



2面

3面

▲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.1723

■主な内容

「文京区子育てガイド2019」電子ブック版ができました・・・

ベナン料理教室 ························· 4・5 面区立スポーツ施設等を無料開放します··· 5 面

文の京ゆかりの文化人顕彰事業 …… 5面

令和元年 (2019) 9/10

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/

10月1日から

幼児教育・保育の無償化が始まります

10月から幼稚園や保育所、認定こども園等を利用する子どもたちの利用料が無償化になります。

一部の利用施設では、無償化の対象となるために「保育の必要性」の認定手続き及び補助金の申請をする必要があります。

※利用施設ごとに手続きが異なります

対象年齢

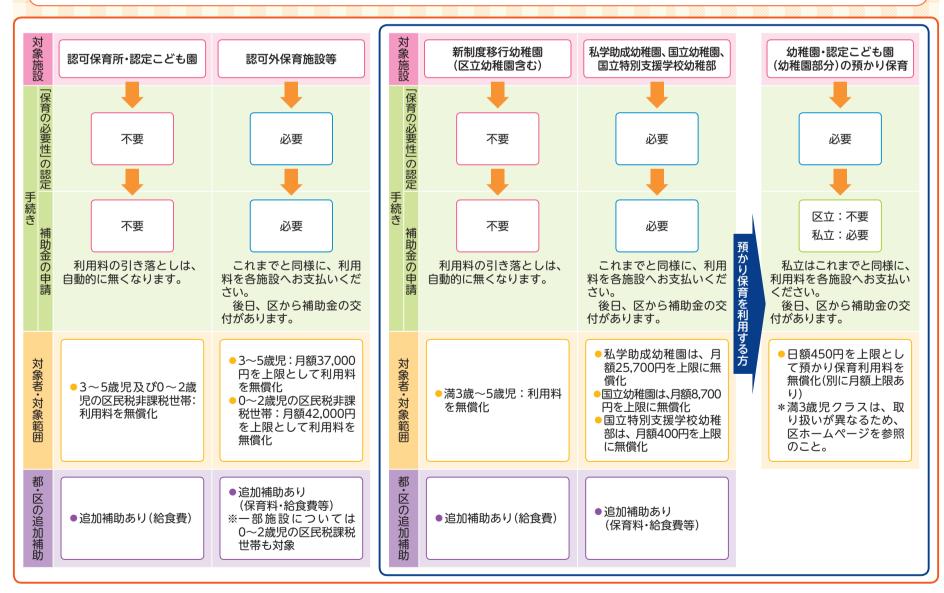
- 3~5歳児クラスの全ての 子ども
- ●区民税非課税世帯の0~2 歳児クラスの子ども
- 幼稚園、認定こども園(幼稚園部分)は、満3歳児クラスから対象

対象施設

- ●認可保育所・認定こども園
- ■認可外保育施設等(認証保育所、認可外保育施設(ベビーシッター含む)、 一時保育事業(キッズルーム)、病児・病後児保育事業(施設型・訪問型)、 子育て援助活動支援事業(ファミリー・サポート・センター事業))
- ●新制度移行幼稚園(区立幼稚園含む)
- ●私学助成幼稚園、国立幼稚園、国立特別支援学校幼稚部
- ●障害児発達支援事業
- ※対象施設の種別がわからない方は、施設に直接お問合せください

注意事項等

- 「保育の必要性」の認定は、申請書 を受理した日から行います。(日 付を遡ることはできません)
- 実費費用(通園費用、行事費用など)は、無償化の対象外です。
- *障害児発達支援事業のみを利用する場合は、「保育の必要性」の認定 を受ける必要はありません。
- ●認定に関すること及び認可保育所・認定こども園・区立幼稚園に関すること 闘幼児保育課入園相談係☎(5803)1190
- ◆その他施設に関すること 固幼児保育課施設給付・私立幼稚園係☎(5803)1823 ▷共通 四(5803)1346



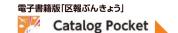
就学前の障害児発達支援事業をご利用されている方

- ●満3歳になった後の最初の4月1日から小学校入学までの間について、以下のサービスの利用者負担を無償化
- *障害児通所支援については、給食費・補食費を無償化
 - ▶サービス名 障害児通所支援(児童発達支援、医療型児童発達支援、居宅訪問型児童発達支援、保育所等訪問支援) 障害児入所支援(福祉型障害児入所施設、医療型障害児入所施設)
- *幼稚園、保育所、認定こども園等と併用する場合も、無償化の対象となります。
- *無償化の対象となるためには、通所給付決定又は入所給付決定を受ける必要があります。
- * 従前より区の独自助成制度により、障害児通所支援に係る乳幼児の利用者負担額を全額助成しています。

圓障害福祉課☎(5803)1816四(5803)1352



詳細は区ホームページ 「幼児教育・保育無償化」 を参照のこと











食の安全講演会

10月2日冰午後2時

~4時会区民センター師東京都食品

毒きのこについて学ぼう

FP®) 図区内在住・在勤・在学者 尾30人(申込順) ¥ 無料目 真佐子氏(優益FPオフィスファイナンシャルプランナーC

10月24日休午後2時~4時会産業とくらしプラザ闘中

閪直接又は電話で消費生活センター☎(5803)

1105

策が必要です。 家具の転倒防 ケガの原因になると うと

部助成を行っています。

食べきりを実践するとお金のムダも消費生活研修会)食品ロスと家	芸福祉協議会 「会福祉協議会」 「会福祉協議会」 「会福・地域活動センリー・シルバー人材セン	課6 (5803)1179 間申込書を1185文京区防	オスシアーでは、用意と設置は、	(の設置と、その費用の一区では家具の転倒防止器)対策が必要です。	に 遊歎や求仕・救禁
食品ロスと家計管理を考える	対象者 ①区内在住で65歳以上の下ののの世帯、65歳まで65歳まで65歳までの方がののかり世帯、65歳書で10元を10元を10元を10元を10元を10元を10元を10元を10元を10元を	①②あわせて 30世帯 (申込順)	助成額 設置費用 の4分の3 (上限 11,250円) 設置費用 全額 (1年限 15,000円)	助成内訳 区…2分の1 (上限7,500円) 社会福祉協議会 …4分の1 (上限3,750円) 区…4分の3 (上限11,250円) 社会福祉協議会 …4分の1 (上限3,750円)	障害になります いさというと

秋の文京区交通安全運動 9月21日 土~30日 月

調理業に従事する方足150人(先着順)¥無料申当日直接会場 衛生監視員図区内在住・在勤・在学者及び食品の製造・販売

圓生活衛生課食品衛生担当☎(5803)1228

特別障害者手当等(国制度)

運動の重点 ★子どもと高齢者の安全な通行の確保

★高齢運転者の交通事故防止

★夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車 ★飲酒運転の根絶 乗用中の交通事故防止

★全ての座席のシートベルトとチャ イルドシートの正しい着用の徹底

★二輪車の交通事故防止

福祉手当の各受給資格者 に現況届を 経過措 につき)加算額 ※30年中の所得で判定 ※申請等、 ※東京都心身障害者福祉センタ ①新規申請時に65歳以上②施設 が下記の所得制限限度額を超える 3)1212 **M** 害者在宅サービス係☎(580 して3か月を超えて入院中④所得 に入所中③病院又は診療所に継続 次の方は対象となりません 害が重複③重度の四肢機能障害で、座っていることが困難 の診断と判定後支給

院中、施設に入所中の方を除く ※病院等に3か月を超えて入

てください

3,604,000円 6,287,000円

障害児福祉手当

>支給月額

1万4千79円

本人所得額

3.984.000円

380,000円

20歳以上の方

記へ提出た。至急な

扶養義務者等所得額

6.536.000円

213,000円

至急左

活に常時特別な介護が必要な

送付しまし

の方へ、7月下旬

|重度障害のため、日常生

>支給月額

2万7千200

置の

特別障害者手当

について所得制限があります。

本人及びその扶養義務者等

現況届を提出してください

▽支給月額

区内在住の特別障害者手

障害児福祉手当、

※施設に入所中、障害を理由とし

FAX

所得制限限度額表 扶養家族等の人数

0人

2人目以降(1人

5 2 **^**

て公的年金を受給中の方を除く

活に常時介護が必要な20歳未

係

580

|重度障害のため、

日常生

宅サービス 課障害者在

所得制限限度額表

扶養家族等の人数	所得額
0人	3,604,000円
1人	3,984,000円
2人目以降(1人につき)加算額	380,000円
※20年以上のナルナーで伊	20#+###

※20歳以上の方は本人所得、20歳未満の方は 扶養義務者等の所得。申請時に本人が19歳 の場合、本人と扶養義務者等両者の所得を 判定対象とする場合あり

※10月までの申請は29年中の所得、11月以降 は30年中の所得で判定

> 期高齢者医療制度の受給者で住民税 ①新規申請時に年齢が65歳以上②後

9月は、障受給者証の更新時期です が課税されている③生活保護受給中

8月末までの受給者証をお持ちの

い受給者証又は通知書を

届

いていない方は゛

図区内在住で次のいずれかに該当し、常時複雑な介護を必 要とする方①重度の知的障害(精神障害及び認知症は除く) と著しい精神症状が重複②重度の知的障害と重度の身体 度心身障害者手当(都制 6万円

れか②健康保険に加入③30年中の所 る方①身体障害者手帳1・2級(内部 次の方は対象となりません 得の額が下表の所得制限限度額以内 精神障害者保健福祉手帳1級のいず 障害1~3級)、愛の手帳1・2度又は

™(5∞0m)

 $\binom{0}{3} \binom{1}{2} \binom{1}{2}$

予防対策 30**™**(5⊗0 神障害者保健福 3 5 2 3)1355 祉手帳の方) (5803)12課(精 7

所得制限限度額表

扶養家族等の人数	所得額
0人	3,604,000円
1人	3,984,000円
2人目以降(1人につき)加算額	380,000円

※20歳以上の方は本人所得、20歳未満の方は 世帯主等の所得

心身障害者医療費

図区内在住で次の要件全てに該当す 障受給者証交付申請が必要です。 「療費助成を受けるためには、 中の方へは送付していません 連絡ください。

ST.

帳の方) ☎ (58 ス係(身体障害者手帳又は 間障害福祉課障害者在宅サー ※精神障害者保健福祉手帳の更 愛 0

中小企業人材確保・定着支援事業 海外進出をお考えの医療機器関連企業向け

経済課からのお知らせ

第2回働き方改革セミナー

■9月27日 金午後1時30分~4時四トップダ ウンから"ミドルアップダウン"型取り組みへ の挑戦~企業総力型・働き方改革の勧め~師 ワークスイッチコンサルティング対区内中小 企業屋20社(1社2人まで)

就職応援セミナー

■10月8日(火·11日(金·18日(金)午前10時~午 後4時囚社会人として必要な知識、マナー等 についての研修を行った後、区内企業との マッチング支援図区内中小企業に就職を希望 し、申込時に正規雇用として就職していない 女性尾10人(抽選)

共通事項

会産業とくらしプラザ¥無料申問電話でパー ソルテンプスタッフ(株)**☎**(5439)6197へ

ホームページ活用セミナー

売上アップにつながるホームページ活用方法 ■10月13日(日)午後2時~4時 会産業とくらし プラザ四第1部=ホームページ活用セミナー 第2部=知っておくべき知財の基本図区内で 創業を希望する方、創業後間もない方屋30 人(申込順) 至無料 甲電話又は 四に氏名・電話番 号を明記し、日本政策金融公庫東京支店国民 生活事業·津村☎(3270)1301圖tsumura-s@

セミナー「医療機器業界の海外進出(アジア編)」 ■10月7日(月)午後2時~4時会産業とくらしプ

ラザ四アジアの市場状況、アジア各国の規制 及び市場へのアプローチ方法等師藤田一彦氏 (中小企業基盤整備機構国際化支援シニアア ドバイザー)対区内中小企業の方足40人(申込 順)¥無料申問はがき又は皿にセミナー名・会 社名・業種・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・ 四番号・セミナー後の個別相談会の参加希望 の有無を明記し、〒112-8555文京区経済課 産業振興係☎(5803)1173㎞(5803)1936へ (区ホームページからも申込可)

文京区創業支援セミナー

| 会産業とくらしプラザ園区内で創業を希望す る方、創業後5年未満の方⊞間はがき又は₩ に「創業支援セミナー○○編」・住所・氏名(ふ りがな)・電話番号・四番号を明記し、〒112-8555文京区経済課産業振興係☎(5803) 1173四(5803)1936へ(区ホームページから も申込可)

,		
	入門編	実践編
日時	10/6(日)	10/13~11/10の日曜(全5回)
口时		10:00~13:00
費用	無料	10,000円(初回納入)
定員(申込順)	40人	30人
ツ中は信のよ	- ヘエ タフェ	は タファミロキャナムナダは 魚

※実践編のセミナー修了者は、修了の証明書の交付を受け、創業関連保証の特例等の支援制度が利用可 ※11/3(紀日・11/24日に無料の個別相談会を開催 ※11/10印のセミナー終了後、交流会を開催

-10 階)

会税務課

月 2 日

大麻や覚せい剤などの使用が深 刻な社会問題となっています。正 しい知識を持って、薬物の誘惑を 断りましょう。

麻薬・覚せい剤等薬物乱用防止キャ ンペーン(ポスター・標語展示会)

■9月30日(月)午後1時~5時、10月 1日(火)午前10時~午後4時< サロン

・

東京都薬物乱用防止推進 文京区地区協議会事務局(生活衛 生課)☎(5803)1226

▶協力 富坂·大塚·本富士·駒込 警察署生活安全課

30年度中学生によるポスター・標語 文京区地区会長賞 受賞作品





きみのすべてを 破壊する ▲第八中学校 岡部正宗さん 薬物で 見える世界は 地獄絵図 ▲文林中学校 塚本耕平さん

識や活動 るため、 交流·国 ツ、文化芸術、 カデミー 2年度 けて、 |際交流に関する意 -推進計画 の状況等を把握す ます。 生涯学習、スポー 「解・ご協力をお 実態調査を行いま に予定しているア 観光、国内 一の改定に

月11日씗問アカデミー推査票発送(9月下旬 ≥10 以上の 進課アカデミー推進係 郵送配布後、郵送又はイン 対無作為に $\mathbf{2}$ (5803) 1307 無記名方式で調査票を の区民2千人▽調査方に作為に抽出した2歳

カデミー 調査を実施 推 進 計 ます 画 に 関 す

機会がなかった方

納付する

税金

課(シビックセンター) (水・3日木・4日金) 対経済的な事情等 納付が困難な方、 金)10 場合は、 エレベータを使用。 ※午後6時以降は、 3) 1 1 5 6 閰税務課納税係☎ 1階受付。 5 8 0 業務用 不明

な

9月 26 納付窓口を夜8時まで開設区民税・都民税の納付相 日本・27日金、 付を忘れていませんか?

凡例

目日時

会会場

内内容

師講師

対対象

定

定員

¥費用

田申込

*

締切

問 問 合

ルバーセンター師「クール 10月29日火午前10時~1

ル・ネッ

目日時

会会場

内内容

用

申

申

込

切

問

台

の案内を送付しました。内容を 確認のうえ、希望する場合は必 外国 **人学を希望する方へ** 圏籍で区立小・中学校 区立学校新入学について [籍のお子さんがいるご家

要書類を持参し、

学務課で手続

量及び家族構成のわかるものを提出

削減できた世帯にエコ関

らに報告書と前年同月との

定力使用

とスイッチ付電源タップを贈呈②さ

した世帯に使用したワットモニター

伙必着▽特典

①報告書を提出

きしてくださ

象外) 定 業協会文京区支部会員 電話又は直接福祉住宅サー ス**☎**(5803)1238ヘ▽ 時会シビックセンター (公営住宅への入居相談は 住み替えを希望する世 月1日 東京都宅地建物取引 10人(申込順) 田 内の民間賃貸住 [火午後 1 時 問 世帯(抽選) ¥無料田 間はがき又は世帯(抽選) ¥無料田 間はがき又は世帯(抽選) ¥無料田 間はがき又は

住み替え相談

Ė

6へ(区ホー 1 3 7 4) 🛂 10月4日 金必着 (5 8 0 3) 1

^{〒112} 8555 文京区

10/23冰 関口台町小

10/29(火) 礫川小・本郷小 10/30水 林町小・小日向台町

11/14休 湯島小·誠之小 11/21休 窪町小・駕籠町小

実施日

10/31休 本小

11/27(水) 柳町小

11/7休

が

小学校名

小·金富小·根津小

指ヶ谷小・昭和小・駒

明化小·青柳小·大塚

小・千駄木小・汐見小

話又は郵流 午後1時3012日 理組合名を明記し、 4 時 住環境課管理担当☎(5803) な)・住所・電話番号・四番号・管 カイホール 上げる正し 30分会ス 人(申込順)¥無料申問電 参加者グループ相談会正しい長期修繕計画と 送 日 分~ 内講演「資産価値 (土) に氏名(ふり





※対象者には通知書を10月上旬送付 日生まれ) 会各通学区域 (平成25年4月2日~26年4月1日来春小学校に入学予定の児童

D

ション

2 通学区域の小学校へ要連絡 圓学務課学事係☎(580 ※指定日に受診できない方は、

の小学校

ご存知ですか?文京区自転車シェアリング

可)▽応募期間 9月17日巛~10月362へ(区ホームページからも申込

(5803)1276 (5803)1

自転車シェアリングは地域内に設置 されたサイクルポート(自転車の貸出・返 却拠点)で原則として24時間どこでも自 転車を借りたり返したりできるシステム です。文京区内及び千代田区・中央区・ 港区・新宿区・江東区・品川区・大田区・渋 谷区・目黒区との広域相互利用の自転車 シェアリング実証実験を行っています。 これにより文京区を含む10区のどこの サイクルポートでも利用できます。

利用方法など詳細は、㈱ドコモ・バイ クシェア・文京区自転車シェアリング専用 http://docomo-cycle.jp/bunkyo/ をご覧ください。(右記二次元コードから

もアクセスできます)

▷会員登録 クレジット ▲ニ欢元コード カードと電子メールを受信できる携帯 電話等を用意し、専用Ⅲから申込み

きる区内在住者定40

対セミナーに参加で

器のことです。

力等が表示される機

ワットモニターとは?

気機器の消費電

サイクルポート設置スペース募集

▷面積 長さ4m×奥行2m以上(自転 車ラック5台分程度以上) ▷配置 路から直接乗り入れ可能で、原則24 時間開放されていること

固文京区自転車シェアリング運営事務 局☎0120(116)819、土木部管理課交 通安全係☎(5803)1244

日時

定員

送迎

銚子電鉄で行く!犬吠埼観光日帰り旅

大正ロマンの雰囲気を残す駅舎や車両が魅力の銚子電鉄に乗車 し、関東最東端・犬吠埼から地球の丸さを実感しませんか。昼食は見

晴らしの良い会場で新鮮な会席料理が楽しめます。 ■10月10日休午前6時50分シビックセンター1 階南側駐車場集合図18歳以上定45人(抽選)될 11,500円(昼食・見学・保険料込) 田間往復はがき (1枚2人まで)に「日帰りバスツアー」・参加者全 員の住所・氏名・年齢・電話番号と返信用にもあ て先を明記し、〒112-0003文京区春日1-16-21シビックセンター1階文京区観光協会事務局 ☎(3811)3321ペ≥9月17日火必着▷旅行実施・ 費用支払先 東京バスワールド



▲犬吠埼展望台



▲銚子電鉄

シビックセンター - (首都高・東関東道) - 銚子 - 銚子電鉄 - 犬吠埼・展望台 - 昼食 -醤油工場見学 - 潮来・道の駅で買物 - シビックセンター付近(18:00頃解散予定)

(火~11月29日(金) ページにも掲載) 803) ※治療開始前に申込登録 ヘ▽申込書配 来治療を終了された方に助成 医 療機 1 2 3 1 の禁煙外来 布 健血 のうえ、 医

順)田間申込書を郵送又は持参・囮で治療を受ける区内在住者园88人(申込治療を受ける区内在住者园88人(申込成別満20歳以上で、これから禁煙外来費の本人負担額のうち1万円を上限に助費の本人負担額のうち1万円を上限に助 11855文京区健康推進課地域保健担当な(5順) 田 間申込書を郵送又は持参・囮で治療を受ける区内在住者同 8人(申込) 田間申込書を郵送又は持参・Mで療を受ける区内在住者 28人(申込療を受ける区内在住者 28人(申込を受ける区域ので、これから禁煙外来 >申込期間 康推進課 (5803) 療費及び薬 9 区 1355 户 17 ホー

オリンピック・パラリンピックの気運を高める事業を助成します!

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会 の気運を高める活動として、オリンピアン・パラリン ピアンや有識者等を招き、スポーツや生涯学習、文化、 観光、国際交流等の事業や、大会組織委員会の「応 援プログラム」に承認された事業に補助を行います。 ▷補助金額 20万円(上限)園区内で活動する非 営利団体間スポーツ振興課 オリンピック・パラリ ンピック推進担当☎(5803)1309

※2年3月31日までに終了する区民を対象に行わ れる事業

「文京区子育てガイド2019」電子ブック版ができました!

現在冊子にて配布している、「子育 てガイド2019」の電子ブック版が出来 ました。パソコン、スマートフォンか らご覧いただけます。



▲二次元コード

※無料(パケット通信料は利用者負担) 右記二次元コード又は��https://lg.airlibro.jp/ book/view_html5.php?id=399

問子育て支援課子育て支援推進担当☎(5803)1256

11/2仕)11:40 道の駅ゆのた に集合 - 小千谷牛の角 突き見学 - 昼食

11/3(祝·日)各宿へお迎え - クラフト体験、森林散策、 - クラ



【迎え】新幹線 10:35 浦佐駅着 小出インターチェンジ着 小出インターチェンジ発 高速バス 11:26 【送り】高速バス 15:51 新幹線 16:09 浦佐駅発

※上記到着の各公共交通に合わせて送迎 宿泊施設はやまびこ荘又は魚沼市観光協会の取扱 う宿泊施設を選択のうえ、各自予約。 ●やまびこ荘に宿泊する場合

①区内在住者 大人12,150円、 子ども10,400円 ②区内在勤·在学者 大人 13,350円 子ども11,200円 ③区内在住者と同行する区外在住の家族 ④区内在勤者と同行する同居の家族 ※上記金額は、宿泊費、ツアー -参加費(大人・子ど も6,500円)、入湯税(150円、大人のみ)の合計額

●魚沼市観光協会の取扱う宿泊施設に宿泊する場合 宿泊費は、大人1人6,700円~16,300円程度。宿泊 施設により異なる。

観光協会の■を参照、又は直接観光協会 に電話で問合せ。 ※宿泊費のほか、別途ツアー参加費(大人・子ども

はがきに「牛の角突きと魚沼紅葉めぐ り」・参加者全員の住所・氏名・年齢・ ツアー申込 電話番号を明記し、〒946-0075 新 (宿泊施設につ) 潟県魚沼市吉田1144 (一社)魚沼市観光 ハマは、下記の協会まで送付。(魚沼市観光協会Ⅲ

6.500円)

主催



とおり各自で別 https://www.iine-uonuma.jp又は二 ▲二次元コード 送納が要 次元コードからも申込可)。 9/25似まで抽選申込を受付、9/27俭から郵送にて

結果発表。 宿泊施設 各施設の予約は、各自にてお願いします 予約につ※落選した方の各施設へのキャンセルは各自でお願

(-社)魚沼市観光協会 ☎025(792)7300

(8:45~18:00·年中無休) ※大人は中学生以上、子どもは3歳~小学生

紅葉の魚沼里山トレッキングと新そば打ち体験

秋の味覚きのこ汁と新そばを食べよう魚沼2泊3日の旅

11/5火13:00 やまびこ荘 集合 – 昼食 – 紅葉の 里山トレッキング – スキー場で天体観測 11/6冰新そば手打ち体験と



きのこ狩りトレッキング 11/7休午前 道の駅で買い物 - やまびこ荘解散

浦佐駅着 小出インターチェンジ着 小出インターチェンジ発 浦佐駅発 【迎え】新幹線 11:49 高速バス 12:26 10:51 送迎 【送り】高速バス

※上記到着の各公共交通に合わせて送迎 定員 20人程度(抽選)

①区内在住者 大人17,800円 ②区内在勤·在学者 ※18歳以上の方対象 大人 20,200円 ※18歳以上の方対象 ③区内在住者と同行する区外在住の家族 ④区内在勤者と同行する同居の家族

6,500円)、宿泊費、 参加費(大人 入湯税(大人300円)の合計額 ※現金のみ、カード不可

持ち物 トレッキングができる服装、トレッキングシューズ、 雨具、リュック等

やまびこ荘フリーダイヤル**☎**0120(801)523(毎日 ツアー・ 8:00~21:00)で9/25 水まで抽選申込を受付、9/26 問い合わせ│休から結果発表。やまびこ荘から抽選結果の連絡は なし。

主催 湯之谷薬師スキー場管理組合(やまびこ荘運営事業者)

※18歳以上の方を対象としたツアーです

(共通事項)※体験メニューは天候等により変更になる場合あり ※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) ※料金はすべて税込み

※送迎については、交通機関のダイヤ改正等により、多少変 更の可能性あり

圖区民課庶務係☎(5803)1169

4面

令和元年9月10日 5 面 区立スポーツ施設等を無料開放します! スポーツの秋を楽しもう!



無料開放

8:00~16:00 (一部体験型遊具設置)

①10:15~11:45 小学生

無料開放 8:00~16:00

▲徳田秋磬

★初心者テニススクール

小学4~6年生

★マーク…事前申込が必要(申 込順)。申込・定員等詳細の問 合せは9月15日(日午前10時か ら電話で各施設へ。

健康づくり

体成分分析測定、理学 療法士による運動相談 コーナーのほか、加熱式 タバコの実験コーナーな ど健康に役立つ情報を発 信します。

■10月14日(祝·月)午前 10時~午後3時 会総合体 育館正面玄関横の休憩ス ペース

体成分分析測定 ①午前10時30分~

②午後1時~ (各50人、会場にて開始 30分前に整理券配布)



- 測定には身長の値が必 要です。
- 原則、食後2時間以上で 測定します(2時間以内 は参考値)。

ペースメーカーの方、

- 妊婦の方は体成分分析 測定できません。
- 着衣は脂肪として判断 されるため、軽装をお 勧めします。

間保健サービスセンター 本郷支所 **☎**(3821)5106

区民スポーツ大会・

■10月20日(印)午前10時会スポー ツセンター図区内在住・在勤・在学 者¥1人1,000円申問任意の用紙 に氏名(ふりがな)・住所(在勤・在 学の場合は住所・勤務先や学校名 も)・電話番号・年齢・性別・出場種 目を明記し、参加費を同封のうえ 現金書留で、〒162-0835新宿区 中町19-3村田方 文京区剣道連盟・ 村田 ☎090(6562)1650へ ▶9月

団体戦(各団体3チーム以内に限る)

小学生5人制、先鋒(3年生以下)、次鋒(4 年生以下)、中堅(5年生以下)、副将·大将 (学年制限無し)

中学生3人制(学年制限無し)

場がたさらう

剣道大会

男子(高校生)、女子(高校生)、男子(大学 生・一般)、女子(大学生・一般)

クレー射撃大会

■10月26日出午前9時会成田射擊場 (千葉県)四トラップ100個撃ち図区 内在住・在勤・在学の銃砲等所持許可 証所持者¥5,000円申問電話で文京 区クレー射撃連盟事務局☎(3831) 5304~

なぎなた大会

■10月27日(日)午前10時急スポーツ センター対小学生以上の区内在住・ 在勤・在学者¥1,000円(学生は500 円、当日納入) 田間 はがき又は四に 住所(在勤者は勤務先、在学者は学 校名も)・氏名・年齢・電話番号を明 記し、〒113-0022文京区千駄木 5-23-3文京区なぎなた連盟事務局・ 髙橋☎四(3821)1937へ▶9月29日 (日)必着

柔道大会

■11月3日(祝·日)午後1時会講道 館(春日1-16-30) 図小学3年生以上 の区内在住・在勤・在学者及び文京 区柔道会が認めた者¥1人1,000円 (保険料込) 田間申込書に参加費を 添えて、直接又は郵送で〒113-0033文京区本郷1-11-14事務局。 小倉☎(3813)7771へ▷申込書配布 文京区体育協会事務局(スポーツ振 興課内)≥10月1日(火)必着

中学生の部(1、2年生)、高校生の部

団体戦(1チーム3人制)

小学生学年別(3年生以上)、中学生学年別、 段外の部、初段の部、弐段の部、参段の部 女子・中学・高校・一般(段外・有段者の部)

形コンクールの部

X

「投」の形(手・腰・足) 「柔」の形1教、2教、3教、各校それぞれ2組 まで出場できる。中学・高校・一般も出場可。

卓球大会

日時 ·MIXダブルス団体戦 ・3MIX(所属チーム問わず) (祝·日) ※1チーム6人以上(3試合有り、1人 9:00 1試合) ※女性同士のペア可

・シングルス団体戦 11/17印 ・男女別、3人1組5シングルス団体戦 ※3人以上で申込の場合でも、1試

会スポーツセンター**対区内在住・在** 勤・在学者及び卓球連盟登録者될 MIXダブルス団体戦1人500円、シ ングルス団体戦1人500円 ▷申込書 配布 スポーツセンター田間申込書 に参加費を同封のうえ現金書留で、 〒112-0012文京区大塚3-37-4文 京区卓球連盟事務所(プロショッ プT&T内)・小谷☎(5976)8967へ ▶申込期間 9月27日(金)~10月3日 休)必着

第32回ダンススポーツ大会

■11月17日(日)午前11時(選手受付は午 図1カップルのうち1人以上が区内在住・ 在勤・在学者又は文京区ダンススポーツ 連盟加盟サークル会員▷種目 ワルツ・ タンゴ・スローフォックストロット・ルン バ・チャチャ(重複出場可、ブルース及 びワルツは年代別マスターズ) ¥1種目 1.000円(当日納入、入場無料)▷服装 平服以上(女性のヒールカバーはフロ アー保護のため、必ず新しい革製のもの を装着) 田間往復はがきに郵便番号・住 所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番 号・リーダー又はパートナーの区別・出場 種目(文京区ダンススポーツ連盟加盟団 体は団体名も)と返信用にもあて先を 明記し、〒112-0014文京区関口1-11-11文京区ダンススポーツ連盟・野村☎ (3235)1206~≥10月26日(土)必着 ※本大会は来年度の都民大会選考も兼ね

空手道大会

全空連ルールに基づく競技の出来る区内 在住・在勤者¥1種目4,000円即四で文京 区空手道連盟四(5689)3442へ(空手道 連盟 聞http://bunkyokarate.web.fc2. com/からも申込可) 🗷 10月11日 🕸 🖹 大

2 1 1 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2			
対	象	形	組手
	1・2年	男女別なし	
小学生	3・4年		
	5・6年	男女別なし	男女別
中学	生		
高核	生	男子	のみ
一般	男子	有級·有	段の部
シニア(40歳以上)		男女別	
一般女子(高校生以上)		有級・有段別なし	

※競技は全日本空手道連盟審判規定に基づいて実施 ※組手全競技に全空連認定のニューメンホー、拳 サポーター、ファールカップ(男子全員)、胴プ ロテクター、シンガード、インステップガード

さの

※申込者が少ない種目は実施しない場合あり

■12月1日(日)午前10時 会総合体育館図

会事務局・佐藤☎090(3902)8239			
対象		形	組手
	1・2年	男女別なし	
小学生	3・4年		男女別
	5·6年	男女別なし	
中学生			
高校生		男子のみ	
一般男子		有級・有段の部	
シニア(40歳以上)		男女別	
一般女子(高校生以上)		有級·有	没別なし

の着用のこと

石

必 ☎ 1 年地を内種図

楷書で記入、 俳句で 務先名・

第3回 俳き



回ぶ

芝生広場

多目的広場

東1

険料)≥9月24日(火)必着

テニスコート

■日時

込

合

~金沢市友好交流都市協定締結記念~

10:00~11:00

20歳以上

小学4~6年生

※午後5時で閉園。 ※無料開放時間帯は自由に利用可能。道具の貸出はなし、各自持参のこと。 ※体験型遊具の利用は有料

史跡めぐり 金沢ゆかりの文豪の足跡をたどる ~湯島から本郷へ~ 金沢出身の泉鏡花と徳田秋聲のゆかりの地、江戸時代に加賀 藩前田家上屋敷のあった東京大学本郷キャンパスなど、金沢ゆ

かりの地をめぐります。 ■10月9日(水)午後1時~4時(雨天決行) ▷ガイド 文京ふるさと歴 史館友の会「文京まち案内」ボランティア屋50人(抽選)¥40円(保

コース(約3.5km) | 湯島駅(集合) - 湯島天満宮 - 東京大学本郷キャンパス - 徳田秋聲旧宅(外観) -文京ふるさと歴史館―宝生能楽堂

歴史講演会 秋聲・鏡花・犀星一金沢三文豪と文京 ▲泉鏡花筆塚

前半は三文豪の生涯や文学についての講演、後半は本郷に永 (湯島天満宮) く住んだ秋聲について、孫である徳田章子氏を迎えた対談も行います。 ■10月19日出午後2時~4時30分(開場午後1時30分)囿大木志門氏(山梨大学准教 授)ほか会男女平等センター定100人(抽選) ¥無料 ▼10月3日休必着

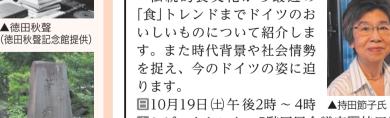
(共通事項) 図高校生以上即間往復はがき(1事業ごとに1枚2人まで)に「10月9日史跡めぐり」又は 「10月19日歴史講演会」・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号(全て全員分)と返信用に あて先を明記し、〒113-0033文京区本郷4-9-29文京ふるさと歴史館☎(3818)7221へ

文の京・ドイツ文化講座 Ext-ムページ▼

15:00~16:00 小学1~3年生

③15:00~16:00 小学4~6年生

伝統的食文化から最近の

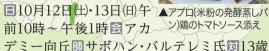


②12:45~14:15 小学生 314:20~15:50 小学生

会シビックセンター5階区民会議室団持田節子 氏(ドイツビジネススクール元講師) 図区内在 住・在勤・在学者定50人(抽選)¥500円申問往 復はがき又は四(件名に「ドイツ文化講座(第6 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・メールアドレスと返信用にも あて先を明記し、〒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■b-dondon@city.bunkyo. lg.jpへ▼10月10日休必着



区内唯一の大使館、 ナン共和国のシェフが教 えるベナン料理に挑戦し てみませんか。



デミー向丘師サボバン・バルテレミ氏図13歳 以上の区内在住・在勤・在学者 230人(抽選) ¥ 無料申問往復はがき(1人1枚)に「ベナン料理

▲アタ(お豆のナゲット)

▲タレタレ



る(ブルース・ワルツを除く)

教室」・希望日時(両日も可)・ 住所(郵便番号・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(申込時)・電話番号・メー ルアドレスと返信用にもあ て先を明記し、〒112-8555 文京区アカデミー推進課都 市交流担当☎(5803)1310 へ(区ホームページからも申

(バナナフリッター) 込可) 9月25日(水)必着

ラのコ メ歌 法コモ どの ゴ歌ッ

紹日歌ズク介本、。を

日当事春信氏名復5

チの月 た特殊など

時 メンニン

師ラ時

団 10 1



シ引

ビックを選手円(を)

☆金方記号団金入各プ活行ミ▽

全学

ッ500学指以か 1

円席生ほレ

合負新バ尾地凱



ク円生定上対ナンン杉民ド





】B·ボ ルデネ



申込

メ締切

▲文京アカデミ ホームページ

☆文京区国民健康保険の加入の届出は、社会保険等の資格喪失日や転入日から 14 日以内に行いましょう。 ☆文京区庁舎・文京区議会では、省エネルギー対策として、室温調整・昼休み一斉消灯などの取組みをしています。 き

知っトク Bunkyo

図区内在住・在勤・在学の各障害者足各15人(抽選)申問電話又は四に60歳別♪□

会場 参加費 締切

500円

教育センター 週〒113-0034文京区湯島4-7-10教育センター☎(5800)2591 **-**

やってみましょう楽しい実験配

①10:00~12:00 ②14:00~16:00

教育センター

水の不思議/おもしろ楽器を作ろう

区内在住・在学の5歳~小学生

(小学2年生以下は保護者同伴)

※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

F113-0022 千駄木3-2-6 良い人間関係づくりをめ (10/14除く)

外国の方々へのおもてな

やさしい活用術~(全3回)

座(初級編)(全4回)

グ講座"(全4回)

ヨガ体験(全4回)

ヨガ体験(全4回)

音羽地域店駅センター 〒112-0013 音羽1-22-14 ~用具を使って楽しく運 10:30~11:30 10:30~11:30

動~(全4回)

ゆったりストレッチ教室

し・英語のアプリで道案内 10/1~15の火曜

おりがみ会館の折り紙講 10/3~24の木曜

職場や地域活動で活かす 10/6~27の日曜

ための"ボイストレーニン 10:00~12:00

老い仕度講座「病気と付き 合う 人生の最期にたいせ 10/5仕) 14:00~15:30

女性のためのはじめての 10/9~30の水曜

男性のためのはじめての 10/9~30の水曜

超入門編~スマホで一番 14:00~16:00

※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

無料

27金8:30から電話で 往復はがきに (13は保護者も)と (13年) (13年) (15年) (15年

10/4金

10/4金 筆記用具

教育センター専門指導員

記入可)・学校名・学年を明記し、教育センターへ

からも申込可) ※「老い仕度講座」病気と付き合う 人生の最期にたいせつなこと』」は電話でのみ申込可

14:00~16:00

14:00~16:00

10:00~12:00

14:00~16:00

図区内在住・在勤・在学者囲往復はがきにᡂ別♪□~50を明記し、会場の地域活動センターへ郵送又は持参(「外国の方々への

おもてなし・英語のアプリで道案内 超入門編」、「職場や地域活動で活かすための "ボイストレーニング講座"」は区ホームページ

~③・⑤を明記し、リアン文京☎(5940)2822㎞(5940)2823へ

福祉

センタ・

障害者



民センター師星野哲氏(立教大学社会

童謡となつかしい歌の会 ■9月27日 金午前10時~11時30分

会福祉センター湯島図60歳以上の区 内在住者¥無料申当日直接会場へ問 福祉センター湯島☎(3814)9245

フミコムcafe

障害者対象講座

教室名

カラオケ上達教室

肢体不自由者対象

視覚障害者対象

内部障害者対象

内部障害者対象

精神障害者対象

タブレット(iPad)

ヨガ教室

料理教室

体験教室

日日時

会

会場

(敬称略)

知的障害者対象

「終活」から「集活」ヘーライフエンディ ングを支える「つながり」を考える一 ■9月18日(水)午後7時~8時30分会区

10/12(+)

14:00~16:00

10/24(木)

10/26(土)

0:00~12:30

10/9(zk)

14:00~16:00

10/23(水)

3:30~15:30

10/24(木)

13:30~14:30

第11回

子ども科学カレッジ

10/12(土)

10:00~12:00

音響学:音はどう研究

中央大学理工学部精密機械工学科

教授 戸井武司

区内在住・在学の

教育センターへ

ふれあいサロン

タ見地域活動センタ-

湯島地域活動センター

大原地域活動センター

礫川地域活動センター

音羽地域活動センター

☎03(3943)0621

☎(3813)6554

☎(3946)8594

〒112-0002

☎(3813)3638

締切

問合

電子

〒113-0033 本郷7-1-2

〒112-0011 千石1-4-3

されているか

3:30~15:00

デザイン研究所研究員) 図どなたでも ¥無料甲当日直接会場へ問社会福祉 協議会地域連携ステーションフミコム **3**(3812)3044

■10月11日逾午前10時~11時30分 どもたちが社会に出て求められる力を つける家庭教育師滝井章氏(都留文科 大学教養学部学校教育学科特任教 区内在住・在勤者定100人(先着順)¥ 無料田当日直接会場へ固教育総務課

第5回家庭教育講座

会アカデミー文京内算数を通して、子 授) 図年中児から中学生を子育て中の

10/17 汗拭きタオル・飲み物

可)、筆記用旦

10/17 汗拭きタオル・飲み物

※動きやすい服装で参加のこと

10/15 エプロン、三角巾、ふきん2枚、

10/11 手鏡(コンパクト程度の大きさ

休 ※動きやすい服装で参加のこと

子どもパソコン教室 🛐

10/19生)13:30~15:30

10/26生)13:30~16:00

(全2回)

ロボットプログラミング

〜組み立てたブロックをプ

ログラミングで動かそう~

区内在住・在学の

小学4~6年生

カウンセリング入門〜より 9/30〜10/28の月曜 🛂家庭・職場・学校・地域など毎日の生活に役立つカウンセリングの基

選) ¥無料 ≥ 9/20 金 必着

知的障害者·児 移動支援従事者養成研修

でに電話又は四で教育総務課へ

地域教育支援担当☎(5803)1302四

※2歳以上は保育あり(申込順、定10

人)、10月3日休までに電話又は四で

※手話通訳の希望者は、9月26日休ま

(5803) 1366

教育総務課へ

■10月12日出・13日(日)午前10時~午 後5時(ほかに施設実習が1日あり。日 時相談可) 会障害者会館 对知的障害 者・児に対する移動支援サービスに従 事する意思のある方屋30人(申込順) ¥3,000円申問電話又は郵送・四に 6面記別▶11~5を明記し、〒112-0012 文京区大塚4-21-8文

京槐の会☎(3943) 4300 (3943) 4330 \ (右記二次元コードから も申込可) ≥ 10月9日(水)

必着 ※研修修了後、修了証を発行し、区内 で知的障害者・児の移動支援サービス に従事することが可能

うちは本当に大丈夫?スマホと 性暴力から子どもを守るには 配

■10月12日出午後2時~4時会男女 平等センター内スマートフォンによるプ ライベートな写真の悪用を防ぐ方法な ど師金尻カズナ氏(ポルノ被害と性暴 力を考える会理事)ほか対どなたでも 定80人(申込順) ¥無料申問往復はが きに6配込例▶Ⅱ~5を明記し、〒112-8555文京区総務課ダイバーシティ推 進担当☎(5803)1187四(5803) 1331へ(区ホームページからも申込み 可) ≥ 10月10日休必着

※手話通訳·託児(1歳~就学前児)希 望者は10月3日休)午後5時までに電話 又は四で上記へ(定員あり)

フラワーアレンジメント教室

■10月17日休①午前10時~正午②午 後1時30分~3時30分③午後6時~ 8時会目白台交流館内ハロウィンアレン ジ師水野エイジ氏図区内在住・在勤・在

礎を学ぶ団法林孝子(話し方ネットワーク)屋12人(抽選)¥400円(初回

☑東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を間近に控え、東京

を訪れる外国の方々に対するおもてなし(区内施設等への道案内)を出来

|るようにするための講義師ソフトバンクスマホアドバイザー屋16人(抽|

四上質な紙を使い、季節感のある折り紙を楽しむ闘お茶の水おりがみ会

※木工用ボンド、ハサミ、爪楊枝、ピンセット、定規、筆記用具、持ち帰りの袋を

四話すための発声や滑舌方法のコツなどを学ぶ師世弥きくよ(舞台女優)

図誤嚥・口腔ケアなど、病気や加齢で食事が取れなくなった時の人生の選択

| 肢を学ぶ師吉田勝俊(慈愛病院院長) 定25人(申込順) ¥無料申9/17火

10:00から電話で高齢者あんしん相談センター富坂分室☎(5805)5032へ

(日本体育協会公認)足10人(抽選)¥400円(初回納入)≥9/30例必着

(日本体育協会公認) 屋8人(抽選) ¥400円(初回納入) ≥9/30 川必着

※動きやすい服装、タオル、飲み物(水分補給用)を持参

※動きやすい服装、タオル、飲み物(水分補給用)を持参

10/11~11/1の金曜 図351年採出長いにアルフリント 351年第110/11~11/10金曜 す 10/11~11/10金曜 す 10/11~11/10金曜 す 10/11~11/10金曜 10/11~11/10金۳ 10/11~11/10金8 10/10金8 10

四正しい姿勢と呼吸法を習得することで心身のバランスを整える団岩本正子

内正しい姿勢と呼吸法を習得することで心身のバランスを整える師岩本正子

■3B体操用具(ボール・ベル・ベルター)を使用し、音楽に合わせて身体を動か

☑10/1火必着 ※動きやすい服装・靴、タオル、飲み物(水分補給用)を持参

館講師屋15人(抽選) №1,200円(教材費込、初回納入) №9/21出必着

定10人(抽選)¥500円(初回納入)≥9/20金必着

学者定各40人¥1,800円(教材費)申 問9月26日休午前9時から電話又は直 接目白台交流館☎(5395)9141へ



東京2020応援プログラム 第274回シビックコンサート ランチタイム・ジャズ

■9月25日(水)午後0時15~45分会区民 ひろば(シビックセンター地下2階) ▷演 奏 SHOBI JAZZ ENSEMBLE(尚美 ミュージックカレッジ専門学校ジャズ・ ポピュラー学科) 至無料田当日直接会 場へ間(公財)文京アカデミーホール事業 係☎(5803)1103

文京区民吟剣詩舞道大会 観覧のお知らせ

■9月29日(日)午前10時~午後5時会 シビックホール小ホール四区内で活動 する吟詠・剣舞・詩舞サークルの発表 図どなたでも¥無料定325人(全席自 由)甲当日直接会場へ間アカデミー推 進課文化事業係☎(5803)1120

元気ニコニコ体操10月コース

■9月30日~10月28日の月曜(14日 を除く全4回)①午前9時30分~10時 30分②午前10時50分~11時50分会 江戸川橋体育館四ストレッチ・軽度の シェイプアップ体操等図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・在学者园各50人(申込順) ¥1,240円(保険料込) ■問9月16日 (祝・月)午前10時30分から電話又は 直接江戸川橋体育館☎(3945)4008 ヘ≥9月29日(日)

秋の文化祭

	日時	会場	費用等
華道展	10/4金~6日) 10:00~18:00 (最終日は17:00まで)		
書道展	10/11億~19伍》	シビック、 アートサロン	¥無料
絵画展	10/26辻~11/3(祝・日)		
茶会	10/5仕・6円 10:00~15:00 (定員になり次第終了)	アカデミー 文京	定各日150 人(先着順) ¥1席200円

※10/13(日)15:00~16:00 末永神川氏·尾上 白邨氏(文京区書道連盟)による作品解説あり 問アカデミー推進課文化事業係☎ (5803)1120

料理人たちが作る! 子ども食堂ランチ会

■10月6日印①午前11時②正午③午 後1時会男女平等センター四料理人た ちが調理した料理で子ども食堂を体験 初めて参加する方優先、小中高生の参 加可) ¥子ども無料、大人300円申問 9月15日(日)からエールに<mark>値記ス例▶□~5(3</mark> は参加者全員、団は子ども)を明記し、 子どもを守る目コミュ@文京区☎ (5976) 1680 jffmamorume 580@ gmail.com^

※当日和室で紙芝居やキッズヨガなど の予定あり

※時間指定は不可、参加時間は追って

*「子ども食堂」…孤食の子どもたち等に無料又 は安価で食事を提供する取組

特別公開講座「歩く、触る、 創る-2020東京オリパラ を迎える前に」

はがき・FAX

などの 記入例

■10月11日逾午後2時~3時30分会 スカイホール四全盲の講師の体験談か ら「障害」を異文化ととらえる新しい視 座を提案師広瀬浩二郎氏(国立民族 学博物館准教授) 図15歳以上の区内 在住・在勤・在学者(中学生を除く) 定70人(抽選) ¥無料申問往復はがき に6配入例♪□~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(公財)文京アカデミー学習 推進係☎(5803)1119へ(文京アカデ ₹—**I**https://www.b-academy.jp/ からも申込可) 29月30日(月)必着

※手話通訳あり、詳細は文京アカデミ -**2** (5803) 1341 \wedge

※3~6歳の就学前児の無料保育あり (屋3人)。希望者は朱書きで「保育希 望」・子どもの氏名(ふりがな)・性別・年 齢を記入

※受講は当選者本人に限る

▷協力 文京アカデミア生涯学習司の会

巨木スタンプラリーイン東大

東京大学本郷キャンパス内で、クイ ズに答えながら樹木のスタンプを集め て記念品をもらおう。

■10月27日(日)午前10時~午後3時対 区内在住・在学の小学生と保護者定 175組(抽選)¥無料申問往復はがき (1家族1枚)に60記入例 1~3・5(3は 児童及び保護者)と⑥学校名・学年を 明記し、〒112-8555文京区みどり公 園課緑化係☎(5803)1254へ▼10月 4日金必着

※児童のみや自転車での参加は不可

親子すくすく教室(第3期) 配

■11月5日~12月10日の火曜、午前 10時40分~11時40分(予備日12月 17日) 会後楽公園少年野球場図3歳 以上(12月末時点)の未就学児と区内

会場・問合せ

☎(3828)2070

太駒込図書館

水道端図書館

千石図書館

☎(3946)7748

根津図書室

9/22(日)

☎(3945)1621

在住・在勤の保護者屋20組40人(抽 選)¥1組500円(保険料)申問6配入例> □~5(②・3は保護者名も)と6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▶9月 30日(月)必着

2住所

4 年齢

※往復はがきの場合、返信用にもあて先を明記

6その他(詹鵬)

3氏名(ふりがな)

5電話番号

1人(組)1枚

※天候や行事等により、中止・延期とな る場合あり

ラグビーワールドカップ2019TM パブリックビューイング **一日本対ロシアー**

■9月20日俭開会式=午後6時30分、 試合開始=午後7時45分(開場午後6 時) 会東京ドームシティ・ラクーアガー デン(春日1-1-1)図どなたでも定約 200人(先着順) ¥無料申当日直接会 場へ問スポーツ振興課スポーツ振興係 **3**(5803)1308

第35回文京区心身障害者・児 通所施設合同運動会

■10月5日出午前10時15分~午後2 時45分(雨天中止)四区内10か所の心 身障害者・児通所施設の合同運動会 会六義公園運動場甲間障害福祉課障 害者在宅サービス係☎(5803)1212 \square (5803) 1352 \wedge

※施設利用者以外の障害者の方が参 加できる競技(徒競走、パンくい競争、 玉入れ)あり、参加希望者は9月27日 金までに電話又は™で上記へ

トヨタ自動車アンテロープス 観戦イベント 配

女子バスケットボールを応援しよう! ■10月10日(木)·11日(金)午後7時試合 開始 会大田区総合体育館(大田区東 蒲田1-11-1) 現地集合國区内在住・ 在勤・在学者屆各日50人(抽選)¥無 料(交通費は各自負担) 田間往復はが き(1枚5人まで)に<mark>6配入例▶</mark>Ⅱ~5(2・

内容·講師(敬称略)·対象·定員等

図『ドクター・ドリトル』(1998年)▷監督 ベティ・トーマス

図『じゃじゃ馬ならし』図中学生以上図50人(先着順)団当日直

四音楽が流れアロマが香る室内で読書など思い思いの時間を

しもう!』) 図どなたでも屋30人(先着順) 田当日直接本駒込図

四フラワーアレンジメントの体験教室師国際こども花基金派

四今一番おすすめの本を5分で紹介図どなたでも屋紹介者6人

人(申込順) 19/24火9:00から電話又は直接水道端図書館へ

図『先祖になる』▷監督 池谷薫図どなたでも屆40人(先着順)

図楽しい読み聞かせ・絵本のテーマソング・みんなでおはなし

人(申込順) 19/15(日)9:00から電話又は直接根津図書室へ

14:00~15:30 図どなたでも屋40人(申込順) 19/20 (全):00から電話又は直接

14:00~16:00 過ごす(9月のBGMのテーマは『ワルツとポルカのリズムを楽

14:00~15:00 遣講師國小・中学生(保護者も参加可)屋20人(申込順)田9/15

4:00~16:00 観覧者30人(申込順) 19/18 水9:00から電話又は直接水道端図

13:30~15:00 図「邂逅」(字幕) D出演 シャルル・ボワイエ國中学生以上園40

絵本作家 ナカオマサトシさんのえほん会

旧9:00から電話又は直接本駒込図書館へ

第18回本郷図書館上映会

アロマが香るBGMのある空間

こどもフラワーアレンジメント教室

|接本駒込図書館へ

ビブリオバトル2019

水道端シアター第26回

☆(3824)2608 14:00~15:30 作り回中尾昌稔(絵本作家)図3歳~小学生とその保護者屋70

第96回キネマ千石

14:00~16:00 国当日直接千石図書館へ

⑤は代表者のもの、③・④は参加者 全員分)と⑥参加希望日(在勤·在学 者は勤務先・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ペ▶9月 27日 金 必着

貸し切りバスで行こう! 親子アルバルク東京応援ツアー

■11月10日(日)午前11時30分シビック センター集合会アリーナ立川立飛(立川 市泉町500番4) 园区内在住・在勤・在 学で小学生~高校生の子と保護者 定20組40人(抽選) ¥1組3,500円(往 復交通費、スタンド自由席チケット料金 込) 申問 **二**ル又は **E** 私に **6 6 6 記入例 1** ~ **5** (2・ ③は参加者全員分、⑤は当日連絡のつ くもの)と⑥子の学年(在勤・在学者は 勤務先、学校名も)を明記又は申込書を ™でトヨタツーリストインターナショナ JV☎ (6327) 7363 🖾 (3243) 6605 🖅 tokyo-group@toyotatourist.co.jp \ ▷申込書配布 スポーツ振興課(区ホ ームページにも掲載)▶9月30日(月)▷主 催・企画運営・旅行・実施 文京区・ア ルバルク東京・(株)トヨタツーリストインタ ーナショナル

お知らせ

交流館臨時休館

トイレ洋式化工事のため、休館します。 問各交流館又は区民課地域振興係☎ (5803)1170

	施設・問合せ	休館期間
	白山交流館 ☎(3813)8500	10/4(金)~6(日)
	千駄木交流館 ☎(3821)6695	9/9(月)~11(水)
	一為人下父》此民 □ (3021)0093	10/10(木)~12(土)

区報ぶんきょう特集号 「(仮称)「文の京」総合戦略特集号」を 発行します

9月24日(火)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。

間企画課☎(5803)1126

障害者ピアサポートグループ

「ピア」とは、「仲間」「対等」「同輩」と いう意味です。同じ背景を抱えた障害 当事者同士が、自身の体験や想いを安 心して語り合える場です。

四茶話会、懇親会団下記障害種別に 該当する18歳以上の区内在住・在勤・ 在学者¥無料申当日直接会場へ問障 害者基幹相談支援センター**☎**(5940) 2002 (5040) 2004

2903 (5940) 2904			
日時	障害種別	会場	
①10/4惍) 14:00~15:00	精神	リバーサル (本郷2-25-5角地ビル3階)	
②10/11) 17:00~18:00	高次 脳機能	区民センター	
③10/19生) 13:30~14:30	知的	は~と・ピア2 (小石川4-4-5)	
④10/25惍 17:00~18:00	注意欠如 多動性	区民センター	
※③は家族、支援者の参加可			

第21回根津・千駄木下町まつり フリーマーケット出店者募集

■10月12(土)・13日(日)午前10時~午後 3時(雨天中止) 会根津神社境内划区 内在住・在勤・在学者定各日50店(抽 選、根津・汐見地域活動センター管内

在住者を優先) ▷1店の面積 約3.3 6 ㎡¥各1,000円申問往復はがきに 面 6配入例 ▶ 2 ~ 5 と 6 希望日を明記し、 〒113-0031文京区根津2-20-7根津 地域活動センター内下町まつり実行委 員会事業部会事務局☎(3822)3653 へ▶9月20日金必着

-ジ・携帯版の「雷子申請」は

-クがある記事に限る)

酹

※営利目的の参加は不可

※当選者は10月1日(火)開催の出店者 説明会に参加のこと

シビックホール20周年記念 シビックシアター☆トークショー

「北の国から'87初恋」の上映と

トークショー「倉本聰・人生を語る」 ■11月9日生)午後1時~4時30分会シ ビックホール大ホール

▷出演 倉本聰 (脚本家)、杉田成道(映画監督) 図どな たでも(未就学児不可) 定1,000人(抽 選、区内在住・在勤・在学者を優先) ¥ 無料申問往復はがきに6頭ス例▶11~5 と⑥在勤者は勤務先名・在学者は学校 名を明記し、〒112-0003文京区春日 1-16-21(公財)文京アカデミー学習推 進係☎(5803)1119ペ≥10月15日火 必着

※入場は当選者本人に限る

▷協力 文京アカデミア生涯学習支 援者の会

第10回シエナ de アン・コン! ~アンサンブルコンテスト~ 出場団体募集!

■12月7日(土) 会シビックホール小ホー ル図小学生以上の3~8人のアンサン ブル▷申込書配布 文京アカデミー (HPhttps://www.b-academy.jp/hall/ にも掲載) 間(公財) 文京アカデミーホー ル事業係☎(5803)1103≥10月2日 高 (水)消印有効

※詳細は上記冊を参照

文京区青少年委員会×b-lab

第26回コミュニティプラザ出演者募集 ■2年1月26日(日)午後1時会シビック ホール小ホール四青少年による楽器演 奏・ダンス等の発表図3~25歳の区内 在住・在勤・在学者個人又はグループ 容 定10組程度(抽選) ▷ 持ち時間 1組7 分¥無料申文京区青少年委員会申込 フォーム III https://pro.form-mailer. 師

jp/fms/7012f934174604 (右記二次元コードより申 込可)又は四に60試例 [1] ~5(②は代表者分、グル 回りによる ープの場合はグループ名 ▲ニ次元コード

とメンバーの年齢も)と⑥発表内容を 員 明記し、児童青少年課青少年係四 (5803)1368へ図10月25日金午後 5時間文京区青少年委員会·林☎ 用 committee@gmail.com

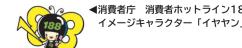
9月24日~30日は結核予防週間です

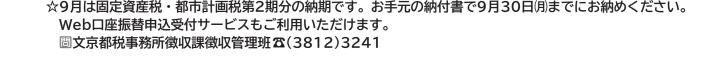
長引く咳は要注意!

今も日本では1日46人の新しい結核 患者が発生し、1日6人が命を落として 問 いる現代の病気です。区では昨年新た 問 に19人が結核と診断されました。2週 間以上続く咳、痰などの症状がある場 配 合、結核を疑って早めに医療機関を受 診しましょう。 問予防対策課☎(5803)1836

請

◀消費者庁 消費者ホットライン188 ☆消費者ホットライン188は、全国どこでも局番なしの「188」でつながります。お近くの消費生活 イメージキャラクター「イヤヤン」 センター等の消費生活相談窓口をご案内し、 消費生活相談の最初の一歩をお手伝いします。







2019 COPD啓発・ ラングウォークin文の京

■10月19日出午前9時~ 午後3時(小雨決行) 会区民 ひろば(シビックセンター地



下2階)四COPD(慢性閉 ▲ニ次元コード 塞性肺疾患)を中心とした呼吸器疾患 の啓発のためのウォーキングイベント (参加者には無料で肺年齢測定を実施) 定300人(申込順) ¥事前申込は大人 1,000円(文京区民500円、小学生以下 無料) 田電話又は mhttps://www.jbreath.jp/field/lung_walk.htmlで日 本呼吸器障害者情報センター・遠山 ☎(5981)1181へ図10月10日休

運動初心者のための 健康スキルアップクラス

※参加費等、詳細は上記へ

3期生(10~12月)

内有酸素運動、筋肉トレーニング、スト レッチを組み合わせた運動師健康運動 指導士¥無料申9月18日似午前8時 30分から電話で各会場へ

健康スキル アップクラス 〜親子編〜	健康スキル アップクラス
10/11・25 11/8・22 12/6・13 (全て金曜)	10/4・18 11/1・15 12/6・20 (全て金曜)
14:00~15:00	10:00~11:30
保健サービスセンター つ (5803) 1807	保健サービスセンター 本郷支所
4~8か月児を持つ 区内在住の保護者	74歳以下の 区内在住者
8組	15人
(申込順、6回通してめて参加する方が値	て参加できる方、初 憂先)
	アップクラス 〜親子編〜 10/11・25 11/8・22 12/6・13 (全て金曜) 14:00〜15:00 保健サービスセンター ☎(5803)1807 4〜8か月児を持つ 区内在住の保護者 8組 (申込順、6回通して

※タオル・飲み物・筆記用具を持参。運動が できる服装で参加

元気でいきいき教室 (おしゃれな歌のサロン)

昔、口ずさんだシャンソンなど、おし ゃれな歌をいっしょに歌いましょう♪ ■10月21日~11月18日の月曜午前 10時~11時30分会福祉センター湯島 図65歳以上の区内在住者定20人(抽 選)¥500円申問電話で福祉センター 湯島☎(3814)9245へ▼10月4日金)

ぶんにこ本富士(認知症カフェ)

落語会で笑って認知症予防

対がたてよう

■10月19日出午後2時30分~4時急 区民センター四前半は桂文生師匠によ る落語会、後半は歯や嚥下の問題があ っても美味しく食べられるソフト食の 試食会図どなたでも 20人(申込順) ¥100円申問高齢者あんしん相談セン ター本富士分室☎(3813)7888へ

尿失禁予防教室

■10月11日金午後2時~4時会アカデ ミー文京四講義と実技「尿失禁予防体 操」師金憲経氏(理学療法士) 図区内 在住の65歳以上の女性屋30人(申込 順) 至無料申問9月17日(火)から健康推 進課地域保健担当☎(5803)1231へ ※動きやすい服装で参加のこと

専門医による 骨粗しょう症健診

■10月17日(水)午後1時~4時(受付は 午後1時45分まで) 会保健サービスセ ンター四身体測定・骨密度測定・医師 の結果説明・保健指導・栄養指導 図20・25・30・35・40・45・50・55・ 60.65.70歳(平成31年4月2日~2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) 定30人(申込順) ¥700円 甲間9月19日休午前8時30分から電 話で保健サービスセンター健康相談係 **☎**(5803)1805**△**

老年学・老年医学公開講座

認知症、こうすれば予防できるい

認知症、こう91037的できる!!		
日時	10/2例 13:15~16:00	
会場	シビックホール大ホール	
内容講師	講演 ①「毎日食べて認知症予防~何食べる? どう食べる?~」 大塚 礼氏 ②「運動実践による認知症予防への 期待」 大須賀洋祐氏 ③「楽しみながらはじめる・つづける 社会参加型認知症予防」鈴木宏幸氏	
定員	1,800人(先着順)	
申込	当日直接会場へ	
問合せ	東京都健康長寿医療センター 	

ストレッチ& コンディショニング

■10月5日~26日の土曜(全4回)会 健康センター図18歳以上の区内在住・ 在勤・在学者屋20人(抽選、初めて参 加する方を優先) ¥2,800円(初回納

麻しん抗体検査及びワクチン接種の費用助成 -

10月1日から定期予防接種の対象(1歳)前である0歳児の麻しん対策として、下 表に該当する同居の方は、区内の指定医療機関で抗体検査が受けられます。また、 十分な量の抗体がない方(EIA法EIA価で16.0倍未満又はPA法で抗体価256倍 未満)は、ワクチン接種費用助成の対象となります。

■2年3月31日火まで(1人1回限り) | 無料問予防対策課 (5803) 1834 ※区内指定医療機関及び詳細は区ホームページ又は予防対策課へ

	麻しん抗体検査	ワクチン(MR又は麻しん)接種
対象	検査当日において20歳以上で区に住民登録があり、0歳児と同居の方 ※麻しんにかかったことがある方、 MR(麻しん風しん混合)又は麻しんワクチンを2回以上接種済みの方を除く	接種当日において、20歳以上で区に住民登録があり麻しん抗体検査を受けた結果、十分な量の抗体がないことが判明した次のいずれかに該当する方 ②左記の抗体検査の結果において、十分な量の抗体がないとされた方 ③左記の対象者で、過去の抗体検査において十分な量の抗体がないことが確認できる方
方法	本人確認ができる書類(運転免許証・健康保険証・パスポート等の原本)及び0歳児と同居が確認できる書類(母子健康手帳、健康保険証等)を持参し、区内指定医療機関へ	(A)の方は、抗体検査実施の区内指定医療機関へ(B)の方は、左記と同様の確認書類と十分な量の抗体がないことが証明できる書類(写しも可)を持参し、区内指定医療機関へ

※妊娠中の方は接種不可

入) 田間往復はがきに(1人1枚) 「スト レッチ&コンディショニング」・住所・氏 名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号 (在勤者は勤務先・所在地、在学者は学 校名)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☎(5803)1805へ▶9 月19日休必着

目からウロコのウォーキング教室

囚初心者向けの効果的な歩き方と正 しい姿勢師健康運動指導士¥無料

日時	10/2冰	10/3休)		
	14:00~15:30	13:30~15:00		
会場	保健サービスセンター	保健サービスセンター 本郷支所		
対象	18~74歳の区内在住者			
定員(申込順)	15人	10人		
申込問合せ	9/17火から電話で保 健サービスセンター ☆ (5803)1807へ	電話で保健サービス センター本郷支所 ☎(3821)5106へ		

※運動しやすい服装・運動靴・飲み物・タオル

高齢者にマッサージのサービス

■9月18日(水)午前10時~午後4時(受 付は午前9時~午後3時。正午~午後1 時は休憩) 含シルバーセンター・福祉セ ンター湯島図60歳以上の区内在住者 定各60人程度(先着順) ¥500円申当 日直接会場へ間高齢福祉課社会参画 支援係☎(5803)1203

※1回40分程度、ジャージ又はTシャ ツ等の軽装で、タオル又は手ぬぐいを2

※住所と年齢の確認できるものを持参 ※施術師の指名は不可

サタデーパパママタイム

四子育てを始めたばかりのパパママ同士 の交流、保健師と助産師による育児相 談対0~3か月の乳児と保護者¥無料

日時	10/5(土)	10/12(土)
	10:30~11:30	
会場	保健サービスセンター	保健サービスセンター 本郷支所
定員	15組(申込順)	
申込問合せ	9/17火から電話で保 健サービスセンター ☎(5803)1807へ	電話で保健サービス センター本郷支所 ☎(3821)5106へ

※バスタオル持参、兄姉の参加不可

ステップ・アップ離乳食

■10月9日(水)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 センター本郷支所四講義「7~8か月児 の離乳食づくりのポイント」対平成31年 2~3月生まれで区内在住の子をもつ保 護者屋各24組(申込順、初めて参加す る方を優先)¥無料申問9月25日(水)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へ ※筆記用具を持参

幼児食講習会

■10月17日休①午前11時~午後0時 30分②午後2時~3時30分会保健サ ービスセンター四講義・幼児食の展示・ 試食・栄養相談図区内在住の1歳児と 保護者定各15組(抽選) ¥無料申問往 復はがきに「幼児食講習会」・保護者と 子どもの氏名・子どもの生年月日・住 所・電話番号・希望時間と返信用にも あて先を明記し、〒112-8555文京区 保健サービスセンター☎(5803)1805 ペ▶9月26日休必着

はじめての離乳食

パパママのご飯と一緒に作る

かんたん離乳食

■10月3日休①午前10時30分~11 時30分②午後1時~2時会保健サービ スセンター四講義「5~6か月児の離乳 食づくりのポイント」図平成31年4月 ~5月生まれで区内在住の第1子の保 護者屋各20組(申込順、初めて参加す る方を優先)¥無料申問9月17日火午 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

定期高齢者インフルエンザ予防接種

接種期間は10月1日(火)から2年1月 31日金までです。

図接種時に文京区に住民登録があり、 12月31日現在、次のいずれかに該当す る方①65歳以上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¥2.500 円(自己負担額) ▷予診票 ①の方へ は、9月下旬に予診票を送付、②の方は 身体障害者手帳を持参の上、予防対策 課又は保健サービスセンター本郷支所 へ申請問予防対策課☎(5803)1834 ※生活保護世帯の方は、生活福祉課で 発行する保護証明書を医療機関に持 参すれば自己負担が免除

10月1日から新たに任意予防 接種費用助成事業を開始します

下表の対象者にインフルエンザワク チンの接種費用の一部又は全額を助 成します

	子どものインフルエンザワクチン		
*****	接種日時点で文京区に住民登録があり、以下の年齢のお子さん		
対象者	生後6か月以上 13歳未満	13歳以上 15歳未満	
助成回数 (年度)	2回まで	1回	
助成上限	2,000円/回		
実施場所	区内指定医療機関		
予診票	実施場所に配置		
助成期間	10/1~1/31		

日時

会 会場

対 象

定員

甪

申 込

*

問

※区内指定医療機関以外で接種する場合は、 助成対象外

※予防接種の区内指定医療機関及び詳細につ いては、予防対策課又は区ホームページを

参昭のこと ※区内指定医療機関の定める接種料金から助 成額(上限2,000円)を差し引いた金額を医 療機関窓口で支払い

平成28年3月に乾燥弱毒生水痘ワ クチンの効能効果に、帯状疱疹予防が 追加され、国内で帯状疱疹ワクチンと して接種できるようになりました。下表 の対象者に乾燥弱毒生水痘ワクチン の接種費用の一部を助成します。

17 E 27/17 1 HI C 27/1/91 0 0 1 7 0		
	帯状疱疹ワクチン (乾燥弱毒生水痘ワクチン)	
対象者	接種日時点で、文京区に住民登 録のある65歳以上の方	
助成回数	1回	
自己負担額	4,000円	
実施場所	区内指定医療機関	
予診票	事前に予防対策課へ問合せの 上、予防対策課で交付	
助成期間	10/1~3/31	
ツロウドウ医療機関以及 不拉種 オス担合け		

※区内指定医療機関以外で接種する場合は、

※予防接種の区内指定医療機関及び詳細につ いては、予防対策課又は区ホームページを 参照のこと

問予防対策課☎(5803)1834

区報は古紙再生紙を使用しています。 印刷物番号 C0119001