

令和3年(2021年)

8/21

No.1475



区のおしらせ

ちゅうおう



いきいき館で 楽しもう

～敬老のつどい～

いきいき桜川(桜川敬老館)

日時

9月22日(水)

①午後2時～ ②午後3時10分～

内容・出演者

「ソプラノコンサート」

大塚京子(ソプラノ)、大野君子(ピアノ)

定員

各回30人(申し込み多数の場合は抽選)

費用

無料

申し込み方法

8月22日(日)～9月10日(金)の間にいきいき桜川で直接申し込む。
◎抽選結果を9月12日(日)以降館内に掲示します。

問 いきいき桜川(桜川敬老館)

☎(3553)0030



いきいき浜町(浜町敬老館)

日時

9月9日(木)

午後2時～

内容・出演者

「浜町寄席と紙切り」

[落語]立川 幸之進、立川談吉

[紙切り]林家 喜之輔

定員

24人(先着順)

費用

無料

申し込み方法

8月23日(月)からいきいき浜町で直接申し込む。

問 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)

日時

9月15日(水)

午後1時30分開演(午後1時開場)

内容・出演者

「ピアノデュオコンサート」

平田 もも子(ピアノ)、

川端宙輝(ピアノ)

定員

30人(先着順)

費用

無料

申し込み方法

9月1日(水)からいきいき勝どきで直接申し込む。

問 いきいき勝どき(勝どき敬老館)

☎(3531)3258



◎本紙2面、5面にも各いきいき館の講座のご案内を掲載していますのでご覧ください。

生きがい活動支援室のご案内

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・休日、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)および実際の行動につなげる助言

・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、専門相談員(生きがい活動リーダー)による「生きがいひろば」や、老化予防・

健康づくりの参考となる講座などの開催

・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

生きがい相談

いきいき館(敬老館)を利用しての方に対し、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・休日、年末年始を除く午後1時～4時までとなります。

◎新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、予定を変更して実施しているものがあります。詳しくは「生きがいづくり支援サイト」をご覧ください。

問 シニアセンター

☎(3531)7813

HP 生きがい活動支援室

<http://chuosenior.ec-net.jp/>



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9月1日号は町会・自治会配布です。

(1)

凡例

問い合わせ(申込)先

HP ホームページアドレス

Eメールアドレス

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。

いきいき館(敬老館)秋の事業案内

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、健康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。

◎登録の際には緊急連絡先をお聞きます。

費 用
無料

問いきいき桜川(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

凡例

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

区のおしらせ
ちゅうおう



区
の
公
式
S
N
S
な
ど



館 名	講座名	日 時		定 員		
いきいき桜川(桜川敬老館)	桜川体操サークル	第2・4月曜日	午前9時30分～11時	10人程度		
	工作くらぶ(※)	最終土曜日	①午前10時30分～正午 ②午後2時～3時30分	各12人程度		
	カーレットを楽しもう	第1・3水曜日	午前10時半～正午			
	盆踊り講習会(※)	第3日曜日	①午後1時～1時40分 ②午後2時～2時40分		各15人程度	
	楽しく脳トレ	第1・3月曜日	午後3時15分～4時			
	健康づくり講座	第4水曜日	午後3時～4時			
	シャチの歌ってすこやか体操(※)	①第2月曜日②第4月曜日	午前10時半～11時半	各18人程度		
	チェアロビ元気体操(※)		午後1時～2時			
	いきいき運動(※)	①第2火曜日②第4火曜日	午後2時～2時45分			
	健康タオル体操(※)	①第1水曜日②第3水曜日	午後1時～2時			
	浮世絵セミナー	第3火曜日	午前10時30分～11時30分			
いきいき浜町(浜町敬老館)	チェアロビ元気体操①・②(※)	①第1木曜日 ②第3木曜日	午前10時～11時	各15人		
	粋トレ&脳トレ体操①・②(※)	①第2金曜日②第4金曜日	午前10時～11時			
	ボクシングエクササイズ & ストレッチ①・②(※)	①第2火曜日②第4火曜日	午前10時30分～11時30分			
	フラダンス講習会①・②(※)	①第2月曜日②第4月曜日	午後1時～2時30分			
	気功①・②(※)	①第1水曜日 ②第3水曜日	午後1時30分～2時30分			
	歴史への招待①・②・③(※)	①・②第1・3金曜日 ③第2・4金曜日	①午後0時30分～2時 ②午後3時～4時30分 ③午後0時30分～2時			
	初心者社交ダンス(※)	第3月曜日	午後1時30分～2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	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			
	健康長寿講座(※)	第4土曜日	午前10時30分～正午			
	薬剤師による講座(※)	第1土曜日	午前11時～正午			
	終活講座(※)	第2木曜日	午後2時～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10人
		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(※)			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	各10人		
いきいき句会(※)		第2木曜日	午前10時～正午			
楽しく、ポッチャ！(※)		第2・4土曜日	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時40分～11時40分	各6人		

◎(※)は事前に申し込みが必要な講座ですので、各いきいき館にお申し込みください。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。

家具類転倒防止器具の取り付け



対 象
区内在住で、次の①～⑦のいずれかに該当する方

- ・ **高齢の方**
①65歳以上で要介護2以上の寝たきりの方
②65歳以上の1人暮らしの方
③65歳以上の方を含む60歳以上の方だけで構成される世帯の方
④家族が就労、就学などで日中などに不在となり、②または③と同様の状態となる方
- ・ **障害のある方(上記高齢の方の対**

象とならない方のみ対象)

- ⑤身体障害者手帳を所持する視覚障害者、4級以上の肢体不自由者が属する世帯
- ⑥愛の手帳3度以上を所持する知的障害者が属する世帯
- ⑦精神障害者保健福祉手帳2級以上を所持する方が属する世帯

◎申請は1世帯1回限りです。過去にサービスを受けた方や同じ世帯の方がサービスを受けている場合は申請できません。

◎器具のみの助成、ご自身で購入さ

れた器具の取り付けは、このサービスの対象外です。

内 容

区が委託した専門業者がご自宅に伺い、申請者が取り付けを希望する家具および取り付け可能な電化製品(楽器類を除く)に最適な器具を選定し、器具の購入・設置を行います。

費 用

器具代(4個まで)、事前調査費および取り付け費の1割を負担します。

◎住民税非課税世帯の方や障害者で対象となる方(⑤～⑦)は無料です。

◎補助は器具4個までで、5個目以上は器具代を全額自己負担することで行うことができます。

申し込み方法

- ・高齢の方①～④に該当)
区役所4階高齢者福祉課、おとしより相談センターで申請書に記入して申し込む。
- ・障害のある方⑤～⑦に該当)
区役所4階障害者福祉課で申請書に記入して申し込む。

◎郵送による申し込みも受け付けています。詳しくはお問い合わせください。

問・高齢の方
高齢者福祉課高齢者福祉係
☎(3546)5354

- ・障害のある方
障害者福祉課障害者福祉係
☎(3546)5389

.....高年齢者無料職業紹介所.....



シルバーワーク中央のご案内

「シルバーワーク中央」は、おおむね55歳以上の方の求職活動と、事業主の方の求人活動をお手伝いする高齢者無料職業紹介所です。

仕事をお探しの方へ

「シルバーワーク中央」では、独自に開拓した求人やハローワーク、(公財)東京しごと財団などと連携した

求人など、パートタイムからフルタイムの仕事まで、常時4,000件以上の多種多様な求人情報を閲覧することができます。求職の申し込みから就職まで、相談員がきめ細かくお手伝いします。

- ◎来所の際は事前連絡が必要です。
- ◎求人情報は、シルバーワーク中央

のホームページでも一部ご覧いただけます。

シニアの人材をお探しの事業主の方へ

事業主の方からの求人情報と求職者とのマッチングを行い、即戦力につながる人材を紹介しています。求人登録は、企業、団体、NPO法人など業種を問わず受け付けています。また、一定の条件の下、60歳以上の高年齢者を雇用した事業所に対する助成制度もあります。

経験豊かな人材をお探しの事業主

からの求人をお待ちしています。
開所日時

月～金曜日(祝日・休日、年末年始を除く)
午前9時～午後4時
所在地
中央区八丁堀3-17-9
京華スクエア1階
☎中央区社会福祉協議会シルバー
ワーク中央
☎(3551)9200
HP<http://sw-chuo.com/>

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

第75回 区民体育大会

グラウンドゴルフ大会

日 時
①個人戦
10月2日(土) 午前9時40分～
②団体戦
11月13日(土) 午前9時～
会 場
①月島運動場
②豊海運動公園
対 象
区内在住・在勤・在学者
費 用
無料
申し込み方法
当日、競技の開始30分前に直接会場で申し込む。
◎雨天時は中止となる場合があります。中止の際は、中央区体育協会のホームページでお知らせします。

ゴルフ大会

日 時
9月26日(日) 午前9時37分～

会 場
勝田ゴルフ倶楽部ゴルフコース(茨城県ひたちなか市長砂1506)
◎希望者には会場までの往復送迎バス(無料)があります。
対 象
区内在住・在勤者(大学生以下および初心者を除く)
定 員
32人(先着順)
費 用
・参加費 6,000円
・予約金 4,000円(当日、プレー費に充当)
・プレー費 17,300円程度
申し込み方法
8月23日(月)午前9時から区役所8階中央区体育協会事務局で参加費と予約金を添えて申し込む。

卓球大会(団体)

日 時
11月21日(日) 午前9時30分～

区の地球温暖化対策の取り組み

環境マネジメントシステム(EMS=Environmental Management System)の運用

区は大規模事業者の責務として、区独自のEMSを導入し、事務事業に係る環境負荷の低減に取り組んでいます。
各所属・施設では、地球温暖化対策推進員(それぞれ1人配置)を中心に、各職員が環境配慮活動プログラムに基づいて省エネルギー・省資源活動を実践しています。
令和2年度の取り組み結果は別表1のとおりです。

環境監査の結果報告

EMSが適切かつ継続して運用され

別表1

	電 気	ガ ス	液化 石油ガス	燃 料	地域冷暖房	水 道	ごみ・資源 (排出量)	用紙類	車両燃料	車両燃料 CNG
令和2年度 使用量など実績	37,282,140kWh	2,723,541㎡	3,513㎡	185,542ℓ	13,735,430 ^{ジュール}	473,503㎡	805,169kg	351,970kg	194,744ℓ	128㎡
平成26年度 使用量など実績	41,236,475kWh	3,003,046㎡	4,964㎡	214,927ℓ	12,435,707 ^{ジュール}	618,005㎡	809,248kg	340,179kg	228,684ℓ	394㎡(※)
令和2年度 目標	1.8%削減	0.3%削減	2.3%削減	2.3%削減	3.1%削減	1.1%削減	2.5%削減	2.5%削減	2.5%削減	2.5%削減
令和2年度 達成状況	9.6%削減	9.3%削減	29.2%削減	13.7%削減	10.5%増加	23.4%削減	0.5%削減	3.5%増加	14.8%削減	67.5%削減

◎令和2年度目標および達成状況は、「平成26年度使用量など実績」との比較です。
(※)車両減少に伴い平成29年度の使用量を用いて比較しています(平成26年度の車両CNG使用量は7,340㎡)。

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
競技方法
シングルス4試合・ダブルス1試合(11本5ゲームマッチ3ゲーム先取)
費 用
無料
申し込み方法
10月29日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区卓球連盟に郵送で申し込む。
〒104-0042
中央区入船1-2-8-104山口方
中央区卓球連盟
☎090(2156)9045
釣大会
日時など
10月3日(日)
午前6時区役所前出発
会 場
千葉県木更津市周辺

対 象
区内在住・在勤・在学者(小学生は保護者同伴)
競技釣魚
ハゼ
定 員
30人(先着順)
費 用
1,000円(申込時に納入)
申し込み方法
9月17日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、区役所8階中央区体育協会事務局窓口を持参または郵送で申し込む。
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。
◎卓球大会(団体)以外について
〒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/

温室効果ガス排出抑制の取り組み結果

区の事務事業を対象とした、「中央区役所温室効果ガス排出抑制実行計画」では、平成26年度を基準年度として、平成28年度から令和2年度までの5カ年で、エネルギー消費原単位(区施設の床面積1㎡から排出される温室効果ガス排出量)の5%削減を目標としています。
区の事務事業に伴う令和2年度の別表2

別表2

	平成 26年度 (基準年度)	平成 28年度	平成 29年度	平成 30年度	令和 元年度	令和 2年度
原単位	60.3	59.8	59.8	58.4	56.8	52.7
比較増減量 (対基準年度)	—	△0.5	△0.5	△1.9	△3.5	△7.6
増減率	—	0.9%削減	0.8%削減	3.2%削減	5.8%削減	12.6%削減

エネルギー消費原単位は52.7kg-CO₂/㎡で、基準年度と比較し12.7%減となりました(別表2のとおり)。
引き続き、小まめなエコオフィス活動や適切な設備運用、計画的な省エネルギー型の施設整備など、環境に配慮した取り組みを推進していきます。
◎数値については端数処理を行っているため、表内の計算が一致しない場合があります。

全国一斉
「子どもの人権110番」強化週間
8月27日(金)～9月2日(木)

学校における「いじめ」や、家庭内における児童虐待など子どもを巡るさまざまな人権問題について、電話相談をお受けしています。
強化週間中の相談受け付け時間
・月～金曜日
午前8時30分～午後7時
・土・日曜日
午前10時～午後5時

◎強化週間以外の電話相談受け付けは、平日の午前8時30分～午後5時15分です。
子どもの人権110番(全国共通・通話料無料)
☎(0120)007110
◎東京法務局人権擁護部第二課
☎(0570)011000

あなたの建物は安全ですか?

建築物防災週間
8月30日(月)～9月5日(日)

安心して住めるまちにするには、建物を地震や火災に対して強くする必要があります。そのためには、日頃から建物の維持管理を適切に行うことが大切です。雑居ビルの火災や外壁・看板の落下の事例では、日頃の維持管理が適切に行われていなかったことが事故の一因とみられるものがありました。
防災意識の向上を図るため、全国的に「建築物防災週間」が年2回(9月、3月)設けられています。建物所有者・管理者の皆さんは、これを機に維持管理の見直しや建物の点検をお願いします。
また、区ではいくつかの建物を対象に防災査察を行いますので、ご協力をお願いします。
◎建築課調査係
☎(3546)5453

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。

記入例(はがき・ファクス)

郵便局

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

●**図**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
〇〇課〇〇係(**図**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

施設

12月分ヴィラ本栖・伊豆高原荘申し込み

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) 保養施設予約システム 9月1日(水)午前7時～14日(火)午後11時 抽選日	9月14日(火)各施設必着 9月16日(木)
空室申し込み (どなたでも申し込みます)	保養施設予約システムによる申し込み フロントへの電話による申し込み 図 ヴィラ本栖フロント ☎(0120)162312 (東京23区内からのフリーダイヤル) ☎0555(87)2711	図 伊豆高原荘フロント ☎(0120)151307 (東京23区内からのフリーダイヤル) ☎0557(53)1163
利用できない日	—	12月7日(火)～9日(木) (設備点検などのため)

●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。
●4月1日から、両施設の一部客室を試行的に禁煙室としています。喫煙室をご希望される方は、施設に直接ご連絡ください。
●伊豆高原荘をご利用する際に高齢者や身体に障害のある方で風呂付きの和洋室を希望される方は、施設に直接ご連絡ください。
●伊豆高原荘では、伊豆高原駅から施設までどなたでもご利用できる送迎バスを運行しています。
●区内4カ所からヴィラ本栖まで乗り換えなしで行ける便利な直通バスを運行しています。
●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。
●施設の利用について詳しくは、各施設に直接お問い合わせいただくか、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。
●新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、施設やバスのご利用に制限を設ける場合や施設を休業する場合があります。
図地域振興課区民施設係 ☎(3546)5623
HP保養施設予約システム
https://www.11489.jp/Chuohoyou/annai/

女性センターの臨時休館

9月13日(月)は、施設の保守点検のため休館します。
図総務課女性施策推進係
☎(5543)0651

講座・催し物

懐かしの昭和映画観賞会

日①8月28日(土)
②8月29日(日)
③8月30日(月)
いずれも午後3時～(90分程度)
場いきいき桜川
対60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)
[上映作品]
①「青い山脈」
②「夜霧よ今夜も有難う」
③「上を向いて歩こう」
定各30人(先着順)
費無料
●当日、直接会場へお越しください。
図いきいき桜川(桜川敬老館)
☎(3553)0030

お一人暮らしのワンタッチレシピ

日9月11日(土)
午後3時～4時
場いきいき桜川
対60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)
内コンビニで購入できる食材を使い電子レンジで調理可能で、高齢者に必要な栄養が取れる簡単レシピをご紹介します。

[講師]
管理栄養士 佐々木 夏子
定30人(先着順)
費無料
●当日、直接会場へお越しください。
図いきいき桜川(桜川敬老館)
☎(3553)0030

ポッチャ体験会

日9月4日(土)
午後3時～4時30分
場いきいき桜川
対60歳以上の区内在住者(いきいき館の利用者証が必要)
内パラリンピックの競技種目になっている「ポッチャ」の体験会です。
定18人(先着順)
費無料
●当日、直接会場へお越しください。
図いきいき桜川(桜川敬老館)
☎(3553)0030

中高年齢者の健康・生きがいづくり講演会

日9月25日(土)
午後2時～4時
場シニアセンター1階セミナー室
対50歳以上の区内在住・在勤者
内暮らしと心を整える方法を学びます。
[テーマ]
コロナ禍で巣ごもりがちな今こそ「片付け」のチャンス！暮らしを整えココロも整う、シニア世代のための整理・片付けメソッド(方法)を学びましょう
[講師]
ライフオーガナイザー、メンタルオーガナイザー、整理収納アドバイザー 門傳奈々

定15人(申し込み多数の場合は抽選)
費無料
申9月9日(必着)までに往復はがきに①～⑤(5面記入例参照)⑥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(電子申請も可)。
図〒104-0051
中央区佃1-11-1
シニアセンター
☎(3531)7813

終活講座～エンディングノートを知ろう～

日9月17日(金)
①午後3時～5時
②午後6時～8時
●いずれの回も同じ内容です。
場浜町メモリアル4階会議室
対区内在住・在勤・在学者
内自分の意志や思いを整理し、これからをより良く生きるためのツール「エンディングノート」を中心に、終活について学びます。
[講師]
行政書士 島田満俊
定各回20人(先着順)
費無料
[持ち物]
筆記用具
申8月23日(月)から電話で申し込む(受け付けは午前10時～午後8時)。
図浜町メモリアル
☎(5695)8051

親子食育教室

日9月29日(水)
午後1時30分～3時
場月島保健センター

環境情報センターイベント情報(9月)

[日時など]
別表のとおり
場環境情報センター
費無料
別表

日 時		タイトル	対象・定員など	申込期限
8月18日(水)～9月12日(日)	午前9時～午後9時	ザ南極展	どなたでも、入場自由	申し込み不要
9月4日(土)		【自由工作コーナー】敬老の日のメッセージカードをつくろう!		
午後1時30分～3時30分	水溶性チョークでオリジナルデザインのエコバッグをつくろう!	小学生とその保護者10組(申し込み多数の場合は抽選)	8月28日(土)	
	9月11日(土)	南極を知る	18歳以上20人(申し込み多数の場合は抽選)	9月1日(水)
9月15日(水)～10月6日(水)	午前9時～午後9時	中央区の屋上庭園展～区の緑化取り組み～	どなたでも、入場自由	申し込み不要
9月18日(土)	午前10時～正午	緑を楽しむ～苗から育てる緑を学ぶ&植付け体験～	18歳以上20人(申し込み多数の場合は抽選)	9月5日(日)
9月25日(土)	午前9時～午後9時	【自由工作コーナー】キノコの的あておもちゃをつくろう!	どなたでも、入場自由	申し込み不要
9月29日(水)	午後1時～3時	ふろしきを学ぶ	18歳以上の区内在住・在勤・在学者20人(申し込み多数の場合は抽選)	9月11日(土)

対区内在住の開催日に3歳から5歳までのお子さんとその保護者
内・食育クイズ
・食育の話
・親子でクッキングチャレンジ(調理実習・試食)
定10組(先着順)
費無料
[持ち物]
エプロン・三角巾・タオル
申8月24日(火)から電話で申し込む(電子申請も可)。
図月島保健センター健康係
☎(5560)0765

ベビーマッサージ教室

日9月16日(木)
午前10時～11時30分
場佃区民館4階5・6号室
対区内在住・在勤者と3カ月から1歳前後の赤ちゃん
内赤ちゃんとのスキンシップを楽しみながら、夜泣きの改善やリラックス効果があるといわれるベビーマッサージを行います。
定6組(申し込み多数の場合は抽選)
費500円
[持ち物]
バスタオル、お子さん用の飲み物、いつものお出掛けセット
申8月23日(月)から9月1日(水)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9月4日(土)までに電話で連絡します。
図佃区民館
☎(3533)6951

申イベントの申込期限までに、電話または**HP**から申し込む。
●詳しくは**HP**をご覧ください。お問い合わせください。
図環境情報センター
☎(6225)2433
HPhttps://eic-chuo.jp/

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)

子どもの発達にあった
子育てのポイント

日 9月28日(火)
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1歳以上3歳未満のお子さんの保護者
内 1・2歳の時期によくあるお悩みについて、発達の特徴を踏まえてお話しします。
【講師】
JACC認定臨床心理カウンセラー、看護師 永瀬春美
定 12人程度(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
申 9月9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】
1歳以上3歳未満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(託児年齢対象外のお子さんは一時預かり保育などをご利用ください)。
◎感染状況などによっては、オンライン開催となる場合があります(託児はありません)。
問 子ども家庭支援センター「きらら中央」
☎ (3 5 3 4) 2 1 0 3

リサイクル教室
～布ぞうりづくり～

日 9月28日(火)
午前10時～午後4時
場 明石町区民館
対 18歳以上の区内在住・在勤・在学

地域コミュニティの担い手養成
成熟と事前説明会

【日時など】
別表1・2のとおり
対 区内での地域活動に関心のある方
内 まちを盛り上げ、地域のつながりをつくり出す人材を育成するため、担い手養成塾を開講します。講座では、地域活動の中で楽しく人を引きつける力や、組織マネジメントの基礎などを学びます。興味・関心のある方、参加を迷っている方向けに、事前説明会も行います。
【講師】
NPO法人CRファクトリー コミュニティマネジメント認定インス

別表1 事前説明会

日 時		会 場	内 容
10月13日(水)	午後6時30分～8時	月島区民館5号室	ミニ講義「コミュニティ・つながりの重要性」・事例紹介

別表2 担い手養成塾

日 時		会 場	内 容
10月20日(水)	午後6時30分～8時	月島区民館5号室	活動事例の紹介・活動のアイディアを出し合う
27日(水)			人を引きつけるイベントの企画・運営・集客
11月10日(水)			組織マネジメントの基礎
17日(水)			新たな仲間の巻き込み方
24日(水)		協働ステーション中央	地域コミュニティでの実践に向けて

者
内 使わなくなったシーツや浴衣などを利用して、布草履を編みます。
定 8人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
【持ち物】
裂き布(浴衣やシーツなどの薄手の木綿地)、はさみ(洋裁用)、物差し、洗濯ばさみ、昼食など
申 9月7日(必着)までに、はがきに①～⑤(5面記入例参照)、⑥在勤・在学の方は勤務先または学校名・住所・電話番号を記入して申し込む(電子申請も可)。
問 環境推進課環境活動係
☎ (3 5 4 6) 5 6 5 4

経営セミナー

日 9月16日(木)
午後2時～4時
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習得を目的とした経営セミナーです。
【開催方法】
オンライン(Zoomを使用)
【テーマ】
これからの会社経営のカギ「SDGs」を知ろう
【講師】
(一社)環境パートナーシップ会議 副代表理事 星野智子
定 30人(先着順)
費 無料
申 東京商工会議所ホームページのイベントカレンダーから申し込む(イベント番号:107554)。
◎半角で入力してください。
問 東京商工会議所中央支部
☎ (3 5 3 8) 1 8 1 1
HP 東京商工会議所
<https://event.tokyo-cci.or.jp/>

トラクター 豊田有希
定 ・事前説明会 30人(申し込み多数の場合は抽選)
・担い手養成塾 20人(先着順)
費 無料
申 8月25日(水)から下記締め切り日までに、電話またはEメールに①講座名②氏名・ふりがな③団体名(所属している場合)④住所⑤電話番号⑥メールアドレスを記入して申し込む(電子申請も可)。
【申込締め切り日】
・事前説明会 10月12日(火)
・担い手養成塾 10月14日(木)
問 地域振興課コミュニティ支援係
☎ (3 5 4 6) 5 3 3 6
E tiiki_01@city.chuo.lg.jp

文化講座「**鍋木清方がみた築地・京橋・日本橋**」

ー没後50年 鍋木清方展を楽しむー
(全3回)



鍋木清方《築地明石町》1927年
東京国立近代美術館蔵
©Nemoto Akio

定 50人(申し込み多数の場合は抽選)

別表3

	日 時		内 容	講 師
第1回	10月7日(木)	午後6時45分～8時15分	「鍋木清方 幻の《築地明石町》三部作」	東京国立近代美術館 主任研究員 鶴見香織
第2回	14日(木)		「中央区と鍋木清方～清方が愛した下町の原風景～」	鎌倉市鍋木清方記念美術館 学芸員 今西彩子
第3回	21日(木)		「来春の『没後50年 鍋木清方展』ではここをみてほしい」	東京国立近代美術館 主任研究員 鶴見香織

◎講演時間が増える場合があります。

日本橋図書館展示
「友好都市提携30周年 東根市展」

【日程】
8月27日(金)～10月27日(水)
◎9月13日(月)と9月24日(金)は休館日です。
場 日本橋図書館7階展示コーナー
対 どなたでも
内 東根市友好都市提携30周年に当たる今年、東根市や山形県に関連する資料をはじめパネル展示を行います。
費 無料
問 日本橋図書館
☎ (3 6 6 9) 6 2 0 7

秋のフラワーアレンジメント

日 9月11日(土)
午後1時30分～3時30分
場 京橋プラザ区民館3階2号室
対 区内在住・在勤・在学者
内 生花で秋にちなんだフラワーアレンジメントを作ります。
定 8人(申し込み多数の場合は抽選)
費 1,000円
【持ち物】
はさみ
申 8月22日(日)から9月5日(日)までに電話で申し込む(受け付けは午前10時～午後5時)。
◎当選者には9月6日(月)までに電話で連絡します。
問 京橋プラザ区民館
☎ (3 5 6 1) 5 1 6 3

多肉植物の寄せ植えと植木鉢のリメイク

日 9月25日(土)
午後1時30分～4時
場 京橋区民館1階1号室

費 無料
申 8月31日(必着)までに往復はがきに①文化講座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)を記入して申し込む。
◎料金不足の往復はがきは返却します。
◎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。
【没後50年 鍋木清方展】
会場・会期など
・東京国立近代美術館
令和4年3月18日(金)～5月8日(日)
・京都国立近代美術館
令和4年5月27日(金)～7月10日(日)
問 〒104-0041
中央区新富1-13-24新富分庁舎内
中央区文化・国際交流振興協会
☎ (3 2 9 7) 0 2 5 1

対 区内在住・在勤・在学者
内 直径9cmの素焼鉢に水性塗料で色を塗り、簡単なリメイク鉢を作った後、多肉植物の寄せ植えを行います。
定 8人(申し込み多数の場合は抽選)
費 500円
【持ち物】
持ち帰り用の袋
申 9月10日(金)から20日(祝)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9月21日(火)までに電話で連絡します。
問 京橋区民館
☎ (3 5 6 1) 6 3 4 0

スポーツ

卓球教室(初心者・初級者)

日 10月25日～11月29日の毎週月・木曜日(11月15日を除く) 計10回
午後6時30分～8時30分
場 総合スポーツセンター卓球場
対 18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)
定 16人(申し込み多数の場合は抽選)
費 2,500円
申 9月6日(必着)までにはがきまたはファクスに①～⑤(5面記入例参照)⑥過去の本教室参加の有無⑦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。
◎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。
問 スポーツ課スポーツ事業係
☎ (3 5 4 6) 5 5 3 1
FAX (3 5 4 6) 9 5 6 1

骨盤調整ヨガ

日 9月6日(月)
午前10時30分～正午
場 八丁堀区民館2階4号和室
対 区内在住・在勤・在学者
内 骨盤のゆがみやずれを解消し、体全体のバランスを整えます。
定 10人(申し込み多数の場合は抽選)
費 300円
【講師】
骨盤調整ヨガインストラクター
池田明子
【持ち物】
タオル、飲み物
◎当日は運動のできる服装でお越しください。
申 8月22日(日)から31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9月2日(木)までに電話で連絡します。
問 八丁堀区民館
☎(3555)8641

エンジョイフィットネス教室

日 10月26日～12月7日(11月23日を除く)の毎週火曜日 計6回
午後6時30分～8時30分
場 有馬小学校体育館
対 18歳以上の区内在住・在勤者(高校生を除く)
内 ヨガ、バレエ、ウォーキング、筋力トレーニングなど、体に気持ちいいエクササイズを行います。
定 25人(申し込み多数の場合は抽選)
費 500円
申 9月6日(必着)までにはがきまたはファクスに①～⑤(5面記入例参照)⑥過去の本教室参加の有無⑦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。
◎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。
問 スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
FAX(3546)9561



その他

消費生活講座の講師の派遣(出前講座)

消費者トラブルに巻き込まれないためには正しい消費生活に関する知識を身に付けることが重要です。そこで、中央区消費生活センターでは町会・自治会、高齢者クラブ、PTAなどの団体・グループが主催する講座や講演会などに講師を派遣します。◎会場は申込者が確保してください。
【対象となる主な講座内容】
・悪質商法の手口や被害と対処方法
・エンディングノートの書き方
・身の回りの危険(ヒヤリ・ハット)など
◎都消費生活総合センターの出前寄席(落語、漫才、コント)と併せて利用することもできます。
費 無料

申 原則として、派遣を希望する日の2カ月前までに、区役所1階中央区消費生活センターで配布している申請書に必要事項を記入して申し込む。
◎申請書は中央区消費生活センターのHP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 中央区消費生活センター
☎(3546)5332
HP <http://chuo-consumer.genki365.net/>

「まちかどクリーンデー」参加者募集中

家庭や事業所などの自主的な清掃活動の輪を広げ、清潔で快適なまちを実現するために、毎月10日を「まちかどクリーンデー」とし、清掃活動の促進を図っています。
皆さんの積極的なご参加をお願いします。



日 毎月10日
午前9時～(30分程度)
◎都合が悪い場合は、他の日時でも構いません。
対 区民、町会・自治会、商店会、事業所の方々など、どなたでも参加できます。
◎6月末現在の参加登録件数は239件です。
内 ご自宅や事業所などの周辺清掃
◎清掃用具は各自ご用意ください。
◎参加登録をされた方には、希望により啓発用のたすきをお貸ししています。また参加された方のお名前(事業所名など)や活動の様子を区のホームページで紹介しています。
◎参加登録方法など詳しくは、区のホームページをご覧ください。
問 環境推進課環境活動係
☎(3546)5654

公園や「花咲く街角」の花壇ボランティア募集

区では、平成元年4月に「花の都中央区宣言」を制定し、花や緑に包まれた美しいまち、清潔なまちづくりに取り組んでいます。



また、花のあるまちづくりをより一層推進するため、平成22年3月に「緑のアダプト制度」を創設し、区民や事業者の方々と緑のパートナーシップを築いています。

アダプト制度とは
地域住民や事業者の方々が公園や道路などの施設において、環境美化活動を行い、管理する制度です。
ボランティア募集内容
場 公園・児童遊園、緑地帯、「花咲く街角」の花壇
対 ・区内在住・在勤で、年間を通じて草花の植え付け、手入れ、除草などの活動を実施していただける方(個人または団体)
・原則として、1年以上継続していただける方
【区からの支援内容】
・草花、肥料などの提供

・移植ごて、軍手などの支給
・ボランティア保険の加入
申 区役所7階水とみどりの課の窓口で申し込む。
◎詳しくはお問い合わせください。
問 水とみどりの課道路緑化施設係
☎(3546)5437

公衆便所利用時のお願い

誰もが安全で快適に公衆便所を利用できるよう、ごみなどは捨てないで持ち帰り、汚さないようにしましょう。
また、便器にはトイレットペーパー以外の物を流さないでください。
◎公衆便所の水漏れなど、お気付きの点がありましたらご連絡ください。
問 水とみどりの課道路緑化施設係
☎(3546)5437

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

防犯灯整備の助成

私道に新たな防犯灯を設置したり、古くなった防犯灯の建て替えをする場合、区で助成します。
対 次のいずれかに設ける防犯灯
①幅1.2m以上で公道間を連絡する私道
②幅1.8m以上で一方が公道に連絡する延長20m以上の私道
③区長が特に必要があると認める私道
【助成金】
①の場合は全額、②・③の場合は90%
【工事】
区で工事を行い、完成後に申請者へ引き渡します。
申 問い合わせの上、所定の申請書を提出して申し込む。
問 水とみどりの課道路緑化施設係
☎(3546)5437

新築・改築する建物の住居表示に係る届け出を忘れずに

建物を新築、あるいは改築をするときは、住居番号を付けるための届け出が必要です。正しく分かりやすい住居表示を維持するために、必ず届け出をしてください。
【危険だと思われる「街区表示板」にお気付きのとき】
各街区の角などの建物に取り付けてある「町名」と「街区番号」を表す「街区表示板」が折れ曲がっていたり、剥がれかけていると、美観を損なうだけでなく、けがをする恐れがあり危険です。区も巡回し取り換えに努めていますが、このような「街区表示板」を見かけましたら区にお知らせください。
問 建築課調査係
☎(3546)5453

中央区社会福祉協議会会員募集

社会福祉協議会では、地域福祉の推進役を担う団体として、一人一人が自分らしく、安心して暮らせるまちづくりに積極的に取り組んでいます。



皆さんから寄せられた会費は、それらの取り組みを推進するための貴重な財源となり、支え合いのまちづくりの大きな原動力となっています。
例えば、区民どうしの助け合いによる家事サポート、子育て支援、高齢者食事サービス、障害者などの就労支援、成年後見支援事業、ボランティア活動支援などがあります。
また、「地域ささえあい課」では、誰もが住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けられるよう、住民同士が支え合い、助け合う活動の支援をしています。
こうした本会の活動は、会員の皆さんからの会費や寄付金によって支えられています。社協の活動に賛同し、福祉のために何かしてみたい方のご入会を、ぜひお待ちしております。
【年会費(年度)】

・個人会員 1,000円以上
・団体会員 3,000円以上
・法人会員 10,000円以上
・賛助会員 5,000円以上
問 中央区社会福祉協議会管理部庶務課
☎(3206)0506
HP <https://www.shakyo-chuo-city.jp>

お詫びと訂正
「区のおしらせ ちゅうおう」8月11日号に誤りがありました。お詫びして訂正します。
7面タイトル
正 令和2年度ダイオキシン類調査
誤 令和2年度ダイオシン類調査

人口と世帯(住民基本台帳) 8月1日現在	
人口	171,492人(うち外国人 8,302人)
男	81,667人(うち外国人 4,147人)
女	89,825人(うち外国人 4,155人)
世帯	96,838

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

メールアドレス

はちまるにいまる8020

達成者表彰



区では、80歳以上で20本以上の自分の歯を保っている方を、「8020」達成者として表彰しています。昨年は57人が受賞しました。ぜひご参加ください。

◎本表彰を受けるには事前の審査が必要です。

審査期間

9月1日(水)～15日(水)

審査場所

区内の協力歯科医療機関

対象

昭和16年12月31日以前に生まれた区内在住者で、ご自分の歯を20本以上お持ちの方(治療済みの歯も含む)
◎過去に「8020達成者表彰」を受賞された方は除きます。

費用

無料

申し込み方法

京橋歯科医師会・お江戸日本橋歯科医師会事務局に電話で申し込む。
◎詳しくはお問い合わせください。

☎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

京橋歯科医師会

☎(3538)2700

お江戸日本橋歯科医師会

☎(3661)1565

知ってください

ヘルプマーク

ヘルプマークとは

義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、または妊娠初期の方など、援助や配慮を必要としていることが外見からは分からない方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう身に付けるマークです。



ヘルプマーク

ヘルプカードとは

障害者手帳をお持ちの方、障害福祉サービスなどを受けている方、難病の方、自立支援医療を受けている方など、自分から「困っている」となかなか伝えられない方々が、日常生活や緊急時などに周囲に手助けを求めるために所持しているカードです。

ヘルプマークやヘルプカードを持っている方を見掛けたら

電車内で席を譲るなど思いやりのある行動をお願いします。

ヘルプカード

ヘルプマークやヘルプカードを持っている方が困っていたら



・「どうしましたか」と声を掛け、ゆっくりと話し掛けてください。

・「ヘルプカード」を提示されたら、カードに書いてある内容に沿った手助けや記載されている連絡先への連絡をお願いします。

ヘルプマーク・ヘルプカードの配布

区役所4階障害者福祉課、福祉センター、中央区保健所健康推進課、日本橋・月島保健センター、日本橋・月島特別出張所

◎ヘルプマークは都営地下鉄各駅(一部を除く)、都営バス各営業所などでも配布しています。詳しくはお問い合わせください。

☎障害者福祉課障害者福祉係

☎(3546)5389

FAX(3544)0505

トピックス



新規登録区民文化財展2021

8月29日まで、郷土天文館で「新規登録区民文化財展2021」が開催されています。大屋敷跡から出土した陶磁器や金属製品、また隅田川沿いの木造建築や築地周辺を描いた風景画など、区の歴史的魅力を知ることができる数多くの展示物に、会場を訪れた子どもたちも興味深そうに見入っていました。

古紙リサイクルシステム「ちゅうおうエコ・オフィス町内会」のご案内

「ちゅうおうエコ・オフィス町内会」は、小規模事業所向けの企業参加型の古紙リサイクルシステムです。

今まで燃やすごみとしていた古紙を資源として回収し、再利用することでごみの削減にもつながります。

回収方法

無料で貸し出す回収ボックス(4個1組)に古紙を分別して入れるだけで、手間が掛からず保管もすっきり清潔にできます。また、定期的に専門の回収業者がオフィスに伺い、空のボックスと交換していきます。

◎1個のボックスには、古紙が約20kg入ります。

回収品目

上質コピー用紙、再生コピー用紙、新聞・折り込みチラシ、雑誌、ダンボール、細断した紙など

回収負担金(令和3年4月1日現在)

共同回収することで回収料金が抑えられ、さらに回収料金から古紙売却代金を差し引くため、コストダウンができます。(回収料金や古紙売却代金は紙の種類によって異なります)

・上質コピー用紙1ボックスの場合(22円/kg - 4円/kg) × 20kg = 360円(税込み396円)

◎参加方法や料金など詳しくは事務局へお問い合わせください。

☎ちゅうおうエコ・オフィス町内会事務局代行

(株)こんの東京営業所

☎090(6789)8699

・制度に関すること
中央清掃事務所排出指導係
☎(3562)1524

区内の文化財

清洲橋

国指定重要文化財 建造物
日本橋中洲～江東区清澄一丁目

日本橋地域の東部を流れる隅田川は、両国橋から新大橋にかけて緩やかに曲がり、ここから清洲橋までの区間で大きく蛇行した流路をとって流れています。また、清洲橋のすぐ上流には、江東区を東西に流れる小名木川(江戸時代初期に下総国本行徳(現在の千葉県市川市)特産の塩を運ぶ目的で開削した運河)の合流ポイントもあります。

歴史をさかのぼると、清洲橋が架かる日本橋中洲の辺りは、江戸時代に三派(三叉・三股など)と称される観月納涼の名所として知られていました。江戸の地誌『江戸

名所図会』にも「新大橋の下 分流の所を云 浅草川と箱崎の間の流との分れ流るる所なれハなり 此所を別れの淵と云ハ 汐と水とのわかれ流るる所故にいふ 此所ハ月の名所なり」と記されています。また、「因に云 明和八年辛卯中流を埋埋して人居とし中洲と称せり されと洪水の便あしきとて寛政元酉年に至り復元の如くの川に掘立てらる」とあるとおり、大川(隅田川)河口部の土砂堆積地であった中洲は、洪水被害を避ける目的から埋め立てと取り払いが繰り返されてきました。

江戸時代以来、当該地では渡し舟(中洲の渡し)を利用して隅田川兩岸の交通が行われてきましたが、関東大震災後に実施された帝都復興事業の一環で昭和3年(1928)3月に新橋梁が創架されました。架橋当時、深川区清住町と日本橋区中洲町を結ぶ橋梁であったため、各町名の一字をとって清洲橋と名付けられました。橋梁の設計・施工は、太田圓三(内務省復興局土

木部長)と田中豊(同局橋梁課長)の設計・施工方針に基づき、鈴木清一(同局技師)が上部構造の主設計を担当し、釘宮磐(同局技師・隅田川出張所長)を中心に建設工事(橋梁各部の製作は株式会社川崎造船所など複数社)が進められました。

橋長186.2メートル・幅員25.9メートル(有効幅員22.0メートル)の規模を有する清洲橋は、世界的に見ても珍しい三径間の自旋式補剛吊橋(吊構造材の吊鎖(ケーブルではなく高張力鋼のチェーン部材)を補剛桁の両端部に定着させた形式)となっています。特に、塔柱から吊るされた放物線状の吊鎖(等間隔に配された吊材で主桁と繋ぐ)によって、清洲橋特有の曲線的で優美な外観が形成されています(ライン川に架かるドイツの吊り橋・ヒンデンプルグ橋(戦禍で現存せず)がモデル)。

なお、橋梁を支える下部構造(橋



清洲橋

脚・橋台)は、土砂堆積地としての地質条件(軟弱地盤)に対応するため、ニューマチックケーソン(空気潜函工法)を用いて施工し、平均潮位下約24～26メートルまで埋め込んだ鉄筋コンクリート造の構造物(潜函)を基礎として築造されました。

最先端の橋梁技術を駆使して立地条件の克服と耐震性能の向上を図り、近代的意匠の橋梁美を保ち続けている清洲橋は、90年以上経過した現在も道路橋として機能しています。

中央区教育委員会 学芸員 増山一成