

過ごしやすい気温になりました

今号のピックアップは「平和使節団の報告」「千代田区虐待等防止強化期間」の2本立て。また、12面では11月15日(土)に開幕する東京2025デフリンピックの観戦について掲載しています。デフスポーツの魅力を感じられる貴重な機会です。ぜひ、ご覧ください。

小・中・高校生
による

平和使節団の報告



団員が多くの活動で得た平和への思いをご報告します。詳しくは10-11面をご覧ください。

11月23日
(日・祝)

本庁舎が全館停電します

本庁舎全体の電気工事を行うため、全館が完全停電します。区役所1階の夜間・休日受付窓口は7時30分～19時(予定)の間、千代田会館10階(九段南1-6-17)に一時移転します。移転先の場所は地図のとおりです。

代表電話 ☎03-3264-2111は通常どおりつながります。

と き 11月23日(日・祝)
8時～18時(予定)
※工事の進捗状況により、停電時間が延びる可能性があります

場 所 区役所本庁舎(九段南1-2-1)

問合せ 停電について＝施設経営課施設経営係 ☎03-5211-4159
夜間・休日受付窓口について＝総務課総務係 ☎03-5211-4134



災害関連情報の発信について

全館停電の間、防災行政無線と防災ラジオによる災害関連情報の発信はありません。災害発生時は、防災ポータル・アプリなどで発信します。

問合せ 災害対策・危機管理課 ☎03-5211-4187



▲防災アプリ (iOS)



▲防災アプリ (Android)



▲ポータルサイト

期間限定!
いつもとは違う橋を
お楽しみください!

橋梁ライトアップの試験点灯を行います

と き 12月1日(月)～令和8年1月31日(土) 16時30分～23時

場 所 お茶の水橋(神田駿河台2)、新三崎橋(飯田橋3)

問合せ 景観・都市計画課景観指導係 ☎03-5211-3639



国民年金保険料

全額が社会保険料控除の対象です!

日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が対象者に送付されますので、大事に保管し、年末調整や確定申告に使用してください。

e-Taxで利用できる電子版の交付も行っています。郵送よりも早く受け取ることができ、簡単に確定申告ができます。マイナポータルから「ねんきんネット」にログインし、電子送付希望の登録をすると、マイナポータルの「お知らせ」で電子版を受け取ることができます。なお、登録すると郵送されなくなります。詳しくは日本年金機構のHPまたは問合せ先へ。

問合せ ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004(ナビダイヤル) ※IP電話(番号050で始まる電話)の場合は、☎03-6630-2525へ(「03」を省かない)

対象	送付方法	送付時期(予定)
①1月1日～9月30日の間に国民年金保険料を納付した方	電子	10月中旬～下旬にかけて順次
	郵送	10月下旬～11月上旬にかけて順次
②10月1日～12月31日の間に国民年金保険料を納付した方※①の対象者を除く	電子	令和8年1月下旬
	郵送	令和8年2月上旬

納め忘れた国民年金保険料は納付書がなくてもねんきんネットで納付できます!

インターネットバンキングを利用している方

「ねんきんネット」からインターネットバンキングに、Pay-eazy納付に必要な情報が連携されるので、納付書がなくてもPay-eazy納付できます。

インターネットバンキングを利用していない方

「ねんきんネット」上に表示される情報(収納機関番号、納付番号、確認番号)を金融機関などに設置されたPay-eazy対応のATMに入力することで納付できます。詳しくは、日本年金機構のHPまたは問合せ先へ。

※前納など、当月分以降の保険料の納付は不可

※免除などが承認された期間の保険料は、追納申込が済んでいる場合でも納付不可

※その他一定の条件に該当した場合に納付できない場合あり

問合せ ねんきん加入者ダイヤル ☎0570-003-004(ナビダイヤル) ※IP電話(番号050で始まる電話)の場合は、☎03-6630-2525へ(「03」を省かない)



▲日本年金機構HP

Contents —今号の主な内容—

2 こども誰でも通園制度の実施事業者を募集します 4・5 千代田区虐待等防止強化期間 10・11 平和使節団の報告

定額減税補足給付金の手続きはお早めに

対象者には、8月下旬以降に順次通知を送付しています。区から書類の発送はなく、ご自身で申請いただく場合もありません。受付期限を過ぎると給付を受けられません。必ず期限内に手続きをしてください。

申請期限 10月31日(金)(消印有効)

問合せ コミュニティ総務課定額減税補足給付金担当
☎03-6272-8341 (9時~17時)

かがやきプラザの浴室の利用を休止します

特別清掃作業のため、かがやきプラザ高齢者活動センター5階浴室の利用を休止します。他の施設はご利用いただけます。

とき 11月11日(火)終日

場所 かがやきプラザ高齢者活動センター(九段南1-6-10)

問合せ かがやきプラザ高齢者活動センター
☎03-3265-1161

二十歳のつどいは事前参加申し込みが必要です

とき 令和8年1月12日(月・祝)12時30分~15時

場所 ホテルニューオータニ(紀尾井町4-1)

対象 平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれの①区内在住者②区内在住以外で、区立の小・中学校、中等教育学校のいずれかを卒業した方式典、講演、企画運営委員会が企画したアトラクション、食事の提供を伴うフリータイムなど

申込方法 11月17日(月)までに区ポータルサイトから。対象①の方は申込案内を個別送付
※記入内容は、区HPを参照
※申し込み多数の場合は対象②で申し込みのあった方から抽選

問合せ 生涯学習・スポーツ課管理係 ☎03-5211-3632



令和7年度「こども誰でも通園制度(乳児等通園支援事業)」の試行的事業の実施事業者を募集します

「こども誰でも通園制度(乳児等通園支援事業)」は、幼稚園や保育園に通っていない子ども(6か月以上満3歳未満児)が、保護者の就労の理由を問わず幼稚園・保育園などを月一定時間(10時間)利用できる制度です。令和8年度の本格実施を見据え、試行的に行うための事業者を募集します。

なお利用方法は、原則、定期利用で、複数月の預かりを行うものです。

応募条件 区内で次に掲げる施設を運営している法人など(認可保育所、認定こども園、小規模保育事業所、家庭の保育事業所、事業所内保育事業所、幼稚園、認証保育所、企業主導型保育施設、認可外保育施設(認可外保育施設指導監督基準を満たす旨の証明書の交付を受けていること))

募集期間 10月20日(月)~27日(月)

選考方法 申請された内容を区で審査し、事業者を決定

選考結果通知 11月中旬ごろ送付予定

実施期間 令和8年1月~3月

※提出書類などの詳細は区HPを確認

問合せ 子育て推進課子育て推進係
☎03-5211-3653



ご意見をお聞かせください

千代田区留保財産の保有・活用に関する基本方針(素案)

区では、公共施設の老朽化や今後予想される人口増加などに対応するため、将来の施設整備に向けた用地の計画的な確保が喫緊の課題となっています。特に、都心に位置する本区では、新たな土地の取得が極めて困難なことから、既存の区有財産の有効活用が重要です。このような背景を踏まえ、将来の施設整備に備える資源として一定の条件を満たす未利用・暫定活用財産を新たに「留保財産」と定義し、その考え方を「千代田区留保財産の保有・活用に関する基本方針(素案)」として整理しました。

旧永田町小学校関係資料の取り扱い

旧永田町小学校は、閉校後、長年にわたり未利用または暫定的な活用が続いています。区では、将来の行政需要に的確に対応するため、より柔軟で有効な土地活用の可能性を広げることが重要と考え、校舎を解体することとしました。解体後の土地は引き続き区が所有し、売却予定はありません。今後の活用方法は、行政課題や地域の状況を踏まえ、慎重に検討を進めていきます。校舎の解体に伴う記録や資料の取り扱いなどについて、地域の皆さんや関係者のご意見を伺い、今後の対応の参考にしたいと考えています。

いずれも

閲覧場所 区HP、区政情報コーナー(区役所2階)、出張所、問合せ先

提出方法 11月19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HPで公表
※意見や個人情報は当該案件の検討のみに使用

問合せ 施設経営課区有施設担当係 ☎03-5211-4160 FAX03-3264-1466
✉shisetsukeiei@city.chiyoda.lg.jp 〒102-8688九段南1-2-1



自動車税種別割の減免更新申立書の提出をお忘れなく!

自動車税の減免を受けている自動車の利用状況を確認するため「自動車税種別割」減免の更新手続きについてをお送りしています。減免の継続に必要な手続きですので、「減免更新申立書」に必要事項を記入して10月31日(金)までに提出してください。

なお、提出のない場合は減免が受けられなくなります。

問合せ (都)自動車税コールセンター
☎03-3525-4066 (平日9時~17時)

太陽光パネル・蓄電池

みんなが集まるからおトク

安心・便利な共同購入で、環境に、家計にやさしい暮らし

太陽光パネルの設置が「電気代の大幅な節約」につながることをご存じですか。都では、みんなで安心・おトクに購入できる、太陽光パネル・蓄電池の共同購入事業を開始しています。まずは、無料参加登録で設置費用をご確認ください。

申込期限 10月22日(水)~令和8年1月31日(土)

問合せ (都)みんなのおうちに太陽光事務局 ☎0120-723-100(10時~18時)

登録は3分! わかる範囲でOK!

参加登録から設置までの流れ



みんなのおうちに太陽光



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

「がん治療と放射線等の情勢 ~正しく理解し有効に治療するために~」

生涯学習の一環としてお役立てください

中川 恵一 氏
東京大学大学院医学系研究科 総合放射線腫瘍学講座 特任教授

開催日時: 2025年11月13日(木) 15:00~16:00 受付開始14:40
開催場所: 東京會館(必ず事前にお申し込みください)
募集人数: 定員10名(先着順・事前にお申し込みください)
申込方法: 「11/13講演会参加希望」と明記し、往復はぎに「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。

司法書士による 相談は無料です

無料法律相談

運営: 東京司法書士会千代田支部 会場: 神保町区民館 2階洋室A
日時: 11月20日(木) 12月18日(木) 18時~20時
予約受付Eメール: soudan@chiyodashibu.com
予約受付ダイヤル: 080-3574-2525 (受付時間: 平日13:00~17:00)
※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。電話、メール共に開催日2日前まで受付です。

区独自 受験生チャレンジ支援 貸付事業

大学など受験料を上乗せ助成

進学支援のため、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受験料の一部を助成します。

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HPからダウンロードも可)

生活支援課生活支援係(区役所3階) ☎03-5211-4126



ポニー乗馬会

時 11月9日(日)10時~12時、13時30分~15時30分(荒天中止)



場 旧九段中学校校庭(富士見1-1-6)
対 小学生以下の区内在住・在学・在園者(サポートを必要とする方も参加可) 定1時間あたり100名(申込順)

内 ポニーの乗馬体験やモルモットなどとの触れ合いあり

申 10月25日(土)10時~31日(金)20時59分までにHPから



▲千代田区青少年委員会HP

問 子ども総務課事業担当 ☎03-5211-4274

他 中止の場合は、当日8時以降に青少年委員会HPで告知。本イベントに伴い、旧九段中学校の



▲ふじみこどもひろば案内

子どもの遊び場は中止。代替としてふじみこどもひろばを開放

図書館でおはなし会

時 11月9日(日)11時~(当日直接会場へ) ※混雑状況により参加制限あり

場 千代田図書館(区役所10階)

対 0歳~2歳くらいの乳幼児とその保護者

内 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

こどもアスレチック広場を 開催します

時 11月1日(土)13時~(当日直接会場へ)

場 旧九段中学校校庭(富士見1-1-6)

対 就学前の子どもとその保護者

問 子育て推進課子育て推進係 ☎03-5211-3653



他 雨天の場合は体育館にて開催

ママのためのリラックスヨガ

時 11月10日(月)10時~11時

場 神田児童館(外神田3-4-7昌平童夢

館5階)

対 区内在住の子育て中の保護者

定 15名(申込順)

申 10月27日(月)10時から電話または直接問合せ先へ

問 神田児童館 ☎03-3253-6021

親と子の絆プログラム

ベビママの会(第4期)

お母さんは赤ちゃんの安全基地

時 11月27日(木)、12月4日(木)(全2回)10時~12時

場 神田児童館(外神田3-4-7昌平童夢

館5階)

対 区内在住の令和7年4月28日~10月27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 11月20日(木)までにポータルサイトから

問 神田児童館

☎03-3253-6021

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



ワクチン接種をお忘れなく

HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチン接種はお済みですか

定期接種最終年度の方・キャッチアップ接種は令和8年3月31日(火)まで

今年度高校1年生相当年齢の女性はHPVワクチン定期接種の最終年度です。全3回の接種完了までには約半年の期間を要します。また、キャッチアップ接種の対象でHPVワクチンを1回以上接種した方は、全3回のうち、残りの接種を公費で受けることができます。いずれも助成期間は令和8年3月31日(火)までです。接種が済んでいない方は早めに接種しましょう。

対 ①令和7年度に高校1年生相当年齢の女性(平成21年4月2日~平成22年4月1日生まれの女性)

②平成9年4月2日~平成21年4月1日生まれの女性で、令和4年4月1日~令和7年3月31日までにHPVワクチンを1回以上接種した方

接種場所 23区内の指定医療機関 ※区内の指定医療機関は区HPを参照 ※指定医療機関以外の接種は対象外

予診票 ①令和4年2月下旬に発送済み ②令和7年5月下旬に発送済み ※転入した方、届いていない方は問合せ先へ



MR(麻しん風しん混合)ワクチン第2期

接種回数は足りていますか

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回の接種で十分に免疫をつけることが必要です。早めに接種しましょう。

対 令和7年度に幼稚園・保育園年長相当年齢の子ども(平成31年4月2日~令和2年4月1日生まれ)

接種期間 ~令和8年3月31日(火)

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

いずれも

問 健康推進課感染症対策係 ☎03-5211-8172

11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, ままぱぱ面談(平日は予約不要), 3~4か月児健診, 1歳6か月児健診, 3歳児健診, 5歳児健診.

▲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!

あなたのそばでこんなことはありませんか

知ってください 虐待・DVのこと

11月1日～12月10日は、千代田区虐待等防止強化期間です

虐待・DVは、殴る、蹴るなど身体的にダメージを与えることではありません。精神的に追い詰められて心に傷を負ったり、金銭を管理されて経済的に支配されたりすることも虐待・DVにあたります。虐待されていることや、DVを受けていることに、被害者本人が気付いていないケースもあります。「これっておかしいかも」と思ったら、「家庭の問題だから」と片づけないで、相談してください。



DVは子どもの心にも傷を負わせます

パートナーへの暴力や暴言を吐く様子を子どもに見せることは、「面前DV」とされる児童虐待の一つです。面前DVは、子どもの心や体にさまざまな影響を与えるとされ、暴力や暴言で問題を解決しようとする、他者を信頼できない、恐怖や不安から無力感を感じるなど、心や体への影響が大きいと言われています。DVが起きている家庭では、子どもに対する暴力も同時に行われている場合があります。DV被害者は、暴力を振るうパートナーへの恐怖心から、子どもに対する暴力を制止できなくなることもあります。

ご相談はこちらへ

※いずれも緊急の場合は警察へ(110番)
相談先に出向いたり、電話での相談ができない場合は、LINEやEメールなどの方法もあります

子どもへの虐待に気付いたら、子育てに悩んでいたら…

千代田区児童・家庭支援センター 千代田っこホットライン
☎03-3256-8150(24時間365日)

親子のための相談LINE(こども家庭庁)

平日9時～23時(受け付けは22時30分まで/土曜・日曜・祝日・年末年始は9時～17時)
※右二次元コードから「友だち登録」をして利用
問合せ 児童・家庭支援センター子ども家庭相談係
☎03-5298-5521 FAX03-5298-0240
✉jidousoudan@city.chiyoda.lg.jp



DVやパートナーとの関係に悩んだら…

ちよだDV相談ダイヤル
☎03-6272-3828(平日9時～17時/祝日・年末年始を除く)
DV相談+(プラス)(内閣府)
☎0120-279-889(メール・電話=24時間365日、チャット=12時～22時)
問合せ 国際平和・男女平等人権課男女平等人権係
☎03-5211-4166 FAX03-3264-1466
✉kokusaidanjo@city.chiyoda.lg.jp



▲DV相談+



高齢者への虐待に気付いたら、介護や支援に悩んだら…

高齢者あんしんセンター(地域包括支援センター)
麹町☎03-3265-6141、神田☎03-5297-2255(月曜～土曜9時～18時/1/1～3を除く)

かがやきプラザ相談センター

☎03-3265-1165(24時間365日)
問合せ 在宅支援課相談係☎03-6265-6483 FAX03-3265-1163
✉zaitakushien@city.chiyoda.lg.jp

障害者への虐待に気付いたら、介護や支援に悩んだら…

千代田区障害者虐待防止センター
☎03-5226-7373(24時間365日)
千代田区障害者よろず相談Light(ライト)
☎03-6269-9755(平日9時～19時、土曜10時～17時/日曜・祝日を除く)
✉light@hirai-luminal.or.jp
問合せ 障害者福祉課総合相談担当☎03-5211-4217 FAX03-3556-1223
✉shogaishafukushi@city.chiyoda.lg.jp

性暴力に悩んだら…

東京都性犯罪・性暴力被害者ワンストップ支援センター(SARC東京)
全国共通フリーダイヤル#8891
性暴力救援ダイヤルNaNa☎03-5577-3899(24時間365日)
SNS相談 Cure time(内閣府・性暴力に関するSNS相談)
右二次元コードからアクセス(毎日17時～21時)



▲Cure time

ダブル Wリボンキャンペーンを行います！

パープルリボンは、女性に対する暴力のない世界を望む気持ちを表すシンボル、オレンジリボンは、子どもへの虐待防止を目指すシンボルです。オレンジ・パープルのリボンをシンボルとして、あらゆる暴力の根絶を願うキャンペーンを行います。



Wリボンツリーが待っている！

オレンジとパープルのリボンで装飾したツリーを展示します。

と き 11月1日(土)～12月10日(水)
場 所 区役所エントランス(区役所1階)、男女共同参画センターMIW(区役所10階)、児童・家庭支援センター(神田司町2-16)、かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)、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)



問合せ 国際平和・男女平等権課 ☎03-5211-4166

養育家庭体験発表会・児童虐待防止講演会

里親の日々の子育て体験などを聞く養育家庭体験発表会と、子どもの健全な成長・子どもの安全を守るために大切なことについて考える児童虐待防止講演会を行います。※詳しくは広報千代田10月5日号10面参照

と き 11月14日(金)14時～16時30分
場 所 万世橋区民館(外神田1-1-13)
定 員 30名(申込順)
講 師 田中典子氏(公立中学スクールカウンセラー/写真)
問合せ 児童・家庭支援センター ☎03-5298-5521



風ぐるまにデジタルサイネージ広告を投影

地域福祉交通「風ぐるま」の車内で、Wリボンキャンペーンを紹介します。風ぐるまを見かけたら、ぜひチェックしてください。

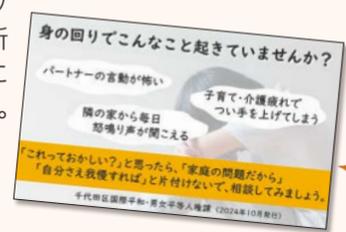
と き 11月1日(土)～12月10日(水)
問合せ 国際平和・男女平等権課 ☎03-5211-4166



虐待・DV防止啓発 ウェットティッシュ・カードの配布

虐待・DV防止啓発用ウェットティッシュと相談先を記載したカードを区役所窓口などで配布します。カードの配布にご協力いただける場合はご連絡ください。

問合せ 国際平和・男女平等権課 ☎03-5211-4166



男女共同参画センターMIW

パープルリボンプロジェクト2025 ～私たちが暴力のない世界をつくる一員～

11月12日(水)～25日(火)は、DVをはじめ、性犯罪、ストーカー行為、ハラスメントなど、あらゆる暴力防止のための「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。期間中、MIWパープルリボンプロジェクトを行います。展示やワークショップに参加し、あらゆる暴力のない世界の実現について考えてみませんか。

パープルリボン運動

子どもや女性の暴力被害者にとって、世界をより安全なものとするために、1994年、アメリカ・ニューハンプシャー州の町で始まったと言われています。パープルリボンは、女性に対する暴力根絶運動のシンボルとして世界中に広がっています。

問合せ 男女共同参画センターMIW(区役所10階) ☎03-5211-8845
FAX03-5211-8846
✉miw@city.chiyoda.tokyo.jp



▲HP

▲Facebook

▲Instagram



MIWのスペースがむらさき色に！

MIW交流サロンをむらさき色に飾るほか、パープルリボンキルト、パープルリボンツリー、関連図書なども展示します。映像なども使って、女性への暴力防止の重要性を伝えます。

と き 11月12日(水)～28日(金)



あなたの撮ったむらさき色の写真を募集！

女性への暴力防止のイメージカラーのむらさき色の画像を募集。風景や花、身近な持ち物など、むらさき色ならどんな画像もOKです。集まった画像はSNSで紹介するほか、館内でも映像で紹介します。

募集期間 10月20日(月)～11月14日(金)

応募方法 Eメールに画像を添付し、名前またはペンネームを明記して問合せ先へ



身近にあるむらさきを探してね！



むらさき写真を一堂に展示！

2020年から募集しているむらさき色の写真を交流サロン内に展示するほか、期間中に映像でもご紹介します。

と き 11月12日(水)～28日(金)
場 所 MIW交流サロン(区役所10階)



参加無料

ワークショップ

ボンボンみゅうじろうでパープルリボンリースをつくろう

暴力のない社会への願いをカタチにしませんか。むらさき色の毛糸を使って、思いを込めた「ボンボン」で、パープルリボンリースを作成します。作成したリースはお持ち帰りいただけます。毛糸などの材料もありますので気軽にご参加いただけます。

と き 11月12日(水)18時30分～20時(途中退席可)
定 員 5名程度(申込順/区内在住・在勤・在学者を優先)
場 所 MIW交流サロン(区役所10階)
申込方法 HP、電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で



いきいきライフ

一人暮らしの精神障害者支援 夕食会&懇談会

とき 11月14日(金)午後6時～7時30分

会場 神保町区民館(神田神保町2-40)

対象 心の病があり、区内在住で一人での食事が多い方

定員 10名(申込順)

内容 同じ悩みを持つ仲間と食事をしながら楽しく過ごす

費用 200円

申込方法 11月12日(水)までに電話で問合せ先へ

問合せ 保健サービス課保健相談係☎03-5211-8175

出張入会説明会を開催!

シルバー人材センターで一緒に働きませんか

11月は通常の入会説明会に加え、麹町地区、和泉橋地区で入会説明会を開催します。近くの会場にぜひお越しください!

とき ①11月19日(水) ②11月25日(火)いずれも午後2時～



会場 ①麹町区民館(麹町2-8) ②和泉橋区民館(神田佐久間町1-11-7)

対象 60歳以上の区内在住者

定員 各20名(申込順)

内容 事業概要や仕事内容、入会手続きの説明

申込方法 11月14日(金)までに電話で

問合せ シルバー人材センター☎03-3265-1903(平日午前8時30分～午後5時)

その他 持ち物=筆記用具、氏名・住所・年齢が確認できる公的身分証明書

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



11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10月24日(金)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)	18日(火) 午後2時15分～3時	懐かしの音楽に浸ろう! 「レコード鑑賞会」	7名 無料
三崎町はあとサロン(神田三崎町3-1-17)	10日(月) 午前11時30分、正午、午後0時30分	暮らしの中の困りごとをお聞きします 「ふくし出張相談」	各回2名/30分 無料
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	14日(金) 午後1時30分～2時30分	耳つぼで免疫サポート! 「耳つぼセルフケア」	6名 無料
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	13日(木) 午後1時30分～3時	初めての方もお気軽に♪ 「囲碁サロン」	6名 無料

*各サロンは週2日～3日開室。このほかにもいろいろなプログラムあり

11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

会場・問合せ	とき	内容	定員
ちよだ合同はあとカフェ (九段南1-6-10かがやきプラザ1Fひだまりホール) 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	13日(木) 正午～午後3時	「認知症の症状を知って認め合おう」 講話や短歌の披露、各種事業の取り組み、 マルシェ、ハンドケア体験会など	50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	22日(土) 午後2時～3時30分 (午後1時30分開場)	「分かつちやいるけどやめられない～酒・タバコ・スマホ変化する 依存症～」(講師/来馬明規氏<高岩寺住職>) ミニ音楽会(アンサンブル・ポコポコ)	30名
神田はあとカフェ(神田淡路町2-8-1かんだ連雀1階) 高齢者あんしんセンター神田☎03-5297-2255	8日(土) 午後2時～4時	「オレンジドクターのおはなし」 (講師/加賀一兄氏<千代田加賀クリニック医師>)	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	25日(火) 午前10時～11時45分	「オレンジドクターのおはなし」 (講師/辻彼南雄氏<水道橋東口クリニック医師>)	15名

*日時と内容は変更になる場合あり

11月のシルバートレーニングスタジオ

定員に達している会場もあります。新規登録希望者は必ずお問い合わせください。

対象 65歳以上の区内在住者 *登録者は登録会場で毎週1回の参加可

問合せ 社会福祉協議会高齢者活動センター☎03-3265-1161

会場	曜日	とき
万世橋区民館	月 ^{*1}	10日・17日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	金	7日・14日・21日・28日 午前10時30分～11時30分
旧九段中学校	月 ^{*1}	10日・17日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	火 ^{*1}	4日・11日・18日・25日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
ちよだパークサイドプラザ	火	4日・11日・18日・25日 午後1時30分～2時30分
	水 ^{*1}	5日・12日・19日・26日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
いきいきプラザ一番町	木 ^{*1}	6日・13日・20日・27日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	金 ^{*2}	7日・14日・21日・28日 午前11時～正午
岩本町ほほえみプラザ	水 ^{*1}	5日・12日・19日・26日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	水 ^{*1}	5日・12日・19日・26日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
神保町区民館	水 ^{*1}	5日・12日・19日・26日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	木 ^{*2}	6日・13日・20日・27日 午前10時～11時
アキバ分室 みりおん	木 ^{*1}	6日・13日・20日・27日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	金 ^{*1}	7日・14日・21日・28日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
神田公園区民館	木 ^{*1}	6日・13日・20日・27日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	金 ^{*1}	7日・14日・21日・28日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
かがやきプラザ	金 ^{*1}	7日・14日・21日・28日 午後1時30分～2時30分
	金	7日・14日・21日・28日 午後1時30分～2時30分

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

麹町の「麹」の字は、文字つぶれなどを防ぐため、略字を使用しています。

生活ほっとライン

東京ビエンナーレ2025

「いっしょに散歩しませんか」がテーマの芸術祭。まちを歩きながら、世界8か国39組のアーティストの作品を楽しめます。

時～12月14日(日)

場エトワール海渡リビン グ館(東神田1-15-15)、東叡山 寛永寺(台東区上野桜木1-14-11)など6エリア 費3,000円(2拠点共通チケット)

申HPから

問東京ビエンナーレ☎03-5809-1653



防災まち歩き in 和泉橋

まち歩きを通じて、地域の魅力や防災のポイントを再発見

時11月15日(土)14時～16時30分

※雨天時は延期

場秋葉原駅周辺(集合=社会福祉協議会アキバ分室(外神田1-1-13万世橋区民館6階)) 定15名(先着順)

申11月12日(水)までに電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で

問社会福祉協議会ちよだボランティアセンター☎03-6265-6522

FAX03-3265-1902

☐volunteer@chiyoda-cosw.jp

他共催=ちよだ災害モデルネットワーク(CMN)

ウォーカブルな活動採択案件 神田祭写真展@神田錦町

時～11月16日(日)

場神田スクエア(神田錦町2-2-1)周辺

内今年の神田祭(神田錦連合)の写真をさまざまな場所に展示。御神酒や神社声援(神田明神オリジナルジンジャエール)がもらえるスタンプラリーもあり

問神田錦町二丁目町会錦あわじプロジェクトチーム☎080-1063-5804



神田小川町ライブイベント

時10月25日(土)12時～16時(当日直接会場へ/小雨決行)

場小川町3丁目駐車場特設会場(神田小川町3-10)

内音楽やお笑いのライブ、山岳家によるトークライブなどを楽しむ

問神田小川町ライブイベント事務局・キッチンカロリー☎03-3291-3266

第60回千代田区民踊大会

時11月9日(日)13時開演(当日直接会場へ)

場いきいきプラザ一番町カスケードホール(一番町12)

問生涯学習・スポーツ課スポーツ振興係☎03-5211-3627

ウォーカブルな活動採択案件 なんだかんだ12

約250畳の量を敷いた道場で、人々が出会い交流し、いろいろな文化を体験できます。

時11月3日(月・祝)11時～19時30分

場神田ポートビル、テラススクエアおよび周辺道路(神田錦町3)

問神田プレイスメイキング実行委員会☎080-6737-9167



千代田いけばなまつり2025

時11月2日(日)10時～17時

場神田明神文化交流館(外神田2-16-2)

定いけばな体験=40名、講演会=50名(申込順)

申10月29日(水)までにHPから

問古流理恩会☎03-3851-7668

他区文化事業助成対象事業



かがやきシネマ

時 現金に手を出すな=11月10日(月)・12日(水)、美しき小さな浜辺=11月17日(月)・19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)

問かがやきプラザ研修センター☎03-6265-6560

他14時の回のみ、おしゃべり可



現金に手を出すな 画像提供: 合同会社文輝堂



美しき小さな浜辺 画像提供: 合同会社文輝堂

来年の干支「午」を切る

時11月13日(木)18時30分～21時

場東方学会(西神田2-4-1)

定20名(申込順)

内「午」の型紙を使った切り絵で年賀状を作る

費700円(材料費を含む)

申11月12日(水)までに電話またはファクス(8面記入例参照)で

問日中友好協会千代田支部☎03-3261-0433 FAX03-3261-1788



「多摩の森」活性化プロジェクト 推進協議会現場体験事業

多摩の森自然体験ツアー

時①11月15日(土)・22日(土)②11月29日(土)・12月6日(土)(集合=①②8時、解散=①17時30分②17時、いずれも東京駅)※解散時刻が遅れる場合あり。各日とも同じ内容

場①東京都西多摩郡奥多摩町②東京都町田市

対小学5年生以上※1申し込みにつき3名まで 定①各7名②各6名(抽選)

費2,500円(昼食代を含む)

申①～10月28日(火)②10月27日(月)～11月10日(月)にHPまたは電話で

問多摩の森自然体験ツアーデスク京王観光(株)東京第1支店☎03-5312-6540



おそうじマイスターのおそうじ教室

地域であなたのおそうじスキルを生かしませんか

時11月20日(木)10時～11時

場かがやきプラザ(九段南1-6-10)

対区内在住・在勤の方、ふたばサービス会員 定15名(申込順)

費一般300円※ふたば会員は無料

申11月13日(木)17時までに電話、ファクスまたはEメール(8面記入例参照)で

問社会福祉協議会ふたばサービス☎03-3265-1901 FAX03-3265-1902

☐futaba@chiyoda-cosw.jp

他講座後にふたば会員の交流会あり

自分と家族にやさしい食生活

時11月29日(土)10時30分～12時30分

場万世橋区民館(外神田1-1-13)

対介護中の方、区内在住の方を介護している方、介護を予定している方

定16名(申込順)

内高齢者の栄養や食事の基礎知識、調理のコツを学ぶ。調理実習もあり

申11月27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



認知症ケア講座

時11月19日(水)14時～16時

場かがやきプラザ(九段南1-6-10)

定50名(申込順)

内軽度認知症(MCI)と診断を受けた講師の実体験を聞いて学ぶ 師山本學氏(俳優/写真)

申11月17日(月)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



秋の火災予防運動が始まります!

11月9日(日)～15日(土)、秋の火災予防運動が行われます。消火器の使い方や設置場所を確認し、地域の防火防災訓練へ参加しましょう。住宅用消火器を備えるのも有効です。区内の消防署ではさまざまな行事が行われます。東京消防庁HPから、防火防災に関する動画をご覧ください。

問丸の内消防署☎03-3215-0119、麹町消防署☎03-3264-0119、神田消防署☎03-3257-0119



(福)多摩同胞会創設80年記念行事 千代田区実践報告会

時11月14日(金)13時30分～15時30分(受け付け13時～)

場岩本町ほほえみプラザ(岩本町2-15-3) 定80名(申込順)

内「神田の福祉—安心して住み続けるための事業連携—」がテーマの報告を聞く

申電話またはEメール(8面記入例参照)で

問岩本町ほほえみプラザ☎03-5825-3407

☐iwamoto@tama-dhk.or.jp、かがやきプラザ相談センター神田☎03-3265-1165

☐kagayaki.kanda@tama-dhk.or.jp

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

地方連携

11/4 火
～28 金
定休日 土・日・祝

山形県中山町・ 広島県北広島町フェア

山形県中山町は江戸時代に最上川を利用した舟運で栄え、芋煮会発祥の地と言われています。すももが名産で果物が豊富です。

広島県北広島町は標高300～800mの盆地高原に広がる自然が豊かなまちで、歴史や文化が息づいています。

<p>山形県中山町</p> <p>北前いも煮 棒だらと里芋を鍋に入れた当時の「棒だら芋煮」を現代風に再現</p>	<p>りんご「ふじ」 完熟でたっぷりのあめ色の蜜が味わえる</p>
<p>どたれいも土垂芋 小ぶりだねっとり、ホクホクした食感</p>	<p>すももワイン ソルダムと大石早生の2種</p>

広島県北広島町

<p>谷川どぶろく ほのかに甘い飲み口で後半ガツンとくる味わい</p>	<p>肉みそ 甘めの豚肉みそ、ピリ辛のジビエ鹿肉みそ、ニンニク風味のジビエ猪肉みその3種</p>
<p>芸北サーモン冷燻 養殖サーモンを冷燻し、カットしている</p>	<p>りんご フレッシュな香りが楽しめるこの時期限定の品種</p>

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)

時=日時 場=会場 対=対象 定=定員 内=内容 師=講師 費=費用・料金(記載のない場合は無料) 縮=縮切り 申=申込方法 問=問合せ 他=その他 HP=ホームページ

秋季食品衛生講習会を開催します

飲食店でのねずみや害虫の苦情が増加しています。区内の発生状況を説明し、対策の基本を解説します。

時 11月4日(火)14時30分～16時30分(受け付け14時～/当日直接会場へ)

場 日本教育会館一ツ橋ホール(一ツ橋2-6-2 3階)

対 区内の食品関連事業者、希望する区内在住者
定 500名(先着順)
師 谷川力氏(東京ペストコントロール協会副会長/写真)



問 生活衛生課食品監視指導係 神田地域担当 ☎03-5211-8168 麹町地域担当 ☎03-5211-8169

他 公共交通機関、徒歩で来場を

教養講座 食べて学ぶ、スパイスの国スリランカ

時 12月12日(金)19時～20時50分
場 九段生涯学習館(九段南1-5-10)
対 18歳以上 定 24名(抽選)

内 現地で料理修業を積んだ講師から「スリランカ」の叢智を学ぶ。試食あり

師 香取薫氏(インド・スリランカ料理研究家/写真)



費 1,500円(材料費含む)
申 11月20日(木)21時までにHP、電話またはファクス(記入例参照)で
問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841 FAX03-3262-7460



区民スポーツ大会 ファミリーバレーボール大会

時 11月30日(日)10時～
場 スポーツセンター(内神田2-1-8)

対 中学生以上の区内在住・在勤者で編成した女性5名以上を含む男女混合の8チーム(1チーム12名まで/申込順)

内 千代田区ルール9人制ソフトバレーボール

費 1チーム2,700円と傷害保険料1人50円

申 11月7日(金)までに所定の用紙(生涯学習・スポーツ課、スポーツセンターなどで配付)に必要事項を記入のうえ、ファクスまたはEメールで

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 代表者会議(11月12日(水)18時30分～/スポーツセンター)に参加チーム関係者1名の参加が必要

スポーツセンターで体を動かそう

卓球教室V期

時 12月1日～令和8年1月26日の毎週月曜(12/15、12/29、1/12、1/19を除く全5回)①入門・初心者=10時～11時30分②中級者=13時～14時30分
定 各8名(抽選/区内在住者を優先)
費 7,500円 締 11月17日(月)

お水でエクササイズ!

時 12月5日～26日の毎週金曜(全4回)19時～19時50分
定 15名(抽選/区内在住者を優先)

内 有酸素運動を水中で行う
費 すばすたちよだクラブ会員の区内在住者1,400円(2,000円)、その他の方1,600円(2,600円)※カッコ内は非会員の金額 締 11月21日(金)

バレーボール

時 12月7日～令和8年1月25日の毎週日曜(全8回)15時～16時
定 20名(抽選/区内在住者を優先)
内 フィットネスやバレエ、ヨガの要

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

素を組み入れた運動を裸足で行う
費 すばすたちよだクラブ会員の区内在住者3,600円(4,800円)、その他の方4,000円(6,000円)※カッコ内は非会員の金額 締 11月23日(日)

いずれも

場 スポーツセンター(内神田2-1-8)

対 15歳以上の方(中学生除く)※卓球は①初めての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 申 HPから

問 スポーツセンター ☎03-3256-8444



自筆証書遺言書保管制度をご利用ください。

自書した遺言書を法務局で保管する制度です。保管場所やトラブルが心配な方、遺言書の存在に相続人などが気付く不安な方におすすめです。なお、法務局で保管されている遺言書は、家庭裁判所での検認が不要です。法務省HPをご覧ください。



問 東京法務局供託第一課遺言書保管担当 ☎03-5213-1441

日大法学部法桜祭 行政なんでも相談開催

時 11月3日(月・祝)・4日(火)10時30分～15時(最終受け付け14時30分/当日直接会場へ)

場 日本大学法学部神田三崎町キャンパス(神田三崎町2)

内 行政相談委員と日本大学の学生が秘密厳守で行政に関する相談に答える
問 総務省東京行政評価事務所 ☎03-5331-1752

ちよだ災害ボランティアセンター 開設・運営訓練

時 12月6日(土)13時30分～15時30分
場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)

定 30名(申込順)※1団体から複数名の参加希望の場合は選考

申 事前説明会の各前日までに電話またはEメール(記入例参照)で

問 ちよだボランティアセンター ☎03-6265-6522

他 11月25日(火)18時30分～19時30分、29日(土)13時30分～14時30分のいずれかの事前説明会への参加が必要



11月の休日応急診療

問合せ 千代田保健所(九段北1-2-14) ☎03-5211-8161 FAX03-5211-8190

場所 千代田保健所(九段北1-2-14) 最寄り駅=九段下駅5番出口

開設日 2日・3日・9日・16日・23日・24日・30日

診療科目	受付時間	電話番号(開設日のみ)
内科・小児科	9時～12時30分、14時～17時30分、19時～21時30分	☎03-5211-8202
歯科	9時～16時30分	☎03-5211-8203
調剤薬局	9時～21時30分	☎03-5211-8197

※事前に電話で予約のうえ、担当者の指示に従って受診。受診の際は、マスクを着用
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HPを参照



▲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

11月の健康チェック(予約制)

会場 千代田保健所(九段北1-2-14) 問合せ ☎03-5211-8161 FAX03-5211-8192

事業名・対象など	とき
骨密度測定会 16歳以上の区内在住者 ・骨密度測定(640円) ・結果は、医師または保健師が当日説明 ・測定は同一年度内1回まで ・3日前までに申し込み	28(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	28(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	13(木)・28(金) 13時30分～15時30分 ※13(木)はかがやきプラザ(九段南1-6-10)で行う
肝炎ウイルス検査 16歳以上の区内在住で過去に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	7(金)10時～10時30分
HIV・性感染症(梅毒)相談・検査	7(金)9時30分～10時
ふん便のノロウイルス検査 区内在住・在勤・在学者(6,000円) 事前に採便管を取りに来てください	4(火)・7(金)・11(火)・14(金)・18(火)・21(金)・25(火)・28(金) 10時～15時
細菌検査(赤痢菌・チフス菌・パラチフスA菌・サルモネラ・腸管出血性大腸菌O157の健康管理検便) 区内在住・在勤・在学者(480円) ・予約不要(事前に採便管を取りに来てください) ・腸管出血性大腸菌O26およびO111の検便は料金別途	4(火)・7(金)・11(火)・14(金)・18(火)・21(金)・25(火)・28(金) 10時～16時

11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
精神デイケア 区内在住で心の病気のある方	7(金)・21(金) 9時30分～11時30分	えみふる(神田駿河台2-5)

11月の各種相談(無料/受付時間は終了の30分~1時間前)

★家族、介護などの事業者も相談可
日程が変更になる場合があります。事前にお問い合わせください。

名称	対象	相談できること	日時・場所・問合せ	
法律相談(予約制)	区内在住・ 在勤・在学者	相続、婚姻関係、借地・借家など	時 5(水)・7(金)・12(水)・14(金)・19(水)・21(金)・ 26(水)・28(金) 13時~15時45分※弁護士が対応	
税務相談(予約制)		確定申告、相続・贈与税など	時 13(木)・27(木) 13時~15時30分	
司法書士相談(予約制)		遺言、相続、登記、借地・借家など	時 13(木) 13時~15時30分	
不動産相談(予約制)		地代・家賃、賃貸、売買など	時 6(木)・20(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 20(木) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)	
行政書士相談		相続、許認可手続き、外国人ビザなど	時 4(火)・18(火) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)	
社会保険・労務相談		社会保険、労働条件、仕事の悩みなど	時 11(火) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)	
行政相談		国政などへの苦情・要望など	時 11(火) 13時~15時30分(先着順) (受け付け12時30分~15時)	
一般相談	区政への問い合わせや日常生活のことなど	時 平日8時30分~17時		
消費生活相談	商品の購入・契約など消費生活で困っていること	時 平日9時~16時30分 ※消費生活相談員が対応	場 消費生活センター (九段南1-6-17千代田会館8階) 問 消費生活センター☎03-5211-4314	
多重債務相談(予約制)	債務整理、整理後の生活など	時 17(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	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 法律相談 上記の内容で特に法律に関わる こと LGBTQ相談 性自認や性的指向に関すること	時 毎週月曜・水曜・金曜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 11(火) 10時~、11時~(1回45分) ※女性限定/女性弁護士が対応 時 13(木)・27(木) 16時30分~、17時30分~、 18時30分~(1回50分)	場 MIW相談室(区役所10階) 問 MIW相談室☎03-5211-4316 (予約専用電話/話し中の場合 ☎03-5211-8845)
ちよだ DV相談ダイヤル	区内在住・ 在勤・在学者	配偶者やパートナー、恋人から受けている暴 力(DV)のこと	時 平日9時~17時 ※DVで緊急を要する場合は、警察(110番)へ	問 ☎03-6272-3828
女性・ひとり親家庭 相談	区内在住者	女性のさまざまな悩み、女性・母子が配偶者な どから受けているDV、ひとり親家庭の生活全 般(子育て、就労など)	時 平日8時30分~17時※いずれも女性相談員が応 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 10(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 12(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 21(金)高辻千恵氏(大学准教授/主に子育て保育関係) 9時~11時 場 区役所会議室 問 福祉総務課厚生係☎03-5211-4211(郵送での相談も受け付け可。 郵送先=福祉総務課保健福祉オンブズパーソン事務局〒102-8688九段南1-2-1)	
福祉専門法律相談 (予約制)	区内在住・ 在勤・在学者 ★	福祉や成年後見制度、消費者被害に関する悩 み、相続や遺言の相談	時 13(木)佐野氏(弁護士)、27(木)平澤氏(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 若年性認知症のご本人や家族の心配ごと、福 祉・介護現場で動くなかでのストレスや不安 など	時 1(土) 13時~16時、26(水) 10時~13時※専門のカウンセラーが対応 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 19(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 ①8(土)・22(土)②6(木)・20(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8年1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8年2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)	11月10日(月) ~20日(木)	11月25日(火)	12月1日(月) 10時~	問 九段生涯学習館(九段南1-5-10) ☎03-3234-2841※毎月第3月曜 は休館(祝日の場合は翌平日)
②花小金井運動施設(野球など)	11月1日(土)~20日(木) (11月17日(月)は休館日)	12月1日(月)	12月2日(火) 10時~	問 事前に問合せ先で利用登録のうえ、申し込みまたは申込書(問合せ 先で配付)を問合せ先へ
③スポーツセンター (主競技場・プール・卓球場などの団体利用)				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= 1月4日(日)・18日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③2月16日(月)(休館日)
①~③12月29日(月)~1月3日(土)(年末年始休業)※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

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

小・中・高校生
による

平和使節団の報告



戦後80年が経過し、戦争・被爆体験者は年々減っています。

そうした中、戦争の悲惨さや平和の大切さについて学び、周りの人に伝えたいと考えて集まった若者を平和使節団として沖縄、広島、長崎の各都市へ派遣しました。平和使節団員の現地での活動の一部をご報告します。

旅程

【問合せ】国際平和・男女平等人権課国際平和係 ☎03-5211-4165

沖縄班 期間=7月23日~25日

対馬丸記念館、戦争体験者講話、宜野湾市平和大使の皆さんとの平和学習会@宜野湾市立博物館、ひめゆりの塔、ひめゆり平和祈念資料館、平和の礎、沖縄県平和祈念資料館 ほか

高岩桜綺さん(小学6年)、橋本紘之介さん、古田佳紗音さん(中学1年)、佐藤凜々さん、澤田彩さん(中学3年)、新井優芽さん、西室咲奏さん(高校1年)

広島班 期間=8月5日~7日

広島市役所旧庁舎資料展示室、全国平和学習の集い(被爆体験講話、ディスカッション)、平和記念式典、原爆死没者追悼平和祈念館、平和記念公園(原爆の子の像、動員学徒慰霊塔、平和の鐘、原爆ドームなど)、広島平和記念資料館 ほか

太田優月さん(小学6年)、相馬璃穂さん(中学1年)、中本桃子さん、西室莉奈さん(中学2年)、伊藤美月さん、橋本龍之介さん(高校1年)、佐竹千代さん(高校2年)

長崎班 期間=8月8日~10日

青少年ピースフォーラム(長崎市平和会館、原爆落下中心地など、出島メッセ長崎)、平和祈念式典、未来を生きる子らの像、平和を祈る子の像、長崎大学医学部(旧・長崎医科大学)、長崎原爆資料館、長崎平和公園、永井隆記念館 ほか

森河遥さん(小学6年)、白川智貴さん(中学1年)、並松侑那さん(中学2年)、田代時康さん、西田結海さん、長谷川紗瑛さん(中学3年)、平岡史帆さん(高校1年)

沖縄班



広島班

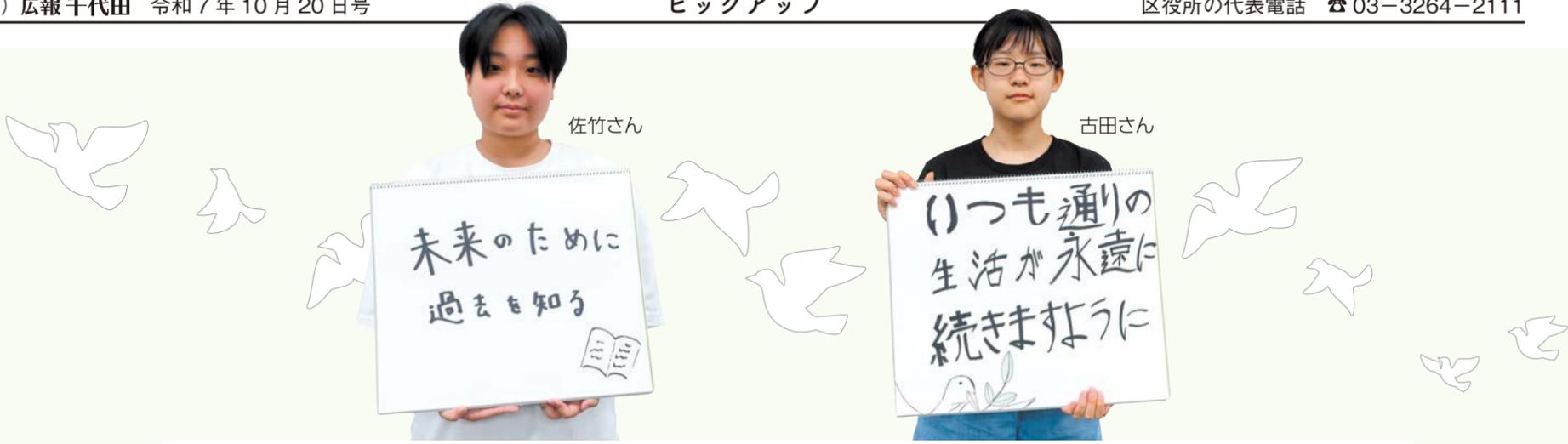


長崎班



団員の感想

- 沖縄班**
 - ①「ひめゆりの塔の千羽鶴の献架。同じくらいの年の方があんなに恐ろしい生活をしていたのかと衝撃でした」
 - ②「小学3年生のときに沖縄戦を体験された方にお話を伺いました。実際に体験した方がいなくなってしまうことがどれほどの損失となるかを今一度考え、今後平和を目指す活動や方針を定めるべきだと思いました」
 - ③「宜野湾市立博物館での平和学習では、館長さんの『戦争の記憶は、語り継がなければ風化してしまう』という言葉が心に残り、過去を知ることが未来への責任と気付かされました」
- 広島班**
 - ④「間近に見る原爆ドームは、爆風に耐えた鉄骨や地面に落ちている瓦礫など、想像以上の迫力で、原爆の破壊力に言葉を失うほど。平和のシンボルとして、必ず残しておくべきだと思いました」
 - ⑤「広島市観光ボランティアの方に広島平和記念公園をガイドしていただきながら見学しました。被曝の跡を実際に見て、原爆の恐ろしさや平和の大切さを改めて感じました」
 - ⑥「被爆者の才木幹夫さんにお話を伺い、私たち平和使節団が被爆者の生の声をしっかり伝える役割を担っていると改めて思いました。その後、他の地域の参加者とグループを作り、地元での戦争被害などについて話し合いました」
- 長崎班**
 - ⑦「青少年ピースフォーラムに参加して全国の中高生と平和についての考えを共有し、とても刺激になりました。平和への努力のバトンを私たち若い世代が引き継いでいかなければと感じました」
 - ⑧「被爆80周年長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典に参列。世界中の方々が見守る中、静粛に式典は進みました。世界平和の重要性を身にしみて感じる式典でした」
 - ⑨「永井隆記念館を訪問。館長さんは『そもそも平和とは何かを考えてほしい、そして小さな平和を作ることが大きな平和につながる』と話されました。永井博士が執筆活動を通じて原爆や平和について残された数々の言葉は、私の心に深く刻まれました」



佐竹さん

古田さん

未来のために
過去を知る

いつも通りの
生活が永遠に
続きまじうに

対馬丸記念館で考えたこと

沖縄班

館内には忘れてはならないものばかりでした。帰り際、対馬丸記念館を振り返って感じたのは入るときとは全く違う悲しい潮の匂いでした。この体験を通じてこのようなことはもうあってはならないことだと強く感じました。(橋本)

平和にするためには

長崎班

平和とは、争いがないことはもちろん人々が他人の言動で傷つき嫌な思いをすることなく過ごせる状態だと思います。これを実現させるために、私は以前より人を思いやることを意識し、一つ一つの言動に対して責任を持って行動していきたいです。(長谷川)

戦後80年 私たちは考えた

世界の恒久平和を願って

広島班

私たちはいつも想像力不足によって人を傷つけてしまいます。どんな小さな行動でもそれを起こすとき、あらゆる方向へ想像力を働かせて、相手が受ける被害を想像しきれないかと理解しなければなりません。自分の行動が、発言が、周りの人を傷つけないかを考えてから行動すること、こうした積み重ねが、間接的暴力の撲滅に近づく唯一の方法である、と確信しています。(佐竹)

広島が

教えてくれたこと

広島班

体験者の言葉には教科書や資料からは得られない重みがあります。だからこそ私たちはその言葉を大切に受け止め、平和の尊さや戦争の悲惨さをしっかりと学び、次の世代に伝えていかなければなりません。伝え続けることは、平和な社会を守るために私たちが果たすべき大切な役割です。

これからは自分の生活の中で「平和を守るためにできることは何か」を考え、行動に移します。そして、友達や家族など身近な人たちに伝え、少しでも平和の輪を広げていきたいです。(相馬)

戦争が奪ってしまったもの

沖縄班

戦争は多くの罪のない人が亡くなり、大切な家族や物、そして人々の余裕のある豊かな心まで奪ってしまうものと分かりました。人が人の姿でいられなくなり、知らないうちに他の人を傷つけてしまうことも知りました。絶対にあってはいけないものであり、平和がとてもしも尊いことを改めて考える機会になりました。沖縄で見聞きして知ったことを生かし、平和がどれほど尊いものかをより多くの人に知ってもらいたいです。(古田)

平和への願い

長崎班

地球市民としていろいろな人に出会い、たくさんの文化や伝統、宗教を学び、視点を広げていきたいと思えます。そして相手を理解しようとする努力し、尊重し、自分を伝えようとする努力していこうと思えました。(白川)



相馬さん

長谷川さん

白川さん

橋本さん

過去を学び
平和をつなぐ

違いを認め合うことが
平和の始まり

一人でも多くの方が
幸せを感じる
ことができますように

図書館の催し

日比谷図書文化館

■山崎豊子パネル展 特別講演会 『大地の子』編集者が見た、山崎豊子の「魅力と迫力」

時 11月29日(土) 14時～15時30分 定 200名(申込順)
内 大作が世に出るまでの激動の時期に戦友でもあった作家と編集者のエピソードを聞く
師 平尾隆弘氏(元(株)文藝春秋代表取締役社長/写真) 費 1,500円



■千代田ミュージアムネットワーク連携企画 展覧会への入口講座Vol.46 小林徳三郎：日常を描いた画家の人生には、女優・松井須磨子、小説家・林芙美子、実業家・福原信三らがいた

時 12月5日(金) 15時～16時30分 定 200名(申込順)
内 日常的な題材を作品とし、写真家、洋画家、文学者、演劇関係者、美術評論家などに認められた知られざる小林徳三郎の魅力を知る
師 田中晴子氏(東京ステーションギャラリー学芸室長) 費 区内在住者1,000円、一般1,500円
※区内在住者は住所が確認できるものを持参



《花と少年》1931年 ふうやま美術館

■内田嘉吉文庫の一冊 第3回 内田嘉吉文庫で一番古い本『世界の島々』

時 12月6日(土) 14時～15時30分 定 60名(申込順)
内 日本を木版画で図示した最初の本、ベネデット・ポルドン『世界の島々』の出版事情や大航海時代における意義を学ぶ
師 雪嶋宏一氏(早稲田大学名誉教授/写真) 費 1,500円
いずれも



場 日比谷図書文化館(日比谷公園1-4)
申 イベント予約サイト「Peatix」、電話または直接問合せ先へ
問 日比谷図書文化館 ☎03-3502-3340

千代田図書館

■千代田図書館情報探索講習会 図書館の本の探し方講座 —いろいろな図書館を使いこなすために—

時 11月20日(木) 19時～20時30分 場 千代田図書館(区役所9階)
定 10名(申込順)
内 区の図書館の検索機能や、都立図書館の統合検索を利用してインターネットで本を検索する方法を学び、図書館の種類と役割を知る
申 電話または直接10階カウンター(平日18時以降と土曜・日曜・祝日は9階カウンター)へ※10月23日(木)～27日(月)は臨時休館
問 千代田図書館 ☎03-5211-4290

千代田区立図書館へ行こう！ ライブラリークイズ&スタンプラリー

区立図書館5館を巡ってヒントを手に入れ、「気象」に関する全10問に答えるクイズラリーです。3館以上を巡るスタンプラリーも開催。クイズ全問解答やスタンプを集めると景品がもらえます(数量限定)。



時 10月28日(火)～11月8日(土) ※各図書館の開館日時に準ずる
解答用紙配布場所 千代田図書館第2展示ウォール(区役所9階)、日比谷図書文化館1階エレベーター前、四番町図書館1階カウンター、昌平まちかど図書館カウンター、神田まちかど図書館カウンター、九段生涯学習館入口
景品引換場所 千代田図書館コンシェルジュブース(区役所9階)、日比谷図書文化館1階受付・コンシェルジュカウンター、四番町図書館1階カウンター
※引換期間～11月11日(火)
問 千代田図書館 ☎03-5211-4290
他 クイズラリーとスタンプラリーは同時に参加可能、後援＝気象庁

第25回 夏季デフリンピック競技大会東京2025 オリエンテーリング、 マラソンを観戦しませんか

デフスポーツの魅力を直接感じられるチャンスです。選手の活躍をぜひ現地で応援してください！

時 ①オリエンテーリング＝11月15日(土)8時～10時(スプリント・ディスタンス)、11月16日(日)8時～10時(スプリント・リレー)、11月16日(日)12時～13時(スーパースプリント・リレー)②マラソン＝11月25日(火)10時～14時(いずれも当日直接会場へ/立ち見のみ)

場 ①オリエンテーリング＝日比谷公園・日比谷エリア
※開催に伴い、日比谷図書文化館は休館
②マラソン＝東京高速道路と首都高速道路高速八重洲線の一部
他 会場の混雑状況による入場制限、入場時の手荷物検査を行う場合あり
問 (公財)東京都スポーツ文化事業団デフリンピック準備運営本部総務部広報グループ ☎03-6380-7765



会場へのアクセスはHPでご確認ください

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。

とき	場所	タイトル/内容
11月8日(土) 13時30分～15時	ベースボール居酒屋 リリーズ神田スタジアム(内神田3-22-10 竹内ビル2階)	昭和・平成のプロ野球を語ろう/野球雑誌や動画などを見ながら語り合う。飲料代＝300円
11月22日(土) 14時30分～15時30分	はなごはん具旬(神田須田町1-3-1 須田町ビル1階)	カフェでフラワーアレンジメント作り/好きな花を組み合わせるフラワーアレンジメントを作る。ドリンクを飲みながら楽しく交流する。材料費・飲料代＝1,000円
11月27日(木) 13時30分～15時(当日参加可/出入り自由)	Co-Creation Labo(平河町1-4-3平河町 伏見ビル2階)	昭和レトロなリビング/クリームソーダ(100円)を作って食べ、昭和レトロな品を持ち寄り楽しむ

対 区内在住者
申 各実施日3日前までに電話またはEメール(8面記入例参照)で
問 社会福祉協議会地域サポート係 ☎03-6265-6522
✉chiiki@chiyoda-cosw.jp

生涯学習団体1日公開講座

■サークル体験会(11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を確認を。
問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841



サークル名	体験内容
アルベルネ ユーгентコール	混声合唱のアンサンブル
歌声サロン 明星の会	ボイストレーニングと合唱
オカリナ千代田～なごみ～	基礎からオカリナの音色を奏でる練習
ポーランドダンスの世界	ポーランドダンスの基本的なステップ
揚名時八段錦太極拳 流水会	呼吸・気功中心の太極拳

編集後記

10月5日に開催された区民体育大会はお天気に恵まれ、会場には活気と笑顔があふれていました。私もエネルギーをもらいながら来場された皆さんを撮影しました。撮影した写真は全体で5,000枚以上。広報千代田11月20日号の掲載に向けて、写真の選定作業に励んでいます。ぜひ、楽しみにしていただけると嬉しいです。(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。