



## 街なかアートプロジェクト ～ Diversity & Inclusion ～

### 障害者アート作品の街なか発表プロジェクト～日々の暮らしの中に彩りを～



6年度より、区内の障害者通所施設で障害のある方々が創作したアート作品を、街なかで展示発表するプロジェクトが始動します。

今年度は絵画を中心に、区内の調剤薬局10店舗で、水彩画やクレヨン画、色鉛筆画をはじめ、モダンアートまで様々な作品を展示します。

今後、季節ごとに展示の入替も予定しています。ぜひ、この機会にお近くの展示協力薬局店舗にて個性豊かな作品をご覧ください。

※展示作品の鑑賞は、店舗の開店時間内のみ

- 鈴薬局茗荷谷店: Drawing of a cow and sheep
- 紫山堂薬局小日向店: Drawing of tulips
- はりま坂薬局: Drawing of a cow and butterfly
- スエヤス調剤薬局文京店: Drawing of colorful flowers
- ごんげん坂薬局: Drawing of a landscape with trees and a car
- 紫山堂薬局音羽店: Drawing of colorful abstract shapes
- グッド薬局小石川店: Drawing of a colorful abstract figure
- 江戸川橋ほたる薬局: Drawing of various animals
- 竹内薬局春日店: Drawing of orange and green patterns
- 竹内薬局本郷店: Drawing of colorful abstract shapes

#### ● 展示協力店舗

店舗名	所在地
江戸川橋ほたる薬局	関口1-1-6新星ビル5階
グッド薬局小石川店	小石川1-24-1
ごんげん坂薬局	根津1-27-2
紫山堂薬局音羽店	音羽1-20-14
紫山堂薬局小日向店	小日向4-5-11
スエヤス調剤薬局文京店	千駄木5-49-4作田ビル1階

店舗名	所在地
鈴薬局茗荷谷店	小日向4-7-20 コパーズ茗荷谷202
竹内薬局春日店	小石川1-1-7文京ガーデン センターテラス202-1
竹内薬局本郷店	本郷4-17-6 TRM本郷真砂ビル1階
はりま坂薬局	小石川5-40-16

#### ● 展示作品協力事業所

施設名	所在地
小石川福祉作業所	小石川3-30-6
こぱん	小日向2-16-15
生活介護みらいコンパス根津	根津2-14-11-3階
だんござかハウス	千駄木2-33-8
は〜と・ピア	大塚4-21-8
は〜と・ピア2	小石川4-4-5
本郷福祉センター	本駒込4-35-15
ワークショップやまどり	弥生2-9-6

その他の展示作品・展示店舗の情報は、区報にも掲載しています。

詳細はこちら



※作品画像の転載・複製・改変等の二次利用を禁止します

## 問合せ 障害福祉課障害福祉係 ☎03-5803-1211

区の情報はこちらをチェック！



区ホームページ



フェイスブック



X(旧ツイッター)



YouTube(区民チャンネル)



LINE

後期高齢者医療被保険者証(保険証)をお持ちの方へ

新しい保険証を送付します

8月1日(木)から使用する新しい保険証(青竹色)を、7月中旬に簡易書留で郵送します。現在の保険証(水色)は、ご自身で破棄するか、高齢者医療係へご返却ください。



▲詳細はこちら

●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。

●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。

減額認定証・限度額認定証の交付希望者は、申請が必要です。すでに交付されていて、6年度も交付対象となる方には、新しい減額認定証・限度額認定証を7月中旬に郵送します。

自己負担割合の判定基準

Table with 2 columns: 自己負担の割合 (3割, 2割, 1割) and 6年度住民税課税所得(5年1~12月の所得から算出)

※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

なお、12月2日(月)からマイナンバーカードと健康保険証が一体化され、紙の保険証・減額認定証及び限度額認定証の交付は終了します。12月1日(日)までに交付された保険証(青竹色)、減額認定証及び限度額認定証は、住所や自己負担割合及び適用区分などに変更がなければ、記載されている有効期限(最長7年7月31日(木))まで使用可能です。

\*今回郵送する保険証に、後期高齢者医療制度のデータベースに登録されている個人番号(マイナンバー)の下4桁のお知らせを同封します。併せて内容をご確認ください。

問国保年金課高齢者医療係 ☎03-5803-1205

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

6年度の決定通知書兼納入通知書を7月17日(水)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

均等割額 (被保険者1人当たり 47,300円) + 所得割額 (賦課のもととなる 所得金額\*1 x 所得割率(9.67%)\*2) = 保険料額(年額) (賦課限度額は 80万円\*3)

※その年の4月1日以降に納付義務及び資格の発生・消滅があるときは月割りにして算定
※1 賦課のもととなる所得金額(旧ただし書き所得) = 前年の総所得金額等 - 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)
※2 賦課のもととなる所得金額が58万円以下の方は、所得割率は8.78%
※3 次のいずれかに該当する方は、6年度に限り、激変緩和措置により賦課限度額が73万円
①昭和24年3月31日以前に生まれた②障害の認定を受け、被保険者の資格を有している

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、公的年金から引落とします。
対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」の対象とならない方は、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

所得額に応じて、次の軽減措置があります。

Table with 2 columns: 軽減措置の種類 (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) and 軽減条件

※1 詳細は区報又は東京都後期高齢者医療広域連合参照

※2 詳細は保険料額決定通知書裏面参照

問国保年金課高齢者保険料係 ☎03-5803-1198

文の京 区民平和のつどい



終戦から79年の歳月が経過した今日、過去の悲惨な戦争を忘れることなく、あらためて平和の大切さを考えてみませんか。

対どなたでも申当日直接会場へ

Table with 5 columns: 日時, 会場, 内容, 定員

問総務課総務係 ☎03-5803-1139

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 x 382mm)、八つ切(382mm x 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



▲文京区最優秀賞/東京都最優秀賞/文部科学大臣・総務大臣賞 平田 一瑠さん(都立工芸高等学校)の作品

対区内在住・在学の小・中・高校生申問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6日(金)必着

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

文京区・金沢市友好交流都市協定締結5周年記念事業

記念セレモニー・物産展「かなざわマルシェ」

金沢市の魅力をより広く発信するため、記念セレモニーと物産展「かなざわマルシェ」を開催します。

対記念セレモニー = 8月29日(木)正午~午後0時30分、かなざわマルシェ = 29日(木)午前11時~午後4時・30日(金)午前11時~午後3時 区民ひろば(シビックセンター地下2階)▶出演 松本薫氏(柔道家)申当日直接会場へ 問アカデミー推進課都市交流担当 ☎03-5803-1310、金沢市東京事務所 ☎03-3262-0444



▲詳細はこちら

松本薫柔道教室

金沢出身の柔道家である松本薫氏を招き、柔道教室を開催します。

対8月29日(木)午後1時30分~3時(午後1時から受付) 区講道館(春日1-16-30) 師松本薫氏(柔道家)対次のいずれかに該当する小・中学生①区内在住又は在学②文京区柔道会に加盟する団体に所属③50人(抽選)申電子申請 ▶チラシ配布 区内小・中学校等 8月2日(金) 問スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎03-5803-1308、金沢市東京事務所 ☎03-3262-0444



▲詳細はこちら ▲申込はこちら

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付します

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、6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

## 湯島総合センター建替えに係る整備方針の策定に向けたアンケート実施等

湯島総合センターの建替えについて、整備方針の策定に向け、アンケートやパネル展示型説明会等を実施します。

### アンケートの実施

▶回答方法 電子申請・FAX又は直接湯島地域活動センター又は湯島総合センター1階回収箱へ

▶用紙配布 湯島総合センター及びその近隣施設

▶回答期限 7月31日(水)

※お寄せいただいたご意見は、整理したうえで、区HP等で公開する予定です。  
 なお、いただいたご意見に対しての個別の回答は行いません。



▲アンケートはこちら

### パネル展示型説明会

開催日時好きな時間に来場し、自由にパネルなどの展示をご覧いただき、ご不明な点は担当者が説明します。

8月2日(金)・4日(日)午前10時～午後4時 湯島総合センター

※区の別イベントのブースにも出展予定

### 中高生向けワークショップ

画像生成AIの使い方等を学びながら、建替え後に整備予定の屋内遊び場等のイメージを作成する、中高生向けのワークショップを実施予定です。

8月7日(水) 教育センター

※詳細が決まり次第、区HP等で周知



▲詳細はこちら

企画課 ☎03-5803-1126 FAX03-5803-1330

## 5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	797	
公開	全部	375
	一部	344
非公開(不存在を含む)	78	

総務課 情報公開・法務担当  
 ☎03-5803-1381

### 個人情報の開示等請求件数

開示請求件数	93	
開示	全部	45
	一部	33
不開示(不存在を含む)	15	
訂正請求件数	0	
利用停止請求件数	0	

## 中高層住宅等 AED 設置助成事業

区内の中高層共同住宅等の所有者、管理する団体・法人が、24時間誰でも利用可能なAEDを設置した場合に、設置費用等を助成します。

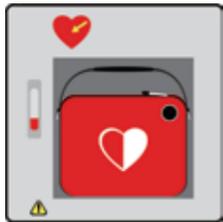
▶助成金額 助成対象経費の実支出額の3分の2 (上限65万円)

※助成を受けるには一定の要件を満たす必要あり

防災課 ☎03-5803-1745



▲詳細はこちら



## 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)入学祝や卒業祝等、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

選挙管理委員会事務局 ☎03-5803-1287

## 盛土規制法が始まります

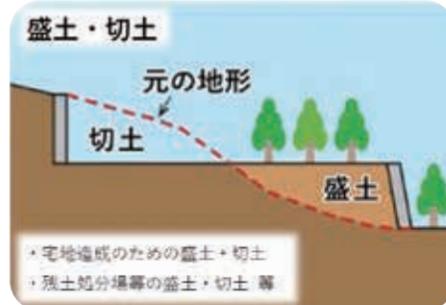
令和3年に静岡県熱海市で発生した大規模な土石流災害等を踏まえて、宅地造成等規制法が抜本的に改正され、宅地造成及び特定盛土等規制法(通称「盛土規制法」)が施行されました。文京区全域が、7月31日に宅地造成等工事規制区域に指定される予定です。

- 過去の盛土等も含めて、土地所有者等ができる限り土地を常に安全な状態に維持することが必要です。
- 一定規模の盛土等を行う際は、許可が必要になります。



▲詳細はこちら

### 主な規制対象



出典:東京都パンフレット「盛土規制法の運用開始について」

都市計画課開発担当 ☎03-5803-1235

## 森鷗外記念館 コレクション展「鷗外の『意地』のはなし—歴史小説『阿部一族』を中心に—



▲鷗外『意地』 靑山書店 大正2年



▲明治座で上演された『阿部一族』舞台写真 (『演芸画報』7年6号 大正2年6月より)

鷗外初めての歴史小説集『意地』には、『興津弥五右衛門の遺書』『阿部一族』『佐橋甚五郎』の三作品が収録されています。いずれも主君と家臣それぞれが抱える意地が描かれており、鷗外は歴史に埋もれた逸話を小説に蘇らせることで、自らが生きる時代や社会と向き合いました。本展ではこれら初期歴史小説を、館蔵資料や作品を読んだ文学者たちの言葉などを通して紹介します。

7月5日(金)～10月6日(日)午前10時～午後6時 [最終入館＝午後5時30分(7月9日(火)は午前9時開館、8月3日(土)は午後8時閉館)] ▶休館日 7月22日(月)・23日(火)、8月26日(月)・27日(火)、9月24日(火)・25日(水) 森鷗外記念館 一般＝300円(20人以上の団体＝240円、中学生以下・障害者手帳ご提示の方と介護者1人無料) 当日直接会場へ

〒113-0022 文京区千駄木1-23-4 森鷗外記念館 ☎03-3824-5511 bmk-event@morigoi-kinenkan.jp

### 朗読会『阿部一族』を読む

8月31日(土)午後2時～3時30分 師内木明子氏(朗読家) 定50人(抽選) ¥1,500円 申込はがき(1人1枚)又はFAXに記入例▶①～③・⑤と⑥メールアドレスを明記し、森鷗外記念館へ 8月19日(月)必着

### 展示関連講演会「鷗外にとって歴史史料とは」

9月16日(祝)午後2時～3時30分 師藤田覚氏(東京大学名誉教授) 定50人(抽選) ¥無料(本展の展示会チケットを提示) 申込はがき(1人1枚)又はFAXに記入例▶①～③・⑤と⑥メールアドレスを明記し、森鷗外記念館へ 9月2日(月)必着

### 展示解説(ギャラリートーク)

7月31日(水)、9月18日(水)午後2時～2時30分 内学芸員によるコレクション展の展示解説 ¥無料(当日の展示会チケットを提示) 当日直接会場へ

### 子ども向けギャラリートーク

8月25日(日)午後1時～1時30分 内学芸員と共に鷗外の生涯(常設展示)をめぐる 小学生4年生以上 ¥無料(当日の展示会チケットを提示) 当日直接会場へ

### 大学生有志による展示解説(ギャラリートーク)

9月1日(日)午前11時～11時30分、午後1時～1時30分 内大学生有志によるコレクション展の展示解説 ¥無料(当日の展示会チケットを提示) 当日直接会場へ

### 8月3日(土)は区民無料観覧日

区内在住・在勤・在学者は、無料で展示会を観覧できます(身分証明書を持参)。また、当日は午後8時まで開館(最終入館は午後7時30分)します。

# 夏休み子ども向けイベント特集

## ぶんにこ駒込特別編 夏休みワークショップ

8月3日(出)午前10時30分～正午 千駄木の郷 高齢者について学び、暮らしやすい街づくりを考える 高齢者あんしん相談センター駒込職員 区内在住の小学3～6年と保護者 15組(申込順) 申込電話又は 申込に記入例 ①～⑤(③は保護者分も)と⑥メールアドレス・学年を明記し、高齢者あんしん相談センター駒込 ☎03-3827-5422 komagome-houkatsu@bz03.plala.or.jpへ

## 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。小石川後楽園で楽しく写真の撮り方を学びましょう。

8月3日(出)午前8時45分集合(2時間程度) 小石川後楽園 高村達氏(写真家) 小学4年生～中学3年生(小学生は保護者1人同伴) 15人(抽選) ¥500円 電子申請 ☎7月17日(休) 文京区観光協会 ☎03-3811-3321

※7月19日(出)までに応募者全員に抽選結果をメールで通知  
※小石川後楽園の入園料は自己負担(小学生以下及び都内在住・在学の中学生は無料)  
※希望者にはカメラの貸出あり  
※小石川後楽園内での座学あり

## 区政を知る事業

### 夏休み企画 わたしが始めるSDGs!

～びん・缶・ペットボトル・プラスチックのリサイクル～

8月8日(休)午前10時30分～正午 男女平等センター 循環型社会を目指す私たちが知るべきリサイクルの知識を身につける講座 戸部昇氏(トベ商事代表取締役会長) 区内在住・在勤・在学の小学生と保護者又は関心のある方 30人(申込順) 申込電話又は 申込に記入例 ①～③・⑤(③は子ども分も)と⑥学年を明記し、〒113-0033 文京区本郷4-8-3 男女平等センター ☎03-3814-6159 ☎03-5689-4534へ

※手話通訳・保育(※1歳～就学前児)希望の区内在住・在勤・在学者は、7月23日(火)までに電子申請・はがき又は 申込に記入例 ①～⑤を明記し、上記へ

## 第3回家庭教育講座

### 応急救護(心肺蘇生法・AED)を体験してみましょう

8月8日(休)午前10時～11時30分(15分前から受付) アカデミー文京内「冷静に」「臆することなく」「自信をもって」、応急救護ができるようになるための実習を中心とした講座 東京消防庁小石川消防署員 49年中児～中学生を子育て中の区内在住・在勤者(小学生も参加可) 50人予定(先着順) 当日直接会場へ 教育総務課地域教育支援担当 ☎03-5803-1302 ☎03-5803-1366

※手話通訳希望者は、7月24日(火)までに電話又は 申込に記入例 ①～⑤を明記し、上記へ  
※保育(※2歳以上)10人(申込順)希望者は、8月1日(休)までに電話又は 申込に記入例 ①～⑤(③は子ども分も、④は子ども分のみ)を明記し、上記へ

## 教育センター

	第11・12回 子どもパソコン教室	第13回 子どもパソコン教室	小学生プログラミング講座
日時	①8/17(出)②24(出) 9:30～11:00	8/17(出)・24(出)(全2回) 13:30～15:30	①8/15(休)②16(休) 10:00～16:00
会場	教育センター		
内容	アワーオブコード～プログラミングの基礎を学ぼう～	ロボットプログラミング中級～組み立てたブロックをプログラミングで動かそう～	Unityでゲームプログラミング!
講師(敬称略)	教育センター専門指導員		
対象	区内在住・在学の小学1・2年生	区内在住・在学の小学4～6年生	区内在住・在学の小学5・6年生
定員	各14人(抽選)	9人(抽選)	各5人(抽選)
申込	電子申請又は往復はがき(1人1枚)に 申込に記入例 ①～③・⑤(③は保護者分も)と⑥学校名・学年[「第11・12回子どもパソコン教室」「小学生プログラミング講座」は希望日(第2希望記入可)]を明記し、教育センターへ		
締切	8/5(月)必着		7/29(月)必着

※車での来場は不可 ※詳細は教育センターへ参照  
※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

☎113-0034 文京区湯島4-7-10 教育センター ☎03-5800-2591 申込はこちら

## 文京ecoカレッジ 親子環境教室

区内区センター 区内在住・在学の小学生と保護者 電子申請  
7月20日(出) 環境政策課地域環境係 ☎03-5803-1276

講座名	日時	内容	定員(抽選)
第2回 親子環境教室	8/3(出) 10:00～12:00	お天気教室 大雨! そのとき、どうする?	40組
第3回 親子環境教室	(出) 14:00～16:00	自然の力で明かりを灯そう	30組

申込はこちら(第2回親子環境教室) 申込はこちら(第3回親子環境教室)

## 小・中学生のための歴史教室

### ブンタとタイムトラベル 昔の暮らしをのぞいてみよう!

展示室を見学して、区の歴史に関するクイズに挑戦しませんか。参加者には、歴史館特製オリジナルグッズをプレゼントします。

7月20日(出)～9月1日(日) 午前10時～午後5時(午後4時30分まで受付) 区ふるさと歴史館 小・中学生 ¥無料(高校生～64歳以下の同伴者は入館料100円) 当日直接会場へ ▶ 休館日 月曜(8月12日(休)は開館、13日(火)は休館) 区ふるさと歴史館 ☎03-3818-7221

申込はこちら

## 親子いっしょに! 工作教室

8月3日(出) ①午前10時30分～11時30分 ②午後2時～3時 勤労福祉会館 好きな写真やイラストでオリジナルタンブラーを作成 勤労福祉会館職員 小学生以下の子どもと保護者 各10組(申込順) ¥1組500円 申込 ☎7月15日(休)から電話で勤労福祉会館 ☎03-3823-6711へ

## シビックシネマサロン

### 「巴里のアメリカ人」(日本語吹替)

8月16日(金)午後1時30分～3時50分(20分前から開場) アカデミー文京内主人公とヒロインの恋模様を描く▶監督 ヴィンセント・ミネリ▶出演 ジーン・ケリー(ほか)15歳以上の区内在住・在勤・在学者(中学生を除く) 70人(抽選) 申込電話又は往復はがきに 申込に記入例 ①～⑤と⑥生年月日を明記し、〒112-0003 文京区春日1-16-21(出) 文京アカデミー学習推進係 ☎03-5803-1119へ ☎8月2日(金)必着 ※入場は当選者本人に限る ※全席指定、途中休憩あり 申込はこちら

## 魚沼湖上手漕ぎボート体験とコケテラリウム体験

日時	9/7(出) 12:00 やまびこ荘集合一昼食(やまびこ荘で用意)ー13:30 コケ採集、やまびこ荘にてコケテラリウム作り 8(回) 午前 手漕ぎボート体験一昼食ーやまびこ荘で入浴、深雪の里で買い物ー14:00頃 解散 ※体験メニューは天候等により変更の場合あり ※手漕ぎボート体験は小学生以下はできない場合あり
送迎	【迎え】 高速バス 10:26 小出インターチェンジ着 新幹線 11:43 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 15:01 浦佐駅発
定員	25人程度(抽選)
費用	① 区内在住者 大人13,650円 子ども11,400円 未就学児10,900円 ② 区内在住・在学者 大人 17,350円 子ども 14,000円 ③ 区内在住者と同行する区外在住者 } 未就学児13,500円 ④ 区内在住者と同行する同居の家族 } ※上記金額は宿泊費、参加費 大人8,000円、子ども・未就学児7,500円(各種体験料、昼食料、保険料等)、入湯税150円(大人のみ)の合計分 ※大人1人利用の場合、別途500円必要 ※現金のみ、カード不可 ※料金は全て税込込み。大人は中学生以上、子どもは小学生、未就学児は3歳以上
ツアー申込問合せ	申込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(火) ※抽選結果の確認は7/31(水)以降、各自でやまびこ荘へ問合せ(抽選結果の連絡なし)
主催	湯之谷楽器スキー場管理組合(やまびこ荘運営事業者)

※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)  
※4/1より、やまびこ荘泊料金が改定  
※山村体験交流事業の問合せは区民課 ☎03-5803-1171へ

## イベント

### 親子すくすく教室(6年度第2期)

9月3日～10月8日の火曜(予備日10月15日、全6回) 午前10時40分～11時40分 後楽公園少年野球場内親子での遊びにスポーツの要素を取り入れ、運動することの楽しさ・面白さを体験 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(2人1組) 20組(抽選) ¥1組500円(保険料込) 申込電話又は往復はがきに 申込に記入例 ①～⑤(③は保護者分も)と⑥メールアドレス(在勤者は勤務先名・所在地も)を明記し、〒112-0004 文京区後楽1-8-23 小石川運動場 ☎03-3811-4507へ ☎7月31日(火)必着 ※天候や行事等により、中止・延期となる場合あり

### プール無料開放

8月10日(出)～12日(休)・16日(金)・17日(土) 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 水泳振興課施設等担当 ☎03-5803-1850 ※水泳用水着・水泳帽(色落ちする水着・ウエットスーツ等は不可)を必ず着用 ※見学・撮影不可 ※自転車での来場不可 ※混雑時、入場規制を実施する可能性あり

## 文京区民踊のつどい出演者募集

10月19日(出)午後1時～4時30分(予定) シビックホール小ホール 日本民俗芸能である「民踊」の練習成果を発表 区内在住・在勤・在学者、区内で活動するサークル等 50番程度 ¥1番組500円 申込書を郵送で 〒113-0033 文京区本郷3-22-9-801 文京区民踊普及会・日高へ ▶ 募集要項・申込書配布 アカデミー推進課・アカデミー文京・地域アカデミー(区にも掲載) ☎7月30日(火)必着 申込 ☎アカデミー推進課文化事業係 ☎03-5803-1120 ※詳細は募集要項参照

## 区民参加演劇 参加者募集

講師とともに演劇の題材を探し、参加者自身が短いストーリーを創作、それらを構成して台本化します。今年は「文京×演劇×和菓子の話合せは、おいしい」をテーマに発表します。

ワークショップ = 11月の休日、稽古 = 12月、7年1～2月の平日夜間、土・日曜 倉迫康史氏(舞台演出家) 15歳以上の方(中学生を除く) 15人程度 ¥26,891円 電子申請 ▶ 選考 オーディション ☎9月17日(火) ※9月6日(金)午後7時から事前説明会あり

公演 7年2月24日(休)2回公演 シビックホール小ホール(出) 勤労文京アカデミーホール 事業係 ☎03-5803-1103

## 障害児・者対象講座

福祉センター江戸川橋 区内在住・在勤・在学の各障害者 各8人(抽選) 申込電話又は 申込に記入例 ①～③・⑤を明記し、リアン文京 ☎03-5940-2822 ☎03-5940-2823へ

講座名	日時	参加費	締切
アイシングクッキー教室	8/14(火) 13:30～15:30	500円	8/ 6(火)
料理教室	16(金) 13:30～16:00		8(火)
韓国語教室	18(日) 10:00～12:00	無料	9(金)
ダンス教室		500円	14(火)
陶芸教室	22(木) 13:30～15:00		

## 「来て見て体験」文京の伝統工芸イベント

申込不通りふれあい館 当日直接会場へ 詳細はこちら

日時	伝統工芸士(敬称略)	品目	制作体験内容	参加費
8/17(出) 18(日)	宇野裕次	和紙・襷紙	紙漉き体験	3,000円
	鳥海友理	ガラス工芸	ガラス風鈴彫刻作り・光る星空のうちわ	ガラス風鈴彫刻作り = 2,500円 光る星空のうちわ = 2,000円
9/ 7(出) 8(日)	一色清	加飾紙	箔ブローチ作り	2,000円
	笠原信雄	東京銀器	銀の指輪作り	3,000円

☎経済課産業振興係 ☎03-5803-1173

## 教室

### 元気ニコニコ体操(8月コース)

8月5日～26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) 申込 ☎7月15日(休) 午前10時30分から電話又は直接 江戸川橋体育館 ☎03-3945-4008へ ☎8月4日(日)

## 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～

①8月2日(金)②23日(金) 午後1時15分～2時30分 ①総合体育館 ②スポーツセンター 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) 申込前日までに電話又は直接 ①総合体育館 ☎03-3814-4271 ②スポーツセンター ☎03-3944-2271へ ※8月は水泳なし

## 親子ボウリング教室

①8月27日(火)②28日(水) 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(2人1組) 各20組(抽選) ¥1組3,000円(ボウリングシューズ代・レンタル代を含む) 電子申請 ☎7月31日(火) 申込 ☎スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎03-5803-1308

## 小学生水泳教室(スポーツセンター9月コース)

9月3日～27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(抽選) ¥1,840円(保険料込) 申込 往復はがき(1人1枚)に 申込に記入例 ①～⑤と⑥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24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

## 区民大会

### 区民テニス大会

9月8日(日) 午前8時・15日(日)(予備日22日(祝)) 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(男子・女子) 区内在住・在勤者(学生を除く) ¥1組1,500円(申込期日までに振込) 申込書及び振込済証明書を郵送又は 申込 ☎文京区テニス協会事務局・鈴木 ☎03-3945-1552 申込 ☎mbr.nifty.comへ(郵送先は、テニス協会に掲載の募集要項参照)▶申込書 区民テニス協会からダウンロード▶申込期間 7月22日(月)～8月2日(金)消印有効 ※シニアの資格は男女共に55歳以上 ※1人1種目のみ出場可

## 第39回 文京朝顔・ほおずき市

趣きのある小石川のまちなみの中で、江戸情緒を今に受け継ぐ珍しい変化朝顔の展示等を開催します。

▶交通 東京メトロ丸の内線・南北線「後楽園」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」・「こんにゃくえんま」下車

日時	イベント	会場	価格
8:00～19:00	朝顔販売	傳通院(小石川13-14-6)	1鉢2,000円(900鉢限定)
	ほおずき販売	源覚寺(小石川2-23-14)	1籠2,000円(550籠限定)
7/20(出) 10:00～15:00	朝顔「団十郎」鉢販売	善光寺(小石川13-17-8)	1鉢2,500円(150鉢限定)
	朝顔「団十郎」苗販売		1苗500円(300鉢限定)
7/21(日) 10:00～15:00	伝統朝顔の展示	各会場(区参照)	受付=傳通院 ゴール地点=源覚寺
	関係団体・町会出店※1		
16:00 終日巡回	クイズ&ミッション! 文京花まつり探検ラリー	傳通院・源覚寺	—
	鈴木あいさんによるミニライブ		
8:00～19:00	変化朝顔講演会	善光寺	—
	薩摩琵琶演奏会		
8:00～19:00	桂文生 源覚寺寄席	傳通院・源覚寺	—
	江戸太神楽		
8:00～19:00	千姫プロジェクト	傳通院	—
	ガラボン抽選		

※1 団体によって出店時間が異なる  
☎文京朝顔・ほおずき市実行委員会事務局(礫川地域活動センター) ☎03-3813-3638、アカデミー推進課観光担当 ☎03-5803-1174 ※朝顔・ほおずきの販売は、売り切れ次第終了 ※天候等により中止や内容変更あり

★区報ふんぎょうの記事で、費用の記載のないものはすべて「無料」です。

★Logoフォーム、各種申込フォーム、東京共同電子申請・届出サービスなどオンラインから申込可能な場合、「電子申請」と記載しています。

## 知っく Bunkyo

### 講座・催し物

#### 第2回文京SOGI\*にじいろサロン「ひきこもりや不登校、LGBTから生きづらさを考える」(オンライン開催)

7月28日(日)午後2時～4時  
 人それぞれ違う性のあり方や悩みを参加者で気軽に語り合う  
 室井舞花氏(ひきこもりUX会議理事)  
 原則、区内在住・在勤・在学者  
 20人(申込順) 電子申請 7月25日(休) 総務課ダイバーシティ推進担当 ☎03-5803-1187  
 ※Zoom(オンライン会議ツール)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

#### 多摩・島しょ地域広域連携事業 ひきこもりUX女子会

8月22日(木)午後2時～4時30分(20分前から開場)  
 ひきこもり状態にある、対人関係の難しさを感じているなど様々な生きづらさを抱えている女性自認の方 80人(先着順)  
**同時開催「つながり待合室」**  
 8月22日(木)午後3時～4時30分(15分前から受付)  
 ひきこもり状態の家族がいる、支援に携わっている又は「ひきこもり」に関心がある方(当事者の方も参加可)  
 40人(先着順)  
**共通事項**  
 区民センター  
 参加者同士の交流 当日直接会場へ  
 生活福祉課自立支援担当 ☎03-5803-1917  
 ※詳細はひきこもりUX会議(https://uxkaigi.jp/)参照

#### ふれあいサロン

区内在住・在勤・在学者 電子申請又は往復はがきに [記入例] ①～⑤と⑥に在勤者は勤務先名、在学者は学校名(※2は希望日も)を明記し、郵送又は直接各地域活動センターへ(※1は郵送のみの申込)

	初めてのタブレット講座(Android編) ～おみじ狩り編～※1	ハーバリウム教室 ～お花と遊ぼう！「水族館ハーバリウム」～※2
日時	8/22～9/12の木曜(全4回) 13:30～16:00	①8/4日10:00～12:00 ②7月15:00～17:00(各回同内容)
会場 問合せ	〒113-0021 文京区本駒込3-22-4 駒込地域活動センター ☎03-3824-5801	〒112-0012 文京区大塚1-4-1 大塚地域活動センター ☎03-3947-2624
内容 講師(敬称略) 対象等	電源の入れ方から始め、「紅葉狩り」コースを調べ計画することを題材として、タブレットの基本を学ぶ 竹箒の会 16人(抽選) 600円(初回納入) ☎8/9金必着 ※タブレットは会場に用意	花と熱帯魚シールをガラス瓶に入れて、夏らしい「水族館ハーバリウム」を作る 川崎西の会 16人(抽選) 各30人(抽選) 各回900円(当日納入、教材費込) 7/24日必着

#### 交流館の教室

	親子ふれあい体操教室	カーピング教室	防災を学ぶ	ボールウォーキング教室	歌・絵本で遊ぼう	スロージョギング
日時	7/27(出) 10:00～11:00	7/28(日) ①13:30～14:40 ②15:00～16:10	8/1(木) 13:30～14:30	8/6(火) 14:00～15:30	8/10(出) 10:30～12:00	8/15(木) 13:00～14:15
会場 問合せ	千駄木交流館 ☎03-3821-6695	白山交流館 ☎03-3813-8500	目白台交流館 ☎03-5395-9141	根津交流館 ☎03-3828-5269		
内容 講師(敬称略) 対象等	体操、ズンパ等でお楽しみ 区内在住又は区内在住の2歳児と保護者1人 2組(申込順) 200円 7/15(休)10:00から電話又は直接千駄木交流館へ	香りのよい石鹸に専用のナイフで美しく彫削 丹後友香理 区内在住・在勤・在学者 各7人(申込順) 11,000円(材料費) 7/15(休)10:00から電話又は直接白山交流館へ	ハザードマップの活用法等防災を学ぶ 消防防災アドバイザー 区内在住・在勤・在学者(親子参加可) 20人(申込順) 7/17(休)9:00から電話又は直接目白台交流館へ	2本のボールを使用して室内又は周辺を歩き、安定した歩行を目指す 小野高雄 区内在住・在勤・在学者 当日直接根津交流館へ	子どもの歌・絵本おもちゃを使用して、からだ全体で遊ぶ 佐野昌子 区内在住・在勤・在学で幼児园を含む家族8家族(申込順) 電話 ☎7/16(火)9:00～申込期間 7/16(火)9:00～30分	体力アップで健康的な身体作りを目指す 近藤弘之(日本スロージョギング協会アドバイザー) 区内在住・在勤・在学者 15人(申込順) 7/16(火)9:00から電話又は直接根津交流館へ

★区報ぶんきょうの記事で、費用の記載のないものはすべて「無料」です。

#### 知っている就差がつく！ 補助金のキホンから 事業計画書のコツまで

7月23日(火)午後2時～4時  
 産業とくらしプラザ  
 杉山建夫氏(中小企業診断士)  
 主に区内中小企業・小規模事業者  
 20人(申込順) 電子申請  
 7月16日(火)  
 東京商工会議所文京支部 ☎03-3811-2683

#### 第296回シビックコンサート 日本歌曲コンサート

7月24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(山田耕祥 編)/荒城の月、山田耕祥/待ちぼうけ、鐘が鳴ります、六騎、からたちの花 ほか  
 ▶出演 東邦音楽大学大学院 声楽専攻生  
 20名(先着順) 当日直接会場へ  
 文京アカデミーホール事業係 ☎03-5803-1103

#### 区民と区長のダイアローグ(対話)カフェ

「文化的で豊かな共生社会を実現するためにできること」とは？多世代交流を中心に考えてみよう」をテーマに、区民の皆さんが普段考えていることを持ち寄って、区民としてできることを一緒に考えてみましょう。

8月22日(水)午後7時～8時30分  
 コドモカフェ オトナパーTUMMY(千石3-5-15)  
 区内在住・在勤・在学者 6人(抽選)  
 電子申請・はがき又は 記入例 ①～⑤と⑥メールアドレスを明記し、〒112-8555 文京区広報課 ☎03-5803-1129 ☎03-5803-1331へ  
 7月25日(休)必着 申込はこちら ▶

#### 心身障害者・児 バスレクリエーション

①8月31日(出)②9月4日(水)午前9時～午後3時(予定)  
 日本科学未来館(江東区青海2-3-6)ほか  
 区内在住の身体障害者手帳又は愛の手帳所持者及び介助者(介助者は手帳所持者1人につき1人まで)  
 160人(申込順)  
 電子申請又は申込書を郵送若しくは 記入例 で〒112-0002 文京区小石川1-3-11 ライジングスクエア後楽園2階 T-LIFEパートナーズG&S事業部第2部 ☎03-6374-4381へ  
 ▶申込書配布 障害福祉課  
 ▶申込期間 7月16日(火)～26日(金)消印有効  
 障害福祉課障害者在宅サービス係 ☎03-5803-1212 ☎03-5803-1352

#### 原爆被害者の方に見舞金を贈ります

8月1日現在、次の全てに該当する区内在住者①被災者健康手帳を所持②他区市町村から同種の見舞金を受けていない③金額 1人5,000円▶実施時期 8月▶受取方法 口座振込 ④被災者健康手帳・申請者の印鑑・本人の預金口座番号を確認できるものを持参し、直接生活福祉課管理係 ☎03-5803-1215へ 8月20日(火)

#### 原爆被害者の方に見舞金を贈ります

8月1日現在、次の全てに該当する区内在住者①被災者健康手帳を所持②他区市町村から同種の見舞金を受けていない③金額 1人5,000円▶実施時期 8月▶受取方法 口座振込 ④被災者健康手帳・申請者の印鑑・本人の預金口座番号を確認できるものを持参し、直接生活福祉課管理係 ☎03-5803-1215へ 8月20日(火)

#### 新製品・新技術の開発を応援！ イノベーション創出支援事業

▶補助内容 ①新製品・新技術の開発に要する経費を最大200万円まで②開発に合わせて行う知的財産権の出願に係る経費を最大30万円まで▶助成対象 区内中小企業者又は大学発ベンチャー企業▶対象事業 AI、IoT、ロボット、ビッグデータ等の先端技術の導入により Society5.0の実現を推進する事業ほか(8年2月28日までに完了する見込みのあるもの) 申込書を郵送又は直接〒112-8555 文京区経済課 ☎03-5803-1173へ ▶申込書 区 8月30日(休)必着 ※補助対象者は、審査のうえ決定

#### 第12回 「文京・見どころ絵はがき大賞」展

8月1日(休)～4日(日)午前10時～午後6時(最終日は午後5時まで)  
 ギャラリーシビック  
 20名(先着順) 当日直接会場へ  
 文京建築会 ☎090-1129-2194 https://www.bunkyo-arch.org/

#### 我が家のペット写真募集

9月10日(火)～12日(日)にギャラリーシビックで開催の「動物愛護週間イベント」に掲示する「我が家ご自慢のペット写真」を募集します。  
 ▶大きさ 2Lサイズ(127mm×178mm)程度  
 ▶動物種 不問 写真(ペット1匹につき1枚)を裏に [記入例] ②・③・⑤(③はペット分も)を明記し、「我が家のペット写真募集」と封筒に朱書きのうえ、郵送又は直接〒112-8555 文京区生活衛生課環境衛生担当 ☎03-5803-1227へ 8月16日(休)必着  
 ※手の写真は、狂犬病予防注射済票を装着していること ※応募写真を区が無償で使用することに同意すること(広報活動等に使用)

#### お知らせ

##### 中高生向け 放課後等デイサービス「ロード」開設 利用申込開始

放課後等デイサービス事業所を9月1日(日)に開設します。利用申込方法等は、面談時に伝えるので、電子申請等で予約のうえ、お子さんと一緒に面談にお越しください。  
 ▶1日の利用定員 20人 東京都助産師会館1階(音羽1-19-18) 学校教育法第1条に規定する学校(幼稚園及び大学を除く)又は専修学校等に就学し、支援が必要と認められた区内在住の障害児▶面談予約受付 7月16日(火)～31日(水)(電話受付時間=平日午前11時～午後7時、土曜午前9時～午後5時)▶面談期間 8月5日(月)～15日(木)①午前9時～10時30分②午前11時～午後3時30分③午後1時30分～3時④午後3時30分～5時(日曜・祝日を除く) ④電子申請又は電話で予約専用ダイヤル ☎080-6397-6707へ ▶申込書配布 障害福祉課(区にも掲載) ※利用は希望者多数の場合、支援の必要などから判断し利用を決定 ※希望の曜日に添えない場合あり ※安全上の理由から中学・高校生中心のプログラム

#### 東京都シルバーパス更新手続

今年度も臨時対応として、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、7月初旬から順次、東京バス協会から「シルバーパス更新手続のご案内」を交付します(赤い封筒又は青い封筒)。更新を希望される方は、「ご案内」を必ず読み、手続をしてください。また、更新手続後、1,000円パスの紛失等により再発行を受ける時などに、「介護保険料納入通知書」等の所得確認書類の提示が必要になることがありますので、所得確認書類はお手元で大事に保管してください。 東京バス協会 ☎03-5308-6950

#### 区報ぶんきょう 「スポーツ特集号」を発行

パリ2024オリンピック・パラリンピックの開催に伴い、区報ぶんきょうスポーツ特集号を発行します。7月22日(月)(予定)に新聞折込するほか、図書館や地域活動センターなどの区施設で配布します。 区スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎03-5803-1308

#### 特別区民税・都民税 夜間納付相談 及び納付窓口の開設

8月2日(金)・5日(月)・7日(水)～9日(金)午後5時15分～8時 税務課(シビックセンター10階) 経済的な事情等で、税金の納付が困難な方 国税務課納税係 ☎03-5803-1156 ※午後6時以降は、業務用エレベーターを使用。不明な場合は1階受付・警備員へ

#### 住み替え相談会

8月7日(水)午後1時～4時 シビックセンター内会議室 区内の民間賃貸住宅に住み替えを希望する世帯(公営住宅への入居相談は対象外)▶相談員 東京都宅地建物取引業協会第四ブロック文京区支部会員 10人(申込順) 電話又は直接福祉政策課福祉住宅サービス ☎03-5803-1238へ ※相談時間は30分程度

会場・問合せ	日時	内容・講師(敬称略)・対象・定員等
小石川図書館 ☎03-3814-6745 ※会場は4階(エレベーターなし)	7/28(日) 14:00～15:30	映画音楽のレコードを聴く会 所蔵からおすすめの曲を紹介 志田一穂 20名(先着順) 当日直接会場へ
	8/7(水) 10:00～12:20	おすすめ本トーク 夏休みにおすすめの本を紹介 小・中学生 20人(先着順) 当日直接会場へ
本駒込図書館 ☎03-3828-4117	7/30(火) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00	調べる学習おうえん講座 テーマの決め方からまとめ方を学ぶ 小学生 各16人(申込順) 7/15(休)9:00から電子申請・電話又は直接本駒込図書館へ
	7/27(日) 15:00～16:00	なつの子どもの会 人形劇「こくうの冒険」ほか▶出演 トモキチ笑劇場 3歳～小学生と保護者 60人(先着順) 当日直接会場へ
水道端図書館 ☎03-3945-1621	7/30(火) 14:00～16:00	YA向けイベント「製本の仕事一見・聴く・つくる」 製本の仕事の講演と製本のワークショップ 秋田秀明(清美堂社長) 中・高校生 6人(申込順) 7/15(休)9:00から電子申請・電話又は直接水道端図書館へ
	8/2(金) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00	調べる学習おうえん講座 テーマの決め方からまとめ方を学ぶ 小学生 各12人(申込順) 7/15(休)13:00から電子申請・電話又は直接目白台図書館へ
目白台図書館 ☎03-3943-5641	8/3(土) 14:00～15:00	夏の子どもの会 からだであそぶ絵本♪絵本を体で表現するダンス 浦田悠樹 3歳～小学生と保護者 25組(申込順) 7/20(日)9:00から電話又は直接湯島図書館へ
湯島児童館 湯島図書館 ☎03-3814-9242	8/3(土) 14:00～15:00	夏の子どもの会 からだであそぶ絵本♪絵本を体で表現するダンス 浦田悠樹 3歳～小学生と保護者 25組(申込順) 7/20(日)9:00から電話又は直接湯島図書館へ

#### 職員採用

##### 区立保育園夏季アルバイト募集

7月16日(火)～9月30日(月)のうち保育園の指定する日(土・日曜、祝日を除く、月20日以内、最大3か月) 18歳以上の方(高校生を除く) 電子申請又は電話で幼児保育課幼児保育係 ☎03-5803-1189へ  
 ※保育希望者は7月25日(休)までに上記へ ※飲み物は各自持参

職種	保育補助	調理補助・用務
勤務時間	9:00～16:00	8:30～15:30
報酬(日額)	7,258円	7,148円
募集人員	50人程度	7人程度

※交通費は別途支給(上限あり) ※申込時に面接日時を決定

#### 傍聴

##### 第1回文京区地球温暖化対策地域推進協議会

7月23日(火)午前10時～正午 シビックセンター24階委員会室 区の計画改定等を検討・協議 10人(先着順) 傍聴希望者は当日直接会場へ 環境政策課脱炭素担当 ☎03-5803-1276

#### タウン

5783 区HP ID

区内サークル・公共性のある団体の催し物や会員募集を掲載します(営利や売名目的、会費が多額、前回の掲載から1年を経過していないものは掲載不可)。

#### 催し物

文京区民オーケストラ第35回定期演奏会 7/28(日)14:00 シビックホール大ホール 楽クリヤピン交響曲第3番(ほか)指揮 田村文生氏 1,000円(全席自由) 20名(先着順) bcot.enousukai@gmail.com

#### 会員募集

だれでも中国語を楽しみプレイ！ 月～金曜9:00(不定期、相談可) 音吾地域活動センター(ほか) 受講者のニーズに応じて中国語を教える チェン・ユウイン氏 20名(先着順) 電話又は 下記へ チェン ☎080-3837-0417 dubian.yuying@gmail.com  
 8/6(火)・8(木)・20(水)・22(金)10:30～12:30、14:00～16:00(各回同内容) 戸塚 1つ選んで刺しゅう体験 1回1,000円(材料費) 小学生以上(小学生は保護者同伴、大人のみの参加も可) 各回10人(申込順) 電話で下記へ 戸塚刺しゅう東京教室 ☎03-3267-2150



子育て



ベビーシッター利用料助成の申請締切が近づいています!

6年4~6月利用分の申請締切は、7月31日(水)(必着)です。申請がお済みでない方は、郵送又は区から申請をお願いします。



母親学級(2日制)

出産・育児の話、歯科・栄養の話 区内在住ではじめて赤ちゃんが生まれる20週以降の妊婦 7月20日(土)から電子申請

Table with 2 columns for dates and times, and 2 columns for venue and staff.

※1日だけの参加も可 ※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8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」



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(実施日時点)の第1子と保護者



Table with 2 columns for dates and times, and 2 columns for venue and staff.

親子で楽しむ「はじめてのバレエレッスン」

9月7日(土)①午前10時~10時50分 ②午前11時30分~午後0時20分 シビックホール多目的室 牧阿佐美バレエ団 団員



健康



夏休み! 歯っぴー教室

8月1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、お口を使ったゲームや歯医者体験等

健康スキルアップクラス

8月2日・23日、9月6日・20日(全て金曜、全4回) 午前10時~11時30分 保健サービスセンター本郷支所 有酸素運動、ストレッチ、筋力トレーニングなど



健康づくり栄養教室「パパッとパパごはん」

8月3日(土)午前11時~正午 保健サービスセンター 講義と料理実演「パパの作るごはんを家族を元気に」



ウォーキング教室

8月21日~9月4日・18日の水曜(全4回) 午後1時30分~3時 保健サービスセンター本郷支所 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



楽しく学ぼうフレイル\*予防 ~オーラルフレイル大測定会! 「お口」の元気度を知ろう~

8月26日(月)午後2時~4時 シビックセンター内会議室 口腔機能に注目した体験型学習会 戸原玄氏(東京医科歯科大学大学院教授)



▲戸原玄氏

軽体操・ピラティス教室 8月

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

Table with 5 columns: Venue, Class Name, Day, Time, Staff.

こまめな水分補給で熱中症を防ぎましょう

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。



水分補給のポイント

- のどが渇く前に水分補給
• 起床時・入浴時・就寝前にも水分補給
• 大量に汗をかいた時には塩分も補給
• アルコール飲料での水分補給は避ける

健康推進課福祉保健政策推進担当 03-5803-1231

初めてでも安心! スマートフォン講習会

電源の入れ方から丁寧に説明する講習会と初心者向けLINE講習会 スマートフォンをお持ちでない又は操作に不慣れな60歳以上の区内在住者

Table with 3 columns: Date/Time, Venue, Staff.

※1会場は4階(エレベーターなし) ※操作全般講習会は、各回2日間とも参加、当日貸し出すスマートフォン(Android)を使用

元気でいきいき教室

Table with 3 columns: Date/Time, Venue, Staff.

※お酒の知識等を学ぶ(試飲はノンアルコール)



ペルヴィス®ワーク(全4回)

8月3日~24日の土曜午後2時30分~4時 健康センター 簡単な動きで骨盤を中心に全身を自力で調整する力を身に付ける

第169回老年学・老年医学 公開講座 アルツハイマー病の新治療薬

7月25日(木)午後0時45分~4時 シビックホール大ホール 認知症に関する講演とパネルディスカッション 井原涼子氏(東京都健康長寿医療センター脳神経内科医長)



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

Table with 3 columns: Date/Time, Venue, Staff.

※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)

健康マージャン教室

9月6日~12月13日の金曜(全15回) 午後1時30分~3時30分 洛和ヴィラ文京春日(春日1-9-21) 認知症予防を目的とした「賭けない・飲まない・吸わない」麻雀



心身障害者・児「理容・美容サービス」

外出が困難な障害者・児の自宅に理容師・美容師が訪問 次の全てに該当する64歳以下の区内在住者

HPVワクチンキャッチアップ接種は7年3月31日まで

積極的勧奨が差控えられていた子宮頸がん予防のためのHPVワクチンを、対象年齢を超えてキャッチアップ接種として接種できるのは7年3月31日までです。

