

区のおしらせ

今号の主な内容

- 2面 秋から始まる区民カレッジ講座
- 3面 特別区税条例の改正
- 4~7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)



# 中央

8/1

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

## 世界平和を願って



中央区長  
矢田 美英

「戦争絶対反対・核兵器廃絶・テロ撲滅」。私たちのこの願いが少しずつではありますが、実現に向かって動き出しています。朝鮮半島をめぐるさまざまな動きの中でも特筆すべき朗報と言えるでしょう。

何といても良かったのは私たちがもっとも危惧した朝鮮半島での南北を中心とした戦争が起こらなかったことです。第2は北朝鮮がこれまで国際世論を無視して繰り返してきた核実験と大陸間弾道ミサイル(ICBM)の発射実験を中止することを正式に決定し、発表したことです。

また、6月12日にはシンガポールで、これまでいがみあ

ってきたトランプ米大統領と金正恩(キム・ジョンウン)北朝鮮労働党委員長が初めて会談し、敵対関係の解消を実現したことは朝鮮半島の緊張緩和の象徴であります。これにより恒常的に実行してきた米国と韓国との合同軍事演習を今後は中止することになりました。

無論、事実上の「核保有国」となっている北朝鮮がこれからどのような形で完全な「核廃絶」を実行していくのか、検証可能で不可逆的な非核化となるのか否かなど不明な点も多く見られます。

また、日本にとっては米朝

首脳会談でトランプ大統領が日本人の拉致問題を提起しましたが、詳細な内容や金氏の反応は説明されずに終わっています。17人といわれている日本人拉致問題は重大な人権問題であり、関係国の協力を得て、日本人自身の力で早期救出に強力に取り組んでいかなければなりません。

この間、「核兵器廃絶国際キャンペーン」(ICAN)のノーベル平和賞受賞や核兵器禁止条約制定に向けた交渉会議が国連本部で賛成多数で採択された事実も朝鮮半島情勢に与えた影響は大なるものがあります。2年後の東京オリンピック・パラリンピックを契機に世界の恒久平和を実現させようではありませんか。人類の英知と意志はそれだけの力があるのですから――。

(7月20日記)



▲朝倉響子作平和像「ニコラ」と子どもたち(区役所前)

### 中央区平和都市宣言

いまいちどたちどまり

平和の尊さを見つめよう

ささやかな幸せも

こよなき繁栄も

平和の光が消えたなら

すべてが失われる

私たちの手にあるこの輝きを

明日の世代に伝えよう

一九八八年三月一五日

この日 私たちは

永遠の平和を願い

中央区が平和都市で

あることを宣言する

## 中央区の街並み絵画展作品募集

現在の街並みを記録し、その姿を後世に残すことを目的として街並み絵画展を開催しています。中央区の街並みを描き、絵画展に作品を出展してみませんか。



▲中央区の夕陽(水彩画) 市川悦子さん作



▲永代橋夜景(水彩画) 川口環さん作

- 応募資格** どなたでも応募できます。
- 応募作品** 現在の中央区の風景を描いた20号までの大きさで、額装してある作品
- ◎油絵・水彩画などの種別は自由です。
- 応募方法** 9月27日(消印有効)までに、はがきに①郵便番号・住所②氏名・ふりがな③年齢④電話番号⑤作品の種別⑥大きさ⑦画題を記入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。
- 搬入日** 10月27日(土)
- ◎申し込みされた方には、9月28日(金)以降に別途ご案内をします。

### 絵画展の内容

- 日時** 10月31日(水)~11月4日(日) 午前10時~午後6時
- ◎4日は午後5時までです。
- 会場** 月島社会教育会館晴海分館アートはるみギャラリー
- 費用** 無料

◎本会場での実施後、希望される方は区施設などでの展示もできます。



▲銀座みゆき通(切り絵) 望月和明さん作



▲佃島船だまり(水墨画) 綿引和子さん作



▲佃島の桜(油絵) 澤田明美さん作

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

凡例 問い合わせ(申込)先 HP ホームページアドレス ②Eメールアドレス

区の公式 SNS など





# 秋から始まる区民カレッジ講座

区民カレッジの後期講座の開講に当たり、区民カレッジ生以外の皆さんも申し込みができる講座をご案内します。

今回は、今年度から新たに始まる三重県のアンテナショップ「三重テラス」との連携講座を紹介いたします。

～日本の文化聖地・三重の“宝”～伊勢神宮

歴史や文化、伝統など三重県の魅力を学ぶ連携講座です。今回は、伊勢神宮をテーマに、お伊勢参りの楽しみ方や、式年遷宮についてお話し

別表1 まなびのコース

します。

### 共通

開催日など

別表1～3のとおり

### 対象

18歳以上の区内在住・在勤・在学者(ただし、シニアコースのクラブ学習は60歳以上の区内在住者)

### 託児

別表1～3で託児「○」となっている講座は原則2歳6カ月以上の未就学児をお預かりします。

### 申し込み方法

8月17日(必着)までに往復はがきに①講座番号と講座名②氏名③ふりがな④郵便番号・住所⑤電話番号⑥年齢⑦在勤・在学の方は勤務・通学先の名称・所在地・電話番号⑧託児を希望する方は託児希望月日およびお子さんの氏名・ふりがな・年齢・性別を記入して郵送、または区のホームページの電子申請から申し込む。

◎はがき1枚につき1人1講座を記入してください(申し込み多数の場合は抽選)。

◎日時が重ならない講座は複数申し込みめます。

◎別表1～3の講座の受講料は全て1回ではなく1講座分です。

◎詳しくは「中央区民カレッジ後期講座案内」をご覧ください。講座案内は区役所6階文化・生涯学習課、各社会教育会館、日本橋・月島特別出張所、各図書館、郷土天文館、各いきいき館(敬老館)、女性センター「ブーケ21」、シニアセンター、早稲田大学エクステンションセンター八丁堀校などで配布している他、区のホームページからもご覧いただけます。

〒104-8404

中央区築地1-1-1

文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5525

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

講座番号	講座名	開講日	曜日	回数	時間	受講料	材料費など	託児	募集人数	会場
①-1	カレッジデビュー講座	10月10日・24日、11月7日・21日、12月5日	水	各5回	午後6時30分～8時 午後2時～4時30分	各1,500円	-	-	60人	築地社会教育会館
①-2	ボランティアのための傾聴講座(生涯学習基礎講座)	平成31年1月30日、2月6日・13日・20日・27日	水		午後6時30分～8時 午後2時～4時30分				20人	中央区社会福祉協議会
①-3	江戸の人々の信仰生活	10月1日・22日、11月12日・26日、12月10日	月	各5回	午前10時～11時30分 午後6時30分～8時 午後2時～3時30分	各1,500円	-	○	60人	築地社会教育会館
①-4	画廊へのご招待	10月19日、11月9日・30日、12月7日 10月27日	金 土		午後6時30分～8時 午後2時～3時30分			30人	築地社会教育会館他	
①-5	文楽の世界を楽しむ	平成31年1月9日・16日・23日 2月6日・13日	水	各5回	午後2時～4時 午前10時～	5,400円	-	○ (一部除く)	60人	築地社会教育会館 国立劇場
①-6	街歩き楽しみ隊	9月14日・21日、10月5日・12日・19日・26日、 11月16日・30日	金		午後2時～4時				2,400円	-
②-1	ざくざく編んで楽しいズパゲッティ	9月25日、11月6日・20日 10月8日・22日	火 月	各5回	午前11時～午後1時 午後1時30分～4時	各1,000円	6,000円	○	16人	築地社会教育会館
②-2	型紙から作る美しい紅型染め	11月8日・15日・22日・29日、12月6日	木		午後1時30分～4時	5,200円	20人			
②-3	ソスペーパーをパレンテ～イタリア発ペーパーナプキンで立体的にデコレーション～	11月12日・19日・26日	月	3回	午前10時～正午	600円	5,120円	○	25人	築地社会教育会館
②-4	一越(ひとこし)ちりめんで作るプチブーケ～伝統・つまみ細工を体験～	9月23日、10月7日・14日・28日、11月4日	日	5回	午後2時～4時30分	1,000円	5,600円		20人	
②-5	地図読みワークショップ～東海道ワークマップを作ろう～	9月25日、10月9日・23日・30日	火	各4回	午後7時～9時 午後7時～8時30分 午前9時15分～11時45分	各800円	-	-	30人	日本橋社会教育会館
②-6	一芸入魂！ボイスパーカッション講座	11月14日・28日、12月5日・19日	水		午後7時～8時30分 午前9時15分～11時45分				160円	各20人
②-7	初心者のための競技かるた	10月9日・16日・23日・30日	火	各5回	午後3時～5時	1,000円	2,700円	○	35人	アートはるみ
②-8	五感で味わう味覚講座	10月15日、11月19日、12月17日、平成31年1月21日、2月18日	月		午後3時～5時	1,200円	-		28人	聖路加国際大学2号館
②-9	ポピュラーハーモニー	9月26日、10月3日・10日・17日・24日、11月7日	水	6回	午後1時30分～3時	1,500円	900円	-	40人	三井記念美術館
③-1	住み慣れた場所で健康に暮らそう	9月12日・26日、10月10日・24日、11月7日	火	3回	午後2時～4時	2,500円	14,000～15,000円		○ (一部除く)	80人
③-2	展示会を観る	10月16日、平成31年1月15日、3月5日	火	各5回	午後2時～3時30分 午後2時～9時	1,500円	-	○	60人	築地社会教育会館
③-3	歌舞伎ものしり講座	10月4日・18日、11月1日・29日 11月15日	木		午後2時～4時	2,000円	5,500円	-	各30人	晴海トリトンスクエアX棟会議室
③-4	福沢諭吉と明治150年	9月26日、10月3日・10日・17日・24日	水	午前10時～正午 午後2時～3時30分 午後3時30分～5時30分	1,200円	1,000円	35人			奈良まほろば館
③-5	フルート体験つきで楽しむ、クラシック音楽講座 愛と野望のベートーベン～ベートーベンの交響曲を聴こう！	9月22日、10月27日 10月14日 12月1日	土 日 土	各4回	午後2時～4時	2,000円	5,500円	○	60人	築地社会教育会館
③-6	江戸の小津和紙 アートになる和紙	9月14日・28日、10月12日・26日	金	各3回	午後2時～3時30分	各900円	50人		三重テラス	
③-7	『万葉集』を読む～大伴家持生誕1300年～	10月6日 11月25日、12月9日	土 日	各2回	午後2時～3時30分	各600円	-	-	45人	築地本願寺GINZA SALON
③-8	金沢を知る～Legacy～	11月24日、12月1日・8日	土						30人	群馬銀行東京支店
③-9	～日本の文化聖地・三重の“宝”～伊勢神宮	11月7日・21日	水	各3回	午前10時30分～正午 午後2時～3時30分	各900円	-	-	40人	近畿大学東京センター
③-10	仏教と伝統文化を知る	10月15日、12月3日	月						70人	朝日新聞東京本社
③-11	まるごと！ぐんま学～群馬の歴史と文化を知る～	11月1日・8日・15日	木	各5回	午後4時～5時30分	1,500円	-	-	-	-
③-12	マクロだけじゃない！生活を豊かにする近畿大学農学部の最先端研究	10月20日・27日、11月10日	土							
③-13	朝日新聞記者が時事を読み解く～新時代の幕開けを前に～	平成31年1月17日・24日・31日、2月7日・14日	木	各10回	午後5時～6時30分 午後1時～2時30分	各7,000円	-	-	-	-
③-14	シャーロック・ホームズの魅力をさぐる	10月2日・9日・16日・23日・30日、11月6日・13日・20日・27日、12月4日	火							
③-15	中学生レベルの英語で紹介する中央区	10月3日・10日・17日・24日・31日、11月7日・14日・21日・28日、12月5日	水	各5回	午後5時～6時30分 午後3時～4時30分	各3,500円	-	-	-	-
③-16	漢方と顔のツボ健康法	10月4日・11日・18日・25日、11月1日・8日・15日・22日・29日、12月6日	木							
③-17	江戸ことば・東京ことば	10月4日・11日・18日・25日、11月1日	金	各5回	午後5時～6時30分 午後3時～4時30分	各3,500円	-	-	-	-
③-18	経済ニュースから何を読み解くか	10月5日・12日・19日・26日、11月9日	金							
③-19	日本神話の天空と大地～神々の故郷、古代出雲を逍遙す～	10月9日・23日、11月6日・20日、12月4日	火							

別表2 シニアコース

講座番号	講座名	開講日	曜日	回数	時間	受講料	材料費など	託児	募集人数	会場
②-1	やさしい水彩画	9月11日・18日・25日、10月2日・9日・16日、11月6日・13日・20日・27日	火	各10回	午後2時～4時	各2,000円	-	-	18人	築地社会教育会館
②-2	心のメロディーを歌う	9月11日・25日、10月2日・9日・16日、11月6日・13日・20日・27日、12月4日	火						50人	
②-3	足指から元気になる 楽々動作術入門	9月13日・20日・27日、10月4日・11日・18日、11月15日・22日・29日、12月6日	木	各5回	午後5時～6時30分	-	-	-	-	-
②-4	書に親しむ	9月13日・20日・27日、10月4日・11日・18日、11月15日・22日・29日、12月6日	木							
②-5	今考えよう、自分の最期の過ごし方	9月13日・20日・27日、10月4日・11日・18日、11月8日・22日・29日、12月6日	木							

別表3 区民企画講座

講座番号	講座名	開講日	曜日	回数	時間	受講料	材料費など	託児	募集人数	会場
区民①	「日本茶だって旅をする」～フランス人ソムリエが提案する新しい日本茶の世界～	9月18日 9月19日	火 水	各2回	午前11時～午後0時30分 午後1時～1時45分、午後2時15分～3時	各400円	-	-	20人	日本橋社会教育会館
区民②	「押絵羽子板」～絹で描く江戸の粋～	12月1日・8日	土		午後2時～4時					25人

◎区民企画講座は申し込み多数の場合、区内在住者を優先の上、抽選します。



# 特別区税条例の改正

地方税法の改正に伴い、特別区税条例を改正しました。特別区民税の基礎控除および調整控除の見直し

合計所得金額が2,500万円を超える方は、平成33年度の特別区民税から基礎控除と調整控除が受けられなくなります。

軽自動車税環境性能割の創設

平成31年10月1日以後に三輪以上の軽自動車を取得する方は、自動車取得税(都税)に代わり、軽自動車税環境性能割(区税)がかかります。詳しくは別表1をご覧ください。

なお、環境性能割の賦課徴収は、当分の間、東京都が行います。特別区たばこ税の税率および課税方式の見直し

特別区たばこ税の税率を10月1日(月)から段階的に引き上げます。詳しくは別表2をご覧ください。また、加熱式たばこの課税方式(税額の算別表1 環境性能割の概要

定にかかる本数の換算方法)を10月1日(月)から段階的に見直します。

国税務課管理係 ☎(3546)5267

主な項目	内容		
納税義務者	区内に主たる定置場がある車両の取得者		
課税標準	車両の取得価額		
税率	車両の燃費性能などに応じ、非課税、0.5%、1%、2%の4段階		

別表2 特別区たばこ税の税率 (1,000本当たり)			
現行	10月1日～	平成32年10月1日～	平成33年10月1日～
5,262円	5,692円	6,122円	6,552円

◎税率の引き上げに伴い、手持品課税を実施します。また平成31年4月1日に予定されている旧3級品の紙巻たばこに係る税率の引き上げを平成31年10月1日に延期します。

# 第72回区民体育大会

## 総合開会式

日時 9月1日(土) 午後6時～  
会場 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

日時 9月30日(日) 午前9時～  
会場 総合スポーツセンター主競技場  
対象 区内在住・在勤・在学者および連盟登録者(小学生を除く)

費用 傷害保険料として220円(申込時に納入)

申し込み方法 8月27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。  
〒124-0012 葛飾区立石4-14-13-506片野方 中央区剣道連盟事務局 ☎080(6576)1022

サッカー大会

日時 10月21日～12月16日の日曜日 午前9時～  
会場 江戸川河川敷サッカー場、大島小松川公園  
対象 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)

## 費用

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13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。

申し込み方法 9月3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

日時 9月9日～29日の土・日曜日、祝日、休日 午前8時～午後4時  
会場 月島運動場、浜町運動場  
対象 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。

費用 無料  
代表者会議 8月14日(火) 午後6時15分～  
区役所8階大会議室

申し込み方法 8月7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)

日時 9月23日(祝) 午前9時30分～  
会場 総合スポーツセンター主競技場  
対象 区内在住・在勤・在学者および連盟登録者(小・中学生を除く)  
費用

の更新を行います。  
総合案内板の主な仕様  
・表示高さは、歩行者と車いす使用者が共通して見やすい高さです。  
・総合案内板が遠くからでも見つけやすいように、iマーク(インフォメーションのピクトグラム)を表示します。  
・地図の表記は、2カ国語(日本語・英語)です。ピクトグラムも表示し、凡例は、4カ国語(日本語・英語・中国語・韓国語)です。  
・中央区観光案内、中央区防災マップのQRコードを掲載します。

建築課調査係 ☎(3546)5453

無料  
申し込み方法 8月24日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、郵送で申し込む。  
〒104-0042 中央区入船1-2-8-104山口方 中央区卓球連盟 ☎080(3246)8638

レディース(ママさん)バレーボール大会

日時 9月16日(日) 午前9時30分～  
会場 総合スポーツセンター主競技場  
対象 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ム  
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  
第72回区民体育大会競技種目別一覧

参加人員 監督・コーチ・マネージャー各1人、選手15人以内(選手は大会申込時に18人まで登録可)

費用 無料  
代表者会議 8月21日(火) 午後6時30分～  
区役所6階会議室  
申し込み方法 8月10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。  
〒104-8404 中央区築地1-1-1 中央区体育協会事務局 ☎(3546)5729  
http://www.chuo-taikyo.jp/

競技種目	日程	会場		
アーチェリー	11月11日(日)	総合スポーツセンター	アーチェリー場	
合気道	9月2日(日)		第一武道場	
空手道	11月25日(日)		主競技場	
弓道	9月23日(祝)		弓道場	
クレ射撃	10月6日(土)	成田射撃場		
剣道	9月30日(日)	総合スポーツセンター	主競技場	
ゴルフ		勝田ゴルフ倶楽部		
サッカー	10月21日(日)～12月16日(日)	江戸川河川敷	サッカー場	
		大島小松川公園		
柔道	10月28日(日)	総合スポーツセンター	第一武道場	
少年野球	9月9日(日)～29日(土)	月島運動場、浜町運動場		
水泳	9月9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31年1月27日(日)	菅平高原スキー場		
ソフトテニス	10月21日(日)	豊海テニス場		
ソフトボール	8月26日(日)～9月16日(日)	月島運動場、浜町運動場		
太極拳	9月17日(祝)	築地社会教育会館	屋内体育場	
卓球	シングルス	9月23日(祝)	総合スポーツセンター	
	ダブルス	10月7日(日)		
	団体	11月3日(祝)		
釣	10月7日(日)	木更津市周辺		
テニス	シングルス	10月6日(土)～28日(日)	木場公園テニスコート	
	ダブルス	9月8日(土)～23日(祝)	豊海テニス場	
トランポリン	10月28日(日)	総合スポーツセンター	主競技場	
軟式野球	～12月9日(日)	月島運動場		
ニュースポーツ	グラウンドゴルフ	10月13日(土)	月島運動場	
		11月10日(土)		
	ベタンクなど	9月24日(休)		佃中学校
		11月18日(日)		校庭
	平成31年2月24日(日)			
	ソフトバレーボール	11月11日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
	ラケットテニスなど	9月9日(日)		
	スポーツ吹き矢	12月2日(日)	アートはるみ	ギャラリー
バスケットボール	9月2日(日)～10月27日(土)		主競技場	第二競技場
バドミントン	ダブルス	9月9日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
	混合ダブルス	11月4日(日)		
バレーボール	男子	11月23日(祝)	総合スポーツセンター	主競技場
	女子	12月9日(日)		
ボウリング	10月28日(日)	ラウンドワン南砂店		
ヨットレース	9月30日(日)	若洲海浜公園		
ライフル射撃	10月28日(日)	総合スポーツセンター		
陸上競技	10月21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16日(日)	総合スポーツセンター		

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

# 総合案内板が新しくなります

区では区内全域に、住居表示や公共施設などを表示した総合案内板を設置しています。

この総合案内板を高齢者や障害のある方、国内外からの来街者など多くの人が利用しやすいように、多言語表記やユニバーサルデザインに対応したものに順次更新していきます。

今年度は、八重洲、京橋、銀座、築地、日本橋本石町、日本橋室町、日本橋本町、日本橋における25基



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

遊ぶ 知る

## 保健・医療・福祉

### 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つの保別表1 保健指導レベルの階層化



健指導レベル(別表1のとおり)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。

また、特定保健指導を利用された方には歩数計を配布しておりますので、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2のとおり

費無料

区福祉保健部管理課保健係

☎(3546)5397

#### ステップ1

①または②に該当するか確認します。

[腹囲]男性 85cm以上 } ① 男性 85cm未満かつBMI(※)25以上 }  
女性 90cm以上 } ② 女性 90cm未満かつBMI25以上 }

#### ステップ2

健診結果から次の項目にいくつ該当するか数えます。

- 空腹時血糖値100mg/d l以上またはヘモグロビンA1c5.6%(NGSP)以上
- 中性脂肪値150mg/d l以上またはHDLコレステロール値40mg/d l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

#### ステップ3

ステップ1、2から保健指導対象者を3つの指導レベルにグループ分けします。

ステップ1	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	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			動機付け支援	積極的支援	
上記のどれにも該当しない		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)により算出します。

#### 別表2 特定保健指導の対象・内容

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はなりません。

## 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  
〇〇課〇〇係(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

## 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を、65歳以上の区民の方には介護予防のための生活機能評価を実施しています。

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。

また、区では健康手帳を配布しています。健康診査・がん検診の結果を別表3

誕生月	受診券発送時期	受診期間
4月・5月	5月上旬	5月から8月
6月・7月	5月下旬	6月から9月
8月・9月	6月下旬	7月から10月
10月・11月	7月下旬	8月から11月
12月・1月	8月下旬	9月から12月
2月・3月	9月下旬	10月から平成30年1月

- 平成30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。
- 50歳以上の偶数歳の方の胃がん検診受診券は4月下旬に発送しています。

## 講座・催し物

### 交詢社公開講座 「幸齢化を支える医学」

#### 9月コース

日 9月4日(火)  
午後2時~3時  
30分

因「貪欲な臓器たち」と先制医療」

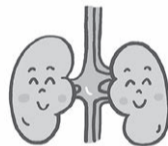
【講師】慶應義塾大学医学部腎臓内分泌代謝内科教授 伊藤 裕

#### 11月コース

日 11月7日(水)  
午後2時~3時  
30分

因「心臓と血管の病気を治す!~体に優しい最新の手術~」

【講師】慶應義塾大学医学部心臓血管外科教授 志水秀行



#### 共通

場築地社会教育会館

対区内在住・在勤者

定各回100人(申し込み多数の場合は抽選)

費無料

日 9月コースは8月21日(必着)、11月コースは10月24日(必着)までに、はがきに①希望コース②~⑤(4面記入例参照)を記入して申し込む。

●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。

区〒104-0061

中央区銀座6-8-7  
(一財)交詢社事業委員会

☎(5537)1311

・区民カレッジについて  
文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5524

## 緊急の診療案内

### 土曜日・休日の診療

#### 内科・小児科診療

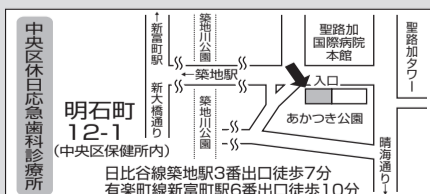
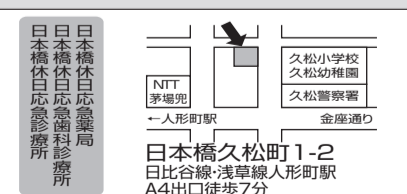
施設名	診療時間			担当
	土曜日	日曜日、祝日、年末年始		
中央区休日応急診療所 ☎(3533)3136	午後5時~10時	午前9時~午後5時	午後5時~10時	中央区医師会 ☎(3531)1048
京橋休日応急診療所 ☎(3561)5171	-	○	-	
日本橋休日応急診療所 ☎(5640)2570	○	○	○	日本橋医師会 ☎(3666)0682

#### 歯科診療

施設名	診療時間			担当
	土曜日	日曜日、祝日、年末年始		
中央区休日応急歯科診療所 ☎(3541)5420	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
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

#### 調剤薬局

施設名	診療時間			担当
	土曜日	日曜日、祝日、年末年始		
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



●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)、

子医療証(小・中学校就学中の方)を必ずお持ちください。

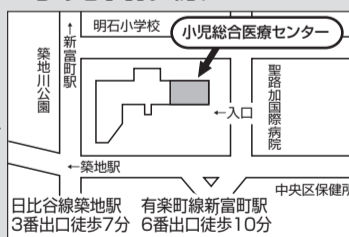
### 平日準夜間の小児科診療

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・プッシュ回線からは#7119)



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」

回 9月5日(水)

午後6時30分~8時

場 女性センター「ブーケ21」

[テーマ]中国(台湾)から来たワンさん

[ゲスト]中央区文化・国際交流振興協会ボランティア 王 鈴英

回 40人程度(先着順)

費 無料

回 8月3日(金)から電話・ファクスに①~②(4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。

回 女性センター「ブーケ21」

総務課女性施策推進係

☎(5543)0651

FAX(5543)0652

たのしい俳句

回 9月8日(土)・15日(土)・22日(土) 午後2時~4時

場 築地社会教育会館第1洋室

回 区内在住・在勤者で全日参加できる方

回 初心者を対象に基礎から俳句を学び句会にチャレンジ。講師の添削であなたの俳句がすてきに変身します。

・1日目:ガイダンス(季語や作句方法の説明など)

・2~3日目:句会など

[講師]川村研治(寒雷)

回 15人(申し込み多数の場合は抽選)

費 3,000円(3回分)

[持ち物]筆記用具、お持ちの方は歳時記

回 8月20日(必着)までに①~⑤(4面記入例参照)⑥在勤の場合は勤務先の名称・所在地⑦俳句歴を記入してEメールで申し込む。

◎申し込みはEメールのみです。

[後援]中央区

回 中央区俳句連盟事務局

回 chuo.haiku@gmail.com

マンション耐震セミナー

講演会

回 耐震診断・改修についての実例を交えた講演会

[テーマ]

①大地震によるマンション災害と日頃の備えー東日本大震災、熊本地震などから振り返るー

②知って進める!マンションの耐震診断・補強

場 都議会議事堂1階都民ホール(新宿区西新宿2-8-1)

回 250人(要予約、先着順)

マンション耐震個別相談会

場 都議会議事堂1階都政ギャラリー(新宿区西新宿2-8-1)

回 30組予定(事前申し込みが必要)

共通

回 9月15日(土) 午後1時~5時

費 無料

回 8月1日(水)からファクスまたはホームページで申し込む。

[申込先]

NPO法人建築技術支援協会(サーツ)

FAX(5689)2912

HP http://www.psats.or.jp/

回 都都市整備局住宅政策推進部マンション課

☎(5320)4944

10月からのさわやか健康教室

[日時など]別表1のとおり

回 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」を基に判定します。

回 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。

回 各コース12人(申し込み多数の場合は抽選)

費 無料

回 8月24日(消印有効)までに受講申込書などの書類に必要事項を記入し、区役所4階高齢者福祉課に郵送または持参して申し込む。

◎受講申込書などの書類一式は、高齢者福祉課に電話で連絡された方に郵送します。また、いきいき館(敬老館)やシニアセンター、おとしより相談センターなどの施設で配布している他、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。

◎「基本チェックリスト」も受講申込書などの書類に含まれています。

◎受講が決定した方には受講決定通知などを郵送します。

◎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。

◎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。

回 高齢者福祉課高齢者活動支援係

☎(3546)5716

別表1

Table with 3 columns: Course, Date/Time, Location. Details for '10月からのさわやか健康教室'.

◎曜日・会場をかねて年4回募集します。

犬のしつけ方教室

回 9月1日(土)

午前10時~11時30分

場 築地川公園内わんわん広場(明石町10-2)

回 区内在住で、

・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

回 (1)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

(2)意見交換・質疑応答

[講師]ドッグライフプランナーズ 佐野浩之

回 20人(同伴者含む。なお、家族などは1人まで、犬は1頭まで同伴可。先着順)

費 無料

回 8月3日(金)から17日(金)までに

起業・独立開業を目指す方へ「起業家塾」受講者募集

[日時など]別表2のとおり

場 ハイテクセンター

回 区内在住・在勤で起業意欲がある方

回 「新しく事業を起こしたい」と真剣に起業を目指す方のために、「起業家塾」を開催します。会社設立や経営計画、財務管理、マーケティングなどの知識やノウハウを提供します。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。

◎ファクスで申し込む方は、送信後、商工観光課に受信し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、各回

別表2

Table with 6 columns: Course, Date/Time, Content, Staff, Fee, Application Period. Details for '起業・独立開業を目指す方へ'.

◎基礎編のみ、実践編のみの参加も可能です。

◎特定創業支援事業を受けたことの証明書の発行を希望する場合は、基礎編と実践編の両方を受講する必要があります。

はつらつ健康教室

[日時など]別表3のとおり

回 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。

回 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、生活機能の改善・向上を目指します。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。

回 各コース15人(定員に空きが出次第、随時ご案内します)

費 無料

別表3

Table with 4 columns: Course, Date/Time, Location, Staff. Details for 'はつらつ健康教室'.

◎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)

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

回 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/

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。

◎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ことができます。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。

◎基礎編・実践編ともに先着順です。区内在住・在勤で、区内で起業を検討している方が優先になります。

回 〒104-8404

中央区築地1-1-1

商工観光課中小企業振興係

☎(3546)5487

FAX(3546)2097

回 104-8404

中央区築地1-1-1

商工観光課中小企業振興係

☎(3546)5487

FAX(3546)2097

回 申し込み方法: 申込用紙に記入して郵送またはファクスで申し込む(電子申請も可)。

回 お近くのおとしより相談センターへご相談の上、お申し込みください。

◎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。

◎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。

回 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

☎(3665)3547

人形町おとしより相談センター

☎(5847)5580

月島おとしより相談センター

☎(3531)1005

勝どきおとしより相談センター

☎(6228)2205

凡例

日時

会場

対象

内容

定員

費用

申し込み方法

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



凡例 日時 会場 対象 内容 定員 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

清掃リサイクル講演会 「地球にやさしい生き方とは」～21世紀地球読本～

日 8月29日(水) 午後2時～4時 場 区役所8階大会議室 対 区内在住・在勤者 内 民放初の気象予報士キャスターとして、現在もメディアで活躍中の高塚哲広さんが中央区にやってきます。地球温暖化の真実を知り地球が私たちにどんなメッセージを発しているのか、耳を傾けてみませんか。 [講師] 気象予報士・気象環境ジャーナリスト・危機管理士(自然災害) 高塚哲広 定 100人(先着順) 費 無料 申 8月3日(金)から24日(金)までに電話またはEメールに①～⑤(4面記入例参照)⑥勤務先(在勤者のみ)を記入して申し込む。 問 中央清掃事務所管理係 ☎(3562)1522 E seisojimu\_01@city.chuo.lg.jp

映画鑑賞会

日 8月18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] 「オーシャンズ」(洋画103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

天体観望会 「月と火星を見よう！」

日 9月15日(土) 午後6時30分～8時 場 タイムドーム明石プラネタリウムホール、屋上 対 区内在住・在勤者(中学生以下は保護者の同伴が必要) 内 タイムドーム明石の屋上で専門の解説員の解説を交えながら、大型の天体望遠鏡や双眼鏡を使い、月と火星を観察します。観察の前にはプラネタリウムを用いて当日の星空や天体の解説を行います。 ◎当日、天候により観察できない場合は、プラネタリウムでの解説のみとなります。 定 50人(申し込み多数の場合は抽選) 費 無料 申 8月17日(必着)までに往復はがきに①～⑤(4面記入例参照)⑥参加者全員の氏名、年齢を記入して申し込む(電子申請も可)。 問 〒104-0044 中央区明石町12-1 郷土天文館「タイムドーム明石」 ☎(3546)5537

発展的天文講座 探査機「はやぶさ2」ついに小惑星へ！ 日 8月12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 4年前に地球を出発した小惑星探査機「はやぶさ2」は、6月に小惑星リュウグウに到着しました。これから本格的な観測が行われる予定です。太陽系の謎を解明する手がかりが得られると期待されています。「はやぶさ2」や小惑星のことについてお話しします。 定 86人(先着順) 費 無料 ◎直接、会場へお越しください。 ◎入場整理券を当日正午から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。 問 郷土天文館「タイムドーム明石」 ☎(3546)5537

高齢者向けパソコン教室 ～ゆっくり楽しくチャレンジ～

Excelを使ってみよう 日 9月18日(火)～20日(木)、25日(火)～27日(木) 計6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 対 60歳以上で、簡単な文字入力ができる方 内 表計算ソフトExcel 2016を使って、セルや計算式の入力、計算表作りなど、基礎と活用を学びます。 [講師] シルバー人材センターの会員 定 10人(申し込み多数の場合は抽選) 費 6,000円 ◎テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのExcel 2016」(1,296円)を使用します。 申 8月9日(必着)までに往復はがきに①「Excelを使ってみよう」②～⑤(4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。 問 〒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

レッツ中央契約カルチャー スクール10月期講座

対 中小企業に勤務する区内在住・在勤者 内 ①池袋コミュニティ・カレッジ 入会金免除および受講料10%割引(一部除外あり) ②朝日カルチャーセンター朝日JTB・交流文化塾 入会金免除および公開講座は会員料金 定 各20人(先着順) 申 ①は8月20日(月)から、②は8月28日(火)からレッツ中央窓口で法人会員受講申込書または法人会員証を受け取り、受講先で申し込む。 ◎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。 問 レッツ中央(中央区勤労者サービ

ス公社) ☎(3546)8610 東京都子育て支援員研修(第2期) 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 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(地域保育コース) ◎申し込み方法や研修内容などについて詳しくは、(公財)東京都福祉保健財団、または都のホームページをご覧ください。 問 (公財)東京都福祉保健財団人材養成部福祉人材養成室 ☎(3344)8533 HP (公財)東京都福祉保健財団 http://www.fukushizaidan.jp/

都福祉保健局 http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/

納涼ジャズコンサート

日 8月31日(金) 午後4時開演(午後3時30分開場) 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 男女4人組のジャズボーカルグループによるスイング感あふれるハーモニーをお楽しみください。 [出演] ブリーズ(ジャズヴォーカルグループ)野口久和(ピアノ) 定 120人 費 無料 ◎当日、直接会場へお越しください。 問 いきいき桜川(桜川敬老館) ☎(3553)0030

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 [教室の種類など] 別表のとおり 日 8月18日(必着)までに、往復はがきに①～⑤(4面記入例参照)⑥性別表

Table with columns: 対象, 会場, 開催予定の教室, 曜日, 時間, 定員, 回数, 料金. Rows include activities like swimming, hip-hop, and fitness for children and adults.

(※1)申し込みの際に、ご希望の曜日を記入してください。(※2)申し込みは、全11講座の中から、第1希望または第2希望までを記載し、子ども1人に1枚の応募です。(※3)親子(大人1人、子ども1人)でリズムに合わせて楽しく体を動かすクラスです。◎小学生スイムは初心者向けです。◎別途施設使用料がかかります。



税

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(金)までに納めてください。

クレジットカード(モバイルレジ)での納税

8月1日(水)からモバイルレジによる納付方法について、従来のモバイルバンキングに加え、クレジットカード払いを選択できます。

[対象税目]特別区民税・都民税(普通徴収分)、軽自動車税

[納付上限]30万円

[利用方法](1)スマートフォンでモバイルレジのホームページにアクセスし、



モバイルレジホームページのQRコード

(2)納付書(30万円以下)に印字されたバーコードを読み込む。

(3)クレジットカード情報を入力する。

[決済手数料]別表1のとおり

◎決済手数料はカード会社に直接払い込まれます。

[利用できるカード]VISA、Master card、JCB、American Express、Diners Club

◎現在口座振替をしている方がモバイルレジに変更する場合は口座振替登録解除の手続きが必要です。

◎詳しくは区のホームページをご覧ください。

「モバイルレジのご案内」チラシの一部誤りについて

納税通知書に同封した「モバイルレジのご案内」チラシ内の「クレジットカード払いの利用方法」の操作画面の表示に一部誤りがありました。

図税務課収納係

☎(3546)5276

別表1 決済手数料(納税者負担額)

Table with 2 columns: 納付金額, 決済手数料(税込)

◎以降、同様に10,000円ごとに108円ずつ加算されます。

国保・年金

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円割引となり、現金納付の前納(800円割引)よりも割引額が大きくなります。

年金手帳、預金通帳、金融機関届出印をご持参の上、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。

図中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411(代表)

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。

◎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。

◎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。

図保険年金課給付係

☎(3546)5360

その他

社会教育関係登録団体への講師派遣(後期分募集)

図10月から平成31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。

図学習会を行う際の講師謝礼の負担(上限額あり)

図69団体(申し込み多数の場合は抽選)

図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、各団体で行ってください。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。

図〒104-8404

中央区築地1-1-1

文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5524

祝日のごみ収集

8月11日(祝)「山の日」は、土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。

図中央清掃事務所作業係

☎(3562)1521

中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」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。

[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。

・利用料 1時間1,000円

[日常的な金銭管理サービス]

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。

・利用料 1時間1,000円

[書類等預かりサービス]

定期預金証書、不動産権利証などの重要書類をお預かりします。

・利用料 1カ月1,000円

◎各サービスとも、所得により利用料減免の制度があります。

◎財産状況の確認や信頼関係づくりのため、利用開始まで通常1~2カ月かかります。

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った方の財産と権利を後見人などが守る制度です。

[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。また、お越しいただくことが難しい場合は、職員が自宅に出向いてお話を伺います。

[弁護士による福祉法律相談]

成年後見制度の手続きや利用に関する相談をはじめ、高齢者や障害の

ある方の権利侵害、福祉サービスの利用に関わるトラブルや苦情などについて、専門の弁護士が相談に応じます。

・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、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。

[親族後見人への支援]

親族の後見人に就任されている方などを対象とした講座などを開催する他、随時相談に応じています。

図中央区社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」

☎(3206)0567

コミュニティふれあい銭湯

図8月10日(金)、24日(金)

◎8月10日はハイビスカスの湯

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)

図地域振興課区民施設係

☎(3546)5623



高齢者向け優良賃貸住宅等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2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

別表2

Table with 4 columns: 種別, 住宅名, 所在地, 管理会社

- 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ます。

◎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で配布します。

[登録方法]

所定の申込書を管理会社へ郵送する。

図住宅課計画指導係

☎(3546)5466

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



# 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. Why don't you come and join us?

開催日 Date	8月25日(土)、9月15日(土)、10月27日(土)、12月8日(土)、 2019年1月19日(土)、2月23日(土)、3月23日(土) Aug. 25 (Sat), Sep. 15 (Sat), Oct. 27 (Sat), Dec. 8 (Sat), Jan. 19 (Sat) 2019, Feb. 23 (Sat) 2019, Mar. 23 (Sat) 2019
時間 Time	原則として午後2時~4時 (イベントにより変更することがあります) 14:00~16:00(The time of the events indicated may change depending on the date of the events)
開催予定の イベント Scheduled Events	盆踊り、焼きそば作り、凧作り、茶道体験など Bon Dance, Yakisoba cooking, Making kites, 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, Tokyo, 104-0041 TEL: 03-3297-0251 ホームページ/Web site: <a href="https://www.chuo-ci.jp">https://www.chuo-ci.jp</a> Email: <a href="mailto:bunkoku@chuo-ci.jp">bunkoku@chuo-ci.jp</a> twitter: @cciea_chuo facebook: facebook.com/cciea/

◎時間と場所はイベントにより異なります。お問い合わせいただくか、協会ホームページをご確認ください。  
◎The time and place vary depending on the events. Please contact us or check our website.

## 来年4月に小学校に入学される お子さんがいる方へ



来春の入学に向けてお住まいの地域の指定校や特認校制度について知っていただくため、「中央区立小学校案内」を7月下旬に発送しました。

各学校では、教育方針や特色ある教育活動などを知っていただくために、学校公開を行っています。小学校案内または各学校のホームページにも学校公開の日程を掲載していますので、入学する前に学校を見る機会として積極的にご参加ください。

◎8月7日(火)までに、小学校案内がお手元に届かない場合はご連絡ください。

### 小学校特認校制度

区では、お住まいの住所に基づき指定されている小学校への就学を原則としていますが、ご希望により指定校以外の小学校を選択できる「特認校制度」を実施しています。

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

### 特認校

城東小学校、泰明小学校、常盤小学校  
別表 平成31年度特認校の学校説明会等の日程

特認校	所在地・電話番号	学校説明会日時(※)	学校公開の開催日程
城東小学校	(仮移転先) 日本橋兜町15-3 (坂本町公園内) ☎(5644)3020	9月13日(木) 午後3時~	9月8日(土)午前8時30分~ 学校公開 10月6日(土)午前9時~ 運動会 11月23日(祝)午前9時~ JOTOぶんかさい(音楽会) 12月1日(土)午前8時30分~ 学校公開・道徳授業地区公開講座 平成31年2月9日(土)午前8時30分~ 学校公開・学校保健委員会
泰明小学校	銀座5-1-13 ☎(3571)1765	9月22日(土) 午後8時30分~	9月22日(土)午前8時30分~ 学校公開 10月6日(土)午前8時40分~ 運動会 12月1日(土)午前8時30分~ 学芸会 平成31年1月17日(木)午前8時45分~ 学校公開 2月16日(土)午前8時30分~ 学校公開
常盤小学校	日本橋本石町 4-4-26 ☎(3241)1910	9月8日(土) 午前10時~	9月7日(金)午前8時20分~ 学校公開・校内水泳記録会 11月3日(祝)午前8時30分~ 学芸会 12月15日(土)午前8時20分~ 学校公開・英語スピーチコンテスト 平成31年2月16日(土)午前8時20分~ 学校公開・薬物乱用防止教室
阪本小学校	(仮移転先) 日本橋兜町15-3 (坂本町公園内) ☎(3666)0044	9月29日(土) 午後2時~	9月29日(土)午前8時50分~ 学校公開・伝統文化理解教室 平成31年1月26日(土)午前8時50分~ 学校公開・道徳授業地区公開講座 2月16日(土)午前8時50分~ 学校公開・学芸会

(※)申請される場合はご参加ください。

## トピックス



### 月島草市

7月7日・8日に月島西仲通りで月島草市が開かれました。オガラやホオズキなどのお盆用品をはじめ、金魚すくいや焼きそばなどの100を超える露店が立ち並び、たくさんの人でにぎわっていました。厳しい暑さの中、会場では浴衣姿の方も大勢見受けられ、かき氷などで涼を取りながら、夏の始まりを楽しんでいました。

## 社会教育会館サークル発表会ポスターのデザイン募集

サークル発表会は、社会教育会館を利用しているサークルが日頃の活動の成果を披露する年に1度のイベントです。

### 対象

区内在住・在勤・在学者

### 規格

- 縦A3以内
- ・手書き 紙質・画材の指定なし
- ・パソコンなど CD-ROMにて提出。解像度360dpi以上、データの形式は画像ファイル(jpeg・pngなど)

### 応募方法

9月30日(必着)までに作品と応募用紙を各社会教育会館に郵送、または窓口を持参する。

◎作品は1人何点でも応募可能です。ただし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・在学の別をポスター内に記載します。

◎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ダウンロードすることもできます。

### 選考結果

11月上旬ごろに郵送で発表

◎採用された方には5,000円分、佳作の方には1,000円分の図書カードを進呈します。

◎11月25日(日)に築地社会教育会館で表彰式を予定しています。

☎ 104-0045

中央区築地4-15-1  
築地社会教育会館  
☎(3542)4801

☎ 103-0013

中央区日本橋人形町1-1-17  
日本橋社会教育会館  
☎(3669)2102

☎ 104-0052

中央区月島4-1-1  
月島社会教育会館  
☎(3531)6367

HP 社会教育会館

<http://chuo-shakyo.shoppro.co.jp/>

ページをご覧ください。

### 就学時健康診断

小学校入学前のお子さんが受診する就学時健康診断は、11月に実施しますが、小学校特認校制度の申請の有無にかかわらず、通学区域の指定校で受診してください。

詳しくは「区のおしらせ 中央」10月1日号に掲載予定です。

### 学務課学係

☎(3546)5514

## テレビ広報番組 「こんにちは 中央区です」 放送時間の一部変更

J:COM東京の生中継番組の放送に伴い、午後8時15分からの放送を午後6時15分からに変更します。

### 変更日

8月4日(土)・5日(日)

### 対象

(株)J:COM東京加入世帯  
◎生中継が中止となった場合は、通常放送時間と変更放送時間ともに放送します。

### 広報課広報係

☎(3546)5218

(8) 「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。