

**水泳講習会(第2クール)**

時 6月3日～24日の毎週水曜(全4回)  
18時45分～20時15分(6/3は受け付け  
18時30分～)

場 スポーツセンター(内神田2-1-8)

対 15歳以上の方(中学生を除く)

定 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(クロールと平泳ぎ)、C=クロール25m泳げる方(クロールと背泳ぎ)、D=クロール50m泳げる方(クロールとバタフライ)、E=4泳法全て25m以上泳げる方

費 2,800円(傷害保険料を含む)

申 5月20日(水)(必着)までにハガキまたはEメールで※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で確認を



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)

〒135-0021江東区白河4-9-16 806

✉yoichiro\_yasuda@outlook.jp

**スポーツセンターで  
パワーアップ**

■成人水泳教室

時 6月1日～29日の毎週月曜(6/15を除く全4回) 19時～19時50分

対 15歳以上の方(中学生を除く)でク

ロール・背泳ぎ・平泳ぎが25m以上泳げる方

定 15名(抽選/区内在住者を優先)

費 3,200円 締 5月18日(月)

他 持ち物=水着・キャップ

■卓球教室Ⅱ期



時 6月1日～7月6日の

毎週月曜(6/15を除く

全5回)①入門・初心者

クラス=10時～11時30分②中級者

クラス=13時～14時30分

対 15歳以上の方(中学生を除く)①初めてラケットを持つ方から基本技術を学びたい経験者②フォア・バック・ツッツキのラリーが50本以上できる経験者

定 各8名(抽選/区内在住者を優先)

費 6,400円 締 5月18日(月)

■バレーボール

時 6月7日～7月26日の毎週日曜(全8回) 15時～16時

対 15歳以上の方(中学生を除く)

定 15名(抽選/区内在住者を優先)

内 フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせ、はだしで行うエクササイズ

費 区内在住者5,200円、その他の方6,400円/すばすたちよだクラブ会員の区内在住者4,000円、その他の方4,400円 締 5月24日(日)

いづれも

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

〒101-0047内神田2-1-8



自主的なまちづくり活動を応援

**千代田まちづくりサポート  
応募に向けた事前相談開始**

地域のさまざまな人たちが関わり合い、信頼し合える地域社会を育み、活があり住みやすい魅力あるまちにする活動を支援しています。非営利で自主的な活動の、スタートやステップ



アップ期における経費の一部を助成します。応募には事前相談が必要です。詳しくは「応募のてびき」を確認を。

事前相談 ～5月29日(金)

応募受付 5月11日(月)～6月12日(金)

公開審査会 7月12日(日)

問 まちみらい千代田協働まちづくり・総務グループ☎03-3233-7556



	はじめて部門	一般部門	テーマ部門
対象活動	まちづくり活動をはじめ始める際の学習・調査、試行的取り組み、初動の仲間づくりなど ※経験豊富な専門家が中心のグループは対象外	継続して自立を目指すまちづくり活動	本事業卒業後の活動の継続、更なる発展を図るためのノウハウ集づくり
助成額	5万円	5万円～50万円	
助成年限	1年間	最長3年間	1年間
審査方式	書類審査	公開審査	

**5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	19(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	9(土)・13(水)9時～11時30分 20(水)・28(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	25(月)9時～11時10分 8(金)・18(月)13時～15時40分	
食べ方相談	対 区内在住の乳幼児 内 食事に時間がかかる、丸飲みする、好き嫌が多い、口にためて飲み込まないなど、子どもの食べ方に関する相談	26(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	11(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	26(火)13時30分～14時30分	
ままばば面談 (平日は予約不要)	対 区内で妊娠届を提出したすべての妊婦 内 保健師・看護師による、妊娠・出産・子育てのさまざまな相談やサービスの案内	平日=8時30分～17時(最終受け付け16時30分)、土曜=9時～12時、13時～16時	
乳幼児健診	3～4か月児健診	対 区内在住の3～4か月児(対象者に通知)	14(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)	19(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)	7(木)・21(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)	12(火)12時45分～14時

★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★