



お知らせ

自転車は駐輪場に止めましょう

自転車は便利で環境にやさしい乗り物です。一方で、道路上に放置された自転車は、歩行者や緊急車両の通行を妨げ、まちの美観を損ねるなど社会問題となっています。自転車を止める際は駐輪場を利用し、放置自転車のない安全なまちをつくりましょう。

問 都市基盤管理課交通安全・自転車総合計画担当

TEL 5744-1390 FAX 5744-1527



3月は自殺対策強化月間

自殺の背景には健康問題や経済問題、家族問題などさまざまな要因が複雑に関係しています。3月は生活環境が大きく変化し、心身ともに疲労が出やすい時期です。悩みや不安を抱えて困っている時には、専門機関や区の相談窓口へご相談ください。

問 地域福祉課障害者地域支援担当

大森 TEL 6436-8750 FAX 5764-0659

調布 TEL 6425-7555 FAX 3726-5070

蒲田 TEL 6424-5040 FAX 5713-1509

糀谷・羽田 TEL 6423-8892 FAX 6423-8838

健康づくり課健康づくり担当

TEL 5744-1683 FAX 5744-1523



福祉・シニア

いきいき高齢者入浴証の新規申請

初めてご利用の方は申請が必要です。3月2日から令和8年度の申請を受け付けます。申請後、自宅へ入浴証をお届けします。

対 区内に住民登録があり、介護施設などに入所していない70歳以上の方(昭和32年4月1日までに生まれた69歳の方を含む) 用 電子申請。地域包括支援センター、老人いこいの家、シニアステーション、地域福祉課、問合先へ申請書(窓口で配布)を持参、問合先へ郵送も可※公衆浴場、特別出張所は申請書の配布のみ

問 高齢福祉課高齢者支援担当

TEL 5744-1252 FAX 5744-1522



要介護等高齢者紙おむつ等支給事業商品点数変更

4月分の配送から商品点数が変更になります。すでに受給されている方は、自己負担金为新たに発生する場合があります。詳細は3月分の紙おむつなどに同封する案内をご覧ください。

問 地域福祉課高齢者地域支援担当

大森 TEL 5764-0658 FAX 5764-0659

調布 TEL 3726-6031 FAX 3726-5070

蒲田 TEL 5713-1508 FAX 5713-1509

糀谷・羽田 TEL 3741-6525 FAX 6423-8838



Special DAY

3月21日は「国際人権差別撤廃デー」

国連は人種差別への取り組みの契機となった事件があった3月21日を「国際人権差別撤廃デー」と定めています。私たちの身の周りでも、国籍や文化、見た目の違いなどを理由に、心ない言葉や行動で他者を傷つけてしまうことがあるかもしれません。また、何気ない言葉であっても、相手にとっては強い痛みとなる場合があります。気付かないうちに誰かを苦しめていないか、一歩立ち止まって考えることも大切です。

区では、約35,000人(2月1日現在)の外国人の方々が生活しています。多様な人々が共に暮らす今、一人ひとりが他者の立場を尊重し、違いを受け入れ合うことが、差別や偏見のない社会をつくれます。皆が暮らしやすく、差別のない社会の実現に向けて、他者への思いやりを心掛けましょう。

人権に関する相談＝みんなの人権110番(東京法務局)

TEL 0570-003-110(月～金曜＝午前8時30分～午後5時15分。祝日、年末年始を除く)

多言語での生活相談＝多言語相談窓口(国際都市おおた協会)

TEL 6424-4924(月～金曜＝午前10時～午後5時。祝日、年末年始を除く)

問 人権・男女平等推進課人権・男女平等推進担当 TEL 5744-1148 FAX 5744-1556



防音工事・更新工事により設置した空調機器の取り替え

昭和52年4月2日時点に、羽田空港周辺の航空機騒音対象区域内に所在した住宅で、防音工事が更新工事により設置した空調機器(10年以上経過し、機能が失われているもの)が対象です。

工事時期	申込締切
1期＝7月中旬～9月上旬	4月10日必着
2期＝12月中旬～令和9年1月下旬	9月11日必着

※申し込み多数の場合は次年度の工事になります

申 大森東・大森西・入新井・糀谷・羽田特別出張所、問合先へ申込書(申込先で配布)を持参。問合先へ郵送も可

問 環境政策課環境政策担当

TEL 5744-1335 FAX 5744-1532

女性の健康週間

女性の身体は、女性ホルモンの影響を受けてライフステージ(思春期・成熟期・更年期・高齢期)ごとに大きく変化していきます。女性が生涯を通じて健康で明るく充実した日々を自立して過ごすためには、若い頃から正しい知識を身に付け、ライフステージに応じてセルフケアをすることが大切です。

問 健康づくり課健康づくり担当

TEL 5744-1683 FAX 5744-1523



国民健康保険

引っ越し、就職、退職した時は届け出を

基準となる日から14日以内に、問合先か特別出張所へ届け出をしてください。

●届け出には本人確認書類(マイナンバー確認と本人確認)と必要書類を必ず持参してください

国保の届け出(世帯主)には本人確認が必要です。世帯主と対象者のマイナンバーが分かる書類と来庁者の本人確認書類を、各届け出に必要な書類と併せて必ずご持参ください。代理人の届け出の場合は届出人(世帯主)からの委任状などが必要となります。郵送で手続きできる届け出もあります。詳細は区HPをご覧ください。お問い合わせください。

●届け出が遅れると

資格はさかのぼって発生し、保険料を納めることになります。その間の医療費は、全額自己負担となる場合があります。また、喪失の届け出が遅れると保険料の請求が続き、喪失後に大田区国民健康保険で受診していた場合、国保から支払われた医療費は返還していただくこととなります。

●届け出に必要な書類

届け出が必要になる時(基準となる日)		本人確認書類以外の必要書類
国保に入る	大田区に転入した(転入した日)	—
	退職や扶養認定の取り消しで職場の健康保険をやめた(職場の健康保険の資格がなくなった日)	健康保険をやめたことがわかる書類
	こどもが生まれた(生まれた日)	—
	生活保護を受けなくなった(生活保護廃止・停止日)	保護廃止・停止決定通知書、生活保護受給証明書
国保をやめる	大田区から転出する(転出した日)	資格確認書(転出後に返却)
	就職や扶養認定で職場の健康保険に入った(職場の健康保険の加入日の翌日)	職場の健康保険に加入したことがわかる書類、資格確認書
	死亡した(死亡した日の翌日)	資格確認書
	生活保護を受けるようになった(生活保護開始日)	保護開始決定通知書、生活保護受給証明書、資格確認書
そのほか	住所や世帯主の変更・加入者の氏名の変更・世帯合併や分離	資格確認書
	資格確認書、資格情報のお知らせを紛失	—
	在留資格・在留期間の変更※外国籍の方	在留カード、資格確認書
	就学のため親元から離れ、区外に居住	国保資格係までご連絡の上届け出ください

窓口が混雑する3・4月に日曜窓口を開設します

●取扱業務＝国保の加入・喪失届、資格確認書などの再交付申請

日 3月15日、4月19日(日)午前9時～午後5時

※夜間、日曜の電話窓口は開設しません。事前のお問い合わせは月～金曜(休日を除く)、午後5時までにご連絡ください 会 区役所本庁舎4階

問 国保年金課 FAX 5744-1516(共通)

届け出、日曜窓口開設について＝国保資格係 TEL 5744-1210

医療費について＝国保給付係 TEL 5744-1211



国保・年金・税

国民年金手続きが電子申請でもできます

電子申請できる手続きは次の8つです。

- ①国民年金(第1号被保険者)加入の届出
- ②国民年金付加保険料申出・辞退手続き
- ③基礎年金番号通知書再交付申請
- ④在外任意加入の届出
- ⑤免除・納付猶予申請
- ⑥学生納付特例申請
- ⑦法定免除申請
- ⑧産前産後免除申請

問 国保年金課国民年金係

TEL 5744-1214 FAX 5744-1516



シニア向け講座（4～9月）

1 元気アップ教室
体操やヨガなど。4・9月に体力測定を行います。
日 月～金曜の午前中1時間（週1回） 会 老人いこいの家
定 抽選で各会場10～15名

2 いきいきシニア体操（75歳以上）
椅子を使った介護予防体操です。体力に自信のない方でも安心して参加できます。

曜日	時間(1時間)	初回開催	会場	定員(抽選)
月	午前10時から	4月13日	六郷地域力推進センター	40名
	午前10時30分から		セントラルウェルネスクラブ24大森(大森北1-8-2)	
火	午前9時45分から	4月14日	スポーツクラブ&サウナスパルネサンス多摩川(矢口3-28-7)	25名
水	午前10時から	4月15日	スポーツクラブ&サウナスパルネサンス雪谷24(北嶺町43-18)	30名
			北蒲広場	
	午後2時から		糀谷文化センター	
			ティップネス蒲田24hours(蒲田5-28-8)	
木	午前10時から	4月16日	コナミスポーツクラブ蒲田(蒲田5-47-7)	20名
			鵜の木特別出張所	
	午後2時から		ライフコミュニティ西馬込	30名
金	午前10時30分から	4月17日	ジェクサー・フィットネススタジオ マチノマ大森店(大森西3-1-38)	25名

3 いきいきシニア体操（65歳以上）
自宅でも手軽にできる体操を行いながら、運動の習慣化をめざします。

曜日	時間（1時間）	初回開催	会場	定員（抽選）
金	午前10時30分から	4月17日	六郷地域力推進センター	40名

1～3 いずれも

対 区内在住で医師などから運動制限を受けていない 1 おおむね65歳以上 2 75歳以上 3 65歳以上の方 申 1 3月2～7日に会場へ来所 2 3 電子申請。問合せ先へ往復はがき（記入例参照）も可。3月12日必着※1人1会場
問 高齢福祉課高齢者支援担当（〒144-8621大田区役所）
TEL 5744-1624 FAX 5744-1522



募集・求人

令和8年度「二十歳のつどい」運営委員

令和9年1月に開催する式典を区と一緒に企画・運営する委員を追加募集します。企画会議は、月～金曜の夜を中心に月1～3回程度、区役所本庁舎・区施設で行います。

対 区内在住で平成18年4月2日～19年4月1日に生まれた方 定 抽選で2名
申 電子申請。3月31日締め切り
問 地域力推進課青少年健全育成担当
TEL 5744-1223 FAX 5744-1518



大田区環境審議会委員

対 区内在住で18歳以上の方 定 選考で若干名
申 問合せ先へ申込書と論文（区HPから出力可）を郵送か持参。3月25日必着
問 環境政策課環境政策担当
TEL 5744-1625 FAX 5744-1532



催し・講座

展示「ゆらぐカラダ×ココロとの付き合い方」

ライフステージごとの健康課題を知り、生き生きと過ごすための自分作りをしましょう。

日 3月30日（月）まで
会 問 エセナおおた
TEL 3766-4586 FAX 5764-0604



大田区区政功労者表彰式

区政の進展に尽力された方や区民生活の向上に貢献された方などの功績をたたえ、表彰します。

日 3月15日（日）午後2時から 会 大田区民プラザ
申 当日会場へ
問 総務課総務担当
TEL 5744-1142 FAX 5744-1505

団体活動ステップアップ講座

社会教育関係団体の歩みと次の一步。

対 大田区社会教育関係団体
日 3月24日（火）午後1時30分～4時10分
会 入新井集会室
定 先着25団体程度
申 電子申請。問合せ先へ往復はがき（記入例参照）か電話か来所も可
問 地域力推進課生涯学習担当
（〒144-8621大田区役所）
TEL 5744-1443 FAX 5744-1518



コアジサシの営巣地整備

コアジサシが産卵や子育てをしやすい環境をつくるため、カラス除けの修復や、周囲の清掃など簡単な作業を行います。

対 小学5年生以上の方（小学生は保護者同伴）
日 3月28日（土）・29日（日）午前9時30分～午後4時※半日参加も可
会 森ヶ崎水再生センター
費 各50円 申 問合せ先へ往復はがき（記入例参照。希望日時も明記）。3月12日必着
問 環境政策課環境政策担当
（〒144-8621大田区役所）
TEL 5744-1365 FAX 5744-1532



緑のカーテン講習会

緑のカーテンに初挑戦する方にゴーヤの育て方や楽しみ方など、実演を交えて紹介します。

日 4月19日（日）午後1時30分～3時30分
会 消費者生活センター 費 500円 定 抽選で60名
申 問合せ先へ往復はがき（記入例参照）。電子申請も可。3月19日必着
問 環境政策課環境政策担当
（〒144-8621大田区役所）
TEL 5744-1365 FAX 5744-1532



①新入社員セミナー（3日制）

②フォローアップ研修

半年後、新入社員セミナー受講者向けにフォローアップ研修を行います。

対 4月から区内の工業系企業に就職する方
日 ①5月13日（水）～15日（金）午前9時30分～午後4時30分②11月13日（金）午後1時～5時
会 産業プラザ 費 19,000円（①のみは15,000円）
定 抽選で40名 申 電子申請。問合せ先へ連絡の上、所定の用紙をFAXも可。4月3日締め切り
問 （一社）大田工業連合会
TEL 3737-0797 FAX 3737-0799



空家総合相談会

建築、法律、不動産、福祉の専門家が空き家のさまざまな相談にお応えします。

対 区内在住か区内に空き家を所有する方
日 第2木曜、午後2時～4時10分 定 先着4組
申 問合せ先へ電話かFAX（記入例参照）か来所
※会場は申し込み時にお伝えします
問 住宅・空家相談窓口
（建築調整課住宅政策担当内）
TEL 5744-1348 FAX 5744-1558



おとなの食事相談

生活習慣病の予防、肥満・血圧や血糖値が高めの方の食事など。

会場	日時
大森	4月16日（木）午前・28日（火）午後
調布	4月7日（火）午前・23日（木）午後
蒲田	4月6日（月）午前・14日（火）午後
糀谷・羽田	4月2日（木）午前・21日（火）午後

※午前＝午前9時～正午、午後＝午後1時30分～4時30分（1人45分程度）

申 問合せ先へ電話
問 地域健康課業務係
大森 TEL 5764-0661 FAX 5764-0659
調布 TEL 3726-4145 FAX 3726-6331
蒲田 TEL 5713-1701 FAX 5713-0290
糀谷・羽田 TEL 3743-4161 FAX 6423-8838

ありがとうございます
あたたかい善意

区政のために

○石原由紀＝5,000円

社会福祉のために

○空港施設（株）＝非常食10箱

大学等進学応援基金

○菊池繁＝5万円

日本の伝統文化を楽しむために

○八木優子＝ひな壇^{かぶと}・兜飾り・鯉のぼり各1組

日本赤十字社の災害義援金・救援金を
受け付けています
各災害義援金・救援金情報、寄付者の氏名・団体名などは区HPIに掲載しています。