



文の京
（ふみのみやこ）

区報 ふんきよ

令和7年(2025)
10月25日
No.1870

知ることから始めませんか 「ヤングケアラー」のこと



ヤングケアラーとは、
「本来大人が担うと想定されている家事や
家族の世話などを日常的に行っている
こども・若者」のことです。

ヤングケアラーが担っていることの例




- 家族の看病・介護・介助
- きょうだいの世話
- 家族の感情面のサポート
- 買い物・料理・掃除・洗濯などの家事
- 家族のための通訳
- 家計のためのアルバイト など

ヤングケアラーが直面していることの例



- 疲れがとれない、授業中に眠くなる
- 勉強や進学のこと不安
- 友だちの話題についていけない
- 自分や家族の将来が不安

ご相談は「子ども応援サポート室」へ

ヤングケアラーコーディネーターが相談をお受けします。
お子さんからの相談のほか、子育てに関わる全ての方からの相談をお待ちしています。

- 話を聞きます
- 一緒に考えます
- 必要な場合は支援につなぎます



▲詳細はこちら

ヤングケアラーをもっと知ろう

文京区公式YouTube
チャンネルで動画を公開



▲視聴はこちら

区に子ども向けリーフレット
及び相談先を掲載



▲詳細はこちら



小学生向けリーフレット

中学生以上向けリーフレット

問合せ 子ども家庭支援センター子ども応援サポート室 ☎ 03-5803-1900

毎月10・25日発行 発行/文京区 編集/企画政策部広報戦略課
〒112-8555 文京区春日1-16-21

代表 ☎ 03-3812-7111

区の情報はこちらをチェック！



区ホームページ



Instagram



Facebook



X



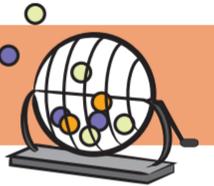
YouTube(区民チャンネル)



LINE



今日から家庭でできる安心9ミッション 文の京防犯ビンゴ



最新の犯罪手口や防犯対策の各項目をチェックし、ビンゴを達成してさらなる安全・安心を獲得しましょう。

ただいま急増中！こんな手口にご注意ください

1 ニセ警察官

警察官をかたる詐欺が急増しています。警察を名乗る者から電話があった場合は、「所属・担当部署・氏名・内線番号」を確認し、最寄りの警察署に連絡してください。



2 国際電話から不審電話

「+1」「+44」等から始まる国際電話番号を犯行に利用する特殊詐欺が急増しています。海外からの電話に心当たりがない場合は、電話に出ない、かけ直さないようご注意ください。



3 インターネットを介した詐欺

インターネット上では、様々な口実でお金を振り込ませようとする詐欺が発生しています。インターネット上の掲示板・メールでのやりとりだけで、お金を振り込まないでください。



しっかり対策！犯罪を未然に防ぎましょう

4 不審な電話がかかっていたら落ち着いて対処しましょう

自動通話録音機などを自宅に設置しましょう(防災危機管理課・区内警察署で無償貸出中)。




▲自動通話録音機 ▲詳細はこちら

5 ご自宅の防犯対策を見直しましょう

普段からドア・窓の「防犯対策」や「戸締り」を心掛けることが大切です。また、防犯カメラ、補助錠等の防犯機器を活用し、侵入窃盗の防犯対策をしましょう。



6 サイバーセキュリティ対策を実施しましょう

悪意を持って攻撃してくる者から身を守るために、以下の3点を意識しておきましょう。

- ①ソフトウェアを最新に保つ
- ②強固なパスワードの設定と多要素認証を活用
- ③添付ファイルは不用意に開かない



いざという時や日頃からの防犯に役立つ知識・ツール・補助金制度等を紹介

7 困ったことがあったら、まずは警察官に相談を

緊急の際は「110」、相談は、「#9110」又は最寄りの警察署へ



富坂警察署 ☎03-3817-0110
大塚警察署 ☎03-3941-0110
本富士警察署 ☎03-3818-0110
駒込警察署 ☎03-3944-0110

8 区の補助金を使って、自宅の防犯設備を強化しましょう

各家庭における防犯カメラ等の防犯機器等の購入に係る費用の一部を補助します。1世帯につき1回のみ、購入額の3/4(最大3万円)の補助が受けられます。




▲詳細はこちら

9 防犯のための情報収集

「文の京」安心・防災メール
区では、災害情報や防犯等安心情報をメールで配信しています。災害や防犯に対する備えとして、お役立てください。



▲詳細はこちら

警視庁防犯アプリ「デジポリス」
付近の犯罪発生情報や地域別の不審者情報など各種防犯情報が、リアルタイムで配信されます。



問 防災危機管理課安全対策推進担当 ☎03-5803-1280

わが家の省エネチャレンジ！参加者募集

1か月でも昨年同月比1日当たりの電気又はガスの使用量を削減できた世帯に、エコグッズをプレゼント

省エネ行動は、身の回りで簡単にでき、節約にもつながります。家庭の電気やガスの使用量を見直して、環境と家計に優しい省エネにチャレンジしてみませんか。



▲エコグッズ(日傘等他にもあり)

内①電気やガスの使用量削減に3か月間取り組む
②取組後、報告書と電気やガスの使用量がわかる書類を提出

対昨年と同じ住所で、世帯の構成人数が昨年と同数又はそれ以上の区内に住所を有する世帯

定100世帯程度(申込順)

申 電子申請又は申込書を郵送若しくは直接〒112-8555文京区環境政策課地域環境係 ☎03-5803-1276へ

▶ 申込書配布 環境政策課(区にも掲載)

※12月28日(日)必着(省エネチャレンジを開始する前日までに申込)

※区にも掲載の「取組ガイドブック」を確認のうえ、申込のこと

※申込をした希望者には、エコバッグを贈呈



▲詳細はこちら

文京博覧会(ぶんぱく)2025

アンケート回答者と謎解き正解者に記念品をプレゼント※

産業団体・伝統工芸会による技術の紹介やワークショップのほか、区内商店・連携自治体による物販、産学連携ポスターの展示を行います。さらに、昨年度好評だった各会場を巡る謎解きイベントも実施します。ぜひ、この機会に区内の産業を実際に見て、触れて、体験してみませんか。

日 11月14日(金)午前10時～午後6時、15日(土)午前10時～午後5時

対 どなたでも 申 当日直接会場へ

▶ 主催 文京博覧会2025実行委員会



▲詳細はこちら

会場	内容
ギャラリーシビック	伝統工芸会による匠の技の体験、工芸品の展示や販売、区内産業団体などによる展示
アートサロン	印刷・製本を中心とした区内産業の技術などの紹介、あめ細工づくり、手作り製本の体験会
区民ひろば(シビックセンター地下2階)	和菓子や洋菓子・弁当・日本酒など各店自慢の逸品を即売、文京ソコチカラ登録店舗による販売、区にゆかりのある自治体の物産展
地下2階通路	区内大学の産学連携の研究事例をポスター展示

問 経済課 ☎03-5803-1173 ※1人1つまで(なくなり次第終了)

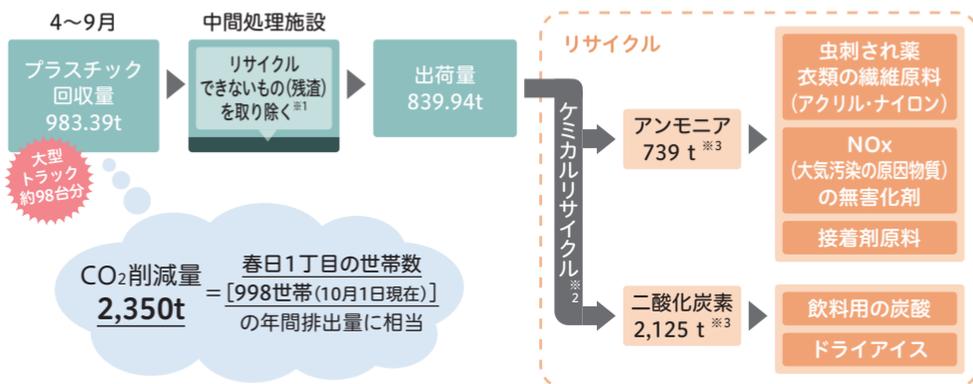


「ごみ」から「資源」へ プラスチック分別回収の実施状況の報告

皆さんにご協力いただき、4～9月までの回収量は983.39 tで、1日の目標回収量(6.54t)に対する割合は95.8%と順調に推移しています。引き続き適正な分別により、残渣の少ない良質なプラスチックの排出にご協力をお願いします。



▲詳細はこちら



※1 回収したプラスチックのうち、約13%が残渣
 ※2 化学的に分解し、原料に変えてリサイクルする方法(7年度のリサイクル手法)
 ※3 プラスチック1kg当たり、アンモニア0.88kgと二酸化炭素2.53kgに生まれ変わる

☎リサイクル清掃課 ☎03-5803-1184

以下のものはプラスチックとして出せません

- モバイルバッテリーや小型充電式電池内蔵製品などの発火の恐れがあるもの(出し方の詳細は右上の二次元コード参照)
- 軽くすいでも汚れやにおいが付着しているもの(可燃ごみへ)
- プラスチック以外の素材が付いているもの(可燃ごみ又は不燃ごみへ)
- 厚さ5mm以上のもの[例:まな板(全てプラスチックできていて長さが30cm未満のものでも、厚さが5mm以上ある場合は可燃ごみへ)]
- 30cm以上のひも状のもの(全てプラスチックできている場合は、30cm未満に裁断してプラスチック(資源)へ)
- ペットボトル本体 [資源の日に出す(「キャップ」と「ラベル」はプラスチック(資源)へ)]

最大6,000円おトク 文京区共通PayPayデジタル商品券第2弾

第1弾の利用が開始しているスマートフォンキャッシュレス決済アプリ「PayPay」と連携した文京区共通PayPayデジタル商品券の第2弾が、10月31日(金)から販売を開始します。第2弾は、PayPayアプリ上で本人確認が済んでいる12歳以上の方であれば、どなたでも購入できます(先着順)。第1弾の購入をしている方も、新たに1人2口までPayPayアプリから購入ができますので、ぜひご利用ください。

▶販売期間 10月31日(金)午前10時～8年2月28日(土)

☎PayPay専用コールセンター ☎0120-925-510(午前9時～午後6時、土・日曜、祝日を含む)



▲詳細はこちら

(2口) 20,000円 → 26,000円分 使える!

第1弾の購入をしている文京区在住の方も、新たに2口まで購入可能です!(先着)

今年度はプレミアム率30%でさらにおトク!

文京区商店街連合会 × 文京区

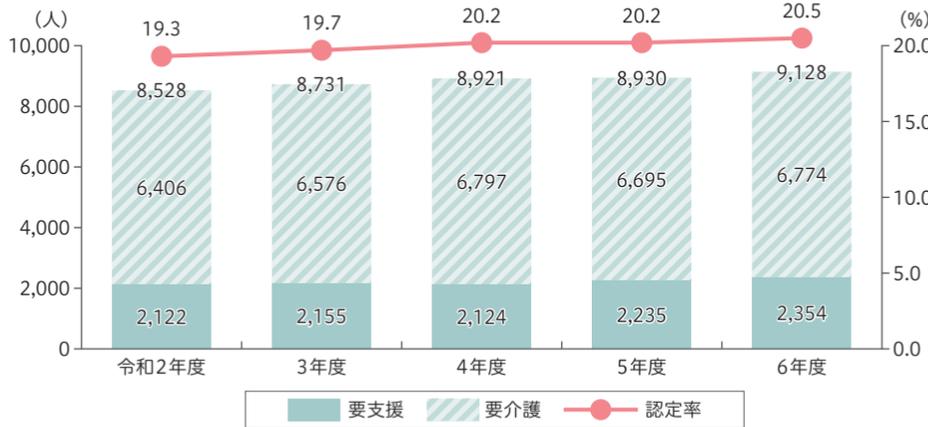
6年度の介護保険運営状況 ☎介護保険課 介護保険管理係 ☎03-5803-1389、介護保険課給付係 ☎03-5803-1388

介護保険制度は、介護が必要な高齢者を社会全体で支え合う仕組みです。区では、適正な運営を図りながら、介護サービスの向上に取り組んでいます。

第1号被保険者(65歳以上)における要介護及び要支援認定を受けている人数は増加しており、6年度末には9,128人となっています。

なお、要介護(要支援)認定者の割合である「認定率」も、20.5%で年々増加傾向にあります。

第1号被保険者における要介護*1・要支援*2「認定者数」と「認定率」の推移



*1 要介護:被保険者が寝たきりや認知症等で常時介護を必要とする状態
 *2 要支援:家事や身支度等の日常生活に支援が必要であり、特に介護予防サービスが効果的な状態

6年度介護保険特別会計の決算状況

歳入		歳出	
区分	収入済額(円)	区分	支出済額(円)
保険料(第1号被保険者)	3,934,946,000	総務費(人件費・事務費)	680,524,403
使用料及び手数料	3,000	保険給付費	15,402,482,500
国庫支出金(国)	3,374,833,569	地域支援事業費	749,434,434
支払基金交付金(第2号被保険者)	4,328,813,390	基金積立金	107,420,996
都支出金(東京都)	2,365,068,822	諸支出金(国等への清算返還金等)	127,682,816
繰入金(文京区)	3,197,783,000	予備費	0
繰越金(前年度残額)	149,075,555	合計	17,067,545,149
諸収入(会計年度任用職員社会保険料等)	15,840,180		
財産収入(基金積立金の預金利子)	3,892,000		
合計	17,370,255,516		

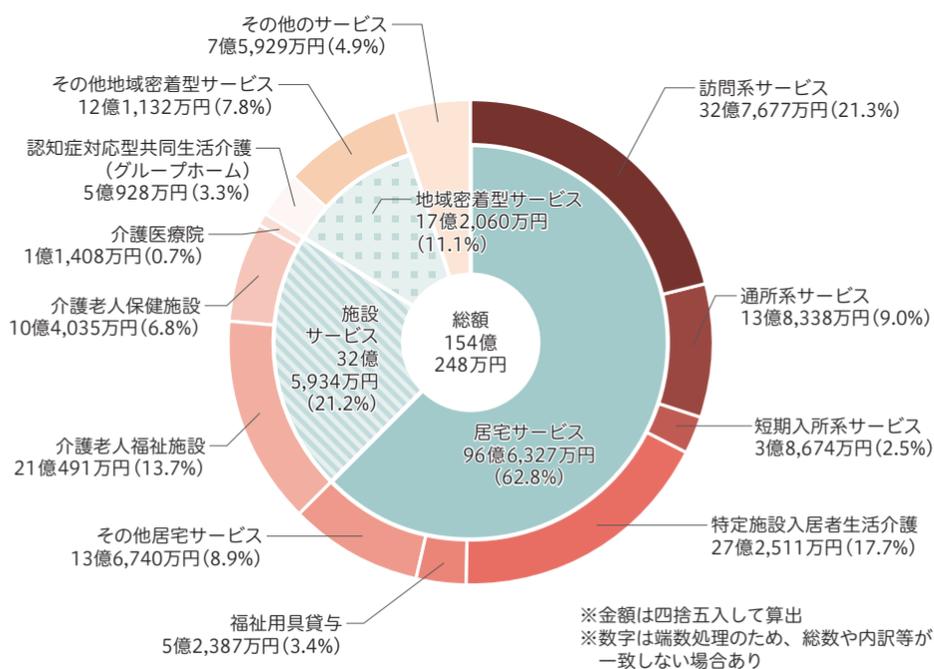
※歳入と歳出の差額302,710,367円は、繰越金として翌年度の歳入となる
 ※保険料の収入額は、還付未済額を含む



介護給付費は増加しています

介護サービスの利用にかかる経費は、原則として利用者の所得により、段階的に費用の1割・2割・3割を支払い、残りを区が保険給付します。6年度の介護給付費の総額は、前年度に比べ約1.4%増加して154億248万2,500円となりました。そのうち、居宅サービス費は、2億6,260万円、2.8%の増となりました。

介護給付費[介護(予防)サービス類型別内訳]



- ・訪問系サービス:訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション
- ・通所系サービス:通所介護、通所リハビリテーション
- ・短期入所系サービス:短期入所生活介護、短期入所療養介護
- ・その他居宅サービス:福祉用具購入、住宅改修、居宅療養管理指導、居宅介護支援
- ・その他地域密着型サービス:定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護、地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護、看護小規模多機能型居宅介護、地域密着型通所介護
- ・その他のサービス:特定入所者介護サービス費、高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費、審査支払手数料
- ・介護医療院は介護療養型医療施設を含む

運営状況の詳細は、「文京の介護保険(令和7年版)」に掲載しています。

▶閲覧場所 行政情報センター・区 ☎ ※冊子は行政情報センターで販売(940円)



「区報ぶんきょう」を多言語版アプリ(Catalog Pocket)で配信中!



史跡めぐり 夏目漱石と東京大学

12月4日(休)午後1時 文京ゆかりの文化人の足跡を巡る
▶ガイド ふるさと歴史館友の会「文京まち案内」ボランティア
▶高校生以上で、階段・急坂・未舗装の通路等を自身で歩ける方(介助が必要な方は、介助者と2人1組)
▶50人(抽選) ¥40円(行事保険料)
▶電子申請又は往復はがきに**記入例**①~④(②~④は同伴者分も)を明記し、〒113-0033文京区本郷4-9-29ふるさと歴史館 ☎03-3818-7221へ
▶11月13日(休)必着
▶コース
東京大学正門(集合)一赤門一総合図書館一育徳園心字池(三四郎池)一安田講堂一野球場観覧席・ダッグアウト及びフェンス一根津神社一猫の家(解散)
※雨天決行

フレッシュ名曲コンサート

響きの森クラシック・シリーズVol.87

8月3日(休)午後3時
会場 シビックホール大ホール
▶曲目 チャイコフスキー/ピアノ協奏曲第1番、サン＝サーンス/序奏とロンド・カプリチオーソ、チャイコフスキー/幻想序曲「ロメオとジュリエット」ほか
▶出演 角田綱亮(指揮)、前橋汀子(ヴァイオリン)、谷昂登(ピアノ)、東京フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)
▶全席指定 S席5,000円、A席4,000円、B席3,000円
▶申込 11月9日(日)からシビックチケット ☎03-5803-1111(窓口・電話)で発売(午前10時~午後7時)
▶共同主催 (公)東京都歴史文化財団 東京文化会館
▶企画協力 東京オーケストラ事業協同組合
▶区民先行予約(1日限り)
11月2日(日)午前10時~午後7時(電話予約のみ、数に限りあり)
▶区内在住・在勤・在学者
▶シビックホールメンバーズ先行発売
11月3日(休)午前10時~4日(休)受信有効
※発売初日・区民先行予約日のチケット購入・予約は、1人4枚まで(席の選択不可)
※シビックホールメンバーズ先行発売は、シビックホールメンバーズ ☎から会員登録のうえ購入(1人4枚まで、席の選択可)
※未就学児入場不可
▶詳細はこちら

文京区民チャンネル11月の番組ピックアップ

▶[区が制作した番組]広報戦略課CATV担当 ☎03-5803-1130、
[ケーブルテレビ加入等]東京ケーブルネットワーク(フリーコール) ☎0800-123-2600
▶区公式YouTube ▶番組表はこちら

ぶんきょう浪漫行(10分番組)

▶「特別名勝 六義園を歩く」
▶放送時間
11月3日(休)月~9日(日)
11月17日(月)~23日(休)日
12:20~ / 21:20~



くらしのSafety(10分番組)

▶「そのチケット、本当に大丈夫? ~東京ドームにやってきた日の物語~」
▶放送時間
11月24日(休)月~30日(日)
8:30~ / 18:00~
東京ドームの周辺で、悪質な「不正転売」や「チケット詐欺」が急増しています。この現状に「NO!」を突きつけるため、文京区・冨坂警察署・読売新聞社・読売巨人軍・東京ドームがタッグを組み特別番組を制作しました。実際に起こりうる詐欺の手口と対策を、手に汗握るドラマ仕立てでリアルに描きます。



★区報ぶんきょうの記事で、費用の記載のないものは全て「無料」です。

アートウォール・シビック 中垣怜緒奈 個展

11月4日(火)~27日(休)午前7時30分~午後10時(最終日は午後4時まで)
会場 シビックセンター地下1階吹き抜け周囲(アートウォール・シビック)
▶様々な生き物たちの姿を絵の具やペンなどで描いた作品を展示
▶当日直接会場へ
▶アカデミー推進課文化事業係 ☎03-5803-1120
▶生命の彩(ゴリラ)
▶申込はこちら

第3回「文の京ガイドツアー」 ~甲州市と文京区の相互協力協定締結10周年記念 一葉忌ツアー~

文京区で多くの文学作品を生み出した樋口一葉の足跡をたどり、区公認の観光ガイドがご案内します。
11月23日(休)午後1時30分 坂道や階段を含む全行程(約2km)を歩ける方 50人(抽選)
▶電子申請又は往復はがきに**記入例**①~⑤を明記し、〒112-0003文京区春日1-16-21シビックセンター1階文京区観光インフォメーション ☎03-5803-1941へ
▶11月5日(休)必着
▶コース(2時間程度)
[集合]法真寺(見学)一菊坂一ふるさと歴史館(見学)一旧伊勢屋質店(菊坂跡見塾見学)一右京山(清和公園)一樋口一葉終焉の地[解散]
▶1グループ2人まで
※事前に申込フォームの「ご利用にあたってのお願い」を確認のこと
※天候等により中止の場合あり
▶申込はこちら

よくわかる政治と選挙のはなし(白ばらセミナー)

11月24日(休)月午後1時30分~4時(30分前から開場)
会場 シビックホール小ホール
▶①第一部 = 基調講演「未来を創る一票の力」伊藤聡子氏(フリーキャスター) ②第二部 = パネルディスカッション若者フォーラム「~SNS時代の若者と選挙~」▶出演 林大介氏(東洋大学福祉社会デザイン学部社会福祉学科准教授)
▶どなたでも定員300人(先着順) ▶当日直接会場へ
▶選挙管理委員会事務局 ☎03-5803-1287
▶伊藤聡子氏

文京SOGIにじいろ映画会 『虹色の朝が来るまで』

12月2日(火)①午後2時~4時25分 ②午後7時~8時20分(各回20分前から開場)
会場 シビックホール小ホール
▶全編手話で綴られた、ろう者×LGBTQの心温まる物語
▶区内在住・在勤・在学者定員各100人(申込順)
▶電子申請又は電話で総務課ダイバーシティ推進担当 ☎03-5803-1187へ
▶申込期間 10月30日(休)~11月21日(金)
※手話通訳あり
※①のみ保育(1歳~就学前児)あり。保育希望者は、11月14日(金)正午までに電子申請にて申込(定員あり)
※①のみ上映後にトークライブあり ▶出演 屋成和昭氏(アウト・ジャパン代表取締役)ほか ▶申込はこちら

鷗外誕生日記念朗読会 『独逸日記』と並べて読む『普請中』の東京

鷗外の小説『普請中』は、かつてドイツで別れた恋人たちが東京で再会する物語です。朗読と解説とともに、鷗外の留学体験を交えて読み直します。
8月18日(日)午後3時30分~5時20分(途中休憩あり)
▶不忍通りふれあい館
▶朗読 佐々木望氏(声優) ▶解説 美留町義雄氏(大東文化大学教授)
▶定員100人(抽選) ¥3,800円(前払い)
▶申込 往復はがき又は**記入例**①~④・⑥を明記し、〒113-0022文京区千駄木1-23-4 森鷗外記念館 ☎03-3824-5511 ☎bmk-event@moriogai-kinenkan.jpへ
▶11月21日(休)必着
※席は抽選 ※支払方法は抽選後、当選者に通知 ※都合によりキャンセルした場合、参加費は返金しないため予め承のこと



区民大会 区民陸上競技大会

12月13日(出)午前9時
会場 大井ふ頭中央海浜公園スポーツの森陸上競技場(品川区八潮4-1-19)
▶日本陸上競技連盟非公認の陸上競技大会 区内在住・在勤・在学者 定員100人程度(申込順)
▶小・中・高校の部 = 1種目1,000円、一般・壮年・老年の部 = 2,000円
▶申込書 を☎で文京区陸上競技協会 ☎2025bunkyo@jaaf.infoへ
▶申込書 文京区スポーツ協会 ☎からダウンロード
▶申込期間 10月30日(休)~11月5日(休)
▶文京区陸上競技協会 ☎070-5434-9419 ☎bunkyorikujo@yahoo.co.jp
※申込は必ず所定の申込ファイルを使用
▶詳細はこちら

区民バスケットボール大会

8月18日(日)午前9時20分開会式 会場 スポーツセンター
▶区内在住・在勤・在学小学生及び16歳以上で構成するチーム
▶定員 一般男子 = 24チーム、一般女子 = 12チーム、シニア男女 = 各10チーム、のんびり = 30チーム、小学生男女 = 各8チーム(申込順)
▶1チーム2,000円(代表者会議時納入)
▶申込書 を☎又は☎で文京区バスケットボール協会 ☎03-6912-3439 ☎bunnkyobasket@gmail.comへ
▶申込書 文京区バスケットボール協会 ☎からダウンロード
▶申込期間 11月1日(出)~9日(日)正午
▶バスケットボール協会・中井 ☎070-5566-3329 ☎ryokun1126@nifty.com
※代表者会議を1月10日(出)にスポーツセンターで実施(時間は要項で確認のこと)
▶詳細はこちら

アルコール関連問題普及啓発イベント DRINK SMART in Bunkyo ~正しいお酒との付き合い方~

お酒は、私たちの生活に豊かさや潤いを与える一方、不適切な飲み方をすると身体と心の健康を害します。健康的な生活を送るためには、正しいお酒の飲み方「適正飲酒」の知識を身につけることが大切です。この機会にお酒との付き合い方を考えてみましょう。
11月5日(休)午前10時~午後6時、6日(休)午前10時~午後3時
会場 ギャラリーシビック
▶パネル展示、アルコール強さチェック、血管年齢測定・ベジチェック(5日(休)は午後5時まで)、BOOKコーナー等
▶どなたでも 当日直接会場へ
▶健康推進課福祉保健政策推進担当 ☎03-5803-1231
※アルコール強さチェック(簡易的なパッチテスト)は、なくなり次第終了
▶詳細はこちら

もとまちウェルビーイングフェスタ

運動の得意・不得意は関係なく、普段は体験できないスポーツを1日でたくさん体験できるイベント「もとまちウェルビーイングフェスタ」を開催します。
11月30日(日)午前11時~午後5時(最終入場4時30分)
会場 元町ウェルネスパーク(本郷1-1-19)内[順天堂スポーツホール(西館地下2階体育館)にて受付]
▶ホッカン、ブローライフル、ボッチャ、ラウンドネット、ピツクルボール、ソフトフレスコボール等
▶どなたでも 定員300人(申込順)
▶10月30日(休)午前9時から電子申請
▶元町ウェルネスパーク管理事務局 ☎motomachi@juntendo.ac.jp
▶ソフトフレスコボール
▶旧金澤能楽堂模型
▶詳細はこちら

文の京文化発信プロジェクト かなざわ講座「東京⇄金沢! 宝生流往来の歴史講座」

国内都市との交流促進の一環として、「金沢」の歴史・文化を学ぶ講座を開催します。
12月12日(休)午後2時~3時30分 会場 区民センター
講師 塚田華都氏(金沢能楽美術学芸会)
▶区内在住・在勤・在学者定員70人(抽選)
▶申込 往復はがき又は**記入例**①~④と⑦に在勤者は勤務先名、在学者は学校名を明記し、〒102-0093千代田区平河町2-4-2 全国都市会館5階金沢市東京事務所内営業戦略室 ☎03-3262-0444 ☎tokyo_j@city.kanazawa.lg.jpへ
▶11月28日(休)必着 ▶主催 金沢市

★Logoフォーム・各種申込フォームなどオンラインから申込可能な場合、「電子申請」と記載されています。

教室 アクアエクササイズ(12月水曜コース)

12月3日~24日の水曜(全4回)午前10時~11時30分
会場 内アクアダンス、筋力トレーニング等
▶医師から運動制限を受けていない18歳以上の区内在住・在勤・在学者定員50人(抽選)
▶¥2,200円(保険料込)
▶申込 往復はがき(1人1枚)に**記入例**①~⑤と⑦性別(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名も)を明記し、〒113-0033文京区本郷7-1-2 総合体育館 ☎03-3814-4271へ
▶11月7日(休)必着

第47回 文京菊まつり

文京花の五大まつりのひとつ「文京菊まつり」では、菊の衣装をまとった「菊人形」や崖から垂れ下がるように仕立てられた「懸崖」、一本の茎に数百輪の花を咲かせる「千輪咲」など、境内一面に多種多様な菊を展示します。
11月1日(出)~23日(休)午前6時~日没 会場 湯島天満宮境内(湯島3-30-1)
▶文京菊まつり実行委員会(湯島天満宮内) ☎03-3836-0753、アカデミー推進課観光担当 ☎03-5803-1174
▶詳細はこちら

税を考える週間

区民ひろば(シビックセンター地下2階) どなたでも 当日直接会場へ

日時	内容	問合せ	
11/5(休)~12(休)	9:00~17:00(5(休)は13:00から、12(休)は12:00まで) 税の作文・標語・絵はがき展(小・中・高校生による優秀作品の展示)	税務課 ☎03-5803-1152 文京都税事務所 ☎03-3812-3241 小石川税務署 ☎03-3811-1141 本郷税務署 ☎03-3811-3171	
5(休)	13:00~16:00	東京税理士会 小石川支部事務局 ☎03-3815-3313 本郷支部事務局 ☎03-3814-3709	
6(休)・10(月)・11(火)	10:00~16:00(12:00~13:00を除く)	税理士による 税の無料相談	
12(休)	10:00~12:00		

文京区青少年健全育成会九地区合同行事 文の京こどもまつり

11月9日(日)午前10時~午後3時 会場 中学生以下 当日直接会場へ
▶モンスター&ファンタジーパー9 ~見て9! やって9! 楽しんで9! ~
ドキドキ・ワクワクの遊びがいっぱい! 仮装したスタッフに声をかければ、もっと楽しいことが待っているかも? 仮装での参加も大歓迎です。
▶11月9日(日)午前10時~午後3時 会場 中学生以下 当日直接会場へ
▶モンスター&ファンタジーパー9 ~見て9! やって9! 楽しんで9! ~
ドキドキ・ワクワクの遊びがいっぱい! 仮装したスタッフに声をかければ、もっと楽しいことが待っているかも? 仮装での参加も大歓迎です。
▶スタンプカードは14:30配布終了 ※雨天決行、公共交通機関を利用のこと
▶「文の京こどもまつり」って知ってる?
文京区の青少年のすこやかな成長を目的に活動している9つの青少年健全育成会による、年に一度のおまつりです。このほか、地域の大人たちがマラソン大会やおまつりなどのイベントを実施しています。
▶児童青少年課青少年係 ☎03-5803-1186
▶詳細はこちら

図書館イベント

▶詳細はこちら

会場・問合せ	日時	内容・講師(敬称略)・対象・定員等
真砂中央図書館 ☎03-3815-6801	11/29(出) 14:00~15:45	東家一太郎浪曲会 ▶「殿中ごさる!」・浪曲ブチ講座ほか ▶出演 東家一太郎(浪曲師)、東家美(曲師) ▶小学生以上 定員60人(申込順) ▶11/5(休)9:00から電子申請・電話又は直接真砂中央図書館へ
小石川図書館 ☎03-3814-6745 ※会場は4階(エレベーターなし) ※介助が必要な方は事前に申請のこと	11/16(日) 14:00~15:30	子育て支援トークイベント「赤ちゃんとの外出のためにできること」 ▶授乳室など検索アプリ開発者のトーク ▶村石健 中学生以上 定員50人(申込順) ▶10/31(休)13:00から電子申請・電話又は直接小石川図書館へ ※保育 ▶2歳~小学生 定員9人(申込順) ▶希望者は申込時に左記へ
水道端図書館 ☎03-3945-1621	11/17(月)~21(金)	館内特別整理のため休館
千石図書館 ☎03-3946-7748	11/24(休) 14:00~15:30	大人のためのストーリーテリングのじかん ▶素話 ☎18歳以上 定員60人(申込順) ▶11/4(休)9:00から電子申請・電話又は直接千石図書館へ

図書館イベント

▶詳細はこちら

★区報ぶんきょうの記事で、費用の記載のないものは全て「無料」です。

子育て



ステップ・アップ！ 離乳食講習会

日11月13日(木)①午前10時30分～11時30分②午後1時～2時 講義と実演「7・8か月児の離乳食づくりのポイント」
初めて参加する区内在住で3・4月生まれの子の保護者各15人(申込順) 申11月4日(火)から電子申請 会 保健サービスセンター ☎03-5803-1805 ▲申込はこちら

はじめての離乳食講習会

日11月20日(木)①午前10時30分～11時30分②午後1時～2時 講義と実演「5・6か月児の離乳食づくりのポイント」
初めて参加する区内在住で5・6月生まれの子の保護者各15人(申込順) 申11月11日(火)から電子申請 会 保健サービスセンター ☎03-5803-1805 ▲申込はこちら

ふたごちゃん・みつごちゃんのファミリー交流会

日11月28日(金)午後2時～3時30分 保健サービスセンター 多胎妊娠・出産・育児のためのミニ講座、参加者同士の交流 師 太田ひろみ氏(日本多胎支援協会理事) 対 区内在住の3歳未満の多胎児と保護者(保護者のみの参加も可)、多胎妊娠中の方 定15組(申込順) 申10月30日(木)から電子申請 会 保健サービスセンター 本郷支所 ☎03-3821-5106 ▲申込はこちら

母親学級(土曜1回コース)

日12月6日(土)午前9時30分～11時15分 助産師や栄養士・歯科衛生士のミニ講話、育児実習等 区内在住で就労等により平日の母親学級に参加できない20週以降の初妊婦 定25人(申込順) 申11月1日(土)から電子申請 会 保健サービスセンター ☎03-5803-1805 ▲詳細はこちら

地域子育てステーション 11月

保育園のノウハウで子育ての悩み・不安やストレスを軽減し、子育ての喜びを実感してもらう 区内在住の乳幼児と保護者 申 開催日 1週間前から電話で各保育園へ(平日午前9時～午後5時) ▲詳細はこちら

住民基本台帳	
世帯と人口	うち外国人住民
世帯…132,278世帯(+446)	世帯…11,894世帯(外国人のみ+445)
人口…236,580人(+453)	人口…16,813人(+485)
男…112,525人(+223)	男…8,366人(+221)
女…124,054人(+230)	女…8,446人(+264)

※人口総数はその他を含むため、男女の計が一致しない場合あり ()内は前月比 令和7年10月1日現在

両親学級

沐浴、育児(着替え、おむつ替えなど)デモ、産後の話等 区内在住で初めて赤ちゃんを迎える24週以降(実施日時)の妊婦とパートナー 申 電子申請 申 申込期間 11月5日(水)～15日(土) ▲詳細はこちら

日時	12/7(日)	12/8(月)	12/13(土)
①10:00～12:00	②13:30～15:30(30分前受付)	9:30～11:30(30分前受付)	①10:00～11:30
②13:15～14:45(15分前受付)			
会場問合せ	保健サービスセンター ☎03-5803-1805		保健サービスセンター 本郷支所 ☎03-3821-5106
定員(抽選)	各25組		各12組

※8月のみ、第2子以降の赤ちゃんを迎える妊婦とパートナーも対象

健康

健康センターで運動を始めませんか

健康センターで運動をするためには、基礎コース又は心電図等コースへの参加が必要です。
会 健康センター 定 各12人(抽選) 申 間はがき(1人1枚)に 記入例 ①～④と⑦生年月日・性別(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名、以前利用していた方は承認番号も)を明記し、〒112-8555 文京区保健サービスセンター健康相談係 ☎03-5803-1805へ 申 11月10日(月)必着

	基礎コース	心電図等コース
日時	12/27(土)	12/20(土)
	8:45～13:00	
内容	身体測定・体力測定・運動指導(心電図等コースは安静時心電図検査あり)	
対象	各コース以下の条件に該当する区内在住・在勤・在学者(医師から運動を勧められている方・脳梗塞等のリハビリを目的とした方を除く)	①75歳以上 ②心疾患・糖尿病・高血圧・脂質異常などで加療中 ※①②のいずれか
費用	区内在住者 = 1,700円 区内在勤・在学者 = 2,000円	区内在住者 = 3,600円 区内在勤・在学者 = 4,300円

※健康診断結果記録[血圧・血液検査(血清脂質・肝機能・血糖・貧血)1年以内で直近のもの]が必要。当日持参しない場合は利用不可
※コース修了者は2年間トレーニング室を利用可(有料)

保健サービスセンターの健康相談(11月)		保健サービスセンター ☎03-5803-1805	保健サービスセンター 本郷支所 ☎03-3821-5106
区分	対象	日(曜)	受付時間
健康相談*1(有料)	義務教育を終了している15歳以上の区内在住者	12(水) 26(水)	9:00～9:30
アレルギー相談	小児ぜん息などの心配のある15歳未満の方(予約制)	26(水)	13:30～14:00
歯科保健相談*2	乳幼児(予約制)	6(木) 13(木) 27(木)	13:00～14:30
HIV抗体検査*3(即日検査)	検査を希望する方(予約制)	5(水)	13:00～13:50
ハッピーベビー健康相談	妊娠を希望する方	月～金曜	8:30～17:00
ネウボラ相談*4	妊娠・出産・子育ての相談を希望する方	月～金曜	8:30～17:00

※1 骨密度測定可
※2 2歳児の定期歯科健診も実施
※3 HIV検査と合わせて梅毒の即日検査及びクラミジア、淋菌感染症の検査も実施。申込方法が12月検査より電子申請に変更
※4 八千代助産院でも実施 ☎03-5940-2102 9:00～17:00(通年対応) 来所相談10:00～16:00(予約制)

カラダ改善プログラム(全3回)

身体セルフチェック、運動の講義・実技 師 渡辺慎也氏(スポーツトレーナー)
対 次の全てに該当する18～64歳の区内在住者①全回参加できる②スマートフォンを持っている 定 各30人(申込順) 申 11月4日(火)から電子申請 ▲詳細はこちら

日時	12/3(全休)	10:00～12:00	14:00～16:00
会場問合せ	保健サービスセンター ☎03-5803-1807	保健サービスセンター 本郷支所 ☎03-3821-5106	

※各管轄は申込フォーム又は区 参照

男性HPVワクチン(任意予防接種)

9価ワクチン(シルガード®9)の男性への接種が承認されたため、11月1日(土)から全額助成します。

対 接種日に文京区に住居登録がある小学6年生～高校1年生相当までの男性 申 直接区内指定医療機関へ 申 予防対策課 ☎03-5803-1834

※8月25日(月)～10月31日(金)に自費で9価を接種した方は、上記へ 申 予診票は区内指定医療機関にあり ▲詳細はこちら

11月8日は「いい歯の日」

硬いものが食べにくい、滑舌が悪い、食事にむせる、そんな経験はありませんか?これらは「オーラルフレイル」という口の機能のささいな衰えのサインかもしれません。放置すると全身の健康にも影響を与えるため、いつまでも「おいしく食べて、元気に過ごす」健康長寿にはお口の健康が不可欠です。この機会にかかりつけ歯科医を持ち、定期検診で健やかなお口を保ちましょう。
会 保健サービスセンター ☎03-5803-1805

歯周疾患検診

区内指定歯科医療機関の協力のもと、歯周疾患検診を実施しています。
対 8年4月1日までに20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・76・81歳になる区内在住者(6年度の対象者で未受診者は受診可)
会 健康推進課保健係 ☎03-5803-1229

11月 休日医療

休日診療当番医 10月15日(水)時点の情報

①必ず、事前に受診希望の医療機関に電話で開院・待ち時間を確認、受診希望の旨を連絡したうえで受診
②診療の受付状況によっては、受付時間前に受付を終了する場合あり ▲詳細はこちら
③受診する医療機関や時間帯によっては、対応の薬局が受診医療機関から遠方になる場合あり
※受診の際は、保険証(マイナ保険証、資格確認書も可)を持参(医療受給者証等の交付を受けた方は、あわせて持参)
内 小児科 歯科 産科 (診療時間) 昼 9:00～17:00(受付は16:30まで) 夜 17:00～22:00(受付は21:30まで)

日	医療機関	調 報	所在地	電話
2	小石川循環器内科クリニック	内	小石川2-24-14	03-6801-8450
	大塚診療所	内	大塚6-9-10	03-3947-5521
	文京区医師会附属診療所	内	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	本駒込こどもクリニック	小	本駒込5-15-10	03-5842-1127
3	あかし歯科医院	歯	関口1-47-12	03-3268-2688
	安東歯科医院	歯	本駒込3-17-5	03-3823-0542
	おとわ内科・脳神経外科クリニック	内	音羽1-5-17	03-6662-7755
	日原内科クリニック	内	千駄木2-13-1	03-3822-6262
9	文京区医師会附属診療所	内	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	池田歯科医院	歯	小石川1-16-6	03-5684-4184
	根津すずらん歯科	歯	根津2-28-5	03-5834-8882
	春日後楽園のぶクリニック	内	小石川1-1-7	03-3813-0022
16	すずき医院	内	目白台1-23-7	03-3941-1590
	御茶ノ水ファミリークリニック	小	湯島1-9-14	03-5844-1401
	文京区医師会附属診療所	内	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	かなデンタルクリニック	内	向丘1-10-6	03-5800-6480
23	やまだ歯科医院	歯	本駒込4-16-13	03-3821-0224
	須田整形外科クリニック	内	後楽2-23-15	03-3811-0881
	澤田こどもクリニック	小	白山1-33-16	03-5840-7838
	根津宮永町診療所	内	根津2-13-6	03-3824-2588
24	文京区医師会附属診療所	内	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	石川歯科医院	歯	大塚3-38-4	03-3946-8697
	おひら歯科	歯	本駒込6-12-15	03-3946-4188
	中野小児科内科	小	白山1-33-23	03-5805-8551
30	白山内外科クリニック	内	白山5-36-13	03-3868-3676
	うすだクリニック	内	本郷4-36-5	03-5840-8250
	文京区医師会附属診療所	内	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	いなだ歯科医院	歯	千石4-44-9	03-3942-8148
30	本郷三浦歯科医院	歯	本郷5-30-20	03-6801-8281
	千晶こどもクリニック	小	小石川1-24-3	03-3868-0703
	コバース茗荷谷クリニック	内	小日向4-7-20	03-5976-2207
	坂口医院	内	本郷4-9-22	03-3811-1560
30	団子坂ひろせ小児科	小	千駄木1-23-6	03-3823-4970
	文京区医師会附属診療所	内	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	文京歯科医院	歯	小石川4-20-5	03-3811-3994
	フジタ歯科医院	歯	本駒込2-8-8	03-3942-0361

休日調剤薬局 10月15日(水)時点の情報

日	薬局	調 報	所在地	電話
2	えんま通り星薬局	調	小石川2-24-14	03-6801-8729
	さかした調剤薬局	調	大塚6-3-3	03-3947-5523
	日本調剤根津薬局	調	弥生1-2-16	03-5805-9331
	はりま坂サンテ薬局	調	小石川4-21-1	03-3814-0768
3	御代の台薬局音羽店	調	音羽1-5-18	03-6902-9228
	日生薬局根津店	調	千駄木2-2-17	03-3823-9181
	ゴロ薬局せんだぎ店	調	千駄木2-13-1	03-5834-1280
	アーク薬局千石店	調	本駒込6-1-20	03-3947-7076
9	CMS春日薬局	調	春日2-10-19	03-6801-6322
	白山駅前薬局	調	白山5-36-9	03-5805-1886
	じょい薬局	調	本郷5-23-14	03-5654-5950
	日本調剤根津薬局	調	弥生1-2-16	03-5805-9331
16	さくら薬局根津店	調	根津1-16-9	03-5685-1023
	竹内薬局春日店	調	小石川1-1-7	03-3814-1177
	本田薬局目白台店	調	目白台3-12-2	03-3944-5474
	ケイワ薬局湯島店	調	湯島1-9-14	03-5805-7898
23	日本調剤根津薬局	調	弥生1-2-16	03-5805-9331
	はりま坂サンテ薬局	調	小石川4-21-1	03-3814-0768
	薬局トモズ白山店	調	白山1-33-16	03-5801-0752
	日本調剤根津薬局	調	弥生1-2-16	03-5805-9331
24	はりま坂薬局	調	小石川5-40-16	03-3830-0393
	白山駅前薬局	調	白山5-36-9	03-5805-1886
	今尾薬局	調	本郷4-6-3	03-3811-4033
	じょい薬局	調	本郷5-23-14	03-5654-5950
30	なの花薬局さつき店	調	千駄木2-2-16	03-5834-8170
	グッド薬局小石川店	調	小石川1-24-1	03-6801-5153
	鈴薬局茗荷谷店	調	小日向4-7-20	03-6304-1423
	今尾薬局	調	本郷4-6-3	03-3811-4033
30	日本調剤根津薬局	調	弥生1-2-16	03-5805-9331

医療機関案内

機関	電話	受付時間
東京都子供の健康相談室(小児救急相談)	短縮#8000 03-5285-8898	月～金曜(祝日、12/29～1/3を除く) 18:00～翌朝8:00 土・日曜、祝日、12/29～1/3 8:00～翌朝8:00
東京都医療機関案内サービス「ひまわり」	03-5272-0303	24時間(年中無休)
東京消防庁救急相談センター	短縮#7119 03-3212-2323	
文京区かかりつけ医・在宅療養相談窓口	03-6912-0810	月～金曜(祝日、12/29～1/3を除く) 10:00～16:00
文京区地域包括ケア歯科相談窓口	090-4544-8020	月～金曜(祝日、12/29～1/4を除く) 11:00～16:00
豊島文京(平日準夜間)こども救急	03-3941-3211	月～金曜(祝日、12/29～1/4を除く) ※受診前に要電話 20:00～23:00

