

4月1日(火)

## 元町ウェルネスパークがオープンします!

旧元町小学校と元町公園の一体的活用事業として、旧元町小学校跡地に区と学校法人順天堂が協働で運営する複合施設、「元町ウェルネスパーク」を開設します。

開設に当たっては、民間活力を活用するとともに、地域の皆さんのご意見を伺いながら、長期にわたり検討を進めてきました。旧元町小学校の歴史性を継承しながら、区と複数の民間事業者との連携により幅広い事業を行い、様々な世代が集える場となるように、地域の新たな拠点として運営していきます。



**テーマ** “100年後の未来の子どもたちにつながる地域の拠点づくり”  
**コンセプト** “歴史性に配慮しつつ、災害に強い、多世代が集えるにぎわいのある空間の創造”



もとまち ウェルネスパーク 施設一覧		公共施設	民間機能	避難スペース
<b>西館</b>				
4階	SOLTILO GSA International School 独自のスポーツプログラムやグローバル人材育成カリキュラムを融合した、新しいスタイルのインターナショナルスクール			
3階	motomachi GAUDI 企業・医療機器事業者・医療従事者・区民が協働して新たな医療開発の種を創出するイノベーションスペース AIインキュベーションファーム 人工知能(AI)を活用し地域課題解決や健康増進活動を通じて地域に貢献			
2階	AIインキュベーションファーム 認定こども園元町幼稚園 学校教育法に基づく幼稚園に保育機能を備えた教育・保育施設			
1階	元町多目的室 区内在住・在勤・在学者が利用できる貸室 認定こども園元町幼稚園 東京都難病相談・支援センター 日常生活や療養生活、就労、公的支援制度に関する相談への対応・支援			
B1階	スポーツロジセンター 「健康寿命の延伸」を目指し、認知機能や運動機能などを研究している予防医学の拠点施設			
B2階	スポーツロジセンター 順天堂スポーツホール(体育館) 年齢・性別を問わず、気軽に参加できるスポーツプログラム等を実施			
<b>東館</b>				
4階	屋上 歴史展示室 旧元町小学校の歴史を展示 地域交流スペース 区内地域活動団体が利用可能なスペース。団体利用時以外は、フリースペースとして開放			
3階	WORK&NAPもとまち(コワーキングスペース) モバイルワークや勉強、読書など、あらゆる目的に利用できる空間(料金等は施設参照)			
2階	順天堂病児・病後児ルーム「みつばち」 病中又は病後回復期の子を預かる施設 元町育成室 小学校低学年の児童を対象とした公設の学童クラブ			
1階	WORK&NAPもとまち(コワーキングスペース) 医療的ケア児支援ルームひまわり 医療的ケアが必要な子を預かる施設 by you 文京食堂(カフェ・レストラン) 「医食同源」をテーマに、心と体に寄り添ったジャンルレスな料理が楽しめる食堂 ※5月オープン予定			



▶所在地 本郷1-1-19 ※隣接する元町公園は、12月に開園予定

**施設オープンに先立ち、内覧会を実施します**

3月27日(休)午後3時30分～7時 随時どなたでも  
当日直接会場へ(受付は東館1階又は西館地下2階)  
※駐車場の利用不可  
区民課 地域振興・協働推進担当 ☎03-5803-1170

▲詳細はこちら



**問合せ 施設代表 ☎03-5654-5715 (4月1日(火)から)** ※各施設への問合せは、施設を確認のうえ、直接問合せ

### 「認定こども園元町幼稚園」園庭の地域開放

元町ウェルネスパークの開設にあたり、以下の日程で、認定こども園元町幼稚園園庭を地域開放します。

▶開放日 4月13日(日)・20日(日)午後1時～5時(雨)どなたでも  
※ボール等遊具の持込不可

問区民課 地域振興・協働推進担当 ☎03-5803-1170



▲詳細はこちら

### 避難所 町会・自治会の避難先を一部変更

● 3月31日(月)まで

本郷小学校
元二親和会
教育センター
本郷三丁目南部会
本郷二丁目元一会
本一町会

● 4月1日(火)～

元町ウェルネスパーク
元二親和会
本郷三丁目南部会
本郷二丁目元一会
本一町会

問防災課 ☎03-5803-1179

### 区議会議員 西村修氏 逝去

文京区議会議員の西村修氏(53歳)は、病氣療養中のところ、2月28日(金)に逝去されました。謹んでご冥福をお祈りします。

同氏は、平成23年区議会議員に初当選。総務区民委員会委員長、地域包括ケアシステム調査特別委員会委員長、予算審査特別委員会委員長、地域振興・まちづくり調査特別委員会委員長等を歴任し、13年10か月にわたり区政に尽くされました。

また、この功績を讃え、区は同氏を区政功労表彰者として表彰しました。

問区議会事務局 ☎03-5803-1312



▲西村修氏

### 4月から 区の組織が一部変わります

主な改正をお知らせします。

#### ● 用地・施設マネジメント担当課長

用地及び公共施設の適切な管理・活用を一層図るため、企画政策部に用地・施設マネジメント担当課長を設置します。

#### ● 広報戦略課長

マーケティング及び広報・プロモーションの強化を図るため、広報課を広報戦略課に改正します。

#### ● 防災危機管理室長、防災危機管理課長及び安全対策推進担当課長

災害時の関係機関との連携強化を図り、日常的に発生する事件・事故に対しても、室として一体的な体制を整備するため、危機管理室を防災危機管理室に改正し、危機管理課と防災課を統合するとともに、新たに安全対策推進担当課長を設置します。

#### ● 事業者支援担当課長

介護保険サービス事業が安定的かつ継続的に提供できるよう、福祉部に事業者支援担当課長を設置します。

#### ● 児童相談所長、児童相談所副所長及び児童相談援助担当課長

区児童相談所開設に伴い、子ども家庭部に児童相談所長、児童相談所副所長及び児童相談援助担当課長を設置します。

問企画課 ☎03-5803-1126

### コミュニティバス「Bーぐる」

4月1日(火)から

- 現在販売している「1か月定期券」に加え、「3か月定期券」を販売
- シビックセンター周辺の無料乗継停留所を拡大



4月15日(火)から

- 全ルートダイヤ改正を実施

問日立自動車交通 ☎03-5682-1122、区民課 ☎03-5803-1387



▲詳細はこちら

### 区内中小企業者等を支援します

#### チャレンジショップ支援事業

区内の空き店舗を活用して創業する方等に、家賃補助や経営相談等を行います。

詳細はこちら▶



補助対象	①区内の空き店舗で創業する方 ②文京区創業支援セミナー(ひとり起業編又は実践編)を受講後、区内で創業する方 ※6年5/1～7年4/30に創業する方
対象事業	● 飲食業・小売業・サービス業等、来街者の増加を促進する事業 ● 子育て支援・高齢者支援等、地域住民の生活の利便性を高める事業
助成内容	①家賃補助 店舗の月額賃借料の2分の1(上限5万円)、最長12か月 ②経営相談(計10回以内) ③地域貢献事業補助 チャレンジショップ認定者が地域の魅力・価値の向上に寄与する新商品の開発又はイベントを実施する際の経費(上限10万円)
申請期間(必着)	助成内容①②= 4/1(火)～5/16(金) ※補助対象者は審査会で審査のうえ、決定 助成内容③= 4/1(火)～8年2/27(金)

#### 展示会等出展費用補助金

異業種交流、市場開拓又は販路拡大を目的に、区内中小企業等が展示会・見本市等に出展する際に要する経費の一部を補助します。

詳細はこちら▶



補助対象	区内中小企業者又は区内中小企業者で組織された団体(申請時に区内で引き続き1年以上事業を営んでいること)
対象事業	4/1～8年3/31に開催される展示会の出展料等(オンライン展示会も対象)
助成内容	国内出展=出展料の2分の1(上限10万円) 国外出展=出展料、現地通訳費、輸送費の2分の1(上限30万円) ※オンライン出展の場合、主催団体の運営事務局の所在地で国内・国外を判断
定員	75人(申込順)
申請期間	4/1(火)から随時受付

#### 各種認証取得費等補助金

各種認証の取得補助により、区内企業の海外への取引の拡充や、信用力の強化を支援します。

詳細はこちら▶



補助対象	区内に主たる事業所を有し、申請時に1年以上事業を営んでいる中小企業者
助成内容	①各種ISO、CEマーク、FDA認証、NMPA認証、MFDS認証、エコアクション21認証、エコステージ認証(ステージ2以上に限る)の取得に要する経費 補助率3分の1(上限50万円) ②各種ISOの更新、Pマークの取得に要する経費 補助率3分の1(上限30万円) ③Pマークの更新に要する経費 補助率3分の1(上限20万円)
対象経費	各種認証の取得 4/1～9年2/28の間に補助対象事業に支出した経費 ISO、Pマークの更新 4/1～8年3/31の間に補助対象事業に支出した経費
申請期間	4/1(火)から随時受付(申込順) ※年度途中で予定件数に達した場合、受付を締め切る場合あり

#### 持続可能性向上支援補助金(省エネ設備)

GXの推進に向けて、省エネ設備の設置に取り組む中小企業を支援するため、設備の設置に要する経費の一部を補助します。

詳細はこちら▶



補助対象	区内に主たる事業所(法人事業者は本店登記も)を有し、申請時に区内で1年以上同一事業を営んでいる中小企業者
対象事業	● 空調設備 ● 換気設備 ● 照明設備 ● 受変電設備 ● 衛生設備 ● ボイラー設備 ● 太陽光・風力その他の再生可能エネルギー設備
補助条件	東京都地球温暖化防止活動推進センター(クール・ネット東京)が実施する「省エネ診断」又は(-別)省エネルギーセンターが実施する「省エネ最適化診断」を受診している ※補助対象事業がLED照明の設置のみである場合は、いずれの診断も不要
補助内容	①設備設置費用の3分の2(上限50万円) [高機能換気設備の設置に該当する場合は、補助対象経費の5分の4(上限50万円)] ※申請者がISO14001の認証を取得している場合、上限100万円 ②(-別)省エネルギーセンターが実施する「省エネ最適化診断」を受診した場合、B診断に係る経費を上限に診断に要した費用
定員	15人 ※受付初日の9:00までに受付上限に達した場合は抽選を実施
申請期間	4/7(月)9:00から受付 ※補助金申請のための8:30よりも前の来庁不可

#### 持続可能性向上支援補助金(生産性向上設備)

中小企業等経営強化法に基づく「先端設備等導入計画」を作成し、設備投資に取り組む中小企業を支援するため、先端設備の取得等に要する経費の一部を補助します。

詳細はこちら▶



補助対象	区内に主たる事業所(法人事業者は本店登記も)を有し、申請時に区内で1年以上同一事業を営んでいる中小企業者
対象事業	● 機械装置 ● 器具備品 ● 工具 ● ソフトウェア ● 建物付属設備 ※PC、タブレット、事務用ソフトウェア、プリンタ等の汎用性があるものは対象外
補助条件	中小企業等経営強化法に基づいて「先端設備導入計画」を作成し、文京区の認定を受けている
補助内容	設備設置費用の3分の2(上限50万円) [高機能換気設備の設置に該当する場合は、補助対象経費の5分の4(上限50万円)] ※申請者がISO14001の認証を取得している場合、上限100万円
定員	15人(申込順)
申請期間	4/7(月)9:00から随時受付 ※補助金申請のための8:30よりも前の来庁不可

#### 共通事項

申問申請書を郵送又は直接〒112-8555文京区経済課 ☎03-5803-1173へ

▶申請書配布 経済課(区民課にも掲載) ※予算額に達し次第、受付終了

## 区政功労者表彰

多年にわたり各方面でご活躍され、区政の進展に尽くされた方々を、区政功労者として表彰しました。表彰式は、3月15日(土)にシビックホール小ホールで行い、区長から表彰状と記念品を贈りました。 [☎総務課 03-5803-1139](tel:03-5803-1139)

- 受章者 (敬称略)**
- 特別区政功労表彰(2人)**  
 島川 健治  
 田上 侑司(6年12月29日表彰)
- 区政功労表彰(47人)**
- 1 教育、衛生、社会福祉  
 その他公共の事務に尽力した方**  
 区立小学校、中学校及び幼稚園のPTAの連合会の代表者  
 大井 明彦  
 区立小学校、中学校及び幼稚園のPTAの代表者又はこれに準ずる職にある方  
 本多 宏行 木村 朋幸 牛嶋 大  
 伊藤 康敬 鈴木 賢司 西川 滝豊

- 区立小学校、中学校及び幼稚園に勤務する学校医  
 荻野 智之 長峰 翔三
- 区立小学校、中学校及び幼稚園に勤務する学校歯科医  
 池田 宗彦 中村 力
- 介護認定審査会委員  
 清家 正弘
- 民生委員・児童委員  
 松本 香織 奥村 昌彦 今枝三穂子  
 高木美智代
- 社会福祉事業関係者又は団体  
 浅井 久榮 小林 孝子
- 各種相談員又は団体  
 柿沼 敏夫 藤森 直子

- 税務行政に積極的に協力した団体又は個人  
 金丸 徳雄
- 消防団員  
 代 龍行 川合 大造 柏熊 充好  
 新倉 英紀 近藤賢一郎 中 晶紀  
 倉科 巧 松下 港平
- 地域自治振興功労者  
 内田 治雄 高北 一 市岡 秀昭  
 伊藤 敏代 清水 誠 徳野 博信  
 廣瀬 忠和 田代久美子
- 青少年委員及び青少年健全育成会会長又はこれに準ずる職にある方  
 五十嵐直人 駒井 拓央
- 日赤奉仕団委員  
 寺尾 洋子
- 公園等連絡員及び区民管理団体  
 野田 厚子

- 2 徳行卓絶又は善行により  
 他の模範となる方**  
 公共施設等に金品を寄附した方  
 赤池 敦史 廣瀬 隆行
- 3 公益に関し功労顕著な方及び  
 公共の事務に精励し功労のある方**  
 区議会議員の職にあった方  
 西村 修(2月28日表彰)
- 投票管理者又は投票立会人  
 三井ヒロ子
- 明るい選挙推進委員  
 田嶋 敏子
- 4 前各号のほか、区行政の進展に寄与し、  
 その功績が抜群である方**  
 災害時における支援物資輸送に顕著な功績のあった団体  
 (-社)東京都トラック協会文京支部

## 教育委員の就任

3月5日(水)開催の区議会2月定例議会本会議において、教育委員に中野円佳氏が任命同意されました。

**教育委員 中野 円佳(なかの まどか)**  
 (任期 3月10日～11年3月9日)



▲中野円佳氏

**略歴**  
 平成19年4月日本経済新聞社、27年4月チェンジウェブ、令和4年4月東京大学男女共同参画室特任研究員、5年4月東京大学男女共同参画室特任助教、6年6月東京大学多様性包摂共創センターDEI共創推進戦略室准教授

[☎教育総務課 03-5803-1291](tel:03-5803-1291)

## 高齢者紙おむつ支給等

**対**失禁により常時おむつを使用しており、次のいずれかに該当する文京区に住民登録がある方①要介護3以上(40歳以上64歳以下の方も対象)②紙おむつの持込ができる病院に医療保険により入院している満65歳以上▶自己負担額 月額500円(生活保護受給者を除く)▶支給方法 現物支給(月額4,500円相当、超えた分は自己負担)  
 ※上記対象以外の40歳以上の文京区に住民登録がある方で、所定の「医師の意見書」により常時おむつが必要と認められる方は支給対象  
 ※入院及び入所先で紙おむつの持込ができない場合は、紙おむつ費用を助成(月額上限4,000円)

### 以下の方は対象となりません

- 特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院、介護療養型医療施設に入所している
- 心身障害者紙おむつ支給事業により受給している
- 身体障害者手証又は愛の手帳をお持ちの64歳以下

[☎高齢福祉課高齢福祉推進係 03-5803-1213](tel:03-5803-1213)

## 7年度 就学援助申請の受付

**内**小・中学校でかかる学用品などを援助**対**生活保護を受けている区内住者又はこれに準ずると教育委員会が認める方  
**申**申請書を郵送又は直接〒112-8555文京区学務課学事係☎03-5803-1295若しくは区立小・中学校へ▶申請書配布 学務課、区立小・中学校(区にも掲載)▶申請期間 4月7日(月)～30日(水)消印有効

※6年度申請者も申請が必要 ※申込期間以降は学務課又は各小・中学校で随時受付(受付月からの援助)  
 ※収入の有無に関係なく税申告が必要。給与所得者は給与所得控除後の額  
 ※掲載している認定基準所得額はあくまでも例であり、世帯構成や年齢等により異なる ※審査前に認定基準所得額の計算は不可



▲詳細はこちら

世帯人員	認定基準所得額(目安)
2人	約350万円
3人	約436万円
4人	約476万円
5人	約567万円

## 心身障害者等福祉手当(区手当)・精神障害者福祉手当(区制度)の申請を忘れずに

表1に該当する方は、心身障害者等福祉手当又は精神障害者福祉手当の受給対象者となります。現在受給している方の申請手続は不要です。  
 申請月が支給開始月となるため、申請が遅れると受給開始時期が遅くなりますのでご注意ください。

**過去に申請が遅れた事例** 以下の方はお問い合わせください

- 特定医療費(指定難病)受給者証の交付を受けたが、手当の申請をしていない
- 小児慢性疾患で国の指定難病に該当する
- 過去に本人又は扶養義務者の所得超過により申請できなかった又は受給資格が消滅したが、対象所得が表2の限度額以内になった

## 心身障害者医療費助成(障)の申請を忘れずに

表3に該当する方は、心身障害者医療費助成の対象者となります。

以下の方はお問い合わせください

- 高校生等医療費の助成(障)の期限が切れた
- 過去に本人又は世帯主(被保険者)の所得超過により申請できなかった又は受給資格が消滅したが、対象所得が表2の限度額以内になった

**☎**[身体障害者手帳・愛の手帳・指定難病(小児慢性)受給者証の方]  
 障害福祉課障害者在宅サービス係☎03-5803-1212☎03-5803-1352  
 [精神障害者保健福祉手帳の方]  
 予防対策課精神保健担当☎03-5803-1230☎03-5803-1355

表1 福祉手当受給資格一覧

障害程度(併給不可)	月額	対象外の方
身体障害者手帳1・2級	15,500円	①施設に入所している ②所得が所得制限限度額表の限度額を超える ③保護者が児童育成手当(障害手当)を受給している ④左記の障害等級となった又は受給者証を取得した年齢が65歳以上
愛の手帳1～3度		
脳性麻痺・進行性筋萎縮症(障害等級を問わない)	13,500円	
身体障害者手帳3級		
愛の手帳4度	15,500円	
指定難病(小児慢性)受給者証		
精神障害者保健福祉手帳1級	10,000円	

表2 所得制限限度額

扶養人数	所得限度額	備考
0人	3,604,000円	(手当)
1人	3,984,000円	● 8/1現在 20歳以上の方 = 本人所得 19歳以下の方 = 扶養義務者等の所得 ● 対象所得 8～12月申請 = 前年所得 1～7月申請 = 前々年の所得
2人目以降(1人につき)加算額	380,000円	(障) ● 申請月の末日現在 20歳以上の方 = 本人所得 19歳以下の方 = 被保険者又は世帯主の所得 ● 対象所得 9～12月申請 = 前年所得 1～8月申請 = 前々年の所得

表3 障医療費助成受給資格一覧

障害程度	申請できる年齢	障を受けられない方
身体障害者手帳1・2級(内部障害を含む3級)	64歳以下の方(ただし、障医療証をお持ちの方は、障を使用)※該当する障害者手帳を取得した年齢が64歳以下で、過去に障を受給したことがある方は、申請時に65歳以上でも該当する場合あり	①健康保険に未加入 ②生活保護受給中 ③医療費が公費で賄われる施設に入所している ④本人(20歳未満は、被保険者又は世帯主)の所得が所得制限限度額表の限度額を超えている ⑤後期高齢者医療制度の被保険者証をお持ちで、住民税が課税されている
愛の手帳1・2度		
精神障害者保健福祉手帳1級		

時間	番組
8:30	くらしのSafetyミニ(1～6日、28～30日)「文の京」安全・安心まちづくりを目指してくらしのSafety(7～13日)あなたを守る防犯術【解説編】(14～20日)あなたを守る防犯術【実践編】ライフサポートナビ(21～27日)令和7年度予算の概要
35	くらしのSafetyミニ(1～6日、28～30日)ちょっと待った！SNSに潜む詐欺
40	Let'sスポーツ！(1～6日)スポーツ万能忍者～ボールキック編～(7～13日、28～30日)スポーツ万能忍者【馬跳び編】(14～20日)リフレッシュストレッチ編(1) (21～27日)リフレッシュストレッチ編(2)
50	文京インフォメーション(～59)(1～30日)
9:00	介護予防体操(1～30日)
10	キッチンダイアリー(1～6日)井澤由美子の冬のごはんスマイルらいふ(7～13日、21～27日)子どもに人気！井澤由美子の食業ごはん！(14～20日、28～30日)子どもといっしょに作る休日ランチ
20	発見！Bスイッチ(1～6日)街なかアートプロジェクトキッチンダイアリー(7～13日、21～27日)子どもに人気！少しの手間で充実した夕食すくすくカレンダー(14～20日、28～30日)いつ？どうする？卒乳クラスQ&A
30	キッチンダイアリーミニ(1～6日)ハピベジ！わくわくクッキング【かぶ】Myストーリー(7～13日、21～27日)柳町小学校 松丸奨 宋養士(14～20日、28～30日)文京ジュニア吹奏楽団 音楽監督 中村冬威さん
35	キッチンダイアリーミニ(1～6日)ハピベジ！わくわくクッキング【れんこん】
40	(手)ぶんきょう浪漫紀行(1～6日)文の京まち物語～西片～(手)ファイブセンスB(7～13日、21～27日)メディアパートナー制作「伊勢ノ海部屋に密着」(手)ライフサポートナビ(14～20日、28～30日)プラスチックの分別回収が始まります！
50	文京インフォメーション(～57)(1～30日)
12:00	ナイスキャッチぶんきょう(1～6日、14～20日、28～30日)ぶんきょう浪漫紀行(7～13日、21～27日)文の京まち物語～白山～
10	介護予防体操(1～30日)
20	ライフサポートナビ(1～6日)知っていますか 手話言語条例と意思疎通促進条例(7～13日、21～27日)文京区児童相談所が開設しましたぶんきょう浪漫紀行(14～20日、28～30日)文の京まち物語～西片～
30	ライフサポートナビミニ(1～6日)国勢調査 その役割と調査員募集ライフサポートナビ(7～13日、21～27日)プラスチックの分別回収が始まります！(14～20日、28～30日)薬の使い方【点眼薬編】
35	Myストーリーミニ(1～6日)技能名匠者 襖紙・和紙 宇野 裕次さん
40	(手)ライフサポートナビ(1～6日)プラスチックの分別回収が始まります！(手)スマイルらいふ(7～13日、21～27日)梅毒について(手)すくすくカレンダー(14～20日、28～30日)親子で遊べる！地域子育て支援拠点
50	文京インフォメーション(～57)(1～30日)
16:00	文の京セレクション(1～6日、28～30日)順天堂大学学長講演会「AIは医療をどう変えるか」(7～13日)プラスワンセミナー「応援！理工系女子」前編(14～20日)家庭教育講座「ネットいじめについて」(21～27日)子育て講座「子どもの自立を促す子育ての工夫」
18:00	(1～30日)(8:30の番組再放送)
10	(1～30日)(9:10～9:57の番組再放送)
19:00	(1～6日、14～30日)(16:00の番組再放送)文の京セレクション(7～13日)プラスワンセミナー「応援！理工系女子」後編
21:00	(1～30日)(12:00の番組再放送)
10	(1～30日)(8:40の番組再放送)
20	(1～30日)(12:20～12:57の番組再放送)

\*番組は変更する場合があります。あらかじめご了承ください。

保育園名	日時	主な内容	電話
藍 染	15(火)	10:00 保育園で遊ぼう	03-3828-5509
久 堅	24(水)		03-3811-0712
青 柳	16(木)		03-3941-4518
さしがや	24(水)		03-3811-3474
駒 込	16(木)		03-3821-8800
こひなた	22(火)		03-3943-4457
本 郷			03-3812-2394
大 塚			03-3943-1631
し お み			03-3827-8229
千 石	24(水)		03-3947-9220
向 丘			03-3814-6755
水 道			03-3812-2237
本駒込南		03-3823-3247	
千石西		03-3944-4688	
本駒込西	16(木)	03-3947-2906	
目 白 台	17(金)	03-3945-4220	

※開催時間はおおむね30分～1時間 ※申込後、不参加の場合は園に連絡のこと  
※4月は本駒込保育園での開催なし

★区報ぶんきょうの記事で、費用の記載のないものは全て「無料」です。

## 毎月7日は文京版クールアース・デー

### 4月のテーマは「台所のエコ」

エコにつながる台所でのちょっとした工夫をお伝えします。

**冷蔵庫**

- 季節に合わせて設定温度を調節する
- ドアを開けている時間を短くする

**調理**

- 炎が鍋底からはみ出ないようにする
- 炊飯器は長時間保温はせず、その都度炊く。まとめて炊いて冷凍保存してもいい

**食器洗い**

- 食器を洗うときは低温に設定する
- 食器洗いのお湯の量を減らす

**生ごみの減量**

- 水切りの徹底、料理の作りすぎや食べ残しを減らすなど、発生の抑制が大切  
※水切りをすることで、清掃工場での燃焼効率がよくなり、二酸化炭素の排出を抑制できる

出典：家庭の省エネハンドブック(東京都)

環境政策課地域環境係 ☎03-5803-1828、リサイクル清掃課リサイクル推進係 ☎03-5803-1135

## まち並みウォッチング

### 「坂」と「緑」と「史跡」をつなぐ 文の京の景観まち歩き

講師の解説を聞きながら、景観形成の視点を学び、坂や緑などがつくる文京区の景観の魅力を再発見するまち歩きです。今回は、白山・西片・向丘界隈を歩きます。

☎5月16日(金)午前9時30分～正午(小雨決行) ☎区内在住・在勤・在学者 ☎30人(抽選)  
☎電子申請 ▶ 申込期間 4月1日(火)～8日(火) ☎住環境課景観担当 ☎03-5803-1240 ▲詳細はこちら

## 第54回 文京つつじまつり

期間中は、つつじ苑の公開や、根津権現太鼓などの様々な催しが行われます。

☎4月1日(火)～30日(水)午前9時30分～午後5時30分(1日のみ午前11時から) ☎根津神社(根津1-28-9) ☎つつじ苑入苑500円(寄進料) ▶ 交通 東京メトロ千代田線「根津」駅・「千駄木」駅、南北線「東大前」駅下車各徒歩5分

パレード・演奏			出展等		
日時	内容		日時	内容	
6(日)	10:45	稚児行列	12(日)・13(日)	—	文京区観光協会 PRブース
	12:00	神輿渡御	18(金)		食品衛生街頭相談
12～26の土曜	12:30-15:30	根津権現太鼓	20(日)	10:00～12:00	みどりの羽根募金 ボーイスカウト文京3団
19(日)・20(日)・26(日)・27(日)・29(火)	13:00～15:00	奉納演芸	26(土)	10:00～15:00	ポツチャ体験
26(土)	11:00	なぎなた奉納稽古	期間中毎日	12:00-14:00	三十六歌仙拝観
27(日)	13:00～13:15	浦安舞	期間中毎日(1(火)・6(日)を除く)	—	植木市・骨董市・露店
29(火)	11:00～12:00	まといパレード			キッチンカー

☎文京つつじまつり実行委員会(根津神社) ☎03-3822-0753  
アカデミー推進課観光担当 ☎03-5803-1174  
※天候等による変更の場合あり ▲詳細はこちら

## 4月6日～15日 春の文京区交通安全運動

### たくさんの笑顔が走る 首都東京

**全国重点**

- 子どもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践
- 歩行者優先意識の徹底とながら運転等の根絶やシートベルト・チャイルドシートの適切な使用の促進
- 自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底

**地域重点**

- 二輪車の交通事故防止

**自転車安全利用五則**

- ① 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③ 夜間はライトを点灯 ④ 飲酒運転は禁止 ⑤ ヘルメットを着用

☎管理課交通安全係 ☎03-5803-1244

## 教室 シニア健康体操教室(5月コース)

☎5月1日～22日の木曜(全4回)午後3時30分～4時30分  
☎江戸川橋体育館 ☎リズム体操、筋力トレーニング、ストレッチ  
☎医師から運動制限を受けていない60歳以上の区内在住・在勤者 ☎40人(抽選)  
☎¥1,240円(保険料込)  
☎申込往復はがき(1人1枚)に ☎記入例 ▶ ①～⑤と ☎性別(在勤者は勤務先名・所在地も)を明記し、〒112-0006文京区小日向1-7-4江戸川橋体育館 ☎03-3945-4008へ  
☎4月8日(火)必着

## 障害者レクリエーション教室

☎5月2日～23日の金曜(全4回)午後1時30分～2時30分 ☎江戸川橋体育館  
☎誰でもできるゲーム等で楽しみながら身体を動かす  
☎知的障害のある高校生以上、区内在住・在勤・在学者(介助が必要な方も参加可。介助者の同伴が難しい場合は要相談)  
☎定10人(抽選)  
☎申込往復はがき(1人1枚)に ☎記入例 ▶ ①～⑤と ☎性別・学校名・介助者の有無(在勤者は勤務先名・所在地も)を明記し、〒112-0006文京区小日向1-7-4江戸川橋体育館 ☎03-3945-4008へ  
☎4月8日(火)必着

## 高齢者水泳+健康体操教室(5月コース)

☎5月2日～27日の火・金曜(全8回)午後2時10分～3時 ☎スポーツセンター  
☎水中ウォーキング・水泳、室内で簡単にできる体操・ストレッチ  
☎医師から運動制限を受けていない60歳以上の区内在住・在勤者 ☎30人(抽選)  
☎¥3,440円(保険料込)  
☎申込往復はがき(1人1枚)に ☎記入例 ▶ ①～⑤と ☎性別(在勤者は勤務先名・所在地も)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  
☎4月8日(火)必着

## 高齢者水中ウォーキング教室(5月日曜・水曜コース)

日時	日曜コース	水曜コース
	5/11～6/15の日曜(全6回)	5/14～6/18の水曜(全6回)
	10:00～11:30	

☎総合体育館  
☎水中ウォーキング、ストレッチ等  
☎60歳以上の区内在住・在勤者  
☎定各50人(抽選) ☎¥4,500円(保険料込)  
☎申込往復はがき(1人1枚)に ☎記入例 ▶ ①～⑤と ☎性別(在勤者は勤務先名・所在地も)を明記し、〒113-0033文京区本郷7-1-2総合体育館 ☎03-3814-4271へ  
☎4月8日(火)必着

## チャレンジスポーツ教室塾(バドミントン)

☎5月10日～31日の土曜(全4回)小学1～3年生=午後3時50分～4時50分、小学4～6年生=午後5時～6時  
☎江戸川橋体育館 ☎区内在住・在学の小学生 ☎各12人(抽選) ☎¥640円(保険料込)  
☎申込往復はがき(1人1枚)に ☎記入例 ▶ ①～⑤(③は保護者分も)と ☎性別・学校名・学年を明記し、〒112-0006文京区小日向1-7-4江戸川橋体育館 ☎03-3945-4008へ  
☎4月8日(火)必着

## やまびこ荘 魚沼 春の昔ながらの田植え体験

日時	【第1回】5/17(土) 11:00 やまびこ荘集合(一昼食(バーベキュー)―田植え体験―夕食 18日 公園遊び(田植え予備日)―昼食(ミニ丼・ラーメン)―13:00頃 解散 ※【第2回】5/24(土)・25(日)も同内容	【送り】 高速バス 13:51 魚沼インターチェンジ発 新幹線 15:01 浦佐駅発
送迎	【迎え】 高速バス 10:31 魚沼インターチェンジ着 新幹線 10:32 浦佐駅着	【送り】 高速バス 13:51 魚沼インターチェンジ発 新幹線 15:01 浦佐駅発
定員	30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 区内在勤・在学者 ③ 区内在住者と同行する区外在住者 } 大人16,350円 子ども13,000円 未就学児12,500円 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7,000円、子ども・未就学児6,500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	
申込問合せ等	☎申込 田圃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 ☎4/11(金) ※抽選結果の確認は4/13日以降、各自でやまびこ荘へ問合せ(抽選結果の連絡なし)	
主催	湯之谷菜師スキーマ管理組合(やまびこ荘運営事業者)	
共通事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体験メニューは天候等により変更の場合あり</li> <li>● 魚沼までの往復の交通手段は各自で手配</li> <li>● 上記到着時刻の公共交通機関に合わせて送迎。ダイヤ改正等により変更の可能性あり</li> <li>● 料金は全て税込み。大人は中学生以上、子どもは小学生、未就学児は3歳以上</li> <li>● やまびこ荘を大人1人で利用する場合、別途500円必要</li> <li>● やまびこ荘に宿泊する場合の支払いは、現金のみ・カード不可</li> <li>● 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)</li> <li>● 山村体験交流事業の問合せは区民課 ☎03-5803-1171へ</li> </ul>	

## 小学生水泳教室(総合体育館5月コース)

☎5月1日～29日の月・木曜(5月5日を除く、全8回)午後4時45分～6時10分  
☎総合体育館  
☎区内在住・在学の小学生(障害等があり、介助が必要な方も参加可。介助者の同伴が難しい場合は要相談)  
☎定67人[抽選(介助者同伴の小学生は7人)]  
☎¥1,840円(保険料込。介助者を必要とする小学生と同伴者は無料)  
☎申込往復はがき(1人1枚)に ☎記入例 ▶ ①～⑤(③は保護者分も)と ☎性別・泳力・過去参加時期(初めての場合は「初回」)・介助者の有無・学校名・学年を明記し、〒113-0033文京区本郷7-1-2総合体育館 ☎03-3814-4271へ  
☎4月8日(火)必着  
※必ず6回以上参加のこと ※小学生水泳教室スポーツセンター5月コースとの同時申込は不可  
※初めての方、泳力の低い方を優先

## 日中友好交流都市 中学生卓球交歓大会

☎8月3日(日)～8日(金)5泊6日 ☎北京体育大学(中国) ▶ 選考 書類審査及び面接  
☎対満16歳未満(8月3日時点)の区内在住・在学の中学生 ☎2人 ☎¥50,000円  
☎申込書及び推薦書を郵送又は直接〒112-8555文京区スポーツ振興課 ☎03-5803-1308へ  
☎4月25日(金)必着 ▶ 申込書及び推薦書 区☎からダウンロード ▲詳細はこちら

## あおぞらすくすく広場

後楽公園少年野球場と六義公園運動場、未就学児と保護者の自由遊びの場として開放します。

☎☎後楽公園少年野球場=4月2日以降の水曜午前9時～正午、六義公園運動場=4月4日以降の金曜午前9時～正午  
☎未就学児と区内在住・在勤の保護者 ☎50組程度(先着順) ☎当日直接会場へ  
☎後楽公園少年野球場 ☎03-3811-4507(小石川運動場)、六義公園運動場 ☎03-3947-4438 ※初回利用時は登録が必要 ※天候や行事等により、中止・延期となる場合あり

## 東京ユナイテッドFCホームゲーム ～文京区からJリーグに向けた戦い～

区と相互協力協定を締結する東京ユナイテッドFCは、「日本一、一択」のスローガンを掲げ、リーグ戦に臨みます。初戦の試合前には、「親子サッカー教室」(事前申込制)を開催します。詳細は、東京ユナイテッドFC ☎ をご覧ください。 ▲詳細はこちら

試合日	キックオフ	対戦チーム	会場
4/5(日)	17:30	エリース豊島FC	小石川運動場
13(日)		東邦チタニウム	
6/1(日)	16:00	南葛SC	味の素フィールド西が丘
8(日)	17:30	VONDS市原FC	小石川運動場
7/5(土)	18:00	流通経済大学ドラゴンズ龍ヶ崎	赤羽スポーツの森公園競技場
26(土)	16:00	ジョイフル本田つくばFC	フクダ電子アリーナ
8/24(日)	17:30	日本大学N	小石川運動場
31(日)	18:30	桐蔭横浜大学FC	味の素フィールド西が丘
9/20(土)	17:30	東京23FC	小石川運動場

☎東京ユナイテッドFC事務局 ☎070-4209-9938

★Logoフォーム・各種申込フォーム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。



子育て



両親学級

沐浴、育児(着替え、おむつ替えなど)デモ、産後の話等

区内在住で初めて赤ちゃんが生まれる24週以降(実施日時)の夫婦

電子申請 詳細はこちら

Table with columns for date, time, venue, and application period for the Parenting Class.

※4/11(金)・5/26(月)のみ、第2子以降の赤ちゃんが生まれる夫婦も対象(上の子の参加不可)

はじめての離乳食講習会

4月17日(木)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 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6年10・11月生まれの第1子の保護者(初めて参加する方を優先)

定各15人(申込順)

4月8日(火)から電子申請

保健サービスセンター 03-5803-1805

子育てひろば水道 4月「おはなし会」

4月19日(土)①午前10時15分~10時45分②午前11時15分~11時45分

水道保育園 親子で一緒に手遊びやパネルシアター、ふれあい遊びなどを楽しむ

山内玲子氏(おはなし「はなみずき」)

0~2歳児と保護者

定各10組(申込順、1家族3人まで)

電話で子育てひろば水道03-3812-2345へ(日曜・祝日を除く午前9時~10時30分、午後1時~2時30分のみ受付)

申込期間 4月7日(月)~18日(金)

※4月に3歳の誕生日を迎える子及び就学前の兄弟の参加可

※新規利用者は、ひろば登録申請書が必要

産後ケア事業の拡充・変更

Table showing expansion and changes to postpartum care services, including stay-type short stay, daycare type salon, and breastfeeding consultation.

保健サービスセンター03-5803-1805、保健サービスセンター本郷支所03-3821-5106

※上記事業を利用の場合、妊娠28週以降に事前の利用登録申請が必要(母乳相談(外来型)を除く、原則本人が申請)

子育て講演会 「子どもの自立を促す子育ての工夫」

配信 YouTube「文京区公式チャンネル」

子どもの自立と幸せを願う親へのメッセージ

松崎くみ子氏(跡見学園女子大学教授)

子ども家庭支援センター

03-5803-1104

健康



歌って脳トレ体操教室(全10回)

5月8日~7月10日の木曜午前10時30分~正午

トラストガーデン本郷(向丘2-2-6)

カラオケ機器を用いた歌謡体操や脳トレ

小林勝氏(音楽健康指導士)

65歳以上の区内在住者

定20人(抽選)

電子申請・はがき又は記入例①~⑤を明記し、〒112-8555文京区高

齢福祉課社会参画支援係03-5803-1350へ

4月10日(木)必着

7年度 定期及び任意帯状疱疹予防接種費用助成制度

Table detailing the 7th year shingles vaccination subsidy system, including target groups and costs.

※1 7年度のみ対象 ※過去に同ワクチンの区の費用助成制度を利用したことがある方は対象外

予防対策課

03-5803-1834

保健サービスセンターの健康相談(4月)

Table listing health consultation services at the Health Service Center, including allergy, dental, HIV, and pregnancy consultations.

※1 骨密度測定可 ※2 2歳児の定期歯科健診も実施 ※3 HIV検査と合わせて梅毒の即日検査及びクラミジア、淋菌感染症の検査も実施 ※4 八千代助産院でも実施03-5940-2102 9:00~17:00(通年対応) 来所相談10:00~16:00(予約制)

7年度プール券 受付開始

枚数 年間5枚(1枚で10回利用可)

利用施設 総合体育館・スポーツセンター

公害医療手帳又は都の大気汚染医療券を所持している小学生以上の区内在住者

4月1日(火)から電子申請又は申請書を郵送若しくは直接〒112-8555文京区予防対策課保健予防係03-5803-1225へ

申請書配布 予防対策課(区にも掲載)

※6年度プール券の使用期限は3月31日(月)

※直接申込の場合、公害医療手帳又は大気汚染医療券を持参

健康センターで運動を始めませんか

健康センターで運動をするためには、基礎コース又は心電図等コースへの参加が必要です。

健康センター

4月10日(木)必着

Table showing details for health center courses, including dates, times, and fees for basic and ECG courses.

※健康診断結果記録[血压・血液検査(血清脂質・肝機能・血糖・貧血)1年以内で直近のもの]が必要、当日持参しない場合は利用不可 ※コース修了者は2年間トレーニング室を利用可(有料)

4月 休日医療

休日診療当番医 3月14日(金)時点の情報

- ①必ず、事前に受診希望の医療機関に電話で開院・待ち時間を確認、受診希望の旨を連絡したうえで受診
②診療の受付状況によっては、受付時間前に受付を終了する場合あり
③受診する医療機関や時間帯によっては、対応の薬局が受診医療機関から遠方になる場合あり
※受診の際は、保険証(マイナ保険証、資格確認書も可)を持参(医療受給者証等の交付を受けた方は、あわせて持参)
(診療時間)昼 間 9:00~17:00(受付は16:30まで) 準夜間17:00~22:00(受付は21:30まで)

Table listing on-call medical services for various clinics and hospitals on weekends and holidays.

休日調剤薬局 3月14日(金)時点の情報

Table listing on-call pharmacies for various locations on weekends and holidays.

医療機関案内

Table providing contact information and hours for various medical institutions.

住民基本台帳

Table showing population statistics for the ward, including household and foreign resident counts.