

区のおしらせ

今号の主な内容

- 2~3頁 夏休み特集
- 4頁 後期高齢者医療保険料納入通知書の送付
- 7~5頁 情報コーナー(施設/講座/スポーツ/催し物/国保・年金/その他)



中央

7/11

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)

凡例

問合わせ(申込)先

HP ホームページアドレス

Eメールアドレス

親子エコ・クッキング参加者募集



リサイクル教室

親子エコ・クッキング参加者募集

日時 8月8日(金) 午前10時30分~12時30分

会場 築地社会教育会館 4階料理教室

対象 区内在住・在学の小学生と保護者(大人1名につき子ども1名)

内容 食糧物を無駄なく使う工夫や、エネルギーの節約方法などを調理実習を通して親子で学びます。メニューはツナ入りナポリタンとカラフル野菜スープです。本教室は東京ガス(株)の協力のもと開催します。

費用 1組200円

定員 親子12組24名(申込多数の場合は抽選)

申込方法 7月25日(必着)までにはがきに①親子エコ・クッキング(リサイクル教室)②お子さんと保護者の氏名・ふりがな③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢⑥学校名を記入して、または区のホームページの電子申請から申込み。

問 〒104-8404 中央区築地1-1-1 環境推進課環境活動係 ☎(3546)5403

日時 8月23日(土) 午前11時~午後2時

会場 日本橋社会教育会館

対象 区内在住・在学の5歳以上のお子さんと保護者(1組3名以内)

内容 手打ちうどんの作り方を学び、実際に打つたものを試食します。

協力団体 蕎麦楽(そばらく)

文化のリレー 親子でチャレンジ・手打ちうどん

日時 8月23日(土) 午前11時~午後2時

会場 日本橋社会教育会館

対象 区内在住・在学の5歳以上のお子さんと保護者(1組3名以内)

費用 1組2名千円・3名1500円

申込方法 7月30日(必着)までに電話またははがき、ファックスに①文化のリレー②氏名・ふりがな③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢を記入して、または日本橋社会教育会館窓口で直接申込み。

問 〒103-0013 中央区日本橋人形町1-1-17 日本橋社会教育会館 ☎(3669)2102 FAX(3669)2720

夏休み特集 (1~3頁)



▶ 昨年のラジオ体操の様子

お気軽に近くの会場(別表参照)でご参加ください。

問 中央区体育協会事務局 ☎(3546)5729

夏季ラジオ体操

別表 夏季ラジオ体操会場一覧

名称	会場	期間	時間	土曜日	日曜日・祝日
京橋	京橋公園	7月19日(土)~8月30日(土)	午前6時20分~	実施	休み
鉄砲洲	鉄砲洲児童公園	7月21日(祝)~8月20日(水)	午前6時30分~	休み	休み(7月21日は実施)
入船三丁目町会	入船三丁目4番と5番の間の路上	7月22日(火)~8月1日(金)	午前6時25分~	実施	日:休み 祝:実施
湊三丁目町会	湊三丁目町会クラブ横	7月22日(火)~8月20日(水)	午前6時30分~	休み	休み
あかつき	あかつき公園	7月22日(火)~7月31日(木) 8月21日(木)~8月30日(土)	午前6時25分~	実施	実施
明正	越前堀児童公園	7月19日(土)~8月31日(日)	午前6時25分~	実施	日:休み 祝:実施
常盤	常盤小学校	7月19日(土)~7月31日(木)	午前6時25分~	実施	実施
龍閑児童遊園	龍閑児童遊園	7月22日(火)~8月20日(水)	午前6時30分~	休み	休み
堀一	堀留児童公園	7月22日(火)~8月20日(水)	午前6時30分~	実施	実施
日本橋小	日本橋小学校	7月20日(日)~8月19日(火)	午前6時30分~	実施	実施
蛸一南部	有馬小学校	7月20日(日)~8月3日(日)	午前6時30分~	実施	実施
有馬	有馬小学校	7月21日(祝)~8月20日(水)	午前6時25分~	実施	実施
東日本橋二丁目	日本橋中学校	7月20日(日)~8月20日(水)	午前6時25分~	実施	実施
久松	久松小学校	7月20日(日)~8月20日(水)	午前6時25分~	実施	実施
浜二	浜町公園	7月21日(祝)~8月20日(水)	午前6時20分~	実施	実施
浜三東部町会	浜町三丁目29番と35番の間の路上	7月21日(祝)~8月20日(水)	午前6時20分~	実施	実施
阪本	坂本町公園	7月19日(土)~8月2日(土)	午前6時25分~	実施	実施
佃島	佃島小学校	7月21日(祝)~8月20日(水)	午前6時25分~	実施	実施
月島	月島第一児童公園	7月22日(火)~8月20日(水)	午前6時20分~	実施	実施
	わたし児童遊園	7月22日(火)~8月20日(水)	午前6時20分~	実施	実施
月島四丁目	月島四丁目住宅前	7月20日(日)~8月2日(土)	午前6時30分~	実施	実施
月島第二小学校PTA	月島第二小学校	7月22日(火)~8月6日(水) 8月26日(火)~8月28日(木)	午前6時30分~	実施	実施
豊海小	豊海小学校	7月22日(火)~8月4日(月) 8月21日(木)~8月27日(水)	午前6時30分~	実施	実施
ソフトタウン晴海	晴海臨海公園	7月22日(火)~8月7日(木)	午前6時30分~	実施	実施
晴海自治会	晴海トリトン水のテラス	7月22日(火)~8月9日(土)	午前6時30分~	実施	実施
晴海ビュータワー自治会					

◎は通年で実施しています。

職場で、地域で、家庭で働く女性たちへの応援歌。女性の地位向上と男女共同参画社会促進のための「第13回ブーケ祭り」が6月20・21両日、女性センター「ブーケ21」で29団体も参加されて盛大に開かれました。昨年、「ブーケ21」が節目の開設20周年を迎え、新たなスタートとなった今回は1階の「発表の広場」で、女流講師先駆けの神田すみれさんをお招きして、講談界の今昔のお話しや「江戸中期の儒学者「荻生徂徠」の一席を開催する」というユニークな企画をはじめカルタ大会、フラダンス、コーラスなどさまざまな催しが行われました。さらに、2階から4階までのフロアでは環境や消費者問題、障害者支援、書道、絵手紙、華道、茶道、伝統工芸、押絵など日ごろの活動内容を大いに披露されていました。

また、初めての試みとして、本区の友好都市である山形県東根市のサクランボを使った「種飛ばし大会」が開かれましたが、小学生から80歳代と幅広い方々が参加され、まさにサブテーマの「世代をこえて 笑顔の輪」にぴったりの集いとなりました。



中央区長 三田美英

こんにちは
区長です



リサイクル適性(A) この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

築地児童館 ☎(3544)0127

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like '羊毛でマスコットをつくろう' and '木工教室'.

新川児童館 ☎(3553)2084

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like '新川夏まつり' and '木工工作'.

堀留町児童館 ☎(3661)8937

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like '子ども緑日スタッフ活動' and '工作あそび'.

浜町児童館 ☎(3669)3386

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like '浜町児童館なつまつり' and '夏休みチャレンジ'.

◎定員があるものは、先着順です(バスハイクは抽選です)。電話での予約はできませんので、各児童館に直接本人が申込みをしてください。

図書館夏季学習室
開館時間: 午前9時～午後5時
開館期間: 7月21日～8月29日の毎週金曜日

児童館に集まれ!!

～夏休み特集～

区内8カ所の児童館では夏休みにいろいろな催し物を行います。ぜひご参加ください。

佃児童館 ☎(3531)7811

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like 'バスハイク' and '工作教室'.

月島児童館 ☎(3533)0885

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like 'カーニバル' and '木工工作'.

勝どき児童館 ☎(3531)3250

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like 'バスハイク' and 'めんこ作り'.

晴海児童館 ☎(3534)3021

Table with 3 columns: 日時, 内容, 対象・定員など. Includes activities like 'はるみシアター' and '木工工作'.

凡例
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

別表1 環境情報センター 7~9月のイベント情報

Table with 5 columns: Date, Title, Content, Instructor, and Target/Staff. It lists various environmental events from July to September, including workshops on weather, recycling, and nature observation.

日時・内容など 別表1のとおり
場所 環境情報センター
申込方法 7月11日(金)から各イベント前日までに
費用 無料
http://eic-choju.jp

環境情報センター 夏のイベント
詳しく内容は、環境情報センターホームページをご覧ください。電話でお問い合わせください。
電話で申込み。

凡例
問合せ先
HP ホームページアドレス
Eメールアドレス

別表2 月島保健センター

Table with 3 columns: Date, Venue, and Content. Lists events at the Tsukishima Health Center, including a workshop for parents and children on July 29th and a cooking workshop on July 30th.

費用 無料
対象 区内在住で2日間とも参加できる5~7歳の子どもとその保護者
定員 各15組(先着順)
迎が必要で参加の日も送迎が必要で参加の日も送迎

共通
別表3のとおり
日本橋保健センター

別表3 日本橋保健センター

Table with 3 columns: Date, Venue, and Content. Lists events at the Nishibashi Health Center, including a sports and health workshop on July 30th and a cooking workshop on July 31st.

費用 無料
対象 区内在住で2日間とも参加できる5~7歳の子どもとその保護者
定員 各15組(先着順)
迎が必要で参加の日も送迎

共通
別表2のとおり
月島保健センター

別表4 京橋図書館

Table with 3 columns: Date, Venue, and Content. Lists events at the Kyobashi Library, including a large drawing workshop on July 23rd and a book reading event on July 24th.

費用 無料
対象 幼児・小学生
定員 50名(先着順)
共通
当日、直接会場へお越しください。

共通
別表2のとおり
月島保健センター

別表5 京橋図書館

Table with 3 columns: Date, Venue, and Content. Lists events at the Kyobashi Library, including a large drawing workshop on July 23rd and a book reading event on July 24th.

費用 無料
対象 幼児・小学生
定員 50名(先着順)
共通
当日、直接会場へお越しください。

共通
別表2のとおり
月島保健センター

(3) お気軽にお問合せ・ご相談ください。「まごころステーション」 ☎(3546)0561

親子つり教室

日時 8月24日(日)
集合 午前6時30分
場所 狩川溪谷ます釣り場(神奈川県南足柄市)

費用 大人 3900円
対象 区内在住の小学生以上の親子(1組3人まで)
定員 80名(申込多数の場合抽選)

夏休み子ども健康教室

日時 8月7日(木)
午後1時30分~3時30分
場所 中央区保健所2階会議室

費用 無料
対象 区内在住・在学の小学生
定員 20名(申込多数の場合抽選)

夏休みキッズクッキング

日時 8月30日(土)
午後3時~4時30分
場所 京橋図書館鑑賞室

費用 無料
対象 幼児・小学生
定員 50名(先着順)
共通
当日、直接会場へお越しください。

夏休み子ども会

日時 7月22日(火)
午後3時~4時
場所 月島社会教育会館4階和室

費用 無料
対象 幼児・小学生
定員 50名(先着順)
共通
当日、直接会場へお越しください。

の本教室参加の有無を記入して申込む。
抽選の場合は過去に参加していない方を優先します。
当選者は区役所6階中央区体育協会事務局窓口で手続
きがあります。
〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729

凡例 問合わせ申込先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

後期高齢者医療保険料納入通知書の送付

別図 保険料の決め方

一 保険料の構成

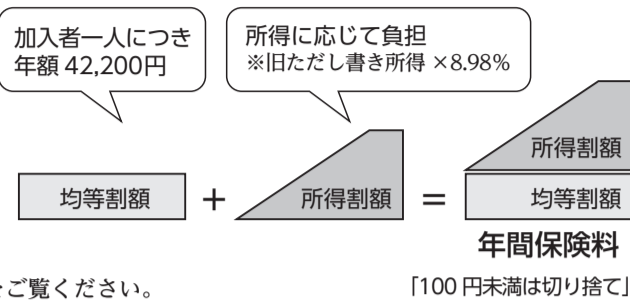
保険料の額は、全ての加入者一人ひとりについて決められます。

保険料は、加入者一人ひとりに均等にかかる「均等割額」と、加入者の所得に応じてかかる「所得割額」で構成されています。

◎区内では、どの区市町村でも保険料は同じ計算方式です(島などを除く)。

◎保険料の最高限度額は年間57万円です。

※「旧ただし書き所得」については、所得割額の計算方法をご覧ください。



一 所得割額の計算方法

所得割額は、加入者の所得額に応じて計算されます。

※後期高齢者医療制度では、総所得金額等から基礎控除を差し引いたものを「旧ただし書き所得」といいます。公的年金収入のみの方の総所得金額等は次のとおりになります。

・総所得金額等 = 年金収入額 - 公的年金控除額

公的年金の収入金額の合計(A)	総所得金額等 (公的年金控除額を引いた金額)
3,300,000円未満	(A) - 1,200,000円
3,300,000円以上 4,100,000円未満	(A) × 75% - 375,000円
4,100,000円以上 7,700,000円未満	(A) × 85% - 785,000円
7,700,000円以上	(A) × 95% - 1,555,000円

$$\frac{\text{総所得金額等} - 33\text{万円[基礎控除]}}{\text{旧ただし書き所得}} \times 8.98\% = \text{所得割額}$$

均等割額の軽減

同じ世帯の被保険者全員と世帯主の所得に応じて、均等割額が軽減されます。

総所得金額等の合計が下記の基準を超えない世帯	軽減割合	均等割額
基礎控除額33万円	8.5割	6,300円
うち、被保険者全員が年金収入80万円以下(その他の所得がない)	9割	4,200円
基礎控除額33万円 + (24.5万円 × 被保険者の数)	5割	21,100円
基礎控除額33万円 + (45万円 × 被保険者の数)	2割	33,700円

総所得金額等とは、収入の合計額から所得控除を引いた金額です。65歳以上で公的年金所得がある方は、その年金所得からさらに高齢者特別控除15万円を差し引いた額で判定します。

所得割額の軽減

被保険者本人の年金収入211万円(旧ただし書き所得58万円)以下の方を対象に、所得割額を軽減します。

168万円以下の年金収入(旧ただし書き所得年額15万円以下)	所得割額を全額軽減
173万円以下の年金収入(旧ただし書き所得年額20万円以下)	所得割額を7.5割軽減
211万円以下の年金収入(旧ただし書き所得年額58万円以下)	所得割額を5割軽減

扶養されていた方の保険料の軽減

会社員(健康保険加入者)の妻などの扶養家族の方が新たに後期高齢者医療制度の加入者となる場合は、保険料が軽減されます。

均等割額	9割軽減
所得割額	掛かりません

東京都高齢者向け優良賃貸住宅(近隣居住推進型)の事業者を募集します

共同住宅の建て替えなどを予定の方へ

区では、高齢者の居住安定施策の一つとして、東京都高齢者向け優良賃貸住宅供給助成事業を実施します。

住宅のバリアフリー化や緊急時対応サービスなど、高齢者が住みやすい基準で計画された民間賃貸住宅を建設する事業者に対し、建設や家賃減額費などに掛かる費用の一部を助成します。

応募された中から、基準に適合し、高齢者の自立を支える定住環境が確保されると認められる事業者を区が選定します。

選定された事業者は、住宅の整備や管理に関する計画(供給計画)を作成し、都知事の認定を受けた後、住宅建設に着手していただきます。

募集期間 9月30日(火)まで
募集戸数 1棟30戸程度
専用面積

- ① 区内に土地を所有(借地権を含む)する法人または個人で、長期にわたり安定した経営を行う能力を有していること
- ② 住民税、法人事業税などを滞納していないこと
- ③ 申込日の直近2年間の確定決算において利益が計上されており、安定した経営状況であること
- ④ 定款に不動産賃貸を業とする旨の定めがあり、商業登記簿に記載されていること
- ⑤ 設立後3年以上であること
- ⑥ 法人の代表者が連帯保証人になること
- ⑦ 平成26年度中に供給計画の認定を受け、平成27年度の補助金交付決定後から年度末までに工事着手できること
- ⑧ ③④⑥は、法人の場合です。

別表 助成内容

対象	内容
供給計画策定費	建築計画費などの2/3以内を助成(限度額200万円)
整備費	住宅建設費の1/6を助成(標準建設費を上限とする)
家賃減額補助	一定所得以下の入居者に対する家賃減額費用を補助(限度額40,000円/月・戸)

別表のとおり
申込方法
申請書類を区役所5階住宅課へ持参する。
◎募集要領・申請書は住宅課で配布します。また、区のホームページからもダウンロードできます。詳しくは、募集要領をご覧ください。
区住宅課計画指導係
☎(3546)5466

マイホームはるみ・新川のご案内

通所介護とは、日帰りで介護を受ける介護保険サービスです。

通所介護の種類

一般型通所介護

年末年始を除く毎日

現在、マイホーム新川は日曜日のサービスを休止して

対象 います。

対象 要支援・要介護認定を受けている方

定員 各40名

◎マイホームはるみの日曜日の定員は20名

認知症対応型通所介護

年末年始を除く毎日

対象 います。

対象 要支援・要介護認定を受けている方で認知症の診断を受けた方

定員 各12名

サービスの特徴

入浴 家庭にある個浴浴槽のほか、

機械浴槽を完備しているため、体の状態に合わせた入浴が可能です。
食事 カロリーや塩分制限などの療養食にも対応しています。
日常動作訓練 理学療法士など、リハビリ専門職による訓練を行っています。
医療的ケア 通所介護で可能な範囲で対応

利用方法

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。
マイホームはるみ
☎(3531)7635

マイホーム新川
☎(3552)5683

情報コーナー(6頁からのつづき)

行政懇談会が開催されました

5月15日(木)、20日(火)、22日(木)にそれぞれ京橋、月島、日本橋の各地域で町会長・自治会長に出席いただき、行政懇談会を開催しました。

この懇談会は、区、警察署、消防署、都第一建設事務所の区内行政機関が一堂に会し、区の主要事業を説明するとともに、地域に関する意見や要望を直接お聞きするものです。

当日のご意見の中からいくつかご紹介いたします。

【質問】

「中央区安全で安心なまちづくりを推進する条例」の改正(客引き防止)について

【回答】

区は去年4月に条例を改正し、地域の皆さんのパトロール活動などに対して根拠を明確にするとともに、地域の事業者の責務を強化しました。

また、地域の自主的な活動を支援するため、防犯カメラやパトロール用品などの助成を行っています。

現在のところ条例改正の予定はありませんが、町会の皆さんの意見も伺いながら今後とも警察署との協力関係を強化するなど、安全で安心なまちづくりを推進していきます。

【質問】

並木通りにおける枝の剪定について

【回答】

並木通りのシナノキの剪定は、4、5年のサイクルで行っており、今年の秋から冬にかけての冬季剪定で実施する予定です。また、ここ数年は樹勢の良くない木が見られるため、極力枝を切らずに回復を図っていましたが、建物や看板に接触する恐れがあるものについては、必要に応じ剪定していきます。

【質問】

AEDの設置などについて

【回答】

AEDは区の公共施設を中心に区内134カ所に設置しており、設置場所は、区のホームページに掲載しています。また、防災区民組織に対して購入費助成を行っているほか、町会などが実施するイベントなどにおいては、貸し出しを行っています。

◎現在は区内140カ所に設置しています。

【質問】

都バス路線の復活について

【回答】

都バス東12系統は、区と都交通局で運行協定を締結し、平成13年8月から運行を開始しました。平成21年度末で協定は終了し、平成22年度からは、本数を減便して運行していましたが、累積の赤字額が大きいため、平成24年3月末をもって廃止されました。

今後、交通局に対し、都バス路線の復活の要請を行うなど、バス路線の確保に向けて検討を行うよう働きかけていきます。

【質問】

路上喫煙への行政指導について

【回答】

「中央区歩きタバコ及びポイ捨てをなくす条例」は、道路や公園などの公共の場所における歩きタバコ及

びポイ捨てを禁止しています。

区では、この条例の周知・遵守を図るため、立て看板や路面シートの設置のほか、指導員の巡回パトロールによる歩きタバコなどへの注意・指導を行っています。

今後、吸い殻入れの設置者に対し撤去などをお願いするとともに、喫煙者に対しては、巡回パトロールにより通行人や自動車の通行の迷惑にならないよう喫煙マナーの指導など強化していきます。

【質問】

自転車の交通安全対策について

【回答】

自転車による事故を防止するには、自転車専用道路の設置が効果的ですが、区では、限られた道路空間の中で、通行車両への影響やバス路線および荷捌き車両やパーキングメーター利用車両への対応などから、設置は難しいと考えています。

そのため、現在、昭和通りや新大橋通り、清杉通りなどに設置している広い歩道に、2色に色分けする自転車走行ゾーンの整備を進めています。また、警視庁では自転車が通行すべき部分を矢印で表示する「自転車ナビマーク」の設置を進めています。

今後、都や警視庁と協議し、自転車走行空間の整備を検討していきます。

◎地域振興課自治振興係

☎(3546)5336

子どもフェスティバルステージイベント参加団体、ポスター募集

ステージイベント

◎10月19日(日)

午前10時30分から午後1時30分の間で10分から15分程度

◎会場 浜町公園内

ステージ(4m×3m)

ステージ前スペース(8m×8m程度)

◎区内の幼稚園児や小・中学生などで構成された団体・クラブ

◎7月31日(木)までに電話またはファクス、Eメールに①団体名②代表者名③電話番号④Eメールアドレス⑤実施種目・内容を記入して申込む。

◎雨天時は総合スポーツセンター主競技場内で行います。

ポスター

◎区内在住・在学の小学生

◎規格 B3判または四つ切の画用紙

◎使用色 金・銀を除き自由

◎挿入文字 中央区子どもフェスティバル(1文字4cm×4cm程度)

◎発表 入選者は「区のおしらせ 中央」10月1日号で発表する予定です。

◎賞品 入選者(金賞1名、銀賞・優秀賞など各数点)には賞状と賞品、応募者全員に参加賞を贈呈

◎応募方法 9月4日(必着)までに応募作品裏面に氏名・学校名・学年・組を記入(中央区立の小学校以外の方は住所を記入)して区立小学校在学者は各学校に提出する。その他の方は区役所6階文化・生涯学習課に持参する。

◎作品は1人1点、未発表のものに限ります。

◎子どもフェスティバルには飲食物を扱うコーナーはありませんので、作品内に描かないでください。また、アニメなどのキャラクターも描かないでください。

◎応募作品の使用権は中央区に帰属します。また、区のホームページなどで入選者の氏名・学校名・学年を掲載します。

◎中央区子どもフェスティバル実行委員会事務局(文化・生涯学習課内)

☎(3546)5304

FAX(3546)9556

◎Eメール b-syogai_03@city.chuo.lg.jp

「生きがい活動リーダー」養成のための研修生募集

「生きがい活動リーダー」活動内容

- ・生きがいに関する相談を受け、実際の行動につながる助言を行う。
・生きがいについての理解や関心を深めるため、高齢者クラブなどへ赴き啓発活動を行う。
・仲間づくりや組織活動をコーディネートし、生きがいを持って生活できるように支援する。
・社会参加活動を支援するための情報を提供する。

◎募集条件 区内在住で、研修終了後、毎週2日程度、午前9時から午後5時まで生きがい活動リーダーとして、活動できる方

◎募集人員 2名

◎研修日程など

Table with 3 columns: 養成講座, 資格認定研修会, 日程, 会場

◎研修生の決定 「高齢者の生きがいづくり」に関する論文と面接により決定する。

◎費用 無料

◎8月20日(必着)までに①~⑤(7頁記入例参照)をA4判縦方向に横書きしたもの、原稿用紙に800字程度自書した「高齢者の生きがいづくり」に関する論文を郵送または持参する。

◎〒104-0051

中央区佃1-11-1

シニアセンター内

生きがい活動支援室

☎(3531)7813

道路に看板・日よけを出すときは道路占用許可が必要です

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、道路占用許可を受けるには、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、引き続き占用される場合は、更新手続きが必要です。

◎区道について

道路課道路占用係

☎(3546)5417

・区内の都道について
東京都第一建設事務所管理課占用係
☎(3542)1474

・区内の国道について
東京国道事務所管理第一課占用第一係
☎(3512)9096

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

平成26年5月分寄付合計 485,853円(敬称略・順不同)

【一般寄付金】

佃二丁目鈴木猛夫...2,387円、池田富三...50,000円、常山雅子...10,000円、常山晴代...10,000円、公益社団法人お江戸日本橋歯科医師会...100,000円、田中佐智子...20,000円、中央スタンプ委員会...83,350円、株式会社大星商店...5,013円、保田清...5,000円、林義信...10,000円、中央区更生保護女性会...20,000円、21東京パイロットクラブ...50,000円、飛田秀人...100,000円、有限会社三谷葬儀社...10,000円、三谷和美...5,000円、匿名(1件)...5,103円

◎中央区社会福祉協議会管理部

☎(3206)0506

「大手町一丁目2地区開発事業」に係る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

縦覧・閲覧

◎7月22日(火)~8月20日(水)(閉庁日を除く)

午前9時30分~午後4時30分

◎場 区役所7階環境政策課

- ・日本橋・月島特別出張所
・京橋・日本橋・月島図書館
・都庁第二本庁舎16階 都環境局都市地球環境部環境都市づくり課

意見書の提出

【提出期間】

7月22日(火)~9月4日(木)

【提出方法】

事業名、氏名・住所(法人その他の団体にあつては、名称、代表者の氏名および東京都の区域内に存する事務所または事業所の所在地)および環境保全の見地からの意見を記載し、持参または郵送(消印有効)により提出する。

【問合せ(提出)先】

〒163-8001

新宿区西新宿2-8-1

都環境局都市地球環境部環境都市づくり課

☎(5388)3440

【説明会】

◎1回目 8月1日(金)

午後6時30分~8時

2回目 8月2日(土)

午後2時30分~4時

◎場 千代田区大手町1-3-7日経ビル6階

日経・大手町セミナールーム2

◎三井不動産株式会社ビルディング事業二部事業グループ

◎営業時間は午前9時30分~午後5時30分(土・日曜日、祝日を除く)

☎(3246)3240

情報コーナー(7頁からのつづき)

いきいき桜川(敬老館) サマージャズコンサート

日 8月3日(日)午後4時開演(開場は午後3時30分)
場 いきいき桜川(桜川敬老館)大広間
対 区内在住で60才以上の方
内 ジャズ界の第一人者による演奏会
[出演] 守屋純子(ピアノ)中村健吾(ベース)デニス・フレーゼ(ドラムス)近藤和彦(アルトサクソ)
定 120名
◎ 7月15日(火)よりいきいき桜川(桜川敬老館)の受付にて整理券を配布します。
費 無料
問 いきいき桜川(敬老館) ☎(3553)0030

天体観望会「月と火星と土星を見よう！」

日 8月2日(土) 午後6時30分～8時
場 プラネタリウムホール、タイムドーム明石屋上
対 区内在住・在勤者(中学生以下は保護者同伴が必要)
内 タイムドーム明石の屋上で専門の解説員の解説を交えながら、大型の天体望遠鏡や双眼鏡を使い、月と火星と土星を観察します。観察の前にはプラネタリウムを用いて当日の星空や天体の解説を行います。当日、天候により観察できない場合は、ホールでの解説のみとなります。
定 50名(申込多数の場合は抽選)
費 無料
問 7月22日(必着)までに往復はがきに①～⑤(7頁記入例参照)、⑥参加者全員の氏名、年齢を記入して申込む(電子申請も可)。
問 〒104-0044 中央区明石町12-1 郷土天文館「タイムドーム明石」 ☎(3546)5537

結婚活動支援事業 「銀座 出会いの広場」第37回開催のご案内

日 9月17日(水)午後7時～
場 銀座プロッサム(中央会館)
対 35歳以上55歳以下の区内在住・在勤の独身の男女
内 全員の方との自己紹介の後、銀座プロッサム自慢のお料理やデザートを召し上がりながらフリータイムをお楽しみください。プロの司会者が進行を務めますので、初めての方も安心してご参加いただけます。
定 男女各15名(申込多数の場合は抽選。申込状況により人数を調整する場合があります)
費 5,000円
問 8月15日(必着)までに、参加申込書をファクス、郵送または銀座プロッサムへ直接持参して申込む。
◎ 申込用紙は「銀座出会いの広場」ホームページからダウンロードできます。また、区内各施設でも配布します。
◎ 安全で健全なイベントを開催するため、参加される方は本籍地の市区町村が発行する独身証明書(発

行より6カ月間有効)、顔写真入りの本人確認ができる書類(免許証など)や区内在勤の方は、区内に勤めていることが確認できる社員証などが必要です。開催当日までに必ずご用意ください(ご用意いただけない場合、参加できず、キャンセル料が発生します)。

問 〒104-0061 中央区銀座2-15-6 銀座プロッサム(中央会館) ☎(3542)8585 FAX(3542)8589
HP 銀座出会いの広場 http://ginza-blossom.jp/encounter

隅田川花火大会

日 7月26日(土) 午後7時5分～8時30分(荒天の場合は翌日に順延。両日とも荒天の場合は中止)
場 第一会場 桜橋～言問橋 第二会場 駒形橋～厩橋
◎ 当日は打上げ会場付近をはじめ、両国橋周辺は相当な混雑が予想されますので、事故のないよう十分注意してください。
問 隅田川花火大会実行委員会台東区側事務局 ☎(5246)1111

手帳 国保・年金

国民健康保険料および後期高齢者医療制度保険料の軽減

[保険料の減免]
災害や事故などで生活が一時的に著しく困難になった時は、申請により一定期間、保険料の減免を受けることができる場合があります。なお、保険料の減免される金額は生活の状況によって異なります。
同様に、医療機関などの窓口で支払う医療費の一部負担金についても減免の制度があります。
[倒産・解雇、雇い止めなどにより退職された方への国民健康保険料の軽減]
倒産・解雇、雇い止めなどにより会社を退職された方は、申請により国民健康保険料が軽減される場合があります。
問・保険料の減免について 保険年金課資格係 ☎(3546)5362
・医療費の一部負担金の減免について 保険年金課給付係 ☎(3546)5360

国民年金保険料の免除・若年者納付猶予制度

国民年金保険料の納付が困難な場合は、保険料の免除制度・若年者納付猶予制度をご利用ください。
[免除(全額免除・一部納付)]
本人、配偶者および世帯主の前年の所得が一定基準以下の場合、申請により利用できます。保険料の全額が免除される「全額免除」と、保険料の一部を納付することにより、残りの保険料が免除となる「一部納付」があります。
[若年者納付猶予]

本人(30歳未満)および配偶者の前年の所得が一定基準以下の場合、申請により利用できます。
[退職(失業)による特例免除もあります]
免除申請する年度またはその前年度に退職(失業)した方は、特例免除制度を利用できます。特例免除制度が適用されると、本人の所得の状況は除外して審査されます。ただし、配偶者、世帯主の所得の審査基準は一般の免除申請と変わらず、配偶者、世帯主に一定以上の所得があるときは免除が認められない場合があります。
申請には、失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票など)が必要です。
また、この特例免除は、配偶者、世帯主が退職した場合にも対象となります。
[保険料免除と年金給付の関係]
免除・若年者納付猶予が承認された期間は、いずれも、老齢・障害・遺族年金の受給資格期間に算入されません。また、免除の承認期間に限り、年金額の計算に一部反映されます

所得の申告書の提出を

国民健康保険料は、前年の所得を基に算出しています。世帯の総所得金額等が一定額以下の場合、保険料の均等割額が別表のとおり減額されます。
この適用を受けるには、世帯主を含む加入者全員の前年の所得が判明していることが必要です(所得がない方も申告が必要です)。
申告をしていない方は、確定申告または住民税の申告、あるいは国民健康保険料に関する申告を提出してください。
[高額療養費の自己負担限度額の変更と入院時食事代の標準負担額の減額] 別表

Table with 2 columns: 軽減内容, 軽減判定基準. Rows include 7割軽減, 5割軽減, 2割軽減 with corresponding income thresholds.

◎ 加入者には、国保から後期高齢者医療制度へ移行した人を含みます。
◎ 軽減判定基準日は、平成26年4月1日です。ただし、平成26年4月2日以降に新規加入した世帯については、資格を取得した日となります。

その他

中央清掃事務所からのお知らせ

[祝日のごみ収集]
7月21日(祝)「海の日」は、月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。
[竹串など鋭利なものをゴミに出す場合]
職員が収集する際に手に竹串を突き刺す事故が起きています。竹串や包丁など鋭利なものをそのままゴミ袋に入れて排出すると収集

が、若年者納付猶予の承認期間は、年金額の計算には反映されません。
免除された期間は、保険料を全額納付した場合と比べて、全額免除は2分の1、4分の1納付(納付額3,810円)は8分の5、半額納付(納付額7,630円)は8分の6、4分の3納付(納付額11,440円)は8分の7として年金額が計算されます。
なお、一部納付の承認期間は、一部納付分の保険料を納付しないと免除が無効となりますのでご注意ください。
[追納のおすすめ]
いずれも承認を受けてから10年以内であれば、あとから保険料を納めることができます(追納)。ただし、承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に追納する場合は、経過した期間に応じて年金保険料に加算額が生じます。
◎ 申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請ができます。
◎ 詳しくはお問合せください。
問 保険年金課保険年金係 ☎(3546)5371

申告により新たに「住民税非課税世帯等」になられた方は、高額療養費の自己負担限度額も「住民税非課税」に変更され、また入院時の食事代の標準負担額も変更されます。
◎ 後期高齢者医療制度に加入されている方で、申告が確認できていない方には、後期高齢者医療制度保険料に関する申告書を既に送付しています。提出していない方は、お早めに提出してください。
問・保険料について 保険年金課資格係 ☎(3546)5362
・高額療養費などについて 保険年金課給付係 ☎(3546)5360

職員ばかりではなく、通行人にとっても大変危険です。
鋭利なものを排出する場合は、厚紙などに包み、「危険」と袋に表示するか、竹串などは、先を折って紙などに包み危険のないようにしてからゴミ袋に入れてください。
[生ごみの排出について]
水分の多い生ごみは汚水が袋から漏れて悪臭の原因になったり、収集の際に飛び散るなど、近隣の方や通行人に迷惑をかけることがあります。
まちの環境をきれいに保つとともに、ごみ減量にもつながりますので、生ごみは水分をよく切って出してください。
問 中央清掃事務所作業係 ☎(3562)1521

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) HP ホームページアドレス E メールアドレス

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) 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

施設

中央小学校・日本橋小学校温水プールのご案内

日・平日 午後6時～9時
 ・土曜 午後1時～9時
 ・日曜・祝日 午前9時～午後9時

◎8月の夏休み期間は、別表1・2のとおり開放)

費・一般大人 500円
 ・一般小人 250円
 ・区民大人 350円(区民利用証を提示してください。お持ちでない方は、健康保険証・運転免許証などの提示により発行します)

・区民65歳以上 無料(高齢者無料利用証を提示してください。お持ちでない方は、健康保険証・運転免許証などの提示により発行します)

・区民小人 無料(子ども無料利用証を提示してください。区立小・中学校で配布しています。また、区内在住で私立・区外小・中学校に在学している場合は、健康保険証・学生証などの提示により発行します)

問中央小学校温水プール(開放日の開放時間帯のみ)

講座

浴衣の着付け講習会

日7月22日(火)
 午後6時～8時
 場京橋区民館3階6号室
 対区内在住・在勤・在学の女性
 内一人で浴衣が着られるように、着付けと帯結びを学びます。
 定10名(申込多数の場合は抽選)
 費無料
 [持参する物] 浴衣、半幅帯、浴衣用スリッパ(肌襦袢と裾除けでも可)、帯板、フェイスタオル2枚、腰紐2本

申7月17日(木)までに電話で申込み(受付時間午前9時～午後5時)。
 問京橋区民館
 ☎(3561)6340

障害者雇用を推進する企業向けセミナー
障害者雇用のはじめの一步
 ～働く場の作り方～
 安定した雇用に向けて～

日8月29日(金)
 午後2時～4時
 ◎当日は午後1時30分から受付を行います。
 場日本橋公会堂第3洋室、第4洋室
 対企業の人事などご担当の方、その他障害者雇用に関心のある方
 内障害者雇用に関するノウハウや業務の切り出し方法に加え、実際に障害者を雇用されている企業の方

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

◎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 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

☎(3206)0035
 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

別表1 中央小学校温水プール開放日

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				●	□	○
4	5	6	7	8	9	10
●	●	●	●	●	□	●
11	12	13	14	15	16	17
●	●	●	●	●	●	○
18	19	20	21	22	23	24
●	●	●	●	●	□	○
25	26	27	28	29	30	31
●	●	●	●	●	□	○

別表2 日本橋小学校温水プール開放日

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				□	□	○
4	5	6	7	8	9	10
●	●	□	□	□	□	○
11	12	13	14	15	16	17
□	□	□	□	□	□	○
18	19	20	21	22	23	24
●	●	●	●	●	□	○
25	26	27	28	29	30	31
●	●	●	●	●	□	○

○午前9時～午後9時
 □午後1時～9時
 ●午後6時～9時
 (入場時間は午後8時20分まで)
 ◎学校の行事などで変更になることがあります。

費無料
 申7月11日(金)から16日(水)までに電話で申込み(平日および土曜日の午前9時から午後6時まで)。
 問月島おとしより相談センター
 ☎(3531)1005

スポーツ

第68回区民体育大会 バスケットボール大会

日9月7日～10月25日の土・日曜日、祝日 午前9時～

場総合スポーツセンター主競技場・第2競技場

対高校生以上の区内在住・在勤・在学者および連盟加盟チーム

費1チーム6,000円(連盟登録料および審判講習会費を含む。大会参加決定チームは追ってお知らせする口座へ振り込んでください)

[代表者会議] 8月21日(木) 午後6時30分～
 総合スポーツセンター第1・2会議室(会議に欠席したチームは出場できません)

申7月25日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、直接または郵送で申込み。

◎申込多数の場合、バスケットボール連盟による抽選を行います。

◎競技内容・申込方法などの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。なお、区または中央区体育協会ホームページからダウンロードすることもできます。

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

アーチェリー教室 (初心者・初級者)

日9月1日～29日(9月15日を除く)の毎週月・木曜日 計8回
 午後6時30分～8時30分

場総合スポーツセンターアーチェリー場

対18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)

定30名(申込多数の場合は抽選)
 費1,400円

申7月25日(必着)までに往復はがきに①～⑤(7頁記入例参照)⑥過去の本教室参加の有無⑦在勤の方は会社名・所在地・電話番号を記入して申込み。

◎抽選の場合は過去に参加していない方を優先します。

◎当選者は区役所6階中央区体育協会事務局窓口で手続きがあります。

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

少年少女バドミントン大会

日9月20日(土) 午前9時～

場総合スポーツセンター主競技場

対区内在住・在学の小学生男子ペアおよび女子ペア

[種目] 小学校4年・5年・6年生のそれぞれ男子・女子の部

[試合方法] ダブルスによるトーナメント方式

費無料

申7月31日(必着)までに往復はがき(1組1枚限り)に①大会名②2人の氏名・ふりがな・性別・住所・電話番号③学校名④学年⑤クラブまたはスポーツ少年団に入っている場合はその名称⑥ペアどちらか一方の返信用の宛先(住所・氏名)を記入して申込み。

◎男女混合ペアによる申込みはできません。

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

スポーツ指導者養成セミナー「フォロー研修」

日7月23日(水)
 午後6時30分～8時30分

場築地社会教育会館4階視聴覚室

対スポーツ指導に関心のある方

内バドミントンを通じた人との出会い

[講師] ロンドンオリンピックバドミントン女子ダブルス銀メダリスト 藤井瑞希

定80名(先着順)
 費無料

申当日午後6時から直接会場で申込み。

問スポーツ課スポーツ事業係
 ☎(3546)5531

催し物

第4日曜日はプラネタリウムへ行こう!

母なる星・地球を振り返ろう

日7月27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

内私たちの住んでいる地球は、今のところ宇宙でたった一つの生命の息づく星です。宇宙の中で地球とはどのような星なのか改めて見つめます。そして緑あふれる大地から厚い氷に覆われた南極まで、さまざまな地球の姿を紹介します。

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

(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(デジアナ変換)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(デジアナ変換)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。

トピックス



第13回ブーケ祭り「世代をこえて 笑顔の輪」

6月20・21日に、女性センター「ブーケ21」でブーケ祭りが開催され、29団体が参加し、絵手紙やフラダンスなど日ごろの活動の成果を披露しました。発表の広場、では男女共同参画をテーマにした手作りカルタで、子どもも大人も輪になり楽しみながら学ぶ様子が伺えました。

熱中症に気を付けましょう!



凡例

問合せ(申込先)

HP ホームページアドレス

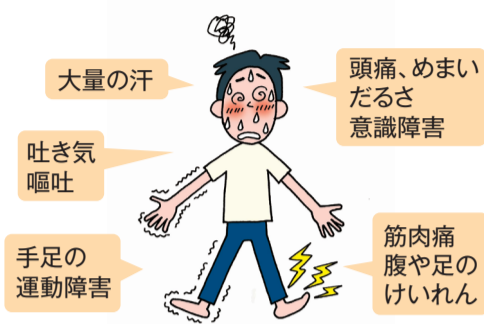
Eメールアドレス

いれば防ぐことができます。予防方法・応急処置を再確認し、夏を楽しく健康に過ごしましょう。

熱中症とは

高温多湿な環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温を調整する機能がうまく働かないことにより、体の中に熱がたまり起こる病気です。

熱中症の症状



大量の汗

頭痛、めまい
だるさ
意識障害

吐き気
嘔吐

筋肉痛
腹や足の
けいれん

手足の
運動障害

「熱中症かな...」と思ったら

基本的には、応急処置をしつつ、医師に相談をしてください。

さい。応急処置は次のとおりです。

- ・風通しのよい日陰や、冷房が効いている室内など涼しい場所に避難させる。
- ・衣類を緩め、扇風機やうちわでおおき体を冷やす。
- ・スポーツドリンクなどで水分や塩分を少量ずつこまめに補給する。



ここを冷やします

付る部当
脚の太い
血管を冷
やすのが
効果的
です。
脇の下、
首の横、
太い血管
などに冷
やすと効
果的です。

熱中症予防のポイント

- ・炎天下や暑い場所での長時間の作業や運動を避ける。
- ・喉が渇かなくても水分をこまめに、十分に補給する。
- ・小まめに休息をとる。
- ・直射日光に当たらないように帽子や日傘を使用する。
- ・通気性の良い服を着る。
- ・日ごろから栄養や睡眠を十分に取る。

子どもや高齢の方は特に注意

- ・小さいお子さんや高齢の方は特に熱中症になりやすく、また、熱中症を起こしている自分では気が付かなかったり、症状が分かりづらいこともあり、次のことに注意しましょう。
- ・室内や夜間でも熱中症は多く発症しているため、部屋に熱がこもらないように常に心掛ける。
- ・高齢の方の水分不足は脳梗塞などを起こしやすくなるため、注意する。
- ・締め切った車内に小さなお子さんを置いて車から離れない。

室内でも熱中症対策を!

- ・熱中症は外にいる人だけがかかる病気ではありません。エアコンなどが十分に使用できなくなると室内での熱中症も多く起きるため、注意が必要です。

室内でのポイントと工夫

- ・室温は28℃以下に保つ。
- ・扇風機とエアコンを併用することで冷気を循環させる(温度を高め設定しても涼しく感じられ、節電にもなります)。
- ・遮光カーテンやすだれで日光を防ぐ。
- ・都市部の環境では、窓を開け、風を入れるだけでは室温を下げるには効果が十分ではありません。エアコンや扇風機などを使い室温を調節しましょう。

敬老大会のご案内

「敬老の日」にちなみ、70歳以上の方に楽しい一日を過ごしていただくため、観劇にご招待します。

参加のご案内は、6月下旬に対象の方へ郵送しています。

開催日 9月3日(水)～5日(金)、8日(月)～10日(水)計6日間

会場 新橋演舞場

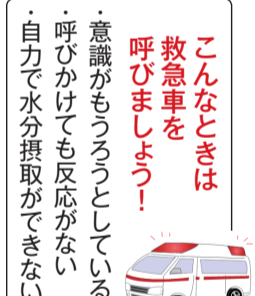
対象 区内に住所を有する70歳以上(平成26年9月15日現在)で5月末日現在区内在住の方

内容 舟木一夫 特別公演

招待者 約8430名(申込多数の場合は抽選)

申込方法 7月17日(木)までに区から送付された参加申込はがきに必要事

加申込はがきに必要事



こんなときは
救急車を
呼びましょう!

意識がもうろうとしていたり、呼びかけても反応がない、自力で水分摂取ができない

熱中症情報を配信します

7月1日(火)より「ちゅうおう安全・安心メール」にて熱中症情報が配信されます。

この機会に登録してご活用ください。また、既に登録されている方は、新たに配信を希望される方は、配信項目の追加登録が必要です。

問 中央区保健所健康推進課予防係

☎(3541)5930

「ちゅうおう安全・安心メール」については

危機管理課危機管理係

☎(3546)5087

区内共通買物券の取扱店を募集しています!

1万円～1万1千円分の買物ができる「中央区内共通買物券(ハッピー買物券)」の取扱店を募集しています。

申込資格

- ・区内に事業所または店舗がある民間事業者。ただし、次の場合は登録することができません。
- ・店舗面積が1000㎡を超える小売店舗
- ・風俗営業等の規制および業務の適正化等に関する法律第2条に規定する営業を行うもの
- ・業務の内容が公序良俗に反する営業を行うもの

利用できないもの

次の取引または商品は対象になりません。

- ・公共料金、税金、振込代金、振込手数料などの支払い

申込書に記入して郵送またはファクスで申込み。

申込書は区役所7階商工観光課にあります。また、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。

問 中央区築地1-1-1 商工観光課中小企業振興係

☎(3546)5487

FAX(3546)2097

経験豊かな人材をお探しの事業主の皆さんへ

「シルバークワーク中央」はおむね55歳以上の方の求職活動と、事業主の方の求人活動をお手伝いする高齢者無料職業紹介所です。

事業主の方からの求人情報と求職者とのマッチングを行い、即戦力につながる人材を紹介しています。企業、団体、NPO法人など業種を問わず求人登録を受け付けています。また、一定の条件のもと、60歳以上の高齢者を雇用すると奨励金などの助成制度があります。

経験豊かな人材をお探しの事業主の方のご相談をお待ちしています。

受付日時 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後4時

所在地 中央区八丁堀3-17-9 京華スクエア1階

問 社会福祉協議会

シルバークワーク中央

☎(3551)9200

FAX(3553)5531

HP <http://sw-chuo.com>

「区のおしらせ 中央」は区役所、特別出張所、区民館などの区施設、コミュニティバス、区内公衆浴場、一部金融機関、百貨店、ファミリーマート(一部店舗を除く)、東京メトロの駅(京橋・銀座・東銀座・八丁堀・三越前・日本橋・人形町・茅場町・小伝馬町・水天宮前・月島)、文化堂でも配布しています。