ちゅうおう

2026 10/15



デジタル版はこちら

Multilingual

1～3面の記事は広報モデルの方にご協力いただきました。

2面・3面に続きます

ハート オブ 東京 中央区



中央区長
やまもと　たいと
山本泰人

いよいよ秋の到来です。10月1日から、区では中央区観光商業まつりが開催されております。「ハッピーハロウィンウィーク」「東京まん真ん中　味と匠の大中央区展」などをはじめ、20に上る協賛行事も繰り広げられ、まちは活気に包まれています。11月には「中央区まるごとミュージアム」や「中央区産業文化展（へそ展）」などの文化イベントも控えております。

そして、11年ぶりの東京湾大華火祭が間近に迫ってまいりました。花火は江戸の昔から夏の風物詩であり、川開きの行事として愛され、浴衣で涼を楽しむ情景は、多くの浮世絵にも描かれています。今回、異常気象や暑さ対策から10月24日の開催となりますが、時を超えて受け継がれる情緒や粋な風情を肌で感じながら、夜空を彩る大輪の花火をお楽しみいただきたいと思います。

本区では、江戸開府後、日本橋の魚河岸や京橋の大根河岸が江戸の台所として賑わい、日本橋の街道筋には近江や伊勢の商人たちが軒を連ねて商いを営み、文化文政の頃には120万人を超える江戸で随一の商業地となりました。一日三千両もの大金が動いたという江戸の町の繁盛ぶりは、三越前駅の地下通路を飾る絵巻物「熙代勝覧（きだいしょうらん）」からもうかがい知ることができます。

1947年に中央区が誕生し今年度で八十周年。戦後の焦土から日本が復興と成長の道を力強く歩む中で、本区は常に首都東京の中心として文化・商業・情報をリードしてきました。

秋の多彩なイベントでまち歩きを満喫し、江戸から今に伝わる本区の歴史と文化の香りを存分に楽しんでいただければ幸いです。

秋風が江戸の香りを運び来る　泰人

〈発行〉中央区　〈編集〉企画部広報課　中央区築地一丁目１番１号　3543-0211（代表）FAX 3546-2095（広報課）　HP https：//www.city.chuo.lg.jp/

読書のすすめ
図書館へ行こう!

本を読んだり、調べものをしたり――。気楽に利用できる図書館で、あなたなりの過ごし方を見つけてみませんか。

日本橋図書館







商業、金融ビジネス本を中心に蔵書も豊富。下町情緒あふれる地域に密着した図書館です。児童書も多く用意しています。

本の森ちゅうおう（京橋図書館）

区の中心館であり、地域資料室を含む地域の生涯学習拠点。開設114年の歴史ある図書館として、江戸時代以降の歴史文化に関わる蔵書などを中心に多く取りそろえています。









月島図書館







月島区民センター3階にある地域図書館。読書を楽しむ場として、文学書、くらしの本、児童書を多くそろえています。

晴海図書館





令和6年7月に開設した新しい図書館。晴海区民センター3、4階にあり、10代から20代向けのエリア、多文化・多言語コーナーなどを設置しています。



開館時間（4館共通）

平日、土曜日
午前9時～午後9時

日曜日、祝日・休日
午前9時～午後5時

休館日

京橋図書館、晴海図書館
第3木曜日、年末年始

日本橋図書館、月島図書館
第4木曜日、年末年始

◎保守点検などにより臨時休館となる場合があります。

本などを借りるとき

館内で図書館利用登録をしてください。登録には、住所を確認できるマイナンバーカード・運転免許証などの本人確認書類（コピーは不可）が必要です。

電子書籍貸し出しサービス

区内在住・在勤・在学者は、図書館利用カードをお持ちであれば誰でも利用できます。

配慮が必要な区民の方へのサービス

郵送貸し出し、録音図書の貸し出し、対面朗読など、図書館への来館や一般図書の利用が困難な区民の方へのサービスを実施しています。

子ども向けの催し「おはなし会」

子どもの言葉の発達に良い影響を与える読み聞かせを中心とした「おはなし会」を実施しています。

問本の森ちゅうおう（京橋図書館）
☎（3551）2151
日本橋図書館
☎（3669）6207
月島図書館
☎（3532）4391
晴海図書館
☎（5166）3131

詳しくは図書館HPへ

電子書籍貸出サービスHP





図書館 秋のイベント情報

本の森ちゅうおう（京橋図書館）

クリスマスゴスペルコンサート

日11月22日（日）
午後2時30分～3時30分
場1階多目的ホール
内ゴスペルシンガーズ「whosm」による絵本の読み聞かせやミニコンサートなど
定50人（先着順）
申10月17日からHP、電話または直接問へ。
問本の森ちゅうおう（京橋図書館）
☎（3551）2151

詳しくは図書館HPへ

日本橋図書館

展示「日本橋ゆかりの文豪・作家たち ～谷崎潤一郎生誕140年記念～」

日10月23日～12月23日
◎11月9日・26日は休館日
場7階展示コーナー
内谷崎潤一郎を中心に、日本橋にゆかりのある文豪や作家たちの紹介と作品の展示

ハロウィンおはなし会



日10月30日（金）
午後6時～6時30分（午後5時45分開場）
場6階図書館ホール
対3歳以上の幼児、児童と保護者
内ハロウィンにちなんだおはなしの読み聞かせ。仮装での参加も大歓迎です。
定25組（先着順）
申10月18日から電話または直接問へ。

講座「資産形成のススメ」

日11月13日（金）
午後6時30分～7時30分（午後6時開場）
場6階図書館ホール
対これから資産形成を始めたい18歳以上の方
内（株）東京証券取引所社員を講師に迎え、投資未経験・初心者の方向けに資産形成の意義や金融商品の基本についてお話しいただきます。
定35人（先着順）
申10月18日から電話または直接問へ。
◎2人分まで同時に申し込み可
◎10月22日、11月9日は休館日

共通

問日本橋図書館
☎（3669）6207

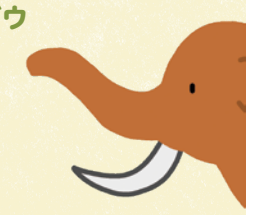
月島図書館

特別展示「築（つく）られる月島 ―海からひろがる未来都市―」

日11月1日～16日
午前9時～午後9時（日曜日は午前9時～午後5時）
◎11月3日は休館日
場会議室
内海から始まった月島・勝どき・晴海・豊海が、埋め立て、開発により、現在のようなタワーマンションが立ち並ぶ場所になるまでの変遷を展示します。
問月島図書館
☎（3532）4391

晴海図書館

見よう、触れよう、ナウマンゾウ



日11月7日（土）
①午前10時30分～11時30分
②午後1時30分～2時30分
場3階会議室
対小学生以上
内同日から開催するナウマンゾウ展示の関連イベントです。本物の化石に触れて、ぬりえやお絵かきを楽しめるワークショップを開催します。
定10人（先着順）
申当日、直接会場へ。

バリアフリー映画会「正体」

日11月22日（日）
午後1時30分～4時
場3階会議室
内「正体」（邦画、120分）
◎音声ガイドや日本語字幕付きで、障害のある人もない人も一緒に楽しめます。
定15人（先着順）
申10月30日から電話、FAXまたは直接問へ。

あなたにも使える！使おう！専門図書館

日11月25日（水）
午後6時30分～8時
場3階会議室
内各分野の専門家を招いて、図書館や資料の紹介をする講座。今回の専門図書館は「森鷗外記念館図書室」と「印刷博物館ライブラリー」です。
定15人（先着順）
申10月17日から電話または直接問へ。

超ユニバーサルなボードゲーム会

日11月29日（日）
午後2時～4時（午後1時45分開場）
場3階会議室
対小学生以上
内（株）ライズ＆プレイの和久井香菜子さんに、目隠しをして遊ぶボードゲームなどについてご説明いただき、実際に遊ぶ会です。視覚・聴覚などに障害のある方も参加できます。
定15人（先着順）
申10月17日から電話、FAXまたは直接問へ。

工作会「リーディングトラッカーを作ろう」

日12月5日（土）
午後1時30分～3時（午後1時15分開場）
場3階会議室
対小学生以上
内本を読みやすくする・集中して読める道具「リーディングトラッカー」を作ってみよう。
◎作業時間10～20分程度（終わり次第退出可）
定会場内4人（先着順）
申当日、直接会場へ。

共通

問晴海図書館
☎（5166）3131　FAX（5166）3133

中央区小中学生POPコンクール ～POPで読書のすすめ～

POPとは本屋さんにある「本の紹介カード」です。自分が読んだおすすめの本を絵や文字で伝え、コンクールに応募しよう！

対区内在住・在学の小・中学生
内小学生部門、中学生部門に分け審査の上、最優秀賞1点、優秀賞4点、佳作6点を決めます。
◎作品は冬休みに本の森ちゅうおうで展示し、入選作品は各図書館で巡回展示予定
申10月30日までに区立図書館にあるチラシと募集要項を確認し、応募用紙に作品と必要事項を記入の上、直接区立図書館へ。
問図書文化財課管理係
☎（3551）2172



環境講演会 海洋生物と海の環境について考えよう

日11月29日(日)
　午後2時～3時30分
場環境情報センター「エコノバ」研修室
対中学生以上
◎親子で申し込む場合、小学生の参加可
内「どうしてこんなカタチ？」「どうやって暮らしているの？」海の生き物たちの魅力を通して生物多様性について知り、海を大切にするためにできることを一緒に考えてみましょう。
師タレント　田中 直樹(ココリコ)、東京大学大気海洋研究所海洋生物資源部門助教　猿渡 敏郎
定70人(抽選/区民の方優先)
申11月19日までにHPまたは電話で問へ。
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


▲田中 直樹さん


▲猿渡 敏郎さん

10月は「3R(スリーアール)推進月間」

問 • リデュース・リサイクルについて
　中央清掃事務所清掃事業係
　(3562)1523
• リユースについて
　環境課環境啓発係
　(3546)9592

3Rという言葉をご存じですか。
ごみを減らし、循環型社会を形成していくためのキーワードで、Reduce(リデュース)、Reuse(リユース)、Recycle(リサイクル)の頭文字をとって「3R」と呼んでいます。

Reuse 繰り返し使う



例えば…
・壊れても捨てずに直して使う
・不要な衣類を譲る
・詰め替え製品を使う

Reduce ごみを減らす工夫を



例えば…
・不要な包装を断る
・ご飯を残さず食べる

Recycle 資源として再び使う



例えば…
・ごみ、資源の分別ルールを守る
・リサイクル製品を使う



3Rの優先順位

「リデュース」・「リユース」・「リサイクル」。どれも重要な行動ですが、その優先度は、ごみの発生や資源の消費をもとから減らす「リデュース」、今あるものを形を変えずに使う「リユース」、加工などをして新しい製品にする「リサイクル」の順になります。

一人一人が3Rを心掛けることが環境負荷の少ない「循環型社会」の実現につながります。今日から早速、環境に優しい生活を始めてみませんか。

まだ使える不用品を「リユース」しませんか

ごみとして排出されるものの中には、まだ使用できるものもあります。必要とする人の元で再使用されるように、利用しやすい方法でリユースに取り組んでみませんか。

スマートフォンやパソコンの操作に不安がある方

不用品交換システム
(リサイクルハウスかざぐるま事業)

・専用はがきに記載してかざぐるまに提出するだけで、取引相手を探せます。
・かざぐるまのスタッフがジモティーに掲載します(希望制)。

❶専用はがきに記入してかざぐるまに提出



❷かざぐるまで掲示
ジモティーに掲載(希望制)



❸取引希望の人にかざぐるまから出品者の連絡先を提供



❹出品者と取引希望者が連絡をとって、譲渡



かざぐるま
不用品交換システム

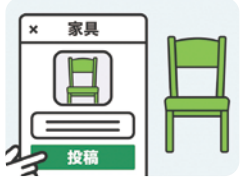
かざぐるま八丁堀　(6275)2961
かざぐるま箱崎町　(3668)5037

区内など地域内での取引を希望する方

ジモティー

・地域に特化した情報サイトで、地元の人とスムーズな取引ができます。
・リサイクルハウスかざぐるまに出品された子ども服なども掲載しています。

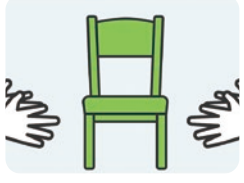
❶品物を撮影して投稿！



❷問い合わせが来たら日程を調整



❸品物を引き渡して…



❹相手にお礼を送って完了！



ジモティー

自分に合った買取店を選んでスピーディーに売却したい方

おいくら?

おいくら? の特徴

Point 01
処分費を払わず売却できる



＼資格を持つ買取店が対応／
高評価　訪問買取　即日対応

Point 02
査定結果を比較できる

Point 03
大型品でも自宅まで引き取り



❶不用品の商品情報を入力して査定を依頼
❷おいくらの審査を受けた複数のリユースショップから買い取り査定が提示
❸条件に合うリユースショップに買取を依頼
❹詳細を確認後にリユースショップに引き渡して売却完了

おいくら

ご存じですか？
ヘルプマーク・ヘルプカード





▲ヘルプマーク

ヘルプマークとは
外見からは援助や配慮を必要としていることが判別できない方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせるマークです。このマークを身に付けることで必要な援助を得られやすくなります。

ヘルプカードとは
自分から「困っています」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るために提示するカードです。

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」と声をかけ、ゆっくりと話しかけてください。
・「ヘルプカード」を提示されたら、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場所
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、各保健センター、各特別出張所
◎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。

問障害者福祉課障害者福祉係
☎(3546)5389
FAX(3248)1322

詳しくは区HPへ



▲ヘルプカード

中央区への寄付

「ふるさと納税」をお待ちしています



ご協力いただき、心より御礼申し上げます

区では、区外の皆さんを対象にふるさと納税制度を活用した「ふるさと中央区応援寄附」を実施しています。

また、区民の皆さんも中央区に寄付（ふるさと納税）をした際に、返礼品は受け取れませんが、他自治体にふるさと納税する場合と同様に寄付金税額控除を受けられます。

区では、皆さんからお寄せいただいた寄付金を、区政のさまざまな分野に活用しています。

問総務課ふるさと納税担当
☎(3546)5625

詳しくは区HPへ

	寄付の使い道	受け付け（ポータルサイト）	令和7年度受付実績
①	中央区の区政全般	さとふるHP Yahoo！ふるさと納税HP	16,955,500円
②	分野指定寄附（※） 文化、福祉、健康・医療、まちづくり、教育		17,261,900円
③	中央区の森寄附（※）		186,300円
④	首都高速道路地下化等事業応援寄附		2,103,000円
⑤	団体応援寄附	ふるさとチョイスHP	・寄付金 74,414,157円 ・支援金交付団体 22団体 ・支援金交付総額 52,084,000円

（※）区民の皆さんは、②および③への寄付が可能です。

いきいき館（敬老館）まつり

いきいき浜町（浜町敬老館）
日11月7日（土）
午後2時開演（午後1時30分開場）
場いきいき浜町大広間
内「テナー・サキソフォーン&ギター オータム・セッション」
定60人（先着順）
申10月17日から館内窓口で受け付け。

いきいき勝どき（勝どき敬老館）
日11月15日（日）
①午前11時～
②午後2時30分～
場いきいき勝どき大広間
内まるごと1日いきいき館まつり2026「M'sコンサート」
◎子ども連れ大歓迎
定各回60人（先着順）
申当日、直接館内窓口へ。

いきいき桜川（桜川敬老館）
日11月22日（日）
午後2時開演（午後1時45分開場）
場いきいき桜川ホール
内いきいき桜川寄席
定60人（先着順）
申10月20日より館内窓口で受け付け。

共通
対60歳以上の区内在住者（いきいき館の利用者証が必要）
問いきいき浜町（浜町敬老館）
☎(3669)3385
いきいき勝どき（勝どき敬老館）
☎(3531)3258
いきいき桜川（桜川敬老館）
☎(3553)0030

いきいき館（敬老館）オータムコンサート



いきいき浜町（浜町敬老館）
日10月30日（金）午後2時開演
（午後1時30分開場）
場いきいき浜町大広間
内マリンバ&アコーディオンデュオコンサート
定60人（先着順）
申10月17日から館内窓口で受け付け。

いきいき桜川（桜川敬老館）
日11月8日（日）午後2時開演
（午後1時45分開場）
場いきいき桜川ホール
内TAKEBANジャズコンサート
定80人（先着順）
申10月20日から館内窓口で受け付け。

共通
対60歳以上の区内在住者（いきいき館の利用者証が必要）
問いきいき浜町（浜町敬老館）
☎(3669)3385
いきいき桜川（桜川敬老館）
☎(3553)0030

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

◎問にて・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
○○課○○係(問の宛名)

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

ほめ方のコツ！～どう、ほめたら良いの？～

日11月26日(木)
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
対区内在住の未就学児の保護者
内子どものほめ方を学ぶ講座です。いつ、どのようにほめるのか、大切なポイントをお伝えします。
定12人程度(抽選)
申11月5日までに申し込みフォームまたは電話で問へ。
託1歳以上の未就学児
(参加申込時に申し込む)
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

晴海まつり会場装飾ワークショップ～貼る未来?!貼り絵壁画を制作しよう

日11月23日(祝)
①午前10時～11時30分
②午後1時30分～3時
場はるみらい工作スタジオ
対5歳以上
◎未就学児は要保護者同伴
内カラフルなシールを切り貼りして作った絵で、はるみらいの壁を飾りましょう。
◎作品は、11月28日の晴海まつり当日に、館内でご覧いただけます。
定各回12人(先着順)
申10月17日～11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



ツインズクラブ 交流会～ふたごちゃん・みつごちゃん集まれ！～

日11月13日(金)
午後1時30分～3時
場月島保健センター多目的室
対区内在住の多胎児妊娠中の夫婦・多胎児家庭(保護者2人まで)
内多胎児ならではの妊娠・出産・育児の楽しみ、不安や悩みを、皆さんでお話ししましょう。
定多胎児家庭7組程度(抽選)
申10月28日～11月6日にHP、または電話で問へ。
◎定員に満たない場合は、申込期間終了後も申し込みを受け付けます。
問月島保健センター健康係
(5560)0765

詳しくは区HPへ

男女共同参画団体事業「親子で歌ってリフレッシュ！」

日11月15日(日)
午前10時～11時30分
(午前9時30分受け付け開始)
場男女平等センター「ブーケ21」
対区内在住の小学校低学年までの子どもと保護者
◎小学校高学年の兄姉も可
内親子で楽しめる童謡・遊び歌などをみんなで一緒に歌います。
師NHK「おかあさんといっしょ」第3代歌のお兄さん
たいら いさお
定25組(先着順)
申11月12日正午までにEメールで件名に「親子で歌ってリフレッシュ申し込み」と明記し①氏名・ふりがな②電話番号を記入して問へ。
[主催]子育てリーダーCHUO
問・申し込みについて
子育てリーダーCHUO
kosodateleaderchuo@gmail.com
・事業について
総務課男女共同参画係
(5543)0651



▲たいら いさおさん

詳しくは区HPへ

子育て支援講習会「デジタル時代の子育て～『距離感』だけで子育てが楽しくなるかも？！～」

日12月7日(月)
午後2時～4時
場日本橋保健センター4階講堂
対区内在住の妊婦、未就学児の保護者
◎子どもと一緒のご参加をおすすめします。
内子育てでどのようにデジタルツールを活用していけば良いか、考え方と具体的な方法をお話しします。
定30人程度(抽選)
申11月10日までに申し込みフォームで申し込む。
託1歳以上の未就学児(12人程度、抽選)
問日本橋保健センター健康係
(3661)5071

申し込みフォーム

詳しくは区HPへ

「ほっと一息私の時間」音楽にのせて、心と身体をリフレッシュ～フラダンス体験～

日11月18日(水)
午前10時30分～正午
場男女平等センター「ブーケ21」4階ワークルーム
対区内在住の幼稚園や保育園に入園していない未就学児の保護者
内フラダンスのゆったりした動きを通して、心身をリフレッシュ！運動不足の解消と気分転換ができる講座です。
定15人(先着順)
申10月17日午前9時からHPまたは電話で問へ。
託生後3カ月以上の未就学児(11月15日までに申し込む)
問・申し込みについて
(株)シーズプレイス
050(1722)9129
・事業について
総務課男女共同参画係
(5543)0651

詳しくは区HPへ

令和9年度小学校入学予定者に対する健康診断の実施日程

令和9年度小学校入学予定の子どもに対する就学時健康診断を実施します。
実施通知書は、10月下旬までに対象となる子どもの保護者宛てに送付します。
問学務課保健給食係
(3546)5516

詳しくは区HPへ

高齢者

第2回再就職支援セミナー

日11月18日(水)
午後1時30分～4時
場月島区民センター1階会議室
対就職・転職を希望するおおむね55歳以上の方
内シニアのいきいきストレスマネジメント
・シニアの就職活動におけるストレスとは
・ストレス事例についてのグループワーク
・ストレスから身を守るセルフケア
定40人程度(先着順)
申10月19日から電話で問へ。
問社会福祉協議会シルバーワーク中央
(3551)9200
(午前9時～午後5時)

詳しくはシルバーワーク中央HPへ

紙おむつ講習会～らくらく紙おむつの選び方・モレないあて方～

日11月24日(火)
午後2時30分～4時
場㋐区役所8階大会議室
㋑オンライン(Zoom)
対区内在住の紙おむつ使用者、紙おむつ使用者の介護者など
内紙おむつの正しい選び方や使い方の講義と質疑応答
定㋐30人(先着順)
㋑20人(先着順)
申10月19日～11月13日に㋐は問(フリーダイヤル)へ、㋑はEメールに①参加者氏名②電話番号③資料の届け先住所④件名「紙おむつ講習会申し込み」を記入し問へ。
問・講習会申し込み・内容について
白十字販売(株)おむつ相談係
0120(157)290
shunsukeohba@hakujuji.co.jp
・講習会全般について
高齢者福祉課高齢者サービス係
(3546)5225

詳しくは区HPへ

高齢者向けパソコン教室～ゆっくり楽しくチャレンジ～

Excelを使ってみようコース
日12月15日(火)～17日(木)、22日(火)～24日(木)(全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、簡単な文字入力ができる方
内表計算ソフト「Excel2024」を使って、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。
定10人(抽選)
費6,000円(テキスト代別)
申11月13日(必着)までに往復はがきに①～⑤(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区民カレッジ生(コース生)はその旨を記入し問へ。
◎以前に受講された方も申し込み可。
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

凡例 日=日時 場=会場 対=対象 内=内容 師=講師 定=定員 費=費用・料金(記載がない場合は無料) 申=申込方法 託=託児 問=問い合わせ =E-mail HP=ホームページ

令和8年度もの忘れ予防検診の受診はお済みですか ～令和9年1月31日(日)まで～

対・令和9年3月31日時点で65歳・70歳・75歳の区内在住者で、認知症の診断を受けたことがない方
◎検診の受診がお済みでない方には、10月下旬にはがきを送付します。
・令和7年度検診対象者のうち未受診の方
内認知機能などに関する問診・検査
費無料(検診内容以外の検査は受診者負担)
◎受診票が届いていない、または紛失したなどお手元にない場合は、申し込みフォームまたは電話で問へ。
問介護保険課地域支援係
(3546)5649・5381

申し込みフォーム

詳しくは区HPへ

健康・福祉

認知症サポーター養成講座

日11月10日(火)
午後2時～3時30分
場区役所8階　第4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になるための講座。講座終了時に、認知症サポーターカードをお渡しします。
定15人(先着順)
申10月27日～11月2日に電話で問へ。
問京橋おとしより相談センター
(3545)1107

成年後見制度入門講座「成年後見制度の基本理念と概要」

日11月27日(金)
午前11時15分～午後1時15分
(午前11時5分受け付け開始)
場麻布区民協働スペース3階
(港区六本木5-16-46)
対区内在住・在勤者で成年後見制度に関心のある方
内「成年後見制度とは何か」、「法定後見と任意後見の違い」など、成年後見制度の基本を弁護士から学ぶ講座。
定10人(先着順)
申10月19日～11月19日に電話、FAXまたはEメールに①～④(6面記入例参照)を記入し問へ。
問社会福祉協議会成年後見支援センター「すてっぷ中央」
(3206)0567
FAX(3523)6386
step@shakyo-chuo-city.jp

若年性認知症に関する相談会

日11月25日(水)
午前9時～正午/午後1時30分～4時30分(1回1時間程度)
場区役所4階介護保険課
対区内在住の若年性認知症について不安や心配のある方、その家族および本人を支援する医療・介護関係者
◎若年性認知症の診断を受けていない方は、事前に職員が電話で状況を伺います。
内東京都若年性認知症総合支援センターの「若年性認知症支援コーディネーター」が相談に応じます。
申10月19日～11月12日に電話で問へ。
問介護保険課地域支援係
(3546)5379

詳しくは区HPへ

高次脳機能障害者交流会

日11月24日(火)
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ある方(ご家族、付き添いの方を含む)
内当事者の方同士の情報交換、話し合いなどを行います。交流会終了後に個別相談(要予約)があります。
定15人(先着順)
申10月19日～11月20日に、電話またはFAXに①～⑤(6面記入例参照)⑥個別相談を希望の方は相談内容を記入し問へ。
問福祉センター支援係
(3545)9311
FAX(3544)0888

講座・催し

社会教育会館自主講座

ソウルフル・ゴスペル ～Holiday Gospel Workshop～
日12月13日(日)
午後2時30分～4時
場月島社会教育会館5階講習室
対どなたでも
(小学校2年生以下は保護者同伴)
内ゴスペルやクリスマスソングを歌う講座です。音楽経験不問！開放的に音楽を楽しみましょう♪
定30人(先着順)
費1,500円
申10月18日午前10時から電話、FAXまたは直接問へ。
問月島社会教育会館
(3531)6367
FAX(3531)6369

ごちそうそばの決定版、鴨南蛮を作る
日11月28日(土)
午前11時30分～午後2時
場築地社会教育会館4階料理教室
対18歳以上(先着順)
内出汁の取り方、鴨肉の扱いから焼き方まで鴨南蛮作りの極意を学びます。
定24人(先着順)
費3,500円
申10月18日午前10時から電話または直接問へ。
問築地社会教育会館
(3542)4801

詳しくは社会教育会館HPへ

詳しくは社会教育会館公式LINEへ

終活講座～おひとりさま終活術～

日11月20日(金)
午前10時～正午
場浜町メモリアル4階会議室
対区内在住・在勤・在学者
内独身・子どもがいない方々の備え。見守り契約・死後事務委任などの具体策を解説します。
定30人(先着順)
申10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)

ペン字講座 ～正しい筆順を意識して書こう～

日11月18日(水)
午後2時～4時
場浜町メモリアル4階会議室
対区内在住・在勤者・在学者
内名前と住所を練習後、一筆箋の書き方とマナーを学び文字の練習をする
定20人(先着順)
費500円
申10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)

ヨガ教室 ～身体と心の調和を目指そう～

日11月10日(火)・24日(火)
午後2時30分～4時
◎各回とも同じ内容
場浜町メモリアル4階会議室
対区内在住・在勤・在学者
内呼吸を意識しながら動き、しなやかな体を作る
定各回10人(抽選)
費各回500円
申10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)

中央区文化推進事業助成対象事業 中央区交響楽団 「2026冬のコンサート」

日11月22日(日)
午後1時30分開演(午後1時開場)
場すみだトリフォニーホール
(墨田区錦糸1-2-3)
内クラシックコンサート
[プログラム]
エスプリの魔術
[曲目]
プーランク/バレエ組曲「牝鹿」、ラヴェル/組曲「クープランの墓」、サン・サーンス/交響曲第3番「オルガン付き」
定1,800人(先着順、全席自由、未就学児入場不可)
費寄付制(終演後、お気持ちによるご寄付をお願いします)
申当日、直接会場へ。
問中央区交響楽団HPの専用フォーム

詳しくは中央区交響楽団HPへ

男女共同参画講座 「老後ひとり難民」著者と考える 安心して最期まで暮らす準備

日11月21日(土)
午後2時～4時
場男女平等センター「ブーケ21」
内「老後ひとり難民」にならないための備え、支援先や事前にできることなどを学びます。
定30人程度(先着順)
申10月17日午前9時からHP、電話またはFAXで問へ。
問総務課男女共同参画係
(5543)0651
FAX(5543)0652

詳しくは区HPへ

クラフトバンドで作る かごバッグ教室

日10月24日(土)
午後1時30分～4時30分
場銀座区民館
対区内在住・在勤・在学者
内紙素材のひもを使った秋らしいかごバッグ作り
定6人(抽選)
費1,000円
申10月17日～21日に電話で問へ。
問銀座区民館
(3542)6828
(午前10時～午後7時)



労働セミナー

日11月26日(木)、12月3日(木)
午後6時30分～8時30分(全2回)
場区役所8階大会議室
対労働者、使用者、関心のある方
内労働契約とトラブル防止の実務
定100人(先着順)
申HPまたは電話で東京都労働相談情報センターへ。
問東京都労働相談情報センター
事業普及課普及担当
(5211)2209
商工観光課中小企業振興係
(3546)5487

詳しくはTOKYOはたらくネットHPへ

知りたい情報がいち早く!
LINE 友だち募集



☑高齢者　□子育て・教育
□防災・安全　□くらしの情報

◎カテゴリーの受信設定で欲しい情報だけ届きます。
LINE登録はこちら

区立小学校、学びの軌跡 ～昭和20年代から現代編～

日10月22日(木)～12月20日(日)
◎日曜日・休日は午前9時～午後5時
◎11月3日(祝)・19日(木)、12月17日(木)は休館
場本の森ちゅうおう2階 郷土資料館企画展示室
内区立小学校が所蔵する貴重な歴史資料を中心に、戦後から現代までの区立小学校の歴史を紹介します。

関連イベント：講演会「学校給食の歩み」
日11月20日(金) 午後6時～7時30分(午後5時30分開場)
場本の森ちゅうおう 1階多目的ホール
師学校給食歴史館 前館長　中島 勝男
定80人(先着順)
申当日、直接会場へ。


▲中島 勝男さん

関連イベント：ギャラリートーク
日11月15日(日)午前10時、午後1時、午後3時、12月11日(金)午後3時(各回30分程度)
場本の森ちゅうおう2階 郷土資料館企画展示室
内展示担当者による展示解説。
定20人(先着順)
申当日、直接会場へ。
問本の森ちゅうおう(郷土資料館)
☎(3551)2167

詳しくは区HPへ

秋の文化財めぐり 中央区の復興小学校

日11月28日(土) 午前9時30分～午後4時
場本の森ちゅうおう(集合)
対区内在住・在勤・在学の中学生以上
内関東大震災後に建てられた復興小学校のうち、今も区内に残る建物をめぐります。
師建築家・復興小学校研究会代表 金山 眞人


▲金山 眞人さん

定20人(抽選)
申11月1日(必着)までに申し込みフォームまたははがきに①～⑤(6面記入例参照)⑥在勤・在学者は、勤務先(学校)の名称・所在地・電話番号を記入し問へ。
◎申し込みは、1通につき1人のみ。
◎昼食は各自ご用意ください。
問本の森ちゅうおう(郷土資料館)
〒104-0041 新富1-13-14
☎(3551)2167

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(11月)

場環境情報センター「エコノバ」
内・環境活動フェス
・秋の自然観察会
・間伐材工作
・変電所見学
・自由工作コーナー(申し込み不要)
◎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、各区民館などでも配布しています。
申各イベントの申込期限までにHPまたは電話で問へ。
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

犬のしつけ方教室

日11月21日(土) 午後1時30分～3時
場築地川公園わんわん広場
対区内在住で、次のいずれかの方
①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)
②犬を飼う予定のある方
内・散歩やトイレなどの基本的な犬のしつけ方や飼い主のマナー、災害時の備えを学ぶ。
・意見交換、質疑応答
定10人(先着順)
申10月28日～11月18日に電話で問へ。
問中央区保健所生活衛生課生活衛生事業係
☎(3546)5762

詳しくは区HPへ

動物と暮らしやすいまちづくり会HP

はるみらい「みんなのシネマ」 ～日本語字幕・音声ガイド対応～

日11月21日(土) 午後2時～3時45分
場地域活動スタジオ
内小さな子どもや、目や耳が不自由な方、みんなが一緒に楽しめる映画の無料上映会。
[上映作品]ソング・オブ・ザ・シー 海のうた(吹替版)
定80人(先着順・自由席)
費無料(出入り自由・途中退出可能)
申当日、直接会場へ。
◎希望者に音声ガイド機貸し出し(先着20台)、その他事前の相談可
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


©Cartoon Saloon, Melusine Productions, The Big Farm, Superprod, Nørlum

多摩の森自然体験ツアー

①錦秋の青梅へ～都心から電車で約1時間、森とつながる大人旅～
日11月24日(火)・26日(木) 午前9時30分～午後3時
場青梅駅(集合・解散) 青梅丘陵ハイキングコース・TCNスポーツパーク永山(行き先)
内森林をハイキング

②竹林整備体験と竹灯籠づくり
日11月28日(土)、12月5日(土) 午前8時30分～午後5時
場東京駅周辺(集合・解散) ヨリドコ小野路宿(行き先)
内竹林整備体験、竹灯籠づくり

共通
対区内在住・在勤・在学の小学校5年生以上
◎小学生は保護者の同伴が必要
◎満18歳未満のみの場合、親権者の同意書が必要
定①各区4人(抽選) ②各区5人(抽選)
◎協議会に参加している8区で同人数を募集します。
費2,500円(昼食・保険代含む)
申①は10月19日～11月2日に、②は10月26日～11月9日に申し込みフォームまたは電話で問へ。
問(株)日本旅行「多摩の森自然体験ツアー」デスク
☎080(7017)7664

申し込みフォーム

ねずみ対策個別相談会

日11月10日(火) 午前10時～午後3時
◎相談時間は1人30分程度
場中央区保健所2階大会議室
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
内専門の相談員が、個別に被害状況に応じた対策をお答えします。
定24人(先着順)
申10月19日～11月9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

基礎から学ぶお金の勉強会

日11月9日(月) 午後2時～4時
場勝どき区民館5・6号室
対区内在住・在勤・在学者
内いまさら聞けないお金のこと、初心者向け資産運用、年金の疑問、繰り上げ受給などを学びます。
定20人(先着順)
申10月17日から電話で問へ。
問勝どき区民館
☎(3531)0592

男女共同参画講座 大人だからこそ知っておきたい、イマドキの「性教育」

日11月7日(土) 午後2時～4時
場男女平等センター「ブーケ21」3階研修室1・2
内子どもを支える大人(保護者、教職員、地域の人)が最新の性教育を理解し、自身の認識をアップデートしてもらうことを目的とした講座です。
定30人程度(先着順)
申10月17日午前9時からHP、電話またはFAXに①・②(6面記入例参照)③電話番号④区民カレッジ生(コース生)はその旨を記入し問へ。
問総務課男女共同参画係
☎(5543)0651
FAX(5543)0652

詳しくは区HPへ

経営セミナー

日11月26日(木) 午後2時～4時
場区役所8階大会議室
対区内中小企業経営者および従業員
内商工業経営に役立つ専門知識の習得を目的としたセミナー
[テーマ] 広報活動を成功させる生成AI×SNS活用の最前線
定100人(先着順)
申HPから申し込む(イベント番号：207658(半角))。
問商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487

詳しくは 東京商工会議所HPへ

サイバーセキュリティーセミナー

日11月19日(木)・20日(金) 午後2時～5時
◎各回とも同じ内容
場産業会館2階展示室
対区内中小企業経営者および従業員、テーマに関心のある方
内企業を狙うサイバー犯罪についてパソコンを操作しながら学べる実践型のセミナーです。組織全体のセキュリティー強化につながる無料ツールの活用方法も紹介します。
[テーマ] あなたの会社は大丈夫!?　実践！サイバーセキュリティー対策セミナー
定各15人(先着順)
申HPから申し込む(イベント番号：(19日)207649・(20日)207653(半角))。
問商工観光課中小企業振興係
☎(3546)5487

詳しくは 東京商工会議所HPへ

スポーツ

第80回区民体育大会

ソフトバレーボール
日レディースの部 12月13日(日)午前9時40分～
場築地社会教育会館屋内体育場
対中央区ソフトバレーボール連盟加盟チーム
費1チーム3,000円(当日受付で納入)
申11月20日(必着)までに申込用紙に記入の上、Eメールで問へ。
問中央区ソフトバレーボール連盟 事務局國武宛て
✉kunitake.705@gmail.com

トランポリン大会
日11月23日(祝)午前9時30分～
場総合スポーツセンター主競技場

対区内在住・在勤・在学者および協会登録者
[競技種別]
ジュニア男子・女子、一般A・B
申10月30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連絡先を記入し問へ。
問中央区トランポリン協会
〒104-0033
新川1-22-12-301
担当：走出
☎090(3434)1725

共通
実施要項および申込用紙は区役所8階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
☎(3546)5729
詳しくはスポーツ協会HPへ

税・国保・年金

国民健康保険加入者へジェネリック差額通知の送付

令和8年7月に処方されている薬でより安価なジェネリック医薬品に切り替えた場合に軽減される薬代の見込み額や、ジェネリック医薬品へ切り替え可能な先発医薬品の一例をお知らせするものです。
対ジェネリック医薬品への切り替えにより、薬剤費軽減額が一定額以上見込まれる方
問 • 事業内容について
保険年金課給付係
☎(3546)5361
• ジェネリック差額通知について
ジェネリック医薬品コールセンター
☎(0120)530006

保険料休日納付相談(国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療制度)

日11月1日(日)
午前10時～午後4時
場区役所4階保険年金課
内窓口および電話で納付相談を受け付けます。納付が困難な場合は、そのままにせず、早めにご相談ください。
◎10月19日に発送される催告書で未納の確認ができます。
問保険年金課収納推進担当
☎(3546)9564

おしらせ

「令和8年度教育に関する事務の管理及び執行の状況の点検及び評価(令和7年度分)の結果に関する報告書」の公開

地方教育行政の組織及び運営に関する法律に基づき、令和7年度に中央区教育委員会が実施した施策や事業について点検および評価を行い、報告書として取りまとめました。
報告書は、区役所地下1階情報公開コーナー、6階教育委員会事務局庶務課、区立幼稚園、区立小中学校、区HPで公開しています。
問教育委員会事務局庶務課庶務係
☎(3546)5503
詳しくは区HPへ

祝日のごみ収集

11月3日(祝)「文化の日」は、火曜日の収集地域で平常どおり、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

2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) 11月14日各施設必着 ・保養施設予約システム 11月1日午前0時～14日午後11時 ・抽選日 11月16日
空室申し込み(どなたでも申し込めます)	・保養施設予約システム 11月20日午前0時～ ・フロントへの電話 11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
秋の特別定食を数量限定で提供いたします。ご希望の方は利用日3日前の午後7時までに問へ。
◎高齢者や障害者で風呂付きの和洋室を希望する方は問へ。
◎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。


▲特別定食の一例

男女平等センターの臨時休館

11月9日(月)は、施設の保守点検のため休館します。
問総務課男女共同参画係
☎(5543)0651

建物などの住所(住居表示)調査と、住居表示板の取り付け・取り替え

住居表示板は、郵便や宅配、来訪の際に目的地を分かりやすくするもので、毎年区域を決めて脱落や汚損などについて調査をしています。
調査員腕章を所持した調査員が次のとおり調査を行います。
調査内容
・未届けで住居番号を定めていない建物や、名称が変更された建物を調査します。
・既存建物の住居表示板の脱落・汚損などを調査し、その取り付けや取り替えを行います。
調査区域
銀座一丁目～八丁目
作業期間
10月15日(木)～令和9年1月31日(日)
問建築課建築調整係
☎(3546)5454

緊急の診療案内

(令和8年10月15日現在)

土・日曜日、祝日・休日の診療

診療を受ける際は、必ずマイナ保険証または資格確認書と㊫医療証、㊶医療証、㊒医療証をお持ちください。

■内科・小児科診療

施設名・連絡先	土曜日	日曜日、祝休日および年末年始		担当・連絡先
	午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
京橋休日応急診療所 (3561)5171	○	○	○	中央区医師会 (3531)1048
日本橋休日応急診療所 (5640)2570	○	○	○	日本橋医師会 (3666)0682

◎中央区休日応急診療所は、改修工事により令和８年11月まで休止しています。同月まで京橋休日応急診療所の診療時間を拡大し、院内調剤を実施しています。詳しくは区HPをご確認ください。

■歯科診療

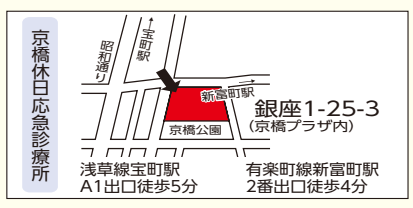
施設名・連絡先	土曜日	日曜日、祝休日および年末年始		担当・連絡先
	午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
中央区休日応急歯科診療所 (3541)5420	—	○	—	京橋歯科医師会 (3538)2700
日本橋休日応急歯科診療所 (5640)5256	—	○	—	お江戸日本橋歯科医師会 (3661)1565

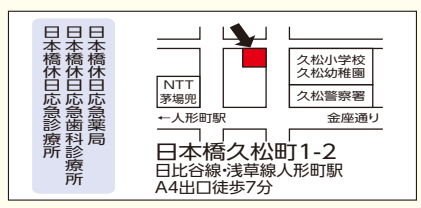
■調剤薬局

施設名・連絡先	土曜日	日曜日、祝休日および年末年始		担当・連絡先
	午後5時～10時	午前9時～午後5時	午後5時～10時	
日本橋休日応急薬局 (5640)9856	○	○	○	日本橋薬剤師会 (3666)6554

◎中央区休日応急薬局は、改修工事により令和8年11月まで休止しています。詳しくは区HPをご確認ください。
◎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。
◎定期的に受診することはできません。
◎年末年始は、12月29日～1月3日です。

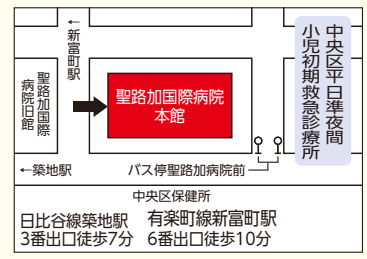
詳しくは区HPへ





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、年末年始を除く)
受付時間　午後6時45分～9時45分(診療開始は午後7時～)
施設名・連絡先
中央区平日準夜間小児初期救急診療所
明石町9-1(聖路加国際病院本館1階救急外来で受け付け)
☎(3541)5151

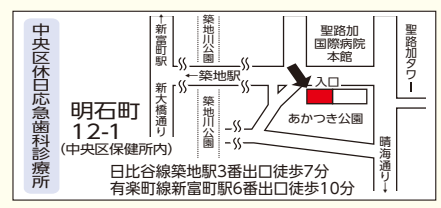


こどもの症状 受診の目安ナビ

子どもを病院に連れていくかどうか判断を迷った際にご利用いただけるWEBサービスです。
詳しくは区HPへ

毎日の診療案内

24時間受け付けています。
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・プッシュ回線からは#7119)



✂切り取ってご活用ください。

中央エフエム・ラジオシティ「中央区からのお知らせ」(10分番組)(月～金曜日　AM10:30～10:40　PM3:00～3:10　PM9:30～9:40　祝日・休日、年末年始を除く)、企画番組「ウィークリー声の架け橋」(20分番組)(月～金曜日　AM10:40～11:00　PM3:10～3:30　PM9:40～10:00　土・日曜日　AM10:00～10:20　PM3:00～3:20　PM9:40～10:00)はFMラジオ84.0MHzで放送しています。

中央区まちかど展示館めぐり⑬

中央区に息づく、江戸以来の老舗や地域のお祭りなど、多種多様な文化資源。
この魅力を皆さんに広く知っていただくため「まちかど展示館」を開設しています。

イチマス田源 呉服問屋ミュージアム

“豪商”の雰囲気をたたえる名店

「イチマス田源」は約200余年前、近江愛知川(滋賀県愛知郡)で創業。行商人たちへ向けて、蚊帳や麻織物などの販売を手掛け、幕末の頃に江戸へ進出。その後京都で西陣織や友禅を取り扱う京呉服専門問屋として名をはせます。そして明治4年(1871年)、人形町織物中央通りに出店。石造りの建物と大きな鬼瓦に彫られたイチマスの屋号に、全盛期の面影が色濃く残っています。

ビル2階の奥の「呉服問屋ミュージアム」には証文や商品の送り状など近江商人の姿をしのばせる資料や書類の他、商売道具・日用品・行商に欠かせなかった矢立や棹秤(さおばかり)などの貴重な品々を当時のまま保管・展示。幕末の動乱、震災・戦災などの危機を乗り越えた「イチマス田源」。この場所には着物文化の長い歴史と伝統が息づいています。










開館日・時間
年末年始などを除く毎日
午前10時～午後5時30分
◎不定休
費無料

最寄り駅
小伝馬町駅1番出口
徒歩3分
人形町駅A4番出口
徒歩5分

問(株)田源
日本橋堀留町2-3-8 田源ビル
☎(3661)9351

詳しくは
中央区まちかど展示館HPへ

認可保育所などの入所・転園申し込みを受け付けます（令和9年4月分）

令和9年4月から認可保育所・認定こども園(長時間・保育所部分)・地域型保育事業(小規模保育事業・事業所内保育事業)に入所・転園を希望する方の申し込みを受け付けます。

(1)対象

申し込み資格

就労または疾病その他の事由により家庭において必要な保育を受けることが困難、かつ集団保育が可能な子どもの保護者

対象クラス	生年月日
0歳児(57日以上)	令和8年9月2日～令和9年2月3日
0歳児(7カ月以上)	令和8年4月2日～令和8年9月1日
1歳児	令和7年4月2日～令和8年4月1日
2歳児	令和6年4月2日～令和7年4月1日
3歳児	令和5年4月2日～令和6年4月1日
4歳児	令和4年4月2日～令和5年4月1日
5歳児	令和3年4月2日～令和4年4月1日

(2)申し込み

受付期間	
令和9年1・2・4月(第1回)	令和8年11月2日～30日
令和9年4月(第2回)	令和9年2月1日～12日

◎4月入園(転園)第2回利用調整は、4月入園(転園)第1回で内定しなかった方、4月入園(転園)第2回受付期間中に新たに申し込んだ方を対象に行います。
◎待機児童対策事業の利用調整は、4月入園(転園)第2回利用調整後に行います。

(3)受け付け

受付場所

区役所6階保育課保育入園係、各特別出張所、中央区保健所、各保健センター、認可保育所・認定こども園・小規模保育事業所・事業所内保育事業所

◎郵送でも受け付けています(11月30日必着)。郵送で申し込む方は「提出書類等チェックシート」をご活用の上、不備がないようご提出ください。
◎郵送の場合、郵便事故などによる書類の紛失を防ぐため、特定記録郵便などの利用をお願いします。
◎電子申請も受け付けています。
◎土・日曜日、祝日は除きます。ただし、認可保育所などでは土曜日も申し込みを受け付けます。

詳しくは区HPへ
（電子申請一覧）

令和9年度保育園のごあんない

配布場所

区役所6階保育課保育入園係、各特別出張所、中央区保健所、各保健センター、子ども家庭支援センター「きらら中央」、子ども家庭支援センター「きらら中央」勝どき分室で配布している他、HPでもご覧になれます。

詳しくは区HPへ
（令和9年度保育園のごあんない）

保育園入園出張相談

完全予約制です。各特別出張所などで、保育園入園に関する相談を希望される方は、HPの予約フォームから予約の上、お越しください。10月、11月の日時・会場はHPをご覧ください。

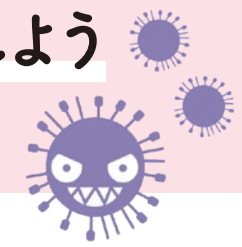
また、区役所6階保育課保育入園係では、平日午前8時30分～午後5時の間、予約不要で入園相談が可能です。

詳しくは区HPへ
（保育園入園出張相談）

問保育課保育入園係
☎(3546)5227・5387・9587



みんなで予防しよう インフルエンザ



インフルエンザとは

インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が比較的急速に現れる感染症です。感染力が強く、特に抵抗力の弱い乳幼児や高齢者、慢性疾患をお持ちの方がかかると、重症化することがあります。

新型コロナウイルスと同時流行

インフルエンザは流行が始まると、短期間に感染が広がります。「新型コロナウイルス」と「インフルエンザ」が同時に流行する恐れがありますので、ご自身やご家族を守るために、積極的な予防に努めましょう。

予防方法

・手洗い、アルコール製剤を使った手指消毒
・適度な湿度(50～60%)の保持
・十分な休息とバランスの良い栄養の摂取
・人混みや繁華街への外出を控えること
・こまめな換気

インフルエンザワクチンの接種

インフルエンザのワクチン接種をすることで、インフルエンザの発症を抑え、発症した場合の重症化を防ぐことができます。

周囲の人にうつさない配慮を

一般的にインフルエンザ発症前日から発症後3～7日までの間は、鼻や喉からウイルスを排出するといわれています。インフルエンザの主な感染経路は、咳(せき)やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴(飛沫(ひまつ))による飛沫感染です。マスクを着ける、ティッシュで口や鼻を覆うなどの咳エチケットを守り、周囲の人にうつさない配慮が必要です。

問中央区保健所健康推進課感染症対策係
☎(3541)5988

詳しくは区HPへ
（予防接種）

詳しくは区HPへ
（インフルエンザ）

区の公式HPやSNSをチェック！

区公式ホームページ　X(旧 Twitter)　Instagram　YouTube　LINE

リサイクル適性Ⓐ
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

次回の発行日は11月1日(日)です。