



No.1794

■主な内容

新型コロナウイルスワクチン接種について… 2面 Cheer Up!!みんなでつくる文京みやげネーミング投票… 3面
緊急避難場所の一部が拡大されます… 3面 文京ソコチカラ がんばるお店応援キャンペーン… 3面

9月21日は世界アルツハイマーデー

認知症とともに生きる

～文京区認知症施策総合推進事業のご紹介～



認知症かな?と思ったら…

もの忘れ医療相談

●認知症初期集中支援事業

「最近探しものが多くなった」「約束の時間や場所を間違える」といったことはありませんか? 認知症サポート医と認知症支援コーディネーター(看護師)が困り事や心配事をお伺いします。
☑区内在住・在宅生活の本人とその家族等 ☑無料
☎電話でお近くの高齢者あんしん相談センターへ



脳の健康度測定(認知症検診事業)

4年度中に55・60・65・70・75歳を迎える区内在住者を対象に認知症検診を実施しています。対象者に個別に送付済みの『ブレインパフォーマンスのセルフチェック』であなたの脳の健康度が確認できます。

▶実施期間 12月31日(土)まで(1回のみ)
※会場での検診申込は受付終了

どなたでもできる
セルフチェックはこちら
『自分でできる気づきチェックリスト』
Web版でセルフチェックが出来ます。

ご自宅に送付した用紙の
二次元コードから読み取り!

認知症に関するイベント・交流会

年間を通して、認知症の理解を深めるための講座やイベントを実施しています。

「認知症の事を知りたい!」

●認PAKU2022
～認知症に寄り添う機器展～
日時 9月16日(金)
午前10時～午後5時
会場 ギャラリーシビック

同時開催

	VR認知症体験会	認知症サポーター養成講座
時間	10:00～11:30	14:00～15:30
会場	シビックセンター5階区民会議室	
申込	電話で高齢福祉課 ☎03-5803-1821へ	電話で高齢者あんしんセンター本富士分室 ☎03-3813-7888へ



「認知症のご本人や家族と交流したい!」

- 文京区認知症カフェ (愛称:ぶんにこ)
- 家族交流会
- 家族介護者教室



最新の開催情報は
こちら!

認知症の症状(行方不明)のためのサポート

ただいま!支援登録

申請により、区・警察署・高齢者あんしん相談センターでご本人の情報を共有し、保護された際の迅速な身元確認につながります。

協力サポーター募集

『ただいま!支援登録』の登録者の行方が分からなくなった時に、一斉メールを受信していただける「協力サポーター」を募集しています。

●登録方法

- ①登録用アドレス tadaima@req.jp に空メールを送信(右記二次元コードからもアクセス可)
- ②登録フォームに入力して送信
- ③登録完了



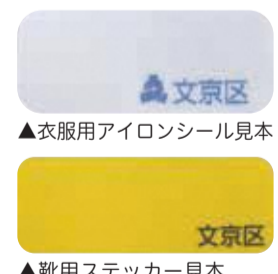
おでかけ見守りシールの配付(ただいま!支援登録済みの方)

衣服等に貼ったシールの二次元コードを、発見者がスマートフォンで読み取ると、ご家族等へ通知メールが届きます。ご家族と発見者でインターネット上の掲示板で簡単なやりとりが可能です。
※利用には、スマートフォン等をお持ちでメールを受け取る方(発見時にお迎えに行ける方)の登録が必要



衣服用アイロンシール・靴用ステッカーの配付

保護された際の身元判明に役立つアイロンシールとステッカーを配付します(名前を記入して使用)。



GPS探索サービスの初期費用助成

民間事業者が運営するGPS探索システム(持ち運び型又は専用シューズ収納型)の利用に対して、申込にかかる初期費用を助成します。



▶▶▶利用条件等、詳細は高齢福祉課へ

問合せ 高齢福祉課認知症施策担当 ☎ 03-5803-1821

☆区報は、町会・自治会などを通して配付しています。そのほか区内の駅・区の施設・郵便局などに置いてあります。

★本号は、8月10日時点の情報で作成しています。

8月10日時点の情報

新型コロナウイルスワクチン接種について

詳細は区☎へ▶



3回目接種をご検討ください

10～40代の3回目接種率は、他の世代と比べると低い状況です。ワクチン接種は、皆さんご自身を守るだけでなく、家族・友人・高齢者など、大切な方を守ることもつながりますので、接種のご検討をお願いします。

● 3回目接種の対象

2回目の接種完了から5か月以上経過した12歳以上の方

年齢	ワクチン
12～17歳の方	ファイザー
18歳以上の方	ファイザー、モデルナ、ノババックス

※ノババックスの接種は、2回目の接種完了から6か月以上経過している方が対象

● 3回目接種の効果

初回(1・2回目)接種後、ワクチンの効果は時間の経過とともに低下していきますが、18歳以上では、3回目接種を行うことにより、オミクロン株に対する感染予防効果や発症予防効果、入院予防効果が回復すると報告されています。

● 3回目接種の安全性

ファイザー及びモデルナのいずれの場合も、2回目の接種後と比較して副反応の発現傾向は概ね同様であると確認されています。リンパ節の腫れは、3回目接種の方が発生頻度は高くなっていますが、ほとんどの場合が軽度で、発生後短期間で症状が治まっていることが確認されています。また、頻度としてはごくまれですが、心筋炎・心膜炎が10代及び20代の男性に発生しておりますが、ほとんどの人が軽度で短期間で回復しています。

重症化を防ぐため 早めの4回目接種を

4回目接種により高い重症化予防効果が得られます。ご自身が接種対象になるかご確認のうえ、早めの接種をご検討ください。

● 4回目接種の対象

60歳以上の方

接種券は、3回目の接種完了から概ね4か月後に発送しています。

18歳以上60歳未満の方

接種券の発行申請が必要です[精神障害者保健福祉手帳又は療育手帳(愛の手帳)をお持ちの方を除く]。申請方法は区☎をご確認ください。

- 基礎疾患を有する方
 - (1) 基礎疾患があり、通院/入院している方
 - (2) BMIが30以上の方

基礎疾患の範囲等
詳細は区☎へ▶



- 重症化リスクが高いと医師が認める方
妊娠している方、喫煙や身体不活動(いわゆる運動不足)といった生活習慣がある方も重症化しやすいとされています。

- 医療従事者等及び高齢者施設等の従事者
重症化リスクが高い多くの方にサービスを提供する従事者の方も対象に追加されました。

従事者の範囲等
詳細は区☎へ▶



7月22日から、武田社ワクチン(ノババックス)の初回接種の対象年齢が「18歳以上」から「12歳以上」に引き下げられました。あわせて接種をご検討ください。

予約
問合せ



新型コロナウイルスワクチン接種予約サイト

24時間受付
(予約開始日は午前9時から)

予約
サイト▶



新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

0120-168-185(毎日午前9時～午後8時)
IP電話等☎03-6747-4593(有料)

かけ間違い
に注意

選挙管理委員長の交代

8月1日付けで選挙管理委員会委員長及び同職務代理者が変わりました。選挙管理委員会では、各種選挙の管理執行のほか、明るい選挙推進委員と協力して明るい選挙の普及啓発活動を行っています。

職名	新		旧	
	委員長	同職務代理者	委員長	同職務代理者
氏名	田邊文江	鈴木利廣	奥山裕一	田邊文江
就任の日	8/1 就任		7/31 退任	

☎選挙管理委員会事務局☎03-5803-1287

心身障害者・児 紙おむつ支給

寝たきり又は失禁の状態にあり、現におむつを使用している方に紙おむつを支給します。

☎次のいずれかに該当する4～64歳の区内在住者①身体障害者手帳所持者②愛の手帳所持者▶支給額 月額6,000円(上限)▶支給方法 ①カタログ注文による現物支給②費用助成(入院等のため紙おむつの持ち込みができない場合は、紙おむつ購入費用を後日請求)

次の方は対象となりません

- 生活保護法の規定により、紙おむつの一時扶助の適用を受けている方
- 日常生活用具としての紙おむつ給付対象者
- 他制度での紙おむつ支給認定者
- 障害者支援施設等の入所者
- 介護保険施設等入所者
- 介護保険の認定を受けて介護保険適用の病院に入院している方

☎障害福祉課障害者在宅サービス係☎03-5803-1212☎03-5803-1352

※詳細は上記へ

心身障害者自動車運転免許取得経費補助

☎次の要件全てに該当する方①身体障害者手帳1～3級(内部障害4級以上、下肢・体幹機能障害4・5級で歩行困難な方)又は愛の手帳所持②他制度により免許の取得に要する経費の助成を受けていない③前年の所得税額が40万円以下④適正試験に合格している⑤申請日の3か月前から引き続き区内に在住している▶補助額 ①第一種普通自動車運転免許取得入所料・教習費など費用の3分の2[上限123,600円～164,800円(前年の所得税額により異なる)]②排気量の限定解除(上限20,600円)☎障害福祉課障害者在宅サービス係☎03-5803-1212☎03-5803-1352

※事前に障害福祉課へ相談のこと

区議会 9月定例議会

今回の定例議会で審議する請願の締切は、8月31日(水)午後5時です。

本会議の開催場所を変更します

本会議場の特定天井改修工事により、9月定例議会から5年2月定例議会及びその間に開催する臨時議会は、第一・第二委員会室にて本会議を開催します。

議事を傍聴できます

会議の当日午前8時30分から区議会事務局で傍聴の受付を行います。本会議の審議は第一委員会室で行いますが、広さの都合上、傍聴席は6席程度となります(別途手話通訳用の席あり)。第一委員会室の傍聴席が満席の場合、第二委員会室で中継映像の視聴ができます。

なお、議案及び委員会資料は、原則として、本会議及び各委員会終了後7日以内に、区議会☎で公開します。

インターネットの生中継を行います

本会議(一般質問)の生中継を行います。詳細は、区議会☎をご覧ください。

月日	開会時間	会議名等	
9/2(金)	10:00	議 会 運 営 委 員 会	
	14:00	本 会 議 (付 託)	
6(火)	14:00	本 会 議 (一 般 質 問)	
7(水)			
8(木)			
9(金)			
12(月)	10:00	子 ども ・ 子 育 て 支 援 調 査 特 別 委 員 会	
13(火)		自 治 制 度 ・ 地 域 振 興 調 査 特 別 委 員 会	
14(水)		災 害 対 策 調 査 特 別 委 員 会	
15(木)		厚 生 委 員 会	
16(金)		議 会 運 営 委 員 会	
20(火)		文 教 委 員 会	
21(水)		建 設 委 員 会	
22(木)		総 務 区 民 委 員 会	
27(火)		10:00	議 会 運 営 委 員 会
29(木)		14:00	本 会 議 (中 間 議 決)
	30(金)		
10/3(月)	10:00	決 算 審 査 特 別 委 員 会	
4(火)			
6(木)			
7(金)			
11(火)			
14(金)	10:00	議 会 運 営 委 員 会	
	14:00	本 会 議 (議 決)	

☎区議会事務局☎03-5803-1313

☆自筆証書遺言書保管制度をご利用ください

ご自身で書いた遺言書を法務局で保管できる制度です。保管場所にお困りの方、書き替えられたりするといったトラブルが心配な方、相続発生後に相続人等に見つけてもらえるか不安がある方におすすです。

☎東京法務局供託課(遺言書保管担当)☎03-5213-1441(直通) ※詳細は法務省☎参照

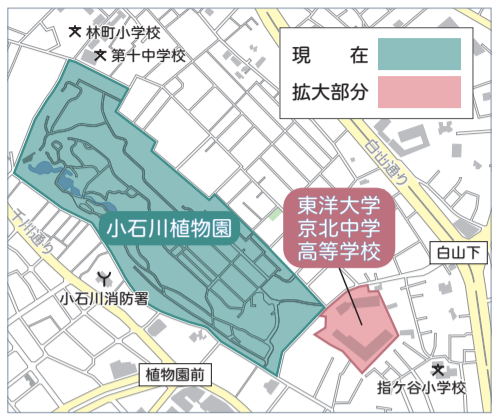


▲法務省☎

凡例
日誌
会場
内容
講師
対象
定員
費用
申込
締切
問合せ
ホームページ

緊急避難場所の一部が拡大されます

9月1日(木)から、火災等の危険から一時的に身を守る場所として指定されている小石川植物園緊急避難場所の避難エリアが拡大されます。
 防災課 ☎03-5803-1744
 ※詳細は区HP参照



小・中学校でかかる学用品・給食費等を援助します

4年度の就学援助を希望される方は、早急に申請をお願いします。
 生活保護を受けている又はこれに準ずると教育委員会が認める区内在住者
 申請書を郵送又は直接〒112-8555 文京区学務課学事係 ☎03-5803-1295
 若しくは在籍する各小・中学校(国立・都立・私立及び区外の公立の方は学務課)へ▶申請書配布 学務課・各小・中学校(区HPにも掲載)

世帯人員	認定基準所得額(目安)
2人	約295万円
3人	約377万円
4人	約414万円
5人	約507万円

※認定基準所得額は目安であり、世帯構成や年齢等により異なる
 ※受付月からの認定・援助
 ※詳細は区HP参照

イノベーション創出支援事業

区内中小企業及び大学発ベンチャー企業が取り組む新製品・新技術の開発に要する経費の一部を補助します。

対象	区内中小企業者及び大学発ベンチャー企業
対象事業	①IoT、ロボット、AI、ビッグデータ等の先端技術の導入により Society5.0の実現を推進する事業 ②感染症の検査・診断、その他感染症の拡大防止に係る事業(6年2/29までに完了する見込みのあるもの)
対象経費	4/1～6年2/29に補助対象事業に支出した経費
補助額	区が認定した経費の3分の2(上限200万円)
申込・問合せ	申請書を郵送又は直接〒112-8555 文京区経済課産業振興係 ☎03-5803-1173へ
申請書配布	経済課(区HPにも掲載)
申請期間	9/1(木)～10/31(月)必着

※補助対象者は審査のうえ決定

高齢者が悪質商法でだまされています ～高齢者の悪質商法被害を防ごう！見守りの力で～

高齢者の悪質商法被害が後を絶ちません。だます手口は年々巧妙になり、時には複数人で役柄を演じ分けて勧誘し、お金をだまし取ろうとします。少しでもおかしいと感じた時、すでに被害に遭われた方も隠したり泣き寝入りしたりせずに消費生活センターにご相談ください。

消費者相談(無料)

▶受付 月～金曜(祝日、12月29日～1月3日を除く)午前9時30分～午後4時
 区内在住・在勤・在学者▶相談専用電話 ☎03-5803-1106
 消費生活センター ☎03-5803-1105

Cheer Up!! みんなでつくる文京みやげ ネーミング投票

アイデアコンテストで最優秀賞に輝いた「花まつり×和菓子石けん」の開発にあたり、販売時の商品ネーミングを皆さんの投票で決定します。
 新たな文京みやげにぴったりのネーミングに投票をお願いします。投票した方の中から抽選で15人に賞品をプレゼントします。



▶どなたでも①特設サイトから投票②投票用紙を郵送又は直接〒112-0003 文京区春日1-16-21 文京区観光協会へ▶投票用紙 特設サイトからダウンロード(9月1日(木)から観光協会で配布)▶投票期間 9月1日(木)～30日(金)アカデミー推進課観光担当 ☎03-5803-1174



高齢者・障害者・ひとり親世帯の方へ 入居支援をご利用ください

次の全てに該当する高齢者・障害者・ひとり親世帯①区内に引き続き1年以上居住②前年の世帯の所得が一定基準以下③生活保護法に基づく住宅扶助を受けていない
 福祉住宅サービス ☎03-5803-1238



	助成内容
移転費用等助成	民間賃貸住宅に居住する方が、立退き又は住環境改善のために区内の民間賃貸住宅へ転居する場合、移転費用(上限15万円)と転居前後の家賃差額(上限月額2万円、最長2年間)を助成 ※転居前の申請が必要
すまかせサポート事業	①区内の民間賃貸住宅へ転居する方で、連帯保証人の確保が困難な方に、区と協定を締結した民間保証会社による債務保証サービスを提供(所得制限なし) ②所得が一定基準以下の方に、初回保証料の一部を助成
あんしん居住制度助成	東京都防災・建築まちづくりセンターが実施する「あんしん居住制度」を利用する方に初回事務手数料の一部を助成

※その他要件あり
 ※申請方法等詳細は区HP参照

毎月7日は文京版クールアース・デー 9月のテーマは「節水の工夫」

水を使うときも省エネルギーに取り組みましょう。

お風呂

お風呂は間隔をあけずに続けて入り、こまめにシャワーを止める。

洗濯機

軽い汚れならスピードコースでも十分きれいになり、水道代、電気代の節約になります。

トイレ

水を流す際は「大」と「小」のレバーを使い分けましょう。大と小では1L程度の水量の差があります。



参考資料:都「家庭の省エネハンドブック2022」

環境政策課地域環境係 ☎03-5803-1828

9月5日(月)に高齢者あんしん相談センター 駒込分室が移転します

同建物内での移転のため、住所及び電話番号に変更はありません。また、移転に伴う休業はありません。
 ▶移転先 文京グリーンコートイーストウィング1階高齢者あんしん相談センター駒込 ☎03-3827-5422、駒込分室 ☎03-6912-1461
 ※9月3日(土)・4日(日)に移転作業実施(3日(土)=通常どおり開室、4日(日)=休業日のため、相談は高齢者あんしん相談センター駒込へ)

成人の日記念 はたちのつどい

皆様のご参加をお待ちしています

4年度は、シビックホール改修に伴い、会場及び時間帯が変更となります。
 日5年1月9日(成人の日・月)会スポーツセンター ☎平成14年4月2日～15年4月1日生まれの区内在住者

	日時	地区	地域
第1部	11:00開式 (10:30開場)	小石川地区 (郵便番号上3桁が112)	後楽、春日、小石川、白山2～5丁目、千石、水道、小日向、大塚、関口、目白台、音羽
第2部	13:30開式 (13:00開場)	本郷地区 (郵便番号上3桁が113)	白山1丁目、本郷、湯島、西片、向丘、弥生、根津、千駄木、本駒込

※詳細は区報12/10号に掲載予定
 ※やむを得ず該当の部に参加できない場合は、他方の部に参加可(手続き不要)
 ※区内小・中学校を卒業された方、以前区内在住であった方は、現在区内に住居登録がなくても参加可(10月から申込開始)
 ※介助等を要する場合は除き、本人以外(保護者等)の入場不可
 ※詳細は区HP参照



みんなでお店を応援しよう! 文京ソコチカラ がんばるお店応援キャンペーン

新型コロナウイルス及び原材料費高騰等の影響を受けている区内店舗を支援するため、対象店舗で「値引き・おまけ」等のお得なサービスが受けられるキャンペーンを実施します。参加店舗には、キャンペーンポスターを掲示します。
 ▶実施期間 10月15日(土)まで(実施日は店舗により異なる)☎がんばるお店応援キャンペーンコールセンター ☎090-4116-8110[月～金曜(祝日を除く)午前10時～午後5時]



※詳細は特設サイト参照

▲特設サイト ▲キャンペーンポスター

凡例 日時 会場 内容 講師 対象 定員 費用 申込 締切 問合せ ホームページ



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



健康・子育て

はじめての離乳食講習会

9月30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)保健サービスセンター本郷支所講義とデモンストレーション「5～6か月児の離乳食づくりのポイント」区内在住で4年3～4月生まれの子の保護者(初めて参加する方を優先)各12人(申込順)無料

ぶんきょうプレパパ・ママ講座(オンライン開催)

9月30日(金)午後7時～9時②11月19日(土)午前10時～正午③5年1月29日(日)午後2時～4時(親としての心構えや育児の知識等を学ぶ)塚越学氏(ファザーリング・ジャパン理事)パートナーが妊娠中の区内在住・在勤・在学者(妊婦も同伴可)各回30人(抽選)無料

秋のウォーキングレッスン

10月5日・19日、11月2日(全て水曜、全3回)午後2時～3時30分保健サービスセンター効果的な歩き方と正しい姿勢を学ぶ加藤有里氏(健康運動指導士)64歳以下の区内在住者各12人(申込順)無料

両親学級

沐浴、育児(着替え、おむつ替えなど)デモ、産後の話、リラックス体操等区内在住で初めて赤ちゃんが生まれる24週以降(実施日現在)の夫婦無料往復はがきに「文京区両親学級」住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・出産予定日・参加希望日と返信用にもあて先を明記し、〒150-0012渋谷区広尾5-6-6ポピンズプロフェッショナル「文京区両親学級係」へ(区からも申込可)申込期間 9月5日(月)～15日(木)必着

Table with 3 columns: 日時, 会場方法, 定員. Details for the parent school course.

母子手帳・筆記用具・飲み物(必要な方)を持参 ※オンライン形式は、はがき申込不可 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

からだコンディショニング

高齢者の食事(栄養・嚥下)や健康を維持する腰痛・膝痛改善のいすを使った体操等医師から運動制限を受けておらず、1人で会場に来られる65歳以上の区内在住者(初めて参加する方を優先)無料

Table with 2 columns: 日時, 会場. Details for the body conditioning course.

ステップ・アップ! 離乳食講習会

10月12日(水)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)保健サービスセンター本郷支所講義とデモンストレーション「7～8か月児の離乳食づくりのポイント」区内在住で4年2～4月生まれの子の保護者(初めて参加する方を優先)各12人(申込順)無料

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。健康センター往復はがき(1人1枚)にコース名・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・電話番号[在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名、基礎コースは希望日時(第3希望まで記入可)、以前利用していた方は承認番号]と返信用にもあて先を明記し、〒112-8555文京区保健サービスセンター健康相談係 ☎03-5803-1805へ9月12日(月)必着

Table with 2 columns: 基礎コース, 心電図等コース. Details for health center courses.

※有効期間が2年3/31以降の利用券をお持ちの方は費用免除(対象者には通知を送付済) ※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 ※服薬されている方は「お薬手帳」を持参 ※コース修了者は2年間トレーニング室を利用可(有料)

Table with 4 columns: 区分, 対象, 日(曜), 受付時間. Details for health center consultation services.

※1 骨密度測定可 ※2 2歳児の定期歯科健診も実施 ※3 八千代助産院でも実施 ☎03-5940-2102 9:00～17:00(通年対応)

精神保健相談

精神科医による個別相談(予約制)です。家族からの相談も可能です。保健サービスセンター=9月21日(水)、保健サービスセンター本郷支所=9月9日(金)・26日(月)無料

生活習慣病予防教室 パパ・ママウエイトリセットプログラム

～隠れ糖尿病について～ 10月15日(土)午後2時～3時30分(15分前から受付)アカデミー文京親子で一緒に体を動かしながら、健康づくりについて学ぶ

尿失禁予防教室

10月28日(金)午後2時～4時アカデミー文京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

9月の休日医療のご案内

休日診療当番医

電話で待ち時間等を確認のうえ、健康保険証を持参して受診(医療受給者証などの交付を受けた方は、あわせて持参) 区内は内科、小児科、歯科。 (診療時間) 昼間 9:00～17:00 準夜間 17:00～22:00

Table with 4 columns: 医療機関名, 調剤, 所在地, 電話. List of medical facilities and pharmacies.

休日調剤薬局

Table with 4 columns: 薬局名, 調剤, 所在地, 電話. List of pharmacies.

医療機関案内

Table with 3 columns: 機関名, 電話, 受付時間. List of medical facilities and their hours.

区の情報はこちらをチェック!

