

施設の休館日のご確認を

4月末から始まる大型連休。各施設で休館や開館時間を変更している場合があります。確認のうえ、ご利用ください。3面では「千代田区生きものさがし」を紹介しています。大型連休はアプリを使って、生きものさがしを楽しみませんか。

知っていますか

詳しくは12面をご覧ください。

ちよだアクティブシニア塾

令和8年度 春の大型連休 休館一覧

休館日を確認してご利用ください!

※空欄は通常どおり開館

施設名	4月						5月							
	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
区役所・消費生活センター・出張所			休			休	休	休	休	休				
男女共同参画センターMIW			休			休	休	休	休	休				
区民館・集会室														
ちよだプラットフォームスクウェア・会議室														
千代田万世会館														
九段生涯学習館														
偕香苑(清水谷公園内)														
スポーツセンター														
外濠公園総合グラウンド														
花小金井運動施設														
夢の島東少年野球場														
江戸川河川敷少年サッカー場														
コミュニティスクール(昌平童夢館)														
コミュニティスクール(神田さくら館)														
コミュニティスクール(麴町小学校)														
コミュニティスクール(富士見みらい館)														
区営千鳥ヶ淵ボート場	休	休												
千代田図書館			①			②	①	①	①	①				
日比谷図書文化館(常設展示室を含む)			①			②	①	①	①	①				
日比谷図書文化館文化財事務室			休			休	休	休	休	休				
四番町図書館			③			④	休	③	③	③				
昌平まちかど図書館/神田まちかど図書館														

施設名	4月						5月							
	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
富士見わんぱくひろば(富士見みらい館内)			休						休	休	⑤	休		
ちよだパークサイドプラザ														
いずみこどもプラザ(ちよだパークサイドプラザ内)			休						⑥	休	⑤	休		
西神田児童センター			休						⑦	休	⑤	休		
児童館(神田・四番町・一番町)			休						休	休	⑤	休		
子育てひろば「あい・ぽーと」麴町			⑧						⑧	⑧	⑧	⑧		
児童・家庭支援センター(神田さくら館内)			休						⑨	休	休	休	休	
子ども発達センターさくらキッズ			休						休	休	休	休		
リサイクルセンター鎌倉橋	休	休	休	休						休				
千代田清掃事務所			⑩						⑩	休	⑩	⑩	⑩	
地域福祉交通「風ぐるま」														
障害者福祉センターえみふる			⑪						⑪	⑪	⑪	⑪	⑪	
ジョブ・サポート・プラザちよだ			休						休	休	休	休	休	
障害者よろず相談 Light(ライト)			休						⑫	休	休	休	休	
相談センター(かがやきプラザ内)														
高齢者活動センター(かがやきプラザ内)										休				
いきいきプラザ一番町														
岩本町ほほえみプラザ										⑬				
高齢者あんしんセンター麴町										休				
高齢者あんしんセンター神田										休				
千代田保健所			休						休	休	休	休	休	
休日応急診療所(千代田保健所内)	休	休		休	休	休								

- ①開館時間=10時~17時 ⑤開館時間=9時~17時。「学童クラブ」「一時預かり保育」「中高生タイム」は休止
- ②開館時間=10時~19時 ⑥ロビー、幼児室のみ日曜開放(対象は乳幼児・小学生親子)
- ③開館時間=9時~17時 ⑦3階部分のみ日曜開放(対象は乳幼児・小学生親子)
- ④開館時間=9時~19時 ⑧一時あずかり保育「こみち」を除き休館
- ⑨教育相談のみ。開館時間=9時~17時
- ⑩収集業務のみ
- ⑪開館時間=9時~17時
- ⑫開館時間=10時~17時
- ⑬ホールなどの申込受付は休止

4月からの
年金額が
決定しました

令和7年度比で、1.9%の引き上げとなります。

■高齢基礎年金(年額)

67歳以下の方 84万7300円
68歳以上の方 84万4900円
※480か月分の保険料を納めた場合の満額。納付済月数で金額の変更あり

■障害基礎年金(年額)

1級 67歳以下の方 105万9125円、68歳以上の方 105万6125円
2級 67歳以下の方 84万7300円、68歳以上の方 84万4900円
※別途、子の加算を受けられる場合あり

■遺族基礎年金(基本額/年額)

67歳以下の方 84万7300円
68歳以上の方 84万4900円
■遺族基礎年金の子の加算額(年額)
第1子・第2子 24万3800円/人
※第3子以降の子の加算額は1人につき8万1300円

■千代田図書館の臨時休館

LED化工事のため休館します。
とき 5月24日(日)~6月28日(日)
※5月28日(木)~6月26日(金)平日10時~20時、土曜・日曜10時~17時は、9階カウンターで事前に予約した本の受け取りが可能
問合せ 千代田図書館
☎03-5211-4290

Contents —今号の主な内容—

- 2 PIAZZAでぐっと近くに! イベントのこと、みんなのこと、千代田区のこと
- 3 分譲マンション・住宅などの耐震化を支援します!
- 12 ちよだアクティブシニア塾

種別変更となるケース	変更後の種別・届け出先
第2号被保険者が退職した(第3号被保険者になる場合を除く/退職する第2号被保険者に扶養されていた第3号被保険者も含む)、または第2号被保険者が65歳に達し、老齢基礎年金を受ける資格が発生	変更後 第1号被保険者 届け出先 お住まいの区市町村の国民年金担当窓口
第1号被保険者または第3号被保険者が就職して厚生年金に加入	変更後 第2号被保険者 届け出先 勤務先
厚生年金の加入者の扶養になる	変更後 第3号被保険者 届け出先 扶養者の勤務先

国民年金の種別が変更となる場合は、変更の届け出を忘れずに

国内に居住する20歳以上、60歳未満のすべての方は、公的年金制度への加入が法律で義務付けられています。国民年金の加入種別は3種類あり、種別が変わったときは届け出が必要で、届けておかないと、将来年金が受け取れないこともあり、必要になった場合は、忘れずに変更の手続きをしましょう。

加入種別 第1号被保険者(自営業や自由業、20歳以上の学生、無職の方など)、第2号被保険者(会社や官公庁に勤めている方(厚生年金の加入者)、第3号被保険者(第2号被保険者に扶養されている配偶者が対象)

種別変更となるケース 左表

問合せ 千代田年金事務所 ☎03-3265-4381

高齢者等家賃債務保証料の一部を助成しています

60歳以上の高齢者世帯、障害者世帯、ひとり親世帯に、区内の民間賃貸住宅へ転居する際の家賃債務保証料にかかる保証料の一部を助成しています。世帯所得などの要件について詳しくはHPまたは問合せ先へ。

問合せ 住宅課住宅管理係 ☎03-5211-4319

自宅の防犯機器などの購入費用の緊急補助を行います

防犯対策用として購入・設置した防犯機器費用を補助します。

対象 区内在住の方(一世帯1回限り)の自宅(賃貸を含む)に設置・購入した防犯用品(4月1日以降購入分)

※令和7年度の申請者は対象外
対象用品 防犯カメラ・カメラ付きインターホン・盗撮カメラ・人感センサー・防犯フィルム・補助錠・防犯性能の高い鍵など

補助額 設置費用の補助率2分の1(上限額1万円)

申込方法 HPで必要書類を確認のうえ、5月1日(金)迄令和

9年1月29日(金)までにポータルサイト、郵送または直接問合せへ

問合せ 安全生活課安全生活係(区役所5階) ☎03-5211-4251

その他 ポイント利用分は対象外



イベントのこと、みんなのこと、千代田区のこと

PIAZZAでぐっと近くに!

地域コミュニティアプリ PIAZZAに千代田区エリアが開設!

近所のイベント情報やおすすめスポット、子育てや生活の相談、地域での“ちょっとした困りごと”の投稿など、地域に関わるさまざまな話題をシェアして千代田区をみんなで盛り上げませんか。詳しくはHPで確認を

PIAZZA(ピアッツァ)のできることも他にも機能いっぱい!

- イベント** 意外と知らない近場のお出かけ情報を発見!
- おしえて** 暮らしのお悩み、質問を匿名で聞いてみよう!
- おゆずり** おもちゃなど、使わなくなったモノを譲り合おう!

問合せ コミュニティ総務課管理係 ☎03-5211-4181

その他 無料(通信料のみ利用者負担)



経済センサス-活動調査を実施中です

経済センサス-活動調査は、日本における事業所・企業の経済活動の変動や動向を、全国のおよび地域別に明らかにすることを目的に行っています。4月上旬に郵送で調査書類を配布しました。回答が済んでいない単独事業所と新設事業所には、5月上旬から調査員が訪問し、調査書類を再配布します。忘れずに期限までに回答をお願いします。

回答方法 インターネット(推奨)または郵送

回答期限 6月8日(月)

問合せ 調査の内容や回答方法=コンタクトセンター ☎0120-138-102、IP電話の場合 ☎03-6628-3662(10月30日(金)まで(平日のみ)受け付け9時~18時)、その他=統計課統計調査係 ☎03-5211-4182

平和使節団に参加しませんか~平和の大切さを学び伝える~

沖縄、広島、長崎を訪問する平和使節団の参加者を募集します。現地で戦争体験者から体験談を聞き、資料館や戦跡を見学し、平和の大切さを学びます。派遣後はその体験を区民に伝えるなど、区の平和事業に協力いただきます。

対象 小学6年生以上20歳未満の方

定員 合計21名程度(沖縄7名、広島7名、長崎7名)

申込方法 5月8日(金)までに、応募申込書(HPからダウンロード可)と作文(様式自由)をポータルサイト、または郵送で ※作文は400~800字程度/平和についての考え、派遣を通じて学びたいこと、この経験を今後地域・学校でどう生かすかという視点を盛り込む

選考 作文・面接(面接日は別途通知)、選考結果は6月上旬(予定)に郵送で通知

問合せ 国際平和・男女平等人権課国際平和係 ☎03-5211-4165 〒102-8688九段南1-2-1

その他 注意事項などはHPで確認を

■平和使節団

世界の恒久平和を実現するために積極的に行動することを目指し、戦後50年の平成7年に「国際平和都市千代田区宣言」を行いました。この宣言に基づき、先の大戦の激戦地沖縄、人類史上初めて原子爆弾の被害を受けた広島・長崎へ、青少年を派遣しています。

事前・事後行事の日程(すべての参加が必須)

	事前学習会	結団式	報告会
日時	6月14日(日)13時~16時	7月3日(金)18時30分~19時30分	9月11日(金)18時30分~19時30分
場所	区役所会議室		
内容	自己紹介、グループワークほか	委嘱状交付、グループワークほか	派遣先ごとの報告

派遣日程・内容・参加費

沖縄

日程 7月23日(木)~25日(土)

訪問先(予定) 対馬丸記念館、宜野湾市立博物館、フトウキアブ、ひめゆりの塔・ひめゆり平和祈念資料館、平和の礎ほか

参加費 一般3万円、中学生3万円、小学生2万5,000円

広島

日程 8月5日(水)~7日(金)

訪問先(予定) 原爆ドーム、平和記念式典、青少年平和の集い、広島平和記念資料館ほか

参加費 一般2万円、中学生2万円、小学生1万円

長崎

日程 8月8日(土)~10日(月)

訪問先(予定) 長崎原爆資料館、永井隆記念館、青少年ピースフォーラム、平和祈念式典ほか

参加費 一般3万円、中学生3万円、小学生2万5,000円

※参加費は派遣期間中の交通費・宿泊費・食事代・入館料などを含む。自己都合でのキャンセルは、取消料が発生する場合あり

区政インフォメーション

千代田区 生きものさがし 2026春編

アプリを使って楽しみながら身近な生きものを探そう！

今年度も、アプリ(Biome)を活用した生きものさがしを行います。アプリ中の、「千代田区生きものさがし2026春編」を利用して、区内で見かけた生きものをスマートフォンで撮影し、投稿してください。5種投稿するとクエストクリアとなります。クエストを達成し、アンケートに答えると、抽選でノベルティグッズのプレゼントあり。

調査期間 4月20日(月)～5月31日(日) ※7～8月に夏編を開催

調査範囲 区全域(区以外は不可)

探す生きもの 区内に生息する動物・植物

調査方法 スマートフォンでアプリをダウンロードして生きものを撮影・投稿※アプリ登録時に提供した情報・写真はアプリ開発事業者(株)バイオームが適切に管理

チラシ配布場所 情報コーナー(区役所2階)、環境政策課(区役所5階)、出張所、区立図書館、児童館など

問合せ 環境政策課事業推進担当 ☎03-5211-4253

その他 「千代田区生きものさがし2026」チラシに添付のハガキでも提出可。5月31日(日)(消印有効)までに問合せ先へ




「ちよだ生物多様性大賞」は、生物多様性に関する優れた活動を表彰する区独自のユニークな制度です。この制度を通じ、生物多様性の保全活動をする意欲を高め、積極的に取り組んでいただくことを目的としています。令和7年度は次の2つの活動が受賞しました。

入賞

- ・玉井貴将さん
- 〈活動名〉小学生が作った千代田

生きものに優しい活動を表彰 「ちよだ生物多様性大賞」募集

区いきもの図鑑 石田晴基さん

〔活動名〕ハイログゲングロウをさがせ

令和8年度の募集を始めます

5月1日(金)から今年度の募集を開始します。家庭での身近な取り組みでもかまいません。

とき 5月1日(金)～11月30日(月)

対象 区内で生物多様性の保全活動などを行っている個人、団体、事業者など(自薦、他薦は不問)

表彰者発表 12月(予定)

※表彰された方の活動内容はHPなどで公表

表彰式 令和9年2月(予定)

申込方法 応募用紙(HPからダウンロード)を郵送、Eメールまたは直接問合せ先へ

選考ポイント 実効性や発展性・波及性などの視点や区の皆


さんなどへの地域貢献となる取り組みから、個人、団体などの特性に合わせて評価

表彰の対象となる活動例 生きものが住みやすい場所づくり、生きものさがしや観察会への参加、生きもの調査による発見、生きもの情報の発信など

問合せ 環境政策課企画調査係(区役所5階)

☎03-5211-4255

✉ kankyouseisaku@city.chiyoda.lg.jp




災害に強い まちづくりを実現するために 分譲マンション・住宅などの耐震化を支援します！

区内では、築30年以上経過している分譲マンションが4割を超えています。安心して快適に住み続けることができる住環境を整えるため、旧耐震基準(昭和56年5月以前)の建築物・住宅を対象に耐震診断などを行う費用を助成します。

分譲マンションの耐震化促進モデル助成(令和7年度～令和9年度までの3か年限定)		対象
助成項目	耐震改修	分譲マンションの管理組合
助成額	助成対象費用(上限5万200円/㎡)の90%(床面積5,000㎡を超える部分は30分の17)	
限度額	2億5,099万円	

令和9年度にモデル事業の助成を受けるためには、令和8年度中に補強設計まで行う必要があります

マンションの耐震化促進助成		対象 マンションの所有者(管理組合や区分所有者の代表者)								
助成項目	緊急輸送道路沿道建築物					一般道路沿道建築物				
	①耐震診断(分譲)	②耐震診断(賃貸)	③補強設計(分譲)	④補強設計(賃貸)	⑤耐震改修、除却、建て替え	①耐震診断(分譲)	②耐震診断(賃貸)	③補強設計(分譲)	④補強設計(賃貸)	⑤耐震改修、除却、建て替え
助成額(助成対象費用に対して)	100%	80%	上限2,000円/㎡の100%	上限2,000円/㎡の100%	上限5万200円/㎡の3分の2(5,000㎡超の部分は3分の1)	100%	75%	上限2,000円/㎡の100%	上限2,000円/㎡の3分の2	上限5万200円/㎡の3分の1
限度額	700万円	560万円	750万円	750万円	2億5,099万円	700万円	450万円	750万円	500万円	1億6,733万円

特定緊急輸送道路沿道建築物の耐震化促進助成		
対象 特定緊急輸送道路に接し、建築物の高さが特定緊急輸送道路の幅の2分の1を超える沿道建築物の所有者		
助成項目	①補強設計	②耐震改修・除却・建て替え
助成額(助成対象費用に対して)	100%	90%(床面積5,000㎡を超える部分は30分の17)
助成対象費用の限度額	床面積に応じた単価の合計額	5万1,200円/㎡かつ5億1,200万円

新規・拡充 木造住宅の耐震化促進助成		対象 木造住宅の居住者または所有者(空き家や店舗など、居住者がいない場合は対象外)			
昭和56年6月～平成12年に建築された木造住宅も令和8年度から助成対象					
助成項目	①耐震診断	②耐震改修	③除却	④耐震シェルター・ベッドの設置	
助成額(助成対象費用に対して)	100%	100%	3分の2	100%	
限度額	20万円	150万円	100万円	40万円	

限度額30万円UP 限度額20万円UP

次の制度は詳しくはHPで確認を

建築物の耐震化促進助成

住宅付建築物の耐震化促進助成

要除却ブロック塀等の改善工事助成


いずれも

申込方法 事前に問合せ先に相談のうえ、契約前に必要書類を直接問合せ先へ(国などへの申請が必要になる場合があるので、余裕をもって相談を)

問合せ先 建築指導課構造審査係(区役所5階) ☎03-5211-4313

※詳しくはHPまたはパンフレット(問合せ先で配布、HPからダウンロードも可)で確認を

※特定緊急輸送道路、緊急輸送道路はHPで確認を



6月8日(月)千代田区一斉清掃の日

みんなの参加できれいなまち

毎年6月6日(土曜・日曜)の場合は翌開庁日(日)を千代田区一斉清掃の日と定め、区、事業者、団体や区民などが一体となつて、清掃活動や環境美化に関する啓発活動を行っています。

とき 6月8日(月)7時～10時


※実施日以外の場合は6月3日(水)～10日(水)に振り替えます

会場 区内全域(自宅や学校、事業所の周りや歩道、植え込みなど)

申込方法 団体の場合は、5月15日(金)までに所定の実施計画書(HPからダウンロード)をEメールまたはファクスで

問合せ 安全生活課安全生活係
☎03-52211-4251
FAX03-3264-8956

☐anzensei
katsu@city.chiyoda.lg.jp



文化財保護調査員を募集します

年3回の定例会議に出席し、講座などの運営補助、グループワーク参加などをしてもらいます。

とき 8月1日(土)～令和10年3月31日(金)

対象 PCメールのやり取りができる方(初めての方を優先)

定員 10名程度

報酬 各回5000円(交通費など含む)

※講座などの運営補助は除く


申込方法 5月11日(月)までに、履歴書と課題作文(いずれも所定の様式)を郵送、Eメールまたは直接問合せ先へ

※所定の様式は「千代田区の文化財」HPからダウンロード

選考 書類選考通過者には6月上旬～中旬ごろに面接を行う

※日程は別途書面で通知

問合せ 文化振興課文化財係
☎03-32502-13348
T100-0012
日比谷公園1-4
☐bunkasinkou_bunkazai@city.chiyoda.lg.jp



軽自動車税(種別割)の納税通知書を5月中旬に送付します

4月1日現在の軽自動車・オートバイ(原動機付自転車を含む)の所有者または使用者に、5月11日(月)以降に納税通知書をお送りします。6月1日(月)までに金融機関・郵便局・税務課(区役所2階・出張所・指定のコンビニエンスストア(納税通知書の裏面に記載)で納めてください。パソコンやスマートフォンからも納付できます。

■軽自動車税(種別割)の減免
障害者手帳をお持ちで、一定の要件に当てはまる方は軽自動車税(種別割)の減免が受けられます。納期限を過ぎると減免が受けられません。

減免台数 1人1台(自動車税、軽自動車税のいずれか)


申請期限 6月1日(月)

問合せ 税務課納税促進係
☎03-52211-4193

5月は赤十字運動月間です

日本赤十字社は、5月の赤十字運動月間を中心に活動資金の寄付を呼びかけます。寄付金は、災害救援活動、医療、社会事業などに使われます。

問合せ コミュニティ総務課管理係
☎03-52211-4181





貴重なご意見をいただき、ありがとうございました

意見募集の結果概要は次のとおりです。

■千代田区耐震改修促進計画(素案)意見募集期間 3月5日～19日

意見募集の結果 意見者数0人、意見数0件

問合せ 建築指導課構造審査係
☎03-5211-4313

予防接種の費用などを助成します

希望する方は予診票の発行申請をしてください。

●大人の風しん抗体検査費用、予防接種費用

風しんは、妊婦が妊娠初期にかかるると胎児にも感染し、先天性心疾患や難聴などを主な症状とする先天性風しん症候群を引き起こす可能性があり、妊婦への感染防止が重要です。区では、大人の風しん抗体検査費用および予防接種費用の助成を行っています。費用は無料です。

- 対象** 受診日現在、区に住民登録があり、次のいずれかに当てはまる方
- ①19歳以上の女性で妊娠予定または妊娠を希望する方
 - ②①のパートナーおよびその他の同居家族
 - ③30～50歳代の男性
 - ④妊婦のパートナーおよびその他の同居家族
- ※妊娠中の方などは対象外。詳しくはHPを参照

助成期間 令和9年3月31日(水)まで

接種ワクチン 風しん単抗原ワクチンまたはMR(麻しん風しん混合)ワクチン

接種場所 区内の指定医療機関※HP参照

受診方法 区内の指定医療機関の窓口にて予診票を提示し、抗体検査および接種を受ける

その他 予防接種の費用助成は、抗体検査の結果、抗体価が基準値に達していない方のみ



●帯状疱疹ワクチン任意予防接種費用

接種日現在、区に住民登録がある満50歳以上の方で、過去に帯状疱疹ワクチンの接種を完了していない方は、区の助成で接種を受けることができます。

接種期間 令和9年3月31日(水)まで

- 接種ワクチン** ※どちらかを選択
- ・不活化ワクチン(シングリックス)2回
 - ・生ワクチン(ビケン)1回

助成額 不活化ワクチン=1万1,000円/回、生ワクチン=4,500円

※生活保護受給者と中国残留邦人など支援給付受給者は、不活化ワクチン=2万2,000円/回、生ワクチン=9,000円

接種場所 区内の指定医療機関※HP参照

接種方法 区内の指定医療機関の窓口にて予診票を提示し、接種を受ける

その他 帯状疱疹ワクチン定期予防接種対象者には予診票を送付済み



いずれも **問合せ** 健康推進課感染症対策係 ☎03-5211-8172

区民交通傷害保険の募集が始まります

区民交通傷害保険とは

自動車などによる交通事故でケガをした場合に、入院・通院の治療日数と治療期間に応じて、保険金が支払われる制度です。区内在住者なら誰でも少額の保険料で加入できます。

自転車利用者は保険加入しなければなりません

自転車事故の損害賠償責任に備えた保険への加入が義務づけられています。自転車を利用する方は、自転車運転中の加害事故によって、法律上の損害賠償責任が発生した場合にその損害賠償金が補償される「自転車賠償責任プラン」が付帯したコース(XJ、AJ、BJ、CJ)がおすすです。

詳しい保険の内容は、区内金融機関や郵便局で配布されているリーフレットをご覧ください。か引受保険会社にお問い合わせください。

- 加入資格** 7月1日(水)現在の区内在住者
- 保険期間** 令和8年7月1日(水)0時～令和9年6月30日(水)24時
- 申込方法** 5月1日(金)～6月30日(火)に区内の一部金融機関・郵便局にある申込書に保険料を添えて区内金融機関・郵便局窓口へ
- 引受保険会社** 損害保険ジャパン(株)公務文教営業部 東京公務課
☎03-3349-9666(平日9時～17時)
- 問合せ** 環境まちづくり総務課交通対策・監察係 ☎03-5211-4345
(承認番号: SJ25-15174令和8年2月26日作成)

コースの種類・保険料・保険額

コース	補償内容	一時払 ^(*) 保険料	最高保険金額
XJ	区民交通傷害Xコース+被害事故補償+自転車賠償責任プラン	1,500円	35万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
AJ	区民交通傷害Aコース+被害事故補償+自転車賠償責任プラン	2,200円	150万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
BJ	区民交通傷害Bコース+被害事故補償+自転車賠償責任プラン	3,000円	350万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
CJ	区民交通傷害Cコース+被害事故補償+自転車賠償責任プラン	4,300円	600万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)+1億円(自転車賠償)
A	区民交通傷害Aコース+被害事故補償	1,200円	150万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)
B	区民交通傷害Bコース+被害事故補償	2,000円	350万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)
C	区民交通傷害Cコース+被害事故補償	3,300円	600万円(交通傷害)+600万円(被害事故補償)

★保険料の払込方法の一つで、保険契約時に全保険契約期間の保険料を払い込むこと

⚠️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!

いきいきライフ

5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4月27日(月)午前9時から受け付け

会場	とき	内容	定員
一番町みんなのサロン(一番町12)	19日(火) 午後1時30分～2時30分	簡単な手話を覚える 「手話ふれあい会」	8名 無料
三崎町はあとサロン(神田三崎町3-1-17)	18日(月) 午後1時30分～3時	昔の懐かしい歌を歌う 「みんなで歌おう」	8名 無料
アキバみんなのサロン(外神田1-1-13)	22日(金) 午後1時30分～3時	さまざまな色のリボンを編む 「手芸タイム」	8名 150円
和泉はあとサロン(神田和泉町1-5-10)	14日(木) 午後1時30分～3時	ボランティアと一緒に楽しむ 「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

5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☎03-3265-6141	14日(木) 午後2時～3時30分 (開場午後1時30分)	ピアノと弦楽器が織り成す、すてきな演奏会を楽しむ (演奏／アンサンブル・ポコポコ、ピアノ／メグ、ヴァイオリン／ナオ)	30名
いきいきはあとカフェ (一番町12番地いきいきプラザ一番町1階) 高齢者あんしんセンター麹町☎03-3265-6141	23日(土) 午後2時～3時30分 (開場午後1時30分)	順天堂医院とのコラボレーション企画「アートカフェ」	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	9日(土) 午後2時～4時	「マンドリン演奏」 歌謡曲をはじめ、なじみのある曲の演奏を聞く (演奏／佐藤健一と楽しい仲間たち)	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	26日(火) 午前10時～11時45分	「美味しい日本茶の淹れ方講座」 毎日のお茶時間が充実する、ちょっとした工夫を学ぶ (協力：(株)龍名館／1899)	15名

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 会場まで1人で来ることができ、自立して体操に参加できる65歳以上の区内在住者
問合せ 社会福祉協議会高齢者活動センター☎03-3265-1161

5月のシルバートレーニングスタジオ

会場	曜日	とき
万世橋区民館	月 ^{*1}	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	1日・8日・15日・22日・29日 午前10時30分～11時30分
富士見区民館	月 ^{*1}	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
ザ番町ハウス	月	11日・18日・25日 午前10時30分～11時30分
麹町区民館	火 ^{*1}	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
ちよだパークサイドプラザ	火	12日・19日・26日 午後1時30分～2時30分
かんだ連雀	火	12日・19日・26日 午前10時30分～11時30分
岩本町ほほえみプラザ	水 ^{*1}	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
神保町区民館	水 ^{*1}	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
	水 ^{*1}	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
いきいきプラザ一番町	木 ^{*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
	金 ^{*2}	1日・8日・15日・22日・29日 午前11時～正午
アキバ分室 みりおん	木 ^{*2}	7日・14日・21日・28日 午前10時～11時
神田公園区民館	木 ^{*1}	7日・14日・21日・28日 午後1時30分～2時30分、午後2時45分～3時45分
かがやきプラザ	金 ^{*1}	1日・8日・15日・22日・29日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
和泉橋区民館	金	1日・8日・15日・22日・29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 ※ 登録者は登録会場で毎週1回の参加可

☆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☆

〇〇〇-〇〇〇〇

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



ジュニア空手道教室

時 6月6日～7月4日の毎週土曜(全5回)10時～11時45分
 場 スポーツセンター(内神田2-1-8)
 対 区内在住・在学の小・中学生
 定 30名(申込順)
 申 5月30日(土)までにEメール(記入例参照/学校名、学年、緊急連絡先も記入)で
 問 千代田区空手道連盟・堀
 ☎080-5647-5449
 ②m1s1t1k@gmail.com

ジュニアカレッジ ミュージカルの世界を体験してみよう

ブロードウェイミュージカル 「ピーター・パン」

時 ①6月28日(日)10時～11時30分②7月28日(火)開演16時30分、終了予定19時15分(全2回)
 場 ①九段生涯学習館(九段南1-5-10)②東京国際フォーラム(丸の内3-5-1)
 対 区内在住・在学の小学1年生～3年生とその保護者 定 16組32名(抽選)
 内 ①演出・振り付けを担当する講師の話の聞き、劇中歌のダンスやワークショップを楽しむ②作品を観劇する
 費 1万5,000円(全2回/S席親子チケット代を含む)
 申 5月20日(水)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

子ども水泳教室で練習しよう

■第2期
 時 6月15日～7月13日の毎週月曜(全5回)①15時30分～16時25分②16時30分～17時25分
 場 麹町小学校(麹町2-8)
 締 6月1日(月)(必着)
 問 千代田区水泳連盟・斎藤
 ☎090-3313-6019(SMSでの連絡に限る)〒102-0093平河町1-7-2 302

■第3期
 時 6月18日～7月16日の毎週木曜(全5回)①15時30分～16時25分②16時30分～17時25分
 場 ちよだパークサイドプラザ(神田和泉町1) 締 6月4日(木)(必着)
 問 千代田区水泳連盟・小川
 ☎080-3477-5474(SMSでの連絡に限る)〒273-0123千葉県鎌ヶ谷市南初富5-8-28-7

いづれも

対 ①区内在住・在学の小学1・2年生と年長(おむつが取れていること)の園児②区内在住・在学の小学3年生～6年生
 定 A～E各回30名(いずれも申込順)
 内 目標別の教室。A=潜って浮く、B=蹴伸びのバタ足、C=クロールの息継ぎ、D=クロールで25m、E=クロール25m以上とその他の種目
 費 5,000円(傷害保険料を含む/初日に支払い)
 申 往復ハガキ(1人1枚/記入例参照/学校名、学年、性別、緊急連絡先、泳力レベル(A～E)も記入)で

児童館で遊ぼう! こどもの日

時 5月5日(火・祝)開館9時～17時(当日直接会場へ)
 対 区内在住・在学・在園の0歳～18歳の子どもとその保護者(乳幼児は保護者の同伴が必要)

児童館名	電話番号	時間・内容
西神田児童センター(西神田2-6-2)	☎03-5215-9062	時 10時～16時 内 こどもの日の制作、プラレール、ボールプール
神田児童館(外神田3-4-7昌平童夢館5階)	☎03-3253-6021	時 10時～16時 内 こどもの日の制作、プラレール、トランポリン
一番町児童館(一番町10)	☎03-3230-0866	時 10時～16時 内 こどもの日の制作、プラレール
四番町児童館(四番町5-8)	☎03-3234-3084	時 10時～16時 内 こどもの日の制作、プラレール
富士見わんぱくひろば(富士見1-10-3)	☎03-3263-1185	時 9時～17時 内 大きなプラバン作り
いずみこどもプラザ(神田和泉町1)	☎03-3865-1461	時 9時～16時45分 定 50名 内 映画上映と工作会※工作会は材料がなくなりしだい終了

女性のための体操教室

尿もれ予防体操
 とき 6月4日～7月23日の毎週木曜(全8回)10時～11時30分
 会場 岩本町ほほえみプラザ(岩本町2-15-3)
 定員 20名(抽選/新規の方優先)
 対象 65歳以上の区内在住で、自立して参加できる女性。教室終了後も仲間と継続して運動したい方
 申込方法 5月20日(水)までにポータルサイト、電話またはEメール(記入例参照)で
 問合せ 在宅支援課介護予防担当 ☎03-5211-4223
 ②zaitakushien@city.chiyoda.lg.jp



男の筋トレ教室

とき 5月27日～7月15日の毎週水曜(全8回)午前10時～11時30分
 会場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)
 対象 65歳以上の区内在住で、自立して参加できる男性
 定員 20名(抽選)
 内容 衰えがちな筋力をトレーニングで鍛え、介護予防に役立つ知識や運動習慣を身につける
 申込方法 5月15日(金)までにポータルサイト、電話またはEメール(記入例参照)で
 問合せ 在宅支援課介護予防担当 ☎03-5211-4223
 ②zaitakushien@city.chiyoda.lg.jp




「まちだアイ・ステートメント」に学ぶ共生のまちづくり

とき 5月11日(月)午後3時～5時
 会場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)
 対象 認知症ケアに関心がある方
 定員 80名(申込順)
 内容 認知症の方の居場所や活動の場の創出に取り組む団体Dフレンズ町田による講話を聞く
 申込方法 5月8日(金)までにHP、電話、ファクス、Eメール(記入例参照)または直接問合せ先へ
 問合せ かがやきプラザ研修センター ☎03-6265-6560


こころとからだのすこやかチェック

4月下旬に健康調査用紙を送付します。5月29日(金)までに返送してください。ポータルサイトからも回答できます。
 対象 65歳以上の区内在住で、介護認定を受けていない10月～3月生まれの方
 問合せ 在宅支援課地域包括ケア推進係介護予防担当 ☎03-5211-4223



学び直しも大歓迎 ゼロから学べる ウエルネス(健康)マージャン 初心者教室

「賭けない、飲まない、吸わない」で楽しみ、手先と脳を使うことでフレイル予防にもなる、ウエルネスマージャンをしませんか。



と き ①説明会=5月22日(金)午後1時30分～3時②初心者教室=5月下旬～8月上旬の火曜午前10時～午後0時30分、水曜午前9時45分～正午、木曜午前10時～午後0時30分(全11回)
 会 場 ①かがやきプラザ(九段南1-6-10)②火曜=雀友倶楽部(神田佐久間町2-14-7-3階)、水曜=ガラパゴス神保町(神田神保町3-2-1-3階)、木曜=錦江荘(有楽町1-2-10錦ビル3階・4階)※錦江荘の最少催行人数8名。満たない場合は、火曜・水曜の教室に割り振る
 対 象 60歳以上の区内在住者で、マージャン未経験者(学び直しの方も可)
 定 員 50名(申込順)
 講 師 ①井出洋介氏(健康マージャン・ファウンダー/写真)②(一財)日本ウエルネスマージャン・フレイル予防協議会の認定講師
 費 用 ①無料②1回1,500円(初回のみ別途講義資料代1,500円が必要)※受講料はつど払い
 申 込 5月20日(水)までに電話またはEメール(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

のびのび子育て

物価高対応子育て応援手当の申請はお早めに!

申請期限は6月30日(火)です。児童手当を受給している公務員の方などは申請が必要です。

区から児童手当の認定を受けている申請不要の方には3月19日に支給済みです。

対象児童 平成19年4月2日~令和8年3月31日までの間に生まれた、児童手当の支給対象となる児童

支給対象者 児童手当を受給している区内在住者

支給額 2万円

申請方法 HPで必要書類を確認のうえ、ポータルサイト、郵送、直接出張所または問合せ先へ

問子育て推進課手当・医療係 ☎03-5211-4230



図書館でおはなし会

時5月10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

千代田区少年少女相撲大会兼 わんぱく相撲千代田場所・都大会予選

時5月24日(日)9時~17時

場スポーツセンター(内神田2-1-8)

対区内在住・在学の小学生

申5月15日(金)までに申込フォームから

問千代田区相撲連盟



限部 ☎080-2486-6709
chiyoda.sumo@gmail.com(メールでの連絡を希望)

家庭教育学級

■おうちでの性教育、はじめの一步

時5月31日(日)10時30分~12時

場九段生涯学習館(九段南1-5-10)

対子育てに関心のある方または在学(園)の子ども保護者

定30名(抽選)

内性教育は、心と体を大切にすることを、プライベートゾーンや思春期の変化について、家庭でどのように触れればよいかを学ぶ

師 染矢明日香氏(NPO法人ピルコン理事長/写真) 費500円

締5月13日(水)21時



■米粉でつくろう! 夏野菜のカラフルフォカッチャ

時6月14日(日)10時30分~12時30分

場スポーツセンター(内神田2-1-8)

対区内在住・在学または保護者が区内在勤の小学1年生~3年生とその保護者

定16組32名(抽選)

内野菜のおいしさを学び、親子でアートなフォカッチャを焼く(約10cmx15cm程度x2個)

師 小磯ふきこ氏(野菜ソムリエ・食育指導士/写真)

費1組1,800円(材料費含む)

締5月20日(水)21時



いずれも

申HP・電話またはファクス(6面記入例参照)で

問九段生涯学習館 ☎03-3234-2841 FAX03-3262-7460



多様な手当・医療費助成で子どもの健やかな成長を支援

次代を担う子どもや子育て世帯を支援するため、さまざまな手当や医療費助成を行っています。各種手当・医療費助成は、子どもの年齢や状況、世帯の状況に応じて、複数に当てはまる場合があります。

問①~⑩・⑫子育て推進課手当・医療係 ☎03-5211-4230 ⑪児童・家庭支援センター発達支援係 ☎03-5296-9281



Table with 5 columns: 種類, 支給対象, 手当または助成額, 申請時期, 所得制限. Rows include ①児童手当(国制度), ②中高生世代応援手当(区独自制度), ③育成手当(都制度), ④障害手当(都制度), ⑤児童扶養手当, ⑥特別児童扶養手当, ⑦乳幼児医療費助成, ⑧義務教育就学児医療費助成, ⑨高校生等医療費助成, ⑩ひとり親家庭等医療費助成, ⑪発達障害等の療育経費助成(区独自制度), ⑫出産費用助成(区独自制度).

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25
m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、活気が
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」で確認を。

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 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 なる進展を図る 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★

生活ほっとライン

かがやきシネマ

時 東京物語＝5月11日(月)・18日(月)、美しき小さな浜辺＝5月13日(水)・20日(水)いずれも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



東京物語 画像提供: 合同会社文輝



美しき小さな浜辺 画像提供: 合同会社文輝

区民健康講座

認知症の治療・予防の最前線
 時 5月15日(金) 18時30分～19時30分
 場 千代田保健所(九段北1-2-14)
 定 30名(申込順)
 内 区民に身近な九段坂病院の院長から認知症の治療と予防を学ぶ
 師 山田正仁氏(九段坂病院院長)
 申 5月8日(金)までに電話またはファクスで
 問 神田医師会☎03-3291-0450 FAX03-3291-0580

千代田ビジネス起業塾開催

マーケティングや会計など起業の基本を学び、事業計画書を作成します。
 時 6月4日～7月30日の毎週木曜(全9回) 18時45分～20時55分
 場 ちよだプラットフォームスクウェア(神田錦町3-21) 定 20名(申込順)
 費 区内在住・在学者1万円、その他の方2万円
 申 4月23日(木)9時からポータルサイトから
 問 まちみらい千代田・産業まちづくりグループ☎03-3233-7558
 他 託児サービスあり(小学生未満/1人1回1,000円)



卓球リーグ戦大会(前期)

時 5月30日(土)9時～
 場 スポーツセンター(内神田2-1-8)
 対 区内在住・在勤・在学者で構成するチーム、千代田区卓球連盟登録チーム(1団体2チーム以上の申し込みも可)
 種目 男子の部・女子の部
 費 1チーム3,000円(高校生以下で組むチームは1,500円)
 申 5月12日(火)(必着)までに所定の申込書(スポーツセンターで配布)を郵送で
 問 千代田区卓球連盟・榎本☎080-1323-8089

アーチェリー初心者講習会

時 6月3日～19日の毎週水曜・金曜(全6回) 18時30分～
 場 スポーツセンター(内神田2-1-8)
 対 小学5年生以上の方(中学生以下は保護者の同伴が必要) 定 25名(抽選)
 費 3,500円(傷害保険料を含む)
 申 5月17日(日)(必着)までに申込フォームまたはEメール(6面記入例参照/学校名、勤務先、利き手、身長も記入)で
 問 千代田区アーチェリー協会・野崎☎090-1057-0066
 ちよだaerchery@gmail.com



しょうぶ湯に入りませんか

区内の公衆浴場では、こどもの日にちなんで「しょうぶ湯」を行います。小学生以下は無料で入浴できます。家族そろって広いお風呂に入りませんか。



場所	実施日
稲荷湯(内神田1-7-3) ☎03-3294-0670	5月5日(火・祝)
於玉湯(岩本町2-2-14) ☎03-3866-2306	5月6日(水・休)
梅の湯(神田神保町2-8-2) ☎03-3261-5897	5月7日(木)

※時間は各浴場に問い合わせ

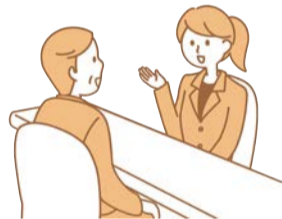
問 地域保健課地域保健係☎03-5211-8164

福祉の専門家に相談しませんか

保健福祉オンブズパーソンが、保健福祉サービス全般に関する不満や疑問をお持ちの方からの相談・申し立てを受け、公正中立な立場で調査を行います。必要に応じて、区や事業者意見表明やサービスの是正を勧告します。※個人のプライバシーは厳守

相談内容(例)

- ・契約とサービス内容が違う気がする
- ・区への対応に不満がある
- ・事業者の行動や態度に問題がある



千代田区の保健福祉オンブズパーソン

小林有紀子氏(社会福祉士)、高辻千恵氏(大学准教授)、長尾愛女氏(弁護士)

相談日・相談員

第2水曜＝小林有紀子氏(14時～16時)、第4金曜＝高辻千恵氏(14時～16時) ※相談日時は広報千代田の毎月20日号「各種相談」面に掲載

相談方法①

面談(予約制) 相談日の前開庁日の16時30分までに電話で ※相談日以外でも別途調整可

郵送 所定の用紙に必要事項を記入し、郵送

所定の用紙の設置施設

保健福祉部窓口(区役所3階)、千代田保健所、児童・家庭支援センター、児童館、保育園、こども園、認証保育所、障害者福祉センターえみふる、社会福祉協議会、高齢者あんしんセンター、高齢者福祉施設など(HPからもダウンロード可)



問 福祉総務課厚生係☎03-5211-4211

図書館の催し

星のソムリエ® 星空教室～日本人が見上げた星空 第1回「星と祭り日本人」

時 5月28日(木) 19時～21時(途中休憩あり)
 場 日比谷図書文化館(日比谷公園1-4) 定 200名(申込順)
 内 星を祀る神社や七夕、流れ星の伝承、祭りなど、日本人と星の深い結びつきを学ぶ
 師 皆川敏春氏、北崎直子氏(いずれも星のソムリエ®みたか) 費 1,500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

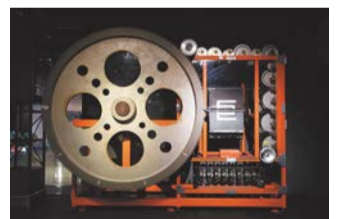


「寿老人(寿星)めぐり」は職が目印



千代田ミュージアムネットワーク連携企画 ヒビ・カガク～日々の中に科学をみつけるVol.1 機械を動かす身近な要素※両日希望者対象

■講演会
 時 6月12日(金) 19時～20時30分(開場18時30分)
 場 日比谷図書文化館(日比谷公園1-4)
 内 歯車を題材に身近な機械の仕組みの例や、関連する情報を学ぶ
 ■ガイドツアー
 時 6月20日(土) 10時～11時30分(開場9時40分) 場 科学技術館(北の丸公園2-1)
 内 学芸員の説明を聞き、さまざまな展示を少し違った切り口で鑑賞する。工作体験もあり



「びっくり25200000回」(科学技術館 5階 メカ展示室)

定 40名(申込順)
 師 松浦匡氏((公財)日本科学技術振興財団・科学技術館 学芸員)
 費 区内在住者2,000円、その他の方2,500円 ※科学技術館の入館料を含む。区内在住者は住所が確認できるものを持参
 申 4月24日(金) 10時からHPから
 問 日比谷図書文化館☎03-3502-3340
 他 全2回の参加が必須



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

最高位戦健康麻雀生徒募集

開催日 入門者の方 5月8日～毎週金曜日 初級者の方 6月5日～毎週金曜日

最高位戦プロが講師です!

時間 10時～12時 金額 2,000円

場所 最高位戦道場(千代田区神田三崎町3-1-3 榎本一輝ビル2F)

お問合せ 090-7379-7961

詳しくは最高位戦ホームページをご覧ください!

最高位戦

ふたばサービス支援会員 登録説明会

あなたの得意を生かしてみませんか？

1人暮らしの高齢者や高齢者のみ世帯の電球交換や家電確認、通院同行など、日常の困りごとをサポートできる方を募集しています。説明会参加後は支援会員として登録し、活動を始められます。支援会員には、活動報酬が支払われます。

時 5月26日(火) 13時30分~15時

場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)

対 18歳以上の心身

ともに健康な方

定 10名(申込順)

用 5月20日(水) 17

時までに電話、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

☎ 03-3265-1901 FAX 03-3265-1902

✉ futaba@chiyoda-cosw.jp

他 当日参加できない方は問合せを



都税の納税証明・評価証明などの 申請はLoGoフォームから

納税証明はすべての都税事務所・都税支所・支庁で申請できます。申告・納付後1週間~2週間以内に納税証明を申請する場合は、①領収証書の原本(領収印のあるもの)②申告税目のみ申告書の控え(受付印のあるもの)の両方を都税事務所などの窓口までお持ちください。その他、申請に必要な書類は主税局HPを確認を。

また、証明書などの申請・手数料納付は、「LoGoフォーム」でも手続きが可能です。申請可能な証明などの種類、詳細な手続Q&Aは、主税局HPを確認を。

☎ 千代田都税事務所 ☎03-3252-7141



▲主税局HP



▲LoGoフォーム

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

こだわりの 人気商品特集

5/7(木)
~29(金)
定休日 土・日・祝

定番商品や、コアなファンのいる名品など、
人気商品を集めました。

<p>しらチョコビ (愛媛県西予市)</p> <p>ハーブとにんにく、黒こしょう、赤とうがらしが絶妙な「オリーブかおるしらすのアンチョコビ」。レシピ集付き</p>	<p>若狭の梅干し (福井県若狭町)</p> <p>皮が薄く肉厚でジューシーな若狭の梅を使用した梅干し</p>
<p>干し柿 (島根県松江市)</p> <p>地域に伝わる製法を守り、専用の柿小屋で天日干し。自然の甘みが口に広がる</p>	<p>芋菓子 (愛媛県上島町)</p> <p>素揚げして砂糖をまぶしただけの昔ながらの芋菓子</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)

☎ ちよだグルメショップ+A ☎03-5577-3846(12時~18時)

消防団員募集中!

まちを守る消防団では、仲間を募集しています。ライフスタイルに合わせた活動ができ、仕事や学業との両立も可能です。応急手当てや手話、英会話など、さまざまな講習もあります。地域に貢献したい、仲間と成長したい、そんな思いを一緒に実現しましょう。



特別区消防団への入団に関するフリーダイヤルは

☎0120-119-588

午前9時から午後5時まで(土・日・祝日を除く)

☎ 丸の内消防署 ☎03-3215-0119

☎ 麴町消防署 ☎03-3264-0119

☎ 神田消防署 ☎03-3257-0119



5月の休日応急診療

☎ 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 3日・4日・5日・6日・10日・17日・24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、麴町消防署☎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」

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) ☎ 03-5211-8161 FAX03-5211-8192

事業名・対象など	とき
<p>心の相談室</p> <p>区内在住で心の問題で悩んでいる方とその家族</p>	<p>14(木)・22(金) 13時30分~15時30分 ※14(木)はかがやきプラザ(九段南1-6-10)で行う</p>
<p>肝炎ウイルス検査</p> <p>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</p>	<p>1(金)10時~10時30分</p>
<p>HIV・性感染症(梅毒)相談・検査</p>	<p>1(金)9時30分~10時</p>
<p>ふん便のノロウイルス検査</p> <p>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</p>	<p>8(金)・12(火)・15(金)・ 19(火)・22(金)・26(火)・ 29(金) 10時~15時</p>
<p>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)</p> <p>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</p>	<p>8(金)・12(火)・15(金)・ 19(火)・22(金)・26(火)・ 29(金) 10時~16時</p>

5月の各種相談(無料/受付時間は終了の30分~1時間前)

●家族、教育、企業関係者、支援者も相談可
★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※弁護士が応対	時1(金)・8(金)・13(水)・15(金)・20(水)・22(金)・27(水)13時~15時45分
税務相談(予約制)		確定申告、相続・贈与税など	時14(木)・28(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14(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7(木)・21(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21(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19(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12(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12(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・契約など消費生活の困りごと ※消費生活相談員が応対	時平日9時~16時30分 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※弁護士が応対	時25(月)13時~15時45分(受け付けは15時15分まで) 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※中小企業診断士が応対	時平日9時~17時 ※訪問相談の場合、夜間や土曜の対応も応相談/オンライン・訪問での相談も実施中 場経営相談室(九段南1-6-17千代田会館8階) 問商工観光課経営相談・融資担当☎03-5211-4344※予約は区HPから
男女共同参画センターMIW(ミュウ)相談室(予約制)	区内在住・在勤・在学者	一般相談 夫婦やパートナー、家族関係、人間関係、働き方、ハラスメント、性に関すること、性暴力被害など	時毎週月曜・水曜・金曜10時~14時50分、毎週火曜13時~17時50分、毎週木曜・第1・第3土曜10時~12時50分(1回50分) ※託児サービスあり(有料・2週間前予約)
	区内在住・在勤・在学者●	法律相談 一般相談の内容で特に法律に関わること※女性限定/女性弁護士が応対	時12(火)10時~、11時~(1回45分)
ちよだDV相談ダイヤル	区内在住・在勤・在学者	LGBTQ相談 性自認や性的指向に関すること	時14(木)・28(木)16時30分~、17時30分~、18時30分~(1回50分)
	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・デートDV)のこと ※DVで緊急を要する場合は、警察(110番)へ	時平日9時~17時 問☎03-6272-3828
女性・ひとり親家庭相談	区内在住者	女性の悩み、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 ※女性相談員が応対/必要な場合は自立に向けた支援を実施	時平日8時30分~17時
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
児童・家庭支援センター相談窓口	区内在住者	日々の悩みや不安、どこに相談していいのか分からないことなど、子ども・子育てに関すること	時平日8時30分~17時 場子ども相談窓口(区役所2階) 問子ども相談窓口☎03-5211-4116
		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こと※夜間・休日は委託事業者が応対/継続相談の対応は不可	時24時間365日、来所相談は平日9時~17時で要予約 場児童・家庭支援センター(神田司町2-16神田さくら館6階) 問児童・家庭支援センター☎03-3256-8150
人権身の上相談(予約制)	区内在住・在勤・在学者	人権の侵害や身の上の心配ごと(人権擁護委員が応対)	時11(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13(水)小林氏、22(金)高辻氏いずれも14時~16時 場区役所会議室 問福祉総務課厚生係☎03-5211-4211(郵送での相談も受け付け可。郵送先=福祉総務課保健福祉オンブズパーソン事務局〒102-8688九段南1-2-1)
福祉専門法律相談(予約制)	区内在住・在勤・在学者★	福祉や成年後見制度、消費者被害に関する悩み、相続や遺言の相談※弁護士が応対/ちよだ成年後見センター職員も同席	時14(木)澄川氏、28(木)石坂氏いずれも14時~16時20分
成年後見制度相談	区内在住・在勤・在学者★	成年後見制度の利用、後見活動の悩みや不安	時平日8時30分~17時 ※来所前に電話で問合せ先へ
かがやきカウンセリングルーム(予約制)	区内在住・在勤・在学者★	家族介護によって生じるストレス、認知症や若年性認知症のご本人や家族の心配ごと、福祉・介護現場で働くなかでのストレスや不安など※専門のカウンセラーが応対	時9(土)13時~16時、27(水)10時~13時 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
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
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
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助言、職業上の悩みなど(障害者手帳がなくても相談可)※ジョブコーチ(職場適応援助者)が応対	時20(水)9時~16時 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
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①7(木)・21(木)②9(土)・23(土)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(九段南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

7月のスポーツ施設の利用申し込み(③のみ8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)	5月10日(日)~20日(水)	5月25日(月)	6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)	5月1日(金)~20日(水) (5月18日(月)は休館日)	6月1日(月)	6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=7月5日(日)・19日(日)(少年野球優先抽選枠。抽選後の空き枠は利用可)③8月17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。詳しくは問合せ先へ

知っていますか

ちよだアクティブシニア塾

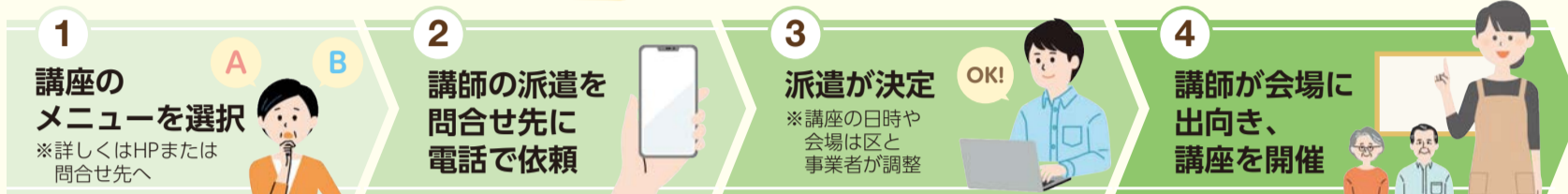
ちよだアクティブシニア塾は、地域の高齢者団体などに民間企業の講師を無償で派遣する出張講座です。
事業者が多数存在する区独自の取り組みで、皆さんの活動をサポートします。
地域社会につながるきっかけづくりや趣味の仲間づくり、介護予防対策などにご利用ください。

- とき** 通年(講座実施回数に上限あり)
- 対象** 65歳以上の区内在住者が参加する団体・グループ
- 費用** 無料(一部材料費など実費負担の場合あり)

問合せ 在宅支援課
地域包括ケア推進係
☎03-6265-6485



申込方法 電話するだけ！かんたん申し込み！



各種講座

※写真はこれまでの講座の様子



ハンドケア講座
福祉ネイルサラサ
簡単に始められる手のケアを紹介。手の健康を考え、フレイル予防につなげる。



小麦粘土で作る「パンの花」教室
(株)ニッポン
小麦粘土でお花の小物(約7cm)を作る。



手打ちうどん教室
(株)ニッポン
国産小麦粉を使用し、手打ちうどんを作る。



体を使うゲームの体験会
(株)クオナムジャンプ
任天堂Switchを使用して、ボウリングゲームを楽しむ。



インドの家庭料理
AJANTA
(株)プランスコーポレーション)
インド料理の定番から季節の料理などを作る。



写真の簡単撮り方講座
日本カメラ博物館
身近な被写体で、見栄えのよい写真の撮り方や設定などを解説。

参加者の声



地域の集まりの催しとして本当に助かっています。参加した皆さんの満足度もすごく高いです。



「この会社、千代田区にあったんだ！」という新しい発見もあり、楽しみながら利用しています。

企業ならではのノウハウを学べて、区民と企業が地域でつながれるのはとても良いです。



今年度から新しい講座が仲間入り!

自動火災報知設備の作動体験および災害対策備蓄品の紹介

能美防災(株)

災害時の備えは重要です!



生涯、自分の足で歩く! 歩き方講座

生涯、自分の足で歩く! その第一歩のお手伝いをさせていただきます。



(株)アーバンフィット

暮らしが便利になる AI活用講座

地域の皆さんに貢献いたします



LONZ(株)

- 季節をおいしく頂く。健康スープを作ろう
- 火を使わずに料理を作ろう
- 快適に過ごすための空気循環の大切さ講座

フレイル予防をお手伝いします!



シロカ(株)

健康測定会&相談会
脳トレ体操&脳トレボードゲームで認知症予防

ウエルシア薬局(株)

お茶の美味しい淹れ方講座

急須でお茶を淹れてホッと一息、お茶時間を楽しみましょう!



(株)龍名館

編集後記

4月から進学や就職、異動などで、新しいスタートを切られた方も多いのではないのでしょうか。気付けばもう3週間。本当にお疲れ様でした。広報千代田の制作チームにも、今号から新しく3名が加わりました。これまで以上に力を合わせながら、分かりやすく、魅力的な紙面をお届けしたいと思います。GWの楽しみを励みに、4月後半戦も一緒に乗り切っていきましょう。(塩田)