



●区の鳥「はくちょう」●

美しいまちのために

▽空き缶、吸い殻などの投げ捨てはやめましょう。
▽住宅、ビル、事務所の前は清潔にしましょう。
▽騒音防止のため、一人ひとりが近隣への迷惑にならないよう、気を配りましょう。
※4月から「千代田区吸い殻、空き缶等の散乱防止に関する条例」が施行されました。

環境週間

6月5日(土)~11日(金)

地球・東京の環境を守るのは私たち!

問合せ 環境・リサイクル課

区では環境週間にあわせ、各種行事を行います。
千代田に住み、学び、働くすべての皆さん、私たちのまちを快適で生活しやすいまちにするため、また、「まちへのやさしさ」を「地球へのやさしさ」につなげるため、ご理解・ご協力をお願いします。



期間中の区の催し

▼環境ポスターの展示
区内小・中学生の作品を区内JR・地下鉄の駅・金融機関などに展示します。
▼啓発品(ポケットティッシュ等)の配布と一斉清掃
通勤・通学時間帯を中心に、区内のJR駅付近で、町会・美化団体の皆さんのご協力のもとに実施します。



千代田区 一斉清掃の日

「ポイ捨て防止条例」で定める平成11年度の「千代田区一斉清掃の日」が決まりました。

この日を中心に一定期間、区、区民等、事業者および団体が一体となって、清掃活動や環境美化に関する啓発活動を行います。
区民・事業者等は自宅・事業所の周辺を清掃するとともに、吸い殻等のポイ捨て防止について、意識啓発に努めてください。
問合せ 環境・リサイクル課

実施日

第1回目 6月7日(月)

第2回目 10月25日(月)

雨天のとき

小雨の場合は決行しますが、雨天のときは、つぎのとおり実施日を順延します。

第1回目 6月8日(火)

第2回目 10月25日(月)

実施時間

おおむね午前7時~10時まで(地域の実情にあわせ実施してください)。

この日は「環境の日」、「世界環境デー」である6月5日(土)からはじまる環境週間にあたります。

第2回目 10月22日(金)

第1回目 6月8日(火)

第2回目 10月25日(月)

期間中の都の催し

▼環境・公害・リサイクル相談と公害測定機器・パネルなどの実演・展示
とき 6月11日(金)午前10時~午後3時(雨天中止)
会場 佐久間橋児童遊園(神田佐久間町1-11)
※「環境クイズ」も行います。
参加者には記念品を差し上げます。
▼公害調査
とき 6月3日(木)~10日(木)
調査地 神保町交差点
内容 騒音、振動、大気汚染などの調査

6月5日は世界環境デー

「私たち一人ひとりの力で地球を守るために!」
「地球に優しいクルマの使い方を考えよう!」
「通勤・通学・買物は、電車・バスなどの公共交通機関を利用しよう!」
「駐停車中の不要なアイドリングは、やめましょう!」

気をつけよう光化学スモッグ

光化学スモッグは、日差しが強くと、風の弱い日に発生することが多く、目やのどに痛みなどの被害を生じさせます。

「光化学スモッグ注意報」が発令されたときは、屋外での激しい運動をさけるなど、注意してください。

また、万一症状が出た場合は、室内に入り、洗顔やうがいをしてください。

また、万一症状が出た場合は、室内に入り、洗顔やうがいをしてください。

また、万一症状が出た場合は、室内に入り、洗顔やうがいをしてください。

千代田保健所

保健サービス課

☎3291-3641

東京都保健医療情報センター

健康案内「ひまわり」(24時間受付)

☎5272-0303

仮称

西神田二丁目複合施設の 愛称を募集します



旧西神田小学校跡地に建
設中の施設は、区民住宅・
区営住宅、保育園、児童館
多目的小ホール、旧西神田
小学校メモリアルホール、
ストックヤード、防災備蓄
倉庫、防災無線室からなる
複合施設です。
この施設は、複合化によ

平成10年度情報公開制度 実施状況

公正で透明な区政を目指
して、区では情報公開制度
を実施しています。
この制度は、区民の皆さ
んに、区政情報の公開を求
める権利を保障するもので
す。
平成10年度中に44件の公
開請求があり、全部公開が
61件、部分公開が31件、請

▼平成10年度情報公開請求の主な内訳

請求情報	件数
中高層建築物標識設置届	312
建築概要関係	60
食品営業許可台帳	33
診療所台帳	22
その他	17

介護保険事業計画 作成委員会 検討状況および 今後の開催予定

平成12年4月から始まる
介護保険制度を円滑に導入
するために、千代田区介護
保険事業計画作成委員会を
設置しています。委員会では、
サービス水準やサビ
スを確保する方策などを定
めた計画を作成するための
検討を行っています。
現在まで4回開催され、
区民の皆さんにご協力をい
ただいた高齢者実態調査や
要援護高齢者実態調査結果
をもとに、8月下旬の中間
のまとめ報告会を目指して
検討を行っています。

自動車税の 税率改正に ついて

東京都では、環境に配慮
した自動車税制度とするた
め、つぎのように自動車税
の税率を改正しました。
▼軽減措置について
適用期間 平成11年4月か
ら平成14年3月末までに
新車登録された車に対し
て、登録の翌年度から3
年間
対象 軽減割合 クリーン
エネルギー車は5割、指
定低公害車は3割
▼超過課税について
適用期間 平成13年度から
平成16年度
対象 軽減対象以外の自動
車のうち、当該年度に課
税される期日が、新車登
録後10年（バスは13年）
を超える自動車
超過割合 一律1割
問合せ 富士見出張所
3263-13841

特別土地保有税 (保有分)の 申告納付月です



が必要で
す。
なお、特別土地保有税に
は、非課税や免除の制度が
ありますが、その土地の取
得時期や面積、利用状況に
より、その取り扱いが異な
ることがありますので、く
わしくはお問い合わせくだ
さい。
問合せ 千代田都税事務所
3252-7141

富士見出張所が 仮庁舎に 移転します



富士見出張所は、新庁
舎、区民館建設のため、
仮庁舎に移転します。
住民票の交付、区民会
館や保養施設の申し込み
などの出張所事務は、5
月28日(金)まで現庁舎で、
5月31日(月)か
らは、仮庁舎
で行います。
また、富士
見区民会館は
5月26日(木)か
ら休館します。
休館中は、飯
田橋・九段上
区民集会所を
ご利用くださ
い。
問合せ 富士見出張所
3263-13841

ねたきり 高齢者等の方へ 各種サービスの ご利用を

区では、60歳以上のねた
きりの方や、心身障害者の
方のために、つぎのような
福祉サービスを行っています。
す。ぜひ、ご利用ください。
紙おむつの支給
①フラット型(2種類)
月10枚まで(サブパット
併用可能)
②パンツ型(2種類)
月60枚まで
※現在入院中で、病院の指
定するものを使用してい
る場合には、おむつ代の一
部(限度額7千500円)を
助成する制度もあります。

理髪サービス

ご自宅へ理容師を派遣し、
調整と顔そりのサービスを
年8回まで行います。



巡回療養サービス

週1回、ご自宅へ巡回療
養車を派遣し、入浴サビ
スを行います。

すまい・土地、相続など あなたの街で 移動相談

とき 5月28日(金)午後1
時~3時まで受け付け
会場 番町区民会館 2
階(2-14)
相談内容 すまい・土地、
相続、譲渡、区政、一
般相談などについて、
弁護士・税理士などが



消費者講座 3万円から始まる/ 多重債務の 恐怖

パル経済崩壊後の経済
不況が長期・深刻化する中
で、多重債務者や個人の自
己破産が急増しています。
昨年の個人の自己破産申し
立て件数は、実に過去最高
の10万件を突破するに至り、
事態はますます深刻化して
います。
そこで、今回の消費者講
座では急増する多重債務の
状況や問題点、多重債務の
裏側で暗躍する「整理屋」、
「整理屋提携弁護士」など
の問題とともに、多重債務
予防策等について紹介しま
す。
講師は「カード破産と借
金整理法」の著者、宇都宮
健児弁護士です。



内職者のための 仕事を探しています

区では、内職の相談・あ
つ旋事業を行っています。
子どもが小さい、外に出
て働きたくても働けない、
といった方のために、家庭
内での仕事を探していま
す。
たとえば、①封書やはが
き

ちよだ女性団体等連絡会 宿泊研修会参加者募集

「国連の世界女性会議」
が、平成12年6月、ニュー
ヨークで開催されます。前
回の北京会議からの5年間、
世界の女性たちが何を語り、
実現してきたのか、これか
らどのように世界は変わっ
ていくのか? この女性会
議の全体像を婦連の自然の
なかで学びます。
とき 6月13日(日)~14日(月)
会場 婦連自然休養村(群
馬県)

国民健康保険

■保険料の減額制度
国民健康保険加入者のう
ち、所得の低い方のために、
保険料の一部を減額する制
度があります。
申告の用紙や減額の対象
になる所得額など、くわし
くは4月にお送りした「国
保だより」をご覧ください。

区民海の家

「区民海の家」を開設
します。ご家族やグルー
プで、楽しい夏休みをお
過ごしください。
開設期間 7月20日(祝)
~8月18日(木) (8月19
日(木)チェックアウト)
対象 区内在住者
申込方法 所定の申込ハ
ガキに必要事項を書い
て、6月1日(火)~8日
(火) (郵送の場合は必着、
直接の場合は開館時間
内)の間に申し込み
ください。なお、申込
ハガキの配布および受
け付けは各出張所、ち
よだパークサイドプラ
ザ、地域振興課保養施
設で行います。
※申込みは3名以上のグ
ループで、ハガキは1
枚までです。

場 所	施 設 名	部屋数	利用料金 (1泊2食付)	利用 制 限
伊豆	伊東	ホテル暖香園	3室	1グループ(3名以上) 2室8名 2泊まで
房総	千倉	ホテル千倉	2室	1グループ(3名以上) 2室10名 2泊まで

※利用料金(サービス料込、消費税・特別地方消費税・入湯税は別)の大人は中学生以上、子どもは4歳以上です。幼児用の食事の用意もできます。3歳以下のお子さんの宿泊については、地域振興課保養施設へご相談ください。

くうかん鳥が 終わりに なります

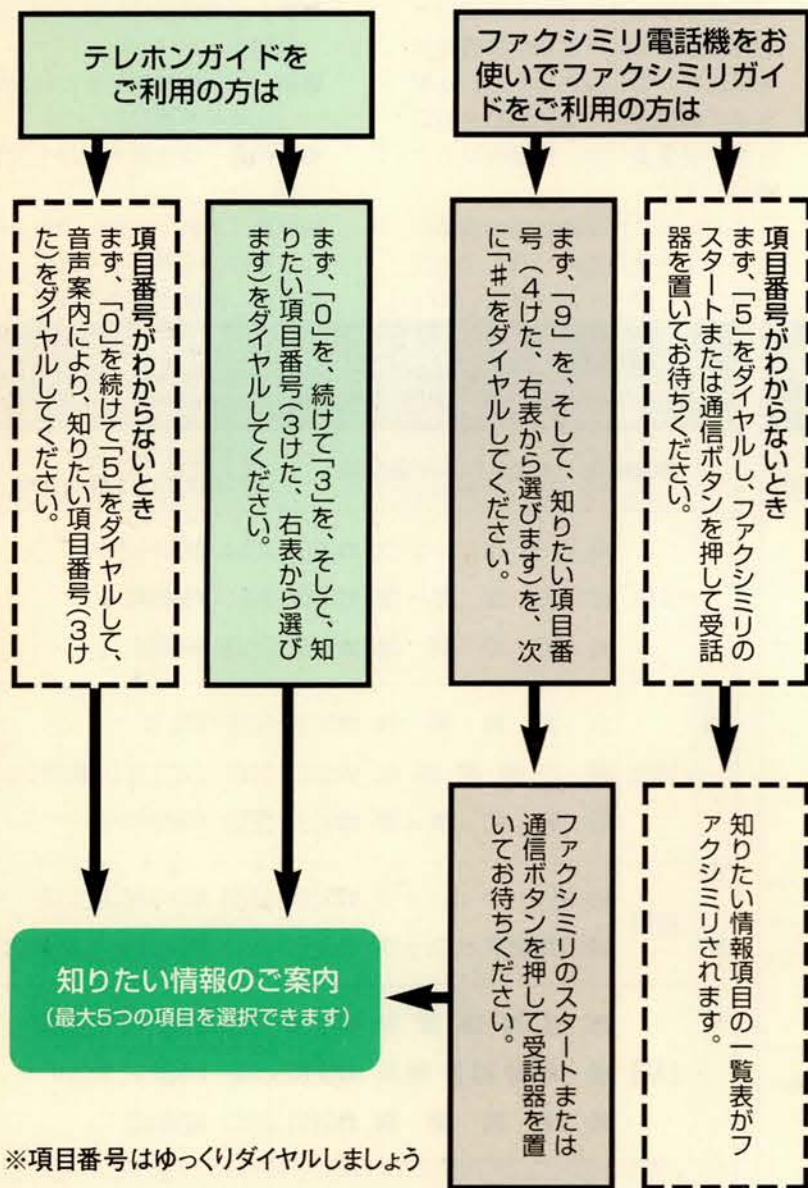
空きかん回収機
皆さんに親しまれてきた、
くうかん鳥による、空きか
ん回収事業が、6月30日(木)
で終わります(富士見出張所
の改築に伴い、5
月28日(金)までとなります。
リサイクル意識が高まり、
びん、かん分別回収も地域
に定着してきたことにより、
くうかん鳥は、その役割を
終えることになりました。
なお、引き換え台紙と図
書券との交換は、7月30日
(金)まで、各引き換え場所
で行います。
引き換え方法などくわし
くは、今後の広報千代田で
お知らせします。
問合せ 環境・リサイクル
課リサイクル係

聞いて・見て・わかる

区では、区役所への届出や施設の内容・利用方法などを電話やファクシミリで24時間ご案内をしています。ご利用は、電話代だけです。ぜひ、お気軽にご利用ください。

千代田・くらしのテレホン&ファクシミリガイドの利用方法

電話で
3264-2233
とダイヤルします。



保存版

千代田の テレホン&ファクシミリガイド

項目 テレホンガイド ファクシミリガイド

■千代田・くらしのテレホン&ファクシミリガイド

項目一覧 9999

■病気になったときのために

休日に病気になったら	101	1103
夜間・休日の急病は	102	
今月の休日診療当番医(内科・小児科)	103	
来月の休日診療当番医(内科・小児科)	104	
今月の休日歯科診療当番医	105	1105
来月の休日歯科診療当番医	106	

■緊急のお知らせ

事故や災害などの緊急情報 111 1111

■災害に備えて

地震に備えて	121	1121
地震が起こったら	122	1122
台風や火災などに備えて	123	1123
警戒宣言が発令されたときの情報伝達	124	1124
交通災害共済	125	1125
帰宅困難者心得10ヶ条	—	1126

■夜間・休日の受付

区役所の夜間・休日受付窓口 131 1131

■区政情報

ビデオ広報「わがまち千代田」	151	1151
区政案内相談コーナーの利用	152	1152
情報公開制度	153	1153
個人情報保護制度	—	1154

■区議会

区議会とは	—	1160
本会議・委員会の傍聴方法	161	1161
請願書・陳情書の提出方法	162	1162

■選挙

不在者投票の方法 171 1171

■暮らしの相談窓口

区民相談室(交通事故、区政、法律、税務、人権、不動産取引、一般相談)	181	1181
移動区民相談	182	
税務相談	—	
消費者相談	183	
商工相談	184	1184
子どもの相談	185	1185
母子・女性・家庭相談	186	1186
高齢者相談	187	1187
障害者相談	188	1188
男女悩み相談	—	1189
グループカウンセリング	—	1190

■戸籍の届出

出産したら…出生届	201	2201
結婚するときは…婚姻届	202	
死亡したら…死亡届	203	
離婚するときは…離婚届	204	
戸籍謄・抄本などの郵便請求	205	2205

■住民登録

千代田区に転入したら…転入届	211	2211
千代田区から転出する場合…転出届	212	
千代田区内で転居したら…転居届	213	
住民票などの郵便請求	214	
住民票請求の電話予約	215	2214
住民表示について	—	2216

■印鑑登録

印鑑登録をするには	221	2221
印鑑登録証明書の請求	222	

■国民年金

国民年金の加入手続き	231	2231
国民年金を受け取る手続き	232	
厚生年金などに加入したら	233	

くらしの テレホン&ファクシミリガイド

平成11年5月20日現在

項目 テレホンガイド ファクシミリガイド

■国民健康保険

国民健康保険制度	—	2250
国民健康保険の加入手続き	251	
国民健康保険の脱退手続き	252	
保険証をなくしたら	253	
各種給付金のご案内	254	2254
国民健康保険の保養施設	255	2255
退職者医療制度	—	2256

■税金(区税)

課税証明書・納税証明書などの申請	271	2271
バイクなどの登録と廃車(軽自動車税)	272	2272
住民税	—	2273

■住まいのために

ケーブルテレビ助成金制度	—	2281
区が供給する住宅への申し込みについて	—	2282

■こどものために

区立幼稚園	301	3301
区立保育園	302	3302
区立小・中学校の入学	303	3303
区立小・中学校への転入学	304	3304
児童手当	305	3305
乳幼児医療費助成	306	3306

■おとしりのために

高齢者福祉手当	311	3311
老人医療制度	312	3312
日常生活の援助(各種サービスのご案内)	313	3313
ホームヘルプサービス	314	3314
ショートステイ(短期入所生活介助)	315	3315
老人ホームへの入所	316	3316
シルバー人材センター	317	3317

■心身に障害のある方のために

愛の手帳	331	3331
身体障害者手帳	332	3332
心身障害者福祉手当	333	3333
心身障害者医療費助成	334	3334
日常生活の援助(各種サービスのご案内)	335	3335
一時保護	336	3336
点字版・カセットテープ版広報	337	3337

■生活の援助

生活保護	351	3351
各種福祉資金の貸付	352	3352
出産費用の援助	353	3353

■母子・父子家庭のために

ひとり親家庭医療費助成制度 361 3361

■健康と医療

母子健康手帳	371	3371
難病などの医療費助成制度	372	3372
区民健康診査	373	3373
乳ガン・肺ガン検診	374	3374
エイズ抗体検査	375	3375
機能回復訓練	376	3376
区内の公衆浴場	377	3377
健康増進コーナー	378	3378

■働く方に

商工融資	381	3381
福利厚生事業	382	3382

■リサイクルと公害

資源のリサイクル回収	401	4401
不用品情報の登録と提供	402	4402
公害の苦情・相談	403	4403
光化学スモッグ	404	4404
騒音計の貸し出し	405	4405

■動物・ペット

犬の登録と予防注射	411	4411
動物の死体処理	412	4412

■生活・衛生

ネズミ・衛生害虫の駆除	421	4421
住まいの害虫対策	422	4422
食中毒と食品苦情	423	4423
飲み水の検査	424	4424

■道路・街路

道路の陥没など	—	4431
街路樹・街路灯	—	4432

■一般施設

区民会館・区民館(区民集会所)	501	5501
ちよだパークサイドプラザ	502	5502
公会堂・内幸町ホール	503	5503
中小企業センター	504	5504
千鳥ヶ淵ボート場	505	5505
千代田万世会館(区民斎場・会議室)	506	5506
保健所	507	5507
地域福祉センター「風ぐるま」(乗合)	508	5508
地域福祉センター「風ぐるま」(貸切)	—	5509
街づくりハウスアキバ	—	5510
男女共同参画センター(MIW)	—	5511

■文化・スポーツ施設

社会教育会館、昌平児童館、神田さくら館	521	5521
図書館・区民図書室・まちかど図書館	522	5522
歴史民俗資料館	523	5523
総合体育館	531	5531
七生体育施設(テニス・バレーボール)	532	5532
外濠公園総合グラウンド(運動会・野球・テニス)	533	5533
中学校のスポーツ開放	534	5534

■福祉関係施設

高齢者センター	541	5541
富士見福祉会館	542	5542
児童館	543	5543
いきいきプラザ一番町	—	5544

■保養施設

各保養施設の利用申込方法	701	7701
各保養施設案内	—	7702
利用の取り消し・利用人数の減	707	—

■区の計画等

都市計画マスタープラン	—	8801
地域福祉計画	—	8802

■千代田区のプロフィール

区のおこり・ゆらい	901	9901
区の位置・面積	902	
区の人口	903	
区の紋章・木・花・鳥	904	
広報千代田(5日号)	—	9905
広報千代田(20日号)	—	9920
区議会だより	—	9930
区政の最新情報	—	9940
選挙速報	—	9950

施設の 利用案内

区政案内

千代田・くらしのテレホン&ファクシミリガイドについてのお問い合わせは



企画部広報課広報係へ
☎ 3264-0151 内線2141~3

生涯学習

生涯学習振興課（九段社会教育会館内）
〒102-0074 九段南1-5-10 ☎3234-2841

■この秋香る千代田の文化「第20回千代田区民文化祭」出演者募集

日本舞踊や楽器演奏、コーラスを楽しみ、活動されている皆さん！日ごろの練習の成果を発表してみませんか。

●芸能のつどい

とき 10月3日(日)正午～

会場 千代田区公会堂(九段南1-6-17)

対象 区内で活動する自主サークル

申込み 区立施設にある所定の申込書で、7月2日(金)までに、郵送、ファクシミリまたは直接、生涯学習振興課(☎3288-3469)へ。

●オーケストラフェスティバル

とき 11月6日(土)午後2時30分～

会場 カザルスホール(神田駿河台1-6)

対象 区内で活動する自主サークル

申込み 区立施設にある所定の申込書で、7月16日(金)までに、郵送、ファクシミリまたは直接、生涯学習振興課(☎3288-3469)へ。

▼上智大学公開講座 とき・テーマなど

と き	テ マ
6月21日(月)	人間関係におけるユーモアの役割
6月28日(月)	人生の危機への挑戦
7月5日(月)	生きがいの探求
7月12日(月)	身近な人の死を体験するとき
7月19日(月)	死とどう向き合うか

※時間はいずれも午後6時30分～8時

生涯学習ガイドブックができました

区で実施している講座、講習会、イベントなどをまとめた「千代田カレッジ生涯学習ガイドブック」平成11年度版前期号ができました。どうぞご利用ください。

区民ギャラリー

区役所内に、区民の皆さんの絵画作品を展示している「区民ギャラリー」。区役所にお立ち寄りの際は、ぜひご覧ください。

問合せ 総務課総務係



「チェリスト」小川フデ氏の作品

ぜひ、ご覧ください！



放映時間は15分です。毎月1本制作しています。

区役所1階ロビーをはじめ区立施設などで、ご覧になれます。

No.230 平成11年5月

今月は3年ぶりの大祭に神田の街が祭り一色に染まる、神田祭りの表情を中心に、神田駅西口商店街の話題と神田公園出張所の新庁舎の落成の様子などをトピックスで紹介します。

問合せ 広報課テレビ広報主査

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

■剣道大会（個人戦）

とき 7月11日(日)午前9時～

会場 総合体育館

対象 区内在住、在勤、在学で5段以下の方

種目 少年の部＝小学4年生の部、小学5・6年生の部、中学生男子の部、中学生女子の部、一般の部＝初段以下の部、2段の部、3段の部、4・5段の部、女子の部（3段以下）

費用 少年の部＝300円、一般の部（高校生以上）＝500円

大会運営 千代田区剣道連盟

申込み 所定の申込書と参加費を6月15日(火)、16日(水)、17日(木)の午後6時～8時の間にスポーツ振興課へ。

■水上安全講習会（着衣泳）

とき 6月16日(水)午後6時30分

■倫理文化講演会

とき 5月23日(土)午後6時30分～8時15分

会場 日本橋社会教育会館8階ホール(中央区日本橋人形町1-1-17)

内容 「輝け！オンリーワンの子どもたち」～子どもたちが、個性輝く豊かな心で人生を切り開くために、今、私たちができることは～

対象 子育て中の方

後援 千代田区教育委員会

問合せ (株)倫理研究所東京中央支所、鈴木☎3551-0496、高木☎3661-5735

※一時保育をご希望の方は事前にご連絡ください。

■千代田区民ダンスパーティー

とき 6月6日(日)午後1時～4時

会場 昌平夢夢館(外神田3-4-7)

演奏 エディー田中&バックビート

主催 千代田区スポーツダンス連盟

後援 千代田区教育委員会

費用 1,500円

問合せ 松村☎3262-4649、大塚☎3256-0845

■ミュージカルに出演してみませんか

内幸町ホール(内幸町1-5-1)で平成12年3月20日(木)から26日(日)まで行われるミュージカル「早太郎物語」の出演者を募集しています。

対象 区内在住、在勤で18歳～45歳の方(経験不問)

主催 米山企画

後援 千代田区、千代田区コミュニティ振興公社

申込み 身長、体重も記入した簡単な履歴書に顔写真を添えて、5月23日(日)までに米山企画(〒102-0062神田駿河台2-1-19-416)へ。

問合せ 米山企画☎3295-5890

TOWN ニュース

■水泳大会（個人戦）

とき 7月11日(日)午前9時～

会場 総合体育館

対象 区内在住、在勤、在学で5段以下の方

種目 少年の部＝小学4年生の部、小学5・6年生の部、中学生男子の部、中学生女子の部、一般の部＝初段以下の部、2段の部、3段の部、4・5段の部、女子の部（3段以下）

費用 少年の部＝300円、一般の部（高校生以上）＝500円

大会運営 千代田区剣道連盟

申込み 所定の申込書と参加費を6月15日(火)、16日(水)、17日(木)の午後6時～8時の間にスポーツ振興課へ。

■水上安全講習会（着衣泳）

とき 6月16日(水)午後6時30分

■倫理文化講演会

とき 5月23日(土)午後6時30分～8時15分

会場 日本橋社会教育会館8階ホール(中央区日本橋人形町1-1-17)

内容 「輝け！オンリーワンの子どもたち」～子どもたちが、個性輝く豊かな心で人生を切り開くために、今、私たちができることは～

対象 子育て中の方

後援 千代田区教育委員会

問合せ (株)倫理研究所東京中央支所、鈴木☎3551-0496、高木☎3661-5735

※一時保育をご希望の方は事前にご連絡ください。

■千代田区民ダンスパーティー

とき 6月6日(日)午後1時～4時

会場 昌平夢夢館(外神田3-4-7)

演奏 エディー田中&バックビート

主催 千代田区スポーツダンス連盟

後援 千代田区教育委員会

費用 1,500円

問合せ 松村☎3262-4649、大塚☎3256-0845

■ミュージカルに出演してみませんか

内幸町ホール(内幸町1-5-1)で平成12年3月20日(木)から26日(日)まで行われるミュージカル「早太郎物語」の出演者を募集しています。

対象 区内在住、在勤で18歳～45歳の方(経験不問)

主催 米山企画

後援 千代田区、千代田区コミュニティ振興公社

申込み 身長、体重も記入した簡単な履歴書に顔写真を添えて、5月23日(日)までに米山企画(〒102-0062神田駿河台2-1-19-416)へ。

問合せ 米山企画☎3295-5890

教育相談

お子さんについての心配ごとは

不登校、学業不振、家庭でのしつけ、発達の問題など、お子さんのことなら何でもご相談ください（秘密は厳守します）。

問合せ 教育研究所教育相談部(神田司町2-16)☎3256-8140

※事前に電話で申し込みを！

健康

千代田保健所
〒101-0054 神田錦町3-10 ☎3291-3641代
千代田保健所麹町庁舎
〒102-0093 平河町2-7-4 ☎3221-1311代

■ぜん息児サマースクール参加者募集

夏休み期間中、ぜん息児を対象に、「サマースクール」を行います。

このサマースクールは、子どもたちが家庭を離れ、小児科医師など専門スタッフの指導で、健康の回復や増進はもちろん、自信、気力、協調性を集団生活の中で養っていきます。

澄んだ空気と美しい自然の中で、みんなと一緒に生活してみませんか。

とき 8月15日(日)～20日(金)の5泊6日

場所 鹿島ハイツ(茨城県鹿嶋市)

対象 区内在住で、気管支ぜん息で通院治療を受けている小学校3年生から中学生までの児童・生徒35名(申込順)

※保護者は参加できません。

スタッフ 小児科医師、看護婦、生活指導員

内容 水泳(プール)、運動会など

申込み 電話で、6月4日(金)までに千代田保健所地域保健課保健計画係(☎3291-3655)へ。

■健康セミナー「眠れなくて困る人へ―睡眠のメカニズムと睡眠障害―」

快い睡眠とさわやかな目覚めは、いわば健康のバロメーターです。

しかし、最近是不規則な生活やストレスが原因で、睡眠障害に悩んでいる人が少なくありません。

今回は睡眠障害の原因と、快い睡眠を得るための方法についてお話を伺います。

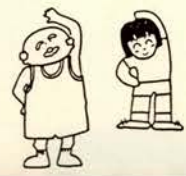
とき 6月9日(水)午後1時30分～3時

会場 いきいきプラザ一番町(一番町12)

対象 区内在住、在勤者50名(申込順)

講師 内山真氏(国立精神・神経センター精神保健研究所精神生理部室長)

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。



6月の保健・福祉ガイド			予約制です。 事前にお申し込みください。
事業名・対象		と き ・ 場 所	
母子	すくすくクラブ 乳幼児の親子同士が交流する場として、母子室を開放しています	千代田保健所 ☎3291-3641	千代田保健所麹町庁舎 ☎3221-1311
	母親学級(4日制) 妊婦の方	毎月第1・第3木曜日(祝日・夏季は変更あり) 午前9時30分～11時30分	毎月第1水曜日(祝日・夏季は変更あり) 午前10時～11時30分
成人	健康相談 区内在住、在勤、在学者	14日(月)、21日(月)、28日(月)、7月5日(月) 午後1時30分～4時	――
	健康相談 区内在住、在勤、在学者	毎週水曜日 午前9時～10時30分	毎週金曜日 午前9時～10時30分
成人	食事相談 食事療法を必要としている方やその家族	随時予約 午前10時～午後4時	
	健康増進コーナー(2日制) 区内在住、在勤者で健康チェックと体力テスト希望の方	月曜日と翌週の水曜日 5月24日(月)・2日(水)、14日(月)・23日(水)、21日(月)・30日(水) 午後1時～	――
人	乳がん検診 区内在住の30歳以上の女性の方	――	10日(水) 午後1時30分～2時30分
	肺がん検診 区内在住の35歳以上の方	3日(水) 午後1時30分～2時30分	――
人	女性の健康づくり健診(2日制) 1日目：健診 2日目：結果相談 区内在住の18～39歳の女性の方	――	1日目：16日(水) 午前9時～と10時～ 2日目：28日(月) 午後1時～
	骨粗しょう症健診(2日制) 1日目：健診 2日目：結果相談 区内在住、在勤、在学者	――	1日目：16日(水) 午後1時30分～ 2日目：28日(月) 午後1時30分～
精	一般精神ドイケア 区内在住で、心の病気になる方	4日(金)、18日(金) 午前9時30分～	11日(金)、25日(金) 午後1時～
	心の相談 心の問題で悩んでいる方	(ききょうの会)	(ひまわりの会)
神	老人精神保健相談(痴ほう)・ドイケア おとしよりの心の問題で悩んでいる家族の方など	17日(水) 午後1時30分～	11日(金) 午後2時～
	機能訓練 区内在住で身体機能維持・回復を必要としている方	25日(金) 午前9時30分～11時30分	11日(金) 午前9時30分～11時30分
在宅サ	在宅療養者訪問看護指導(機能訓練)回を含む) ※申し込み審査制 区内在住で在宅療養をしている方	15日(火) 午後1時30分～3時30分	毎週月曜日 午後1時～3時30分 毎週水曜日 午前9時30分～11時30分 午後1時～3時30分
	難病リハビリ教室 (相談・指導)	――	月3回程度
ビス	――	――	28日(月) 午後1時～3時30分

■歯の衛生週間

6月4日(金)から10日(木)は「歯の衛生週間」です。この期間中、区内在住、在勤、在学者を対象に、歯科健診などを行います。

ご希望の方は、当日各会場にお越しください。

●歯の無料健診・相談

とき・会場・内容など

▶6月7日(月)、8日(火)、いずれも午前10時～午後4時、千代田保健所で歯科健診・相談・歯磨きの方法の指導

問合せ 千代田保健所保健サービス課保健予防係☎3291-3654

▶6月9日(水)、10日(木)、いずれも正午～午後2時、いきいきプラザ一番町(一番町12)で歯科健診・相談

問合せ 千代田保健所麹町庁舎保健サービス課健康相談係☎3221-1311

●良い歯のコンクール

平成10年4月1日から平成11年3月31日までに、3歳児歯科健診を受けて、むし歯の無かった幼児とその保護者を対象に表彰を行います。対象者には、保健所からご連絡します。

また、当日の健康診査で成績の良い母子を東京都の「母子のよい歯のコンクール」に推薦します。

とき 6月24日(木)午後1時30分集合

会場 千代田保健所麹町庁舎

問合せ 千代田保健所保健サービス課保健予防係☎3291-3654

●歯つびーセミナー

とき・内容 6月7日(月)午前11時～正午、「知っておきたいむし歯の基礎知識」、6月8日(火)午後1時～2時、「初期の歯周病について」

会場 千代田保健所

講師 今村昭二郎氏(千代田区歯科医師会会員)

問合せ 千代田保健所保健サービス課保健予防係☎3291-3654

■国保歯科無料相談

区の国民健康保険加入者を対象に、歯科無料相談を行います。

ご希望の方は、国民健康保険証をお持ちのうえ、おいでください。

とき 6月14日(月)～18日(金)の診療時間内

場所 区内歯科医院または診療所(保険医療機関)

相談内容 歯の衛生相談と療養指導

※相談は無料ですが、治療を受ける場合は有料となります。

問合せ 保険年金課管理係

6月の休日診療当番医			*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。 *健康保険証と健康手帳(70歳以上の方など)をお持ちください。
診療時間：午前9時～午後10時			☎ 印は午後5時まで ㊞ 印は午後5時～10時
内科	6日	麹町クリニック ☎3238-7654 麹町3-4-7 吾ビル5F ㊞ 加賀医院 ☎3291-9951 神田神保町1-35 ㊞ 明和病院 ☎3251-0263 神田須田町1-18	
	13日	大森胃腸科 ☎3234-6226 車町2-15 ㊞ 三崎町医院 ☎3261-7446 三崎町2-21-1 資源会館ビル2F ㊞ 明和病院 ☎3251-0263 神田須田町1-18	
	20日	山岡クリニック ☎3264-5160 麹町4-3 麹町富士ビル2F 神田司町クリニック ☎3295-2513 神田司町2-21-10 富士神田ビル2F	
	27日	飯田橋診療所 ☎3230-1800 飯田橋3-9-6 赤川ビル1F ㊞ 西神田診療所 ☎3262-5362 西神田2-3-2 牧ビル1F ㊞ 明和病院 ☎3251-0263 神田須田町1-18	
診療時間：午前9時～午後5時			
歯科	6日	小川歯科医院 ☎3252-2027 内神田3-22-7 太平ビル3F	
	13日	おぐま小 熊 歯 科 医 院 ☎3866-5525 岩本町2-14-4 花輪ビル2F	
	20日	岩本町ビル歯科 ☎3253-6044 神田岩本町1 岩本町ビル4F	
	27日	おだじま小田島歯科クリニック ☎3832-4777 外神田5-2-4 トークンビル3F	
消防庁テレフォンサービス …… ☎3212-2323(短縮ダイヤル ☎ #7119) 健康案内ひまわり情報センター ・夜間休日診療案内(24時間) …… ☎5272-0303 ・休日等診療案内(土曜17時～月曜8時30分) …… ☎5272-0505 千代田くらしのテレホン&ファクシミリガイド(24時間) …… ☎3264-2233			

**ちよだパークサイドプラザ** (神田和泉町1 ☎3864-8931)

☆映画会+ゲーム会 5月27日(木)
午後2時~3時30分、「君は恐竜を見たか~ダーウィン進化論~」
「それでも地球は~ガリレオ・ガリレイ~」

☆工作会 「ミニロケット発射台を作ろう」 6月9日(木)午後2時~3時30分、6月1日(火)から小学生以上20名(申込順)を募集。本人が申し込むこと。

**児童館**

●神田児童館(外神田3-4-7)
☎3253-6021
☆アニメタイム 楽しいアニメを上映しています。毎週水曜日午後1時45分~、5月26日は「アリババと40人のとうぞく」など。
●四番町児童館(四番町11)
☎3234-3084
☆観劇会 6月5日(土)午後3時~4時、劇団ひとみ座による人形劇場「やまびこヤッホーくん」

「ひよことにわとりー北米のぐるぐる話よりー」、ご家族でお楽しみください。
●一番町児童館(一番町10)
☎3230-0866
☆親子バスハイク「潮干狩り」 6月12日(土)船橋海浜公園へ。5月26日(木)から幼稚園児以上と保護者40組(先着順)を募集。潮干狩り代は実費です。

MIW 男女共同参画センター (神田和泉町1 ☎5823-0772)

■ジェンダー・フリー講座「女の役割・男の役割ってナニダ?」
とき・内容など 5月20日(木)午後7時~=大日向雅美氏(恵泉女学園大学教授)による「自分を縛る女のつとめ・男のつとめ」、6月3日(木)午後6時30分~=水田宗子氏(城西国際大学学長)による「ジェンダー・フリーな教育とは?」、10日(木)午後7時~=山口正紀氏(読売新聞記者)による「メディアが描く女と男」、12日(土)午後2時~=高倉信行氏(厚生省大臣官房政策課企画官)による「少子化問題と男

女共同参画との接点?」
会場 ちよだパークサイドプラザ(神田和泉町1)
定員 30名(抽せん)、ただし5月20日(木)の希望者は直接会場へ。
申込み ファクシミリかハガキに、「ジェンダー・フリー講座」、参加希望日、住所、氏名、電話番号(満1歳以上の未就学児の一時保育を希望される方は、子どもの氏名と年齢を追記)を書いて、男女共同参画センター(☎5823-0775)へ。
※5月29日(土)に予定していた講座は、中止になりました。

**高齢者センター** (神田神保町2-20 ☎3265-3981)

■高齢者センター運動会



とき 6月2日(木)正午~午後3時
会場 西神田公園(西神田2-3-11)、雨天時はセンターで行い

ます。
内容 地区別紅白戦で行います。玉入れ、福引きなどいろいろな種目がありますので、お友達やご家族連れでどうぞ。
申込み 直接センターへ。
※各種目の定員になり次第締め切りますが、パン食い競争など当日参加できる競技もあります。

**いきいきプラザ一番町** (一番町12 ☎3265-6311)

■ロビーコンサート
美しい歌声に手話を交えた素晴らしい手話シャンソンをお楽しみください。

とき 5月28日(金)午後6時30分~8時
定員 150名(当日先着)
※風ぐるま臨時便を運行します。

**図書館**

●千代田図書館(九段南1-6-11)
☎3264-0151
☆千代田図書館の特別整理 6月22日(火)~30日(木)まで特別整理のため休館します。期間中は四番町図書館などをご利用ください。
☆本のリサイクル 在住、在勤、在学の方を対象に、使われなくなった本を1人10冊までさしあ

げます。6月29日(火)午前9時30分~午後4時30分
●四番町図書館(四番町1)
☎3239-6357
☆おはなし会 5月23日(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
☆日曜映画会 6月20日(日)午後1時30分~、「浮草物語」

**ちよだ中小企業センター** (神田錦町3-21 ☎3233-1461)

■経営講習会
景気の低迷が続き、厳しい経済情勢の中でも元気な企業は、環境変化を飛躍のチャンスととらえ、昆虫が成長するにしたがって姿を変えるような『変態』を繰り返しています。
経営環境の変化に対応している『変態』企業の事例をもとに、中小企業の生き残り戦略についてお話を伺います。
とき 6月17日(木)午後2時~4時
会場 中小企業センター
内容 村上義昭氏(国民金融公庫総合研究所主任研究員)による「『変態』のすすめ~中小企業・生き残り戦略~」
対象 区内在住、在勤者100名(申込順)
申込み 電話で働きよだ中小企業

センターへ。
■OA講座インターネット体験編 インターネットの接続方法、電子メールの使い方と簡単なホームページの作成を学びます。
とき 6月18日(金)午後1時~7時または、19日(土)午前10時~午後5時。
会場 中小企業センター
対象 区内中小企業在勤者および在住者、各曜日とも16名(抽せん)
費用 6,300円
申込み 往復ハガキに「インターネット体験編〇曜日」、住所、氏名、電話番号(在勤の方は、勤務先名と所在地、電話番号を追記)を書いて、6月4日(金)(必着)までに働きよだ中小企業センターOA講座係へ。

箱根千代田荘が7月24日(土)にオープンします

箱根千代田荘が、装いも新たにオープンします。
施設には、ゴルフやプールなど、レジャー施設の割引券も用意してあります。今年の夏は、皆さんで、

ぜひご利用ください。
なお、7月分の申し込みは、8月分と一括して下表のとおり受け付けますので、ご注意ください。
問合せ 地域振興課保養施設係

今月の施設申込み・抽せん

外濠公園 8月分(野球・テニス) 環境土木部管理課庶務係	
往復ハガキで、6/10(木)~20日(消印有効)までに申し込み。 抽せん 6/24(木)区役所603会議室 テニス=13時30分~、野球=14時~	
スポーツ施設 スポーツ振興課(☎3256-8444)	
七生体育施設 8月分(テニス・バレーボール)	
専用ハガキで、6/10(木)~25日(金)(必着)までに申し込み。 抽せん 7/1(木) ※空き施設の申し込みは7/12(月) 10時から先着順で受け付けます。	
総合体育館 9月分	
所定の用紙で、6/10(木)~20日(必着)までに申し込み。 抽せん 7/1(木) ※空き施設の申し込みは7/2(金) 10時から先着順で受け付けます。	

保養施設 8 月分		地域振興課保養施設係	
専用ハガキで、 6/1 (火)～6/8 (火) (必着)までに申 込み 抽せん 6/14(月) 9 時30分～ 区役所 6 階 603会議室	空室受付	利用できない日	
	6/22(火) 9 時～	箱 根	31(火)
		湯河原	3 (火)～5 (木)、 18(水)
	6/22(火) 13時30分 ～	婦 恋	6 (金)、24(火)～26(木) 31(火)
		軽井沢	少年自然の家 1 (日)～5 (木) 23(月)～26(木)
			メレーズ軽井沢 18(水)
千代田区公会堂 (☎3261-1772)		内幸町ホール (☎3500-5578)	
・利用月の 1 年前の同月 1 日から受付開始			

6月の区民相談室

受付時間: 13時~15時 問合せ: 広報課広聴相談係	
法律相談 (第1~4水曜日)	2日、9日 16日、23日
税務相談 (第1~4木曜日)	3日、10日 17日、24日
人権身の上・行政相談 (第2火曜日)	8日
不動産取引相談 (第1、3木曜日)	3日、17日
※交通事故相談 (第1~4月・金曜日)	4日、7日、11日、14日 18日、21日、25日
※交通事故相談は、電話で予約してください。 くわしくは、広報課広聴相談係へ。 ●区政・一般相談は、毎日(区役所開庁日)9時から受け付けています。	