



文京区
シンボルマーク



区報

ぶんきょ

令和7年(2025)

6月10日

No.1861



快適な夏は、 日傘から始まる

●職員による日傘使用実験 (5月7日午前10時)

日傘をささない状態で1分間静止して後頭部を計測し、日傘をさして1分間静止後再計測



対策なし
約47℃

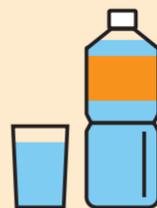


日傘あり
約28℃

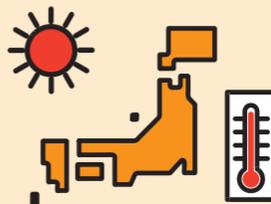
日傘をさす前は、日差しの暑さをジリジリと感じましたが、日傘をさすと、暑さが和らぎました。個人の対策の一つとして、日傘を活用してみようと思います！

熱中症予防行動

- 1 暑さを避ける
- 2 こまめな水分補給



- 3 バランスの良い食事
十分な睡眠
- 4 天気予報や
暑さ指数を確認



熱中症が疑われたら・・・

- 1 涼しい場所に移動
- 2 衣服を緩めて体から熱の放散を助ける



- 3 水でぬらしたタオルや保冷剤などで首、わきの下、腿の付け根を冷やす
- 4 冷たい水やスポーツドリンクを少しずつ補給



自力で水が飲めない、応答がおかしいときには救急車を呼びましょう。判断に迷うときは、#7119に相談しましょう。

! 高齢者、乳幼児、暑さに慣れていない・普段から運動していない・脱水状態にある方は熱中症弱者です。特に気をつけましょう。

問合せ

[熱中症予防]健康推進課福祉保健政策推進担当 ☎03-5803-1231
[区の暑さ対策]環境政策課脱炭素担当 ☎03-5803-1276

詳細はこちら



毎月10・25日発行

発行/文京区 編集/企画政策部広報戦略課 〒112-8555 文京区春日1-16-21

代表 ☎03-3812-7111 <https://www.city.bunkyo.lg.jp/>

区の情報はこちらをチェック！



ぶんきょう涼み処(6月16日(月)~10月17日(金))

区有施設44か所・調剤薬局26か所・民間施設2か所では、熱中症対策としてお出かけの際に立ち寄り涼むことができます。熱中症を予防するためには、水分補給に加えて涼しいところで暑さを避けてこまめに休憩することが大切です。外出時に暑さでの体力消耗を防ぐためご活用ください。

また、区では涼み処を開設した区有施設の一部にマイボトル用給水機の設置を進めています。

[注意事項]

- 開館時間等は、各施設へ問合せのこと
- 利用時は「涼みに来ました」と職員に声がけし、定められたスペースで休憩すること
- 施設利用者がいるため座れない場合あり。ごみは持ち帰ること

熱中症特別警戒アラート発表時には、ぶんきょう涼み処(区有施設)と東京都2施設(東京都戦没者霊苑・東京都水道歴史館)が、クーリングシェルター(指定暑熱避難施設)として開放されます。
※熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラート発表時には、外出をできるだけ控え、熱中症予防行動をとりましょう。

☎[涼み処]健康推進課福祉保健政策推進担当 ☎03-5803-1231
[マイボトル用給水機]リサイクル清掃課リサイクル推進係 ☎03-5803-1135



▲マイボトル用給水機設置例



◀涼み処の詳細はこちら



◀マイボトル用給水機設置場所ははこちら

涼み処 目印はこちら



6月2日 文京区指定有形文化財に指定

「心城院版木*」59枚、付「御蘭筆筍」1棹を区指定有形文化財に指定しました。

心城院(湯島3-32-4)には、仏画、経典、御蘭などを印刷するための版木が残されています。また、印刷した御蘭を収納する「御蘭筆筍」は、御蘭の版木と同じ年(1825年)に制作されたことが銘文から判明し、「付けたり」として合わせて指定しました。往時の仏教文化、印刷文化、庶民の信仰などを知るうえで大変貴重な資料です(通常非公開)。

*版木:印刷するために文字や図を彫った板

☎教育総務課文化財保護係 ☎03-5803-1305



▲心城院版木(御蘭)



▲御蘭筆筍

5月30日 東大グローバルナーシングリサーチセンターがオープンラボを開設

区と連携協定を締結している、看護を専門に研究を行う東大グローバルナーシングリサーチセンター(以下「GNRC」)が、地域住民のケアする力を育むとともに、医療・介護関係者等との多職種連携の推進を行う拠点として、Tonowa Garden目白台(目白台3-28-10)にオープンラボを開設しました。



今後、区とGNRCが連携し、多世代のケアの知識・技術を得るためのワークショップを開催するほか、在宅医療・介護連携の取組を実施します。

☎高齢福祉課地域包括ケア推進係 ☎03-5803-1843



▲詳細はこちら

戸籍に氏名の振り仮名が記載されます

改正戸籍法が5月26日(月)に施行され、戸籍の記載事項に新たに氏名の振り仮名が追加されることになりました。本籍地の市区町村から原則筆頭者に戸籍に記載する予定の氏名の振り仮名が通知されます(文京区は7月下旬)。

通知の振り仮名に誤りがないか必ず確認し、誤りがあれば氏名の振り仮名の届出をしてください。誤りがなければ、届出不要です。

▶届出期間 通知到着~8年5月25日(月)必着 ☎マイナポータルから電子申請又は届書を郵送若しくは直接〒112-8555文京区戸籍住民課氏名振り仮名届窓口へ ☎法務省コールセンター ☎0570-05-0310(平日午前8時30分~午後5時15分)



▲戸籍制度マスコットキャラクター「コセキツネ」



▲詳細はこちら

熊本県五木村及び熊本県と二酸化炭素の削減に資する森林由来J-クレジット*売買等の協定締結

5月13日(火)、区は熊本県五木村及び熊本県と二酸化炭素の削減に資する森林由来J-クレジットの売買等に関する協定を締結しました。森林由来J-クレジットの売買を通じ、区のゼロカーボンオフィス実行計画を進めるとともに、熊本県球磨川流域(五木村)の「緑の流域治水」及び2050年カーボンニュートラルの実現に向けて相互に連携を深めていきます。



▲5月13日撮影 ©2010熊本県くまモン

☎環境政策課環境調整係 ☎03-5803-1259

*森林由来J-クレジット:適切な森林管理による二酸化炭素等の吸収量をクレジットとして国が認証したもの

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て、区長から諮問された都市計画等の事項を審議します。

☎応募時に満18歳以上の区内在住者(区職員、区議会議員及び委嘱の日に区の審議会等の委員に2つ以上在籍している方を除く) ☎定3人以内 ▶任期 10月から2年間 ▶選考 書類審査・面接(8月上旬予定) ▶会議 年3回程度 ▶謝礼 1回2,000円 ☎☎申込書と作文を郵送 ☎☎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 ☎☎にも掲載) ☎☎7月9日(水)必着 ※委員となった方の作文は、氏名を入れて公開対象



▲詳細はこちら

文京区技能名匠者推薦募集

永く同一職業に従事し、物を造る技術が非常に優れ、後進の指導及び育成に積極的な方を、「文京区技能名匠者」として認定しています。認定は、産業団体等の長及び区民の方に推薦された方の中から審査し、決定します。

☎次の各号のいずれかに該当する区内在住又は区内中小企業在勤者(事業主を含む)

- ① 下表の同一職種に25年以上(9月30日時点)従事している
- ② 下表の同一職種に現に従事し、優れた技能を持ち、後進の指導及び育成に積極的である
- ③ 国又は東京都により伝統工芸士に認定された
- ④ 東京都優秀技能者知事賞等の卓越した技能に関わる表彰を受けた ☎☎7人 ☎☎推薦用紙を郵送で〒112-8555文京区経済課 ☎03-5803-1173へ ▶推薦用紙配布 経済課(区 ☎☎にも掲載) ☎☎6月23日(月)午後5時必着

業種一覧

- | | |
|---|--|
| 1 建設関係
(1)建築大工 (2)とび (3)左官 (4)屋根葺き (5)造園
2 木材・木製品・紙加工品関係
(1)木型制作 (2)木彫工 (3)指物製作 (4)家具製作 (5)建具製作 (6)おけ・たる・曲物・げた製造 (7)畳製作 (8)表装 (9)漆器製造 (10)竹細工
3 金属加工関係
(1)鍛造 (2)彫金 (3)彫金 (4)仕上げ | 4 印刷製本関係
(1)製版 (2)印刷 (3)製本
5 衣服・繊維製品関係
(1)婦人子供服製造 (2)紳士服製造 (3)和裁 (4)染物 (5)寝具製作
6 食品関係
(1)菓子製造 (2)パン製造 (3)製麺
7 その他
(1)提灯製造 (2)筆記用具製造 (3)楽器製造 (4)人形製造 (5)石工 (6)印章彫刻 (7)写真 |
|---|--|

社会を明るくする運動

~犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ~

犯罪や非行のない地域社会を築くには、地域の方々の協力が必要です。区では「文京区社会を明るくする運動推進委員会」を結成し、7月の強調月間に、様々な啓発運動を実施します。

東京ドーム周辺での広報啓発活動

☎7月5日(土)午後3時45分~5時 ☎会ラクーアガーデンステージ、東京ドーム周辺 ☎☎推進委員会構成団体などが啓発品を配布 ☎☎どなたでも

社会を明るくする大会

☎7月13日(日)午後1時30分~3時30分 ☎会シビックホール小ホール ☎☎①区立中学校生徒(第一中・第三中・音羽中)による意見発表 ②講演「自分らしく生きる」 ☎☎瀧澤諒斗氏(デフサッカー選手) ☎☎どなたでも ☎☎100人(申込順) ☎☎電話又は ☎☎に ☎☎記入例 ▶①~③・⑤を明記し、福祉政策課へ

文京矯正展(刑務所作業製品の展示即売会)

☎7月17日(木)~19日(土)午前9時30分~午後4時(最終日は午後3時まで) ☎会区民ひろば(シビックセンター地下2階) ☎☎刑務所の様子(パネル展示)、文具・木工製品・陶器・家具・洋裁製品等の展示即売(売上の一部を犯罪被害者支援団体の活動助成に活用)

☎福祉政策課 ☎03-5803-1202 ☎☎03-5803-1357



▲瀧澤諒斗選手

お知らせします 区の財政状況 —皆さんの税を有効に活用しています—

区政への理解を深めていただくため、区の財政状況を公表しています。
6年度予算の執行状況をお知らせします。

問 財政課 ☎03-5803-1127

6年度予算執行状況

6年度の一般会計予算は、当初予算1,275億2,800万円に、5回の補正を行い、最終予算額は1,418億1,784万円となりました。
5年度からの繰越事業費を含めた予算現額では1,425億6,914万円となります。
6年度予算は、7年3月31日現在、次のように執行されています。

※各会計の収入・支出済額の数字は、7年3月31日現在のもので、出納整理期間(7年4月1日～5月31日)の数字は含まれていないため、最終的な決算額とは異なります。

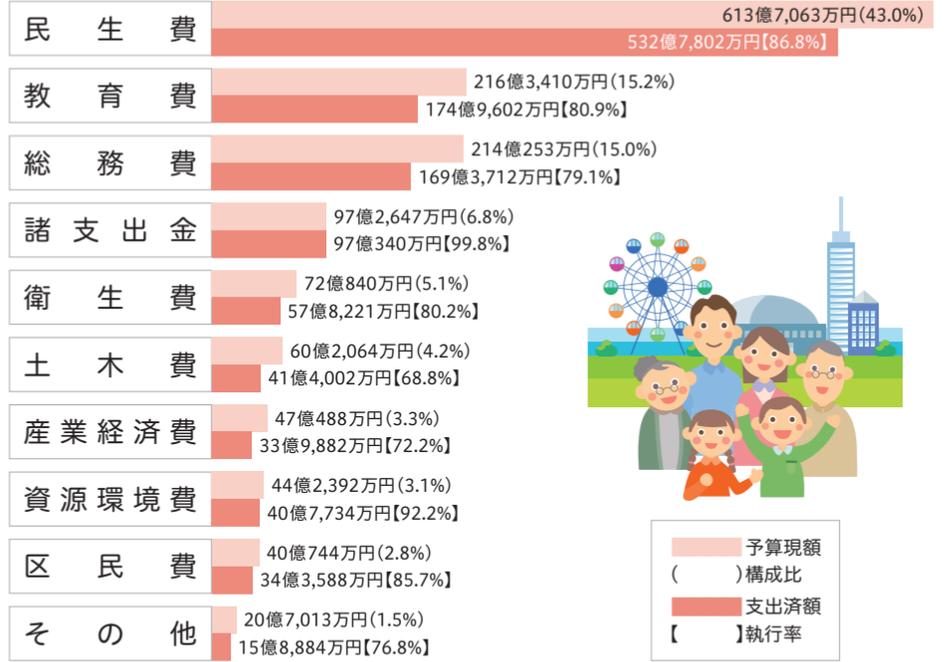
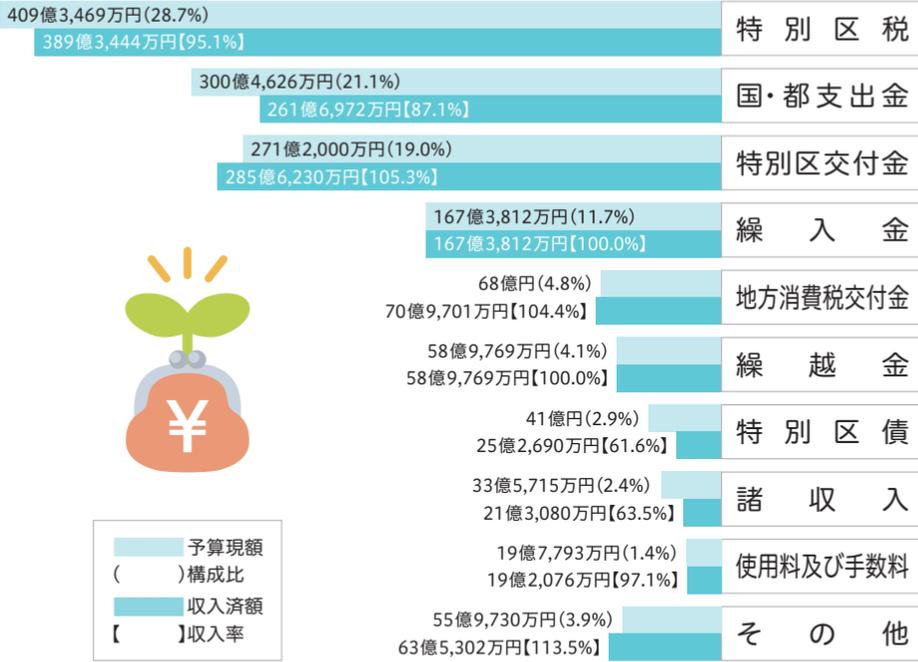
一般会計 予算現額 1,425億6,914万円

収入済額 1,363億3,076万円
収入率 95.6%

歳入

歳出

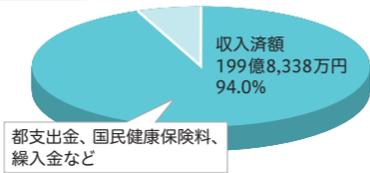
支出済額 1,198億3,767万円
執行率 84.1%



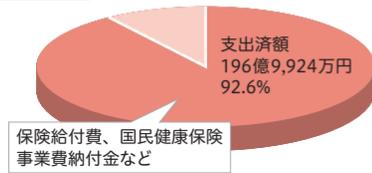
特別会計

国民健康保険特別会計 予算現額 212億6,902万円

歳入



歳出

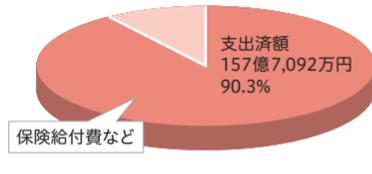


介護保険特別会計 予算現額 174億7,261万円

歳入

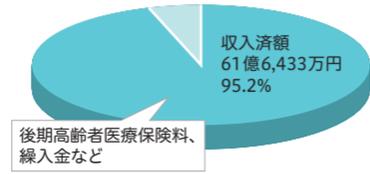


歳出

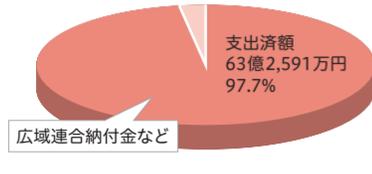


後期高齢者医療特別会計 予算現額 64億7,555万円

歳入

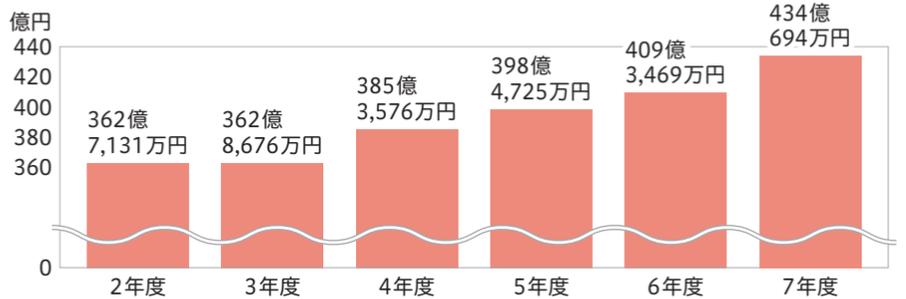


歳出



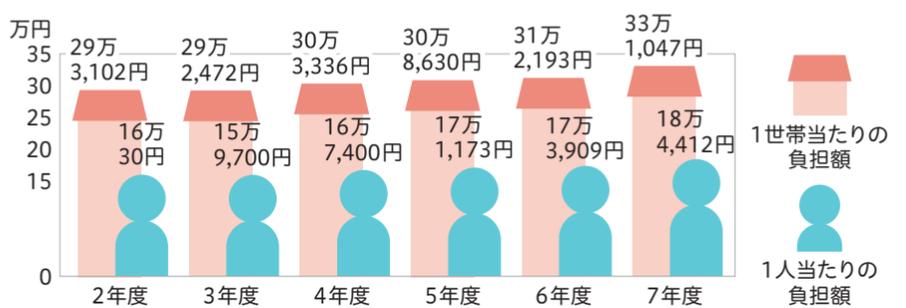
特別区税収入の推移

※6年度までは最終予算額、7年度は当初予算額を基に算出しています。



特別区税区民負担の推移

特別区税を区民1人当たり及び1世帯当たりの平均負担額で表したグラフです。
※6年度までは最終予算額、7年度は当初予算額を基に算出しています。



区有財産残高、特別区債残高及び一時借入金の状況

区有財産残高 4,948億9,357万円



特別区債残高 104億4,111万円



一時借入金*

※一時借入金:一時的に支払資金が不足する場合に、年度内に返済することを条件に、金融機関などから借り入れる資金
6年度の借入実績はありません。



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



第307回シビックコンサート
クラリネット・アンサンブルコンサート

日6月25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 サウンド・オブ・ミュージックメドレー、ルパン3世のテーマ、クラリネットポルカ(ほか)▶出演 尚美ミュージックカレッジ専門学校 SHOBIクラリネットアンサンブル▶当日直接会場へ▶(公)文京アカデミー ホール事業係☎03-5803-1103

鷗外忌記念講演会「鷗外が見たドイツ」
 ～7月9日は鷗外忌 オリジナル菓をプレゼント～

140年前にドイツへ留学した、若き森林太郎の日々をお話しします。
 日7月13日(日)午後2時～3時30分 美留町義雄氏(大東文化大学教授)☎50人(抽選)¥1,000円(参加費)会場往復はがき又は(公)に記入例①～④・⑥を明記し、〒113-0022文京区千駄木1-23-4 森鷗外記念館☎03-3824-5511▶bmk-event@morigai-kinenkan.jpへ☎6月27日(金)必着
7月9日は鷗外忌
 鷗外忌にちなみ、鷗外「遺言書」の原資料を展示します。
 ▶展示期間 7月4日(金)～31日(木)午前10時～午後6時(9日は午前9時から開館。最終入館は午後5時30分)

やさしい日本語で留学生と交流会(全2回)

日基礎編＝7月19日(土)午前10時～正午、発展編＝8月2日(土)午前10時～正午 会場ABKアジア文化会館(本駒込2-12-13)
 外国人にわかりやすい日本語の伝え方を学び、留学生とやさしい日本語を使って交流▶千葉あかね氏▶全回参加可能で日常的に日本語を使用する中学生以上の区内在住・在勤・在学者☎30人(抽選)▶(公)電子申請又は往復はがき(1枚2人まで)に記入例①～⑥と⑦在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名を明記し、〒112-8555文京区アカデミー推進課都市交流担当☎03-5803-1310へ☎6月27日(金)必着
 ※受講決定の可否は、7月1日(火)以降に通知予定
 ※同時に申込した方と交流会では別の班で活動

第1回 スタンダードサポーター認定研修
 ～地域の子育て世帯をサポートしませんか?～

子育て支援の基本的な知識や倫理、子どもへの関わり方、保育に関する内容、ファミリー・サポート・センター事業を学ぶ▶子育てサポーターに登録し、ファミリー・サポート・センター事業等の活動ができる20歳以上の区内在住・在勤・在学者☎30人(抽選)▶申込書を郵送又は直接〒113-0033文京区本郷4-15-14社会福祉協議会ささえあいサポート係へ▶申込書配布 子育て支援課・シビックセンター1階パンフレット台ほか(区にも掲載)☎6月23日(月)必着

	日時	会場
子育て支援員基本研修①	7/26(土) 9:00～15:45	貞静学園短期大学(小日向1-26-13)
子育て支援員基本研修② スタンダードサポーター-救命救急研修	27(日) 9:00～16:30	
スタンダードサポーター認定研修	31(木) 9:30～17:00 8/1(金)	区民センター

※4日間の研修受講者には、子育て支援員(基本研修)及びスタンダードサポーターの認定証を交付
 (公)「子育て支援員制度」子育て支援課☎03-5803-1256、[子育てサポーター認定制度]社会福祉協議会ささえあいサポート係☎03-3812-3043

教育センター

	スクール・モバイルミュージアム「玉蟲一生きた宝石」展	第9回 子どもパソコン教室	第10回 子どもパソコン教室	第2回 親子理科教室	第5回 科学教室
日時	6/28(土) 14:00～15:00	7/5(土) 9:30～11:00	7/5(土) 13:30～15:30	7/12(土) ①10:00～11:30②14:00～15:30	7/19(土) ①10:00～12:00②14:00～16:00
内容	講演会「びっくり!きれいなタマシと昆虫の構造色」	アワーオプコード～プログラミングの基礎を学ぼう～	スクラッチ中級～スクラッチでゲームを作って発表しよう～	染めの科学	顕微鏡を使い、細胞を観察しよう
講師(敬称略)	野村周平(国立科学博物館)	教育センター専門指導員			
対象	どなたでも	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1～3年生と保護者	区内在住・在学の小学3年生～中学生
定員	90人(申込順)	20人(抽選)	16人(抽選)	各18組(抽選)	各30人(抽選)
費用		無料		500円	無料
申込	電子申請又は、はがきに記入例①～④を明記し、教育センターへ	電子申請又は往復はがき(1人1枚)に記入例①～④(③は保護者分も)と⑦学校名・学年〔「親子理科教室」「科学教室」は希望時間も(第2希望記入可)〕を明記し、教育センターへ			
締切	6/15日～26日必着	6/23日必着		6/30日必着	7/7日必着

※車での来場は不可 ※キャンセルによる空き状況の確認をする場合は、電話で教育センターへ
 ※詳細は教育センター▶参照

会場〒113-0034文京区湯島4-7-10教育センター☎03-5800-2591

★区報ふんぎょうの記事で、費用の記載のないものは全て「無料」です。

文京ecoカレッジ 親子環境教室

会区民センター-区内在住・在学の小学生と保護者▶(公)電子申請☎6月20日(金)環境政策課地域環境係☎03-5803-1276

講座名	第1回親子環境教室	第2回親子環境教室
日時	7/19(土)	
	10:00～12:00	14:00～16:00
内容	お天気実験教室 大雨! そのとき、どうする?	自然の力で明かりを灯そう
定員(抽選)	40組	30組(親子2人1組)

文京ecoカレッジ 親子エコ・クッキング教室

日7月25日(金)小学1～3年生＝午前10時30分～午後0時30分、小学4～6年生＝午後2時30分～4時30分(現地集合・現地解散) 会場キッチンランド江東(江東区猿江2-15-5)▶環境に優しい食生活やごみ減量を親子で考える▶メニュー エコノミ焼き、きらきらフルーツゼリー(試食あり)▶東京ガスエコ・クッキングナビゲーター▶区内在住の小学生と保護者☎各14組(抽選)¥1組1,600円(保険料込)▶(公)電子申請☎7月4日(金)リサイクル清掃課リサイクル推進係☎03-5803-1135
 ※「エコ・クッキング」は東京ガス㈱の登録商標

牧阿佐美バレエ団「ドン・キホーテ」(全幕)

日①10月18日(土)午後3時②19日(日)午後2時30分 会場シビックホール大ホール▶出演 牧阿佐美バレエ団▶全席指定S席14,000円、A席11,000円、B席8,000円、C席5,000円▶(公)6月25日(水)午前10時からシビックチケット☎03-5803-1111(窓口・電話)で発売
区民先行予約(1日限り)
 日6月19日(木)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
 日6月20日(金)午前10時～21日(土)午後11時59分受信有効
 ※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)
 ※シビックホール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)
 ※4歳未満入場不可

響きの森きッズプログラム
フルーツの国のハロウィンパーティー♪

日①10月25日(土)②26日(日)午前11時～正午 会場シビックホール小ホール▶出演 瀧本暉(歌・司会)、シエナ☆フルーツ音楽隊(演奏)ほか▶¥2,500円(全席指定)▶(公)6月29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)文京アカデミーホール事業係☎03-5803-1103
 ※発売初日のチケット購入は、1人4枚まで(席の選択不可)
 ※3歳未満は膝上鑑賞に限り無料(大人1人につき子ども1人まで)

図書館イベント

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)※介助が必要な方は事前に申請のこと	6/28(土) 15:00～15:40 6/29(日) 14:00～15:30	子ども映画会▶「からすのパンやさん」ほか▶4歳～小学生と保護者☎30人(先着順)▶(公)当日直接会場へ レコードコンサート▶「レコードで聴く70'sハード・ロックの世界(終演後に感想会あり)▶どなたでも☎50人(申込順)▶(公)6/16(月)13:00から電子申請・電話又は直接小石川図書館へ
湯島図書館 ☎03-3814-9242	7/12(土) 14:00～15:30	夏のニッケルハルバ演奏会▶スウェーデンの民族楽器・ニッケルハルバの演奏と文化紹介▶(公)峰村茜▶中学生以上☎25人(申込順)▶(公)6/28(日)9:00から電子申請・電話又は直接湯島図書館へ
湯島児童館 ☎03-3814-9242	7/5(土) 13:30～14:30	夏の子ども会▶笑顔いっぱい腹話術ショー▶出演 てるほ▶0歳～小学生と保護者☎50人(先着順)▶(公)当日直接会場へ
根津図書館 ☎03-3824-2608	7/20(日) 15:00～16:00	夏の子ども会▶(公)なりまりにんじや工作▶3歳～小学生(保護者付添可)▶☎20人(申込順)▶(公)6/29(日)9:00から電子申請・電話又は直接根津図書館へ

シビックシネマサロン 「子どもに本を一石井桃子の挑戦」

日7月18日(金)午後1時30分～3時20分(20分前から開場) 会アカデミー文京 内石井桃子の活躍を収めたドキュメンタリー映画『Iノンちゃん牧場』と『II子どもと文学』を上映▶15歳以上の区内在住・在勤・在学者(中学生を除く)☎80人(抽選)
 (公)電子申請又は往復はがきに記入例①～⑤と⑦在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名を明記し、〒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▶7月4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

I don't know(能)…No(能) problem ～みんなで親しむ能(Noh)プロジェクト～

日8月24日(日)①午前10時②午後2時30分(30分前から開場) 会宝生能楽堂(本郷1-5-9) 内鑑賞プログラム＝能「橋弁慶」(一部分のみ上演)、体験プログラム＝能楽堂バックステージツアー、ARメガネ・謡体験等▶区内在住・在学の小・中・高校生(中学生以下は保護者同伴)☎各120人(抽選)▶無料(足袋購入希望者は、1足1,000円程度)▶(公)電子申請又は往復はがきに記入例①～⑤と⑦足袋の有無(足袋購入希望者はサイズ・個数も)、体験希望時間、在住・在学の別(在学者は学校名・学年も)を明記し、〒112-8555文京区アカデミー推進課文化事業係☎03-5803-1120へ▶7月18日(金)必着
 ※高校生は単独・友人同士で参加可 ※大人のみの参加不可
 ※足袋は必ず着用、持参可

ハイスクールアカデミア

▶将来の職業選択の一助となるよう、各職業に就くまでの勉強方法や職業の魅力等の講話と職業体験を行う▶中学生～高校生(抽選の場合は、区内在住・在学者を優先)☎各20人(抽選)▶(公)電子申請又は往復はがきに記入例①～⑤と⑦生年月日・学年を明記し、〒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▶7月31日(木)必着

夏休み子どもアカデミア

▶区内在住・在学者(講座により対象学年あり)▶文京アカデミー▶参照▶(公)電子申請又は往復はがきに記入例①～⑤と⑦在学者は学校名を明記し、〒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▶6月24日(火)必着

ステージ・エコ イン 区民ひろば

日7月12日(土)午前10時～午後1時30分 内フリーマーケット、フードドライブ(未利用食品の回収)、各種資源回収(古本・ペットボトルキャップ・廃食用油・未使用の陶磁器製食器類、使用済み小型家電9品目・水銀使用計器類・小型の金属類・小型充電式電池)、陶磁器製食器類の無料頒布[未利用食品や各種資源を持参した方が対象、1人1セットのみ(なくなり次第終了)]、衣料品回収と展示▶(公)リサイクル清掃課リサイクル推進係(ステージ・エコ実行委員会事務局)☎03-5803-1135
 ※マイバッグ持参

図書館イベント

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)※介助が必要な方は事前に申請のこと	6/28(土) 15:00～15:40 6/29(日) 14:00～15:30	子ども映画会▶「からすのパンやさん」ほか▶4歳～小学生と保護者☎30人(先着順)▶(公)当日直接会場へ レコードコンサート▶「レコードで聴く70'sハード・ロックの世界(終演後に感想会あり)▶どなたでも☎50人(申込順)▶(公)6/16(月)13:00から電子申請・電話又は直接小石川図書館へ
湯島図書館 ☎03-3814-9242	7/12(土) 14:00～15:30	夏のニッケルハルバ演奏会▶スウェーデンの民族楽器・ニッケルハルバの演奏と文化紹介▶(公)峰村茜▶中学生以上☎25人(申込順)▶(公)6/28(日)9:00から電子申請・電話又は直接湯島図書館へ
湯島児童館 ☎03-3814-9242	7/5(土) 13:30～14:30	夏の子ども会▶笑顔いっぱい腹話術ショー▶出演 てるほ▶0歳～小学生と保護者☎50人(先着順)▶(公)当日直接会場へ
根津図書館 ☎03-3824-2608	7/20(日) 15:00～16:00	夏の子ども会▶(公)なりまりにんじや工作▶3歳～小学生(保護者付添可)▶☎20人(申込順)▶(公)6/29(日)9:00から電子申請・電話又は直接根津図書館へ

教室 スポーツ
障害のある方向け おでかけスポーツ(7月)

～体育館でからだを動かしてみませんか～
 日①7月4日(金)②25日(金)午後1時15分～2時30分 内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(介助者有の場合は要相談)▶(公)各実施日の前日までに電話又は直接▶(公)総合体育館☎03-3814-4271②スポーツセンター☎03-3944-2271へ ※7月は水泳なし

着水水泳教室

日7月6日(日)午前9時30分～11時30分 内水中での事故に対する知識や簡易救助法等▶小学生以上の区内在住・在勤・在学者[小学4年生以下は高校生以上の保護者同伴(保護者1人につき子ども2人まで)]▶☎30人(申込順)▶(公)前日までに電話又は直接▶(公)総合体育館☎03-3814-4271へ

元気ニコニコ体操(7月コース)

日7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 内ストレッチ、軽度のシェイプアップ体操等▶(公)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)▶(公)6月16日(月)午前10時30分から電話又は直接▶(公)江戸川橋体育館☎03-3945-4008へ▶7月6日(日)

親子バドミントン体験教室

日7月13日(日)4歳～小学1年生＝午前9時15分～10時45分、小学2～4年生＝午前11時～午後0時30分 会場総合体育館 内コネックスの派遣講師による親子で楽しむバドミントン体験▶区内在住・在勤・在学(在学は4歳～小学4年生と保護者)☎各18組[2人1組(抽選)]▶¥1組2,000円▶(公)電子申請▶6月22日(日)▶(公)スポーツ振興課☎03-5803-1308

6月は「環境月間」
 ～みんなで取り組もう!地球温暖化対策～

地球温暖化は、豪雨などの自然災害の増加や熱中症のリスクが高まるなど、暮らしに大きな問題を引き起こしています。二酸化炭素の排出を減らし、災害などに備える取組を適切に行っていくためには、今のように住み続けることができない可能性が出てきます。皆さんで気候変動対策に取り組んでいきましょう。

身近な気候変動対策～いま私たちができること～

緩和策	適応策
二酸化炭素の排出を減らしましょう。 ● 節電、節水をする ● 自家用車ではなく、電車やバス、徒歩、自転車などで移動する ● 環境イベントなどに参加して環境を学ぶ	気候変動に対して、身の回りのできる予防や備えをして、暑さや大雨による被害などへの対策をしましょう。 ● 暑い日はこまめに水分を取る ● 近くの避難場所を確認しておく ● 緑のカーテンを育成する

会環境政策課地域環境係☎03-5803-1276

魚沼夏の陣
川遊びとEボート湖上体験

【第1回】
 7/26(日)11:00 やまびこ荘集合ー昼食ー12:45 Eボート体験ー夕食
 27(日)6:15 野菜収穫(希望者のみ・有料)ー朝食ー9:30頃 川遊びー昼食(バーベキュー)ー14:00頃 解散
 ※第2回(8/9(土)・10(日))も同内容
 ※雨天時はハーバリウム作り、クラフト体験、かかし作り、市内観光などを予定

日時 7/26(日)11:00～12:45 7/27(日)6:15～9:30

定員 30人程度(抽選)

費用 ①区内在住者 大人17,650円 子ども14,400円 未就学児13,900円
 ②区内在勤・在学者 大人 20,350円
 ③区内在住者と同行する区外在住者 } 子ども 16,000円
 ④区内在勤者と同行する同居の家族 } 未就学児 15,500円
 ※上記金額は宿泊費、参加費大人11,000円、子ども・未就学児9,500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
 ※料金は全て税込。大人は中学生以上、子どもは小学生以上、未就学児は3歳以上※現金のみ、カード不可

申込 会場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▶6/20(金)※抽選結果の確認は6/23(月)以降、自身でやまびこ荘へ問合せ(抽選結果の連絡なし)

主催 湯の谷薬師スキー場管理組合(やまびこ荘運営事業者)

※送迎あり(時刻の詳細は区▶参照又はやまびこ荘へ問合せ。魚沼までの往復の交通手段は各自で手配)
 ※キャンセル時は早めに連絡のこと(体験料のキャンセル料は、1週間前から発生)
 ※山村体験交流事業の問合せは区民課☎03-5803-1171へ

★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



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 6月20日(金)から電子申請

日時(15分前から受付)	7/4(金)・11(金)	7/8(火)・15(火)
	①13:30~15:30 ②13:30~15:10	①13:30~15:10 ②13:30~15:15
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(申込順)	各30人	各12人

※1日のみの参加可
※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 詳細はこちら▶

子育てひろば水道 7月「ピアノ等によるコンサート」

7月5日(土)午前10時30分~11時30分 水道保育園 上野智子氏(ピアノ講師)ほか 0~2歳児と保護者 40人(申込順) 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 6月23日(月)~7月4日(金)

※就学前の兄弟も参加可
※7月に3歳の誕生日を迎える子まで参加可
※新規利用者は、ひろば登録申請書が必要

幼児食講習会

7月11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) 幼児食の食生活・むし歯予防のポイント 区内在住の1歳児の保護者(初めて参加する方を優先) 各10人(申込順) 6月17日(火)から電子申請 保健サービスセンター本郷支所 ☎03-3821-5106 申込はこちら▶

里親制度説明会 「子どもたちの新しい扉をひらく~里親というカタチ~」

①7月16日(水)午後3時30分~5時 ②8月29日(金)午後6時~7時30分 ③9月20日(土)午前10時~11時30分(各回同内容) ④向丘地域活動センター ⑤児童相談所 ⑥障害者会館 様々な事情で家族と離れて暮らす子どもを自分の家庭に迎え入れ、成長をサポートする里親制度を知る 区内在住者 各4家庭(申込順) 電話申請・電話又は 記入例 ①・③・④と⑦希望日・人数を明記し、文京区児童相談所フォスタリング機関二葉児院 ☎03-3811-5241 sato-bun5241@futaba-yuka.or.jpへ 各開催日の4日前まで(土・日曜、祝日を除く) 申込はこちら▶

はじめての離乳食講習会

7月24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) 5・6か月児の離乳食づくりのポイントの講義と実演 1・2月生まれの区内在住の第1子の保護者(初めて参加する方を優先) 各15人(申込順) 6月17日(火)から電子申請 保健サービスセンター本郷支所 ☎03-3821-5106 申込はこちら▶

パパママタイム

7月26日(土)午前10時15分~11時30分(15分前から受付) 子育てひろば千石 区内在住の生後5か月以下の第1子と保護者 10組(申込順) 6月15日(日)から電子申請 保健サービスセンター ☎03-5803-1807 詳細はこちら▶

健康



肝炎ウイルス(B型・C型)検査

6月16日(月)~8年1月31日(土) 区内指定医療機関 7年度中に次のいずれかに該当する区内在住者 ①40歳になる ②41歳以上で過去に肝炎検査を受けたことがない ③今年度の健康診査の結果、医師が必要と認めた 直接区内指定医療機関へ 健康推進課 ☎03-5803-1229 ※受診の際は保険証を持参 ※特定健康診査等の受診者は、健康診査と同時に受診可(要申込) ※「指定医療機関一覧表」は区で掲載

ペルヴィス®ワーク(全4回)

7月5日~26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着ける 区内在住・在勤・在学者 12人(抽選) ¥2,800円(初日納入) 電話はがき(1人1枚)に 記入例 ①~④と⑦生年月日・性別(在勤者は勤務先名・所在地、在学者は学校名も)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 6月20日(金)必着

歯みがき教室

むし歯予防や事故予防・お口の発達の話・仕上げ磨きの話 区内在住で歯が生え始めた1歳6か月未満の子どもと保護者 各10組(申込順) 電話申請 ▶ 申込期間 6月15日(日)~各開催日前日の午後5時

日時	7/10(水)	24(水)
	14:00~14:45	10:00~10:45
会場	保健サービスセンター本郷支所	保健サービスセンター

※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 保健サービスセンター ☎03-5803-1805 詳細はこちら▶

専門医による骨粗しょう症健診

7月17日(木)午後1時~4時(午後2時まで受付) 保健サービスセンター 身体測定、骨密度の測定、医師の結果説明、保健指導、栄養指導 20・25・30・35・40・45・50・55・60・65・70歳(4月2日~8年4月1日に誕生日を迎える方)の区内在住の女性(現在骨粗しょう症で治療中の方を除く) 30人(申込順) ¥700円 6月19日(木)から電話で保健サービスセンター健康相談係 ☎03-5803-1805へ

介護者教室・認知症家族交流会 合同開催「聴こえについて学ぼう」

7月19日(土)第1部=午後2時~3時、第2部=午後3時10分~4時30分 シルバーセンター ①難聴の特徴と認知機能への影響 ②認知症の介護をしている家族の交流と情報交換 渡部宗氏(認定補聴器技能者) 区内在住・在勤・在学者 30人(申込順) 電話で高齢者あんしん相談センター 富坂 ☎03-3942-8128へ

認知症サポーター*養成講座

7月5日(土)午後2時~3時30分 千駄木の郷 高齢者あんしん相談センター 駒込 職員 区内在住・在勤・在学者 30人(申込順) ¥105円(テキスト代) 電子申請・電話又は 記入例 ①~⑥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

*認知症サポーター:認知症を正しく理解し、地域で認知症の方や家族を温かく見守る応援者

文京健康アプリ「ふーミー」を使ったカラダ改善プログラム

身体セルフチェック、運動の講義・実技 渡辺慎也氏(スポーツトレーナー) 次 の全てに該当する18~65歳未満の区内在住者 ①全回参加できる ②スマートフォンアプリ使用ができる 電子申請 ▶ 申込期間 6月16日(月)~7月6日(日) 詳細はこちら▶

日時(全て水曜・全3回)	7/16: 10:00~12:00 14:00~16:00	8/20: 14:00~14:30 オンライン開催	9/17: 10:00~12:00 14:00~16:00
会場	保健サービスセンター		
定員	午前、午後各30人(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	

ぜん息児水泳教室(後期)

9月3日~10月22日の水曜(全8回) 午後3時15分~5時15分(入水時間はおおむね午後4時~5時まで) スポーツセンター 基礎体力や心肺機能を高め、ぜん息の発作を軽減する 区内在住の4歳~小学3年生(4月2日現在)でぜん息等をもつ児童(保護者同伴) 25人[抽選(優先事項あり)] 電子申請・はがき又は申込書を郵送で 記入例 ①~④と⑦生年月日・学年・保護者名・かかりつけ医療機関名・疾病名・過去参加回数を明記し、〒112-8555 文京区予防対策課 ☎03-5803-1225 ☎03-5803-1355へ ▶ 申込書配布 予防対策課 ほか(区にも掲載) ▶ 申込期間 6月16日(月)~7月8日(火)必着 ※申込受付後、主治医意見書(費用区負担)等の提出の依頼あり 申込はこちら▶

健康診査

病気などの早期発見、生活習慣病の予防・解消のためにも計画的に受診しましょう。 区内指定医療機関 受診券到着後、電話で指定医療機関へ 詳細はこちら▶

健診名	対象	実施期間	受診券※2
特定健康診査・特定保健指導	区国民健康保険加入者(40~74歳)※1	6/16(月)~8年1/31(土)	対象者へ6月上旬に受診券送付
後期高齢者医療健康診査	後期高齢者医療制度に加入の区内在住者		
健康増進法による健康診査	7年度中に次のいずれかに該当する40歳以上の区内在住者 ①75歳になる ②健康保険の切替等により加入保険者(事業者)が実施する特定健康診査(職場健診等)を受診できない ③生活保護受給中	※区国民健康保険加入者の特定保健指導は別途実施	①6月上旬に受診券送付 ②電子申請又は電話で健康推進課へ ③担当ケースワーカーへ申請

※1 被用者保険[健康保険組合、共済組合、全国健康保険協会(協会けんぽ)等]、国民健康保険組合(食品・医師等)に加入の方は、各保険証の発行元で特定健康診査を実施。ただし、区内の指定医療機関で6/16(月)~8年3/31(火)に特定健康診査を受診する場合、医師の判断により区の独自項目が(胸部X線、血尿酸等)無料で追加される場合あり
※2 健康保険の切替を4月2日以降にした方は別途申請が必要

高齢者マッサージサービス

60歳以上の区内在住者 各60人(申込順) ¥500円

日時	7/2(水)	7/16(水)
	10:00~15:30	
会場	福祉センター湯島	千駄木交流館
申込問合せ	6/20(金)9:00から電子申請又は電話で福祉センター湯島 ☎03-3814-9245へ	6/20(金)8:30から電子申請又は電話で高齢福祉課社会参画支援係 ☎03-5803-1203へ

※1回の電子申請・電話で1人まで申込可
※1人1回(40分程度)の利用に限る。施術師の指名は不可
※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

フレイル*チェック(7~9月)

筋肉量の測定や質問票などでフレイルの兆候をチェック 区内在住者 各16人(抽選) 電子申請・電話・はがき又は 記入例 ①~④と⑦生年月日・希望日(第2希望まで記入可)を明記し、〒112-8555 文京区高齢福祉課社会参画支援係 ☎03-5803-1203 ☎03-5803-1350へ 6月23日(月)必着

日時	会場
7/15(火) 14:00~15:30	シビックセンター内会議室
26(土) 10:00~11:30	
8/ 5(火) 14:00~15:30	駒込地域活動センター
9/18(水) 10:00~11:30	

*フレイル:健康と要介護の状態の間にあたる段階で、年齢とともに心身の活力が低下した状態
※各日同内容
※5人以上のグループには出張でフレイルチェックを実施可(内容・日程等は相談) 申込はこちら▶

お楽しみ講座 「童謡となつかしい歌の会」

7月18日(金)午前10時~11時30分 60歳以上の区内在住者 25人(抽選) 電子申請又は電話で福祉センター湯島 ☎03-3814-9245へ 7月2日(水) 申込はこちら▶