

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

自転車安全利用
TOKYO
キャンペーン

5月1日(祝)～31日(金)

5月の「自転車月間」に併せて、自転車の交通ルールやマナーを周知するため、都や区、警察署など関係機関が連携して、「自転車安全利用TOKYOキャンペーン」を実施します。「自転車安全利用五則」を守り、安全運転を心掛けましょう。

自転車安全利用五則

- ①自転車は車道が原則、歩道は例外
- ②車道は左側を通行
- ③歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行
- ④安全ルールを守る
・飲酒運転・2人乗り・並進の禁止
・夜間はライトを点灯
・交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- ⑤子どもはヘルメットを着用
ルール・マナーを守っていても、事故に遭う可能性があります。

重傷事故を防ぐために、大人も子どももヘルメットを着用しましょう。

- ◎自転車走行中や歩行時にスマートフォンを操作する行為は、周りが見えにくくなり大変危険です。絶対にやめましょう。
- ◎万一の自転車事故に備え、賠償責任保険に加入しましょう。

環境政策課交通対策係

☎(3 5 4 6) 5 4 4 3

平成31年度

在籍児童・生徒・園児数および学級数

今年も、区立幼稚園、小・中学校には新しい仲間が加わり、活気ある新学期がスタートしました。

小学校には、1,392人の児童、中学校には527人の生徒が新1年生として入学し、幼稚園には647人の新入園児が入園しました。昨年と比べると、小学校全体の在籍者数は403人の増となり、中学校では55人の増、また、幼稚園では17人の増となりました。

学務課学事係

☎(3 5 4 6) 5 5 1 4



〔幼稚園〕 (4月10日現在)

学校名	3歳児		4歳児		5歳児		合 計	
	園児数	級	園児数	級	園児数	級	園児数	級
昭和	—	—	—	—	—	—	—	—
泰 明	—	—	16	1	7	1	23	2
中 央	24	2	32	1	23	1	79	4
明 石	49	3	49	2	31	1	129	6
京橋朝海	20	1	18	1	24	1	62	3
明 正	32	2	33	2	35	2	100	6
常 盤	—	—	—	—	—	—	—	—
日 本 橋	39	2	46	2	39	2	124	6
有 馬	72	3	61	2	45	2	178	7
久 松	65	4	61	2	59	2	185	8
阪 本	—	—	—	—	—	—	—	—
月 島	44	3	53	2	51	2	148	7
月島第一	52	3	59	2	58	2	169	7
月島第二	48	3	51	2	45	2	144	7
晴 海	66	3	47	2	62	2	175	7
豊 海	84	5	90	3	84	3	258	11
合 計	595	34	616	24	563	23	1,774	81

◎昭和・常盤・阪本幼稚園は休園中です。

◎泰明幼稚園は2年保育です。

〔小学校〕 (4月9日現在)

学校名	1年		2年		3年		4年		5年		6年		特別支援学級など	合 計	
	児童数	級	児童数	級	児童数	級	児童数	級	児童数	級	児童数	級		児童数	級
城 東	30	1	27	1	24	1	25	1	27	1	13	1	—	146	6
(宇 佐 美 学 園)	—	—	—	—	8	—	8	—	6	—	3	—	4	25	4
泰 明	58	2	55	2	58	2	58	2	55	2	47	2	—	331	12
中 央	42	2	55	2	42	2	23	1	25	1	29	1	—	216	9
明 石	91	3	92	3	58	2	68	2	53	2	53	2	—	415	14
(特 別 支 援 学 級)	5	—	1	—	4	—	3	—	2	—	2	—	3	17	3
京 橋 築 地	36	2	40	2	45	2	39	1	38	1	51	2	—	249	10
明 正	67	2	59	2	50	2	52	2	49	2	38	1	—	315	11
(通級指導学級・言語)	(3)	—	(10)	—	(7)	—	(6)	—	(3)	—	(3)	—	2	(32)	2
(通級指導学級・難聴)	(1)	—	(3)	—	—	—	(1)	—	—	—	—	—	1	(5)	1
常 盤	57	2	54	2	57	2	29	1	33	1	21	1	—	251	9
日 本 橋	84	3	64	2	60	2	54	2	66	2	60	2	—	388	13
有 馬	135	4	94	3	97	3	102	3	97	3	85	3	—	610	19
久 松	140	4	129	4	121	4	102	3	114	3	93	3	—	699	21
阪 本	29	1	26	1	29	1	26	1	27	1	27	1	—	164	6
佃 島	154	5	132	4	132	4	129	4	100	3	116	3	—	763	23
月 島 第 一	93	3	80	3	97	3	66	2	65	2	56	2	—	457	15
月 島 第 二	103	3	101	3	91	3	105	3	79	2	94	3	—	573	17
(特 別 支 援 学 級)	1	—	3	—	3	—	3	—	4	—	4	—	3	18	3
月 島 第 三	144	5	123	4	110	3	117	3	93	3	102	3	—	689	21
豊 海	123	4	153	5	150	4	142	4	125	4	102	3	—	795	24
合 計	1,392	46	1,288	43	1,236	40	1,151	35	1,058	33	996	33	13	7,121	243

〔中学校〕 (4月9日現在)

学校名	1年		2年		3年		特別支援学級など	合 計	
	生徒数	級	生徒数	級	生徒数	級		生徒数	級
銀 座	107	4	87	3	75	2	—	269	9
(特 別 支 援 学 級)	7	—	8	—	12	—	4	27	4
佃 島	116	4	82	3	94	3	—	292	10
晴 海	151	5	176	5	145	4	—	472	14
日 本 橋	146	5	107	3	101	3	—	354	11
合 計	527	18	460	14	427	12	4	1,414	48

◎通級指導学級の児童数は内数です。

◎学級数の合計には特別支援学級・通級指導学級などの学級数を含みます。

◎小学校1・2年生、中学校1年生は1クラス35人学級です。

春の全国交通安全運動

5月11日(土)～20日(月)



「世界一の交通安全都市TOKYOを目指して」をスローガンに春の全国交通安全運動が実施されます。

別表1 中央警察署 ☎(5651)0110

内 容	日 時		会 場
区合同自転車指導警告活動	5月14日(火)	午前10時30分～11時30分	江戸橋北詰交差点
交通少年団合同交通事故防止キャンペーン	18日(土)	午前10時～11時	東京駅八重洲口付近

別表2 久松警察署 ☎(3661)0110

内 容	日 時		会 場
交通安全祈願折り鶴プレゼント	5月13日(月)	午前10時～11時	水天宮前交差点周辺
久松交通安全フェスティバル(体験型交通安全教室)	19日(日)	午後1時30分～3時30分	トルナーレ日本橋浜町広場

運動の重点

- ・子どもと高齢者の安全な通行の確保と高齢運転者の交通事故防止

- ・自転車の安全利用の推進
- ・全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ・飲酒運転の根絶
- ・二輪車の交通事故防止

区内警察署の行事予定

別表1～4のとおり

中央区交通安全日

毎月10日(10日が土・日曜日に当

別表3 築地警察署 ☎(3543)0110

内 容	日 時		会 場
銀座柳まつり (パレード、スケアードストリートなど)	5月5日(祝)	正午～午後2時	外堀通り
G I N Z A交通安全フェスティバル (子ども用警察官制服着用、白バイ・パトカーの体験乗車など)	19日(日)		松屋銀座

別表4 月島警察署 ☎(3534)0110

内 容	日 時		会 場
交通少年団鼓笛パレード	5月12日(日)	午後2時45分～4時	西仲通り商店街
シートベルト横転体験	15日(水)	午後1時30分～3時	月島第二児童公園

たる月は直前の金曜日)を「中央区交通安全日」と定め、「一日交通安全運動の日」と位置づけて、関係機関・団体などが連携し、交通安全活動の推進および交通事故の抑止を図ります。

環境政策課交通対策係

☎(3 5 4 6) 5 4 4 3

すぽぐら



小学校の校庭を活用し、安全・安心な遊び場を提供するとともに、子どもたちの体力増進を図るため、ボールの投げ方や蹴り方など公園では

できない種目をスポーツ指導者が直接指導します。

日時など

別表5のとおり

◎雨天の場合は中止です。当日、中央区地域スポーツクラブ大江戸月島のホームページでご確認ください。

会 場

月島第一小学校

◎当日、直接会場へお越しください。

対 象

区内在住の幼児・児童

◎幼児が参加する場合、保護者の同伴が必要となります。

費 用

無料

中央区地域スポーツクラブ大江戸月島事務局

☎0 7 0 (6 9 8 0) 6 8 9 9

(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)

中央区地域スポーツクラブ大江戸月島

http://chuo-sports.com/

info@chuo-sports.com

別表5

日 時		内 容
5月12日	午後1時30分～3時30分	かけっこの練習(春の運動会に向けて)
26日		投げ方を覚えよう
6月2日		テニス
16日		ストリートラグビー
7月21日		水鉄砲で遊ぼう(※)
9月8日		おにごっこ 他
22日		かけっこの練習(秋の運動会に向けて)
10月6日		フットサル

(※)水鉄砲をご持参ください。

◎内容を変更する場合があります。

◎各回日曜日です。

高齢者向け優良賃貸住宅・サービス付き高齢者向け住宅の事業者募集

～共同住宅の建て替えなどをご予定の方へ～

区では住宅のバリアフリー化や緊急時対応サービスなど、高齢者が住みやすい基準で計画された民間賃貸住宅を建設する事業者に対し、建設や家賃減額費などにかかる費用の一部を助成します。

応募された中から、基準に適合し、高齢者の自立を支える定住環境が確保されると認められる事業者を区が選定します。

選定された事業者は、住宅の整備

や管理に関する計画(供給計画)を作成し、都知事の認定を受けた後、住宅建設に着手していただきます。

募集期間
8月30日(金)まで

募集戸数
1棟30戸程度

専用面積
1住戸25平方メートル以上

応募資格
・区内に土地を所有(借地権を含む)

する法人または個人で、長期にわたり安定した経営を行う能力を有していること

- ・住民税、法人事業税などを滞納していないこと
- ・平成31年度中に供給計画の認定を受け、令和2年度の補助金交付決定後から年度末までに工事着手できること

◎その他、高齢者向け優良賃貸住宅とサービス付き高齢者向け住宅で要件が異なりますので、詳しくは別表1

対 象	内 容
供給計画策定費	建築計画費などの2／3以内を助成(限度額200万円)
整備費	・高齢者向け優良賃貸住宅住宅建設費の1／6を助成(標準建設費を上限とする) ・サービス付き高齢者向け住宅住宅建設費の1／5を助成(上限1戸／200万円)
家賃減額補助	一定所得以下の入居者に対する家賃減額費用を補助(限度額40,000円／月・戸)

募集要領をご覧ください。

助成内容
別表1のとおり

申し込み方法
申請書類を区役所5階住宅課へ持参する。

◎募集要領・申請書は住宅課で配布する他、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。

住宅課計画指導係
☎(3546)5466

ひとり親家庭のための各種サービス

区ではひとり親家庭の皆さんを対象に、別表2・3のとおりさまざまな手当の支給やサービスなどの提供を行っています。

各種手当やサービスなどには、所得制限や年齢による制限があります。詳しくはお問い合わせください。

子育て支援課子育て支援係
☎(3546)5350

制 度	児童扶養手当	児童育成手当	医療費助成
内 容	手当月額 児童1人 42,910～10,120円 児童2人 53,050～15,190円 以下対象児童1人増加につき 6,080～3,040円加算 平成31年4月1日現在	児童1人につき 月額13,500円	健康保険対象の医療費の一部を助成します。 ・非課税世帯 自己負担なし ・課税世帯 1割を自己負担
対 象	次の事由に該当するひとり親家庭、またはこれに準ずる家族 ・父母が離婚している ・父または母に重度の障害がある ・父または母が児童を1年以上遺棄している ・父または母が1年以上拘禁されている ・婚姻によらないで出生した児童を扶養している(事実上婚姻と同様の関係にある場合を除く) ◎児童が施設(保育園等通所施設を除く)に入所している場合を除きます。 ◎所得制限があります(詳しくは、お問い合わせください)。		
対象児童の年齢	18歳に達した後の3月31日(児童が中度以上の障害を有する場合は20歳未満)まで	18歳に達した後の3月31日まで	18歳に達した後の3月31日(児童が中度以上の障害を有する場合は20歳未満)まで
その他	—	—	健康保険に加入していることが必要です(生活保護世帯は除く)。

別表3 各種サービス

ホームヘルプサービス	内 容	ひとり親家庭で日常生活を営むのに著しく支障が生じたときに、ホームヘルパーを派遣します。
	対 象	義務教育修了前の児童がいるひとり親家庭
	派遣要件	以下のいずれかに該当するとき ・ひとり親になってから2年以内で、生活環境が激変したため日常生活を営むのに支障が生じているとき ・技能習得のため、職業能力開発センターなどに通学しているとき ・就職活動を行うとき ・ひとり親または児童が、一時的な病気、事故、災害などで一時的に支援が必要なとき ・冠婚葬祭、学校行事などで一時的に支援が必要なとき
	支援の内容	育児(子の見守り)、家事(食事の支度、洗濯、掃除)、身の回りの世話など
	派遣時間	午前7時から午後10時までの間で、2時間以上4時間以内(1時間単位)
	派遣回数	原則として月12回まで(ひとり親になって1年経過した場合は月8回まで)
	利用者負担金	申請者本人の所得に応じた費用負担があります。
休養ホーム	内 容	ひとり親家庭の方がレクリエーションや休養のために、親子で区の指定した施設を利用する際に、利用料金を助成します。
	対 象	児童育成手当を受給している方および手当の支給対象児童(3歳未満の方は対象外)
	助成額	4月から翌年3月までの1年間で宿泊施設1泊、日帰り施設1回 ・宿泊施設 大人(12歳以上)：1泊7,000円以内 小人(3歳以上12歳未満)：1泊6,300円以内 ・日帰り施設 1回3,000円以内 ◎助成額を超えた分は自己負担です。
自立支援教育訓練給付金	内 容	母子家庭の母または父子家庭の父の就労促進のため、区が指定する教育訓練講座を受講する場合に、費用の一部を助成します。
	対 象	児童扶養手当の支給を受けている、または同様の所得水準にあり、20歳未満の児童を扶養している方
	助成額	費用の60%(上限200,000円。12,000円以下の場合は支給対象外)
高等職業訓練促進給付金	内 容	母子家庭などの母または父子家庭の父の就業に有利な資格取得のため、1年以上養成機関で修業する場合に、訓練促進給付金を支給します。
	対 象	児童扶養手当の支給を受けている、または同様の所得水準にあり、20歳未満の児童を扶養している方
	対象となる資格	看護師、介護福祉士、製菓衛生師、調理師など
	助成額	訓練促進給付金(月額) 住民税非課税世帯：141,000円 住民税課税世帯：70,500円 修了支援給付金 住民税非課税世帯：50,000円 住民税課税世帯：25,000円
相 談	内 容	母子・父子自立支援員が、ひとり親家庭の自立に必要な相談や助言を行っています。
	日 時	月～金曜日(祝日および年末年始を除く) 午前9時～午後5時
	場 所	区役所6階子育て支援課

ふるさと納税の見直しなどに関する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。

ふるさと納税の見直し
ふるさと納税の健全な発展に向けて制度が見直され、総務大臣がふるさと納税の対象となる自治体を指定することになりました。

これに伴い、返礼品などが基準に適合せず、総務大臣の指定を受けて

いない自治体に対し、今年の6月1日以後に寄附をしても、住民税の控除が受けられるのは寄附額の一部(原則約10%)のみとなり、ワンストップ特例を申請することもできなくなります。

ふるさと納税の対象となる自治体は、総務大臣の指定後、国から公表される予定です。

住宅借入金等特別税額控除の申告期限の緩和
平成31年度の住民税から、納税通知書の送達後でも、住宅借入金等特別税額控除の申告をして、控除を受けることができるようになります。

税務課管理係
☎(3546)5267

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

情報コーナー

遊ぶ知る

学ぶ

施設

日本橋小学校温水プールの休止

次の期間は、水泳教室が開催されるため一般の方は利用できません。

【日程】

6月4日～28日の毎週火・金曜日

関係スポーツ課体育施設係

☎(3546)5529

日本橋小学校温水プール(開放日の開放時間帯のみ)

☎(3668)2378

月島児童館の臨時休館

5月26日(日)、6月30日(日)は施設の保守点検のため休館します。

関係月島児童館

☎(3533)0885

夏季借上宿泊施設

レッツ中央では、夏の一定期間、海と山の12施設(各施設1室)を借り上げます。

関係中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同居家族

【開設期間】

7月20日(土)泊～8月18日(日)泊

【宿泊日数】

2泊3日以内

【部屋使用料】

1室1泊10,000円(入湯税別)

◎海の施設「下田ビューホテル」は

11,000円です。

◎食事を取らない場合でも食事代(夕・朝食)は必ず現地でお支払いください。

【借り上げ施設】

別表1のとおり

◎重複・定員オーバー・記入漏れの申し込みは無効です。

◎申し込み多数の場合は抽選です。

◎申し込み手続き終了後の取り消しは、宿泊日の7日前からキャンセル料が必要になります。

別表1

	施設名	部屋(定員)	食事代(夕・朝食)
海の施設	千葉県／安房小湊 満ちてくる心の宿 吉夢	和室12.5畳 (定員6人)	大人7,000円 小人(小学生)4,900円 幼児(3歳～未就学児)3,500円
	静岡県／熱海 湯宿 みかんの木	和室10.5畳 (定員5人)	大人7,000円 小人(小学生)4,900円 幼児(3歳～未就学児)3,000円
	静岡県／熱川 熱川館	和室10畳 (定員5人)	大人7,000円 小人(小学生)5,145円 幼児(3歳～未就学児)3,800円
	静岡県／稲取 磯の宿 石花海		大人7,000円 小人(小学生)4,536円 幼児(3歳～未就学児)3,240円
	静岡県／下田 下田ビューホテル		大人7,000円 小人(小学生)5,400円 幼児(4歳～未就学児)5,400円
	静岡県／堂ヶ島(字久須) 西伊豆 クリスタルビューホテル	和室10畳+6畳 (定員7人)	大人7,000円 小人(小学生)4,800円 幼児(3歳～未就学児)3,780円
山の施設	群馬県／北軽井沢 軽井沢ホテル列車村コテージ	和室8畳+洋室+LDK (定員5人)	自炊(レストラン有り)
	群馬県／伊香保 福一	和室12.5畳 (定員5人)	大人6,600円 小人(小学生)4,500円 幼児(4歳～未就学児)3,200円
	栃木県／日光湯元 湯元板屋	和室10畳 (定員5人)	大人7,000円 小人(小学生)4,900円 幼児(4歳～未就学児)3,500円
	栃木県／鬼怒川 鬼怒川グランドホテル 夢の季「別館 静龍」	和室12.5畳 (定員5人)	大人7,000円 小人(小学生)5,400円 幼児(3歳～未就学児)3,780円
	神奈川県／箱根湯本 ホテルおかだ	和室10畳 (定員5人)	大人7,000円 小人(小学生)5,000円 幼児(3歳～未就学児)3,500円
	神奈川県／強羅 季の湯 雪月花	和室8.5畳+ツインベッド (定員5人)	大人6,480円 小人(小学生)4,320円 幼児(3歳～未就学児)3,240円

◎乳児については、別途費用がかかる場合があります。

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
〇〇課〇〇係(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

国保等夏季施設 「海の家」「山の家」開設

【施設概要・利用料金など】
別表2のとおり

関係中央区国民健康保険に加入している方および後期高齢者医療制度に加入している方ならびにそれぞれの家族

◎保険料を滞納していない方に限ります。

◎2人以上でご利用ください。

◎中央区国民健康保険・後期高齢者医療制度に未加入のご家族のみでは利用できません。

関係5月7日(火)～21日(必着)までに別表2

	海の家		山の家	
施設名	静岡県 伊東温泉		神奈川県 箱根湯本温泉	
	ホテル暖香園		ホテル南風荘	
部屋数	3部屋(10畳 定員5人) ◎全室禁煙です。		基本3部屋(2ベッド+8畳 定員6人) ◎日によって4・5部屋の場合があります。	
	1部屋の定員以内の利用人数でお申し込みください(乳幼児を含む)。			
開設期間	7月20日(土)～8月18日(日)宿泊		7月20日(土)～8月18日(日)宿泊 ◎7月23日(火)～25日(木)宿泊を除きます。	
	1泊2食			
利用料金	大 人(中学生以上)	5,400円	大 人(中学生以上)	6,000円
	子ども(6歳～小学生)	3,780円	子ども(小学生以下)	4,500円
	幼児(3～5歳)	2,700円	幼児(2～6歳で食事が必要ない方)	1,620円
	幼児(3～5歳で食事が必要ない方)	2,160円		
消費税を含む、入湯税は別途負担				
利用日数	2泊3日まで			
交 通	JR伊東線 伊東駅 徒歩10分		小田急線 箱根湯本駅 巡回バス(有料)	
当選者の受け付け	6月10日(月)から施設ごとに受け付け(当選者には受付日を通知します)			
受付場所	区役所4階保険年金課給付係			
持ち物	被保険者証、区から返信されたはがき			

◎抽選結果は6月上旬にはがきでお知らせします。

銀座ブロッサム(中央会館)

銀座ブロッサムには、ホール(定員900人)の他、結婚式場と披露宴会場があります。披露宴で使われる集会室(定員30～144人、5室有り)は、全室「花」をテーマにした華やかな内装が特徴で結婚披露宴はもとより、同窓会、講演会、研修会、お祝い事などの各種会合にご利用いただけます。

また、結婚披露宴のご利用で新郎新婦いずれかの方が区内在住・在勤の場合は、特典をご用意しています。

関係銀座ブロッサム(中央会館)

☎(3542)8585

保健・医療・福祉

医療相談窓口 ～ご相談は専用電話で受け付けています～

自分や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～午後4時

【業務内容】

・専任の相談員(看護師)が医療に関

往復はがきに①～④(4面記入例参照)⑤被保険者番号⑥希望施設名(1施設、1部屋のみ)⑦希望日(第3希望まで)⑧利用人数⑨宿泊数を記入して申し込む。

◎申し込みは1世帯(被保険者番号ごと)につき1枚です。

◎当選した利用日の変更はできません。

◎空室の申し込みは、6月21日(金)午前8時30分から先着順に受け付けます(午前8時30分の時点で複数人の方がお待ちの場合は、くじ引きにより受け付け順を決定します)。

関係保険年金課給付係

☎(3546)5360



結婚活動支援事業

「銀座 出会いの広場」

日 7月7日(日) 午後4時～

場銀座ブロッサム(中央会館)

対 35～55歳の区内在住・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スタ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

申 6月7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む。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む。

◎参加には、顔写真付きの本人確認書類、独身証明書、区内在勤の方は社員証などの証明が必要です。ご用意いただけない場合、キャンセル料が発生します。詳しくはお問い合わせください。

問 銀座ブロッサム(中央会館)

☎(3 5 4 2) 8 5 8 5

HP 銀座出会いの広場

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

予防生活援助サービス従事者研修

日 5月29日(水)・30日(木)

午前10時～午後4時

◎2日間、計10時間の研修です。

◎途中、昼食休憩が1時間あります。

場 区役所8階第2会議室

対 ・自社での研修制度がない訪問介護事業者などに予防生活援助サービスの従事を目的に雇用されている方(介護福祉士などの資格を有する訪問介護員を除く)

・ボランティアなどの団体に所属し、高齢者への生活援助サービスの担い手となる意向のある方

・団体などに所属していないが、今後生活援助サービスの担い手となる意向のある方

内 要支援者などを対象とした介護予防・日常生活支援総合事業の予防

生活援助サービスの従事者研修
定20人(先着順)
費無料
申5月7日(火)から23日(木)までに電話で申し込む。
問介護保険課事業者支援給付係
☎(3 5 4 6) 5 3 7 8

東京都子育て支援員研修(第1期)

対 区内在住・在勤で、今後子育て支援員として就業する意欲のある方

内 保育や子育て支援分野の各事業に従事する上で、必要な知識や技術などを有する「子育て支援員」の養成研修(地域子育てコース・放課後児童コース・社会的養護コース)

申 5月7日(火)から24日(必着)までに所定の申込書に必要事項を記入の上、郵送(書留)で申し込む。

◎申込書は区役所6階子育て支援課、日本橋・月島特別出張所で配布する他、東京リーガルマインドのホームページからダウンロードすることもできます。

◎研修について詳しくは、募集要項または(株)東京リーガルマインドのホームページをご覧ください。

問 (株)東京リーガルマインド

☎(5 9 1 3) 6 2 2 5

HP http://partner.lec-jp.com/ti/to-kyo-kosodate/

子どもとのコミュニケーションスキルアップ講座～CAREプログラムを使って～

日 6月5日(水)・19日(水)、7月3日(水) 計3回

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

対 区内在住の2歳～小学生のお子さんをお持ちの保護者で、全回出席できる方

内 子どもとのコミュニケーションスキルや適切な指示の出し方について練習する講座です。

担当トレーナー 澤谷厚子

定 12人(申し込み多数の場合は抽選)

費 無料

申 5月23日(木)までに電話またはきらら中央窓口で申し込む(電子申請も可)。

託児 2歳～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(託児年齢対象外のお子さんは一時預かり保育などをご利用ください)。
問 子ども家庭支援センター「きらら中央」
☎(3 5 3 4) 2 1 0 3

ベビーマッサージ教室

日 5月22日(水)

午前10時～11時30分

場 佃区民館4階5・6号室

対 3カ月～1歳前後のお子さんとその保護者(区内在住・在勤者)

内 お子さんとスキンシップを楽しみながら、夜泣きの改善やリラックス効果があるといわれるベビーマッサージを行います。

定 8組(申し込み多数の場合は抽選)

費 500円

持ち物 バスタオル、お子さん用の飲み物、いつものお出かけセット

申 5月3日(祝)から14日(火)までに電話で申し込む(受け付けは午前9時～午後5時)。

問 佃区民館

☎(3 5 3 3) 6 9 5 1

中央区飼い主のいない猫譲渡会

日 5月19日(日)

午前11時～午後4時(受け付けは午後3時30分まで)

場 月島区民センター1階

内 中央区動物との共生推進員が保護している、飼い主のいない猫をお譲りします。

申 本人確認ができるものを持参の上、当日会場へお越しください。

◎猫は当日お渡しできません。詳しくは、「中央区飼い主のいないネコ達」のホームページをご覧ください。

主催 中央区動物との共生推進員

問 中央区保健所生活衛生課生活衛生係

☎(3 5 4 1) 5 9 3 6

HP 中央区飼い主のいないネコ達

http://chuo2828.blog.jp/

7月からのさわやか健康教室
[日時など]別表1のとおり
対 区内在住で、運動機能などの生活機能が低下していない60歳以上の健康な方(要支援・要介護認定を

受けている方を除く)
◎生活機能の低下は、厚生労働省作成の「基本チェックリスト」を基に判定します。
内 問診、血圧測定実施後、高齢者向けのトレーニングマシンを使ったトレーニングや、口腔ケア・栄養改善のミニ講座を行います。運動指導員の指導の下、受講者の状態に合わせたトレーニング計画を作成しますので、初めての方でも安心して受講できます。
定 各コース12人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
申 5月24日(消印有効)までに受講申込書などの書類を記入し、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。
問 高齢者福祉課高齢者活動支援係
☎(3 5 4 6) 5 7 1 6

別表1

コース	毎週月曜日 午前コース	毎週火曜日 午後コース
日 時	7月1日～9月30日 (8月12日、9月16日を除く)計12回 (最長6カ月まで継続可)	7月2日～9月17日 計12回 (最長6カ月まで継続可)
	午前9時30分～ 正午	午後1時30分～ 4時
会 場	浜町高齢者 トレーニングルーム	ケアプラザ あいおい
住 所	日本橋浜町 3-3-1 トルナーレ日本橋 浜町2階	佃3-1-15 相生の里

◎曜日・会場をかねて年4回募集します。

中央区民カレッジ無料体験～おためし講座のご案内～

対 区民カレッジ生を除く18歳以上の区内在住・在勤・在学者

別表2

【連携先】 講座名	講義番号	日 時	内 容	会 場
おとなのしゃかいか ～人生を変える！資産の守り方、増やし方～	①	5月13日(月)	午後7時～8時30分	築地社会教育会館
	②	27日(月)		
	③	6月10日(月)		
	④	24日(月)		
	⑤	7月8日(月)		
【時事通信社】 海外事情 米ロ「新冷戦」、日ロ交渉の行方 ◎講演のテーマは変更される場合があります。	⑥	6月4日(火)	午後2時～3時30分	同志社大学 東京サテライト・キャンパス (京橋2-7-19 京橋イーストビル3階)
	⑦	11日(火)		
	⑧	18日(火)		
	⑨	25日(火)		
【同志社大学】 脳と遺伝子と老化	⑩	6月7日(金)	午後2時～3時30分	同志社大学 東京サテライト・キャンパス (京橋2-7-19 京橋イーストビル3階)
	⑪	28日(金)		
	⑫	7月12日(金)		

内 中央区民カレッジを知っていただくための「おためし講座」を開設します。別表2の講義番号①～⑫からいずれか1日を選んでお申し込みください。

定 各回5人(先着順)
費 無料
申 5月8日(水)から電話で申し込む(受付時間は平日の午前9時～午後5時)。

問 文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3 5 4 6) 5 5 2 5



凡例
日 日 時
場 会 場
対 対 象
内 内 容
定 定 員
費 費 用
申 申 込 込 み 方 法
問 問 合 合 わ せ (申 申 込 込) 先 先
HP HP
ホ ホームページアドレス
E E
メ メールアドレス

凡例

日

時

場

会

対

象

内

容

定

定

費

用

申

申

問

問

先

HP

ホ

ー

ム

ペ

ー

ジ

ャ

ド

レ

ス

②

E

メ

ー

ル

ア

ド

レ

ス

はつらつ健康教室

【日時など】別表1のとおり

対 区内在住で、運動機能などの生活機能が低下している65歳以上の方（要介護1～5の方を除く）

◎おとしより相談センターのケアマネジメントにより、教室の受講が望ましいかどうかを個別に判断します。

内 問診、血圧測定実施後、体操や口腔ケア、栄養改善の講座などを行い、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。

定 各コース15人(定員に空きが次第、随時ご案内します)

費 無料

別表1

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

◎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)します。

健康吹矢講座

日・内 別表2のとおり

場 シニアセンター1階セミナー室

対 50歳以上の区内在住・在勤者

【講師】生きがい活動支援室生きがい活動リーダー(日本吹矢レクリエーション協会公認指導員を含む)

定 20人(申し込み多数の場合は抽選)

費 無料

申 5月17日(必着)までに往復はがきに①～⑤(4面記入例参照)を記入して申し込む(電子申請も可)。

問 〒104-0051

中央区佃1-11-1
シニアセンター

☎(3531)7813

別表2

日 時	内 容
6月4日(火)	・吹き矢の効用、 ルール説明 ・グループ練習
11日(火)	・グループ練習 ・グループ対抗 試合
18日(火)	・技能評価 ・懇談会

高齢者向けパソコン教室

～ゆっくり楽しくチャレンジ～
Wordで季節のはがき作り

日 6月19日(水)～21日(金)、26日(水)～28日(金) 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、Wordの基本的な操作ができる方

内 文書作成ソフト「Word2016」を使って、暑中お見舞いなど季節のカ

用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。

問・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

ードの作成やはがきの印刷方法を学びます。

【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Word 2016」(1,296円)とサブテキストを使用します。

申 5月13日(必着)までに往復はがきに①「Wordで季節のはがき作り」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。

◎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

お一人暮らしの

ワンタッチレシピ

日 5月8日(水) 午後2時～3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 コンビニで購入できる食材を使い、高齢者に必要な栄養が取れる電子レンジ調理の簡単レシピを紹介します。

【講師】管理栄養士 佐々木 夏子
定50人(先着順)

費 無料

◎当日、直接会場へお越しください。

問 いきいき桜川(桜川敬老館)

☎(3553)0030

高齢者の初心者向け

毛筆教室

～小筆で美しく書くテクニック～

日 6月5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水)、7月3日(水)・10日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水)、8月7日(水) 計10回
午前9時30分～11時30分

場 シルバー人材センター研修室

対 55歳以上の方

内 小筆使いの基礎を学びます。

・文字の書きかた(とめ・はねなど)

・文字の大きさ・バランス

・暑中見舞いの文面

【講師】シルバー人材センターの会員

定16人(申し込み多数の場合は抽選)

費5,000円(テキスト・教材費を含む)

申 5月17日(必着)までに往復はがきに①～⑤(4面記入例参照)⑥申し込み理由を記入して申し込む。

◎当選者には当選はがきで指定された口座に受講料を振り込んでいただきます。期日を過ぎた場合は、補欠の方に受講の資格が移ります。

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

終活講座

～エンディングノートを知ろう～

日 ①5月31日(金) 午後6時～8時

②6月1日(土) 午前10時～正午

③6月1日(土) 午後1時～3時

◎いずれの回も同じ内容です。

場 浜町メモリアル4階会議室

対 区内在住・在勤・在学者

内 自分の意志や思いを整理し、これからをより良く生きるためのツール「エンディングノート」を中心に、終活について学びます。

【講師】行政書士 島田満俊

定 各回30人(先着順)

【持ち物】筆記用具

申 5月3日(祝)から電話で申し込む(受け付けは午前10時～午後8時)。

問 浜町メモリアル

☎(5695)8051

図書館のリサイクル

不要になった

図書や雑誌、

CDをリサイク

ル品として皆さ

んに提供します。

京橋図書館

日 6月21日(金)・22日(土)

午前9時～午後4時

場 京橋図書館鑑賞室 他

日本橋図書館

日 6月28日(金)・29日(土)

午前9時～午後4時

場 日本橋図書館6階ホール

月島図書館

日 5月24日(金)・25日(土)

午前9時～午後4時

場 月島区民センター1階会議室

◎在庫がなくなり次第終了します。

問 京橋図書館

☎(3543)9025

日本橋図書館

☎(3669)6207

月島図書館

☎(3532)4391

歴史への招待特別講座

「義経鶴越の逆落しの謎と 敦盛の最期」

日 5月11日(土)

午後2時開演(午後1時30分開場)

場 いきいき浜町大広間

対 60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)

内 源義経の「鶴越の逆落し」の真相に迫る歴史講座です。平家物語の「敦盛の最期」を琵琶の伴奏で語る平曲も披露します。

【講師】織茂一行

【出演】古澤月心(琵琶)

定 60人(先着順)

費 無料

◎当日、直接会場へお越しください。

問 いきいき浜町(浜町敬老館)

☎(3669)3385

ミニシアター

京橋図書館

日 5月18日(土) 午後2時～

【上映作品】「黄色いリボン」(洋画104分、字幕版)

場 京橋図書館鑑賞室

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

獨協大学マンドリンクラブ 第92回定期演奏会

日 5月18日(土) 午後4時開演

(午後3時30分開場)

場 日本橋公会堂ホール

「日本橋劇場」

【曲目】マンドリンオーケストラのための組曲「海に祈る」、at home、南蛮渡来、人生のメリーゴーランド、黄昏前奏曲、二つの民謡による幻想曲、序曲「レナータ」

定 277人(先着順)

費 無料

◎当日、直接会場へお越しください。

【後援】中央区

問 獨協大学マンドリンクラブ

②dokkyomandolin@gmail.com

親子でプラネタリウム

日 毎週土曜日(5月4日・18日・25日、6月1日、11月23日を除く)

午前10時30分～11時

◎会場の貸し切り利用により休止となる場合があります。詳しくは区のホームページをご覧ください。

場 タイムドーム明石プラネタリウムホール

対 小さなお子さまのいる家庭、プラネタリウムに興味のある方

内 当館プラネタリウム解説員が小さなお子さま向けに星空のお話をします。

◎途中退出が可能です。ただし途中入場はできません。

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10時から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

まちづくり講演会

「ぐるなびから見る「食」の動向と
築地場外市場」～21世紀の食文化
の創造に向けて～

回 5月25日(土)
午後2時～4時
場 築地社会教育会館 2階講習室
対 区内在住・在勤者
内 中央卸売市場が築地から豊洲に移
転して半年が過ぎた今、食のまち
築地はどうあるべきか。食の情報
問屋ぐるなびが見る近年の「食」に
ついてお話しします。
[講師] (株)ぐるなび 執行役員、営
業本部加盟店営業部門インバウン
ド戦略グループ長 杉山尚美
定 70人(先着順)
費 無料
用 5月7日(火)から24日(金)午後5
時までに電話またはファクスに①
住所②氏名③電話番号を記入して
申し込む。
問 中央区都市整備公社
☎(3561)5191
FAX(3561)5192

パソコン講座

(office活用：Word・Excel)

回 6月17日(月)～21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Word・Excelの基本操作
ができる方
内 Windows 7を使用して、ワープ
ロ、表計算ソフトをストレスなく
使えるよう、その操作方法を習得
します。
・Word(効率の良い文章作成)
・Excel(入力規則、条件付き書式)
定 20人(申し込み多数の場合は抽選)
費 6,000円
用 5月24日(必着)までに往復はがき
に①～⑤(4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

レッツ中央契約カルチャース
クール7月期講座

対 中小企業に勤務する区内在住・在
勤者
内 ・朝日カルチャーセンター朝日J
TB・交流文化塾
◎入会金は免除、公開講座は会員料
金で受講いただけます。
・池袋コミュニティ・カレッジ
◎入会金は免除、受講料10%引きで
受講いただけます(一部除外あり)。
定 各20人(先着順)
用 5月21日(火)からレッツ中央窓口
で法人会員証または法人会員受講
申込書を受け取り、受講先で手続
きを行う。
◎よみうりカルチャー、資格の大原、
LEC東京リーガルマインドなど
も割引となります。
◎詳しくはお問い合わせください。
問 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

花と苗木の即売会

[日時など]
・5月17日(金) あかつき公園
・5月18日(土) 月島第一児童公園
午前10時～午後3時
内 ・「みどりの相談コーナー」では、
園芸や屋上・壁面
緑化に関する相談
をお受けします。
・ご家庭から回収し
た土を再生した園
芸用土や街路樹などの剪定枝を利用
した腐葉土を配布します。
◎荒天の場合は中止です。
問 水とみどりの課緑化推進係
☎(3546)5434

高次脳機能障害者支援

「見えない障害」ともいわれる、事
故や病気などをきっかけに起こる高
次脳機能障害について、区ではパン
フレット「高次脳機能障害の理解と
支援のために」の配布を行う他、講
演会や高次脳機能障害者交流会(年
6回)、個別相談、医師による専門
相談などを通して高次脳機能障害者
と家族を支援しています。

高次脳機能障害者交流会
回 5月18日(土)
午後1時30分～3時30分
場 福祉センター 2階食堂
対 区内在住の高次脳機能障害のある
方(ご家族・付き添いの方を含む)
定 15人(先着順)
内 ハーバリウム作り、茶話会
[申込期間]
5月7日(火)～17日(金)午後5時
◎個別相談を交流会終了後に行いま
す。ご希望の方は事前にご予約く
ださい(4人程度、先着順)。

講演会
回 6月1日(土)
午後1時30分～3時30分
場 福祉センター 3階会議室
対 区内在住・在勤者
内 「高次脳機能障害って何ですか？
～地域で行う社会的リハビリテー
ションについて～」

[講師]
日本高次脳機能障害者友の会顧問、
臨床心理士 山口 加代子
定 50人(先着順)
費 無料
[申込期間]
5月7日(火)～31日(金)午後5時
[託児]

7カ月以上のお子さんをお預かり
します。希望する方は5月24日(金)
までに参加申し込みと一緒にお申し
込みください(6人程度、先着順)。

共通
電話またはファクスに、①交流会
または講演会名②氏名・ふりがな③
郵便番号・住所④電話番号⑤年齢を
記入し申し込む(講演会は電子申請
も可)。

◎手話通訳、介助などが必要な方は
事前にお申し出ください。

問 福祉センター
☎(3545)9311
FAX(3544)0888

発展的天文講座

「母なる星 太陽」

回 5月12日(日) 午後4時～4時50
分(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 私たちに身近な
星、太陽がどの
ような星なのか、

スポーツ

少年少女水泳教室

(初心者・初級者)

回 6月11日～28日の毎週火・金曜日
計6回
午後4時～5時30分
場 日本橋小学校温水プール
対 区内在住・在学の小学生
定 50人(申し込み多数の場合は抽選)
費 指定の水泳帽代として550円(傷害

ほっとプラザはるみ

スポーツ教室

[実施期間] 7～9月
[教室の種類など] 別表のとおり
用 5月20日(必着)までに、往復はが
きに①～⑤(4面記入例参照)⑥性
別を記入して申し込む。または返

別表								
対象	会場	開催予定の教室	曜日	時間	定員	回数	料金	
子どもまたは親子の教室	温浴エリア	はじめてスイム(3～4歳)(※1・2)	月	午後2時30分～3時15分	8人	7回	10,780円	
			木①	午後3時25分～4時10分		11回	16,940円	
			木②					
		幼児スイム(4歳～年長)(※1・2)	火金	午後3時～3時45分 午後4時～4時50分	各8人 各10人	7回	10,780円	
			木	午後4時20分～5時10分	10人			
			月	午後3時30分～4時20分 午後4時30分～5時20分				
		幼児～小学生クロール(年長～小学校2年生)(※2)	水	午後3時～3時50分 午後4時～5時	13人	11回	16,940円	
		幼児のクロール(4歳～年長)(※2)						
		小学生スイム(小学校3年生まで)(※2)						
		スタジオ	キッズHIPHOP A①(3～4歳)(※4)	火	午後2時40分～3時25分 午後3時30分～4時15分 午後4時25分～5時10分 午後5時15分～6時15分	7人	10回	10,200円
	キッズHIPHOP A②(3～4歳)(※4)							
	キッズHIPHOP B(5歳～年長)							
	キッズHIPHOP C(小学生)							
	親子リズム体操(0歳)(※3)		水	午前10時30分～11時30分	10組	12回	12,240円	
	親子リズム体操(1～2歳)(※3)		木	正午～午後1時	12組			
			水①					
	親子リズム体操(2～6歳)(※3)		水②	午後1時30分～2時30分				
			木	午前10時45分～11時45分				
	キッズフィットネスA①(3～4歳)(※4)		土	午前10時30分～11時30分	20組			
	キッズフィットネスA②(3～4歳)(※4)		水	午後2時40分～3時25分 午後3時30分～4時15分 午後4時25分～5時25分 午後5時30分～6時30分	14人 18人 20人	10回	10,800円	
	キッズフィットネスB(5歳～年長)							
	キッズフィットネスC(小学生)							
キッズバレエB(5歳～年長)	木	午後4時～5時 午後5時15分～6時15分		10人 12人				
キッズバレエC(小学校1～3年生)	金	午後4時～5時 午後5時30分～6時30分	15人		15,400円			
キッズチアダンスA(4歳～小学校1年生)								
キッズチアダンスB(小学校2～6年生)								
高校生相当以上の教室	エミリア	水中運動	金	午前11時～正午	10人	12回	7,320円	
		大人水泳教室	火	午後8時～9時	8人	13回	7,930円	
	スタジオ	イシュタ ヨガ	月	午前11時15分～12時30分	20人	10回	6,100円	
		誰でも健康体操(高齢者運動能力向上講座)	木	午前10時30分～11時45分 午後3時15分～4時15分		12回	7,320円	
			月	午後8時35分～9時35分 午後7時～8時15分		7回	4,270円	
		ボディコンバット	火	午後7時～8時15分	10回	6,100円		
		ボディパンプ		午後1時～2時30分		10,200円		
		ボディバランス	水	午前11時30分～12時30分 午後7時30分～8時45分	22人	6,100円		
		フラダンス		午後1時～2時30分		10,200円		
		エナジーヨガ	木	午後2時～3時 午後3時15分～4時15分	20人	12回	7,320円	
		高齢者筋力アップ		午後2時～3時 午後3時15分～4時15分		10回	10,200円	
		背骨コンディショニング	金	正午～午後1時	25人	12回	7,320円	
		太極拳		午後3時15分～4時15分		10回	15,400円	
		ボディコンシャス	土	午前10時30分～11時45分 午後3時15分～4時15分	17人	12回	7,320円	
		大人バレエ (入門)	日	午前10時35分～11時35分 午後3時～4時15分				
		ストレッチポール+ボディコンシャス						
ハタ ヨーガ								

(※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12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。
(※4)それぞれA①、A②のどちらか1講座のみのお申し込みとなります。
◎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。

解説員が分かりやすく紹介します。
定 86人(先着順)
費 無料
◎当日、直接会場へお越しください。
◎入場整理券を当日午前10時から6
階受付で配布します。
◎発展的天文講座およびやさしい天
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

保険は任意加入で保険料800円は
自己負担)
用 5月15日(必着)までに往復はがき
に①～⑤(4面記入例参照)⑥学校
名⑦学年⑧泳力の程度(具体的に
記入)⑨過去の本教室参加の有無
を記入して申し込む。
◎抽選の場合は過去に参加していな
い方を優先します。
◎当選者は区役所6階スポーツ課窓
口で手続きがあります。
問 スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531

信先住所・氏名を記入した通常はが
きを持参して申し込む(休館日の5
月7日(火)から9日(木)を除く)。
◎申し込み多数の場合は抽選です。
問 〒104-0053
中央区晴海5-2-3
ほっとプラザはるみ
☎(3531)8731

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

育児中の保護者のための
「ほっと一息私の時間」

日 5月15日(水)
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
象 していないお子さんの保護者

【テーマ】
初心者でも大丈夫！ピラティスで、
姿勢改善代謝アップ！
～普段使わない
筋肉を使い、しな
やかで強いカラダ
を手に入れよう！～



【講師】
ヨガ・ピラティスインストラクター
蓬田 しのぶ
定 12人程度(先着順)
費 無料
【持ち物】
飲み物、タオル、運動のできる服
装(デニム、スカートは不可)
日 5月2日(休)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

税

特別区民税・都民税および
軽自動車税の証明書の交付

特別区民税・都民税(市町村民税・
道府県民税)の証明書は、当該年度
の住民税を課税している区市町村
(平成31年度の証明書は、平成31年
1月1日現在の住所地の区市町村)
で交付します。

また軽自動車税の証明書は、定置
場(使用の本拠地)が所在する区市町
村(平成31年度の証明書は、平成31
年4月1日現在の定置場が所在する
区市町村)で交付します。

なお、平成31年度分の課税(非課
税)証明書については、特別徴収の
みの方は5月10日(金)から、普通徴
収の方、年金特別徴収および非課税
の方は、6月10日(月)から、軽自動
車税納税証明書については、5月13
日(月)から交付できます。

【交付場所】
区役所2階税務課および日本橋・
月島特別出張所

【種類】
課税(非課税)証明書、納税証明書
【申請方法など】

原則として、納税者本人の本人確
認ができるもの(マイナンバーカード、
運転免許証など)を提示の上、直接
申請してください。代理人が申請さ
れる場合は、納税者本人が自署押
印した委任状を提出の上、代理人
の本人確認ができるものを提示し
てください。

◎未申告の方は税証明書の交付に
当たっては、申告の手続きが必要
な場合があります。詳しくは問い
合わせください。

◎納税証明書に納付いただいた金額
が反映されるまで2週間程度の期
間を要します。

【事務手数料】
1通300円

◎軽自動車税の継続検査用納税証明
書は無料です。また公的年金受給
申請、シルバーパスの申請など使
用目的により事務手数料が免除さ
れる場合があります。

◎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、郵送
による申請も受け付けています。
詳しくはお問い合わせください。

問 税務課課収係
☎(3546)5276

特別徴収税額通知書の送付

平成31年度特別区民税・都民税の
「特別徴収税額通知書」を5月中旬ま
でに特別徴収義務者宛てに送付し
ます。会社などに勤務し給与から特
別徴収されている方は、勤務先から「特
別徴収税額通知書」をお受け取りく
ださい。

問 税務課課税係
☎(3546)5270



国保・年金

年金相談(無料)

区では、社会保険労務士による年
金相談を月1回開設しています。

【時間】
午後1時～4時

場 区役所1階区民相談室(偶数月
の第4水曜日)

・日本橋特別出張所相談室(5・9・
1月の第3水曜日)

・月島特別出張所相談室(7・11・3
月の第4水曜日)

対 区内在住・在勤者

因 「厚生年金・国民年金」など、公的
年金制度全般の相談

◎当日、直接会場へお越しください。

問 保険年金課保険年金係
☎(3546)5370



その他

保育園に遊びに来ませんか

浜町保育園およびつくだ保育園で
は、園庭開放を行っています。コン
ビカーや三輪車、タイヤやすのこ
など、公園とはひと味違った遊具



を使って、保育園の子ども達と一緒
に遊びませんか。詳しい日時などは
直接お問い合わせください。

問 浜町保育園

☎(3668)2353

・つくだ保育園

☎(3531)3595

集団回収のご案内

集団回収とは、家庭から出る資源
(新聞・缶など)を持ち寄り、直接、
回収業者へ引き渡すリサイクル活動
です。

【利 点】

・回収品目・日時・場所などを設定
し、活動できます。
・地域の方々が一体となって取り組
むことで、コミュニティの場が生
まれます。

・助成金(回収
量1kgにつき
7円・半期ご
とに12,000円)
を活用して地
域活動の充実
が図れます。



【開始手順】

①町会・自治会、婦人会、PTAま
たは10世帯以上の区民の方で団体
をつくります。

②回収品目など活動内容を、区に相
談します。

③回収品目・日時などを決め、資源
回収業者と契約します。

④区に団体登録を申請します。

⑤区から登録証の発行を受けて、活
動開始です。

問 中央清掃事務所清掃事業係
☎(3562)1523

日本赤十字社に温かいご支援を
5月は赤十字運動月間

日本赤十字社は「人道・公平・中
立・独立・奉仕・単一・世界性」の
基本原則に基づき、国内災害救護、
国際活動、赤十字病院、看護師など
の教育、血液事業、救急法などの講
習、青少年赤十字、社会福祉、赤十
字ボランティアなどを行っています。

これらの活動に必要な資金は、日
本赤十字社の事業や目的を理解し、
ご協力下さる方々からの会費・寄付
金によって支えられています。

皆様のご理解とご支援をお願い
します。

【赤十字活動・国内義援金・海外救援
金の寄付などの受付(問い合わせ)先】

日本赤十字社東京都支部中央区地
区事務局(地域振興課地域事業係内)

☎(3546)5339

コミュニティふれあい銭湯

日 5月10日(金)・
24日(金)

◎5月10日はペラ
ルゴニウムの湯

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)

問 地域振興課区民施設係
☎(3546)5623



新規学校卒業者向け
求人申し込み説明会

日 5月21日(火)
午後1時30分～4時

場 銀座ブロッサム中央会館

対 令和2年3月新規学校卒業者向け
に求人申し込みを予定している区
内事業所

【主催】

中央区、飯田橋公共職業安定所

問 事前にファクスで飯田橋公共職業
安定所に申し込む。

問 商工観光課商工振興係

☎(3546)5329

飯田橋公共職業安定所事業所第3
部門
☎(3812)8609

(部門コード36#)
☎(3812)5095

経営に関する無料法律・
税務相談

経営上の問題でお悩みの方、ご相
談ください。税理士、弁護士の専門
的なアドバイスが無料で受けられま
す。

日 税理士相談
毎月第2火曜日

午後1時～4時

・弁護士相談
毎月第3火曜日

午後1時～4時

◎相談は30分単位です。

場 東京商工会議所中央支部(銀座1
ー25ー3京橋プラザ3階)

問 電話で申し込む(予約制)。

問 東京商工会議所中央支部
☎(3538)1811



生活設計相談会

日 5月28日(火)
午後4時30分～7時30分

場 レッツ中央会議室

対 中小企業に勤務する区内在勤者と
同居家族および区内在住者

因 資産運用、保険の見直し、年金、
住宅・教育など各種ローンおよび
相続に関する相談会

【相談員】
中央労働金庫ファイナンシャルア
ドバイザー

◎お名前や相談内容のプライバシー
は守られます。

定 6人(先着順)

費 無料

日 5月8日(水)から21日(火)までに
電話で申し込む。

問 レッツ中央(中央区勤労者サービ
ス公社)

☎(3546)8610

就学相談

～お子さんの発達課題に応じた就学
先をご提案します～

お子さんの言葉や身体などの発達
の状態や特性に応じて適切な教育が
受けられる就学先と一緒に相談しま
す。

対 令和2年4月に小学校1年生に
なるお子さん

・令和2年4月から中学校1年生に
なるお子さん

◎現在、小・中学校に在籍している
お子さんの転学相談も承ります。

日 5月9日(木)から6月28日(金)ま
でに教育センター4階特別支援教
育係窓口直接向け、または電話で申
し込む。

◎申し込み期間を過ぎても申し込み
は可能ですが、就学先の決定に時
間を要する場合がありますので、
お早目にお申し込みください。

◎申し込み後、改めて相談日をお知
らせします。

【就学相談説明会】

就学相談の進め方や本区の特別支
援教育についてご説明します。

日 5月9日(木) 午前10時～

場 教育センター5階視聴覚ホール

◎説明会終了後に会場で申し込みを
受け付けます。

問 指導室特別支援教育係

☎(3546)5631

受験生チャレンジ支援貸付事業

☑中学校3年生、高校3年生などのお子さんのいる一定所得以下の世帯で、①～⑦の全てに該当する方

①世帯の生計中心者(20歳以上)であること

②世帯(父母など養育者)の総収入または合計所得金額が一定の基準以下であること(別表1参照)

③預貯金など資産の保有額が600万円以下であること

④現在居住している場所以外に土地、建物を所有していないこと

⑤都内に引き続き1年以上在住(住民登録)していること

⑥生活保護世帯でないこと

⑦世帯の構成員に暴力団員がいないこと

◎借り入れ申し込みにあたっては、原則連帯保証人が1人必要です。

[貸し付け内容]

①学習塾等受講料貸付金
貸付限度額
200,000円

②受験料貸付金
・高校受験料
貸付限度額
27,400円
・大学等受験料
貸付限度額
80,000円

◎貸し付けには審査があります。

◎貸付金は高校、大学などに入学した場合など、一定の手続きにより返済が免除されます。

◎詳しくはお問い合わせください。

☎中央区社会福祉協議会管理部
☎(3206)0506



別表1 総収入／給与収入と年金収入(年間)

世帯人数	2人	3人	4人	5人
一般	－	3,343,000円	3,864,000円	4,415,000円
ひとり親	3,018,000円	3,788,000円	4,415,000円	4,832,000円

合計所得金額／事業所得等(年間)

世帯人数	2人	3人	4人	5人
一般	－	2,160,000円	2,551,000円	2,992,000円
ひとり親	1,933,000円	2,850,000円	2,992,000円	3,325,000円

◎収入要件は、特別区市町村民税・都民税の課税証明書で確認をします。

仮住宅使用者の募集

建て替えやリフォームをご計画の方へ

建て替えやリフォームの工事期間中に利用できる仮住宅の使用者を募集します。

[募集期間・施設内容など]

別表2のとおり

◎各施設について詳しくは、お問い合わせください。

[申し込み資格]

区内に居住している方で工事期間中、他に仮住宅を求めることが難しく、事業施行後も引き続き区内に居住をする方

[対象事業]

区内において施行される、建築物の新築、増築、改築、修繕または模様替えを行う事業で、別表2の使用開始期間内に仮住宅の使用が開始できる事業

◎申し込みが募集戸数を超えた場合は、抽選により決定します。

別表2

施設名	中洲 まちづくり支援 用施設	月島一丁目 まちづくり支援 用施設	月島二丁目 まちづくり支援 用施設	月島清澄通り まちづくり支援 用施設	勝どき駅前 まちづくり支援 用施設	勝どき まちづくり支援 用施設	晴海三丁目 まちづくり支援 用施設
所在地	日本橋中洲 12-10	月島1-5-2	月島2-10-1	月島3-13-13	勝どき1-8-1	勝どき 3-13-2	晴海3-6-8
施設種類	仮住宅						
間取り	3DK	1LDK	1K～2LDK	2LDK	1DK～2DK	2LDK 3LDK	1K～3LDK
面積	65.50㎡	44.71㎡ 45.10㎡	28.98㎡～ 62.97㎡	60.50㎡ 65.50㎡	36.37㎡～ 44.62㎡	84.58㎡ 97.46㎡	38.43㎡～ 83.87㎡
月額使用料	135,910円	125,200円 126,300円	81,200円～ 176,400円	128,260円 135,910円	101,900円～ 125,000円	174,000円 200,600円	120,200円～ 262,300円
募集総戸数	2戸	2戸	10戸	6戸	5戸	2戸	59戸
募集期間	5月7日(火)～31日(金)						
使用決定	6月4日(火)						
使用開始	7月1日(月)～12月27日(金)						

消防団員募集

わがまちを わが手で守る 消防団

[消防団の活動]

消防団員は非常勤の地方公務員で、普段は仕事や学業などを営みながら、災害が起こった際には、地域防災の要として活動を行います。

- ・地域と連携した活動
火災予防運動や防災週間、イベントなどの機会を捉え、火災予防の呼び掛けや警戒活動を行っています。
- ・地域の防災行動力を高める活動
地域の方に、出火防止、初期消火、応急救護などを指導しています。
- ・災害活動

災害が発生した場合には、消防署と一体となって、迅速に消火活動などを行い、まちと住民を守ります。

- ・普段からの教育・訓練
消火訓練や救助、救護訓練を行い、消防団の災害活動力を高めています。

[入団資格]

区内在住・在勤・在学で18歳以上の健康な方

[入団後の待遇]

報酬などの支給や公務災害補償、制服の支給、表彰制度があります。

[特別区学生消防団活動認証制度]

特別区の消防団員として社会貢献に努めた学生を評価し、就職活動を

隅田川花火大会市民協賛者募集

隅田川花火大会実行委員会では、協賛をいただいた方を、特設観覧席へご招待します。

[開催予定日]

7月27日(土)(荒天などの場合は翌28日(日)に延期)

◎協賛金は、大会支援寄付として大会を運営するための事前準備費用に充てます。

◎大会が延期・中止の場合であっても協賛金は返還しません。

☎5月15日(消印有効)までにはがきに別表3を参照の上、希望会場(ア～エの1カ所のみ)、協賛口数(アの会場を希望の場合のみ記入。最大4口まで)、代表者氏名(ふりが

別表3

会 場	申し込み 可能口数	協賛金額 (1口当たり)	招待人数 (1口当たり)	総募集口数
ア 墨田区側両国親水テラス	4口まで	6,000円	1人	1,850口程度
イ 台東リバーサイドスポーツセンター野球場	1口のみ	10,000円	5人	1,550口程度
ウ 台東リバーサイドスポーツセンター少年野球場				500口程度
エ 台東リバーサイドスポーツセンター野球場(団体席)		50,000円	22人	100口程度

◎会場アは第2打ち上げ会場を観覧するパイプ椅子席、会場イ・ウ・エは、第1打ち上げ会場を観覧するビニールシート席です。

◎招待人数は申し込み代表者を含めた総人数です。大会当日時点で満1歳以上のおさんは、1人として招待人数に数えます。

は、抽選により決定します。

[使用期間]

原則として3カ月以上2年以内

☎5月31日(金)までに区役所5階地域整備課の窓口で配布している申込書に記入の上、申し込む。

☎地域整備課まちづくり推進担当
☎(3546)5447



あかつき公園フリーマーケット出店者募集

☎6月2日(日)
午前10時～午後3時

◎雨天時には中止する場合があります。

☎あかつき公園

☎18歳以上の区内在住・在勤・在学者

☎ご家庭で使わなくなった衣類や雑貨などで、まだ使用できるものはありませんか。ごみとして捨てる前にフリーマーケットに出品してみませんか。

☎55店舗程度(申し込み多数の場合は抽選)

☎1,500円

☎5月16日(必着)までに往復はがきに①～⑤(4面記入例参照)⑥主な出品物を記入して申し込む(電子申請も可)。

[注意事項]

- ・食品、生き物、植物、薬品などの販売はお断りします。
- ・業者の方の出店はお断りします。
- ・今回のフリーマーケットは、「エコまつり」と同時開催です。

☎環境推進課環境活動係
☎(3546)9592

クールビズの実施

区では、地球温暖化防止や夏季の省エネルギー対策の一環として、軽装での執務を実施しています。

皆さんのご理解とご協力をお願いします。

[実施期間]

5月1日(祝)～10月31日(木)

☎環境推進課温暖化対策推進係
☎(3546)5628



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)の起動確認のための試験放送を区内全域で実施します。ご理解、ご協力をお願いします。

実施日時

5月15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、「こちらはぼうさいちゅう

おうです。」を1回放送します。
◎携帯電話への緊急速報メールは配信されません。

緊急告知ラジオ定期試験放送の中止

毎月15日に実施する緊急告知ラジオの定期試験放送は、Jアラート試験放送と日程が重なるため、5月15日(水)は実施しませんのでご了承ください。

☎危機管理課危機管理担当

☎(3 5 4 6) 5 0 8 7

中央区ワーク・ライフ・バランス 推進企業の認定

区では、仕事と家庭の両立支援や男女ともに働きやすい職場づくりなど、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)の推進に取り組んでいる事業所を認定しています。

4月5日(金)に認定式を行い、**別表**の事業所を顕彰しました。

働きやすい職場づくりへのアドバイザー派遣

個々の企業・組織にとって、ワーク・ライフ・バランスの取り組みは人材確保や企業などの活性化につながる「明日への投資」であり、経営戦略として重要な柱であるといわれています。

区では、仕事と子育て・介護の両立支援や長時間労働削減など、働き

やすい職場づくりに取り組みたい、またはさらに取り組みを向上させたい事業所に、アドバイザー(経営コンサルタントや社会保険労務士など)を派遣します。

対 象

区内に事業所を置き、常時雇用する従業員数が300人以下の企業、一般社団法人、一般財団法人など

アドバイザー派遣の支援内容

- ・有給休暇取得促進や残業時間縮減のためのアドバイス
- ・テレワーク(在宅勤務制度)の導入のためのアドバイス など

派遣回数

1企業原則4回まで

費 用



▲株式会社エグゼクティブ



▲株式会社ヒュークラブ



▲山和証券株式会社

企業名および所在地	業 種	主な取り組み
株式会社エグゼクティブ 日本橋堀留町1-6-5 丸彦ビル4階	サービス業	育児・介護との両立支援 ・育児休業・介護休業制度 ・復職時勤務選択制度(育休からの復職時に勤務時間を自分で選択可) ・緊急時テレワーク勤務(急な事情による在宅勤務への切り替えを実現) 働きやすい職場環境づくり ・全社員(パート・時短含む全員)の無期雇用化 ・勤務時間(週3日、時短、フルタイム)の自由選択制度 ・勤務地(転勤なし、日本橋・立川・山梨の3拠点、在宅)の自由選択制度 ・システム上で電子ダイヤモンドを送り「ありがとう」の感謝の気持ちを伝えることによる、従業員間のコミュニケーション活性化 ・キッズ職場体験、休職者も参加可能な会社イベントの開催
株式会社ヒュークラブ 日本橋富沢町7-9 合田ビル	情報通信業	育児・介護との両立支援 ・育児休業・介護休業制度 ・短時間勤務制度 働きやすい職場環境づくり ・毎週水・金曜日のノー残業デー実施 ・クライアントへの36協定の説明やインターバル制度の提案などを通じた長時間労働の是正 ・フレックスタイム制度 ・残業時間の削減など働き方に関する目標達成状況に応じた賞与反映 ・年末年始、ゴールデンウィークなどの大型連休に合わせた有給休暇取得の奨励 地域活動への取り組み ・ボランティア休暇制度
山和証券株式会社 日本橋兜町1-8	金融業・保険業	育児・介護との両立支援 ・育児休業・介護休業制度 ・小学校就学の始期に達するまでを対象とした育児短時間勤務制度(会社が認めた場合は小学校3年生まで延長可能) ・時差勤務制度 働きやすい職場環境づくり ・「ワーク・ライフ・バランス推進委員会」の設置 ・社内アンケート実施による働き方の実態およびニーズ把握 ・フレックスタイム制度(一部職種で導入) 地域活動への取り組み ・日本証券業協会主催の小学生向け「土曜授業」への参加・協力

トピックス



春の名橋「日本橋」まつり

4月7日、明治44(1911)年に架橋された現在の日本橋の誕生を祝うイベント、春の名橋「日本橋」まつりが行われました。地元の老舗やアンテナショップによる名産品や特産品の販売や、世界中の希少なクラシックカーの展示などが行われ、橋上は買い物客や写真を撮影する人、車をじっくり眺めて楽しむ人々で賑わいました。

無料

申請方法など

5月1日(祝)から11月29日(必着)までに、所定の申請書で申し込む。

◎申請書は女性センターおよび区のホームページからダウンロードしていただく他、電話でご請求ください。

◎予定数に達した場合は、募集期間内であっても受け付け終了となります。

◎中央区ワーク・ライフ・バランス推進企業認定の募集については、「区のおしらせ 中央」や区のホームページなどでお知らせします。

◎詳しくはお問い合わせください。

☎総務課女性施策推進係

☎(5 5 4 3) 0 6 5 1

風しん第5期 定期接種 (成人男性)

平成31年2月1日に予防接種法施行令の一部を改正する政令が施行され、これまで公的な風しんの予防接種を受ける機会がなかった世代の男性を対象に、風しん第5期予防接種が定期化されました。

予防接種を受けるには、まず抗体検査を受検し、抗体価が低いことが確認できた場合に限ります。

実施期限

令和4年3月31日まで

対 象

区民で、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までの間に生まれた男性

◎対象者のうち、平成31年度は昭和47年4月2日から昭和54年4月1日生まれの方に対して「抗体検査等クーポン券、お知らせ、医療機関名簿」を4月末に郵送しました。

対象ワクチン

MR(麻しん風しん混合)ワクチン

費 用

無料

接種回数

1回

接種方法

平成31年度の発送対象の方は、送付したクーポン券および本人確認ができるもの(運転免許証など)を持参し、指定の医療機関でまず抗体検査を受けてください。

◎区外の医療機関でも受診可能です。

◎対象者のうち、平成31年度にクーポン券が発送されない方で、予防接種などを希望する場合は、下記までご連絡ください。

◎詳しくは区のホームページをご覧ください。

◎医療機関によって予約制や予防接種の曜日が決まっている場合がありますので、事前に医療機関に必ずご確認ください。

☎中央区保健所健康推進課予防係

☎(3 5 4 1) 5 9 3 0

(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。