



▲小学館アカデミー神保町保育園の園児募集
(1面下)



▶選挙後初登庁した石川区長(2月2日)

石川雅己区長 3選される

2月1日、千代田区長選挙が行われ、投票率は43.66%でした。

即日開票の結果、当選者・各候補者別の得票数等は、下図表のとおりです。

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎5211-4268

▼千代田区長選挙候補者別得票数(得票順、敬称略)

候補者名(◎は当選者)	候補者届出政党の名称	得票数
◎ 石川まさみ	無所属	9,254
下田 武夫	無所属	7,251

▼千代田区長選挙投票結果

○ 当日有権者数	38,351人		
	(男 18,738人)	女 19,613人)	
○ 投票者数	16,745人		
	(男 7,929人)	女 8,816人)	
○ 投票率	43.66%		
	(男 42.32%)	女 44.95%)	

今回行われた千代田区長選挙につきましては、区民の皆さんをはじめ関係各機関のご協力により、無事終了いたしました。ここに厚く御礼申し上げます。

平成21年2月 千代田区選挙管理委員会

区長就任あいさつ

私は、去る2月1日に行われた区長選挙におきまして、区民の皆さんのご信託をいただき、引き続き栄えある千代田区長の職に就くことになりました。

日本の中心、東京の顔ともいえる千代田区の区政運営を任せられ、改めて責任の重さを痛感し、身の引き締まる思いがしています。

「区長は、常に区民の皆さんの中に存在する」という姿勢を貫き、初心に帰り、区政を進めてまいります。そして、3期目にあたり、マニフェストに掲げた「誰もが安心といきがいをもてるまち」を目指して、施策を進めてまいります。

今後とも皆さんの温かいご支援をいただきますようお願い申し上げます。就任のあいさつとさせていただきます。

平成21年2月 千代田区長

石川雅己

4月1日(水)
神保町に認証保育所がオープン
入所説明会は予約を

4月1日(水)「小学館アカデミー神保町保育園」がオープンします。この施設は、民間企業の小学館英社プロダクションが運営する認証保育所です。同社は、都内で認証・認可外・受託保育など11園を運営しています。認証保育所は、都が独自に定めた厳しい認証基準を満たし、区立保育園と同等以上の質を確保するだけでなく、独自サービスを付け加えて運営すること

で、さまざまな保育ニーズにこたえます。
場所 神田神保町2-20 S
P 神保町第2ビル1階
(地下鉄神保町駅徒歩2分)
定員 30名(0〜2歳児各9名、3歳児3名)
開所時間 7時30分〜22時
(基本保育8時〜18時)
保育料を補助
区内在住者が、認証保育所を月160〜220時間利用する場合、区の補助で区立保育園より2割安い保育料で利用できます。



ト&クラブ)をオプションで利用できます。

入所説明会・面談

入所希望者は、電話でご連絡ください。入所申込資料を送付します。申込書を記入し返送した方に、入所説明会と面談の日時を直接連絡します。
※入所説明会と面談は予約制です。必ず事前に申し込んでください。
申込み 電話で小学館英社プロダクション(☎3515-9103(平日9時〜18時))へ。

飯田橋の認証保育所 開所を延期

4月に開所を予定していた、飯田橋4丁目の認証保育所は、事業者の都合で開所を延期します。詳しいことが決まり次第、広報紙などでお知らせします。
問合せ こども支援課運営係 ☎5211-4229

男女平等の 委員を募集

男女平等推進区民会議委員

この会議は、性別や世代を超えて多様な個性が尊重され、だれもが等しく参画できる共生社会の実現に向けて「第3次千代田区男女平等推進行動計画」(平成19年3月改定)を推進していくための会議です。行政と地域を構成するすべての人の連携と、一人ひとりの意識啓発や浸透、積極的な参画のための意見をいただきます(平成21年度は年3回程度開催)。

**男女共同参画センター
MIW運営協議会委員**

MIWは、男女共同参画を推進するための活動拠点として、講座や情報交流会、相談、情報誌の発行などさまざまな事業を行っています。MIWの事業運営をMIW職員と共に検討し、さらに充実させるため、あなたのアイデアをお寄せください(年6回程度開催)。

— いずれも —

対象 18歳以上の区内在住・在勤・在学者若十名

任期 委嘱日から2年程度

申込み 3月19日(木)(必着)までに、郵送またはEメール(7面参照)に応募の動機や会議への意気込みを400字程度にまとめたものと希望する委員名を記入し、国際平和・男女平等人権課(〒102-8688九段南1-2-1 ☎5211-4166)kokusaidanjo@city.chiyodalg.jp)へ。

※Eメールは件名にも委員名を。

地域をサポート

健康づくり推進員を募集

地域の健康づくり活動をサポートする健康づくり推進員を募集します。

対象 健康づくりに関心と



熱意のある、おおむね20歳〜70歳の区内在住者30名

任期 2年間

活動内容 地域での健康づくりの支援/区、保健所と協力しながら健康づくり事業の推進/健康づくり推進員会への参加など

申込み 4月30日(必着)までに電話・ファクシミリまたはEメール(7面参照)で生活衛生課生活衛生係(☎3291-3643) 3291-3647 seikatsusei@city.chiyodalg.jp)へ。

「富士見二丁目10番地区市街地再開発ビル建設事業」 環境影響評価書の縦覧

この事業は、富士見二丁目に高さ160mの業務・商業棟と住宅棟の2棟を建設する計画です。

縦覧・閲覧期間 2月20日(金)〜3月6日(金)(土・日・祝日を除く)9時30分〜16時30分(図書館は開館時間内)

縦覧場所 (区環境・温暖化対策課)

策課(区役所5階)、(都環境局都市地球環境部環境影響評価課(新宿区西新宿2-1-8 1都庁第二本庁舎8階)、(都多摩環境事務所管理課(立川市錦町4-6-3立川合同庁舎4階))

閲覧場所 麴町出張所(麴町2-8)、富士見出張所(富士見1-6-7)、神保町出張所(神田神保町2-40)、千代田図書館(区役所9階)、四番町図書館(四番町1-1)

問合せ (都環境影響評価課) ☎5388-3440 (区環境・温暖化対策課) ☎5211-4255

衣類乾燥機なども メーカーリサイクルに

家電リサイクル関係法令の改正で、ブラウン管式テレビ、洗濯機、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫に加え、4月1日から次の製品もメーカーリサイクルが義務付けられます。

追加品目

- ・液晶式テレビ
- ・プラズマ式テレビ
- ・衣類乾燥機

※業務用機器は対象外です。粗大ごみとしても収集できません。



施行日 4月1日(水)から

※3月31日(火)までは、粗大ごみとして申し込めます。

処分方法 購入した店または買替えをする店に依頼してください。4月1日以降、粗大ごみとして受け付けません。

リサイクル料金 各メーカーにお問い合わせください。

▼店に依頼できない場合はリサイクルセンターへ

購入した店が遠方にある、または不明であるなどの理由で店に依頼できない場合は、メーカーを確認し、家電リサイクル受付センターに申し込んでください。

※リサイクル料金に加え、収集・運搬料金が必要になります。

岩本町東神田地区地域コミュニティ活性化事業

Back to the Showa (名曲で振り返る我らの昭和)

昭和の戦後から平成までの日本と世界、そして身近な千代田の町のあれこれを、音楽を通じてもう一度、見直します。子どもからお年寄りまでが楽しめるイベントですので、ぜひお出かけください。

とき 3月14日(土)12時〜15時(雨天決行)

会場 岩本町ほほえみプラザ(岩本町2-15-3)

内容

音楽祭部門 戦後から現代までに流行した子どもからお年寄りまでが楽しめる名曲を、ナレーションを交え、和泉小学校のビッグバンドが演奏します。

最後はこの地区で誕生した「大江戸浮世節」の歌と踊りや、お囃子の演奏などで締めくくります。

縁日部門 各町会等がテント屋台を出店します。

問合せ 岩本町東神田地区地域コミュニティ活性化事業実行委員会(和泉橋出張所内) ☎3253-4931

そして見つめよう僕らの平成

身近な温暖化対策② 行動の年間効果③

私たちの身近な温暖化対策行動が、具体的にどれだけの効果をもたらすか。今回は、シャワーの上手な使用方法や風呂の残り湯利用での年間効果を紹介しましょう。

家族3人がシャワーを毎日1人1分ずつ節約した場合、年間のCO₂削減効果約70kg

年間で水道・ガス代約7千円の節約

風呂の残り湯を毎日洗濯に使用した場合(1回分約50ℓ)年間のCO₂削減効果約6.5kg

年間で水道代約4千円の節約

家族全員がシャワー時間を1分間短くすることで、水道代やガス代の節約につながる。

風呂の残り湯は洗濯や庭の水やりなどに利用しましょう。

また、暑い夏場の打ち水やトイレに使用する場合

全国地球温暖化防止活動推進センターより

問合せ 環境・温暖化対策課 地球温暖化対策係 ☎5211-4253



3月10日

東京都平和の日

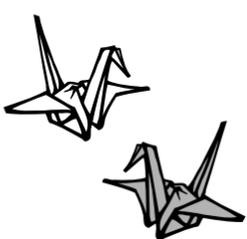
都は3月10日を「東京都平和の日」と定めています。昭和20年3月10日未明の大空襲で一夜にして10万人ともいわれる尊い命が失われた日です。この日を

忘れることなく、先の大戦で亡くなられた方々を追悼するとともに、世界の恒久平和を願い、1分間の黙とうを捧げましょう。

午後1時の時報に合わせて、その場で黙とうをお願いします。

黙とう 3月10日(火)13時から約1分間

問合せ (都)生活文化スポーツ局文化振興部文化事業課記念行事係 ☎5388-3141



スポーツ指導者人材バンク創設 登録候補者を募集

区は、区民のだけれども、いつでもどこでも、いつまでも運動・スポーツを楽しめる生涯スポーツ社会の実現を目指しています。

この「スポーツ指導者人材バンク」への登録候補者を募集します。

登録候補者 20歳以上の区内在住・在勤・在学者で、次のいずれかに該当する方

①日本体育協会が認定するスポーツ指導者(スポーツ指導員、トレーナー、コーチ等)の資格を持つ方

②小学校教員免許状や中学・高校の保健体育科の教員免許状

そのために、スポーツ指導を行いたい人と受けた人を結びつける「スポーツ指導者人材バンク」を創設します。地域のスポーツ指導人材を効果的に活用し、専門家やスポーツに精通した外部指導者を必要とするスポーツ団体や愛好者を支援します。

くらしの安全・安心

インフルエンザが流行しています 正しい知識で予防と治療を

インフルエンザが流行しています。区内の小・中学校でも昨年から今年にかけて学級閉鎖になったところが出ています。

インフルエンザはすぐにゴミ箱に。咳をしている人にマスク着用をお願いを。感染予防には、日ごろから十分な睡眠と栄養で抵抗力を。外出後に手洗い、うがいの習慣を。室内の換気を心がけ、適度な湿度を。

咳やくしゃみをする時、ウィルスが2、3m飛ぶといわれています。自分が感染した場合は感染を広げないように周りに配慮した行動をとります。

咳やくしゃみが出たら、他人にうつさないためにマスクの着用を。ない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえて、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。

咳やくしゃみが出たら、他人にうつさないためにマスクの着用を。ない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえて、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。

感染した場合は早めの治療を。重症化することがありますので、早めに医師の診察を。外出は控えましょう。

問合せ 健康推進課保健予防係 ☎3291-3655

を持ち、学校等での教員の経験がある方

③その他、公的機関が認定したスポーツ指導者としての資格を持つ方

④区、区体育協会および区体育指導委員協議会等が実施したスポーツ講習会や教室等で、指導的立場での活動実績がある方

募集期間 3月19日(木)まで
詳しくは、区のホームページをご覧ください。

問合せ 文化スポーツ課スポーツ振興係 ☎5211-3627
URL <http://www.city.chiyoda.jp>

区民公開講座

新型インフルエンザとその対策

最近話題の新型インフルエンザ。「普通のインフルエンザとの違いは」「流行したらどうする」「どんな準備が必要か」など

講座 安井良則さん(国立感染症研究所主任研究員)
講師 安井良則さん(国立感染症研究所主任研究員)
問合せ 神田医師会 ☎3291-0450
(当日17時以降は ☎3291-3656)

講座講習会バウチャー制度の 申請は3月15日までに

講座講習会バウチャー制度は、区民の皆さんが、区内の大学やカルチャーセンターなどで講座や講習会を受講した場合

どの素朴な疑問に、神田医師会の主催で、インフルエンザの専門家がすばりお答えします。

会場 千代田保健所4階講堂(神田錦町3-10)
対象 区内在住者50名
※当日直接会場へ。
講師 安井良則さん(国立感染症研究所主任研究員)
問合せ 神田医師会 ☎3291-0450
(当日17時以降は ☎3291-3656)



明書が必要になりますので、受講後早めに手続きをしてください。

手続き方法、対象講座等詳しくは、生涯学習館のホームページか申請ガイドブックをご覧ください。

対象 区内在住者
補助額 受講料の2分の1(年間1万円まで)

対象講座期間 平成20年4月1日～平成21年3月31日
交付申請の締切日 3月15日(日)

補助金請求書の提出期限 4月30日(木)

申込み 九段生涯学習館 ☎3234-2841
URL <http://www.kudan-jil>
<エルエル>.info

平成21年度 区政モニター・広報モニター募集

区は、皆さんが区政について日ごろ感じていることや意見などを広く聴き、区政運営に反映させるため、モニター制度を実施しています。好きな時間に活動できます。ぜひご応募ください。

広報モニター20名(いずれも選考)

任期 4月1日から1年間
謝礼 アンケートの回答1回につき500円(図書カード)

申込み 3月19日(木)(消印有効)までに、ハガキ・ファクシミリまたはEメール(7面参照)に職業・性別・応募の動機と「区政モニター」(封書またはEメール)「広報モニター」の別を記入し、広報広聴課モニター募集係(〒102-8688 九段南1-2-1) ☎5211-4174 へ。

活動内容 ①区政に対する意見、要望、提案等の提出(随時) ②区政に関するアンケート調査の回答(年5回程度予定) など

活動内容 広報紙「広報千代田」、ビデオ広報「わがまち千代田」に関するアンケート調査の回答(年10回程度予定) いずれも

対象 20歳以上の区内在住・在勤・在学者で、区政モニター(封書モニター) 30名・同(Eメールモニター) 100名

※Eメールモニター希望者は、Eメールで申込みを。

行政書士の無料相談

毎月2回開催!

場所: 区役所2階 時間: 13時~15時

遺言・相続 許認可手続 法人設立 外国人ビザについてなど

第1水曜日 3月4日 第3火曜日 3月17日

毎月の開催日及び詳細はホームページで!

http://www.chiyoda-gyosei.jp/ ☎5823-6811

貸事務所 JR神田駅東1分

3階 月12万円 13坪 保8ヶ月
2階 月13万円 13坪 保8ヶ月

廣瀬ビル ☎03-3251-4676 千代田区鍛冶町2-7-10

司法書士による無料法律相談会

千代田区内に事務所を有する司法書士による夜間無料法律相談会を開催いたします。お気軽にお越し下さい。

また、千代田区役所2階(区民相談室)におきましても毎月第2木曜日(午後1時から3時まで)に相談会を開催しておりますので、どうぞご利用下さい。

日時: 平成21年2月27日(金)、3月31日(火)、4月30日(木) 午後6時~午後8時
会場: 神保町区民館2階洋室A(神田神保町2-40)
対象: 千代田区在住者及び在勤者
内容: 相続、遺言、登記、会社法務、借地借家、クレジット・サラ金、貸金返還成年後見、モラルハラスメント等
問合せ: 東京司法書士会千代田支部・伊藤 ☎3511-7745

広報千代田 有料広告募集

広告掲載号 毎月5・20日号
発行部数 5万3,000部
掲載料 3万円(この大きさ)~12万円
問合せ 広報広聴課 ☎5211-4174

ジョブ・サポート・プラザ ちよだ 新規利用者を募集

障害者就労支援施設「ジョブ・サポート・プラザ ちよだ」(区役所3階)は、主に知的障害のある新規利用者を募集します。希望者はお問い合わせください。

対象 次の要件をすべて満たす

区内在住者
①単独通所ができる
②障害者自立支援法「訓練等給付」が受けられる
問合せ ジョブ・サポート・プラザ ちよだ
☎3263-1841

障害者の日常生活用具と住宅改修費用を助成

在宅の障害者が、日常生活用具を購入するときや住宅設備改善をするとき、費用の一部を助成します。申請は事前に行ってください。
対象 区内在住で身体障害者手帳・愛の手帳をお持ちの方
※用具の種類により対象者が変わります。

※介護保険制度の認定者は介護保険の福祉用具を利用することになります。

自己負担 各品目の基準限度額の1割

詳しくは、お問い合わせください。
問合せ 生活福祉課障害者支援室
☎5211-4217
FAX 3264-0927

昌平ふれあいサロン

お茶を飲みながらおしゃべりを楽しみましょう。3月は「THE BODY SHOP」スタッフによるハンドトリートメントのサービスがあります。当日直接会場へ。

とき 3月4日(水)午前10時～11時30分
※毎月第1水曜に開催しています。
会場 神田キリスト教会(外神田3-5-11)

高齢者センター文化祭

■作品展

高齢者センターで活動する同好会の作品展示です。

とき 2月25日(水)～3月2日(月) 午前10時～午後3時

会場 区民ホール(区役所1階)

■手づくり体験

どなたでも参加できます。

とき・内容 下表のとおり

会場 区民ホール

▼手づくり体験

内容	とき	定員	参加費
コースター	2月25日(水)	各日 先着10名	100円
革工芸	26日(木)		300円
絵手紙	27日(金)		それぞれ
折り紙	28日(土)		100円
水引き	3月2日(月)		

※時間はいずれも午後1時～3時(受付は当日会場で、午後0時30分から)

■ダンスパーティー

どなたでも参加できます。ヒールカバーを着けてください。

とき 2月26日(木)午後1時～3時30分

会場 いきいきプラザ一番町カスケードホール(一番町12)

定員 100名

参加費 500円

申込み 前日までに高齢者センター窓口(神田神保町2-20)へ。当日会場でも可。

■演芸サークル発表会

日ごろの練習成果をぜひご覧ください。

とき 3月5日(木)午前10時30分

～午後3時30分

会場 高齢者センター



■普段着で楽しむお茶会*

とき 3月4日(水)午後1時～3時

会場 高齢者センター

対象 60歳以上の区内在住者90名(先着順)

申込み 当日午前9時30分から高齢者センター窓口で整理券を配布します。



■肉まん・あんまんサービス*

とき 3月5日(木)午前11時～午後2時

会場 高齢者センター

対象 60歳以上の区内在住者400名(先着順)

申込み 当日午前9時30分から高齢者センター窓口で整理券を配布します。

—いずれも—

問合せ 高齢者センター

☎3265-3981

*の催しは利用証が必要です。お持ちでない方は年齢と住所を確認できるものをお持ちください。

対象 65歳以上の区内在住者
参加費 200円(茶菓代)
問合せ 昌平ふれあいサロン・秋山 ☎3837-5230

介護講演会

わたしの介護日記～地域の中でええ合って生きる～



元アナウンサーの石川牧子さん(日テレ学院学院長)＝写真＝が周りの協力と自らの工夫で、遠方に住む母親の介護と仕事を両立させた介護体験を話します。当日直接会場へ。

とき 3月6日(金)午後1時30分～3時
会場 東京堂書店6階大会議室(神田神保町1-7)

定員 50名

問合せ 社会福祉協議会 ☎5282-3713 FAX 5282-3718

✉chiiki@chiyoda-cosw.or.jp

講演会

高齢者と介護者の権利を守る

高齢者は「介護を受ける身だから文句は言えない」介護者は「自分



▲昔遊び(千代田幼稚園)

の生活を犠牲にしてまで？」とそれぞれの思いで、気まづくなっていますか。双方の権利を守りながら、気持ちにゆとりを持てる介護について話します。

とき 3月13日(金)午後2時～4時
会場 いきいきプラザ一番町カスケードホール(一番町12)

講師 岸恵美子さん(日本赤十字看護大学准教授)

申込み 当日正午までに電話またはファクシミリで高齢介護課相談係(☎5211-4226 FAX 3239-8606)へ。

三崎町サロン 3月3日(火)オープン

おしゃれなサロンでお茶を飲みながら楽しい時間を過ごしませんか。

■オープニングイベント

ちらし寿司を無料配布します(先着100名)。

とき 3月3日(火)正午～

■通常のサロン

とき 毎週月～金曜午前10時30分～午後3時(祝日を除く)

—いずれも—

会場 三崎町サロン(三崎町3-1-17)

※途中入退室は自由です。

対象 おおむね60歳以上の区内在住者

問合せ 社会福祉協議会

☎5282-3711

FAX 5282-3718

保健ガイド(予約制)

問合せ 千代田保健所 ☎3291-3641 FAX 3291-3650

事業名・対象など	とき	実施場所
一般精神デイケア 区内在住で心の病気のある方	3/6(金)・13(金)・27(金) 午前9時30分～午後2時30分	千代田保健所
機能訓練 要介護認定を受けていない20歳以上の区内在住で身体の機能維持・回復を必要としている方	3/4(水)・11(水)・18(水)・25(水) 午前9時30分～11時/午後1時30分～3時 ※25(水)は午前のみ	麴町舎
難病リハビリ教室(相談・指導)	3/25(水)午後1時30分～3時	
在宅療養者訪問指導(保健師・理学療法士)	随時実施	

シルバートレーニングスタジオ

高齢介護課介護予防係 ☎5211-4222 ※当日直接会場へ。

会場	毎週	とき
かんだ連雀(神田淡路町2-8-1)	月	3/2・9・16・23・30 午前10時～正午
富士見区民館(富士見1-6-7)	月	3/2・9・16・23・30 午後2時～4時
麴町区民館(麴町2-8)	火	3/3・10・17・24・31 午前10時～正午
いきいきプラザ一番町(一番町12)	火	3/3・10・17・24・31 午後1時30分～3時30分
岩本町ほほえみプラザ(岩本町2-15-3)	水	3/4・11・18・25 午前10時～正午
高齢者センター(神田神保町2-20)	水	3/4・11・18・25 午後1時30分～3時30分
神田児童館(外神田3-4-7昌平童夢館5階)	木	3/5・12・19・26* 午前10時～正午
神田公園区民館(神田司町2-2)	木	3/5・12・19・26 午後1時30分～3時30分

*3月26日(木)の神田児童館実施分は、かんだ連雀で行います。

のびのび 子育て



▲雪だるまフェア (小川広場)

保育園・こども園

ひなまつりを一緒に

- 麴町保育園***
三番町7 ☎3261-7960
- 神田保育園**
神田淡路町2-15 ☎3253-6258
- 西神田保育園**
西神田2-6-2 ☎5215-9060
- 飯田橋保育園**
飯田橋3-9-17 ☎3264-1744
- 四番町保育園***
四番町11 ☎3234-2269
- いずみこども園**
神田和泉町1 ☎3866-9938

—いづれも—

3月3日(火)10時~11時(飯田橋保育園は10時30分まで)、就学前の親子(西神田保育園は5組・*は2組まで食事つき(申込順))、要予約
※いずみこども園は1・2歳児クラスの親子3組

私立幼稚園・外国人学校に通う お子さんの保護者の皆さんへ

平成20年度後期(10月~3月)分の補助金の申請を受け付けます。申請書類は幼稚園や学校を通じて配布します。

- 私立幼稚園等園児保護者補助金**
対象 区内在住でお子さんを私立幼稚園等に通園させている保護者
※所得制限があります。
補助金月額 3,400円~7,200円(所得に応じて変わります)
- 外国人学校児童・生徒保護者補助金**
対象 区内在住で外国人学校(義務教

絵本コーナー

四番町図書館は、お子さんが本に親しめるように、定期的に絵本の読み聞かせを行っています。

■**四番町図書館 ☎3239-6357**
3月8日・15日のいずれも日曜14時~(幼児以上向け)

おとなも一緒に紙芝居鑑賞

紙芝居は昭和初期から日本独特の芸能として親しまれています。お子さんはもちろん、大人も楽しめる紙芝居を行います。どなたでも参加できます。当日直接会場へ。

3月14日(土)11時~12時、千代田図書館子ども室(区役所10階)、演じ手=JPIC(出版文化振興財団)読書アドバイザー

千代田図書館 ☎5211-4289

親子水泳教室

4月4日~5月9日の毎週土曜(全6回)10時~10時50分、スポーツセンター、区内在住・在勤・在園で3歳以上就学前の幼児とその保護者10組(抽選)、参加費=親子1組4,800円、指導=ミズノグループ専属インストラクター、3月21日(土)(必着)までに往復ハガキ(7面参照・1組1枚)に性別を記入しスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。
※館内への入場は開始15分前から。

めざせ25m 小・中学生水泳教室

4月5日・12日・19日・26日・5月10日のいずれも日曜(全5回)9時50分~10時50分、スポーツセンター、区内在住・在学の小・中学生20名(抽選)、参加費=3,000円、指導=ミズノグループ

2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ひと まち ふれあい

ペルシャ語ってどうやって書くの

1月22日、麴町小学校で6年生の児童73名が参加するワークショップ「イランを学ぼう」が行われました。講師にジャファルザデ・エラヘさん(NPO法人イラン文化センター理事長)を迎え、イランの歴史・地理・文化・宗教をはじめ、ペルシャじゅうたんや料理、断食月(ラマダン)など生活の様子を学びました。

児童たちはペルシャ語の文字で自分の名前の書き方も学びました。また「女性はなぜ頭にスカーフを巻いているんですか」「水タバコはどうやって吸



うんですか」と熱心に質問する場面も。参加した児童は「料理の話が面白かったです」「イランについてとても興味を持ちました。ぜひ一度行ってみたいです」と話してくれました。

ブ専属インストラクター、3月22日(日)(必着)までに往復ハガキ(7面参照・1人1枚)に学校名と学年を記入しスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。
※館内への入場は開始15分前から。

親子の科学教室

「静電気おもしろ教室」などのパフォーマンスのほか、からくり人形を手づくりします。家族で楽しみながら勉強できる教室です。

3月28日(土)13時~15時、昌平童夢館体育室・理科室(外神田3-4-7)、区内在住・在学・在園の幼児~中学生100名(抽選・小学生までは保護者同伴)、参加費=子ども1名1,000円(材料費)/保護者は無料、3月6日(金)(必着)までに往復ハガキ(7面参照)に参加者全員の必要事項と学校名を記入し千代田区少年少女指導者協議会・西角(〒101-0061三崎町2-15-11)へ。

千代田区少年少女指導者協議会・金刺 ☎090-8301-3786

3月の休日応急診療当番医等

■内科・小児科■ 診療時間：午前9時~午後10時		
1日	林 医 院 ☎3253-7436	外神田3-7-1
8日	石 川 医 院 ☎3866-0326	東神田2-4-15
15日	加 賀 医 院 ☎3291-9951	神田神保町1-35
20日	米良クリニック ☎3252-1801	神田鍛冶町3-3
22日	藤ノ木 医 院 ☎3256-6844	神田東松下町34
29日	大 塩 医 院 ☎3251-6878	神田淡路町2-6-2
■歯 科■ 診療時間：午前9時~午後5時		
1日	小林 歯科 医 院 ☎3261-1430	富士見2-3-1 信幸ビル4F
8日	サイトウ 歯科 医 院 ☎3261-6929	一番町25 全国町村議員会館3F
15日	福島 歯科 医 院 ☎3261-8428	五番町10-2 五番町センタービル2F
20日	中村 歯科 医 院 ☎3265-7679	富士見1-2-24
22日	井上 歯科 医 院 ☎3261-0328	富士見1-3-12
29日	歯科 松江 医 院 ☎3261-7187	飯田橋4-5-13 杉山ビル2F
■薬 局■ 営業時間：午前9時~午後5時		
1日	コトブキ調剤薬局 ☎3291-0380	神田駿河台2-10-1
8日	お茶の水調剤薬局本店 ☎3295-8641	神田駿河台2-2-5 井口ビル1F
	あつみ調剤薬局 ☎5687-8526	神田平河町1
15日	三崎調剤薬局 ☎3296-1210	神田駿河台2-2
	いちご薬局神保町店 ☎3296-7415	神田神保町1-35-1 達磨ビル1F
20日	コトブキ調剤薬局 ☎3291-0380	神田駿河台2-10-1
	有美薬局 ☎3254-6006	内神田3-21-7 有田ビル1F
22日	キク調剤薬局 ☎3293-2397	神田駿河台2-2-29
29日	加健調剤薬局 ☎5280-1421	神田駿河台2-10-6
	のぞみ薬局淡路町店 ☎5295-3531	神田淡路町2-6 淡路ビル1F

*受診するときは、あらかじめ電話でお問い合わせください。*健康保険証を必ずお持ちください。

- 消防署病院案内(24時間)
丸の内 ☎3215-0119 麴町 ☎3264-0119 神田 ☎3257-0119
- 消防庁救急・相談センター(24時間) ☎#7119(ダイヤル回線からは ☎3212-2323)
- 医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間) ☎5272-0303
URL <http://www.himawari.metro.tokyo.jp>

■平日準夜間の小児科診療(月~金曜19時~22時、中学生以下)
ちよだこども救急室・駿河台日本大学病院(☎3293-1711神田駿河台1-8-13)

掲載した写真を差し上げます。詳しくは、広報広聴課へ。

健康 ちえっく(予約制)

問合せ 千代田保健所 ☎3291-3641 FAX 3291-3650

事業名・対象など	と き	実施場所
栄養相談 生活習慣病の予防と改善、離乳食など食事に関する相談	随時受付 9時~17時	千代田保健所
土曜まま・ばば学級(両親学級) 主に初妊婦(妊娠中期)とその家族	3/7(土)9時~11時30分	
アレルギー相談 0~15歳のアレルギー相談	3/12(木) 14時30分~15時	
歯科保健相談(歯科健診) 区内在住の乳幼児・学童・妊産婦の方・歯科健診やむし歯予防のための処置を行います。	3/5(木)13時~16時 3/19(木)9時~11時 3/7(土)・25(水)9時~11時 3/11(水)13時~16時	麴町 庁舎
ビーバー教室 区内在住の12か月の乳幼児と保護者・お口の機能・むし歯予防のポイント・お手入れの実演・お口の観察を行います。	3/11(水) 10時~11時30分	
歯みはみ相談 区内在住の1・2歳児・歯科衛生士が、お口の健康相談・歯みがき実技などの個別相談をします。	3/6(金) 10時30分~11時30分	富士見児童館

募集

リサイクル施設見学会

発泡スチロールトレイのリサイクル施設とヤクルト茨城工場を見学します。

3月24日(火) 8時15分(千代田清掃事務所前集合)・30分(出発)～エフピコ関東リサイクルセンター・ヤクルト本社茨城工場～16時30分予定(千代田清掃事務所前解散)、区内在住・在勤・在学者30名(区内在住者優先で抽選)、3月6日(金)(必着)までに往復ハガキ(7面参照)に参加者全員の氏名・年齢・昼間の連絡先を記入し千代田清掃事務所ごみ減量係(〒101-0021外神田1-1-6 ☎3251-0566)へ。

※乳幼児、小学校低学年の参加はご遠慮ください。
※昼食は、各自ご用意ください。

犬の「しつけ方教室」

区は、人と動物が共生できるまちづくりに向け、犬をペットとして飼っている方を対象に「しつけ方教室」を開催します。

犬は早い時期から、しつけが必要です。飼われている環境に応じた、しつけ方を講義します。ぜひご参加ください。

3月11日(水)13時30分～15時30分、千代田保健所4階講堂(神田錦町3-10)、定員40名(申込順)、講師=都動物愛護推進員、前日までに電話で生活衛生課生活衛生係(☎3291-3643)へ。
※飼い犬は同伴できません。

青年国際交流事業 参加者募集

内閣府は、平成21年度に実施する国際交流事業(「国際青年育成交流」「日本・中国青年親善交流」「世界青年の船」など)の参加者を募集しています。

詳しくは、内閣府のホームページ(<http://www.cao.go.jp/koryu>)または(都)教育庁地域教育支援部生涯学習課(☎5320-6859)へ。

お知らせ

3月1日(日)～7日(土) 春の火災予防運動



つけましたか、住宅用火災警報器

来年4月1日から、今、住んでいる住宅も「住宅用火災警報器」の設置が義務付けられます。いざというときに備え、早めに「住宅用火災警報器」を設置しましょう。

麴町消防署 ☎3264-0119
丸の内消防署 ☎3215-0119
神田消防署 ☎3257-0119

若年者対象合同就職面接会

おおむね34歳以下の方を対象に就職面接会を開催します。

一度に複数の企業との面接ができるチャンスです。ぜひ、ご参加ください。
2月27日(金)13時30分～16時30分、東京しごとセンター地下講堂(飯田橋3-10-3)
問合せ ユーサンジュウゴ ハローワーク飯田橋U-35 ☎5212-8609

特別区民税・都民税の申告は 3月16日(月)までに

■申告が必要な方

今年1月1日現在、千代田区に住所があり、平成20年1月から12月までの間に所得がある次に該当する方

- ①商工業、サービス業などを営む方、報酬やパート・アルバイト賃金、家賃、配当などの所得があった方
 - ②次に該当する給与所得者
 - ・平成20年中に途中で退職し、再就職していない方
 - ・勤務先から千代田区へ給与支払報告書の提出がない方
 - ・2か所以上の勤務先から給与を受けている方
 - ・給与および退職所得以外の所得(賃料、原稿料など)がある方
- ※扶養されていた、仕送りを受けていた、収入がなかったという方も申告してください。申告がないと、所得の有無が確認できないため、特別区民税・都民税に関する証明書の交付ができなくなる場合があります。

※国民健康保険などの保険料は、平成20年中の所得(平成21年度住民税額)をもとに決定します。申告によって保険料軽減の対象になる場合があります。

■申告しなくてもよい方

- ①税務署に所得税の確定申告書を出す方
- ②勤務先から千代田区に給与支払報告書が提出され特別区民税・都民税を特別徴収(給与天引き)される方で、他に所得のない方

■住民税からの住宅借入金等特別税額控除(住宅ローン控除)

所得税から控除しきれない住宅ロ

ーン控除額を住民税から控除できます。平成18年末までに入居し、所得税の住宅ローン控除を受けている方が対象です。所得税の確定申告をしない方は、平成21年1月1日現在の住所地の区市町村に、住民税の「住宅借入金等特別税額控除申告書」と源泉徴収票を3月16日(月)までに提出してください。所得税の確定申告をする方は、税務署に申告書を出してください。

※申告書は(区)税務課(区役所2階)、麴町・神田の両税務署で配布します。区のホームページでは、申告書をダウンロードできるほか、申告書を作成できる「住宅ローン控除申告書作成ツール」が利用できます。

■寄附金税額控除

地方自治体、都共同募金会、日本赤十字社(都の支部)への寄付は、住民税の計算で控除対象となる金額が、100,000円超から5,000円超に引き下げられました。控除される額は5,000円超の金額の10%(所得の30%が限度)です。なお、地方自治体への寄付で5,000円超の金額は、住民税所得割の10%を限度として上乗せ控除を行い、所得税と合わせて全額が控除されます。

※平成20年1月1日以降に支払った寄付金が対象です。領収書を添付して申告してください。

問合せ 税務課課税係 ☎5211-4191
※国民健康保険料に関する問合せは、保険年金課国民健康保険係 ☎5211-4204

URL <http://www.city.chiyoda.lg.jp>

平成21年度 特別区職員の採用試験

特別区(東京23区)職員採用試験の日程等が決められました。

募集する試験区分や受験資格等詳しくは、採用試験・選考告示日に発表する「試験・選考案内」をご覧ください。

特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎5210-9787

URL <http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>

(区)人事担当課 ☎5211-4149

▼特別区職員採用試験・選考日程

項目	I類	Ⅲ類・経験者	身体障害者を対象とする採用選考
告示	3月11日(水)	6月17日(水)	8月7日(金)
郵送・インターネット申込受付	4月1日(水)～13日(月)	6月17日(水)～8月12日(水)	8月7日(金)～9月14日(月)
1次試験	5月10日(日)	9月13日(日)	10月12日(祝)
最終合格発表	7月31日(金)	Ⅲ類=11月11日(水) 経験者=12月9日(水)	11月25日(水)

健康チェック(予約制)

問合せ 千代田保健所 ☎3291-3641 ㉚3291-3650

事業名・対象など	とき	実施場所
若年節目健診(ちょびっく21若葉) 区内在住で20・25・30・35歳になる方 ・血液検査・骨密度測定等の健康診査のほか、栄養・保健指導などを行います。	1月～3月生まれの方 3/4(水) 8時45分～10時	千代田保健所
成人健康相談 区内在住で16歳以上の方 ・血液・骨密度等の健診を有料で行います。なお、身体計測は無料。診断書は発行しません。	3/4(水) 9時～10時	
生活習慣病予防相談(栄養・運動・その他) 区内在住で20歳以上の方 ・血管年齢を測定します。	3/19(木) 9時～16時	
エイズ・性感染症(梅毒・クラミジア・淋菌)相談・検査	3/13(金) 9時～9時30分	
心の相談 心の問題で悩んでいる方	3/5(木)・19(木) 13時30分～15時30分	
細菌検査(赤痢・腸チフス・パラチフス・サルモネラ・O157の健康管理検便)(有料) 区内在住・在勤・在学者 ・予約不要(事前に採便管を取りに来てください)	3/6(金)・13(金)・27(金) 13時～16時	
肝炎ウイルス検査 区内在住で過去に肝炎ウイルス検査を受けていない方	3/4(水) 9時～10時 区内指定医療機関の定める時間	

6月の保養施設の利用申込み

区民商工課管理係 ☎5211-4181

予約申込み	区分	利用したい施設へ電話で申し込んでください。
区内在住者	区内在住者	3か月前の同日(休館の場合(前日)の10時30分から受付(例=6/5泊の場合は3/5)
	その他の方	2か月前の同日(休館の場合(前日)の10時30分から受付(例=6/5泊の場合は4/5)
6月の利用できない日	箱根	6/10(水)～11(木)・13(土)(秋葉原東部町会連合会優先枠)・27(土)(神保町地区町会連合会優先枠)
	湯河原	6/2(火)～4(木)
	嬬恋	6/9(火)～10(水)・23(火)～25(木)
	軽井沢	6/3(水)～4(木)・16(火)～18(木)

○保養施設の予約は各施設のみで受け付けています。
○インターネットで空室状況の確認や予約をする場合は[千代田区のホームページ→施設案内→家族やグループ旅行に→各施設のホームページ]をご覧ください。
○箱根千代田荘・湯河原千代田荘・嬬恋自然休養村は、どなたでも利用できます。
○電話での申込みは10時30分～18時。フリーダイヤルは区内の固定電話からのみ通話可能です。

箱根千代田荘 ☎0460-86-1150	☎0120-05-4150	㉚0460-86-1151
湯河原千代田荘 ☎0465-63-1153	☎0120-008-267	㉚0465-63-3014
嬬恋自然休養村 ☎0279-96-1280	☎0120-26-1280	㉚0279-96-1282
メレーズ軽井沢 ☎0267-45-2676	☎0120-45-2676	㉚0267-45-0920

生活ほっとライン

募集

輸入食品関係衛生講習会

食品の輸入業務に必要な安全性に関する新しい情報を、専門家が解説します。

3月4日(水)14時～16時30分、内幸町ホール(内幸町1-5-1)、区内で食品輸入業を営む方および興味のある方140名(先着順) 内容＝「(仮)食品安全確保に向けた取組み(リスク分析の手法)」柴田拓己さん(予定)(内閣府食品安全委員会事務局)／「輸入食品の検査の現状」大神田実さん(横浜検疫所輸入食品・検査検査センター)

※申込みは不要です。ただし、1社あたり10名以上での参加を希望する場合は、事前にご連絡ください。

生活衛生課食品衛生担当

☎3291-3645 FAX3291-3647

空手道選手権大会



4月5日(日)9時～、スポーツセンター(内神田2-1-8)、区内在住・在勤・在学者、組み手＝一般(有段者・有級者・女子の部)／少年(小学校低・中・高学年・中学生の部)、形＝一般(高校生以上・小学校1～3年

申込書の記入例

- ①催しなどの名称
- ②郵便番号・住所
- ③氏名(ふりがな)
- ④年齢
- ⑤電話番号

※託児サービス(満1歳～小学校就学前が対象)を希望する方は記入⑥お子さんの氏名(ふりがな) ⑦生年月日
 ※託児サービスは本文に表示がある場合。
 ※往復ハガキの場合は返信側にも住所・氏名を忘れずに。
 ※在勤・在学の方は勤務先(学校名)、所在地、電話番号も記入。
 ※Eメールの場合は件名にも催しなどの名称を。
 ※費用の記載の無いものは原則無料。

一個人情報について一

- 区主催
応募時の個人情報は厳重に管理し、その催し物のためだけに利用します。
- 区以外
応募時の個人情報はその催し物のためだけに利用しますが、詳しくは、主催者にお問い合わせください。

生・4～6年生・中学生の部)、参加費＝一般2,000円／高校・大学生1,500円／小・中学生1,000円、3月6日(金)(必着)までに所定の申込用紙(スポーツセンターで配布)を郵送またはファクシミリで空手道連盟・坂田(〒215-0011川崎市麻生区百合ヶ丘2-6-12-801 ☎090-5808-9139<18時以降> FAX049-237-7852)へ。

※申込書は費用を指定口座に振込後に郵送または送信してください。

水泳教室

苦手な泳法を楽しく習得しましょう。

4月5日(日)～5月20日(水)(4/29・5/3・5/6を除く各5回コース)、スポーツセンター、区内在住・在勤者各15名(抽選)、指導＝ミズノ専属インストラクター、参加費＝区内在住者800円／その他の方1,200円、3月22日(日)(必着)までに往復ハガキ(記入例参照・1人1枚)に性別を記入しスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。

▶日曜14時50分～15時50分 がんばれクロール(初級)

▶火曜18時50分～19時50分 がんばれクロール(初級)

▶水曜18時50分～19時50分 がんばれ平泳ぎ(初級～上級)

※館内の入場は、開始15分前から。

※プール入場料金(区内在住者400円／その他の方600円)が毎回、別途かかります。

※すぽすたちよだ会員の参加費＝区内在住者600円／その他の方900円(いずれもプール入場料は無料)

国民年金についての お知らせ

住所や名前に変更があった際は届出を

社会保険庁は、来年度(4月)から、皆さんの保険料納付実績や年金の見込額などを記載した「ねんきん定期便」の送付を予定しています(毎年誕生月に送付)。

ただし、住所や名前に変更があった方で、届出を済ませていない場合、「ねんきん定期便」をお届けできない場合があります。変更があった場合は、速やかに変更届を提出してください。

なお、現在加入されている年金制度等により、届出先が異なりますのでご注意ください。

届出先

- ①第1号被保険者(国民年金加入者)＝お住まいの区市町村の窓口
- ②第2号被保険者(厚生年金保険・共済組合の加入者)＝勤務先を経由し、管轄の社会保険事務所
- ③第3号被保険者(厚生年金保険・共済組合加入者の被扶養配偶者)＝配偶者の勤務先を経由し、管轄の社会保険事務所
- ④年金受給者・60歳以上で年金を受け取っていない方(裁定請求済で、現在年金が停止になっている方を含む)＝住所地を管轄する社会保険事務所

国民年金保険料の納付はお得な口座振替で

国民年金には、1年度分・半年分の保険料をまとめて払うことができる「前納制度」があり、口座振替の利用でさらにお得になります。また、通常その月の保険料は翌月の末日に指定口座から引き落としますが、当月末に引き落とすことで月々の保険料が割引になる「早割制度」もあります。

【割引額】

	保険料額	割引額
1年前納	172,230円	3,690円
半年前納	86,960円	1,000円
早割	14,610円	50円
通常払	14,660円	—

口座振替による前納または4月からの早割制度を希望する場合は、2月末日までに所定の「口座振替申出書」を金融機関の窓口または社会保険事務所へ提出してください。また、クレジットカード払いにも割引があります。詳しくは、お問い合わせください。

—いづれも—

千代田社会保険事務所

☎3265-4381

3月の各種相談(無料)

日程が変更になる場合があります。事前にお問い合わせください。

名称	場所	対象	内容	とき	問合せ
区民相談	区民相談室(区役所2階)	区内在住・在勤者	法律相談(予約制)	4(水)・6(金)・11(水)・13(金)・18(水)・25(水)・27(金)13時～15時30分	区民相談室 ☎5211-4176
			税務相談	12(木)・26(木)13時～15時	
			司法書士相談	12(木)13時～15時	
			人権の上・行政・社会保険労務相談	10(火)13時～15時	
			行政書士相談	4(水)・17(火)13時～15時	
			不動産相談	5(木)・12(木)・19(木)・26(木)13時～15時	
			一般相談	毎日(土・日・祝日を除く)8時30分～17時	
ミューブ MIW相談室(予約制)	男女共同参画センター MIW相談室(区役所10階)	区内在住・在勤・在学者	夫婦関係・子育て・セクシュアルハラスメント・ドメスティックバイオレンスなどの悩みに女性カウンセラーが応じます。託児サービス(有料・要予約)あり。	4(水)・6(金)・12(木)・18(水)・26(木)10時30分～15時30分 5(木)・11(水)・13(金)・19(木)・25(水)・27(金)17時～21時	MIW相談室 ☎5211-4316 ※話し中の場合 ☎5211-8845へ。
保健福祉オンブズパーソン相談(予約制)	301会議室(区役所3階)	どなたでも	区や事業者が提供する保健福祉サービス全般への不満・苦情を受け付けます。郵送での相談も受け付けます。〒102-8688九段南1-2-1福祉総務課保健福祉オンブズパーソンへ。	13(金)冷水豊委員(上智大学教授) 24(火)高山由美子委員(ルーテル学院大学准教授) 14時～16時 ※上記日程以外ご相談ください。	福祉総務課 ☎5211-4210
福祉専門法律相談(予約制)	西神田庁舎3階(西神田1-3-4)	区内在住者とその家族、在勤・在学者	福祉に関する悩みごとのほか、消費者被害や契約、相続や遺言の相談に弁護士が応じます。	2/26(木)平澤千鶴子弁護士 3/12(木)石黒清子弁護士 3/26(木)岡部喜代子弁護士 14時～16時20分 ※上記日程以外ご相談ください。	社会福祉協議会 ちよだ成年後見センター ☎5282-3100
成年後見制度相談			成年後見制度の利用相談のほか、後見活動の悩みや不安にお答えします。	毎日(日曜・祝日を除く)8時30分～17時	
メンタルヘルス相談室			仕事や家庭での心の悩みなどの相談に専門家や体験者が電話または面接で応じます。	4(水)・18(水)13時～15時＝北村裕華さん(相談員) 11(水)・25(水)17時30分～19時30分＝宮澤秀一さん(ピア・カウンセラー＝体験者)	
介護者のためのカウンセリング(予約制)	男女共同参画センター MIW相談室(区役所10階)	高齢者を介護している区内在住者 区内在住の高齢者を介護している方	介護をすることから生じるストレスに関すること(介護ストレス・家族不仲・家族間暴力・高齢者虐待等)に専門カウンセラーが応じます。	毎週火曜10時～14時	高齢介護課在宅支援係 ☎5211-4220
親と子の心理相談	児童・家庭支援センター(神田さくら館6階)	18歳未満で区内在住・在学のお子さんがいる家庭	子どもや家庭の相談に臨床心理士がお答えします。	3(火)10時30分～12時 神村富美子さん(臨床心理士)	児童・家庭支援センター 予約相談専用電話 ☎3256-8150

生活ほっとライン

募集

さくら染色教室



さくらの葉で染めた毛糸を使った携帯ストラップとさくら料理を作ります。

3月7日(土)13時30分～16時、九段生涯学習館4階実習室(九段南1-5-10)、定員30名(申込順)、材料費500円、講師=さくらを楽しむ会、3月5日(木)までに電話またはファクシミリ(7面参照)で道路公園課都市施設主査(☎5211-4243 FAX3264-4792)へ。

※当日連絡先☎080-3171-9433

フリーマーケット

毎回、掘り出し物がたくさん楽しいフリーマーケットです。室内での開催(約30店舗)ですので、雨天でも実施します。冬の一日の思い出として、ぜひご来場ください。

3月7日(土)10時～13時30分、いきいきプラザ一番町地下1階カスケードホール(一番町12)

ちよだ環境ボランティア・窪田 ☎3294-6480

着物・eco創作フリマ

家で不用になった着物関連の販売や、家庭の不用品を利用して創作した品物を販売します。

アンチ・メタボプログラム



■アンチ・メタボプログラム(Ⅰ期)

ゴムチューブを使って、おなか周りを引き締めるメタボ予防プログラムです。

4月1日～6月3日の毎週水曜(4/29・5/6を除く全8回)19時30分～20時30分、スポーツセンター、16歳以上の方15名(抽選)、指導=ハルススポーツピレッジ公認インストラクター、参加費=区内在住者8,000円/その他の方=10,000円、3月15日(日)(必着)までに往復ハガキ(7面参照・1人1枚)に性別を記入しスポーツセンター(〒101-

3月14日(土)・15日(日)10時～16時、JR飯田橋駅セントラルプラザラムラ1階(飯田橋4-10)

出店者も募集

区内在住・在勤・在学の個人またはグループ(営利目的の出店不可)、出店料=1日1,000円、3月7日(土)までにファクシミリ(7面参照)で神田菜市坐「ecoフリマ」(☎5281-7820 FAX5281-7611)へ。

清水谷公園をきれいに

清水谷公園で花壇の草取りや清掃を通して公園の環境美化向上や地域の皆さんのコミュニケーションを深めます。

3月7日(土)10時～11時30分(小雨決行)、清水谷公園(紀尾井町2-1)

※大雨の場合は中止

平河・隼・紀尾井町環境整備協議会・緑キャノピーズ ☎080-5422-1919

MIWビデオサロン&カフェ

「オフサイド・ガールズ」

「どうして女はスタジアムに入れないの」「私たちにも試合を見せて」。イランでは女性が男性のスポーツをスタジアムで観戦することは禁止。ルールに逆らって進入禁止の領域に突き進んだ少女たちのおかしく心温まる作品。制作・編集・監督=ジャファル・パナヒ/2006年イラン作品(92分)

3月13日(金)①14時30分②18時30分(②の回終了後ビデオサロン・カフェあり)、男女共同参画センターMIW(区役所10階)、電話またはファクシミリ(7面参照)に希望日時を記入しMIW(☎5211-8845 FAX5211-8846)へ。

※託児サービス(有料・要予約)あり。



いきいきリーダー養成講座

シルバートレーニングスタジオ等、区の介護予防事業を手伝うボランティアの養成講座です。

3月13日(金)13時30分～15時30分、

0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。

アンチ・メタボマスター(Ⅰ期) アンチ・メタボプログラムのレベルアップコース

4月1日～6月3日の毎週水曜(4/29・5/6を除く全8回)18時20分～19時20分、スポーツセンター、16歳以上の方15名(抽選)、指導=ハルススポーツピレッジ公認インストラクター、費用=区内在住者8,000円/その他の方=10,000円、3月15日(日)(必着)までに往復ハガキ(7面参照・1人1枚)に性別を記入しスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。

—いづれも—

※1回の参加は1,500円(3月16日以降、参加前日までに電話予約)。

※チューブの購入が可能です(4,935円・DVD付)。

千代田図書館の催し

■読みたい本を発見 大人のためのブックトーク

第2回「僕が影響を受けた本」

本を通して他の人の考え方に触れたとき、その後の自分に影響を与えることもあると思います。今回は、小泉光久さん(JPIC読書アドバイザー)＝写真＝が影響を受けた本を、ジャンルを問わず紹介します。どなたでも参加できます。当日直接会場へ。



2月24日(火)19時～20時、千代田図書館セカンドオフィス内特設スペース(区役所9階)、定員20名

■企画展示関連イベント

内田嘉吉文庫 特別展示会「本の変遷

～原書・翻訳書・復刻書・解説書～」

千代田図書館で開催中の企画展示「実務家の本棚から見る近代日本」に関連し、内田嘉吉文庫の貴重な原書や翻訳書などを間近でご覧になれます。

3月18日(水)13時～17時(毎時30分に資料解説を予定)、千代田図書館研修室1・2(区役所9階)、講師=菅谷彰さん(千代田区立図書館ゼネラルマネージャー)

※展示会場は途中入退室が可能です。各回の資料解説は、同じ内容です。

—いづれも—
千代田図書館 ☎5211-4289

401会議室(区役所4階)、区内在住・在勤・在学者30名(申込順)、内容=高齢者との円滑なコミュニケーションのとり方(応用編)、前日までに電話で高齢介護課介護予防係(☎5211-4222)へ。

NPOマネジメント講座

日本人で初めてアメリカの非営利経営修士号を取得した坂本文武さんが、NPOが共通して抱える「会員・協賛の獲得方法」「行政や企業との協働」などの課題をわかりやすく解説します。NPO法人からの事例報告もあります。

3月26日(木)18時30分～20時30分、ちよだボランティアセンター(西神田1-3-4西神田庁舎3階)、定員50名(申込順)、参加費=500円、3月23日(月)までに電話・ファクシミリまたはEメール(7面参照)でちよだボランティアセンター(☎5282-3716 FAX5282-3718 ☐volunteer@chiyoda-cosw.or.jp)へ。

はじめてのバレエエクササイズ

4月10日～5月29日の毎週金曜(全8回)19時～20時、スポーツセンター、16歳以上の方30名(抽選)、指導=清水美子さん(スタジオインストラクター)、参加費=区内在住者3,500円/その他の方4,000円(すばすたちよだ会員=区内在住者2,500円/その他の方3,000円)、3月20日(祝)(必着)までに往復ハガキ(7面参照・1人1枚)に性別を記入しスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。

リズムシェイプアップ&チビッコ体操教室(前期)

4月15日～7月1日の毎週水曜(4/29・5/6を除く全10回)14時～15時15分、スポーツセンター、リズムシェイプアップ=区内在住・在勤者30名(抽選)/チビッコ体操教室=リズムシェイプアップ参加者同伴の3歳～就学前の幼児30名(抽選)、指導=河井美佳さん(ミズノグループ専属インストラクター)、費用=リズムシェイプアップ=1,200円/チビッコ体操教室=600円、3月20日(祝)(必着)までに往復ハガキ(7面参照)に希望する教室・保育の有無・性別を記入しスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。

※託児サービス(1回500円)あり。

はじめてのピラティス

ピラティスは、ゆっくり体を動かして体のゆがみ改善やシェイプアップを目的とします。

4月16日～6月4日の毎週木曜(全8回)15時～16時、スポーツセンター、16歳以上の方30名(抽選)、指導=清水美子さん(スタジオインストラクター)、参加費=区内在住者3,500円/その他の方4,000円(すばすたちよだ会員=区内在住者2,500円/その他の方3,000円)、3月20日(祝)(必着)までに往復ハガキ(7面参照・1人1枚)に性別を記入しスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8 ☎3256-8444)へ。

5月のスポーツ施設の利用申込み スポーツセンターのみ6月分

施設名	申込期間	抽選	空施設受付	利用できない日
外濠公園 ☎3341-1731	野球	1月～5月は芝張り工事のため休場します。 ※1月中旬～3月下旬=工事期間 4月～5月=芝生の養生		
	テニス	往復ハガキで、3/10(火)～20(祝)(消印有効) ※1	3/25(水) 九段生涯学習館	4/20(月) 8時30分～(申込順) ※2
花小金井運動施設(野球)	往復ハガキで、3/2(月)～20(祝)(必着) 九段生涯学習館 ※4	4/1(水) 九段生涯学習館	4/2(木) 10時～(申込順) 九段生涯学習館 ※4	九段生涯学習館へお問い合わせください。
スポーツセンター ☎3256-8444	所定の用紙で、3/2(月)～20(祝)(必着) ※5	4/1(水) スポーツセンター	4/2(木) 10時～(申込順)	6/15(月) ※6

※1 往復ハガキ(7面参照)で九段生涯学習館(〒102-0074九段南1-5-10)へ。
 ※2 外濠公園の空き状況は外濠公園管理事務所へお問い合わせください。
 ※3 外濠公園は、利用できる日でも時間帯によっては利用できない場合があります。詳しくは、お問い合わせください。
 ※4 4月分から申込受付が、スポーツセンターから九段生涯学習館(☎3234-2841)へ変わっています。
 ※5 所定の用紙をスポーツセンター(〒101-0047内神田2-1-8)へ。
 ※6 スポーツセンターは団体利用・個人利用の区別があります。詳しくは、お問い合わせください。

*外濠公園の利用申込みで、ハガキに名前貸しなどの不正行為が多数出ています。実際に利用する方の名前で責任を持って申し込んでください。