

アイドリング・ストップで、きれいな空に ぐるっと青空キャンペーン

11月～1月



冬は、大気中の二酸化窒素の濃度が高まる時期です。その主な原因は、自動車からの排出ガスです。このため、東京都、23区、27市・西多摩郡3町1村は、11月から平成12年1月までの期間中に、乗用車種の20%、貨物車種の10%を目標に、毎週水曜日の自動車使用を減らす冬期自動車交通量対策を実施します。

環境に配慮して 自動車を 使用しましょう

- ・特に水曜日は車の使用を控えましょう。
- ・会社の自動車を自宅に持ち帰ることはやめましょう。
- ・マイカーでの通勤はやむを得ない場合だけにしましょう。
- ・公共交通機関を積極的に利用しましょう。
- ・七都県市指定低公害車を使用しましょう。

水曜クリーン キップを 利用しましょう

排出ガス最新規制適合車に早期に買い換えましょう。

・ディーゼル車をやめてガソリン車などを積極的に利用しましょう。

・ディーゼル乗用車は大気への影響が大きいので、使用を自粛しましょう。

・貨物自動車は効率的に運行しましょう。

・駐車中は不要なアイドリングをやめましょう。

・空ぶかしや急発進、急加速、急ブレーキをやめましょう。

・点検整備をきちんとしましょう。

・違法な路上駐車はやめましょう。

水曜バス 環境切符を 利用しましょう

も乗車できる都営一日乗車券を水曜日に限り割引した「水曜クリーンキップ」を発行します。

有効期日 平成12年1月までの毎週水曜日(12月29日を除く)

運賃 通常700円を600円に割引

都内のバス事業所では、乗り継ぎ一日乗車券を水曜日に限り割引した「水曜バス環境切符」を発行します。

発行バス事業所等 東京都交通局、東急バス、関東バス、西武バス、国際興業、小田急バス、京浜急行電鉄、京成電鉄、東武鉄道、京王電鉄、京王バス

「水曜クリーンキップ」 「水曜バス環境切符」 の特典

「水曜クリーンキップ」または「水曜バス環境切符」を東京都庭園美術館、東京都写真美術館の窓口で提示すると、つぎの展覧会の観覧料が1回に限り2割引になります。観覧料の割引は、水曜日以外でも利用できます。

▼東京都庭園美術館(港区白金台5-21-9)

・特別展「パリ・モード1870-1960」12月19日(日)まで

・企画展「アール・デコと東洋」平成12年1月8日(土)～3月21日(火)

休館日 毎月第2・第4水曜日(祝日は開館し、翌日休館)

千代田区 長期総合計画懇談会が 発足しました

第三次長期総合計画の策定に向けて、千代田区長期総合計画懇談会が10月19日に発足しました。

区では、計画の策定過程に多くの区民の方にご参加いただけるよう、懇談会の検討状況や今後の日程などをお知らせしていきます。

長期総合計画策定に関する情報は、各出張所、区政案内相談コーナー、企画調整課、分庁、会場 区役所10階会議室 問合せ 企画調整課

千代田区ホームページでご覧になれます。皆さんのご意見をお待ちしています。

なお、第2回懇談会はつぎの日程で行います。会議は公開しますので、くわしくはお問い合わせください。

とき 11月18日(木)午後6時30分

ディーゼル車の 黒煙情報に ご協力を

ディーゼル車から排出される黒煙を減らすため、従来の「減らそう黒煙・青空ファックス」の名称を替え、「ディーゼル車黒煙NO!アクションライン」を実施しています。また、新規に電話の受付とEメールも開設しました。

黒煙を大量に排出し続けている自動車(発進・加速・登坂時

問合せ

・(都)環境保全局
自動車公害対策室
交通量対策係
☎5388-3497

・(区)環境・リサイクル課
環境係

ro.tokyo.jp

Eメール kokuen@kankyo.net

電話 ☎5388-3497

ファクシミリ ☎0120-590779

の氏名は一切公表しません。

なお、情報提供者など関係者の利用ください。

を除外)の情報や自動車公害対策に関するご意見・ご提案をつぎのファクシミリ・電話・Eメールで受け付けています。

専用の送信票を(都)環境保全局および(区)環境・リサイクル課の窓口にて用意してありますのでご利用ください。

☆次号は11月20日(土)に新聞折り込みでお届けします☆

環境・リサイクル特集

問合せ 環境・リサイクル課

ご存知ですか?

ちよだエコ・オフィス町内会

ちよだエコ・オフィス町内会は、区内のオフィスの皆さんと、区が一緒に取り組む古紙回収システムです。

経済的で、確実にリサイクルされるシステム

古紙を可燃ごみとして処分するよりも、古紙を回収し、資源として再利用し、ごみの減量と省資源を図ります。環境や社会に貢献できるこのシステムは、参加していただいているオフィスから大変好評を得ています。

古紙を回収すること、古紙を1kgあたり18円に抑え、さらに古紙売却代金を差し引くため、大変経済的です。オフィスのごみ減量に役立ち、回収された古紙は確実にリサイクルされます。

回収ボックスは無料レンタル



古紙を回収するためのボックスを無料で貸し出しします。ボックスは4個で1セット

古紙を回収すること、古紙を1kgあたり18円に抑え、さらに古紙売却代金を差し引くため、大変経済的です。オフィスのごみ減量に役立ち、回収された古紙は確実にリサイクルされます。

オフィスでは

ボックスに古紙を分別して入れるだけです。まとめたりしつたりといった手間は一切かかりません。あとは回収業者が定期的にオフィスに伺います。

分別の種類と回収料金



オフィス古紙のリサイクルの輪は、オフィスで働く一人ひとりが古紙を分別することから始まります。

参加するには

ポイ捨て防止「標語とイラスト」の入選者が決まりました



ポイ捨て防止 イラスト部門最優秀賞受賞作品

ポイ捨て防止の「標語とイラスト」を広く区民、在勤者、在学者から募集したところ、標語116作品、イラスト22作品の応募がありました。選考の結果、つぎの方々が入選されました。

最優秀賞受賞者

- 標語の部門
高田兵城さん(猿楽町在住)「やめようポイ捨て住みよい千代田」
イラストの部門
大塚より子さん(飯田橋在住)
加藤江里子さん(区立和泉小学校4年生)
山口和夫さん(外神田在住)

入選作品賞受賞者

- 標語の部門
山岸勝哉さん(北の丸公園在住)
岡戸富子さん(四番町在住)
金網久夫さん(神田小川町在住)

東京都環境保全資金融資のご案内

- 都民(個人)の方への融資
●資金の種類および内容
▼住宅用太陽光発電システム設置資金
利率 長期プライムレートの2分の1(平成11年9月現在2.3%)
限度額 300万円
償還方法 元利均等月賦
- 取組金融機関
都内に本店のある信用金庫および、東京ベイ信用金庫
※中小企業の方への融資については、お問い合わせください。
問合せ 都環境保全局助成指導部助成課助成係
☎53881335

商店街ダンボール回収に参加しませんか

ごみ減量とリサイクルを図るためには、商店街の役割が大きい。商店街の役割を、商店街で最も多くごみとして出されるのが、商品仕入れ等のダンボールです。これを資源としてリサイクルするためには、商店街としてのスケールメリットを生かし、拠点を設けて回収すると効果的です。

有価物集団回収、びん・かん分別回収にご協力ください

区では、お住まいの方を対象に月1回の有価物集団回収と、月2回のびん・かん分別回収を行っています。平成11年度中に全町会に拡充する予定ですので、ご協力をお願いします。

お知らせ

- 都市計画課の縦覧について
11月10日(木)まで、つぎの都市計画案を縦覧できます。また、住民および利害関係人の方は、縦覧期間内に意見書を提出できます。
都市計画案の内容
①神田錦町南部地区地区計画の決定(千代田区決定)
②整備、開発又は保全の方針の変更(都市再開発方針の変更等)―都知事決定
③丸の内二丁目地区地域冷暖房施設決定―東京都決定
縦覧場所 ①都市計画課都市計画係、②③について
は御都市計画局総務部相談情報課でも縦覧できます。
意見書の提出先 ①②③
都市計画課都市計画係
(〒102-0074 九段南1-6-17 千代田会館2階、千代田区長あて) ②③ 御都市計画局地域計画部都市計画課
(〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1、東京都知事あて)
問合せ ①②③ 都市計画課調整課、④ 都市計画局地域計画部都市計画課
☎53211111
■中小企業を営んでいる方へ―年末特別資金の受け付けが開始しました
受付期限 11月25日(木)まで
対象 ①区内に営業の本拠または住所(個人の場合)がある

一この社会あなたの税が いきている― 税を知る週間

11月11日(木)17日(木)は、「税を知る週間」です。期間中、税務署では、税の仕組みや使いみち、暮らしに役立つ税金の情報をお知らせする行事を行います。

行事名	と き	場 所	内 容
くらしの広場で の税金コーナー	11月12日(金)13日(土) 午前10時～午後4時 (13日は午後3時終了)	中小企業センター (神田錦町3-21)	パソコンによる税金クイズ等
税の広場	11月11日(木)12日(金) 午前11時～午後3時 午後3時～午後5時	西口駅前広場 西口駅前広場 西口駅前広場	税金クイズ、税に関するパネルの展示など
無料税務相談	11月11日(木)12日(金) 午前10時～午後3時 午後3時～午後5時	西口駅前広場 西口駅前広場 西口駅前広場	税理士会等による、税に関する無料相談



■国民健康保険
退職者医療制度の届出を退職者医療制度は、長い間会社などに勤めていた方が、退職して老齢年金受給権を取得したときから、病院にかかるときの負担が軽くなる制度です。
本人・本人・外来とも2割
被扶養者Ⅱ入院2割・外来3割
対象 つぎの①②③の条件をすべて満たす方とその被扶養者
①会社などを退職し、国民健康保険に加入して、
②厚生年金や共済組合などの加入期間が20年以上で、
③老齢(退職)年金の受給権があるか、または40歳以降10年以上加入で、通算老齢(退職)年金の受給権があり、
④老人医療受給者証を持っている方
届出に必要なもの 年金証書(裁定通知書)、保険証、印鑑。なお、裁定通知書がまだ届いていない方は、いったん一般の国保に加入し、後日、裁定通知書が届きましたら、14日以内に届け出てください。
問合せ 保険年金課国民健康保険係

西神田コスモス館オープン

西神田児童・家庭支援センター、西神田保育園、防災行政無線サブセンターや区民・区営住宅からなる「西神田コスモス館」が11月15日(月)にいよいよオープンします。

問合せ 保健福祉部児童課、施設課

施設の内容

※各施設の電話・ファクシミリは11月15日(月)から使用できます。

西神田児童・家庭支援センター

☎5215-9062
FAX 5215-9064
相談専用電話
☎5215-9063

このセンターは、地域の児童に健全な遊びを提供することにより、健康を増進する。

児童センター事業

卓球・バスケットボール等のスポーツ活動、絵画・工作等の創作活動、各種クラブ活動、ゲーム会・映画

子ども家庭支援センター事業

子どもと家庭に関する総合(なんでも)相談、子育て広場(ほっとほっとひろば)の提供、子育て情報の

一時預かり保育

保護者の通院・技能修得・学校行事等で、家庭における保育が一時的に困難になる乳幼児を短時間お預

西神田保育園

☎5215-9060

慣れ親しんだ今までの施設から西神田コスモス館へ移転します。
定員 0歳児10名、1歳児15名、2歳児15名、3歳児15名、4・5歳児30名
開園時間 午前7時30分～午後7時

ストックヤード

紙類・空き缶などのリサイクル可能な資源を回収業者を引き渡すまでの間、一時的に保管する場所など、地域のリサイクル活動の拠



西神田コスモス館前

西神田児童・家庭支援センター

	児童センター事業	子ども家庭支援センター事業 (ほっとほっとひろば)
利用時間	午前9時～午後5時 午後5時～6時は中学生・高校生等の 専用時間になります(土曜日を除く)。	午前9時～午後5時
休 館 日	日曜日、祝日(こどもの日は除く)、 年末年始	土曜・日曜日、祝日、年末年始
対 象	18歳未満の児童とその保護者 ※幼児は付き添いが必要です。	区内在住、在勤、在学、在園の 18歳未満の児童とその保護者 ※幼児は付き添いが必要です。
いっとき 一時預かり保育		
利用時間	月曜～金曜日(祝日、年末年始を除く)の午前9時～午後5時	
対 象	区内在住・在園の満1歳以上の就学前のお子さん	
受付開始	11月15日(月)から	
利用開始	11月22日(月)から	

第3回

区議会定例会

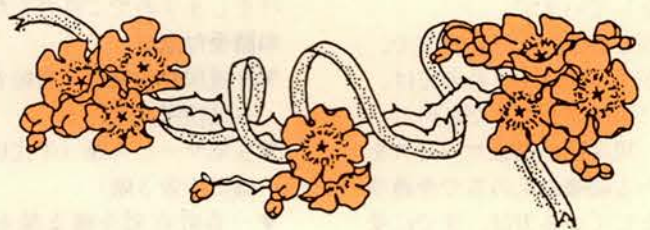


- 平成11年第3回区議会定例会が、9月22日から10月14日まで開かれました。この定例会では、区長から提出された「平成10年度各会計歳入歳出決算の認定」など11議案が可決されました。また、議員提出議案9件が可決されたほか、陳情6件が採択されました。問合せ 総務課、区議会事務局
- 区長提出議案
- ▽平成11年度一般会計補正予算第2号
 - ▽平成10年度各会計歳入歳出決算の認定について
 - ▽区立保育所条例の一部を改正する条例
 - ▽区立西神田児童・家庭支援センター条例
 - ▽区立児童館条例の一部を改正する条例
 - ▽区立幼稚園使用条例の一部を改正する条例
 - ▽特別区人事及び厚生事務組合規約の一部変更について
 - ▽23区清掃一部事務組合の設置について
 - ▽23区清掃協議会の設置について
 - ▽富士見出張所・区民館新築工事の請負契約について
- 議員提出議案
- ▽固定資産税の大幅な軽減を求める意見書(2件)
 - ▽都市計画税の軽減措置の継続を求める意見書
 - ▽JR採用問題の早期解決を求める意見書
 - ▽首都機能移転に反対する意見書
 - ▽臨界事故に関する意見書
 - ▽アメリカ政府が実施した未臨界核実験に対する抗議
 - ▽アメリカ政府が実施した未臨界核実験に対する抗議
 - ▽自治会館(仮称)建設計画に関する要望書
 - ▽固定資産税の大幅な軽減を求める陳情(2件)
 - ▽JR採用問題の早期解決を求める意見書に関する陳情
 - ▽都市計画税の軽減措置の継続を求める陳情(2件)
 - ▽オウム真理教の外神田六丁目の施設に関する陳情



西神田児童・家庭支援センター

オープニングフェスティバル



西神田児童・家庭支援センターの開設にともない
下表のとおりオープニングフェスティバルを行います。

問合せ 西神田児童・家庭支援センター

▼西神田児童・家庭支援センターオープニングフェスティバル

催し物	と き
オープニングセレモニー	11月15日(月) 午後3時30分～4時45分
館内ラリー	11月16日(火) 午後2時45分～4時30分
トランポリンであそぼう	11月17日(水) 幼児＝午後1時30分～ 小学生以上＝午後2時30分～
オリジナル押し花カードを作ろう	11月18日(木) 午後3時～4時30分
西神田アニメ館	11月19日(金) 午後2時30分～
親子であそぼう	11月22日(月) 午前10時30分～11時30分
人形劇団「プーク」公演 「ピンクのドラゴン」	11月24日(水) 午後2時30分～3時40分
お母さんのチャレンジシリーズ 「七宝焼のアクセサリを作ろう」	11月25日(木) 午前10時～正午

▼西神田コスモス館案内図



▼利用時間

施設名	平日(月曜～土曜日)	日曜日・祝日等
西神田区民小ホール	午前9時～午後10時	午前9時～午後10時
集会室兼音楽室	午後6時30分～10時	午前9時～午後10時
体育室	午後6時30分～10時	午前9時～午後10時

※第2日曜日、年末年始は利用できません。
※5月5日の子どもの日は平日扱いになります。

▼利用料金および利用区分

施設名	午前	午後	夜間
西神田区民小ホール	700円	1,000円	1,500円
集会室兼音楽室	500円	700円	900円
体育室	A 1,500円 B	2,000円	2,900円

※午前＝午前9時～正午、午後＝午後1時～5時、夜間＝午後6時～10時。
ただし、集会室兼音楽室、体育室の平日の夜間は午後6時30分～10時となります。

西神田コスモス館の施設は、地域の皆さんの交流の場として、西神田児童・家庭支援センターの事業等で使用しない時間帯を、11月16日(火)から開放します。利用できる方 区内在住、在勤、在学者を中心に構成される団体
利用時間・料金区分 左表

施設の地域利用

西神田コスモス館の施設は、地域の皆さんの交流の場として、西神田児童・家庭支援センターの事業等で使用しない時間帯を、11月16日(火)から開放します。利用できる方 区内在住、在勤、在学者を中心に構成される団体
利用時間・料金区分 左表

とき 11月26日(金)午後1時～3時受付
会場 神田公園出張所(神田司町2-2)
相談内容 法律、税務、社会保険、区政、一般相談など、弁護士・税理士・社会保険労務士などが相談に応じます。

移動相談

すまい・土地、相続、年金など
あなたの街で



問合せ 広報課広聴相談係

平成11年 サービス業 基本調査について

平成11年11月15日を基準日として、サービス業基本調査を実施します。この調査は、全国および地域別のサービス業に関する基礎資料を得ることを目的としています。調査対象となる事業所 調査係

取扱事業者の方へ 地域振興券の換金請求はお済みですか

千代田区地域振興券の換金請求期限は12月1日です。お早めに手続きしてください。なお、千代田区地域振興券特定事業者「ステッカー」が、まだ店頭に貼ってある場合は、至急撤去してください。



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

■はじめてのパソコン！「カレンダーをつくらう」

講習会に行っても、ついていけるか不安な方。電源を入れるところから操作の基本までを学び、簡単な文書作成と、オリジナルのカレンダーを完成させます。

とき 12月6日(月)、8日(水)、10日(金)の3日間、昼コース＝午後1時30分～4時、夜コース＝午後6時30分～9時

場所 神田さくら館（神田司町2-16）

対象 区内在住で18歳以上のパソコン未経験者各コース20名（抽せん）

費用 1,000円（教材費）
※初回に集金します。

申込み 往復ハガキ（記入例参照）に、満1歳以上の未就学児の一時保育をご希望の方は、子どもの氏名、性別、生年月日を追記して、11月19日(金)（必着）までに生涯学習振興課へ。

■「木工教室」参加者募集

世界に1つだけのオリジナルクリスマスツリーを作って、すてきなクリスマスを迎えてみませんか。

とき 12月11日(出)午前9時30分～午後1時

会場 九段社会教育会館

対象 区内在住、在学の小・中学生30名（申込順）とその保護者
※小学校4年生以下は、保護者の同伴が必要です。

持ち物 彫刻刀（丸刀）、水彩用絵筆、はさみ等

主催 千代田区文化協会

費用 1,500円（材料費）

申込み 電話で、12月1日(木)までに生涯学習振興課へ。

※満1歳以上の未就学児の託児室を設けます。ご希望の方は、申し出てください。

■リパティ・アカデミー公開講座「モーツァルトの音楽世界」

リパティ・アカデミー公開大学で好評の「モーツァルト人間考」。講義と演奏を交えながらの特別企画です。

とき 11月13日(出)午後3時～5時

会場 明治大学リパティタワー1階1013教室（神田駿河台1-1）

講師 白石敬子氏（ソプラノ）、末松利枝子氏（ヴァイオリン）、白石隆生氏（解説・ピアノ）

費用 1,000円（リパティ・アカデ



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

■区民スポーツ大会（健康マラソン大会）

とき 12月5日(出)午前9時30分、千鳥ヶ淵公園集合（午前10時スタート）

コース 千鳥ヶ淵公園→三宅坂→祝田橋→大手門→竹橋→千鳥ヶ淵公園

対象 区内在住で健康な方100名（申込順）

大会運営 千代田区体育指導委員協議会

費用 200円（傷害保険料）

申込み 所定の申込書に費用を添えて、12月2日(木)までにスポーツ振興課へ。

■皇居ロードレース大会兼中川杯

とき 12月12日(出)午前8時、桜田門時計塔前集合

対象 中学生以上の健康な方

種目 5km＝中学男子・中学女子・一般女子・壮年男女、10km＝一般男女・壮年男女、20km＝一般男女

※一般＝高校生以上、壮年＝50歳以上

大会運営 千代田区陸上競技協会

費用 中学生＝1,000円、一般・壮年＝1,500円

申込み 費用を指定口座に振り込

み、所定の申込書を12月2日(木)までにスポーツ振興課へ。

■バスケットボール大会

とき 平成12年1月23日(日)・30日(日)・2月6日(日)・11日(祝)・12日(出)の5日間、いずれも午前9時～（2月12日は午後1時～）

会場 総合体育館

対象 区内在住、在勤者で構成され、千代田区バスケットボール協会に登録しているチーム

※登録希望チームは、11月19日(金)に開催されるレフリー講習会を受講するか、公認レフリーの登録が必要です。

大会運営 千代田区バスケットボール協会

競技方法 男女別リーグ戦およびトーナメント戦

申込み 所定の申込書に必要事項を書いて、11月18日(木)・19日(金)にファクシミリで、千代田区バスケットボール協会・安田（☎3255-5353 3252-4385）へ。



TOWN ニュース

■外国を知るシリーズ「スペイン PARTII」

スペイン大使館ヘラルド・ルガリヨ・オットーネ参事官がスペイン文化について紹介します。

皆さんのお越しをお待ちしています。

とき 11月19日(出)午後1時30分～3時30分

会場 九段社会教育会館（九段南1-5-10）

費用 500円

申込み 11月17日(木)までに虹の会

（曾根☎3261-1088、大竹☎3865-7571、中☎3261-5005）へ。

■靴と健康に関する講演「いきいきライフ！靴と健康について」

とき 11月25日(木)午後2時～4時

会場 九段社会教育会館（九段南1-5-10）

対象 区内在住、在勤者40名

講師 高橋保行氏（シューフィッター指導員）

問合せ 出東靴協会☎3252-5656

お子さんについての心配ごと

教育相談

—無料—

不登校・学業不振・家庭のしつけ・発達の問題など(秘密厳守)

教育相談の中の学業不振については、11月から相談を通して援助が必要と認められるお子さんに学習指導も行います（放課後・研究所内）。

月曜日から金曜日までの1日40～50分程度です。曜日と期間は個

人別に定め、対象の科目は小学生が全教科、中学生は国語・数学・英語です。

問合せ 教育研究所教育相談部☎3256-8140（事前に電話で予約してください）

●訂正とお詫び

10月25日号に掲載した「11月の保健事業ガイド」に一部誤りがありましたので訂正してお詫びします。

(誤) 母親学級	(正) 母親学級
とき 8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)	とき 29日(月)・12月6日(月)・13日(月)・20日(月)

介護保険の認定申請を受け付けています

10月から要介護等認定申請の受け付けをしています。

介護等を必要としている方で、誕生月が1～4月生まれの方は、11月中旬に申請をしてください。

また、現在区の福祉サービスを受けている65歳以上の方で介護等を必要としている方は、すでに受付中ですのでお早めに申請してください。

なお、集中を避けるため、5～8月生まれの方は12月、9～12月生

（心身障害者とその家族の「激励慰安会」）

日ごろの苦勞を忘れ、ゆっくりくつろぎ、楽しい一日をお過ごしください。

とき 11月21日(日)午後0時30分～2時10分

会場 富士見福祉会館（富士見2-3-6）

ビルの衛生講習会

ビルを長持ちさせ、衛生的で快適な環境を守るために大切な、水道タンクの改修。

この分野で第一線の専門家が、実例に基づいてノウハウをお話します。あわせて、最近問題になっているねずみの防除法についても紹介しますので、お問い合わせのうえ、お越しください。

とき 11月29日(月)午後2時～4時

健康増進コーナー

冬の“のびのび運動実践コース” アクアエクササイズ(水中体操)

肥満、運動不足、睡眠不足等は、生活習慣病を引き起こす原因です。そこで、健康チェック→健康学習→運動実践を体験しながら生活を見直し、生活習慣病を予防します。

▼冬の「のびのび運動実践コース」

とき・会場など

内 容 ・ 講 師	と き ・ 会 場	定 員	費 用
健康 チ ェ ッ ク 〈2日制〉 1日目＝検尿、血液検査、胸部X線、心電図等 2日目＝運動負荷テスト、体力テスト、結果説明、個別相談	1日目 11月29日、12月6日、いずれも月曜日 2日目 12月8日、15日、1月19日、いずれも水曜日 1日目、2日目とも午後1時から千代田保健所	1日目 12名 2日目 8名	区民＝2,500円 (区の国民健康保険加入者は1,250円) 在勤者＝4,000円
健 康 学 習 講演会 高脂血症予防「血液をさらさらにするために」 横浜赤十字病院内科部長 林 洋氏 お話「コレステロールを下げる食事」 管理栄養士	1月20日(木) 午後1時30分～4時 千代田保健所 1月27日(木) 午後1時30分～4時 千代田保健所	30名 30名	無 料
運 動 実 践 アクアエクササイズ(水中体操) 東京都健康づくり推進センター運動指導員	1月18日、25日、2月1日、8日、15日、22日、29日、3月7日、14日、21日、(全10回) いずれも火曜日の午後1時30分～3時30分 神田さくら館(神田司町2-16)	30名	無 料

家族介護教室 参加者募集について

寝たきりや痴呆性の高齢者を介護している方に、介護の知識・技術を学んでいただきます。

とき 11月27日(出)午前11時～午後2時

会場 神保町ひまわり館（神田神保町2-40）

対象 区内在住で寝たきりや痴呆性の高齢者を介護している方

第1回くらしの広場（第21回消費生活展） 健康フェスティバル同時開催

秋の恒例行事「消費生活展」が「くらしの広場」と名称を変え、消費者の集いの「場」として新たにスタートします。

“くらし”をテーマに会場内を4つのコーナーに分け、消費者グループ、生活に関連した企業や団体の展示に加えて、直接、体験・実感できるさまざまな催しを行います。

また、千代田区健康フェスティバルも同時開催します。

ご家族やお友達など、皆さんでお越しください。

くらしの広場

とき 11月12日(金)午前10時～午後4時、13日(出)午前10時～午後3時

※期間中、風ぐるま臨時便（区役所～会場間）を運行します。

会場 中小企業センター（神田錦町3-21）

内容

▼「健康で安全なくらし」コーナー

- ・展示発表 大豆について、牛乳について、介護保険について、食の安全性について、たぐわえくんの試食など
- ・体験コーナー 指編みでつくるショール・タワシ、正しい計量の仕方、妊婦体験（12日(金)のみ）
- ・健康相談コーナー 血圧・体脂肪測定、薬相談、歯科相談など

▼「くらしの情報」コーナー

- ・税金相談、年金相談、貯蓄相談など

▼「環境・リサイクル」コーナー

- ・展示発表 せつけんについて、環境ビジネスについて（ダイオキシンの対策）
- ・おもちゃの病院 子どものおもちゃを無料で修理（家電製品やテレビゲームなどを除く）
- ・体験コーナー 牛乳パックでつくるポケットティッシュボックス&カセット・プラントーづくりなど

▼「すまいとライフライン」コーナー

- ・展示発表 防災グッズの展示、アルファ米の試食、電気・ガス・水道・下水道に関する各種相談実演

20名（申込順）

内容 一番町特別養護老人ホーム管理栄養士による調理指導「骨粗しょう症を予防する食事」

申込み 電話で、11月19日(金)までに一番町高齢者在宅サービスセンター（☎3265-6131）へ。

健康フェスティバル 「健康とくらし」

▼中小企業センター会場（神田錦町3-21）

とき 11月12日(金)午前10時～午後4時、13日(出)午前10時～午後3時

内容

- ・講演会（12日(金)午後0時45分～2時） 武藤芳照氏（東京大学大学院教授）による「転ばぬ先の養生訓－骨折・寝たきり予防の知恵－」
- ・講演会（13日(出)午後1時～3時） 今村昭二郎氏（千代田区歯科医師会）による「知って得する歯周病予防のお話」
- ・相談コーナー 健康・歯科・在宅相談
- ・薬の相談（12日(金)午後1時～4時）
- ・妊婦体験コーナー（12日(金)午前10時～午後4時）「男性も妊娠を経験してみませんか？」
- ・パネル展示 生活習慣病予防、環境衛生、食品衛生、エイズ、覚せい剤、結核など

▼千代田保健所会場（神田錦町3-10）

とき 11月12日(金)午前10時～午後4時30分

内容

- ・栄養講習会（午後2時30分～4時） 三浦理代氏（女子栄養大学助教授）による「健康食品と上手な利用方法－まちがっていませんか？健康食品のとり方－」
- ・骨粗しょう症予防教室（午前11時～午後2時）「調理デモンストラクションと試食。握力・脚筋力と体力相談」
- ・骨密度検診・体脂肪測定（午前11時～午後2時、先着50名）
- ・検査室見学・体験・パネル展示

問合せ 千代田保健所☎3291-3641

児童館

楽しさいっぱい！お近くの児童館に
家族みんなで遊びにきてね！

●神田児童館(外神田3-4-7)

☎3253-6021

☆わんぱくまつり 11月13日(出)午
前11時～午後3時、第1部＝小
学館レクリエーションリーダー
ズクラブによるファミリーバラ
エティショー(歌、踊り、手
品ほか)、第2部＝「わんぱく市」
お店屋さん、ゲーム屋さん、手
づくりコーナー、食べもの屋さ
ん、おたのしみコーナーなども
りたくさん。



●富士見児童館(富士見2-3-6)

☎3262-1040

☆ワイワイこどもまつり！ 11月
13日(出)午前11時～午後2時、第
1部＝オープニングフェスティ

バル、第2部＝ゲームコーナー、
レストランコーナー、手作りの
お店コーナーなど

☆料理会・パンプディングとフル
ーツゼリーを作ろう！ 11月27
日(出)午前9時30分～11時30分、
みんなの大好きなデザート作り
をします。11月10日(出)から小学
生以上21名(申込順)を募集。
本人が申し込むこと。

●四番町児童館(四番町11)

☎3234-3084

☆ジャンケンゲーム会 11月17日
(出)午後2時30分～3時30分、楽
しいゲームでいっぱい遊ぼう！

●一番町児童館(一番町10)

☎3230-0866

☆一番町まつり「パレードとワ
クワフェスティバル」＝11月
6日(出)午後2時～、「こどもなん
でも市」＝11月13日(出)午後1時30
分～4時、たのしいゲーム、か
わいいお店、おいしいレストラ
ン、たのしいこといっぱい！

ちよだパークサイドプラザ (神田和泉町1 ☎3864-8931)

☆ふれあい祭り 11月7日(出)午前
10時～、フリーマーケット、人
形劇、ダンスパーティーなどい
ろいろな催しを準備して、皆さ
んをお待ちしています。

☆バスハイク(高尾山) 11月13日
(出)、小学生以上とその保護者60
名(申込順)を募集(参加費
480円を添えて本人が申し込む
こと)。

※説明会は、11月10日(出)午後2時
～4時に行います。

☆映画会+ゲーム会 11月17日(出)
午後2時～、「赤毛のアン」

☆料理会 11月27日(出)午前10時
～午後2時、「ビビンバ」を作ろ
う！11月10日(出)から小学生以上
15名(申込順)を募集



図書館

●千代田図書館(九段南1-6-11)

☎3264-0151

☆土曜映画会 11月13日(出)午後2
時～、九段社会教育会館(九段
南1-5-10)、「春駒のうた」

☆おはなし会 11月17日(出)、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

●四番町図書館(四番町1)

☎3239-6357

☆日曜映画会 11月21日(出)午後1
時30分～、「落ちた偶像」

☆おはなし会 11月28日(出)、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

保育園からのお知らせ(子育て支援事業)

保育園では、小学校就学前のお子さんと保護者を対象に子育てを応援しています。皆さんのお越しをお待ちしています。

●いずみ保育園(神田和泉町1)

☎3865-4152

☆保育園であそびましょう 11月
19日(出)午前10時～正午

●飯田橋保育園(飯田橋3-9-17)

☎3264-1744

☆お店屋さんごっこへどうぞ 11
月26日(出)午前10時～正午、お友
だちといっしょに買い物ごっこ
をしてあそびましょう。

●四番町保育園(四番町11)

☎3234-2269

☆いつでも子育て相談に応じま
す お子さんと一緒にお出かけ
ください。



☆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「千代田くらしのテレホン&ファクシミリガイド」☎3264-2233で☆

高齢者センター (神田神保町2-20 ☎3265-3981)

■高齢者大学講演会—意外と知ら ない健康知識—

とき・内容など 下表のとおり

定員 80名(申込順)

申込み 電話または直接センター
へ。

■映画会

11月17日(出)午前10時～と午後1
時20分～の2回、「花笠道中」

■マッサージサービス

とき 11月10日(出)・11日(出)の午前
10時～午後3時10分

対象 60歳以上の区内在住者

定員 120名(申込順)

申込み 本人または家族が直接セ
ンターへ。

■芸能鑑賞会

11月20日(出)午後1時30分～2時
30分、紅茶とクッキーをつまみな
がらバグパイプの演奏をお楽しみ
ください。

演奏は東京パイピングソサイア

▼高齢者大学講演会 とき・内容など

日 時	内 容	講 師
11月26日(出)	「あなたの耳は大丈夫？ ～耳の老化と難聴～」	東京医科大学付属病院耳鼻咽喉科医師 河野 淳氏
12月1日(出)	「足のウラから体を癒す ～西洋流・足裏療法～」	吉元医院院長 吉元 昭治氏
12月10日(出)	「水と親しむ健康法 ～楽しく水中エクササイズ～」	東京都立科学技術大学名誉教授 荒木 昭好氏

※いずれも午後1時30分～3時

MIW 男女共同参画センター (神田和泉町1 ☎5823-0772)

■MIWビデオサロン「捨てられた “人形”—グローバル化と女性労働者—

スリランカ、タイ、韓国の女性
労働者たちの厳しい状況と、厚い
壁に生き生きと挑む姿を伝えるド
キュメンタリーです。

とき 11月12日(出)午後2時～と午
後6時30分～の2回

定員 20名(申込順)

■MIW千夜一夜(第八夜)「視 線をちよっと遠くにのぼそうか ーウーマンリブから世界の NGOへー」

舟本恵美子さんは、広告代理店
に勤めながら女性たちとの出会い
や仲間づくり、コミュニティへの
関わりを模索し続けてきました。
個から世界に発信していく小さな
きっかけについて、一緒に話して
みませんか。

とき 11月17日(出)午後6時30分

▼女性労働セミナー とき・内容など

日 時	内 容	講 師
11月16日(出)	「改正男女雇用機会均等法とは何か」	弁護士 大谷 恭子氏
11月17日(出)	「女性の働き方・生き方」	原田ワーキングライフ研究所所長 原田 静枝氏
11月19日(出)	「大手自動車メーカー「マツダ」の決断」	マツダ株式会社人材開発部 第1人材開発グループ主幹 青木 一郎氏

※いずれも午後6時15分～8時45分まで

ティです。

■絵手紙講習会

とき 11月29日(出)・12月7日(出)・
17日(出)、いずれも午前10時～正午
講師 斉藤マサエ氏(日本絵手紙
協会)

対象 60歳以上の区内在住者

定員 20名(抽せん)

申込み 11月15日(出)までに電話ま
たは直接センターへ。

※材料費は実費負担です。

■長寿会交流運動会

千代田区連合長寿会の交流運動
会を開催します。

とき 11月7日(出)午後1時30分
～3時30分

会場 昌平童夢館(外神田3-4
-7)

申込み 競技に参加する方も見学
する方も、各地区長寿会または
センターへ。

～8時

ービデオサロン、千夜一夜ともー

申込み 電話またはファクシミリ
で男女共同参画センター(☎5
823-0775)へ。

※一時保育を希望の方は、5日前
までにお申し込みください。

●女性労働セミナー(主催：東京 都中央労政事務所)

変わりつつある女性労働につい
て、さまざまな観点から考えてい
くためのセミナーです。どなたで
も受講(申込順)できます。

とき・内容など 下表のとおり
会場 後楽園会館会議室(文京区
後楽1-7-22) ☎3815-
8171

後援 千代田区・文京区

申込み 東京都中央労政事務所普
及係 ☎3523-3521 ☎3
523-3523