階都市計画課
- ☎③でもご覧いただけます。

意見書の提出先

- ①東京圏国家戦略特別区域会議
- ②都市計画課

意見書の提出方法

☎HPまたは直接☎へ。

☎①地域整備課まちづくり推進担当

☎(3546)5474

☎②都市計画課都市計画係

☎(3546)5468



詳しくは区HPへ

防犯灯整備の助成

私道に新しく防犯灯を設置したり、古くなった防犯灯を更新したりする場合に、区が費用を助成します。

☎次のいずれかに設ける防犯灯

- ①幅1.2 m以上で公道間を連絡する私道(100%区助成)
- ②幅1.8 m以上で一方が公道に連絡する延長20 m以上の私道(90%区助成)
- ③区長が特に必要があると認める私道(90%区助成)

[工事]

区で工事を行い、完成後に申請者へ引き渡します。

☎申請い合わせの上、所定の申請書(HPでダウンロード/区役所7階水とみどりの課窓口で配布)を☎へ提出する。

☎水とみどりの課道路緑化施設係

☎(3546)5437



詳しくは区HPへ

私道整備の助成

- ☎①幅1.2 m以上で公道間を連絡する私道(100%区助成)
- ②幅1.8 m以上、延長20 m以上で一方が公道に連結している私道(90%区助成)
- ③助成を受けて整備した私道で、経年のため破損が著しい私道(100%区助成)

☎路面舗装の状態が悪く、歩行者の通行に支障をきたす私道の舗装、路面の排水施設の助成を行います。

また、路面下の下水施設が悪く、路面舗装に影響が出ている場合は当該施設の一部補修を行います。

[工事]

区で工事を行い、完成後は申請者に引き渡します。

☎事前に☎へ相談の上、申請書(HPでダウンロード可/区役所7階道路課で配布)を記入し、私道の権利者の承諾書を添えて☎へ。

☎道路課道路係

☎(3546)5429



詳しくは区HPへ

夏季期間中の会計年度任用職員の募集(児童館・子どもの居場所「プレディ」)

児童館指導補助員

[勤務期間]

7月18日~8月31日(祝日を除く)

[勤務時間]

- ①午前9時~午後5時15分
- ②午前9時~午後1時
- ③午前11時15分~午後5時15分

☎①のみ休憩1時間

[勤務場所]

築地児童館、浜町児童館、月島児童館のいずれか

[応募資格]

18歳以上の方(高校生不可・①・②は保育士資格の有無は不問、③は保育士資格取得者)

[募集人数]8人程度

[賃金]

- ①日額11,316円
- ②日額6,804円
- ③日額9,364円

☎交通費別途支給

子どもの居場所「プレディ」児童指導補助員

[勤務期間]

7月18日~8月31日
(日曜日、祝日を除く)

[勤務時間]

午前8時30分~午後6時のうち6時間(シフト勤務)

[勤務場所]

プレディ城東(城東小学校内)またはプレディ阪本(阪本小学校内)

[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]8人程度

[賃金]日額8,905円

☎交通費別途支給

☎6月15日までに写真付きの履歴書(備考欄には勤務可能な日および希望勤務場所を記入)を郵送または直接☎へ。

[採用結果]

選考の上、7月初旬ごろまでに連絡します。

☎放課後対策課放課後支援係

☎(6278)8359

夏季期間中の会計年度任用職員の募集(区立保育園の保育所支援員)

[勤務期間・時間]

6月中旬ごろ~10月下旬ごろ
午前8時45分~午後5時(休憩1時間)

[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11,316円

☎交通費別途支給

☎写真付きの履歴書を郵送または直接☎へ。

採用方法

随時面接を行い、決定します。

☎子ども子育て支援課公立保育園係

☎(3546)5344



詳しくは区HPへ

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。

☎飯田橋公共職業安定所事業所第二部門

☎(3812)8609

(部門コード34#)

善意に感謝いたします



社会福祉協議会への寄付

(令和8年2月分)

合計229,131円

一般寄付金(敬称略・順不同)

関毅...3,000円、佃二丁目鈴木猛夫...1,021円、日蓮宗東京東部社会教化事業協会...30,000円、(一社)東京都中央区京橋歯科医師会...100,000円、日本橋本町一丁目町会...10,000円、東をどり新橋節分会...30,000円、(有)三谷葬儀社...10,000円、三谷和美...5,000円、匿名(11件)...40,110円(内訳100円、10,000円、3,810円、1,000円、1,000円、950円、1,000円、2,000円、20,000円、200円、50円)

社会福祉協議会への寄付(令和8年3月分)

2,098,114円

一般寄付金(敬称略・順不同)

佃二丁目鈴木猛夫...1,032円、関毅...3,000円、日本橋式典...10,000円、杉本和優...3,000円、杉本ちよ子...1,000円、(一財)鈴木助成事業財団...1,000,000円、21東京パイロットクラブ...50,000円、笠間勝子...10,000円、サンフロンティア不動産(株)...1,000,000円、だいこんの花...4,082円、(有)三谷葬儀社...10,000円、三谷和美...5,000円、匿名...1,000円

☎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)

5月1日現在

人口 191,910人(うち外国人 13,700人)

男 91,698人(うち外国人 6,923人)

女 100,212人(うち外国人 6,777人)

世帯 109,323世帯