

4月から後期高齢者医療制度が始まります

新制度開始

これまで75歳(一定の障害のある方は65歳)以上の方は国民健康保険や健康保険(健保組合など)に加入しながら、老人保健制度で医療を受けていましたが、4月からはこれを脱退し、新しく創設される「後期高齢者医療制度」で医療を受けることになります。

目的

老人医療費が増大する中、医療保険制度を将来にわたり持続可能なものとしていくため、高齢者世代と現役世代の負担を明確化し、公平でわかりやすい独立した医療制度として創設されました。

運営主体

制度の運営は、東京都内の全62区市町村が加入する「東京都後期高齢者医療広域連合」が行い、区は保険料徴収や各種窓口事務を行います。

対象者

①75歳以上の方(75歳の誕生日から資格取得)②65〜74歳で一定の障害の状態にある

ここが変わります	
現在	4月から
運営主体 文京区	東京都後期高齢者医療広域連合
保険証 健康保険証と老人医療受給者証	後期高齢者医療被保険者証のみ(3月下旬に郵送)
保険料 各医療保険の被保険者(世帯主など)が支払	被保険者全員が納めます。*被用者保険の被扶養者として、これまで保険料を負担してこなかった方は、保険料の軽減措置あり。

ここは変わりません	
対象者	75歳以上の方と65歳〜74歳で障害認定を受けている方
自己負担	1割(現役並み所得がある方は3割)

ことを広域連合が認定した方(認定日から資格取得)
 現在の老人保健制度の対象になっている方は、現在加入している国民健康保険やその他の健康保険から、自動的に後期高齢者医療制度に加入することになります。

脱退手続き

国民健康保険の方は手続き不要です。その他の保険の方は、加入している保険をやめる手続きが必要となります。会社など、現在加入している保険者にお問い合わせください。

保険証

被保険者には1人に1枚、新しい「被保険者証」を交付します。これまでは健康保険証と老人医療受給者証を医療機関等に提示していましたが、4月からは「後期高齢者医療被保険者証」1枚を提示することになります。新しい保険証は、3月下旬に配達記録郵便で送付します。

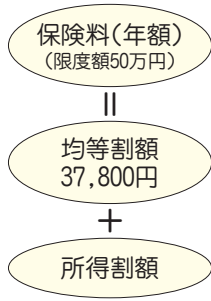
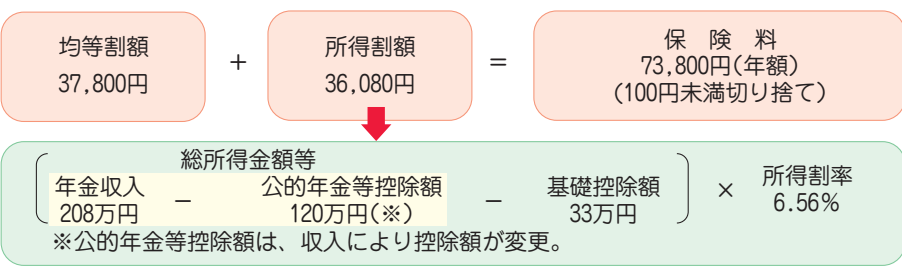
保険料

被保険者全員が保険料を負担することになります。

金額・計算方法

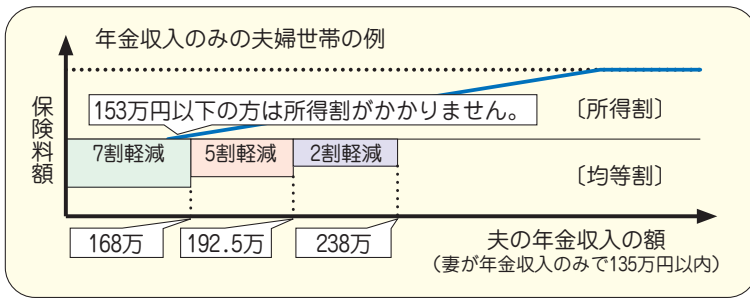
保険料は、全員が負担する均等割額と、所得に応じて負担する所得割額の合計(限度額50万円)となります。
 ●均等割額 3万7千800円(年額・東京都内均)
 ●所得割額 前年の総所得金額等ー基礎控除額33万円)×所得割率6.56%

保険料の計算例(1人暮らしで収入が年金のみ208万円の場合)



保険料の軽減措置

所得の低い方は、世帯の所得水準に応じて保険料の均等割額が軽減されます。



被用者保険などの被扶養者に対する激変緩和措置
 制度に加入したときから2年間、所得割はかからず、均等割額は5割軽減されます。ただし、20年度の特例措置として、4月から9月は均等割額がかからず、10月から21年3月は均等割額が9割軽減されます。
保険料の支払い方法
 原則として4月の年金から保険料が引き落としされます。ただし、①介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた額が年金額の2分の1を超える②年金が年額18万円未満の方は、納付書や口座振替などでお支払いいただきます。

自己負担

医療機関等の窓口で支払う負担割合は、これまでの老人保健制度と同じく、一般の方は1割負担、現役並み所得のある方は3割負担です。

医療給付

病気やけがの治療・入院したときの食費など、これまでの老人保健制度や国民健康保険で支給されているものと基本的に同じです。

健康診査

20年度から、被保険者は後期高齢者健診を受診できます。被保険者の利便性を考え、これまでの基本健康診査と同様に区が健診を行います。

保険料額の通知

個人の保険料額の通知は、年金引き落としの方には4月(仮算定)・7月(本算定)、その他の方は7月(本算定)に通知します。

後期高齢者医療準備状況・制度概要

「東京いきいきネット」<http://www.tokyo-ikiikinet>

住民説明会

月日	時間	会場
3/17(月)	18:30	シルバーセンター
3/18(火)		本駒込交流館
3/19(水)		文京福祉センター

※各会場の説明内容は同じ。
 ※特定健康診査・特定保健指導の説明会も同時開催。

●国保年金課 医療制度改革担当
 ☎(5803)1198
 ●老人医療係
 ☎(5803)1205

国保に必ずご加入を!

職場の健康保険(健康保険組合共済組合・船員保険など)や、後期高齢者医療保険に加入される方と生活保護を受けている方を除いて、文京区に住んでいる方は必ず国民健康保険に加入してください。
 ●国保年金課 国保資格係
 ☎(5803)1192

「19年度文京区内大学学長懇談会」を開催しました



区内にある大学の学長と区長との懇談会が、1月17日(木)スカイホールにおいて開催され、東京大学をはじめ区内15大学の代表者が出席しました。

成澤区長は、「文京区内大学による大学コンソーシアムの可能性について」という具体的なテーマのもと、区において、大学間あるいは行政との連携により学術・文化の発展にどのように資することができるか、また、大学と地域との連携により、どのように相互を活性化することができるかなどを協議し、実りある懇談会としたいと挨拶しました。

各大学からは、他大学の学生や社会人等との交流が図られ、教育の質の向上にもつながり大変有意義であるなど

の、おおむね肯定的な意見を数多くいただきました。

また、すでに他の地域において大学コンソーシアムを運営している大学からは、産学連携の進展・大学の社会貢献・国際化に向けたインフラ整備など、運営の柱となる考えについてアドバイスをいただきました。さらに、区に対して、具体的な指針を示し、提案をしてほしいとの要望も出され、約2時間にわたり、活発かつ真摯な意見交換が行われました。

大学コンソーシアムの実現に向けて、まず、この議論をはじめの一步として、「文の京」の恵まれた文化・学術環境がさらにすばらしいものとなることを目指します。

※大学コンソーシアムとは：同じ地域にある複数の大学などが連携し、共同事業などを行う。

●企画課 ☎(5803)1126
アカデミー推進課
☎(5803)1307



地域子育てステーション (3月)

お気軽にご参加ください。
定各園に問い合わせ申各園の開催日1週間前から電話で各園へ

●保育課保育係
☎(5803)1189

保育園名	電話	日時	主な内容
藍染	(3828)5509	12日(水) 10:00~	保育園のおもちゃであそぼう
久堅	(3811)0712	14日(金) 9:30~	保育園であそぼう・身体測定
青柳	(3941)4518	21日(金) 10:00~	保育園であそぼう
さしがや	(3811)3474	14日(金) 10:00~	保育園であそぼう・身体測定
駒込	(3821)8800	12日(水) 9:45~	保育園であそぼう・身体測定
こひなた	(3943)4457	18日(火) 10:00~	保育園であそぼう・身体測定
本郷	(3812)2394	26日(水) 10:00~	保育園であそぼう
大塚	(3943)1631	12日(水) 10:30~	保育園であそぼう
しおみ	(3827)8229	11日(火) 10:00~	保育園であそぼう・身体測定
千石	(3947)9220	10日(月) 10:00~	保育園であそぼう
向丘	(3814)6755	11日(火) 10:00~	保育園のおもちゃであそぼう
水道	(3812)2237	18日(火) 9:45~	保育園のおもちゃであそぼう 身体測定
本駒込	(3822)3659	12日(水) 10:30~	保育園であそぼう・身体測定
本駒込南	(3823)3247	12日(水) 10:15~	保育園の庭であそぼう・身体測定
千石西	(3944)4688	5日(水) 10:30~	楽器であそぼう・身体測定
本駒込西	(3947)2906	11日(火) 10:30~	保育園であそぼう
目白台	(3945)4220	5日(水) 10:30	一緒にあそぼう (リズム体操をしよう)
柳町	(3811)0978	6日(木) 10:20~	ラッコの会(お話会) ※申込は不要。

※開催時間はおおむね1時間程度。
※申込後、不参加の場合は園に連絡のこと。

特定健康診査・特定保健指導が始まります

20年度から、40歳~74歳の国民健康保険被保険者を対象として、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査および特定保健指導が始まります。

これまで区市町村が行っていた老人保健法に基づく基本健康診査(節目・成人・高齢者健康診査)に代わり、各医療保険者が「高齢者の医療の確保に関する法律」に基づき、「特定健康診査」を実施することになります。

20年3月31日以降、引き続き文京区国民健康保険に加入して、4月1日から21年3月31日までに満40歳~74歳になる方には、個別に「特定健康診査」のご案内と受診券を送付しますので、受診の際にお持ちください。

なお、ご案内と受診券の送付予定日は、誕生月により異なります(表1)。

※健康を実施する指定医療機関は同封の一覧表を参照のこと。
※健康診査の詳細は、3月14日(金)発行の区報特集号でご案内。

(表1) 誕生月と健康診査実施期間

誕生月	健康診査実施期間	受診券等の送付予定
4~6月	5・6月	4月末
7~9月	6・7月	5月末
10~12月	7・8月	6月末
1~3月	8・9月	7月末

※日程は変更になる場合あり。

「文京区特定健康診査等実施計画」をまとめました

計画の全文は、行政情報センター・地域活動センター・図書館・区ホームページでご覧いただけます。

住民説明会
申当日直接会場へ

月日	時間	会場
3/17(月)	18:30	シルバーセンター
3/18(火)		本駒込交流館
3/19(水)		文京福祉センター

※各会場の説明内容は同じ。
※後期高齢者医療制度の説明会も同時開催。

●国保年金課管理係
☎(5803)1191

自転車利用の基礎知識 ②

Q 自転車専用と表示されている場合は、その歩行者用信号機に従って通行します。

A 横断歩道がある交差点を横断する場合は、自転車を降りて、自転車を押し、横断歩道を渡ります。自転車専用と表示がある場合は、自転車を降りて、横断歩道を渡ります。

Q 交差点では自転車はどの信号を見れば良いの？

A 歩行者用信号機に写真のように「歩行者」の表示が点灯している場合は、歩行者用の信号機に従って通行します。

●土木部管理課交通安全係
☎(5803)1245



文京区コミュニティ道路整備計画(素案)意見募集

計画の背景と目的

道路はかつて、生活のにぎわい空間であり、子どもの遊び場でもありました。しかし、現在では、車中心の移動空間となり、幹線道路から流入する通過交通により、交通事故が多発する危険な空間となっています。

そこで区は、区内全域を対象にコミュニティ道路整備事業を推進し、歩行者等が安全かつ安心して利用できる道路環境の整備を重点的に行っていくこととしました。

本計画は、コミュニティ道路整備を優先的に推進すべき地区の選定を目的としています。

地区の区分および対象路線の抽出

区内を国道・都道等の幹線道路により、22地区に区分しました。



路線については、優先的にコミュニティ道路整備の実施が可能な道路(幅員6m以上12m未満)および課題の多い道路(ヒヤリ調査等から把握)を対象としました。

地区および路線の評価項目

地区については、整備効果(路線評価)、利用度(人口密度・高齢化率等)、危険度(交通事故か所の密度・ヒヤリか所の密度)を評価項目としています。

路線評価については、整備効果(幅員・歩道の整備率等)、位置づけ(バリアフリー整備対象路線等)、利用度(公共施設の数等)、危険度(交通事故数・ヒヤリ調査結果)などを

評価項目としています。

地区および路線の評価結果

評価の結果、面的整備が有効な上位地区は、C地区・G地区・N地区・O地区の4地区でした。また、路線単位での整備が有効な上位路線は、右の図に太線で示されています。

区では、このような評価の高い地区について、今後、地元とコミュニティ・ゾーン整備に向けての協議を進めていきます。

ご意見は、個人情報を除き、区ホームページで公開する予定です。ご意見に対して個別の回答は行いません。

ご意見を
お寄せください

計画(素案)の全文は、行政情報センター・地域活動センター・図書館・区ホームページでご覧いただけます。

ご意見は、住所・氏名を記入のうえ、郵送・FAX・電子メール(区ホームページから送信可)でお寄せください。

●ご意見は、個人情報を除き、区ホームページで公開する予定です。ご意見に対して個別の回答は行いません。

募集期間 2月25日(月)~3月13日(木)
●11255文京区道路課
☎(5803)1247
FAX(5803)1360

☆区内13か所の区民サービスコーナーで、住民票、印鑑証明書、外国人登録記載事項証明書、住民税納・課税証明書等を発行しています。

NPO等からの提案公募型事業の募集

区では、地域の活力を引き出し高めるため、区民やNPO(非営利活動団体)等との協働による区政運営を積極的に推進しています。

20年度も、区が進める事業やテーマについて、区民・地域活動団体・NPO・民間事業者との協働や委託等による事業を実施します。

これは、区が進める事業やテーマについて、NPO等からの提案内容を取り入れ、NPO等の持つ専門性や柔軟性といった特

事業名・担当課	事業概要
「文の京」安全・安心まちづくりリーダー養成講座 危機管理課 ☎(5803)1280	区内で安全・安心まちづくりの活動を行うボランティア団体のリーダーに必要知識・技術を体得し、活動に生かすための実践型講習会の計画を立案し、区と協働運営する。
青少年の社会参加推進事業 児童青少年課 ☎(5803)1186	青少年が地域社会において大人とともに社会活動に参加する機会を創出し、NPO等が実施する事業の経費の一部を補助する。
青年育成事業 児童青少年課 ☎(5803)1186	NPO等が実施する、地域社会で自主的に活動できる青年の育成を図る事業経費の一部を補助する。
親子環境教室 環境対策課 ☎(5803)1276	小学生親子を対象に、自然観察・身近な材料を使った工作・体験型ゲームなどの環境教室を年4回開き、環境への理解を深める。 ※募集中、3/26(水)締切。
生ごみ減量講座 環境対策課 ☎(5803)1135	リサイクルへの理解を深め、リサイクルの減量化に努めるため、リサイクルに関心を持つ区民を対象に、生ごみを資源として活用する取り組みの紹介を実施する。
文京アカデミア(区民プロデュース講座)財文京アカデミア学習推進係 ☎(5803)1119	学習の成果を活かして、地域の身近な問題の解決や、地域に根ざした地域貢献や、生涯学習を推進するために、区民・NPO等に呼びかけ、協働で講座を開講する。

障害者地域自立生活支援センターのご案内

障害者地域自立生活支援センターでは、障害のある方が地域で自立した生活を送れるよう、さまざまな支援事業を行っています。障害者手帳をお持ちでない方でも、お気軽におこしください。主な事業は次のとおりです。

種別	曜日
肢体不自由 見親向け	第1月 第3月
知的	火
視覚	水(第1・3のみ)
肢体	木
聴覚	金(第2・4のみ)

「ピア」とは「仲間」という意味です。同じ障害を持つ同士だからこそ分り合える悩みのご相談をお受けします。障害の種類によって曜日異なりますので、相談日を確認のうえおこしください。なお、予約により、時間外の相談も可能です。また、本人だけでなく、保護者へのピアカウンセリングなども行っています。

▽定例相談 午前10時～午後2時
※秘密は厳守。

●文京福祉センター管理係 ☎(3947)4121
●文京福祉センター管理係 ☎(3947)4121

リサイクルプラザのあり方について最終報告

区では、19年8月よりリサイクルプラザのあり方について検討してきました。この間「中間のまとめ(案)」に対し、皆さんからいただいたご意見を踏まえてさらに検討を重ね、最終的な考え方をまとめました。「リサイクルプラザのあり方について最終報告」の全文および公募意見に対する考え方は、2月26日(火)～3月25日(火)に、行政情報センター、地域活動センター、図書館、リサイクルプラザ・シビックホールおよび本駒込、区ホームページでご覧いただけます。

区民課 ☎(5803)1167
※区ホームページでも案内。
※募集時期等詳細は各担当課へ。

家具の転倒防止対策はお済みですか? マイルームセーフティ事業

阪神・淡路大震災では、建物は特別な被害を受けていなくても、家具の下敷きになったり、家具が転倒・移動して通路を塞ぐなどで、逃げ遅れた人が多数いました。いざというときに備えて、家具の転倒防止対策が必要です。

家具の転倒防止器具を区が設置し、設置にかかる費用の2分の1(上限7千500円まで)を助成します。

●区内在住65歳以上の高齢者のみの世帯または障害者のみの世帯(定帯)世帯(申込順)甲
申込書を防災課へ▽申込書配付 高齢者福祉課・障害者福祉課・国保年金課・地域活動センター・シルバー人材センター・社会福祉協議会・下記



区内に所有する自宅の修繕・増築をする方に、資金の融資を金融機関にあっせんし、金利の一部を補助します。

●住宅課 ☎(5803)1238
※詳細は左記へ。

種類・対象工事	融資条件			
	限度額	償還期間	表面金利 ※1	利子補給率 ※2
住宅の修繕・増築等の工事	500万円	10年以内	年利3.0%(固定金利) ※2	年利1.0%
特別工事 ○心身障害者用または高齢者用 ○ブロック塀等改修 ○太陽熱温水器または太陽光発電システム設置 ○防水板設置 ○水害り災住宅復旧 ○耐震診断に基づく補強工事				年利1.5%

※1 表面金利とは、区の指定している金融機関と申込者が契約する金利。本人の実質負担金利は、表面金利から利子補給率を引いた率。
※2 固定金利であっても、長期プライムレートなどの変動により変更になる場合あり。

子育てファミリー世帯 住み替え家賃助成制度

この制度は、住み替えを考えている義務教育修了前の子どもがいる世帯を対象に、住み替え後の家賃および引越に要した費用の一部を助成するものです。

原則として住み替え前の申請になりますが、事後申請も可能です(住み替えの3か月後まで)。
●家賃助成金
住み替え前の家賃と世帯の年間総収入の20%の12分の1の額を比較して高い方の額を助成します。
●住宅課 ☎(5803)1238

●防災課 ☎(5803)1179
●社会福祉協議会地域福祉係 ☎(3812)3040

※詳細は下記へ。

●L型金具
・家具を壁に直接金具とネジでとめる
・壁に強度が足りない場合は、当て木をつけ、ネジが抜けないようにする

●ポール式(つっぱり棒)
・つっぱり棒式の器具は、天井の強度を確認して使用する

●ストッパー式
・つっぱり棒を使用する時は、家具の下部も固定するとより効果的

申込要件	対象世帯
居住の要件	義務教育修了前の子どもがいる世帯 [区内居住者] ・区内に引き続き1年以上居住し、住民登録または外国人登録をしている。 [区外居住者] ・申込者またはその配偶者の親が区内に引き続き1年以上居住し、住民登録または外国人登録をしている。
収入の基準	前年の世帯の年間総収入が { 700万円(2~4人世帯) 742万円(5人世帯) 784万円(6人世帯) } 以下
その他	・住宅にかかわる公的助成を受けていない。 ・今までにこの制度を利用したことがない。
住み替え前の住居要件	賃貸住宅に居住している。 ※社宅、寮および公営・公社・都市機構(旧公団)の住宅も含む。ただし、申込者またはその配偶者の一親等の親族が所有する住宅、区民住宅および都民住宅は除く。
住み替えの時期	助成予定者となった日から3か月以内に区内の民間賃貸住宅に住み替える
住み替え後の住居要件	[区内居住者] ・30㎡以上の住宅で、かつ住み替え前に比べ、面積が1㎡以上増加する民間賃貸住宅に居住する。 [区外居住者] ・30㎡以上の民間賃貸住宅に居住する。 ※公営・公社・都市機構(旧公団)等の住宅、区による借り上げ住宅、都民住宅、社宅(申請者またはその配偶者の勤務先が所有または借り上げて社宅としている住宅を含む)・寮および申請者または配偶者の一親等の親族が所有する住宅は除く。

☆区民サービスコーナーは、土・日曜日にも開館しています。図書館に併設のコーナーは、月曜日が休館日です。

皆さんと共に快適な道づくり！「文の京ロード・サポート」募集

この事業は、地域の皆さんと区が協働で快適な環境づくりを進めていくものです。地域住民や商店会、学校の皆さんなどでグループをつくり、道路の美化清掃活動を行っています。

これまでに10団体と協定を結び、活動を行っています。

【地域住民・団体等で行く5人以上のグループ】主な活動内容 ①道路の美化清掃活動②植樹帯を活用した美化活動③道路付属物の破損等の連絡等

※申し込み等詳細は左記へ。
●道路課維持係
☎(5803)1250

昨年12月20日(木)、区は東洋学園大学、文京学院大学女子高等学校との間で協定書を取り交わしました。今回の活動の特色は、学生および生徒たちによるサポート組織であり、文京学院大学女子高等学校ではロード・サポート事業初の植樹帯を活用した美化活動を行います。

調印式には、東洋学園大学理事長の江澤氏と文京学院大学女子高等学校長の野口氏が出席しました。



▲江澤理事長と成澤区長

道路交通環境整備強化 推進月間

3月1日(土)～31日(月)

～つくろひよ クリーンで快適 みんなの道路～



交通事故の防止と交通の円滑化を図るため道路は正しく使しましょう。

次のような行為は禁止されています。

- 道路上に立て看板・のぼり旗を置くこと
- 商品の路上販売
- はり紙・はり札
- 路上駐車・駐輪

道路の安全な通行を確保するため、警察や道路管理者が道路を巡回して、放置された品物に対して指導・取り締ま

りを行います。皆さんのご協力をお願いします。

☎富坂警察署 (3817)0110
大塚警察署 (3941)0110
本富士警察署 (3818)0110
駒込警察署 (3949)0110
●土木部管理課交通安全係 (5803)1245

ホームステイ 受け入れ家庭募集



▲市章

受け入れは同市から4人の生徒が来日し、区内の各家庭宅へホームステイします。

▽受け入れ期間 7月中旬～8月上旬の約3週間

①生徒および受け入れ家庭が区内在住者②4月現在、中学校3年生または高等学校1～3年生の男子生徒がいる③受け入れの際、なるべく専用の部屋を用意できる

④2家庭⑤3月31日(月)左記で配付する申込書を左記へ持参または郵送▽選考書類・面接▽決定 4月中旬

※詳細は左記へ。
●アカデミー推進課 観光・国際交流係 (5803)1200



▲18年7月カイザースラウテルン市から生徒が訪問

姉妹都市カイザースラウテルン市(ドイツ)との相互理解と親睦を深めるため、ホームステイによる生徒の交換交流を行います。

スポーツ

高齢者水中ウォーキング教室

日4月2日～5月7日の毎週水曜午前10時～11時30分全6回(総合体育館)65歳以上の区内在住者定50人(超えた場合は抽選)¥4千200円(保険料含む)3月10日(月)必着

申往復はがき(1人1枚)に「水中ウォーキング教室」・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号と返信用にもあて先を明記し左記へ

☎1134文京区湯島4-7-13 総合体育館 (3814)4271



春休み小学生体育サポート教室

日3月26日(水)・28日(金)・29日(土)(全3回)午前10時～正午

会スポーツセンター(内鉄棒・とび箱・マット運動・縄跳びなど)対区内在住・在学の小学生定20人(超えた場合は抽選)¥420円(保険料含む)3月14日(金)必着

申往復はがき(「体育サポート教室」・住所・氏名(ふりがな)・学校名・学年・電話番号と返信用にもあて先を明記し左記へ)

☎112文京区大塚3-29-2 (スポーツセンター内)スポーツ青少年係 (3944)2273



小学生水泳教室 4月コース

日3月10日(月)必着

申往復はがき(1人1枚・両施設同時申し込みは不可)に希望コース(会場名を必ず記入)・住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・電話番号・前回参加コース(初めの場合は「初回」と泳力)・

☎112文京区大塚3-29-2 スポーツセンター (3944)2271

1134文京区湯島4-7-13 総合体育館 (3814)4271

コース	小学生4月 スポーツセンター	小学生4月 総合体育館
日時	4/1(火)・3(木)・8(火)・10(木)・15(火)・17(木)・22(火)・24(木)	4/2(水)・4(金)・9(水)・11(金)・16(水)・18(金)・23(水)・25(金)
会場	スポーツセンター	総合体育館
対象	区内在住・在学の小学生	※必ず6回以上出席のこと。
定員	60人	80人
費用	定期券方式：2,060円(保険料160円を含む) チケット方式：全日参加で1,680円(保険料160円を含む)	

※定員を超えた場合は抽選。
※「定期券購入」または「出席日のみチケット購入」を選択可。保険料は必ず納入。

図書館 入場料無料

春の子ども会

月日	時間	会場	内容	定員(先着順)	電話
3/5(水)	15:00	本郷図書館	人形劇「雷さまとお医者さま」ほか(劇団 どころ)	80人	(3828)2070
		本駒込図書館	人形劇「きんのさかな」ほか(座・まりりん)	100人	(3828)4117

シビックホール

シビックチケット☎(5803)1111
(チケット予約・公演1人4枚まで)
●(財)文京アカデミー文化事業係

響きの森クラシック・シリーズ Vol.24



▲ダン・エッティンガー



▲河村尚子

日6月8日(日)午後3時(指揮・ピアノ)、河村尚子(ピアノ)、東京フィルハーモニー交響楽団▽曲目

トラヴィンスキー／組曲「ブルネラ」・バレエ音楽「春の祭典」・モーツァルト／2台のピアノのための協奏曲

対小学生以上 ¥S席5千円、A席4千円、B席3千円(全席指定) 申3月14日(金)午前10時からシビックチケット(窓口・電話)で発売

区民先行予約日(1日限り) 日3月6日(木)午前10時～午後7時(電話予約のみ)、数に限りあり

対区内在住・在勤・在学者

3月の番組表

文京区民チャンネル ●広報課CATV担当 ☎(5803)1130

1(土)~2(日)	
9:00	くらしのガイド「基本のマナー(座席編)」 10 特集ぶんきょう「区内さんぽ vol. 4」 30 文京フットレポ 50 文京インフォメーション
10:00	みんなのひろば(~57) 学長講演会 日本医科大学学長 荒木勤氏
13:30	☎介護予防(栄養編)◇50インフォ(~59)
18:31	健康 かかりつけ医◇36ガイド(~41)
20:02	みんなのひろば(~21:57) 消費生活研修会 「知っておきたい最新のお葬式事情と基礎知識」
3(月)~9(日)	
9:00	文京の風景 10 特集ぶんきょう 30 本駒込南保育園「餅つき&新年会」 50 文京インフォメーション
10:00	シティスタジオリキいきトーク(~57) 高校生しゃべり場第6期生
13:30	☎「区内さんぽ vol. 3」◇50インフォ(~59)
18:31	健康 かかりつけ医◇36ガイド(~41)
20:02	みんなのひろば(~21:57) 健康ぶんきょう21講演会 「アンチエイジング」~健康で長寿を楽しむために
10(月)~16(日)	
9:00	アゼリアニュース◇05くらしのガイド 10 特集ぶんきょう「介護保険 地域密着型サービス」 30 文京フットレポ 50 文京インフォメーション
10:00	みんなのひろば(~57) コミュニティプラザ
13:30	☎「カイザー・スラウテルン市民訪問団」◇50インフォ(~59)
18:31	健康 かかりつけ医◇36ガイド(~41)
20:02	みんなのひろば(~21:57) 区民参加オペラ「カヴァレリア・ルスティカーナ」
17(月)~23(日)	
9:00	区長に聞く 10 特集ぶんきょう 30 金富小学校「かなとみ konzert」 50 文京インフォメーション
10:00	みんなのひろば(~57) 学長講演会 日本医科大学学長 荒木勤氏
13:30	☎「区内さんぽ vol. 3」◇50インフォ(~59)
18:31	健康◇36ガイド(~41)
20:02	みんなのひろば(~21:57) 区立中学校開校60周年合同記念式典
24(月)~30(日)	
9:00	アゼリアニュース◇05くらしのガイド 10 特集ぶんきょう「介護保険 地域密着型サービス」 30 第六中学校「国際理解講座」 50 文京インフォメーション
10:00	シティスタジオリキいきトーク(~57) 高校生しゃべり場第6期生
13:30	☎「カイザー・スラウテルン市民訪問団」◇50インフォ(~59)
18:31	健康 かかりつけ医◇36ガイド(~41)
20:02	みんなのひろば(~21:57) 区民参加オペラ「道化師」
31(月)	
9:00	くらしのガイド 10 特集ぶんきょう 30 金富小学校「かなとみ konzert」 50 文京インフォメーション
10:00	みんなのひろば(~57) 「ザ・シビック」第12期講習生卒業公演
13:30	☎「区内さんぽ vol. 3」◇50インフォ(~59)
18:31	くらしのガイド(~41)
20:02	みんなのひろば(~21:57) 消費生活研修会 「知っておきたい最新のお葬式事情と基礎知識」

☎手話付番組

再放送

9:00 ~ 9:59の番組 12:00/16:00/19:00
13:30 ~ 13:59の番組 18:00

※番組は変更する場合があります。予めご了承ください。

メディアパートナー 地場産業見てある記 7

商店街めぐり(3) 東洋大前通り商店会

新しい商店会のパワーを地域に発信!

昨年暮れ、本駒込の曙町会館で行われたピンゴ大会と東洋大学軽音楽クラブのジャズコンサートにおじゃましました。幼児から年配の方までいろいろな家族が集まり、とても和やかな2時間でした。

白山上から旧中山道を千石方向に向かって、東洋大学・京北学園を挟む両側の沿道で商店・企業を営む仲間12軒が4年前に立ち上げた、「東洋大前通り商店会」は、現在24軒と



なり、「今、そしてこれからの商店会の役割とは何か?」を模索しながら、地域や学校と手を結び、年に2回のイベントを行っています。

国道沿いのこの通りは、昔から「元通り」といわれ商売には適さない通りとされてきました。でも、何かしなければと小さなネットワークのような活動から始めたところ、恵まれたことに京北学園の協力により会場を提供していただき、



鳥居本会長

2006~7年と、「都心に大地震が起きたら...」をテーマに、「地域防災井戸端会議」助け合う力を開催しました。従来の商店会(街)の活動とは結びつかないことが多々ありますが、商店会の役割とは何なのかの問いかけに、「営利とは別」と割り切り、地域・学園・大学と連携をとることで、若者の力も借りられるなど、本来の街の温かみや和やかさ、親密度などが取り戻されつつあるという期待も伺えました。

今後の商店会の活動として、旧中山道という歴史と、学園

区の広報活動について提案していただくメディアパートナー(公募)区民が取材しました。



メディアパートナーのお勧めスポット

●六義園

四季折々の木立のたたずまい、池の水の色、そしてそれをわたる風の香り、そこには都内からかけ離れた自然があります。かけがえのない身近で貴重なスポット、それが「六義園」です。

(山下隆二)



六義園

何かほろ苦い気分させられるような静けさを保ち続ける湯島聖堂。昨今、水質が飛躍的に改善され、鯉の泳ぐ姿が肉眼で確認できる神田川。都会の真ん中にありながら別次元のよう。ライトアップも幻想的。(写真は石田さん撮影)



夜の聖橋

●憩いの場・東大構内

落ちたいちようの葉が重なり、黄色のじゅうたんの道を歩くような感じがします。本郷の東大構内は黄色一色。巨木のいちようはライトアップされています。これが、3月末になると、桜に変わり、花見のステージに。構内の食堂めぐりのほか、独立法人化して以来、チェーンの喫茶店やコンビニもオープン。ちょっと

●ほろ苦と漂う聖橋

作家の佐藤洋一郎さんが、聖橋の上で、つき合っていた女性から別離を宣告されたという三十年前の思い出を、「聖橋」というエッセイに書いています。「婦系図おんなけいず」の連想からか、湯島辺りに来ると、

区民チャンネル 今月の見どころ

みんなのひろば「区民参加オペラ」

「カヴァレリア・ルスティカーナ」3月10(月)~16(日)放送
「道化師」3月24(月)~30(日)放送

区民を中心としたCITTADINO(チッタディーノ)歌劇団第8期講習生がヴェリズモ(現実主義)オペラの2大傑作を公演します。迫真の舞台の模様をぜひご覧ください。



ライトアップされたいちよう

とした散策と憩いの場になっています。東大ブランドの商品も定着、大変貌しました。(写真は昨年12月石田さん撮影)

(石田久雄)



軽体操教室(3月)

対18歳以上で医師に運動を止められていない方 100円(当日会場で納入) 電話で各交流館へ(申込順) ストレッチ教室

Table with columns: 会場・電話, 月日, 曜, 時間, 定員. Lists various community centers and their schedules for light exercise classes.

かんたんシェイプアップ教室

Table with columns: 会場・電話, 月日, 曜, 時間, 定員. Lists community centers and their schedules for simple shape-up classes.

区民課地域振興係 (5803) 1170

天文教室

星空さんぽコース

対3月8日(土) ①午前10時 ②午前11時 3月の星空 区内在住・区立在学の小学生(1・2年生は保護者同伴) 定各40人(先着順) 当日5分前までに直接会場へ

※開演後の入場と車での来場は不可。宇宙と星コース

対3月22日(土)午前10時 望遠鏡のはなし 区内在住・区立在学の小学4~6年生 定30人(超えた場合は抽選) 3月7日(金)必着 往復はがき(1人1枚)に「天文教室(3/22)」・学校名・学年・児童および保護者の住所・氏名・電話番号と返信用にもあて先を明記し下記へ

共通事項

教育センター 無料 112-0003 文京区春日1-9-21 教育センター (5800) 2591

マンション管理セミナー

対3月16日(日)午後1時~4時30分 区民センター 対管理組合役員・マンション居住者(区民優先) 定80人(申込順) 無料 3月7日(金)電話または 住所・氏名・電話番号・参加

人数(4人まで)・第2部の希望するグループ名を明記し下記へ

Table with 2 columns: 第1部講演, 第2部グループ相談会. Details about the seminar content.

地域整備課 (5803) 1374 (5803) 1376

消費生活研修会

安全な食品選び

~食品偽装問題のウソ・ホント~

対3月21日(金)午前10時~正午 消費生活センター 師新谷喜久夫氏(東都生活協同組合品質保証部) 区内在住・在勤・在学者 定50人(申込順) 無料 3月12日(水)電話または 住所・氏名・電話番号・保育(2歳~就学前児)希望の有無を明記し下記へ

消費生活センター (5803) 1105 (5803) 1342

サイエンス・セミナー

来年のダーウィン生誕200周年にさきがけて行います。

対3月19日(水)午後7時~8時30分 スカイホール 対「進化」研究の歴史やダーウィンに関する逸話 師ランドル・ケインズ氏(ダーウィン財団理事) 区内在住・在勤・在学者優先 定100人(超えた場合は抽選) 無料 3月7日(金)必着 往復はがきに「ダーウィン」・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文京アカデミーへ

http://www.b-academy.jp/ から申込可。 ※同時通訳あり。

共催 プリティッシュ・カウンシル 〒112-0003 文京区春日1-16-21 (財)文京アカデミー国際交流推進係 (5803) 1310

催しもの

第22回アカデミー向丘まつり

施設利用のサークルが活動内容を発表します。

アカデミー向丘

Table with columns: 日時, 内容, 展示等. Details about the festival activities.

財文京アカデミー学習推進係 (5803) 1119

文京区民踊のつどい

日本の伝統芸能にふれてみませんか 対3月9日(日)午前11時~午後5時 シビックホール小ホール 区内で活動する民踊愛好サークルの発表 無料(全席自由) 当日直接会場へ

財文京アカデミー文化事業係 (5803) 1120

区政を知る懇談会

後期高齢者医療制度が始まります

対3月19日(水)午後1時30分~3時30分 男女平等センター 国保年金課長樋口桂 定30人(申込順) 無料 直接または電話で下記へ ※手話通訳・保育(2歳~就学前児)希望者は3月10日(月)までに要予約(区内在住・在勤・在学者に限る)。(3814) 6159

サクラ咲く小石川植物園の散策会

対3月27日(木) ①午前10時~正午 ②午後1時30分~3時30分 小石川植物園 師甲斐正人氏(元小石川植物園技術専門官) 区内在住・在勤・在学者 定各20人(申込順) 330円(入園料) 3月3日(月)午前10時から電話で下記へ (5803) 1254

お知らせ

第4回基本構想推進会議

対2月27日(水)午後6時 シビックセンター 24階委員会室内 基本構想実施計画(平成20~22年度)の策定 傍聴希望者は当日直接会場へ

Large advertisement for '虹の会' (Niji no Kai) featuring various activities like art exhibitions, dance, and sports. Includes contact info and a list of members.

のほか保険料(拠出金)と区・都・国の税金で賄われています。健康づくりに努め、適切な医療の受診を心掛けてください。

国民健康保険医療費通知

医療機関の19年6月～10月診療分、接骨院等の19年8月～12月受付分

老人保健医療費通知

医療機関の19年3月～8月診療分、接骨院等の19年7月～12月受付分

国保年金課国保給付係

☎(5803)1193

老人医療係 ☎(5803)1205

心身障害者(児)紙おむつ支給

在宅で、寝たきりまたは失禁の状態にあり、現におむつを使用している方に紙おむつを支給、または費用を助成(☎)満4歳～64歳で次のいずれかに該当する区内在住者①身体障害者手帳の交付を受けている②愛の手帳の交付を受けている③進行性筋萎縮症に患している④文京区心身障害者等福祉手当条例施行規則別表に定める特殊疾病に患し、医療券または特定疾患登録者証の交付を受けている▷利用方法 紙おむつ支給券を受領し、区の指定する店舗で引き換える(入院先で支給券を使用できない場合は、紙おむつ購入費用を後日請求)▷支給額 月額6,000円を限度 ※詳細は下記へ。

次の方は対象となりません

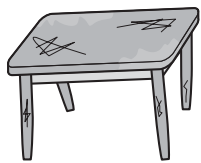
- ①障害者自立支援法により日常生活用具としての紙おむつの給付対象者となる②生活保護法によりおむつに関する一時扶助の適用を受けている③他制度で紙おむつの支給対象となっている④障害者支援施設・介護保険施設等入所者⑤介護保険の認定を受けて介護保険適用の病院に入院している等

●障害者福祉課障害者在宅サービス係 ☎(5803)1212 ☎(5803)1352

粗大ごみ収集の申し込みはお早めに!

収集は事前申込制です(有料)

粗大ごみの料金は4月1日申し込み分から改定します。☎3週間ほどの余裕を持って、粗大ごみ受付センター☎(5296)7000または <http://sodai.tokyokankyo.or.jp/>へ **不当請求にご注意**



不当に高額な料金を請求する不用品回収業者がいますのでご注意ください。

●文京清掃事務所 ☎(3813)6661

リサイクル清掃課 ☎(5803)1184

人権擁護委員が委嘱されました

人権擁護委員は、人格識見が高く、広く社会の実情に通じ、人権擁護について理解のある方が、法務大臣から人権擁護委員として委嘱されるものです。

区内にはすでに、浅沼洋子氏、池田志津江氏、井出雄介氏、伊東隆氏、田中等氏、筒井幸代氏、森田行雄氏が委嘱を受けていますが、さらに1月1日付で、勝浦溶子氏が再委嘱さ

れました。

人権身の上相談

☎毎月第3月曜午後1時～4時(☎)シビックセンター 14階相談室(☎)日常生活で人権侵害や夫婦・親子関係などの身の上のことでお困りの方(☎)無料(☎)当日直接会場へ

※秘密は厳守。

●広報課 ☎(5803)1129

新潟県中越沖地震義援金受付の延長

▷受付期間 7月16日(水)まで▷開設口座 郵便振替(手数料無料)▷口座名義 日本赤十字社新潟県支部▷口座番号 00510-5-26

※振込用紙の通信欄に「新潟県中越沖地震」と明記。

●日本赤十字社東京都支部文京区地区事務局(区民課地域振興係)

☎5803(1170)

内職の仕事を探しています

事業主の皆さんへお願い

現在、内職業務の求職者が多数待機しています。

☎勤労者共済会 ☎(5803)1108

●経済課産業振興係 ☎(5803)1173

3月1日(土)～7日(金)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、皆さんが健康診断をするように、建築物も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、多くの人利用する特殊建築物は、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必要です。

特殊建築物は、建築基準法で建築物を定期に調査し、区に報告することが義務づけられています。区では、災害防止のため特殊建築物の防災査察を行います。区の職員が伺った際は、ご協力をお願いします。

●建築課 ☎(5803)1267

3月10日(月)は東京都平和の日です

戦災死没者の慰霊と平和祈念のため黙とうを

東京大空襲をはじめ戦災で亡くなられた方のご冥福をお祈りするとともに、世界の恒久平和を祈念して、同日の午後1時から家庭や職場等で1分間の黙とうをささげてください。

●総務課総務係 ☎(5803)1139

募集

児童館・育成室アルバイト

▷勤務地 区内の児童館・育成室▷選考 面接(☎)3月4日(火)☎電話で下記へ

転入・転出届等の臨時受付窓口を日曜に開設

3月23日(日)・30日(日)・4月6日(日) 午前9時～午後5時

3月～4月の転入・転出窓口での混雑緩和のため、日曜日に臨時窓口を開設します。ぜひご利用ください。

☎戸籍住民課(シビックセンター2階)▷受付事務 転入届・転出届・転居届・印鑑登録申請・住民基本台帳カード申請・外国人登録申請 ※住民基本台帳カードによる特例の転入届や他の区市町村に確認が

必要な場合は受付不可。 ※区民サービスコーナーでの住民票の写し、印鑑登録証明書の交付等は通常通り実施。

※届出の際は、運転免許証・パスポート・健康保険証・外国人登録証明書等、本人確認ができるものを持参。

●戸籍住民課

住民記録担当 ☎(5803)1177

外国人登録担当 ☎(5803)1178

住民税・国民健康保険料の納付相談を日曜に開設

3月2日(日)午前9時～午後4時

☎税務課(シビックセンター10階)・国保年金課(11階) (☎)経済的な事情等で税や保険料の納付が困難な方

●税務課納税第一係 ☎(5803)1156 国保年金課国保収納係 ☎(5803)1194

職種	勤務日	勤務時間	日給
児童厚生補助	3/24(月)～4/7(月) (最長13日)	8:30～11:30	3,000円程度
		8:30～12:30	3,990円程度
障害児保育補助	3/24(月)～4/7(月) (最長12日)	8:30～12:30	3,990円程度

●児童青少年課児童係 ☎(5803)1188

非常勤職員

☎研修企画補助・社内報の作成等(☎)ワード・エクセル・パワーポイントができる方(☎)1人▷期間 4月から1年間▷勤務日数 週4日30時間▷報酬 月額143,200円程度(交通費別)▷選考 面接(後日通知) (☎)3月10日(月)☎履歴書(写真貼付・押印)を下記へ郵送または持参

※履歴書の返却は不可。 ●〒112-8555文京区職員課職員育成担当 ☎(5803)1147

バリアフリーパートナー(学校ボランティア)

心身の発達に遅れがあるなど、学校教育の中で特別な支援を必要とする子どもたちがいます。

こうした子どもたちが、その持つ力を高め、学習上の困難を改善または克服できるよう、子どもたちを温かく見守りながらお手伝いをしていただける方を募集します。

ボランティアの内容

- 区立幼稚園、小・中学校に在籍する児童・生徒への支援
- 特別支援学級の児童・生徒が通常学級と交流する時などの支援
- 校外授業に参加する時の支援等
- ☎特別支援教育に関心がある方(資格不要)▷謝礼 1回1,000円(給食・プール等の支援を行った場合は500円の加算) ※詳細・申し込みは下記へ。
- 学務課特別支援相談担当 ☎(5803)1298

いきいきサービス協力会員

協力会員が不足しています

高齢者や障害のある方、ひとり親家庭の児童、妊産婦などが自宅で安心して暮らせるよう、利用会員宅で

家事や身の回りの世話をさせていただきます。都合の良い曜日や時間で活動できます。資格は問いません。



※毎月第1火曜午前9時30分より登録説明会を開催。電話連絡のうえ参加。 ●社会福祉協議会いきいきサービス ☎(5800)2941

官公庁など



年金や雇用問題に関する無料相談

☎3月11日(火)午前10時～午後4時(☎)区民ひろば(シビックセンター地下2階)

☎年金や雇用問題、社会保険・労働保険に関すること(☎)当日直接会場へ

●東京都社会保険労務士会文京支部 ☎(3812)9581

水道歴史館館内スタンプラリー

☎3月20日(祝・木)～4月6日(日)(☎)水道歴史館(☎)館内に展示している水道の史跡7か所をめぐる(☎)無料(☎)当日直接会場へ

※ゴールした方には記念品進呈。

●水道歴史館 ☎(5802)9040

東京都最低賃金のお知らせ

時間額739円

東京都最低賃金は19年10月19日(金)から時間額が739円となりました。月給制・日給制・時間給制等すべてに「時間額」が適用されます。

●東京労働局賃金課 ☎(3512)1614

国の教育ローン

対象	高校・短大・大学・専修学校・各種学校等に入学・在学する方の保護者または本人
融資額	学生・生徒1人あたり200万円以内
利率	年2.2%(20年2月12日現在)
融資期間	10年以内(在学期間内で元金返済の据置可)
用途	入学金、授業料、教科書代、アパートの敷金・家賃など

●国民生活金融公庫大手町支店融資相談係 ☎(3270)1300

健康 医療 介護

離乳食講習会

3月11日(火)午後1時～2時 健康センター内 講義「7～8か月児の離乳食づくりのポイント」と試食 19年7～8月生まれの乳児と保護者 定25組(申込順) 無料 3月29日(金)から電話で下記へ ※初めて参加する方を優先。 ※筆記用具を持参。 ●小石川保健サービスセンター 栄養士 ☎(5803)1805



はじめての離乳食づくり教室

3月12日(水)午後1時～2時 本郷保健サービスセンター内 講義「離乳初期」と試食 19年9～10月生まれの乳児と保護者 定20組(申込順) 無料 3月3日(月)から電話で下記へ ※筆記用具を持参。 ●本郷保健サービスセンター 栄養士 ☎(3821)5106

妊産婦歯科健診・相談

3月19日(水) ①午後1時30分～2時 ②午後2時15分～45分 本郷保健サービスセンター 区内在住の妊娠中・出産後1年未満の方 定各8人(申込順) 無料 3月3日(月)から電話で下記へ ※当日は母子健康手帳・歯ブラシ持参。 ●本郷保健サービスセンター 歯科衛生士 ☎(3821)5106

飲食店・給食施設向けセミナー「ヘルシーメニューはこう作る」

地域に愛されるお店を目指して お店からの健康づくりの発信 3月11日(火)午後2時～4時 アカデミー文京 岩間範子氏(女子栄養大学准教授) 区内の飲食店・給食施設に勤務する方、外食メニューに興味のある区内在住者 定60人(申込順) 無料 2月29日(金)から電話で下記へ ●保健予防課 栄養士 ☎(5803)1229

受託健診

事業主の皆さんへ 健康センター =4月9日(水)・23日(水) 午前9時～9時30分、本郷保健サービスセンター =4月3日(木)・17日(木) 午前9時～10時 胸部X線撮影・尿検査・心電図検査・血液検査・聴力検査・血圧測定等 区内中小企業(30人以下)の事業主および従業員 定各20人(申込順) 約5,000円(診断書は別に1通1,500円) 3月3日(月)から電話で下記へ ●小石川保健サービスセンター ☎(5803)1805 本郷保健サービスセンター ☎(3821)5106



精神保健相談

眠れない、急に強い不安におそわれる、朝起きづらく何もする気がしない、家にひきこもっている、他の人の言動や視線がとても気になるなど、精神的な悩みで困っていませんか。月2回精神科医による個別相談を開催しています。家族からの相談も可能です。 無料 電話で下記へ ●小石川保健サービスセンター ☎(5803)1807 本郷保健サービスセンター ☎(3821)5106

『文の京介護予防体操』が完成しました!

区・区民・東京大学が協働開発

高齢者の介護予防と健康増進を目的に、高齢者が地域や自宅で、転倒予防や筋力向上のための運動を手軽に行える介護予防体操を、区民・東京大学と協働で開発し完成しました。 体操は、元気な高齢者から要支援・要介護状態になるおそれのある高齢者までが気軽に行えるよう、緩やかなテンポになっています。



体操リーダー養成講座

体操の特徴

- 1 体操は2種類、「座位体操」と「立位体操」 足腰や膝に不安を抱えている方でもできる「椅子に座って行える体操」と、体力のある方でも運動した実感が持てる「立って行う体操」があります。
- 2 区民を対象に「モニター教室」を実施 「座位体操」「立位体操」とともに、区民モニターに体操の効果を体験していただきました。
- 3 東京大学による技術支援 東京大学大学院教授の技術支援を受け、区民モニターを対象に、効果の検証を実施。科学的にも効果のある体操が完成しました。
- 4 挿入曲は、文京区歌をアレンジ 文京区歌を体操の流れに合わせた曲調にアレンジ。親しみやすく、動きやすい体操になりました。
- 5 区民体操リーダーの養成 体操を区民と協働で広めていくため、区民による体操リーダーを40人養成しました。

20年度から体操の普及・啓発活動を行っていきます

- ①体操マニュアルの配付、体操ビデオ、音楽CD・カセットの貸出
- ②CATV文京区民チャンネルで、定期的に体操番組を放送
- ③体操教室の開催 年4コース(1コース週1回×10回・1回90分) ※開催日時等詳細は、区報・チラシ等で周知。

『文の京介護予防体操』完成発表会

3月27日(木)午前11時～午後0時30分 区民ひろば(シビックセンター地下2階) ①体操の概要説明 ②「体操の効果に関する解説」：芳賀信彦氏(東京大学大学院医学系研究科リハビリテーション医学分野教授) ③「体操のポイント解説」：望月修氏(本郷高齢者在宅サービスセンター理学療法士/体操考案者の一人) ④介護予防体操の紹介 ⑤高齢者エアロビクス「ブンキョウビック」(文京区歌に合わせて踊れるよう振り付け)の紹介 65歳以上の区内在住者 定100人(超えた場合は抽選) 無料 3月14日(金)必着 往復はがきに「文の京介護予防体操完成発表会」・住所・氏名・年齢・電話番号・希望人数(2人まで)と返信用にもあて先を明記し下記へ ※参加者に、体操のマニュアルと音楽CD(または音楽カセット)を進呈。 ●〒112-8555文京区高齢者福祉課介護予防係 ☎(5803)1209

保健サービスセンターの健康相談(3月)

区分	対象	日(曜)	受付時間	日(曜)	受付時間
健康相談	小学生以上の区内在住者	5日(水)12日(水)	14:00～14:30	6日(木)13日(木)	9:00～10:00
小児ぜんそく健康相談	15歳未満で小児ぜんそくの心配のある方(予約制)	27日(木)	13:30～14:00	21日(金)	13:00～14:00
母親学級	はじめて妊娠した方(4日制)	7日(金)14日(金)21日(金)28日(金)	13:15～13:30	7日(金)14日(金)21日(金)28日(金)	13:15～13:30
歯科保健相談	乳幼児(小石川は妊産婦も)(予約制)	6日(木)13日(木)27日(木)	13:00～14:30	6日(木)13日(木)27日(木)	13:15～14:30
HIV抗体検査	検査を希望する方(予約制)	ご希望の方は、電話で保健師へ			

小石川保健サービスセンター(シビックセンター3階) ☎(5803)1805 本郷保健サービスセンター ☎(3821)5106

3月の休日医療のご案内

休日診療当番医

健康保険証を必ず持参(医療受給者証などの交付を受けた方はあわせて持参)。事前に電話連絡して受診すること。

[昼間] 診療時間 9:00～17:00

日	医療機関名	所在地	電話
2	西川内科医院	千石1-29-17	3941-5138
	浜島医院	本郷6-25-5	3812-8183
	文京動坂診療所	千駄木4-15-3	3822-9680
	橋本こどもクリニック	本駒込6-4-2	3943-6333
9	はとり内科クリニック	白山5-33-3	5800-2210
	新島医院	水道1-7-11	5319-2953
	山下医院	根津1-19-11	3828-0888
	吉行医院	千駄木2-34-10	3821-7994
16	保坂こどもクリニック	白山5-27-12	3946-0641
	広岡医院	大塚5-10-8	5319-2911
	坂口医院	本郷4-9-22	3811-1560
	蔡駒込医院	本駒込5-49-8	3827-2728
20	星合産婦人科病院	水道2-9-9	3943-2626
	松平小児科	関口1-15-9	3267-4077
	文京第一医院	向丘1-20-6	3812-0880
	鈴木医院	本駒込2-28-35	3941-6615
23	松本医院	小石川5-5-6	3943-0123
	三浦内科クリニック	目白台2-14-16	5319-3321
	須崎診療所	本郷6-26-15	3811-2990
	加藤診療所	本駒込2-18-2	3941-7522
30	御園医院	白山5-17-34	3941-4830
	水間クリニック	千石4-8-1	5976-7350
	ダイナメディカル根津クリニック	根津2-14-9	5815-8687
	クマモトクリニック	千駄木3-37-17	5685-0811

[準夜間] 診療時間 17:00～22:00

日	医療機関名	所在地	電話
2	西川内科医院	千石1-29-17	3941-5138
	澤田医院	湯島3-39-2	3831-5043
9	はとり内科クリニック	白山5-33-3	5800-2210
	西片クリニック	西片2-25-8	5803-7080
16	広岡医院	大塚5-10-8	5319-2911
	根津診療所	根津1-17-3	3823-0096
20	星合産婦人科病院	水道2-9-9	3943-2626
	本田医院	本郷4-30-12	3814-5578
23	松本医院	小石川5-5-6	3943-0123
	奥田医院	湯島3-8-2	3831-8371
30	水間クリニック	千石4-8-1	5976-7350
	ゆき医院	本郷5-26-2	5840-8660

休日歯科応急診療

診療時間 9:00～17:00 診療受付 原則として電話による。

日	医療機関名	所在地	電話
2	笹川歯科医院	小石川1-7-7	3811-0302
	辻村歯科医院	根津1-22-10	5814-8148
9	小日向歯科医院	小日向2-10-21	3946-4013
	フジタ歯科医院	本駒込2-8-8	3942-0361
16	鈴木歯科医院	大塚6-35-5	3943-8868
	馬場歯科医院	千駄木5-34-1	3822-8148
20	佐藤歯科医院	小日向4-5-10	3944-6716
	堀江歯科クリニック	本郷2-13-10	3811-8844
23	佐久間歯科医院	音羽2-2-2	3941-0280
	八島歯科医院	湯島3-10-10	3837-5387
30	佐藤歯科医院	白山3-6-3	5689-3010
	ニコライ歯科	根津1-23-9	3827-9823

休日調剤薬局

受付時間 9:00～17:00 *の薬局は当日薬相談あり。

日	薬局名	所在地	電話
2	芙蓉堂薬局	本郷4-2-1	3816-2410
	虎薬局	弥生1-5-12	3812-0063
	いるか動坂薬局	千駄木4-16-2	5814-0006
	アーク薬局	本駒込6-1-19	3947-7076
9	ストウ薬局前町店	白山5-33-1	5805-6162
	芙蓉堂薬局	本郷4-2-1	3816-2410
	弥生調剤薬局	千駄木2-2-17	3821-8410
	ハックドラッグ文京グリーンコート薬局	本駒込2-28-10	5976-4189
16	さくら薬局はくさん店	白山5-22-7	3947-3810
	新大塚薬局	大塚5-10-7	5319-2201
	今尾薬局	本郷4-6-3	3811-4033
	セントラル調剤薬局千駄木店	向丘2-14-9	3822-7211
20	本駒込調剤薬局	本駒込5-45-4	5685-3619
	さくら薬局江戸川橋店	関口1-16-1	3235-1717
	*芙蓉堂薬局	本郷4-2-1	3816-2410
	にしすが水野薬局	弥生1-5-8	5684-7755
23	ハックドラッグ文京グリーンコート薬局	本駒込2-28-10	5976-4189
	小野沢薬局	目白台2-14-13	5978-3212
	不二薬局	西片2-25-8	3811-4451
	日生薬局千駄木店	向丘2-13-13	3813-1681
30	ハックドラッグ文京グリーンコート薬局	本駒込2-28-10	5976-4189
	白山薬局	白山5-17-10	3941-1450
	といだ薬局	千石4-25-8	3942-5041
	サンアロー文京薬局	弥生1-6-5	5684-2790
	ダルマ薬局	根津2-15-15	3828-1159

医療機関案内

機関名	電話	受付時間
ひまわり情報センター	5272-0303	24時間(年中無休)
http://www.himawari.metro.tokyo.jp/		
東京消防庁	3212-2323	
テレホンサービス	短縮#7119	
小石川消防署	3812-0119	月～金曜(祝日・12/29～1/4を除く) 9:00～12:00
本郷消防署	3815-0119	
かかりつけ医相談窓口(医師会)	3947-0422	

凡例 日誌 会場 内容 師講師 対象 定員 費用 締切 申込 問合 担当