

令和4年(2022年)

9/1

No.1512

区のおしらせ



ちゅうおう

認知症の人にやさしいまち中央区を目指して

9月21日は 世界アルツハイマーデー

1994年、国際アルツハイマー病協会(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓発を実施しています。また、9月を「世界アルツハイマー月間」と定め、さまざまな取り組みを行っています。

◎アルツハイマー病とは、認知症の中で最も多く、物忘れを主な症状とし、ゆっくりと進行する病気です。

認知症は「早期発見」「早期治療」が大切

認知症は誰もがなる可能性があり、あなたや家族にも起こり得る身近な病気です。全国の認知症の人の数は、2025年には約700万人になると推定され、これは65歳以上の5人に1人の割合です。認知症は徐々に進行する病気ですが、早期に治療することで進行が緩やかになる場合もあり、認知症とともに穏やかな生活をしていくことができます。

普段の生活で「物忘れ」や「不安感」、「怒りっぽくなった」などの症状が少しでも気になり始めたら、**別図1**の認知症チェックをやってみましょう。

別図2 認知症のリーフレットなど



◎区では認知症を理解してもらうため、**別図2**の認知症のリーフレットなどを**図**で配布しています。また、「認知症サポート電話」で認知症ではないかと悩んでいるご本人や、認知症の方を介護しているご家族のさまざまな悩みについて相談をお受けしています。

◎おとしより相談センターには、認知症に関する支援の知識や経験を持つ認知症地域支援推進員が配属されています。お気軽にご相談ください。

10の質問で簡単に認知症チェック

最も当てはまるところに○をつけてください。

別図1 自分でできる認知症の気づきチェックリスト

チェック項目	まったくない	ときどきある	頻繁にある	いつもそうだ
1 財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか	1点	2点	3点	4点
2 5分前に聞いた話を思い出せないことがありますか	1点	2点	3点	4点
3 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1点	2点	3点	4点
4 今日が何月何日かわからないときがありますか	1点	2点	3点	4点
5 言おうとしている言葉が、すぐに出てこないことがありますか	1点	2点	3点	4点
チェック項目	問題なくできる	だいたいできる	あまりできない	できない
6 貯金の出し入れや、家賃や公共料金の支払いが1人でできますか	1点	2点	3点	4点
7 1人で買い物に行けますか	1点	2点	3点	4点
8 バスや電車、自家用車などを使って1人で外出できますか	1点	2点	3点	4点
9 自分で掃除機やほうきを使って掃除ができますか	1点	2点	3点	4点
10 電話番号を調べて、電話をかけることができますか	1点	2点	3点	4点

チェックしたら、**1**から**10**の合計を計算します。

合計点

点

20点以上の場合は、認知機能や社会生活に支障が出ている可能性があります。

◎このチェックリストの結果はあくまでもおおよその目安で医学的診断に代わるものではありません。認知症の診断には医療機関での受診が必要です。

◎身体機能が低下している場合は点数が高くなる可能性があります。

問 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

介護保険課地域支援係 ☎(3546)5379
認知症サポート電話 (相談専用) ☎(3546)5286

ハートオブ東京 中央区



SAFETY CHUO
中央区長 **やまもと たいと**
山本 泰人

9月1日、八重洲の再開発の中で整備された城東小学校新校舎が開校します。旧校舎は復興小学校として建築された京橋昭和小学校の校舎で、昭和37年の日本橋城東小学校との合併を経て長きに渡り地域の子どもたちを見守ってきました。その歴史は現在も脈々と引き継がれています。

日本の玄関口、東京駅八重洲口前の高層複合ビルに整備された小学校

ですが、屋上の菜園・水田で自然と触れ合えるよう配慮するなど、子どもたちの学びにふさわしい工夫が隅々までなされています。また、ビオトープや太陽光発電設備の設置など、城東小学校が理数教育の推進に関わる本区のパイロット校であることに対応した施設となっています。

こうした学校の特色を生かした教育を推進するとともに、保護者の皆

さまや地域の皆さまのご理解・ご協力をいただきながら、自然体験や感動体験などあらゆる場を通じて、子どもたち一人一人が主役となる機会をつくっていく所存です。次代を担う子どもたちが、この新校舎で夢と希望に満ち豊かに成長していくことができるよう取り組んでまいります。

新校舎日焼けの笑顔整列す 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
について

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、内容を変更または中止とする場合があります。最新の情報は区のホームページをご覧ください。お問い合わせください。



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

「区のおしらせ ちゅうおう」は毎月1日、11日、21日の月3回発行。次回9月11日号は新聞折り込みです。

(1)

防災特集

防災課防災担当
☎(3546)5510

水害について
危機管理課危機管理担当
☎(3546)5087

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

9月1日は防災の日です。
ここ東京に大きな被害をもたらすと考えられる首都直下地震は、今後30年以内の発生率が70%といわれ、いつ発生しても不思議ではありません。さらに、近年では令和元年東日本台風や令和2年7月豪雨など、全国各地で風水害による大規模な被害も発生しています。

こうした自然災害から、自分や家族の命を守るためには、災害の種類や規模に応じて適切な避難行動を取ることが大切です。また、電気・ガス・水道などのライフラインやエレベーターの停止に備えた対策も重要です。

この機会に改めて確認しましょう。

災害時の避難

中央区では、約9割の世帯がマンションなどの共同住宅に住んでいます。建物の多くは耐震性能が高く、倒壊による壊滅的な被害は受けないと想定されていることから、ご自宅などが安全な場合には「在宅避難」をお願いします。

一方で、建物被害などによりご自宅での生活ができなくなった場合は、新型コロナウイルス感染症が収束しない状況下であっても、必ず安全な場所に避難してください。また、避難先として、安全な親戚や知人宅への避難(分散避難)も検討してください。

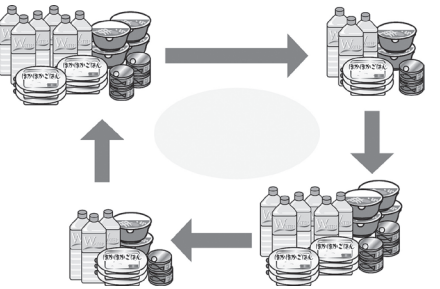
家庭での備え

水・食料の備蓄

水・食料は最低でも3日分、できれば1週間分を用意しましょう。

備蓄の目安	
飲料水	1人1日3ℓ×3日×家族分
食料	1人1日3食×3日×家族分

◎日頃から食べ慣れているものや使い慣れているものを少し多めに購入しておく「日常備蓄」がおすすめです。



また、乳幼児、高齢者や女性などが家庭にいる場合には、それぞれに対応する食品や医薬品などを多めに購入しておくとう安心です。



◎ペットを飼っている方は、ペットフードやトイレシートも用意しておきましょう。

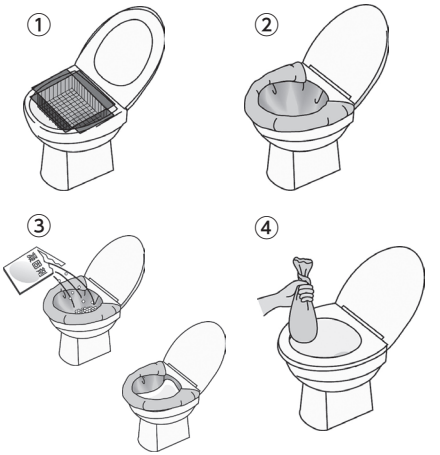
簡易トイレの備蓄

配管の安全が確認できるまでは、簡易トイレを使用しましょう。

備蓄の目安
1人1日5枚×3日×家族分

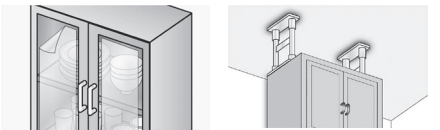
◎配管が損傷した状態でトイレを使用してしまうと、詰まったり、水漏れしたりする可能性があります。
簡易トイレの使い方

- 便座を上げて、便袋受けネット(なければポリ袋などで代用)をセットします。
- 便座を下げて、便袋を被せて使用します。
- 説明書に従い、凝固剤を便袋の中に入れます。
- 吸水シートタイプは使用前にシートを便袋の中に入れます。
- 便袋の空気を抜いて、しっかりと口を結びます。
- 使用後は「燃やすごみ」として廃棄します。
- 通常の燃やすごみと分けて収集するため、「し尿ごみ」と表示してください。



家具類転倒・落下・移動、ガラスの飛散防止

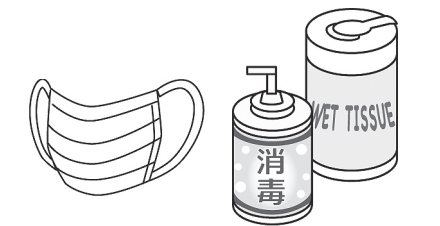
過去の大地震では、家具類の転倒や落下、割れたガラスの飛散などでけがをした人が多く見受けられました。また、家具類の転倒などにより、避難経路がふさがれたりする可能性があります。家具類転倒防止器具の設置や、ガラスの飛散防止フィルムの貼り付けを行いましょう。



避難所に避難する際のお願い

避難する際に備え、非常用持出袋を準備しましょう。非常用持出袋の中身は、自分が避難生活を送るために必要なものを考えて用意しておくとう安心です。

また、マスク、体温計、消毒液、室内履き、ビニール袋(外履き保管用)などの感染症対策物品も持参してください。



避難所での過ごし方

感染症流行下での避難所では、検温や体調確認、マスクの着用、手洗

い(手指消毒)や咳エチケットの徹底にご協力ください。

◎新型コロナウイルス感染症拡大時における避難行動の詳細については、区のホームページをご確認ください。



安否確認と情報収集

災害時は、電話回線の規制やアクセスの集中などにより、電話やインターネットがつながりにくくなります。日頃から安否確認手段や正しい情報を収集する手段を確認しておきましょう。

安否確認・連絡手段

- ・災害用伝言ダイヤル171
- ・災害用伝言板
- ・SNS(Twitter、Facebook、LINEなど)

災害時の情報収集

- ・防災行政無線
- ・緊急告知ラジオ
- ・中央区ホームページ
- ・中央区防災マップアプリ
- ・ちゅうおう安全・安心メール
- ・中央区公式SNS(Twitter、Facebook、LINEなど)



▲中央区防災マップアプリ



▲ちゅうおう安心・安全メール

区民向け防災パンフレットの配布

災害に対する日頃の備え方を始め、地震発生時の行動、区や地域の防災対策などを紹介している、「わが家わがまちの防災ハンドブック」(令和4年3月改訂)を区役所1階防災課窓口で配布しています。

ご家庭や地域・マンションの防災対策にご活用ください。



防災拠点の移転および一時(いつとき)集合場所の変更

城東小学校の改築完了に伴い、防災拠点の移転を行います。

別表2

一時集合場所		利用町会・自治会	変更日
変更前	変更後		
弾正橋北西児童遊園(京橋2-18-1先)	城東小学校(八重洲2-2-1)	八重洲二丁目北、八重洲二丁目中、八重洲二丁目南、京橋一丁目東、京橋一丁目西、京橋宝一、京橋二丁目東、京橋二丁目西、京橋宝二、京橋三丁目、京橋宝三	9月1日

防災用品のあっせん

区内にお住まいの方や事業所を対象に、長期保存が可能な飲料水、非常食や家具類転倒防止器具などの防災用品のあっせんを行っています。チラシと申込書を防災課窓口で配布しています。

◎令和4年10月に商品の追加・変更および値上げを実施します。詳しくはホームページをご覧ください。

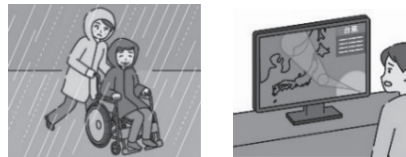


風水害への備え

風水害は、気象情報によりあらかじめ予測が可能なことから、被害を未然に防ぎ、軽減するために事前の備えをお願いします。

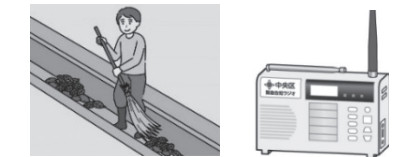
台風による暴風雨や集中豪雨の際には、雨風が強まった時間帯での避難は危険なため、気象情報や区からの避難に関する情報を確認した上で、「在宅避難」、「垂直避難(建物の上階への避難)」や「分散避難」を推奨します。

特に高齢の方など、避難に時間を要する方は、早めの避難を心掛けてください。



事前にすべき対策・備え

- ・側溝や建物の排水溝を清掃する。排水ポンプがあれば点検しておく。
- ・道路の雨水排水を妨げないように、雨水升の上に物を置かない。
- ・土のうや防水板を早めに設置する。(事前に準備しておく)
- ・風で飛ばされそうな物は飛ばないように固定したり、家の中へ格納する。
- ・水・食料・簡易トイレなどの備蓄、非常用持出袋の準備をしておく。
- ・ハザードマップを確認し、自宅の浸水の可能性について知っておく。
- ◎台風や大雨が予想される場合には、テレビやラジオなどをはじめ、気象庁のホームページなどで、小まめに情報収集をしましょう。



防災拠点を別表1のとおり移転します。また、一時集合場所を別表2のとおり変更します。

別表1

拠点名	名称・所在地	移転日
城東小学校 防災拠点	城東小学校 (八重洲2-2-1)	9月1日



2面のつづき

広域避難場所の指定見直し

広域避難場所とは、大規模な火災が発生した場合に、火災から一時的に身を守るために避難する場所です。

この避難場所は、東京都震災対策条例に基づき都が指定しているもので、市街地状況の変化や人口の変動などを考慮しておおむね5年ごとに見直しが行われており、令和4年9月1日に広域避難場所の指定見直しが適用されます。

中央区における変更内容

- ・避難場所の地区割当の変更
 - ・「地区内残留地区」の拡大
- ◎地区内残留地区とは、建物の不燃化が進み、大規模な火災が発生する恐れがなく、万が一火災が発生しても地区内の近い距離に避難すれば安全が確保できる地区です。

変更後の広域避難場所

広域避難場所	町 名
あかつき公園一帯	築地四丁目8～16番、築地六丁目1～19番・21～26番、築地七丁目
新川ツインビル地区	入船、湊
佃リバーシティ地区	佃
晴海地区	月島、勝どき一～四丁目、晴海
地区内残留地区	八重洲、京橋、銀座、新富、明石町、築地一～三丁目、築地四丁目1～7番、築地五丁目、築地六丁目20・27番、浜離宮庭園、八丁堀、新川、本石町、室町、本町、小舟町、小伝馬町、大伝馬町、堀留町、富沢町、人形町、小網町、蛸殻町、箱崎町、馬喰町、横山町、東日本橋、久松町、浜町、中洲、日本橋、茅場町、兜町、勝どき五～六丁目、豊海町

※日本橋の冠称は省略
◎下線部分は今回変更のあった区域です。

自殺防止！東京キャンペーン
9月は東京都の自殺対策強化月間です



自殺の現状

区ではこの5年間に自殺によって失われた命は150人。年平均30人です。健康、経済的な問題や仕事、介護、人間関係など誰にでも起こりうるさまざま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。

多くの自殺は、個人の自由な意思や選択の結果ではなく、そう判断するしかないほどに追い込まれた末に発生しています。自殺を考えている

人は「死ぬしかない。でも生きたい」と激しく葛藤し、周囲に何らかのサインを出しています。いつもと様子が違うと感じたら、声を掛け、相談機関につなぐことが大切な人の命を救います。



ご相談ください

東京都では、自殺対策強化月間に特別相談を実施します(別表1のとおり)。また区では、相談窓口を記載したリーフレットを作成し、保健所、保健センターなどで配布しています。また区のホームページにも相談窓口を掲載しています。

自殺予防パネル展示

区では、自殺予防に関する知識を分かりやすくまとめたパネル展示(別表2のとおり)や区内施設にポスター掲示を行います。

別表2

期 間	会 場
9月1日(木)～8日(木)	中央区保健所
9月9日(金)～15日(木)	中央区役所
9月16日(金)～22日(木)	日本橋特別出張所
9月23日(祝)～30日(金)	月島特別出張所

☎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

◎フリーダイヤル以外の相談先は通話料・通信料がかかります。
◎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。特別相談以外にも、さまざまな機関の相談窓口を設けています。
詳細は☎をご覧ください。
☎<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/madoguti/index.html>



◆LINE相談

東京都福祉保健局公式LINEアカウント
相談はとLINE@東京
毎日午後3時～11時(受付は午後10時30分まで)
利用方法は☎をご覧ください。
☎<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/rinjil/linesoudan.html>



相 談 案 内

◎相談日が祝日・休日などに当たる場合は変更になることがあります。

令和4年
9月1日現在

相談案内	日 時	会 場	予約・相談先
区民相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時	まごころステーション	予約不要
法律相談	毎週金曜日 毎月第2・4水曜日 毎月第1・3月曜日	区民相談室 日本橋特別出張所 月島特別出張所	☎(3546)9590
人権擁護相談 国の行政相談 行政書士相談 司法書士相談 成年後見・司法書士相談 遺言・公証相談 年金相談 税務相談 分譲マンション管理相談 不動産取引相談 土地家屋調査測量・表示登記相談	毎月第3木曜日 毎月第3水曜日 毎月第1火曜日 毎月第3火曜日 毎月第1水曜日 偶数月の第4水曜日 毎月第2・4水曜日 毎月第2・4月曜日 毎月第3月曜日 毎月第4木曜日	区民相談室 京橋プラザ区民館 区民相談室	予約不要 ☎(3546)9590 ☎(3546)9590 ☎(3546)9590
建築物の耐震相談 住宅住み替え相談 高齢者のための住み替え相談 高齢者の保健福祉・介護保険の相談 「シルバーワーク中央」 おおむね55歳以上の方の 無料職業紹介・相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 午後1時～4時 月～金曜日 午前8時30分～午後5時 月～土曜日 午前9時～午後6時 月～金曜日 午前9時～午後4時	建築課 区民相談室 介護保険課 各おとしり相談センター シルバーワーク中央	☎(3546)5459 ☎(3546)5466 ☎(3546)5355 予約不要 ☎(3551)9200
「ブーケ21」女性相談	毎月第1・5水、第4火曜日 毎月第2火、第3水曜日	女性センター「ブーケ21」	☎(5543)0653

相談案内	日 時	会 場	予約・相談先
女性相談 ひとり親家庭相談 家庭相談 保育園入園相談 子どもと子育て家庭の総合相談 来所教育相談 こどもの発達相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 日～土曜日 月～土曜日 月～金曜日 午前8時30分～午後5時 午前9時～午後5時	子育て支援課 保育課 子ども家庭支援センター 教育センター 子ども発達支援センター	☎(3546)5350 予約不要 ☎(3534)2255 ☎(3545)9200 ☎(3545)9844
障害のある方の相談全般	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 午前9時～午後6時 午前9時～午後7時	障害者福祉課 基幹相談支援センター 障害者地域活動支援センター「ポケット中央」	予約不要 ☎(6264)3957 ☎(3541)1021
精神に障害のある方の一般相談 保健福祉相談 くらしとしごとの相談 生活保護の相談	月・水・木曜日 土・日曜日、祝日(火・金曜日を除く) 月～金曜日 午前8時30分～午後5時	保健所・保健センター 生活支援課(自立相談支援機関) 生活支援課(福祉事務所)	予約不要 ☎(3546)5496 ☎(3546)5303
福祉サービス苦情・相談	毎月第1・3水曜日 ①午前10時～正午 ②午後1時～3時	福祉サービス苦情・相談窓口(福祉保健部管理課内)	☎(3546)8373
商工相談	月～金曜日 午前9時～午後5時	商工観光課	☎(3546)5330
消費生活相談	月～金曜日 午前9時～午後4時	消費生活センター	☎(3543)0084 ☎(3546)5727
交通事故相談	月～金曜日 午前8時30分～午後4時	中央交通事故相談所	☎(3206)0507
電話相談(予約不要)			
「ブーケ21」 電話女性相談	毎週月曜日 午前10時～午後4時	女性センター「ブーケ21」	☎(5543)0653
認知症サポート電話相談 電話医療相談	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 午前9時～午後4時	介護保険課 中央区保健所	☎(3546)5286 ☎(3545)1875
電話教育相談、こども 電話相談	月～土曜日 午前9時～午後5時	教育センター	☎(3545)9203

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)

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

◎切り取って活用ください。

第74回中央区民文化祭

中央区文化連盟に加盟する団体が、日頃の活動成果を披露します。観覧はどなたでも無料です。大会に参加を希望される方は、各大会の発行するチラシまたは区ホームページから申し込み方法をご確認ください。

各種大会・展示会の日程は別表1のとおりです。

「作品展」出展者の募集

絵画や手芸、工芸などの趣味のサークル活動を行っている皆さんの作品を各社会教育会館に展示します。サークル活動に参加されていない方も出品できますので、ご希望の方は各社会教育会館にお問い合わせください。

応募資格

社会教育関係登録団体、一般登録団体、区内在住者(アマチュアに限る)

展示種目

絵画、写真、書道作品、ペン習字、手芸品(人形・編み物・刺しゅう・和洋裁作品など)、工芸品(革製品・

鎌倉彫・陶芸など)、生け花、盆栽、盆景、着物の着付け・帯結びの他、研究発表をまとめたものなど

■9月12日(消印有効)までに、展示を希望する社会教育会館にある申込書に記入して、社会教育会館窓口を持参または郵送、ファクスで申し込む。

◎絵画は30号以下(月島は20号以下)で、仮縁以上の額(裏面に展示用ひも付き)、書道作品は軸、額付き(日本橋は2m30cm未満)に限ります。

◎会場の都合により、出品数を調整させていただく場合があります。

■・作品展について

■ 築地社会教育会館
〒104-0045
中央区築地4-15-1
☎(3542)4801
■ 日本橋社会教育会館
〒103-0013
中央区日本橋人形町1-1-17
☎(3669)2102

別表1

大会名など	日 時	会 場
書道展	10月6日(木)～9日(日) 午前11時～午後6時(9日は午後5時まで)	築地社会教育会館
短歌大会	10月15日(土) 午後1時～3時	
将棋大会	11月5日(土) 午後1時～5時30分	
茶の湯会	10月15日(土)・16日(日) 午前10時～午後4時	日本橋社会教育会館
いけばな展	10月15日(土)・16日(日) 午前10時～午後5時(16日は午後4時まで)	
吟詠大会	11月6日(日) 午前10時15分～午後4時30分(開場は午前9時50分)	月島社会教育会館
囲碁大会	12月4日(日) 午前10時～午後5時(大人の部) 午後1時30分～3時(子どもの部)	
絵画展	11月9日(水)～13日(日) 午前10時～午後6時(13日は午後5時まで)	月島社会教育会館 晴海分館 アートはるみ
民謡民舞大会	11月20日(日) 午前11時～午後3時(開場は午前10時30分)	銀座ブロッサム (中央会館)
和太鼓演奏会	11月27日(日) 午後3時～5時	日本橋公会堂 (日本橋劇場)
作品展	11月10日(木)～13日(日) 午前10時～午後8時(13日は午後4時まで)	築地社会教育会館
	11月17日(木)～20日(日) 午前10時～午後6時(20日は午後4時まで)	日本橋社会教育会館
	11月24日(木)～27日(日) 午前10時～午後6時(27日は午後4時まで)	月島社会教育会館

◎大会により参加費がかかる場合があります。

◎俳句大会、謡曲大会は中止となりました。

■ 月島社会教育会館
〒104-0052
中央区月島4-1-1
☎(3531)6367
・ 中央区民文化祭について
文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524

60歳からの「ゆうゆう講座」 ～後期分受講者募集～

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回完結型の講座を行います。ご希望の講座にお申し込みください。

また、ゆうゆう講座では、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のため、お気軽にご参加ください。

講座一覧

別表2のとおり

対 象

要支援・要介護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2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。

◎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のでご了承ください。

■・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

別表2

日 時		講座名	定員 (先着順)	開催館	申込開始日
10月3日(月)	午後1時30分～3時	カントリーダンスをやってみよう！	30人	月島社会教育会館	9月11日(日)
10月21日(金)	午前10時30分～正午	脳トレ&リズム体操	50人	築地社会教育会館	
11月7日(月)		メディカルヨガ	30人	月島社会教育会館	10月11日(火)
11月18日(金)		100歳でもしっかり歩く！ ノルディック・ウォーク	50人	築地社会教育会館	
12月8日(木)		じょうじつ 自彊術体操	30人	日本橋社会教育会館	11月11日(金)
12月16日(金)		中央粋なまちトレーニング	50人	築地社会教育会館	
令和5年1月16日(月)		食トレ！脳トレ！ 笑みトレ！ お口の健康講座	40人	日本橋社会教育会館	12月11日(日)
1月26日(木)		やってみよう！南京玉すだれ	30人	日本橋社会教育会館	
2月10日(金)		体が喜ぶ体調改善体操	50人	築地社会教育会館	令和5年1月11日(水) 2月11日(祝)
2月15日(水)		楽しく学ぶ認知症予防講座	40人		
3月10日(金)		効果が上がるウォーキング	50人		
3月15日(水)		睡眠と健康の知恵袋	40人		

・ 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

緊急の診療案内 土・日曜日、祝日・休日の診療

■ 内科・小児科診療

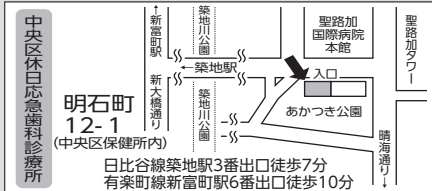
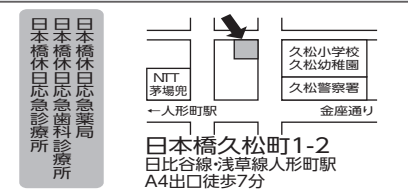
施設名	診療時間	土曜日	日曜日、祝日・休日および年末年始		担 当
		午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
中央区休日応急診療所 ☎(3533) 3136		○	○	○	中央区医師会 ☎(3531) 1048
京橋休日応急診療所 ☎(3561) 5171		—	○	—	
日本橋休日応急診療所 ☎(5640) 2570		○	○	○	日本橋医師会 ☎(3666) 0682

■ 歯科診療

施設名	診療時間	土曜日	日曜日、祝日・休日および年末年始		担 当
		午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
中央区休日応急歯科診療所 ☎(3541) 5420		—	○	—	京橋歯科医師会 ☎(3538) 2700
日本橋休日応急歯科診療所 ☎(5640) 5256		—	○	—	お江戸日本橋歯科医師会 ☎(3661) 1565

■ 調剤薬局

施設名	診療時間	土曜日	日曜日、祝日・休日および年末年始		担 当
		午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
中央区休日応急薬局 ☎(3533) 5170		○	○	○	京橋薬剤師会 ☎(3567) 5386
日本橋休日応急薬局 ☎(5640) 9856		○	○	○	日本橋薬剤師会 ☎(3666) 6554



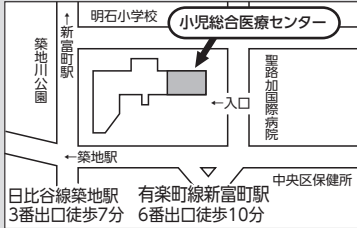
◎緊急の場合以外は、通常の診療時間内に各医療機関で診療を受けてください。定期的を受診することはできません。 ◎年末年始は、12月29日から1月3日までです。

令和4年9月1日現在

- 保険証と乳医療証(小学校就学前の方)、
③医療証(小・中学校就学中の方)を必ずお持ちください。

平日準夜間の小児科診療

対 象 中学生まで(15歳以下)の急病患者
診 療 日 月～金曜日(祝日・休日、年末年始は除く)
受付時間 午後6時45分～9時45分(診療開始は午後7時～)
場 所 聖路加国際病院
小児総合医療センター
明石町10-1
☎(5550) 7040



毎日の診療案内(24時間)

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」☎(5272) 0303
東京消防庁救急相談センター ☎(3212) 2323
(携帯電話・PHS・プッシュ回線からは#7119)

2022中央区
「わくわくツアー」後期分(10～12月)参加者募集

コース名・日時など
別表のとおり

定員
各6人(一部のコースは10人、申し込み多数の場合は抽選)

費用
1人につき各700円(税込み)

申し込み方法
HPの「2022中央区『わくわくツアー』参加者募集!」から必要事項を入力して申し込む。

結果通知およびお支払い方法
開催日の7日前までに、メールで抽選結果を通知します。当選の方は、カード決済または通知でお知らせするコンビニエンスストアで支払期日までに参加費をお支払いください。支払期日までに確認ができない場合は当選取り消しになります。

◎英語でのオンラインツアー(築地)を開催予定です。詳しくはHPでご確認ください。

問中央区観光協会
☎(6228)7907
HP<https://www.chuo-kanko.or.jp>

別表	コース名	日 時		引 率	申込締め切り日		
文化コース	築地の建築を訪ねて	10月15日(土)	午後1時30分～3時30分	サポーター協会 文化財	9月25日(日)		
	佃島と江戸湊をのぞむ霊岸島	10月19日(水)			9月28日(水)		
	江戸の芝居町と魚河岸、その繁栄の名残りを辿る	11月16日(水)			10月26日(水)		
	文明開化をたどる「銀ブラ道中記」 ー岸田劉生の見た銀座ー	11月19日(土)			10月31日(月)		
産業コース	京橋と日本橋で、こだわりの専門店巡り 「江戸幕老舗 白木屋傳兵衛」「京はし 満津金」・「地図専門店 ぶよお堂」	10月12日(水)	午前10時～正午	観光協会観光おもてなしスタッフ	9月21日(水)		
	歌舞伎の“いろは”を学ぶ 「大野屋總本店」・「中村活字」・「歌舞伎座 木挽町広場」	10月20日(木)			9月29日(木)		
	銀座の伝統ある名店巡り 「銀座 三河屋」・「カフェーパウリスタ」・「銀座ライオン」	10月21日(金)			10月2日(日)		
	築地場外市場こだわりの専門店巡り 「杉本刃物」・「漬物 吉岡屋総本店」・「料理道具 つきじ 常陸屋」・「佃煮煮豆 江戸ー」	11月8日(火)			10月18日(火)		
	人形町の下町情緒をあじわう 「MUCCO」・「人形焼本舗 板倉屋」・「遠忠商店」	11月9日(水)	午前10時～12時10分		10月19日(水)		
	日本橋で粋な老舗巡りと博物館見学 「日本橋木屋」・「榮太樓總本舗」・「風の博物館」	11月15日(火)	午前10時～正午		10月25日(火)		
	【特別企画】 音楽探訪@ヤマハ銀座店♪	11月18日(金)	午前11時～12時30分		10月30日(日)		
	初めての画廊 「銀座 柳画廊」・「日動画廊 本店」・「至峰堂画廊 銀座店」	12月13日(火)			11月23日(祝)		
	まち歩き産業コース	佃・月島界限のまち歩きと 「肉のたかさご」・「下駄屋 あづまや」	10月17日(月)		午前10時～正午		9月26日(月)
		銀座界限のまち歩きと 「東京画廊」・「博品館」	10月18日(火)				9月27日(火)
【特別企画】 日本橋界限のまち歩きと 「新日本橋駅」探訪		11月11日(金)		10月23日(日)			
人形町界限のまち歩きと 「経新堂 稲崎 表具店」・「漬亭 高虎」		11月22日(火)		11月1日(火)			
東日本橋界限のまち歩きと 「ボタンの博物館」		11月25日(金)		11月6日(日)			
築地界限のまち歩きと 「江戸文字 津多屋商店」・「波除神社」		11月28日(月)		11月7日(月)			
日本橋本町界限のまち歩きと 「小津和紙」・「伊場仙」		12月2日(金)		11月13日(日)			
銀座界限のまち歩きと 「セイコーミュージアム 銀座」		12月6日(火)		11月16日(水)			
明石町界限のまち歩きと 覗いてみよう「カトリック築地教会聖堂」		12月15日(木)		11月27日(日)			

中央区観光写真コンクール作品募集

中央区の魅力や豊かな観光資源が伝わる作品を募集します。あなたが見つけた「これぞ!中央区」の風景をぜひご応募ください。

題 材

- ・第70回中央区観光商業まつり期間中の各種行事
- ・観光におすすめしたい神社・お寺、建造物、名所・旧跡など
- ・あまり知られていない隠れ家的スポット
- ・散歩やデートに最適な風景、街並み
- ・伝統的行事
- ・その他、観光スポット、ポストカードにふさわしい写真

写真サイズなど

・カラー・モノクロは問いません。

・JPEG形式で10MB以内

・加筆および削除や二次的な合成など、加工・創作された作品は応募できません。

注意事項

- ・応募した時点で注意事項に同意したものとみなします。
- ・応募は1人5点までです。
- ・令和4年1月4日から令和5年1月3日までに撮影した未発表の作品に限ります。
- ・Webのみの受け付けになります。
- ・入賞作品は、展示およびホームページ、出版物などに無償で使用します(作品タイトルおよび氏名を明記する場合があります)。

◎注意事項について詳しくは、HPをご覧ください。

応募方法など
令和5年1月4日(水)午後5時までに、HPから申し込む。

入賞作品の発表など

- ・選考結果は、令和5年2月中に入賞者のみに通知します。
- ・入賞作品展示
令和5年3月13日(月)～31日(金)(土曜日、祝日は除く)
中央区役所1階ロビー(予定)

賞

中央区観光協会会長賞(1点)、中央区長賞(1点)、特選(3点)、入選(13点)、中央区観光協会賞(16点)予定

主 催
中央区観光協会、中央区

問中央区観光協会
☎(6228)7907
HP<https://www.chuo-kanko.or.jp>



中央区観光写真コンクール 2022

PHOTO CONTEST

令和5年 1/4 17:00締切

中央区観光協会

https://www.chuo-kanko.or.jp

中央区観光写真コンクールチラシ

実態調査へのご協力をお願い

区では、障害者基本法に基づく障害者計画、障害者総合支援法に基づく第7期障害福祉計画と児童福祉法に基づく第3期障害児福祉計画の策定を進めています。計画の策定に当たり、区にお住まいの方の暮らしの状況、制度の認知度や施策の要望な

どを正確に把握するため、無記名の実態調査を行います。

調査は対象となる方の中から無作為に抽出し、調査票を送付します。

調査票が届いた方は、ご協力をお願いします。

調査種別・対象者

身体障害者・難病患者実態調査
18歳以上の身体障害者手帳所持者、難病患者福祉手当受給者

知的障害者実態調査
18歳以上の愛の手帳所持者

精神障害者保健福祉に関する実態調査
18歳以上の精神障害者保健福祉手帳所持者、自立支援医療(精神通院)受給者

子どもの育ちや発達の相談に関する実態調査

障害者手帳や障害福祉サービス等受給者証を取得されているなど、育ちに支援を必要とされる0～18歳までのお子さんを養育されている方

調査票の送付
9月中旬

回答期限
10月11日(火)

問障害者福祉課障害者福祉係
☎(3546)5389
FAX(3544)0505

凡例

問 問い合わせ(申込)先

HP ホームページアドレス

E メールアドレス

凡例
問 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

◎内容を変更する場合があります。

幼児教育・保育の無償化の対象外となる方に向けた
多様な集団活動等利用支援事業

幼児教育・保育の無償化の対象外で、小学校就学前の幼児を対象とした多様な集団活動を利用している保護者の経済的負担を軽減するため、利用料の一部を給付しています。

給付の対象となる幼児の保護者には、集団活動の事業者を通じて事業のご案内をしています。対象となる幼児の保護者で、案内を受けていない場合はお問い合わせください。

なお、保護者が本事業による給付を受けるためには、事業者が区に申請し、対象となる集団活動としての決定を受けている必要があります。

集団活動の例

地域や保護者のニーズに応じて地域の中で重要な役割を果たしている集団活動です。

- ・諸外国でも取り組まれているような、教育・保育などに対する特定

の考え方(シュタイナー、モンテッソーリなど)に沿って活動しているもの

- ・外国人などを主たる対象とするもの(外国人学校、インターナショナルスクールなど)
- ・自然体験活動を特徴とするもの
- ・団地などの地域の保育ニーズに応じて活動しているもの

対象となる幼児および集団活動別表のとおり

給付金額(月額基準額)

1人当たり月額上限20,000円(過去3年の平均月額利用料が20,000円を下回る対象施設などを利用する場合は、その平均月額利用料)

対象費用

令和4年4月以降の利用料

- ◎1日8時間を超える保育などに対する利用料、入園料、施設整備費、

延長保育または預かり保育の利用料、実費徴収費(食材費、通園費などの対象施設などにおいて提供される便宜に要する費用)を除きます。

支給方法

年2回に分けて、保護者の銀行口座に直接振り込みます。

問学務課調整担当

☎(6278)8163

別表	
対象となる幼児	満3歳に達した後最初に迎える4月1日から、満6歳に達した後最初に迎える3月31日まで(小学校に相当する学校段階を除く)の以下の全ての条件に当てはまる幼児 ・区内に住所を有すること ・幼児教育・保育の無償化の給付(子どものための教育・保育給付および子育てのための施設等利用給付)を受けていないこと ・企業主導型保育事業を利用していないこと ・対象施設などをおおむね1日4時間以上8時間未満、週5日以上および年間39週以上利用していること ◎区外に転出された場合も、対象期間内に区内に住所を有していて、対象施設を利用していた場合は対象になります。 ◎「おおむね」の範囲など、条件に当てはまるかどうかの判断ができない場合は、お問い合わせください。
対象となる集団活動	以下の全ての条件に当てはまる集団活動 ・全ての幼児を対象として提供している標準的な開所時間が、おおむね1日4時間以上8時間未満、週5日以上および年間39週以上であること ・企業主導型保育事業でないこと ・認可保育所、認証保育所、認定こども園、幼稚園として認可を受けていないこと ・小規模保育事業、家庭的保育事業、事業所内保育事業として認可を受けていないこと ・幼児教育・保育の無償化の給付を受けていない満3歳以上の幼児の数が、施設などを利用する満3歳以上の幼児の、おおむね半数以上であること ・その他、保育に従事する者のおおむね3分の1は、日本の幼稚園の教諭の免許状を有する者、保育士、看護師(准看護師を含む)であることなど、区の基準を満たすこと

都市計画(案)の公告・縦覧

都市計画(案)の名称など		東京高速道路(ＫＫ線)および京橋三丁目東地区に関連する都市計画 (位置 八重洲二丁目、京橋三丁目および銀座一丁目から銀座八丁目までの一部)				東京都市計画道路幹線街路 補助線街路第110号線の変更 (案)	
		有楽町・銀座・新橋周辺地区 地区計画の決定(案)	都市再生特別地区(京橋三 丁目東地区)の変更(案)	京橋三丁目東地区 第一種市街地再開発事業の決定(案)	日本橋・東京駅前地区 地区計画の変更(案)		高度利用地区(銀座地区) の変更(案)
		国家戦略都市計画建築物等整備事業に関する都市計画(案)					
公 告 ・ 縦 覧	縦覧期間・意見書の 提出期間(※)	9月21日(水)～10月5日(水)午前9時～午後5時(閉庁日を除く)					
	縦覧場所	①都庁第二本庁舎12階北側 都市整備局都市づくり政策部都市計画課 ②区役所5階都市計画課		区役所5階 都市計画課		①都庁第二本庁舎12階北側 都市整備局都市づくり政策 部都市計画課 ②区役所5階管理調整課	
	意見書の提出先	東京圏国家戦略特別区域会議					都庁第二本庁舎12階北側 都市整備局都市づくり政策 部都市計画課
	意見書の提出窓口	都庁第二本庁舎12階北側 都市整備局都市づくり政策部都市計画課		区役所5階 都市計画課			
	意見書に関する注意 事項	・中央区の住民および利害関係人の方は、意見書を提出することができます。 ・意見書は住所・氏名・電話番号を記入の上提出してください。意見書を郵送で提出する場合は意見書提出期間最終日の消印有効となります。 ・日本橋・東京駅前地区地区計画、高度利用地区および市街地再開発事業については、意見書を電子申請で提出することもできます。					
都市計画(案)の 説明資料について		・配信内容 都市計画(案)の説明動画・資料を配信します。 ・配信期間(※) 9月21日(水)午前9時～10月5日(水)午後5時 ◎説明動画をご覧いただけない場合は、縦覧場所において資料を配布します。		https://www.city.chuo.lg.jp/kankyo/keikaku/kokoku/_user_seibi_time_20220921.html		都市計画(案)の詳細について は、下記📄をご覧ください。 📄https://www.toshiseibi. metro.tokyo.lg.jp/ keikaku/shingikai/ jouhou_ichiran.htm	
		https://www.toshiseibi.metro.tokyo.lg.jp/ cpproject/intro/list_saikaihatu.html					
問い合わせ先		・公告・縦覧について 東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課 ☎(5388)3225		地域整備課まちづくり推進担当 ☎(3546)5474	都市計画課都市計画係 ☎(3546)5468	東京都都市整備局 都市づくり政策部都市計画課 ☎(5388)3225	
		・都市計画(案)について 東京都都市整備局都市づく り政策部土地利用計画課再 開発等促進区担当 ☎(5388)3318	・都市計画(案)について 東京都都市整備局都市 づくり政策部開発企画 課 ☎(5388)3337				

(※)変更となる可能性があります。◎詳しくは📄をご覧ください。

河川整備計画(原案・変更原案)に対する意見募集

東京都建設局が河川整備の目標などを示した河川整備計画(原案・変更原案)を作成しましたので、皆様のご意見を募集します。

意見募集をする計画

- ・築地川及び汐留川河川整備計画(原案)
- ・神田川流域河川整備計画(変更原案)

閲覧および意見受付期間

9月5日(月)～10月4日(火)

◎窓口閲覧については、開庁日を除く午前9時から午後5時までです。

閲覧場所

次の施設および🌐で閲覧できます。

- ・東京都建設局河川部(都庁第二本庁舎6階南側)
- ・東京都第一建設事務所3階工事課
- ・東京都江東治水事務所内部河川工事課
- ・区役所5階管理調整課

意見の提出方法

閲覧場所に設置の意見箱へ投函するか、📧へ郵送またはEメールで提出してください。

◎郵送は10月4日(火)消印有効、メールは受信有効です。

◎電話による意見の受け付けは行っていません。

問東京都建設局河川部計画課
〒163-8001
新宿区西新宿2-8-1
東京都庁第二本庁舎6階南側
☎(5320)5414

🌐東京都建設局
https://www.kensetsu.metro.tokyo.lg.jp/jigyo/river/jigyo/kasenseibikeikaku/index.html

📧S0000384@section.metro.tokyo.jp

有楽町・銀座・新橋周辺地区に係る都市計画案の説明会

日時

9月20日(火)
午後7時～8時

会場

東京交通会館12階第一会議室A
(千代田区有楽町2-10-1)

定員

事前予約制120人(先着順)

申し込み方法

9月16日(金)までに、📧へ電話、ファクスまたはEメールでお申し込みください。申し込みの際は、
①地区名称(有楽町・銀座・新橋周辺地区)②氏名③住所④電話番号またはメールアドレスを記入してください。

📧説明会資料は縦覧期間中、🌐で公開しています。

問

東京都都市整備局都市づくり政策部土地利用計画課再開発等促進区担当
☎(5388)3318
FAX(5388)1351
🌐https://www.toshiseibi.metro.tokyo.lg.jp/cpproject/intro/list_saikaihatu.html
📧S0000175@section.metro.tokyo.jp

「日本橋一丁目東地区第一種市街地再開発事業」に係る環境影響評価書の縦覧・閲覧

日時

9月6日(火)～20日(火)
(閉庁日を除く)
午前9時30分～午後4時30分

会場

・区役所7階環境課

・日本橋・月島特別出張所

・日本橋・月島図書館

・都庁第二本庁舎19階都環境局総務部環境政策課

問

東京都環境局総務部環境政策課
☎(5388)3406

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

(7)

凡例
目次
日時
会場
対象
内容
定員
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

情報コーナー

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



施設

シニアセンター臨時休館のお知らせ

9月23日(祝)は館内消毒のため休館します。
問シニアセンター
☎(3531)7813

Wi-Fiルーターの貸し出し

地域コミュニティや企業活動の支援を目的に、一部施設において、試験的にWi-Fiルーターの貸し出しを開始しました。

対別表1の施設の集会室を予約した方
[台数] 各施設1台(先着順)
費無料

申ご希望の施設に電話または窓口で申し込む。
●抽選申し込み中のご予約はお受けできません。集会室の予約が取れた後にお申し込みください。

施設名	電話番号
京橋区民館	☎(3561)6340
新川区民館	☎(3551)7000
人形町区民館	☎(3668)5537
新場橋区民館	☎(3669)3699
月島区民館	☎(3531)6932
勝どき区民館	☎(3531)0592
浜町メモリアル(集会室)	☎(5695)8051
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

銀座ブロッサムでWi-Fiが利用できます

銀座ブロッサム「中央会館」7階マーガレット・ローズの部屋で、Wi-Fiが利用できるようになりました。
対マーガレットまたはローズの部屋を予約した方
費無料
申会場利用申込時または利用日前日午後4時までに電話で申し込む。
問銀座ブロッサム(中央会館)
☎(3542)8585



保健・医療・福祉

特定健診・がん検診

対40歳以上の区民の方
内12～3月生まれの方へ「がん検診等受診券」を発送しました。
費無料(ただし、精密検査および検診内容以外の検査は受診者負担)
●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。
●4～11月生まれの方で受診券を紛

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
〇〇課〇〇係(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

絵講座

[講師]

画家、絵画教室(絵画造形療法)主宰 黒澤 育

定12人程度(先着順)

費無料

[持ち物]

あれば色鉛筆

[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)。

用9月3日(土)午前9時から電話で申し込む。

問総務課男女共同参画係

☎(5543)0651

女性センター「ブーケ21」水曜イブニングトーク

地方メディアからみた中央区

日10月5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]

東西分化接点の静岡を見れば日本がわかる？

[ゲスト]

静岡新聞社東京支社編集部長 宮嶋尚顕

定30人程度(先着順)

費無料

用9月3日(土)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。

問総務課男女共同参画係

☎(5543)0651

FAX(5543)0652

高齢者被害特別相談

日9月12日(月)～14日(水)

午前9時～午後4時

対おおむね60歳以上の区内在住・在勤者

内中央区消費生活センターでは、高齢者の消費者トラブルを防止するために「高齢者被害特別相談」を実施します。区役所1階の消費生活センターに直接お越しになるか、相談専用ダイヤルでご相談ください。

[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

バリアフリーマップ更新ボランティアWEB講習会

日9月30日(金)午前10時～午後8時

[開催方法] YouTubeの中央区公式チャンネルでオンライン配信

●所要時間は約15分間で、上記時間中はいつでも視聴できます。

対18歳以上の区内在住・在勤・在学者、その他関心のある方

内障害のある方や高齢の方、乳幼児をお連れの方などが安心して外出できるように、区民の方の参加により区内全域のバリアフリーマップを作成しました。今後区民の方から情報をお寄せいただき、随時更新を行うため、調査の具体的な方法や情報の投稿方法を説明します。

[講師]

NPO法人リーブ・ウィズ・ドリーム理事長 金子 久美子

定30人(先着順)

費無料

申9月28日(水)までに、電話またはHPから①氏名・ふりがな②電話番号③Eメールアドレス④年齢(年代のみ)⑤区内在住・在勤・在学者・その他を記入して申し込む。

問福祉保健部管理課庶務係

☎(3546)5343

HPNPO法人リーブ・ウィズ・ドリーム

https://www.lwd.tokyo/koushin-lecture2022-3

QRコード

口腔ケア講演会

もしあと1年で人生が終わるとしたら？

日9月28日(水)

午後6時30分～8時30分

場日本橋公会堂2階第3・4洋室

対どなたでも

[講師]

めぐみ在宅クリニック院長 小澤竹俊

定50人(先着順)

費無料

●当日、直接会場へお越しください。

問お江戸日本橋歯科医師会

☎(3661)1565

福祉保健部管理課保健係

☎(3546)5397

骨盤調整ヨガ

日9月17日(土)

午前10時30分～正午

場八丁堀区民館2階4号室

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。

[講師]

骨盤調整ヨガインストラクター 池田明子

定10人(申し込み多数の場合は抽選)

費300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9月2日(金)から11日(日)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12日(月)までに電話で連絡します。

問八丁堀区民館

☎(3555)8641

中央区文化推進事業助成対象事業
中央区交響楽団
2022冬のコンサート

日11月13日(日)
午後2時開演(午後1時15分開場)
場第一生命ホール(晴海1-8-9)
対どなたでも(要事前申し込み)
◎未就学のお子さんも入場できます
(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】
ドイツロマン派音楽の系譜-Ⅱ-
・指揮：高井優希
・曲目：ブラームス／交響曲第3番、
ブラームス(シェーンベルク編)／
ピアノ四重奏曲第1番(管弦楽版)
定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。
費寄付制
◎終演後、お気持ちによるご寄付を
お願いします。
申9月1日(木)から14日(水)までに
HPから必要事項を入力し申し込む。
◎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、10
月下旬頃を予定しています。
【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
◎最新情報は、**HP**でご確認ください。
◎お問い合わせはEメールでお願い
します。
問中央区交響楽団事務局
HPhttp://www.cso-arts.net/
Ekumin@cso-arts.net

高齢者向け
スマートフォン体験会

日10月2日(日)
午後1時～4時
場中央区役所8階 大会議室
対スマートフォンをお持ちでないま
たは使い慣れていない60歳以上の
都民
内スマートフォンを
お使いでない方や、
操作に不慣れな方
が、楽しみながら
スマートフォンや
各種アプリの活用
を体験できる、教室形式の体験会
です。
◎スマートフォンをお持ちでない方
には貸し出しを行います。
定50人
費無料
申9月25日(日)までに下記事務局へ
電話でご連絡いただくか、ファク
スに必要事項を記入し送信してく
ださい。
【必要事項】
①希望の日時・会場②氏名・ふり
がな③年代④性別⑤電話番号⑥ファ
クス(お持ちの方)⑦お住まいの区市
町村⑧スマートフォンを持っている
か／持っていないか⑨スマートフォ
ンを持っていない場合、試用を希望
するか
問スマートフォン普及啓発事業事務
局
☎(5348)2735
(平日午前9時～午後5時)
FAX(5348)2731



秋の中央区歴史散歩2022
もっと知りたい京橋の420年
～広重・京伝も住んだ町～

土曜コース
10月1日(土)
午後1時30分～3時30分
日曜コース
10月2日(日)
午後1時30分～3時30分
共 通
【集合場所】
都営地下鉄宝町駅A2地上出口
【行き先】
弾正橋～三つ橋跡～^{あさり}蜷河岸～煉瓦
銀座之碑・京橋の親柱～千葉定吉道
場跡～相互館110タワー～国立映画
アーカイブ～ヤン・ヨーステン記念
碑～^{おまん}満稻荷神社～^{おだいようどう}尾台榕堂之碑～
東京ミッドタウン八重洲(解散)
◎雨天決行です。
対どなたでも
【案内人】
中央区文化財サポーター協会会員
定各回30人(申し込み多数の場合は
抽選)
費500円(当日集金)
申9月15日(必着)までに往復はがき
で①希望のコース名②～⑤(8面

記入例参照、④
は固定電話と携
帯電話の番号)
を記入または申
し込み先**HP**から
上記項目を入力
して申し込む。



◎往復はがき1枚につき各1コー
ス・1人のみご記入下さい。
◎お問い合わせは往復はがき・申し
込みフォームにご記入ください。
【申し込み先】
〒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
HPhttps://forms.gle/
C1l8bKyydDKb9ttj7
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。
◎詳しくは下記**HP**をご覧ください。
申込用紙をダウンロードすること
もできます。
HPhttp://chuo-machi
aruki.com/



在宅療養に関わる
皆さんの歯科と薬の講演会

日10月1日(土)
午後2時～4時
場区役所8階大会議室
対区内在住・在勤・在学者
【歯科】
咀嚼^{くもく}しゃく、嚥下^{えんげ}は0歳から～いつ
までも維持するための秘訣～
【講師】
お江戸日本橋歯科医師会
歯科医師 鹿野久代
【薬】
緊急時に備えたおくすりの管理
【講師】
京橋薬剤師会 薬剤師 若松大地
◎会場に手話通訳者を配置します。
定60人(先着順)
費無料
申9月5日(月)から22日(木)までに
電話、メールまたはファクスに①
講演名②氏名③住所④電話番号⑤
在勤・在学者は勤務先または通学
先の名称を記入して申し込む。
問介護保険課地域支援係
☎(3546)5379
FAX(3543)0236
Ezaitaku@city.chuo.lg.jp

のホームページからダウンロード
することもできます。
費無料(一部除く)
問中央区地域家庭教育推進協議会
事務局(文化・生涯学習課内)
☎(3546)5526

家庭教育学習会

家庭教育を支援するため、P T A
や地域の子育て支援活動を行う団体
との共催により、多種多様なテーマ
で学習会を実施します。

内別表のとおり

◎申し込み方法などの詳細は「家庭
教育学習会のお知らせ」をご覧く
ださい。お知らせは区役所8階文
化・生涯学習課、社会教育会館、
図書館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。
費無料(一部除く)
問中央区地域家庭教育推進協議会
事務局(文化・生涯学習課内)
☎(3546)5526

別表

日 時		テーマ・講師		共催団体など
10月1日(土) 午前10時～11時30分		部活・バレエ・水泳 いっつも全力で！ティーンと生理を考える [講師]助産師・大阪大学招聘准教授 濱脇文子		育フェスCHUO
10月2日(日) 午前の部：午前10時～正午 午後の部：午後1時30分～4時		おやじの出番！親子で体験！木工教室(※) [講師]清水建設(株)東京木工場 工場長 和田昌樹 他		中央区地域家庭教育推進協議会 主催
10月8日(土)	①午前10時～11時50分	第17回 学びの宝箱	木のおもちゃをつくろう [講師]子どもの創造教育デザイナー 牧野 隆	みんなの子育てひろば “あすなろの木”
	②午後0時30分～1時30分		楽しくプログラミングの考え方を学ぼう 「ゲームの達人！～必勝法は算数にあり～」 [講師]SRP教育研究所 所長 伊丹龍義	
	③午後2時～2時50分		テコンドー教室 [講師]岡澤道場☆東京 師範 石田峰男	
	④午後3時～3時50分		みんなで楽しく投票ゲーム [講師]目白大学教授 石井 貫太郎	
	⑤午後4時～4時50分		みんなでうたおう！楽しいゴスペル [講師]サニーサイドゴスペルクラブ埼玉リーダー 豊田展充	
10月15日(土) 午前10時～11時30分		性の多様性と共生社会のあり方 ～LGBTQ+とは？絵本を通して知ることからはじめよう～ [講師]Rainbow Tokyo 北区代表 時枝 穂		育フェスCHUO
10月25日(火) 午前10時30分～11時10分		親子で楽しむ音楽リトミック [講師]月島ピアノ&リトミック代表 浅井良重		月島ピアノ&リトミック
10月29日(土) 11月19日(土) 午後1時30分～3時		おうち時間も楽しんでリラックスできる！妊婦さんを絵本でサポート [講師]りんごの木代表 中島 三千代		りんごの木
11月5日(土) 午後2時～3時30分		おやじの出番！親子でローラーピラティス(※) [講師]ファンクショナルローラーピラティス認定インストラクター 伊藤 亜寿香		NPO法人 Community Yoga Tokyo
11月9日(水) 午前10時～11時30分		令和版コミュニケーションの新常識 ～脳科学に基づいた子育てのススメ～ [講師]組織診断士・JPCA認定講師 工藤聡子		キッズナ企画
11月12日(土) 午後2時～3時30分		親子で学ぼういのちの教室 AEDと救命体験 [講師]NPO法人ちば救命・AED普及研究会理事長 本間洋輔		育フェスCHUO
11月26日(土) 午後1時～3時		親と子のコミュニケーション講座 家庭内におけるコミュニケーションづくり ～子どもの主体性と多様性の受容を育む～ [講師](一社)共生と共育ネットワーク代表理事 木村尚文		(一社)共生と共育ネットワーク

(※)父親優先学習会

凡例

日時

会場

対象

内容

定員

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

子育て支援講座

～可能性が広がる子育て～
子どもが伸びるほめ方・しかり方

日10月4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～未就学のお子さんの保護者
内子どもが素直な気持ちを表現し、親もありのままの気持ちで子どもと接するための方法を学ぶ講座です。

講師
1級キャリアコンサルティング技能士・心理カウンセラー
日野原 寿美
定12人程度(申し込み多数の場合は抽選)
費無料
申9月1日(木)から15日(木)までに電話またはきらら中央窓口で直接申し込む(電子申請も可)。

託児
1歳から未就学のお子さんをお預りします。希望する方は、参加申し込みの際に併せてお申し込みください(1歳未満のお子さんは一時預かり保育などをご利用ください)。
問子ども家庭支援センター「きらら中央」
☎(3534)2103

犬のしつけ方教室

日10月1日(土)
午後1時30分～3時
場築地川公園内
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)
◎飼い主がマイクロチップ情報を環境省のデータベースに登録することで犬の登録は完了します。
・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
ドッグライフプランナーズ
佐野浩之
定10人(1回の申し込みにつき1人、犬1匹まで)
◎申し込みは先着順です。
費無料
申9月7日(水)から26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/

日本橋図書館講座

大人の折り紙 月とうさぎ

日9月17日(土)

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「月とうさぎ」他の作成、折り紙について

講師
日本折紙協会折紙講師 立花澄子、夏秋洋子
定24人(先着順)
費無料
申9月4日(日)から11日(日)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。
◎講座の詳細については、お問い合わせください。
問日本橋図書館
☎(3669)6207

高齢者の毛筆教室

～小筆で美しく書くテクニック～

日10月3日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)、11月7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)、12月5日(月) 計10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
対原則60歳以上の方
内小筆使いの基礎を学びます。
・文字の書きかた(とめ・はねなど)
・文字の大きさ・バランス
・年賀状の文面

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5,000円(教材費を含む)
申9月9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。
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

高齢者向けパソコン教室

～ゆっくり楽しくチャレンジ～

写真データのすっきり整理と活用方法コース

日10月18日(火)～20日(木)
計3回
午前9時30分～11時30分
内スマートフォンやデジタルカメラで撮った写真データをパソコンで整理する方法と、アプリを使った写真の加工や印刷方法を学びます。
便利なインターネットコース
日10月25日(火)～27日(木)
計3回

午前9時30分～11時30分
内インターネット検索の便利な活用方法と安全な使い方を学びます。
共通
費3,000円
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
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)
申9月12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パソコンの機種名⑦申し込み理由を記入して申し込む。
◎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。
◎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。
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

勤労者のためのパソコン講座 (Word活用)

日10月17日(月)～21日(金)
午後6時30分～8時30分
場ハイテクセンターパソコン研修室
対中小企業に勤務する区内在住・在勤者でマウス操作および文字入力スムーズに行え、Wordで簡単な文書が作成できる方
内会社やグループで日常的によく使用する表やイラストが入った文書を作成するなど一歩進んだWordの活用方法を学びます。
・表と絵を使った回覧文書を作成
・凝った表と地図入りの旅行申込書を作成
定20人(申し込み多数の場合は抽選)
費6,000円
申9月16日(必着)までに往復はがきに①～⑤(8面記入例参照)⑥勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込む。

問〒104-0061
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

生活設計セミナー

～物価高・円安時代の資産運用を学ぶ～

日10月6日(木)
午後6時30分～8時30分
場築地社会教育会館4階視聴覚室
対区内の中小企業に勤務する方と同居家族および区内在住者
内電気、ガス料金の値上げや20年ぶりの円安水準など、デフレ時代がインフレへ大転換しつつあります。この講座では「円安インフレ時代の間違えない資産運用」について考えます。
・物価高・円安時代とは
・負けない資産運用のコツ～株式投資編/保険・相続編
講師
・(一社)正しい相続相談センター代表理事 山本 浩
・東洋大学講師、資産運用研究家 坂田善種

定30人(申し込み多数の場合は抽選)
費無料
申9月20日(必着)までに往復はがきに①～⑤(8面記入例参照)⑥お勤めの方は勤務先(名称・所在地・電話番号)を記入して申し込む。

問〒104-0061
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

健康セミナー

「ボディメンテナン
(骨盤ストレッチ)教室」

日10月5日～26日の毎週水曜日
計4回 午後6時30分～8時
場築地社会教育会館3階第3和室
対区内の中小企業に勤務する方および区内在住者
内体の不調を軽減し、毎日を元気に楽しく過ごせる体づくりを目指します。
・フィジカルアロマ
・きれいな姿勢を作るための呼吸法
・腰痛・肩こりの予防法
・身近にあるもので簡単身体ほぐし
定15人(申し込み多数の場合は抽選)
費1,000円
申9月13日(必着)までに往復はがきに①～⑤(8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。

問〒104-0061
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



スポーツ

一緒に体を動かそう

～障害のある方を対象とした

スポーツ・レクリエーション教室～

【実施種目】

かけっこ、ボッチャ、ダンス、バスケット、ダーツ、風船バレー、ダブルダッチ(なわとび)、空手

◎日時・場所など詳しくはHPをご覧ください。

対区内在住の障害のある方

◎介助が必要な方はご家族などの同伴をお願いします(同伴者も一緒に楽しむことができます)。

定各回10人(先着順)

費無料

申各開催日の1週間前までに電話、Eメール、往復はがきまたはファクスで①参加したい教室の回数および日時(複数可)②～⑤(8面記入例参照)⑥在学の方は学校名・学年⑦障害の程度、種類⑧同伴者の人数・氏名・ふりがな・年齢を記入して申し込む。

◎応募された方には、参加について電話、Eメール、はがきまたはファクスでご連絡します。

◎運動制限を受けている方は主治医に相談の上、ご参加ください。

◎傷害保険は運営側で加入します。

◎本事業は、中央区と中央区地域スポーツクラブ大江戸月島との協働事業です。

問〒104-0052

中央区月島3-3-3

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メールやHPからお問い合わせください)

FAX(5144)4800

HPhttps://oedo.tokyo.jp

Econtact@oedo.tokyo.jp

中央区地域スポーツクラブの体験会を開催します

中央区地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋と月島は、合同で体験会を開催します。

日9月19日(祝)

場月島第一小学校

対区内在住・在勤・在学・在園者

【実施種目】

しながわシティバスケット教室、3x3バスケット、ボッチャ、かけっこ、サッカー、チアダンス、ホッケー、ヨガ、フラワーアレンジメント など

費・参加費1人500円

・フラワーアレンジメントのみ材料費として別途800円

申開催日午前9時から会場で申し込む(先着順)。

◎実施時間など詳しくはHPをご覧ください。

HP・中央区地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋

https://maple.tokyo.jp

- ・中央区地域スポーツクラブ大江戸月島
- https://oedo.tokyo.jp
- E・中央区地域スポーツクラブ大江戸日本橋・京橋
- info@maple.tokyo.jp
- ・中央区地域スポーツクラブ大江戸月島
- contact@oedo.tokyo.jp

勤労者のためのゴルフ大会

- 日10月22日(土)(荒天時中止)
- ・集合 午前8時50分(キャディーマスター室前)
- ・開始 午前9時13分(東・南・西コース同時スタート)
- ◎午前8時30分までに受け付けを済ませてください。
- 場万木城カントリークラブ(千葉県いすみ市作田2)
- ◎圏央道「市原鶴舞IC」から約18分です。
- 対中小企業に勤務する区内在住・在勤者
- 定40人(申し込み多数の場合は抽選)
- ◎申込者数が20人未満の場合は中止とします。

- 【参加費】
- 2,000円(懇親会に充当)
- 【プレー費】
- 16,700円(セルフ、GPSナビ付乗用カート・1Rプレー代、昼食代)
- 日9月15日(必着)までに往復はがき(1グループ1枚限り)に「ゴルフ大会」と明記し、①申込代表者の氏名・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(ふりがな)・生年月日・性別を記入して申し込む。
- 【競技方法】
- 18ホールストロークプレー(新ペリア方式)
- ◎多数賞品を用意しています。
- ◎前回の優勝者が1位の場合は準優勝となります。

- 【その他】
- 組み合わせはレッツ中央が決定します。プレー終了後、表彰式および懇親会を行います。
- 問〒104-0061
- 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



その他

コミュニティふれあい銭湯

- 日9月14日(水)・28日(水)
- ◎9月14日はリンドウの湯です。
- 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

中小企業などの展示会
出展費用補助(下期分)

- 対・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
- ◎10月1日(土)から令和5年3月31日(金)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することもできます。
- 【申請受付日時など】
- 必要書類に記入の上、9月9日(金)から16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9月下旬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。
- 問商工観光課中小企業振興係
- ☎(3546)5487

中央区災害時医療救護活動
従事スタッフの募集

- 大規模災害発生時に、区内小・中学校などに開設する医療救護所では、医師会・歯科医師会・薬剤師会などが中心となり軽症者の治療や重症者などへの応急処置を行います。
- 負傷者へ迅速に対応し、円滑な医療救護活動を実現させるため、区では、医師などのサポートを行う「中央区災害時医療救護活動従事スタッフ」を募集しています。
- 対 象
- 区内在住・在勤の医師、歯科医師、薬剤師、保健師、助産師、看護師、

- 准看護師
- ◎区内医療関係団体(医師会・歯科医師会・薬剤師会)に加入していない方に限ります。
- 活動内容
- ・事前に指定された医療救護所での医療救護活動
- ・区が実施する防災訓練などへの参加
- 申し込み方法
- 問い合わせの上、所定の申請書に、医師などの資格を証明する免許証の写しと顔写真を添付して申し込む。
- ◎申請書は、区役所4階福祉保健部管理課の窓口で配布する他、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。
- ◎登録が認められた方には、登録証をお渡しします。
- 損害補償など
- 医療救護活動に伴う損害補償や費用弁償については、区の規定を適用します。
- ◎防災訓練への参加など平時の活動は無償です。
- ◎詳しくはお問い合わせください。
- 問福祉保健部管理課保健係
- ☎(3546)5397

9月20日(火)～26日(月)は
動物愛護週間

- 動物愛護週間は、動物の愛護と適正な飼養についての関心と理解を深めるために「動物の愛護及び管理に関する法律」に基づき、設けられています。
- 【動物は正しく終生飼養】
- 飼い主は、動物の習性をよく理解し、愛情を持って終生飼養をしてください。日頃から動物の健康管理に気を配り、犬には狂犬病の予防注射を必ず受けさせましょう。また、万が一飼いが続けることが難しくなった時のことを考え、準備をしておきましょう。
- 【災害時の生活に備えて】
- ペットにとっても、災害時に自宅で過ごせる方が負担は少なくなるので、家具が転倒しないように、家具を固定しておきましょう。また、周囲に迷惑をかけないように、嫌がらずにケージに入る、決められたトイレで排泄させるなど、日頃からしつけを行いましょう。
- 【防災用品の準備】
- 区では、ペットのための備蓄を行っていないため、飼い主が責任を持って準備しましょう。

- 準備が必要な主なもの
- ・水やフード(最低3日分、できれば5日分)
- ・ケージまたはキャリーバッグ
- ・トイレ用品
- ・常備薬、療法食(災害時には、特に手に入りにくいです)
- ・飼い主と一緒に写った写真
- ・首輪、リード など
- 問中央区保健所生活衛生課生活衛生係
- ☎(3541)5936

テレビ広報番組「こんにちは 中央区です」(15分番組)は、東京ベイネットワークのケーブルテレビ111チャンネル(毎日AM10:00・PM0:00・PM8:00)、東京ケーブルネットワークのケーブルテレビ111チャンネル(毎日AM9:30・PM0:00・PM7:30)で放送しています。

(11)



「敬老の日」を記念し、75歳以上の方に区内共通買物・食事券などを9月1日(木)から16日(金)ごろまでに郵送でお贈りします。

対象年齢および贈呈金額は、別表1

	100歳以上の方	88歳・77歳の方	左の年齢を除く75歳以上の方
区内共通買物・食事券	10,000円	3,000円	3,000円
全国取扱店共通すし券	—	5,000円	—

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の確認書提出期限が迫っています

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、さまざまな困難に直面した方々を支援することを目的として、令和4年度から新たに住民税が非課税となった世帯などに、1世帯当たり10万円の臨時特別給付金を支給しています。

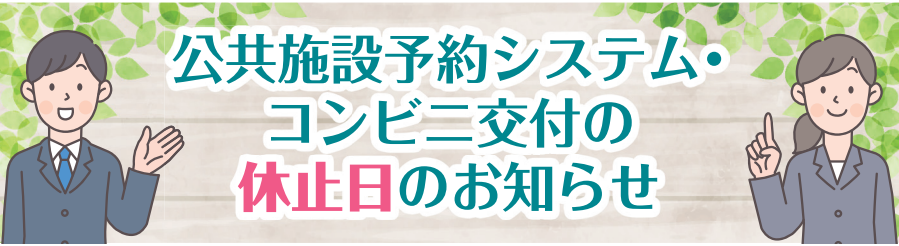
対象と思われる世帯には、6月29日(水)以降順次確認書を送付しています。

給付金を受け取るには、確認書の提出が必要です。提出期限を過ぎると受け付けできませんので、早めに提出してください。

提出期限

確認書の発行日(確認書の右上に記載)から3カ月以内

◎新型コロナウイルス感染症の影響を受けて収入が減少し家計が急変



サーバーメンテナンスに伴い、以下のシステムを休止します。

- ・集会施設などの予約申し込みをする公共施設予約システム
- ・住民票の写しや印鑑登録証明書を発行するマイナンバーカードを利用したコンビニエンスストアの交付サービス

休止日時

公共施設予約システム

9月19日(祝)午前8時～午後8時

◎区役所に設置してある利用者端末は終日利用不可となります。

◎公共施設予約システムについては各施設にお問い合わせください。

コンビニ交付サービス

9月19日(祝)終日

◎コンビニ交付サービスについて

区民生活課住民記録係

☎(3546)5320

日本橋特別出張所区民係

☎(3666)4253

月島特別出張所区民係

☎(3531)1153

メンテナンス日も事前電話予約で住民票の写しと印鑑登録証明書が受け取れます

区役所の開庁時間内に来庁できない方に、住民票の写しおよび印鑑登録証明書をあらかじめ電話で受け付



区では、大きな災害時における大量の災害廃棄物(がれき、ごみ、し尿など)の発生に対応するため、「中央区災害廃棄物処理計画」を策定しています。

同計画では、早期の復旧・復興に向けた処理体制として、災害廃棄物については、別表2のとおり分別

上、臨時集積場に出していただくようご協力をお願いしています。

また、災害廃棄物の臨時集積所については、災害発生後に区のホーム

ごみの種類	ごみの分別(例)	持ち込み先	設置場所・設置期間など
被災によって出る片付けごみ	可燃物：家具類、布団、畳、木くず、可燃系混合物など 不燃物：ガラス、陶磁器、コンクリートがら、不燃系混合物など 家電：家電4品目(テレビ、エアコン、洗濯機・衣類乾燥機、冷蔵庫)小型家電、パソコン	臨時集積所 ◎被災状況により、普段のごみ集積所となる場合もあります。	区の指定する公園などに、3カ月から数年程度設置(※)
日々の生活ごみ	燃やすごみ：生ごみ、衣類、使用済み簡易トイレの汚物など 燃やさないごみ：ガラス、陶磁器、金属類など 資源：段ボールなどの紙類、びん、缶、ペットボトル、プラスチック製容器包装	普段のごみ集積所	普段のごみ集積所が被災した場合、区から代替集積所をお知らせします。収集が再開されてから出してください。
避難所ごみ		避難所のごみ集積所	避難所内に、避難所が閉鎖するまで設置
損壊家屋から出る災害がれき	木くず、コンクリートがら、金属くず、瓦、石こうボード 可燃性混合物、不燃性混合物、混合廃棄物など	第一仮置場	区の指定する公園などに、処理が完了するまで設置(※)

(※)詳細は区のホームページなどでお知らせします。

トピックス



終戦記念日に「石町の鐘」を撞く会

8月15日、日本橋小伝馬町の十思公園で小伝馬町一の部町会主催の「終戦記念日に『石町の鐘』を撞く会」が行われました。江戸市民に時刻を知らせる鐘として設置され、東京都の有形文化財に指定されている「石町時の鐘」。この行事は、終戦記念日にこの鐘を撞き、戦争で亡くなった方々の冥福を祈ろうと、毎年開催されているものです。集まった皆さんは、正午の時報と同時に黙とうを捧げると、次々と鐘楼に上り鐘を撞きました。戦没者の冥福と恒久平和を祈る鐘の音が、力強く響き渡っていました。

した世帯が対象となる家計急変世帯分は、9月30日(金)まで郵送(消印有効)または窓口で受け付けています。詳しくはコールセンターまでお問い合わせください。

◎令和3年度の住民税非課税世帯や家計急変により本給付金をすでに受給している世帯は、対象外となります。

◎中央区臨時特別給付金コールセンター

☎(3546)5657

・中央区臨時特別給付金専用窓口(区役所1階)

(受付時間(共通)：平日午前8時30分～午後5時、水曜日は午後7時まで)

け、平日の夜間や土曜日、祝日に交付しています。

電話予約できる方

- ・中央区に住民票がある方およびその方と同一の世帯の方
- ・中央区の印鑑登録証を持っている印鑑登録者本人

受付日時

- ・月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
- 午前9時～午後5時

◎電話受け付けの際に、申請内容と本人からの申し出であることを確認するため、いくつかの個人情報を質問させていただきます。

交付日時

- ・月～金曜日(年末年始を除く)
- 午後5時15分～9時30分
- ・土曜日および祝日(年末年始を除く)
- 午前9時～午後9時30分

◎電話予約した日から5日以内のご

希望の日時に、受け取ることができます。

◎日曜日および日曜日と重なる祝日は窓口を開庁しているため、電話予約での受け取りはできません。

交付場所

区役所1階巡視室窓口

☎(3543)0211

交付手数料

1通につき300円

交付時に必要なもの

- ①マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、健康保険証などの本人確認ができるもの
- ②印鑑登録証明書の交付には①の他に「印鑑登録証」
- ③予約した通数分の手数料(釣り銭の用意ができませんので、ちょうどの金額を持参してください)

◎区民生活課住民記録係

☎(3546)5320

ページなどで情報提供します。

日々の生活ごみは、被災の状況によりますが、約3日間は各家庭にて保管をお願いします。

◎中央清掃事務所清掃事業係

☎(3562)1523