



祝! 1600号

昭和28年7月の第1号創刊から70年。おかげさまで、広報千代田は1600号を迎えることができました。これからも特集や情報面を通じて、区の魅力をより分かりやすくお伝えし、皆さんに一層楽しんでいただける広報紙をお届けします。

区役所1階

はあとステージ

ヘルマンハーブによる生演奏や長寿会による民謡、学生たちのパフォーマンスなどのステージを楽しむ



かがやきプラザ1階

ポッチャひろばで多世代交流

東京パラリンピックでも話題を呼んだポッチャをふれあい福祉まつり特別ルールで体験



区役所1階

昔なつかし駄菓子屋さん

スタンプカードは14時20分まで配布。駄菓子屋の最終受け付けは14時40分



かがやきプラザ1階

フクシ☆チャレンジ(福祉体験)

福祉への学びを深めるため、車いすやアイマスクなどを体験でき、ボランティア団体によるグッズも購入できる



区役所1階

縁日コーナー(屋外)

わなげやヨーヨー釣りなどのゲーム 1回100円



◇◇◇◇ 10月14日(土)10時~15時 ◇◇◇◇

ふれあい福祉まつりは、区に住み、働き、学ぶ、多くの人たちの出会いを通じてともに支えあうイベントです。開催時間や内容などは問合せ先のHPをご覧ください。

場所 区役所1階・4階、かがやきプラザ1階・4階(九段南1-6-10)  
費用 コーナーにより異なる  
問合せ 社会福祉協議会(九段南1-6-10かがやきプラザ4階)  
☎03-3265-1901  
その他 手話通訳あり。荒天などにより内容を変更の場合あり



かがやきプラザ1階

のりものコーナー(屋外)

白バイや風ぐるま、ごみ収集車などさまざまな乗り物の展示や活動を知る、グッズも購入できる



区役所4階

ご近所福祉 防災・減災コーナー

さまざまな支え合い活動の紹介を見たり、身近な防災体験をしたりできる。地域参加のきっかけに



かがやきプラザ4階

子育て応援コーナー

親子で楽しめる体験型ワークショップや模型作りで多世代交流ができる※一部有料。授乳室、休憩スペースあり。模型の持ち帰りのみは不可



## フードドライブに参加しよう!

詳しくはこちら



詳しくは3面へ

10月は食品ロス削減月間

■10月14日(土)ふれあい福祉まつり特設窓口

第21回ふれあい福祉まつりでフードドライブを行います。家庭で使用しない、未開封で賞味期限が2か月以上ある食品をお持ちください。お預かりした食品は、後日必要としている方にお届けします。冷蔵・冷凍が必要なものは受け取れません。

とき 10月14日(土)10時~15時(当日直接会場へ)  
場所 かがやきプラザ1階ホール(九段南1-6-10)  
問合せ 千代田清掃事務所事業企画担当  
☎03-6260-8506

■常設窓口

区内の施設に常時窓口を開設しています

- 千代田区清掃事務所(外神田1-1-6)
- 千代田区清掃事務所飯田橋車庫(飯田橋3-13-2)
- 環境政策課(区役所5階)
- 社会福祉協議会(九段南1-6-10かがやきプラザ4階)
- 社会福祉協議会アキバ分室(外神田1-1-3)
- 区内の福祉施設(二次元コードを参照)



### Contents 一今号の主な内容一

4 千代田区公式YouTubeチャンネル「校歌でよみがえる記憶」 5 シルバー人材センターと一緒に働きませんか 12 電動キックボードなどの交通ルールをイラストで紹介

### マイナンバーカードへの電子証明書の搭載はお早めに

マイナンバーカードに搭載した電子証明書が有効期限を迎えたら、新しい電子証明書を搭載する必要があります。

電子証明書が失効した後に再度搭載した場合や未搭載のマイナンバーカードに新たに搭載した場合、電子証明書の利用が可能となるのは最長で翌朝9時以降、最長では翌々日未明以降となります。

マイナポイント第2弾の申請期限直前は、使用できるように

### 第73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。

安全で安心なまちづくりや犯罪非行をした人たちの立ち直りを願ってパレードを行います。

**靖国通り**  
 とき 10月24日(火)10時～12時  
 ※雨天中止  
 コース 神田一橋中学校(一ツ)

**麹町大通り**  
 とき 10月28日(土)10時10分～12時  
 ※雨天中止  
 コース 麹町小学校(麹町2-1-8)→麹町大通り→上智大学(紀尾井町7-1-1)

内容 区内小中学生による行進  
 問合せ 福祉総務課厚生係 ☎03-5211-4211

### 11月6日(月)千代田区二斉清掃の日 みんなの参加できれいなまちに

毎年11月6日(当日が土曜日曜の場合は、翌開庁日)を「千代田区二斉清掃の日」と定め、区、事業者、団体や区民などが一体となって、清掃活動や環境美化に関する啓発活動を行っています。皆さんで区内をきれいにしましょう。

とき 11月6日(月)7時～10時  
 ※実施日以外に行う場合は、11月1日(水)・2日(木)・7日(火)

8日(水)に振り替えます  
 会場 区内全域(自宅や学校、事業所の周りや歩道、植え込みなど)  
 申込方法 団体の場合は、10月11日(水)までに事前に所定の実施計画書(区の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  
 問合せ 安全生活課安全生活係 ☎03-5211-4251

### 10月から現在の事業系有料ごみ処理券の料金を改定します

10月1日(日)から事業系有料ごみ処理券の料金を改定します。経過措置として、10月末まで現行券(平成29年10月改定)を使用できますが、11月からは使用できないので、いずれかの手続きをしてください。

**還付請求**  
 還付請求は随時受け付けています。還付金は口座振込です。

**受付場所** 千代田清掃事務所、総合窓口課(区役所2階)、出張所

※申請書は区のHPからダウンロードも可

**差額交換**  
 現行券と差額の現金で、新券と交換します。差額は釣りのないようご用意ください。

とき 10月2日(月)～令和6年3月29日(金)の平日(年末年始を除く)  
 場所 千代田清掃事務所(外神田1-1-10)

※下表のように臨時窓口も設置  
 必要なもの 現行券(平成29年10月以降に購入した券)、新券との差額(現金)、申請書(交換場所に設置)

臨時窓口の開設日時

とき	場所
10月11日(水)9時～13時、12日(木)12時～16時	富士見区民館2階 洋室AB(富士見1-6-7)
10月18日(水)12時～16時、19日(木)9時～13時	麹町区民館地下1階 洋室AB(麹町2-8)
10月23日(月)9時～13時、24日(火)12時～16時	神保町区民館2階 洋室AB(神保町2-40)
10月26日(木)12時～16時、27日(金)9時～13時	和泉橋区民館5階 洋室DE(神田佐久間町1-11-7)
10月30日(月)12時～16時、31日(火)9時～13時	神田公園区民館4階 洋室A(神田司町2-2)

※11月にも臨時窓口を設置。広報千代田10月20日号に掲載

### 文化芸術の秋フェスティバル ～オーケストラフェスティバルとコーラスフェスティバル～

区内で活動する皆さんの発表会です。重厚で迫力あるオーケストラの演奏や繊細で美しいコーラスのハーモニーをお楽しみください。

とき オークストラフェスティバル 10月14日(土)13時、コーラスフェスティバル 10月15日(日)12時(いずれも当日)

日直接会場へ  
 場所 日経ホール(大手町1-3-7日経ビル3階)  
 問合せ 文化振興課文化振興係 ☎03-5211-3628

その他 芸能のつどいと作品展は11月に開催。広報千代田10月20日号でお知らせ

#### 選挙人名簿定時登録者数 (令和5年9月1日基準)

男	27,346人(+ 174人)
女	27,567人(+ 237人)
合計	54,913人(+ 411人)

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎03-5211-4268 ※カッコ内は前年比較

### 区民世論調査にご協力ください

9月25日(月)から10月中旬にかけて「千代田区民世論調査」を行います。対象者には9月25日(月)に調査票を送ります。

区民の皆さんの意識や生活実態などを把握し、今後の区政運営の参考とするための調査です。住民基本台帳から無作為抽出しますので、対象となった方はご協力をお願いします。なお、区の職員や調査員が訪問や電話をすることはありません。

**対象** 18歳以上の区内在住者2000名 **回答方法** 郵送またはインターネット  
**問合せ** 広報広聴課広報広聴係 ☎03-5211-4173

## 新型コロナウイルスワクチン 令和5年秋の接種が始まります

65歳以上の方や基礎疾患のある方など、重症化リスクの高い方は接種をご検討ください。その他の方も接種できます。

最新情報は区のHPでご確認ください。

接種対象	生後6カ月以上のすべての方
接種期間	9月20日～令和6年3月31日
接種回数	上の接種期間で1回
接種費用	無料(自己負担なし)
ワクチン	オミクロン株XBB.1.5対応1価ワクチン
接種券	接種間隔と年齢の要件を満たす月の上旬に順次発送 ※お手元の接種券をすでに使用済の方に送付。今まで配付した接種券も未使用なら引き続き使用可
接種会場	集団接種会場(12歳以上は11月17日・生後6カ月～11歳は令和6年3月31日まで) 個別医療機関

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)

## 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(日)～令和6年1月1日(月・祝)泊、1月2日(火)～1月3日(水)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

**申込対象** 区内在住・在勤・在学者(1グループ2室まで)

**申込方法** 10月1日(日)～8日(日)(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)、出張所、ちよだパークサイドプラザ(神田和泉町1)、図書館

**抽選結果** 当落に関わらず、10月20日(金)ごろに返信ハガキで結果を通知※抽選を申し込みなかった方や落選した方は、11月1日(水)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23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は区のHPを参照

麹町の「麹」の字は、文字つぶれなどを防ぐため、略字を使用しています。

区政インフォメーション

**納税案内センターから電話やSMSで納付状況の確認をしています**

納税案内センターでは、特別区民税・都民税の納期ごとの督促に記載した納付期限を過ぎた方に電話やSMSで納付状況の確認をしています。

すでに金融機関などで支払った場合も、区に納付済みの連絡が届くまでに日数がかかるため、行き違いで連絡をする場合があります。

**振り込め詐欺に注意**

納税案内センターから電話やSMSで振込口座を指定した

とき	会場	内容	講師・発表者
第1回 10月24日 (火)	401 会議室、 オンライン	<b>グアム・サイパンの概要・文化</b> グアム・サイパンの概要や文化、現地の様子を知る	<b>講師</b> 若杉正人氏 (グアム政府観光局)、 岡部恭子氏 (マリアナ政府観光局)
第2回 11月10日 (金)	会議室 A・B、 オンライン	<b>グアム・サイパンの歴史1</b> グアム・サイパンが歩んだ歴史を学ぶ	<b>講師</b> 今泉裕美子氏 (法政大学教授)
第3回 11月17日 (金)	401 会議室、 オンライン	<b>グアム・サイパンの歴史2</b> グアム・サイパンが歩んだ歴史を学ぶ	
第4回 令和6年 1月19日 (金)	401 会議室	<b>グアム・サイパン国際交流体験ツアー報告会</b> グアム・サイパンへ派遣された団員から、現地での経験や感想をきく	<b>発表者</b> グアム・サイパン国際交流体験ツアー参加者

※いずれも時間は18時30分～20時(18時開場)、会議室は区役所4階

**地球市民講座2023「グアム・サイパンを知ろう」**

グアム・サイパンをテーマに、戦争の歴史や現地文化を学びます。グアム・サイパンが歩んだ歴史を通して、平和・人権など世界が抱える課題を一緒に考えてみませんか。

※1回のみ受講も可  
とき・場所・内容・講師は左表  
定員 各回とも会場20名、オンライン50名(申込順)  
※第4回は会場のみ  
申込方法 開催3日前までに、

電話またはEメール(8面記入例参照/参加方法(会場またはオンライン)も記入)で問合せ先へ  
※オンライン希望者はEメールで申し込み  
問合せ 国際平和男女平等人権課国際平和担当  
☎03-5211-4165  
✉kokusaidanjoo@city.chi-yoda.lg.jp

**「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14日(土)10時～12時(9時30分開場)  
場所 千代田万世会館(外神田1-1-7)  
定員 30名(申込順)  
内容 区民葬儀やお葬式に関する説明・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

立川雲水氏 立川生ぼう氏

申込方法 電話またはファクス(8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

**区民葬儀券**

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)。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。

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

**令和5年 秋の千代田区 交通安全運動**

一人ひとりが交通安全に関心を持ち、交通ルールの遵守と正しい交通マナーを実践し、習慣づけましょう。

とき 9月21日(木)～30日(土) スローガン 世界一の交通安全都市TOKYOを目指して

**重点項目**

- ・こどもと高齢者を始めとする歩行者の安全の確保
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶
- ・自転車等のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底
- ・特定小型原動機付自転車(いわゆる「電動キックボード等」)の交通ルール遵守の徹底
- ・二輪車の交通事故防止

問合せ 道路公園課管理係 ☎03-5211-4239

**10月食品ロス削減月間 10月30日食品ロス削減の日**

食品ロスとは、買いすぎ・期限切れ・食べ残し・野菜の皮の過剰除去など、さまざまな理由から、**まだ食べられるのに捨てられてしまう食品**のことです。SDGsでは「2030年までに世界全体の一人当たりの食糧廃棄を半減させること」を目標に掲げているように、食品ロスの削減は一人ひとりが取り組むべき課題です。

日本の食品ロスの量は年間523万t(令和3年農水省推計値)で、一人当たり、毎日お茶わん一杯分のご飯を捨てています。令和元年10月1日施行の「食品ロスの削減の推進に関する法律」で、10月は「食品ロス削減月間」、10月30日は「食品ロス削減の日」と定められています。日本の大切な文化である「もったいない」のこころを大切に、できることから取り組んでみませんか。

問合せ 千代田清掃事務所事業企画担当 ☎03-6260-8506

**みんなで食品ロス削減!**

- 家庭でできること 食品は必要なものをこまめに購入・店では、利用予定に合わせて、手前に陳列されている商品から購入・食べられる量を調理・野菜や果物の皮は薄くむいて生ごみを削減
- 販売店ができること ばら売りや量り売りをを行い、販売量を調節・営業時間終了間際や賞味期限間近に食品の値引き販売
- 飲食店ができること 小盛りメニューを導入し、食べ残しを減らす

**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33年10月2日～34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

対象 令和5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に該当し60歳を迎える方は、誕生日の前日から接種可

助成期間 10月1日(日)～令和6年1月31日(水)  
助成回数 1回  
助成方法 23区内の指定医療機関の窓口で予診票を提示し、接種を受ける

**■子どもインフルエンザ予防接種～高校3年生相当まで～**

区独自に、18歳(高校3年生相当)までを対象に、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)の子ども※個別通知はしない

助成期間 10月1日(日)～令和6年1月31日(水)  
助成回数 6か月～12歳=2回、13歳～18歳(高校3年生相当)=1回  
助成方法 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る

接種場所 区内の指定医療機関※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助成対象外

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。

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

千代田区公式YouTubeチャンネル

校歌でよみがえる記憶

近年、全国で進む少子化による統廃合などで、公立小学校の減少が進んでいます。一方、住宅や子育て施策により約20年、子どもが増加している千代田区ですが、一時、急速な都市化により人口が3万人台まで落ち込む時期がありました。区内では戦後、永田町小学校など11校の小学校と共に、地域や卒業生に長く親しまれた「校歌」も消えてしまいました。

区公式YouTubeチャンネルでは、7月上旬と下旬に分けて、統合になった11校の小学校の校歌をアップロードしました。嬉しいことに新聞社などマスコミにも取り上げられ、卒業生を含む多くの方から反響の声が届いています。

校歌には児童の目指した心意気「質実剛健 これ我が精気」(錦華小)や、「正直けっばく苦勞に負けず、弱気を助ける神田の人」(神田小)など、地域の特徴も表されています。小学生の時には、意識していなかった歌詞も、大人になってから読み返すと、その意味が、より分かるような気がしませんか。続編として、麴町、九段、番町、富士見小学校の旧校歌も順次アップロードしていきますので、お楽しみに。

千代田区公式YouTubeチャンネルはこちらから [QRコード]



麴町小学校



神龍小学校



西神田小学校



淡路小学校

地域社会と校歌

『校歌の誕生』著者 須田珠生氏(小樽商科大学准教授)に聞く

近代日本の学校における校歌の成立史を研究し、『校歌の誕生』(人文書院)で、1872年の学制公布から1945年までを対象に、校歌の起源と歴史的展開を追った須田氏に、地域づくりと校歌について伺いました。

郷土歌としての校歌

韓国や中国などのアジアの一部で校歌を制定している国や地域は見られますが、それ以外の欧米をはじめとする諸外国では、学校が自ら固有の校歌を制定し、しかもそれを児童・生徒が歌うという習慣はほとんど見られません。そのことを踏まえると、校歌は「日本特有の学校文化」と考えられます。

歴史的には、1930年代になると郷土教育運動の興隆と相まって、学校教育現場で校歌が全国的に普及するようになります。校歌は「郷土歌」として位置付け、なおかつ児童生徒が歌うことで、「正しき郷土人」「よき郷土人」を養成することが目指されました。以降、校歌は学校固有の歌でありながら、その地域社会に住む人々も歌い手にすることで、学校という範囲を超え、地域社会に結びつきを持つ歌としての性格を帯びるようになったのです。

問合せ 広報広聴課広報広聴係 ☎03-5211-4174

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 1日・8日・9日・15日・22日・29日

Table with 3 columns: 診療科目 (Internal/Pediatrics, Dentistry, Pharmacy), 受付時間 (9:00-12:30, 14:00-17:30, 19:00-21:30), 電話番号(開設日のみ) (03-5211-8202, 03-5211-8203, 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
※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
※健康保険証・こども医療証が必要
※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



▲区の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、麴町消防署 ☎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



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・こども医療証が必要



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

Table with 2 columns: 事業名・対象など (Bone density measurement, Lifestyle disease prevention, Heart counseling, Hepatitis virus check, HIV/STI check, Stool test, Bacteria check), とき (13(Fri) 9:00-12:00, 27(Fri) 13:30-16:30, etc.)

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

Table with 3 columns: 事業名・対象など (Mental care, Difficult disease counseling), とき (13(Fri) 9:30-11:30, 25(Wed) 13:00-15:00), 会場 (えみふる(神田駿河台2-5), 千代田保健所)

### 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(日)以降に申し込み

**有効期間** 発行日～令和6年9月30日(月)

**対象** 70歳以上の都内在住者

**費用区分** 下表のとおり

**申込方法** 住所・氏名・生年月日が確認できるもの(保険証など)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へ(満70歳になる月の初日から申し込み可)

費用区分		費用
①	令和5年度の住民税が「課税」の方(下記③を除く)	2万510円
②	令和5年度の住民税が「非課税」の方	1,000円
③	令和5年度の住民税が課税で、令和4年の合計所得金額(※)が135万円以下の方	

### 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5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不可)

・令和5年度住民税非課税証明書  
・令和5年4月以降発行の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5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)

**その他** 不動産売却に係る特別控除額(令和4年分)がある方は、必要書類が異なる場合あり。9月30日までのパスをお持ちで、更新手続きが済んでいない方は、10月中に最寄りのシルバーパス発行窓口へ

### 散歩をしながら謎解きに挑戦!

**とき** 10月24日(火)午前10時～正午

**会場** 靖国神社(九段北3-1-1)

**対象** 区内在住の高齢者・介護者

**定員** 15名(申込順)

**内容** 頭と体を使って謎解きに挑戦する

**費用** 雨天時のみ1,000円(遊就館の拝観料)

**申込方法** 10月23日(月)までに電話またはファクスで問合せ先へ

**問合せ** 高齢者あんしんセンター麹町 ☎03-3265-6141

**FAX**03-3265-6138

### 障害のある方を第61回区民体育大会にご招待

**とき** 11月12日(日)

**会場** 外濠公園総合グラウンド(五番町先)

**対象** 身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの区内在住者

**申込方法** 9月29日(金)までに電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照/手帳の種別、等級、付き添いが必要な場合は付添者の氏名も記入)で問合せ先へ※決定した方のみ通知

**問合せ** 障害者福祉課障害者福祉係 ☎03-5211-4214

**FAX**03-3556-1223

✉shogaishafukushi@city.chiyoda.lg.jp

### 神田一橋中学校 通信教育課程の生徒募集

**とき** 選考日=12月2日(土)

**会場** 神田一橋中学校(一ツ橋2-6-14)

**対象** ・昭和21年3月31日以前に尋常小学校を卒業し、または国民学校初等科を修了したが、高等学校に入学資格がない方  
・都内に在住または在勤の満65歳以上で、戦後の混乱の影響などにより中学校で十分に学べなかった方

**申込方法** 10月2日(月)～11月16日(木)に出願書類(問合せ先で入手)を郵送または直接問合せ先へ

**問合せ** 神田一橋中学校

☎03-3265-5961

### 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87万8,900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月以降に送られてくる案内に同封のハガキに必要事項を記入して提出

**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)で年金請求と併せて手続き

※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、年金事務所です手続き

※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問合せ先へ

**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

多くの会員が元気に活躍中です

## シルバー人材センターと一緒に働きませんか

シルバー人材センターはこんなところです

働くことを通して高齢者の健康づくりや仲間づくりを支援しています。公益認定を受けた公共的団体なので、安心して働くことができます。

**こんな方におすすめです!**

- ・地域で仲間づくりをしたい
- ・何かにチャレンジしてみたい
- ・社会と接点を持ちつつ、ちょっとした収入を得たい

**まずは入会説明会にご参加ください**

**とき** 毎月第2・第4火曜午後2時～(当日直接会場へ)

**会場** かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)

**対象** 60歳以上の区内在住者

**内容** 事業概要や仕事内容、入会手続きの説明

**問合せ** シルバー人材センター ☎03-3265-1903

**持ち物** 筆記用具・印鑑・住所と年齢がわかる公的書類



60歳以上の皆さんへ

## かがやき大学で学んでみませんか

かがやき大学では、健康や文学、美術など健康・教養関連でさまざまなテーマの魅力ある講座がたくさんあります。

**対象** 60歳以上の区内在住者

**定員** 各講座で異なる(抽選)

**費用** 1講座500円～5,000円(無料講座もあり)

**申込方法** 10月4日(水)17時までにパンフレットに付属の申込書を郵送、Eメール(8面記入例参照)または直接問合せ先へ※10月5日(木)以降は、定員に満たない講座を電話・窓口で受け付け※代理人による申し込みは不可

**パンフレット配布場所** 高齢者活動センター、出張所など

**問合せ** 高齢者活動センター ☎03-3265-1161

✉kagayaki@chiyoda-cosw.jp



## 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。

**医療機関の案内・自宅療養者の健康相談**  
■東京都新型コロナ相談センター  
☎0120-670-440 (24時間365日)

予防・検査・医療に関すること

**一般相談窓口**  
■千代田保健所健康推進課感染症対策係  
☎03-5211-8173 (平日8時30分～17時15分)  
■東京都新型コロナ相談センター  
☎0120-670-440 (24時間365日)  
■外国人旅行者向け(観光庁)  
☎050-3816-2787 (24時間365日)

ワクチンに関すること

■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)

のびのび子育て

## 図書館に行きませんか

### ■図書館でおはなし会

**時** 10月8日(日)11時~(当日直接会場へ)※混雑状況により参加制限あり  
**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** 子どもが本に親しめるような20分程度の読み聞かせ  
**問** 千代田図書館☎03-5211-4290

### ■葉山エレーヌさんの「秋のおはなし会スペシャル」

**時** 10月14日(土)14時~15時  
**場** 四番町図書館2階児童室(三番町14-7)  
**対** 3歳以上(未就学児は保護者同伴) **定** 25名(申込順)  
**内** 葉山さん自身の子育てエピソードを交えて、おすすめ絵本の読み聞かせを楽しむ **師** 葉山エレーヌ(アナウンサー/写真)  
**申** 10月2日(月)9時~電話で問合せ先へ **問** 四番町図書館☎03-3239-6357



### えみふる宿泊バスハイク 参加者募集

**とき** 11月3日(金・祝)・4日(土)集合8時30分  
**対象** 区内在住の18歳以上の方で、身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療受給者証、難病医療券のいずれかをお持ちの方(付き添い1名同行可)  
**定員** 60名(抽選)  
**内容** 千葉房総方面への宿泊旅行  
**費用** HPまたは直接問合せ先へ

**申込方法** 10月10日(火)(必着)までにHP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る  
 ☎03-3291-0600  
 FAX03-3291-0608



## 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60歳未満の区内在住者も可  
**申込方法** 前日までに電話またはファクス(8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。今月のおすすめを紹介します。※申し込みは9月25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)	13日(金) 午後1時30分~3時	アートで右脳を活性化!「右脳いきいきアート」	4名・無料
三崎町ふれあいサロン(神田三崎町3-1-17)	16日(月) 午後1時30分~3時	もうすぐハロウィン!「ハロウィンオーナメントづくり」	6名・無料
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	6日(金) 午後1時30分~2時30分	みんなで楽しく!「自分磨きエクササイズ」	10名・無料
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	19日(木) 午後1時30分~3時	あなたの <sup>おはこ</sup> 十八番を聞かせてください♪「カラオケサロン」	6名・無料

※各サロンは週2日~3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** 認知症に関心がある方 **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(青空カフェ) カメラ博物館+清水谷公園 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	5日(木) 午後2時~3時30分	良いカメラで良い写真を撮ってみませんか 協力(一社)日本カメラ財団、共立女子大学	15名
いきいきはあとカフェ(一番町12番地いきいきプラザ一番町1階サロン) 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	28日(土) 午後2時~3時30分 (午後1時30分開場)	フラダンス 観て踊って一緒に楽しもう! (わらべファミリー)	20名
神田はあとカフェ(神田淡路町2-8-1かんだ連雀1階) 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	14日(土) 午後2時~4時	「口から始まるあなたの健康♪口腔ケアあれこれ」 講師:依田歯科医院 依田和久先生	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) 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	24日(火) 午前10時~11時45分	「口から始まるあなたの健康♪口腔ケアあれこれ」 講師:依田歯科医院 依田和久先生	15名

※日時と内容は変更になる場合あり

## 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回の参加可  
**問合せ** 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	月 <sup>*1</sup>	2日・16日・23日・30日 午前9時30分~10時30分、午前10時45分~11時45分
	金 <sup>*2</sup>	6日・13日・20日・27日 午前10時~11時
富士見区民館 <sup>*1</sup> 麹町区民館 <sup>*1</sup>	月	2日・16日・23日・30日 午後1時30分~2時30分、午後2時45分~3時45分
	火	3日・10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
いきいきプラザ一番町	水 <sup>*1</sup>	4日・11日・18日・25日 午後1時30分~2時30分、午後2時45分~3時45分
	木	5日・12日・19日・26日 午前10時~11時
岩本町ほほえみプラザ <sup>*1</sup> 神保町区民館 <sup>*1</sup>	金 <sup>*2</sup>	6日・13日・20日・27日 午前11時~正午
	水	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
神田公園区民館 <sup>*1</sup> かがやきプラザ <sup>*1</sup>	水	4日・11日・18日・25日 午後1時30分~2時30分、午後2時45分~3時45分
	木	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
ちよだアートスクエア (旧アーツ千代田 3331) ちよだパークサイドプラザ <sup>*3</sup>	金	6日・13日・20日・27日 午前9時30分~10時30分、午前10時45分~11時45分
	金	6日・13日・20日・27日 午前10時30分~11時30分
	金	6日・13日・20日・27日 午後1時30分~2時30分

※1 2部制。どちらも同じ内容 ※2 指導員は不在。指導員の指導映像を投影して行う ※3 和泉橋区民館改修工事のため ※9日(月)は祝日のため休み

★広報千代田を音声で聞くことができます。詳しくは、区のHPの「音声版広報千代田(広報紙)」をご覧ください★

生活ほっとライン

### 第3回かがやき介護スクール 自宅で看取る 大切な心構え

時 10月21日(土) 13時30分～15時30分  
場 かがやきプラザ研修室1・2(九段南1-6-10)

対 区内で家族を介護している方  
定 30名(申込順)

内 自宅で心穏やかに過ごせるように家族が準備することや心構え、専門職とのやり取りのポイントを学ぶ

申 10月19日(木)までにHP、電話、ファクス、Eメール(8面記入例参照)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

### 区民の健康教室 人生100歳時代のフレイル予防・健康増進

時 10月26日(木) 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 寝たきり、物忘れの予防につながるフレイル予防を学ぶ。次のひとつでも当てはまる方はぜひ参加を。

- ・6か月間で2～3kg体重減少
- ・以前に比べて歩く速度が遅くなった
- ・ウォーキングなどの運動を週に1回もしていない
- ・5分前のことが思い出せないことがある
- ・わけもなく疲れたように感じる

師 鳥羽研二氏(東京都健康長寿医療センター理事 専長/写真)



申 電話またはEメール(8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

### 認知症本人ミーティング「実桜の会」

認知症と診断されたご本人やもの忘れでお悩みの方、その家族の方が、それぞれの席で、日頃の想いや悩みを語りあう場です。

時 10月11日(水) 14時～16時(当日直接会場へ)

場 かがやきプラザ1階ひだまりホール(九段南1-6-10)

問 在宅支援課地域包括ケア推進係  
☎03-6265-6485

### オンラインランチミーティング

本格インド料理店「アジャンタ」のスパイスと秘伝レシピで鱈のカレーを作って、オンラインミーティングに参加しませんか。事前に調理を動画で見て、当日は自分で作ったカレーを食べながら話します。Zoomの使い方や動画の閲覧方法に不安がある方は、区内のIT企業がサポートします。事前説明会でスパイスのプレゼントもあります。



時 事前説明会=10月25日(水) 14時～16時、ランチミーティング=11月7日(火) 12時～14時

場 事前説明会=かがやきプラザ(九段南1-6-10)、ランチミーティング=Zoom

対 65歳以上の方

定 15名程度(申込順)

申 10月16日(月)までに電話またはファクス(8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  
☎03-6265-6485 FAX03-3265-1163

### 障害者就労支援センター 令和5年度第2回地域交流会

誰もが活躍できる「働き方」を考える  
ひきこもりから社会への一歩

時 10月5日(木) 14時30分～16時30分(受け付け14時～)

場 401会議室(区役所4階)、オンライ

ン(Zoom)開催

対 当事者とその家族、就労支援関係者、企業人事に関わる方、テーマに関心のある方

定 各30名(いずれも申込順)

内 ひきこもりの現状や雇用企業の事例、当事者の実情を聞き、一緒に考える

申 9月28日(木)までに電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ

問 障害者就労支援センター

☎03-3264-2153 FAX03-3556-1223

✉chiyoda.syuroushien@city.chiyoda.lg.jp

### 第19回お茶の水アートピクニック

時 10月7日(土) 10時～18時、8日(日) 10時～16時(当日直接会場へ)

場 お茶の水茗溪通り、仲通り、新お茶の水ビルディング、JR御茶ノ水駅周辺など

内 お茶の水の文化スポットを描く日本一のスケッチ大会やお茶の水アートバザール、ワークショップ、似顔絵コンテストを楽しむ

問 お茶の水アートピクニック担当

☎03-6801-5171

### 星陵アーツ&レクチャーシリーズ

ミュージカルライブ&トーク

時 10月7日(土) 13時30分(12時45分開場)

場 星陵会館ホール(永田町2-16-2)

定 250名(申込順)

内 名作ミュージカルのライブとミュージカル俳優の人生を変えた曲との出会いなどのトークを楽しむ

師 神田恭兵(俳優/写真)、小林風花(俳優)、石黒友梨(ピアノ)

費 高校生以下は無料(要予約/当日学生証を提示)、大学生1,000円、一般2,500円

申 HPから問合せ先へ

問 (公財)星陵会事務局

☎03-3581-5650(平日・土曜10時～17時)



## アウトドアでの食中毒に気をつけよう

食中毒を起こさないように気をつけて、アウトドアを楽しみましょう。

#### ■食品、食材の準備・保管

適切に保存や保管をしないと食中毒菌が増えるので、食材の温度管理が重要です。野菜類は、沢水などで洗わず、水道水で洗いましょう。ない場合は、自宅であらかじめ洗浄して行きましょう。肉や魚などは、使用するまでクーラーボックスなどに入れ、10度以下に冷やしておきます。



#### ■肉類の調理

加熱が不十分な肉は、特に食中毒が発生しやすい食品です。鶏肉は、カンピロバクターなどの食中毒菌が付着している可能性が高いので、時間をかけて中心部まで十分加熱しましょう。

調理の際は、菜箸や包丁などは肉用、野菜用、取り分け用と使い分けます。同じものを十分洗わずに使用すると、食材に付着していた食中毒菌が他の食品に移ることがあります。

#### ■食品の使い切り

カレーなどは一回で食べきってください。ひと晩寝かすとウェルシュ菌による食中毒を起こす可能性があり、速やかに冷却できないアウトドアでは、非常に危険です。



問 生活衛生課食品監視指導係

神田 ☎03-5211-8168、麴町 ☎03-5211-8169

## 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

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。付き添いの際は来所時にはマスクの着用にご協力ください。

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	平日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	17(火)・31(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	4(水)・12(木)・18(水) 13時～16時 7(土)・21(土) 9時～11時30分	
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	5(木)・13(金) 13時～15時40分 30(月) 9時～11時10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	24(火) 13時30分～16時	
ビーバー相談	対 区内在住の1歳児(対象者に通知) 内 歯科健診とはみがき実習、歯とお口についての相談	16(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 内 離乳中期への進め方や調理のポイント	24(火) 13時30分～14時30分	
ままばば面談(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(対象者に通知)	26(木) 12時30分～13時45分
	1歳6か月児健診	対 区内在住の1歳6か月児(対象者に通知)	17(火)・31(火) 9時15分～10時15分
	3歳児健診	対 区内在住の3歳児(対象者に通知)	19(木) 12時30分～13時45分
	5歳児健診	対 区内在住の5歳児(対象者に通知)	3(火) 12時45分～14時

### すばすたちよだクラブ スタディ(文化学習)プログラム

#### ■おうちでフレンチ

時 10月15日(日)10時30分～12時30分  
内 家でも簡単にできるハーブを使った本格フレンチ「豚肉のピカタ・レンコンのマスタードマリネ」を作る 費1,200円(材料費)



申 10月13日(金)17時までに電話で問合せ先へ

#### ■かんたん本格スイーツクッキング

時 10月19日(木)18時30分～20時30分  
内 秋の味覚の栗とさつまいもをたっぷり入れ、ブラウンシュガーとほうじ茶の香りが漂う風味豊かなミニケーキを作る 費1,500円(材料費)

申 10月17日(火)17時までに電話で問合せ先へ

時 10月17日(火)17時までに電話で問合せ先へ

#### ■いずれも

場 スポーツセンター(内神田2-1-8)  
定 8名(申込順)  
問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841  
他 料理は持ち帰り。すばすたちよだクラブ非会員は、別途1,500円(参加費)が必要。入会希望の方は、スポーツセンター(☎03-3256-8444)へ

### 人材バンク活用講座 区民自主企画運営講座

#### ■ビブリオトーク

まだ見ぬ本と出会うよろこび  
時 10月29日(日)、11月12日(日)、12月3日(日)(全3回)10時～12時  
対 小学生以上の方※小学生は保護者の参加・申し込みも必要

内 参加者が本を紹介し合うビブリオトークを学び、違う視点での物語の見方や、知らない本との出会いを楽しむ



師 西山太郎氏(移動書店ハリ書房店主/写真)  
費 1,000円、18歳未満500円(いずれも全3回分)

#### ■ゼロからはじめるスペイン語

旅先で友だちをつくろう  
時 10月21日、11月4日・11日、12月2日・9日のいずれも土曜(全5回)14時～16時

対 18歳以上で初めてスペイン語を学ぶ方  
内 簡単な会話や自己紹介などを学び、スペイン語に親しむ  
師 児玉悦子氏(桜美林大学名誉教授/写真)  
費 2,500円(全5回)



#### ■いずれも

場 九段生涯学習館(九段南1-5-10)  
定 各20名(抽選)

申 10月5日(木)21時までにHP、電話またはファクス(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

他 託児サービスあり(講座初回時点で満6か月～未就学児/1人1回1,000円/要予約)



### 公開講座

#### ■いけばな参加者募集

時 10月21日(土)13時30分～15時  
定 10名(抽選)

内 ハロウィーンがテーマのいけばなを楽しむ 費 2,000円(材料費)

締 10月11日(水)17時※当選者のみ10月12日(木)ごろに通知。参加意思確認を行い、材料を発注。発注後のキャンセルは材料費2,000円が必要

#### ■わくわく体験教室 身の回りにある仕組みをつくってみよう

時 10月29日(日)13時30分～15時30分  
定 8名(抽選)

内 micro:bit(マイクロビット)で自動扉に使われているセンサーの動きをプログラミングする  
費 6,000円(モジュールとセンサー代を含む)

締 10月19日(木)17時※当選者のみ10月20日(金)に通知  
他 幼児、児童は同伴付きで参加可

#### ■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 参加条件など確認のうえHP、電話、ファクス(記入例参照)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



### 卓球教室V

時 10月23日～11月27日の毎週月曜(11/20を除く全5回)入門・初心者ク

### 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

ラス(★1)=10時～12時、中級者クラス(★2)=13時～15時

★1 初めてラケットを持つ方から基本技術を学びたい経験者

★2 フォア・バック・ツッツキのラリーが50本以上できる経験者

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 各15名(抽選/区内在住者を優先)

費 7,500円

申 10月10日(火)(必着)までに往復ハガキ(1人1枚/記入例参照/性別、希望クラスも記入)で問合せ先へ

問 スポーツセンター ☎03-3256-8444 〒101-0047内神田2-1-8

### スポーツで健康促進しよう

#### ■体力測定会

時 10月9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)

対 小学生以上の方※血圧高めの方、当日の「健康状況のチェック」で具合の悪い点があれば参加不可の場合あり

内 小学生～64歳=握力・上体起こし・長座体前屈・反復横跳び・立ち幅跳び・20mシャトルラン、65歳以上=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、血圧測定、体脂肪測定は共通

他 持ち物=運動着・室内用運動靴・飲み物・タオル

#### ■第34回ニュースポーツ大会(秋季/ポッチャ)

時 11月3日(金・祝)10時～

対 小学生以上の区内在住・在勤・在学者で編成した3人組、個人

費 1チーム=1,500円(保険料を含む)、個人=1人500円

定 8チームまたは24名(申込順)

申 10月18日(水)17時(必着)までに所定の申込書(出張所、スポーツセンターなどで配布またはHPからダウンロード)をファクスまたはEメールで問合せ先へ

#### ■いずれも

場 スポーツセンター(内神田2-1-8)  
問 生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 ☎03-5211-3627

### 男女共同参画センター MIWの催し

#### 1 ビデオサロン「デザート・フラワー」

時 10月20日(金)14時30分～、18時30分～(当日直接会場へ/各回終了後に交流会あり) 場 MIW交流サロン(区役所10階) 定 各回20名(申込順)

内 アフリカの貧しい家庭に生まれたワリス。13歳のときお金と引き換えに老人と結婚させられそうになり家を飛び出した。ロンドンで路上生活を送っていた時、一流ファッションカメラマンにスカウトされ、ショーモデルへと劇的変身をとげる。しかし胸中には衝撃の過去が秘められていた。実話のドラマ化

#### 2 MOFCAで水引みゅうじろうを作ろう! モノ作り好きあつまれ

時 10月21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・在学またはその家族と関係者

定 10名(申込順)

内 水引ブローチづくりに挑戦する

申 10月19日(木)19時までに電話、ファクス、Eメール(記入例参照)または直接申込先へ

申込先 ☎03-6269-9755 FAX03-6269-9754 info@mofca.net



水引で作る「みゅうじろう」

#### 3 MIW情報ライブラリ蔵書点検のお知らせ

次の期間に蔵書点検を行うため、情報ライブラリ資料の閲覧・貸し出し・返却はできません(他の区立図書館での返却は可)。

時 10月24日(火)・25日(水)

#### ■いずれも

問 男女共同参画センターMIW ☎03-5211-8845



#### 第6回認知症ケア講座

### 「認知症ケアの歴史からみる今」 ～記憶と居場所を繋ぐコミュニケーション～

1980年代には高齢者用のつえもないほど、認知症ケアは進んでいませんでした。「認知症は社会がつくる」と話す老年看護提唱者の中島紀恵子氏からその歴史を学びます。

時 10月19日(木)14時～16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) 講 中島紀恵子氏(北海道医療大学名誉教授/写真)

申 10月17日(火)までにHP、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





### 親子で学ぶ 認知症ってなんだらう

時 10月7日(土)10時~12時  
 場 かがやきプラザ1階ひだまりホール(九段南1-6-10)  
 対 区内在住の小学4年生以上の親子(個人での参加も可)  
 定 30名(申込順)  
 内 VR体験を通じて親子で認知症を学ぶ  
 申 HP、電話、ファクス(8面記入例参照)で問合せ先へ  
 問 かがやきプラザ多世代交流担当(かがやきプラザ4階)  
 ☎03-6265-6563 FAX03-3265-1162



### 千代田いけばなまつり2023

時 10月15日(日)9時~17時  
 場 神田明神文化交流館4階令和の間(外神田2-16-2)  
 定 ①各8名②30名③各8名④30名(いずれも抽選/区内在住者を優先)  
 内 ①いけばな体験(6回)②講演会③花の絵を描こう(4回)④デモンストレーション⑤展覧会  
 申 10月7日(土)までにHPから問合せ先へ  
 問 古流理恩会 ☎03-3851-7668



### 令和5年度使用者向けセミナー

時 10月18日(水)0時~11月7日(火)23時59分  
 場 オンライン(オンデマンド形式で動画配信)開催  
 対 使用者、人事労務担当者、テーマに関心のある方 定 200名(申込順)  
 内 職場のハラスメント予防と事後対応を学ぶ  
 申 11月7日(火)までにHPから問合せ先へ  
 問 (都)労働相談情報センター事業普及課普及担当 ☎03-5211-2209



### 2023秋のグルメフェス 神田駅東口一番街商店会

時 10月11日(水)17時~21時(当日直接会場へ)※雨天の場合は翌日開催  
 場 神田駅東口一番街(鍛冶町2)  
 内 神田駅東口一番街商店会開催の食べ歩き・飲み歩きイベントを楽しむ  
 問 神田駅東口一番街商店街・小林 ☎090-3907-6310

### 桜花浪漫堂 朗読劇 「人間失格」

時 10月27日(金)~30日(月)  
 場 I'M A SHOW(有楽町2-5-1有楽町マリオン有楽町センタービル別館7階) 定 各日350名程度(申込順)  
 内 和楽器の演奏に合わせた太宰治作の「人間失格」の朗読劇を楽しむ  
 費 一般5席1万1,000円、A席7,700円  
 申 HPから問合せ先へ  
 問 (株)劇団飛行船 ☎03-4500-6810



### 子ども美術館 みらいのゴッホをさがせ!

小学1年生から中学3年生の入選作の展示やバッグ作りなど、子どもたちが参加できるワークショップを開催します(材料がなくなり次第終了)。作品は9月30日(土)まで募集中です。  
 時 10月21日(土)・22日(日)11時~17時  
 場 ちよだアートスクエア(外神田6-11-14)※展示会当日のみ開館  
 問 みらいのゴッホをさがせ!事務局・寺田 ☎080-1486-5011  
 他 区文化事業助成対象事業



©アムステルダム・ヴァン・ゴッホ美術館



### 共立講堂でプロの弦楽と演奏 ちよだ芸術祭「第九合唱団員募集」

東京芸大卒音楽博士の合唱指導を受け、「ちよだ芸術祭」に参加する合唱団員を募集します。  
 時 稽古=11月11日(土)~(全15回)、本番=令和6年2月25日(日)14時  
 場 稽古=区内各施設、本番=共立講堂(一ツ橋2-2) 定 100名(申込順)  
 曲目 交響曲第9番第4楽章(ベートーヴェン)  
 師 志田雄啓氏(合唱指導)、寺岡清高氏(指揮者)、森下幸路氏(弦楽)、川合ひとみ氏(ドイツ語指導)  
 費 1万6,000円(チケット2枚の販売協力を含む)  
 申 11月10日(金)までにHPから問合せ先へ  
 問 かんた歌宴 ☎070-8535-5238



### 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」を開催します。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。



#### 実施サークルなど

サークル名	ジャンル
アイデア・脳トレ教室	シニアの生涯学習
オレ!フラメンコ!	舞踊
心がアラワレル写経	書道・写経
東京あいか庵	茶道
ひまわりの会	絵手紙
ぴあのdeリトミック	リトミック

問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841

### (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 保育や子育て支援の分野で従事するうえで、必要な知識や技能などを有する「子育て支援員」の養成研修(①地域保育コース、②地域子育て支援コース、③放課後児童コース)※12月から順次開催  
 申 10月2日(月)~16日(月)(消印有効)にHPまたは所定の申込書を郵送

(簡易書留)で問合せ先へ  
**募集要項・申込書の配布** 子ども支援課(区役所2階)※問合せ先のHPからダウンロードも可  
 問 ①(公財)東京都福祉保健財団 ☎03-3344-8533、②③(株)東京リーガルマインド ☎03-5913-6225、研修全般=(都)福祉局企画課 ☎03-5320-4121



▲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



▲研修全般に関すること

### ナクソス・ミュージック・ライブラリー入門講座

パソコンで音楽を聴けるオンライン音楽図書館のサービスや楽しみ方をわかりやすく紹介します。  
 時 10月12日(木)19時~20時  
 場 千代田図書館研修室1・2(区役所9階) 定 12名(申込順)  
 申 9月25日(月)10時~10月11日(水)12時にHP、電話または直接問合せ先へ  
 問 千代田図書館 ☎03-5211-4290(平日10時~18時)



## 図書館の催し

### 特別展 「関東大震災100年首都東京の復興ものがたり —未来へ繋ぐ100年の記憶—」関連事業 学芸員によるギャラリートーク

時 10月6日(金)・27日(金)18時30分~(当日直接会場へ/各回約30分)  
 場 日比谷図書文化館1階特別展示室(日比谷公園1-4)  
 定 各回20名(先着順) 内 特別展の見どころを、展示担当の学芸員に聞く

### 特別展関連講座 日比谷カレッジ —青年の見た関東大震災~旧結城藩・水野勝邦の震災アルバム~

時 9月30日(土)14時~15時30分  
 場 日比谷図書文化館地下1階コンベンションホール(日比谷公園1-4)  
 定 200名(申込順) 師 長谷川怜氏(皇學館大学准教授)  
 内 特別展で初公開となる資料から、関東大震災の被災と復興を学ぶ  
 費 500円  
 申 HP、電話または直接問合せ先へ

いずれも 問 日比谷図書文化館 ☎03-3502-3340



この下は広告スペースです。内容は広告主にお問い合わせください

# 公益社団法人 全日本不動産協会 全国一斉

# 不動産無料相談会



日時 令和5年10月1日(日)  
11:00~16:00

会場 東京交通会館 1階イベントスペース  
東京都千代田区有楽町2-10-1 有楽町駅前

## 不動産に関する法律・税務相談

主催 公益社団法人 全日本不動産協会  
 後援 国土交通省・東京都・千代田区  
 【お問い合わせ】(公社)全日本不動産協会 東京都本部 千代田支部  
 TEL:03(3515)7238 FAX:03(3515)7240



※予約不要(会場に直接お越し下さい) ※相談内容やプライバシーに関する秘密は厳守します

### アーチェリー大会

時 11月3日(金・祝)10時30分～(受け付け10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・在学者、千代田区アーチェリー協会会員

定 30名(申込順)

内 リカーブ初級・中級18m(80cm的)60射、リカーブ一般18m(40cm的)60射、コンパウンド18m(3つ目的)60射  
※参加人員、天候などにより、競技距離の変更、2部制など対応あり

費 1,000円(傷害保険料を含む)

用 10月13日(金)(必着)までにEメール(8面記入例参照)で問合せ先または直接スポーツセンター弓道場へ

問 千代田区アーチェリー協会・児玉 ☎090-7440-9962

✉ chiyodaarchery@gmail.com



### 環境影響評価調査計画書の縦覧と意見書の提出

(仮称)後楽二丁目南地区第一種市街地再開発事業

■環境影響評価調査計画書の縦覧・閲覧

時 9月22日(金)～10月2日(月)の平日9時30分～16時30分

縦覧場所 (区)環境政策課(区役所5階)、文京区環境政策課(文京区春日1-16-21文京シビックセンター17階)、新宿区環境対策課(新宿区歌舞伎町1-4-1)、(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 富士見出張所(富士見1-6-7)、神保町出張所(神田神保町2-40)

■意見書の提出

時 9月22日(金)～10月11日(水)(消印有効)

提出方法 事業名、氏名、住所(法人その他の団体は、名称、代表者の氏名、都の区域内に存するまたは事業所の所在地)、環境の保全の見地からの意見を記載のうえ、提出フォーム、郵送または直接問合せ先へ

問 (都)環境局環境政策課 ☎03-5388-3406

〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1 東京都庁第二本庁舎19階



### 防災プレストリート 神田富山町2023

時 9月23日(土・祝)13時～15時(当日直接会場へ) 場 神田富山町

内 神田富山町内でのみちあそびと防災イベントを同時開催。楽しみながら防災を学ぶ

問 景観・都市計画課都市計画係 ☎03-5211-3612

### 東京都最低賃金改正のお知らせ

10月1日から東京都最低賃金(地域別最低賃金)は時間額1,113円に改正されます。都内で働くすべての労働者に適用されます。

問 東京労働局賃金課 ☎03-3512-1614、東京働き方改革推進支援センター ☎0120-232-865

### 特別区(東京23区)区立幼稚園臨時的任用教員採用候補者の募集

妊娠出産休暇、育児休業などの教員の代替として働いていただける方の選考を行っています。一時離職したけれどまた働きたい、正規職員を目指して現場経験を積みたいなど、意欲のある方はぜひご応募ください。申し込み方法など詳しくはHPをご確認ください。

対 幼稚園教諭普通免許状を現に有する方

申込書類の配布先 HPからダウンロード、各区教育委員会事務局、東京区政会館1階

申込期間

10月選考 10月2日(月)～11日(水)(消印有効)

11月選考 10月27日(金)～11月7日(火)(消印有効)

12月選考 11月14日(火)～12月4日(月)(消印有効)

令和6年1月選考 12月25日(月)～令和6年1月9日(火)(消印有効)

令和6年2月選考 令和6年1月29日(月)～2月6日(火)(消印有効)

令和6年3月選考 令和6年3月11日(月)～22日(金)(消印有効)

選考方法 書類選考と面接

勤務地 東京23区の区立幼稚園(大田区、足立区を除く)

問 特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当(飯田橋3-5-1東京区政会館17階) ☎03-5210-9751



### 34歳以下対象合同就職面接会

時 10月13日(金)13時～16時30分

場 パール飯田橋ビル2階(飯田橋4-5-11)

内 正社員を募集する5社程度が参加

申 10月12日(木)までに電話または直接問合せ先へ

問 ハローワーク飯田橋U-35(飯田橋3-10-3) ☎03-5212-8609



### 出店料無料(特非)いちごの会 フリーマーケット出店者募集

時 11月19日(日)10時～13時(雨天決行)

場 こもれび千桜1階千桜ホール(神田東松下町22-1)

対 区内在住・在勤・在学の個人またはグループ(1グループ1店舗/営利目的や食料品などの出店は不可)

定 15店舗程度(抽選)

出店スペース 1店舗約2.3㎡(約1.5m×1.5m)

申 10月20日(金)(必着)までにハガキまたはEメール(8面記入例参照/日中の連絡先と主な出店物も記入)で問合せ先へ

問 (特非)いちごの会 ☎03-3252-1115

✉ info@ichigonokai.com

〒101-0042 神田東松下町22-1

### 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

※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)に算入可(平成25年6月までの期間に限る)

問 ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004、☎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

### 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非住宅用地に対する固定資産税・都市計画税の令和5年度分の税額を2割減免します。

減免を受ける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。未申請の方は、要件を確認のうえ、12月28日(木)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。

問 (都)千代田都税事務所固定資産税班 ☎03-3252-7149

### 固定資産税・都市計画税(23区内) 第2期分の納期は10月2日

6月にお送りした納付書で10月2日(月)までにお納めください。地方税お支払サイトからのクレジットカード、スマートフォン決済アプリ、口座振替、金融機関・郵便局のペイジー対応のATM、インターネットバンキングやモバイルバンキングで納付できます。金融機関・郵便局・都税事務所などの窓口や指定のコンビニエンスストアでも納付できます。

### 安心・便利な口座振替のご利用を

口座振替の申し込みは「都税Web口座振替申込受付サービス」が便利です。(都)主税局のHPでご確認ください。ダウンロード専用依頼書やハガキ式依頼書でも申し込みできます。

問 千代田都税事務所 ☎03-3252-7141、口座振替の申し込み=(都)主税局納税推進課 ☎03-3252-0955



### 地域福祉情報誌「ちよだ社協」表紙を飾る写真募集

「ちよだ社協」では、表紙を飾る写真を募集します。多世代交流または人と人とのふれあいをテーマとした、応募者が撮影した写真をお送りください。

申 11月20日(月)までにHPから問合せ先へ

問 社会福祉協議会総務係 ☎03-3265-1901

他 採用者には謝礼あり



この下は広告スペースです。内容は広告主にお問い合わせください

## 高齢者向け優良賃貸住宅

### 木村末廣苑こもれび外神田 入居者募集中 礼金・更新料・仲介手数料不要

平日(午前10時から午後5時の間)は、ヘルパー資格2級以上の管理員が常駐しております。緊急通報装置・床暖房・給湯・ガスコンロ2口・浴室手すり・トイレ手すり・コミュニティホール有

入居資格 ■60歳以上の方 ■千代田区に住民票をお持ちの方

所在地:東京都千代田区外神田3-16-2

家賃:126,900円

共益費:8,200円

サービス費:15,400円(税込)

間取:1K

周辺環境 ピーコック 徒歩4分

コンビニ 徒歩2分

東京メトロ銀座線 末広町駅 徒歩2分

JR山手線・京浜東北線ほか 秋葉原駅 徒歩8分



ご入居者様には 所得に応じた 家賃補助 (月額4万円が上限) が御座います

■国土交通大臣免許(5) 第6263号(取引態様:代理) 高齢者向け優良賃貸住宅は他にもございます。詳しくは御問い合わせください。

(株)パワースアンリミテッド ☎03-3356-0808

### フレイル予防を始めませんか?

シリーズ「100歳まで元気に健康長寿をどう生きるか」  
～骨粗しょう症とフレイルの予防と対策 第2回

参加費 無料

「ロコモの手法で、フレイルを予防する」

お申し込みは 9/25～11/2まで

日時 2023(令和5)年11月15日(水)14:00～16:00(開場 13:30 ※終了時刻は予定です)

会場 TKP ガーデンシティ PREMIUM 神保町(神保町駅A9出口 徒歩2分)

定員 200名(先着順) ※後日、オンデマンドにて配信予定

主催 東京医療学院 元気プラザ

司法書士による無料法律相談

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5年9月29日(金)、10月31日(火) 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 開催日2日前まで)

※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、マスクの着用や手指の消毒など、引き続き感染防止にご協力をお願いいたします。また、発熱されている方や体調不良の方の入場はご遠慮ください。

# 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。

名称	対象	相談できること	日時・場所・問合せ
法律相談(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	相続、婚姻関係、借地・借家など	時 4(水)・6(金)・11(水)・13(金)・18(水)・20(金)・ 25(水)・27(金) 13時~15時45分※弁護士が応対
税務相談(予約制)		確定申告、相続・贈与税など	時 12(木)・26(木) 13時~15時30分
司法書士相談(予約制)		遺言、相続、登記、借地・借家など	時 12(木) 13時~15時30分
不動産相談		地代・家賃、賃貸、売買など	時 5(木)・19(木) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)
土地家屋調査士相談		土地・建物の調査・測量、不動産登記など	時 19(木) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)
行政書士相談		相続、許認可手続き、外国人ビザなど	時 3(火)・17(火) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)
社会保険・労務相談		社会保険、労働条件、仕事の悩みなど	時 10(火) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)
行政相談		国政などへの苦情・要望など	時 10(火) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)
一般相談		区政への問い合わせや日常生活のことなど	時 平日8時30分~17時
消費生活相談		商品の購入・契約など消費生活で困っていること	時 平日9時~16時30分 ※消費生活相談員が応対
多重債務相談(予約制)		債務整理、整理後の生活など	時 23(月) 13時~15時45分(受け付けは15時15分まで)※弁護士が応対 場 区民相談室(区役所2階) 問 消費生活センター☎03-5211-4314
経営相談(予約制)	中小企業者 起業予定者	中小企業経営に関するさまざまな経営課題や 創業に関することなど	時 平日9時~17時※中小企業診断士が応対※訪問相談の場合、夜間や土曜の対応も応相談 場 経営相談室(九段南1-6-17千代田会館8階)※訪問による相談も実施中(創業相談を除く) 問 商工観光課経営相談・融資担当☎03-5211-4344
男女共同参画センター MIW(ミュウ) 相談室(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	一般相談 夫婦やパートナー・家族関係、子育て、 人間関係、働き方、ハラスメント、DV、性に関する こと、性暴力、犯罪被害などの悩み 法律相談 法律に関わる悩み LGBTQ相談 性自認や性的指向に関する悩み	時 毎週月曜・水曜~土曜10時30分~15時30分、毎 週火曜16時30分~20時30分(祝日を除く) ※託児サービスあり(有料・要予約) 時 10(火) 13時~15時30分 ※女性限定/女性弁護士が応対 時 12(木)・26(木) 16時30分~19時30分 場 MIW相談室(区役所10階) 問 MIW相談室☎03-5211-4316 (予約専用電話/話し中の場合 ☎03-5211-8845)
ちよだ DV相談ダイヤル	区内在住・ 在勤・在学者	配偶者やパートナー、恋人から受けている暴力(DV)のこと	時 平日9時~17時 ※DVで緊急を要する場合は、警察(110番)へ 問 ☎03-6272-3828
女性・ひとり親家庭 相談	区内在住者	女性のさまざまな悩み、女性・母子が配偶者など から受けているDV、ひとり親家庭の生活全般(子育て、 就労など)	時 平日8時30分~17時※いずれも婦人相談員が応 対し、必要な場合は緊急避難などの保護、公的制度 や貸付金の案内など自立に向けた支援を実施 場 生活支援課生活支援係 (区役所3階) 問 生活支援課生活支援係 ☎03-5211-4126
くらしと仕事・家計に 関する相談	区内在住者	生活の悩みごとや心配ごとへの解決方法を考える。 家族や身近な方の相談も受け付け	時 平日8時30分~17時
人権の上相談(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	人権の侵害や身の上の心配ごと(人権擁護委員が 応対)	<b>休止</b>
保健福祉 オンブズパーソン 相談(予約制)	区内在住者	保健福祉サービス全般への相談・苦情	時 10(火)川崎裕彰氏(社会福祉士/主に高齢者・障害者関係) 14時30分~16時30分、 27(金)庄司ふき子氏(臨床心理士/主に子育て保育関係) 14時~16時 場 区役所会議室 問 福祉総務課厚生係☎03-5211-4211(郵送での相談も受け付け可。 郵送先=福祉総務課保健福祉オンブズパーソン事務局〒102-8688九段南1-2-1)
福祉専門法律相談 (予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	福祉や成年後見制度、消費者被害に関する悩み、 相続や遺言の相談	時 12(木)石坂氏(弁護士)、26(木)佐野氏(弁護士) いずれも14時~16時20分 ※弁護士が応対/ちよだ成年後見センター職員も同席
成年後見制度相談	★	成年後見制度の利用、後見活動の悩みや不安	時 平日8時30分~17時※来所前に電話で問合せ先へ 場 ちよだ成年後見センター (九段南1-6-10かがやきプラザ4階) 問 ちよだ成年後見センター ☎03-6265-6521
かがやき カウンセリングルーム (予約制)	区内在住者 ★	介護によって生じるストレス、認知症や若年性 認知症のご本人や家族の心配ごと、介護職を担うなか でのストレスや不安など	時 21(土)13時~16時、25(水)10時~13時 ※専門の カウンセラーが応対 場 かがやきプラザ4階研修室(九段南1-6-10) 問 かがやきプラザ研修センター☎03-6265-6560 FAX03-3265-1162
障害者相談	★	地域活動支援センターの機能や障害者福祉に 関すること、心身の健康に関することなど	時 平日9時~17時 場 障害者福祉センターえみふる (神田駿河台2-5) 問 障害者福祉センターえみふる☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608
障害者よろず相談	区内在住・ 在勤・在学者	障害のある方やそのご家族、障害者手帳を持た ない心の病や発達障害のある方などのあらゆる 悩みや困りごと	時 平日9時~19時、土曜10時~17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) 問 障害者よろず相談MOFCA☎03-6269-9755 FAX03-6269-9754 ✉info@mofca.net
障害者就労相談室 (予約制)	区内在住者 ★	障害等のある方の就職活動や職業訓練のアド バイス、在職中で職業上の悩みなど(障害者手 帳がなくても相談可)	時 18(水)9時~16時 ※ジョブコーチ(職場適 応援助者)が応対 場 障害者就労支援センター(区役所3階) 問 障害者就労支援センター☎03-3264-2153 FAX03-3556-1223 ✉chiyoda.syuroushien@city.chiyoda.lg.jp
デジタルサポート 個別相談(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	スマートフォンやタブレットなどIT機器の使 い方	時 ①7(土)・18(水)13時~16時20分②12(木)・26(木)13時~16時20分③28(土)13時 ~15時※1人1時間、ボランティアが応対(内容により対応不可の場合あり) 場 ①かがやきプラザ4階(九段下1-6-10)②万世橋区民会館6階(外神田1-1-13)③区営東松 下町住宅1階千桜ホール(神田東松下町22-1) 問 ちよだボランティアセンター☎03-6265-6522

# 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6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(野球・サッカー・テニス)	10月10日(火) ~20日(金)	10月25日 (水)	11月1日(水)10時~	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 事前に問合せ先で利用登録し、申し込み
②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)	10月1日(日) ~20日(金) (スポーツセンターは 10月16日(月)は休館)	11月1日(水)	11月2日(木)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(問合せ先で配付)を問合せ先へ

利用できない日 ①12月29日(金)~31日(日)(年末休場)、野球・サッカー=12月3日(日)・17日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)②令和6年1月1日(月)~3日(水)(年始休業)、15日(月)~19日(金)(休館日、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

▲特殊詐欺注意▲◆ATMで還付金は受け取れません!◆区役所職員がキャッシュカードを預かることはありません!

### 高齢者を災害から守ろう

高齢者は年々増加傾向にあり、高齢化による防火防災対策の強化がますます重要になっています。障害者も災害時の自力避難が困難な場合があり、同様に支援が不可欠です。

東京消防庁では、災害時に支援を必要とする方々の安全対策のための各種取り組みを推進しています。そのうちのひとつが、「住まいの防火防災診断」です。高齢者や障害者などを対象に、了解を得たうえで、消防職員が戸別訪問をして危険箇所を確認し、改善のためのアドバイスを行います。

☎丸の内消防署☎03-3215-0119、  
☎麴町消防署☎03-3264-0119、  
☎神田消防署☎03-3257-0119

## フォレストグループの施設に区民料金で宿泊できます

湯河原地区にある4つの協定宿泊施設が、区民料金で利用できます。

**申込方法** 利用日の6か月前からHPまたは電話で問合せ先へ

※電話予約の際には区内在住であること、区民料金で利用したいことを伝え、当日に区内在住が確認できる書類をフロントで提示(確認できない場合は一般料金)

**問合せ** フォレストリゾート予約コールセンター☎0570-038-489

対象施設名	所在地	区民料金*
ホテル城山	足柄下郡湯河原町 城堀207	平日1万3,335円～、 休前日1万6,800円～
ゆがわら水の香里	足柄下郡湯河原町 宮上614	平日1万1,850円～、 休前日1万4,820円～
湯の里杉菜	足柄下郡湯河原町 宮上279	平日1万860円～、 休前日1万3,830円～
ゆがわら万葉荘	足柄下郡湯河原町 土肥3-6	平日1万365円～、 休前日1万3,335円～

**その他** 協定宿泊施設一覧は区のHPを参照  
※1泊2食付き大人2名1室/1名あたり・消費税込み  
※区内在住者以外の同行者は別途3,000円。  
上表以外の料金は問合せ先へ。入湯税は別途



ゆがわら万葉荘 客室

ゆがわら水の香里 風呂

湯の里杉菜 食事 ※イメージ

ホテル城山 風呂



# 自転車を安全に利用しましょう



9月21日(木)から秋の全国交通安全運動がスタートします。  
交通ルールを守って、交通事故をなくしましょう。

## 自転車安全利用五則

ルールを正しく理解して、  
楽しく自転車を利用しましょう！



①車道が原則、左側を通行。歩道は例外、歩行者を優先



②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認



③夜間はライトを点灯



④飲酒運転は禁止



⑤ヘルメットを着用

## ヘルメットを着用しましょう

4月1日から、自転車に乗るすべての人がヘルメット着用を努めなければなりません。

自転車死亡事故の約7割が頭部に致命傷を受けています。

自転車死亡事故の損傷主部位



頭部を守ることが、交通事故被害の減少につながります。みんなでヘルメットを着用しましょう。

出典：警視庁のHP  
※グラフは小数の計算の都合上、100%にはならない

## 電動キックボードなどの新しい交通ルール

道路交通法の改正により、7月1日から特定小型原動機付自転車(電動キックボードなど)に関する新たな交通ルールが適用されました。

- ①ヘルメットを着用(努力義務)
- ②16歳未満は運転禁止
- ③車道通行が原則
- ④飲酒運転の禁止
- ⑤2人乗りの禁止
- ⑥信号や標識を守る
- ⑦自賠償保険などに加入する
- ⑧ナンバープレートをつける



☎環境まちづくり総務課交通対策・監察係☎03-5211-4345



今夏は6～8月の平均気温が平年+1.76度と観測史上最も暑い夏となりました。私も思い切って完全遮光の日傘を購入しましたが、空気が蒸し暑く、期待していたほどの効果を得られず終い。残暑も厳しいという予報も出ていますので、まだまだ暑さ対策は続きそうです。(小山)

開催報告

## 第23回千代田まちづくりサポート公開審査会

千代田まちづくりサポートは、区内で自主的なまちづくり活動を行っているグループに対して、その活動経費の一部を助成する事業です。下記のとおり、公開で審査を行い、助成グループと助成額を決定しました。

- 日 時 7月23日(日) 13時～17時40分
- 会 場 ちよだプラットフォームスクウェア5階会議室 (千代田区神田錦町3-21)
- 内 容 応募グループの活動発表とそれに対する質疑応答や審査等
- 応募グループ数 一般部門8グループ、はじめて部門4グループ
- 助成グループ数 一般部門7グループ、はじめて部門3グループ(右表のとおり)
- 助成金総額 332万円
- ※はじめて部門は書類審査で助成を決定しました
- 問 合 せ 協働まちづくり・総務グループ ☎3233-7556

通番	部門	申請回数(回)	グループ名	助成額(万円)
1	一般	3	番町っこ倶楽部	50
2		2	神田藍の会	50
3		2	あるまっぴ CHiyODA	50
4		1	tea plant club	50
5		1	まちづくり・地域政策研究会	21
6		1	一般社団法人ちよママ	46
7		1	エンジョーイ 歌ンターレ CHiyODA	50
1	はじめて	—	スナックちよだ	5
2			アマルフィファーム	5
3			ちよダン	5

※なお、1グループにつきまして助成取り消しがありました



紹介

## 千代田まちづくりサポート通信

第23回千代田まちづくりサポート助成グループの活動とイベントを紹介します。

### 「tea plant club」～メイドイン千代田の紅茶づくりプロジェクト～

イベント紹介 「オリジナルの紅茶と緑茶作りにチャレンジ！」

- 日 時 10月14日(土) 10時～13時30分
- 会 場 パティア麹町(千代田区麹町3-12-11)
- 内 容 オリジナルの紅茶と緑茶作り体験 (茶葉は狭山産を使用予定)  
※紅茶作りは、時間の関係で一部自宅での簡易作業をもって完成となります
- 対 象 区内在住者(小学5年生以上)
- 定 員 6名(抽選)
- 参加費 1,500円(狭山紅茶の試飲と狭山オリジナルの菓子付き)
- 締 切 り 9月30日(土) ※10月1日(日)に当選者へ連絡
- 申 込 み 締切日までに下記問合せ先へ  
(①住所 ②氏名(ふりがな) ③年齢(学年) ④連絡先 を記載必須)
- そ の 他 応募時の個人情報については、厳重に管理し、本イベント開催のためだけに利用します。



### 一般社団法人ちよママ

～SNSを活用した千代田区の子育て情報発信および子育て世帯のネットワークづくり～

- 活動紹介
  - ・毎週金曜日に千代田区&周辺区の子育てイベントをLINEにて配信中
  - ・ちよママInstagramでは、千代田区内の子育てお役立ち情報を掲載



■問 合 せ ちよママ事務局 ☎ chiyodamama@gmail.com

### エンジョーイ 歌ンターレ CHiyODA

～(た)楽しく(ち)力強く(つ)繋り(て)手を取り(と)ともに千代田で歌おう～

- 活動紹介
  - 「募集開始！楽しい歌のサークルが10月25日から始まります！」
  - 歌うことで、気分もスッキリ！健康に！口や舌を動かすことは、口腔ケアや誤嚥の予防、肺機能アップにもつながります。懐かしの童謡唱歌、さまざまな歌を口の体操などをしながら、音楽経験が豊富なメンバーと一緒にエンジョーイ歌いませんか。千代田区にゆかりのある山田耕筰や瀧廉太郎など、日本の曲(赤とんぼ、花)を中心に歌います。年明けには、山田耕筰に関連するセミナー、まち歩きツアー、コンサートも予定しています。

- 日 時 10月25日(水)・11月8日(水)・11月22日(水)・12月13日(水) 10時～11時30分
- 会 場 千代田区立九段生涯学習館(予定)(千代田区九段南1-5-10)
- 内 容 歌のレクチャー
- 対 象 区内在住・在勤・在学者
- 定 員 10名(申込順)
- 参加費 無料(年内)
- 問 合 せ エンジョーイ 歌ンターレ CHiyODA ☎ akanekato799@gmail.com



お知らせ

## マンション連絡会 開催のご案内



10月28日(土)、第53回マンション連絡会を開催します。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、まちみらい千代田ウェブサイトをご覧ください。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



## 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」

## ● シーズンフェア～ちよだグルメショップ+ A

～秋のご当地食を楽しむ～ 〈10月2日(月)～31日(火)〉

しだいに秋めいてきました。食欲の秋！ということで、10月特集は新米を楽しむおかず特集と題し、ご飯に合う商品を販売します。

自治体	商品名	コメント
北海道鹿部町 <small>しかべつちょう</small>	ホタテしぐれ煮	噴火湾近海で育った濃厚で甘味のあるホタテ
	昆布佃煮	年に数回しか採取されない天然白口浜真昆布
静岡県西伊豆町 <small>にしいずちょう</small>	鰹塩辛1年物	木樽にて自然発酵させ熟成させた塩辛
	万能塩鯉茶漬け	西伊豆の歴史ある保存食



ホタテしぐれ煮



昆布佃煮



鰹塩辛



万能塩鯉茶漬け

## ■ 問合せ ちよだグルメショップ+ A

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  
☎5577-3846 (11時30分～16時)  
✉chiyoda.gshop.plusA@gmail.com

## お知らせ

## 第21回ふれあい福祉まつりに参加します

千代田区社会福祉協議会主催の「ふれあい福祉まつり」は、区に住み、働き、学ぶ、多くの人たちの出会いを通じて、ともに支え合うイベントで、さまざまな体験や活動紹介、グッズの購入ができます。財団では、会場の1つでもある区役所4階にブースを出し、財団の紹介、マンション支援制度等の実施事業のPRをします。ぜひご来場ください。

■ 日 時 10月14日(土) 10時～15時

■ 会 場 区役所1階・4階(九段南1-2-1)、  
かがやきプラザ1階・4階(九段南1-6-10)■ 内 容 ①防災・減災コーナー(区役所4階)  
②ご近所福祉コーナー(区役所4階)  
③縁日コーナー(区役所1階屋外)  
④白バイ、ごみ収集車の展示(かがやきプラザ1階屋外)ほか

■ 参加費 無料(一部有料コーナーあり)

■ 問合せ ふれあい福祉まつり実行委員会 ☎3265-1901



## イベント

ちよだプラットフォームスクウェア  
創立19周年記念イベントPLATFORM  
SQUARE

～「再生(リジェネラティブ)」と

「循環(サーキュラー)」から描く都市と地方の未来像～

■ 日 時 10月31日(火) 16時～

■ 会 場 ちよだプラットフォームスクウェア5階会議室(千代田区神田錦町3-21)

■ 内 容 トークセッション(第1部)、グルメセッション(第2部)

※詳細、申し込みは右記二次元コードから

■ 参加費 無料(第1部)、5,000円(第2部)

■ 問合せ プラットフォームサービス株式会社

☎3233-1511 (9時～18時) ✉info@yamori.jp



## コラム

## マンション

よもやま  
話

## AEDの設置について

マンション管理士 飯田勝啓

## 1. AEDとは

AED(自動体外式除細動器)は、心停止状態に陥った人に対して(必要に応じて)電気ショックを与えることにより救命するもので、日本では2004年7月から医療従事者以外の使用が認可され、交通機関、公共施設、百貨店や飲食店を含む商業施設、学校、ホテル、工場などへの設置が進んできました。

## 2. AEDの効果

心停止傷病者にAEDを用いた応急手当をすることで、生存率は7倍、社会復帰率は13倍になるとも言われ、いかに早く手当をするかが命と社会復帰を左右します。救急車の現場到着所要時間は全国平均で9.4分(総務省消防庁『令和4年版救急・救助の現況』)であり、救急車の到着を待っている間は、手遅れになってしまうことも考えられるのです。

## 3. まちみらい千代田の支援制度

設置費用の問題はあるものの、近年徐々に、マンション共用部分へのAED設置例が増えていきます。まちみらい千代田では積極的にAED設置を推進し、区内の分譲マンションへの貸与(無償)による普及が進んでいます。実際に、まちみらい千代田から貸与されたAEDを活用して救命処置が行われたケースもあり、この制度は、安全・安心な居住を実現するものといえます。

## 4. AED設置と費用対効果の考え方

AEDは利用事例が少なく、費用対効果が低いという考え方もありますが、修繕や保守点検とは異なり、これは命に直接関わる問題です。費用対効果で論ずるのではなく、マンションでの安全・安心な居住や、地域貢献の観点から検討されてはいかがでしょうか。



## 連載

## がんばる中小企業 応援リレーコラム

## 第2回

中小企業も標的！セキュリティ対策ははじめの一歩  
中小企業診断士 土田 哲

## セキュリティ対策ははじめの一歩

これまでセキュリティ対策に投資をしてこなかった事業者様は、まずはIPAの「5分でできる!情報セキュリティ自社診断」を行ってください。回答の採点結果で、どのように取り組むべきかが示されています。

全文は  
こちら!

次にIPAの「情報セキュリティ5か条」をお読みください。これは、今後のセキュリティ基本方針の柱となります。

さらに「セキュリティ桶の理論」を知ってください。セキュリティ対策は、強固な取り組みを施したつもりでも、1つでも弱い箇所があると、そこから破られてしまいます。

「セキュリティ対策に終わりはない」「常に、弱い箇所がないかチェックを続ける必要がある」ということを知っておいてください。

## セキュリティ対策の相談窓口

セキュリティ対策に踏み出したいが、リソースが不足している。そのような事業者様向けに、無料の相談窓口を紹介いたします。国の「全国のよろず支援拠点」と、東京都の「サイバーセキュリティ相談窓口」があります。

## セキュリティ対策の助成制度

セキュリティ対策に踏み出した後は、終わりの無い戦いが待っています。その戦いを助けてくれる助成制度を紹介いたします。東京都の「サイバーセキュリティ対策促進助成金」と、国の「IT導入補助金「セキュリティ対策促進枠」」です。

## 中小企業も標的になっています

中小企業もサイバー攻撃の対象となっていることは、新聞記事の件数の増加からも伺い知ることができます。

独立行政法人情報処理推進機構(IPA)は、中小企業の3割以上は、情報セキュリティ対策投資を行っていない。その理由は、必要性を感じていないという調査結果を報告しています。

しかし、IPAが実際の中小企業において実施した調査では、調査対象のすべての中小企業においてサイバー攻撃を検知しています。また、警視庁は、ランサムウェア被害にあった企業は、復旧期間は7割超が1週間以上、復旧費用は7割超が100万円以上という調査結果を報告しています。

## 簡単にサイバー攻撃ツールを作れる時代

サイバー攻撃ツール作成キットが、海外のサイトで公開されています。ITに詳しくなくても、簡単にサイバー攻撃ツールを作れる時代です。東京都の高齢者が特殊詐欺にあふ確率は約0.1%です。

簡単にサイバー攻撃ツールを作れる時代において、犯罪者も使っているはずで、今後も増えるはずで