



区報 ふんきよ

令和4年 (2022) 12/25

毎月10・25日発行
発行/文京区 編集/企画政策部広報課
〒112-8555 文京区春日1-16-21
代表 ☎ 03-3812-7111
<https://www.city.bunkyo.lg.jp/>

No.1802

■主な内容

- 新型コロナウイルス感染症情報 …… 2面
- 5年度定期利用制自転車駐車場 利用者募集… 2面
- 森鷗外記念館 鷗外誕生日無料観覧日… 5面
- 5年4月に大塚地域活動センターは移転します… 2面
- ぶんぱく Re_2023 文京博覧会 …… 5面

1/26(木) 文京シビックホール大ホール リニューアルオープン

進化を続ける感動空間
Renewal
文京シビックホール

文京シビックホールは、10月2日の小ホールに続き、5年1月26日に大ホールがリニューアルオープンします。リニューアルを記念し、国内外の一流アーティストを迎えた幅広いジャンルの公演をラインアップしました。装いを新たにした文京シビックホールでどうぞお楽しみください。

主な記念公演

公演名	日程(5年)	公演名	日程(5年)
野村万作・萬斎・裕基 狂言三代の夕べ	1/26(木)	セクスイハイム presents ヴァシリー・ペトレンコ指揮 ロイヤル・フィルハーモニー管弦楽団 ピアノ:辻井伸行	5/24(水)
BUNKYO SIENA POPS 2023 わが青春のポップミュージック! (Part.4)	2/11(祝土)	伝統芸能 石見神楽公演	6/ 4(日)
夜クラシック 大ホールリニューアル記念公演	3/ 3(金)	小曽根 真デビュー40周年記念 小曽根 真スペシャルライブ	16(金)
レ・ヴァン・フランセ	7(火)	山田和樹指揮 バーミンガム市交響楽団 ピアノ:チョ・ソンジン	28(水)
区民参加オペラ CITTADINO 歌劇団第21期生公演 ブッチーニ作曲 歌劇『ラ・ボエーム』(原語上演・字幕付)	12(日)	※公演の詳細は文京シビックホール☎参照	
新沢としひこ&ケロポンズ ファミリーコンサート	4/15(土)		
中野翔太・金子三勇士・山中惇史 トリプルピアノ	23(日)		
オーケストラ・アンサンブル金沢 in Bunkyo 2023	5/14(日)		

大ホール自由見学DAY!

リニューアルした大ホールを自由にご覧いただける見学会を実施します。

日時 5年1月22日(日)①午前9時30分～11時30分
②午後2時～4時

申込 当日直接会場へ
費用 無料
問合せ (公財)文京アカデミー施設管理係 ☎03-5803-1100

※詳細は文京アカデミー☎参照



▲文京シビックホール☎



▲文京アカデミー☎

文京シビックホール名誉館長の就任

文京シビックホールのリニューアルにあわせ、区にゆかりの深い中村勘九郎氏、中村七之助氏が名誉館長に就任します。

就任記念特別公演 ～区民の方を無料招待します～

日時 5年2月28日(火)午後6時開演
会場 シビックホール大ホール
内容 舞踊「舌出し三番叟」、トークコーナー
出演 中村勘九郎、中村七之助
対象 区内在住・在勤・在学者
定員 1,100人(抽選)

申込 往復はがき(1枚2人まで)にイベント名・応募者全員の住所(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名も)・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記し、〒112-0003 文京区春日1-16-21(公財)文京シビックホール「名誉館長特別公演」担当へ(申込フォームからも申込可)

締切 1月20日(金)必着

申込フォーム▶



中村七之助



中村勘九郎

注意 ● 重複申込不可。重複申込又は記入漏れなどの不備があった場合、応募無効 ● 定員は変更になる可能性あり
事項 ● 未就学児の入場不可 ● 抽選結果は当落を問わず1月31日(火)に返信用はがき又はメールで発送予定

問合せ アカデミー推進課 ☎ 03-5803-1307

☆1月は1日号と25日号の発行になります(10日号の発行はありません)。1月1日号は新聞折込で区内世帯に配布します。

★本号は、12月13日時点の情報で作成しています。

12月13日時点の情報

新型コロナウイルス感染症情報

オミクロン株対応2価ワクチン接種をご検討ください

接種の効果

オミクロン株に対して、従来型ワクチンを上回る重症化予防効果とともに、持続期間が短い可能性があるものの、感染予防効果や発症予防効果が期待されています。

接種対象

初回(1・2回目)接種が完了し、前回の接種から3か月以上経過した12歳以上の方 ※オミクロン株対応2価ワクチンは、1回しか接種できません。

使用ワクチン ファイザー・モデルナ

※上記のオミクロン株対応2価ワクチンを何らかの理由で接種できない方のための選択肢として、武田社(ノババックス)製ワクチンでの3・4・5回目接種が可能になりました。詳細は区HPをご確認ください。

地域活動センターで予約のお手伝いをしています (土・日曜、祝日を除く午前9時～午後5時)

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)
●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 IP電話等▶03-6747-4593(有料)
(毎日午前9時～午後8時) ※12月29日～1月3日は休業



年末年始の相談窓口等について

年末年始の相談窓口

- 発熱や咳などの症状がある方
かかりつけ医又は東京都発熱相談センター
☎03-6258-5780、☎03-5320-4592(24時間対応)
●一般相談(感染への不安や変異株に関すること)
新型コロナ・オミクロン株コールセンター
☎0570-550-571(毎日午前9時～午後10時)
●救急車を呼ぶか迷った時の相談
東京消防庁救急相談センター
☎#7119、☎03-3212-2323(24時間対応)



新型コロナ対策 パーソナルサポート
LINEでも、一人ひとりに
応じた情報をお知らせ!



検査に関する窓口

- 検査キットがほしい(有症状又は無症状の濃厚接触者の方)
東京都検査キット直接配送事務局
☎0570-020-205(毎日午前9時～午後7時)
●無料でPCR検査を受けたい(濃厚接触者以外で感染に不安を感じる無症状の方)
東京都PCR等検査無料化事業事務局
☎03-6634-4612(毎日午前9時～午後7時)



区議会 11月定例議会終わる

11月定例議会は、11月8日(火)～12月1日(木)の日程で行われました。可決された議案は、次のとおりです。

なお、議案及び委員会資料は、区議会HPで公開しています。

4年度補正予算関係

▶一般会計補正予算(第4回)

条例等

▶文京区立地域活動センター条例の一部を改正する条例▶文京区議会議員及び文京区長の選挙における選挙運動の公費負担に関する条例の一部を改正する条例▶文京区勤労福祉会館の指定管理者の指定について▶文京区シルバーピア条例の一部を改正する条例▶文京福祉センター江戸川橋及び文京福祉センター湯島の指定管理者の指定について▶文京区立住宅条例を廃止する条例▶文京区自転車駐車場条例の一部を改正する条例▶文京区廃棄物の処理及び再利用に関する条例の一部を改正する条例▶財産の無償譲渡について▶和解及び損害賠償額の決定について▶和解及び損害賠償額の決定について▶和解及び損害賠償額の決定について▶文京区乳幼児及び義務教育就学児の医療費の助成に関する条例の一部を改正する条例▶文京区立一時保育所条例の一部を改正する条例▶文京区立林町小学校増築校舎借上契約▶文京区立誠之小学校改築その他工事請負契約の一部変更について▶文京区長及び副区長給与条例の一部を改正する条例▶文京区教育委員会教育長の給与及び勤務に関する条例の一部を改正する条例▶文京区議会議員の議員報酬及び費用弁償等に関する条例の一部を改正する条例▶職員の給与に関する条例等の一部を改正する条例▶会計年度任用職員の給与及び費用弁償に関する条例の一部を改正する条例▶職員の退職手当に関する条例の一部を改正する条例▶旧元町小学校活用施設整備工事に係る費用負担に関する協定▶旧元町小学校保全施設整備工事請負契約▶幼稚園教育職員の給与に関する条例の一部を改正する条例

意見書

▶固定資産税及び都市計画税の軽減措置の継続を求める意見書
なお、意見書については、関係行政庁に送付しました。

区議会事務局☎03-5803-1313

5年4月に大塚地域活動センターは移転します

移転後の5年4月利用分以降の会議室の利用申込について、3月までは現大塚地域活動センター又は『文の京』施設予約ねっと』でお申込ください。

▶移転先 大塚1-4-1(中央大学茗荷谷キャンパス内)

新施設の会議室

Table with columns: Room type (和室A, 和室B, 多目的室A, 多目的室B), Capacity (定員), and Usage fee (使用料) for morning, afternoon, and night.

※午前(9:00～12:30)、午後(13:00～17:00)、夜間(17:30～21:30)

大塚地域活動センター☎03-3947-2624

※会議室の申込受付期間の変更なし

5年度 定期利用制自転車駐車場 利用者募集

▶利用期間 5年4月1日(土)～6年3月31日(日)通勤・通学等で自転車を利用する方▶使用料 年額24,000円[月額払い可(生活保護受給者は免除、身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方は5割減額、区内在住で通学のために自転車を利用する学生は3割減額)▶申請期間 1月13日(金)午前9時～2月1日(水)必着

※応募数が募集数を越えた場合、区内在住で自転車利用距離の遠い方から順に承認
※利用の承認・不承認通知は2月27日(月)に発送予定

募集する自転車駐車場

Table listing bicycle parking locations (場所), names (名称), and number of spots (台数) across various areas like JR, Metro, and local streets.

※子どもを区内の幼稚園・保育園に自転車で送迎している区内在住者が対象(1世帯1台まで)

一時利用制自転車駐車場

▶2時間まで無料、以降10時間ごとに100円

茗荷谷中央・中央大学茗荷谷キャンパス内・後楽園・後楽園駅前・礒川公園前・春日・本郷三丁目・東大前・千石東・千石西・千石南・護国寺駅西・江戸川橋交番横・江戸川橋新目白通り

選挙管理委員会事務局からのお知らせ

文京区議会議員・区長選挙立候補届出説明会

4月に予定されている文京区議会議員・区長選挙の立候補手続きなどの説明会を開催します。

▶5年2月1日(水)午後1時30分シビックホール小ホール▶立候補予定者1人につき2人以内▶当日直接会場へ
※当日、立候補届出関係書類等を配布

文京区の有権者

12月1日現在の選挙人名簿登録者数は、以下のとおりです。

Table showing the number of registered voters by gender (男, 女) and total count (計) for the current year and previous year comparison.

※()内の数字は前回定時登録(9/1)後に新しく登録された方の人数

区選挙管理委員会事務局☎03-5803-1287

☆確定申告は自宅等からe-Taxで!

e-Taxは、マイナンバーカード又は税務署が発行するID・パスワードがあれば、国税庁の「確定申告書等作成コーナー」から利用できます。

区小石川税務署☎03-3811-1141、本郷税務署☎03-3811-3171

確定申告 検索



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



インフルエンザ予防接種

新型コロナウイルス感染症との同時流行に備え、予防接種をご検討ください。

子どものインフルエンザ予防接種

- ▶助成上限額 1回2,000円▶実施場所 区内指定医療機関
- ▶予診票 区内指定医療機関に配置



対象	助成回数(年度)
接種日現在、右記の年齢の区内在住者	2回
生後6か月～13歳未満	2回
13歳～中学3年生	1回

※区内指定医療機関以外で接種する場合は、助成対象外
 ※区内指定医療機関一覧及び詳細は、予防対策課又は区HP参照

高齢者のインフルエンザ予防接種

今年度は、季節性インフルエンザで重症化しやすい高齢者の健康を守るとともに、医療体制のひっ迫を防ぐため全額助成を行います。
 ※無料(期間中1回に限る)



対象	予診票
12/31現在、右記のいずれかに該当する区内在住者	予診票を送付済
65歳以上	身体障害者手帳を持参のうえ、予防対策課又は保健サービスセンター本郷支所へ
心臓・じん臓・呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に重い病気があり、身体障害者手帳1級をお持ちの60～64歳	

共通事項

- ▶助成期間 5年1月31日(火)まで(予)予防対策課 ☎03-5803-1834

区立小学校新入学説明会

5年4月に区立小学校に入学予定の児童(平成28年4月2日～29年4月1日生まれ)の保護者(各)各区立小学校

小学校名	日時(5年)	持ち物	小学校名	日時(5年)	持ち物
礪川	1/31(火) 14:30	上履き、筆記用具、靴袋	誠之	2/7(火) 15:00	上履き、筆記用具
柳町	2/16(木) 14:15		根津	2/6(月) 15:00	上履き、筆記用具、靴袋
指ヶ谷	2/18(土) 13:30		千駄木	1/25(水) 15:00	
林町	2/16(木) 14:00		汐見	1/30(月) 14:20	上履き、筆記用具
明化	1/26(木) 15:00		昭和	2/2(木) 14:20	
青柳	2/3(金) 15:00		駒本	2/9(木) 14:30	上履き、筆記用具、靴袋
関口台町	2/2(木) 14:45		本郷	1/31(火) 14:00	
小日向台町	1/31(火) 14:45				上履き、筆記用具、靴袋、郵便局の通帳と届出の印鑑
金富	1/27(金) 15:00				上履き、筆記用具、靴袋
窪町	2/7(火) 14:45				上履き、筆記用具、靴袋
大塚	2/6(月) 14:00			上履き、筆記用具、靴袋	
湯島	2/10(金) 15:15			上履き、筆記用具、靴袋	

※詳細は各小学校へ
 区学務課学事係 ☎03-5803-1295

区立中学校希望校調査票の提出状況

5年4月に区立中学校に入学する方の希望校調査票の集計結果をお知らせします。

なお、集計表の人数の中には、これから国・都・私立中学校の受験を予定している方などが含まれており、過去の区立中学校への入学率、教室の確保等を考慮して検討した結果、第六・第九・茗台・音羽中学校で抽選を実施しました。その他の中学校は受入れ可能と判断し、抽選を実施しないこととしました。

区学務課学事係 ☎03-5803-1295 ※希望校調査票提出締切日時点

中学校名	希望者数(未提出者含む)	受入可能人数
第一	111人	各105人
第三	78人	
第六	327人	
第八	77人	70人
第九	295人	各105人
第十	152人	
文林	54人	
茗台	282人	
本郷台	175人	
音羽	284人	

入学支度資金 融資あっせん

私立高校等の入学支度資金について、金融機関の融資を区があっせんするとともに、その利子及び保証料を全額助成します。

- ▶融資額 入学する生徒1人につき40万円以内▶返済方法 6か月据え置き後40か月以内の元金均等返済
- 5年4月に私立高校等へ入学する生徒の保護者で次の全ての要件を満たす区内在住者①経済的理由により融資が必要②他から借り受けることが困難③住民税を滞納していない④十分な返済能力を有する
- 区申請書を直接教育総務課庶務係 ☎03-5803-1291へ▶申請書配布(1月23日(月)から) 教育総務課・区立中学校 ☎3月10日(金)

※融資を受けるには別途金融機関の審査が必要

奨学資金給付金

高等学校等への入学にあたり、経済的にお困りの方を対象とした給付金を支給します。

- ▶給付額 国公立 = 6万円、私立 = 10万円
- 5年4月に高校等へ入学予定で次の要件を満たす方①区内在住の保護者と同居②修学意欲が旺盛③区就学援助費補助対象者(生活保護受給世帯は除く)④同種の奨学資金の給付を受けていない
- 区申請書と入学許可書又は合格通知書の写しを郵送又は直接〒112-8555 文京区教育総務課 ☎03-5803-1291へ▶申請書配布 教育総務課(区HPにも掲載) ☎3月31日(金)必着(進学先が決まり次第提出)

中学2・3年生の保護者の方へ 学習塾授業料等助成事業

- ▶助成額(年間上限) 100,000円
- 区次の全ての要件を満たす区内在住の保護者①中学2・3年生の子がいる②区就学援助費補助の対象③学習塾等の費用を実際に払っている④同種の助成金等の交付を受けていない
- 区申請書(兼請求書)及び学習塾等費用の領収書を郵送又は直接〒112-8555 文京区教育総務課庶務係 ☎03-5803-1291へ▶申請書配布 教育総務課(区HPにも掲載)
- ▶申請期間 5年1月4日(水)～3月10日(金)必着
- ※詳細は区HP参照



中学・高校3年生の保護者の方へ 受験生チャレンジ支援

- ▶貸付額(年間上限) 学習塾授業料 = 200,000円 受験料 = 27,400円(中学3年生) = 80,000円(高校3年生)
- 区中学3年生、高校3年生の受験生の子がいる一定所得以下の区内在住の保護者
- 区申請電話で社会福祉協議会貸付担当 ☎03-5615-8017へ☎5年1月13日(金)
- ※貸付の要件等、詳細は社会福祉協議会HP参照
- ※貸付の相談には生活状況の聞き取り等が必要。希望者は、電話で上記へ(事前予約制)



⚠ 中学3年生の保護者の方へ 「学習塾授業料等助成事業」と「受験生チャレンジ支援」の学習塾授業料を併用することはできません。内容を確認し、選択して申請してください。

☆12月からマイナンバー相談窓口の開設時間が変更になりました

- ▶開設時間 月～金曜 = 午前8時30分～午後4時30分(水曜は午後7時30分まで)、第2日曜・第4土曜 = 午前9時～午後4時30分
- 区文京区個人番号カードコールセンター ☎0570-02-8585(ナビダイヤル) ※詳細は区HP参照



凡例 日 時 会 場 内 容 師 講 師 対 象 定 員 費 用 申 込 締 切 問 合 せ 用 意 書

1月の番組表

Table with columns: 時間, 番組, 内容. Lists various programs like '区長・区議会議員・教育長 年頭あいさつ' and '文京インフォメーション'.

*番組は変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

1月 地域子育てステーション

Table with columns: 保育園名, 日時, 主な内容, 電話. Lists events like '看護師の話を聞こう' and '作って遊ぼう'.

※開催時間は概ね30分～1時間
※申込後、不参加の場合は園に連絡のこと
※1月は柳町保育園での開催なし

1月の見どころ番組「新春対談」

歌舞伎俳優 文京区長
中村勘九郎 × 成澤廣修
中村七之助

リニューアルオープンした文京シビックホールの名誉館長に就任する中村勘九郎氏、中村七之助氏をゲストに迎え、区長との対談をお届けします。

森鷗外記念館

鷗外誕生日無料観覧日

誕生日当日(1月19日(休))は、特別展「鷗外遺産一直筆資料が伝える心の軌跡」を無料でご覧いただけます。



ぶんぱく Re_2023 文京博覧会

産業団体・伝統工芸団体による技術の紹介、産学連携によるポスター展示や産業団体による物販などを行う文京博覧会を3年ぶりに開催します。



Table with columns: 会場(シビックセンター), 内容. Lists activities like 'ギャラリーシビック' and 'アートサロン'.

※当日、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(1人1つまで、なくなり次第終了)

親子生きもの調査「冬の野鳥観察会」

身近な自然を題材に、環境保全について親子で一緒に楽しく学び、地域の環境について考えてみましょう。



講座 気持ち言葉を！言えなかった心のモヤモヤを整理する

～アサーティブ・コミュニケーション講座～
5年1月31日～2月14日の火曜(全3回) 午前10時～11時30分



アートウォール・シビック 第21回美it展

本郷を創立の地とする女子美術大学の卒業生と、その指導にあたった先生との師弟作品展です。



各種相談をご利用ください

耐震個別相談会(オンライン同時開催)

5年1月19日(休)午後2時～4時 区民ひろば(シビックセンター地下2階)

特別区民税・都民税 夜間・休日納税相談

夜間窓口 = 1月25日(休)～27日(休)午後8時まで、休日窓口 = 1月28日(出)・29日(日)午前9時～午後4時

住み替え相談会

2月7日(休)午後1時～4時 シビックセンター内会議室
相談員 東京都宅建物取引業協会文京区支部

ひきこもりUX女子会フェスタ2023

5年1月15日(日)午前11時30分～午後5時30分
清瀬市男女共同参画センターアイレック(清瀬市元町1-2-11)



スポーツ

記入例(はがき・FAX) ※往復はがきの場合、返信用にもあて先を明記

- ①教室名・イベント名 ②住所(在勤者は勤務先名・所在地、在園・在学者は園名・学校名も) ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥性別 ⑦その他(各記事に明示)

アクアエクササイズ(2月水曜コース)

5年2月1日～22日の水曜(全4回) 午前10時～11時30分
総合体育館アキュアダンス・筋力トレーニング等

障害のある方向けおでかけスポーツ(2月)

～体育館でからだを動かしてみませんか～
5年2月3日(金)午後1時15分～2時30分

元気ニコニコ体操(2月コース)

5年2月6日～27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

特別公開講座

絵葉書から見る「村川堅固の洋行」

5年2月7日(休)午後2時～4時
スカイホール 西洋史学者・村川堅固が洋行時に集め、自邸で百年眠ってきた絵葉書に光を当て、その足取りをたどりつ

区報「特別区民税・都民税特集号」を発行します

5年1月15日(日)に新聞折込するほか、図書館・地域活動センターなどの区施設で配布します。

教育センター

Table with columns: 日時(5年), 会場, 内容, 講師, 対象, 定員, 費用, 申込問合せ, 締切. Lists various educational activities.

※車で来場は不可 ※キャンセルによる空き状況の確認をする場合は、前日までに電話で教育センターへ

チャレンジスポーツ教室塾(チアダンス)

5年2月7日～28日の火曜(全4回) 小学1・2年生 = 午後3時30分～4時15分、小学3年生以上 = 午後4時30分～5時30分

障害者プールレクリエーション(2月コース)

5年2月19日(日)・26日(日)(全2回) 午前9時45分～11時45分
総合体育館 水中ゲームなどで楽しく身体を動かす

みんなで楽しくポッチャ大会

～初心者大歓迎！誰でも簡単にできる文京オリジナルルール～
5年3月5日(日)午前9時～午後4時(予定)

毎月7日は文京版クールアース・デー

1月のテーマは「食生活とエコ」

毎日の食生活でエコを実践してみませんか。買物・料理・片付けのときも省エネルギーやごみ減量を意識して取り組みましょう。

Recycling tips section with 'Yeco' logo and lists of items to reduce, reuse, and recycle.

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

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

催し物等に参加する際はご協力ください



体調不良の方はご遠慮ください

掲載内容は変更・中止・延期になる可能性があります

新型コロナウイルスの感染状況により、掲載内容(日時や開催方法等)は変更・中止・延期になる可能性があります。



健康・子育て

精神保健相談

保健サービスセンター=5年1月18日(水)、保健サービスセンター本郷支所=1月13日(金)・23日(月)精神科医による個別相談(家族からの相談も可)無料申付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

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。健康センター申付往復はがき(1人1枚)にコース名・希望日(基礎コースは第2希望まで記入可)・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、以前利用していた方は承認番号も)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☑1月17日(火)必着

Table with columns: 日時(5年), 基礎コース, 心電図等コース, 内容, 対象, 定員, 費用

※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)

講演会「統合失調症と家族の対応」(動画配信)

よりよい診察に向けたサポートとは ▶配信期間 5年2月1日(水)~28日(火) ▶配信 YouTube(70分程度) 市橋香代氏(東京大学医学部附属病院精神科医師)無料申付申込フォームから申込☑1月23日(月)エナジーハウス☎03-3828-6517 ▲申込フォーム

はじめての離乳食講習会

5年2月16日(木)①午前10時30分~11時30分②午後1時~2時保健サービスセンター講義と実演「5~6か月児の離乳食づくりのポイント」区内在住で4年8~9月生まれの第1子の保護者(初めて参加する方を優先)各12人(申込順)無料申付1月17日(火)から電話で保健サービスセンター☎03-5803-1805へ ※筆記用具を持参

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)の夫婦無料申付往復はがきに「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(第2希望まで記入)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 1月5日(木)~15日(日)必着

Table with columns: 日時(5年), 会場方法, 定員(抽選)

※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 ▲区

春のウォーキングレッスン

5年2月1日・15日、3月1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初心者向けの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12人(申込順)無料申付1月10日(火)から電話で保健サービスセンター☎03-5803-1807へ

サタデーパパママタイム(オンライン開催)

5年2月4日(土)午前10時~11時保護者同士の交流、助産師からのアドバイス0~3か月の子と保護者15組(抽選)無料申付区から申込▶申込期間 1月15日(日)~25日(水)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 ※Zoom(オンライン会議ツール)の接続環境が必要 ※終了後、参加者同士の交流会あり(希望者のみ、30分) ▲区

保健サービスセンターの健康相談(1月)

Table with columns: 区分, 対象, 日(曜), 受付時間

※1 骨密度測定可(11(水)のみ) ※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)

体幹から鍛えるウォーキングメソッド

5年2月1日・22日、3月1日・15日(全て水曜、全4回)午後1時30分~3時保健サービスセンター本郷支所ウォーキングフォームチェック&レッスン等寺田憲生氏(健康運動指導士)全回参加できる18~64歳の区内在住・在勤・在学者(初めて参加する方を優先)5人(申込順)申付1月20日(金)から電話で保健サービスセンター本郷支所☎03-3821-5106へ

幼児食講習会

5年2月10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「幼児の食生活とむし歯予防のポイント」区内在住の1歳児の保護者(初めて参加する方を優先)各10人(申込順)無料申付1月10日(火)から電話で保健サービスセンター本郷支所☎03-3821-5106へ ※筆記用具を持参

専門医による骨粗しょう症健診

5年2月16日(木)午後1時~4時(2時30分まで受付)保健サービスセンター身体測定・骨密度の測定・医師の結果説明・保健指導・栄養指導20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳(4月2日~5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)28人(申込順)700円申付1月19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

ステップ・アップ! 離乳食講習会

5年2月24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実演「7~8か月児の離乳食づくりのポイント」区内在住で4年6~7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)無料申付1月24日(火)から電話で保健サービスセンター本郷支所☎03-3821-5106へ ※筆記用具を持参

1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) 区内内科、区内小児科、区内歯科 (診療時間) 昼間 9:00~17:00 準夜間 17:00~22:00

Table with columns: 日, 医療機関名, 調剤, 所在地, 電話

休日調剤薬局

Table with columns: 日, 薬局名, 調剤, 所在地, 電話

医療機関案内

Table with columns: 機関名, 電話, 受付時間