

令和2年(2020年)

9/1

No.1440



区のおしらせ

# ちゅうおう



「コミュニティふれあい銭湯」を10月から令和3年3月まで毎週金曜日に開設します(令和3年1月1日(祝)を除く)。  
大きなお風呂で手足を伸ばしてゆっくりゆったりリフレッシュ、至福の時間を味わってみませんか。

詳しくは8面をご覧ください。

◎入浴時以外はマスクを着用してください。また、浴場内での会話は控えてください。

◎体調不良の場合は利用を控えてください。

十思湯

## 再購入可能! ハッピー買物券2020再販売

今年6月15日に販売を開始した「区内共通買物券(ハッピー買物券2020)」の残券約6,000冊を再販売します。今年度購入済みの方も再度購入できます。

**日時**  
9月16日(水)午前9時～午後7時  
◎完売次第終了です。完売しなかった場合は17日(木)午前9時から午後5時(完売次第終了)まで販売し

ます。  
◎事前申し込み制ではありません。販売日当日、直接会場にお越しください。  
**会場**  
区役所1階臨時窓口  
**対象**  
16歳以上の区内在住者  
**購入限度冊数**  
1人5冊まで

**購入時に持参するもの**  
運転免許証やマイナンバーカードなど本人の住所・氏名・年齢が確認できる公的機関が発行する証明書  
◎会場での3密を避けるため、ご家族で購入される場合は、できるだけ代表の方1人でお越しください。  
◎本人以外が購入する場合は、上記以外に販売場所に来る方の本人確認ができる書類もお持ちください。

◎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。  
**使用期限**  
令和3年3月31日(水)  
◎券の払い戻しは一切できません。必ず使用期限内にご利用ください。  
◎詳しくは区のホームページをご確認ください。  
**問**ハッピー買物券2020コールセンター  
☎050(3850)7829

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

掲載のイベント 最新の情報は区のホームページをご覧ください。お問い合わせください。



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。

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  
Eメールアドレス

# 9月1日(火)から 喫煙ルール違反者への 対応を強化します

喫煙する人もしない人も気持ちよく過ごせる環境づくりにご協力を

7月1日(水)に中央区受動喫煙防止対策の推進に関する条例が施行され、屋外での喫煙に関する新たなルールが設けられました。

9月1日(火)からはこれに加え、職員による指導や公表を行うなど、対応を強化し、速やかな違反状態の解消を図っていきます。

ルールを守り、屋外での受動喫煙の防止にご協力ください。

## 喫煙者が守るべきルール

- 公共の場所では、指定喫煙場所以外で喫煙をしない



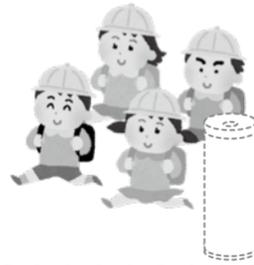
- 私有地で喫煙をする場合であっても、公共の場所にいる人にたばこの煙を吸わせない

- 近くに子どもや妊婦など健康に配慮が必要な人がいるときは喫煙を控える



## 灰皿を設置する事業者が守るべきルール

- 人通りの多い場所の近くに灰皿を置かない



- 子どもの通学時間帯に灰皿を使わせない

- 喫煙をする人が多いときは、譲り合っての利用を呼び掛ける



## 喫煙者への対応

- 巡回パトロール員がルールの違反者に対し注意喚起を行っています。
- 巡回パトロール員による注意に応じないなど違反を繰り返す場合には、区職員が直接指導します。



## 灰皿を設置する事業者への対応

- 設置された灰皿周辺で受動喫煙が生じている場合には、事業者に対し、灰皿の撤去、移設などを指導します。
- 繰り返しの指導に応じない場合は、受動喫煙が生じている場所を区民などに周知するため、設置場所、設置者などの情報を公表します。



## 指定喫煙場所利用のお願い

区では、指定喫煙場所を設置して分煙環境の確保に努めています。喫煙は指定喫煙場所で行ってください。別図のマークが目印です。

所在地など詳しくは区のホームページをご覧ください。



別図

指定喫煙場所  
Designated smoking area



中央区

問 中央区受動喫煙防止対策コールセンター

☎(0570)060131

(祝日・休日、年末年始を除く月～金曜日の午前9時～午後5時)

中央区保健所生活衛生課受動喫煙対策担当

☎(3546)5762



中央区  
たばこルール

区のおしらせ  
ちゅうおう



区の公式 SNS など



# 特別相談の実施

中央区消費生活センターでは、特別相談「多重債務110番」および「高齢者被害特別相談」を実施します。

区役所1階の消費生活センターに直接お越しになるか、消費生活相談

専用ダイヤルにおかけください。

**多重債務110番**

日時

9月7日(月)・8日(火)

午前9時～午後4時

対象

区内在住・在勤・在学者

**高齢者被害特別相談**

日時

9月14日(月)～16日(水)

午前9時～午後4時

対象

おおむね60歳以上の区内在住・在勤者

消費生活相談専用ダイヤル

☎(3543)0084

☎(3546)5727

☎中央区消費生活センター

☎(3546)5332

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

# 防災特集

9月1日は防災の日です。

首都直下地震は、今後30年以内の発生確率が70%といわれ、いつ発生しても不思議ではありません。

また、昨年の台風15号・19号や「令和2年7月豪雨」など、全国各地で大規模な風水害が発生しています。

こうした自然災害から、自分や家族の命を守るためには、災害の種類や規模に応じて適切な避難行動を取ることが大切です。また、電気・ガス・水道などのライフラインやエレベーターの停止に備えた水・食料の備蓄なども重要です。

この機会に改めて確認しましょう。

## ～災害時の避難行動について～ (在宅避難・垂直避難のお願い)

新型コロナウイルス感染症が収束しない中であっても、大規模な災害が発生した際には、危険な場所にいる方は必ず避難してください。

その一方で、避難所に多くの避難者が集まると、感染拡大のリスクが高くなるため、ご自宅などで安全が確保できる場合には「在宅避難」をお願いします。また、避難先として、安全な場所に住む親戚や知人宅への避難も検討してください。

さらに、暴風雨の際には、屋外を移動して避難所などに避難する途中に被災することも考えられます。台風などの風水害発生時は、区からの避難に関する情報や気象情報を小まめに確認していただいた上で、「在宅避難」や親戚宅などへの避難を推奨します。風雨が強まる前に、安全な場所への避難を検討しましょう。

特に高齢の方など、避難に時間を要する方は、早めの避難が必要です。「自分の命は自分で守る」意識を持ち、適切な避難行動をとりましょう。

### 避難所に避難する際のお願い

避難所に避難する際には、「マスク、体温計、消毒液、室内履き、ビニール袋(外履き保管用)、常備薬」など感染症対策に必要な物品を可能な限り持参してください。

また、避難所では、検温や健康状態の確認、マスクの着用、手洗い(手指消毒)や咳エチケットの徹底などにご協力ください。

◎新型コロナウイルス感染症拡大時における避難行動については、区のホームページで詳細を確認してください。



コロナ禍における災害時の避難行動

## ～家庭の備え～

災害時でも自宅での生活が続けられるよう、最低3日分の水や食料を備蓄しましょう。

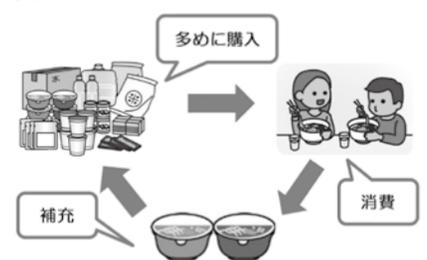
ペットボトルの水と日常生活で使う缶詰などの長期保存が可能な食料を多めに買い置きし、期限の近いものから消費して補充する方法をローリングストック法といいます。

この方法を日常から取り入れておけば、いざという時に困らなくて済みます。

### 備蓄の目安

飲料水…1人1日3ℓ×家族の人数×最低3日分

食料…1人1日3食×家族の人数×最低3日分



◎内閣府では、大規模災害時に備えて1週間分の備蓄が望ましいとしています。

### 簡易トイレの備蓄

災害時には、停電や断水、配管の損傷などによりトイレが使用できない恐れがあります。配管の安全が確認できるまでは、簡易トイレを使用し、トイレに水を流さないことが大切です。水を流せない状態で流してしまうと、詰まったり、水漏れすることがあります。過去の災害では、マンションの上の階の汚水が下の階のトイレで溢れてしまったという事例もありました。

簡易トイレは、健康で衛生的な生活のために必要不可欠です。災害に備えて備蓄しましょう。

### 備蓄の目安

簡易トイレ…1人1日7～8枚×家族の人数×最低3日分

### 簡易トイレの使用方法

洋式便器に便袋を被せて使用します。製品によっては、使用後に抗菌性凝固剤を振りかけ、便袋の空気を抜いて口をしっかり結びます。便袋はごみ袋にまとめ、燃焼しやすくするために新聞紙などの可燃物を入れて「燃やすごみ」として出します。ごみ収集運搬体制が整うまでの間は、各戸のベランダなどで保管します。



## 家具類の転倒、ガラスの飛散防止対策

過去の災害では、家具類の転倒や落下、移動、割れた食器や飛散したガラスだけがを多くしました。

また、火災などの二次災害を引き起こす危険性もあります。自分と家族の命を守るためにも、家具類の転倒とガラスの飛散防止対策を行いましょう。

### 対策のポイント

- ・背の高い家具や棚を固定する。
- ・棚の扉に、止め金具をつける。
- ・ガラスに飛散防止フィルムを貼る。
- ・寝室などにはできるだけ家具を置かないようにし、家具を置く場合はなるべく背の低い家具を置き、転倒防止対策をする。また、出入り口をふさがないように、家具の向きや配置を工夫しましょう。
- ・部屋の出入り口や火気の付近に大型の家具や家電を置かない。



### 安否確認と情報収集

災害時は、電話回線の規制やアクセスの集中などにより電話やインターネットが繋がりにくくなります。日頃から家族の安否確認や災害時の情報収集手段を複数確保しておくことが大切です。

### 安否確認・連絡手段

- ・災害用伝言ダイヤル171
- ・災害用音声お届けサービス
- ・災害用伝言板
- ・SNS(ツイッター、フェイスブック、LINEなど)

### 災害時の情報収集手段

- ・防災行政無線
- ・緊急告知ラジオ(中央エフエム)
- ・中央区ホームページ
- ・中央区防災マップアプリ
- ・ちゅうおう安全・安心メール
- ・中央区公式ツイッター、フェイスブック
- ・東京ベイネットワーク など



中央区防災マップアプリ



ちゅうおう安全・安心メール

## ～風水害への備え～

風水害は地震とは異なり、気象情報をあらかじめ予測することが可能なことから、被害を未然に防ぎ、軽減するために事前の備えをお願いします。

### 事前の備え

- ・ハザードマップで避難場所や避難経路を確認する。
- ・水や食料、簡易トイレなどの生活用品を備蓄する。
- ・持ち出し品を準備する。
- ・雨どいやベランダの排水溝を清掃する。
- ・ベランダの物を部屋の中に入れる。
- ・道路の側溝や雨水升を清掃する。
- ・土のうや止水板を早めに設置する。



### 情報の収集

台風や大雨が予想される時は、テレビやラジオをはじめ、気象庁のホームページなどで、小まめに情報を収集しましょう。なお、ちゅうおう安全・安心メールでは、区からの避難情報や気象情報などを配信しています。



### ☎防災課防災担当

☎(3546)5510

・風水害に関すること

☎(3546)5087

## 自衛官募集

災害救助活動や区の総合防災訓練に参加している自衛隊では、自衛官などを募集しています。

### 募集項目

- ①陸海空一般曹候補生②陸海空自衛官候補生③防衛大学校学生④防衛医科大学校学生(医学科・看護学科)

⑤航空学生(パイロット)

◎詳しくはお問い合わせください。

☎自衛隊東京地方協力本部港出張所

☎(3591)5101

HP <https://www.mod.go.jp/pco/tokyo/minato/>

# 第32回「区民スポーツの日」

## 10月11日(日) スポーツクリニックなど

### 元読売ジャイアンツ岡島秀樹さんによる少年少女野球クリニック

#### 時間

- ①午前10時45分～正午
- ②午後0時45分～2時

#### 会場

晴海中学校校庭  
 ◎天候により中止とする場合があります。

#### 対象

区内在住・在学の小学生

#### 講師

岡島秀樹

#### 定員

各回60人

### バドミントン元日本代表藤井瑞希さんによる少年少女バドミントンクリニック

#### 時間

- ①午前10時45分～正午
- ②午後0時45分～2時

#### 会場

晴海中学校体育館

#### 対象

区内在住・在学の小学校4年生から6年生

#### 講師

藤井瑞希

#### 定員

各回20人

#### キッズテニス体験コーナー

#### 時間

- ①午前10時45分～11時15分
- ②午前11時15分～11時45分
- ③午前11時45分～12時15分
- ④午後1時～1時30分
- ⑤午後1時30分～2時

#### 会場

月島第三小学校体育館

#### 対象

区内在住・在園・在学の幼児および小学生(おおむね小学校3年生以下)

#### 定員

各回18人

◎室内履きをご持参ください。

#### テニスクリニック

#### 時間など

別表1のとおり

#### 会場

都立晴海総合高等学校テニスコート

#### 講師

プロテニスコーチ 中嶋康博 他

◎天候により中止とする場合があります。

#### 共通

#### 費用

無料

#### 申し込み方法

9月15日(必着)までに往復はがきに①講座名②氏名・ふりがな③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢⑥在勤の方は勤務先の名称・所在地・電話

#### 別表1

	子ども・初心者体験レッスン	一般レッスン
時間	午前10時45分～正午	午後0時45分～2時
対象	おおむね小学校4年生以上の初心者	小学校4年生以上の区内在住・在勤・在学者
内容	1回15分程度の体験レッスンを4～5回に分けて行います。親子での参加も可能です。	1時間15分の本格的なレッスンを行います。初心者の方も参加できます。
定員	1回当たり24人(先着順)当日、直接会場へお越しください。	24人



▲元読売ジャイアンツ岡島秀樹さん



▲バドミントン元日本代表藤井瑞希さん

番号、在園の方は保育園または幼稚園名、在学の方は学校名・学年を記入して申し込む。

◎申し込み多数の場合は抽選です。

☎104-8404

中央区築地1-1-1

「区民スポーツの日」実行委員会事務局(スポーツ課内)

☎(3546)5531

凡例  
 問い合わせ(申込)先  
 HP  
 ホームページアドレス  
 Eメール  
 アドレス

## 第72回

# 中央区民文化祭

中央区文化連盟に加盟する団体が、日頃の活動成果を披露します。観覧はどなたでも無料です。大会に参加を希望される方は、各大会の発行するちらしまたは区のホームページから申し込み方法をご確認ください。

各種大会・展示会の日程は別表2のとおりです。

#### 「作品展」展示品の募集

絵画や手芸、工芸などの趣味のサークル活動を行っている皆さんの作品を各社会教育会館に展示します。サークル活動に参加されていない方も出品できますので、各社会教育会館にお問い合わせください。

#### 応募資格

区内在住者および社会教育関係登録団体、一般登録団体(アマチュアに限る)

#### 展示種目

絵画、写真、書道作品、ペン習字、手芸品(人形・編み物・刺しゅう・和洋裁作品など)、工芸品(革製品・鎌倉彫・陶芸など)、生け花、盆栽、盆景、着物の着付け・帯結びの他、研究発表をまとめたものなど

#### 申し込み方法

9月11日(消印有効)までに、各社会教育会館にある申込書に①氏名(団体の場合は、団体名および団体の連絡先も記入)②住所③電話番号④作品種目⑤大きさ(縦・横)⑥出品数を記入して、展示を希望する社会教育会館に申し込む。

◎絵画は30号以下(月島は20号以下)で、仮縁以上の額(裏面に展示用ひも付き)、書道作品は軸、額付き(日本橋は2m30cm未満)に限ります。

◎会場の都合により、出品数を調整させていただきます。

#### 問・作品展について

築地社会教育会館

〒104-0045

中央区築地4-15-1

☎(3542)4801

日本橋社会教育会館

〒103-0013

中央区日本橋人形町1-1-17

☎(3669)2102

月島社会教育会館

〒104-0052

中央区月島4-1-1月島区民センター内

☎(3531)6367

・中央区民文化祭について

文化・生涯学習課生涯学習係

☎(3546)5525

#### 別表2

大会名など	日時	会場
短歌大会	10月10日(土) 午後1時～3時	築地社会教育会館
将棋大会	11月28日(土) 午後1時～5時30分	
吟詠大会	11月28日(土) 午前10時15分～午後4時30分(開場は午前9時45分)	月島社会教育会館
囲碁大会	12月6日(日) 午前10時～午後5時(大人の部) 午後1時30分～3時(子どもの部)	
民謡民舞大会	11月15日(日) 午前11時～午後4時 (開場は午前10時30分)	銀座プロッサム(中央会館)
和太鼓演奏会	11月29日(日) 午後3時～5時	日本橋公会堂(日本橋劇場)
作品展	11月5日(木)～8日(日) 午前10時～午後8時(8日は午後4時まで)	築地社会教育会館
	11月12日(木)～15日(日) 午前10時～午後6時(15日は午後4時まで)	日本橋社会教育会館
	11月19日(木)～22日(日) 午前10時～午後6時(22日は午後4時まで)	月島社会教育会館

◎大会により参加費がかかる場合があります。

◎書道展、俳句大会、茶の湯会、いけばな展、謡曲大会、絵画展は中止となりました。

## 「マンション管理状況届出書」の

### 提出期限は9月30日(水)まで

都では4月1日から条例により昭和58年以前に新築された分譲マンションの管理状況について、届け出を義務化しました。

この届け出は、行政がマンションの管理主体に積極的に関わり、分譲マンションの管理不全などを予防していくための重要な届け出となりますので、ご協力をお願いします。届け出の対象となるマンション

昭和58年12月31日以前に新築された6戸以上の分譲マンション

◎届け出の対象となるマンションには、都から届け出用紙や制度の案内を送付しています。

◎届け出の対象以外のマンションも任意で提出できます。

◎届け出内容などの詳細については、「東京都マンションポータルサイト」でも確認できます。

#### 届け出方法

次のどちらかの方法からお選びください。

- ・インターネットから管理状況届出システムにログインし入力
- ・都から郵送された届け出書に必要事項を記入して区に郵送または持参(届け出書は都のマンションポータルサイトからも印刷できます。)

#### 届け出先

住宅課計画指導係

#### 期限内に提出がなかった場合

対象の分譲マンションに対し、督促状を送付するとともに、現地に訪

問し、聞き取り調査などを行います。

問・届け出制度全般に関すること  
 都住宅政策本部住宅企画部マンション課

☎(5320)5004

・届け出書の記載に関すること

分譲マンション総合相談窓口

☎(6427)4900

・届け出方法に関すること

住宅課計画指導係

☎(3546)5466

HP東京都マンションポータルサイト

https://www.mansion-tokyo.metro.tokyo.lg.jp/

# 小学校特認校制度

特認校制度とは、施設に余裕のある特定の学校(特認校)を通学区域に関係なく選択できる制度です。希望する場合は、学校の教育方針などを十分ご理解の上、申請してください。なお、案内冊子および申請書は、対象のお子さんがあるご家庭へ8月上旬に郵送しました。

### 対象

区内在住で令和3年4月に小学校1年生になる予定のお子さん

### 特認校

城東小学校、泰明小学校、京橋築地小学校、常盤小学校、阪本小学校

### 申請方法など

各学校のホームページに学校説明資料を掲載していますので、教育方針などをよく確認の上、各学校のホームページから「教育方針等確認証」を印刷し、「特認校就学申請書」と併せて、区役所6階学務課で申請してください。

◎特認校学校説明会は、新型コロナウイルス感染症対策のため、令和2年度は開催しません。

### 申請期間

10月1日(木)~21日(水)(土・日曜日を除く)

午前8時30分~午後5時

### 就学の条件

特認校への就学に当たっては、次の条件を満たす必要があります。

- ・児童とその保護者が、就学を希望する特認校の教育方針に賛同すること
- ・児童が、特認校に自力で通学できること
- ・原則として、児童は特認校に卒業まで通学すること

### 抽選

受け入れ人数を超える申請があった場合は、抽選を行うことがあります。当選しなかった方は通学区域の指定校への入学となります。

### 学校情報の提供

各校のホームページで随時情報を提供していますので、ご確認ください。また、通学区域の学校(指定校)でも学校公開を実施しています。対象者の方にお送りした「中央区立小学校案内」に学校公開日を掲載しています。

◎新型コロナウイルスの感染状況によって、学校公開日などに変更が生じる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

### 個別の事情がある方へ(指定校変更について)

次のようなご事情がある場合は、指定校変更の手続きをすることで、特認校制度の申請者より優先して就学できます。

- ・身体的理由
  - ・当該通学区域内へ近々転居が確実
  - ・兄弟が同時に在学(卒業した場合は除く)
  - ・併設の区立幼稚園に在園(保育園は対象外)
  - ・学童クラブ入会決定(決定まで仮受け付け)
- ◎指定校変更は教育委員会との協議が必要です。詳しい事情を伺い、実態調査や証明書類の確認などを行います。

### 申請期間

9月11日(金)~30日(水)(土・日曜日、祝日を除く)

午前8時30分~午後5時

### 問学務課学事係

☎(3546)5514

# 中学校自由選択制

特色ある教育の展開、開かれた学校、さらには子どもたちにとって魅力ある学校づくりを促進するため、「中学校自由選択制」を実施しています。お住まいの住所に基づき指定されている中学校への就学を原則としていますが、この制度により、中央区にお住まいであれば、通学区域以外の方でも入学したい学校を選択できます。

### 対象

区内在住で令和3年4月に中学校1年生になる予定の児童

### 選択範囲

区立中学校4校から選択できます。◎選択できる学校は1校のみです。

### 受け入れ人数

各学校ともおおむね40人

### 申請方法など

選択を希望する場合は申込書を記入し、区役所6階学務課で申請してください。

なお、申込書などは、区立小学校に就学されている方は、小学校を通じて配布し、区立小学校以外に就学されている方は、直接ご自宅に郵送しました。

◎電子申請を利用される場合は、電子申請サービスのホームページより直接申請してください。

◎通学区域の指定校に入学予定の方は申請の必要はありません。

### 申請期間

10月1日(木)~28日(水)(土・日曜日を除く)

午前8時30分~午後5時

◎電子申請、郵送での申請の場合は、10月28日(必着)です。

### 抽選

受け入れ人数を超える申請があった場合は、抽選を行うことがあります。当選しなかった方は通学区域の指定校への入学となります。

### 選択する際の注意

・申込書を提出した後の変更はでき



ません。  
・区立中学校では、自転車での通学を禁止しています。学校を選択する場合はお子さんの通学の安全などを配慮の上、保護者の責任で選択してください。

### 学校情報の提供

学校ごとに説明会や学校公開を実施します。申込書と併せてお送りした「中央区立中学校案内」や各中学校のホームページでご確認ください。  
◎新型コロナウイルスの感染状況によって、日時の変更や中止となる場合があります。詳細は各中学校のホームページでご確認ください。

### 個別の事情がある方へ(指定校変更について)

次のようなご事情がある場合は、指定校変更の手続きをすることで、自由選択制の申請者より優先して就学できます。

- ・身体的理由
  - ・当該通学区域内へ近々転居が確実
  - ・兄弟が同時に在学(卒業した場合は除く)
  - ・卒業する区立小学校が、入学を希望する区立中学校の通学区域にある場合
- ◎指定校変更は教育委員会との協議が必要です。詳しい事情を伺い、実態調査や証明書類の確認などを行います。

### 申請期間

9月11日(金)~30日(水)(土・日曜日、祝日を除く)

午前8時30分~午後5時

### 問学務課学事係

☎(3546)5513

# 中央区版ふるさと納税 ふるさと中央区応援寄附

区では、区内在住者以外の方を対象とした中央区版ふるさと納税「ふるさと中央区応援寄附」を実施しています。令和元年度は皆さんからの温かいご支援により、個人の方々から66,400,000円のご寄附をいただきました。ご協力いただき、心より御礼申し上げます。

### ふるさと中央区応援寄附の概要

寄附をいただく際に寄附金の活用方法を次の3つから選択していただけます。

- ①中央区の区政全般  
区が必要とする分野に活用します。
  - ②活用してほしい分野を指定  
「教育」「健康・医療」「福祉」「文化」「まちづくり」など寄附する方が指定した分野に活用します。
  - ③応援したい団体を指定  
寄附する方が指定した団体の応援に活用し、団体の活動が充実することにより本区のさらなる発展を目指します。区内で活動する団体に大きなメリットがあります。
- ◎指定があった団体は、区の審査会で支援金交付対象団体の適否を審

査します。審査会で認定された団体に寄附金の7割を上限として支援金を交付します。

◎応援したい団体が支援金交付対象団体とならなかった場合や団体へ交付する支援金以外の寄附金は区の施策に活用します。

### 令和元年度寄附金額の内訳

- ①中央区の区政全般  
5,000円
  - ②活用してほしい分野を指定  
0円
  - ③応援したい団体を指定  
66,395,000円
- 支援金交付団体  
10団体  
支援金交付総額  
46,475,000円
- ◎寄附は、通年で受け付けています。皆さんからの温かいご支援をお願いいたします。
  - ◎寄附の方法について詳しくは、区のホームページをご覧ください。
- 問総務課総務係  
☎(3546)5232

令和3年4月1日(木)

# 阪本こども園の開園

区内初の公私連携幼保連携型認定こども園として、阪本こども園を開園します。本施設は公募により決定した(学)渋谷教育学園が運営する私立の認定こども園です。園舎は阪本小学校の1階部分に位置しており、定員は1歳から5歳までの117人(短時間45人、長時間72人)です。

### 入園説明会の開催

令和3年度に入園を検討する保護者向けに、渋谷教育学園主催の入園説明会を開催します。短時間(幼稚園部分)・長時間(保育所部分)ともに対象です。

### 日時

9月27日(日)  
第1回午前10時~、第2回正午~、第3回午後2時~(各回1時間・100人程度)

### 会場

阪本小学校体育館  
申し込み方法  
渋谷教育学園の阪本こども園ホームページの入園案内をご覧ください。

### 園児募集について

短時間(幼稚園部分)の入園選考は渋谷教育学園が実施します。詳細は阪本こども園および区のホームページでご案内します。なお、長時間(保育所部分)の入園申し込みは認可保育所と同様となります。

### 問学務課学事係

☎(3546)5512

### HP阪本こども園ホームページ

https://shibusaka.jp/



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

# 自殺防止！東京キャンペーン

## ～9月は東京都の自殺対策強化月間です～

### 自殺の現状

令和元年の全国の自殺者数は1万9,974人で前年と比べて減少し、平成22年から10年連続の減少となりました。また、統計を始めた昭和53年以降、初めて2万人を下回りました。区の自殺者数は、例年20～30人台となっており、その多くが健康問題や家庭問題などに悩み、自殺に追い込まれています。

### 自殺は誰にでも起こり得る危機

内閣府が実施した意識調査(平成

28年)によると国民のおよそ20人に1人が「最近1年以内に自殺を考えたことがある」と回答しているなど、自殺は誰もが当事者となり得る重大な問題になっています。自殺に追い込まれるという危機は誰にでも起こり得るのです。

### 自殺は追い込まれた末の死

自殺は、一つの原因から起こるのではなく、健康・家庭・経済問題な



どさまざまな要因が複雑に絡み合う中で発生すると考えられています。多くの自殺は、「個人の自由な意思や選択の結果」ではなく、「そう判断するしかない程に追い込まれた末」に発生しています。

自殺を考えている人は悩みを抱えながらもサインを発しています

多くの人は「死ぬしかない。でも、生きたい。」と激しく葛藤する中で不眠や体調不良を訴えています。「どうしたの？心配だよ。」のひと言が大

### 別表2

期間	会場
9月1日(火)～7日(月)	日本橋特別出張所
9月8日(火)～14日(月)	中央区役所
9月15日(火)～23日(水)	月島特別出張所
9月24日(木)～30日(水)	中央区保健所

切な人の命を救います。

ご相談ください

都では、自殺対策強化月間中に特別相談を実施します(別表1のとおり)。また区では、相談窓口を記載したリーフレットを作成し、区内施設で配布しています。

### 自殺予防パネル展示

区では、自殺予防に関する知識を分かりやすくまとめたパネル展示(別表2のとおり)や区内施設にポスター掲示を行います。

### 中央区保健所健康推進課予防係

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

### 別表1

相談窓口	電話番号など
有終支援いのちの山彦電話 一傾聴電話( NPO法人有終支援いのちの山彦電話)	☎(3842)5311 9月1日(火)～30日(水) 毎週火・水・金・土・日曜日、祝日 正午～午後8時
自殺予防いのちの電話 (一社)日本のいのちの電話連盟)	☎(0120)783556 9月10日(木)午前8時～11日(金)午前8時
東京都自殺相談ダイヤル ～ここらといのちのほっとライン～ (NPO法人メンタルケア協議会)	☎(0570)087478 9月23日(水)～27日(日) 24時間受付
自死遺族相談ダイヤル(NPO法人全国自死遺族総合支援センター)	☎(3261)4350 9月7日(月)～10日(木) 午前11時～午後7時
自死遺族傾聴電話(NPO法人グリーンケア・サポートプラザ)	☎(3796)5453 9月15日(火)～19日(土) 正午～午後4時
多重債務110番 (東京都消費生活総合センター)	☎(3235)1155 9月7日(月)・8日(火) 午前9時～午後5時 来所または電話相談

○フリーダイヤル以外は有料です。  
○0570で始まるナビダイヤルは携帯電話の無料通話やかけ放題プランなどの対象外です。  
○通常の相談受付時間や連絡先については、各相談窓口のホームページをご確認ください。



# 祝敬老の日

「敬老の日」を記念し、75歳以上の方に区内共通買物券などを贈呈します。9月1日(火)から16日(水)ごろまでに郵送でお届けします。

対象年齢および贈呈金額は、別表3

### 別表3

	100歳以上の方	88歳・77歳の方	左の年齢を除く75歳以上の方
区内共通買物券	10,000円	3,000円	3,000円
全国共通すし券	-	5,000円	-

のとおりです。

◎詳しくはお問い合わせください。

### 高齢者福祉課高齢者福祉係

☎(3546)5354



運動機能や栄養状態の改善、認知機能の向上などに役立つ1回完結型の講座を行いますので、ご希望の講座にお申し込みください。

また、ゆうゆう講座では、既存の区内サークルや講座・イベントの紹介も行います。ご自身の健康増進や

生きがいがつくりのため、お気軽にご参加ください。

### 日時・講座名など

別表4のとおり

### 対象

要支援・要介護認定を受けていない60歳以上の区内在住者

### 費用

無料

### 申し込み方法

別表4の申込開始日の午前9時から社会教育会館の窓口または電話で申し込む。

◎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のでご了承ください。

◎新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、教室参加の際に

は、事前の体調確認・手洗い・マスクの着用などのご協力をお願いします。

### 講座申し込み・内容について

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  
・健康づくり事業全般について  
高齢者福祉課高齢者活動支援係  
☎(3546)5716

日時	講座名	定員(先着順)	開催館	申込開始日
9月7日(月)	午後2時～4時 歌舞伎の三味線音楽「長唄」 [持ち物]筆記用具、飲料	各50人	築地社会教育会館	8月11日(火)
11日(金)	ゆったり健康ヨーガ [持ち物]スポーツタオル、飲料、冷える方は5本指靴下			
25日(金)	姿勢改善、足腰にやさしい体操 [持ち物]スポーツタオル、室内用運動靴、飲料			
10月7日(水)	午前10時～正午 頭と体の体操！粘土でたのしくオリジナルアート [持ち物]汚れてもいい服	40人	月島社会教育会館	9月11日(金)
9日(金)	午前10時～11時30分 らくらく筋力アップ&脳トレ体操 [持ち物]スポーツタオル、室内用運動靴、飲料	50人	築地社会教育会館	
19日(月)	午前10時～正午 ハーモニカを楽しもう！ [持ち物]ハーモニカ	各40人	月島社会教育会館	
11月11日(水)	誤嚥予防！「はつらつ声磨き講座」 [持ち物]飲料			
13日(金)	午前10時30分～正午 脳トレけんこう体操 [持ち物]スポーツタオル、室内用運動靴、飲料	50人	築地社会教育会館	10月11日(日)
26日(木)	はじめてのタップダンス～椅子も使って無理なくチャレンジ～ [持ち物]スポーツタオル、室内用運動靴、飲料	30人	日本橋社会教育会館	11月11日(水)
12月17日(木)	中央粋なまちトレーニング [持ち物]スポーツタオル、飲料	50人	築地社会教育会館	
23日(水)	健康を保つための栄養学 [持ち物]筆記用具、飲料	30人	日本橋社会教育会館	
令和3年1月15日(金)	午前10時～正午 健康ウォーキング [持ち物]スポーツタオル、室内用運動靴、飲料	50人	築地社会教育会館	12月11日(金)
18日(月)	理学療法士が教える！姿勢改善講座 [持ち物]筆記用具、スポーツタオル、飲料	30人	日本橋社会教育会館	令和3年1月11日(祝)
2月12日(金)	午前10時30分～正午 チェア体操～椅子で簡単エクササイズ～ [持ち物]スポーツタオル、室内用運動靴、飲料	各50人	築地社会教育会館	
26日(金)	楽しく認知症予防 脳トレ健康体操 [持ち物]スポーツタオル、室内用運動靴、飲料			
3月9日(火)	午前10時～正午 歌舞伎大向うと遊ぶ「歌舞伎あれこれ」 [持ち物]飲料	40人		2月11日(祝)
18日(木)	食ベトレ！脳トレ！笑みトレお口の健康講座 [持ち物]スポーツタオル、筆記用具			

# いきいき館(敬老館)の事業案内

区内3カ所にあるいきいき館(敬老館)では、別表のとおりさまざまな講座を開催しています。

**対象**  
60歳以上の区内在住者

◎利用の際は登録が必要です。初めての方は、保険証などを持参し各いきいき館で手続きをしてください。なお、登録の際には緊急連絡先をお聞きします。

◎新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、来館の際には、事前の体調確認・手洗い・マスクの着用などのご協力をお願いします。

### 費用

無料  
◎詳しくはお問い合わせください。  
☎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

### 別表

館名	講座名	日時	定員	
いきいき桜川(桜川敬老館)	チェアロビ元気体操(※)	第2・4月曜日 午後1時~2時	各15人	
	楽しく脳トレ	第1・3月曜日 午後3時15分~4時		
	浮世絵セミナー	第3火曜日 午前10時30分~11時30分		
	いきいき運動(※)	第2・4火曜日 午後2時~2時45分		
	健康タオル体操(※)	第1・3水曜日 午後1時~2時		
	健康づくり講座	第4水曜日 午後3時~4時		
	フラダンス(※)	第2・4木曜日 午後1時30分~2時10分または午後2時20分~3時		
	工作くらぶ(※)	最終土曜日 午前10時30分~正午または午後2時~3時30分		
	カラー筆ペンで季節の一字ハガキを作ろう(※)	第2土曜日 午前10時30分~11時15分		
	盆踊り講習会(※)	第3日曜日 午後1時~1時40分または午後2時~2時40分		各10人
いきいき浜町(浜町敬老館)	浜町健康体操(※)	第2・4木曜日 午前10時~11時	各15人	
	気功	第1・3水曜日 午後2時~3時		
	ヨガ教室(※)	第1・4土曜日、第3火曜日 午後2時~3時		
	ボクシングエクササイズ & ストレッチ(※)	第2・4火曜日 午前10時30分~11時30分		
	フラダンス講習会(※)	第2・4月曜日 午後1時~2時30分		
	歴史への招待(※)	第1・3金曜日 午後1時~2時30分または午後3時~4時30分		
	浮世絵・江戸文化教室(※)	第1金曜日 午前10時30分~11時30分		
	健康長寿講座(※)	第4土曜日 午前10時30分~正午		
	終活講座(※)	第2木曜日 午後2時~3時		
	楽しい折り紙教室	第3火曜日 午前10時30分~11時30分		各12人
心と身体の体操~朗読~(※)	第2・3土曜日 午前10時30分~11時30分			
コミュニケーション・手話教室(※)	第2金曜日・第4木曜日 午後1時30分~3時			
いきいき勝どき(勝どき敬老館)	手話講座(※)	第1・3月曜日 午前11時10分~正午	各8人	
	いきいき句会(※)	第2木曜日 午前10時~正午		
	ナンプレ 初歩(※)	第1金曜日 午後1時~2時30分		
	ナンプレ チャレンジ(※)	第3金曜日 午後1時~2時30分		
	初心者囲碁教室(※)	第1・3金曜日 午前10時~正午		
	フラダンス教室(※)	第1・3土曜日 午前10時30分~11時30分		
	星のソムリエ(※)	第1・3土曜日 午後1時30分~2時30分		
	おもてなしイングリッシュ(※)	第2・4水曜日 午前11時~正午		
	楽ラク筋トレ(※)	第2・4金曜日 午後1時~2時		
	きらきらエクササイズ(※)	第2・4水曜日 午前9時30分~10時30分		各12人
楽しく踊るテーマパークダンス(※)	第1・3・5水曜日 午前9時30分~10時30分			

(※)が付いている講座は各いきいき館に事前の申し込みが必要です。それ以外の講座は当日、先着順で受け付けを行います。  
◎講座についての詳細は、各いきいき館にお問い合わせください。

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

## 備えて安心！認知症

認知症は誰もがなる可能性のある身近な病気です。認知症になっても、自らの工夫や家族、周囲の人たちの支えによって、自分らしく生きることが可能です。区では、認知症にやさしいまちづくりを目指して、さまざまな取り組みを行っています。認知症は「早期発見」「早期治療」が大切です。認知症に早く気づくことのメリット

- ・今後の生活の準備ができる
- ・治る認知症や一時的な症状の場合がある
- ・進行を遅らせることが可能な場合がある

普段の生活で「物忘れ」や「不安感」「怒りっぽくなった」などの症状が少しでも気になり始めたら、「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」をやってみましょう。詳しくは“中央区認知症ケアパス 備えて安心！認知症”をご覧ください(別図1・2のとおり)。  
◎中央区認知症ケアパスは、お近く

別図1



別図2 出典“中央区認知症ケアパス 備えて安心！認知症”より

違いをチェック 認知症？物忘れ？

	記憶障害	実行機能障害	判断力	見当識障害
認知症	ご飯を食べたのに「ごはんを食べてない」と言う ごはんまだ？	使い慣れた家電の操作ができない	支払いの時に計算ができず、小銭があるのにお札で支払う	日付や曜日、場所などがわからなくなる
加齢の物忘れ	何を食べたのかを忘れる 昨日の夕飯は何だった？	使い慣れた家電であれば、操作することができる	ゆっくりであれば小銭でも支払いができる + 8% - ×	日付や曜日、場所などを間違えることがある

のおとしより相談センターや介護保険課などで配布する他、区のホームページでもご覧いただけます。  
☎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  
介護保険課地域支援係  
☎(3546)5379  
FAX(3543)0236  
認知症サポート電話(相談専用)  
☎(3546)5286



犬のしつけ方教室

日①10月4日(日) 午前10時~11時30分
日②10月25日(日) 午後1時30分~3時
日③11月7日(土) 午後1時30分~3時
場①晴海臨海公園内わんわん広場
場②築地川公園内わんわん広場
場③晴海臨海公園内わんわん広場
対区内在住で、次のいずれかの方
・犬を飼っている方(犬の登録および狂犬病の予防注射済票の交付手続きを済ませていること)
・犬を飼う予定のある方
内・基本的な犬のしつけ方や飼い主のマナー、災害時の備えの講義
・意見交換、質疑応答
【講師】
①ドッグインストラクター 齋藤直子
②ドックライフプランナーズ 佐野浩之
③ドッグトレーナー 田辺 三由紀
定各10人(先着順)
◎1回の申し込みで参加できるのは、1人だけです(犬は1頭まで)。
費無料
申①・②は9月2日(水)から15日(火)までに、③は10月2日(金)から15日(木)までに電話で申し込む。



【主催】 中央区
【運営】 動物と暮らしやすいまちづくり会
場中央区保健所生活衛生課生活衛生係
☎(3541)5936
HP動物と暮らしやすいまちづくり会 https://hcfa.jp/

女性センター「ブーケ21」水曜イブニングトーク
「今夜はピアノの旋律に包まれて」

日10月7日(水) 午後6時30分~7時30分
場女性センター「ブーケ21」
対どなたでも
【テーマ】 ピアノの軌跡の1ページ
【ゲスト】 中央区立女性センター ピアノボランティア
定40人程度(先着順)
費無料
申9月2日(水)から電話またはファクスで①・②(8面記入例参照)③電話番号を記入して申し込む(電子申請も可)。
◎本講座は「中央区民カレッジ連携講座」のため、区民カレッジの単位となります。
問総務課女性施策推進係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652



タイムドーム明石プラネタリウム 秋の一般投影

【投影期間】 9月5日(土)~11月29日(日)
【投影内容など】 別表1のとおり
【休館日】 毎週月曜日(祝日の場合は開館、翌日休館)
【一般投影休止日】 10月17日(土)、31日(土)、11月8日(日)
別表1

対どなたでも
費300円
◎未就学児無料、区内小学生は「中央区立スポーツ施設等子ども無料利用者証」提示により無料です。
◎チケットは毎日10時から6階受付で発売します(事前予約は行っていません)。
問郷土天文館「タイムドーム明石」
☎(3546)5537



Table with 2 columns: 番組名など, 投影日時. Rows include '妖怪ウォッチ プラネタリウムは星と妖怪がいっぱい!', 'しまじろうとながればしのねがいごと', 'イナズマデリバリー バイザウェイの宇宙旅行?!', etc.

◎講座などのため、一部投影の休止日があります。
◎各番組の内容、注意事項など詳しくはホームページをご覧ください。

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10月5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)、11月2日(月)・9日(月)・16日(月)・24日(火)・30日(月)、12月7日(月) 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。
・文字の書き方(とめ・はねなど)
・文字の大きさ、バランス
・年賀状の文面
【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9月13日(必着)までに往復はがきに①~⑤(8面記入例参照)⑥申し込み理由を記入して申し込む。
◎当選者は当選はがきで指定された口座に受講料をお振り込みください。期日を過ぎた場合は、補欠の方に受講の資格が移ります。
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



高齢者向けパソコン教室
~ゆっくり楽しくチャレンジ~

デジタル写真データの整理と使い方コース
日10月13日(火)~15日(木) 計3回
午前9時30分~11時30分
内デジタルカメラで撮った写真データのパソコンでの整理方法や、Word2016を使った簡単な加工方法などを学びます。
費3,000円
◎テキスト代は別で、オリジナルテキスト(500円)を使用します。
Wordを使ってみようコース
日10月20日(火)~22日(木)、27日(火)~29日(木) 計6回
午前9時30分~11時30分
内文書作成ソフトWord2016を使って、簡単な文書の作成、美しく飾る技法など、基本と活用を学びます。
費6,000円
◎テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのWord2016」(1,320

円)を使用します。
【共通】
場シルバー人材センター2階パソコン研修室
対60歳以上で、簡単な文字入力のできる方
【講師】 シルバー人材センターの会員
定各コース10人(申し込み多数の場合は抽選)
申9月11日(必着)までに往復はがきに①コース名②~⑤(8面記入例参照)⑥パソコンの機種名⑦申し込み理由を記入して申し込む。
◎1枚のはがきで両コースの申し込みができます。
◎以前に受講された方も申し込むことができます。
◎当選者は、当選はがきで指定された口座に受講料をお振り込みください。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Windows10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

生活設計セミナー
~素人だからできる着実・堅実な資産形成~

日10月8日(木) 午後6時30分~8時
場築地社会教育会館4階視聴覚室
対区内の中小企業に勤務する方と同居家族および区内在住者
内資産形成について、一人一人の力でできることを具体的な例を挙げて分かりやすく説明します。
【講師】 ファイナンシャル・プランナー(CFP認定者) 小山信康
定30人(申し込み多数の場合は抽選)
費無料
申9月18日(必着)までに往復はがきに①~⑤(8面記入例参照)⑥在勤の方は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込む。
問〒104-0061 中央区銀座4-9-8NMF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

地域コミュニティの担い手養成塾

【日時など】 別表2のとおり
対区内での地域活動に興味のある方
内楽しく人を引き付ける力と人脈を手に入れるための養成塾を開講します。
【講師】 NPO法人CRファクトリー事業部長 五井 利明、コミュニティ別表2

マネジメント認定インストラクター 豊田有希
定20人(申し込み多数の場合は抽選)
費無料
申10月23日(金)までに電話またはEメールで①~④(8面記入例参照)⑤団体名(所属している場合のみ)を記入して申し込む。
問地域振興課コミュニティ支援係
☎(3546)5337
Etiiki\_01@city.chuo.lg.jp

Table with 3 columns: 日時, 会場, 内容. Rows include dates from 10月28日(水) to 12月2日(水) and locations like 月島区民館5号室, 協働ステーション中央.

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

凡例 日日時 会場 対象 内容 定員 定費用 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

パソコン講座(Word活用)

日10月19日(月)~23日(金) 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・在勤者でマウス操作およびWordで簡単な文書を作成できる方 内会社やグループで日常的によく使用する表やイラストが入った文書を作成するなど、一歩進んだWordの活用方法を学びます。・表と絵を使った回覧文書の作成・凝った表と地図入りの旅行申込書の作成 定20人(申し込み多数の場合は抽選) 費6,000円 申9月25日(必着)までに往復はがきに①~⑤(8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



総合環境講座

日別表のとおり 場環境情報センター 対18歳以上の区内在住・在勤・在学者 内地球規模の最新の環境問題から都市における循環型社会の形成、企業で行われている環境への取り組みまで幅広いテーマを全6回の連続講座で学びます。 定各回30人(申し込み多数の場合は抽選) 費無料 申9月13日(日)までに、電話または環境情報センターのホームページから申し込む。 〇詳しい講座内容などは環境情報センターのホームページまたは主な区の施設で配布するチラシをご覧ください。 問環境情報センター ☎(6225)2433 HPhttps://eic-chuo.jp/ 別表

Table with 2 columns: 実施日時, 内容. Rows include dates from 9月23日 to 11月16日 with corresponding times.

〇日程は都合により変更する場合があります。

地域の子育てを応援 家庭教育学習会

企画募集説明会 日9月24日(木) 午前10時~11時30分 場区役所8階大会議室 対幼稚園・小・中学校PTA、地域の団体

内中央区地域家庭教育推進協議会との共催で行う家庭教育や子育てに関する学習会などを企画する団体を対象に、説明会を行います。 申9月15日(火)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)。

おやじの出番!「親子キス釣り体験教室」

中央区地域家庭教育推進協議会が主催する学習会です。 日・事前学習 9月26日(土) 午後2時~4時 ・キス釣り 9月27日(日) 午前7時~午後2時15分 〇計2日です(1日のみの申し込みはできません)。 場・事前学習 日本フィッシング会館8階(八丁堀2-22-8) ・キス釣り集合場所 朝潮運河船着場 対区内在住・在学の小学生のお子さんとその保護者(父親優先) 内父親の子育て参加を目的に、親子で環境保護や釣りマナーの学習と釣り体験を行います。



〔講師〕 (公財)日本釣振興会スタッフ 定12組24人(申し込み多数の場合は抽選) 費1組7,500円(乗船料、道具代、保険料) 申9月3日(木)から11日(金)までに電話で申し込む(平日午前9時~午後5時)。 問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



在宅療養に関わる皆さんの歯科と薬の講演会

~歯科医療のオーラルフレイル、消毒薬の選び方について考えてみませんか~ 日10月3日(土) ①午後2時~3時10分 ②午後3時20分~4時30分 〇内容は①②とも同じです。 場区役所8階大会議室 対区内在住・在勤・在学者 内・歯科医療のトレンドワード「オーラルフレイル」について考えましょう ~健口体操でお口の中から元気に~ 〔講師〕 お江戸日本橋歯科医師会 歯科医師 中村 守 ・消毒薬の正しい選び方 〔講師〕 京橋薬剤師会薬剤師 宮崎夏樹 〇会場に手話通訳者を配置します。 定各30人(先着順) 費無料

申9月2日(水)から10月2日(金)までに電話またはファクスで ①講演名②希望時間帯③氏名④住所⑤電話番号⑥在勤・在学者は勤務先または通学先の名称を記入して申し込む。 問介護保険課地域支援係 ☎(3546)5379 FAX(3543)0236



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10月6日(火)・20日(火)、11月10日(火) 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歳から小学生の保護者で、全3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。 〔講師〕 臨床心理士、公認心理師、CAREファシリテーター 川崎雅子 定12人程度(申し込み多数の場合は抽選) 費無料 申9月24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歳から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(2歳未満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」 ☎(3534)2103

スポーツ

ボディメンテナンス(骨盤ストレッチ)教室

日10月7日~28日の毎週水曜日 計4回 午後6時30分~8時 場築地社会教育会館3階第3和室 対区内の中小企業に勤務する方および区内在住者 内体の不調を軽減し、毎日を元気に楽しく過ごせる体づくりを目指します。 ・フィジカルアロマ ・きれいな姿勢を作るための呼吸法とプチトレ ・腰痛・肩こりの予防治法 ・身近にあるもので簡単身体ほぐし 定15人(申し込み多数の場合は抽選) 費1,000円 申9月14日(必着)までに往復はがきに①~⑤(8面記入例参照)⑥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



「中央区地域スポーツクラブ 大江戸月島」活動再開のお知らせ

当クラブでは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、活動を自粛していましたが、8月1日(土)から順次再開しています。

〔地域スポーツクラブとは〕 身近な施設で子どもから高齢者まで誰もが気軽にスポーツ、レクリエーション、文化活動を楽しめる地域の皆さんが主体となって運営するスポーツクラブのことです。地域の皆さんは、会員、運営スタッフ、指導者などさまざまな形でクラブに参加できます。

場月島地域(月島、晴海、豊海)の小中学校、公共施設、プール 他

〔主な種目〕 テニス・フットサル・サッカー・水泳・野球・空手・健康体操・ヨガ・チアダンス・合気道・寺子屋など

〔年会費〕 ・子ども(16歳未満) 2,000円 ・大人(16~64歳) 3,000円 ・高齢者(65歳以上) 2,200円

〔参加費〕 種目ごとに異なります。 〇新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、検温や体温チェックなどのご協力をお願いします。 〇申し込み方法など詳しくは、中央区地域スポーツクラブ大江戸月島のホームページをご覧ください。

問中央区地域スポーツクラブ大江戸月島事務局

HPhttps://oedo.tokyo.jp/ Econtact@oedo.tokyo.jp

ゴルフ教室(初心者・初級者)

日・第1期 10月13日~11月10日(11月3日を除く)の毎週火・金曜日 計8回 ・第2期 11月13日~12月8日の毎週火・金曜日 計8回 午後6時30分~8時30分 〇内容は各期とも同じです。

場・初回~3回目 総合スポーツセンター ・4~8回目 フジゴルフセンター(江東区木場6-2-6)

対18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)

定各期30人(申し込み多数の場合は抽選)

費5,000円(別途、ボール代として4回目以降は毎回1,000円を徴収、ゴルフセンターでクラブをレンタルする場合は毎回310円かかります)

申9月18日(必着)までに往復はがきに①~⑤(8面記入例参照)⑥過去の本教室参加の有無⑦希望する期⑧在勤の方は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して申し込む。

〇抽選の場合は過去に参加していない方を優先します。

〇当選者は区役所8階中央区体育協会事務局窓口で手続きがあります。

問〒104-8404 中央区築地1-1-1 中央区体育協会事務局 ☎(3546)5729

### ゴルフ大会

**日**10月31日(土)(荒天時中止)  
 ・集合 午前9時(キャディーマスター室前)  
 ・開始 午前9時15分(アウト・イン同時スタート)  
 ◎午前8時45分までに受け付けを済ませてください。  
**場**山田ゴルフ倶楽部(千葉県山武市松尾町下大蔵790)  
 ◎圏央道「松尾横芝IC」から約7分です。  
**対**中小企業に勤務する区内在住・在勤者  
**定**40人(申し込み多数の場合は抽選)  
 ◎申し込み人員が20人未満の場合は中止とします。  
**[参加費]**2,000円(懇親会に充当)  
**[プレー費]**21,000円(キャディ、乗用カート付き1Rプレー代、昼食代)  
**用**9月30日(必着)までに往復はがき(1グループ1枚限り)に「ゴルフ大会」と明記し、①申し込み代表者の氏名・住所・電話番号・勤務先(名称、所在地、電話番号)②参加人数と全員の氏名(フリガナ)・生年月日・性別を記入して申し込む。  
**[競技方法]**18ホールストロークプレー(新ペリア方式)  
 ◎多数賞品を用意しています。  
 ◎昨年の優勝者が1位の場合は準優勝となります。  
**[その他]**組み合わせはレッツ中央が決定します。プレー終了後、表彰式および懇親会を行います。  
**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

### 手帳 国保・年金

**20歳になったら国民年金**  
 令和元年10月からは、20歳になった方には、日本年金機構から、国民年金第1号被保険者として加入したことをお知らせする「国民年金加入のお知らせ」が送付されます。  
 ◎厚生年金または共済年金に加入している方は除きます。第3号被保険者に該当する場合は配偶者の勤務先を経由しての届け出が必要です。国民年金加入のお知らせとは別に「年金手帳」が送付されます。年金手帳は、保険料の確認や将来、年金を受け取る際などに必要となりますので大切に保管してください。  
 20歳になってから約2週間程度経過しても「国民年金加入のお知らせ」が届かない場合は、区役所4階保険年金課、日本橋・月島特別出張所または中央年金事務所で加入手続きをしてください。  
 なお、20歳前に海外に出国して国内に住所がないのに「国民年金加入のお知らせ」が届いた方は、加入が不要となりますので、中央年金事務所へご連絡ください。  
**問**中央年金事務所国民年金課  
 ☎(3543)1411(代表)  
 保険年金課年金係  
 ☎(3546)5371

### その他

#### 中小企業などの展示会 出展費用補助(下期分)

**対**・区内の中小企業  
 ・区内の中小企業などで組織する商工業団体  
**[補助対象経費]**  
 ・会場使用料(小間料)  
 ・展示装飾に要する経費  
 ・出品物の運搬に係る経費  
 ◎10月1日(木)から令和3年3月31日(水)までに開催される展示会が対象です。終了後の申請はできません。  
**[補助金額]**  
 対象経費の総額の2分の1、限度額150,000円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)  
**[補助予定件数]**  
 30件  
 ◎予定件数を超えた場合は抽選となります。  
**[必要書類]**  
 補助金交付申請書、展示会等出展事業計画書、見積書、企業概要(団体の場合は団体概要)、出展する展示会などの概要が分かるもの  
 ◎補助金交付申請書、展示会等出展事業計画書は、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。  
**[申請受付日時など]**  
 必要書類に記入の上、9月11日(金)から18日(必着)までに郵送で申し込む。  
**[補助金交付回数の制限]**  
 補助金の交付は年度内1回限りで、平成28年度からの通算で3回までとなります。  
**[抽選結果の送付]**  
 抽選の結果は9月下旬までに郵送でお知らせします。当選した場合は決定通知を送付し、当選しなかった場合は申請書をお返しします。  
 ◎申請方法など詳しくはお問い合わせください。  
**問**商工観光課中小企業振興係  
 ☎(3546)5487

#### 生活資金融資あっせん

中小企業に勤務する方々に、臨時的に必要な生活資金の融資をあっせんし、指定金融機関が審査の上、融資を行います。事前に電話などでご連絡いただくことで、指定金融機関で直接お申し込みいただけます。  
**対**以下の条件を全て満たしている方  
 ・区内在住・在勤の中小企業(従業員数300人以下)に勤務している方  
 ・現在の勤務先に継続して1年以上勤務し、引き続き勤務する方  
 ・納付すべき住民税を納付している方  
 ・前年の収入が800万円以下の方  
 ・満20歳以上で、償還満了時の年齢が満75歳以下の方  
 ・確実に返済できる見込みがある方  
 ・既にこの融資を受けている場合は、全額償還している方  
**[使途]**医療費・出産費・冠婚葬祭費・教育費・技能習得費・住居関係費・旅行費・自動車購入費、その他これらに類する費用  
**[融資額]**100万円以内(1万円単位)  
**[償還期間]**5年以内(据え置き期間

1カ月含む)  
**[融資利率]**年1.8%  
**[償還方法]**元利均等毎月割賦返済  
**[信用保証]**保証機関の保証を要しません。保証が得られないときには融資を受けられません。保証料は公社が全額負担します。  
 ◎申し込み方法や必要書類など、詳しくはお問い合わせください。  
**問**レッツ中央(中央区勤労者サービス公社)  
 ☎(3546)8610

#### 託児従事者の募集

区の主催する講座や学習会において、参加者のお子さんの託児に携わる方を募集します。  
**対**保育士や幼稚園教諭の免許をお持ちの方  
**内**託児がある講座など(不定期)を実施する場合に、事前に連絡をした上でお願いをします。  
**[選考方法]**書類選考および面接  
**[謝礼]**1回(3時間程度)5千円  
**用**履歴書(書式不問)、資格証明書の写しを区役所8階文化・生涯学習課まで郵送、または持参で申し込む。  
 ◎申し込みは随時受け付けています。  
 ◎応募書類は返却できませんので、あらかじめご了承ください。  
 ◎詳しくはお問い合わせください。  
**問**〒104-8404  
 中央区築地1-1-1  
 文化・生涯学習課生涯学習係  
 ☎(3546)5526

#### ちょっとオシャレに デイキャンプ

アウトドアクッキングを楽しめるデイキャンプ場が、築地川公園、浜町公園、豊海運動公園にあります。青空の下、楽しい交流の場としてお気軽にご利用ください。  
**問**・築地川公園デイキャンプ場(区営築地川第二駐車場管理事務所)  
 ☎(3546)1505  
 ・浜町公園デイキャンプ場(総合スポーツセンター内事務所)  
 ☎(3666)1501  
 ・豊海運動公園デイキャンプ場(豊海市民館内事務所)  
 ☎(3536)4005  
 ・水とみどりの課緑化推進係  
 ☎(3546)5434

#### エレベーターなどを安全にご利用いただくために

**利用者の方へ**  
 エレベーター、エスカレーターは上下方向の移動手段として便利なものですが、利用方法によっては、危険に結びつくことがあります。安全な利用のために、小さなお子さんを1人で乗せないようにする他、次のことにご注意ください。  
**[エレベーター利用時]**  
 駆け込みやペット用リードなどがドアに挟まれることによる事故、ドア敷居への落とし物などにご注意ください。  
**[エスカレーター利用時]**  
 足元に注意の上、黄色い線の内側に立って、手すりから身を乗り出さないようご利用ください。  
**所有者・管理者の方へ**  
 ・日常点検の他、年1回の法定検査

を実施してください。  
 ・集客施設など、一度に多数の利用者が見込まれる場合には、場内整理などを行い、混乱が起らないようにしてください。  
 今後も引き続き、エレベーターなどの適切なご利用、維持管理をお願いします。  
 ◎事故・不具合などが発生した場合には、区に連絡してください。  
**問**建築課設備係  
 ☎(3546)5461

#### AEDの設置・貸し出し

突然の心停止状態に陥った人の救命活動に備え、その場に居合わせた一般の人でも簡単に使用できるAED(自動体外式除細動器)を区の施設などに設置しています。  
**[主な設置場所]**区役所、区民センター、保健所、保健センター、介護老人施設、区民館、社会教育会館、リサイクルハウス、図書館、児童館、敬老館、スポーツ施設、区立小学校、区立中学校など  
 ◎複合施設などでは一部共有しています。  
**[AEDとは]**音声案内に従い、心停止状態の人に電気ショックを与え蘇生させる救命機器です。  
**[使用方法]**電源を入れ、心停止状態の人に電極パッドを貼り付けると、AEDが自動的に心電図を解析し電気ショックが必要かを判断します。  
 電気ショックが必要と判断された場合は、使用者が通電ボタンを押し電気ショックを与えます。なお、電気ショックの必要がないと判断した場合は、通電ボタンを押しても通電しないことや、使用中に注意事項を警告するなど、安全性にも配慮がなされています。  
**貸し出し**  
 町会や事業所などがイベントなどを実施する際、AEDを貸し出します。また講習会などに向けたAEDトレーニング機器や心肺蘇生練習用人形も貸し出します。  
**[貸し出しの要件]**区内で活動する団体であり、基本的な心肺蘇生法(心臓マッサージ・人工呼吸など)の講習などを受講し、証明書の提示ができる方がいる団体の代表者  
**問**福祉保健部管理課庶務係  
 ☎(3546)5342

#### 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**1広告につき月額2万円  
**用**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階広報課に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。  
**問**〒104-8404  
 中央区築地1-1-1  
 広報課広報係  
 ☎(3546)5218

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

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



# マイナポイント事業が始まりました!

国では、9月から令和3年3月末まで、マイナンバーカードを活用した消費活性化策として、「マイナポイント事業」を実施します。

この事業では、事前に選択した民間のキャッシュレス決済サービスでチャージまたはお買い物をする、その金額に対し25%(最大5,000円)分がマイナポイントとして付与され、選択した決済サービスのポイントとして使うことができます。

### マイナポイントを取得するには

対応のスマートフォンなどを使って、マイナポイントの予約(マイキーID設定)・申し込みが必要になります(別図参照)。

マイナポイントアプリのダウンロードはこちらから



<Android>



<iOS>

### マイナポイント支援窓口

区役所では、「マイナポイントの予約・申し込み方法が分からない」、「対応のスマートフォンを持っていない」という方を対象に、支援窓口を開設しています。

### 受付時間

- ・月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時(水曜日は午後7時まで延長)
- ・日曜日(年末年始を除く) 午前9時～午後5時

### 会場

区役所1階

### 必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・数字4桁の暗証番号(利用者証明用電子証明書)
- ・各決済サービスが指定する決済サービスID・セキュリティコード
- ◎IDなどが不明な場合は、お手続きができない場合があります。事前にマイナポイントホームページ、各決済サービスのコールセンターなどをご確認ください。

### 申し込み支援を希望される方へ

申し込む決済サービスをあらかじめ決めた上でご来庁ください。また、決済サービスによっては、専用サイトへの事前登録が必要な場合がありますので、登録が完了した状態でご来庁く

### 別図 マイナポイント取得までの流れ



ださい。

一部の決済サービス(楽天ペイ、楽天カードなど)は、区役所の支援窓口で申し込むことができません。事前にマイナポイント事業ホームページなどをご確認ください。

問・マイナポイント事業について  
マイナンバー総合フリーダイヤル  
午前9時30分～午後8時  
☎(0120)950178

・マイナポイント支援窓口について  
総務課組織・本庁舎整備等担当  
☎(3546)5625

HPマイナポイント事業ホームページ(総務省)  
<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>

## コンビニ交付・公共施設予約システムの休止

サーバーメンテナンスに伴い、住民票の写しや印鑑登録証明書を発行するマイナンバーカードを利用したコンビニエンスストアの交付サービス、また、集会施設などの予約申し込みをする公共施設予約システムを次のとおり休止します。

### 休止日時

#### コンビニ交付サービス

9月21日(祝) 終日

#### 公共施設予約システム

9月21日(祝) 午前8時～午後8時

◎区役所に設置してある利用者端末は終日休止します。

問・コンビニ交付サービスについて

区民生活課総合窓口係

☎(3546)5320

日本橋特別出張所区民係

☎(3666)4253

月島特別出張所区民係

☎(3531)1153

◎公共施設予約システムについては各施設にお問い合わせください。

メンテナンス日も事前電話予約で住民票の写しと印鑑登録証明書が受け取れます

区役所の開庁時間内に来庁できない方に、住民票の写しおよび印鑑登録証明書をあらかじめ電話で受け付け、平日の夜間や土曜日、祝日に交付しています。

### 電話予約できる方

- ・中央区に住民票がある方およびその方と同一の世帯の方
- ・中央区の印鑑登録証を持っている印鑑登録者本人

### 受付日時

- ・月～金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時～午後5時
- ◎電話受け付けの際に、申請内容と本人からの申し出であることを確認するため、いくつかの個人情報をお聞きさせていただきます。

### 交付日時

- ・月～金曜日(年末年始を除く) 午後5時15分～9時30分
- ・土曜日および祝日(年末年始を除く) 午前9時～午後9時30分
- ◎電話予約した日から5日以内のご希望の日時に、受け取ることができます。
- ◎日曜日および日曜日と重なる祝日は窓口開庁しているため、電話予約での受け取りはできません。

### 交付場所

区役所1階巡視室窓口

☎(3543)0211

### 交付手数料

1通につき300円

### 交付時に必要なもの

- ①マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、健康保険証などの本人確認ができるもの
- ②印鑑登録証明書の交付には①の他に「印鑑登録証」
- ③予約した通数分の手数料(釣り銭の用意ができませんので、ちょうどの金額を持参してください。)

問区民生活課総合窓口係

☎(3546)5320

## 国勢調査にご協力ください

国勢調査は、10月1日現在、国内に住んでいる全ての方が対象です。今回の国勢調査では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、調査書類の配布や調査票の受け取りを、できる限り、区民の皆さんと調査員が対面しない非接触の方法で行います。ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

### 調査書類の配布時期

9月中旬より、調査書類を郵便受けに入れるなどしてお配りします。

### 回答方法

できる限り郵送またはインターネットをご利用ください。郵送の場合は、同封の封筒で返送してください。

### 回答期間

- ・インターネットで回答する場合 9月14日(月)～10月7日(水)
- ・調査票(紙)で回答する場合 10月1日(木)～7日(水)

### 情報は保護されます

調査員は、総務大臣が任命する非常勤の国家公務員で、守秘義務が課せられています。また、ご記入の内容は法律により統計業務以外の目的に使われることは絶対ありません。

### 国勢調査員を装った「かたり調査」にご注意を

かたり調査とは、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、個人情報などをだまし取る行為です。統計調査の実施を妨げるだけでなく、詐欺やその他の犯罪にもつながりかねないので、ご注意ください。

問区民生活課調査統計係

☎(3553)7313

HP国勢調査2020総合サイト

<https://www.kokusei2020.go.jp/>



## 区政世論調査にご協力を

皆さんの区の施策に対する評価および区政への意見・要望を把握し、今後の政策形成の参考資料とするため、第50回区政世論調査を9月上旬に実施します。

調査は満18歳以上の区民の中から2,000人を無作為に抽出し、調査票

を送付します。

調査の対象となられた方は、調査票を記入の上、同封の封筒で返送してください。ご理解とご協力をお願いします。

問広報課広聴係

☎(3546)5222