

令和5年(2023年)

3/1

No.1530

区のおしらせ



ちゅうおう

ひとりで悩まず、相談してください

思い当たることは
ありませんか？



3月

自殺対策強化月間です

こころとからだの不調がみられたら 早めに相談してください

健康・経済問題、人間関係、介護、子育てなど誰にでも起こりうるような要因が複雑に絡み、誰にも相談できず、自殺に追い込まれてしまうといわれています。心身不調のサインがみられたら、早めに相談してください。

周りの人ができること

悩みがあるときや死にたいほどつらいとき、話を聞いてもらおうと気持ちが軽くなります。大切な人がいつもと違うときは、声をかけ、話を聞いて、必要ならば専門相談窓口につなげてください。

区取り組み

ゲートキーパー養成講座

悩みを上手に聴くコツを学ぶ講座を開催します。



こころといのちの相談窓口

相談窓口一覧を掲載したリーフレットを区内各所で配布しています。



こころの健康相談

年間をとおして精神科専門医によるこころの相談を保健所、保健センターで実施しています。



こころのサイン

- ゆううつ 憂鬱
- 眠れない
- 理由もなく不安になる
- 気持ちが落ち着かない
- イライラする

からだのサイン

- お腹が痛くなる
- 下痢、便秘が続く
- 胸がドキドキする
- 疲れがとれない、だるい
- 食欲がない、おいしくない

これらの症状はこころとからだの不調のサインです

「自殺防止！東京キャンペーン」特別電話相談

東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～ (NPO法人メンタルケア協議会)

3月27日(月)～31日(金) (24時間受け付け) ☎(0570)087478

有終支援いのちの山彦電話－傾聴電話－ (NPO法人有終支援いのちの山彦電話)

3月の火・水・金・土・日曜日、祝日 正午～午後8時 ☎(3842)5311

フリーダイヤル特別相談 (NPO法人国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター)

3月1日(水)～6日(月)午後8時～、7日(火)午後5時30分～
いずれも翌午前2時30分まで ☎(0120)589090
☎(5286)9090

自殺予防いのちの電話 ((一社)日本のちの電話連盟)

3月10日(金)午前8時～11日(土)午前8時
3月1日(水)～31日(金) 午後4時～9時 ☎(0120)783556

自死遺族傾聴電話 (NPO法人グリーフケア・サポートプラザ)

3月7日(火)～10日(金) 正午～午後4時 ☎(3796)5453

自死遺族相談ダイヤル (NPO法人全国自死遺族総合支援センター)

3月6日(月)～8日(水) 午前10時～午後8時 ☎(3261)4350

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

☎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

ハートオブ東京 中央区



中央区長 **山本 泰人**

新型コロナとの闘いも3年が経過し、この間デジタル化の進展や働き方に対する意識、気候変動への取組など社会情勢は大きく変化しました。本区の将来を形づくる築地や日本橋などの都市基盤整備も本格化し、将来のまちの輪郭が見え始めています。これらの変化を踏まえ、今後10年間の区の基本的な方向性を示す「基本計画2023」を策定しました。この

計画は、誰もがいきいきと暮らし、働き、集うことのできる未来に向けた区政の新たな羅針盤ともいえる計画です。政策横断的に取り組む4つのリーディングプロジェクトとして、脱炭素の推進、水とみどりに囲まれたウォーカブルなまち、コミュニティ形成や経済活性化・文化振興に向けた各施策を展開し、まちもひとつつながる中央区を実現していきます。

この1月に過去最多となる人口17万4074人を記録し、力強いペースで人口増加が続く本区は、令和9年に20万都市となる新たなステージを迎えます。これまで積み重ねてきた本区の歴史と伝統を軸に、区の総力を挙げて新たな基本計画を着実に実行してまいります。

人あふれ緑あふれて水温む 泰人

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 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。



原油・原材料価格・物価高騰などに対する支援策一覧

◎2月17日現在の情報に基づき作成しています。対象や詳しい内容については各HPをご確認ください。

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

助成金・専門家派遣など

| 名称 | 概要 | H P | 問い合わせ先 |
|--------------------------------------|--|-----|--|
| 住宅・共同住宅用自然エネルギー・省エネルギー機器等導入費助成【制度拡充】 | 区民・事業者などに対する支援ならびに節電への取り組みを一層促進するため、令和6年3月31日まで限定的に制度を拡充しています。 | | 環境課ゼロカーボン推進係 ☎(3546)5628 |
| 事業所用自然エネルギー・省エネルギー機器等導入費助成【制度拡充】 | | | |
| 原油価格高騰等対策支援事業 | 経営状況が悪化している中小企業を対象に、専門家グループの派遣や助成金の支給を実施しています。 | | (公財)東京都中小企業振興公社 原油価格高騰等対策支援事業事務局 ☎(4564)5302 |
| 原油価格高騰等に伴う経営基盤安定化緊急対策事業 | 経営状況の悪化が長期に及んでいる中小企業を対象に、専門家派遣や助成金の支給を実施しています。 | | |
| 製造現場における原油価格高騰等緊急対策事業 | 中小製造事業者を対象に、専門家派遣や助成金による設備などの導入支援を実施しています。 | | |
| 東京や国内で作る工業製品等の調達・購入促進キャンペーン | 海外からの調達を東京や国内企業からの調達へと切り替える際の助言やマッチング支援などを実施しています。 | | (公財)東京都中小企業振興公社 ☎(5822)7239 |
| 円安を契機とした中小企業の輸出促進プロジェクト | 地域の金融機関と連携し、英語による製品・商品のPR支援と、貿易実務のサポート、貿易保険料の助成などを実施しています。 | | (公財)東京都中小企業振興公社 ☎(5822)7241 |
| 原油価格高騰等課題解決に向けた専門家派遣事業 | 都内中小企業の経営課題に、豊富な実務経験と支援実績を有する専門家が支援します。 | | (公財)東京都中小企業振興公社 ☎(3251)7881 |
| 小規模事業者持続化補助金 | 小規模事業者が経営計画を策定して取り組む販路開拓などを支援します。 | | 小規模事業者持続化補助金事務局 ☎(6632)1502 |
| 事業再構築補助金 (原油価格・物価高騰等緊急対策枠) | 新分野展開などの事業再構築の取り組みを支援します。 | | 事業再構築補助金コールセンター ☎(0570)012088 |

融資

| 名称 | 概要 | H P | 問い合わせ先 |
|---|---|-----|-------------------------------|
| 借換資金(新型コロナウイルス感染症対策緊急特別資金) | 返済中の「中央区新型コロナウイルス感染症対策緊急特別資金」を借り換えて、返済期間や据え置き期間の見直しに活用できます。 | | 商工観光課相談融資担当 ☎(3546)5330 |
| 東京都中小企業制度融資 「新型コロナウイルス感染症・ウクライナ情勢・円安等対応緊急融資」 | 新型コロナウイルス感染症・ウクライナ情勢・円安などを発端として事業活動に影響を受けている中小企業者などを支援する、利子補付付きの融資です。 | | 東京都産業労働局金融部金融課 ☎(5320)4877 |
| セーフティネット貸付 | 一時的に、売り上げの減少など状況の悪化を来している中小企業者の経営基盤強化を支援します。 | | 日本政策金融公庫 ☎(0120)154505 |

相談など

| 名称 | 概要 | H P | 問い合わせ先 |
|---------------------------|--|-----|---|
| 重要な技術に関する知的財産保護事業 | 都内中小企業者が有する重要な技術の流出防止を図るための情報収集・提供を行うとともに、権利保護方法などに関する窓口相談・セミナーなどを実施します。 | | (公財)東京都中小企業振興公社 東京都知的財産総合センター ☎(3832)3656 |
| 国内回帰等特別相談窓口 | 国内回帰などを検討する企業に対し、都内への立地に関する情報やアドバイスを提供します。 | | 東京都企業立地相談センター 国内回帰等特別相談窓口 ☎(6803)6753 |
| ウクライナ情勢・原油価格上昇等に関する特別相談窓口 | 中小企業・小規模事業者を支援するため、相談窓口を設置しています。 | | 日本政策金融公庫 詳しくはHPをご覧ください。 |
| JETRO(日本貿易振興機構)の海外販路開拓支援 | 「新輸出大国コンソーシアム」の枠組みによるワンストップ相談の他、ハンズオン支援や展示館出展支援を実施しています。 | | (独)日本貿易振興機構 詳しくはHPをご覧ください。 |

令和4年分確定申告

申告書の提出 および納付期限

【所得税および復興特別所得税】
3月15日(水)(振替納税は4月24日(月))
【贈与税】 3月15日(水)
【個人事業者の消費税および地方消費税】
3月31日(金)(振替納税は4月27日(木))

☎日本橋税務署 ☎(3663)8451
京橋税務署 ☎(4434)0011
◎税務署の代表電話から音声案内で0番を選択してください。
HP国税庁 <https://www.nta.go.jp/>

中学生の「税についての作文」

次代を担う中学生が、私たちの身近な生活環境と税との関わりについ

て関心を持ち、税への理解を深められるよう、全国納税貯蓄組合連合会

および国税庁が主催する中学生の「税についての作文」の募集が毎年行われています。令和4年度も本区の多くの中学生が応募しました。

その中から、東京国税局管内納税貯蓄組合連合会会長賞を受賞した開智日本橋学園中学校の堀部美帆さん、

東京国税局管内納税貯蓄組合連合会優秀賞を受賞した日本橋中学校の松井美礼さんと佃中学校の荒幡瑚子さんの作品をご紹介します。

☎(3546)5265
〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
税務課管理係

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

「租税教育の重要性」

開智日本橋学園中学校
堀部 美帆

皆さんは、税に対してどのような印象を持っていますか。税は私たちの生活を形作るうえで欠かせないものであり、私たちは日々税を納めることで、様々な恩恵を受けて暮らしています。しかし、日本には約50種類もの税があり、またそれぞれの税は納税義務者から納税方法まで多岐にわたっています。そのため、税は難しいもの、親しみづらいものであるという印象を持ち、税への関心が薄くなってしまっている人もいないのでしょうか。しかし、税の意義や役割について十分に知らない状態で税を納めていると、税に対し

て漠然とした悪いイメージを持ってしまう可能性が高く、これは健全な納税者意識であるとは言えません。税は私たちの生活に非常に身近なものであり、私たちは税に対して当事者意識を持つ必要があります。

税を知る必要があるのは大人だけではなくではありません。現在日本には、大人が納めることが多い所得税や住民税などの税の他に、消費税のように年齢に関わらず納税義務がある税も存在しています。ゆえに、納税が国民の義務である日本において、税についての正しい知識を身につけることはすべての人にとって重要だと言えるでしょう。

現在、税についての知識を広めるために様々な教育が行われています。租税教育は、ただ納税の義務を強調するためのものではありません。税についての教育を受け、税に関する基礎知識を身につけることで税の意義や役割について考え、さらには国の仕組みや国と国民の関係を深く考えるきっかけを与える大きな役割を持つものです。

最もよく知られている租税教育と言えば、租税教室ではないでしょうか。独立した公正な立場である税理士が学校へ出張し、税の目的や使い道について教えるというもので、近年はその効果が注目され開催数が年々増加しています。私も小学生の時に租税教室に参加した経験があり、税理士の方による分かりやすい説明は税に興味を持つ一つのきっかけとなりました。

昨今は感染症の拡大により対面で行う租税教室の開催は困難となっています。しかし、書籍やインターネット上での啓発活動、国税

庁や税理士会からの情報発信など、自ら税について学ぶ方法は多数存在しています。そして今後も、本やインターネットから得られる情報はより一層増えていくと考えられます。

税は私たちが健康で文化的な生活を送るにあたって無くてはならないものであり、私たちの暮らしに密接に関係しています。コロナ禍によって学び方が個人の裁量に任せられている今、私たちは、与えられた教育の機会を最大限に活用し、また自ら能動的に税について学び、税を通して社会の在り方を主体的に考えられるようになることが必要なのではないでしょうか。

「少子高齢化と税金」

中央区立日本橋中学校
松井 美礼

近年、人生百年時代という言葉をよく聞くようになった。一方で、日本における昨年の出生数は過去最少の84万人を記録した。我が国の少子高齢化は留まることを知らない。厚生労働省によると、1965年には9.1人の労働者で高齢者一人を支える胴上げ型社会だったが、2050年には1.2人の労働者で一人の高齢者を支える肩車型社会になるそうだ。考えてみて欲しい。今、私の家では両親が働き、私たち姉妹二人の生活費を出してくれているが、労働者一人が高齢者一人を支えることになったら、我が家では子供二人分に加えて高齢者二人

の生活費を出すことと変わらなくなるのではないだろうか。このような社会になった時、果たして少子化は解消されるのだろうか。私だったら、結婚して子供を持つのを諦めるかもしれない。

では、どうすれば労働者一人当たりの負担を減らすことができるのだろうか。私は二つの対策を考えた。

一つ目は、消費税率を上げることだ。私は労働者以外の高齢者や未成年者にも今まで以上の税金を納めてもらうしかないと思っている。食品などの生活必需品の消費税率を低く、それ以外の商品への消費税率を高くすれば、生活の余裕に応じて納税額が自然と調整されるはずだ。余裕のある人は購買力もあり自然と納税額が高くなり、余裕のない人は節約するので納税

額が低く抑えられるからだ。また、海外からの旅行者が戻ってくれば、日本に居住していない人からの税収も期待できる。

二つ目は、高齢者の就労だ。現在、多くの会社では60歳が定年となっているが、果たして60歳は働けないほどの高齢者なのだろうか。私の祖母は72歳だが、学童で子供たちの勉強を見たり、一緒に走り回ったりしている。過疎地で人手不足であることと、教員資格があったことから勤労できたのではあるが、祖母のように元気なうちは働きたいと考えている高齢者は多いと考える。父方の祖父母はもっと高齢だが、元気で川釣りをしたり、果物を作ったり、地域ボランティアをしたりして過ごしている。それなのに60歳が定年というのは私には理解できない。60歳を超え

てもできる仕事は色々あるのではないだろうか。高齢者が収入を得られるようになれば、税収が増えるかもしれないし、もしかしたら年金などの社会保障費を減らせるかもしれない。調べてみたところ、欧米では定年制はないようだ。年齢や能力によってできる仕事は違うかもしれないが、元気なうちはみんなで社会を支えていければと思う。

税収が減ると、教育や医療、整備された道路や安全な水などの今まで当たり前だった生活の基盤が維持できなくなってしまうだろう。今、日本が直面している少子高齢化問題は私たち中学生にとっても決して他人事ではいられない喫緊の課題だ。我が事として考え、持続可能な社会をみんなで実現していきたい。

「救われた幸せな未来」

中央区立佃中学校
荒幡 瑚子

私は小学校4年生の10歳の頃初めて救急車を呼びました。妊娠中の母が家で転んで頭をぶつけてしまい、出血していたからです。119の文字を押し、電話をかけるとすぐつながり、私の住所や母の症状などを説明して無事救急車を呼ぶことができたものの、本当に来てくれるのか心配で頭がいっぱいになりました。5分ほど経って泣きそうになっていた私の元に救急隊の方々が到着し、すぐに救急車に乗車することができました。しかし、救急車は出発しませんでした。母が妊娠中だったため、搬

送する病院に限りがあったからです。ですが、救急隊の方々が搬送先の病院を必死になって探して下さっておかげで無事に搬送先の病院が決まりました。

それから5年後の今、私には5歳の妹がいて、元気な母もいます。5年前を思い出してみると救急車を利用した時に何も費用がかかっていませんでした。費用は全て税金が使われていたからです。インターネットで調べてみると、日本では救急車は行政サービスの一環であり、救急隊の人員費やガソリン代、メンテナンス代、車内に設置されている医療機器や物品の費用は全て自治体の税金が使われていることが分かりました。さらに、アメリカやカナダ、ドイツなどの多くの国は救急搬送が有料である

ことも知ることができました。世界を見渡してみると日本のようにいつでもどこでもどんな症状があっても誰でも運んでくれる救急車の制度はとても珍しく、ありがたいものだと思います。無料であるからこそ、命に関わる状態のときにすぐ救急車を呼ぶ判断をすることができ、躊躇わず利用することができます。こうして救急車はこれまでに多くの命を救ってきたのだと思います。

税金は救急車以外にも様々なところに使われています。私たちの生活が一変することのきっかけとなった新型コロナウイルスのワクチンも、税金で賄われています。さて、このような税金の費用は誰が支払っているのでしょうか。それは一生懸命に働いて下さってい

る大人の方々です。働いて得たお金を消費税や所得税などに納税しているのです。私たち子どもは、それらの税のおかげで教育を受けることができたり、小さい頃から予防接種を受けることができます。

私は今年度で義務教育が終わり、今まで以上に税のありがたみを実感する機会が増えると思います。税金があることを当たり前と思わずに身近にある小さな税金から大きな税金まで常に感謝の気持ちを忘れずに生活していきたいです。そして、私が納税者側に立ったときには今まで私の生活を支えてくれた税に恩返しのできる気持ちで納税し、幸せな未来のバトンを継承したいと思っています。



中央区地域スポーツクラブ 令和5年度 会員募集中



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

- 対象**
区内在住・在勤・在学者
- ◎各種プログラムに参加するには会員登録が必要です。年会費(保険料含む)は、高校生以上3,000円、子ども2,000円、65歳以上2,200円です。
 - ◎令和4年度に入会の方も令和5年度に参加する場合は、再度入会の手続きをしてください。
 - ◎中央区地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋と月島は、どちらのクラブに入会しても相互利用できます。
 - ◎各プログラムの内容など、詳しくは各HPをご覧ください。

地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋 Maple

実施種目
かけっこ、キンボール、合気道、エンジョイ体操、水泳、3x3、太極拳、タグラグビー、ダブルダッチ、



▲Maple ホームページ



▲Maple お問い合わせページ



▲大江戸月島 会員募集ページ



▲大江戸月島 プログラム紹介

テニス、フラッグフットボール、フラワーアレンジメントなど

☎中央区地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋事務局
HP<https://maple.tokyo.jp/>
Einfo@maple.tokyo.jp

中央区地域スポーツクラブ大江戸月島

実施種目
サッカー、フットサル、水泳、テニス、野球、体操、空手、かけっこ、ヨガ、チアダンス、ホッケー、バスケット、ハワイアンフラ、ダーツ、合気道、寺子屋、ウクレレなど

☎中央区地域スポーツクラブ大江戸月島事務局
☎070(6980)6899
(土・日曜日の午前10時～午後3時。平日はEメールでお問い合わせください)

HP<https://oedo.tokyo.jp/>
Econtact@oedo.tokyo.jp

原動機付自転車、軽自動車などの 廃車・定置場変更の届け出はお済みですか

軽自動車税(種別割)は4月1日現在、バイクや軽自動車などを所有している方に課税されます。

譲渡や売却、解体などにより車両を手放したり、盗難に遭った場合は必ず廃車の届け出をしてください。

また、車両の定置場を区外へ変更した場合は、ナンバープレートの変更手続きが必要です。

3月31日(金)までに届け出がない場合、令和5年度も本区で課税

されますのでご注意ください。

☎125cc以下のバイク・小型特殊自動車について
税務課管理係
☎(3546)5267

・125ccを超えるバイクについて
東京運輸支局
☎050(5540)2030

・三輪、四輪の軽自動車について
軽自動車検査協会東京主管事務所
☎050(3816)3100

乳幼児クラブへの入会

区内の児童館では、主に0歳児から2歳児までの区内在住の親子を対象に、さまざまな遊びや季節感を取り入れた行事を通して、親子の絆や地域の親同士・子ども同士の交流を深めることを目的とした「乳幼児クラブ」を実施しています。

令和5年度の入会登録の受け付けは3月1日(水)からです。

◎申し込み方法など詳しくは、各児童館に直接お問い合わせください。

☎築地児童館
☎(3544)0127

- 新川児童館
☎(3553)2084
- 堀留町児童館
☎(3661)8937
- 浜町児童館
☎(3669)3386
- 佃児童館
☎(3531)7811
- 月島児童館
☎(3533)0885
- 勝どき児童館
☎(3531)3250
- 晴海児童館
☎(3534)3021

福祉センター手話講習会

聴覚障害者に対する理解を深めることや手話通訳者として必要な知識・技能を習得することを目的に、手話講習会を別表のとおり開催します。通訳者育成基本、応用クラスの受講には、選考試験により適性が認められる必要があります。詳しくは受講

申込者に個別にご案内します。

会場
福祉センター会議室他

費用
テキスト代として各コース4,000円程度

申し込み方法
別表の申込期限までに、はがきに①福祉センター手話講習会②氏名・ふりがな③〒・住所④電話番号⑤年齢⑥手話の経験、区内在住の方は勤務先の名称、住所、電話番号を記入して申し込む(電子申請も可)。

◎各コースとも、別表の対象にかかわらず、希望者の状況によって受講が認められる場合があります。

また、登録手話通訳者、手話通訳士の方は申し込みません。初級・中級クラスの申し込み結果、通訳者育成基本クラスの試験結果は4月上旬までにお知らせします。

☎104-0044
中央区明石町12-1
福祉センター管理係
☎(3545)9311
FAX(3544)0888

| クラス | 日程 | 時間 | 回数 | 対象 | 内容 | 定員 | 申込期限 |
|---------|--|---------------|---------|--|--|------|-----------|
| 初級 | 4月19日～令和6年2月14日の毎週水曜日 (5月3日、8月16日、12月27日、令和6年1月3日を除く) | 午後1時30分～3時30分 | 各コース40回 | 区内在住・在勤の方で、初めて手話講習会を受講する方 | 自己紹介や簡単な話題を、手話によって表現できることを目指します。 | 各20人 | 3月24日(必着) |
| 中級 | | 午後6時30分～8時30分 | | 区内在住・在勤の方で、初級手話講習会を修了し、本クラスを修了していない方 | 手話の基本文法を学び、手話によって日常的な会話ができることを目指します。また、通訳者育成クラスへ進級するための学習もします。 | | |
| 通訳者育成基本 | | 午後1時30分～3時30分 | | 区内在住・在勤の聴覚に障害がない方で、中級手話講習会を修了しており、本クラスまたは(旧)上級手話講習会を修了していない方 | 手話通訳者となるために必要な基本的知識・技能の習得を目指します。 ◎(旧)上級クラス相当 | | |
| 通訳者育成応用 | | 午後6時30分～8時30分 | 35回 | 区内在住・在勤の聴覚に障害がない方で、通訳者育成基本クラスまたは(旧)上級手話講習会を修了した方 | 手話通訳者となるために必要な実践的知識・技能の習得を目指します。手話通訳者全国統一試験(12月上旬実施予定)の合格を目指すためのクラスです。 | | |

◎初級・中級クラスは申し込み多数などの場合は抽選です。「通訳者育成基本クラス」は3月29日(水)午後1時30分～、「通訳者育成応用クラス」は3月29日(水)午後6時30分～の選考試験の結果によります。

◎表中の「修了」「受講」は、他自治体の講習会などを含みます。ただしこの場合、受講した講習会などの実施主体、受講時期や時間などについて、これまでの学習状況が詳細に分かるよう記してください。

中央区文化推進事業助成対象事業

中央区交響楽団「第29回定期演奏会」

日時
5月21日(日)
午後2時開演(午後1時15分開場)

会場
第一生命ホール(晴海1-8-9)

対象
どなたでも

◎未就学のお子様も入場できます(ただし1人で席に座って静かに鑑賞できる方。乳児は不可)。

プログラム
同時代を生きた北欧の巨匠たち
・指揮：シャレット 孝之

・曲目：ステンハンマル/演奏会用序曲「エクセルシオール!」、シベリウス/交響詩「夜の騎行と日の出」、ニルセン/交響曲第2番短調「四つの気質」

定員
600人(全席指定。申し込み多数の場合は抽選)

◎定員は変更になる場合があります。

費用
寄付制

◎終演後、お気持ちによるご寄付をお願いします。

申し込み方法
3月1日(水)から14日(火)までにHPから必要事項を入力して申し込む。

◎当選者の発表は、チケットの発送をもって代えさせていただきます。

◎当選者へのチケットの発送は、4月下旬ごろを予定しています。

後援
中央区、中央区教育委員会、中央区文化・国際交流振興協会

◎問い合わせは、HPのお問い合わせフォームからお願いします。

☎中央区交響楽団事務局
HP<http://www.cso-arts.net/>

ごみ・資源のふれあい収集

ごみや資源を自分で集積所に出せない高齢者などに対して、職員が玄関先まで訪問して収集する「ふれあい収集」を実施しています。その際、ご要望に応じて声掛けなどの安否確認も行います。

利用できる方
ごみや資源を集積所(粗大ごみは屋外)に運び出すことが困難で、身近な人の協力を得ることができない65歳以上の高齢者や障害者などの世帯

◎粗大ごみは事前申し込みにより室内から運び出し、収集を行います。

☎中央清掃事務所作業係
☎(3562)1521

60歳からの「ゆうゆう講座」～前期分受講者募集～

運動機能や栄養状態の改善、認知機能の向上などに役立つ1回完結型の講座です。既存の区内サークルや講座・イベントの紹介も行います。ご自身の健康増進や生きがいつくりのため、お気軽にご参加ください。

講座一覧
別表1のとおり
対象
要介護・要支援認定を受けていない60歳以上の区内在住者

費用
無料
申し込み方法
別表1の申込開始日の午前9時から社会教育会館の窓口または電話で申し込む。
☎健康づくり事業全般について
高齢者福祉課高齢者活動支援係
☎(3546)5716

・講座申し込み・内容について
築地社会教育会館
☎(3542)4801
日本橋社会教育会館
☎(3669)2102
月島社会教育会館
☎(3531)6367



| 日 時 | 講座タイトル | 定 員 | 開催館・施設 | 申込開始日 |
|----------|---|------|-----------|----------|
| 4月14日(金) | 健康リズム体操 [持ち物]室内用運動靴・動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料 | 各50人 | 築地社会教育会館 | 3月11日(土) |
| 28日(金) | 足腰けんこう体操 [持ち物]室内用運動靴・動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料 | | | |
| 5月17日(水) | 頭・声・身体ストレッチ～ミュージカルナンバーとともに～ [持ち物]汗拭きタオル・飲料 | 30人 | 月島社会教育会館 | 4月11日(火) |
| 22日(月) | キックボクシングエクササイズ [持ち物]汗拭きタオル・飲料 | 50人 | | |
| 6月15日(木) | 笑って元気! 笑いヨガ [持ち物]動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料 | 30人 | 築地社会教育会館 | 5月11日(木) |
| 27日(火) | 囲碁で楽しく脳トレ [持ち物]筆記用具・飲料 | 20人 | | |
| 7月14日(金) | けんこうヨーガ [持ち物]動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料・5本指靴下 | 50人 | 日本橋社会教育会館 | 6月11日(日) |
| 26日(水) | フラで楽しく健康に! [持ち物]動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料 | 30人 | 築地社会教育会館 | |
| 8月4日(金) | 脳トレリズム体操 [持ち物]室内用運動靴・動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料 | 50人 | 日本橋社会教育会館 | 7月11日(火) |
| 29日(火) | 貯筋運動教室 [持ち物]動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料 | 30人 | 築地社会教育会館 | |
| 9月12日(火) | 健康「声」トレーニングで誤嚥予防! [持ち物]動きやすい服装・飲料・室内用運動靴 | 各40人 | 築地社会教育会館 | 8月11日(祝) |
| 21日(木) | スニーカータップと脳トレでからだを動かそう! [持ち物]室内用運動靴・動きやすい服装・汗拭きタオル・飲料 | | | |

春の中央区歴史散歩2023 シリーズ「古地図で歩く中央区」

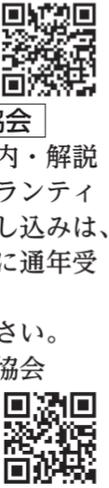
第5回 春うらら、隅田川水辺を歩く編 ～浜町から両国橋まで～

日 時
・土曜コース
3月25日(土)
・日曜コース
3月26日(日)
いずれも午後1時30分～3時30分
◎雨天決行です。
共通
集合場所
都営地下鉄新宿線浜町駅A2地上出口

行き先
浜町公園～隅田川テラス～臨幸記念碑～旧跡矢ノ倉～薬研堀不動院・講談発祥記念の碑・順天堂発祥之地～初音森神社～柳橋～両国広小路記念碑～両国橋～回向院前(解散)
対象
小学生以上(小・中学生は保護者同伴)
案内人
中央区文化財サポーター協会会員

定 員
各回30人(申し込み多数の場合は抽選)
費用
500円(小・中学生250円)当日集金
申し込み方法
3月14日(必着)までに往復はがきに①希望のコース名②氏名・ふりがな③〒・住所④電話番号⑤年齢、④は固定電話と携帯電話の番号)を記入、または二次元コードの申し込みフォームから申し込む。
◎往復はがき1枚につき各1コース・1人のみご記入ください。
◎問い合わせは往復はがきまたは申し込みフォームにご記入ください。

申込先
〒104-0052
中央区月島1-6-7
中央区文化財サポーター協会 筑間憲章
申し込みフォーム▶
中央区文化財サポーター協会
中央区の歴史や文化を案内・解説しながらまち歩きをするボランティア団体です。まち案内の申し込みは、グループ(3人以上)を対象に通年受け付けています。
◎詳しくは、HPをご覧ください。
HP中央区文化財サポーター協会
http://chuo-machia-ruki.com/



中小企業などの展示会 出展費用補助(上期分)

対象
・区内の中小企業
・区内の中小企業などで組織する商工業団体
補助対象経費
・会場使用料(小間料)
・展示装飾に要する経費
・出品物の運搬に係る経費
・インターネットを利用して行われる場合の出展料
◎4月1日(土)から9月30日(土)までに開催される展示会が対象です。終了後の申請はできません。
補助金額
対象経費の総額の2分の1、限度額150,000円まで(1,000円未満の端数は切り捨て)
補助予定件数
25件
◎予定件数を超えた場合は抽選となります。
必要書類
補助金交付申請書、展示会等出展

事業計画書、見積書、企業概要(団体の場合は団体概要)、出展する展示会などの概要が分かるもの
◎補助金交付申請書、展示会等出展事業計画書は、区のホームページからダウンロードできます。
申請受付日時など
必要書類に記入の上、3月6日(月)から17日(必着)までに郵送で申し込む。
補助金交付回数の制限
補助金の交付は年度内1回限りで、平成28年度からの通算で3回までとなります。
抽選結果の送付
抽選の結果は4月上旬までに郵送でお知らせします。当選した場合は決定通知を送付し、当選しなかった場合は申請書をお返しします。
◎申請方法など詳しくはお問い合わせください。
☎商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487

「中央粋なまちトレーニング(粋トレ)」に 取り組もう!

「粋トレ」は、転倒予防や認知機能の向上などに効果のある中央区オリジナルの介護予防プログラムです。粋トレを継続して行い、楽しみながら健康づくりに取り組みましょう。
粋トレについて
粋トレは7種類の体操で構成されています(別表2のとおり)。
・希望する団体には、体操のDVDやCDをお渡しします。
・粋トレは、いきいき館や高齢者通いの場の他、区が主催する体操教室などで行っています。
・動画は☎からご覧いただけます。

別表2
①ウォーミングアップ
②基本の体操
アレンジ編
③ボール体操
④タオル体操
⑤マット体操
⑥ペア体操
⑦クールダウン
◎それぞれの体操は約3分間です。
◎②～⑥の体操は、中央区音頭「これが江戸の盆ダンス」をアレンジした曲に合わせて行います。
☎高齢者福祉課
高齢者活動支援係
☎(3546)5334
粋トレについて▶



高齢者福祉電話料金等助成の新規申請の 受け付け終了について

定期的な安否確認が必要な住民税非課税世帯の1人暮らし高齢者などを対象としている高齢者福祉電話料金等助成事業については、各種見守りサービスの充実などに伴い、令和5年3月31日をもって新規申請の受

け付けを終了します。
区では緊急通報システムなどのさまざまな見守りサービスを提供していますので、お問い合わせください。
☎高齢者福祉課高齢者サービス係
☎(3546)5355

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

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)



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

◎**固**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(固の宛名)
◎「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

凡例
日日時
会場
対象
内容
定員
費用
申し込み方法
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

講座・催し物

育児中の保護者のための「ほっと一息私の時間」

日 3月15日(水)
午前10時~11時30分
場 女性センター「ブーケ21」
対 区内在住の幼稚園や保育園に入園していないお子さんの保護者
[テーマ]
自分を表現するコミュニケーション術
[講師]
元フジテレビアナウンサー、淑徳大学講師 松尾紀子
定 12人程度(先着順)
費 無料
申 3月3日(金)午前9時から電話で申し込み。

[託児]
生後3カ月~未就学のお子さんをお預かりします。希望する方は、参加申し込みの際に一緒にお申し込みください(月齢により定員あり)。
問 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651

男女共同参画講座「デジタル社会を生き抜くためのキャリアデザイン」 —女性が働き続けるために—

日 3月25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 成長産業であるデジタル業界への労働移動という選択肢も提示しながら、デジタル社会を生き抜くための働き方、キャリアのアップデートについて考えます。
[講師]
(株)電通 データ・テクノロジーセンター 小栗亜樹
定 30人程度(先着順)
費 無料
申 3月3日(金)から電話またはファクスに①・②(6面記入例参照)③電話番号を記入して申し込み(電子申請も可)。

[託児]
生後3カ月以上の未就学児のお子さんをお預かりします。希望する方は、3月16日(木)午後5時までにお申し込みください(定員あり)。
問 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652

銀座 Blossam 「春のクラシック音楽に親しむイベント」

日 3月21日(祝)
午後2時開演
◎受け付けは午後1時30分から開始します。
場 銀座 Blossam(中央会館)7階マーガレット
対 区内在住の小学生と保護者

内 プロの演奏家をお迎えしての音楽イベントです。

[編成]
ピアノ、バイオリン
[曲目]
新時代(アニメソング)、愛の挨拶(クラシック)他
◎曲目は変更する場合があります。
定 40人(先着順)
費 1人につき500円
申 3月18日(土)
までに電話で申し込む(受け付けは午前10時~午後6時)。
◎区内在住であることを確認できるもの(運転免許証など)を当日ご持参ください。



問 銀座 Blossam(中央会館)
☎(3542)8585
HP <https://ginza-blossom.jp/>

サークル体験ウィーク

日 3月20日(月)~26日(日)
場 各社会教育会館・アートはるみ
対 どなたでも
内 新しい仲間を募集中のさまざまなジャンルのサークルが体験会を行います。
費 無料(材料費など実費の必要な体験会もあります)
◎参加には事前申し込みが必要です。詳しくは各社会教育会館にお問い合わせください。
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/events>



アートはるみ芸術祭

日 3月17日(金)~19日(日)
午前10時~午後6時(19日は午後4時まで)
場 アートはるみ
対 どなたでも
内 社会教育会館3館(築地・日本橋・月島)合同の作品展を開催します。区民の皆さんによる絵画・書道・手芸など幅広い分野の作品を多数展示します。
費 無料
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/events>



高齢者向けパソコン教室 ~ゆっくり楽しくチャレンジ~

[Wordを使ってみよう]
日 4月18日(火)~20日(木)、25日(火)~27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階パソコン講習室
対 原則60歳以上で、簡単な文字入力のできる方
内 文書作成ソフト「Word2016」を使って、簡単な文書の作成、美しく飾る技法など、基本と活用を学びます。
[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Word2016」(1,320円)を使用します。
申 3月10日(必着)までに往復はがきに①コース名②~⑤(6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み。
◎以前に受講された方も申し込むことができます。
◎当選者は、当選はがきで指定された口座に受講料をお振り込みください。期日を過ぎた場合は、補欠の方に受講の資格が移ります。
◎パソコンは講習室のものを使用します(OSはWindows10)。
問 〒104-0032
中央区八丁堀3-17-9
京華スクエア1階
中央区シルバー人材センター
☎(3551)2700



高齢者の再就職支援セミナー

日 4月20日(木)
午後1時30分~4時
場 築地社会教育会館
対 おおむね55歳以上の方
内 シニアの仕事選び・失敗しない再就職とは?
・シニアライフをどう過ごしていくべきか
・シニアを待っている仕事・職種ってどんなもの?
・再就職の成功例、失敗例についてのケーススタディ
[講師]
社会保険労務士 キャリアコンサルタント FP 荒木健一
定 30人(先着順)
費 無料
申 3月6日(月)から電話にて申し込む(受け付けは祝日を除く月~金曜日の午前9時から午後5時)。
問 中央区社会福祉協議会シルバーワーク中央
☎(3551)9200

バスツアー 潮干狩りと漁協直営食堂の 海鮮料理

日 5月20日(土)
・集合 午前7時
レッツ中央隣接の三原橋地域安全センター(旧銀座三原橋交番)前
・解散 午後3時45分(予定)
[行き先]
・金田みたて海岸(木更津/潮干狩り)
・保田漁協ばんや(鋸南町/昼食)
・ザ・フィッシュ(金谷/買い物)
・金谷港~久里浜港(東京湾フェリー)
◎旅行者の添乗員が同行します。
対 中小企業に勤務する区内在住・在勤者と同居家族
定 43人(申し込み多数の場合は抽選)
費 大人7,900円
小人(4歳~小学生)5,500円
◎バス代、潮干狩り代(大人2kg・小人1kgまで、貸し熊手・網袋付き)、昼食代、乗船料などを含みます。
申 3月29日(必着)までにはがき(1グループ4人までで1枚限り)に「バスツアー」と明記し、①申し込み代表者の氏名・住所・電話番号・勤務先(名称、所在地、電話番号)②参加人数と全員の氏名・年齢を記入して申し込み。



[旅行企画・実施]
(株)緑トラベル(東京都知事登録旅行業第2-7639号)
◎本バスツアーはレッツ中央(中央区勤労者サービス公社)の助成事業です。
問 〒160-0017
新宿区左門町3-1左門イレブンビル1階
(株)緑トラベル「レッツ中央」係
☎(6380)1615
(平日の午前9時~午後6時)

京橋図書館ミニシアター

日 3月18日(土)
午後2時~
場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対 どなたでも
[上映作品]
「たゆたえども沈まず」(邦画、88分)
◎作品の概要については、お問い合わせください。
定 80人(先着順)
費 無料
◎当日、直接会場へお越しください。
問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151



日本橋図書館文学講演会 村岡花子と「赤毛のアン」

日 3月19日(日)
午後2時～3時30分(午後1時30分開場)
場 日本橋図書館6階図書館ホール
対 中学生以上
内 翻訳家として活躍した村岡花子と代表作「赤毛のアン」について、孫である作家の村岡恵理さんにお話を伺います。
講師
作家 村岡恵理
定 35人(先着順)
費 無料
申 3月5日(日)から14日(火)までに電話で申し込む。
◎申し込みは、2人分まで可能です。
◎申し込みの際は、申込者全員の氏名と代表者の連絡先が必要です。
問 日本橋図書館
☎(3669)6207

図書館のリサイクル市

京橋図書館では、不要になった図書のリサイクル品として皆さんに提供します。
日 3月24日(金)・25日(土)
午前9時～午後5時
場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対 どなたでも
◎在庫がなくなり次第終了します。
◎区立図書館で年1回実施してきました「図書館のリサイクル」は今年度で終了します。令和5年度からは各館に図書リサイクルコーナーを常設し、リサイクルを実施する方法に変更します。
問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151

本の森ちゅうおう講演会 「文化を翻訳する～翻訳家が伝える海外作品の魅力～」

日 3月19日(日)
午後2時～4時
場 本の森ちゅうおう1階多目的ホール
対 中学生以上
内 翻訳業およびフランス語を中心とした海外作品について
講師
翻訳者 原 正人
定 50人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料
申 3月10日(金)までに、本の森ちゅうおう(京橋図書館)へ直接または電話で申し込む(HPからの申し込み可)。
問 本の森ちゅうおう(京橋図書館)
☎(3551)2151
HP <http://www.library.city.chuo.tokyo.jp/>

スポーツ

水中エクササイズ教室

日 4月15日～7月1日(4月29日、5月6日・13日、6月3日を除く)の毎週土曜日 計8回
午前10時30分～12時30分
場 中央小学校温水プール
対 50歳以上の区内在住・在勤者

内 中高年齢の方を対象とし、リズムに合わせて全身を動かす水中運動の教室です。泳げない方でも楽しめます。

定 35人(申し込み多数の場合は抽選)
費 ・水泳帽代(任意) 550円
・施設使用料(毎回必要) 65歳以上の区民 無料
区民 350円
在勤者 500円

申 3月15日(必着)までにはがきまたはファクスで①～⑤(6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(電子申請も可)。

◎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。

◎学校行事の都合により、開催回数が増える場合があります。

問 スポーツ課スポーツ事業係
☎(3546)5531
FAX(3546)9561

ぜん息児水泳教室

日 5月9日～6月9日の火・金曜日 計10回 午後4時～6時

場 月島スポーツプラザ温水プール(前半6回)、中央小学校内温水プール(後半4回)

対 医師に気管支ぜんそくと診断されている5歳から小学校6年生までの区内在住者(年齢・学年は水泳教室開催初日時点)

内 運動中に発作を起こしにくく、ぜんそく児の体力づくりに適している水泳を通じて、健康回復・増進を図ります。医師・看護師が常時待機していますので、安心してご参加ください。

定 25人(申し込み多数の場合は抽選)
費 無料

申 3月22日(必着)までに区役所4階福祉保健部管理課保健係にある参加申込書に記入して持参または郵送で申し込む(電子申請も可)。

◎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。

◎参加決定者には、主治医に区から参加の可否を問い合わせます。2月以降に受診をされていない場合、受診をお願いすることがあります。

問 福祉保健部管理課保健係
☎(3546)5400

その他

コミュニティふれあい銭湯

日 3月8日(水)・22日(水)

◎3月8日はマーガレットの湯です。
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



統計調査員(登録者)募集

区では、総務省などが所管する国勢調査など各種統計調査に従事する調査員を随時募集しています。

統計調査員は、調査実施の都度任命される非常勤の公務員で、世帯や事業所などを訪問し、調査票の配布・回収などを行います。

なお、統計調査は年1回程度実施していますが、現在、多くの調査員を必要とする調査が終了し、登録後すぐに調査への従事をお願いするわけではありません。

対 20歳以上の方
申 面接を実施しますので、事前連絡の上、履歴書を持参し新富分庁舎3階調査統計係へお越しください(電子申請も可)。

◎登録要件など詳しくはお問い合わせください。

問 新富1-13-24 新富分庁舎3階 区民生活課調査統計係
☎(3553)7313

隅田川流域河川整備計画が変更されました

東京都は、地域の皆さんや学識経験者のご意見を伺い、「隅田川流域河川整備計画(平成28年6月)」を変更しました。主な変更点は地震・津波などに対する安全性の向上に関することです。

東京都建設局河川部、東京都第一建設事務所、下記HPにおいて、計画書の閲覧が可能です。

問 東京都建設局河川部計画課
☎(5320)5413

HP 東京都建設局ホームページ
<http://www.kensetsu.metro.tokyo.jp>

若者のトラブル110番

令和4年4月1日より成年年齢が18歳に引き下げられました。成年になると、自分の意思でさまざまな契約ができるようになるため、若者を狙った悪質商法などの消費者トラブルに注意が必要です。

中央区消費生活センターでは、東京都と連携して若者(29歳以下の方)を対象とした特別相談「若者のトラブル110番」を実施します。

不安なことや疑問に思ったことなど、下記専用ダイヤルにお気軽にご相談ください。

日 3月13日(月)・14日(火)
午前9時～午後4時

対 区内在住・在勤・在学で29歳以下の方

消費生活相談専用ダイヤル
☎(3543)0084
☎(3546)5727

問 中央区消費生活センター
☎(3546)5332

講座を企画・開催してみませんか～「ゆめ講座」アイデア大募集～

社会教育会館では、区民の皆さんに提案していただいた講座企画を会館スタッフがお手伝いし、実施する「ゆめ講座」を開催しています。

「こんな講座を開いてみたい」「習得したスキルや資格を人のために役立たせたい」など、ご自身が講師となって夢をかなえてみませんか。

次のとおり説明会を開催しますので、応募を希望する方はいずれかにご参加ください。

【築地社会教育会館】
日 4月9日(日)
午後2時～

【月島社会教育会館】
日 4月12日(水)
午後6時～

【日本橋社会教育会館】
日 4月13日(木)
午後3時～

【共通】
対 区内在住者

内 応募要領の説明、応募書類の配布など

費 無料
◎当日、直接会場へお越しください。

◎説明会は約1時間です。

問 築地社会教育会館
☎(3542)4801

月島社会教育会館
☎(3531)6367

日本橋社会教育会館
☎(3669)2102

中央区かえで学級助手募集

15歳以上(中学生を除く)の知的障害のある方を対象に、社会の中で自立して生きていく力を身に付けることを目的として、中央区かえで学級を開設しています。この学級で、助手(ボランティア)として活動する方を募集します。

日 5月14日から令和6年3月10日までの日曜日(月2回程度で、年間19回のうち宿泊2回の計21日開催予定)

午前9時～午後4時30分

◎学習内容によって変動があります。

場 主に銀座中学校、築地社会教育会館

対 知的障害児・者に対する知識があり、意欲がある方

内 学級生および講師の補助

【かえで学級活動内容】
レクリエーション、スポーツ、校外学習、宿泊研修会など

定 若干名

【選考方法】
書類選考および面談

【謝礼】
あり

申 3月24日(必着)までに、所定の申込書に必要事項を記入の上、郵送または持参して申し込む。

◎申込書は区役所8階文化・生涯学習課で配布する他、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。

◎参加可能日の相談にも応じます。

◎詳しくはお問い合わせください。
問 文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524

凡例
日 日時
場 会場
対 対象
内 内容
定 定員
費 費用
申 申し込み方法
問 問い合わせ(申込先)
HP ホームページアドレス
E メールアドレス

中央区議会議員選挙 中央区長選挙

投票日時 **4月23日(日) 午前7時～午後8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
メールアドレス

中央区議会議員選挙および中央区長選挙は、私たちの身近な代表者を選ぶ選挙です。大切な一票を無駄にせず、忘れずに投票しましょう。

開票日時

4月23日(日)
午後8時50分から

投票できる方

投票をするには、選挙人名簿に登録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17年4月24日以前に生まれた方

住所要件

令和5年1月15日以前に転入届けを出し、引き続き中央区にお住まいの方

◎選挙人名簿に登録されている方についても、投票日までに中央区から転出された場合は投票できません。

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。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。

入場整理券

入場整理券は、4月16日(日)までに世帯ごとに封書で発送します。

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ご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。

◎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。

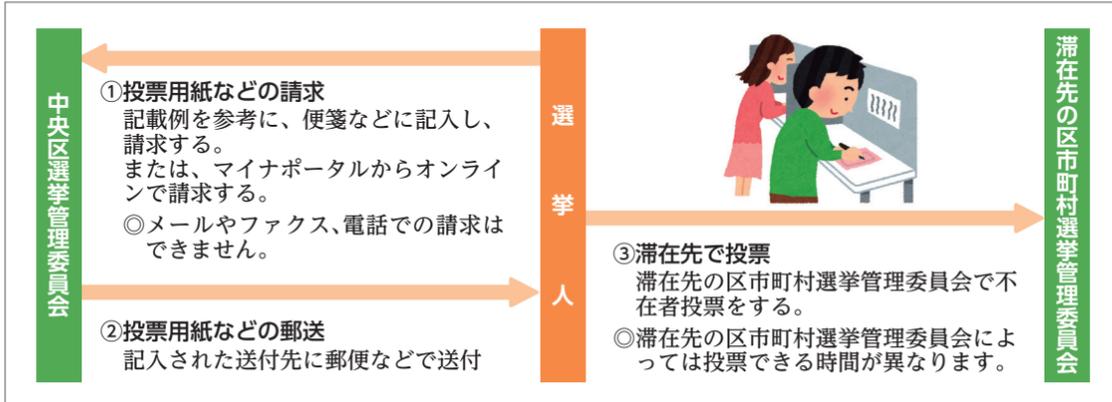
◎マイナンバーカードをお持ちの方は、ぴったりサービス(マイナポータル)を利用して、投票用紙などの請求をオンラインで行うこともできます。詳しくは**HP**をご覧ください。



◎この他、身体にマイナポータル▲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ます。詳しくはお問い合わせください。

問 選挙管理委員会事務局
☎(3546)5541

別図 滞在地での不在者投票手続き



トピックス

第22回中央区雪まつり



2月11日と12日の2日間、あかつき公園で4年ぶりとなる中央区雪まつりが開催されました。友好都市の山形県東根市から届けられたトラック20台分の雪で、会場一面に銀世界が広がりました。冬晴れの青空の下、子どもたちは雪だるまやかまくらの他、自分の背丈よりも高い雪のタワーを作るなどして、普段触れる機会の少ない自然の雪を満喫していました。



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 |
| 天災悪天候 | 天災・悪天候のため投票所に到達できない |

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) | 4月17日(月)～ 4月22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5年4月23日執行の中央区議会議員選挙および中央区長選挙の当日、公職選挙法第48条の2第1項(同項第4号及び第5号は除く)に基づく不在者投票の事由に該当する見込みです。
上記は真実であることを誓い、投票用紙等を請求します。

令和5年〇月△日

- 氏名・ふりがな・生年月日
- 中央区での住所
- 投票用紙の送付先住所
- 電話番号(日中に連絡がつく番号)

ぴったりサービスを利用したオンライン申請の受け付け開始

ぴったりサービスとは

国(デジタル庁)が運営するサイト「マイナポータル」で、マイナンバーカードを使って行政手続きのオンライン申請などができるサービスです。中央区においても、下記のとおりぴったりサービスを使ったオンライン申請が利用できるようになります。

利用開始時期

3月1日から

対象手続き

別表3のとおり

◎詳しくは区ホームページの「オンライン手続き」をご確認ください。

問 情報システム課デジタル推進係

☎(3297)0211

別表3 ぴったりサービス対象手続き一覧

| 子育て関係 |
|--|
| 児童手当等の受給資格及び児童手当の額についての認定請求 |
| 児童手当等の額の改定の請求及び届出 |
| 児童手当等の氏名変更/住所変更等の届出 |
| 児童手当等の受給事由消滅の届出 |
| 未支払の児童手当等の請求 |
| 児童手当等に係る寄附の届出 |
| 児童手当等に係る寄附変更等の届出 |
| 児童手当等の受給資格者の届出による学校給食費等の徴収等の届出 |
| 児童手当等の受給資格者の届出による学校給食費等の徴収等の変更等の届出 |
| 児童手当等の現況届(※) |
| 児童扶養手当の現況届の事前送信(※) |
| 子どものための教育・保育給付認定 |
| 認可保育所等の利用申込 |
| 子どものための教育・保育給付認定に係る家庭状況届(認可保育所等の継続利用の手続き)(※) |
| 妊娠の届出 |

| 介護関係 |
|---------------------------|
| 要介護・要支援認定の申請 |
| 要介護・要支援更新認定の申請 |
| 要介護・要支援状態区分変更認定の申請 |
| 居宅(介護予防)サービス計画作成依頼(変更)の届出 |
| 介護保険負担割合証の再交付申請 |
| 介護保険被保険者証の再交付申請 |
| 高額介護(予防)サービス費の支給申請 |
| 介護保険負担限度額認定申請 |
| 居宅介護(介護予防)福祉用具購入費の支給申請 |
| 居宅介護(介護予防)住宅改修費の支給申請 |
| 住所移転後の要介護・要支援認定申請 |

被災害者支援関係
り災証明書の発行申請

(※)これらの手続きは制度上、提出を受け付ける期間が決まっているため、3月1日時点では申請受け付けを行いません。開始時期は別途、お知らせします。

(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。

ちゅうおう
区のおしらせ



区の公式
SNSなど

