



区報 ふんきよ

令和5年 (2023) **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 ☎ **03-3812-7111**
<https://www.city.bunkyo.lg.jp/>

No.1815

■主な内容

文の京 区民平和のつどい…………… 2面
新しい高齢受給者証を送ります …… 2面

後期高齢者医療被保険者証(保険証)をお持ちの方へ… 2面
委員公募 …………… 3面
第38回文京朝顔・ほおずき市 …… 4面

生誕120年 | 森鷗外記念館コレクション展

木 森 茉莉

会期 7月14日(金)
~10月1日(日)

※8月5日(土)は区民無料観覧日(身分証明書持参)

会場 森鷗外記念館
(千駄木1-23-4)

幸福な日々、書くという幸福



▲1957(昭和32)年頃

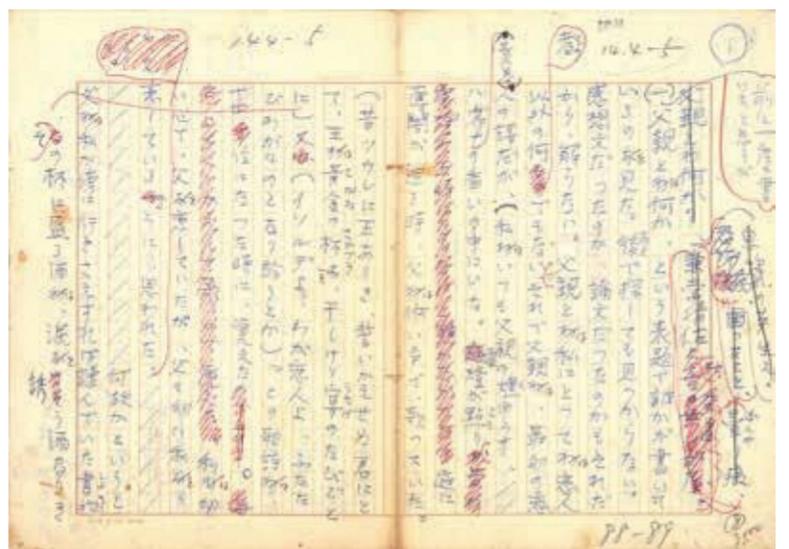


▲1915(大正4)年頃

森茉莉(1903-1987)は、文京区千駄木で、鷗外の長女として生まれました。父からは格別に愛され、「お茉莉は上等」と褒められ、幸福な少女時代を送ります。1922(大正11)年19歳の時に、当時の夫であった山田珠樹の留学するフランスに渡り、渡欧中に鷗外の死を知りました。

夫との離婚などを経て、翻訳、劇評、小説、エッセイなどを書き、鷗外との思い出をまとめた『父の帽子』で日本エッセイスト・クラブ賞を受賞。以後、『恋人たちの森』(田村俊子賞)、『甘い蜜の部屋』(泉鏡花文学賞)、『ドッキリチャンネル』などを執筆。現在も多くの読者を魅了しています。今年は茉莉の生誕120年です。

本展では、館蔵の鷗外資料、茉莉の原稿や著書を通して、観潮楼時代の茉莉、文学者としての茉莉を展覧します。



▲茉莉自筆『週刊新潮連載ドッキリチャンネル』原稿1984(昭和59)年3月29日掲載

■関連講演会・朗読会

申込 往復はがき(1人1枚)又は☑にイベント名・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☑bmk-event@moriogai-kinenkan.jpへ

	関連講演会 「千年に一度の人、 森茉莉の世界」	朗読会 「生誕120年・ 森茉莉の世界」
日時	8/26(土) 14:00~15:30	9/2(土) 18:30~19:45
講師	島内裕子氏 (放送大学 教養学部教授)	渡邊あゆみ氏 (NHKエグゼクティブ・ アナウンサー)
定員 (抽選)	50人	60人
締切 (必着)	8/10(木)	8/19(土)
費用	無料(本展観覧券 又は半券を提示)	1,500円

■コレクション展ギャラリートーク

当館学芸員による展示解説

日時 8月2日(水)、9月6日(水)午後2時~2時30分
費用 無料(当日の展示観覧券が必要)
申込 当日直接展示室へ

■夏の子ども向けギャラリートーク

当館学芸員と共に鷗外の生涯(常設展示)をめぐる

日時 8月19日(土)午前11時~11時30分
対象 小学4年生から **費用** 無料
申込 当日直接展示室へ(高校生以上は当日の展示観覧券が必要)

開館案内

時間 午前10時~午後6時(最終入館午後5時30分)

休館日 7月24日(月)・25日(火)、8月21日(月)・
22日(火)、9月25日(月)・26日(火)

入館料 300円

- 20人以上の団体=240円
- 中学生以下・障害者手帳などご提示の方と介護者1人無料



▲森鷗外記念館

問合せ 森鷗外記念館 ☎ 03-3824-5511

☆区報は、町会・自治会などを通して配付しています。
そのほか区内の駅・区の施設・郵便局などに置いてあります。

★本号は、6月29日時点の情報で作成しています。

文の京 区民平和のつどい

文京区非核平和都市宣言40周年を迎えるに当たり、改めて戦争の悲惨さや平和の大切さを考えてみませんか。
何だなたでも無料当日直接会場へ



Table with columns: 日時, 開場時間, 会場, 内容, 定員. Includes events at 森公園, シビックホール, and アートサロン.

問総務課総務係 ☎03-5803-1139

新エネルギー・省エネルギー設備設置費 助成第2期受付開始

地球温暖化の原因となる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・自然冷媒ヒートポンプ給湯器(エコキュート)・高日射反射率塗料
助成対象設備の設置等完了後、申請書及び必要書類を設備設置日に応じた申請期間内に直接環境政策課 ☎03-5803-1276へ(郵送不可)
▶パンフレット配布 環境政策課・地域活動センターほか(区にも掲載)



Table with columns: 設備設置日, 申請期間. Lists dates for 第1期, 第2期, and 第3期.

※土・日曜、祝日、12/29~1/3を除く ※詳細は区にも参照 ※各種類併用可能

政治家の寄附禁止(夏季)

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。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)暑中見舞等

問選挙管理委員会事務局 ☎03-5803-1287

後期高齢者医療被保険者証(保険証)をお持ちの方へ

5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(火)から使用する新しい保険証(水色)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
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、5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
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、5年度も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。

自己負担割合の判定基準

Table with columns: 自己負担割合, 5年度住民税課税所得(4年1~12月の所得から算出). Rows for 3割, 2割, and 1割.

※住民税非課税世帯の方は、上記に関わらず1割負担となる

問国保年金課高齢者医療係 ☎03-5803-1205

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、誕生月(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、5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。

問国保年金課国保資格係 ☎03-5803-1192

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

5年度の決定通知書兼納入通知書を7月14日(金)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

Table showing insurance fee calculation: 保険料額(年額) = 均等割額 + 所得割額. Values: 100円未満切捨て 限度額66万円, 均等割額 被保険者1人当たり 46,400円, 所得割額 賦課のもととなる 所得金額* × 所得割率 9.49%

*賦課のもととなる所得金額: 前年の総所得金額、山林所得金額及び株式・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43万円)を控除した額(雑損失の繰越控除額は控除対象外)

納付方法

●特別徴収

次の全てに該当する方は、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、年金からの引落としを口座振替に変更可(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)

●普通徴収

「特別徴収」に該当しない方は、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。

Table with columns: 軽減措置, 対象となる条件. Rows for 均等割額の軽減, 所得割額の軽減, 被用者保険の被扶養者であった方への軽減.

※1 詳細は区にも参照又は東京都後期高齢者医療広域連合にも参照

※2 詳細は保険料額決定通知書裏面を参照

※3 税申告を3/16(木)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

問国保年金課高齢者医療係 ☎03-5803-1198

凡例 日 日 時 会 会 場 内 容 師 講 師 対 対 象 定 定 員 費 費 用 申 申 込 締 締 切 問 問 合 合 せ 頁 頁 ホームページ



「区報ぶんきょう」を多言語版アプリ(Catalog Pocket)で配信中!



発熱・のどの痛み・倦怠感などの症状があるときは

- 体調に応じて、事前に電話連絡のうえ、医療機関を受診
 - 国が承認した抗原検査キットを用いて、ご自身で検査を行い、症状が重いなど受診が必要と感じたら医療機関を受診
- ※高齢者、基礎疾患のある方、妊婦の方は医療機関の受診が推奨されています。 ▲詳細は区HPへ



受診先

かかりつけ医のいる方

事前に電話で相談し、かかりつけ医を受診

かかりつけ医のいない方

右記相談先で医療機関の紹介や療養方法の案内等を実施

相談先

- 東京都新型コロナ相談センター ☎0120-670-440(24時間)
- 文京区新型コロナ相談窓口 ☎03-5803-1824 (平日午前9時～午後5時)

マンション管理計画認定制度を開始しました

マンションの管理計画が一定の基準を満たす場合に、適切な管理が行われているマンションとして、区から認定を受けることができます。

区分譲マンションの管理組合の管理者など申請マンション管理センターが提供する管理計画認定手続支援サービスから申込[申込方法]マンション管理センター企画部管理計画認定手続支援サービス ☎03-6261-1274[制度]住環境課管理担当 ☎03-5803-1374



Oosトーク 地域がつながるイベントの魅力語る

8月10日(休)午後7時～8時30分 大塚地域活動センター 昨年開催された「小石川植物祭」の運営者から、地域で新たなつながりと学びを生み出すために大切にしていることを知る 小石川植物祭実行委員会 区内在住・在勤・在学者 30人(申込順) 無料申込 ①にイベント名・氏名(ふりがな)・電話番号・メールアドレス・在住・在勤・在学の別を明記し、大塚地域活動センター ☎03-3947-2624 otsukaop@gmail.comへ(申込フォームからも申込可)



小石川植物祭ボランティア募集

11月3日(祝)～5日(日) 小石川植物園ほか ①当日のサポート ②開催に向けた業務等運営のサポート ③どなたでも申込フォームから申込 小石川植物祭実行委員会ボランティア窓口(事務局 KASA) shokubutsusai.volunteer@gmail.com 8月31日(休)



▲申込フォーム

文京ecoカレッジ 環境ライフ講座(全7回)

環境保全を専門家とともに学び、受講生同士で考え、活動・発信の実践力を習得する講座です。

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(出)からはがき・封筒又は「環境ライフ講座」住所(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名も)・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・メールアドレスを明記し、〒105-0004港区新橋1-18-12新橋一丁目ビル7階(本社)環境教育振興協会 ☎050-3699-0112 ☎03-3593-0063 ecolife@eepa.or.jpへ



日時	会場	内容
8/ 5(土) 14:00～16:00	区民センター	▶生物多様性 区の生物とその多様性、共生について理解を深め、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
26(土)		▶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て実践する・続けるヒントを見つける
9/ 9(土) 14:00～16:30		▶情報リテラシーの講座・ワークショップ 自然や環境のことを身近なこととして捉えられるよう環境保全に関する啓発物を作成
23(祝・土)		▶資源循環 プラスチック汚染問題、食品ロス問題を例に、資源の面からスマートな社会にしていこう方法を探る
10/14(土) 14:00～16:00	シビックセンター内会議室	▶環境イベントの展示準備 発信力向上に関する知識や情報を学び、環境イベントでの出展に向けた準備を行う
28(土)		▶環境イベント開催 環境イベントへの出展・見学 修了式
11/ 3(祝・金) 10:00～15:00	シビックセンター内会議室	
15:30～17:00		

※オンライン開催となる場合あり ※筆記用具を持参

明るい選挙啓発ポスター作品募集

▶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 対区内在住・在学の小・中・高校生 10名作品を郵送又は直接〒112-8555文京区選挙管理委員会事務局 ☎03-5803-1287へ 9月8日(金)必着



▲4年度文京区最優秀賞 松崎 友蘭さん (第十中学校)の作品

注意事項

- ・作品の裏面右下に「学校名」「学年」「氏名(ふりがな)」を明記
- ・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)
- ・特定政党や個人にかかわる表現は不可

4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HPで公表しています。また、区が保有している個人の情報は、個人情報保護法に基づいて保有個人情報の開示等請求ができます。

行政情報の公開請求件数

請求件数	627
公開	全部 264
	一部 296
非公開(不存在を含む)	67

個人情報の開示等請求件数*

開示請求件数	112
開示	全部 53
	一部 37
非開示(不存在を含む)	22
訂正請求件数	0
削除請求件数	0

総務課 情報公開・法務担当 ☎03-5803-1381

*個人情報保護条例(令和5年3月31日廃止)に基づく開示等請求件数

経営相談支援補助金

申請書を郵送で〒112-8555文京区経済課産業振興係 ☎03-5803-1173へ▶申請書配布 経済課(区HPにも掲載) 6年3月31日(日)消印有効



対象者	中小企業基本法に定める区内中小企業者(個人事業者又は法人事業者) ※中小企業と同規模の特定非営利活動法人及び一般社団法人・財団法人・社会福祉法人・医療法人等を含む
助成対象	(1)4/1以降発生した次のいずれかに該当する専門家利用による経費(顧問契約に基づく相談を除く) ①経済変動に対応するための事業再興に向けた事業計画、販促計画等を策定するための相談費用等 ②各種補助金等の申請にあたって専門家の支援を受けた際の費用(区が実施している補助金は除く) ③事業再興やインボイス対応と関連した経営改善のための経営相談に係る費用 (2)4/1～6年3/31に支払った電力・ガス・燃料等に係る経費 ※①の補助金を活用した場合に限る
助成内容	(1)上記①～③の合計額(1事業者あたり上限10万円) (2)経費の50%(1事業者あたり上限10万円)

※申請は1事業者1回のみ

※活用の対象となる専門家は行政書士・公認会計士・税理士・社会保険労務士・中小企業診断士・民間コンサルタント等

委員公募

都市計画審議会

都市計画法に基づき設置する都市計画審議会において、区長から諮問された都市計画等に関する事項について審議します。

対18歳以上の区内在住者(区職員、区議会議員及び区の審議会等の委員に2つ以上在籍している方を除く) 3人以上▶2年間(10月1日～7年9月30日)▶選考 書類審査・面接(8月下旬予定)▶会議 年3回程度▶謝礼 1回2,000円▶申込書と作文(テーマ「都市計画についての私の意見」800字程度)を郵送・又は直接〒112-8555文京区都市計画課庶務担当 ☎03-5803-1234 ☎03-5803-1358へ▶申込書配布 都市計画課・シビックセンター1階パンフレット台・行政情報センター・地域活動センター(区HPにも掲載) 7月28日(金)必着 ※委員となった方の作文は氏名を含めて公開対象



屋内でも熱中症に注意！

家の中では夜間でも昼間の熱がこもるため、寝ているうちに熱中症になることがあります。屋内ではエアコン等を活用し、熱中症を予防しましょう。
 健康推進課 ☎03-5803-1231



詳細はこちら▶

熱中症予防行動

- 温度計で室温を測定し、「28℃」に冷房等で調整する
- エアコンの気流の流れや風量を工夫する
- 窓からの直射日光を避け、エアコンと扇風機を併用する
- 湯沸かし器やガスコンロなど熱を発生する機器を居室から遠ざける



令和5年7月10日

ふんさと歴史館
臨時休館

施設の改修工事のため休館します。
 7月25日(火)、9月5日(火)ふんさと歴史館 ☎03-3818-7221
 ※7月以降も改修工事とならぬ臨時休館あり。日程等詳細は、決まり次第区☎でお知らせ



小・中学生のための歴史教室

ブンタを探せ！歴史館クイズラリー

展示室のチェックポイントを回って、区の歴史や展示についてのクイズに挑戦しませんか。参加者に歴史館オリジナルグッズをプレゼントします。

7月27日(木)～8月31日(木)午前10時～午後5時(午後4時30分まで受付)▶休館 月曜 ☎ふんさと歴史館 小・中学生 ☎無料 ☎当日直接会場へ ☎ふんさと歴史館 ☎03-3818-7221



▲歴史館キャラクターブンタ

8月5日(土) 区民無料観覧日

区内在住・在勤・在学者は、常設コーナー、コレクション展を無料で観覧できます。
 ※身分証明書持参

夏のジュニア講座

「文豪だって、不安だった！ 鷗外と考える、先の見えない時代の歩きかた」

8月5日(土)午後3時～4時 ☎森鷗外記念館 ☎開幕から明治の激動のなかで、森鷗外が先の見えない時代をどう歩き、自分の将来をどう決めようとしたのか考える ☎出口智之氏 (東京大学准教授) ☎中学生 ☎45人(抽選) ☎☎☎に「夏のジュニア講座申込」・氏名(ふりがな)・学校名・学年・電話番号を明記し、森鷗外記念館 ☎03-3824-5511 ☎bmk-event@moriogai-kinenkan.jpへ ☎7月20日(木) ※1週間程度で参加証(応募多数の場合は抽選結果)をメールで送付



▲出口智之氏

体験型 防災アトラクション

防災王2023 水害対策編(オンライン開催)

迫り来る制限時間内に多くの謎を解き、水害対策に必要な知識を身につけましょう。アンケートにご回答いただいた方から抽選で、備蓄食品を詰め合わせた賞品をプレゼントします。

8月26日(土)①午前10時～11時30分②午後1時～2時30分③午後3時15分～4時45分 ☎区内在住・在勤・在学者 ☎各150組(申込順) ☎無料 ☎7月20日(木)午前10時から特設サイトから申込 ☎防災課 ☎03-5803-1745
 ※申込方法等詳細は特設サイト参照



▲特設サイト

魚沼湖上手漕ぎボート体験とコケテラリウム体験

日時	9/2(土) 12:30 やまびこ荘集合ー昼食ーコケ採集、やまびこ荘にてコケテラリウム作り 3回 手漕ぎボート体験ー昼食ーやまびこ荘で入浴、深雪の里で買い物ー14:00 解散
送迎	【迎えバス】12:26 小出インターチェンジ着 高速バス 11:43 浦佐駅着 【送りバス】14:51 小出インターチェンジ発 新幹線 15:01 浦佐駅発
定員	25人程度(抽選)
費用	① 区内在住者 大人13,350円 子ども10,900円 ② 区内在勤・在学者 大人14,550円 子ども11,700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、参加費大人7,700円、子ども7,000円(各種体験料・昼食料・保険料等)、入湯税150円(大人のみ)の合計 ※現金のみ、カード不可
持ち物	濡れてもよい服装(水着推奨)、マリンシューズ又はサンダル、歩きやすい靴(スニーカー等)、タオル、帽子、サングラス、雨具、カメラ、常備薬等
ツアー申込問合せ	☎電話でやまびこ荘ツアーダイヤル ☎0120-801-523(毎日8:00～21:00)へ ☎7/30(日) ※抽選結果の確認は7/31(月)以降、各自でやまびこ荘へ問合せ(抽選結果の連絡はなし)
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)

※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)
 ※料金はすべて税込み。大人は中学生以上、子どもは3歳～小学生
 ※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があります)
 ※山村体験交流事業についての問合せは区民課 ☎03-5803-1169へ

第18回 ふみ みやこ 夏の京カレッジコンサート

9月16日(土)午後2時 ☎シビックホール小ホール▶出演 都内大学・専門学校の音楽サークル8団体程度 ☎どなたでも(未就学児入場不可) ☎200人(先着順) ☎無料 ☎当日直接会場へ ☎公財)文京アカデミーホール事業係 ☎03-5803-1103

第九中学校避難所総合訓練

避難所開設キットを使用した避難所運営訓練の見学や、アルファ米を使った炊出し訓練、地震体験車、防災クイズスタンプラリー等を体験できます。
 7月23日(日)午前10時～11時30分 ☎第九中学校 ☎どなたでも ☎当日直接会場へ ☎防災課 ☎03-5803-1746

第284回シビックコンサート 声楽コンサート

7月26日(水)午後0時15分～0時45分 ☎区民ひろば(シビックセンター地下2階)
 ▶曲目 滝廉太郎/花、荒城の月、山田耕稼/鐘がなります、この道ほか▶出演 東邦音楽大学大学院声楽専攻生 ☎どなたでも ☎無料 ☎当日直接会場へ ☎公財)文京アカデミーホール事業係 ☎03-5803-1103

沖縄県うるま市シティプロモーション

現代版組踊「肝高の阿麻和利」東京公演 無料観覧案内

シビックホール大ホール▶出演 現代版組踊「肝高の阿麻和利」☎区内在住・在勤・在学者 ☎各100人(申込順) ☎無料 ☎専用サイトから申込 ☎7月25日(火)

第1回	8/20(日)	13:00開演(12:00開場)
第2回		18:00開演(17:00開場)
第3回	21(月)	11:00開演(10:00開場)
第4回		15:00開演(14:30開場)



うるま市シティプロモーション事業委託事業者(一社)TAO Factory ☎098-983-0144
 ※3歳未満は膝上鑑賞可 ※詳細は申込サイト参照

申込サイト▶

親子いっしょに！工作教室

8月5日(土)午前10時30分～11時30分 ☎勤労福祉会館 ☎おりがみの切り絵でオリジナルタンブラー作り ☎勤労福祉会館職員 ☎小学生以下の子と保護者 ☎10組(申込順) ☎300円 ☎☎電話で勤労福祉会館 ☎03-3823-6711へ
 ※はさみを持参



ジュニア写真教室

文京区観光写真コンクール審査委員長の高村達氏によるジュニア向け写真教室を開催します。小石川後樂園で楽しく写真の撮り方を学びましょう。
 8月5日(土)午前(2時間程度) ☎小学4年生～中学3年生(保護者1人同伴可) ☎15人(抽選) ☎500円 ☎☎応募フォームから申込 ☎7月18日(火) ☎文京区観光協会 ☎03-3811-3321
 ※7月21日(金)までに応募者全員に抽選結果をメールで通知
 ※小石川後樂園の入園料は自己負担(小学生以下及び都内在住・在学の中中学生=無料)
 ※希望者にはカメラの貸出あり
 ※東京ドーム内会議室での座学あり



▲応募フォーム

響きの森クラシック・シリーズVol.78

6年1月20日(土)午後3時 ☎シビックホール大ホール
 ▶曲目 ラフマニノフ/ピアノ協奏曲第2番、ドヴォルザーク/交響曲第9番「新世界より」▶出演 小林研一郎(指揮)、松田華音(ピアノ)、東京フィルハーモニー交響楽団(管弦楽) ☎全席指定S席5,500円、A席4,500円、B席3,500円 ☎8月6日(日)午前10時からシビックチケット ☎03-5803-1111(窓口・電話)で発売 ☎公財)文京アカデミーホール事業係 ☎03-5803-1103



▲小林研一郎氏 ©K.Miura

区民先行予約(1日限り)
 7月29日(土)午前10時～午後7時(電話予約のみ、数に限りあり) ☎区内在住・在勤・在学者

シビックホールメンバーズ先行発売
 7月30日(日)午前10時～31日(月)受信有効
 ※発売初日・区民先行予約日のチケット購入・予約は、1人4枚まで(席の選択不可)
 ※メンバーズ先行発売はシビックホールメンバーズ ☎から会員登録のうえ購入(1人4枚まで、席の選択可)
 ※未就学児入場不可



▲シビックホールメンバーズ ☎

スポーツ

プール無料開放

8月4日(金)～7日(月)午後5時～7時 ☎音羽中学校 ☎区内在住・在勤・在学者 ☎当日直接会場へ ☎スポーツ振興課施設等担当 ☎03-5803-1850
 ※原則、水着は着用の上来場 ※自転車での来場禁止
 ※混雑時、入場規制を実施する場合あり



▲区 ☎

親子すくすく教室(5年度第2期)

9月5日～10月17日の火曜(10月10日を除く、全6回)午前10時40分～11時40分(予備日10月24日) ☎後楽公園少年野球場 ☎3歳以上の未就学児(10月末時点)と区内在住・在勤の保護者 ☎20組(抽選) ☎500円(保険料込) ☎☎☎の「電子申請」又は往復はがき(1組1枚)に教室名・住所(在勤者は勤務先名・所在地も)・氏名(保護者分も)・年齢・電話番号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施設等担当 ☎03-5803-1850へ ☎7月31日(月)必着
 ※天候や行事等により、中止・延期の場合あり



▲電子申請

わくわくスポーツまつり

9月18日(祝)午後0時45分(午前11時30分前から受付) ☎スポーツセンター ☎スポーツ・武道(フットサル・ダンス・柔道・空手道)、租税教室、レクリエーション ☎区内在住・在学の年長(保育園・幼稚園)～小学3年生 ☎200人(申込順) ☎無料 ☎8月1日(火)正午から特設ページから申込 ☎小石川法人会青年部会 ☎03-3816-4184



▲特設ページ

佐渡裕×シエナ

12月25日(月)午後7時 ☎シビックホール大ホール▶曲目 レスピーギ/交響詩 ローマの祭、ローマの噴水、ローマの松 ほか▶出演 佐渡裕(指揮)、シエナ・ウインド・オーケストラ(吹奏楽) ☎全席指定S席6,500円、A席5,500円、B席4,500円 ☎7月22日(土) ▲シエナ・ウインド・オーケストラ ☎Kenji Shimizu
 午前10時からシビックチケット ☎03-5803-1111(窓口・電話)で発売 ☎公財)文京アカデミーホール事業係 ☎03-5803-1103



▲佐渡裕 ©Takashi Iijima



▲シエナ・ウインド・オーケストラ ©Kenji Shimizu

区民先行予約(1日限り)
 7月15日(土)午前10時～午後7時(電話予約のみ、数に限りあり) ☎区内在住・在勤・在学者

シビックホールメンバーズ先行発売
 7月16日(日)午前10時～17日(祝)受信有効
 ※発売初日・区民先行予約日のチケット購入・予約は、1人4枚まで(席の選択不可)
 ※メンバーズ先行発売はシビックホールメンバーズ ☎から会員登録のうえ購入(1人4枚まで、席の選択可)
 ※未就学児入場不可



▲シビックホール ☎

入場無料 図書館

会場・問合せ	日時	内容・講師(敬称略)・対象・定員等
本郷図書館 ☎03-3828-2070	8/6(日) 14:00～16:00	YA向けイベント「Book Chatワークショップ」 国本を選ぶ・語る・飾るを体験 ☎中澤健史(本場プロデューサー) ☎中学生・高校生 ☎20人(申込順) ☎7/15(土)9:00から電話又は直接本郷図書館へ(図書館 ☎からも申込可)
小石川図書館 ☎03-3814-6745 ※会場は4階(エレベーターなし)	8/1(火) 9:30～11:30	情報の海の泳ぎ方 ☎メディア・リテラシーについてのワークショップ ☎日本テレビメディア・コミュニケーション事務局 ☎小学4年生～中学生 ☎32人(申込順) ☎7/19(水)13:00から電話又は直接小石川図書館へ(図書館 ☎からも申込可)
水道端図書館 ☎03-3945-1621	8/10(木) 14:00～15:30	YA向けイベント「図書館で聴く【あの仕事の話】声優編」 ☎声優の仕事についての講演会 ☎宮口裕子(青二プロダクション所属) ☎中学生・高校生 ☎20人(申込順) ☎7/20(火)9:00から電話又は直接水道端図書館へ(図書館 ☎からも申込可)
湯島図書館 ☎03-3814-9242	7/29(土) 13:00～14:00	小学生のためのプログラミング教室 ☎プログラミングでゲームをつくる ☎西原朱里(学習支援室MAXtation代表) ☎小学3～6年生 ☎20人(申込順) ☎8/1(火)9:00から電話又は直接水道端図書館へ
根津図書室 ☎03-3824-2608	8/19(土) 15:00～16:00	ストーリーテリングにおいて ☎子ども向けの語り聞かせ ☎4歳～小学生と保護者 ☎15人(申込順) ☎7/16(日)9:00から電話又は直接根津図書室へ(図書館 ☎からも申込可)

教室

親子ボウリング教室

8月21日(月)・22日(火)午前10時～正午 ☎東京ドームボウリングセンター(後楽1-3-61) ☎文京区ボウリング連盟 ☎区内在住・在学の小学生と保護者 ☎各20組(抽選) ☎1組2,000円(ボウリングシューズ代・レーン代含む) ☎☎☎はがきに教室名・全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・学年・希望日・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 ☎03-5803-1308へ(申込フォームからも申込可) ☎7月31日(月)
 ※詳細は区 ☎参照



▲区 ☎

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4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・在学の肢体及び視覚障害者(介助者ありの場合は要相談) ☎無料 ☎☎☎前日までに電話又は直接総合体育館 ☎03-3814-4271へ
 ※8月は水泳なし

元気ニコニコ体操(8月コース)

8月7日～28日の月曜(全4回)①午前9時30分～10時30分②午前10時50分～11時50分 ☎江戸川橋体育館 ☎ストレッチ・軽度のシェイプアップ体操等 ☎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 ☎各45人(申込順) ☎1,240円(保険料込) ☎☎7月17日(祝)午前10時30分前から電話又は直接江戸川橋体育館 ☎03-3945-4008へ ☎8月6日(日)

小学生水泳教室(スポーツセンター9月コース)

9月1日～26日の火・金曜(全8回)午後4時45分～6時 ☎スポーツセンター ☎区内在住・在学の小学生 ☎60人予定(抽選) ☎1,840円(保険料込) ☎☎往復はがき(1人1枚)に教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・性別・泳力・過去参加時期(初めての場合は「初回」)・学校名・学年・保護者名と返信用にもあて先を明記し、〒112-0012文京区大塚3-29-2スポーツセンター ☎03-3944-2271へ ☎7月25日(火)必着
 ※必ず6回以上参加すること
 ※クロールで25m泳げない方及び初めて参加する方を優先
 ※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

区民大会

区民テニス大会

9月3日(日)・10日(日)午前8時(予備日17日(日)) ☎竹早テニスコート、目白台運動公園テニスコート▶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種目) ☎区内在住・在勤者(学生は除く) ☎120組(申込順) ☎1組1,500円(申込期限までに郵便振込) ☎☎☎申込書を ☎又は ☎で文京区テニス協会事務局・鈴木 ☎☎03-3945-1552 ☎btk@mbr.nifty.comへ▶申込書 テニス協会 ☎からダウンロード▶申込期間 7月24日(月)～8月4日(金)
 ※身分証明書持参
 ※健康保険証持参を推奨
 ※本大会は23区チャンピオン大会、都民大会の選考基準大会



▲テニス協会 ☎

第38回 文京朝顔・ほおずき市

朝顔やほおずきの販売など各種催しをお楽しみください。
 7月22日(土)・23日(日) ☎朝顔市 = 傳通院、ほおずき市 = 源覚寺 ほか▶交通 東京メトロ丸ノ内線・南北線「後樂園」駅、都営三田線・大江戸線「春日」駅、都バス「春日駅前」、「伝通院前」下車、Bーぐる「三田線春日駅」、「こんにやくえんま」下車



イベント	日時	会場	価格
朝顔販売		傳通院(小石川3-14-6)	1鉢2,000円
ほおずき販売		源覚寺(小石川2-23-14)	1籠2,000円
朝顔「団十郎」鉢販売	7/22(土) 8:00～19:00	23(日) 8:00～15:00	1鉢2,500円
朝顔「団十郎」苗販売		善光寺(小石川3-17-8)	1苗500円
伝統朝顔の展示			—

※朝顔・ほおずきの販売は、売り切れ次第終了
 文京朝顔・ほおずき市実行委員会事務局(礪川地域活動センター) ☎03-3813-3638、アカデミー推進課 ☎03-5803-1174

催し物等に参加する際はご協力ください



体調不良の方はご遠慮ください

掲載内容は変更・中止・延期になる可能性があります

新型コロナウイルスの感染状況により、掲載内容(日時や開催方法等)は変更・中止・延期になる可能性があります。詳細は各担当へお問合せください。



「区報ふんきょう」を多言語版アプリ (カタログポケット) で配信中!



子育て

Zoomでママサロン・パパママサロン

保護者と助産師のオンライン交流会
0~5か月の子がいる保護者各5人(申込順) 無料 申込フォームから申込

日時	ママサロン		パパママサロン
	7/27(木) 8/24(木)	8/19(土)	8/7(月)
①10:00~11:00 ②11:30~12:30	①13:30~14:30 ②15:00~16:00	①10:00~11:00 ②11:30~12:30	
申込期間 7/26(木)まで 8/1(火)~23(水)	8/1(火) ~18(金)	7/24(月) ~8/6(日)	

※Zoom(オンライン会議ツール)の接続環境が必要

保健サービスセンター本郷支所
03-3821-5106
申込フォーム(ママサロン)
申込フォーム(パパママサロン)

母親学級(2日制)

8月4日(金)・18日(金)午後1時30分~3時(10分前から受付) 保健サービスセンター 出産・育児の話、歯科・栄養の話 20週以降の区内在住の初妊婦各30人(申込順) 無料 申込7月20日(木)から電話で保健サービスセンター 03-5803-1805へ

※1日目の参加も可
※母子手帳・筆記用具・飲み物(必要な方)を持参
※会場は居住地域によって異なる、管轄する保健サービスセンターを区で確認のこと

はじめての離乳食講習会

8月17日(木)①午前10時30分~11時30分②午後1時~2時 保健サービスセンター 講義と実演「5~6か月児の離乳食づくりのポイント」 区内在住で5年2~3月生まれの第1子の保護者(初めて参加する方を優先) 各15人(申込順) 無料 申込7月18日(火)から電話で保健サービスセンター 03-5803-1805へ

※筆記用具を持参

ステップ・アップ! 離乳食講習会

8月25日(金)①午前10時30分~11時30分②午後1時~2時(10分前から受付) 保健サービスセンター本郷支所 講義と実演「7~8か月児の離乳食づくりのポイント」 区内在住で4年12月~5年1月生まれの子の保護者(初めて参加する方を優先) 各15人(申込順) 無料 申込7月25日(火)から電話で保健サービスセンター本郷支所 03-3821-5106へ

※筆記用具を持参

サタデーパパママタイム

子育てを始めたばかりのパパママの交流会 区内在住の生後5か月以下(実施日現在)の第1子と保護者 無料 7月15日(土)から区から申込

日時	8/26(土)	8/22(火)
	10:00~11:00(15分前から受付)	
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	10組(申込順)	8組(申込順)
問合せ	保健サービスセンター 03-5803-1807	保健サービスセンター本郷支所 03-3821-5106

子育て世代向けマネー講座

8月5日(土)午後1時~2時30分 労働福祉会館 子育てに必要なお金、資産運用の基礎知識を学ぶ 日本証券業協会金融・証券インストラクター 各2名(申込順) 無料 申込電話で労働福祉会館 03-3823-6711へ

※筆記用具を持参

親子保健講演会

子どものことばの育ちを支えるかわり方 9月4日(月)午後2時~3時30分 シビックセンター内会議室 辻晶氏(東京大学ニューロインテリジェンス国際研究機構) 区内在住の2歳未満(開催日時点)の子と保護者 各30組(申込順) 無料 申込7月18日(火)~8月11日(祝・金) 保健サービスセンター 03-5803-1807

※子どもは、保護者の責任のもと参加(保護者のみの参加も可)

健康

夏休み! 歯っぴー教室

8月3日(木)午前10時~11時 保健サービスセンター本郷支所 大人の歯についてのミニ講話、歯医者さんの疑似体験等 区内在住の4~6歳の未就学児と保護者 各10組(申込順) 無料 申込7月18日(火)から電話で保健サービスセンター 03-5803-1805へ

認知症家族交流会

笑いによる健康増進・地域交流 8月6日(日)午前10時~11時30分 洛和ウィズ文京大塚(大塚4-50-1) 園林家たけ平氏 区内在住・在勤・在学者 各30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 03-3941-9678へ

健康スキルアップクラス

64歳以下の区内在住者(初めて参加する方、全回参加できる方を優先) 無料

日時	8/16・30、9/13・20 (全て水曜)	8/4・18、9/1・15 (全て金曜)
	14:00~15:30	10:00~11:30
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
講師	門田公子氏 (健康運動指導士)	殿塚有希子氏 (健康運動指導士)
内容	筋膜ほぐし、骨盤調整、筋力トレーニング、ストレッチを組み合わせた運動	有酸素運動、ストレッチ、筋力トレーニングなど日々の生活に取り入れやすい運動
定員	15人(申込順)	8人(申込順)
申込問合せ	7/18(火)から電話で保健サービスセンター 03-5803-1807へ	7/18(火)から電話で保健サービスセンター本郷支所 03-3821-5106へ

健康づくり栄養教室 デザートから健康を考えよう

8月24日(土)午後1時30分~2時30分 保健サービスセンター 簡単に作れる身体に優しいデザートと栄養バランスの関係についての講義、料理実演 18歳以上の区内在住・在勤・在学者 各20人(申込順) 無料 申込7月19日(火)から電話で保健サービスセンター 03-5803-1805へ

※筆記用具を持参

高齢者にマッサージのサービス

60歳以上の区内在住者 各24人(申込順) 500円

日時	8/2(水)・16(水)	
	10:00~13:10	
会場	福祉センター江戸川橋	千駄木交流館
申込問合せ	電話で福祉センター江戸川橋 03-5940-2901へ	電話で高齢福祉課社会参画支援係 03-5803-1203へ
申込期間	7/21(金)9:00~各回前日	7/21(金)8:30~各回前日

※1回の電話で1人まで申込可
※ジャージ又はTシャツ等の軽装で、手ぬぐいを2本持参(1本はタオル可)
※住所と年齢の確認できるものを持参
※1回40分程度、施術師の指名は不可

お楽しみ講座「じっくり歌いましょう」

8月18日(金)午前10時~11時30分 福祉センター湯島 60歳以上の区内在住者 各25人(抽選) 無料 申込電話で福祉センター湯島 03-3814-9245へ(福祉センター湯島からも申込可) 8月2日(水)

ぶんにこ本富士(認知症カフェ)

8月19日(土)午後2時 区民センター 音楽・美術等のアートを楽しみながらの交流、管理栄養士のミニ講座 龍岡会アート部 各2名(申込順) 100円 申込電話で高齢者あんしん相談センター本富士分室 03-3813-7888へ

ウォーキング教室

64歳以下の区内在住者(初めて参加する方、全回参加できる方を優先) 無料

日時	8/28(月)、9/4(月)・22(金)(全3回)	8/2・30、9/6・20 (全て水曜、全4回)
	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
講師	加藤有里氏 (健康運動指導士)	寺田憲生氏 (健康運動指導士)
内容	歩く前の準備、ストレッチ、体を痛めない効果的な歩き方と正しい姿勢を学ぶ(初心者向け)	ウォーキングフォームレッスン、姿勢矯正のための筋肉メンテナンス、筋肉トレーニング、安全ウォーキングのミニ講座など
定員	15人(申込順)	8人(申込順)
申込問合せ	7/18(火)から電話で保健サービスセンター 03-5803-1807へ	7/20(木)から電話で保健サービスセンター本郷支所 03-3821-5106へ

介護予防教室

医師から運動制限を受けていない65歳以上の区内在住者(初めて参加する方を優先) 各20人(抽選) 無料 申込本人が電話で高齢福祉課介護予防係 03-5803-1209へ(申込フォームからも申込可) 申込期間 7月18日(火)~27日(木)

教室名	日時	会場	内容
脳活エクササイズ教室(全12回)	9/5~12/5の火曜(9/26、11/21を除く)	14:00~15:30 アカデミー茗台	デュアルタスクプログラムによる脳の活性化を促す運動と認知症予防の講義
若返りパワーアップ教室(全12回)	9/6~11/22の水曜	10:00~11:30 東急スポーツオアシス本駒込店(本駒込2-28-12)	筋力向上トレーニングやバランス能力を向上させる運動を行うとともに、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
ひざ痛予防教室	9/13(水)	14:00~15:30	ひざ痛のメカニズムや予防法に関する講義(ひざ痛の治療を受けている方、重度のひざ痛の症状がある方、関節リウマチを発症している方は参加不可)

ピラティス(全4回)

8月5日~26日の土曜午後2時30分~4時 健康センター 身体の内側、体幹部を支えているコアな深層部の筋肉に働きかけるエクササイズで正しい姿勢を目指す 区内在住・在勤・在学者 各12人(抽選) 2,800円(初日納入) 申込往復はがきに「ピラティス」・住所(在勤者は勤務先・所在地、在学者は学校名も)・氏名(ふりがな)・電話番号・生年月日・性別と返信用にもあて先を明記し、〒112-8555文京区保健サービスセンター健康相談係 03-5803-1805へ 7月20日(木)必着

文の京介護予防体操地域会場

8月分(全会場事前申込不要)

高齢者の転倒予防や筋力向上のための手軽な体操 医師から運動制限を受けていない65歳以上の区内在住者 無料 当日直接会場へ 高齢福祉課介護予防係 03-5803-1209

会場	日時 (10分前から受付)	定員 (先着順)
汐見地域活動センター	① 9:20~10:05 ② 10:20~11:05	各8人程度
千駄木高齢者在宅サービスセンター	8/7(月) ①10:00~10:45 14(月) ②11:00~11:45 21(月) 28(月)	各20人程度 各12人程度
音羽地域活動センター	① 9:30~10:15 ② 10:30~11:15	各20人程度 各35人程度
福祉センター江戸川橋		
大原地域活動センター		
アカデミー音羽	8/1(火) ① 9:40~10:25 8(火) ② 10:40~11:25 15(火) 22(火) 29(火)	各25人程度
不忍通りふれあい館	8/8(火) 14:00~14:45 15(火) 22(火) 29(火)	35人程度
動坂会館	8/2(水) ①10:00~10:45 9(水) ②11:00~11:45 16(水) 23(水) 30(水)	各10人程度 各12人程度 各35人程度
湯島地域活動センター	①13:15~14:00 ②14:15~15:00 ③15:15~16:00	各20人程度
シルバーセンター	① 9:30~10:15 ② 10:30~11:15	各35人程度
福祉センター湯島 ※上履きを持参	8/3(木) ①10:00~10:45 10(木) ②11:00~11:45 17(木)	各15人程度
礪川地域活動センター	①13:15~14:00 ②14:15~15:00	各20人程度
向丘地域活動センター	①13:30~14:15 ②14:30~15:15	各15人程度
駒込地域活動センター	8/4(金) ① 9:30~10:15 18(金) ② 10:30~11:15 25(金)	各30人程度 各35人程度
アカデミー茗台		

※各週1人1会場の利用に限る

