



文京区
シンボルマーク

文の京
(ふみのみやこ)

区報 ふみぎよ

令和3年
(2021)

10/10

毎月10・25日発行
発行/文京区 編集/企画政策部広報課
〒112-8555 文京区春日1-16-21
代表 ☎ (3812) 7111
https://www.city.bunkyo.lg.jp/

▲区制70周年を契機に
制定した区のシンボ
ルマークです。

No.1773

■主な内容

新しい暮らしの中に、図書館 / を

～電子書籍・オーディオブックのタイトルを追加しました～ 2面

新型コロナウイルスワクチン接種について… 3面

B-ぐる(千駄木・駒込ルート)のバス停新設及びダイヤ改正… 3面

スポーツ施設等の無料開放…………… 5面

令和
4年度

幼稚園入園見募集

幼稚園は、遊びを中心とした生活を通して、幼児の興味・関心や好奇心を養い、自分から何でもやってみようとする意欲を育てるところです。また、集団での遊びや活動など、様々な体験をしながら社会性や創造性、思考力や表現力を身に付け、豊かな心をはぐくみます。なお、幼稚園では就労している保護者を支援するため、預かり保育を実施しています。

応募資格

区内在住の3・4・5歳児(私立は区内在住要件なし)

3歳児 = 2018年4月2日～2019年4月1日生まれ

4歳児 = 2017年4月2日～2018年4月1日生まれ

5歳児 = 2016年4月2日～2017年4月1日生まれ

募集人員

下表参照

私立幼稚園

園幼児保育課 施設給付・私立幼稚園担当 ☎(5803)1823



▲区印

願書配布 10月15日(金)から各園

申込 11月1日(月)から入園希望の園へ持参

※詳細は希望する園へ

長時間預かり保育

次の幼稚園では、長時間保育を実施しています(長期休業中も実施)。

- 中央会堂幼稚園・・・午前7時30分～午後6時30分
- 同仁美登里幼稚園・・・午前8時～午後7時
- 福寿幼稚園・・・午前8時～午後6時
- 大和郷幼稚園・・・午前8時～午後6時

※教育課程の時間を含む

※受入人数は各園で異なるため、直接希望の園へ

保育料などの補助

私立幼稚園児の保護者(区内在住)の方は、次のような補助を受けることができます。

※新制度移行園(弓町本郷幼稚園、4年度から聖園幼稚園も移行予定)は入園補助金及び預かり保育料補助金が対象

- 入園補助金 30,000円
- 保護者負担軽減補助金 世帯の所得と世帯から就園している園児数に応じ、年額21,600円～164,400円
- 施設等利用費補助金 世帯から就園している園児数に応じ、年額308,400円
- 預かり保育料補助金 「保育の必要性」の認定がある園児の預かり保育の費用に応じ、日額450円まで補助(月額上限有)

幼稚園名	所在地	電話番号	募集人員		
			3歳児	4歳児	5歳児
愛星幼稚園	白山2-37-3	(3813)8617	30	5	若干名
音羽幼稚園	大塚5-40-1	(3941)0649	50	若干名	若干名
京北幼稚園	本駒込2-13-5	(3941)7090	35	若干名	0
彰栄幼稚園	白山4-14-15	(3941)1239	35	10	0
聖園幼稚園	関口3-16-15	(3941)8580	30	10	若干名
共立大日坂幼稚園	小日向2-17-7	(3941)5570	35	10	0
中央会堂幼稚園	本郷3-37-9	(3812)0273	15	若干名	若干名
貞静幼稚園	大塚1-2-10	(3943)3711	40	0	0
同仁美登里幼稚園	目白台3-10-9	(3941)6630	65	0	0
日本女子大学附属豊明幼稚園	目白台1-18-14	(5981)3852	募集時期が異なります		
福寿幼稚園	小石川3-2-23	(3811)3978	35	0	0
文京学院大学文京幼稚園	向丘2-4-1	(3813)3771	60	0	0
明照幼稚園	小石川4-12-8	(3811)1306	50	6	2
大和郷幼稚園	本駒込6-9-7	(3941)3620	100	若干名	0
弓町本郷幼稚園	本郷2-35-14	(3811)3075	15	若干名	若干名

※満3歳児クラス(平成31年4/2以降に生まれ、入園日現在、満3歳に達する幼児)は、中央会堂幼稚園で5人、明照幼稚園で12人、弓町本郷幼稚園で5人募集
※預かり保育は、一部の園を除き実施。○印は長時間預かり保育実施園

区立幼稚園・認定こども園(幼稚園部分)

園〒112-8555文京区幼児保育課入園相談係 ☎(5803)1190



▲区印

募集要項 10月18日(月)から区印参照

※幼児保育課窓口・各幼稚園でも募集要項・パンフレットを配布[月～金曜(祝日を除く)午前9時～午後4時]

申込 原則、電子申請(郵送も可)

申込期間 11月2日(火)～5日(金)

※電子申請は5日(金)午後7時受信有効

※郵送は幼児保育課入園相談係あてに5日(金)必着

※電子申請又は郵送ができない場合は幼児保育課へ持参

入園予定者の決定(応募多数の場合は抽選)

3・4・5歳児 = 11月11日(木)シビックセンター21階会議室で抽選(会場及び時間は変更する場合あり、詳細は区印を参照)

※心身の発達に心配などがある子どもの入園を希望する場合も申込可能

※申込は1人1園に限る

区立幼稚園の
申込は
電子申請で!

幼稚園名	所在地	電話番号	募集人員		
			3歳児	4歳児	5歳児
第一幼稚園	西片2-17-6	(3811)0072	20	31	17
※柳町こどもの森 柳町幼稚園	小石川1-23-6	(3811)0978	—	52	37
※明化幼稚園	千石1-13-9	(3946)1706	20	34	28
青柳幼稚園	大塚5-40-18	(3947)4989	—	26	17
根津幼稚園	根津1-14-2根津小学校内	(3828)8703	20	6	7
小日向台町幼稚園	小日向2-2-2	(3947)0581	20	31	14
本駒込幼稚園	本駒込4-35-15	(3828)3200	20	5	9
千駄木幼稚園	千駄木5-43-3	(3823)4605	40	16	9
※後楽幼稚園	後楽1-7-7	(3811)5041	—	26	9
※湯島幼稚園	本郷3-10-18湯島総合センター内	(3814)9243	20	8	5
※お茶の水女子大学こども園(幼稚園部分)	大塚2-1-1	(5978)5127	11	0	0

※募集人員は今後増減する場合あり。詳細は、10/18(月)から区印で公開する「令和4年度文京区立幼稚園入園児(3歳児、4歳児、5歳児)募集要項」を参照

※区立幼稚園とお茶の水女子大学こども園(幼稚園部分)の併願は不可

※柳町こどもの森では、幼保一元化施設として「基本保育」及び「長時間保育」を実施

(長時間保育の募集は、区報11/10号を参照)

※柳町幼稚園・明化幼稚園・後楽幼稚園・湯島幼稚園については、改築に伴う新施設開設時(7年度以降を予定)に認定こども園となる予定。なお、認定こども園に移行後も区立幼稚園として存続
※お茶の水女子大学こども園(幼稚園部分)の詳細は「令和4年度お茶の水女子大学こども園入園児募集要項」を参照

☆区報は、町会・自治会などを通して配付しています。
そのほか区内の駅・区の施設・郵便局などに置いてあります。

本号は、9月30日時点の情報
で作成しています



▲区印

新しい暮らしの中に、図書館を

～電子書籍・オーディオブックのタイトルを追加しました～

今年(2021年)から、電子書籍やオーディオブックサービスの提供を始めました。

現在、歴史小説や英語の語学学習教材、絵本など、電子書籍は約3,000点、オーディオブックは約4,000点取り揃えています。

来館することなく利用できる新しい生活様式の中で電子図書館をぜひご活用ください。

図書館



真砂中央図書館サービス事業係 ☎(3815)6801

電子書籍

電子書籍
3点まで

2週間

(延長2週間)

一部の資料は、画面上での文字の拡大、縮小、読み上げ機能があります。



▲電子書籍

利用方法

- ①電子書籍サービスのページにログイン
- ②借りたい資料を検索
- ③「借りる」ボタンを押す



オーディオブック*

オーディオブック(耳で読む本)
貸出点数制限・返却期限等なし

本を開く時間がとれない方も、通勤や家事の合間に、“ながら聴き”で気軽に読書を楽しんでみませんか。

*オーディオブック：プロのナレーターや声優が書籍を朗読する「耳で読む本」

利用方法

- ①図書館ホームページにログイン
 - ②資料検索等からコンテンツを探す
 - ③自宅のパソコンやスマートフォンで再生
- ※イヤホン等の利用推奨



電子書籍・オーディオブックの利用には、図書館の区民登録が必要です

○図書館カードをお持ちの方

利用者ID・パスワードは図書館利用カードと共通のため、来館せずすぐに利用可能

○図書館カードをお持ちではない方

区内の図書館・図書室にて利用者登録が必要
区内在住・在勤・在学を確認できる証明書類(保険証・運転免許証・学生証等)を持参のこと

図書館ファンウィーク開催

申込はこちら▼



日時 11月3日(祝・水)～21日(日)

会場 真砂中央図書館

費用 無料

申込 10月18日(月)午前9時から

電話又は直接真砂中央図書館 ☎(3815)6801へ
(区立図書館 <https://www.lib.city.bunkyo.tokyo.jp>からも申込可)

※「図書館×b-lab企画」は、b-lab <https://b-lab.tokyo/event/26023>から申込

みなさんのとっておきの1冊を
紹介してください!



真砂中央図書館
イメージキャラクター
「まさごろう」

来館者に
オリジナル
カレンダー
プレゼント!

図書館員おすすめの5冊
を読んだ方に、オリジナル
キーホルダープレゼント!

応募者には
オリジナルブックカバー
プレゼント!



▲昨年開催の様子



日時	内容・対象・定員等
11/3(祝・水) 13:00～17:00	図書館×b-lab企画 「文京ワカモノ未来PROJECT～プロ作家さんが伝授する『調べる×書く』コツを教わろう!～」 対中・高校生定員10人(申込順)
11/6(土) 14:00～16:00	映画会 「アイネクライネ ナハトムジーク」(2019年 日本 119分) ▷監督 今泉力哉▷主演 三浦春馬、多部未華子 対中学生以上定員25人(申込順)
11/7(日) ①13:30～14:10 ②15:30～16:10	子ども映画会 「くまのがっこう～パティシエ・ジャッキーとおひさまのスイーツ～」(アニメーション33分) 対4歳～小学生定員各20人(申込順)
11/13(土) 10:00～11:30	大人のためのStorytime～秋～(大人向けおはなし会) ▷出演 おはなしユニット「たちまちいまち」 対中学生以上定員25人(申込順)
11/14(日) 14:00～16:00	バリアフリー映画会(音声ガイド・日本語字幕・手話通訳付) 「最強のふたり」(2011年 フランス 113分) ▷監督 エリック・トレダノ、オリビエ・ナカシュ ▷主演 フランソワ・クリュゼ、オマール・シー 対障害のある方とその関係者定員25人(申込順)
11/20(土) 14:00～16:00	映画会 「ジュディ 虹の彼方に」(2019年 イギリス 118分 字幕版) ▷監督 ルパート・グールド▷主演 レネー・ゼルウィガー 対中学生以上定員25人(申込順)
会期中 10:00～17:00	子ども読書スタンプラリー ～本を読んでスタンプを集めよう～ 対「アニメ・えいがになったほん」定員4歳～小学生
会期中	利用者おすすめ資料の紹介 対「利用者おすすめ資料」を募集して紹介定員どなたでも

☆「油・断・快適!下水道」キャンペーン～下水道に油を流さないで!～
下水道に油を流すと下水道管内で冷えて固まり、つまりや臭気の原因になります。また、大雨が降ったとき、固まった油は、はがれてオイルボールとなり川や海に流出してしまうことがあります。下水道管のつまりを防ぐため、川や海の良い水環境を保つためにも、皆様のご協力をお願いします。
☎都・下水道局北部下水道事務所お客さまサービス課 ☎(5820)4347



新型コロナウイルスワクチン接種について



詳細はこちら▶

これから接種を受ける方へ

11月接種の予約スケジュール

11月分の集団接種は、文京シビックセンター25階にて行います。接種希望で未接種の方や、新たに12歳を迎える方は、この機会に予約をお願いします。

予約開始日 **10月20日(水)**

1回目接種日 11月分(11月12日(金)・13日(土)・19日(金)・20日(土))

集団接種会場 文京シビックセンター 25階(春日1-16-21)

※予約枠数は、区ホームページでご確認ください。
※2回目接種日は1回目接種の3週間後に同一会場・時刻に割り当てられます。
※12～15歳の方のワクチン接種は、保護者の同伴が必要です。
新たに12歳を迎える方には、誕生日の前月に接種券を郵送します。

予約方法(予約サイト又はコールセンター)



予約サイト(24時間受付)

予約開始日は午前8時から

区ホームページからアクセス▶



コールセンター(毎日午前9時～午後8時)

☎03(6747)4593

文京区の接種率(接種者数+予約者数/接種対象者数)

1回目 **81.5%** 2回目 **73.9%**

※接種者数は、国のワクチン接種記録システム(VRS)から取得した速報値(9月30日時点)



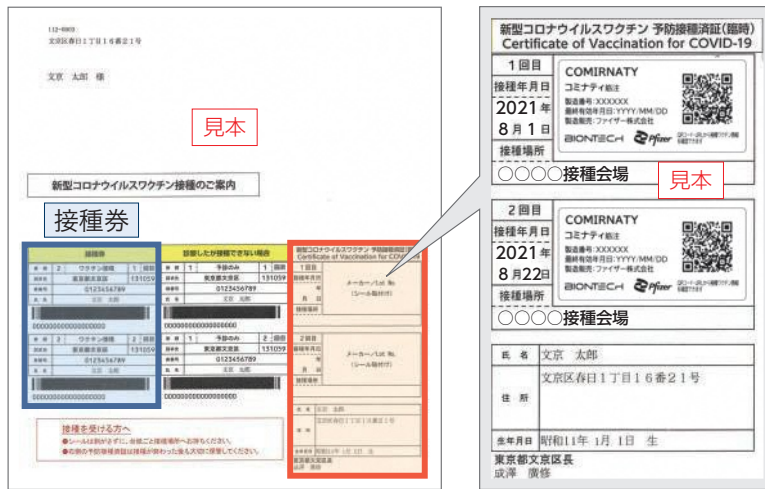
接種済みの方へ

「予防接種済証」について 「ワクチンパスポート」とは異なります

ワクチンを接種したことを証明する「予防接種済証」は、接種券の右側に付いているシール型の様式です。接種の際に接種日等の記載が行われ、「予防接種済証」として利用できるようになります。「予防接種済証」を接種済の証明として利用するときのために、接種後も大切に保管をお願いします。

※「予防接種済証」を紛失された場合は、再発行申請できます。(詳細は、区ホームページを参照)
※医療従事者の先行接種や職域接種などで、「接種記録書」を受け取っている場合は、「接種記録書」で接種済の証明ができます。
※「予防接種証明書(ワクチンパスポート)」は、海外への渡航予定がある方の接種証明であり、「予防接種済証」とは異なりますのでご注意ください。

予防接種済証



☎新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター☎03(6747)4593

認知症の方への支援

うちに帰ろう模擬訓練～認知症の本人を地域で見守ろう～

認知症のご本人が住み慣れた地域で暮らし続けるために、地域ではどのように対応するのが望ましいのか、考え、体験するプログラムです。

☎11月13日(土)午前9時30分～正午 ☎福祉センター江戸川橋とその周辺地域 ☎認知症についての基礎知識や対応方法の講義及び認知症の症状による行方不明事案の発生から捜索・声かけ、保護までの一連の流れを地域で体験 ☎鷹部屋宏平氏(東京都認知症介護指導者) ☎区内在住・在勤・在学者 ☎15人程度(申込順) ☎無料 ☎☎10月15日(金)から電話又は ☎☎に氏名・住所・電話番号・生年月日を明記し、高齢福祉課認知症施策担当 ☎(5803)1821 ☎(5803)1350へ(右記申込フォームからも申込可)

※歩きやすい服装で、飲み物、筆記用具を持参

▷協力 小日向台町町会



▲申込フォーム

認知症のリハビリ～作業療法士さんに聞いてみよう～(オンライン開催)

☎11月12日(金)午後5時～6時30分 ☎作業療法とは？認知症のリハビリってどんなもの？など ☎大橋幸子氏(文京学院大学保健医療技術部作業療法学科教授) ☎どなたでも ☎無料 ☎☎電話又は ☎☎に氏名・電話番号・メールアドレスを明記し、社会福祉協議会地域福祉推進係 ☎(5800)2942 ☎cielblue.bunkyo@gmail.comへ ☎11月10日(水)午後5時

第20回文京エコ・リサイクルフェア

～未来につなげようエコの環～10月は3R推進月間です

アンケートにお答えいただいた方へ
エコグッズをプレゼント！(なくなり次第終了)

☎11月5日(金)・6日(土)午前10時～午後2時 ☎ギャラリーシビックほか ☎家庭でできるごみ減量の工夫、環境・3R*に関するパネル展示・解説 ☎リサイクル清掃課(文京エコ・リサイクルフェア実行委員会) ☎(5803)1135

6日(土)のみ実施

①フードドライブ(未利用食品の回収)②各種資源回収(ペットボトルキャップ・古本・食用廃油・未使用の陶磁器製食器類・使用済み小型家電9種・水銀使用計器類・小型の金属類)③陶磁器製食器類の無料頒布(未利用食品や各種資源をお持ちいただいた方が対象、1人3点まで) ※マイバッグ持参

*3R…廃棄物の削減にむけた行動、「リデュース(ごみの発生抑制)」「リユース(再使用)」「リサイクル(再生利用)」の総称

B-ぐる(千駄木・駒込ルート)のバス停新設及びダイヤ改正

日本医科大学付属病院への乗り入れに伴い、病院敷地内にバス停を新設するとともに、一部バス停においてダイヤを改正します。また、「7三田線春日駅」が「7文京小石川クリニック(三田線春日駅)」、「15日本医大前」が「15向丘二丁目」に変更となります。
▷変更日 11月1日(月)

変更前ダイヤ

停留所	所要時間	各時間(分)	始発	最終
6 ラクーア		11:31 51	7:11	19:51
7 三田線春日駅	2	13:33 53	7:13	19:53
8 文化シャッター前	3	14:34 54	7:14	19:54
9 クイーンズ伊勢丹小石川駅前	4	15:35 55	7:15	19:55
10 指ヶ谷小学校	5	16:36 56	7:16	19:56
11 白山下	9	0 20:40	7:20	20:00
12 白山駅	10	1 21:41	7:21	20:01
13 白山上	12	3 23:43	7:23	20:03
14 向丘一丁目	14	5 25:45	7:25	20:05
15 日本医大前	17	8 28:48	7:28	20:08
16 千駄木二丁目	19	10:30 50	7:30	20:10
17 千駄木駅(団子坂下)	20	11:31 51	7:31	20:11
18 特養ホーム千駄木の郷	23	14:34 54	7:34	20:14
19 千駄木小学校	24	15:35 55	7:35	20:15
20 駒込病院	26	17:37 57	7:37	20:17
21 本駒込三丁目	27	18:38 58	7:38	20:18
22 富士神社前	28	19:39 59	7:39	20:19
23 昭和小学校(上富士前)	29	0 20:40	7:40	20:20
24 六義園入口	31	2 22:42	7:42	20:22
25 南北線駒込駅	32	3 23:43	7:43	20:23
26 六義園運動場入口	33	4 24:44	7:44	20:24
27 本駒込六丁目	35	6 26:46	7:46	20:26
28 千石駅	38	9 29:49	7:49	20:29
29 特養ホーム白山の郷	39	10:30 50	7:50	20:30
30 東洋大学前	40	11:31 51	7:51	20:31
31 白山五丁目	41	12:32 52	7:52	20:32
11 白山下	45	16:36 56	7:36	20:16
32 指ヶ谷小学校	48	19:39 59	7:39	20:19
33 白山一丁目	49	0 20:40	7:40	20:20
34 文化シャッター前	50	1 21:41	7:41	20:21
35 三田線春日駅	53	4 24:44	7:44	20:24
1 文京シビックセンター(春日駅前)	59	10:30 50	7:00	20:30
2 小石川後楽園入口	61	12:32 52	7:02	20:32
3 後楽一丁目	63	14:34 54	7:04	20:34
4 東京ドームホテル	65	16:36 56	7:06	20:36
5 ミーツポート	68	19:39 59	7:09	20:39
6 ラクーア		1周70分		

変更後ダイヤ

停留所	所要時間	各時間(分)	始発	最終
6 ラクーア		11:31 51	7:11	19:51
7 文京小石川クリニック(三田線春日駅)	2	13:33 53	7:13	19:53
8 文化シャッター前	3	14:34 54	7:14	19:54
9 クイーンズ伊勢丹小石川駅前	4	15:35 55	7:15	19:55
10 指ヶ谷小学校	5	16:36 56	7:16	19:56
11 白山下	9	0 20:40	7:20	20:00
12 白山駅	10	1 21:41	7:21	20:01
13 白山上	12	3 23:43	7:23	20:03
14 向丘一丁目	14	5 25:45	7:25	20:05
15 向丘二丁目	16	7 27:47	7:27	20:07
16 日本医大病院	17	8 28:48	7:28	20:08
17 千駄木二丁目	20	11:31 51	7:31	20:11
18 千駄木駅(団子坂下)	21	12:32 52	7:32	20:12
19 特養ホーム千駄木の郷	24	15:35 55	7:35	20:15
20 千駄木小学校	25	16:36 56	7:36	20:16
21 駒込病院	27	18:38 58	7:38	20:18
22 本駒込三丁目	28	19:39 59	7:39	20:19
23 富士神社前	29	0 20:40	7:40	20:20
24 昭和小学校(上富士前)	30	1 21:41	7:41	20:21
25 六義園入口	32	3 23:43	7:43	20:23
26 南北線駒込駅	33	4 24:44	7:44	20:24
27 六義園運動場入口	34	5 25:45	7:45	20:25
28 本駒込六丁目	36	7 27:47	7:47	20:27
29 千石駅	39	10:30 50	7:50	20:30
30 特養ホーム白山の郷	40	11:31 51	7:51	20:31
31 東洋大学前	41	12:32 52	7:52	20:32
32 白山五丁目	42	13:33 53	7:53	20:33
11 白山下	45	16:36 56	7:36	20:16
33 指ヶ谷小学校	48	19:39 59	7:39	20:19
34 白山一丁目	49	0 20:40	7:40	20:20
35 文化シャッター前	50	1 21:41	7:41	20:21
36 三田線春日駅	53	4 24:44	7:44	20:24
1 文京シビックセンター(春日駅前)	59	10:30 50	7:00	20:30
2 小石川後楽園入口	61	12:32 52	7:02	20:32
3 後楽一丁目	63	14:34 54	7:04	20:34
4 東京ドームホテル	65	16:36 56	7:06	20:36
5 ミーツポート	68	19:39 59	7:09	20:39
6 ラクーア		1周70分		

B-ぐる運行情報

スマートフォンやパソコンからB-ぐるの現在位置が確認できる運行サイト
バスロケーションシステム ☎http://bunkyo.bus-go.com/ をご利用ください。
☎日立自動車交通 ☎(5682)1122、区民課 ☎(5803)1387



健康 医療 介護

いい歯の日講演会(オンライン開催)

～新型コロナウイルス感染症等と口腔の健康～

10月29日(金)午後7時～8時30分 有川量崇氏(日本大学松戸歯学部衛生学教授) 区内在住・在勤者 30人(抽選) ¥無料 申込期間 10月20日(水) 保健サービスセンター本郷支所 ☎(3821) 5106



※Zoom(オンライン会議ツール)の接続環境が必要 ▲電子申請

文の京介護予防体操地域会場

11月分(1か月単位、事前申込制)

高齢者の転倒予防や筋力向上のための手軽な体操 医師から運動制限を受けておらず、一人で会場に来られる65歳以上の区内在住者 ¥無料 申込開始日 午前8時30分から 必ず本人が電話で高齢福祉課介護予防係 ☎(5803) 1209へ

申込開始日	会場	日時	定員(申込順)
10/15(金)	汐見地域活動センター	11/1日: ① 9:00~9:45 ② 10:00~10:45 8日: ③ 11:00~11:45	各4人
	大原地域活動センター	15日: ① 9:20~10:05 ② 10:20~11:05 22日: ③ 11:20~12:05	各16人
10/18(月)	アカデミー音羽	11/2日: ① 9:20~10:05 ② 10:20~11:05 9日: ③ 11:20~12:05	各12人
	不忍通りふれあい館	16日: ① 14:00~14:45 ② 15:00~15:45 30日: ③ 11:20~12:05	各16人
10/19(火)	福祉センター江戸川橋	11/1日: ① 9:00~9:45 ② 10:00~10:45 8日: ③ 11:00~11:45	各12人
	音羽地域活動センター	22日: ① 10:00~10:45 29日: ② 11:00~11:45	各7人
10/20(水)	千駄木高齢者在宅サービスセンター	11/1日: ① 10:00~10:45 8日: ② 11:00~11:45 15日: ③ 11:20~12:05	各7人
	シルバーセンター	11/4日: ① 9:00~9:45 ② 10:00~10:45 11日: ③ 11:00~11:45 18日: ④ 11:20~12:05	各16人
10/21(木)	アカデミー茗台	① 9:20~10:05 11/5日: ② 10:20~11:05 ③ 11:20~12:05	各16人
	駒込地域活動センター	19日: ① 9:20~10:05 26日: ② 10:20~11:05 ③ 11:20~12:05	各12人
10/22(金)	福祉センター湯島 ※上履きを持参	11/4日: ① 10:00~10:45 ② 11:00~11:45 11日: ③ 11:20~12:05	各7人
	礒川地域活動センター	18日: ① 13:00~13:45 25日: ② 14:00~14:45 ③ 15:00~15:45	各10人
10/25(月)	向丘地域活動センター	11/18日: ① 13:15~14:00 ② 14:15~15:00 25日: ③ 15:15~16:00	各6人
	動坂会館	① 9:20~10:05 ② 10:20~11:05 11/10日: ③ 11:20~12:05	各5人
	湯島地域活動センター	17日: ① 13:15~14:00 24日: ② 14:15~15:00 ③ 15:15~16:00	各6人

※1人1会場の利用に限る

精神保健相談

精神的な悩みで困っている方に

精神科医による個別相談(予約制)です。家族からの相談も可能です。会日 保健サービスセンター=11月5日(金)・17日(水)、本郷支所=11月12日(金)・29日(月) 区内在住者 ¥無料 申込期間 電話で保健サービスセンター ☎(5803) 1807、保健サービスセンター本郷支所 ☎(3821) 5106へ

元気でいきいき教室

「かをりを楽しむお香」
11月15日~12月13日の月曜(全5回) 午前10時~11時30分 福祉センター湯島 ☎65歳以上の区内在住者 定14人(抽選) ¥各1,000円 申込期間 電話で福祉センター湯島 ☎(3814) 9245へ 10月18日(月)

子育て世帯応援事業

コロナ禍で子どもを産み育て続ける家庭への支援として、10万円相当(送料含む)の育児用品や子育て支援サービス等を提供します。
2年4月28日~12月31日 生まれで3年9月1日まで引続き区内に住民票がある世帯 健康推進課健康増進係 ☎(5803) 1961
※申込不要、対象者へは10月下旬(予定)に簡易書留で郵送

介護者教室

~役に立つ防災とお片付け講座~
11月28日(日)午後2時~4時 福祉センター江戸川橋 赤プル(防災士) 区内在住・在勤・在学者 定35人(申込順) ¥無料 申込期間 電話で高齢者あんしん相談センター大塚 ☎(3941) 9678へ

高齢者にマッサージのサービス

60歳以上の区内在住者 定各20人程度(申込順) ¥500円

日時	会場	申込問合せ	申込期間
11/10(水)・17(水) 10:00~13:10	福祉センター 江戸川橋 / 福祉センター 湯島	電話で福祉センター 江戸川橋 ☎(5940) 2901へ / 電話で福祉センター 湯島 ☎(3814) 9245へ	10/22(金) 9:00~各回前日 ※1人1回の利用に限る、ただし17(水)のみ11/12(金)から2回目の申込可(空きがある場合に限る)

※1回の電話で1人まで申込可
※マスクを着用し、ジャージ又はTシャツ等の軽装で、手ぬぐい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
※1回40分程度、施術師の指名は不可

ぶんにご駒込(オンライン同時開催)

11月13日(土)午後2時~3時30分 千駄木の郷 オンラインツール(ZOOMなど)の使い方、活用方法、意見交換 新堀季之氏(高齢者あんしん相談センター駒込センター長) 区内在住・在勤・在学者 定10人(申込順) ¥無料 申込期間 電話又は 5422 komagome-houkatsu@bz03.plala.or.jpへ(上記二次元コードからも送信可) ※詳細は上記へ

母親学級(オンライン開催)

11月19日(金)午後2時~3時35分 沐浴デモ・妊娠中の口腔ケア・妊娠中の食事の話・助産師の話・産後の話 妊娠24週以降の区内在住の初妊婦(集合型の母親学級に参加している方は不可) 定15人(抽選) ¥無料 申込期間 10月20日(水)~30日(土) 保健サービスセンター本郷支所 ☎(3821) 5106 ※Zoom(オンライン会議ツール)の接続環境が必要

8・9月利用分ベビーシッター利用料 助成金交付申請の受付を開始しました

満2~6歳になる年度の末日までの児童がベビーシッターの派遣による保育サービスを受けた際の保育料の一部を助成します(書類審査後指定された口座に振込)。受付締切日を過ぎた場合の助成金は原則お支払いできません。



保育サービス(8・9月分)を利用した領収書等の必要書類を〒112-8555 文京区子育て支援課子育て支援推進担当へ郵送又は持参 10月29日(金)必着 子育て支援事業コールセンター ☎(5803) 1288
※詳細は上記又は区 参照

健康フェスティバル

歯科検診・お口の中のなんでも相談会 文京区歯科医師会 ☎(3812) 9627
薬に関する街頭相談・血管年齢・骨密度測定 文京区薬剤師会 ☎(3943) 4686

共通事項

10月17日(日)午前11時~午後3時 本郷台中学校 ☎どなたでも ¥無料 当日直接会場へ

ステップ・アップ離乳食講習会

11月11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 講義とデモンストレーション「7~8か月児の離乳食づくりのポイント」 3年3~4月生まれで区内在住の子をもつ保護者(初めて参加する方を優先) 定各12人(申込順) ¥無料 10月19日(火)から電話で保健サービスセンター ☎(5803) 1805へ
※筆記用具を持参

はじめての離乳食講習会

11月18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 講義とデモンストレーション「5~6か月児の離乳食づくりのポイント」 3年5~6月生まれで区内在住の第1子の保護者(初めて参加する方を優先) 定各12人(申込順) ¥無料 10月22日(金)から電話で保健サービスセンター ☎(5803) 1805へ
※筆記用具を持参

専門医による骨粗しょう症健診

11月18日(木)午後1時~4時(受付は2時30分まで) 保健サービスセンター 身体測定・骨密度測定・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~4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) 定28人(申込順) ¥700円 10月21日(木)から電話で保健サービスセンター健康相談係 ☎(5803) 1805へ

交流館の体操教室

会場・問合せ	曜日	時間	定員(申込順)
白山交流館 ☎(3813)8500	月	10:30~11:30	18人
	火	① 13:30~14:30 ② 15:00~16:00	各18人
千駄木交流館 ☎(3821)6695	水	① 9:30~10:30 ② 11:00~12:00	各9人
	木	10:00~11:00	9人

ズンバ体操

11月20日(土)午前10時~11時 千駄木交流館 ☎(3821) 6695 定9人(申込順)

共通事項

18歳以上で医師に運動を止められていない区内在住・在勤・在学者 ¥200円(当日納入) 10月25日(月)午前10時から電話又は直接各交流館へ ※申込開始日に定員を超えた場合は抽選 ※1人1枠の利用に限る

母親学級(2日制)

区内在住ではじめて赤ちゃんが生まれる24週以降の妊婦 出産・育児の話、歯科・栄養の話 ¥無料 保健サービスセンター

日時(10分前から受付)	定員	申込問合せ
11/5(金) ① 13:25~14:30 ② 15:20~16:25	各15人(申込順)	10/20(水)から電話で保健サービスセンター ☎(5803) 1805へ

保健サービスセンター本郷支所

日時(10分前から受付)	定員	申込問合せ
11/9(火) ① 13:25~14:30 ② 15:20~16:25	各10人(申込順)	10/20(水)から電話で保健サービスセンター本郷支所 ☎(3821) 5106へ

※1日のみの参加も可
※母子手帳・筆記用具・飲み物(必要な方)を持参
※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 確認のこと

~秋の食中毒予防~ 生活衛生課食食品衛生担当 ☎(5803) 1228

アニサキスに注意

さば・さんまといった魚には、アニサキスという寄生虫が潜んでいる場合があります。アニサキスに寄生された魚を食べてしまうと、激しい腹痛を起こすことがあります。魚を食べる際は中心部まで十分に加熱しましょう。

生魚を食べる際の注意点

- ・内臓には多くのアニサキスが寄生しているので、早めに内臓を取り除く
- ・-20℃以下で24時間以上冷凍する
- ・調理時は、部屋を明るくして、アニサキスがいらないか確認し、確実に取り除く

毒キノコに注意

秋はキノコによる食中毒が増加する季節です。キノコに毒があるかを見分けるのは非常に難しいことです。安全に食べられると判断できないものは絶対に「採らない」「食べない」「人にあげない」にしましょう。

凡例 日 日 時 会 会 場 内 内 容 師 講 師 対 対 象 定 定 員 ¥ 費 用 申 申 込 締 締 切 問 問 合 合 せ 電 電 子 子 申 申 請