

令和3年(2021年)

8/1

No.1473



区のおしらせ

ちゅうおう

中央区平和都市宣言

いまいちどたちどまり

平和の尊さをみつめよう

ささやかな幸せも

こよなき繁栄も

平和の光が消えたなら

すべてが失われる

私たちの手にあるこの輝きを

明日の世代に伝えよう

一九八八年三月一五日

この日 私たちは

永遠の平和を願い

中央区が平和都市で

あることを宣言する

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
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。

～平和を願って～



中央区長
やま もと たい と
山本 泰人

8月15日、76
回目の終戦記念
日を迎えます。
世界中で凄惨な
戦いが繰り広げ
られた第二次大
戦により、焦土
と化した日本。

わが国だけでも
軍人、民間人合
わせて3百万人以上もの尊い命が犠
牲となりました。私たちは、この悲
惨な出来事を二度と繰り返すまいと、
戦争の放棄を誓い、平和主義の道を
歩み、亡くなられた方々への鎮魂の
祈りを今日まで捧げてまいりました。
戦地に赴き若くして犠牲を強いられ
た若者たち、そして、家族や愛する
人々と引き裂かれた無念さを思うと、
76年の時を経た今でも悲痛な思いを
拭い去ることはできません。

現代に目を転じれば、核兵器によ
る威嚇、武力による自由の弾圧、新
たな脅威ともいえるサイバー攻撃な
ど、平和と安全安心な暮らしを脅か
すさまざまなリスクが世界を取り巻
いています。

本区は、1988年に平和都市宣言を
行い、戦争の災禍を忘れる事のない

よう永遠の平和を誓っています。
そして、2008年には平和祈念バー
チャルミュージアムをネット上に
開設、さらに2020年には、東京
2020オリンピック・パラリンピッ
ク競技大会を平和へのアピールの
絶好の機会と捉え、区内16の小学
校の子どもたちの手で描かれた平
和モニュメントを晴海第三公園に
設置いたしました。

コロナ禍にあって1年遅れとな
った東京2020大会は、まさにスポ
ーツと平和の祭典にふさわしい熱
戦が日々展開されています。無観
客での開催となり直接大会に参加
する事は難しい状況ですが、オリ
ンピック・パラリンピックの意義
はいささかも揺らぐことはありません。
テレビやネットでの観戦、
応援となりますが、アスリート達
のひたむきな努力と限界への挑戦
に大きな声援を送ろうではありませんか。
平和への希求と友情、連
帯、フェアプレイの精神は、国や
人種、宗教などの垣根を超え、次
代を担う子どもたちに恒久の平和
をもたらし、全ての人の心に残る
レガシーとなるものと信じます。

白あじさい平和ひたすら祈りけり 泰人



第75回 区民体育大会

総合開会式

日時 9月4日(土) 午後6時～
会場 総合スポーツセンター主競技場
公開演技種目 民踊、ラジオ体操

剣道大会

日時 10月3日(日) 午前9時～
会場 総合スポーツセンター主競技場
対象 区内在住・在勤・在学者および連盟登録者(小学生を除く)

費用 傷害保険料として220円(申込時に納入)
申し込み方法 8月23日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区体育協会事務局または中央区剣道連盟事務局へ郵送で申し込む。

〒124-0012
葛飾区立石4-14-13-506片野方
中央区剣道連盟事務局

chuokenren@gmail.com
サッカー大会
日時 10月24日～12月12日の毎週日曜日(11月7日を除く) 午前9時～
予備日 12月19日(日)
会場 江戸川河川敷サッカー場(埼玉県三郷市岩野木地先)、大島小松川公園サッカー場(江東区大島9-9)

対象 18歳以上(高校生を除く)の区内在住・在勤のアマチュアで構成された27人以内の団体(東京都社会人リーグ1部に登録している選手は参加不可)のうち4級以上の審判員を3人以上(うち1人以上が3級以上の審判員の資格を有すること)登録できる団体(審判割り当てあり)
費用 登録料などとして、1チーム18,000円(予定)
◎納付額、納付先などは別途通知します。
監督会議 9月22日(水) 午後7時～

区役所8階大会議室
◎申し込み多数の場合、監督会議前に選考を行います。

申し込み方法 9月2日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区体育協会事務局へ郵送で申し込む。

太極拳表演会

日時 10月17日(日) 午前10時～
会場 築地社会教育会館屋内体育場
対象 区内在住・在勤・在学者および連盟登録者
種目

・入門太極拳
・初級太極拳
・簡化太極拳(24式)
・総合太極拳套路(42式)
・楊式太極拳(40式自選)
・太極剣(32式・42式)
・八法五歩
費用 連盟登録者以外の方は出場料として2,000円(当日、会場で納入)
申し込み方法 8月13日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区体育協会事務局へ郵送で申し込む。

卓球大会(シングルス)
日時 9月19日(日) 午前9時30分～
会場 総合スポーツセンター主競技場

対象 区内在住・在勤・在学者および連盟登録者(小・中学生を除く)
費用 無料
申し込み方法 8月27日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区卓球連盟へ郵送で申し込む。

〒104-0042
中央区入船1-2-8-104山口方
中央区卓球連盟
090(2156)9045
バドミントン大会(ダブルス)
日時 9月26日(日) 午前9時30分～
会場 総合スポーツセンター主競技場

対象 区内在住・在勤・在学者および協会登録者(高校生以下は出場不可)
費用 保険料および事務費として500円(当日、会場で納入)

申し込み方法 8月20日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区バドミントン協会へ郵送で申し込む。
〒104-0052
中央区月島4-8-16岩崎ビル
中央区バドミントン協会

第75回区民体育大会競技種目別一覧

第75回区民体育大会競技種目別一覧				
競技種目		日 程	会 場	
アーチェリー		11月14日(日)	総合スポーツセンター	アーチェリー場
合気道		9月5日(日)		第一武道場
空手道		11月14日(日)		主競技場
弓道		9月12日(日)		弓道場
キンボールスポーツ		令和4年2月11日(祝)		主競技場
グラウンドゴルフ		10月2日(土)	月島運動場	
		11月13日(土)	豊海運動公園	
クレ射撃		11月7日(日)	成田射撃場	
剣道		10月3日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
ゴルフ		9月26日(日)	勝田ゴルフ倶楽部	
サッカー		10月24日(日)～ 12月19日(日)	江戸川河川敷	サッカー場
			大島小松川公園	
柔道		10月24日(日)	総合スポーツセンター	第一武道場
少年野球		8月29日(日)～ 9月23日(祝)	月島運動場 浜町運動場	
水泳		9月19日(日)	総合スポーツセンター	温水プール
スキー	個人戦	令和4年1月23日(日)	菅平高原スキー場	
ソフトテニス		10月17日(日)	豊海テニス場	
ソフトバレーボール	ミックス	12月5日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
	レディース	令和4年2月6日(日)		
ソフトボール		8月29日(日)～ 9月19日(日)	月島運動場	
太極拳		10月17日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
卓球	シングルス	9月19日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
	ダブルス	10月31日(日)		
	団体	11月21日(日)		
釣		10月3日(日)	木更津市周辺	
テニス	シングルス	10月9日(土)～ 31日(日)	木場公園テニスコート	
	ダブルス	9月5日(日)～ 26日(日)	豊海テニス場	
トランポリン		10月24日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
軟式野球		9月20日(祝)～ 12月19日(日)	月島運動場	
ニュースポーツ	ペタンク など	9月25日(土)		
		11月20日(土)		
	ラケット テニスなど	9月5日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
バスケットボール		8月28日(土)～ 10月9日(土)	総合スポーツセンター	主競技場 第二競技場
バドミントン	ダブルス	9月26日(日)		主競技場
	混合ダブルス	11月7日(日)		
バレーボール	男子	11月23日(祝)		
	女子	11月28日(日)		
ボウリング		10月31日(日)	ラウンドワン南砂店	
ヨットレース		9月26日(日)	若洲海浜公園	ヨット訓練所
ライフル射撃		10月24日(日)	総合スポーツセンター	エアライフル場
レディースバレーボール		9月12日(日)		主競技場

◎参加資格に一部制限がある種目があります。
◎日程または会場は変更になる場合があります。
◎申し込み方法など詳しくは実施要項をご覧ください。

090(7942)3729

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。

〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
0(3546)5729

https://www.chuo-taikyo.jp/

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

区のおしらせ

区の公式SNSなど

LINE

Twitter

Instagram

Facebook

YouTube

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

中央区の街並み絵画展作品募集

現在の街並みを記録し、その姿を後世に残すことを目的として街並み絵画展を開催しています。
中央区の街並みを描き、絵画展に作品を出展してみませんか。

応募資格 どなたでも応募できます。

応募作品 現在の中央区の風景を描いた20号までの大きさで、額装してある作品
◎油絵・水彩画などの種別は自由です。

応募方法 9月30日(消印有効)までに、はがきまたは区のホームページの電子申請から①中央区の街並み絵画展②氏名・ふりがな③郵便番号・住所④電話番号⑤年齢⑥作品の種別⑦大きさ⑧画題⑨区施設展示の希望の有無を記入して申し込む。

搬入日 11月6日(土)
◎申し込みされた方には、10月1日(金)以降に別途ご案内をします。

絵画展の内容

日時 11月10日(水)～14日(日)
午前10時～午後6時
◎14日は午後5時までです。
会場 月島社会教育会館晴海分館アートはるみギャラリー

費用

無料
◎本会場での実施後、希望される方は、区施設での展示もできます。
文化・生涯学習課生涯学習係
0(3546)5524



歌舞伎座の唐破風水彩
馬典彦さん作

高齢者の地域見守り活動実施団体の募集

区では、1人暮らし高齢者の方などが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域の皆さんによる「地域見守り活動」に対し支援を行っています。

これから取り組みを始めたい、また取り組みを充実したいとお考えの団体は、ご連絡ください。

対象団体

地域の方がおおむね5人以上で組織する団体

◎少人数の取り組みからでも対象としていますので、ご相談ください。

見守り対象高齢者

65歳以上の1人暮らし、または高齢者のみの世帯の方など、おおむね10人以上

活動内容

・見守り対象者のご自宅への訪問やまち中で見かけたときの声掛け、集会室で対象者参加のお茶会を開く活動

・見守り対象者の様子が「変だな」と気付いたときのおとしより相談センターへの相談や連絡

・緊急時の警察への通報

・おとしより相談センターへの定期的な活動報告 など

区の支援内容

見守り対象者1人につき年間3,000円を上限に助成します。見守り対象者への誕生日などのプレゼント代、お茶会を開く場合のお茶代、団体の通信費や打ち合わせ経費など活動団体の運営費に利用できます。詳しくはお問い合わせください。

令和3年度地域見守り活動実施団体

京橋地域

・秀和新川レジデンスあんしん協力員会

・築地七丁目町会あんしん協力員会

・築地七丁目生活あんしん協力員会

来年少4月に小学校に入学されるお子さんがいる方へ

来春の入学に向けてお住まいの地域の指定校や特認校制度について知っていただくため、「中央区立小学校案内」を8月上旬に郵送します。

また、各学校の教育方針や特色ある教育活動などを知っていただくため、学校公開を行います。「中央区立小学校案内」および各学校のホームページに学校公開の日程を掲載しますので、ご確認ください。

◎8月10日(火)までに小学校案内がお手元に届かない場合はご連絡ください。

◎学校公開については、令和3年度は新型コロナウイルス感染症対策のため例年と比べ回数を減らして実施します。今後の感染状況によって、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。

小学校特認校制度

区では、お住まいの住所に基づき指定されている小学校(指定校)への就学を原則としていますが、ご希望により指定校以外の小学校を選択できる「特認校制度」を実施しています。

この制度では、全ての小学校を選択できるものではなく、特認校に指定されている学校のみを選択することができます。

特認校

城東小学校、泰明小学校、京橋築

町の区域の変更および住居表示に係る街区構成の変更

勝どき六丁目7番、豊海町2番街区では、豊海地区第一種市街地再開発事業の実施に伴い道路が廃止され、町の区域が変更されました。

これにより、9月1日付で勝どき六丁目7番および豊海町2番街区の住居表示を別図のとおり豊海町2番街区に変更します。

変更日以降、新たに新築届が提出された建物から新しい住居表示を定めます。

問建築課調査係

☎(3546)5455

別図

変更前 勝どき六丁目7番および豊海町2番

変更後 豊海町2番

令和3年度(第42回)「中央区子どもフェスティバル」開催中止のお知らせ

例年10月中旬に開催している「中央区子どもフェスティバル」につきましては、新型コロナウイルス感染症の状況に鑑み、令和3年度の開催は中止とさせていただきます。

開催を心待ちにされていた皆さんには大変申し訳ありませんが、ご理解くださいますよう、よろしくお願いいたします。

問中央区子どもフェスティバル実行委員会事務局(文化・生涯学習課青少年係内)

☎(3546)5305

日本橋地域

・東日本橋三丁目橋町あんしん協力員会

・箱崎町箱四町会あんしん協力員会

・ハイツ日本橋中洲あんしん協力員会

・浜町三丁目東部町会あんしん協力員会

・ニューライフ日本橋管理組合あんしん協力員会

・浜町グランドハイツあんしん協力員会

・日本橋七の部あんしん協力員会

月島地域

・都営勝どき六丁目アパート自治会あんしん協力員会

・晴海ビュータワーさくら会あんしん協力員会

・佃二丁目五号棟自治会あんしん協力員会

・コスモ東京ベイタワーあんしん協力員会

・勝どき一丁目あんしん協力員会

・佃りバーシティいきいきクラブあんしん協力員会

らんしん協力員会

・アーバンタワー自治会あんしん協力員会

・都営勝どき5丁目アパート自治会あんしん協力員会

・ザトウキョウタワーズ音和会あんしん協力員会

・月島四丁目住宅自治会あんしん協力員会

・クレストクラブあんしん協力員会

・シャンボール第二築地あんしん協力員会

・ソフトタウン晴海あんしん協力員会

・晴海自治会あんしん協力員会

・コーシャタワー佃あんしん協力員会

・晴海スカイリンクタワー自治会あんしん協力員会

◎この地域にお住まいで、見守りを希望される高齢者の方は、区までお問い合わせください。

問介護保険課地域支援係

☎(3546)6762

地小学校、常盤小学校、阪本小学校

対 象 区内在住の令和4年4月に小学校第1学年に就学予定のお子さん

申請手続き 令和3年度は特認校制度の学校説明会を開催しませんので、希望する特認校の学校ホームページで教育方針などを確認してください。そして、学校ホームページに掲載される「教育方針等確認証」と「特認校就学申請書」を区役所6階学務課へ持参または郵送により申請してください。

なお、特認校就学申請書は「中央区立小学校案内」と併せてお送りします。

申請受付期間 10月1日(金)～21日(木)

申請結果 11月上旬に申請結果を通知します。受け入れ人数を超える申請があった場合には抽選を行います。実施日時などは別途対象の方へお知らせします。

就学時健康診断

小学校入学前のお子さんが受診する就学時健康診断は、本年11月に実施予定ですが、特認校制度の申請の有無にかかわらず、通学区域の指定校で受診してください。

◎詳しくは、「区のおしらせ ちゅうおう」10月1日号に掲載予定です。

問・就学時健康診断について

学務課保健給食係

☎(3546)5515

・その他全般について

学務課学事係

☎(3546)5514

熱中症に注意しましょう！

エアコンを使用しましょう

熱中症予防にはエアコンの活用が有効ですが、感染症対策のため、冷房時でも換気を行う必要があります。換気すると室内温度が高くなるため、エアコンの温度設定を下げましょう。

涼しい場所へ移動しましょう

暑い日や暑い時間帯の外出と運動を避けましょう。少しでも体調に異変を感じたら、速やかに日陰や風通しの良い場所、涼しい場所へ移動しましょう。

マスクを外しましょう

屋外で人と十分な距離が保てる場合は適宜マスクを外しましょう。

特に高齢者、子ども、障害のある方は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。

区民相談全般・窓口のご案内については、「まごころステーション」☎(3546)0561へお気軽にお問い合わせ・ご相談ください。

(3)

中央区社会貢献活動情報サイト
<http://chuo.genki365.net/>

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。

保健・医療・福祉

健康診査・がん検診など

区では、40歳以上の中央区国民健康保険加入者および後期高齢者医療制度加入者に健康診査を実施しています。また、40歳以上の区民の方にはがん検診などを、65歳以上の区民の方には介護予防のためのフレイル予防健診を実施しています。
対象者には、5月から8月までの間に順次「がん検診等受診券」を発送していますので、受診してください。
[受診券発送時期]
別表1のとおり
[費]無料(ただし、精密検査および検診以外の検査は受診者負担)
[受診方法]
同封の実施医療機関名簿に記載のある医療機関へ直接予約する。
●健康保険組合などの加入者の特定健康診査の実施期間、実施方法などは、それぞれの健康保険組合窓口にお問い合わせください。
●50歳以上偶数歳の方の胃がん検診の検査方法は、「胃部エックス線検査」または、「胃内視鏡検査」のいずれかを選択して受診することができます。
[問]福祉保健部管理課保健係
☎(3546)5397
別表1

誕生月	受診券発送時期
4～7月	5月上旬
8～11月	6月下旬
12～3月	8月下旬

●令和3年4月2日以降に転入し、受診券が届かない方は、お問い合わせください。

講座・催し物

レッツ中央契約カルチャースクール 10月期講座

対中小企業に勤務する区内在住・在勤者
内①池袋コミュニティ・カレッジ入会金免除および受講料10%割引(一部除外あり)
②朝日カルチャーセンター朝日JTB・交流文化塾
入会金免除および公開講座は会員料金
定各20人(先着順)
申①は8月20日(金)から、②は8月24日(火)からレッツ中央窓口で法人会員受講申込書または法人会員証を受け取り、受講先で手続きを行う。
●よみうりカルチャー、資格の大原、LEC東京リーガルマインドなども割引となります。
●詳しくはお問い合わせください。
[問]中央区銀座4-9-8 NMF 銀座四丁目ビル2階
レッツ中央(中央区勤労者サービス公社)
☎(3546)8610

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

●[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

女性センター「ブーケ21」水曜イブニングトーク「東京オリンピック・パラリンピックのミカタ」

[日]9月1日(水)
午後6時30分～8時
[場]女性センター「ブーケ21」
[対]どなたでも
[テーマ]
おしえて！スポーツドクター～女性の身体とスポーツ～
[ゲスト]
四季レディースクリニック院長、日本体育協会公認スポーツドクター、日本産科婦人科学会認定産婦人科専門医 江夏 亜希子
[定]30人程度(先着順)
[費]無料
[申]8月3日(火)から電話・ファクスに①・②(5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

高齢者の毛筆写経教室(初心者向け)～文字も心も美しく～
[日]9月7日(火)・22日(水)、10月5日(火)・19日(火) 計4回
午後1時30分～3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]小筆を使って「般若心経」を書き写します。
・小筆使いに慣れる
・筆順
・名入れのバランス
・年月の書き方
[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)

高齢者向けパソコン教室～ゆっくり楽しくチャレンジ～Excelを使ってみよう

[日]9月7日(火)～9日(木)、14日(火)～16日(木) 計6回
午前9時30分～11時30分
[場]シルバー人材センター2階パソコン研修室
[対]60歳以上で、簡単な文字入力のできる方
[内]表計算ソフト「Excel2016」を使って、セルや計算式の入力、計算表作りなど、基本と活用を学びます。
[講師]
シルバー人材センターの会員
[定]10人(申し込み多数の場合は抽選)
[費]6,000円
●テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのExcel2016」(1,320円)を使用します。
[申]8月10日(必着)までに往復はがきに①「Excelを使ってみよう」②～⑤(5面記入例参照)⑥普段使っているパソコンの機種名⑦申し込み理由を記入して申し込む。
●以前に受講された方も申し込むことができます。

●講習会終了後、希望者には後日専門家による個別相談を実施します。
●本事業は、本区の創業支援事業計画における特定創業支援事業です。受講後、区内で創業予定の方は証明書の交付を受けることができます。証明書により、会社設立時の

犬のしつけ方教室

[日]9月11日(土)
午前10時～11時30分
[場]浜町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]
ペットドッグトレーナー 臼井京音
[定]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]8月2日(月)から16日(月)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
[問]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/

登録免許税の軽減などの優遇措置が受けられます。
[問]〒104-8404
中央区築地1-1-1
商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487
FAX(3546)2097

	日 時	内 容	定 員	費 用	申込期限	申し込み方法
基礎編	9月11日(土) 午前10時～午後4時	起業についての基礎知識(ビジネスを具体化する、起業事例を知るなど)	30人	無料	8月23日(月)	申込用紙に記入して郵送またはファクスで申し込む(電子申請も可)。 ●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、各図書館にあるチラシの裏面に掲載しています。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。
実践編	10月2日(土)・9日(土)・23日(土) 午前9時～午後5時	・起業を成功させるためには ・経営計画の作り方 ・経営に必要な財務知識 ・経営に必要な税務知識・資金調達 ・人事労務、人材育成 ・マーケティング ・開業の手続きと実務 ・卒業生体験談	25人	6,000円		

●基礎編のみや実践編のみの参加も可能です。
●特定創業支援事業を受けたことの証明書の発行を希望する場合は、基礎編と実践編の両方を受講する必要があります。
●基礎編・実践編ともに申し込み多数の場合は抽選とします。ただし、区内在住・在勤で、区内で起業を検討している方を優先します。

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

(5)

10月からのさわやか健康教室

【日時など】
別表1のとおり
☒区内在住で、運動機能などの生活機能が低下していない60歳以上の健康な方(要支援・要介護認定を受けている方を除く)
◎生活機能の低下は、厚生労働省作成の「基本チェックリスト」を基に判定します。
☒問診、血圧測定実施後、高齢者向けのトレーニングマシンを使ったトレーニングや、口腔ケア・栄養改善のミニ講座を行います。運動指導員の指導の下、受講者の状態に合わせたトレーニング計画を作成しますので、初めての方でも安心して受講できます。

費無料
☒8月20日(消印有効)までに受講申込書などの書類に記入し、区役所別表1

コース	毎週水曜日 午後コース	毎週金曜日 午後コース
日 時	10月6日～12月22日の3カ月間 計12回(最長6カ月まで継続可)	10月8日～12月24日の3カ月間 計12回(最長6カ月まで継続可)
	午後1時30分～4時	
会 場	浜町高齢者トレーニングルーム	いきいき桜川(桜川敬老館)
住 所	日本橋浜町3-3-1 トルナーレ日本橋浜町2階	入船1-1-13
定 員	12人	10人

◎曜日・会場をかえて年4回募集します。

はつらつ健康教室

【日時など】
別表2のとおり
☒区内在住で、運動機能などの生活機能が低下している65歳以上の方(要介護1～5の方を除く)
◎おとしより相談センターのケアマネジメントにより、教室の受講が望ましいかどうかを個別に判断します。
☒問診、血圧測定実施後、体操や口腔ケア、栄養改善の講座などを行い、生活機能の改善・向上を目指します。運動指導員の指導の下、受講者の状態に合わせたトレーニング計画を作成しますので、初めての方でも安心して受講できます。

費無料
別表2

コース	毎週月曜日 午後コース	毎週火曜日 午前コース	毎週土曜日 午前コース
日 時	午後1時30分～4時	午前9時30分～正午	
会 場	浜町高齢者 トレーニングルーム	いきいき桜川 (桜川敬老館)	シニアセンター
住 所	日本橋浜町3-3-1 トルナーレ日本橋浜町2階	入船1-1-13	佃1-11-1
定員(※)	各12人		
コース	毎週水曜日 午後コース	毎週木曜日 午前コース	毎週木曜日 午後コース
日 時	午後1時30分～4時	午前9時30分～正午	午後1時30分～4時
会 場	ケアプラザあいおい	浜町高齢者 トレーニングルーム	いきいき桜川 (桜川敬老館)
住 所	佃3-1-15 相生の里1階	日本橋浜町3-3-1 トルナーレ日本橋浜町2階	入船1-1-13
定員(※)	9人	各12人	

(※)定員に空きが出次第、随時ご案内します。
◎各コースとも、3カ月間で計12回開催します(最長6カ月まで継続可)。

映画鑑賞会

☒8月21日(土)、22日(日)
午後2時～(午後1時30分開場)
場日本橋図書館6階図書館ホール
☒小学生以上
【上映作品】
「海の沈黙」(洋画、87分)
定各回20人(先着順)
費無料

4階高齢者福祉課に郵送または持参して申し込む。
◎申込書などの書類一式は、高齢者福祉課に電話で連絡された方に郵送します。また、いきいき館(敬老館)やシニアセンター、おとしより相談センターなどの施設で配布している他、区のホームページからダウンロードすることもできます。
◎「基本チェックリスト」も受講申込書などの書類に含まれています。
◎受講が決定した方には受講決定通知などを郵送します。
◎過去にさわやか健康教室を受講された方は申し込みできません。
◎受講決定後であっても、参加者の健康面での安全と教室運営上の事故防止のため、教室への参加をご遠慮いただく場合があります。
☒高齢者福祉課高齢者活動支援係 ☎(3546)5716

☒お近くのおとしより相談センターへご相談の上、お申し込みください。
◎受講は年間1回限りです。
◎受講が決定した方には決定通知書などを郵送します。
◎受講決定後であっても、参加者の健康面での安全と教室運営上の事故防止のため、教室への参加をご遠慮いただく場合があります。
☒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

☒8月5日(木)から12日(木)までに電話で申し込む。
◎1回の申し込みで2人分まで申し込みができます。
◎申し込みの際は、申し込み者全員の氏名と代表者の連絡先が必要です。
◎両日とも同じ作品です。作品の概要については、お問い合わせください。
☒日本橋図書館 ☎(3669)6207

交詢社公開講座「幸齢化を支える医学」

9月コース
☒9月15日(水)
午後2時～3時30分
☒「歯を無くしてしまったら、貴方ならどうする?～歯を失った部分に歯を作る3つの方法～」

【講師】
聖路加国際病院歯科口腔外科部長 小澤靖弘
11月コース
☒11月17日(水)
午後2時～3時30分
☒「頼れる外科医の見分け方ーその手術まかせられますか?ー」

【講師】
慶應義塾大学医学部外科学(呼吸器)教授 浅村尚生

共 通
場築地社会教育会館
☒区内在住・在勤者
定各回50人(申し込み多数の場合は抽選)

費無料
☒9月コースは9月1日(必着)、11月コースは11月2日(必着)までに、はがきに①希望コース②～⑤(5面記入例参照)を記入して申し込む。

◎本講座は「中央区民カレッジ連携講座」です。区民カレッジ生が受講した場合は、区民カレッジの単位とすることができます。

【申込先】
〒104-0061
中央区銀座6-8-7
(一財)交詢社事業委員会 ☎(5537)1311
☒中央区民カレッジについて 文化・生涯学習課生涯学習係 ☎(3546)5524

いきいき元気！出前「はつらつ」体験講座

☒8月25日(水)
午後1時30分～3時
場堀留町区民館1・2号室
☒区内在住で、転倒に対する不安のある、もしくは膝痛・腰痛予防に関心のある65歳以上の方(要介護1～5の方を除く)

☒いつまでも若々しく元気で過ごすために、現在実施中のはつらつ健康教室の一部を体験する講座です(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15人(先着順)
費無料

☒8月3日(火)から24日(火)までに電話で申し込む(受け付けは祝日・休日を除く月～土曜日の午前9時～午後6時)。

☒人形町おとしより相談センター ☎(5847)5580

発展的天文講座 金星探査機が見た地球の兄弟星の姿

☒8月8日(祝)
午後4時～4時50分(途中入退場不可)
場タイムドーム明石プラネタリウムホール
☒どなたでも

☒地球とは異なる進化を遂げた金星。日本の探査機による発見や残された謎をご紹介します。



【講師】
東京大学大学院新領域創成科学研究科教授 今村 剛
定40人(先着)

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枚集めた方には、記念品を差し上げます。

☒郷土天文館「タイムドーム明石」 ☎(3546)5537

TSUKEMENコンサート2021

☒9月10日(金)
午後6時45分開演(午後5時45分開場)(予定)

場日本橋公会堂ホール「日本橋劇場」
☒区内在住・在勤者

◎就学前のお子さんの入場はできません。小中学生お一人で鑑賞の場合、保護者などによる送迎をお願いします(送迎者は入場できません)。

☒ヴァイオリンとピアノからなる、3人組インスト・ユニットによるコンサートです。それぞれが作曲したオリジナル曲からクラシックや映画音楽など、多彩な楽曲をオリジナル・アレンジで演奏します。楽器本来が持つ豊かな生音をアンサンブルでお届けします。

【出演者】
TSUKEMEN(TAIRIK/ヴァイオリン・ヴィオラ、SUGURU/ピアノ、KENTA/ヴァイオリン)

【曲目(予定)】
・運命／ベートーヴェン(編曲：長生淳)
・ラ・ラ・カノン／パッヘルベル・映画「ラ・ラ・ランド」(編曲：山崎 燿) 他

定200人(予定)(全席指定、申し込み多数の場合は抽選)

費2,000円(当日会場にて支払い)
◎子ども料金の設定はありません。

☒8月19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①TSUKEMENコンサート②～⑤(5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☒へ申し込む。

◎はがき1枚で入場券1人分の申し込みとなります。料金不足の往復はがきは返却します。

☒〒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



▲TSUKEMEN

秋から始まる区民カレッジ講座

区民カレッジの後期講座の開講に当たり、区民カレッジ生以外の方も申し込みができる講座をご案内します。

- 【講座名など】
- 別表1～3のとおり
- 対18歳以上の区内在住・在勤・在学者(ただし、シニアコースのクラブ学習は60歳以上の区内在住者)
- 講座日程や受講料など、詳しくは「中央区民カレッジ講座案内2021年度後期分」をご覧ください。講座案内は区役所8階文化・生涯学習課、各社会教育会館、日本橋・月島特別出張所などで配布している他、区のホームページからダウンロードすることもできます。
- 申8月16日(必着)までに往復はがき(1枚につき1人1講座)に①講座番号と講座名②～⑤(5面記入例参照)⑥在勤・在学の方は勤務・通学先の名称・所在地・電話番号⑦託児付き講座で託児を希望する方は託児希望月日およびお子さんの氏名・ふりがな・年齢・性別を記入して郵送、または区のホームページの電子申請から申し込む(申し込み多数の場合は抽選)。
- 日時が重ならない講座は複数申し込みめます。
- 【託児】

託児のある講座(別表1・3のとおり)は、原則として2歳6カ月以上の未就学のお子さんをお預かりします。1歳から2歳6カ月未満のお子さんも受け付けできますが、託児申し込み状況により、2歳6カ月以上のお子さんを優先します。

問〒104-8404
中央区築地1-1-1
文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524

別表2 シニアコース クラブ学習

講座番号	講座名	託児	会場
㊟-1	やさしい水彩画	—	築地社会教育会館
㊟-2	篆刻入門		
㊟-3	足指から元気になる楽々動作術入門		
㊟-4	花に寄り添う		
㊟-5	今考えよう、自分の最期の過ごし方		
㊟-6	書に親しむ		

税

8月は特別区民税・都民税(普通徴収分)第2期分の納期

金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、モバイルレジ、PayPay請求書払いまたは区役所2階税務課、日本橋・月島特別出張所で8月31日(火)までに納めてください。なお、コンビニエンスストアとモバイルレジ、PayPay請求書払いについては納付書に記載された額が300,000円以下でバーコードのあるものに限ります。

【PayPay請求書払い】での納税
【開始時期】
8月2日(月)

別表1 まなびのコース

講座番号	講座名	託児	会場
①-1	カレッジデビュー講座	—	築地社会教育会館
①-2	ボランティアのための傾聴講座(生涯学習基礎講座)	—	中央区社会福祉協議会
①-3	古絵葉書で見る日本橋ビックリ風景	○ (一部除く)	日本橋社会教育会館 他
①-4	街歩き楽しみ隊		築地社会教育会館 他
①-5	画廊へのご招待	—	
①-6	福澤諭吉と渋沢栄一が目指した近代日本の企業経営 ～株式会社と証券市場が生み出した「公共の利益」～	○	築地社会教育会館
①-7	人と食とが出会う場所～築地場外市場～	—	魚河岸スタジオ
①-8	文楽の世界を楽しむ	○	築地社会教育会館
②-1	アーティフィシャルフラワー	—	
②-2	茶道入門～楽しく学ぶ茶道の心～	—	
②-3	自分にあった姿勢づくりと健康歩行！ ノルディック・ウォーク	○	
②-4	はじめてのシャドーボックス		日本橋社会教育会館
②-5	アート・エクササイズ ～アートについて、様々な技法に触れてみよう～		
②-6	チャレンジ ザ パントマイム！		月島社会教育会館
②-7	はじめての立体刺しゅう(スタンプワーク) ～スタンプワークで作る野の花～		
②-8	初心者のためのウクレレ講座 ～簡単、楽しい！ウクレレで音楽を始めてみよう！～		
②-9	シルクロードへ想いを馳せるウイグルダンス	—	アートはるみ
③-1	見つけよう！自分に合った健康法 ～骨・筋肉のこと～	—	聖路加国際大学
③-2	歌舞伎ものしり講座(※1)	○	築地社会教育会館
③-3	「学際研究」が解き明かす 考古学の世界		
③-4	美しい和紙の芸術「和紙・墨・滲み」	—	日本橋小津和紙
③-5	水産研究所における持続可能な養殖に向けた研究と取り組みの紹介	○	近畿大学東京センター
③-6	総研大講師陣による科学探求講座		築地社会教育会館
③-7	クラシック音楽講座 シューベルトのピアノ五重奏曲「ます」を楽しむ	—	晴海トリトンスクエア
③-8	～日本の文化聖地・三重の“宝”～伊勢神宮		三重テラス
③-9	クリエイティブ・ダイアログーアートと対話する7つのレッスン		築地社会教育会館
③-10	歌舞伎から見る日本文化	—	「Zoom」で実施する オンライン講座
③-11	西洋美術における「作者」をめぐる冒険		
③-12	和菓子で季節を味わうー年中行事と和菓子ー		
③-13	中学英語で伝える日本！(※2)		
③-14	地図を片手に漱石作品を読む		
③-15	英語で紹介する日本(※3)		
③-16	「源氏物語」への招待		

(※1)初めて受講される方を優先の上、抽選します。
(※2)基礎～初級レベル(簡単な会話が理解でき、身近な話題であれば応答ができる。英検：3級～準2級、TOEIC：400～500点程度)の運用力をお持ちの方が対象です。
(※3)中級レベル(通常会話であれば要点を理解し、応答にもそれほど不自由しない。英検：準2級～2級、TOEIC：500点台～)の運用力をお持ちの方が対象です。

別表3 区民企画講座

講座番号	講座名	託児	会場
区民①	音楽家カップルおもしろ雑学事典 ～恋多き大作曲家、愛と人生～	○	築地社会教育会館
区民②	【日本語・英語、二か国語講座】 ～こんな生き方もある～オーストラリア人の芸者さん		
区民③	「銀座・和光」と「セイコーミュージアム銀座」への訪問 ～屋上で鐘の音を聴く～	—	築地社会教育会館 他

○区民企画講座は、申し込み多数の場合は区内在住者優先の上、抽選します。

- 【対象税目】
特別区民税・都民税(普通徴収分)、
軽自動車税(種別割)
- 【納付上限】
300,000円
- 【利用方法】
①スマートフォンにPay Payのアプリをダウンロードする(初回のみ)。
②PayPayの利用登録および銀行口座連携などで納付に必要な金額をチャージする。
③アプリを起動し、納付書(300,000円以下)に印字されたバーコードを読み取る。
④支払い内容を確認し、金額が表示されたら「支払う」ボタンをタップ

- する。
- 現在口座振替をしている方が「PayPay請求書払い」に変更する場合は、口座振替登録解除の手続きが必要です。
○詳しくは区のホームページをご覧ください。
○同時に「LINEPay請求書支払い」の導入開始を予定していましたが、LINE(株)および同子会社の個人情報取り扱いに関する国などの対応を踏まえ、導入を延期することとしました。なお、導入開始時には、区のホームページや「区のおしらせ ちゅうおう」などでご案内します。
問税務課収納係
☎(3546)5277

その他

コミュニティふれあい銭湯

- 日8月11日(水)・25日(水)
○8月11日はハイビスカスの湯です。
場区内公衆浴場(銭湯)
費100円(敬老入浴証持参者と小学生以下は無料)
○区内在住・在勤であることが確認できるもの(運転免許証、健康保険証、社員証など)を必ず持参してください。本人の住所・勤務場所が確認できない場合は一般料金となります。
○入浴時以外はマスクを着用し、浴場内での会話は控えてください。
○体調不良の際は利用を控えてください。
問地域振興課区民施設係
☎(3546)5623

社会教育関係登録団体への講師派遣(後期分募集)

- 対10月から令和4年3月までの間に講師派遣を予定している団体
○前期(4月～9月)に決定した団体を除きます。
内学習会などを開催する際の講師への謝礼(上限額あり)を負担します。
定93団体(申し込み多数の場合は抽選)
申8月20日(必着)までに、往復はがきに①団体講師派遣の申し込み②登録団体名③登録番号④団体代表者または連絡担当者の住所・氏名・電話番号⑤学習会などの実施予定月⑥学習会などのテーマを記入して申し込む(電子申請も可)。
○会場の確保、講師との交渉などは各団体で行ってください。
○団体の構成員を講師にすることはできません。
○社会教育関係団体の登録については、問またはお近くの社会教育会館にご相談ください。
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

休日のごみ収集

8月9日「振替休日」は、月曜日の収集地域で通常どおり、燃やすごみ・燃やさないごみ、資源およびプラスチック製容器包装の収集を行います。
問中央清掃事務所作業係
☎(3562)1521

東京都シルバーパス更新手続きのお知らせ

今年度の更新手続きは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、昨年度と同様、郵送方式により行います。
現在シルバーパスをお持ちの方には、8月中旬に(一社)東京バス協会から「シルバーパス更新手続のご案内」が届きます(赤い封筒または青い封筒)。更新を希望される方は「ご案内」を必ずお読みいただき、お手続きをお願いします。
問(一社)東京バス協会・シルバーパス専用電話
☎(5308)6950
(土・日曜日、祝日・休日を除く、午前9時～午後5時)

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

予防接種証明書(ワクチンパスポート)の発行について

新型コロナワクチンの接種を受けた方で、海外渡航のためワクチンを接種済みであることを示す公的な証明が必要な方に対し、予防接種証明書を発行しています。

対象

接種日において中央区に住民票がある方で、海外渡航の予定がある、ワクチンを2回接種済みの方

必要書類

- ①申請書
- ②旅券(パスポート)
- ③接種事実を確認できる書類(接種済証、接種記録書など)
- ④委任状と代理の方の本人確認書類(代理人が申請する場合)
- ◎申請書は特設サイトからダウンロードできる他、健康推進課窓口で配布します。
- ◎申請書と委任状は原本、その他の書類は写しでも構いません。

申請方法

- 必要書類を郵送または中央区保健所2階健康推進課臨時窓口に持参して申し込む。
- ◎窓口は平日午前9時から午後5時(受け付けは午後4時30分)まで開設しています。
- ◎郵送の場合、返信用封筒(返送先住所を記載し、84円切手を貼付した

もの)を同封してください。返送先が住民票の住所と異なる場合、返送先を確認できる資料(返送先住所が記載された本人宛ての公共料金領収書や郵便物の写し、賃貸契約書の写しなど)を添付してください。

◎窓口の場合、原則、即日発行となりますが、混雑時や接種事実の確認ができない場合などは、後日の発行となります。

◎詳細は特設サイトをご覧ください。か、コールセンターにお問い合わせください。

郵送先

〒104-0044
中央区明石町12-1
中央区保健所健康推進課ワクチンパスポート担当

問・制度全般に関すること
厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター

☎(0120)761770

・申請に関すること
中央区新型コロナワクチンコールセンター

☎(0120)421062

HP中央区新型コロナワクチン接種特設サイト

https://vaccine-chuo-city.jp/



東京2020大会開催に伴う交通対策などのおしらせ

交通規制により皆さまにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

東京2020パラリンピック聖火リレーに伴う交通規制

8月24日(火)

当日は、走行ルートおよびルート直近の道路で、長時間にわたり車両の通行が禁止される他、自転車・歩行者のルート横断も規制されます。また、中央区コミュニティバス「江戸バス」(北循環)についても、一部迂回運行をいたします。

◎交通規制の詳細が決まり次第区のホームページに掲載しますので、下記2次元コードを読み取りご覧ください。



区ホームページ
東京2020パラリンピック聖火リレー

問・都聖火リレー実行委員会事務局(平日の午前9時から午後6時、および当日の交通規制予定時間中)

☎(6732)8484

・江戸バスについて
環境政策課庶務係

☎(3546)5413

開会式・閉会式に伴う交通規制

8月8日(祝)、8月24日(火)、9月5日(日)

当日は、晴海選手村やオリンピックスタジアムの周辺、首都高速道路で交通規制が行われます。



東京2020組織委員会
ホームページ

東京2020大会開催に関するお問い合わせ

コールセンター(東京2020組織委員会)
☎(0570)092020(有料)

受付時間

- ・8月8日(祝)まで、8月24日(火)～9月5日(日)
全日 午前8時～午後10時
- ・上記期間以外
平日 午前9時～午後5時



ウェブフォームでの
お問い合わせはこちら

◎聖火リレーに伴う交通規制などについては、聖火リレー実行委員会事務局にお問い合わせください。

緊急事態宣言発令中 8月22日(日)まで

都民の皆さまに対する要請

日中も含めた不要不急の外出・移動の自粛

医療機関への通院、食料・医薬品・生活必需品の買い出し、必要な職場への出勤、屋外での運動や散歩など、生活や健康の維持のために必要な場合を除き、原則として外出しないようお願いします。

特に、以下のことの徹底を！

- 午後8時以降の不要不急の外出自粛
- 混雑している場所や時間を避けて行動すること
- 感染対策が徹底されていない飲食店などや、休業要請または営業時間短縮の要請に応じていない飲食店などの利用を厳に控えること
- 不要不急の帰省や旅行など都道府県間の移動や、感染が拡大している地域への不要不急の移動を極力控えること
- 路上、公園などにおける集団での飲酒など、感染リスクが高い行動の自粛

区の対応方針

- 区施設(区民館、図書館など)については、利用を一部再開しています。
 - ◎利用を休止していた学校施設開放(プールなど)については、夏季休業期間中、利用を再開します。
 - ◎区施設の開館状況について、詳しくは区のホームページをご確認ください。
- 区主催イベントについては、原則として中止または延期とします。



緊急事態宣言の期間中であっても、感染状況の推移などを踏まえながら、対応方針を変更する可能性がありますのでご了承ください。

困ったときの相談先

発熱などの症状が生じた方

東京都発熱相談センター
☎(5320)4592
毎日24時間対応

◎症状や患者との接触歴などの聞き取りを行います。

新型コロナウイルス感染症が心配な方

中央区保健所コールセンター
☎(3541)5254
平日午前9時～午後5時
◎区内在住・在勤者が対象です。

東京都新型コロナコールセンター
☎(0570)550571
FAX(5388)1396
毎日午前9時～午後10時

一人一人の行動の積み重ねが、最大の対策です。
ご協力をお願いします。



お詫びと訂正

「区のおしらせ ちゅうおう」7月21日号に誤りがありました。お詫びして訂正します。
8面「区内の文化財」左から3列目、上から10行目
正 第4期は築地側
誤 第4期は築地川

(8) 「区のおしらせ ちゅうおう」は区役所、特別出張所、区民館などの区施設、コミュニティバス、区内公衆浴場、一部金融機関、百貨店、ファミリーマート(一部店舗を除く)、都営地下鉄の駅(東銀座・宝町・築地市場・日本橋・人形町・東日本橋・馬喰横山・浜町・勝どき・月島)、東京メトロの駅(京橋・銀座・東銀座・新富町・築地・八丁堀・三越前・日本橋・人形町・茅場町・小伝馬町・水天宮前・月島)、JRの駅(新日本橋・馬喰町)、文化堂でも配布しています。