

もうすぐ春ですね

いよいよ桜のシーズンが近づいてきました。毎年恒例の千鳥ヶ淵ライトアップの情報は今号に掲載。また、区の桜をいつまでも美しく保つため「ちよだの桜守」も募集しています。そのほか、新年度に予定されている新たな制度などの情報も多数掲載しています。お見逃しなく！

公民連携で高齢者の

介護予防

フレイル対策

社会参加

を促進！

詳しくは
5面をご覧ください。

ちよだアクティブシニア塾が始まります！

時間に余裕をもってご来庁ください

4月中旬
まで

総合窓口課・出張所の窓口が大変混雑します

問合せ 総合窓口課

☎03-5211-4200

〒102-8688九段南1-2-1

■住所異動(引っ越し)の手続き

		届出期間	手続き
転出	区外へ	あらかじめ ※オンライン手続きの場合、引っ越し予定日の30日前から引っ越し後10日以内	区役所または出張所へ転出届を提出 (新住所地で転入届の提出が必要)
転入	区外から	住み始めた日から14日以内 ※引っ越し前は届出不可	区役所または出張所へ転入届を提出
転居	区内での 引っ越し		区役所または出張所へ区内転居届を提出

手続きに必要なもの

- ・本人確認書類(免許証、保険証など)
- ・引っ越し方全員のマイナンバーカード(所持の場合)
- ・引っ越し方全員の住民基本台帳カード(所持の場合)
- ・パスポート(国外転入の方)
- ・戸籍謄本・戸籍の附票(区以外が本籍の国外転入の日本人)
- ・在留カード(外国人) ・転出証明書(発行された方)
- ・委任状(代理人届出の場合)
- ・居住証明書(区で居住できることを確認していない建物や、親族以外の方の世帯に転入・転居される場合)

■区外への転出届は来庁せずに手続きが可能

署名用電子証明書が有効なマイナンバーカードを持っている場合、スマートフォンなどでマイナポータルからオンラインで転出届を提出できます。

マイナンバーカードを持っていない方は、郵送届出が可能です。窓口混雑期間は転出証明書の返送に時間がかかるため、転出日が決まったら早めに提出してください。

届出方法 転出届(区のHPでダウンロード可)、本人確認書類のコピー、切手を貼った返信用封筒を郵送で問合せ先へ



■当日中に手続きが終わらない場合がありますのでご注意ください

次のような場合、後日再来庁していただくことがあります。

- ・他市区町村へ家族関係の確認が必要な場合や他課での手続きを必要とする場合で、窓口閉庁時間間際や総合窓口課土曜臨時開庁日(3/29、4/5)に来庁の場合
- ・代理人が手続きに来庁した際にマイナンバーカードの継続利用や署名用電子証明書の発行が併せて必要な場合
- ・手続きに必要なものを当日持参していない場合

■コンビニエンスストアで証明書の発行が可能

利用者証明用電子証明書が有効なマイナンバーカードを持っている方は、マルチコピー機が設置されている全国のコンビニエンスストアで各種証明書を取得できます。

コンビニ交付には利用者用電子証明書の数字4ケタの暗証番号が必要です。忘れた場合は、区役所または出張所で暗証番号初期化の手続きが必要です。



▲利用方法動画

証明書	対象	手数料	受付時間
住民票の写し	区に住民登録している方	1通200円	6時30分～23時 (12/29～1/3、システム休止日を除く)
印鑑登録証明書	区に住民登録しており、 印鑑登録済の方		
課税(非課税)証明書 課税・納税証明書 ※最新年度のみ	区に住民登録しており、 区で住民税が課税されている方	1通350円	平日9時～19時、土曜9時～17時(日曜、 祝日、12/29～1/3、 システム休止日を除く)
戸籍全部(個人)事項証明書	区に本籍がある方	1通200円	
戸籍の附票の写し			

ふれあい会館の利用を休止します

新幹線高架橋柱耐震補強工事に伴い、ふれあい会館1階洋室Aと2階洋室Bの利用を休止します。

とき 6月1日(日)～令和8年3月31日(火)

場所 ふれあい会館(神田須田町2-17)

問合せ 和泉橋出張所 ☎03-3253-4931

選挙人名簿定時登録者数

(令和7年3月1日基準)

男 27,297人(+ 16人)

女 27,475人(- 106人)

合計 54,772人(- 90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

「子どもの遊び場」 拡充と見直し

4月1日(火)から旧九段中学校校庭と体育館を「子どもの遊び場」として開放します。これに伴い、ふじみこどもひろばの「子どもの遊び場」の運用を見直します。詳しくは区のHPでご確認ください。東郷元帥記念公園での「子どもの遊び場」は、ボール遊びにおける新しい公園利用ルールが適用されたため3月31日(月)で廃止します。

問合せ 子育て推進課子育て推進係 ☎03-5211-3653



ご意見をいただき、 ありがとうございました。

「千代田区公園づくり基本方針(素案)」へ多数の貴重なご意見をいただき、誠に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考え方は区のHPで公表しています。

意見募集 令和6年12月5日～12月20日

結果 意見者数44名、意見数106件

問合せ 道路公園課計画・設計係

☎03-5211-4240



Contents — 今号の主な内容 —

2 千鳥ヶ淵のライトアップ期間が決まりました 6 ベビーシッター利用料補助の申請をお忘れなく 12 区政78周年記念日に表彰された方

公印を押印する
文書の範囲を見直します

事務の簡素化と効率化に向けて、区から発出する文書について、令和7年4月1日(火)から公印を押印する文書の範囲を見直し、一部の文書は公印の押印を省略することとします。
なお、公印の押印がなくても、公文書の効力に変わりはありません。
▼公印の押印を省略する文書
原則として、次の「公印を押印する文書」以外の全ての文書について、公印の押印を省略
【公印を押印する文書】
公印を押印する文書は、次のとおり
▼法令等の規定により公印を押印することが義務づけられている文書
（例）契約書など
▼区または相手方の権利義務または法的地位に大きな影響を及ぼす文書
（例）許認可の通知書、納入通知書など
▼特定の事実を証明するための文書
（例）身分証明書、登録証など
▼その他特に公印の押印が必要と認められる文書
（例）表彰状など
問合せ 総務課文書係
☎03-5211-4138

年金を受けている方が
所在不明のときは届け出てください

年金を受給している方の所在が1か月以上不明な場合、同一世帯の方が所在不明の届け出を提出する必要があります。
提出先 年金事務所
注意事項 次の場合、年金の支払いが一時停止
・届け出提出後、受給権者本人に送付される現況申告書の返送がない
・受給権者の健在を確認できていない
も、所在が不明
※年金の支払いが停止されている方の所在が判明した場合、年金の受け取りを再開するためには手続きが必要
問合せ ねんきんダイヤル
☎0570-05-1165
（IP電話の場合）
☎03-6700-1165、
千代田年金事務所
☎03-3265-4381

国民健康保険ご加入の方へ はり・きゅう・マッサージなどの利用券を活用しましょう

国民健康保険に加入している方は、補助を受けることができます。はり・きゅう・マッサージ保険が適用されるものを除く（の施術を受けるときは1回1000円（年間最大24回）、スポーツセンターなどのプール利用は無料（年度内最大6回／1回につき2時間利用可）、人間ドック利用は最大2万円（年度

区政インフォメーション

内1回限り）です。この利用券を申請により交付します。
対象 区の国民健康保険に加入している40歳～74歳の保険料の未納がない方
申請場所 保険年金課国民健康保険係、出張所
問合せ 保険年金課国民健康保険係（区役所2階）
☎03-5211-4205

HPVワクチン予防接種の予診票を
一斉発送します

令和7年度新たにHPVワクチン定期接種の対象になる方とキャッチアップ接種経過措置の対象になる方に予診票を送付します。有効期限を十分に確認し、余裕をもって接種しましょう。
詳しくは区のHPでご確認ください。
対象
①中学校1年生
平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれの女性
②キャッチアップ経過措置対象者
平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性で令和4年4月1日～令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した方
送付時期 ①令和7年3月末②令和7年5月ごろ
有効期限 ①令和11年3月31日（高校1年生の年度末）②令和8年3月31日
費用 無料※区指定の予診票をお持ちでない場合は自費
接種方法 23区内の指定医療機関の窓口
予診票と母子健康手帳を提示
問合せ 健康推進課感染症対策係
☎03-5211-8172

狂犬病予防集合注射を行います

生後91日以上飼育犬は、毎年4月～6月の間に狂犬病予防注射の接種が法律で義務付けられています。集合注射期間中に来られない方は、動物病院で注射を受けた後、千代田保健所・出張所または総合窓口課に注射済証明書のコピーを持参し、手続きをしてください。
とき・会場 下表
※事前に送付する予診票に必要事項を記入して当日会場に持参
※予診票などご案内の書類は、犬の登録をしている飼い主の方に3月下旬発送
費用 1頭につき3,750円（注射3,200円＋注射済票550円）
問合せ 地域保健課動物愛護担当 ☎03-6256-8177
集合注射の日程・会場（18日（金）は実施なし）

とき	時間	会場
4月15日（火）	14時～15時	いきいきプラザ一番町（一番町12）
4月16日（水）		神田児童公園（神田司町2-2）
4月17日（木）		佐久間橋児童遊園（神田佐久間町1-11）
4月19日（土）	10時～11時	千代田保健所（九段北1-2-14）

※当日直接会場へ／雨天実施

さくらの季節がやってきました！

★千鳥ヶ淵のライトアップ期間が決まりました

とき 3月28日（金）～4月8日（火）日没～21時

場所 千鳥ヶ淵緑道（九段南2～三番町2先）

★ちよだの桜守になりませんか

～キャッシュレス募金であなたも桜守に～

区のさくらは、今までも多くの方に守られてきました。これからも区のさくらが繁栄し、すばらしい景観を保ち続けられるよう、ご協力ください！

▲さくらまつり特設サイト

▲Osaisen Japan サイト

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

英語講座受講生募集

千代田区バウチャー制度対象講座あります

地元で112年。お近くで英語を学べます。高校生からシニアまで様々な方が学んでいます。気軽な英会話から、ビジネス英語、総合講座、試験対策まで高校生以上なら誰でも学べます！
【同時開講：フランス語・ラテン語・古典ギリシャ語】

学校法人 アテネ・フランセ 英語科
101-0062 東京都千代田区 神田駿河台 2-11
03-3291-3391
https://athenee.jp

自転車用ヘルメット購入費
補助金申請の方法が変わります

4月1日から、自転車用ヘルメット購入費補助金の交付申請は、直接区に申請する方法が変わります。詳しくは区のHPまたは問合せ先へ。
※3月31日までは、補助対象店舗で補助金額を割り引いた金額で購入可
対象者 申請時に区内に住所を有する者。※補助は、ヘルメット使用者1人につき1回限り
対象ヘルメット 以下のすべてを満たすヘルメット
・購入価格が税込3,000円以上
・安全基準を満たしている
・新品※購入から1年以上経過したヘルメットは対象外
・購入店舗は問わず。ネット通販で購入したヘルメットも対象
申請受付開始 4月1日（火） 補助額 2,000円
申請方法 区のポータルサイトまたは所定の申請書に必要書類を添付して申請。所定の申請書で申請する場合は郵送または直接問合せ先へ
※ポータルサイトの利用にはアカウント登録が必要。また、補助金の受け取りには口座情報の登録が必要
必要書類 次のすべてを添付
・申請者の氏名と住所が分かる本人確認書類。申請者とヘルメットの使用者が異なる場合は、使用者の氏名と住所が分かる本人確認書類も添付
※申請書の本人確認書類は、原則次のいずれかにすること。
①運転免許証②パスポート③マイナンバーカード④在留カード⑤特別永住者証明書⑥健康保険証⑦運転経歴証明書
・レシートや領収書（購入日、購入した商品名や品番、購入金額、購入店舗がすべて分かるもの）
・ヘルメットの安全基準が分かる写真（安全基準を満たしているマークの写真、保証書、説明書など）
問合せ 環境まちづくり総務課交通対策・監察係（区役所5階）
☎03-5211-4345
その他 過去に店舗で割引を受けてヘルメットを購入したことがある場合は、申請不可

安全基準を満たしているマークの例

SGマーク	JCF公認マーク	JCF推奨マーク	CEマーク
製品安全協会が認証した製品	日本自転車競技連盟が公認した製品	日本自転車競技連盟が推奨した製品	EUの基準に適合した製品 (EN1078)

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

4月のはあとサロン

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（4面記入例参照）で一番町／三崎は社会福祉協議会（☎03-3265-1901／FAX03-3265-1902）アキバ／和泉はアキバ分室（☎03-6285-2860／FAX03-6285-2861）へ



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3月25日（火）午前9時から受け付け

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）	11日（金） 午後1時30分～2時	優しい音色を楽しみましょう♪ 「ヘルマンハーブ演奏会」	10名 無料
三崎町はあとサロン（神田三崎町3-1-17）	10日（木） 午後1時30分～3時	中国武術の要素を取り入れて体を動かす！ 「健康教室」	3名 無料
アキバみんなのサロン（外神田1-1-13）	9日（水） 午後3時～3時45分	体も心もリラックス！ 「エスコートストレッチ&区歌ダンス」	10名 無料
和泉はあとサロン（神田和泉町1-5-10）	10日（木） 午後1時30分～3時	ボランティアが囲碁のルールやコツを教えるので、初めての方も大歓迎！「囲碁サロン」	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

4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） 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	10日（木）午後2時～3時30分 （午後1時30分開場）	楽しみながら体を動かそう！（ベストリハ四谷） ミニ音楽会（アンサンブルポコポコ）	30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） 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	26日（土）午後2時～3時30分 （午後1時30分開場）	感じるままにアートを鑑賞！ ～アートに触れて感じたことを参加者どうして共有しよう～（高橋由美子氏）	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	12日（土）午後2時～4時	「明日からできる健康体操講座」 ～体操習慣を身に付けフレイル予防を～ （町田智子氏〈理学療法士〉）	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	22日（火）午前10時～11時45分	「明日からできる健康体操講座」 ～体操習慣を身に付けフレイル予防を～ （町田智子氏〈理学療法士〉）	15名

4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※2	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
	金※2	4日・11日・18日・25日 午前10時30分～11時30分
富士見区民館※1	月※2	7日・14日・21日・28日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
麹町区民館	火※2	1日・8日・15日・22日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
ちよだパークサイドプラザ	火	1日・8日・15日・22日 午後1時30分～2時30分
いきいきプラザ一番町	水※2	2日・9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
	木※2	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※3	4日・11日・18日・25日 午前11時～正午
岩本町ほほえみプラザ	水※2	2日・9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
神保町区民館	水※2	2日・9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
アキバ分室 みりおん	木※3	3日・10日・17日・24日 午前10時～11時
神田公園区民館	木※2	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
かがやきプラザ	金※2	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
和泉橋区民館	金	4日・11日・18日・25日 午後1時30分～2時30分

※1 年度途中で会場変更あり（改修工事のため） ※2 2部制。どちらも同じ内容 ※3 指導員は不在。指導員の指導映像を投影して行う

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

区民の皆さまに無料公開「公益目的支出計画事業の講演会」のお知らせ

「脳の健康と情報環境」

生涯学習の一環としてお役立てください **参加費無料**

開催日時： **2025年4月16日（水）16:00～17:00** 受付開始15:40
場 所： 一般社団法人電気倶楽部（〒100-0011 千代田区内幸町2-2-3 日比谷国際ビルB2会議室）
募集人数： 定員10名（先着順・事前にお申込みください）
申込方法： 「4/16 講演会 参加希望」と明記し、往復はがきに「住所/氏名/年齢/職業/電話番号」をご記入の上、開催2日前必着でお送りください。折り返しご連絡を差し上げます。
（お申込みの無い方は入場不可）／【主催】 一般社団法人電気倶楽部 <http://www.denki-club.or.jp/>
電気倶楽部では区民の皆さまに有益な公益目的支出計画の講演会や施設見学会を各種開催しております。HPも併せてご覧ください。

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター 神経研究所 疾病研究第七部 部長 **本田 学 氏**

健康に関するお悩みはありませんか？

お一人お一人の悩みをじっくりとお聞きし、体質や疾患にあった漢方薬や養生法を提案していきます

年間相談件数**1500**件の漢方専門薬剤師が様々な疾患に対応

漢方薬でこころとからだを健康に

無料相談実施中！まずはご連絡を！！

小島漢方薬局 神保町 **検索**

ご予約、ご連絡はHPをご覧ください

带状疱疹ワクチンが定期接種化 対象者の接種費用が無料に

次の対象者へ带状疱疹予防接種予診票をお送りします。
対象者 令和7年度に次のいずれかに当



てはまり、過去に带状疱疹ワクチンの接種を完了していない方
・令和7年4月2日以降に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方※令和7年度のみ100歳以上の方全員も対象

・令和7年4月2日以降に60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、1級相当の身体障害者手帳を持っている方

送付時期 4月以降に準備ができた日発送

接種場所 23区内の指定医療機関※区内の指定医療機関は区のHPを参照

接種ワクチン※どちらかを選択
・不活化ワクチン(シングリックス)2回
・生ワクチン(ビケン)1回

接種方法 23区内の指定医療

機関の窓口で予診票を提示し、接種を受ける
その他 区の带状疱疹任意予防接種費用助成は継続予定
問合せ 健康推進課感染症対策係
☎03-5211-8172



介護予防教室 LaLaLa Fit

とき 5月9日～6月27日の毎週金曜(全8回)午後1時30分～2時30分

会場 スポーツセンター(内神田2-1-8)

対象 60歳以上の方

定員 15名(抽選／区内在住者優先)※3名未満の場合は中止

内容 椅子を使った頭と体を動かす運動機能向上プログラム

費用 区内在住者4,000円、その他の方5,200円

申込方法 4月25日(金)(必着)までにHPまたは往復ハガキ(1人1枚／記入例参照／緊急連絡先も記入)で問合せ先へ

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



□□□-□□□□

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)。

後期高齢者医療制度の保険料

■納め忘れはありませんか

令和6年度の後期高齢者医療保険料を納め忘れている方は、金融機関・コンビニエンスストア・区役所・出張所などで至急納めてください。納付書を紛失した場合は郵送しますので、ご連絡ください。

■令和7年度保険料の年金からの引き落とし(特別徴収)

保険料を年金からの引き落とし(特別徴収)で納めている方の、4月、6月、8月の保険料の金額は2月に引き落とされた保険料と同じ金額です。これは、令和6年の所得金額が未確定のため、暫定的に2月と同額の保

険料を徴収するためです。
※令和7年度の保険料は7月に決定し、決定通知書を送付
問合せ 保険年金課後期高齢者医療係 ☎03-5211-4206

シルバー人材センター 入会説明会

とき 毎月第2火曜午後2時～、第2木曜午前10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

持ち物 筆記用具、印鑑、住所・年齢が分かる公的書類

問合せ シルバー人材センター
☎03-3265-1903

70歳以上の方へ

東京都シルバーパスをご利用ください

70歳以上の方は、都営バス、都営地下鉄、都電、都内民営バスが利用できる「東京都シルバーパス」を購入できます。70歳になる月の初日から申し込みます。

有効期間 購入日～9月30日(火)※更新の案内は8月

対象 70歳以上の都内在住者

区分	費用
①令和7年度の住民税が「課税」の方(下の③を除く)	2万510円※1
②令和7年度の住民税が「非課税」の方	1,000円
③令和7年度の住民税が「課税」で、令和6年の合計所得金額※2が135万円以下の方	

申込方法 必要書類を直接最寄りのシルバーパス取り扱いの都営地下鉄定期券発売所またはバス営業所へ

■必要書類

すべての方 本人確認ができるもの(保険証または運転免許証など)

区分②・③に当てはまる方 次のいずれか1点

- ・「令和7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」は使用不可、また再発行不可)※3
- ・令和7年度住民税非課税証明書または課税証明書で令和6年の合計所得金額が135万円以下のもの※3
- ・生活保護受給証明書(令和7年4月以降に発行されたもので、生活扶助の記載があるもの)

※1 4～9月に新規購入し、区分①に当てはまる方は、有効期限が短いため、半額の1万255円

※2 不動産譲渡所得に係る特別控除の適用がある場合は、合計所得金額から特別控除を控除して得た額

※3 令和7年度住民税などの賦課決定が行われるまでの期間は令和6年度の書類で代用可

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)

手続きガイドをご活用ください！

3月中に精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方向けのガイドを公開！

簡単な質問に答えるだけで
サービスの申請に必要な手続きが分かります！

身体障害者手帳
または
愛の手帳(東京都療育手帳)をお持ちの方向けの
手続きガイドは
公開中です。

スタート

▲手続きガイド

精神障害者手帳を持っている方が受けられるサービスガイド

精神障害者手帳をお持ちの方が受けられるサービスを確認できます。

質問数の目安: 1～10問

回答時間の目安: おおよそ29分以内

回答をはじめる

画面に表示される質問に答えていくだけで…

利用できるサービスの
手続きが表示されます！

ゴール

精神障害者手帳を持っている方が受けられるサービス ガイド結果

2件の該当結果 一覧表示 詳細表示

手続き場所: 千代田区役所3階 障害者福祉課

ヘルプカード

障害者福祉手当

問合せ 障害者福祉課総合相談担当 ☎03-5211-4217

麴町の「麴」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。

皆さんの **趣味づくり** **介護予防対策** を 区内事業者がお手伝いします！

4月から、地域でさまざまな活動をされている区内事業者の協力を得て、
「**ちよだアクティブシニア塾**」がスタートします。この取り組みを通じて、
皆さんが地域社会につながるきっかけづくりや趣味の仲間づくり、介護予防対策などを促進します。

区独自 **ちよだアクティブシニア塾** 地域の高齢者団体などに民間企業の講師を無償で派遣する出張講座です。さまざまな事業者が多数存在する区の特性を生かした独自の取り組みで、皆さんの活動をサポートします。

問合せ 在宅支援課
地域包括ケア推進係
☎03-6265-6485

■ 利用の流れ 電話1本で利用できます。ご相談もどうぞ！



- とき** 通年受付(講座実施回数に上限あり)
対象 65歳以上の区内在住者が参加する団体・グループ
内容 民間企業の講師が直接出向き、民間企業ならではのノウハウや専門的知識を活かした講座を原則無料で実施(一部材料費など実費負担の場合あり)
申込方法 電話で問合せ先へ

出張講座の例 ()内は実施事業者

- 体を使うゲームの体験会((株)フオンタムジャンプ)
 - 栄養セミナー+健康チェック相談会((株)アイセイ薬局)
 - おくすりの正しい飲み方講座(日本調剤(株))
 - ハンドケア講座(Nail Sarasa(福祉ネイルサラサ))
 - 尿モレ勉強会(日本製紙クレシア(株))
 - 紙おむつの特長・当て方のポイント講座(大王製紙(株))
 - 写真の簡単撮り方講座(日本カメラ博物館)
 - インドの家庭料理((株)プランスコーポレーション(アジャンタ))
 - トップアスリートによるエクササイズ講座((株)オリエントコーポレーション)
 - アース製薬直伝!身近な害虫対策入門~正しく知って、正しく対策~(アース製薬(株))
 - 小麦粘土で作る「パンの花」教室((株)ニッポン)
 - 入浴と睡眠((株)バスクリン)
- ※その他の講座は区のHPを参照



オンラインランチミーティング事前説明会
(株)フオンタムジャンプ、(株)プランスコーポレーション共催



季節の変わり目ケア講座
日本製紙クレシア(株)、Nail Sarasa共催



フレイル測定会
(株)アイセイ薬局



トップアスリートによるエクササイズ講座
(株)オリエントコーポレーション



ニッポンウェルネスセミナー
(株)ニッポン



▲区のHP

＼ 私たちが出張します! ／

体験型ゲーム機で、ボウリングを楽しみましょう



(株)フオンタムジャンプ
谷口英輝さん

スパイス料理を身近に!



(株)プランスコーポレーション(アジャンタ)
有沢小枝さん

快適な毎日のために、協力させてください



日本製紙クレシア(株)
高川雅由さん

手の健康を維持することで毎日が一段と明るくなります



Nail Sarasa(福祉ネイルサラサ)
内海紀公子さん

簡単にできる食と栄養対策、私たちにお任せください!



(株)アイセイ薬局
左から佐々木さん、清水さん、池田さん

フレイル予防につなげていきましょう!



(株)オリエントコーポレーション
佐藤貴昭さん

手作りの楽しさ、おいしさを体験してください



(株)ニッポン
仁見貞子さん

無料 MR(麻しん風しん混合) ワクチン

2回目の接種で十分に免疫をつけよう
令和7年度に幼稚園、保育園年長相当の年齢になるお子さんへ3月末に予診票を送付します。1回の接種では免疫がつかない場合があるので、必ず2回接種してください。

対 平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの方

接種期間 4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

接種費用 無料

接種方法 23区内の指定医療機関の窓口にて予診票と母子健康手帳を提示
※昨年予診票が届いた子ども(平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)は接種期限の令和7年3月31日(月)までに接種を。

問 健康推進課感染症対策係
☎03-5211-8172

他 区指定の予診票がない場合は自費



子育てひろば 児童・家庭支援センターのご案内

時 毎週火曜・水曜・木曜10時～16時
※水曜は月1～2回程度(当日直接会場へ)

場 神田公園区民館和室(神田司町2-2)、内神田集会室和室(内神田1-1-3)※神田さくら館7階(神田司町2-16)で行う子育てひろばは、4月から近隣の公共施設で開催

対 区内在住の乳幼児の親子

問 児童・家庭支援センター子育て事業係
☎03-5298-2424



ファミリーサロン 『今日からできるエクササイズ』

時 4月19日(土)10時30分～11時30分

場 社会福祉協議会アキバ分室(外神田1-1-13万世橋出張所・区民館6階)

対 区内の子育て中の親子

定 8名(申込順)

内 親子でボディメイクトレーナーとエクササイズを楽しむ

申 3月25日(火)から電話、ファクスまたはEメール(4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



元気にスポーツをしたい キッズ集まれ!

■ちよだキッズスポーツ塾Ⅰ期

時 4月23日～6月11日の毎週水曜(全8回)16時～17時 **対** 小学生

定 30名(抽選／区内在住者を優先)

内 マット、鉄棒、跳び箱を中心にさまざまな運動の基本動作などを学ぶ

費 4,000円 **締** 4月14日(月)(必着)

■運動会必勝塾

かけっこ・走り方教室

時 5月6日(火・振休)①かけっこ教室9時10分～10時②走り方教室10時15分～11時15分③走り方教室11時30分～12時30分

対 ①幼児(4歳以上の未就学児)②③小学生

定 ①30名、②③各30名(いずれも抽選／区内在住者を優先)

内 速く走るためのコツを学ぶ

費 区内在住者500円、その他の方700円



円 **締** 4月22日(火)(必着)

――― **いずれも** ―――

場 スポーツセンター(内神田2-1-8)

申 HPまたは往復ハガキ(1人1枚／4面記入例参照／希望の塾も記入)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

他 持ち物＝室内シューズ・運動できる服装・タオル・飲み物



図書館でおはなし会

時 4月13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



忘れずに申請ください

ベビーシッター利用料を補助

日常生活の突発的な事情により一時的に保育を必要とする保護者が、都が指定するベビーシッター事業者を利用した際、利用料の一部を補助します。

対 区内在住で満6歳になる年度の末日までの児童(未就学児)がいる家庭
※18歳未満の障害者手帳を有する児童がいる世帯は、小学3年生までが対象

対象期間 4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

補助金額(児童1人当たり) 7時～22時の利用＝上限1時間2,500円、22時～翌7時の利用＝上限1時間3,500円

上限時間 児童1人同一年度内144時間(多胎児の場合は児童1人288時間、障害者手帳を有する児童がいる世帯は216時間)

対象利用料 ベビーシッター事業者から請求される料金のうち、純然たる保育サービス提供単価(税込)※入会金、交通費などは対象外

申請受付期間	補助金交付時期
～7月31日	8月～9月
～10月31日	11月～12月
～令和8年1月31日	令和8年2月～3月
～令和8年4月16日	令和8年5月

申請方法 区のHPを確認のうえ、ポータルサイトまたは郵送で問合せ先へ

問 (株)パソナライフケア・千代田区ベビーシッター担当
☎0120-212-115 〒107-0062港区南青山3-1-30

令和6年度利用分は 4月18日(金)17時(必着)が 最終の申請期限です。 期限以降の申請はできないためご注意ください。

4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

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	15(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	5(土)・19(土)9時～11時30分 9(水)・17(木)・23(水)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	16(水)9時～11時10分 4(金)・21(月)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	22(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	14(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(対象者に通知) 内 離乳中期への進め方や調理のポイント	22(火)13時30分～14時30分
ままばぱ面談(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	平日＝8時30分～17時 (最終受け付け16時30分)
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)	24(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)	15(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)	10(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)	8(火)12時45分～14時

第9期

○ちよだ生涯学習カレッジ

地域デザインコース入学者募集

問合せ 九段生涯学習館 ☎ 03-3234-2841 〒102-0074 九段南1-5-10

多世代と学び合い、コミュニティの未来をデザインしませんか。

さまざまな境遇でいろいろな経験をもつ他者との学び合いを通して、自己理解を深めながら柔軟な思考を育みます。カレッジでの学びを通して新しい知識や気づきを得て、仲間とともにコミュニティの未来をデザインしたい方を募集します。

時 5月～12月の水曜19時～21時または土曜14時～16時(月2日程度) ※講座内容により曜日・時間の変動あり

初回講座日 5月24日(土) 13時30分～16時30分(オリエンテーションなど)

対 区内在住・在勤・在学の18歳以上(令和7年4月1日現在)で、約8か月間継続して学び、学習成果を地域活動やボランティア活動などに生かす意欲・熱意のある方

定 30名(選考) 費 1万円(全講座分)

申 5月6日(火・振休)(必着)までに所定の入学願書へ必要事項を記入のうえ、郵送または直接問合せ先へ※HPからの応募も可

入学募集案内冊子の配布場所 情報コーナー(区役所2階)、出張所など※問合せ先からダウンロード可



プログラム



①～④の単元に分けて学びます。
レポート提出やグループワーク、受講生同士で発表を行う講座があります。

①自分に向き合う

未来をより良くするために、他者とのアクティブラーニングを通して、自らに問い直しながら柔軟な思考を育み、自己理解を深める

②他者とつながる

グループに分かれてコミュニティ活動の最前線で活躍する実践者に話を聴き、受講生全体の学びとなるよう自らの言葉で発信する

③ちよだの魅力にせまる

区の自然・歴史・芸術などのジャンルの最新事例や知識、特性を学び、課題を自分ごととして捉え、今後の取り組みや地域の可能性を考える

④ちよカレ卒業生からのバトン

所属期を超えた交流を目的として、卒業生自ら企画し、携わるコミュニティ紹介はもちろん、専門性や得意分野を生かして開催する講座



入学募集公開講座

第9期 地域デザインコース
自分を拓こう～地域デザイン×ライフデザイン

ちよだ生涯学習カレッジ総合アドバイザーの笹井宏益氏(玉川大学学術研究所客員教授)、野口幸代氏((一社)エスコートダンス®協会代表理事)とちよカレ第8期卒業生のてい談、カレッジの紹介、入学説明を行います。

時 4月12日(土) 14時～15時 場 九段生涯学習館(九段南1-5-10)

申 電話または直接問合せ先へ

卒業生からのメッセージ

世代や背景の異なる人たちが千代田区という縁でつながる、「越境体験」の間だと思っています。面白そうだなと感じたら、思い切って一歩踏み出してみませんか。新たな出会いや発見があるはずです。



8期生・60代男性・在勤



8期生・40代女性・在住

グループワークが苦手でしたが、他者の視点に触れることで、自分の視野が広がりました。講座ではさまざまな意見や考え方に接することができ、個々の違いや共通点を見つける楽しさがあります。今までとは違った学びを体験したい方におすすめです。

大学では同世代が多く意見や思考が似たり寄ったりになりがちです。授業との両立は大変ですが、人と関わることが好きなら、大学・家・職場に加えてもうひとつの居場所として、参加してみるのもいいと思います。



8期生・10代女性・在学

4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 2(水)・4(金)・9(水)・11(金)・16(水)・18(金)・23(水)・25(金) 13時～15時45分※弁護士が応対	場 区民相談室(区役所2階) 問 区民相談室☎03-5211-4176
税務相談(予約制)		確定申告、相続・贈与税など	時 10(木)・24(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 10(木) 13時～15時30分	
不動産相談(予約制)		地代・家賃、賃貸、売買など	時 3(木)・17(木) 13時～15時30分	
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 17(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 1(火)・15(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 8(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 8(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	場 消費生活センター (九段南1-6-17千代田会館8階) 問 消費生活センター☎03-5211-4314
多重債務相談(予約制)		債務整理、整理後の生活など	時 28(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	時 毎週月曜・水曜・金曜10時～14時50分、毎週火曜13時～17時50分、毎週木曜・第1・第3土曜10時～12時50分(1回50分) ※託児サービスあり(有料・要予約)	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)
		法律相談 上記の内容で特に法律に関わること	時 8(火) 10時～、11時～(1回45分) ※女性限定／女性弁護士が応対	
		LGBTQ相談 性自認や性的指向に関すること	時 10(木)・24(木) 16時30分～、17時30分～、18時30分～(1回50分)	
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※いずれも女性相談員が応対し、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 14(月) 13時～15時(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 9(水)小林有紀子氏(社会福祉士／主に高齢者・障害者関係) 14時～16時、 25(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 10(木)佐野氏(弁護士)、24(木)平澤氏(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	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
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・ 在勤者	家族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、福祉・介護現場で働くなかでのストレスや不安など	時 5(土) 13時～16時、23(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 16(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 ①12(土)・26(土)②3(木)・17(木)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こもれび千桜(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7年6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7年7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)	4月10日(木)～20日(日)	4月25日(金)	5月1日(木) 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
②花小金井運動施設(野球など)	4月1日(火)～20日(日)	5月1日(木)	5月2日(金) 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
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・サッカー=6月1日(日)・15日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③7月22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

区制78周年記念日に表彰された方

昭和22年3月15日に麹町区と神田区が統合され誕生した千代田区は、この日を区制記念日とし、区政に功労があった方を表彰しています。
今年は特別功労者24名、各分野別功労者184名(団体を含む)の方々が表彰されました。(順不同、敬称略) **問合せ** 総務課☎03-5211-4134



秋山 照子
上田 勝則
内野 実

織原 律子
川島 恭子
川澄 仁

小泉 俊通
小林 一治
佐藤 洋二

塩谷 信夫
鈴木 健治
徳原 義信

長江 誠一
中曽根 利光
鳴海 幸司

平石 郁夫
平出 修
平田 精彦

藤原 晶子
堀田 健二
堀江 健二

八尾 規子
安原 吉治
若月 順一

分野別功労者

町会自治功労者	
鈴木 秀子	平河町二丁目町会 婦人部副部長
浅川 武	麹町二丁目町会 副会長
大串 宣代	麹町二丁目町会 婦人部長
菱田 郁子	麹町三丁目町会 婦人部副部長
宮崎 セつ子	麹町三丁目町会 婦人部副部長
森 政子	麹町三丁目町会 婦人部副部長
川口 恵子	麹町六丁目町会 婦人部副部長
松井 ゆうこ	三番町町会 副会長兼婦人部副部長
津田 真知子	四番町町会 副会長兼婦人部長
海野 シツエ	九段一丁目町会 防火防災防犯部副部長
大井 岳人	九段二丁目町会 副町会長
木田 昌宏	九段四丁目町会 監事
渡邊 恒	富士見一丁目町会 監事
諸井 清一	富士見二丁目町会 文化祭儀部長
飯塚 正秀	飯田町町会 副町会長
池田 昭	飯田橋町会 副町会長
宮田 重雄	神保町一丁目町会 総務部長
大矢 栄一郎	神保町一丁目北部町会 町会長
鈴木 治	神保町一丁目北部町会 交通・防犯部長
山崎 重人	神西町会 副会長
下川 純一郎	西神田町会 副会長
宮代 みち子	西神田町会 保健衛生部副部長
木下 妙子	神田三崎町一丁目町会 第二班長
布施 輝文	神田三崎町一丁目町会 副会長
町田 宗正	神田三崎町一丁目町会 防犯部長
松橋 文美子	神田三崎町一丁目町会 第四班長
高橋 総一郎	神田三崎町町会 衛生部長
西角 スミ江	神田三崎町町会 広報部長
三橋 一雄	一神町会 町会長
中 肇	一神町会 副会長
林 久美子	錦町一丁目町会 婦人部長
丸山 幹雄	神田錦町二丁目町会 会長
和田 愛子	神田錦町二丁目町会 婦人部副部長
高柳会計事務所	小川町三丁目南部町会 会計
大井 明	小川町北部一丁目町会 会長
小林 秀行	小川町北三町会 会長
小関 浩司	小川町三丁目西町会 副会長
林 勇	小川町三丁目西町会 会計
今井 光雄	司町二丁目町会 前会長
高澤 久子	内神田旭町町会 福祉部長
荒船 隆一	内神田鎌倉町会 地区組長
杉崎 正浩	内神田鎌倉町会 庶務
金井 一成	多町一丁目町会 前副会長
金子 ひろみ	神田鍛冶三会町会 衛生部長
森山 茂	神田鍛冶三会町会 副会長
竹野 益男	神田橋町会 前防犯交通部長
米元 修二	須田町一丁目南部町会 副会長

栗山 眞紀	神臺会 役員
杉村 幸益	神臺会 役員
中村 建輝	神臺会 役員
梅田 五郎	神田同朋町会 相談役
木田 三成	神田同朋町会 相談役
金子 一光	神田末広町会 防犯交通部部長
平岡 豊毅	神田末広町会 副会長
亀村 矗	神田五軒町々会 前会計監査
渡邊 博	神田五軒町々会 会計監査
京須 晁央	神田松住町会 防災部長
監物 明弘	神田松住町会 青年部長
小堀 英孝	神田松住町会 会計副部長
富江 耕太郎	神田松住町会 青年部副部長
藪本 輝夫	神田山本町会 防災部長
小林 聰子	昭和町会 副会長
秋山 茂	神田須田町二丁目町会 副会長
齊藤 剛生	岩本町三丁目町会 副会長
藤原 康治	岩本町三丁目町会 副会長
岡田 昭三	神田松枝町会 副会長
小中 三郎	神田松枝町会 衛生部長
丸田 勉	神田松枝町会 副会長
山田 丈夫	神田松枝町会 副会長
渡辺 潔	神田松枝町会 会計部長
福本 治代	神田東紺町会 婦人部長
遠藤 智明	岩本町一丁目町会 青年部長
木村 篤	岩本町一丁目町会 防災部長
堀 直子	東神田町会 会計部長
佐々木 義治	神田佐久間町三丁目町会 副会長
後藤 市郎	神田和泉町町会 会長
大木 俊也	神田和泉町町会 環境衛生部長
高橋 良之	神田松永町町会 環境・衛生部長
兒玉 喜博	神田練堀町町会 副会長

教育文化功労者

学校保健衛生功労者

相原 康孝	千代田小学校 学校医
井上 賢治	お茶の水小学校 学校医
上條 達央	和泉小学校 学校歯科医
滝 雅史	九段中等教育学校 学校医
都築 ひとみ	麹町中学校 学校薬剤師
西松 能子	千代田小学校 学校医
矢島 俊巳	九段中等教育学校 学校医
山田 陽子	麹町幼稚園 幼稚園歯科医
吉野 真未	麹町中学校 学校医

社会体育功労者

赤松 泰一	千代田区少林寺拳法協会 理事
小田 正二	千代田区少年野球連盟 審判員
北島 敦子	千代田区スポーツ推進委員
木村 久美子	千代田区水泳連盟 常任理事
輿石 由佳	千代田区バレーボール連盟 副理事長
塩津 昌位	千代田区少年野球連盟 理事
品川 由紀子	千代田区スポーツ推進委員
末石 敏治	千代田区軟式野球連盟 常任理事
鈴木 映子	千代田区ラジオ体操会連盟 副会長
鱸南 晃	千代田区ソフトテニス連盟 常任理事
瀬谷 達郎	千代田区ラジオ体操会連盟 監査
張 宏環	千代田区スポーツ推進委員

堀 浩一郎	千代田区アーチェリー協会 理事
宮原 美保	千代田区バドミントン協会 常任理事・指導部長
山崎 隆文	千代田区柔道会 常任理事・会計部長
山中 和幸	千代田区スキー協会 常任理事
吉田 幸雄	千代田区陸上競技協会 副会長
社会教育功労者	
加藤 貴	千代田区文化財保護審議会 委員
工藤 真由美	日曜青年教室 常任講師
児玉 麻紀	千代田区海洋少年団 正指導者
嶋田 真弓	ボーイスカウト千代田第1団育成会 会長
谷口 貢	千代田区文化財保護審議会 会長
前川 公知	千代田区海洋少年団 役員(会計)

商工観光功労者

商工功労者

川瀬 廣明	表商会 会長
矢部 一憲	千代田区商工業連合会 顧問
山下 巖	秋葉原電気街振興会 理事

観光功労者

木脇 祐香理	NPO法人秋葉原観光推進協会 理事
吉岡 有一郎	NPO法人秋葉原観光推進協会 Web管理者

社会福祉功労者

赤城 正晃	民生委員・児童委員
新井 美智子	万世呉竹会 副会長
岩崎 雅美	ボランティアセンター運営委員
榎本 滋	千代田区社会福祉協議会役員 監事
柿内 健介	保護司
黒田 英男	麹町長寿会 副会長
小林 光道	介護認定審査会委員
小松 恵子	更生保護女性会 副会長
小山 千恵	保護司
今野 由紀	介護認定審査会委員
坂口 純子	民生委員・児童委員
櫻井 俱代	更生保護女性会 顧問
佐藤 健一	民生委員・児童委員
高橋 紀代子	民生委員・児童委員
長谷川 美江	民生委員・児童委員
服部 美千代	民生委員・児童委員
松井 和代	民生委員・児童委員
宮尾 政子	神田公園地区コスモス 副会長
宮崎 猛志	ボランティアセンター運営委員
森田 扶美子	民生委員・児童委員

事務事業協力功労者

今井 治子	投票立会人
大槻 昌子	投票立会人
黒越 陽子	明るい選挙推進委員
諸 多香江	明るい選挙推進委員
山川 悦子	統計調査員

納税功労者

浅見 哲	東京税理士会麹町支部 顧問
小形 聰	東京税理士会神田支部 副支部長

保健衛生功労者

石渡 庸夫	千代田区公害健康被害診療報酬審査会 委員
伊東 宏泰	一般社団法人東京都千代田区歯科医師会 理事
井上 篤	一般社団法人東京都丸の内歯科医師会 専務理事
榎本 裕	公益社団法人神田医師会 理事
境 正剛	一般社団法人東京都丸の内歯科医師会 公衆衛生委員
坂本 優	公益社団法人神田医師会 理事
鈴木 なつ江	千代田区がん予防推進委員会 委員
砂山 聡	千代田区感染症診査協議会 委員
藤飯 淳	千代田食品衛生協会 食品衛生自治指導員
星野 恭子	公益社団法人神田医師会 理事
馬淵 浩輔	公益社団法人神田医師会 理事
両角 昌子	千代田食品衛生協会 食品衛生自治指導員
山澤 文裕	千代田区感染症診査協議会 委員
山田 康	公益社団法人神田医師会 理事
山本 雅通	一般社団法人東京都千代田区歯科医師会 専務理事

地域防災・防犯功労者

青木 禅舟	麹町消防団 団員
飯島 健一	東京消防庁 災害時支援ボランティア
宇田川 浩	神田消防団 部長
遠藤 伸也	麹町消防団 班長
大西 由季子	神田消防団 団員
川畑 浩次	神田消防団 部長
倉田 純也	丸の内消防団 班長
桑原 克己	丸の内消防団 部長
小暮 美喜男	丸の内消防団 班長
篠原 隆宏	神田消防団 部長
田口 純子	麹町消防団 団員
中島 崇	麹町消防団 班長
橋本 吉弘	麹町消防団 団員
藤柵 啓志	東京消防庁災害時支援ボランティア
森島 千鶴	丸の内消防団 副分団長
安田 文男	神田消防団 部長
吉田 桂子	神田消防団 班長

街づくり功労者

親泊 哲	公益財団法人まちみらい千代田 評議員
木島 千嘉	千代田区都市計画審議会 委員
熊谷 エイ	公益財団法人まちみらい千代田 評議員
谷 眞理子	公益財団法人まちみらい千代田 評議員
柳沢 厚	千代田区都市計画審議会 委員
渡邊 牧文	公益財団法人まちみらい千代田 監事

コミュニティ等振興功労者

大森 啓子	人権擁護委員
金澤 賢一	人権擁護委員
葭原 敬	人権擁護委員

編

集



昨年の3月5日号で桜特集を執筆してから早1年。時の流れの速さを感じます。昨年は日本三大桜のひとつ、樹齢2000年ともいわれる山高神代桜を観に行ったのですが、実物の圧巻たるや…。積み重ねた時の重みを感じました。千鳥ヶ淵の桜は樹齢70年ほど(それでも高齢です)ですが、その景色は圧巻。更にライトアップは、昼間とは異なる幻想的な景色を楽しめます。今年はやっぱり桜餅片手にお花見かな！(小山)



後

記

★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★



報告

「第16回千代田ビジネス大賞」表彰企業が決定

「第16回千代田ビジネス大賞」表彰式を2月13日(木)に開催しました。今回は、29社がノミネートされ、審査の結果、10社が表彰されました。

大賞

株式会社サードウェーブ

千代田区長賞

株式会社アレップス／有限会社伊沢クリーニング商会

東京商工会議所千代田支部会長賞

株式会社トータル・インフォメーション・サービス

東京中小企業家同友会千代田支部長賞

株式会社ラソナ

優秀賞

株式会社インフィニティエージェント
株式会社AI Samurai

女性経営者賞

株式会社丸三電機

東京商工会議所千代田支部チャレンジ賞

株式会社フロンティアテクノロジー

特別賞

株式会社ファインセレクト



お知らせ

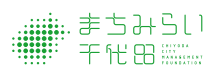
「NEWSまちみらい」 廃刊のお知らせ

広報紙「NEWSまちみらい」は、平成17年4月に「まちみらいニュース」として創刊し、今日まで20年にわたり発行してまいりました。昨今のSNSやウェブサイト等を活用した情報発信が主流となる中で、当財団における広報紙の役割を見直すこととなり、今号をもちまして廃刊することになりました。

本紙をご愛読いただいております皆さまには、これまでのご愛顧とご支援賜りましたことに厚く御礼申し上げます。

今後は当財団の公式SNSやウェブサイト等で最新情報を発信していきます。また、区民の皆さまにお知らせする情報は、千代田区が発行する広報紙「広報千代田」に掲載しますので、併せてご覧ください。

紹介



まちみらい千代田公式SNS 最新情報発信中

まちみらい千代田の公式SNS(XとFacebook)では、財団の取り組みや事業周知のために、最新情報を配信しています。



まちみらい千代田
公式X



まちみらい千代田
公式Facebook



たくさんのフォローお待ちしております♪

■問合せ 協働まちづくり・総務グループ ☎3233-7556

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」

●ちよだグルメショップ+A～春の花見酒特集～ 〈4月1日(火)～4月30日(水)〉

4月はお花見シーズン。+Aの4月は、春の花見酒特集です。お花見が楽しく、美味しくなる各地のおススメのお酒やクラフトビールをご紹介します。また、皆で楽しめるおつまみなどもご用意しています。

商品名	コメント
悠々爛々 (島根県邑南町)	熟成後、無濾過で出荷しているため、お酒が番茶のような色合い。熟成過程で滋味を蓄え、色づいたこだわりのお酒が、そのままレンジで爛々ができるお手軽なカップ仕様で楽しめます。
栗黒 (宮崎県延岡市)	宮崎産の栗ペーストを原料に用い、コーヒーのような香ばしさ、栗の上品な香りと重厚なコクが特徴のビールです。アルコール度数が高いため、瓶内熟成によって味わいが増えるこだわりの逸品です。
死神 (島根県邑南町)	その名で目を引くインパクトのある日本酒。酒蔵の当主が落語の「死神」からこの名をつけた芳醇旨口の純米酒です。一度飲むとクセになるしっかりとしたコクのある味わいが特徴です。
梅酒 (静岡県伊豆市)	梅の名所、静岡県伊豆市の月ヶ瀬地区の梅を使って作った梅酒に梅シロップを加えて飲みやすくした一品。そのままでも、炭酸で割っても、お湯割りにしても楽しめます。



悠々爛々



栗黒



死神



梅酒

■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



連載

がんばる中小企業 応援リレーコラム



成功者から学ぶこと

中小企業診断士 みうら ひであき 三浦 英晶

▶成功した起業家は、どのような意思決定をし、どのような思考プロセスを経たのか。このことについては、統計結果(論文)が発表されています。サラスバシーという学者が提唱した「エフェクチュエーション」には、成功した起業家の特徴が「4つの原則」と「1つの世界観」としてまとめられています。

▶原則1:「手中の鳥」の原則

この原則は、「目的」ありきでなく「手段」ありきで、成功した起業家は意思決定・思考する傾向が見られた、ということです。「目的」のために必要な手段を揃えるのではなく、「手持ちの手段」で「すぐに始める」というスピード感です。そのためには「手持ちの手段」として、自分や、自分のネットワークでできることは何かを明確にしておく必要があります。言い換えると「経営資源の棚卸し」をすることです。多くの中小企業・小規模事業者は、大企業よりも経営資源が非常に少ない中で、大企業と戦い、思い描く事業を実現していかなければなりませんので、多くの中小企業・小規模事業者に当てはまる考え方ではないでしょうか。

▶原則2:「許容可能な損失」の原則

この原則は、「成功」ありきでなく「失敗」ありき、ということです。現在のようないかなる不確実性の高い状況下では、成果が出るかどうかは、やってみないと分かりませんので、仮に失敗したとしても、許容可能なかどうかを基準に意思決定することが望ましいと考えられます。例えば、「1,000万円つぎ込んで失敗しても次の事業に取り組めるけど、5億円つぎ込んで失敗したら破産することになるからやめ

ておく」といった判断です。言い換えると、「ハイルスク・ハイリターン」ではなく「ローリスク・ローリターン」を狙うことです。

▶原則3:「レモネード」の原則

この原則は、「アクシデント」を活用する、ということです。不確実性の高い状況下では、予測できない事態は必ず起こる、ということを前提にした場合、失敗も発想の転換で新しい製品・サービスのアイデアになる、という考え方です。これは、昔からの言葉の「失敗は成功のもと」と同じ考え方ではないでしょうか。

▶原則4:「クレイジーキルト」の原則

この原則は、「パズル」でなく「パッチワーク」、ということです。「あなたはお客様」とか「あの会社は競合だから」といった区別をせず、つながれる人とは全てビジネスパートナーとなることで、当初の想像を超える結果(より良い商品・サービス、より良いビジョン)を得られる可能性が高まります。

▶世界観:「飛行機の中のパイロット」

これは、エフェクチュエーションの考え方全体に通じる世界観で、「予測する」のではなく「コントロールする」という思考です。不確実性の高い状況下では、その時々状況に応じて、パイロットのように方向を調整していくことが肝になる、ということでしょう。

▶固定概念にとらわれず、「水の如く」柔軟に対応できるかどうか、今日の状況によって、昨日まで考えていたことをすぐに変えることができるか。これらの考え方は、大企業・大手企業よりも柔軟な意思決定を即座に行うことができる中小企業・小規模事業者に適したものでないでしょうか。

全文は
こちら!

募集

ハイブリッド
開催

第4回

マンション管理講座

第4回マンション管理講座は「長期修繕計画の作成手順と読み方」をテーマに開催します。

- 日 時 4月9日(水) 18時30分～20時30分(予定)
- 会場 ちよだプラットフォームスクウェア4階会議室
(千代田区神田錦町3-21)
- 講師 なりた のりひろ 成田至弘氏(NPO法人都市住宅とまちづくり研究会 理事/写真)
- 対象 千代田区内のマンション居住者、所有者、管理組合役員
- 定員 対面20名・オンライン30名(先着順)
- 受講料 無料
- 申込み 事前申し込み



- ①氏名 ②住所(部屋番号を含む) ③マンション名 ④電話番号 ⑤参加方法(対面・オンライン)をお知らせください。
- 問合せ 住宅まちづくりグループ ☎3233-3223
✉ kyojyu@mm-chiyoda.or.jp



※掲載内容に変更があった場合は、まちみらい千代田ウェブサイトでお知らせします。

募集

(公財)東京都中小企業振興公社からのお知らせ

令和7年度 事業化チャレンジ道場 参加企業募集中!!



～新製品開発で新たな市場を開拓～

- 内 容 事業化チャレンジ道場はものづくりの新製品開発を通じて新規事業の立ち上げを目指す支援事業です。
新製品の企画から販路開拓までのプロセスを「体系的」かつ「実践的」に習得し、新規市場への参入にチャレンジします。
- 対象企業 都内で実質的に事業を行う中小企業
- 場 所 大田区産業プラザPiO(大田区南蒲田1-20-20)
- 費 用 1社7万円(税込み)※1社3名まで受講可
- 応募締切 令和7年4月3日(木)
※選考の上、決定させていただきます
※応募要件等の詳細はホームページでご確認ください
- 問 合 せ (公財)東京都中小企業振興公社 城南支社 経営支援担当
【お問い合わせフォーム】
<https://challenge-dojyo.com/conta>
☎3733-6284

お申込みは
こちらから

お知らせ

千代田区マンション連絡会

第62回千代田区マンション連絡会を開催します。参加を希望する方は、事前に申し込みが必要です。

- 日 時 4月19日(土) 14時～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 千代田区役所等からの情報提供/
会員間の意見交換

※参加には会員登録が必要です
※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】

- 対 象 マンション管理組合の理事長等
- 申 込 み 右記二次元コード(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

技術関連の助成金制度紹介!

技術的課題でお困りの区内中小企業の皆さまに、まちみらい千代田では助成金制度をご用意しています。

都立産業技術研究センターが実施している、「依頼試験」・「オーダーメイド型技術支援」の企業負担の一部をまちみらい千代田が助成します。

【依頼試験】

利用額(年度)の2/3(上限60,000円)

【オーダーメイド型技術支援】

専門家の派遣1回につき10,000円

詳細は、右記二次元コード
(まちみらい千代田ウェブサイト)をご覧ください。

依頼試験 オーダーメイド型派遣



- 問 合 せ 産業まちづくりグループ
☎3233-7558

