

今号の主な内容

- 2面 リサイクル・資源回収にご協力を
- 3面 3月1日(木)～8日(木)は女性の健康週間
- 4面 自殺防止!東京キャンペーン～3月は都の自殺対策強化月間～
- 7～5面 情報コーナー(保健・医療・福祉/講座・催し物/スポーツ/税/その他)

区のおしらせ



中央

3/1

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>

みんなであらす 粋なまち

歩きタバコ

路上で歩きながらタバコを吸っても気を付けばいいだろう



粋

タバコは喫煙所など周りの迷惑にならない場所で吸います



粋

大きな音を立てないように気を付けています



騒音

隣の部屋からまた大きな音が聞こえる



一人一人の思いやりの心

迷惑駐輪

点字ブロックの上に自転車が置いてあって通れない



自転車は駐輪場など決められた場所に置きます

粋



粋

周囲の安全を確認し立ち止まって使用します



ながらスマホ

歩きながらや自転車に乗りながらスマホを使用しても危険ではないだろう



調査・検討してまいります。

東京都2020大会後の晴海地区はダイナミックな変貌をとげる絶好のチャンスで、行政機能、文教施設、医療機関などさまざまな分野を念頭に整備します。一方、名橋「日本橋」上空の首都高速道路の撤去、区役所前の首都高の人工地盤化も調査・検討してまいります。



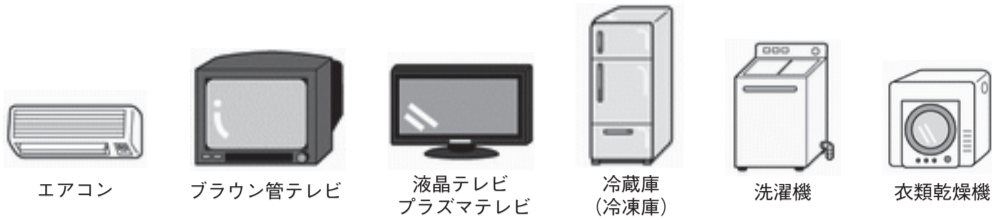
中央区長 多田美穂



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。

家電(エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機)のリサイクル

エアコン・テレビ(ブラウン管・液晶・プラズマ)・冷蔵庫(冷凍庫などを含む)・洗濯機・衣類乾燥機は、家電リサイクル法の対象品目であるため、区では収集できません。以下の方法でリサイクルをお願いします。



- 1 新しく買い替える場合: 新たに購入する家電販売店に回収を依頼してください。
 - 2 単に廃棄する場合: 以前購入した家電販売店に回収を依頼してください。
 - 3 製品を購入した販売店が遠方、廃業、不明の場合: 家電リサイクル受付センターへお申し込みください。
- ◎1~3ともリサイクル料金・収集運搬料金が必要です。
 - ◎収集運搬料金は家電販売店や回収業者などにお問い合わせください。
 - ◎その他、自家用車などで家電の運搬が可能な方は、指定引き取り場所に持ち込むこともできます(収集運搬料金は不要です)。

主な指定引き取り場所 (事前連絡の上、持ち込みをお願いします)

指定引き取り場所	住所	電話
(株)MDロジス東日本サービス江東営業所	江東区新木場1-11-15マルフク産業(株)内	☎(3522)6980
岡山県貨物運送(株)江戸川事業所	江戸川区臨海町4-3-1葛西トラクターミナル2号棟	☎(5667)7060

リサイクル料金(目安)

品目	料金(税抜き)	
エアコン	900円	
テレビ	画面サイズが15型以下	1,700円
	画面サイズが16型以上	2,700円
冷蔵庫(冷凍庫)	内容積が170ℓ以下	3,400円
	内容積が171ℓ以上	4,300円
洗濯機	2,300円	
衣類乾燥機	2,300円	

◎メーカーによって、料金が異なる場合があります。

☎ 家電リサイクル受付センター
☎(5296)7200
◎受け付けは日曜日、年末年始を除く午前8時~午後5時です。
・各メーカーのリサイクル料金について(一財)家電製品協会家電リサイクル券センター
☎(0120)319640
◎受け付けは日曜日、祝日を除く午前9時~午後6時です。
HP <http://www.rkc.aeha.or.jp>

リサイクル・資源回収にご協力を

家電のリサイクル

不用になったエアコン・テレビ・冷蔵庫(冷凍庫などを含む)・洗濯機・衣類乾燥機は家電リサイクル法により、リサイクルすることが義務付けられています。家電リサイクル法では、家

電製品の販売店に収集運搬の義務を、家電メーカーなどにリサイクルの義務を課し、家電製品を使った消費者(排出者)がそのための費用を負担するという役割分担により、再商品化などを行っています。廃棄物を減量するとともに、資源の有効利用を推進するため、皆さんのご協力をお願いします。

プラスチック製容器包装の資源回収

区ではプラスチック製容器包装を資源として「プラマークの日」に集積所で回収しています。

回収した資源は、土木建築用の資器材や化学繊維、肥料の原料になる薬品などにリサイクルされています。限りある資源を有効に活用するため、プラスチック製容器包装の回収に一層のご協力をお願いします。◎事業所から出す場合は有料です。必ず容量に応じた中央区の「有料ごみ処理券」を貼って出してください。

プラスチック製容器包装の回収

プラスチック製容器包装とは、食料品や日用品の包装などに使われていて、中身の商品を出したり、使ったりした後に、不用になるプラスチック製の入れ物や袋のことです。



このマークが目印です。このマークが付いた、汚れがないプラスチックを資源として「プラマークの日」に回収します。



品目ごとに分けず、中身の見えるごみ袋にまとめて入れて、当日の午前8時までに集積所に出してください。

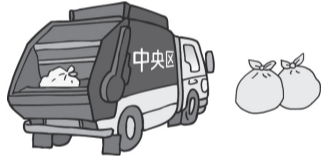
- 注意**
- ・軽くすすぐか、紙などで拭き取って、汚れを落としてください。汚れが落ちないものは、「燃やすごみの日」に出してください。
 - ・ペットボトル本体は、「資源の日」に出してください。
 - ・袋に入れる際には、ごみ袋を二重にして出さないでください。
- ◎汚れたものやプラスチック製容器包装でないものを出すと、資源にならず、また処理費用も多くなりますので、分別にご協力をお願いします。

ペットボトルの資源回収

区では「資源の日」にペットボトルを集積所で回収しています。

回収したペットボトルは衣料品や再生ペットボトルの材料などにリサイクルされています。

リサイクルを推進するため、ペットボトルの適切な分別に一層のご協力をお願いします。◎事業所から出す場合は有料です。必ず容量に応じた中央区の「有料ごみ処理券」を貼って出してください。



ペットボトルの回収



このマークが目印です。「資源の日」に回収しているペットボトルは左のマークが付いているペットボトルです。

ペットボトルは下図の手順で出してください。



中身の見えるごみ袋にまとめて入れて、当日の午前8時までに集積所に出してください。

注意

ペットボトルのキャップとラベルは、「プラマークの日」に出してください。

◎キャップやラベルを外していないものや汚れたペットボトルがあると、適正にリサイクルすることができません。リサイクルを意識してキャップやラベルを外し、汚れをきちんと落としたいきれいなものを正しく分別しましょう。

「ごみ」と「資源」の分け方・出し方の冊子の配布

区では、プラスチック製容器包装やペットボトルなどの収集曜日、他、ごみと資源の分別方法や、集団回収・拠点回収などさまざまな回収方法をご案内する「ごみ」と「資源」の分け方・出し方を区内全世帯に配布しています。分別の分りにくいごみや資源の分別ポイント、回収されたごみや資源の行方について記載しており、清掃・リサイクル事業への理解と学習についてもご利用いただけます。お手元に置いて正しい分別にご協力ください。



▲冊子の表紙

ごみ・資源のふれあい収集

ごみや資源を自分で集積所に出せない高齢者などに対して、職員が玄関先まで訪問して収集する「ふれあい収集」を実施しています。その際、ご要望に応じて声掛けなどの安全確認も行います。利用できる方

ごみや資源を集積所(粗大ごみは屋外)に運び出すことが困難で、身近な人の協力を得ることができない65歳以上の高齢者や障害者などの世帯

◎粗大ごみは事前申し込みにより室内から運び出し、収集を行います。

☎ 中央清掃事務所作業係

☎(3562)1521

3月1日(木)～8日(木)は 女性の健康週間

近年、女性を取り巻く環境が大きく変化し、女性のライフスタイルも大幅に変化してきました。

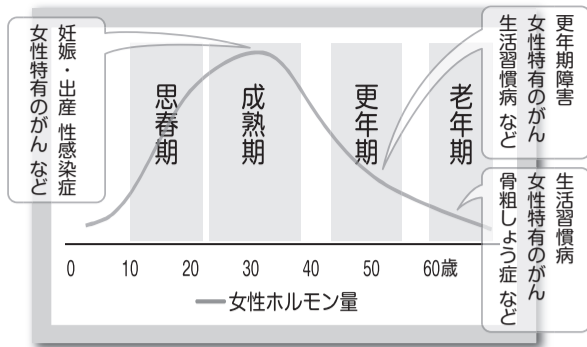
ライフステージと体の変化
女性には、一生のうちに思春期、成熟期、更年期、老年期という4つのライフステージがあり、女性ホルモンの量が大きく変化します(別図参照)。それに伴い、女性特有の心身の変化が起こりやすく、心身に不調を感じる女性も多くなっています。

年齢によって注意したい症状や病気も異なります。女性ホルモンによる心身の変化を知り、上手にセルフケアしていきましょう。また、気になる症状があるときは早めに婦人科を受診してください。

子宮がん・乳がん検診を受けましょう

女性特有のがんである子宮がん・乳がんは増加傾向にあります。都では、20代から30代の女性に多い子宮頸がんの

別図



更年期障害
女性特有のがん
生活習慣病など

生活習慣病
女性特有のがん
骨粗しょう症など

フステージに合わせた健康について考えてみませんか。

生活習慣病予防講演会
便秘に悩む女性に朗報! 気付いていますか? からだからのお便り

早期発見に向けた、がん検診受診の呼び掛けを「女性の健康週間」に合わせて行っています。早期の段階では自覚症状はほとんどありません。早期発見・早期治療のために、2年に1度、検診を受けましょう。

区では、子宮がん・乳がん検診を無料で受けられる受診券を発行しています。対象者など詳しくはお問い合わせください。

☎(3546)5397

更年期障害は予防が大切
閉経を挟んで前後5年を更年期といいますが、この時期になると女性ホルモンの分泌が急減し、のぼせ・火照り・手足の冷え・動悸・不眠・いらいらなど、心身にさまざまな症状が現れることがあります。ホルモン補充療法や漢方などによる治療が一般的ですが、生活習慣を見直すことで予防もできます。

女性の健康を守るポイント
どのライフステージにあっても健康に楽しく過ごしていくために、毎日の生活を見直し、できることから少しずつチャレンジしてみよう。
・規則正しい生活を送りましょう
・バランスの良い食事を心がけましょう
・睡眠を十分に取らしましょう
・適度な運動をしましょう
区では、生活習慣病予防に関する講演会を開催しています。これを機に、女性のライフ

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

若者のトラブル110番

社会的経験が少ないことや契約行為に慣れていないことなどにつけこんだ若者を狙う悪質商法が報告されています。中央区消費生活センターでは、都と連携して若者(29歳以下の方)を対象とした特別相談「若者のトラブル110番」を実施します。不安なことや疑問に思ったことなど、お気軽にご相談ください。

日時
3月12日(月)・13日(火)
午前9時～午後4時



対象
区内在住・在勤・在学で29歳以下の方
消費生活相談専用電話
☎(3543)0084
☎(3546)5727
中央区消費生活センター
☎(3546)5332

確定申告のご案内

申告書の提出および納付期限
所得税および復興特別所得税・贈与税
3月15日(木)まで
個人事業者の消費税および地方消費税
4月2日(月)まで
財産債務調査・国外財産調査
3月15日(木)まで
◎納税は、便利な振替納税をご利用ください。
申告書にはマイナンバーの記載が必要です
平成28年分以降、所得税な

どの申告書には、税務署へ提出する都度、「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」が必要になりました。

医療費控除を受けるための手続きの変更
平成29年分の確定申告から領収書の提出が不要となり、「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。

◎「医療費控除の明細書」は国税庁のホームページからダウンロードできます。
◎詳しくは国税庁のホームページをご覧ください。

申告書作成会場のお知らせ
日時
3月15日(木)まで(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)
会場
東京国税局1階(築地5-3-1)
◎受付終了時間(午後4時)間際は、大変混雑します。なるべくお早めにお越しください。
◎日本橋・京橋税務署の庁舎内に、申告書作成会場は設置していません。
◎国税庁のホームページにある「確定申告書等作成コーナー」で確定申告書などの作成ができます。
◎東京国税局電話相談センター(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(木)までは0番を選択
日本橋税務署
☎(3663)8451
京橋税務署
☎(4434)0011
HP 国税庁
<http://www.nta.go.jp>

60歳からの「ゆるゆる講座」前期分受講者募集

運動機能や栄養状態の改善、認知機能の向上などに役立つ1回完結型の講座を行います(別表のとおり)。

またゆるゆる講座では、既存の区内サークルや講座・イベントの紹介も行います。ご自身の健康増進や生きがいづくりのため、お気軽にご参加ください。

対象
要支援・要介護認定を受けていない60歳以上の区内在住者
費用
無料
月島社会教育会館
☎(3531)6367
日本橋社会教育会館
☎(3669)2102

申し込み方法
別表の申込開始日の午前9時から各社会教育会館窓口または電話で申し込む。
◎受講決定後であっても、参加者の健康面での安全と教室運営上の事故防止のため、教室への参加をご遠慮いただく場合がありますのでご了承ください。

築地社会教育会館
☎(3542)4801
日本橋社会教育会館
☎(3542)4801

日時	講座名など	定員	開催館	申込開始日
4月12日(木)	貯筋運動教室 [持ち物]上履き、スポーツタオル、飲料	各60人(先着順)	築地社会教育会館	3月11日(日)
25日(水)	全身で歌うゴスペル			4月11日(水)
5月10日(木)	フラダンスで基礎代謝アップ!	150人(先着順)	月島社会教育会館	5月11日(金)
19日(土)	漢字で脳トレ			
6月5日(火)	出前歌声喫茶「ともしび」	60人(先着順)	日本橋社会教育会館	6月11日(月) ◎申込締め切り日は25日(月)
20日(水)	マルチな同時動作で楽しく脳活			
7月10日(火)	簡単!美味しい!缶詰レシピ(※1) [持ち物]エプロン、三角巾、手拭きタオル	25人(※2)	日本橋社会教育会館	6月11日(月)
23日(月)	大人の朗読	各60人(先着順)	築地社会教育会館	6月11日(月)
8月8日(水)	コーラスって素敵!			7月11日(水)
25日(土)	詰将棋入門	各60人(先着順)	築地社会教育会館	8月11日(祝)
9月7日(金)	基礎ヨガ教室 [持ち物]上履き、スポーツタオル、飲料			
21日(金)	健康体操教室 [持ち物]上履き、スポーツタオル、飲料			

(※1)原材料に卵、小麦、乳、エビ、山芋を使用します。
(※2)申し込み多数の場合は抽選です(抽選結果は郵送でお送りします)。

別表1 相談窓口一覧

Table with 4 columns: 相談窓口, 内容, 電話番号など, 受付時間など. Lists various consultation services like mental health, legal, and consumer support.

自殺の現状 平成29年の全国の自殺者数は2万1302人(厚生労働省暫定値)と8年連続で減少しているものの、毎日60人近くの方が、自殺で亡くなっている計算になります。

自決防止! 東京キャンペーン 3月は都の自殺対策強化月間

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

別表2 自殺防止!東京キャンペーン相談窓口

Table with 3 columns: 相談窓口, 期間, 電話番号. Lists specific suicide prevention consultation services and their schedules.

心を抱えながら、サインを発していることが今までの調査・研究で分かっています。気分が落ち込む、涙もろくなる、不安が強くなる、よく眠れない、酒量が増える、仕事の負担が急に増える、大きな失敗をする、職場や家庭でサポートが得られない、本人にとって価値のあるもの(職・地位・家族・財産など)を失う、重症の体の病気になる、自殺をほめかす、自殺未遂に及ぶなどは、「体と心の限界サイン」です。

別表3

Table with 2 columns: 日時, 会場. Lists the date and venue for the suicide prevention campaign.

◎キャンペーンは配布物がなくなり次第終了します。

サークル体験ウィーク 3月19日(月)～25日(日) 内容: 趣味や勉強会など、生涯学習活動をお探しの方と、新しい仲間を増やしたいサークルとの橋渡しを行う催しです。



▲昨年の様子

区民文化祭「合同展」 日時: 3月23日(金)～25日(日) 午前10時～午後4時 会場: アートはるみギャラリー

情報コーナー(6面からのつづき)

税

原動機付自転車、軽自動車などの廃車の届け出はお済みですか

軽自動車税は、4月1日現在、バイクや軽自動車などを所有している方に課税されます。

譲渡、売却、解体などで車両を手放したり、盗難に遭った場合は必ず廃車の届け出をしてください。

3月30日(金)までに届け出がない場合、平成30年度も課税されますのでご注意ください。

☎125cc以下のバイク・小型特殊自動車について

税務課管理係
☎(3546)5267

・125ccを超えるバイクについて
東京運輸支局
☎050(5540)2030

・三輪、四輪の軽自動車について
軽自動車検査協会東京主管事務所
☎050(3816)3100

その他

住所変更の届け出を忘れずに

就職や転勤、入学などで区内に引っ越してきた方や区外に引っ越す方は、住所変更(住民登録)の届け出が必要です。住民登録は、住んでいる所を証明し、選挙の投票、小・中学校への就学、住民税や国民年金・国民健康保険の手続きなど社会生活における行政サービスの基礎となります。

[区内に引っ越してきた方]

引っ越した日から14日以内に、前住所地の区市町村で交付された転出証明書およびマイナンバーの通知カードまたはマイナンバーカードを持参の上、区役所または日本橋・月島特別出張所で転入の届け出をしてください。

なお前住所地で転出証明書の発行を受けない特例転出の手続きをされた方は、マイナンバーカードまたは住民基本台帳カード(いずれも失効していないものに限り)を提示して特例転入の手続きができます。カードに設定した暗証番号を入力していただきますので、確認の上、お越しください。

◎毎月第3土曜日翌日の日曜日は、特例転入の手続きはできませんが、システム保守のためマイナンバーカードの継続利用などの処理はできませんのでご了承ください。

◎外国籍の方は、在留カードまたは特別永住者証明書の裏に新住所を記載しますので、お持ちください。

◎詳しくはお問い合わせください。

[区外に引っ越す方]

引っ越す予定の方や引っ越した方は区役所または日本橋・月島特別出張所で転出の届け出をしてください。

[区内での引っ越しなど]

区内での引っ越し、世帯主の変更などがあったときも、届け出をしてください。

[本人確認書類]

虚偽の届け出や不正な請求を防止するため、本人を確認する書類とし

て運転免許証、パスポート、マイナンバーカード、健康保険証などの提示をお願いします。

なお代理人の場合は、委任状、委任者および代理人の本人確認書類が必要です。

[実態調査]

住民基本台帳は、各種行政サービスの基礎データとなるものであり、その記載内容は居住実態と一致している必要があります。このため、区では住民基本台帳の記録の正確性を確保するため、実態調査を随時行っています。

区民の皆さんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

☎区民生活課総合窓口係

☎(3546)5320

日本橋特別出張所区民係

☎(3666)4253

月島特別出張所区民係

☎(3531)1153

コミュニティふれあい銭湯

☎3月9日(金)・23日(金)

◎3月9日はマーガレットの湯

☎場区内公衆浴場

☎費100円(敬老入浴証持参者と小学生以下は無料)

☎場地域振興課区民施設係

☎(3546)5623

中央区かえで学級

区では、知的障害のある方を対象に、社会の中で自立して生きていく力を身に付けることを目的として、中央区かえで学級を開設し、学級生を募集しています。

調理実習や施設見学の他、華道・手芸・運動部に分かれての学習、電車ハイク、宿泊研修会などを行っています。さらに、他区の学級と合同レクリエーションなどの交流も行っており、さまざまな学習機会を提供しています。随時見学・申し込みを受け付けていますので、詳しくはお問い合わせください。

☎原則15歳以上(中学生を除く)の知的障害のある方で、中央区の特別支援学級(心身障害学級)の卒業生、または区内在住・在勤者

[活動期間] 4月22日～平成31年3月10日の原則毎月第2・4日曜日(年間19回21日開催)

原則午前9時30分～午後3時30分

◎学習内容によって変動あり

[活動場所] 主に銀座中学校

☎文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5525

中央区かえで学級助手募集

☎知的障害児・者に対する知識や指導の経験があり、意欲のある方

[募集人数] 若干名

[選考方法] 書類選考および面接

[職務内容] 学級生および講師の補助(ボランティア)

[かえで学級活動内容] レクリエーション、スポーツ、調理実習、校外学習、宿泊研修会など

[活動期間] 4月22日～平成31年3月10日の原則毎月第2・4日曜日(年間19回21日開催)

原則午前9時～午後4時30分

◎学習内容によって変動あり

[活動場所] 主に銀座中学校

[謝礼] 有

◎詳しくはお問い合わせください。

☎3月22日(必着)までに区役所6階文化・生涯学習課で配布する申込書に必要事項を記入し、持参または郵送で申し込む。

◎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。

◎参加可能日の相談にも応じますので、お問い合わせください。

☎〒104-8404

中央区築地1-1-1

文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5525

平成29年度大気中のアスベスト濃度調査結果

アスベスト濃度調査を区役所、日本橋・月島区民センターの3カ所で実施しました。結果は別表のとおりで、総繊維数濃度は<0.056~0.056本/ℓとなりました。

アスベストには環境基準が設定されていませんが、世界保健機関(WHO)の環境保健クライテリア(人の健康や環境に対し化学物質などが与える影響についての評価)では、「世界の都市部の一般環境中のアスベスト濃度は1~10本/ℓ程度であり、この程度であれば健康リスクは検出できないほど低い」とされています。

今回の調査では、アスベストは検出されませんでした。

☎環境政策課環境計画調整係

☎(3546)5407

別表

調査地点	総繊維数濃度平均値(本/ℓ)
区役所	0.056
日本橋区民センター	<0.056
月島区民センター	0.056

◎調査日:平成29年10月24日~27日のうち3日間

◎本/ℓ:空気1ℓ中に含まれる総繊維の本数

◎総繊維数濃度:アスベスト繊維以外の繊維も含み、長さ5μm以上、幅3μm未満でかつ長さとの比(アスペクト比)3:1以上の繊維状物質の濃度

統計調査員(登録者)募集

区では、総務省や経済産業省などが主管する各種統計調査に従事する調査員を募集しています。

区内の住宅や事業所などを訪問し、調査票の配布・回収を行います。

なお統計調査は年1回程度実施しておりますが、登録後すぐに調査への従事をお願いできない場合もあります。

☎20歳以上の方ならどなたでも(経験の有無、区内在住・在勤の別などは不問)

☎履歴書を郵送または新富分庁舎3階調査統計係に持参する(電子申請も可)。

◎詳しくはお問い合わせください。

☎〒104-0041

中央区新富1-13-24新富分庁舎

3階

区民生活課調査統計係

☎(3553)7313

中小企業などの展示会 出展費用補助(上期分)

☎区内の中小企業

・区内の中小企業などで組織する商

工業団体

[補助対象経費]・会場使用料(小間料)

・展示装飾に要する経費

・出品物の運搬に係る経費

◎4月1日(日)から9月30日(日)までに開催される展示会が対象となります。終了後の申請はできません。

[補助金額] 対象経費の総額の2分の1、限度額150,000円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)

[補助予定件数] 25件

◎予定件数に達した時点で終了します。

[必要書類] 補助金交付申請書、展示会等出展事業計画書、見積書、会社概要、出展する展示会などの概要が分かるもの

◎補助金交付申請書、展示会等出展事業計画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。

[申請受け付け開始日時] 3月23日(金) 午前9時~

[申請受付場所] 区役所8階第5会議室

[補助金交付回数の制限] 補助金の交付は年度内1回限りで、平成28年度からの通算で3回までとなります。

平成28年度および29年度に交付を受けた方は最後の申請となります。

◎申請方法など詳しくはお問い合わせください。

☎商工観光課中小企業振興係

☎(3546)5487

中央区内共通買物券(ハッピー買物券)の使用期限は3月31日(土)まで

期限を過ぎた券は使用できなくなりますので、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。

◎登録店一覧は区のホームページをご覧ください。

☎商工観光課中小企業振興係

☎(3546)5487

小・中学生に防犯ブザーを配布

子どもたちが安全に登下校できるように、区では子どもたちの安全対策に取り組んでいます。

その一環として、子どもたちが犯罪や事件に巻き込まれそうになった時に、周囲へ危険を知らせるための防犯ブザーを区内在住・在学の小・中学生に配布しています。

区立小学校新1年生の児童には、入学先の学校で全員に配布します。

区立小・中学校に新たに転入の方は、学校に申し出てください。

私立などの小学校に入学する方、または区内の私立学校在学者で希望する方は、4月2日(月)から随時配布しますので、区役所6階学務課へお越しください。

[学務課配布時の確認書類]

・区内在住で私立学校などへの入学者

申請者の本人確認ができるもの(健康保険証など)

・区内にある私立校在学者(区外在住者)

在学証明書または学生証

☎無料(配布は1人1個)

☎学務課学事係

☎(3546)5513

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 (7面からのつづき)

映画鑑賞会

日 3月17日(土) 午後2時~
場 京橋図書館鑑賞室
[上映作品]「山河遙かなり」(洋画 105分)
定 25人(先着順)
費 無料
◎当日、直接会場へお越しください。
◎作品の概要についてはお問い合わせください。
問 京橋図書館
☎(3543)9025

春休み子ども会

京橋図書館
日 3月27日(火)
午後3時30分~4時30分
場 京橋図書館鑑賞室
対 幼児・小学生
内 大型絵本「999ひきのきょうだい」他
定 80人(先着順)
日本橋図書館
日 3月26日(月)
午後3時~4時
場 日本橋図書館6階ホール
対 幼児・小学生
内 大型絵本「そらまめくんのベッド」他
定 70人(先着順)
月島図書館
日・対 3月28日(水)
・0~2歳向け
午後2時30分~3時
・幼児・小学生向け
午後3時30分~4時
場 月島社会教育会館4階和室
内 ・0~2歳向け
大型絵本「ぴょーん」他
・幼児・小学生向け
大型絵本「どうぶつしんちょうそくてい」他
定 80人(先着順)

共通
費 無料
◎当日、直接会場へお越しください。
問 京橋図書館
☎(3543)9025
日本橋図書館
☎(3669)6207
月島図書館
☎(3532)4391

もっと知りたい!第2日曜日は天文・宇宙のトビラ
アルマ望遠鏡で挑む暗黒の宇宙
日 3月11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 地球はどのように生まれたのか。その謎を解くヒントは、宇宙に浮かぶ暗黒宇宙の中にあります。アルマ望遠鏡が解き明かす暗黒星雲の姿を紹介します。
[講師] 国立天文台チリ観測所助教 平松正顕
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受付で配布します。
問 郷土天文館「タイムドーム明石」
☎(3546)5537

郷土天文館・冬の歴史リレー講座

中央区で語る~つながる江戸・東京
日 3月17日(土) 午前10時~正午
場 教育センター5階視聴覚ホール
内 五街道の基点である本区と近隣他区との歴史的・文化的な関連性や比較などを中心に、本区の魅力を再発見する歴史講座です。
[テーマ] 都市災害の歴史と記録ー寛保二年江戸大洪水
[講師] 中央区文化財保護審議会委員 北原糸子
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

特別展「人体ー神秘への挑戦ー」関連文化講演会

日 4月10日(火) 午後6時50分開演(午後6時20分開場)
場 日本橋公会堂ホール(日本橋劇場)
対 区内在住・在勤者
内 国立科学博物館で開催(3月13日(火)~6月17日(日))される特別展「人体ー神秘への挑戦ー」に関する講演会を、NHKと共催で開催します。
[講師] 国立科学博物館名誉研究員 山田 格
定 424人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
日 3月22日(必着)までに往復はがき(1人1枚限り)に①特別展「人体」関連文化講演会②~⑤(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。
◎講演会受講者には、本展の招待券を1人1枚差し上げます。
◎料金不足の往復はがきは返却します。
問 〒104-0041
中央区新富1-13-24
中央区文化・国際交流振興協会
☎(3297)0251

スポーツ
水中エクササイズ教室
日 4月21日~6月30日の毎週土曜日(5月5日を除く) 計10回
午前10時30分~12時30分
場 日本橋小学校温水プール
対 50歳以上の区内在住・在勤者
内 中高年齢の方を対象とし、リズムに合わせて全身を動かす水中運動の教室です。泳げない方でも楽しめます。
定 50人(申し込み多数の場合は抽選)
費 ・教室専用水泳帽代 550円
・施設使用料(毎回必要)
65歳以上の区民 無料
区民 350円
在勤者 500円
日 3月15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⑦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。
◎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

共通
費 無料
◎当日、直接会場へお越しください。
問 京橋図書館
☎(3543)9025
日本橋図書館
☎(3669)6207
月島図書館
☎(3532)4391

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。当選した方には、ご案内を同封します。
◎学校行事の都合により、開催回数が増える場合があります。
問 スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
FAX(3546)9561

第29回中央区児童館合同スポーツ大会 go!go!ドッジボール

日 3月27日(火)
午前10時~午後4時
場 総合スポーツセンター
対 区内小学生

中央区地域スポーツクラブ大江戸月島 平成30年度会員募集中

対 区内在住・在勤・在学者
内 別表2のとおり
◎各種プログラムに参加するには会員登録が必要です(年会費は高校生以上3,000円、子ども2,000円、65歳以上2,200円。保険料含む)。
◎詳しくは中央区地域スポーツクラブ大江戸月島のホームページをご覧ください。
別表2

Table with columns: プログラム名, 会場, 対象, 費用. Lists various sports programs like 児童体操, フットサル, 元プロ野球選手, etc., and their respective fees and locations.

(※1)事前申し込みが必要です。(※2)コースによって開催時間や指導者などが異なります。(※3)対象によってクラスが分かれています。詳しくはホームページをご覧ください。

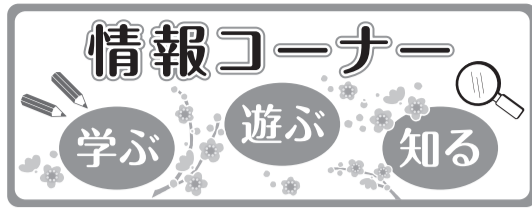
[試合方法] 児童館対抗のリーグ戦。低学年チーム(15人)、高学年チーム(10人)ごとに試合を10分で行う。
[申込期間] 3月1日(木)~15日(木)
◎申し込み方法などは参加を希望する児童館(別表1のとおり)に直接お問い合わせください。

別表1: Table with columns: 児童館名, 電話番号. Lists children's centers like 築地児童館, 新川児童館, etc., and their phone numbers.

◎平成29年度に入会の方も平成30年度に参加する場合は、再度入会の手続きをお願いします。
問 中央区地域スポーツクラブ大江戸月島事務局
☎070(6980)6899
(土・日曜日の午前10時~午後3時。平日は、Eメールでお願いします)
HP 中央区地域スポーツクラブ大江戸月島
http://chuo-sports.com
E info@chuo-sports.com

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



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

保健・医療・福祉

東京都大気汚染医療費助成制度の変更

4月1日(日)から一部自己負担金が生じます。

対現在認定されている方で、生年月日が平成9年4月1日以前の方

内認定疾病にかかる医療費で、同じ月に支払った分を合算します。そのうち自己負担限度額(6,000円)までを自己負担し、それを超える部分を今までどおり助成します。

[制度の利用方法]

認定疾病の診療を受診する際、健

康保険証と一緒に医療券と自己負担限度額管理票を医療機関(病院や薬局)の窓口で必ず提示してください。

◎自己負担限度額管理票と4月から使用する医療券(いずれもピンク色)を1月から2月にかけて発送しました。お手元がない場合はお問い合わせください。

◎生年月日が平成9年4月2日以降の方は、今までどおり認定期間中の自己負担はありません。

問福祉保健部管理課保健係

☎(3546)5400

都福祉保健局健康安全部環境保健衛生課

☎(5320)4492

病児・病後児保育事業

入院加療の必要のない病中のお子さん(病児)または病気回復期のお子さん(病後児)を、保護者が家庭で看護することができないとき、預かり保育をします。なお、利用日当日は入室前診断が必要です。

[利用日時]月~金曜日(祝日、年末年始、入室前診断実施医療機関の臨時休業日を除く)

午前9時~午後5時30分

[保育室・入室前診断実施医療機関]別表のとおり

別表

Table with 3 columns: 病児・病後児保育室, 定員, 入室前診断実施医療機関. Includes details for 聖路加国際病院附属保育所 and others.

対区内在住の生後7カ月~小学校3年生のお子さん

費子ども1人につき1日2,000円

◎昼食・おやつが必要な場合は各自持参となります。

◎所得要件に応じて利用料の助成制度があります。

[利用方法]事前に各保育室または子ども家庭支援センターで利用登録をして、利用日の前日までに保育室へ予約してください。

◎詳しくはお問い合わせください。

問子ども家庭支援センター事業係

☎(3534)2103

講座・催し物

育児中のママやパパたちのための「ほっと一息私の時間」

日3月20日(火)

午前10時~11時30分

場女性センター「ブーケ21」

対区内在住で幼稚園や保育園に入園していないお子さんの保護者

[テーマ]消しゴムでお名前はんこ作り~お子さんの持ち物(ハンカチなど)に押し使えるかわいいはんこの作り方や活用方法を紹介します~

[講師]消しゴムはんこ作家 津久井 智子

定12人程度(先着順)

費無料

[持ち物]筆記用具

日3月5日(月)午前9時から電話で申し込み。

[託児]生後3カ月~未就学のお子さんをお預かりします。希望する方は、参加申し込みの際に一緒にお申し込みください(月齢により定

員あり)。

問総務課女性施策推進係

☎(5543)0651

パソコン講座 Excel2013初級編

日4月23日(月)~27日(金) 計5回 午後6時30分~8時30分

場ハイテクセンター

パソコン研修室

対中小企業に勤務する区内在住・在勤者でマウス操作および文字入力操作のできる方

内Windows7を使用してのExcel2013の基本技能習得

- ・Excelの概要 表の作成と編集 計算式と関数の設定 表のレイアウト設定 グラフの作成と編集 など

定20人(申し込み多数の場合は抽選) 費6,000円

日3月23日(必着)までに往復はがきに①~⑤(7面記入例参照)⑥勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して申し込み。



問〒104-0061

中央区銀座4-9-8 NMF銀座四丁目ビル2階 レッツ中央(中央区勤労者サービス公社)

☎(3546)8610

バスツアー

潮干狩りと漁港直送の活貝焼きバイキング

日5月13日(日)

・集合 午前7時15分 三原橋地域安全センター(旧銀座三原橋交番)前

・解散 午後4時(予定)

[行き先]

- ・牛込海岸(木更津/潮干狩り) 漁師料理かなや(金谷/昼食) ザ・フィッシュ(金谷/買い物)

◎旅行業者の添乗員が同行します。

対中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同居家族

定43人(申し込み多数の場合は抽選) 費大人 6,500円

小人(3歳~小学生) 4,500円 ◎バス代、潮干狩り代(大人2kg・小人1kgまで、貸し熊手・網袋付き)、海の家休憩料、昼食代などを含みます。

日3月23日(必着)までにはがき(1グループ4人までで1枚限り)に「バスツアー」と明記し、①申込代表者の氏名・住所・電話番号・勤務先(名称・所在地・電話番号)②参加人数と全員の氏名・年齢を記入して申し込み。

[旅行企画・実施]

(株)パンプキントラベル(東京都知事登録旅行業第2-4719号)

◎本バスツアーはレッツ中央(中央区勤労者サービス公社)の助成対象事業です。

問〒160-0004

新宿区四谷1-13カタオカビル1階 (株)パンプキントラベル「レッツ中央」係

☎(5367)2271

(受け付けは平日の午前9時30分~午後6時30分)

いきいき勝どき講座案内

初心者英会話

日4月3日~9月25日の毎週火曜日 午後3時15分~4時15分

定21人

初心者オカリーナ

日4月11日~9月26日の第2・4水曜日 午後2時15分~3時15分

定21人

実用書道

日4月9日~9月24日の第2・4月曜日 午後1時~3時

定16人

はがき絵

日4月18日~9月19日の第3水曜日 午後2時~4時

定21人

陳式太極拳

日4月5日~9月20日の第1・3木曜日 午前10時~11時

定18人

はじめてのヨガ

日4月5日~9月20日の第1・3木曜日 午後3時~4時

定20人

共通

場いきいき勝どき大広間

対60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)

費無料

日3月14日(水)までに窓口で直接申し込み(電話申し込み不可)。

◎申し込み多数の場合は抽選です。 ◎受講決定者は3月20日(火)以降館内に掲示します。

問いきいき勝どき(勝どき敬老館)

☎(3531)3258

中央区文化推進事業助成対象事業 中央区第九記念合唱団創立十周年記念築地本願寺公演

「中央区讃歌」オリジナル組曲発表コンサート

日3月25日(日)

午後4時開演(午後3時30分開場)

場築地本願寺本堂(築地3-15-1)

[プログラム]宮原芽映作詞、山本純ノ介作曲「りこるど」より「歌は君」/東龍男作詞、山本純ノ介作曲「うたのふるさと・わがまち」組曲

費無料

◎当日、直接会場へお越しください。 [後援]中央区、中央区教育委員会他

問NPO法人中央区第九記念合唱団

fax(5547)4851

E chuono9@gmail.com

結婚活動支援事業 「銀座出会いの広場」

日5月13日(日) 午後4時~

場銀座ブロッサム(中央会館)

対30歳以上45歳以下の区内在住・在勤の独身の男女

内全員との自己紹介の後、銀座ブロッサム自慢の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。

定男女各10人(申し込み多数の場合は抽選。申し込み状況により人数を調整する場合があります)

費5,000円

日4月13日(金)までに「銀座出会いの広場」のホームページから申し込み。接続環境のない方は銀座ブロッサム受付窓口で直接申し込み。

◎参加には、顔写真付きの本人確認書類、独身証明書、区内在勤者は証明が必要です。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。

◎インターネットでの申し込みは、一部の端末では利用できない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

問中央区銀座2-15-6

銀座ブロッサム(中央会館)

☎(3542)8585

HP銀座出会いの広場

http://ginza-blossom.jp/encounter/

(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)、J:COM東京のケーブルテレビ111チャンネル(毎日PM0:15・PM8:15)で放送しています。

トピックス



サークル発表会

2月10日、11日の2日間にわたり、日本橋社会教育会館で第26回サークル発表会が開催されました。今年には56団体の皆さんが参加し、日頃の活動の成果を披露しました。観覧に訪れた皆さんは、合唱や演奏、ダンス、詩吟など多種多彩な演目を大いに楽しみました。

6月18日(月)から7月17日(火)まで空調設備改修工事を行うため休館します。ご利用の皆さんにはご不便をお掛けしますが、ご理解、ご協力をお願いします。
勝どき区民館の休館
(3531)0592
(3546)5622

勝どき区民館の休館

全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉試験放送の実施

防災行政無線(屋外スピーカー)と緊急告知ラジオを活用し、全国瞬時警報システム(Jアラート)の試験放送を実施します。ご理解、ご協力をお願いします。
実施日時
3月14日(水) 午前11時ごろ(全国一斉実施)
放送内容
「これはJアラートのテストです」を3回、「こちらはぼうさいいちゅうおうです」を1回放送します。
(3546)5087

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

「区のおしらせ 中央」のリニューアル

読者の皆さんにとって、より読みやすく、親しみやすい広報紙となるよう、4月1日号から紙面構成をリニューアルします。
リニューアルの内容
現在、縦書きと横書き混在スタイル(右とじ・ページ右開き)のレイアウト・デザインを変更し、紙面を横書き(左

とじ・ページ左開き)に統一します。紙面を横書きにすることで、目線の動きがスムーズになり、読みやすくなります。今後とも良い紙面づくりに努めてまいります。
(3546)5217

日程
3月1日(木)~31日(土)
内容
京橋・銀座・築地・日本橋・人形町・月島の商店街や観光所を巡るスタンプラリーです。
4カ所以上のスタンプを集めた方に先着でオリジナル参加賞を差し上げます。さらにアンケートに答えると抽



HP https://centraltokyo-tourism.com/news
(6262)6481



選で特別賞が当たります。
スタンプ設置・台紙配布場所
中央区観光情報センター、G Info(銀座観光案内所)、ぶらっと築地、日本橋観光案内所、人形町商店街協同組合事務所前、月島もんじゃ振興会協同組合事務所
時間は各スタンプ設置場所の営業時間内となります。
詳しくは、中央区の観光情報公式サイト(Central Tokyo for Tourism)の「お知らせ」欄をご覧ください。
中央区観光情報センター
(6262)6481



▲鈴木一男さん

日本から直行便で約9時間インド洋に浮かぶ小さな島国スリランカ。多くの世界遺産を有し、美しい大自然に囲まれていることから、観光地としても人気を集めています。今回は、そのスリランカへの支援活動を30年以上にわたり行っている「ワンワールド・ワンピープル協会」会長の鈴木一男さんにお話を伺いました。

中央区に本部を置く「ワンワールド・ワンピープル協会」は昭和62年に鈴木さんが立ち上げて以来、スリランカの農村での幼稚園や井戸の建設、衛生教育、災害時の緊急支援などの活動を行っており、現在約200人の会員が所属しています。区内では長年、健康福祉まつりや国際交流のつどいに出席し、スリランカミルクティを紹介するなど、日本とスリランカとの交流の橋渡しも行っています。

鈴木さんがこの活動を始めたきっかけは、海外のセミナーで出会った方の「時間やお金、知識など各自が持っている力を出し合えば世の中を少

でも良くしていける」という考え方に感銘を受け、スリランカ支援のための募金活動を始めたことだそうです。その後、スリランカ農村部の教育環境や衛生環境を実際に見て、自分にもできることがあるのではないかと考え、活動を本格的に始めました。それから30年、現在までに幼稚園は200園以上、井戸は350基以上建設してきました。

協会では、毎年夏にスリランカの農村でホームステイをしながら村人や子どもたちと一緒に井戸やトイレなどを建設するスタディ・ツアーを行っています。「支援」というと、最初は「いろいろなことをしてあげたい」と意気込んで日本をたつ参加者も、いざ現地に着きスリランカの人たちと触れ合うと、その家族のような愛情の深さに感動し、現地の方たちへの感謝の気持ちでいっぱいになって帰国するそうです。また、幼稚園などの完成式典では、現地の子どもたちが歌を歌ってくれるなど、喜んでくれることがとてもうれしい、と笑顔で語ってくれました。

こうした活動の中で印象に残っていることは、平成16年に発生したスマトラ島沖地震での津波被災への支援だそうです。沿岸部の被害は甚大で、このときスリランカ内陸部にいた鈴木さんは、いち早く日本の協会員に連絡を取り被災地に物資を送ってもらい、スリランカの協力者が運転するトラックで被災者に配って回りました。この支援は日本の仲間たちや現地の人たちなどの支えがなければ到底できな

かったと鈴木さんは言います。支援活動は多くの人の支え合いで成り立っていると改めて感じた出来事だそうです。60歳近くになってからこの活動を始めた鈴木さん。活動に参加してみたいけれど自分にもできるだろうか迷っている方には、「年齢にとらわれず、自分が無理のない範囲でできることをすれば十分。あとは一歩踏み出す勇気だけです」とアドバイスしているそうです。30年以上もの長きにわたって活動を続けられる秘訣を伺うと、「できる人ができる時にできることをするという考え方で、みんながお互いに少しずつできることを補い合っている」と教えてくれました。「何年経っても、新しく得るものが多く新鮮で楽しいです。これからも日本とスリランカの懸け橋として活動を続けていきたいです」と力強く語ってくれた鈴木さんの姿が印象的でした。



▲完成したトイレの前で