



文の京
(ふみのみやこ)

区報 ふみまよ

令和8年(2026)
6月25日
No.1886

取組を紹介
するよ!



▲ゼロくま

2050年「ゼロカーボンシティ」を目指して

まなび・くらし・仕事の中でみんなで取り組む脱炭素のまち
～クールシティ文京～

ゼロカーボンシティを目指すために、区で実施している主な取組3選を紹介します。

文京ソーラーパワー・岩井



千葉県南房総市にある旧岩井学園グラウンド跡地に太陽光発電所を設置し、再生可能エネルギーを文京スポーツセンターに供給しています。



フードシェアリングサービス「TABETE」

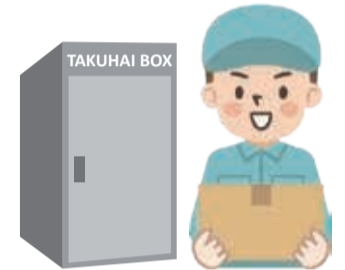


▲詳細はこちら

～お得に食品ロスを削減～



宅配ボックス助成



住宅用宅配ボックスの設置費に対する補助金(助成金)制度が新設されました。



▲詳細はこちら

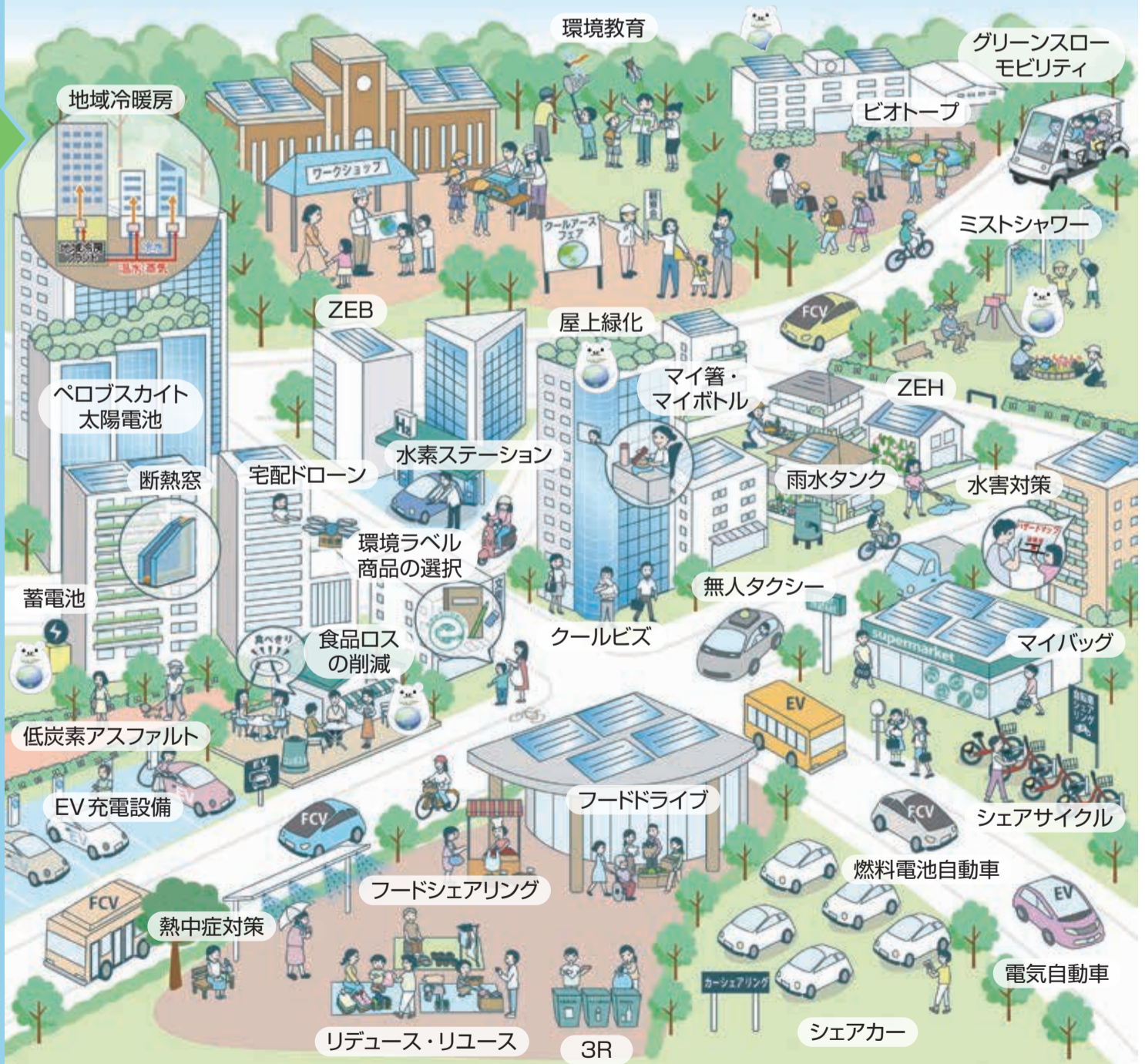
ゼロカーボンシティのイメージ



▲計画の詳細はこちら

「ゼロくま」をさがそう!

右のイラストの中に、「ゼロくま」が5匹かかれています。楽しみながら、エコな取組も発見してみてください。



問合せ 環境政策課脱炭素担当 ☎ 03-5803-1276



毎月7日は文京版クールアース・デー

7月のテーマは「まちなかでの暑さ対策をしよう」

人が感じる暑さは、気温だけでなく、湿度や風、日射などのいろいろな要素に影響されます。まちなかの暑さ対策として、日差しを遮ったり、地面が熱くならないように工夫することで、人が感じる暑さ「体感温度」を改善できます。



日差しを遮る…木陰や人工の日よけで、当たる日差しを減らす(日傘も有効)

高温化を防ぐ…緑化・打ち水などにより、壁や地面が熱くならないようにする

水で冷やす…日よけの下で水やミストなどを使って、壁や空気を冷やす

出典:環境省

打ち水用品を貸し出します

学校や町会など、地域の団体に打ち水用のひしゃくやのぼり旗を貸し出します。朝や夕方、こまめに水をまくことで、水が蒸発する際に周囲から熱を奪い、効果的に地面の温度を下げるすることができます。日陰や風通しの良い場所にまくのがおすすめです。



日本の文化・風習である「打ち水」で夏を涼しく過ごしませんか。

▶貸出期間 7月1日(水)~9月30日(水)

▶対区内の町会、自治会、商店街等

▶申込申請書を郵送・☎又は直接〒112-8555文京区環境政策課☎03-5803-1276☎03-5803-1362へ

▶申請書配布 環境政策課(区にも掲載)



ひとり親家庭等の手当受給資格者及び医療証をお持ちの方へ

児童扶養手当受給資格者、児童育成手当受給者及びひとり親家庭等医療証をお持ちの方に、現況届を送付します。8月3日(月)~31日(月)に〒112-8555文京区こども若者支援課児童給付係へ現況届を提出してください。

▶☎子育て支援事業コールセンター☎03-5803-1288

※郵送による提出可

※提出のない場合は、手当の受給、医療証の交付ができなくなるため注意

各種相談をご利用ください

こころの健康相談(精神保健相談)

▶☎保健サービスセンター=7月3日(金)・15日(水)、保健サービスセンター本郷支所=7月10日(金)・27日(月)

▶☎精神科医による個別相談(家族からの相談も可)

▶☎☎電話で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へ

耐震個別相談会

▶☎7月30日(水)午後2時~4時☎大原地域活動センター

▶☎建築士・弁護士・税理士による建物の耐震化の相談、職員による耐震化促進事業の助成金制度等の相談(1組20分程度)

▶☎定各ブース5組(申込順)

▶☎☎電話で地域整備課 耐震・不燃化担当☎03-5803-1846へ(空きがある場合、当日参加も可)

▶☎申込期間 7月1日(水)~29日(水)

文京区食料品等物価高騰対応給付金の申請はお早めに

申請期限は**7月31日(金)(消印有効)**です。申請がお済みでない対象世帯の方は、お早めの申請をお願いします。

▶☎1月1日時点で文京区に住民登録がある方

▶☎電子申請又は必要書類を同封の返信用封筒で返送(電子申請は確認書に同封の案内参照)

▶☎☎文京区食料品等物価高騰対応給付金コールセンター☎03-6743-1599

※確認書は対象世帯の世帯主宛てに送付済



▶詳細はこちら

学校給食費支援給付金の初回申請はお済みですか?

区立以外の小・中学校等に通う児童・生徒の保護者に対し、給食費相当額を給付しています。下記締切を過ぎると、7年度下半期(10月~3月)分を受け取ることができませんのでご注意ください。なお、継続支給の場合、申請不要です。

▶☎5月下旬に対象者へ送付した案内を確認し、LINE申請又は申請書を返信用封筒で郵送

▶☎7月24日(金)必着

▶☎☎学校給食費支援給付金コールセンター☎0120-880-098(事務の一部を事業者へ委託して実施)

※給食費の無償化等、他の制度により給食費全額の補助・免除等を受けている方は対象外 ※対象と思われるのに案内が届かない場合は、上記へ問合せ



▶詳細はこちら

すまいる住宅登録事業

~高齢者・障害者・ひとり親世帯で住まいをお探しの方へ~

「すまいる住宅」は、住宅確保に配慮を要する高齢者・障害者・ひとり親世帯の入居を拒まない民間賃貸住宅として、住宅オーナーにより区に登録された住宅です。

認定要件

入居をご希望の方は、電子申請又は直接福祉住宅サービスにて事前に入居資格認定を受けてください。

▶☎次の全ての条件に該当する方①表の高齢者世帯・障害者世帯・ひとり親世帯のいずれか②区内に引き続き一年以上居住③住宅に困窮し、自力により住み替える住宅を確保することが困難④独立して日常生活を営むことができる⑤緊急連絡先がある⑥入居にあたり「電球による見守り」「緊急通報装置の設置」「ライフサポートアドバイザーによる支援」を受けることに同意する(原則、高齢者世帯のみ)⑦入居資格の認定申請を行った後、世帯の構成員の増減又は変更を行わない



▶入居資格認定申請はこちら

見守りサービス

すまいる住宅の入居者(主に高齢者世帯)には、「電球による見守り」「緊急通報装置の設置」「生活援助員による生活相談」の3種類の見守りサービスを区が無償で提供します。



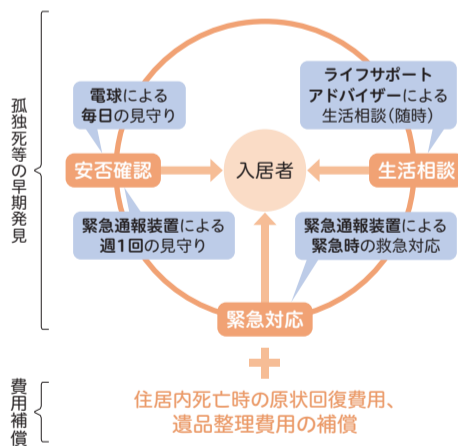
▶詳細はこちら

▶☎福祉住宅サービス

☎03-5803-1238

対象世帯	条件	必要書類
高齢者世帯	65歳以上のひとり暮らし又は、65歳以上を含む60歳以上のみで構成する世帯	-
障害者世帯	身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方がいる世帯	障害者手帳
ひとり親世帯	18歳未満のおさんのお子さん、母子家庭・父子家庭又は、父母の死亡等により、18歳未満のおさんを祖父母等が養育している世帯 ※離婚が成立する前であっても、書面にて離婚手続きの着手を証明できる方を含む	戸籍謄本、事件係属証明書等

すまいる住宅の見守り体制



中学2・3年生の保護者の方へ 学校外学習費用助成事業(塾代助成)

中学2・3年生の学習塾授業料等を助成します。

▶助成額(年間上限) 100,000円(8年度中に行われたものであること)

▶☎次の全ての要件に該当する区内在住の保護者①中学2・3年生の子がいる②就学援助費補助対象者である③学習塾等の費用を実際に支払っている④同種の助成金等の交付を受けていない

▶☎☎申請書・学習塾等費用の領収書・振込先がわかる書類(通帳やキャッシュカードの写し等)を郵送又は直接〒112-8555文京区教育総務課庶務係☎03-5803-1291へ

▶☎申請書配布 教育総務課(区にも掲載)

▶☎申請期間 ①7月1日(水)~8月31日(月)②9年1月4日(月)~3月12日(金)必着



▶詳細はこちら

中学・高校3年生の保護者の方へ 受験生チャレンジ支援

中学3年生・高校3年生等の学習塾授業料、受験料の貸付を行っています。進学により、返済は免除となります。

▶貸付額(年間上限) 学習塾の費用=300,000円

受験料=27,400円(中学3年生)

120,000円(高校3年生)

▶☎☎中学3年生又は高校3年生の受験生のこどもがいる一定所得以下の区内在住の保護者

▶☎☎電話で社会福祉協議会貸付担当☎03-5615-8017へ

▶☎9年1月29日(金)

※貸付の相談には生活状況の聞き取り等が必要。希望者は電話で上記へ(事前予約制)



▶詳細はこちら



中学3年生の保護者の方へ

「学校外学習費用助成事業」と「受験生チャレンジ支援」の塾代を併用することはできません。内容を確認し、選択して申請してください。

協定宿泊施設*が追加

7月から新たに下記施設が追加されます。

施設名	グリーンパル湯河原
所在地	神奈川県足柄下郡湯河原町宮上261
問合せ	(予約) ☎0570-038-489 (施設) ☎0465-63-9710
料金 (1泊2食付)	13,810円～



☎区民課 ☎03-5803-1384

*協定宿泊施設:区内在住・在勤・在学者が一般料金より安く利用できる施設



詳細はこちら▶

もとまちSunday2026

元町ウェルネスパークで、暑い夏の1日をみんなで楽しむ日にしませんか? 工作企画やキッチンカーの出店、パン販売も行います。



▲詳細はこちら



	親子サッカー教室	フットサル大会	園庭水遊び	うちわ・万華鏡づくり	かき氷配布	キッチンカー・パンの販売
日時	10:00～11:30	13:00～16:30	10:00～16:00	10:00～16:00 ※②は全5回 (10:00・11:00・13:00・14:00・15:00)	10:30～15:00 ※無くなり次第終了	11:00～16:00 ※無くなり次第終了
内容	・運動あそび ・ボールあそび ・ゲーム形式	前半なしの8分間ゲーム(1チーム3試合)	・ピニールプール、水鉄砲及びシャボン玉等で自由に遊ぶ ・鬼退治(水鉄砲で鬼を退治)イベント(毎時30～50分の間)	順天堂大学生による企画 ①オリジナルうちわづくり ②手作り万華鏡	近隣町会協力によるかき氷配布(無料)	①区商店街連合会協力によるキッチンカー出店(2台) ②ふる里学舎本郷のパン販売
会場	西館地下2階 順天堂スポーツホール(体育館)	元町幼稚園 園庭	東館3階 地域交流スペース1	西館1階 元町多目的室	①北側荷捌きエリア ②西館1階 元町多目的室	
対象	4歳～小学2年生と保護者	中学生以上	どなたでも	子ども	どなたでも	
定員	25組(50人・抽選)	8チーム(1チーム8～12人・抽選)	—	①なし ②各10人(先着順)	500人(先着順)	各店舗による
申込	電子申請 ☑7/12(日) ※代表者が申し込むこと				当日直接会場へ	

※荒天中止(詳細は施設SNS参照)

☎元町ウェルネスパーク元町運営事務室 ☎office@motomachi1927.jp

発行日に通知! いつでもどこでもスマホで読める「区報ぶんきょう」をカタログポケットで配信中!

カタログポケットとは?

スマートフォンやタブレットで、「区報ぶんきょう」を無料で読むことができるアプリです。



とっても便利だ～



- ここが便利!
- 英語・中国語・韓国語を含む10言語に対応
 - 二次元コードをタップすると、直接リンクが開く
 - 電話番号をタップすると、電話をかけられる
 - 本文をタップすると、文字が大きく表示される
 - 音声での読み上げ機能
 - 区報ぶんきょうを「マイコンテンツに登録」すると、発行日に通知



iPhone

Download on the App Store

Android

GET IT ON Google Play



多言語対応

☎広報戦略課区報担当 ☎03-5803-1128

ダシズアイスを無料配布 氷室の雪氷贈呈式

区の友好都市である金沢市より、夏の伝統行事「氷室開き」で湯涌温泉にて切り出された天然の雪氷が、今年も友好の証として文京区に届きます。

江戸時代、加賀藩は冬の間に貯蔵した氷を「氷室の雪氷」として、旧暦の6月1日に合わせてはるばる江戸の將軍家へと献上していました。この歴史のロマンを今に伝える贈呈式を、今年も開催します。

当日は、金沢から届いたばかりの天然氷を会場に展示します。実際に雪氷に触れて、その冷たさを肌で感じられる貴重な機会です。

また、今年区制80周年を記念し、ご来場の方に金沢出身のオリンピック金メダリスト松本薫氏がプロデュースするダシズアイス[90人分(先着順)]を無料配布します。

☎7月6日(月)贈呈式 = 午前11時～11時30分、雪氷展示 = 午前11時30分～午後4時45分

☎贈呈式 = 区民ひろば、雪氷展示 = シビックホール大ホール前

☎当日直接会場へ

☎アカデミー推進課都市交流担当 ☎03-5803-1310



▲詳細はこちら

介護保険料納入通知書を送付

8年度住民税額の決定を受けて、65歳以上の方の介護保険料額を決定し、7月上旬に「介護保険料納入通知書」を送付します。

なお、介護保険料納入通知書は、再発行ができません。シルバーパスの申請等に利用可能な場合があるため、適切に保管をお願いします。

☎介護保険課資格保険料係 ☎03-5803-1379

みんなでお店を応援しよう

文京ソコデカラがんばるお店応援キャンペーン

地域経済の活性化と社会的課題に対する取組を推進するため、対象店舗で「値引き・おまけ」等のお得なサービスが受けられるキャンペーンを実施します。

☎7月1日(水)～9月30日(水)(実施日は店舗により異なる)

☎区内内参加店舗

☎がんばるお店応援キャンペーンコールセンター ☎070-3184-7502(平日 午前10時～正午、午後1時～5時)



▲詳細はこちら

文京ecoカレッジ 親子環境教室

☎区民センター



☎区内在住・在学の小学生と保護者

☎電子申請

☎7月5日(日)



▲お天気実験教室の様子

講座名	第1回 「お天気実験教室 大雨! そのとき、どうする?」	第2回 「日本の森について学びながら、 あなただけの里山BONSAIを作ろう」
日時	7/25(日) 10:00～12:00	14:00～16:00
内容	雨・雲・雷など身近な天気の不思議を、クイズや実験、工作を交えて楽しく学ぶ	日本の森や里山の現状を学びながら、里山由来の苗木と柵のプランターを使い「里山BONSAI」を作る
定員 (抽選)	40組  申込はこちら	30組  申込はこちら

☎環境政策課地域環境係 ☎03-5803-1828

文京区の魅力をインスタグラムで発信中

グルメ情報や街のスポット紹介など、様々なコンテンツを投稿しています。

ぜひフォローして、文京区の魅力を再発見してみてください。

#文京区 #bunkyo

☎広報戦略課 報道・HP担当 ☎03-5803-1117



脳の健康度セルフチェック・もの忘れ検診

脳の健康を考えるきっかけづくりに！脳の健康度セルフチェック
 ④自身のスマートフォンかタブレット端末を使用し、画面上に表示されるテストで、脳の健康状態を測定
 ⑤8年度に56～59・61～64・66～69・71～74歳になる区内在住者
 ⑥電子申請又は電話でコールセンター☎0120-291-094へ
 (平日午前9時～午後5時)
 ⑦8月31日(月)
 ※スマートフォンを持っていない方や操作に不安がある方向けのサポートあり
 ※申込後、セルフチェックの実施方法案内を送付



▲申込はこちら

もの忘れ検診のお知らせを送信
 もの忘れなど認知機能に心配がある方は検診の受診をお勧めします。
 ④問診・認知機能検査を実施⑤8年度に55・60・65・70・75歳になる区内在住者
 ⑥電話で各実施医療機関へ⑦11月16日(月)(各医療機関の休診日を除く)
 ※対象者には6月19日(金)に検診の案内を送付済

共通事項
 ⑦詳細は送付の案内を確認
 ⑧高齢福祉課☎03-5803-1821

文の京あたまとからだの健康フェア

⑦7月9日(木)・9月9日(木)午前10時～午後4時⑧ギャラリーシビック
 ④①脳の健康と関係が深い食生活や口腔ケアのミニ講座、脳活性につながる運動の紹介②下肢筋力&バランス分析、立位年齢測定、野菜摂取状況測定③認知症等展示(各日同内容)
 ⑥当日直接会場へ⑧高齢福祉課☎03-5803-1821
 ※混雑時は人数制限の可能性あり

ぶんきょう歌壇・俳壇 第1回 特選作品発表

俳壇 松澤 雅世 選	歌壇 大下 一真 選
<p>あと何度ともに見あぐる 櫻花 大塚</p> <p>夜桜の闇の鼓動の生れにけり 本郷</p> <p>五線紙のラの音と成る蜘蛛の子よ 本駒込 関口けい子</p>	<p>さみどりのかぼちゃんに付きしシールには ニュージランドの農夫の笑顔 水道</p> <p>身めぐりを清むるごとく朝咲く ま白き木槿タペには閉づ 本駒込 唐木よし子</p> <p>さまざまの国の人達肩よせて 根津の社のつつじのまつり 水道 高木マリ</p>

第2回 作品募集 ～毎日の生活のひとこまを短歌や俳句で表現してみませんか～
 ④区内在住・在勤・在学者
 ⑥⑧はがきに⑨記入例⑩②～⑤⑦種別(歌壇・俳壇)・作品(1枚に2首・句以内、題材は自由、未発表作品に限る、楷書で記入、漢字には必ずふりがなを振る)(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名も)を明記し、〒112-0003文京区春日1-16-21(公)文京アカデミー学習推進係☎03-5803-1119へ
 ⑦7月17日(金)必着
 ※種別ごとに10作品入選
 ※入選のうち特選各3作品を広報紙に掲載(入選者へは別途通知)



▲詳細はこちら

7年度のごみ収集量と資源回収量(速報値)

7年度に区で収集したごみの量は前年度に比べて、3,103t(7.6%)の減量となりました。また、資源の回収量(集団回収を含む)は、1,428t(11.3%)の増量となりました。

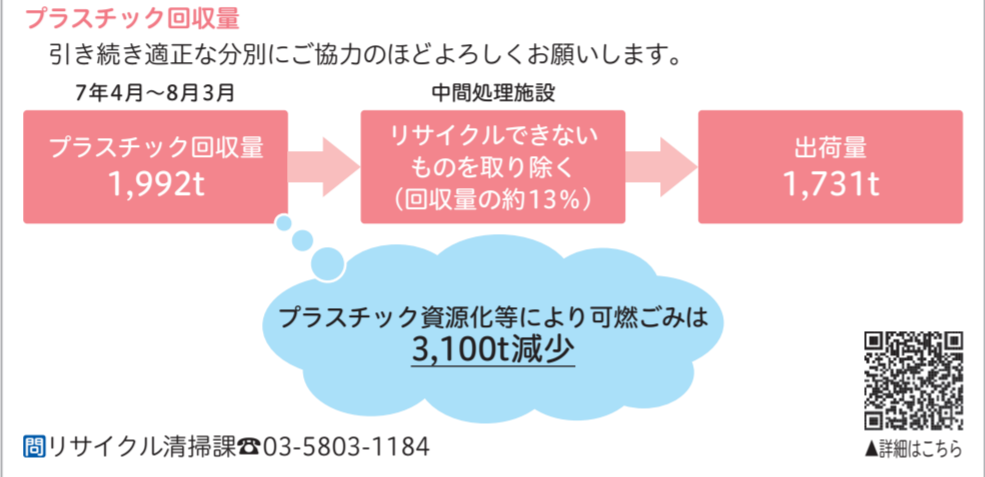
ごみ収集量

	7年度	6年度	増減量	増減率
可燃ごみ	34,989t	38,089t	▲3,100t	▲8.1%
不燃ごみ	1,191t	1,212t	▲21t	▲1.7%
粗大ごみ	1,312t	1,294t	18t	1.4%
合計	37,492t	40,595t	▲3,103t	▲7.6%

資源回収量(集団回収を含む)

	7年度	6年度	増減量	増減率
粗大ごみ	424t	417t	7t	1.7%
古紙	7,884t	8,054t	▲170t	▲2.1%
缶	536t	565t	▲29t	▲5.1%
びん	2,266t	2,379t	▲113t	▲4.7%
ペットボトル	1,010t	1,009t	1t	0.1%
プラスチック	1,731t	-	1,731t	-
その他	254t	253t	1t	0.4%
合計	14,105t	12,677t	1,428t	11.3%

※端数処理の関係で合計値等が合わない場合あり
 ※「その他」は、トレイ・乾電池・衣類(古布)・プラスチック製ボトル容器・ペットボトルキャップ・蛍光管・水銀使用計器類・小型家電等の合計
 ※回収した粗大ごみは一部資源化している。粗大ごみ資源化分は、ごみとして処分していないため、粗大ごみ量に含めない



▲詳細はこちら

⑧リサイクル清掃課☎03-5803-1184

文京区俳句大会 作品発表

2月21日(土)に実施した俳句大会において、特選6句が選ばれました。

松澤 雅世 選	佐怒賀 正美 選	兼題「薄氷、席題「梅」
人 薄氷聞こえないよに一人言	人 ジョギングのゴール梅の木息白し	
地 紅梅白梅やさしさのありったけ	地 薄氷や登校すると決めし朝	
天 ひびわれも占いになる薄氷	天 紅梅白梅やさしさのありったけ	
〔特選〕		
伊藤 順子	佐々木 克子	瀬藤 芳郎
		中山 玲子
		佐々木 克子

⑧(公)文京アカデミー学習推進係☎03-5803-1119

交流館の教室

④区内在住・在勤・在学者

	スロージョギング	誰でもピラティス	ズンバ体操教室	カーピング教室	盆踊りエクササイズ	スマホタブレットなんでも相談会	フラワーアレンジメント教室(ハワイアンアレンジ)	懐メロ&脳トレ
日時	7/16(木) 13:00～14:30	7/16(木) 13:30～14:30	7/18(土) 9:45～10:45	7/19(日) ①13:30～14:40 ②15:00～16:10	7/21(火) 13:00～14:30	7/22(水) 10:00～12:00	7/24(金) ①10:30～12:00 ②13:30～15:00 ③16:00～17:30	7/29(木) 10:00～11:30
会場	根津交流館 ☎03-3828-5269	目白台交流館 ☎03-5395-9141	千駄木交流館 ☎03-3821-6695	白山交流館 ☎03-3813-8500	根津交流館 ☎03-3828-5269	目白台交流館 ☎03-5395-9141	目白台交流館 ☎03-3813-8500	根津交流館 ☎03-3828-5269
講師(敬称)等	近藤弘之(当日直接会場へ)	内田 聖子(16人(申込順)⑦7/2(木)9:00から電話又は直接会場へ)	内田 聖子(16人(申込順)⑦7/2(木)9:00から電話又は直接会場へ)	丹後友香理(各10人(申込順)⑦1,000円(材料費含)⑧6/30(火)10:00から電話又は直接会場へ)	田代玲子(当日直接会場へ)	竹箒の会(各8人(申込順)⑧6/30(火)9:00から電話又は直接会場へ)	水野エイジ(各32人(申込順)⑦2,500円(教材費)⑧7/1(木)9:00から電話又は直接会場へ)	当日直接会場へ

イベント

文の京スポーツフェス2026

⑦8月1日(土)午後1時～4時30分⑧スポーツセンター

内容	講師(敬称略)・対象等
ジャイアンツアカデミーによるスローイング指導、ストロークアウト対決	④読売巨人軍ジャイアンツアカデミーコーチ ⑤区内在住・在学の小学生 ⑥スローイング指導申込 ⑦240人(抽選) ⑧電子申請⑨7/19(日)
順天堂大学スポーツ健康科学部による「自宅でもできる少しの運動で、勉強成績がUPする」ワークショップ	④染谷由希(順天堂大学准教授)ほか ⑤区内在住・在学の小学生
公園でできるアーチェリー体験と、新感覚ユニバーサルスポーツ体験	④小川哲生(元アーチェリー日本代表)ほか ⑤区内在住・在学の小学生
あなたスコアはどのくらい？親子で楽しむ「体力テストとフリースローチャレンジ」	⑤区内在住・在学の小学生と保護者

専門家による講座(小・中学生の保護者)

内容	時間	講師(敬称略)
スポーツで勉強効率を上げる講座	13:30～14:15	染谷由希(順天堂大学准教授)
スポーツ経験を活用したキャリア形成や進路選び講座	14:30～15:15	小川哲生(元アーチェリー日本代表)
東大生による文武両道成立のノウハウ伝授	15:30～16:15	東京大学生・OB

※内容等が当日変更になる場合あり
 ⑧(公)東京青年会議所文京区委員会委員長・吉原☎090-1849-1516@jc.bunkyo.2023@gmail.com

図書館イベント

⑧詳細はこちら

会場・問合せ	日時	内容・講師等(敬称略)・対象・定員等
真砂中央図書館 ☎03-3815-6801	7/18(土) 10:30～11:10	夏のちびっこども会～親子で楽しむ夏の音楽会～ ④音楽鑑賞・リズム遊びほか▶出演 ムジカ・カンナレレ(人形劇・木くつの木)⑤0～3歳と保護者⑥50人(先着順)⑦当日直接会場へ
本郷図書館 ☎03-3828-2070	7/20(月) 14:00～16:00	夏のごども会 ④人形劇「かくれんぼ～はじめてのおともだち～」ほか▶出演 人形劇・木くつの木⑤4歳～小学生と保護者⑥50人(先着順)⑦当日直接会場へ
小石川図書館 ☎03-3814-6745 ※会場は4階(エレベーターなし) ※介助が必要な方は事前に申請のこと	7/23(木) ①9:45～12:00 ②13:45～16:00	ゲーム開発講座 ④開発者による講演⑤齋藤彰(中学生以上)⑥40人(申込順)⑦6/30(火)9:00から電子申請・電話又は直接会場へ
湯島図書館 ☎03-3814-9242	7/4(土) 13:30～14:30	夏のごども会 ④うごく大きな絵があるファミリーコンサート▶出演 楽しく歌うふうふ「ケチャップマヨネーズ」⑤0歳～小学生と保護者⑥50人(先着順)⑦当日直接会場へ
根津図書室 ☎03-3824-2608	8/2(日) 15:00～16:30	小学生向け夏のこども映画会 ④劇場版忍たま乱太郎ドクダケ忍者隊最強の軍師⑤小学生⑥50人(申込順)⑦7/17(金)9:00から電子申請・電話又は直接会場へ

文京区民チャンネル7月の番組ピックアップ

⑧(区)が制作した番組)広報戦略課映像担当☎03-5803-1130
 [ケーブルテレビ加入等]東京ケーブルネットワーク(フリーコール)☎0800-123-2600 番組表は▶こちら

スマイルらifu
 「知って防ごう！感染症予防豆知識」(10分番組)

▶放送時間
 7月20日(月)～26日(日) 9:10～、18:10～

夏の季節、虫による感染症のリスクが高まります。文京区とアース製薬株式会社が共催するイベントの様子をレポートしながら、夏に注意すべき虫と感染症予防について詳しくお伝えします。

発見！Bスイッチ
 「涼しく自由研究！夏休みにびったりの区内博物館」(10分番組)

▶放送時間
 7月20日(月)～26日(日) 9:20～、18:20～

さあ、夏休み！暑い夏でも安心の涼しい屋内施設で、自由研究のテーマにもびったりな区内の博物館をご紹介します。夏の思い出作りにぜひ訪れてみてはいかがでしょうか？

教室

ジュニアローラースポーツ教室

⑦①7月28日(火)②29日(水)午前8時45分～10時45分(15分前から受付)
 ④東京ドームローラースケートアリーナ(後楽1-3-61)
 ⑤師文京区ローラースポーツ協会⑥区内在住・在学の小・中学生(小学生は保護者同伴)
 ⑦定各60人(抽選)⑧¥2,000円(保険料、レンタルシューズ代込)⑨電子申請
 ⑩7月8日(水)⑪スポーツ振興課スポーツ振興係☎03-5803-1308
 ※申込は1人1日のみ
 ※ヘルメット・プロテクターは希望者に貸出 ⑫詳細はこちら

区民大会

区民ラジオ体操祭

⑦7月20日(月)午前7時
 ④スポーツセンター
 ⑤師有賀暁子氏(元NHKラジオ体操インストラクター)
 ⑥区内在住・在勤・在学者、ラジオ体操愛好者
 ⑦定400人(先着順)⑧当日直接会場へ
 ⑨文京区ラジオ体操会事務局・渡辺☎090-1668-5009 ※各町会の掲示板を確認のこと

第62回 区民軟式野球大会

⑦8月30日～12月6日の日曜午前8時30分～午後6時
 ④小石川運動場、目白台公園野球場ほか
 ⑤区内在住・在勤・在学者で構成するチーム(学連登録者を除く)、文京区軟式野球連盟登録チーム、連盟が認めたチーム
 ⑥定120チーム(申込順)⑦¥1チーム15,000円(申込時に納入)
 ⑧7月10日(金)午後6時～8時に直接区民センターへ
 ⑨文京区軟式野球連盟・重本☎090-5344-5164
 ※申込時、東京都軟式野球連盟登録申込書を提出(新規チームのみ)

区民ハゼ釣り大会

⑦8月23日(日)午前5時シビックセンター(澁川公園口)集合
 ④千葉県木更津市金田海岸・見立漁港
 ⑤釣り経験のある10歳以上の区内在住・在勤・在学者⑥50人(申込順)
 ⑦¥一般=4,000円、女性・10歳～中学生=3,500円(当日現金払い)
 ⑧申込書を郵送・又は☎で〒112-0002文京区小石川3-15-5藤山☎03-3818-9390@doukei@pop02.odn.ne.jpへ
 ▶申込書 スポーツ協会⑨からダウンロード▶申込期間 7月1日(木)～31日(金)必着
 ⑩文京区釣友連合会・藤山☎090-2536-2396(平日午前10時～午後4時)

区制80周年記念

文京区の歩み 第1回～昭和20年代～

文京区は令和9年3月に区制80周年を迎えます。それを記念し、時代ごとに文京区の懐かしい出来事を振り返る「文京区の歩み」を全8回にわたって連載します。

▲本庁舎
 出典:文京区史写真集「写真で綴る「文の京」歴史と文化のまち」(平成29年文京区発行)


▲本郷支所
 昭和22年3月、小石川区・本郷区が合併し、文京区が誕生しました。合併当初から昭和34年の文京総合庁舎建設まで、戦災を免れた旧小石川区役所を本庁舎とし、旧本郷庁舎を本郷支所としていました。

なお、「文京区」という区名は、区職員と、両区統合のための委員会の双方から「文京」という案が出され、「学問の府」という区の特徴に最適ということで決定されました。区の位置関係や地名、複数の旧区の名称からとったものが多い23区の中で極めて独自性の高い名付けになっています。


⑧総務課総務係☎03-5803-1139

子育て


地域子育てステーション7月

保育園が持っているスキルを活かして子育ての悩み・不安やストレスの軽減をし、子育ての喜びを実感してもらう
対区内在住の乳幼児と保護者
申問開催日1週間前から電話で各保育園へ(平日午前9時～午後5時)
 ▲詳細はこちら


ステップアップ! 離乳食講習会

日7月9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)
内講義と実演「7・8か月児の離乳食づくりのポイント」
対区内在住の初めて参加する7年11・12月生まれの子の保護者
定各15人(申込順)
申7月1日(水)から電子申請
会問保健サービスセンター ☎03-5803-1805
 ▲申込はこちら


はじめての離乳食講習会

日7月16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)
内講義と実演「5・6か月児の離乳食づくりのポイント」
対区内在住で初めて参加する1・2月生まれの第1子の保護者
定各15人(申込順)
申7月7日(火)から電子申請
会問保健サービスセンター ☎03-5803-1805
 ▲申込はこちら

うた絵本であそぼう

日7月25日(土)午前10時30分～正午
内歌・楽器・絵本・おもちゃで遊ぶ
師佐野しょうこ氏
対区内在住・在勤・在学の乳幼児を含む家族
定8家族(申込順)
会申問電話又は直接根津交流館 ☎03-3828-5269へ
申込期間 7月2日(木)午前9時～17日(金)


両親学級

内沐浴、育児(着替え、おむつ替えなど)デモ、産後の話等
対区内在住で初めて赤ちゃんを迎える24～37週未満(実施日時点)の妊婦とパートナー
申電子申請
申込期間 7月5日(日)～15日(水)
 ▲詳細はこちら


日時	8/9(日)	8/10(月)	8/22(土)
①10:00～12:00	9:30～11:30	①10:00～11:30	
②13:30～15:30		②13:15～14:45	
会場 問合せ	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
定員(抽選)	各25組		各12組

※平日開催の10月のみ、第2子以降の赤ちゃんを迎える妊婦とパートナーも対象

健康

夏休み! 歯っぴー教室



日7月30日(木)午前10時～11時
内①大人の歯のミニ講話②お口の機能を育てる遊びの紹介③お口を使ったゲームや歯医者体験
対区内在住の4～6歳の未就学児と保護者(兄弟姉妹の同伴可)
定10組(申込順)
申7月1日(水)午前9時から電子申請
会問保健サービスセンター本郷支所 ☎03-3821-5106
 ▲詳細はこちら

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。
申問はがき(1人1枚)に**記入例**①～④と⑦希望日・生年月日・性別(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名、以前利用していた方は承認番号、基礎コースは第2希望まで記入可)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
日7月10日(金)必着

	基礎コース	心電図等コース
日時	8/1(土)・19(水)	8/15(土)
	8:45～13:00	
内容	身体測定・体力測定・運動指導(心電図等コースは安静時心電図検査あり)	
対象	各コース以下の条件に該当する区内在住・在勤・在学者(医師から運動をとめられている方・脳梗塞等のリハビリを目的とした方を除く)	①75歳以上 ②心疾患・糖尿病・高血圧・脂質異常などで加療中 ※①②のいずれか
定員	各12人(抽選)	
費用	区内在住者 = 1,700円 区内在勤・在学者 = 2,000円	区内在住者 = 3,600円 区内在勤・在学者 = 4,300円

※健康診断結果記録[血圧・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
 ※コース修了者はトレーニング室を利用可(有料)


保健サービスセンターの健康相談(7月)

区分	対象	日(曜)	受付時間
健康相談*1(有料)	義務教育を終了している15歳以上の区内在住者	8(水) 22(水)	9:00～9:30
アレルギー相談	小児ぜん息などの心配のある15歳未満の方(予約制)	22(水)	13:30～14:00
歯科保健相談*2	乳幼児(予約制)	2(木)・9(木) 16(木)・30(木)	13:00～14:30
ハッピーベイビー健康相談	妊娠を希望する方	月～金曜	8:30～17:00
ネウボラ相談*3	妊娠・出産・子育ての相談を希望する方	月～金曜	8:30～17:00


※1 骨密度測定可 ※2 2歳児の定期歯科健診も実施
 ※3 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)

歯周疾患検診

内歯周病の検査・むし歯の有無・その他お口の検査、歯周病に関する保健指導
対9年4月1日までに20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70・76・81歳になる区に住民登録のある方(7年度の検診対象者で未受診者は受診可。未受診者は下記へ問合せ)
問健康推進課保健係 ☎03-5803-1229


※対象者に検診通知(受診券)を6月下旬に送付。同封の指定歯科医療機関へ電話連絡のうえ、受診券、マイナ保険証又は資格確認書を持参して受診
 ▲詳細はこちら

HIV抗体検査(即日検査)

日8月5日(水)午後1時～1時50分
会保健サービスセンター
対義務教育終了年齢以上の方
定30人(申込順) **申**電子申請
申込期間 7月10日(金)～8月5日(水)正午
問予防対策課 ☎03-5803-1836
 ▲詳細はこちら

※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

プレママお食事教室(オンライン開催)

日8月13日(木)午前11時～正午
内妊娠20週までを中心に講義とグループワーク、料理実演「妊娠中のお食事・栄養バランス」
対初めて参加する区内在住の妊婦とパートナー(どちらかのみ参加も可)
定18人(申込順)
申7月3日(金)から電子申請
会問保健サービスセンター ☎03-5803-1805
 ※通信費等は自己負担
 ※Zoom(オンライン会議ツール)の接続環境が必要
 ▲申込はこちら

住民基本台帳	
世帯と人口	うち外国人住民
世帯…133,131世帯(+2)	世帯…11,978世帯(外国人のみ(-40))
人口…237,413人(-24)	人口…17,013人(-30)
男…112,937人(+3)	男…8,500人(±0)
女…124,476人(-27)	女…8,513人(-30)

※人口総数はその他を含むため、男女の計が一致しない場合あり()内は前月比 8年6月1日現在

7月 休日医療

休日診療当番医 6月12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、マイナ保険証(又は有効期限内の資格確認書)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)
内科 小児科 歯科
 (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)

日	医療機関	調 剤	所在地	電話
5	はとり内科クリニック	○	白山5-33-3	03-5800-2210
	松平小児科	○	関口1-15-9	03-3267-4077
	文京区医師会付属診療所	○	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	近藤医院	○	本駒込5-60-6	03-3821-1804
	文京歯科医院	○	小石川4-20-5	03-3811-3994
12	岡地歯科医院	○	本郷1-23-6	03-6240-0080
	セツメント菊坂診療所	○	小石川1-24-3	03-3811-0016
	白山文京クリニック	○	白山1-21-9	03-3868-2816
	文京区医師会付属診療所	○	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	本駒込こどもクリニック	○	本駒込5-15-10	03-5842-1127
19	岩佐歯科クリニック	○	小日向4-4-3	03-3946-6480
	中島歯科医院	○	千駄木2-43-3	03-3823-2663
	中村クリニック	○	小石川3-27-6	03-3818-7677
	水間クリニック	○	千石4-8-1	03-5976-7350
	文京区医師会付属診療所	○	千駄木2-26-8	03-3823-2217
20	団子坂くろぎクリニック	○	千駄木5-21-12	03-5834-7702
	志賀歯科医院	○	音羽1-23-22	03-3941-5478
	ファミリー歯科医院	○	本郷2-26-11	03-3816-6474
	中野小児科内科	○	白山1-33-23	03-5805-8551
	光永クリニック	○	千石4-4-1	03-3943-0270
26	谷根千クリニック	○	根津2-33-14	03-3827-2731
	文京区医師会付属診療所	○	千駄木2-26-8	03-3823-2217
	茗荷谷歯科クリニック	○	小石川5-3-3	03-3814-7644
	安東歯科医院	○	本駒込3-17-5	03-3823-0542
	山村クリニック	○	小石川5-37-6	03-3818-5767

休日調剤薬局 6月12日(金)時点の情報

(受付時間)昼間 9:00～17:00 準夜間 17:00～22:00

日	薬局	調 剤	所在地	電話
5	ストウ薬局前町店	○	白山5-35-9	03-5805-6162
	紫山堂薬局	○	大塚1-4-8	03-3945-4310
	日本調剤根津薬局	○	弥生1-2-16	03-5805-9331
12	アーク薬局駒込店	○	本駒込5-38-10	03-3821-1855
	くみ薬局	○	小石川3-29-1	03-5684-3345
	ストウ薬局	○	白山1-20-17	03-3811-3334
19	日本調剤根津薬局	○	弥生1-2-16	03-5805-9331
	くみ薬局	○	小石川3-29-1	03-5684-3345
	みよの台薬局丸山町店	○	千石3-37-14	03-5978-9333
20	日本調剤根津薬局	○	弥生1-2-16	03-5805-9331
	アーク薬局千石店	○	本駒込6-1-20	03-3947-7076
	はりま坂薬局	○	小石川5-40-16	03-3830-0393
26	白山駅前薬局	○	白山5-36-9	03-5805-1886
	みよの台薬局丸山町店	○	千石3-37-14	03-5978-9333
	さくら薬局向丘店	○	向丘2-14-1	03-3827-0011

医療機関案内

機関	電話	受付時間
東京都子供の健康相談室(小児救急相談)	短縮「#8000」 03-5285-8898	月～金曜(祝日、12/29～1/3を除く) 18:00～翌朝8:00 土・日曜、祝日、12/29～1/3 8:00～翌朝8:00
東京都医療機関案内サービス「ひまわり」	03-5272-0303	24時間(年中無休)
東京消防庁救急相談センター	短縮「#7119」 03-3212-2323	
文京区かかりつけ医・在宅療養相談窓口	03-5981-9943	月～金曜(祝日、8/10～19の間の5日程度、12/29～1/3を除く) 10:00～16:00
文京区地域包括ケア歯科相談窓口	090-4544-8020	月～金曜(祝日、8/13～16、12/29～1/4を除く) 11:00～16:00
豊島文京(平日準夜間)こども救急	03-3941-3211 ※受診前に要電話	月～金曜(祝日、12/29～1/4を除く) 20:00～23:00