

今号の主な内容

- 2頁 確定申告のご案内
- 3頁 区政を話し合う会から
- 7~3頁 情報コーナー (施設/保健・医療・福祉/講座/スポーツ/催し物/国保・年金/その他)

区のおしらせ



中央

2/1

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)

中央区防災講演会

「首都・東京の防災対策を考える」

～大都市災害から地域を守る～



講師の廣井 悠さん

この中央区にも震度6強以上の大きな揺れと甚大な被害をもたらすとされる「首都直下地震」の発生確率は、今後30年の間に70%とされており地震対策は待ったなしの課題といえます。

区民の皆さんはもとより、区内各事業所の方々が積極的に地震対策に取り組むことで、区内にお住まいの方、事業所の従業員、さらには顧客の安全、家族の安心も確保され、その結果、災害に強いまち「中央区」が実現されます。

そこで今回の講演では、都市防災が専門であり、本区の防災対策にご支援いただいている名古屋大学准教授の廣井悠さんをお招きし、「防災・減災のまちづくりのために我



事業所の方々などが参加した銀座震災訓練の様子



中央区総合防災訓練(AED取扱訓練の様子)

々がすべきこと」などについて講演を行います。皆さんの積極的な参加をお待ちしています。

日時 2月17日(月) 午後2時~4時
会場 銀座プロッサム(中央会館)ホール

対象 区内在住・在勤者、その他防災に関して興味・関心のある方

講師 名古屋大学減災連携研究センター准教授 廣井 悠

費用 無料

◎直接会場へお越しください。

◎当日は、手話通訳者を配置します。

※問合せ先 防災課普及係

☎(3546)5510

毎週日曜日に区役所の窓口を一部開けています

区民サービスのより一層の向上を図るため、日曜日に窓口の一部を開けています。ぜひご利用ください。

開庁日時

毎週日曜日

午前9時~午後5時

◎祝日・毎月末日(日曜日と重なった場合)、年末年始は除きます。

開設場所

区役所1階

開設窓口・取扱業務

別表のとおり

◎他の区市町村や関係機関との連携が必要な業務(戸籍届出の受理・不受理の決定、公的個人認証サービスなど)については取り扱いません。詳しくは各担当

課へ事前にお問合せください。

別表 開設窓口・取扱業務

開設窓口		取扱業務
区民生活課	総合窓口係 ☎(3546)5320	住民基本台帳の転入・転居・世帯変更などの異動処理、住民票の写しなどの交付、印鑑登録・廃止、印鑑登録証明書の交付
	戸籍係 ☎(3546)5317	戸籍届書の受領、戸籍全部事項証明書・個人事項証明書などの交付
保険年金課	資格係 ☎(3546)5362	国民健康保険の加入・喪失届の受付(社会保険に関連する届には証明書などが必要)、後期高齢者医療に関する資格の届出の受付

大島町災害廃棄物の受け入れについて

平成25年12月16日(月)に特別区長会、大島町、都で締結した「大島町の災害廃棄物の処理に関する基本合意」に基づき、平成25年10月の台風26号による土砂災害で発生した大島町の災害廃棄物を中央清掃工場を含む23区内の清掃工場へ受入処理を行います。

皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

◎対象廃棄物および受け入れ方法

選別破砕処理された可燃性廃棄物(木くずなど)で、東京二十三区清掃一部事務組合の受入基準に適合するものを専用コンテナにより清掃工場に搬入します。

平成25年12月16日(月)に特別区長会、大島町、都で締結した「大島町の災害廃棄物の処理に関する基本合意」に基づき、平成25年10月の台風26号による土砂災害で発生した大島町の災害廃棄物を中央清掃工場を含む23区内の清掃工場へ受入処理を行います。皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

人口と世帯 1月1日現在(前年同期)	
人口	住民基本台帳132,610(128,628) 〔うち外国人4,916(4,947)〕
男	63,224(61,249) 〔うち外国人2,533(2,592)〕
女	69,386(67,379) 〔うち外国人2,383(2,355)〕
世帯	76,455(74,293)
屋間人口(平成22年国勢調査)	605,926

受入期間 1月30日(木)~12月(予定)
受入見込量 7400トン
※問合せ先 中央清掃事務所清掃事業係 ☎(3562)1523



こんにちは
区長です
やだよしひで
中央区長 西村 昌人

1月13日の成人の日を記念して「新成人のつどい」をロイヤルパークホテルで盛大に開催いたしました。次の時代を担う若人が元気に、たくましく成長している姿ほど頼もしいものはありません。今年、区内で成人式を迎えた若人は670人。晴れの門出にあたりお一人おひとりに心からお祝い申し上げます。今日まで慈しみながら育ててくださったご家族をはじめ、学校、地域など関係各位に深く感謝いたします。「新成人のつどい」には対象者の約7割の463人が参加し、恒例となった佃中学校生徒による合唱で、まず人生の門出を祝福しました。この後、新成人の代表3人が20歳のメッセージとして「付与された選挙権の重要性をしっかりと認識して行使してまいります」「強い責任感と独立した精神を胸に刻み、やりたいことを一つ一つ実行していく」「目標である海外で仕事ができるよう勉強に励んでいく」などと抱負を述べました。いま、大変厳しい時代を迎えています。どんな困難にも負けることなく、洋々たる前途を大いに活躍させますよう期待しております。



税理士会による 無料申告相談

税理士による確定申告の無料申告相談を行います(日時会場などは別表のとおり)。

※問合せ先

東京税理士会日本橋支部

☎(3662)3979

東京税理士会京橋支部

☎(3553)1788

別表

日時	2月17日(月)~27日(木) (土・日曜日を除く)	2月24日(月)~28日(金) 3月3日(月) 5日(水) 7日(金)
	午前9時30分~正午 午後1時~5時 (受付は午後4時30分まで)	
会場	月島区民センター 1階会議室	日本橋公会堂 2階集会室
主催	東京税理士会 京橋支部	東京税理士会 日本橋支部

平成26年度分個人の 特別区民税・都民税の申告

平成26年1月1日現在、中央区に住所を有し、平成25年(1月1日~12月31日)に所得のあった方は、3月17日(月)までに申告してください。

また、公的年金などの収入が400万円以下で、かつ、他の所得が20万円以下の場合には確定申告が不要とされています。この場合であっても、

住民税の申告は必要となる場合があります。

申告の必要のない方

・給与所得のみで支払者から給与支払報告書が区長あてに提出されている方

・税務署に所得税の平成25年分確定申告をする方

・区に申告する必要があると思われる方には、2月中旬に

平成26年度から適用される 個人住民税の改正

均等割の税率の特例

東日本大震災を教訓として地方公共団体が実施する防災のための施策の財源とするため、平成26年度から平成35年度までの各年度分の住民税の均等割に限り、税率を5千円(特別区民税3500円、都民税1500円)とします。

給与所得控除の改正

給与所得控除が次のように見直しされました。

・給与収入が1500万円を

個人住民税の改正

を超える場合の給与所得控除額について245万円の上限を設けます。

・特定支出控除における特定支出に資格取得費、勤務必要経費(上限額65万円)を加え、特定支出控除の適用判断基準額を給与所得控除の2分の1とします。

地方公共団体への寄附金(ふるさと寄附金)に係る寄附金税額控除の見直し

都道府県または区市町村に

申告書などをお送りします。なお、区内に住所を有しない方で、平成26年1月1日現在、中央区内に事務所、事業所または家屋敷を有している方は住民税の均等割の課税対象となります。

※問合せ先

税務課係

☎(3546)5270

対する寄附金に係る個人住民税の寄附金税額控除について、平成26年度から平成50年度までの各年度に限り、特例控除額の算定に用いる所得税の限界税率に、復興特別所得税率(100分の2.1)を乗じた率を加算して算定します。

※問合せ先

税務課係

☎(3546)5270

確定申告のご案内

申告書作成会場のお知らせ

2月12日(水)から3月17日(月)までの間、所得税および復興特別所得税・個人消費税込・贈与税の申告書作成会場を東京国税局に開設します。

日本橋税務署・京橋税務署の各庁舎には、申告書作成会場を開設しませんのでご注意ください。

皆さんのご理解とご協力をお願いいたします。

お願ひします。

日曜日の受付

2月23日(日)、3月2日(日)は、東京国税局で確定申告の相談と提出を受け付けます。

なお、当日は、日本橋税務署・京橋税務署での執務は行っておりません。

日程

2月23日(日)、3月2日(日)

受付時間

午前8時30分~午後4時

(提出は午後5時まで)

相談時間

午前9時15分~午後5時

会場

東京国税局(千代田区大手町1-3-3 大手町合同庁舎3号館1階共用講堂)

申告と納税の期限

所得税および復興特別所得税・贈与税

3月17日(月)まで

個人事業者の消費税および地方消費税

3月31日(月)まで

e-Taxをご利用ください

自宅やオフィスから申告・納税ができる「e-Tax」が、さらに便利で使いやすくなりました。

e-Taxのご利用には、事前にお住まいの区市町村で「住民基本台帳カード(電子証明書付)」の交付を受けてください。確定申告の期間は混雑が予想されますので、早めに交付を受けてください。

e-Taxホームページアドレス

http://www.e-tax.nta.go.jp

贈与税の申告もe-Taxで

贈与税の申告もe-Taxで送信することができ、とても便利です。国税庁のホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成した贈与税の申告書および各種届出書などをe-Taxで送信することができます。

国税庁ホームページアドレス

http://www.nta.go.jp

復興特別所得税について

平成25年分から平成49年分まで、復興特別所得税(基準所得税額に2.1%の税率を乗じて計算します)を所得税と併せて申告・納税することとなります。

所得税および復興特別所得税の申告が必要な方

・事業をしている方

・不動産収入のある方

・土地や建物などを譲渡した方

・公的年金などの収入が400万円を超える方

・公的年金などの収入が400万円以下で、公的年金などに係る雑所得以外の所得が20万円を超える方

・給与の収入が2千万円を超える方

・給与所得者で給与以外の所得が20万円を超える方

・給与を2カ所以上から受けている方

確定申告をするに所得税および復興特別所得税が還付される場合のある方

源泉徴収された所得税および復興特別所得税がある方で次に該当する方

・医療費控除を受ける方

・住宅借入金等特別控除を受ける方

・年の途中で退職された方

贈与税の申告が必要な方

個人から不動産や現金などで110万円を超える財産の贈与を受けた方

なお「配偶者控除の特例」や「相続時精算課税の特例」などを受ける方は、贈与税がかからない場合でも申告が必要です。

消費税の申告が必要な方

平成23年分の課税売上高が1千万円を超える方

平成23年分の課税売上高が1千万円以下の方で、「消費税課税事業者選択届出書」を提出されている方

税務署からのお願ひ

郵送で提出される方へ

0万円を超える方

公的年金などの収入が400万円以下で、公的年金などに係る雑所得以外の所得が20万円を超える方

給与の収入が2千万円を超える方

給与所得者で給与以外の所得が20万円を超える方

給与を2カ所以上から受けている方

確定申告をするに所得税および復興特別所得税が還付される場合のある方

源泉徴収された所得税および復興特別所得税がある方で次に該当する方

医療費控除を受ける方

住宅借入金等特別控除を受ける方

年の途中で退職された方

「国税庁ホームページ」や「所得税の確定申告の手引き」などを参考に正しく計算し、添付書類を同封してください。

申告書の「控」に税務署の受付印が必要な方は、申告書の「控」と切手を貼った返信用封筒を同封してください。

納税に便利な口座振替を

所得税および復興特別所得税、個人事業者の消費税および地方消費税の振替納税をご利用ください。

振替日

所得税等 4月22日(火)

消費税等 4月24日(木)

還付申告をされる方へ

還付金の振込先は、申告書の所定の欄に記入してください。

振込口座は、申告者(本人)の名義口座に限ります。

振り込め詐欺にご注意を

国税局・税務署の職員を装った振り込め詐欺にご注意ください。

※問合せ先

日本橋税務署

☎(3663)8451

京橋税務署

☎(3552)1151



国税電子申告・納税システム(e-Tax)キャラクター「イーTax君」

情報コーナー(4頁からのつづき)

～事業者の皆さんへ～
ふれあい作業所からのお知らせ

ふれあい作業所は、働く意欲や能力のある高齢の方、障害のある方に簡易な加工作業の仕事を提供し、生きがいと生活の安定を図っていただくことを目的とした施設です。作業所では次のような簡単な仕事を行っています。事業者の方で、このような仕事や外注に出したい仕事、内職として家庭でできる仕事がありましたら、ぜひご連絡ください。
【仕事の内容】
タオルの袋入れ、印刷物の丁合・封筒入れ、訂正シール貼り、サンプルの袋詰め、郵便物封入、簡単な組立など
◎受注する仕事には、受託加工料が

かかります。この受託加工料は、作業所利用者の工賃になります。
☎福祉センター管理係
☎(3545)9311

会食と交流事業「ほがらかサロン」のご案内と運営ボランティア募集

「ほがらかサロン」は、家庭的な雰囲気の中で手づくりのおいしい昼食を楽しみ、懐かしい歌やゲーム、健康体操で体をほぐすなど、いつも笑顔の絶えないサロンです。各地域で月1回開催しています。
☎・☎午前11時30分～午後2時
・第2木曜日 日本橋社会教育会館
・第3木曜日 女性センター「ブーケ21」
・第4木曜日 シニアセンター、月

島社会教育会館
☎外出や交流の機会が少ない70歳以上の方で、デイサービスなどの通所サービスを利用していない方
☎各地域15名(先着順)
☎昼食代として1回600円
☎電話で申込み。
◎現在、日本橋社会教育会館とシニアセンターで若干名募集中です。申込時に定員に達している場合は、待機となりますので、ご了承ください。
【運営ボランティア募集】
本サロンの企画・運営はボランティアの方を中心に行っています。無理のない範囲でできることからお手伝いいただける方を募集しています。詳細はお気軽にお問合せください。
☎・☎中央区社会福祉協議会在宅福

社サービス部
☎(3206)0603
☎zaitaku@shakyo-chuo-city.jp

中央区共通買物券(ハッピー買物券)の使用期限は3月31日(月)までです

期限を過ぎた券は使用できなくなりますので、まだ未使用券をお持ちの方は、お早めにステッカーの掲示してある区内取扱店舗でご利用ください。
◎区が贈呈した敬老買物券・新生児誕生祝買物券も同様です。
【使用期限】 3月31日(月)
◎区のホームページから登録店一覧を見ることができます。
☎商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487

区政を話し合う会から

昨年11月5日に、区役所で「区政を話し合う会」を開催しました。区内で活動している各種団体の方たちと区長、区および区内官公署の幹部職員が活発に意見交換をしました。当日のご意見の中から幾つかをご紹介します。

意見1 区の自転車対策について

私の住む日本橋地区の駐輪場の様子を見ると、登録しないうまま駐輪している自転車が非常に多く、しかも人手不足のためか、これらの自転車は長期間にわたって撤去されていないようです。更に中央区では、このような放置自転車に対して罰則がないと聞きま

す。周辺の他区では5千円前後の罰金をとっているようです。中央区でも放置自転車の撤去を行い、他区程度の罰金を取ってはどうでしょうか。また地下鉄駅周辺の狭い歩道上にも放置自転車が非常に多く、困っています。例えば区の掲示板や郵便ポスト周辺にはカラーコーンなどを置き、放置自転車の減少に努めてください。

回答1 環境土木部長

区の駐輪場における無登録の駐輪について、職員がパトロールして、黄色や赤色の張り札で指導・警告した上で撤去を行っています。ただ、ご意見のとおり、駐輪料も撤去・保管費用も現在は無料という点で、なかなか登録という意識が醸成されていない

のではないかと思います。そこで区としては現在、これらの費用の有料化を検討しております。

また地下鉄駅周辺の放置自転車への対応では、カラーコーンやロープの設置も既に実施しています。今後は駐輪場の確保を図りながら、さまざまな方法で放置自転車をなくすように取り組んでいきたいと思

意見2 シニアの社会参加促進について

10年前から日本橋地区で高齢者向け食事サービスのボランティアをしております。このボランティア活動を通じて、区内でも最近、急激に高齢化が進んでいることを実感して

います。国は、高齢者も含めた福祉の場面に於いて、支える側を増やすことに国を挙げてチャレンジすべきの方針が出されておりますが、中央区では、これに呼応して、元気なシニア世代の方々に活躍していただくため、どのようにお考えかを聞かせてください。

回答2 高齢者施策推進室長

区では、70歳就労社会の実現に向けまして、高齢者の方々が活躍できるような施策をさまざまに展開しております。例えばシルバークンタリーやシルバークン中央での就業機会の開拓、元気高齢者人材バンクでのボランティア活動希望者と既存団体とのマッチング事業、さわやか体操リーダーの養成、敬老館で

のボランティア活動へのきっかけづくりなどを行っております。今後とも施策の充実を図ってまいりますので、ご協力のほどよろしく申し上げます。

意見3 2020年東京オリンピック開催について

2020年東京オリンピックでは晴海地区が選手村になるとのことです。近くの月島の商店街には多くの外国人や日本人観光客が来ることが予想されます。また今後とも区内の再開場も進み、新しい住民の方々が多く流入されるでしょう。このような方々に対して中央区の歴史・伝統を知っていただくために、また我々住民も彼らをおもてなしするために、区として何かプランをお持ちでしょうか。

回答3 企画部長

2020年大会の開催決定を受けて、区では早速、オリンピック競技大会対策本部を設置し、オリンピックの成功に向けて区がどのような支援ができるか、また今後、区のまちづくりに対する影響はどうなるかを検討しています。まちづくり、施設建設面での要望書を早々に都知事に提出したところですが、今後は、いわゆるおもてなしの心をどう培っていくかなどの課題を検討してまいります。いずれにしても大会の成功のためには地域の方々やボランティアの協力がなくてはなりません。今後、できるだけ早い時期に具体的な施策を区民の皆さんにお示しし、ご協力いただ

けるように取り組んでまいります。
※問合せ先
広報課広聴係
☎(3546)5222

区では、区民の皆さんの食の安全・安心を確保するため、食品衛生法に基づき、毎年度「食品衛生監視指導計画」を定め、飲食店などの食品関係施設の監視指導、食品の検査、食品衛生講習会などを効果的かつ効率的に実施しています。つきましては、平成26年度の計画の策定にあたって、皆さんのご意見、ご要望を反映した、より良い計画を策定するため、パブリックコメントを実施します。パブリックコメントは、中央区保健所の食品衛生窓口(持参、郵送、ファクス、Eメール、または区のホームページ)のパブリックコメント(区民意見提出手続き)からお寄せください。

女性センター「ブーケ21」女性相談のご案内

自分自身の生き方、夫婦や親子の関係、配偶者や恋人からの暴力(DV)、近所や職場での人間関係など、さまざまな不安や悩みについて、専門の女性相談員がお話を伺い、解決の道を一緒に考えます。ひとりでは悩まずに、お気軽にお電話ください(秘密厳守)。
電話相談(予約不要)
相談日時
毎週月曜日
午前10時～午後4時

女性相談専用電話
☎(5543)0653
面談相談(予約制)
相談日時
毎月第1・5水曜日、第4火曜日
午前10時～午後4時
毎月第2火曜日、第3水曜日
午後3時30分～8時30分
場所 女性センター「ブーケ21」相談室
託児 生後3カ月以上小学生までの託児があります(予約制)。
共通
費用 無料
◎相談は、祝日および年末年始(12月28日～1月4日)は除きます。
※問合せ先
総務課女性施策推進係
☎(5543)0651

平成26年度中央区食品衛生監視指導計画にあなただけのご意見を

区では、区民の皆さんの食の安全・安心を確保するため、食品衛生法に基づき、毎年度「食品衛生監視指導計画」を定め、飲食店などの食品関係施設の監視指導、食品の検査、食品衛生講習会などを効果的かつ効率的に実施しています。つきましては、平成26年度の計画の策定にあたって、皆さんのご意見、ご要望を反映した、より良い計画を策定するため、パブリックコメントを実施します。パブリックコメントは、中央区保健所の食品衛生窓口(持参、郵送、ファクス、Eメール、または区のホームページ)のパブリックコメント(区民意見提出手続き)からお寄せください。

計画案の閲覧場所
中央区保健所、日本橋・月島保健センター、区役所1階情報公開コーナー・まごころステーション、日本橋・月島特別出張所
◎区のホームページでも公開しています。
パブリックコメント実施期間
2月3日(月)～24日(月)
※提出(問合せ)先
〒104-0044
中央区明石町12-1
中央区保健所生活衛生課食品衛生第2係
☎(3546)5399
☎(3546)5399
FAX(3546)9554
メールアドレス
shkanshi@city.chuo.lg.jp

情報コーナー(5頁からのつづき)

社会教育関係登録団体への講師派遣(前期分募集)

区では、ダンスやコーラス、料理、書道、絵画など、区民の皆さんの生涯学習活動が進むよう、社会教育関係登録団体が講師を招いて学習会などを開催する時に、講師への謝礼(上限額有)を負担しています。

今回は4月から9月までの間に講師派遣を予定している団体を募集します。なお、1団体年1回に限り利用できます。

中央区社会教育関係登録団体 60団体(申込多数の場合は抽選)

2月20日(必着)までに、往復はがきに「団体講師派遣の申込み」と明記の上、①登録団体名②登録番号③団体代表者または連絡担当者の住所・氏名・電話番号④学習会などの実施予定月⑤学習会などのテーマを記入して申込む(電子申請も可)。

会場の確保、講師との交渉などは、各団体で実施してください。なお、団体の構成員を講師にすることはできませんのでご注意ください。

社会教育関係団体の登録については、文化・生涯学習課生涯学習係またはお近くの社会教育会館にご相談ください。

〒104-8404 中央区築地1-1-1 文化・生涯学習課生涯学習係 ☎(3546)5524

電気自動車用電気エコ(急速充電)スタンドをご利用ください

区では、自動車公害や地球温暖化対策の一環として低公害車の普及を促進するために、区営駐車場に電気自動車用電気エコ(急速充電)スタンドを設置しています。

- 【設置場所】
・中央区役所附属駐車場 築地1-1-1
・浜町公園地下駐車場 日本橋浜町2-59-4
・月島駐車場 月島4-1-1

- 【利用時間】
・中央区役所附属駐車場 終日
・浜町公園地下駐車場および月島駐車場 午前7時~午後10時(入庫は午後9時まで)

- 【利用料金】 無料
◎利用申請などの手続きは不要です。
◎浜町公園地下駐車場および月島駐車場は有料駐車場ですが、充電スタンドを利用する場合は、入庫から出庫までの時間が1時間以内であれば駐車料金は無料です。
環境推進課温暖化対策推進係 ☎(3546)5406

誕生記念植樹

赤ちゃんの誕生をお祝いして、記念植樹を行います。
平成25年1月1日から12月31日までに出生したお子さん

- ◎対象者には申込書を郵送します。
2月14日(金)までに申込書に必要事項を記入して郵送で申込む(電子申請も可)。
【植樹月日】3月15日(土)
水とみどりの課緑化推進係 ☎(3546)5629

「まちかどクリーンデー」毎月10日に好評実施中!

区民・事業所の方が力を合わせて「清潔で美しいまち中央区」をつくっていくために、毎月10日を「まちかどクリーンデー」として、まちをきれいにする運動を展開しています。皆さんの積極的なご参加をお願いします。

毎月10日 午前9時から30分程度
◎都合が悪い場合は、ほかの日時でも構いません。

- ご自宅や事業所などの周辺清掃
◎清掃用具は各自ご用意ください。
◎集めたごみは、分別して通常のごみ収集日に集積所へお出しください。事業所の方は、通常の事業系ごみとして処理してください。
◎放置自転車、不法投棄されたごみなどは集めず、ご連絡ください(詳しい連絡先は区のホームページをご覧ください)。

【参加対象】 区民、町会・自治会、商店会、事業所の方々など、どなたでも結構です。
【参加登録】

参加可能な方は、あらかじめ区に参加登録書をご提出いただくか(登録書は区のホームページからダウンロードしてお使いください)、電話でご連絡ください。
参加登録をされた方には、ご希望により、啓発用のタスキをお貸ししています。また、参加された方のお

仮住宅使用者の募集 ~建て替えをご計画の方へ~

区内にお住まいの方が安心して住み続けられるまちづくりなどを行う場合、その建て替え工事期間中に利用できる仮住宅の使用者を募集します。

- 【施設内容・募集期間など】 別表のとおり
【申込資格】 対象事業の区域内に居住している方で建設工事期間中、ほかに仮住宅を求めることが難しく、事業施行後も引き続き居住をする方、またはそれらの方が加わって構成された建て

Table with 6 columns: 施設名, 所在地, 間取り, 面積, 使用料月額, 募集戸数, 募集期間, 使用決定, 使用開始. Rows include 月島西仲, 月島清澄通り, 中洲, 勝どき, 晴海三丁目.

名前(事業所名など)や活動の様子を区のホームページで紹介しています。
◎平成25年12月31日現在の登録件数は208件です。
環境推進課環境活動係 ☎(3546)5403

祝日のごみ収集

2月11日(祝)「建国記念の日」は、火曜日の収集地域で通常どおり、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。
中央清掃事務所作業係 ☎(3562)1521

東京都耐震マークの表示対象を都内の全建築物に拡大!

建築物の耐震性を示すステッカーを出入り口に表示する「東京都耐震マーク」の対象を、特定緊急輸送道路の沿道建築物から、都内全ての建物に拡大しました。所定の申請書類を「東京都耐震マーク事務局」に提出すると、後日事務局からマークが郵送されます。
▲東京都耐震マーク



手続きの詳細は、「東京都耐震ポータルサイト」をご覧ください。
東京都耐震マーク事務局 ☎(5466)2023
東京都耐震ポータルサイト http://www.taishin.metro.tokyo.jp

建物の点検を!

~落下防止のために~
建物の外壁や袖看板などは老朽化

- 替えのための団体
【対象事業】 次の①~④のいずれかに該当し、別表の使用開始期間内に仮住宅の使用が開始できる事業
①地区計画区域内の建て替え
②公共事業に協力するための建て替え
③住宅の供給に寄与する小規模共同化建築物の建て替え
・住宅 住宅部分の床面積は総床面積のおおむね20%以上
・敷地面積 おおむね165平方メートル以上
・施行者など

などにより破損し、落下する恐れがあります。区内でも外壁タイルが落下し、通行人が負傷するという事故がありました。

外壁のタイルやモルタル塗り、スチール枠の窓ガラス、屋外広告物などは特に注意が必要です。日頃からの点検を心掛けてください。

- 【外壁の場合】
・ひび割れや部分的なはがれがないか
・膨らんでいたり、浮いている部分がないか
・たたいた時に、他の部分と比べて違う音がする部分がないか
【窓ガラスの場合】
・ガラスがパテ留めとなっていないか
【屋外広告物などの場合】
・サビや劣化がないか

このようなことがありましたら、専門家に相談し調査や改善を行ってください。建物の点検や維持管理は所有者、管理者の皆さんの責務です。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。

建築課調査係 ☎(3546)5455

障害のある方の就職面接会

障害のある方を対象とした就職面接会を開催します。当日は約260社の企業が参加を予定しています。

- 2月18日(火) 午後1時~4時
場東京体育館メインアリーナ(渋谷区千駄ヶ谷1-17-1)
問ハローワーク飯田橋 専門援助第2部門 ☎(3812)8609 部門コード 44#

- 2つ以上の敷地の共同化を行う方
④災害による建築物の建て替え
◎申込みが募集戸数を越えた場合は、対象事業の①~④の順を優先順位として決定し、優先順位が同じ事業の場合は抽選により決定します。

- 【使用期間】 原則として2年以内
2月28日(金)までに区役所5階地域整備課の窓口で配布している申込書で申込む。
地域整備課まちづくり推進主査 ☎(3546)5472

凡例 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(6頁からのつづき)

国保・年金

国民健康保険の主な給付

療養の給付

医療機関の窓口で保険証を提示すれば、年齢などに応じた一部負担金を支払うだけで、診療や投薬を受けることができます。保険対象医療費のうち被保険者の一部負担金を除いた費用を国保が負担します。

【一部負担金の割合について】

- ・小学校入学前 2割
 - ・小学校入学後から69歳の被保険者 3割(義務教育を終了するまでは、子ども医療費助成制度により、一部負担金が助成されます。詳しくはお問合せください)
 - ・70歳以上75歳未満の被保険者 1割(一定以上の所得者は3割)
- ◎退職者医療制度該当者についても同様です。

入院時食事療養費

入院したときの食事代は、診療や薬にかかる費用とは別に、1食あたり標準負担額(260円)を自己負担し、残りは国保が負担します。

住民税非課税世帯などの方には標準負担額の減額制度がありますので、入院が決まったとき、または入院したときは、お問合せください。

申請が必要なもの

【療養費】

緊急のときなど、やむを得ず保険証を提示しないで診療を受けた場合、海外旅行中に医療機関で治療を受けた場合またはコルセットなどの治療用補装具代などを支払った場合は、審査の上、決定された費用から一部負担金を除いた額を世帯主に支給します。

【高額療養費】

被保険者の方が、同じ月内に同じ病院などに支払った一部負担金(室料差額、食事代など保険外負担を除く)が自己負担限度額(世帯課税状況・医療費によって異なる)を超えた場合、その超えた額を世帯主に支給します。該当する世帯には、診療した月の2~3カ月後に申請書類を送付します。

限度額適用認定証を提示することにより、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。限度額適用認定証は、別途申請が必要です。

【出産育児一時金】

被保険者が出産した(妊娠85日以上の死産・流産を含む)場合は、出産育児一時金として42万円を支給します。

国保から医療機関に支払いますので、原則として区への支給申請は必要ありません。ただし、出産費用が42万円未満の場合は、その差額を区に請求することになります。また、他の健康保険から支給される方は、国保から支給されません。差額がある際に必要な書類についてはお問合せください。

【葬祭費】

被保険者が死亡したとき、葬儀を行った方に葬祭費7万円を支給します。◎申請が必要なものについては、申

請期限(2年)が定められていますので、早めに申請してください。申請の際に必要な書類についてはお問合せください(保険料の滞納がある場合は、給付できないことがあります)。

国民年金課給付係

- ☎(3546)5361
- ・子ども医療費助成制度については子育て支援課子育て支援係
- ☎(3546)5350

医療費のお知らせ

国民健康保険加入者の皆さんに、「医療費通知」を2月下旬に送付します。この通知は、6カ月分の医療費の総額などをお知らせするものです。

今回は、平成25年6月から11月までの診療内容をお知らせします。なお、柔道整復師などからの請求分については、平成25年7月から12月までをお知らせします。

加入者の皆さんに国民健康保険制度に対する理解を深め、健康維持の大切さを認識していただくためのお知らせですので、受け取り後に特に手続きをする必要はありません。

なお、医療費の総額が3,000円以下の場合や、病院などからの請求が遅れている場合は、お知らせしませんのでご了承ください。

◎この通知は、確定申告時の添付資料として使用できません。

国民年金課給付係

- ☎(3546)5361

その他

平成26年度子どもの居場所「プレディ」参加登録児童募集

「プレディ」は小学校内に開設し、保護者の就労状況に関係なく、放課後や土曜日などに安全に安心して過ごせる子どもの居場所です。

平成26年度には、新たに日本橋小学校において「プレディ日本橋」を開設します。

【プレディなど設置校】

- 別表参照
- ☒プレディ設置校に在籍の児童およびプレディ設置校の通学区内に住んでいて、他の中央区立小学校や私立小学校に通学している児童
- ◎放課後子ども広場中央は、区立中央小学校と区立明正小学校の児童に限ります。
- ◎通学先の学校と通学区内の学校の双方にプレディが設置されている場合は、参加登録はいずれか一方にしかできません。

【開設時間】

- ・月曜日~金曜日
- プレディ設置校の放課後~午後5時
- ・土曜日、春・夏・冬休みなど
- 午前9時~午後5時
- ◎保護者の就労など特別な事情があるときは、午後6時まで

【活動内容】

- ・フリータイム
 - 自主的な遊び、スポーツ、読書、自習など
 - ・各種教室
 - スポーツ教室、体験教室など
- ☎無料(ただし、傷害・賠償責任保

険料600円と各種教室の材料費などの実費は保護者負担)

【申込期間】

- 2月12日(水)~3月15日(土)
- ☒各プレディまたは区役所6階教育委員会庶務課にある参加登録申込書に記入し、保険料600円を添えて直接プレディに申込み。
- ◎申込書は区のホームページからダウンロードすることもできます。
- ◎平成25年度参加登録申込済みの場合でも改めて申込みが必要です。
- ◎学童クラブと重複して申込みことはできません。
- ◎詳しくは教育委員会事務局庶務課または各プレディにお問合せください。
- ☒教育委員会事務局庶務課学校施設係
- ☎(3546)5690

別表

プレディ名	所在地・電話番号
プレディ明石(明石小学校内)	明石町1-15 ☎(3544)2860
プレディ京築(京築築地小学校内)	築地2-13-1 ☎(3545)2843
プレディ有馬(有馬小学校内)	日本橋蛸殻町2-10-23 ☎(3666)3960
プレディ日本橋(日本橋小学校内)	日本橋人形町1-1-17 平成26年4月開設予定
プレディ久松(久松小学校内)	日本橋久松町7-2 ☎(3663)7045
プレディ佃島(佃島小学校内)	佃2-3-1 ☎(3536)7041
プレディ月一(月島第一小学校内)	月島4-15-1 ☎(3531)4746
プレディ月二(月島第二小学校内)	勝どき1-12-2 ☎(3531)1045
プレディ月三(月島第三小学校内)	晴海1-4-1 ☎(3531)7251
プレディ豊海(豊海小学校内)	勝どき6-6-2 ☎(3534)1300
※放課後子ども広場中央(中央小学校内)	湊1-4-1 ☎(3551)0522

※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。

地域家庭教育推進協議会 ~子育てを応援する事業を行っています~

保護者の視点から発達障害を考える講座、ならびに本年度実施学習会の「報告・交流会」を開催します。

子育てキャンパス 発達障害を考える講座

- ☒2月28日(金)午後2時~4時30分
- 場月島区民センター1階会議室
- ☒主に幼児、小・中学生の保護者
- ☒「発達障害の理解と家庭教育」保護者の視点から、2人の講師により、体験学習を交えて学びます。
- 【講師】明星大学人文学部心理学准教授 小貫 悟、東京YMCA副総主事 堀口廣司
- ☒30名(先着順)

報告・交流会

- ☒3月8日(土)
- 午後1時30分~4時30分
- 場教育センター
- ☒家庭教育に関心のある方
- ☒本年度に家庭教育学習会を実施した団体の発表や学習会の企画や運営についての意見交換を行い、交流を深めます。次年度に共催を希望する団体、地域での子育てに関心のある方はぜひご参加ください。
- ☒80名(先着順)

共通

- ☒無料
- 【託児】2歳6カ月以上の未就学児を、事前に連絡をいただいた上で

- お預かりします。
- ☒2月4日(火)から2月21日(金)までに電話で申込み(受付は平日午前9時~午後5時)。
- ☒中央区地域家庭教育推進協議会(文化・生涯学習課内)
- ☎(3546)5526

こども避難所「こども110番」にご協力ください

区では、子どもたちを路上犯罪から守るため、地域の皆さんの協力を得て緊急時に子どもが避難できる場所「こども110番」を設置しています。ご協力いただく家庭・店舗・事業所などの皆さんには、子どもが助けを求めてきた際に、安全に保護した後、学校・保護者・警察へ連絡・通報するようお願いしています。

学校と地域が一体となって子どもたちの安全を確保するために、より多くの方のご協力をお願いします。ご協力いただける場合は、通学区の小学校にご連絡ください。

なお、教育委員会では、万が一、こども110番の協力者が被害を受けた場合に補償を行うため、災害補償保険に加入しています。

☒学務課学事係

- ☎(3546)5513

レッツ中央契約カルチャースクール4月期の受講希望者募集

☒中小企業に勤務する区内在住・在勤者

- ☒朝日カルチャーセンター朝日JTB・交流文化塾
- 入会金免除および公開講座は会員料金
- ・池袋コミュニティ・カレッジ
- 入会金免除および受講料10%割引(一部除外あり)

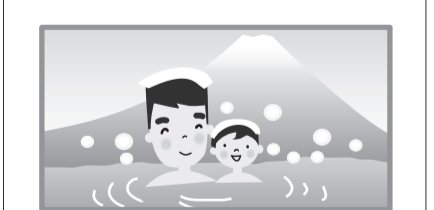
☒定各20名(先着順)

☒2月19日(水)からレッツ中央窓口で法人会員証または法人会員受講申込書を受け取り受講施設で手続きを行う。

- ◎よみうりカルチャー、大原簿記学校、LEC東京リーガルマインドなども割引となります。
- ◎詳しくはお問合せください。

- ☒中央区銀座4-9-8銀座王子ビル2階
- レッツ中央(中央区勤労者サービス公社)
- ☎(3546)8610

コミュニティふれあい銭湯



- ☒2月14日(金)・28日(金)
- ◎2月14日はスイセンの湯
- ◎「金春湯」は改修工事のため3月3日(月)まで休業します。

- 場区内公衆浴場
- ☒100円(敬老入浴証持参者と小学生以下は無料)
- ☒地域振興課区民施設係
- ☎(3546)5623

情報コーナー(7頁からのつづき)

シルバーパソコン“ステップアップ”教室

パソコンの初級程度はマスターし、次のステップに進みたい方向けの教室です。復習をお考えの方もどうぞ。

「エクセル入門」コース

日 3月3日(月)～7日(金) 計5回 午前10時～正午

内見やすい表の作り方や、便利な計算方法を指導します。

「はがき」コース

日 3月10日(月)～14日(金) 計5回 午前10時～正午

内写真を取り込んだはがき作りに挑戦しませんか。

共通

場 シルバー人材センター2階研修室 対 60歳以上の方

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コース希望の方を優先します。)

費 各コース4,200円(受講料3,700円+教材費500円)、「エクセル入門」コースは、FOM出版「初心者のためのExcel2010(1,260円)」を使用します

申 2月12日(必着)。往復はがきに①希望コース(複数コース可)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。期限経過後は、補欠の方に受講資格が移ります。

◎パソコンのOSはWindows7です。

問 〒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

中央区動物愛護講習会

～ペットと上手に暮らすには～

日 3月1日(土) 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・在勤者

内 ペットを飼っている方・これから飼う予定の方々を対象に、色々な場面での「いざ」という時のためのしつけや備えを学ぶ。

講師 NPO法人ANICE代表 平井潤子

定 80名(先着順)

◎ペットを連れての参加はできません。

費 無料

申 2月3日(月)から25日(火)までに電話で申込み。

問 生活衛生課生活衛生係 ☎(3541)5936

参照)⑤年齢・性別を記入して施設あて申込み。

または施設に返信先住所・氏名を記入した官製はがきを持参して申込み。

◎詳しくは施設へお問合せください。

問 〒104-0053 中央区晴海5-2-3 ほっとプラザはるみ ☎(3531)8731

スポーツ

ほっとプラザはるみスポーツ教室抽選申込みのお知らせ

【教室実施期間】4月～6月

【教室種類】別表1のとおり

【抽選申込み期間】2月5日(水)～19日(必着)

申 往復はがきに①～④(7頁記入例別表1

Table with 5 columns: 開催予定の教室, 曜日, 時間, 定員回数, 料金. Lists various sports classes like Kids Swim, Tai Chi, etc.

◎その他、楽しい教室をご用意しています。◎予定は変更になる場合があります。※1親子でリズムに合わせて楽しく身体を動かすクラスです。※2呼吸・ポーズなどにより筋力と柔軟性を鍛え、身体と心の調和をとるヨガのクラスです。※3正しい呼吸法で緊張をほぐし、身体の芯の筋力をトレーニングするクラスです。

春季区民体育大会 サッカー大会

日 4月13日～6月8日の日曜日、祝日 午前9時～

場 晴海運動場、大井ふ頭中央海浜公園第一球技場

対 18歳以上(高校生を除く)の区内在住・在勤のアマチュアで構成された27名以内の団体(東京都社会人リーグ1部に登録している選手は参加不可)で、次の条件を満たすこと

- ・新規参加チーム JFA登録4級以上の審判員を3名以上登録すること
・過去に本大会(春・秋)に参加あるいは中央区サッカー協会に登録しているチーム JFA登録4級以上の審判員を3名以上(うち、1名以上が3級以上の審判員の資格を有すること)登録すること
◎全チーム審判割当あり
費 登録料などとして、1チーム18,000円の予定(納付額、納付先などは別途通知)

【監督会議】3月10日(月)午後7時～ 区役所8階大会議室

◎申込多数の場合は、監督会議前に抽選会を行います。

申 2月28日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、直接持参または郵送で申込み。

◎競技内容・申込方法など、詳細を記載した実施要項および申込用紙は区役所6階中央区体育協会事務局窓口で配布します。

問 〒104-8404 中央区築地1-1-1 中央区体育協会事務局 ☎(3546)5729

催し物

もっと知りたい!第2日曜日は天文・宇宙のトビラ

オーロラの世界～宇宙と地球をつなぐ科学

日 2月9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 南極や北極近くで見られる、神秘的な輝き「オーロラ」。オーロラはなぜ、この地球で光っているのでしょうか。高性能カメラで今年撮影した美しい映像とともに、オーロラの仕組みや意味について解説し

環境情報センター イベント情報(3月)

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。イベント詳細は別表2のとおりです。

場 環境情報センター 費 無料

別表2

Table with 4 columns: 日時, タイトル, 内容, 対象・定員. Lists events like '宇宙への招待' and '上達!自然観察とデジカメ撮影'.

タイムドーム明石プラネタリウムバレンタインデー特別投影

日 2月11日(祝)

場 タイムドーム明石プラネタリウムホール

内 別表3のとおり

別表3

Table with 2 columns: 投影時刻, 投影内容. Lists Valentine's Day special projections like '冬の星空 プラネテス〜肩星(くずぼし)の空〜'.

◎各回とも投影時間は40分程度です。 ◎冬の星空は約7分間の星空解説番組です。

ます。 【講師】国立極地研究所准教授 片岡龍峰

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

映画鑑賞会

日 2月8日(土)

場 日本橋図書館6階ホール

内 千の風になって

(日本映画 107分)

【上映開始】午後2時

定 70名(先着順)

費 無料

◎当日、直接会場へお越しください。

問 日本橋図書館 ☎(3669)6207

「あの日から3年～東日本大震災～」展

日 2月11日(祝)～3月11日(火)

場 日本橋図書館5階展示コーナー

内 東日本大震災から3年が経ちます。あの悲劇を忘れず教訓とするため、自然災害や防災に関する本を収集し、展示します。

費 無料

問 日本橋図書館 ☎(3669)6207

申 2月1日(土)から各イベント前日までに電話で申込み。

◎詳しい内容は、環境情報センターホームページをご覧ください。

問 環境情報センター ☎(6225)2433

HP http://eic-chuo.jp

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

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

学ぶ 遊ぶ 知る

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

◎区に〒・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

施設

環境情報センターの臨時休館

2月16日(日)は、電気設備点検のため休館します。

環境情報センター
☎(6225)2433

総合スポーツセンター利用案内

【開館時間】
午前7時～午後9時30分(トレーニングルーム・温水プール・ゴルフ練習場)

◎その他の施設は午前9時～午後9時30分

【休館日】
・毎月第3月曜日(祝日の場合はその翌日)

・年末年始(12月28日～1月4日)

【トレーニングルーム】
個人利用料金(2時間)

- ・一般 400円
- ・区内在住65歳以上の方 無料(無料利用証の提示が必要)

◎機器の使用方法などのアドバイスやリズム体操などのショートプログラムも実施しています。

◎初めて利用する方は初回者講習会(有料)の受講が必要です。日程などはお問合せください。

【温水プール】
個人利用料金(2時間)

- ・一般 500円
- ・一般区民 350円
- ・中学生以下 250円
- ・幼児、区内在住または在学の小・中学生、区内在住の65歳以上の方・障害のある方 無料(幼児以外は無料利用証の提示が必要)

【早朝1時間券について】
トレーニングルームおよび温水プールについては、午前7時から8時59分までの間に限り、「早朝1時間券」を販売しています。

【その他スポーツ施設】
主競技場、第2競技場、第1・第2武道場、卓球場、小体育室、第2小体育室、エアライフル場、弓道場、アーチェリー場、ゴルフ練習場

◎無料利用証の交付などについてはお問合せください。

環境情報センター
☎(3666)1501

3月分運動場等抽選申込み

区立運動場などの体育施設は公共施設予約システムで施設の抽選・予約の申込みを受け付けています。

☑「体育施設団体利用登録」をしている団体

【申込期間】
2月1日(土)～8日(土) 午後9時30分

【3月の区民優先日】
月島運動場 2日(日)

晴海運動場 23日(日)
浜町運動場 16日(日)
豊海テニス場 2日(日)・21日(祝)

公共施設予約システムを利用して申込み。

公共施設予約システム

【利用できる機器】
・インターネットが利用できるパソコン・携帯電話など

・区役所、日本橋・月島区民センターに設置してある利用者端末

☑スポーツ課体育施設係
☎(3546)5529

HP公共施設予約システム
・パソコン用アドレス
<http://www.11489.jp/chuo/annai/>

・携帯電話用アドレス
<http://www.11489.jp/chuo/mobile/>

保健・医療・福祉

24時間巡回型ホームヘルプサービスをご利用ください

要介護者が居家で自立した日常生活を営めるよう、ホームヘルパーの派遣などにより自宅での身体介護を提供する介護保険のサービスです。

☑中央区にお住まいの要介護1～5に認定された方で寝たきりなど日常生活に支障がある方

【サービスの内容】
24時間365日定期巡回による30分未満の身体介護サービス(おむつ交換・体位交換、トイレ・移動介助、身体清拭、口腔ケアなど)など

【利用方法】
介護保険のケアプランに組み込んで利用しますので、担当のケアマネジャーにご相談ください。

【費用(自己負担額)】
基準単価の10%

◎所得に応じて減額されることがあります。

◎申込方法など詳しくはお問合せください。

ださい。

☑はるみ訪問介護ステーション
☎(3531)7635

講座

第4回市民健康講座～笑い与健康～

☑2月21日(金)
午後6時30分開演(午後6時開場)

場日本橋公会堂4階ホール

対中学生以上の方

内落語
◎落語の前に20分程度日本橋医師会副会長による講演「医師への上手なかかり方～物忘れと認知症は違います～」があります。

【講師】落語家 三遊亭 遊雀(落語芸術協会三遊亭小遊三門)

定400名(先着順)
費無料

◎小学生以下のお子さんとはご入場できませんので、ご了承ください。

◎直接会場にお越しください。

☑日本橋医師会
☎(3666)0682

ママとこどものお花のアレンジ&お話し

☑2月13日(木)
午後1時30分～3時30分

場銀座区民館1号室和室

対区内在住・在勤者

内簡単なフラワーアレンジメントと絵本のお話し

【持ち物】お花の持ち帰り袋

定親子8組16名(申込多数の場合は抽選)

費無料
申2月7日(金)までに電話で申込み(受付時間午前9時～午後5時)。

☑銀座区民館
☎(3542)6828

社会教育会館「ゆめ講座」

区民の皆さんからの提案に基づき社会教育会館が実施する講座です。

2月下旬から3月下旬までに開催

日 時	講座名	会場・対象・定員など	内 容	費 用	申込締切	協力団体・持ち物
2月23日・3月9日・16日 日曜日 午前10時～11時30分	子どものためのボディメイク・リズムダンス	日本橋社会教育会館 小学生 (3年生以下保護者同伴) 10組	ストレッチ・呼吸・ダンスを通して、しっかりと姿勢と歩き方を体感する講座です。	無料	2月9日(日)	【協力団体】 ジャズダンスチャイルド
3月6日(木) 午前10時～正午	ママの手作りランチオンマット～入園・入学準備品をハンドメイドしよう～	月島社会教育会館 入園・入学を控えている子どもの保護者 10名	お子さんがお気に入りの布で世界に一つだけのランチオンマットを作ります。	1,500円(レンタルミシン代含む)	2月13日(木)	【協力団体】 active*mama 【持ち物】 布2枚、チャコペン、布切ばさみ、定規、まち針
3月10日・17日・24日 月曜日 午後3時～4時30分	気で遊ぼう!!～気づいてあげる?ちょっとした介護の手助け～	築地社会教育会館 18歳以上の方 20名	介護をする時のちょっとしたコツや生活の役に立つ健康法を紹介します。	無料	2月17日(月)	【協力団体】 健康気功エクササイズ
3月26日(水) 午後1時30分～3時30分	絵本の読み聞かせとカステラ作り	日本橋社会教育会館 親子(子どもは小学生以上) 10組	親子で絵本を読む楽しさと料理の楽しさの両方を体験していただきます。	500円	3月5日(水)	【協力団体】 おはなしシャワー 【持ち物】 エプロン、三角布、手拭きタオル、筆記用具

◎申込みはいずれも申込多数の場合は抽選です。

予定の講座は別表のとおりです。

☑期日までに電話または会館窓口で直接申込み。

◎期日以降はお問合せください。

☑築地社会教育会館

「親子で体験!防災防犯1・2・3」参加者募集

大地震が起こったときや身の危険を感じたとき、小さな子どもはきちんと自分の身を守ることができるでしょうか。地震が起きたときは安全な場所に避難する、身の危険を感じたときは大声を出して逃げる…頭では分かっている、なかなか大きな声を出せなかったり、どこへ避難すれば良いか分からなかったり、いざその場になってみるとできないことがたくさんあります。

この講座では、小さな子どもがいざというときに勇気を出して自分の身を守ることができるよう、さまざまなシーンを想定して危険を回避する技術を親子で一緒に体験します。「いかのおすし」や「ロケットダッシュ」、「地震がきたときのカメ・ウサギ・コアラのポーズ」など、いざというときに役立つ内容が盛りだくさんです。ぜひお子さんと一緒にご参加ください。

☑3月16日(日)午前10時～11時

場総合スポーツセンター3階小体育室

対区内在住・在勤・在学者で未就学児の親子(きょうだいの参加可)

【講師】NPO法人体験型安全教育支援機構代表理事 清永奈穂

定20組(先着順)
費無料

☑2月7日(金)から電話で申込み。
☑〒104-0032
中央区八丁堀4-1-5
中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター
☎(3206)0560



▲みんなで一緒に「ウサギのポーズ」

トピックス



第58回 新年子ども羽根つき大会

1月11日、総合スポーツセンターで新春恒例の「新年子ども羽根つき大会」が催され、全区立小学校から64チーム、384人が参加しました。力いっぱい、熱戦を繰り広げる選手たちにチームの仲間や観覧席の応援団から大きな声援や拍手が送られていました。

会社・商店・ご家庭の皆さん

その仕事シルバー人材センターに

おまかせください

シルバー人材センターとは

シルバー人材センターは、60歳以上の元気な高齢者が会員となり、知識や経験を生かして働くシステムです。

現在600余名の会員が、健康の向上や生きがいのある生活を目指して働いており、仕事ぶりが「丁寧」で、「安心して任せられる」など、好評を得ております。

高齢者の豊富な知識・経験は、きっと皆さんのお役に立てると思います。

どんな仕事ができるのか

センターでは、ご家庭・商店・会社・各種団体などから、多種多様な仕事をお引き受けしています(危険な仕事や専

事務分野
一般事務、宛名書き、事務受付、パソコン入力など

専門技術分野

経理事務、翻訳・通訳など

仕事の依頼方法

まず電話、または発注仕様書(ホームページに掲載)により、ご相談ください。お見積りの上、お客様と当センターとの間で契約を交わします。

費用

センターホームページに目安の価格を掲載しています。

会員を募集しています

60歳以上の健康な区民で、「自主・自立、共働・共助」の目的を理解して働ける方
入会説明会
毎月13日(休日の場合は前日)センター会議室で午前10時から開催しています。
参加される方は、住所・年

高年齢者合同就職面接会

高年齢者の就労を支援します

高年齢者を対象とした就職面接会を開催します。当日は希望する企業と面接ができますので、履歴書(写真貼付のもの)を複数枚ご用意の上、ぜひご参加ください。

日時

2月26日(水)
午後1時～4時(受付は午後0時30分～3時30分)

会場

区役所8階大会議室
参加企業数 15社程度
◎参加企業名は、開催日の1週間前にハローワーク飯田橋およびシルバーク中央のホームページでお知らせします。

◎参加費無料、予約不要、入退場自由です。
※問合せ先
高年齢者福祉課高年齢者福祉係
ハローワーク飯田橋職業相談第1部門
☎(3812)8609
部門コード 41#
ホームページアドレス
・ハローワーク飯田橋
<http://tokyo-hellowork.jp>
<http://www.kdch.or.jp>
・シルバーク中央
<http://sw-chuo.com>



年齢が確認できる健康保険証など、印鑑、会費(千円)をご持参ください。
※問合せ先
中央区シルバーク人材センター
☎(3551)2700
FAX(5542)2100
ホームページアドレス
<http://www.chuo-sc.or.jp>

ふれあい広場

今を駆け未来へつなぐ スーパーマン

伊勢神宮から頂いた神札を、日本橋室町にある三重県のアテナショップ「三重テラス」に走り届けて、まちを盛り立てよう。その思いを胸に伊勢神宮から日本橋までの500キロを昨年10月3日から13日までの11日間かけて駆け抜けた。その快挙は昨年10月14日付けの新聞にも紹介されました。今回は、その壮大なおつかい「キヨリピック500」を見事に成し遂げた塚田さんにお話を伺いました。

塚田さんは、月島に生まれ育ち、現在は日本橋兜町でスポーツデザイナーとして活躍する。一方で地域に根ざした活動も数多く行っています。5年くらい前から、日々の仕事だけでなく、生まれ育ったまちやお世話になっているまちな、恩返しをする時期になったと感じ、地域活動を始めた。それが、その活動は多岐にわたり、日本橋兜町町会で防災部長を務める一方、月島一之部西町会にも所属し、また「日本橋地域ルネッサンス100年計画委員会」では「日本橋かるた」の制作に参画し、さらには日本橋消防団員として、東京都消防



▲「ランピックトウキョー日本橋」事務局代表の塚田秀伸さん

操法大会で優勝するなど、その活躍はまさに「まちのスーパーマン」です。
また、現在塚田さんは、ご自身が考案し普及活動をしている「ランピック」に精力的に取り組んでいます。「ランピック」とは、競技志向ではなく、観光や遊びを取り入れ、誰でも楽しめるランニングで、まちを見て回るものです。観光資源や魅力的な場所がたくさんある中央区を楽しむには、「毎月開催しているランピックツアー」では、約15キロを走るので、適度に休憩を挟むので、今までリタイアした方はいません。と、楽しそうに話してくださいました。
3年前に「ランピック」を始めたときには既に伊勢神宮の式年遷宮時には伊勢から日本橋まで走る構想があり、冒険旅行とは違う、まちを盛り立てられるイベントにしよう、と三重テラスに成功祈願のお札を届けるイベント「キヨリピック500」を考えました。
そこでまず日本橋の皆さんと何度も打ち合わせを重ね、三重県や伊勢市などにも打診をし、その上で、地域の皆さんをはじめ、関係の方々や企業に協力をお願いしながら、ようやく実施にこぎつけたそうです。
伊勢神宮を出発した後の数日間は肉体的に辛く、1日約50キロを走り終えた後に疲労でパンパンに腫れ上がった脚でホテルにチェックインすると、「もう今日は終わり」と身体が思い、まるで動けない日もありました。「明日目覚めたときに動けなくなっていたら、このキヨリピックは続けられないな。」そう思いながら、疲



▲「キヨリピック500」ゴール後の様子

エネルギーギッシュで楽しい「スーパーマン」は、今後もまちの活動や魅力の発信に多忙な毎日が続くようです。
ランピックトウキョー日本橋ホームページアドレス
<http://runpic.net>