

今号の主な内容

- 2面 元気高齢者人材バンク
- 3面 個人住民税の公的年金からの特別徴収制度
- 4面 平成30年度国民健康保険料納入通知書の送付
- 5~7面 情報コーナー(保健・医療・福祉/講座・催し物/スポーツ/税/国保・年金/その他)

区のおしらせ



中央

6/1

HP <http://www.city.chuo.lg.jp/> スマートフォンサイト <http://www.city.chuo.lg.jp/smph/>

自転車保険に加入しましょう

T Sマーク

普通自転車点検整備士



賠償責任・傷害保険付(1年間有効)
自転車安全整備士番号

点検 年 月 日

▲赤色マーク(第二種)



▲スタントチームによる事故再現の様子(交通安全フェア)

自転車保険(TSマーク) 加入費用を助成します

たとえ万全の注意を払っていても、いっどこで交通事故に巻き込まれるかは分かりません。事故により多額の費用を請求されるケースもあります。こうした予期できないトラブルに備え、日頃から自転車の点検整備を行い、自転車保険に加入しましょう。

◎TSマークとは、自転車安全整備士が点検整備した普通自転車に貼付されるもので、このマークには付帯保険として傷害保険と賠償責任保険が付いています。

対象

区内の自転車安全整備店(別表)でTSマークを取得した区内在住者

助成額

1,000円

申請方法

TSマーク付帯保険加入書(控え)のコピー、中央区TSマーク取得費用助成金交付申請書、同交付請求書兼口座振替依頼書、印鑑(朱肉を使うもの)、口座情報を確認できるもの(通帳のコピーなど)の5点を受付

場所に持参または環境政策課交通対策係に郵送する。

受付場所

- 区役所7階環境政策課交通対策係
- 駐輪場管理室(築地市場駅地下、浜町公園地下、月島駅地下、勝どき駅地下、人形町二丁目地下の5カ所)

申請期間

TSマーク加入書に記載の点検整備の日から1年間

☎104-8404

中央区築地1-1-1
環境政策課交通対策係
☎(3546)5443



▲自転車点検整備の様子

別表

平成30年5月現在

店舗名	所在地	電話番号
関口車販(株)	京橋2-17-11	☎(3564)0088
東洋物産輪業	銀座1-21-17	☎(3538)7618
ドン・キホーテ 銀座本館	銀座8-10 銀座ナイン3号館	☎(6215)9688
(有)松山自転車店	湊2-3-4	☎(3551)3860
(有)竹田輪業	築地2-11-2	☎(3541)6354
(有)関屋モータース	築地6-11-5	☎(3541)8922
曾根輪業	築地6-16-5	☎(3541)9228
(株)小林商会	新川2-6-1	☎(3551)9980
(資)杉山モータース	日本橋室町4-1-8	☎(3241)2079
自転車修理 CT	日本橋蛸殻町1-8-1 栄楽ビル1階	☎(3669)7123
自転車や りんりん佃島店	佃2-22-3 1階	☎(3520)8989
サイクルショップ ルナ	月島1-20-10	☎(3536)5323
小川サイクル	月島3-13-7	☎(3531)0507

このステッカーが目印



▲取扱店マーク

中央区ほど日本舞踊をはじめ常磐津、清元、義太夫など日本が誇る多様な芸術文化がまちに溶け込んでいる自治体は他にありません。そのさまざまな魅力を多くの方々に楽しんでいただくため始めた古典芸能鑑賞会(主催)中央区文化・国際交流振興協会)が6月23日に第20回を迎えます。古典芸能の花柳壽應会長、尾上墨雪さん、橋芳慧さんの舞踊、常磐津英寿副会長の三味線、木遣り、伊東成郎さんの講話「西郷隆盛こぼれ話」、さらに東をどり、有名人東京新橋組合の芸者さんによる「新ばし夏を舞う」など節目の会にふさわしい出し物が盛りだくさんです。

また、22日23日には女性センターで「職場で、地域で、家庭で働く人たちにへの応援歌」をキャッチフレーズにした17回目の「ブーケ祭り」が開かれます。「あなたのハート ブーケに集めて」をテーマに手芸作品やアレンジフラワーの展示・制作体験、コーラス、木目込み人形やかな書道の作品展示に加え環境問題、障害者支援など参加30団体が日ごろの積極的な活動ぶりを展示や実演により幅広く披露します。



中央区長 矢田 雅彦
「こんにちは、区長です」

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

SNSなど



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

元気高齢者 人材バンク



区では、特技や資格を持ったシニアの方を、いきいき館(敬老館)や高齢者クラブの会合などにボランティアとして派遣し、講座やイベントを開催しています。

～シニアの経験を活用して講座やイベントを開催しませんか～
活動依頼募集中

「地域の会合のときに演芸を披露してほしい」「生活に役立つ講座を開催したい」など、イベントや講座を開催したいときには、登録者を派遣することができます。まずは元気高齢者人材バンク事務局までご相談ください(活動例は別表1のとおり)。

～あなたの特技や資格が埋もれていませんか～
登録者募集中

「退職したが仕事で得た資格を生

かしたい」「長年続けてきた趣味を披露する場がほしい」といった方はぜひご登録ください。登録後は定期的に開催しているお披露目会にて、まずは発表してみましょう。活動の周知など登録者への支援も行っています。

登録対象

おおむね50歳以上の区内在住者

登録方法

電話で連絡の上、区役所4階高齢者福祉課窓口へお越しください。

☎元気高齢者人材バンク事務局(高齢者福祉課高齢者活動支援係内)

☎(3546)5716

🌐粹! 生き元気人サイト

http://ikiiki.genki365.net/

別表1

活動例
・講座、セミナーの講師 俳句講座、折り紙、伴奏・歌唱指導など
・演芸披露 楽器演奏、落語、手品など
・福祉施設などの補助ボランティア 外出サポート、レクリエーション補助など
・イベントのボランティアスタッフ 受け付け、会場案内、会場設営など

6月は 東京都HIV検査・相談月間

区ではHIV感染症の早期発見・予防を目的として、HIV検査・相談事業に取り組んでいます。

HIV感染症とは、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)に感染していることをいいます。感染後は免疫力が徐々に低下していきませんが、特有な自覚症状はありません。免疫力が低下することで病気にかかりやすくなり、合併症を発症するとエイズと診断されます。

HIV感染を早期に発見し適切な治療を受けることで、エイズの発症を遅らせることができます。HIV感染を判断できるのは、検査だけです。

匿名、無料で受けられますので、感染の心配のある方は検査を受け



ましょう。

通常検査(毎月2回)

検査日時

原則第2・第4木曜日
午前9時～9時45分受け付け

結果通知日時

原則2週間後の木曜日
午前10時15分～11時受け付け

夜間検査(臨時)

検査日時

6月13日(水)
午後6時30分～7時30分受け付け

結果通知日時

6月27日(水)
午後6時30分～7時30分受け付け

共通

会場

中央区保健所1階

検査項目

HIV、性病(梅毒・淋菌・クラミジア)

◎電話予約が必要です。

☎中央区保健所健康推進課予防係

☎(3541)5930

「区のおしらせ 中央」の配布

区では、区の重点施策や各種事務事業・行事などを広く区民の皆さんにお知らせするため、広報紙「区のおしらせ 中央」を毎月1日・11日・21日の月3回発行し、1日号(1月1日号を除く)は町会・自治会を通じて配布、11日・21日号および1月1日号は新聞折り込みで配布しています。

駅・コンビニエンスストアでの配布

駅

別表2のとおり

コンビニエンスストア

ファミリーマート(別表3のとおり)

◎部数に限りがあります。

◎その他の配布場所は10面欄外をご覧ください。

広報紙の入手が困難な高齢の方・障害のある方へ郵送します

対象

新聞を定期購読していない区内在住者のうち、区施設などで広報紙を入手することが困難で、次のいずれかに該当する方

- ・おおむね65歳以上の方
- ・障害のある方(障害者手帳をお持ちの方)

送付する号

11日・21日号、1月1日号

◎1日号(1月1日号を除く)は、町会・自治会を通じてお届けします。

申し込み方法

郵送を希望する号の発行日15日前(必着)までに広報課広報係へ申込書を持参、☎へ郵送、ファクスまたはEメールで申し込む。



別表2

路線	駅名	設置場所	路線	駅名	設置場所
東京メトロ	銀座線京橋駅	駅事務室/ お忘れ物取扱所	都営地下鉄	浅草線東銀座駅	A1 出入口改札付近
	銀座線・丸ノ内線・日比谷線銀座駅	B5 出入口改札付近		浅草線宝町駅	A1 出入口改札付近
	日比谷線東銀座駅	4番出入口改札付近		浅草線日本橋駅	D2 出入口付近
	有楽町線新富町駅	4番出入口改札付近		浅草線人形町駅	A5 出入口改札内
	日比谷線築地駅	2番出入口改札付近		浅草線東日本橋駅	B4 出入口改札付近
	日比谷線八丁堀駅	A3 出入口改札付近		新宿線馬喰横山駅	駅務室付近
	半蔵門線三越前駅	駅事務室/ お忘れ物取扱所		新宿線浜町駅	A1 出入口付近
	東西線日本橋駅	駅事務室/ お忘れ物取扱所		大江戸線築地市場駅	改札付近
	日比谷線人形町駅	A3 出入口改札付近		大江戸線勝どき駅	A4a 出入口改札内
	日比谷線・東西線茅場町駅	7番出入口改札付近		大江戸線月島駅	駅務室付近
	日比谷線小伝馬町駅	3番出入口改札付近		総武線快速新日本橋駅	改札付近
	半蔵門線水天宮前駅	6番出入口改札付近		総武線快速馬喰町駅	西口改札付近
有楽町線月島駅	4番出入口付近				

別表3

店名	
八重洲二丁目店	日本橋日銀通り店
京橋二丁目店	日本橋本町三丁目店
銀座柳通り店	新日本橋駅前店
銀座一丁目店	日本橋堀留町一丁目店
銀座二丁目店	日本橋小学校前店
銀座松屋通り店	水天宮前店
銀座三丁目店	日本橋人形町三丁目店
銀座みゆき通り店	人形町駅前店
銀座七丁目店	日本橋かきがら町店
K2銀座八丁目店	IBM箱崎ビル店
入船三丁目店	日本橋箱崎町店
築地明石町店	日本橋浜町二丁目店
聖路加ガーデン店	日本橋浜町Fタワー店
銀座松竹スクエア店	八重洲呉服橋店
築地六丁目店	日本橋通町店
八丁堀二丁目店	京王プレッソイン茅場町店
八丁堀駅前店	かぶと町永代通り店
八丁堀店	日本橋兜町店
茅場町駅前店	月島三丁目店
新川二丁目店	勝どき三丁目店
新川中央大橋店	勝どき駅前店
日本橋三越前店	豊海町店
日本橋三井タワー店	晴海トリトン店

「区のおしらせ 中央」郵送申込書

「区のおしらせ 中央」(11日・21日号・1月1日号)の郵送を下記のとおり申し込みます。

【申込日】 平成 年 月 日

【希望の理由】 該当する項目いずれかに○印を付けてください。

<input type="checkbox"/>	新聞を定期購読しておらず、高齢のため「区のおしらせ 中央」を最寄りの区施設などで入手することができない(おおむね65歳以上の方)。
<input type="checkbox"/>	新聞を定期購読しておらず、障害があるため「区のおしらせ 中央」を最寄りの区施設などで入手することができない(障害者手帳をお持ちの方)。

【郵送先】 下記全ての項目をご記入ください。

住所	〒 中央区
氏名	(ふりがな)
電話番号	

個人住民税の 公的年金からの特別徴収制度

年金特別徴収とは

公的年金を受けている方の納税の便宜を図る目的で、公的年金を支給する際に個人住民税(特別区民税・都民税)を差し引いて行う徴収のことです。

対象

個人住民税の納税義務者のうち、前年中に公的年金などを受給している方で、当該年度の初日(4月1日)に老齢基礎年金などを受給している65歳以上の方

ただし次に該当する方は対象になりません。

- 年金収入のみの方(65歳以上)で公的年金所得だけでは非課税となる方(例えば単身の方は年金収入額155万円以下、配偶者を扶養にしている方は、年金収入額211万円以下の方)
 - 公的年金から差し引く住民税額が老齢基礎年金額を超える方
 - 中央区で介護保険の特別徴収対象被保険者でない方
 - 配当割控除額または株式等譲渡所得割控除額が均等割額以上ある方
- ◎対象となる年金は老齢基礎年金などの老齢または退職を支給事由とする公的年金です。

◎特別徴収の対象税額は、前年中の公的年金所得に係る個人住民税の所得割額および均等割額となります。

年金仮徴収

平成29年度における年金からの特別徴収は、2月分まで行いました。その後、年金特別徴収額の6分の1の額を1回分として4・6・8月分の徴収額とする仮徴収制度が始まっています。

ただしこの金額はあくまでも仮に設定されていますので、平成30年度の住民税額を決定する6月に、決定

した税額との調整を行い、その上で本徴収を実施します。

なお、税額の計算結果によっては年金特別徴収を中止し、普通徴収に変更をして納付書によって納めていただく場合や、多く徴収している仮徴収税額の一部または全部をお返しする場合があります。

計算結果は、6月11日(月)に発送する「特別区民税・都民税納税通知書」に記載をしていますので、ご確認ください。

納税通知書記載内容

納税通知書に記載をする内容は次のとおりです。

- 本年度特別徴収税額(仮徴収分4・6・8月徴収分と本徴収分10・12・2月徴収分)
- 翌年度仮徴収額(翌年4・6・8月徴収分)

特別区民税・都民税納税通知書記載イメージ

公的年金からの特別徴収は、公的年金受給者の納税の利便や市区町村における徴収の効率化を図る観点から行われています。

普通徴収		
期別	納期限	納付税額(円)
年金特別徴収(今年度徴収分)		
回数	納期限	納付税額(円)
第1回	平成30年4月分	10,000
第2回	平成30年6月分	10,000
第3回	平成30年8月分	10,000
第4回	平成30年10月分	2,000
第5回	平成30年12月分	2,000
第6回	平成31年2月分	2,000
年金特別徴収(翌年度仮徴収分)		
回数	納期限	納付税額(円)
第1回	平成31年4月分	6,000
第2回	平成31年6月分	6,000
第3回	平成31年8月分	6,000

引き続き前年度から年金特別徴収となる場合、納付額はありません。ほかに普通徴収税額がある場合や年金特別徴収初年度の場合は表示されます。

年金特別徴収のうち、4月支給分以後の仮徴収金額を表示しています。

年金特別徴収のうち、10月支給分以後の本徴収金額を表示しています。

翌年度に年金支給額から仮徴収を行う金額を表示しています。この金額は前年度分の年税額を6等分した額になります。

障害者の虐待通報・相談窓口

障害者虐待の未然防止、早期発見、迅速な対応、その後の切れ目ない支援を行うため、虐待通報・相談窓口

を設けています(別表参照)。介護者の急な病気などによる短期入所についてもご相談ください。

別表

施設名	窓口および電話の受付日時	電話番号
障害者福祉課相談支援係	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ◎電話による通報・緊急時の連絡は夜間、土・日曜日、祝日も受け付けます。	☎(3546)5634
福祉センター(基幹相談支援センター)	午前9時～午後6時	☎(6264)3957
中央区保健所健康推進課(保健担当)	月～金曜日	☎(3541)5963
日本橋保健センター(保健担当)	午前8時30分～午後5時15分	☎(3661)5071
月島保健センター(保健担当)		☎(5560)0765

- 普通徴収税額(公的年金に係る特別徴収税額以外の普通徴収税額または年金特別徴収初年度の普通徴収税額)
 - 給与から特別徴収される税額
- ◎平成30年度の住民税が仮徴収分を

下回っている場合は、別途還付通知書をお送りしますので、ご了承ください。

☎(3546)5270



個人住民税PRキャラクター「ぜいきりん」

年金特別徴収 初年度 例 年税額 60,000円 の場合

普通徴収(個人納付)		特別徴収(本徴収)		
6月	8月	10月	12月	2月
年金特別徴収税額の1/2を2回に分けて各納期ごとに個人納付		年金特別徴収税額の1/2を3回に分けて年金から特別徴収		
15,000円	15,000円	10,000円	10,000円	10,000円

年金特別徴収 次年度 例 年税額 36,000円 の場合

特別徴収(仮徴収)			特別徴収(本徴収)		
4月	6月	8月	10月	12月	2月
前年度分の年金特別徴収税額の1/6を1回分として4月、6月、8月の3回で年金から特別徴収			年金特別徴収税額から仮徴収を差し引いた残りを10月、12月、2月の3回で年金から特別徴収		
10,000円	10,000円	10,000円	2,000円	2,000円	2,000円

納税通知書では左の図のように記載されます。

第37回中央区観光大使・ミス中央 ミス中央選考会開催

第37代中央区観光大使・ミス中央の候補者を募集します。予選会・本選会を経て選ばれた3人の方には、区の公的行事などに参加していただきます(謝礼のお支払いなどがあります)。また、行事に参加した感想を観光協会ホームページ内の「観光大使・ミス中央ブログ」に掲載し、中央区の魅力をPR、イメージアップに協力していただきます。

日時・会場

予選会

8月18日(土) 午前10時～
コートヤード・マリオット銀座東武ホテル(報道・関係者以外は入場不可)

本選会

9月1日(土) 午後1時～
銀座三越9階特設会場(一般公開審査)

応募資格

18歳以上の区内在住・在勤・在学者で、現在他の観光団体などと専属

契約がない女性(既婚、未婚不問)で1年間30回程度の行事に参加できる方

◎在勤の場合、社員・派遣社員は可、アルバイトは不可です。

◎在学の場合、高校生は不可です。

申し込み方法

7月16日(消印有効)までに所定の申込書に記入し、写真と必要書類を添付して郵送またはホームページから申し込む。

◎申込書は、観光協会配布する他、観光協会のホームページからダウンロードすることもできます。

必要書類

応募資格を証明できるもの

◎郵送で申し込む場合は、申込書に証明書を同封、ホームページから申し込む場合は、専用ページに書類の画像を保存してください。

賞

区長賞、区議会議長賞、観光協会賞、中央区観光商業まつり実行委員

会賞、区内百貨店などから豪華副賞、他選考会参加者全員に参加賞

主催

中央区観光協会、中央区観光商業まつり実行委員会

◎詳しくは観光協会のホームページをご覧ください。

☎104-0061

中央区銀座1-25-3京橋プラザ3階

中央区観光協会

☎(6228)7907

☎ http://www.chuo-kanko.or.jp



▲第36代中央区観光大使・ミス中央

中等度難聴児 発達支援事業 (補聴器購入費助成)

身体障害者手帳(聴覚障害)の交付対象とならない中等度難聴児に対し、補聴器購入費用の一部を助成します。

対象

区内在住の18歳未満の児童で、次の要件を全て満たす方

- 身体障害者手帳(聴覚障害)交付の対象となる聴力ではない方
- 両耳の聴力レベルがおおむね30デシベル以上であり、補聴器の装用により、言語の習得などの一定の効果が期待できると医師が判断する方

◎既に購入された商品については助成対象となりませんのでご注意ください。

◎所得要件があります。申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎障害者福祉課相談支援係

☎(3546)6032

FAX(3544)0505

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

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
メールアドレス

平成30年度国民健康保険料 納入通知書の送付

平成30年度国民健康保険料の納入通知書を6月中旬に全加入世帯へ郵送します。

保険料は、確定した平成29年中の所得をもとに計算します(別表1のとおり)。

均等割額軽減制度

世帯の所得が一定以下の場合、保険料の均等割額が軽減されます(別表2のとおり)。

納付方法

保険料の支払いは、6月から翌年3月までの10回割です。

通知書には、各月納期分の納付書と、1年間分の全納用納付書を付けています。一括で納付できる方は、ご協力ください。

◎コンビニエンスストアでも納付できます。

納付方法が年金からの天引きの方

2カ月に1度の年金受給月に保険料を天引きします。

対象は、次の条件を全て満たす世帯です。

- ・世帯主が国保被保険者
- ・世帯全員が65～74歳
- ・世帯主が年間180,000円以上の年金を受給し、国民健康保険料と介

護保険料の合算額が年金受給額の2分の1以下

口座振替による納付方法への変更

年金からの天引きとなる世帯も、申請により口座振替による納付に変更することができます。

会社などの健康保険に加入していた方の旧被扶養者への保険料負担軽減措置

会社などの健康保険に加入していた方が後期高齢者医療制度に移行することに伴い、その方の扶養となっていた方(旧被扶養者)が新たに国民健康保険へ加入された場合には、申請により保険料の所得割を免除し、均等割を半額にする減免措置があります。

◎65歳以上の方に限ります。

所得申告

一定の所得以下の世帯では、保険料が減額になる場合もありますので、世帯の中で平成29年中の所得の申告をしていない方がいる場合は、収入の有無にかかわらず、お早めに所得の申告をしてください。

国民健康保険料資格係

☎(3546)5362

別表1

基礎分保険料(加入者全員が納める保険料)		限度額は世帯で580,000円
均等割額	1人当たり 39,000円×加入者数	
+		限度額は世帯で190,000円
所得割額	加入者全員の賦課の もととなる所得金額 ×0.0732	
後期高齢者支援金分保険料(加入者全員が納める保険料)		限度額は世帯で190,000円
均等割額	1人当たり 12,000円×加入者数	
+		限度額は世帯で160,000円
所得割額	加入者全員の賦課の もととなる所得金額 ×0.0222	
介護分保険料(40歳～64歳の方が納める保険料)		限度額は世帯で160,000円
均等割額	1人当たり 15,600円×第2号被保険者数(※)	
+		限度額は世帯で160,000円
所得割額	第2号被保険者全員の賦課の もととなる所得金額 ×0.0106	

◎賦課のもととなる所得金額とは、前年の総所得金額および山林所得金額ならびに株式・長期(短期)譲渡所得金額などの合計から、基礎控除330,000円を控除した額(雑損失の繰越控除は適用しません)のことです。

別表2

軽減内容	軽減判定基準
7割軽減	世帯主と加入者全員の平成29年中の総所得金額等の合計が330,000円以下
5割軽減	世帯主と加入者全員の平成29年中の総所得金額等の合計が330,000円+(275,000円×加入者数)以下
2割軽減	世帯主と加入者全員の平成29年中の総所得金額等の合計が330,000円+(500,000円×加入者数)以下

◎加入者には、国民健康保険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30年4月1日です。ただし、平成30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。

合計が1年間の保険料

6月は食育月間

食育で「食べる力」を育もう

中央区食育野菜キャラクター

「食育」とは、さまざまな経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。食べることは生涯にわたって続く基本的な営みであり、子どもはもちろん、大人になっても食育を通じて、「食べる力」を育むことは重要です。毎年6月の食育月間では、国、地方公共団体、関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の一層の浸透を図ることとしています。

区では、食育月間に日常生活の基盤である家庭において、家族一緒に楽しく食べる「共食(きょうしょく=誰かと食事をとることにすること)」の推進を図るため、共食推進運動を重点的に実施しています。共食は、食育の原点であり、子どもへの食育を推進する大切な時間と場になります。この機会に日頃の食生活を見直したり、家族そろって楽しく食卓を囲むなど、できることから食育を始めてみませんか。

共食の良いところ

家族とのコミュニケーションが
図れ、楽しく食べることができる



会話を通して子どもの様子を知ることができ、お互いに理解が深まる

規則正しい時間に
食べることができる



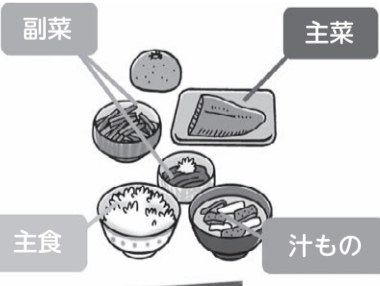
1日の生活リズムが整いやすくなる

食について学べる機会となる



日本の食文化を親から子へ

栄養バランスのよい食事ができる



家族みんなで食事の質がよくなる

～朝ご飯から共食を～

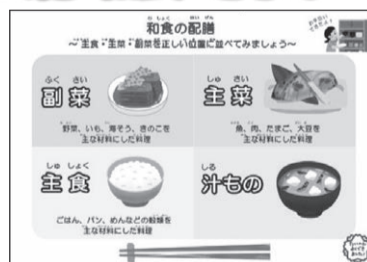
1日の食事の始まりとなる朝食は、体と脳が活動するために必要なエネルギー源となります。家族と一緒に食べるとよりおいしく感じられ、コミュニケーションを取りながらの食事は心の栄養にもなります。

日本人の伝統的な食文化「和食」を学ぶ

和食の配膳

子ども達が和食の配膳の仕方を学べる「和食の配膳(ランチョンマット風)」を区のホームページからダウンロードすることができます。主食・主菜・副菜の並べ方の参考として、ご活用ください。

和食の配膳(ランチョンマット風)▶



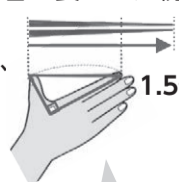
食事のあいさつ

「いただきます」「ごちそうさま」には、さまざまな感謝の気持ちが込められています。食事の始まりと終わりに家族であいさつをする習慣を付けることも大切です。



箸の選び方

ちょうどよい箸の長さは、親指と人差し指を直角(90度)に広げ、その両指を結んだ長さの1.5倍が目安となります。箸を上手に使うために、自分の手に合った箸を選びましょう。



中央区ホームページ「食育ガイド」で食育情報やレシピを紹介しています。

☎中央区保健所健康推進課栄養担当
☎(3541)4260

情報コーナー 遊ぶ 知る

記入例(はがき・ファクス)



1人1枚 限り

往復はがきの場合は 返信用の宛名に〒・住所・氏名を記入

- ①講座名など ②氏名・ふりがな ③〒・住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥その他必要事項

- 間に〒・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(間の宛名) ● 「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

東京都予防医学協会での 乳がん検診

[日時など]別表のとおり

◎受付時間は指定されます。日時の変更は受診券到着後に検査機関に直接ご連絡ください。



区内在住の36歳以上(昭和58年3月31日以前に生まれた方)の女性で4月1日から平成31年3月31日の間に誕生日に達して偶数歳になる方、および昨年度受診されていない奇数歳の方

問診・視触診・マンモグラフィ(乳房エックス線)検査

無料(精密検査および検診内容以外の検査は受診者負担)

6月1日(金)午前8時30分から福祉保健部管理課保健係に電話で申し込む(先着順)。

[申し込み上の注意]

次の方は検診ができませんので、ご注意ください。

- ・妊娠中または妊娠している可能性別表

Table with columns: 日程, 定員, 会場. Rows for dates 8月1日(水)~12月27日(木) and specific times.

認知症サポート電話

保健師やソーシャルワーカーなどの専門職員が、認知症ではないかと思悩んでいるご本人や、認知症の方を介護されているご家族のさまざまな悩みにあわせての相談を、電話でお受けします。匿名でも構いません。必要に応じて、自宅にお伺いすることもできます。

[電話相談]

月~金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時~午後5時

無料

[相談専用電話]

☎(3546)5286

☎介護保険課地域支援係

☎(3546)5379

特定健診・がん検診

40歳以上の区民の方

6・7月生まれの方へ「がん検診等受診券」を発送しました。

無料(ただし、精密検査および検診内容以外の検査は受診者負担)

福祉保健部管理課保健係

☎(3546)5397

高齢者の地域見守り活動 実施団体の募集

区では、1人暮らし高齢者の方などが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域の皆さんによって行われている「地域見守り活動」に対し支援を行っています。



これから取り組みを始めたい、また取り組みを充実したいとお考えの団体は、ご連絡ください。

[対象団体]

地域の方がおおむね5人以上で組織する団体

◎少人数の取り組みからでも対象としていますので、ご相談ください。

[見守り対象高齢者]

65歳以上の1人暮らし、または高齢者のみ世帯の方など、おおむね10人以上

[活動内容]

- ・見守り対象者のご自宅への訪問やまち中で見かけたときの声掛け、集会所で対象者参加のお茶会を開く活動
・見守り対象者の様子が「変だな」と気付いたときのおとしより相談センターへの相談や連絡
・緊急時の警察・消防への通報
・おとしより相談センターへの定期的な活動報告 など

[区の支援内容]

見守り対象者1人につき年間3,000円を上限に助成します。見守り対象

者への誕生日などのプレゼント代、お茶会を開く場合のお茶代、団体の通信費や打ち合わせ経費など活動団体の運営費に利用できます。詳しくはお問い合わせください。

[平成30年度見守り活動実施団体]

- ・東日本橋三丁目橋町あんしん協力員会
・都営勝どき六丁目アパート自治会あんしん協力員会
・晴海ビュータワーさくら会あんしん協力員会
・佃二丁目五号棟自治会あんしん協力員会
・箱崎町箱四町会あんしん協力員会
・コスモ東京ベイタワーあんしん協力員会
・勝どき町会あんしん協力員会
・ハイツ日本橋中洲あんしん協力員会
・佃りバーシティいきいきクラブあんしん協力員会
・アーバンタワー自治会あんしん協力員会
・都営勝どき5丁目アパート自治会あんしん協力員会
・浜町三丁目東部町会あんしん協力員会
・ザトウキョウタワーズ音和会あんしん協力員会
・月島四丁目住宅自治会あんしん協力員会
・クレストクラブあんしん協力員会
・シャンボール第二築地あんしん協力員会
・秀和新川レジデンスあんしん協力員会
・ソフトタウン晴海あんしん協力員会
・築地七丁目町会あんしん協力員会
・晴海自治会あんしん協力員会

◎この地域にお住まいで、見守りを希望される高齢者の方は、区までお問い合わせください。

☎介護保険課地域支援係

☎(3546)6762

緊急の診療案内

土曜日・休日の診療

内科・小児科診療

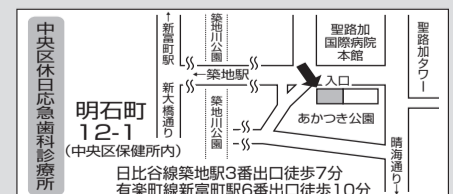
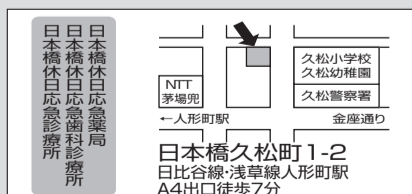
Table with columns: 施設名, 診療時間, 担当. Rows for 中央区休日応急診療所, 京橋休日応急診療所, 日本橋休日応急診療所.

歯科診療

Table with columns: 施設名, 診療時間, 担当. Rows for 中央区休日応急歯科診療所, 日本橋休日応急歯科診療所.

調剤薬局

Table with columns: 施設名, 診療時間, 担当. Rows for 中央区休日応急薬局, 日本橋休日応急薬局.



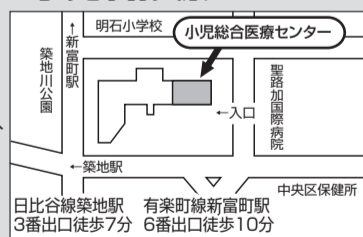
◎緊急の場合以外は、通常の診療時間内に各医療機関で診療を受けてください。定期的を受診することはできません。◎年末年始は、12月29日から1月3日までです。

●保険証と(乳)医療証(小学校就学前の方)、

①医療証(小・中学校就学中の方)を必ずお持ちください。

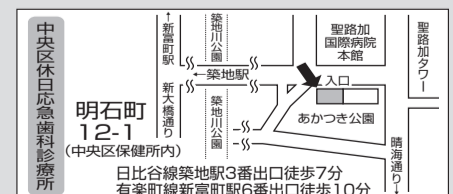
平日準夜間の小児科診療

対象 中学生まで(15歳以下)の急病患者
診療日 月~金曜日(祝日、年末年始は除く)
受付時間 午後6時45分~9時45分(診療開始は午後7時~)
場所 聖路加国際病院 小児総合医療センター 明石町10-1 ☎(5550)7040



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・ブッシュ回線からは#7119)



凡例 日時 会場 対象 内容 定員 費用 申し込み方法 問い合わせ先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

◎切り取ってご活用ください。

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

「医療相談窓口」のご案内

～ご相談は専用電話で受け付けています～

ご自分やご家族が受けた診断や治療、薬など医療に関しての不安や疑問はありませんか。

「医療相談窓口」では、さまざまな医療に関する相談などをお受けするとともに、解決の糸口を探すお手伝いをしています。

【受け付け日時】

月～金曜日(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

午前9時～正午、午後1時～4時

【業務内容】

- ・専任の相談員(看護師)が医療に関する相談や、区内の診療所・歯科診療所などに関する苦情および相談をお受けします。
- ・患者さんと診療所・歯科診療所などとの信頼関係の構築を支援します。
- ・中立的な立場から相談業務を行い、問題解決に向けた助言を行います。
- ・相談に当たっては、相談者のプライバシーを保護し、相談により不利益

を被ることがないようにします。

【例えばこんな時に】

- ・自宅付近の医療機関を知りたい。
- ・医療についてどこに相談したらいいのか分からない。
- ・医師や看護師などの職員の対応が気になる。
- ・治療についての説明を受けたが、その内容が分からない。
- ・薬の説明が分からない。

◎医療行為における過失や因果関係の有無・責任の所在を判断・決定したり、診療所・歯科診療所などとの紛争の介入や調停はできません。また医療機関の良しあしの判断や評価もできません。

【相談専用電話】

☎(3545)1875

◎病院に関する苦情については、東京都医療安全支援センターにご相談ください。

【東京都医療安全支援センター(患者の声相談窓口)】

☎(5320)4435

☎中央区保健所生活衛生課医事事業係

☎(3541)5937

講座・催し物

息苦しさを和らげる ゆっくり体操

日 6月26日(火)
午後2時30分～4時30分

場 日本橋社会教育会館地下2階第1洋室

対 区内在住・在勤で気管支ぜんそくなどの呼吸器疾患がある方

内 息苦しさを和らげたり、呼吸を楽にする体操

【講師】イムス東京葛飾総合病院 理学療法士 根本伸洋

定 20人(先着順)

費 無料

申 6月1日(金)から21日(木)までに電話で申し込む。

☎福祉保健部管理課保健係 ☎(3546)5400

女性センター「ブーケ21」水曜イブニングトーク

「世界から来たおとなりさん～聞いてみよう!いろいろな国と中央区」

日 7月4日(水)
午後6時30分～午後8時

場 女性センター「ブーケ21」

【テーマ】イギリスから来た英語教師 ダニエルさん

【ゲスト】英語教師 ダニエル・ロズドバ・ハローズ

定 40人程度(先着順)

費 無料

申 6月4日(月)から電話・ファクスに①～②(5面記入例参照)③電話番号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。

☎総務課女性施策推進係 ☎(5543)0651

FAX(5543)0652

発展的天文講座

「金星探査機あかつきが見た金星」

日 6月10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 日本初の金星探査機あかつきは、平成27年12月に金星に到着し、金星の周りを回りながらさまざまな探査を行ってきました。夕方の空に輝く金星についてどのような惑星なのか最新の研究成果を交えつつ詳しく紹介します。

【講師】東京大学大学院新領域創成科学研究科教授 今村 剛

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。

◎今年度の発展的天文講座、やさしい天文講座のチケットを5枚集めた方には、記念品を差し上げます。

☎郷土天文館「タイムドーム明石」 ☎(3546)5537

「ミケランジェロと理想の身体」関連文化講演会

日 7月5日(木)
午後6時5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 国立西洋美術館で開催(6月19日(火)～9月24日(休))される「ミケランジェロと理想の身体」に関する講演会を、NHKと共催で開催します。

【講師】国立西洋美術館 研究員 飯塚 隆

定 424人(申し込み多数の場合は抽選)

費 無料

申 6月18日(必着)までに往復はがき(1人1枚限り)に①ミケランジェロ講演会②～⑤(5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。

☎〒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



展覧会チラシ

高齢者向けパソコン教室

～ゆっくり楽しくチャレンジ～

初めてのパソコン

日 7月10日(火)～12日(木) 計3回
午前9時30分～11時30分

対 60歳以上の方ならどなたでも

内 電源の入れ方、マウスの操作、文字の入力方法など、基本の操作を学びます。

費 3,000円

◎テキスト代は別で、FOM出版「パソコン入門(Windows7)」(1,080円)を使用します。

Wordを使ってみよう

日 7月17日(火)～19日(木)、24日(火)～26日(木) 計6回

午前9時30分～11時30分

対 60歳以上で、簡単な文字入力のできる方

内 文書作成ソフト「Word2016」を使って、簡単な文書の作成、美しく飾る技法や季節のカードの作成方法など、基本と活用を学びます。

費 6,000円

◎テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのWord 2016」(1,296円)を使用します。

共通

場 シルバー人材センター2階パソコン研修室

【講師】シルバー人材センターの会員
定 各コース10人(申し込み多数の場合は抽選)

申 6月11日(必着)までに往復はがき

友好都市の山形県東根市「さくらんぼ祭」

【日時など】別表1・2のとおり

内 確かな品質、地理的表示(GI)「東根さくらんぼ」を存分に味わえる

別表1 さくらんぼ種飛ばし大会

日時	会場	定員
6月16日(土)午前10時30分～ 受け付け：午前10時15分～	市場橋公園(築地4-15-2)および市場橋公園駐車場 ◎会場でも販売も行います。	600人
17日(日)午後1時～ 受け付け：午後0時30分～	月島西仲共栄会商店街(一番街)	300人

◎会場で先着順に受け付けます(参加無料)。

別表2 さくらんぼの販売

日時	会場
6月16日(土) 午前10時～午後1時30分	築地場外市場「ぶらっと築地」(築地4-16-2)
17日(日) 正午～午後4時	月島西仲共栄会商店街(一番街)

◎各会場とも売り切れ次第終了です。

に①コース名②～⑤(5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。

◎1枚のはがきで両コースの申し込みができます。

◎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。

☎〒104-0032

中央区八丁堀3-17-9京華スクエア1階

中央区シルバー人材センター ☎(3551)2700

いきいき健康麻雀教室

日 7月7日～12月15日の毎週土曜日
計24回 午後1時～4時

場 いきいき桜川(桜川敬老館)

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 麻雀を初歩から指導します。

定 16人(申し込み多数の場合は抽選)

費 無料

申 6月10日(日)までにいきいき桜川窓口で直接申し込む(電話申し込み不可)。

◎受講決定者は6月13日(水)以降館内に掲示します。

☎いきいき桜川(桜川敬老館)

☎(3553)0030

初歩からのデジカメ教室

日 7月1日～9月16日の第1・3日
曜日 計6回 午後1時～3時

場 いきいき勝どき(勝どき敬老館)

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 カメラの使用法や撮影のこつを指導します(スマートフォンのカメラも可)。

定 10人(先着順)

費 無料

申 6月3日(日)から20日(水)までにいきいき勝どき窓口で直接申し込む(電話申し込み不可)。

☎いきいき勝どき(勝どき敬老館)

☎(3531)3258

イベントが開催されます。また「さくらんぼ種飛ばし大会」も行われます。

☎果樹王国ひがしね観光物産推進協議会(東根市商工観光課内)

☎0237(42)1111(代表)

ハワイアンコンサート

日 6月16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)
定 60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)
因 「ブルーハワイ」「南国の夜(HURA)」など多数演奏予定です。
[出演] 鶴田照夫とサンフレンズ
定 80人
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)
☎(3669)3385



パソコン講座(Office活用編)
~仕事に活かすワンランク上のテクニック~

日 7月9日(月)~13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
定 中小企業に勤務する区内在住・在勤者でWord・Excelの基本操作のできる方
因 Windows 7を使用してWord・Excelの便利な活用法を学びます。
[Word]
・インデント、タブ、箇条書き、均等割り付け、文字列の折り返し
・差し込み印刷(Excelとの連携)
[Excel]
・条件付き書式
・データの入力規則
・パスワード設定
・ピボットテーブル など
定 20人(申し込み多数の場合は抽選)
費 6,000円
日 6月20日(必着)までに往復はがきに①~⑤(5面記入例参照)⑥勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込む。
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

映画鑑賞会

日 6月16日(土)
午後2時~(午後1時30分開場)
場 日本橋図書館6階ホール
[上映作品]
「会議は踊る」(洋画95分)
定 70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 日本橋図書館
☎(3669)6207

東京湾ディナークルーズ

日 7月20日(金)
・集合 午後7時
東京ヴァンテアンクルーズ竹芝営業所(港区湾岸1-12-2)
・出航 午後7時20分(約2時間のクルージング)
因 レストランシップ「ヴァンテアン号」をスペースチャーターしてのクルージングと洋食ビュッフェ(食べ放題&飲み放題)

定 中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同住家族
定 50人(申し込み多数の場合は抽選)
費 ・大人 7,600円
・小人(小学生以下) 5,700円
◎一般料金:大人10,600円、小人8,000円(乗船料・ビュッフェ料理・フリードリンクを含む)
日 6月20日(必着)までに往復はがき(1グループ1枚限り)に「ディナークルーズ」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む。
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

犬のしつけ方教室

日 7月7日(土)
午前10時~11時30分
場 浜町公園内わんわん広場(日本橋浜町3-43)
定 区内在住で、次のいずれかの方
・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を済ませていること)
・犬を飼う予定のある方
因 ・基本的な犬のしつけ方や飼い主のマナー、災害時の備えの講義
・意見交換・質疑応答
[講師] ペットドッグトレーナー 白井京音
定 20人(先着順、同伴者含む。家族などは1人まで、犬は1頭まで同伴可)
費 無料
日 6月4日(月)から18日(月)までに電話で申し込む。
[主催] 中央区
[運営] 動物と暮らしやすいまちづくり会
問 中央区保健所生活衛生課生活衛生係
☎(3541)5936
HP 動物と暮らしやすいまちづくり会
http://hcfa.jp/



スポーツ

七夕 タベのイベント
~大人のボディパンプレッション~

日 7月7日(土)
午後5時20分~6時20分
場 ほっとプラザはるみ3階フィットネススタジオ
定 高校生相当以上の方
因 音楽に合わせてながらバーベルエクササイズを繰り返す筋力トレーニング
定 23人(先着順)
費 無料(高齢者無料利用者証をお持ちでない方は、別途施設利用料が必要)
[持ち物] 運動できる服装・室内シューズ、ふたのできる飲み物
日 6月7日(木)午前10時から電話またはほっとプラザはるみ3階フロントで申し込む。
問 ほっとプラザはるみ
☎(3531)8731

健康セミナー「女性のためのピラティス教室」

日 7月11日~8月1日の毎週水曜日
計4回 午後6時30分~8時30分
場 築地社会教育会館3階第三和室
定 中小企業に勤務する区内在勤者および区内在住者(女性限定)
因 ・正しい姿勢を身につける
・身体の柔軟性を高める
・全身をバランス良く鍛える など
定 25人(申し込み多数の場合は抽選)
費 1,000円
日 6月20日(必着)までに往復はがきに①~⑤(5面記入例参照)⑥勤労者の方は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込む。
問 〒104-0061
中央区銀座4-9-8 NMF 銀座



7~8月のスポーツ教室

場 総合スポーツセンター
因 別表のとおり
◎教室により実施期間などが異なります。
[申込締め切り日] 6月30日(必着)
◎申し込み多数の場合は抽選です。
◎申し込み方法については総合スポーツ別表

Table with columns: 開催予定の教室, 日時, 回数, 料金. Rows include キッズスイム (7月25日~27日, 8月1日~3日) and レベルアップキッズスイム.

◎詳細やその他のクラスについては、館内チラシ・施設ホームページをご覧ください。
◎日程・回数・料金については、都合により変更する場合があります。

税

中央都税事務所からのお知らせ
6月は固定資産税・都市計画税第1期分の納期

納税通知書は、6月1日(金)に発送します。お近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで7月2日(月)までに納めてください。
納税には、安心で便利な口座振替が利用できます。
また金融機関・郵便局のペイジー対応のATM、インターネットバンキングやモバイルバンキングでも納付できます。
問 中央都税事務所
☎(3553)2151
・口座振替の申し込み方法などについて
都主税局徴収部納税推進課
☎(3252)0955

給与所得者が年の途中で退職した場合の特別区民税・都民税の納付方法

次のいずれかの方法で特別区民税・都民税を納めてください。
・退職時に特別徴収により、まとめて納める
・普通徴収により納める
・転職した場合で、転職先の会社の

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

ピラティス教室
~インナーマッスルを鍛えよう~

日 7月6日(金)・13日(金) 計2回
午前10時30分~正午
場 浜町メモリアル4階会議室
定 区内在住・在勤・在学で2回とも参加できる方
因 体の内部を鍛えて、けがのしにくい体をつくります。
定 15人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
[持ち物] 飲み物、汗拭きタオル
◎当日は汗をかいても大丈夫な服装でお越しください。
日 6月3日(日)から13日(水)までに電話で申し込む(受け付けは午前9時~午後5時)。
問 浜町メモリアル
☎(5695)8051

ーツセンター館内チラシ・施設ホームページをご覧ください。
問 総合スポーツセンター教室係
☎(3666)1501
HP http://www.chuo-sports.jp/



給与から引き続き特別徴収により納める
◎退職した場合は、特別徴収義務者(給与支払者)から異動届出書の提出が必要です。
問 税務課課税係
☎(3546)5270

特別区民税・都民税の減免申請

生活保護を受けているときや災害などで納税が困難なときは、減免の制度があります。
申請期限などがありますので、詳しくはお問い合わせください。
問 税務課課税係
☎(3546)5270

6月は特別区民税・都民税(普通徴収分)の第1期分の納期

特別区民税・都民税(普通徴収分)の納税通知書および納付書を6月11日(月)に郵送します。
第1期分の納期限は、7月2日(月)です。
金融機関、郵便局、コンビニエンスストア・モバイルレジ(納付書に記載された額が300,000円以下のバーコードのあるもの)または区役所2階税務課、日本橋・月島特別出張所で納めてください。
問 税務課課税係
☎(3546)5276

凡例 日 日時 場 会場 定 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

手帳 国保・年金

平成30年度の国民年金額について

年金額は、物価および現役世代の賃金水準に連動して改定することになっています。物価変動率がプラスとなり、賃金変動率がマイナスとなる場合には、国民年金額の改定は行われません。平成30年度は、物価変動率がプラス0.5%、賃金変動率がマイナス0.4%であったため、改定は行われず、年金額は平成29年度から据え置きとなりました。

具体的な年金額については、日本年金機構からお知らせします。

☎中央年金事務所お客様相談室 ☎(3543)1411(代表)

交通事故で国民健康保険を使うときには必ず届け出を

交通事故や傷害事件など、第三者(加害者)から受け取った治療費は、原則として加害者が負担すべきものです。

しかし、加害者がすぐに治療費を払えないなど、やむを得ない場合は、



区に届け出(第三者行為による傷病届)を行うと国民健康保険証を使って治療を受けることができます。

国民健康保険証を使ったときは、治療費から一部負担金を除いた額を、国民健康保険が加害者の代わりに医療機関などへ立て替えて支払い、後日加害者に立て替えた分を請求します。

なお、次のようなときは、国民健康保険証は使えません。

- ・加害者から既に治療費を受け取った、または示談を済ませたとき
- ・業務中や通勤中の事故のとき
- ・被害者が、飲酒運転や無免許運転などの違法行為をしていたとき

☎保険年金課給付係 ☎(3546)5360

国民健康保険料は納期限までに納付を 収納率向上への対策を強化

国民健康保険は、病気やけがをしたときに、安心して医療機関にかかれるように、加入者が日頃から収入に応じて保険料を出し合い、医療費に充てる「相互扶助」の制度です。皆さんが納める保険料と、国や都からの補助金などによって医療費の支払いなどの事業を行います。必ず納期限内に納めましょう。

納付期限を過ぎても納付がない方には督促状をお送りしています。

その後、災害などの特別な理由もなく一定期間が経過しても納付がない場合、法律に基づき滞納のある方の預貯金、生命保険、不動産などの財産を調査し、差し押えなどの滞納処分を行う場合があります。

また保険料の納付が困難な場合は、そのままにしないで早めにご相談ください。

☎保険年金課収納係 ☎(3546)5365

後期高齢者医療制度加入者へのジェネリック医薬品差額通知の送付

この通知は、処方された先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合の薬代が軽減される見込み額をお知らせするものです。ジェネリック医薬品を使うことで、医療の質を落とすことなく、皆さんの薬代の負担を軽くするとともに、後期高齢者医療広域連合が負担する医療給付費も低く抑えることができます。皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

☎・主に生活習慣病などの医薬品が処方されている方
・薬代が一定額以上軽減されると見込まれる方

◎この通知は6月と12月に送付します。

◎通知の受け取り後に特に手続きは必要ありません。

◎ジェネリック医薬品を使うときは、医師や薬剤師にご相談ください。

☎保険年金課給付係 ☎(3546)5360

その他

コミュニティふれあい銭湯



☎6月8日(金)・22日(金)
◎6月8日はアジサイの湯
☎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

障害のある方の就職面接会

☎6月19日(火) 午後1時～4時
(受け付けは午後0時30分～3時30分)
☎場東京体育館メインアリーナ(渋谷区千駄ヶ谷1-17-1)
[参加企業数]約260社(予定)
☎場ハローワーク飯田橋専門援助第2部門
☎(3812)8609 (部門コード44#)

児童館における夏期臨時職員(保育補助)の募集

[勤務期間]7月21日(土)～8月31日(金)
[勤務時間]①午前9時～午後5時15分②午前9時～午後1時③午前11時15分～午後5時15分
[勤務場所]築地児童館、浜町児童館、月島児童館
[応募資格]18歳以上の方(高校生不可、①および②は保育士資格の有無は不問、③は保育士資格取得者)
[募集人数]8人程度
[賃金]①日額8,050円(保育士資格取得者は8,580円)②日額5,330円③日額7,100円
◎交通費別途支給(日額上限330円)

☎6月15日(金)までに写真付きの履歴書を持参または郵送する。
◎履歴書の備考欄には勤務期間中の勤務可能な日を記入してください。
[採用結果]面接の上、7月初旬ごろまでに連絡します。
☎〒104-0054
中央区勝どき1-4-1
子ども家庭支援センター事業係
☎(3534)2103

「中央区の森」事業へのご寄付ありがとうございました

平成29年10月から平成30年3月末まで、「中央区の森」事業に71,350円のご寄付をいただきました。これにより、事業開始当初から3月末現在の総額は4,738,989円になりました。寄付金は「中央区森とみどりの基金」に積み立て、森林保全活動を行う団体への活動費助成などに使われています。

☎寄付者
平成29年10月から平成30年3月末までにご寄付をいただいた方(順不同・敬称略)

- [個人] 嶋津 喜美江、小山和彦 他11人
- [団体] 中央区婦人学級連絡会、茅場町二・三丁目町会
- ☎環境推進課環境活動係 ☎(3546)5654

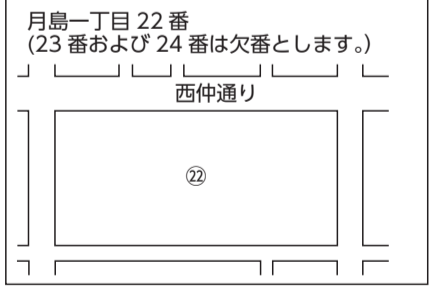
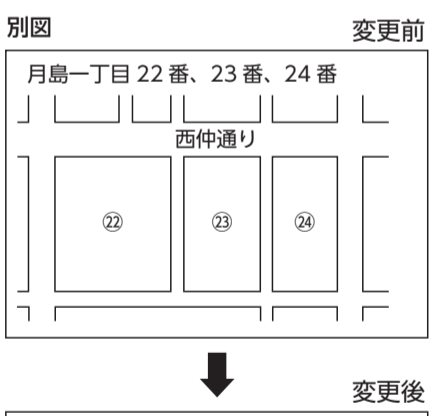
住居表示に係る街区構成の変更

月島一丁目22番、23番および24番街区では、月島一丁目西仲通り地区第一種市街地再開発事業により道路が廃止されました。

これにより、8月1日付で住居表示の22番、23番および24番街区を別図のとおり22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。

☎建築課調査係 ☎(3546)5453



落下防止のために建物の点検を

建物の外壁や袖看板などは老朽化などにより破損し、落下する恐れがあります。区内でも外壁タイルが落下し、通行人が負傷するという事故もありました。外壁のタイルやモルタル塗り、スチール枠の窓ガラス、屋外広告物な

どは特に注意が必要です。日頃からの点検を心掛けてください。

- [外壁の場合]
 - ・ひび割れや部分的な剥がれがないか
 - ・膨らんでいたり、浮いている部分がないか
 - ・たたいた時に、他の部分と比べて違う音がする部分がないか

- [窓ガラスの場合]
 - ・ガラスがパテ留めとなっていないか

- [屋外広告物などの場合]
 - ・さびや劣化がないか

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

日頃から点検や維持管理を行い落下物による事故を未然に防ぎましょう。

☎建築課調査係 ☎(3546)5453

暴走族追放強化期間 6月1日(金)～30日(土) ～暴走族の追放は、まず家庭から・そして地域から～

これからの時期、都内では暴走族の活動が活発になり、道路交通秩序や周辺住民の生活環境に大きな影響を及ぼします。

区では、東京都・警視庁をはじめ教育委員会や区内4警察署などの関係機関・団体と連携し、暴走族の不法行為の防止や青少年の健全育成、二輪車などの交通事故防止を図ることを目的に、「暴走族追放強化期間」を設けて、区民の皆さんとともに暴走族追放の活動を推進します。

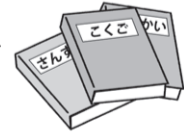
[推進重点]

- ・暴走族追放に向けた気運の醸成と環境づくり
- ・暴走族および車両の不法改造業者に対する指導・取り締りの強化
- ・暴走族への加入阻止と暴走族からの離脱・立ち直り支援対策
- ・暴走行為追放の呼び掛けを通じた交通安全意識の向上
- ・青少年への声掛け・対話を通じた健全育成および非行防止活動

☎環境政策課交通対策係 ☎(3546)5443

教科書の展示

今年度は、平成31年度から使用する小学校・中学校教科書を採択する年度です。教育委員会では、小学校教科書(全科)・中学校教科書(道徳)の見本を展示し、区民の皆さんの意見を参考にさせていただきます。



会場で教科書をご覧いただき、所定の用紙により意見をお寄せください。

展示期間 6月1日(金)～7月4日(水)(土・日曜日を除く) 午前9時～午後5時

会場 教育センター4階「教科書センター」 ☎指導室教職員係 ☎(3546)5534 教育センター ☎(3545)9201

友好都市 交流都市 だより vol.6

区では、異なる歴史や風土を持つ都市の個性を尊重し、学びあいながら、それぞれの都市の発展につなげるため、友好都市の山形県東根市をはじめ、東京都檜原村、山梨県富士河口湖町、岡山県玉野市、栃木県栃木市などと交流を行っています。

「区のおしらせ 中央」では、各都市の魅力や各種イベントを区民の皆さんにお伝えしています。今回は東根市、富士河口湖町です。

交流の経緯など

山形県東根市とは昭和63年のサクランボの苗木の寄贈を受けたことを契機に交流が始まり、平成3年に友好都市となりました。

「さくらんぼ祭」や「雪まつり」など、さまざまなイベントを通じて交流を深め、今年友好都市提携から27周年を迎えます。

また、山梨県富士河口湖町とは平成元年の区民健康村「ヴィラ本栖」の建設を契機に交流が始まりました。現在は、「大江戸まつり盆おどり大会」への出店など、交流を図っています。

友好都市 山形県東根市

東根市は山形県の中央部に位置する、温泉のある自然豊かな田園都市です。また、山形新幹線のさくらんぼ東根駅や山形空港が所在するなど県内交通の要衝にあり、先端技術産業が集積する産業都市でもあります。今年7月には市制施行から60周年を迎えます。

サクランボが旬を迎えます
6月下旬に主力品種の佐藤錦が最盛期を迎えます。市内には、サクランボ狩りが体験できる果樹園がたくさんあります。もぎたてのサクランボの味は格別です。

地理的表示(GI)保護制度に登録された「東根さくらんぼ」

「東根さくらんぼ」は、栽培基準や出荷基準を順守した高品質のサクランボです。サクランボ生産量日本一、佐藤錦発祥の地である東根市の生産者が、自信を持ってお届けする、GIマークの表示された「東根さくらんぼ」をぜひ一度お試しください。

東根市のイベント紹介

果樹王国ひがしねフェスティバル「さくらんぼ種飛ばしワールドグランプリ2018」

日時 6月10日(日) 10時～
会場 東根市民体育館駐車場特設会場(山形県東根市大字東根乙1119-1)



内容 参加者全員にサクランボ50gをプレゼントするさくらんぼ種飛ばし大会の他、サクランボにちなんだ各種イベント、出店

第49回ひがしね祭

日程 8月10日(金)、11日(祝)
会場 東根市役所および周辺(山形県東根市中央1-1-1)

内容 動く七夕提灯行列・七夕フィナーレ、おどりの競演、激突!みこしと神輿など

た〜んとほおバルフェスタ in ひがしね2018

日程 9月14日(金)～16日(日)
会場 東根市民体育館駐車場特設会場(山形県東根市大字東根乙1119-1)

内容 「肉の祭典」、地元東根の食材や地酒を提供する「ひがしねブース」の出展など、県内外の「食」が集結するグルメイベントです。

東根市へのアクセス

東京駅から山形新幹線で約3時間、羽田から空路で約1時間

交流都市 山梨県富士河口湖町



富士河口湖町は、富士山の北側、山梨県の南部に位置する4つの湖と樹海を有する日本屈指の景勝地です。富士山や樹海をはじめとする自然環境だけでなく、東京都心からも90分程度で到着するアクセスの良さなどが魅力です。

伝統工芸品 大石紬

伝統と継承
富士河口湖町大石地区では、伝統

現状

最盛期には250戸余りの農家で織られた紬も現在は織り手がおらず、その手法を知る90代の方々が数人いるだけの状況となりました。代々受け継がれてきた大石紬の伝承が危惧されるなか、地域おこし協力隊を募り、伝統の継承と地域振興を目指しています。

販売と染色体験

大石紬の伝統手法と歴史を現代に継承する目的で創設された「大石紬伝統工芸館」では、大石シルクで作られた商品の販売をはじめ、自然素材の草木染めなどが実際に体験できる、体験教室を開催しています(要予約)。興味のある方はぜひお立ち寄りください。また、隣接の「河口湖自然生活館」でも地域の特産品の販売を行っています。



大石紬伝統工芸館
山梨県南都留郡富士河口湖町大石1438-1
☎0555(76)7901
HP <http://www.fkchannel.jp/oishitsumugi>

河口湖自然生活館
山梨県南都留郡富士河口湖町大石2585
☎0555(76)8230
HP <http://www.fkchannel.jp/naturelivingcenter>

凡例 問い合わせ先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス

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

第17回 中央区ブーケ祭り

～職場で、地域で、家庭で働く人たちへの応援歌～

ブーケ祭りは、男女共同参画社会を推進する拠点である女性センター「ブーケ21」を利用している登録団体で構成する実行委員会と中央区の共催事業です。

今年は「あなたのハート ブーケに集めて」をテーマに、実施します。

日時
6月22日(金)・23日(土)
午前10時～午後4時

会場
女性センター「ブーケ21」

内容
団体の紹介や活動内容を体験できるブースの設置や、コーラス・ダンス・朗読をはじめとして、団体の特長を生かした発表を行います(別表1のとおり)。

さらに今年は実行委員会企画として、「ひまわりSARUE」をゲストとしてお越しいただき、体と心をほぐし一緒に音楽を楽しみます(別表2のとおり)。

別表1 参加団体 (50音順)

また東京都下水道局では、「桜橋第二ポンプ所見学会」を開催します。女性センターの地下にある施設を見学できる貴重な機会です。

主催
中央区ブーケ祭り実行委員会・中央区

◎6月21日(木)～23日(土)は研修室などの利用は休止します。

総務課女性施策推進係
☎(5543)0651

女性センター「ブーケ21」
http://bouquet21.genki365.net/



▲発表の様子

団体名	発表内容
アマービレ (23日(土)のみ)	中央区消費者友の会
エガリテ	中央区女性海外研修者の会
オスピーの会	中央区女性ネットワーク
音和会 (22日(金)のみ)	中央区つつじ会
カトレアグループ	中央区文化財サポーター協会
かな書道を親しむ会	東京建築士会女性委員会
カラーの会・アヌビス	東京都下水道局桜橋第二ポンプ所
京橋防火女性の会 (23日(土)のみ)	日本橋モラロジー事務所
銀座育成婦人会	人形教室みやび会
暮らしを考える会 (22日(金)のみ)	ブーケ祭り実行委員会企画 (ブローチ作り)
傾聴ボランティアグループうさぎの会	FLAPはばたき
新婦人コーラスエーデルワイスの会 (23日(土)のみ)	レイ・ロケラニ (23日(土)のみ)
新婦人女性の地位向上委員会	朗読の会 (23日(土)のみ)
中央区環境保全ネットワーク	朗読ボランティアグループわかはや会 (22日(金)のみ)
中央区社会福祉協議会	わすね草 (23日(土)のみ)

◎展示や発表内容は女性センター「ブーケ21」のホームページに掲載します。

赤ちゃんが生まれたら訪問します

区では、生後4カ月までの赤ちゃんがいる全てのご家庭を保健師・助産師などが訪問し、赤ちゃんの体重測定や健康状態の確認をするとともに、育児相談などを行っています。

訪問は母子健康手帳交付時にお渡しする「母と子の保健バッグ」の中に入っている赤ちゃん訪問連絡はがき(出生通知書)をもとに行っています。赤ちゃんが生まれたら、なるべく早く投函してください。

連絡はがきをお持ちでない方はお住まいの地域の保健所・保健センターへお問い合わせください。

中央区保健所健康推進課予防係

☎(3541)5930
日本橋保健センター健康係
☎(3661)5071
月島保健センター健康係
☎(5560)0765



▲赤ちゃん訪問連絡はがき

トピックス



花と苗木の即売会

5月11日、あかつき公園で花と苗木の即売会が行われました。公園にはハイビスカス、ミニトマトなどの鉢や苗木が50種類ほど並べられ、お気に入りの花などを求める方にぎわいました。また、各家庭から回収した土を再生した園芸用土の無料配布にも多くの方が集まり、区民の皆さんが花や緑に親しむ様子が伺えました。

別表2 実行委員会企画

プログラム	日時
手作りワークショップ 「幸せのクローバーブローチ作り」	6月22日(金) 午後1時30分～3時30分
ひまわりSARUE 「フルーツ・サクセス演奏と歌」	6月23日(土) 午後1時10分～2時30分

◎クイズラリーは両日行っています。



▲盆踊りの様子



▲展示の様子

6月23日(土)～29日(金)は「男女共同参画週間」

「走り出せ、性別のハードルを超えて、今」

男性と女性が、家庭で、学校で、職場で、地域で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、行政だけでなく、区民の皆さん一人一人の理解と取り組みが必要です。私たちの周りの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか。

男女共同参画を推進する区の施策

区では、男女一人一人の人権と個性が尊重され、みんなが能力を発揮できる地域社会の実現を目指して、「中央区男女共同参画行動計画2018」を平成30年3月に策定しました。

この計画に基づき講座・講演会などの開催や中央区男女共同参画ニュース「Bouquet(ブーケ)」の発行、女性相談事業、男女共同参画を推進する団体への支援をはじめ、ワーク・ライフ・バランス推進企業認定事業などを行っています。

なお「中央区男女共同参画行動計画2018」は、女性センターや区のホ

ームページでご覧いただけます。

総務課女性施策推進係
☎(5543)0651
女性センター「ブーケ21」
http://bouquet21.genki365.net/



内閣府啓発ポスター

(10) 「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)、都営地下鉄の駅(東銀座・宝町・築地市場・日本橋・人形町・東日本橋・馬喰横山・浜町・勝どき・月島)、東京メトロの駅(京橋・銀座・東銀座・新富町・築地・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)、J Rの駅(新日本橋・馬喰町)、文化堂でも配布しています。