CHIYODA CITY

広報 千代田

No.1055
平成13年（2001年） 1/5
（毎月5日・20日に発行）
代表電話 ☎3264-0151

発行／千代田区　編集／企画部広報課　〒102-8688 千代田区九段南1-6-11　URL／http://www.city.chiyoda.tokyo.jp

主な内容

(仮称)岩本町二丁目複合施設着工
千代田区長選挙のお知らせ …… 2
(仮称)麹町二丁目公共施設着工
介護保険・年金・国保 …… 3
各施設のお知らせ
スポーツ・保健 …… 4

〈仮称〉岩本町二丁目複合施設 麹町二丁目公共施設 着工！

▲(仮称)岩本町二丁目複合施設

▲(仮称)麹町二丁目公共施設

輝かしい二十一世紀を迎えて

千代田区長　木村　茂

あけましておめでとうございます。

皆さまには希望にあふれたすがすがしい新春をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

さて、千代田区は、昨年四月に実現した都区制度改革により、名実ともに基礎的な地方公共団体に位置づけられ、清掃事業など皆さまに身近な事務を自ら行うことができるようになりました。また、財政自主権も強化され、財源が明確化し、財政運営の自主性も高められました。

本年は二十一世紀のスタートを飾る輝かしい年に当たります。

この輝かしい二十一世紀が区民の皆さまにとってより良い世紀となりますよう、「住み続けられることはもとより、住みたくなるまち千代田区の形成」「区民本位の区政の確立」「簡素で効率的な行財政運営の確立」を基本的考え方とする「基本構想」とそれを具体化する「基本計画」を本年中に策定する予定でございます。

また、これまでの地域経済対策や都市基盤整備などに加え、介護保険の適切なサービス提供を確保するための介護保険オンブズパーソンの設置、地球環境保全のための資源回収事業の拡充、さらには、IT（情報通信技術）の進展に対応した区政情報化の一層の推進などにも、全力を挙げて取り組んでまいります。

本年も区は、区民の皆さまとの信頼関係のもとに、身近で開かれた区政を展開し、区民福祉の向上を一層推進してまいります。皆さまの一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

☆次号は1月20日（土）に新聞折り込みでお届けします☆

R100
古紙配合率100%
白色度81%の再生紙を使用しています

やさしさのある生き生きとしたまちと豊かな高齢社会を目指して

(仮称)岩本町二丁目複合施設着工！

旧今川小学校・幼稚園の跡地に建設を予定している「(仮称) 岩本町二丁目複合施設」は、地元街づくり計画推進協議会をはじめとする地域関係者の皆さんのご理解とご協力のもとに、実施設計がまとまり、平成15年7月竣工を目指して、平成12年11月上旬に建設工事に着手しました。

この施設は、介護保険制度の円滑な運営を目的とした高齢者在宅サービスセンターをはじめ、ショートステイ（短期入所生活介護機能）、痴ほう性高齢者グループホームなどの**高齢者介護支援施設**ならびに**地域利用施設**の多目的ホールなど、また、東京都住宅供給公社が供給する**一般賃貸住宅**から構成されています。

問合せ　施設課

8～15階	東京都住宅供給公社一般賃貸住宅　55戸
7　階	ケアハウス（居室1K6戸、2K4戸）
6　階	ケアハウス（居室1K6戸、食堂兼集会室、浴室、集会室、事務室等）
5　階	設備階（配管スペース、施設空調室外機等）
4　階	痴ほう性高齢者グループホーム（定員9名）（居室、台所、食堂、浴室、リビングルーム）
3　階	ショートステイ（短期入所生活介護機能）20床
2　階	高齢者在宅サービスセンター、在宅介護支援センター、高齢者センター
1　階	多目的ホール、事務室、防災センター等
地下1階	防災備蓄倉庫、記念室、ごみ置き場、駐車場等
地下2階	電気室、受水槽室、汚水処理室、ボイラー室、ポンプ室等

主な施設・機能

高齢者在宅サービスセンター

デイホーム、生活指導、日常動作訓練、給食・入浴サービス等を行います。

在宅介護支援センター

在宅の要介護者とその介護者を対象に、介護などに関する総合的な相談に応じ、福祉・保健サービスが受けられるように関係機関と連絡調整を行います。

高齢者センター

60歳以上の健康な区民を対象に、生活相談・健康相談などの各種相談に応じ、適切な援助、指導を行います。また、教養講座やレクリエーション事業等を実施します。

ショートステイ（短期入所生活介護機能）

寝たきりの高齢者等の介護者に代わって、一時的に養護する必要がある場合に、その高齢者等を短期間受け入れます。

痴ほう性高齢者グループホーム

おおむね65歳以上の中程度の痴ほう性高齢者を対象に、プライバシーに配慮した住居に少人数で住み24時間の専門的な援助体制のもとで、それぞれの能力を生かし、料理、掃除などをしながら、家庭的で落ちついた雰囲気のなかで生活を送ります。

ケアハウス（軽費老人ホーム）

原則として60歳以上の方で、自炊ができない程度の身体機能の低下が認められ、または、独立して生活するには不安が認められる方を対象に、食事の提供、生活相談、その他日常生活に必要なサービスの提供を行います。

東京都住宅供給公社一般賃貸住宅

55戸（1LDK8戸、2DK23戸、2LDK16戸、3DK8戸、住宅用集会室）

※中堅所得者層を入居対象とした賃貸住宅です。

施　設　概　要

所 在 地　岩本町二丁目78番ほか（地番）
敷地面積　2,350.86㎡
建物規模
▶構造・規模　鉄骨鉄筋コンクリート造、地下2階、地上15階
▶建 築 面 積　1,397.94㎡
▶延べ床面積　17,134.37㎡

千代田区長選挙のお知らせ

2月4日(日)は、千代田区長選挙の投票日です

投票時間：午前7時～午後8時

2月4日(日)の千代田区長選挙は、明日の区政を託す人を選ぶ選挙です。大切な一票を無駄にせず、必ず投票しましょう。

投票できる方

昭和56年2月5日以前に生まれ、平成12年10月27日までに千代田区に転入届出をし、引き続き投票日まで区内に住んでいる方です。投票日までに千代田区外へ転出された方は投票できません。

選挙公報

選挙に立候補された方の氏名、経歴、政見などを掲載した選挙公報を、2月1日(木)ごろ新聞折り込みで、各家庭にお届けします。

また、丸の内1～3丁目、大手町1・2丁目、有楽町1・2丁目、内幸町1・2丁目、霞が関1～3丁目、永田町1・2丁目、皇居外苑、日比谷公園、千代田、一ツ橋1丁目の地域の方には、郵送でお届けします。

公営ポスター掲示場

公営ポスター掲示場を、区内111か所に設置します。

問合せ　選挙管理委員会事務局

平成13・14年度 工事請負、設計・測量などの入札参加申込みの受け付け

平成13・14年度に、区が発注する建設工事、設計・測量・地質調査の競争入札に参加される企業（個人の）「競争入札参加資格審査申込」を受け付けます。

受付期間　2月8日(木)～23日(金)（新規受付は、2月16日(金)～23日(金)までの土曜・日曜日、祝日を除く毎日、いずれも午前9時30分～午後4時（正午～午後1時を除く）

※毎朝8時30分から受付場所で整理券を約250枚（先着順）配布します。整理券がなくなり次第、その日の受け付けは終了します。

申請書類　東京都様式（ただし、千代田区内業者については、区独自様式を併用）

受け付ける主な営業種目

▼**土木・建築工事**　道路舗装・橋梁・建築工事など
▼**設備工事**　電気、給排水衛生・空調工事など
▼**設計・測量・地質調査**　建築・土木設計、測量など
▼**その他の工事**　造園、運動場施設、防水、塗装など

受付場所　区役所6階605会議室

問合せ　経理課契約係

※詳しい案内等は、区ホームページ（URL http://www.city.chiyoda.tokyo.jp）、千代田・くらしのファクシミリガイド（☎3264－2233項目番号9940）でも取り出せます。

区営住宅・高齢者住宅（あき家）

募集期間：1月19日(金)～29日(月)

単身入居者募集

(財)千代田区街づくり推進公社では、区営住宅・高齢者住宅のあき家入居者を募集します。

住宅の概要・募集戸数など
下表のとおり

入居予定　4月中旬

申込みできる方　次の①～⑤の条件をすべて満たし、各住宅の要件に該当する方。
①区内に引き続き1年以上住んでいる単身者（同居している親族がいないこと）で、
②所得が定められた基準の範囲内であり、
③現に住宅に困り、必要としていて、
④住民税を滞納していない方。
⑤身体上または精神上著しい障害があるために、常時の介護を必要とする方は、その心身の状況に応じた介護が受けられること。

▼**区営住宅**
50歳以上の方、または次のいずれかに該当する成年者の方。
・身体障害者手帳（1級～4級）の交付を受けている障害者
・戦傷病者手帳（第1款症以上）の交付を受けている障害者
・原子爆弾被爆者のうち、厚生労働大臣の認定書の交付を受けている方
・生活保護受給者
・海外からの引揚者で日本国に引き揚げた日から起算して5年を経過していない方

▼**高齢者住宅**
・65歳以上の方

▼住宅の概要・募集戸数など

住宅の名称（所在地）		間取り 住戸面積	住宅使用料（月額）※	入居者数	募集戸数	所得基準（年間所得額）
富士見あんず館	区営富士見住宅（富士見1－11－8）	1DK 30.15㎡	18,000～39,600円	1人	1戸	0～3,216,000円
	区営富士見高齢者住宅（富士見1－11－8）	1DK 28.58～30.15㎡	17,000～39,600円	1人	3戸	

※住宅使用料は平成12年度の額です。

※詳しくは、1月19日(金)から出張所、区政案内相談コーナー（区役所1階）、住宅課（区役所4階）、(財)千代田区街づくり推進公社（千代田会館2階）で配布（土曜・日曜日を除く）する「申込みのしおり」をご覧ください。

申込み　「申込みのしおり」をご覧のうえ、申込書に必要事項を記入し、所定の封筒で郵送してください（1月19日(金)～29日(月)までの消印で2月1日(木)必着）。申込者が多数の場合は抽選となります。

問合せ　(財)千代田区街づくり推進公社住宅部　☎3262－0230

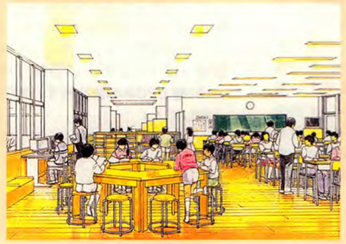
子どもたちや地域の皆さんに親しまれる施設に

(仮称)麹町二丁目公共施設着工！

麹町小学校およびその南隣の区有地に建設を予定している「(仮称) 麹町二丁目公共施設」（麹町小学校・幼稚園、番町出張所・区民館、ストックヤード）は、施設建設協議会をはじめとする多くの学校・地域関係者の皆さんのご理解とご協力のもとに、実施設計がまとまり、平成15年2月竣工を目指して、平成12年11月下旬に建設工事に着手しました。

この施設は、区民の身近なコミュニティセンターとしての役割を果たす**出張所・区民館**と、学校教育のみならず生涯学習の場、子育て相談の場ともなり、災害時の避難所としても利用される**小学校・幼稚園**、また、資源回収のための**ストックヤード**から構成されています。子どもたちや地域の皆さんに親しんでいただけるさまざまな特色を盛り込んで設計しています。

問合せ　指導室教育環境主査、番町出張所、清掃リサイクル課リサイクル係



主な施設・機能

小学校・幼稚園

●多様な学習活動に対応できる教室

従来のような一斉授業だけでなく、学年合同、グループ、個別など多様きめ細かい指導を可能にするため、普通教室と連続する位置にオープンスペースを設置し、可動間仕切りとともに多様な学習空間を創出します。またランチルームは、全校生徒が一斉に給食をとることができる施設です。

●水深調節が可能な温水プール

温水を使用するほか、プールサイドには床暖房を備え、年間を通して快適に利用できます。また、水深調節ができる可動床を設置し、幼児、小学生、一般開放時の大人の利用まで幅広く対応します。

出張所・区民館

●事務室、会議室など

高齢者の方々をはじめ、すべての人々が使いやすいバリアフリーの設計です。

入り口にはギャラリーなどを設け、地域の皆さんがいつでも気軽に利用できる、機能的で親しみやすい施設です。

施設全体機能

●災害拠点としての建物

免震構造を採用し、災害発生時の地域の避難所および防災拠点としての役割が最大限に果たせるように、十分な強度と安全性を備えます。

施　設　概　要

所 在 地　麹町二丁目8番2ほか（地番）
敷地面積　6,474.69㎡
建物規模
▶構造・規模　鉄筋コンクリート造、地下1階、地上5階
▶建 築 面 積　2,873.80㎡
▶延べ床面積　12,679.12㎡

屋上（5階）		設備機械室、塔屋
4　階	小学校	音楽室、調理実習室、ランチルーム、厨房、体育館観覧席など
3　階	小学校	普通教室（オープンスペース設置）、理科室、図工室、被服室兼多目的室、体育館
2　階	小学校	普通教室（オープンスペース設置）、図書室、コンピュータ室、国際理解教室、保健室、校長室、職員室、事務室など
1　階		小学校：エントランス、放送室など 幼稚園：保育室、遊戯室、職員室など 区民館：和会議室（50畳、ステージ付き）、和会議室（30畳）
地下1階		小学校：防災備蓄倉庫、記念室、プールなど 出張所：事務室、多目的ホール、洋会議室、ギャラリー、消防倉庫など ストックヤード、駐車場、機械室

介護保険

■介護保険の保険料や利用料の負担が困難な方へ

災害や失業などで一時的に生活が苦しくなり、保険料や利用料を負担することができなくなった時は、保険料の徴収猶予や保険料・利用料の減免を受けられる制度があります。

また、世帯全員が区民税非課税の方で、生活困窮のため資産等を活用しても保険料が支払えない方は、保険料が軽減される場合があります。

申請により、基準に照らし区が調査・決定します。詳しくはお問い合わせください。

問合せ　介護保険課保険料係・給付係

■2月利用分から、訪問介護利用料の助成対象者を拡大します

要介護等認定者で、訪問介護（ホームヘルプ）サービスを利用する方のうち、介護保険料の所得に応じた段階が第2段階以下の方（世帯全員が区民税非課税の方）が対象です。本来、訪問介護サービス費用の10％分が本人負担の利用料になりますが、2月利用分からは7％分を区が助成するため、3％分が本人負担の利用料になります。

該当する方には、1月末ごろ減額認定証をお送りします。なお、すでに減額認定証をお持ちの方は、引き続き現在の減額認定証を使用できます。

問合せ　介護保険課普及係

国民年金

■20歳がスタート！国民年金

新成人の皆さん！大人の第一歩として、国民年金に必ず加入してください。年金は、老後支給される以外に、思わぬ事故や病気で障害が残ったときにも支給されます。

区では、満20歳になる誕生日の前月に加入ハガキをお送りしています。必要事項を書いて返送してください。

なお、保険料の納付が経済的に困難な方には、免除制度があります。学生の方には、学生納付特例制度もありますのでご相談ください。

問合せ　保険年金課国民年金係

国民健康保険

■高額療養費等が変更になりました

法改正に伴い1月1日から、①高額療養費の自己負担限度額②入院時食事療養費の自己負担額③老人保健で医療を受けるときの一部負担金が変わるほか、新たに海外療養費が創設されました。詳しくはお問い合わせください。

問合せ　保険年金課管理係

※心身障害者医療費助成制度（都制度）の自己負担金も変わりました。詳しくは（都）福祉局障害者福祉部計画課☎5320－4142へお問い合わせください。

お知らせ

■「中央合同庁舎第二号館へリポート設置事業の環境影響評価書案に係る見解書の公示・縦覧と説明会

東京都環境影響評価条例に基づき、環境影響評価書案に係る見解書が公示され、縦覧できます。

また、環境保全の見地から意見のある都民の方は、意見書を提出することができます。

問合せ　環境保全課環境係

縦覧期間　1月12日(金)～31日(水)（土曜・日曜日を除く）

縦覧時間　午前9時30分～午後4時30分

縦覧場所　区環境保全課、(都)環境局環境評価部環境影響評価審査課

※番町出張所、番町出張所丸の内分室、千代田図書館、四番町図書館でも閲覧できます。

意見書の提出・問合せ　2月13日(火)（消印有効）までに、対象事業の名称、住所、氏名、意見を書いて郵送または直接、(都)環境局環境評価部環境影響評価審査課（〒163－8001新宿区西新宿2－8－1第1本庁舎北塔35階☎5388－3440）へ。

事業説明会
評価書案に係る見解書の内容について次のとおり事業者説明会が行われます。

とき　1月17日(木)午後6時30分～8時30分
会場　中央合同庁舎第二号館地下2階会議室（霞が関2－1－2）
問合せ　建設大臣官房官庁営繕部建築課☎3580－4311内線2517

■優良従業員の推薦について

3月16日(金)に千代田区公会堂において、勤務成績優秀な従業員の方を表彰します。表彰には事業所の所属する団体（東京商工会議所千代田支部、商店会、業種別団体等）の長、または町会長からの推薦が必要です。推薦書は各団体で取りまとめのうえ、1月19日(金)までに提出してください。

対象　区内の同一中小企業に5年以上勤務し、他の模範となる従業員の方。

問合せ　商工振興課商工観光係

■「ホーム・スイートホーム」上映会

老人福祉と介護について、「釣りバカ日誌」シリーズ監督の栗山富夫氏が、明るく描いた作品です。

とき　2月1日(木)午後3時30分～5時40分、午後6時20分～8時40分の2回
会場　千代田区公会堂（九段南1－6－17）
定員　各回800名（申込順）
費用　1千円

※高校生までと65歳以上は無料。

申込み　電話またはファクシミリ（4面記入例参照）で、NPO都市住宅とまちづくり研究会☎5207－6227 FAX 5294－7326へ。

歳末たすけあい運動にご協力ありがとうございました

昨年12月1日～10日に行いました「歳末たすけあい運動」では、皆さんからの温かいご協力をいただきました。

問合せ　千代田区社会福祉協議会地域福祉課☎3262－5844

記入例
①催し・講座名②〒・住所③氏名（ふりがな）④年齢⑤性別⑥電話番号⑦その他
※在勤・在学の方は、勤務先・学校名と所在地・電話番号を追記。
※往復ハガキの場合は、返信側にも住所・氏名を忘れずに。

図書館

●千代田図書館（九段南1-6-11）
☎3264-0151

☆**おはなし会**　1月17日㈬、2月3日㈯、幼児向け＝午後2時～2時30分、小学生以上＝午後3時～3時30分

☆**土曜映画会**　1月27日㈯午後2時～2時50分、神保町ひまわり館（神田神保町2－40）「ゆうかんな10人のきょうだい」「スノーマン」

●四番町図書館（四番町1）
☎3239-6357

☆**日曜映画会**　1月21日㈰午後1時30分～3時10分、「類人猿ターザン」

☆**おはなし会**　1月28日㈰、幼児向け＝午後1時30分～2時、小学生以上＝午後2時30分～3時

児童館

●一番町児童館（一番町10）
☎3230-0866

☆**映画会**　1月15日㈪午後2時～3時30分、「ちびまる子ちゃん」「はれときどきぶた」「はらぺこあおむし」

☆**2001年おめでとう「ゲーム会」**　1月17日㈬午後2時～3時

●神田児童館（外神田3-4-7）
☎3253-6021

☆**21世紀こんにちは！「新年おたのしみ会」**　1月13日㈯午後1時30分～3時30分、楽しいゲームとおもちつきをします。みんなで遊びに来てね！

高齢者センター

（神田神保町2－20　☎3265－3981）

☆**新春おたのしみ会**　1月12日㈮午後1時30分～3時、第1部＝馬簾太鼓ほかによる和太鼓演奏と獅子舞、第2部＝楽しいゲームなど

※当日直接センターへ。先着150名にお汁粉が出ます。

☆**高齢者大学講演会「芸術散歩道」**
①1月19日㈮＝相田一人氏（相田みつを美術館館長）による「書で語る～相田みつをの世界～」、②1月26日㈮＝岸本美香子氏（東武美術館学芸員）による「傑作の背景～トゥールーズ・ロートレック～」、③2月9日㈮＝諏訪春雄氏（学習院大学文学部教授）による「江戸の絵師～写楽のなぞ～」、いずれも午後1時30分～、50名（申込順）を募集中。

☆**新春映画会**　1月24日㈬午前9時40分～、午後0時30分～の2回、「細雪」

富士見福祉会館

（富士見2－3－6　☎3262－1045）

☆**新春もちつき大会**　1月21日㈰午前10時30分～正午、東京都トラック協会千代田支部青年部によるもちつき大会です。どなたでもお気軽にどうぞ。

男女共同参画センター

（神田和泉町1　☎5823－0772）

■MIW千夜一夜（第17夜）「なぜ!?仕事は一人前、扱いは半人前―非正社員の均等待遇実現に向けて―」

女性のワーキングライフを考えるパート研究会の酒井和子さんを迎え、非正社員の均等待遇の実現に向けた活動などについて伺います。

とき　1月24日㈬午後6時30分～8時30分
定員　20名（抽選）
申込み　電話でセンターへ。
※一時保育あり。1月19日㈮までにお申込みください。

区共催講座

楽しく身につけよう　話す、聞く、書くのポイント

とき・内容　2月10日㈯＝話す、聞く、書くのポイントについて、17日㈯＝会議の進め方、司会のしかた、プレゼンテーションの方法等、24日㈯＝ミニ・ディベート、議論のしかた等
※いずれも午後2時～4時、毎回、簡単なストレッチ体操、発声、発音、会話の練習をします。
会場　神保町ひまわり館（神田神保町2－40）
講師　江木基彦氏（㈳言論科学振興協会理事）
定員　40名（申込順）
共催　ちよだ女性団体等連絡会
申込み　ハガキかファクシミリ（記入例参照）で、男女平等・人権課FAX3239－8605へ。
※満1歳以上の未就学児の一時保育を希望の方は、子どもの氏名と生年月日、年齢を追記してください。

ちよだパークサイドプラザ

（神田和泉町1　☎3864－8931）

☆**工作会**　1月16日㈫午後2時30分～4時、小学生以上の児童15名（申込順）を募集。1月9日㈫申込用紙配布、1月10日㈬受付開始。

スポーツ

スポーツ振興課（総合体育館内）
〒101－0047　内神田2－1－8　☎3256－8444

■スポーツダンスの集い

とき　2月25日㈰午後1時～
会場　総合体育館
対象　区内在住・在勤者300名（申込順）
運営　千代田区スポーツダンス連盟
申込み　2月15日㈭までに電話または直接、スポーツ振興課へ。

1月8日は成人の日のつどい

とき　1月8日㈷午後1時～（正午受付開始）
会場　赤坂プリンスホテル新館2階クリスタルパレス（紀尾井町1－2）
対象　昭和55年4月2日～昭和56年4月1日生まれの区内在住者
問合せ　生涯学習振興課　☎5294－3650

保健

千代田保健所　〒101-0054　神田錦町3-10
千代田保健所麹町庁舎　〒102-0093　平河町2-7-4

■介護教室（難病リハビリ教室）「言葉が出にくい方（構音障害者等）へのコミュニケーション支援」

病気や障害などにより、言葉が出にくい、大きな声が出ない、また食べ物の飲み込みが悪くむせやすい等の症状のある方と介護者・ご家族の方に、上手な声の出し方や食べ物を飲み込みやすくする方法をお話します。専門医による診察、相談も受けられます。

とき　1月24日㈬午前10時～11時50分
会場　千代田保健所麹町庁舎
対象　区内在住・在勤・在学者30名（申込順）
講師　石川万季氏・藤原和枝氏（都立神経病院リハビリテーション科言語聴覚士）
申込み　電話で、在宅サービス課在宅保健係☎3221―1315へ。

■老人精神保健介護者学習会「高齢者の心の問題と、対応の方法を考える会」（2日制）

高齢者の心の問題でお悩みのご家族や介護者の方々のための学習会です。

痴ほうに関する知識や対応の方法について専門家のお話を伺い、日ごろ抱いている疑問や問題点などの相談と話し合いを行います。

とき　1月30日、2月6日、いずれも火曜日の午後2時～4時
会場　千代田保健所麹町庁舎
対象　区内在住・在勤・在学者30名（申込順）
講師　笹森貞子氏（㈳ぼけ老人を抱える家族の会東京都支部代表）
申込み　電話で、在宅サービス課在宅保健係☎3221―1315へ。

■歯っぴーセミナー（2日制）「8020（80歳で20本の歯を残す）達成を目指して！」

40歳から急増する歯の喪失を防止するためのセミナーです。

とき・内容　表1のとおり
会場　千代田保健所
対象　区内在住・在勤・在学者50名（申込順）
講師　鳥山佳則氏（東京医科歯科大学歯学部付属病院歯科総合診療部講師）
申込み　電話で、千代田保健所保健サービス課保健予防係☎3291－3654へ。

■高脂血症予防教室（2日制）「コレステロールを今より20mg下げる」

コレステロールの正しい知識を学び、あなたに合った生活習慣（食事、運動）を見つけます。

とき・内容など　表2のとおり
会場　千代田保健所
対象　区内在住・在勤者40名（申込順）
申込み　電話で、千代田保健所保健サービス課健康推進係☎3291－3646へ。

表1　歯っぴーセミナー

とき	内容
2月1日㈭ 午後1時30分～3時30分	歯周病編「土台が肝心」 歯周病の基礎知識と予防について、口腔ケアグッズあれこれほか
3月1日㈭ 午後1時30分～3時30分	むし歯編「新しいむし歯はもう作らない」 成人のむし歯の特徴と対策、歯磨き剤と洗口剤利用のコツほか

表2　高脂血症予防教室

とき	内容	講師
2月8日㈭ 午後1時30分～3時30分	コレステロールを適正な値にするための方法	横浜赤十字病院内科部長 医師　林　洋氏
2月15日㈭ 午後1時30分～3時30分	コレステロールを今より20mg下げる生活習慣	千代田保健所 管理栄養士、保健婦

☆休日の診療当番医や区の施設・事業のことは、24時間電話案内システム「千代田・くらしのファクシミリガイド」☎3264－2233で☆