



### 主な内容

- 千代田区プレミアム付き商品券…2
- 夏の子ども向けイベント特集…5
- (都)聖火ランナーの募集…7
- 西伊豆グルメフェア…8
- 8月は打ち水月間…8
- 祝 広報千代田 1500号…12

## 元気に長生きしたい人注目! フレイル 予防の取り組みを!

**体重の減少** 6か月間で体重が2～3kg減少した

**疲労感** 以前より疲れやすくなった

**身体活動の低下** 外出しなくなった、人との交流が減った

**握力低下** ペットボトルのふたを開けにくくなった

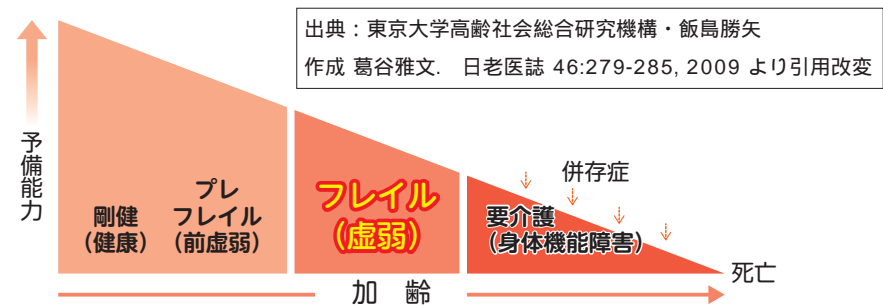
**歩行速度の低下** 横断歩道を青信号の間に渡りきるのが難しくなった

**3つ以上当てはまったら 要注意!**

フレイルという言葉を知っていますか。フレイルは、健康な状態から要介護へ移行する中間の段階で、加齢に伴い筋力や認知機能などの心身の活力が低下している状態のことをいいます(下図)。上のチェックリストで3つ以上当てはまった方は要注意! 健康に長生きするためには、今すぐフレイル予防に取り組む必要があります。

フレイルは「栄養」「運動」「社会参加」の3つを心がければ健康な状態に戻るといわれています。フレイル予防に取り組み、健康に長生きしましょう!

問合せ 在宅支援課介護予防係 ☎ 5211-4223



## フレイル予防 ③つのポイント

### ① 栄養(食生活・口腔機能)

中年期まではメタボ、高齢期からは低栄養に注意しましょう。

しっかり食べていると思っても必要な栄養が十分にとれていない可能性があります。特に、筋肉の材料となるたんぱく質を積極的に摂りましょう。また、噛めないなど口腔機能の低下が低栄養の原因になっていることもあります。口腔ケアにも取り組みましょう。

- 区 の 取り組み
- ・プライベート栄養レッスン
  - ・歯医者さんで介護予防!

### ② 運動

いつまでも動ける体を作るには適度な運動が必要です。何もしなければ体力は落ちてきます。歩く距離をのばしたり、運動教室に通うなど、プラスアルファの運動を日常生活に取り入れましょう。

### ③ 社会参加

社会とのつながりが減ることがフレイルの入り口とされています。「栄養」「運動」の取り組みも仲間と一緒にすることで効果がより高まります。誰かと一緒にごはんを食べたり、仲間と一緒に運動したりしてみましょう。

- 区 の 取り組み
- ・自主グループ立ち上げ支援

区 の 取り組みについて詳しくは 4面参照

**予告** **フレイル予防講演会**  
**フレイル予防講座**

フレイルやフレイルの予防方法を学んでいただくため、フレイル予防講演会とフレイル予防講座を開催します。詳しい内容や申込方法などは、広報千代田8月20日号でお知らせする予定です。ぜひ、ご参加ください。

**とき** ①フレイル予防講演会=9月3日(火)午前10時～  
②フレイル予防講座=9月下旬開始予定

**会場** ①かがやきプラザ1階ひだまりホール(九段南1-6-10)  
②未定

### お茶の水小学校の避難所を 一時変更します

校舎整備のため、お茶の水小学校(神田猿樂町1-1-1)から神田一橋中学校(一ツ橋2-16-14)に避難所が変更になります。

**変更期間** 8月1日(木)～令和5年3月末(予定)

#### 対象地域

・神田神保町二丁目

- ・神田猿樂町二丁目
- ・神田駿河台一・二丁目、四丁目5
- ・神田小川町二丁目、三丁目
- 2・4・6・24・26・28、8の偶数番地

**問合せ** 災害対策・危機管理課 ☎5211-4187

### 千代田保健所運営協議会委員の募集

地域の公衆衛生や保健所の運営に関する事項を審議する、保健所運営協議会委員を募集します。

**任期** 10月～令和3年9月

**定員** 若干名(選挙)

**申込方法** 8月5日(月)までに申込書類を郵送、ファクス、Eメールまたは直接問合せ先へ

#### 申込書類の記入事項

・10面記入例に記載の事項

- ・生年月日
- ・「保健所または保健衛生に関する事項をテーマにした800字以内の作文」

**問合せ** 地域保健課地域保健係(千代田保健所2階)

☎5211-8164

FAX 5211-8190

✉chikihoken@city.chiyoda.lg.jp

〒102-0073 九段北1-2-14

### 10月20日(日) 区民体育大会を開催 プログラムの広告を募集

今年の区民体育大会は、10月20日(日)に外濠公園グラウンド(五番町先)で開催します。

詳しくは、広報千代田9月20日号でお知らせします。

#### プログラムの広告を募集

発行部数 9千部(予定)

**配布方法** 9月中旬に町会を通じて配布

**広告規格** プログラム表紙などに掲載/カラー印刷/縦約50mm×横約80mm

**掲載料** 1万円

**申込方法** 8月1日(木)(必着)までに申込書・問合せ先で配布と広告の原稿案を郵送、Eメールまたは直接問合せ先へ

**問合せ** 生涯学習・スポーツ課

スポーツ振興係(区役所6階)

☎5211-3627



## 住民税が非課税の方・子育て世帯の世帯主の方対象！ 10月発売！千代田区プレミアム付き商品券

区は、所得の低い方・子育て世帯を対象に、区内の取扱店舗で使用できるプレミアム付き商品券(額面価格が購入金額を上回る商品券)を発行・販売します。これは、10月から消費税・地方消費税率が引き上げられることに伴う家計への影響を緩和し、地域の消費を下支えすることを目的としています。

**購入単位** 5,000円(販売額4,000円/500円券10枚入り)

**購入方法** 購入引換券をお持ちのうえ、直接区内の郵便局(宮内庁内郵便局を除く)

本人確認書類の提示が必要です

**販売・使用期間** 10月1日(火)～令和2年3月31日(火)

**問合せ** 千代田区プレミアム付き商品券専用コールセンター 0120-977-163

開設期間は7月22日(月)～令和2年4月30日(木)



#### 購入できる方①住民税が非課税の方(要申請)

**対象** 平成31年1月1日時点で千代田区に住民票があり、平成31年度の特別区民税(均等割)が非課税の方(特別区民税が課税されている方と生計同一の配偶者・扶養親族、生活保護などを受給されている方を除く)

**購入可能額** 一人につき最大25,000円分(販売額20,000円)

**購入引換券の入手方法** 区が、対象となる見込みの方へ8月上旬に購入引換券の交付申請の案内を郵送します。案内に同封の申請書を提出してください。対象の方で、9月までに案内が届かない場合は、問合せ先へご連絡ください。

**購入例** 夫婦2人暮らしかつ世帯全員が住民税非課税者=2人分購入可能 総額50,000円分の商品券を40,000円で購入可能(25,000円×2人分=50,000円分)

#### 購入できる方②子育て世帯の世帯主の方(申請不要)

**対象** 千代田区に住民票があり、平成28年4月2日～令和元年9月30日に生まれた子が属する世帯の世帯主

**購入可能額** 対象となる子ども一人につき最大25,000円分(販売額20,000円)

**購入引換券の入手方法** 区が対象となる世帯の世帯主に購入引換券を郵送します。

子どもの生年月日が、平成28年4月2日～令和元年7月31日=9月下旬発送。令和元年8月1日～9月30日=10月下旬発送

**購入例** 夫婦2人と子ども2人(2歳、0歳)の4人暮らしかつ世帯主が住民税課税者で家族を扶養している=子育て世帯として2人分購入可能 総額50,000円分の商品券を40,000円で購入可能(25,000円×2人分=50,000円分)

#### ①と②両方に該当する方は両方の対象です

**購入例** 夫婦2人と子ども2人(2歳、0歳)の4人暮らしかつ世帯全員が住民税非課税者=住民税非課税者として4人分、子育て世帯として2人分購入可能 総額150,000円分の商品券を120,000円で購入可能(25,000円×6人分=150,000円)

#### プレミアム付き商品券の取扱店舗を募集！

**対象** 千代田区内で小売業・飲食業・サービス業などを営み、直接消費者に販売またはサービスを提供する事業者(風俗営業などの一部業種を除く)

**申請方法** 10月31日(木)までに、所定の申請書(区のHP下の二次元コードからアクセス可 からダウンロード可)をファクスまたはEメールで提出

**問合せ** 千代田区プレミアム付き商品券専用コールセンター 0120-977-163

開設期間は7月22日(月)～令和2年4月30日(木)



#### “特殊詐欺”にご注意を

**商品券を買うために、ATMを操作させられる=詐欺！**

商品券を販売するために、区や内閣府が手数料などの支払いを求めたり、ATMの操作を依頼することは絶対にありません。また、ATMを操作して商品券を購入することはできません。あやしいと思ったら、問合せ先へご連絡ください。

**問合せ** 千代田区消費生活センター 5211-4314、麹町警察署 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

### 旧高齢者センター跡地を活用した認可保育所の整備に対する意見を募集します

区は、賃貸物件の活用に限らず、区有地を活用した保育所整備を推進しています。この取り組みの一環として、旧高齢者センター跡地(神田神保町2-20)を活用した認可保育所の整備を予定しています。

**主な内容** 現存の建物を令和元年から令和2年にかけて解体。民間事業者に敷地を貸し付け、令和4年4月に認可保育所(定員80名程度)を開設(予定)

**提出方法** 8月5日(月)までに氏名(名称)、住所(所在地)、所属、ご意見を記入のうえ、区のHP(右下の二次元コードからアクセス可)、郵送、ファクスまたはEメールで問合せ先へ

意見の提出様式は自由

**注意事項** 口頭・電話での受け付けはしません 皆さんから寄せられた意見は、区の考え方とともに、後日区のHPで公表します。個々の意見に対して、直接の回答はしません 提出のあった意見や個人情報は、当該案件の検討以外の目的には使用しません

**その他** 整備の概要について詳しくは区のHP参照

#### 意見交換会を開催します

**とき** 7月26日(金)18時~19時(当日直接会場へ)

**場所** 神保町区民館(神田神保町2-40)

**問合せ** 子育て推進課子育て推進係(区役所2階)

5211-3653 FAX3264-3988

☒kosodatesuishin@city.chiyoda.lg.jp

〒102-8688 九段南1-2-1



### 消費者だより

## インターネットで予約した旅行トラブルに注意

インターネットで予約した旅行に関するトラブルが増えています。手軽に旅行の予約ができる反面、予約内容や契約条件を十分に確認しない予約をすると、思いがけないトラブルに遭うことがあります。

### トラブルを防ぐためのチェックポイント

- ①旅行会社の基本情報を確認する
  - 予約をする前に、事業者の名称・住所(国内か海外か)・代表者の氏名、旅行業登録の有無(国内事業者の場合のみ)、顧客対応窓口の体制(連絡手段、対応言語)を確認しましょう。
- ②予約内容が確認できる画面などがあるか
  - 予約後は、事業者からの予約確認メールが届いているか、サイト内のマイページなどで予約内容に誤りがないか確かめ、画面を印刷して旅行が終わるまで保管しましょう。
- ③予約内容が確認できる画面などがあるか
  - 困ったときは、消費生活センターに相談しましょう。

**事例** 旅行サイトで、半年後の海外旅行のため、2名分の航空券を申し込んだ。翌日、別の航空便に変更しようと思いい、キャンセルを依頼すると、代金の50%のキャンセル料を請求された。規約を読むと「自己都合の場合は、50%のキャンセル料が発生する」と記載があった。

は、原則規約に沿ったキャンセル料が発生します。キャンセル規約など契約条件は、申し込み前に必ず確認しましょう。また申し込みを完了する前に、日程や部屋のタイプは間違っていないか、名前やメールアドレスなどの入力は正しいか確かめましょう。

困ったときは、消費生活センターに相談しましょう。問合せ 千代田区消費生活センター ☎5211-4314

## 手話通訳などの実施費用を助成します

講演会などの手話通訳・要約筆記、点字資料の作成費用を助成します。これは、障害の特性に応じて点字・手話などによる意思疎通を行う事業に助成することによって、多様な人々がともに支えあう共生社会を実現するために取り組んでいます。

**対象** ・区が共催・後援する事業  
・区内に住所がある法人・団体などが区内で開催する講演会など  
※公序良俗に反するもの、政治または宗教にかかわるもの、営利を目的とするものは除く  
**助成金額** 1日(1回)あたり5万円を限度に全額助成  
**助成回数** 1事業者につき年度内5回まで  
**申込方法** 電話で問合せ先へ  
**根拠条例** 千代田区手話通訳等実施費用助成要綱

**問合せ** 障害者福祉課障害者福祉係 ☎5211-4214



## 令和元年第2回区議会定例会の報告

令和元年第2回区議会定例会を、6月12日から7月1日まで開催しました。

この定例会では、区長提出議案11件、委員会提出議案2件が審議され、報告が5件ありました。詳しくは「ちよだ区議会だより」や区議会HP(<http://gikai.chiyoda-tokyo.jp>)をご覧ください。

- 問合せ** 総務課文書係 ☎5211-4138 区議会議務局 ☎5211-4297
- 区長提出議案など**
  - ▼令和元年度千代田区一般会計補正予算第1号(可決)
  - ▼千代田区放課後児童健全育成事業の設備及び運営に関する基準を定める条例の一部を改正する条例(可決)
  - ▼千代田区災害弔慰金の支給額等に関する条例の一部を改正する条例(可決)

- 報告**
  - ▼平成30年度千代田区一般会計予算の繰越明許費に係る歳出予算の繰越しについて
  - ▼損害賠償請求事件に関し専決処分により和解した件について
  - ▼(仮称)外神田一丁目公共施設新築工事請負契約の一部を専決処分により変更した件について
  - ▼(仮称)外神田一丁目公共施設



新築電気設備工事請負契約の一部を専決処分により変更した件について  
▼(仮称)外神田一丁目公共施設新築給排水・空調設備工事請負契約の一部を専決処分により変更した件について  
**委員会提出議案**  
▼児童虐待防止対策の強化を求める意見書(可決)  
▼難聴者の補聴器購入に対する助成を求める意見書(可決)

## 情報公開・個人情報保護制度の運用状況 平成30年度の情報公開請求は4千302件

情報公開制度は、区が管理する情報の公開を請求できる制度です。平成30年度は、4千302件の情報公開請求(取り下げ4件/前年度比約4%減)があり、全部公開1千248件、部分公開3千41件、非公開4件、不存在11件の決定を行いました(未決定はありません)。主な内容の内訳は、表1のとおりです。

▼表1 情報公開請求の主な内容

請求内容	請求件数
中高層建築物標識設置届関係	519
建築計画概要書関係	3,040
食品営業許可関係	290
診療所等台帳関係	77
理容所・美容所台帳関係	57
建築物解体工事事前周知関係	174
その他	145

▼表2 自己情報開示請求の主な内容

請求内容	請求件数
戸籍・住民記録に関するもの	22
介護保険に関するもの	7
その他	40

平成30年度は、69件の自情報の開示請求(取り下げ2件/前年度比約53%増)があり、全部開示22件、部分開示24件、非開示など5件、不存在16件の決定を行いました(未決定はありません)。開示の請求の主な内容の内訳は表2のとおりです。  
**問合せ** 総務課法規担当 ☎5211-4138

無料  
**司法書士による法律相談会**

相続・遺言 不動産売買・贈与 会社設立・企業法務  
成年後見 クレジット・サラ金 債務整理・破産 等

運 営：東京司法書士会千代田支部 会 場：神保町区民館2階洋室A(神田神保町2-40)  
日 時：令和元年7月31日(水)、令和元年8月30日(金)18:00~20:00  
問 合 せ：司法書士 佐原大介 080-3574-2525 ※予約優先  
<千代田区役所でも開催中 毎月第2木曜日 13:00~15:00>



シニアのための水中エクササイズとリラクゼーション

とき 9月7日～10月26日の毎週土曜(全8回)午前10時30分～11時30分(受け付け午前10時～)
会場 いきいきプラザ一番町8階温水プール(一番町12)
対象 60歳～79歳の健康な方
事前に必ず問合せ先で医師または保健師の健康チェックを受け、許可が必要(申し込み時に予約)
空きがあれば60歳以下の方も参加可(費用4,000円)
定員 30名(申込順)
内容 水中での歩き方の基本や腰痛予防の運動、リラクゼーション
講師 千葉紘一氏(千代田区水泳連盟)
費用 区内在住者2,000円、その他の方4,500円(プール料金を含む)
申込方法 住所・年齢が確認できる物と参加費をお持ちのうえ、直接問合せ先へ
問合せ いきいきプラザ一番町 3265-6311



加給年金対象者にご注意を
こんなときは届け出が必要

配偶者が老齢(退職)・障害を事由とする年金を受け取るようになった場合

この場合、加給年金は支給停止になります。次の～の年金を受け取るようになった方は「加給年金額支給停止事由該当届」を住所地の年金事務所へ提出してください。

老齢厚生年金(共済組合などを含む)の被保険者期間が20年(中高齢特例は15～19年)以上の老齢厚生年金

障害基礎年金、障害厚生年金、障害共済年金

旧厚生年金(船員保険を含む)の老齢年金、旧共済組合の退職共済年金

旧制度の障害年金

障害基礎年金と障害厚生年金の両制度からの子の加給年金(障害基礎年金の子の加算額が優先されるため)

配偶者または子との関係に変更が生じた場合

次に該当する場合も加給年金の対象でなくなります。「加算額・加給年金額対象者不該当届」を住所地の年金事務所へ提出してください。

- ・配偶者または子が死亡した
・受給権者による生計維持関係がなくなった・離婚した
・子が養子縁組で受給権者の配偶者以外の養子になった
・子が婚姻した など

問合せ 千代田年金事務所 3265-4381

フレイル予防で元気に長生き!

問合せ 在宅支援課介護予防係 5211-4223

プライベート栄養レッスン 栄養(食生活)

管理栄養士・栄養士が月1回自宅を訪問し、マンツーマンで栄養指導を実施します。

とき 9月～11月で毎月任意の1日を指定(全3回)

10月以降の開始分は8月下旬に募集予定

指導期間中、お弁当の配食体験が可能(有料)

会場 利用者の自宅

対象 区内在住の65歳以上で、栄養改善指導を受けて自身で栄養改善に取り組める方(未受講者に限る)

申込方法 8月15日(木)までに利用申込書を提出

利用申込書の配布場所 かがやきプラザ相談センター(九段南1-6-10)、高齢者あんしんセンター麹町(一番町12)、高齢者あんしんセンター神田(神田淡路町2-8-1)

歯医者さんで介護予防! 栄養(口腔機能)

いつまでも「おいしく食べる」ために、口の体操や手入れの方法などの無料指導を区内68か所の歯科医院で受けられます。

会場 区内指定歯科診療所(区のHP参照)

対象 65歳以上の区内在住者

内容 1日目=問診、口腔機能の検査、口の周りの体操など。2・3日目=口腔清掃チェック、歯磨きや入れ歯の手入れ、お口の体操など。4日目=1日目と同じ検査を実施し、効果を確認

申込方法 電話で問合せ先へ(希望する時間と歯科医院を伝えてください)

自主グループ立ち上げ支援 運動 社会参加

仲間と集まってフレイル予防のために運動を始めたいと考えている方を応援します。

対象 主に65歳以上の区内在住者で構成し、週1回程度継続して運動したいと考えている5名以上のグループ

内容 講師を派遣し、フレイル予防に有効な運動を指導(最大4回)

申込方法 電話で問合せ先へ



8月のはあとカフェ

コーヒーを飲みながら「認知症」の情報共有や交流ができるカフェ。専門スタッフとの個別相談もあり。当日直接会場へ
対象 認知症に関心のある方

Table with 3 columns: 会場, とき, 内容. Includes events like 'いきいきはあとカフェ' and '出張型連雀はあとカフェ'.

\*日時と内容は変更になる場合あり

8月のはあとサロン

対象 60歳以上の区内在住者(申込順)
申込方法 前日までに電話またはファクス(10面記入例参照)で問合せ先へ
問合せ 社会福祉協議会 ☎3265-1901 FAX3265-1902

Table with 4 columns: 会場, とき, 内容, 定員・参加費. Includes events like '一番町はあとサロン' and '三崎町ふれあいサロン'.

\*各サロンは週2日～5日開室。このほかにもいろいろなプログラムを実施

Table for '8月のシルバートレーニングスタジオ' with columns: 会場, 曜日, とき. Lists various locations and times for the program.

- \*1 12日は振替休日のため休み
\*2 13日(火)～16日(金)はお盆期間中のため休み
\*3 第1部または第2部のいずれかにご参加ください
\*4 8月は第4水曜に実施
\*5 8月は万世橋区民会館(外神田1-1-11)で実施

楽しい思い出  
いっぱい作ろう

# 夏の子ども向けイベント

## ● 西神田児童センター(西神田 2-6-2 ☎ 5215-9062) ● ● ● ● ●

### ■異世代ふれあい交流会

時8月3日(土)14時~16時  
対区内在住・在園・在学の乳幼児~大人、地域の方  
内幼児・小学生のダンスや縁日ごっこ、盆踊りなど、さまざまな世代で交流  
体育室スペシャル  
時 8月5日(月)~9日(金)(7日(水)を除く) 8月19日(月)~23日(金) 8月26日(月)~30日(金)いずれも14時~15時 場4階体育室  
対区内在住・在学の小学生  
内 走ってあそぼう いろいろな記録に挑戦しよう 新聞紙であそぼう

### ■夏休みおはなし会 こわいおはなし

時8月15日(木)15時30分~16時  
場2階音楽室 対幼児~小学生  
内司書さんによるこわいおはなし  
なつやすみリサイクルエコ工作 ガス管で作る万華鏡づくり  
時8月27日(火)13時30分~14時30分  
対区内在住・在学の小学生  
定25名(申込順)  
申8月5日(月)から電話または直接児童センターへ

## ● 神田児童館(外神田 3-4-7 ☎ 3253-6021) ● ● ● ● ●

### ■集会室スペシャル

時 8月5日(月)~9日(金) 8月13日(火)~16日(金) 8月19日(月)~22日(木)いずれも10時~12時 8月26日(月)~30日(金)14時~16時  
場集会室 対小学生  
内 ダーツスペシャル ピリヤードスペシャル Wii PARTY スペシャル ボードゲームスペシャル  
遊戯室スペシャル  
時 8月5日(月)~9日(金) 8月13日(火)~16日(金) 8月19日(月)~23日(金) 8月26日(月)~30日(金)いずれも14時~15時  
場遊戯室 対小学生  
内 紅白玉合戦 ユニホック ビーチバレーボール お楽しみスペシャル

### ■図工室スペシャル

時 8月5日(月)~9日(金) 8月13日(火)~16日(金) 8月19日(月)~23日(金) 8月26日(月)~30日(金)いずれも14時30分~16時30分  
場図工室 対幼児親子、小学生  
内 アイロンピースであそぼう 小物入れをつくろう レインボーキャンドルをつくろう マーブリングであそぼう  
夏休みこわいおはなしスペシャル  
時8月28日(水)14時30分~(当日直接会場へ)  
場音楽室 対幼児親子、小学生  
内司書さんによるこわいおはなし

## ● エコキッズ探検隊 2019 正しい走り方を身につけよう! ● ● ● ● ●

### ■トップアスリート指導の走り方教室!

時8月10日(土)13時~14時30分  
場丸ビル1階マルキューブ(丸の内2-4-1)  
対区内在住・在学または保護者が区内在勤の小学生 定50名(申込順)  
内オリンピックに4度出場するなど世界の舞台上で活躍した朝原宣治氏が「速く走るコツ」をレクチャー。義足着用体験もあり  
師朝原宣治氏(北京2008大会陸上4x100mリレー出場/写真)  
費500円  
申HPで問合せ先へ  
問大丸有エリアマネジメント協会 3287-5386 <https://ecokids.tokyo>  
他このイベントは、区が助成する東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けた気運醸成事業です



## ● 富士見スポーツ・文化クラブ ビーチボールバレー講習会 ● ● ● ● ●

時8月12日(月・休)12時30分~14時20分  
場富士見みらい館体育館(富士見1-10-3)  
対小学生以上の区内在住・在勤・在学者 定30名(申込順)  
内空気で膨らませるビーチボールを使った、当たっても痛くない4人制のバレーボール  
申7月22日(月)10時~8月5日(月)に所定の申込書(出張所などで配布)をファクスまたはEメールで問合せ先へ  
申込書は富士見スポーツ・文化クラブのHP(<http://fsbclub.web.fc2.com/index.html>)からダウンロードも可  
問生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 5211-3627  
他 持ち物=ウェア、シューズ 9月16日(月・祝)に大会を開催予定



## ● 一番町児童館(一番町 10 ☎ 3230-0866) ● ● ● ● ●

### ■図工室スペシャル

時 8月14日(水)・15日(木)・16日(金) 8月21日(水)いずれも14時~16時  
場図工室 対幼児親子、小学生  
内 木工(1人1回) アイロンピース

### ■体育室スペシャル

時8月22日(木)14時~16時30分  
場体育室 対小学生  
内卓球マシンにチャレンジ  
おばけやしき  
時8月31日(土)14時~15時30分(当日13時30分~15時に整理券を配布)  
場音楽室 対幼児親子、小学生  
内おばけがいる迷路の道歩く

## ● 四番町児童館(四番町 5-8 ☎ 3234-3084) ● ● ● ● ●

### ■遊戯室スペシャル

時 8月1日(木) 8月8日(木) 8月22日(木)いずれも15時30分~16時45分 8月29日(木)15時~16時45分  
対 ~ 小学生以上 幼児親子、小学生以上  
内 スポーツ雪合戦 かくれドッジボール 宝とり 納涼すいか割り

### ■怖い話

時8月26日(月)13時30分~14時  
場集会室 対幼児親子、小学生  
内司書さんによる怖い話の読み聞かせ  
夏休み描いて遊ぼう  
時8月27日(火)・28日(水)14時~16時 場集会室  
対小学生 定各日10名(申込順)  
内等身大の自分を描く  
申8月5日(月)から参加者本人が直接児童館へ

## ● 富士見わんぱくひろば (富士見1-10-3 富士見みらい館5階 ☎ 3263-1185) ● ● ● ● ●

### ■ビー玉ころがしアート

時8月5日(月)・19日(月)・26日(月)10時30分~11時30分、13時~14時 場創作活動室  
対乳幼児親子~中高生  
内箱の中でビー玉を転がして模様を描く

### ■くみひものブレスレット作り

時8月21日(水)10時15分~11時30分、13時30分~14時45分(いずれも同じ内容)  
対4歳以上の幼児親子、小学生  
定各回10名(申込順)  
内好きな色の糸でくみひものを編む  
申8月7日(水)から直接わんぱくひろばへ

### ■水鉄砲大会

時8月16日(金)13時15分~14時45分 場テラス 対小学生  
定16名(申込順)  
申7月29日(月)から直接わんぱくひろばへ



### ■夏のプラネタリウム

時8月26日(月)11時~16時30分(当日10時から予約受け付け開始)  
対幼児、小学生  
定各回10名(申込順)

## ● 調べもの戦隊 レファレンジャー ● ● ● ● ●

レファレンジャーが今年も子どもたちの調べものをサポートします。  
対子どもとその保護者  
サポート内容 自由研究・読書感想文などの資料探しのお手伝い 参考図書の使い方 読み聞かせ・年齢に応じた絵本の選び方などの相談  
問千代田図書館 5211-4289  
■千代田図書館(区役所10階)  
時7月20日(土)~9月1日(日)9時~17時(7/28(日) 8/25(日)を除く/当日直接会場へ)  
7/20(土) 9/1(日)は10時~17時  
四番町図書館(四番町1)  
時8月26日(月)~30日(金)10時~17時(当日直接会場へ)



## ● 地球環境学習のチャレンジ集 ~エコライフに挑戦 自分で何が出来るかな?~ ● ● ● ● ●

「地球温暖化」「生物多様性」「くらしとごみ(資源)・くらしのなかの水」の3つのチャレンジから一つを選んで「取り組みシート」を提出してください。提出してくれた皆さんに、すてきな賞品を差し上げます。  
対区内在住・在学の小学生  
取組方法 地球環境学習のチャレンジ集に付属する「取り組みシート」に、結果を記入  
チャレンジ集の配布場所 問合せ先、出張所、区立図書館、児童館など  
区のHPからダウンロードも可  
区立小学校の2年生・4年生には、学校を通じて配布  
提出方法 9月30日(月)までに取り組みシートを直接問合せ先へ提出時に賞品をお渡しします  
取り組みシートを学校で取りまとめる場合は、学校を通じて参加賞をお渡しします  
問環境政策課事業推進係(区役所5階) 5211-4253

● ● ● ● ● 国の記載がないものは申し込み不要です。当日直接会場へお越しください。 ● ● ● ● ●

ベビーキッズ防災講座

時 8月24日(土)10時~12時
場 神保町区民館2階和室A(神田神保町2-40)
対 満3歳未満の乳幼児がいる子育て世代の保護者(家族・子どもと一緒に参加可/託児サービスあり)
定 20名(抽選)
因 助産師による災害時に役立つ知識や、救急救命技術などの紹介
日 8月16日(金)必着)までにファクスまたはEメール(申し込み時の記入事項参照)で問合せ先へ
8月21日(水)までに抽選結果の連絡がない場合は、問合せ先へご連絡ください
申し込み時の記入事項 10面記入例に記載の内容、子どもの年齢、託児サービス利用の要否、日中連絡が可能な電話番号またはメールアドレス
園 災害対策・危機管理課
5211-4187 FAX3264-1673
saigaitaisaku@city.chiyoda.lg.jp



キッズダンス(幼児・小学生クラス)

時 8月27日~10月22日の毎週火曜(9/17を除く全8回) 幼児クラス15時~16時 小学生クラス16時15分~17時15分
場 スポーツセンター(内神田2-1-8)
対 4歳以上の未就学児 小学生
定 各クラス15名(抽選)
師 ミズノグループインストラクター
費 区内在住者4,000円、その他の方5,200円
日 8月13日(火)必着)までに往復ハガキ(1人1枚/10面記入例参照)で問合せ先へ
園 スポーツセンター 3256-8444
〒101-0047 内神田2-1-8



小学生水泳教室

時 9月1日~10月27日の毎週日曜(9/29を除く全8回)10時~10時50分
場 スポーツセンター(内神田2-1-8)

児童扶養手当、特別児童扶養手当 現況届の手続きを

児童扶養手当、特別児童扶養手当を引き続き受給するには「現況届」の提出が必要です(場合により一部支給停止適用除外事由届出書も必要)。該当者には7月末に通知しますので、必ず窓口で手続きをしてください。手続きをしないと、手当が受給できなくなったり、減額されたりします。

日 8月30日(金)
園 子育て推進課手当・医療係 5211-4230

今年度限定

未婚の児童扶養手当受給者に対する臨時・特別給付金

今年度に限り、未婚の児童扶養手当受給者に対する臨時・特別給付金の給付があります。対象者には児童扶養手当の現況届とあわせて通知します。

給付額 17,500円(年額)
対 令和元年11月分の児童扶養手当の支給対象者のうち、過去に法律婚歴がなく、現在事実婚状態にない方
日 令和2年1月6日(月)
園 子育て推進課手当・医療係 5211-4230

ちよだジュニア文学賞 書いてみよう!君にしか書けない物語

募集作品 未発表の物語
ちよだジュニア文学賞のために書かれた原稿に限る
対 次のいずれかに該当する小・中学生
区内在住・在学 区内在住・在勤・在学者の家族・知人
原稿の書式 手書き原稿=400字詰め原稿用紙、パソコン原稿(中学生のみ可)=A4判横長の用紙に40字x30行で縦書きに印字(必ずページをふること)
原稿枚数(小学生) 手書き原稿=3枚以上10枚程度
原稿枚数(中学生) 手書き原稿=6枚以上20枚程度、パソコン原稿=2枚以上6枚程度
表紙への記入事項 作品タイトル、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、学校名(学年)、100字程度のあらすじ
応募方法 9月6日(金)必着)までに郵送または直接問合せ先へ
応募原稿は返却不可
発表 10月下旬
審査に関する問い合わせには応じられません
受賞者数 4名程度
賞品 図書カード(小学生=10,000円分/中学生=30,000円分)
受賞作品をまとめた冊子を発行し、区内の学校や図書館で公開
園 文化振興課文化振興係(区役所6階)
5211-3628 〒102-8688 九段南1-2-1



対 小学生 定 30名(抽選)
師 ミズノグループインストラクター
費 6,400円
日 8月18日(日)必着)までに往復ハガキ(1人1枚/10面記入例参照/泳力レベル( )も記入)で問合せ先へ
A=クロール・背泳ぎで25m以上泳げる、B=クロールで息継ぎができる、C=10mぐらい泳げる、D=浮くことができる
園 スポーツセンター 3256-8444
〒101-0047 内神田2-1-8



かまぼこ板デザインコンテスト in ちよだ 2019 作品募集

対 小学生以下
因 神田のおそばをテーマにかまぼこ板に絵を描くコンテスト
日 9月4日(水)までに応募票とかまぼこ板を児童館の作品回収ボックスへ
応募票と回収ボックスの設置場所 西神田児童センター(西神田2-6-2)、神田児童館(外神田3-4-7)、四番町児童館(四番町5-8)、一番町児童館(一番町10)、富士見わんぱく広場(富士見1-10-3)
園 東京都種類協同組合神田支部
3251-3821



男女共同参画センターMIWの催し

MIW 夏休み親子上映会&絵本読み聞かせ うっかりペネロペ 大好き!タータ、フィーフィ編

時 8月24日(土)10時30分~11時30分
場 男女共同参画センター MIW(区役所10階)
対 親子 定 10組(申込順)
内 『リサとガスパール』で知られるフランスの絵本作家による絵本『ペネロペ』シリーズのアニメ作品を上映。上映後に絵本の読み聞かせあり
日 電話、ファクスまたはEメール(10面記入例参照/子どもの性別・年齢も記入)で問合せ先へ
園 MIW 5211-8845 FAX5211-8846
miw@city.chiyoda.tokyo.jp



8月の健康ちえっく(予約制) 会場 千代田保健所(九段北1-2-14) 問合せ ☎5211-8161 ㊟5211-8192

Table with 2 columns: 事業名・対象など and と き. Lists various health events like nutrition consultation, allergy consultation, dental health consultation, etc.

# 生活ほっとライン

## アキバ・アスレチック・エリア

時 8月4日(日)競技体験 = 11時~18時(13時30分~15時を除く) トークショー = 14時~14時30分  
 場 秋葉原UDX(外神田4-14-1)、ベルサール秋葉原(外神田3-12-8)ほか  
 内 オリンピアンやメイドなどによるトークショー。空手・ウエイトリフティング・義足着用の体験会



師 八木かなえ氏(リオ2016大会ウエイトリフティング出場)、西村拳氏(KARATE1シリーズA サンティアゴ2018出場)ほか(予定)  
 園 秋葉原タウンマネジメント(株) 6383-3033

## ちよだコミュニティラボライブ! サマー!!@三番町

時 9月8日(日)14時~16時30分  
 場 大妻女子大学本館F棟(三番町12)  
 対 区内在住・在勤・在学者、地域活動に興味のある方 定 50名(申込順)  
 内 麹町地区における地域の入り口となるイベントの紹介や、NPOや活動団体、大学、町会などの活動を紹介。子育て、学びとキャリア、地域貢献、福祉といったテーマでの対話もあり  
 申 9月5日(木)までにちよだコミュニティラボのHP <https://chiyolab.jp> / 右下の二次元コードからアクセス可から申し込み  
 園 コミュニティ総務課コミュニティ係 5211-3656  
 他 ちよだコミュニティラボのHPでは、区内で開催される町会などのおまつりや地域のイベントなどの情報を発信中



## 東京2020オリンピック 聖火ランナー 東京都聖火リレー実行委員会が募集中

開会式当日までの15日間、都内全62区市町村で東京2020オリンピック聖火リレーが行われます。このリレーで走る聖火ランナーを募集しています。

一人あたりの走行距離 約200m

対 平成20年4月1日以前に生まれた、走行を希望する区市町村にゆかりがある方

申 8月31日(土)までにHPで問合せ先へ

HPから申し込むことが困難な場合はお問い合わせください

園 東京都聖火リレー選考事務局 6277-2459

<https://www.tokyo-runner.jp>(右の二次元コードからアクセス可)



### 聖火リレーの概要

オリンピック聖火は、2020年3月26日(木)に福島県を出発し、121日間かけて全国を回ります。都内では2020年7月10日(金)に、東京1964オリンピックの会場であった駒沢オリンピック公園中央広場からスタート。多摩地域、島しょ地域、区部の順で巡り、都庁に到着した後、新国立競技場で行われる開会式で聖火台に点火されます。



▲1964年の聖火リレーの様子

## 東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会 気運醸成事業

区は、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催気運を盛り上げるために実施するスポーツ・文化・観光などの事業に補助を行っています。詳しくは、生涯学習・スポーツ課オリンピック・パラリンピック係(5211-4188)へお問い合わせください。

### 人見絹枝~駆け抜けたパイオニア~

#### トークショー

時 8月2日(金)18時30分~20時(開場18時)

定 150名(抽選)

内 日本人女性初のオリンピックメダリスト・人見絹枝氏を題材に、スポーツにおける女性の活躍を応援するトークショー

師 有森裕子氏(アトランタ1996大会陸上マラソン出場など)、山口香氏(ソウル1988大会柔道出場ほか)

申 HPで問合せ先へ

#### 展示会

時 8月2日(金)~9日(金)

内 日本人女性初のメダリスト・人見絹枝氏の写真や活躍を報じた紙面などを展示

—いずれも—

場 毎日ホール(一ツ橋1-1-1)

園 毎日新聞社オリンピック・パラリンピック室 3212-2908

<https://www.mainichi-ks.jp/form/talk0802>



▲アムステルダム1928オリンピックの人見絹枝選手(左)

# のびのび子育て

## 手当・医療費助成の新規申請時にはマイナンバーカードの提示にご協力を

対 児童手当、児童扶養手当、特別児童扶養手当、児童育成手当、ひとり親医療証を新規で申請する方

個人番号法の規定により、マイナンバーの記載を求める事務にはマイナンバーカードなどの確認が定められています

園 子育て推進課手当・医療係 5211-4230

## 親と子の絆プログラム ACT(アクト)すこやか子育て講座

時 9月5日~10月10日の毎週木曜(全6回)10時~12時

場 神田児童館(外神田3-4-7)

対 区内在住の平成22年9月6日~平成31年3月5日生まれの子どもがいる保護者

定 20組(申込順/初めての方と全回参加可能な方を優先)

内 子どもの発達、行動、親子それぞれの気持ちの理解、前向きなしつけ方法などを体験的に学ぶ

師 新井美恵子氏、伊藤晶子氏(いずれもACTファシリテーター)

申 7月22日(月)~8月29日(木)の平日9時~17時に電話で問合せ先へ

園 神田児童館 3253-6021

他 託児サービスあり(要予約)

## 親と子の絆プログラム ベビママの会

時 9月4日(水)・11日(水)全2回 10~12時

場 西神田児童センター(西神田2-6-2)

対 区内在住の平成30年9月5日~令和元年8月4日生まれの子どもとその母親

定 20組(申込順/初めての方と全回参加可能な方を優先)

内 Baby(赤ちゃん)とMama(お母さん)の初めての交流会。「育児本にはいろいろ書いてあるけれど、うまくいかない」など、育児の不安や悩みの解決法を参加型で学ぶ

師 鶴巻香奈子氏、土田由美氏(いずれもACTファシリテーター)

申 7月22日(月)9時~8月28日(水)に電話または直接問合せ先へ

園 西神田児童センター 5215-9062



# こどもの池

## 開催中

ひんやりと気持ちいい水遊びを楽しみませんか。7月16日から、区内の公園のこどもの池や富士見わんぱくひろばのちびっこプール、西神田児童センターの幼児向けプールがオープンしています。

### 注意点

・水着または水遊び用オムツ(こどもの池のみ水着を着用すれば使用可)を着用してください

・雨天時など中止の場合あり



芳林公園



千鳥ヶ淵公園



和泉公園



西神田児童センター



千代田区×西伊豆町

# 西伊豆グルメフェア



## 西伊豆町の特産品を使ったメニューを提供

区内の協力飲食店で、静岡県西伊豆町の特産品(潮かつお、真イカ、生わさび、ジビエ)を使った料理を提供します。限定メニューを注文すると、その場で西伊豆町から田子箆(かつお節)削りパックがもらえます。限定メニューなど詳しくは特設HP(<https://satomusubi.jp/events/view/319>)または区のHPをご覧ください。

**グルメフェアの期間** 7月26日(金)~8月9日(金)

**グルメフェアの目的** 消費地と生産地という観点からお互いに支え合っている区と地方の連携を推進するため

**問合せ** さとむすびプロジェクト(株)インフォマート) 5408-9100

**その他** 8月23日(金)から、新潟県糸魚川市とのグルメフェアを開催予定。詳しくは、広報千代田8月20日号でお知らせ



仁科の真イカ しずおか食セレクションに認定されたブランドイカ!



潮かつお 日本で西伊豆町でしか作られていない絶滅危惧食材!



仁科の真イカのお刺身と天ぷら盛り(雷門き介 神保町店)



生わさび 世界農業遺産に認定された静岡水耕わさび!



プレゼントの田子箆 伝統の製法で作られる本枯れ節のかつお節!



西伊豆産鹿肉のハンバーグステーキ フォアグラ添え(こしょう胡椒)香るソースで(レストラン&カフェ カトレア)

### ▼協力飲食店

店舗名	住所	電話番号
ピッツェリア ジオ ピッポ	一ツ橋 2-6-12	6380-9864
季節料理竹仙	内神田 3-11-2	3252-1428
ちよだいちば	神田錦町 2-7-14	5577-3846
麹町あさ乃	麹町 3-7-10	3263-5161
天重本店	麹町 2-7	3261-2165
天重支店	一番町 10-8 ウエストビル地下1階	3261-4048
レストラン&カフェ カトレア	飯田橋 1-1-1 ホテルグランドパレス1階	3264-1111
結ぶ食房「しまゆし」	神田錦町 3-21	5259-8051
雷門き介 神保町店	神田神保町 2-4	5276-0781
泡貝	外神田 2-1-6 宝生ビル1階	3525-8368
鶏家 六角鶏 神田店	内神田 3-17-8 アルプスビル1階	3258-2229

# 8月は打ち水月間

打ち水は、日本の暮らしの知恵として古くから行われ、今でも手軽に涼しさを体感できる方法として、広く知られています。

8月は打ち水月間です。暑い夏を、打ち水で涼しく過ごしましょう。

☎環境政策課事業推進係 ☎5211-4253

## 8月1日(木)区内一斉打ち水

区は、8月1日を「区内一斉打ち水」の日と定め、区民・事業者の皆さんの協力を得て、一斉に打ち水を行っています。打ち水は、誰でも気軽に楽しくできます。ご近所同士や町会、商店街などグループで、打ち水に参加してみませんか。

また、8月1日(木)16時30分から区役所庁舎前で打ち水イベントを実施します(雨天の場合は2日(金))。ぜひご参加ください。



## 区内各所で打ち水を実施

### 区役所本庁舎前

区役所を訪れた皆さんと一緒に実施します。小さなお子さんには、ぞうさんジョウロをプレゼント(1人1個)。

時 8月1日(木)~31日(土)16時30分~(土曜・日曜・祝日を除く)

場 区役所庁舎前 ☎環境政策課事業推進係 5211-4253

### 子どもの池

こどもの池で使った水を利用して実施します。

時 ~8月31日(土)の毎日15時45分~(15分程度)

場 旧四番町保育園(四番町11)、千鳥ヶ淵公園(麹町1-2半蔵門そば)、神田児童公園(神田司町2-2)、芳林公園(外神田3-5-18)、和泉公園(神田和泉町1)

☎道路公園課維持係 5211-4243

### 大手町・丸の内・有楽町

ヒートアイランド対策の一環として「環境配慮型街づくり」をコンセプトに毎年実施しています。

時 7月24日(水)~8月15日(木)日時や実施場所など詳しくは、大丸有打ち水プロジェクト2019のHP(<https://www.ecozzeria.jp/project/uchimizu.html>)参照

☎大手町・丸の内・有楽町打ち水プロジェクト事務局 6206-8118

### 麹町大通り歩道(新宿通り/半蔵門駅~JR四ツ谷駅)

町会や事業所、地元の児童・生徒が参加して実施します。

時 8月1日(木)~31日(土) ☎麹町大通りの歩道(半蔵門~JR四ツ谷駅)

☎麹町地区環境整備協議会 3261-1114

☎オープニングイベントを8月1日(木)16時30分から麹町四丁目交差点、三菱UFJ銀行麹町中央支店前(麹町4-1)で実施

# 生活ほっとライン

## シャンソン3Days 区民5組10名を無料招待

対区内在住・在勤・在学者  
定各回5組10名(抽選)  
申8月5日(月)までにファクスまたはEメール(10面記入例参照/希望の回も記入)で問合せ先へ

問内幸町ホール管理事務所  
3500-5578 FAX3500-5579  
✉ uchisaiwai@c-linkage.co.jp

### ■公演の概要

時 8月10日(土)17時~ 8月11日(日)16時~ 8月18日(日)13時30分~(いずれも開場は30分前)

場内幸町ホール(内幸町1-5-1)

内 「シャンソンの夏」若手歌手&バンドによるシャンソンステージ 第4回内幸町ホールアワード「シャンソンコンクール」

出演 宮原健一郎、田尻勝久、CATU、小川景司、横山友香、八田朋子、五十嵐志保美、上村マキ、依田知絵美、清水たか子

購入する場合の費用 6,000円  
5,000円

## はじめてのピラティス

時8月22日~10月10日の毎週木曜(全8回)15時~16時  
場スポーツセンター(内神田2-1-8)  
対15歳以上の方(中学生を除く)  
定30名(抽選)

師ミズノグループインストラクター  
費区内在住者4,000円、その他の方5,200円/すばすたちよだクラブ会員の区内在住者2,800円、その他の方3,200円

申8月8日(木)必着までに往復ハガキ(1人1枚/10面記入例参照)で問合せ先へ  
問スポーツセンター 3256-8444  
〒101-0047 内神田2-1-8

## 弓道初心者講習会

時9月4日~20日の毎週水曜・金曜(全6回)18時~

場スポーツセンター弓道場(内神田2-1-8)

対区内在住・在勤者 定30名(抽選)  
費3,000円(保険料、教本代などを含む)

申8月9日(金)必着までに往復ハガキ(10面記入例参照)で問合せ先へ  
問千代田区弓道連盟・山田 3261-1705  
〒101-0047 内神田2-1-8

## たのしくジャズダンス

時9月3日~11月5日の毎週火曜(9/17・10/22を除く全8回)18時30分~19時30分

場スポーツセンター(内神田2-1-8)

対15歳以上の方(中学生を除く)  
定20名(抽選)

師ミズノグループインストラクター  
費区内在住者4,000円、その他の方5,200円/区内在住のすばすたちよだクラブ会員2,800円、その他のすばすたちよだクラブ会員3,200円

申8月20日(火)必着までに往復ハガキ(1人1枚/10面記入例参照)で問合せ先へ

問スポーツセンター 3256-8444  
〒101-0047 内神田2-1-8

## 第2回オープンペアマッチ卓球大会

時9月23日(月・祝)9時~

場スポーツセンター主競技場(内神田2-1-8)

対各種目合計120組程度(申込順)

種目 2人1組のダブルス戦(1試合)、シングルス戦(2試合) 一般男子・女子の部 青年男子・女子の部(2名の合計年齢110~139歳) 壮年男子・女子の部(2名の合計年齢140歳以上)  
費1ペア3,000円(高校生以下のペア2,000円)

申9月3日(火)必着までに所定の申

込書(スポーツセンターで配布)を郵送  
問千代田区卓球連盟・榎本  
080-1323-8089

## 中学校卒業程度認定試験

病気などの理由で、義務教育就学を猶予または免除された方などを対象に、文部科学省が中学校卒業程度の学力を認定する試験です。合格した方は、高等学校の入学資格が得られます。詳しくは、お問い合わせください。

時10月24日(木)

場東京都教職員研修センター(文京区本郷1-3-3)

申受験案内に添付の願書を、8月19日(月)~9月6日(金)消印有効)に書留郵便で問合せ先へ

受験案内の配布期間 ~9月6日(金)

受験案内の配布場所 (都)教育庁義務教育課小中学校担当(新宿区西新宿2-8-1都庁第一本庁舎40階北側)

問文部科学省生涯学習推進課認定試験第一係・第二係

5253-4111(内線2643・2024)

## 図書館の催し

問日比谷図書文化館 3502-3340

<https://www.library.chiyoda.tokyo.jp/hibiya>

### 展覧会への入口講座 Vol.29

### 千代田区内ミュージアム連携企画「芭蕉の書の魅力」

時9月3日(火)19時~20時30分(開場18時30分)

場日比谷図書文化館地下1階日比谷コンベンションホール(大ホール)日比谷公園1-4)

定200名(申込順)

内出光美術館で8月31日(土)から開催される「奥の細道330年 芭蕉」展の関連講座。芭蕉の書における問題や魅力を紹介

師金子馨氏(出光美術館学芸員)

費区内在住者500円(住所を確認できるものを提示) 其他の方1,000円

申HP、電話または直接1階受付へ



## ルールを守って明るい選挙 7月・8月は政治家の寄附禁止強化月間です

政治家(候補者、候補者になるうとする者および現に公職にある者)が、自分の選挙区内の人に金品を寄附することは禁止されています。

また、有権者が、政治家に対して寄附を求めることも禁止されています。日ごろから私たち一人ひとりが自覚し、違法な寄附をなくすように心がけましょう。

問合せ 選挙管理委員会事務局 5211-4268

## 夏の平和イベント ~平和の大切さを学び、伝える~

### 平和展示会

長崎原爆資料館やしょうけい館所蔵の写真パネルなどを展示します。

#### ■区民ホール(区役所1階)

時8月8日(木)~22日(木)9時~20時(土曜・日曜・最終日は17時まで)

#### ■日比谷図書文化館3階図書フロア(日比谷公園1-4)

時8月2日(金)~12日(月・休)10時~22時(土曜は19時、日曜・祝日は17時まで)

### 映画上映会「ジョバンニの島」

時8月22日(木)14時~(開場13時30分/当日直接会場へ)

場区民ホール(区役所1階) 定80名(先着順)

内北方四島の一つ、色丹島に暮らすある一家が、終戦後にたどった過酷な運命を描いたアニメ映画

### 平和使節団報告会

この夏、沖縄・鹿児島、広島、長崎に行った学生たちが、現地で体験し、学んだ事を報告します。

時8月22日(木)16時~17時(当日直接会場へ)

場区民ホール(区役所1階)

他映画上映会に引き続き実施  
-いずれも-

問国際平和・男女平等国際平和担当 5211-4165



## 納涼の夕べ 千鳥ヶ淵での灯ろう流し あなたの願いを灯ろうに書きませんか

600個の灯ろうが浮かび、美しい音楽が響く納涼の夕べ。当日、灯ろうに願いを書いて「納涼の夕べ」に参加しませんか。灯ろうはスタッフがお預かりして、心をこめてお濠に流します。

ポートへの乗船申し込みは終了しています

納涼の夕べの開催日時 7月26日(金)

19時~(雨天・強風の際は27日(土)に延期)

灯ろうの受け付け 17時30分~19時30分(当日直接会場へ)

場千鳥ヶ淵ポート場(三番町2先)

定300名(先着順) 費1,000円

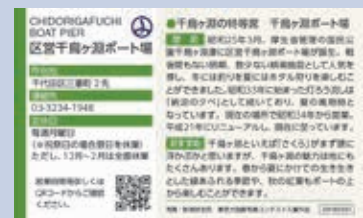
問千代田区観光協会 3556-0391



### 千鳥ヶ淵ポート場カードをプレゼント

灯ろうに願いを書いた方へ千鳥ヶ淵ポート場カードをプレゼントします(全5種類のうち1枚)。カードは、7月26日(金)以降に千鳥ヶ淵ポート場で乗船した方にもプレゼントします

問商工観光課観光・地方連携係 5211-3650



▶カード表面

◀カード裏面

自衛官の募集

募集種目 防衛(医科)大学校 陸海空自衛官 航空学生(海、空)
詳しい要件や申し込み方法などは、問合せ先のHP参照
図自衛隊東京地方協力本部港出張所 3591-5101 http://www.mod.go.jp/pco/tokyo/minato

「東京における都市計画道路の在り方に関する基本方針(案)」への意見募集

意見の提出方法 8月12日(月・休)までに郵送、ファクス、Eメールまたは直接問合せ先へ
基本方針(案)の閲覧場所 都・特別区・26市2町のHP、都民情報ルーム(新宿区西新宿2-8-1都庁第一庁舎3階北側)各区市町村の窓口
図(都)都市整備局街路計画課 5388-3379 FAX5388-1354
✉s0000179@section.metro.tokyo.jp 〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1

23区内の小規模非住宅用地固定資産税・都市計画税を減免

都は、中小企業者などを税制面から支援するため、23区内の一定の要件を満たす小規模非住宅用地の固定資産税・都市計画税の平成31年度分(令和元年度分)の額を、昨年度に引き続き2割減免します。
減免を受けるためには申請が必要です。未申請の方で、小規模非住宅用地を所有していると思われる方へ、8月

までに「固定資産税の減免手続きのご案内」を送付します。要件を確認のうえ、早めに申請してください。
前年度に減免を受けた方で用途を変更していない場合は、新たに申請する必要はありません
図(都)千代田都税事務所固定資産税班 3252-7149

特例的環境影響評価書案に係る事業者の考え方の縦覧・閲覧等について

首都高速都心環状線の地下化(神田橋JCT～江戸橋JCT)
事業者の考え方の縦覧・閲覧
時7月26日(金)～8月5日(月)9時30分～16時30分(土曜・日曜を除く)
縦覧場所 (区)環境政策課(区役所5階)(都)環境局環境政策課(都庁第二本庁舎19階)(都)多摩環境事務所管理課(立川合同庁舎3階)
閲覧場所 (区)麹町出張所(麹町2-8)
都民の意見を聞く会
時8月19日(月)13時30分～(13時から傍聴券を配付/当日直接会場へ)
公述人の申し出がない場合は中止
図(公財)東京都中小企業振興公社中小企業会館講堂9階(中央区銀座2-10-18)
図(都)環境局環境政策課 5388-3406 http://www.kankyo.metro.tokyo.jp
都民の意見を聞く会の公述人を募集。詳しくは、問合せ先のHP(右の二次元コードからアクセス可)参照



申し込みの記入例
注意事項
・往復ハガキの場合は、返信側にも住所、氏名を記入
・Eメールの場合は、件名に催しなどの名称を記入。申し込み先からメールを受信できるように設定を
・消せるペンは使用不可
■託児サービスを希望する方へ(本文中に記載がある場合のみ)
・子どもの氏名(ふりがな)、生年月日も記入を
■在勤・在学の方へ
・勤務先(学校名)とその所在地、電話番号も記入を
■応募時の個人情報について
厳重に管理し、当該催しなどの開催のためだけに利用します(区以外が主催のものは、このように取り扱うように主催者へ要請しています)。

10月のスポーツ施設の利用申し込み(スポーツセンターのみ11月分)

Table with 3 columns: 施設名, 申込期間(抽選日), 空き施設受け付け. Rows include 外濠公園(野球・テニス), ②花小金井運動施設(野球など), スポーツセンター(主競技場・プール・卓球場などの団体利用).

申込方法 事前に九段生涯学習館(九段南1-5-10)で利用登録し、申し込み申込書(各問合せ先で配布)を問合せ先へ
利用できない日 10月15日(火)～21日(月)(区民体育大会のため)野球のみ10月6日(日)(少年野球のため)毎週月曜の午前中(グラウンド整備のため)11月18日(月)(休館日)
このほかにも区の事業などのため、利用できない場合あり。
問合せ ①外濠公園(五番町先) 3341-1731 九段生涯学習館(九段南1-5-10) 3234-2841 スポーツセンター(内神田2-1-8) 3256-8444

8月の各種相談(無料/受付時間は終了の30分～1時間前) 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。

Large table with 5 columns: 名称, 対象, 相談内容・相談日時, 相談場所, 問合せ. Rows include 法律相談(予約制), 経営相談(予約制), ミュウのMIW相談室(予約制), 女性・ひとり親家庭相談, 保健福祉オンズパーソン相談(予約制), 福祉専門法律相談(予約制), 成年後見制度相談, 介護カウンセリング(予約制), 障害者就労相談室(予約制), 暮らしと仕事・家計に関する相談.

★家族、介護などの事業者も相談可

# 生活ほっとライン

## かんだ連雀ボランティア説明会

住みなれた街「千代田区」でいつまでもプロジェクト

時 8月22日(木)13時30分～15時  
場 かねだ連雀(神田淡路町2-8-1)  
内 一緒にコーヒーを飲みに行くなど、高齢者の皆さんの生活をサポートするボランティア説明会。実際に活動している方の体験談、施設見学もあり  
電 電話、ファクス、Eメール(10面記入例参照)または直接問合せ先へ  
場 ちよだボランティアセンター(九段南1-6-10 かがやきプラザ4階)  
6265-6522 FAX3265-1902  
✉ volunteer@chiyoda-cosw.or.jp

## 国家試験勉強のコツ講座

### ■介護福祉士

時 8月27日(火)18時30分～20時30分

師 為田靖子氏(サンシャイン総合学園)

### ■社会福祉士

時 8月30日(金)18時30分～20時30分

師 山本恭久氏(サンシャイン総合学園)

—いずれも—

場 かがやきプラザ4階研修室(九段南1-6-10)

対 区内在住・在勤・在学中、各資格の国家試験を受験する予定の方(千代田

区介護サービス推進協議会会員事業所職員含む) 定 20名(申込順)  
内 効率のいい勉強の仕方や本番での注意点、参考書の選び方などを学ぶ  
申 各開催日の前日までに電話、ファクス、Eメール(10面記入例参照)または直接問合せ先へ  
場 かがやきプラザ研修センター(かがやきプラザ4階)  
6265-6560 FAX3265-1162  
✉ jinzai@chiyoda-cosw.or.jp

## さんらく健康講座

時 9月14日(土)14時～15時  
場 池坊東京会館6階講堂(神田駿河台2-3) 定 400名(抽選)

内 今からできる認知症の予防方法を学ぶ

師 長谷川裕美氏(三楽病院精神神経科医師)

申 8月16日(金)必着)までに往復八ガキ(10面記入例参照/三楽病院来院歴の有無と参加人数も記入)で問合せ先へ

場 三楽病院企画財政課企画係  
3292-3981  
〒101-8326 神田駿河台2-5

## わたしにもできるフラメンコ～踊る!歌う!手拍子する!～

### 区民自主企画運営講座

時 8月29日、9月5日・19日、10月3日・17日(いずれも木曜)10時～11時30分(全5回)

場 九段生涯学習館(九段南1-5-10)

対 18歳以上の区内在住・在勤・在学者(高校生を除く) 定 20名(抽選)

内 スペインの伝統的な踊りであるフラメンコの魅力を味わう。最終回は、ギタリストの演奏で踊る

師 後藤めぐみ氏(フラメンコ舞踊家/写真) 費 2,500円(全5回分)

申 8月20日(火)17時までにHP、電話またはファクス(10面記入例参照)で問合せ先へ  
場 九段生涯学習館  
3234-2841 FAX3262-7460  
http://www.kudan-ll.info  
他 託児サービスあり(8月20日(火)時点で満6か月以上の未就学児、1人1回1,000円、要申し込み)

## はじめての楊名時太極拳～動いて学ぶ「平常心」～

### 人材バンク活用講座

時 8月31日(土) 9月14日(土)・28日(土)14時～16時(全3回)

場 九段生涯学習館(九段南1-5-10)

対 18歳以上の区内在住・在勤・在学

者(高校生を除く) 定 20名(抽選)  
内 ゆったりとした動きの楊名時太極拳。レクチャーと型の習得を通して、心と体の調和を目指す  
師 早川禮生氏(楊名時八段錦・太極拳師範/写真)  
費 1,000円(全3回分)  
申 8月20日(火)17時までにHP、電話またはファクス(10面記入例参照)で問合せ先へ  
場 九段生涯学習館  
3234-2841 FAX3262-7460  
http://www.kudan-ll.info  
他 託児サービスあり(8月20日(火)時点で満6か月以上の未就学児、1人1回1,000円、要申し込み)

## 男女共同参画センターMIWの催し

—いずれも—

### 男女共同参画センター MIW

5211-8845 FAX5211-8846 ✉ miw@city.chiyoda.tokyo.jp

他 託児サービスあり(有料、区内在住・在勤・在学者の生後6か月以上の未就学児のみ、定員あり)、手話通訳・要約筆記などあり(いずれも2週間前までに要予約)

### MIW ビデオサロン「ひろしま」

時 8月16日(金) 14時30分～18時30分(当日直接会場へ/各回終了後カフェあり)

内 写真家・石内都が広島原爆犠牲者の遺品を撮影する様子と、その写真に触発された人々の思いを伝えるドキュメンタリー

### 「13歳、「私」をなくした私 性暴力と生きることのリアル」の著者にきく～今、伝えたいこと～

時 8月22日(木)18時30分～20時

定 25名(申込順/区内在住・在勤・在学者を優先)

内 自分自身の性暴力被害の体験を本につづった山本潤氏(一社)Spring代表)に、出版の経緯や思いを聞く

申 電話、ファクスまたはEメール(10面記入例参照)で問合せ先へ

## 8月の保健ガイド(予約制)

問合せ 千代田保健所(九段北1-2-14) ☎5211-8161 FAX5211-8192

事業名・対象など	とき	会場
精神デイケア 区内在住で心の病気のある方	2(金)・9(金)・23(金) 9時30分～14時30分	えみふる(神田駿河台2-5)
難病リハビリ教室(相談・指導)	28(水)13時30分～15時	千代田保健所

## 8月の休日応急診療

問合せ 千代田保健所(九段北1-2-14) ☎5211-8161 FAX5211-8190

開設日	診療科目	受付時間	電話番号(開設日のみ)	実施場所
4日・11日 12日・18日 25日	内科 小児科	9時～12時30分 14時～17時30分 19時～21時30分	☎ 5211-8202	千代田保健所(九段北1-2-14)
	歯科	9時～16時30分	☎ 5211-8203	最寄り駅=九段下駅5番出口
	調剤薬局	9時～21時30分	☎ 5211-8197	

※受診するときは、事前に電話で問合せ先へ ※健康保険証・子ども医療証が必要  
※調剤薬局は、千代田保健所以外の薬局でも当番制で開設。詳しくは、区のHP参照

## 8月の健康チェック(予約制)

実施場所 千代田保健所(九段北1-2-14) 問合せ ☎5211-8161 FAX5211-8192

事業名・対象など	とき
骨密度測定会 16歳以上の区内在住者 ・骨密度測定(640円) ・血管年齢測定(無料) ・結果は、医師または保健師が当日説明 ・測定は同年度内1回まで ・3日前までに申し込みが必要	9(金)9時～11時 ※生活習慣病予防相談と同時に受けることも可能
生活習慣病予防相談 20歳以上の区内在住者 ・血管年齢測定(無料) ・栄養相談、運動相談、健康相談 ・3日前までに申し込みが必要	9(金)9時～11時 ※骨密度測定会と同時に受けることも可能
心の相談室 区内在住で心の問題で悩んでいる方とその家族	8(木)・30(金)13時30分～15時30分
肝炎ウイルス検査 16歳以上の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日前までに申し込みが必要 ・結果は郵送します	2(金)9時30分～10時
HIV・性感染症(梅毒・クラミジア・淋菌)相談・検査	2(金)9時～9時30分
ふん便のノロウイルス検査 区内在住・在勤・在学者(有料) ・RT-PCR法 6,000円 ・リアルタイムPCR法 9,100円 事前に採便管を取りに来てください	2(金)・6(火)・9(金)・13(火)・16(金)・20(火)・23(金)・27(火)・30(金)13時～15時
細菌検査(赤痢菌・チフス菌・パラチフスA菌・サルモネラ・腸管出血性大腸菌O157の健康管理検便) 区内在住・在勤・在学者(有料) ・予約不要(事前に採便管の受け取りが必要) ・腸管出血性大腸菌O26およびO111の検便(料金別途)	2(金)・6(火)・9(金)・13(火)・16(金)・20(火)・23(金)・27(火)・30(金)13時～16時

## 平日準夜間の小児科診療

とき 月曜～金曜 19時～22時(受け付けは21時45分まで)  
会場 日本大学病院・ちよだこども救急室(神田駿河台1-6 3293-1711) 対象 中学生以下  
受診するときは、事前に電話で問合せ先へ 健康保険証・子ども医療証が必要

## 休日診療案内等

消防署病院案内(24時間)=丸の内消防署 3215-0119 麹町消防署 3264-0119 神田消防署 3257-0119  
消防庁救急・相談センター(24時間)=711(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 http://www.himawari.metro.tokyo.jp

# 祝 広報千代田



▲第100号  
昭和36年3月20日発行



▲第200号  
昭和40年5月20日発行



▲第300号  
昭和44年7月20日発行



▲第400号  
昭和48年9月20日発行



▲第500号  
昭和52年11月20日発行



▲第600号  
昭和57年1月20日発行



▲第700号  
昭和61年3月20日発行



▲第800号  
平成2年5月20日発行



▲第900号  
平成6年7月20日発行



▲第1000号  
平成10年9月20日発行

区民の皆さんと共に歩んで

# 1500



▲第1100号  
平成14年11月20日発行



▲第1200号  
平成19年11月20日発行



▲第1300号  
平成23年3月20日発行



▲第1400号  
平成27年5月20日発行

# 号

「広報千代田」は、今号で1500号を迎えました。  
 昭和28年7月の第1号創刊以来、区民の皆さんと区政を結ぶ橋の役割として、  
 「伝わる広報」となるべく日々編集しています。  
 これからもより一層千代田区を好きになってもらえる広報紙を目指して、  
 よりよい紙面づくりを心がけていきます。  
 今後も引き続きご愛読をよろしくお願いいたします。



# ちよだいちばのイベント情報



■月間ご当地まつり「静岡県西伊豆町&山梨県市川三郷町」7月26日(金)まで  
駿河湾に沈む夕陽の美しいまち西伊豆町と、宝石箱のような夜景といわれる甲府盆地の最南端にある市川三郷町からたくさんの海と山の特産品が届きました。潮かつお・のり・かつお節・だし塩に、今が旬の甘いとうもろこし『甘々娘』、太く長く栄養豊富な『大塚にんじん』のジュース・フィナンシェなどを販売しています。ぜひご来店ください。



- 限定ランチ
  - ・地方の食材を使ったカレー
  - ・西伊豆町産わさびや潮かつおを使用した郷土料理
  - ・ご当地だし茶漬け



▲わさび丼

■問合せ ちよだいちば  
(千代田区神田錦町2-7-14丸山ビル1階)  
☎&FAX 5 5 7 7 - 3 8 4 6 (※午前中の電話対応はできません。)



## 第11回千代田ビジネス大賞 表彰企業紹介

ビジネス大賞に関する問合せ 産業まちづくりグループ ☎3 2 3 3 - 7 5 5 8

特別賞

### FTI JAPAN株式会社

代表取締役 鳴海 健太郎

～キハダマグロで日本とインドネシアを継ぐ～

FTI JAPAN 株式会社は、インドネシア産の生鮮マグロを日本に輸出し、独自ブランドで販売する取り組みを行っています。また、弊社の強みは、インドネシア国営水産会社 PT. Perikanan Nusantara (Perinus) とのパートナーシップにより、マグロの漁獲、加工から、日本への空輸、販売に至るまでのサプライチェーンを一貫して手がけていることです。「天然・生・無添加」の高品質マグロを日本の食卓に届けることを事業の目的としています。

インドネシアは豊富な漁業資源を有していますが、漁業技術、加工技術、品質管理体制、輸送インフラなどが未発達のため、弊社がPerinus との協業を通じて、マグロの調達、ロインへの加工を行っています。良質なマグロをお届けするために衛生管理も徹底しており、HACCP に基づいた作業工程を理解し、実践できるようになっています。

一方、販売先となる日本国内では、

インドネシア産マグロのブランド化に取り組んでいます。一般消費者に広く認知されているとは言えないのが現状のため、マグロが豊富な島々という意味を込めて「MAGURONESIA」のロゴをつけた生産マグロの流通を始め、インドネシアという産地を前面に出して、インドネシア産マグロの品質をアピールしています。

このような産地とマーケット双方における取り組みを両輪として、マグロの付加価値が最大化され、現地漁業関係者が正当な利益を得ることができ、SDGs についても事業を通じて積極的に取り組んでいます。

FTI JAPAN株式会社  
☎6260-9647  
🌐<https://ftijapan.co.jp>



特別賞

### 一般社団法人ビーンズ

代表理事 坂野 拓海

～障がい者就労継続支援 B型の新星～

一般社団法人ビーンズは、障がい者の自立を支援する福祉作業所(就労継続支援 B 型) など5つの施設を運営する非営利法人です。2018年7月に千代田区の支援を受け、障がいのある方がコーヒー豆の焙煎訓練を受けて働く福祉作業所「ソーシャルグッドロースターズ千代田」を神田錦町にオープンしました。

私たちの焙煎所の最大の特徴は、販売商品の利益がすべて、働く障がい者の給与や、生豆の生産者に還元されるウェルフェアトレードの仕組みを導入していることです。全国の福祉作業所で働く障がい者の全国平均月額給与が平均1万5千円という現状の中、10万円を目標に掲げ、品質向上に取り組んでいます。

福祉作業所であっても高品質を追求しているため、焙煎機にはオランダ製 GIESEN という最新機種を導入し、虫食いや割れなど欠点のある豆を障がい者スタッフが丁寧に除去し、手間を加え高品質な商品づくりを

行っています。2018年にはSCAJ主催ローストマスターズ大会で当施設焙煎士の所属するチームが日本一の栄冠を手に入れました。

目標は、こうした環境で障がい者スタッフが成長することですが、今後は、カフェや一般企業への就職につなげることも目指しています。

私たちのような若い企業が名誉ある賞を受賞できたのも、千代田区の福祉が発展することへの期待からと感じています。受賞を励みに、数年後には「流石は千代田区の施設」と評価される実績を作れるよう、職員一同、全力を尽くしてまいります。

一般社団法人ビーンズ  
☎6811-0895  
🌐<https://sgroasters.jp>



広

### 日本人の知らない美味しいマグロがある

FTI JAPAN は、自然豊かな海洋に自由に泳ぎ回るマグロを通じ  
フェアトレードを実現しながらインドネシアの地方漁村の生活向上に貢献し  
日本のお客様へ美味しい商品を提供します



FTI JAPAN 株式会社 <https://ftijapan.co.jp>

福祉 × 珈琲



幸せな珈琲って何だろう？

一般社団法人ビーンズ SOCIAL GOOD ROASTERS 千代田

〒101-0054 千代田区神田錦町 1-14-13 LANDPOOL KANDA TERRACE 2F  
TEL 03-6811-0895 営業時間 10:00 ~ 16:00 定休日 土・日・祝  
ソーシャル グッド ロースターズ 千代田は、スペシャルティコーヒーの焙煎を事業にした福祉作業所です。販売する珈琲豆の利益はすべて施設で働く障がい者の給与に還元されます。

