

令和元年(2019年)

6/11

No.1396

区のおしらせ

# ちゅうおう

## 夏場の食中毒予防

気温、湿度が高くなるこれからの季節は、細菌による食中毒が発生しやすくなります。家庭の食事が原因で食中毒が起こることもあるので注意が必要です。

### 食中毒予防の3原則

#### 1 つけない

手と調理器具はいつも清潔に

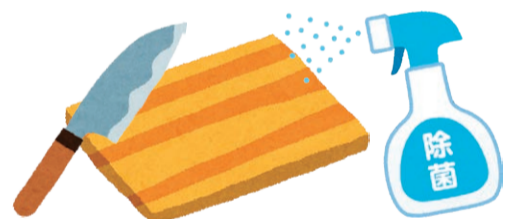


調理を始める前は、せっけんなどを使ってよく手を洗いましょう。

まな板は、肉・魚・野菜用に分けて調理しましょう。



包丁やまな板などの調理器具類を介して食中毒菌に汚染されることがあります。調理作業や取り扱う食材が変わるごとに、調理器具類の洗浄・殺菌を行いましょう。



#### 2 増やさない

食品は素早く調理、早めに食べる

食中毒菌の大部分は5～60℃の危険ゾーンでとても早く増殖します。食材を適度な温度で保つために、食材は放置しないようにしましょう。



買った食材は、すぐに冷蔵庫に入れて保管しましょう。冷蔵庫内は詰め過ぎず、7割程度を心掛けましょう。また、保存する場合も長期間にならないようにしましょう。



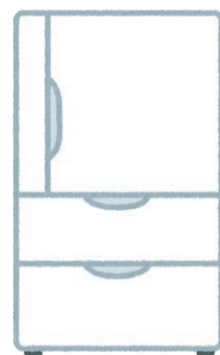
#### 3 やっつける

中まで加熱、すぐ冷却

食中毒菌の多くは、75℃以上で1分間以上の加熱で死滅します。中心部まで十分に加熱しましょう。冷凍食品もしっかり加熱しましょう。



調理済みの食材は、冷蔵10℃以下、冷凍-15℃以下で保存しましょう。また、調理作業後の調理器具類は、洗剤でよく洗ってから熱湯をかけたり、塩素系殺菌剤を使って殺菌しましょう。



#### 正しい手の洗い方



①流水でよく手を濡らした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこすります。



②手の甲をのぼすようにこすります。



③指先・爪の間を念入りにこすります。



④指の間を洗います。



⑤親指と手のひらをねじり洗います。



⑥手首も忘れずに洗います。

せっけんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

#### 細菌による食中毒の例 カンピロバクター

鶏や牛などの家畜の腸管内にいる細菌で、特に鶏肉に高い割合で付着しています。主な発生原因として、鶏わさ、鶏刺しなどの生肉料理や加熱不十分な鶏肉料理、生の鶏肉を扱った手指や調理器具からの二次汚染などが挙げられます。少量の菌数で

も感染し、体内に入ると平均2～3日後に下痢、腹痛、発熱(38℃以上)などの症状を引き起こします。また、まれに症状が治まった後で、「ギラン・バレー症候群(手足のしびれや顔面まひ、歩行困難など)」を発症する場合があります。

#### 腸管出血性大腸菌

主に牛の腸の中にいる細菌です。牛のふん尿などを介して牛肉やその他の食品・井戸水などを汚染します。少量の菌数でも感染し、菌が体内に入ると、平均3～5日後に、発熱や激しい腹痛、下痢、血便などの症状を引き起こします。特に抵抗力の弱い子どもや高齢者は、症状が重くな

りやすく、合併症を起こして死亡する事例もあります。

#### 食中毒かな?と思ったら

早めに医療機関を受診してください。自分自身の判断での吐き気止めや下痢止めの服薬は控えましょう。

☎中央区保健所生活衛生課食品衛生第二係

☎(3546)5399

## プレミアム付商品券の 販売、取扱店の募集

10月から消費税率が引き上げられることに伴い、区民の消費に与える影響を緩和するとともに、地域における消費の喚起・下支えをするための「プレミアム付商品券」を販売します。

また、プレミアム付商品券の利用促進のために、多くの取扱店の登録をお願いします。



2面に  
つづく



リサイクル適性(A)  
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。

「区のおしらせ ちゅうおう」は毎月1日、11日、21日の月3回発行。次回6月21日号は新聞折り込みです。

(1)

凡例 問い合わせ(申込)先

HP ホームページアドレス @Eメールアドレス

区公式 SNS など



# プレミアム付商品券の販売

(1面からのつづき)

## 対象者および購入限度額

### 区民税非課税の方

平成31年1月1日現在、中央区に住民票があり、平成31年度(令和元年度)住民税が課税されていない方

◎住民税が課税されている方の扶養親族、生活保護などを受けている方は対象者にはなりません。

### ・購入限度額

対象者1人につき20,000円(券面額25,000円)

### 子育て世帯の方

平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子が属する世帯の世帯主で区民の方

### ・購入限度額

対象となる子1人につき20,000円(券面額25,000円)

### 分割販売

商品券は1セット5,000円分を4,000円で販売します。1人当たり最大5回の分割購入ができます。

### 購入方法

商品券は、「購入引換券」(以下「引換券」という)を販売窓口を持参することで、購入できます。

### 引換券

### 区民税非課税の方

平成31年1月1日現在、中央区に住民登録のあった全世帯の世帯主の方に、「商品券購入引換券交付申請書(以下「申請書」という)を6月中旬に郵送します。商品券の購入対象となる方は、申請書に必要事項を記入の上、同封の返信用封筒で提出してください。対象の方には「引換券」を送付します。

### ・申請書の受付期間

12月27日(必着)

### 子育て世帯の方

「引換券」を9月中旬以降に送付します。

### 商品券の販売開始日

10月1日(火)

### 商品券の使用期間

10月1日(火)～令和2年3月31日(火)

### 商品券を使用できる店舗

販売場所を一覧を配布するとともに、区のホームページに掲載します。

### 申請相談窓口の開設

区役所1階に申請書の受け付け、相談、問い合わせ窓口を開設します。

### 設置期間・受付時間

7月1日(月)～令和2年3月31日(火)(土曜日、祝日、休日、年末年始を除く)

平日 午前8時30分～午後5時  
日曜日 午前9時～午後5時

### コールセンターの設置

対象者や引換券について、電話による問い合わせに対応しています。

### 設置期間・受付時間

令和2年3月31日(火)まで(土曜日、祝日、休日、年末年始を除く)  
平日、日曜日 午前8時30分～午後5時

◎水曜日は、申請相談窓口およびコールセンターの開設時間を午後7時まで延長します。

◎商品券の販売場所や使用できる店舗について「区のおしらせ ちゅうおう」9月11日号などでお知らせする予定です。

☎中央区プレミアム付商品券コールセンター

☎(3546)5657



凡例

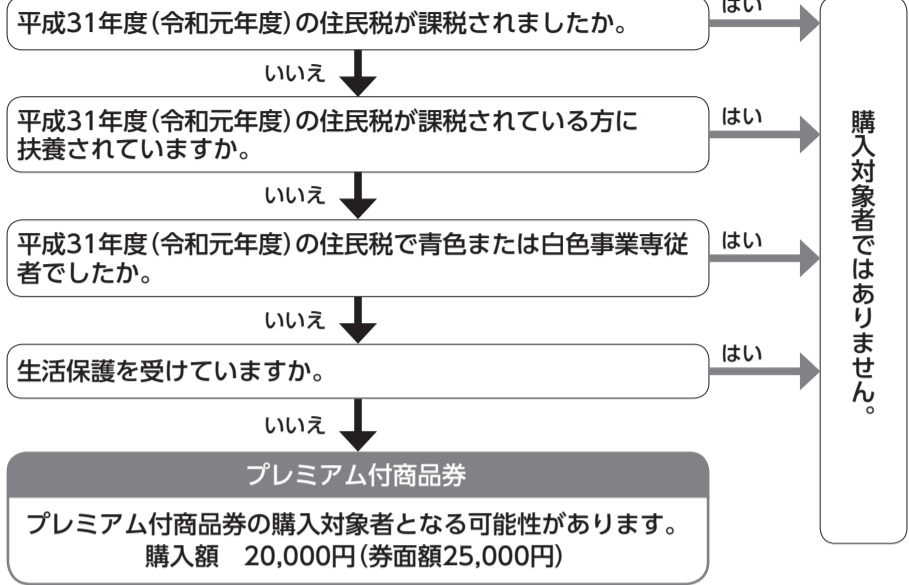
お問い合わせ(申込)先

HP ホームページアドレス

Eメールアドレス

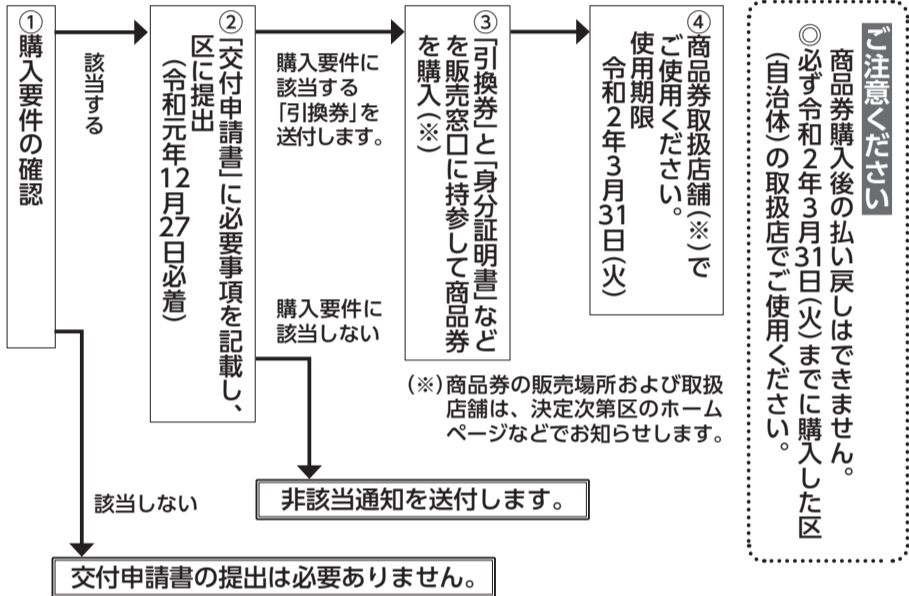
## 商品券購入対象者判定フローチャート

スタート



## 商品券の申請から購入までの流れ

図の①～④を行ってください。



【注意】商品券購入後の払い戻しはできません。必ず令和2年3月31日(火)までに購入した区(自治体)の取扱店でご使用ください。

(※)商品券の販売場所および取扱店舗は、決定次第区のホームページなどでお知らせします。

# 「中央区住宅マスタープラン」に対する意見募集

本区の今後10年間の住宅・住環境施策を計画的に推進するための「中央区住宅マスタープラン」を今年度改定するため、これまでの検討結果を踏まえた「中間報告書」を作成しました。

その内容をお知らせするとともに区民の皆さんからのご意見を計画に反映させるため、意見募集します。

### 意見の募集期間

6月17日(月)～7月8日(月)

### 閲覧場所

区役所1階まごころステーション・情報公開コーナー、5階住宅課、日本橋・月島特別出張所その他、区のホームページでもご覧になれます。

### 意見の提出方法

住所、氏名(団体の場合は団体名と代表者名)、年齢、電話番号を明記して、区役所5階住宅課に持参するか、郵送、ファクス、Eメールまたは区のホームページのパブリックコメント(区民意見提出手続き)から提出してください。

### 問い合わせ・意見の提出先

〒104-8404  
中央区築地1-1-1  
住宅課計画指導係  
☎(3546)5466  
FAX(3546)9551  
✉jutaku\_01@city.chuo.lg.jp

# プレミアム付商品券の取扱店の募集

(1面からのつづき)

## 申し込み資格

大規模店舗および中小小売店・サービス業を営んでいる民間事業者。ただし、次の場合は登録することができません。

- ・風俗営業などの規制および業務の適正化などに関する法律第2条に規定する営業を行うもの
- ・業務の内容が公序良俗に反する営業を行うもの

## 利用できないもの

プレミアム付商品券は、次の取引または商品は対象になりません。  
・公共料金、税金、振込代金、振込手数料などの支払い  
・有価証券、商品券、プリペイドカード、チケット、切手、郵政はがき、回数券、乗車券、航空券、入



場券、ごみ処理券などの購入(江戸バスの回数券などを含む)

- ・国や地方公共団体などへの支払い(公営ギャンブルを含む)
- ・たばこの購入(加熱式などのたばこを含む)
- ・仕入れのために利用すること

## 申し込み方法

詳細については、区のホームページをご覧ください。

◎既に区内共通買物券(ハッピー買物券)の取扱店として登録されている方においても、新たに手続きを行っていただく必要があります。

☎〒100-0004

千代田区大手町2-2-1 (株)JTb内 中央区プレミアム付商品券事務局

☎(6737)9292

FAX(6737)9284

✉premium-chuo@jtb.com

# 障心身障害者医療費助成制度 受給者証をお持ちの方へ

現在◎受給者証をお持ちの方が加入している健康保険の現況調査を行います。これは、受給者証の年次更新に当たり、中央区国民健康保険または後期高齢者医療制度以外の健康保険に加入されている方を対象に行うものです。

調査該当の方には、7月中旬に調査票を送ります。記載内容を確認の上、同封の返信用封筒に入れて返送してください。

### ☎障害者福祉課障害者福祉係

☎(3546)5389

FAX(3544)0505

# 介護保険料の決定

令和元年度



65歳以上の方の令和元年度の介護保険料を決定しましたので、介護保険料納入通知書兼介護保険料特別徴収開始通知書を6月中旬に発送します。

### 保険料の納入方法

#### 特別徴収

老齢年金や退職年金などの受給額が年額180,000円以上の方は、原則、年金の定期支払い(年6回)の際、あらかじめ年金から保険料が差し引かれます。

#### 普通徴収

特別徴収の対象とならない方は、区から送付される納付書または口座振替により保険料を納めます。

なお、保険料は6月から翌年3月までの年10回で納付します。各月納期分の納付書と、年間保険料の一括用納付書を同封しています。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。

平成31年1月2日以降に転入された方や、住所地特例施設に入所されている方

6月に所得状況を前住所地などに照会し、その後決定しますので、納入通知書は7月以降に送付します。

### 保険料の減免

災害などの特別な事情により保険料を支払うことが一時的に困難な場合は、保険料の徴収猶予や減免制度があります。

☎(3546)5641

# 介護保険サービスをご利用の皆さんへ

### 介護保険サービスの利用者負担

介護保険サービスの利用者負担は1割、2割または3割です。対象者および負担割合については、別表1を参照してください。

負担割合を記載した介護保険負担割合証は、要介護認定を受けている方および総合事業対象者に7月中旬に送付する予定です。なお、新規に要介護認定を受けられた方には、要介護状態区分が記載された被保険者証と一緒に負担割合証を送付します。

☎(3546)5385

### 施設サービスなどを利用する際の食費や居住費(滞在費)の負担を軽減する制度

#### 利用者負担限度額

特別養護老人ホームやショートステイなどを利用すると、介護費用の他に食費と居住費(滞在費)を負担する必要があります。この認定を受けると、所得の段階に応じた食費と居住費(滞在費)の限度額までを自己負担として支払い、残りの差額分を介護保険から施設に給付します。

この制度の認定証の有効期限は7月31日(水)までです。認定証をお持ちの方には、更新のご案内と申請書類を送付しますので、忘れずに更新手続きを行ってください。認定の可否は、ご本人と世帯の所得の状況によって決定します。

内容については別表2・3を参照してください。

また、現在認定証をお持ちでない方で、施設を利用中または利用を予定されていて、別表2の要件を満たす場合は、随時受け付けていますので申請してください。

### 介護保険を利用する際の負担を軽減する区の独自サービス

#### 生計困難者に対する介護保険サービス利用負担額軽減制度

生計困難な方が、軽減制度を取り扱っている事業者で対象のサービスを利用した場合に、介護サービス費や居住費、食費に係る利用者負担額の4分の1を軽減します。内容については別表4・5を参照してください。制度の利用を希望される方は申請してください。

#### 生活援助サービス

1人暮らしや高齢者のみの世帯などの原則要介護5の方で、介護保険のサービスを限度額まで利用しても自立した日常生活を営むことが困難な場合、週4回までの生活援助および週4時間までの病院内における付き添い介助を介護保険とほぼ同額の費用負担で利用できます。

#### 寝たきり高齢者在宅支援入浴サービス

家族などの介助だけでは入浴ができない要介護5の方で、感染症などの理由から施設での入浴が困難な場合に、浴槽を提供して入浴介護する

別表1 介護サービスの利用者負担

負担割合	対象者
1割	本人の合計所得金額が160万円未満
2割	本人の合計所得金額が160万円以上 ただし、年金収入とその他の合計所得金額が単身世帯で280万円以上、65歳以上の方が2人以上いる世帯で346万円以上の場合
3割	本人の合計所得金額が220万円以上 ただし、年金収入とその他の合計所得金額が単身世帯で340万円以上、65歳以上の方が2人以上いる世帯で463万円以上の場合

◎第2号被保険者(40歳以上65歳未満の方)、区民税非課税の方などは上記にかかわらず1割負担となります。

別表2 利用者負担段階と対象者

負担段階	対象者要件
第1段階	本人および世帯全員が区民税非課税であって、老齢福祉年金受給者、生活保護受給者
第2段階	本人および世帯全員が区民税非課税であって、合計所得金額、課税年金収入額および非課税年金収入額の合計が80万円以下の方
第3段階	本人および世帯全員が区民税非課税であって、第1・2段階に該当しない方

別表3 施設別、負担段階別の利用者負担限度額

施設	利用者負担限度額(円/日)	利用者負担限度額(円/日)			
		第1段階	第2段階	第3段階	
【特別養護老人ホーム、短期入所生活介護】	居住費	ユニット型個室	820	820	1,310
		ユニット型個室的多床室	490	490	1,310
		従来型個室	320	420	820
		多床室	0	370	370
食費		300	390	650	

施設	利用者負担限度額(円/日)	利用者負担限度額(円/日)			
		第1段階	第2段階	第3段階	
【介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院、短期入所療養介護】	居住費	ユニット型個室	820	820	1,310
		ユニット型個室的多床室	490	490	1,310
		従来型個室	490	490	1,310
		多床室	0	370	370
食費		300	390	650	

別表4 生計困難者に対する介護保険サービス利用負担額軽減制度の対象者

対象者要件
区民税非課税世帯で、以下の①～⑤の全ての要件を満たしている方
①世帯の年間収入が基準収入額以下
②世帯の預貯金額(有価証券、債権などを含む)が基準貯蓄額以下
③世帯がその居住用に供する家屋、その他日常生活のために必要な資産以外に利用できる資産を所有していない
④負担能力のある親族(別世帯含む)などに扶養されていない
⑤介護保険料を滞納していない

別表5 生計困難者に対する介護保険サービス利用負担額軽減制度の基準収入額・貯蓄額

世帯員数	世帯の年間収入額	世帯の預貯金額
1人	150万円	350万円
2人	200万円	450万円
3人	250万円	550万円

# 中央区介護人材確保支援事業

### 対象

区内介護サービス事業所での就労を希望する方(区内在住者に限りません)

### 内容

介護職員初任者研修(15日間)の受講による資格取得や職場見学、キャリアカウンセリングなどを通して、区内介護サービス事業所への就職を支援します。

◎本事業は、区が(株)シグマスタッフに事業委託をして実施します。

◎研修日程など詳しくは(株)シグマスタッフへお問い合わせください。

### 定員

10人

### 選考方法

書類選考および面談があります。

### 費用

無料(テキスト代8,000円は自己負担)

### 申し込み方法

(株)シグマスタッフへ電話で申し込む。

◎申し込みは随時受け付けています。



### 事業説明会および介護業界理解セミナー

本事業の実施に先立ち、事業説明会と介護業界理解セミナーを開催します。事業へ申し込まれる方はできるだけご参加ください。

### 日時

6月20日(木) 午前10時~正午

### 会場

産業会館第3集会室

### 費用

無料

### 申し込み方法

6月19日(水)までに(株)シグマスタッフへ電話で申し込む。

◎説明会や業界理解セミナーは7月以降も随時開催予定です。

☎・事業への参加および事業説明会・業界理解セミナーへの申し込みについて (株)シグマスタッフ

☎(6806)1211

・中央区介護人材確保支援事業について 介護保険課指導担当

☎(3546)5749

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

# 2019中央区「わくわくツアー」参加者募集

別表

コース名	日時	引率	定員	締め切り日(必着)
文化コース	・銀座のレトロ・モダンな建物巡り 華やかな表通りのビル、裏通りのレトロな建物を巡り、銀座を再発見します。	①7月21日(日) 午前10時～正午 ②11月9日(土) 午後1時30分～3時30分	文化財サポーター協会 各15人	①7月1日(月) ②10月20日(日)
	・お江戸日本橋七つ立ち 日本橋から京橋まで、東海道を沿って江戸の旧跡と昭和の建物をたどります。	①7月27日(土) 午前10時～正午 ②11月17日(日) 午後1時30分～3時30分		①7月7日(日) ②10月28日(月)
	・東京2020大会 マラソンコースを歩こう 東京2020大会のマラソンコースに沿って町の歴史と魅力を体感します。	①9月15日(日) 午前10時～正午 ②11月30日(土) 午後1時30分～3時30分		①8月26日(月) ②11月10日(日)
	・佃島・月島の古き街並みを歩く 歴史ある佃島と月島、人々のぬくもりを感じながら路地を巡って散策します。	①9月21日(土) 午前10時～正午 ②10月6日(日) 午後1時30分～3時30分		①9月1日(日) ②9月16日(祝)
	・べったり市の賑わいを訪ねて 人形町散策のあとは、江戸より続く秋の風物詩「べったり市」を楽しみます。	①10月19日(土) ②10月20日(日)		①9月29日(日) ②9月30日(月)
	・【特別企画】築地場外市場「築地魚河岸」通になる「築地魚河岸」の特徴や仲卸の仕事、旧築地市場と豊洲市場などの話を伺います。	11月20日(水) 午前10時～正午		10人
産業コース	・【特別企画】講師と日本橋まち歩き&“高座”舞台裏見学 講師ならではの名調子で、歴史や文化を堪能しながらのまち歩きをします。	11月7日(木) 午前10時～11時30分	15人	10月17日(木)
	・【体験企画】「東京鳩居堂」で香りの世界に触れる 香炉を使って香りを聞く“聞香”などを楽しむ体験企画です。	10月17日(木) 午前10時～正午	各10人	9月26日(木)
	・【体験企画】「キヤノンデジタルハウス銀座」でミラーレスカメラに触れる ミラーレスカメラの基本を学び、実際に銀座の街に出かけて撮影します。 ◎当日は、2GB以上の初期化済みSDカードを各自ご持参ください。	11月19日(火) 午前11時～午後1時		10月30日(水)
	・【夏休み企画】「豊海おさかなミュージアム」と冷蔵倉庫見学 さかな先生に学ぶ“海やおさかなの不思議”と巨大冷蔵倉庫を見学します。 ◎小学生以上対象、子供のみ参加は中学生以上です。	7月24日(水) 午前10時～正午	15人	7月4日(木)
	・【夏休み企画】「ブラザー東京ショールーム」と「ポリスミュージアム」で夏休みの自由研究 ミシンでの刺しゅう体験や指紋採取体験ができる夏休み企画です。 ◎ミシンを扱うため小学3年生以上対象、子供のみ参加は中学生以上です。	8月8日(木)	観光協会観光ボランティア 各10人	7月21日(日)
	・日本橋北詰 老舗巡り <食編> 「文明堂日本橋本店」・「日本橋木屋」・「八木長本店」・「山本海苔店日本橋本店」を巡り、話を伺います。	①9月10日(火) ②10月4日(金)		①8月21日(水) ②9月12日(木)
	・日本橋本町界隈 老舗巡り <もの編> 「刷毛・刷子の江戸屋」・「小津和紙」・「扇子の伊場仙」を巡り、話を伺います。	①9月30日(月) ②10月28日(月)		①9月10日(火) ②10月8日(火)
	・日本橋南詰 老舗巡りと「凧の博物館」 「椋原」・「築太樓總本舗」で話を伺ったあとは、「凧の博物館」を見学します。	9月3日(火)		8月14日(水)
	・築地場外市場こだわりの専門店巡り 「正本」・「大定」・「昭和食品」・「吹田商店」を巡り、話を伺います。	①7月23日(火) ②11月22日(金)		①7月3日(水) ②11月4日(休)
	・銀座の伝統ある名店巡り(銀座一～四丁目) 「銀座木村家」・「銀座タニザワ」・「銀座ペーカリー」を巡り、話を伺います。	9月26日(木)		9月4日(水)
	・銀座の伝統ある名店巡り(銀座二～八丁目) 「銀座伊東屋」・「カフェパウルスタ」・「銀座ライオン」を巡り、話を伺います。	9月6日(金)		8月18日(日)
	・足袋や活版印刷のお話しと歌舞伎座の“いろは”を学ぶ 「大野屋總本店」・「中村活字」・「歌舞伎座」にて、話を伺います。	①7月11日(木) ②10月8日(火)		①6月23日(日) ②9月18日(水)
	・初めての画廊 「柳画廊」・「至峰堂画廊」・「日動画廊」を巡り、奥深い美術の世界を探ります。	①7月12日(金) ②9月18日(水)		①6月24日(月) ②8月29日(木)
	・京橋界隈のまち歩きと「明治屋」・「京はし満津金」 まち歩きのあとは、建物の内部見学やこだわりの商品の話しなどを伺います。	10月31日(木)		10月10日(木)
	・銀座界隈のまち歩きと「渡邊木版美術画舗」・「東京画廊」 まち歩きのあとは、浮世絵の伝統技法からモダンアートまで絵画に触れます。	9月27日(金)		9月5日(木)
	・築地・明石町界隈のまち歩きと「津多屋商店」・「波除神社」 まち歩きのあとは、江戸文字の専門店と波除神社を訪ねます。	7月5日(金) 午前10時～12時20分		6月20日(木)
	・築地・明石町界隈のまち歩きと「松露」・「秋山商店」 まち歩きのあとは、築地場外市場の玉子焼きと鯉節の専門店を訪ねます。	11月14日(木)		10月24日(木)
	・人形町界隈のまち歩きと「板倉屋」・「草加屋」 まち歩きのあとは、人形焼きと手焼きせんべいの専門店を訪ねます。	11月29日(金) 午前10時～正午		11月10日(日)
・人形町界隈のまち歩きと「龍工房」・「うぶけや」 まち歩きのあとは、老舗組紐問屋と、老舗刃物店を訪ねます。	10月16日(水)	9月26日(木)		
・佃・月島界隈のまち歩きと「肉のたかさご」・「左久作」・「あづまや」 佃の有名お肉屋や刃物鍛冶、下駄屋を、まち歩きとともに訪ねます。	11月12日(火) 午前10時～12時20分	10月23日(水)		

### コース名・日時など

別表のとおり  
◎申し込み多数の場合は抽選です。

### 費用

1人につき各500円(税込み)

### 申し込み方法

#### はがきでの申し込み

応募チラシに掲載の専用はがき、または往復はがきに、①希望コース名②日時③参加者全員(4人まで)の氏名・ふりがな・住所・年齢・緊急連絡先を記入の上、専用はがきの場合は往信・返信用共に62円切手を貼付して申し込む(消費税増税後の10月以降は63円となります)。

◎はがき1枚につき1コース申し込みます。

◎応募チラシは区内各施設で配布します。

#### インターネットでの申し込み

中央区観光協会ホームページ「2019中央区『わくわくツアー』参加者募集!」から必要事項を入力して申し込む。

### 結果通知および支払い方法

開催日の7日前までに、返信用はがきまたはメールで抽選結果を通知します。当選の方は、通知でお知らせするコンビニエンスストアで支払期日までに参加費をお支払いください。支払期日までに確認ができない場合は、当選取り消しになります。なお、インターネットからお申し込みの方は、カード決済も可能です。

〒104-0061

中央区銀座1-25-3 京橋プラザ3階  
中央区観光協会「わくわくツアー」係  
☎(6228)7907

HP中央区観光協会

http://www.chuo-kanko.or.jp/



▲ツアー中の様子

◎都合が悪くなった場合は必ず事前にご連絡ください。  
◎各コースとも徒歩での移動となります。また混雑した場所への訪問が多いため、ベビーカーでの参加はご遠慮ください。  
◎天候、店舗の都合などにより訪問先が変更になる場合があります。  
◎詳しくはお申し込みチラシおよび中央区観光協会ホームページをご覧ください。

※(キリトリ)

## 相談案内

◎相談日が祝日、休日などに当たる場合は変更になることがあります。令和元年6月11日現在

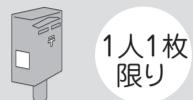
相談案内	日時	場所	予約先
区民相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	まごころステーション	予約不要
法律相談	毎週金曜日 毎月第2・4水曜日 毎月第1・3月曜日	区民相談室 日本橋特別出張所 月島特別出張所	☎(3546)9590
人権擁護相談	毎月第3木曜日	区民相談室	予約不要
国の行政相談	毎月第3水曜日		☎(3546)9590
行政書士相談	毎月第1火曜日		
司法書士相談	毎月第3火曜日		
成年後見・司法書士相談	毎月第1水曜日	午後1時～4時	
年金相談	偶数月の第4水曜日 5・9・1月の第3水曜日 7・11・3月の第4水曜日	日本橋特別出張所 月島特別出張所	☎(3546)5266
税務相談	毎月第2・4水曜日	区民相談室	☎(3546)5191
分譲マンション管理相談	毎月第2・4月曜日	京橋プラザ区民館	☎(3546)9590
不動産取引相談	毎月第3月曜日	区民相談室	☎(3546)9590
土地家屋調査測量・表示登記相談	毎月第4木曜日		☎(3546)9590
建築物の耐震相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	建築課	☎(3546)5459
住宅住み替え相談	毎月第1月曜日	区民相談室	☎(3546)5466
高齢者のための住み替え相談	毎月第2・4火曜日		☎(3546)5355
高齢者の保健福祉・介護保険の相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 月～土曜日 午前9時～午後6時	介護保険課 各おとしより相談センター	予約不要
「シルバーワーク中央」おおむね55歳以上の方の無料職業紹介相談	月～金曜日 午前9時～午後4時	シルバーワーク中央	☎(3551)9200

相談案内	日時	場所	予約先
「ブーケ21」女性相談	毎月第1・5水、第4火曜日 毎月第2火、第3水曜日	午前10時～午後4時 午後3時30分～8時30分	女性センター「ブーケ21」 ☎(5543)0653
女性相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	子育て支援課	☎(3546)5350
ひとり親家庭相談			予約不要
家庭相談			☎(3545)9844
保育園入園相談	日～土曜日	子ども家庭支援センター	☎(3534)2255
子どもと子育て家庭の総合相談	月～土曜日	教育センター	☎(3545)9200
来所教育相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 午前9時～午後6時	子ども発達支援センター	☎(3545)9844
こどもの発達相談		障害者福祉課	予約不要
障害のある方の相談全般	月～水・木曜日	基幹相談支援センター	☎(6264)3957
精神に障害のある方の一般相談	月・水・木曜日 土・日曜日、祝日	障害者地域活動支援センター「ポケット中央」	☎(3541)1021
保健福祉相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	保健所・保健センター	予約不要
生活困窮者・生活保護の相談	月～金曜日 午前9時～午後4時30分	生活支援課	☎(3546)5496
福祉サービス苦情・相談	毎月第1・3水曜日	福祉サービス苦情・相談窓口	☎(3546)8373
商工相談	月～金曜日 午前9時～午後5時 午前9時～午後4時 午前8時30分～午後4時	商工観光課	☎(3546)5330
消費生活相談		消費生活センター	☎(3543)0084
交通事故相談		中央交通事故相談所	☎(3206)0507
電話相談(予約不要)			
「ブーケ21」電話女性相談	毎週月曜日	午前10時～午後4時	女性センター「ブーケ21」 ☎(5543)0653
認知症サポート電話相談	月～金曜日	午前8時30分～午後5時	介護保険課 ☎(3546)5286
電話医療相談	月～土曜日	午前9時～午後4時	中央区保健所 ☎(3545)1875
電話教育相談、こども電話相談	月～土曜日	午前9時～午後5時	教育センター ☎(3545)9203

※(キリトリ)

情報コーナー 遊ぶ 知る

記入例(はがき・ファクス)



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

〇間に〒・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

施設

柏学園の社会教育利用休止

柏学園大規模改修工事に伴い、社会教育利用を休止します。工事期間中は、ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

【休止期間】 12月1日(日)~令和2年3月31日(火)

【休止期間後の利用申し込み】 休止期間後の利用申し込みは、通常どおり区役所6階学務課の窓口で受け付けます。

令和2年4月分の利用申し込み

【受付期間】 ①少年少女団体(区内在住の小・中学生で構成される団体) 令和2年1月6日(月)午前10時~別表

Table with columns: 施設名, 利用区分 (午前・午後, 1日), 利用時間

Table with columns: 施設名, 利用月, 利用区分 (午前・午後, 1日), 利用時間

少年少女団体の施設使用料は無料です(宿泊の場合は宿泊利用料を別途負担)。

国民健康保険・後期高齢者医療制度夏季施設「海の家」「山の家」の空室申し込み

空室状況などはお問い合わせください。

施設や開設期間は「区のおしらせ中央」5月1日号または区のホームページの夏季施設「海の家」「山の家」をご覧ください。

中央区国民健康保険および後期高齢者医療制度に加入している方とその家族

①1人での利用はできません。 6月21日(金)午前8時30分から区役所4階保険年金課の窓口で直接申し込み。

日本橋・月島特別出張所の窓口や電話での申し込みはできません。 保険年金課給付係 3546)5360

夏季借上宿泊施設の空室申し込み

【開設期間】 7月20日(土)泊~8月18日(日)泊 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

【宿泊日数】 2泊3日以内

【空室申し込み】 7月3日(水)午前9時から電話で申し込み。

利用日の前日(宿泊利用の場合は、利用日の10日前まで)

②一般の団体(高校生以上の方で構成される団体) 令和2年2月3日(月)午前10時~利用日の前日

【利用可能日】

①少年少女団体 土・日曜日、祝日、学校の夏季・春季休業期間中(学校利用日を除く)

②一般の団体 土・日曜日、祝日(学校利用日、学校の夏季・春季休業期間中を除く)

◎宿泊利用は少年少女団体のみ可能です。

【使用料】 別表のとおり

学務課保健給食係 3546)5517

◎空室情報はレッツ中央のホームページで6月26日(水)から公開します。

◎部屋使用料・食事代など詳しくはレッツ中央のホームページをご覧ください。

レッツ中央(中央区勤労者サービス公社)

3546)8610 http://www.chuo-tokyo.com

保健・医療・福祉

健康な口元のために ~歯並びと矯正治療の相談~

7月9日(火) 午後2時~4時受け付け

中央区保健所1階歯科

区内在住・在勤者(成人・子ども)

矯正治療の必要性の有無、費用、開始時期、治療方法など歯並びに関する疑問に矯正歯科の専門医がお答えします。

【担当医】京橋歯科医師会歯科医師 文野弘信

12人(先着順、時間予約制) 費無料

6月12日(水)から電話で申し込み。

中央区保健所健康推進課予防係 3541)5930



講座・催し物

ワーク・ライフ・バランスセミナー 女性活躍推進が企業の未来を拓く!

~令和の時代の働き方改革を実現させるために~

7月18日(木) 午後2時~4時 区役所8階大会議室

経営者、経営幹部、総務・労務担当者および関心のある方

女性活躍推進法の改正案が審議入りし、大企業だけでなく、中小企業へも女性活躍推進への対応が求められます。このセミナーでは、女性活躍推進を経営戦略として捉え、男性も含めた働き方改革の必要性などを学びます。

【講師】ルミエール(株)代表取締役、女性活躍推進アドバイザー 酒井 美重子

100人(先着順) 費無料

7月17日(水)までに、電話またはファクスで①・②(5面記入例参照)③電話番号を記入して申し込み。

【託児】生後3カ月以上の未就学のお子さんをお預かりします。希望する方は、7月11日(木)までにお申し込みください(定員あり)。

【主催】中央区、東京商工会議所中央支部

総務課女性施策推進係 5543)0651

FAX(5543)0652

浴衣の着付け教室

6月22日(土) 午後1時30分~3時30分

新富区民館2階和室8・9号室

区内在住・在勤・在学の女性

10人(申し込み多数の場合は抽選) 費300円

【持ち物】浴衣、半幅帯、帯板、肌じゅばんと裾よけ(タンクトップとスパッツでも可)、フェイスタオル2枚、腰ひも4本

6月12日(水)から18日(火)までに電話で申し込み(受け付けは午前9時~午後5時)。

◎当選者には6月19日(水)までに電話で連絡します。

新富区民館 3297)4038

夏を楽しむ~ [アクアリウム教室]

【日時など】7月6日(土) 新場橋区民館3階4・5号室(高校生以上)

7月24日(水) 人形町区民館5階1号室(小学校4年生以上)

午後2時~4時

区内在住・在勤・在学者 和紙で金魚を作り、瓶に入れ、かわいい金魚鉢のアクアリウムを作ります。簡単キットを使うので初心者でも安心です。

各回20人(申し込み多数の場合は)

抽選) 費1,000円

【持ち物】はさみ

6月13日(木)から27日(木)までに電話で申し込み(受け付けは午前10時~午後8時)。

◎当選者には6月30日(日)までに電話で連絡します。

新場橋区民館 3669)3699

人形町区民館 3668)5537

陳式太極拳入門教室

8月13日~令和2年1月28日の第2・4火曜日 計12回 午前11時~正午

場いきいき桜川大広間

60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)

25人(申し込み多数の場合は抽選) 費無料

7月10日(水)までにいきいき桜川窓口で直接申し込み(電話申し込み不可)。

◎受講決定者は7月15日(祝)以降館内に掲示します。

いきいき桜川(桜川敬老館) 3553)0030

「100歳まで元気!」を目指す健康対策講座

6月28日(金) 午後1時30分~3時30分

日本橋保健センター5階

区内在住・在勤者

【講話】 ・知っておきたい「3つの予防対策」

・食生活&ライフスタイルチェック

・百寿者の事例から学ぶ元気な秘訣

【料理紹介・試食】 簡単おいしい食事健康長寿

20人(先着順) 費無料

6月12日(水)から前日までに電話で申し込み(電子申請も可)。

日本橋保健センター健康係 3661)5071

いきいき元気! 出前「はつらつ」体験講座

7月30日(火) 午後2時~3時30分

京橋プラザ区民館多目的ホール

区内在住で、転倒に対する不安のある、もしくは膝痛・腰痛予防に関心のある65歳以上の方(要介護1~5の方を除く)

いつまでも若々しく元気で過ごすために、現在実施中の「はつらつ」健康教室の一部を体験します(ストレッチ・バランストレーニング・レクリエーションなど)。

20人(先着順) 費無料

6月11日(火)から7月29日(月)までに電話で申し込み(受け付けは祝日を除く月~土曜日の午前9時~午後6時)。

京橋おとしより相談センター 3545)1107

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

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

### 高次脳機能障害者交流会

日 7月9日(火)  
午後1時30分～3時

内・デザート作りとお茶会  
・交流や情報交換  
・個別相談(交流会終了後、希望者に行います。4人程度)

定15人(先着順)  
[申込期限]  
7月8日(月) 午後5時

医師による専門相談(予約制)

日 7月23日(火)  
午後1時30分～3時(1人当たり30分程度)

[医師]東京慈恵会医科大学附属病院リハビリテーション医学講座准教授 佐々木 信幸

定4人(先着順)  
[申込期限]  
7月10日(水) 午後5時

◎事前に相談内容などについてお問い合わせします。

**共通**  
場福祉センター  
区内在住の高次脳機能障害の方(ご家族、付き添いの方を含む)

費無料  
申電話またはファクスで①交流会または医師による専門相談②～④(5面記入例参照)を記入して申し込み。

問福祉センター支援係  
☎(3545)9311  
FAX(3544)0888

### 中央区学校保健会講演会

日 7月4日(木)  
午後3時20分～4時20分

場教育センター5階視聴覚ホール

どなたでも

内宇宙空間では、骨粗しょう症など心身の健康リスクが高まります。宇宙ステーションでは、体内リズムの乱れや不眠に対応しつつ、半年間で与えられた仕事を達成するためのチーム力を求められます。こうした環境下で発展してきた「究極の予防医学」である宇宙医学の専門家を講師に招き、健康づくりやチーム力向上の秘訣を学びます。

[テーマ]  
宇宙医学に学ぶ健康づくり・チーム力向上の秘訣

[講師]  
医師・元JAXA宇宙医学生物学研究室室長 大島 博

定50人(先着順)  
費無料

日 6月13日(木)から7月3日(水)までに電話で申し込む(受け付けは平日午前9時～午後5時)。

◎車での来場はご遠慮ください。

問学務課保健給食係  
☎(3546)5518

### やさしい天文講座 七夕の星「ベガ」と「アルタイル」

日 6月23日(日)  
午後4時～4時40分

場タイムドーム明石プラネタリウムホール

内七夕の織り姫星・ひこ星について、当館プラネタリウム解説員が分かりやすく説明します。

定86人(先着順)  
費無料

◎入場整理券を当日午前10時から6階受付で配布します。

◎やさしい天文講座および発展的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



### プラネタリウム七夕コンサート

日 7月7日(日)  
午後3時15分～4時15分

内プラネタリウムの満天の星の下で、ハープの生演奏をお楽しみください。七夕の夜に見える星についても紹介します。

[出演]ハープ奏者 徳永泰子、フルート奏者 平山 恵、バイオリン奏者 坪田亮子

[曲目]月の光(ドビュッシー)、荒城の月(瀧廉太郎)など

定86人(申し込み多数の場合は抽選)

日 6月21日(必着)までに往復はがきに①～⑤(5面記入例参照)⑥参加希望者全員の氏名・年齢⑦短冊へのお願いごとを記入して申し込み(電子申請も可)。

**七夕特別投影同日開催**  
[開始時刻]午前10時30分・11時30分(各回30分程度)



内七夕の星空の話  
定各回86人(先着順)  
◎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。

**共通**  
場タイムドーム明石プラネタリウムホール

区内在住・在勤・在学者

◎プラネタリウム七夕コンサートでは、未就学児は保護者の膝の上での鑑賞をお願いします。

費300円(未就学児無料、区内小中学生は中央区立スポーツ施設等子ども無料利用証提示により無料)

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

### ひとり親家庭日帰りバス研修

日 7月28日(日)雨天決行  
・集合 午前8時30分 区役所前  
・解散 午後6時(予定)

場千葉県富津市・木更津市

区内在住のひとり親家庭で子どもが4歳(平成28年4月1日以前生まれ)から中学生までの世帯

内マザー牧場(羊の人形作り体験、昼食、園内オリエンテーリングなど)、海ほたるパーキングエリア(買い物など)

◎時間・内容は都合により変更になる場合があります。

定80人(申し込み多数の場合は抽選)

◎昨年度参加していない世帯を優先します。

費1世帯2,000円(昼食代など)

日 6月28日(必着)までにはがき(1世帯1枚限り)またはEメールで①研修名②住所・電話番号③参加者全員の氏名(ふりがな)・性別・生年月日④参加回数(記入例:初めて・2回目・3回以上)を記入して申し込み。

◎申し込み受け付け完了の連絡をします。申し込み後5日以上経っても連絡がない場合は、お問い合わせください。

◎詳しくは中央区社会福祉協議会のホームページをご覧ください。

問〒104-0032  
中央区八丁堀4-1-5  
中央区社会福祉協議会在宅福祉サービス部推進課  
☎(3206)0603

HP<https://www.shakyo-chuo-city.jp>  
E[zaitaku@shakyo-chuo-city.jp](mailto:zaitaku@shakyo-chuo-city.jp)



[講師](公社)成年後見センター・リーガルサポート東京支部副支部長・司法書士 上山浩司

定100人(先着順)

日 6月12日(水)から電話、ファクスまたはEメールで①～④(5面記入例参照)を記入して申し込み。

### 成年後見制度無料個別相談会

日 7月7日(日)  
①午前10時～11時  
②午前11時～正午  
③正午～午後1時  
④午後1時～2時  
⑤午後2時～3時  
⑥午後3時～4時

場区役所8階会議室

区内在住・在勤で成年後見制度の利用を検討している本人・親族など

成年後見制度の申し立て手続きや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。

[相談員](公社)成年後見センター・リーガルサポート東京支部所属の司法書士

定各回4組(事前予約制、先着順)

日 6月12日(水)から7月3日(水)までに電話、ファクスまたはEメールで①～④(5面記入例参照)⑤希望の時間を記入して申し込み。

**共通**  
費無料  
問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  
FAX(3523)6386  
E[step@shakyo-chuo-city.jp](mailto:step@shakyo-chuo-city.jp)

### 福祉体験講座

中央区社会福祉協議会では、区内の学校、企業、団体などに出向き、福祉体験講座を実施しています。

**[福祉入門講座]**  
「福祉とは」、「ボランティアとは」など、基本的な内容を学びます。障害のある方が講師となり、体験談をお話することもできます。

**[点字体験講座]**  
「見えないとはどういうことか」を考えながら身近にある点字について学ぶとともに、点字を打つ体験をします。

**[アイマスク体験講座]**  
ガイド役とペアになり、アイマスクを着用して階段などでの歩行体験をします。

**[手話体験講座]**  
聴覚障害のある方と手話でコミュニケーションを取りながら、基本のあいさつや指文字などを学びます。

**[シニア体験講座]**  
おおむね80歳の身体状況を体験できる装具を着用し、高齢者の疑似体験を行います。

**[車いす体験講座]**  
車いすを押すことと、乗ることの両方を体験し、バリアフリーについて考えます。

◎事前に打ち合わせが必要となりますので、実施予定日の2カ月前までにお問い合わせください。

問中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター  
☎(3206)0560  
FAX(3206)0601  
E[vc@shakyo-chuo-city.jp](mailto:vc@shakyo-chuo-city.jp)



### 離乳食講習会



クラス名	スタートクラス(1～2回食)		ステップアップクラス(3回食～完了)
	7月4日(木)	7月12日(金)	7月9日(火)
日時	午後1時30分～3時15分		
会場(※1)	日本橋保健センター5階多目的室	中央区保健所2階大会議室	日本橋保健センター5階料理講習室
対象(※2)	平成31年1・2月生まれの乳児の保護者		平成30年9・10月生まれの乳児の保護者
内容	・離乳食の進め方 ・離乳食の実演と試食(試食は保護者のみ)		
定員(※3)	各22人		20人
費用	無 料		
申し込み方法	6月12日(水)から14日(金)までに電話で申し込む(受け付けは平日のみ、電子申請も可)。		
問い合わせ(申込先)	日本橋保健センター健康係 ☎(3661)5071	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

(※1)各クラスいずれかの会場を選び、お申し込みください(重複申し込み不可)。  
(※2)対象は、区内在住で各クラスの誕生日に該当する第1子の保護者です。  
(※3)定員に満たない場合は、申込受付期間後も前日まで受け付けます。

日本橋図書館特別企画「日本橋川幻影」

【日程】6月28日(金)～7月24日(水)
【場】日本橋図書館7階展示コーナー
【因】日本橋川の魅力を写真と図書資料

で紹介しします。
【写真撮影】井上 みさほ
◎どなたでもご覧いただけます。
【費】無料
【場】日本橋図書館
☎(3669)6207

社会教育会館講座

【日時など】別表1のとおり
【電】電話または社会教育会館窓口で直接申し込む(3館いずれの窓口でも申し込みできます)。

【場】築地社会教育会館
☎(3542)4801
日本橋社会教育会館
☎(3669)2102
月島社会教育会館
☎(3531)6367

別表1

Table with 6 columns: 開催館, 日時, 対象・定員, 内容, 費用, 申込期限・申込開始日. Rows include 築地, 日本橋, and 月島.

◎抽選の結果は、申込期限以降7日以内に申込者全員にお知らせします。
◎費用は教材費・材料費込みです。
◎区外にお住まいの方も申し込みできます。

スポーツ

中高年齢者のための「エイジングケア・ストレッチ教室」初級編

【日】7月3日(水)・17日(水)
【時】午後1時30分～3時
【場】佃区民館4階和室5・6号室
【対】50歳以上の区内在住・在勤者
【因】腰痛や膝痛でお悩みの方にお勧めです。
【定】各12人(申し込み多数の場合は抽選)
【費】各回500円
【持】タオル、飲み物
◎当日は運動のできる服装でお越しください。
【日】6月13日(木)から23日(日)までに電話で申し込む(受け付けは午前9時～午後5時)。
◎当選者には6月26日(水)までに電話で連絡します。
【場】佃区民館
☎(3533)6951

第73回区民体育大会

【ソフトボール大会】
【日】8月25日～9月23日の日曜日、祝日 午前8時～
【場】月島運動場
【対】18歳以上の区内在住・在勤者で編成されたチーム
【費】無料
【申】申込期限 7月12日(金)
【主】主将会議 7月26日(金) 午後6時30分～ 区役所8階大会議室
【テニス大会(ダブルス大会)】
【日】9月8日(日)・14日(土)・15日(日)・22日(日) 午前9時～
【費】1,000円(代表者会議で納入)
【テニス大会(シングルス大会)】
【日】10月5日(土)・6日(日)・12日(土)・

13日(日)・20日(日) 午前9時～
【費】500円(代表者会議で納入)

テニス大会共通

【場】木場公園テニスコート(江東区平野4-6-1)・豊海テニスコート
【対】区内在住・在勤・在学者およびテニス連盟登録者
【申】申込期限 7月11日(木)
【代】代表者会議 7月31日(水) 午後7時～ 区役所8階大会議室
◎申し込み多数の場合、テニス連盟による抽選を行います。
◎予選については、雨天中止となる場合があります。その際の参加費は返金します。
【共通】
【所】所定の申込用紙に記入の上、直接または郵送で申し込む。
◎実施要項および申込用紙は区役所6階中央区体育協会事務局窓口で配布する他、区または中央区体育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。
【場】〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729
HP https://www.chuo-taikyo.jp/

スポーツの楽しさ発見事業講習会

「ボールを投げるのって楽しい!!」～もっと遠くにもっと上手に投げるコツをみつけよう～
【日】7月20日(土) 午後2時～4時
【場】総合スポーツセンター主競技場
【対】区内在住・在学の小学生
【因】ボール投げは楽しいと思ってもらえるようなゲーム、投げ方の指導、ボール投げの向上につながる遊びの3つを行います。
【講】日本体育大学大学院教育学研究科助教 滝沢洋平

【定】60人(申し込み多数の場合は抽選)
【費】無料(傷害保険は任意加入で保険料800円は自己負担)
【日】6月25日(必着)までにはがきまたはファクスで①～⑤(5面記入例参照)⑥学校名⑦学年を記入して申し込む。
◎ファクスで申し込む方は送信後、スポーツ課に受信したか確認の電話をしてください。
◎抽選の場合は、スポーツの楽しさ発見事業に参加している児童を優先します。
◎抽選結果は封書でお知らせします。
【場】スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
FAX(3546)9561

春季区民体育大会 第16回中央区キンボールスポーツ大会(サマーカップ)

【日】8月12日(休) 午前9時～
【場】総合スポーツセンター主競技場
【対】区内在住・在勤・在学者(小学生以上)
【部】部門など別表2のとおり
【試】試合形式 全競技部門 1試合1ピリオド7分で、予選・準決勝・決勝を行う予定です。日本キンボール
別表2

Table with 2 columns: 競技部門, 参加対象. Lists categories like 小学1・2・3年生の部 and their corresponding teams.

その他

中小企業のホームページ作成・変更費用助成

【補助対象経費】
・新規にホームページを作成するためのコンテンツ制作費用
・既に開設しているホームページを変更する場合の変更費用
◎申請時にホームページ作成(変更)前であること、申請年度内に事業が完了することが要件です。
【補助金額】
経費の2分の1、限度額50,000円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)
【補助予定件数】
20件
◎過去にこの補助金の交付を受けたことがある企業は、助成を受けることができません。
【必要書類】
申請書、ホームページ作成事業計画書、企業概要、見積書、ホームページの写し(変更の場合のみ)
◎申請書は、区のホームページからダウンロードできます。
【申請受付開始日時】
7月3日(水) 午前9時
◎先着順です。
【申請受付場所】
区役所8階第5会議室
◎9月にも募集をします。
◎申請要件など詳しくはお問い合わせください。
【場】商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487

令和元年第二回定例会の開催

【会期】
6月19日(水)～28日(金)の10日間
【ラジオ中継】
中央区議会では、コミュニティFM放送「中央エフエム・ラジオシティ」で、本定例会の区長所信表明および一般質問を生中継します。
【番組名】
中央区議会中継
【放送日時(予定)】
・区長所信表明
6月19日(水) 午後2時～3時
・一般質問
6月20日(木)・21日(金) 午後2時～6時
【周波数】
FM84.0MHz
【場】議会局調査係
☎(3546)5559

あたたかい善意ありがとうございました

【社会福祉協議会への寄付】
平成31年4月分寄付合計1,155,803円(敬称略・順不同)
【一般寄付金】
佃二丁目鈴木猛夫…1,036円、薬本光明…10,000円、鈴木邑次…10,000円、公益社団法人日本橋法人会…36,500円、田野拓馬…1,111円、サンフロンティア不動産株式会社…1,000,000円、保田清…5,000円、有限会社三谷葬儀社…10,000円、三谷和美…5,000円、匿名(6件)…77,156円(内訳400円、55,000円、1,550円、5,103円、5,103円、10,000円)
【場】中央区社会福祉協議会管理部
☎(3206)0506

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

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

# ハッピー買物券を 6月16日(日)に販売します

区では、区内中小小売店などへの支援を目的として、「区内共通買物券(ハッピー買物券)」を販売します  
(別表1のとおり)。 商工観光課中小企業振興係 ☎(3546)5487

購入対象者	16歳以上の区内在住者 ◎原則、ご本人が販売窓口で購入してください。 ◎身体障害者手帳をお持ちの方などは代理人による購入もできません(詳しくはお問い合わせください)。
販売日時	6月16日(日) 午前9時～午後5時 ◎完売次第終了します(※)。
販売場所	・区役所8階大会議室 ・日本橋区民センター2階第3・4洋室 ・月島区民センター1階会議室 ・勝どき区民館5・6号洋室 ・晴海区民館1・2号洋室 ◎各販売場所とも、販売開始時刻前にお越しいただいてもお待ちいただく場所が限られています。ご不便をお掛けしますが、あらかじめご了承ください。
購入時の持ち物	運転免許証、健康保険証、住民基本台帳カード、マイナンバーカード(個人番号カード)など本人の住所と年齢が確認できる公的機関が発行する証明書の原本 ◎マイナンバーの通知カードは本人確認の証明に使用できません。 ◎本人の住所確認ができない場合は、購入できません。
販売額	1冊11,000円分(500円券×22枚)の買物券を10,000円で販売(10%プレミアム)
購入限度冊数	1人5冊まで(1人1回限り) ◎一度ご購入いただいた方は、他の販売会場に行かれても購入はできませんのでご注意ください。
使用期間	6月16日(日)～令和2年3月31日(火) ◎券の払い戻しは原則として行いません。必ず使用期間内にご利用ください。 ただし、長期療養や転出などの理由によりやむを得ず未使用となった場合のみ、令和2年4月から5月までの期間に限り払い戻します。
取扱店舗	区内の中小小売店のうちハッピー買物券の取扱店として登録した店舗 ◎取扱店にはステッカーを掲示します。 ◎取扱店一覧表は、販売当日にお渡しします。

(※)完売次第区のホームページでお知らせします。なお、当日完売しなかった場合は6月17日(月)午前9時から区役所7階商工観光課で販売します。

## トピックス



### 第71回東京みなと祭

5月18日と19日の2日間にわたり、第71回東京みなと祭が晴海客船ターミナルとその周辺で開催されました。消防艇や護衛艦の一般公開の他、水の消防ページェントでは色鮮やかな放水演技や消防演習が行われ、会場を訪れた皆さんは海上で繰り広げられるさまざまなパフォーマンスに大きな拍手を送っていました。

## 区のホームページに バナー広告を掲載してみませんか

### 掲載期間

3・6・9・12カ月の4区分

### 費用

1広告につき月額20,000円

### 申し込み方法

掲載希望月の前月10日(消印有効)までに区のホームページに掲載されている「中央区ホームページ広告掲載申込書」に必要事項を記入して、

区役所2階広報課窓口にて持参または郵送で申し込む。

◎1広告主1広告までです。

◎詳しくは区のホームページをご覧ください。

〒104-8404

中央区築地1-1-1

広報課広報係

☎(3546)5218

## 中央エコアクト(事業所用)

### 参加者募集中

中央エコアクト(事業所用)は、事業所における環境活動により、二酸化炭素の排出量を減らしていく仕組みです。空室・不在時の小まめな消灯、適正な冷暖房温度の設定など、省エネルギー活動を実施することで、電気やガスなどのエネルギー使用量を減らし、事業コストの削減を図ることが出来ます。

省エネルギー活動を一定期間取り組み、成果を上げた



事業所には区から認証書を交付します。

### 認証の特典

- ・自然エネルギーおよび省エネルギー機器等導入費助成制度での助成額の上乗せ
- ・環境配慮事業所として、区のホームページや「区のおしらせ ちゅうおう」で紹介 など

中央エコアクト認証事業所の紹介 (6月1日現在 27社)

別表2のとおり

環境推進課温暖化対策推進係

☎(3546)5628

### 別表2

認証事業所	
朝日新聞販売協同組合	(株)いまの
(株)文栄社	落合(株)
(一社)日本アルミニウム協会	萬世建設(株)
(株)京都産業センター	山名ビル
西日本電気システム(株)中央支社(東京工事所)	(株)平田 日本橋浜町平田ビル
(株)サービスセンター	(株)ミラクル
(株)紙パルプ会館	富士自動車(株) 富士中央ビル
押谷フェルト化成(株)	小菱商事(株)
松本(株) マツモトビル	銀座ルミナス歯科
小沢(株)	ジャコワ(株) ジャコワ第3ビル
誠文社印刷(株)	戸田ビルパートナーズ(株)プライム築地ビル
(株)サービスセンター 箱崎物流センター	東京菅公学生服(株)
(株)クリスタルジャパン	(有)伊勢友
(株)浅野製版所	-

## 中央区の森

## 親子自然体験ツアー

### 日時

7月20日(土)

- ・出発 午前7時30分 区役所前
- ・解散 午後6時(予定)

### 行き先

中央区の森(西多摩郡檜原村)

### 対象

区内在住・在学の小学生と保護者  
◎保護者1人につき小学生2人まで参加可能です。

### 内容

森林レクリエーションや川遊び体験をしながら、自然環境の素晴らしさ・大切さを学びます。

◎天候や交通状況により内容が変更になる場合があります。

◎荒天の場合は中止です。

### 定員

35人(申し込み多数の場合は抽選)  
◎過去に参加していない方を優先し

ます。

### 費用

大人1,100円、子ども600円(傷害保険料・昼食代として)

### 持ち物

水筒、軍手、帽子、川遊び用の服装(水着など)、履き物、着替え

### 申し込み方法

7月3日(必着)までにはがきに①中央区の森親子体験ツアー②氏名・ふりがな③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢⑥性別⑦在学者は学校名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。

環境推進課環境活動係

☎(3546)5654



▲杉の妖精スギンチュ



▲昨年の様子

(8)

「区のおしらせ ちゅうおう」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)、JRの駅(新日本橋・馬喰町)、文化堂でも配布しています。