

夏も元気！

熱中症・食中毒に

まけない！

Contents —今号の主な内容—

9 中学生ワークショップ開催 12・13 神田祭 18・19 東京都議会議員選挙 20 財政状況のお知らせ



熱中症・食中毒にまけない!

もうすぐ本格的な夏が到来します。夏ならではの楽しみに向けて気分が高まる時期ですが、一方で気温や湿度の上昇による病気のリスクも高まります。熱中症と食中毒の正しい知識を身につけ、健康で楽しい夏を過ごしましょう!

神田消防署の細野さんに聞く
熱中症の実態



神田消防署警防課 細野ひらりさん

救急要請を減らすことで救急車は必要としている方の元へ向かうことができ、一人ひとりの意識が誰かの命を救うことにつながります。

高齢者と子どもは特に注意

高齢者は暑さや喉の渇きに気づきにくく、立ち上がるのがおっくうで水分補給が十分でない方もいます。令和6年に熱中症で搬送された方の55.4%が高齢者でした。また、子どもは地面からの熱を受けやすく、大人が思っている以上に高

今日から始めよう! 暑熱順化

暑熱順化というのは体が暑さに慣れることで、熱中症対策の1つです。私も1年を通して、駅でエスカレーターを使わずに階段を使うなど、少しずつ汗をかきようにして夏の暑さに備えています。暑熱順化には数日から2週間くらいかかりますので、夏本番に向けて、今日からでも少しずつ始めてみてください。

昨年、東京都では6月～9月に7996人が熱中症(疑いを含む)により救急搬送され、過去最多を記録しました。区でも昨年は年間で135人が搬送されています。熱中症での救急搬送が最も多いのは7月、次いで8月です。とはいえ、梅雨の時期となる6月から増え始めますので、今から熱中症予防を心がけていきましょう。

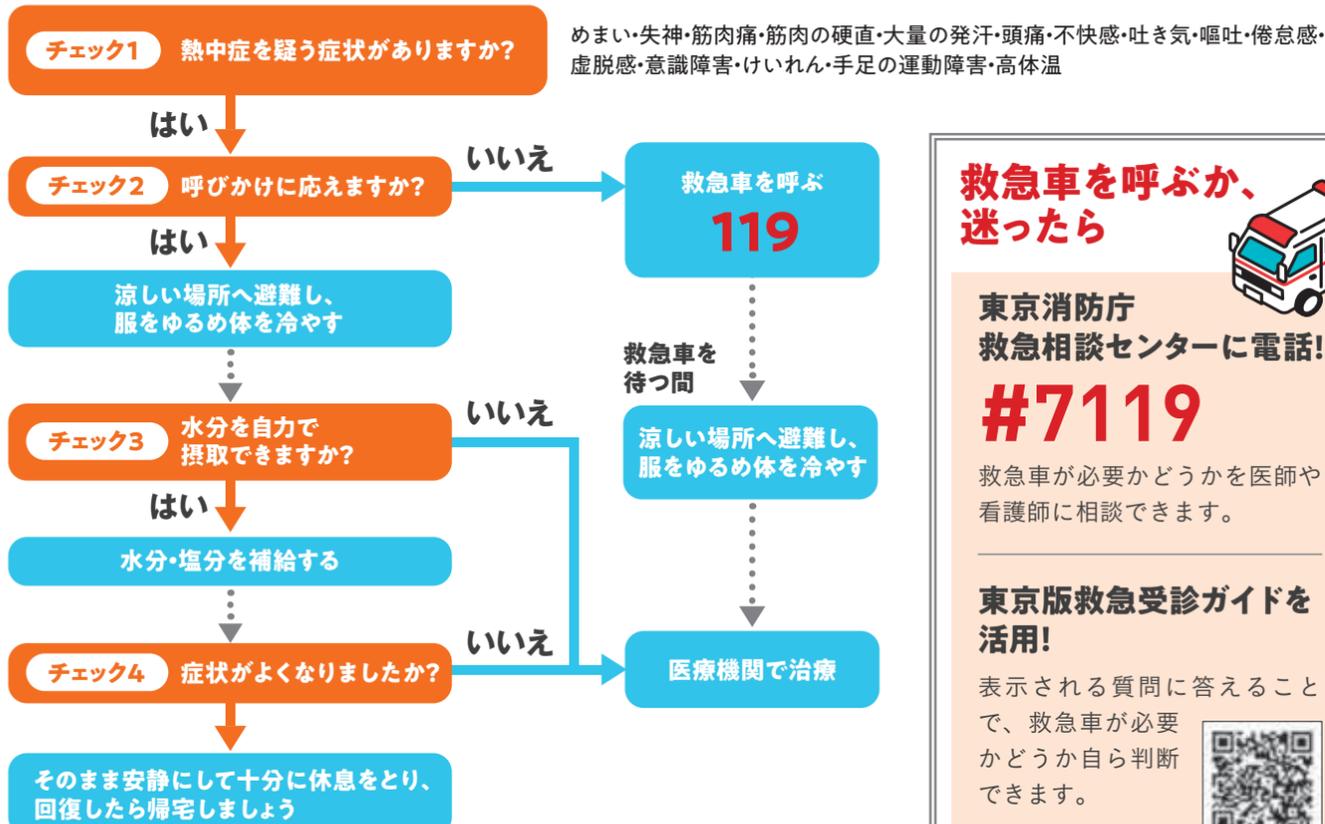
過去4年間の熱中症による年別救急搬送人数(各年6月～9月)



細野さんは地域の防災訓練や防災教育で熱中症の予防を呼びかけ、救急隊員としても活躍されています

もし、あなたの周りの人が熱中症になってしまったら……。

熱中症の応急処置



救急車を呼ぶか、迷ったら



東京消防庁 救急相談センターに電話!

#7119

救急車が必要かどうかを医師や看護師に相談できます。

東京版救急受診ガイドを活用!

表示される質問に答えることで、救急車が必要かどうか自ら判断できます。



環境省「熱中症環境保健マニュアル2022」を元に作成

地域保健課の七高さんと一緒に学ぼう！ 熱中症の予防

小さな意識が大事です

自分や家族、身近な人を熱中症から守るためには、自分でできる熱中症予防と、熱中症予防のための5つの声かけを実践することが大切です。また、区では熱中症を予防する取り組みを行います。ぜひ、ご活用ください。

自分でできる熱中症予防として、基本的な方法を4つ紹介します。1つ目は服装を工夫することです。通気性のよい服を着用し、外出時には帽子や日傘を使いましょう。2つ目は暑さを避けることです。暑い場所で長時間作業や運動しないようにしましょう。3つ目はエアコンや扇風機を効果的に活用して、部屋を快適にすることです。4つ目はこまめに水分補給をすることです。少し意識をするだけで簡単に予防できるので、みんなが心がけていきましょう。

ペットも熱中症になります！

実は人間だけではなく、犬や猫などのペットも熱中症にかかります。

口を開けてハアハアと荒く呼吸をしている、よだれが大量に出ている、目や口の中が充血しているなどの症状は熱中症のサインです。お留守番中もエアコンを稼働させて室温と湿度の管理をしたり、散歩の時間は早朝や夜のできるだけ気温の低い時間帯に変えたりするようにしましょう。真夏のアスファルトは50℃を超

え、肉球を火傷する危険があります。ペットの様子をよく見ておかしいと思ったら、かかりつけ医に相談してください。大切なペットも熱中症から守りましょう。



熱中症ゼロへ！

熱中症予防 5つの声かけ

- 温度に気を配ろう**
今いる場所や向かう場所の温度を、温度計や天気予報で確認！
- 飲み物を持ち歩こう**
水筒やペットボトルを持参！
- 休息をとろう**
めまいや立ちくらみがあるときはすぐに休むこと！寝不足も熱中症の原因。空気の通りをよくしたり、通気性のよい寝具を使ったりするなど、寝苦しい夜でもよく眠れる工夫を。
- 栄養をとろう**
体の健康は食事から。バランスよく食べ、朝ごはんをしっかり食べることも大切！
- 声をかけ合おう**
家族やご近所同士で「水分をとって」「少し休んだら」など、声をかけ合う！



区の取り組みをご活用ください

熱中症警戒アラートを安全・安心メールでお知らせ！

熱中症の危険性が極めて高い場合、前日夕方または当日の朝に安全・安心メールでお知らせします。過去に例のない危険な暑さが予測される場合には「熱中症特別警戒アラート」が発表されます。



※「熱中症特別警戒アラート」が発表された場合は防災アプリでもお知らせ
問合せ 災害対策・危機管理課災害対策推進係 ☎03-5211-4187



ひと涼みスポットをオープン！

6月上旬から順次、区内66か所の施設をひと涼みスポットとして開放します。冷房の効いた部屋で休憩ができ、うちわや塩あめなど普及啓発品を各施設の営業・運営形態に合わせて置いています。

問合せ 地域保健課健康企画係 ☎03-5211-8163



昨年度の様子

学校の体育館を開放！

区内在住の小学1年生～6年生（低学年は保護者同伴）を対象に、夏休み期間中に九段小学校・お茶の水小学校の体育館を開放します。冷房の効いた快適な環境で体を動かすことができます。

問合せ 子育て推進課子育て推進係 ☎03-5211-3653



イメージ

高齢者への見守り

8月にかけて、高齢者熱中症予防訪問を行います。看護師や社会福祉士などの専門職員が訪問し、体調を伺います。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が対象です。

問合せ 在宅支援課相談係 ☎03-6265-6483



イメージ

食品衛生監視員の須藤さんに聞く 食中毒の怖さ



細菌が増え始めます！

食中毒とは、細菌などが人間の体内に入り、腹痛や下痢、吐き気などの不快な症状を引き起こすものです。

原因となる細菌は温度や湿度などの条件がそろると、食品の中で増殖します。私たちがその食品を食べることで、細菌が体内で活動を開始して食中毒になります。細菌の多くは20℃前後から活発に増殖を始め、人間の体温に近い温度ではさらに増殖のスピードが速まります。梅雨から夏にかけては気温と湿度が高くなり、細菌が繁殖しやすい環境となるため、これからの時期は注意が必要です。

肉の取り扱いに注意

区では毎年、加熱不十分な肉類が原因の食中毒が多く発生しています。原因菌であるカンピロバクターや腸管出血性大腸菌（O157など）、少量の菌で食中毒を起こします。高齢者や子ども、抵抗力の弱い方は重篤な食中毒や合併症を引き起こす恐れがあるため、特に気をつけましょう。

夏は屋外でバーベキューを楽しむ方も多いですが、食中毒の危険が潜んでいます。特に豚肉や鶏肉は新鮮であっても、中心部の色に変化するまで、必ず加熱してください。肉を焼くときは専用の菜箸やトングを用意し、肉を皿に取り分けるときや食べるときは別の箸を使いまし

家庭の食事に潜む食中毒の危険

食中毒というと、飲食店での食事や市販のお弁当が原因と思われるがちですが、実は家庭での食事でも発生することがあります。私たちが毎日口にする食事の中にも、食中毒のリスクは潜んでいるのです。家庭での食中毒を防げるのは食材を購入し、調理する皆さんです。しっかりと食中毒予防を心がけていきましょう。

食中毒が起こる場所

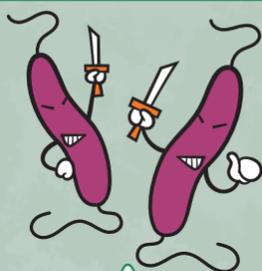


厚生労働省「食中毒統計資料」
令和6年原因施設別食中毒発生状況より

食中毒の原因となる代表的な菌

体の筋肉が動かせなくなる
ギラン・バレー症候群を
発症するおそれがあります

カンピロバクター



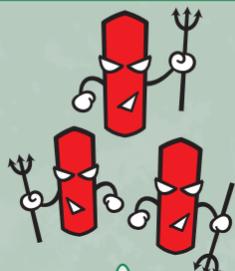
動物の消化管に住んでいるよ。特に鶏レバーやささみなどの刺身、鶏肉のたたきなどの加熱不十分な鶏肉料理に潜んでいるんだ。最近の日本では、僕が引き起こす食中毒が、細菌による食中毒の中で最も多いんだよ。

身を守るために

- ☑ 肉類は十分に加熱調理
- ☑ 生や十分に加熱されていない鶏肉料理は食べない

加熱だけでは完全に
予防できません！
腹痛や下痢を引き起こします

ウェルシュ菌



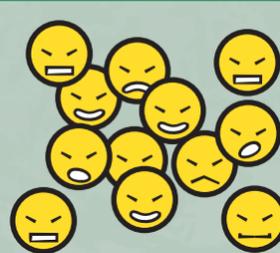
カレーなどの煮込み料理やローストビーフに潜んでいることが多いよ。100℃で加熱されても、芽胞によって生き残ることが出来るんだ。

身を守るために

- ☑ 長時間室温に放置しない
- ☑ 食材に付いていることが多いため、調理後すぐ食べる。冷ますときは、速やかに粗熱を取り冷蔵保管する

体内に入って
1~5時間で
症状が現れます

黄色ブドウ球菌



おにぎりなどの素手で調理する、塩分を含んだ食べ物で増殖しやすいんだ。増殖するときに「エンテロトキシン」という毒素を出すんだけど、それが食中毒を起こす原因だ。実は傷口などの健康な人間の体表面にいるよ！

身を守るために

- ☑ 調理前に手洗いや消毒を徹底する
- ☑ 手荒れや手指に傷があるときは、使い捨て手袋を着用して調理する

手洗いチェックキットを貸し出しています

区では正しい手洗いができているかチェックする道具として、手洗いチェッカーを貸し出しています。汚れに見立てたローションを手に塗り、手洗い後、特殊ライトの下に手をかざすと洗い残しが光り、手洗いが正しくできているかを確認できます。家庭や町会などで使ってみませんか。
※1台のみのため、希望の日程で貸し出しができない場合あり

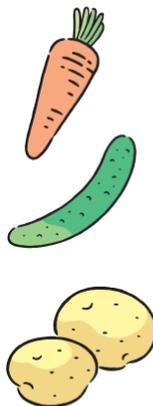


手洗いが不十分な所が光ります

問合せ 生活衛生課食品監視指導係 神田☎03-5211-8168、麹町☎03-5211-8169

野菜も注意が必要です！

暑い季節はサラダなど、生の野菜を食べることが増えますが、洗浄の不十分な野菜や果物、その加工品が原因で食中毒となる場合があります。過去には、加熱せずに食べる冷やしきゅうりや浅漬けなどで大規模な食中毒が発生しています。加熱せず食べる野菜などの取り扱いに十分注意してください。



▲詳しくは区のHPへ

意外な
落とし穴!

お弁当作りの豆知識

✕ 卵が半熟状態のオムライス

卵には鶏などの腸内に生息するサルモネラ属菌による食中毒のリスクがあります。十分に加熱しましょう。半熟状態でお弁当に入れてはいけません。



ソースやケチャップ、調味料に含まれる塩分は、野菜から水分が出て菌が増える原因になります。別容器に入れて、食べる直前にかけましょう。

✕ レタスを仕切りに使う

生野菜は時間が経つとほかのおかずの塩分で水分が出やすく、お弁当には不向きです。仕切りや使い捨てカップを使いましょう。

✕ ちくわのきゅうり巻き

きゅうりは水分量が多い生野菜です。ちくわの塩分がより水分を出しやすくします。

✕ ポテトサラダ

マヨネーズは温度変化に弱く、傷みやすい食品です。また、水分が多く、菌が増えやすいきゅうりやにんじん、キャベツなどの生野菜、ジャガイモが材料に使われるため、お弁当のおかずには避けましょう。



○ 揚げ物

唐揚げなどの揚げ物は中まで十分加熱していれば、水分も出にくいいため、傷みにくいおかずとしておすすめです。なお、加熱不十分な唐揚げはカンピロバクター食中毒になるおそれがあります。

✕ カットしたミニトマト・ヘタがついたままのミニトマト

切り口から水分が出やすく、細菌が増えてしまいます。ヘタのくぼみに菌が残りやすいので、ヘタも取りましょう。



○ きんぴらごぼう

汁気が少なく、傷みにくいおかずです。濃いめの味付けにすると、味付けに使用する塩分で菌の増殖を抑える効果が期待できます。

食中毒予防の3原則

お弁当は調理してから食べるまでの時間が長く、調理や保管の方法を誤ると食中毒になることがあります。温度・湿度ともに高い夏に向け、食中毒予防の3原則に基づいて、お弁当作りの際の注意点をご紹介します。

1. 菌をつけない

- 手洗いは食中毒予防の基本です。調理前は必ず手を洗い、調理中も肉や魚を触った後や盛り付け前など、こまめに手洗いをしましょう
- 素手で盛り付け前の食品に触れないようにしましょう。おにぎりはラップを使って握り、おかずは菜箸で盛り付けることを心がけてください

2. 菌を増やさない

- 生野菜やおかずの汁気など、水分は細菌が増える要因です。生野菜や果物を詰める際はしっかり洗い、ペーパータオルで水気を切りましょう。おかずを詰める際は汁気をよく切り、他のおかずに移るのを防ぐ仕切りや使い捨てカップを活用しましょう
- ごはんやおかずは十分に冷ましてから詰めましょう。温かいまま詰めると細菌が増えやすくなります
- お弁当は保冷剤と一緒に包んで持ち運びましょう

3. 菌をやっつける

- 肉類・魚類を含むおかずは、中心部まで十分加熱しましょう
- オムライスや卵焼き、ゆで卵などの卵料理は半熟ではなく、しっかり中まで加熱しましょう
- 作り置きのおかずは直前に十分加熱し、なるべく当日に調理したものを詰めましょう

危険物とは火災や爆発などを引き起こすおそれのある物質を指し、ガソリンや灯油の他に、マニキュアやスプレー缶など、私たちの生活に身近なものも含まれます。特に最近では、モバイルバッテリーや加熱式タバコなど多くの製品に使われているリチウムイオン電池による火災事

6月8日(日)～6月14日(土)は、危険物安全週間です

危険物とは火災や爆発などを引き起こすおそれのある物質を指し、ガソリンや灯油の他に、マニキュアやスプレー缶など、私たちの生活に身近なものも含まれます。特に最近では、モバイルバッテリーや加熱式タバコなど多くの製品に使われているリチウムイオン電池による火災事

故が増えています。リチウムイオン電池事故防止策として、次の3つを守りましょう。

- 各機器に付属の充電器やメーカー指定の純正品を使用する
- 膨張・異音・異臭、充電中に熱くなるなど、異常があるものは使用しない
- 各自治体の定めるルールに従って廃棄する。区では、月2回、蛍光管等の日に回収

問合せ 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

チャイルドシート付自転車を利用してみませんか

子ども1名が乗れる電動アシスト付自転車貸出・返却専用ポートが4か所に!

子育て世帯が移動しやすい環境を整備するため、チャイルドシート付自転車コミュニティサイクルの実証実験を行っています。

対象 小学校就学前の子どもがいる方
費用 利用開始30分まで200円、延長15分ごとに100円加算、12時間まで2,000円
申込方法 「HELLO CYCLING」のスマートフォン専用アプリにて会員登録が必要※ドコモ・バイクシェア運用「ちよくる」の会員登録では利用不可
問合せ 環境まちづくり総務課庶務係 ☎03-5211-3606



子ども乗せルール

- チャイルドシートに乗せるのは未就学の子ども
- 自転車を運転できるのは16歳以上
- ヘルメット、シートベルトを着用※サイクルポートに貸出用ヘルメットはなし利用時はお持ちください
- 転倒に十分注意する

設置済み2か所

- 東郷元帥記念公園(三番町18)
- 神田駿河台下(神田小川町3-8-2)

プラス2か所で計4か所に!

- 飯田橋駅東口第2自転車駐車場(飯田橋3-11-30先)
- 水道橋駅自転車駐車場(神田三崎町2-20先)



※貸出・返却は4か所の専用ポートに限定

2025

6

5

区政インフォメーション

City Information

国民年金・国民健康保険

当てはまる方はご確認ください

付加保険料の納付で受給する年金額を増やせます

国民年金第1号被保険者または任意加入被保険者(65歳以上の方を除く)は、国民年金の定額保険料(1万7,510円)に付加保険料を上乗せして納めると、受給する年金額を増やせます。

付加保険料の月額 400円

受けられる付加年金の年額 200円×付加保険料を納付した月数

※付加年金は定額。物価スライド(増額、減額)なし

上乗せされる年金額の例(2年間(9,600円)納付した場合)

200円×24月=4,800円(年額/2年で元がとれる計算)

注意点

- ・申し出をした月からの開始となり、さかのぼっての加入は不可
- ・国民年金保険料を納めていない月は、付加保険料の納付不可(産前産後期間の免除を除く)
- ・第3号被保険者や、免除・猶予制度を受けている方、国民年金基金の加入者などは納付不可

申請方法 保険年金課国民年金係(区役所2階)※マイナポータルから手続きも可。詳しくは、日本年金機構のHPで確認を

問合せ 保険年金課国民年金係 ☎03-5211-4202



民間事業者が国民年金保険料の納付案内をしています

日本年金機構は、保険料が未納の方に対する納付案内(電話、文書)を民間事業者に委託しています。

事業者名 (株)バックスグループ

■振り込め詐欺などにご注意を

事業者は、日本年金機構から送付された納付書により、金融機関などのお支払いを案内しています。このため、銀行口座を指定してATMによる振り込みを求めることはありません。また、令和5年5月以降、事業者による訪問業務は廃止しているため、担当者が訪問することや現金をお預かりすることはありません。

問合せ 千代田年金事務所 ☎03-3265-4381

年金受給者が亡くなったときは未支給年金の請求を

年金は亡くなった日の属する月まで支払われます。受給者が亡くなって、未支給の年金がある場合は「未支給(年金・保険給付)請求書」を提出してください。

また、受給資格を満たし手続きをすれば年金を受けられる人が、手続きをしないで死亡した場合は、遺族が年金請求と未支給請求を同時に行い、未支給年金を受けることとなります。

請求できる遺族の範囲 年金受給者の死亡当時の生計が同じ配偶者、子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹、それ以外の3親等内の親族(おい、めい、おじ、おば、子の配偶者など)

提出先 請求する遺族の住所を管轄する年金事務所

問合せ 千代田年金事務所 ☎03-3265-4381

令和7年度国民健康保険料決定通知書と納付書を送ります

令和7年度の国民健康保険料決定通知書と納付書(1年間分)を6月16日(月)に送ります。

現在、国民健康保険の資格が無い方でも、4月・5月に加入していた場合は、その月の保険料を納める必要があります。保険料の計算方法、納付方法は、決定通知書に同封している「国保だより」をご覧ください。

■保険料の軽減措置

所得が一定基準以下の世帯は、保険料の均等割額が軽減されます(軽減を受けるには、所得の申告(確定申告など)が必要)。

解雇・雇止めなど非自発的の失業者が国民健康保険に加入した場合、申請により保険料が軽減されます。

問合せ 保険年金課国民健康保険係 ☎03-5211-4204

富士見区民館の一部の利用を休止します

富士見出張所・区民館の改修工事に伴い、区民館の一部が使用できなくなります。
問合せ 富士見出張所 ☎03-3263-3841

	7月初旬 ～11月	12月～ 3月	4月～ 5月
4階洋室D (料理室)	○	×	○
3階和室	○	×	○
3階洋室C	×	×	○
2階洋室B	出張所 (事務室)	×	×
2階洋室A	×	×	×
1階出張所 (事務室)	×	出張所 (事務室)	

○…利用可
×…工事などにより利用不可
※工事の進捗状況によりスケジュール変更の可能性あり
※工事期間中はストックヤード機能を事務室へ移管

富士見二丁目広場の閉鎖日を延期します

富士見二丁目広場は、富士見二丁目3番地区第一種市街地再開発事業のため6月2日(月)付で閉鎖する予定でしたが、解体工事における工程見直しなどに伴い、閉鎖日を8月1日(金)に延期します。最終開放日は7月31日(木)です。
※再開発事業の進捗状況により再度変更になる可能性あり
場所 富士見二丁目広場(富士見2-3-16)
問合せ 施設経営課施設経営係 ☎03-5211-4160

〔仮称〕神田錦町三丁目施設整備「新築工事」説明会を行います

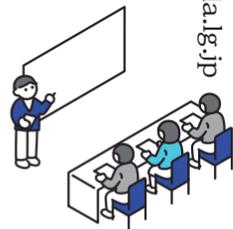
旧千代田保健所敷地に整備中の障害者および高齢者施設を含む複合施設の新築工事説明会を開催します。
とき 7月6日(日)10時
場所 ちよだプラットフォームスクウェア(神田錦町3-21)
定員 40名程度(申込順)
申込方法 電話、ファクスまたはEメール(16面記入例参照)で問合せ先へ(空きがあれば当日参加可)
問合せ 障害者福祉課施設・就労支援担当 ☎03-5211-4219

千代田区公式フェイスブックが新しくなります

6月20日(金)からの新アカウントは、お知らせ情報が充実! ぜひフォローをお願いします。
※現在のアカウントは8月29日(金)までの公開
詳しくは区HPをご覧ください。
問合せ 広報広聴課広報広聴係 ☎03-5211-4173



高年齢介護課高齢者施設担当 ☎03-5211-3625
FAX03-3268-1395
kandanshiki3@city.chiyoda.lg.jp



ご意見をお聞かせください



神田錦町南部地区まちづくりガイドライン

このガイドラインは、まちづくり機運の高まりや、対象地区に関連する上位計画や特色と課題を踏まえ、神田錦町南部地区におけるまちづくりの目標・指針、まちの将来像・整備イメージを具体的に示したものです。このたび素案を作成しましたので説明会を開催し、意見募集します。

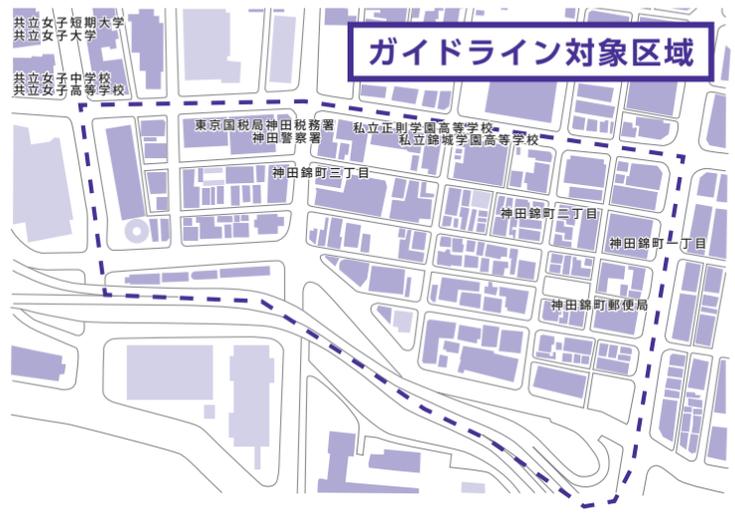
■説明会

とき 6月25日(水)19時～20時(18時30分開場)
場所 ちよだプラットフォームスクウェア会議室504～506(神田錦町3-21)
定員 90名(申込順)
申込方法 6月20日(金)17時までに、二次元コード、ファクスまたはEメールで問合せ先へ
▲説明会申込用



■意見募集

募集期間 6月25日(水)～7月9日(水)
閲覧場所 区のHP、情報コーナー(区役所2階)、出張所、問合せ先
※ガイドライン(案)は6月25日(水)から閲覧可
提出方法 7月9日(水)(必着/持参の場合は17時)までに、住所、氏名、所属(区内在勤・在学者は勤務先・学校の名称、法人その他の団体は代表者の氏名、区内に事務所を有する方は事務所の名称)、ご意見を記入のうえ、HP、郵送、ファクス、Eメールまたは直接問合せ先へ
※様式は自由※口頭や電話での意見は不可※個別の回答は不可
※いただいた意見や個人情報、当該案件の検討以外の目的には使用しない
問合せ 地域まちづくり課まちづくり推進係(区役所5階)
☎03-5211-3619 FAX03-3264-4792
✉chiiki-machi@city.chiyoda.lg.jp 〒102-8688九段南1-2-1



ガイドライン対象区域

納付をお忘れなく

特別区民税・都民税・森林環境税(第1期分)

納税通知書(普通徴収分)を6月6日(金)に送付します。令和7年度の税額は令和6年中の所得金額を基準に計算されています。非課税の方には納税通知書の送付はありません。

第1期分の納期限 6月30日(月)

納付方法 納税通知書に同封の案内または区のHP参照

その他 住民税の証明書は6月6日(金)から発行(特別徴収のみの方は5月15日から発行)

問合せ 課税に関すること=税務課課税係☎03-5211-4192、納税に関すること=税務課納税促進係☎03-5211-4193

固定資産税・都市計画税第1期(23区内)

今年度の納税通知書を6月2日(月)に発送しました。

納付方法 スマートフォン決済アプリ、地方税お支払サイトからのクレジットカードの利用、口座振替、金融機関・郵便局のペイジー対応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。また、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。
納期限(第1期分) 6月30日(月)

■納税には安心・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。詳しくは(都)主税局専用サイトでご確認ください。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ます。

問合せ 納税に関すること=千代田都税事務所 ☎03-3252-7141、口座振替の申し込みに関すること=主税局徴収部納税推進課☎03-3252-0955



▲(都)主税局のHP

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

行政書士の無料相談 第1・第3火曜日開催!

- 遺言・相続
- 各種許認可
- 外国人在留など

6月17日 7月1日
7月15日 9月2日

予約不要(直接お越しください)

場所: 区役所2階
時間: 13時～15時
年間の開催日ほか詳細はホームページで!
☎03-6362-6715

東京都行政書士会千代田支部

検索



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: 6月19日(木)、7月17日(木) 18:00～20:00
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)
※電話が繋がらない場合は、時間を空けて改めてお掛け直しください
予約受付Eメール: soudan@chiyodashibu.com (受付は開催日2日前まで)



相続登記義務化のご相談は司法書士へどうぞ!

無料 令和7年度区民健診・区民歯科健診は6月15日(日)～

■自分と大切な人のため 健診で病気の早期発見を

区民健診(検診)・区民歯科健診はすべて無料で受診できます。ご自身の健康と大切な歯・口を守り、大切な人に安心してもらうため、ぜひ受診しましょう。対象者には受診案内を送ります。医療機関一覧から受診を希望する医療機関に直接予約し、受診してください。

受診期間 6月15日(日)～令和8年2月28日(土)
※1月、2月は大変混み合うため、早めに予約して受診を

受診券送付時期 6月上旬
※届かない方や転入された方は、問合せ先へ

問合せ 健康推進課健康推進係 ☎03-5211-8171

区民健診(検診)

年齢は令和8年3月31日現在の満年齢

種類	受診対象者*1	検査項目
国保健健診	千代田区国民健康保険に加入する40歳～74歳までの方	診察、問診、血圧測定、身体計測、腹囲計測、尿検査、血液検査、心電図検査、胸部X線検査
長寿健診	後期高齢者医療制度に加入する方	診察、問診、血圧測定、身体計測、尿検査、血液検査、心電図検査、胸部X線検査
成人健診	協会けんぽ、健康保険組合、共済組合などの保険に加入する40歳～74歳の方	問診、尿潜血、血液検査、心電図検査、胸部X線検査
若年節目健診	20歳、25歳、30歳、35歳の方*3	診察、問診、血圧測定、身体計測、腹囲計測、尿検査、血液検査、心電図検査
肺がん検診*4	国保健健診、長寿健診、成人健診の対象者	胸部X線検査*2・5
胃がん検診*4		バリウム検査または経鼻・経口内視鏡検査
大腸がん検診*4		免疫学的便潜血検査(2日法)
子宮頸がん検診*6	20歳以上で偶数年齢の女性*3	問診、視診、内診、子宮頸部の細胞診
乳がん検診*6	40歳以上で偶数年齢の女性*3	問診、マンモグラフィ検査

区民歯科健診

年齢は令和8年3月31日現在の満年齢

種類	受診対象者*1	検査項目
区民歯科健診*7	19歳以上の方	問診、現在歯・喪失歯・歯肉の状況、義歯・口腔清掃の状態、歯科保健指導 65歳以上の方 上記の検査項目に加え、オーラルフレイル(歯や口の機能の衰え)を予防するための検査項目を行う 口腔乾燥、口腔衛生状態、嚥下機能、咬合状態、咀嚼機能、粘膜の異常、舌・口唇機能

*1 医師が必要と判断した場合は、尿沈渣、眼底・眼圧検査を、さらに60歳以上の方は、聴力(難聴)検査を追加で行う*2 65歳以上の方に実施する胸部X線検査、肺がん検診胸部X線検査は、結核健診を兼ねる*3 令和6年度対象の未受診の方で、今年度受診を希望される方は問合せ先へ*4 国保健健診・長寿健診・成人健診と同時に受診可(健診予約時に申し込みが必要)*5 50歳以上で喫煙指数が一定以上の方には喀痰(かたん)細胞診検査も行う*6 各健診とは別の封筒で送付*7 検査の結果、口腔清掃や治療などを行った場合は実費負担。寝たきりなどで通院ができない方は、訪問歯科健診の利用を

区民歯科健診のデジタル化の第二次実証実験を行います

スマートフォンで問診票の入力、結果の確認ができ、歯の健康に関するコラムも読める、区民歯科健診のデジタル化の実証実験を行います。詳しくは区のHPをご覧ください。

- とき** 6月15日～11月末
- 場所** 区内の一部の歯科医療機関
- 対象** 19歳～64歳
- 問合せ** 健康推進課健康推進係 ☎03-5211-8171
- その他** 受診時にはマイナ保険証などと区から送付する受診券兼問診・記録票を持参



6月の食育月間にちなみ「食育」の展示を行います

食育とは、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活ができる力を育むことです。期間中、食に関する展示やパンフレットの配布などを行います。ご自身の食事を見直すきっかけにしてみませんか。

- とき** ①6月13日(金)～30日(月)②30日(月)
- 場所** ①千代田保健所1階(九段北1-2-14)②本庁舎食堂(区役所10階)
- 問合せ** 保健サービス課健康サービス係 ☎03-5211-8177



- 問合せ** 千代田清掃事務所事業企画担当 ☎03-3251-0566



千代田区立内幸町ホールの指定管理者を募集します

内幸町ホールは指定管理者制度を導入して施設運営を行います。第4期指定管理期間が3月末に終了したため、第5期目の指定管理者を募集します。

- 施設名** 内幸町ホール(内幸町1-5-1)
- 施設の機能** 文化芸術活動施設
- 指定期間** 令和8年4月1日(水)～令和13年3月31日(月)
- 内容** (5年間)申請受付期間 6月30日(月)～7月7日(月) ※応募資格や申込方法など、詳しくは募集要項(区のHPからダウンロード参照)
- 施設見学会を開催**
- とき** 6月18日(水)10時～11時、14時～15時(いずれも同じ)

- 申込方法** 6月13日(金)17時までにファクスまたはEメール(会社名、住所、担当者名、電話番号、出席人数)2名まで(も記入)で問合せ先へ
- 問合せ** 文化振興課文化振興係 ☎03-5211-3628
- FAX** 03-3264-1466
- Eメール** bunkashinkou@city.chiyoda.lg.jp



フードドライブの回収拠点を増設しました

区内の複数拠点に常設フードドライブの回収箱を設置し、ご家庭の未利用食品の回収をします。4月から新たに麹町出張所、神保町出張所の2か所に設置し、区内における回収拠点は14になりました。集まった食品は、支援を必要とする方々にお届けします。ご家庭で使い切れない未利用食品がありましたら、各拠点にお持ちください。

お近くの拠点や受け取れる食品など、詳しくは区のHPをご覧ください。

問合せ 千代田清掃事務所事業企画担当 ☎03-3251-0566

昨年度実施した第I期対象地区を除く地区が対象 屋外広告物実態調査にご協力ください

近年多く発生している自然災害に伴う被害を踏まえ、屋外広告物や道路上に突出している看板などの安全確認と屋外広告物の申請促進のため実態調査を行います。昨年度実施した第I期対象地区を除く地区が対象です。

調査員(調査業者)が敷地内に設置されている屋外広告物の大きさ・高さの計測や安全性の確認などを道路上から行います。聞き取りなどの調査も行いますので、ご協力をお願いします。

とき 6月末～令和8年3月(年末年始を除く)

第II期対象地区 麹町一丁目～六丁目、紀尾井町、平河町一丁目～二丁目、隼町、永田町一丁目～二丁目、霞が関一丁目～三丁目、日比谷公園、内幸町一丁目～二丁目、有楽町一丁目～二丁目、丸の内一丁目～三丁目、大手町一丁目～二丁目、神田錦町一丁目～三丁目、神田小川町一丁目～三丁目、内神田一丁目～三丁目、神田美土代町、神田司町二丁目、神田多町二丁目、神田鍛冶町三丁目、鍛冶町一丁目～二丁目、神田東松町、神田富山町、神田紺屋町、神田東紺屋町、神田北乗物町、神田西福田町、神田美倉町、神田岩本町、岩本町一丁目～三丁目、東神田一丁目～三丁目、神田和泉町

- 問合せ** 環境まちづくり総務課占用係 ☎03-5211-4235、(株)ヤチホ(調査業者) ☎03-5227-3501



のびのび子育て

子育てサポートが受けられる 利用会員登録説明会

時 6月20日(金)10時30分～11時30分
場 子育てひろば「あい・ぽーと」麹町2階「にじ」(三番町7)
対 区内在住で、生後7日～小学6年生の子どもの保護者 定 20名(申込順)
内 子育て・家族支援者を自宅へ派遣し、宿泊を伴う保育や病後児の保育なども行う、千代田子育てサポート事業の説明(説明会后、希望者は登録可)
申 6月19日(木)までに電話で問合せ先へ
問 NPO法人あい・ぽーとステーション ☎03-3556-8473
他 託児サービスあり(10名まで(申込順)、要予約)

「人と自然が調和した千代田区」が テーマ 環境絵画展の作品募集

応募作品は10月16日(木)～22日(水)に開催する環境絵画展で展示し、優秀作品は環境カレンダーなどに掲載します。
募集期間 ～9月5日(金)
対 区内在住・在学の小学4年生～6年生の児童、中学校



昨年度最優秀賞「海をきれいにしよう」相馬璃穂さん(和泉小学校6年)

と中等教育学校(前期課程)の生徒
問 環境政策課事業推進担当 ☎03-5211-4253



ファミリーサロン「高校生と一緒に 大きなくまじろうをつくらう!」

時 6月21日(土)10時30分～11時30分
場 社会福祉協議会アキバ分室みりおん(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組(申込順)
申 5月23日(金)から電話、ファクスまたはEメール(16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



親と子の絆プログラム ベビママの会(第2期)

お母さんは赤ちゃんの安全基地
時 7月9日(水)・16日(水)(全2回)10時～12時
場 西神田児童センター(西神田2-6-2西神田コスモス館3階)
対 区内在住の令和6年12月10日～令和7年6月9日生まれの子どもとその母親
定 20組(申込順/初めての方と全回参加可能な方を優先)
内 Baby(赤ちゃん)とMama(お母さん)が参加できる初めての交流会。おしゃべりしながら子育てを楽しく学ぶ
申 7月2日(水)までにポータルサイトから問合せ先へ
問 西神田児童センター ☎03-5215-9062
他 申込期間終了後空きがあれば対象外の1歳未満も参加可



短期小学生水泳教室に行こう

■短期小学生水泳教室苦手克服
時 7月12日～8月2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12日～8月2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 15名(抽選/区内在住者を優先)
費 区内在住者2,000円、その他の方3,000円
申 6月27日(金)(必着)までにHPまたは往復ハガキ(1人1枚/16面記入例参照/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



至大荘

親子の臨海体験



九段中等教育学校の夏季臨海施設「至大荘」でアストロバイオロジーセンター特任専門員日下部博士(理学)の研修プログラムを使った天体観測や地層の観察などを行います。
時 8月9日(土)～11日(月・祝)、11日(月・祝)～13日(水)、13日(水)～15日(金)(いずれも2泊3日/現地集合・解散)
場 至大荘(千葉県勝浦市)
対 区内在住・在学の小学4年生～6年生とその家族
定 各回10組(申込順/兄弟姉妹・幼児も同行可/ペット不可)
費 小学生1人1万4,300円、中学生以上1人1万8,700円、3歳以上の未就学児1人8,800円(2泊/5食・保険料を含む)※車を利用する場合は駐車料金(1台1,100円/2泊3日分)が必要
申 6月30日(月)10時から所定の申込書(事前にHPからダウンロード)をファクスまたはEメール添付(PDFで提出)で問合せ先へ
問 (公社)九段事務局 ☎042-377-7446(月～金10時～16時) FAX042-379-9003
✉ s-houjin@kudan.or.jp



太陽の黒点観測



地層の観察



星座の授業



中学生ワークショップを開催します

デジタル技術体験&施策提案

地域が主役となり地域課題をデジタル活用で解決することを目指し、中学生による政策提案ワークショップを開催します。デジタル技術体験を通じ、メンバー同士で区の課題解決について話し合い、施策提案を行います。提案内容は、今後の参考にさせていただきます。

特にこんな方は大歓迎です! //

AI・デジタルツールに興味がある



アイデアを出すのが好き

イノベーションに関心がある



対象 区内在住の中学生
定員 15名程度(応募者多数の場合は、応募理由などにより選考)
応募方法 7月24日(木)までに専用サイトから応募
※応募条件などの詳細は区のHPを参照
選考結果の通知 応募理由などにより選考し、7月31日(木)に通知
問合せ デジタル政策課デジタル政策係 ☎03-5211-4298



▲区のHP



▲応募フォーム



活動スケジュール

第1回 (8月下旬ごろ)	企業を訪問し、最新DXサービスに関するデジタルツールの見学・体験。社会課題の解決の進め方やイノベーションを起こすための考え方を学ぶ
第2回 (9月ごろ)	企業訪問の成果をもとに、区の課題に対して多角的な視点で自由にアイデアを出すアイディエーションワークショップ
第3回 (10月ごろ)	フレームワークを活用しながらアイデアをブラッシュアップして発表

※第2回・第3回は土曜・日曜のいずれかに行う

北の丸公園生きもの講座 特定外来生物編

時 7月12日(土) 10時～12時(荒天中止／中止の場合は7月26日(土)に延期)

場 北の丸公園(北の丸公園1-1)

対 区内在住・在学の小学生(保護者の同伴が必要／未就学児は不可)

定 20組(抽選)「ちよエコヒーロー宣言」登録による優先あり

内 北の丸公園内の池で、条件付特定外来生物アメリカザリガニの捕獲トラップの観察や自然観察を行う。希望者は池に入って捕獲トラップの回収と設置作業の体験あり

申 6月18日(水)までにHPから問合せ先へ※当選者のみ7月4日(金)に通知予定

問 (株)セルコ ☎03-3406-1724(平日



▲ちよエコヒーロー宣言の概要はこちら



▲生きもの講座

のみ)
他 持ち物＝帽子・飲み物・虫よけ・タオル・軍手・着替え※トラップの回収などの体験希望者は濡れたり汚れてもよい服装・運動靴やマリンシューズなどの靴(けが防止のため。サンダル不可、くるぶしまでの靴下が必要)。悪天候の場合、内容変更の可能性あり



四番町図書館 おはなし会

時 毎週土曜11時～(当日直接会場へ)

場 四番町図書館(三番町14-7)

対 乳幼児～

内 お子さんが本に親しめるよう20～30分程度の読み聞かせ

問 四番町図書館 ☎03-3239-6357

第75回「社会を明るくする運動」

標語
ポスター
募集

対象 区内在住・在学の小・中学生

応募作品 日常の家庭生活、学校生活の中で「犯罪や非行のない明るい社会づくり」に関連する内容

- ・標語＝A4縦二つ折り程度の大きさの紙に、本人自筆で縦書き(鉛筆不可)
- ・ポスター＝画用紙四つ切(392mm×542mm)程度の大きさでクレヨン・水彩など

申 7月3日(木) (必着) までに標語は表面に、ポスターは裏面に、学校名、学年、氏名(ふりがな)を記入し、郵送または直接問合せ先へ※区立小・中学校・中等教育学校(前期課程)は、学校で取りまとめ

問 福祉総務課厚生係(区役所3階) ☎03-5211-4211 〒102-8688九段南1-2-1

🏆 昨年度(第74回)受賞作(学校、学年は受賞時のもの)

● 標語の部

犯罪を
止める
勇気に
金メダル

伊藤湊さん
(お茶の水
小学校4年)

君の手で
笑顔は
増えて
いくつでも

澤田彩さん
(神田一橋
中学校2年)

● ポスターの部



「みどめようみんな同じなかまだよ」
吉村愛里さん(昌平小学校4年)

初めてのスマホでも安心

好評の ちよだスマホ教室を開催します!

「スマホに興味があるけど不安」「使い方がよく分からない」という方のために講習会・相談会・イベントを行います。7月～令和8年3月に各地域で定期的に行いますので、ぜひご参加ください。スマホをお持ちでない方には貸し出します。
 ※スマホ講習会・相談会・イベントはいずれも事前予約制
 ※実施内容によっては、必要なアプリをダウンロードしていただく場合あり

10月以降も順次
散歩イベントなどの
開催を予定しているの
で楽しみに!



講習会

基本操作やアプリの 使い方を知ろう!

「基礎編」は、文字入力や安全な利用方法、設定方法などの基本的な使い方、「LINE編」は、LINEの基礎的な操作や写真の送り方や音声・ビデオ通話などの使い方を学べます。

7月～8月は「基礎編」!

- ボタンの説明や画面操作などの基本操作
- 予測変換やかな・英字の切り替えなどの文字入力
- 文字のサイズ変更や音の設定などの便利な機能

スマホの基本的な
使い方が学べます。
スマホを使い始めたい方は
ぜひ参加を!



ステップアップ 講習会

短期間に集中して 学びたい方におすすめ!

週1回(計4回)、スマホのボタン説明などの基本からLINEや地図アプリの使い方など段階的に学びます。

講習内容

- 第1回：スマホの基本操作・電話のかけ方
- 第2回：スマホで検索・アプリの使い方
- 第3回：LINEの基本操作
- 第4回：地図アプリなどの紹介

LINEは講習会で
実際に使って
覚えましょう!



マンツーマンで
聞けるから
理解が
進みます!



相談会

マンツーマンで 相談OK!

1人最大30分までマンツーマンで相談できます。スマホのお困りごとや講習会での疑問点など、幅広く対応します。講習会と同日に開催する場合は、講習会で理解できなかったことを相談することもできます。

対面相談窓口

「電話ではよく理解できない」「講習会や相談会の前に相談したい」方は対面相談窓口へ。
 ※個別の製品情報や通信会社の照会などには答えられない場合あり

場所 ソフマップAKIBA駅前館2階サポートカウンター(外神田1-15-8)

申込方法 事前にコールセンターに申し込み

講習会の
アフターフォロー
にも使えるね



コールセンター 9時～17時(年末年始除く)

スマホの使い方に関する簡単な質問はオペレーターが答えます。スマホの疑問点などあればお気軽にお問い合わせください。※個人情報を含む操作などは答えられない場合あり

固定電話

0077-78-9033

携帯電話・スマホ・IP電話

050-3163-9033

講習会などの参加予約も
こちらで受け付けます!

chiyodx
(ちよだっくす)





高齢者補聴器購入費助成 7月申請受付開始

聴力の低下により日常生活に支障がある方に補聴器購入費の一部を助成します。

対象 区内在住者で、次の①～④のすべてに当てはまる方

- ①60歳以上の方
②聴覚障害による身体障害者手帳を所持していない方
③中等度難聴と医師の診断を受けた方
④令和7年4月1日以降に補聴器を購入される方

※申請前に購入した場合は助成対象外。4月～6月に購入済みの方は区に問い合わせを

助成対象 両耳または片耳に装着する補聴器本体の購入費用(イヤモールドを含む)

上限額 課税世帯7万2,450円、非課税世帯14万4,900円
※住民登録で同一世帯に含まれる方全員が審査対象

問合せ 在宅支援課在宅支援係 ☎03-6265-6482

その他 60歳未満の方は障害者福祉課障害者福祉係にご相談を☎03-5211-4214、高度・重度難聴の方は補装具として補聴器の支給を受けられる場合あり。障害者福祉課総合相談担当にご相談を☎03-5211-4217

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



介護保険サービス利用者の負担軽減制度



所得の低い方も安心して介護保険のサービスが受けられる利用者負担額の軽減制度があります。制度の利用には事前の申請が必要です。

特定入所者介護サービス費(食費・居住費)軽減(介護保険負担限度額認定)

Table with columns: 対象, 要件, 内容【参考例】. Details include service types, income thresholds, and cost reduction tables for meals and housing.

※標準的な利用料の目安(日額)食費1,445円、居住費1,231円

Table comparing '社会福祉法人などによる利用者負担額軽減' and '居宅サービスの利用者負担額軽減(区独自制度)'. Includes criteria and content for each.



問合せ 高齢介護課介護事業指定係☎03-5211-4336



伝えたい

今年も祭りが開催できる。そんな当たり前のようなことも、できなくなる日々がかつてはあった。その時何を思ったか。変わらない日常への感謝ではないだろうか。祭りを支えてくれた**全ての人にありがとう。**





神田祭

ありがとうを



九段生涯学習館で

楽しく学ぼう!



九段生涯学習館はこんなところです! /

皆さんの幅広い学びを応援する施設です。さまざまな講座を開催したり、「コミュニティペーパーDanDan」などを発行したりしています。また、集会室や陶芸などができる実習室、コースやダンスなどができる多目的室、映画鑑賞などができる視聴覚室、楽器演奏などができるレクリエーションホールのほか、ギャラリーの貸し出しも行っていきます。ぜひご利用ください。



人材バンク活用講座

親子で色彩知育®体験

時 7月20日(日)、8月3日(日)・17日(日)(全3回)
10時30分～11時45分
対 区内在住・在勤・在学の保護者と3歳～小学2年生の子ども 定 16組(抽選)
内 「色」「言葉がけ」「呼吸法」を通して、子どもの認知能力と非認知能力を育む色彩知育®。心と脳を緩めて、今しかない大切な時間を親子で楽しもう!
師 吉良紗矢佳氏(ベビー&こども色彩知育®インストラクター/写真)
費 2,700円(材料費含む)
他 託児サービスあり(7月20日時点で満6か月～未就学児/1人につき1回1,000円/申込締切日までに要予約)



ジュニアカレッジ

みんなでコマ撮りアニメーション! ~モノが動き出す魔法~

時 7月27日(日)
10時～12時30分
対 区内在住・在学の小学4年生～6年生
定 18名(抽選)
内 日用品や文房具など、身の回りの物を使ってコマ撮りアニメーションを作る
費 1,300円(材料費含む)



家庭教育学級

たのしい おいしい 日常に役立つ茶道 知って得するステキな所作

時 7月30日(水) 10時30分～12時、14時～15時30分
対 区内在住・在学または保護者が区内在勤の小学1年生～4年生とその保護者
定 各回10組20名(抽選)
内 抹茶と和菓子をいただきながら茶道を通じて教養を深める
師 伊藤宗真氏(茶道裏千家教授/写真)
費 2,300円(材料費含む)
他 託児サービスあり(講座当日時点で満6か月～未就学児/無料/7月5日(土)までに要予約)



区民自主企画運営講座

つながる・響く・鍛える 新しい交流のかたち ヒューマンビートボックスで広げる身体感覚と仲間の輪

時 7月23日、8月6日・27日、9月10日いずれも水曜(全4回) 19時～20時30分
対 18歳以上の区内在住・在勤・在学者 定 20名(抽選)
内 誰でもできる! リズムを楽しみながら、滑舌&表情筋トレーニング
師 山本一成(ZU-nA)氏(ビートボックス講師/写真)
費 2,000円(全4回分)



区民自主企画運営講座

基礎から学ぶ太極拳 ~心と体を整える緩やかな武術~

時 7月28日、8月4日・25日、9月8日・22日いずれも月曜(全5回) 19時～20時30分
対 18歳以上の区内在住・在勤・在学者
定 20名(抽選)
内 動きの美しさを追求する太極拳は、なぜ心身のリセットにつながるのか。24式太極拳の基本的な動きを体験しながら、科学的な見地も交えて学ぶ
師 武政貞雄氏(太極拳講師)
費 2,500円(全5回分)



ちよだ生涯学習ガイドブック2025を配布

生涯学習関連の講座や講習会、イベント、施設、刊行物などをまとめた「ちよだ生涯学習ガイドブック2025」を6月中旬から配布します。生涯学習の手引きとしてご利用ください。



配布場所 情報コーナー(区役所2階)・出張所・九段生涯学習館(九段南1-5-10)・スポーツセンター(内神田2-1-8)など

いずれも

場 九段生涯学習館(九段南1-5-10) 申 7月5日(土) 21時までにHP、電話またはファクス(16面記入例参照)で問合せ先へ
問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841 FAX03-3262-7460



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



スペイン語を学ぶなら、 スペイン国営文化教育機関 インスティトゥト・セルバンテス!

千代田区に所在する、スペイン国営のスクールです。
5億人が話す言語をいっしょに習得しませんか?

多様なコース

夏のコースは
2025年6月10日よりスタート!

大規模な図書館

数千冊のスペイン語関連の本・雑誌・新聞が読み放題!



インスティトゥト・セルバンテス東京

千代田区六番町2-9 セルバンテスビル 03-5210-1706/infotok@cervantes.es





ふくし出張相談

時 富士見地区=7月3日(木)、神田公園地区=7月22日(火)いずれも13時30分~15時30分、和泉橋地区=7月23日(水)14時30分~16時30分
場 富士見地区=富士見出張所(富士見1-6-7)、神田公園地区=神田公園出張所(神田司町2-2)、和泉橋地区=千桜ホール(神田東松下町22-1こもれび千桜1階)
対 区内在住者 定 各6名(申込順)
内 生活上の不安や心配なこと、気になることなどを相談できる(1人30分程度)
申 電話、ファクスまたはEメールで問合せ先へ
問 社会福祉協議会アキバ分室
☎03-6285-2860 FAX03-6285-2861
✉akiba@chiyoda-cosw.jp

暮らしのほけん室 九段坂

時 6月28日(土)10時~12時(当日直接会場へ/出入り自由)
場 かがやきプラザ1階九段坂病院医療連携室(九段南1-6-10)
定 15名程度(先着順)
内 看護師、保健師、助産師、薬剤師への相談会。処方された薬や介護、子育てのことなど自由に相談。専門職によるミニ講座も開催
6月のミニ講座テーマ 体組成を測ろう。
問 九段坂病院地域医療連携部・落合
☎03-3262-9316

区共催 第34回千代田区文化連盟展

時 6月9日(月)~15日(日)11時~18時(最終日は16時まで/当日直接会場へ/出入り自由)
子どもの遊び場 絵手紙・書道コーナー=6月12日(木)~14日(土)、似顔絵・葉っぱ絵コーナー=6月10日(火)~14日(土)14時~16時
場 九段ギャラリー(九段南1-5-10九段生涯学習館2階)
定 子どもの遊び場各コーナー=1日20名まで(先着順)
内 区内のサークルなどによる絵画・書道・写真などの展示会と子どもの遊び場
費 無料(子ども遊び場は参加費500円)
問 千代田区文化連盟・野田
☎090-8047-9967

第15回七夕まつり

時 6月18日(水)~7月9日(水)
場 パレスサイドビル地下1階、1階中央アーケード(一ツ橋1-1-1)
内 協力店で500円以上の買い物や食事をすると、ガラポン抽選補助券がもらえる
問 パレスサイドビル名店会事務局・大畑
☎03-3213-3850

国立情報学研究所 オープンハウス

時 6月20日(金)11時~20時
場 一橋講堂ほか(一ツ橋2-1-2学術総合センター1階・2階) 定 500名(申込順)
内 AIなど最新の情報学研究の講演やセミナー、デモ・ポスターセッション、「NII研究100連発」、体験コーナーなど
申 HPから問合せ先へ
問 国立情報学研究所企画広報チーム
☎03-4212-2145・2028・2164



いざというとき役に立つ 命を守る着衣水泳

時 6月28日(土)13時30分~15時(受付13時~)
場 いきいきプラザ一番町8階温水プール(一番町12)
定 25名(申込順)※小学3年生以下は保護者の同伴が必要
申 6月20日(金)17時までに住所と年齢が確認できるものを持参のうえ、直接問合せ先へ
問 いきいきプラザ一番町1階受付(9時~17時)☎03-3265-6311
他 持ち物=水着・タオル・衣服(長袖・長ズボン)・ペットボトル・レジ袋



第47回昌平童夢寄席

時 6月28日(土)18時~(17時30分開場/当日直接会場へ)
場 昌平幼稚園遊戯室(外神田3-4-7)
出演 柳家燕弥氏(落語家)、翁家和助氏(太神楽曲芸)
費 木戸銭(入場料)500円
問 昌平評議会・久保田
☎03-3831-6082

昌平コール・アブサンス 第7回演奏会

時 7月5日(土)14時~16時
場 日経ホール(大手町1-3-7)
定 600名(自由席)
内 区内で活動している昌平コール・アブサンスの歌声を聴く
出演 指揮=志田雄啓(東京藝大卒音楽博士)、伴奏=経種美和子(武蔵野音楽大学卒)、ソロ=栗田真帆(東京藝大卒)他
費 区内在住者500円、その他の方1,000円
申 7月4日(金)までにHPから問合せ先へ※当日券あり
問 昌平コール・アブサンス・佐藤
☎090-1809-1771



認知症本人ミーティング「実桜の会」

認知症と診断された本人やもの忘れでお悩みの方、その家族の方が、日頃の想いや悩みを語り合う場です。
時 7月9日(水)14時~15時30分(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

千代田区夏休み 伝統文化親子教室

時 8月6日(水)~17日(日)10時~18時の間で30分程度※7回の稽古を予定
場 偕善苑(紀尾井町2-1)または九段生涯学習館(九段南1-5-10)
対 区内在住・在学の小学生~大学生
定 50名(申込順)
内 能楽・茶道の体験教室。最終日に成果を発表する
費 1科目1万8,000円(保護者も受講可。別途参加費が必要)
申 HPまたはEメール(16面記入例参照/希望受講内容も記入、複数選択可)で問合せ先へ
問 伝統の橋がかり☎090-4021-8313
✉dentou@hashigakari.org(要受信許可)
他 区文化事業助成対象事業



令和7年度雇用主研修会

時 6月24日(火)13時30分~16時
場 文京シビックホール大ホール(文京区春日1-16-21)
定 1,300名(事業主または人事担当責任者/申込順)
内 人権問題の正しい理解と認識を深め、就職の機会均等の確保と就職差別の解消を図る
申 6月17日(火)までにHPから問合せ先へ
問 ハローワーク飯田橋雇 用指導部門☎03-3812-8781



令和7年度東京歯科大学 公開講座

時 6月14日(土)13時30分~14時30分
場 東京歯科大学水道橋校舎本館12階(神田三崎町2-9-18)
定 160名(申込順)
内 いつまでもおいしく食べるためにオーラルフレイルと口の健康を学ぶ
師 大久保真衣氏(東京歯科大学口腔健康科学講座摂食嚥下リハビリテーション研究室准教授/写真)
申 6月8日(日)までにHPから問合せ先へ
問 東京歯科大学法人庶務課・橋本
☎03-5275-1582



介護者教室 作業療法士による 認知症予防運動指導

こうじまちいきいき教室で 認知症予防に取り組みましょう!
時 6月19日(木)14時~15時
場 いきいきプラザ一番町1Fロビー(一番町12)
定 20名(申込順)
内 考えながら体を動かし、脳に刺激を与える
申 6月17日(火)までに電話またはファクス(16面記入例参照)で問合せ先へ
問 高齢者あんしんセンター麹町
☎03-3265-6141 FAX03-3265-6138



図書館の催し

J-POPはなぜ世界へ飛ばたいのか? 坂本九からYOASOBI...日本音楽の海外需要史

時 7月16日(水)19時~20時30分
場 日比谷図書文化館地下1階日比谷コンベンションホール(大ホール)(日比谷公園1-4) 定 200名(申込順)
内 J-POPの国際的ヒット曲を分析し、海外で人気を獲得した背景や、コロナ禍がもたらした変化、日本音楽の未来について学ぶ
師 柴那典氏(音楽ジャーナリスト/写真) 費 1,500円
申 HP、電話または直接問合せ先へ
問 日比谷図書文化館
☎03-3502-3340



はじめての 神保町街あるき

2025



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21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/小学生以上)※小学生は保護者の同伴が必要
内 「神保町の魅力発見」をコンセプトに、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 6月9日(月)10時~13日(金)18時にHPから問合せ先へ※当選者のみ6月17日(火)以降にEメールで通知
問 千代田図書館☎03-5211-4290



多世代交流Ciao! ひだまりサロン

学ぶ!楽しむ!カレースパイス調合大作戦!
時6月28日(土)10時~11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) **対**区内在住者
定25名(申込順/小学校3年生以下は保護者と参加)
内漢方薬剤師にスパイスについて学び、カレー用スパイスを調合しながら交流する(東京一ツ橋ロータリークラブ企画協力) **申**HPから問合せ先へ
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
他持ち物=エプロン



すぽすたちよだクラブ スタディ(文化学習)プログラム

■米粉100%で作るふわふわレシピ
時7月17日(木)18時30分~20時30分
定8名(申込順)
師調雅子氏(米粉の教室PENTAS)
内オリーブオイルとハーブの香り豊かなフォカッチャを作る
費950円(非会員は2,450円)
申7月15日(火)17時までに電話で問合せ先へ



■健康的な体づくり講座 カラダの内側と外側から美しく健やかになるヘッドケア
時7月24日(木)18時30分~20時
定20名(申込順)
師円山カヨリ氏(頭皮ストレス診断士/写真)
内血流を整えながら、腫や髪がイキイキするヘッドケアを学ぶ
費無料(非会員は参加費1,500円が必要)
申7月21日(月・祝)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)
問九段生涯学習館 ☎03-3234-2841
他すぽすたちよだクラブ非会員は、6月10日(火)10時から申込受付。入会希望の方は、スポーツセンター(☎03-3256-8444)へ

第3回ちよだ認知症ケア講座 認知症と共に生きる

時7月26日(土)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)
対認知症ケアに関心のある方
定50名(申込順)
内41歳で認知症と診断されたことをきっかけに、自らデイサービスを設立した講師とその家族の話を聞く
申7月25日(金)までに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
問かがやきプラザ研修センター ☎03-6265-6560 FAX03-3265-1162
 ①jinzai@chiyoda-cosw.jp



スポーツセンターで 元気に運動しよう!

■プロコーチから学ぶ! 夏のランニング教室
時①7月10日(木)19時~21時②7月24日(木)19時~21時 **対**16歳以上の方
定各15名(抽選/区内在住者を優先)
内体の仕組みやトレーニング方法、ランニングフォームの基本などを学ぶ①体幹強化で楽に走る(インターバル走1.6km×3~4本またはジョギング)②お尻強化で楽に走る(インターバル走800m×5~7本またはジョギング)
費各回2,000円
持ち物ランニングができるシューズ・服装
申6月26日(木)(必着)までにHPから申し込み(両日も可)
他内容の変更・中止、天候によって室内講習になる場合あり

■卓球教室Ⅲ期
時7月14日~9月1日の毎週月曜(7/21、8/11、8/18を除く全5回)①入門・初心者クラス=10時~11時30分②中級者クラス=13時~14時30分
対15歳以上の方(中学生除く)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
定各8名(抽選/区内在住者を優先)
費7,500円
申6月30日(月)(必着)までにHPまたは往復ハガキ(1人1枚/記入例参照/希望クラスと性別も記入)で問合せ先へ

■介護予防教室 LaLaLa Fit
時7月18日~9月5日の毎週金曜(全8回)13時30分~14時30分
対60歳以上の方
定15名(抽選/区内在住者を優先)※3名未満の場合は中止
内椅子を使った頭と体を動かす運動機能向上プログラム
費区内在住者4,000円、その他の方5,200円
申7月4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

■いずれも

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



2025年度税務職員採用募集 (国家公務員)

受験資格 令和4年4月1日以降に高等学校または中等教育学校を卒業した方と令和8年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの方
申6月13日(金)~25日(水)(受信有効)に人事院HPから申し込み
試験日 第1次=9月7日(日)、第2次=10月15日(水)~24日(金)の指定日
問東京国税局人事第二課 試験係 ☎03-3542-2111



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

開催決定!

皇居千鳥ヶ淵 灯ろう流し2025

時7月30日(水)・31日(木)19時~20時(18時乗船開始/雨天・荒天中止)
場千鳥ヶ淵ボート場(三番町2先)



船上灯ろう(抽選)

定1日60艘(1艘3名まで/抽選)
費ボート1艘1万円(灯ろう3つ、ボート代含む)※中止の場合返金はなし
申6月17日(火)17時までにHPから申し込み
他複数応募はすべて無効。乳幼児もボート定員の1名と数える

灯ろうのみの販売(事前購入制、売り切れしだい終了)

費1灯2,000円※中止の場合返金はなし
申HPの申し込みフォームで事前に購入(当日販売なし)

いずれも

問千代田区観光協会 ☎03-3556-0391



高山市 森林体験等ツアー

時8月2日(土)~4日(月)集合7時/解散19時予定=区役所前※2泊3日/雨天決行

対小学生以上(区内在住・在勤・在学者)※中学生以下の場合は保護者同伴、未就学児の参加は不可
定35名(抽選/1組2~5名)※「ちよエコヒーロー宣言」登録による優先あり

内1日目=平湯自然探勝路で自然散策、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
費中学生以上=2万5,000円、小学生=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6月25日(水)17時までにHPから申し込み
問東武トップツアーズ(株)・諸橋 ☎050-9000-9361



▲森林体験等ツアー



▲ちよエコヒーロー宣言



▲令和6年度の様子



▲令和6年度の様子

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
 生涯学習の一環としてお役にたください

「ボールパークと街づくり」

長谷川 聖治 氏

開催日時: 2025年6月17日(火)16:00~17:00 受付開始15:40
 開催場所: 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: 「6/17 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。

株式会社 榊山 取締役
 ボールパーク事業担当
 東京ジャイアンツ
 タウン マネジメント
 カンパニー 社長

消費者だより

全身医療脱毛の契約をしたが突然倒産！お金は戻ってくるの？



脱毛エステ店の破産が多く見られ、最近では医療脱毛を行うクリニックも破産しています。

■相談事例1

全身脱毛15回コース39万円、クレジット分割払いの契約をしたが、5回施術を受けた後に倒産した。残債は20万円あるが支払いたくない。

■相談事例2

クリニックが倒産する前に、全身脱毛12回コースの契約をした。その際「本日に現金で全額支払えば、破格の12万円にする」と言われて従ったが、1回施術を受けただけで倒産した。未施術分の料金を返金してほしい。

■消費者へのアドバイス

- ・事業者の破産手続きが開始され破産管財人(弁護士)が立った際は、事業者のHPに掲載されます。HPを確認のうえ、破産管財人に「債権者届」を出しておきましょう。
・現金一括で支払った場合は、一般債権者の扱いになり、優先債権(税金や従業員の給料)への支払いが終わってからの対応となるため、清算配当はほとんど期待できません。
・クレジット分割払いで支払った場合は、クレジット会社に「事業者が倒産した。今後の引き落としを停止してほしい」と、法的に申し出る(抗弁権の接続)ことができます。早急に書面で申し出ましょう。最終的にはクレジット会社の判断になりますが、その後の支払いが止まる可能性があります。
・全身脱毛は高額で長期間の契約です。相談事例2のように、現金一括で支払うと、事業者が破産した場合はサービスも受けられず代金も戻らない可能性が高いのでなるべく部位ごとの単発契約やクレジット分割払いなど、抗弁権の接続ができる決済を選んだ方がリスクは軽減できるでしょう。長期契約や現金決済はリスクが高いので、契約前によく検討しましょう。

分からないことがあれば、消費生活センターにご相談ください。

☎消費生活センター☎03-5211-4314

ビルピット悪臭防止にご協力を

ビルの地下排水槽(ビルピット)が原因の悪臭は以前から問題となっています。ビル管理者の皆さんは、次のような対策をお願いします。

■排水槽の水位を下げる

悪臭(硫化水素)の濃度は、排水槽に貯留された水量と時間に比例します。排水残量を少なくするため起動水位、停止水位を下げ、悪臭の発生を抑えるため短い間隔で排水しましょう。

■タイマーを設置する

残量を一定以下に保つため、タイマーを取り付け、一定時間(2時間に1回程度)で排水しましょう。

■定期的な清掃を行う

排水槽をきれいにしておくことで硫化水素の発生が減ります。年3回以上の清掃が目安ですが、合流槽や油分が多い排水の場合は回数を増やしましょう。

また、グリーストラップ(廃食油を分離除去するもの)は、使用日ごとに補集物を除去し、1週間に1回は清掃しましょう。

☎臭気苦情や臭気測定に関すること=環境政策課公害指導係

☎03-5211-4254、

排水槽などの維持管理に関すること=生活衛生課環境衛生係☎03-5211-8166、

公共下水道、排水設備に関すること=(都)下水道局中部下水道事務所お客さまサービス課☎03-3270-8322

広報千代田を アプリや音声でもお届けします!



■アプリ 無料デジタルブックアプリ・カタログ

ポケット(カタポケ)で広報千代田を読むことができます。アプリをダウンロードしてご利用ください。

※アプリは無料。情報の受信などにかかる通信料は利用者負担

■音声 区のHPに音声版を掲載しています。二次元コードからぜひご利用ください。また、希望者には点字版・音声(CD)版を配布しています。

問合せ 広報広聴課広報広聴係

☎03-5211-4175、

点字版・音声(CD)版=障害者福祉課障害者福祉係☎03-5211-4214



▲ブラウザ版



▲アプリの取得

美術館・博物館などのお知らせ

催し物の詳しい内容や会期中の休館日は、各館へお問合せください。

科学技術館

催し物 蚊のひみつを知ろう!

会期 6/27(金)~6/29(日) 問合せ ☎03-3212-8544



神田明神資料館

催し物 特別展 おかしな浮世絵 変な絵巻物

会期 6/7(土)~7/13(日) 問合せ ☎03-3254-0753



共立女子大学博物館

催し物 企画展「絵画×ファッション-春にめぐる装いの世界-」

会期 ~6/21(土) 問合せ ☎03-3237-2665



国立公文書館

催し物 第1回企画展「万博-日本と博覧会の歴史-」

会期 ~6/29(日)※6/16(月)は休館 問合せ ☎03-3214-0621



JCIIフォトサロン

催し物 片岡順一作品展「飛翔の詩」

会期 ~6/29(日) 問合せ ☎03-3261-0300



衆議院憲政記念館

催し物 企画展示「人物シリーズ『継』第3回西園寺公望・原敬」

会期 ~6/29(日) 問合せ ☎03-3581-1651



しょうけい館

催し物 特別企画展「武良茂(水木 しげる)の戦争体験」

会期 ~10/13(月・祝) 問合せ ☎03-3234-7821



昭和館

催し物 写真展「石川光陽写真展【第2期】戦時下の東京」

会期 ~6/29(日) 問合せ ☎03-3222-2577



静嘉堂文庫美術館(静嘉堂@丸の内)

催し物 黒の奇跡・暁変天目の秘密

会期 ~6/22(日) 問合せ ☎050-5541-8600



千秋文庫

催し物 館蔵 古地図展(前期)

会期 ~6/21(土) 問合せ ☎03-3261-0075



東京国立近代美術館

催し物 ヒルマ・アフ・クリント展

会期 ~6/15(日) 問合せ ☎050-5541-8600



東京ステーションギャラリー

催し物 タピオ・ヴィルカラ 世界の果て

会期 ~6/15(日) 問合せ ☎03-3212-2485



二松学舎 大学資料展示室

催し物 「二松学舎に学んだ名士たち」展

会期 ~7/4(金) 問合せ ☎03-3263-6364



日本カメラ博物館

催し物 昭和100年記念 昭和のカメラ物語 第一部:1926-1954

会期 ~6/22(日) 問合せ ☎03-3263-7110



半蔵門ミュージアム

催し物 ほとけに随待するもの

会期 ~8/31(日) 問合せ ☎03-3263-1752



HOSEIミュージアム

催し物 法政大学と戦後80年-戦争と向き合い、平和を求め-

会期 ~8/30(土) 問合せ ☎03-3264-6501



三菱一号館美術館

催し物 オランジュリー美術館 オルセー美術館 コレクションより

ルノワール×セザンヌ -モダンを拓いた2人の巨匠

会期 ~9/7(日) 問合せ ☎050-5541-8600(ハローダイヤル)



明治大学博物館

催し物 瓦が語る歴史 前場幸治コレクションの名品

会期 ~7/16(水) 問合せ ☎03-3296-4448



靖国神社遊就館

催し物 終戦80年戦跡写真展~今も残る英霊の足蹟~

会期 ~12/7(日) 問合せ ☎03-3261-8326



区オリジナル

投票済証を配付

本のしおりとして使用できる投票済証(区所蔵の竹久夢二の絵を使用)を配付します。希望される方は、投票を済ませてから、投票所を出る前に係員に申し出てください。



投・開票速報

20時50分から区役所4階会議室で即日開票します。投票日の投・開票の速報は、区のHPで公表します。

選挙公報

ポスティングなどでお届けします!

■ポスティング(各世帯のポストへの直接投函)

6月17日(火)、18日(水)ごろ
※次の地域は郵送により配布
丸の内一〜三丁目、大手町一・二丁目、内幸町一・二丁目、有楽町一・二丁目、霞が関一〜三丁目、永田町一丁目、皇居外苑、日比谷公園、千代田

■出張所などの区立施設
6月17日(火)〜

■都のHP
都選挙管理委員会のHPにPDFデータが掲載される予定です。

■音声版「選挙のお知らせ」(CD版)
視覚に障害がある方にお送りします。ご希望の方は選挙管理委員会事務局へお問い合わせください。※選挙の告示日以降に作成されるため、お届けまでに時間がかかります。あらかじめご了承ください。

期日前投票の利用

投票日当日に出張や旅行などで投票所へ行けない見込みの方は、期日前投票ができます。

千代田区期日前投票所

期日前投票の際は、投票所入場整理券に印字されている宣誓書(投票用紙請求書)を記入し、持参してください。



- ①選挙管理委員会室(区役所4階)
6月14日(土)〜18日(水)
- ②区民ホール(区役所1階)
6月19日(木)〜21日(土)



- ③麴町区民館地下1階洋室C(麴町2-8)
6月15日(日)〜21日(土)



- ④和泉橋区民館2階洋室A(神田佐久間町1-11-7)
6月15日(日)〜21日(土)
- ※いずれも8時30分〜20時

不在者投票など

詳しくは選挙管理委員会へお問い合わせください



●出張や旅行などで区外に滞在の方
滞在先の選挙管理委員会
で不在者投票ができます。事前に選挙管理委員会へ投票用紙などの請求が必要です。請求は、郵送またはマイナンバーカードを利用したオンライン申請で行えます。

●指定病院などに入院・入所されている方
投票日当日に投票所に行けない方は、その病院や老人ホームなどで不在者投票ができます。早めに施設に申し出てください。区内の指定病院などは次のとおりです。

●重度障害等や要介護5である方
「郵便等投票証明書」をお持ちの方は、お住まいの場所で投票用紙に記載し、郵便等で投票することができます。

・対象となる方 下表に当てはまる方
・郵便等投票証明書の取得方法 事前に選挙管理委員会に申請
※郵便等投票証明書の交付には日数がかかる場合がありますので、早めにお問い合わせを

	区分	対象となる方
身体障害者手帳をお持ちの方	両下肢、体幹、移動機能の障害	1級、2級
	心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害	1級、3級
	免疫、肝臓の障害	1級、2級、3級
戦傷病者手帳をお持ちの方	両下肢、体幹の障害	特別項症、第1項症、第2項症
	心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障害	特別項症、第1項症、第2項症、第3項症
介護保険被保険者証をお持ちの方	「要介護5」と記載されている方	

九段坂病院(九段南1-6-12)、東京通信病院(富士見2-14-23)、杏雲堂病院(神田駿河台1-8)、日本大学病院(神田駿河台1-6)、三楽病院(神田駿河台2-5)、浜田病院(神田駿河台2-5)、明和病院(神田須田町1-18)、三井記念病院(神田和泉町1)、一番町特別養護老人ホーム(一番町12/いきいきプラザ一番町内)、特別養護老人ホームかんだ連雀(神田淡路町2-8-1)、小規模特別養護老人ホームジロール麴町(麴町2-14-3)、特別養護老人ホームザ番町ハウス(二番町7-6)

東京都議会議員選挙

6月22日(日) 7時~20時

明日の都政を託す人を選ぶ選挙です。
大切な一票を無駄にせず、必ず投票しましょう。

問合せ 選挙管理委員会事務局 ☎03-5211-4268

告示日 6月13日(金)

1 投票所入場整理券が届く 有権者ごとに6月12日(木)ごろ発送



投票できる方

平成19年6月23日以前に生まれ(投票日現在18歳以上)、令和7年3月12日以前に転入届出し、投票日まで引き続き千代田区に住所を有している方

ご注意ください!

転入・転出した方

● 都内の区市町村から3月13日以降に転入した方

前住所地の選挙人名簿に登録されていれば、前住所地で投票することができます。

※問い合わせは前住所地の選挙管理委員会へ

● 2月22日以降に都内の区市町村へ転出した方(またはこれから転出予定の方)

千代田区の選挙人名簿に登録されている方で、新住所地の選挙人名簿に登録されていない方は、千代田区で投票ができます。

● 都外へ転出した方

投票することができません。

※投票の際、選挙用住民票、マイナンバーカード、運転免許証(住所書き換え済のもの)のいずれかを
持参すると、スムーズに案内ができます

※転出した日から4か月が経過した場合は、選挙人名簿から登録がなくなります。転出した日とは、届
出をした日ではなく「実際に引っ越した日」です

2 当日は指定の投票所で

投票日当日は、指定された投票所以外では投票できません。入場整理券で自分の投票所を確認してください。

投票区	投票所名	所在地	管轄区域
1	翹町中学校	平河町2-5-1	永田町1・2丁目、平河町1・2丁目、隼町、霞が関1~3丁目、紀尾井町(1~5番)
2	翹町区民館	翹町2-8	翹町1~4丁目、一番町、二番町
3	番町小学校	六番町8	翹町5・6丁目、紀尾井町(6・7番)、五番町、六番町
4	九段小学校	三番町16	三番町、四番町、九段南2~4丁目、九段北2~4丁目
5	富士見区民館	富士見1-6-7	飯田橋1~4丁目、富士見1・2丁目、九段北1丁目8~10・12(8~19号)・15番
6	千代田区役所	九段南1-2-1	大手町1・2丁目、丸の内1~3丁目、有楽町1・2丁目、内幸町1・2丁目、日比谷公園、皇居外苑、千代田、九段南1丁目、九段北1丁目1~7・11・12(1~7・20~30号)13・14番、北の丸公園、一ツ橋1丁目
7	神保町区民館(神保町ひまわり館)	神田神保町2-40	神田三崎町1~3丁目、西神田1~3丁目、神田神保町2丁目(偶数番地)、神田神保町3丁目
8	お茶の水小学校	神田猿楽町1-1-1	神田駿河台1・2丁目、神田猿楽町1・2丁目、神田神保町1丁目、神田神保町2丁目(奇数番地)、一ツ橋2丁目、神田小川町3丁目8・10・12・14・16・18・20・22
9	ちよだプラットフォームスクウェア	神田錦町3-21	神田駿河台3・4丁目、神田小川町1・2丁目、神田小川町3丁目1~7・9・11・13・15・17・19・21・23~28、神田錦町1~3丁目
10	神田保育園	神田淡路町2-109	神田須田町1丁目、神田淡路町1・2丁目
11	千代田小学校(神田さくら館)	神田司町2-16	神田鍛冶町3丁目、神田多町2丁目、神田司町2丁目、神田美土代町、内神田1~3丁目
12	旧今川中学校	鍛冶町2-4-2	鍛冶町1・2丁目、神田紺屋町、神田富山町、神田北乗物町、神田西福田町、神田美倉町、神田東紺屋町
13	区営東松下町住宅	神田東松下町22-1	神田須田町2丁目、神田岩本町、神田東松下町
14	岩本町ほほえみプラザ	岩本町2-15-3	東神田1・2丁目、岩本町1~3丁目
15	和泉小学校	神田和泉町1	神田平河町、神田和泉町、神田松永町、神田練塀町、神田花岡町、神田相生町、神田佐久間町1~4丁目、神田佐久間河岸、東神田3丁目
16	昌平小学校(昌平童夢館)	外神田3-4-7	外神田1~6丁目



3 投票の方法

投票には投票所入場整理券をお持ちください。入場整理券がなくても、選挙人名簿に登録されていれば投票できます。投票所の相談係に申し出てください。

当日は係員が案内します。通常の投票方法のほか次のような投票もできます。希望される方は投票所の係員に申し出てください。

●代理投票 手や腕のけがなどにより、投票用紙を記入することできない方には、投票所の係員が代理で投票用紙の記入を行います。

●点字投票 視覚が不自由な方で、点字の投票を記入される方には、点字用の投票用紙を交付します。

投票用紙記入補助器具 目が見えない方、見えにくい方への対応として、触ることで記入する位置が判別しやすくなる「投票用紙記入補助器具」を各投票所・期日前投票所へ備えます。

※代理投票、点字投票は期日前投票でも利用できます



財政状況をお知らせします

区は、区民の皆さんの納めた税金の使い道などをお知らせするため、毎年6月・12月に財政状況を公表しています。今回は、令和7年3月31日現在の財政状況をお知らせします。金額や構成比はいずれも表示単位未満で四捨五入しており、合算した数値と合計が異なる場合があります。

問合せ 財政課 ☎03-5211-4143



令和6年度予算の執行状況

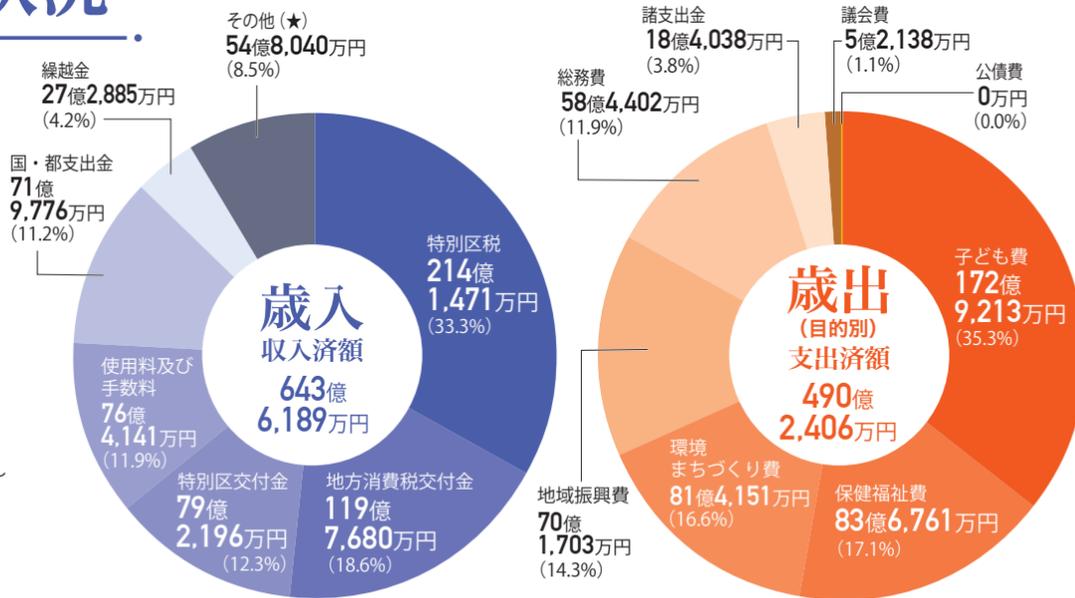
【一般会計】

日常生活で使うサイフ

令和6年度予算総額 **770億5,012万円**

- ・当初予算 **695億7,562万円**
- ・補正予算 **64億9,304万円**
- ・繰越予算 **9億8,146万円**

収入・支出済額は、グラフのとおりです。ただし、出納整理期間(4月1日～5月31日)の額は含まれていないため、最終的な決算額とは異なります。



★寄附金や諸収入など

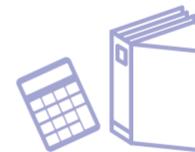
※職員費は、各目的別に計上

【特別会計】

日常生活と区別した特別なサイフ

特別会計では、特定の事業の実施に必要な経費を一般会計から独立して管理しています。千代田区には3つの特別会計があります。

会計名	予算総額	収入済額	収入率	支出済額	執行率
国民健康保険事業会計	71億8,992万円	61億5,816万円	85.6%	57億6,679万円	80.2%
介護保険特別会計	51億4,637万円	47億6,691万円	92.6%	43億7,490万円	85.0%
後期高齢者医療特別会計	23億510万円	20億9,726万円	91.0%	20億8,917万円	90.6%



区民負担

令和6年度特別区民税額は約205億円*です。区民1人当たり、1世帯当たりの負担額は次のとおりです。

1人当たりの負担額 = 約205億円 / 68,999人 = 29.7万円

1世帯当たりの負担額 = 約205億円 / 39,648世帯 = 51.7万円

*金額は、現年課税現年度分調定額(区がその年に収入すべき金額)

区の財産



※区公有財産管理規則に基づく数量、金額。ただし、工作物を除く

区債

区債とは 家計で例えると「借金」です。公共施設の整備資金の一部を借り入れるために発行する債券です。

次世代に負担を残さない財政運営

- 26年連続で新たな区債の発行なし
- 令和4年度末で区債の償還を完了

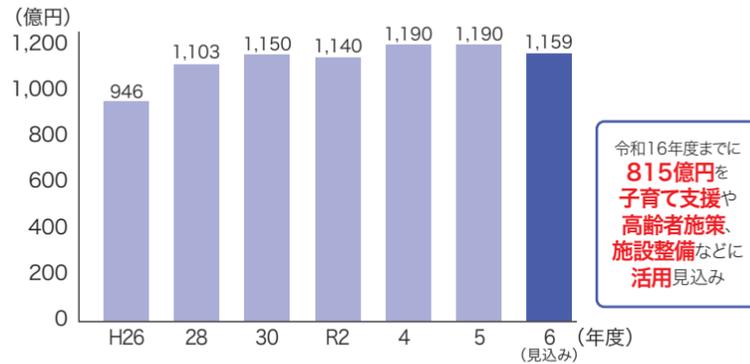
基金

基金とは 家計で例えると「貯金」です。将来の多額の出費や大規模災害などに備え、あらかじめ用意しておくお金です。

令和6年度末の基金残高

- 平成26年度末から213億円増加して1,159億円となる見込み

積立基金の年度末残高の推移



※令和6年度末の基金残高は、令和6年度の積立額51億円、活用額82億円を含めた見込額

○数値はいずれも令和7年3月31日現在のものです○



熱中症や食中毒はよく知られているので、つい軽く見てしまうことがあるかもしれません。しかし、後遺症が残りにくい恐ろしい病気です。私もカットしたミニトマトをお弁当に入れていましたが、食中毒の原因になることを初めて知りました。本格的な夏に向けて、今一度皆さんに意識していただくきっかけになれば幸いです。(塩田)



この製品は、適切に管理された FSC® 認証林、再生資源およびその他の管理された供給源からの原材料で作られています。