

区のおしらせ

今号の主な内容

- 2面 区政モニターを体験して
- 3面 平成29年度中央区民カレッジ新1年生募集
- 7~4面 情報コーナー(施設/保健・医療・福祉/講座・催し物/スポーツ/税/国保・年金/その他)



中央

2/11

HP <http://www.city.chuo.lg.jp> ツイッター https://twitter.com/chuo_city フェイスブック <https://www.facebook.com/tokyochuo.city>

凡例

お問い合わせ(申込)先

HP ホームページアドレス

Eメールアドレス

平成28年度

第2回

オリンピック・パラリンピックに関する講演会

～メダリストが体験したリオ2016大会について～

▶講師の星奈津美さん



今回の講師は、競泳のバタフライでリオ2016大会に出場した星奈津美さんです。

星さんは、2015年に開催された世界水泳選手権で日本人女子初となるバタフライ金メダルの快挙を成し遂げました。また、オリンピックでは3大会連続出場を果たし、リオ2016大会では2大会連続となる銅メダルを獲得されました。

世界で活躍された星さんにリオ2016大会に向けた選手の取り組みや大会時のエピソード、選手村での貴重な体験などを紹介いただくとともに、参加者の皆さんから事前に募集した「星さんに聞いてみたいこと」に答えていただくトークショーや、記念撮影などを予定しています(カメラなどのご用意をお願いします)。

会場 区役所8階大会議室

対象 区内在住・在勤・在学

内容 メダリストが体験したリオ2016大会について

定員 100人(先着順)

費用 無料

申し込み方法 2月28日(火)までに電話または区のホームページの電子申請から申し込む。

質問募集 講演会当日に、星さんに聞いてみたいことを募集します。「2大会連続銅メダルの感想は」「選手村で一番の楽しみは」など、質問内容を電話申し込みの際にお伝えいただくか、電子申請の質問募集欄にご記入ください。

お問い合わせ先 課事業調整係 ☎(3546)5313

「中央区公共施設等総合管理方針」(素案)へのご意見募集

区では、公共建築物や道路橋りょうなどの「公共施設等」

について整備や活用、維持管理などの基本的な考え方・方針を示した「中央区公共施設等総合管理方針」の素案を取りまとめました。

このたび、取りまとめた素案をお知らせするとともに、区民の皆さんからのご意見を募集します。

募集期間 2月13日(月)～3月6日(月)

閲覧場所 区役所1階まごころステーション・情報公開コーナー、2階企画財政課、日本橋・月島特別出張所その他、区のホームページでもご覧になれます。

意見の提出方法 住所・氏名(団体の場合は団体名と代表者名)、年齢、電話番号を明記して、区役所2階企画財政課に直接持参、☎へ郵送、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)でお寄せください。

☎104-18404
中央区築地1-1-1
企画財政課企画主査
☎(3546)5213
FAX(3546)2095
@koukyoushitsu@city.chuo.lg.jp



▲昨年の血圧測定の様子



▲昨年の血管年齢測定の様子



▲昨年の展示の様子

日頃、自分の健康状態が気になる方、健康チェックをご希望の方は、ぜひお立ち寄りください。

日時 3月3日(金) 午後0時30分～5時 (午後4時45分受け付け終了)

会場 地下鉄銀座駅連絡通路(松屋(前))

内容 測定 骨密度(素足で測定)、血管年齢、血圧

展示 女性の健康づくりと生活習慣病予防、社員食堂の「野菜たっぷりメニュー」、野菜ク

イズ「食べよう野菜350」相談 国立がん研究センター中央病院、聖路加国際病院「管理栄養士」による栄養相談

費用 無料

担当 中央区保健所健康推進課 ☎(3541)4260

ヘルスアップ栄養2017

「ちょっと寄り道・健康ロード「第62回栄養展」」

中央区食育野菜キャラクター



凡例 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

区政モニターを体験して

区政モニターに 2年間参加して

塩澤 正人
(日本橋中洲在住)



中央区に引っ越しして5年。とても便利で、多様な文化もあり、ずっと住みたいと思つて、マンションの管理組合や町内会にも参加しています。地域のコミュニティー活動に関わる中で、中央区のことをもっと知りたくて区政モニターに参加しました。

施設見学では、さまざまな施設の紹介があり、運用面の現状を知ることができました。「ご意見をうかがう会」では、中央区の課題について、担当部署の説明を聞いた上で、それぞれの立場から意見や提案を言うことができます。最終回の全体会では、区長へ直接、質問・要望を伝えることができ、大変貴重な経験をさせていただきました。

育児や高齢者のための施設、ごみ処理施設、プラネタリウム、スポーツ施設、協働ステーションなどを見て、こんないい施設があるんだという発見や、もつとうまく活用するにはどうしたらいいかなど、いろいろな気づきがありました。また、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に関する質疑応答で、組織委員会、東京都、中央区の

役割の中で、区として何をどこまでできるのか、調整に苦勞しながらも準備しているのが印象的でした。正しい情報が得られ、区民の方とも意見交換できる場はとても大事です。多くの方が経験されるといいですね。

区政モニターに なつて

八頭司 えり
(築地在住)



私が区政モニターへ応募したきっかけは、中央区についてもっと知りたいという思いからでした。

3年前に子供を出産してから、子供と一緒に区内を散歩する機会が増えました。中央区に住み始めて5年がたつのですが、散歩をするようになってから、区内には思つてい以上に緑が多く、また広い公園があることに初めて気が付きました。緑や公園が多い事はとても良い事だと感じたのと同時に、私が知らないだけで中央区にはもつと魅力的な点があるのではないかと思ひ始めました。そんなとき、区政モニター募集のチラシを見つけ、会議や施設見学の間は託児を利用できるということでしたので応募しました。それまで託児を利用したことがなかったこともあり最初は不安だったのですが、保育士

さんがしっかり見てくださいましたし、子供も伸び伸びと遊んでいましたので、とても安心しました。

会議でさまざまな方の意見を聞くことは興味深かったですし、施設見学で京橋図書館の普段は立ち入ることができない場所に入る事ができたのは貴重な体験でした。会議や施設見学で述べさせていたいただいた意見や感想が、中央区の発展に少しでもお役に立っていれば良いと思つています。私はモニターをさせていたことができて本当に良かったです。

平成29年度 区政モニター募集

区政について理解を深めていただくとともに、よりよい中央区とするため、区の施策や事業について、建設的な意見などをお聴かせください。いただいたご意見などは区政運営の参考とさせていただきます。

活動内容

モニター会議への出席(年5回以内開催予定)

モニター会議は平日の昼間と夜間の時間帯を設けています。原則として昼間は午後2時から、夜間は午後6時30分

からそれぞれ2時間程度行います。会議議事録の要旨は区のホームページで公開します。
・第1回目は委嘱式(5月中旬開催予定)
・第2〜4回目(予定)は、区が施策や事業を説明し、その内容についてご意見などをお聴きします。

・年度最終回は全体会(平成30年2月開催予定)

◎全体会は昼間モニターと夜間モニターとの合同により平日の昼間の時間帯に開催します。

施設見学会への参加
区に関連する施設などを平日の2時間程度バスで見学し、アンケートを提出していただきます。

モニター通信の提出
区政に対する意見、提案などを必要に応じて随時提出していただきます。

応募要項
応募資格
平成29年4月1日現在、区内に引き続き6カ月以上お住まいで18歳以上の方、区政モニター経験者の場合は5年以上経過した方、外国籍の方は日本語で日常会話ができる方

◎公務員は応募できません。
◎平成28年度モニター(平成27年度経験者を除く)の方も応募できますが、定員に余裕がある場合などにかぎり再任が可能となります。

募集人員
昼間モニター・夜間モニター 各20人程度

任期
1年(委嘱した日から平成30年3月まで)

謝礼
年額1万3千円の範囲内(口座振込による支払い)

託児
会議の際には、希望により1歳以上の未就学のお子さんをお預かりします(昼間モニターのみ)。

応募方法
3月3日(必着)までに区役所1階まごころステーション、日本橋・月島特別出張所、中

高齢者の交流サロン〜通いの場支援事業のご案内

中央区保健所、日本橋・月島保健センター、各図書館、各社会教育会館、各いきいき館敬老館、女性センター、協働ステーション中央などにある申込用紙に必要事項を記入の上、区役所2階広報課広聴係へ持参、郵送、ファクス、ま

たは区のホームページの電子申請から申し込む。
選考
地域・年齢・性別などを考慮して選考し、結果は4月上旬までにお知らせします。

◎申込用紙は、郵送またはファクスでお送りすることも

5千円(上限、賃貸契約などを結んでいる場合に限る)

・区施設の予約に関する支援
・サロン内へのボランティア講師の派遣など

立ち上げ・運営支援の申し込み方法
説明会時および高齢者福祉課窓口で配布する申請書などに必要事項を記入し、添付書類を付けて高齢者福祉課の窓口へ提出する。

◎申請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。

◎支援の申請をする場合は必ず説明会に参加してください。

通いの場 支援事業説明会

サロン(通いの場)の立ち上げや運営に興味のある方はぜひご参加ください。

京橋地域
日時 2月24日(金)
午前10時

日本橋地域
日時 3月2日(木)
午後2時

会場 女性センター3階研修室2
場所 十思スクエア2階協働ステーション中央会議室

できますので、ご希望の方は電話でお問い合わせください。
〒104-8404
中央区築地1-1-1
広報課広聴係
☎(3546)5222
FAX(3546)2095

月島地域
日時 2月22日(水)
午後2時

共通
各回2時間程度、当日、直接会場へお越しください。

モデル事業にご参加ください

通いの場支援事業の実施に向けて、3月末まで通いの場モデル事業を開催しています。立ち上げや運営に興味のある方はぜひ一度参加してみてください。

京橋地域 ふらっとルーム
新川

開催日 毎週水曜日
会場 新川区民館

日本橋地域 日本橋サロン
開催日 毎週金曜日
会場 久松町区民館

月島地域 月島交流カフェ
開催日 毎週火曜日
会場 月島区民館

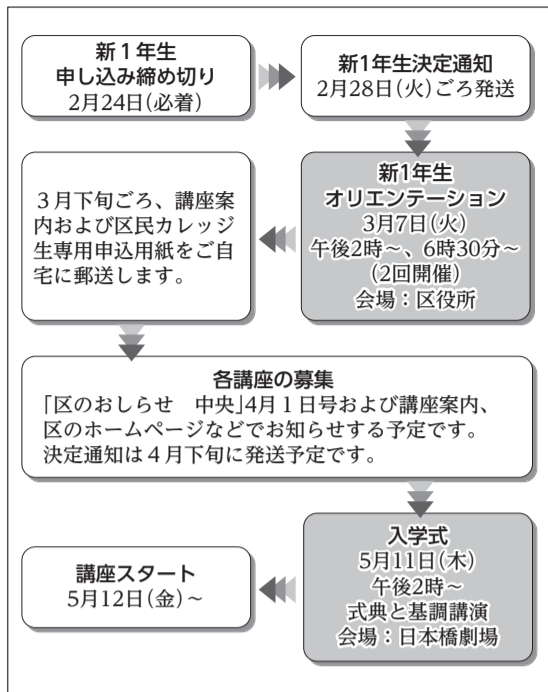
共通
時間 午後1時30分〜3時30分

◎当日、直接会場へお越しください。

高齢者福祉課高齢者活動支援係

☎(3546)5716

別図 申し込みから受講までの流れ



生涯学習サポーター養成コース(1年間)
 学んだ事を地域に生かしたいと思っっているあなたのために生涯学習サポーター(ボランティア)養成コースです。1年間学び、先輩ボランティア

シニアコース
 60歳を過ぎ、これからの人生の楽しみ方を探している方にお薦めのコースです。同世代の仲間と共に学び合

まなびのコース
 中央区の文化や歴史を学ぶ講座や民間の生涯学習機関と連携した講座など、年間約80の講座の中から志向や趣味に合わせ、自由に選択できるコースです。

共通
 別図および別表1のとおり申し込み方法

2月24日(必着)までにはがきに①希望するコース名②氏名③ふりがな④年齢⑤住所⑥電話番号⑥在勤者は勤務先、在学者は在学先の名称・所在地・電話番号を記入して、**区へ郵送または区のホームページの電子申請から申し込み**です(区内在住者を優先します)。

まなびのコースの各講座お

平成29年度中央区民カレッジ 新1年生募集

「中央区民カレッジで新しい自分を発見！」

よびシニアコースのクラブ学習は、定員に満たなかった場合、別途カレッジ生以外も対象として募集を行います。

〒104-8404
 中央区築地1-1-1
 文化・生涯学習課生涯学習係
 ☎(3546)5525

別表1

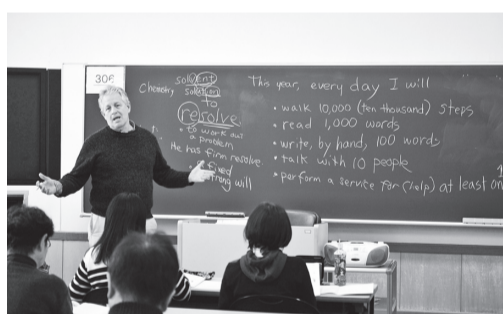
コース名	まなびのコース	シニアコース	生涯学習サポーター養成コース
対象	18歳以上の区内在住・在勤・在学者	60歳以上の区内在住者	18歳以上の区内在住・在勤・在学者
定員	120人	60人	20人
内容	1～3年生: 共通で以下の講座 きほんの講座 カレッジデビュー、生涯学習基礎講座(歴史編・ボランティア編)、魚市場セミナー、画廊めぐり、文楽、狂言など 趣味の講座 アロマセラピー、和食、漆芸、デッサン、製本など多彩な趣味の講座 連携講座 早稲田大学、聖路加国際大学、慶應義塾大学、岡山大学、芝浦工業大学、近畿大学、(株)朝日新聞社、(株)時事通信社、松竹(株)、三井記念美術館、メゾン・デ・ミューゼ・デュ・モンド、清水建設(株)、小津和紙、トリトン・アーツ・ネットワーク、奈良まほろば館、京都館、ぐんまちゃん家などの持ち味を生かした講座	1年生: 総合学習(必修) 火曜日 午後2時30分～4時30分 年間20回 地域の歴史や文化・芸術、健康・環境問題など第2のステージに立つシニアのために、いろいろなテーマの内容で構成しています。区内探訪などのレクリエーションもあります。自分ではあまり目が向かない新しい分野の発見があったという感想をいただいています。 2・3年生: クラブ学習(必修) 火曜日または金曜日 午後2時～4時 年間2クラブ(各10回)を選択 写真(デジタルカメラ)、水彩画、書道、古典、体操、篆刻、コーラス、ちぎり絵など実技や教養のクラブ	区民メディアリポーターになる(必修) 水曜日 午後7時～9時 年間11回 区民が求める地域情報を、区民自ら発信するボランティアの養成講座です。区民メディアリポーターとして番組の企画・取材・編集・制作を学び、地域の「話題」「課題」を生きた情報として発信します。1年間のコース修了後は、区民メディアリポーターの会員として活動します。 ◎講座内で「movie maker」「imovie」などの編集ソフトを使用します。OS環境Windows7以上、Mac OSX 10.7.4以上程度のパソコンなどの操作ができる方を対象とします。
受講料	500円程度～7,000円以内(講座によって異なります。詳しくは「区のおしらせ 中央」4月1日号(予定)や講座案内などをご確認ください)	1講座 2,000円	1講座 2,200円
特典	まなびのコースの講座を前・後期各1講座とカレッジデビュー講座を優先的に選択可能です。ご自宅に講座案内と講座申込書を郵送します。	コースの講座以外に、まなびのコースの講座を年間1講座(趣味の講座は除く)優先的に選択可能です。ご自宅に講座案内と講座申込書を郵送します。	コースの講座以外に、まなびのコースの講座を前・後期各1講座(趣味の講座は除く)と生涯学習基礎講座を優先的に選択可能です。ご自宅に講座案内と講座申込書を郵送します。
修了単位(1回出席で1単位)	3年間で50単位以上取得で修了	3年間で50単位以上取得で修了	1年間で20単位以上取得で修了

◎年齢の基準日は原則として平成29年4月1日とします。

別表2

時間	講座名
午前11時～正午	シャーロック・ホームズの魅力と謎
	「戦後日本史」を考える
	桂米朝「落語と私」精読
午後0時30分～1時30分	手帳スケッチ入門
	江戸を読む
	国際時事問題入門
	日常動作を快適にする体の使い方教室(※)
午後2時～3時	楽しいトラベル英会話【初級】
	和歌と伝統文化
	信長・秀吉・家康と戦国武将の名字と家紋
	「経絡動功」健康気功法(※)
午後3時30分～4時30分	初歩からまなぶ古文書
	ピカソ 生涯と作品

(※)の講座は京華スクエア1階体育館で実施します。動きやすい服装でお越しください。
 ◎当日の状況により、内容が一部変更となる可能性があります。
 ◎途中入退室は自由です。



▲早稲田大学エクステンションセンター八丁堀校講義風景

区民の皆さんに早稲田大学エクステンションセンターをよりよく知っていただくため、模擬講義・ガイダンスを実施
開催時間・内容 別表2のとおり
会場 京華スクエア3階
費用 無料
 ◎当日、直接会場へお越しください。
 ◎中央区八丁堀3-17-9 京華スクエア3階
 早稲田大学エクステンションセンター八丁堀校
 ☎(5117)2073



別表3

公売財産	腕時計 他3点
公売方法	せり売り
公売参加申込期間	2月15日(水)午後1時～27日(月)午後11時
下見会(※)期間	2月15日(水)午後1時～17日(金)午後4時
入札期間	3月6日(月)午後1時～8日(水)午後11時
売却決定日時	3月9日(木)午前10時

※下見会は入札参加者に公売物品を実際にご覧いただける場です。詳しくは区のホームページをご覧ください。
 ◎インターネット公売に参加するには、インターネットに接続できる環境と、Yahoo!JAPANのIDの登録(無料)が必要です(Yahoo!プレミアム会員登録の必要はありません)。
 ◎買い受け代金納付前に滞納住民税などが完納されたときは売却取り消しとなりますので、ご了承ください。

国税務課整理係
 ☎(3546)5279
 Yahoo!オークションサイト(中央区)
http://koubai.auctions.yahoo.co.jp/kyo_chuo

「インターネット公売」の実施

住民税(特別区民税・都民税)などの収納率の向上と納税の公平を保つため、滞納者から差し押さえた財産の公売を行い、滞納者の未納税金などの支払いに充てます。

区ではヤフー(株)が運営するインターネットオークションシステムを利用し、インターネット公売を実施します。このインターネット公売は、通常のYahoo!オークションとは異なる点があります。区のホームページに掲載して

るインターネットオークションシステムを利用し、インターネット公売を実施します。このインターネット公売は、通常のYahoo!オークションとは異なる点があります。区のホームページに掲載して

いるインターネット公売の内容をご理解いただいた上で参加してください。
 ◎入札には参加申し込みと保証金納付が必要です(保証金は落札者以外には返金します)。
第1回公売の実施
 別表3のとおり
 ◎公売財産の詳細は2月15日(水)午後1時からYahoo!オークションサイト(中央区)で公開します。
 ◎国税務課整理係
 ☎(3546)5279
 Yahoo!オークションサイト(中央区)

情報コーナー(5面からのつづき)

65歳未満で国民年金に任意加入している方
【選べる年金タイプ】
年金は、「終身年金」と「確定年金」から選べます。年金のタイプや口数、掛け金に応じて老齢年金と遺族一時金が支給されます。
【掛け金】

掛け金は、選んだ年金のタイプや加入口数、加入時の年齢、性別により決まります。ただし、月額68,000円が上限です。また、納めた掛け金は、全額が所得控除の対象となり、所得税や住民税が軽減されます。
◎詳しくはお問い合わせください。
☎東京都国民年金基金
☎(5285)8800

国民年金の加入手続きを

国民年金は、老後や、万一のときに備え、生活の安定を図るための制度です。
日本に住んでいる20歳以上60歳未満者

満の全ての方は、国民年金に加入しなければなりません。
加入者は、別表1の3種類に分けられます。
☎保険年金課保険年金係
☎(3546)5371

Table with 2 columns: 区分, 加入手続き方法. Rows include 第1号被保険者, 第2号被保険者, 第3号被保険者.

その他

集団献血

区では、慢性的な血液不足対策のため、集団献血を定期的実施しています。皆さんのご協力をお願いします。

☎2月16日(木)
午前10時~11時40分
午後1時~4時
☎区役所8階大会議室

◎200ミリリットルおよび400ミリリットルの全血献血を行います。

◎輸血の安全性確保のため、受け付けの際、献血者の本人確認を行っています。献血会場に氏名を確認できるもの(運転免許証、パスポート、健康保険証など)をご持参ください。

◎当日、直接会場へお越しください。
◎年齢、海外渡航、服薬などによりご協力いただけない場合があります。詳しくは実施機関にお問い合わせください。

【実施機関】
東京都赤十字血液センター
☎(5272)3523

平成29年第一回定例会の開催

【会期(予定)】2月28日(火)~3月30日(木)の31日間

ラジオ中継

中央区議会では、コミュニティFM放送「中央エフエム・ラジオシティ」で、本定例会の区長所信表明および一般質問を生中継します。ぜひお聴きください。

【番組名】中央区議会中継
【放送日時(予定)】・区長所信表明
2月28日(火)
午後2時~3時
・一般質問
3月1日(水)・2日(木)
午後2時~6時
【周波数】FM84.0MHz
☎議会局調査係
☎(3546)5559

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28年12月分寄付合計790,001円

(敬称略・順不同)

【一般寄付金】

佃二丁目鈴木猛夫...1,228円、青木静子...5,000円、山内高嘉...30,000円、株式会社一球...100,000円、栗原裕信...100,000円、勝田陽子...5,000円、新川二丁目越一婦人会...10,000円、葉本光明...10,000円、保田清...5,000円、日本橋モラロジー事務所...20,000円、有限会社三谷葬儀社...10,000円、三谷和美...5,000円、匿名(7件)...173,103円(内訳10,000円、120,000円、3,000円、5,000円、20,000円、5,103円、10,000円)

【ボランティア基金】

GSK銀座社交料飲協会...257,670円、NPO法人つつじ...5,000円、中央美世の会...3,000円、匿名(1件)...50,000円
☎中央区社会福祉協議会管理部
☎(3206)0506

高齢者合同就職面接会
~高齢者の就労を支援します~

☎2月28日(火) 午後1時~4時
(受け付けは午後0時30分~3時30分)

◎午後1時から1社ずつ会社紹介およびPRがあります。

☎区役所8階大会議室
☎おおむね55歳以上の方

☎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)・職務経歴書を複数枚ご用意ください。

【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ワ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。

☎高齢者福祉課高齢者活動支援係
☎(3546)5716

☎ハローワーク飯田橋職業相談第1部門
☎(3812)8609

(自動音声案内 41#)

☎シルバーワーク中央
☎(3551)9200

☎ハローワーク飯田橋
http://tokyo-hellowork.jsite.mhlw.go.jp/list/iidabashi.html
☎シルバーワーク中央
http://sw-chuo.com/

第15回勇気ある経営大賞
応募企業募集

厳しい経営環境の中で勇気ある挑戦をしている中小企業を顕彰する制度です。革新的あるいは創造的な技術・技能やアイデア・経営手法などにより、独自性のある製品・サービスを生み出している企業を顕彰します。業種・業歴を問わず応募できますので、区内企業の積極的なご応募を

お待ちしております。
【受賞特典】賞金(大賞200万円、優秀賞50万円、特別賞30万円)
【応募締め切り】3月10日(金)
◎応募資格など詳しくは東京商工会議所のホームページをご覧ください。
☎東京商工会議所事務局
☎(3283)7644
☎http://www.tokyo-cci.or.jp/market/keieitaisyo/

京橋プラザ駐車場の
定期利用者募集

現行の定期利用期間が6月30日で終了します。別表2のとおり募集

集します。
◎詳しくはお問い合わせください。
☎環境政策課交通対策係
☎(3546)5667

Table with columns: 駐車場名, 所在地, 募集予定台数, 申し込み資格, 申込書記付期間および場所, 受付期間および場所, 提出書類, 利用期間, 駐車方法, 駐車できる車, 車室の種類, 定期駐車使用料, 優遇制度, その他.

子どもの居場所「プレディ」
サポーター募集

【活動日時】
・月~金曜日
午後2時~7時30分
・春・夏・冬休みの月~金曜日
午前8時30分~午後7時30分
・土曜日
午前8時30分~午後6時

【活動場所】
プレディ設置校(別表3)
☎活動日時内で2時間程度の活動が別表3

可能な方
【役割】
プレディサポーター(ボランティア)として、学校内で放課後などにプレディを利用して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い合わせください。
☎教育委員会事務局庶務課プレディ事業係
☎(3546)5690

Table with 3 columns: 名称, 所在地, 電話. Lists various 'Preddy' locations and their contact numbers.

凡例 日時 会場 対象 内容 定員 費用 申し込み方法 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

情報コーナー (6面からのつづき)

硬式テニス教室 (初心者・初級者)

4月11日～5月16日(5月5日を除く)の毎週火・金曜日 計10回 午後6時30分～8時30分
場京橋築地小学校
対18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)
定60人(申し込み多数の場合は抽選) 費2,500円
申2月24日(必着)までにはがきまたはファクスに①～⑤(7面記入例参照)⑥過去の本教室参加の有無

4～8月のスポーツ教室

内別表1のとおり
◎教室により実施期間・実施回数異なります。
[申込期限]月島スポーツプラザ教室 3月3日(必着)、総合スポーツセンター教室3月13日(必着)
◎申し込み方法については総合スポーツセンター

Table with 6 columns: 開催予定の教室, 曜日, 時間, 回数, 料金, 定員. Rows include あさヨガ, レディーススイミングI, しなやかキレイ, キッズスイム⑤, スイムレッスンI, 生活筋力向上ゆっくりプログラム, ジュニア空手.

Table with 6 columns: 開催予定の教室, 曜日, 時間, 回数, 料金, 定員. Rows include キッズクラス(幼児向け水慣れコース), ジュニアスイムI(小学生向け水泳コース), ビラティス, リラックスヨガ.

◎その他、楽しい教室を多数開催予定です。詳しくは館内掲示などをご覧ください。
◎回数・料金については、変更する場合があります。
◎申し込み多数の場合は抽選です。

税

平成29年度特別区民税・都民税申告

申告書は、申告が必要と思われる方にお送りしています。
申告書が届いても、医療費控除などで所得税確定申告書を税務署に提出された方や給与所得で特別徴収の手続きが会社よりされている方は、申告の必要はありません。

また、源泉徴収対象となる公的年金などの収入が400万円以下で、かつ、他の所得が20万円以下の方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。

申告書が必要な方は、お問い合わせください。

ふるさと納税申告特例(ワンストップ特例)制度を申請された方へ

前年中に都道府県・区市町村に対する寄附金(ふるさと納税)を支出した方で、「寄附金税額控除に係る申告特例申請書」を提出された場合は、確定申告または個人住民税の申告をもってその特例申請は無効になりますので、改めて寄附金に関する申告が必要になります。

[申告書の提出期限]3月15日(水)まで

⑦在勤の方は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して申し込む。
◎ファクスで申し込む方は送信後、スポーツ課に受信したか確認の電話をしてください。
◎抽選の場合は過去に参加していない方を優先します。
◎抽選結果は封書でお知らせします。当選した方については、ご案内と教室参加費の納付書を同封します。
◎学校行事の都合により、開催回数などが変更になる場合があります。
間スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
FAX(3546)9561

スポーツセンターのホームページをご覧ください。お問い合わせください。

間総合スポーツセンター教室係
☎(3666)1501
月島スポーツプラザ教室係
☎(3534)5883
HP総合スポーツセンター
http://www.chuo-sports.jp/

間税務課課税係
☎(3546)5270

確定申告のご案内

[申告書にはマイナンバーの記載が必要です]

平成28年分から、所得税などの申告書には「マイナンバー(個人番号)の記載」と「本人確認書類の提示または写しの添付」が必要です(本人確認書類などは別表2のとおり)。

[申告書作成会場のお知らせ]

2月14日(火)～3月15日(水)(土日曜日を除く)
午前8時30分～午後4時(相談は午前9時15分から開始)

◎2月19日(日)・26日(日)は、東京国税局で申告相談と申告書の提出を受け付けます。

場東京国税局1階(築地5-3-1)
内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・贈与税の申告相談

◎日本橋・京橋税務署は仮庁舎(千代田区大手町1-3-3)に移転しており、仮庁舎では申告書作成会場は設置していません。

◎申告書作成会場は混雑する場合がありますので、自宅などで申告書を作成できる国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

[申告などと納税の期限]

・所得税および復興特別所得税・贈与税
3月15日(水)まで
・個人事業者の消費税および地方消費税
3月31日(金)まで

・財産債務調書・国外財産調書
3月15日(水)まで

[ふるさと納税ワンストップ特例を申請された方]

ふるさと納税ワンストップ特例を申請された方が確定申告書を提出した場合は、ワンストップ特例の適用がなくなります。

そのため、確定申告書を提出する場合は、ワンストップ特例を申請した寄付金についても申告する必要がありますのでご注意ください。

[日本国外に居住する親族に係る扶別表2]

Table with 2 columns: 本人確認書類, 身元確認書類. Includes details about My Number card and other documents for tax filing.

税理士会による無料相談

[確定申告相談]

日・場別表3のとおり
◎必要書類を持参してください。
◎土地、建物および株式などの譲渡所得のある場合を除きます。

[税金の相談]

内「税理士記念日」の行事として、別表3

Table with 4 columns: 日時, 会場, 主催. Details for the tax accountant commemorative event.

別表4

Table with 4 columns: 日時, 会場, 主催. Details for another tax consultation event.

手帳 国保・年金

国民健康保険料・介護保険料・後期高齢者医療制度保険料の納め忘れはありませんか

国民健康保険料と、65歳以上(第1号被保険者)で普通徴収の方の介護保険料、75歳以上で普通徴収の方の後期高齢者医療制度保険料の納期限は、毎月末日(末日が土・日曜日の場合はその翌日)です。

お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは区役所4階保険年金課、日本橋・月島特別出張所で納期限までに納めてください。

なお、保険料納付には、納め忘れがなく便利な「口座振替」をお勧めします。ご希望の方はご連絡ください。また、事情があり保険料を納めることが困難な場合は相談に応じますので、早めにご連絡ください。

保険料の滞納が続くと

[国民健康保険]
災害などの特別な理由もなく一定期間保険料の滞納が続くと、健康保

養控除などの書類の添付など

日本国外に居住する親族に係る扶養控除、配偶者控除、配偶者特別控除または障害者控除の適用を受ける方は、親族関係書類および送金関係書類を確定申告書に添付または確定申告書提出の際に提示する必要がありますのでご注意ください。

間東京国税局電話相談センター(直通電話はないため、税務署の代表電話から音声案内で1番を選択)

◎確定申告については、3月15日(水)までは0番を選択
日本橋税務署
☎(6757)6700
京橋税務署
☎(4434)0011
HP国税庁
http://www.nta.go.jp/

表4のとおり行います。税金についてお悩みの方、確定申告の仕方が分からない方など、ご利用ください。

間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

險証を返していただき、代わりに「被保険者資格証明書」が交付されます。この場合、医療機関で全額医療費を支払い、後日区役所へ申請して保険診療分の7割の払い戻しを受ける「償還払い」になります。また、払戻金の一部または全部を滞納保険料に充てていただくこととなりますので、納め忘れには十分注意してください。

[介護保険]

保険料の滞納が続くと、保険給付制限を受けることがありますので、ご注意ください。

間保険年金課収納係

☎(3546)5365

国民年金基金で充実した年金を

国民年金基金は、国民年金の加入者が、より充実した年金を受けられるようになる、任意加入の公的年金制度です。

[加入できる方]

・20歳以上60歳未満の国民年金第1号被保険者(保険料の免除および猶予者、農業者年金基金の加入者を除く)
・日本国内に住所を有する60歳以上

情報コーナー (7面からのつづき)

いきいき健康麻雀教室

日 4月2日～6月18日の毎週日曜日
計12回 午後1時～4時
場 いきいき浜町(浜町敬老館)
対 60歳以上の区内在住者で健康麻雀
初心者の方(いきいき館の利用者
証が必要)
定 20人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
申 2月11日(祝)から3月11日(土)ま
でいきいき浜町(浜町敬老館)窓
口で直接申し込む(電話申し込み
不可)。
◎受講決定者は3月14日(火)以降館
内に掲示します。
問 いきいき浜町(浜町敬老館)
☎(3669)3385

あなたもピカソ!
楽しいはがき絵入門

日・第1回 2月24日(金)
・第2回 3月31日(金)
午後2時～3時
場 いきいき浜町(浜町敬老館)教養室
対 60歳以上の区内在住者(いきいき
館の利用者証が必要)
内 色鉛筆を1色か2色使って、はが
きに描きます。
定 各16人(先着順)
費 無料
申 2月11日(祝)からいきいき浜町
(浜町敬老館)窓口で直接申し込む
(電話申し込み不可)。
◎各回それぞれ1回完結です。
問 いきいき浜町(浜町敬老館)
☎(3669)3385

介護者教室

在宅における低栄養の予防について

日 3月11日(土)
午後2時～3時
場 マイホームはるみ4階多目的室
対 区内在住・在勤・在学者、その他
介護に興味・関心のある方
内 高齢者がおいしく、食べやすいと
感じる食事や、低栄養を避けるため
に自宅で簡単にできる調理方法な
どを紹介します。日常生活で不足
しがちな栄養素を、簡単に取るた
めの工夫についてもお話しします。
[講師] マイホームはるみ職員(管理
栄養士)
定 20人(先着順)
費 無料
申 2月13日(月)から3月6日(月)ま
でに電話で申し込む(受け付けは
午前9時～午後5時)。
問 マイホームはるみ
☎(3531)7635

春休み映画上映会

日 3月26日(日)
午後1時30分～3時15分(入場は
午後1時～)
場 浜町区民館4階2・3号室
対 区内在住・在学の幼児・小学生と
保護者(小学生未満は保護者同伴)
[上映作品] ペット(洋画91分)
定 60人(先着順)
費 無料
申 2月13日(月)から電話で申し込む
(受け付けは午前9時～午後8時)。
問 浜町区民館
☎(3668)2354

社会教育会館講座

内別表のとおり
申各講座の申込期限までに電話また
別表

Table with columns: 開催館, 日時, 対象・定員, 内容, 費用, 申込期限. Contains details for various courses like health exercises, English classes, and traditional arts.

◎申し込みが「先着順」の場合、定員になり次第締め切ります。申込期限以降はお問い合わせください。
◎申し込みが「申し込み多数の場合は抽選」の場合、申込期限までにお申し込みください。抽選の結果は、申込期限以降7日以内に申込者全員にお知らせします。
◎費用は教材費・材料費込みです。 ◎区外にお住まいの方も申し込みます。

古典芸能体験会

日 3月11日(土)
午後1時30分～3時30分
場 京橋プラザ区民館多目的ホール
対 区内在住・在勤・在学者
内 日本の古典文化である能の世界を
分かりやすくデモンストレーショ
ンを交えて紹介します。参加者も
簡単な所作や謡を体験できます。
定 30人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
申 2月12日(日)から27日(月)までに
電話で申し込む(受け付けは午前
9時～午後5時)。
問 京橋プラザ区民館
☎(3561)5163

薬剤師による吸入薬指導講習会

月島社会教育会館
日 3月11日(土) 午後3時～4時30分
場 月島社会教育会館5階第1洋室
内 吸入薬の知識と吸入指導(個別相談)
[講師] 京橋薬剤師会理事 犬伏洋夫
他2人
定 18人(先着順)
日本橋社会教育会館
日 3月16日(木) 午後6時30分～8時
場 日本橋社会教育会館9階第2洋室
内 吸入薬の知識と吸入指導(講習会)、
希望者には個別相談
[講師] 日本橋薬剤師会理事
渋谷泰史
定 講習会20人、個別相談8人(いづ
れも先着順)
共通
対 区内在住・在勤者でぜんそくなど
の呼吸器疾患のある方とその家族
費 無料
申 2月13日(月)から3月3日(金)ま
でに電話で申し込む。
◎服薬中の薬が分かるものを持参く
ださい。
◎当日は保健師による健康相談も併
せて実施します。
問 福祉保健部管理課保健係
☎(3546)5400

社会教育関係団体研修会

知って得する!!知っておきたいお金
と相続の話～相続・贈与を上手に行
うための基礎知識～
日 2月25日(土)
午後2時～4時
場 区役所8階大会議室
対 社会教育関係団体の会員および関
心のある方
内 遺産相続、財産贈与について分か
りやすく解説するとともに、金融
トラブルに関わらないための基礎
知識を学びます。
[講師] 市民と金融商品を考える会会
長 馬島由香
定 60人(先着順)
費 無料
申 2月13日(月)から24日(金)までに
電話で申し込む(受け付けは平日
の午前9時～午後5時)。
[企画協力] 中央区婦人学級連絡会
問 文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5525

郷土天文館・冬の歴史リレー
講座(第5回)

中央区で語る～つながる江戸・東京
日 2月18日(土) 午前10時～正午
場 教育センター5階視聴覚ホール
内 江戸時代以来、街道の基点である
本区を講演の場とし、近隣他区と
の歴史的・文化的な関連性や比較
を通じて、江戸・東京の歴史をひ
もときながら本区の魅力を再発見
する歴史講座です。
[テーマ] 夏目漱石と出版-日本橋か
らの発信、服部書店・大倉書店・
春陽堂書店
[講師] 中央区文化財保護審議会委員
岩切信一郎
定 100人(先着順)
費 無料
◎当日、直接会場へお越しください。
問 郷土天文館「タイムドーム明石」
☎(3546)5537

☎(3669)2102
月島社会教育会館
☎(3531)6367

第4日曜日はプラネタリウム
へ行こう!
ザ・星座シリーズ おおいぬ・こいぬ
伝説になった猟犬

日 2月26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 おおいぬ座とこいぬ座を形作る星
や伝説について、幅広く紹介しま
す。
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」
☎(3546)5537

スポーツ

春季区民体育大会
ゴルフ大会

日 3月26日(日)
午前8時56分～
場 神崎カントリー倶楽部(千葉県香
取郡神崎町古原乙213)
対 区内在住・在勤者(大学生以下お
よび初心者を除く)
[競技方法] 新ペリア方式(18ホール
ストロークプレー)
定 40人(先着順)
費・参加費 5,000円
・予約金 5,000円(当日、プレー
費に充当)
・プレー費 17,500円程度
申 2月13日(月)午前9時から区役所
6階中央区体育協会事務局で参加
費と予約金を添えて申し込む。
◎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 中央区体育協会事務局
☎(3546)5729

凡例 日 日時 場 会場 対 対象 内 内容 定 定員 費 費用 申 申し込み方法 問 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

凡例 日日時 会場 対象 内容 定員 費用 申し込み方法 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

情報コーナー

遊ぶ 知る

学ぶ

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

◎**固**に〒・住所が記載されていない場合の宛先は 〒104-8404 築地1-1-1中央区役所 ○○課○○係(固の宛名)
◎「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

施設

月島社会教育会館晴海分館「アートはるみ」利用休止

区立月島第三小学校等複合施設大規模改修工事に伴い、利用を次の期間休止します。
工事期間中は騒音など、ご利用の皆さんにご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。
[休止期間]

- ・美術工芸室 4月1日(土)～6月30日(金)
 - ・洋室 6月23日(金)～12月28日(木)
 - ・ギャラリー 7月1日(土)～9月30日(土)
 - ・音楽室 10月1日(日)～平成30年1月31日(水)
- 固文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524
アートはるみ
☎(3531)9190

保健・医療・福祉

24時間巡回型ホームヘルプサービス

要介護者が居宅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。
固区内在住の要介護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

未滿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)
[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%または20%(所得に応じて減額されることがあります)
◎申し込み方法など詳しくはお問い合わせください。
固新川訪問介護ステーション
☎(3552)5670

講座・催し物

外国人区民 区内施設見学バスツアー
Chuo City Public Facility Tour for Foreign Residents

外国人区民の方々に、区内の施設やサービスをもっと知っていただくために、区内の公共施設などを英語でご案内するバスツアーを行います。今回は、中央区の観光情報などの魅力を発信するインフォメーションセンターとして11月に開設した「中央区観光情報センター」、気軽に自転車を利用することができる「コミュニティサイクルポート」、区内に残る文化資源を発掘し、皆さんに知ってもらうために開設しているまちかど展示館の中から「小津史料館」、健康増進に役立つ「総合スポーツセンター」を見学します。
For foreign residents, we offer a bus tour in English to help learn more about our facilities and services. This year, we will visit "Tokyo Chuo City Tourist Information Center" opened last November to share the charm of Chuo City including tourist information, "Bike Share Station" where you can easily rent and return bike, "Ozu Museum" (traditional Japanese paper), joining Machikado Museum Project to discover cultural assets in our city and share with you and "Comprehensive Sports Center" to help improve your health.

	日本語	English
日時 Date	2月25日(土) 午後1時 区役所前出発 午後5時 区役所前到着予定	Saturday February 25th Start at 1:00 pm in front of Chuo City Office End at 5:00 pm in front of Chuo City Office
対象 Eligibility	外国人(区内在住・在勤者優先)	Foreign nationals (Priority is given to those who live or work in Chuo City.)
訪問施設 Places to Visit	中央区観光情報センター コミュニティサイクルポート 小津史料館(まちかど展示館) 総合スポーツセンター	Tokyo Chuo City Tourist Information Center Bike Share Station Ozu Museum (traditional Japanese paper) (Machikado Museum Project) Comprehensive Sports Center
定員 Quota	15人(申し込み多数の場合は抽選)	15 people (Participants will be chosen by lottery)
費用 Fee	無料	Free
申し込み方法 How to apply	2月21日(火)までにファクスまたはEメールに①名前、②住所、③電話番号、④国籍、⑤性別、⑥年齢を記入して申し込む。 ◎中国語での案内が必要な場合は事前にお知らせください。	Please write your①name②address③phone number④nationality⑤gender⑥age and apply by fax or email. The deadline is February 21. Please let us know in advance if you need a Chinese guide.
問い合わせ(申込)先 Application and Inquiries to	文化・生涯学習課文化振興係 FAX(3546)9556 ☎b-syogai_01@city.chuo.lg.jp	Cultural Promotion Subsection, Cultural Affairs and Lifelong Learning Section Fax: (3546)9556 Email:b-syogai_01@city.chuo.lg.jp

文化のリレー
～親子蕎麦打ち一日体験教室～

固3月18日(土) 午後1時30分～4時
場築地社会教育会館料理教室
固区内在住・在学の小学生とその保護者
固そば打ち実習と試食をします。
固12人(申し込み多数の場合は抽選)
固費1人1,000円(見学は無料)
固申3月9日(木)までに電話またはファクスに①児童の氏名・ふりがな・性別②在学学校名・学年③住所④電話番号⑤保護者の氏名・児童との関係⑥保護者の参加または同席(見学)の希望を記入して申し込む。
固協力団体 電通蕎麦打ち研究会
固築地社会教育会館
☎(3542)4801
FAX(3542)3696

離乳食講習会

固3月8日(水) 午前10時30分～正午
午後1時30分～3時
場月島保健センター栄養室
固区内在住で第1子が5～6カ月ごろの乳児の保護者
固1回食の進め方
・離乳食の作り方の紹介
・試食(保護者のみ)
固定各20人(申し込み多数の場合は抽選)
固費無料
固申2月13日(月)から15日(水)までに電話で申し込む。
◎定員に満たない場合は、申込受付期間後も前日まで受け付けます。
固月島保健センター健康係
☎(5560)0765

子ども向けリサイクル教室

固3月27日(月) 午前10時～午後4時30分(予定)
場環境情報センター研修室1・2
固区内在住の小学生(小学校1～3年生は保護者同伴)
固使わなくなったシャツなど薄手の布を利用して、布草履を編みます。
固定13人(申し込み多数の場合は抽選)
固費無料
固持ち物 裂き布(シャツまたは浴衣などの薄手の木綿地)、はさみ(洋裁用)、物差し、洗濯ばさみ、弁当など
固申2月28日(必着)までにはがきに①～⑤(7面記入例参照)⑥学年を記入して申し込む(電子申請も可)。
固環境推進課環境活動係
☎(3546)5403

**～笑顔のパパが好き！～
パパのためのトーク&絵本ライブ**

固3月4日(土) 午前10時～11時30分
場子ども家庭支援センター「きらら中央」地域活動室
固区内在住の未就学児とその父親
◎父親のみの参加、母親も一緒に参

加することもできます。

固「笑顔のパパになろう！」をテーマにパパであることを楽しんでもらいたいとの願いを込めて、第1部は子どもとパパの時間の作り方、パパの育児の楽しみ方などの講話、第2部は絵本の読み聞かせの実演を行います。

[講師] NPO法人ファザーリング・ジャパン代表 安藤哲也
固15組程度(申し込み多数の場合は抽選)
固費無料

固申2月13日(月)から24日(金)までに電話またはきらら中央窓口で直接申し込む(電子申請も可)。

[託児] 子どもも一緒に参加できますが、第1部のみ、1歳～未就学のお子さんをお預かりします。ご希望の方は参加申し込みの際に一緒にお申し込みください。

◎1歳未満のお子さんは同席となります。

固子ども家庭支援センター「きらら中央」
☎(3534)2103

女性センター「ブーケ21」
～今日から始める～男の料理入門

固3月4日(土) 午前10時～12時30分
場女性センター「ブーケ21」
固男性限定(料理経験のない方を優先)
固初めて料理に挑戦する男性向けの講座です。ご飯の炊き方やだしの取り方など料理の基本を学びます。
[講師] 料理講師、栄養士、調理師 小山朝子
固定12人(先着順)
固費500円
固持ち物 エプロン、三角巾、布巾(食器拭き用)
固申2月14日(火)から電話またはファクスに①～⑤(7面記入例参照)を記入して申し込む(電子申請も可)。
固総務課女性施策推進係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652

地域で暮らすための福祉講座
初老期・老年期の精神疾患

固2月23日(木) 午後3時～4時30分
場日本橋公会堂
固区内在住・在勤・在学者
固認知症を中心に初老期・老年期の精神疾患について、老年精神医学と認知症を専門とする精神科医より、分かりやすく解説します。

[講師] シニアメンタルクリニック日本橋人形町院長 井関栄三
固定50人(先着順)
固費無料

固申2月13日(月)から22日(水)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6時)。
固日本橋おとしより相談センター
☎(3665)3547

(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111チャンネル(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111チャンネル(毎日AM9:30・PM0:00・PM7:30)で放送しています。

凡例 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

中央区社会福祉協議会成年後見支援センター 「すてつぷ中央」のご案内

権利擁護支援事業

区内在住の高齢者や、20歳以上で障害のある方が、住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、次のサービスを実施しています。

一般相談

権利擁護に関わる相談を中心に、福祉サービスの情報提供や日常的な相談に応じます。

福祉サービスの利用援助

福祉サービスに関する情報提供や相談、サービス利用の手続きや利用料の支払いなどを援助します。

日常的な金銭管理サービス

・利用料 1時間千円
・預貯金の出し入れや公共料金、医療費、家賃の支払いなど

を援助します。

成年後見支援事業

成年後見制度とは、認知症や障害などのため、自分自身で判断することが困難になつた方の財産と権利を後見人等が守る制度です。

一般相談

制度の概要、利用方法などについて一人一人の事情に沿って相談に応じます。

弁護士による専門相談

成年後見制度の手続きや利用に関する相談をはじめ、相続や遺言に関する問題、高齢者や障害のある方の権利侵害などについて、専門の弁護士が相談に応じます。

弁護士による専門相談

・日時 毎月1回
午後1時30分～4時30分

相談時間 1人1時間

◎詳しくはお問い合わせください(要予約)。

申し立ての支援

法定後見申立書類作成の支援や弁護士、司法書士などの

専門職後見人候補者の紹介を行います。

後見費用などの助成

所得や資産が少ない方でも成年後見制度を利用できるように、申し立て費用や後見人への報酬の支払いが困難な方に対し、費用助成を行います。

出前講座の実施

町会や高齢者クラブ、職場内グループ、施設などに職員が出向き、成年後見制度に関する説明を行います。お気軽にお問い合わせください。

親族後見人への支援

親族で後見人等に就任されている方を対象とした講座などを開催する他、随時相談に応じます。

中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてつぷ中央」

☎(3206)0567

使用済み切手・プリペイドカード、書き損じはがきを集めています

集まった切手はボランティア団体「スタンプの会」により整理分類された後、記念切手や外国切手などは美しいカード入れや小物入れに生まれ変わりを販売されます。それ以外の切手やカードは業者を通じて換金されます。これらの収益はボランティア事業の貴重な資金として活用されています。また、書き損じはがきは切手などに交換され、地域の福祉事業に役立てます。

使用済み切手

テレホンカード、クオカードなどの磁気カードが対象です。
書き損じはがき
書き損じで未投函の年賀はがきや、郵便はがきを集めています。
◎詳しくはお問い合わせください。
☎104-0032
中央区八丁堀4-1-15
中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター

使用済みプリペイドカード
台紙や封筒から剥がさずに5mmから10mmほど余白を残して切り取ってください。
@vc@shakyo-cho-city.jp
☎(3206)0560
FAX(3206)0601

ふれあい 広場

ボランティア 継続の心得

皆さんは、地域でどのような福祉活動やボランティア活動が行われているかご存じですか。

昨年11月・12月、さまざまな地域活動やボランティア活動を区民の皆さんに紹介し、仲間づくりや新しいつながりづくりを進めることを目的に、「地域活動見本市」が開催されました。今回はこの見本市の実行委員、三上一夫さんにお話を伺いました。

地域福祉活動見本市は、実行委員会と社会福祉協議会が主催しており、三上さんは社会福祉協議会のハンディキャップボランティアを、約15年間続けてきました。月島在住の三上さんが奥さまに勧められて始めたこのボランティアは、利用者からの申し込みを受け、車いすに乗ったまま乗り降りができるリフト・スロープ付き自動車の運転です。「運転免許は持っているし、専門知識

が要らないから気楽にできると感じて始めました」と語る三上さんにボランティアを長年続けることができた理由を伺うと、あくまでもご自身の経験上と前置きした上でボランティア継続の心得を三つ教えてくれました。

まず一つ目は「ボランティアを始めるに当たっては『初心者』でいい。ボランティアにはいろいろなものがあり、中には資格や勉強が必要なものもあります。そういったものの中から、その時の自分が気楽に始めることができるボランティアを選ぶことが大事だそうです。

二つ目は、「マイペースでいい。」「ハンディキャップの利用の申し込みを受けた際に自分の予定が入っていたら、自分の予定を優先していいのです。自分のペースは大事にしつつ、依頼を引き受けたら、責任を持ってやります」と長く続ける秘訣を話してくれました。

最後に三つ目は、「思いやり、触れ合いを大切に」。ハンディキャップのボランティアでは、三上さんは特に安全運転を心掛け、利用中も思いやりの気持ちを大切に会話していたと語ります。「全く知らない人に車の運転を任せるのだから、安心してもらえるように心掛けてコミュニケーションをとるようにしていました」と三上さん。



▲三上一夫さん

三上さんは日頃からボランティア活動に取り組む中で、区内には個人や団体が行っている素晴らしい活動がたくさんあるにもかかわらず、利用されている方が少ないと感じているそうです。もっと区民の皆さんに活動を知って利用してもらいたいという思いから、地域福祉活動見本市では、福祉活動を紹介する展示や体験コーナーなどの企画を行うと、利用者へのPRを行うとともに、活動の担い手や後継者不足解消のきっかけづくりを行っています。また、「私のように退職して余暇がある人にはぜひ見本市に来て、さまざまな活動を知って参加してみたい。定年退職後の第二の人生でボランティアは最高です」とメッセージをいただきました。

最後に、三上さんが福祉活動やボランティアに関わり続ける理由を伺いました。「困っている人を見たら、『ちょっとした手助け』をできるのが当たり前の社会になってほしいのです。そのための勉強ができる第一歩がボランティアだと思っています」と語る優しい表情に三上さんの強い決意が見えた気がしました。

皆さんも、三上さん流「三つの心得」を持って「ちょっとした手助け」の勉強をしてみませんか。

これからの心得を持って、長年ハンディキャップのボランティアを続けてきた三上さんにやりがいについて聞いてみました。「私は感謝されること、あまり好きではないのですが、照れてしまうかもしれないかもしれません」とほほ笑みながら、「で