

6月5日の「環境の日」を含む6月は「環境月間」です。区では、年間を通じて楽しみながら身近な生きものやみどりとふれあうイベントを数多く行っています。今号には、森林体験など区内ではなかなかできないものも掲載していますので、ぜひご覧ください。

6月は環境月間です

ちょっとした行動が未来をつなぐ!

詳しくは8・9面をご覧ください

千代田万世会館は区営の斎場です。お葬式の準備や費用について丁寧に解説します。

とき 6月8日(土)10時~11時

場所 千代田万世会館6階(外神田1-1-7)

※万世橋区民館とは異なる

定員 20名(申込順)

申込方法 6月6日(木)までに電話またはファクス(6面記入例参照)で問合せ先へ

問合せ 千代田万世会館(受付)

今から始める終活講座 知って納得!お葬式

時間 9時~17時

TEL 03-5295-2831

FAX 03-5295-2820



台風や集中豪雨の季節を前に、区内3消防署と合同で「水防訓練」を行います。改良積土の工法や地下への浸水防止工法などのさまざまな工法や、消防隊による救出救助訓練などを行います。

千代田区・消防合同水防訓練

とき 5月31日(金)14時~15時40分

場所 北の丸公園第3駐車場(北の丸公園1)

問合せ 災害対策・危機管理課 防災調整係

TEL 03-5211-4343

撤去した放置自転車のうち状態の良いものを整備して、抽選で販売します。掘り出し物を探してみませんか。

また、着用品が努力義務になっている自転車用ヘルメットの展示・販売や交通安全展示なども行います。購入しない方も気軽にお越しください。

とき 6月1日(土)13時~15時30分受け付け13時~14時15分抽選15時

場所 区民ホール(区役所1階)

出品台数 10台程度

販売価格 7000円~1万円000円(現金のみ)

抽選会の参加費 スタンプラ

再生自転車の抽選販売会を行います



▲昨年度販売した自転車

リレーに参加

注意事項 抽選時刻に抽選会場に不在の場合は無効。当選者は各自で持ち帰り(運搬などの手伝いはなし)

問合せ 環境まちづくり総務課 交通対策・監察係

TEL 03-5211-4345

区民宿泊施設メリーズ軽井沢/ お盆の利用案内

繁忙期(お盆)の予約申し込みは専用ハガキによる抽選となります。

対象期間 8月10日(土)泊~15日(木)泊

※2泊まで連泊可(対象期間の前後との連泊申し込みは不可)

※宿泊は1グループ2室まで

申込方法 6月1日(土)~8日(土)(必着)に、専用ハガキを問合せ先へ

※1グループの申し込みは1枚まで(複数申込みは無効)

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)、区立図書館

抽選結果 6月20日(木)以降、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、7月1日(月)10時30分から施設で電話予約を受け付け

利用料金 区内在住者は区民料金を適用※区内在住の利用代表者は利用当日住所を確認できる書類(免許証、保険証など)が必要

問合せ メリーズ軽井沢 ☎0267-45-2676

☎0120-45-2676(フリーダイヤルは東京23区内固定電話のみ。10時30分~17時)

その他 通常期の申込方法などは区のHPで確認を



選挙の投票所が変わります

お茶の水小学校(神田猿楽町1-1-1)の建替工事が完了したため、次の選挙から第8投票区の投票所は、神田一橋中学校から工事前の投票所だったお茶の水小学校に戻ります。次の選挙は、7月7日(日)が投票日となる東京都知事選挙が予定されています。

第8投票区の範囲

神田駿河台一・二丁目、神田猿楽町一・二丁目、神田神保町一丁目、神田神保町二丁目(奇数番地)、一ツ橋二丁目、神田小川町三丁目8・10・12・14・16・18・20・22

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎03-5211-4268

ご意見

ありがとうございました

ちよだ生物多様性推進プラン(改定素案)に貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。お寄せいただいたご意見とそれに対する区の方針は、区のHPで公表しています。

意見募集期間 2月20日~3月4日

意見募集の結果 意見者数5名、意見11件

問合せ 環境政策課企画調査係 ☎03-5211-4255



Contents —今号の主な内容—

3 男の料理教室 4 連携自治体 西伊豆自然体験学習ツアー 5 「日本武道館」60年の歩み 10 繁殖期のカラスに注意!

第15期生涯学習推進委員を募集します

区の特性を生かした生涯学習施策をどのように進めていくか、区に対して意見や提言を行う生涯学習推進委員を募集します。

任期 6月～令和8年3月

対象 区内在住で、年数回計10回程度の平日日中の会議に出席できる方

定員 若十名(選考)

申込方法 6月3日(月)(消印有効)までに第15期テーマ(案)千代田区における住民交流の

促進に生涯学習が果たす役割に関する作文(400字程度)様式自由を郵送(6面記入例参照)または直接問合せ先へ

※提出書類は返却不可

問合せ 生涯学習・スポーツ課 管理係(区役所6階)

☎03-5211-3632
〒102-1-1
九段南



都市計画案の縦覧を行います

次の都市計画案の縦覧を行います。ご意見のある区民や利害関係人は、縦覧期間中、意見書を提出することができます。

都市計画案の種類・名称 東京都市計画地域冷暖房施設 丸の内一丁目地区地域冷暖房施設の変更、東京都市計画地域冷暖房施設 丸の内二丁目地区地域冷暖房施設の変更

縦覧期間 6月6日(木)～6月20日(木) 平日8時30分～17時

縦覧場所 景観・都市計画課(区役所5階)

■意見書の提出

提出期間 郵送=6月6日(木)～6月20日(木)(消印有効)、ファクス・Eメール・持参=6月20日(木)17時(必着)

提出方法 都市計画案の種類・名称、氏名・住所(法人その他の団体は、団体名・代表者名・事業所の所在地)、電話番号、意見を記入のうえ、郵送、ファクス、Eメールまたは直接問合せ先へ

※必要事項の漏れがある場合や、提出期間外に提出の場合は無効

問合せ 景観・都市計画課都市計画係(区役所5階)

☎03-5211-3610 FAX03-3264-4792

☒keikan-toshikeikaku@city.chiyoda.lg.jp

〒102-8688九段南

1-2-1

その他 地域冷暖房施設=温水、冷水、蒸気などの必要な熱媒体を集中的に製造し、導管を通じて一定区域内の建物などに供給する施設



5月31日(金)は 世界禁煙デー

5月31日(金)～6月6日(木)は禁煙週間

WHO(世界保健機関)は、5月31日を「世界禁煙デー」に定め、日本では5月31日～6月6日を禁煙週間としています。これを機会に、たばこを吸っている人も、そうでない人も、喫煙や受動喫煙による健康への悪影響を考えてみませんか。



🔗 たばこががん

たばこの煙には200種類以上の有害物質が含まれており、そのうち70種類以上に発がん性があるとされています。これらの有害物質は主に肺から吸収されますが、口腔や気道、胃や腸からも吸収され、全身の臓器に影響を与えます。

「加熱式たばこ」などの新型たばこが急速に普及しています。加熱式たばこの煙に含まれる発がん性物質は、紙巻たばこよりも少ないと言われてはいますが、多くの有害物質が含まれています。販売されて間もないこともあり、現在までに得られた科学的知見では、加熱式たばこによる将来の健康影響を予測するまでには至っていませんが、紙巻きたばこ同様、注意が必要です。

🔗 たばこが招く重大な病気

喫煙は多くの生活習慣病の原因となります。脳卒中、心筋梗塞などの虚血性心疾患、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、糖尿病、がんなど、さまざまな病気が喫煙によって発症しやすくなります。

🔗 禁煙を始めましょう！

千代田区薬剤師会の協力により、区内の禁煙支援薬局では、薬剤師による禁煙相談が無料で受けられます(全26か所/ステッカーが目印/一覧は区のHPに掲載)。「たばこをやめたいのにやめられない」「以前、禁煙に失敗した」という方も、この機会に禁煙にチャレンジしてみませんか。



▲区内の禁煙支援薬局一覧

🔗 家族や周囲の人も巻き込む受動喫煙の害

たばこから立ち昇る煙や喫煙者が吐き出す煙にもニコチンやタールはもちろん、多くの有害物質が含まれています。他人のたばこの煙にさらされることを受動喫煙と言い、日本では年間約1万5,000人の死亡原因が受動喫煙といわれています。

喫煙者は受動喫煙による影響を正しく理解し、周囲の人がたばこの煙にさらされないようにしましょう。特に妊婦や子どもの近くでは喫煙しないようにしましょう。

問合せ 受動喫煙防止に関すること=生活衛生課受動喫煙防止担当☎03-5211-4122、

禁煙相談に関すること=健康推進課健康推進係☎03-5211-8171

令和6年第1回

区議会臨時会の報告

令和6年第1回区議会臨時会を、4月25日に開催しました。

この臨時会では、区長提出議案2件が審議されました。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



▲区議会のHP

区長提出議案

■議案

- ▶ 千代田区特別区税条例の一部を改正する条例(可決)
- ▶ アメリカ合衆国軍隊の構成員等の所有する軽自動車等に対する軽自動車税の種別割の賦課徴収の特例に関する条例の一部を改正する条例(可決)

6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 社会福祉協議会高齢者活動センター☎03-3265-1161

会場	曜日	とき
万世橋区民館	月 ^{*1}	3日・10日・17日・24日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	金 ^{*2}	7日・14日・21日・28日 午前10時～11時
富士見区民館	月 ^{*1}	3日・10日・17日・24日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	火 ^{*1}	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
麹町区民館	水 ^{*1}	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
	木 ^{*1}	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
いきいきプラザ一番町	金 ^{*2}	7日・14日・21日・28日 午前11時～正午
	水 ^{*1}	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
岩本町ほほえみプラザ	水 ^{*1}	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
	木 ^{*1}	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
神保町区民館	水 ^{*1}	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
	木 ^{*1}	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
神田公園区民館	水 ^{*1}	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
	木 ^{*1}	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	金 ^{*1}	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
	水 ^{*1}	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)	金	7日・14日・21日・28日 午前10時30分～11時30分
	水 ^{*1}	5日・12日・19日・26日 午後1時30分～2時30分
ちよだパークサイドプラザ	金 ^{*3}	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 指導員は不在。指導員の指導映像を投影して行う ※3 和泉橋区民館の改修工事における代替施設

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。

高齢者熱中症予防訪問

夏季の熱中症予防を目的に、訪問看護師や社会福祉士などの専門職員が訪問し、体調や住まいの状況を伺います。

とき 5月下旬～8月

対象 85歳以上の区内在住者で介護保険サービスを利用していない方

問合せ 在宅支援課相談係 ☎03-6265-6483

ゴルフご新規day 参加者募集～初心者大歓迎～

ボランティア(高齢者活動サポートセンター利用者)のサポートの下、室内ゴルフで体を動かしませんか。初心者でも楽しんでいただけます。

とき 6月1日(土)午前9時～、午前9時30分～、午前10時～、午前10時30分～、午前11時～、午前11時30分～※各30分。申し込みはいずれかひとつ

会場 かがやきプラザ5階娯楽室1(九段南1-6-10)

対象 60歳以上の区内在住者 ※高齢者活動センター利用登録が必要

定員 各回1名(申込順)

申込方法 5月20日(月)午前9時から電話または直接問合せ

先へ

問合せ 高齢者活動センター(かがやきプラザ4階)

☎03-3265-1161

その他 高齢者活動センターの利用登録は公的な身分証明書(健康保険証など)とお薬手帳(任意)を持参。簡単な健康チェックあり

いきいき教室 参加者募集

とき 6月18日(火)午後2時～3時

会場 いきいきプラザ一番町1階(一番町12)

定員 20名(申込順)

内容 作業療法士と参加者で楽しみながら運動する

申込方法 直接問合せ先へ

問合せ 高齢者あんしんセンター麹町(一番町12)

☎03-3265-6141

筋力向上教室(コースB) 参加者募集

週2回のマシントレーニングを中心に、専門家から口腔機能向上や栄養改善に関する知識を学び、3か月間継続して改善を目指します。

とき 7月9日～9月24日の毎週火曜・金曜(8月13日(火)を除く全22回)午前10時～正午

会場 かがやきプラザ(九段南

1-6-10)

対象 65歳以上の区内在住者で体力の低下がみられる方や要支援1・2の方

定員 12名(選考)

申込方法 6月18日(火)までに電話で問合せ先へ

問合せ 高齢者あんしんセンター麹町 ☎03-3265-6141、神田 ☎03-5297-2255



こことからだのすこやかチェック

4月に送付した健康調査票に協力していただける方は同封の返信用封筒で返送してください。回答者には、心身の健康状態の「個別アドバイス表」をお送りします。

対象 65歳以上の区内在住で、介護認定を受けていない10～3月生まれの方

締め切り 5月31日(金)

問合せ 在宅支援課介護予防担当 ☎03-5211-4223



男の料理教室 作って美味しい日本の旅

自分で健康管理できるよう、栄養の知識を学ぶ料理教室です。管理栄養士から指導を受け、簡単でおいしいレシピをもとに買い出しから調理、食事、片づけまでを行い、終了後に参加者同士で料理を継続することを目指します。

とき 6月20日～8月8日の毎週木曜(全8回)午前10時～午後1時30分

会場 万世橋区民館(外神田1-1-13)

対象 65歳以上の区内在住者で、自立して参加できる男性

定員 16名(抽選)

費用 4,000円(教材費/初日に支払い)

申込方法 6月10日(月)までに電話で問合せ先へ

問合せ 在宅支援課介護予防担当 ☎03-5211-4223

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、筆記用具



6月のはあとサロン

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5月24日(金)午前9時から受け付け

対象 一番町/アキバ=区内在住者、三崎町/和泉=60歳以上の区内在住者(いずれも申込順)
申込方法 前日までに電話またはファクス(6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



場所	とき	内容	定員・参加費
一番町みんなのサロン(一番町12)	14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
三崎町はあとサロン(神田三崎町3-1-17)	10日(月)午後1時30分～2時30分	学生の考えたクイズやゲームを楽しもう! 「わくわくレク」	5名 無料
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	12日(水)午後2時～3時	デジタル紙芝居やプラバンキーホルダー作りなどを一緒に楽しみましょう「ネクストタイム～クラーク生と一緒に～」	15名 無料
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	13日(木)午後1時30分～2時30分	初心者も経験者も! 「手話ふれあい会」	5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

6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(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	13日(木)午後2時～3時30分(午後1時30分開場) 22日(土)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)	熱中症を予防しよう! ～猛暑に備えて今からできること～ ヴァイオリン&アコーディオンピアノのミニ音楽会	30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	8日(土)午後2時～4時	アートで考えてみよう! ～芸術に感性で触れてみる～	30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	25日(火) 午前10時～11時45分	～お口の健康=あなたの健康～ 快適口腔ケアで充実の毎日を♪ (講師=依田和久先生(依田歯科医院))	15名
		～お口の健康=あなたの健康～ 快適口腔ケアで充実の毎日を♪ (講師=依田和久先生(依田歯科医院))	15名

☆毎月第2火曜午後2時・第2木曜午前10時から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☆

**ファミリーサロン
親子で楽しめるエクササイズ**

親子で一緒にエクササイズを楽しみませんか。運動後はコーヒーを飲みながらゆっくり過ごせます。
時6月15日(土)10時~12時
場万世橋出張所・区民館6階アキバ分室開放スペースみりおん(外神田1-1-13)
対区内在住の子育て中の親子
定10組(申込順)
申5月24日(金)から電話、往復ハガキ、ファクスまたはEメール(6面記入例参照/子どもの名前、年齢も記入)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



短期小学生水泳教室

■短期小学生水泳教室苦手克服
時7月13日~8月3日の毎週土曜(全4回)9時~9時50分
対小学1年生・2年生
 ■短期小学生水泳教室スキルアップ
時7月13日~8月3日の毎週土曜(全4回)10時10分~11時
対小学3年生~6年生
いずれも
場スポーツセンター(内神田2-1-8)
定各15名(抽選/区内在住者を優先)
費区内在住者1,500円、その他の方2,250円
申6月28日(金)(必着)までにHPまたは往復ハガキ(1人1枚/6面記入例参照/性別も記入)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



自然とつながり、人とつながる。

連携自治体 西伊豆自然体験学習ツアー

区内
在住者
限定

豊かな自然に恵まれている西伊豆町を舞台に、海、山、川の大自然の恵みを満喫しながら、人と環境との関わりや郷土料理などを体験する親子体験ツアーを楽しんでみませんか。詳しくはHPをご覧ください。
時①事前学習=7月6日(土)10時30分~14時②体験学習=7月26日(金)9時30分(静岡県三島駅集合)~27日(土)18時(現地解散)
場①万世橋出張所(外神田1-1-13)②静岡県西伊豆町
宿泊先 海辺の隠れ湯清流(静岡県賀茂郡西伊豆町仁科2941)
対①②のいずれも参加できる小学4年生~6年生とその保護者(小学生1名につき保護者1名必須) **定**10組20名(抽選)
内①森林の役割やかつお節とワサビができるまでを学び、一番出汁とワサビ丼を作る②郷土料理体験、トンボロ(陸地と陸繋島をつなぐ砂州)観察、ワサビ沢とかつお節工場の見学など
費1組3万円 **申**6月9日(日)までにHPから問合せ先へ
問ちよだ地方連携ネットワーク事務局 ☎03-3233-1511(平日10時~17時)
 ✉localnet@yamori.jp



静岡県西伊豆町

静岡県伊豆半島に位置する町。自然景観に恵まれ、沖あいの島に干潮時の限られた時間にだけ歩いて渡ることができる「トンボロ」や、貴重な海底火山の噴出物を見ることができます。古くから日本の伝統的食文化に欠かすことのできないかつお節やワサビが名産です。

伊豆っておもしろいよ。一緒に楽しく遊んで勉強しよう!

ジオガイド 土屋晴樹さん
 元校長先生。現在は西伊豆エリアの小・中学校でのジオ教育に精力的に取り組んでいる。楽しく学べるツアーは大人気

**作品募集 第19回「ちよだジュニア文学賞」
書いてみよう! きみにしか書けない物語**

区内の小・中学生を対象に「ちよだジュニア文学賞」の作品を募集します。自分らしい作品を書いてみませんか。
募集作品 未発表の物語
 ※ちよだジュニア文学賞のために書かれた原稿に限る
対次のいずれかに当てはまる小・中学生
 ・区内在住・在学者
 ・区内在住・在学・在勤者の家族・知人
締9月4日(水)
申応募方法など詳しいことは、HPまたは問合せ先へ
問文化振興課文化振興係 ☎03-5211-3628



6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	
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	11(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)・20(木)13時~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	17(月)9時~11時10分 3(月)・14(金)13時~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、好き嫌いが多い、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	18(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	10(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	18(火)13時30分~14時30分	
ままばあ面談(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~11時、13時~16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)	6(木)・27(木)12時45分~14時
	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)	11(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)	13(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)	4(火)12時45分~14時

☆広報千代田が無料アプリ「マチイロ」または「カタログポケット」で読めます。詳しくは、区のHPをご覧ください☆

生活ほっとライン

岩本町・東神田 ファミリーバザール

時 5月25日(土)・26日(日)、6月1日(土)・2日(日)9時～17時(当日直接会場へ)

内 繊維製品や日用品などの販売のほか、お買物券などが当たる「わくわくスクラッチ」や各地物産展もあり

問 岩本町・東神田ファミリーバザール実行委員会
☎03-3865-5951



6月は歯と口腔の 健康づくり普及月間

健康な歯でいきいきと！

歯と口の健康づくりに取り組み、元気でいきいきとした生活を送りましょう。

■保健所無料歯科健診(歯科医師会と共催)

むし歯や歯周病の簡単な検査などお口に関する相談を受け付けます。

時 6月5日(水)10時～16時
場 千代田保健所2階休日応急歯科診療所(九段北1-2-14) 定30名(申込順)

申 5月31日(金)までに電話で問合せ先へ

問 千代田区歯科医師会
☎03-3251-8148(平日11時～15時)

■アキバキャンペーン(歯科医師会主催)

特設テント内で、地域の歯科医がお口に関する相談を受け付けます。

時 6月8日(土)13時～15時(当日直接会場へ)

場 JR秋葉原駅電気街口正面広場(外神田1-18)

問 千代田区歯科医師会
☎03-3251-8148(平日11時～15時)

■講演会「さわやかなお口で健康ライフ!～歯周病・むし歯の予防と口臭撃退法～」

歯周病・むし歯はどのような病気なのか、予防法や口臭の正体、口臭の撃退法を学びます。歯みがきなど毎日のセルフケアの効果を十分に得るためにも正しい知識を身につけましょう。

時 6月5日(水)13時～14時15分
場 千代田保健所3階多目的ルーム(九段北1-2-14)

定 30名(申込順)

申 5月31日(金)までに電話で問合せ先へ

師 石塚洋一氏(東京歯科大学衛生学講座准教授/写真)

問 地域保健課健康企画係
☎03-5211-8163



第1回かがやきプラザ上映会

こんな夜更けにバナナかよ —愛しき実話—

時 6月15日(土)14時～16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50名(申込順)

内 大泉洋さん主演、三浦春馬さん、高畑充希さん共演の2018年の話題作を上映。筋ジストロフィーを患った主人公と彼の生活をサポートするボランティアたちによる笑いと涙の感動実話。映画上映前に障害者福祉センターえみふるから障害をお持ちの方々の生活を支える取り組みやボランティア活動に関する話もあり

申 6月13日(木)17時までにHP、電話、ファクスまたはEメール(6面記入例参照)で問合せ先へ

問 かがやきプラザ研修センター ☎03-6265-6560

FAX 03-3265-1162

☑ jinzai@chiyoda-cosw.jp



フラダンス教室

時 6月16日(日)14時15分～15時

場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5) 定30名(申込順)

内 人工芝の上で初心者向けのフラダンスの基本ステップから学ぶ

申 HP、電話、ファクス(6面記入例参照)または直接問合せ先へ ※空きがあれば当日でも可

問 障害者福祉センターえみふる

☎03-3291-0600 FAX 03-3291-0608

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。おはなしかいと同時開催



まちよだ まち魅力探訪

「日本武道館」60年の歩み



時 7月11日(木)15時～17時

対 18歳以上の方

定 15名(抽選)

場 日本武道館(北の丸公園2-3)

内 今年で60周年を迎える「日本武道館」。解説や施設見学を通じて設計者である山



田守氏の想いをひも解き、長く愛される建築物の歴史を感じる

師 宮原浩輔氏((株)山田守建築事務所代表取締役社長/写真)

費 区内在住者・すぽすたちよだクラブ会員1,000円、その他の方1,500円

申 6月20日(木)21時までにHP、電話ま

たはファクス(6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



はじめての 神保町街あるき

2024

千代田図書館コンシェルジュがご案内 歩いてまちの魅力を探る!

時 6月15日(土)11時(雨天決行/約60分)

場 神保町駅付近～神保町古書店街

定 10名(抽選/区内在住者を優先/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、神田神保町の見どころや、地域の歴史を知る 費300円(傷害保険代/現金のみ/当日支払い)

申 5月27日(月)10時～6月3日(月)10時にHPから問合せ先へ ※当選者のみEメールで通知 問 千代田図書館 ☎03-5211-4290



のびのび子育て

読んだ本が次の本につながる 芋づる式読書マップをつくらう

期間 6月1日(土)～9月30日(月)

配布場所 区立図書館全館

対 小学生～高校生(専門学生なども可)

内 読んだ本を芋づる式につなげて読書マップを完成させる。借りた本の記録だけでなく、自分の興味や好奇心、読書傾向が分かる読書マップは、夏休みの自由研究にも

問 四番町図書館 ☎03-3239-6357

他 完成させた方にはプレゼントを進呈(引き換えは10月7日(月)まで)。展示許可ありの作品を図書館で掲示



小学生の作図例(一部) 芋づる

図書館でおはなし会

時 6月9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 お子さんが本に親しめるような20分～30分程度の読み聞かせ

問 千代田図書館 ☎03-5211-4290

絵本読み聞かせと おはなしかい

時 6月16日(日)13時30分～14時15分

場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5) 定30名(申込順)

内 シニアボランティアによる絵本の読み聞かせや手遊び、歌を楽しむ

申 HP、電話、ファクス(6面記入例参照)または直接問合せ先へ ※空きがあれば当日でも可

問 障害者福祉センターえみふる

☎03-3291-0600 FAX 03-3291-0608

他 小学生以下やサポート

が必要な場合は付き添いの方と一緒に参加。フラダンス教室と同時開催



親と子の絆プログラム

年長から小学校低学年を乗り切る スキル講座

小学校入学で子どもの生活は大きく変わります。スマホ、ゲーム、子どもの困りごとなど保護者同士で情報交換して子どもとの良いコミュニケーションを身につけます。第3回はアンガーマネジメントも学びます。

時 6月25日～7月9日 の毎週火曜(全3回)10時～12時

場 四番町児童館(四番町5-8)

対 区内在住の年長児から小学3年生の子ども(平成27年4月2日～平成31年4月1日生まれ)がいる保護者(講座開催1週間前に定員の余裕があれば年中児も参加可)

定 20名(申込順/初めての方と全回参加できる方を優先)

申 6月18日(火)までにポータルサイトから問合せ先へ

問 四番町児童館 ☎03-3234-3084

他 託児サービスあり(定員あり/申込順)要予約



一般の人のためのAED講習会

時6月1日(土)14時~15時30分
場 麹町区民館地下1階洋室A・B(麹町2-8) 定30名(申込順)
内 AED(自動体外式除細動器)が必要な理由や使用法を学ぶ。模擬器を使った体験もあり
申 電話またはEメール(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
他 受講者に受講証を発行

民踊講習会

時6月7日(金)19時~20時30分、7月5日(金)19時~20時30分(いずれも当日直接会場へ)
場 スポーツセンター3階主競技場(内神田2-1-8)
内 千代田区民踊連盟の会員たちと盆踊りの稽古をする 費200円
問 生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 ☎03-5211-3627

ちよだの今を知る~障がい×高齢地域の課題について学ぶ会~

時6月22日(土)10時~12時
場 かがやきプラザ4階研修室1、2(九段南1-6-10) 定25名(申込順)
内 区内の障害者と高齢者の現状を知

り、誰もが住みやすい地域づくりを考える。意見交換の時間もあり
申 6月21日(金)までに電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で問合せ先へ
問 社会福祉協議会アキバ分室 ☎03-6265-2860
FAX03-6265-2861
✉ akiba@chiyoda-cosw.jp



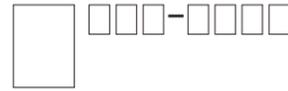
太極拳と両輪の輪と言われる 推手講習会

時6月9日(日)14時~16時
場 スポーツセンター2階剣道場(内神田2-1-8)
対 18歳以上の方 定40名(申込順)
内 中国武術の練習法のひとつ、推手を体験する
費 500円(当日剣道場にて支払い)
申 6月7日(金)(必着)までにファクスまたはEメール(記入例参照)で問合せ先へ
問 千代田区太極拳連盟・吉川 ☎090-1542-4776 FAX03-6322-5312
✉ chiyodakutaikyokuken@gmail.com

区民スポーツ大会 ファミリーバレーボール大会

時6月30日(日)10時~
場 スポーツセンター(内神田2-1-8)
対 中学生以上の区内在住・在勤者で編成した女性5名以上を含む男女混合のチーム(1チーム12名まで)

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)。

定8チーム(申込順)
内 千代田区ルールの9人制ソフトバレーボール
費1チームあたり2,700円(1人あたり別途50円の傷害保険料が必要)
申6月2日(日)17時までに所定の申込書(問合せ先などで配付)をファクスまたはEメールで問合せ先へ
問 生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 ☎03-5211-3627
他 代表者会議(日時=6月12日(水)18時30分~、会場=スポーツセンター5階集会室B)に各チーム1名の出席が必要

熱中症に備えよう!

例年6月ごろから熱中症による救急

搬送が多くなります。水分補給が足りない状態や、気温・湿度が高い場所にいると体温調節機能がうまく働かなくなり、めまいや吐き気、頭痛などの症状が起こります。

日頃からウォーキングなどの運動をして、汗をかく習慣を身に付け、少しずつ暑さに体を慣らしていきましょう。また、喉が渇く前に、こまめに水分を補給して、大量に汗をかいたときは塩分も補給しましょう。

熱中症を予防して、元気な夏を過ごしましょう。

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

男女共同参画センター MIWの催し

6月23日(日)~29日(土)は男女共同参画週間です

講演会「柚木麻子さんと考える、シスターフッドのこれまでとこれから」



時6月22日(土)14時~15時30分
場 401会議室(区役所4階)、Zoom
定会場50名、Zoom 80名(いずれも申込順/区内在住・在勤・在学者を優先)
内 女性同士の連帯(シスターフッド)を軸に、自身の著作活動や出産・子育て経験を交えながら、ジェンダーや社会問題への思いを聴く 師 柚木麻子氏(小説家/写真)
申 HP、電話、ファクスまたはEメール(記入例参照)で問合せ先へ ※Zoom希望者はHPから問合せ先へ
他 託児サービスあり(2週間前要予約)



企画展示「女子の学びを切り拓いた女性たち~小説『らんたん』の登場人物から」

時6月17日(月)~29日(土)9時~21時(22日(土)・29日(土)は17時まで、23日(日)は休館)
場 MIW交流サロン(区役所10階) ※22日(土)の講演は401会議室(区役所4階)
内 女性が教育を受ける権利を獲得するため尽力した女性たちの歴史を、小説『らんたん』の登場人物でたどる

ビデオサロン「こころの通訳者たち What a Wonderful World」

時6月21日(金)14時30分~、18時30分~(当日直接会場へ)
場 MIW交流サロン(区役所10階) 定各回20名(先着順)
内 すべての上映作品に音声ガイドと字幕をつけている日本で唯一のユニバーサルシアター「シネマ・チュプキ・タバタ」で、耳の聴こえない人に演劇を楽しんでもらおうと奮闘する3人の舞台手話通訳者を記録したドキュメンタリー作品 他 各回終了後に交流会あり

いずれも

問 男女共同参画センターMIW ☎03-5211-8845 FAX03-5211-8846
✉ miw@city.chiyoda.tokyo.jp

今日からはじめる初心者将棋教室



時7月13日・27日、8月10日・24日、9月14日のいずれも土曜(全5回)10時~11時30分
場 九段生涯学習館(九段南1-5-10)
対 小学生以上 ※小学1年生~3年生の方は保護者の同伴を推奨 定18名(抽選)
内 将棋の基本ルールを学び、楽しく対局できるようになることを目指す 師 大野八一雄氏(日本将棋連盟七段/写真)ほか
費 4,500円(18歳未満2,000円/全5回分)
申 6月20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(講座当日時点で満6か月~未就学児/1人1回1,000円/6月20日(木)21時までに要予約)



事業計画の縦覧を行います

次の事業計画の縦覧を行います。当該事業に関係のある土地またはその土地に定着する物件の権利を有する方や参加組合員は、意見書の提出期間中に事業計画について意見書を提出することができます。

事業計画 富士見二丁目3番地区市街地再開発組合設立に係る事業計画

縦覧
時5月31日(金)~6月13日(木)平日8時30分~17時
場 地域まちづくり課(区役所5階)
問 地域まちづくり課まちづくり推進係 ☎03-5211-3617
〒102-8688九段南1-2-1

意見書の提出
時5月31日(金)~6月27日(木)
提出方法 郵送(消印有効)または直接問合せ先へ
問(都)都市整備局再開発課 ☎03-5320-5131
〒163-8001新宿区西新宿2-8-1



▲市街地再開発事業区域図

6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5(水)・7(金)・12(水)・14(金)・19(水)・21(金)・26(水)・28(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13(木)・27(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13(木)13時~15時30分
不動産相談		地代・家賃、賃貸、売買など	時6(木)・20(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20(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4(火)・18(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11(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11(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24(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、人間関係、働き方、ハラスメント、性に関すること、性暴力、犯罪被害など 法律相談 上記の内容で特に法律に関すること LGBTQ相談 性自認や性的指向に関すること	時毎週月曜・水曜~金曜、1(土)・15(土)10時30分~15時20分、毎週火曜13時30分~19時20分(祝日を除く)※託児サービスあり(有料・要予約) 時11(火)10時~11時45分 ※女性限定/女性弁護士が応対 時13(木)・27(木)16時30分~19時20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
子どもと家庭に関わる総合相談	区内在住者	育児・子育ての悩み、児童虐待など、妊娠期を含め、0歳~高校3年生相当の年齢の子どもとその家族に関するさまざまなこと	時24時間365日(夜間(17時~翌日9時))、休日は委託事業者が応対し、継続相談の対応は不可。来所相談は平日9時~17時で要予約 場児童・家庭支援センター(神田司町2-16神田さくら館6階) 問児童・家庭支援センター☎03-3256-8150
人権身の上相談(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)	時10(月)13時~15時(電話相談のみ/予約は前週金曜17時まで) 問国際平和・男女平等人権課男女平等人権係☎03-5211-4166
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11(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、28(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13(木)平澤氏(弁護士)、27(木)澄川氏(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
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1(土)13時~16時、26(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Light(ライト)	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(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☎03-6269-9755 FAX03-6269-9754 ✉light@hirai-luminal.or.jp
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19(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①8(土)・26(水)②6(木)・19(水)いずれも13時~13時50分、14時~14時50分、15時~15時50分 場①かがやきプラザ4階(九段下1-6-10)②千桜ホール(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

令和6年8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9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)	6月10日(月)~20日(木)	6月25日(火)	7月1日(月)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)
②花小金井運動施設(野球など)	6月1日(土)~20日(木)	7月1日(月)	7月2日(火)10時~	問事前に問合せ先で利用登録のうえ申し込みまたは申込書(問合せ先で配付)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)	(6月17日(月)は休館日)			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) 問申込書(問合せ先で配付)を問合せ先へ

利用できない日 ①野球・サッカー=8月4日(日)・18日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③9月17日(火)(休館日)

※このほかにも区の事業などのため、利用できない場合あり。詳しくは各問合せ先へ

6月は環境月間です

小さな取り組みが大きな効果!

昭和47(1972)年6月5日からストックホルムで開催された国連人間環境会議を記念して、6月5日は「環境の日」と定められています。この日を含む6月を「環境月間」とし、全国でさまざまな取り組みが行われています。環境月間をきっかけに地球環境に思いを寄せ、環境のためにできることを実行してみましょ。

こんな行動も環境のためになります! //

- 環境に配慮した製品を選んで買う
- 残さず食べる
- 電気はこまめに消す
- エコバッグやマイボトルを持ち歩く
- 宅配便は一度で受け取る

エコにゃ先生

高山市森林体験ツアーに参加しませんか

とき 7月13日(土)~7月15日(月) 集合7時/解散19時予定
=区役所前※2泊3日/雨天決行

対象 区内在住・在勤・在学者※中学生以下の場合は保護者同伴

定員 35名(抽選/1組2~5名)
※代表が区内在住者を優先

内容 1日目=五色ヶ原の森で自然散策、2日目=農業体験(野菜の収穫)、森林体験(ちよだ・たかやまの森での林業体験、木工クラフト体験)など、3日目=市街地、朝市などを散策(自由時間)
※雨天時は内容を変更する場合あり

宿泊先 1泊目=民宿、2泊目=ホテル

費用 大人(中学生以上)=2万5,000円、子ども=1万5,000円(いずれも食費を含む(1日目=昼・夜、2日目=朝・昼・夜、3日目=朝))

申込方法 6月16日(日)(ハガキは当日消印有効)までにHPまたはハガキ(6面記入例参照/在住・在勤・在学のいずれか、グループ代表者氏名とふりがな、グループ代表者の連絡先と緊急連絡先メールアドレス、参加者氏名とふりがな、食事のアレルギーの有無(有の場合は内容)も記入)で問合せ先へ

問合せ 環境政策課事業推進担当 ☎03-5211-4253
〒102-8688九段南1-2-1



▲五色ヶ原の森の風景(久手御越滝)

ゴーヤやツルムラサキ苗などの無料配布を行います

節電やヒートアイランド対策として「区内の緑化」を推進するため、固形の肥料、育成の手引き、取り組みレポート、返信用封筒をセットにしたゴーヤ、ツルムラサキの苗を差し上げます。育成状況の報告をしていただいた方には、記念品をプレゼントします。配布の最終日の区役所1階では、環境に関する啓発品などをあわせて配布します。

対象 区内在住者、区内事業者(先着順)
配布物 ①ゴーヤの苗1株、ツルムラサキの苗1株②ゴーヤの苗2株(いずれも先着順/予約不可/無くなりしだい終了)

日程	時間	会場	数量①②
5月30日(木)	10時~12時	和泉橋出張所2階洋室A(神田佐久間町1-11-7)	各30
5月31日(金)		神保町出張所1階ホール(神田神保町2-40)	各30
6月3日(月)		万世橋出張所1階(外神田1-1-13)	各15
6月4日(火)		富士見出張所地下1階洋室E(富士見1-6-7)	各30
6月5日(水)		神田公園出張所2階ギャラリー(神田司町2-2)	各15
6月6日(木)		麹町出張所地下1階洋室D(麹町2-8)	各40
6月7日(金)		10時~15時	区役所1階
合計			各230

問合せ 環境政策課事業推進担当 ☎03-5211-4253

ゼロカーボン実現に向けた事業提案を募集します!

2050年までに区内のCO₂排出量を実質ゼロとする「2050ゼロカーボンちよだ」を実現するため、先進的な知見や技術を有する民間事業者などからの事業提案を募集します。優良な提案は、次年度以降の事業化に向けて検討します。※事業化に向けて提案の内容から変更になる場合あり。事業化の際は、原則、入札などの適正な契約方法による

対象 民間事業者、団体など

提案内容 区の特性を踏まえたゼロカーボン実現に資する取り組み

提案方法 7月1日(月)(必着)までに提案様式に必要事項を記入のうえ、郵送、Eメールまたは直接問合せ先へ※提案様式などは、区のHP参照

問合せ 環境政策課ゼロカーボン推進担当 ☎03-5211-4253
☐kankyouseisaku@city.chiyoda.lg.jp 〒102-8688九段南1-2-1



「エコにゃパン」を販売します

区の環境キャラクターである、「エコにゃ先生」のパンを販売します。ぜひご賞味ください!

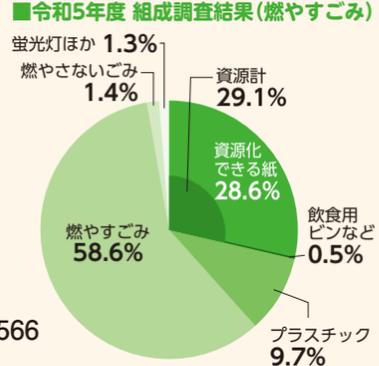
とき 6月7日(金)~20日(木)

場所 さくらベーカリー(区役所1階)



紙のリサイクルを考えてみませんか?

区が収集したごみや資源の中に、分別が適切でないものがどれだけ混在しているかを調べる「組成調査」を行った結果、「燃やすごみ」の中に「資源」として排出すべき紙が約29%含まれていました。「混ぜればごみ、分ければ資源」という言葉があります。一人ひとりのリサイクルへの行動が地球環境の保全につながります。捨てる前にもう一度見直してみませんか。



令和4年度に区が収集した燃やすごみの総量 **14,112t**

令和5年度の組成調査結果から、ここに含まれている紙資源は **14,112t × 29% = 4,092t** と推計

もしも **すべてが1tの紙パックであったら**

1tの紙パック1本の重さ=約30gとすると、**紙パック約1億3,640本分**

紙パック6本で65m巻きのトイレトーパー1ロールに再生可能なので、**約2,273万ロール分**

一人が年間に使用するトイレトーパーを52ロールとすると、年間約43万7千人が使用できる再生物を、**燃やすごみとして処分している**こととなります。

問合せ 千代田清掃事務所 ☎03-3251-0566

次回 プラスチックリサイクルを考えてみませんか!

まだまだあります! 環境に関するイベント

毎年、さまざまな環境に関するイベントを行っています。楽しく参加して、環境のことを考えてみませんか。イベントの情報は事前に広報千代田や区のHPで紹介します。※現時点の予定で、変更の可能性あり



ちよだ生物 多様性大賞

5月～
10月

生物多様性に関する活動を募集。優れた活動は表彰



生きものさがし 自然塾

7月・
11月

三井住友海上駿河台ビル屋上庭園などで自然観察をする
主催=三井住友海上火災保険(株)・(公財)日本自然保護協会



セミ羽化観察会

7月～
8月

セミに関する学習、区内の公園でセミの羽化の観察



千代田区 生きものさがし

春編
～5月31日
(金)

夏編
7月20日
(土)～

区内で見つけた生きものをアプリやハガキで区へ報告



打ち水月間

8月

区内各所で打ち水を行う。打ち水用具の貸し出しあり



環境絵画展

10月

区内の小中学生が環境をテーマに描いた作品を展示



外濠・水質改善 対策の現地見学会

10月

区で実施している対策の説明、簡単な水質実験、乗船によるお濠の見学



秋田県五城目町・ 千代田区こども交流会

8月

地元の小学生と植樹や農作業などの体験を通じて交流
主催=秋田県五城目町・千代田区こども交流会



中小企業者向け セミナー

10月

脱炭素や生物多様性に関する取り組み・事例などを紹介



秋の観察会

11月

秋の生きものや植物に関する学習、区内の公園での観察や工作など



海洋体験・学習イベント

11月

神奈川県逗子市での海洋体験、ブルーカーボン実証試験施設の見学など



環境まつり

11月

環境に関する講演、ブース出展、ワークショップなど



問合せ 環境政策課事業推進担当 ☎03-5211-4253

★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★

繁殖期のカラスに注意を

親カラスは、7月ごろまで、卵やヒナを守るため、そばを通る人を威嚇したり襲ったりすることがあります。そのような場面を目撃したらご連絡ください。

カラスに威嚇・攻撃されたら

・帽子や傘、かばんなどで頭部を守る
・腕をまっすぐ上げたり、つえや傘など棒状のものを頭上に上げたりして、その場から静かに離れる

カラスが巣作りや子育てをしていたら

カラスの巣を見つけても、被害のないときは、巣を撤去する必要はありません。困ったときはご相談ください。
☎環境政策課公害指導係 ☎03-5211-4254、民有地の場合=(公社)東京都ペストコントロール協会 ☎03-3254-0014



光化学スモッグにご注意ください

光化学スモッグは、自動車や工場などから排出された大気汚染物質が太陽の紫外線を受けて発生します。気温が

高くなる5月～9月の日中は特に発生しやすくなります。光化学スモッグ注意報が発令されたときは、区役所・出張所・学校などに提示し、特に濃度が高いときは防災行政無線でお知らせします。

大気汚染の理由には、自動車交通量の増加があります。徒歩や自転車、公共交通機関での移動を心がけましょう。

健康への影響

・目がチカチカしたり痛む、涙が出る
・のどの痛み、せき、息苦しさ
・吐き気、頭痛など

対処方法

・注意報などが発令したときは、屋外へ出ない
・症状が出たときは、涼しく風通しがよい屋内で、安静に
・症状が変わらないときや、症状がひどくなったときは、医療機関へ相談

健康被害の連絡先

保健サービス課保健サービス係
☎03-6380-8552(8時30分～17時15分)、(都)医療機関案内サービス「ひまわり」☎03-5272-0303(24時間受け付け)

光化学スモッグ注意報の発令状況の確認先

(都)環境局のHP、(都)大気汚染情報テレホンサービス
☎03-5640-6880
☎環境政策課公害指導係 ☎03-5211-4254



都税がスマホ決済アプリで納付できます

- ・いつでもどこでも簡単にスマホで納税ができます
- ・納付書のバーコードを読み取るだけで納税ができます
- ・手数料はかかりません



納税方法

スマートフォン決済アプリの「請求書の支払いサービス」を使用し、納付書のバーコードを読み取る

納税できる主な税目

個人事業税、不動産取得税、自動車税種別割、固定資産税・都市計画税(土地・家屋)、固定資産税(償却資産)の定期課税分と随時課税分※1枚あたりの合計金額が30万円までの納付書(バーコードがあるもの)に限る

利用できるアプリ

au PAY、d払い、J-Coin Pay、LINE Pay、PayB、PayPay、モバイルレジ、楽天銀行アプリ、楽天ペイ

注意事項

- ・領収証書は発行されません
領収証書が必要な方は、都税事務所・金融機関などの窓口またはコンビニエンスストアで納税してください
- ・納付書完了後に納付を取り消すことはできません
- ・バーコードのない納付書や汚損によりバーコードが読み取れない納付書は使用できません
- ◎主税局のHPで詳細を確認のうえ、ご利用ください

※地方税統一QRコード(eL-QR)のある納付書は、スマートフォン決済アプリでeL-QRを読み取って納付可。利用できるスマートフォン決済アプリは地方税共同機構HPを参照(QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標)
☎千代田都税事務所 ☎03-3252-7141(代表)



▲地方税共同機構HP



▲(都)主税局HP

6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・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 ※受診の際は、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
※会計の取り扱いは現金のみ



▲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、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)
- 医療情報ネット「ナビ」
- 医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間) ☎03-5272-0303



▲医療情報ネット「ナビ」

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



6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 FAX03-5211-8192

事業名・対象など	とき
骨密度測定会 16歳以上の区内在住者 ・骨密度測定(640円) ・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)9時～12時 19(水)13時30分～16時30分
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	19(水)13時30分～16時30分 ※骨密度測定会と同時に申し込み可
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)・28(金) 13時30分～15時30分 ※13(木)はかがやきプラザ(九段南1-6-10)で行う
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) 10時～10時30分
HIV・性感染症(梅毒)相談・検査	7(金)9時30分～10時
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) 10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の検便は料金別途	4(火)・7(金)・11(火)・14(金)・18(火)・21(金)・25(火)・28(金) 10時～16時

6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	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	7(金)・21(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



6月は環境月間ですが、環境のために心がけていることはありますか。私はこの春に1人暮らしを始めたのですが、エコバッグやマイボトルを持ち歩くようにしています。良いことをしている気分になれるし、ちょっとした節約にもつながります。一人一人が小さな変化を積み重ねることは世界を変える大きな力になります。今月は、皆さんでほんの少しだけ地球にやさしくなってみませんか。(塩田)

本紙の情報は変更となる場合があります。最新の情報は区のHPなどや問合せ先へご確認ください。

お知らせ

マンション連絡会
開催のご案内

第57回マンション連絡会を6月15日(土)に開催します。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。詳細は、まちみらい千代田ウェブサイトをご覧ください。

■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

「第24回千代田まちづくりサポート」の
新規募集休止について



千代田まちづくりサポート(まちサポ)については、当該事業の趣旨、運営方法の見直しを行うため、第24回の新規募集を休止します。恐れ入りますがご理解のほど、よろしくお願いいたします。

がんばる中小企業 応援リレーコラム

連載

第6回 管理職は質問力で成果を掴む
中小企業診断士 草刈 利彦

質問力は管理職にとって必要なスキルです。本稿では質問力の効果、伸ばし方について述べます。

管理職の役割には、部下の問題解決や成長のサポートがあります。効果的なサポートには部下とのコミュニケーションが大事ですが、そのために上司と部下が1対1で定期的に話し合うミーティングが役立つといわれ、適切な質問をすることが重要といわれています。

1on1で適切な質問をすることにより、次の様な効果を得られます。

1. 部下の発言を促し、モチベーション向上や成長につなげる
2. 部下の考え方や視点を引き出し、自己成長を促す
3. 部下との信頼関係を深める
4. 部下が自分の仕事に対する意欲を高める
5. 部下ばかりでなく、上司のあなたにとっても、適切な質問は役立ちます。

質問を通じて部下の意見や考え、思いを収集し、組織の課題を把握し改善策を検討できます。質問の効果は1on1だけではありません。質問をうまく使いこなせば、質問を受けた人に気づきを与え、これまでとは異なる新たな思考を促し、相手の世界を広げられます。

イベント

ちよだグルメ 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」

●～+A マンスリーフェア【静岡県西伊豆町】～
〈6月3日(月)～28日(金)〉

静岡県西伊豆町は『日本一の夕陽』や、洞窟の天井から差し込む光で海が幻想的な青色に輝く『堂ヶ島 天窓洞』などの景勝地で知られる、伊豆半島の自然景観に恵まれた町です。特産品の『かつお』は、独自の製法が受け継がれ、西伊豆の食文化を支えてきました。伝統を守りつつ、それを親しみやすい形にした商品も登場。他では味わえない逸品をご紹介します。



堂ヶ島 天窓洞

商品名	コメント
堂ヶ島麦酒	西伊豆町の青い海をイメージした苦みの少ないフルーティな『海の青』と、日本一の夕陽をイメージした香ばしさと程よい口当たりの『夕陽の赤』。是非飲み比べてみてください。
かつおSPICE	日本で唯一、西伊豆町でしか作られていない伝統的な保存食「潮かつお」を使用した、かつお節屋が作るスパイス調味料。かつお節の旨味と香りにガーリックが効いて、お肉料理にもよくあいます。
かつおのはらもジャーキー	かつおの町ならではの珍味です。かつお1本に1つしかとれないはらも(トロ部分)を甘辛たれに漬け込み、さらに燻することでスモーキーな香りに。少し炙るとさらに美味しくなります。
多具里 かつお塩辛&ガーリック	かつお塩辛を現代風にアレンジ。イタリアの家庭料理調味料パーニャカウダ風のソースに仕上げました。かつお塩辛の独特の旨味がいきたソースは野菜スティックやパスタ、肉料理や焼き魚にもよくあいます。



■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 (12時～18時)
✉chiyoda.gshop.plusA@gmail.com



質問力を磨くことで、あなたは以下のメリットが得られます。

- 相手の考えを理解できます
- 会話の流れを誘導できます
- 相手の思考を深められます
- 相手の世界を広げられます
- 相手の主体性を引き出せます

全文は
こちら!



質問力を向上させるには以下のようなことに注意しましょう。

- 知ったかぶりをしない
- 人によって質問の仕方を変える
- まずは自分から答える
- 相手のいいところを探す
- 自分がされた質問を振り返る
- 質問力がある人を真似する

私がファシリテーションやコーチングから学んだ質問する上で重要な点は3つあります。

1. 事前準備
2. 目的の明確化
3. 傾聴

実は質問力を向上させるためには、ある程度場数を踏む必要があります。頭で分かっているものでできないものです。皆さん、本日から練習に励んで高い成果をつかんではいかがでしょうか。



「第15回千代田ビジネス大賞」表彰企業紹介

東京中小企業家同友会千代田支部長賞



株式会社プライム・ナンバーズ
代表取締役社長 五十嵐 美帆氏

～道をつくる会社～

この度は「東京中小企業家同友会千代田支部長賞」という名誉ある賞をいただき、誠にありがとうございます。社員一同誇りに思います。

弊社は「道をつくる会社」をコンセプトに、主に情報処理の分野でお客様に目的を達成するための最適な道をご提案しています。

特に学術情報分野に強みを持っており、現在は大学や研究機関向けのサービスで業務設計、データキュレーション、カスタマーサポート等の業務を請け負っています。目に見えない情報処理というサービスだからこそ、何よりも顧客に信頼される会社であることを重視し、常に顧客の期待を良い意味で裏切るような成果を出し続けることを心掛けています。そのために大切なのは業務に従事する社員の力量です。

経営理念の一つに「私たちは、共に学び合い、未来のために自らの道を選択できる力を養います」と掲げている通り、弊社は社員の自発的な学びと成長の機会を重視しています。社員ひとりひとりの成長が社員の幸せにつながり、それが原動力となって顧客への更なる価値提供につながり、さらには社会に対しての貢献につながることを確信しています。

それを実現するために、弊社では社員全員が経営計画書の作成に参画できるように、入社間もない社員でも取り組みに参加しやすい施策を実施しています。それと同時に働きやすさも重視し、フルリモートワークを取り入れて多様な働き方に対応しています。

「働きやすさ」と「働き甲斐」を両立し、社員の仕事の質を高めることで顧客と社会に価値を提供する。それが、プライム・ナンバーズ(素数)の名を持つ弊社の使命です。



●株式会社プライム・ナンバーズ

☎ 6260-7014 URL <https://www.prime-numbers.co.jp/>



優秀賞



有限会社戸田商事
代表取締役 戸田 学氏

～市場の変化をいち早く捉え、新しい需要を開拓することで、人々が豊かで安心して生活できる環境づくりを目指します～

この度は、千代田ビジネス大賞にて、優秀賞という名誉ある賞をいただき、誠にありがとうございます。この栄誉は、私たちが取り組んできたことを評価していただき、私たちの限界をさらに押し上げ、意欲を与えてくれたこと心から感謝いたします。

有限会社戸田商事は、多角化戦略を行っています。近年流通企業のさらなる充実を図り、その機能をフル活用し、幅広い顧客ニーズ、取引先ニーズに対応できる商品開発、マーケティングに力を入れ、取引先への価値の提供をしてきました。今後も企業理念に基づき、積極的に人材・企業への投資を継続しグループ会社(2024年4月現在46社)各社との連携によるシナジー効果を最大限に発揮できる体制整備を進め、売上拡大と継続的な利益確保を目指します。

また、新しい分野への積極的投資、国内流通網の強化、市場拡張等に積極的に経営資源の投下を進めます。

(株)東京スポーツ新聞社様とのコラボレーションから生まれた「東スポ餃子」は、弊社100%子会社の製造メーカーと新聞業界との異業種コラボレーションから生まれた商品でマスコミ各社から取材を受け、大きな話題となりました。

この様な異業種との取り組みこそ、総合商社である当社の強みと思っています。直近では、ブランド「PLIED FIVE」を立ち上げ、日本人が世界と比較しても最も消費の多い、テッシュに着目し、日本初となる「5枚組ローションテッシュ」の発売をサンリオとコラボし、大手コンビニエンスストア、スーパーマーケットと取組を進めています。こうした活動は単なるお取引ではなく、次世代を見据えた取組強化を実施するもので、自社、お取引先、消費者課題の改善に貢献するものと考えています。この受賞は、大きな励みとなり、成果が報われました。感謝を忘れず、より一層の努力と成果を目指します。

●有限会社戸田商事

☎ 5282-1265 URL <https://todashoji.jp/>



優秀賞



株式会社OTO
代表取締役 河村 雅人氏

～一歩ずつ、社会に足音を。～

この度は優秀賞を受賞させて頂き、大変光栄に思います。株式会社OTOの社名は「from 0 to ~」(ゼロから何かを始める)が起源となっております。

起業以来毎年のように新しい事に挑戦し、少しずつですが前進を続けて参りました。

まちづくりの一端となる設計コンサルタント業務以外にもコールセンターやリモート点呼サービス、映像制作やイベント運営、WEB制作、システム開発など多様な業務が社内処理でできるようになりました。

弊社が一貫して追求していきたいと考えているのは「お客様の課題解決」です。課題解決に必要な技術にはこれからもどんどん挑戦して参ります。

また、いつの時代も現実的な課題の一つにコストがあります。弊社では現実を直視し、コストも課題である事をしっかりと認識した上で解決をしていきたいと考えております。



▲アルコールチェック代行サービス写真



▲社内風景

お客様とともに考え行動し、サービスの専門性を強みとした柔軟な対応で最適な解決策を提案します。

お客様のさまざまな期待に応え、新しい価値を社会に提供し続ける事で社会に貢献して参りたいと思いません。

この受賞は、共に歩むお客様と弊社の経営理念や価値観を共有し、日々の業務に誠実に取り組んでくださる全ての従業員の皆様のご支援があつてのものです。

今後も変わらぬ情熱と創意工夫をもって、社会への貢献に努めてまいります。このコメントをお読み頂いた全ての皆様に心より感謝いたします。

●株式会社OTO

☎ 5577-5375 URL <https://www.oto-inc.com/>



女性経営者賞



ソホビービー株式会社
代表取締役 朱 力敏氏

～人材=人の質～

この度の第15回千代田ビジネス大賞では、新たに新設された「女性経営者賞」の初代受賞企業にご選定をいただき誠にありがとうございます。また、弊社の製品や取り組みに関しましても高いご評価をいただいたことも嬉しく思います。

ソホビービー株式会社はSalesforceの導入支援・開発支援をメイン事業としながら、自社開発をしたAIプラットフォーム「HAMPANAI AI」を中心とした最新技術でのAI導入、DX化支援を行っております。2006年に日本企業として起業後、2022年10月に現在のオフィスへ移転しました。

現在、AIはビジネスにおいても無くてはならない存在になりつつあります。それはAIの開発企業が成長するという意味ではなく、いかに自社のビジネスにおいて「AIを有効に使えるか」ということを意味します。「HAMPANAI AI」はお客様それぞれの課題やご要望に応じてオリジナルモデルを作成する、いわばオーダーメイドのAIです。それゆえに「AIをどのように活用すれば良いかわからない」という企業様には難しく感じるかもしれません。だからこそ我々は、そういったお客様に具体的なご提案が出来るよう積極的に、かつ低コストで概念実証(PoC)を行い、リリースにて3年間で40社様以上もの企業様へPoC実施をさせていただいております。



多くの企業様が成長を続けられるように、そして弊社自身もより地域や社会に貢献していけるよう努めて参ります。

多くの企業様が成長を続けられるように、そして弊社自身もより地域や社会に貢献していけるよう努めて参ります。



●ソホビービー株式会社

☎ 5826-4275 URL <https://www.sohobb.jp/>

