

令和3年(2021年)
6/11



区のおしらせ

ちゅうおう

夏場の食中毒に 注意しましょう

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

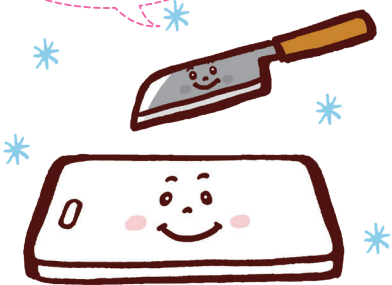
1 つけない



～手と調理器具は
いつも清潔に～

- 調理を始める前、生の肉、魚、卵などを触った後、トイレの後、鼻をかんだ後などはせっけん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。

調理器具は
清潔に！



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。調理済みの食品は室温に放置しないようにしましょう。また、調理済みの食品および生鮮食品を保存するときは素早く冷却しましょう。温かい食品の場合は食べるときまで熱い状態(60℃以上)を保ちましょう。
- 買ってきた食材は、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。保存する場合も長期間にならないようにしましょう。

素早く調理！
素早く冷却！



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。特に肉料理の場合は、中心部の色がピンクから白に変わるぐらいまで十分に加熱しましょう。カレーなど大きな鍋で調理する場合は、食品の温度のむらができないように、よくかき混ぜながら加熱しましょう。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。

しっかり
加熱！



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)」を発症する場合もあります。

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。

問 中央区保健所生活衛生課
食品衛生第二係
☎(3546)5399

凡例
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

掲載のイベント
について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、内容を変更または中止とする場合があります。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。

「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。

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。

☎介護保険課介護認定係

☎(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

利用者負担限度額が変更されます

介護保険制度の改正により、8月1日(日)から特別養護老人ホームやショートステイなどを利用した際の食費と居住費(滞在費)の利用者負担限度額などが変更になります。内容については別表2・3を参照してください。

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(土)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および資産額の状況によって決定します。

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しており、別表2の要件を満たす

場合の新規申請は、随時受け付けています。

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サービスです。介護保険のサービスを限度額まで利用しても週1回の訪問入浴介護サービスが受けられない場合に利用できます。

◎区の独自サービスの認定期間は7月31日(土)までです。現在認定を受けていて要件に該当する方には、更新のご案内を送付しますので、忘れずに更新手続きを行ってください。

◎生活援助サービスと寝たきり高齢

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

別表2 利用者負担段階と対象者(令和3年8月から)

負担段階	対象者要件	
	所得要件	資産要件
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	預貯金などが、単身1,000万円以下 夫婦2,000万円以下
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	預貯金などが、単身 650万円以下 夫婦1,650万円以下
第3段階①	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80万円超120万円以下の方	預貯金などが、単身 550万円以下 夫婦1,550万円以下
第3段階②	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120万円超の方	預貯金などが、単身 500万円以下 夫婦1,500万円以下

者在宅支援入浴サービスの申請に当たっては、ケアプランなどの添付書類が必要ですので、担当ケアマネジャーにご相談の上、申請してください。

介護事業者情報検索サイトのご案内

お住まいの地域やご希望に即した介護事業者の情報を検索できるサイト「けあプロ・NAVI」を運用してい

別表3 施設別、負担段階別の利用者負担限度額(令和3年8月から)

特別養護老人ホーム、短期入所生活介護					
		利用者負担限度額(円/日)			
		第1段階	第2段階	第3段階①	第3段階②
居住費	ユニット型個室	820	820	1,310	1,310
	ユニット型個室的多床室	490	490	1,310	1,310
	従来型個室	320	420	820	820
	多床室	0	370	370	370
食費	施設サービス	300	390	650	1,360
	短期入所サービス	300	600	1,000	1,300

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					
		利用者負担限度額(円/日)			
		第1段階	第2段階	第3段階①	第3段階②
居住費	ユニット型個室	820	820	1,310	1,310
	ユニット型個室的多床室	490	490	1,310	1,310
	従来型個室	490	490	1,310	1,310
	多床室	0	370	370	370
食費	施設サービス	300	390	650	1,360
	短期入所サービス	300	600	1,000	1,300

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

令和3年度 介護保険料の決定

65歳以上の方の令和3年度の介護保険料を決定しました。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

ます。区のホームページからもアクセスできますので、介護事業所をお探しの際は、ぜひご活用ください。◎詳しくはお問い合わせください。

☎介護保険課事業者支援給付係

☎(3546)5377

☎中央区介護事業者情報検索システム(けあプロ・NAVI)

https://www.u-system.com/u-wins/chuo/

別表3 施設別、負担段階別の利用者負担限度額(令和3年8月から)

特別養護老人ホーム、短期入所生活介護					
		利用者負担限度額(円/日)			
		第1段階	第2段階	第3段階①	第3段階②
居住費	ユニット型個室	820	820	1,310	1,310
	ユニット型個室的多床室	490	490	1,310	1,310
	従来型個室	320	420	820	820
	多床室	0	370	370	370
食費	施設サービス	300	390	650	1,360
	短期入所サービス	300	600	1,000	1,300

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					
		利用者負担限度額(円/日)			
		第1段階	第2段階	第3段階①	第3段階②
居住費	ユニット型個室	820	820	1,310	1,310
	ユニット型個室的多床室	490	490	1,310	1,310
	従来型個室	490	490	1,310	1,310
	多床室	0	370	370	370
食費	施設サービス	300	390	650	1,360
	短期入所サービス	300	600	1,000	1,300

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

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。

令和3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ます。それに伴い、保険料が変更になる場合があります。

保険料の減免

災害など(新型コロナウイルス感染症の影響を含む)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。

☎介護保険課介護認定係

☎(3546)5641

防犯対策支援事業

～安全・安心なまちづくりに向けて～

犯罪を未然に防ぐため、防犯対策支援事業をご利用ください。

◎申請手続きは、郵送でも行うことができます。

◎防犯アドバイザーの派遣については、新型コロナウイルス感染症の影響により日程を調整する場合があります。

安全・安心おまかせ出前相談

区が委託した防犯アドバイザー(防犯設備士資格者)があらかじめ日時を調整の上ご自宅を訪問し、空き巣など住まいの防犯対策について専門的なアドバイスをを行います。

対 象

区内在住者

費 用

無料(住宅1戸につき1回限り)

申し込み方法

希望する日の2週間前までに申請書に必要事項を記入して、☎へ郵送または持参して申し込む。

住まいの防犯対策助成

「安全・安心おまかせ出前相談」のアドバイスに沿って、防犯性能の高い錠への取り換えや補助錠の取り付けなどを行った場合、その防犯対策に要した費用の一部を助成します。

対 象

区内在住者

助成金額

5,000円以上の費用を要した場合に2分の1を助成(上限10,000円・住宅1戸につき1回限り)

申し込み方法

事前に内容を申告し、申請書に必要事項を記入して、☎へ郵送または持参して申し込む。

共同住宅等生活安全(防犯)アドバイザーの派遣

町会・自治会、商店会、分譲マンション管理組合、賃貸マンション居住者の集会などに対して、共同住宅などの有効な防犯対策について助言・提案などを行う防犯アドバイザーを派遣します。

対 象

地域団体など

費 用

無料

申し込み方法

希望する日の2週間前までに申請書に必要事項を記入して、☎へ郵送または持参して申し込む。

防犯設備整備費助成

「共同住宅等生活安全(防犯)アド

バイザーの派遣」を受けた団体が、防犯カメラなどの防犯設備を整備する場合(防犯設備の購入および取り付けまたは既に設置済みの防犯設備の取り換え)、その整備に要した費用の一部を助成します。

◎設備を賃借する場合は、今年度分の費用のみ助成の対象になります。

対 象

町会・自治会、商店会、分譲マンション管理組合など

対象設備

犯罪の防止を目的として設置する防犯カメラなど

補助率・助成限度額

・町会・自治会 3分の2・200万円

・商店会(町会などとの連携実施の場合) 3分の2・600万円

・分譲マンション管理組合など 2分の1・50万円

申し込み方法

助成に必要な手続きを完了し、工事着工前に申請書に必要事項を記入して、☎へ郵送または持参して申し込む。

共 通

◎申請書は区のホームページからダウンロードすることができます。

地域見守り活動支援事業助成

町会・自治会、商店会などの地域団体が、防犯カメラなどの防犯設備を整備する場合(防犯設備の購入および取り付けまたは既に設置済みの防犯設備の取り換え)、その整備に要した費用の一部を、都と区が連携して助成します。

◎受け付けは6月末までです。防犯カメラ設置を検討されている地域団体は、事前にご相談ください。

対 象

町会・自治会、商店会などの地域団体

対象設備

犯罪の防止を目的として設置する防犯カメラなど

補助率・助成限度額

・町会・自治会が単独で実施する場合 6分の5・500万円

・二つ以上の町会・自治会、商店会が連携して実施する場合 6分の5・750万円

◎商店会は町会などと連携した場合に限ります。

◎予算額に達した時点で今年度の助成事業は終了とさせていただきます。

☎104-8404

中央区築地1-1-1

危機管理課危機管理担当

☎(3546)5087

令和3年度

中央区青少年健全育成基本方針

5月に開催(書面表決)の中央区青少年問題協議会で決定した基本方針は、次代を担う青少年が、心身ともに健康で、社会において信頼と尊敬を得られる豊かな人間性と創造性を備えた人間に成長できるよう、家庭、学校、地域、行政などが連携し健全育成を推進するための活動指針です。

四つの重点目標と、12の推進施策を掲げ、各種事業を展開していきます。

重点目標・推進施策

思いやりのある明るく温かい家庭づ

くりの推進

・家庭教育支援の充実

・親子のふれあい推進

学校での健全育成の推進

・人権教育と個性を生かす教育の充実

・生活・健康・進路指導の充実

・教育相談体制の充実

地域ぐるみの健全な社会環境づくりの推進

・非行と事故防止活動

・社会環境の浄化活動

・学校などの安全対策

中央区保健医療福祉計画推進委員会の

区民代表委員募集

区では、保健・医療・福祉施策を総合的かつ包括的に推進するため、中央区保健医療福祉計画2020に基づき施策を展開しています。計画の進捗状況の点検・評価を行うとともに、社会情勢の変化や制度改正などを踏まえ、必要に応じ計画を見直すなど、地域福祉施策を一層推進していくため、学識経験者や医療・福祉関係者などで構成する中央区保健医療福祉計画推進委員会を設置しています。

この委員会で区民の皆さんとともに現状と課題を共有し、より良い保健・医療・福祉施策を構築していくため、次期委員として推進委員会に参加してくださる方を募集します。

応募資格

20歳以上(令和3年4月1日現在)の区内在住者

募集人員

2人

任 期

令和3年9月6日(月)～令和6年9月5日(木)

申し込み方法

7月9日(必着)までに、申込書に住所・氏名・年齢・性別・電話番号・経歴(ボランティア活動歴などを含む)・応募の理由、作文用紙にテーマについての意見などを800字程度にまとめ、郵送、Eメール、または区役所4階福祉保健部管理課窓口へ直接持参して下さい。

なお、申込書は区のホームページからダウンロードできる他、福祉保健部管理課窓口にてお渡しします。作文用紙の様式は不問です。

テーマ

みんなが支えあい、自分らしく暮らせるまちの実現に向けて、私が地

域でできること

◎申し込み多数の場合は、作文、経歴、地域などを考慮して選考します。

◎令和3年度は、計画の進捗状況の点検・評価を中心に年2回開催を予定しています(平日の午後6時

30分から2時間程度)。

☎104-8404

中央区築地1-1-1

福祉保健部管理課地域福祉推進係

☎(6281)5069

✉fukushi_keikaku@city.chuo.lg.jp

身近な相談の場

住み慣れた地域で
安心して生活を

おとしより相談センター

おとしより相談センターでは、社会福祉士・主任介護支援専門員・保健師・認知症地域支援推進員などの専門職員が高齢者に関わるさまざまな相談をお受けし、支援しています。また、在宅療養支援として、退院後の自宅での療養生活をスムーズに始められるよう、医療機関などと連携して支援します。

ご家族の介護、一人暮らしの不安、介護保険などについてお気軽にご相談ください。

相談日時

月～土曜日(祝日・休日、年末年始を除く)

午前9時～午後6時

◎緊急の場合は、上記以外の時間帯もご連絡いただけます。

相談・支援内容

- ・高齢者のさまざまな相談・支援
- ・権利擁護(虐待や認知症の方に関

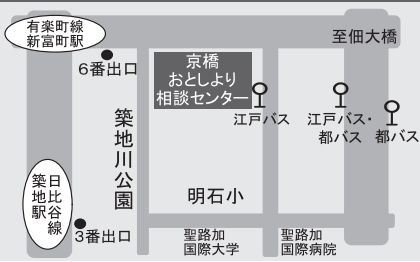
すること)

- ・認知症の早期発見・早期診断に向けた相談・支援
 - ・在宅療養の支援
 - ・救急医療情報キットおよび見守りキーホルダーの配布
 - ・介護予防ケアマネジメント
 - ・介護支援専門員の支援
- ◎詳しくはお近くのおとしより相談センターにお問い合わせください。

京橋おとしより相談センター

明石町1-6リハポート明石等複合施設1階

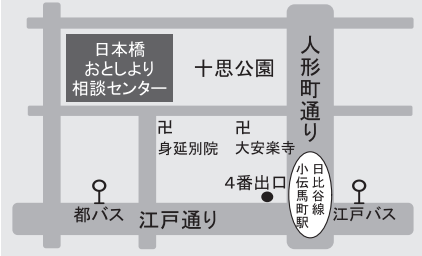
☎(3545)1107



日本橋おとしより相談センター

日本橋小伝馬町5-1十思スクエア1階

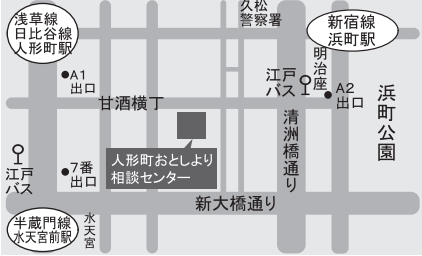
☎(3665)3547



人形町おとしより相談センター

日本橋人形町2-32-4日本橋医師会

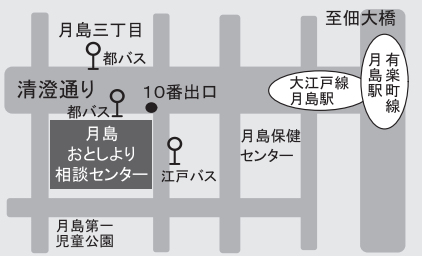
人形町ビル1階 ☎(5847)5580



月島おとしより相談センター

月島4-1-1月島区民センター1階

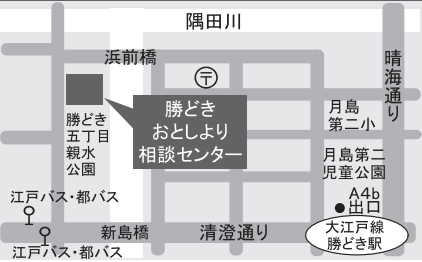
☎(3531)1005



勝どきおとしより相談センター

勝どき5-1-17勝どきザ・リバーフロント

1階 ☎(6228)2205



2021中央区「わくわくツアー」参加者募集

コース名・日時など

別表のとおり

定員

各6人

◎申し込み多数の場合は抽選です。

別表

費用

1人につき各700円(税込み)

申し込み方法

中央区観光協会ホームページ内「2021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お申し込みください。

◎本年度から前期(7~9月)、後期(10~12月)に分けて実施します(後期募集8月24日~予定)。

◎はがきでの申し込みはできません。

結果通知およびお支払い方法

開催日の7日前までに、メールで抽選結果を通知します。当選の方は、

カード決済また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。

問中央区観光協会

☎(6228)7907

HP<https://www.chuo-kanko.or.jp>

	コース名など	日 時		引率	申込締切日
文化コース	・ 渋沢栄一と中央区ゆかりの地を歩く 渋沢が活躍した日本のウォール街“兜町”から日本橋を中心に歩きます。	7月14日(水)	午後2時～ 3時30分	文化財サポーター協会	6月24日(木)
	・ 下町情緒薫る人形町界隈を巡る にぎやかな下町の風情・面影が今も残り、近年には人気小説の舞台にも。魅力溢れる人形町を歩きます。	7月17日(土)			6月27日(日)
	・ 銀座と堀～外濠川・汐留川・三十間堀をめぐる～ 江戸時代、四方を水路に囲まれていた銀座。そのうち3本の川跡に当時の面影を求めて散策します。	9月8日(水)			8月17日(火)
	・ 「古き江戸の島」佃島ものがたり～石川島・佃島・月島3島の歴史を辿る～ 超高層ビルの林立するウォーターフロントと路地、新旧混在する古くて新しい街の歴史を辿ります。	9月11日(土)			8月22日(日)
産業コース	・ 人形町界隈の専門店では江戸の粋を知る 刃物店「打刃物 うぶけや」、手ぬぐいとゆかたの専門店「戸田屋商店」、組紐問屋「龍工房」を訪れ、それぞれの商品へのこだわりや古くから守り続けている伝統の技についてお話を伺います。	7月15日(木)	午前10時～ 正午	観光協会観光おもてなしスタッフ	6月24日(木)
	・ 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の違いなど、目利きならではの目からウロコなお話を聞きます。	7月26日(月)			7月6日(火)
	・ 銀座の伝統ある名店巡り(銀座一丁目～四丁目) 「銀座木村家」、「銀座 伊東屋 本店」、「銀座ベーカリー」を訪れて、名店ならではの歴史や逸話を伺います。	9月16日(木)	午前10時～ 12時20分		8月24日(火)
	・ 築地場外市場こだわりの専門店巡り 築地場外市場の専門店「玉子焼 大定」「鮭の店 昭和食品」「鯉節問屋 秋山商店」「昆布商 吹田商店」を巡り、“食”のプロから食の技を学びます。	9月24日(金)	午前10時～ 正午		9月6日(月)
	・ 日本橋で粋な老舗巡り 「文明堂日本橋本店」、「山本海苔店日本橋本店」、「日本橋さるや」で、老舗ならではの粋なエピソードを伺います。	9月28日(火)			9月7日(火)
まち歩き産業コース	・ 銀座のまち歩きと「渡邊木版美術画舗」・「ハイアット セントリック 銀座 東京」 銀座のまち歩きのあとは、「渡邊木版美術画舗」で浮世絵の伝統技法を学び、ホテル「ハイアット セントリック 銀座 東京」では、印刷にまつわるホテルの内装をご覧ください。	7月14日(水)	午前10時～ 正午		6月24日(木)
	・ 日本橋界隈のまち歩きと「刷毛・刷子 江戸屋」・「手芸道具 Cohana」 刷毛・ブラシの専門店「江戸屋」を訪れたあと、日本橋界隈の歴史散歩を楽しんでいただきます。そして「Cohana」で手芸道具のお話を伺います。	9月7日(火)			8月17日(火)
	・ 馬喰町・東日本橋界隈のまち歩きと「箸専門店 箸処手もち屋」・「傘専門店 小宮商店」 馬喰町・東日本橋界隈のまち歩きのあとは、令和2年度“中央区推奨土産品”認定商品の2店舗を訪ねます。	9月14日(火)			8月24日(火)
	・ 京橋界隈のまち歩きと「UNPEL GALLERY(アンペル ギャラリー)」・「明治屋」 「UNPEL GALLERY」でコレクションを鑑賞したあとは、京橋界隈のまち歩きをお楽しみいただきます。そして、“明治屋京橋ビル”の内部見学と「明治屋」ならではのこだわりの商品についてお話を伺います。	9月15日(水)			
	・ 人形町界隈のまち歩きと「岩井つづら店」・「風呂敷専門店 唐草屋」 人形町のまち歩きのあとは、「岩井つづら店」で職人の技のお話を伺い、「風呂敷専門店 唐草屋」では風呂敷の活用法を学びます。	9月30日(木)			9月7日(火)

◎各コースとも徒歩での移動となります。また狭い場所もあるため、ベビーカーでの参加はご遠慮ください。

◎天候、店舗の都合その他により訪問先が変更になる場合があります。

◎ツアー参加中は必ずマスクを着用いただき、手指のアルコール消毒にご協力ください。また、当日受付時の体温測定で37.5度以上の方は参加をお断りする場合があります。

◎詳しくは、中央区観光協会ホームページをご覧ください。

情報コーナー

●新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、講座などに参加する際は事前の検温や手洗い、マスクの着用などに、ご協力をお願いします。

施設

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、チラシまたは、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。
対 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
○1人での利用はできません。
申 6月24日(木)午前8時30分から10時までは区役所8階大会議室で、それ以降は8月12日(木)まで区役所4階保険年金課で直接申し込む。
○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。
問 保険年金課給付係
☎(3546)5361

講座・催し物

健康な口元のために
～歯並びと矯正治療の相談～

日 7月13日(火)
午後2時～4時
場 中央区保健所1階歯科室
対 区内在住・在勤者
内 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
定 12人(先着順)
費 無料
申 6月14日(月)から電話で申し込む。
問 中央区保健所健康推進課予防係
☎(3541)5930

記入例(はがき・ファクス)

1人1枚限り

往復はがきの場合は返信用の宛名に〒・住所・氏名を記入

①講座名など
②氏名・ふりがな
③〒・住所
④電話番号
⑤年齢
⑥その他必要事項

●箇に〒・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(箇の宛名)
●「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

やさしい天文講座
「星の大集団・銀河」

日 6月27日(日)
午後4時～4時40分(途中入退場不可)
場 タイムドーム明石プラネタリウムホール
対 どなたでも
内 姿も大きさも活動の様子も違ういろいろな銀河について、当館プラネタリウム解説員が分かりやすく紹介します。
定 40人(先着順)
費 無料
○入場整理券を当日午後3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(異なる回)のチケットを5枚集めて受付で提示した方には、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(ファミリー向け)

日 7月3日(土)
午後3時～4時
場 タイムドーム明石プラネタリウムホール
対 区内在住・在勤・在学者(未就学のお子さんは保護者の膝の上での鑑賞をお願いします)
内 プラネタリウムの満天の星の下で、バイオリンとピアノによる生演奏をお楽しみください。お子さんに親しまれている曲をポピュラーからクラシックまで織り交ぜて演奏します。七夕の夜に見える星についても紹介します。
[出演]
DUO APRILIS(バイオリン：麻生 愛、ピアノ：田中恭子)
[曲目]
星に願いを、ホールニューワールド など
定 40人(申し込み多数の場合は抽選)
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)
申 6月20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む(電子申請も可)。
問 〒104-0044
中央区明石町12-1
郷土天文館「タイムドーム明石」
☎(3546)5537

東京湾サンセットクルーズ

[日時など]
8月21日(土)、22日(日)
・集合 午後4時
日の出ふ頭シンフォニー乗り場
レッツ中央専用受付前
(港区海岸2-7-104)
・出航 午後4時20分(約2時間のクルージング)
対 中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同居家族
内 クルージングレストラン「シンフォニー号」の部屋をスペースチャーターしてのクルージングとコース料理(ワンドリンク付き)
定 各回25人(申し込み多数の場合は抽選)
費 ・大人 7,400円
・小人(小学生) 6,000円
○一般料金は大人9,300円、小人7,600円です(乗船料・料理代を含む)。
申 7月12日(必着)までにはがき(1グループ1枚限り)に「サンセットクルーズ」と明記し、①希望日②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)③参加人数と全員の氏名・年齢を記入して申し込む。
[旅行実施]
㈱五島トラベル
(東京都知事登録旅行業2-1858号)
○本クルーズはレッツ中央の事業です。
問 〒104-0033
中央区新川2-12-13
松下ビル6階
㈱五島トラベル「レッツ中央担当」
☎(5542)3911(平日午前10時～午後4時)

離乳食講習会

クラス名

スタートクラス(初期～中期食)

ステップアップクラス(後期～完了期食)

日 時

7月13日(火)

7月1日(木)

7月14日(水)

会 場(※1)

日本橋保健センター5階多目的室

月島保健センター多目的室

中央区保健所2階栄養室

対 象(※2)

令和3年1・2月生まれの乳児の保護者

令和2年8～10月生まれの乳児の保護者

内 容

・離乳食の進め方の話

・離乳食の実演と試食(試食は保護者のみ)

定 員(※3)

各22人

25人

費 用

無料

申し込み方法

6月14日(月)から16日(水)までに電話で申し込む(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

月島保健センター健康係
☎(5560)0765

中央区保健所健康推進課予防係
☎(3541)5930

(※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。

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

(5)

高次脳機能障害者支援事業

- 高次脳機能障害専門相談
- 日7月8日(木)
午後1時30分～3時30分
場福祉センター2階 医務室
対区内在住の方(ご本人・ご家族、支援者など)
内リハビリテーション専門医による個別相談を行います。
[担当医]
東京慈恵会医科大学附属病院リハビリテーション科医師 羽田拓也
定4人(予約制、1人30分)
費無料
[申込期間]
6月14日(月)～7月2日(金)
高次脳機能障害者交流会
- 日7月27日(火)
午後1時30分～3時
場福祉センター3階会議室
対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)
内・脳トレ、情報交換会 など
・個別相談(交流会終了後、希望者に行います。4人程度、要予約)
定15人(先着順)
費無料
[申込期間]
6月14日(月)～7月26日(月)
共 通
申電話またはファクスに①～⑤(5面記入例参照)⑥相談希望の方は相談内容の概要を記入し申し込む。
問福祉センター支援係
☎(3545)9311
FAX(3544)0888

家庭向け省エネ講座

- 日7月16日(金)
午後2時～3時30分
場環境情報センター研修室
対区内在住・在勤者
内これから迎える夏を前に、無理なく暑さを乗り切るための家庭でできる省エネ方法についてお話しします。
定30人(先着順)
費無料
申6月14日(月)から電話で申し込む。
問環境推進課温暖化対策推進係
☎(3546)5628

在宅介護に役立つ「介護者教室・交流会」

歩行介助のコツと大事なポイント～歩行介助によくある間違いや安全に介助するコツ～

- 日7月11日(日)
午後2時～3時30分
場月島社会教育会館5階講習室
対区内在住・在勤・在学者、その他介護に興味・関心のある方
内・歩行の基礎や安全な歩行介助のポイントを紹介
・介護に関する情報交換や悩みの共有
[講師]
マイホームはるみ職員(理学療法士・介護福祉士)
定15人(先着順)

- 費無料
申6月13日(日)から7月10日(土)までに電話で申し込む(受け付けは午前9時～午後5時)。
問マイホームはるみ
☎(3531)7635

いきいき元気！出前「はつらつ」体験講座

- 日7月5日(月)
午後1時30分～3時
場いきいき桜川(桜川敬老館)トレーニングルーム
対区内在住で、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)
内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する講座です(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)。
定12人(先着順)
費無料
[持ち物]
室内用靴
申6月14日(月)から7月2日(金)までに電話で申し込む(受け付けは月～土曜日の午前9時～午後6時)。
問京橋おとしより相談センター
☎(3545)1107

地域で暮らすための福祉講座

明日への生活設計～成年後見制度・相続・遺言～

- 日7月13日(火)
午後2時～3時30分
場日本橋公会堂第3・4洋室
対区内在住・在勤・在学者
内「法定後見と任意後見の違い」「将来認知症になった場合のお金の管理」「亡くなった後に遺産を望み通りに分けてもらいたい」など、成年後見制度・相続・遺言について学び、今後の生活設計を考えましょう。
[講師] 司法書士法人チェスター 村田和也
定25人(先着順)
費無料
申6月14日(月)から7月13日(火)までに電話で申し込む(受け付けは月～土曜日の午前9時～午後6時)。
問人形町おとしより相談センター
☎(5847)5580

ビーズ手芸教室

- 日7月16日(金)
午後2時～4時
場久松町区民館2階5号室
対区内在住・在勤・在学者
内初心者でも簡単にできる、夏らしいビーズのロングネックレスを作ります。
[講師]
日本シードビーズ協会本部講師 植木理志
定10人(申し込み多数の場合は抽選)
費1,000円
[持ち物]
ビーズマットまたは無地のランチ

- ョンマット(下敷き用)
申6月13日(日)から27日(日)までに電話で申し込む(受け付けは午前10時～午後8時)。
◎当選者には6月30日(水)までに電話で連絡します。
問久松町区民館
☎(5640)5606

福祉体験講座

- 中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センターでは、全6種類の講座を講師ボランティアの協力の下、ボランティア活動や地域福祉活動に関心のある区内の学校、企業、団体などに出向き実施しています。
[福祉入門]
「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になり、体験談をお話ししていただくこともできます。
[アイマスク体験]
アイマスクを着用し、視覚障害者の日常生活について考えます。ゴールボールなど、障害者スポーツの簡単な体験もできます。
[車いす体験]
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。使用に当たっての注意事項や操作方法を学ぶことができます。
[シニア体験]
おおむね80歳の身体状況を体験できる装具を着用し、高齢者の日常生活・食事・歩行の疑似体験を行います。

- [手話体験]
聴覚障害のある方や手話通訳者と手話でコミュニケーションを取りながら、基本的なあいさつや指文字などを学びます。
[点字体験]
「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、点字板を用いて点字を打つ体験をします。
◎バリアフリーや障害などについての理解をより深めていただくため、事前に打ち合わせが必要となりますので、実施希望日の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
Evc@shakyo-chuo-city.jp

スポーツ

第75回区民体育大会

- ソフトボール大会
- 日8月29日(日)、9月5日(日)、12日(日)
午前8時～
[予備日]
9月19日(日)
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
申所定の申込用紙に記入の上、問へ郵送で申し込む。
[申込期限]
7月16日(金)
[主将会議]
参加チームにソフトボール連盟より連絡します。
テニス大会(ダブルス大会)
- 日9月5日(日)、11日(土)、12日(日)、19日(日)、26日(日)
午前9時～
費1,000円
テニス大会(シングルス大会)
- 日10月9日(土)、16日(土)、17日(日)、24日(日)、31日(日)
午前9時～
費500円
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
[申込期限]
7月15日(木)
申所定の申込用紙に記入の上、郵送、Eメールまたは東京都中央区テニス連盟HPからWebで申し込む。
Eentry@cta-tokyo.jp
HP東京都中央区テニス連盟
https://www.entry.cta-tokyo.jp/
◎代表者会議は行いません。
◎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
実施要項および申込用紙は区役所8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。
問〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729
HPhttps://www.chuo-taikyo.jp/
- ピラティス教室～正しい体の使い方を学ぼう～
- 日7月5日(月)・19日(月)
午後3時～4時30分
◎いずれの回も同じ内容です。
場豊海区民館1階2号室
対区内在住・在勤・在学者
内体の正しい使い方を学び、けがのしにくい体をつくります。
定10人(申し込み多数の場合は抽選)
費各回500円
[持ち物]
タオル、飲み物
◎当日は汗をかいても大丈夫な服装でお越しください。
申6月13日(日)から22日(火)までに電話で申し込む(受け付けは午前9時～午後5時)。
◎当選者には6月25日(金)までに電話で連絡します。
問豊海区民館
☎(3536)4005

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です。

【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、受けることができません。

◎申請が予定件数を超えた場合は抽選となります。

【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。

【必要書類に記入の上、6月25日(金)から7月2日(必着)までに郵送で申し込む。

【抽選結果】抽選の結果は7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お送りします。当選しなかった場合は申請書をお返しします。

◎9月にも募集をします。

◎申請要件など、詳細はお問い合わせください。

【問合せ】104-8404
中央区築地1-1-1
商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487

落下防止のために建物の点検を

建物の外壁や袖看板などは老朽化などにより破損し、落下する恐れがあります。区内でも外壁タイルが落下し、通行人が負傷するという事故がありました。

外壁のタイルやモルタル塗り、スチール枠の窓ガラス、屋外広告物などは特に注意が必要です。日頃からの点検を心掛けてください。

【外壁】

- ・ひび割れや部分的な剥がれがないか
- ・膨らんでいたり、浮いている部分がないか
- ・たたいた時に、他の部分と比べて違う音がする部分がないか

【窓ガラス】

- ・ガラスがパテ留めとなっていないか

【屋外広告物など】

- ・さびや劣化がないか

このようなことがありましたら、専門家に相談し調査や改善を行ってください。建物の点検や維持管理は所有者、管理者の皆さんの責務です。日頃から点検や維持管理を行い落下物による事故を未然に防ぎましょう。

【問合せ】建築課調査係
☎(3546)5453

令和3年第二回定例会の開催

【会期】6月16日(水)～24日(木)の9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)】一般質問
6月17日(木)・18日(金)
午後2時～6時

【周波数】FM84.0MHz

【問合せ】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】令和3年4月分寄付合計195,850円(敬称略・順不同)

【一般寄付金】佃二丁目鈴木猛夫…1,038円、第一生命カードサービス(株)…66,446円、田野拓馬…1,111円、池田滋子…1,000円、鈴木邑次…10,000円、(有)三谷葬儀社…10,000円、三谷和美…5,000円、匿名(10件)…100,255円(内訳1,616円、5,000円、60,000円、10,000円、200円、5,103円、5,103円、5,103円、5,103円、3,027円)

【ボランティア基金】匿名(1件)…1,000円

【問合せ】中央区社会福祉協議会管理部庶務課
☎(3206)0506

7月は「社会を明るくする運動」強調月間です～犯罪や非行のない明るい社会へ～

この運動は、罪を犯した人たちや非行をした少年たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする法務省主唱の全国的な運動です。

例年、強調月間中は保護司会と更生保護女性会がPR活動やイベントを実施していますが、昨年度に引き続き、今年度も新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、活動を縮小して行います。

【強調月間中のPR活動】懸垂幕や横断幕の掲出や区内施設などでポスターの掲示を行います。

【保護司の活動】保護司の皆さんは、犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支援するための見守りや相談、住居や働く場所など生活環境の調整、地域における犯罪や非行を防止するための啓発活動などを行っています。

また、地域の学校と連携・協力して子どもの健全育成のためにさまざまな活動を行い、犯罪や非行のない安全・安心な地域社会づくりに取り組んでいます。

【問合せ】中央区保護司会事務局(生活支援課地域福祉係内)
☎(3546)5349

臨港消防署受付窓口のお知らせ

東京2020大会期間中は、選手村内のセキュリティ強化のため、臨港消防署(本署)に来署することが出来なくなります。

各種届け出や試験講習などの申し込みは、月島消防出張所にお越しください。

敬老入浴事業のご案内

65歳以上の区民の方に健康の保持増進や地域の方との交流に役立てていただくため、区内の全公衆浴場(別表1のとおり)および他区協力浴場(別表2のとおり)を1回100円で利用できる「敬老入浴証(カード)」を希望により交付しています。

【対象】65歳以上の方

◎65歳となる誕生月(区内に転入された65歳以上の方は転入された翌月)の初旬に敬老入浴証への引換券を郵送しています。

◎特別養護老人ホーム入所者の方を除きます。

◎引換券は黄色いはがきサイズのもので、「敬老入浴証(カード)」の引換券在中」と記載された封筒に別表1

	浴場名	所在地	電話番号
京 橋	銀座湯	銀座1-12-2	☎3561-2550
	金春湯	銀座8-7-5	☎3571-5469
	入船湯	入船3-6-14	☎3206-0335
	湊 湯	湊1-6-2	☎3551-0667
日本橋	十思湯	日本橋小伝馬町5-19 十思スクエア別館2階	☎6264-9920
月 島	日の出湯	佃1-6-7	☎3532-1629
	月島温泉	月島3-4-5 2階	☎3531-1126
	勝どき湯	勝どき3-9-7	☎5560-1019

	浴場名	所在地	電話番号
千代田区	稲荷湯	千代田区内神田1-7-3	☎3294-0670
	於玉湯	千代田区岩本町2-2-14	☎3866-2306
台東区	弁天湯	台東区浅草橋1-33-6	☎3864-7100
	帝国湯	台東区浅草橋5-23-8	☎3851-2785
	鶴の湯	台東区浅草橋5-27-2	☎3851-4569

省エネにチャレンジ

中央エコアクト(中央区版二酸化炭素排出抑制システム)家庭用の参加者を募集しています。

中央エコアクトとは、二酸化炭素の削減につながる取り組みを選択・実践し、一定期間取り組んだ結果を区に報告することで認証を受け、特典を得ることができる制度です。

この制度に取り組むことで、電気やガスなどのエネルギー使用量を減らし、光熱水費の削減を図ることができます(取り組みの流れなどは別図のとおり)。

【問合せ】区役所7階環境推進課、日本橋・月島特別出張所などで配布しているガイドブックの参加申込書に必要事項を記入して申し込む。

◎参加申込書は、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。

【省エネナビの貸し出し】家庭の分電盤に測定器を取り付けるだけで、電気使用量や電気料金、二酸化炭素排出量をリアルタイムで確認することが

ださい。

【期間】6月14日(月)～9月30日(木)

◎詳しくは東京消防庁臨港消防署のホームページをご覧ください。

【問合せ】臨港消防署
☎(3534)0119

入れて郵送しています。

◎引換券が届かない、または引換券を紛失されたなどで引換券をご希望の方は、【問合せ】までお問い合わせください。

【引換場所】公衆浴場(別表1・2のとおり)、区役所4階高齢者福祉課、シニアセンター、各いきいき館(敬老館)、日本橋・月島特別出張所

【敬老入浴証の再発行】敬老入浴証を紛失・破損された方は、公衆浴場に住所・氏名・生年月日を確認できるもの(健康保険証など)を提示し、再交付申請書(公衆浴場にあります)に必要な事項を記入すると、500円で再交付されます。

【問合せ】高齢者福祉課高齢者福祉係
☎(3546)5354

できる省エネナビの貸し出しを行っています。

省エネナビを使って、家庭の省エネを「見える化」してみませんか。

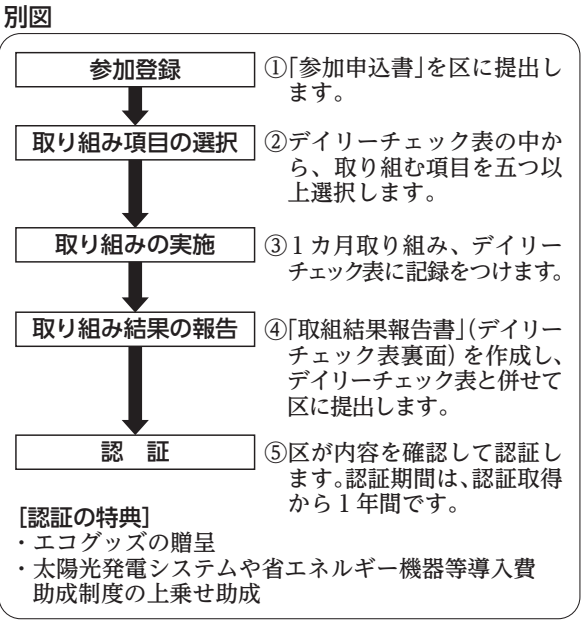
【対象】区内在住者

【貸与期間】2カ月間(延長可)

【費無料】

◎申し込み方法については、お問い合わせください。

【問合せ】環境推進課温暖化対策推進係
☎(3546)5628



東京都議会議員選挙



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

東京都議会議員選挙は私たちの声を都政に反映させる機会です。大切な1票を無駄にせず、忘れずに投票しましょう。

選挙管理委員会では、有権者の皆さんに安心して投票いただけるよう、新型コロナウイルスの感染拡大防止の対策に取り組みます。詳細は区のホームページをご覧ください。

投票日時

7月4日(日)
午前7時～午後8時

投票できる方

投票をするには、選挙人名簿に登録をされていることが必要です。今回投票できる方は、日本国民であることに加え、次の要件に当てはまる方です。

年齢要件

平成15年7月5日以前に生まれた方

住所要件

- ・令和3年3月24日までに転入届けを出し、引き続き6月24日まで中央区にお住まいの方
 - ・令和3年2月24日以降に中央区から転出された方で、転出前に引き続き3カ月以上中央区に住所を有し、転出後4カ月を経過しない方
- 中央区から転出された方、またはこれから転出される方**

令和3年3月25日以降に都内の他区市町村に転出し、新住所地に引き続き住んでいる方は中央区の選挙人名簿に登録があれば中央区の投票所で投票できます。

ただし、投票する際に新住所地の「引き続き住所を有する証明書」(住民票の写し(選挙用)など)(無料)が必要となります。住民票の写しなどをお持ちでない場合でも投票することはできますが、投票所でお待たせする場合があります。

◎投票日までに都外へ転出された方は投票できません。

入場整理券

入場整理券は、告示日(6月25日)までに世帯ごとに封書で発送します。投票所では、入場整理券のバーコードで受け付け処理をしますので必ずお持ちください。

入場整理券が届いていない方や紛失された方でも選挙人名簿に登録があることなど、一定の要件を満たしていれば投票(期日前投票)ができます。

◎詳しくはお問い合わせください。

期日前投票

投票日当日に、仕事や旅行など、**別表1**に掲げる事由で投票所へ行けない方は、期日前投票ができます。

人の密集を避け、分散して投票することは新型コロナウイルスの感染拡大防止にもつながります。期日前投票の積極的な活用をお願いします。

期日前投票をされる方は、入場整理券裏面の期日前(不在者)投票宣誓書兼請求書に必要事項をご記入の上、**別表2**に記載の期日前投票所へお持ちください。

不在者投票

病院、老人ホームなどでの不在者投票(指定された施設に限ります)

東京都選挙管理委員会が指定した病院や老人ホームなどに入院・入所中の方は、その施設で投票することができます。

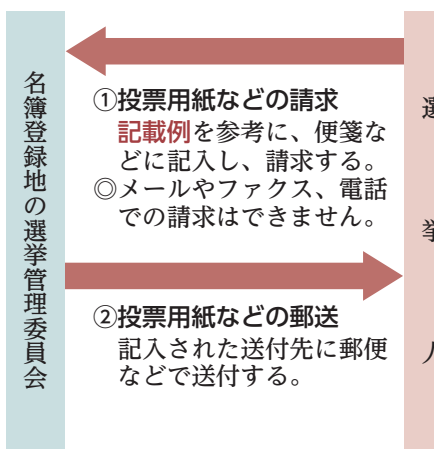
◎詳しくはお問い合わせください。

滞在地での不在者投票

区外に長期間滞在する方は、その滞在先の選挙管理委員会で投票することができます。その場合は封書で投票用紙などを請求する必要があります。手続きは**別図**のとおりです。

なお、請求に関する書類は区のホームページからダウンロードできます。

別図 滞在地での不在者投票手続き



トピックス



都心の屋上で田植え体験

5月25日(火)、日本橋茅場町にある(株)プレナスの屋上で、阪本小学校5年生の児童30人が田植え体験をしました。夏を思わせる日差しの中、裸足で田んぼに入った児童たちは、感触を楽しみながらも足を取られないよう悪戦苦闘して、丁寧に稲を植えていきました。約1時間にわたり、田植えの大変さ、米食文化を学ぶ貴重な体験となりました。

- ◎この他、身体に重度の障害があり投票所へ行くことが困難な方は、郵便などによる不在者投票ができる場合があります。
- ◎郵便等投票制度についての詳細は

「区のおしらせ ちゅうおう」5月11日号および区のホームページに掲載しています。

選挙管理委員会事務局
☎(3546)5541

別表1 期日前投票該当事由について

項目	事由
仕事など	仕事、学業、地域行事の役員、本人または親族の冠婚葬祭に出席
旅行用事など	上記以外の用事または事故のため、 ・他の区市町村に外出・旅行・滞在 ・区内の他の投票区に外出・滞在
病気など	病気・負傷・出産などのため歩行困難
転出	住所移転のため、都内の他区市町村に居住
天災悪天候	天災・悪天候のため投票所に到達できない(新型コロナウイルス感染症への感染が懸念される状況は本項目に該当します)

別表2 期日前投票所一覧

場所	期間	時間
中央区役所本庁舎 1階ロビー(築地1-1-1)	6月26日(土)～7月3日(土)	午前8時30分～午後8時
日本橋特別出張所 1階会議室(日本橋蛸殻町1-31-1)		
月島特別出張所 1階会議室(月島4-1-1)		

記載例

投票用紙等請求書

私は令和3年7月4日執行の東京都議会議員選挙の当日、下記の理由に該当する見込みです。以上、真実であることを誓い、投票用紙等を請求します。
令和3年〇月△日

- 1 氏名・ふりがな・生年月日
- 2 中央区での住所
- 3 投票用紙の送付先住所
- 4 電話番号(日中に連絡がつく番号)
- 5 請求理由(**別表1**参照)

新型コロナワクチン接種に関するご案内

基礎疾患を有する方などの接種券取得のための事前申請

60歳未満の基礎疾患を有する方、高齢者施設などに従事している方で、接種を希望される方を対象に、接種券の事前申請を、電子申請および郵送で受け付けています。申請書は、中央区保健所、日本橋・月島保健センター、区役所4階福祉保健部管理課、日本橋・月島特別出張所の窓口で配布している他、区ホームページにも掲載しています。◎詳細は特設サイトや区から6月上旬に送付した案内でご確認ください。

新型コロナワクチン接種支援薬局

ワクチン接種を希望しながら予約などができていない方などを対象に、区内薬局で支援を行っています。

支援内容

接種(予約)の確認、予約サイトでの予約代行、一般相談

実施薬局

特設サイトでご確認ください。

◎実施薬局は「接種支援薬局」ステッカーを店頭に表示しています。

中央区新型コロナワクチンコールセンター

☎(0120)421062

中央区新型コロナワクチン接種特設サイト

<https://vaccine-chuocity.jp/>

ハッピー買物・食事券を発送します



6月19日(土)から、「区内共通買物・食事券(ハッピー買物券)」の発送を開始します。

区内在住者のご自宅へ、区内在勤者は勤務先へ「ゆうパック」で発送します。はがきで申し込みをした方、Web申し込みで現金による代金引換を選択した方は、購入冊数分の現金を用意してください。

なりすまし詐欺にご注意ください

5月下旬に購入のご案内のメールまたははがきをお送りしています。

買物券を受領する際の注意事項などを記載していますので必ず内容をご確認ください。

なお、買物券を受領する際にはゆうパック伝票の「差出人名(依頼主)」「品名」「引換金額」(代金引換の方のみ)を確認するとともに、配達員が郵便局の方であること(名札、ユニフォームなど)を確認してください。

ハッピー買物券コールセンター

☎(5369)3905

(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)、J Rの駅(新日本橋・馬喰町)、文化堂でも配布しています。