

令和4年(2022年)

8/1

No.1509

区のおしらせ

ちゅうおう



世界平和を願って



中央区長
やま もと たい と
山本 泰人

1991年、ソビエト連邦がその旗を下ろし、15の独立国家が誕生しました。この厳粛な国際法上の取り決めが今、一方的に踏みにじられ、ウクライナ国民は塗炭の苦しみに直面しています。

本区は、区議会と共にロシアのウクライナ侵攻に対し直ちに戦争を停止するよう抗議文を提出し、同時に、ウクライナ避難民を支援する体制も整えました。

世界平和を揺るがす事象はウクライナだけにはとどまりません。北朝鮮によって繰り返される核実験やミサイル発射は、我が国の安全・安心に関わる重大な問題であります。終わりの見えない中東の紛争も含めて、世界中が戦争と平和の岐路に立っていると言っても過言ではありません。

このような深刻な状況だからこそ、人々が争う必要のない精神的にも物質的にも豊かな世界、SDGsが思い描くような未来を実現するために、一人一人に何ができるかを考えなければなりません。

がれきと化したウクライナの建物の映像を見るたびに、戦争は無慈悲で無差別で醜いものであることを痛感します。失われた多くの尊い人命を思えば、なおさらその感を深くいたします。

1945年3月、東京中にばらまかれた焼夷弾も、同年8月、広島、長崎に落とされた原子爆弾も、同じように無慈悲で無差別で醜いものでした。

戦争を始めた者はそれぞれ正義を掲げますが、戦争そのものに正しさや美しさなどありはしないのです。

高層ビルが立ち並ぶ都心中央区が77年前には焼野原であったこと、今日のまちの活気を取り戻すために先人たちがどのように苦労されたのかを、決して忘れてはなりません。

あらためて中央区平和都市宣言をかみしめ、このかけがえのない地球と人々の平和を守るために、あらゆる努力を重ねてまいります。

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
永遠の平和を願う
中央区が平和都市で
あることを宣言する

中央区平和祈念 バーチャルミュージアム

区では、多くの方々に日頃から平和について考えるきっかけの場を提供するため、中央区における戦争の記録や戦災資料をいつでも見ることのできるホームページ「平和祈念バーチャルミュージアム」を開設しています。



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。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

資源回収にご協力を
～リサイクル活動に参加しよう～

区では、さまざまな方法で資源を回収しています。皆さんのご協力をお願いします。

町会などでの集団回収

集団回収とは、町会・自治会、PTAなどの団体が日時や場所を決め、家庭から出る新聞や缶などの資源を持ち寄り、区による収集ではなく、資源回収業者に引き渡す自主的なリサイクル活動です。

区では、集団回収に対し支援を行っており、活動団体の登録を随時受け付けています。回収量1kg当たり7円を助成する他、回収実績のある団体には、半期ごとに12,000円を助成します。詳しくはお問い合わせください。

ごみ集積所での資源回収

回収曜日(別表1のとおり)に、新聞、びん、缶、プラスチック製容器包装などの資源を集積所で回収しています。

回収品目

①資源の日

- 新聞、段ボール、雑誌(本やノートを含む)、雑紙(包装紙、紙箱、コピー用紙など)
- 回収品目ごとに、ひもで束ねて出してください。雑紙は紙袋に入れて散らからないように出してください。
- びん(黄色のコンテナへ)、缶(青色のコンテナへ)
- 中を軽くすすいで出してください。
- 金属製の鍋・やかん・フライパン(青色のコンテナへ)
- スプレー缶・カセットコンロ用ガスボンベ(青色のコンテナへ)
- 他の缶と分け、透明・半透明の袋

別表1 地域別ごみ集積所の資源回収曜日

京橋地域			
町名	丁目	資源	プラマーク
明石町	全域	月	火
入船		月	火
京橋		火	火
銀座	一・二丁目	木	木
	三・四丁目	水	水
	五・六丁目	土	土
	七・八丁目	月	月
新川	全域	土	月
新富		火	水
築地		火	水
八丁堀	一丁目	月	火
	二～四丁目	土	月
浜離宮庭園	全域	月	火
湊		月	火
八重洲	二丁目	火	火
日本橋地域			
町名	丁目	資源	プラマーク
大伝馬町	全域	火	水
蛸殻町	一丁目	木	金
	二丁目	月	火
兜町	全域	月	火
茅場町		月	火
小網町		木	金
小伝馬町	1・2番、7～21番	火	水
	3～6番	金	土
小舟町	全域	火	水
富沢町		火	水
中洲		木	金
日本橋	一～三丁目	金	金

- に入れて出してください(中身を使い切ってから出してください)。
- ペットボトル
- キャップ・ラベルを外し、中を軽くすすぎ、つぶしてから透明・半透明の袋に入れて出してください。

②プラマークの日

- プラスチック製容器包装
- 食料品や日用品などに使われているプラスチック製の「容器」や商品を包む「包装」で、別図のマークが目印です。汚れているものは軽くすすぐか汚れを拭き取り、透明・半透明の袋に入れてください。

別図 プラスチック製容器包装



- このマークが目印です。
- ペットボトルのキャップ・ラベルもプラスチック製容器包装です。
- ペットボトルおよびプラスチック製容器包装で汚れが取れないものは「燃やすごみ」へ出してください。
- 事業系の資源回収は有料です。袋の大きさに応じたごみ処理券を貼って出してください。
- 資源回収は、当日の午前8時までに出してください。

区の施設での拠点回収

回収箱設置施設(別表2のとおり)や小学校など(別表3のとおり)で、飲料用紙パックや食品用トレイなどご家庭から出た資源を回収しています。

中央清掃事務所清掃事業係

☎(3562)1523

日本橋地域			
町 名	丁 目	資 源	プラ マーク
人形町	一丁目	木	金
	二丁目 1～14番	木	木
	二丁目 15～37番	木	金
	三丁目	火	水
馬喰町	全域	土	月
箱崎町		月	火
浜町	一丁目	土	月
	二丁目	水	木
	三丁目	木	金
東日本橋	全域	土	月
久松町		土	月
堀留町		火	水
本石町		金	土
本町	一丁目1～5番	金	土
	一丁目6～9番	火	水
	一丁目10番	木	金
	二丁目1～5番	金	土
	二丁目6～8番	火	水
	三丁目1～5番	金	土
	三丁目 6～11番	火	水
四丁目	金	土	
室町	全域	金	土
八重洲	一丁目	金	金
横山町	全域	土	月
月島地域			
町 名	丁 目	資 源	プラ マーク
勝どき	全域	金	土
月島		水	木
佃		木	金
豊海町		金	土
晴海		木	金

別表2 拠点回収の回収箱設置施設

	施設	飲料用紙パック・食品用トレイ	電池類	布類	小型家電
京橋地域	中央清掃事務所	○			○
	京橋プラザ区民館	○			
	京橋区民館	○			
	銀座区民館	○			
	新富区民館	○			
	女性センター「ブーケ21」	○			
	中央区保健所	○			
	リサイクルハウスかざぐるま明石町	○	○	○	○
	区役所本庁舎				○
	区役所別館	○	○		
	築地社会教育会館	○			
	京華スクエア	○	○		
日本橋地域	社会福祉協議会	○			
	新川区民館	○			
	マイホーム新川	○			
	十思スクエア	○			
	日本橋保健センター	○			
	日本橋社会教育会館	○	○		
	人形町区民館	○			
	日本橋区民センター(日本橋特別出張所)	○	○		○
	リサイクルハウスかざぐるま箱崎町	○	○	○	○
	産業会館	○			
	久松町区民館	○			
	総合スポーツセンター	○			
月島地域	浜町会館	○			
	新場橋区民館	○			
	シニアセンター	○			
	佃区民館	○			
	月島スポーツプラザ	○			
	月島清澄通りコミュニティルーム	○			
	月島区民センター(月島特別出張所)	○	○		○
	勝どき区民館	○			
	豊海区民館	○			
	アートはるみ	○			
	マイホームはるみ	○			
	晴海区民館	○			
	ほっとプラザはるみ	○	○		

別表3 学校などでの拠点回収

京橋地域	日本橋地域	月島地域
毎週土曜日 午前9時30分～11時30分	毎週土曜日 午前9時～11時	毎週土曜日 午前10時～正午
城東小学校(※) 泰明小学校 中央小学校 明石小学校 京橋築地小学校 明正小学校 銀座中学校	常盤小学校 日本橋小学校 有馬小学校 久松小学校 阪本小学校 日本橋中学校	佃島小学校 月島第一小学校 月島第二小学校 月島第三小学校 豊海小学校 (ほっとプラザはるみ)

(※)城東小学校は改築工事のため、中央清掃事務所です実施しています。

回収品目

- 小学校および銀座・日本橋中学校・・・飲料用紙パック、食品用トレイ、布類、廃食用油、蛍光管、電池類、体温計・血圧計・温度計(水銀式のもの)、小型家電(15cm×26cm以内のもの)および園芸用土
- ほっとプラザはるみ・・・布類のみ

中央区LINE公式アカウントが
もっと便利に！

便利機能① チャット形式で
いつでも質問

分別の仕方を知りたいごみ・資源の品目を入力するとチャットボットがお答えします。
◎区のホームページからも利用できます。

便利機能② 自分が欲しい
情報だけを受け取れるように

「地震発生・気象警報」「子育て・教育」「高齢者」などの中から受け取りたい情報を選ぶことができます。

友だち追加の方法

方法①

2次元コードを読み込むと「友だち追加」画面にジャンプします。表示される「追加」ボタンを押して完了です。

方法②

スマートフォンなどでLINEアプリを起動し、ホーム画面で「中央区」または「@tokyochuo.city」と検索します。表示の中から「中央区」を選

択し「追加」ボタンを押して完了です。

◎LINE公式アカウントについて

広報課広報係

☎(3546)5217

・チャットボットについて

情報システム課デジタル推進係

☎(3297)0211

便利機能①

便利機能②

中央区

ビジネス交流フェア2022

～ビジネス関係者向けに商材をPRしたい中小企業の出展者募集～

日時

11月22日(火)
午前10時～午後4時30分

会場

日本橋プラザ3階展示ホール・会議室(日本橋2-3-4)

対象

区内を中心に事業を展開している中小企業・小規模事業者など

内容

・展示ホールで商材や技術を展示し、広くPRする展示会を開催します。
・会議室で企業のバイヤーを招き商談会を開催するなど商取引拡大の場を提供します。

定員

・展示会参加企業 60社程度
・バイヤー商談会 70商談程度
(参加予定バイヤー数 10社程度)
◎申し込み多数の場合は選定します。

費用

無料

申し込み方法

所定の申込書に記入の上、以下の方法で申し込む。
・展示会参加
9月30日(金)までに商工観光課の窓口または区内各信用金庫の支店窓口提出もしくは商工観光課へメールで送付
・バイヤー商談会
10月31日(月)までに商談会事務局にメールで送付
◎申込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。

事前サポート

・東京都よろず支援拠点で、展示会・商談会に向け個別経営相談・アドバイスが受けられます。
・9月15日(木)午後2時から参加企業を対象に経営セミナーを開催予定です。
◎セミナーの詳細は「区のおしらせ ちゅうおう」8月21日号に掲載予定

定です。

共催

中央区しんきん協議会、東京商工会議所中央支部、東京都よろず支援拠点、NPO法人東京都中央区中小企業経営支援センター、中央区工業団体連合会、中央区商店街連合会

問

商工観光課中小企業振興係

☎(3546)5487

✉syoko_02@city.chuo.lg.jp

・バイヤー商談会について
商談会事務局

✉chuoku-biz-fair@tokyo-city-sk.co.jp

清掃リサイクル講演会

マシガンズ滝沢と考えるごみ問題

日時

9月5日(月) 午後2時～4時

会場

区役所8階大会議室

対象

区内在住・在勤者

内容

お笑い芸人の傍ら、ごみ収集会社で清掃員として勤務し、「えっ、まさか」と驚くような体験などを交え、

「社会世相」「食品ロス問題」「環境問題」など、ごみ収集時に気付いた問題についてお話します。

講師

お笑い芸人・ごみ研究家
マシガンズ 滝沢秀一

定員

100人(先着順)

費用

無料

申し込み方法

8月3日(水)から19日(金)までに電話で申し込む。

問

中央清掃事務所管理係

☎(3562)1522

行政懇談会の結果

5月17日(火)・19日(木)・25日(水)にそれぞれ京橋、月島、日本橋の各地域で町会長・自治会長にご出席いただき、行政懇談会を開催しました。

この懇談会は、区、警察署、消防署、都第一建設事務所の区内行政機関が一堂に会し、区の主要事業を説明するとともに、地域に関する意見や要望を直接お聞きするものです。

当日のご意見の中からいくつか紹介します。

〈質問〉

自転車の危険な走行および違法駐車車両への対応について

〈回答〉

自転車利用者へのルールやマナーの周知については、区内警察署と連携し、春と秋の「全国交通安全運動」において、自転車の安全利用や交通ルールを守るよう、街頭キャンペーンを実施しました。

また、宅配事業者などの危険運転に対する指導や取り締まりの強化を警視庁に要望するとともに、引き続き、食事配達業者などを含めた自転車利用者に対し、自転車の安全利用を促進していきます。

違法駐車車両は、安全で円滑な交通が妨げられるだけでなく、交通事故の原因にもなり、災害時などの活動にも大きな支障をきたします。区では、「全国交通安全運動」期間中や毎月10日の「中央区交通安全日」などに、重点地域において区が委託した指導員がパトロールを実施し、違法駐車しないよう啓発活動などを行っています。

今後も、区内警察署などと連携し、自転車の安全利用の促進および違法駐車の防止に努めていきます。

〈質問〉

公園づくりについて

〈回答〉

公園は、人々の憩いや安らぎの場、子どもたちの遊び場、災害時の避難場所などの他、都市環境の改善や良好な景観の形成など多面的な機能を備えた重要な社会インフラです。

施設の老朽化が進んだ公園については、地域特性に配慮しながら改修を進めており、公園の魅力向上を図り、利用者に愛され、使ってもらえる公園となるように努めています。

平成30年度から令和元年度にかけて、築地川公園の改修工事を行い、南側は子どもたちの遊びを中心とした空間、北側は近隣の方の憩いや安らぎの空間として整備を行いました。

また、令和3年度は坂本町公園を改修し、「自然の中で思いっきり遊びたい」という子どもたちの夢の実現をテーマに、芝生広場や小川の流れる公園として整備し、いずれの公園も改修を機に、大変多くの方にご利用いただいています。

これからも、皆さんに愛され、多くの方にご利用いただける公園づくりに努めていきます。

〈質問〉

区の初等、中等教育に関する中長期的施策および中高一貫校に関する区への考えについて

〈回答〉

近年の教育行政は、少子化への対応やきめ細やかな教育を実現するため、義務標準法の改正に伴う35人学級化やGIGAスクール構想に基づく1人1台タブレット対応など、国策として教育環境の充実に取り組んでいます。

一方、都心区である本区は、これ

まで取り組んできた人口回復施策をはじめ、東京2020大会終了後の住宅開発など、全国的な潮流とは異なる人口構成や土地利用がされようとしているところです。こうしたことに適切に対応できるよう、現在、教育委員会をあげて区立学校の増改築や晴海新校の準備に注力しています。

中高一貫校については、その有益性を認識しているところですが、引き続き増加傾向にある児童・生徒に対処できるよう、高度な土地利用がされる本区の状況下においても、普通教室や特別教室の確保をはじめとした義務教育環境を充実させることが何よりも重要と考えています。

〈質問〉

町会倉庫・集会所について

〈回答〉

区では、防災倉庫を公園に設置する場合、1組織に1基、規模5㎡以内という基準を設けています。

また、町会・自治会のコミュニティ活動の促進と地域住民の福祉の増進に役立てることを目的として、町会・自治会が事務所や会議室などとして使用するコミュニティ施設の新築・購入などの整備をされる場合、その整備に要する経費の一部を助成しています。

なお、集会所などのコミュニティ施設を賃借により利用している場合は、借地料または借家料の一部について助成金を交付しておりますので、コミュニティ施設の整備や賃借に際しては、区にご相談ください。

〈質問〉

晴海第一公園の消毒について

〈回答〉

晴海第一公園の維持管理につきましては、専門業者による清掃を月に20日行っている他、樹木剪定を年2回実施し、公園の清潔と美観を保つように努めています。

園内の害虫対策ですが、水たまりを発生源とするユスリカなどについ

ては、発生前に雨水桟^{ます}に薬剤を投入し、抑制に努めています。また、発生してしまった害虫については、清掃作業や樹木剪定の巡回時に発見次第、消毒を行っています。

特に、ツバキの木に付くチャドクガは、強い毒をもっているため、毛虫の付いた枝ごと除去する場合もあります。また、公園改修工事をきっかけに、ツバキを他の樹種に置き換えるようにしています。

公園は、自然に近い環境のため、害虫の発生もありますが、できるかぎり速やかに対応し、安全で快適な公園環境の維持に努めていきます。

〈質問〉

ユニバーサルなまちづくりについて

〈回答〉

本区では、これまで「中央区福祉のまちづくり実施方針」に基づき、ユニバーサルデザインの基本理念を取り入れた歩行空間のバリアフリー化を推進してきたところであり、「安全で快適な道路の整備」においては、歩道の拡幅やセミフラット化、歩車道の段差や勾配の改善による「人にやさしい歩行環境の整備」を計画的に進めてまいりました。歩車道間の段差については、車いす使用者などの利便性と視覚障害者の安全性の双方を考慮し、2cmを標準とすることが各種基準などに定められています。

区では、こうした基準などを踏まえつつも、車いすなどの通行性の向上を図るため、「中央区型特殊ブロック(段差解消型)」の設置に取り組んでいます。今後も引き続き、国や都の動向や技術開発などを注視しながら、快適な歩行が確保できるよう、誰もが安全・安心、快適に移動できる歩行空間の創出に向け、利用者の視点に立った道路整備を推進していきます。

問

地域振興課コミュニティ支援係

☎(3546)5337

凡例

お問い合わせ(申込)先

HP

ホームページアドレス

✉

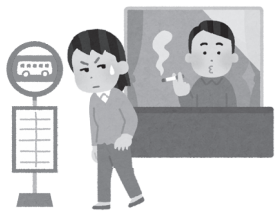
Eメールアドレス

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

区では、「中央区受動喫煙防止対策の推進に関する条例」および「中央区歩きたばこ及びポイ捨てをなくす条例」により、指定喫煙場所以外の道路、公園などの公共の場所での喫煙を禁止しています。
喫煙する際は、条例で定めた「中央区たばこルール」を守り、屋外での受動喫煙の防止にご協力ください。

☎中央区保健所生活衛生課受動喫煙対策担当 ☎(3546)5762

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、譲り合っでの利用を呼び掛ける。

従業員の方の中に喫煙者がいる事業所へのお願い

通勤時間帯やお昼休みの時間帯を中心に路上喫煙や吸い殻のポイ捨てが増加しており、喫煙者と非喫煙者間でのトラブルやポイ捨てによる火災などが発生しています。
従業員の方の中に喫煙者がいる場合には、中央区たばこルールを遵守していただくとともに、事業所内に喫煙場所の整備をご検討ください。
喫煙場所の整備に当たって、アドバイザー派遣を行っておりますので、ぜひご活用ください。

指定喫煙場所の利用

新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、喫煙をする際は、密集・密接にならないよう譲り合っでご利用ください。
所在地など詳しくは区のホームページをご覧ください。



▲指定喫煙場所マーク

区の手配

区では、中央区たばこルールの遵守の徹底のため、区内全域を対象とした巡回パトロールの実施や、警察などの関係機関と連携した合同パトロールを定期的に実施しています。
また、立看板の設置や路面シートの貼付なども行っています。
◎詳しくはお問い合わせください。



▲路面シート

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も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(水)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、今後の状況によって、参観人数や参観時間の制限の他、公開日などに変更が生じる場合があります。

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、京橋築地小学校、常盤小学校、阪本小学校

対象

区内在住の令和5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

希望する特認校の説明会や学校ホームページで教育方針などを確認し、学校ホームページに掲載される「教育方針等確認書兼誓約書」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で申請してください。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(土)～15日(消印有効)
(学務課窓口へ直接持参の場合は、土・日曜日、祝日を除く)

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。

就学時健康診断について

学務課保健給食係
☎(3546)5516
・その他全般について
学務課学事係
☎(3546)5514

中央区テレビ・ラジオ広報番組

テレビ広報番組



区政情報や区内のイベントなどを紹介する「定例番組」(日～金曜日)を週替わりで、区内の文化財や歴史、区政の振り返りなど一つのテーマを詳しく紹介する「企画番組」(土曜日)を月替わりで放送しています。

◎放送時間については、11面欄外をご覧ください。

ラジオ広報番組



中央区からのおしらせ(月～金曜日放送、毎日更新)
広報紙「区のおしらせ ちゅうおう」を電波にのせてお届けしています。

ウィークリー声の架け橋(毎日放送、毎週水曜日更新)

老舗の店主や職人、区内で活動するサークルのメンバー、イベントに参加する方々など皆さんの声をお届けする番組です。

◎放送時間については、10面欄外をご覧ください。

番組に対するご意見などの募集

より良い番組づくりに向けて皆さんからのご意見・ご要望をお寄せく

ださい。

応募方法

住所・氏名・年齢・電話番号などの連絡先を明記の上、郵送、ファクスまたはEメールでお寄せください。

☎104-8404

中央区築地1-1-1
広報課広報係
☎(3546)5218

FAX(3546)2095

✉koho_01@city.chuo.lg.jp

区民カレッジ 2022年度後期分

募集講座(38講座)

別表1～3のとおり

対象

18歳以上の区内在住・在勤・在学者(ただし、別表2の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2022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。

共通

申し込み方法

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氏名③ふりがな④郵便番号・住所⑤電話番号⑥年齢⑦在

勤・在学者は勤務・通学先の名称・所在地・電話番号⑧託児付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・性別・年齢を記入して郵送で申し込む(電子申請も可)。

◎申し込み多数の場合は抽選です。

◎日時が重複しない講座は複数申し込みます。

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～2歳6カ月未満のお子さんを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。

☎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
クー1	やさしい水彩画	－	築地社会教育会館
クー2	篆刻入門		
クー3	しなやかな身体を手に入れる！ストレッチ&体操		
クー4	足指から元気になる 楽々動作術入門		
クー5	花に寄り添う		
クー6	今考えよう、自分の最期の過ごし方		

別表3 区民企画講座

講座番号	講座名	託児	会場
区民①	～しょう油もの知り博士の～しょう油が出来上がるまで	○	築地社会教育会館

◎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。

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	街歩き楽しみ隊	○ (一部除く)	築地社会教育会館 他
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	伊勢・松阪商人と江戸・日本橋と	○	日本橋社会教育会館
①-5	人と食とが出会う場所～築地場外市場～	－	魚河岸スタジオ
①-6	大石学の江戸時代史～新たな視点で歴史を見直すと～	○	築地社会教育会館
①-7	文楽の世界を楽しむ	○ (一部除く)	築地社会教育会館 他
①-8	画廊へのご招待	－	
①-9	ボランティアのための傾聴講座	－	中央区社会福祉協議会
②-1	アンティークジュエリーの真髄にふれるハンドリングセミナー	○	築地社会教育会館
②-2	きらめく装飾～基本から学ぶビーズ刺繍～	○	
②-3	キックボクシングエクササイズ	○	
②-4	実践!美文字・美手紙講座～心をつかむ手書きのひとこと～	○	日本橋社会教育会館
②-5	ラジオナビゲーターに学ぶ 話す技術	○	
②-6	ペーパーフラワーで作品展を飾ろう	○	
②-7	世界とつながる・学ぶ料理講座～中東・アジア・メキシコ編～	○	月島社会教育会館
②-8	メドゥップ～韓国伝統の結び～	○	
②-9	もっとリコーダーを楽しもう!	○	
③-1	見つけよう!自分に合った健康法～骨・筋肉のこと～	－	聖路加国際大学内
③-2	歌舞伎ものしり講座(※1)	○	築地社会教育会館
③-3	紙間屋「小津清左衛門店」～“てらこや”で使われた和紙～	－	日本橋小津和紙
③-4	都市の持続性 レジリエントなまちづくり	－	近畿大学東京センター
③-5	クリエイティヴ・ダイアログ2-アートと対話する5つのレッスン	－	築地社会教育会館
③-6	クラシック音楽講座「ブラームスがお好き！」	－	晴海トリトンスクエア オフィスタワー X棟 5階会議室 他
③-7	～日本の文化聖地・三重の“宝”～伊勢神宮	－	三重テラス 2階イベントスペース
③-8	戦国大名 毛利元就の歴史と城跡	－	本の森ちゅうおう
③-9	さかなパワーでおいしく・豊かに・健康に！	－	豊海おさかなミュージアム
③-10	浮世絵ってなんだ!?【オンライン講座】	－	
③-11	鎌倉幕府のお家騒動【オンライン講座】	－	[Zoom]で実施するオンライン講座
③-12	英語で紹介する日本【オンライン講座】(※2)	－	
③-13	中学英語で伝える日本!【オンライン講座】(※3)	－	

(※1)初めて受講される方を優先の上、抽選します。

(※2)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。

(※3)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。

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

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76回区民体育大会

総合開会式
日時 9月3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
◎区民体育大会の競技種目別一覧は7面をご覧ください。

弓道大会
日時 9月4日(日) 午前9時30分～
会場 総合スポーツセンター弓道場
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 連盟登録者以外の方は500円(当日、会場で納入)
申し込み方法 当日、午前9時10分までに直接会場で申し込む。

剣道大会
日時 10月9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25日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、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23日(日)、11月3日(祝)、13日(日)・20日(日)・27日(日)、12月4日(日)・11日(日) 午前9時～
予備日 12月18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)
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(木) 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12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。

柔道大会
日時 10月23日(日) 午前10時～
会場 総合スポーツセンター第1武道場
対象 区内在住・在勤・在学者および区内施設利用者
競技方法 トーナメント
費用 無料
申し込み方法 9月22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で郵送で申し込む。
◎小・中学生、男子段外者は、申込用紙に修業年数を必ず記入してください。

ソフトテニス大会
日時 10月16日(日) 午前9時～
会場 豊海テニス場
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。壮年の部は満55歳以上)
競技方法 リーグ戦
費用 無料
申し込み方法 9月29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で郵送で申し込む。
◎雨天時は中止となる場合があります。

卓球大会(シングルス)
日時 9月18日(日) 午前9時30分～
費用 600円(申込時に納入)
申し込み方法 8月22日(月)～26日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区卓球連盟へ参加料を添えて郵送(現金書留)で申し込む。

卓球大会(ダブルス)
日時 10月30日(日) 午前9時30分～
費用 1組1,200円(申込時に納入)
申し込み方法 10月3日(月)～10月7日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区卓球連盟へ参加料を添えて郵送(現金書留)で申し込む。

卓球大会共通
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)
〒104-0042 中央区入船1-2-8-104山口方

中央区卓球連盟
☎090(2156)9045

トランポリン大会
日時 10月23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
競技種別 ・ジュニア男子・女子
・一般A・B
費用 無料
申し込み方法 9月16日(必着)までに電話またははがきに①競技種別②氏名③年齢④連絡先を記入の上、申し込む。
〒103-0007 中央区日本橋浜町3-32-3-1204 井部方 中央区トランポリン協会
☎090(9375)4436

ニュースポーツ大会
種目など 別表のとおり
対象 区内在住・在勤・在学者(個人参加可)
費用 無料
申し込み方法 当日、各競技の開始30分前までに直接会場で申し込む。
◎屋外種目は雨天時には中止となる場合があります。中止の際は、HPでお知らせします。

バドミントン大会(ダブルス)
日時 9月25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

別表

種目	日時	会場	
ターゲットバードゴルフ	9月24日(土)	午前9時～正午	月島運動場
ペタンク	11月19日(土)	午後1時～4時	
ラケットテニス(※)	9月4日(日)	午前9時30分～正午	築地社会教育会館屋内体育場
ソフトバレーボール「フレンドリーの部」(※)		正午～午後5時	

(※)室内用運動靴を持参してください。

・新規協会登録者は1,000円(当日、会場で納入)
申し込み方法 8月12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
☎080(5022)3783

ヨットレース大会
日時 9月25日(日) 午前9時40分～
予備日 10月30日(日)
会場 若洲海浜公園ヨット訓練所(東京湾)
対象 区内在住・在勤・在学者および連盟登録者
競技種目 ・ディンギークラス
・OPクラス(A・B)
・シングルハンドクラス
使用艇 自艇持ち込み
費用 ・1人乗り3,000円
・2人乗り5,000円(当日、会場で納入)
申し込み方法 9月16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で郵送で申し込む。

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、区ホームページまたはHP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
☎(3546)5729
HPhttps://www.chuo-taikyo.jp/



はちまるにいます

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53人が受賞しました。
◎本表彰を受けるには事前の審査が必要です。
審査期間 8月17日(水)～31日(水)
審査場所 区内の協力歯科医療機関
対象 昭和17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

第76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13日(日)	総合スポーツセンター	アーチェリー場
合気道		9月11日(日)		第一武道場
空手道		11月13日(日)		主競技場
弓道		9月4日(日)		弓道場
キンボールスポーツ		令和5年 2月11日(祝)		主競技場
グラウンドゴルフ		10月1日(土)	月島運動場	
クレ射撃		11月6日(日)	成田射撃場	
剣道		10月9日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
ゴルフ		9月25日(日)	勝田ゴルフ倶楽部	
サッカー		10月23日(日)～ 12月18日(日)	江戸川河川敷	サッカー場
柔道		10月23日(日)	総合スポーツセンター	第一武道場
少年野球		9月4日(日)～ 25日(日)	月島運動場 浜町運動場	
水泳		9月4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5年 1月22日(日)	菅平高原スキー場	
ソフトテニス		10月16日(日)	豊海テニス場	
ソフト バレーボール	ミックス	12月4日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
	レディース	令和5年 1月29日(日)		
ソフトボール		8月21日(日)～ 9月19日(祝)	月島運動場	
卓球	シングルス	9月18日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
	ダブルス	10月30日(日)		
	団体	11月20日(日)		
釣		10月2日(日)	木更津市周辺	
テニス	シングルス	10月1日(土)～ 30日(日)	木場公園テニスコート 豊海テニス場	
	ダブルス	9月4日(日)～ 25日(日)		
トランポリン		10月23日(日)	総合スポーツセンター	主競技場
軟式野球		9月11日(日)～ 12月11日(日)	月島運動場	
ニュー スポーツ	ペタンクなど	9月24日(土) 11月19日(土)		
	ラケットテニス など	9月4日(日)	築地社会教育会館	屋内体育場
バスケットボール		9月4日(日)～ 10月8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25日(日)		主競技場
	混合ダブルス	11月6日(日)		
バレーボール	男子	11月27日(日)		
	女子	12月11日(日)		
ボウリング		10月30日(日)	ラウンドワン南砂店	
ヨットレース		9月25日(日)	若洲海浜公園	ヨット訓練所
ライフル射撃		10月30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11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。

☎中央区体育協会事務局
☎(3546)5729

（知ってください）

＋ヘルプマーク・ヘルプカード

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。

ヘルプカードとは
障害者手帳をお持ちの方、障害福祉サービスを受けている方、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す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、

仮住宅使用者の募集

建て替えやリフォームをご計画の方へ

建て替えやリフォームの工事期間中に利用できる仮住宅の使用者を募集します。

募集期間・施設内容など
別表1のとおり
◎各施設について、詳しくはお問い合わせください。

申し込み資格
区内に居住している方で工事期間中、他に仮住宅を求めることが難しく、事業施行後も引き続き区内に居住する方

対象事業
区内において施行される、建築物

施設名	中洲仮住宅	月島一丁目仮住宅	月島二丁目仮住宅	月島清澄通り仮住宅	勝どき駅前仮住宅	晴海三丁目仮住宅
所在地	日本橋中洲12-10	月島1-5-2	月島2-10-1	月島3-13-13	勝どき1-8-1	晴海3-6-8
間取り	3DK	1LDK	1K～1LDK	2LDK	1DK	1K～3LDK
面 積	65.50㎡	44.71㎡ 45.10㎡	28.98㎡～ 50.00㎡	60.50㎡ 65.50㎡	36.37㎡ 40.49㎡	38.43㎡～ 83.87㎡
月額使用料	135,910円	125,200円 126,300円	81,200円～ 140,000円	128,260円 135,910円	101,900円 113,400円	120,200円～ 262,300円
募集総戸数	3戸	2戸	8戸	10戸	6戸	25戸
使用決定	9月8日(木)					
入居開始日	11月1日(火)～令和5年1月31日(火) ◎入居準備のための修繕工事の進捗により入居開始可能日が前後する可能性があります。					

特別区税条例の改正

地方税法の改正に伴い、特別区民税について、条例を改正しました。

主な改正内容
住宅借入金等特別税額控除の延長
住宅への入居期限を4年延長し、令和7年末までに入居する方を控除の対象とします。

上場株式等の配当所得等に係る課税方式の一致
上場株式等の配当所得等について、別表2のとおり特別区民税の課税方式を変更します。

令和5年度まで	令和6年度から
所得税と異なる課税方式を選択することが可能	所得税と同じ課税方式を適用

◎課税方式の例として、上場株式の配当所得では申告不要、総合課税または申告分離課税が適用されます。

ヘルプマーク

ヘルプカード

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

高次脳機能障害者支援事業

高次脳機能障害支援講演会
日 9月8日(木)
午後6時30分～8時
場 教育センター5階視聴覚ホール
対 区内在住・在勤の高次脳機能障害に関心がある方
内 講演「脳卒中の回復期リハビリテーション～高次脳機能障害の方を支える地域のちから～」
講師
(医)健育会 ねりま健育会病院長 酒向正春
定 50人(先着順)
申込期間
8月3日(水)～9月8日(木)午後5時
託児
7カ月以上のお子さんをお預かりします。希望する方は8月31日(水)午後5時までに申し込みください(6人程度、先着順)。
高次脳機能障害者交流会
日 9月10日(土)
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とご家族、支援者
内 脳トレ、情報交換など
◎交流会終了後、希望者に個別相談を行います(4人程度、要予約)。
定 15人(先着順)
申込期間
8月3日(水)～9月9日(金)午後5時
共 通
費 無料
申 電話またはファクスに①～⑤(8面記入例参照)を記入し申し込む。
◎手話通訳、介助など必要な方は事前にお申し出ください。
問 福祉センター
☎(3545)9311
FAX(3544)0888

発展的天文講座
話題先取り！将来の宇宙探査
日 8月14日(日)
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
対 どなたでも
内 宇宙の謎に挑む探査計画と日本の役割について、現在の動きやその将来などをご紹介します。
講師
KU-MA子ども・宇宙・未来の会会員 大川拓也
定 80人(先着)
費 無料
◎入場券を当日午前10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



ヒーリングプラネタリウム
夏を爽やかに過ごすヨガ

日 8月12日(金)・26日(金)
午後6時～6時50分
場 タイムドーム明石プラネタリウムホール
対 大人向け
◎小人、未就学児の入場も可能ですが、お静かにご鑑賞ください。
内 プラネタリウムの星空の下、ヨガで体を動かしながら、1週間の疲れをリセットし、爽やかな週末を迎えましょう。通常は投影時間の半分がヨガの時間ですが、今回は50分間ヨガを行う特別バージョンです。
「ヨガインストラクター」
藤原扶美、山崎礼子
定 20人(先着順)
費 300円
◎当日直接会場へお越しください。
問 郷土天文館「タイムドーム明石」
☎(3546)5537



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%引き(一部除外あり)
②朝日カルチャーセンター朝日JT B・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19日(金)から、②は8月24日(水)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 レッツ中央(中央区勤労者サービス公社)
☎(3546)8610

起業・独立開業を目指す方へ
「起業家塾」受講者募集

日時など
別表2のとおり
場 産業会館
対 区内在住・在勤の起業意欲がある方

別表2

	日 時	内 容	定 員	費 用	申込期限	申し込み方法
基礎編	9月10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)	35人	無料	8月22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、ハイテクセンター、産業会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8日(土)・22日(土)・29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	30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です。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。
◎講座内容・資料などの録音・録画・撮影はできません。

育ちのサポートカルテ説明会
～育ちに支援を必要とする子どもたちが、安心して学び成長していけることを目指して～

「育ちのサポートカルテとは」
発達障害など育ちに支援を必要とする子どもたちが、ライフステージに応じた切れ目のない支援を受けられるよう、関係機関が適切な支援方法や課題を引き継ぎ、共有するためのツールです。
日 9月22日(木)
午前10時～11時
場 子ども発達支援センター会議室
対 区内在住の18歳未満のお子さんを持つ保護者

社会教育会館講座

講座名など
別表1のとおり
申 電話または社会教育会館窓口で直接申し込む。
◎3館いずれの窓口でも申し込みできます。
◎「築地いきいき講座～からだのメンテナンス～」は築地社会教育会館のみで受け付けます。

別表1

開催館	講 座 名	申込期間
築 地	築地いきいき講座～からだのメンテナンス～	8月3日(水)午前9時～(先着順)
	季節を楽しむ手作り和菓子～暑さを和らげるひんやり和菓子～	8月9日(火)まで
	レザークラフト講座～サコッシュ～	8月20日(土)まで
	究極のうま味調味料「 ^{ひしお} 醬」をつくろう！	8月21日(日)まで
	フラワーアレンジメント講座～ドライフラワーのハートリース～	9月24日(土)まで
日本橋	お天気魔法教室	8月10日(水)まで
	親子で体験！再発見！世界とつながるバナナの魅力～利きバナナ&バナナジュース作り～	
	羊毛フェルトの子猫作り	8月18日(木)まで
月 島	つまみ細工で ^{すみよ} ブローチを作ろう	8月22日(月)まで
	親子でたのしむ墨絵～筆と墨で自由に！伝統文化1日体験～	8月7日(日)まで
	オリジナルキャンバス制作講座～キャンバスの貼り方を学びオリジナルキャンバスを制作しよう～	8月28日(日)まで
	未来の月島のまちをつくろう！～建築家・建築学生と模型づくり～	9月14日(水)まで

◎先着順の記載がある講座以外は申し込み多数の場合抽選です。
◎抽選の結果は、申込期限以降7日以内に申込者全員にお知らせします。
◎区外にお住まいの方も申し込みめます。

◎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、会社設立時の登録

内 区の取り組み、育ちのサポートカルテ作成の流れや活用方法などについてお話しします。
定 25人(先着順)
費 無料
申 8月3日(水)から9月15日(木)までに電話またはファクスにて①～⑤(8面記入例参照)を記入して申し込む(電子申請も可)。
託児
7カ月以上のお子さんをお預かりします。希望する方は、9月9日(金)までに電話でお申し込みください(6人程度、先着順)。
問 子ども発達支援センター
☎(3545)9844
FAX(3545)9660

◎講座日程や費用など、詳しくは**HP**をご覧ください。
問 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
HP <https://chuo-shakyo.shoppro.co.jp/courses>



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

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19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5日～12月21日の3カ月間 計12回(最長6カ月まで継続可)	10月7日～12月23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。

いつまでもいきいき元気！
「はつらつ健康教室」体験講座

※区内在住で、転倒の不安がある、疲れやすい、外出が減ったなどの現状の改善に興味のある65歳以上の方(要介護1～5の方を除く)
※現在実施中のはつらつ健康教室の一部を体験します(椅子に座ってできる体操、頭の体操など)。

【日本橋コース】
※9月5日(月)
午後1時30分～3時
場 人形町区民館1・2号室
定20人(先着順)
費無料
※8月3日(水)から31日(水)までに電話で申し込む(受け付けは祝日を除く月～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
【月島コース】
※8月26日(金)
午後2時～3時30分
場 月島区民センター1階会議室
定30人(先着順)
費無料
※8月3日(水)から25日(木)までに電話で申し込む(受け付けは祝日を除く月～土曜日の午前9時～午後6時)。
※月島おとしより相談センター ☎(3531)1005

在宅介護に役立つ
「介護者教室・交流会」
～認知症の正しい理解と
良い対応・NG対応について～

※9月11日(日)
午後2時～3時30分
場 ①築地社会教育会館2階講習室

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

②オンライン(Zoom)
※区内在住・在勤・在学者、その他介護に興味・関心のある方
※・認知症とはどのような症状か・認知症になったらどのような行動をとるのか
・認知症への良い対応とNG対応
・介護に関する情報交換や悩みの共有
【講師】
マイホーム新川特養・デイサービス職員(介護福祉士)
定各15人(先着順)
費無料
※8月10日(水)から9月10日(土)までに来場の場合は電話で、オンラインの場合はEメールに①「介護者教室申し込み」②氏名・ふりがな③電話番号を入力して申し込む。
※マイホーム新川 ☎(3552)5670
※myhomeshinkawa@san-ikukai.or.jp

高齢者の毛筆写経教室
お試しコース
～文字も心も美しく～

※9月8日(木)・15日(木)・22日(木)
計3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
※原則60歳以上の方
※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)
費2,100円(教材費を含む)

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
※お近くのおとしより相談センター別表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(※)	15人	10人	15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(※)	各15人		10人

(※)定員に空きが次第、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)。

※8月12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。
◎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。区民カレッジ生(コース生)は申し込みはがきにカレッジ生であることを記載してください。
※〒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～

【初めてのパソコンコース】
※9月13日(火)～15日(木)
計3回 午前9時30分～11時30分
※原則60歳以上の方
※電源の入れ方、マウスの操作、文字の入力方法など、基本の操作を学びます。
費3,000円
◎テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのパソコン入門(Windows10)」(1,100円)を使用します。
【Excelを使ってみようコース】
※9月20日(火)～22日(木)、27日(火)～29日(木) 全6回
午前9時30分～11時30分
※原則60歳以上で、簡単な文字入力のできる方
※表計算ソフト「Excel2016」を使っ

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

て、セルや計算式の入力、計算表作りなど、基礎と活用を学びます。
費6,000円
◎テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのExcel2016」(1,320円)を使用します。

【共通】
場 シルバー人材センター2階パソコン講習室
【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)
※8月19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。
◎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。
◎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。区民カレッジ生(コース生)は申し込みはがきにカレッジ生であることを記載してください。
◎パソコンのOSはWindows10です。
※〒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

男女共同参画講座

「エシカル」で世界はもっと幸せになる～持続可能な社会のために、私たちができること～

- 回9月10日(土)
午前10時～正午
- 場女性センター「ブーケ21」
- 対どなたでも
- 内美しいバッグや雑貨が手元に届くまでのストーリーからエシカル、SDG sを学びます。
- 講師(株)RICCI EVERYDAY
代表取締役 仲本千津
- 定30人程度(先着順)
- 費無料
- 申8月3日(水)から電話・ファクスに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。



- 託児生後3カ月以上の未就学のお子さんをお預かりします。希望する方は、9月1日(木)午後5時までにお申し込みください(定員あり)。
- 問女性センター「ブーケ21」
総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652

町会・自治会向け講座

～考えてみませんか？
町会・自治会活動の広報と呼び込み～

- 回10月5日(水)
午後6時～7時30分
- 場月島区民館5号室
- 対町会・自治会員や町会・自治会活動に関心のある方
- 内活動の参加者や担い手が少ないという課題を持つ町会・自治会に対し、ターゲットの呼び込み方について、グループワークを取り入れながら考える講座を開催します。町会・自治会員以外にも、地域活動に興味のある方ならどなたでも参加いただけます。
- 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トラクター 豊田有希
- 定20人(先着順)
- 費無料
- 申8月8日(月)から10月3日(月)までに電話またはEメールに①～④(8面記入例参照)⑤団体名(所属している場合のみ)を入力して申し込む(電子申請も可)。
- 問地域振興課コミュニティ支援係
☎(3546)5686
e tiiki_01@city.chuo.lg.jp



中高年齢者のための「エイジングケア・ストレッチ教室」初級編

- 回9月21日(水)・28日(水)
午後1時30分～3時

- いづれの回も同じ内容です。
- 場佃区民館4階5・6号和室
- 対50歳以上の区内在住・在勤者
- 内腰痛や膝痛でお悩みの方にお勧めです。音楽を聴きながら行います。
- 定各回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
- 当日は運動のできる服装でお越しください。
- 申8月3日(水)から13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)。
- 当選者には8月16日(火)までに電話で連絡します。
- 問佃区民館
☎(3533)6951



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、スマートフォンアプリまたは区役所2階税務課、日本橋・月島特別出張所で8月31日(水)までに納めてください。
- なお、金額が30万円以下のバーコードが印字された納付書に限り、コンビニエンスストアやスマートフォンアプリを利用した納税ができます。
- 問税務課収納係
☎(3546)5277



国民年金保険料のお支払いは便利な「口座振替」で

- 国民年金保険料の納付には、納め忘れの心配がなく、割引制度がある口座振替をご利用ください。
- 早割(当月末振替)毎月末日に当月分の保険料が引き落とされる早割制度により、1カ月当たり50円引きとなります。
- 半年前納(10月末振替)口座振替を利用すると1,130円割引きとなり、現金納付の前納(810円引き)よりも割引額が大きくなります。利用申し込みは8月末が締め切りです。
- 年金手帳または基礎年金番号通知書、預金通帳、金融機関届け出印をご持参の上、年金事務所でお申し込みください。
- 問中央年金事務所国民年金課
☎(3543)1411(代表)



コミュニティふれあい銭湯

- 回8月10日(水)・24日(水)
- 8月10日はグズマニアの湯です。
- 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。
- 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5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75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実施してください。
- 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。
- 問文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524

祝日のごみ収集

- 8月11日(祝)
- 「山の日」は、木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



「中央区の森」における森林保全活動事業助成金(事業者・団体向け)

- 区では、森林を荒廃から守り、育てるため、行政区域を超えた広域的な地球温暖化対策推進事業として、東京都西多摩郡檜原村にある「中央区の森」で森林保全活動を行っています。
- 事業者・団体の皆さん、「中央区の森」で間伐や植樹などの森林保全活動を行い、森林再生に貢献していませんか。区では、森林保全活動の費用の一部助成を行っています。
- 実施期間8月～11月
- 募集団体数2団体(先着順)
- 最少催行人数10人

- 電話または区役所7階環境課の窓口で申し込む。
- 募集内容について詳しくは、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。
- 問環境課ゼロカーボン推進係
☎(3546)5628



高性能型消火器の追加設置費用助成

- 助成対象期間令和5年3月31日まで
- 対都内での店舗または事業所において事業を運営する中小企業、中小企業団体など、一般財団法人、一般社団法人、NPO法人
- 助成対象経費法定義務を超えて設置する高性能型消火器の導入経費
- 法定設置基準の設置義務を満たすために購入する消火器は対象外です。
- 法定設置基準の設置義務を超えて設置する標準的消火器は対象外です。
- 助成金額1点当たり上限2万円(助成率3分の2以内)×5点まで(1事業者当たり10万円まで)
- 問(公財)東京都中小企業振興公社
☎(3251)7924

街路樹や公園などの樹木への「水やり」にご協力ください

- 夏の猛暑や雨が降らない日が続くと、水不足により樹木が枯れてしまうことがあります。ご自宅近くの街路樹や公園などの樹木への「水やり」を、朝晩の涼しい時間帯にお願いします。
- 樹木の健全な生育のために皆さんのご協力をお願いします。
- 問水とみどりの課道路緑化施設係
☎(3546)5437



東京都シルバーパス更新手続きのお知らせ

～今年度の更新は郵送方式となります～

- 現在シルバーパスをお持ちの方には、8月中旬に(一社)東京バス協会から赤い封筒または青い封筒で「シルバーパス更新手続きのご案内」が届きます。
- 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、祝日を除く、午前9時～午後5時)



電子書籍貸出サービスの開始

区立図書館では9月1日(木)から電子書籍貸出サービスを開始します。

対象
区立図書館利用カードをお持ちの区内在住・在勤・在学者

利用申し込み
8月1日(月)から区立図書館3館で利用申し込みの受け付けを開始します。利用カードを持参の上、図書館カウンターで手続きしてください。手続き終了後、利用IDと仮パスワードをお渡しします。

◎京橋図書館は9月1日(木)から「本の森ちゅうおう」への移転準備のため休館となりますのでご注意ください。

利用方法
インターネットに接続可能な端末(パソコン、スマートフォン、タブレットなど)で中央区電子書籍貸出サービス専用サイトにアクセスしてください。区立図書館ホームページからもアクセス可能です。

◎電子書籍貸出サービスの利用にあたっては、専用の利用IDとパスワードが必要です。

貸し出し
1人2点まで、貸出期間は2週間です。

◎貸出期間の延長はできません。

予約
貸し出し中の資料は2点まで予約可能です。貸し出し可能となった資料の取置期間は1週間です。

◎京橋図書館(8月31日まで)
☎(3543)9025
日本橋図書館
☎(3669)6207
月島図書館
☎(3532)4391

トピックス



盆踊り練習会

7月6日、月島社会教育会館で盆踊り練習会が行われました。これは、8月26日(金)・27日(土)に3年ぶりに開催される大江戸まつり盆おどり大会や、地域で開催される盆踊り大会に気軽に参加していただくよう開催したものです。参加した約50人の皆さんは、「これがお江戸の盆ダンス」など11曲に合わせ心地よい汗を流しました。

広報紙 区のおしらせ ちゅうおうの個別配送および声の広報・点字広報

「区のおしらせ ちゅうおう」の個別配送

対象
新聞を定期購読していない区内在住者のうち、次のいずれかに該当し、区施設などで広報紙を入手することが困難な方

- ・おおむね65歳以上の方
- ・障害のある方(障害者手帳をお持ちの方)

送付する号
11日・21日号、1月1日号

◎1日号(1月1日号を除く)は、町会・自治会を通じてお届けします。

申し込み方法
郵送開始を希望する号の発行日10日前(必着)までに、電話または申込書を郵送、ファクス、Eメールのいずれかで☎へ送付して申し込む。

申込書の配布場所
区役所2階広報課、日本橋・月島特別出張所で配布する他、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。

◎「区のおしらせ ちゅうおう」は区のホームページにも掲載しています。

声の広報・点字広報

「区のおしらせ ちゅうおう」をCD・カセットテープに録音した「声の広報」、点字版にした「点字広報」を、毎月3回発行しています。

お申し込みいただいた方には郵送でお送りしています。

近隣の方などで必要とされる方がいらっしゃいましたらご案内にご協力ください。

対象
区内在住・在勤で視覚障害のある希望者(身体障害者手帳1～6級所持者)

申し込み方法
電話または区役所2階広報課で直接申し込む。

共通費用

無料

☎104-8404
中央区築地1-1-1
広報課広報係
☎(3546)5218
FAX(3546)2095
✉koho_01@city.chuo.lg.jp

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5日(土)

◎申し込みされた方には、10月3日(月)以降に別途ご案内をします。

絵画展の内容

日時
11月9日(水)～13日(日)
午前10時～午後6時

◎13日(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
☎(3546)5524



銀座の夜(油彩画)
桜の「晴海トリトン」(油彩画)清水義章

国際交流サロン
International Exchange Salon

国際交流サロンでは、外国人と日本人が楽しく交流できるイベントを行っています。ぜひご参加ください。

CCIEA International Exchange Salon will hold various events on cultural experiences where both Japanese and non-Japanese residents can enjoy free and open communication. Why don't you come and join us?

開催日 Date	9月10日(土)、10月15日(土)、12月10日(土)、2023年1月21日(土)、2月18日(土)、3月18日(土) Sep. 10(Sat), Oct. 15(Sat), Dec. 10(Sat), Jan. 21(Sat)2023, Feb. 18(Sat)2023, Mar. 18(Sat)2023
時間 Time	原則として午後2時～4時(イベントにより変更することがあります) 14:00～16:00(The time of the events indicated may change depending on the contents of the events.)
開催予定のイベント Scheduled Events	ボッチャ体験、お香、防災訓練など Boccia Experience, Incense, Emergency Drill, etc.
問い合わせ先 Inquiries	中央区文化・国際交流振興協会 Chuo Cultural and International Exchange Association(CCIEA) 〒104-0041 中央区新富1-13-24新富分庁舎3階 Chuo City Government, Shintomi Annex 3rd fl. 1-13-24 Shintomi, Chuo-ku, Tokyo, 104-0041 TEL: 03-3297-0251 ホームページ/Website: https://www.chuo-ci.jp Email: bunkoku@chuo-ci.jp twitter: @cciea_chuo facebook: facebook.com/cciea

◎時間と場所はイベントにより異なります。お問い合わせいただくか、協会ホームページをご確認ください。
◎The time and place vary depending on the events. Please contact us or check our website.