

新しい仲間が増えました

1面で広報紙デビューをしたのは、皆さんの元気を願う千代田区一体的実施事業のマスコットキャラクター「もっとくん&まーもちゃん」。げっ歯類のマーマットがモチーフ。「もっと食べよう」の声のもと、職員が生み出したゆるキャラです。

千代田区一体的実施事業 マスコットキャラクター



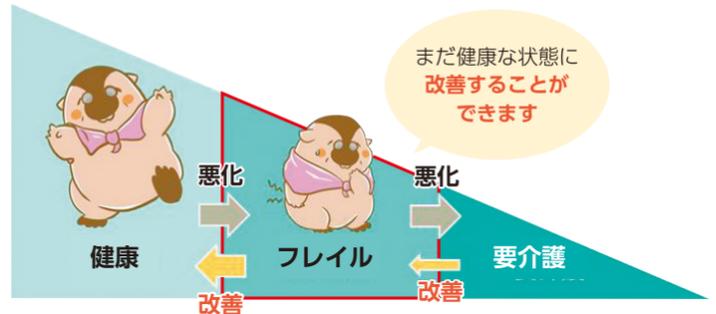
さあ、始めよう!

# 正しい予防でいつまでも元気!

区は高齢者が健康的な生活を送れるよう、令和6年度から「保健事業と介護予防等の一体的実施事業」に取り組んでいます。

## フレイルを正しく学ぼう!

フレイルとは高齢になるにつれて、体力や気力、認知機能が低下し、将来に介護が必要になる危険性が高まっている状態です。長く、元気に過ごすためにはフレイルに早く気付いて予防することが大切です。



### 「フレイル予防の3つの柱」を実践しましょう!

#### 1 運動 動き続けていくための体づくり

体力・骨や筋力の維持が大切です。「ややきつい」と感じる程度のゆっくりとした運動が効果的です。



#### 筋トレで筋力をしっかり維持!

スロースクワット 1日10回×3セット

- ①椅子の背もたれを持って、足を肩幅に開いて立つ
②1、2、3、4で上半身を前に傾け膝を曲げ、腰を落とす
③5、6、7、8で元に戻る



#### 2 栄養・口腔ケア しっかり食べて健康な体づくり

全身の衰えにつながる可能性がある「やせ」や「栄養状態の低下」の予防が大切です。しっかり食べるために、口の健康に気を付けましょう。



#### 積極的にたんぱく質をとろう!

フレイル予防のために1日に必要なたんぱく質量 1.2(g)×体重(kg)

例) 体重50kgの人の場合60g

- 卵1個(50g) = 約6g
納豆1パック(50g) = 約8g
さけ1切れ(80g) = 約18g
食パン6枚切り1枚(60g) = 約5g
牛乳1杯(180g) = 約6g
白米茶わん1杯(150g) = 約4g

#### 3 社会参加 活発な外出・交流で人とまちとつながる

心と体の健康のために、人とつながること、地域社会に参加することが大切です。



シルバー人材センター
☎03-3265-1903



働くことを通して健康づくり、仲間づくりを支援しています。

ちよだボランティアセンター
☎03-6265-6522



ボランティアを通じて、よりよい地域づくりをサポートしています。

高齢者活動センター
☎03-3265-1161



同好会活動や講習会などを通じて、仲間づくりをサポートしています。

### 自分の今の状態を確認しましょう! フレイル測定会参加者募集

体力測定や体組成分析、認知機能、栄養状態などを測定し、個別にアドバイスを行います。歯科医師によるオーラルフレイルチェック(お口の機能チェック)もあります。

とき ①10月16日(木)②22日(水)いずれも同じ内容(午前9時30分~午後3時受け付け)

場所 ①万世橋区民館(外神田1-1-13)②かがやきプラザ(九段南1-6-10)

対象 60歳以上の区内在住者

定員 各75名(申込順)

申込方法 10月1日(水)までに電話またはEメール(6面記入例参照/会場・希望時間も記入)で

問合せ 在宅支援課介護予防担当☎03-5211-4223

✉zaitakushien@city.chiyoda.lg.jp



オーラルフレイルチェック



栄養チェック



体力測定

「保健事業と介護予防等の一体的事業」ではほかにもさまざまな取り組みを行っています。詳しくは区HPで!

問合せ 保険年金課後期高齢者医療係☎03-5211-4206



### Contents 今号の主な内容

- 2 「おくやみコーナー」を開設します 11 ちよだイズム倶楽部 12 千代田シネマセレクション

区政インフォメーション

8月20日(水)から予約受付開始

NEW

### ご遺族の方が行う手続きを支援する「おくやみコーナー」を開設します

死亡に関わる手続きの案内、申請書類の事前準備や受け付け、証書などの返納受け付けの支援を行います。手続きの支援が必要な方はぜひご利用ください。詳細は区のHPをご覧ください。なお、お墓や相続、終活などの相談は受け付けておりません。

- と き** 9月2日(火)～毎週火曜※火曜が祝日の場合は実施なし
- 場 所** 区民相談室事務室(区役所2階)
- 対 象** 亡くなられた区民のご遺族
- 申込方法** 事前電話予約制。予約枠は、9時～10時、10時30分～11時30分、13時～14時、14時30分～15時30分  
※予約受け付けは平日8時30分～17時  
※ご利用日の7開庁日前までに連絡を  
※予約は死亡届提出後10日程度経過後から受け付け



ご利用日の7開庁日前までに  
ご予約ください

問合せ

総合窓口課区民相談室  
おくやみコーナー担当  
☎03-5211-4169  
8時30分～17時  
(土曜・日曜・祝日・年末年始休)

国勢調査が円滑かつ確実に進められるよう、ご協力をお願いいたします。

**調査方法** 9月20日(土)から、調査員が調査書類を配布。

**対象** 10月1日(水)現在、日本国内に住んでいるすべての人と世帯

**問合せ** 統計課統計調査係  
☎03-5211-4182



### 令和7年は国勢調査の実施年です

### 九段南一丁目地区市街地再開発組合設立に係る事業計画の縦覧を行います

この事業に関係のある土地またはその土地に定着する物件の権利を有する者または参加組合員は、意見書を都に提出できます。

- 縦覧期間** 8月20日(水)～9月3日(水)8時30分～17時(土曜・日曜・祝日を除く)
- 縦覧場所** 地域まちづくり課(区役所5階)
- 意見書の提出方法** 8月20日(水)～9月17日(水)8時30分～17時(土曜・日曜・祝日を除く)に郵送または直接問合せ先へ
- 問合せ** 縦覧=地域まちづくり課まちづくり推進係☎03-5211-3617  
意見書の提出=東京都都市整備局再開発課☎03-5320-5131  
〒163-8001新宿区西新宿2-8-1



▲市街地再開発事業区域図

### 災害などで甚大な被害を受けた方に都税を減免する制度があります

**対象** 固定資産税・都市計画税(23区内)、不動産取得税、個人事業税など。原則として一度課税された税金のうち、納期限前のもに限り

**申請方法** 納期限まで(不動産取得税を除く)に区市町村(火災の場合は消防署)で発行する罹災証明書など被災事実を証明する書類を添えて、納税者本人が都税事務所へ申請

※災害などにより一括で納められない場合は分割で納付できる猶予制度もあり(要申請)

**問合せ** 千代田都税事務所  
☎03-3252-7141



### 平和使節団の団員による報告会

平和使節団団員が沖縄、広島、長崎で体験し、学んだことを報告します。

**とき** 9月5日(金)18時30分～19時30分(当日直接会場へ)

**場所** 会議室A・B(区役所4階)

**問合せ** 国際平和・男女平等人権課国際平和係  
☎03-5211-4165

### 第2回番町次世代シンポジウムの参加者を募集します

番町地域を地域の方々とともに、魅力ある楽しいまちにしていくために、第2回番町次世代シンポジウム「の開催にあたり、参加者を募集します。

区では、昨年7月に二番町地区地区計画を変更決定(※)し、現在、二番町地区再開発計画(日本テレビ跡地)が検討されています。そこで、今回のテーマは、二番町再開発計画によるまちづくりとします。当日は、専門家にも参加いただき、再開発計画によるまちの変化を正しく理解し、疑問や不安を解消していくことを目的とします。

※地区計画の変更決定までの経緯は区HPを参照

**とき** 9月20日(土)15時～17時

**場所** 麹町小学校(麹町2-1-8)

**対象** 番町地域在住・在勤・在学で、番町次世代シンポジウムの進め方に関するルール(申込書に記載)に同意していただける方

**意見も募集します**  
第2回番町次世代シンポジウムに合わせた、日本テレビ跡地の整備計画をより良くしていくための意見を募集します。いただいた意見などは第2回番町次世代シンポジウムの場で参加者に紹介するほか、今後の地域まちづくりに活用していきます。

**参加申込・意見の提出**  
9月3日(水)(必着)までに所定の各様式(区のHPからダウンロード)に記入のうえ、郵送またはEメールで

※応募書類は返却不可

**問合せ** 地域まちづくり課まちづくり推進係  
☎03-5211-3619  
✉chiki-machi@city.chiyoda.lg.jp  
〒102-8088  
九段南  
1-2-1



### 免除・納付猶予された国民年金保険料の追納をおすすめします

免除・納付猶予期間の追納をすると、老齢基礎年金額を増やせます。

**対象** 国民年金保険料の免除(全額免除・一部免除)、納付猶予、学生納付特例の承認を受けた方

**追納できる期間** 10年以内

※免除や猶予などの承認を受けた期間の翌年度から起算して3年度目以降に保険料を追納する

場合は、当時の保険料額に経過期間に応じた一定の加算額を上乗せ

**追納方法** 年金事務所まで追納を申し込み後に年金事務所から送られる追納専用の納付書を利用し、最寄りの金融機関(ゆうちょ銀行を含む)、コンビニエンスストアなどで納付

**問合せ** 千代田年金事務所  
☎03-3265-4381

ご意見をお聞かせください

### 千代田区エリアマネジメントのすすめ(素案)

地域主体の継続的かつ日常的なエリアマネジメント活動を推進するため、エリアマネジメントのはじめ方や主体同士での連携のあり方を「エリアマネジメントのすすめ(素案)」としてまとめました。

- 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
- 提出方法** 9月3日(水)(必着/郵送の場合は消印有効)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  
※口頭・電話での意見提出は不可  
※意見は区の考え方とともに、区のHPで公表  
※意見や個人情報等は当該案件の検討のみに使用  
※個別の回答は不可
- 問合せ** 景観・都市計画課計画推進担当(区役所5階) ☎03-5211-3612  
FAX03-3264-4792 ✉keikakusuishin@city.chiyoda.lg.jp  
〒102-8688九段南1-2-1



### 特別区民税・都民税・森林環境税 第2期分は9月1日(月)まで

特別区民税・都民税・森林環境税の普通徴収第2期分の納期限は、9月1日(月)です。金融機関・郵便局・区役所2階・出張所で納めてください。パソコンやスマートフォンでも納付できます。バーコード付き納付書

は指定のコンビニエンスストアでも納付できます。

納付には、納期限に指定口座から自動引き落としされる口座振替がおすすめです。

**問合せ** 税務課納税促進係  
☎03-5211-4193

### (仮称)神田錦町三丁目施設における障害者支援施設の意見交換会を行います

旧千代田保健所敷地に整備中の複合施設に設置する、障害者支援施設の運営に関する説明と運営予定者との意見交換会を開催します。

**とき** 8月29日(金)14時

**場所** ザ番町ハウス(二番町7-1-6)

**申込方法** 8月27日(水)までに

電話、またはEメール、ファクス(6面記入例参照で※空きがあれば当日参加可)

**問合せ** 障害者福祉課施設・就業支援担当  
☎03-5211-4219  
FAX03-3256-1223  
✉kandanishiki3@city.chiyoda.lg.jp

障害理解と障害年金基礎講座

とき 9月6日(土)午後2時~4時
会場 障害者よろず相談Light(一ツ橋1-1-1パレスサイドビル1階)
対象 区内在住・在勤・在学者、その家族および関係者
定員 15名(申込順)
内容 20歳未満の障害のある方を中心に、自身の障害への理解や就労などの困りごとを踏まえ、障害年金や社会保険を学ぶ

申込方法 8月29日(金)午後7時までに電話、ファクスまたはEメール(6面記入例参照)で
問合せ 障害者よろず相談Light ☎03-6269-9755
FAX03-6269-9754
☐light@hirai-luminal.or.jp

えみふる日帰りバスハイク参加者募集

とき 9月27日(土)午前8時15分~午後4時
対象 区内在住の18歳以上で、

身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療受給者証、難病医療券のいずれかをお持ちの方
※1名同行可
定員 60名程度(抽選)
申込方法 HPまたは直接問合せ先へ
問合せ 障害者福祉センターえみふる ☎03-3291-0600
その他 行き先・費用の詳細はHPまたは問合せ先で確認を



区の最新情報を簡単にチェック!

千代田区LINE公式アカウント

災害情報や区内イベントなどの最新情報をお届けします。登録済みで受信設定がお済みでない方は、メニューアイコン【受信設定】から設定してください。必要な情報のジャンルなどを設定できます。

問合せ 広報広聴課報道担当 ☎03-5211-4172

登録方法
二次元コード
読み取って登録



後期高齢者医療制度における自己負担割合「2割」となる方へ

外来医療の負担軽減措置(配慮措置)の終了

問合せ 保険年金課後期高齢者医療係 ☎03-5211-4206

令和4年10月1日からの自己負担割合が2割の方への外来医療の負担軽減措置(配慮措置)が、9月30日までの診療で終了します。下の赤枠のように2割の方が10月1日以降に診療する外来医療の自己負担の1か月の上限は1万8,000円となります。なお、負担割合が2割または1割の方は、外来(個人ごと)と外来+入院(世帯ごと)の2つの自己負担額があります。

表 1か月の自己負担限度額

Table with columns: 負担割合, 所得区分, 外来+入院(世帯ごと), 外来(個人ごと). Includes callouts for '令和7年9月診療分まで' and '令和7年10月診療分から'.

※1 区分II=住民税非課税世帯であり、区分Iに当てはまらない方
区分I=住民税非課税世帯であり世帯全員の所得が0円の方(公的年金収入は80万円(8月1日以降は80万6,700円)を控除、給与収入は給与所得控除後さらに10万円を控除し計算)、または住民税非課税世帯であり、老齢福祉年金を受給している方
※2 高額療養費(外来年間合算)を参照
※3 診療月を含めた直近12か月間に、高額療養費の支給が3回あった場合の4回目以降から適用になる限度額(多数回該当)。ただし、「外来(個人ごと)の限度額」による支給は、多数回該当の回数に含まない。なお、現役並み所得の被保険者は、個人の外来のみで「外来+入院(世帯ごと)」の限度額に当てはまる場合も、多数回該当の回数を含む。この多数回該当の回数にはそれまで加入していた医療保険(他道府県の後期高齢者医療制度、国保、健康保険、共済)で当てはまる回数は含まない

ふらっとちよだ ~みんなのセカンドリビング~



地域の人が出会い、学びやおしゃべりを通じて、地域の情報を知ったり、交流を楽しめる場所です。

Table with columns: とき, 場所, タイトル/内容. Lists events on 9/17, 9/25, and 9/26.

申込方法 各実施日3日前までに電話またはEメールで(6面記入例参照)
問合せ 社会福祉協議会地域サポート係 ☎03-6265-6522 ☐chiiki@chiyoda-cosw.jp その他 当日直接会場へ。出入り自由

いきいきライフ

敬老祝金・祝品を贈呈

「敬老の日」に合わせて、敬老祝金・祝品を贈呈します。

対象 令和8年3月31日に下表の年齢の方

※対象者にはお知らせ済み

問合せ 高齢介護課高齢介護係 ☎03-5211-4321

敬老祝金

Table with 3 columns: 対象年齢, 贈呈額. Rows include 百歳祝金 (100歳以上, 6万円), 長寿祝金 (95歳, 5万円), ことぶき祝金 (88歳・90歳, 2万円; 77歳・80歳, 1万5,000円; 96歳~99歳, 91歳~94歳, 75歳・85歳, 1万円).

敬老祝品

Table with 2 columns: 対象年齢, 贈呈品. Rows include 100歳 (百歳祝品(金杯三つ重ね)), 95歳 (長寿祝品(銀杯三つ重ね)).

敬老会入場券を送付します

9月8日(月)・9日(火)の敬老会入場チケットを8月下旬ごろに送ります。※バス乗車予約をした方にはバス乗車券を同封。グループで申し込んだ場合は、代表者宛てに送付。9月1日(月)までに届かない場合は、問い合わせを

問合せ 福祉総務課福祉総務係 ☎03-5211-4209

筋力向上教室(コースC) 参加者募集

週2回のマシントレーニングを中心に、栄養・口腔機能に関する知識を学び、3か月間継続して改善を目指します。

とき 10月3日~12月16日の毎週火曜・金曜(全22回)午前10時~正午

会場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)

対象 65歳以上の区内在住者

で体力の低下がみられる方や要支援1・2の方

定員 12名(選考)

申込方法 9月17日(水)までに電話で

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



ふれあいクラブ食事会 ボランティア募集

とき ①神保町地区(毎月第3土曜)②神田公園地区(毎月第2土曜)③万世橋(毎月第4月曜)いずれも午前9時~午後2時(3時間から応相談)

会場 ①神保町区民館(神田神保町2-40)②スポーツセンター(内神田2-1-8)③万世橋出張所(外神田1-1-13)

対象 継続して活動できる方

定員 5名(申込順)

内容 65歳以上を対象とした

食事会の買い物や会場準備、調理、配膳、食事の見守り、片付けを行う

申込方法 10月31日(金)までに電話またはEメール(6面記入例参照)で

問合せ かがやきプラザ高齢者活動センター ☎03-3265-1161

✉kagayaki@chiyoda-cosw.jp

その他 交通費を1,000円まで支給。細菌検査の受診が必須

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、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

9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(6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8月25日(月)午前9時から受け付け

Table with 4 columns: 場所, とき, 内容, 定員・参加費. Rows include 一番町みんなのサロン, 三崎町はあとサロン, アキバみんなのサロン, 和泉はあとサロン.

※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

9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

Table with 4 columns: 会場・問合せ, とき, 内容, 定員. Rows include いきいきはあとカフェ (一番町12番地), 神田はあとカフェ (神田淡路町), 神田はあとカフェ (岩本町).

※日時と内容は変更になる場合あり

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

### ふれあい福祉まつり

#### ■キッズアナウンサー募集

ふれあい福祉まつり企画「キッズアナウンサー体験」の参加希望者で事前学習を行います。当日は会場内でブース紹介やインタビューをします。

時 9月27日(土)10時~12時  
場 社会福祉協議会アキバ分室(外神田1-1-13) 定5名(申込順)  
師 土岐充氏(東京ケーブルネットワーク番組ディレクター)

#### ■販売サポートキッズ募集

ふれあい福祉まつり企画「なりきりキッズ」で、販売サポート体験希望者で当日販売する品物の袋詰めや値段の貼り付けやポップを作成します。

時 9月23日(火・祝)10時~12時  
場 ジロール麹町「きのこカフェ」(麹町2-14-3) 定6名(申込順)

#### いずれも

対 区内在住の小学3年生以上※ふれあい福祉まつり当日(10月11日(土))の参加が必須

用 9月12日(金)までに電話、ファクスまたはEメール(6面記入例参照)で

問 社会福祉協議会アキバ分室 ☎03-6285-2860 FAX03-6285-2861  
✉ akiba@chiyoda-cosw.jp



### 9月30日で「誕生準備手当」の申請受付を終了します

一回の妊娠につき、4万5,000円を支給する「誕生準備手当」は、9月30日(火)で申請受付を終了します。

注意 令和7年3月31日時点ですべての条件を満たす方が対象  
・区に住所(住民登録)を有している  
・妊娠20週を経過している

用 9月30日(火)までに直接問合せ先



へ※区ポータルサイトでも申請可  
問 子育て推進課手当・医療係 ☎03-5211-4230

### 区立中学校の学校選択

区は、入学時に区立中学校を自由に選べる「学校選択制」を行っています。9月上旬に送付する「学校選択のお知らせ」を確認のうえ、申請してください。届かない場合は問合せ先へ確認を。

対 区内在住で令和8年3月に小学校卒業見込みの児童  
申請方法 10月17日(金)までに区ポータルサイトから  
問 学務課学務係 ☎03-5211-4284

### 図書館でおはなし会

時 9月14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

## 保育園などの 保育料の無償化を開始します

令和7年9月利用分から、保育園などの利用にかかる保育料の無償化を開始します。

対 児童の年齢やきょうだいの有無、保護者の所得にかかわらず、①②のいずれかに在園する児童

①認可保育園、区立こども園、認定こども園、地域型保育事業  
※無償化のための手続きは不要

②認証保育所、幼保一体施設内保育園、区補助対象保育室、区緊急保育室(認証保育所等減額補助を受けている場合に限る)

#### 無償化の対象となる保育料

①基本保育料のみ  
②月220時間までの保育料のみ無償

※いずれも延長保育料は引き続き保護者が負担

問 ①子ども支援課入園審査係 ☎03-5211-4119

②子ども支援課保育運営支援係 ☎03-5211-4117  
(いずれも受付時間8時30分~17時)



## ホットひといき、日本の「おやつ」を学ぼう 黒はふんわり、白はもっちり 食感楽しい「がんづき」



岩手県と宮城県には「がんづき」というおやつがあります。隣り合う県で見た目や食感が違うがんづき。それぞれを味わいながら地域の歴史も学びましょう。地元で大人気の「ニュータイプがんづき」作りにも挑戦します。

時 10月26日(日)13時~16時 場 万世橋区民館(外神田1-1-13)  
対 区内在住の小学4年生~中学生とその保護者 定8組16名(抽選)  
費 1組3,000円(お土産つき) 用 9月15日(月・祝)までにHPから  
問 ちよだ地方連携ネットワーク事務局 ☎070-9233-9377(平日10時~17時)



講師  
レンタル菓子工房  
utakane  
渡辺和義氏  
美映子氏



地元で愛される郷土菓子や郷土の味を守る活動をしている

## 9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 <sup>*1</sup>	1日・8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
	金	5日・12日・19日・26日 午前10時30分~11時30分
旧九段中学校	月 <sup>*1</sup>	1日・8日・22日・29日 午後1時30分~2時30分、午後2時45分~3時45分
	火 <sup>*1</sup>	2日・9日・16日・30日 午前9時30分~10時30分、午前10時45分~11時45分
麹町区民館	火	2日・9日・16日・30日 午後1時30分~2時30分
	水 <sup>*1</sup>	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
ちよだパークサイドプラザ	木 <sup>*1</sup>	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 <sup>*2</sup>	5日・12日・19日・26日 午前11時~正午
いきいきプラザ一番町	水 <sup>*1</sup>	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
	水 <sup>*1</sup>	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
岩本町ほほえみプラザ	木 <sup>*2</sup>	4日・11日・18日・25日 午前10時~11時
	木 <sup>*1</sup>	4日・11日・18日・25日 午後1時30分~2時30分、午後2時45分~3時45分
神保町区民館	金 <sup>*1</sup>	5日・12日・19日・26日 午前9時30分~10時30分、午前10時45分~11時45分
	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
アキバ分室 みりおん	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
神田公園区民館	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
かがやきプラザ	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
和泉橋区民館	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分
	金	5日・12日・19日・26日 午後1時30分~2時30分

\*1 2部制。どちらも同じ内容 ※2 指導員は不在。指導員の指導映像を投影して行う

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

### 「ブルーインパルス」

~その全貌と楽しく観るための方策~

生進学習の一環としてお役立てください

第11飛行隊 (ブルーインパルス) 第6代 飛行隊長 倉田 裕 氏

開催日時: 2025年9月10日(水) 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: 「9/10 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。

### 社会保険労務士の無料相談(予約不要)

年金、健康保険、労災失業給付、育児・介護休業、ハラスメント、テレワーク、残業、退職、有給休暇等

9/9・10/14・11/11・12/9  
日時: 毎月第2火曜日 午後1~3時  
場所: 区役所2階 区民相談室  
対象: 千代田区在住・在勤者(事業主含む)

東京都社会保険労務士会千代田支部・片野 ☎03-5212-4610

えみふるで学ぼう!

公開講座いけばな参加者募集

時 9月23日(火・祝) 13時30分～15時30分 定 10名(抽選)
内 秋をテーマにいけばなを学ぶ
費 2,000円(材料費)
締 9月12日(金) 17時

初級手話講習会受講者募集

時 10月～令和8年9月毎週金曜(祝日と一部日程を除く全40回) 18時45分～20時45分
対 中学生以上で次の2つに当てはまる方

①手話経験がなく検定試験5級、4級を目指す
②1年間継続して受講できる
定 16名(抽選/区内在住者、新規受講者を優先) 費 3,300円

中級手話講習会受講者募集

時 10月～令和8年9月毎週火曜(祝日と一部日程を除く全40回) 18時45分～20時45分
対 中学生以上で、次のいずれかに当てはまる方(いずれも全国手話検定試験4級合格程度の方)

・初級手話講習会等の修了者で検定試験3級を目指す
・えみふるの中級手話講習会の再受講希望者で検定試験3級を目指す

定 10名(抽選/区内在住者、新規受講者を優先) 費 3,080円

上級手話講習会受講者募集

時 10月～令和8年9月毎週木曜(祝日と一部日程を除く全40回) 18時45分～20時45分
対 中学生以上で以下の4つに当てはまる方

・中級手話講習会の受講を完了
・手話のレベルが全国手話検定試験3級以上
・区内で手話通訳活動ができる
・えみふるの上級手話講習会を初めて受講する

定 10名(抽選/区内在住者、新規受講者を優先) 費 5,060円

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)
締 9月10日(水) ※手話講座のみ
申 HP、電話、ファクス、または直接

問合せ先へ※手話の当選の可否は9月末日までに郵便で通知。いけばなは、HPで参加条件を確認のうえ、申し込みを。当選の方のみ9月16日(火)ごろに通知。通知の際参加の意思確認後のキャンセルは2,000円必要
☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608



女性デジタルカレッジ事業 基礎と応用コース

時 10月20日(月)～11月7日(金)(土曜・日曜を除く) 10時～15時(昼休憩1時間を含む)

場 ナチュラルック飯田橋東口駅前(飯田橋4-8-6日産ビル4階)

対 出産、育児などで離職し、再就職を目指す方 定 11名程度(選考)

内 WordやExcelなどの基礎的なスキルに加えてオンラインツールやAIなどの技能を習得する

申 8月25日(月)からHPから申し込みまたは講習申込書を郵送で



他 その他の申込要件などはHPで確認を
☎(都)産業労働局事業受託事業者(学)大原学園 ☎03-3230-2445 〒101-0065西神田1-3-15石福ビル6階

備えを確認!!「防災週間」

大正12(1923)年9月1日に関東大震災が発生したことや台風が多い時期であることから、9月1日は「防災の日」とし、8月30日～9月5日は「防災週間」と定められています。

災害に直面したとき、何より大切なのは慌てずに自分の身を守ることで。区は地区内残留地区に指定されており、地震発生時は自宅やビルなどの安全な場所に留まり状況を把握し、危険を感じたら避難を開始します。この機会に避難経路や備蓄品を再確認しましょう。東京消防庁のHPには、防災に関する動画が公開されています。いざという時のために備えましょう。



▲防災に関する動画はここからチェック!

☎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

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

親子で描き・作る ワークショップ2025

時 ①9月20日②10月25日③11月15日 いずれも土曜10時～12時

場 共立女子大学6号館1階(神田神保町3-27) 対 3歳～8歳児とその保護者

定 各15組(いずれも申込順)

内 ①イロイロ色水で遊ぼう②自分だけのきらきら惑星を作ろう③キラキラ凸凹メタリック・アートを作ろう

申 ①～9月15日(月・祝)②9月16日(火)～10月20日(月)③10月21日(火)～11月10日(月)に申込フォームから



☎共立女子大学発達相談・支援センター ☎03-3237-6397

☎千代田区地域子育て支援事業

親子の絆プログラム ノーバディーズ・パーフェクト(第2期)

時 9月30日～10月21日の毎週火曜(全4回) 10時～12時

場 いずみこどもプラザ(神田和泉町1ちよだパークサイドプラザ6階)

対 区内在住で令和3年10月1日～令和7年6月30日生まれの子どもがいる保護者 定 20名(申込順)

内 子育ての悩みや困りごとを話し、自分らしい子育てを見つける

申 9月23日(火・祝)までにポータルサイトから
☎いずみこどもプラザ ☎03-3865-1461



☎託児サービスあり(申込順/要予約)

養育費の取り決めに必要な費用を助成します

- 次のすべてを満たす方
・申請日に区内在住のひとり親
・養育費の取り決めや取得に要する経費を負担している
・養育費を受け取る(=債務名義を有している)
・養育費の取り決めの対象となる子を現に養育している
・同一の事案について、過去に同内容の給付金を受けていない(他自治体を含む)

公正証書作成等費用助成額

上限5万円(合計) ※債務名義を有した日から6か月以内が対象
・公正証書作成のために公証役場へ支払った公証人手数料
・家庭裁判所での調停、審判、裁判に必要な戸籍謄本などの取得費用、収入印紙代、連絡用切手代
・ADR(裁判外紛争解決手続)を利用するための申し込み、依頼料に相当する費用と調停に要した費用
※弁護士会やADR事業者が用意する場所以外の賃借費用、交通費、その他実費は対象外

保証契約締結費用助成額

上限5万円 ※保証契約締結日から6か月以内が対象
・保証会社との保証契約に支払った初回保証料



☎直接問合せ先へ(要事前相談)

☎生活支援課生活支援係

☎03-5211-4126

9月の健康ちえっく(予約制)

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

咳・熱などで体調不良がある場合は、参加を控えてください。付き添いの際は来所時にはマスクの着用にご協力ください。

Table with 3 columns: 事業名, 対象など, とき. Rows include: アレルギー相談, 歯科保健相談(歯科健診), はみがき教室, 食べ方相談, ビーバー相談, 離乳食講習会, ままばば面談(平日は予約不要), 乳幼児健診 (3~4か月, 1歳6か月, 3歳, 5歳).

▲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!

生活ほっとライン

### 在宅療養支援普及推進講演会 人生の最後のステージの過ごし方

時 10月9日(木) 14時～15時30分  
 場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)  
 定 30名(申込順)  
 内 医療ステイを利用した症例を交えながら、在宅医療、施設医療の実情、社会資源の活用方法を学ぶ  
 師 高野学美氏(貝塚クリニック院長・医学博士/写真)  
 申 10月1日(水)までに区ポータルサイトまたは電話で  
 問 在宅支援課地域包括ケア推進係 ☎03-6265-6485



### びしょ濡れ逃走バトル避暑中

時 8月25日(月) 9時～11時(8時45分受付/当日直接会場へ)  
 場 麹町小学校校庭(麹町2-8)  
 内 ワラチ(サンダル)の無料作成会やポイを撃つ水鉄砲大会を開催  
 問 はだしのsoulちよだ  
 ☐ hadashi.soul.chiyoda@gmail.com

### 神田駅西口グルメラリー

参加飲食店を利用し、スタンプが6個たまると500円のお買物券がもらえます(同一店舗のスタンプは2個まで有効で、3店舗以上の利用が必要)  
 時 9月1日(月)～26日(金)  
 場 神田駅西口商店街加盟飲食店(ポスター掲示参加店)  
 問 神田駅西口商店街振興組合 ☎03-3255-9301

### かがやきシネマ

時 嵐が丘=9月8日(月)・10日(水)、私を野球に連れてって=9月22日(月)・24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



嵐が丘 画像提供: 合同会社文輝堂



私を野球に連れてって 画像提供: 合同会社文輝堂

### 昼休みコンサート

#### 「ヴァイオリン、ヴィオラ、ピアノが奏でる秋のピクニック」

無料のクラシックコンサートで弦楽器の音色に癒やされませんか。子ども用の席もあります。  
 時 9月11日(木) 12時～13時(開場11時45分/当日直接会場へ)  
 場 区民ホール(区役所1階)  
 出演 加藤小百合氏(ヴァイオリン/写真上)、市川友佳子氏(ヴィオラ/写真中)、御法川恵里奈氏(ピアノ/写真下)



曲目 チャルダッシュ、愛の挨拶、トルコ行進曲、どんぐりころころほか  
 問 文化振興課文化振興係 ☎03-5211-3628

### 四大オペラハイライト

時 9月23日(火・祝) 13時～16時(開場12時30分)  
 場 いきいきプラザ(一番町12)  
 定 180名(申込順)  
 内 モーツァルト作曲「魔笛」、ビゼー作曲「カルメン」、ヴェルディ作曲「椿姫」、プッチーニ作曲「蝶々夫人」の4大オペラのハイライトを楽しむ  
 出演 志田雄啓、藤田植葉、安保克則ほか国内外で活躍するオペラ歌手  
 費 4,500円(区内在住者・学生)、5,000円(一般)  
 申 9月20日(土)までに電話で  
 問 千代田歌劇団・富浦 ☎090-3470-7671



### 東京・神田の酒祭り

時 9月26日(金) 16時～20時(荒天中止)  
 場 神田駅西口商店街(佐竹稲荷神社脇)  
 内 東京で造られた酒を神田で飲める地産地消のイベント  
 問 神田駅西口商店街振興組合 ☎03-3255-9301

### 劇団演奏舞台 公演87「父と暮せば」

区文化事業助成対象事業  
 時 9月26日(金) 19時(開場18時30分)、27日(土) 14時(開場13時30分)、27日(土) 18時(開場17時30分)、28日(日) 14時(開場13時30分)  
 場 演奏舞台アトリエ/九段下GEKIBA(九段北1-10-2タイヤビル5階)  
 定 各回25名(申込順)  
 内 井上ひさし氏の名作「父と暮せば」を浅井星太郎氏が主宰する劇団演奏舞台の臨場感あふれる生演奏と迫真の会話劇を味わう  
 出演 浅井星太郎、池田純美  
 演奏 Tacoshi、松岡信二  
 費 区内在住者(前売限定)500円、区内学生(前売限定)無料、一般前売3,000円、当日3,500円  
 申 各回公演日前日までにHP、電話、ファクスまたはEメール(6面記入例参照)で  
 問 劇団演奏舞台 ☎・FAX03-3222-1018  
 ☐ contact@ensoubutai.com



### ファミリー・サポート・センター 支援会員養成講座

ファミリー・サポート・センターは、子育てのサポートをしてくれる方(支

援会員・準支援会員)と子育てのサポートを必要としている方(依頼会員)で構成される、地域の力で子育てを支え合う会員制の組織です。支援会員には、1時間1,200円～1,400円(活動報酬と事務経費を合わせた金額)が支払われます。

時 必修科目=9月4日・11日、選択科目=9月18日・25日(いずれも木曜/各科目全2回)9時30分～17時※詳しい時間割は問合せ先へ  
 場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)  
 対 18歳以上の健康な区内在住・在勤・在学者(高校生を除く)  
 定 20名(申込順)  
 申 8月27日(水)17時までに電話、ファクス、Eメールで  
 問 社会福祉協議会 ☎03-3265-1901 FAX03-3265-1902  
 ☐ famisapo@chiyoda-cosw.jp  
 他 活動前に必修科目をすべて修了する必要あり(必修科目の受講後2年以内に選択科目の受講が必要)

### 災害時寄り添いサポーター 養成講座

時 9月19日(金) 18時～20時  
 場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)  
 対 区内在住・在勤・在学または区内で活動している方 定 30名(申込順)  
 内 災害時だけでなく、平時から配慮が必要な方々の生活を支えるための基礎知識を学ぶ  
 申 9月17日(水)までに電話またはEメール(6面記入例参照)で  
 問 ちよだボランティアセンター ☎03-6265-6522  
 ☐ volunteer@chiyoda-cosw.jp

### 認知症ケアについて 理解を深めよう

■当事者研究の視点から考える  
認知症ケア  
 時 9月27日(土) 14時～16時  
 定 50名(申込順)  
 対 認知症ケアに関心がある方  
 内 障害当事者研究の知見から認知症ケアに関する示唆を得る  
 師 熊谷晋一郎氏(東京大学/写真上)、堀田聡子氏(慶応大学/写真下)



■認知症サポーター  
ステップアップ講座  
 時 9月29日、10月6日、12月8日いずれも月曜13時30分～16時30分  
 定 20名(申込順)  
 対 区内在住・在勤・在学者で以下の2つに当てはまる方  
 ①認知症サポーター養成講座を受講済み  
 ②区内でのボランティアを希望する  
 内 認知症に関する理解を深める講義や、集いの場でのボランティア体験  
 師 杉山美香氏(東京都健康長寿医療センター研究所/写真)



### いずれも

場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)  
 申 9月26日(金)までに電話、HP、ファクス、Eメール(6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



### 福井物産展

## 福井の美味しいもので 福を呼ぼう!

時 9月3日(水)・4日(木) 11時～14時 場 区民ホール(区役所1階)  
 問 商工観光課観光・地方連携担当 ☎03-5211-3650

#### ●焼き鯖し

焼き方にこだわった鯖は臭みがなく、脂ののりが抜群。手押しで作るため、ふんわり食感が楽しめる



#### ●大福あんぱん

特製のプリオッシュ生地、つぶあんの大福を丸ごと包んで焼き上げている



#### ●五月ヶ瀬

昭和50年からのロングセラー商品で福井土産の定番!ピーナッツをふんだんに加えたほのかな甘みのせんべい



### さくらベーカリーに小型恐竜が登場!!

福井物産展に合わせて、恐竜パンや恐竜サンド、恐竜クッキーを販売します。  
 ※恐竜パンは9月1日(月)～1日限定10個  
 時 8月26日(火)～9月5日(金) 8時～19時  
 ※30日(土)・31日(日)は休み  
 場 さくらベーカリー(区役所1階)



### 第14回太極拳 交流フェスティバル

時 9月28日(日)13時~16時  
 場 スポーツセンター(内神田2-1-8)  
 対 18歳以上の方(高校生を除く)  
 内 24式太極拳・呼吸法・健康体操などを行う(一部指導あり)。観覧も可 費500円  
 申 9月21日(日)までにファクスまたはEメール(6面記入例参照)で※体験希望者には折り返し連絡あり  
 問 千代田区太極拳連盟・大場 ☎080-4185-2822  
 FAX03-5997-3046  
 〓 chiyodakutaikyokuken@gmail.com  
 他 観覧は申込不要で無料



### 千代田区歌合唱メンバーを 募集します

時 練習=①9月6日②9月13日③9月27日④10月4日⑤10月11日いずれも土曜17時30分~18時30分、本番=①10月18日(土)②10月19日(日)③11月12日(水)※原則全日参加(日時は変更になる場合あり)  
 場 練習=いずれも麹町小学校(麹町2-8)、本番=①②日経ホール(大手町1-3-7)③九段生涯学習館(九段南1-5-10) 定20名(申込順)  
 内 第46回千代田区コーラスフェスティバル開演セレモニー、オーケストラフェスティバル開演セレモニー、作品展オープニングセレモニーで歌う  
 費 無料(別途教材費などが必要)  
 申 8月29日(金)までに電話、ファクス、またはEメール(6面記入例参照)で  
 問 文化振興課 ☎03-5211-3628  
 FAX03-3264-1466  
 〓 bunkashinkou@city.chiyoda.lg.jp



### 東京一日合同 行政相談所の開設

時 9月5日(金)13時~16時(最終受付15時30分)  
 場 区民ホール(区役所1階)  
 内 法務局をはじめ、年金事務所、弁護士、司法書士、税理士、行政書士、マンション管理士、行政相談委員に個別相談ができる。年金、相続、不動産、税金などに係る困りごと相談可  
 問 総務省東京行政評価事務所 ☎03-3363-1100

## 人権相談を受け付けます

### 全国一斉 こどもの人権相談強化週間

時 8月27日(水)~9月2日(火)の月曜~金曜8時30分~19時、土曜・日曜10時~17時  
 場 東京法務局人権擁護部(新宿区四谷1-6-1四谷タワー13階外国人在留支援センター(FRESC)内)  
 内 学校でのいじめや家庭内の児童虐待など、子どもをめぐる人権問題を人権擁護委員や法務局職員に相談できる  
 問 東京法務局人権擁護部第二課 ☎0570-011-000(ナビダイヤル)  
 他 こどもの人権110番 ☎0120-007-110(全国共通・通話無料)

### LINEじんけん相談

時 月曜~金曜(祝日・年末年始を除く)16時~22時(最終受付は21時30分)  
 内 インターネット上の誹謗中傷や人権侵害に関して、相談員へLINEのチャット(通話は不可)で相談できる。60分以内(1日1回程度)



▲法務局LINE  
じんけん相談

### インターネットにおける人権侵害に関する法律相談

時 木曜(毎月第4木曜・祝日・年末年始を除く)13時~16時  
 場 東京都人権プラザ相談室(港区芝2-5-6芝256スクエアビル2階)  
 内 インターネット上の書き込みなどが人権侵害に当たるとされる法律問題を弁護士に面接、オンライン、電話で相談できる  
 申 電話またはEメールで ☎03-6722-0124(年末年始を除く平日9時30分~17時30分) 〓 soudan001@tokyo-jinken.or.jp  
 ※件名は「インターネット法律相談・面接予約」または「インターネット法律相談・オンライン予約」  
 問 東京都人権プラザ ☎03-6722-0123

## 9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 7日・14日・15日・21日・23日・28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)、子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」
- 医療機関案内サービス「ひまわり」(24時間) ☎03-5272-0303



▲医療情報  
ネット  
「ナビ」

### 平日準夜間の小児科診療

とき 月曜~金曜19時~22時(受け付けは21時45分まで)  
 会場 日本大学病院・ちよだこども救急室(神田駿河台1-6)  
 対象 中学生以下  
 持ち物 マイナンバーカード(マイナ保険証)、子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

### 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ください

## 9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
<b>骨密度測定会</b> 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	12(金)9時~12時
<b>生活習慣病予防相談</b> 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	12(金)9時~12時 ※骨密度測定会と同時に申し込み可
<b>心の相談室</b> 区内在住で心の問題で悩んでいる方とその家族	11(木)・26(金) 13時30分~15時30分 ※11(木)はかがやきプラザ(九段南1-6-10)で行う
<b>肝炎ウイルス検査</b> 16歳以上の区内在住で過去に区で行っている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	5(金)10時~10時30分
<b>HIV・性感染症(梅毒)相談・検査</b>	5(金)9時30分~10時
<b>ふん便のノロウイルス検査</b> 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	2(火)・5(金)・9(火)・ 12(金)・16(火)・19(金)・ 26(金)・30(火) 10時~15時
<b>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)</b> 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	2(火)・5(金)・9(火)・ 12(金)・16(火)・19(金)・ 26(金)・30(火) 10時~16時

## 9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
<b>精神デイケア</b> 区内在住で心の病気のある方	5(金)・19(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★

### かがやきポッチャひろば

時9月23日(火・祝)13時30分~15時  
 場かがやきプラザ(九段南1-6-10) 定30名(申込順)  
 内ポッチャで楽しく交流する  
 申9月22日(月)までにHP、電話または直接問合せ先へ  
 問かがやきプラザ多世代交流担当☎03-6265-6563



### 水泳講習会(第4クール)

時10月1日・8日・15日(全3回)いずれも水曜18時45分~20時15分(10/1は受け付け18時30分~)  
 対15歳以上の方(中学生を除く)  
 場スポーツセンター(内神田2-1-8)  
 定40名(申込順)  
 内コース別の練習/A=クロール25m泳げない方、B=クロール25m泳げる方、C=クロール50m泳げる方、D=クロール50mを50秒以内で泳げる方、E=4泳法全て25m以上泳げる方  
 費2,100円(傷害保険料を含む)  
 申9月17日(水)(必着)までにハガキまたはEメールで※詳しい記載事項などはHPまたはスポーツセンター配布の申込案内を参照  
 問千代田区水泳連盟・安田☎080-1155-9915(ショートメールでの連絡に限る)  
 ①yoichiro\_yasuda@outlook.jp  
 〒135-0021江東区白河4-9-16-806



### スポーツセンターで元気に体づくりをしよう!

■シニア向け  
 転倒予防および健康体操 in 柔道場  
 時10月1日~令和8年3月18日の毎月第1・3水曜(全11回※1月は第1水曜(1/7)のみ開催)10時~11時30分  
 対50歳以上の方(継続受講可能な方)  
 定20名(抽選/区内在住者を優先)  
 内柔道の動きを取り入れたエクササイズで転倒予防や体力維持を目指す  
 申9月19日(金)(必着)  
 他動きやすい服装(はだしままたは靴下着用)

■はじめてのパレエクスサイズ  
 時10月5日~11月30日の毎週日曜(11/23を除く全8回)15時~16時  
 対15歳以上の方(中学生を除く)  
 定20名(抽選/区内在住者を優先)  
 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9月19日(金)(必着)

■エアロピクスⅡ期  
 時10月8日~11月26日の毎週水曜(全8回)10時~11時15分  
 対15歳以上の方(中学生を除く)  
 定30名(抽選/区内在住者を優先)  
 費2,000円 申9月24日(水)(必着)  
 他託児サービスあり(1歳児~未就学児、1回500円、希望者はその旨を記載)

■リズムシェイプアップ&チビッコ体操Ⅱ期  
 時10月8日~12月10日の毎週水曜(全10回)14時30~15時45分  
 対①リズムシェイプアップ=15歳以上の方(中学生を除く)②チビッコ体操=3歳以上の未就学児※チビッコ体操のみの参加不可(保護者はリズムシェイプアップに要参加)  
 定各15名(抽選/区内在住者を優先)  
 費①2,000円②1,000円  
 申9月24日(水)(必着)  
 他託児サービスあり(1歳児~未就学児、1回500円、希望者はその旨を記載)

■やさしいヨガ  
 時10月10日~11月28日の毎週金曜(全8回)18時15分~19時15分  
 対15歳以上の方(中学生を除く)  
 定30名(抽選/区内在住者を優先)  
 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9月26日(金)(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/6面記入例参照)で  
 問スポーツセンター☎03-3256-8444  
 〒101-0047内神田2-1-8

### アクアピクス教室

時10月3日~11月21日の毎週金曜(全8回)18時30分~19時30分  
 場神田さくら館温水プール(神田司町2-16) 対15歳以上の方(中学生を除く)  
 定30名(抽選/区内在住者を優先)  
 内関節への負担を和らげ、楽しく水中運動を行う 費2,000円  
 申9月19日(金)(必着)でHPまたは往復ハガキ(1人1枚/6面記入例参照)で  
 問スポーツセンター☎03-3256-8444  
 〒101-0047内神田2-1-8  
 他持ち物=水着・キャップ・ロッカー代(100円)・スリッパ

## 九段生涯学習館で学びを深める

場九段生涯学習館(九段南1-5-10) 問九段生涯学習館☎03-3234-2841 FAX03-3262-7460

### 生涯学習団体1日公開講座

■サークル体験会(9月)  
 区立施設で活動する区民サークルの「サークル体験会」を開催します。詳しくは、区立施設の掲示ポスターやHPで確認を

サークル名	体験内容
ALOHA!の会	ハワイ語を基礎から学ぶ
九段香遊会	匂袋を作り、特徴などを学ぶ
八重桜の会	伴奏とともに、発声練習や合唱
朗読の会 みんなの“わ”	朗読し、作品の世界を味わう

※実施サークルは変更の場合あり



### 区民自主企画運営講座

■はじめての水墨画  
 秋から冬への草花を描く  
 時10月7日・14日・28日、11月25日、12月9日のいずれも火曜(全5回)19時~20時40分 定20名(抽選)  
 内水墨画の技法を基礎から学び、墨の濃淡の色彩を楽しむ  
 費5,000円(全5回分/材料費を含む)  
 ■日本の伝統を知り世界とつながろう  
 時10月9日・23日、11月6日・20日、12月4日いずれも木曜(全5回)19時~20時40分 定15名(抽選)  
 内日本の伝統文化やテーブルマナーを基礎から学ぶ  
 師 中島万咲子氏(武者小路千家・茶道/写真)



費4,000円(全5回分)  
 対18歳以上の方  
 申9月20日(土)21時までにHP、電話またはファクス(6面記入例参照)で問合せ先へ

### 人材バンク活用講座

■初心者さん向け やさしいヨガ  
 疲れにくい心とカラダを作る時間  
 時10月8日(水)・22日(水)、11月5日(水)(全3回)14時~15時30分 定15名(抽選)  
 内ストレス緩和や体調改善に、ヨガを取り入れ、心と体がほぐれる気持ちよさを実感する  
 師 ASAHI氏(ヨガインストラクター/写真)  
 費1,000円(全3回分)  
 他託児サービスあり(講座初回時点で満6か月~未就学児/1人につき1回1,000円/9月20日(土)までに要予約)



いずれも

## ちよだ 地方連携 小さくとも魅力ある自治体のA級グルメに会える

### 岡山県新見市・長野県高森町フェア

岡山県新見市は和牛のルーツとも言われる千屋牛や地元産米を使用した日本酒などが自慢の町。長野県高森町は高級干し柿、市田柿発祥の地とされています。どちらも冷涼で寒暖差のある気候を生かした果物の栽培が盛んです。

9/1月  
 ~30火  
 定休日 土・日・祝

#### 岡山県新見市

千屋牛肉と桃太郎トマトのミートソース&白桃ピオーネカレー  
 牛肉のうまみとトマトの甘みが溶け合うミートソースと白桃とピオーネの果実感が広がるフルーティーカレー



三光 ひのくちしぼりたて生原酒  
 新見市の清水と地元産米を使い伝統的な製法で醸す日本酒。フレッシュな香りとまろやかさが特徴



紅茶(ブレンド・アールグレイ・レモンティー)  
 インドのダージリン地方と似た気象条件の大佐山で作る爽やかな風味と上品な香りの紅茶



焼肉金山のたれ  
 ピリッと辛くコク深い味わい。焼肉はもちろん、炒め物や丼にも大活躍!



#### 長野県高森町

シャインマスカット  
 芳醇な香りとパリっとした食感、まろやかな甘みが楽しめる



いちだヨーグルト  
 もっちり、トロリとした口あたりの飲むヨーグルト



梨(南水)  
 南水は高森町で生まれた品種。濃厚な甘みとあふれる果汁が最大の魅力



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)

問ちよだグルメショップ+A ☎03-5577-3846(12時~18時)



# 9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 3(水)・5(金)・10(水)・12(金)・17(水)・19(金)・ 24(水)・26(金) 13時~15時45分※弁護士が対応
税務相談(予約制)		確定申告、相続・贈与税など	時 11(木)・25(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 11(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 4(木)・18(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 18(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 2(火)・16(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 9(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 9(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 ※消費生活相談員が対応
高齢者被害特別相談		契約当事者が60歳以上の消費生活相談	時 8(月)・9(火)・10(水) 9時~16時30分 ※消費生活相談員が対応
多重債務110番		債務整理、整理後の生活など※東京都連携事業	時 1(月)・2(火) 9時~16時30分 ※消費生活相談員が対応
多重債務相談(予約制)	債務整理、整理後の生活など	時 22(月) 13時~15時45分(受け付けは15時15分まで)※弁護士が対応 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※中小企業診断士が対応※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	<b>一般相談</b> 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 <b>法律相談</b> 上記の内容で特に法律に関わる こと <b>LGBTQ相談</b> 性自認や性的指向に関すること	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) 時 9(火) 10時~、11時~(1回45分) ※女性限定/女性弁護士が対応 時 11(木)・25(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対応し、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 員が対応)	時 8(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 オンズパーソン 相談(予約制)	区内在住者	保健福祉サービス全般への相談・苦情	時 10(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 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 11(木)八杖氏(弁護士)、25(木)澄川氏(弁護士) いずれも14時~16時20分 ※弁護士が対応/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 若年性認知症の本人や家族の心配ごと、福 祉・介護現場で働くなかのストレスや不安 など	時 6(土) 13時~16時、24(水) 10時~13時※専門のカウンセラーが対応 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 17(水) 9時~16時※ジョブコーチ(職場適応援助者)が対応 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 ①13(土)・27(土)②4(木)・18(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11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12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)	9月10日(水) ~20日(土)	9月25日(木)	10月1日(水) 10時~	問 九段生涯学習館(九段南1-5-10) ☎03-3234-2841 ※毎月第3月曜 は休館(祝日の場合は翌平日)
②花小金井運動施設(野球など)	9月1日(月)~20日(土) (9月16日(火)は休館日)	10月1日(水)	10月2日(木) 10時~	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
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=11月2日(日)・16日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③12月15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

●広報千代田をお読みいただきありがとうございます。読み終わり不要となった際は、「資源」として、回収日に出していただけますと幸いです●



千代田らしさ、千代田の良さを発見し地域の活動を応援する講座

# ちよだイズム倶楽部



## 地域で成長したい若者・女性を応援



令和3年度「ちよだの女性が未来をつくる！フューチャーセッション」、令和4年度「ちよだをつなげる女性30人」に続き、第3期として活動した「ちよだイズム倶楽部」。今回は性別を問わず、若者の「やりたい」を応援する事業として新たにスタートしました。大学生から社会人まで、さまざまな経歴を持つメンバーが集い、つながり合いながら、自分たちの関心や想いをカタチにしていくプロセスを共有しました。

令和6年度には3回、令和7年度には2回の講座を開催し、参加者が自らの「やりたいこと」を見つけ、企画として立案しました。

今後は各チームが、それぞれの企画の実現に向けて一歩を踏み出します。ちよだイズム倶楽部での出会いや学びが、今後の活動につながっていくことで、より良い千代田を一緒につくっていきましょう。



### ちよだイズム倶楽部とは

区に在住・在勤・在学の20代・30代の若者世代を対象に、「千代田らしさ」や「千代田の魅力＝ちよだイズム」を発見し、地域で何かをしてみたい人を後押しする講話やワークショップを行っています。

## 企画提案発表会

7月14日に「企画提案発表会」を開催しました。会場には区長や外部ゲストを招き、3チームがそれぞれの「やりたい！」企画を発表しました。発表後には、9名の講評者から温かい応援や実践的な助言をいただき、今後の活動に向けて大きな励みとなりました。

**講評者** 区長、副区長、国際平和・男女平等人権課長、コミュニティ総務課長、商工観光課長、商工観光課産業企画課長、千代田区社会福祉協議会副センター長、(株)日本政策金融公庫、(株)大日本印刷



各チームの理念や活動のきっかけ、取り組みたいことなどを抜粋して紹介します！

## サードキッチンちよだ

発信力のある「つながり」がテーマ！  
誰もが参加できる「こども・みんな食堂」を開催へ

社会的な孤独を解消し、サードプレイスの場を提供。SNSも活用し、どこにいてもつながりを感じられる「こども・みんな食堂」イベントを開催予定。

区の暮らしや生活における課題を挙げたところ、「つながり」に対する課題意識を持っていたため、「つながり」の場を作る活動をしたという思いで発足したグループです。

誰でも参加しやすい「つながり」の場を作りたいと考え、感謝や助け合いで「つながる食堂」イベントを開催したいと思いました。

まちで会ったら挨拶ができる相手がいる。そんなまちにしたい。みんなの居場所を作りたい。

感謝を伝える相手がいる。感謝される相手がいる。気軽に誰かの役に立てる。

「Give & Thanksの循環」で社会と「つながる食堂」にぜひ皆さんもご参加いただけるとうれしく思います。



### Information

info@third-kitchen-chiyoda.com



Instagramもやっています！

## スタートサロンちよだ

夢をもち挑戦するための一歩を踏み出したい方へ  
「気軽な起業相談Bar」を運営したい

お酒を飲みながら気軽に専門家と起業相談ができる空間を提供します。区内の支援機関と連携しながら、起業者を増やす取り組みを推進します。



### チーム理念

うまれた環境によらず人が夢をもって挑戦することができる世の中の実現。

### 活動を始めたきっかけ

大人になってから夢ができたとしても、その夢を諦めずに挑戦できるような世の中を作りたい、お酒を飲みながら夢を語る場作りを行いたい。

### Information

活動についてはInstagramで情報発信予定です。



## ジェンダーeye

ジェンダー平等の推進を目指し、それぞれの視点を共有し、理解しあうイベントがしたい

区内でジェンダー問題に課題意識を持つ人たちが集まり、対話を通じて相互理解を深める解決糸口の場を作りたい。

### チーム理念

性別にかかわらずお互いの視点を共有し、理解し合う。違和感を見て見ぬふりをしないeyeを大切に。

### 活動を始めたきっかけ

自身の原体験を通して、ジェンダー問題への課題を感じ、地域においてアクションをしたいと考えていたところ、ちよだイズムにて同じ熱量のメンバーと奇跡的に出会い、団体を結成。

### 活動内容

ジェンダーにかかわるテーマに基づいた対話をするテーブルトークのイベントを地域の店舗・施設にて実施予定。日頃の悩みや違和感やもやもやを一緒に語りましょう。初回イベントは9月を予定しており、現在準備中。実施場所の提供にご協力をいただける方はぜひご連絡ください。

イベント情報はHP、Instagramで発信中です。

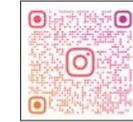


### Information

HP、Instagramをやっています！



▲HP



▲Instagram

千代田区・第38回東京国際映画祭 共催企画

TOKYO FILM 2025に先駆け、過去の東京国際映画祭上映作品を楽しめる!

# 千代田シネマセレクション

区内在住・在勤・在学の方対象

## 合計 1,160名 無料ご招待!

※応募多数の場合は抽選

**申込方法** 9月8日(月)23時59分までに二次元コードの申込フォームから申し込み  
 ※申し込みは1人につき1作品のみ  
 ※同伴者に小学生以下の子どもがいる場合はその年齢、車いすを使用する方はその旨を明記  
 ※当選者のみ9月16日(火)までに招待状を郵送

**問合せ** 文化振興課文化振興係 ☎03-5211-3628



### TOKYO FILM 2025 第38回東京国際映画祭開催

10月27日(月)~11月5日(水)

(公財)ユニジャパンが主催する東京国際映画祭は、アジア最大級の映画祭で毎年秋に東京で開催されます。昨年に引き続き、今年も日比谷・有楽町・丸の内・銀座などをメイン会場とし、区内で開催されます。

東京ミッドタウン日比谷、よみうりホールほか、日比谷エリア各劇場・ホール



## ベルサール神田

※駐車場・駐輪場はなし

場所 神田美土代町7  
住友不動産神田ビル2・3階



## カスケードホール

※駐車場・駐輪場はなし

場所 一番町12いきいきプラザ  
一番町地下1階



小さな子どもと保護者向け作品

### 映画おしりたんてい さらば愛しき相棒よ

50組  
200名

9月27日(土)  
13時開映(12時30分開場)



監督 セトウケンジ  
声の出演 三瓶由布子、齋藤彩夏  
上映時間 71分  
1組4名まで申込可能※会場内にベビーカーを持ち込んで鑑賞可能  
©トロール・ポプラ社/2024「映画おしりたんてい」製作委員会

日本語吹き替え版

### 野生の島のロズ

100組  
200名

9月27日(土)  
16時開映(15時30分開場)



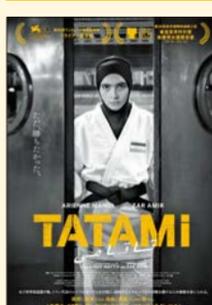
第37回東京国際映画祭 アニメーション部門上映作品  
監督 クリス・サンダース  
声の出演 綾瀬はるか、柄本佑  
上映時間 102分  
©2024 DREAMWORKS ANIMATION LLC

日本語字幕付き

### TATAMI

60組  
120名

10月3日(金)  
18時30分開映(18時開場)



第36回東京国際映画祭 コンペティション部門 審査員特別賞・コンペティション部門 最優秀女優賞  
監督 ガイ・ナッティヴ、ザーラ・アミール  
出演 アリエンス・マンディ、ザーラ・アミール、ジェイミー・レイ・ニューマン  
上映時間 103分  
©2023 JUDO PRODUCTION LLC. ALL RIGHTS RESERVED

日本語字幕付き

### ホワイトバード はじまりのワンダー

60組  
120名

10月4日(土)  
11時開映(10時30分開場)



第37回東京国際映画祭 ガラ・セレクション部門上映作品  
監督 マーク・フォスター  
出演 アリエラ・グレイザー、オランダ・シュワート  
上映時間 121分  
White Bird ©2024 Lions Gate Films Inc. and Participant Media, LLC. Artwork & Supplementary Materials ©,™ & ©2025 Lions Gate Entertainment Inc. All Rights Reserved.

小さな子どもと保護者向け作品

日本語吹き替え版

### パフィンの小さな島

50組  
200名

9月28日(日)  
11時開映(10時30分開場)



監督 ジェレミー・パーセル  
声の出演 上野樹里、新田恵海、田所あずさ、チョー  
上映時間 80分  
1組4名まで申込可能※会場内にベビーカーを持ち込んで鑑賞可能  
©2023 Puffin Rock and The New Friends

### サンセット・サンライズ

100組  
200名

9月28日(日)  
15時開映(14時30分開場)



第37回東京国際映画祭ガラ・セレクション部門上映作品  
監督 岸善幸  
出演 菅田将暉、井上真央、中村雅俊  
上映時間 139分  
©榎周平/講談社 ©2024「サンセット・サンライズ」製作委員会

ドキュメンタリー作品

### 小学校～それは小さな社会～

60組  
120名

10月4日(土)15時30分開映(15時開場)



第36回東京国際映画祭  
Nippon Cinema Now部門上映作品  
監督 山崎エマ  
上映時間 99分  
© Cineric Creative / NHK / Pystymetsä / Point du Jour



たくさんの方が楽しみにしている千代田シネマセレクション。毎年好評をいただいている企画です。映画のチラシって好きな方も多いと思いますが、私もこういう記事のチラシ画像を見ているだけであれこれ想像してしまうところがありまして。人生をその複雑さから、小説よりも奇なりと詩人は言いましたが、小説や映画も十分「奇」なところありますよね、本当に。今年もたくさんのご応募お待ちしております。(豊泉)



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。