

令和元年(2019年)

7/21

No.1400



区のおしらせ

# ちゅうおう



地域の交流サロン

## 「高齢者通いの場」へ

遊びに来ませんか？

地域の方が主体で運営する高齢者向けの交流サロン「高齢者通いの場」を区内18カ所で開設しています。

通いの場では、中央粋なまちトレーニング(略称「粋トレ」)、脳トレ、健康体操や歌などを通して交流しています。会場により活動内容が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

◎参加費は無料です。

☎高齢者福祉課高齢者活動支援係

☎(3546)5716



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

### 京橋地域

#### 湊カフェ

**日時** 毎週木曜日 午後1時30分～3時30分  
**会場** 優っとり村中央湊1階多目的室(湊2-16-23 パークシティ中央湊ザレジデンス)

#### 築地集いの場

**日時** 毎月第2・4水曜日 午前10時～正午  
**会場** 築地あかつきコミュニティルーム(築地7-9-13)

#### 八丁堀元気ひろば

**日時** 毎月第1・3火曜日 午後1時30分～3時30分  
**会場** 京華スクエア町会会議室(八丁堀3-17-9)

#### カラダがほぐれる教室八丁堀

**日時** 毎月第1・3土曜日 午後4時15分～5時30分  
**会場** ホグレルスペース八丁堀(八丁堀4-5-12 21藤ビル3階)

#### ふらっとルーム新川

**日時** 毎週水曜日 午後1時30分～3時30分  
◎7月31日、8月14日・21日、10月30日、年末年始は除きます。  
**会場** 新川区民館2号室(新川1-26-1)

### 日本橋地域

#### カラダがほぐれる教室大伝馬

**日時** 毎月第2・4土曜日 午後4時15分～5時30分  
**会場** ホグレルスペース日本橋(日本橋大伝馬町4-5 風ビル4階)

#### 横丁サロン

**日時** 毎月第2・4木曜日 午後1時30分～3時15分  
**会場** 人形町おとしより相談センター(日本橋人形町2-32-4)

#### 日本橋サロン

**日時** 毎月第1・3金曜日 午後1時30分～3時30分  
◎8・11月のみ第5金曜日も開催します。  
◎祝日、年末年始は除きます。

#### 久松サロン

**日時** 毎月第1・3金曜日 午後1時30分～3時30分  
◎1月のみ第5金曜日も開催します。  
◎祝日、年末年始は除きます。

#### 久松サロン

**日時** 毎月第2・4金曜日 午後1時30分～3時30分  
**会場** 久松町区民館1・2号室(日本橋久松町1-2)

#### 浜町カフェ

**日時** 毎月第2・4木曜日 午後1時30分～4時  
**会場** 浜町コミュニティルーム(日本橋浜町1-2-3 1階)

#### ヒーローズ健康ランド

**日時** 毎月第1・3火曜日 午後1時～2時30分  
**会場** ヒーローズ・整体院(日本橋浜町2-46-4 KRビル101)

### 月島地域

#### 月島交流カフェ

**日時** 毎月第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分  
**会場** 月島区民館3号室(月島2-8-11)

#### よりみちクラブ

**日時** 毎週水曜日 午後1時30分～3時30分  
◎第2週目のみ午前10時～正午です。  
◎8月14日、令和2年1月1日を除きます。

#### 勝どきデイルーム

**日時** 毎月第1・3月曜日 午後1時30分～3時30分  
**会場** 勝どきデイルーム(勝どき1-5-1)

#### スマ・スポクラブ

**日時** 毎月第1・3・5水曜日 午前10時～正午  
◎令和2年1月1日を除きます。

#### ステップアップクラブ

**日時** 毎月第2・4火曜日 午後2時～4時  
**会場** 勝どきおとしより相談センター(勝どき5-1-17)

#### からだスマイル倶楽部

**日時** 毎月第2・4月曜日 午後1時30分～2時45分  
**会場** 勝どきおとしより相談センター(勝どき5-1-17)

#### 豊海いきいきクラブ

**日時** 毎月第2・4火曜日 午後1時30分～3時30分  
**会場** 豊海区民館3号室(勝どき6-7-8)

## 「高齢者通いの場」を立ち上げ、運営しませんか？

「高齢者通いの場」を立ち上げ、運営する団体に対し、運営費の一部補助などの支援を行っています(既存の団体も対象となります)。

詳しくはお問い合わせください。

☎高齢者福祉課高齢者活動支援係

☎(3546)5716



区の公式 SNS など



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8月1日号は町会・自治会配布です。



# 生きがい活動支援室

気軽に楽しく生きがいづくりに取り組めるよう、シニアセンター内に「生きがい活動支援室」を開設しています。

### 日時

月～土曜日(祝日、年末年始を除く)

午前9時～午後5時

### 対象

50歳以上の区内在住者

### 内容

- ・生きがいづくりに関する相談(健康・家庭問題・暮らし・社会参加など)を受け、実際の行動につながる助言を行っています。
- ・仲間づくりや団体活動に積極的に参加し、生きがいを持って生活できるよう、「生きがいひろば」や生きがい活動リーダーによる健康吹

き矢講座などを開催しています。  
・社会参加活動を支援するため「生きがい活動支援室だより」の発行や区主催の講座・教室、サークル活動などの情報を提供しています。

### 生きがい相談

いきいき館(敬老館)を利用している方に対し、次の日時で「生きがい相談」を開設しています。

- ・いきいき桜川(桜川敬老館)

毎月第1金曜日

- ・いきいき浜町(浜町敬老館)

毎月第1月曜日

- ・いきいき勝どき(勝どき敬老館)

毎月第2月曜日

◎いずれも祝日、年末年始を除く午後1時～4時までとなります。

☎シニアセンター

☎(3531)7813

# 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などとして派遣し、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

「長年続けてきた趣味を披露する場がほしい」「退職したが仕事で得た資格を生かしたい」といった方は

ぜひご登録ください。登録後はお披露目会をして、まずは発表をしてみましょう。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! 活き元気人サイト

<http://ikiiki.genki365.net/>

### 別表

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)

Q 勝どきを歩いていたら、区の広報掲示板に区からのお知らせとは無関係と思われる貼り紙が貼ってあるのを複数箇所で見かけました。区が許可したとは思えません。無断で貼っているのではないのでしょうか。(11月投書)

A 区の広報掲示板への掲示は、広報課で作成または承認しているものに限り、当該区域の町会に承諾されているものに限り、勝どき・晴海地域の全ての掲示板を調査し、当該地域の町会長に照会の上、撤去しました。

Q 月島図書館に置いてあったチラシでおもちゃの病院を知り、使えなくなったおもちゃを直してもらったところ子どもがとても喜びました。この事業が区報に掲載されたり、区の支援が受けられたら、認知され喜ぶ子どもが増えるのではないですか。(1月投書)

A 「中央区おもちゃ病院」は、社会教育関係登録団体として登録されている団体が運営しています。登

## 中央区

# 歩きたばこ及びポイ捨てをなくす条例



～清潔で美しいまちづくりのため、ご協力をお願いします～

区では、快適な歩行空間と清潔な地域環境を確保することを目的に、「中央区歩きたばこ及びポイ捨てをなくす条例」を制定し、公共の場所における歩きたばこや吸い殻入れの設置されていない場所、または混雑している場所での喫煙、ポイ捨てを禁止しています。

今年度も指導員による歩きたばこ・ポイ捨て防止巡回パトロール(年末年始を除く毎日)や、区内各地域で街頭キャンペーン(月1回程度)などを実施する他、区道などへの路面シートの貼付・看板の設置や、町会・自治会、商店会、事業所などへのポスターやチラシの配布・掲出依頼など、一人でも多くの方に条例の趣旨を知っていただくため、多方面にわ

たる啓発活動を行ってまいります。

また、歩きたばこを防止し、喫煙者も非喫煙者も安心して快適な環境整備を図るため、「中央区まちづくり基本条例」に基づき、大規模な開発事業の際に、喫煙場所の確保を要請するなど、喫煙所の整備を促進してまいります。

区内全域から、歩きたばこやポイ捨てをなくすためには、区民・事業者の皆さんと力を合わせ、粘り強い取り組みを進めることが不可欠です。清潔で快適な地域環境の実現に向け、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

☎環境推進課環境活動係

☎(3546)5403

# 夏の省エネに取り組みましょう

夏は冷房などの使用により、電力消費が多くなります。電力消費のピークは午後2時ごろで、そのうち約半分がエアコンによる消費です。夏の省エネの工夫を知って、地球にも家計にも優しい暮らしを送りましょう。

・エアコンと扇風機を併用して冷気を循環させる

・すだれや緑のカーテンなどで日差しを和らげる

・一つの部屋に集まり、みんなで涼しい場所を共有する など

室内での熱中症に注意して、無理のない範囲で省エネに取り組みましょう。

☎環境推進課温暖化対策推進係

☎(3546)5406

# 官民境界等先行調査

区では、平成21年度から国土調査法に基づく地籍調査(官民境界等先行調査)を順次行っています。

この調査は、道路などの境界を調査するもので、震災後の早期復旧などに役立ちます。

今年度は、明石町東側地区において調査した境界を土地所有者の方に確認していただく立ち会い工程を行い、勝どき五・六丁目地区において

は登記所の資料や境界確定図などを基に境界を調査する測量工程を実施する予定です。

該当する土地所有者の方には官民境界等先行調査のお知らせと説明会などのご案内を送付します。

皆さんの調査に対するご理解ご協力をお願いします。

☎道路課道路台帳係

☎(3546)5414



区民の皆さんからの意見・要望などをお聴きする「区長への手紙」をご存知ですか。区施設のカウンターに備えてある広聴はがきの他、区のホームページ、ファクス、投書箱でも受け付けています。

回答は、文書(郵送)、電話、Eメールなどで行います。匿名やEメールアドレスのみの場合など、氏名、住所が不明確な場合は回答できませんのでご了承ください。

なお、お寄せいただいた内容を具体的に伺う場合もありますので、電話番号などの連絡先の記入をお願いします。

平成30年度後半に寄せられた「区長への手紙」の中から、いくつかを紹介します。

録された団体に対して、区や社会教育会館のホームページでの紹介やサークルガイドブックへの掲載など活動の支援を行っており、今後も支援していきます。

Q 夜に築地大橋を歩いていると、暗くて危ない気がしますので、勝どき橋のようにアーチのライトアップを検討してください。見た目も美しくなり、多くの人が見学に来ると思います。東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会までお願いします。(2月投書)

A 都第一建設事務所から「築地大橋のライトアップについては、2019年度末の完成を目指して取り組んでいます。なお、築地大橋の現在の照明については、車道部、歩道部ともに規定の照度を確保しています。」旨回答がありました。

Q 風しん予防接種助成制度を利用し、夫婦で検査・接種しました。その後、検査で夫婦とも免疫がっていないという結果が出ました。現在対象外である接種後の再検査

や再接種も助成対象にしないと感染予防につながらないのではないかと思います。(3月投書)

A 風しん未感染者で、予防接種や抗体検査が未受診の妊娠を予定・希望する女性と同居者を対象に、抗体検査と予防接種費用を国・都補助金を活用し、助成しています。国などの動向も踏まえながら効率的な事業実施に向け検討を重ねていきます。

紹介したものの他、保育園に関するもの、喫煙に関するものなど、さまざまな意見ご要望がありました。なお、区の事業以外のものについては個人情報保護の観点に配慮しながら、都や警察署などの担当機関に対応を依頼します。

意見などの送付(問い合わせ)先

〒104-8404

中央区築地1-1-1

広報課広聴係

☎(3546)5222

FAX(3546)2095



# 私立認可保育園の 新規開設に伴う 入園募集

10月1日(火)から新たに「さくらさくみらい東日本橋」と「あい・あい保育園日本橋浜町園」の2園を開設します。

保育園概要・定員などは別表1・2のとおりです。

開設に当たり、10月入園・転園・延長保育の申し込みを受け付けます。

対象・申し込み方法などは別表1

表3・4のとおりです。  
園子育て支援課保育入園係  
☎(3546)9587



名称	さくらさくみらい東日本橋	あい・あい保育園日本橋浜町園
所在地	東日本橋3-6 (建設中のため住居番号未定)	日本橋浜町1-9-12 日本橋プラヤビル2階
電話	☎(3562)7839 開設準備室	☎(6284)1627 開設準備室
保育年齢	0歳児(57日)~5歳児	0歳児(7カ月)~5歳児
開所時間	午前7時30分~午後6時30分	
延長保育	午後6時30分~7時30分(1歳児クラス以上)	
休園日	日曜日、祝日・休日、年末年始	

別表2 (単位:人)

保育園名称	0歳児		1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児	合計	延長
	(57日)	(7カ月)							
さくらさくみらい東日本橋	2	3	10	10	11	6	5	47	5
あい・あい保育園日本橋浜町園	-	4	8	8	10	10	10	50	10

◎さくらさくみらい東日本橋は、令和2年4月から4・5歳児クラスの定員を各11人とする予定です。

別表3

申し込み資格	労働または疾病その他の事由により家庭において必要な保育を受けることが困難、かつ集団保育が可能な子どもの保護者
対象クラス	子どもの生年月日
0歳児(57日)	平成31年3月2日~令和元年8月6日
0歳児(7ヶ月)	平成30年4月2日~平成31年3月1日
1歳児	平成29年4月2日~平成30年4月1日
2歳児	平成28年4月2日~平成29年4月1日
3歳児	平成27年4月2日~平成28年4月1日
4歳児	平成26年4月2日~平成27年4月1日
5歳児	平成25年4月2日~平成26年4月1日

別表4

受付期間	8月2日(金)~30日(金) 午前8時30分~午後5時
受付場所	区役所6階子育て支援課保育入園係、日本橋・月島特別出張所、中央区保健所、日本橋・月島保健センター、区内認可保育園・認定こども園

◎土・日曜日、祝日・休日を除きます。ただし、区内認可保育園・認定こども園では土曜日でも申し込みを受け付けます。  
◎区内認可保育園・認定こども園についても午後5時までの受け付けになります。

### 提出書類

入園を希望する方 (今回初めて申し込む方)	・子どものための教育・保育給付支給認定申請書兼保育所入所申込書 ・保育の必要性を証明する書類(勤務証明書、診断書、母子健康手帳など)
転園を希望する方	・保育所転園申込書 ・保育の必要性を証明する書類(勤務証明書、診断書、母子健康手帳など)
延長保育を希望する方 (1歳児クラス以上)	・月極延長保育申込書 ・勤務証明書(裏面の「直近過去3カ月の勤務実績」欄にも記載があるもの)
既に申し込みをしており、希望園・順位を変更する方	・子どものための教育・保育給付支給認定変更認定申請書兼申請内容変更届

◎各提出書類は直接受付場所に提出してください。郵送での申し込みは受け付けません。  
◎その他、必要に応じて課税証明書などの提出をお願いすることがあります。

### 注意事項

- ◎申し込み方法について詳しくは、「平成31年度保育園のご案内」を確認してください。
- ◎申し込みに関する全ての書類は、申込締め切り日までに提出してください。受付期間内に提出されない場合は利用調整の対象となりません。
- ◎「さくらさくみらい東日本橋」と「あい・あい保育園日本橋浜町園」に10月入園などで内定した方には文書で通知します。
- ◎申し込み内容に虚偽、差異があった場合は、内定を取り消します。
- ◎転園が内定した場合は、元の園には戻れません。内定を辞退した場合、または内定が取り消しとなった場合は元の園も退園となります。

## 補正予算のあらまし 3億5,885万2千円を増額補正

令和元年度の一般会計補正予算が、6月に開かれた第2回区議会定例会で可決されました。

一般会計の補正額は、3億5,885万2千円の増額で、補正後の予算額は1,038億1,410万5千円となりました(別表5のとおり)。

### 主な内容

#### 平和モニュメントの設置

25,714千円  
「スポーツと平和の祭典」である東京2020大会の開催を契機として、あらためて本区から平和の尊さ、大切さを発信するとともに、平和意識のさらなる普及・啓発を図るため、各小学校の児童が「オリンピック・パラリンピックと平和」をテーマとして作成した原画を基に、モザイク平板による平和モニュメントを設置します。

#### おもてなしロード(仮称)の整備

58,098千円  
東京2020大会に向けて、選手村と銀座をつなぐ晴海通り沿いの公園などにフリーWi-Fiや微細ミストを整備し、本区の目抜き通りである中央通りと併せて「おもてなしロード」と位置付けます。

#### 伝統工芸品産業調査

### 別表5

補正予算額	補正後の予算額
3億5,885万2千円	1,038億1,410万5千円

9,000千円  
区内の伝統工芸品産業の現状を把握し、有効な支援策について検討するため、伝統工芸品産業事業者への調査を行います。

#### 私立認可保育所の開設準備経費補助

200,665千円  
保育所待機児童の解消を図るため、新たに私立認可保育所を開設する事業者に対して開設準備経費の一部を補助します。

#### 幼児教育・保育の無償化に係るシステム改修

25,375千円  
本年10月からの幼児教育・保育の無償化の実施に向け、保育料を算定する保育業務システムなどの改修を行います。

#### 築地場外市場地区活性化支援事業

40,000千円  
築地市場移転後も地域経済の活性化とにぎわいが継承されるよう、特定非営利活動法人築地食のまちづくり協議会などが行う築地場外市場地区の活性化に向けた取り組みを支援します。

#### 園財政課財政係

☎(3546)5255

## 「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針(案)」への意見募集

都と特別区および26市2町は協働で、「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針(案)」を取りまとめました。

今後、基本方針(案)に対する皆さんからのご意見・ご提案を踏まえ、「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針」を策定していきます。

### 意見の受付期間

8月12日(休)まで(消印有効)

### 閲覧場所

区役所7階環境政策課および都民情報ルーム(都庁第一本庁舎3階)の他、区および都のホームページでもご覧になれます。

### 意見の提出方法

下記の意見の提出先に持参、郵送(手紙・はがき)、ファクス、Eメールで提出してください。

◎持参して提出する場合は、閉庁日を除きます。

### 意見の提出先

〒163-8001  
東京都新宿区西新宿2-8-1  
東京都都市整備局都市基盤部街路計画課  
FAX(5388)1354

✉S0000179@section.metro.tokyo.jp  
環境政策課土木計画調整係

☎(3546)5421  
都都市整備局都市基盤部街路計画課

☎(5388)3379

## 平成30年度ダイオキシン類調査結果

大気中のダイオキシン類の調査を実施しました(結果は別表6のとおり)。

夏季・冬季ともに環境基準を大幅

に下回っていました。

環境政策課環境計画調整係

☎(3546)5407

別表6

調査地点	調査日	平成30年度		平均値	環境基準
		7月30日~8月6日	1月21日~28日		
総合スポーツセンター		0.015	0.022	0.019	0.6以下

◎pg(ピコグラム)は、1兆分の1gを表す単位です。  
◎TEQ(毒性等量)は、ダイオキシン類の量をダイオキシンの中で最も毒性の強い2,3,7,8-四塩化ジベンゾ-p-ダイオキシンの量に換算したものです。

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



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

# 平成30年度 大気汚染・河川水質調査結果

## 大気汚染常時測定

大気汚染物質の状況を区役所本庁舎で常時測定しています。

測定結果は、別表1のとおりです。

二酸化硫黄・一酸化炭素・二酸化窒素・浮遊粒子状物質は環境基準を達成していましたが、光化学オキシダントは達成できませんでした。

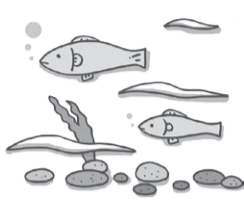
また、別図1に大気汚染物質のうち代表的な二酸化窒素、浮遊粒子状物質の10年間の濃度推移を示しました。二酸化窒素濃度、浮遊粒子状物質濃度は減少傾向となっています。

大気汚染の主な発生源である自動車排出ガスを減らすため、公共交通

機関の利用や低公害・低燃費車への乗り換え、エコドライブの実践にご協力をお願いします。

## 河川水質調査

区内の河川と運河6カ所において、年4回季節ごとに水質調査を行っています。



別図2に水中に溶け込んでいる酸素量を示す溶存酸素量(DO)と河川汚濁の代表的指標である生物化学的酸素要求量(BOD)の平成30年度の平均値を示しました。

別表1 大気汚染調査結果 (平成30年度)

測定室・局	環境基準達成状況							
	二酸化硫黄		一酸化炭素		二酸化窒素	浮遊粒子状物質		光化学オキシダント
	長期的評価	短期的評価	長期的評価	短期的評価	長期的評価	長期的評価	短期的評価	短期的評価
本庁舎(区)	○	○	○	○	○	○	○	×

○は環境基準の達成、×は非達成を表します。  
 ◎長期的評価および短期的評価とは、いずれも環境基準達成状況を評価する方法です。長期的は年間を通して評価し、短期的は1時間値、1日平均値などの各値ごとに評価します。  
 ◎達成状況の評価は二酸化窒素においては長期的評価のみ、光化学オキシダントにおいては短期的評価のみで評価します。

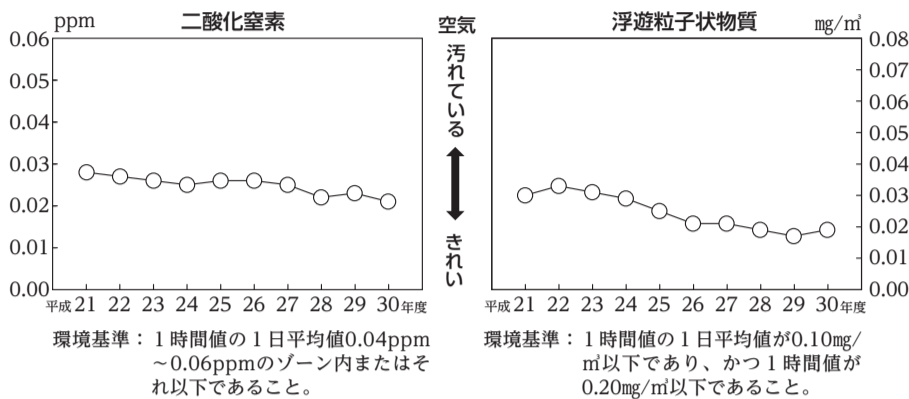
魚などの生物が生息しやすい状態は、溶存酸素量5mg/l以上、生物化学的酸素要求量5mg/l以下です。

溶存酸素量でみると神田川、日本橋川、亀島川で生物が生息しにくい状態でしたが、生物化学的酸素要求量でみると全ての河川・運河で生物が生息しやすい状態でした。

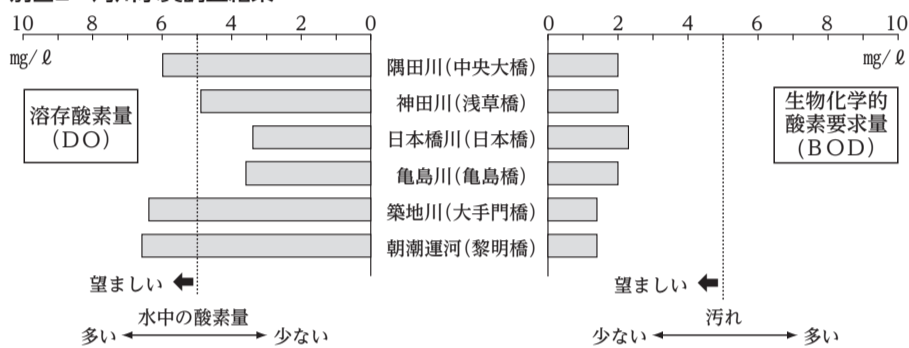
川の汚れの原因は、私たちの生活と大きく関連しています。せっけんや洗剤の使用を適量にし、油や食べ残しを下水に流さないなど家庭からの排水に気を付けること、川にごみなどを捨てないことで川はきれいになります。

環境政策課環境計画調整係  
☎(3546)5407

別図1 二酸化窒素濃度・浮遊粒子状物質濃度の推移(年平均値)



別図2 河川水質調査結果



# 平成30年度 自動車公害調査結果

## 排出ガス調査

大気汚染物質である窒素酸化物と浮遊粒子状物質は、濃度が高くなると人の健康に影響を及ぼすことが懸念されており、その主な発生源は、自動車排出ガスです。

この自動車排出ガスによる大気汚染状況を把握するため、区内主要道路などにおいて、窒素酸化物のう

ちの二酸化窒素および浮遊粒子状物質の1カ月間連続測定を実施しました。

調査結果は、別表2・3のとおりです。

二酸化窒素は、1地点で環境基準を超えた日が3日ありました。

浮遊粒子状物質は、全ての調査地点で環境基準を超えた日はありませ

別表2 自動車排出ガス(二酸化窒素)調査結果 (平成30年度)

調査道路・地点	調査期間	1日平均値の月平均値	環境基準	環境基準を超えた日数
勝どき四丁目児童遊園(勝どき四丁目)	5月1日~31日	0.018 ppm	1日平均値が0.06ppm以下	0
清澄通り(月島四丁目)	6月1日~30日	0.022		0
晴海通り(築地六丁目)	7月1日~31日	0.023		0
昭和通り(京橋三丁目)	10月1日~31日	0.027		0
首都高速道路(八丁堀二丁目)	11月1日~30日	0.049		3
晴海通り(晴海三丁目)	12月1日~31日	0.031		0
新大橋通り(日本橋茅場町一丁目)	1月1日~31日	0.032		0

◎ppmとは、百万分の1の体積比を表す単位です。

別表3 自動車排出ガス(浮遊粒子状物質)調査結果 (平成30年度)

調査道路・地点	調査期間	1日平均値の月平均値	1時間値の最高値	環境基準を超えた日数時間	
				日	時
勝どき四丁目児童遊園(勝どき四丁目)	5月1日~31日	0.020 mg/m³	0.084 mg/m³	0	0
清澄通り(月島四丁目)	6月1日~30日	0.016	0.067	0	0
晴海通り(築地六丁目)	7月1日~31日	0.026	0.061	0	0
昭和通り(京橋三丁目)	10月1日~31日	0.016	0.075	0	0
首都高速道路(八丁堀二丁目)	11月1日~30日	0.024	0.075	0	0
晴海通り(晴海三丁目)	12月1日~31日	0.015	0.078	0	0
新大橋通り(日本橋茅場町一丁目)	1月1日~31日	0.013	0.074	0	0

◎環境基準は、1時間値の1日平均値が0.10mg/m³以下であり、かつ、1時間値が0.20mg/m³以下です。

んでした。

## 騒音・振動調査

区内の主要道路において、自動車騒音・道路交通振動調査を実施しました。

騒音については、測定した全ての地点で、昼・夜ともに要請限度を下回っていました。

また、振動についても、測定した全ての地点で要請限度を下回っていました。

## 沿道の住戸における自動車騒音の環境基準達成状況調査

区内の主要道路ごとに、道路境界

から背後地を含めた50mの範囲における各住戸の自動車騒音による環境基準の達成状況を調査しました。

調査結果は、別表4のとおりです。全ての評価区間の合計達成率は、昼で99.2%、夜で96.8%でした。

区ではこれらの自動車公害調査結果を踏まえ、都などと連携を図り、自動車の適正使用などの排出ガス削減対策や騒音対策の推進に努めています。

環境政策課環境計画調整係  
☎(3546)5407

別表4 沿道住戸における自動車騒音の環境基準達成状況調査結果

No	路線名(通称名) 評価区間延長	評価区間 起点~終点	基準点騒音調査結果		
			調査地点	測定値	
				昼	夜
1	主要都道302号(靖国通り) 0.2km	日本橋馬喰町2-3 ~ 日本橋馬喰町2-1	日本橋馬喰町2-2	67	65
2	主要都道304号(晴海通り) 1.4km	銀座4-1 ~ 築地6-16	築地6-15	71	69
3	主要都道304号(晴海通り) 0.6km	築地6-19 ~ 勝どき1-7	-	-	-
4	主要都道304号(有明通り) 0.3km	晴海2-5 ~ 晴海2-6	晴海2-5	60	58
5	特例都道407号(江戸通り) 0.3km	日本橋本石町4-1 ~ 日本橋室町4-3	日本橋本石町3-2	66	64
6	特例都道463号(清澄通り) 1.2km	佃3-1 ~ 勝どき2-9	月島4-1	63	59
7	特例都道475号 0.3km	日本橋箱崎町41 ~ 日本橋箱崎町36	日本橋箱崎町28	69	65
8	特別区道中第2号線(清洲橋通り) 0.4km	日本橋馬喰町1-8 ~ 東日本橋3-7	東日本橋3-3	64	60
9	特別区道中京第401号線(八重洲通り) 0.4km	日本橋3-12 ~ 八丁堀1-10	八丁堀1-9	64	60
10	特別区道中京第407号線(中央市場通り) 0.4km	銀座7-14 ~ 築地5-1	銀座8-18	63	59
11	特別区道中京第412号線 0.3km	明石町9 ~ 明石町3	明石町7	57	52

◎測定値は、等値騒音レベル値(LAeq)です。  
 ◎昼は午前6時~午後10時、夜は午後10時~翌午前6時です。  
 ◎環境基準は昼が70、夜が65デシベルです。  
 ◎□は環境基準を超えていることを示します。  
 ◎No.3については、他の評価区間における騒音測定結果を準用し、面的評価(環境基準の超過戸数)における環境基準達成率を出しています。



# 中央清掃工場の排ガスなどの調査結果



中央清掃工場

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

## 工場から排出される排ガスなど

排ガス調査結果は、各項目とも基準値を下回っていました(別表1のとおり)。排水、ダイオキシン類の調査結果も基準値を下回っていました(別表2・3のとおり)。

また、工場敷地境界での騒音、振動については、工場稼働時と停止時に分けて測定しています。騒音につ

いては基準値を超える地点がありましたが、調査機関は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の選手村建設工事や周辺道路の騒音などの影響によるものとの見解を示しています。それ以外は基準値を下回っていました(別表4のとおり)。振動は、稼働時、停止時ともに基準値を下回っていました(別表5のと

おり)。

## 工場周辺の大気環境

工場周辺の工場稼働時と停止時の大気質の調査結果にも顕著な差はなく、工場周辺のダイオキシン類は、基準値を全て下回っていました(別表6・7のとおり)。

東京二十三区清掃一部事務組合中央清掃工場

☎(3532)5341  
中央清掃事務所排出指導係  
☎(3562)1524

別表1 排ガス調査結果

項目	基準値		炉	調査年月日			単位
	大気汚染防止法	自己規制値		1号	平成30年11月19日	平成31年1月21日	
ばいじん	0.04	0.01	1号	不検出	不検出	不検出	g/m <sup>3</sup> N
			2号	不検出	不検出	不検出	
硫酸化物	60	10	1号	不検出	不検出	不検出	ppm
			2号	不検出	不検出	不検出	
窒素酸化物	250	50	1号	37	38	40	ppm
			2号	37	41	40	
塩化水素	430	10	1号	不検出	不検出	不検出	ppm
			2号	不検出	不検出	不検出	
水銀	50	-	1号	0.08	0.22	0.17	μg/m <sup>3</sup> N
			2号	0.10	0.12	0.06	

- ◎「不検出」とは、定量下限値未満を表します。
- ◎各項目の値は、酸素濃度12%換算値です。
- ◎m<sup>3</sup>N(ノルマル立方メートル)は0℃、1気圧の標準状態における気体の体積を表します。
- ◎ppmは、100万分の1の割合を表します。
- ◎μg(マイクログラム)は、100万分の1グラムの質量を表します。

別表4 騒音調査結果

調査年月日：稼働時 平成30年10月22日・23日 停止時 平成30年5月24日・25日 単位：デシベル

時間区分	昼間			夕			夜間			朝			
	調査時間	基準値	稼働時	停止時	基準値	稼働時	停止時	基準値	稼働時	停止時	基準値	稼働時	停止時
1	午後1時~3時	60	63	62	55	54	53	50	53	50	55	57	52
2	午後8時~10時	60	59	61	55	50	50	50	47	49	55	50	50
3	午前0時~2時	60	59	60	55	44	48	50	45	45	55	46	47
4	午前6時~8時	60	58	60	55	49	54	50	49	50	55	50	49
5		60	54	58	55	51	55	50	50	48	55	51	50
6		60	52	54	55	47	50	50	47	45	55	49	47
7		60	64	56	55	48	50	50	47	48	55	49	48
8		60	58	56	55	47	48	50	46	45	55	51	48
9		60	65	62	55	48	56	50	48	49	55	54	52
10		60	65	63	55	53	53	50	52	49	55	53	51

- ◎地域の区分は、第三種区域(商業地域)です。
- ◎調査地点は、中央清掃工場敷地境界の10地点です。

別表6 中央清掃工場周辺の大気環境調査結果(大気質)

調査年月日：稼働時 平成30年7月30日~8月4日 停止時 平成30年5月21日~26日

項目	単位	区分	調査地点										平均値
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
浮遊粉じん	mg/m <sup>3</sup>	稼働	0.054	0.045	0.041	0.050	0.045	0.049	0.041	0.045	0.046	0.046	0.046
		停止	0.046	0.043	0.041	0.047	0.054	0.046	0.039	0.045	0.045	0.045	0.045
浮遊粉じん中の鉛	μg/m <sup>3</sup>	稼働	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出
		停止	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出
浮遊粉じん中のカドミウム	μg/m <sup>3</sup>	稼働	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出
		停止	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出
硫酸化物	ppm	稼働	0.002	0.002	0.002	0.002	0.002	0.002	0.003	0.002	0.002	0.002	0.002
		停止	0.002	0.003	0.003	0.003	0.004	0.004	0.003	0.003	0.003	0.003	0.003
窒素酸化物	ppm	稼働	0.033	0.054	0.036	0.029	0.028	0.029	0.049	0.029	0.036	0.036	0.036
		停止	0.036	0.058	0.040	0.040	0.036	0.039	0.047	0.035	0.041	0.041	0.041
一酸化窒素	ppm	稼働	0.016	0.028	0.019	0.014	0.012	0.013	0.024	0.015	0.018	0.018	0.018
		停止	0.013	0.020	0.012	0.013	0.012	0.013	0.023	0.013	0.015	0.015	0.015
二酸化窒素	ppm	稼働	0.017	0.027	0.017	0.015	0.015	0.015	0.025	0.015	0.018	0.018	0.018
		停止	0.023	0.037	0.028	0.027	0.024	0.026	0.024	0.022	0.026	0.026	0.026
塩化水素	ppm	稼働	不検出	不検出	不検出	0.001	0.001	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出
		停止	0.003	0.002	0.002	0.004	0.004	0.003	0.002	不検出	0.003	0.003	0.003
アンモニア	ppm	稼働	0.010	0.009	0.009	0.007	0.009	0.008	0.010	0.009	0.009	0.009	0.009
		停止	0.008	0.009	0.009	0.009	0.009	0.010	0.010	0.012	0.010	0.010	0.010
アルデヒド	ppm	稼働	0.008	0.008	0.007	0.008	0.008	0.009	0.008	0.008	0.008	0.008	0.008
		停止	0.008	0.009	0.008	0.007	0.009	0.008	0.008	0.009	0.009	0.009	0.009
全炭化水素	ppm	稼働	1.8	1.8	1.9	1.9	1.9	1.8	1.8	1.9	1.8	1.8	1.8
		停止	2.0	1.9	1.9	2.0	1.9	2.0	1.9	2.0	2.0	2.0	2.0
水銀	μg/m <sup>3</sup>	稼働	0.0015	0.0015	0.0015	0.0014	0.0014	0.0016	0.0012	0.0015	0.0015	0.0015	0.0015
		停止	0.0018	0.0018	0.0018	0.0016	0.0017	0.0015	0.0016	0.0018	0.0018	0.0018	0.0018

- ◎「不検出」は定量下限値未満を表します。
- ◎μg(マイクログラム)は、100万分の1グラムの質量を表します。

別表2 排水調査結果

項目(単位)	調査年月日			基準値
	平成30年10月2日	平成30年12月3日	平成31年2月1日	
温度(℃)	31.6	27.8	22.2	45未満
色相	淡黄色	淡黄色	淡黄色	-
濁り	なし	なし	あり	-
水素イオン濃度(pH)	7.7	7.5	7.6	5を超え9未満
生物学的酸素要求量(BOD)(mg/L)	9	16	18	600未満
化学的酸素要求量(COD)(mg/L)	18	33	26	-
浮遊物質(SS)(mg/L)	不検出	4	2	600未満
銅およびその化合物(mg/L)	不検出	0.02	0.04	3以下
亜鉛およびその化合物(mg/L)	0.02	0.01	0.01	2以下
鉄およびその化合物(溶解性)(mg/L)	0.5	0.6	0.9	10以下
マンガンおよびその化合物(溶解性)(mg/L)	0.2	0.8	0.6	10以下
窒素含有量(mg/L)	14	17	11	120未満
ヨウ素消費量(mg/L)	5	5	2	220未満
シアン化合物(mg/L)	0.02	不検出	不検出	1以下
フッ素およびその化合物(mg/L)	0.15	0.18	0.13	15以下
ホウ素およびその化合物(mg/L)	1.4	1.1	1.0	230以下

- ◎「不検出」とは、定量下限値未満を表します。
- ◎その他、ノルマルヘキサン抽出物含有量等基準値がある28項目については、いずれも「定量下限値未満」でした。

別表3 排ガスのダイオキシン類調査結果

項目(単位)	基準値	調査値	調査年月日
1号炉(ng-TEQ/m <sup>3</sup> N)	0.1	0.00000042	平成30年9月21日
2号炉(ng-TEQ/m <sup>3</sup> N)		0.00000038	平成31年1月21日
1号炉(ng-TEQ/m <sup>3</sup> N)		0.00000042	平成31年1月22日
2号炉(ng-TEQ/m <sup>3</sup> N)		0.00000042	平成31年1月22日

- ◎ダイオキシン類は、ポリ塩化ジベンゾ-パラ-ジオキシン、ポリ塩化ジベンゾフラン、コプラナーポリ塩化ピフェニルの総称です。
- ◎TEQ(毒性等量)は、ダイオキシン類の量を最も毒性の強い2,3,7,8-四塩化ジベンゾ-パラ-ジオキシンの毒性に換算した値です。
- ◎排ガス中のダイオキシン類の値は、酸素濃度12%換算値です。
- ◎ng(ナノグラム)は、10億分の1グラムの質量を表します。
- ◎m<sup>3</sup>N(ノルマル立方メートル)は、0℃、1気圧の標準状態における気体の体積を表します。

別表5 振動調査結果

調査年月日：稼働時 平成30年10月22日・23日 停止時 平成30年5月24日・25日 単位：デシベル

時間区分	昼間			夜間			
	調査時間	基準値	稼働時	停止時	基準値	稼働時	停止時
1	午後1時~3時	65	35	39	60	29	24
2	午後8時~10時	65	33	39	60	20	20
3	午前0時~2時	65	32	38	60	23	20
4	午前6時~8時	65	27	33	60	21	21
5		65	32	33	60	28	27
6		65	29	36	60	21	20

- ◎地域の区分は、第二種区域(商業地域)です。
- ◎調査地点は、中央清掃工場敷地境界の6地点です。

別表7 中央清掃工場周辺の大気中のダイオキシン類調査結果

調査年月日：平成31年1月21日~28日 単位：pg-TEQ/m<sup>3</sup>

調査場所	調査値	環境基準
中央清掃工場	0.020	0.6(年平均値)
京橋築地小学校	0.022	
豊海小学校	0.021	

- ◎pg(ピコグラム)は、1兆分の1グラムの質量を表します。



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

## 施設

### シニアセンターのパソコン利用

**日** 年末年始を除く 毎日 午前9時～午後9時

**◎** 1人2時間までです。

**◎** パソコン教室の開講時間中は利用できません。

**場** シニアセンター

**対** おおむね50歳以上の区内在住・在勤者

**費** 無料

**【利用方法】**  
当日、受付でパソコン利用申込書に記入して利用する。

**【パソコン指導】**  
毎週月曜日の午後1時～2時30分と水曜日の午前10時～11時30分に指導者がいますので、分からないことや疑問に思っていることなどを質問してください。

**問** シニアセンター  
☎(3531)7813

### 産業会館の休館

施設の老朽化に伴う大規模改修工事を行うため、休館します。

休館中は1階駐車場に仮管理室を設置し、利用予約の受け付けなどを行います。

ご不便をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

**【休館期間】**  
12月1日(日)～令和2年3月31日(火)

**◎** 3階展示室および4階集会室全室については、一部前倒しで工事を行うため、11月1日(金)から利用できません。この工事に伴い、2階展示室については、騒音が発生しますのであらかじめご了承下さい。

**問** 工事および休館について 商工観光課中小企業振興係  
☎(3546)5487

・施設の予約について 産業会館  
☎(3864)4666

## 保健・医療・福祉

### 児童扶養手当およびひとり親家庭等医療費助成(親医療証)の現況届の提出

手当を受給している方、医療証の交付を受けている方に、7月下旬に案内をお送りしますのでご覧ください。

**【届け出に必要なもの】**

**【児童扶養手当】**

- ・児童扶養手当証書
- ・印鑑
- ・案内に同封されている書類

**【親医療証】**

- ・現況届用紙(案内に同封)

## 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人1枚限り

- 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

◎問に〒・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(問の宛名)

◎「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

### 共通

**【受付期間】**  
8月1日(木)～30日(金)

問子育て支援課子育て支援係  
☎(3546)5350

### 心身障害者福祉手当の申請

平成30年度以前に所得超過などの理由でこの手当を受給できなくなった方で、所得が別表1の限度額以下の方は手当の受給申請をすることができます。申請月からの支給となりますので、手当の受給を希望される方は、早めに手続きをお願いします。なお所得の他、年齢制限や他の手当との併給制限などがあります。詳しくはお問い合わせください。

問障害者福祉課障害者福祉係  
☎(3546)5268  
FAX(3544)0505

別表1

扶養人数	所得制限額
0人	3,604,000円
1人	3,984,000円
2人	4,364,000円

◎以下、扶養人数が1人増えるごとに、380,000円を加算します。

### 育児支援ヘルパー事業

妊娠中または出産後で育児や家事の支援を必要とする家庭に対して、区と契約した事業者から、ヘルパーを派遣することにより、母親の負担を軽減し、家庭における安定した子育てを支援する制度です。

**問** 区内在住で、育児や家事の支援を必要とする出産前(母子健康手帳交付時)から出産後6カ月に達するまでの乳児がいる家庭

**【派遣時間】**  
月～土曜日(祝日、年末年始を除く)の午前8時～午後6時までの時間帯で1日2時間

◎初回は土曜日に派遣できません。

**【派遣日数】**  
1回の妊娠につき15日が上限

**【利用者負担金】**  
日額5,400円以内

◎保護者の所得により異なります。

**【サービス内容】**

- ・育児に関すること(授乳、沐浴、上のお子さんのお世話など)
- ・家事に関すること(掃除、洗濯、食事作り、買い物など)

◎希望するサービス内容は事前にご相談ください。

**【利用方法】**  
利用日の3日前まで(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)に母子健康手帳と前年の所得が分かる書類(課税証明書など)を持参して申し込む。

◎利用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ます。

◎詳しくはお問い合わせください。

問子ども家庭支援センター事業係  
☎(3534)2103

### トワイライトステイ事業

保護者が仕事などの理由により帰宅が夜間となる場合に、お子さんを子ども家庭支援センターで一時的にお預かりします。

**【利用時間】**  
午後5時～10時

**問** 区内在住の2歳から小学校6年生までのお子さんで保護者が次のいずれかに該当する場合

- ・就業のため帰宅が夜間となる場合
- ・冠婚葬祭、公的行事などに参加する場合
- ・病気、出産、けがなどのために通院する場合
- ・親族の疾病などによりその看護または介護に当たる場合
- ・裁判員制度における裁判員候補者の呼び出しおよび裁判員の出頭に応じる場合

**問** ・2歳から未就学児 10人  
・小学生 10人

**費** 1回につき2,000円

◎所得要件に応じて利用料の減免制度があります。詳しくはお問い合わせください。

**【食事】**  
1食400円で用意します(持ち込みも可)。

**【利用方法】**  
事前登録をして利用前日までに子ども家庭支援センターに申請書を提出する。

### こども園のトワイライトステイ

京橋こども園でもトワイライトステイ事業を実施しています。利用方法などが子ども家庭支援センターと一部異なる場合がありますので、詳しくは直接京橋こども園へお問い合わせください。

### 子育て交流サロン「あかちゃん天国」

「あかちゃん天国」は、親子の触れ合いと交流の場を提供するとともに、子育てに関するさまざまな情報提供や相談を行うことを目的とした「ひろば」です。

親子で楽しく過ごしていただけるよう、絵本や乳幼児用おもちゃを用意しています。交流を通して、友達づくりの場としても活用できます。また、日々の子育てに役立つ各種講座の開催や、栄養士による食事相談



▲「あかちゃん天国」(月島児童館)

問子ども家庭支援センター事業係  
☎(3534)2103  
京橋こども園  
☎(3564)5532

### 緊急生活支援宿泊サービス(緊急ショートステイ)

介護保険のショートステイとは別に、介護者の緊急時に、短期間施設でお世話するサービスを実施しています。

経管栄養などの医療ニーズが高くても、状態が安定している方は利用できます(医療処置の内容などによっては、利用できない場合もあります)。

**問** ・介護者の急な事情(入院、葬儀出席など)で他に介護できる方がいない場合

- ・介護者の心身が著しい疲労状態にあり、ショートステイの利用により疲労の回復が見込まれる場合

**【利用期間】**原則として1週間以内  
**費** 1日につき最大5,442円

◎世帯および個人の所得により、利用料が6段階あります。詳しくはお問い合わせください。

◎日用品(紙おむつなど)は持ち込み可能です。施設で用意した物を利用された場合は、別途実費相当額がかかります。

**【実施施設】**介護付有料老人ホーム「サニーパレス京橋」

**【ベッド数】**3床

◎介護疲労による利用の場合は、ケアマネジャーにご相談ください。

問介護保険課地域支援係  
☎(3546)5379

◎区役所閉庁時は、直接施設にお申し込みください。  
サニーパレス京橋  
☎(3553)3783

日も設けています。

利用料は無料、予約の必要はありませんので、お気軽にご利用ください。

**日** 祝日、年末年始を除く毎日  
午前9時～午後5時

**問** 区内在住の0～3歳になった最初の3月31日までの乳幼児とその保護者、妊娠中の方

問別表2のとおり

別表2

問い合わせ先	電話番号
子ども家庭支援センター「きらら中央」	☎(3534)2103
築地児童館	☎(3544)0127
新川児童館	☎(3553)2084
堀留町児童館	☎(3661)8937
浜町児童館	☎(3669)3386
月島児童館	☎(3533)0885
晴海児童館	☎(3534)3021



# 講座・催し物

## 家庭教育学習会

**自分の命を守る力を育てるー体験型防犯おやこ教室**

日 8月25日(日)  
 午前10時～11時30分  
 場 日本橋社会教育会館講習室  
 対 区内在住・在学の幼児から小学校2年生とその保護者  
 内 危険とは何かを体験しながら学習します。  
 [講師] NPO法人体験型安全教育支援機構理事 八手紘子 他  
 定 10組20人(先着順)  
 費 子ども1人につき500円(資料代)  
 [持ち物] カバンまたはランドセル、防犯ブザー、飲み物、筆記用具、フェイスタオル  
 [共催] 日本橋パパの会

**木のある子育てワークショップ～木のおもちゃってこんなにいい～**

日 9月7日(土)  
 午前10時30分～正午  
 場 月島社会教育会館第1・2和室  
 対 区内在住・在学の幼児とその保護者  
 内 木と触れ合いながら子育てをすることの良さを学びます。  
 [講師] 大森南保育園園長、おもちゃコンサルタント 志村しょう子  
 定 30人(先着順)  
 費 無料  
 [共催] NPO法人中央区森の応援団

**共通**  
 日 7月25日(木)から8月15日(木)までに電話で申し込み。  
 場 中央区地域家庭教育推進協議会事務局(文化・生涯学習課内)  
 ☎(3546)5526

## 文化のリレー

～和室で本格的な茶道の世界を体験しよう～

日 8月21日(水)  
 午前10時～11時30分  
 場 日本橋社会教育会館  
 対 区内在住・在学の小学生  
 ◎保護者も参加できます。  
 ◎小学校3年生以下の場合は保護者の同伴が必要です。  
 内 茶室様式の和室で本格的な茶道を学びます。お点前だけではなく、茶道のルールや立ち振る舞いを実際に体験することができます。体験後は、おいしい抹茶と茶菓子をいただきながら疑似お茶会を楽しみます。  
 定 15人(申し込み多数の場合は抽選)  
 費 400円  
 日 8月7日(水)までに電話またはファクスで①～④(6面記入例参照)  
 ⑤学校名・学年⑥保護者の氏名・ふりがな・児童との続柄・保護者の参加希望を記入して申し込み。  
 [協賛団体] 中央区華道茶道連盟  
 場 日本橋社会教育会館

☎(3669)2102  
 FAX(3669)2720  
**社会教育会館講座**  
 親子で作ろう!不思議な楽器マリンカン～空き缶から海の音が聞こえる～

日 8月25日(日)  
 午前9時30分～11時30分  
 場 アートはるみ  
 対 5歳以上とその保護者(区外にお住まいの方も申し込みます)。  
 内 空き缶を使ってマリンカン(音具)を作ります。その他、スーパー紙鉄砲などを作り、身の回りにあるものから出される音を楽しみます。  
 定 30人(申し込み多数の場合は抽選)  
 費 800円(材料費・保険料含む)  
 日 8月11日(祝)までに電話または社会教育会館窓口で直接申し込み。  
 ◎3館いずれの窓口でも申し込みできます。  
 場 月島社会教育会館 ☎(3531)6367  
 築地社会教育会館 ☎(3542)4801  
 日本橋社会教育会館 ☎(3669)2102

## 経営セミナー

日 8月21日(水) 午後2時～4時  
 場 区役所8階大会議室  
 対 区内中小企業経営者および従業員  
 内 商工業経営に役立つ専門知識の修得を目的とした経営セミナーです。  
 [テーマ] 聞いてもらえる!プレゼンが通る!1分でわかりやすく説明する技術～数字・論理・話し方～  
 [講師] BMコンサルティング(株)代表取締役、(一社)日本ビジネス数学協会代表理事 深沢 真太郎  
 定 100人(先着順)  
 費 無料  
 日 区役所7階商工観光課で配布する用紙に記入してファクスで申し込み。  
 ◎申込書は区のホームページからダウンロードすることもできます。  
 場 商工観光課中小企業振興係 ☎(3546)5487 FAX(3546)2097

## ホームページ作成セミナー 商用Web初級編

日 9月3日(火)～19日(木)の毎週火・木曜日 計6日間  
 午後6時30分～9時30分  
 場 ハイテクセンター研修室  
 対 区内中小企業の経営者・従業員、個人事業主で、WindowsでWord・Excelの基本操作ができる方  
 内 商用ホームページ構築のための基礎知識、ホームページ作成ソフトを用いてのサイト制作  
 定 20人(申し込み多数の場合は抽選)  
 費 6,000円  
 日 8月13日(必着)までに申込用紙に記入して郵送またはファクスで申し込み(電子申請も可)。  
 ◎ファクスで申し込み方は送信後、

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、産業会館など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。  
 場 商工観光課中小企業振興係 ☎(3546)5487 FAX(3546)2097

## 茶道教室

日 8月12日～令和2年1月13日の第2月曜日 計6回  
 コース① 午前9時30分～11時  
 コース② 午前11時～12時30分  
 場 いきいき浜町教養室  
 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 茶道を初歩から指導します。  
 定 各コース8人(申し込み多数の場合は抽選)  
 費 無料  
 日 7月30日(火)までに窓口で直接申し込み(電話申し込み不可)。  
 ◎受講決定者は8月1日(木)以降館内に掲示します。  
 場 いきいき浜町(浜町敬老館) ☎(3669)3385

## いきいき館(敬老館) 納涼イベントの開催

**いきいき桜川(桜川敬老館)**  
 日 7月30日(火) 午後3時～4時30分  
 内 「カーレットを楽しみましょう」  
 ◎カーリングの卓上版(カーレット)の競技です。  
**いきいき浜町(浜町敬老館)**  
 日 8月4日(日) 午後2時～3時(午後1時30分開場)  
 内 「真夏のシャボン玉コンサート」  
 ◎ポップスのコンサートです。  
 [出演] 「The縁」 Bryan山中(ベース)、滝田 儀太郎(ギター)、渡辺 カズオ(キーボード)、村上B子(ドラム)  
**いきいき勝どき(勝どき敬老館)**  
 日 8月31日(土) 午後2時～3時  
 内 「オータムバンドフェス」  
 ◎音楽家を目指す学生達による迫力の演奏会です。

**共通**  
 費 無料  
 ◎当日、直接会場へお越しください。  
 場 いきいき桜川(桜川敬老館) ☎(3553)0030  
 いきいき浜町(浜町敬老館) ☎(3669)3385  
 いきいき勝どき(勝どき敬老館) ☎(3531)3258

## あかつま 上妻宏光 コンサート2019

日 9月6日(金)  
 午後6時45分開演(午後5時45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  
 ◎就学前のお子さんの入場はできません。  
 内 新世代津軽三味線の第一人者であ

る上妻宏光氏。その音楽性は津軽三味線独自の魅力をさらに深めています。ジャンルを超越した自身のオリジナル曲からカバー曲、原点である津軽じょんから節まで、和と洋が融合した演奏をお楽しみ下さい。

[出演者] 上妻宏光(三味線)、野崎洋一(ピアノ)  
 [曲目(予定)]  
 ・津軽じょんから節  
 ・My Favorite Things  
 ・風林火山～月冨ゆ夜～ 他  
 定 424人(申し込み多数の場合は抽選)  
 ◎全席自由席です。  
 費 2,000円(当日会場で支払う)  
 ◎子ども料金の設定はありません。  
 日 8月15日(必着)までに返信用の宛名に郵便番号・住所・氏名を記入した往復はがき(1人1枚限り)に①上妻宏光コンサート②～⑤(6面記入例参照)⑥入場券の希望枚数(1枚または2枚)⑦在勤の方は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込み。  
 ◎料金不足の往復はがきは返却します。  
 場 〒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



▲上妻宏光(三味線)

## 東京都伝統工芸士展 ～たのしく作ろう工芸品～

日・8月9日(金) 午前10時～午後5時  
 ・8月10日(土) 午前9時30分～午後4時  
 ◎両日とも閉場1時間前に入場の受け付けを終了します。  
 場 都立産業貿易センター台東館4階展示室(台東区花川戸2-6-5)  
 [最寄り駅] 東京メトロ銀座線、東武スカイツリーライン(伊勢崎線)、都営浅草線、つくばエクスプレス「浅草駅」  
 内 小学生からできる製作体験と実演を多数用意しています。江戸・東京の伝統の技を体験し、お子さんの夏休みの自由研究にご活用ください。  
 費 無料(製作体験は別途体験料が必要)  
 ◎下記2次元コードから入場パスを入手の上、当日、直接会場へお越しください(各体験とも材料がなくなり次第終了します)。  
 ◎イベントについて詳しくは、2次元コード先のページをご覧ください。  
 [後援] 都教育委員会 他  
 場 (公財)東京都中小企業振興公社 東支社 ☎(5680)4631



凡例 日 日時 場 会場 対 対象 内 内容 定 定員 費 費用 申 申し込み方法 問 問い合わせ(申込)先 HP ホームページアドレス E メールアドレス



# スポーツ

## 少年少女サッカー教室 (初心者・初級者)

日 9月7日～11月2日(10月19日を除く)の毎週土曜日 計8回  
午後1時30分～3時30分

場 浜町運動場

対 区内在住・在学の小学生

定 80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 8月5日(必着)

までに往復はがきに①～⑤(6

面記入例参照)

⑥学校名⑦学年

⑧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



## 水中エクササイズ教室

日 9月7日～11月16日の毎週土曜日 計11回  
午前10時30分～12時30分

場 日本橋小学校温水プール

対 50歳以上の区内在住・在勤者

対 中高年齢の方を対象とし、リズム

に合わせて全身を動かす水中運動

の教室です。泳げない方でも楽し

めます。

定 50人(申し込み多数の場合は抽選)

費・教室専用水泳帽代 550円

・施設使用料(毎回必要)

65歳以上の区民 無料

区民 350円

在勤者 500円

日 8月5日(必着)

までにはがきま

またはファクスで

①～⑤(6面記

入例参照)⑥過

去の本教室参加の有無⑦在勤者は

勤務先の名称・所在地・電話番号

を記入して申し込む。

◎ファクスで申し込む方は送信後、

スポーツ課に受信したか確認の電話

をしてください。

◎抽選の場合は過去に参加していない方を優先します。

◎抽選結果は封書でお知らせします。

当選した方には、ご案内を同封し

ます。

◎学校行事の都合により、開催回数

が変更となる場合があります。

問 スポーツ課スポーツ事業係

☎(3546)5531

FAX(3546)9561



## 硬式テニス教室 (初心者・初級者)

日 9月10日～10月15日(9月27日を除く)の毎週火・金曜日 計10回  
午後6時30分～8時30分

場 京橋築地小学校

対 18歳以上の区内在住・在勤者(高

校生を除く)

定 60人(申し込み多数の場合は抽選)

費2,500円

日 8月5日(必着)ま

ではがきまたは

ファクスで①～⑤

(6面記入例参照)

⑥過去の本教室参

加の有無⑦在勤者は勤務先の名

称・所在地・電話番号を記入して

申し込む。

◎ファクスで申し込む方は送信後、

スポーツ課に受信したか確認の電話

をしてください。

◎抽選の場合は過去に参加していない方を優先します。

◎抽選結果は封書でお知らせします。

当選した方には、ご案内と教室参

加費の納付書を同封します。

◎学校行事の都合により、開催回数

などが変更となる場合があります。

問 スポーツ課スポーツ事業係

☎(3546)5531

FAX(3546)9561



## レディースソフトボール教室

日 8月20日～9月13日の毎週火・金曜日 計8回  
午後6時30分～8

時30分

場 月島運動場

対 18歳以上の区内在

住・在勤の女性(高

校生を除く)

定 40人(先着順)

費1,000円(傷害保険料として)

日 7月22日(月)から8月5日(月)ま

で電話で申し込む。

問 中央区体育協会事務局

☎(3546)5729



## 国保・年金

### 国民年金保険料の免除・納付猶予制度

国民年金保険料の納付が困難な場合は、保険料の免除制度・納付猶予制度をご利用ください。

◎免除・納付猶予は、申請時の2年1カ月前の月分までさかのぼって申請ができます。

[免除(全額免除・一部免除)]

本人、配偶者および世帯主の前年の所得が一定基準以下の場合、申請により利用できます。保険料の全額が免除される「全額免除」と、保険料の一部を納付することにより、残りの保険料が免除となる「一部免除」があります。

[納付猶予]

本人(50歳未満)および配偶者の前年の所得が一定基準以下の場合、申請により利用できます。

[退職(失業)による特例免除]

免除申請する年度またはその前年度に退職(失業)した方は、特例免除制度を利用できます。この特例が適用されると、本人の所得は除外して審査されます。ただし、配偶者、世帯主の所得の審査基準は一般の免除申請と同じであるため、一定以上の所得があるときは免除が認められない場合があります。

申請には、失業していることを確認できる公的機関の証明の写し(雇用保険受給資格者証、離職票など)が必要となります。また、この特例

免除は、配偶者、世帯主が退職した場合にも対象となります。

[保険料免除と年金給付の関係]

免除・納付猶予が承認された期間はいずれも、老齢・障害・遺族年金の受給資格期間に算入されます。また、免除の承認期間は、年金額の計算に一部反映されますが、納付猶予の承認期間は、年金額の計算には反映されません。

免除された期間は、保険料を全額納付した場合と比べて、全額免除は2分の1、4分の3免除(納付額4,100円)は8分の5、半額免除(納付額8,210円)は8分の6、4分の1免除(納付額12,310円)は8分の7として年金額が計算されます。

なお、一部免除の承認期間は、一部納付分の保険料を納付しないと免除が無効となりますのでご注意ください。

◎納付額は令和元年度の金額です。

[追納のおすすめ]

老齢基礎年金を増額するために、免除または納付猶予の承認を受けてから10年以内であれば、後から免除・納付猶予された保険料を納めることができます(追納)。ただし、承認を受けた期間の翌年度から起算して、3年度目以降に追納する場合は、経過した期間に応じて保険料に加算額が生じます。

◎詳しくはお問い合わせください。

問 保険年金課保険年金係

☎(3546)5371

中央年金事務所国民年金課

☎(3543)1411(代表)

### 国民健康保険料の軽減・減免

[倒産・解雇、雇い止めなどにより退職された方への国民健康保険料の軽減]

倒産・解雇、雇い止めなどにより会社を退職された方は、申請により保険料が軽減される場合があります。申請には国民健康保険被保険者証と、雇用保険受給資格者証が必要です。

[災害その他特別な事情による国民健康保険料の減免]

災害などで生活が一時的に著しく困難になった時は、申請により一定期間、保険料の減免を受けることができます。

申請には国民健康保険被保険者証、印鑑、生活が困難である状況を証明できる書類、申請理由を証明できる書類が必要です。

同様に、医療機関などの窓口で支払う医療費の一部負担金についても減免の制度があります。

◎個々の事情により相違がありますので、事前にお問い合わせください。

問 保険料の軽減・減免について

保険年金課資格係

☎(3546)5362

・医療費の一部負担金の減免につ

いて

保険年金課給付係

☎(3546)5360

### 所得の申告書の提出を

[国民健康保険料均等割額の軽減]

前年中の総所得金額等が軽減判定基準に該当した世帯に対して、保

料の均等割額が別表のとおり軽減されます。

世帯(世帯主と加入者全員)の中で所得の申告をしていない方がいる場合は、軽減判定ができません。前年に収入がない方も、所得の申告をしてください。

[高額療養費の自己負担限度額の変更と入院時食事代の標準負担額の減額]

申告により新たに「住民税非課税世帯等」になられた方は、高額療養費の自己負担限度額も「住民税非課税」に変更され、また入院時の食事代の標準負担額も変更されます。

◎後期高齢者医療制度に加入されている方で、申告が確認できていない方には、後期高齢者医療制度保険料に関する申告書を既に送付しています。提出していない方は、お早めに提出してください。

問 保険料について

保険年金課資格係

☎(3546)5362

・高額療養費などについて

保険年金課給付係

☎(3546)5360

別表

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30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30年中の総所得金額等の合計が330,000円+(280,000円×加入者数)以下
2割軽減	世帯主と加入者全員の平成30年中の総所得金額等の合計が330,000円+(510,000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方を含みます。  
◎軽減判定基準日は、平成31年4月1日です。ただし、平成31年4月2日以降に新規加入した世帯については、資格を取得した日です。  
◎年度途中で世帯主が変更になった際は、軽減区分が変更になる場合があります。

## その他

### スムーズBiz推進期間 ～今年の夏 はじめよう、スムーズBiz～

都では、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の交通混雑緩和に向けた交通需要マネジメント(TDM)やテレワーク、時差Bizなどの取り組みを「スムーズBiz」と総称して、一体的に推進しています。この夏、交通混雑緩和に向けたさまざまな取り組みを総合的に試行する「スムーズBiz推進期間」を設けました。

テレワーク、時差出勤、物流の工夫など、大会本番に向けた準備をお願いします。

[実施期間]

7月22日(月)～9月6日(金)

◎実施期間の7月22日(月)～26日(金)を取り組みのピークに合わせるチャレンジウィークとし、さらに、7月24日(水)をコア日とします。

◎詳しくはスムーズBiz公式ホームページをご覧ください。

問 都都市整備局都市基盤部調整課

☎(5388)3329

HP スムーズBiz公式ホームページ

https://smooth-biz.tokyo/

凡例 日 日時 場 会場 対 対象 内 内容 定 定員 費 費用 申 申し込み方法 問 問い合わせ(申込)先 HP ホームページアドレス Eメールアドレス



契約業者登録制度

区では、区の発注する工事・物品の購入・委託などの受注を希望する事業者を対象に、次の二つの登録制度を設けています。

競争入札参加資格登録制度

入札対象となる高額な契約は、競争入札参加資格の登録が必要になります。登録手続きは、インターネットで受け付けを行っています。



申請に必要な条件や手続きなどについて詳しくは、東京電子自治体共同運営サービスをご覧ください。

なお、中央区以外の区市町村との契約を希望する場合も同時に申請できます。

【受付期間】

随時

◎競争入札参加有資格者のうち、区内の中小事業者に対しては、優先的に発注を行います。

小規模事業者登録制度

区が発注する工事・物品の購入・委託などの契約のうち、「小額で簡易な契約」の受注を希望する区内の中小事業者を対象に、手続きの簡単な「小規模事業者登録制度」を設け、申請を受け付けています。

【受付日時】

月～金曜日(祝日・休日、年末年始を除く)
午前8時30分～正午、午後1時～5時

【受付場所】

区役所3階経理課契約係
☒ 区内に本社登記のある法人
・区内に住民登録のある個人

【登録方法】

次の書類を提出してください。
・中央区小規模事業者登録申請書
・登記簿謄本または住民票など

登録内容の変更および抹消

所在地や名称、代表者名など登録されている内容に変更があった場合や廃業、区外への転出、中央区競争

入札参加資格の取得などにより登録の抹消を希望する場合は届け出が必要です。次の書類を提出してください。

【変更の場合】

・中央区小規模事業者登録変更届
・変更後の登記簿謄本、住民票など

【抹消の場合】

・中央区小規模事業者登録抹消届
◎詳しくは、区のホームページまたは区役所3階経理課契約係で配布している資料をご覧ください。

◎両制度に重複して登録することはできません。目的に応じてどちらかの制度を選んで、申請してください。

◎二つの制度とも、受注を保証するものではありません。

☒ 経理課契約係

☎(3546)5260

☒ 東京電子自治体共同運営サービス
https://www.e-tokyo.lg.jp/

「首都高速都心環状線の地下化(神田橋JCT～江戸橋JCT)」特例的環境影響評価書案に係る事業者の考え方の縦覧・閲覧と都民の意見を聴く会の実施

【縦覧・閲覧期間】

7月26日(金)～8月5日(月)(閉庁日を除く)
午前9時30分～午後4時30分

【縦覧・閲覧場所】

・区役所7階環境政策課
・日本橋・月島特別出張所
・京橋・日本橋・月島図書館
・都庁第二本庁舎19階都環境局総務部環境政策課

☒ 都民の意見を聴く会

☒ 8月19日(月)
午後1時30分～
◎午後1時から傍聴券の配布を開始します。

☒ (公財)東京都中小企業振興公社中小企業会館講堂9階(銀座2-10-18)

◎当日、直接会場へお越しください。
◎公述人の申し出がない場合は中止

となりますので、事前にお問い合わせください。

公述人の募集

☒ 1人15分以内で環境保全の見地からの意見を述べる。

☒ 25人程度(申し込み多数の場合は抽選)

☒ 7月26日(金)から8月5日(必着)までに事業名、氏名・住所(法人その他の団体は、名称、代表者の氏名および東京都の区域内に存する事務所または事業所の所在地)および環境保全の見地からの意見を記載し、持参、郵送または都環境局ホームページから申し込む。

◎申込書の書式は自由です。

☒ 〒163-8001

新宿区西新宿2-8-1
都環境局総務部環境政策課
☎(5388)3406

☒ 都環境局ホームページ

http://www.kankyo.metro.tokyo.jp/assessment/tokyo/30\_tokurei\_assess.html

◎申し込みフォームのページは、縦覧・閲覧開始日から表示されます。

経済センサス 基礎調査を実施しています

この調査は、事業所の活動状態などの基本的構造を全国および地域別に明らかにするとともに、各種統計調査の基礎的情報の整備を目的としています。現在、「調査員用端末」(タブレット端末)を持った調査員が調査を実施しています。

【調査時期】

令和2年3月まで

◎2カ月単位で区内を順次調査します。

◎8～9月の第2期は、区内全域で調査を行います。

【調査対象】

区内全ての事業所や企業など

【調査の方法】

外観などにより名称・所在地・活動状態を確認し、その結果を調査員が調査員用端末に入力します。新た

【使用期間】

原則として3カ月以上2年以内

☒ 8月30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



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

【募集期間・施設内容など】

別表のとおり

◎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い別表

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。

Table with 9 columns: 施設名, 所在地, 施設種類, 間取り, 面積, 月額使用料, 募集総戸数, 募集期間, 使用決定, 使用開始. Rows include details for various temporary housing facilities like '中洲まちづくり支援用施設' and '月島一丁目まちづくり支援用施設'.

に把握した事業所には調査票を配布します。外観などにより確認できない場合は、近隣の皆さんに事業所の所在や活動状態について、お尋ねすることがあります。

【回答の方法】

同封した返信用封筒による郵送回答の他、パソコン・スマートフォンからのオンライン回答ができます。ID・パスワードは調査票の右上に記載しています。

調査の結果は大切な資料として、皆さんの暮らしや身近な地域、そして日本の未来のために役立てられます。皆さんの調査へのご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

☒ 区民生活課調査統計係

☎(3553)7313

全国家計構造調査の実施

この調査は、10月1日(火)を期日とし、家計における消費、所得、資産などの実態を総合的に把握し、世帯の所得分布および消費水準、構造などを全国的かつ地域的に明らかにすることを目的とした調査です。調査結果は、国や地方公共団体が行う各種施策の基礎資料などに利用されます。



【調査対象】

全国から無作為に選定した約90,000世帯が対象です。

【調査の概要】

調査票は3種類あります。
①世帯構成や就業の有無について記入する「世帯票」
②収入や貯蓄について記入する「年収・貯蓄等調査票」
③日々の収入や支出などを2カ月間記入する「家計簿」
調査には基本調査と簡易調査があり、基本調査は①～③の3種類全ての調査票に記入していただきます。簡易調査は①と②の2種類に記入していただきます。

回答は調査員への提出、インターネットの他、簡易調査のみ郵送も可能です。

【情報の保護】

調査員をはじめとする調査関係者には、調査で知り得た情報の守秘義務があり、これに反したときの罰則が定められています。また、ご回答いただいた事項は厳重に管理され、統計作成以外の目的に使用されることはありません。

【「かたり調査」にご注意を】

「かたり調査」とは、政府が行う統計調査であるかのような、紛らわしい表示や説明をして、皆さんから個人情報などをだましとる行為のことです。統計調査員は、都知事の発行する「調査員証」を携帯しています。不審に思われた場合には、統計調査員に「調査員証の提示」を求めるか、区までお問い合わせください。

☒ 区民生活課調査統計係

☎(3553)7313

Table with 2 columns: 人口と世帯, 7月1日現在. Rows include: 人口 (住民基本台帳 165,108), 男 (78,460), 女 (86,648), 世帯 (93,406).

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



# 保養施設のご案内

本栖湖・伊豆高原の2カ所に、区民の皆さんに割安な料金でご利用いただける保養施設があります。

## ヴィラ本栖

本栖湖の湖畔にあり、富士箱根伊豆国立公園の豊かな自然に溶け込んだ開放的で親しみの持てる施設です。健康の増進、教養文化活動やスポーツ・レクリエーションを楽しみ、積極的にリフレッシュすることができます。



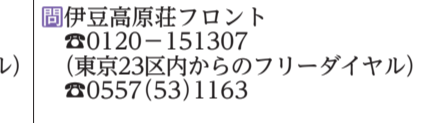
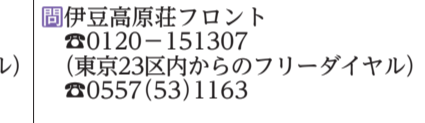
## 伊豆高原荘

伊東市郊外の相模灘に面した高原地帯にあり、夏涼しく冬暖かい気候と良質な温泉に恵まれている施設です。付近には多くの娯楽施設などがあり、天城連山、相模湾そして伊豆七島を望む景観は、憩いの場として好評です。

### 施設概要・利用料金など

別表1のとおり

### 別表2

施設名	ヴィラ本栖	伊豆高原荘
在住者優先申し込み	専用はがき(区内在住者優先利用申込書) 8月14日(水)各施設必着 保養施設予約システム 8月1日(木)午前7時~14日(水)午後11時 抽選日 8月16日(金)	
空室申し込み(どなたでも申し込みめます)	保養施設予約システムによる申し込み 8月20日(火)午前0時~ フロントへの電話による申し込み 8月20日(火)午前10時~	8月20日(火)午前0時~ 8月20日(火)午前10時~
	 <p>▲ヴィラ本栖</p>	 <p>▲伊豆高原荘</p>
	 <p>〒0120-162312 (東京23区内からのフリーダイヤル) ☎0555(87)2711</p>	 <p>〒0120-151307 (東京23区内からのフリーダイヤル) ☎0557(53)1163</p>

- ◎保養施設予約システムは、区のホームページや、区役所に設置してある利用者端末をご利用ください。
- ◎伊豆高原荘をご利用の際に禁煙室を希望される方、高齢者や身体に障害のある方で2階の部屋を希望される方は、施設に直接ご連絡ください。
- ◎利用者の人数に応じて、バスはジャンボハイヤーに変更する場合があります。
- ◎施設のご利用について詳しくは、区役所・区民センター・区民館などに置いてあるパンフレットをご覧ください。

# トピックス



## 中央区立阪本小学校と中国の小学校との交流学習

7月1日、中央区立阪本小学校が、中国四川省成都市成都玉林中学附属小学校と交流学習を行いました。中国の小学生23人は、二胡による中国伝統音楽の演奏を披露し、阪本小5・6年生の児童は、箏や篠笛などによる邦楽演奏を披露しました。また、言葉や文化は異なるものの、すごく楽しんでなど、同世代の児童がより一層お互いの国を身近に感じる有意義な時間を過ごすことができました。

### 別表1

施設名	ヴィラ本栖	伊豆高原荘
所在地	山梨県南都留郡富士河口湖町本栖字上の原218-119	静岡県伊東市八幡野1283-36
交通	区内4カ所から直通バス(有料) 河口湖駅から無料送迎バス 近隣の無料周遊観光	伊豆高原駅から無料送迎バス
部屋数	和室(10畳) 14室 和室(10畳+8畳) 1室 洋室(2ベッド) 5室 洋室(2ベッド+居間) 1室 和洋室(6畳+2ベッド) 5室 和洋室(8畳+2ベッド) 1室 コテージ 2棟	和室(10畳) 13室 和洋室(6畳+2ベッド) 2室 和洋室(4畳+2ベッド) 1室
宿泊料金(区内在住・在勤者)	1泊(和室4人利用の場合) お一人様 5,000円 食事代(2食) 3,000円、4,000円、5,000円のコース(和食または洋食)から選択。小人(12歳未満)は2,000円	1泊2食 大人(12歳以上) 5,200円 小人(3~11歳) 3,000円 入湯税(6歳以上) 150円

◎料金は部屋タイプ、利用人数により異なります。

# ふれあい広場

## つなぐ、つながる 健康づくりと笑顔の輪

高齢者が体操や歌などを通じて、地域で交流できるサロン「高齢者通いの場」。現在18カ所で開設されています。今回は、その一つである勝どきの通いの場「スマ・スポクラブ」を運営されている金井良さんにお話を伺いました。

### スマ・スポクラブについて教えてください。

勝どきおとしより相談センターで毎月第1・3・5水曜日に開催しています。区が独自に開発した介護予防の体操「中央粋なまちトレーニング(粋トレ)」を皆さんで行い、転倒予防や認知機能の向上に取り組んでいます。また、体を動かしながら楽しく交流できるゲームなども取り入れています。クラブのネーミングは、参加者の方が名付け親で運動の他、脳を活性化させるトレーニングも行うことから、英語で「賢い」や「機敏」といった意味を持つsmart(スマート)とsport(スポーツ)という単語を使っています。

### 運営の動機を教えてください。

私の住んでいる地域では子どもが増えている、その親同士のつながりで、日頃から子どもたちのことで協力し合ったり助け合ったりしています。そのつな



▲金井 良さん

がりは、地域全体の安全・安心にも役立つとても貴重なものと感じています。通いの場は、皆さんと体操を行いながら「地域の人たちが助け合えるつながりがある社会」を目指していき

一つの場と考えて、運営に手を挙げました。活動の様子を拝見して、体を動かすゲームではお互いにコツをアドバイスし合ったりする様子から皆さんの「地域のつながり」が育まれているのを感じました。

定期的に「あなたを手助けしてくれる人は何人くらいいますか?」といったアンケートを行っています。開設時に比べ、回答の数値は次第に上昇しています。ここでは、皆さんにそれぞれ自分を選んで欲しい愛称名を決めてもらい、名札を着けています。お互いに愛称名で呼び合ったり、手をつなぐゲームなどで楽しみながら、次第に親近感を覚えていくことが、このアンケート結果につながっていると考えています。

クラブでは「粋トレ」を行って健康寿命を延ばすことにも取り組まれていますね。その開発に金井さんも加わっていたとお聞きしました。

「粋トレ」の開発には、リハビリテーションの専門職である理学療法士の立場から検討委員として参加しました。筋肉のためには、体操はゆっくりと四肢を動かす方が効果が高いのですが、その分疲労感も大きくなります。「粋トレ」はみんなで一緒に体操を行い、終わった後に「楽しかったな」と思ってもらえるように、軽快なリズムの音楽に合わせた動きを念頭に開発されています。1つの体操が終わったばかりでも「次はどんな体操?」とやる気いっぱい

を見ると嬉しくなります。

皆さんが楽しく通い続けられるのは、楽しく取り組める体操だからでもあるんですね。

長く通い続けてもらうために、皆さんの体の調子には特に配慮しています。参加者の中には、通われるうちに足腰の状態が非常に良くなり、その方と喜んでいたのでありますが、数日後外出時に無理をしてけがをされてしまいました。私は、一緒に喜ぶだけではなく、無理をしないことをしっかり伝えておけば良かったと後悔しました。そうしたこともあり、理学療法士の立場から皆さんの体の調子を細かくお聞きするようになっています。皆さんが「肩から上に上がらなかった腕が上がるようになった」と体の調子を知らせてくれるのが、私のやりがいにつながっています。

今後の展望と地域の方にメッセージをお願いします。

クラブにいらっしゃる方々がそのつながりを生かしてアクティブにいろいろなことに挑戦してより多くの関わり合いを見いだしていただけたら嬉しいです。人と人のつながりは自分自身の生活をより充実したものにしてくれるはずで



▲和気あいあい