

第28回
千代田区民秋季ゴルフ大会

時9月29日(火)7時(アウトコース・インコース同時スタート／雨天決行)
場若洲ゴルフリンクス(江東区若洲3-1-2)
対区内在住・在勤者
定160名(申込順)
費2万2,000円(プレー代などを含む)
申8月20日(木)12時から申込フォームから
問千代田区ゴルフ協会・山田☎070-1073-8132



▲申込フォーム



▲問合せフォーム

バドミントン初・中級者講習会

時10月13日～30日の毎週火曜・金曜(全6回)18時～21時
場スポーツセンター(内神田2-1-8)
対18歳以上(高校生を除く)の区内在住・在勤者 定70名(申込順)
費3,000円(傷害保険料を含む)※無断キャンセルの場合も支払い
申9月28日(月)までにHPから
問バドミントン協会・前川☎090-7715-4339



東京都公式アプリ(東京アプリ)生活応援事業対面サポート

時9月8日(火)～10日(木)10時、11時30分、14時、15時30分／各回50分程度 場区民ホール(区役所1階)
定各回30名程度(申込順)
内アプリ登録、生活応援事業参加方法などをサポートしてもらえる
申前日までに電話で
問東京アプリ専用コールセンター☎03-6901-7979
他持ち物=スマートフォン、マイナンバーカード



楽楽ひろば「風船作り&簡単エクササイズ」

時8月31日(月)14時～16時
場幼きイエス会(六番町14-4)
定20名(申込順)
内看護学部 of 学生と、残暑を健康快適に乗り切るためのワークショップ、体操、講座などを行う
申8月29日(土)までに電話または直接問合せ先へ
問かがやきプラザ相談センター 麴町☎03-3265-1165

その症状、熱中症かも!?

熱中症はめまいや頭痛、吐き気、倦怠感のほか、意識がぼんやりするなどの症状が現れます。熱中症が疑われたら、涼しい場所で体を冷やし、冷たい飲み物を少しずつとりましょう。呼びかけへの反応がおかしいなどの症状がある場合は救急車の要請を。
問丸の内消防署☎03-3215-0119、麴町消防署☎03-3264-0119、神田消防署☎03-3257-0119



▲熱中症の
応急処置

日本語ボランティアを募集します

時9月29日～12月1日の毎週火曜(全10回)18時30分～21時、9月26日～11月28日の毎週土曜(全10回)18時30分～21時
場Zoom(オンライン講座)
対日本語を母国語とする方(外国語能力は不問)
内外国人に日本語を教えながら文化交流する
申8月31日(月)までにHPから※申し込み後、講座の概要と事前説明会(9/5(土)19時～20時30分)の案内を送付
問C4JL事務局・中川☎080-5513-1864



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)。

0000-0000

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

ちよだ シグナルグルメ

小さくとも 魅力ある自治体の A級グルメに会える

地方連携

9/1火～30水 定休日 土・日・祝

新見市は中国山地の自然豊かな町で、洞窟探検や神秘的な自然美を楽しめ、注目の特産品もたくさんあります。

備中の小餅
かむほどに米の甘みが広がる



三光ひのくち
しぼりたて生原酒
豊かな香りとまろやかな味わい



紅茶(ブレンド・アールグレイ・レモンティー)
爽やかな風味と上品な香り



洋食に合う
ワインパミス醤油
ぶどうの果皮とオリジナルスパイスを調合



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)



9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 6日・13日・20日・21日・22日・23日・27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)、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

9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 ・測定は同年度内1回まで ・3日前までにHPから申し込み	11(金)9時～12時
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	11(金)9時～12時 ※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	10(木)・25(金) 13時30分～15時30分 ※10(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	4(金) 10時～10時30分
HIV・性感染症(梅毒)相談・検査	4(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	1(火)・4(金)・8(火)・11(金)・15(火)・25(金)・29(火) 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	1(火)・4(金)・8(火)・11(金)・15(火)・25(金)・29(火) 10時～16時