

5月13日(月)から 文京区ホームページが新しくなります

シンプルで操作しやすいデザイン

文京区ホームページが全面的にリニューアルし、機能やデザインが変わります。

スマートフォンからも見やすく

ホームページにアクセスしたとき、利用する端末の画面サイズに応じて、自動的に表示が最適化されます。



▲新しくなったトップページのデザイン

知りたい情報を探しやすく

- アクセス数が多く利便性の高いページをまとめた「お役立ちリンク」や「便利ツール」を配置



- 検索したいページのIDを入力すると、該当のページをすばやく表示可能
- 主に妊娠から小学校入学までの間に利用できる支援サービスの検索に特化した「子育て支援サービス検索」を導入



- イベント情報のページを一新し、カレンダーから探す機能に加え、ジャンルや対象、施設からも探せる機能を追加
- 「こちらの記事も読まれています」といった関連性の高いページを表示する「レコメンド機能」を追加

「文の京」観光案内を一新

文京区の観光に関する情報を掲載した「文の京」観光案内ページのデザインを一新しました。観光スポットやイベント情報を閲覧でき、文京区の多くの魅力を知ることができます。



多言語化の充実

自動翻訳言語を4言語から131言語に拡充し、「やさしい日本語」への翻訳機能も導入しました。

災害情報発信機能を強化

災害情報システムとの連携により、緊急情報や災害情報をトップページ上部に表示させ、緊急情報の発信機能を強化します。

お願いと注意事項

リニューアルに伴い、トップページ以外の全ページのURLが変更となります。旧URLでブックマーク登録をしている場合は、新URLに登録変更をお願いします。

リニューアルの際には、一時的に区ホームページにアクセスしづらくなる可能性があるほか、しばらくの間、各種検索エンジンの検索結果がリニューアル前の古いURLを示す場合があります。

問合せ 広報課 報道・ホームページ担当 ☎03-5803-1128

文京共創フィールドプロジェクト(B+)提案企業等 募集

地域課題や社会的課題の解決に向けて、区内において先進的・画期的な技術等を活用した実証事業を行う企業等を募集します。



採択された企業等には、ガバメントクラウドファンディング*を活用した資金調達の支援や、区有施設での実証事業の実施などのサポートを行います。

対地域課題や社会的課題解決を目的として、区内で実証事業を実施する企業等 電子申請 6月21日(金) 企画課 ☎03-5803-1126

※申請にあたり、事前相談(事業の適格性や区に期待する支援内容など)が必須
*ガバメントクラウドファンディング:自治体が抱える問題解決のため、ふるさと納税の寄附金の使い道をより具体的にプロジェクト化し、そのプロジェクトに共感した方から寄附を募る仕組み



▲詳細はこちら

新エネルギー・省エネルギー設備設置費助成 第1期受付中

地球温暖化の原因となる温室効果ガスの排出削減に効果的な設備の利用促進を図るため、設置経費の一部を助成します。

▶助成対象設備 住宅用太陽光発電システム(パワーコンディショナ単体の場合は機器更新のみ)・家庭用燃料電池(エネファーム)・家庭用蓄電システム・雨水タンク・断熱窓・自然冷媒ヒートポンプ給湯器(エコキュート)・高日射反射率塗料 申請助成対象設備の設置等完了後、申請書と必要書類を設備設置日に応じた申請期間内に郵送又は直接〒112-8885文京区環境政策課 ☎03-5803-1276へ▶申請書 区HPからダウンロード ▲詳細はこちら



▲詳細はこちら

	設備設置日	申請期間*1(消印有効)
第1期	2/1(木)~6/30(日)	5/1(木)~7/31(木)
第2期	7/1(月)~8/31(土)	8/1(木)~9/30(月)
第3期	9/1(日)~10/31(木)	10/1(火)~12/2(月)
第4期	11/1(金)~12/31(火)	12/1(日)~7年1/31(金)
第5期	7年1/1(水)~31(金)	2/1(土)~28(金)

※1 来庁による提出の場合は、土・日曜、祝日、12/29~1/3を除く
※詳細は区HP又はパンフレット(環境政策課・地域活動センター等で配布)参照
※各種類併用可

自転車損害賠償責任保険の加入はお済みですか？

安全性の高い自転車の利用と、自転車損害賠償責任保険の加入を促進するため、自転車TSマーク*取得費用の助成を行っています。



▶助成額 1,000円 対区内在住者及び区内に住所を有する事業所 申込書を直接区内の自転車安全整備店へ(当日記入可、自転車と住所が確認できるものを持参)▶申込書配布 自転車安全整備店・管理課

自転車安全整備店(4月1日現在)	所在地	電話
大畑サイクルサービス	本駒込1-7-11	03-3941-7963
加藤モータース	目白台3-25-12	03-3941-9306
キリン商会	本郷4-3-3	03-3811-2594
藤野商店	本駒込5-1-2	03-3941-0769
徳田輪業	千石4-44-8	03-3941-4941
サイクルスポット 千石店	本駒込2-29-14	03-6902-9711
サイクルスポット 湯島店	湯島3-34-6	03-5817-4925
サイクルスポット 後楽園本館	小石川2-25-13	03-5840-8260
サイクルスポット 後楽園別館	小石川2-25-10	03-5615-9050
サイクルスポット 西日暮里店	千駄木3-25-6	03-5834-0915
ちゃりんこハウス	白山5-5-4	03-3814-1007
ライフサイクルプレイス	本駒込5-47-4	03-5685-2551
TIGER CYCLE	大塚5-6-15	03-5981-9758
エスピット	関口1-32-3	03-5273-5568
サイクルショップあしびな	本駒込4-37-7	03-6801-7464

※詳細は下記へ
*TSマーク:自転車安全整備店に勤務する自転車整備士が点検整備した普通自転車に貼るシール(1年間有効な傷害保険と賠償責任保険が付帯)
管理課交通安全係 ☎03-5803-1244

住環境課からのお知らせ

マンションの適正管理を支援

▶助成内容 ①長期修繕計画作成費(2分の1かつ上限50万円)②劣化診断調査費(2分の1かつ上限50万円)③共用部分のバリアフリー化工事費(10分の1かつ上限100万円)④東京都防災・建築まちづくりセンターのマンションアドバイザー制度の利用料 ①~③=区内の分譲マンションの管理組合又は賃貸マンション(社宅や従業員寮を除く)を所有する個人、④=区内の分譲マンションの管理組合等

高齢者等住宅修築資金助成事業

区内に所有する自宅を修築する方に資金を助成します。
▶対象工事 バリアフリー化工事、浸水対策工事、り災修復工事(り災後60日以内のり災証明書があるもの)▶助成金額 税抜き工事費の10%(上限20万円)
※必ず、工事着工前の申込が必要。その他要件あり

共通事項

申請書等を郵送又は直接〒112-8555文京区住環境課管理担当 ☎03-5803-1374へ▶申請書配布 住環境課(区HPにも掲載)

あなたの地域の相談相手！民生委員・児童委員 ~5月12日は民生委員・児童委員の日~

「民生委員・児童委員」は、厚生労働大臣の委嘱を受け、地域に根差した福祉活動を行っているボランティアです。児童の問題を専門に担当する「主任児童委員」もいます。

生活上の困りごとや子育て・介護の不安等に関する相談を受け、必要な支援ができるよう、区や関係機関と連携しています。

民生委員・児童委員には守秘義務があり、相談内容や個人の秘密を漏らすことはありません。お住まいの地域の民生委員・児童委員については、福祉政策課にお問い合わせください。



ミンジ(民生委員・児童委員のキャラクター)▶

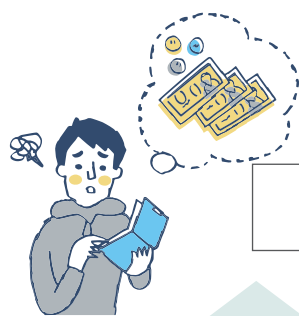
あなたが抱える 困りごとについて あなたの立場で 親身に相談にのります

~問題が大きくなる前に 支援が得られれば 解決しやすくなります~



子育ての不安や心配がある
不登校の問題を抱えている

- 4か月児健診のサポート
- 子育てサロン
- 子ども食堂、学習支援



生活費が不安・心配
子どもの進学費用がない

- 生活福祉の案内と協力



孤立

心細い

ストレス

疲れ

不安

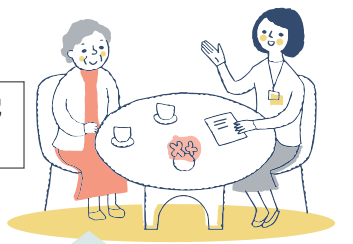
いじめ

心配

知りたい

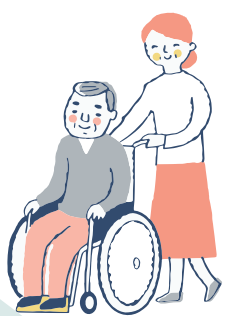
Help!

悩み



ひとりで居ると何かあった時に心配
介護予防の体操がしたい

- 敬老お祝いの配布
- 緊急連絡カードの調査訪問
- 高齢者サロン



在宅介護の悩みや疲れがある
障害があり外出の機会がない

- 障害者施設支援
- 障害者団体との交流

民生委員・児童委員はさまざまな活動で支えます

必要に応じたサービスが受けられるよう
行政など関係機関につなぐパイプ役となります

福祉政策課地域福祉係 ☎03-5803-1202

リサイクル清掃課から補助金のお知らせ

家庭用生ごみ処理機等購入費補助金

家庭から排出される生ごみの減量化及びリサイクルの推進を図るため、生ごみ処理機及びコンポスト化容器の購入費用の一部を補助します。

▶対象機器 6年度中に購入した生ごみ処理機等とその付属品(脱臭剤・防虫剤を含む) ▶補助金額 生ごみ処理機等の購入金額(税込)の2分の1(上限20,000円) ▶対象者 ①次々に該当する方①生ごみ処理機等を購入した日から引き続き区内在住②生ごみ処理機等から生成した減量ごみ又は堆肥を自ら適正に処理できる③区が実施する生ごみ処理に関するアンケート調査に協力できる④4~6年度中に同一世帯の方が本補助金を受けていない▶電子申請又は申請書と必要書類を郵送若しくは直接リサイクル清掃課へ▶申込書配布 リサイクル清掃課(区にも掲載)▶9月30日(月)必着

※申請は、生ごみ処理機又はコンポスト化容器のどちらか1台に限る
 ※ディスプレイ式(流し台の排水口に取り付け、生ごみを粉碎して下水道に流すタイプ)は対象外
 ※送料や振込手数料、設置にかかる作業費用、ポイント・クーポン等による割引額を除く
 ※予算額に達し次第、受付終了



脱プラスチック製容器等購入費補助金

ぶんぎょう食べきり協力店・文京ソコチカラ登録店舗が、新たにテイクアウト等を実施する際の脱プラスチック製容器等の購入経費又はテイクアウト等において脱プラスチック製容器等に切り替える際にかかる購入経費を補助します。

▶補助金額 補助対象経費の実支出額(上限12万円) ▶補助対象経費 ①使い捨てプラスチック製容器等での提供から脱プラスチック製容器等での提供へ切り替える場合の脱プラスチック製容器等の購入経費②新たにテイクアウト等による商品の提供を行うに当たって使用する脱プラスチック製容器等の購入経費③前年度に本補助金の交付を受けた店舗が、テイクアウト等による商品の提供を行うに当たって使用する脱プラスチック製容器等の購入経費(1年度に限る)▶申込書配布 食べきり協力店、文京ソコチカラ登録店舗▶申込書を郵送又は直接リサイクル清掃課へ▶申込書 区にも掲載▶7年3月31日(月)必着

☎112-8555文京区リサイクル清掃課 ☎03-5803-1135



区ホームページへのバナー広告掲載者募集

区ホームページで企業や学校・団体のPRをしてみませんか?

募集概要

▶掲載方法 区ホームページのトップページ下部に設置する広告欄に縦60ピクセル、左右180ピクセル(縦横サイズは固定)、ファイルサイズ10キロバイト以内の静止画像バナー広告を掲載し、広告主のホームページにリンクする▶掲載単位 月単位(最大12か月、再申込可)▶月額20,000円(申込が6か月以上の場合は割引あり)▶申込書配布 郵送又は直接〒112-8555文京区広報課 報道・ホームページ担当 ☎03-5803-1128へ(掲載上限枠は15枠、1事業者1枠のみ)▶申込書配布 広報課(区にも掲載)▶掲載希望月の前々月の末日(必着)▶掲載決定要領に基づき内容を審査のうえ決定



▲詳細はこちら

6年度特別区民税・都民税証明書の発行

6年度の特別区民税・都民税の納税・課税証明書は、納税通知書等の発送日以降発行可能となります。なお、納税証明書は納付を確認後発行します(納付後3週間以内に申請する場合は、納付金額を確認できる領収書等を直接税務課へ)。住民税の徴収方法により、発行開始日が異なりますのでご注意ください。

▶納税通知書等の発送・証明書発行開始日 特別徴収(住民税が給与から差し引かれる方) = 5月16日(木)、普通徴収(個人で住民税を納めている方、住民税が年金から差し引かれる方) = 6月10日(月)▶1通300円(窓口)、200円(コンビニ交付サービス)▶本人確認書類(運転免許証・パスポート・マイナンバーカード等)を持参し、直接各発行場所へ▶発行場所 税務課・戸籍住民課・区民サービスコーナー・コンビニエンスストア

※期限後に申告した方は、税証明書の発行が遅れる場合や申告内容の反映が間に合わない場合あり
 ※税務課・戸籍住民課のみキャッシュレス決済による支払い可
 ※代理人(家族を含む)が申請するときは、委任者本人が署名した委任状(見本参照)が必要
 ※申請できる課税証明書は6年度分(平成31年度、令和2~6年度)、納税証明書は4年度分(令和3~6年度)
 ※本人による郵送申請も可

☎[納税通知書等の発送]税務課課税第一・第二係 ☎03-5803-1154~5
 [税証明書の発行]税務課税務係 ☎03-5803-1152



▲委任状見本

崖等整備資金助成事業

区内高さ2mを超える部分を含む崖・擁壁の整備工事及び崖下建築物の減災工事に要する費用の一部を助成▶区内に崖等・土地を所有し、助成対象工事を行う個人又は中小企業者▶申請書を直接地域整備課 耐震・不燃化担当 ☎03-5803-1846へ▶申請書配布 地域整備課(区にも掲載)▶12月6日(金)

※工事の契約前に申請の手続きが必要(その他要件あり)、必ず事前に地域整備課へ相談のこと



▶詳細はこちら

明るい選挙推進委員 決定

明るい選挙推進委員は、地域での話しあい活動を通じて区民の政治意識の向上を図り、選挙時には、区の選挙管理委員会と協力して、棄権防止や明るい選挙の呼びかけを行うなどの活動をしているボランティアです。任期は2年で、この活動に関心のある方を委嘱しています。今期(6・7年度)は、次の117人が推進委員に決まりました。

(敬称略)

礫川地区 15人	赤塚 美智子	大塚地区 15人	小守 正平	湯島地区 9人	鎌倉 精一	汐見地区 13人	池田 志津江
	猪本 幸子		坂巻 三登		小山 久枝		柿沼 誠子
	内田 尊子		竹内 広美		山口 芳子		久郷 幸子
	奥山 まゆみ		田中 裕之		湯浅 茂生		小泉 敏夫
	窪寺 杏子		田端 民江		若月 順子		田尾 静子
	佐藤 芳江		西山 ふじ江		上田 寛		田嶋 敏子
	末重 眞知子		藤井 一郎		大熊 敏幸		土橋 陽子
	諏訪 紀子		藤村 銀子		小川 清子		富所 由紀子
	藤原 英明		水野 勝子		金森 輝子		西田 嘉子
	北條 みづ枝		南 芳男		小山 美弥子		長谷川 隆
	松原 三根夫		若井 佐知子		椎名 和子		廣川 徹
	宮澤 輝子		岡田 光子		柴崎 里子		本田 京子
	村田 重子		蒲沢 武		田上 弘子		森 悦子
	山梨 八重子		久保田 暁		豊田 行雄		相川 英男
	和田 サワノ		後藤 浩子		奈良部 宏		青木 一哉
大原地区 11人	伊古田 憲子	音羽地区 15人	櫻井 芳枝	向丘地区 14人	根尾 英子	駒込地区 14人	安達 良子
	宇賀治 みや子		佐藤 照代		尾藤 育美		植野 久代
	片岡 哲子		塩井 由美子		藤関 芳江		白井 誠
	小宮 繁雄		橋 義久		山菅 佳奈		大畑 雅一
	笹山 幸子		田中 輝夫		今本 和範		小野 朋子
	田上 侑司		筒井 幸代		上原 征一		鬼頭 紀子
	田中 福子		東條 清子		金児 三沙子		齊藤 久美子
	田原 恭子		船田 和子		久保 千恵子		齋藤 由紀子
	綱島 悦子		松田 悦子		小林 暢夫		内藤 マリ子
	原田 実		吉田 眞言		武田 文夫		舟橋 菊男
	古澤 清子		渡辺 富士雄		戸塚 佐代子		宮本 信子
大塚地区 15人	市川 秀子	湯島地区 9人	會田 登志子	根津地区 11人	林 昭代	村田 葉子	村田 葉子
	葛城 美智子		井口 桂子		牧 はるみ		
	工藤 光江		石川 良宣		山田 泉治		
	黒澤 裕子		小河原 宏		米本 美枝子		

☎選挙管理委員会事務局 ☎03-5803-1287

特別養護老人ホームに関するお知らせ

特別養護老人ホームの入所基準変更

円滑に入所できる環境を整えていくため、入所基準を変更します。なお、申込書を提出済みで入所をお待ちいただいている方には、別途案内を送付します。

項目	改定内容
同点時の順位付け	申込順から生年月日順に変更
申込有効期限の導入	申込日から3年後の12月末まで ※既に3年以上経過の場合は、6年12月末まで有効
申込件数の上限設定	区内施設は最大5件まで
特例入所(要介護1・2)	ヤングケアラーによる介護を対象追加

特別養護老人ホーム文京白山の郷 新規入所停止

大規模改修工事を実施するため、新規入所を6月末で停止します。なお、現在入所中の方はほかの区内特別養護老人ホーム等に転居いただく予定です。今後文京白山の郷に入所した場合も、同様に転居いただくことになります。

☎高齢福祉課高齢者相談係 ☎03-5803-1382

5月は消費者月間です デジタル時代に求められる消費者力とは



消費生活センターをご利用ください

消費者相談	消費生活相談員による、商品の購入やサービスの利用等に対する疑問や苦情相談 ▶受付時間 月~金曜(祝日、12/29~1/3を除く)の9:30~16:00 ▶相談専用電話 ☎03-5803-1106
消費生活出前講座	消費生活相談員などが、皆さん(10人以上)の集まる場所に出向き、消費者被害の未然防止に役立つ知識や情報を紹介 ▶講座時間 10~60分程度▶申込書を希望日の4週間前までに郵送・☎又は直接消費生活センターへ▶申込書配布 消費生活センター(区にも掲載)
消費生活推進員制度	消費生活推進員養成講座修了後の登録者が、消費生活センターと一緒に啓発活動を行う
消費生活研修会	消費生活に関する知識の習得を目的に、専門家を招いた研修会の開催
消費生活情報提供	暮らしに役立つ情報を、年6回発行の情報誌「くらしのパートナー」などで提供
消費者グループ活動助成	消費者グループに対して、学習会などの事業の一部費用を助成 ※助成を受けたグループは、啓発事業に協力参加
消費者団体の育成	地域で活動する消費者団体の活動支援
消費生活センター公式LINE	消費者トラブル防止に役立つ情報や、研修会・講座などのイベント情報などを発信 友だち追加はこちら▶

☎〒112-8555文京区消費生活センター ☎03-5803-1105 ☎03-5803-1342

「ぶんきょう食べきり協力店」募集

食品ロス削減のため、食べ残し対策に取り組む店舗を募集します。登録店舗には、登録証と協力店ステッカーを交付し、区画等で店舗名と主な取組等を紹介しします。
対小売業・飲食店業・旅館業・大学学生食堂等を営む区内店舗
電子申請又は申込書を郵送・若しくは直接〒112-8555文京区リサイクル清掃課 ☎03-5803-1135 ☎03-5803-1362へ▶
申込書 区画からダウンロード ※随時受付

主な取組例 1つ以上取り組んでいれば登録対象

- 小盛りメニューなど利用者の要望に沿った量での提供
- 苦手な食べ物やアレルギー等の事前確認
- 食べきりの呼びかけ・ポスター等の掲示
- 量り売り・ばら売りの実施 ●賞味期限間近による値引き販売
- 食べ残した料理の持ち帰り ●一人前の惣菜の販売
- その他食べきり推進活動のための取組

▲ぶんきょう食べきり協力店ステッカー

鷗外文学散歩 ～これより図書館へゆかばや～

鷗外・漱石・一葉らが歩いた道や、作品ゆかりの地をたどりま。東京大学から無縁坂・不忍池など、約3kmのコースを徒歩で巡る文学散歩です。
6月15日(出)午前10時30分～午後0時30分(予定) 倉本幸弘氏(森鷗外記念会常任理事) 対どなたでも 15人(抽選) ¥1,500円
往復はがき又は区画に記入例①～③・⑤と⑥メールアドレスを明記し、〒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▶5月31日(金)必着
※雨天決行、荒天の場合は森鷗外記念館にて講座を実施 ※上野公園で解散

文の京ハートフル工房 (障害者施設商品販売会)

障害者就労支援の一環として行っている事業です。
5～10月までの開催日程(予定)

日時	5/28、6/25、7/23、8/27、9/17、10/22(全て火曜)
会場	11:00～14:00(施設ごと異なる) 区民ひろば
内容	自主製品販売や作業の受付 食品(パン、焼菓子、加工食品)、雑貨(手芸、革小物、陶器、オーナメント等) 名刺(点字入り可)等印刷・PC回収の注文受付等

▲障害者就労支援センター ☎03-5805-1600 ☎03-5805-1601

魚沼里山トレッキングと 苔テラリウム作りとホテル観賞

6/29(出) 12:00 やまびこ荘集合ー昼食(軽食を用意)ー午後 苔テラリウム作りー夕食ーホテル観賞 30回 小出スキー場付近トレッキングー昼食(バーベキュー)ー解散

【迎え】 高速バス 11:26 小出インターチェンジ着 新幹線 11:43 浦佐駅着
【送り】 高速バス 14:51 小出インターチェンジ発 新幹線 15:01 浦佐駅発

定員 25人程度(抽選)

費用 ①区内在住者 大人13,350円 子ども10,900円 未就学児10,400円
②区内在勤・在学者 大人 17,050円 子ども 13,500円
③区内在住者と同行する区外在住者 未就学児 13,000円
④区内在勤者と同行する同居の家族 未就学児 13,000円
※上記金額は宿泊費、参加費 大人7,700円、子ども・未就学児7,000円(各種体験料、昼食料、保険料等)、入湯税150円(大人のみ)の合計分
※大人1人利用の場合、別途500円必要
※現金のみ、カード不可

ツアー申込 問合せ ☎☎電話でやまびこ荘フリーダイヤル ☎0120-801-523(毎日8:00～21:00)へ▶5/27(月) ※抽選結果の確認は5/29(火)以降、各自でやまびこ荘へ問合せ(抽選結果の連絡なし)

主催 湯之谷業師スキー場管理組合(やまびこ荘運営事業者)

- 共通事項**
- 体験メニューは天候等により変更の場合あり
 - 魚沼までの往復の交通手段は各自で手配
 - 上記到着時刻の公共交通機関に合わせて送迎。ダイヤ改正等により変更の可能性あり

第294回シビックコンサート 東邦音楽大学附属 東邦中学校・東邦高等学校

5月22日(休)午後0時15分～0時45分 区民ひろば(シビックセンター地下2階)▶
曲目 バッハ＝グノー／アヴェ・マリア、ネッケ／クシコス・ポスト ほか▶出演 東邦音楽大学附属 東邦中学校・東邦高等学校生▶当日直接会場へ▶(謝)文京アカデミーホール事業係 ☎03-5803-1103

第2回やってみましょう楽しい実験

6月15日(出)①午前10時～正午②午後2時～4時 教育センター 化学でお絵かきをしよう、クルクルトンゴをつくろう、夏の星座(星図を作り夏の星座を観察しよう) 教育センター専門指導員 区内在住・在学の5歳～小学生(小学2年生以下は保護者1人同伴) 各36人(抽選)▶電子申請又は往復はがき(1人1枚)に記入例①～③・⑤(③は保護者分も)と⑥園名・学校名・希望時間(第2希望記入可)を明記し、〒113-0034文京区湯島4-7-10教育センター ☎03-5800-2591へ▶6月3日(月)必着
※車での来場は不可 ※詳細は教育センター▶参照
※キャンセルによる空き状況の確認をする場合は、前日までに電話で上記へ▶ 申込みはこちら▶

シビックシネマサロン 「午後の遺言状」

6月21日(休)午後1時30分～3時40分(20分前から開場) アカデミー文京 主人公の劇団女優による、避暑地めぐり逢うリリカルな人間模様を描く▶監督 新藤兼人▶出演 杉村春子ほか▶15歳以上の区内在住・在勤・在学者(中学生を除く)▶70人(抽選)▶電子申請又は往復はがきに記入例①～⑤と⑥生年月日を明記し、〒112-0003文京区春日1-16-21(謝)文京アカデミー学習推進係 ☎03-5803-1119へ▶6月7日(金)必着
※入場は当選者本人に限る ※全席指定、途中休憩あり▶ 申込みはこちら▶

ぶんぶんまるしえ (障害者等の手作り作品代理販売)

お持ち込みいただいた作品を代理で販売 区内在住・在勤・在学又は区内障害者施設に通う障害者の方、60歳以上の区内在住者
※売れた際は、販売手数料(15%)を差し引いた額をお渡し
※新規の方は必ず事前にリアン文京へ相談のこと

総合福祉センター	シビックセンター
会場 リアン文京カフェ BUNBUN	障害者会館(3階)
日時 月～金曜9:00～16:00 (年末年始、祝日を除く)	
受付	
会場 ぶんぶんストア	文の京ハートフル工房等
日時 月～金曜9:00～16:00 (年末年始、祝日を除く)	

▲リアン文京 ☎03-5940-2822 ☎03-5940-2823

長岡花火観覧と 魚沼木工体験

【第1回】 8/2(金) 15:30 やまびこ荘集合ー長岡花火観覧へ 3(出) 10:00 魚沼産木材を使った体験ー道の駅ゆのたに(深雪の里)で昼食・買い物
【第2回】8/3(出)・4(日)も同内容
※交通事情により、花火観覧後の宿到着が深夜になる可能性あり

【迎え】 高速バス 14:26 小出インターチェンジ着 新幹線 14:07 浦佐駅着
【送り】 高速バス 13:51 小出インターチェンジ発 新幹線 13:58 浦佐駅発

定員 35人程度(抽選)

費用 ①区内在住者 大人22,150円 子ども20,400円 未就学児19,900円
②区内在勤・在学者 大人 25,850円 子ども 23,000円
③区内在住者と同行する区外在住者 未就学児 22,500円
④区内在勤者と同行する同居の家族 未就学児 22,500円
※第2回(8/3・4)は各金額からそれぞれ1,000円増
※現地交通費、宿泊費、ツアー保険、観覧席、体験費用、入湯税(大人のみ)を含む
※当選発表後、参加者に郵送される振込用紙にて振込み[手数料不要(現金払込の場合、手数料110円が必要)]

ツアー申込 問合せ ☎☎電子申請又は、はがきに記入例①～⑤[[2]～⑤]は参加者全員分(2人以上、1人参加不可)と⑥希望回を明記し、〒946-0075新潟県魚沼市吉田1144-(出)魚沼市観光協会 ☎025-792-7300(毎日9:00～17:00)へ▶5/31(金)消印有効
※6/11(火)から郵送にて抽選結果発表

- 料金は全て税込。大人は中学生以上、子どもは小学生、未就学児は3歳以上
- キャンセル時は早めに連絡のこと(キャンセル料が発生する場合あり)
- 4月1日より、やまびこ荘宿泊料金が改定
- 山村体験交流事業の問合せは区民課 ☎03-5803-1171へ

教室 初心者テニス教室(第2期)

6月16日～7月14日の日曜(全5回)午前8時10分～9時40分(集合＝午前8時) 竹早テニスコート▶初めてラケットを握る方向けに、楽しく上達を目指す▶区内在住・在学の小学5・6年生▶8人(抽選)▶¥4,000円(保険料込)▶往復はがき(1人1枚)に記入例①～⑤と⑥学校名・学年を明記し、〒112-0012文京区大塚3-29-2スポーツセンター ☎03-3944-2271へ▶5月24日(金)必着
※ラケットの貸出あり

元気ニコニコ体操(6月コース)

6月3日～24日の月曜(全4回)①午前9時30分～10時30分②午前10時50分～11時50分 江戸川橋体育館▶ストレッチ・軽度のシェイプアップ体操等▶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▶各45人(申込順)▶¥1,240円(保険料込)▶5月20日(月)午前10時30分から電話又は直接江戸川橋体育館 ☎03-3945-4008へ▶6月2日(日)

初心者弓道教室

6月11日～22日の火・木・土曜(全6回)午後7時～8時30分 スポーツセンター▶高校生～65歳の区内在住・在勤・在学者▶30人(抽選)▶¥2,000円(保険料込)▶往復はがきに記入例①～⑤と⑥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、〒112-0012文京区大塚3-29-2スポーツセンター ☎03-3944-2271へ▶5月24日(金)必着

障害のある方向けおでかけスポーツ(6月)

～体育館でからだを動かしてみませんか～
①6月7日(休)午後1時15分～2時30分②28日(金)午後1時15分～2時30分▶①スポーツセンター②総合体育館▶肢体及び視覚障害者向けの①軽体操②水泳(どちらかのみ参加も可)▶区内在住・在勤・在学の肢体及び視覚障害者(介助者ありの場合は要相談)▶前日までに電話又は直接①スポーツセンター ☎03-3944-2271②総合体育館 ☎03-3814-4271へ▶

トヨタヴェルブリッツによるタグラグビー教室

ジャパンラグビー リーグワンで活躍するトヨタヴェルブリッツの選手等を招き、初心者向けのタグラグビー教室を開催します。親子で思い切りからだを動かす、ラグビーの魅力を味わいましょう。
6月1日(出)①4歳以上の未就学児＝午後1時45分～2時30分②小学1～3年生＝午後3時15分～4時5分▶六義公園運動場▶トヨタヴェルブリッツの選手又はOB▶4歳以上の未就学児及び小学1～3年生と保護者▶各30組(抽選)▶¥1組500円▶電子申請▶5月19日(日)▶スポーツ振興課 ☎03-5803-1308
※保護者もスポーツに適した服装を着用のこと ※雨天中止▶ 申込みはこちら▶

あじさいまつりガイドツアー

あじさいが見事に咲き誇る白山神社を出発し、周辺を巡るコースを区公認の観光ガイドが案内します。
6月8日(出)①午前11時②午後1時▶徒歩で全行程(約1.2km)歩ける方▶①30人②20人(抽選)▶電子申請又は往復はがきに記入例①～⑤と⑥希望時間を明記し、〒112-0003文京区春日1-16-21文京シビックセンター1階文京区観光インフォメーション ☎03-5803-1941へ▶5月24日(金)必着

コース(1時間程度)
(集合)白山神社一円乗寺(八百屋お七の墓)ー大円寺(ほうろく地藏)ー天栄寺(駒込土物店跡)ー白山神社(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▶ 申込みはこちら▶

特別公開講座 「新一万円札のcafo NHK大河ドラマにみる 渋沢栄一翁」

7月3日(休)、新一万円札の発行を記念し、2021年NHK大河ドラマ「青天を衝け」の制作に携わった、NHK・ドラマ・チーフディレクターの村橋直樹氏が、制作秘話を交えて渋沢栄一翁を語ります。
7月3日(休)午後2時～4時(30分前から開場) 区民センター▶15歳以上の区内在住・在勤・在学者(中学生を除く)▶120人(抽選)▶電子申請又は往復はがき(1人1枚)に記入例①～⑤と⑥在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名を明記し、〒112-0003文京区春日1-16-21(謝)文京アカデミー 学習推進係 ☎03-5803-1119へ▶6月14日(金)必着▶協力 文京アカデミー生涯学習支援者の会
※入場は当選者本人に限る▶ 申込みはこちら▶

区民大会 区民陸上競技大会

7月28日(日)午前9時▶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)▶区内在住・在勤・在学者▶100人程度(申込順)▶一般・壮年・高年の部=1種目1,500円、小・中・高校の部=1種目700円、リレー(1チーム)2,000円(銀行振込)▶申込書を▶で文京区陸上競技協会▶2024bunkyo@jaaf.infoへ▶申込書 区画からダウンロード▶申込期間 6月12日(休)～19日(休)▶文京区陸上競技協会 ☎070-5434-9419▶ 詳細はこちら▶

種目	男子/女子					
	小学	中学	高校	一般	壮年(40～54歳)	高年(55歳以上)
50m	○					
100m		○	○	○		○
200m		○	○	○		
400m		○	○	○		
800m	○	○	○	○		
1500m		○	○	○		○
4×100R	○	○	○	○		
走高跳		○	○	○		
走高跳	○	○	○	○		
砲丸投		○	○			

※申込みは必ず所定の申込ファイル(エクセル)を使用

イベント 2024読売巨人軍×文京区スペシャルイベント

文京区と読売巨人軍は相互協力協定を締結しており、プロ野球観戦を通してスポーツの楽しさを共有することを目的にスペシャルイベントを実施します。
6月30日(日)②8月4日(日)東京ドーム▶試合前の練習見学、試合観戦(①対広島戦②対ヤクルト戦)、試合後のグラウンドでの写真撮影等▶区内在住・在勤・在学の小・中学生と保護者(2人1組)▶各90人(抽選)▶¥①1人4,500円②1人4,900円▶電子申請▶申込期間 5月17日(金)～31日(金)▶スポーツ振興課 ☎03-5803-1308▶ 詳細はこちら▶

入場無料 図書館

子どもと読書の講演会「11びきのねこ」と馬場のぼる先生～本物のユーモアを求めつけて▶
関谷裕子(こぐま社元編集長)▶中学生以上▶80人(申込順)▶5/28～15:30(火)9:00から電子申請・電話又は直接真砂中央図書館へ▶保育(④1歳～未就学児)希望者は、申込時に左記へ▶(6/10/月)

Book&Chatワークショップ▶
⑥感覚的に選んだ本でコミュニケーションをとる▶中澤健矢▶中学生以上▶20人(申込順)▶5/15(火)9:00から電子申請・電話又は直接本郷図書館へ▶

レコード・コンサート▶
「レコードで聴く80's pop music:ヘヴィ・メタル/ハード・ロック編」▶
所蔵レコードの中からスタッフお薦めの曲を紹介▶どなたでも▶50人(先着順)▶当日直接会場へ▶

漱石満載連続シリーズ③▶
漱石さんの学ぶ教えるとは▶富田綱一郎▶中学生以上▶20人(申込順)▶5/25(出)9:00から電子申請・電話又は直接湯島図書館へ▶

映画会「おくりびと」▶
出演 本木雅弘、広末涼子▶小学生以上▶60人(申込順)▶5/26(日)9:00から電子申請・電話又は直接根津図書館へ▶

ぶんきょう民謡大会

区内で活動する民謡・民舞愛好者の皆さんが、日頃の練習の成果を発表します。
6月9日(日)午前10時15分～午後6時(予定)▶シビックホール小ホール▶どなたでも▶299人(先着順)▶当日直接会場へ▶アカデミー推進課文化事業係 ☎03-5803-1120

発行日に通知！いつでもどこでもスマホで読める「区報ぶんきょう」をカタログポケットで配信中！

「区報ぶんきょう」をカタログポケット(アプリ・インターネット)で読むことができます。

ここが便利！

- 英語・中国語・ベトナム語を含む10言語に対応！
- 本文をタップすると、文字が大きく表示される！
- 音声での読み上げ機能！
- 区報ぶんきょうを「マイコンテンツ」に登録すると発行日に通知！

iPhone App Store Android Google Play ブラウザ版(インターネット)

▶広報課広報担当 ☎03-5803-1128



子育て



子育てひろば水道 5月「親子ふれあい遊び」

回5月25日(土)午前10時30分～11時30分
会水道保育園内親子で一緒に手遊びやふれあい遊びを楽しむ師齋藤美奈子氏(健康体操指導員)回0～2歳児と保護者(各1人ずつ)定12組(申込順)申問電話で子育てひろば水道☎03-3812-2345へ(日曜、祝日を除く午前9時～10時30分、午後1時～2時30分のみ受付)回5月24日(金)
※区内ほか4か所の子育てひろばでも毎月イベントを実施中。詳細は各子育てひろばへ

母親学級(2日制)

回出産・育児の話、歯科・栄養の話回区内在住ではじめて赤ちゃんが生まれる20週以降の妊婦回5月20日(月)から電子申請

日時 (15分前から受付)	①6/7(金)②14(金)	①6/11(火)②18(火)
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 (申込順)	各30人	各12人

※1日だけの参加も可
※会場は居住地域によって異なる、管轄する保健サービスセンターを区HPで確認のこと



ステップ・アップ! 離乳食講習会

回6月14日(金)①午前10時30分～11時30分②午後1時～2時(10分前から受付)会保健サービスセンター本郷支所回講義と実演「7・8か月児の離乳食づくりのポイント」回区内在住で5年10・11月生まれの子どもの保護者(初めて参加する方を優先)定各18人(申込順)申5月15日(水)から電子申請回保健サービスセンター本郷支所☎03-3821-5106



パパママタイム

回子育てを始めたばかりのパパママの交流会回区内在住の生後5か月以下(実施日現在)の第1子と保護者回5月15日(水)から電子申請



日時 (15分前から受付)	6/20(木)	6/25(火)
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
定員 (申込順)	10組	8組

健康づくり栄養教室 「パパッとパパごはん」

回6月22日(土)午前11時～正午(10分前から受付)会保健サービスセンター回講義とデモンストレーション「生活習慣病予防のための食の基礎力」回1歳未満の子の父親又はパートナーが妊娠中の区内在住者(初めて参加する方を優先)定16人(申込順)申5月21日(火)から電子申請回保健サービスセンター本郷支所☎03-3821-5106



健康



精神障害回復途上者の デイケア*事業

回月・水・木曜の午前10時～午後3時回保健サービスセンター本郷支所回原則、統合失調症の回復初期かつ通院治療中の50歳以下の区内在住者回申問電話で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へ
*デイケア:創作・対人技能訓練・ディスカッションなどのグループ活動を通して、仲間作りや社会復帰への準備をすすめていく場

軽体操・ピラティス教室 6月

回医師に運動を止められていない18歳以上の区内在住・在勤・在学者回200円(当日納入)申5月25日(土)午前10時から電話又は直接各交流館へ

会場・問合せ	教室名	曜日	時間	定員 (申込順)
白山交流館 ☎03-3813-8500	軽体操	月	10:30～11:30	各30人
		火	13:30～14:30	
千駄木交流館 ☎03-3821-6695	ピラティス	水	10:30～11:30	20人
		木	10:00～11:00	
	軽体操	水	① 9:30～10:30 ② 11:00～12:00	各20人
		木	10:00～11:00	
	ピラティス	日	10:30～11:30	12人

ヨガ&ストレッチ(全4回)

回6月1日～22日の土曜午後2時30分～4時回健康センター回呼吸をコントロールして健康的に心と体の繋がりを深める回区内在住・在勤・在学者定12人(抽選)回2,800円(初日納入)申問はがきに記入例▶①～③・⑤と⑥生年月日・性別(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名)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へ回5月20日(月)必着

ウォーキング教室

回64歳以下の区内在住者(初めて参加する方、全回参加できる方を優先)申5月15日(水)から電子申請

日時	6/6・20、7/4 (全て木曜、全3回)	6/5・19、7/3・17 (全て水曜、全4回)
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
講師	加藤有里氏 (健康運動指導士)	寺田憲生氏 (健康運動指導士)
内容	歩く前の準備、ストレッチ、体を痛めない効果的な歩き方と正しい姿勢を学ぶ(初心者向け)	ウォーキングフォームレッスン、姿勢矯正のための筋肉メンテナンス、筋力トレーニング、安全ウォーキングミニ講座など
定員	20人(申込順)	8人(申込順)

※電子申請から申込が難しい場合、上記へ問合せ

お楽しみ講座「じっくり歌いましょう」

回6月21日(金)午前10時～11時30分回福祉センター湯島回60歳以上の区内在住者定25人(抽選)申問電子申請又は電話で福祉センター湯島☎03-3814-9245へ回6月5日(水)



在宅療養者等歯科訪問健診・ 予防相談指導

回歯科医師や歯科衛生士が自宅等に訪問し、歯科健診・相談と口腔ケアなどの予防指導を行う回在宅にて療養及び通院困難などの理由により歯科医院に行けない区内在住者回無料(治療が必要な場合、費用が発生)申電話で文京区地域包括ケア歯科相談窓口☎090-4544-8020へ回健康推進課係☎03-5803-1229



知っておきたい感染症予防豆知識

虫の日(6月4日)にちなんで、蚊やダニを媒介とする感染症をはじめとした様々な動物由来感染症のリスクや予防対策法について展示を行います。

今まで知らなかった感染症予防の豆知識について、楽しく学びましょう。

回①5月28日(火)午前10時～午後6時②29日(水)午前10時～午後3時回ギャラリーシビック回どなたでも申当日直接会場へ回予防対策課感染症対策担当☎03-5803-1962

▶共催 アース製薬

高齢者にマッサージのサービス

回60歳以上の区内在住者回各24人(申込順)回500円

日時	6/5(水)・19(水)	
会場	福祉センター江戸川橋	根津交流館
申込 問合せ	5/17(金)9:00から電話で福祉センター江戸川橋☎03-5940-2901へ	5/17(金)8:30から電話で高齢福祉課社会参画支援係☎03-5803-1203へ

※1回の電話で1人まで申込可
※ジャージ又はTシャツ等の軽装で、手ぬぐいを2本持参(1本はタオル可)
※住所と年齢の確認できるものを持参
※1回40分程度、施術師の指名は不可

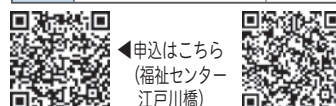
健康スキルアップクラス

回6月7日・21日、7月5日・19日(全て金曜、全4回)午前10時～11時30分回保健サービスセンター本郷支所回有酸素運動、ストレッチ、筋力トレーニングなど日々の生活に取り入れやすい運動師殿塚有希子氏(健康運動指導士)回64歳以下の区内在住者(初めて参加する方、全回参加できる方を優先)定8人(申込順)申5月15日(水)から電子申請回保健サービスセンター本郷支所☎03-3821-5106

※電子申請が難しい場合、上記へ問合せ

元気でいきいき教室

	健康ウォーキング	心身健康フラダンス
日時	6/14～7/12の金曜(全5回) 14:00～15:30	6/3～7/1の月曜(全5回) 10:00～11:30
会場	福祉センター江戸川橋	福祉センター湯島
対象	65歳以上の区内在住者	
定員	20人(抽選)	15人(抽選)
費用	1,000円(初回納入)	
申込 問合せ	電子申請・電話又は直接福祉センター江戸川橋☎03-5940-2901へ	電子申請・電話又は直接福祉センター湯島☎03-3814-9245へ
締切	6/7(金)	5/25(土)



5月の熱中症にご注意ください

季節の変わり目は、寒暖差に身体が慣れていないことから、熱中症が起こりやすくなります。今の時期から熱中症予防に取り組み、健康で暑さに負けない身体づくりを目指しましょう。

春の熱中症予防行動

- ・天気予報や暑さ指数*を確認
- ・こまめに水分補給
- ・寒暖差に備えて調整しやすい服装

暑さに備えた予防行動

- ・バランスのよい食事
- ・適度な運動や入浴で汗をかく(前後に必ず水分補給)
- ・十分な睡眠と休息

*暑さ指数(WBGT):気温・湿度・輻射熱から熱中症の危険度を判断する数値

回健康推進課福祉保健政策推進担当☎03-5803-1231



「健康質問調査票」が届いた方へ ～いまの健康状態をチェックしましょう～

対象者へ健康質問調査票を送付しました。回答いただいた方へは個別アドバイスや健康維持に役立つ情報を送付します。回75～85歳の奇数年齢(4月1日時点)で、要支援及び要介護認定を受けていない文京区に住民登録のある方回高齢福祉課介護予防係☎03-5803-1209へ回5月27日(月)必着
※調査の詳細は、調査票の同封物又は区HP参照
※判定の結果、身体機能の低下がみられた方には下記「短期集中予防サービス」を案内



短期集中予防サービス

回週2回、3か月回専門職による体操や講義で運動・栄養・口腔機能向上を目指すプログラム回65歳以上の健康質問調査票(基本チェックリスト)で生活機能の低下がみられる文京区に住民登録のある方
※「健康質問調査票」が送付されていない方でも、対象者であれば参加可。希望者は、お住まいの地域担当の高齢者あんしん相談センターへ相談

専門医による骨粗しょう症健診

回6月20日(水)午後1時～4時(2時まで受付)回保健サービスセンター回身体測定・骨密度の測定・医師の結果説明・保健指導・栄養指導回20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳(4月2日～7年4月1日に誕生日を迎える方)の区内在住の女性(現在骨粗しょう症で治療中の方を除く)定30人(申込順)回700円申5月16日(木)から電話で保健サービスセンター健康相談係☎03-5803-1805へ

尿失禁予防教室

回7月5日(金)午後2時～4時回アカデミー文京回下腹部の筋力や下肢の筋力を高めることで、軽い尿失禁の予防と改善を目指す師半田瞳氏回文京区に住民登録のある65歳以上の女性(初めての方を優先)定25人(先着順)申問電話で高齢福祉課介護予防係☎03-5803-1209へ▶申込期間5月15日(水)～6月14日(金)

6年度麻しん・風しん混合ワクチン (MR)第2期定期予防接種

▶接種期限 7年3月31日(月)回平成30年4月2日～31年4月1日生まれの方回予防対策課☎03-5803-1834

※対象者へ3月下旬に予診票を送付済み(予診票がない方は予防対策課へ)

