



No.1782

■主な内容

3~4月 戸籍住民課窓□のご案内 … 2・3面

高額医療・高額介護合算療養費の申請 … 4面

提出はお早めに 非課税世帯や家計が急変した世帯等への 臨時特別給付金(1世帯10万円)を支給しています・・・ 4面 令和4年 (2022) 2/25

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

https://www.city.bunkyo.lg.jp/

# 新型コロナウイルス ワクチン接種のお知らせ



### 18歳以上の方の3回目接種について

区では、**「2回目の接種完了から6か月以上経過した18歳以上」**の方を対象として追加接種(3回目接種)を実施しています。

### 18~64歳の方



	2回目 接種完了日	接種券 発送日	予約 開始日	3回目 接種時期
	3年10月	3/4金	3/14(月)9:00	4月
	11月	4月上旬	4月中旬	5月

### 65歳以上の方

### ● 事前指定の条件で接種を希望する方(日時会場指定)

予約の負担を軽減するため、65歳以上の方を対象 に、接種日時と会場を区があらかじめ指定する「事前 指定通知」(接種券同封)を発送します。





	2回目 接種完了日	事前指定通知 (接種券同封)発送日	事前指定通知にて指定する 3回目接種時期
	3年10月	3/4金	4月
	11月	4月上旬	5月

### ● 事前指定の条件変更を希望する方

下記スケジュールをご確認のうえ、予約サイト(区間からアクセス)又 はコールセンターにて、新たにご自身での予約をお願いします。

2回目 接種完了日	予約変更 開始日	3回目 接種時期
3年10月	3/14月9:00	4月
11月	4月中旬	5月

### 3月3日(木)から

### **│ 東京ドーム**で3回目接種を行います /

東京ドームを会場とした「4区(文京区、新宿区、港区、 板橋区)合同ワクチン接種事業」を開始します。ご希望の 方は、予約サイト(区Ⅲからアクセス)又はコールセン ターから予約をお願いします。



3月3日(木)~5月31日(火)

のうちの最大22日間 ▷時間 午前9時~午後2時



武田/モデルナ社製

東京ドーム 2階コンコース



3月枠=予約受付中 4月枠=3/14(月)9:00



### 地域活動センターで

変更・キャンセルの代行支援を行っています (土・日曜、祝日を除く午前9時~午後5時)

ご自身でのお手続きが難しい場合は、各地域活動センターが予約 の変更・キャンセル等を支援します。

ご利用の方は最寄りの地域活動センターへ。

## 小児 (5~11歳) の 1·2回目接種について



国により、5~11歳の小児を対象とした新型コロナウイルスワクチンが特例承認されたことを受け、区では、小児の方を 対象とした接種を実施します。



#### 接種日時点で**5~11歳**の方

● 5歳になる方=5歳の誕生日の前日から接種可能です。

●12歳になる方=小児接種ではなく一般(12歳以上)での接種となり、 使用ワクチンや会場等が異なります。

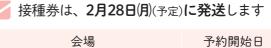


#### 2回(接種間隔20日)

●1回目接種から21日後以降 に2回目接種が可能です。



ファイザー社製(5~11歳用) ※12歳以上のワクチンとは 用法・用量が異なります。





集団接種会場(2か所) 3/7(月)9:00 (予約サイト又は ・保健サービスセンター ・保健サービスセンター本郷支所 コールセンター)

3/12(±)∼

決まり次第、区Ⅲ等でお知らせ 個別接種会場

予約 問合せ

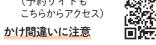


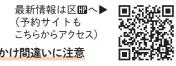
新型コロナウイルス ワクチン接種予約サイト



新型コロナウイルス ワクチン接種コールセンター 03(6747)4593(毎日午前9時~午後8時)

こちらからアクセス)













▲1·2回目接種

本人確認書類

・マイナンバーカード

·運転免許証 ·健康保険証 等

▲3回目接種

### 「接種券」を忘れずに!

### ワクチン接種当日は、持ち物の確認を!

記入済みの

### 「接種券一体型予診票」

「接種券一体型予 診票(2枚複写式)」 と「予防接種済証」 がセットになって 同封されています。 (3枚つづり)



又は

区では、ワクチンの廃棄をなくすとともに、早い接種を希望する区民の皆さんに接種の機会を提供するため、集団接 種会場で<u>**当日の予約キャンセル等により余剰ワクチンが生じた場合にのみ</u>、事前に「**ワクチン予約キャンセル待ちサービ</u> ス」の受付に登録いただいている方に電話連絡を行い、接種のご案内をします。※接種を確約できるものではありません。



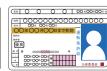




記入済みの







※接種券を紛失した場合、接種券再発行申請を行い、接種前日までに接種券の再発行を受けてください。

ワクチン 問合せ

新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター☎03(6747)4593(毎日午前9時~午後8時)



かけ間違いに注意

### 文京保健所からのお知らせ

新型コロナウイルス感染症の急速な感染拡大を踏まえて、国及び東京都の事務連絡に基づき、文京保健所では感染拡大緊急体制へ変更しています。 詳細は区Ⅲをご確認ください。

新型コロナウ イルス感染症に 罹患された方へ



濃厚接触者に なられた方へ



新型コロナ 相談窓口



緊急対応に ついて



## 戸籍住民課窓口のご案内

3~4月は、住所変更手続(転入・転出・転居届等)の窓口が大変混み合います。これを緩和するため、3月27日、4月3日の日曜日に臨時の住所変更手 続及びマイナンバーカード関連手続の窓口を開設します。なお、一部の手続については、日時によって受付場所や手続の流れが変わります。

### 開庁日カレンダー



4月 月 火 水 木 金 土 1 2 3 4 5 7 8 9 6 10 13 16 11 12 14 15 23 M 19 18 21 22 24 25 26 28 29 30

- □ 日曜開庁日(毎月第2日曜9:00~17:00)
- 臨時窓口開庁日(9:00~17:00)
- 20:00まで受付延長(電子証明書の発行及び更 新は19:00まで)
- 住所変更手続(転出入等)は17:00まで受付(早 期発券終了の場合あり)。住民票の写しや戸籍 謄本等の証明発行は20:00まで受付延長。
- ◇ マイナンバーカード(個人番号カード)交付の み実施(9:00~16:40、予約制)
- ※ 閉庁日
  - ※□ ■ (17:00~)は一部取り扱っていない 業務あり
- ※開庁日は変更になる場合あり。詳細は区**四**参照

### 受付時間



- 午前8時30分~午後5時 平日
- ●日曜 午前9時~午後5時
- ※混雑状況により、転入届など一部の手続について、受付発券機の番 号札発券終了時間を早める場合あり
- ※住所変更手続・印鑑登録等の方は、午後3時までに受付発券機の番 号札をお取りください。

#### 水曜夜間延長の中止

3月23日・30日、4月6日の水曜日は窓口混雑のため、住所 変更手続・印鑑登録手続・マイナンバーカード(個人番号カー ド)関連手続の夜間延長は行いません。

※住民票の写しや戸籍謄本、印鑑登録証明書等の証明書類の発行は午 後8時まで受付

## 混雑状況をリアルタイムで確認できます

区四「戸籍住民課 窓口混雑状況・マイナンバーカード関連」から「窓口情報案内ページ」でリアルタイム の待ち人数、現在受付している番号など混雑状況の目安が確認できます。

※月曜及び祝日明けは、大変混雑が予想されます。 ※3月22日~31日、4月1日~6日は2時間以上お待ちいただくことが予想されます。 ※混雑予想については区間参照

混雑状況の 確認はこちら



☆確定申告は、自宅からe-Taxで! e-Taxは国税庁四の「確定申告書等作成コーナー」から利用できます。 問小石川税務署☎(3811)1141、本郷税務署☎(3811)3171





師講師 対 対象 定定員 ¥ 費用 田 申 込 \* 締切 問 問合せ æ 木 ームペ

凡例

日時

会会場

内内容

弱いたさらう

## 日曜窓口をご利用ください 3/13・27、4/3・10 午前9時~午後5時

(!) 混雑状況により、受付終了時間を早める場合があるため、できるだけ午後3時までに受付発券機の番号札をお取りください。

日時 受付事務	3/13、4/10 9:00~	3/27、4/3 ~17:00	問合せ	
転入·転出·転居届※ 印鑑登録申請 公的個人認証(電子証明書)·特別永住者証明書等	受付		戸籍住民課住民記録係 ☎(5803)1177	
マイナンバーカード(個人番号カード)交付	受付(事前予約制)		文京区個人番号カードコールセンター ☎0570(02)8585	
住民票の写し・印鑑登録証明書・税証明等の請求	受付	受付 区民サービスコーナーで受付		
戸籍証明書の請求	受付 本人の現在戸籍の取次 (一部取扱いできない証明書あり) 区民サービスコーナーで		戸籍住民課証明係 ☎(5803)1176	
戸籍の届出	時間外受付(1階	)でお預かりのみ	戸籍住民課戸籍係☎(5803)1183	

※他の区市町村に確認が必要な場合等、届出内容により受付できない場合あり

### 郵送による転出届が便利です

詳細は区Ⅲへ▶▶▶



世帯主又は転出者本人による転出届は、郵送でも受付しています。

3月1日(火)~4月11日(月)(当日消印有効)に届いた転出届については、返信用封筒の切手は不要

転出届の記入

▷届出用紙 区ホーム ページからダウンロード

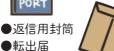


書類を同封

●本人確認書類の写し







郵送

▷あて先 〒112-8555文京区 戸籍住民課 住民記録係へ



審査後、転出証明書を 返送

郵送から返送まで1週間程度 かかる場合があります。



## マイナンバーカード(個人番号カード)関連の手続

### 3月22日(火)~4月6日(水)は1階アートサロンにて手続を行います

マイナンバーカードの受取(予約制)・申請サポート窓口(予約制)・電子証明書の更新・パスワード再設定・申請書の請求が可能です。 ※転出・印鑑登録・証明発行・戸籍届出等は通常どおり2階戸籍住民課で受付

マイナンバーカード交付に係る

第4土曜窓口を中止します

3月27日(日)にマイナンバーカード交付を行う ため、26日生は行いません。



電子証明書の更新等をお考えの方へ

3月22日(火)~4月6日(水)は、混雑緩和のため、 時期をずらしてのご来庁に、ご協力お願いします。



**マイナンバーカード問合せ** 文京区個人番号カードコールセンター**☎**0570(02)8585

### 注意事項

- ●手続の際には、マイナンバーカード(個人番号カード)・運転免許証・パスポート・住民基本台帳カード(写真付)・在留カード等、本人を確認できる ものが必要です。なお、マイナンバーカード(個人番号カード)又は住民基本台帳カードをお持ちの方は、住所変更手続の際に必ず持参してく ださい。
- ●代理人による届出・申請には、委任状等の書類が必要となります。事前にお問い合わせください。
- ●新型コロナウイルスの影響で、開庁日、開庁時間等変更になる可能性があります。最新情報は、電話や区ホームページにてご確認ください。

### 戸籍住民課住民記録係☎(5803)1177





























マイナンバーカードをお持ちで、



巨

**[¥**]

HP

8 30 くらしのSafety(1~6日、28~31日)特殊詐欺被害防止と交通安全アプリ (21~27日)電子レンジに潜む火災危険 ライフサポートナビ(7~13H)新型コロナウイルスワクチン3回目接種・小児接種について |(14~20日)くらしフェスタ2022 文京区消費生活展

40 Myストーリー(1~6日)あんしんサポート文京生活支援員小島泰子さん (21~27日)東京ケーブルネットワーク社長大坪龍大さん I et'sスポーツ! (7~13円)アスリート職員オススメ! お気軽トレーニング (14~20日、28~31日)アスリート職員オススメ!お気軽トレーニング(中級編)

#### 50 文京インフォメーション(~59)(1~31日) 9 00 介護予防体操(1~31日)

- 10 スマイルらいふ(1~6日)お家でストレッチ (7~13日、21~27日)脳の健康度測定(認知症検診)事業について(20分) (14~20日、28~31日)作ろう! ベジタブルおやつ
- 20 スマイルらいふ(1~6日)幼児食-1歳児-(7~13日、21~27日)脳の健康度測定(認知症検診)事業について(20分) ファイブセンスB(14~20日、28~31日)文京区を見たい!知りたい!学びたい!文京区観光協会へGO
- 30 すくすくカレンダー(1~6日)AI?今こそ求められる家庭教育 (7~13日)子育てが辛くなる時~あなただけではありません Myストーリー(14~20日、28~31日)あんしんサポート文京生活支援員小島泰子さん ファイブセンスB(21~27日)UN Women(国連女性機関)日本事務所
- 40 (手)Bサーチャーズ(1~6日)文京区観光ガイドツアー春日通りで春日局を偲ぶ (21~27日)文京区観光ガイドツアー文京の坂を歩く (手)ぶんきょう浪漫紀行(7~13日)「和魂と洋才」ジョサイア・コンドル博士 (14~20日、28~31日)文京ふるさと歴史館地域の方々と歩んだ30年 50 文京インフォメーション(~57)(1~31日)
- 12 00 ライフサポートナビ(1~6日)新型コロナウイルスワクチン3回目接種・小児接種について **ナイスキャッチぶんきょう**(7~13日、21~31日) ぶんきょう浪漫紀行(14~20日)完全公開!巻物「八景十境」でたどる千駄木

#### 10 介護予防体操(1~31日)

- 20 ぶんきょう浪漫紀行(1~6日)森鷗外記念館特別展「写真の中の鷗外一人生を刻む顔」 (7~13日)完全公開!巻物「八景十境」でたどる千駄木 **ライフサポートナビ**(14~20日)新型コロナウイルスワクチン3回目接種・小児接種について (21~27日)困った時の高齢者あんしん相談センター ファイブセンスB(28~31日)メディアパートナーおすすめスポット紹介(20分) 30 ライフサポートナビ(1~6日)困った時の高齢者あんしん相談センター
- (7~13日)防災関連助成事業のご案内 (14~20日)文京区民生委員・児童委員のおしごと Bサーチャーズ(21~27日)地域連携ステーションフミコムのあゆみ ファイブセンスB(28~31日)メディアパートナーおすすめスポット紹介(20分)
- 40 (手)Bサーチャーズ(1~6日)文京区観光ガイドツアー文京の坂を歩く (14~20日、28~31日)文京区観光ガイドツアー春日通りで春日局を偲ぶ (手)ぶんきょう浪漫紀行(7~13日、21~27日)文京区の国際交流これまでの歩みとこれからの未来 50 文京インフォメーション(~57)(1~31日)
- 16 00 文の京セレクション(1~6日)健康講座「身体の内側から健康づくり~腸内環境を整える~」 (7~13日)健康講座「自粛生活での不調改善~あなたの身体こり固まっていませんか?~」 (14~20日)賃貸住宅オーナー、不動産店のための文京区居住支援セミナー 第1部 (21~27日)介護予防護演会「老年学者が考えた、コロナ禍におけるフレイル予防術 特別番組(28~31日)鷗外百年の森へ~漢詩でたどる生涯
- 18 00 (1~31日)8:30の番組再放送 10 (1~31日)9:10~9:57の番組再放送
- 19 00 (1~13日、21~31日)16:00の番組再放送 (14~20日)賃貸住宅オーナー、不動産店のための文京区居住支援セミナー 第2部
- 21 00 (1~31日)12:00の番組再放送
- 10 (1~31日)8:40の番組再放送 20 (1~31日)12:20~12:57の番組再放送
- \*番組は変更する場合があります。あらかじめご了承下さい。

### ぶんきょう野菜塾2022 (オンライン開催)

野菜の旬や栄養・鮮度の見分け方・素材を生かす食べ方な どを学び、健康づくりに生かしませんか。

図次の全ての要件を満たす高校生以上の区内在住・在勤・在 学者①全日程参加できる②Zoom(オンライン会議ツール)が 操作できる③野菜の食育や地域の活動に興味がある屋20人 (申込順、初めて参加する方優先)

至無料田3月1日火から区

四 の「電子申請」から申込 固健康推進課保健係 ☎(5803)1124

日時(全2回)	

4/23(±)

記念館

内容·講師(敬称略)

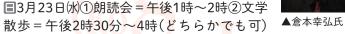
【講義と実演】「知っているようで知らない野菜 4/16年 13:00 の世界」師香月りさ(日本野菜ソムリエ協会認 定野菜ソムリエプロ) 15:00 【講義と調理実演】「野菜の魅力を引き出す調



### 理のこつ」師今井久美子(料理研究家) 文の京ワークショップ

### 倉本幸弘先生の朗読会 &文学散步

鷗外没後100年を記念し、鷗外の名作『青年』 を朗読し、ゆかりの地をめぐる『鷗外散歩』を 楽しむ一日。桜のほころび始めた春の一日を ご一緒しませんか。



圖倉本幸弘氏(森鷗外没後100年記念実行委員長) 図どな 枚)又は圖に「①・②又は両方」・住所・氏名(ふりがな)・電話 番号と返信用にもあて先を明記し、〒113-0022文京区千 駄木1-23-4森鷗外記念館☎(3824)5511圖bmk-event@ moriogai-kinenkan.jpへ 3月10日休必着

#### 競技かるたの世界展 企画展

~党の党とちはやふる~

文京区は競技かるた発祥の地であり、全 日本かるた協会やかるた記念大塚会館、全 国的な強豪かるた会などが所在する「かる たの街」です。本展では、競技かるたの歴史・ ルールや競技かるた界のトップ選手(名人・ クイーン)の紹介などを行います。また、▲かるたの街文京

競技かるたを題材とした人気漫画「ちはや みちざね公 ふる」の複製原画も多数展示します。

■3月12日出~17日休午前10時~午後6時(17日は午 後3時まで)会ギャラリーシビック図どなたでも単無 料 間アカデミー推進課文化事業係☎(5803)1120

### 文の京・ドイツ文化講座 パンとビールに見るドイツ食文化

ドイツ食文化を語るときに欠かせない ドイツ各地の様々な種類のパンとビール! ドイツ人にとっての食べるパンと飲むパン (ビール)の多様性、文化についてお話します。 ■3月19日(土)午後2時~4時会スカイホール 師森本智子氏(ドイツ食品普及協会代表)対 区内在住・在勤・在学者定40人(抽選)¥500 円(受講料) 田間はがき又は 四(件名に「ドイ ツ文化講座(第9回)」申込と記載)に住所(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)・生年月日・電話番号・ メールアドレスを明記し、〒112-8555文京 区スポーツ振興課 オリンピック・パラリン ピック推進担当☎(5803)1309圖b-dondon @city.bunkyo.lg.jpへ 3月9日(水)必着





#### スクール・モバイルミュージアム「鶏玩考」ギャラリートーク4 日本鶏の文化的意義の再考

■3月19日出午後2時~3時 会教育センター図ニワトリ=食糧という概念のみが広まることの危険性と今後ニワトリ育 種が担う文化的意義についての紹介、時代は近現代が中心となる圖工藤光平氏(東京大学総合研究博物館特任研究員) 図どなたでも屋20人(抽選)貿無料申問区四の「電子申請」又は往復はがきに講座名・住所・氏名(ふりがな)・ 年齢(小・中学生は学校名も)・電話番号・メールアドレスと返信用にもあて先を明記し、〒113-0034文京

区湯島4-7-10教育センター☎(5800)2591へ図3月7日側必着 ※車での来場不可

電子申請▶ 回答: 研究所

対対象

込

### アクアエクササイズ(4月日曜コース)

■4月3日~24日の日曜(全4回)午前10時~11時30分員総合 体育館四アクアダンス・筋力トレーニング等団医師から運動 制限を受けていない18歳以上の区内在住・在勤・在学者屋50 人予定(抽選)¥2,200円(保険料込)申問往復はがき(1人1枚) に「アクアエクササイズ4月日曜コース」・住所・氏名(ふりが な)・年齢・性別・電話番号(在勤者は勤務先名・所在地、在学者 は学校名も)と返信用にもあて先を明記し、〒113-0033文京 区本郷7-1-2総合体育館☎(3814)4271へ▶3月11日金必着

### 小学生水泳教室(総合体育館4月コース)

■4月4日~28日の月・木曜(全8回)午後4時45分~6時 会総合体育館園区内在住・在学の小学生[障害 (知的・情緒・難聴・言語等支援の必要な方)のある等で、介助者が必要な方は介助者(高校生以上)同 伴]屆67人予定「抽選(うち介助者同伴の小学生は7人)、初めての方・泳力の低い方を優先〕≥1.840 円(保険料込、介助者を要する小学生と介助者は無料)回問往復はがき(1人1枚)に「小学生水泳教室 総合体育館4月コース」・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・泳力・過去に参加経験がある場 合は参加した時期(初めての場合は「初回」と泳力も)・介助者の有無・学校名・学年・保護者名と返信用 ※必ず6回以上出席すること ※小学生水泳教室(スポーツセンター4月コース)との同時申込不可

### チャレンジスポーツ教室塾(ヒップホップ)

■4月5日~26日の火曜(全4回)①午後3時30分~4時 15分(小学1·2年生)②午後4時30分~5時30分(小学3 年生以上) 会総合体育館囚初めての子や苦手な子でも 安心な音楽に合わせて体を楽しく動かすリズム体操 対区内在住・在学の小・中学生定各20人予定(抽選)¥ 640円(保険料込) 田間往復はがき(1人1枚)に「チャレ ンジスポーツ教室塾(ヒップホップ)」・住所・氏名(ふり がな)・年齢・性別・電話番号・学校名・学年・保護者名と 返信用にもあて先を明記し、〒113-0033文京区本郷 7-1-2総合体育館☎(3814)4271へ▶3月11日金必着

### 高齢者水中ウォーキング教室(4月水曜コース)

■4月6日~5月18日の水曜(5月4日を除く、全6回) 午前10時~11時30分会総合体育館四水中ウォー キング・ストレッチ等図60歳以上の区内在住・ 在勤者屆50人予定(抽選)¥4,500円(保険料込) **田**固往復はがき(1人1枚)に「高齢者水中ウォー キング教室4月水曜コース」・住所・氏名(ふりが な)・年齢・性別・電話番号(在勤者は勤務先名・所 在地も)と返信用にもあて先を明記し、〒113-0033文京区本郷7-1-2総合体育館☎(3814)4271 へ▶3月11日金必着

### シニア健康体操教室(4月コース)

■4月7日~28日の木曜(全4回)午後3時30分~ 4時30分会江戸川橋体育館四リズム体操・筋力ト レーニング・ストレッチ図医師から運動制限を受 けていない60歳以上の区内在住・在勤者屋40人 予定(抽選) 至1,240円(保険料込) 田間往復はがき (1人1枚)に「シニア健康体操教室(4月コース)」・ 住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号(在勤 者は勤務先名・所在地も)と返信用にもあて先を 明記し、〒112-0006文京区小日向1-7-4江戸川 橋体育館☎(3945)4008へ▶3月11日金必着

### 高額医療・高額介護合算療養費の申請

3年7月31日現在、世帯内で同じ医療保険に加入している方々の、1年間(対 象期間=2年8月1日~3年7月31日)に支払った医療保険の自己負担額と介護保 険の利用者負担額の合計額が、下表の自己負担限度額を超えた場合、超えた部 分の金額が申請により支給されます。(ただし、支給額500円以下を除く) 申請受付

3年7月31日現在加入していた医療保険窓口

#### (申請方法

#### ①対象期間中に後期高齢者医療制度に加入していた世帯

支給が見込まれる世帯には、3月中旬に東京都後期高齢者医療広域連合から 申請書を送付します。

### ②対象期間中に文京区国民健康保険に加入していた世帯

支給が見込まれる世帯には、2月下旬~3月上旬に区から申請書を送付します。 ③対象期間中に社会保険・共済組合・国民健康保険組合に加入していた世帯

④対象期間中に加入していた医療保険に変更があった世帯 ③④は、3年7月31日現在、加入の医療保険へ問合せください。 問国保年金課高齢者医療係☎(5803)1205、国保年金課国保給付係☎(5803)

#### 高額医療・高額介護合算療養費の自己負担限度額

1193、介護保険課給付係☎(5803)1388

医療保険の所得	区分(3年7/31現在)	後期高齢者医療制度 国民健康保険又は被用者保 + 介護保険(75歳以上) + 介護保険(70~74歳		
現役並み所得Ⅲ 住民	税課税所得:690万円以上	上 212万円		
現役並み所得 I 住民税課税所得:380万円以上 141万円		万円		
現役並み所得 I 住民	現役並み所得 [ 住民税課税所得:145万円以上		67万円	
一般 住民	税課税所得:145万円未満	56	万円	
住民税	区分Ⅱ※1	31	万円	
非課税世帯	区分 [ ※2	19	万円	

※1 世帯全員が住民税非課税の方

世帯全員が住民税非課税で、所得が一定基準以下の方(区分 I で介護保険利用者が複数いる場合 介護保険分のみ区分Ⅲの限度額31万円で計算されるため、介護保険分のみ不支給となる場合あり)

	医療保険の所得区分 (住民税基礎控除後の総所得金額等) (3年7/31現在)	国民健康保険又は被用者保険+介護保険 (70歳未満)※3		
ア	901万円超	212万円		
1	600万円超~901万円以下	141万円		
ウ	210万円超~600万円以下	67万円		
エ	210万円以下	60万円		
オ	住民税非課税世帯	34万円		
※3 70歳未満の方の医療費は、自己負担額が1か月あたり21,000円以上(医療機関ごと、入院・				

## 来別)のものが合算の対象

#### 1月臨時議会は、1月27日休に行われました。可決された議案は、次のとお りです。

区議会 1月臨時議会

なお、議案及び委員会資料は、区議会Ⅲで公開しています。

○令和3年度文京区一般会計補正予算(第3回)

圖区議会事務局☎(5803)1313

### 教育センター





区皿の「電子申請」又は往復はがき(1講座1人1枚)に希望講座名・住所・氏名(ふりがな)・保護者 由汎 名・電話番号・学校又は園名・学年・メールアドレスと返信用にもあて先を明記し、〒113-0034 問合せ 文京区湯島4-7-10教育センター☎(5800)2591へ

※車での来場は不可

※電子申請申込時に表示される「問合せ番号」は、当落確認の際に必要となるため、必ず控えること

### 提出はお早めに

### 非課税世帯や家計が急変した世帯等への 臨時特別給付金(1世帯10万円) を支給しています

問臨時特別給付金コールセンター

☎0120(058)150(平日午前9時~午後5時)



図3年12月10日時点で世帯全員の3年度分の住民税均等割が非課税の世帯(住 民税が課税されている者の扶養親族等のみからなる世帯を除く)▷給付額 1 世帯10万円⊞対象の世帯には確認書を送付しております。内容を確認のうえ、 お早めに返送願います『確認書の発行日から3か月

※次の方は、コールセンターへご連絡ください(①対象となる非課税世帯で、確認書が届か ない方②扶養等の状況に関わらず、3年12月10日以前の離婚・死別等により、非課税世帯 と同様の状況になった方)

#### 家計急変世帯

園3年1月以降、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて収入が減少し、3年度 分の住民税均等割が課されている世帯員全員のそれぞれの年収見込額が、住民税 均等割非課税水準以下の世帯>給付額 1世帯10万円>判定方法 ①3年1月以 降の任意の1か月の収入を年収に換算して判定②収入の種類は給与、事業、不動産、 年金(非課税の公的年金等収入である遺族・障害年金などは含まない)③申請時点 の世帯状況で、3年度分住民税が課されている世帯全員のそれぞれの収入(所得) について判定即申請書及び3年1月以降の家計が急変したことがわかる書類等を所 定の返信用封筒で郵送してください▷申請書配布 シビックセンター1階パンフ レット台・地域活動センター等(区四からもダウンロード可)▼9月30日\金必着 ※1度給付を受けた世帯に属する者を含む世帯は対象外

※3年12月10日に同一世帯だった親族が3年12月11日以降に別世帯として同一住所に住民 登録した場合は同一世帯とみなす。同一住所に住民登録している一方の世帯が給付金を 受給した場合、もう一方の世帯は対象外

### ●判定方法のイメージ

3年1月以降の 任意の 1か月収入

年収換算(×12月)

※所得は3年分の源泉 徴収票又は年収換 算から給与所得控除

額、経費等を減額し

#### (給与所得者の例)

非課税相当限度額 非課税限度額 家族構成例 (収入額ベース) (所得額ベース) 単身又は扶養親族がいない場合 100.0万円 45.0万円 配偶者・扶養親族(計1人)を 156.0万円 101.0万円 扶養している場合 配偶者・扶養親族(計2人)を 136.0万円 205.7万円 扶養している場合 配偶者・扶養親族(計3人)を 255.7万円 171.0万円 扶養している場合 配偶者・扶養親族(計4人)を 206.0万円 305.7万円 扶養している場合 障害者、寡婦、ひとり親の場合 204.3万円 135.0万円

## 募集

て算出

### 文京区自転車活用推進計画(素案)について

自転車活用推進法第11条に基づき、区における自転車活用に関する施策の総 合的かつ計画的な推進を図るため、文京区自転車活用推進計画の策定を行います。 このたび、計画(素案)がまとまりましたので、ご意見を募集します。

>閲覧場所 土木部管理課・行政情報センター・図書館・地域活動センター・区🚥

ご意見をお寄せください ご意見は、住所・氏名を記入のうえ、持参・郵送・囮又は風(区皿から送信可)

で土木部管理課へ ▷閲覧·募集期間 3月4日(金)~4月4日(月)必着

お寄せいただいたご意見は、整理したうえで、個人情報を除き、区皿で公開 する予定です。なお、いただいたご意見に対して個別の回答は行いません。

圖〒112-8555文京区土木部管理課交通安全係☎(5803)1244㎞(5803)1359

### 男女平等センターシネマ

### 『ビリーブ 未来への大逆転』 ルース・ベイダー・ギンズバーグ

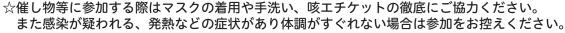
~1970年代アメリカ 世紀の「男女平等」裁判に挑んだ女性弁護士の爽快な感動実話~

■3月26日(土)午前10時30分~午後0時30分会男女平等センター図 どなたでも定50人(先着順) ¥無料田当日直接会場へ問男女平等 センター☎(3814)6159ໝ(5689)4534

※保育(1歳~就学前児)希望者は3月16日(水までに電話又はMDで男女平等セ ンターへ(区内在住・在勤・在学者に限る、**四**https://www.bunkyo-danjo.jp/からも申込可)









内

締 切

ペ

ジ

# Bunkyo Bunkyo



3氏名(ふりがな) 5電話番号

2住所 4年齢

1人(組)1枚 6その他(<sup>詹記事</sup>) ※往復はがきの場合、返信用にもあて先を明記

-クがある記事に限る)

## ふれあいサロン

写生講座「絵具を持って街に出よう!」 ■4月1日~22日の 金曜(全4回)午前 10時~正午会駒込 地域活動センター

筆などを使って、



身近な風景をスケッチ(日本画の指導 なし)師吉野久幸氏(文京美術会)対 区内在住・在勤・在学者定10人(抽選) ¥800円申問往復はがきに6贏入№ 1 ~5を明記し、〒113-0021文京区本 駒込3-22-4駒込地域活動センター☎ (3824)5801へ郵送又は持参≥3月18 日金必着

※水彩絵具、筆又は色鉛筆とスケッチブッ ク(4号以下)を持参 ※初回以外は、吉祥寺境内で写生(雨天時

前期文京アカデミア講座

初めての俳句―春夏期

歌舞伎十八番とは何か

没後100年目の森鷗外

中国を知る一生活と習慣-

異文化からみた[思いやり]

私も書ける"草書"に挑戦!

19 出光美術館の至高の美

21|楽しい絵画教室

25 基礎英会話

20 映像で巡るロマネスク芸術

27 西洋と日本における色彩語

33 オリガミからみる科学・芸術

B1 バレエエクササイズ入門

36 文京区における近現代の仏教史跡

文化人類学への誘い

### アートウォール・シビック リアン文京 冬の贈り物展

■3月5日(土)~30日 (水)会シビックセン ター地下1階吹き 💵 抜け周囲内障害者 支援施設・リアン文 京の利用者による



ペン画や版画、書、切手のコラージュ 等の作品展¥無料間アカデミー推進 課文化事業係☎(5803)1120

#### シニア入浴事業 文京アカデミー生涯学習フェア 「シニア入浴カード」を実施浴場に

1379

ます。

実施浴場

浴場名

白山浴場

大黒湯

図15歳以上の区内在住・在勤・在学者(中学生を除く)田間往復はがきに晒込棚▶1~5と⑥講座番号(在勤者は勤務先名・所在地・電話番号、在学者は学校名も)を

明記し、〒112-0003文京区春日1-16-21(幽)文京アカデミー学習推進係☎(5803)1119へ(圖https://www.b-academy.jp/からも申込可)≥4月1日金必着

5/20.27、6/3

5/21.28, 6/4

5/19、6/2·16

5/24、6/14·28、7/12

5/27、6/3·10·17·24

5/17·31、6/7·21、7/5

5/14·21·28、6/25、7/9

5/12 • 19 • 26 、 6/2 • 9 • 16 、 7/7

5/14·21·28、6/11·18·25、7/9·16 | ± |11:00~12:30 |

5/13 • 20 • 27 \ 6/3 • 10

5/14·28、6/11

5/17.24.31、6/7

5/20、6/3·17、7/1

5/21.28 6/4.11.25

6/30、7/7·14·21

5/14.21.28 6/4.11

5/19、6/2·16·30

6/18.25、7/2.9

7/5 • 12

6/22.29、7/6.13

5/25、6/15、7/13

5/13·20、6/3·10·24、7/1

5/24·31、6/7·14·21·28

5/23.30、6/6.13.20.27

5/23、6/13·27、7/11·25

5/26、6/2.9.16.23.30

5/17-24-31 6/7-14-21

5/21.28、6/4.11.18.25

5/13·20、6/3·10·24、7/1

5/18·25、6/1·8·15·22·29、7/6

5/19·26、6/2·9

5/30、6/6·13·20

6/3 • 10 • 17 • 24

※応募者が定員に達しない時は開講しない場合あり ※手話通訳希望者は申込時に上記へ(対象外となる講座あり) ※受講は当選者本人に限る ※当落通知は4/8) (銀) ※ (2) ※ (3) ※ (4) ※ (4) ※ (5) ※ (5) ※ (6) ※ (6) ※ (6) ※ (7) ※

5/13 • 20 • 27 、 6/3 • 10

6/1.15.22.29, 7/6

6/7·14·21·28、7/5

6/13:20:27

7/14-21-28

■3月8日(火)・9日(水)午前10時30分~午 後5時(予定)会ギャラリーシビック、 アートサロン四区内で活動するサーク ルによる作品展示・サークル紹介・講座 紹介など(舞台発表なし) 図どなたでも ¥無料甲当日直接会場へ問(㈱)文京ア カデミー学習推進係☎(5803)1119

### 交流館の教室

は室内で静物画)

	ポールウォーキング教室	着付け教室	プラワーアレンシメント 教室
日時	3/15⑷ 10:00~12:00	3/19(±) 10:00∼12:00	3/24休) ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 ③15:30~17:00
会場 問合せ	目白台交流館 <b>☎</b> (5395)9141	白山交流館 ☎(3813)8500	目白台交流館 ☎(5395)9141
内容 講師 (敬称略) 対象等	図2本のポールを使用して3km程度歩き安定した歩行を目指す園小野富雄(日本ノルディック連盟東京都指導員) 図区内在住・在勤・在学者園12人(申込順) ■200円(ポール貸出料) ■3/1伙9:00から電話又は直接目白台交流館へ※運動しやすい服装で飲み物持参	する団合地ケイ子団着物 一式を用意できる区内在 住・在勤・在学の女性园15	ター師水野エイジ園区内 在住・在勤・在学者园各 22人(申込順) ¥2,000円 (教材費) ⊞3/3休9:00か

講座名

【東京大学史料編纂所協力講座】史料研究の最前線 一史料編纂所の共同研究から

22 芸術文化史から読み解く「ウィーン世紀末」~クリムト生誕160年に寄せて~

23 しっかり学ぶ仏像の見方~日本最古の名刹・法隆寺の仏教美術編~

29 無理なくストレッチ&少し頑張る筋トレ~さわやかに一日を始めよう~

32 はじめてのチェアバレトン~内側から締まった身体を目指そう~

34 「直心影流」の呼吸法と型を学ぶ一古武道で心と身体を整えよう一

コミュニケーション英会話~使える会話表現を増やそう~※1

カンボジアの舞踊を体験しよう一心と体をゆったりと一

ころとからだのためのダンスセラピー~フラダンスを通して体験しよう~

24 ふだんのご飯で薬膳入門~からだのバランスを整える薬膳編~

渋沢栄一ゆかりの文の京~座学とまち歩きで楽しもう~

文の京十八の町物語を聞く一大塚町・真砂町・文京のまち編

現代中東問題を考える一聖地エルサレム問題を中心として

15 世界を変えた「視る」技術〜光学顕微鏡から電子顕微鏡まで〜

初歩から楽しめるアコースティックギター入門

18 名曲が生んだ名曲一大作曲家へのオマージュー

和菓子の歴史―五感の芸術和菓子の誕生-

鎌倉時代を学ぶ一幕府の誕生から終焉まて

動物なの?植物なの?ミドリゾウリムシ

私たちの生活に身近な微生物の世界

26 超入門レベル フランス語をはじめよう!

28 ミュージカルナンバーを踊ってみよう

運動・スポーツで豊かな人生~理論と実践~

### 耐震化促進事業

3年中の収入申告状況に基づき、

4年度の介護保険料が決まります。

介護保険料決定通知は例年どおり7

月に送付予定です。年度途中の保険

料額変更等の影響を鑑み、例年どお

りの申告にご協力をお願いします。

問介護保険課資格保険料係☎(5803)

持参すると、年52回(月4回程度)、

4年度シニア入浴カード申請方法

3/4 金以降に「3年度シ申請書を生活衛生課

本人確認書類(保険証 ▷申請書配布 実施

所在地 白山2-7-1

大塚3-8-6

豊川浴泉 目白台1-13-1 (3941)7856

ふくの湯 | 千駄木5-41-5 | (3823)0371

問〒112-8555文京区生活衛生課管

3年度入浴カードを

持っていない方

(失くした方も含む)

※3/22(火)以降随時、区

からシニア入浴カード

※代理人への送付不可

電話

(3811)1052

(3941) 5826

10:30~12:00

火 15:30~17:00 4

金 10:30~12:00

金 13:20~14:50

土 13:30~15:00

火 13:00~14:30

± 10:30~12:00

木 13:20~14:50

木 10:40~12:10

土 |13:00~15:00|

10:30~12:00

火 14:00~16:00 5

水 14:00~15:30 4

金 | 14:00~15:30 | 6

火 13:30~15:00 6

金 10:30~12:00

月 10:00~11:00

月 | 18:30~20:00 |

火 10:30~11:30 6

木 10:30~12:00 4

月 14:00~15:30 4

土 |15:00~16:30|

火 10:30~12:00 4

木 13:00~14:30 3 中央大学

金 15:20~16:50 4 中央大学

土 14:00~16:00 5 放送大学

木 15:30~17:00 4 中央大学

水 | 13:00~15:30 | 3 | 日本中医食養学会

火 | 16:30~18:00 | 2 | 文京学院大学

木 10:40~12:10 6 東洋学園大学

水 19:00~20:30 8 オンライン開催

|金|18:30~20:00| 6 |アカデミー文京

を本人に送付

対65歳以上の区内在住者

ア入浴カード|及び|に郵送

等)を本人が実施浴場 浴場

※定休日等は各浴場へ問合せ

理計画係☎(5803)1223

3年度入浴カードを

持っている方

100円で銭湯を利用することができ



### 介護保険料計算のため、 確定申告にご協力ください

区内にある昭和56年5月 31日以前に建築された建築 🧼 🔀 物の耐震診断・耐震改修工 事等を行う所有者の方に、

費用の一部を助成しています。助成 には、契約前に申請の手続きが必要 です。また、「耐震化アドバイザー 派遣」も行っています。

問地域整備課 耐震·不燃化担当☎ (5803) 1846 ※詳細は区Ⅲ参照

### 崖等整備資金助成事業

岸・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して います。

図区内に崖等・土地を所有し、 助成

対象工事を行う個人又は中小企業者				
	崖等整備工事助成	崖下建築物減災工 事助成		
助成対象	高さが2mを超え る部分を含む擁壁 の築造工事又は崖 等の安全性が向上 する一定の工法に よる工事	高さが2mを超え る崖等の崖下に存 する建築物等の新 築時に、当該建築 物の崖等の崩壊に 対して安全になる よう行う対策工事 (崖等の所有者は対 象外)		
	崖等の整備工事に	崖下建築物の減災		

要する費用等の2工事に要する費用 助成金額 分の1かつ上限200 等の2分の1かつ上 万円(土砂災害警 限100万円 戒区域内の場合は 上限1,000万円)

※工事の契約前に申請の手続きが必要 ※必ず事前に下記へ相談のこと

※詳細は区皿参照

3 シビックセンターほか

アカデミー文京

アカデミー文京

日本女子大学

アカデミー文京

拓殖大学

5 | アカデミー文京

日本女子大学

東邦音楽大学

跡見学園女子大学

アカデミー文京

アカデミー文京

6 アカデミー文京

東洋大学

問地域整備課 耐震·不燃化担当☎ (5803) 1846

受講料

(教材費込)

1,600円

1,500円

3,700円

3,400円

4,200円

2,800円

2,000円

3.200円

4,400F

4,900円

3,000円

3,300円

4.100円

2,700円

1,700円

7,700円

10.700F

3,400円

3.300円

7.300F 各15人 7,200円

30人 4,100円

各20人 4,200円

12人 | 8,000円

10人 7,500円

20人 1,900円

15人 6,700円

20人 3,300円 10人 4,000円

20人 2,000円

各10人 4,000円

20人 2,000円

12人 12,300円 10人 11,500円

各10人 5,000円 6,000円

定員

各20人

各30人

各20人

各30人

各20人

各20人

### 眠っているランドセル、ありませんか?

はがき・FAX

などの記入例

ご自宅にある、使わ ないランドセルを、ア フガニスタンの子ども たちに贈ります。筆記

用具等の新品の学用品を、ランドセ ルの中に入れて贈ることもできます。 ■3月17日休)午前10時~午後6時会 アートサロン図どなたでも¥1,800 円\* 問総務課ダイバーシティ推進担 当☎(5803)1187

\*ランドセルの海外輸送費募金として、 (公)ジョイセフがお預かりします **ロ** ※贈ることができるランドセル、 学用品等に条件あり。詳細は区 **ロ**ヤネ

### 戦災死没者の慰霊と平和祈念のため黙とうを

3月10日休は東京都平和の日です

東京大空襲をはじめ戦災で亡くな られた方のご冥福をお祈りするとと もに、世界の恒久平和を祈念して、 同日の午後2時から家庭や職場等で 1分間の黙とうをお願いします。 **問総務課総務係☎(5803)1139** 

### ミニ就職面接会

■3月17日休午後1時30分 □3月17日休午後1時30分 □3 年業とくらし プラザ図区内事業所に正社 員で就職を希望する方¥無 ♣ハローワー ゥ֍ロン����� 料田直接都内各ハローワー

クへ問ハローワーク飯田橋事業所第 二部門☎(3812)8609(自動音声に従 い「32#」を押す)

※対象求人を開催日の2週間前頃までにハ ローワーク飯田橋皿に掲載

### 3月は明るい選挙話しあい強調月間です

明るい選挙推進委員は、政治意識 の向上と選挙に対する関心を深めて いただくため、日頃から地域の皆さ んと話しあい活動を行っています。 特に、3月を「明るい選挙話しあい強 調月間」とし、活動を重点的に行って います。

区内130人の明るい選挙推進委員 の呼びかけに気軽に応じ、話しあい に参加してください。

圖選挙管理委員会事務局☎(5803) 1287

### 毎月7日は文京版クールアース・デー 3月のテーマは「照明の工夫」

家庭が1年間に使う電気の使用量 の中で、最も多い割合を占める家電 製品は照明です。

#### 照明はこまめに消灯する

スイッチを入れた瞬間に多くの電流 が流れますが、その時間はごくわずか で、電気代に影響するほどではありま せん。短い時間でも消灯したほうが省 エネです。ただし、蛍光灯は、短時間 の点滅を繰り返すと、そのたびに寿命 が短くなります。

### 白熱電球をLED電球に交換する

LED電球は省エネで 長寿命、オン・オフの 長寿の、オンカン 繰り返しに強い、ス ・ナム イッチを入れるとすぐ に明るくなるという 様々なメリットがあり ます。また、紫外線を

ほとんど含まないので、虫が集まりに くい照明です。

#### 照明等に視覚効果を取り入れる

都)より作成

寒い季節は照明の色を電球色にした り、カーペットやじゅうたんの色を暖 色系に模様替えして、視覚的な効果も とり入れましょう。 出典:家庭の省エネハンドブック(東京

問環境政策課地域環境係☎(5803) 1828

### 道路に物を放置しないでください

3~4月は引越の 時期です。引越の 際に、不要になっ た家具等を道路上

に放置することは違法です。不要に なった家具等は適正な手続きを行い、 廃棄してください。

また、道路上に自転車やバイクの 放置、置き看板、のぼり旗、車の乗 り入れステップ、商品や植木鉢等の 物を置くことや宅地内の植栽から伸 びた枝が道路上に出ていることで、 通行する人に不便な思いをさせるこ とがあります。道路上に置かれてい る物件や道路上にはみ出た枝で事故 が発生した場合、その物件の所有者 が責任を問われることがあります。 みなさんのご協力をお願いします。 問土木部管理課道路監察係☎(5803) 1245

### 3年度第3四半期までのごみと資源の回収量 【速報値】をお知らせします

3年度第3四半期までのごみ量は、前年度に比べ、403t(1.2%)の減量とな りました。また、資源回収量(集団回収を含む)は、前年度に比べ、130t(1.2%) の減量となりました。

### ごみ量

	32,0/31	33,2/91	<b>4</b> 03t	<b>▲1.</b> 2 70			
資源回収量(集団回収を含む)							
	3年4~12月	2年4~12月	増減量	増減率			
粗大ごみ	321t	324t	<b>▲</b> 3t	▲0.9%			
古紙	6,802t	6,918t	<b>▲</b> 116t	<b>▲</b> 1.7%			
缶	481t	504t	<b>▲</b> 23t	<b>▲</b> 4.6%			
びん	2,014t	2,056t	<b>▲</b> 42t	▲2.0%			
ペットボトル	749t	714t	35t	4.9%			
その他	197t	178t	19t	10.7%			

※端数処理の関係で合計値等が合わない場合あり

※「その他」は、トレイ・乾電池・衣類(古布)・プラスチック製ボトル容器・ペットボトルキャップ・

**週**リサイクル清掃課☎(5803)1184

### バイク・軽自動車の廃車手続きをお忘れなく

軽自動車税(種別割)は4月1日現在、

### 軽自動車税(種別割)が未納の方は 納めてください

バイクや軽自動車などを所有している 方に納めていただく税金です。次のい ずれかの条件を満たす方は、3月31 日休までに廃車等の届け出をするこ とで、次年度以降の軽自動車税(種 別割)がかからなくなります。

①盗難にあって車両が見つからない (警察に盗難届を出していても、廃車 手続きは必要)②破損等で車両を廃 棄する③亡くなられたご家族の車両 を持っている④車両を他の方に譲渡 する(譲受人が名義を変更しないこと によるトラブル増加。車両を譲渡す る場合は引渡し前に廃車手続きを)

車 種	手続き・問合せ
原動機付自転車 (125cc以下) 小型特殊自動車 (フォークリフト等)	税務課税務係 ☎(5803)1152
軽二輪· 二輪小型自動車	練馬自動車検査 登録事務所 ☎050(5540)2032
軽三輪·軽四輪	軽自動車検査協会東京 主管事務所練馬支所 ☎050(3816)3101
	-/E002)11E2 #

**閰税務課税務係☎(5803)1152、税** 務課納稅係☎(5803)1156

### 喫煙等禁止周知・啓発キャンペーン

安全で清潔な地域環 境を確保するため、区 内全域で屋外の公共の 場所において喫煙が禁

止されています。喫煙 マナーの向上及び地域の環境美化の 促進のため、啓発キャンペーンを実 施します。

■3月16日似午前8時30分~9時会春 日駅·後楽園駅周辺間環境政策課地 域環境係☎(5803)1828

※キャンペーン終了後、15分程度の吸い 殻拾いを実施

※荒天時は中止する場合あり

### 3月1日~7日は建築物防災週間です

建物もあなたと同じ健康診断 建築物は、皆さんの生命と健康を 守る大切な財産です。

建築物をいつまでも安全で快適に 使用するには、定期的に建築士など の専門家による調査・点検が必要です。

特に、劇場・ホテル・店舗・学校・病 院や共同住宅など、多くの人が利用 する建築物(特殊建築物)は、廊下・ 階段や出入口などの避難施設や防火

①金曜13:00~15:00②スポーツセンターほ

①月3回月曜13:00~15:00②駒込地域活動セ

区画に不備や欠陥があると、思わぬ 6 災害につながります。

万一の災害に備え、避難施設・防 火区画の安全性の確保や窓ガラス・ 外壁などの落下防止を常に心がけ、 維持管理していくことが大切です。

特殊建築物は、建築基準法で建築 物を定期的に調査し、区に報告する ことが義務づけられています。

この防災週間を機会に、皆さんの 建築物について、もう一度見直して ください。

問建築指導課監察担当☎(5803)1267

#### 学校施設使用(施設開放)

### インターネット施設予約システム導入説明会 電子

■3月19日仕)午前10時~11 区民センター図どなたでも **定**100人程度(申込順、1団 ▲区III ③・5と6メールアドレス・学校施設 の利用有無(利用している場合は学校 名及び団体名)を明記し、学務課施設 担当☎(5803)1296㎞(5803)1367へ ▼3月18日(金)正午

※詳細は区Ⅲ参照



### 第2回文京区地域保健推進協議会

■3月15日火牛後2時会シビックセン ター24階委員会室四4年度予算につ ■ いて等 28人(先着順) 田傍聴希望者は 日 15分前までに当日直接会場へ間生活 衛生課管理計画係☎(5803)1223



### 社会保険労務士無料相談

■3月9日冰午前10時~午後4時会区 民センタ **題、社会 講** 対どなた 保険·労働 詳細は問合せ先へ 京都社会 対 でも聞当 保険労務士会文京支部☎(6807)2326 対

### 精神保健相談

精神的な悩みで困っている方に

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。 会■保健サービスセンター=3月4日 金·16日/x)、本郷支所=3月11日金· 28日例对区内在住者¥無料申問電話 で保健サービスセンター☎(5803) 1807、保健サービスセンター本郷 込 支所☎(3821)5106へ



スリムヨガ

文字☎(3946)8066

楽しむ仏像彫刻

(5596)6001

太極拳・勁草会

①日時 ②会場 ③内容 ④講師 ⑤入会金 ⑥会費 ⑦対象その他 ⑧問合せ 掲載内容の責任は当事者で。 ・費用の記載のないものは無料

区内サークル・公共性のある団体の情報を 掲載します。紙面の都合で掲載できないこと もあります。なお、営利や売名を目的とする もの、前回の掲載から1年を経過していない ・催し物で申込方法の記載がないものは申込不要。 もの、会費が多額なものは掲載できません。

ンターほか③気功体操と太極拳⑤1,000円⑥ 2,500円~⑦初心者歓迎⑧三浦☎(3824)2491 文京プラタナス

①第1・3水曜10:30~12:00②アカデミー茗 か③ヨガ、ストレッチ④伊藤由紀子氏⑤ : 台ほか③シャンソン・ポピュラー・愛唱歌ほか 2,000円⑥月2,000円⑦40才以上の女性⑧十 🧯 ④栗原陽子氏(ソプラノ歌手)⑤2,000円⑥月 4,000円⑦初心者歓迎⑧岡田☎(3202)3306 フラワーエッセンスの会

①第1・3火・木曜18:00~20:30②アカデミー向 ①月2回木曜午前②シビックセンター内会議 丘ほか③木彫りの仏像の作成④仏師⑤2,000 \* 室ほか③フラワーエッセンスの使い方⑥1回 円⑥1回3,000円⑦初心者歓迎⑧榎本☎070 2,000円⑦女性⑧島貫☎090(1469)0363





☆催し物等に参加する際はマスクの着用や手洗い、咳エチケットの徹底にご協力ください。 また感染が疑われる、発熱などの症状があり体調がすぐれない場合は参加をお控えください。



可燃ごみ 30,786t ▲344t **▲**1.1% 不燃ごみ 1.060t 1.160t **▲**100t **▲**8.6% 粗大ごみ合計 1,030t 4.0% 22 270+ **▲** 402+

2年4~12月

	3年4~12月	2年4~12月	増減量	増減率
粗大ごみ	321t	324t	<b>▲</b> 3t	▲0.9
古紙	6,802t	6,918t	<b>▲</b> 116t	<b>▲</b> 1.7
缶	481t	504t	<b>▲</b> 23t	▲4.6
びん	2,014t	2,056t	▲42t	▲2.0
ペットボトル	749t	714t	35t	4.9
その他	197t	178t	19t	10.7
合計	10,564t	10,694t	<b>▲</b> 130t	▲1.2

蛍光管・小型家電等の合計 ※粗大ごみ資源化分は、ごみとして処分していないため、粗大ごみ量に含めない

☆新型コロナウイルスの感染状況により、掲載記事は内容(日時や開催方法等)が変更、中止・延期になる可能性があります。 休止(中止)・縮小・休館等を行う窓口・事務・施設・行事(イベント)について 詳細は区四へ(右記二次元コードからもアクセス可)

増減率

**5**。 □ 300

3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

準夜間17:00~22:00

内

内

歯

歯

内

内小

例〇

MIC

内

歯

歯

内

内

付を受けた方は、あわせて持参)。

内は内科、小は小児科、歯は歯科。

(診療時間)昼 間 9:00~17:00

医療機関名

||石川柳町クリニック||四内|

坂巻クリニック

6 団子坂ひろせ小児科小

鈴木歯科医院

平井歯科医院

三輪医院

松本医院

石原医院

上田医院

鈴木医院

大塚診療所

大森内科医院

土居歯科医院

和久本歯科医院

21 細部小児科クリニック(小)

文京区医師会付属診療所内

おとわ内科・脳神経外科クリニック「内」

加藤内科胃腸科クリニック内の

27 文京区医師会付属診療所例

谷口医院

富沢歯科

本田歯科医院

御茶ノ水ファミリークリニック内の

似鳥クリニック

20 文京区医師会付属診療所内

坪田デンタルクリニック園

千駄木あおば歯科園

小石川循環器内科クリニック

文京区医師会付属診療所内

江戸川橋胃腸肛門クリニック内

本郷真砂ハートクリニック内

高木デンタルクリニック歯

本郷こしきや歯科歯

13 文京区医師会付属診療所內

田代医院

所在地

小石川1-13-9

水道2-14-7

向丘2-20-3

千駄木1-23-6

千駄木2-26-8

大塚6-35-5

本郷4-17-9

関口1-19-6

千駄木2-26-8

本駒込5-41-11

小石川1-8-7

本郷4-37-15

音羽1-20-15

根津1-19-11

千駄木2-26-8

本駒込2-28-35

小日向4-7-14

千駄木1-23-1

小石川2-24-14

大塚6-9-10

根津2-14-11

千駄木2-26-8

西片2-9-4

本郷3-43-14

音羽1-5-17

湯島1-9-14

-|○|本駒込2-8-11

園○一小石川3-36-8

歯 ○ - 本郷2-27-6

本駒込6-1-21

千駄木2-26-8

湯鳥4-9-8

内小 〇 〇 小日向1-6-6

○ 本郷4-20-12

○ | ○ | 千石4-26-8

### 3月1日(火)~7日(月)は 「子ども予防接種週間」です

この機会に母子健康手帳等を確 認し、まだ受けていない定期予防 接種があるか確認しましょう。 問予防対策課☎(5803)1834

### 3年度定期高齢者用肺炎球菌 予防接種事業終了

3年度の対象者が、定期接種とし て高齢者用肺炎球菌ワクチンを接 種できるのは3月31日休までです。 4月1日以降は、定期接種の対象に はなりませんので、接種を希望さ れる方はお早めに接種をお願いし ます。

対象	回数	費用
①3年度に65・70・75・80・ 85・90・95・100歳になる ②60~64歳で心臓・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(身体障害者手 帳1級)がある		1,500円 ※23区内の 指定医療機 関にて接種

<sup>※</sup>過去に高齢者用肺炎球菌を接種したこと がある方は対象外

※②の方は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 郷支所へ申請後、予診票を交付

問予防対策課☎(5803)1834

### 精神障害回復途上者のデイケア\*事業

■月·水·木曜午前10時~午後3時 会保健サービスセンター本郷支所 対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⊞問電話で保健サービスセン ター☎(5803)1807、保健サービス センター本郷支所☎(3821)5106へ \*デイケア:創作、レクリエーション、コ ミュニケーションスキルなどのグループ 活動を通して、仲間作りや社会復帰への

### 転倒骨折予防教室

引がさるう

■4月~5年3月内専門職による介 護予防に効果的な体操指導、保健 師・看護師による血圧測定・健康相談 (管理栄養士と歯科衛生士の講話も あり)対次の全ての要件を満たす65 歳以上の区内在住者(初めて参加す る方を優先)①医師に運動を止めら れていない②1年間、1人で教室に通 うことができる③要介護認定を受け ていない定各10人程度(抽選)¥無 料 目 間 は が き (1人1枚) 又 は 🖾 に 希 望会場(第2希望まで)・住所・氏名 (ふりがな)・生年月日・性別・電話番 号を明記し、〒112-8555文京区高齢 (5803)1350へ図3月15日(火)必着

コース	会場	曜日	時間	
	区民センター	第1·3 火曜	14:00~ 15:30	
月2回	白山東会館	第2·4 火曜	10:00~	
	向丘地域活動 センター	第1·3 水曜	11:30	
	駒込地域活動 センター	第1·3 木曜	14:00~ 15:30	
	福祉センター 江戸川橋	第2·4 木曜		
月4回	スポーツ センター	毎週 月曜	10:00~ 11:30	
	氷川下 つゆくさ荘	毎週 水曜	14:00~ 15:30	

### お楽しみ講座「童謡となつかしい歌の会」

■3月18日金午前10時~11時30分 会福祉センター湯島対60歳以上の 区内在住者定9人(抽選) ¥無料甲 問電話で福祉センター湯島☎(3814) 9245へ 3月10日休

保健サービスセンターの 健康相談(3月)		保健サービスセンター ☎(5803)1805		保健サービスセンター 本郷支所 ☎(3821)5106		
区分	対象	日(曜)	受付時間	日(曜)	受付時間	
	妊娠を希望する方	日。一个曜	月~金曜	8:30~	月~金曜	8:30~
ネウボラ相談*	妊娠・出産・子育てについて 相談を希望する方	月~並唯	17:00	月~並唯	17:00	

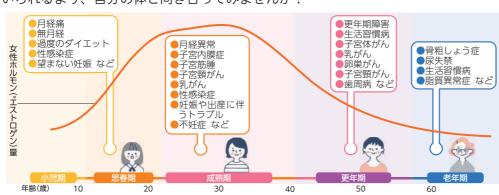
※八千代助産院でも実施。☎(5940)2102 9:00~17:00(通年対応)

### 3/1~8は 女性の健康週間

準備をすすめていく場

### 女性のライフステージと健康~すべての女性が輝き続けるために~

女性の心と体は、女性ホルモンの変動によって、大きく変化していきます。いつまでも健康で素敵な あなたでいられるよう、自分の体と向き合ってみませんか?



\*エストロゲン:女性を創るホルモンで、思春期になると分泌量が急速に増え、女性らしい体が形成されます。コレステロールの 増加を抑える役割や、骨にカルシウムをたくわえるという重要な役割もあります。 (参考:「母性看護学」宮里和子著 医学芸術社、厚生労働省四(第3回 女性の健康づくり推進懇談会の資料)等)

#### +1(プラスワン)の健康づくりを始めましょう!

- ●運動&日常生活の活動量を増やそう!
  - ・今より10分多く体を動かそう
  - ・階段の利用、一駅手前で降りて歩こう
- ●食事は「おいしく」「楽しく」「バランスよく!」
  - ・毎日3食、おいしく食べよう
  - ・食事はゆっくりよく噛んで
- ●女性がかかりやすい病気を知っておこう!
- ・かかりつけ医を持ち、気になる不調は専門医相談を
- ・子宮頸がん検診、乳がん検診をうけよう

### 女性のメンタルヘルス

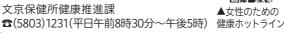
女性は男性の2倍以上うつ病にかかりやすいと言 われています。近年は、新型コロナウイルス感染症 の影響で健康や経済に不安を感じることが多いと 思います。不安を感じたら、すぐに相談しましょう。

### 【相談・問合せ先】

女性のための健康ホットライン

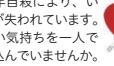
☎(5339)1155(平日午前10時~午後4時)

文京保健所健康推進課



### 3月は自殺対策強化月間です

毎年自殺により、い のちが失われています。 つらい気持ちを一人で 抱え込んでいませんか。



いのちを守るために、心の声に耳 を傾け、みんなで「気づき・つなぎ・ 支える社会」を築いていきましょう。

区では、自殺対策の一環として

必要な情報や相談窓口を紹介する

パンフレットや、携帯電話などか ら心の健康チェックがで きる「心の体温計」をご案 内しています。詳しくは 区■をご覧ください。



#### 第30回自殺防止!東京キャンペーン

東京都と連携し、自殺対策の普 及啓発活動としてチラシ等の配布 を行います。

■3月18日俭午後5時~6時会後楽 園駅周辺

※詳細は都・福祉保健局Ⅲへ

問予防対策課☎(5803)1836

### 健康マージャン教室

■4月7日~7月21日の木曜(5月5日を 除く、全15回)午後1時30分~3時30 分会千駄木高齢者在宅サービスセ ンター囚認知症予防を目的とした 「賭けない・飲まない・吸わない |麻雀、 麻雀の歴史、牌の並べ方、点数計 算等を学ぶ講義図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) 同10人(抽選) ¥無料申問必ず本人が電話で高齢 福祉課介護予防係☎(5803)1209へ ▶申込期間 3月1日(火)~11日(金)

### 休日調剤薬局

(受付時間)昼間9:00~17:00 準夜間17:00~22:00

$\Box$	薬局名	昼間	準夜	所在地	電話
	伊吹堂薬局水道店	0	0	水道2-14-7	(3946)6173
6	雄飛堂薬局千駄木店	_	0	向丘2-14-6	(3823)8551
	日本調剤根津薬局	0	0	弥生1-2-16	(5805)9331
13	日本調剤根津薬局	0	0	弥生1-2-16	(5805)9331
13	ウイング薬局	0	_	本駒込4-34-5	(5832)5757
	伊吹堂薬局水道店	0	0	水道2-14-7	(3946)6173
20	紫山堂薬局音羽店	0	_	音羽1-20-14	(3947)4310
	日本調剤根津薬局	0	0	弥生1-2-16	(5805)9331
	さかした調剤薬局	0	_	大塚6-3-3	(3947)5523
21	EDOゆしま調剤薬局	0	_	本郷3-3-1	(3830)2121
21	水野薬局	_	0	湯島4-1-24	(5684)7755
	にしすが水野薬局	0	0	弥生1-5-8	(5684)7755
	なぎさ薬局白山店	_	0	白山5-17-10	(3941)1450
	御代の台薬局音羽店	0	0	音羽1-5-18	(6902)9228
27	ケイワ薬局湯島店	0	_	湯島1-9-14	(5805) 7898
	日本調剤根津薬局	0	0	弥生1-2-16	(5805)9331
	アーク薬局	0	_	本駒込6-1-19	(3947)7076

### 医療機関室内

機関名	電話	受付時間			
東京都子供の健康相談室 (小児救急相談)	(5285)8898 短縮「#8000」	月~金曜(休日を除く)18:00~翌朝8:0 土・日曜、祝日、12/29~1/3 8:00~翌朝8:0			
東京都医療機関案内サービス「ひまわり」	(5272)0303				
https://www.himawari					
東京消防庁 救急相談センター	(3212)2323 短縮「#7119」	24時間(年中無休)			
小石川消防署	(3812)0119				
本郷消防署	(3815)0119				
文京区かかりつけ医・ 在宅療養相談窓口	(6912)0810	月~金曜(祝日・12/29~1/3を除く 9:00~17:00			
文京区地域包括ケア 歯科相談窓口	090 (4544) 8020	月~金曜(祝日·8/13~8/16·12/29~1/4を除ぐ 11:00~16:00			
豊島文京(平日準夜間) こども救急	(3941)3211	月~金曜(祝日・12/29~1/4を除く 20:00~23:00			













(3269) 2020

(3814) 1155

(3823) 2217

(5832)9518

(3815)6725

(5615)8217

(3941)8526

(3943)0268

(3827)1181

(3823)2217

(3941)6615

(6304) 1511

(3823)8112

(6801)8450

(3947) 5521

(3811)0888

(6303)3162

(3823) 2217

(3811) 2319

(3811)4407

(6662) 7755

(5319)1470

(5844)1401

(3823)2217

(5395)7760

(3813) 4063

(3816) 5681

電話

内容

定