

今号は6月に行われた山王祭の様子を見開きでお届けします。ぜひ、熱気あふれる祭りの迫力を感じてください。また、盆踊り大会や子どもたちの夏休みの自由研究にぴったりの講座など、夏のイベントも多く掲載していますのでご覧ください。

夏のイベント盛りだくさん!

暑さ対策をして出かけましょう!

詳しくは9面をご覧ください。

国民健康保険の高額療養費の 限度額が変わります

国民健康保険に加入している人の医療費が高額になったとき、年齢や所得に応じて定められた自己負担限度額を超えた分が「高額療養費」として払い戻されます。8月から、自己負担限度額(月額)が引き上げられ、新たに年間上限額が設けられます。当てはまる方には申請書を送付します。詳しくはHPで確認を。

問合せ 保険年金課国民健康保険係 ☎03-5211-4205



自己負担限度額(70歳未満の方)

所得区分	令和8年7月まで	令和8年8月から	(変更なし) 4回目以降 (多数回該当)
	3回目まで	3回目まで	
901万円超・未申告の方	25万2,600円程度*	27万300円程度* 年間上限168万円	14万100円
600万円超～901万円	16万7,400円程度*	17万9,100円程度* 年間上限111万円	9万3,000円
210万円超～600万円	8万100円程度*	8万5,800円程度* 年間上限53万円	4万4,400円
210万円以下	5万7,600円	6万1,500円 年間上限53万円	4万4,400円
住民税非課税世帯	3万5,400円	3万6,900円 年間上限29万円	2万4,600円

自己負担限度額(70歳～74歳の方)

所得区分 (課税所得)	令和8年7月まで		令和8年8月から		4回目以降 (多数回該当)
	3回目まで		3回目まで		
	外来 (個人ごと)	外来+入院 (世帯単位)	外来 (個人ごと)	外来+入院 (世帯単位)	
690万円以上	25万2,600円程度*		27万300円程度* 年間上限168万円		14万100円
380万円以上 690万円未満	16万7,400円程度*		17万9,100円程度* 年間上限111万円		9万3,000円
145万円以上 380万円未満	8万100円程度*		8万5,800円程度* 年間上限53万円		4万4,400円
145万円未満 未申告の方	1万8,000円 年間上限 14.4万円	5万7,600円	2万2,000円 年間上限 21.6万円	6万1,500円 年間上限53万円	4万4,400円
住民税非課税 世帯Ⅱ	8,000円	2万4,600円	1万1,000円 年間上限9.6万円	2万5,700円 年間上限29万円	(令和8年8月から) 2万4,600円 (令和8年7月まで) 「3回目まで」と同じ
住民税非課税 世帯Ⅰ	8,000円	1万5,000円	8,000円	1万5,700円 年間上限18万円	「3回目まで」と同じ

※総医療費が一定額を超える場合、超えた分の1%の額を加算

仲通り散歩橋・鎌倉河岸船着場が完成!

日本橋川に人道橋の「仲通り散歩橋」と防災船着場の「鎌倉河岸船着場」が誕生します。ぜひ、足を運んでください。

とき 7月31日(金)

※16時から通行・使用可

場所 内神田1-31-11先

問合せ 地域まちづくり課まち

づくり推進係

☎03-5211-3619



仲通り散歩橋(イメージ)



ルールを守って明るい選挙

7月・8月は

「政治家の寄附禁止強化月間です」

政治家(候補者、候補者になろうとする者および現に公職にある者)が、自分の選挙区内の

人に金品を寄附することは禁止されています。また、有権者が政治家に対して寄附を求めることも禁止されています。日頃から私たち一人ひとりが自覚し、違法な寄附をなくすように心がけましょう。

問合せ 選挙管理委員会事務局

☎03-5211-4268



Contents — 今号の主な内容 —

2 「ちよだBRIDGE」の申請を受け付けます(私立学校等就学者支援電子商品券交付事業) 3 本好きのみんな 神保町に集合! 6・7 日枝神社 山王祭

「ちよだBRIDGE※」の申請を受け付けます (私立学校等就学者支援電子商品券交付事業)

※区と私立学校などに通う家庭との「橋渡し」などの意味を含めた本商品券の愛称

物価高騰の影響を踏まえ、教育費(給食費・教材費など)の負担軽減を図るため、私立学校などに通う小・中学生の保護者に、電子商品券8万円分を配付します。配付する電子商品券(PayPay商品券)は、区内の指定店舗で使用でき、地域とのつながりや愛着の醸成につなげます。

- 対象
- 私立学校など(国立・都立〈特別支援学校含む〉・インターナショナルスクール他)に通う児童・生徒(小・中学生)の保護者で、申請日時点で子ども・保護者ともに区内に住所を有している方
- 申請期間
- 8月1日(土)～9月30日(水) ※商品券の利用期間は、9月1日(火)～2027年3月31日(水)
- 申込方法
- ポータルサイトから
- その他
- 教育委員会へ届け出た就学先を基に、本事業の対象と想定される方へ申請の案内を郵送。詳しくはHPで確認を
- 問合せ
- 子ども総務課教育政策担当 ☎03-5211-4273



平成25年から行った生活扶助基準改定に関する最高裁判決に伴い、生活保護費の追加給付に向けた準備を行っています。

現在、区で生活保護を受給している方には7月31日(金)に支給予定です(手続き不要)。現在、区で生活保護を受給しておらず、平成25年8月～令和8年3月に生活保護を受給していた期間がある方には、8月1日(土)

から申請受付の開始を予定しています。詳しくはHPで確認を。なお、追加給付の対象となる範囲(追加給付の対象となる条件や期間など)は、国の専用コールセンターにお問い合わせください。

問合せ 生活支援課管理係 ☎03-5211-4215、国の専用コールセンター ☎0120-179-445



最高裁判決を踏まえた 生活保護費の追加給付を行います

昔からの真夏の暑さをしのぐための知恵「打ち水」やSDGs、浴衣の話などを聞いた後、みんなで打ち水をします。浴衣での参加も大歓迎。打ち水後は

環境意識の共有と地域交流をかねて、ダンスを楽しみます。

とき 8月5日(水)16時30分～17時

※雨天中止

特別区職員を募集します

■I類秋試験

試験区分 土木造園(土木)、土木造園造園、建築、機械、電気

主な受験資格 日本国籍を有し

平成7年4月2日～平成18年4月1日に生まれた方

試験日(第1次) 9月13日(日)

申込方法 7月30日(木)17時(受信有効までにHPから ※詳しくはHPで確認を)

問合せ 特別区人事委員会事務

場所 日比谷公園芝庭広場(日比谷公園1)

問合せ 日比谷公園サービスセンター ☎03-3501-6428

局任用課採用係 ☎03-5210-9787、(区)人事課人事係 ☎03-5211-4149



ルール無視の民泊は、許しません！ ～千代田保健所の民泊対策最前線～

民泊については、条例により区独自の厳しいルールを設けているため、適切に指導監督できる数(48件)に留まっています。保健所では、地域の生活環境を守るため、民泊への監視指導をはじめ、さまざまな対策を行っています。

なお、本年7月1日に条例改正を行い、規制をより一層強化したため、今後民泊数の増加は抑えられる見込みです。

問合せ 千代田保健所生活衛生課環境衛生係 ☎03-5211-8166



区内民泊一覧

保健所の具体的な取り組み

■違法民泊の調査・取り締まり

保健所へ届け出ずに営業する違法民泊は、情報が寄せられしだい、速やかに現地調査しています。違法と断定した場合は営業中止を指導し、従わない場合は告発も含め厳正に対処します。

■宿泊施設への監視指導

正規の宿泊施設には、夜間も含め、定期的に立ち入り検査をしています。法令や条例違反があれば改善指導し、従わない場合は業務停止などの行政処分を行います。

■外国人宿泊者のマナー向上

ゴミや騒音などのトラブルを防ぐため、英語・中国語・韓国語の多言語チラシを作成、宿泊施設での掲示を進めています。



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。最寄り駅や施設名、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。



問合せ 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。

ご意見をお聞かせください

■(仮称)千代田区立神田駿河台ホール(日本大学カザルスホールちよだ)活用に関する基本構想(素案)

日本大学からカザルスホールを借り受けて公の施設として運営するに当たり、今後の整備の方向性、活用の考え方と運営に関する基本的な事項について定めた基本構想(素案)を作成しました。

閲覧場所 HP、情報コーナー(区役所2階)、出張所、日比谷図書文化館(日比谷公園1-4)、九段生涯学習館(九段南1-5-10)、問合せ先

提出方法 8月3日(月)(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)、素案の名称、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、HPで公表

※意見や個人情報は当該案件の検討のみに使用※個別の回答は不可

文化振興課施設整備担当(区役所6階) ☎03-5211-3628 FAX03-3264-1466

問合せ bunkashinkou@city.chiyoda.lg.jp 〒102-8688九段南1-2-1



ご意見ありがとうございました

旧軽井沢少年自然の家跡地の活用に向けた方針(素案) お寄せいただいたご意見は、HPで公表しています。

意見募集期間 5月5日～18日

意見募集結果 意見者数7名、意見数7件

問合せ 施設経営課区有施設担当係 ☎03-5211-4160



図書館でおはなし会

時8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

夏休み木工教室

時8月18日(火)9時30分～12時

場かがやきプラザ(九段南1-6-10)

対小学4年生～6年生※保護者同伴可

定6名(申込順)

内シルバー人材センターの会員が講師となり、一緒に本立てを作る

費3,500円(材料費、保険料含む)

申7月21日(火)9時30分～8月10日(月)までに電話で

問シルバー人材センター☎03-3265-1903

他汚れてもよい服装で

児童扶養手当、特別児童扶養手当
現況届の手続きを

児童扶養手当や特別児童扶養手当を受給している方が、引き続き手当を受給するには「現況届」の提出が必要です(一部支給停止適用除外事由届出書も必要な場合あり)。対象者には、8月上旬までに通知しますので手続きをしてください。手続きをしないと手当が受給できなくなったり、減額されたりします。※令和8年度分より所得控除額に特定親族特別控除額が追加

締児童扶養手当＝8月31日(月)、特別児童扶養手当＝9月1日(火)

問子育て推進課手当・医療係☎03-5211-4230

親と子の絆プログラム

■アンガーマネジメント講座(第2期)

時9月2日(水)・9日(水)・16日(水)(全3回)10時～12時

場一番町児童館(一番町10)

対区内在住の0歳～18歳までの子どもがいる保護者

内怒りの感情をコントロールし、適切なコミュニケーションや問題解決へ導く手法を学ぶ

申8月26日(水)までにポータルサイトから

問一番町児童館☎03-3230-0866

■ACT(アクト)すこやか子育て講座(第1期)

時9月3日～10月8日の毎週木曜(全6回)10時～12時

場神田児童館(外神田3-4-7)

対区内在住の生後3か月～6歳(令和2年4月2日～令和8年6月3日生まれ)の子どもがいる保護者

内子どもの発達、行動、親子の気持ちの理解、電子メディアとの付き合い方、ポジティブなしつけの方法などを学ぶ

申8月27日(木)までにポータルサイトから

問神田児童館☎03-3253-6021

いづれも

定20名(申込順／初めての方と全回参加可能な方を優先)※ACTは参加者が5名未満の場合中止

他託児サービスあり(申込順／要予約)

環境を守るために私たちに
できることを考えてみよう

今年の夏は、地球環境学習のチャレンジ集に取り組んでみませんか。「生きものさがし」「省エネ・3R」「節水・環境保全」から1つを選んで、「取り組みシート」を提出してください。

対区内在住・在学の小学生

取組方法 地球環境学習のチャレンジ集の「取り組みシート」の結果を記入

配布場所 環境政策課(区役所5階)、出張所、児童館など※HPからダウンロードも可。区立小学校の2年生・4年生・6年生には学校を通じて配布

提出方法 9月30日(水)までに取り組みシートを直接問合せ先へ※提出時に参加賞をプレゼント(学校で取りまとめる場合は学校を通じて)

問環境政策課事業推進担当(区役所5階)☎03-5211-4253

〒102-8688九段南1-2-1

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

2026年夏のブックトレイン

時～9月6日(日)(当日直接会場へ)

休館日 7月26日(日)、8月23日(日)

場千代田図書館9階第2展示ウォール、10階特設コーナー(区役所9階・10階)

内乳幼児・小学生・中学生の年齢(学齢)ごとのおすすめの本を展示。ブックリストも配布

問千代田図書館☎03-5211-4290

調べもの戦隊
レファレンジャー

子どもたちの調べものをサポートします。夏休みの自由研究、読書感想文などの資料探し、参考図書の使い方、読み聞かせ、年齢に応じた絵本の選び方など、気軽に相談してください。

時8月1日(土)～10日(月)10時～17時、8月11日(火・祝)～31日(月)9時～17時(8/23を除く／当日直接会場へ)

問千代田図書館☎03-5211-4290

10月24日(土)・25日(日)は
本好きのみんな 神保町に集合! /

■子ども1日書店長

時10月24日(土)・25日(日)10時～17時

定16名(抽選)

内神保町ブックフェスティバルでおすすめの本を5冊程度販売する

申8月31日(月)17時までにHPから

■手作りPOPの展示ラリー

時10月24日(土)・25日(日)10時～17時(当日直接会場へ)

内神保町周辺の書店に展示された、お気に入りの本を紹介した手作りPOP(10作品程度)を巡る。景品あり

いづれも

対区内在住・在学の小学校5年生～中学生

問子ども1日書店長と手作りPOPの展示ラリー事務局・岩井☎090-7255-9056(平日9時～17時)

イメージ

手作りPOPを募集!
8月31日(月)17時までにHPから応募
※選考あり

8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	18(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	1(土)・19(水)・22(土)9時～11時30分 5(水)・26(水)13時～16時
はみがき教室		対区内在住の乳幼児 内はみが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	3(月)9時～11時10分 7(金)・24(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	25(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	17(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	25(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＝9時～12時・13時～16時15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)	20(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)	18(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)	6(木)・27(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)	4(火)12時45分～14時

⚠️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

ASDを知ろう！
障害の理解と付き合い方

とき

8月29日(土)午後2時～3時30分

会場

かがやきプラザ(九段南1-6-10)

定員

50名(申込順)

内容

ASD特性がある方の経験や視点を共有するトークセッションを聴いたり、現場で活躍する専門職員から障害特性や支援について学んだりする

申込方法

8月27日(木)までにHP、電話、ファクス(3面記入例参照)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

FAX

03-3265-1162

✉

jinzai@chiyoda-cosw.jp



障害をお持ちの方へ
第64回区民体育大会にご招待

とき

10月4日(日)午前9時30分～午後3時30分

会場

外濠公園総合グラウンド(五番町先)

対象

身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの区内在住者

申込方法

8月10日(月)までに電話、ファクスまたはEメール(3面記入例参照／手帳の種別、車いす使用の有無、付き添いが必要な場合は付添者の氏名と住所も記入)で※決定した方のみ通知

問合せ

障害者福祉課障害者福祉係☎03-5211-4214

FAX

03-3556-1223

✉

shogaishafukushi@city.chiyoda.lg.jp

第12回千代田区いきいき健康マージャン交流祭

とき

9月21日(月・祝)午前10時～午後4時

会場

KKR HOTEL TOKYO(大手町1-4-1)

対象

60歳以上の区内在住者

定員

100名(抽選)

内容

「賭けない、飲まない、吸わない」を守って楽しむ健康マージャンでフレイル予防や仲間づくりをする。認知症予防と健康推進のため、手積みで行う

費用

3,000円(軽飲食代を含む)

申込方法

8月20日(木)までに電話、Eメール(3面記入例参照)または直接問合せ先へ

※

締め切り後に当選者のみ通知

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

シルバー人材センター
入会説明会

とき

毎月第2火曜午後2時～、第2木曜午前10時～(当日直接会場へ)※8月第2火曜は実施しない

会場

かがやきプラザ4階(九段南1-6-10)

対象

60歳以上の区内在住者

内容

事業概要や仕事内容、入会手続きの説明

持ち物

筆記用具、住所・年齢が分かる公的書類

問合せ

シルバー人材センター

☎

03-3265-1903

薬物乱用防止ポスター・
標語の作品募集

「薬物乱用防止を訴えるもの」がテーマの作品を募集します。千代田区地区会長賞に選ばれた作品は、その後東京都選考が行われます。また、区作成の啓発資材のデザインに採用されます。

時

～9月3日(木)

対

区内在学の中学生

固

地域保健課地域保健係

☎

03-5211-8164

他

副賞・参加賞あり

明るい選挙啓発ポスター
作品募集

投票率の向上、違反のない選挙など、明るい選挙を呼びかけるポスターを募集

▲

昨年度の入選作品

します。優秀な作品は表彰し、選挙の啓発に使用します。入選者は区のHPで発表します。

対

区内在住・在学の小学生～高校生

規格

画材・材料は自由(紙や布など、絵の具材料だけに限らない／大きさは画用紙の四つ切り〈542mm×382mm〉・

八つ切り(382mm×271mm)またはそれに準じる大きさ

注意事項

作品の裏面の右下に、学校名(正式名称)、学年、氏名(ふりがな)を必ず記入

作品内容

投票参加など選挙に関心をもつように訴えたり、「明るい選挙」の実現を呼びかけたりする

提出方法

9月11日(金)(必着)までに郵送(3面記入例参照／学校名も記入)または直接問合せ先へ※作品は1人1点、未発表のものに限る※募集作品の著作権は主催者側に属し、作品は選挙啓発などに利用する

固

選挙管理委員会事務局(区役所4階)

☎

03-5211-4268

〒

102-8688九段南1-2-1

絵本の読み聞かせ
@アキバ分室子育て広場

時

8月3日(月)11時～11時30分(当日直接会場へ／出入り自由)※読み聞かせ以外の10時～13時も開室※8月から毎月第1月曜に開催

場

アキバ分室(外神田1-1-13万世橋出張所・区民館6階)

対

区内在住の親子

内

読み聞かせを楽しむ

固

社会福祉協議会アキバ分室

☎

03-6285-2860

ちよだスマホ相談

お気軽にご相談ください

スマートフォンの操作で「分からない」「不安」と感じること、ちよだスマホ教室で分からなかったことはありませんか。区内在住の方を対象に、スマートフォンの基本的な使い方を相談できる電話と対面の窓口を設置しています。初めての方もお気軽にご利用ください。

と き

電話窓口＝午前11時～午後5時(年末年始を除く)、対面窓口＝午前11時～午後5時(事前予約制／年末年始を除く／1回30分まで)

会 場

ソフマップAKIBA駅前館2階サービスサポートカウンター(外神田1-15-8)

相談内容

電話、文字入力、写真の撮り方や保存方法、LINEなど※基本的な操作に限る

申込方法

電話で予約または相談

問 合 せ

(株)ソフマップ固定電話＝☎0077-78-9033、携帯電話・スマホ・IP電話＝☎050-3163-9033(受け付け午前11時～午後5時、年末年始を除く)

そ の 他

個別の製品情報や通信会社に関する質問、個人情報を含む操作にはお答えできない場合あり

千代田区生きもののさがし
2026夏編

アプリを使って楽しみながらみんなで身近な生きものを探そう！

今年度も、スマートフォンアプリ(Biome)を活用した生きものさがしを行います。アプリをダウンロードし、「千代田区生きものさがし2026夏編」で区内で見つけた生きものをスマートフォンで撮影して投稿してください。5種投稿するとクエストクリアとなり、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があります。

調 査 期 間

～8月31日(月)

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

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。8月31日(月)(消印有効)までに郵送で

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

固

環境政策課事業推進担当☎03-5211-4253

▲Biome

▲HP

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。

登録方法

二次元コード読み取って登録

問合せ

広報広聴課報道担当

☎

03-5211-4172

ここから受信設定
ができます

●広報千代田をお読みいただきありがとうございます。読み終わり不要となった際は、「資源」として、回収日に出していただけますと幸いです●

8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（3面記入例参照）で
一番町は番町分室（☎03-6272-4357／FAX03-6272-4358）、
三崎町は社会福祉協議会（☎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7月27日（月）午前9時から受け付け

会場	とき	内容	定員	費用
一番町みんなのサロン（一番町12）	28日（金） 午後1時30分～3時30分	「アクリルたわし製作」 アクリル毛糸を使ってたわしを作る	10名	200円
三崎町はあとサロン（神田三崎町3-1-17）	6日（木） 午後1時30分～2時30分	「二胡の演奏に合わせて歌おう」 中国民族楽器の二胡を使用	8名	無料
アキバみんなのサロン（外神田1-1-13）	19日（水） 午後1時～2時	「健康相談と血圧測定」 日頃気になっている体調を相談	なし	無料
和泉はあとサロン（神田和泉町1-5-10）	6日（木） 午後1時30分～2時30分	「ひんやり楽しむなつかし話」 夏の思い出を語る	10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

8月のはあとカフェ

事前申込不要で、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

会場・問合せ	とき	内容
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	13日（木）午後2時～3時30分 （開場午後1時30分）	アンサンブルポコポコのおしゃべりカフェ 演奏／アンサンブルポコポコ
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 （開場午後1時30分）	感じるままにアートを鑑賞！～アートに触れて感じたことを参加者でおしゃべりしながら共有しよう～ 講師／高橋由美子氏
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	「回想法のすゝめ」 ～夏が来れば思い出す♪昔を懐かしみながらほっと一息～
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	

8月のシルバートレーニングスタジオ

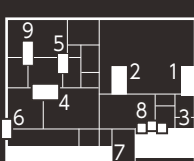
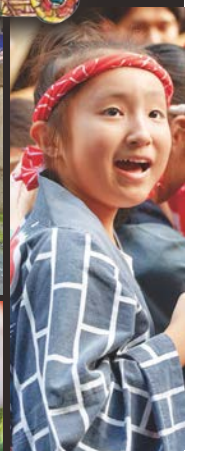
登録者は登録会場で毎週1回の参加できます。
定員に達している会場もあるため、新規登録希望者は必ずお問い合わせください。
対 象 会場まで1人で来ることができ、自立して体操に参加できる65歳以上の区内在住者
問合せ 社会福祉協議会高齢者活動センター☎03-3265-1161

会場	曜日	とき
万世橋区民館	月 ^{※1}	3日・17日・24日・31日 午前9時30分～10時30分、午前10時45分～11時45分
	金	7日・21日・28日 午前10時30分～11時30分
富士見区民館	月 ^{※1}	3日・17日・24日・31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	3日・17日・24日・31日 午前10時30分～11時30分
麹町区民館	火 ^{※1}	4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・18日・25日 午後1時30分～2時30分
かんだ連雀	火	4日・18日・25日 午前10時30分～11時30分
岩本町ほほえみプラザ	水 ^{※1}	5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
神保町区民館	水 ^{※1}	5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	水 ^{※1}	5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 ^{※1}	6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・21日・28日 午前11時～正午
アキバ分室 みりおん	木 ^{※2}	6日・20日・27日 午前10時～11時
神田公園区民館	木 ^{※1}	6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
かがやきプラザ	金 ^{※1}	7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
和泉橋区民館	金	7日・21日・28日 午後1時30分～2時30分

※1 各回同じ内容 ※2 指導員は不在。指導員の指導映像を投影して行う



江戸城築城の初期段階である元和元(1615)年から411年。山車練物の行列が江戸城に入ったときから始まったとされる山王祭は、歴史と伝統を重ね、今もなお江戸三大祭のひとつとして称される。人々の魂と肉体が結集した祭りは、単にまちににぎわいをもたらすだけではない。脈々と流れる江戸に息づく空間が、世代や時間を超えて今よみがえる。



- 1 「山王御祭礼図」(一部) 東京都立中央図書館
- 2・4・6・7 歌川国芳 画「山王祭之図」(一部), 写, 国立国会図書館デジタルコレクション (<https://dl.ndl.go.jp/pid/2542413>)
- 3 歌川芳藤 画「東都日枝大神祭礼練込之図」
- 5 「江戸風俗十二月之内」 「六月山王祭」(一部) 東京都立中央図書館
- 8 地元の小学校が法被を作って祭りに参加しました
- 9 江戸型山車「静御前」 栃木県指定有形民俗文化財



地域ささえ合い研修

「見えない障がい」と地域での暮らし
時8月27日(木) 14時～15時30分
場 社会福祉協議会番町分室(一番町12) 定30名(申込順)
内 精神疾患など、見えない障がいを抱える人の地域での暮らしをコミュニティソーシャルワーカー(CSW)とともに考える
師 栗山涼子氏(障害者福祉センターえみふる相談員)
申8月26日(水) 17時までに電話、ファクスまたはEメール(3面記入例参照)で
問 社会福祉協議会番町分室
☎03-6272-4357 FAX03-6272-4358
✉bancho@chiyoda-cosw.jp

第5回 誰でも囲碁フェスティバル

時8月30日(日) 10時～17時30分(受け付け9時30分～)
場 九段小学校体育館(三番町16)
定300名(申込順)
内 障害の有無にかかわらず、囲碁の入門講座や対局、囲碁マンガなどを楽しむ
費 一般1,000円、高校生以下500円※区内在住・在勤・在学者、その保護者・介助者は無料
申8月23日(日)までに申込フォームから
問 誰でも囲碁大会実行委 ▲申込フォーム
員会事務局・山中☎090-9390-4264、緊急☎080-5900-9188
他 区文化事業助成対象事業



▲HP



公開講座 アクセサリー作り

時8月30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10名(抽選／小学生は保護者の同伴が必要)
内 金具パーツの取り扱い方や工具の基本テクニックを学び、オーロラ雫と小花モチーフの耳飾りを作る
費 1,000円
申8月20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(3面記入例参照)または直接問合せ先へ※イヤリングかピアスを選択。当選者のみ8月21日(金)ごろに通知
問 障害者福祉センターえみふる
☎03-3291-0600 FAX03-3291-0608
他 金属アレルギーをお持ちの方は注意を



終活を考える

■はじめの一步講座
紙芝居による制度説明と個別相談会
時8月6日(木) ①講演会13時30分～14時45分 ②個別相談会15時～、15時55分～(1組50分程度)
定 ①20名 ②10組(いずれも申込順)
内 ①成年後見制度を紙芝居で学び、司法書士による講義を受ける ②遺言、相続、成年後見制度を相談できる
締8月5日(水)
他 ②のみの申し込みも可
■高齢者施設とお金のハナシ
時8月20日(木) 14時～16時
定40名(申込順)
内 専門家から高齢者施設の選択のポ

イントやお金の管理、手続きを学ぶ
締8月18日(火)
— いずれも —
場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)
申 電話、ファクスまたはEメール(3面記入例参照)で
問 ちよだ成年後見センター
☎03-6265-6521 FAX03-3265-1902
✉kouken@chiyoda-cosw.jp

怖いで終わらない! 深読み千代田の怪談

時9月11日(金) 19時～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 怪談を読み解き、当時の環境や人間関係を知る。ゲームを通じて千代田の怪談の世界を感じる
師 横山泰子氏(法政大学国際日本学研究所所長／写真) 費 1,000円
申8月20日(木) 21時までにHPから
問 九段生涯学習館 ☎03-3234-2841



朗読入門 -声で見る物語の世界

区民自主企画運営講座
時9月8日・15日・29日、10月13日・27日 いずれも火曜(全5回) 14時～16時
場 九段生涯学習館(九段南1-5-10)
対 18歳以上の方 定15名(抽選)
内 おなかから声を出すことで体と心をほぐし、自分の声で表現するおもしろさを体験する。ミニ発表会もあり
師 小高三良氏(俳優／写真) 費 2,500円
申8月20日(木) 21時までにHP、電話またはファクス(3面記入例参照)から
問 九段生涯学習館
☎03-3234-2841 FAX03-3262-7460
他 託児サービスあり(9月8日時点で満6か月～未就学児／1人1回1,250円／締切日までに要予約)



はあとサロンボランティア講座

時8月25日(火) 13時30分～15時
場 アキバ分室(外神田1-1-13万世橋出張所・区民館6階)
対 15歳以上でボランティアに関心のある方 定20名(申込順)
申8月21日(金)までに電話、ファクスまたはEメール(3面記入例参照)で
問 社会福祉協議会アキバ分室
☎03-6285-2860 FAX03-6285-2861
✉akiba@chiyoda-cosw.jp



にせメール・電話にご注意ください!

都税事務所の職員を装って個人情報 を不正に取得し、金銭をだまし取ろうとする事例が発生しています。また、区職員を装い、コード決済サービスを利用して納税を催促する詐欺メールが確認されています。区では、電子メールで納税を求めることはありません。万が一被害に遭われた場合は、速やかに最寄りの警察署へご相談ください。
問 税務課管理係 ☎03-5211-4190、千代田都税事務所 ☎03-3252-7141 (代)



男女共同参画センター
ミュウ
MIWのお知らせ

1ビデオサロン「恋文」

時8月21日(金) 14時30分～、18時30分～(当日直接会場へ／各回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 女優であり、日本の女性監督のパイオニア・田中絹代の第1回監督作品。戦後の渋谷恋文横丁を舞台に過酷な時代を生きた女性たちを描き、男女の感情の変化を冷静に捉えた作品を鑑賞する

2はじめてみよう! 防災キャンプ～ラクして備えるながら防災

時8月22日(土) 10時～11時30分 場 万世橋区民館(外神田1-1-13)
対 小学生とその保護者 定8組程度(申込順)
内 キャンプの道具や知恵を使った防災力を、カードゲームやテント設営を通して楽しく身につける。防災に役立つアウトドアグッズも知る
師 三沢真実氏(CAMMOC／写真左)、内館綾子氏(CAMMOC／写真右)
申 HP、電話、ファクスまたはEメール(3面記入例参照)で

3親子上映会&読み聞かせ「はらぺこあおむし／ニジェール物語」

時8月29日(土) 10時30分～11時30分、14時30分～15時30分(いずれも同じ内容) 場 男女共同参画センターMIW(区役所10階)
対 子どもとその保護者 定 各回4組(申込順)
内 エリック・カールの代表作「はらぺこあおむし」、砂漠の幻想的な世界観を描く「ニジェール物語」から数編を鑑賞する。鑑賞後、絵本の読み聞かせも楽しむ。10分程度の交流会あり
申 HP、電話、ファクスまたはEメール(3面記入例参照／希望の回も記入)で

— いずれも —
問 男女共同参画センターMIW ☎03-5211-8845
FAX03-5211-8846 ✉miw@city.chiyoda.tokyo.jp

図書館の催し

江戸の水道事情 —新たな水源開発と自然流下を活かした持続可能なシステム—

時9月1日(火) 19時～20時30分
内 高度な土木技術に支えられ、持続可能なシステムとなった江戸の水道を学ぶ
師 鈴木浩三氏(経済史家／写真)
費 1,500円 申 HP、電話または直接問合せ先へ

本、読んでる? 水野太貴×岡田悠の“ちゃんとしない”読書談義

時9月5日(土) 14時～16時
内 SNS時代の読書習慣を見つめ直し、新たな本との出会い方や付き合い方、本を読む楽しさを再発見する
師 水野太貴氏(編集者／写真左)、岡田悠氏(文筆家／写真右)
費 1,500円(学生は1,000円)
申 7月25日(土) 10時からHP または直接問合せ先へ

— 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) 問 日比谷図書文化館 ☎03-3502-3340

麹町の「麴」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。

認知症の人とともに生きる みんなにやさしい対応のヒント

時 8月28日(金) 10時30分～12時
場 かがやきプラザ(九段南1-6-10)

定 20名(申込順)

内 認知症の人や周囲の人が良い関係を築くための対応の工夫をドラマの鑑賞と講義で学ぶ

申 8月26日(水)までにHP、電話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



mottECO FESTA2026

時 7月27日(月) 10時30分～14時

場 ホテルメトロポリタンエドモント(飯田橋3-10-8)

内 食品ロス削減の事例発表や、パネルディスカッション、もったいないメニュー・食品ロス削減を心がけた料理の展示・試食などで食品ロス削減をはじめ、環境にやさしい暮らしを学ぶ

申 7月23日(木)までに申込フォームから※当日参加も可

問 mottECO普及コンソーシアム事務局

☐ info_motteco@koreyakono.jp、千代田清掃事務所 ☎ 03-3251-0566



第24回ふれあい福祉まつり 事前制作ボランティア募集

時 8月2日(日) 14時～16時・15日(土) 10時～12時・22日(土) 10時～12時・29日(土) 14時～16時※1回のみ参加可

場 アキバ分室(外神田1-1-13万世橋出張所・区民館6階)

対 地域福祉に興味のある方※子どもは保護者の同伴が必要

定 各日10名

内 10月10日(土)開催の第24回ふれあい福祉まつりの展示物を事前制作する

ボランティアを募集。使用済み切手のリメイクや絵具などを使用した簡単な創作活動

申 前日までに電話またはファクス、Eメール(3面記入例参照)で

問 社会福祉協議会アキバ分室

☎ 03-6285-2860 FAX 03-6285-2861

☐ akiba@chiyoda-cosw.jp

かがやきシネマ

時 巨星ジークフェルド＝8月3日(月)・19日(水)、現金に手を出すな＝8月5日(水)・17日(月)いずれも10時～

場 かがやきプラザ4階閲覧室(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



巨星ジークフェルド 画像提供: (同) 文輝堂



現金に手を出すな 画像提供: (同) 文輝堂

エコ・クッキング講座

時 8月24日(月) 10時～11時(受け付け9時30分～) 場 麹町区民館(麹町2-8)

対 小学生とその保護者※小学3年生以下は保護者の同伴が必要、小学4年生以上は保護者の同伴は任意

定 30名程度(抽選／1組4名まで)※ちよエコヒーロー宣言登録による優先参加権あり

内 夏休みの自由研究にも役立つエコ・クッキングを講義やクイズ、カードゲームで学ぶ。調理はなし、参加賞あり

申 8月10日(月)までに保護者がHPまたはEメール(3面記入例参照)で

問 環境政策課ゼロカーボ



▲エコ・クッキング教室



▲ちよエコヒーロー宣言

ン推進担当 ☎ 03-5211-4255

☐ kankyouseisaku@city.chiyoda.lg.jp

他 共催＝東京ガス(株)

コラージュ ワークショップ

時 8月22日(土) 10時～12時

場 障害者よろず相談Light(一ツ橋1-1)

定 15名(申込順)

内 アートで思いを形にし、自己理解を深め、心をリフレッシュする

申 8月15日(土)までに申込フォーム、電話またはEメール(3面記入例参照)で

問 障害者よろず相談

Light ☎ 03-6269-9755

☐ light@hirai-luminal.or.jp



親子で楽しむ 葉っぱアート講習会

時 8月22日(土) 10時～11時30分、14時～15時30分、

場 千代田万世会館6階(外神田1-1-7) ※万世橋区民館とは異なる

対 小学低学年～中学年までの子どもとその保護者

定 各8組(申込順)

費 2,000円(材料費)

申 8月14日(金)までに電話で

問 千代田万世会館(受け付け9時～17時) ☎ 03-5295-2831

他 8月14日(金)以降のキャンセルはキャンセル料(材料費)が必要



写真はイメージ

未来のクリエイター、集まれ!

くりらぼ in 千代田

デジタル技術で創造性を育む創作体験会。オリジナル迷路ゲーム制作やLINEスタンプ制作を通じ、アイデアをカタチにする楽しさを体験できます。

プログラム名	とき	対象	内容
迷路ゲーム制作	8月20日(木) 10時30分～13時、14時～16時30分(各回とも同じ内容)	小学1年生～3年生	ルールや仕掛けを考えながら、キャラクターの動きをプログラミングし、オリジナル迷路ゲームを作る
LINEスタンプ制作	8月21日(金) 10時30分～13時	小学4年生～6年生	「どんなスタンプだったら気持ち伝わるか」を考え、ふだんのやり取りで、思わず使いたくなるスタンプを作る
	8月21日(金) 14時～16時30分	中学生	

場 区民ホール(区役所1階) 定 各回20名(抽選)

申 8月6日(木) 17時までにHPから

問 とうきょうこどもクリエイティブラボ事務局

☎ 03-5957-3986(平日9時～17時)

他 保護者の見学は可能。座席はなく、スペースに限りあり



夏のイベントに出かけよう!

ワテラス夏祭り2026

時 7月30日(木)・31日(金) 17時～21時※小雨決行・荒天中止

場 ワテラス(神田淡路町2-101)・淡路公園(神田淡路町2-27)

内 屋台や、スパリゾートハワイアンズによるフラダンス、ファイアーナイフダンスのステージを楽しむ

問 ワテラスコモン ☎ 03-3254-2440(平日11時～18時)



日本テレビ通り振興会 第46回納涼盆踊り大会

時 7月31日(金)、8月1日(土) 18時～※荒天中止

場 番町の森(二番町14) 問 日本テレビ通り振興会事務局 ☎ 03-6261-4377

納涼盆踊り大会

時 8月5日(水)・6日(木) 18時30分～20時30分※小雨決行・荒天中止

場 東京大神宮(富士見2-4-1)

内 地元の民謡会から盆踊りを習って踊る。富士見太鼓の演奏もあり

問 東京大神宮通り飯田橋西口通り商業連合会会長・増田

☎ 03-3264-0061



Ciao!×高齢者活動センター かがやき納涼会&盆踊り

時 8月22日(土) 13時～15時(盆踊り14時～15時)

場 かがやきプラザ1階ひだまりホール・4階活動室(九段南1-6-10)

対 区内在住者

内 懐かしい昔遊びやお絵描きフィッシング、同好会バザー、うちわ作りなどを楽しむ

問 高齢者活動センター ☎ 03-3265-1161

他 各プログラムは材料・販売物が無くなりしだい終了。時間など詳しくは区内ポスター、チラシで確認を



浴衣着用または盆踊り参加で100円のかき氷が無料に!

東京国立近代美術館 MOMATサマーフェス

時 7月24日(金)～9月13日(日) 10時～17時※金曜・土曜は夜間開館あり(～20時)

場 東京国立近代美術館(北の丸公園3-1)

内 アーティストトークやショートレクチャー、MOMATハイライトツアーなど期間限定イベントを楽しむ。アルコールやフードの販売もあり

費 一般500円、大学生250円(金曜・土曜の17時以降は一般300円、大学生150円)、高校生以下・65歳以上無料

問 ハローダイヤル

☎ 050-5541-8600

他 所蔵作品展「MOMATコレクション」は所蔵品ギャラリー(2階～4階)で開催



小原祥邨(古邨)《柘榴と鸚鵡》1926年-1945年(展示期間:7月22日～9月13日)



大妻夏休み講座2026

時 8月9日(日) 10時～15時

場 大妻女子大学千代田キャンパス本館(三番町12)



大学講師による講座

内 大学教員による講座や部活体験、ワークショップ、お譲り交流会、信託銀行による大人向け資産形成講座など、子どもから大人まで楽しむ

申 HPから(一部予約不要)

問 大妻女子大学・大妻女子大学短期大学部社会連携センター ☎ 03-5275-6877



手帖づくりワークショップ



みんなでジブリを聴こう!! ちよだ芸術祭サマーコンサート

時 8月23日(日) 11時30分～12時30分、14時30分～15時30分

場 ワテラスコモンホール(神田淡路町2-101)

定 各150名(申込順／全席自由)

出演 志田雄啓氏(東京藝大卒業音楽博士)、志田雄二氏(東京藝大卒業)、ちよだピッコロ児童合唱団、ちよだ芸術祭合唱団ほか

費 小学生以下500円、その他の方2,500円

申 8月21日(金)までに申込フォームまたは電話で

問 かんだ歌宴 ☎ 070-8535-5238



子どものための里親制度
映画上映会

時8月21日(金) 15時～16時45分、18時30分～20時15分(2部構成)

場日比谷図書文化館(日比谷公園1-4)

対里親制度に関心のある方

定150名(申込順)

内里親制度の説明を聞き、映画「こどもかいぎ」を鑑賞する

申8月19日(水)までに申込フォームから

問児童相談センターフォスタリング機関二葉乳児院

☎03-5937-2316

他詳しくは「Tokyo里親ナビ」のSNSに掲載予定

気がかりな方は千代田保健所へ

7月28日は世界(日本)肝炎デーです

世界保健機関(WHO)は、平成22(2010)年に肝炎ウイルスに感染している人や患者に対する差別・偏見の解消や感染予防の推進を図ることを目的として、7月28日を世界肝炎デーと定めました。日本では7月28日を含む1週間を「肝臓週間」として、肝炎ウイルス検査の受検勧奨、普及啓発と情報提供を推進しています。千代田保健所ではB型・C型ウイルス性肝炎検査を行っていますので受診をご検討ください。

時毎月第1金曜(受け付け10時～10時30分)

対16歳以上の区内在住者で、過去に一度も区の助成を受けて肝炎ウイルス検査を受診していない方

申検査日の3日前までにポータルサイトまたは電話で

▲ポータルサイト

▲HP

夏の梅毒集中啓発を行います

8月1日(土)～31日(月)、東京都は近年増加している梅毒の感染予防と早期発見を目的とした集中啓発キャンペーンを行います。令和7年の患者報告数は前年から減少しましたが依然として高い水準にあり、今後感染が拡大するおそれがあります。男性は20代～50代、女性は20代の感染が多く、10代の感染や妊娠合併事例も増えています。梅毒は誰でも感染する病気で、感染後症状がない場合もあり、何度も感染するリスクがあります。感染予防に努め、早期発見・早期治療をすることが大切です。千代田保健所ではエイズ・性感染症検査を行っています。無料・匿名で申し込み、検査項目で梅毒も選択できるので、活用してください。

時毎月第1金曜(受け付け9時～9時30分)

申検査日の前月1日から電話または記載事項をHPで確認のうえEメールで

いづれも

場千代田保健所(九段北1-2-14)

問健康推進課感染症対策係☎03-5211-8173

✉kansenshou@city.chiyoda.lg.jp

迷ったら相談!東京版救急受診ガイドと救急相談センター#7119へ

東京版救急受診ガイドはチャット形式で症状別に緊急度の目安を確認でき、様子を見るか受診すべきかの判断の参考になります。英語にも対応しています。電話対応は、救急相談センター「#7119」を利用してください。専門スタッフが症状を確認し、救急車が必要

か、受診できる医療機関があるかをご案内します。救急車の適正利用のためにもご利用ください。

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

▲東京版救急受診ガイド

▲救急相談センター

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

奥尻町フェア

北海道南西部の離島の奥尻島は、夏の観光シーズンに、奥尻ブルーと言われる海や自然が観光客の心を癒します。また、新鮮な魚介類をはじめ、おいしいお米やワインなど大自然に育まれた産品が勢ぞろいです。

奥尻粒うに瓶詰め

奥尻産の採れたて「キタムラサキウニ」の甘み・うまみが凝縮

奥尻ワインメルロー白

香りがよく、酸と甘みが混じり合うすっきりとした飲み口

奥尻島産ふっくりんこ

ふっくらと柔らかく甘みがあり、もっちりとしたごはんに

銀だらの西京焼き

外側が香ばしく、中はジューシー

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)

8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

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)、こ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「ナビイ」

●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)、こ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「ナビイ」

8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HPから申し込み	19(水)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HPから申し込み	19(水)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	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)・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)・14(金)・18(火)・21(金)・25(火)・28(金)10時～16時

省エネ・再エネ化を通じた「攻め」の経営改善セミナー

時8月27日(木)14時～16時
場区役所会議室
対区内中堅・中小企業者など
定40名(申込順)
内省エネ・再エネ化による経費削減・企業価値向上・人材確保などの経営改善の解決策や事例を学ぶ

プログラム

①区の政策・地域連携②再エネ切り替えで電気代削減!Eサイクルちよだ③中小企業の省エネ対策・補助金活用④企業間ディスカッション・発表
申8月21日(金)17時まで
に申込フォームから
問(一社)千代田エコシステム推進協議会☎03-5211-5085



「わたしと年金」エッセイ募集

対中学生以上の方
テーマ 公的年金の大切さ、応募者自身や家族との公的年金のかかわりなど
形式 日本語で1,000字～2,000字程度(400字詰め原稿用紙の場合3枚～5枚、Word文書形式の場合はA4判横書き(40字×35行)1枚～2枚)

※本人が創作した未発表の作品に限る
申9月7日(月)(消印有効)までに郵送で
問日本年金機構事業推進統括部地域年金事業グループ「わたしと年金」担当☎03-5344-1100
〒168-8505杉並区高井戸西3-5-24
他優秀作品には表彰状と記念品を贈呈



8月の各種相談(無料／受付時間は終了の30分～1時間前)

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5(水)・7(金)・19(水)・21(金)・26(水)・28(金)13時～15時45分	場 区民相談室(区役所2階) 問 区民相談室☎03-5211-4176
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 24(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週間前要予約)	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)
	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 4(火)10時～、11時～(1回45分)	
		LGBTQ相談 性自認や性的指向に関すること	時 13(木)・27(木)16時30分～、17時30分～、18時30分～(1回50分)	
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・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	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	
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わからないことなど、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 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)小林氏、21(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 13(木)石川氏、27(木)澄川氏 いずれも14時～16時20分	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※専門のカウンセラーが応対	時 8(土)13時～16時、26(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 19(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 ①6(木)・20(木)②8(土)・22(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こもれび千桜(神田東松下町22-1)②かがやきプラザ4階(九段南1-6-10) 問 ちよだボランティアセンター☎03-6265-6522	

10月のスポーツ施設の利用申し込み(③のみ11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)	8月10日(月)～20日(木)	8月25日(火)	9月1日(火)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) 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
②花小金井運動施設(野球など)	8月1日(土)～20日(木) (8月17日(月)は休館日)	9月1日(火)	9月2日(水)10時～	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
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)				

利用できない日 ①野球・サッカー＝10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)③11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。詳しくは問合せ先へ

夏休みは

スポーツセンターで
楽しく体を動かそう!



場 スポーツセンター (内神田2-1-8)

子ども 短期小学生水泳教室～苦手克服～

時 8月22日～9月26日の毎週土曜 (全6回) 9時～9時50分
対 小学1年生と2年生 定 20名 (抽選／区内在住者を優先)
費 区内在住者3,600円、その他の方4,800円 締 8月8日 (土)

子ども 短期小学生水泳教室～スキルアップ～

時 8月22日～9月26日の毎週土曜 (全6回) 10時10分～11時
対 小学3年生～6年生 定 20名 (抽選／区内在住者を優先)
費 区内在住者3,600円、その他の方4,800円 締 8月8日 (土)

15歳以上 卓球教室Ⅳ期

時 9月7日～10月26日の毎週月曜 (9/21、10/12・10/19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 (中学生を除く) の方で、①初めてラケットを持つ方や基本技術を学びたい方②フォア・バック・ツッツキのラリーが50回以上できる方
定 各8名 (抽選／区内在住者を優先) 費 6,400円 締 8月24日 (月)

15歳以上 成人水泳教室

時 9月7日～10月5日の毎週月曜 (9/21を除く全4回) 19時～19時50分
対 15歳以上 (中学生を除く) の方でクロール・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 8月24日 (月)

いずれも

申 HPから 問 スポーツセンター ☎03-3256-8444

15歳以上 水泳講習会 (第3クール)

時 9月2日～9月16日の毎週水曜 (全3回) 18時45分～20時15分 (初日は受け付け18時30分～)
対 15歳以上 (中学生を除く) の方 定 40名 (申込順)
内 レベル別／A＝クロール25m未満の初心者、B＝クロール25m以上 (クロール・平泳ぎ)、C＝クロール25m以上 (クロール・背泳ぎ)、D＝クロール50m以上 (クロール・バタフライ)、E＝4泳法25m以上 (マスターズ)
費 2,100円 (傷害保険料を含む)
申 8月19日 (水) までにハガキまたはEメールで。記載事項はHPまたはスポーツセンターで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 (ショートメッセージのみ) ✉yoichiro_yasuda@outlook.jp
〒135-0021 江東区白河4-9-16-806

登録者 秋季バドミントン大会

時 9月5日 (土)・6日 (日) 9時～
対 千代田区バドミントン協会に登録済みの区内在住・在勤者
内 ダブルス＝男子・女子・混合、シングルス＝男子・女子
費 1,000円 (1人1種目／傷害保険料を含む)
申 8月14日 (金) までにHPから
問 千代田区バドミントン協会・前川 ☎090-7715-4339

小・中学生無料開放

時 7月22日 (水)～8月31日 (月)
対 区内在住または区立学校在学の小・中学生
問 スポーツセンター ☎03-3256-8444

種目	日付	時間
プール※ ¹	毎日 (8月17日 (月) を除く)	9時～18時
バレーボール※ ²	7月23日 (木)・30日 (木)、8月6日 (木)・13日 (木)・20日 (木)・27日 (木)	13時～17時
バドミントン※ ³	7月28日 (火)、8月4日 (火)・11日 (火・祝)・18日 (火)・25日 (火)	
	8月1日 (土)	
バスケットボール※ ⁴	8月15日 (土)	
卓球※ ⁵	8月5日 (水)・19日 (水)	
	7月24日 (金)、8月14日 (金)・28日 (金)	
	7月25日 (土)、8月1日 (土)・15日 (土)・22日 (土)	
	7月26日 (日)、8月2日 (日)・23日 (日)	9時～12時 13時～17時

種目	日付	時間
剣道	7月25日 (土)、8月1日 (土)・15日 (土)・22日 (土)	13時～17時
	7月26日 (日)、8月2日 (日)・23日 (日)	9時～12時
柔道	7月26日 (日)、8月2日 (日)・23日 (日)	13時～17時
相撲	7月26日 (日)、8月2日 (日)・9日 (日)・23日 (日)	9時～12時
空手	7月25日 (土)、8月1日 (土)・15日 (土)・22日 (土)	13時～17時
弓道※ ⁶	8月1日 (土)	
	7月26日 (日)、8月23日 (日)	9時～12時
アーチェリー※ ⁷	8月15日 (土)	13時～17時
	8月2日 (日)	9時～12時
		13時～17時

※1 18時以降の退場は有料 (1時間超過につき150円)
※2 小学5年生以上、小学生は保護者の同伴が必要

※3 シャトル持参、小学生は保護者の同伴が必要
※4 中学生以上、ボール持ち込み不可

※5 ラケット、ボール持参
※6 中学生以上

※7 小学3年生以下は保護者の同伴が必要

編集後記

今号では、山王祭当日の様子を6・7面の見開きの写真で紹介しています。私も6月12日の神幸祭に足を運び、撮影させていただきました。蒸し暑さや突然の雨にもかかわらず、参加された皆さんの熱気あふれる姿に大きな力をいただきました。本当にお疲れさまでした。3日間にわたって撮影した写真の中から厳選して掲載していますので、ぜひご覧ください。(塩田)