

情報コーナー

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

◎図に〒・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(問の宛名)

- 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



子どもに伝わるほめ方・しかり方

日9月11日(金)

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

内ほめ方・しかり方を中心に子どもへの接し方について学ぶ講座です。

定12人程度(抽選)

申8月13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



児童扶養手当およびひとり親家庭等医療費助成(医療証)の現況届の提出

手当の認定や医療証の交付を受けている方に、7月下旬に届出書と案内文をお送りしました。忘れずにご提出ください。

受付期間

8月3日～31日

提出方法

郵送または直接問へ。

◎必要書類など詳細は、案内文をご覧ください。

問子ども子育て支援課子育て給付係

☎(3546)5350

祝！東京湾大華火祭復活 みんなで「Super Happy」な花火を描こう

日①10月3日(土)

午前10時～11時

②10月3日(土)

午後1時～2時

③10月4日(日)

午前10時～11時

④10月4日(日)

午後1時～2時

◎①・③、②・④は同じ内容

場はるみらい地域活動スタジオ

対①・③ 5歳以上

②・④ 小学生以上

◎未就学児は要保護者同伴

内世界で壁画を描くアーティストと一緒に、みんなで大きな花火の絵を描きましょう。はるみらいに展示し、家族や友達とずっと幸せに暮らせるまちの未来を想像します。

◎11月26日まで1階地域活動スタジオに展示予定

師トータルペインター

ミヤザキケンスケ

定各回20人(先着順)

費500円

申8月3日～9月27日にHPから申し込む。

◎8月16日までは区民限定

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



ミヤザキケンスケさん

はるみらい建築クラブ「みんなでつくりつづける建物と地域」を考えようvol.1企画編&vol.2提案編

日・vol.1企画編

9月27日(日)

午後1時30分～4時30分

・vol.2提案編

11月8日(日)

午後1時30分～4時30分

場はるみらい地域活動スタジオ

対小学校3年生～中学校3年生

◎保護者見学可

内「みんなでつくりつづける建物」がテーマのはるみらい。設計した建築家と共に“施設をより良くする”企画・提案にチャレンジします。

定各回35人(先着順)

費各回1,000円

申8月3日～9月13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



読みきかせイベント はじめての絵本時間

日9月13日(日)

午後2時～2時40分

場はるみらい多世代交流スタジオ

対妊娠中の方、0～2歳児と保護者

内絵本の専門家が、読み聞かせのちょっとしたコツや、月齢に合った絵本の選び方をご紹介します。親子で楽しい絵本の時間を過ごしましょう。

定20人(先着順)

申8月3日～9月12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



高齢者



優しさを伝えるケア技法「ユマニチュード®」に関する講演会

日9月1日(火)

午後2時～3時30分

場区役所8階大会議室

対介護従事者および家族の介護をしている区内在住者

内相手を大切に思っていることを、相手にわかるように伝えるケア技法「ユマニチュード®」*についてお話しします。

※ユマニチュード®：フランスSAS Humanitude社の登録商標

師ユマニチュード認定インストラクター 内山 亜紀子

定50人(先着順)

申8月2日～16日に申し込みフォームまたは電話で問へ。

◎電話申し込みは平日のみ

問介護保険課事業者支援給付係

☎(3546)5377

申し込みフォーム



詳しくは区HPへ



いつまでもいきいき元気！「はつらつ健康教室」体験講座

対区内在住かつ65歳以上で、転倒の不安がある、疲れやすい、外出が減ったなどの現状の改善を希望する方(要介護1～5の方を除く)

内はつらつ健康教室の一部を体験(椅子に座ってできる体操、頭の体操など)

月島コース

日8月25日(火)

午前10時～11時30分

場月島区民センター1階会議室

定30人(先着順)

申8月3日～24日(祝日を除く)に電話で問へ。

問月島おとしより相談センター

☎(3531)1005

日本橋コース

日9月9日(水)

午後1時15分～2時45分

場人形町区民館1・2号室

定30人(先着順)

申8月3日～31日(祝日を除く)に電話で問へ。

問人形町おとしより相談センター

☎(5847)5580



はつらつ健康教室

対区内在住かつ65歳以上で、運動機能などの生活機能が低下している方(要介護1～5の方を除く)

◎おとしより相談センターのケアマネジメントにより、教室の受講が望ましいかどうかを個別に判断します。

内問診、血圧測定実施後、体操や口腔ケア、栄養改善の講座などを行います。運動指導員が受講者の状態に合わせたトレーニング計画を作成するので、初めての方でも安心です。

◎各コースとも、3カ月間で計12回開催します。

◎受講は年間1回限りです。

定各コース15人

申お近くのおとしより相談センターへご相談の上、お申し込みください。

月曜日午後コース

日午後1時30分～4時

場浜町高齢者トレーニングルーム

火曜日午前コース

日午前9時30分～正午

場いきいき桜川(桜川敬老館)

トレーニングルーム

火曜日午後コース

日午後1時30分～4時

場マイホームはるみ多目的ルーム

水曜日午後コース

日午後1時30分～4時

場相生の里ケアプラザあいおい

木曜日午前コース

日午前9時30分～正午

場浜町高齢者トレーニングルーム

木曜日午後コース

日午後1時30分～4時

場いきいき桜川(桜川敬老館)

トレーニングルーム

問京橋おとしより相談センター

☎(3545)1107

日本橋おとしより相談センター

☎(3665)3547

人形町おとしより相談センター

☎(5847)5580

月島おとしより相談センター

☎(3531)1005

勝どきおとしより相談センター

☎(6228)2205

晴海おとしより相談センター

☎(5547)4871

詳しくは区HPへ



リクエスト曲で楽しむ シニアダンス

日9月7日(月)
午前10時～11時15分
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楽しく健康づくり。人それぞれのペースを大切に、リクエスト曲に合わせて体を動かします。
定15人(先着順)
費500円
申8月3日～31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



10月からのさわやか健康教室

毎週水曜日午後コース
日10月7日～12月23日の毎週水曜日(全12回)
午後1時30分～4時
場浜町高齢者トレーニングルーム
毎週金曜日午後コース
日10月2日～12月18日の毎週金曜日(全12回)
午後1時30分～4時
場いきいき桜川トレーニングルーム
共通
対区内在住かつ60歳以上で、運動機能などの生活機能が低下していない方(要介護・要支援認定を受けていない方で、介助なしで運動会場までの往復が可能な方)
◎生活機能の低下は、厚生労働省作成の「基本チェックリスト」を基に判定
内問診、血圧測定実施後、高齢者向けのマシントレーニングや、口腔ケア・栄養改善のミニ講座を行います。運動指導員が、受講者に合わせたトレーニング計画を作成するので、初めての方でも安心です。
◎最長6カ月まで継続可
定毎週水曜日午後コース：12人(抽選)
毎週金曜日午後コース：10人(抽選)
申8月21日(消印有効)までに申込書などの書類を記入し、郵送または直接**問**へ。
◎申込書などの書類一式は、**問**に電話した方へ郵送します。また、いきいき館やシニアセンター、おとしより相談センターなどで配布している他、**HP**からダウンロードできます。
◎過去にさわやか健康教室を受講した方は申し込みません。
問高齢者福祉課高齢者活動支援係
☎(3546)5716

詳しくは区**HP**へ



健康・福祉



平成25年8月以降に生活保護を受けていた方へ

令和7年6月の最高裁判決を受け、平成25年8月から令和8年3月の間に区で生活保護を受給していたことがある方(現在、受給中の方は除く)を対象に保護費の追加給付を行います。
追加給付を受けるには、申し出手続きを行う必要があります。必要書類や手続き方法は**HP**をご覧ください。
日8月1日～令和9年7月31日
[受付時間]
午前8時30分～午後5時
◎受け付けは開庁日のみ
場区役所地下1階地域福祉課
問生活保護費追加給付コールセンター
☎(3546)5668

詳しくは区**HP**へ



健康診査・がん検診

40歳以上の中央区国民健康保険加入者と後期高齢者医療制度加入者に健康診査を実施しています。
また、40歳以上の区民の方にはがん検診などを、65歳以上の区民の方には介護予防のためのフレイル予防健診を実施しています。
対象者には、5月から8月までの間に「がん検診等受診券」を発送しています。
◎健康保険組合などの加入者の健康診査の実施期間・実施方法などは、それぞれの健康保険組合窓口にお問い合わせください。
がん検診・精密検査
がん検診では精密検査が必要かどうかを調べます。「要精密検査」と判定された方は、必ず精密検査を受診してください。
費無料(精密検査および検診以外の検査は受診者負担)
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



予防接種のご案内

予防接種ってなに？
予防接種とは、病気に対する免疫をつけたり、免疫を強くしたりするために、ワクチンを接種することをいいます。
予防接種を受けることで、病気にかかることを予防し、社会に病気がまん延するのを防ぐことができます。
法令に基づく子どもの定期予防接種は無料(公費負担)で受けられます。定期予防接種の対象者には標準的な接種時期に、「接種のお知らせ」、「予診票」などをお送りしますので、体調の良い時にできるだけ早く受けましょう。
◎法令による対象年齢を過ぎると、無料で接種できませんので、ご注意ください。
予診票を持ってない場合はどうすればいいの？

紛失や転入などで、定期予防接種の予診票をお持ちでない方は申請が必要です。申請手続き後に予診票を交付します。
[申請方法]
・中央区保健所、各保健センター窓口で申請(保護者の本人確認書類と母子健康手帳を提示)
・電子申請
問中央区保健所健康推進課予防接種担当
☎(3541)5930



月経・PMSを知って、将来のための「プレコン」をはじめよう～専門家が解説!自分を整えるカラダのヒント～

日8月28日(金)
午後6時30分～7時30分
場オンライン(Zoom/アーカイブ配信あり)
対区内在住・在勤・在学者
内毎月の生理やPMS(月経前症候群)のケア方法やプレコンセプションケアなど、将来の自分のために今からできる「カラダの整え方」のヒントを専門家がわかりやすく解説します。
申事前に申し込みフォームから申し込む。
◎事前質問の受け付けは8月20日まで。
問中央区保健所健康推進課健康係
☎(3541)5930

申し込みフォーム



詳しくは区**HP**へ



適塩講習会～ちょっとの工夫でおいしく食べよう！～

日9月1日(火)
午後1時30分～3時30分
場月島保健センター多目的室
対区内在住者
内・講義
見つけよう!無理なく続ける適塩生活
・調理実演、試食
簡単おいしい適塩レシピ
定20人(抽選/初めての方を優先)
申8月3日～12日に**HP**または電話で**問**へ。
問月島保健センター健康係
☎(5560)0765

詳しくは区**HP**へ



認知症月間オープニングイベント 映画「オレンジ・ランプ」上映会

日9月1日(火)
午後2時～4時
場月島社会教育会館4階ホール
対区内在住・在勤・在学者
内若年性認知症と診断された男性と妻の不安や葛藤、そこから立ち上がっていく軌跡を描いた「オレンジ・ランプ」を上映します。
定100人(先着順)
申8月3日～28日に申し込みフォームまたは電話で**問**へ。
問介護保険課地域支援係
☎(3546)5379

申し込みフォーム



詳しくは区**HP**へ



▲映画「オレンジ・ランプ」チラシ

交詢社公開講座 「幸齢化を支える医学」

9月コース
日9月9日(水)
午後2時～3時30分
内スポーツ医学ってなんだろう?—運動は万能薬である—
11月コース
日11月4日(水)
午後2時～3時30分
内脳外科治療の最前線:脳卒中・頭痛・認知症
共通
場築地社会教育会館2階講習室
対区内在住・在勤者
定各コース95人程度(抽選)
申9月コースは8月26日(必着)、11月コースは10月21日(必着)までに、はがきに①希望コース②～⑤(7面記入例参照)⑥区民カレッジ生(コース生)はその旨(在勤者は③に勤務先名・勤務先住所)を記入し**問**へ。
問・本講座について
(一財)交詢社事業委員会
〒104-0061
銀座6-8-7
☎(5537)1311
・中央区民カレッジについて
文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524

フレイル予防教室

日9月11日(金)
午後1時30分～3時30分
場日本橋保健センター5階多目的室
対区内在住者
内講義・料理紹介：低栄養を防ぐための食事のとり方
◎試食・握力測定あり
定20人(抽選)
申8月3日～12日に**HP**または電話で**問**へ。
問日本橋保健センター健康係
☎(3661)5071



重度障害者などへの就労支援

令和8年度から、重度障害者などの就労機会を拡大するため、通勤や職場などにおいて必要な障害福祉サービスによる支援を開始しました。
対①・②ともに該当する区内在住者
①重度訪問介護、同行援護、行動援護のいずれかの支給決定を受けている方
②民間企業に雇用される方または自営業などで働く方
内・通勤時の指導や援助
・喀痰吸引、姿勢の調整、安全確保のための見守り、その他就労の継続に必要な支援
問障害者福祉課相談支援係
☎(3546)5717

介護者教室・交流会「もしもの時に備える施設の知識～種類・特徴・選び方をやさしく～」

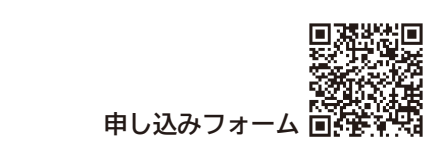
日9月6日(日)
午後2時～3時30分
場⑦マイホーム新川2階介護者教室
①オンライン(Zoom)
対区内在住・在勤・在学者、その他介護に興味・関心のある方
内外部の専門講師が、施設の種類や特徴・選び方について説明します。教室終了後に、介護に関する悩みの共有や情報交換を行います。
定各20人(先着順)
申8月3日～9月5日に⑦の場合は電話で、①の場合はEメールに①「介護者教室申し込み(zoom)」の旨②氏名・ふりがな③電話番号を記入し**問**へ。
問マイホーム新川
☎(3552)5670
✉myhomeshinkawa@san-ikukai.or.jp



特別講座「地域に必要なささえあいとは」

日9月8日(火)
午後2時～4時
場築地交流スペース ツキチカ!
対区内在住・在勤・在学者
内地域における「ささえあい」の必要

性、居場所やサロン活動の役割について、防災の観点も含めて講義形式で学びます。
定20人(抽選)
申8月27日までに、申し込みフォーム、電話またはEメールに①～④(7面記入例参照)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



区民カレッジ2026年度後期分募集講座(47講座)

対18歳以上の区内在住・在勤・在学者(ただし、シニアコースのクラブ学習は60歳以上の区内在住者のみ)
内区の歴史、文化や趣味の講座、大学や企業と連携した講座など
申8月14日(必着)までに往復はがき(1枚につき1人1講座)または**HP**から申し込む(抽選)。
◎日時が重複しない講座は複数申し込みます。
◎詳しくは「中央区民カレッジ講座案内2026年度後期分」をご覧ください。
[講座案内配布場所]
区役所8階文化・生涯学習課、社会教育会館、特別出張所、図書館や区民館などで配布している他、**HP**からダウンロードできます。
問文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524



詳しくは区**HP**へ

区立小学校、学びの軌跡 明治から昭和10年代編

関連イベント：講演会「学校資料から読み解く戦前の唱歌教育」
日9月4日(金)
午後6時～7時30分(午後5時30分開場)
場本の森ちゅうおう1階多目的ホール
師学習院大学文学部客員研究員 嶋田 由美
定80人(先着順)
申当日、直接会場へ。▲嶋田 由美さん
関連イベント：ギャラリートーク
日9月25日(金)
午後3時
◎30分程度
場本の森ちゅうおう2階 郷土資料館企画展示室
内展示担当者による展示解説
定20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)
☎(3551)2167



詳しくは区**HP**へ

第7回本森亭「玉川太福 浪曲会」

日9月3日(木)
午後6時～8時(午後5時30分開場)
場本の森ちゅうおう1階多目的ホール
内玉川太福さんによる浪曲会です。迫力ある芸を間近でお楽しみください。
師浪曲師 玉川 太福
曲師 玉川 みね子
定80人(抽選)
申8月7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



▲玉川 太福さん

オカルトの森vol.04 講談と怪談一声が紡ぐ恐怖―

日9月12日(土)
午後6時30分～8時30分
場本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対中学生以上
内怪談のために神職となった講談師神田山緑氏による「怪談体験教室」と「怪談」の実演
師講談師 神田 山緑
定60人(抽選)
申8月17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



▲神田 山緑さん

「がんについてよく知り自分らしく生きる道を探そう」第3回

日9月9日(水)
午後6時30分～8時
場本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対中学生以上
内聖路加国際病院の泌尿器科医が解説します。また、相談支援担当看護師やがん経験をもつファイナンシャルプランナーが、治療費や備えなどについてお話しします。
定60人(先着順)
申8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

映画鑑賞会

日8月15日(土)
午後2時～4時40分(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『西部戦線異状なし』(イギリス映画、157分)
定35人(先着順)
申8月5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

地域講座「火事と日本橋」

日8月29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
内江戸の歴史であり、日本橋の歴史でもある火事との戦いについて、作家、江戸歩き案内人黒田涼さんに語っていただきます。
定36人(先着順)
申8月8日から電話または直接**問**へ。
◎2人分まで申し込み可
◎8月27日は休館日
問日本橋図書館
☎(3669)6207

起業家塾(アドバンス編)

日10月3日(土)・17日(土)・31日(土)、11月14日(土)(全4回)
午前10時～午後4時
場産業会館
対区内で創業後5年未満の方で、全4日間受講できる方
定35人(抽選)
費6,000円
申8月16日までに**HP**から申し込む。
問商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487



詳しくは区**HP**へ
(起業家塾)



詳しくは区**HP**へ
(創業支援等事業)

腰痛予防教室

日8月15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8月3日～12日に電話で**問**へ。
問浜町メモリアル
☎(5695)8051
(午前10時～午後8時)

中央区で働く!求職者向け スキルアップセミナー③

日8月20日(木)
午後1時30分～3時30分
(受け付けは午後1時10分～)
場環境情報センター「エコノバ」
対中央区で働きたいと考えている求職者
内区内企業への就職・転職に役立つ無料のセミナーを開催します。
[テーマ]
生成AIで見つける適職とキャリア軸～AIで強みや興味を分析し、将来の方向性を明確化～
定30人(先着順)
申HPまたは電話で問へ。
問(株)HRP
☎(3222)1801
詳しくは
中央区おしごとWEBHPへ

「ブーケ21」事業協カスタッフ 養成講座

男女共同参画社会を推進する拠点「ブーケ21」の講座の企画・広報に協力するスタッフの養成講座を開催します。
日8月27日～令和9年3月4日の全8回
場男女平等センター「ブーケ21」
対区内在住・在勤・在学者
内男女平等に関する現状を理解し、男女共同参画の視点を持つ人材を育成するとともに、修了者が「ブーケ21」の講座や広報について区と協働で企画運営に関わることを目指す講座
定講座班20人、広報班10人程度(先着順)
申8月3日からHP、電話またはFAXに①～④(7面記入例参照)⑤メールアドレスを記入し問へ。
託生後3カ月以上の未就学児(申込時に子どもの氏名・ふりがな・年齢を記入し8月24日までに申し込む)
問総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652
詳しくは区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9月2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]月島ともんじゃにみる食文化
[ゲスト]月島西仲共栄会商店街振興組合理事長 村田 耕作、月島もんじゃ振興会協同組合理事長 松井 勝美
定30人程度(先着順)
申8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
FAX(5543)0652
詳しくは区HPへ

中央区まちの未来アイディアブ レスト会議 in はるみ

日9月12日(土)
午前10時～正午
場はるみらい集會室1
内子育て・福祉・防災・多文化共生などの地域課題について、「いつか何かしてみたい」「こんなことを考えている」というアイデアを他の参加者と磨きカタチにするための作戦会議
師協働ステーション
中央センター長
杉原 志保
▲杉原 志保さん
定12人(抽選)
申8月3日～9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

スポーツ

プロバスケットチーム×車いすバスケットチーム トーク&触れ合いイベント

日9月6日(日)
午後3時～5時
場はるみらい地域活動スタジオ
対小学生以上、大人も歓迎
◎小学生は要保護者送迎・1～3年生は要保護者同伴
内「東京ユナイテッドバスケットボールクラブ」と、車いすバスケットボールチーム「NO EXCUSE」からゲストを迎え、両者の対談を聴いた後、シュートチャレンジを楽しみます。
定20人(先着順)
費500円
申8月3日～9月5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



▲前回の活動の様子

税・国保・年金

地方税法の改正に伴い 特別区税条例を改正しました

主な改正内容は以下のとおりです。
①年金受給者の扶養親族等申告書の提出について
令和7・8年度の税制改正で所得税の基礎控除が引き上げられました。これに伴い、令和9年から、これまで所得税の申告義務がなかった公的年金等受給者も、住民税の控除(扶養控除など)を受けるために、「扶養親族等申告書」の提出が必要となる場合があります。
②区民税の住宅借入金等特別控除に係

る適用期限および入居期限の延長

- ・適用期限
令和20年度→令和25年度
 - ・入居期限
令和7年→令和12年
- 問税務課管理係
☎(3546)5265

特別区民税・都民税・森林環境税 (普通徴収分)第2期分の納期限は 8月31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(納付書の記載額が30万円以下で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。
問税務課収納係
☎(3546)5277

一定の条件を満たせば 60歳以上で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年間の全ての月で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、納付済み期間が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保険料を納めることで満額に近づけることができます。
また、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年以上必要です。この要件を満たしていない場合、昭和50年4月1日以前に生まれた方に限り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。
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)
音声案内②→②を選択

国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療保険料の納め忘れはありませんか

次の保険料の納期限は、毎月末日(末日が金融機関などの休業日にあたる場合には翌営業日)です。
・国民健康保険料
・介護保険料
(65歳以上(第1号被保険者)で普通徴収の方)
・後期高齢者医療保険料
(75歳以上で普通徴収の方)

納付方法

お近くの金融機関、郵便局、コンビニまたは区役所4階保険年金課、各特別出張所、スマートフォン決済で納期限までに納めてください。

なお、保険料納付は、原則、口座振替です。口座登録がまだの方は、早めに口座登録をお願いします。また事情があり保険料を納めることが困難な場合は、早めにご連絡ください。

問保険年金課収納係
☎(3546)5365

お薬に関する無料相談

国民健康保険に加入している次の方に「お薬に関するお知らせ」を送付します。お知らせが届いた方はHPに記載の薬局で無料服薬相談が受けられます。
対令和7年9月～令和8年2月に複数の医療機関から
・同じ薬効の薬を処方されている方
・一定数以上の薬を処方されている方
申直接、薬局窓口へ。
[相談受付期間]
9月～令和9年1月
問保険年金課給付係
☎(3546)5361
詳しくは区HPへ



おしらせ



経営改善支援資金のあっせん 限度額などを拡充します

原材料費・エネルギー価格などの上昇や、中東情勢の緊迫化による仕入価格などの不安定化を踏まえ、中央区商業融資制度の経営改善支援資金を以下のように拡充します。

		令和8年 7月31日まで	令和8年 8月1日から
支援資金 経営改善	あっせん 限度額	一般 ^(※1) 区民 ^(※2) 2,000万円	1,500万円 2,500万円
	限度額差額 ^(※3)	1回まで 利用可能	2回まで 利用可能

(※1)代表者の住民登録が中央区外の場合
(※2)代表者の住民登録が中央区内の場合
(※3)限度額差額の詳細はHPをご確認ください。

申込受付期間

8月3日～令和9年3月31日(予定)
問商工観光課相談融資担当
☎(3546)5330
詳しくは区HPへ



講師派遣制度利用団体募集 (後期分)

対10月～令和9年3月の間に講師派遣を予定している社会教育関係登録団体
内学習会などを開催する際の講師への謝礼(上限額あり)を負担します。
定81団体(抽選)
申8月3日～21日(必着)に、申し込みフォームまたは往復はがきに①団体講師派遣制度の申し込み②団体名③代表者名④連絡者の住所・氏名・電話番号⑤学習会等実施予定月⑥学習会などのテーマを記入し問へ。
◎1団体年1回に限り利用できます。
◎社会教育関係団体の登録は、問またはお近くの社会教育会館にご相談ください。
問文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5526



申し込みフォーム

祝日のごみ収集

8月11日(祝)「山の日」は、火曜日の収集地域で、平常通りに燃やすごみ・燃やさないごみ・資源およびプラスチック製容器包装の収集を行います。
問中央清掃事務所作業係
☎(3562)1521

道路に看板・日よけを出すときは許可が必要です

道路の上空に看板や日よけを設置するなどして、道路を継続して使用することを道路の占用といいます。

道路を占用するときは、あらかじめ、道路管理者の許可を受けるとともに、政令や条例で定められた占用料を支払う必要があります。

また、道路占用許可では、占用物件ごとに基準が定められています。なお、占用許可期間満了後、引き続き占用する場合は、更新手続きが必要です。

- 問**・区道について
管理調整課占用係
☎(3546)5416
- ・区内の都道について
都第一建設事務所管理課（占用担当）
☎(3542)1474
- ・区内の国道1号・4号・6号・14号・15号・17号について
東京国道事務所管理第一課占用第一係
☎(3512)9096



詳しくは区HPへ

中央清掃工場の操業状況および排ガス等調査結果

令和7年度の中央清掃工場の操業状況および排ガス等調査結果をHPに掲載していますのでご覧ください。

- 問**東京二十三区清掃一部事務組合
中央清掃工場
☎(3532)5341
中央清掃事務所排出指導係
☎(3562)1524



詳しくは
中央清掃工場HPへ

樹木への水やりにご協力ください（街路樹や公園など）

夏の猛暑や雨が降らない日が続くと、水不足により樹木が枯れてしまうことがあります。朝晩の涼しい時間帯にご自宅近くの街路樹や公園の樹木へ、水道水やお風呂の残り湯などで水やりをお願いします。

樹木の健全な生育のために皆様のご協力をお願いします。

- 問**水とみどりの課道路緑化施設係
☎(3546)5437

コミュニティふれあい銭湯

- 日**8月12日(水)・26日(水)
場区内公衆浴場(銭湯)
費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。

- 問**地域振興課区民施設係
☎(3546)5623

「中央区の街並み絵画展」作品募集

- [応募資格]
どなたでも(18歳未満の場合は保護者の同意が必要)

- [応募作品]
最近の中央区の風景を描いた作品(20号までの大きさで、額装してあるもの。油絵・水彩画などの種別は自由)

- [応募方法]
8月3日～9月18日(必着)に、申し込みフォーム、申込書(区役所、各特別出張所、社会教育会館などで配布)またははがきに①中央区の街並み絵画展②～⑤(7面記入例参照)⑥作品の種別(油絵、水彩画など)⑦点数⑧大きさ⑨作品タイトル⑩描いた地域(京橋・日本橋・月島)と題材にした風景⑪作品および氏名の区広報媒体(区HP・チラシなど)への掲載についての同意の有無⑫区施設展示の希望の有無⑬本名以外(ペンネーム、雅号)での展示を希望する場合は、その名称を記入し**問**へ。

- [作品搬入日]
11月7日(土)

- [その他]
展示スペースに限りがあるため、1人2点以上の応募については、展示点数を調整する場合があります。

- 絵画展**
日11月11日(水)～15日(日)
午前10時～午後6時
◎15日(日)は午後4時まで
場月島社会教育会館晴海分館アートはるみ「ギャラリー」
◎本会場での展示後、希望者は、区施設で展示できます。
問文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524



申し込みフォーム



詳しくは区HPへ

▲昨年度展示作品
「銀座四丁目の街並み」
(パステル・水彩)泉純さん

集団献血にご協力ください

- 日**8月18日(火)
午前9時30分～11時30分
午後1時～3時30分
場区役所8階大会議室
申当日、直接会場へ。

◎輸血の安全性確保のため、受け付けの際、本人確認を行います。氏名を確認できるもの(運転免許証、パスポート、マイナンバーカードなど)をお持ちください。

- 問**東京都赤十字血液センター
☎(5272)3523

分譲マンション管理セミナー一緒に考えよう マンション大規模修繕

- 日**8月30日(日)
午後1時30分～3時30分
場区役所8階大会議室
対区内の分譲マンションの区分所有者および管理組合の役員
内事例からマンション大規模修繕工事を考える

◎セミナー終了後に中央区分譲マンション管理組合交流会員との座談会を行います(午後5時終了予定)。

- 定**100人(先着順)
申8月17日～27日に電話またはFAXに①マンション名②所在地③氏名④電話番号⑤FAX番号を記入し**問**へ。

- 問**都市整備公社
☎(3561)5191
☎(3561)5192

仮住宅使用者の募集

- 対**建て替えやリフォームをご計画の方
使用開始期間
12月1日～令和9年2月26日

- 使用期間**
原則として3カ月以上2年以内
◎募集施設や申し込み資格、対象事業などは、HPをご確認ください。

- 申**8月3日～31日に申込書(区役所5階住宅課窓口で配布)に記入の上、直接**問**へ(抽選)。

- 問**住宅課計画指導係
☎(3546)5466



詳しくは区HPへ

環境影響評価書案の縦覧・閲覧、意見書の提出などについて

- 計画名**
「築地地区まちづくり事業」

- 縦覧・閲覧**
日8月4日～9月2日(閉庁日を除く)
午前9時30分～午後4時30分

- 場**・区役所7階環境課
・各特別出張所
・各図書館
・東京都環境局総務部環境政策課(都庁第二本庁舎19階)

- 問**東京都環境局総務部環境政策課
☎(5388)3406



詳しくは

東京都環境局HPへ

- 意見書の提出**
[提出期間]
8月4日～9月17日
[提出方法]

事業名、氏名・住所(法人その他の団体は、名称、代表者の氏名および都内に存する事務所・事業所の所在地)および環境保全の見地からの意見を記入し、HP、郵送(消印有効)または直接**問**へ。

- 問**東京都環境局総務部環境政策課
〒163-8001
新宿区西新宿2-8-1
☎(5388)3406



詳しくは

東京都環境局HPへ

説明会

- 日**・1回目 8月23日(日)
午前10時～11時30分
・2回目 8月24日(月)
午後7時～8時30分

- 場**浜松町コンベンションホール
(港区浜松町2-3-1
日本生命浜松町クレアタワー5階)

- 問**築地地区まちづくり事業準備室
(築地市場跡地)
☎(6695)0249

区内公共施設の見学

区政に対する理解を深めていただくため、区内公共施設の見学会(施設広聴会)を実施しています。見学後は意見を伺い、今後の施設運営の参考としています。

- 日**月～金曜日で希望する日(祝日・休日および年末年始を除く午前9時～正午、午後1時～4時)

- 場**見学を希望する区内の公共施設
対区内在住・在勤者で構成された5～20人の団体

- 申**申請書(HPでダウンロード/希望者へ郵送)を郵送または直接**問**へ。

◎見学後は、アンケート調査への協力をお願いします。

- 問**広報課広聴係
☎(3546)5222



詳しくは区HPへ

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5月分)

- 合計284,046円
一般寄付金(敬称略・順不同)
佃二丁目鈴木猛夫…1,054円、关毅…4,200円、栗原裕信…100,000円、日本橋式典…5,000円、中央区更生保護女性会…20,000円、トヨタモビリティサービス(株)…100,000円、(有)三谷葬儀社…10,000円、三谷和美…5,000円、匿名(3件)…38,792円(内訳34,792円、3,000円、1,000円)

- 問**社会福祉協議会管理部庶務課
☎(3206)0506



◀中央区社協
キャラクター
「ニジノコ」

人口と世帯(住民基本台帳) 7月1日現在	
人口	191,987人(うち外国人 13,708人)
男	91,687人(うち外国人 6,939人)
女	100,300人(うち外国人 6,769人)
世帯	109,252世帯