

情報

コーナー

ChuoCity Information

はがき・FAXなどの申し込みの記入例

原則1人
1枚限り

◎注意事項

- 往復はがきの場合は返信用宛名に〒・住所・氏名を記入
- Eメールの場合は、件名に講座名などの名称を記入
- 申込先からメール受信できるように設定してください
- 消せるペンは使用不可

◎在勤・在学の方へ

- 勤務先(学校名)とその所在地、電話番号も記入

◎図に〒・住所が記載されていない場合の宛先は

- 〒104-8404築地1-1-1中央区役所
- 〇〇課〇〇係(図の宛名)

- 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

子ども・子育て



幼児食育教室

～食を楽しみ食べる力を育てよう～

日 令和8年1月30日(金)

午前11時～午後0時30分

場 晴海保健センター多目的室1・2

対 区内在住の1歳6カ月～3歳未満(開催日時点)の子どもと保護者

- 内・幼児食の進め方の講話
- ・料理紹介と試食(子ども向けの食育遊びの時間も予定)

定 12組(抽選)

申 12月16日～25日にHPから申し込む。

問 晴海保健センター健康係

☎(6381)2972



詳しくは
区HPへ



子育てパパのスキルアップ③

～パパと一緒に遊ぼう！～

日 令和8年1月31日(土)

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」勝どき分室地域活動室

対 区内在住の乳幼児(0～2歳)と父親

内 パパと子どもが一緒に楽しめる遊び方を学ぶ講座です。体を使った遊びや身近なものでできるおもちゃの作り方を紹介します。

定 12組程度(抽選)

申 令和8年1月15日までに申し込みフォームまたは電話で問へ。

問 子ども家庭支援センター「きらら中央」勝どき分室

☎(3534)2103

申し込みフォーム



日本橋図書館

親子で楽しむ絵本講演会

「齋藤槇さんとじゃばら絵本を作ろう！」

日 令和8年1月12日(祝)

午後2時～4時(午後1時30分開場)

場 日本橋社会教育会館講習室

対 4歳～小学生と保護者

◎はさみを1人で使える子どもが対象

内 絵本作家の齋藤槇さんを講師に招き、じゃばら絵本を作ります。

定 25組(先着順)

申 12月18日から電話または直接問へ。

問 日本橋図書館

☎(3669)6207

はるみの未来～マインクラフトで夢の家づくりに挑戦！

日 令和8年1月25日(日)

午後1時～4時

場 はるみらい集会所1・2

対 小学生

内 教育版マインクラフトを使って100年続く家作りに挑戦します。初心者から上級者まで参加できます。

定 15人(先着順)

費 500円

申 12月18日～令和8年1月24日にHPから申し込む。

問 晴海地域交流センター「はるみらい」

☎(3531)2743

詳しくは

はるみらいHPへ



新入学のお子さんがいるご家庭へ～就学通知書を送付します～

令和8年4月に区立小・中学校への新入学を予定している方に、入学校および入学式の期日を示した就学通知書を12月末に送付します。

就学通知書が届かない場合や、外国籍の子どもが就学を希望する場合など、学校の入学について不明な点は問へご連絡ください。

また、区立小・中学校以外の学校への入学が決定した場合は、「国立・都立・私立学校就学届」に就学する学校の入学許可書などを添付し、区役所6階学務課へお持ちいただくか、HPまたは郵送で提出してください。

問 学務課学事係

☎(3546)5512

詳しくは区HPへ



こどもたこあげ大会

日 令和8年1月4日(日)

午前11時～午後2時

◎雨天、強風の場合は中止

場 浜町運動場

対 小学生以下の子ども

内 たこのプレゼント(先着200人)や

外国、日本の各種たこの展示と実演など

申 当日、直接会場へ。

問 文化・生涯学習課青少年係

☎(3546)5304

高齢者



高齢者緊急通報システム
利用説明会

高齢者緊急通報システムとは

65歳以上の高齢者の安全を確保するため、ご自宅に緊急通報機器を設置し、24時間365日体制でサービスを実施しています。

利用説明会

日 令和8年1月16日(金)

午後2時30分～3時30分

場 日本橋保健センター4階講堂

対 緊急通報システムを利用している方、利用を検討している方など

内 緊急通報システムの仕組みや機器の操作方法などを、実演映像も織り交ぜて分かりやすく解説します。

定 50人(先着順)

申 12月22日～令和8年1月9日に電話で問へ。

◎説明会では緊急通報システムの申し込みはできません。

問 高齢者福祉課高齢者サービス係

☎(3546)5355

(午前9時～午後5時)

詳しくは区HPへ



生涯現役セミナー
シニア期に向けた暮らしと働き方

日 令和8年1月21日(水)

午後1時～3時45分

場 日本橋社会教育会館地下2階講習室

対 55歳以上で働く意欲のある方

内・講演「これからのライフプランニング」、「シニア世代の再就職の現状と考え方」
・シルバーワーク中央、シルバー人材センターの事業紹介

定 25人(先着順)

申 12月17日から申し込みサイトまたは電話で問へ。

問・申し込み受付専用電話番号

☎(5422)1399

- ・セミナーに関する問い合わせ 東京しごとセンターシニアコーナー

☎(5211)2335

申し込みサイト



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法コース

日 令和8年2月10日(火)・12(木)・13日(金)(全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。

費 3,000円(テキスト代別)

㊦ Wordを使ってみよう

日 令和8年2月17日(火)～19日(木)、

24日(火)～26日(木)(全6回)

午前9時30分～11時30分

内 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。

費 6,000円(テキスト代別)

共通

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

定 10人(抽選)

申 1月16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⑧㊦のみ区民カレッジ生(コース生)はその旨を記入し問へ。

◎1枚のはがきで両コースの申し込みができます。

◎以前に受講した方も申し込むことができます。

問 シルバー人材センター

〒104-0032

八丁堀3-17-9

京華スクエア1階

☎(3551)2700

詳しくは

シルバー人材センターHPへ



中高年齢者の健康・生きがいづくり講演会

日 令和8年1月17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 中高年齢者の健康や生きがいに関する講演

定 15人(抽選)

申 令和8年1月5日(必着)までに申し込みフォームまたは往復はがきに①～⑤(6面記入例参照)⑥在勤者は勤務先の名称・所在地・電話番号を記入し問へ。

問 シニアセンター

〒104-0051

佃1-11-1

☎(3531)7813

申し込みフォーム



毎月第2金曜日開催！
初心者囲碁教室

日 令和8年1月9日(金)

午前10時～正午

場 いきいき勝どき松の間

対 60歳以上の区内在住者

(いきいき館の利用者証が必要)

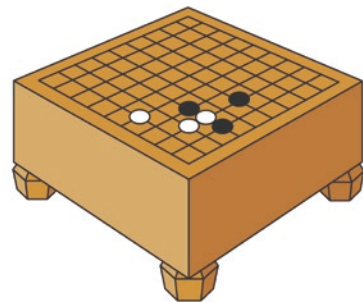
内 これから囲碁を始めたい方向けの教室

定 10人(先着順)

申 当日、直接館内窓口へ。

問 いきいき勝どき(勝どき敬老館)

☎(3531)3258



健康・福祉



ヘルスアップ教室【育児中の方の健康な体づくり(糖尿病予防)】～健康づくりに役立つ食生活と運動習慣を学びませんか～

日 令和8年1月23日(金)
午前10時～正午
場 中央区保健所2階会議室
対 区内在住で未就学児の保護者
内 ・運動実技：ながら運動で日常の活動量を増やす工夫
・講義：血糖値を意識した栄養バランスのよい食事
◎血圧測定・試食があります。
定 12人(抽選)
申 12月16日～24日にHPから申し込む。
託 1～3歳の未就学児(参加申込時に申し込む/定員8人/抽選)
問 中央区保健所健康推進課健康係
☎(3541)5930



詳しくは区HPへ

ヘルスアップ教室～食生活と運動習慣の見直しで健康づくり、始めませんか(脂質異常症予防編)～

日 令和8年1月20日(火)
午後1時15分～3時45分
場 日本橋保健センター
対 開催日時点で20～64歳の区内在住者
内 ・運動実技：内臓脂肪を無理なく減らす～エクササイズとストレッチ～
・講義：脂質が気になる方のための食事のポイント
◎血圧測定・試食があります。
定 12人(抽選)
申 12月16日～25日にHPまたは電話で問へ。
問 日本橋保健センター健康係
☎(3661)5071



詳しくは区HPへ

ヘルスアップ教室 成人のための健康な体づくり～はじめよう！食事と運動で骨粗しょう症を予防～

日 令和8年1月16日(金)
午後0時50分～3時45分
場 月島保健センター多目的室
対 開催日時点で20～64歳の区内在住者
内 ・講義：抗炎症作用で骨粗しょう症予防
・運動実技：コツコツ続けたい！おうち運動
◎血圧・骨密度測定・試食があります。
定 12人(抽選)
申 12月16日～25日にHPまたは電話で問へ。
問 月島保健センター健康係
☎(5560)0765



詳しくは区HPへ

適塩講習会～適切な食塩摂取量で健康的な食生活を～

日 令和8年2月4日(水)
午後1時30分～3時30分
場 日本橋保健センター
対 区内在住者
内 ・講義：体に優しい適塩生活
・料理紹介、実習、試食：簡単おいしい適塩料理
定 15人(抽選)
申 12月16日～25日にHPまたは電話で問へ。
問 日本橋保健センター健康係
☎(3661)5071



詳しくは区HPへ

腰痛予防教室

日 令和8年1月17日(土)
午後2時～4時
場 浜町メモリアル4階会議室
対 区内在住・在勤・在学者
内 腰痛改善のための基礎知識と姿勢の矯正、加齢による変化への対策を教えます。
定 15人(抽選)
費 500円
申 12月17日～26日に電話で問へ。
問 浜町メモリアル
☎(5695)8051
(午前10時～午後8時)



保健衛生講座

口腔ケアでいきいき笑顔 お口の健康を守りましょう

日 令和8年1月23日(金)
午後2時～3時
場 日本橋保健センター4階講堂
対 区内在住・在勤者
内 お口の中には500種類以上の細菌がいます。口腔ケアの不足は歯周病、誤嚥性肺炎のリスクを高めます。口腔ケアの必要性と実践法について歯科医師がお話しします。
定 20人(先着順)
申 12月17日から電話で問へ。
問 日本橋保健衛生協力会事務局(日本橋保健センター内)
☎(3661)3515

基幹相談支援センター講演会 障害のある方の住まいと暮らし～居住支援とはなにか～

日 令和8年1月29日(木)
午後2時～4時
場 福祉センター3階会議室
対 区内在住・在勤・在学者
内 障害のある方の住まいと暮らしを考えます。
定 40人(先着順)
申 電話またはFAXに①氏名・ふりがな②郵便番号・住所③電話番号④年齢を記入し問へ。
問 基幹相談支援センター
☎(6264)3957
☎(6264)3958

高次脳機能障害者支援事業

㊦ 高次脳機能障害者交流会
日 令和8年1月24日(土)
午後1時30分～3時
場 福祉センター3階会議室
対 区内在住で高次脳機能障害のある方(ご家族、付き添いの方を含む)
内 ボッチャ、情報交換など
◎交流会終了後、希望者に個別相談を実施(4人程度/要予約)
定 15人(先着順)
㊧ 高次脳機能障害専門相談
日 令和8年2月16日(月)
午後1時30分～3時30分
場 福祉センター2階医務室
対 区内在住者(ご本人・ご家族、支援者など)
内 リハビリテーション専門医師による個別相談
定 4人(予約制/1人30分)
共通
申 ㊦は12月17日～令和8年1月23日、㊧は12月17日～令和8年2月13日に電話またはFAXに①交流会または専門相談②～⑤(6面記入例参照)⑥相談がある方は相談内容の概要を記入し問へ。
問 福祉センター支援係
☎(3545)9311
☎(3544)0888

薬剤師による吸入薬指導講習会

日 令和8年1月31日(土)
午後2時～3時20分
(講習会20分、個別相談1人20分)
場 日本橋社会教育会館地下2階講習室
対 区内在住・在勤者でぜん息などの呼吸器疾患のある方とその家族
内 ・ぜん息薬や吸入薬の知識と吸入指導(講習会后に個別相談を実施)
・保健師による健康相談(希望者のみ)
定 9人(先着順)
申 12月18日～令和8年1月8日に申し込みフォームまたは電話で問へ。
問 中央区保健所健康推進課給付係
☎(3546)5400



申し込みフォーム



詳しくは区HPへ

地域で暮らすための福祉講座 高齢者向け住まいの種類と選び方のポイント

日 令和8年1月22日(木)
午後2時～3時30分
場 月島区民センター1階会議室
対 区内在住・在勤・在学者
内 高齢者向け住まいの種類や選び方、施設のサービス内容や費用について分かりやすく説明します。
定 20人(先着順)
申 令和8年1月19日までに電話で問へ。
問 月島おとしより相談センター
☎(3531)1005



～誰でも歓迎、気軽に体験～ フレーフレー！フレイル予防フェア

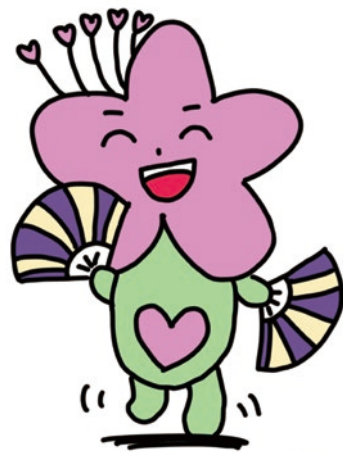
講演会
日 令和8年1月29日(木)
午前11時～正午
内 講義：今からできるフレイル予防のたんばく習慣～料理で学ぶちよい足しテク～
定 50人(先着順)
申 12月17日から申し込みフォームまたは電話で問へ。
体験会
日 令和8年1月29日(木)
午後0時30分～2時30分
(午後2時最終受付)
内 ・測定コーナー
握力・5回立ち上がり・滑舌を測定
・運動コーナー
タオルを使った筋力アップ体操
・発見コーナー
フレイル予防情報の展示
申 当日、直接会場へ。
共通
場 区役所8階大会議室
対 区内在住、在学・在勤者
◎本事業に参加すると中央区健康アプリ「ちゅうおうヘルス&ウォーク」のポイントを獲得できます。
問 介護保険課高齢者健康支援係
☎(6264)7085



申し込みフォーム



詳しくは区HPへ



フレイル予防応援キャラクター
粋なさつきちゃん

男女共同参画講座 「かいご」に楽しさをプラスする～介護する親とのコミュニケーションツールを使って楽しさ発見～

日 令和8年1月24日(土)
午前10時～正午
場 オンライン(Zoomミーティング)
内 介護離職や介護疲れを防ぐために、悩みを軽くするヒントを家族介護の経験がある講師がお話しします。
定 30人程度(先着順)
申 12月17日からHPで申し込む。
問 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651



詳しくは区HPへ

講座・催し



かんたん干支押し絵教室

日 令和8年1月17日(土)
午後2時～3時30分
場 新場橋区民館
対 区内在住・在勤・在学者
内 手作りキットを使用して、干支のかわいい馬の押し絵壁飾りを作ります。
定 10人(抽選)
費 500円
申 12月17日～令和8年1月9日に電話で**問**へ。
問 新場橋区民館
☎(3669)3699
(午前10時～午後8時)

マンション防災講習会 実践編 マンション防災“次の一手” 学ぼう作ろうアクションシート

日 令和8年1月24日(土)
午後1時30分～3時30分
場 区役所8階大会議室
対 区内マンションで防災活動に取り組んでいる方(管理組合役員、防災組織に所属している方、管理会社の方、関心のある区民の方など)
内 災害時に役立つアクションシートの作成手順や活用方法について説明します。さらに、現在取り組んでいるマンション防災対策の情報交換やアクションシート作成体験などのグループワークを行います。
定 40人程度(先着順)
申 12月17日から申し込みフォームまたは申込書(**HP**からダウンロード/区役所1階防災危機管理課、各特別出張所で配布)を郵送・FAXで**問**へ。
問 防災危機管理課防災危機管理担当
☎(3546)5510
FAX(3546)5708

申し込みフォーム

詳しくは区**HP**へ

中央区民カレッジ説明会& オープンカレッジ講演会 中央区の薦屋重三郎～ゆかりの地、ゆかりの人

日 2月9日(月)
午後2時～4時
◎中央区民カレッジ説明会(30分間)を含みます。
場 日本橋社会教育会館8階ホール
対 18歳以上の方
内 薦屋重三郎と中央区との関わりについて、専門家による講演と区ナビゲーターとの対談会を行います。また、区民カレッジの特徴や申込方法、講座内容などを紹介します。
師 中央大学文学部教授 鈴木 俊幸
定 200人(抽選)
申 令和8年1月16日(必着)までに申し込みフォームまたは往復はがきに①オープンカレッジ②～⑤(6面記入例参照)⑥学籍番号(カレッジ生の



▲鈴木 俊幸さん

み)のサポートが必要な方はその詳細を記入し**問**へ。
問 文化・生涯学習課生涯学習係
☎(3546)5524

申し込みフォーム

詳しくは区**HP**へ

環境情報センター「エコノバ」 イベント情報(1月)

環境情報センター「エコノバ」では、みつろうラップのワークショップや気泡緩衝材のプチプチ®を使ったワークショップなど、楽しいイベントを行っています。
◎イベント情報のチラシは区役所7階環境課の窓口、各特別出張所、区民館などでも配布しています。
場 環境情報センター「エコノバ」
申 各イベントの申込期限までに、電話または**HP**から申し込む。
問 環境情報センター「エコノバ」
☎(6225)2433

詳しくは
環境情報センター**HP**へ



ねずみ対策個別相談会

日 令和8年1月14日(水)
午前10時～午後3時
◎相談時間は1人30分程度
場 日本橋保健センター4階講堂
対 区内在住者または区内の事業者でねずみ被害にお困りの方
内 専門相談員が個別に相談内容を聞き取り、被害の状況に応じた対策をお答えします。
定 24人(先着順)
申 12月18日～令和8年1月13日に電話で**問**へ。
問 中央区保健所生活衛生課環境衛生担当
☎(3541)5938

詳しくは区**HP**へ

終活講座 はじめての家族信託

日 令和8年1月16日(金)
午後2時～4時
場 浜町メモリアル4階会議室
対 区内在住・在勤・在学者
内 認知症対策・資産承継の実例を家族信託専門士が解説します。
定 30人(先着順)
申 12月17日から電話で**問**へ。
問 浜町メモリアル
☎(5695)8051
(午前10時～午後8時)

日本橋図書館新春子ども映画会

日 ①令和8年1月3日(土)
②令和8年1月4日(日)
◎いずれも午前9時～午後4時30分
場 日本橋図書館6階図書館ホール
内 ①『うっかりペネロペ』ひとりできよるよ編』(アニメ、日本語、30分)、
②『新美南吉 傑作童話集』(アニメ、日本語、51分)
◎短編作品集を繰り返し上映、出入り自由。大人のみでも参加できます。
定 40人
申 当日、直接会場へ。
問 日本橋図書館
☎(3669)6207

パステル画教室 入門編

日 令和8年1月20日(火)
午後1時30分～3時30分
場 佃区民館4号室
対 区内在住・在勤者
内 画材を削って粉状にし、型を使って絵を描きます。絵心に不安があってもすてきな作品を作れます。
定 10人(抽選)
費 500円
申 12月17日～26日に電話で**問**へ。
問 佃区民館
☎(3533)6951



▲作品イメージ

ペン字講座 正しい筆順を意識して書こう

日 令和8年1月14日(水)
午後2時～4時
場 晴海区民館1・2号室
対 区内在住・在勤者
内 祝儀・不祝儀袋などのマナーと書き方を学び、文字や贈り物の添え文を練習します。
定 20人(先着順)
費 500円
申 12月17日から電話で**問**へ。
問 晴海区民館
☎(3531)5571

トークイベント&交流会 ロボットスポーツを活かした 子どもの居場所のカタチ

日 令和8年1月31日(土)
午前10時～正午
場 はるみらい集会室1
内 ロボットスポーツを通じた子どもの居場所づくりについて話し合います。
定 15人(抽選)
申 12月18日～令和8年1月25日に**HP**から申し込む。
問 晴海地域交流センター「はるみらい」
☎(3531)2743

詳しくは
はるみらい**HP**へ

貢献寿命をのばして生き生き暮らそう！

日 令和8年1月23日(金)
午後1時30分～3時
場 はるみらい集会室1
内 年齢を重ねても、社会の一員として地域に貢献するためのスキルを学びます。
定 12人(先着順)
申 12月18日～令和8年1月22日に**HP**から申し込む。
問 晴海地域交流センター「はるみらい」
☎(3531)2743

詳しくは
はるみらい**HP**へ

男女平等センター「ブーケ21」 再就職支援事業(新春のコース)

キャリア講座
日 ⑦令和8年1月23日(金)
⑧令和8年1月30日(金)
◎いずれも午前9時30分～午後0時30分
内 ⑦「就職できる資格とスキル」
「コミュカUPのコツ」
⑧「ネット活用で就職を成功させる」
「働く自分を労わるメンタルケア」
キャリア相談
日 令和8年1月23日(金)・30日(金)
◎いずれも同じ内容で午後1時～2時
内 再就職についての心配や、履歴書・経歴書の書き方など、一人一人の状況に応じた個別の相談を受け付けます。

共通
場 男女平等センター「ブーケ21」研修室1・2
申 12月17日から講座開催の前日まで申し込みフォーム、電話またはFAXに①・②(6面記入例参照)③電話番号を記入し**問**へ。
託 生後3カ月～未就学児(講座開始3日前の午後5時までに子どもの氏名・年齢・住所を添えて申し込む)
問 総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652

申し込みフォーム

詳しくは区**HP**へ

家庭教育学習会

内 思春期の児童が抱えやすいメンタルヘルスの課題とその解決について考えたり、プロの道具を使用し、親子で協力して木工作品の製作を行うなど、さまざまな学習会を実施しています。
◎各学習会の詳細・申込方法などは「家庭教育学習会のお知らせ」(**HP**でダウンロード/区役所8階文化・生涯学習課、各社会教育会館、各図書館などで配布)をご覧ください。
問 地域家庭教育推進協議会事務局(文化・生涯学習課内)
☎(3546)5526

詳しくは区**HP**へ

風水カラーで楽しむ New Year フラワーアレンジメント

日 令和8年1月9日(金)
午前10時～11時30分
場 はるみらい工作スタジオ
対 18歳以上
内 令和8年のHappy
カラー「赤・ゴール
ド・オレンジ」の花
材を使った和モダンのフラワーアレ
ンジメントを作ります。
定 9人(先着順)
費 2,000円
申 12月18日～令和8年1月8日に**HP**
から申し込む。
問 晴海地域交流センター「はるみらい」
☎(3531)2743



▲作品
イメージ

詳しくは
はるみらい**HP**へ



経営に関する無料法律・税務相談

日 ・税理士相談 毎月第2火曜日
・弁護士相談 毎月第1・3火曜日
・社労士相談 毎月第4火曜日
午後1時～4時
◎いずれも相談は30分単位(予約制)
◎令和8年1月の弁護士相談は20日のみ
◎令和8年2月は税理士相談を毎週火
曜日に実施
場 東京商工会議所中央支部
(銀座1-25-3京橋プラザ3階)
対 経営上の問題でお悩みの方
内 決算処理や経理処理、損害賠償請求、
相続、契約書の確認など、専門的な
アドバイスが受けられます。
申 電話で**問**へ。
問 東京商工会議所中央支部
☎(3538)1811

ス ポ ー ツ



第79回区民体育大会

スキー大会

日 令和8年1月25日(日)
午前8時30分～午後1時
場 菅平高原スノーリゾート
(長野県上田市)
対 ①個人戦
18歳以上の区内在住・在勤・在
学者(高校生原則不可)
②オープン競技
小学校1年生～高校3年生の区内
在住・在学者
申 令和8年1月9日(必着)までに申込用
紙に記入の上、郵送または直接**問**へ。
**キンボールスポーツ大会(ウインター
カップ)**
日 令和8年2月11日(祝)
午前9時～午後4時
場 総合スポーツセンター主競技場
対 区内在住・在学・在勤者
費 小学生：500円/人
中学生以上：1,000円/人
◎代表者会議の際に、現金でお支払い
ください。
申 令和8年1月24日までに申込用紙に
記入の上、Eメールに添付し**問**へ。
◎メールの件名は「第79回区民体育大
会参加申込」としてください。
問 中央区キンボールスポーツ連盟
✉chuo.kinball@gmail.com

共通

実施要項・申込用紙は区役所8階中
央区スポーツ協会事務局窓口で配布す
る他、**HP**からダウンロードできます。
問 スポーツ協会事務局
〒104-8404 築地1-1-1
☎(3546)5729

詳しくは
スポーツ協会**HP**へ



税・国保・年金



国民年金保険料の 納め忘れはありませんか？

国民年金保険料は、原則、翌月末日
が納付期限です。日本年金機構が送付
する納付書により、金融機関、郵便局、
コンビニ、電子納付、スマホ決済など
で納付期限までに納めてください。

保険料の納め忘れがあると、将来受
け取る老齢基礎年金額が少なくなったり、
受け取れなくなることがあります。また、
障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取れ
なくなることもありますので、忘れずに
納めましょう。

口座振替・クレジットカード納付をご 利用ください

定期的なお支払いで、納め忘れの心
配がなく、金融機関などへ行く手間と
時間が省けます。また、割引きのある
お得な振り替え方法もあります。

問 中央年金事務所国民年金課
☎(3543)1411(代表)
音声案内②→②を選択

おしらせ



「中央区の森」事業へのご寄付 ありがとうございました

令和7年4月～9月末まで、「中央区
の森」事業に430,377円のご寄付を
いただきました。これにより、事業開
始当初から令和7年9月末現在の総額
は9,086,030円になりました。寄付
金は「中央区森とみどりの基金」に積み
立て、「中央区の森」における森林保全
活動の原資として活用します。

寄付者(順不同・敬称略)

〔個人〕

喜納 稔、喜納 愛子、光山 拓実、
森 由美子

〔事業所〕

永和ペーブメント(株)、(株)ダイエー

問 環境課環境啓発係

☎(6278)8243

豊海区民館の移転

豊海地区第一種市街地再開発事業に
おける建て替えに伴い、令和9年4月
に再開発区画内へ移転します。

現豊海区民館の解体後は、同敷地を
公園として整備するため、新区民館へ
移転するまでの間、仮施設で区民館業
務を継続します。

◎仮施設には、豊海テニスコート利用者更
衣室を設置します。

スケジュール(予定)

令和8年6月 仮施設での業務開始

現豊海区民館解体

令和9年4月 新豊海区民館開館

令和8年 4月分 ヴィラ本栖・伊豆高原荘申し込み

施 設 名	ヴィラ本栖/伊豆高原荘
在住者優先 申し込み	・専用はがき(区内在住者優先利用申込書) 令和8年1月14日各施設必着 ・保養施設予約システム 令和8年1月1日午前0時～14日午後11時 ・抽選日 令和8年1月16日
空室申し込み (どなたでも 申し込みめます)	・保養施設予約システム 令和8年1月20日午前0時～ ・フロントへの電話 令和8年1月20日午前10時～

問い合わせ先	ヴィラ本栖	伊豆高原荘
フロント	0555(87)2711	0557(53)1163
東京23区内からの フリーダイヤル	(0120)162312	(0120)151307



保養施設
予約システム

◆伊豆高原荘のご案内

伊豆高原荘では1組当たり最大2時間まで
カラオケルームを利用できます。利用料金は1
曲100円で、室料は無料です。チェックイン
後に当日分の予約をフロントで受け付けます。
◎高齢者や障害者で風呂付きの和洋室を希望
する方は**問**まで。
◎伊豆高原駅から施設まで利用できる送迎バスを運行しています。



▲カラオケルーム

◎新豊海区民館の詳細は、後日改めて
お知らせします。

問 地域振興課区民施設係
☎(3546)5622

「中央区まちかど展示館」 季刊誌Vol.19 (日本橋編)発行



中央区に伝わる多様な文化資源を紹介
している「まちかど展示館」では、季
刊誌を発行し展示館の魅力について発
信しています。

今回発行された「Vol.19日本橋編」
では、エリア内の一部展示館の歴史な
どについて紹介する他、町名の由来に
ついて特集しています。

季刊誌は区役所や各まちかど展示
館、区内の東京メトロ駅ラックで配布
する他、**HP**からダウンロードできます。

問 まちかど展示館運営協議会事務局
(文化・生涯学習課内)
☎(3546)5346



詳しくは
まちかど展示館**HP**へ

おくやみコーナーをご利用ください

おくやみコーナーは、ご遺族による
区役所での各種手続きにかかる不安や
負担を軽減するため、手続きの相談対
応や申請書の作成補助、各種証明書の
取得支援などを行う窓口です。

日・来庁者サポート(予約制)

火・木・金曜日

午前9時～午後4時

・予約受付、相談対応

月～金曜日

午前8時30分～午後4時

場 区役所1階区民生活課おくやみコー
ナー

対 区内に住民登録があった故人のご遺
族など

内取扱手続き

戸籍謄本・住民票の申請受付および
書類取得支援、葬祭費(国民健康保
険・後期高齢者医療制度)の申請、
国民健康保険資格確認書(後期高齢
者医療資格確認書)などの各種証の
返還、年金の手続き案内など

◎おくやみコーナーで対応していない
手続きは窓口をご案内します。

申 利用希望日の4開庁日前までに申し
込みフォームまたは電話で**問**へ。

問 おくやみコーナー専用電話

☎(3546)5663



申し込みフォーム



詳しくは区**HP**へ

令和6年度環境測定データ集の公開

大気汚染常時測定、河川の水質調査、
自動車公害調査などの結果をまとめた
環境測定データ集を公開しています。

問 環境課生活環境係

☎(3546)5404



詳しくは区**HP**へ

お詫びと訂正

「区のおしらせ ちゅうおう」12
月1日号に誤りがありました。お
詫びして訂正します。

〔訂正箇所〕

6面「本の森ちゅうおう人形劇『お
やゆび姫』の時間

・正 午後2時～3時

・誤 午後2時～4時

8面「年賀状の干支印と雅印作り」
のタイトル振り仮名

・正 雅印作り

・誤 雅印作り