## 区のおしらせ 2面 来年4月に小学校に入学さ れるお子さんがいる方へ 情報コーナー(施設/保健 医療・福祉/講座・催し物 **■ http://www.city.chuo.lg.jp シッ**イッター https://twitter.com/chuo\_city **■**フェイスブック https://www.facebook.com/tokyochuo.city

中央区長 矢田

だけでも1621万人が海外

この日私たちは

へ出国しております。

戦争絶対反対・核兵器廃

ても実現していかねばなりま

絶・テロ撲滅」

中央区が平和都市で 永遠の平和を願い

あることを宣言する

る日本人は目覚ましく、昨年 ました。戦後、海外で活躍す の仕事のため現地を訪れてい

国々は恐怖の論理にとらわれ る勇気を持たなければならな ず、核兵器なき世界を追求す

また、中

さを強調し、「核を保有する この後の演説で、戦争の悲惨 領が5月27日、米国の現職大 視察し、原爆慰霊碑に献花。 間も加わり、追悼式の意義は 島を訪問するという歴史的瞬 統領として初めて被爆地・広 領は平和記念公園の資料館を 段と高まっています。大統 特に今年は、オバマ米大統

道ミサイル発射という暴挙を 議などを無視する形で、4回 非難や抗議、国連での制裁決 朝鮮は現時点(7月15日)まで 界各地で多々みられます。 の歩みに逆行した動きも、世 まさに歴史に残る一歩です。 導していく決意を示しました。 におよぶ核実験や度重なる弾 に、各国からの再三にわたる しかし、このような平和へ

残念でなりません。7月3日、ロや紛争が絶えないのは誠に る判決を下したにもかかわら る法的根拠はない」などとす 仲裁裁判所が「権利を主張す 国もオランダ・ で起こった人質テロでは、犠 バングラデシュの首都ダッカ シリア内戦など、いまだにテ 緊張を高めています。 さらに、終わりの見えない 日本を含む周辺諸国との 南シナ海の領有権を主張 ハーグの常設

ささやかな幸せも まいちどたちどまり 央区平和都市宣

平和の光が消えたなら 私たちの手にあるこの輝きを 九八八年三月一五日 すべてが失われる 平和の尊さをみつめよう 明日の世代に伝えよう こよなき繁栄も

にものぼりました。いずれも 牲者20人のうち日本人が7人

JICA(国際協力機構)関係

」と述べ、、核なき世界、を主

しい戦争を憎み、二度と再び を迎えるたびに、あの忌まわ 日が巡ってきます。8月15日

間もなく71回目の終戦記念

繰り返してはならないとの

「不戦の誓い」を新たにせず

はいられません。こうした いを内外に厳粛に表明する

で挙行する政府主催「全国戦

が、正午前から日本武道館

没者追悼式」です。

▲原爆慰霊碑(広島平和都市記念碑)

お迎えし、オープンカレッジ

(間国宝の野村万作さんを

400人(申し

を開催します。

は区内在住者優 込み多数の場合

9月1日(木)

午後2時~3時3分

中央区民カレッジ 開校10周年記念オープンカレッジ 狂言」を楽しもう~ 特別編

話を交えて、狂言の魅力をた

くほか、講師による狂言のお 狂言[魚説法]をご覧いただ

特別編を開催します。

000

臨時福祉給付金および 支援臨時福祉給付金

(障害・遺族基礎年金受給者向け)

消費税率引き上げによる、所得の低い方への影響を緩和す るために実施する[臨時福祉給付金]および賃金引き上げによ る恩恵を受けにくい所得の低い障害・遺族基礎年金受給を支 援する「年金生活者等支援臨時福祉給付金(障害・遺族基礎年 金受給者向け)」を支給します。 (**2**面につづく)

申し込み方法 はがきに①10周 着) までに往復 無料 用

日本橋公会堂

18歳以上の方

先の上、抽選) 8月22日(必



っぷりとお伝えします 野村万作(狂言師) 石田幸雄(狂言師) )ほ か

中央区築地1 文化・生涯学習課生涯学習 **5**(3546)5524

<u>□</u>〒104−8404

して郵送または区のホームペ

ージの電子申請から申し込む。

名③ふりがな④郵便番号・住年記念オープンカレッジ②氏 希望する方は、子どもの氏名 号(カレッジ生のみ)⑨託児を 称・所在地・電話番号⑧学籍番 在学の方は勤務・在学先の名 所⑤電話番号⑥年齢⑦在勤・ (ふりがな)・年齢・性別を記入

いる人気講座[笑いの伝統芸

万作の会の協力で実

能~『狂言』を楽しもう~」の

VEGETABLE OIL INK

給要件を確認

臨時福祉給付金

②平成28年度住民税(均等割)が課税さ

を受けている方は対象になりません。

対象者1人につき3,000円

れている方の扶養親族、生活保護など

時福祉給付金および年金生

活者等支援臨時福祉給付金 対象・支給額など (つづき)

ますので、 をすでに提出した世帯 福祉給付金において同意書 書」を世帯主の方に送付し |象世帯には給付金の||申 「申請書」に、 必要

請書送付 帯主の方に、「同意書兼 依頼書」を、 送付

> 区役所内受付窓口設置期 午前9時~午後5時

間

8月1日(月)~12月

」をご提出いただきますと、 同 意書兼申請書送付依

受付窓口設置期間

◎平成28年度分住民税は、平

とに計算されます。

10月2日(日)午前9時~

11月27日(日) 午前9時

◎予備日:10月8日(土)

11月5日(土) 午前8時45分

9月10日(土) 午前9時20分~

10月1日(土) 午前8時40分~ 9月8日(木) 午前8時25分

1日(火)午前8時25分

平成29年2月18日(土) 午前8時30分~

12月3日(土) 午前8時30分~

9月24日(土) 午前8時30分~

10月15日(土) 午前8時30分

11月26日(土) 午前8時50分~

成27年中(平成27年1月から

平成27年12月) の所得をも

学校公開の開催日程

9月10日(土) 午前8時45分~ 学校公開

運動会

JOTOぶんかさい

学校公開

学芸会

学芸会

学校公開・道徳授業地区公開講座

学校公開・校内水泳記録会・お話会

学校公開・命と心の授業・講談

学校公開·薬物乱用防止教室

学校公開・伝統文化理解教室

学校公開·道徳授業地区公開講座

給

日本橋・月島区民センター 午前9時~午後5時

入の上、必要書類を添付し提 ます。 出してください(別図1参照 帯に給付金の申請書を送付し ◎申請手続きなどは、 信用封筒をご利用くださ 送で行えますので、同封の返 申請書に必要事項を記 全て郵

締め切り 同意書兼申請書送付依頼書. 申請受付期間など 9月30日(必着

申請書受付期間 8 月 30 センター 日(火)~ などの設置 12 月 16 日

**閻臨時福祉給付金コー** とはありません。 )日本橋・月島区民センター ター 内受付窓口には電 ません。 **7** 話 ル

◎いずれも土・日曜! 年末年始を除く 8月1日 月)~10月 巨 31日(月)

振り込め詐欺などにご注意

番号や暗証番号を確認するこ 福祉給付金」の給付のために、 することや、 機)を使って手続きをお などのATM 国や都、 行やコンビニエンスストア 世帯構成、 (現金自動預払 口座 願 13

(3546)5657 あり セン

前

祝日

ください

区 0) 職員 が 臨 の地 来春

たは各学校の 行っています。 色ある教育活動などを知って いただくために、 )学校公開の日程を掲 ます 各学校では、教育方針や特 0 で、 ホームページに 入学する 小学校案内ま 学校公開

「中央区立小学校案内」 度についてお知らせするため 下旬に発送しました。 域の指定校や特認校制 の入学に向けてお住 」を7月 ま

を 校制度」 基づき指定されてい 小学校特認校制度 」を実施 てい

ご参加ください。 校を見る機会として積極的 ◎8月5日(金)までに、

区では、お住まいの住所

の就学を原則としています 小学校を選択できる ご希望により指定校以外 、る小学校 ます。

場合はご連絡ください。 校案内がお手元に届かな 小学

小学校1学年になるお区内在住の平成29年 対

10月3日(月)~24 家庭にお送りしました。 会に必ず参加して、 申請手続き せて対象のお子さんの 係で申請してください と「特認校就学申請書\_ 発行される「説明会参加済証」 中央区立小学校案内 なお、 て、 希望する特認校の学校説明 区役所 6 階学務課学事 特認校就学申 24 [日(月) その際に いいるご と合わ -請書は |を持参 -4月に 子さん ず、通学区域の指定校で受診 制度の申請の有無にかかわら

◎詳しくは、「区のおしらせ

中央」10月1日号でご確認

してください。

特認校に指定され のみを選択することが 校を選択できるも この制度では、 てい 0) 全ての小学 ではなく、 いる学校 できま

◎公開日以外でも見学は可能

各校で学校公開を行っていま

別表2のとおり、特認校の

す

常盤小学校、 城東小学校、 阪本小学: 泰明 小 学校、 校

受診する就学時健康診断は、

小学校入学前のお子さんが

就学時健康診断

ージをご覧ください。 ですので各学校のホームペ

本年11月に実施しますが、本

**圓学務課学事係** 

ください。

 $\mathbf{2}(3546)5514$ 

## から新校 所在地 工事完了に伴 豊海町3番 豊海小学校 園 :い 8 月 22 ·幼稚園 1号 舎に移転 図は改築 日(月) します。 幼稚園の移転

っている資源の拠点回 豊海小学校の移転に伴い、 日で終了し、 9 月 回収は8 旧に行

舎前で回収します。皆さんの 降の土曜日は豊海小学校新校 ご理解とご協力をお願いしま

間・豊海小学校・幼稚園の移 転について

拠点回収場所の変更につい

中央清掃事務所清掃事業係 **☎**(3562)1523

11月上旬に申請結果を通知

ます。実施日時などは別途対 があった場合には抽選を行い

受け入れ人数を超える申請

象の方へお知らせします。

学校情報の提供

例

間問い

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

別表1のとおり

平成26年度・平成27年度の臨 申請方法など

央区に住民票の 同意書未提出世帯 図1の③以降参照 平成28年1月1日 付し、提出してください 項を記入の上、必要書類を あった世帯 現 在、

中 0

8月1日

(月)~平成29年

コールセンター設置期間

月31日(火)

別

(必着)

給者等支援臨時福祉給付金を受給している方 0) は対象になりません。 Ę 対象者1人につき30,000円 ◎窓口や電話で該当の可否をお答えすることはできませんので、別図2の「対象者診断チャーを参考にし、該当すると思われる方は、「同意書兼申請書送付依頼書」を提出してください。対象の有無を確認し、該当する世帯に8月下旬に申請書などをお送りします。 対象世

年金生活者等支援臨時福祉給付金

(障害・遺族基礎年金受給者向け)

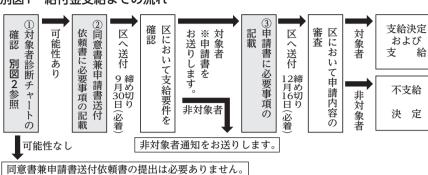
◎平成28年度すでに低所得の高齢者向け年金受

#### 給付金支給までの流れ 別図1

別表1

対 象

支給額



平成28年1月1日現在、中央区に住民票 平成28年1月1日現在、中央区に住民票があり、があり、平成28年度の住民税(均等割) 臨時福祉給付金支給対象者のほか、障害基礎年が課税されていない方 金、遺族基礎年金を受給している方

#### 別図2 対象者診断チャート

#### 日 金 内 平成28年1月1日現在、中央区に住民票はありますか? 平成28年1月1日に住民票のあっ た区市町村にご確認ください。 生活保護などを受給していますか? はい ﭙ いいえ 臨時福祉給付金 平成28年度分住民税(均等割額)は課税されていますか? 支給対象者には はい 該当しません。 ﭙ いいえ 平成28年度分住民税(均等割)を課税されている方に扶養されていますか?

臨時福祉給付金の支給が受けられる可能性があります。

◎支給額については別表1をご確認ください。

別表2

平成29年度 特認校 学校説明会開催日程 ○申請される場合はご参加ください。 所在地 電話番号 八重洲2-2-2 城東小学校 9月13日(火)午後3時~ **3**(3281)0401 9月10日(土) 午前8時40分~ 9月16日(金) 午後4時30分~ 銀座5-1-13 泰明小学校  $\triangle$  (3571)1765 9月10日(土) 午前10時~ 10月8日(土) 午前10時~ 日本橋本石町4-4-26 常盤小学校 **☎**(3241)1910 日本橋兜町15-18 9月24日(土) 午後2時 阪本小学校 10月 6日(木) 午前11時~

**☎**(3666)0044 第2回

在の場所で毎週土曜 変更(豊海

点回収場所 小のの

学務課学事係

**3**(3546)5514

切り取

7

**」活用ください。** 

## ➡情報コーナー○ (4面からのつづき) ]

#### 社会教育関係登録団体への 講師派遣(後期分募集)

- 対10月から平成29年3月までの間に 講師派遣を予定している団体
- ◎前期(4月~9月)に決定した団体 を除きます。
- 内学習会を行う際の講師謝礼の負担 (上限額あり)
- 定70団体(申し込み多数の場合は抽
- 申8月20日(必着)までに、往復はが きに「団体講師派遣の申し込み」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し込む(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。
- 間〒104-8404

中央区築地1-1-1

文化・生涯学習課生涯学習係  $\mathbf{2}(3546)5525$ 

### 社会教育会館サークル発表会 ポスターデザイン募集

対区内在住・在勤・在学者 [テーマ]

### 「全員、主役」

#### [規格]

- ・手書き A3以内。画材の指定なし。 ・パソコンなど B3以内。解像度 360dpi以上、データ形式は画像 ファイル(JPEGなど)。
- ◎いずれも縦

### [選考結果]

10月中旬ごろ、郵送で発表。

- ◎採用された方に図書カードを進呈
- ◎11月22日(火)に築地社会教育会館 で表彰式を予定。

#### [応募方法]

9月30日(必着)までに作品(デー タの場合はCD-ROM)と応募用紙 を各社会教育会館に郵送、または窓 口に持参する。

- ◎作品は1人1点で未発表のものに 限ります。使用権は中央区に帰属 し、採用された方の氏名および区 内在住・在勤・在学の別をポスタ 一内に記載します。
- ◎応募用紙の受け取りなど詳しくは お問い合わせください。
- ◎応募用紙は社会教育会館ホームペ ージからもダウンロードできます。
- 間・築地社会教育会館

 $\mp 104 - 0045$ 

- 中央区築地 4-15-1
- **2**(3542)4801
- ・日本橋社会教育会館 **〒**103−0013
  - 中央区日本橋人形町1-1-17
- 2(3669)2102
- · 月島社会教育会館  $\mp 104 - 0052$ 
  - 中央区月島4-1-1月島区民 センター内
  - **☎**(3531)6367

#### 社会教育会館

http://chuo-shakyo.shopro.co.jp/

#### 住居表示に係る街区の区域の 変更

湊二丁目10番および11番街区では、 湊二丁目東土地区画整理事業により 道路が廃止されました。

これにより、10月1日付けで住居 表示の10番、11番街区を**別図**のとお り11番街区に変更します。

変更日以降、新たに新築届が提出 された建物から新しい住居表示を定 めます。

#### 間建築課調査係

別図

 $\triangle$ (3546)5453

湊二丁目10、11番 10 11) ♣ 変更後 湊二丁目11番 (10番は欠番とします) 11)

変更前

#### レッツ中央 契約カルチャースクール 10月期の受講希望者募集

対中小企業に勤務する区内在住・在 勤者

内・朝日カルチャーセンター朝日J TB・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%引 き(一部除外あり)

#### 定各20人(先着順)

- ■8月24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先で手続き を行う。
- ◎よみうりカルチャー、資格の大原、 LEC東京リーガルマインドなど も割引となります。
- ◎詳しくはお問い合わせください。

間中央区銀座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)

**2**(3546)8610

#### 公園利用のお願い

誰もが気持ちよく公園を利用でき るよう、皆さんのご協力をお願いし

- ・犬の放し飼いは禁止です。必ずリ ードを付けましょう。
- ・犬のふんは飼い主が必ず始末しま しょう。
- ・鳥に餌を与えるのはやめましょう。
- ・夜間は静かに利用しましょう。
- ・自転車やオートバイの乗り入れは できません。
- ・他の利用者に迷惑となる行為は禁 止です。
- 間水とみどりの課公園河川係
  - **5**(3546)5435

#### 東京都高齢者向け優良賃貸住 空き家待機者の募集

高齢者向け優良賃貸住宅とは、民 間事業者が都知事の認定を受けて建 設するもので、区が建設費の一部助 成や家賃減額助成を行うことにより、 高齢者が安全で安心して暮らせる住 宅として供給されるものです。この 住宅の管理・運営は民間事業者が行 いますが、公正・適正な運用となる よう、区が助言・指導しています。

この住宅は、空き家が発生した時 点で抽選を行います。抽選に参加す るには、あらかじめ、待機者として 登録することが必要です。登録は、 随時受け付けています。

#### [住宅名など]

別表のとおり

#### [申し込み資格]

入居時において自立した日常生活 を営むことができる60歳以上の方で 単身または同居者が配偶者もしくは 60歳以上の親族の2人世帯で、次の いずれかに該当する方

#### ①現に区内に住んでいること

- ②現に区内に親族(親・子など)が住 んでいること
- ③現に都内に住んでいること
- ◎申し込みが募集戸数を超えた場合 は、①②③の順番に優先し抽選し ます。

#### [間取りおよび家賃など]

詳しくは申込書のパンフレットを ご覧ください。

- ◎所得に応じて家賃減額制度があり
- ◎家賃の他に共益費、緊急対応サー ビスなどの費用が必要です。

#### [申込書の配布場所]

- ・区役所5階住宅課、日本橋・月島 特別出張所
- ・管理会社にお問い合わせの場合は 郵送

#### [登録方法]

所定の申込書を管理会社へ郵送す

#### 間住宅課計画指導係

 $\mathbf{2}(3546)5466$ 

<b>かり4X</b>		
住宅名	所在地	管理会社
イヨシ88	月島3-12-8	
パークビュー浜町	日本橋浜町2-38-7	三幸ハウス㈱ ☎(5452)0214
Y・S日本橋浜町	日本橋浜町3-32-2	
こもれび銀座一丁目	銀座1-21-11	エヌケー建物管理㈱ ☎(5822)5942

-----×<キリトリ〉-------緊急の診療案内

土曜日・休日の診療 ■ 内科・小児科診療 土曜日 日曜日、祝日・年末年始 担 午前9時~午後5時 午後5時~10時 午後5時~10時 中央区休日応急診療所 🕿 (3533) 3136 中央区医師会 **23** (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 日本橋医師会 ☎(3666)0682 診療時間 土曜日 日曜日、祝日・年末年始 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 中央区休日応急歯科診療所 25 (3541) 5420 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 土曜日 日曜日、祝日・年末年始 担 当 施設名 午後5時~10時 午前9時~午後5時 午後5時~10時 中央区休日応急薬局 🕿 (3533) 5170 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

浅草線宝町駅

A1出口徒歩5分

佃2-17-8

有楽町線· 大江戸線月島駅

大江戸線月島歌 4番出口徒歩1分

●保険証と乳医療証(小学校就学前の方)、

予医療証(小・中学校就学中の方)を必ずお持ちください。



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)

久松小学校 久松幼稚園



2番出口徒歩4分 A4出口徒歩7分 ◎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 

銀座1-25-3 (京橋プラザ内)

12-1 | 5 | 中央区保健所内) 日比谷線築地駅3番出口徒歩7分 有楽町線新富町駅6番出口徒歩10分

平成28年8月1日現在

清澄通り

## (3)

Ε

۲

#### ҈ 情報コーナー○ (5面からのつづき)

平成28年(2016年)8月1日(月曜日)

#### スポーツ指導者養成セミナー 「フォロー研修」

■8月29日(月)

午後6時30分~8時30分 (受け付けは午後6時~)

場区役所8階大会議室

対スポーツ指導に関心のある方 内「スポーツによる脳振盪」

[講師]東京慈恵会医科大学脳神経外 科教授、日本臨床スポーツ医学会 理事 谷 諭

定100人(先着順)

費無料

◎当日、直接会場へお越しください。 間スポーツ課スポーツ事業係

**☎**(3546)5531

### 第70回区民体育大会

#### 総合開会式

■9月3日(土) 午後6時~ **陽総合スポーツセンター主競技場** [公開演技種目]フォークダンス、民 踊、ラジオ体操

#### 剣道大会

■10月2日(日) 午前9時~ **陽総合スポーツセンター主競技場** 圀区内在住・在勤・在学者および連 盟登録者(小学生を除く)

置傷害保険料として220円(申込時に 納入)

**■**8月29日(必着)までに所定の申込 用紙に記入の上、郵送または中央 区体育協会事務局で申し込む。

間〒104-0052

中央区月島1-20-8栗山方 中央区剣道連盟事務局

**2**080(6576)1022

#### サッカー大会

■10月30日~平成29年1月22日の日 曜日、祝日 午前9時~

場大井ふ頭中央海浜公園第一・第二 第70回区民体育大会競技種目別一覧

#### 球技場

図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人以内の団体(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)のうち4級以上の審判 員を3人以上(うち1人以上が3 級以上の審判員の資格を有するこ と)登録できる団体(審判割り当て あり)

**置登録料などとして、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] 9月15日(木)

午後7時~

区役所8階大会議室

- ◎申し込み多数の場合、監督会議前 に選考を行います。
- ■9月2日(必着)までに所定の申込 用紙に記入の上、持参または郵送 で申し込む。

#### 少年野球大会

■9月4日~22日の日曜日、祝日 午前8時~午後4時

#### 場浜町運動場

図区内在住・在学者で編成したチー ム(1チーム9人以上20人以内)。 成人の責任者をチームの代表とし て届け出る。

#### 費無料

[代表者会議] 8 月16日(火)

午後6時15分~ 区役所8階大会議室

■8月9日(必着)までに所定の申込 用紙に記入の上、持参または郵送 で申し込む。

#### 卓球大会(シングルス)

**目**9月22日(祝) 午前9時30分~ **陽総合スポーツセンター主競技場** 図区内在住・在勤・在学者および連 盟登録者(小・中学生を除く)

■8月26日(必着)までに所定の申込

	競技種目	日 程	会 場	2
アーチュ	ェリー	11月13日(日)		アーチェリー場
合気道		9月4日(日)	  総合スポーツセンター	第一武道場
空手道		11月27日(日)	一般ロスホーフセンター	主競技場
弓道		9月11日(日)		弓道場
クレー身	付撃	10月16日(日)	成田射撃場	
剣道		10月2日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
ゴルフ		9月25日(日)	勝田ゴルフ倶楽部	
サッカー	_	10月30日(日)~ 平成29年1月22日(日)	大井ふ頭中央海浜公園	第一球技場 第二球技場
柔道		10月30日(日)	総合スポーツセンター	第一武道場
少年野珠	求	9月4日(日)~22日(祝)	浜町運動場	
水泳		9月4日(日)	総合スポーツセンター	温水プール
スキー	個人戦	平成29年1月22日(日)	菅平高原スキー場	
ソフトラ	テニス	10月16日(日)	有明テニスの森公園	
ソフトな	ドール	8月21日(日)~9月18日(日)	月島運動場	
太極拳		10月2日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
	シングルス	9月22日(祝)		
卓球	ダブルス	10月9日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
	団体	11月3日(祝)		
釣		10月2日(日)	木更津市周辺	
テニス	シングルス	10月1日(土)~16日(日)	有明テニスの森公園 豊海テニス場	
) – ^	ダブルス	9月3日(土)~18日(日)		
トランカ	ポリン	10月30日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
軟式野珠	求	~12月11日(日)		
	グラウンドゴルフ	9月10日(土)	月島運動場	
	クラウンドコルノ	12月10日(土)		
		9月25日(日)		
ニュー スポー	ペタンクなど	11月20日(日)	佃中学校	校庭
ツ		平成29年2月19日(日)		
	ソフトバレーボール	10月23日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
	ラケットテニス	11月6日(日)	来地位云秋日云阳	座门件 月 物
	スポーツ吹き矢	12月4日(日)	アートはるみ	ギャラリー
バスケッ	ットボール	9月4日(日)~10月22日(土)		主競技場 第二競技場
バドミ	ダブルス	9月25日(日)		主競技場
ントン	混合ダブルス	11月6日(日)	総合スポーツセンター	工规1又物
バレー	男子	10月23日(日)		主競技場
	女子	11月23日(祝)		第二競技場
ボウリング		10月30日(日)	ラウンドワン南砂店	
ヨットし		9月25日(日)	若洲海浜公園	ヨット訓練所
ライフバ	レ射撃	-10月23日(日)	総合スポーツセンター	エアライフル場
陸上競技	•	10/123日(日/	江東区立夢の島競技場	
レディー	-スバレーボール	9月18日(日)	総合スポーツセンター	主競技場

◎参加資格に一部制限がある種目があります。◎日利◎申し込み方法など詳しくは実施要項をご覧ください。 ◎日程または会場は変更になる場合があります。

用紙に記入の上、郵送で申し込む。 間〒104-0042

中央区入船 1-2-8-104入船 青柳山口方

中央区卓球連盟

**2**080(3246)8638

#### レディース(ママさん)バレーボー ル大会

- **1**9月18日(日) 午前9時30分~
- 場総合スポーツセンター主競技場 対・区内在住の既婚女性で編成した チーム
  - ・区内の小・中学校に在学する児 童・生徒の母親で編成したチー
  - ・中央区バレーボール連盟に登録 している既婚女性で編成したチー ム(35歳以上の未婚女性も参加 可)

[種目] 9人制バレーボール

[参加人員]監督・コーチ・マネージ ャー各1人、選手12人以内(選手 は大会申込時に15人まで登録可)

#### 費無料

[代表者会議] 8 月23日(火) 午後6時30分~

区役所6階会議室

■8月15日(必着)までに所定の申込 用紙に記入の上、持参または郵送 で申し込む。

#### 共 通

◎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。

間〒104-8404

中央区築地1-1-1 中央区体育協会事務局

 $\mathbf{2}(3546)5729$ 

#Phttp://www.chuo-taikyo.jp/

#### 8月は特別区民税・都民税(普 通徴収分)第2期分の納期

金融機関、郵便局、コンビニエン スストア、モバイルレジまたは区役 所2階税務課、日本橋・月島特別出 張所で8月31日(水)までに納めてく ださい。なお、コンビニエンススト アとモバイルレジについては納付書 に記載された額が300,000円以下で バーコードのあるものに限ります。 間稅務課収納係

 $\mathbf{2}(3546)5276$ 



国保・年金

#### 国民健康保険加入者を対象と した医療費通知

この通知は、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27年12月から 平成28年5月までの診療分と、平成 28年1月から6月までの柔道整復師 の施術分についてお知らせします。

- ◎8月下旬に送付します。
- ◎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。

- ○受け取り後に特に手続きは必要あ りません。
- ◎医療費通知の再発行はできません。 間保険年金課給付係

 $\mathbf{2}(3546)5361$ 

#### 国民年金保険料のお支払いは 便利な「口座振替」で

#### [口座振替早割制度]

毎月末日に当月分の保険料が引き 落とされる早割制度は1カ月当たり 50円割引きとなります。

#### [半年前納(10月末日振替)]

口座振替を利用すると1,110円割 引きとなり、現金納付の前納(790円 割引き)よりも割引額が大きくなり ます。8月中に申し出が必要です。

年金手帳、預金通帳、金融機関届 け出印をご持参の上、口座振替を希 望する金融機関の窓口または年金事 務所でお申し込みください。

間中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411(代表)



## その他

#### コミュニティふれあい銭湯

■8月12日(金) ・26日(金)

◎8月12日はハ イビスカスの



場中央区内公衆浴場

費100円(敬老入浴証持参者と小 学生以下は無料)

間地域振興課区民施設係

**☎**(3546)5623

#### 祝日のごみ収集

8月11日(祝)「山の日」は、木曜日 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。

**固中央清掃事務所作業係** 

**5**(3562)1521

#### 平成27年度ダイオキシン類 調査結果

大気および土壌中のダイオキシン 類調査を実施しました。調査結果は **別表1・2**のとおりです。

いずれの地点も環境基準を大幅に 下回っていました。

**間環境政策課環境計画調整係** 

 $\mathbf{2}(3546)5407$ 別表1 大気中のダイオキシン類

(単位:pg-TEQ/m)

調査日調査地点		平成28年 1月18日 ~ 25日	平均値	環境基準
総合 スポーツ センター	0.018	0.023	0.021	0.6 以下

### 別表 2 土壌中のダイオキシン類

	(単位:	pg-1EQ/g
調査出点	平成27年 11月13日	環境基準
浜町公園	3.5	
坂本町公園	2.1	
あかつき公園	0.34	1,000以下
黎明橋公園	0.25	
典海海新八国	_	

◎pg(ピコグラム)は、1兆分の1グラムの質

量を表す。

◎TEQ(毒性等量)は、ダイオキシン類の量を最も毒性の強い2,3,7,8-四塩化ジベンゾー パラージオキシンの毒性に換算した値です。 ◎豊海運動公園は、工事中のため測定してい

▶情報コーナー○ (6面からのつづき)

#### 水曜イブニングトーク 京橋・築地界隈で働く女性たち

**1**9月7日(水)

午後6時30分~8時

場女性センター「ブーケ21」

[テーマ]「聖路加国際大学で働く」 ~病院だけじゃない看護師の職場

[ゲスト]聖路加国際大学大学院看護 学研究科准教授 高橋恵子

#### 費無料

- ■電話またはファクスに①~④(7 面記入例参照)を記入して申し込 む(電子申請も可)。
- ◎本講座は「中央区民カレッジ連携 講座」のため、区民カレッジの単 位となります。
- **固総務課女性施策推進係 ☎**(5543)0651
- FAX(5543)0652

#### 檜原村紹介展

~自然がいっぱいの檜原村と中央区 の森を知ろう~

#### 檜原村紹介展

- ■8月1日(月)~31日(水) 午前9時~午後9時
- 内西多摩郡檜原村には、区が地球温 暖化対策事業として森林保全活動 を行っている「中央区の森」があり ます。村内の緑豊かな自然や山村 ならではの文化の他、区と中央区 森の応援団との協働事業により作 成した「檜原村を巡る、団体バス ツアー向けお勧め情報」をパネル などの展示により紹介します。

#### 工作体験

■8月5日(金)

午後1時30分~3時30分

内間伐材を使用したペンケース作り 定先着50人程度

- ◎定員を超える参加があった場合は、 キットがなくなり次第終了します。
- ◎当日、直接会場にお越しください。

#### 遊具体験

■8月5日(金)

午前9時~午後5時

内間伐材で作製した魚釣りや輪投げ、 積み木など

#### 共 通

場環境情報センター

対となたでも(ただし、小学校2年) 生以下は、保護者の同伴が必要)

#### 費無料

問環境推進課環境活動係

 $\mathbf{2}(3546)5654$ 

#### 東京都子育て支援員研修 (第二期)

- 図区内在住・在勤で、今後子育て支 援員として就業する意欲のある方
- 内保育や子育て支援分野の各事業に 従事する上で、必要な知識や技術 などを有する「子育て支援員」の養 成研修
- ◎申し込み方法や研修の詳しい内容 については、(公財)東京都福祉保 健財団ホームページ、都のホーム ページをご覧ください。
- 間(公財)東京都福祉保健財団 人材養成部福祉人材養成室 **2**(3344)8533
- Ⅲ·(公財)東京都福祉保健財団 http://www.fukushizaidan.jp/ ・都福祉保健局

http://www.fukushihoken.me tro.tokyo.jp/

#### ブーケ21女性のための 再就労支援講座

「キャリア講座」&「キャリア相談」 《秋コース》

キャリア講座

[日時など]別表1のとおり

内再就職したいと考えている女性の スキルアップを応援する講座です。 秋コースでは、ブランクのある 人も自信をもって仕事に臨めるよ うに、ビジネスの現場で役立つス キルを習得します。

[講師]キャリアコンサルタント 栗原知女

- 申各回講座開催の前日までに電話ま たはファクスに①~⑤(**7面記入** 例参照)⑥託児希望の方はお子さ んの氏名・年齢を記入して申し込 む(電子申請も可)。
- ◎9月15日(木)開催講座の申し込み 受け付けは電話のみです。
- 希望する講座のみの参加も受け付

けます。

キャリア相談

[日時など]別表2のとおり

四一人一人の状況に応じた個別のカ ウンセリングを行います。

甲前日までに電話で申し込む。ただ し、託児を希望する方は、1週間 前までに申し込む。

#### 共 通

- 場女性センター「ブーケ21」
- ◎パソコンスキル講座のみハイテク センターで行います。
- 対結婚、出産・育児、介護などのた め離職した方など、就職を希望す る女性

#### 費無料

[託児] 生後3カ月以上の未就学のお 子さんをお預かりします(各回1 週間前までに申し込む。定員あり)。

**☎**(5543)0651

FAX(5543)0652

別表1			<u>'</u>		
		日時	内容	定員	
第1回	9月15日(木)	午前10時~午後3時	パソコンスキル中級	20人	
第2回	10月6日(木)		①できる女のロジカルシンキング ②適職を見つけてチャレンジしよう	50人	
第3回	20日(木)	10時55分 ②午前11時5分~	①仕事の「段取り力」が決め手です ②頼れる情報源・女性しごと応援テラス	50人	
第4回	11月10日(木)	12時30分	①信頼を勝ち取るコーチング力 ②「受かる履歴書」の書き方を学ぶ	50人	
◎「パソコンフキル中級」は長仕頼た1時間棟ではす					

ル中級」は昼休憩を1時間挟 ◎10月6日、10月20日、11月10日は①、②どちらか一方の参加も可能です。

#### 別表2

//	1111				
	В	時	定員		
	10月6日(木)、20日(木)、 11月10日(木)		①2人(託児優先) ②2人(託児なし)		
	9月29日(木)、10月13日(木)、 11月24日(木)、12月8日(木)		各1人 圏・©は託児優先		
_	Control of the contro				

◎10月6日、10月20日、11月10日はキャリア講座後の開催です。

### 映画「ふるさとがえり」上映会

団・場別表3のとおり

内コミュニティへの関心と理解を深 めていただくきっかけとして、上 映会を開催します。愛着が持てる まちや生きがいとは何か考えてみ ませんか。

定各会場100人(先着順)

費無料

別表3

**甲**8月1日(月)から電話またはEメ ールに①映画上映会②氏名・ふり がな③電話番号④参加希望会場⑤ 参加人数を記入して申し込む。

#### [申込期限]

- ·日本橋公会堂 9月2日(金)
- ・月島区民館 9月16日(金)

間地域振興課自治振興係

**☎**(3546)5337

etiiki\_01@city.chuo.lg.jp

	日時	会場
9月10日(土)	午前10時30分~午後1時	日本橋公会堂2階第3・4洋室
24日(土)	〒削10時30万~十後1時	月島区民館3階5号室

#### 「起業家塾 |

~起業・独立開業を目指す方へ~

目・費など 別表4のとおり

場ハイテクセンター

- 図区内在住・在勤で起業意欲がある方 ■8月1日(月)から各申込期限まで に申込用紙に記入して郵送または ファクスで申し込む。
- ◎ファクスで申し込む方は、送信後、 商工観光課に受信されたか確認の 電話をしてください。
- ◎申込用紙は、区役所 7 階商工観光 課、日本橋・月島特別出張所、ハ イテクセンター、産業会館、各図 書館にあるチラシの裏面をご利用 ください。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。

- ◎講習会終了後、希望者には後日専 門家による個別相談を実施します。
- ◎本事業は、本区の創業支援事業計 画における特定創業支援事業です。 受講後、区内で創業予定の方は証 明書の交付を受ける事ができます。 証明書により、会社設立時の登録 免許税の軽減などの優遇措置が受 けられます。詳しくはお問い合わ せください。
- 間〒104-8404

中央区築地1-1-1 商工観光課中小企業振興係

 $\mathbf{2}(3546)5487$ 

FAX(3546)2097

別衣4					
	日時	内容	定員	費用	申込期限
基礎編	9月10日(土) 午前10時 ~午後4時	起業についての基礎知識(ビジネスを 具体化する、起業事例を知るなど)	40人 (先着順)	無料	9月9日(金)
実践編	10月8日(土)・ 15日(土)・ 22日(土) 午前9時 ~午後5時	・起業を成功させるためには ・経営計画の作り方 ・経営に必要な財務知識 ・経営に必要な税務知識・資金調達 ・人事労務、人材育成 ・マーケティング ・開業の手続きと実務 ・ 卒業生体齢齢	25人 (先着順)	6,000円	9月16日(金)

◎基礎編のみ、実践編のみの参加も可能です。

## スポーツ

#### ほっとプラザはるみ スポーツ教室

[教室実施期間]10~12月 [教室種類]別表5のとおり

[申込期間] 8月5日(金)から19日(必 着)までに、往復はがきに①~⑤ (7面記入例参照)⑥性別を記入し

- て、施設宛てに申し込む。または、 返信先住所・氏名を記入した官製 はがきを施設に持参して申し込む。
- ◎曜日を選択する教室は、ご希望の 曜日も記入してください。
- ◎申し込み多数の場合は抽選です。 ◎詳しくはお問い合わせください。
- 間〒104-0053

中央区晴海5-2-3 ほっとプラザはるみ

**☎**(3531)8731

민보다

別表5					
開催予定の教室	曜日	時間	定員	回数	料金
はじめてスイム(3~6歳)(火)・ (木)・(金)(※1)	曜日を	午後3時~3時45分	各5人	Ø 10 □	15,400円
小学生スイム(水)・(金)(※1)	選択		各15人	各10回	15,400円
幼児スイム(3~6歳)(火)・(木)(※1)		午後4時~5時	各12人		15,400円
平泳ぎ習得レッスン(小学生)	月		8人	各9回	13,860円
幼児スイム(3~6歳)	7	午後3時~4時	12人	行列凹	13,860円
幼児のクロール(4~6歳)	水	午後3時~3時50分	12人		15,400円
キッズフィットネス(3~4歳)	火	午後3時~3時45分	10人		10,200円
キッズフィットネス(5~6歳)	-14	午後4時~5時	12人		10,200円
キッズフィットネス(7~9歳)	水	午後5時15分~6時15分	12人	各10回	10,200円
キッズチアダンス(3~7歳)	金	午後4時~5時	15人		15,400F
キッズチアダンス(7~12歳)	並	午後5時30分~6時30分	15人		15,400F
ベビーマミービクス(※2)	土	午前10時30分~11時30分	15組		6,100F
タイキック!! (THAI KICK!!)	月	午後7時~8時15分	15人	1	6,100F
はいさい!すこやか体操教室	] 月	左後2時、2時	15人	1	6,100F
高齢者筋力アップ教室	木	午後2時~3時	22人	11回	6,710円
フラダンス	火	午後1時~2時30分	20人	夕 1 0 급	10,200円
ノミューカーコギ(※1)(※2)	火 月	午前11時30分~12時45分	20人	各10回	6,100円
イシュタ ヨガ(※1)(※3)	木	左共10時20八 11時45八	20人	11回	6,710円
マットピラティス(※3)		午前10時30分~11時45分	25人		6,100円
水中運動	金	午前11時~正午	10人	夕10回	6,100円
エナジーヨガ(※3)	水	午後7時30分~8時45分	20人	各10回	6,100円
ハタ ヨーガ(※3)	H	午後3時~4時15分	20人	1	6,100円

(※1)申し込みの際に、ご希望の曜日を記入してください。

(※2)親子でリズムに合わせて楽しく身体を動かす1歳6カ月から参加できるクラスです。 (※3)内容について詳しくは、お問い合わせください。

◎その他、楽しい教室を用意しています。

◎予定は変更になる場合があります。

◎別途施設使用料がかかります。

ド

e

ル

▶情報コーナー○ (7面からのつづき)

#### もっと知りたい!第2日曜日 は天文・宇宙のトビラ

「世界一熱い海と空―地球はこんな にも美しい一」

■8月14日(日)

午後1時~2時(途中入退場不可) 場タイムドーム明石プラネタリウム ホール

内海はどのように探査や研究をする のか、美しい海や空の写真ととも に紹介します。

[講師]海洋研究開発機構 柏野祐二 定86人(先着順)

#### 費無料

- ○当日、直接会場へお越しください。
- ◎入場整理券を当日正午から6階受 付で配布します。
- 問郷土天文館「タイムドーム明石」  $\mathbf{2}(3546)5537$

#### マンドリン演奏会

■8月20日(土)

午後2時開演(午後1時30分開場) 場いきいき浜町(浜町敬老館)

図60歳以上の区内在住者(いきいき 館の利用者証が必要)

学生による演奏会

定60人(先着順)

#### 費無料

◎当日、直接会場へお越しください。

問いきいき浜町(浜町敬老館)

 $\triangle$ (3669)3385

#### 誰でも簡単 「椅子ヨガ」体験教室

■9月8日(木)

午後7時15分~8時30分

場堀留町区民館1・2号室

対区内在住・在勤・在学者

内椅子を補助的に使用するヨガで体 の硬い方、高齢者にも十分効果が あり、楽しめる運動です。

[講師]全米ヨガアライアンス認定 山崎礼子

定20人(先着順)

### 費無料

[**持ち物**]タオル、飲み物

- ◎当日は汗をかいても大丈夫な服装 でお越しください。スカートはご 遠慮ください。
- ■8月5日(金)から電話で申し込む (受け付けは午前9時~午後9時)。

間堀留町区民館 **2**(3661)8448

### 交詢社公開講座 「幸齢化を支える医学」

#### 9月コース

■9月7日(水)

午後2時~3時30分

内腸内細菌と疾患

[講師] 慶應義塾大学医学部微生物 学・免疫学教室教授 本田賢也

#### 11月コース

**1**11月9日(水)

午後2時~3時30分

内高齢者の肺炎予防

[講師] 慶應義塾大学医学部呼吸器内 科教授 別役智子

#### 共 通

場築地社会教育会館

対区内在住・在勤者

**屋各回100人(申し込み多数の場合は** 抽選)

#### 費無料

**即9月コースは8月24日(必着)、11** 月コースは10月26日(必着)までに、 はがきに①受講希望日②~⑤(7 面記入例参照)を記入して申し込

[申込先] 〒104-0061 中央区銀座6-8-7 (一財)交詢社事業委員会

**☎**(5537)1311

◎この講座は「中央区民カレッジ連 携講座」として、カレッジ生の方 が受講した場合は単位として認定 します。

間区民カレッジについて 文化·生涯学習課生涯学習係 2(3546)5524

#### 中高年齢者のための 「ストレッチ体操」

**目**9月14日(水)、21日(水) 午後1時30分~午後3時

場浜町メモリアル4階会議室 対50歳以上の区内在住・在勤者

内楽しみながら健康のためのストレ ッチ体操を行います。

定各12人(先着順)

[**持ち物**] タオル、飲み物

- ◎当日は運動のできる服装と運動靴 でお越しください。
- ■8月3日(水)から電話で申し込む (受け付けは午前9時~午後5時)。 間浜町メモリアル
  - 2(5695)8051

#### 高齢者向けパソコン教室

~ゆっくり楽しくチャレンジ~ はじめてエクセルコース

- 9月 5日(月)~16日(金)(土・日 曜日を除く) 計10回 午前9時30分~11時30分
- 場シルバー人材センター2階パソコ ン研修室
- 図60歳以上で簡単な文字入力のでき る方
- 四「エクセル」の基礎を、10日間かけ て、ゆっくり繰り返しながら学ん でいきます。
- ・見やすい表の作り方
- ・簡単で便利な計算方法 など

[講師]シルバー人材センターの会員 **尾10人(申し込み多数の場合は抽選)** 費8,000円(1日800円×10日)

- ◎テキスト代は別で、FOM出版「初 心者のためのExcel2010」(1,296円) を使用します。
- ■8月10日(必着)までに往復はがき に①[はじめてエクセルコース]② ~⑤(7面記入例参照)⑥パソコン の機種名⑦申し込み理由を記入し て申し込む。
- ◎以前に受講された方も申し込むこ とができます。
- ◎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Windows7で す。

間〒104-0032

中央区シルバー人材センター

## **5**(3551)2700

健康・生きがいづくり講演会

**1**9月10日(土) 午後2時~4時

中高年齢者の

場シニアセンター1階セミナー室 対50歳以上の区内在住・在勤者

よろこぶ笑顔が生まれるカラダづ くり!~「動けば変わる・動けば わかる」食と動からの健康ポイン **Ի** ~

### [講師]山崎美貴子

**屋30人(申し込み多数の場合は抽選)** 費無料

- **甲**8月20日(必着)までに往復はがき に①~⑤(7面記入例参照)⑥在勤 者は勤務先の名称・所在地・電話 番号を記入して申し込む(電子申 請も可)。
- 間〒104-0051

中央区価1-11-1 シニアセンター

**2**(3531)7813

#### 10月からのさわやか健康教室

目・場別表1のとおり

- 対区内在住で、運動機能などの生活 機能が低下していない60歳以上の 健康な方(要支援・要介護認定を 受けている方を除く)
- ◎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」をもと に判定します。基本チェックリス トの用紙は、いきいき館やシニア センター、おとしより相談センタ ーで配布しているほか、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。

内問診、血圧測定実施後、高齢者向 けのトレーニングマシンを使った 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 指導員の指導の下、受講者の状態 に合わせたトレーニング計画を作 成しますので、初めての方でも安 心して受講できます。

#### 定各コース12人(申し込み多数の場 合は抽選)

#### 費無料

- ■8月31日(消印有効)までにはがき に①~⑤(7面記入例参照)⑥生年 月日⑦希望コースを記入して、ま たは区役所4階高齢者福祉課にあ る受講申込書に記入して郵送また は持参して申し込む(電子申請も 可)。
- ◎受講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。
- ◎受講が決定した方には提出書類な どを郵送します。
- ◎過去にさわやか健康教室を受講さ れた方は申し込みできません。
- ◎問診の結果、教室運営上の事故防 止と参加者の安全のため、教室へ の参加をご遠慮いただく場合があ ります。
- 問高齢者福祉課高齢者活動支援係  $\mathbf{2}(3546)5334$

加衣	; I		
<b>_</b>	ス	毎週水曜日午後コース	毎週金曜日午後コース
BI	時	10月5日~12月21日の3カ月間 計12回(最長6カ月まで継続可) 午後18	10月7日~12月23日の3カ月間 計12回(最長6カ月まで継続可) 寺30分~4時
会	場	浜町高齢者トレーニングルーム	いきいき桜川(桜川敬老館)
住 j	所	日本橋浜町3-3-1 トルナーレ日本橋浜町2階	入船1-1-13 2階

◎曜日・会場を替えて年4回募集します。

#### はつらつ健康教室

- 目・場別表2のとおり
- 対区内在住で、運動機能などの生活 機能が低下している65歳以上の方 (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。運動指導員の指導の下、 受講者の状態に合わせたトレーニ ング計画を作成しますので、初め ての方でも安心して受講できます 屋各コース15人(定員に空きが出次 |

### 第、随時ご案内します)

- 申お近くのおとしより相談センター へ相談の上、申し込む。
- ◎受講は、年間1回限りです。
- ◎受講が決定した方には決定通知書 などを郵送します。
- ◎問診の結果、教室運営上の事故防 止と参加者の安全のため、教室へ の参加をご遠慮いただく場合があ
- **間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
- $\mathbf{2}(3665)3547$ 月島おとしより相談センター
- $\mathbf{\Xi}(3531)1005$

#### 메ᆂ의

別衣	_			
<b>□</b> -	ス	毎週月曜日午後コース	毎週火曜日午前コース	毎週火曜日午後コース
日	時	午後1時30分~4時	午前9時30分~正午	午後1時30分~4時
会:	場	浜町高齢者 トレーニングルーム	いきいき桜川(桜川敬老館)	マイホームはるみ
住	所	日本橋浜町3-3-1 トルナーレ日本橋浜町2階	入船1-1-13 2階	晴海1-5-1
<b>□</b> -	ス	毎週水曜日午後コース	毎週木曜日午前コース	毎週木曜日午後コース
日	時	午後1時30分~4時	午前9時30分~正午	午後1時30分~4時
会:	場	ケアプラザあいおい	浜町高齢者 トレーニングルーム	いきいき桜川(桜川敬老館)
住	所	佃3-1-15 相生の里1階	日本橋浜町3-3-1 トルナーレ日本橋浜町2階	入船1-1-13 2階

中央区八丁堀 3 -17-9 京華スク │ ○各コースとも、3カ月間で計12回開催(最長6カ月まで継続可)

## 記入例(はがき・ファクス)



価を実施しています。

1人1枚 限り

往復はがきの場合は 返信用の宛名に干・ 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

⑥その他必要事項

(5)年齢

※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し込みも可能

例

#### 設 施

#### 月島社会教育会館ホールの 利用休止

10月11日(火)から27日(木)まで、 音響設備および舞台照明設備工事を 行うため、ホールの利用を休止しま す。ご不便をお掛けしますが、ご理 解・ご協力をお願いします。

間文化・生涯学習課生涯学習係

 $\mathbf{2}(3546)5524$ 月島社会教育会館

**☎**(3531)6367

### ちょっとおしゃれに デイキャンプ

アウトドアクッキングを楽しめる デイキャンプ場が、築地川公園、浜 町公園にあります。

青空の下、楽しい交流の場として お気軽にご利用ください。

申・築地川公園デイキャンプ場(区営 築地川第二駐車場管理事務所) **☎**(3546)1505

・浜町公園デイキャンプ場(総合 スポーツセンター内事務所)

 $\mathbf{2}(3666)1501$ 

間水とみどりの課緑化推進係 **5**(3546)5434



#### 心身障害者福祉手当の申請

平成27年度以前に所得超過などの 理由でこの手当を受給できなくなっ た方で、所得が別表1の限度額以下 の方は手当の受給申請をすることが できます。申請月からの支給となり ますので、手当の受給を希望される 方は、早めに手続きをお願いします。

なお、所得のほか、年齢制限や他 の手当との併給制限などがあります。 詳しくはお問い合わせください。 **間障害者福祉課障害者福祉係** 

 $\mathbf{2}$ (3546)5268 FAX(3544)0505

#### 別表1

7322				
扶養人数	所得制限額			
0人	3,604,000円			
1人	3,984,000円			
2人	4,364,000円			
3人	4,744,000円			
4人	5,124,000円			

◎以下、扶養人数が1人増えるごとに、 380,000円を加算します。

#### 健康診査・がん検診など

区では、40歳以上の中央区国民健 康保険加入者および後期高齢者医療 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、65歳以上の区民の 方には介護予防のための生活機能評

対象の方には、5月から9月まで の間に順次「がん検診等受診券」を発 送していますので、受診して異常を 早めに見つけましょう。

[受診期間など]別表2のとおり

費無料(ただし、精密検査および検 診以外の検査は受診者負担)

[受診方法] 同封の実施医療機関名簿 に記載してある医療機関へ直接予 約する。

◎健康保険組合などの加入者の特定 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。

間福祉保健部管理課保健係

 $\mathbf{2}(3546)5397$ 

#### 別表2

誕生月	受診券発送時期	受診期間
4月・5月	5月上旬	5月~8月
6月・7月	5月下旬	6月~9月
8月・9月	6月下旬	7月~10月
10月·11月	7月下旬	8月~11月
12月・1月	8月下旬	9月~12月
2月・3月	9月下旬	10月~平成 29年1月

◎平成28年4月2日以降に転入し、受診券が 届かない方は、お問い合わせください。

#### メタボリックシンドローム 改善のための「特定保健指導」

生活習慣病は、内臓脂肪の蓄積が 原因となっていることが多く、肥満 に加えて、高血糖、高血圧といった 状態が重複した場合には、脳血管疾 患などの発症リスクが高くなります。

内臓脂肪は、適度な運動とバラン スの取れた食事により減らすことが できます。

特定保健指導とは、特定健康診査 の結果により、生活習慣改善の必要 性が高いと判断された方を3つの保 健指導レベル(**別表3**)に分けて、そ れぞれに合わせた保健指導を行い、 生活習慣の改善を支援するものです。

中央区国民健康保険に加入されて いる方で、指導レベルが「動機付け 支援」または「積極的支援」と判定さ れた方には、区から「特定保健指導 利用券」をお送りします。

医師や専門スタッフにより、栄養 や運動についての具体的なアドバイ スが受けられますので、この機会に ぜひご利用ください。

なお、健康保険組合や共済組合な どに加入されている方については、 それぞれの組合窓口にお問い合わせ ください。

対・内別表4のとおり 費無料

問福祉保健部管理課保健係

 $\mathbf{2}(3546)5397$ 

#### 別表3 保健指導レベルの階層化

健診結果から次の項目にいくつ該当するか数えます。

(ステップ1)

(腹囲) 男性 85cm以上 女性 90cm以上 女性 90cm未満かつBMI25以上 (ステップ2)

1 空腹時血糖値100mg/dl以上またはヘモグロビンA1c5.6%(NGSP)以上

中性脂肪値150mg/dl以上またはHDLコレステロール値40mg/dl未満

収縮期血圧130mmHg以上または拡張期血圧85mmHg以上

喫煙経験があり、上記1~3の項目に1つ以上該当する プ3)(ステップ) 2から保健指道対象者をグループ分けする)

	スプップ3/(スプップ)に 200分体性指令対象有をプループカリチる/			
ステップ2	どれも該当しない	1つ該当	2つ該当	3つ以上該当
①に該当の場合	情報提供	動機付け支援	積極的支援	積極的支援
②に該当の場合	情報提供	動機付け支援	動機付け支援	積極的支援
上記のどれにも	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供

※BMIとは肥満度を示す体格指数です。体重(kg):身長(m):身長(m)により算

#### 別表4

7322.1		
指導対象者	指導レベル	指導内容
受診者全員	情報提供	情報提供(医療機関からパンフレットの配布)
リスクが出始めた方	動機付け支援	グループまたは個別指導(原則1回実施)
リスクが重なりだした方	積極的支援	グループまたは個別指導(3~6カ月実施)

◎服薬中の方は、特定保健指導の対象となりません。 ◎65歳以上76歳未満の方は、積極的支援の対象となった場合でも動機付け支援となります。 ◎76歳以上の方は、特定保健指導の対象となりません。

## 講座・催し物

#### ひともどうぶつも暮らしやすいまち コミュニティカフェ

動物が好きな人も苦手な人も飼育 のことや災害時の急な対応など、お 茶を飲みながら語り合う場を設けま す。

目・場別表5のとおり

◎申し込み方法など詳しくは「区の おしらせ 中央」7月1日号をご 覧ください。

▮ │ 宧各会場30人(申し込み多数の場合 は抽選)

問中央区保健所生活衛生課生活衛生

**2**(3541)5936

#### 別表5

	会 場	
テーマ	人形町区民館 (1・2号室)	月島区民センタ ー(1階会議室)
ペットをめぐ る諸課題	9月13日(火)	11月1日(火)
いざというと きの飼い主の 心構え	27日(火)	15日(火)
災害が起こっ た際の生活を 考えてみよう	10月18日(火)	29日(火)

#### セラピードッグトレーニング 体験会

■9月24日(土)

午後3時30分~5時

陽国際セラピードッグ協会会議室 (銀座8-11-13エリザベスビル 5階)

対区内在住で、

①犬を飼っている方(犬の登録およ び狂犬病の予防注射済票の交付手 続きを済ませていること)

②犬を飼う予定のある方

四基本的なトレーニング方法

[講師](一財)国際セラピードッグ協 会代表 大木トオル

定①の場合

犬を連れての参加者 15人(先着順・1人1匹まで)

15人程度(先着順・犬を飼う予 定の方や①での参加者の家族な ど)

#### 費無料

■8月8日(月)から31日(水)までに 電話で申し込む。

間中央区保健所生活衛生課生活衛生

2(3541)5936

### 清掃リサイクル講演会

最終処分場からごみ減量を考える ~3 Rの大切さを

もう一度ふりかえって~

■8月30日(火)

午後2時~4時

踢区役所8階大会議室

对区内在住·在勤者

内3Rの重要性を再認識するととも に、限りある残り少ない最終処分 場の仕組みや役割から、ごみ減量 を一緒に考えてみませんか。

[講師] 「清掃事業の近代史勉強人」 高津雅幸

定100人(先着順)

費無料

■8月1日(月)から25日(木)まで電 話またはEメールに①~④(**7面** 記入例参照)⑤参加人数を記入し て申し込む。

間中央清掃事務所管理係

 $\mathbf{z}(3562)1521$ 

eseisojimu\_01@city.chuo.lg.jp

### 清掃工場個人見学会 (親子見学会)

■8月20日(土)

午後1時30分~3時

場中央清掃工場(晴海5-2-1) 対どなたでも参加できます。

定50人(先着順)

費無料

用8月18日(木)までに電話で申し込 む(受け付けは月~土曜日の午前 9時~午後5時)。

◎現地集合、現地解散です。

◎車での来場はご遠慮ください。

◎清掃工場内での食事はできません。 問中央清掃工場

**2**(3532)5341

## トピックス



#### ゆかたで歩こう 日本橋

7月7日「ゆかたの日」に合わせて、江戸時代から続く夏 の風物詩、着て涼をとる浴衣姿で日本橋周辺を散策する 催しが行われました。色とりどりの浴衣を身にまとい福 徳神社に集まったおよそ100人の皆さんは、コレド室町 や日本橋などを歩き、江戸の納涼気分を満喫しました。

## 国際交流サロン International Exchange Salon

国際交流サロンでは、外国人と日本人が楽しく交流できるイベントを行っています。ぜひご参加く ださい。

CCIEA International Exchange Salon will hold various events on cultural experiences where both Japanese and non-Japanese residents can enjoy free and open communication.

開催日 Date	8月27日(土)、9月10日(土)、10月15日(土)、12月10日(土)、 2017年1月14日(土)、2月18日(土)、3月11日(土) Aug. 27 (Sat), Sep. 10 (Sat), Oct. 15 (Sat), Dec. 10 (Sat), Jan. 14 (Sat) 2017, Feb. 18 (Sat) 2017, Mar. 11 (Sat) 2017
時間 Time	原則として午後1時30分~3時30分(イベントにより変更することがあります) Basically 13:30 p.m. $\sim$ 15:30 p.m. (may be changed depending on the events)
開催予定のイベント Scheduled Events	盆踊り、スポーツ、和菓子作り、茶道など Bon Dance, Sports, Japanese Sweets (Wagashi) Making, Tea Ceremony etc.
問い合わせ先 Inquiries	中央区文化・国際交流振興協会 Chuo Cultural and International Exchange Association(CCIEA) 〒104-0041 中央区新富1-13-24新富分庁舎3階 Chuo City Government, Shintomi Annex 3rd fl. 1-13-24 Shintomi, Chuo-ku, 104-0041 TEL: 03-3297-0251 ホームページ/Web site:http://www.chuo-ci.jp Eメール/Email:bunkoku@chuo-ci.jp

◎場所と時間はイベントにより異なります。お問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。 ©The time and place vary depending on the events. Please contact us or check our website.

# んらり相談 近な相談場所

おとしより相談センターでは、社会福祉士・主任介護 支援専門員・保健師・認知症地域支援推進員などの専門 職員が高齢者に関わるさまざまな相談をお受けし、支援 します。また、在宅療養支援として、退院後の自宅での療 養生活をスムーズに始められるように支援しています。 さらに、地域で暮らすための福祉講座や区民の希望

による出前講座なども行っています。 日時

有楽町線

新富町駅

6番出口

地川

公園

月~土曜日(休日、祝日および年末年始は除く) 午前9時~午後6時

◎緊急の場合は、上記の曜日、時間外においてもご連 絡いただけます。

おとしより

明石小

間中央区明石町1-6リハポート明石等複合施設1階

至佃大橋

都バス

**2** (3545) 1107

都バス

京橋おとしより相談センター●

#### 相談・支援内容

- 高齢者のさまざまな相談・支援
- 権利擁護(虐待や認知症の方に関すること)
- 認知症の早期発見・早期診断に向けた相談・ 支援
- 在宅療養の支援
- 救急医療情報キットおよび見守りキーホル ダーの配布
- 介護予防ケアマネジメント
- 介護支援専門員の支援
- ◎詳しくはお近くのおとしより相談センター にお問い合わせください。
- ●日本橋おとしより相談センター●

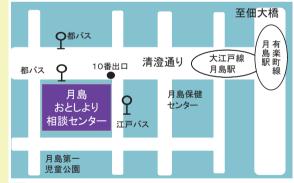


間中央区日本橋小伝馬町5-1十思スクエア1階 **☎** (3665) 3547



▲月島おとしより相談センターの様子

## 月島おとしより相談センター



間中央区月島4-1-1月島区民センター1階 **2** (3531) 1005

# 中央区標知能ケアバス 備えて安心! 認知症 このパンフレットを手に取られた ことを機会に、認知症について傷え 将来に向けて自分の生き方を考えて

認知症に関する相談や治療、 介護サービスに関する情報をまとめた冊子 「備えて安心!認知症」を作成しました

冊子には『私のページ』を設けており、医療や介護のサービスが必 要となった時に望むことなどを記入できるようになっています。 認知症は誰もがなる可能性があり、ご自身やご家族をはじめと した周囲の方にも起こり得る身近な病気です。ぜひ認知症につい て備え、ご自身やご家族、周囲の方と将来に向けて自分の生き方 を考えてみましょう。

配布場所

区役所4階介護保険課、日本橋・月島特別出張所、各おとしよ り相談センター、各いきいき館(敬老館)

◎区内在住の65歳以上の方(7月20日時点)へ、7月下旬に郵 送しています。

問介護保険課介護支援係

**2** (3546) 5641

### 地域で暮らすための福祉講座 症予防のための日常生活の工夫

■■ 9月/日(水) 午後3時~4時30分

会場 月島社会教育会館

対象区内在住・在勤・在学者

の中でできる認知症の予防について一緒に考えてみ ませんか。

(講師) 新百合ヶ丘総合病院神経内科部長 矢﨑俊二

定員 50人(先着順)

費用無料

**申し込み方法** 8月3日(水)から9月6日(火)までに電話 で申し込む (受け付けは祝日を除く月~土 曜日の午前9時~午後6時)。

**間月島おとしより相談センター** 

**5** (3531) 1005