

### 区のおしらせ

人口と世帯	12月1日現在 (前年同期)
人口	住民基本台帳 132,350 (128,569)
	〔うち外国人 4,913 (5,000)〕
男	63,066 (61,256)
	〔うち外国人 2,520 (2,628)〕
女	69,284 (67,313)
	〔うち外国人 2,393 (2,372)〕
世帯	76,353 (74,327)
昼間人口 (平成22年国勢調査)	605,926



# 中央

1/1

中央区ホームページ <http://www.city.chuo.lg.jp> (「区のおしらせ 中央」もご覧いただけます)



## 新春座談会



新年明けまして  
おめでとーうございます

輝かしい新春を迎え  
中央区民皆さま方のご健勝とご多幸を  
心からお祈り申し上げます

中央区長 久田美英

昨年は区政万般にわたり温かいご支援・ご協力をいただき、誠にありがとうございました。おかげで各施策とも大いに充実・発展させることができました。心から感謝・御礼申し上げます。

定住人口は昨年4月に13万人を突破し、昭和42年以来46年ぶりに13万人台を回復いたしました。その後も若い世代を中心に増え続けており、本区はますますにぎわいと活気にあふれております。

今年も区民の皆さまが生涯を通じていきいきと暮らし活動し続けるための基盤を確実に整備し、未来に希望を持ち「快適な都心居住」を謳歌できる、「100万人が住み・働き・楽しめるまち中央区」の実現に向け、区の総力をあげてまいりますので、どうかよろしくご指導・ご鞭撻のほどお願いいたします。

さて、昨年9月に2020年オリンピック・パラリンピック競技大会が東京開催と決定した瞬間の感動と期待は、皆さまも記憶に新しいことと存じます。1964年の東京オリンピックから56年ぶりとなる大会は、大半の競技会場まで半径8キロメートルというコンパクトな計画であり、その中心に位置する晴海地区に選手村が建設されます。区はこうした機会を捉え、築地や銀座、日本橋、月島のまちづくりなどと一体となって良好なまちづくりの一段と弾みをつけ、区議会をはじめ区民、関係方面と力を合わせて中央区の黄金時代を築き上げる決意です。

また、本区を訪れる世界各国からの選手や関係者など、多くの皆さんを「おもてなしの心」でお迎えしたいと思います。そのため、将来を担う子どもたちが語学力やボランティア精神といった世界に飛躍できる資質や能力を伸ばす国際理解教育の充実に一段と努め、「教育の中央区」にふさわしい質の高い教育を推進してまいります。

そこで、本日は2度にわたるオリンピック女子マラソンメダリストであり、体育の日に実施しております「区民スポーツの日」のゲストランナーとしてもご支援いただいております有森裕子さん、オリンピック女子バレーボールメダリストでアメリカ代表として活躍されたヨコ・ゼツターランドさん、長野オリンピックに出場された安藤和明さん、中央区体育協会会長の山本泰人さん、中央区スポーツ推進委員の百瀬修至さんにお集まりいただき、「スポーツと教育」へ2020年東京オリンピック・パラリンピックに向けて、中央区の未来を築くテーマに新春座談会を開催いたしました。

# 私のスポーツ体験、 スポーツ振興活動

**山本** 私は、小学生のころはリレーの選手、中学校では野球の選手をやっていました。高校生になると方向転換して、剣道部に入りました。

稽古には、一人で相手に一方的にかかっていく「かかり稽古」があり、開始の合図で太鼓が叩かれたら、次に太鼓が叩かれるまでやめることができませぬ。剣道部のコーチは厳しい方でその鬼コーチは「はじめ！」と言って太鼓を叩くと道場から姿を消して、こちらが限界に達するまで戻ってきませんでした(笑)。

そんな厳しい稽古の毎日でしたが、剣道の魅力に引かれて、大学に進学しても剣道の道を選びました。結局、全日本の代表になるような選手にはなれなかったのですが、自分にとって快挙といえるような出来事もありました。ライバルの大学との交流試合で勝利して優秀選手に選ばれたのです。

これは、私の剣道人生の中で大きなポイントでした。稽古は本当に厳しいものでしたが、やめずに続けたからこそあの栄誉を手にする事ができたと思うのです。厳しいことを続けていく大切さを感じました。

その後社会人になってからも剣道を続け、現在は、中央区剣道連盟会長、東京都剣道連盟副会長を務めています。

**有森** 私は、スポーツがもともと得意だったわけではありませぬ。幼少のころ、たまたま走ることに出会い、その後

の人生がいろいろな意味で広がっていったと思います。私は1992年のバルセロナオリンピックで銀メダル、1996年のアトランタオリンピックで銅メダルを取りましたが、ずっと前からオリンピックの選手になりたいと思っていたわけではありませぬ。オリンピックに出てみたい

と強く思うようになったのは、1988年のソウルオリンピック、女子マラソンで金メダルを取ったロサ・モタ選手を見たときからです。

彼女は、倒れこむか、苦痛の表情でゴールするというマラソンのイメージを覆して、満面の笑顔でゴールをしたのです。そのときものすごく感動したのと同時に、今度は人が感動する場に自分が立ちたいと思ったのです。そしてその4年後、その思いを胸にトレーニングを重ねて日本の代表選手に選ばれ、念願のバルセロナオリンピックの舞台に立つことができました。

現在は、マラソン選手としての経験をもとに、さまざまな形でスポーツ振興活動に取り組んでいます。中央区もご縁があり、5年ほど前から「区民スポーツの日」のマラソン大会にゲストとして呼んでいただき、大会を盛り上げるお手伝いをさせていただいています。

**安藤** 私が運動を始めたきっかけは、小学校の担任の先生の影響です。先生は体育が得意だったため、いろいろな運動を教えてもらい、運動することが大好きになりました。大学までは器械体操の選手でしたが、会社に入ってフリースタイルスキーを始め、そこではじめてオリンピックを目指すことになりました。

思い出に残るオリンピックピック・パラリンピックは、やはり自分が出場した1998年の長野オリンピック冬季大会ですね。

現在は仕事の傍ら、浜町体育館で子どもたちに「子ども体操」を教えています。中央



Profile  
**山本 泰人さん**  
中央区体育協会会長



Profile  
**有森 裕子さん**  
オリンピック女子マラソンメダリスト

区は今赤ちゃんが増えていまして、幼稚園児・保育園児もたくさんいます。元気な子どもたちにやっつけられながら(笑)、楽しくレッスンをしています。また、母校の大学で体操部の助監督も務めています。

**ゼッターランド** 私は生まれはアメリカですが、6歳のときに、母と一緒に母の実家のあった新富町に戻ってきました。そこから私の日本での生活がスタートしました。

私にとって中央区は、アスリートとしての素地がつけられた場所です。アメリカから日本に来たときまったく言葉がしゃべれなかった私にとって、言葉がでなくても他の人とコミュニケーションがとれる唯一の手段がスポーツで、スポーツに没頭する生活を送っていました。

最も没頭することになったバレーボールに最初に触れたのも中央区築地の社会教育会館でした。そこで初めて、言葉がうまく通じなくてもボールを通して人とつながり、チームとしての目的・目標をみんなで達成することができるとを学べるバレーボールと

いう団体競技の素晴らしさを知りました。

その後、アメリカの代表として、有森さんと同じバルセロナ、アトランタという2つのオリンピックに出場しました。2つのオリンピックでは、やっとう出場でき、銅メダルまで獲得することができたバルセロナオリンピックが特に思い出深いですね。

現在は、大学の女子バレー部監督を務めています。スポーツを通して忍耐力や協調性、思いやりの心など、人としての大切な素養を育てていきたいと思っています。

**百瀬** 私のスポーツの原点は子どものころですね。晴海の原っぱや現在の豊海にあった海水浴場で、野球や水泳をするのが私の日課でした。

中学生のときに中央区一周駅伝があって、私は2年生、3年生と続けて選手に選ばれて出場しました。1人2キロメートル走り、5人で10キロメートルです。大人は1人で一周します。大人になったら絶対10キロメートルに出たいと思っていましたが、交通事情で大会が中止になりその夢をかなえることはできません

でした。それで、中央区体育協会40周年のときに「区民スポーツの日」に何かやろうということになりました。私はすぐ手を挙げて、「マラソン！」と提案したのです。そして「区民スポーツの日」に携わるようになって既に25回を数えますが、第1回の大会で矢田区長が子どもたちと一緒に走ったことを、今もはっきり覚えています。

中央区では我々スポーツ推進委員が主体となって一人でも気軽に参加できる「スポーツひろば」や各種のスポーツ教室などを開催しています。

昨年は総合型地域スポーツクラブがスタートしました。そこでは、多くの子どもたちが会員になってさまざまなスポーツを楽しんでいます。シニアを対象にしたスポー

ツや体操、精神障害や身体障害などのある人を対象としたスポーツの推進にも取り組んでいます。

**区長** 私も子どものころからスポーツは好きで何でもやりました。小学校のときは野球、ドッジボール、水泳、ローラースケート。中学校のときには武藤英雄先生という、1964年東京オリンピックのデモンストレーションで剣道を指導された方の下で鍛えられました。高校のときは柔道を一生懸命やりました。

そのように何でもやりましたが、皆さんと違ってどれも実らなかつた(笑)。でも、こんなにも元気でいられるのは若いときにスポーツをしたおかげであると思います。また、昔の仲間と会うと、かつて熱中したスポーツが話題になり、一段と話が盛り上がります。



▲第25回「区民スポーツの日」マラソン大会



Profile

安藤 和明さん

長野オリンピックフリースタイルスキー出場

山本 前回の東京オリンピックが行われた昭和39年は、日本が戦後を経て、本当の意味での経済成長の道を歩んでいく入口に立った時代だったと思います。首都高速道路ができたのもちょうどその頃です。新幹線もそうですね。経済の成長ベクトルを回していくた

めに、あらゆる知恵とパワーを結集したスタートの頃にあったのが、東京オリンピックだったと思います。それから約50年経ち、区長がおっしゃったようにみんなが平和を希求して、平和国家・日本ができて、アスリートの気持ちも、国家に対する

### 2020年東京オリンピック・パラリンピックへの期待

前回のオリンピックは戦後わずか20年足らずで、あの焼け野原から日本の復興ぶりを世界に示した。そしてこれを機に日本経済はどんどん発展しました。そうした面での意義は大きかったと思います。2020年の開催はそれとは違った意味で大変重要で、今度はこのように成熟した日本社会の成り立ちを平和を基軸にしてきた結果なのだ、ということの世界の方々に分かたってもらおうという重要な役割を担っていると思います。いま、残念ながら世界はど

ういうことで大変悩んでいます。内戦状態のシリアをはじめ、いたるところでテロや紛争、緊張が高まっているのに何もできない。その点、日本は戦後一貫して平和に徹してきた、平和を希求してきたからこそ、こんなにも繁栄し、成熟した国家が出来上がったのだという事実を世界中の方々に理解していただき、恒久平和へ導く、リードする絶好の機会なのです。その責務を全国民が頭に入れて行動すれば大会は必ず成功するし、平和な世界がやってきます。

使命感から、スポーツを通して世界と伍して力を競っていき明るい世界へと切り替わってきたと思います。今度のオリンピックは、東京なり中央区が「こういうまちづくりをしていくよ」という、これからの模範となるまちづくりのきっかけになるかと思えます。経済的な発展と同時に、日本の持っている歴史や文化、特に日本橋とか中央区で考えると古い企業や文化的資産がたくさんあります。それらをもう一度、世界から来る大勢の人に向けて発信していく必要があるでしょう。有森 本場にオリンピックというのはいろいろな要素の関わりと気付きでできているものです。しかし日本では、スポーツをする人が出るもの、関心のある人がやるもの、そういう場だったと思います。東京マラソンという大きな市民イベントができたときに、ランナーではない人たちが、いろいろな意味や目標を持って参加するようになりました。出場する人も運営を支える人も、応援する人も、みんながスポーツの輪の中に入れるような、そんなスポーツとの関わり方が楽しめるようになってきたと思います。大会をやることの意味の矛盾がいろいろな人たちに当てはまり、生かされる内容・趣旨を持ってされることを意識して、アスリートもいるべきです。そういうことが今までのオリンピックとはちよっと違っている大会だと思います。2020年の大会に出場す

るアスリートは、大半がほぼ入れ替わるでしょう。「そのアスリートたちはどこにいるの?」というところ、学校教育の現場にいる、中学生や高校生です。子どもたちに、社会をはじめいろいろなことにながっている中で、チャンスがもたらえているということ意識して大会を迎えるという流れは必要だと思います。安藤 今回オリンピックを招致するに当たって、オリンピックどころじゃないという話もあちこちで上がっています。だが、そういうことに対して、実行委員会の事務局の方の問題を解決していくたくましい姿を子どもたちにもわかってもらいたいと思います。どうしても子どもたちにはたくましさが必要な気がしています。学生を見てもそうなんですね。企業でもコンプライアンスで、あらの探し合いをしてい



▲上空から望む晴海地区

るじゃないですか。そこで日本が一つになって、企業も一つになって、世界に「東京はすごいところだな」「日本はすごいところだな」と思われるような成長を見せたいですね。「東京でやってよかったね」と、日本人全員が思えるようになればと期待しています。ゼッターランド 引退してから13、14年になるのですが、その間に現場の指導以外で、スポーツを支える活動にも携わってきました。その中で、「支える人たちは、こういう風に支えてくれていたんだ」ということを、引退して初めて知りました。スポーツはこれまで企業や学校に支えられてきている点が多く、これからもそうだと思いますが、国をあげて、スポーツを支えていくということがある程度形として約束されて、表に打ち出されてき

たことで、新たな形で日本のスポーツは発展していくでしょう。そういう意味で、2020年の東京オリンピック・パラリンピックには大きな期待を寄せています。百瀬 前回の東京オリンピックでは私は28歳でした。あのときは本当にワクワクしました。開会式は残念ながら抽選で外れました(笑)けれど、何とかいくつかの競技は見たいと思って、長い行列に並んでチケットを買ったことを覚えています。一番見たかった依田郁子さんの80メートルハドルのチケットを取りに行列に並び、買ったことはよい思い出になっています。オリンピックは夢を与えてくれます。みんなが期待してワクワクさせられるようなオリンピックにしてほしいです



▲2020年東京オリンピック・パラリンピック選手村パース図(東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会提供)



TOKYO 2020

ね。しかも中央区には選手村ができます。約1万7千人の役員・選手団が来ます。当然晴海にできるとなると、選手たちと顔を合わせることにいるから、それだけでもうれいですがね。中にはトップアスリートや顔を知っている人もいるでしょうから。今の子どもたちも6年後には大きくなっていますし、2020年東京オリンピック・パラリンピックのときの子どもたちにも夢を与えられるような大会をつくるのが大切だと思います。

ね。しかも中央区には選手村ができます。約1万7千人の役員・選手団が来ます。当然晴海にできるとなると、選手たちと顔を合わせることにいるから、それだけでもうれいですがね。中にはトップアスリートや顔を知っている人もいるでしょうから。今の子どもたちも6年後には大きくなっていますし、2020年東京オリンピック・パラリンピックのときの子どもたちにも夢を与えられるような大会をつくるのが大切だと思います。



Profile  
ヨーコ・ゼッターランドさん  
オリンピック女子バレーボールメダリスト(アメリカ代表)

**区長** 子どもには無限の可能性があります。「これだけやりにさい」ではなくて、いろいろなものに触れさせることで、自分にあったスポーツを見つけ、才能を引き出すことが必要です。

中央区は、「新年子ども羽根つき大会」を毎年開催して

### 教育的観点から見た スポーツの魅力



**区長** 2020年東京オリンピック・パラリンピックは、まちづくりの面でも非常に重要な意味を持っています。前回、残念ながら日本の道路元標がある名橋「日本橋」上空に高速道路を造り、それが負の遺産として残ってしまった。今度はそういうことにならないよう心掛けねばなりません。

それから、臨海部ではBRT(バス高速輸送システム)とかLRT(次世代型路面電車システム)など新たな基幹的輸送システムを確実に導入していかなければなりません。将来的には、地下鉄などの大量輸送機関も視野に入れて取り組んでいく必要があります。さらに、オリンピック・パラリンピックを機にノーマライゼーション、バリアフリー化も一層進めていかななくてはならないと思います。まちづくりは、そういう夢と希望に満ちたものにしていかなくてはいいけませんね。

目を決めて取り組んでいます。子どもたちの体力向上に効果があるものと思います。**山本** スポーツを通して今の若い人に教えらることは何かと考えてみると、小泉信三という経済学者でテニスの名選手という文武両道の人がいるのですが、「スポーツが与える3つの宝」として、「練習は不可能を可能にする」「フェアプレイの精神」「友を得ること」の3つを挙げられています。そういう事柄は、今あまり伝えられていないように思います。正々堂々と戦うところから生まれるスポーツマンの精神、こういうものをスポーツを通して知ってもらおう。それから不可能を可能にするという事もあると、私は思いますね。練習することによってできなかったことができるようになる、ということが、自分で理解できたとき初めて、自分に自信が持てたり誇りを持てたりするのです。途中で諦めたら、そこへ到達できないので、そのことはとても重要なことだと思います。それから友達。終生の友人になれるというのもスポーツを一生懸命やったから得られるのだと思います。

この3つのことを若い人にもぜひ知っていただいて、スポーツはそういうことが得られる大きな可能性を秘めたものであると知っていただけたらと思います。

**有森** スポーツは、人間が生まれて死ぬまでの、社会で生きていく上で一番大事な基礎的な内容を教えてくれます。例えば、スポーツにはルールがないと面白くないし、意味がありません。スポーツの

中、自分の生活の中で規則を守ることを教わられます。チームプレイでは、個々のわがままを我慢することや、チームメイトと声を掛けあって頑張ること、コミュニケーションの大切さを教えることができます。これは日常の中のコミュニケーションも一緒です。いろいろな練習をするに当たって、食の大切さ、栄養がなければスポーツをやっているというところから、日常生活の大切さを知ることができま。それからフェアプレイの精神。相手を思いやるとか、勝負を通して人間関係をお互いのリスペクトの仕方をかを学ぶことができます。

ですから私は、スポーツの競技性だけを伝えるのではなく、人生の、社会のこういうことが学べるというのを教えることも必要だと思います。もう一つ、スポーツの教育的効果として挙げたいのは、スポーツを通して健康者と障害者が共生する、バリアフリーな社会づくりを進められるのではないかと考えています。日本は身体障害者のための設備や施設はある程度整って

いるのですが、それを使える人たちが揃っていないのです。意識があっても、そういった精神を常に当たり前に持つ、順応性があるという状況にはまだ足りていないと思っています。

以前に比べれば、学校教育の中でも、知的障害者の人たちが一緒に行動したり、交わる場が増えてきているのですが、当たり前にならざるを得ない。当たり前に一緒に交えさせる場を増やすことを考えたとき、スポーツを活用することが非常に有効なのではないかと思っています。

このルールを守るといことは日常の生活の中での規則を守ることを教わられます。チームプレイでは、個々のわがままを我慢することや、チームメイトと声を掛けあって頑張ること、コミュニケーションの大切さを教えることができます。これは日常の中のコミュニケーションも一緒です。いろいろな練習をするに当たって、食の大切さ、栄養がなければスポーツをやっているというところから、日常生活の大切さを知ることができま。それからフェアプレイの精神。相手を思いやるとか、勝負を通して人間関係をお互いのリスペクトの仕方をかを学ぶことができます。

ですから私は、スポーツの競技性だけを伝えるのではなく、人生の、社会のこういうことが学べるというのを教えることも必要だと思います。もう一つ、スポーツの教育的効果として挙げたいのは、スポーツを通して健康者と障害者が共生する、バリアフリーな社会づくりを進められるのではないかと考えています。日本は身体障害者のための設備や施設はある程度整って

いるのですが、それを使える人たちが揃っていないのです。意識があっても、そういった精神を常に当たり前に持つ、順応性があるという状況にはまだ足りていないと思っています。

以前に比べれば、学校教育の中でも、知的障害者の人たちが一緒に行動したり、交わる場が増えてきているのですが、当たり前にならざるを得ない。当たり前に一緒に交えさせる場を増やすことを考えたとき、スポーツを活用することが非常に有効なのではないかと思っています。

入団した方に理由を伺ったことがあるんですが、その中に「礼儀を教えられるから」と

から来るかと言ったら、一般の人がスポンサーの商品を買うなり、使うなりして、お金ができて、スポンサーが集まるわけです。最終的には普通の人たちに支えられているというしくみを理解してもらいたいと思います。大会が開催できるから参加する選手がいる、選手も名誉をもらえる。そして、お金も入ってくるというのをきちんと教育できたらよいかと思っています。

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと



Profile  
百瀬 修至さん  
中央区スポーツ推進委員

このルールを守るといことは日常の生活の中での規則を守ることを教わられます。チームプレイでは、個々のわがままを我慢することや、チームメイトと声を掛けあって頑張ること、コミュニケーションの大切さを教えることができます。これは日常の中のコミュニケーションも一緒です。いろいろな練習をするに当たって、食の大切さ、栄養がなければスポーツをやっているというところから、日常生活の大切さを知ることができま。それからフェアプレイの精神。相手を思いやるとか、勝負を通して人間関係をお互いのリスペクトの仕方をかを学ぶことができます。

ですから私は、スポーツの競技性だけを伝えるのではなく、人生の、社会のこういうことが学べるというのを教えることも必要だと思います。もう一つ、スポーツの教育的効果として挙げたいのは、スポーツを通して健康者と障害者が共生する、バリアフリーな社会づくりを進められるのではないかと考えています。日本は身体障害者のための設備や施設はある程度整って

いるのですが、それを使える人たちが揃っていないのです。意識があっても、そういった精神を常に当たり前に持つ、順応性があるという状況にはまだ足りていないと思っています。

以前に比べれば、学校教育の中でも、知的障害者の人たちが一緒に行動したり、交わる場が増えてきているのですが、当たり前にならざるを得ない。当たり前に一緒に交えさせる場を増やすことを考えたとき、スポーツを活用することが非常に有効なのではないかと思っています。

入団した方に理由を伺ったことがあるんですが、その中に「礼儀を教えられるから」と

から来るかと言ったら、一般の人がスポンサーの商品を買うなり、使うなりして、お金ができて、スポンサーが集まるわけです。最終的には普通の人たちに支えられているというしくみを理解してもらいたいと思います。大会が開催できるから参加する選手がいる、選手も名誉をもらえる。そして、お金も入ってくるというのをきちんと教育できたらよいかと思っています。

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと



▲第57回新年子ども羽根つき大会

から来るかと言ったら、一般の人がスポンサーの商品を買うなり、使うなりして、お金ができて、スポンサーが集まるわけです。最終的には普通の人たちに支えられているというしくみを理解してもらいたいと思います。大会が開催できるから参加する選手がいる、選手も名誉をもらえる。そして、お金も入ってくるというのをきちんと教育できたらよいかと思っています。

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと

から、中央区では「新年子ども羽根つき大会」をやっているとお話がありました。私、小学校のとき6年間、選手として出場しました(笑)。今振り返ると、スポーツをしていて、個人と団体ということでも自分の在り方を学ぶことができたのが、羽根つき大会だったのかなと思うのです。自分がチームの一員として、個人として果たすべき責任のみならず、誰かのために何かをする、プレーをする、といったところを学ばせてもらいました。頑張っているけれど勝てない、悔しいとか、もしかしたら自分はチームの役にたっていないのでは、というマイナスの温度、うれしい、楽しいというプラスの温度。仲間のその温度を感じたと



矢田 美英 区長

**山本** 剣道はどちらかと言うと個人の格闘技なんです。選手になったり活躍したりする人はごく一握りで、試合に一度も出ないで過ごす人もいます。その人たちのモチベーションって一体何だったのだろうと考えたときに、ある先輩が、「選手になった人と稽古をやったことがあるだろう。選手の小手なり、面なりを君は一度でも打ったことがあるのに違い。それが肥やしになって、選手になった人間は表舞台で活躍することができた。そのときの君の打った小手は極めて重要な意味をもっているんだよ。」



「そのためにスポーツを子どもに始めさせる親もいます。教育には、生活の中の教育と学力の教育の2つがあります。礼儀とマナー、学力、この両面を高めていく上で、スポーツは大きな役割を果たすと私は考えています。」

気がしています。有森 「6年後のオリンピック」とよく言われていますよね。私が最初のオリンピックに出場したのは25歳のときでした。その6年前はどうだったか。誰の目にもとまらない選手でした(笑)。ですから私の経験からも、入る場所、出会う人によって変わっていくこと、どうにでもなれるということ、長い目で教育していくことが大切だと思います。

私は今、「キッズキャンプ」というものを、小学校1年生から6年生を対象に、3泊4日の宿泊型で行っています。競技をやりたい、やりたくないを問わず、毎年さまざまな競技の講師をお招きして、プロから本物の競技を学ぶのです。このプログラムの一番の狙いは、スポーツを通して「生きる力」を教えることです。先ほどから話に出ている教育現場ですが、私は、問題なのは教育現場に来る前の家庭だと思っています。キッズキャンプに参加する子どもの中の親にもスポーツだけではなく、マナーの教育も期待される方がいますが、人を育てる場はまず家庭であるべきです。そうした土台があってはじめて、人を育て、可能性を掘り出す、スポーツの真の力が発揮されるのだと思います。

**安藤** 指導の重要ポイントに「動機付け」というのがあります。動機付けには、外発的動機付けと内発的動機付けがあります。外発的動機付けというのは、報酬をもとにやる。プロスポーツがわかりやすいですね、お金のためにやっています。

他にも報酬はいろいろあって、先輩からよく思われたりとか、指導者からよく思われたり、好きな女の子の気を引きたい、これらが外発的動機付けです。それよりもよいと言われるのが内発的動機付けで、自分が好きでやっているものです。子どもたちに、スポーツをやる楽しさと同時に自信を持たせてあげることが大切です。自信を持つと、前向きに取り組む気持ちが生まれます。最後にスポーツを通して、よき社会人になれるよう指導していきたいです。

**ゼッターランド** 私が競技生活を送ってきた中で、今も心に深く残っているのが、アメリカのナショナルチームの監督に言われた「バレーボールは人生の一部なんだよ」というひとこと。ナショナルチームでこれから金メダルを目指す、結果が全てを問われるレベルに来たのに、「人生の一部」と言われて、私の考えが大きく変わりました。「勝敗以上に、スポーツを通じて人生の何のプラスとするか、スポーツをすることで何を学ぶか、勝敗以上に大事なことがある。君たちはトップの自国を代表する選手なのだから、特に子どもたちにとって模範にならなければいけない、その義務と責任がある」と言われたのです。

そのことで改めてスポーツの中にあるもの、学んでいくべきもの、伝えていく必要のあるものを学びました。学ぶべきことは、最終的に競技者をやめても生きていく上で必要な「人間力」です。スポーツを通じて、人を育てていく上で、スポーツをやめてもこれが人として生きていく上で必要なことなんだとしっかりと伝えて、よい将来につなげる人を育てていきたいと強く思っています。



▲2020オリンピック・パラリンピックの開催都市決定パブリックビューイング(晴海地区)

その中で改めてスポーツの中にあるもの、学んでいくべきもの、伝えていく必要のあるものを学びました。学ぶべきことは、最終的に競技者をやめても生きていく上で必要な「人間力」です。スポーツを通じて、人を育てていく上で、スポーツをやめてもこれが人として生きていく上で必要なことなんだとしっかりと伝えて、よい将来につなげる人を育てていきたいと強く思っています。

**百瀬** 私は夏休みになりますと、中央区のぜんそくの子どもたちを連れて、3日間キャンプに行くのですが、なかなか大変です。やんちゃ坊主が多いので、きつく叱る場面もあり、子どもたちからは恐い先生と思われているようです。そんな中で、私が叱った子どもが次にキャンプに参加してきた時、人が変わったようにちゃんと行動できるようになっていたので驚いたことがあります。「どうした？」と聞いたら、「先生の言うことがわかった。ぼくが悪かった」と言ってくれたのです。ああ、私の気持ちは伝わっていたんだとものすごく感動しました。熱意を持って接すれば、子どもたちにもきっと伝わりま

す。これからも、しっかりとした人間を育てられるよう、スポーツを通しての教育に力を注いでいきたいと思っています。**区長** スポーツは本当に素晴らしいですね。いろいろな教育的効果があります。「教育の中央区」を標榜する中で、生涯スポーツ、生涯教育、これをどんどんこれからはしっかりと充実させていかなければなりません。まず大きな目標として2020年東京オリンピック・パラリンピックがあるわけですが、それだけではなく大切なことは大会が閉幕した後の社会全体のことも見据えて対応していくということでありましょう。



▲区立中央小学校屋上校庭

本日は大変貴重なお話をいただき、ありがとうございます。ただ、実体験、経験から生まれたお話ですから非常に説得力があり、ためになりました。誠にありがとうございました。

本日は大変貴重なお話をいただき、ありがとうございます。ただ、実体験、経験から生まれたお話ですから非常に説得力があり、ためになりました。誠にありがとうございました。

本日は大変貴重なお話をいただき、ありがとうございます。ただ、実体験、経験から生まれたお話ですから非常に説得力があり、ためになりました。誠にありがとうございました。

情報コーナー(7頁からのつづき)

# 催し物

## 映画鑑賞会

- 日本橋図書館**
- 日 1月11日(土)
- 場 日本橋図書館 6階ホール
- 内 「オーケストラ・リハーサル」(洋画70分)
- 定 70名(先着順)
- 京橋図書館**
- 日 1月18日(土)
- 場 京橋図書館鑑賞室
- 内 「海炭市叙景」(邦画152分)
- 定 25名(先着順)
- 共通**
- [上映開始]午後2時
- 費 無料
- 申 当日、直接会場へお越しください。
- 問 日本橋図書館 ☎(3669)6207
- 京橋図書館 ☎(3543)9025

## もっと知りたい!第2日曜日 は天文・宇宙のトピラ なぜそれでも「あかつき」は 金星をめざすのか

- 日 1月12日(日)
- 午後1時~2時(開始5分前には要入場)
- 場 タイムドーム明石プラネタリウムホール
- 内 今「明けの明星」として輝く金星。日本の金星探査機「あかつき」はその金星の観測のチャンスを狙って宇宙を飛行中です。一度は金星到達に失敗した「あかつき」がなぜ今も旅を続けているのか、そうまでして金星を調べる意味は何なのかをご紹介します。
- [講師] JAXA宇宙科学研究所准教授 今村剛
- 定 86名(先着順)
- 費 無料
- ◎直接会場へお越しください。
- ◎入場整理券を当日正午から受付で配布します。
- 問 郷土天文館「タイムドーム明石」 ☎(3546)5537

## 新春経済講演会

- 日 1月29日(水)
- 午後2時~4時
- 場 区役所 8階大会議室
- 対 区内企業経営者および個人事業主
- 内 「2014年世界経済の展望」
- [講師] モルガン・スタンレーMUF G証券株式会社マネージング・ディレクターチーフ・エコノミスト 兼 債券調査部長 ロバート・アラン・フェルドマン
- 定 100名(先着順)
- 費 無料
- 申 区役所 7階商工観光課で配布する用紙に記入してファクスで申込む。
- ◎申込書は区のホームページからダウンロードできます。
- 問 商工観光課中小企業振興係 ☎(3546)5487
- FAX(3546)2097

# 税

## 税務署からのおしらせ

納期の特例適用者の給与等の源泉所得税及び復興特別所得税の納付は1月20日(月)までに

源泉所得税の納期の特例を適用し、平成25年7月から12月までの間に給与や退職手当、税理士などの報酬・料金について源泉徴収をした所得税及び復興特別所得税は、1月20日(月)が納付期限です。なお、納付税額がない場合でも、所得税徴収高計算書は税務署へ提出してください。

### 「国外財産調書」提出制度が創設されました

平成25年12月31日において、その価額の合計額が5,000万円を超える国外財産を有する方は、その財産の種類などを記載した「国外財産調書」を3月17日(月)までに税務署へ提出しなければならないことになりました。詳細は国税庁ホームページをご覧ください。

- 問 日本橋税務署 ☎(3663)8451
- 京橋税務署 ☎(3552)1151
- HP 国税庁 <http://www.nta.go.jp>

## 1月は特別区民税・都民税(普通徴収分)第4期分の納期です

金融機関、郵便局、コンビニエンスストア(納付書に記載された額が30万円以下のもの)または区役所2階税務課、日本橋・月島特別出張所で1月31日(金)までに納めてください。また、領収証書は5年間保管してください。

- 問 税務課収納係 ☎(3546)5276

# その他

## リサイクル推進協力店の募集

区では、リサイクル活動に積極的に取り組む販売店をリサイクル推進協力店として認定しています。

認定店には、認定証やステッカー、のぼり旗をお渡ししています。また、「区のおしらせ 中央」や区のホームページで、店舗名や住所などを紹介しています。

- 対 ・リサイクル商品や環境に配慮した商品を積極的に販売し、または取り扱っている店舗
- ・店頭で資源の回収に協力している店舗
- ・使い捨て容器、商品などの販売および使用を自粛している店舗
- ・簡易包装などを推進している店舗

- 問 所定の申請書を区に提出する。
- ◎申請書は区のホームページからダウンロードできます。また、申込みは随時受け付けています。
- 問 中央清掃事務所管理係 ☎(3562)1521

## 飲料用自動販売機の設置者および管理者の方へ

空き缶などの散乱を防止し、資源のリサイクルを促進するため、「中

央区廃棄物の処理及び再利用に関する条例」により、飲料用自動販売機の設置者または管理者には、次のことが義務付けられています。

- ・自動販売機1台ごとに設置届を提出する
- ・回収容器の設置および管理を行うとともに、回収した空き缶などのリサイクルを図る

※建築物の外に設置してある飲料用自動販売機

◎設置届は区のホームページからダウンロードできます。

### 【設置する回収容器の基準】

おおむね30リットル以上の容器で近隣の美観を損なわないものであり、空き缶などを入れる旨の表示があるもの

### 【確認済証の交付】

届け出があった自動販売機は審査の上、確認済証を交付します。

◎詳しくはお問合せください。

問 中央清掃事務所排出指導係 ☎(3562)1524

## 「郷土天文館サポーター」による常設展示室の展示解説

郷土天文館「タイムドーム明石」常設展示室では、展示内容をより深く理解していただくために、郷土天文館サポーターによる展示解説を毎月2回行っています。

「決まった時間でコンパクトに見たい」「1つのコーナーについてももう少し詳しく知りたい」「見所を教えてください」などご希望・ご質問があればサポーターまでお気軽に声を掛けてください。皆様のご利用をお待ちしています。

- 日 ・第3土曜日 午後1時~4時
- ・第4日曜日 午前11時30分~午後2時30分

場 郷土天文館「タイムドーム明石」常設展示室

費 常設展示室観覧料として100円(未就学児・区内小中学生は無料)

問 郷土天文館「タイムドーム明石」

## 子どもの居場所「プレディ」のサポーター募集

「プレディ」は、放課後などに学校施設を活用して、子どもが安全に安心して過ごせる場所を提供する「子どもの居場所」事業です。この「プレディ」で「地域の子どもは地域で育てよう」という趣旨のもと、サポーター(ボランティア)として子どもを見守っていただく地域の皆さんを募集しています。

### 【活動日時】

- ・月~金曜日 午後2時~6時
- ・土曜日、春・夏・冬休み

### 別表 プレディなど設置校

名 称	所在地・電話	名 称	所在地・電話
プレディ明石(明石小学校内)	明石町1-15 ☎(3544)2860	プレディ月一(月島第一小学校内)	月島4-15-1 ☎(3531)4746
プレディ京築(京橋築地小学校内)	築地2-13-1 ☎(3545)2843	プレディ月二(月島第二小学校内)	勝どき1-12-2 ☎(3531)1045
プレディ有馬(有馬小学校内)	日本橋蛸殻町2-10-23 ☎(3666)3960	プレディ月三(月島第三小学校内)	晴海1-4-1 ☎(3531)7251
プレディ日本橋(日本橋小学校内)	日本橋人形町1-1-17 4月開設予定	プレディ豊海(豊海小学校内)	勝どき6-6-2 ☎(3534)1300
プレディ久松(久松小学校内)	日本橋久松町7-2 ☎(3663)7045	※放課後子ども広場 中央(中央小学校内)	湊1-4-1 ☎(3551)0522
プレディ佃島(佃島小学校内)	佃2-3-1 ☎(3536)7041	※放課後子ども広場中央はプレディに準じた方法で実施する子どもの居場所です。	

☎(3546)5537

## コミュニティふれあい銭湯



- 日 1月10日(金)・24日(金)
- 場 区内公衆浴場
- ◎1月10日はギョリュウバイの湯
- ◎「金春湯」は改修工事のため、3月3日(月)まで休業します。
- 費 100円(敬老入浴証持参者と小学生以下は無料)
- 問 地域振興課区民施設係 ☎(3546)5623

## 「みどりの助成制度」を利用しませんか

区では、花と緑に囲まれた快適でうおいのある環境を確保するため、区民施設の緑化に必要な経費の一部を助成しています。

### 【助成内容】

- ・新たに緑化する地上部や屋上・壁面の緑化事業(上限200万円まで)
- ・幹回り120センチメートル以上の樹木の保護育成(1本1万円、上限10万円まで)

◎このたび、緑化普及啓発用のパンフレット「緑化助成の手引き~みんなで緑を増やそう~」を作成しました。



区内民間施設の緑化の好事例や助成制度などを紹介しています。区役所7階水とみどりの課、日本橋・月島特別出張所などで配布していますので、ぜひご覧ください。

◎詳しくはお問合せください。

問 水とみどりの課緑化推進係 ☎(3546)5629

午前9時~午後6時

### 【活動場所】

プレディなど設置校(別表参照)

※活動日時内で2時間程度の活動が可能の方

### 【役割】

遊んでいる児童の安全確認(一緒に遊んだり、おしゃべりをしながら子どもたちを見守る)

◎詳細は教育委員会事務局庶務課学校施設係または別表の各プレディにお問合せください。

問 教育委員会事務局庶務課学校施設係

☎(3546)5690

凡例 日 日時 場 会場 対 対象 内 内容 定 定員 費 費用 申 申込方法 問 問合せ(申込先) 印 HP ホームページアドレス 電 Eメールアドレス

凡例 日日時 会場 対象 内容 定員 費用 申込方法 問合せ(申込先) HP ホームページアドレス Eメールアドレス

# 情報コーナー

遊ぶ 知る 学ぶ

## 施設

### 女性センターの臨時休館

1月13日(祝)は、施設の保守点検のため休館します。  
☎総務課女性施策推進係 (5543)0651

### 図書館の臨時休館

図書館では、施設の保守点検のため次のとおり臨時に休館します。  
[京橋図書館] 2月11日(祝)  
[日本橋図書館] 2月10日(月)、3月10日(月)  
[月島図書館] 2月11日(祝)  
◎詳しくは各図書館にお問合せください。  
☎京橋図書館 (3543)9025  
☎日本橋図書館 (3669)6207  
☎月島図書館 (3532)4391

## 講座

### 育児中のママやパパたちのための「ほっと一息私の時間」

赤ちゃんを抱っこしながらダンスを楽しみます。スキンシップが親子の信頼と心のつながりを育みます。  
☎1月15日(水) 午前10時~11時30分  
☎場女性センター「ブーケ21」  
☎対区内在住で首のすわった3カ月から18カ月の赤ちゃんの保護者  
[テーマ]ベビーダンスを楽しもう!  
[リーダー]ベビーダンス協会認定インストラクター 篠崎菜穂子  
☎定10名程度(先着順)  
☎費無料

## 記入例(はがき・ファクス)

1人1枚限り 往復はがきの場合は返信用の宛名に〒・住所・氏名を記入

- 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

※在勤の方は会社名・所在地・電話番号、在学の方は学校名・所在地・電話番号も記入  
◎間に〒・住所が記載されていない場合の宛先は〒104-8404 築地1-1-1 申込先へ  
◎「電子申請も可」と記載されているものは区のホームページの電子申請から申込みも可能

[託児]未就学のきょうだいをお預かりします(月齢により定員あり)。

☎1月6日(月)から電話で申込む(平日は午前8時30分~午後9時。土・日曜日は午前9時~午後9時。祝日は除く)。  
☎総務課女性施策推進係 (5543)0651

### 中央区イクメン講座 子どもを見えない敵から守ろう! 「予防接種と事故防止のお話」

大切な我が子の健康を守るための知識を身に付けます。診察室では緊張して聞けないことなど、小児科医から分かりやすくお話しいただきます。  
☎1月25日(土) 午前10時30分~正午  
☎場女性センター「ブーケ21」  
☎対区内在住で未就学児の父親  
[講師]聖路加国際病院小児科医長 草川 功  
☎定15名程度(先着順)  
☎費無料

[託児]未就学児の託児があります(1月17日(金)までに申込む。月齢により定員あり)。

☎1月5日(日)から電話で申込む(土・日曜日は午前9時~午後9時。平日は午前8時30分~午後9時。祝日は除く)。  
☎総務課女性施策推進係 (5543)0651

### 男女共同参画講座 はじめて学ぶ 私らしく生きるためのアサーティブトレーニング

自分と相手のどちらも大切にしながら自分の気持ちを爽やかに表現するため、アサーティブの手法を学び、より良い人間関係を築きましょう。  
☎1月29日(水)、2月5日(水) 午後6時30分~8時30分  
☎場女性センター「ブーケ21」  
☎対区内在住・在勤・在学の女性  
[講師]相模女子大学人間心理学科教

授・フェミニストセラピヤなかま カウンセラー 小柳茂子  
☎定20名(先着順)  
☎費無料

☎1月6日(月)から電話またはファクスに①~⑤(7頁記入例参照)を記入して申込む(電子申請も可)。  
☎総務課女性施策推進係 (5543)0651 FAX(5543)0652

### 高齢者向け「はじめて体験パソコン教室」

パソコンに興味はあるけれど、難しそうで手が出せなかった高齢者の方に最適な教室です。  
「初めて体験」コースはパソコンにゆっくり慣れていただくよう10日間、「インターネット」コースは5日間で実施します。  
2コースでも、必要なコースだけでも申込みでき、以前に受講された方も同じコースを申込むことができます。

☎「初めて体験」コース ☎2月3日(月)~17日(月)(土・日曜日、祝日を除く) 計10回 午前10時~正午

☎対60歳以上の方ならどなたでも ☎内パソコンの電源の入れ方やマウス・キーボード操作の初歩から、簡単なお知らせ文書の作成までの「ゆっくりコース」です。

☎「インターネット」コース ☎2月18日(火)~24日(月)(土・日曜日を除く) 計5回 午前10時~正午

☎対60歳以上で「初めて体験」コース修了者やマウス・キーボード操作に慣れている方 ☎内インターネットの使い方やメールのやりとりを体験します。

☎共通 ☎場シルバー人材センター2階研修室 [講師]シルバー人材センターの会員 ☎定各コース10名(申込多数の場合は抽選。ただし、2コースご希望の

方を優先します)  
☎費「初めて体験」コース 8,400円 「インターネット」コース 4,200円

☎◎テキスト代は別で、2コースともFOM出版「パソコン入門(Windows7)1,050円」を使用します。

☎☎1月15日(必着)までに往復はがきに①希望コース(複数コースの記入可)②~⑤(7頁記入例参照)⑥パソコンの機種名⑦申込理由を記入して申込む。

☎◎当選者は当選はがきで指定された口座に受講料を納入してください。期日を過ぎた場合は、補欠の方に受講の資格が移ります。

☎◎パソコンのOSはウィンドウズ7 ☎☎〒104-0032 中央区八丁堀3-17-9京華スクエア1階 中央区シルバー人材センター ☎(3551)2700

### 生活安全講習会 ~地域ぐるみで犯罪被害からみんなを守ろう!!~

区では、区民の皆さんが犯罪の被害に遭わずに安全で安心に暮らせるよう、寸劇や腹話術を使った生活安全に関する講習会を行います。

☎1月16日(木) 午後2時~3時30分 ☎場いきいき勝どき(勝どき敬老館)

☎対60歳以上の区内在住者 ☎内・暴力団への対応・振り込め詐欺

☎定80名(先着順) ☎◎付き添いの方も参加できます。

☎費無料 ☎☎1月7日(火)までに、電話で申込む。

☎◎定員に達しない場合は当日参加も受け付けます。詳しくはお問合せください。

☎☎危機管理課危機管理係 ☎(3546)5087

×(キリトリ)

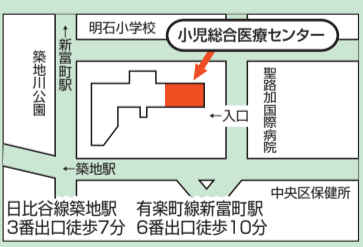
## 緊急の診療案内

### 土曜・休日の診療

場 所	診療時間			担 当
	土 曜	日曜、国民の祝日および年末年始		
中央区休日応急診療所 ☎(3533)3136	午後5時~10時	午前9時~午後5時	午後5時~10時	中央区医師会 ☎(3531)1048
京橋休日応急診療所 ☎(3561)5171	—	—	—	
日本橋休日応急診療所 ☎(5640)2570	—	—	—	
☎ 歯科診療				
場 所	診療時間			担 当
	土 曜	日曜、国民の祝日および年末年始		
中央区休日応急歯科診療所 ☎(3541)5420	午後5時~10時	午前9時~午後5時	午後5時~10時	京橋歯科医師会 ☎(3538)2700
日本橋休日応急歯科診療所 ☎(5640)5256	—	—	—	お江戸日本橋歯科医師会 ☎(3661)1565
☎ 調剤薬局				
場 所	診療時間			担 当
	土 曜	日曜、国民の祝日および年末年始		
中央区休日応急薬局 ☎(3533)5170	午後5時~10時	午前9時~午後5時	午後5時~10時	京橋薬剤師会 ☎(3567)5386
日本橋休日応急薬局 ☎(5640)9856	—	—	—	日本橋薬剤師会 ☎(3666)6554

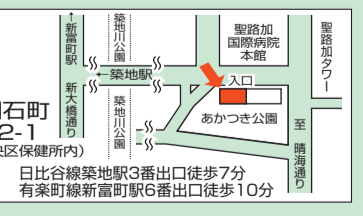
### ●保険証と乳医療証(小学校就学前の方)、 ⑦医療証(小・中学校就学中の方)を必ずお持ちください。 平日準夜間の小児科診療

対 象 中学生まで(15歳以下)の急病患者  
診 療 日 月~金曜日(国民の祝日、年末年始は除く)  
受 付 時 間 午後6時45分~9時45分(診療開始は午後7時~)  
場 所 聖路加国際病院 小児総合医療センター 明石町10-1 ☎(5550)7040



### ●毎日の診療案内(24時間)

東京都医療機関案内サービスひまわり ☎(5272)0303  
東京消防庁救急相談センター ☎(3212)2323  
(携帯電話・PHS・プッシュ回線からは#7119)



◎緊急の場合以外は、通常の診療時間内に各医療機関で診療を受けてください。定期的に受診することはできません。◎年末年始は、12月29日から1月3日までです。

×(キリトリ)

平成26年1月1日現在

(7) テレビ広報番組「こんにちは 中央区です」(15分番組)は、東京ベイネットワークのケーブルテレビ9チャンネル(アナログ変換)または111チャンネル(デジタル)(毎日AM10:00・PM0:00・PM8:00)、東京ケーブルネットワークのケーブルテレビ5チャンネル(アナログ変換)または111チャンネル(デジタル)(毎日AM9:30・PM0:00・PM7:30)で放送しています。

### 山形県東根市 オーストラリア・サザランド市 友好都市・姉妹都市から 新春メッセージ

土田 正剛

東根市長



明けましておめでとございます。中央区民の皆さまには、輝かしい希望に満ちた新春を迎えられましたこと、心からお慶び申し上げます。昨年、2月に第17回中央区雪まつりが盛大に開催され、本市からは雪をプレゼントさせていただき、楽しそうに雪遊びをする笑顔に満ちた子どもたちの姿を目の当たりにしたところです。6月に開催されました東北一の観光マラソン「第12回さくらんぼマラソン大会」には、小泉副区長様をはじめ中央区職員よりご参

サザランド市長



Steve Simpson

スティーブ・シン普森

サザランド市と市民を代表して、姉妹都市中央区の皆さまにとって本年が素晴らしい年でありますようお祈り申し上げます。平成3年に中央区とサザランド市が姉妹都市を締結して昨年で22年になりました。この間、両市は固い友情とお互いに関するより深い理解を築いてまいりました。これまで幾度も矢田

区長をはじめとする中央区の方々をこちらにお迎えしてきたことは光栄なことです。また、私どもが中央区を訪問した際には、大変暖かく迎えていただきました。私はこれまで数多く中央区を訪れています。素晴らしい都市中央区を訪れ、日本の文化や考え方を学べた数々の思い出は私の宝物です。中央区とサザランド市の友情が20年余り強固であり続けたことを嬉しく思い、今後も強い友情と信頼を引き継いでいくことをお約束いたします。両都市の絆から受ける恩恵は非常に大きく、毎年行っている中学生海外体験学習に参加した学生たちは交流により相互の文化について大変理解を深めています。これまで姉妹都市に関わった多くの方々のご尽力に感謝申し上げます。中央区民の皆さまにとって、本年が健康で平和で幸多き一年となることをお祈り申し上げます。

加いただき、生産量日本一を誇るさくらんぼとともに、初夏のひがしねを満喫していただきました。

また、今年2月には子ども交流事業として、本市に中央区民の方々をお迎えいたします。昨年5月にオープンした「あそびあランド」での雪遊びなど、東京では日ごろ味わうことのできない貴重な体験は、子どもたちにとって一生の宝物になるはずですが、心よりお待ちしております。最後になりますが、これからも両都市の更なる発展と心に残る交流ができますことを願うと共に、区民の皆さまのご健勝とご多幸を祈念いたしまして、新年のごあいさつといたします。



## 20歳でスタート 国民年金

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の方は、必ず国民年金に加入し、保険料を納めなければなりません。20歳になったら加入手続きが必要ですが(ただし、厚生年金等の加入者は除きます)。

### 加入手続き

日本年金機構から送付される「加入届」または「資格取得届」を持参の上、区役所4階保険年金課または日本橋・月島特別出張所で手続きをしてください(20歳前から厚生年

金等に加入している方は、加入手続きは不要です。また、厚生年金等の加入者に扶養されている配偶者の方は、扶養者の勤務先を經由して加入手続きをしてください。後日、年金手帳が送付されますので、大切に保管してください。

加入手続きの漏れや保険料の納め忘れがあると、将来受ける老齢基礎年金が減額されたり、万一のけがや病気で障害が残ったときに障害基礎年

## 中央区成人の日記念式典

### 「新成人のつどい」

人生の節目に集い、ともに成人を祝いましょう。新成人の皆さん、ぜひご出席ください。

### 日時

1月13日(祝)  
受付 午前10時40分から  
式典 午前11時30分から  
(2時間程度)

### 会場

ロイヤルパークホテル(日本橋蛸殻町2-1-1)

内容 ①記念式典(手話通訳があります)

②新成人のつどい・懇談(立食パーティ形式)や抽選会などのアトラクション

◎平成25年12月中旬にお送りした案内状に同封の入場券をお持ちください。区内にお住まいで、案内状が届いていない方はご連絡ください。

◎新成人以外の方は出席できません。

※問合せ先  
中央区新成人のつどい実行委員会事務局(文化・生涯学習課内)

☎(3546)5305



▲昨年の「新成人のつどい」記念式典

### 別表 環境情報センター 1~2月のイベント情報

日時	タイトル	内容	講師	定員
1月26日(日) 午後2時~3時30分	日本の空をみよう	気象予報士が、天気や四季の移り変わり、異常気象などについて分かりやすく説明します。	大島正幸	20名(先着順)
2月2日(日) 午後2時~3時30分	都会の身近な鳥たちの暮らし	都会のスズメやツバメについて野鳥を研究する専門家が楽しく鳥の暮らしについて話します。	柴田佳秀	20名(先着順)
2月9日(日) 午後2時~3時30分	漁師の目から見た東京湾	昔と比べて環境が良くなりつつある東京湾。東京湾の漁師が、漁やのり養殖などの実体験を交えながら、東京湾の環境について話します。	金萬智男	20名(先着順)
2月15日(土) 午前10時~正午	中央区環境団体の環境活動発表会	環境情報センターに登録している環境団体の活動の発表会です。		90名程度 ◎申込不要

◎どなたでもご参加いただけます。

## 1~2月 環境情報センター イベント情報

環境情報センターでは、さまざまなイベントを開催しています。ぜひご参加ください。

日時・内容など 別表のとおり

※問合せ先  
環境情報センター  
☎(6225)2433  
ホームページアドレス  
<http://eic-chno.jp>

金を受けられなくなる場合もあります。

◎学生や収入が少なく保険料の納付が困難な方は、「学生納付特例制度」や「若年者納付猶予制度」などを保険

年金課で申請してください。ただし、所得制限がありますのでご相談ください。

※問合せ先  
保険年金課保険年金係  
☎(3546)5371