

あけましておめでとうございます。本号では、古くから日本で慣れ親しまれてきたおせち料理の由来やそれぞれの食材に込められた願いをご紹介します。読者の皆さまの一年の健康と幸せを願うとともに、日本ならではの文化をぜひお楽しみください。

千代田

広報

よい一年を！

おせちを食べて



おいしい
おせち料理の由来や
食材に込められた願いを
8面でご紹介!

謹賀新年



新年あけましておめでとうございます。
います。

皆さま方におかれましては、
新しい年を清々しく迎えられた
こととお喜び申し上げます。

私には、長期化したコロナ禍での
社会・経済の閉塞感を打破し、
将来に向かって明るさや期待を
抱いていける、希望に満ちあふれ
安心して暮らせる地域社会を
スピード感をもって実現していく
使命が課せられていると考えて
おります。

人々の価値観が変化していく中、
様々な事象を真摯に受け止め
「多様性と包摂」という理念のもと、
コロナ禍で深く傷ついたまちの
持続可能な復興と回復を目指し、
区政に全力で取り組んでまいり
ます。

今年の干支「寅」は、草木の成長
を意味すると言われております。
本年が皆さまにとりまして、
長く厳しい冬を乗り越えて「春」を
迎え、新時代への芽吹き之年に
なりますことを祈念申し上げます。

千代田区長 樋口高顕



Contents —今号の主な内容—

- 2 新型コロナウイルスワクチン3回目接種
- 3 千代田区公式YouTubeチャンネル&ちよだ11チャンネル
- 4 キックんの動画

2022
1
5

区政インフォメーション

City Information

新型コロナウイルスワクチン3回目接種について

■接種予約について

接種券が届き次第予約できます。3回目の接種は、原則として2回目の接種から8か月以降の日付で予約してください。ただし国の方針に基づき、医療従事者や高齢者施設の入所者などは6か月以降の日付、その他の65歳以上の方は7か月以降の日付で予約できます。
※12月20日時点での情報です。最新の情報は区のHPで確認してください

■1月の接種券発送日

2回目接種日	3回目接種券発送日
令和3年6月1日～20日	1月5日(水)
令和3年6月21日～30日	1月11日(火)

■発送全体スケジュール

2回目接種日 (令和3年)	4月	5月	6月	7月	8月
接種券 発送日	発送済	発送済	1月5日(水) 1月11日(火)	2月	3月

発送スケジュールは状況に応じて前倒しになる場合があります。詳しくは区のHPをご覧ください。

■集団接種会場予約方法

次の病院を集団接種会場として運営します。



集団接種会場の予約は1・2回目時と同様に、千代田区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターか区の予約サイトから行えます。予約サイトは区のHPまたは千代田区公式LINEアカウントからアクセスできます。
※予約には接種券番号などが必要です。予約の際はお手元に3回目の接種券をご用意ください



千代田区LINE公式アカウントの登録



区のHP

■発送日以降も接種券が届かない方へ

接種券の発送日後も3回目の接種券が届かない方は、千代田区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターへお問い合わせください。

■個別接種会場予約方法

各医療機関へ直接予約

1・2回目と3回目のワクチン接種予約は各医療機関へ直接ご連絡ください。接種を行っている医療機関の一覧は二次元コードまたは千代田区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターにお問い合わせください。



■接種するワクチンの種類について

ワクチンは原則として同じ種類を接種することとされていましたが、3回目の接種には、2回目までのワクチンの種類に関わらずファイザー社またはモデルナ社を用いることとされています。

■高齢者の移動支援について

高齢者の集団接種会場への移動支援として、乗合方式の無料タクシーを準備中です。乗車場所など詳しくは、決まり次第区のHPなどでお知らせします。



問合せ | 千代田区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎03-5211-4114 (平日9時～17時)

無料のインフルエンザ予防接種の接種期間が1月31日(月)に終了します

接種場所 高齢者は23区内の指定医療機関、そのほかは区内の指定医療機関
※区内の指定医療機関は区のHPを参照。指定医療機関以外での接種は対象外
問合せ 健康推進課保健予防係 ☎03-5211-8172

■高齢者インフルエンザ予防接種

手元に予診票がない方はご連絡ください。
対象 接種日現在、千代田区に住民登録があり、令和3年12月31日時点で次のいずれかに該当する方①65歳以上②60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能に障害があり、1級相当の身体障害者手帳を持っている
接種回数 1回
接種方法 23区内の指定医療機関の窓口で予診票を提示し、接種を受けてください。接種料金が無料になります

■子どものインフルエンザ予防接種

接種を希望する方は、指定医療機関に予約し接種してください。
対象 接種日現在、千代田区に住民登録がある生後6か月～18歳(高校3年生相当)の子ども
接種回数 生後6か月～12歳=2回、13歳～18歳(高校3年生相当)=1回
接種方法 区内の指定医療機関の窓口でこども医療証または高校生等医療証を提示し、指定医療機関に置いてある予診票を使い、接種を受けてください。接種料金が無料になります

■特別対策インフルエンザ予防接種

手元に予診票がない方はご連絡ください。
対象 接種日現在、千代田区に住民登録があり、次のいずれかに該当する方①60歳以上65歳未満(令和3年12月31日時点)②現在妊娠中③19歳以上60歳未満の方(令和4年3月31日時点)で、心臓、腎臓、呼吸器、免疫機能に障害があり、1級の身体障害者手帳を持っている
接種回数 1回
接種方法 区内の指定医療機関の窓口で予診票と健康保険証(②の対象者は母子健康手帳、③の対象者は身体障害者手帳も提示)を提示し、接種を受けてください。接種料金が無料になります

☆掲載している情報のうち新年度のものは、原則として新年度予算の議決ののちに行われる予定です。☆

千代田区の“つながる魅力”をご紹介します

千代田区公式YouTubeチャンネル&ちよだ11チャンネルを楽しもう

区内のスポットやイベント、区民の皆さんなどを紹介する番組が、YouTubeや「あらぶんちょ」の愛称で知られているケーブルテレビで楽しめます。ぜひ一度、ご覧ください！



視聴方法1▶

千代田区公式YouTubeチャンネルで見られます。区のHPかこちらからどうぞ。



視聴方法2▶

東京ケーブルネットワーク(ちよだ11チャンネル)で、毎日番組を放送中! ※視聴には別途契約が必要です

新企画プレゼント

嬢恋村の観光協会から広報千代田読者の皆さんへ、嬢恋村の『おすすめ詰め合わせセット』を抽選で3名様にプレゼント。ぜひご応募ください!



応募方法 1月19日(水)(必着)までに、ハガキ(7面記入例参照/番組の感想も記入)で問合せ先へ

※当選者のみ1月26日ごろに通知

問合せ 広報広聴課映像広報担当 ☎03-5211-4174

〒102-8688千代田区九段南1-2-1

新番組も登場! ちよだ11チャンネル1月番組表

	1月3日~9日	1月10日~16日	1月17日~23日	1月24日~30日	1月31日~2月6日
	ちよだ11チャンネル アーカイブ これまでの放送の中から、注目番組をご紹介します 今月は神田祭と山王祭をお楽しみください。				
6時~	わがまち千代田 第417号 豪華絢爛 気炎万丈 令和元年 神田祭	わがまち千代田 第411号 平成30年 斎行 山王祭	わがまち千代田 第417号 豪華絢爛 気炎万丈 令和元年 神田祭	わがまち千代田 第411号 平成30年 斎行 山王祭	わがまち千代田 第417号 豪華絢爛 気炎万丈 令和元年 神田祭
9時~	NEW! いきいきライフ 広報千代田のこれまでの高齢者向けコーナーの記事を動画でご紹介 今月はフレイル予防に欠かせない、ちよフル体操を紹介します。				
	ちよフル体操①	ちよフル体操①	ちよフル体操①	ちよフル体操①	ちよフル体操①
12時30分~	千代田ふしぎ発見! ウォーカブル千代田 麴町大通り	わがまち千代田 第422号 つながる千代田 嬢恋村の魅力 を求めて 嬢恋植樹ツアー	千代田ふしぎ発見! ウォーカブル千代田 麴町大通り	わがまち千代田 第422号 つながる千代田 嬢恋村の魅力 を求めて 嬢恋植樹ツアー	千代田ふしぎ発見! ウォーカブル千代田 麴町大通り
16時30分~	NEW! のびのび子育て 千代田区の子育て応援動画 今月はYouTubeでも人気の、手遊び動画をお届けします。				
	千代田区 手遊び動画	千代田区 手遊び動画	千代田区 手遊び動画	千代田区 手遊び動画	千代田区 手遊び動画
18時~	わがまち千代田 第422号 つながる千代田 嬢恋村の魅力 を求めて 嬢恋植樹ツアー	千代田ふしぎ発見! ウォーカブル千代田 麴町大通り	わがまち千代田 第422号 つながる千代田 嬢恋村の魅力 を求めて 嬢恋植樹ツアー	千代田ふしぎ発見! ウォーカブル千代田 麴町大通り	わがまち千代田 第422号 つながる千代田 嬢恋村の魅力 を求めて 嬢恋植樹ツアー
21時30分~	ちよだ11チャンネル アーカイブ これまでの放送の中から、注目番組をご紹介します 今月は神田祭と山王祭をお楽しみください。				
	わがまち千代田 第411号 平成30年 斎行 山王祭	わがまち千代田 第417号 豪華絢爛 気炎万丈 令和元年 神田祭	わがまち千代田 第411号 平成30年 斎行 山王祭	わがまち千代田 第417号 豪華絢爛 気炎万丈 令和元年 神田祭	わがまち千代田 第411号 平成30年 斎行 山王祭

Renewal!

わがまち千代田

1月から“つながる”をキーワードにした企画が登場!今回は姉妹都市でつながる嬢恋村です。

1月の注目番組▶

つながる千代田 嬢恋村の魅力求めて
思わず行ってみたいくなる大自然いっぱい群馬県嬢恋村の魅力をお届けします。観光情報他に、温暖化対策のひとつとして実施している区民の植樹ツアーをご紹介します。プレゼント企画もお楽しみに!

NEW!

千代田ふしぎ発見!

区内の魅力的な通りや商店街を紹介するまち歩き番組です。今回は麴町大通りのふしぎに迫ります。

1月の注目番組▶

ウォーカブル千代田 麴町大通り
地域の方から「ここは尾根だったんだよ」と聞いて早速調査を開始。学芸員さんや商店会の方が通りの魅力を紹介してくれます。



NEW!

いきいきライフ

寒い冬、家の中で椅子に座ったままでもできる体操をご紹介します。

1月の注目番組▶

ちよフル体操①
もも裏のストレッチ (お尻3回×左右)



NEW!

のびのび子育て

現役の保育士による手遊び動画を放送します。お子さんと一緒に楽しんでください。

1月の注目番組▶

千代田区手遊び動画
おもしろめがねが うごさだす



国際協力活動展示会

途上国の子どもたちの暮らしや教育事情をテーマに、途上国の現状や課題解決に向けた国際協力機構(JICA)の取り組みを展示します。

とき 2月3日(木)～9日(水) 9時～17時

会場 区民ホール(区役所1階)

☎03-5211-4165



文化財保護調査員の募集

職務内容 区内にある文化財などに関する資料や情報の収集、文化財保護に関する普及啓発活動への協力など

任期 4月1日～令和6年3月31日(2年間)

対象 次のすべてに該当する方

- ・区内在住
- ・文化財などに関心があり、区内に所在する文化財の掘り起こしや文化財標識の確認調査などの活動が可能
- ・ワード、エクセルによる簡単な報告書などの作成、PCメールによるやり取りができる

定員 10名以内

報酬 月額8000円(交通費)

※当日直接会場へ

問合せ 国際平和・男

女平等人権課国際平和担当

☎03-5211-4165

千代田区国際交流・協力ボランティア養成講座

とき 1月24日(月)・31日(月)、2月7日(月)18時30分～20時

※Zoom開催 原則3回連続受講

定員 各回40名程度(申込順)

区内在住・在勤・在学者を優先

内容 やさしい日本語(基礎編) / 応用編 / 区内留学生と意見交換会

申込方法 各回3日前までにEメール(7面記入例参照)で問合せ先へ

問合せ 国際平和・男女平等人権課国際平和担当

☎03-5211-4165

✉kokusaidanjo@city.chiyoda.jp

その他 講座修了者は千代田区国際交流・協力ボランティアとして区に登録

区政インフォメーション

健康づくり推進員活動

パーソナルトレーナーが教える40代50代のための正しいスクワット講座

とき 1月30日(日)14時～15時、2月11日(金祝)10時～11時

場所 ピーク・コンディショニング(富士見2-6-12AMビル2階)

対象 40歳～59歳で医師に運動を止められていない区内在住・在勤者

定員 各回8名(申込順) / 初めての方を優先

内容 体の構造や機能の説明を聞きながら、実技を交えて正しいスクワットを学ぶ

申込方法 電話またはEメール(7面記入例参照)で問合せ先へ

問合せ 健康づくり推進員・西村

☎080-3243-0519

✉info@peak-conditioning.com

持ち物 運動のしやすい服装、室内用の運動靴、マスク、飲み物、タオル



キックの動画 (キックの動画)もYouTubeでも見られる講座

ネット通販の落とし穴

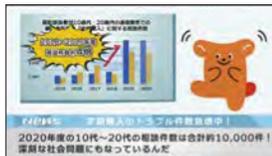
ポチッとする前に最終確認!

ネット通販で「お試し」のつもりで買った10代から20代を中心にこうした相談が急増し、深刻な社会問題にもなっています。

昨年より、千代田区消費生活センターのキックくんが、ネット通販のトラブルをわかりやすく紹介する動画が公開されています。令和4年は4月から成年年齢が18歳に引き下げられる大事な年です。ぜひご覧ください。

問合せ 消費生活センター

☎03-5211-4179



証明書コンビニ交付 サービスの休止

システムメンテナンス作業のため、1月8日(土)は戸籍関係のみ、11日(火)はすべての証明書コンビニ交付サービスを休止します。

問合せ 総合窓口課住民記録係 ☎03-5211-4200



令和3年第4回 区議会定例会の報告

令和3年第4回区議会定例会を、11月17日から12月9日まで開催しました。この定例会では、区長提出議案16件、委員会提出議案2件が審議され、報告が1件ありました。詳しくは「ちよだ区議会だより」や区議会のHPをご覧ください。



問合せ 総務課文書係 ☎03-5211-4138、区議会事務局 ☎03-5211-4297

区長提出議案など

- 議案**
- ▶令和3年度千代田区一般会計補正予算第5号
 - ▶令和3年度千代田区一般会計補正予算第6号
 - ▶千代田区手数料条例の一部を改正する条例(可決)
 - ▶千代田区公衆浴場法施行条例の一部を改正する条例(可決)
 - ▶千代田区地区計画の区域内における建築物等の制限に関する条例の一部を改正する条例(可決)
 - ▶会計年度任用職員の給与及び費用弁償に関する条例の一部を改正する条例(可決)
 - ▶職員の給与に関する条例の一部を改正する条例(可決)
 - ▶幼稚園教育職員の給与に関する条例の一部を改正する条例(可決)
 - ▶和泉公園周辺地区道路整備工事請負契約について(可決)
 - ▶明大通りⅡ期歩道拡幅工事請負契約について(可決)
 - ▶(仮称)四番町公共施設新築工事請負契約の一部変更について(可決)
 - ▶(仮称)四番町公共施設新築電気設備工事請負契約の一部変更について(可決)
 - ▶(仮称)四番町公共施設新築空調設備工事請負契約の一部変更について(可決)
 - ▶(仮称)四番町公共施設新築給排水衛生設備工事請負契約の一部変更について(可決)
 - ▶区立お茶の水小学校・幼稚園改築工事請負契約の一部変更について(可決)
 - ▶特別区人事及び厚生事務組合規約の一部変更について(可決)
- 報告**
- ▶専決処分により訴訟上の和解をした件について

委員会提出議案

- ▶固定資産税及び都市計画税の軽減措置の継続を求める意見書(可決)
- ▶公共喫煙所整備のための全国的な制度についての意見書(可決)

消費者だより

成年年齢引き下げまであと3か月!



4月1日、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられ、平成14年4月2日～平成16年4月1日生まれの人が一斉に「成年」として取り扱われます。保護者など親権者の同意を得なくても、自分の意思で携帯電話やクレジットカードの契約などができる一方、親権者に保護されなくなり、未成年者契約の取り消しができなくなります。

■若者に多いトラブル相談事例

友人から投資で儲かると誘われ、仕組みもわからないのに勧められるままに学生ローンでお金を借りて高額な投資用USBを購入した。さらに、友人を紹介すると紹介料も得られると言われた。簡単に儲かると言われたが、利益が出ず、友人も紹介できない。借金の返済に困っている。どうしたらいいか。

■アドバイス

成年年齢の引き下げにより、18歳以上の高校生のなかで、友人や先輩など人間関係を利用して勧誘させる手口が広がることが懸念されます。契約に関する知識や社会経験の少ない、成年になりたての若者を狙う悪質な事業者もいます。未成年者は契約に関する知識やお金の管理の仕方についてしっかりと学習する必要があります。また、周りの大人もトラブルが拡大しないよう日頃から注意喚起しましょう。

未成年者契約の取り消しができなくても、契約を解除できる場合もあります。困ったことがあれば、消費生活センターへ相談してください。

問合せ 消費生活センター ☎03-5211-4314



かがやき大学記念講演会

第一弾「認知症を予防するために～認知症の最新情報～」

とき 2月1日(火)午後1時～2時
会場 対面=かがやきプラザ1階ひだまりホール(九段南1-6-10)中継=こもれび千桜ホール(神田東松下町22-1)
対象 60歳以上の区内在住者(高齢者活動センターの利用登録が必要)

定員 対面=40名、中継=20名(いずれも申込順)
内容 2会場を生中継でつなぎ、脳神経内科医から認知症予防を学ぶ。都合のよい場所で参加可
講師 山田正仁氏(九段坂病院副院長)
申込方法 1月5日(水)午前9時から電話、ファクス、Eメール(7面記入例参照)または直接問合せ先へ
問合せ 高齢者活動センター(九段南1-6-10)かがやきプラザ4階 ☎03-3265-1161 FAX03-3265-1162
✉kagayaki@chiyoda-cosw.jp

ぷらっと御茶ノ水講座「フラワーアレンジメント教室」

とき 2月9日(水)午後2時～3時30分
会場 障害者福祉センターえみふ

る3階ぷらっと御茶ノ水(神田駿河台2-5)
対象 区内在住・在勤・在学の精神障害者保健福祉手帳または自立支援医療受給者証(精神通院医療)所持者。区内在住者はその家族も参加可
定員 8名(抽選)
内容 季節の花に合わせたフラワーアレンジメントを作る
費用 2,000円(材料費)
申込方法 2月2日(水)午後5時までにHP、電話、ファクス(7面記入例参照)または直接問合せ先へ
問合せ 障害者福祉センターえみふ ☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608



障害のある子が地域で暮らすために親あるあいの準備(住まい編)

とき 2月4日(金)午後2時～4時
会場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)、オンライン(Zoom)開催
対象 区内在住・在勤・在学の障害当事者とその親族
定員 会場20名、Zoom30名(いずれも申込順)
内容 障害のある子どもの親が亡くなった後、区内で住み続けるための課題などを知る。福祉施設担当者によるパネルディスカッションもあり。MOFCA、障害者福祉センターえみふる、ちよだ成年後見センター共催
申込方法 2月2日(水)午後7時までに電話、ファクスまたはEメール(7面記入例参照)で問合せ先へ

※オンラインはEメールのみ
問合せ 障害者よろず相談MOFCA ☎03-6269-9755
FAX03-6269-9754
✉info@mofca.net

老齢年金を受けている方に源泉徴収票を送付

日本年金機構は、令和3年1月～12月中に老齢年金を受給した方全員に「公的年金等の源泉徴収票」を1月上旬～1月末に送付します。源泉徴収票は、所得税などの確定申告をする際の添付書類として必要になりますので大切に保管してください。源泉徴収票が届かないときや紛失した場合は、再交付ができます。問合せ先へご連絡ください。
※障害年金や遺族年金は非課税のため、受給者へ源泉徴収票を送付しません
■確定申告に源泉徴収票が必要となるとき
次の①～③のいずれかに該当する場合、電話で納付確認を行っています。①2つ以上の年金を受けている②年金以外に給与所得がある③源泉徴収の還付を受けられる
※老齢年金は所得税法上「雑所得」として課税の対象です。このうち老齢年金の額が108万円以上(65歳以上の方は158万円以上)の方は所得税が源泉徴収されています
問合せ ねんきんダイヤル ☎0570-05-1164 (IP電話の方は ☎03-6700-1165)、千代田年金事務所 ☎03-3265-4381

新型コロナウイルス感染症の相談窓口

症状のある方

かかりつけ医等
かかりつけ医等、地域の身近な医療機関にお電話ください。

受診相談窓口
かかりつけ医がないなど、受診する医療機関に迷う方

東京都発熱相談センター
☎03-5320-4592 (24時間365日)

予防・検査・医療に関すること

一般相談窓口(コールセンター)
■千代田区電話相談窓口(コールセンター)
☎03-5211-4111 (平日8時30分～17時)
■東京都新型コロナコールセンター
☎0570-550571 (多言語・ナビダイヤル)
FAX03-5388-1396 (聴覚障害がある方など) (毎日9時～22時)
■厚生労働省電話相談窓口(コールセンター)
☎0120-565653 (9時～21時)
■外国人旅行者向け(観光庁)
☎050-3816-2787 (24時間365日)

ワクチンについて

■千代田区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター
☎03-5211-4114 (平日9時～17時)
■厚生労働省新型コロナウイルスワクチンコールセンター
☎0120-761-770 (毎日9時～21時)

美術館・博物館などのお知らせ

新型コロナウイルス感染症予防対策のため、休館日などが変更となる場合があります。詳しくは各館へお問い合わせください。

●定期休館日【※1】：祝日は開館し、翌日を休館します／【※2】：祝日は開館し、翌日も開館します
【※3】：開館日あり。詳しくは展覧会サイトを確認してください

Table with 6 columns: 館名, 催し物, 会期, 定期休館日, 一般料金, 電話. Lists various museums and galleries with their exhibition details.

☆毎月第2・第4火曜にシルバー人材センター入会説明会を開催。詳しくはシルバー人材センター(☎03-3265-1903)へ☆



親と子の絆プログラムベビママの会 ～お母さんは赤ちゃんの安全基地～

出産後、家にいることの多かったママたち集まれ!

時 1月28日(金)、2月4日(金)(全2回) 10時～12時
場 グローバルキッズ飯田橋学童クラブ(富士見2-14-36富士見ウエスト4階)
対 区内在住の1か月から6か月(令和2年6月29日～12月28日生まれ)の子どもの母親(講座開催1週間前に定員の余裕があれば1歳未満も参加可)
定 10名(申込順/初めてのの方と2回参加可能な方を優先)
内 Baby(赤ちゃん)とMama(お母さん)が参加できる初めての交流会。おしゃべりしながら子育てについて楽しく学ぶ
申 電話または直接問合せ先へ
問 グローバルキッズ飯田橋学童クラブ ☎03-3556-3331

子育てサポートが受けられる利用会員登録説明会

時 1月21日(金)10時30分～11時30分
場 子育てひろば「あい・ぼーと」麹町2階「にじ」(三番町7)
対 区内在住の生後7日～小学6年生の子どもの保護者 定 20名(申込順)
内 自宅へ子育て・家族支援者を派遣し、宿泊を伴う保育や病後児の保育などを行う、千代田子育てサポート事業の説明(説明会后、希望者は登録可)
申 1月20日(木)までに電話で問合せ先へ
問 NPO法人あい・ぼーとステーション ☎03-3556-8473
他 託児サービスあり(10名まで(申込順)・要予約)

子育て女性向けセミナー in千代田

わたしも子どもも大切にしながら働きたい!～「私らしく両立」を考える～
時 2月1日(火)10時～12時
場 401・402会議室(区役所4階)
対 育児をしながら就職を考えている方
定 20名(申込順)
内 子育てしながら働くうえでの不安や悩み、1日のタイムスケジュールなどのポイントを参加者同士で共有し、働き始める準備をグループワーク形式で考える(0歳～3歳の子どもの同伴可)

※キッズスペースと見守りスタッフあり。保育士・ベビーシッターはなし
申 HPまたは電話で問合せ先へ
問 東京都しごとセンター女性しごと応援テラス ☎03-5211-2855



土曜ママ・ぱぱ学級

時 2月5日(土)9時20分～、10時50分～
場 千代田保健所3階多目的ルーム(九段北1-2-14)
対 初めて「ママ」「ぱぱ」になる区内在住の妊娠20週～32週未満の妊婦とそのパートナー
定 各回8組(抽選)
内 ぱぱのためのお湯をはらない沐浴実習・講義(赤ちゃんとの生活)
申 1月21日(金)(必着)までにHPまたは往復ハガキ(7面記入例参照/出産予定日、実施日現在の妊娠週数も記入)で問合せ先へ
問 (株)つつみ式千代田区「土曜ママ・ぱぱ学級」係 ☎03-3388-8565
http://www.tsutsumishiki.com/mamapapa
〒165-0026 中野区新井2-5-4
持ち物 母子健康手帳、筆記用具

区内在住・在勤者限定「はじめての歌舞伎講座」

時 ①2月26日(土)14時～15時30分(予定)
②3月12日(土)14時～15時30分(予定)③3月26日(土)開演1時間前～終演後約40分(演目解説・終演後のお楽しみ付き)
※全3回の参加が条件、公演内容が決定次第、参加者にお知らせ
場 国立劇場レクチャー室、大劇場(隼町4-1)※第2回は区内史跡各所(国立劇場スタート/江戸城跡石碑・桜田門・松之大廊下跡・酒井家上屋敷跡などを徒歩で移動)
対 区内在住・在勤者
定 30名(申込順/1回の申し込みで原則2名まで受け付け/10名以上で実施)
内 ①第1回体験付きレクチャー「歌舞伎のみかた」②第2回レクチャー「千代田区と歌舞伎—区内史跡めぐり—」③第3回「国立劇場3月歌舞伎公演鑑賞(昼公演)」出演=尾上菊之助(写真)ほか(予定)
費 区内在住者4,500円、区内在勤者5,500円(チケット代を含む。第1回の受け付け時に住所確認、参加費を徴収)
申 1月31日(月)までに電話、ファクスまたはEメール(7面記入例参照)で問合せ先へ(電話受け付けは平日9時30分～18時15分)
問 国立劇場営業課 ☎03-3265-6751



FAX03-3265-9667
eigyo-nt@ntj.jac.go.jp

ファミリー・サポート・センター支援会員養成講座参加者募集

ファミリー・サポート・センターは、子育てのサポートをしてくれる方(支援会員)と子育てのサポートを必要としている方(依頼会員)で構成される、地域の力で子育てを支え合う会員制の組織です。支援会員には、1時間950円～1,150円(活動報酬と事務経費を合わせた金額)が支払われます。
時 2月7日(月)・14日(月)(全2回)9時30分～17時※今回は必修科目のみ開催。詳しい時間割は問合せ先へ
場 かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)
対 18歳以上の健康な区内在住・在勤・在学者(高校生を除く) 定 15名(申込順)
申 1月28日(金)までに電話、ファクスまたはEメール(7面記入例参照)で問合せ先へ
問 千代田区ファミリー・サポート・センター ☎03-6265-6523
FAX03-3265-1902
famisapo@chiyoda-cosw.jp
他 活動前に必修科目をすべて修了する必要あり(必修科目の受講後2年以内に選択科目の受講が必要)

今日から始める初心者囲碁講座

区民自主企画運営講座
時 2月1日・8日・15日、3月1日・8日

ずれも火曜10時～12時
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 16名(抽選)
内 囲碁を全く知らなくても基本のルールをマスターできるよう学ぶ。5回の講座で対局を楽しみ、鑑賞できるレベルを目指す
師 原幸子氏((公財)日本棋院棋士/写真)
費 2,500円(全5回分)
申 1月20日(木)17時までにHP、電話またはファクス(7面記入例参照)で問合せ先へ
問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841
FAX03-3262-7460



水泳競技大会(一般の部)

時 2月27日(日)10時15分～(受け付け9時15分～)
場 スポーツセンタープール(内神田2-1-8)
対 18歳以上の区内在住・在勤・在学者(高校生を除く)
費 1人1種目500円、リレー=1チーム1種目1,000円(70歳以上は無料/傷害保険料を含む)
申 1月10日(月・祝)～21日(金)(必着)に所定の用紙(スポーツセンターで配布またはHPからダウンロード)を郵送で問合せ先へ
問 千代田区水泳連盟・丸山 ☎090-8848-3686



1月は固定資産税(償却資産)の申告月(23区内)

土地や家屋のほかに償却資産(構築物、機械、器具、備品などの事業用資産)も課税の対象です。期限が近づくと、窓口が混み合いますので早めに申告してください。また、郵送や電子申

告を利用するなど、混雑緩和にご協力ください。
対 1月1日現在、23区内に償却資産を所有している方
申告期限 1月31日(月)
申告先 資産のある区の都税事務所
電子申告(eLTAX)も可能
1月15日(土)・16日(日)・22日(土)・23日(日)・29日(土)・30日(日)は、休日でもeLTAXを使用できます。詳しくは、eLTAXのHPをご覧ください。
問 千代田都税事務所償却資産班 ☎03-3252-7153



1月15日から1月21日は「防災とボランティア週間」です!

一人ひとりが防災への意識を高め、災害への備えを充実させましょう
平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災を契機に創設され、災害時のボランティア活動や自主的な防災活動の認識を深め、災害への備えなどの充実強化を図ることを目的としています。
阪神・淡路大震災では、地震発生直後から火災や救助・救急事象などが集中的に発生したため、通常の消防機関だけの対応には限界があり、自助・共助の必要性が再認識されました。
東京消防庁では「東京消防庁災害時支援ボランティア」を募集しています。災害時には、消防署内外での後方支援や応急救護活動を行い、平常時には、災害時に備えた各種訓練や知識、技術の向上を図り、都民指導を行っています。詳しい活動内容は東京消防庁HPをご覧ください。
一人ひとりが防災への意識を高め、災害への備えを充実させましょう。
問 丸の内消防署 ☎03-3215-0119、麹町消防署 ☎03-3264-0119、神田消防署 ☎03-3257-0119

広告

行政書士の無料相談 第1・第3火曜日開催!

遺言・相続 各種許認可 外国人ビザなど
1月18日 2月1日
2月15日 3月1日
場所:区役所2階 時間:13時～15時 年間の開催日ほか詳細はホームページで!
東京都行政書士会千代田支部 検索 ☎03-6362-6715

生活ほっとライン

うつ当事者のためのピアサポート交流会

時 1月29日(土) 14時～16時
場 障害者よろず相談MOFCA(一ツ橋1-1-1パレスサイドビル1階)
対 区内在住・在勤・在学中、うつ病、うつ状態にある方
定 10名(申込順)
内 自助グループ団体ReOPA協力で、うつ当事者が症状のことや日常生活での悩みごとなどを話し合い、共有することにより心の健康増進を図る
申 1月27日(木) 19時まで電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で問合せ先へ
問 障害者よろず相談MOFCA
 ☎03-6269-9755 FAX03-6269-9754
 ☒info@mofca.net

日比谷図書文化館

シリーズ：女性たちの芸術 第2回 印象派の女性画家たち

時 2月6日(日) 14時～15時30分(開場13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 100名(申込順)
内 印象派のなかでもあまり知られていない女性画家たちの画業を学ぶ
師 新畑泰秀氏(アーツィオン美術館学芸課長) 費1,000円
申 HP、電話で問合せ先へ
問 日比谷図書文化館
 ☎03-3502-3340



ベルト・モリゾ(バルコニーの女と子ども) 1872年、油彩、カンヴァス 61.0×50.0cm 石橋財団アーツィオン美術館



第19回ふれあい福祉まつり 編み物の制作ボランティア募集

編み師203gowさんと一緒に、毛糸で「編みちよだ劇場」を作りませんか。編み物経験がなくても、ポンポン作りなどでも参加できます。また、自宅で簡単なモチーフを編んで参加することもできます。
時 ①1月22日(土) ②2月3日(木) ③2月8日(火) ④2月12日(土) いずれも10時30分～16時(①は13時～16時)
場 かがやきプラザ4階(九段南1-6-10) ※1人で何回でも参加可



対 編み物が好きな方や興味のある方
定 各回7名(申込順)
申 各回の2日前までに電話、ファクス(記入例参照)または直接問合せ先へ
問 千代田区社会福祉協議会アキバ分室(外神田1-1-13)
 ☎03-6285-2860 FAX03-6285-2861
持ち物 かぎ針または棒針

第19回ふれあい福祉まつり 写真コンテスト作品募集

「コロナ禍で生まれたふれあい☆千代田」をテーマに作品を募集します。入賞作品(上位5名)には景品を、応募者全員にフォトアルバムをプレゼントします。
申 1月15日(土)(必着)までにHPで募集要綱を必ず確認のうえ、写真データと応募用紙(問合せ先で配布またはHPからダウンロード)をEメール(記入例参照)、郵送または直接問合せ先へ
問 千代田区社会福祉協議会地域支援係 ☎03-3265-1901
 ☒chiiki@chiyoda-cosw.jp



笑顔をつくる仕事・活動につながるはじめての講座

介護に関する入門的研修(基礎講座)
時 1月29日(土)、2月5日(土)(全2回) 10時～12時
場 かがやきプラザ4階研修室(九段南1-6-10)
対 区内の介護施設で就職やボランティア活動を希望する方 **定** 15名(申込順)
内 介護の施設や事業所で働いたり、ボランティア活動をするうえで知っておきたい基本知識が学べる。2回受講した方には修了証を贈呈
申 1月27日(木)までに電話、ファクス、Eメール(記入例参照)または直接問合せ先へ
問 かがやきプラザ研修センター
 ☎03-6265-6560 FAX03-3265-1162
 ☒jinzai@chiyoda-cosw.jp

モルック体験会

木製の棒(モルック)で木製のピン(スキットル)を倒す、老若男女が楽しめるフィンランド生まれのスポーツを楽しみませんか。
時 1月29日(土) 13時30分～15時30分
場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)
対 区内在住・在勤・在学者(障害の有無は問いません) **定** 20名(申込順)

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
■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
■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)。

□□□□-□□□□

- 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(学年)
- ⑤電話番号

申 1月28日(金)17時までHP、電話またはファクス(記入例参照)で問合せ先へ
問 障害者福祉センターえみふる
 ☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608



助け合いの献血にご協力を

時 1月24日(月)・25日(火) 11時～15時30分(当日直接会場へ)
場 区民ホール(区役所1階)
内 患者さんの命を守る献血会を開催。希望者には後日15項目の血液検査結果を送付。献血協力していただいた方にプレゼントあり
問 東京都赤十字血液センター
 ☎03-5272-3523



千代田区軟式野球連盟 令和4年度の新規登録・更新受け付け

時 1月18日(火) 18時30分～(当日直接会場へ)
 ※新規登録は事前に問合せ先へ要連絡
場 区役所4階401会議室
対 区内の同一オフィスの勤務者または区内在住・在勤者で編成したチーム
定 170チーム(抽選/いずれも1チーム10名～30名(監督を含む))
費 1チーム15,000円
問 千代田区軟式野球連盟・高橋
 ☎090-5566-6600

区民無料招待 内幸町ホール芸術鑑賞

新春・オペラで笑おう!?コンサート～歌劇(こうもり)?から飛び出す名曲たち～
時 2月5日(土) 15時(開場は30分前)
場 内幸町ホール(内幸町1-5-1)
定 5名(抽選/未就学児不可)

内 歌劇(こうもり)かと思いきや…オペラの名曲と笑いを取り込んだストーリー仕立てのコンサート
出演 大隅智佳子氏(ソプラノ)、内山信吾氏(テノール)、井上雅人氏(バリトン)、小林昭裕氏(バリトン)、松田祐輔氏(ピアノ伴奏)ほか
申 1月21日(金)までにファクス、Eメールまたは往復ハガキ(記入例参照)で問合せ先へ
問 内幸町ホール管理事務所
 ☎03-3500-5578 FAX03-3500-5579
 ☒uchisaiwai@c-linkage.co.jp
 〒100-0011内幸町1-5-1
他 3,000円で一般販売あり

蔵王温泉スキー講習会

時 3月10日(木)(19時30分スポーツセンター前(内神田2-1-8)出発)～13日(日)
場 蔵王温泉スキー場(山形県山形市/宿泊先=五感の湯つるや)
対 15歳以上の区内在住・在勤・在学者(中学生を除く) **定** 70名(申込順)
費 4万4,000円(バス代、宿泊代、傷害保険料を含む)
申 2月18日(金)(必着)までにHPで問合せ先へ
問 千代田区スキー協会・星野
 ☎080-5011-1200(平日は18時以降)
他 希望者には級別テストを実施



広告

謹賀新年

100th
 とこしえに紡ぐ絆

本年もよろしくお祝い申し上げます

おかげさまで、興産信用金庫は2023年3月に
 創立100周年の節目を迎えます。



興産信用金庫

ご相談はお気軽に お近くの各店へ

本店	千代田区神田紺屋町 41	TEL 03-3254-3335
神保町支店	千代田区神田神保町 1-40	TEL 03-3293-4951
秋葉原支店	千代田区外神田 4-9-8	TEL 03-3253-6851
飯田橋支店	千代田区飯田橋 1-7-10	TEL 03-3264-4031
市ヶ谷支店	千代田区五番町 5	TEL 03-3234-3211

おい 知ると美味しい、おせち料理の **なぜ? なに? ふしぎ!**

皆さん、おせち料理は食べましたか? 日本で古くから親しまれてきたおせち料理とはいったい何なのでしょう。神田駿河台にある山の上ホテルの和食料理長である矢島さんにお話を伺いました。



おせち料理は四季を楽しむ日本ならではの文化

「おせち」とは季節の変わり目に当たる「節」の日を指す言葉で、漢字では「御節」と書きます。

日本では平安時代ごろから、季節の節目に「節句」と呼ばれる日を設けていました。その中でも、5月5日の「端午の節句」や7月7日の「七夕の節句」などの「五節句」は重要な年中行事の日で、「御節供」と呼ばれる料理でお祝いをしていました。江戸時代になると、五節句のうち新年を迎える「人日の節句」の料理のみが「お節料理」と呼ばれるようになり、現在の「おせち料理」が誕生します。

一説には、日持ちのするおせち料理を用意することで、お正月くらいは家事から解放されるために広まったともいわれています。

それぞれの食材に願いが込められている

おせちにはいろいろな料理がありますが、食材のひとつひとつに一年の幸せを願う大切な意味が込められています。意味を理解したうえで味わう料理は格別です。ご家族などで楽しく話しながら美味しく食べて、よい一年にしましょう!



山の上ホテル(神田駿河台1-1) ☎03-3293-2311
和食料理長 矢島秀昭さん

山の上ホテルは東京の真ん中で、文豪に愛されていたホテルです。「てんぷらと和食山の上」では矢島さんのこだわりが詰まった天ぷらをお楽しみいただくことができます。

いわ ざかな 祝い肴三種

この3品がそろえばおせちの形が整い、お正月が迎えられるとされています。内容は関東と関西で異なり、「関東三種」と呼ばれるのが次の3つです。

黒豆



ふっくら甘く煮た黒豆には、「まめ」に働き、「まめ」に暮らせるようにという願いが込められています。また、豆のようにしわがよるまで長生きができるようにとの願いもあります。

お料理としては美味しそうに見えるようツヤツヤに仕上げるのが主流です。

田作り

甘辛いタレを絡めたカタクチイワシには、「豊作祈願」の願いが込められています。小魚を田畑の肥料として使っていたことが縁起の由来です。



「関西三種」は、田作りではなく柔らかく煮た「たたきごぼう」が入っています。



数の子



数の子はニシンの卵。ニシンに「二親」の字をあて、「子孫繁栄」の願いが込められています。

古くはニシンを「カド」と呼んだことから「カドの子」から転じてカズノコになったとか。

めでた食材

縁起担ぎでおなじみの食材。改めてその意味を考えながら美味しくいただきましょう。

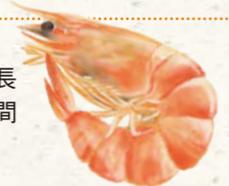
昆布巻き



身欠きニシンなどを巻いて甘辛く煮た昆布巻きには、「よろこぶ」の言葉にかけてすてきな一年への願いが込められています。

えび

「つ」の字のように腰が曲がった姿から「長寿」の願いが込められています。料理人の間では「つの子海老」と呼ばれます。



れんこん



れんこんは穴が開いていることから「将来の見通しがよくなるように」という願いが込められています。また、「ん」は「運」に通じ、2回連続している食べ物は縁起がよいといわれます。

伊達巻

「伊達」の言葉から「見栄えがするように」との願いが込められています。盛り付ける際には「の」の字に見えるようにするとよいそうです。



紅白にちなんだ食材

一説では、ハレの日に赤飯と白い餅を食べることから、紅白=めでたいということが定着し、縁起がよいとされるようになったといわれています。

紅白かまぼこ



かまぼこは、右に赤、左に白を並べます。これは右側に華やかなものをのせる「右紅左白」という古くからの習慣によるものだそうです。

紅白なます

にんじんの赤と大根の白を紅白に見立てる紅白なます。矢島さんは、紅白を際立たせるために赤みの強い京人参を使用しているそうです。



からすみ



出世魚のボラの卵巣であるからすみには、「子孫繁栄」の願いが込められています。

鯛

「めでタイ」の言葉にかけて、塩焼きにした鯛でお正月をお祝します。



山の上ホテルでは

山の上ホテルのおせち料理では定番の食材のほかにも縁起のよい食材を使っています。



重箱にも意味がある

「めでたさが重なる」の意味から、おせち料理は重箱で食べるのが本流。いろいろな食材を楽しむためにもそれぞれの段からまんべんなく食べましょう。一段重から三段重までが基本ですが、これからの成長を願うため、完成させずに四段目に空箱をのせる詰め方もあります。なお、「四」は縁起がよくない数字であることから「与の重」と呼ばれます。

あけましておめでとうございます。本号では、おせち料理の由来などについてご紹介しました。私は、小さいころに食材の意味を父に教えてもらったのですが、大人になった今でもこの時期がくるたびに当時の思い出がよみがえります。この号を通して皆さまの一年の健康と幸せを願っています。本年も頑張ってください。よろしくお祈りします。一緒にすてきな一年にしましょう。(柴田)