

朝夕の冷え込みが厳しくなってきた、いよいよ冬が近づいてきました。今号の表紙は道路の使い方について架空のまちを基に解説しています。8、9面では区民体育大会の組み写真。あときの熱気を紙面から感じてください。

道路の使い方、大丈夫？



誰もが、いつでも安心して通行できるように道路を正しく使いましょう！



植木鉢やプランターは、足元に置いてあるとつまずいたり、目線にある場合は、接触や視界を遮ったりして危険です。



すぐに動かせない自転車は、短い時間でも撤去の対象になります。自転車は、駐輪場にとめましょう。



無許可で道路にテーブルや椅子を出して飲食させることはできません。



のぼり旗や立て看板は、風で倒れたり、歩行者の視界を遮ったりすることで、交通事故の原因になります。



道路は、歩行者や車両が通行するために設けられています。歩道や路肩であっても目の不自由な方や子どもの通行、緊急車両が通過するときの妨げになるなどの影響があります。道路が安全で快適な空間になるようにご協力をお願いします。

※区の事業や地域行事では、一時的に許可している場合もあります。

問合せ先
環境まちづくり総務課交通対策・監察係
☎ 03-5211-4345

Contents — 今号の主な内容 —

2 区公式LINEのセグメント分類が変わります 6~7 おがちよ教育交流事業に参加しました 8~9 千代田区民体育大会

都と各区市町村は「滞納はさせない・放置しない・逃がさない」の理念を共有し、協働しながら徴収に取り組みます。納期限が過ぎても税金の支払いがない場合には督促状を送付し、納め忘れなどで納付が遅れている方には納税案内センターから電話やSMSで確

オール東京滞納STOP宣言 納期内納税にご協力ください

認を行います。

それでもお支払いいただけないときは、差し押さえなどの滞納処分をします。事情があり納付が遅れる場合は、相談または問合せ先へ。

問合せ 税務課特別整理係
☎03-5211-4194

千代田区第4次住宅基本計画の策定
住宅基本計画は、良質な住宅の供給および良好な住環境の形成を図るため、千代田区住宅基本条例に基づき策定する住宅および住環境に関する基本的かつ総合的な計画です。計画の全文やお寄せいただいたご意見とそ

ご意見ありがとうございました

れに対する区の考え方は、区HPで公表しています。

意見募集期間 7月20日～8月8日

意見募集の結果 意見者数14名、意見数27件

問合せ 住宅課住宅計画担当
☎03-5211-3651



受信設定をお願いします

12月1日(月)から千代田区公式LINEアカウントのセグメント分類が変わります

LINEアカウントのセグメントは、利用者のライフステージや生活スタイルに合わせて情報を選択して受け取ることができる機能です。12月1日(月)からセグメントの分類を変更しますので、受信設定をお願いします。既に設定されている方も再度設定が必要です。

問合せ 広報広聴課広報広聴係 ☎03-5211-4173

緊急情報 ※必須選択項目 災害・重要情報 防災や防犯、危機管理、千代田区の重要なニュースなど

区政情報	暮らしの情報・お知らせ 戸籍や住民票、税、広報紙、採用情報、生活情報全般など
	子ども・子育て(18歳未満) 子育て、教育、子どもの健康に関する手当・助成制度、子ども向けのイベントなど
	高齢者(65歳以上) 高齢者の方向けの健康・福祉・介護の手当・助成制度や事業、イベントなど
	健康・保健・福祉・障害者 全世代向けの健康・福祉・医療・衛生に関する手当・助成制度や事業など
	地域情報・観光 千代田区の観光情報や区内で行われる地域イベント、商工振興、産業など
	まちづくり・環境・公園・ごみ まちづくりに関する情報、道路・公園の管理、住まい、環境、ごみの分別や回収など
	生涯学習・スポーツ 各種生涯学習講座、スポーツイベントや施設案内など
	文化・芸術・図書館 区立図書館の開館情報や文化振興に関するイベントなど
	国際平和 国際交流・平和に関するイベントや事業など
	男女平等人権 男女共同参画センター(MIW)で行われるイベントや人権の啓発など
選挙・議会 選挙制度、投票方法及び選挙結果や区議会の開催情報など	



ここから受信設定ができます



ワンタッチでいつでも変更可能

国民年金

ねんきんネットで加入記録や受給見込額を確認

ねんきんネットは、パソコンやスマートフォンで自分の年金加入記録や将来の受給見込額を確認できるサービスです。利用にはユーザIDの取得が必要です。基礎年金番号を用意し、ねんきんネットのHPにアクセスしてご利用ください。

問合せ ねんきん定期便・ねんきんネット専用番号 ☎0570-058-555(ナビダイヤル/ IP電話の方は☎03-6700-1144)



▲ねんきんネット

年金を増やしたい方におすすめ 付加年金

国民年金の定額保険料に、月額400円の付加保険料を加えて納めると、将来の年金額に付加年金が加算されます。年金額を増額したい方におすすめです。※国民年金基金の加入者は利用不可

受給額(年額) 200円×付加保険料納付月数

問合せ 保険年金課国民年金係 ☎03-5211-4202

その他 付加保険料の納付は、納付を申し出た月から開始(さかのぼっての納付は不可)

マイナンバーが未収録の方へ住所や氏名の変更は届け出を

ねんきん定期便を受け取るため届け出が必要です

日本年金機構にマイナンバーが収録されている方は、住所や氏名の日本年金機構への変更届を省略できます。しかし、次の方はマイナンバーが日本年金機構に収録されていないため、住所や氏名が変わると「ねんきん定期便」などのお知らせが届かない場合があります。

- ・平成27年10月5日以前より海外在住などで一度もマイナンバーを有していない
 - ・マイナンバーが何らかの理由で変更されたことがある
- 住所・氏名に変更があった際は、加入する年金制度ごとの届出先へ速やかに変更届を提出してください。変更届の届出先は問合せ先のHPで確認できます。マイナンバーが収録されているかどうかはねんきんネットのHPで確認できます。

問合せ 千代田年金事務所 ☎03-3265-4381



▲日本年金機構

国民年金の独自給付があります。対象の方は忘れずに請求を

国民年金を納付している方(第1号被保険者/自営業の方など(厚生年金加入者とその被扶養配偶者を除く))には、次の1~3の独自給付があります。申込(請求)方法など詳しくは、問合せ先へ。

1 寡婦年金

対象 死亡日の前日において老齢基礎年金を受けられるはずの夫が、老齢基礎年金を受けずに亡くなった婚姻期間10年以上で死亡時にその夫に生計を維持された妻(事実上の婚姻関係を含む)※夫が障害基礎年金の受給権者であったことがある場合や、老齢基礎年金の支給をすでに受けていた場合は対象外※妻が繰り上げ支給の老齢基礎年金を受けていた場合は対象外

支給期間 60歳~65歳

受給額 夫が受給できる予定だった老齢基礎年金の4分の3

2 死亡一時金

対象 第1号被保険者として保険料納付期間が36か月(3年)以上あり、年金を受けずに亡くなった方の生計を同一にしている遺族(1・配偶者、2・子、3・父母、4・孫、5・祖父母、6・兄弟姉妹の中で優先順位の高い方)。ただし、その遺族が遺族基礎年金を受け取れない場合に限る※請求できるのは、被保険者の死亡後2年以内

受給額 表1(保険料を納めた月数★に応じて決定)

※付加保険料を36か月(3年)以上納付している場合、8,500円が加算

表1 死亡一時金の受給額

保険料納付済期間	一時金の額
36月以上180月未満	12万円
180月以上240月未満	14万5,000円
240月以上300月未満	17万円
300月以上360月未満	22万円
360月以上420月未満	27万円
420月以上	32万円

表2 短期在留外国人の脱退一時金の受給額(基準月=令和7年度)

保険料納付済期間	一時金の額
6月以上12月未満	5万2,530円
12月以上18月未満	10万5,060円
18月以上24月未満	15万7,590円
24月以上30月未満	21万1,200円
30月以上36月未満	26万2,650円
36月以上42月未満	31万5,180円
42月以上48月未満	36万7,710円
48月以上54月未満	42万2,400円
54月以上60月未満	47万2,770円
60月以上	52万5,300円

3 国民年金短期在留外国人の脱退一時金

第1号被保険者として保険料を6か月以上納め、老齢基礎年金の受給資格期間を満たしていない外国人が、日本を出国した場合に支給されます。※請求できるのは、出国後2年以内。日本国籍がある方や日本に住所がある方、障害基礎年金などの年金を受ける権利を有したことがある方は対象外

- 受給額** 表2(基準月(最後に保険料を納付した月)が令和7年度の場合/保険料を納めた月数★に応じて決定)
- ★①~④の合計(②~④は免除の承認を受けた場合)
- ①全額納付=月数×1
 - ②4分の1納付=月数×4分の1
 - ③半額納付=月数×2分の1
 - ④4分の3納付=月数×4分の3

問合せ 千代田年金事務所 ☎03-3265-4381、保険年金課国民年金係 ☎03-5211-4202

いきいきライフ

介護予防・日常生活圏域ニーズ調査にご協力ください

「第10期千代田区介護保険事業計画」の策定に向けて、65歳以上の方を対象に体のことや生活状況を調査します。対象者には12月上旬に調査票を送ります。介護保険事業の方向性を定める大切な調査にご協力をお願いします。

対象 65歳以上で要介護認定を受けていない区内在住者4,000人(麹町・神田地域で各2,000人を無作為抽出)

回答方法 12月24日(水)までに指定のウェブサイトまたは同封の返信用封筒を郵送で

問合せ 高齢介護課高齢介護係 ☎03-5211-4321

区政インフォメーション

トイレ改修工事に伴い、貸し出しを休止します。スケジュールは変更の可能性がありません。令和8年2月8日(日)より

3月6日(金)
場所 内神田集会所(内神田1-1-13)
問合せ 神田公園出張所 ☎03-3252-1769

内神田集会所を休止します

設置可能な場所 歴史的な出来事があった場所、歴史上の人物が生まれ育った場所、歴史的な著作物と関係する場所など
申請できない方 歴史的な出来事があった場所や、歴史上の人物に関わりのある区内の民地などの土地または建物の所有者土地または建物所有者から許可を得た代理の方も応募不可



「まちの記憶保存プレート」は、千代田区で起こった出来事や、関係のある歴史上の人物などを記したプレートです。区に残るさまざまな足跡を地域の人々や来訪者に伝えていくことを目的に、区が設置しています。設置場所の一例は、区HPからご覧いただけます。

プレートの種類 壁面取り付け型、自立型
申請方法 問合せ先へ事前に相談のうえ、令和8年1月5日(月)17時までに必要書類一式を直接問合せ先へ
※必要書類は区HPまたは問合せ先
問合せ コミュニティ総務課コミュニティ係(区役所2階) ☎03-5211-4180

「まちの記憶保存プレート」設置の提案を募集

公共施設などの利用が便利に!

デジタル障害者手帳ミライロIDを使いませんか

ミライロIDは障害者手帳の情報をスマートフォンに登録できるアプリです。画面の提示により料金減免のサービスを受けることができます。制度やサービスによっては別途、住所などの本人確認書類の提示が必要な場合があります。利用可能施設は区HPをご覧ください。

問合せ 障害者福祉課障害者福祉係 ☎03-5211-4214



11月16日～12月15日 東京都エイズ予防月間です

都は、12月1日の「世界エイズデー」を中心とする11月16日～12月15日を「東京都エイズ予防月間」としています。今年度の予防月間のテーマは「ねえ、知ってる? HIVのこと」です。HIV/エイズの治療は進歩を遂げ、治療を継続することで感染前と変わらない生活を送ることができ、大切な人への感染も防ぐことができます。HIV感染者は20代～30代、エイズ患者は30代～50代に多い傾向が続いています。ぜひ予防月間を機会にエイズの正しい知識を身につけ、感染を予防しましょう。また、千代田保健所では毎月第一金曜日に匿名で受けることができる、エイズ・性感染症即日検査を実施しています。感染の心配がある場合はぜひご利用ください。検査は無料です。

■千代田保健所(九段北1-2-14)

とき 原則毎月第1金曜9時30分～10時
内容 HIV抗体検査・梅毒抗体検査
申込方法 検査日の前月1日から電話またはEメールで

問合せ 健康推進課感染症対策係 ☎03-5211-8173
✉kansenshou@city.chiyoda.lg.jp

その他 匿名で申し込み可



■東京都新宿東口検査・相談室

(新宿区歌舞伎町2-46-3SIL新宿ビル2階)

とき 平日15時～20時、土曜・日曜13時～17時
※水曜日は女性のための検査日
内容 HIV抗体検査・梅毒抗体検査
※月間中は淋菌・性器クラミジア検査も実施
申込方法 検査日の2週間前から電話またはWEB予約サイトで

申込先 東京都HIV等検査予約センター ☎050-3801-5309

問合せ (都)保健医療局感染症対策部防疫課エイズ対策担当 ☎03-5320-4487

その他 匿名で申し込み可



ご意見をお聞かせください

千代田区自転車活用推進計画(素案)

千代田区自転車活用推進計画は自転車活用推進法に基づき、区の実情に応じた自転車の活用推進に関する施策を定めたものです。また、本計画は、自転車走行空間を面的に整備するための千代田区自転車ネットワーク計画を包含しています。この度、計画の素案を作成しました。この計画の素案に対する意見を募集します。

将来像 誰もが安全で快適で楽しく自転車を利用することができる「自転車先進都市」の実現

- 個別方針**
- ・自転車を正しく利用することによる安全・安心な移動の実現
 - ・多様な交通モードと自転車を切れ目なく快適につなぐ交通環境の整備
 - ・楽しく健康的に移動できる自転車活用の促進

閲覧場所 区HP、情報コーナー(区役所2階)、出張所、問合せ先

提出方法 12月4日(木)(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

※個別の回答不可

問合せ 環境まちづくり総務課自転車交通担当係(区役所5階) ☎03-5211-4345

FAX03-3264-4792

✉machizukurisoumu@city.chiyoda.lg.jp
〒102-8688九段南1-2-1



12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}	1日・8日・15日・22日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	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 ^{*1}	1日・8日・15日・22日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
	火 ^{*1}	2日・9日・16日・23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・23日 午後1時30分～2時30分
	水 ^{*1}	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 ^{*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
	金 ^{*2}	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 ^{*1}	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
	木 ^{*2}	4日・11日・18日・25日 午前11時～正午
岩本町ほほえみプラザ	水 ^{*1}	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 ^{*1}	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
神保町区民館	水 ^{*1}	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
	木 ^{*2}	4日・11日・18日・25日 午前10時～11時
アキバ分室 みりおん	木 ^{*1}	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
	金 ^{*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
神田公園区民館	金 ^{*1}	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

☆毎月第2火曜午後2時・第2木曜午前10時からシルバー人材センター入会説明会を開催。詳しくはシルバー人材センター(☎03-3265-1903)へ☆

子どもの朝活プログラムを
試行中です

全区立小学校で、10月から週1回程度、始業前の時間を活用して運動や読書などを行う「子どもの朝活プログラム」を試行しています。詳しくは学校からのお知らせをご確認ください。

日場月曜＝麹町小学校、火曜＝お茶の水小学校、千代田小学校、昌平小学校、水曜＝九段小学校、和泉小学校、木曜＝番町小学校、お茶の水小学校、金曜＝富士見小学校

対その小学校に通学している児童

問子ども総務課子ども総務係

☎03-5211-4273

ひとり親家庭等医療費助成
現況届の提出を

ひとり親家庭等医療費助成を受給している方は、現況届を11月28日(金)までに提出してください。提出がないと新たな医療証が発行されません(現況届の用紙は発送済み)。

提出方法 郵送、ポータルサイトまたは直接問合せ先へ

問子育て推進課手当・医療係

☎03-5211-4230

ママのためのリラックスヨガ

時12月8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)

内子育てからひととき離れ、ゆっくり体を伸ばしてリラックスする

申11月25日(火)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

自然観察とどんぐり工作教室

時12月13日(土)9時30分～12時(開門9時)

場千鳥ヶ淵戦没者墓苑(三番町2)

対小学生(低学年)とその保護者

定10組20名(申込順)

内自然観察とリース作りを行う

申12月11日(木)までに電話またはEメール(10面記入例参照)で

問(公財)千鳥ヶ淵戦没者墓苑奉仕会

☎03-3261-6700(9時～15時)

✉c-houshikai@boen.or.jp

図書館でおはなし会

時12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



こども誰でも通園制度(試行的事業)利用者募集



区ではすべての子どもの成育を応援し、良質な環境を整備するため、保護者の就労の有無などにかかわらず保育所などを一定時間利用できる新たな制度「こども誰でも通園制度(乳児等通園支援事業)」の試行的事業を行います。利用を希望される方は申請してください。なお、申し込み多数の場合は抽選となります。

利用期間 令和8年1月～3月(園により異なる)

利用上限時間 月あたり10時間/1人

対区内在住で保育所などに通っていない0歳6か月～満3歳児未満の子ども

申12月1日(月)までにポータルサイトから

問子育て推進課子育て推進係

☎03-5211-3653

他各園の利用曜日や利用時間などの

詳細は区HPを参照



施設名	クリアナーサリー市ヶ谷	あい・ぽーと「小さな家」麹町	千代田せいが保育園	区立いずみこども園	区立昌平幼稚園	神田寺幼稚園
住所	九段北4-2-29 セブンアネックス1～3階	三番町7	神田岩本町15-7	神田和泉町1	外神田3-4-7	外神田3-4-10 神田寺ビル
電話	☎03-6265-6187	☎03-3556-8472	☎03-6811-6686	☎03-3866-9938	☎03-3251-0768	☎03-3251-8685
定員(予定)	1歳：36名	1歳・2歳：計4名程度	0歳：2名 1歳：2名 2歳：2名	1歳・2歳：計7名程度	2歳：5名	0歳：2名 1歳：4名 2歳：4名

※お子さんの年齢に応じた歳児クラスでお預かり

12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(10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11月25日(火)午前9時から受け付け

場所	とき	内容	定員・参加費
一番町みんなのサロン(一番町12)	5日(金)・19日(金) 午後1時15分～2時15分	初心者も大歓迎! 「囲碁サロン～入門編～」	2名 無料
三崎町はあとサロン(神田三崎町3-1-17)	22日(月) 午後1時30分～3時	ビンゴで盛り上がりましょう!「冬のワクワクビンゴ」 ※三崎町かアキバのどちらか一方のみ申込可	8名 無料
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	17日(水) 午後2時30分～3時30分	ビンゴの司会はサンタさん?「クリスマスビンゴ大会」 ※アキバか三崎町のどちらか一方のみ申込可	15名 無料
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	23日(火) 午後1時30分～3時30分	季節を感じる絵手紙を作ってみませんか? 「絵手紙づくり」	7名 100円

※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

12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
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☎3265-6141	11日(木) 午後2時～3時30分 (開場午後1時30分)	楽しみながら身体を動かそう!(講師/ベストリハ四谷) ミニ音楽会(アンサンブルポコポコ/メグ氏(ピアノ演奏)、森下理恵氏、中村令子氏(ソプラノ歌手))	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☎3265-6141	27日(土) 午後2時～3時30分 (開場午後1時30分)	2つのことを同時に体験～考えながら身体を動かす運動～(講師/今井悠人氏(作業療法士)) ミニ音楽会(福地万太郎氏(フルート演奏))	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☎5297-2255	13日(土) 午後2時～4時	『クリスマス気分で楽しいひと時を♪』(企画・運営/共立女子短期大学学生)	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☎5297-2255	23日(火) 午前10時～11時45分	『気ままに楽しむハンドクラフト』～誰でもできる手工芸を楽しみませんか♪～	15名

※日時と内容は変更になる場合あり

▲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!

ポータルサイトから申請

令和8年度「学童クラブ」入会案内



令和8年度学童クラブ入会希望児童の保護者が対象

学童クラブは保護者の就労や病気などで、学校から帰っても養育する人がいない児童を預かり、家庭に代わる生活の拠点として子どもの成長を促します。

施設の概要 表1~3

対 区内在住または区立小学校に在学の小学生
利用期間 月曜~金曜=下校時刻~17時(延長保育:17時以降はお迎えが必要)

土曜=施設によって異なる※区HPを確認を
夜間延長保育=19時~21時(表3の施設のみ)

日曜・祝日・年末年始は休み

育成料 月額4,000円(当分の間2,000円)

おやつ代 月額1,500円(実費)

夜間延長保育 月額3,000円加算、夕食=1食あたり500円~700円程度(実費)

対 令和8年1月5日(月)~30日(金)17時にポータルサイトから

※詳しくは「令和8年度学童クラブ入会案内」を参照。入会案内・就労証明書は区HPからダウンロード(学童クラブでも配布)

結果の発送 令和8年2月20日(金) 発送予定

問 児童・家庭支援センター子育て事業係 ☎03-5298-2424

他 インターネット環境が整わないなどやむをえない事情がある場合は、問合せ先または学童クラブに相談



▲区HP



▲ポータルサイト

表1 児童館併設学童クラブ

	名称	受入児童数	所在地	連絡先
①	西神田学童クラブ	60人程度	西神田2-6-2(西神田コスモス館3階)	☎03-5215-9062
②	神田学童クラブ	60人程度	外神田3-4-7(昌平童夢館5階)	☎03-3253-6021
③	四番町学童クラブ	50人程度	四番町5-8	☎03-3234-3084
④	一番町学童クラブ	60人程度	一番町10	☎03-3230-0867
⑤	富士見わんぱくひろば学童クラブ	70人程度	富士見1-10-3(富士見みらい館5階)	☎03-3263-1185
	富士見わんぱくひろば第二学童クラブ	40人程度		
⑥	富士見わんぱくひろば学童クラブ分室 ※児童館併設ではない	40人程度	富士見1-1-6 (旧九段中学校敷地内建物)	☎070-3204-7041
⑦	いずみ学童クラブ1	35人程度	神田和泉町1 (ちよだパークサイドプラザ6階)	☎03-3865-1462
	いずみ学童クラブ2	55人程度		

表2 学校内学童クラブ(実施校の在籍生が対象)

	名称	受入児童数	所在地	連絡先
⑧	アフタースクールこうじ町	50人程度	麹町2-8(麹町小学校内)	☎03-3556-9700
⑨	番町小学校アフタースクール第一	40人程度	六番町8(番町小学校内)	☎03-5213-3506
	番町小学校アフタースクール第二	40人程度		
⑩	九段小学校アフタースクール	60人程度	三番町16(九段小学校内)	☎03-3263-0591
⑪	アフタースクールお茶の水	70人程度	神田猿樂町1-1-1(お茶の水小学校内)	☎03-6261-4505
⑫	アフタースクールさくら	60人程度	神田司町2-16(千代田小学校内)	☎03-5207-5800
	アフタースクールさくら第二	40人程度		

表3 夜間延長保育実施学童クラブ

	名称	受入児童数	所在地	連絡先
⑬	麹町こどもクラブ	40人程度	麹町3-2-3(エヌワンビル2~3階)	☎03-6261-0457
⑭	ポピンズアフタースクール一番町	50人程度	一番町10-8(一番町ウエストビル2階)	☎03-5275-2171
⑮	二番町こどもクラブ	70人程度	二番町2-1(二番町TSビル4階)	☎03-3221-0012
⑯	グローバルキッズ飯田橋第一学童クラブ	50人程度	富士見2-14-36(富士見ウエスト4階)	☎03-3556-3331
	グローバルキッズ飯田橋第二学童クラブ	50人程度		☎03-6261-5808
⑰	キッズクラブ神田	50人程度	内神田1-10-9(MIIビル1階)	☎03-3233-3677
⑱	東神田らる学童クラブ	40人程度	東神田1-6-4 (東神田テラスレジデンス1階)	☎03-5829-4801
⑲	学童保育じゃんぶ 九段クラブ	40人程度	九段南4-1-10 (グランドメゾン九段南2階)	☎03-6265-6422
⑳	ベネッセ 万世橋学童クラブ	40人程度	外神田1-1-13 (万世橋出張所・区民館4階)	☎03-5209-3131
㉑	スターチャイルド学童クラブ和泉橋	40人程度	東神田2-6-5(東神田ビル1階)	☎03-5809-2256

12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

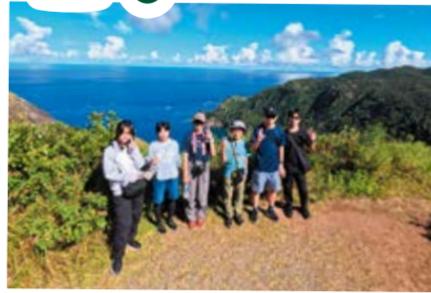
咳・熱などで体調不良がある場合は、参加を控えてください。付き添いの際は来所時にはマスクの着用にご協力ください。

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	9(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	6(土)・20(土)9時~11時30分 3(水)・10(水)・18(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てくれない、磨けているかどうか自信がないなど、むし歯予防に関するお話・相談	16(火)9時~11時10分 5(金)・22(月)13時~15時40分
食べ方相談	対 区内在住の乳幼児 内 食事に時間がかかる、丸飲みする、好き嫌いが多く、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	23(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	8(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	23(火)13時30分~14時30分
ままぱぱ面談(平日は予約不要)	対 区内で妊娠届を提出したすべての妊婦 内 保健師・看護師による、妊娠・出産・子育てのさまざまな相談やサービスの案内	平日=8時30分~17時(最終受け付け16時30分)、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)	4(木)・25(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)	9(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)	11(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)	2(火)12時45分~14時

に参加しました!

問合せ

子ども総務課子ども総務係☎03-5211-4273



◀ 班ごとに学びました! ▶

自然・環境学習班

東平アカガシラカラスバトサンクチュアリーを訪れ、固有種であるアカガシラカラスバトを守る取り組みを学びました。

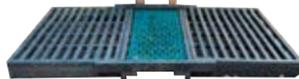
アカガシラカラスバトは外来種の侵入などで、個体数が減少傾向にあったため、入り口近くに外来種除去のための足ふきマット、案内看板、人数カウント装置があります。こうした取り組みにより、種子除去装置で外来種の侵入を防ぎ、住みやすい環境を作っています。これらの成果もあり、個体数は増加しています。



▲入口に設置された案内板



▲アカガシラカラスバトサンクチュアリー入口



▲種子除去装置



事後学習会

2回にわたって、報告会で使用する発表資料を作成しました。



平和学習班

米軍の魚雷攻撃を受けた沈船や墜落機、砲台、陣地戦跡群などの戦跡を目の当たりにし、戦争の悲惨さを学びました。当時のまま残る大砲などを通じて、戦時中と現代がつながっていることを感じることができました。戦跡は戦争の悲惨さを訴え、平和の尊さを教えてくれる重要な遺産であり、実際に訪れることで得られる学びが多く、非常に貴重な経験となりました。



▲夜明山陣地戦跡群



▲高射砲



▲コペベ砲台



▲墜落機



歴史・文化・生活学習班

戦時中に飛行場として使用された洲崎を訪れ、1990年代から起こった洲崎航空路建設問題の説明を受けました。航空機を飛ばすには滑走路が約1,000m必要とされ、そのためには崖を切り崩すなどの整備が必須となりますが、病人の緊急搬送などの良い面もあれば、自然破壊というマイナス面もみられることから、現在も協議は続いています。実際に訪れることで洲崎周辺の自然に圧倒されるとともに、自然保護の重要性を学びました。この体験を通じて利害が対立する問題の合意点は一筋縄ではいかないことを痛感しました。



◀洲崎(飛行場跡地)



報告会

事後学習会で作成した発表資料をもとに、体験学習の成果を教育委員会で発表しました。



担当者からのコメント

丁寧にまとめられた発表資料を基に、保護者や教育委員、オンラインでつないだ小笠原村教育委員会など大勢が見守る中ですばらしいプレゼンテーションを行ってくれました。クイズを交えたり、動画を用いたりとそれぞれの班で聴衆を引き付ける発表となるようさまざまな工夫が見られました。



僕たち私たち

おがちよ 教育交流事業



区では小笠原村教育委員会との協定に基づき、区立中学校の生徒を小笠原村に派遣しました。小笠原村の人々と交流を深めるとともに、世界自然遺産である貴重な自然や戦争の舞台となった歴史、独自の伝統を築いてきた文化などを学習しました。

事前学習

体験学習

みんなで学びました!

第1回事前学習会

「小笠原について理解を深める」をテーマに小笠原村観光局の職員をお招きし、講義を受けました!

小笠原では捕鯨が行われていたり、ウミガメの肉が販売されていたりするなどの独自の文化があり、昼休みが長いのでサーフィンやボートを楽しむことができるという生活習慣も特徴的です。陸産貝類の固有種率が94%を占める自然の豊かさや環境保全への取り組み、大航海時代に発見されたことや欧米人を含む移住民の歴史も学びました。講義を通じて小笠原の魅力を再認識し、現地を訪れたいという気持ちが強まりました。



第2回事前学習会

実際に見る・触れることで小笠原をより身近に感じるために、葛西臨海水族園を訪れました!

小笠原の海に住む固有種や海洋環境について水族園の職員から講義を受け、展示されている小笠原近海の生き物を観察しました。事前に調べていた固有種のアカハタやユウゼンなどを実際に見ることで発見と感動があり、水族園が小笠原の生態系調査や自然環境保護に関わっていることも知ることができ、理解が深まりました。小笠原の海で泳ぐ際、生き物を間近で観察するのが楽しみになりました。



第3回事前学習会

3班に分かれて、各班のテーマに沿った学びを進めました!

当日の学びをより深めるため、フィールドワークで訪れる場所の情報を事前に調べ、疑問に感じたことを話し合いました。



- フラダンス体験
- 小笠原の中学生との交流

小笠原のフラダンスはハワイのフラをもとにしながらも、小笠原の自然と人々の暮らしに調和した「ローカルフラ」です。波や風、鳥の声などの自然音や地元の音楽を取り入れた曲も多数あり、地元の中学生から踊りを教わり、最後には一緒に練習の成果を披露しました。その後の交流タイムでは、お互いの暮らしや学校生活について語り合い、小笠原ではカラオケがないため、普段から海や山で遊ぶなど同じ中学生でも日常生活が全く異なるという彼我の違いを学ぶことができました。

● シュノーケリング&南島

兄島海域公園ではシュノーケリングで沈没船を見たり、イルカと泳いだりと貴重な体験をしました。その後上陸した南島は、国の天然記念物に指定され、立ち入りが制限されている場所もあります。砂浜では珍しいカタツムリの貝や絶滅種の化石が見られ、カツオドリやウミガメの赤ちゃんを観察。大切に守られてきた自然や生態系に触れ、南島のすばらしさを実感しました。



● ビーチクリーニング

皆で協力して海岸の清掃活動を行いました。小笠原はきれいな海や砂浜というイメージがありますが、ビーチによってはマイクロプラスチックや大きな縄などのごみが海岸に漂着し、自然環境や海の生き物に悪影響を与えている現状を実感しました。千代田区に住む私たちが出すごみが、小笠原の美しい自然や人々の生活に影響を与えている可能性に気付くことができました。



● 小笠原海洋センター

ウミガメの生態や歴史、現状を学びました。個体数が減っているアオウミガメをはじめ、小笠原の生き物を保護するために調査や飼育などの取り組みが行われていることを知りました。生まれてすぐの子ガメや大きなウミガメと触れ合う、貴重な体験をしました。





天気にも恵まれた一日。
会場は熱気と笑顔であふれました。
走って、応援して、遊んで、食べて。
それぞれが思い思いの楽しみ方で、
特別な時間を満喫していました。

大会



当日の様子は
区公式YouTubeチャンネルへ！





好き
です

千代田 区民体育



図書館の催し

昭和100年 映画館今昔物語

時 12月10日(水) 19時~20時30分

内 明治時代、電気館として登場した「映画館」はなくてはならない娯楽施設に。日常に溶け込んでいたからこそ意識されていなかったが、随分様変わりをした。昭和100年となる記念すべき今年、「映画館」の今昔物語を学ぶ

師 志田一穂氏(文筆家/写真)



北斎とレオナルド・ダ・ヴィンチ 水の動きをめぐる美学

時 12月18日(木) 19時~20時30分

内 北斎とダ・ヴィンチは「水の動き」をどう表現したのか。自然との共生や宇宙観を読み解き、2人の共通点や謎を知る

師 藤ひさし氏(一社) 日本美術アカデミー代表理事、国際北斎学会)



いずれも

場 日比谷図書文化館(日比谷公園1-4) 定 200名(申込順)

費 1,500円 申 HP、電話または直接問合せ先へ

問 日比谷図書文化館 ☎03-3502-3340

申し込みの記入例

□ □ □ □ - □ □ □ □

- ① 催しなどの名称
- ② 郵便番号・住所
- ③ 氏名(ふりがな)
- ④ 年齢(学年)
- ⑤ 電話番号

■注意事項

- ・往復ハガキの場合は、返信側にも住所、氏名を記入
- ・Eメールの場合は、件名に催しなどの名称を記入申し込み先からメールを受信できるように設定を
- ・消せるペンは使用不可
- 託児サービスを希望する方へ(本文中に記載がある場合のみ)
- ・子どもの氏名(ふりがな)、生年月日も記入
- 在勤・在学の方へ
- ・勤務先(学校名)とその所在地、電話番号も記入
- 応募時の個人情報について
- 厳重に管理し、当該催しなどの開催のためだけに利用します(区以外が主催のものは、このように取り扱うように主催者へ要請しています)。

男女共同参画センター

MIWのお知らせ

ビデオサロン「52ヘルツのクジラたち」

時 12月19日(金) 14時30分~、18時30分~(当日直接会場へ/1回目終了後に交流会あり)

場 男女共同参画センターMIW(区役所10階) 定 各回20名(先着順)

内 海辺の街へ引っ越してきた三島貴瑚は、虐待が原因で声を出せなくなった少年と出会う。少年との交流のなか、貴瑚はかつて自分を救ってくれたアンさんを思い出す。児童虐待やDVの傷を抱えて孤独だった人々が共振する

問 男女共同参画センターMIW ☎03-5211-8845

九段生涯学習館へ行こう!

九段生涯学習館は、区に住み、働き、学ぶすべての人々の生涯スポーツと生涯学習の振興を図ることを目的としています。バラエティに富んだサークル活動や講座があります。やってみたいことを見つけませんか。



生涯学習団体1日公開講座

■サークル体験会(12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
空手道 高田道場	基本の稽古と試し割り体験
子育てが楽しくなるママカフェ@千代田	心理学に基づいたイライラの止め方を学ぶ
真清会	華道、正月の玄関飾りを生ける
千代田こん談会	光州事件を雑誌『世界』から学ぶ
日本舞踊 鏡会	扇の持ち方や踊りの基本を体験
ふれあいサロン「リモート体操サロン」	フレイル予防体操をリモート学習

*一部体験会は会場が異なる
*実施サークルは変更の場合あり

区民自主企画運営講座

学習機会の充実、地域の学習活動の活性化、相互の交流を目的として結成されたグループで企画・運営されている講座です。

■やさしい日本舞踊

時 令和8年1月9日・23日・30日、2月13日・27日のいずれも金曜(全5回) 19時~20時30分

定 15名(抽選)

内 着物や浴衣を着て、扇子の扱い方も習いながら、簡単な踊りから日本舞踊を学ぶ

師 中村光都靖氏(日本舞踊中村流師範/写真) 費 2,500円(全5回分)

締 12月20日(土)21時

他 希望者のみ浴衣を貸し出し。別途1,000円が必要(女性のみ、10名まで)

■初めてのお茶

時 令和8年1月10日・17日・31日、2月14日・21日のいずれも土曜(全5回) 14時~16時 定 20名(抽選)

内 お菓子の取り方、お茶の飲み方を5回のお茶会で体験する 費 8,500円(全5回分/材料費含む)

締 12月20日(土)21時

他 5回目のみ偕香苑(紀尾井町2-1)で開講



人材バンク活用講座

文化・芸術・教養・レクリエーションなどの特技や学識を持つ人が講師です。講師となる人材は随時募集しています。

■アート×アロマワークショップ 香りとコラージュアートで心ほぐし

時 令和8年1月13日(火)・20日(火)、2月17日(火)(全3回) 14時~15時30分

定 20名(抽選)

内 香りを楽しみながら、コラージュアートを作る

費 1,700円(全3回分/材料費含む)

締 12月20日(土)21時



■人生の流れを変える「考え方の力」

古代から現代までの「人生哲学」の知恵

時 令和8年1月15日(木)・22日(木)、2月5日(木) 14時~15時30分(全3回) 定 20名(抽選)

内 先人たちの人生哲学の知恵を学び、参加者同士で対話しながら、よりよく生きるための考え方を模索していく

師 ソクラ哲明氏(経済学博士/写真) 費 1,000円(全3回分)

締 12月20日(土)21時



いずれも

場 九段生涯学習館(九段南1-5-10) 対 区民自主企画運営講座、人材バンク活用講座=18歳以上の区内在住・在勤・在学の方

申 区民自主企画運営講座、人材バンク活用講座=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

他 人材バンク活用講座は託児サービスあり(講座初回時点で満6か月~未就学児/1名につき1回1,000円/12月20日(土)までに要予約)



生活ほっとライン

第九回 坂の上の街「九段」の歳末大抽選会

加盟店で1,000円以上、買い物をした方に抽選ハガキを配布します。期間内に専用ポストへ投かんまたは郵送してください。豪華景品が当たります。
時 11月20日(木)～12月31日(水)
場 九段商店街振興組合加盟店
問 九段商店街振興組合・小野寺 ☎03-3261-0673

麴町通り商店会歳末大売り出し

加盟店での購入金額に応じて三角くじを引き、当たるとくじに書かれた金額が支払いから差し引かれます。
時 12月1日(月)～15日(月)
場 麴町通り商店会参加店舗
問 麴町通り商店会・小林 ☎03-3261-2246

冬の秋葉原電気街まつり2025

キャンペーン参加店で3,000円以上、買い物をするとその場で参加店で利用で「らんま1/2」カレンダーのプレゼントあり。また、12月6日(土)にはミスアキバ2025の倉丸莉子さんがキャンペーン参加店を訪れます。
時 11月21日(金)～12月28日(日)
場 秋葉原電気街振興会キャンペーン参加店
問 秋葉原電気街振興会事務局 ☎03-3257-0568



ミスアキバ2025の倉丸莉子さん



第90回 岩本町・東神田ファミリーバザール

時 11月29日(土)・30日(日)、12月6日(土)・7日(日)9時～16時(当日直接会場へ)
場 岩本町3丁目・東神田2丁目一帯
内 繊維製品や日用品などの販売のほか、お買物券などが当たる「わくわくスクラッチ」が楽しめる
問 岩本町・東神田ファミリーバザール実行委員会 ☎090-7842-6071



ふれあいバザー&いちごフリーマーケット

時 11月30日(日)10時～12時(雨天決行/当日直接会場へ)
場 こもれび千桜1階千桜ホール(神田東松山下町22-1)
問 (特非)いちごの会 ☎03-3252-1115
他 持ち物=買い物袋



かがやきシネマ

時 帰らざる河=12月8日(月)、10日(水)、青い山脈=12月22日(月)、24日(水)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



帰らざる河 提供: 合同会社文輝堂



青い山脈 提供: 合同会社文輝堂

ウォーカブルな活動採択案件 神保町ワクワク魅力新発見2025

時 12月6日(土)13時～16時(当日直接会場へ)
場 専修大学10号館および隣接する北側道路(神田神保町3-4-4)
内 区内大学が連携して、神保町の魅力スポット巡りやコーヒー染めを用いたワークショップなど魅力ある滞留空間を創出
問 千代田区キャンパスコンソーシアム ☎03-3264-9930(法政大学)



絵本読み聞かせおはなしかい リトミック教室

時 12月14日(日) 絵本読み聞かせおはなしかい=13時30分～14時15分、リトミック教室=14時15分～15時
内 絵本読み聞かせおはなしかい=シニアボランティアによる読み聞かせ、リトミック教室=音楽と触れ合いながら体を動かすリトミックを体験

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) 定 30名(申込順)
申 参加条件を確認のうえ、HP、電話、ファクス(10面記入例参照)または直接問合せ先へ※空きがあれば当日でも可
問 障害者福祉センターえみふる ☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608
他 小学生以下の方やサポートが必要な方は付き添いの方と一緒に参加



音楽家たちと巡る世界の名曲

時 12月20日(土)19時～(開場18時30分) 場 いきいきプラザ(一番町12)
定 150名(申込順)
内 ドイツ、フランス、イタリア、アメリカ、ロシアをさまざまな楽器の演奏で巡る

出演 小長谷智恵氏(ピアノ/写真上)、井上ルークアーサー 龍太郎氏(ピアノ/写真中)、岡本麻里菜氏(ソプラノ/写真下)ほか
費 区内在住者・学生4,500円、その他の方5,000円
申 12月19日(金)までに電話で
問 千代田歌劇団・富浦 ☎090-3470-7671



0歳からのファミリーJAZZコンサート

時 12月23日(火)12時～13時(11時45分開場/当日直接会場へ)
場 区民ホール(区役所1階)
内 子どもから大人まで参加できる体験型ジャズコンサートを楽しむ。子どもが安心して楽しめるスペースあり
曲目 ジングルベル、イン・ザ・ムード、幸せなら手をたたこう、A列車で行こう、きらきら星
出演 福本純也ファミリーJAZZグループ(福本純也氏/ピアノ・アレンジ、坪根剛介氏/パーカッション、東野恵祐氏/ベース、神谷美帆氏、マヤコ氏/うた)
問 文化振興課文化振興係 ☎03-5211-3628



都民公開講座 第20回 東京都医学検査学会特別企画

効果的な入浴と健康の関わり
時 12月7日(日)15時45分～17時15分(当日直接会場へ)
場 秋葉原UDX4階 UDX THEATER(外神田4-14-1) 対都内在住者
内 ヒートショック予防や睡眠と入浴の関わり、効果的な入浴方法、温泉や入浴剤の効果などを学ぶ
問 (公社)東京都臨床検査技師会地域保健共催部 ☎03-3239-7961

ちよだのクリスマスを楽しもう!

ラムラクリスマスイルミネーション

今年はシャンパンゴールドをメインカラーに、みやこ橋のたもとにフォトスポットとなるクリスマスツリー、2階アーケードには全長約70mの“天空イルミ”が登場します。点灯時間帯には15分に1回、光と音の演出があります。さまざまな演出をお楽しみに。クリスマス終了後はNEW YEAR、バレンタインの各バージョンに変化します。
時 11月22日(土)～令和8年2月15日(日)予定
イルミネーション点灯時間 16時～23時
場 飯田橋ラムラ(新宿区神楽河岸1-1)
問 ラムラ商店会事務局 ☎03-3235-0181

神田駅西口通り 年末年始イルミネーション

神田駅西口通りのアーチ3基と商店街中ほどの佐竹稲荷神社に提灯を飾ります。年末年始は神田のまちのそぞろ歩きを楽しみませんか。
時 11月22日(土)～令和8年2月21日(土) 場 神田駅西口通り
問 神田駅西口商店街振興組合事務局 ☎03-3255-9301

Yasukuniイルミネーション2025

白山通り
時 12月1日(月)～25日(木)
場 白山通り(神保町交差点岩波ビル前広場～共立女子学園)
内 岩波ビル前広場にクリスマスの電飾を設置し、街路樹にイルミネーションを点灯する
靖国通り
時 12月10日(水)～令和8年1月12日(月・祝)
場 靖国通り(専大前交差点～須田町交差点)
内 歩道の植栽にLED10万球のイルミネーションを点灯、イベントあり
いずれも
問 南神実業会(高山本店) ☎03-3261-2661

多世代交流Ciao!チャオのクリスマスジャズコンサート

時 12月13日(土)13時～14時(12時30分開場)
場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)
対 区内在住者(未就学児は同伴者が必要) 定 60名(申込順)
内 サックス・ギター・ピアノのジャズトリオのクリスマスコンサートを楽しむ

しむ
申 11月20日(木)9時から申込フォームより
問 かがやきプラザ多世代交流担当 ☎03-6265-6563



スタンプカード配布とクリスマスフラワープレゼント

飯田橋商店街では商品を購入した方にスタンプカードを配布し、最終日に花鉢などと交換します。また、抽選会では商店街店舗の商品やエドモントホテルのパンセットなどが当たります。
時 スタンプカード配布=～12月4日(木)、交換・抽選=12月4日(木)12時15分～13時
場 スタンプカード配布=飯田橋商店街振興組合加盟店舗、交換・抽選=東京区政会館前広場(飯田橋3-5-1)
問 飯田橋商店街振興組合事務局・山田 ☎090-3069-2780

橋梁ライトアップの試験点灯を行います

期間限定で橋梁ライトアップの試験点灯を行います。いつもとは違う橋の様子をお楽しみください!
時 12月1日(月)～令和8年1月31日(土)16時30分～23時
場 お茶の水橋(神田駿河台2)、新三崎

橋(飯田橋3)
問 景観・都市計画課景観指導係 ☎03-5211-3639



お茶の水橋(イメージ図) 新三崎橋(イメージ図)

世界でひとつ自分だけのクリスマスリースを作ろう

時 12月20日(土)①10時～11時30分②13時～14時30分③15時30分～17時
場 千代田万世会館(外神田1-1-7) ※万世橋区民館とは異なる
定 ①8名②7名③6名(申込順)
内 手作りリースにヒバやコニファーなどのグリーンとオーナメントを飾り付ける
費 4,000円(材料費) 写真はイメージ
申 12月12日(金)までに電話で
問 千代田万世会館(受付時間9時～17時) ☎03-5295-2831
他 花材などは変更の場合あり。12月12日(金)以降のキャンセルには4,000円必要。制作サイズは直径約25cm



写真はイメージ

中小企業者向け脱炭素化を通じた経営改善セミナー参加者募集

「2050ゼロカーボンちよだ」達成に向けては、中小事業者の取り組みが不可欠ですが、脱炭素化が経営に与える影響は十分認知されていません。そこで、脱炭素化を通じて、いかに経費削減を実現させるか、企業価値向上や人材確保につなげるかを考えるため、環境政策の最新動向やEサイクルちよだ、千代田エコシステムを説明します。



時 12月12日(金)14時~16時
※令和8年2月4日(水)にも開催予定
場 区役所4階会議室A・B
対 区内の中小企業者など
定 40名(先着順)
申 前日の12時までにEメール(企業名、企業所在地、氏名、電話番号、メールアドレス、質問事項も記入)で
問 環境政策課ゼロカーボン推進担当 ☎03-5211-4255
✉kankouseisaku@city.chiyoda.lg.jp

食品衛生カレンダーを配布しています!

食品衛生知識の向上と食中毒防止のため、2026年版の2種類のカレンダーを配布しています。

■家庭向け(食品衛生カレンダー)
食中毒予防の3原則や調理をする際の食中毒予防のポイントなどを紹介しています。

配布場所 区政情報コーナー(区役所2階)、出張所、千代田保健所1階
※区立の保育園、こども園、幼稚園に通う家庭には、各園を通じて配布

■小規模飲食店事業者向け(衛生点検カレンダー)

「HACCP(ハサップ)の考え方を取り入れた衛生管理」の衛生管理計画の作成と記録ができます。お店の衛生管理にご活用ください。食中毒発生予防を目的とした「千代田区食の安全自主点検店公表制度」の記録もできます。この機会に取り組み、認定店を目指しましょう。

配布場所 生活衛生課窓口(千代田会館8階)※無くなりしだい終了
問 千代田保健所生活衛生課食品衛生係 ☎03-5211-8168・8169

23区合同説明会のお知らせ

時 令和8年1月11日(日)10時~16時(予定)
場 立教大学池袋キャンパス(豊島区西池袋3-34-1)
関 特別区の仕事に興味がある方・受験希望の方

内 各区・組合ブースやコラボブースでの説明会、専門職の個別相談会など
申 12月3日(水)~22日(月)までにHPから(申し込み多数の場合は抽選)
問 特別区人事委員会事務局任用課採用係 ☎03-5210-9787、(区)人事課 ☎03-5211-4149



電気火災に気をつけよう!

冬は電気ストーブによる火災が多く、注意が必要です。就寝時に布団が接触したり、干していた衣類が落下したりして火災になる事例があります。また、たこ足配線や、コンセント部分にたまったほこりが湿気を帯びて発火する事例も発生しています。

電気ストーブを使用する際の注意

- ・外出時や寝るときは電源を切る
- ・燃えやすいものを近くに置かない
- ・近くで洗濯物を乾かさない
- ・使わないときは電源プラグをコンセントから抜く

コンセントからの発火に注意

- ・定格電流を超えた使用はしない
- ・コンセントはこまめに掃除する
- ・家具などでコードの踏みつけをしない

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



千代田区 生きものさがし 結果発表

春編 夏編

春編

期 間 4月20日~5月31日
参加者数 293名
発見種数 956種
発見数 3,151件

生きもの発見ランキング(ベスト5)

順位	生きもの	発見者数
1	ハルジオン	35名
2	ムラサキカタバミ	33名
3	ドバト	30名
4	アオスジアゲハ	27名
5	スズメ	22名



スマートフォンアプリ「Biome」の投稿から一部抜粋

夏編

期 間 7月20日~8月31日
参加者数 426名 **発見種数** 725種
発見数 2,894件

生きもの発見ランキング(ベスト5)

順位	生きもの	発見者数
1	アブラゼミ	103名
2	ミンミンゼミ	97名
3	シオカラトンボ	71名
4	スズメ	50名
5	セミ科(種名が特定できなかったもの)	47名



スマートフォンアプリ「Biome」の投稿から一部抜粋

問 環境政策課事業推進担当 ☎03-5211-4253

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

2025年度『論語』の学校

12月6日(土)14時開演 **入場無料**
二松学舎大学九段1号館 **事前申込み要**
※ただし、定員になり次第締め切り。全席自由席。

【講師】
株式会社ツムラ 代表取締役社長CEO **加藤 照和氏**
(公財)郷学研修所・安岡正篤記念館理事長 安岡 定子氏

主催:学校法人二松学舎
協賛:二松学舎サービス株式会社
後援:文部科学省、東京都教育委員会、千葉県教育委員会、埼玉県教育委員会、千代田区、斯文会、二松学舎松苓会

【お問い合わせ】二松学舎大学 企画・財務課
TEL:03-3261-1298 (平日9:00~16:30)
【お申込み方法】右の2次元コードから、またはE-mail、FAXいずれかでお申込みください。
【ホームページ】詳しくはHPで。【二松学舎大学 論語の学校】検索
【アクセス】●地下鉄「九段下」駅下車、徒歩8分
●JR・地下鉄「市ヶ谷」「飯田橋」駅下車、徒歩15分

飯田橋で楽しむ クリスマスの音楽

心あたたまる、ハンドベルと歌のひととき

12/6(土) クリスマス ハンドベルコンサート
昼の部:14:30~15:00 サクラテラス広場
夜部の部:16:30~17:30 富士見町教会
演奏:青山学院大学ハンドベル・クワイア

12/24(水) クリスマスイブ キャロリング
富士見町教会
1階 エントランスホール
16:50~17:30
◎入場無料 ◎どなたでも参加可 ◎予約不要
詳細は富士見町教会 HP をご覧ください
日本基督教団 富士見町教会(飯田橋駅西口サクラテラス隣)
東京都千代田区富士見 2-10-1 ☎03-3261-0633

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

12/9・1/13・2/10 **3/10**
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

健康料理教室 腸内環境の改善で生活習慣病予防

時 令和8年1月22日(木)11時～13時(受け付け10時50分～)
場 万世橋区民館(外神田1-1-13)
定 15名(申込順)
内 腸内環境を整える食事について学び、生活習慣病を予防する。調理の実演を見学後、試食あり
申 12月19日(金)までに電話またはEメール(10面記入例参照)で
問 保健サービス課保健サービス係
 ☎03-5211-8177
 ④eiyou@city.chiyoda.lg.jp

歳末地域たすけあい募金にご協力を

歳末地域たすけあい募金は、区内の支援を必要としている人々へのお見舞いや地域福祉活動費に使用されます。各出張所・社会福祉協議会で募金を受け付けます。または専用の振込伝票で郵便局から振り込みをお願いします。本募金は税制の優遇措置の対象です。
募集期間 12月1日(月)～10日(水)
問 社会福祉協議会総務係
 ☎03-3265-1901



スポーツセンターで元気に運動しよう!

■リズムシェイプアップ&チビッコ体操Ⅱ期
時 令和8年1月7日～3月25日の毎週水曜(1/21、2/11を除く全10回)14時30分～15時45分
対 ①リズムシェイプアップ=中学生を除く15歳以上の方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は不可(保護者はリズムシェイプアップにのみ参加は可)
定 各15名(抽選/区内在住者を優先)
費 ①2,000円 ②1,000円
締 12月20日(土)
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)
■介護予防教室 LaLaLa Fit
時 令和8年1月9日～3月6日の毎週金曜(1/23を除く全8回)13時30分～14時30分 **対** 60歳以上の方
定 15名(抽選/区内在住者を優先)※3名未満の場合は中止
内 椅子を使った頭と体を動かす運動機能向上プログラム
費 区内在住者4,000円、その他の方5,200円 **締** 12月23日(火)
■たのしくフラダンス
時 令和8年1月11日～3月1日の毎週日曜(全8回)13時30分～14時30分
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
締 12月22日(月)

いずれも
場 スポーツセンター(内神田2-1-8) **申** HPから
問 スポーツセンター
 ☎03-3256-8444

みんなのサロン @ちよだんごカフェ

障害者福祉センターえみふるが運営するコミュニティカフェを借りて社会福祉協議会がサロンを開いています。地域の方が気軽に立ち寄り、参加できるサロンです。

時 毎週月曜・木曜いずれも10時～12時(当日直接会場へ)
場 ちよだんごカフェ(平河町2-3-10ライオンズマンション平河町110)
内 フリータイム(出入り自由)、木曜日はプログラムを実施する場合あり。詳しくはHPで確認 **対** 区内在住者
費 プログラムにより参加費が発生する場合あり
問 社会福祉協議会地域サポート課地域サポート係
 ☎03-3265-1901
FAX 03-3265-1902
 ④volunteer@chiyoda-cosw.jp



今年も配布します 2026ちよだ環境カレンダー

毎年好評の「ちよだ環境カレンダー」の2026年版を配布しています。区立の小・中学校に通う方には、各学校を通じて配布します。
掲載内容 児童・生徒の絵画作品、エコ情報、エコクイズ、毎月のエネルギー使用量記入欄(環境家計簿)
配布場所 区政情報コーナー(区役所2階)、環境政策課(区役所5階)、各出張所、図書館など※なくなりしだい、配布終了
■環境家計簿を提出してエコグッズをもらおう
 2025年版ちよだ環境カレンダー巻末の「ちよだ環境家計簿」に電気・ガス・水道使用量を12か月記入して提出していただいた方にエコグッズをプレゼントします。
提出方法 令和8年2月28日(土)(必着)までに郵送、ファクス、Eメール(10面記入例参照)または直接問合せ先へ
 ※窓口持参は、2月27日(金)17時まで
問 環境政策課事業推進担当(区役所5階) ☎03-5211-4253
FAX 03-3264-8956
 〒102-8688九段南1-2-1
 ④kankyouseisaku@city.chiyoda.lg.jp



区内在住者限定 | 多世代食セミナー

新春開催!日本の伝統調味料 味噌仕込み教室

山形県河北町矢ノ目糀屋の糀と国産大豆で味噌を仕込みましょう。仕込んだ味噌ダネは持ち帰り、それぞれが育てる楽しみを味わいます。地域の話も聞きながら楽しい手仕事時間を過ごしましょう。



時 令和8年1月12日(月・祝) 10時～12時、14時～16時
場 ちよだプラットフォームスクウェア(神田錦町3-21)
対 区内在住の小学4年生以上(申込者が小学生の場合は保護者1名の付き添いが必要) **定** 各30名(抽選/入場は参加者のみ可)
師 矢ノ目糀屋 川端徹氏・由美氏
費 3,000円
申 12月14日(日)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)

夫婦で営む山形の糀屋です。本物の土蔵を店舗に、手作り糀(麴)製品を製造直売しています。



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

60歳を過ぎたら RSウイルス感染症の予防接種があります。

RSウイルス感染症は、大人も子供もかかる呼吸器感染症です。高齢者や基礎疾患のある人の場合、RSウイルスによる肺炎を引き起こすこともあります。医師にご相談ください。

※予防接種はRSウイルス感染症を完全に防ぐものではありません。

RSウイルス感染症やその予防についてこちらでも情報をお届けしています。

RSウイルス.jp



GSK グラクソ・スミスクライン株式会社

NP-JP-NA-JRNA-250043 作成年月 2025年7月

※令和7年度、千代田区ではRSウイルス感染症の予防接種費用助成は実施していません

認定長期優良住宅を 新築した場合 固定資産税が減額されます

軽減税額 固定資産税額(居住部分で1戸あたり床面積120㎡相当分までを限度)の2分の1を減額

減額期間 新たに固定資産税が課税される年度から5年度分(3階建て以上の耐火・準耐火建築物は7年度分)

要件 令和8年3月31日までに新築された住宅で、「長期優良住宅の普及の促進に関する法律」に規定する認定長期優良住宅であること、居住部分の床面積の割合が当該家屋の2分の1以上であること、1戸あたりの床面積が50㎡以上280㎡以下であること(ただし、一戸建て以外の貸家の用に供する住宅は、40㎡以上280㎡以下)

申告期限 住宅が新築された年の翌年(1月1日新築の場合はその年)の1月31日までに減額の申告が必要

☎(都)千代田都税事務所 ☎03-3252-7149



千代田区 医療・介護・地域資源 検索システム

地域の医療・介護事業所等の情報を収集できるシステムです。最寄駅や施設名、提供サービスなどの希望の条件から情報を検索でき、区が発信しているお知らせ情報も確認できます。

☎在宅支援課地域包括ケア推進係 ☎03-6265-6485



ご注意ください!

医療機関は毎年、秋頃に行っているアンケート調査に回答しているところのみ掲載しています。情報が変更されていることがありますので、各機関にお問い合わせのうえ、受診(利用)してください。

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

静岡県西伊豆町フェア

12/1月
~26金
定休日 土・日・祝

西伊豆町の温泉水や地熱の影響で生まれた神秘の景観「黄金崎」は、昭和63(1988)年に静岡県の天然記念物に指定。馬の横顔に見える岩「馬ロック」は静岡県初の「奇岩百景」に選ばれています。

<p>本枯れ節 (カネサ鯉節商店)</p> <p>幻の「手火山式焙乾法」で作られたかつお節。高温で表面を燻し乾して、うま味を凝縮</p> 	<p>徳用削り節パック3g×20袋 (カネサ鯉節商店)</p> <p>「手火山式焙乾法」で作られた田子節の削り節。ごはんや豆腐にかけると美味</p> 
<p>潮かつお燻焼き (カネサ鯉節商店)</p> <p>1,000年以上前から続く製法で作られている。ほぐして湯を注ぐと、即席のお吸い物に</p> 	<p>潮かつお切り身 (カネサ鯉節商店)</p> <p>日本で唯一の生産地、西伊豆町田子地区で作られる「潮かつお」を薄くスライスし真空包装。そのまま食べても、焼いてもおいしい</p> 

☎ちよだプラットフォームスクウェア1階(神田錦町3-21)

☎ちよだグルメショップ+A ☎03-5577-3846 (12時~18時)



12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・21日・28日・29日・30日・31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。マイナ保険証をお持ちでない場合、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。詳しくは加入している医療保険者に確認を
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

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。マイナ保険証をお持ちでない場合、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。詳しくは加入している医療保険者に確認を
※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」

12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	12(金) 13時30分~16時30分
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	12(金) 13時30分~16時30分 ※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	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
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	5(金)10時~10時30分
HIV・性感染症(梅毒)相談・検査	5(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	2(火)・5(金)・9(火)・ 12(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	2(火)・5(金)・9(火)・ 12(金) 10時~16時

12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	5(金)・19(金) 9時30分~11時30分	えみふる (神田駿河台2-5)

12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	場 区民相談室(区役所2階) 問 区民相談室☎03-5211-4176
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 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	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 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) 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 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 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 26(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 11(木)石川氏(弁護士)、25(木)佐野氏(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・介護現場で動けなかつたストレスや不安 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)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8年2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3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)	12月10日(水) ~20日(土)	12月25日(木)	1月1日(木) 10時~	問 九段生涯学習館(九段南1-5-10) ☎03-3234-2841 ※毎月第3月曜 は休館(祝日の場合は翌平日)
②花小金井運動施設(野球など)	12月1日(月)~20日(土) (12月15日(月)は休館日)	1月4日(日)	1月5日(月) 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= 2月1日(日)・15日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③3月16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

みんなで考えよう 福祉と権利

障害者週間(12月3日～9日)と人権週間(12月4日～10日)に合わせて、「障害者週間」記念理解促進事業、人権標語作品展、人権講演会を行います。

「障害者週間」記念 理解促進事業

互いに支え合える社会をつくるため、私たちにできること

～障害のあるなしにかかわらず、互いを尊重し、支え合う共生社会の実現に向けて～



障害者週間に合わせ、「障害者週間」記念理解促進事業を行います。

区内の障害者施設や団体などの活動をパネル展示で紹介し、障害などのある方が制作した作品を展示します。来場者アンケートに回答した方には、両手の障害のため口や足で絵を描く画家たちの作品を載せた「2026年卓上カレンダー」と、ヘルプカードをデザインした「除菌ウェットティッシュ」をプレゼントします。



時 12月2日(火)12時～18時、3日(水)・4日(木)9時～18時 場 区民ホール(区役所1階)
問 障害者福祉課障害者福祉係 ☎03-5211-4214

12月2日(火)12時～/

ヘルマンハープちよだ オープニングコンサート

ヘルマンハープは、音符が読めなくても誰もが弾くことのできる弦楽器です。障害のある方とともに演奏活動をしている「ヘルマンハープちよだ」の演奏会を行います。



12月3日(水)11時～13時/

口と足で描く芸術家協会 絵画の展示・実演

世界の両手の不自由な方が自立を目指して、口や足に筆をとって描く画家のグループ「口と足で描く芸術家協会」の作品展示や実演を行います。

12月4日(木)11時～13時/

(公財)日本ケアフィット共育機構 車いす・白内障体験

車いす操作、白内障の方の見え方などを体験することにより、障害のある方やお手伝いが必要な方の思いに寄り添い、理解を深めることにつながります。

初の日本開催!東京2025デフリンピック

ろう者のオリンピック「デフリンピック」は1924(大正13)年にフランスで第1回が開催されました。100周年となる今年、「第25回夏季デフリンピック競技大会東京2025」が11月26日(水)まで開催中です。日本での初開催を記念し、デフリンピック関連の展示を行います。

知ってください ヘルプカード

ヘルプカードは、障害などのある方が必要な支援内容や緊急連絡先などを記載したものです。ふだんから身に付け、緊急時や災害時など困ったときに、周囲に自分の障害への配慮やサポートを求めめるために使用します。ヘルプカードを提示されたら、記載内容に沿ったサポートをお願いします。



人権についてみんなで考えよう

みんなで築こう人権の世紀

考えよう相手の気持ち
未来へつなげよう
違いを認め合う心

1948(昭和23)年12月10日の国連総会で「すべての人間は、生れながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利とについて平等である」とうたった「世界人権宣言」が採択されました。この日を記念して、国際連合は毎年12月10日を「人権デー(Human Rights Day)」と定めています。この機会に改めて、家庭、学校、職場、地域社会などで人権問題について考えてみましょう。

人権標語作品展

区内中学校・中等教育学校の生徒の優秀作品を展示します。

時 12月2日(火)～10日(水)9時～18時(2日は13時～、土曜・日曜は17時まで)

場 区民ホール(区役所1階)

最優秀賞

●あたりまえ それはみんなの あたりまえ? / Y・Yさん(九段中等教育学校2年)

優秀賞

- 守りたい みんなの「好き」を 否定せず / 高野真実さん(麹町中学校1年)
- いい気持ち うれしくなるよ やさしい言葉 / 小林優斗さん(麹町中学校3年)
- 考えて 相手の気持ち 大切に / 勝間田侑さん(神田一橋中学校1年)

人権講演会

時 12月5日(金)18時20分～20時

場 区役所会議室

定 会場50名、オンライン50名(申込順)

内 SNS時代の人権:誰もが加害者にも被害者にもなりうる時代に

師 山口真一氏(国際大学グローバル・コミュニケーション・センター准教授/写真)

申 ポータルサイト、電話またはファクス(10面記入例参照)で

問 国際平和・男女平等人権課男女平等人権係

☎03-5211-4166 FAX03-3264-1466

他 託児サービスあり(2週間前予約)・手話通訳・要約筆記あり

※本講演会は11月5日号でも紹介



人権擁護委員にご相談ください

区内では、法務大臣に委嘱された8名の人権擁護委員が活動しています。人権の侵害や身の上の心配ごとなどの相談に応じています(15面各種相談の人権身の上相談を参照)。

相談日時 毎月第2月曜(祝日除く)13時～15時※事前予約制

問 国際平和・男女平等人権課男女平等人権係 ☎03-5211-4166

夜間人権ホットライン

人権週間に合わせ、夜間「電話法律相談」(無料)を行います。人権侵害や日常生活の法律問題を弁護士に電話で相談できます。

時 12月8日(月)17時～20時(1人10分程度)

相談電話 ☎03-6722-0127

問 東京都人権プラザ相談室 ☎03-6722-0124・0125

その他人権相談(常設相談)

みんなの人権110番 ☎0570-003-110、
子どもの人権110番 ☎0120-007-110

※令和7年10月から「女性の人権ホットライン」

は、「みんなの人権110番」に統合。「みんなの人権110番」でこれまで同様、女性の人権問題に関する相談を受け付け

インターネットでも相談を受け付け



これまで制作に携わっていたメンバーの1人が今号の制作を最後に新たな旅に出ることになりました。これまで多くの校正作業や特集記事の執筆を担当し、広報紙作りに情熱を注いでくれました。とても寂しくはありますが、新天地での活躍を心より応援しております。(森永)



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。