



文京区
シンボルマーク



文の京
(ふみのみやこ)

区報 ふみんきよ

令和3年 (2021) **7/10**

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 ☎ **(3812) 7111**
<https://www.city.bunkyo.lg.jp/>

▲区制70周年を契機に
制定した区のシンボル
マークです。
No.1767

■主な内容

高齢者あんしん相談センターのご案内… 2面
教育長の就任…………… 3面

Cheer Up!! みんなでつくる文京みやげ… 4面
新型コロナウイルスワクチン接種に伴う
区内店舗支援事業…………… 5面

新型コロナウイルスワクチンの 予約・接種について



接種券に同封のお知らせに記載のスケジュールから

区民の皆さんへの接種券の発送が完了しました。
年齢区分ごとの予約開始日以降、接種予約が可能です。

予約開始日を前倒しました

▲7/8(木)午前6時～12月午前8時は、システムメンテナンスのため、電話・予約サイトでの申込ができません。
※メンテナンス期間中も予約申込を除く問合せはコールセンターで対応します。

対象者	6月	7月	8月	9月
65歳以上の方	5/6(木)から接種を進めています			
60～64歳の方	6/18(金) 済			
12～59歳の方	基礎疾患を有する方・区内在住の高齢者施設等に就事している方	6/1(火)～7月に申請された方 6/8(火)～25(金)に申請された方		
	55～59歳の方	7/12(月)から	7/15(木)から	
50～54歳の方		7/13(火)から	7/16(金)から	
45～49歳の方		7/14(水)から	7/19(月)から	
40～44歳の方		7/15(木)から	7/20(火)から	
12～39歳の方	7/1(木) 済	7/16(金)から	7/21(水)から	

予約方法 ▲各予約開始時間は、コールセンターの回線が混み合うことが想定されます。可能な限り予約サイトでのご予約をお願いします。

集団接種

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8時から)
※メンテナンスで一時休止することあり
(緊急の場合を除き、事前にお知らせ)

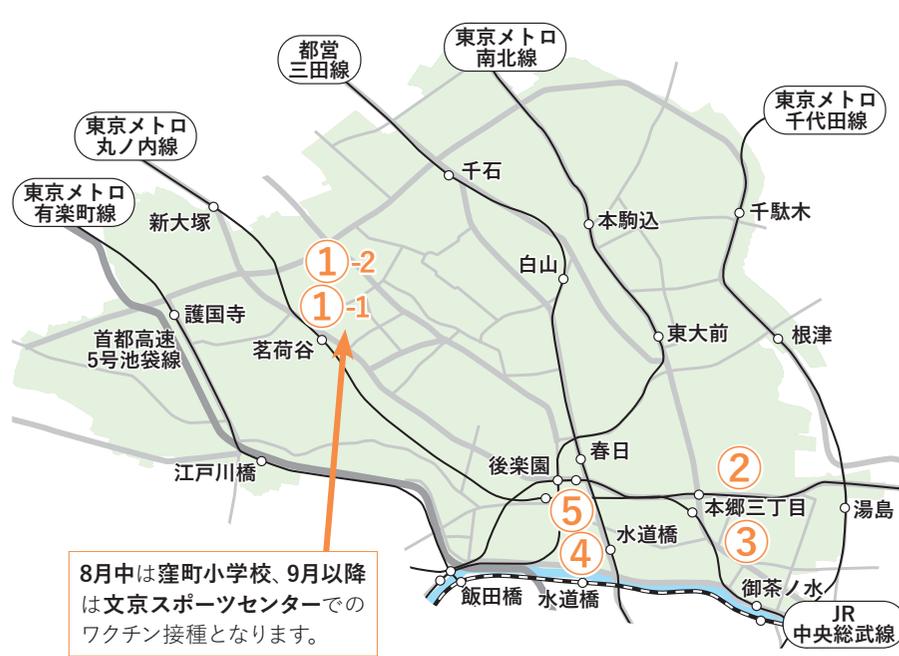
▲区HPからアクセス

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

個別接種

医療機関でご予約ください。
※予約方法は医療機関によって異なります。詳細は、区ホームページ等でご確認ください。
▲個別接種については、上記スケジュールに関わらず、接種券が届き次第、予約・接種できます。医療機関 一覧はこちら▶

8月以降 集団接種会場を新規開設します



集団接種会場を新たに5会場(6施設)開設します。

*既存の会場に加えて、全17会場で実施します。

新たに開設する集団接種会場	開設時期	予約開始時期
①-1 窪町小学校	大塚3-2-3	8月中
①-2 文京スポーツセンター	大塚3-29-2	9月上旬～
② 文京総合体育館	本郷7-1-2	決まり次第、 区ホームページ等 でご案内します。
③ 日本サッカー協会ビル (JFAハウス)	本郷3-10-15	
④ ファーストキャビン 東京ドームシティ	後楽1-3-61 黄色いビル1階	
⑤ 東京ドーム	後楽1-3-61	

▲接種会場への直接の問合せは、ご遠慮ください。



高齢者あんしん相談センターのご案内

お困り事はありますか？

☎高齢福祉課地域包括ケア推進係 ☎(5803) 1843

高齢者の皆さんが健やかに安心して生活を続けられるように、介護・福祉・健康・医療など、様々なご相談をお受けします。また、地域と連携した見守り活動を行う専任職員(見守り相談員)を配置して早期の支援や見守りにつなげています。高齢者ご本人だけでなく、周囲の方からのご相談も受け付けています。お気軽にご相談ください。

高齢者あんしん相談センター窓口

富坂	高齢者あんしん相談センター富坂	☎(3942)8128	白山5-16-3
	高齢者あんしん相談センター富坂分室 ★	☎(5805)5032	小石川2-18-18
大塚	高齢者あんしん相談センター大塚 ★	☎(3941)9678	大塚4-50-1
	高齢者あんしん相談センター大塚分室	☎(6304)1093	音羽1-15-12
本富士	高齢者あんしん相談センター本富士 ★	☎(3811)8088	本郷2-40-11
	高齢者あんしん相談センター本富士分室	☎(3813)7888	西片2-19-15
駒込	高齢者あんしん相談センター駒込 ★	☎(3827)5422	千駄木5-19-2
	高齢者あんしん相談センター駒込分室	☎(6912)1461	本駒込2-28-10

★は見守り相談員配置
 ※開設時間(分室を除く)は、月～金曜=9:00～19:00
 土・日曜、祝日、12/29～1/3=9:00～17:30
 ※分室の開設時間は、月～土曜=9:00～17:30(日曜、祝日、12/29～1/3休み)

オンライン相談

Zoom(オンライン会議ツール)を利用した相談を行っています。お住いの日常生活圏域のセンターへ次の項目を記載したメールを送信。

記入項目

氏名・住所・電話番号・相談希望日時(第1～3希望日まで)

注意事項

- ・相談者が本人でない場合は「相談者本人の氏名、住所及び続柄」も記入
- ・相談までに数日かかります。お急ぎの相談は電話で各高齢者あんしん相談センターへ
- ※Zoom(オンライン会議ツール)への接続環境が必要

センター名	メール
高齢者あんしん相談センター富坂 ☎tomisaka-online@fukuinkai.or.jp	
高齢者あんしん相談センター大塚 ☎anshinsoudan-otsuka@rakuwa.or.jp	
高齢者あんしん相談センター本富士 ☎on-line-motofuji@mct.or.jp	
高齢者あんしん相談センター駒込 ☎komagome-houkatsu@bz03.plala.or.jp	

新エネルギー・省エネルギー設備設置費助成

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・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・断熱窓助成対象設備の設置完了後、申請書に必要書類を添えて設備設置日に応じた申請期間内に環境政策課へ持参(郵送不可)▷パンフレット配布 環境政策課・地域活動センター等(区にも掲載)



▲区にも

申請期間

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

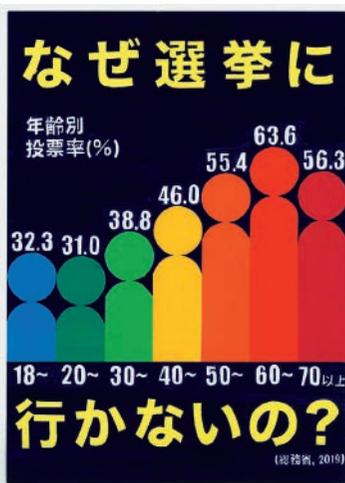
※土・日曜、祝日、12/29～1/3を除く
 ※詳細は区にも参照
 ※各種併用可能
 ※同一世帯・住宅等で、住宅用太陽光発電システム・家庭用燃料電池(エネファーム)・家庭用蓄電システム・雨水タンクを設置するときは初期導入時の1基限りとし、断熱窓を設置する場合は1回限り
 ※申請者=建物所有者=領収書の名義人=助成金の振込み名義人であること

☎環境政策課環境調整係 ☎(5803) 1259

明るい選挙啓発ポスター作品募集

☎区内在住・在学の小・中・高校生☎☎作品を〒112-8555文京区選挙管理委員会事務局 ☎(5803) 1287へ郵送又は持参☑9月10日(金)必着

▷画材 自由▷大きさ 画用紙の四つ切(542mm×382mm)、八つ切(382mm×271mm)又はそれに準ずる大きさ▷審査 区審査会において、小・中・高校別に、入選・佳作を各10点選定。入選作品の中から優秀作品を選定し、さらにその中から1点を最優秀作品として選定。優秀作品は、東京都のコンクールに出品▷表彰 最優秀・優秀・入選・佳作者に賞状と賞品、その他の応募者全員に参加賞を贈呈▷発表 11月予定▷注意 ①作品の裏面右下に学校名、学年、氏名(ふりがな)を明記②応募作品の著作権は主催者に帰属し、啓発事業に活用される場合あり(氏名・学校名等を掲載)③特定政党や個人にかかわる表現は不可



▲2年度(公明)明るい選挙推進協会会長・都道府県選挙管理委員会連合会会長賞 島野 陽菜さん(茗台中学校)の作品

地域密着型サービス事業者の公募

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を続けていくために「地域密着型サービス」の事業所を整備・運営する事業者を公募しています。

サービスの種類	募集数	募集圏域
(看護)小規模多機能型居宅介護	1	区内全域
認知症対応型共同生活介護	1	

☎☎事前相談のうえ、応募意向書を介護保険課事業指導係 ☎(5803) 1204へ持参(事前相談の際は電話予約が必要)▷応募意向書・募集要項配布 介護保険課(区にも掲載)☑3年度の最終受付は12月28日(火)
 ※詳細は募集要項を参照

7～8月は政治家の寄附禁止PR強化期間です

みんなで守ろう「三ない運動」



きれいでお金のかからない政治の実現と選挙の公正確保のため、法律で禁止されている政治家の寄附について、周知徹底を図ることを目的として定めています。

寄附の禁止とは

- 政治家の寄附禁止
政治家(候補者、候補者になろうとする者及び現に公職にある者)は、選挙区内にある者や団体に対して寄附をすると処罰されます。
(例)入学祝や卒業祝、秘書等が代理で出席する場合の結婚祝等
- 政治家に対する寄附の勧誘・要求の禁止
政治家を威迫(相手に不安を感じさせる行為)して、あるいは、陥れる目的で寄附を求めると処罰されます。
(例)祭りや旅行などへの差し入れ
- 後援団体の寄附禁止
後援団体が、選挙区内にある者に対して花輪、香典、祝儀などを出すると処罰されます。
(例)落成式や開店祝などの花輪
- あいさつを目的とする有料広告の禁止
政治家や後援団体が、選挙区内にある者に対する有料のあいさつ広告を出すると処罰されます。
- 時候のあいさつ状の禁止
政治家は、選挙区内にある者に対し、答礼のための自筆によるものを除き、時候のあいさつ状を出すことが禁じられています。
(例)暑中見舞など

処罰されると、公民権(選挙権、被選挙権)停止の対象となります。寄附禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。

☎選挙管理委員会事務局 ☎(5803) 1287

「保育の必要性」の認定はお済みですか

国立・私立幼稚園等及び認可外保育施設を利用する児童の保護者が補助を受けるためには、「保育の必要性」の認定が必要です。▲区にも

利用施設	認定手続き	提出先・問合せ
国立幼稚園 私立幼稚園等	☎「子育てのための施設等利用給付認定(変更)申請書」及び必要書類を右記へ郵送又は持参	☎〒112-8555文京区幼児保育課 施設給付・私立幼稚園担当 ☎(5803)1823 ▷申込書配布 幼児保育課・各幼稚園(区にも掲載)
認可外保育施設	☎0～2歳児クラスの区市町村民税非課税世帯及び3～5歳児クラスの児童の保護者 ☎「子育てのための施設等利用給付認定(変更)申請書」及び必要書類を右記へ郵送又は持参	☎〒112-8555文京区幼児保育課 入園相談係 ☎(5803)1190 ▷申込書配布 幼児保育課(区にも掲載)

※認定日の遡りは不可。認定のない期間は補助対象外
 ※詳細は区にも参照

教育長の就任

6月24日(休)開催の区議会6月定例議会本会議において、教育長に加藤裕一氏が任命同意されました。

教育長

加藤 裕一(かとうゆういち)
(任期 令和3年7月8日～6年7月7日)

略歴

平成28年4月企画政策部参事 30年4月子ども家庭部長 令和元年6月教育委員会教育長
〒教育総務課 ☎(5803) 1291



文の京 区民平和のつどい

終戦から76年の歳月が経過した今日、あらためて平和の大切さを考えるため、広島市及び長崎市と共催で「文の京 区民平和のつどい」を開催します。

戦災・原爆資料展

☎7月26日(月)～30日(金)午前10時～午後5時 ☎ギャラリーシビック・アートサロン
☎戦災・原爆に関する資料の展示、証言映像の上映等 ☎無料 ☎当日直接会場へ

被爆体験講話

☎7月30日(金)午後1時 ☎区民センター ☎被爆体験証言者による講話、平和に関する映画上映 ☎八幡照子氏 ☎60人(先着順) ☎無料 ☎当日直接会場へ
※開場1時間前より会場で整理券配布
☎総務課総務係 ☎(5803) 1139



▲仲ちゃんの三輪車(寄贈/鏡谷信男)(所蔵/広島平和記念資料館)

後期高齢者医療被保険者証(保険証)をお持ちの方へ

3年度の住民税課税所得により自己負担の割合が変わる方には、8月1日(日)から使用する新しい保険証(オレンジ色)を7月中旬に簡易書留で郵送します。現在の保険証は、同封の返信用封筒で8月1日以降に返却してください。

なお、自己負担の割合が変わらない方は、現在の保険証を引き続き使用してください。

自己負担割合が1割の方 限度額適用・標準負担額減額認定証(減額認定証)

世帯全員が住民税非課税の方は、自己負担限度額及び入院時の食事代が減額される「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証(減額認定証)」の交付を受けることができます。希望者は、申請が必要です。すでに交付されていて、3年度も世帯全員が住民税非課税の方には、新しい減額認定証を7月下旬に郵送します。

自己負担割合が3割の方 限度額適用認定証(限度額認定証)

世帯の後期高齢者医療被保険者全員の住民税課税所得が690万円未満の場合は、保険適用の医療費の負担が所得区分に応じた自己負担額までになる「後期高齢者医療限度額適用認定証(限度額認定証)」の交付を受けることができます。希望者は、申請が必要です。すでに交付されていて、3年度も限度額認定証の交付対象となる方には、新しい限度額認定証を7月下旬に郵送します。

自己負担の割合の判定基準

自己負担の割合	3年度住民税課税所得(2年1～12月の所得から算出)
1割	同じ世帯の後期高齢者医療被保険者全員がいずれも145万円未満の場合
3割	同じ世帯の後期高齢者医療被保険者の中に145万円以上の方がいる場合

確定申告期限の延長による影響について

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、所得税の確定申告期限が延長されました。延長期間中に確定申告を行った方がいる世帯の場合、今回送付する保険証に記載される自己負担の割合が暫定的なものとなる場合があります。

3年度住民税課税所得の決定により、送付した保険証の自己負担の割合に変更があった場合は、変更後の保険証を送付しますので、すでにお持ちのものとし替えをお願いします。変更前の保険証を使用した場合、負担割合差額分の医療費の納付や払い戻しの手続きをお願いします。

☎国保年金課高齢者医療係 ☎(5803) 1205

後期高齢者医療保険料額決定通知書兼納入通知書を送付します

3年度の決定通知書兼納入通知書を7月19日(月)に発送します。納付書が同封されている方は、期日までに金融機関・コンビニエンスストアで納めてください。

保険料の決め方

$$\begin{matrix} \text{保険料額(年額)} \\ 100\text{円未満切捨て} \\ \text{限度額}64\text{万円} \end{matrix} = \begin{matrix} \text{均等割額} \\ \text{被保険者1人当たり} \\ 44,100\text{円} \end{matrix} + \begin{matrix} \text{所得割額} \\ \text{賦課のもととなる} \\ \text{所得金額}^* \times \text{所得割率} \quad 8.72\% \end{matrix}$$

*賦課のもととなる所得金額とは、前年の総所得金額及び山林所得金額並びに株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計から地方税法に定める基礎控除額(合計所得金額が2,400万円以下の場合は43万円)を控除した額です(雑損失の繰越控除額は控除しません)。

納付方法

(1)特別徴収

次の全てにあてはまる方は、年金受給月(偶数月)に、当月分と翌月分を年金から引き落とします。

☎①年額18万円以上の年金を受給②介護保険料と後期高齢者医療保険料の合算額が、介護保険料が引かれている公的年金の1回あたりの受給額の2分の1以下
※申出により、年金からの引き落としを口座振替に変更可。ただし、特別徴収の停止には、対象月の3か月前までに申出が必要

(2)普通徴収

上記(1)以外の方は、納付書又は口座振替により保険料を納めてください。

保険料の軽減措置

所得区分に応じて、次の軽減措置があります。

(1)均等割額の軽減

同じ世帯の被保険者全員と世帯主の総所得金額等の合計が一定の金額以下の場合、均等割額が軽減されます。

※詳細は区☎又は東京都後期高齢者医療広域連合☎を参照

(2)所得割額の軽減(東京都後期高齢者医療広域連合独自の軽減)

賦課のもととなる所得金額が20万円以下の方は、所得割額が軽減されます。

(3)被用者保険の被扶養者であった方への軽減

制度加入の前日まで被用者保険の被扶養者として、自ら保険料を納めていなかった方には、所得割が賦課されず、均等割額が5割軽減されます。ただし、加入から2年を経過する月までの軽減となります。

※詳細は保険料額決定通知書裏面を参照

※申告を3月16日(火)以降にした方は、保険料額や被保険者証の負担割合が変更になる場合あり

☎国保年金課高齢者保険料係 ☎(5803) 1198

70～74歳の国民健康保険被保険者証をお持ちの方へ 新しい高齢受給者証を送ります

毎年8月1日に更新となるため、7月下旬に新しい高齢受給者証を送付します。今後70歳になる方には、誕生日(1日生まれの方はその前月)の下旬に高齢受給者証を送付します。

医療費の負担割合

更新後の高齢受給者証の負担割合は、3年度の住民税の課税所得により判定します。70～74歳の方で、住民税課税所得が145万円以上の方がいる世帯は3割負担、その他の世帯は2割負担となります。

☎国保年金課国保資格係 ☎(5803) 1192

国民健康保険被保険者証をお持ちの方へ 10月1日から被保険者証が一斉更新されます

現在ご使用の国民健康保険被保険者証は9月30日(木)が有効期限です。10月1日(金)からは、被保険者証はウグイス色に変わります。新しい被保険者証は、世帯ごとにまとめて、9月中旬頃に世帯主あてに郵送します。

窓口交付をご希望の方

8月25日(火)までに直接下記窓口へお申出ください。9月13日(月)以降に窓口で交付します。

窓口受領方法

●9月30日(木)までは、現在の被保険者証のみで新被保険者証と交換。世帯全員の被保険者証を持参。

●10月1日(金)以降は、対象世帯の世帯主又は被保険者が本人確認書類(下記の一点)を持参(本人確認書類がない場合は郵送)。

本人確認書類

運転免許証・パスポート・個人番号(マイナンバー)カード・写真付住民基本台帳カード・在留カード(これ以外の本人確認書類については下記へ確認のこと)

☎国保年金課国保資格係 ☎(5803) 1192

2年度情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況

区政に関する情報は、どなたでも情報公開条例に基づいて公開請求ができます。情報公開の実施状況の詳細は、行政情報センター及び区☎で公表しています。

また、区が保有している個人の情報は、個人情報保護条例に基づいて自己情報の開示等請求ができます。

☎総務課 情報公開・法務担当 ☎(5803) 1381

行政情報の公開請求件数

請求件数		867
公開	全部	287
	一部	377
非公開(不存在を含む)		203
未決定		0

個人情報の開示等請求件数

開示請求件数		100
開示	全部	31
	一部	43
非開示(不存在を含む)		26
訂正請求件数		0
不承諾		0
削除請求件数		0
不承諾		0

7/20(火) 東京2020オリンピック聖火リレー交通規制のお知らせ

東京2020オリンピック聖火リレー実施に伴い、当日は走行ルート及びルート直近の道路で、長時間にわたり車両の通行が禁止されます。ご理解とご協力をお願いします。

※詳細は、右記都庁を参照

交通規制区間	時間
トヨタ自動車東京本社～水道橋交差点	10:05～12:05頃
水道橋交差点～春日町交差点	10:35～12:30頃
春日町交差点～教育の森公園	11:00～13:20頃

【交通規制】東京都聖火リレー実行委員会事務局 ☎(6732)8484 (月～金曜午前9時～午後6時)、「明日の混雑予報ポータルサイト」東京都オリンピック・パラリンピック準備局 大会施設部輸送課 ☎(5320)4244

Bーぐる運休のお知らせ

路線	千駄木・駒込ルート	目白小・小日向ルート
運休時間	ラクーア発 始発～13:30頃まで	文京シビックセンター(春日駅前)発 始発～13:34まで
運行再開予定	ラクーア13:31発 千駄木駅(団子坂下)13:11発 ※各停留所時刻表に詳細あり	文京シビックセンター(春日駅前)発 13:54発

国立自動車交通株式会社 ☎(5682)1122、区民課 ☎(5803)1387 ※当日の状況により変更の場合あり

▲Bーぐる運行情報サービス

「明日の混雑予報」ポータルサイト
大会期間中の交通混雑緩和のため、日々混雑予報をTwitterで発信します。

※公開日は都庁で発表予定

明日の混雑予報ポータルサイト

参加店舗募集

新型コロナウイルスワクチン接種に伴う区内店舗支援事業

新型コロナウイルスの影響を受けている区内店舗の利用促進と活性化につなげるため、新型コロナウイルスワクチン接種を完了した65歳以上の方に「値引き・おまけ」などのサービスを提供する店舗に対し、サービスにかかる費用を補助します(要事前申請)。

▶補助対象者 次の全てにあてはまる方①中小企業(中小企業と同規模の法人を含む)及び個人事業主で、区内に店舗を有している②店舗において、小売・飲食・その他生活に必要なサービス等を提供している③ワクチン2回接種後の65歳以上の方向けに割引等のサービス(消費者還元サービス)を実施する④店舗において新型コロナウイルス感染症の発生及びまん延の防止に係る対策を行っている⑤緊急事態措置等により休業又は営業時間短縮の要請をされている場合は、当該要請を遵守している▶消費者還元サービス実施期間8月16日(月)～9月30日(木)▶対象経費 消費者還元サービス実施期間中に発生した、商品割引、サービスの提供等の消費者還元金額相当▶補助額 上限10万円(申請は1店舗1回のみ)▶申請書及び必要書類を郵送で〒112-8555文京区経済課ワクチン接種に伴う区内店舗支援事業担当へ▶申請書 区庁からダウンロード▶9月10日(金)消印有効▶ワクチン接種に伴う区内店舗支援事業コールセンター(店舗向け) ☎080(1983)0139(平日午前10時～午後5時)へ

※詳細は区庁を参照

※サービス内容は、区内店舗紹介サイト「文京ソコカラ」に掲載

認知症サポーターステップアップ講座

「認知症サポーターとして身近な方の脳の健康づくりを応援したい」「認知症サポーターとして活躍したい」そんな思いをお持ちの方、本講座でシナプソロジー*の技法を身に付けて、認知症のご本人のため、地域のみなさんのために一歩を踏み出してみませんか。

◎シルバーホール◎藤井直子氏(シナプソロジーアドバンス教育トレーナー)◎認知症サポーター養成講座修了者(未受講者は要相談)で両日参加できる区内在住・在勤・在学者◎20人(申込順)◎無料

◎7月15日(木)から電話又は区に氏名・住所・電話番号・認知症サポーター養成講座受講の有無を明記し、高齢福祉課認知症施策担当 ☎(5803)1821 ☎(5803)1350へ(区庁からも申込可)

*シナプソロジー：手足や全身を動かしたり感覚器への刺激による脳活性の技法

日時	内容
8/4(水) 14:00～16:00	シナプソロジーの紹介とロールプレイを通して脳を活性化するための技法を習得(終了後、シナプソロジー普及員受講証を交付)
4年1/28(金)	シナプソロジーのポイントの再確認とシナプソロジーのバリエーションを増やす

※受講決定の連絡はなし。定員に達した場合と感染状況によりオンライン開催の場合は連絡あり

※飲み物・汗拭きタオル・筆記用具を持参

※動きやすい服装・運動靴で来場

3年度に55・60・65・70・75歳を迎える区民の皆さんへ

脳健康度測定(認知症検診事業)

～体の健康と同じように、脳の健康について考えてみませんか～

◎9月8日(水)～11日(土)◎区民センター◎脳の健康度測定デジタルツール「のうKNOW(ノウノウ)」によるテストを行い、結果について医師からのアドバイスや、健康運動指導士・管理栄養士・歯科衛生士による個別相談やミニ講座◎3年度内に55・60・65・70・75歳になる区内在住者◎600人(申込順)◎無料◎申込書に必要事項を記入して〒112-8555文京区高齢福祉課認知症施策担当 ☎(5803)1821へ郵送▶申込書 対象者へ6月24日付けで郵送した検診の案内に同封▶7月17日(土)消印有効

文京ecoカレッジ 環境ライフ講座(全7回)受講生募集

◎高校生以上の区内在住・在勤・在学者◎15人(申込順)◎無料◎7月15日(木)からはがき・封筒又は区に「ライフ講座」住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス(在勤・在学者は勤務先・学校名と所在地も)を明記し、〒105-0004港区新橋1-18-12新橋一丁目ビル7階、(一社)環境教育振興協会 ☎050(3558)5432 ☎(3593)0063 ☎ecolife@eepa.or.jpへ◎環境政策課地域環境係 ☎(5803)1276

日時	会場	内容
7/31(土)	区民センター	地球温暖化 地球温暖化を食い止めるため、カーボンニュートラルを目指した取組を実践・続けるヒントを見つける
8/28(土)	シビックセンター	プラスチック問題・資源循環 プラスチック汚染問題、ごみや資源についてスマートな社会にしていこう方法を探る
9/11(土) 14:00～16:00	区内公園等	文京区の生物多様性 区の生きものの多様性や共生について、区内の自然に触れて理解を深めるとともに、自然に関する特別な知識がなくても自然体験を楽しめるコツを学ぶ
9/25(土)	区民センター	環境イベント展示物の作業体験 環境イベントでの展示物制作の体験や普及啓発の基礎を学ぶ
10/9(土)		地球環境保全・歴史・文化 地球環境の現状と未来、区が誇る歴史と文化について学ぶ
10/23(土)	シビックセンター	環境イベント開催 イベント見学
11/6(土) 10:00～14:00	シビックセンター	修了式 講座を通じて学んだことの確認と講座修了証の授与
15:00～17:00		

※オンライン開催となる場合があり

文京朝顔・ほおずき市中止のお知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、「文京朝顔・ほおずき市」は中止になりました。

◎文京朝顔・ほおずき市実行委員会事務局(隠川地域活動センター) ☎(3813)3638

スポーツ

タイトルに★マークの付いている記事は、次の注意事項を確認

★注意事項

- 参加者は2週間前から体調チェックを行い、当日、体調チェックシート提出のこと
- 参加者以外の来場、見学不可
- 保護者参加の場合、保護者もスポーツに適した服装・靴を着用のこと

記入例(はがき)

- イベント名・教室名
- 住所(在勤・在学の場合は、勤務先・学校名も)
- 氏名(ふりがな)
- 年齢
- 電話番号
- その他(各記事に明示)

※復復はがきの場合は、返信用にもあて先を明記

小学生水泳教室(スポーツセンター9月コース)

◎9月3日～28日の火・金曜(全8回)午後4時45分～6時◎スポーツセンター◎1人で参加できる区内在住・在学の小学生(クロールで25mを泳げない方及び初めて参加の方優先)◎60人予定(抽選)◎1,840円(保険料込)◎往復はがき(1人1枚)に 記入例 ①～⑤(③は保護者分も)と⑥性別・泳力・過去に参加経験がある方は参加した時期(初めての場合は「初回」と泳力も)・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 ☎(3944)2271へ▶7月23日(祝・金)必着

※必ず6回以上出席すること

※小学生水泳教室総合体育館9月コースとの同時申込不可

親子すくすく教室(3年度・第2期) 開

◎9月7日～10月12日の火曜午前10時40分～11時40分(全6回、予備日10月19日)◎後楽公園少年野球場◎3歳以上の未就学児(10月末日時点)と区内在住・在勤の保護者◎20組(抽選)◎1組500円(保険料)◎区民センターの「電子申請」又は往復はがき(1組1枚)に 記入例 ①～④(③は保護者分も)と⑥年齢・性別(在勤者は勤務先住所も)を明記し、〒112-8555文京区スポーツ振興課施設等担当 ☎(5803)1850へ▶7月30日(金)必着

※天候や行事等により、中止・延期の場合あり

アルバルク東京による 初めてのバスケットボール教室★ 開

◎9月25日(土)①4歳以上の未就学児の部＝午前9時30分～10時30分②小学1～3年生の部＝午前11時～正午◎総合体育館◎アルバルク東京所属のコーチ◎4歳以上の未就学児及び小学1～3年生とその保護者(2人1組。保護者又は子が区内在住・在勤・在学)◎各20組(抽選)◎200円(保険料)◎区民センターの「電子申請」又は、はがきに 記入例 ①～⑤(②は保護者分も)と⑥希望の部・学校名を明記し、〒112-8555文京区スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎(5803)1308へ▶8月9日(休・月)必着

魚沼里山トレッキングと コケテラリウム作り

日時	内容
9/4(土) 12:30	やまびこ荘集合―昼食―コケ採集後、コケテラリウム作り
5日	里山散策トレッキング(2時間程度、小学生以下はできない可能性あり)―昼食―入浴―13:00解散 ※雨天時は内容を変更予定
送迎	【迎え】高速バス 12:26 小出インターチェンジ着 新幹線 11:48 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 14:55 浦佐駅発 ※上記到着時刻の公共交通機関に合わせて送迎
対象	原則、小学生以上
定員	20人程度(抽選)
費用(2泊分)	①区内在住者 大人11,150円 子ども8,400円 ②区内在住・在学者 ③区内在住者と同行する区外在住の家族 大人 12,350円 子ども 9,200円 ④区内在住者と同行する同居の家族 ※上記金額は、参加費、宿泊費、入湯税(大人のみ)の合計額。現金のみ、カード払い不可
持ち物	トレッキングできる服装、常備薬、トレッキングシューズ、雨具、日焼け止め対策(帽子・サングラス)、リュックサック、タオル、カメラ等
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▶7/30(金) ※抽選結果の確認は8/1日以降、自身でやまびこ荘へ問合せ。やまびこ荘からの連絡はなし
主催	湯之谷楽師スキー場管理組合(やまびこ荘運営事業者)

※魚沼までの往復の交通手段については、各自で手配

※当日、区内在住を証明できる健康保険証・運転免許証等、区内在勤・在学を証明できる社員証・学生証等を必ず提示(いずれもコピー可)

※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)

小・中学校のプール無料開放

一般開放

◎昭和小学校 音羽中学校

◎区立小中学校

◎区内地域団体(町会・PTA等)

◎スポーツ振興課施設等担当 ☎(5803)1850

親子ボウリング教室★ 開

◎8月28日、9月4日・11日の土曜午前10時～正午(全3回)◎東京ドームボウリングセンター(後楽1-3-61)◎全日程参加可能な区内在住・在学の小学4～6年生とその保護者◎12組24人(抽選)◎大人3,500円、子ども1,500円(3回分を初回に一括払い)◎区民センターの「電子申請」又は、はがきに 記入例 ①～③・⑤(②～④は保護者分も)と⑥学校名・学年・ボウリング経験の有無を明記し、〒112-8555文京区スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎(5803)1308へ▶7月28日(水)必着

元気ニコニコ体操8月コース

◎8月2日～23日の月曜(全4回)◎午前9時30分～10時30分◎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◎18歳以上で医師から運動制限を受けていない区内在住・在勤・在学者◎各35人(申込順)◎1,240円(保険料込)◎7月19日(月)午前10時30分から電話又は直接江戸川橋体育館 ☎(3945)4008へ▶8月1日(日)

Cheer Up!! みんなでつくる文京みやげ

◎〒112-0003文京区春日1-16-21文京シビックセンター1階 観光インフォメーション内文京区観光協会 ☎(3811)3321

区と観光協会は「みんなで作る」をテーマに文京区オリジナルの土産品を開発します。開発にあたり、皆さんが「文京区」からイメージするキーワードを教えてください!

たとえば、「文豪」「坂」「ネコ」など。自由な発想をお待ちしています。

◎区観光協会◎応募フォーム、電話又は、はがきに「文京区」からイメージするキーワード・住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、上記へ▶7月31日(土)必着

開発スケジュール

- 7月 キーワード募集
- 9月 アイディア募集
- 11月 一次審査
- 4年1～3月 一般投票 最終選考発表

※販売は4年度以降を予定

抽選で10人の方に文京区にちなんだ素敵な景品(2,500円相当)をプレゼント!

第2回 文京SOGI*にじいろサロン(オンライン開催) 人生の「選択」に寄り添う～SOGIとキャリア～

人それぞれ違う性のあり方や悩みについて、当事者の方、アライ(支援者)の方、少し話を聞いてみたいという方、どなたでも気軽に語り合えます。

◎7月25日(日)午後2時～4時◎岩崎徳子氏(帝京平成大学現代ライフ学部経営学科助教)ほか◎原則、区内在住・在勤・在学者◎20人程度◎無料◎区民センターの申込フォームから申込▶7月20日(火)◎総務課ダイバーシティ推進担当 ☎(5803)1187

※終了後、講師との個別相談可(先着2人組)、1回50分まで

※Zoom(オンライン会議ツール)への接続環境が必要

*SOGI: Sexual OrientationとGender Identityの頭文字をとったもので、「性的指向」と「性自認」を意味する。

障害のある方向けおでかけスポーツ(8月) ～体育館でからだを動かしてみませんか～

◎8月6日(金)午後1時15分～2時30分◎総合体育館◎肢体及び視覚障害者向けの軽体操◎区内在住・在勤・在学で介助者なしで来館できる肢体及び視覚障害者(介助者有の場合は要相談)◎無料◎前日までに電話又は直接総合体育館 ☎(3814)4271へ

※8月は水泳の実施なし

「手のひらで簡単テニス」 開

ヨネックスと学ぶ親子テニピン*体験会★

◎9月18日(土)①小学1・2年生親子の部＝午後1時30分～3時②小学3・4年生親子の部＝午後3時40分～5時10分◎総合体育館◎神谷勝則氏(仏国日本テニス協会公認S級エリートコーチ)◎区内在住・在学の小学1～4年生とその保護者◎各15組(抽選)◎1,000円(保険料・指導料等)◎区民センターの「電子申請」又は、はがきに 記入例 ①～③・⑤(②は保護者分も)と⑥学校名・学年を明記し、〒112-8555文京区スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎(5803)1308へ▶8月6日(金)必着

*テニピン：手のひら感覚で使えるラケットでスポンジボールを打ち合う「ネット型」ゲーム

区民硬式テニス大会

◎9月5日(日)・12日(日)午前8時(予備日9月19日(日))◎竹早テニスコート・目白運動場公園テニスコート◎区内在住・在勤者(学生は除く)▷種目 ダブルス(男子・女子・混合)、シニアダブルス[55歳以上(男子・女子)](1人1組目)◎125組(申込順)◎1組1,500円(申込期限までに郵便払込)◎7月19日(月)～27日(火)に申込書を ☎又は ☎で文京区テニス協会・鈴木 ☎(3945)1552 ☎(3813)9297 ◎btk@mbr.nifty.comへ▶申込書 区民センターからダウンロード

※当日、健康保険証持参

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

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

健康 医療 介護

元気でいきいき教室

誰でも描ける！ガラス絵教室
 8月17日～9月14日の火曜(全5回)
 午後2時～3時30分 福祉センター
 江戸川橋 65歳以上の区内在住者
 定20人(抽選) ¥1回300円 申込電話
 で福祉センター江戸川橋 ☎(5940)
 2901へ 8月3日(火)

シニアのおしゃれ

～私が似合う色！そして若々しく！～
 8月23日～9月27日の月曜(9月20
 日を除く、全5回) 午前10時～11時
 30分 福祉センター湯島 65歳以上
 の区内在住者 定14人(抽選) ¥500
 円 申込電話で福祉センター湯島 ☎
 (3814)9245へ 8月2日(月)

はじめての離乳食講習会

8月19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」 3年2～3月生まれで区内在住
 の第一子の保護者(初めて参加する方
 を優先) 定各12人(申込順) ¥無料 申込
 7月16日(金)午前8時30分から電話で保
 健サービスセンター ☎(5803)1805へ
 ※筆記用具を持参

ふたご・多胎児ママのサロン

8月23日(月)午後2時～3時30分 保
 健サービスセンター 内ミニ講座「ふた
 ご・多胎児とのおでかけ」、参加者同土
 の交流会 浦田愛氏(社会福祉協議会)
 区内在住の1歳6か月以下の多胎児
 をもつ保護者とその児(保護者のみの
 参加も可) 定10組(申込順) ¥無料 申込
 7月15日(木)午前8時30分から電話で保
 健サービスセンター ☎(5803)1807へ
 ※0歳児は保育あり

軽体操教室 8月

18歳以上で医師に運動を止めら
 れていない区内在住・在勤・在学者 ¥
 200円(当日納入) 7月25日(日)午前
 10時から電話又は直接各交流館へ

会場・問合せ	曜日	時間	定員 (申込順)
白山交流館 ☎(3813)8500	月	10:30～11:30	19人
	火	①13:30～14:30 ②15:00～16:00	各19人
千駄木交流館 ☎(3821)6695	水	① 9:30～10:30 ②11:00～12:00	各10人
	木	10:00～11:00	10人

※1人1館の利用に限る

認知症家族交流会

～落語で理想の脳トレを！～
 8月22日(日)午前10時～11時30分 会
 洛和ウィズ文京大塚 林家たけ平氏
 区内在住・在勤・在学者 定25人(申込
 順) ¥無料 申込電話で高齢者あんしん
 相談センター大塚 ☎(3941)9678へ

母親学級(2日制)

区内在住(保健サービスセンター管
 内)ではじめて赤ちゃんが生まれる24
 週以降の妊婦 出産・育児の話、歯科・
 栄養の話 ¥無料

日時 (受付は 10分前から)	8/6(金)・13(金) ①13:25～14:30 ②15:20～16:25
定員	各15人(申込順)
申込 問合せ	7/20(火)8:30から電話で 保健サービスセンター ☎(5803)1805へ

※1日のみの参加も可
 ※母子手帳・筆記用具・飲み物(必要な方)を持参
 ※管轄する保健サービスセンターを区で確認のこと

精神保健相談

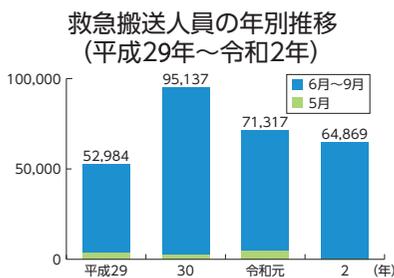
精神的な悩みで困っている方に
 精神科医による個別相談(予約制)
 です。家族からの相談も可能です。
 保健サービスセンター＝8月6
 日(金)・18日(水)、本郷支所＝8月13日
 (金)・23日(月) 区内在住者 ¥無料 申込
 電話で保健サービスセンター ☎(5803)
 1807、保健サービスセンター本郷
 支所 ☎(3821)5106へ

熱中症講座①

令和2年度の熱中症状況を振り返ろう～救急搬送編～

救急搬送数は減少

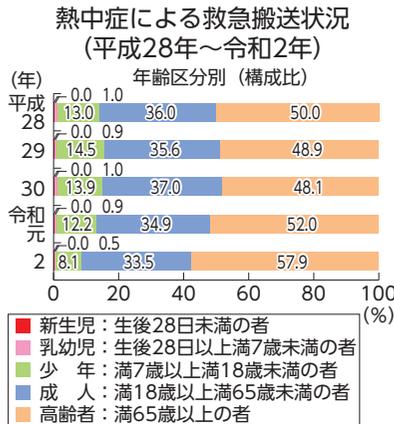
昨年度の熱中症による救急搬送数
 は、一昨年と比較して減少傾向では
 ありましたが、ここ数年の中では多い状
 況です。



屋内での熱中症に気をつけましょう!

昨年は新型コロナウイルス感染症
 による活動自粛の影響で、小学校や
 中学校、高校などで部活動が中止さ
 れた時期がありました。その影響も
 あり、「少年」の割合が減少していま
 す。一方で「高齢者」の搬送割合は
 増加しており、中でも屋内での発生が
 増加しています。

身体が暑さに慣れていないこの時
 期は特に注意が必要です。クーラー
 を利用するなど環境を整備し、日頃
 から規則正しい生活を心がけましょ
 う!



※構成比は各年とも調査期間全体(平成28年～令
 和元年の調査期間は5月～9月、令和2年の調査
 期間は6月～9月)における数値を計上している。

(参考: 令和2年8月の熱中症による救急搬送状況、総務省)

どなたでも

無料

**「ぶんきょう涼み処」を
開設します～外出時の小休止にご利用ください～**

熱中症を予防するためには、水分補給に加えて、涼しいところで
 休息することが大切です。外出時、暑さでの体力消耗を防ぐために、
 暑さを避けて涼しくお過ごしください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のためお願い

- ・咳エチケット、マスクの着用
- ・手洗い、手指消毒の励行
- ・ソーシャルディスタンス(お互いの間隔が約2m)の確保
- ・近距離での会話や大声での発声を避ける
- ・滞在は1回15分以内
- ・ゴミの持ち帰り



⚠️ せきや発熱等の症状がある場合は、利用をお控え下さい。

施設名	所在地	問合せ
シビックセンター	春日1-16-21	(3812)7111
磯川地域活動センター	小石川2-18-18	(3813)3638
大原地域活動センター	千石1-4-3	(3946)8594
大塚地域活動センター	大塚1-5-17	(3947)2624
音羽地域活動センター	音羽1-22-14	(3943)0621
湯島地域活動センター	本郷7-1-2	(3813)6554
向丘地域活動センター	向丘1-20-8	(3813)6668
汐見地域活動センター	千駄木3-2-6	(3827)8149
駒込地域活動センター	本駒込3-22-4	(3824)5801
不忍通りふれあい館(根津地域活動センター)	根津2-20-7	(3822)0040
白山交流館	白山4-27-11	(3813)8500
目白台交流館	目白台3-18-7	(5395)9141
根津交流館	根津1-14-3	(3828)5269
千駄木交流館	千駄木3-42-20	(3821)6695
ふるさと歴史館*(7～8月中旬)	本郷4-9-29	(3818)7221
森鷗外記念館*	千駄木1-23-4	(3824)5511
男女平等センター	本郷4-8-3	(3814)6159
目白台運動公園(管理棟内)	目白台1-19	(3941)6153
肥後細川庭園(松聲閣内)	目白台1-1-22	(3941)2010
教育センター	湯島4-7-10	(5800)2591
真砂中央図書館	本郷4-8-15	(3815)6801
本郷図書館	千駄木3-2-6	(3828)2070
小石川図書館	小石川5-9-20	(3814)6745
本駒込図書館	本駒込4-35-15	(3828)4117
水道端図書館	水道2-16-14	(3945)1621
目白台図書館	関口3-17-9	(3943)5641
千石図書館	千石1-25-3	(3946)7748
湯島図書館	本郷3-10-18	(3814)9242
根津図書室	根津2-20-7	(3824)2608
大塚公園みどりの図書室	大塚4-49-2	(3945)0734
アカデミー音羽	大塚5-40-15	(5976)1290
アカデミー茗台	春日2-9-5	(3817)8306

※開館時間等については、各施設へ問合せのこと
 ※涼み処では、市販飲料や食料品等の提供はなし。食事、他作業は禁止
 ※新型コロナウイルス感染症の流行状況によっては、施設判断で涼み処の開設を休止する
 場合があります。予めご了承ください。
 *有料施設のため、無料スペースのみ使用可

健康推進課福祉保健政策推進担当 ☎(5803)1231

お肉の取扱いに気をつけましょう

生活衛生課食品衛生担当 ☎(5803)1228

生又は加熱不十分な状態のお肉を食べた
 ことによる腸管出血性大腸菌やカンピロバ
 クターを原因とする食中毒が毎年発生して
 います。特に子どもや高齢者、抵抗力の弱
 い方などでは食中毒症状が重症化してしま
 うことがあります。



- ・お肉は生や半生で食べず、中の色が完全に変わるまで十分に加熱する
- ・生肉用の調理器具と、サラダなど加熱しないで食べる用の調理器具は使い分ける
- ・生肉の調理に使った包丁やまな板、生肉を触った手は、よく洗う



区ホームページ



フェイスブック



ツイッター



youtube(区民チャンネル)



LINE