

第35回東京国際映画祭が10月24日から日比谷・有楽町・丸の内で開催されます！本号では、開催に先立ってオープニングセレモニー・千代田シネマセレクションの無料招待者を大募集！その他、各種予防接種や自転車の交通ルールなどを掲載。ぜひご一読ください。

TOKYO FILM 2022
10.21 Mon - 11.2 Wed

千代田シネマセレクションに800名を無料ご招待
詳しくは16面をご覧ください。

©2022 TIFF

内幸町一丁目街区南地区第一種市街地再開発事業の施行に伴い、内幸町ホール付近の地下通路を閉鎖します。長い間ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い致します。

とき 10月31日(月)15時～令和11年3月(予定)

場所 内幸町ホール(内幸町1-5-1)から国会通りに接続する地下通路

問合せ 文化振興課文化振興係
03-5211-3628



内幸町ホールから国会通りへ接続する地下通路を閉鎖します

ちよだゼロカーボンフォーラム

2050年までに区内のCO₂排出量実質ゼロを目指す「2050ゼロカーボンちよだ」に向け、次世代を担う若者の意見や事業者・区の取り組みなどを発表するゼロカーボンフォーラムを開催します。



- とき** 10月22日(土)13時30分～16時
- 会場** 区民ホール(区役所1階)、オンライン配信
- 定員** 100名程度(申込順)
- 内容** ・基調講演/講師=小宮山宏氏((株)三菱総合研究所理事 会長・東京大学第28代総長/写真)
・区の取り組み/区長
・次世代の意見・提案/区内学生、「DO! NUTS TOKYO」若者アンバサダー
・事業者の先進的な取り組みなど/東京ガス(株)、大成建設(株)、(株)まち未来製作所
- 申込方法** 10月14日(金)までにWebフォーム、電話またはハガキ(当日消印有効/10面記入例参照/メールアドレス、参加方法(会場またはオンライン)も記入)で申込先へ
- 申込先** Value Frontier(株) ☎03-5422-9462
〒150-0012渋谷区広尾1-8-6広尾186ビル4階

問合せ 環境政策課事業推進担当 ☎03-5211-4253



Web
フォーム



イベント
詳細

選挙人名簿定時登録者数 (令和4年9月1日基準)

男	27,172人(+101人)
女	27,330人(+78人)
合計	54,502人(+179人)
問合せ	選挙管理委員会事務局 ☎03-5211-4267

※カッコ内は前年比較

Contents — 今号の主な内容 —

- 2 高齢者と子どもなどインフルエンザ予防接種助成 4・5 平和使節団の体験報告 15 自転車の交通ルールをイラストで紹介

インフルエンザ予防接種 費用を全額助成

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

対象の高齢者がインフルエンザ予防接種を受ける場合、費用の全額が助成されます。対象者には、9月末に予診票を送付します。※昭和32年10月2日～33年1月1日生まれの方は、65歳の誕生日に達し次第、順次送付します。

対象 令和4年12月31日時点で、次のいずれかに当てはまる区内在住者
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※助成期間中に65歳を迎える方、②に当てはまり60歳を迎える方は、誕生日の前日から接種できます

助成期間 10月1日(土)～令和5年1月31日(火)

助成回数 1回

利用方法 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

子どもインフルエンザ予防接種～高校3年生相当まで～

区は独自に、18歳(高校3年生相当)まで対象を拡大し、希望する方に接種費用を全額助成します。

対象 生後6か月～18歳(高校3年生相当)※個別通知は行いません

助成期間 10月1日(土)～令和5年1月31日(火)

助成回数 6か月～12歳=2回、13歳～18歳(高校3年生相当)=1回

利用方法 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、指定医療機関に設置の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

簡単にスケジュール管理「予防接種と育児応援ナビ」

誕生日に応じた予防接種スケジュールを自動作成し、接種予定日をEメールでお知らせするウェブサービスです。区内の予防接種指定医療機関の検索や、子育てに役立つさまざまな情報もスマートフォンで確認できます。ぜひご利用ください。

登録方法 二次元コードから登録※登録料は無料、通信料は利用者負担

問合せ 健康推進課保健予防係 ☎03-5211-8172



簡単！登録までの3ステップ

- STEP1** 「マイメニュー登録する」を選ぶ。利用規約に同意し、「登録する」を選ぶ
- STEP2** 保護者・お子様のハンドルネーム、お子様の生年月日・性別を入力し、「次へ」を選ぶ
- STEP3** 郵便番号を入力し、「次へ」を選ぶ。プルダウンより住所(地区まで)を選択し、「登録」を選ぶと登録完了！



対象者を拡大 特別対策インフルエンザ予防接種

新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行による医療体制のひっ迫を防止するため、対象者の中で希望する方にインフルエンザ予防接種の費用を全額助成します。詳しくは区のHPをご覧ください。

対象 次のいずれかに当てはまる区内在住者①60歳以上65歳未満の方(昭和33年1月2日～昭和38年1月1日生まれ)②妊娠中の方③19歳以上60歳未満で、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方※①と③の対象者には、9月末に予診票を送付します。②の対象者で希望する方は、お問い合わせください

助成期間 10月1日(土)～令和5年1月31日(火)

助成回数 1回

利用方法 区内の指定医療機関の窓口で、予診票と健康保険証を提示し(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)、接種を受けてください

インフルエンザワクチンと新型コロナウイルスワクチンを同時に接種することが可能となりました。同時接種の対応は、医療機関によって異なります。

新型コロナウイルスワクチン接種

■オミクロン株対応ワクチンを導入します

9月28日から集団接種会場でオミクロン株対応ワクチンを導入予定です。対象は3回目または4回目接種を希望する12歳以上(モデルナは18歳以上)の方で、最後に接種を受けた日から5か月以降の日付で接種が受けられます。

■集団接種会場でのオミクロン株対応の接種時期

9月28日～10月上旬は重症化リスクの高い方の優先接種のため、4回目接種券を持っている方が対象です。

オミクロン株対応ワクチン(ファイザー・モデルナ)

対象者	接種券発送時期	接種時期(集団接種会場)	接種会場 ^{※2}	備考
3回目または4回目接種を希望する12歳以上の方	4回目未接種の60歳以上・基礎疾患・医療従事者等 ※新しく60歳になる方などには毎月順次発送	9月28日から	下記の集団接種各会場	4回目接種を終えた方は接種できません
	4回目未接種の12歳～59歳の方 ^{※1}	5月31日までに3回目接種を受けた方へ10月上旬ごろに発送予定		接種券が届き次第予約可能です
	3回目未接種の12歳以上の方	発送済 ※新しく12歳になる方などには毎月順次発送		お持ちの接種券で接種可能です
1～2回目未接種の方	接種不可(従来型のファイザー・モデルナまたはノババックスを接種)			

※1 オミクロン株対応のファイザーは12歳以上、モデルナは18歳以上が対象

※2 オミクロン株対応ワクチンは供給数の関係から当面の間、集団接種会場のみでの取り扱いを予定しています。個別接種会場での接種は国からの供給数が安定し次第、開始できるよう準備を進めて参ります。また、国からのオミクロン株ワクチンの供給数によっては全ての方の予約枠を設けるのに時間がかかる場合があります。



集団接種会場			
会場名	三楽病院	東京通信病院	総合健診推進センター
所在地	神田駿河台2-5	富士見2-14-23	神田三崎町1-3-12



▲区のHP

集団接種会場の予約は区の予約サイト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から行えます。各会場ではオミクロン株対応のワクチンに加えて従来型のワクチンも取り扱う予定です。予約の際はご注意ください。各会場での使用ワクチンは区のHPからご確認ください。

従来型のワクチンの接種会場 1・2回目の接種を希望される場合は従来型のファイザー・モデルナ、またはノババックスでの接種となります。これまで通り一部の集団接種会場と個別接種会場で接種が可能です。予約方法などの詳細は区のHPで確認ください。

■接種証明書をコンビニで取得できます

新型コロナワクチン接種証明書を一部のコンビニで取得できるようになりました。詳しくは右の二次元コードから区のHPで確認ください。



▲区のHP

副反応の相談 東京都新型コロナウイルスワクチン副反応相談センター ☎03-6258-5802 (24時間対応)

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)

※「新型コロナウイルスワクチン接種」事業の一部は、今後、議会の議決を経たうえで行う予定です

第72回社会を明るくする運動 街頭パレード

社会を明るくする運動は、すべての国民が犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。

街頭パレード

■麹町大通り

とき 10月9日(日)10時10分～12時※雨天中止

■靖国通り

とき 10月25日(火)10時～12時※雨天中止

コース

コース 神田一橋中学校(一ツ橋2-6-14)→靖国通り→区役所前

内容

内容 お茶の水小学校マーチングバンドなどによる行進

11月7日(月)千代田区斉清掃の日 みんなの参加できれいなまちに

毎年11月6日(当日が土曜日)の日曜の場合は、翌開庁日は千代田区一斉清掃の日です。区内一丸となつてまちをきれいにしましょう。

とき 11月7日(月)7時～10時

※実施日以外に行う場合は、11月1日(火)～10日(木)の平日に振り替えてください

会場 区内全域(自宅や学校、事業所の周りや歩道、植え込み)

問合せ 安全生活課安全生活係(区役所5階)

☎03-5211-4252

2022千代田区健康づくり講座 コロナ禍でも、今、できる健康づくり

第二弾 女性のための「健康づくり栄養講座」

区民の健康増進の向上を図るため、明治安田生命保険相互会社と連携して健康講座を開催します。秘められた野菜のチカラなど、女性のからだに合った栄養を楽しくわかりやすく紹介します。詳しくはHPをご覧ください。

とき 10月20日(木) 14時～15時30分

場所 区民ホール(区役所1階)

区政インフォメーション

区立公園・児童遊園・広場の 利用実態調査を行います

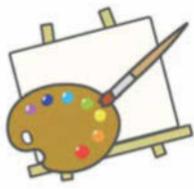
公園児童遊園等整備方針決定に向け、各公園等で利用実態調査(ヒアリングとAIカメラによる実証実験)を行います。別途アンケート調査も予定していますのでご協力をお願いします。調査場所やAIカメラを用いた実証実験の方法、アンケート調査については区のHPと現

未来への思いを込めた力作ぞろい！ 千代田区環境絵画展

区内在住・在学の小学生・中学生が「未来へつなぐ大切な自然をテーマに描いた絵画を展示します。児童・生徒が、さまざまな視点から地球環境保護を訴えていますので、ぜひご覧ください。

とき 10月7日(金)～10月13日(木)8時30分～20時(土曜日)

曜・祝日、最終日は17時まで)



場所

場所 区民ホール(区役所1階)

問合せ

問合せ 環境まちづくり部環境政策課事業推進担当
☎03-5211-4253

区民宿泊施設 メリーズ軽井沢利用案内

繁忙期(年末年始)の 予約申し込み方法のご案内

対象宿泊日 12月31日(土)～令和5年1月1日(日)泊、1月2日(月)～1月3日(火)泊のうちいずれかを選択

※対象宿泊日の前後との連泊申し込みは不可。新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては宿泊できない場合があります

申込対象 区内在住・在勤・在学の方(1グループ2室まで)

申込方法 10月1日(土)～8日(土)(施設必着)に、専用ハガキに必要事項を記入のうえ

郵送※1グループの申し込みは1枚まで(複数申し込みは無効)

専用ハガキの設置場所 総合案内カウンター横(区役所2階)、子ども施設課(区役所4階)、各出張所、ちよだパークサイドプラザ(神田和泉町1)、各図書館

抽選結果 当落に関わらず、10月20日(木)ごろに返信ハガキで結果を通知※抽選を申し込まなかった方や落選した方は、11月1日(火)10時30分から施設で電話予約を受け付け

問合せ メリーズ軽井沢 ☎0267-45-2676 ☎0120-45-2676 10時30分～17時(フリーダイヤルは区内固定電話のみ)

その他 通常期の申込方法や利用料金など詳しくは区のHPをご覧ください



10月11日
から

パソコンやスマートフォンから 各種料金の口座振替の申し込みが可能に

10月11日(火)からWeb口座振替受付サービスがはじまります。パソコンやスマートフォンから、24時間いつでも口座振替の申し込みができるサービスです。区役所や金融機関の窓口で手続きする必要がなく、口座振替依頼書の記入や届出印なども不要です。詳しくは区のHPをご覧ください。

対象 ①国民健康保険料②後期高齢者医療保険料③介護保険料④特別区民税・都民税(普通徴収)⑤保育料

問合せ ①保険年金課国民健康保険係 ☎03-5211-4204②保険年金課後期高齢者医療係 ☎03-5211-4206③高齢介護課高齢介護係 ☎03-5211-4224④税務課納税促進係 ☎03-5211-4193⑤子ども支援課入園審査係 ☎03-5211-4119



「お葬式」について考えてみませんか

葬儀相談・落語会 (東京都葬祭業協同組合主催・区後援)

区民葬儀は、23区内に住民登録のある方ならだれでも、23区統一の料金で、比較的簡素で標準的な形式の葬儀を執り行うことができます。区民葬儀やお葬式に関する相談会を開催します。立川雲水氏と立川生ぼう氏の落語もお楽しみください。

とき 10月22日(土)10時～12時(開場9時30分)

場所 千代田万世会館(外神田1-1-7)

定員 20名(申込順)

内容 区民葬儀に関する説明・相談会、立川雲水氏(落語立川流理事)・立川生ぼう氏(落語家)の落語

申込方法 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 千代田万世会館 ☎03-5295-2831

FAX03-5295-2820(受け付け9時～18時)

その他 千代田万世会館の見学も可



立川雲水氏



立川生ぼう氏

■区民葬儀券のご案内

葬儀にかかる費用のうち、祭壇・霊柩車・火葬・遺骨収納容器費用を、23区統一料金で利用できます(別途諸費用あり)。区民葬儀券が必要な方は、死亡届を総合窓口課(区役所2階)に届け出るときに申し出てください。料金など詳しくは、区のHPをご覧ください。

問合せ コミュニティ総務課管理係 ☎03-5211-4181

■葬儀・法要は千代田万世会館で

千代田万世会館は、区民の皆さんの葬祭施設です(集会室・会議室としても利用可)。一般葬から家族葬まで対応していますので、心を込めた葬儀にご利用ください。予約は24時間受け付けています。

問合せ 千代田万世会館 ☎03-5295-2831



◀3階式場

平和使節団の体験報告

～平和への思いを千代田区から未来へ～

戦後77年。昭和から平成、令和へと時代が移り、戦争体験者は急速に減っています。

戦後生まれの人口が全体の8割を超え、戦争が「記憶」から「歴史」へと変わりつつあります。

一方、ロシアのウクライナ侵攻について、日本財団による第47回18歳意識調査では6割以上がウクライナ情勢に関心があると回答し、戦争を自分事ととらえる若者が増加しています。戦争を過去の出来事にせず、平和への思いを未来へつないでいくため平和使節団が若者を代表して戦争・被爆体験者との交流や戦跡の見学に行ってきました。

参加への想い

自分の意識を変えたい

ウクライナ侵攻のニュースを聞いたとき、ひどい話だと思ったけれど、戦争の実感がなかった。だから、平和使節団に参加して戦争に触れることで「平和でない状態」を感じ、他人ごとと感じている自分を改善したい。

周りの人に広げたい

今までは戦争と聞くと怖いというイメージがあって自分から遠ざけてしまい、何も行動を起こしてこなかった。しかし、ウクライナ侵攻があり、戦争について知り、それを周りの人に伝えていく必要があると考えた。

沖縄・鹿児島

とき 7月23日～26日

知覧特攻平和会館



左から 門田将紀(中2)、津野玄汰朗(中3)、中村颯斗(中2)、中島理那(高1)、植竹京香(高3)

普段触れることのない本音が心に残った

本やテレビでは語られない、特攻隊員の本当の心の声を遺書や手記を通して知った。そこにはなんとか検閲を逃れて家族や大切な人に届けようとした本音があり、心に残った。(津野)



糸数アブチラガマ



当時の状況を思い、胸が痛くなった

ゴツゴツしていて足場が悪く、懐中電灯の明かりを消すと真っ暗でただ水滴が落ちる音だけが聞こえた。当時の人も悲惨な状況のなかで同じように水の音を聞いていたと思うと、胸が痛くなった。(中島)

沖縄県平和祈念資料館



平和への思いと現実とのギャップを感じた

平和な世界を作ろうと戦争の事実や被爆者の思いと向き合ってきた人がいるのにも関わらず、現実の世界では今もなお戦争は続いている。このギャップにやりきれなさを感じた。(植竹)



広島

とき 8月5日～7日

ヒロシマ青少年平和の集い



地域での意識の差に驚いた

同世代の人と戦争の記憶の継承について話し合ったとき、勉強の仕方や原爆の知識、考え方が地域によって大きく違うことにびっくりした。地域差ができてしまうのはよくないと思った。(八木)



平和記念式典



平和はみんなで作っていくものだと感じた

式典に参加し、多くの参列国や同世代の人々を見て、平和はさまざまな人の思いがあってこそだと感じることができた。平和は世界で作っていく必要があると思う。(江藤)



大和ミュージアム



被爆者の思いを未来へ引き継ぐ

嫌なことを思い出すのはつらいのに、被爆者の方が僕たちのために話してくれた。話を聞いた僕たちが周りの人に伝えていかなきゃと思った。(大友)

左上から 大友遼斗(中1)、江藤陽香(高1)、残間深喜(高1)
左下から 渡辺啓太(中2)、竹之下なつみ(中1)、鈴木心唯(中3)、八木聡望(高1)



長崎

とき

8月8日～10日

未来を生きる子らの像



左から 三輪田結真(中3)、深野晃正(高3)、山口花梨(中2)、梁井琳未(中3)、後藤宏椋(小6)、平山遥夏(高1)

現地を訪れることで被害を痛感した

山里小学校で見た沸騰した瓦や溶けたガラス瓶などに驚いた。実際に目にする事で、以前よりも原爆の悲惨さを痛感した。(三輪田)



山里小学校



青少年ピースフォーラム



戦争を自分事として考える

どのようにして平和をつくっていくのか、全国各地から集まったメンバーと話し合った。身近なけんかを題材に話し合い、思いやりをもち素直になることなどが大事だとわかった。(後藤)



長崎原爆死没者追悼平和祈念館



国立長崎原爆死没者追悼平和祈念館 提供

目の当たりにして数の重みを実感した

水を求めて亡くなった方々への追悼の意を示し、水盤にその方々と同じ数のLED (7万ほど)がはめ込まれていた。耳で聞くよりも目で見るほうが多さを実感できて驚いた。(梁井)



平和への想い ～派遣を終えて～

戦争は過去のものではない

戦争は、体験した人の心にずっと残り続けるし、沖縄には現在も米軍基地問題などが残っている。「戦争」は、ある意味まだ終わっていないとわかった。

自分の命や家族を大切にしたい

沖縄戦では、自分と同じような青春まっただなかの女学生、疎開途中の船で攻撃を受けて暗い海のなかで家族と離れ離れになった人など一人ひとりの命や大切なものが奪われた。その人たちの思いを受け止め、自分の命や家族、時間、夢を大切にしたいと思った。

当事者の「思い」と「熱意」に触れて

改めて現地へおもむく大切さを感じた。被爆者の方が私たち若い世代へ真剣に伝えてくれる姿を見て、「当事者の思い」を身の回りに伝えていきたいと思った。

Message from the delegates to Ukraine



平和使節団員からウクライナへ向けたメッセージ

ウクライナの人たちに、コメントに込められた願いが少しでも届くことを祈って、団員からメッセージを送ります。

I hope the people of Ukraine have safe and happy lives.

ウクライナの方達が安全で笑顔な毎日をお過ごしできるように。

Hang in there, Ukrainian people!

ウクライナの人たち 頑張れ!!!

I hope things get back to normal soon.

普通の毎日がもどりますように

I am praying that peaceful days can return to Ukraine as soon as possible.

1分1秒でも早くウクライナに平和が訪れますように

問合せ 国際平和・男女平等人権課国際平和担当(区役所6階) ☎03-5211-4165

現地での活動内容や学んだことをまとめた報告書を作成しています。報告書は12月ごろから問合せ先の窓口で閲覧できます(無償配布もあり(数に限りあり))。

東京都シルバーパスを初めて購入される方へ

満70歳以上の都民の方には、申し込みにより都営交通(日暮里・舎人ライナーを含む)・都内民営バスなどが利用できる「東京都シルバーパス」を発行します。

新規購入 10月1日(土)以降
※更新手続きは10月中旬に最寄りの発行窓口へ

有効期間 発行日～令和5年9月30日(土)

対象 70歳以上の都内在住者(満70歳になる月の初日から申し込み可)

費用区分 下表

申込方法 住所・氏名・生年月日が確認できるもの(保険証または運転免許証など)を用意のうえ、最寄りのバス営業所・都営地下鉄定期券発売所などのシルバーパス発行窓口で申し込み

費用区分	費用
① 令和4年度の住民税が「課税」(下記③を除く)	2万510円
② 令和4年度の住民税が「非課税」	1,000円
③ 令和4年度の住民税が課税で、令和3年の合計所得金額(※)が135万円以下	

費用区分②に当てはまる方の追加必要書類(次のいずれか1点)

・令和4年度介護保険料納入(決定)通知書の所得段階区分欄に「1」～「6」のいずれかの記載があるもの(仮徴収納入通知書は使えません)

・令和4年度住民税非課税証明書
・令和4年4月以降に発行した生活保護受給者証明書(生活扶助の記載があるもの)

費用区分③に当てはまる方の追加必要書類

・令和4年度住民税課税証明書

問合せ (一社)東京バス協会シルバーパス専用電話

☎03-5308-6950(平日午前9時～午後5時)

※不動産売却に係る特別控除額(令和3年分)がある場合は、必要書類が異なる場合がありますので、お問い合わせください

年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、年金に上乗せして支給される給付金です。公的年金などの収入や所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために行われます。

対象① 老齢基礎年金を受給し、次のすべての要件を満たす方

- ・65歳以上
- ・世帯全員の住民税が非課税
- ・前年の年金収入額とその他所得額の合計額が88万1,200円以下

対象② 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給し、前年の所得額が472万1,000円(※)以下の方

※扶養親族などの数に応じて増額
請求手続きの方法

新たに年金生活者支援給付金を受給できる方

日本年金機構から9月に送られてくる案内にハガキが同封されています。そちらに必要事項を記入して、提出してください。

これから年金を受給し始める方

千代田年金事務所または保険年金課(区役所2階)で年金請求手続きと併せて手続きをしてください。※過去に厚生年金や国民年金第3号被保険者に加入していた方は、年金事務所で手続きをしてください

※年度途中で世帯構成の変更や税額の変更などにより支給要件に当てはまる方はお問い合わせください

問合せ 年金生活者支援給付金専用ダイヤル☎0570-05-4092、千代田年金事務所☎03-3265-4381

これからシルバー応援フェスタ

シルバー人材センター未入会の方必見! 生物学者の池田清彦氏の講演「元気で働く秘訣」や、シルバー人材センターの紹介、入会相談、体力測定などを行います。

とき 10月31日(月)午後1時30分～4時

会場 フクラシア八重洲(中央区八重洲2-4-1住友不動産八重洲ビル3階)

対象 都内在住で60歳以上のシルバー人材センター未入会の方、入会して働く意欲のある方

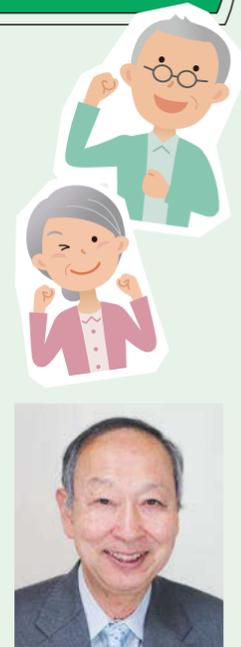
定員 50名(申込順)

講師 池田清彦氏(生物学者/写真)

申込方法 10月24日(月)までに電話で問合せ先へ

問合せ (公財)東京しごと財団(東京都シルバー人材センター連合)シルバー講習係

☎03-5211-2571



こうじまちいきいき教室 秋の皇居附属庭園を歩こう!

とき 10月19日(水)午前10時30分～正午

会場 皇居東御苑(千代田1大手休憩所<売店>集合)※雨天時はコース変更あり

対象 区内在住の高齢者・介護者

定員 15名(申込順)

内容 皇居の由緒ある豊かな自然や歴史的建造物がある皇居東御苑の散策

申込方法 10月12日(水)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 高齢者あんしんセンター麹町

☎03-3265-6141

FAX03-3265-6138



10月のシルバートレーニングスタジオ

定員に達している会場もあります。新規登録希望者は必ずお問い合わせください。

対象 65歳以上の区内在住者※登録者は登録会場で毎週1回^{※3}の参加可

問合せ 千代田区社会福祉協議会地域支援係☎03-3265-1901

会場	曜日	とき
万世橋区民館 ^{※1}	月	3日・17日・24日・31日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
富士見区民館	月	3日・17日・24日・31日 午後1時30分～2時30分
麹町区民館 ^{※1}	火	4日・11日・18日・25日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
岩本町ほほえみプラザ ^{※1}	水	5日・12日・19日・26日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
神保町区民館 ^{※1}	水	5日・12日・19日・26日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
いきいきプラザ一番町 ^{※1}	水	5日・12日・19日・26日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
いきいきプラザ一番町	木	6日・13日・20日・27日 午前10時～11時
神田公園区民館 ^{※1}	木	6日・13日・20日・27日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
かがやきプラザ ^{※1}	金	7日・14日・21日・28日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
万世橋区民館 ^{※2}	金	7日・14日・21日・28日 午前10時～11時
アーツ千代田3331	金	7日・14日・21日・28日 午前10時30分～11時30分
和泉橋区民館	金	7日・14日・21日・28日 午後1時30分～2時30分

※1 2部制。どちらも同じ内容 ※2 指導員はいません。指導員の指導映像を投影して行います ※3 10日(月)は祝日のため休み

☆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☆

のびのび子育て

親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
達集まれ!

時 10月5日(水)・12日(水)(全2回)10時~12時

場 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)

対 区内在住の令和4年3月6日~9月5日生まれの子どもとその母親(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 20名(申込順/初めての方、2回参加可能な方を優先/参加者が5名未満の場合は中止)

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を楽しく学ぶ
申 10月1日(土)までに電話または直接問合せ先へ

問 富士見わんぱくひろば ☎03-3263-1185



図書館でおはなし会

時 10月9日(日)11時~(当日直接会場へ)

場 千代田図書館(区役所10階)

対 0歳~2歳くらいの乳幼児とその保護者

内 お子さんが本に親しむような20分程度の読み聞かせ

※混雑状況により、参加を制限する場合あり

問 千代田図書館 ☎03-5211-4290

共立女子大学 親子で描き・つくるワークショップ

時 ①10月8日(土)②11月19日(土)③12月24日(土)いずれも10時~12時

場 共立女子大学6号館1階(神田神保町3-27)

対 3~6歳児(小学校就学前の幼児)とその保護者

定 各15組(先着順)

内 ①竹材を使って「波の音」が出る作品を親子で制作する②地面に寝かせた大きな画面に向かって親子で絵を描く③自然素材でミニリースやオーナメントを自由に工作する※詳しくはHPをご覧ください



申 各開催日の5日前までに二次元コードから申込み

問 共立女子大学発達相談・支援センター ☎03-3237-6397

子育て家庭に
お弁当を無料配布

時 10月10日(月・祝) 15時~17時

場 RESTAURANT PLATINUM FISH マーチエキュート神田万世橋

(神田須田町1-25-4 マーチエキュート神田万世橋2階)

対 区内在住者

定 150家庭(申込順)

内 茨城県産食材を使ったお弁当2個

申 10月9日(日) 18時までにHPで問合せ先へ

問 (一社)ハートリボン協会 ☎03-3501-7771



オンライン・アレルギー予防教室

時 10月26日(水)13時~14時30分(オンライン入室12時45分~)

場 オンライン(Microsoft Teams)開催

対 区内在住・在勤・在学者とその子ども(乳幼児~中学生)

定 60名(申込順)

内 最新の食物アレルギーの予防や治療(アトピー性皮膚炎も含む)をテーマにした講演

申 10月3日(月)~19日(水)までにEメール(10面記入例参照/件名は「アレルギー予防教室申し込み」とする)で問合せ先へ

問 健康推進課保健予防係 ☎03-5211-8161

☐ kenkousuishin@city.chiyoda.lg.jp

キッズダンス
幼児・小学生クラス

時 11月1日~12月20日の毎週火曜(全8回) 幼児クラス(4歳以上の未就学児)=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)

定 各15名(抽選)

費 区内在住者4,000円、その他の方5,200円

申 10月18日(火)(必着)までに往復ハガキ(1人1枚/10面記入例参照)に必要事項を記入して問合せ先へ

問 スポーツセンター ☎03-3256-8444

〒101-0047

内神田2-1-8



ポニー乗馬会

時 10月30日(日)10時~12時、13時~15時(雨天中止)

場 お茶の水小学校仮校舎(富士見1-1-6)

対 小学生以下の区内在住・在学者(サポートを必要とする方も参加可)

定 1時間あたり70名(抽選)

内 ポニーの乗馬体験ができる。ウサギやモルモットなど小動物との触れ合いもあり

申 10月4日(火)(必着)までに往復ハガキ(記入内容は二次元コード参照)を問合せ先へ

問 子ども総務課事業担当 ☎03-5211-4274

〒102-8688九段南1-2-1 4階

他 中止の場合は、当日8時以降に青少年委員会のHPで告知



10月のはあとサロン

対象 60歳以上の区内在住者(申込順)※アキバみんなのサロンは区内在住者ならどなたでも

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)で一番町/三崎町は社会福祉協議会(☎03-3265-1901/FAX03-3265-1902) アキバ/和泉はアキバ分室(☎03-6285-2860/FAX03-6285-2861)へ

高齢者が気軽に立ち寄れる交流スペース。今月のオススメを紹介します。※申し込みは9月26日(月)午前9時から受け付け

場所	とき	内容	定員・参加費
一番町はあとサロン(一番町12)	4日(火)午後2時~3時	俳句初心者大歓迎!「俳句でハロウィン風鈴」	10名・無料
三崎町ふれあいサロン(神田三崎町3-1-17)	17日(月)、27日(木)午後1時30分~3時	リボンレイやソックスモンキー作りに挑戦!「手芸タイム」	各6名・150円
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	26日(水)午後2時~3時	素敵なハーモニーを楽しみましょう フルーツ&ピアノ「オータムコンサート」 ※会場は万世橋区民館8階洋室D(外神田1-1-13)	20名・無料
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	13日(木)、27日(木)午後1時30分~3時	初心者も大歓迎!「囲碁サロン」	各6名・無料

※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あり

10月のはあとカフェ

「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

対象 どなたでも参加可 申込方法 電話で問合せ先へ

会場・問合せ	とき	内容	定員
いきいきはあとカフェ(九段南1-6-10かがやきプラザ1階ひだまりホール)☎03-3265-6141	13日(木)午後2時~3時(開場午後1時30分)	認知症サポート医のお話(千代田医師会) +ミニ音楽会(アンサンブル・ポコポコ)	30名
神田はあとカフェ(神田淡路町2-8-10かんだ連雀1階)☎03-5297-2255	8日(土)午後2時~4時	珈琲飲みつつミニコンサート 「笛のひびき あれこれ」(福地万太郎さん/40分)	15名
神田はあとカフェ(岩本町2-15-3ほほえみプラザ1階多目的ホール)☎03-5297-2255	25日(火)午前10時~11時45分	珈琲飲みつつミニ講座「香り あれこれ 五感を意識して日常を活性化♪」(40分)	15名

※日時と内容は変更になる場合あり

区民の健康教室 人生100年時代の認知症予防

時 10月28日(金) 18時30分～20時
 場 かがやきプラザ1階ひだまりホール
 (九段南1-6-10)
 定 50名(申込順)
 内 人生100年時代の今、超高齢になっ
 ても認知症にならないために、認知症
 予防の最前線や取り組みを学ぶ
 師 山田正仁氏(九段坂病院院長)
 申 電話またはEメール(10面記入例参
 照)で問合せ先へ
 問 千代田区医師会 ☎03-3264-5449
 ㊟ chiyodai@rapid.ocn.ne.jp

はじめての神保町街あるき

時 10月8日(土) 14時30分～、13日(木)
 16時30分～※荒天の場合は中止、い
 ずれも約60分、同じ内容
 場 神保町駅付近～神保町古書店街
 定 各回10名(抽選)※中学生以下は保
 護者同伴が必要
 内 「神保町の魅力発見」をコンセプト
 に、地域の歴史や古書店の情報を交え
 ながら、千代田図書館コンシェルジュ
 とともに神田神保町を巡る
 費 200円(傷害保険料)
 申 9月22日(木) 10時～28日(水) 17時
 にHPまたは電話で問合せ先へ※当選
 した方のみ9月30日(金)
 午後以降に連絡
 問 千代田図書館
 ☎03-5211-4290



多世代交流ciao!

■多世代でつながる子どものあそび
 プレイワーカー養成講座ははじめの一步
 時 10月22日、11月12日・26日 いずれ

千代田区立図書館de鉄道150年 日比谷図書文化館 関連展示



■東京駅研究家 佐々木直樹氏 鉄道コレクション展

時 ～12月18日(日)
 ※途中展示替えあり
 場 日比谷図書文化館3階エレベーターホール
 内 東京駅研究家の佐々木氏の貴重なコレクション「機関車ナ
 ンバープレート」や「サボ(行
 先票)」などから鉄道の歴史
 を振り返る



■図書展示

「鉄道150年の軌跡」
 時 ～12月24日(土)
 場 日比谷図書文化館2階図書フロアパープルゾーン
 内 鉄道開通の背景と、鉄道拡充により私たちの生活
 と都市をいかに変化させたかを関連資料で振り返る

■特別研究室企画展示

「内田嘉吉文庫に見る 鉄道のはじまりと南満洲鉄道・
 朝鮮鉄道・台湾鉄道の旅」
 時 10月18日(火)～12月28日(水)
 場 日比谷図書文化館4階特別研究室
 内 日本の鉄道の開業当時の記録資料や戦前期の南満
 洲鉄道・朝鮮鉄道・台湾鉄道の沿線案内、駅舎、路線図
 などから、明治～昭和初期の鉄道の旅を知る

休館日 10月17日(月)、11月21日(月)、12月19日(月)
 問 日比谷図書文化館(日比谷公園1-4) ☎03-3502-3340

いずれも



図書館の催し

日比谷カレッジ 生誕150年を迎えた千代田ゆかりの三人の文豪たち 島崎藤村・樋口一葉・岡本綺堂

時 10月16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 60名(申込順)
 内 明治5年生まれで令和4年に生誕150年を迎えた三人の文豪にスポット
 を当て、区との関わりや意外な関係性をエピソードとともに学ぶ
 費 区内在住者500円、その他の方1,000円
 申 HPまたは電話で問合せ先へ
 問 日比谷図書文化館 ☎03-3502-3340



10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 ☎03-5211-8161 FAX03-3262-1160

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、
 咳・熱などで体調不良がある場合は、参加を控えてくだ
 さい。来所時にはマスクの着用をお願いします。

事業名	対象など	とき
栄養相談	内 バランスの取れた食事、離乳食など食に関する相談	9時～17時(随時受け付け)
アレルギー相談	対 0～15歳の区内在住者 内 小児科医のアレルギーに関する相談	18(火)9時30分～10時
歯科保健相談(歯科健診)	対 区内在住の妊産婦・乳幼児 内 歯科健診やむし歯予防のためのフッ素塗布など	1(土)・12(水)・15(土)9時～11時30分 5(水)・19(水)12時45分～16時
はみがき教室	対 区内在住の乳幼児 内 歯磨きを嫌がってさせてくれない、磨けているかどうか自信が ないなど、むし歯予防に関するお話・相談	3(月)9時～11時20分 11(火)・28(金)12時50分～15時40分
食べ方相談	対 区内在住の乳幼児 内 食事に時間がかかる、丸飲みする、好き嫌いが多く、口にためて 飲み込まないなど、子どもの食べ方に関する相談	25(火)13時30分～16時
ビーバー相談	対 区内在住の1歳児(対象者には通知します) 内 歯科健診とはみがき実習、歯とお口についての相談	17(月)13時～15時45分
離乳食講習会	対 区内在住の6～7か月児の保護者(対象者には通知します) 内 離乳中期への進め方や調理のポイント	25(火)13時30分～14時30分
ママばば面談 (平日は予約不要)	対 区内で妊娠届を提出したすべての妊婦 内 保健師・看護師による、妊娠・出産・子育て のさまざまな相談やサービスの案内(誕生準備手当の申請も可)	平日=8時30分～17時(最終受け付け16時 30分)、土曜=9時～12時(要予約)
乳幼児健診	3～4か月児健診	対 区内在住の3～4か月児(対象者には通知します)
	1歳6か月児健診	対 区内在住の1歳6か月児(対象者には通知します)
	3歳児健診	対 区内在住の3歳児(対象者には通知します)
	5歳児健診	対 区内在住の5歳児(対象者には通知します)

※広報千代田では区民の皆さんの表情をご紹介するため、飛沫防止に努めたうえで、マスク無しの写真も撮影・掲載させていただいています

「一生自分の歯で」千代田区歯科医師会ワテラスキャンペーン

時9月30日(金)15時~17時30分(当日直接会場へ)
場ワテラス広場(神田淡路町2-101)
内特設テント内で歯科医による歯科相談
問千代田区歯科医師会
☎03-3251-8148

第一回区民公開講座 歯から口から歯ッピーライフ!! 食べることは生きること

歯周病の予防と治療はあなたを守る~感染症からインプラントまで~
「口は災いのもと」は医学的にも正しい!?国民病ともいわれる歯周病はさまざまな全身の病気と密接に関係しています。最新の知見や症例から歯周病の予防と治療の大切さを学びませんか。
時10月15日(土)14時30分~16時

場いきいきプラザ一番町カスケードホール(一番町12) 定80名(申込順)
師西田哲也氏(日本大学歯学部歯周病学講座診療准教授)
申電話で問合せ先へ
問丸の内歯科医師会区民公開講座係
☎03-3287-2888(平日10時30分~17時)

ウェルネスマージャン教室(基礎)

時10月4日~11月8日の毎週火曜(全6回)9時30分~12時
場かがやきプラザ4階研修室3(九段南1-6-10)
対60歳以上の区内在住者でマージャン初心者 定16名(申込順)
内手先と脳を使うことでフレイル予防にもなる、「賭けない、飲まない、吸わない」を守ってマージャン楽しむ
師井出洋介氏(健康マージャン・ファ

ウンダー/写真)
費1回1,300円(別途講義資料代1,000円)※受講料は都度払い。支払後の返金不可
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
問社会福祉協議会地域支援係
☎03-3265-1901 FAX03-3265-1902
✉chiiki@chiyoda-cosw.jp

千代田区フレイル予防講演会

考えよう 人生100年時代の健康づくり
時11月5日(土)14時~16時(開場13時30分)
場かがやきプラザ1階ひだまりホール(九段南1-6-10)
定会場40名、Zoom100名(いずれも申込順)
講演①(40分)高血圧と心臓病~予防の

ために今からできること、病気になってもこれから始めてほしいこと~②(40分)人生100年時代をより良く過ごすための運動のポイント
師①原田和昌氏(東京都健康長寿医療センター副院長/写真上)②高橋哲也氏(順天堂大学保健医療学部教授/写真下)
申10月31日(月)までに電話、ファクスまたはEメール(10面記入例参照)で問合せ先へ
問在宅支援課地域包括ケア推進係
☎03-5211-4223 FAX03-3265-1163
✉zaitakushien@city.chiyoda.lg.jp
他Zoomの利用料は無料、ダウンロードや利用時にかかる通信料は自己負担。パソコン、スマートフォン、タブレットのいずれかで視聴



4年ぶりの開催

第20回ふれあい福祉まつり

つながる心かがやく千代田

ふれあい福祉まつりは、区に住み、働き、学ぶ、多くの人たちとの出会いを通じてともに支えあうイベントで4年ぶりの開催です。ボランティアや福祉団体のブースを回ってスタンプを集めると区役所1階にある「昔なつかし駄菓子屋さん」で駄菓子詰め放題が福引きに挑戦できます。各イベントの詳細はお問い合わせいただくか、HPをご覧ください。

時10月15日(土)10時30分~15時
場区役所1階・4階・10階、かがやきプラザ1階・4階(九段南1-6-10)

かがやきプラザ1階

●ポッチャ
東京パラリンピックでも話題にもなったポッチャ。世代、国籍、文化、障害の有無を超えてみんなで楽しむことができる。福祉まつり特別ルールで行う
●フクシ☆チャレンジ
ノルディックウォーク体験、ガイド、ヘルプ車いす体験、手話、要約筆記体験ができる。屋外では献血や地震体験もできる



区役所1階

●昔なつかし駄菓子屋さん
まつり会場を回ってスタンプを集めると、「駄菓子詰め放題」が「福引き」に挑戦!
※スタンプカードの配布は14時まで
※景品交換の受け付けは14時30分まで
●はあとステージ
「区民ホール」にステージを開設。ヘルマンハーブの生演奏や長寿会の会員による民謡や楽器演奏、フレイル予防企画も実施



●ちよだお弁当市

区内の飲食店15店舗が大集合!ワンコイン弁当(税込500円)を購入して地域のお店を応援!
※限定1,000食で一人2個まで



かがやきプラザ4階

●活動紹介・物販
ボランティア団体・福祉団体の活動紹介や姉妹都市の物産展など



区役所4階

●多世代交流ワークショップ
リメイクおもちゃ工場
ご家庭で使わなくなったおもちゃなどをリメイクします!
費100円(当日予約)
ボランティア団体・福祉団体の手作り品販売、活動紹介など
問社会福祉協議会☎03-3265-1901 FAX03-3265-1902 他手話通訳あり



広告

紀尾井ホール室内管弦楽団特別演奏会 KCO名曲スペシャル ニューイヤー・コンサート2023

ウィーン・フィルのコンサートマスター、ライナー・ホーネックのヴァイオリンと指揮のもと、腕利き揃いの紀尾井ホール室内管弦楽団の演奏で、モーツァルトの華やかな序曲とヴァイオリン協奏曲、そして本場仕込みのウィンナ・ワルツやホルカをお楽しみいただき、新年ならではのコンサートです。

プログラム

モーツァルト 歌劇「魔笛」K.620より序曲、ヴァイオリン協奏曲第1番変ロ長調K.207
ヨハン・シュトラウス2世 喜歌劇「こもり」より序曲、新ピチカート・ホルカ、ワルツ「南国のパラ」他

日時

2023年1月20日(金)19時開演、21日(土)14時開演、22日(日)14時開演(各日同曲目)

料金 S席10,000円 A席8,500円 U25 A席2,000円

チケットは、9月30日(金)正午に紀尾井ホールウェブチケット、チケットぴあ、イーブラスで発売します。

文化庁 子供文化芸術支援事業により

小学生~18歳以下の方を本公演にご招待

新型コロナウイルス感染症の影響下で多くの文化芸術鑑賞や体験の場が失われている子供たちに、文化庁の支援のもと本格的な演奏に触れていただく取り組みです。

- 対象年齢 小学生~18歳以下(公演開催日時点)
●招待席数 各日120席
●申込方法 右のQRコードからウェブにアクセスしてお申込みください。



会場 紀尾井ホール

主催 公益財団法人 日本製鉄文化財団
東京都千代田区紀尾井町6番5号



※お申込みには紀尾井ホールウェブチケットのご利用登録が必要です。

第20回ふれあい福祉まつり ワークショップ参加者募集

時10月15日(土)11時~11時25分、11時30分~11時55分、13時~13時25分、13時30分~13時55分、14時~14時25分、14時30分~14時55分
場区役所4階
定各回5名(申込順)
内好きな毛糸を選び、簡単な編み機を使ってクラゲのチャムを作る
費300円(1個まで)
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
問社会福祉協議会アキバ分室
☎03-6285-2860 FAX03-6285-2861
✉akiba@chiyoda-cosw.jp



秋の体験イベントを 楽しみましょう

お茶の体験会

時 10月14日(金) 18時30分～20時 **定** 8名(抽選)
内 急須でお茶をいれる体験や日本茶のはちみつを使ったアレンジレシピなど、日本茶の楽しみ方を学ぶ **費** 1,000円
締 9月30日(金) 17時※当選された方のみ10月4日ごろに通知(通知の際、参加の意志確認後、材料を発注。発注以降のキャンセルは1,000円必要)



えみふるハロウィンスペシャル 魔法の杖づくりワークショップ

時 10月16日(日) 13時30分～15時 **定** 10名(抽選)
内 グルーガンを使って10～20cm程度の魔法の杖を作る
費 100円 **締** 10月4日(火) 17時※当選された方のみ10月7日ごろに通知
他 小学生以下の方やサポートが必要な方は付き添いの方と一緒に参加を。付き添い者1名は無料



メイクとネイル体験会

時 10月18日(火) 10時30分～12時30分
対 区内在住・在勤・在学の障害をお持ちの方(障害者手帳または難病医療券、自立支援医療受給者証をお持ちの方) **定** 5名(抽選)
内 トータルビューティーアドバイザーと福祉ネイリストによるポイントメイクとネイルを体験する。色選びのアドバイスあり **費** 300円
締 10月10日(月・祝) 17時※当選された方のみ10月12日(水)以降に通知



いずれも

場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)
申 HP、電話、ファクスまたは直接問合せ先へ
問 障害者福祉センターえみふる
☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608
他 詳しくはHPをご覧ください



申し込みの記入例

□□□□-□□□□

- 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

■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)。

男女共同参画センター

MIWの催し



ビデオサロン「サンドラの週末」

時 10月21日(金) 14時30分～、18時30分～
定 各回15名(申込順/区内在住・在勤・在学者を優先)
場 男女共同参画センターMIW(区役所10階)
内 サンドラは体調を崩して休職していたが、復職間近に突然の解雇を言い渡される。過半数を超える同僚がボーナスをあきらめてサンドラを選べば、仕事が続けられると告げられ、同僚を説得するが…。労働者の権利について考える問題作
※各回終了後に交流会あり
申 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 男女共同参画センターMIW ☎03-5211-8845 FAX03-5211-8846
✉ miw@city.chiyoda.tokyo.jp

10月の休日応急診療

問合せ 千代田保健所(九段北1-2-14) ☎03-5211-8161 FAX03-5211-8190

場所 千代田保健所(九段北1-2-14) 最寄り駅=九段下駅5番出口

開設日 2日・9日・10日・16日・23日・30日

診療科目	受付時間	電話番号(開設日のみ)
内科・小児科	9時～12時30分、 14時～17時30分、19時～21時30分	☎03-5211-8202
歯科	9時～16時30分	☎03-5211-8203
調剤薬局	9時～21時30分	☎03-5211-8197

※事前に電話で予約のうえ、担当者の指示に従って受診してください
※受診の際は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクを着用してください
※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



▲区HP

休日診療案内など

- 消防署病院案内(24時間)=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
- 消防庁救急相談センター(24時間) ☎#7119(ダイヤル回線からは☎03-3212-2323)
- 医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間) ☎03-5272-0303
<https://www.himawari.metro.tokyo.jp>

▶医療機関案内サービス「ひまわり」



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) **対象** 中学生以下
※受診するときは、事前に電話で日本大学病院(☎03-3293-1711)へ
※健康保険証・子ども医療証が必要

10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) ☎03-5211-8161 FAX03-3262-1160

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	14(金)・21(金)・28(金) 9時30分～11時30分	えみふる (神田駿河台2-5)
難病相談室 区内在住で神経難病の診断を受けている方とその家族	26(水)13時～15時	千代田保健所

10月の健康チェック(予約制)

会場 千代田保健所(九段北1-2-14) 問合せ ☎03-5211-8161 FAX03-3262-1160

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) ・結果は、医師または保健師が当日説明 ・測定は同一年度内1回まで ・3日前までに申し込み	14(金)・28(金)9時～12時 ※生活習慣病予防相談と同時 に受けられます ※新型コロナウイルスの感染 状況により、中止となる場合 があります
生活習慣病予防相談 20歳以上の区内在住者 ・栄養相談、運動相談、健康相談 ・3日前までに申し込み	14(金)9時～12時 ※骨密度測定会と同時に受け られます ※新型コロナウイルスの感染 状況により、中止となる場合 があります
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	13(木)・21(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 ・結果は郵送	7(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	7(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(6,000円) 事前に採便管を取りに来てください	4(火)・7(金)・11(火)・14(金)・ 18(火)・21(金)・25(火)・28(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(480円) ・予約不要(事前に採便管を取りに来てください) ・腸管出血性大腸菌O26およびO111の検便(料金別途)	4(火)・7(金)・11(火)・14(金)・ 18(火)・21(金)・25(火)・28(金) 13時～16時

秋葉原おもてなしフェア2022

時 10月1日(土)~31日(月)
場 秋葉原商店街振興組合フェア参加店
内 フェアのポスターを掲示する参加店で3,000円以上買い物をした方に抽選くじを1枚配付(無くなり次第終了)。

抽選に参加の先着1万6000名にアイマスオリジナルウェットティッシュをプレゼント!

ミスアキバ2022 珠原海愛さん



TOKYO ART & LIVE CITY 2022

芸術の境界を越えるエンターテインメントが日比谷・銀座地域で開催されます。速水奨氏、置鮎龍太郎氏ほか出演の「こえかぶ 朗読で楽しむ歌舞伎」や、銀座23ギャラリーで行われる「銀座の画廊を巡るスタンプラリー」。

時 10月1日(土)~11月2日(水)
場 日比谷・銀座地域
間 (公社)日本芸能実演家団体協議会
☎03-5909-3060(平日11時~18時)
他 チケットプレゼントキャンペーンも実施



ちよだ芸術祭「第九」講師陣によるちよだ芸術祭野外コンサート

国内外で受賞歴があり、ちよだ芸術祭「第九」の講師を務めるプロのオペラ歌手による野外コンサートを開催します。新編曲の「第九」を男声アンサンブルで楽しめます(千代田区文化事業助成対象)。



時 10月7日(金)18時~18時30分
場 ワテラス広場(神田淡路町2-101)
費 無料(カンパ制)
間 かんだ歌宴
☎070-8535-5238



第三回神田川・日本橋川・隅田川の震災復興橋梁見学クルーズ

時 10月29日(土・祝)10時30分~12時、13時~14時30分

場 防災船着場集合(九段南1-2-1区役所裏)→日本橋川→隅田川→神田川→防災船着場解散 対 中学生以上



定 35名(申込順、最少催行人数25名)
内 震災復興後の保存と活用を考える(千代田区文化事業助成対象)

費 区内在住者500円、一般1,000円
申 10月7日(金)までにHPの「申し込みフォーム」または電話で問合せ先へ



間 NPO法人ちよだの水辺を魅力ある都市空間に再生する会
☎070-3232-0754(平日10時~15時)
https://www.chiyoda-rs.net/guide

史跡めぐり 江戸城登城ウォーク

時 11月3日(木・祝)9時30分~12時
場 皇居外苑・皇居東御苑

対 区内在住者 定 20名(抽選)
内 近世最大の城郭の一画である江戸城跡(外桜田門~大手門)を歩く。発掘調査成果なども写真や図面で学ぶ

師 文化財事務局学芸員
費 500円(資料・保険代を含む)

申 10月11日(火)(必着)までに往復ハガキまたはEメール(ハガキは1人1枚/10面記入例参照/氏名、ふりがな、年齢を必ず記入)で問合せ先へ

間 日比谷図書文化館文化財事務局
☎03-3502-3348

☐bunkashinkou@city.chiyoda.lg.jp
〒100-0012日比谷公園1-4

オペラ「カルメン」ハイライトステージ&ガラコンサート

前半は、名曲ガラ・コンサート、後半のオペラは字幕付きで初心者でも楽しめます。

時 11月4日(金)19時~21時(開場18時15分)

場 紀尾井ホール(紀尾井6-5)
定 800名(申込順/指定席)

費 区内在住・在勤・在学者4,500円、一般5,000円、小学生~高校生=区内在住者900円、一般1,000円、ペア=区内在住・在勤・在学者8,900円、一般9,000円(2枚同時購入必須・前売りのみ)※未就学児入場不可

広告

東京通信病院「公開講座」

日 時: 2022年10月29日(土) 午後2時~午後3時30分
場 所: 東京通信病院 管理棟5階 小講堂(千代田区富士見2-14-23)
内 容: 「大腸がん」及び「膝の痛み」の治療について、各専門の医師が分かりやすく解説しますので、是非ご参加ください。



担当: 東京通信病院 地域連携室 (TEL:03-5214-7497)

申 11月1日(火)17時までにHPまたは電話で問合せ先へ

間 (公財)さわかみオペラ芸術振興財団
☎0570-023-223



ポコラート全国公募vol.10 応募作品一挙公開!!

時 10月7日(金)~10日(月・祝)11時~18時※最終入場は17時30分

場 アーツ千代田 3331 2階体育館(外神田6-11-14旧練成中学校)

内 年齢や経験、性別、障害の有無を問わず、創作活動を行うすべての人々に向けた全国公募。審査前の全応募作品を公開。来場者による一般投票も行う

間 アーツ千代田3331ポコラート全国公募事務局
☎03-6803-2441



日本語講座

あなたのお近くに日本語を勉強したい外国人の方はいませんか

時 9月27日~11月29日の毎週火曜(全10回)18時30分~20時30分

場 Zoomによるオンライン講座※途中参加も可

対 16歳以上で初歩的な日本語を学びたい区内在住・在勤・在学の外国人

定 30名(申込順)
内 日本語学習を通じて参加者相互の交流を図る

費 2,000円(全10回分/資料代など)

申 二次元コードから申し込み
間 C4JL事務局・中川 ☎080-5513-1864



(都)子育て支援員研修(第3期)

対 都内在住・在勤で今後子育て支援員として就業する意欲のある方

内 保育や子育て支援分野の各事業に従事するうえで必要な知識や技術などを有する「子育て支援員」の養成研修(地域保育コース、地域子育て支援コース、放課後児童コース、社会的養護コース)

申 10月3日(月)~17日(月)(必着)で申込要項に添付の申込書を郵送(簡易書留)※詳しくは、申込要項(子ども支援課(区役所2階)で配布/問合せ先のHPからダウンロード可)参照

間 地域保育コース=(公財)東京都福祉保健財団
☎03-3344-8533、地域子育て支援コース・放課後児童コース=(株)東京リーガルマインド

☎03-5913-6225、研修全般に関すること=(都)福祉保健局少子社会対策部計画課

☎03-5320-4121

▶(都)福祉保健局少子社会対策部計画課



▲(公財)東京都福祉保健財団



▲(株)東京リーガルマインド



障害年金講座

時 10月20日(木)17時~19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)

定 5名(申込順)
内 障害年金の基礎知識と受給までの流れを学ぶ。個別相談もあり(要予約)

申 10月18日(火)19時までに電話、ファクスまたはEメール(10面記入例参照)で問合せ先へ

間 障害者よろず相談MOFCA
☎03-6269-9755 FAX03-6269-9754

☐info@mofca.net

他 MOFCAが行うイベント情報をHP(https://mofca.net)、Facebook(https://www.facebook.com/MOFCA.chiyoda)で発信中

ナクソス・ミュージック・ライブラリー 入門講座

パソコンでクラシック音楽が聴けるオンライン音楽図書館、ナクソス・ミュージック・ライブラリーのサービスや楽しみ方を紹介します。

時 10月14日(金)19時~20時
場 千代田図書館第1・2研修室(区役所9階)

定 12名(申込順)
申 9月26日(月)10時からHP、電話または千代田図書館10階カウンターへ(電話、来館での受け付けは平日10時~18時)

間 千代田図書館 ☎03-5211-4290(平日10時~18時)



シルバー人材センター 地域で働く、みんなとつながる。これからシルバー 応援フェスタ 令和4年 10月31日(月) 開演 13:30(受付開始13:00~) 終了 16:00(予定) 【会場】フクラシア八重洲 会議室A ※定員50名(事前予約制) 講演 ◆テーマ 元気で働く秘訣 生物学者 池田 清彦 氏 【参加資格】都内在住の60歳以上でシルバー人材センター未入会の方・入会して働く意欲のある方 お問い合わせ・お申し込みは Tel.03-5211-2571 Fax.03-5211-3039 (平日:午前9時~午後5時) (公財)東京しごと財団(東京都シルバー人材センター連合) 〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町3丁目3番23号 ニチレイ水道橋ビル3階 主催:(公財)東京しごと財団 共催:東京都 厚生労働省 高齢者活躍人材確保成事業

司法書士による無料法律相談会 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 洋室A 日時:令和4年9月30日(金),10月31日(月)18:00~20:00(完全予約制) 予約受付ダイヤル 080-3574-2525(受付時間:平日13:00~17:00) ※事前に予約受付ダイヤルにてご予約をお願いいたします。会場にお越しの際は、マスク着用や、手指の消毒など、感染防止にご協力ください。発熱・体調不良の方の入場はご遠慮ください。なお、感染状況によっては、電話相談(無料)となる場合もありますので、ご了承ください。

ちよだの歴史と文化の講座

江戸城建築図面の世界～現場大工が遺した文化財とその意味～

令和4年に新たに区の指定文化財となった「江戸城本丸・西丸御殿建築図面」の価値や魅力を学びます。講演会後は、実際の史料についての解説付き見学会も行います。

時 10月29日(土) 13時30分～17時
場 日比谷図書文化館4階スタジオプラス(小ホール)
定 40名(抽選/区内在住者優先)
師 小粥祐子氏(東京都公文書館専門員)
費 500円(資料代)
申 10月11日(火)(必着)で往復ハガキまたはEメール(10面記入例参照/申し込みは原則1人1通で、氏名、ふりがな、年齢も記入)で問合せ先へ
問 日比谷図書文化館文化財事務室 ☎03-3502-3348
☐bunkashinkou@city.chiyoda.lg.jp
〒100-0012日比谷公園1-4
他 手話通訳あり(申し込み際に希望の有無を記載)



気軽に楽しむ書 一筆やペンでの作品づくり

時 11月2日・9日・30日、12月7日・21日のいずれも水曜(全5回)19時～20時30分
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
定 20名(抽選)
内 漢字・仮名の基本を練習し、自宅に飾る作品を作る。ペン字と毛筆は選択可
師 磯野詠風氏(書道研究書聖会師範/写真)
費 3,500円(全5回分/教材費を含む)
申 10月20日(木)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
問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841
FAX 03-3262-7460
他 持ち物=ペンまたは小筆



生涯学習団体1日公開講座 サークル体験会(10月)

区立施設で活動する区民サークルが「サークル体験会」を行います。各サークルの体験日など詳しくは、区立施設の掲示ポスターや問合せ先のHPをご覧ください。

問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841



実施サークル

サークル名	ジャンル
気功太極拳	太極拳
スケッチブック18	絵画(水彩画)
ひまわりの会 絵手紙	絵手紙
ボビンレースサークル ラドントゥル La Dentelle	手工芸
寄せ植えサークル	園芸
ラブリージンジャー	フラダンス

※変更となる場合あり

赤い羽根共同募金へのご協力をお願い

今年も赤い羽根共同募金が始まります。皆さんの募金は、支援を必要とする区内の民間社会福祉施設や団体に配分されます。詳しくはHPをご覧ください。

時 10月1日(土)～31日(月)
場 区役所・出張所・社会福祉協議会窓口
に募金箱設置予定
問 社会福祉協議会援護係 ☎03-3265-1901



スポーツで健康づくり



10月10日(月・祝)体力測定会

時 10月10日(月・祝)午前の部=10時～12時(受け付けは11時30分まで)、午後の部=13時～15時(受け付けは14時20分まで)(当日直接会場へ)
場 スポーツセンター(内神田2-1-8)
対 小学生以上の方※血压高めの方、当日の「健康状況のチェック」で具合の悪い点がある場合は参加をお断りすることがあります
内 小学生～64歳=新体力テスト6種目(握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、立ち幅とび、20mシャトルラン)65歳以上=新体力テスト6種目(握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行)※身長測定、体重測定、血压測定、体脂肪測定は共通
問 生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 ☎03-5211-3627

他 持ち物=運動着、室内用運動靴、飲み物、タオル

アーチェリー大会

時 11月20日(日)10時～
場 中央区立総合スポーツセンター(中央区日本橋浜町2-59-1 浜町公園内)
対 区内在住・在勤・在学者、千代田区アーチェリー協会員 **定** 30名(申込順)
内 競技種別=リカーブボウ・コンパウンドボウ、
競技種目=一般(50m36射、30m36射)、初級(18m72射)・中級(30m72射)
費 1,000円(傷害保険料を含む)
申 10月14日(金)(必着)までに所定の申込書(問合せ先のHPからダウンロード)をEメールまたはファクスで問合せ先へ
問 千代田区アーチェリー協会・児玉 ☎090-7440-9962



卓球選手権大会

時 ①ダブルス10月30日(日)②シングルス11月27日(日)いずれも9時～
場 スポーツセンター(内神田2-1-8)
対 区内在住・在勤・在学者、千代田区卓球連盟登録者
内 一般、年齢別男子・女子(①は混合もあり)
費 ①1組1種目2,000円(中高生だけで組む場合は1,000円)②1人1種目1,000円(中高生は500円)
申 ①10月11日(火)(必着)②11月8日(火)(必着)までに所定の申込書(スポーツセンターで配布)を郵送で問合せ先へ
問 千代田区卓球連盟・榎本 ☎080-1323-8089



テニス講習会(後期)

時 10月31日～11月28日の毎週月曜(全5回)10時～12時
場 外濠公園テニスコート(五番町先)
対 区内在住者 **定** 22名(抽選)
費 3,000円(傷害保険料・ボール代を含む)
申 10月6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 千代田区テニス協会・川崎 ☎090-1760-2354
〒101-0032岩本町2-15-14-1003



12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令和5年1月分)

施設名	申込期間	抽選日	空き施設受け付け(申込順)	問合せ・申込方法
①外濠公園 総合グラウンド	野球			問 九段生涯学習館(九段南1-5-10) ☎03-3234-2841 ※毎月第3月曜は休館(祝日の場合は翌平日) 申 ①事前に問合せ先で利用登録し、申し込み②申込書(問合せ先で配布)を問合せ先へ
	テニス	10月10日(月・祝)～20日(木)	10月25日(火)	
②花小金井運動施設(野球など)	10月1日(土)～20日(木)(17日(月)は休館日)	11月1日(火)	11月2日(水)10時～	問 スポーツセンター(内神田2-1-8) ☎03-3256-8444 ※毎月第3月曜は休館(祝日の場合は翌平日) 申 申込書(問合せ先で配布)を問合せ先へ
③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)				

利用できない日 ①野球=～令和5年3月31日(金)(人工芝化工事)②12月29日(木)～31日(土)(年末休業)、令和5年1月16日(月)～20日(金)(休館日および法定点検)※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。詳しくは各問合せ先へ

10月の各種相談(無料/受付時間は終了の30分~1時間前)

★家族、介護などの事業者も相談可
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。

Table with columns: 名称, 対象, 相談できること, 日時・場所・問合せ. Rows include: 法律相談(予約制), 税務相談(予約制), 不動産相談, 土地家屋調査士相談, 司法書士相談, 行政書士相談, 社会保険・労務相談, 行政相談, 一般相談, 消費生活相談, 多重債務相談(予約制), 経営相談(予約制), 男女共同参画センターMIW(ミュウ)相談室(予約制), ちよだDV相談ダイヤル, 女性・ひとり親家庭相談, 暮らしと仕事・家計に関する相談, 人権身の上相談(予約制), 保健福祉オンブズパーソン相談(予約制), 福祉専門法律相談(予約制), 成年後見制度相談, かがやきカウンセリングルーム(予約制), 障害者相談, 障害者よろず相談, 障害者就労相談室(予約制).

お江戸
かわら版
Vol.25

ごみと環境問題を楽しく学ぶ夏休み企画

ごみと環境問題を研究してみよう!

8月27日、岩本町ほほえみプラザで開催された東神田町会主催の「ごみと環境問題を研究してみよう!」に、50名以上の区民が参加しました。

ごみ清掃員として働き、環境省からサステナビリティ広報大使に任命されているお笑い芸人マシンガンズの滝沢さんらを講師に招きました。参加者は、堅苦しくなく、楽しい講師の清掃員としての体験談を聞き、ごみを出す際の注意点やごみを減らす大切さなどを真剣に楽しく学びました。(市川)

モニターを使って分かりやすく、楽しみながらごみ問題を学びました!



モニターにはさまざまな画像が映し出されていました!

清掃現場やごみ処理の実情などを知り、皆さんが広い視点で考え行動してくれることで地域の美化につながってほしいです。



写真左から副町会長の増山さん、町会長の鈴木さん、青年部長の齋藤さん

皆さん楽しみながらごみ問題を学ぶことができましたと思います。夏休みの思い出の一つになれば嬉しいです。

入場時には



検温実施!

海を守るポリ袋を配付

みんな笑顔!



タケウチパンダさん

滝沢秀一さん(マシンガンズ)

ガラ林さん(元漫才コンビハイエナ)

質問コーナー也大盛り上がり!

「家庭での自分のごみの分別は合っているの」「回収したごみは持ち帰っているの」など、皆さん真剣に講師に質問をしていました。

国民年金3号から1号へ こんなときに切り替えの届け出を

会社員や公務員(国民年金第2号被保険者)に扶養されている配偶者(国民年金第3号被保険者)は、毎月の保険料を納める必要はありません。ただし、次の場合は3号から1号に切り替える届け出をして、保険料を納める必要があります

・**会社員の夫(妻)** 退職したとき、65歳に達し、老齢基礎年金を受ける資格が発生したとき、死亡したとき

・**扶養される妻(夫)** 収入増のため扶養から外れたとき、離婚したとき

※切り替えの届け出が遅れたため未納となった期間は、受給資格期間(10年)に算入できません(平成25年6月までの期間に限る)

☎ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004、(IP電話の場合は☎03-6630-2525) 千代田年金事務所☎03-3265-4381 ※問い合わせの際は、基礎年金番号が分かるものを用意

高齢者を災害から守ろう

65歳以上の方が占める割合は都の人口のうち約22%、区は16.3%です。高齢者の人口は年々増加傾向にあり、災害時に備えて防災や避難などに対する意識を高めることが大切です。とくに体に不自由のある方や自力避難が難

しい方は周囲の人の支援が必要になります。

家族に配慮を要する方がいる場合、平時から災害時にどのように行動するかを事前に話し合い、準備を進めておきましょう。近所の方ともコミュニケーションをとり、互いに助け合える共助・協助の関係を築いていくことも大切です。

地域全体で災害に対する意識を高めていきましょう。

- ☎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



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非住宅用地に対する固定資産税・都市計画税の令和4年度分の税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には「固定資産税の減免手続きのご案内」を送付しています。まだ申請されていない方は、要件を確認のうえ、12月28日(水)まで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。

☎(都)千代田都税事務所固定資産税班 ☎03-3252-7149

中小企業のための国の 退職金制度加入のご案内

「中退共」は、中小企業のための国の退職金制度です。掛金助成や税法上の優遇が受けられ、手数料もかかりません。ぜひ加入をご検討ください。詳しくはHPをご覧ください。

☎(独)勤労者退職金共済機構中小企業退職金共済事業本部 ☎03-6907-1234



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、
☎03-6258-5780
(いずれも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9時~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 (毎日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)

編集後記

いよいよ東京国際映画祭の開催がせまってきました。皆さんはどのようなジャンルの映画が好きですか? 私はヒーローが登場するアクション映画が大好きです! 映画祭には多種多様なジャンルの映画が集結するので、いつもと違ったジャンルの映画にも出会えるかもしれません。10月5日号で詳しくご紹介するのでお楽しみに!(柴田)

自転車 正しく乗って 交通安全



9月21日(水)から秋の全国交通安全運動がスタートします。

自転車は子どもからお年寄りまで使う便利な乗り物ですが、交通ルールを守らずに運転すると、歩行者にけがをさせてしまう場合もあります。自転車には正しく乗りましょう。



自転車の「自転車安全利用五則」

1 自転車は車道が原則、歩道は例外



※「自転車通行可」の標識がある歩道などは例外

2 車道は左側を通行



自転車は車の仲間

3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

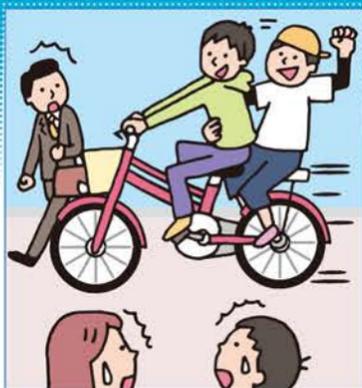


歩行者の通行を妨げるときは一時停止

4 安全ルールを守る



飲酒運転禁止



2人乗り運転禁止



並走走行禁止

5 子どもはヘルメットを着用



※13歳未満の子どもが対象

こんな運転はやめましょう



傘差し運転



スピードの出しすぎ



携帯電話の使用

無料招待

TOKYO FILM 2022

10月24日(月)～11月2日(水)は日比谷・有楽町・丸の内へ行こう!
第35回東京国際映画祭開催

(公財)ユニジャパンが主催する東京国際映画祭は、アジア最大級の映画祭で毎年秋に東京で開催されます。昨年に引き続き、今年も日比谷・有楽町・丸の内などをメイン会場とし、区内で開催されます。

今年は、オープニングセレモニーと千代田シネマセレクションに区内在住・在勤・在学の方をご招待します。

会場 シネスイッチ銀座、丸の内TOEI(いずれも中央区)、角川シネマ有楽町、TOHOシネマズシャンテ、TOHOシネマズ日比谷、ヒューマンラストシネマ有楽町、丸の内ピカデリー、有楽町よみうりホール、東京ミッドタウン日比谷 日比谷ステップ広場、東京国際フォーラム(いずれも千代田区)、都内の施設・ホールなど



©2021 TIFF



©2021 TIFF

オープニングセレモニー

豪華ゲストが参加予定の第35回東京国際映画祭のオープニングセレモニーに無料招待します。

とき 10月24日(月)夕刻

場所 東京宝塚劇場(有楽町1-1-3)

定員 10組20名(申込順/応募多数の場合は抽選)

申込方法 10月7日(金)までにHPから申し込み

※同伴者に小学生以下の子どもがいる方は年齢を、車いすを使用する方はその旨を、在勤者は会社名と所在地、在学者は学校名を備考欄に記入。当選者にのみ10月14日(金)までに招待状を郵送

問合せ 東京国際映画祭事務局 ☎050-5541-8600(ハローダイヤル) / 9時～20時 / 開設期間9月22日～11月2日



合計800名ご招待! /

千代田区・第35回東京国際映画祭 共催企画

千代田シネマセレクション

過去の東京国際映画祭で上映された映画の上映会に無料招待します。

場所 ベルサール神田(神田美土代町7 住友不動産神田ビル2階)

定員 各回100組200名(申込順/応募多数の場合は抽選)

申込方法 10月7日(金)(必着)までにHPまたはハガキ(10面記入例参照・鑑賞希望の作品番号(①～④)・希望人数も記入)を郵送で下の宛先へ

宛先 〒130-0026 東京都墨田区両国2-9-5 4階・E号室 サンタ・カンパニー内「第35回東京国際映画祭 千代田シネマセレクション上映係」

申し込みの注意事項

- ・申し込みは1人1作品のみ、希望人数は2人まで
- ・在勤者は会社名と所在地、在学者は学校名も記入
- ・同伴者に小学生以下の子どもがいる方は年齢を、車いすを使用する方はその旨を備考欄に記入
- ・当選者にのみ10月21日(金)までに招待状を郵送

問合せ 東京国際映画祭事務局

☎050-5541-8600(ハローダイヤル) / 9時～20時 / 開設期間9月22日～11月2日



① ぼくらの7日間戦争



©2019 宗田理・KADOKAWA/ぼくらの7日間戦争製作委員会

10月29日(土)

13時開映(12時30分開場)

第33回東京国際映画祭ジャパンビーズ・アニメーション部門 上映作品

監督 村野佑太
声優 北村匠海、芳根京子、宮沢りえ ほか
上映時間 88分

② ちょっと思い出しただけ



©2022 『ちょっと思い出しただけ』製作委員会

10月29日(土)

17時開映(16時30分開場)

第34回東京国際映画祭コンペティション部門 観客賞受賞、スペシャルメンション作品

監督 松居大悟
出演 池松壮亮、伊藤沙莉 ほか
上映時間 115分
※上映終了後、トークショー開催予定

③ フラ・フラダンス



©BNP, FUJITV/おしゃれサロンつなぎ

10月30日(日)

11時開映(10時30分開場)

第34回東京国際映画祭ジャパンビーズ・アニメーション部門 上映作品

総監督 水島精二
声優 福原遥、山田裕貴、ディーン・フジオカ ほか
上映時間 108分
※上映終了後、トークショー開催予定

④ クライ・マッチョ ※日本語字幕



©2021 Warner Bros. Ent. All Rights Reserved.

10月30日(日)

15時開映(14時30分開場)

第34回東京国際映画祭オープニング上映作品

監督 クリント・イーストウッド
出演 クリント・イーストウッド、エドゥアルド・ミネット、ナタリア・トラヴェン ほか
上映時間 104分

事業紹介

産業まちづくりグループ

産業まちづくりグループでは、「働く」をテーマに企業を活性化し地域社会との良好な関係づくりのお手伝いをしています。その一部を紹介します。

(1) マネージメント・サポートデスクの実施

中小企業が抱える経営上のさまざまな相談を、窓口、電話、メールなどで受け付け、相談内容に応じて、公的機関の助成制度や支援策を紹介・活用し、経営課題の解決に向けたサポートを実施しています。

(2) 専門家等によるサポート

(公財)東京都中小企業振興公社が実施する「専門家派遣事業」、(地独)東京都立産業技術研究センターが実施する「オーダーメイド型技術支援事業」および「依頼試験」を各々採択され実施が完了した企業に対し、利用料金の一部を助成します。
●「専門家派遣事業」1回:10,000円 助成上限額:80,000円(8回)
●「オーダーメイド型技術支援事業」1回:10,000円 助成上限額:200,000円(20回)
●「依頼試験」実費の1/2 助成上限額:30,000円

(3) ビジネス法律相談

自社内に法務担当を置くことができない中小企業において、契約や労務など事業活動中に発生するさまざまな法的対応が必要な相談に対し、的確な対応ができる弁護士によるアドバイスをを行います。

(4) 千代田ビジネス大賞の実施

中小企業の成長発展を支援する一環として、経営革新や経営基盤の強化に取り組んでいる中小企業や他の企業の模範となる優れた中小企業を「千代田ビジネス大賞」で表彰します。



(5) ビジネス起業塾の開催

経済社会の新陳代謝、経済への活力、新たな雇用の創出などが期待される起業を促進するため、起業を目指す方や起業後間もない事業者に対し、起業に際して必要な知識等を取得し、スムーズに起業できることを目的とした講座を実施します。なお、「ビジネス起業塾」は、千代田区の特定創業支援事業の一つとなっています。

■問合せ 産業まちづくりグループ
☎3233-7558 ✉biznet@mm-chiyoda.or.jp

お知らせ

まちみらい千代田SNS紹介

まちみらい千代田では事業周知のための有効なツールとして、各種SNS(Twitter、Facebook)を活用し情報を発信しています。

各種イベント、セミナー情報や千代田区の魅力あふれる写真を投稿していますので、ぜひ一度ご覧ください。

Twitter QR code and profile information for 公益財団法人まちみらい千代田.

Facebook QR code and profile information for 公益財団法人まちみらい千代田.

開催報告

ハイブリッド開催

第47回マンション連絡会を開催します

10月29日(土)、第47回マンション連絡会を開催します。今回は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、試行的に対面とオンラインのハイブリッド形式で開催します。参加を希望する方は、事前にお申し込みが必要です。
※会員の方以外は参加できません。会員の方には、別途詳細をお知らせします



【マンション連絡会員募集】

マンション管理組合の理事長を対象に、マンション連絡会の会員を募集しています。入会希望の方は、まちみらい千代田のウェブページをご覧ください。お問い合わせください。

■問合せ 住宅まちづくりグループ ☎3233-3223
✉kyojyu@mm-chiyoda.or.jp



お知らせ

千代田まちづくりサポート(まちサポ)イベント予定

千代田まちサポ助成グループのイベントスケジュールをお知らせします。※スケジュールは変更する可能性がありますので、詳細等はお問い合わせ下さい

Calendar for October and November events including 'Machisapo' activities like 'Machisapo no Kai' and 'Machisapo Sports Club'.

Calendar for December events including 'Machisapo no Kai' and 'Machisapo Sports Club'.

■問合せ 協働まちづくり・総務グループ
☎3233-7556 ✉machisapo@mm-chiyoda.or.jp

イベント



都心の千代田区で“地方の逸品”に出会える場所 「ちよだグルメショップ+A」

●10月マンスリーフェア〈10月3日(月)～28日(金)〉

10月マンスリーフェアは、宮崎県都農町と広島県北広島町です。それぞれの地域の逸品にぜひ出会ってください。

宮崎県都農町

都農町は人口約1万人、地域の約63%が山林で、日本の滝百選に選ばれた「矢研の滝」を始め、大小30余りからなる「尾鈴山瀑布群」が分布、豊かな自然を有する地域です。

また、都農町は「農の都」という名のとおり、野菜や果物などの農業が盛んです。地元産ぶどう100%使用した都農ワインは、国内外の数多くの賞を受賞したワインです。都農町の食と都農ワインのマリアージュをお楽しみください。



都農ワイン



矢研の滝



広島県北広島町

北広島町は人口約1.7万人、広島県北西部に位置し、中国山地の1,000メートル級の山々が島根県との県境に連なっており、雄大な自然が広がっている地域です。

また、神楽や田楽などの民俗芸能が息づく町でもあります。北広島町のおすめは何と言っても「広島レモンサーモン」です。広島県の特産品の一つであるレモンの果汁を混ぜ込んだ餌を食べさせた2kg越えのサーモンの脂は、上品なレモンの香りがする逸品です。



広島レモンサーモン



北広島町の神楽

■問合せ ちよだグルメショップ+A

☎ 5577-3846 (午前中の電話対応はできません)
千代田区神田錦町3-21
ちよだプラットフォームスクウェア1階



連載

がんばる中小企業 応援リレーコラム



第2回 景気低迷期の中小企業の経営力UP

中小企業診断士 金網潤

円安、原油高、賃上げ要請のトリプルトレンドの中、中小企業には一層の経営力UPが求められています。今回は、そうした状況下でも貴社が一步抜き出した存在になる「簡単に出来る経営力UPのポイント」について解説します。

私は、日頃から売上拡大や経営改善等、具体的な成果創出のために伴走支援しています。そのため、下記のポイントが現下の事業者支援には大変重要と痛感しています。

- ・円安、原油高、物価高の中でも着実に効果が見込め
- ・事業者さんの目線から簡単に取り組み
- ・しかも貴社が同業他社さんより一步抜き出した存在になりやすい

なぜなら、コロナ禍が長期化しているがゆえに、非対面での新規顧客獲得ニーズがますます重要になっているからです。そしてその方策は、あまりお金を掛けずに貴社の認知度UPにつなげる方向で検討しなくてはなりません。なぜなら、円安、原油高、物価高も重なり、今まで以上に投資には厳格な視点が必要だからです。

- ここでは、
- ①他人の力を上手に利用する
 - ②使い勝手の良い支援施策を活用する

③取引先金融機関とのコミュニケーションを良くして経営力を高める

の3つの観点から具体的に提案します。

①は地域に信用力を持つ公的支援機関(例:商工会議所等)を活用した無償の知名度向上支援メニューを活用することです。そのほとんどは、簡易な申請手続で効果が見込めるものが多い特徴があります。

②は区や市の地方自治体独自の補助金も研究して、貴社の広報課題解決に役立てていただきたいということです。コロナ禍、各自治体は国や都・県の補助金施策を良く研究して、より地域の事業者の課題解決に即した施策を用意しています。おおむね採択率が高いのも魅力です。

③多くの地域金融機関ではコロナ禍、多くの事業者への多額の融資を実行しました。そのため、同機関は融資先の事業者の新たな取り組みに一層注目しています。それだけに事業者から取引先金融機関と自社の取り組みを説明する等、緊密なコミュニケーションを図るようにしてみてください。取引先である事業者の経営課題がより明確になれば、地域金融機関の持つネットワーク力を引き出すチャンスが増えます。

以上は新たなお金の支出もほとんどなく、貴方の「よし！やってみよう」と言う簡単な意思決定だけで済む話です。貴社の事業が少しでも早く、成長軌道に乗れること、心からお祈りします。

全文はこちら!



コラム

マンション

よもやま話

ウィズコロナ時代の管理組合運営

マンション管理士 飯田勝啓

新型コロナウイルス感染拡大の「第7波」のさなか、自分が感染することになりました。仕事柄対面の機会が多く、普段から感染には気をつけていたものの、今回は避けられませんでした。

数日前からあった喉のいがらっぽさが痛みに変わり、かかりつけ病院で受診したところ陽性と判定され、私の生活は大きく変わりました。寝具や着替え、生活用品を部屋に持ち込み、自室が隔離病室となりました。家族への感染を避けるため、家族との接触は一切なく、食事は部屋の前に置いてもらい、LINEで連絡を受ける毎日でした。

私の管理組合との関わりにおいて、10日間隔離は支障が大きかったのですが、そこで威力を発揮したのがITツールです。隔離された部屋を一步も出ることなく、管理組合活動ができたのはITツールあってのこと。もっとも、これは単にITツールの存在だけでなく、管理組合側での受け入れ態勢やIT化の意識があつてのこと、つくづく日頃の準備が不可欠だと実感させられました。



管理組合は複数の関係者で運営していくものであり、関係者一人ひとりが他人に感染させない体制は不可欠です。ウィズコロナ時代の管理組合運営において、日頃からITの活用を意識し、準備する必要性を再認識するよい機会になりました。