

公開講座  
アクセサリー作り

シンプルな装いが華やぐ

涼やかなネックレス

時6月7日(日)13時30分~15時30分  
場障害者福祉センターえみふる(神田駿河台2-5)  
定5名(抽選)※小学生は保護者同伴  
内ビーズ編みの基本、金具パーツの取り扱い方やテクニックを学び、パールレースのネックレスを作る 費1,000円  
申5月28日(木)17時までにHPで参加条件を確認  
のうえ、HP、電話、ファクス(記入例参照)、または直接問合せ先へ  
※当選者のみ5月29日(金)に通知  
問障害者福祉センターえみふる  
☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608  
他金属アレルギーがある方は注意を



「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①6月20日(土)・21日(日)いずれも7時30分~18時②6月27日(土)、7月4日(土)いずれも8時~18時、集合・解散=東京駅  
場①檜原都民の森・檜原温泉センター数馬の湯②山のふるさと村  
対①区内在学・在住の小学生とその保護者②小学5年生以上の方  
定①8名②6名(いずれも抽選)  
内森林体験とワークショップ  
費2,500円(昼食代含む)  
申①~6月1日(月)②5月25日(月)~6月8日(月)に希望日を選択のうえ、HPまたは電話で  
問(株)日本旅行☎080-7017-7664



当事者の主体性を奪わない  
教育・ケアとは

時6月27日(土)14時~16時  
場かがやきプラザ(九段南1-6-10)

対認知症ケアに関心がある方  
定80名(申込順)  
内認知症ケアと教育の専門家による対談で学ぶ  
師加藤忠相氏((株)あおいけあ 代表取締役)、工藤勇一氏(教育アドバイザー)  
申6月19日(金)までに申込フォーム、電話、Eメール(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  
✉jinzai@chiyoda-cosw.jp



グリーンケア・傾聴講座

大切な人を失った心に  
そっと寄り添う力を  
時①6月26日(金)②7月3日(金)③7月10日(金)(全3回/①のみの受講可)いずれも14時~16時  
場かがやきプラザ(九段南1-6-10)  
定30名(申込順)  
内①基礎知識を学ぶ②話を聴くときのポイントを学ぶ③実際のグリーンケア体験談を通して、寄り添い方を考える  
師高本眞左子氏((一社)セルフケア・ネットワーク/写真)  
申6月24日(水)までに申込フォーム、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  
問かがやきプラザ研修センター  
☎03-6265-6560 FAX03-3265-1162  
✉jinzai@chiyoda-cosw.jp



いざというとき役に立つ  
命を守る着衣水泳

時6月27日(土)13時30分~(受け付け13時~)  
場いきいきプラザ一番町(一番町12)  
定25名(申込順)  
※小学3年生以下の方は保護者同伴  
申6月26日(金)17時までに住所と年

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)。

年齢が確認できるものを持参のうえ、直接問合せ先へ  
問いきいきプラザ一番町(9時~17時)  
☎03-3265-6311  
他持ち物=水着、タオル、衣服(長袖長ズボン)、ペットボトル(2ℓサイズ)、レジ袋



教養講座 秀吉と秀長  
~豊臣政権の繁栄と崩壊~

時7月17日(金)18時30分~20時30分  
場九段生涯学習館(九段南1-5-10)  
対18歳以上の方 定30名(抽選)  
内豊臣政権の大名支配や次世代構想を新たな視点から考える  
費1,000円  
申6月20日(土) 春岳寺・高台寺蔵  
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



6月1日~30日は  
東京都HIV検査・相談月間です

東京都ではHIV/エイズへの理解と関心を深め、早期検査の重要性を認識してもらうため、「東京都HIV検査・相談月間」を定めています。今年度のテーマは「ねえ、知ってる? HIVのこと」です。検査は無料、匿名で申し込みます。期間中、千代田保健所では検査を受けられる人数を拡充しています。

千代田保健所

時原則毎月第1金曜日9時30分~10時  
場千代田保健所(九段北1-2-14)  
内HIV・性感染症検査  
申検査日の前月1日からメールまたは電話で  
問健康推進課感染症対策係☎03-5211-8173  
✉kansenshou@city.chiyoda.lg.jp



東京都新宿東口検査・相談室

時平日15時~20時、土曜・日曜13時~17時※水曜は女性検査日  
場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)  
内HIV抗体検査・梅毒抗体検査※期間中は淋菌・性器クラミジア検査も行う  
申検査日の2週間前からHPまたは電話で(☎050-3801-5309)  
問(都)保健医療局エイズ対策担当  
☎03-5320-4487



熱中症対策を心がけて!

熱中症は重症化すると命の危険を伴います。熱中症が疑われたら涼しい場所に移動し、水分補給や体の冷却を。意識障害など重症が疑われる場合は、119番通報をお願いします。夏は気温の上昇とともに救急要請が増加します。熱中症対策は自分の命を守り、救急車を必要とする他の人の命を救うことにもつながります。詳しい対策は東京消防庁HPから確認を  
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



光化学スモッグにご注意ください

光化学スモッグは、大気汚染物質が太陽の紫外線を受けて発生します。気温が高い5月~9月の日中は特に発生しやすく、注意報が発令されたら区役所・出張所・学校などに掲示、SNSでも発信し、濃度が高いときは防災行政無線でお知らせします。大気汚染の原因のひとつは、自動車交通量の増加です。徒歩や自転車、公共交通機関での移動を心がけましょう。

- 健康への影響  
・目がチカチカしたり痛み、涙が出る  
・のどの痛み、せき、息苦しさ  
・吐き気、頭痛など
- 対処方法  
・注意報などが発令したときは、屋外へ出ない  
・症状が出たときは、涼しく風通しがよい屋内で、安静に  
・症状が変わらないときや、症状がひどくなったときは、医療機関へ相談

■健康被害の連絡先  
保健サービス課保健サービス係☎03-6256-8477(8時30分~17時15分)、(都)医療機関案内サービス「ひまわり」☎03-5272-0303(24時間受け付け)  
■光化学スモッグ注意報の発令状況の確認先  
(都)大気汚染情報テレホンサービス☎03-5640-6880、(都)環境局のHP  
問環境政策課公害指導係☎03-5211-4254



ちよだグルメ  
小さくとも  
魅力ある自治体の  
A級グルメに会える  
6/1月  
~30火  
定休日 土・日・祝  
北海道天塩町フェア  
北海道北部の天塩町は対岸に利尻富士を望み、大ぶりな大和じみみの産地として有名です。6月はしじみ漁が始まる時期。ぶりぶりのしじみを味わいに来てください。  
天塩しじみラーメン  
しじみの濃厚エキスが汁に溶け、麺によく絡む。しじみの香りが食欲をそそる  
しじみ煮だしスープ  
しじみを煮出したやさしい味わいでお茶漬けや雑炊などにも使える  
天塩しじみ貝「潮汁」  
お湯を注ぐだけで特大のしじみを使用したぜいたくな潮汁が楽しめる  
てしおキムチ工房 手作りキムチ  
濃厚なうまみと甘さがあり、後味すっきりなオリジナルキムチ  
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)

