



対ができ

▲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.1770

■主な内容

予防接種に関する窓口が移転しました… 2面

くらしの手続きガイドを開始しました…

ハザードマップ等を全世帯へ配布します… 3面

東京2020パラリンピック競技大会

マラソン競技開催に伴う交通規制のお知らせ… 4面

令和3年 (2021)

8/25

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

381

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



ごみと資源の分別方法、収集日の確認に

チャットボット*による



ごみ分別案内サービス」をご利用ください!

ごみと資源の分別や収集に関する簡単な質問に、24時間365日文京区 3R推進キャラクターのリサちゃんが、対話形式で自動応答します。区ホー ムページとリサイクル清掃課LINE公式アカウントからご利用いただけます。 *チャットボット:人口知能(AI)を活用した「自動会話プログラム」

文京区3R推進キャラクター リサちゃん



利用方法

→「缶」・「ベッド」というように、 捨てたいものの名前を入力

分別方法が知りたい場合



収集日が知りたい場合

→「春日」・「後楽」というように、 住んでいる町名を入力



該当地域の 収集日を お知らせ!

LINE

リサイクル清掃課LINE公式アカウント ワンタッチで便利なメニューパネル*

問リサイクル清掃課☎(5803)1135

リサイクル清掃課LINE公式アカウントでは、チャッ トボットによる「ごみ分別案内サービス」を利用いただ けるほか、緊急時の収集に関する情報や、イベント・講 座情報をプッシュ式で配信しています。

*メニューパネル:トーク画面下部に大きく開くメニュー



粗大ごみの申し込み

粗大ごみ収集のインター ネット申込サイトへ移動し ます。申込サイトでは、粗 大ごみ収集の申込のほか、 粗大ごみ品目・手数料の検索 や粗大ごみ処理券取扱所を 確認できます。



アクセス方法

区ホームページ版

ちゃん」をクリックする。

分別方法を

分かりやすく

お知らせ!



LINE版



◀リサイクル清掃課 LINE公式アカウント

アカウント名「文京区資源環境部リサイクル清掃 課」で検索又は上記二次元コードから「友だち追加」



区ホームページの[リサイクルとごみ]

画面にアクセスし、**画面右下の「リサ**

検索方法

※「文京区LINE公式アカウント」 友だち追加時の検索方法も同様

①LINEアプリ内画面左下の ▲ボタンを押し、ホーム 画面を開く。次に画面上 の検索部分を押す。

②「文京区」と入力し、「公式 アカウント」を押す。



分別指導を 行っています!

お近くの集積所で誤った分 別方法でごみを出している方 がいる場合、分別指導を行います。文 京清掃事務所までご連絡ください。 問文京清掃事務所☎(3813)6661



文京清掃事務所発行の「ご みと資源の分け方・出し方(保 存版)」をご覧いただけます。



ごみ出しカレンダー

お住まいの地域を選択い ただくと、地域別のごみ出 しカレンダーの画像をご覧 いただけます。画像を保存 して、ぜひご活用ください。

cccccc



文京区LINE公式アカウントも 友だち募集中!

区の広報、 防災•危機管理、 新型コロナウイルス に関する情報を 配信しています。



▷ID 「@bunkyocity」

固広報課☎(5803)1128





ごみと資源の分別方法を 守りましょう!

可燃ごみ、不燃ごみ、資源(古紙・びん・缶・ペッ トボトル)は、地域ごとに指定された収集日の 午前8時までにごみ集積所に出してください。

※前日の夜や収集後には出さないでください。 ※粗大ごみは申込制で有料。必ず粗大ごみ受付センターへ

お申込ください。

▼⊠₩

スマートフォンやパソコンから簡単な質問に答えるだけで、引っ越し等 のライフイベントごとに必要な手続きや持ち物などが確認できるウェブ上 の手続き案内サービス「くらしの手続きガイド」を開始しました。

引越し・結婚・出生・死亡など、「どのような手続きが必要か」、 「どの窓口に行けばよいか」、「持ち物は何か」など、このガイド で事前にご確認いただけます。

間情報政策課☎(5803)1133



▲文京区 手続きガイド

利用方法



(1) 区ホームページのトップにあるバ ナーから「くらしの手続きガイド」の サイトにアクセス

(4) 必要な手続き一覧表示



必要な持ち物は、「持ち物





(3) 質問へ回答





月日 開会時間

手続きの場所と内容が表 示されます

会議名等

新型コロナウイルスワクチン

ワクチン供給状況に応じた今後の対応について



区では、8月以降に新たな集団接種会場を開設するなど、ワクチン接種 の加速化に向けて取組を進めています。

しかし、国によるファイザー社製ワクチンの供給量の調整により、区が <u>準備していた集団接種及び個別接種の予約枠について見直さざるを得ない</u> 状況となっています。ご迷惑をおかけしますが、ご理解賜りますようお願 いします。

なお、今後の予約枠の追加につきましては、ワクチン供給状況に応じ、 区ホームページ等でお知らせします。

なお、1回目のワクチン接種を予約されている方の、2回目接種分のワ <u>クチンは確保しておりますので、ご安心ください。</u>

ワクチン接種 予約・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

文京区

ワクチン接種 全般問合せ

新型コロナワクチンコールセンター

厚生労働省

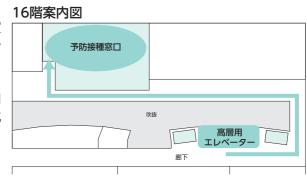
毎日午前9時~午後8時 ☎03(6747)4593

毎日午前9時~午後9時 ☎0120(761)770

予防接種に関する窓口が移転しました

8月16日(月)に、子ども・ 高齢者・成人に関する定 期予防接種及び任意予 防接種(新型コロナウイ ルスワクチン接種含む) に関するお問合せ窓口 が、8階南側から16階北 側へ移転しました。

問予防対策課☎(5803) 1834



区議会 9月定例議会

次の日程で開かれます

今回の定例議会で審議する請願の 締切は、9月1日(水)午後5時です。

議会の傍聴について

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。 受付開始時に定員を超えた場合は抽 選となります。

委員会資料は傍聴時に配付しま す。なお、閲覧用の資料はご返却い ただきます。

また、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Ⅲで公開しま す。

インターネット生中継について

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。

間区議会事務局☎(5803)1313

					,,,,,,			
9/3俭	10:00	議	会	運	営	委	員	会
ラ/ ン(<u>亚</u> /	14:00	本	会	:	議	(付	Ē	ŧ)
7(火)								
8(水)	14:00	本	会	議(_	般	質	問)
9(木)								
10金		子と	ビも・子	<u>'</u> 育て	支援	調査物	制委	員会
13(月)		自治	台制度·	·地域	振興	調査物	寺別委	員会
14(火)		災	害対	策調	哥査	特別	委員	€
15休)		議	会	運	営	委	員	会
21(火)	10:00	厚	설	Ė	委	j	員	会
22(水)		文	孝	攵	委	j	員	会
24金		建	討	л Х	委	j	員	会
27(月)		総	務	区	民	委		会
28(火)		形心	195		氏	安	貝	五
30休)	10:00	議	会	運	営	委	員	会
30(1)	14:00	本	会	議(中	間	議	決)
10/1金								
4(月)								
6(zk)								
7(木)	10:00	決	算額	全 企	特	別	委 員	. 会
8金								
11(月)								
12(火)								
1 1/4	10:00	議	会	運	営	委	員	会
14休	15:00	本	会	:		(議	``````````````````````````````	+)

マンションの適正な管理を支援します

マンションの適正な維持管理を支援するため、助成金を交付します。 対下表の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)の所有者④=区内の分譲マンションの管理組合等 ▶申請書配布 住環境課(区配にも掲載)

	事業名	支援内容
(①マンション長期修繕計画	長期修繕計画を作成する場合、その費用の一部(2分の1かつ上限
	作成費助成	50万円)を助成
(大規模修繕を施工するために建物及び設備の劣化診断調査を実施
	費助成	する場合、その費用の一部(2分の1かつ上限50万円)を助成
(共用部分の段差の解消、手すりの設置その他のバリアフリー化工事
	費助成	を実施する場合、その費用の一部(10分の1かつ上限100万円)を助成
	④マンションアドバイザー	東京都防災・建築まちづくりセンターが実施する「マンションアド
	制度利用助成	バイザー制度」を利用する場合、派遣料(消費税、テキスト代等を
L	<i>خاره</i> دا ان ایکانیا،	除く)を助成

間住環境課管理担当☎(5803)1374

※申込等、詳細は上記へ

STOP! ATMでの携帯電話

現在、警視庁では還付金詐欺被害撲滅の ため、『ATMでは携帯電話を使わない』運 動を進めています。

携帯電話を使用しながらATMを操作し ている不安そうな高齢者を見掛けたら、一 度電話を切るよう促していただくととも に、「110番通報」をお願いします。

「自動通話録音機」の無償貸出し

自動通話録音機を設置すると、電話機の 呼び出し音が鳴る前に、警告メッセージを 流すため、発信者(犯人)が通話を断念して 詐欺被害を未然に防止する効果が期待でき

図区内在住で、おおむね65歳以上の方が 居住する世帯甲直接危機管理課又は区内警 察署へ▷持ち物 身分証明書(公的機関発 行又は郵便物等により住所・氏名等が確認 できるもの) 問危機管理課☎(5803) 1280

本富士警察署 ☎(3818)0110





大塚警察署 ☎(3941)0110

駒込警察署 ☎(3944)0110

高齢者が悪質商法でだまされています

3(3817)0110

~高齢者の悪質商法被害 気づいてシグナル 防ごうトラブル!!~

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や、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、お気軽に消費生活センターへご相談ください。

消費者相談

区内警察署

富坂警察署

▷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¥無料図区内在住·在勤·在学者▷受付 相談専用電話☎(5803)1106へ 問消費生活センター☎(5803)1105

HP

木

ームペ

凡例

日時

会会場

内内容

師

講師

対

対象

定

定員

多いたきょう

日時

喫煙等禁止周知·啓発



安全で清潔な地域環境を確保するた め、区内全域の屋外の公共の場所にお いて喫煙が禁止となっています。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。

E	日時		
9/9休	9/9休 9/16休 8:30~9:00	新大塚駅周辺	
9/16(木)		東大前駅周辺	
9/30休	8.30 - 9.00	本駒込駅周辺 南北線駒込駅周辺	

ミ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

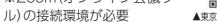
間環境政策課地域環境係☎(5803)1828

中小企業向けセミナ (オンライン開催)

クラウドからはじめる 中小企業のIT活用入門

■9月2日休午後2時~4時四中小企業経営 に特化したクラウドの活用方法師田中薫氏 (T&Iアソシエイツ代表) 2240人(申込順) ¥無料申東京商工会議所■http://event. tokyo-cci.or.jp/event_detail-107604.

htmlから申込圓東京商工会議 所文京支部☎(3811)2683 ※Źoom(オンライン会議ツー





▲東京商工会議所Ⅲ

特別職報酬等審議会

委員の仕事

区議会議員の議員報酬の額及び区長等の給料の 額について審議します。

図20歳以上の区内在住者(区議会議員、区職員及 びこれらの者の配偶者若しくは2親等内の血族、 応募時に区の審議会等委員に2つ以上在籍してい る方を除く) 22人 ▷任期 11月1日~5年10月 31日 ▷ 会議 年2回程度 ▷ 謝礼 1回2,000円 ▷ 選考 書類審査・面接甲間申込書を〒112-8555 文京区総務課総務係☎(5803)1139ໝ(5803) 1334へ郵送・四又は持参▷申込書配布 地域活 動センター・シビックセンター1階パンフレット 台・総務課(区間にも掲載) 29月17日金必着

文京区のお店を元気に!

文京ソコヂカラワクチン接種応援キャンペーン

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、65歳以上で新型コロナウイルスワクチン接種を完了した方 を対象に、対象店舗で「割引・おまけ」等のお得なサービスを実施しています。 ▷実施期間 8月16日(月)~9月30日(木)の期間中、区内参加店舗にて実施(実 施日は店舗により異なる)

キャンペーンのお得なサービスを受けるには

- ●店舗紹介サイト「文京ソコヂカラ」キャン ペーンページにて、参加店舗・サービス内 容を確認
- ②接種完了済みのワクチン接種券を持って、 店舗へ!参加店舗には、ポスターを掲示 してあります。
- ⑤店舗でワクチン接種券を提示すれば、サー ビスが受けられます。



サービス参加店舗は、区内店舗紹介サイト「文京ソコヂカラ」をチェック!

「文京ソコヂカラ」は文京区内の 飲食店や物販店などのお店を紹 介するサイトです。

当サイト内の**「ワクチン接種応** 援キャンペーン」特設ページに て、キャンペーン参加店舗・サー ビス内容を掲載しています。

※キャンペーン店舗では新型コ ロナウイルス感染症予防対策を 講じております。



◀このポスター掲示店舗が対象 https://bunkyosokojikara. com/vaccinecampaign/



◆ ◆ キャンペーン特設 『タイル ページ

店舗ごとのサービス実施期間・ 内容が掲載されています。

間ワクチン接種応援キャンペーンコールセンター☎(6704)5533[月~金 曜(祝日を除く)午前10時~午後5時]

※詳細はキャンペーン特設ページを参照

※店舗にてサービス対象者か確認をするので、ワクチン接種済の接種券を 持参のこと

※店舗のサービス内容は急遽変更される場合あり。詳細は事前に各店舗へ ※ポスター掲示店がキャンペーン対象

ハザードマップ等を全世帯へ配布します

「水害ハザードマップ」、 「洪水・高潮ハザードマッ プ」、「土砂災害ハザード マップ」、「防災地図」及び 「防災ガイド」を区内全世帯 へ9月上旬に随時配布しま

ハザードマップや防災ガ イドなどを事前に確認し、 災害の発生するお

それが高い地域の 確認や日頃の防災 対策の見直しなど を行いましょう。

間防災課☎(5803)1744 ※届かない場合は上記へ



▲防災地図

文章医際交通側 世間子 製場 四集



▲洪水ハザードマップ





▲高潮ハザードマップ ▲土砂災害ハザードマップ ▲水害ハザードマップ

8月30日~9月5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区画 に不備や欠陥があると、思わぬ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。 間建築指導課監察担当☎(5803)1267

あっ危ない!「ビル落下物」 あなたのまわりは安全ですか!

建築物から窓ガラスや外壁等が落下してくる恐れはありませんか? 特に地震などが発生すると、窓ガラス・外壁・屋外広告物などが落下する恐れ は大きく、都市の地震ではビルからの落下物による被害が多数発生しています。 ビルの外壁などの落下物による事故は、通行人など第三者に対し大きな 被害を与えます。

建築物の所有者の方は、このような事故を未然に防止するため、外壁な どの定期的な点検・維持管理を行うようお願いします。

間建築指導課監察担当☎(5803)1267

小・中学校でかかる学用品・給食費などを援助します

3年度の就学援助を希望され、まだ申請されていない方は早急に申請し てください。

対区内在住で生活保護を受けている方又は生活保護を受けていないがこれ に準ずると教育委員会が認める方田申請書を〒112-8555文京区学務課 に郵送又は持参、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)へ持参圖学務課学事係☎(5803)1295

認定となる所得の例

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

※受付月からの認定・援助

- ※世帯全員の所得の合算が認定基準所得額以下の場合援助(収入の有無に関係なく税申告が必 要)。給与所得者は給与所得控除後の額
- ※表中の認定基準所得額はあくまで目安であり、世帯構成や年齢等により異なる
- ※審査前に認定基準所得額の計算は不可

へ▷申請書配布 防災課(区配にも掲載)

防災教室のインターネット申込について

学校・町会・マンション及び事業所などで行う防災訓練に、起震車(地震 体験車)、煙ハウス等の出張を無料で行っています。

このたび、起震車等出張の申込について、電子申請ができるようになりました。 ■原則平日午前9時~午後4時30分園区内在住・在勤・在学者が10 人以上含まれる団体甲間区Ⅲの「電子申請」又は申請書を郵送又は \modで〒112-8555文京区防災課☎(5803)1179四(5803)1344



▲電子申請

受がたきょう

8 30 ライフサポートナビ(1~5日)困った時の高齢者あんしん相談センター (13~19日)防災関連助成事業のご案内 くらしのSafetyミニ(6~12日、27~30日)STOP! アポ電 自動通話録音機で特殊詐欺被害防止/

「文の京」安心・安全まちづくり推進地区指定制度 **くらしのSafety**(20~26日)防災情報収集

40 1×1(ワンバイワン)(1~5日)競技かるた界のホープ 東友則さん 健康長寿の秘訣 田邊陽二さん/大和田裕美さん (20~26日)グッドネイバーズカンパニー 清水愛子さん Myストーリーミニ(6~12日)文京区技能名匠者 ペン画家 杉山浩一さん/東京籐工芸 木内秀樹さん

50 文京インフォメーション(~59)(1~30日)

9 00 介護予防体操(1~30日)

10 スマイルらいふ(1~5日)母親学級 沐浴 (6~12日、22~26日)がん検診 区長の部屋TV(13~18日、27~30日)水害への備え

20 Bサーチャーズ(1~5日)文京区観光ガイドツアー 細川ガラシャ (6~12日)文京区観光ガイドツアー 春日通りで春日局を偲ぶ (13~18日)文京区観光ガイドツアー 文京の坂を歩く |スマイルらいふ(22~26日)幼児食-1歳児-(27~30日)脳の健康度測定

30 Myストーリーミニ(1~5日、13~18日)文京区技能名匠者 ペン画家 杉山浩一さん/東京籐工芸 木内秀樹さん **ずくすくカレンダー**(6~12日、22~26日)親子で防ごう!ネットトラブル 1×1(ワンパイワン)(27~30日)地域の力が世界を変える 沼田洋一郎さん/大道寺勇人さん

40 (手) くらしのSafety (1~5日) 横断 SAFETY ACTION (手)ぶんきょう浪漫紀行(6~12日)「妖怪博士」の異名を持つ井上円了 (22~26日)団子坂で隆盛を誇った菊人形 (手)1×1(ワンバイワン)(13~18日、27~30日)グッドネイバーズカンパニー 清水愛子さん

50 文京インフォメーション(~57)(1~31日)

12 00 ナイスキャッチぶんきょう(1~5日、13~18日、27~30日) | くらしの情報室(6~12日)チャレンジショップ支援事業と起業したお店を大紹介③ (22~26日)チャレンジショップ支援事業と起業したお店を大紹介④

10 介護予防体操(1~30日)

20 **くらしの情報室**(1~5日)環境ライフ講座(後編)エコライフの実践 ぶんきょう浪漫紀行(6~12日)団子坂で隆盛を誇った菊人形 (22~26日) 小石川をめぐる ライフサポートナビ(13~18日)困った時の高齢者あんしん相談センター

(27~30日)B-ぐる本郷·湯島ルート 30 くらしの情報室(1~5日)大学発ベンチャー支援事業について

ファイブセンスB(6~12日、22~26日)文の京区民平和のつどい (27~30日)新キャスターを深堀り! **Bサーチャーズ**(13~18日)親子でまちの風景を撮影しませんか 文京パチり

40 (手) くらしの Safety (1~5日) 新しい日常に照らした防火防災訓練 (13~18日、27~30日)横断 SAFETY ACTION (手)Bサーチャーズ(6~12日、22~26日)友好都市トルコ共和国イスタンプール市ベイオウル区

50 文京インフォメーション(~57)(1~31日)

| 6 OO 文の京セレクション(1~5日、22~26日)アレルギー講演会「赤ちゃんのアレルギー疾患~正しい知識と予防~」 (13~19日)中畑清氏のアテネ五輪話 プレミアムステージ(6~12日、27~30日)認知症ともにフォローアッププログラム講演会

18 00 (1~30日) (8:30の番組再放送)

10 (1~3日) (9:10から9:57までの番組再放送)

19 00 (1~30日)(16:00の番組再放送)

21 00 (1~30日) (12:00の番組再放送) 10 (1~30日) (8:40の番組再放送)

20 (1~30日) (12:20~12:57の番組再放送)

区議会一般質問 9/19(日)~21(火)期間中は特別編成で放送します。

放送時間 9:10~/12:00~/16:00~/18:00~/19:00~/21:00~ *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。

動物愛護週間イベント 9月20日~26日は動物愛護週間

(13日は午後 t午後3時30 分まで) 会キ 犬病予防に 詳細は問合せ先へ ついてのパ

ど間生活衛生課環境衛生担当☎ (5803) 1227

認PAKU2021

~認知症に寄り添う機器展~

『Cheer Up!!みんなでつくる文京みやげ』

アイデアを募集します!

新たな文京みやげの開発に あたり、商品アイデアを募集

します。文京区の新たな魅力となるようなおみ やげのアイデアをお待ちしています。

アイデアが採用された方には豪華景品を贈呈 するほか、抽選で当たるプレゼントもご用意し ています。

■9月1日(水~10月31日(日)必着対どなたでも **田**①特設サイト内応募フォームから申込

②申込書に必要事項を明記し、〒112-0003 文京区春日1-16-21 1階 文京区観光協会へ

▷申込書 特設サイトからダウンロード(観光 協会窓口でも8月30月~配布) **固**文京区アカデミー推進課観光担当

☎(5803)1174 詳細は観光協会四へ` 各賞詳細

郵送又は持参

賞名 数 内容

賞金10万円&東京ドームホテルエクセレン シィツインルームペア宿泊券(一泊二食付き) 賞金3万円&ホテル椿山荘東京アフタヌーン

ティーご招待券(ペア) 審査員賞 3 審査員がセレクトした賞品(1万円相当)

参加賞 10 文京区観光協会セレクト文京区の「美味しい」 お土産(3,000円相当)

おうちでハッピーベジタブルフェスタ2021(web開催) ~カラフル野菜でココロもカラダもハッピーに!!~



コーナ

成人が一日に必要と言われている野菜の量をご 存知ですか?今あらゆる年代で「野菜不足」という 結果が出ています(元年国民健康栄養調査より)。

今年は、ハッピーベジタブルフェスタをweb開催とし、 野菜情報や料理レシピで「野菜の魅力」をお伝えします。 ■8月31日 (火) ~ 9月12日 (日) > URL https://happyyasai. org/festa2021/固健康推進課保健係☎(5803)1124 コンテンツ

◆色で食べる・色で楽しむ◆子育て世代を応援◆健康づくりに 野菜情報・料理レシピ ◆ときめく野菜生活◆GO!GO!GO TOレシピ ◆コロナに負けない丈夫な骨づくり◆カラフル野菜で夏を乗り切る! お役立ち映像 ◆彩り野菜〈黄・白〉◆野菜の洗い方◆栄養成分表示どちらを選ぶ?

野菜おうちレシピ ◆「野菜スープ」の紹介(区の食育をサポートする皆さんから応募のあっ た、「野菜がたっぷり食べられるスープレシピ」を発表) 野菜×スープ

👡 ステージ・エコ イン アートサロン 🤏

■9月17日 金午前10時~正午会アートサロン内フードドライブ(未利用食 品の回収)、各種資源回収(古本・ペットボトルキャップ・食用廃油・未使用の 陶磁器製食器類・使用済み小型家電9種・小型の金属類・水銀使用計器類) 陶磁器製食器類の無料頒布(未利用食品や各種資源をお持ちい ただいた方が対象、1人3点まで) 問リサイクル清掃課リサイク ル推進係(ステージ・エコ実行委員会事務局)☎(5803)1135 ※マイバッグ持参

スタート

■ 9月5日田 午前6時30分 T54車いす(男子)

へのご協力をお願いいたします。

午前6時40分 T54車いす(女子)

スタート 午前6時50分

T12視覚障がい(男子・ 女子)、T46上肢切断· 上肢機能障がい(男子) スタート

区内交通規制区間

	区間	時間
	神保町~	4:30~
	水道橋:白山通り	10:20៤
	水道橋~	4:30~
	飯田橋:外堀通り	10:30៤

※規制時間は目安であり、当日の競技状況によって、変わる場合あり ※交通規制詳細は、東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員会■https://olympics.com/tokyo-2020/ia/news/ 組織委員会Ⅲ▶□・『二十 transportation-notice/tra-paralympic-marathonを参照

障害者プールレクリエーション(10月コース)

■10月24日(回・31日(回)(全2回)午前9時45分~11時45

分会総合体育館内水中ゲームなどで楽しく身体を動かす

図区内在住・在園・在学の知的障害のある幼児・小学生・中

学生[幼児は介助者同伴のこと。おむつが取れているこ

と。小・中学生で介助が必要な方は、介助者(高校生以上)

同伴] 定30組予定(抽選) ¥無料申問往復はがきに 記入例

①~⑤と⑥性別・保護者名(在園・在学者は在園・在学

先)・介助者の有無を明記し、〒113-0033文京区本郷

7-1-2総合体育館☎(3814)4271~▶9月24日金必着

東京2020パラリンピック競技大会マラソン競技開催に伴う交通規制のお知らせ

当日コース周辺では交通規制があります。コース周辺道路は混雑が予想されますので、車でのお出かけはご遠慮ください。ご迷惑をお掛けいた

東京2020パラリンピック競技大会の開催にあたっては、新型コロナウイルス感染症対策を徹底して参ります。新型コロナウイルス感染症対策

アートウォール・シビック

食う寝る遊ぶ展(写真展)

私たち[ほんわかズ]は忙殺され ていると見えなくなってしまう日 常の愛おしさを写真で表現してい ます。また思いきり「食う寝る遊 ぶ]ことができる日が早く訪れま すように。

9月のテーマは「節水の工夫」

しょう。

トイレ

代の節約になります。

11 程度の水量の差があります。

同日開催

出典:都「家庭の省エネハンドブック2021」より作成

圓環境政策課地域環境係☎(5803)1828

認知症の人の世界を 10:00

~VR認知症体験会~ 11:30

体験しよう!

認知症サポーター

養成講座



■9月3日金~26日田会シビック ▲「午後の珈琲牛乳」 センター地下1階吹きぬけ周囲¥無料問アカデミー推進課文化 事業係☎(5803)1120

毎月7日は文京版クールアース・デー

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。

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

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

時間 会場 対象·定員·費用·申込等

シルバー

15:30

図13歳以上の区内在住・在 勤·在学者园30人(申込順)

|¥無料申問8/30月から電

話で高齢福祉課認知症施

込順)¥105円(テキスト

代) 田 間電話で高齢者あ

んしん相談センター大塚

策担当☎(5803)1821へ

センター 図どなたでも 20人(申

☎(3941)9678△

学校名も)

③氏名(ふりがな) **4年**齢

スポーツ

①教室名·大会名

記入例(はがき・FAX)

⑤電話番号

⑥その他(各記事に明示)

②住所(在勤・在学の場合は、勤務先

※往復はがきの場合は、返信用にもあて先を明記

★区民大会は全て、

推奨

高齢者水泳+健康体操教室

10月コース

■10月1日~26日の火・金曜(全8回)午後2時10分

~3時会スポーツセンター内水中ウォーキング・水

泳、室内で簡単にできる体操・ストレッチ対医師か

ら運動制限を受けていない60歳以上の区内在住・

在勤者定30人予定(抽選)¥3,440円(保険料込)申

間往復はがき(1人1枚)に記入例 ①~⑤と⑥性別

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▶9月8日(水)必着

健康保険証持参を

小学生水泳教室 総合体育館10月コース

しますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

首都高速5号池袋線

周東京2020パラリンピックマラソンコールセンター☎(6628)4662

■10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 図区内在住・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] 267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その同伴者は無 料) 田間往復はがき(1人1枚)に 記入例 ①~⑤と⑥性別・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・保護者名を 明記し、〒113-0033文京区本郷7-1-2総合体育館☎(3814)4271へ▶9月8日 公必着 ※必ず6回以上出席すること

障害児フットサル教室

■10月6日~27日の水曜(全4回)午後4時30分~

5時30分会スポーツセンター内ボールを蹴る、止

める、ボールを使ったゲーム図障害(知的・情緒・

視覚・難聴・言語等)のある区内在住・在学の小学生

[介助者が必要な方は介助者(高校生以上)同伴] 定

20人予定(抽選) ¥無料申問往復はがきに 記入例

①~⑤と⑥性別・学年・保護者名・介助者の有無を

明記し、〒112-0012文京区大塚3-29-2スポーツ

センター☎(3944)2271へ▶9月8日(水必着

※小学生水泳教室スポーツセンター10月コースとの同時申込不可

高齢者水中ウォーキング教室 10月水曜コース

⑦水道橋

■10月13日~11月24日の水曜(11月3日除 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・在勤者屋50人予定 (抽選)¥4,500円(保険料込)申問往復はが き(1人1枚)に 記入例 ①~⑤と⑥性別を明 記し、〒113-0033文京区本郷7-1-2総合 体育館☎(3814)4271へ▼9月8日(水必着

初心者合気道教室

規制時間 4:30~10:30頃

規制時間 4:30~10:25頃

規制時間 4:30~10:20頃

規制時間 4:30~10:15頃

交通規制区域 (居住者及び大会関係車両を除く

マラソンコース

■10月5日~11月9日の火曜(全6 回)午後7時~8時30分会総合体 育館対小学生以上の区内在住・在 勤・在学者定30人予定(抽選)¥ 2,000円(保険料、施設使用料等) 申問往復はがきに 記入例 ①~⑤ と⑥性別を明記し、〒113-0033 文京区本郷7-1-2総合体育館☎ (3814)4271~▶9月8日(水)必着

チャレンジスポーツ教室塾 (屋内トレーニング)

■10月5日~26日の火曜(全4回)午後3時30 分~5時会総合体育館内室内の運動で体力や 運動能力向上を目指す図区内在住・在学の小・ 中学生定30人予定(抽選) ¥640円(保険料 込) 即間往復はがきに 記入例 ①~⑤と⑥性 別・学年・保護者名を明記し、〒113-0033文 京区本郷7-1-2総合体育館☎(3814)4271へ ≥9月8日(水)必着

区民大会

区民なぎなた大会

■10月31日回午前10時会スポーツセンター四演技競技(一般の部・小学生 の部)、試合の部(一般の部・小学生の部)図小学生以上の区内在住・在勤・ 在学者屋全体20人(申込順) 🛂大人1,000円(学生は500円、当日支払い) **申問**はがき又は囮に記入例 ①~⑤を明記し、〒113-0022文京区千駄木 宮脇☎090(4064)2907■kyudo. 5-23-3文京区なぎなた連盟事務局・高橋☎・ໝ(3821)1937へ▶申込期間 9月1日(水)~10月1日(金)必着

区民サッカー大会

■11月14日~4年2月27日の日曜午前7時30分会小石川運動場図区内在住・在 勤・在学者で構成されたチーム又はサッカー協会登録チーム232チーム(申込 順) ¥1試合2,500円(銀行振込) 内トーナメント方式 申問申込書を四又は ■で文 京区サッカー協会事務局☎(3943)1599ໝ(3941)1151ଢleague@bunkyofa. comへ ▷申込書 区**Ⅲ**からダウンロード ▷申込期間 9月1日(水)~22日(水) ※受付後、大会規則書を送付

区民弓道大会

■10月17日(日)会スポーツセンター図近的競技(的中制・36cm電的)各人8射図区 内在住・在勤・在学の経験者定各部20人(申込順) 呈無料申問申込書を郵送又は 🖾 で〒112-0012文京区大塚3-29-2スポーツセンター内 文京区弓道連盟事務局・

bunkyo@gmail.comへり申込書 区Ⅲからダウンロード▷申込期間 9月1日(水)~25日(土)必着

/• 書	競技開始時間	段(定員)		
3 5	9:40~	弐段以下(20人)	五段以上(10人)	
•	13:00~	参·四段(20人)	五段以上(10人)	

第21回区民ゴルフ大会

■10月9日仕)午前8時現地集合(コースフロント前) 会南摩城カントリークラブ(栃 木県鹿沼市下南摩町982-2)四新ペリア方式対区内在住・在勤・在学者定60人(申込 順)¥19,000円(参加費·プレー代、当日支払い)申問申込書をM区はMで文京区ゴ ルフ協会事務局・松原☎(3814)2341㎞(3818)2581㎞matsubara531@yamatokisho.co.jpへ ○ 申込書 区**四**からダウンロード ○ 申込期間 9月1日(水)~14日(火)

第68回区民剣道大会

划区内在住·在勤·在学者定190人(抽選)¥ 1人1,000円(申込締切までに銀行振込) 田間 申込書をM又は四で文京区剣道連盟事務局・ 内木 2090 (8892) 1412 (3944) 7403 (3944) 740 bunkenren@gmail.comへ(剣道連盟**m**http:// bunkenren-b.blogspot.com/からも申込可) シ申込書 区皿から ダウンロードシ申込期間 9月1 日(水)~17日(金)

団体戦(他団体との混成チーム可) 小学生5人制(学年制限あり) 男子(高校生)、女子(高校生)、男子 中学生3人制(学年制限無し) (大学生・一般)、女子(大学生・一般) ※参加者は体調確認書を当日提出のこと(2週間前からの

※面マスク及びマスクガードの着用必須

☆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。



| ☆新型コロナウイルス感染拡大に伴い、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)



¥

間問合せ

HP

会会場

内内容

師

問 ŧ

認知症になっても、周囲の支援と生活の中での工夫があれ ば、自分らしい生活をより長く続けることができます。認知

症の方が自宅で生活するための工夫をこらした商品に触れて みてください。 ■9月17日蛍午前10時~午後5時会ギャラリーシビック図ど なたでも¥無料甲当日直接会場へ問高齢福祉課認知症施策担

当☎(5803)1821

和3年8月25日

(抽選)

扙 対象

定

串

19:30~11:00

213:30~15:00

アルゴロジック

~アルゴリズムの基礎に

触れてみよう~

区内在住・在学の小学3年~中学生

各10人(抽選)

教育センター専門指導員

※受講者が小学3年生以上の場合、保護者及び申込以外の子どもの入室・見学不可

第12回

子どもパソコン教室

切 日時 会場

内容

講師

対象

定員

費用

申込

締切

問合せ HP $^{\circ}$ ジ

※車での来場は不可 ※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

トラトカ Bunkyo a ・





あなたに合った運動をご提案!

■①9月16日休午後②17日蛍午前

会保健サービスセンター本郷支所師

①寺田憲生氏(健康運動指導士)②殿

塚有希子氏(健康運動指導士) 対介護

保険を利用していない18~74歳の

区内在住者(乳児との参加も可) ¥無

料定各3人(申込順) 申問8月30日(月)

から電話で保健サービスセンター本

※飲み物・タオルを持参し、運動し

シビックシネマサロン「ふるさと」

■9月17日逾午後1時30分~3時40

分(20分前から受付) 会アカデミー

文京▷監督 神山征二郎▷出演 加

藤嘉、長門裕之ほか四あと半年でダ

ムに沈む運命にある岐阜県徳山村を

舞台に、消えゆく故郷とそこに生き

る人達を感動深く描く図15歳以上

の区内在住・在勤・在学者(中学生を

除く)定30人(抽選)¥無料申問往復

はがきに6融3分1~5と6在勤者

は勤務先名・所在地・電話番号、在学

者は学校名を明記し、〒112-0003

文京区春日1-16-21 (関) 文京アカデ

ミー学習推進係☎(5803)1119へ(Ш

https://www.b-academy.jp/から

も申込可)≥9月10日金必着

やすい服装、歩きやすい靴で参加

郷支所☎(3821)5106へ

※2回目以降の参加不可

個別運動指導

はがき・FAX などの 記入例

1 希望講座:教室 3氏名(ふりがな) 5電話番号 ※往復はがきの場合、返信用にもあて先を明記

2住所 4 年齢 6その他(詹鵬)

1人(組)1枚

-クがある記事に限る)

た体操等対医師から運動制限を受け

ておらず、一人で会場に来られる65

10~12月の水曜

10:30~12:00 13:30~15:00

会場福祉センター江戸川橋福祉センター湯島

問合せ ☎(5940)2901 ☎(3814)9245

高齢者施設ボランティア講座(全3回)

対50歳以上の区内在住・在勤者定30

人(抽選)¥100円(テキスト代)申問電

話又は**囮**に<mark>6配ス例▶11~55を明記し、</mark>

高齢福祉課社会参画支援係☎(5803)

1203四(5803)1350へ(区皿からも

申込可) > 9月24日(金)

会場

福祉センター講義

江戸川橋

区内

※ボランティア保険未加入の方のみ保険料の

ママとベビーの体操教室

9/11(+)

10:00~11:00

白山交流館

旬の希望|福祉施設等

※交通費は各自負担

負担あり(300円~)

交流館の教室

日時

10/9(土)

15:30

10/16(土)

16:15

10月下旬

する半日

日時

会場

9:00~

9:00~

~ミドル・シニアの実践講座~

14人

内容

する講義

養成講座

験・報告

• ボランティアに関

傾聴に関する講義

• 車いす操作体験と

介助の方法に関する

• 認知症サポーター

ボランティア体

• これからのボラン

ティア活動について

区内福祉施設等での

ドランティア体験

※日程・受入先が変

更になる場合あり

(2~3時間程度)

大学生のための自分らしい生き方・ はたらきかたを実現するスキル からだコンディショニング

■9月11日出午前10時~正午師芦 沢壮一氏(スキルノート主宰) 対区内 在住・在学の大学生等¥無料間社会 福祉協議会地域連携ステーションフ ミコム☎(3812)3044**m**https:// fumicom.tokvo

フミコム活動入門講座(オンライン開催)

※詳細は上記四へ

認知症講演会(オンライン同時開催)

認知症になっても楽しく生きよう ■10月2日仕)午後2時~3時 ■ 10月2日仕)午後2時~3時

30分師古田晶子氏(順天堂 東京江東高齢者医療セン $\blacktriangle \boxtimes \mathbb{H}$ ター助教ほか) 対区内在住・ 引間 8月

在勤·在学者¥無料▷申込期
30日(月)~9月21日(火)

	会場	(申込順)	申込
本会場	障害者会館	20人	電話で高齢者あんしん 相談センター本富士分 室 (3813)7888へ
オ	白山の郷	6人	電話で高齢者あんしん 相談センター富坂 (3942)8128へ
オンライン会場	大塚みどりの郷	8人	電話で高齢者あんしん 相談センター大塚 介 (3941)9678へ
岩場	千駄木の郷	15人	電話で高齢者あんしん 相談センター駒込 (3827)5422へ
自宅	ズ - ム Zoom参加	20人	区 間 の申込フォーム から申込

問高齢福祉課☎(5803)1821

高齢者を見守る地域防災講座

■9月22日 份午後2時~3時30分会 区民センター四日頃からできる水害 への備え、防災知識師砂田紀子氏(日 本防災士会理事ほか) 対区内在住・在 勤・在学者定25人(申込順)¥無料申 問電話で高齢者あんしん相談セン ター富坂☎(3942)8128へ

目白台交流館

☎(5395)9141

図体操、ヨガ等でふれあう園区内在住 図2本のポールを使用して安定した 図初秋アレンジメント剛水野 剛竹箒の会園区内在住・在勤・在

の首の据わった1歳未満児と母親園9歩行を目指す師小野富雄(日本ノル エイジ園区内在住・在勤・在学 学者園10人(抽選)貿無料田往復

た場合は抽選) №200円閏8/30月10: |在住・在勤・在学者屆12人(申込順) № |円(教材費) 閏9/6月9:00から|相談内容を明記し、根津交流館|

往復はがきに「級」 11~3・5(3は保護者分も)と6学校名・学年・メールアドレス・希望日時

(「第12回子どもパソコン教室」及び「キッズプログラミング体験講座1日コース」は第2希望記入可)を明記し、教育センターへ

※内容が変更になる可能性があるため、申込前に電話で教育センターへ

|組(申込順、申込開始日に定員を超え|ディック連盟東京都指導員)|関区内|者周各20人(申込順)|¥2,000|はがきに|6種ス別♪|

)0から電話又は直接白山交流館へ │200円(ポール貸出料) ⊞9/2休9:00│電話又は直接目白台交流館へ│へ▶9/13仴)必着

※運動しやすい服装で飲み物持参

第6回

科字教至

 $10/2(\pm)$

10:00~12:00

石けんをつくろう

区内在住・在学の

小学5年生~中学生

18人(抽選)

※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

ポールウォーキング教室

9/21(火)

10:00~12:00

文京区在宅医療講演会 「たいせつにしたいのは自分らしい暮らし」

~あなたなら在宅医療を どう活用しますか?~

■9月18日出午後1時 30分~3時30分会スカ イホール師吉田有法氏 (医療法人社団大地の 会本郷ファミリークリ

※手話通訳あり

ニック院長) 図区内在 住·在勤·在学者定50人 ▲吉田有法氏 (申込順) ¥無料申問9月1日/外から電 話又はMに6配入例 1~3·5と6在 住・在勤・在学の別とጨ番号を明記 し、高齢福祉課地域包括ケア推進係 **☎** (5803) 1843**Ⅲ** (5803) 1350**△**

パワーアップマシン教室

■10月5日~12月21日の火曜(全12 回)午後2時~4時会駒込地域活動セ ンター四ゴムの弾性を利用した筋力 向上マシンによる運動、口腔機能の 向上及び低栄養状態や認知症の予防 に関する講義対医師から運動制限を 受けておらず、一人で会場に来られ る65歳以上の区内在住者(初めて参 加の方を優先) 足15人(抽選) ¥無料 即問本人が電話で高齢福祉課介護予 防係☎(5803)1209へ▷申込期間 8月30日(月)~9月10日(金)



白山の郷内介護者同士の情報交換会 在住者定5人(申込順)¥無料申問電

※入場は当選者本人に限る ※全席指定、検温、途中休憩あり いきいきサービス*協力会員活動説明会

認知症家族交流会

|フラワーアレンジメント教室 | スマホタブレットなんでも相談会

プログラミングの基礎を学び、実際 プログラミングを基礎から学び、

コムネットシステム

区内在住・在学の小学4~6年生

10:00~11:30

213:00~14:30

315:30~17:00

キッズプログラミング

①10/2(±)(2)9(±)(3)16(±)

9:30~11:30

に簡単なプログラムを作成

各10人(抽選)

■9月18日出午後2時~3時30分会 対認知症の家族を介護している区内 話で高齢者あんしん相談センター富

9/30休

10:00~12:00

根津交流館〒113-0031文京区

キッズプログラミング

体験講座〈3日間コース〉

 $10/2(\pm) \cdot 9(\pm) \cdot 16(\pm)$

13:30~15:30

3日間で簡単なゲームを作成

10人(抽選)

■9月22日 冰午後1時~3時 会区民 センター四事業説明、協力会員との 交流対協力会員の活動に関心のある 方定7人(抽選)¥無料申問電話で社 会福祉協議会ささえあいサポート係 坂☎(3942)8128へ いきいきサービス担当☎(5800) 2941~▶9月10日億

> *いきいきサービス:日常生活で困難をお持 ちの方への家事支援等を行う活動

お知らせ



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。

口 到 ′	コ刧でリノしいあり。					
	新		旧			
職名	委員長	同職務 代理者	委員長	同職務 代理者		
氏名	奥山裕一	田邊文江	若井宣一	奥山裕一		
就退任 の日	8/1就任		7/31退任			

問選挙管理委員会事務局☎(5803)

向丘地域活動センター・アカデミー向丘 会議室貸出及び区民サービスコーナー休止

館内停電・定期清掃のため、午前・ 午後の時間帯の会議室の貸出及び区 民サービスコーナー、図書の取次を 休止します。

■9月23日(祝·木) 間向丘地域活動セ ンター☎(3813)6668、アカデミー 向丘☎(3813)7801

肺がん検診実施指定医療機関の追加

春日後楽園しのぶクリニック(小 石川1-1-7文京ガーデンセンターテ ラス202)が、8月2日側から肺がん 検診の指定医療機関となりました。 間健康推進課保健係☎(5803)1229

3年度特別区民税·都民税(普通徴収) 第2期分)納期限は、8月31日火です

□座振替をご利用の方は、振替□ 座の残高不足がないようにご注意く ださい。

口座振替をご利用ください

■□座振替依頼書に必要事項を記入・ 押印し、口座のある金融機関又は税 務課へ提出問税務課収納管理係☎ (5803) 1153

※9月10日 金までに申請すると、3 年度第3期分(11月1日(月)納期限)か ら振替開始

3年度第1四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1四半期までのごみ量は、 前年度に比べて、433t(3.7%)の減 量となりました。

また、資源回収量(集団回収を含 む)は、前年度に比べて、211t(5.6%) の減量となりました。

ごみ量

	3年 4~6月	2年 4~6月	増減量	増減率
可燃ごみ	10,461t	10,880t	▲419t	▲3.9%
下燃ごみ	370t	451t	▲ 81t	▲18.0%
阻大ごみ	364t	298t	67t	22.4%
合計	11,195t	11,629t	▲433t	▲3.7%

咨询同心是(集団同心な合む)

貝派凹収里(朱凹凹収で30)					
	3年 4~6月	2年 4~6月	増減量	増減率	
粗大ごみ	108t	101t	7t	6.9%	
古紙	2,290t	2,454t	▲ 164t	▲ 6.7%	
缶	163t	182t	▲ 19t	▲10.4%	
びん	691t	749t	▲ 58t	▲7.7%	
ペットボトル	237t	232t	5t	2.2%	
その他	76t	58t	18t	31.0%	
合計	3,565t	3,776t	▲211t	▲5.6%	

※端数処理の関係で合計値等が合わない場合

※「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・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

問リサイクル清掃課☎(5803)1184

がん患者ウィッグ購入等費用助成

身体的・心理的な負担や社会生活 上の不安を和らげるため、ウィッグ 購入等費用の一部を助成します。

内ウィッグ購入額(購入日から1年 以内)の2分の1に相当する額(上限 30.000円)を助成対がんと診断さ れ、抗がん剤治療等のがん治療を受 けている又は過去に抗がん剤治療等 を行っており、副作用による脱毛症 状によりウィッグが必要な区内在住 者田間申請書と必要書類(ウィッグ を購入した金額の明細がわかる書類 の写し・脱毛の副作用がある抗がん 剤治療等の受診を証明する書類の写 し)を四・郵送又は直接〒112-8555 文京区健康推進課☎(5803)1231፟፟፟፟፟፟፟፟፟ (5803)1355へ▷申請書配布 健康 推進課(区配にも掲載)

ミニ就職面接会

■9月16日(木)午後1時30分~4時30分 会区民センター対区内事業所に正社 員で就職を希望する方¥無料■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1週間前頃ま でにハローワーク飯田橋**畑**https:// jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/ list/iidabashi.htmlに掲載

10月1日 金に国民健康保険の 被保険者証が一斉更新されます

新しい被保険者証は、世帯ごとに まとめて、9月中旬に世帯主あてに 送付します。

問国保年金課国保資格係☎(5803) 1192

9月10日~16日は自殺予防週間です 毎年自殺によりいのちが失われて

います。自殺は健康、経済、家庭問 題など暮らしの中の様々な要因が関 係しています。日々の暮らしで起こ る悩みやストレスを、周りのひとと 声をかけあってやわらげていきま

しょう。 第29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。 ■9月16日休)午前8時30分 ★都·福祉保健局間 ~9時30分会後楽園駅周辺

※詳細は都・福祉保健局四へ 『こころの体温計』文京区メンタルへ ルスチェックシステム

携帯電話やパソコン で気軽にこころの健康 チェックができるシス

テムです。判定結果と 一緒に相談窓口も表示されますの で、ぜひご活用ください。

右記二次元コード又は四回機回 http://fishbowlindex.jp/bunkyo/からアクセスでき ▲二次元コート ます。

※本人モード、赤ちゃんママモード、 家族モードが選択可 ※無料(通信通話料は自己負担)

問予防対策課☎(5803)1836

敬老のお祝い

例年、9月上旬から下旬に地区の 民生委員がご自宅にお届けしており ますが、新型コロナウイルス感染拡 大防止のため、3年度は、ご自宅に 現金書留で郵送いたします。9月15 日/8)以降、9月20日(祝・月)の敬老の 日までに発送予定です。喜寿祝は業 老が直接で白字に配送いたします

11 /J. [E	台が世接に日七に配及いたしより。					
	対象者 (9/15現在の満年齢)	贈呈内容				
喜寿祝	77歳	緑茶と一口羊羹				
米寿祝	88歳	扇子·敬老金				
敬老祝	80歳及び85歳以上 100歳未満	敬老金				
百歳	100歳以上 (今年度新100歳を除く)	祝 金				
以上祝	4年3/31休までに新たに100歳になられる方には、お誕生日前後にお祝状・お祝金をお届けします。					

問高齢福祉課高齢福祉推進係☎(5803) 1213

シルバーお助け隊をご利用ください

四電球・蛍光灯の 📰 交換、軽易な家具 の移動、浴槽の掃



除、エアコンのフィ ルター清掃、体調不良時の買い物な ど、毎日の生活で生じるちょっとし た困りごとのお手伝い(1人で30分 以内でできる簡易で継続性がなく危 険でない一つの作業) 図区内在住の 70歳以上の高齢者及び障害者のみ の世帯(訪問時に保険証・身体障害者 手帳で確認)¥1回300円(年4回まで 利用可、材料費等は実費) 田間電話 でシルバー人材センター☎(3814) 9248 [月~金曜(祝日を除く)午前9 時~午後5時]へ

高齢者緊急連絡カードを作成しませんか?

緊急連絡カードとは、緊急時に適 切な対処ができるよう、緊急連絡先 やかかりつけ医などの情報を記入し たカードを作成し、自宅に保管して おくものです。

カードの情報は、区と民生委員、 話し合い員、高齢者あんしん相談セ ンターが共有し、緊急時に備えます。 図①8月1日現在65歳以上で、2年8 月2日以降ひとり暮らしになった方 ②8月1日現在80歳以上の方だけで 構成される世帯▷調査期間 9月2日 休~10月15日金問高齢福祉課高齢福 祉推進係☎(5803)1213

※対象者に郵送で作成のご案内を送付

特別相談(無料電話相談)

平日に行っている相談を土曜に開 設します。日常生活の中で起こる問 題や悩みごとに専門家が助言をしま

■9月4日出午後1時~4時國区内在 住・在勤・在学者¥無料甲8月30日例 午前9時から電話で広報課 広聴・相 談担当☎(5803)1129へ

	内容	相談員	定員 (申込順)	
法律	法律に関すること	弁護士	12人	
税務	税金に関すること	税理士		
不動産	不動産売買、賃貸 借に関すること	宅地建物 取引士	各6人	
※予約制、1回25分以内(通信料は自己負担)				

※秘密は厳守 ※当日の問合せは行政情報センター☎(5803)

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=9月15

①9/26(円)10:30~12:00②オンライン(\hat{Z} oom)

図どなたでも目前日までに電話又は国ofc105

@yahoo.co.jpで申込⑧事務局☎(5241)3250

日 (x)、本郷支所 = 9月10日 (a)・27日 (b) 月対区内在住者¥無料申問電話で保 **面** 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~

官公庁など

東京都介護の職場体験・資格 取得支援·就業促進

	内容	対象	
職場体験	都内介護施設で の介護業務体験 (最大3日間)	業務体験	
資格取得支援	介護職員初任者 研修の受講(動 画視聴要件あり)	する方	
	都内介護施設で 働きながらの介		

修等の受講(雇する離職者・未

用期間6か月上 就業者等

¥無料問都·福祉人材センター☎ (5211) 2910

限、継続可)

※詳細は**m**https://www.tcsw.tvac. or.jp/jinzai/kaigojinzaikakuho.html を参照

東京都シルバーパス更新手続き

新型コロナウイルス感染症への対 応のため、更新手続を郵送方式によ り行います。

現在シルバーパスをお持ちの方 に、8月中旬に東京バス協会から「シ 🔳 ルバーパス更新手続のご案内」が届 日 きます(赤い封筒又は青い封筒)。更 新を希望される方は「ご案内」を必ず 会 読み、手続きをしてください。 間東京バス協会☎(5308)6950

都市計画の原案への公述申出と公聴会

▷対象計画案 防災街区整備方針 ▷対象区域 特別区(千代田区、中

央区、港区を除く) 公述の申出

図区域内に在住又は計画案に利害関 ☆ 係のある方(1人10分以内) ■公述申 出書を郵送又は直接下記へと計画案 の縦覧・申出書配布(9月1日)水~15 定 日(水) 都·都市整備局都市計画課又 定 は関係区都市計画主管課(下記 から もダウンロード可) ▷申出期間 9月1

日(水)~15日(水)必着 公聴会 ※公述申出がある場合

■10月19日火・20日水午後7時会都 民ホール(新宿区西新宿2-8-1)田傍 聴希望者は当日直接会場へ(先着順) ※詳細は下記四へ

間〒163-8001都・都市整備局都市 計画課☎(5388)3336**四**https:// **切** www.toshiseibi.metro.tokyo. lg.jp/keikaku/seido_5.htm

します。紙面の都合で掲載できないこともあり



日本文化「むすび」の心

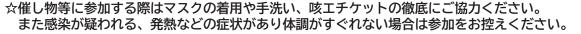
①日時 ②会場 ③内容 ④講師 ⑤入会金 ⑥会費 ⑦対象その他 ⑧問合せ ・掲載内容の責任は当事者で。 費用の記載のないものは無料 ・催し物で申込方法の記載がないものは申込不要。 催し物

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もの、会費が 税理士による「税の無料相談会」 ①9/6·10/4·11/1·12/6·4年1/11(原則月

曜) 13:00~16:00②東京税理士会本郷支部 (本郷2-40-7) ③相続税・贈与税・所得税等⑦ ③「むすび」の視点で日本人の精神史を紐解く : 4年2月以降の開催日は事務局へ問合せ⑧本









| ☆新型コロナウイルス感染拡大に伴い、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)

HP

ペ

別がたさめつ

(2021)8/25

令和3年

世帯…123,743 世帯 (124,281) 人口…226,700 人 (227,465) 男……107,787 人(108,213) 口 女……118,913 人(119,252)

(5.527)

)内は前年同期 令和3年8月1日現在

転倒骨折予防教室修了生の集い

転倒骨折予防教室を修了された方へ ■10月1日 金午後1時30分~3時 会区民センター内転倒骨折予防体 操の復習(自主グループ活動の方 も参加) 師竹内めぐみ氏対転倒骨 折予防教室修了生で次の要件を全 て満たす方①要介護認定を受けて いない②1人で会場に来れる③医 師から運動を止められていない定 50人(申込順) ¥無料申問8月30 日 (月)午前9時から電話で高齢福祉 課介護予防係☎(5803)1209へ ※当日は動きやすい服装で参加

健康づくり栄養教室

~パパッとパパごはん~

■10月30日出午前 11時~正午会保健 サービスセンター囚 講義と調理実演「パ パの作るごはんで家 族を元気に」対区内 在住で1歳未満の子



どもの父親(パートナーが妊娠中の 方も含む) 足12人(申込順) ¥無料 **田**問9月1日例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

はじめての離乳食講習会

■9月29日 ※ ① 午前10時30分~ 11時30分②午後1時~2時会保健 サービスセンター本郷支所内講義 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」 図3年3~4月生まれで区内在住の 第一子の保護者置各12人(申込順、 初めて参加する方を優先) 半無料田 週9月7日(火)午前8時30分から電話 で保健サービスセンター本郷支所 **☎** (3821) 5106**△**

※筆記用具を持参

両親学級

図区内在住で、はじめて赤ちゃん が生まれる妊娠24週以降の夫婦室 無料即区配又は往復はがきに「文京 区両親学級」・住所・参加者氏名(ふ りがな)・年齢・電話番号・出産予定 日・参加希望日(第二希望日まで記 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(オンライン形式 は、はがき申込不可) ▷申込期間 9月5日(日)~15日(水)

	10/9生	10/23(土)	10/24(日)
日時	10:00~	13:30~ 15:00	
会場方法	保健サービ スセンター	保健サービ スセンター 本郷支所	えーム Zoom(オンラ イン会議ツー ル)を使用
定員 (出産予定日 を考慮)	(出産予定日 8組		50組

間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

精神障害回復途上者のデイケア事業

デイケアは、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です。 ■月・水・木曜の午前10時~午後3

時会保健サービスセンター本郷支 所図50歳までの主として統合失 調症の回復初期かつ通院治療中の 区内在住者即間電話で保健サービ スセンター☎(5803)1807、保 健サービスセンター本郷支所☎ $(3821)5106 \land$

9月は健康増進普及月間・がん征圧月間です

健康増進普及月間

高齢化や社会生活環境の急激 な変化等に伴い、糖尿病・がん・ 心臓病・脳卒中等の生活習慣病 の増加が大きな問題となってい ます。厚生労働省は、生活習慣 病や運動・食事・禁煙などの生活 習慣改善について理解を深め、 実践を促すため、毎年9月1日 から30日までの1か月間を「健 康増進普及月間」と定めていま す。区では、区民健診・がん検診、 HappyVegetable(ハピベジ) 大作戦、ぶんきょうウォーキン グガイドブック&コースマップ の紹介等、健康づくりに役立つ 情報を提供しています。

※詳細は、区四又はトーキョー ウォーキングマップ

IIIhttps://www.fukushihoken. metro.tokyo.lg.jp/walkmap/ index.htmlを参照





がん征圧月間

がんは日本人の死因第1位で あり、一生のうちに2人に1人は がんにかかるといわれています。 がんは自分自身の行動で「な りにくくする(予防する)]こと ができます。以下の5つの健康 習慣を実践することで、男性で 43%、女性で37%がんになる リスクが低くなるという推計が 示されました。また、がんは早 期発見すれば90%以上が治り ます*。

日頃の生活習慣改善による予 防や、検診受診による早期発見 を心がけ、早期治療につなげま しょう。

*「治る」:診断時からの5年生存率

健康習慣

①禁煙 ②節酒 ③食生活の見直し ④身体活動

⑤ 適正体重の維持



出典:国立がん研究センターがん対策情報 センター**W**http://ganjoho.jp/public/index.html、(公財)がん研究振興財団「がん の統計2018」 Wahttps://www.fpcr.or.jp/

圓健康推進課福祉保健政策推進担当☎(5803)1231

熱中症講座4

こまめに水分補給をしましょう!

人は体温を正常に維持するために汗をかいて体を冷やします。 熱中症を防ぐためには、しっかりと汗をかくことが重要です。ま た、汗をかいた後には失った水分や塩分を補う必要があります。 以下のポイントに注意して適切に水分補給をおこないましょう。

水分補給のポイント

- のどが渇く前に水分補給を。
- アルコールでの水分補給は行わないように。
- 1日1.20を目安に。
- 起床時・入浴時に水分補給を。
- 大量に汗をかいたときには塩分も補給を。



間健康推進課福祉保健政策推進担当☎(5803)1231

保健サービスセンターの 健康相談(9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
アレルギー相談	15歳未満で小児ぜん息などの心配のある方(予約制)	22(水)	13:30~ 14:30	16休	9:15~ 10:30
歯科保健相談 ^{*1} ※2歳児の定期歯 科健診も実施	乳幼児(予約制)	2休) 9休) 16休) 30休)	13:00~ 14:30	2休) 16休)	13:00~ 14:30
歯みがき教室	1歳6か月未満の乳幼児 (予約制)	未定 ※再開については、区 Ⅲ を確認			
HIV抗 体 検 査 (即日検査)	検査を希望する方(予約制)	1(水)	13:00~ 13:50	_	_
ハッピーベイビー 健 康 相 談	妊娠を希望する方	月~金曜	8:30~	日~仝曜	8:30~
ネウボラ相談 ^{*2}	妊娠・出産・子育てについて 相談を希望する方	月~壶唯	17:00		17:00

フッ素塗布中止。歯科健診のみ実施

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

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)。 内は内科、小は小児科、歯は歯科。



(診療時間)昼 間 9:00~17:00

	準夜間17:00~22:00					
日	医療機関名	昼間	準夜	所在地	電話	
	森内科 内	0	_	大塚3-35-8	(3945)8188	
	加藤内科胃腸科クリニック内の		0	本駒込6-1-21	(5319)1470	
	団子坂ひろせ小児科小	_	_	千駄木1-23-6	(3823)4970	
5	文京区医師会付属診療所内	0	_	千駄木2-26-8	(3823)2217	
	動坂クリニック 内	_	0	本駒込4-42-4	(3822)5605	
	船崎歯科医院 歯	-	_	千石4-39-4	(3941)8912	
	ワイズデンタルオフィス歯	_	_	小石川2-25-10	(6801)9505	
	八千代診療所 内小	\sim	0	白山1-5-8	(3811)4519	
	やすだクリニック内		_	大塚4-45-4	(3945)5055	
	文京区医師会付属診療所内		_	千駄木2-26-8	(3823)2217	
12	クマモトクリニック内	_	_	千駄木3-37-17	(5685)0811	
	文京動坂診療所 内	_	0	千駄木4-15-3	(3822)9680	
	三井歯科クリニック歯	0	_	目白台1-23-7	(5395)1945	
	さとう歯科医院 歯	0	_	本郷3-39-3	(3815)0118	
		0	0	小石川1-12-16	(3813)0080	
		0	_	大塚4-3-8	(3944)6111	
	きたなかこども成長クリニック		_	本郷2-37-6	(3817)0976	
19	JE 11 7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	_	0	根津1-27-3	(3823)0096	
	文京区医師会付属診療所内	_	_	千駄木2-26-8	(3823)2217	
	もりた歯科クリニック歯	_	_	音羽1-21-12	(3943)8241	
	守谷歯科医院 歯		_	千駄木2-49-8	(3821)7362	
	春日駅前あベファミリークリニック		0	小石川2-1-12	(3830)0395	
		0	-	小石川3-16-19	(5689) 2025	
	文京区医師会付属診療所内	_	_	千駄木2-26-8	(3823)2217	
20	にわ医院 内小		0	千駄木4-8-12	(3824)0482	
20	駒込かせだクリニック内		_	本駒込4-19-16	(5832)5665	
		0	_	千石4-36-19	(3941)8513	
		0	_	千駄木4-13-6	(3821)2676	
	茗荷谷なかむらクリニック内		_	小日向4-5-16	(3945)6161	
	神楽坂ホームケアクリニック内		0	関口1-13-14	(5579) 2331	
)	0	_	向丘1-10-2	(3812)1421	
23	似鳥クリニック 内	_	0	根津1-19-11	(3827)1181	
	文京区医師会付属診療所内	-	_	千駄木2-26-8	(3823)2217	
		0	_	音羽1-17-13	(5395) 5553	
		0	_	千駄木2-43-3	(3823) 2663	
	千晶こどもクリニック小		0	小石川1-24-3	(3868)0703	
	しおざわクリニック内	_	_	小日向4-4-3	(3945)3711	
	根津宮永町診療所内		0	根津2-13-6	(3824) 2588	
26	文京区医師会付属診療所内		_	千駄木2-26-8	(3823)2217	
	文京動坂診療所 内	0	-	千駄木4-15-3	(3822)9680	
	吉澤歯科クリニック歯	0	-	小石川4-20-3	(5684)8141	

休日調剤薬局

大野歯科医院

(受	(受付時間)昼間9:00~17:00 準夜間17:00~22:00				
日	薬局名	昼間	準夜	所在地	電話
	さくら薬局向丘店	0	0	向丘2-14-1	(3827)0011
5	パイン薬局	_	0	本駒込4-20-11	(3823)8487
	アーク薬局	0	0	本駒込6-1-19	(3947)7076
	カテイ堂薬局	0	0	白山1-8-6	(3811)5843
12	あかね薬局	0	_	大塚4-45-10	(3945)4308
1 2	谷根千薬局	0	_	千駄木2-34-6	(5842)1455
	アイン薬局動坂店	_	0	千駄木4-16-2	(5814)0006
	岡崎薬局2	0	0	小石川1-12-14	(5689)2778
19	ひかわ調剤薬局	0	-	千石3-4-3	(3944)1327
	今尾薬局	0	_	本郷4-6-3	(3811)4033
	日本調剤根津薬局	0	0	弥生1-2-16	(5805)9331
	はりま坂サンテ薬局	0	_	小石川4-21-1	(3814)0768
	EDOゆしま調剤薬局	0	—	本郷3-3-1	(3830)2121
20	竹内調剤薬局東大店	0	_	本郷7-3-1	(5844)6361
20	アイン薬局東大店	0	_	本郷7-3-1	(5844)6335
	さくら薬局向丘店	0	0	向丘2-14-1	(3827)0011
	パイン薬局	0	_	本駒込4-20-11	(3823)8487
23	鈴薬局茗荷谷店	0	_	小日向4-7-20	(6304)1423
23	なの花薬局さつき店	0	0	千駄木2-2-16	(5834)8170
	グッド薬局小石川店	0	0	小石川1-24-1	(6801)5153
26	鈴薬局茗荷谷店	0	_	小日向4-7-20	(6304)1423
20	ダルマ薬局	_	$\overline{\bigcirc}$	根津2-15-15	(3828)1159
	アイン薬局動坂店	0	_	千駄木4-16-2	(5814)0006

医春機閏室内

機関名	電話	受付時間				
東京都子供の健康相談室	(5285)8898	月~金曜(休日を除く)18:00~翌朝8:00				
(小児救急相談)	短縮「#8000」	土·日曜、祝日、12/29~1/3 8:00~翌朝8:00				
東京都医療機関案内サービス「ひまわり」	(5272)0303					
https://www.himawari	.metro.tokyo.jp/					
東京消防庁	(3212)2323	24時間(年中無休)				
救急相談センター	短縮「#7119」					
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を除く) 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				









■日時

対