



▲区民体育大会特集(5・6面)

読書に 学問に 秋の夜長は図書館で



▲富山大学付属図書館の「ヘルン文庫」(ヘルンはハーンのローマ字読み)

企画展示いろいろ

千代田図書館は、毎月さまざまなイベントを通じて読書の楽しさやビジネスへのヒントなどをお届けしています。

空き時間やアフターファイブを有意義に使うため、図書館を利用してみませんか。

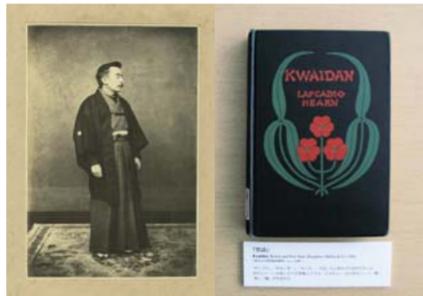
問合せ 千代田図書館 ☎5211-4289

日ごろ、なかなか目にする機会がない大学図書館の資料を気軽にご覧いただける企画が、学との連携で実現します。

小泉八雲とその蔵書 富山大学ヘルン文庫展

「怪談」などの著作で知られる小泉八雲(ラフカディオ・ハーン)は、多くの著作を通し明治の日本を欧米に紹介しました。小泉八雲の人生や執筆活動に影響を与えたとされる蔵書は、関東大震災の後、遺族から旧制富山高等学校(富山大学の前身の一つ)に譲られました。今回、その貴重なコレクションの一部を千代田図書館で公開します。

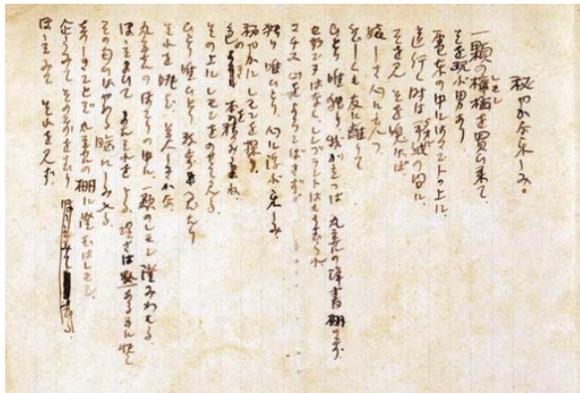
とき 11月24日(休)〜平成21年1月23日(金)
 会場 千代田図書館展示ウォールほか(区役所9階)
 ▼関連講演会「ヘルン文庫と旧制富山高等学校〜ヘルン文庫はなぜ富山大学にあるのか」
 富山に行ったことのない小泉八雲の蔵書が、なぜ富山大学にあるのでしょうか。旧制富山高等学校の初代校長のご子孫から、当時の経緯をお聞かせします。
 とき 11月28日(金)19時〜20時30分(開場18時45分)
 会場 千代田図書館特設イベントスペース(区役所9階)
 席数 40席(先着順)
 講師 南日康夫さん(富山八雲)



▲小泉八雲と「怪談」初版本

大妻女子大学所蔵資料展 「梶井基次郎の手迹」

梶井基次郎の自筆原稿(手迹)を中心に書簡・遺品など、大妻女子大学図書館所蔵の貴重な資料を千代田図書館でご覧いただけます。若くして世を去らねばならなかった天才作家の軌跡をたどります。
 とき 11月20日(木)〜22日(土)10時〜18時
 (最終日は15時まで)
 ※図書館の開館時間と異なりますので、ご注意ください。
 会場 千代田図書館 研修室1・2、セカンドオフィスゾーン内展示ケース(区役所9階)
 ▼関連講演会
 ①大妻女子大学所蔵 梶井基次郎資料について
 展示した原稿類を中心に、大妻女子大学の所蔵する梶井基次郎資料を紹介・解説します。作品が生まれ出る現場を刻んだ、



▲梶井基次郎「秘やかな楽しみ」(自筆・大妻女子大学所蔵)

(会長)

自筆原稿の持つ「力」を実際にご覧ください。
 とき 11月20日(木)18時30分〜20時(開場18時)
 講師 熊木哲さん(大妻女子大学短期大学教授)
 ②荷風と漱石の番町
 大妻学院が長い歴史を刻んできた番町は、永井荷風や夏目漱石が描いた物語にとつての重要な舞台でもあります。「番町」という場所に注目し、文学と都市の関係を考えていきます。
 とき 11月21日(金)18時30分〜20時(開場18時)
 講師 五味淵典嗣さん(大妻女子大学専任講師)
 子大学専任講師) いずれも

「三二展示」古書販売目録にみる重要文化財

千代田図書館には「古書販売目録(反町コレクション)」という珍しい資料のコレクションがあります。今回は、反町茂雄さん(弘文社)発行の古書販売目録から、後に重要文化財に指定された古典籍を紹介いたします。
 販売目録に掲載されるとい

ビジネスパーソン向け講座

ビジネスに必要な基礎的知識を身につけられる講座を開催します。
「ビジネスセミナー」30代のための金融商品の基礎知識
 ▼株式投資・投資信託運用の基礎
 お金に関する知識(ファイナンシャル・リテラシー)の中から、資産管理や金融商品の基礎を、わかりやすく解説します。
 申込みには区立図書館の利用登録が必要です。
 とき 11月26日(水)19時〜20時30分
 会場 千代田図書館研修室 1・2(区役所9階)
 定員 18名(申込順)
 講師 太田博史さん(野村證券ファイナンシャルプランナー)
 申込み 平日10時〜18時に電話または直接千代田図書館レファレンスカウンター(区役所9階)☎5211-4289へ。

11月8日(土)〜14日(金) 環境標語展を開催

温暖化は地球規模の問題で、その対策が緊急の課題になっています。この問題は大人だけでなく、次世代を担う子どもたちと一緒に考えることが大切です。
 そこで、区内中学生が作成した、温暖化に関する標語を区民ホールに展示します。
 とき 11月8日(土)〜14日(金)
 ※庁舎の開いている時間は自由にご覧いただけますが、最終日は17時までです。
 会場 区民ホール(区役所1階)
 問合せ 環境・温暖化対策課 地球温暖化対策係
 ☎5211-4253

平成21年度 保育園・こども園の入園児募集

区立保育園・こども園、認証保育所等の入園児を募集します。詳しくは、7面をご覧ください。

▼千代田区高齢者等地上波デジタル放送移行支援助成

地上デジタル放送改修工事の内容	助成の対象者
<ul style="list-style-type: none"> 既存のVHFアンテナをUHFアンテナに変更する場合 新たにUHFアンテナを設置する場合または既存のUHFアンテナでアナログ放送を受信してデジタル放送受信に変更する場合 加入しているケーブルテレビのアナログ放送をデジタル放送に変更する場合 新たにケーブルテレビに加入する場合 ※平成20年4月1日以降に行った工事が対象になります。	次の①～③のいずれかに該当する区内在住の世帯 ①65歳以上の方のみの世帯 ②要介護3以上の高齢者(65歳以上)がいる世帯 ③重度心身障害者(身体障害者手帳1級、2級、愛の手帳1度、2度)または精神障害者(精神障害者保健福祉手帳1級、2級)のいる世帯
助成の内容 地上デジタル改修工事に要した費用(消費税を含む)の額(10,500円を限度)。なお、アンテナ代を含む工事費用の場合は、工事費用の2分の1の額(10,500円を限度)。	
助成の申請 地上デジタル改修工事完了後「高齢者等地上波デジタル放送移行支援助成申請書」に次の書類を添えて提出してください。 <ul style="list-style-type: none"> 住所のわかるもの(住民票、健康保険証、免許証の写し等) 助成の対象者のうち②または③に該当する場合は介護認定証、身体障害者手帳等の写し 地上デジタル改修工事に要した経費を証明する書類(領収書) 地上デジタル改修工事の概要がわかるもの(例=工事前後の写真等) 委任状(代理人が申請する場合) 	

地デジ移行を支援 相談センターのご利用を

テレビ放送は、平成23年7月24日に地上デジタル放送へ完全に移行します。総務省は、受信者が円滑に地上デジタル放送に移行できるように、相談や支援を行う相談センターを開設しています。相談センターを利用し、余裕を持って地上デジタル放送の準備を始めましょう。

問合せ 総務省地上デジタルテレビジョン放送受信相談センター
 ☎0570-07-0101

▼高齢者世帯等の地デジ導入を支援
 区は、65歳以上の方だけの世帯や障害者世帯等が円滑に地上デジタル放送に移行できるように、デジタル放送受信に必要なアンテナ設置等の費用の一部を

助成しています。左図表Ⅱ。詳しくは、お問い合わせください。申請書配布場所 情報コーナー(区役所2階)、生活福祉課(区役所3階)、高齢介護課(区役所3階)、建築指導課(区役所5階)、出張所、千代田保健所(神田錦町3-10)、社会福祉協議会(西神田1-3-4)

問合せ 建築指導課建築事務室
 査 ☎5211-4309

※自宅でご覧になっているテレビの電波の受信環境が不明な場合や地上デジタル改修工事に関する相談は、デジタルアドバイザー等へ。自宅まで伺います。

問合せ 東京ケーブルネットワーク(株)デジタルアドバイザー派遣 ☎3814-2600



▲キルト展示の様子(区民ホール)

パープルリボン・プロジェクト
 ～一緒にパープルリボンを作ってみませんか～

パープルリボン・プロジェクトは、DVや虐待などの暴力をなくすための運動です。紫色のメッセージリボンで、暴力のない世界を望む気持ちを表します。期間中、MIW交流サロンではパープルリボンキルト作品

11月12日～25日
女性に対する暴力をなくす運動期間

内閣府は、夫・パートナーからの暴力(DVDドメスティック・バイオレンス)や性犯罪、ストーカー行為等、女性に対する暴力の防止と根絶を呼びかけています。

暴力行為は、人権を著しく侵害するものです。ひとりでも悩まず、ご相談ください。

相談窓口
 (X)男女共同参画センター MIW相談室
 ☎5211-4316
 東京ウイメンズプラザ
 ☎5467-2455
 (都)女性相談センター
 ☎5261-3110
 警視庁総合相談センター
 ☎3501-0110

または、お近くの警察署生活安全課へ。夜間・緊急の場合は、110番(警察)へ。

を展示し、パープルリボンを作るリボンカフェも開催します。

▼キルト作品の展示
 とき 11月12日(水)～29日(土)

▼リボンカフェの開催
 とき 11月13日(木)18時30分～19時30分、19日(水)14時～15時、26日(水)14時～15時
 —いずれも—

会場 男女共同参画センター MIW(区役所10階)
 また、区立施設の数か所にパープルリボンの作り方を示した箱を設置します。リボン作りにぜひご参加ください。

とき 11月12日(水)～29日(土)

設置場所 MIW(区役所10階)、国際平和・男女平等人権課

身近な温暖化対策⑱

ウオームビズ

環境省は、地球温暖化防止のため、暖房時のオフイスの室温を20℃に設定することを呼びかけています。ウオームビズ(暖房に頼り過ぎず、働きやすく暖かいビジネススタイル)で温暖化対策に取り組みましょう。

ウオームビズの工夫例

- 会議室などを使用するときは、直前に暖房の電源を入れ、退室する10分前に切る
- 暖房を無駄なく効果的に使用できます。
- 日中はブラインドを開けて太陽の熱を取り入れ、夜間は閉めて保温効果を高めます。

高める 1日中快適な室温づくり
 1日に役立ちましょう。

・温かいドリンクを飲む
 特に、紅茶は体内で熱を作るので温まります。

・いすに座ってできる簡単なストレッチをする

・会議室などを使用するときは、直前に暖房の電源を入れ、退室する10分前に切る

・暖房を無駄なく効果的に使用できます。

・日中はブラインドを開けて太陽の熱を取り入れ、夜間は閉めて保温効果を高めます。

詳しくは、チーム・マイナス6%のホームページ(http://www.team-6.jp/try/warmbiz)をご覧ください。

team-6.jp/try/warmbiz

問合せ 環境・温暖化対策課 地球温暖化対策係
 ☎5211-4253

ちよだインフォメーション2009 来年3月に発行

区は、窓口での手続きや施設案内などの行政情報に加えて、新たに区内の医療機関や商店などの地域情報を盛り込んだ「ちよだインフォメーション2009」(便利帳)を来年3月末に発行する予定です。すべてのページがカラー印刷で読みやすく変わります。

なお、印刷等に要する経費は、掲載する広告料でまかさないです。来年3月末以降に、区内の全世帯に配布する予定です。

問合せ 広報広聴課 ☎5211-4174

※広告の掲載を希望する方は、11月28日(金)までに電話またはファクシミリで(株)サイネックス・成島(☎3564-2130)へ。

(区役所6階、ちよだボラン 司町2-16)など
 ティアセンター(西神田1-3-4 西神田庁舎4階)、児 童・家庭支援センター(神田 区役所2階) MIW
 ☎5211-8845

行政書士の無料相談

毎月2回開催!

遺言・相続 許認可手続 法人設立 外国人ビザについてなど

場所: 区役所2階 時間: 13時～15時

第1水曜日 11月5日 **第3火曜日 11月18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

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

ひと まち ふれあい

高齢者ふれあい秋まつり
秋晴れの日約800名が参加

10月16日、高齢者ふれあい秋まつりが開催されました。会場の西神田公園(西神田2-3-11)には高齢者センター利用者とその家族や長寿会会員、区内企業のボランティアのほか、西神田保育園・お茶の水幼稚園の園児も集まりました。盆踊りやフラダンスなどの演芸をはじめ、射的や輪投げのゲームコーナーに焼きそばや磯辺焼の模擬店など、盛りだくさんの内容に大人も子どもも一緒に秋の一日を楽しみました。



参加した高齢者は「久しぶりにたくさんの人たちと会えて嬉しかったです」と感想を。園児は「フーセンでいろいろな形を作って、おじいちゃんやおばあちゃんと遊んだ。とっても楽しかった」と笑顔で話してくれました。



射的の様子

心身障害者 激励慰安会

とき 11月16日(日)午後0時30分～2時

会場 富士見福祉会館(富士見2-3-6)

対象 区内在住の心身障害者とその家族(案内状を郵送します)

内容 第1部=式典/第2部=三遊亭若圓歌(さんゆうていわかえんか)さんの落語・夢路あかりさんの歌謡ショー

問合せ 富士見福祉会館

☎3262-1045

国民年金

20歳前の傷病で障害基礎年金が受けられる場合があります

病気やケガを負い、初めて受診した日(初診日)が20歳になる前で、①その病気のため20歳になった時点で一定の障害がある方②20歳から65歳になるまでの間に一定の障害状態になった方は、請求により障害基礎年金が

受けられます。ただし、所得制限を越えたときや日本国内に住所がない場合は支給が停止されます。

問合せ 保険年金課国民年金係 ☎5211-4202

高齢者大学

美術に親しむ
どなたでも参加できます。

とき・内容

①11月21日(金)「現代アートの楽しみ方」加藤弘子さん(東京都現代美術館学芸員)

②11月28日(金)「フランス文化に残るジャポニズムの影響～日仏国交樹立150周年を迎えて～」クリスチャン・ポラーさん

③12月5日(金)「近代日本画と琳派」山崎妙子さん(山種美術館館長)

※いずれも午後1時30分～2時30分

会場 高齢者センター4階集会室
定員 各回30名(申込順)

視覚特別支援学校
入園児・入学児を募集

筑波大学附属視覚特別支援学校幼稚部・小学部(文京区目白台3-27-6)は、平成21年4月の入園児・入学児を募集します。応募書類など詳しくは、お問い合わせください。

募集人員 下表のとおり
出願期間 12月1日(月)～5日(金)
入学調査 平成21年1月20日(火)
問合せ 筑波大学附属視覚特別支援学校 ☎3943-5422
FAX 3943-5410

Table with 3 columns: 区分, 募集年齢・学年, 定員. Rows include 幼稚部 (3-4歳児, 5歳児) and 小学部 (盲学級, 弱視学級, 特別学級).

申込み 希望する講演会前日までに、電話または直接高齢者センター窓口(神田神保町2-20 ☎3265-3981)へ。

神田で元気がながいき教室

成年後見制度を身近に考えてみる～どんなとき、どのように助けてくれる制度なのか～

成年後見制度は、心身の衰えにより判断能力が不十分になった人の権利や財産を保護し、支援する制度です。実例をもとに、わかりやすく紹介します。

とき 11月22日(土)午後1時30分～3時

会場 かねだ連雀1階ホール(神田淡路町2-8-1)

講師 廣木朋子さん(ちよだ成年後見センター長)

申込み 前日までに電話またはファクシミリ(10面参照)で神田地域包括支援センター(☎5297-2255 FAX5297-2256)へ。

脳トレーニング

川島隆太教授監修の脳トレーニングで、記憶力やひらめき力を鍛えましょう。



とき 12月9日～平成21年3月17日の毎週火曜(祝日・年末年始を除く全12回)午後1時30分～3時

高齢者センターの催し

古代史公開講座

日本の古代史を学びます。2回目は古墳の見学もします。

とき・内容

第1回=11月20日(木)午前10時30分～正午、講義「雄略天皇と稲荷山古墳の鉄剣」

第2回=11月27日(木)午前8時～午後5時、さきたま古墳群(埼玉県行田市)の見学

講師 森万里子さん(古代史同好会「まほろば会」講師)

定員 60歳以上の区内在住者35名(申込順)

※2回とも参加できる方に限ります。

参加費 4,000円(2回分)



▲稲荷山古墳(埼玉県行田市)

いきいき ライフ



▲和紙アート・ワークショップ(旧練成中)

会場 神保町区民館(神田神保町2-40)

対象 65歳以上の区内在住者30名(申込順)

※神田と麴町の地域包括支援センターで介護予防ケアプランを作成した方も参加します。

内容 読み書き、計算など

申込み 12月5日(金)までに電話で高齢介護課介護予防係(☎5211-4222)へ。

高齢者 就職面接会

おおむね55歳以上の方を対象にした就職面接会です。一度に複数の企業と面接ができます。履歴書を複数用意して、当日直接会場へ。

とき 11月12日(水)午後1時～4時

会場 東京しごとセンター(飯田橋3-10-3)

問合せ ハローワーク飯田橋高齢者職業相談室

☎5211-2360



▲フルートアンサンブル・リンクス

ID(アイディー)お昼のコンサート

4本のフルートが奏でる音色をお楽しみください。

とき 12月1日(月)午後1時30分～2時30分

定員 60歳以上の区内在住者100名(申込順)

出演 リンクス(フルートアンサンブル)

—いずれも—

会場 高齢者センター

申込み 電話または直接高齢者センター窓口(神田神保町2-20 ☎3265-3981)へ。

第46回 千代田区民体育大会

10月19日(日)に、外濠公園グラウンドで第46回区民体育大会を開催しました。
 出場選手と観客を合わせて、約8,500名が参加し、今年からの新競技「むかで競争」や「地区別対抗リレー」で大いに盛り上がりました。
 優勝は、平成14年以来6年ぶりに万世橋地区が手中に収めました。



選手宣誓



準備体操

海洋少年団
手旗訓練



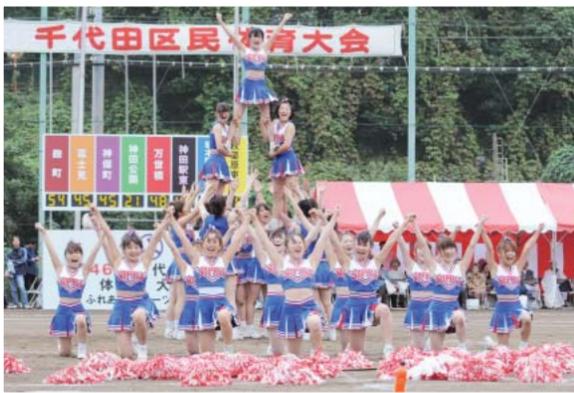
まとも競争



五城目町と曙恋村から



ゲートボール競争



上智大学応援団



綱引き



民踊 (千代田区民踊連盟)



玉入れ





買い物競争



めざせワールドカップ



エイサー踊り (琉球國祭り太鼓東京支部)

きみも未来の玉入れ選手



むかて競争



ちよた五種競技



鶴町	富士見	神保町	神田公園	万世橋	神田駅東	岩本町東神田	秋葉原東部
66	65	60	40	68	58	51	36



万世橋地区が優勝

地区別対抗リレー



玉入れ



のびのび 子育て



▲富士見キッズフェス(富士見小)

保育園

■四番町保育園「おおきくなったかな」
身長・体重測定や育児相談など。11月19日(水)9時20分～14時30分、就学前の親子

「お店屋さんごっこに来ませんか」
子どもたちの作った品物でお買い物を楽しみましょう。11月21日(金)10時～11時、就学前の親子2組、食事つき

—いずれも—
四番町11 ☎3234-2269、要予約
■神田保育園「いっしょにあそびましょう」
親子で保育園に遊びに来ませんか。

11月21日(金)10時～11時、就学前の親子、神田淡路町2-15 ☎3253-6258、要予約

■飯田橋保育園「やき芋しましょう」
第2園庭でお芋を焼いて食べましょう。雨天時は遊戯室等で行います。11月22日(土)9時30分～10時30分受付終了、就学前の親子、飯田橋3-9-17 ☎3264-1744、要予約

児童館・児童センター

■神田児童館「THE! わんぱくまつり2008」
おたのしみライブ、手づくりのお店やゲーム屋さんなど楽しさいっぱい。11月15日(土)13時～15時30分、外神田3-4-7 ☎3253-6021

■西神田児童センター「風の子バザール」
劇団風の子の楽しいお芝居です。当日直接会場へ。11月19日(水)14時～15時、西神田2-6-2 ☎5215-9062

親子でゆったりタイム in神田公園区民館

おしゃべりや遊びを楽しみましょう。保健所の保健師も来ています。11月20日(木)14時～16時(途中の入退室自由)、神田公園区民館(神田司町2-2)、区内在住の未就園児とその保護者、参加費=1組300円(茶菓代を含む)、電話・ファクシミリまたはEメール(10面参照)に参加者全員の必要事項を記

入し社会福祉協議会(☎5282-3711 ☎5282-3718 ✉info@chiyoda-cosw.or.jp)へ。

子育てママの 絵本読みきかせ講座

子どもがよろこぶ読みきかせのコツをつかむ講座です。終了後は、お子さんとランチタイムを楽しみましょう。ランチタイムはパパも参加できます。

12月6日(土)10時30分～13時30分、男女共同参画センターMiW(区役所10階)、区内在住の未就学児の母親15名(抽選)、講師=飯島晶子さん(朗読家)、参加費=1,500円(食事代を含む)、11月28日(金)までに電話・ファクシミリまたはEメール(10面参照)に参加者全員の必要事項を記入し社会福祉協議会(☎5282-3711 ☎5282-3718 ✉info

@chiyoda-cosw.or.jp)へ。
※Eメールの申込みには、受付確認のメールを返信します。3日以内に届かない場合はご連絡ください。
※パパのランチタイム参加費は500円です。
※託児サービス(1人500円・要予約)あり。

書き初めを楽しむ会

来年の書き初めの課題と、書道の道具をご用意ください。
11月30日・12月7日のいずれも日曜13時～15時、九段生涯学習館(九段南1-5-10)、小学校3～6年生各回20名(申込順)、参加費=500円(半紙代)、指導=千代田区書道協会、11月28日(金)までに電話で文化スポーツ課(☎5211-3626)へ。

スポーツセンターで体操

■親子体操教室
平成21年1月14日～3月18日の毎週水曜(1/21と2/11を除く全8回)14時～15時、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30組(抽選)、参加費=大人1,000円/幼児500円
※託児サービス(1回500円・要予約)あり。

■小学生体操教室
平成21年1月14日～3月18日の毎週水曜(1/21と2/11を除く全8回)15時30分～16時30分、区内在住・在学小学生30名(抽選)、参

加費=1,200円
—いずれも—
スポーツセンター、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)、12月16日(火)(必着)までに往復ハガキ(10面参照・1組1枚)に性別と、小学生は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。



平成21年度 保育園・こども園入園児を募集

募集する施設・定員などは右図表をご覧ください。
※4月に下のクラスから上がる園児がいるため、定員すべてが募集人員になるとは限りません。

■保育園
対象 区内在住・在勤で、保護者が働いているなどの理由で保育が受けられない乳幼児
※在勤の方は居住する区市町村へ申し込んでください。なお、0歳～3歳児クラスは10月入園からの受付です。
※1 麴町保育園は仮園舎です。新園舎(一番町4)は民営園として平成23年度にオープン予定です。
※2 神田保育園は、再開発計画のため平成21年度中に仮園舎(神田淡路町2-12旧神田消防署)へ移転する予定です。
※3 飯田橋保育園は、平成22年4月に(仮称)富士見こども施設(富士見1-10)へ移転し、こども園(幼保一元化施設)になる予定です。

■こども園
これまでの保育園と幼稚園を組み合わせ、保育園と同様の長時間保育と、幼稚園の幼児教育を実施します。
対象 区内在住の0歳～5歳児で、家庭で保育ができない乳幼児と保育を必要とする乳幼児。ただし、3歳～5歳児の短時間保育は区内在住であることが要件です。

—いずれも—
申込み 12月1日(月)～平成21年1月30日(金)に直接こども支援課運営係(区役所2階☎5211-4229)へ。
※こども園の短時間保育は、直接こども園へ申し込んでください。

■認証保育所
都独自の審査基準で質を確保し、保護者の皆さんの多様な保育ニーズにこたえる新しいスタイルの保育所です。各施設では、さまざまな幼児教育プログラムを用意しています。
区民は保育料補助の対象になる場合があります。

■都・区補助対象保育室
少人数の家庭的なきめ細かい保育を心がけています。都心にありながら自然環境に恵まれ、季節ごとに楽しい行事も行っています。
—いずれも—
費用、申込みなど詳しくは、直接施設にお問い合わせください。

▼保育園・こども園等の募集年齢・定員など

	園名	募集年齢	定員	保育時間等	
区立保育園	麴町保育園(※1) (三番町7) ☎3261-7960	0歳～5歳児 (生後57日以上)	65名	開園時間 7時30分～18時30分 (四番町保育園は7時15分～18時15分) ※保育時間は相談の上、決定します。 延長保育 18時30分～19時30分 (四番町保育園は18時15分～20時15分) 1歳児クラス以上の園児を対象に、全園で実施します(定員あり)。 ※別途保育園へ申し込みが必要です。	
	神田保育園(※2) (神田淡路町2-15) ☎3253-6258		98名		
	西神田保育園 (西神田2-6-2) ☎5215-9060		99名		
	飯田橋保育園(※3) (飯田橋3-9-17) ☎3264-1744		95名		
	四番町保育園 (四番町11) ☎3234-2269		97名		
区立こども園	いすみこども園 (神田和泉町1) ☎3866-9938	0歳児 (生後57日以上)	12名	開園時間 7時30分～18時30分 ※保育時間は相談の上、決定します。 延長保育(1歳児クラス以上) 18時30分～19時30分 長時間保育 7時30分～18時30分 延長保育 18時30分～19時30分 短時間保育 9時～14時	
		1歳児	15名		
		2歳児	16名		
		3歳児	長時間保育		20名
			短時間保育		15名
		4歳児	長時間保育		20名
			短時間保育		15名
5歳児	長時間保育	20名			
認証保育所	ポピンズナーサリー一番町 (一番町10-8) ☎3230-2105	0歳～5歳児	45名	基本保育時間 7時30分～20時30分 延長保育 7時～7時30分 20時30分～22時 (マミーズエンジェルは20時30分～22時のみ) ※このほかに、平成21年4月に開園を予定している認証保育所がありますが、詳しくは事業者が決まり次第お知らせします。	
	保育園ドルチェ (九段北4-2-22) ☎3222-0354		42名		
	キッズスクウェア丸の内東京ビル (丸の内2-7-3) ☎5809-6601		26名		
	マミーズエンジェル神田駅前保育園 (内神田2-5-2) ☎3256-8788		30名		
都・区補助対象保育室	東京通信病院ひまわり育児室 (富士見2-14-23) ☎5214-7070	0歳～5歳児	29名	基本保育時間 7時30分～18時 時間外保育 7時15分～7時30分、18時～20時 (対象は1歳半以上)	

募集

常盤橋公園の花植え

江戸城史跡の御門跡がある常盤橋公園で、チューリップや水仙の球根を植えます。

11月13日(木)11時30分～13時(雨天の場合は20日に延期)、常盤橋公園(大手町2-1)、当日直接会場へ。

CAPP'S

☎3861-0635



▲常盤橋公園の花植え

日本大学工学部図書館 公開講座

チャミズを百倍楽しむ。一江戸から続くまちの成り立ち

お茶の水のまちを深く理解できる講座です。

12月12日(金)18時～20時、日本大学理工学部駿河台校舎1号館3階131教室、講師=宇於崎勝也さん(日本大学准教授)、12月5日(金)(必着)までにハガキ・Eメールまたはファクシミリ(10面参照)で日本大学理工学部図書館駿河台(〒101-8308神田駿河台1-8-14)☎3259-0633 FAX 3293-7458 ✉stosyo@adm.cst.nihon-u.ac.jp)へ。

大妻コタカ記念会文化講演会

～日本の伝統文化シリーズ～

彫刻家の敷内佐斗司さんを招き「大妻コタカ先生の胸像製作について」「せんとうと現代ネット社会」のテーマで講演会を開催します。

11月29日(土)13時～15時15分、大妻女子大学千代田校舎(三番町12)、定員



▲大妻コタカ胸像

120名(申込順)、11月21日(金)までに電話で大妻コタカ記念会事務局(☎3265-7030)へ。

お知らせ

懸賞ハガキでWチャンス

【半蔵門通り商店会】抽選会

500円以上 500円以上

ハガキ懸賞ハガキWチャンス

※懸賞はがき+半蔵門通り商店会印のあるはがきのみ有効/枚数分はがき1枚で2度のチャンス!

「プチエコ宣言書」でもうワンチャンス!

日時 平成20年11月21日(金)

場所 平河天満宮(雨天決行)

時間 午前10時30分～午後4時まで

1等 1万円商品券 6名様
他多数(ハズレなし)

※抽選がなくなり次第終了となります。
※抽選については10月1日のチラシ及び半蔵門通り商店会ホームページに掲載します。

1) 懸賞はがき 半蔵門通り商店会印のあるはがきのみ有効/枚数分
2) プチエコ宣言書(1冊) 参加者の生活の中で購入エコ宣言をしてください

プチエコ宣言書とは
購入は「エコ宣言書」にサインをこまめにします。
「紙を多用せずに印刷を使います」
などの宣言書に書いてご参加下さい。(書式あり)

<http://www.e-kojimachi.jp/>

半蔵門通り商店会の懸賞ハガキ取扱店で、500円以上の買物や飲食をすると、懸賞ハガキを1枚差し上げます。さらに商店会の抽選会に参加すると、商品券等が当たります。

抽選会 11月21日(金)10時30分～16時(雨天決行)

抽選会場 平河天満宮(平河町1-7-5) 詳しくは、半蔵門通り商店会の懸賞ハガキまたは半蔵門通り商店会のホームページ(<http://www.e-kojimachi.jp>)をご覧ください。

半蔵門通り商店会 ☎3261-7833

不動産公売

11月11日(火)・25日(火)に、不動産を入札により公売します。

詳しくは、都主税局のホームページ(<http://www.tax.metro.tokyo.jp>)をご覧ください。

問合せ 11月11日分=(都)主税局徴収部徴収指導係 ☎5388-3024
11月25日分=(都)主税局徴収部公売係 ☎5388-3027

歳末たすけあい運動

皆さんから寄せられた募金は、対象となる方々への見舞い品や地域福祉事業、ボランティア活動支援のために活用します。皆さんの温かいご協力をお願いします。

募金は、12月1日(月)～10日(水)に町会・出張所・社会福祉協議会事務局(西神田1-3-4)で受け付けます。

社会福祉協議会

☎5282-3711 FAX5282-3718

美術館・博物館等の催し 主に企画展・特別展を掲載しています。

※印の施設は、月曜が祝日のとき開館し、翌火曜を休館します。

館名	催し物	会期	休館日	展示内容等	料金	電話
相田みつを美術館	第40回企画展 ひとりしずか 相田みつを 日めくりの世界	～12/14(日)	月 祝日は開館	日めくり「ひとりしずか」に込めた相田みつをの思いとは。初公開の原作や関連作品を紹介。『ちひろ&みつをギャラリー展』も同時開催。	800円	☎6212-3200
出光美術館	陶磁の東西交流—景德鎮・柿右衛門・古伊万里からデルフト・マイセン—	～12/23(祝)	月 祝日は開館	17～18世紀を中心に花開いた陶磁の東西交流を、中国・景德鎮を含む東洋の磁器と、それらを熱心に写し学んだヨーロッパの陶磁器との比較展示で紹介。	1,000円	☎5777-8600 (ハローダイヤル)
宮内庁三の丸尚蔵館	帝室技芸員と1900年パリ万国博覧会	～11/9(日)(第3期) 11/15(土)～12/14(日)(第4期)	月※・金	御下命により帝室技芸員を中心に制作された、1900年パリ万国博覧会出品作と同時代の作品を合わせて紹介します。	無料	☎5208-1063
国立公文書館	大正から昭和へ	～平成21年3/19(木)	土・日・祝日	大正政変から男子普通選挙制への歩みを、ヴェルサイユ講和会議や関東大震災など国内外の動きとともにたどります。	無料	☎3214-0621
JCIIフォトサロン	飯島志津夫作品展 「富士山 風土と参道」	～11/30(日)	月 祝日は開館	衰退し荒廃してゆく富士講と登山道を記録するため、富士講の旅を撮影した写真を中心に約80点(すべてモノクロ)を紹介。	無料	☎3261-0300
衆議院憲政記念館	怒濤の幕末維新—攘夷・開国から民撰議院設立建白書提出へ—特別展	11/6(木)～28(金)	11/5・30	列強の開国要求から尊王攘夷運動を経て明治新政府が誕生し、民撰議院設立建白書が提出される怒濤の時代を紹介。	無料	☎3581-1651
しょうけい館	武良茂(水木しげる)の人生	～終了日未定	月 祝日は開館	漫画家水木しげる(本名武良茂)さんが一兵士として体験した労苦を作品、個人資料、映像で伝えます。	無料	☎3234-7821
昭和館	特別上映会	11/30(日)までの 土・日・祝日	月 祝日は開館	「ポリジョイサーカスの人々」(約43分)「地底の凱歌」(約53分)「対馬丸～さよなら沖繩～」(約75分)の3作品を各日11時～、13時～、14時～上映します。	無料 (常設展示室は有料)	☎3222-2577
千秋文庫	古戦場絵図・武具図展	～12/13(土)	日・祝日	戦国時代から江戸時代にかけての武家の興亡の歴史を、古戦場絵図・武具図・古記録などによって紹介し、あわせて社寺資料も展示します。	400円	☎3261-0075
通信総合博物館	2008 サンタさんへの手紙	11/11(火)～16(日)	—	子どもたちがサンタクロースにあてた手紙を展示。11/15・16にはフィンランドからサンタクロースもやってきます(①10時30分～②14時～)。	110円	☎3244-6811
東京国立近代美術館	沖縄・プリズム 1872-2008	～12/21(日)	月※	豊かな自然や伝統文化、あるいは苦難の歴史や政治的状況が多くの作家を創作へと駆り立てる沖縄。その場所性と視覚表現とのかかわりを検証します。1階企画展ギャラリーで開催。	850円	☎5777-8600 (ハローダイヤル)
東京国立近代美術館工芸館	かたちのエッセンス 平松保城のジュエリー	～12/7(日)	月※	日本の彫金の伝統を継承しつつ、現代の感覚で斬新に展開する作者の作品を、オブジェ、器、ジュエリーという領域を横断して約70点展示します。	200円	☎5777-8600 (ハローダイヤル)
Nature Info Plaza 丸の内さえずり館	A SEED JAPAN ケータイゴリラ ～携帯電話から考える環境問題～	～11/29(土)	日・祝日	レアメタルや都市鉱山をキーワードに、携帯電話とゴリラの関係、その裏に潜む環境問題についてひととくパネル展。	無料	☎3283-3536
日本カメラ博物館	おもちゃのカメラとカメラのおもちゃ展	～平成21年1/18(日)	月※	おもちゃのようなカメラやカメラメーカーグッズ、雑貨や装飾品など見た目も楽しく遊び心たっぷりの資料を展示します。	300円	☎3263-7110
ニューオータニ美術館	第4回東山魁夷記念 日経日本画大賞展	～12/14(日)	月※	気鋭の日本画家を表彰する「日経日本画大賞」。数多くの推薦作品の中から入選および大賞作品計14点を展示。	700円 (宿泊客は無料)	☎3221-4111
明治大学博物館	氷河時代の山をひらき、海をわたる	～12/12(金)	無休	石器時代の黒曜石研究から、日本列島人類文化の起源をめぐる謎の解明に挑み、氷河時代人の躍動的なエピソードを紹介します。	300円	☎3296-4448
山種美術館	琳派から日本画へ —宗達・抱一・御舟・観山—	11/8(土)～12/25(木)	月※	「琳派」の絢爛豪華な様式美や斬新な意匠美が、近代の研究熱心な画家たちにどのような影響を与えたかに注目します。	800円	☎3239-5911
国立劇場 伝統芸能情報館	歌舞伎の干支—おもしろ動物づくし—	～平成21年1/27(火)	11/13・12/18	歌舞伎に登場する動物は妖怪として恐れられたり、神秘的なものとして扱われたりします。干支を中心にどのような形で動物が歌舞伎に登場するかを展示。	無料	☎3265-7411
国立演芸場展示室	演芸資料展 —見世物を中心に—	～12/20(土)	11/23・25・26	サーカス、独楽まわし、軽業など所蔵の資料を中心に見世物の魅力に迫ります。	無料	☎3265-7411
イタリア文化会館	永井敬二コレクションより エンツォ・マリー100のプロジェクト展	～11/26(水)	日	イタリアデザイン界の巨匠エンツォ・マリーが、ここ50年間に制作した知育玩具、食器、オフィス用小物、家具など、多岐に渡る作品100点を展示。	無料	☎3264-6032

生活ほっとライン

募集

技能祭 職業能力開発促進月間

11月12日(水)10時～15時、都立中央・城北職業能力開発センター(文京区後楽1-9-5)、内容=職業訓練生の作品展示と販売/各種工作教室(ものづくり体験)/東京都産農産物直売(うこっけい卵等)など

※苗木の無料配布(先着100名)あり。
都立中央・城北職業能力開発センター
☎5800-2611



▲昨年の技能祭の様子

都営住宅の入居者募集

一般募集住宅(家族向・単身者向)、定期使用住宅(若年ファミリー向・多子世帯向)、若年ファミリー向の入居者を募集します。

対象 都内に居住し(単身者は3年以上)、所得が基準範囲内で、現に住宅に困っている方。

※申込区分ごとに条件があります。詳しくは、募集案内をご覧ください。

申込書 11月13日(木)まで都庁および都住宅供給公社(募集センター・各窓口センター)、情報コーナー(区役所2階、日曜を除く)、出張所、まちづくり総務課(区役所5階、土・日を除く)で配布します。

申込み 郵送で11月17日(月)までに渋谷郵便局に到着したものに限り受け付け。

※問い合わせは下記へ。
(都)住宅供給公社募集センター
☎0570-010810
(11月13日まで(土・日を除く))
☎3498-8894
(その他の期間(土・日を除く))
URL <http://www.to-kousya.or.jp>

特別区(23区)職員採用フォーラム

採用試験の説明や質疑応答、パネルディスカッションを行います。特別区職員を目指す方はぜひご参加ください。

事務職採用フォーラム

12月9日(火)13時45分～16時45分、練馬文化センター大ホール(練馬区練馬1-17-37)、内容=講演「特別区の魅力～グローバル時代の職員に求められること～」中邨章さん(明治大学教授)/パネルディスカッション「現場は東京23区～まちを舞台に働く職員～」/区職員にズバリ聞きたい(質疑応答)/採用試験概要説明

技術職採用フォーラム

12月14日(日)13時30分～17時、東京

区政会館(飯田橋3-5-1)、内容=パネルディスカッション/職種別説明会/採用試験概要説明

—いづれも—

11月19日(水)までに往復ハガキ(10面参照)またはホームページで特別区人事委員会事務局「事務職または技術職フォーラム担当」係(〒102-0072飯田橋3-5-1 ☎5210-9787 URL <http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>)へ。

(区)人事担当課 ☎5211-4149

健康づくりセミナー

三井記念病院と共催の健康づくりセミナーです。健康に関する最新の情報やアドバイスから健康づくりを一緒に考えてみましょう。

11月15日(土)13時～15時、ちよだパークサイドプラザ7階会議室(神田和泉町1)、区内在住者50名(申込順)、内容=公開講座「メタボリックシンドロームについて」山門實さん(三井記念病院総合健診センター所長)=13時～13時50分/個別相談①健康相談コーナー②栄養相談コーナー③血圧測定コーナー/三井記念病院総合健診センターの医師・看護師・栄養士等(診察ではありません)=14時～15時

11月13日(木)までにファクシミリまたはEメール(10面参照)に性別・個別相談を希望する方は希望コーナーの番号を記入し三井記念病院総合健診センター(☎5687-6332 ☐y-miura@mitsuishop.or.jp)へ。

三井記念病院総合健診センター
☎5687-6331
(区)健康推進課健康推進係
☎3291-3646

市民公開講座 大腸がん

大腸がんの予防・早期発見・治療の話をします。

11月15日(土)14時～16時、都立駒込病院講堂(文京区本駒込3-18-22)、定員150名(申込順)、講師=高橋慶一さん(都立駒込病院外科部長)ほか、前日までに電話・ファクシミリまたはEメール(10面参照)で都立駒込病院がん拠点事務局(☎3823-2101 ☎3823-5433 ☐koukaikouza@cick.jp)へ。



▲昨年の市民公開講座の様子

きりえ

来年の干支「丑」の型紙を使って、きりえを作ります。

11月26日(水)18時30分～、東方学会4階会議室(西神田2-4-1)、区内在住・在勤・在学者15名(申込順)、参加費=600円(材料費を含む)、前日までに電話またはファクシミリ(10面参照)で日中友好協会千代田支部・小川原(☎3261-0433 ☎3261-1788)へ。



11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						

サーマルリサイクル 実証確認結果は問題なし

東京23区は、廃プラスチック等の焼却(サーマルリサイクル)の安全性の実証確認を各清掃工場で行っています。今回は、杉並清掃工場=写真=の3回目の結果をお知らせします。



※サーマルリサイクルとは、廃プラスチック・皮革・ゴムを燃やして体積を減らし、その熱エネルギーを、発電等に活用することです。

実証確認の内容 ①排ガス②排水③焼却灰等④ごみの性質と状態⑤周辺大気⑥運転データ

期間 5月19日～26日

測定結果 プラスチック等の焼却による影響はありませんでした。詳しくは、清掃事務所、情報コーナー(区役所2階)、出張所の窓口で閲覧できます。また、区のホームページ(<http://www.city.chiyoda.lg.jp>)や東京二十三区清掃一部事務組合のホームページ(<http://www.union.tokyo23-seisou.lg.jp>)でもご覧いただけます。

千代田清掃事務所 ☎3251-0566

都税事務所窓口での本人確認 変更

11月から都税事務所窓口で本人確認方法が変わりました。

運転免許証など官公庁発行の顔写真付書類は1種類で確認できますが、それ以外の書類(A=健康保険証など官公庁発行の顔写真なしの書類B=キャッシュカードなど、その他の本人を証明する書類)は複数の提示(Aを2種類またはA・B各1種類)が必要です。

年金保険料は社会保険料控除の対象に

平成20年1月～12月に納めた保険料は、全額が確定申告や年末調整の社会保険料控除の対象です。社会保険料控除として申告をする場合は、納付した国民年金保険料を証明する書類の添付が必要になります。

家族の国民年金保険料を納付した場合も、納付した方が社会保険料控除として申告ができます。

12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			

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。

11月21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 ハローワーク飯田橋U-35
☎5212-8609



▲前回の様子

2008クリスマス チャペル・コンサート

どなたでも鑑賞できます。当日直接会場へ。

11月29日(土)17時～(開場16時30分)、日本キリスト教団三崎町教会(三崎町1-3-9)、出演=三崎町教会聖歌隊・加賀清孝さん(バリトン)・秋山雪美さん(メゾ・ソプラノ)、曲目=世界で初めのクリスマス・もろびと声上げほか。
三崎町教会 ☎3295-4471

11月は犯罪被害者推進月間

犯罪被害者相談所開設

ひとりで悩まずに まずはご相談ください

11月27日(木)～29日(土)10時～16時、飯田橋レインボービル(新宿区市谷船河原町11)

電話相談 ☎3597-7830(犯罪被害者ホットライン)

☎3235-4161(期間中)

麴町警察署 ☎3234-0110
丸の内警察署 ☎3213-0110
神田警察署 ☎3295-0110
万世橋警察署 ☎3257-0110

生活ほっとライン

募集

さくら染色教室

さくらの葉から抽出した染料で原毛を染めます。

11月15日(土)13時~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、11月13日(木)までに電話またはファクシミリ(記入例参照)で道路公園課都市施設主査(☎5211-4243 ㊟3264-4792)へ。

当日連絡先 ☎080-3171-9433



江戸城ファミリーウォーク

江戸城や江戸時代の話聞いたあと、ガイドボランティアによる江戸城周辺のクイズに答えながら約7~8kmのウォーキングをします。

11月24日(休)10時~15時(9時30分受付)、区民ホール(区役所1階)、定員120名(申込順)、講師=長谷川洋介さん(神田川船の会公認ガイド)、テーマ=「知っていますか?江戸城・石垣の秘密」、参加費=500円(保険料を含む)、前日までに電話またはファクシミリ(記入例参照)で(財)東京YMCA会員部(☎3615-5568 ㊟3615-5578)へ。

※保険料の一部を区の生涯学習事業やYMCAの国際協力事業に寄付します。



アレント・オルガンランチタイムコンサート

オルガンとヴィオラ・ダ・ガンバが競演します。

11月15日(土)12時15分~13時15分、日本大学カザルスホール(神田駿河台1-6 ☎3294-1229)、入場料=500円、出演=今井奈緒子さん(オルガン)、福田宏さん(ヴィオラ・ダ・ガンバ)、当日直接会場へ。

ガイドボランティア養成セミナー



江戸の歴史と先端都市東京の魅力を伝えるガイドボランティア。2日間のセミナーの後で認定審査を行い「江戸東京ガイドの会」に仲間入りです。

①11月24日(休)9時~16時、富士見区民館(富士見1-6-7)、講師=徳川恒孝さん(徳川宗家18代当主)・蓮池光洋さん(増上寺執事)・会員による神楽坂ガイドの実施②11月30日(日)9時~16時、九段生涯学習館(九段南1-5-10)、講師=北原進さん(立正大学名誉教授)・山野勝さん(坂道研究家)・会員による皇居東御苑ガイドの実施③12月7日(日)9時~12時、九段生涯学習館(九段南1-5-10) / 認定審査(合格発表は、後日通知)、受講料=9,000円(3回分・事前振込み)、11月15日(土)までにハガキで江戸東京ガイドの会・小穴雄康(〒102-0075三番町7-10-903 ☎090-5191-5780)へ。

※受講料は事前振込みのため、申込み前にお問い合わせください。

詳しくは、千代田区観光協会のホームページ(<http://kanko-chiyoda.jp>)をご覧ください。

千代田区観光協会 ☎3292-5530

MIWインターネット体験教室

初心者を対象に、インターネットの基礎知識・基本操作を1人1台のパソコンで楽しく学びます。

11月25日(火)18時30分~19時30分、男女共同参画センターMIW(区役所10階)、定員3名(抽選)、11月14日(金)(必着)までに往復ハガキ(記入例参照)でMIW(〒102-8688九段南1-2-1区役所10階 ☎5211-8845 ㊟5211-8846)へ。

※託児サービス(有料・要予約)あり。

有料広告を募集

今年度発行予定の「障害者福祉のしおり」に掲載する有料広告を募集します。

広告掲載料=A4判1/4頁5,000円が

ひと まち ふれあい

伝統文化「紙すき」を体験 クリスマスツリーを作成

(財)まちみらい千代田は、10月4日・5日の2日間で、創作和紙アート・ワークショップを開催しました。創作和紙のアーティストとして有名な堀木エリ子さんの指導で、外国人を含む112名が参加し日本の伝統文化「紙すき」を体験しました。今回の作品は、参加者が作成した一つひとつの作品を集めて、高さ



2m30cmのクリスマスツリーに仕立てあげ、12月中旬ごろに区役所内に展示する予定です。

参加したポランドの女性は「日本の

伝統文化を体験できて、とても楽しかった。12月にでき上がるクリスマスツリーがとても楽しみです」と話していました。ほかの参加者も「和紙を紙すきから体験するのは初めてです。このような機会があれば、また参加したい」「伝統的な和紙を使って、洋風のクリスマスツリーをつくるという発想が面白かった」と和紙づくりに熱中していました。



さんです。詳しくは、電話で問い合わせの上、11月20日(木)までにお申し込みください。

生活福祉課障害者福祉係 ☎5211-4214

九段高校都民講座 特別講演



世界最高峰を目指すための「超健康法」

12月6日(土)14時~15時30分、都立九段高等学校体育館(九段北2-2-1)、定員600名(抽選)、講師=三浦雄一郎さん(プロスキーヤー)、11月21日(金)(消印有効)までに往復ハガキ(記入例参照)で東京都立九段高等学校内法人「九段」事務局(〒102-0073九段北2-2-1 ☎3265-0931)へ。

シンポジウム 論語

現代に生きる論語

11月29日(土)10時~16時45分、二松學舎大学中洲記念講堂(三番町6-16)、定員300名(申込順)、講師=前田日明

さん(株)リングスCEO)ほか、11月21日(金)までにEメール・ファクシミリ(記入例参照)または電話(平日9時~17時)で二松學舎大学(☎rongo@nishogakusha-u.ac.jp ㊟3261-7413 ㊟3261-1285)へ。

婦恋スキー講習会

平成21年1月22日(木)19時スポーツセンター前出発~パルコール婦恋スキーリゾート(群馬県婦恋村)~25日(日)、区内在住・在勤者35名(申込順)、指導=千代田区スキー協会、参加費=29,500円(バス代・宿泊費・障害保険料等を含む)、12月8日(月)(必着)までに往復ハガキ(記入例参照・申込人数5名まで)に代表者氏名と全員の必要事項を記入し千代田区スキー協会(〒101-0043内神田2-1-8スポーツセンター内)へ。

千代田区スキー協会・平岡 ☎090-3085-3267



生活習慣病予防教室(2日制)

人間の体は毎日、病原菌やがん細胞と戦っています。日ごろの好ましくない生活習慣や年齢とともに戦う力が弱まります。免疫力を強くする方法について専門の先生にお話をうかがいます。

とき・内容等 下図表のとおり
会場 千代田保健所(神田錦町3-10)
対象 20歳以上の区内在住者50名(申

込順)
申込み 電話で健康推進課健康推進係(☎3291-3646)へ。
※1週間前ごろに栄養相談票等を送ります。記入の上、1日目にお持ちください。



とき	内容	講師
12月8日(月) 13時30分~15時30分	病気に負けない力(免疫力)を強くする方法	星野泰三さん(統合医療ビレッジ理事長)=写真=
12月15日(月) 13時30分~16時	栄養バランスのよい食事	管理栄養士
	初心者のための自宅のできる ①正しい姿勢 ②ストレッチ ③筋肉トレーニングの実際	門屋悠香さん(運動指導員)
	指で測る血管年齢の測定	保健師

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。
 ※Eメールの場合は件名にも催しなどの名称を。
 ※在勤・在学の方は勤務先(学校名)、所在地、電話番号も記入。
 ※費用の記載の無いものは原則無料。

—個人情報について—

- 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。