

年々夏の暑さが厳しくなっています。夏の日中は涼しい図書館で過ごすのはいかがでしょう。今号では区立図書館で開催されるイベントをご紹介します。詳しくは12面をご覧ください。

7月末から8月にかけて



物価高騰の影響を受けている皆さんを応援するため、プリペイド型ギフトカードを配付します。

配付内容 5,000円分のプリペイド型ギフトカード(バニラVisaギフトカード／1人1枚／**申請手続不要**)

対象 令和7年3月17日時点で千代田区住民基本台帳に住民登録されている方
※配偶者からの暴力などを理由に住民票を移さずに千代田区へ避難している方も対象となる場合があります(要申請)。詳しくは区のHPで確認を

配付方法 3月17日時点での住民基本台帳上の住所に「対象者の個人名」を宛名としてゆうパック(対面配達)で郵送

配付時期 7月末から8月にかけて段階的に発送予定

使用可能店舗 全国のVisa加盟店(店頭・ネットショップ)
※一部利用対象外あり(月額・継続支払、ガソリンスタンドなど)

使用期限 令和9年12月31日まで(使用期限が過ぎたカードは使えません)

店舗での使用方法 機械にスライドさせて決済(一部、機械に差し込んで決済する店舗あり。詳細は各店舗に問い合わせを)



次の点にお気をつけください。詳しくは区のHPで確認を

- 次の場合は7月18日(金)までに区ポータルサイトで申請ください。
 - ・ 送付先住所の変更(出張や里帰り出産で長期不在予定など、郵便局に転居届を出すことができない場合に可)
 - ・ 辞退を希望する
- 9月1日(月)になっても届かない場合はコールセンターへ問い合わせください。



！ 職員などを装った不審電話や詐欺にご注意ください

銀行口座やクレジットカードの番号を聞いたり、ATMの操作を依頼したりする不審電話に注意してください。問い合わせに対する返信を除き、ギフトカードの配付について、区役所から連絡することはありません。

千代田区暮らし応援ギフトカード事業
専用コールセンター

☎050-3818-1470 (平日9時～17時)



消費トラブルに関する困りごとは
消費生活センター☎03-5211-4314
まで相談ください。

不明な点は
こちらまで
問い合わせ
ください。



Contents — 今号の主な内容 —

3 新たな区指定文化財の紹介 5 ふらっとちよだ～みんなのセカンドリビング～ 7 ちよだキース・フォーラム 12 区立図書館 夏のわくわく課外授業

ドライ型ミストを設置します

区内公園など7か所にドライ型ミスト発生機器を設置し、クールスポットを創出します。

とき 7月1日(火)～9月30日(火) 6時～18時(雨天等中止)

場所 神田児童公園(神田司町2-2)、和泉公園(神田和泉町1-300)、芳林公園(外神田3-5-18)、千鳥ヶ淵公園(麹町1-2)、九段坂公園(九段南2-2-18)、錦華公園(神田猿樂町1-1-2)、千鳥ヶ淵緑道(九段南2-3番町先)

問合せ 環境政策課エネルギー対策係
☎ 03-5211-4256

区内事業者へ 温暖化配慮行動計画書 兼報告書をご提出ください

温暖化配慮行動計画書制度は、条例に基づき、区内の事業者が取り組む「環境活動」「環境教育」「地域貢献活動」の計画や実施状況を区に報告する制度です。従業員300人以上の事業所は義務提出、300人未満の事業所は任意提出となっています。優良な取り組みは公表・表彰し、環境に配慮し行動する「人づくり」を推進しています。表彰事業所や提出された事業所の取り組み内容は「地球温暖化配慮行動の主な取り組み事例集」や区のHPで公表しています。

提出期限 8月31日(日)

提出方法 区のHPを参照

問合せ 環境政策課企画調査係
☎ 03-5211-4255



梅雨の時期！ 集中豪雨に注意

都市部では、集中豪雨などにより、短時間で道路や地下空間が浸水する都市型水害が発生しやすいです。発生時の適切な行動が重要です。次の注意事項を参考に都市型水害に備えてください。

発生時の注意

- ・無理な外出を控える
- ・地下空間への立ち入り禁止。短時間で急激に浸水する危険性あり
- ・マンホールや側溝に注意。大雨時は、マンホールの蓋が外れたり、側溝が見えにくくなる危険性あり
- ・感電に注意

- ・避難指示に従う
- ・避難は徒歩で
- ・もし浸水したら
- ・できるだけ高い場所や、浸水していない建物の上階へ避難
- ・自力で避難できない場合は、消防や警察に救助を求める
- ・水流がある場所や水位が上昇している場所では、むやみに移動せず救助を待つ

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



税金をご確認ください

■軽自動車税(種別割)の納付はお済みですか

納期限は6月2日でしたが、納付が済んでいない方は、次の方法で早めに納付してください。

- 金融機関、指定のコンビニエンスストア
- 区役所、出張所の窓口
- スマートフォン・パソコンを利用した納付

※納税証明書や領収証書が必要な方は、スマートフォン・パソコン以外の方法で納付を

問合せ 税務課納税促進係 ☎ 03-5211-4193

■固定資産税・都市計画税が住宅の耐震化で減免されます

耐震化のための建て替え・改修を行った住宅で一定の要件に当てはまる場合、固定資産税・都市計画税が減免されます(23区)。減免を受けるには、建て替えは翌々年2月末、改修は工事完了日から3か月以内までに申請が必要です。詳しくは東京都主税局HPをご覧ください。

問合せ 千代田都税事務所固定資産税班
☎ 03-3252-7149



減免対象などの主な内容

建て替え 昭和57年1月1日以前からある家屋を取り壊して令和8年3月31日(火)までに新築した住宅で、一定の要件を満たす場合、3年度分、居住部分の税額を全額減免。※新築マンション購入も要件を満たせば対象

改修 昭和57年1月1日以前からある住宅または昭和57年1月2日～平成13年1月1日に在来軸組工法により新築された2階建てまでの木造住宅で、令和8年3月31日(火)までに現行の耐震基準に適合させるよう一定の改修工事を行った住宅は、改修工事完了日の翌年度分から一定期間、居住部分で1戸あたり120㎡相当分まで全額減免

第2弾ウォーカブルなまちづくりの活動を募集

ウォーカブルなまちづくりを推進するため、道路をはじめとするパブリック空間などを活用した居心地の良い場所づくりの活動を募集します。皆さんの「やりたいこと」をぜひご応募ください。

公募期間 7月1日(火)～7月25日(金)

問合せ 景観・都市計画課計画推進担当
☎ 03-5211-3612

国民年金・国民健康保険

国民年金の免除制度や必要な届け出をご確認ください

■DV被害者の国民年金保険料免除制度

申請により、保険料の納付が免除されます。

対象 次のすべてに当てはまる方

- ・配偶者の暴力(ドメスティックバイオレンス(DV))を受け、配偶者(DV加害者)と住居が異なる
- ・国民年金保険料の納付が困難である

※一定の所得基準あり

■会社員や公務員の被扶養配偶者は次のときに届け出を

会社員や公務員に扶養されている配偶者(3号被保険者)は、次のときに1号被保険者への種別変更の届け出が必要です。

届け出が遅れるとその期間は未納となるため、将来受けられる年金が減ったり、年金を受けられなくなったりすることがあります。

- ・配偶者が退職した
- ・配偶者が65歳になった
- ・配偶者が亡くなった
- ・離婚した
- ・自分の収入が増えて配偶者の扶養から外れた

■種別変更届が2年以上遅れた方への救済措置

「特定期間該当届」を提出すると、未納期間は受給資格期間となります。

※昭和61年4月～平成25年6月の期間に限る

■離婚時の年金分割は2年以内に請求を

離婚時に婚姻期間中の厚生年金記録(共済組合期間を含む)を当事者間で分割できる「離婚分割」は、離婚後2年を過ぎるとできなくなります。

いずれも

制度利用の要件 詳しくは電話で問合せ先へ

問合せ 千代田年金事務所 ☎ 03-3265-4381

国民健康保険被保険者の方に「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を送付します



従来の保険証(国民健康保険被保険者証)の有効期限は、9月30日(火)です。また、現在発行している「資格確認書」および70歳以上の方の「資格情報のお知らせ」の有効期限は、7月31日(木)です。そのため、7月下旬に、マイナ保険証をお持ちでない方には「資格確認書」(※1)を、マイナ保険証をお持ちの方には「資格情報のお知らせ」を特定記録郵便で住民登録地の世帯主宛てに送付します。8月以降に医療機関等を受診するときは、マイナ保険証をお持ちの方はマイナ保険証を、マイナ保険証をお持ちでない方は資格確認書をお使いください(※2)。なお、70歳未満の方の「資格情報のお知らせ」は有効期限がないため、一度交付した方には再交付しません。

70歳から74歳の方の「資格確認書」および「資格情報のお知らせ」には一部負担割合を記載しています(令和6年12月2日以降、高齢受給者証は新たに発行されなくなりました)。令和6年中の所得状況の変化により、一部負担割合が変更される場合があります。

特定記録郵便は不在でもポストに投かんされます。なお、ポストに氏名表示がないと届かないことがあります。簡易書留郵便で送付を希望する方は、7月4日(金)までに問合せ先までご連絡ください。

保険料を滞納している場合は、滞納状況により特別療養費の支給対象者(医療費はいったん全額自己負担)となる可能性があります。保険料は納め忘れのないようにお願いします。

※1 令和6年12月2日以降、従来の保険証は新たに発行されなくなり、「マイナ保険証」を基本とする仕組みに移行。マイナ保険証を持っていない方も、「資格確認書」によりこれまでどおり保険診療が可能

※2 従来の保険証は券面に記載されている有効期限(最長令和7年9月末)まで使用可。

問合せ 保険年金課国民健康保険係 ☎ 03-5211-4204

国民健康保険限度額適用認定証(★)の更新受付を開始

現在お持ちの限度額適用認定証の有効期限は7月31日(木)です。8月1日(金)から使用できる限度額適用認定証の申請受付を7月1日(火)から開始します。マイナ保険証をお持ちの方は、限度額適用認定証が無くても限度額を超える支払いが免除されます。

※令和6年中の所得状況の変化により、適用区分変更の場合あり

(★)手術や入院などの医療費が高額になると予想されるとき、前もって限度額適用認定証を医療機関へ提示することで限度額を超える支払いが免除されるもの

対象 区の国民健康保険に加入し、これから入院などで高額な医療費がかかることが想定される方

※保険料に未納がある場合、交付できない場合あり

申込方法 電話または直接問合せ先へ

問合せ 保険年金課国民健康保険係 ☎ 03-5211-4205

7月

「社会を明るくする運動」
強調月間

～犯罪や非行を防止し、
立ち直りを支える地域のチカラ～

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な地域社会を築こうとする全国的な運動です。区は、犯罪・非行の防止と更生の援助のため、地域社会への理解と参加を求めています。

■主な行事予定

駅頭広報活動 保護司、更生保護女性会、町会などの方々が啓発物品を配布します。※雨天中止

場所	とき	
JR飯田橋駅西口	7月1日(火)	8時30分～9時30分
JR神田駅北口・東口		
JR秋葉原駅電気街改札口		15時30分～16時30分
地下鉄神保町駅		16時～17時

標語・ポスターおよび作文コンテストの募集
子どもや保護者ヘティッシュ・リーフレットなどを配布
ミニ集会
街頭パレード(11月)

■更生保護を支える人たち

保護司 法務大臣から委嘱される非常勤の国家公務員で、無報酬のボランティアです。犯罪や非行をした人が刑事施設や少年院から社会復帰を果たしたとき、スムーズに社会生活を営めるよう、住居や就業先などの帰住環境の調整や相談を行っています。

更生保護女性会 犯罪・非行の未然防止のための啓発活動を行うとともに、青少年の健全な育成を助け、犯罪者や非行少年が誤った生き方を改め、社会復帰できるように協力することを目的とするボランティア団体です。

問合せ 福祉総務課厚生係☎03-5211-4211

区職員(保育士・栄養士)を
募集します

■保育士

職務内容 保育園などにおける保育業務など

対象 昭和63年4月2日～平成

18年4月1日に生まれ、保育士資格を有し、都道府県知事の登録を受けている方(取得・登録見込みの方も含む)

※取得・登録見込みで受験される方は、採用日の前日までに資格証明書などの交付が必須

■栄養士

職務内容 栄養士の業務

対象 平成8年4月2日以降に生まれ、管理栄養士の免許を有する方(取得見込みの方も含む)

いずれも

採用予定日 令和8年4月1日以降

採用予定人数 保育士120名程度、栄養士120名程度

第一次選考日 8月24日(日)

申込方法 8月8日(金)までに

千代田区ポータルサイト(区のHP)にリンクを掲載)で申し込み

※ポータルサイトから申し込みができない場合は問合せ先へ。やむをえない事情があるときは、郵送による申し込みも受け付け

採用選考案内 区のHPに掲載、情報コーナー(区役所2階)や人事課(区役所6階)などで配布

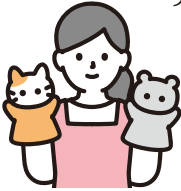
問合せ

人事課人事係

☎03-

5211-

4149



▲区のHP(千代田区職員採用)

プラスチックごみ削減の
推進に関する協定を締結しました

区では、2050年ゼロ・ウェイスト実現に向け、ペットボトルごみを削減するため、マイボトルの携帯を推奨しています。マイボトルの携帯は4月24日に開始した個人向け環境配慮行動宣言(ちよエコヒーロー宣言)にも含まれています。このたび、区はウォータースタンド(株)と(一社)Social Innovation Japanと連携協定を結び、区役所にマイボトル対応型給水器を設置し、無料給水スポット案内アプリ「mymizuアプリ」の普及啓発を進めます。その一環で、千代田区キャンパスコンソに参加の6大学の学生がペットボトル削減本数で東京タワーの高さを目指す「mymizuチャレンジ」を行っています。

給水器設置期間 6月16日～令和8年6月15日までの1年間

問合せ 環境政策課ゼロカーボン推進担当☎03-5211-4255



▲mymizuアプリ

ご意見ありがとうございました

■千代田区まちづくり支援ステーション～シティハブ～のあり方の策定

「千代田区まちづくり支援ステーション～シティハブ～のあり方(素案)」の意見公募を3月に行いました。それを踏まえ、まちの合意形成がより円滑に推進されることを目指し、まちづくり協議会などの形成や活動を支援する組織として、「まちづくり支援ステーション～シティハブ～」の考え方やその仕組み、プロセスをまとめ、策定しました。詳しくは区のHPに掲載しています。

意見募集期間 3月5日(水)～19日(水)

意見募集の結果 意見者数2名、意見数6件

問合せ 景観・都市計画課計画推進担当☎03-5211-3612



7月20日(日)7時～20時

参議院議員選挙

任期満了に伴う参議院議員選挙が行われます。大切な一票を無駄にせず、必ず投票しましょう。

■郵便等による不在者投票

身体障害者手帳、戦傷病者手帳または介護保険被保険者手帳を持っていて、障害や要介護の程度が法令で定められた等級に当てはまる方は郵便等による不在者投票が可能

※郵便等投票証明書の交付手続きには時間がかかるため、早めに問い合わせを

郵便等により不在者投票ができる方

会場	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	

■選挙人名簿定時登録者数(令和7年6月1日基準)

男 27,284人(+50人) 女 27,520人(+55人) 合計 54,804人(+105人)

※カッコ内は前年比較

いずれも

問合せ 選挙管理委員会事務局☎03-5211-4268

関東大震災に関わる歴史資料が
新たに区指定文化財となりました

令和7年5月30日付けで「水野勝邦関東大震災アルバム」が区指定文化財になりました。

水野家は、江戸時代に結城藩(現在の茨城県結城市)の藩主などを務めました。関東大震災時に青年だった19代当主の水野勝邦氏は写真を趣味とし、大正12(1923)年から13(1924)年にかけて都心部や神奈川県に足を運んで被災地域を撮影し、このアルバムを制作しました。3冊で構成され、貼付されている写真などは合計で152点にも及びます。

他の震災記録や絵葉書などではあまり見られない場面をとらえた写真が多く、また撮影者の情報が明確なことから、区内をはじめ被災の実態をさらに明らかにしていくうえで貴重な資料です。

名称 水野勝邦関東大震災アルバム

種別 有形文化財(歴史資料)

点数 3冊

所在地 日比谷図書文化館

所有者 個人

問合せ 日比谷図書文化館文化財事務室☎03-3502-3348



アルバム1



アルバム2



麹町区・京橋区内を撮影した写真(アルバム1より)



アルバム3

介護保険負担限度額
認定更新手続き

更新手続きが必要な方に案内と申請書類を送りましたので、早めに手続きをしてください。案内が届かない場合はご連絡ください。

対象 次のすべてに当てはまる方
・「介護保険負担限度額認定証」の有効期限が令和7年7月31日
・令和7年度の世帯全員の住民税が非課税
提出期限 7月4日(金)

更新方法 申請書類を郵送または直接提出。申請後、令和7年度の本人と世帯の課税状況、所得、資産要件(預貯金などの額)で判定。対象者には、8月1日(金)から有効の認定証を送付
有効期限 ～令和8年7月31日
認定証の利用方法

介護施設サービスやショートステイ利用の際に提示すると、負担段階に応じて自己負担額(食費、居住費)を軽減
問合せ 高齢介護課介護事業指
定係☎03-5211-4336

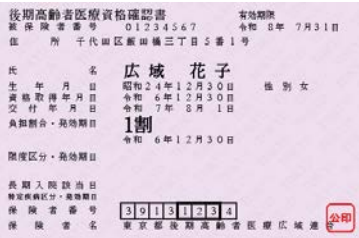
新しい後期高齢者医療資格確認書を
送付します

従来の保険証(後期高齢者医療被保険者証)または資格確認書(※1)の有効期限は、7月31日(木)です。マイナ保険証の保有状況にかかわらず、8月1日(金)から使用できる資格確認書を7月28日(月)までに特定記録郵便(※2)で住民登録地に送付します。同日までに届かない場合は、お問い合わせください。届きしだい内容を確認し、現在お持ちの保険証・資格確認書は、8月以降破棄するか、区役所または出張所へご返却ください。8月以降に医療機関などを受診する際には、マイナ保険証か新しい資格確認書をお使いください。

問合せ 保険年金課後期高齢者医療係☎03-5211-4206

※1 令和6年12月2日以降、従来の保険証の発行はなくなり、「マイナ保険証」を基本とする仕組みに移行。マイナ保険証を持っていない方も、「資格確認書」でこれまでどおりの保険診療が可能

※2 特定記録郵便は、不在でもポストに投かんされる。ポストに氏名表示がないと届かない場合あり。簡易書留郵便で送付を希望する方は、7月4日(金)までに問合せ先まで連絡を



		有効期限	色
現在お手元にあるもの	保険証・資格確認書のいずれか	～7月31日(木)	青竹色
今回送付するもの	新しい資格確認書	8月1日(金)～ 令和8年7月31日(金)	藤色

楽しい時間を過ごしましょう！

由紀さおりさん・安田祥子さん
／松阪ゆうきさんが出演
令和7年度敬老会を開催します

全席指定 事前申込制

会場 ヒューリックホール東京(有楽町2-5-1有楽町マリオン11階)※座席数に限りがあるため、**バス送迎は事前申込制**(車いす・シルバーカー未対応)。なるべく公共交通機関の利用を
対象 令和8年3月31日時点で満75歳以上の区内在住者(昭和26年3月31日までに生まれた方)
内容 祝典、童謡コンサート
出演 由紀さおり・安田祥子／松阪ゆうき(写真)
司会＝天中軒景友

申込方法 申込案内に記載の方法で**※申込案内は7月上旬ごろ発送**

申込期限 8月1日(金)まで
問合せ 福祉総務課福祉
総務係☎03-5211-4209
その他 雨天決行(台風などで中止になる場合あり)



※写真はいずれも無断転載禁止

今年も有楽町のヒューリックホール東京で開催

とき	開演時間	対象地区
9月8日(月)	午後3時～4時(午後2時開場)	神保町・神田公園・万世橋出張所管内
9月9日(火)	午前11時～正午(午前10時開場)	富士見・和泉橋出張所管内
	午後3時～4時(午後2時開場)	麹町出張所管内

ふらっとちよだ ～みんなのセカンドリビング～



身近な場所に、ふらっと来て、見て、つながりの出来るリビングのような場所です。



とき	場所	内容	参加費	講師
7月24日(木) 午後2時～3時30分	Co-Creation LABO (平河町1-4-3平河町伏見ビル2階)	昭和レトロな品を持ち寄り 昭和の良さを再発見	300円	—
8月7日(木) 午後2時～3時30分		漬物・発酵食品で腸活	無料	宮尾茂雄氏(東京家政大学大学院客員教授)
8月4日(月) 午後2時～3時30分	アキバ分室 (外神田1-1-13万世橋出張所・区民館6階)	自分を輝かす カラーコーディネート講座	無料	大槻由美氏((株)Jastter代表取締役)
8月18日(月) 午後2時～3時30分		昭和レトロな品を持ち寄り 昭和の良さを再発見※男性限定	300円	—
8月1日(金) 午前10時～11時30分	39base (飯田橋3-9-7飯田橋丸ビル1階)	キャッシュレス決済講座	無料	長谷川久之氏(NPO法人自立化支援ネットワーク)
8月19日(火) 午前10時～11時30分		自分でできるシニアヨガ		足立由喜子氏(NPO法人日本シニアヨガ協会代表理事)

対象 60歳以上の区内在住者
定員 各20名(申込順)
申込方法 各開催日の3日前までに電話またはEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ※申し込みは原則1カ所
問合せ 社会福祉協議会地域サポート係☎03-6265-6522 ✉chiiki@chiyoda-cosw.jp



7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(8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6月25日(水)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)	8日(火)午後1時30分～2時30分	手話ボランティアから学び、楽しく手話で交流しましょう♪ 「手話ふれあい会」	8名 無料
三崎町はあとサロン(神田三崎町3-1-17)	16日(水)午後1時30分～3時30分	爪磨きやネイルなど。当日にメニュー選択可、時間帯の 希望は申込時に「健康ネイルサロン」	各枠1名(4枠) 200円
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	25日(金)午後2時～3時	株式会社バスクリンによる「入浴剤作り」 夏らしい爽やかな入浴剤を作ります	15名 無料
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	22日(火)午後1時30～2時30分	耳つばを使って免疫サポートをしましょう 「耳つばセルフケア」	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

7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)	高齢者が出合いそうな、消費生活トラブルを分かりやすい 説明で学ぼう！(講師／消費生活センター) 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 ～(講師／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	『ネイルアートで毎日を豊かに♪』 ～“私らしい色”を見つけてみませんか？～ (講師／内海紀公子氏(福祉ネイルSarasa))	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	29日(火)午前10時～11時45分	『回想法のすゝめ』 ～夏が来れば思い出す♪昔を懐かしみながらほっと一息～	15名

7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・28日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
富士見区民館 ^{※1}	金	4日・11日・18日・25日 午前10時30分～11時30分
麹町区民館	月 ^{※2}	7日・14日・28日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
ちよだパークサイドプラザ	火 ^{※2}	1日・8日・15日・22日・29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	火	1日・8日・15日・22日・29日 午後1時30分～2時30分
岩本町ほほえみプラザ	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
神保町区民館	木 ^{※2}	3日・10日・17日・24日・31日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
アキバ分室 みりおん	金 ^{※3}	4日・11日・18日・25日 午前11時～正午
神田公園区民館	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
かがやきプラザ	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
和泉橋区民館	木 ^{※3}	3日・10日・17日・24日・31日 午前10時～11時
	木 ^{※2}	3日・10日・17日・24日・31日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	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
	金	4日・11日・18日・25日 午後1時30分～2時30分

※1 7月28日(月)より旧九段中学校へ会場変更(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

特集展示

ほとけに
随侍
するもの

2025 8/31 SUN まで 開館時間＝10時～17時30分(入館は17時まで) 休館日＝毎週月曜日・火曜日

右以外の影像：三十三応現身立像 毘沙門天身・長者身・比丘身・優婆塞身・長者女身・童女身 南北朝時代 至徳元(1384)年 早稲田大学會津八一記念博物館所蔵(森端コレクション) 【福島県西会津町・如法寺旧蔵】 撮影：佐々木香輔

江戸歴史文化講座 会場・オンライン併催

「徳川将軍の素顔」

7月6日(日) 14:00～15:00

【講師】岡崎 寛徳(当館主任学芸員)

徳川将軍たちはどのような個性をもっていたのでしょうか。
随侍した側近の記録や当時の評判・逸話から、それぞれの
素顔に迫ります。

参加形式：
①オンラインで聴講
②会場にて聴講(半蔵門ミュージアム3階ホール・定員60名)

参加費：無料 対象：中学生以上

※会場聴講は、事前申込不要(当日先着順)
※オンライン聴講URLは、公式サイトに掲載いたします

半蔵門ミュージアム

〒102-0082 東京都千代田区一番町 25
TEL 03-3263-1752
https://www.hanzomonmuseum.jp

●東京メトロ半蔵門線「半蔵門駅」下車4番出口(地上1階)左すぐ
●駐車場および駐輪場はございません

イベント情報

みんなの声をきかせて！ ちよだキース・フォーラム ～わたしの思いをカタチにする～

※キースはキッズとユースをかけあわせた造語です

■子ども・保護者アンケート

対 区内在住の小学4年生～高校3年生相当(18歳)と、4歳から高校3年生相当(18歳)の子どもをもつ保護者
回答期間 ～7月19日(土)
回答方法 区から子ども宛に送付したハガキの二次元コードから回答※4歳～小学3年生の子どもに送付するハガキへの回答は保護者のみ行う

抽選で140名に
図書カード2,000円分
をプレゼント



小学4年生～
高校生対象

区役所で働く人にみんなの声を届けたり、みんなの声を区役所に届けたりする新しいやり方を考えるため、アンケート調査とワークショップを行います。どうすればうまくできるか、私たちと一緒に考えましょう！



千代田区給付型奨学金PRキャラクター

ワークショップでぼくたちの
名前を決めてね!!

■ちよだキース・フォーラム (ワークショップ)

時 8月4日(月)・6日(水) 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 区内在住の小学4年生～高校3年生相当(18歳)で両日に参加できる方 **定** 25名(抽選)
申 7月14日(月)までにHPから問合せ先へ
問 子ども総務課教育政策担当 ☎03-5211-4273

両日参加すると
参加証明書・図書カード
2,000円分をプレゼント!



当日は
お菓子も
あります

区立中学校の学校説明会

九段中等教育学校

時 6月29日(日)・10月18日(土)・11月15日(土)

内 教育目標・特色のある教育活動(キャリア教育・学習指導)など
問 九段中等教育学校 ☎03-3263-7190



神田一橋中学校

時 7月5日(土)

内 学校概要・教育活動など
問 神田一橋中学校 ☎03-3265-5961



麹町中学校

時 7月12日(土)

内 学校概要・教育活動など
問 麹町中学校 ☎03-3263-4321



いずれも

他 開始時間などは、各校のHPへ

江上先生と親子で楽しむ リトミックあそび

時 7月12日(土) 10時30分～11時30分
場 西神田児童センター4階体育館(西神田2-6-2西神田コスモス館3階・4階)
対 0～3歳児のいる親子

定 15組(申込順)
内 劇団四季出身で日本モンテッソーリ教室協会認定講師の江上るみ子氏のリトミックを親子で楽しむ。花火を描いたり、ピアノに合わせて体を動かす
申 6月28日(土)から電話または直接問合せ先へ
問 西神田児童センター ☎03-5215-9062

ファミリーサロンのご案内

ペアレントメンターに聞いてみよう!

時 7月19日(土) 10時～11時30分
場 万世橋区民館7階(外神田1-1-13)

対 区内の子育て中の親子

定 8組(申込順)

内 今後の子育てのヒントや、保護者にとっての息抜きの仕方などを聞く

申 6月25日(水)から電話、ファクス、Eメール(8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



夏休み・親子で学ぶ江戸城 江戸城探索と講演

徳川家康が江戸幕府を開き、日本の政治経済と文化の中心として発展してきた千代田区。旧江戸城である東御苑の散策と講演は夏休みの自由研究にもぴったりです。
時 8月23日(土) 10時～15時(9時45分集合/雨天決行)

場 皇居東御苑(千代田1-1)
集合 東御苑大手門前内堀通り
対 小・中学生とその保護者

定 40名(申込順)
東御苑見学 大手門から入城→天守台など→平川門から退城

昼食と講演会 サンコウエンチャイナ・カフェアンドダイニング(神田神保町1-5)

費 4,000円
申 8月14日(木)までにEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ

問 認定NPO法人江戸城天守を再建する会「親子で学ぶ江戸城」係 ☎03-6423-1882

✉ info@npo-edojo.org
他 参加者には江戸城に関する資料などをプレゼント



ジュニア カレッジ

ウンチ化石博士に学ぶ!/ 古生物のヒミツ

時 8月7日(木) 10時～11時30分 **場** 九段生涯学習館(九段南1-5-10)

対 区内在住・在学の小学3年生～6年生 **定** 25名(抽選)
内 化石になったウンチから、大昔の生き物の暮らしが見えてくる。実物の化石を観察して、いろいろな生き物の生態を探る。

師 泉賢太郎氏(千葉大学教育学部理科教育講座准教授/写真)
費 500円 **申** 7月20日(日) 21時までにHP、電話またはファクス(8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



SDGsおゆずり交換会 ～子ども服やおもちゃの交換会～

時 7月12日(土) 11時～15時(当日直接会場へ)

場 ひだまりホール(九段南1-6-10)

対 区内在住者

内 不要になった子ども関連の品物を持ち寄り、必要なものがあれば無料で交換できる

問 社会福祉協議会在宅サポート係 ☎03-3265-1901



▲詳細はこちら

接種回数足りていますか 麻しん(はしか)・風しん(第2期)

麻しん(はしか)・風しんのワクチンは、1回の接種では免疫がつかない場合があります。2回の接種で確実に免疫をつけることが必要です。接種が済んでいない子どもは早めにしましょう。

予診票の送付 幼稚園・保育園年長相当年齢の方に、令和7年3月下旬に予診票を発送。転入した方、届いていない方は問合せ先へ

問 健康推進課感染症対策係予診票専用ダイヤル ☎03-6256-9005

夏休み子ども木工教室

時 7月30日(水) 10時～12時 **場** かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)
対 小学生と保護者※小学3年生以下は保護者の同伴が必要 **定** 8名(申込順)
内 シルバー人材センターの会員が講師となり、貯金箱と一緒に作る
費 3,500円(行事保険料を含む) **申** 7月22日(火)までに電話で問合せ先へ
問 シルバー人材センター ☎03-3265-1903 **他** 汚れてもよい服装で参加



受験生チャレンジ支援貸付事業

区独自 大学など受験料を上乗せ助成

中学3年生・高校3年生などの進学を支援するため、所得合計額が一定基準以下の世帯に、学習塾などの費用や高校・大学などの受験費用を貸し付けます。高校・大学に入学した場合などは、貸付金の返済が免除されます。また、区独自で大学などの受験に貸付上限額以上負担した区内在住の対象者に対し、受験料の一部を助成します。

対 次のすべてを満たす方

- ・中学3年生・高校3年生またはこれに準じる子ども(令和7年4月1日時点で20歳未満)を養育している
- ・世帯の生計中心者(18歳以上)
- ・世帯収入(父母など養育者)の総収入または合計所得金額を合算した金額が一定の基準以下(詳しくは問合せ先へ)
- ・預貯金など資産の保有額が世帯全体で600万円以下
- ・土地・建物を所有していない(自己居住用を除く)
- ・都内に引き続き1年以上在住(住民登録)している
- ・生活保護受給世帯の世帯主または世帯員でない
- ・暴力団員が属する世帯の構成員でない

※高卒認定合格者や既卒者で大学入学を目指している方(浪人生)も、令和7年4月1日時点で20歳未満なら1回限り貸し付けの対象

貸付限度額 学習塾など受講料＝30万円、高校受験料＝2万7,400円、大学など受験料＝12万円

区独自助成 大学など受験料＝7万円

申込期限 令和8年1月16日(金)

※申込方法などは、パンフレットまたは問合せ先へ

パンフレットの配布場所 問合せ先(区のHPからダウンロードも可)

問 生活支援課生活支援係 ☎03-5211-4126



区民スポーツ大会
第36回ボウリング大会

時7月20日(日)10時～12時

場東京ドームボウリングセンター(文京区後楽1-3-61)

対区内在住で女性1人以上の3人組

定10チーム(申込順)

費1チーム3,000円(傷害保険料を含む／貸靴は別途自己負担)

申7月14日(月)までに所定の申込書(生涯学習・スポーツ課、出張所などで配布またはHPからダウンロード)をファクスまたはEメールで問合せ先へ

問生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 ☎03-5211-3627

FAX03-3264-1466

✉shogaigakushuu@city.chiyoda.lg.jp

他各チームの使用レーンは、申込順に割り振り

たのしくジャズダンス

時8月3日～9月28日の毎週日曜(8/10を除く全8回)15時～16時

場スポーツセンター(内神田2-1-8)

対15歳以上の方(中学生を除く)

定20名(抽選／区内在住者優先)

費区内在住者4,800円、その他の方6,000円／すばすたちよだクラブ会員の区内在住者3,600円、その他の方4,000円

申7月18日(金)(必着)HPまたは往復ハガキ(1人1枚／記入例参照)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

10月5日(日)
区民体育大会を開催

今年も外濠公園総合グラウンド(五番町先)で区民体育大会を開催します。詳しくは、広報千代田9月5日号でお知らせします。

問生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 ☎03-5211-3627

第63回
千代田区マンション連絡会

時6月28日(土)14時～16時

場区役所会議室(オンライン参加可)

対マンション管理組合の理事長など

内千代田区関連団体などからの情報提供、会員間の意見交換を行う

申6月27日(金)までに電話またはEメール(記入例参照)で問合せ先へ

問まちみらい千代田・住宅まちづくりグループ ☎03-3233-3223

✉kyojyu@mm-chiyoda.or.jp

スポーツに関する
ワークショップの参加者募集

「千代田区スポーツ振興基本計画」の改定に向け、広くアイデアなどを募るため、ワークショップを開催します。区のスポーツをテーマに、自由に話合います。

対①おおむね18歳以上の区内在住・在勤・在学者②区内在住または在学の小学4年生以上の小・中・高校生

時①8月1日(金)18時30分～20時30分②7月30日(水)14時～16時

場スポーツセンター(内神田2-1-8)

定各回20名(抽選)

申7月4日(金)までにHPから問合せ先へ

問生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係 ☎03-5211-3627

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)。

千代田ビジネス起業塾開催

独立したい方、経営の基本を学びたい方に向け、起業塾を開催します。起業に必要なマーケティングや会計など基本を学び、事業計画書を作成します。

時8月21日～10月16日毎週木曜(全9回)18時45分～20時55分

場ちよだプラットフォームスクウェア4階(神田錦町3-21)

定20名(申込順)

費区内在住者・学生1万円、その他の方2万円

申7月9日(水)9時からHPから問合せ先へ

他託児サービスあり(小学生未満／1人1回1,000円)

問まちみらい千代田・産業まちづくりグループ ☎03-3233-7558

ちよだイズム倶楽部企画提案発表会

ちよだイズム倶楽部では、地域で活動したい!という参加者がチームを作り、話し合いを進めています。

全6回のワークショップの最終回では、各チームが企画提案や今後の展望を発表します。オンライン配信もあり。

ちよだイズム倶楽部

区の地域課題やその解決策につながるアイデアを、若者、女性の視点から創出する、20代、30代によるワークショップ

時7月14日(月)15時～17時

場千代田会館10階(九段南1-6-17)

定20名(会場／申込順)

申7月7日(月)までに電話またはEメール(記入例参照)で問合せ先へ

問申し込みに関すること＝国際平和・男女平等人権課 ☎03-5211-4166

✉kokusaidanjo@city.chiyoda.lg.jp、

事業に関すること＝ちよだイズム倶楽部運営事務局((株)シーズプレイス内) ☎050-1722-9129(AI電話が対応。初めのアナウンス後「1」を押す)

✉chiyoda.woman@csplace.com

7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	8(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)9時～11時30分 2(水)・9(水)・17(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たくない、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)・28(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	29(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	7(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	29(火)13時30分～14時30分
ままばば面談(平日は予約不要)		対区内で妊娠届を提出したすべての妊婦 内保健師・看護師による、妊娠・出産・子育てのさまざまな相談やサービスの案内	平日＝8時30分～17時(最終受け付け16時30分)、土曜＝9時～12時、13時～16時
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)	8(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)	3(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)	1(火)・22(火)12時45分～14時

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

女性の権利ホットライン

男女共同参画週間に合わせ、女性に対する暴力(DV、ストーカー、セクハラ)、離婚、労働問題などの電話相談を行います。必要に応じて面談(初回無料)も受け付けます。
時 6月27日(金)10時～16時
相談電話 ☎03-3593-3111
担当者 女性問題に詳しい弁護士など
問 第一東京弁護士会☎03-3595-8583

地域で支える子育てって何だろう
ちよだの子(孤)育てを考えよう

時 7月31日(木)13時～15時
場 かがやきプラザ会議室1・2・3(九段南1-6-10) 定 30名(申込順)
内 区内の子育て団体から子(孤)育てを支える活動の魅力を聞く
申 7月28日(月)までにHP、電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ
問 かがやきプラザ研修センター☎03-6265-6560
FAX03-3265-1162
✉ jinzai@chiyoda-cosw.jp



紀尾井ホール室内管弦楽団
公開リハーサル

「紀尾井ホール室内管弦楽団第143回定期演奏会／トレヴァー・ピノック指揮」のリハーサルの一部を公開します。
時 7月2日(水)16時30分～17時30分(16時開場)
場 日本製鉄紀尾井ホール(紀尾井町6-5) 対 未就学児不可
定 400名(申込順／自由席)
申 6月25日(水)までにHPから問合せ先へ
問 (公財)日本製鉄文化財団☎03-5276-4543(平日11時～13時、14時～16時)



公開講座

■フラワーアレンジメント(ひまわり)
時 7月13日(日)13時30分～15時
定 10名(申込順) 費 4,400円
締 7月3日(木)17時※7月4日以降のキャンセルは、4,400円必要

■ポッチャ体験
時 7月21日(月・祝)13時30分～15時30分 定 30名(申込順)
締 7月20日(日)17時

いずれも

場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)
申 参加条件などを確認のうえ、HP、ファクス(8面記入例参照)または直接問合せ先へ
問 障害者福祉センターえみふる☎03-3291-0600
FAX03-3291-0608



夏の夜のイベント

■戦没者追悼式 平和への願いをこめて
先の大戦で亡くなられた方々をしのび、追悼の意を表すとともに、世界の恒久平和を祈ります。
時 7月13日(日)18時30分(当日直接会場へ／雨天中止・小雨決行)
場 千鳥ヶ淵戦没者墓苑(三番町2)
協力 九段中等教育学校吹奏楽部、千代田区海洋少年団
問 国際平和・男女平等人権課国際平和係☎03-5211-4165

■納涼民踊の集い

時 7月13日(日)～16日(水)18時30分～20時30分(雨天中止・小雨決行／当日直接会場へ)
場 靖國神社境内の大村益次郎銅像周辺(九段北2-1)
問 生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係
☎03-5211-3627



かがやきシネマ

時 百万長者と結婚する方法＝7月14日(月)・16日(水)、アラバマ物語＝7月28日(月)・30日(水)いずれも月曜10時～・14時～、水曜10時～(当日直接会場へ)
場 かがやきプラザ4階和室(九段南1-6-10)
対 区内在住者
定 20名(先着順)
内 名作映画の上映会。14時の回のみ、おしゃべり可
問 かがやきプラザ研修センター☎03-6265-6560



百万長者と結婚する方法
画像提供：合同会社文輝堂



アラバマ物語
画像提供：合同会社文輝堂

えみふる納涼祭

時 7月19日(土)11時～14時30分(当日直接会場へ)
場 障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)
内 リハビリ盆踊りやパフォーマンスショー、ゲームコーナー、公開講座体験会(ポッチャ、モルック、リトミック)、模擬店、ちよだんごカフェなどが楽しめる
費 販売コーナーと模擬店は実費
問 障害者福祉センターえみふる☎03-3291-0600



多世代交流ciao!

■チャオの哲学カフェ
時 7月20日(日)13時30分～15時30分
対 区内在住の中学生以上の方
費 300円(コーヒー付き)
■アート日和
ゆらり泳ぐ 熱帯魚のモビール
時 7月21日(月・祝)13時30分～15時30分
対 区内在住の小学生以上の方
費 500円
他 作品はかがやきプラザに展示



いずれも

場 かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)
定 15名(申込順)
申 6月20日(金)9時からHPから問合せ先へ
問 かがやきプラザ多世代交流担当
☎03-6265-6563



ちよむすび万世橋・和泉橋
地域の出会いの場

万世橋・和泉橋に集うさまざまな人たちが気軽に話し合います。人と人とのつながりを一緒に考えてみませんか。

時 ①万世橋＝7月26日(土)13時30分～15時 ②和泉橋＝7月29日(火)18時～19時30分
場 ①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) ②マルクカレッジ秋葉原(神田松永町104 TSKビル3階) 定 20名(申込順)
申 前日までに電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ
問 社会福祉協議会アキバ分室
☎03-6285-2860 FAX03-6285-2861
✉ akiba@chiyoda-cosw.jp



舞踊劇「食ってきな!—神田食味連雀奇譚・蕎麦の巻—」昭和編

時 8月8日(金)14時(竹)・19時(梅)、8月9日(土)13時(梅)・18時(竹)、8月10日(日)13時(梅)※竹・梅で出演者が一部異なる
場 上野ストアハウス(台東区北上野1-6-11 NORDビルB1)
対 未就学児は不可
定 各回約80名(申込順)
内 明治17(1884)年創業の老舗・神田まつやを舞台にした舞踊劇公演を鑑賞
費 区内在住者4,000円、一般4,500円
※25歳以下は1,000円引き。年齢、住所を証明できるものを受付で提示。当日券は+500円
申 HPから問合せ先へ
問 かんだ文化芸術プロジェクト
☎080-6735-7089(事務担当)
他 区文化事業助成対象事業



誰かのために今は始める
終活講座

時 7月19日(土)14時～15時
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)
定 16名(申込順)
内 エンディングノートの記入方法や役割を学び、成年後見制度など終活に関わる制度も知る
申 7月18日(金)までに電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ
問 社会福祉協議会成年後見センター
☎03-6265-6521 FAX03-3265-1902
✉ kouken@chiyoda-cosw.jp

第2回
認知症サポーター養成講座

時 7月19日(土)14時～16時
場 かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)
定 30名(申込順)
内 認知症の人とその家族を支えるための知識や対応を学ぶ。オリジナルのオレンジリングのプレゼントあり
申 7月17日(木)までにHP、電話、ファクス、Eメール(8面記入例参照)または直接問合せ先へ
問 かがやきプラザ研修センター☎03-6265-6560
FAX03-3265-1162
✉ jinzai@chiyoda-cosw.jp



知っておきたい介護保険と体力に
自信がなくてもできる応急処置講座

時 7月23日(水)10時～12時
場 かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)
定 20名(申込順)
内 第1部＝介護保険、第2部＝応急処置
申 7月18日(金)までにHP、電話、ファクス、Eメール(8面記入例参照)または直接問合せ先へ
問 かがやきプラザ研修センター☎03-6265-6560 FAX03-3265-1162
✉ jinzai@chiyoda-cosw.jp
他 講師(消防署職員)が緊急出動の際は、予告なく第2部が中止になる場合あり



千代田区健康づくり推進員活動
太極拳でリフレッシュ

時 7月7日(月)13時30分～15時30分
場 麹町区民館地下1階(麹町2-8)
対 区内在住者 定 30名程度(申込順)
師 黒田純子氏(日本武術太極拳連盟太極拳公認A級指導員／写真)
申 7月6日(日)までに電話またはEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ
問 健康づくり推進員・星野
☎090-1560-7975(10時～20時)
✉ chicahoshino@gmail.com



夏期ラジオ体操講習会

時 7月12日(土)18時～(受け付け17時30分～／当日直接会場へ)
場 お茶の水小学校(神田猿樂町1-1-1)
対 区内在住・在勤者
問 千代田区ラジオ体操会連盟・高橋
☎080-1117-1641
他 持ち物＝上履き・動きやすい服装

男女共同参画センター
ミュー
MIWのお知らせ

子育てパパサロンinアキバ分室

時 7月26日(土)10時30分～11時30分
場 アキバ分室開放スペースみりおん(外神田1-1-13万世橋出張所・区民館6階)
対 区内在住の小学生以下の子どもとその父親(父親だけの参加や家族での参加も可) 定 8組(申込順)
内 地域のパパ同士で、子育てに関する悩みや新しい情報などを交換する。子どもはボランティアスタッフと遊んだり、宿題をしったりできる
テーマ 夏休みどう過ごす?どこに行って過ごす?
申 電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で問合せ先へ
問 申し込みに関することは社会福祉協議会アキバ分室☎03-6285-2860 FAX03-6285-2861 ✉ akiba@chiyoda-cosw.jp、事業に関することは男女共同参画センターMIW☎03-5211-8845
他 共催＝社会福祉協議会アキバ分室

文化芸術の秋フェスティバル

出演者・展示作品・ミニ講習会の企画を募集します

趣味の作品や楽器の演奏、芸能、コーラスなど、日頃の活動の成果を披露しませんか。

演目・開催日・会場など 下表のとおり

区内在住・在勤・在学者を含む区内で活動するグループ(学校教育活動の団体を除く)※作品展は区内在住者・在勤・在学の個人も参加可能

申込の締切日までに所定の申込書(区役所・出張所などで配布)に必要な事項を記入し、ファクス、Eメールまたは直接申込先へ(抽選)

区文化振興課文化振興係☎03-5211-3628

演目	開催日	会場	参加費等	締切	申込先
オーケストラフェスティバル	10月18日(土)	日経ホール(大手町1-3-7)	オーケストラ=1団体7万円 アンサンブル=1団体3万5,000円	7月8日(火)	文化振興課(区役所6階) ☎03-5211-3628 FAX3264-1466 ✉bunkashin kou@city.chiyoda.lg.jp
コーラスフェスティバル	10月19日(日)		1団体1万円		
芸能のつどい	11月16日(日)		1団体2万円		
作品展・ミニ講習会	11月12日(水)～16日(日)	九段生涯学習館(九段南1-5-10)	無料	8月8日(金)	九段生涯学習館(九段南1-5-10) ☎03-3234-2841 FAX3262-7460

※作品展は作品ごとに規格あり
※詳しくは各演目の申込書で確認を

ちよだ

小さくとも魅力ある自治体のA級グルメに会える

岩手県沿岸エリア

三陸の海の恵み特集

7/1火～31木 定休日 土・日・祝

寒流と暖流が出合う三陸沖は特に漁獲量が多いとされる世界三大漁場の一つで、岬と入り江が入り組んだ天然の良港では養殖業も盛んです。おいしい食材に合うお酒もそろえています。ぜひお越しください。

岩手県 釜石市

いかの丸干し

三陸沖でとれたするめいかを低温で4日間丸ごと干した逸品。両面を軽くあぶるだけでいかの風味とほろ苦いわたの旨みが味わえる

岩手県 釜石市

浜千鳥 純米うすにごり 銀河のしずく

岩手県のブランド米「銀河のしずく」で仕込んだ純米酒。もろみを搾り、うっすら「おり」が残った生原酒を冷蔵貯蔵した夏限定酒

岩手県 大槌町

元祖大槌磯ラーメン

ホタテやムール貝、わかめ、ふのりなど6種類の具材が入ったぜいたくなラーメン。リピーター続出の大人気商品

岩手県 釜石市

ほやバル (アヒージョ)

三陸の海で育まれ、平安時代から食べられてきたホヤをエクストラバージンオリーブオイルで煮込んだ逸品

場ちよだプラットフォームスクウェア1階(神田錦町3-21)

区ちよだグルメショップ+A☎03-5577-3846(12時～18時)

7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 6日・13日・20日・21日・27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

持ち物 マイナンバーカード(マイナ保険証)、こども医療証などの受給者証、お薬手帳(マイナンバーカードを健康保険証として利用するには事前の利用登録が必要)

その他 会計の取り扱いは現金のみ。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を参照

▲区のHP

休日診療案内など

●消防署病院案内(24時間)=丸の内消防署☎03-3215-0119、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「ナビイ」

●医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間) ☎03-5272-0303

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

持ち物 マイナンバーカード(マイナ保険証)、こども医療証などの受給者証、お薬手帳(マイナンバーカードを健康保険証として利用するには事前の利用登録が必要)

※受診するときは、事前に電話で日本大学病院(☎03-3293-1711)へ

▲医療情報ネット「ナビイ」

マイナ保険証を基本とする仕組み

●健康保険証は令和6年12月2日以降新たに発行されなくなり、「マイナ保険証」を基本とする仕組みに移行

●マイナ保険証をお持ちでない方は、加入する医療保険者から送付される資格確認書でも受診可能

●お手元の健康保険証は、有効期限までの間、最長1年間使用可能

●各健康保険証の有効期限はご自身が加入されている医療保険者にご確認を

7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 ・測定は同年度内1回まで ・3日前までに申し込み	11(金)9時～12時
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	11(金)9時～12時 ※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	10(木)・25(金) 13時30分～15時30分 ※10(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	4(金)10時～10時30分
HIV・性感染症(梅毒)相談・検査	4(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	1(火)・4(金)・8(火)・11(金)・15(火)・18(金)・22(火)・25(金)・29(火) 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	1(火)・4(金)・8(火)・11(金)・15(火)・18(金)・22(火)・25(金)・29(火) 10時～16時

7月の保健ガイド(予約制)

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

事業名・対象など	とき	会場
精神デイクア 区内在住で心の病気のある方	4(金)・18(金) 9時30分～11時30分	えみふる(神田駿河台2-5)

★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★

7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)	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
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 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、必要な場合は緊急避難などの保護、公的制度 や貸付金の案内など自立に向けた支援を実施	場 生活支援課生活支援係 (区役所3階) 問 生活支援課生活支援係 ☎03-5211-4126
くらしと仕事・家計に 関する相談	区内在住者	生活の悩みごとや心配ごとの解決方法を考え 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)石坂氏(弁護士)、24(木)佐野氏(弁護士) いずれも14時～16時20分 ※弁護士が応対／ちよだ成年後見センター職員も同席	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	区内在住・ 在勤・在学者★	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・在学者 ★	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	区内在住・ 在勤・在学者 ★	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	スマホやパソコンなど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9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10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)	7月10日(木) ～20日(日)	7月25日(金)	8月1日(金) 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)	7月1日(火)～20日(日) (7月22日(火)は休館日)	8月1日(金)	8月2日(土) 10時～	
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)				問 スポーツセンター(内神田2-1-8) ☎03-3256-8444※毎月第3月曜は休館(祝日の場合は翌平日) 申 申込書(問合せ先で配付)を問合せ先へ

利用できない日 ①野球・サッカー＝9月7日(日)・21日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③10月20日(月)(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

夏の

区立図書館で楽しく学ぼう！

わくわく課外授業2025

申込方法

7月4日(金)10時～11日(金)17時に、各HPから問合せ先へ
※当選者のみ7月15日(火)以降にEメールで通知。いずれも1講座から申し込み可

千代田図書館 区役所10階

今と違うの!？ 将来の気候のはなし

時7月28日(月)14時～15時30分(13時45分開場)
内 将来の気候の変化をミニゲームで楽しく学ぶ
師 苗田陸生氏(気象庁大気海洋部／写真) 他 持ち物＝筆記用具

万博に行った気分♪
世界一周すごろくを作って遊ぼう

時7月25日(金)10時30分～12時、14時～15時30分(各回15分前開場)
内 地図帳や本で世界の国を調べながら、チームでオリジナルすごろくを作る 師 成田佳絵氏((株)帝国書院広報室)
他 持ち物＝筆記用具、帝国書院『小学生の地図帳』

いずれも

対 小学3年生～6年生 定 各回12名(抽選) 問 千代田図書館 ☎03-5211-4290

日比谷図書文化館 日比谷公園1-4

こども星空教室
～望遠鏡を作って、夏の夜空を観察しよう！

時7月27日(日)13時～15時30分
対 小学3年生～6年生とその親
内 自分で望遠鏡を組み立てて、月や夏の星の観察方法を学ぶ
師 皆川敏春氏、北崎直子氏(いずれも星のソムリエ®みたか)
費 1組3,500円(材料費)※組み立てた望遠鏡は持ち帰る
他 持ち物＝ビデオまたはデジカメ用の三脚(1mくらいの物)
※望遠鏡の使い方を学ぶ際に使用

こども体験教室 手描提灯を作ろう

時8月23日(土)午前の部＝10時30分～12時30分、午後の部＝15時～17時(各回30分前開場／各回とも同じ内容)
対 小学3年生～6年生とその親(区内在住・在学者優先)
内 区指定無形文化財の工芸技術「江戸手描提灯文字入れ」を学び、提灯の文字入れを体験する
師 内川偉全氏(吉野屋商店)
費 1組500円(2名分の材料費)

いずれも

定 親子10組20名(保護者1名につき児童1名のみ)
問 日比谷図書文化館 ☎03-3502-3340

その他の図書館イベント情報

千代田図書館

図書館でおはなし会

時7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
定 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

開館時間を変更し、研修室を開放します

次の期間は9時から開館します。また、中・高生の学習環境充実のため、期間内の月曜と水曜は9階第1・第2研修室も自習スペースとして開放します。
時8月11日(月・祝)～31日(日)(24日(日)は休館)、研修室の開放＝8月11日(月・祝)・13日(水)・18日(月)・20日(水)・25日(月)・27日(水)9時～17時
問 千代田図書館 ☎03-5211-4290

読書推進企画

芋づる式！読書MAPを作ろう

読書MAP▶

期間 7月1日(火)～9月30日(火)
配布場所 区立図書館5館
対 小学生以上
内 館内で配布の芋づる式読書MAPに、読んだ本の書名・著者名・出版社などを記録し、自分だけの読書MAPを作る。期間中に完成させた方には当イベントオリジナルファイルをプレゼント(なくなりしだい終了)
引換場所 千代田図書館、日比谷図書文化館、四番町図書館
問 四番町図書館 ☎03-3239-6357

夏の平和イベント

特別対談 ～「戦後80年」に平和を考える～
戦争の記憶を消してはいけない最終章

時8月6日(水)19時～20時30分
場 日比谷図書文化館(日比谷公園1-4) 定 200名(申込順)
師 池澤夏樹氏(作家／写真上)、山口昭男氏(岩波書店元代表取締役社長／写真下)
内 戦後80年を生きてきた作家の池澤氏を迎え、「戦争と平和」を語り合う
費 2,000円(学生1,000円<学生であることを確認できるものを持参)>
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

編集後記

今年の梅雨はどうなっているだろうか。雨が降ると外出がおっくうになるから晴れてほしいと思う。しかし、雨が降らないと農作物の生育に影響が出る。昨今の米騒動のことを考えると、雨が降っておいしいお米が獲れてほしいとも思う。どちらにしても人間の都合。雨はただ降っているだけなのだ。(森永)

FSC

ミックス

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。