

凡例 日日時 会場 対象 内容 定員 定員 費用 申込方法 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

情報コーナー

学ぶ 遊ぶ 知る

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

*在勤の方は会社名・所在地・電話番号、在学の方は学校名・所在地・電話番号も記入

◎間に〒・住所が記載されていない場合の宛先は〒104-8404 築地1-1-1 申込先へ

◎「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込みも可能

施設

総合スポーツセンター 一部施設利用休止のお知らせ

8月28日(金)は区立中学校連合水泳競技大会開催のため、9月6日(日)は区民体育大会水泳大会開催のため、温水プールの利用はできません。ただし、大会終了後は個人開放します。

また、9月から12月上旬にかけて第69回区民体育大会が行われるため、一部の施設が利用できなくなります。詳しくはお問合せください。

問総合スポーツセンター
☎(3666)1501

保健・医療・福祉

保育所等訪問支援事業

福祉センターでは、障害のある児童が集団生活に適応することができるよう職員に対し専門的な支援を行う「保育所等訪問支援事業」を平成27年9月から実施します。

内相談員が保育所、幼稚園、認定こども園、小学校、特別支援学校など児童が集団生活を営む施設を訪問します。

【利用できる方】
18歳未満の身体に障害のある児童、知的障害のある児童、精神に障害のある児童などで、障害児通所給付決定を受けている方

◎保護者の申請に基づき訪問します。申請方法など詳しくはお問合せください。

問福祉センター管理係
☎(3545)9311
FAX(3544)0888

講座・催し物

子育てのエッセンスを学ぼう ~子どもの発達にあった子育てのポイント~

日9月11日(金)
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1~2歳児の保護者

内子どもの発達の特徴を知り、さらに楽しく子育てをしましょう。

【講師】子育て相談専門家 永瀬春美

定12名程度(申込多数の場合は抽選)

費無料

申8月31日(月)までに電話またはきらら中央窓口で申込み(電子申請も可)。

【託児】希望する方は、参加申込みの際に一緒にお申込みください。

問子ども家庭支援センター「きらら中央」
☎(3534)2103

親子食育教室

日9月3日(木)
午後2時~3時30分

場月島保健センター

対区内在住の3~5歳児とその保護者

内・ミニ講話
・親子クッキング(調理実習・試食)

定15組(先着順)

費無料

申8月12日(水)から電話で申込み(電子申請も可)。

◎エプロン・三角巾・タオルを持参してください。

問月島保健センター健康係
☎(5560)0765



子育て支援講習会 「子どもとのかかわり方のこつ」

日9月15日(火)
午前10時~正午

場月島保健センター多目的室

対区内在住の1歳6カ月~3歳6カ月程度の幼児の保護者

内年齢や特性に合わせた子どもへの関わり方のこつ、接し方について学びましょう。

【講師】宇都宮市子ども発達センター 医師 小林明雪子

定30名(申込多数の場合は抽選)

費無料

申8月11日(火)から25日(火)までに電話で申込み。

【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、参加申込みの際に一緒にお申込みください(13名程度、申込多数の場合は抽選)。7カ月未満のお子さんやお預かりできない方は、保護者と一緒にご参加ください。

問月島保健センター健康係
☎(5560)0765

おひざでだっこの「おはなし会」

日9月15日(火)、29日(火)
午前10時30分~正午

場佃区民館4階5・6号室

対区内在住・在勤者でお子さんが0~3歳の親子

内子どもと一緒に遊んで、子どものことを話そう。

定各15組(先着順)

費無料

申8月13日(木)から電話で申込み(受付は午前9時~午後5時)。

問佃区民館
☎(3533)6951

フラダンス一日体験講習

日8月29日(土)
午後1時30分~3時30分

場新川区民館1階和室

対区内在住・在勤・在学者

内心と体のリフレッシュをしながらフラダンスを楽しめる初心者向け一日体験講習です。

【曲名】プア カーネーション

定20名(申込多数の場合は抽選)

費無料

◎当日は動きやすい服装でお越しください。裸足で踊ります。

申8月12日(水)から17日(月)までに電話で申込み(受付は午前9時~午後5時)。

問新川区民館
☎(3551)7000

リサイクル教室 ~ネクタイからバッグづくり~

日9月2日(水)、9日(水) 計2日
午後1時~3時30分

場リサイクルハウスかざぐるま箱崎町

対18歳以上の区内在住・在勤・在学者で2日間とも参加できる方

内ミシンを使って、ご家庭にあるネクタイでバッグを作ってみませんか。

定12名(申込多数の場合は抽選)

費無料

【持参する物】布のネクタイ2~3本、裏地用の木綿の布(90cm×100cm)、裁縫道具、筆記用具など

申8月26日(必着)までに、はがきに①~⑤(7頁記入例参照)、⑥勤務先(会社名、所在地、電話番号)を記入して申込み(電子申請も可)。

問環境推進課環境活動係
☎(3546)5403

第4日曜日はプラネタリウムへ行こう ザ・星座シリーズ「おとめ座」「いて座」

日8月23日(日)
午後1時~2時(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

内8月のテーマは「おとめ座」と「いて座」です。星座を形作る星や伝説について、幅広くご紹介します。

定86名(先着順)

費無料

◎当日、直接会場へお越しください。

◎入場整理券を当日正午から受付で配布します。

問郷土天文館「タイムドーム明石」
☎(3546)5537

結婚活動支援事業 「銀座 出会いの広場」第47回開催のご案内

日10月14日(水)
午後7時~

場銀座ブロッサム(中央会館)

対35歳以上55歳以下の区内在住・在勤の独身の男女

内全員の方との自己紹介の後、銀座ブロッサム自慢のお料理やデザートを召し上がりながらフリータイムをお楽しみください。

定男女各15名(申込多数の場合は抽選。申込状況により人数を調整する場合があります)

費5,000円

申9月14日(必着)までに、参加申込書をファクス、郵送または銀座ブロッサムへ直接持参して申込み。

◎申込用紙は「銀座出会いの広場」ホームページからダウンロードできます。また、区内各施設でも配布します。

◎参加には、顔写真付きの本人確認書類、独身証明書、区内在勤の方は証明が必要です。詳しくはお問合せください。

問〒104-0061
中央区銀座2-15-6
銀座ブロッサム(中央会館)
☎(3542)8585
FAX(3542)8589

HP銀座出会いの広場
<http://ginza-blossom.jp/encounter/>

クラシックコンサートのご案内

日8月22日(土)
午後1時30分~2時30分

【出演】
田中まな美(クラリネット)
木谷理恵(ピアノ)

【演目】
子犬のワルツ
スカラムーシュ ほか

場いきいき勝どき

対60歳以上の区内在住者

定60名(先着順)

◎当日、直接会場へお越しください。

費無料

問いきいき勝どき(勝どき敬老館)
☎(3531)3258

離乳食講習会

日 時	8月25日(火)	8月26日(水)
	午後1時30分~3時	
会 場	月島保健センター 栄養室	中央区保健所 2階大会議室
対 象	7~8カ月ごろの乳児の保護者	5~6カ月ごろの乳児の保護者
内 容	2回食の進め方	1回食の進め方
	・離乳食の作り方の紹介 ・試食(保護者のみ)	
定 員	各20名(申込多数の場合は抽選)	
費 用	無 料	
申込方法	8月11日(火)から13日(木)までに電話で申込み。	
問合せ(申込)先	月島保健センター健康係 ☎(5560)0765	中央区保健所健康推進課 ☎(3541)5930

(※1)対象は、区内在住で各対象月齢に該当する第1子の保護者の方です。
(※2)定員に満たない場合は、申込受付期間後も前日まで受け付けます。

情報コーナー(7頁からのつづき)

中高年齢者の健康・生きがいづくり講演会

日 9月12日(土) 午後2時~4時
場 シニアセンター1階セミナー室
対 50歳以上の区内在住・在勤者
内 健康な体づくりをめざしてーリンパの流れを良くする簡単な実践方法もご紹介ー
[講師] NPO法人グループあいびー 山本敦子
定 30名(申込多数の場合は抽選)
費 無料
申 8月31日(必着)までに往復はがきに①~⑤(7頁記入例参照)⑥在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入して申込み(電子申請も可)。
問 〒104-0051 中央区佃1-11-1 シニアセンター ☎(3531)7813

男性介護者交流会 ~音楽鑑賞で介護疲れを癒しませんか~

日 9月3日(木) 午前10時30分~午後1時30分
場 晴海区民館3号室・第一生命ホール
対 区内在住の高齢者を在宅介護している(していた)男性の方
内 在宅での介護に関する悩みを分かち合い、日頃の介護疲れをリフレッシュすることを目的に、介護者交流会を開催します。今回は晴海の第一生命ホールでギターデュオ・コンサートを鑑賞した後、軽食をとりながら交流します。
定 10名(申込多数の場合は、現在介護中の方、次いで初めて参加する方を優先の上、抽選)
費 500円
申 8月26日(必着)までに電話またはファクス、Eメールに①~④(7頁記入例参照)を記入して申込み。
問 中央区社会福祉協議会在宅福祉サービス部 ☎(3206)0120 FAX(3523)6386
E family@shakyo-chuo-city.jp

認知症サポーター養成講座

日 9月17日(木) 午後2時~3時30分
場 区役所8階第1会議室
対 区内在住・在勤・在学者
内 認知症について正しい理解を持ち、認知症の方やご家族を温かく見守る応援者として「認知症サポーター」になるための講座を開催します。ビデオと講義による講座を実施し、講座終了時に、サポーターの目印として、オレンジリングをお渡しします。
[講師] 京橋おとしより相談センター職員
定 50名(先着順)
費 無料
申 8月11日(火)から9月15日(火)までに電話で申込み(受付は月~土曜日の午前9時~午後6時)。
問 京橋おとしより相談センター ☎(3545)1107

介護者教室 [基本的な介護技術と福祉用具~移乗・移動編~]

日 9月12日(土) 午後2時~3時
場 マイホーム新川2階介護者教室
対 区内在住・在勤・在学者、その他介護に興味・関心のある方
内 介護者、要介護者がともに安全で、負担の少ない移乗・移動方法を、実技を交えてご紹介します。技術を覚えて腰痛を予防しましょう。さらに移乗・移動に有効な福祉用具の情報もお伝えします。
[講師] マイホーム新川職員(介護福祉士・作業療法士)
定 20名(先着順)
費 無料
申 8月12日(水)から9月8日(火)までに電話で申込み(受付は午前9時~午後5時)。
問 マイホーム新川 ☎(3552)5670

生活習慣病予防講演会 [体幹を鍛えて、痩せやすく美しい体を手に入れる]

日 9月11日(金) 午前10時~正午
場 中央区保健所2階大会議室
対 区内在住・在勤者
内 最近話題の体幹トレーニング。体幹を鍛えることで、基礎代謝をアップさせ、痩せやすい体になるだけでなく、美しいプロポーションや姿勢を手に入れることもできます。皆さんで運動もしますので動きやすい服装でお越しください。
[講師] AFAAパーソナルトレーナー 鈴木純子
定 40名(申込多数の場合は抽選)
費 無料
申 8月11日(火)から28日(金)までに電話で申込み(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、参加申込の際に一緒にお申込みください(申込多数の場合は抽選)。
◎安全のため、抽選にもれたお子さんの参加はご遠慮ください。
問 中央区保健所健康推進課予防係 ☎(3541)5930

シニアのための健康講座 [骨力アップ&認知症予防]大作戦

日 9月11日(金) 午後1時30分~4時
場 日本橋保健センター5階
対 区内在住・在勤者
内 ・測定 骨密度測定
・講話 骨と脳の若さを保つ食生活のポイント
・料理紹介・実習・試食 料理の工夫で骨粗しょう症と認知症を予防するコツ
定 20名(先着順)
費 無料
申 8月12日(水)から前日までに電話で申込み(電子申請も可)。
◎エプロン・タオルを持参してください。
◎骨密度測定は素足で行いますので、脱ぎやすい靴下などでお越しくだ

さい。
問 日本橋保健センター健康係 ☎(3661)5071

高齢者の毛筆写経教室 (初心者向)~文字も心も美しく~

日 9月4日(金)、18日(金)、10月2日(金)、16日(金) 計4回 午後1時30分~3時30分
場 シルバー人材センター会議室
対 55歳以上の方
内 小筆を使って「般若心経」を書き写します。
・小筆使いになれる
・筆順
・名入れのバランス
・年月の書きかた
[講師] シルバー人材センターの会員
定 16名(申込多数の場合は抽選)
費 2,500円(受講料1日500円×4日+テキスト・教材費)
申 8月19日(必着)までに往復はがきに①~⑤(7頁記入例参照)⑥申込理由を記入して申込み。
◎当選者は当選はがきで指定された口座に受講料を振り込んでいただきます。期日を過ぎた場合は、補欠の方に受講の資格が移ります。
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

高齢者向けパソコン教室 ~ゆっくり楽しくチャレンジ~

はじめてエクセルコース
日 9月7日(月)~18日(金)(土・日曜日を除く) 計10回 午前9時30分~11時30分
場 シルバー人材センター2階パソコン研修室
対 60歳以上で簡単な文字入力のできる方
内 「エクセル」の基礎を、10日間かけて、ゆっくり繰り返しながら学んでいきます。
・見やすい表の作り方
・簡単で便利な計算方法 など
[講師] シルバー人材センターの会員
定 10名(申込多数の場合は抽選)
費 8,000円(1日800円×10日)
◎テキスト代は別で、FOM出版「初心者のためのExcel2010」(1,296円)

文化講座 [江戸に学ぼう・東京下町]

[日時など]別表のとおり
場 日本橋社会教育会館ホール
対 区内在住・在勤者
内 江戸の中心であった中央区には、今も下町の風情が色濃く残り、江戸時代から受け継がれてきた文化や精神が息づいています。本講座では「東京下町」を端緒に、豊かな町人文化が花開いた江戸のまちと人々の暮らしについて学びます。
[講師] 江戸東京博物館館長 竹内 誠
定 各回204名(申込多数の場合は抽

Table with 4 columns: 別表, 日 時, 内 容, 講座区分. It lists two sessions: 第1回 on 9月11日(金) and 第2回 on 18日(金), both from 午後6時30分~8時. The content for the 1st session is '江戸に学ぼう・東京下町' ① and for the 2nd is '江戸に学ぼう・東京下町' ②.

選)
費 無料
申 8月25日(必着)までに往復はがきに①~⑤(7頁記入例参照)⑥希望する講座区分(I、II)を記入して申込み(電子申請も可)。
◎1回の申込みで、第1回・第2回の両日程の申込みも可能です。
◎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。
問 〒104-0041 中央区新富1-13-24新富分庁舎3階 中央区文化・国際交流振興協会 ☎(3297)0251

凡例 日 日 時 場 会 場 対 対 象 内 内 容 定 定 員 費 費 用 申 申 込 込 方 方 法 問 問 合 合 せ せ ((申 申 込 込 先 先)) HP HP ホ ホ ム ム ペ ペ ー ー ジ ジ ア ア ド ド レ レ ス ス E E メ メ ー ー ル ル ア ア ド ド レ レ ス ス

情報コーナー(6頁からのつづき)

清掃工場個人見学会(親子見学会)

8月22日(土) 午後1時30分~3時
場中央清掃工場(晴海5-2-1)
対どなたでも参加できます。
定50名(先着順)
費無料
8月20日(木)までに電話で申込み(受付は月~土曜日の午前9時~午後5時)。

その他

事業に関する無料法律相談窓口

経営上の問題でお悩みの方、ご相談ください。売掛金の回収方法、損害賠償請求、相続、契約書の確認など、弁護士の専門的なアドバイスが無料で受けられます。
8月23日(日)~9月13日(日) 毎月第3火曜日の午後1時~4時(30分単位)
偶数月は第1火曜日も開催します。
東京商工会議所中央支部(銀座1-25-3京橋プラザ3階)
電話で申込み(予約制)。
東京商工会議所中央支部
(3538)1811

8月23日(日)~9月13日(日) 耐震キャンペーンを開催します

耐震フォーラム
[テーマ]「いつか来るその日のために首都直下地震に備えて今できること」
9月2日(水) 午後1時30分~4時30分
場都庁第一本庁舎5階大会議場
定500名(要予約)
建物の耐震改修工法等の展示会、個別耐震相談会
8月23日(日)~25日(火) 午前10時~午後6時(最終日は午後4時まで)
場新宿駅西口広場イベントコーナー
入退場は自由です。

耐震化個別相談会
9月2日(水) 午後1時30分~4時15分
場都庁第一本庁舎5階レセプションホール
定55組(要予約)
耐震改修事例見学会
Aコース 東目黒苑(品川区) 9月3日(木) 午前9時~12時30分
Bコース 銀座大野ビル(中央区) 9月3日(木) 午後2時~5時30分
Cコース 三鷹芙蓉ハイイツ(三鷹市) 9月4日(金) 午後2時30分~6時
定各コース20名(要予約、先着順)

体験バスツアー
9月4日(金) 午前8時30分~午後1時30分
[行程]立川防災館⇒大林組技術研究

所見学
定20名(要予約、先着順)
共通
電話またはファクス、Eメールに氏名・電話番号・人数を記入して申込む。
詳しくは「東京都耐震ポータルサイト」をご覧ください。
[申込先]耐震キャンペーン事務局
(4285)8160
(5491)5092
taishin2015@steward.co.jp
東京都市整備局市街地建築部建築企画課
(5388)3362
HP東京都耐震ポータルサイト
http://www.taishin.metro.tokyo.jp/

中央区若年者・中小企業 マッチング支援事業

中央区の企業へ就職を希望する34歳以下の区民を対象に、ビジネス研修を1カ月、職場実習(区内中小企業)を3カ月実施し、直接雇用に関することにより、若者と企業をマッチングします。期間中は給与を支給します。
対大学、短大、専門学校、高校などを卒業し、現在求職中で仕事に就いていない方および非正規社員から正規社員を目指す方で34歳以下の区民
定5名
9月18日(金)までに(株)パソナへ電話で申込み(定員に達し次第募集終了)。
制度について
商工観光課商工観光係
(3546)5329
申込みについて
(株)パソナ
(6734)1302

ボランティア・区民活動センターからのお知らせ

主な事業の紹介

- ボランティアに関する相談や情報提供、活動のコーディネート
書籍や印刷機等資器材の貸し出し
ボランティア情報紙「月刊キャッチボール」の発行
地域情報発信サイト「中央社協のまちひとサイト」の運営
中央区健康福祉まつりの開催
ボランティア講座、夏休み福祉・ボランティア体験「イナっこ教室」、体験出前講座の開催
ボランティア間の連携強化に向けたボランティア交流会の開催、ちゅうおうボラネット(中央区登録ボランティア連絡協議会)との連携
企業などの社会貢献活動の支援、中央ぶらねっと(中央区社会貢献企業連絡会)との協力
登録ボランティア団体への活動費助成
ハンディキャブ(リフト・スロープ付き自動車)の貸し出し
使用済み切手・プリペイドカード、書き損じはがきの収集
手話通訳者・要約筆記者派遣事業
視覚障害者および知的障害者外出介護事業
災害ボランティア支援事業
災害ボランティア保険料助成事業

体験出前講座を開催しています
ボランティア活動や地域福祉活動に関心のある区内の団体、学校、企業などに出向き体験出前講座を開催しています。
内・点字・アイマスク・手話などの体験講座
福祉やボランティアの基本的な内容を学ぶ講座など
内容や開催日時、場所などについてはご相談に応じますので、お気軽にお問合せください。
事前に打合せが必要となりますので、実施予定の2カ月前にはお問合せください。
〒104-0032
中央区八丁堀4-1-5
中央区社会福祉協議会ボランティア・区民活動センター
(3206)0560
(3206)0601
evc@shakyo-chuo-city.jp

あたたかい善意 ありがとうございます

社会福祉協議会への寄付
平成27年6月分寄付合計305,132円(敬称略・順不同)
[一般寄付金]
村上良一...10,000円、佃二丁目鈴木猛夫...1,530円、常山雅子...10,000円、公益社団法人お江戸日本橋歯科医師会...100,000円、東京土建深七分会...16,895円、田野拓馬...1,104円、栗原裕信...100,000円、保田清...5,000円、21東京パイロットクラブ...20,000円、松原美枝子...3,000円、秋山輝子...5,000円、有限会社三谷葬儀社...10,000円、三谷和美...5,000円、匿名(3件)...15,603円(内訳5,103円、500円、10,000円)
[ボランティア基金]
匿名(1件)...2,000円
中央区社会福祉協議会管理部
(3206)0506

ファミリー・サポート・センターのご案内

ファミリー・サポート・センター事業は、子育ての手助けができる方(提供会員)と、子育ての手助けが必要な方(依頼会員)が、お互いに助け合いながら子どもの成長を地域で支えていく、会員制の相互援助活動です。
提供会員の活動
内・保育園、幼稚園などの送り迎え
提供会員のご自宅での預かり(保護者の用事やリフレッシュの際の預かりなど)
預かりの対象は、区内在住で生後57日以上小学校6年生までのお子さんです。
[活動謝礼]
1時間につき800円(曜日・時間帯により1,000円)
提供会員登録時講習会
[日時など]別表3のとおり

別表3 登録時講習会
Table with 3 columns: 日時, 内容, 会場
10月2日(金) 午前9時30分~午後4時30分 センター事業説明・保育講習 築地社会教育会館
8日(木) 午前9時30分~午後1時30分 幼児安全法講習(講義・実技) 同上

お子さんの就職でお困りではないですか? 保護者向け就職セミナーおよび個別相談会

セミナー
日・定別表1のとおり
[テーマ]
若者を取り巻く就職事情
企業が求める人物像・スキル
就職力アップの秘訣
[講師](株)パソナ 黒木啓博
個別相談会
日・定別表2のとおり
内ハローワーク飯田橋職員による就職にまつわる相談
共通
場区役所8階大会議室
対これから就職活動を予定している方および未就職学卒者、非正規雇用から正規雇用への転換を目指している求職者の保護者
求職者本人の参加も可能です。
希望日の2日前までに電話で申込み(受付は平日の午前8時30分~午後5時15分)。
商工観光課商工観光係
(3546)5329

別表1
Table with 3 columns: 日時, 定員
8月20日(木) 午後6時30分~7時30分 各20名(先着順)
21日(金) 午前10時~11時
9月6日(日) 午後2時~3時

別表2
Table with 4 columns: 日時, 定員, 参加要件
8月20日(木) 午後6時30分~7時30分 個別相談のみ参加希望者
午後7時30分~8時30分 セミナー参加者のみ
21日(金) 午前10時~11時 各9名(先着順) 個別相談のみ参加希望者
午前11時~正午 セミナー参加者のみ
9月6日(日) 午後2時~3時 個別相談のみ参加希望者
午後3時~4時 セミナー参加者のみ

相談は1人につき20分です。予約の際に開始時間の調整をします。

対満20歳以上の健康で子どもが好きで、子育て支援に理解と熱意のある方(資格要件はありません)
平成27年度は、今回を含めて年2回実施を予定しています。
時にはご自身のお子さんを預けたいという方も「両方会員」として同時登録ができます。
登録後、スキルアップ講習の受講が必須となります。
事前に電話またはファクス、Eメールに①氏名・ふりがな②郵便番号・住所③電話番号を記入して申込む。
[託児]3カ月以上のお子さんをお預かりします。希望する方は、参加申込みの際に一緒にお申込みください(先着順)。
中央区社会福祉協議会ファミリー・サポート・センター
(3206)0120
(3523)6386
family@shakyo-chuo-city.jp

凡例 日 時 場 会場 対象 内容 定員 費用 申込方法 問 問合せ(申込先) HP ホームページアドレス Eメール アドレス