

VOICE 芝人

新橋四郵便局のとなりの昔ながらの書店、トミタBOOKSは、御成門駅や内幸町駅からも近く、仕事中や移動中に立ち寄るのに便利な場所にあります。店主の富田幸雄さんは新橋で生まれ、50年以上にわたって書店を営んできました。長年の実績から多数の出版社や問屋とネットワークがあり、本の迅速な取り寄せで定評があります。富田さんはまちづくりにも力を入れていて、新しく移り住んできた住民にとって新橋が都市での故郷となることを願い、安全なまちづくりに携わっています。

生まれ育った新橋のまちを 災害に強い街並みに

明治から昭和初期

越前丸岡藩に仕えていた富田さんの先祖が江戸末期に新橋6丁目の上屋敷で暮らしたのが富田家と新橋との縁の始まりです。富田さんの曾祖父は明治維新で武士階級が解体した後も新橋に留まることに決め、藩邸の近くの赤レンガ通り沿いに富田家の居を構えました。そうして、秩禄処分でもらった公債を元手に、明治12年(1879)に現在の地で商売を始めたのです。(※秩禄処分:政府が禄を強制的に取り上げ、退職金代わりに公債を与えたこと)。

富田さんが新橋に誕生したのは昭和14年(1939)。富田さんの記憶に残る一番古い思い出は、空襲警報で防空壕に入る際、入り口の上げ板で頭をぶつけたことだそう。新橋で生まれ、人生のほとんどを新橋で過ごした富田さんですが、このすぐ後、新橋を離れなくてはなりませんでした。



コミックスと文庫がならぶ2階

昭和19年(1944)、空襲が激しくなって、類災防止のため家が壊されることに決まり、疎開を余儀なくされたのです。富田さんが5歳のときでした。富田さんの母の長兄が住んでいた浦和に行き、そこで終戦を迎えました。終戦の次の日に米軍の艦上戦闘機が悠然と浦和の空を飛んでいるのを眺め、戦いが終わったんだとの印象を強く抱いたことが今でも心に残っているそうです。

終戦後、一家は浦和から千葉の市川に移り、市川駅前の露天で金物を売り始めます。新橋に戻ってきたのは昭和23年(1948)、富田さんが小学三年生の時でした。



トミタBOOKS

トミタBOOKS

昭和37年(1962)、富田さんが23歳のとき、お向かいの書店が廃業することになり、富田さんはその店から権利を譲りうけ、現在のビルの裏通りに本屋を開くことにしました。妹たちにも手伝ってもらい、一家で経営を切り盛りします。

開業初期の頃は近隣の会社が主要な取引先の一つだったため、会社要覧などを届けるついでに、その従業員に文学全集を販売するなどして、売り上げを伸ばしていきました。

昭和59年(1984)に現在のビルを建て、1階と2階を店のスペースにしました。新橋という土地柄、鉄道関連の本を集め、「こだわりの書店」として知られた時期もあります。

問屋と提携し、店に置いていない本を2日以内で取り寄せる仕組みを確立し、お客様のリクエストにすばやく対応できる体制を整えました。そういった努力が実り、バブル後の出版不況で近隣同業者の半数以上が廃業した中を乗り切ったのです。

現在は、文庫やコミックスの品揃えを豊富にし、雑誌のバックナンバーも含めて取り扱っている店として知られています。

書店は、長男が継いでいます。



新橋を災害に強いまちに

富田さんは、新虎通りエリアマネジメント協議会の副会長として景観を考慮した沿道のまちづくりにも携わっています。新虎通り建設の際には、前愛宕三之部連合町会長の西村春夫さんに協力して、閉鎖型トンネルを設けることなどを東京都に提案し、実現にこぎ着けました。

平成27年(2015)5月には田村新交町会長に就任し、新しく建てられたマンションに移ってくる住民たちにも町会活動への参加を促し、企業とも連携して、地域とつながるよう働きかけています。

生まれ育った新橋が、直下型大地震に強いまちになって、皆が楽しく住める、安心安全なまちにするべく力を尽くされています。



富田さんと長男の雅弘さん

取材・文：米沢 恵美

Information

トミタ BOOKS

新橋 4-30-5

TEL 03-3431-0112

営業時間：平日 9:00 ～ 19:30

土 9:00 ～ 13:00

定休日：日・祝祭日



芝地区は都会的なイメージもありますが、実は公園なども多い、緑あふれる自然豊かなまちです。

そんな芝の自然を身近に体感できる養蜂事業が、三田いきいきプラザ屋上で行われているのを存じましょうか。

今回は、平成28年(2016)4月から芝地区総合支所の養蜂事業を検討・実施していくために結成された、公募区民によるプロジェクトチーム「芝BeeBee's」をご紹介します。

現在約70名からなる芝BeeBee'sは、ミツバチの飼育を通じて、地域の人々との交流を図り、そこで採れたハチミツを通して、芝の魅力を発信しています。

メンバーは、専門家の岡田信行さんによる業務支援を受けながら、週1回の「巣箱内の確認作業」、「ハチミツ採取」、「屋上の緑の手入れ」などの活動をしています。そして、その活動のひとつとして、7月6日(土)に、三田いきいきプラザのイベント「みたまつり」にて養蜂活動案内と養蜂体験、プロジェクトの副産物として採取されたハチミツの試食会が開催されました。

みたまつりで岡田さんにお話を伺いました。「重要なのは、ハチミツを販売することが目的ではありません。養蜂を通じて人々の交流を図り、ハチミツを通して芝の魅力を発信することが目的なのです。チームメンバーとのミーティングという形でアイデアを出し合い、ミツバチの何をしたいのか、1から考えて話し合っています。ハチミツを活かして間接的に芝の魅力を伝えていこうと活動しているのです」

当日の会場では、芝BeeBee'sの皆さんが訪れ



「芝BeeBee's」の皆さん。笑顔と、手には芝BeeBee'sのマーク

た方に説明をしながらハチミツ採取の様子を披露してくれています。

ミツバチは、巣のハチミツの糖度が上がり巣が完成すると、自身の身体からミツロウを出して蓋をします。

「ハチミツ採取」とは、ミツロウの蓋をナイフで切って巣を遠心分離器にかけ、巣の中のハチミツだけを取り出すことです。この巣は、またミツバチに返します。ミツロウは、私たちの身の回りでは、ろうそくやハンドクリームなどにも使われます。

「ハチミツの採取は4月～7月にかけて、約1週間から2週間に1回行います。ミツバチの行動範囲は半径約2キロなので、芝にある公園などで咲いている身近な花や住宅街、街路樹など地域の花の蜜がハチミツになるのです。このハチミツから時間軸と、その季節を切り取ったフレーバーが楽しめます。ハチミツに携わる人や、芝の自然の背景を知るきっかけにもなっていたらうれしいです」と岡田さん。

みたまつりでは地域の方々と芝BeeBee'sのメンバーの楽しさを分かち合う笑顔であふれていました。ハチミツの味も大好評でした。

またアイデアを重ねて9月には、この芝の魅力がいったいいつまったハチミツを販売する予定(下記参照)。これまでとはひと味違った視点から芝の魅力を発信する芝BeeBee'sの活動が、これからもますます楽しみです。



新しく4個目の(上段)巣箱づくりをしています

港区芝産ハチミツ『しばみつ』限定販売会

日 時: 9/24 (火) 午前11時～午後2時
場 所: 区役所1階ロビー
販売品: しばみつ50g 500円(税込)
※予定数量500個。お一人さま2個まで。



ミツロウの蓋をナイフではがします



遠心分離器を手動でまわすとハチミツの良い香りがしてきます



いよいよハチミツを取り出します!



混ぜ物がないとれたてハチミツ



取材・文・写真: 桑原 庸嘉子

Information

芝 BeeBee's
芝地区総合支所協働推進課地区政策担当



燻煙器の煙でミツバチを落ち着かせます

いろはの風景 そして サニーズカフェ



芝三丁目のいろはは通りのお弁当屋さんとして、地域の人々に親しまれていた「いろは食堂」。オーナー店主である田中明さん(通称:あきさん)は、「ご近所イノベータ養成講座」の修了生でもあります。

慶應義塾大学と芝地区総合支所の協働で企画されている「ご近所イノベータ養成講座」。自分の想いを実現しながら、地域生活に豊かさと幸せを生み出す次世代のまちの担い手“ご近所イノベータ”を輩出しています。

平成30年(2018)10月21日、旧「芝の家」で、あきさんをはじめとしたご近所イノベータ養成講座6期修了生有志「チームサニー」によって第1回「サニーズカフェ」が開催されました。



旧芝の家で開催された第1回サニーズカフェ

サニーズカフェは、「20代～40代で、一人で介護、看病を頑張るあなたがくつろげる場所」を提供しようと始まったプロジェクトです。初回は22名の参加があり、あきさんの揚げたて唐揚げと豚汁に舌鼓を打ちながら、それぞれの思いを語り、ゆっくりと同じ時間を過ごしました。

看護や介護のこと、愚痴や悩み、同じような思いや経験を共有できる仲間が集まって、ほっと一息つける、そんな肩の荷を降ろしてくつろげる安心安全なコミュニティ。以降、チームサニーでは月一回の定期開催を企画します。また11月10日に慶應義塾大学で開催された「ご近所イノベータ養成講座」シンポジウムでは、サニー

ズカフェについてのプレゼンも行いました。

あきさんは、第2回以降、「夜のサニーズカフェ」として、毎月第3金曜の夜にいろは食堂を「サニーズバー」の会場として提供されていました。

いろは食堂は、食堂という名でありながらイートスペースはありませんでしたが、地域の人々にとても愛されたお弁当屋さんとして、芝界隈ではよく知られています。平日の日中は、できたてのお弁当を提供していました。あきさんが揚げる絶品の唐揚げを味わった方々は大勢いらっしゃいます。

お店以外でも、新聞配達員や民生委員、北四国町会の青年部など、あきさんは他のお仲間の地域活動を多く支援していました。そしてサニーズバー。あきさんのことを知る人たちがこの界限に多いことから、いろは食堂は皆のハブとなる存在だったのです。

そんな、人々に愛されたいろは食堂ですが、残念ながら事情により今年7月をもって閉店と



田中明さん

なってしまう。惜しまれる中、あきさんを囲んでフェアウェルパーティーや仲間会などが賑やかに開催され、サニーズカフェの場は芝の家に引き継がれました。

昼間はお弁当屋さん、第3金曜の夜はバーへと変貌した、下町人情の塊のような場所がなくなるのはとても寂しいことですが、地元の人々がいろは食堂を盛り上げた手作りの6年間は、芝の皆さまの宝の想い出として、そして“いろはの風景”として永遠に残り、輝き続けていくことでしょ

今も毎月第3金曜日に芝の家で開催されているサニーズカフェは、妊婦さんでも女性お一人でもふらりと立ち寄れますし、おしゃべりだけでも大歓迎。ソフトドリンクやお茶、手作りスイーツもご用意され、お持ち込みも可能です。

いろはの風景を観に、お仕事帰りにお疲れの心を解放しに、サニーズカフェに足を運んで、気晴らしのひとつをご一緒にすごしてみませんか?

取材・文: 田岡 恵美
写真提供: サニーズカフェ、いろは食堂の仲間たち



「夜のサニーズカフェ」ことサニーズバー



在りし日のサニーズバー

サニーズカフェ開催情報はこちらでご確認ください



ツイッター

https://twitter.com/GI_TeamSunny



フェイスブック

<https://www.facebook.com/Teamsunny-2200585189982581/>

Information

サニーズカフェ
芝 3-26-8 芝の家
開催日時: 第3金曜日 18:30～20:30



東京慈恵会医科大学附属病院通信・第4回

御成門小学校、御成門中学校への出張授業

東京慈恵会医科大学は、社会貢献活動のひとつとして、小学校・中学校・高校と連携し、大学の教員が研究の成果を児童・生徒にわかりやすい内容に改編した授業を出張して行っています。東京慈恵会医科大学細胞生理学講座担当教授で、アウトリーチ活動推進委員会の南沢 享 委員長にお話を伺いました。

本学では、研究成果等を、将来を担う青少年に広く還元し、医学の魅力・価値を分かち合うことを推進する目的で委員会をつくり、継続的に活動しています。

委員会では、港区教育委員会との連携について話し合い、昨年度は御成門小学校、御成門中学校への出張授業を実施しました。御成門小学校では小学4、5、6年生の理科授業をそれぞれ1回、6年生へのがん教育授業が1回と計4回の出張授業を行いました。御成門中学校では中学3年生へ

のがん教育授業1回、学校の先生方を対象とした心肺蘇生研修1回を実施しました。

出張授業の内容の一部を紹介いたします。

小学6年生理科授業では、「心臓の動くしくみを考えてみよう」というタイトルで、心臓が体の中でどのような働きをしているのかを、細胞生理学講座を担う私が話した後に、児童たちが自分の脈拍を数えてみたり、聴診器を使って心臓の鼓動を聴いてみる体験をしました。聴診器を

はじめて手にする児童も多く、真剣に友達に胸に聴診器を当てて、ちゃんと心臓の鼓動が聞こえたときにはとても感動している様子が印象的でした。また、その後でビデオムービーで心臓の弁が動いている様子を見て、なんで心臓の鼓動が聞こえるのかについてのしくみを学びました。教科書に書いてあることでも、実際に体験してみると、児童たちは自分の体に置き換えて考えられて、少しでも学びが深まるように思われました。



「住み慣れた地域で いつまでも自分らしく」

港区立がん在宅緩和ケア支援センター ういケアみなと

「緩和ケア」とは、以前は「終末期のケア」という認識が一般的でしたが、現在は診断されたときから治療と並行して行い、患者や家族のさまざまな痛みやつらさを和らげ、支えていこうとするものです。港区立がん在宅緩和ケア支援センター ういケアみなと 施設長の岩田 真さんにお話を伺いました。

相談について

医療的な悩みだけでなく、生活の中での心配ごと、心のつらさ、就労、介護、お金のことなど、がん患者や家族の皆さんが日々生活していく中で生じる、多種多様な悩みを遠慮なく相談してください。

がんについて詳しい看護師や生活全般の相談ができる医療ソーシャルワーカーが相談員として対応し、がん治療と仕事の両立支援相談には社会保険労務士が、また、手術・放射線・化学療法等に伴う外見の変化に関するアピアランス個別相談（外見ケア）には、アピアランスアドバイザーが対応しています。

セミナーや講演会について

看護師による生活の質向上セミナー、管理栄養士による栄養セミナーや健康の維持増進を兼ねたリハビリテーションセミナーを毎月開催しています。また、医師による緩和ケア区民講演会も随時行っています。



取材：米原 剛
写真・資料提供：学校法人 慈恵大学

交流スペースと情報コーナーについて

がんや健康に関する書籍・雑誌やパンフレットなどが配置されており、緩和ケアに関する用品として、ウィッグ・手術後の補整下着や栄養調整食品の展示紹介も行っています。



地域包括ケアシステムについて

ういケアみなとは港区の地域包括ケアシステムの一施設として、在宅療養相談窓口や高齢者相談センター（地域包括支援センター）などと連携しています。また、港区をはじめとした行政機関、慈恵大学病院など近隣の医療機関および港区3師会（医師会、歯科医師会、薬剤師会）などがん在宅緩和ケア事業活動の調整を行っています。

Information

学校法人 慈恵大学
西新橋 3-25-8
TEL 03-3433-1111(大代表)
http://www.jikei.ac.jp



「サロン活動」訪問記 「サロン芝五」



優しい木製の看板

去る7月10日、芝五丁目町会（旧三田四国町）にある町内会館に「サロン芝五」をお訪ねしました。

この日のイベントは社会福祉協議会による講話「成年後見制度について」。参加者は熱心に聞き入り、さまざまな質問が出ました。参加者の関心事が「成年後見制度」から高齢者が現在感じている事柄の話へと大きくシフトして、いろいろな意見が飛び交いました。続いて区が65歳以上の方に提供している「救急医療情報キット」の話も出て、大変活発な意見交換の場でした。

サロン終了後、代表の平野美都子さんと民生委員・児童委員の野瀬かほるさんにお話を伺いました。



救急医療情報キットの説明

* * *

サロンを立ち上げたきっかけは何ですか？

一人暮らしで顔が見えない、隣り近所でも顔を知らないという中で、気軽に誰とでも「挨拶ができる関係」を作りたい、また安否確認もできる場所を作りたいという思いからです。

いつ頃から開始しましたか？

準備期間の半年を入れると、はや4年が経過しました。

どのような地域の方々に参加していますか？

芝五丁目町会（旧三田四国町）の方がほとんどですが町会以外の方も大歓迎です。宣伝告知はしていないので、近隣の方々がほとんどです。噂を聞いて、芝浦から参加する方もいます。

参加者の年代は？ 男女比はいかがですか？

60代から90代で、イベントによっては40代・50代の参加もあります。ほとんどが女性です。

イベントはどのように決めていますか？

参加者の希望を取り入れながらすすめています。何もない時は、茶話会と「輪投げ大会」を時々取り入れています。皆さん童心に帰って大いに盛り上がります。「輪投げ」は全身を使うので老化防止にいいですよ。

開催日はいつですか？

第2水曜日。午後2時から4時です。



代表の平野さんと野瀬さん



皆さん、とても積極的です

港区まちづくり条例を活用したまちづくりの仕組みご紹介

港区では、地域の課題は地域で解決し、地域の発意と合意に基づくまちづくりを推進するため、地域主体のまちづくり活動を支援しています。現在、芝地区内では、右図のとおり芝一丁目まちづくり協議会がまちづくり組織として登録されています。（平成31年4月1日時点）興味のある方は、各地区総合支所まちづくり課まちづくり係までお問合せください。

まちづくり
制度の手順

STEP 1
みんなで
まちについて
考える
自主的なまちづくり活動を始めようとする段階

STEP 2
活動の輪を
広げる
まちについて考えていくためまちづくり組織をつくる段階

STEP 3
将来像を
共有する
地域の区民のみならずと考える方を共有する段階

STEP 4
まちのルール
をつくる
具体的なまちづくりルールを決めていく段階

STEP 5
まちづくりを
実践する



お問い合わせ 芝地区総合支所まちづくり課まちづくり係 TEL 03-3578-3104



夏らしいチラシ



今回のチラシの打ち合わせ

スタッフとして関わっているのはどのような方々ですか？

町会のメンバーです。毎回入口の案内ポスターは、絵が得意なスタッフが作ります。お菓子の買い出しもみんなで一緒にやっていて、7~8人が関わっています。

今後やってみたいことや嬉しいことはありますか？

イベントは一度実施して終了してしまうのではなく、時期を見ながら繰り返し行うことも大切だと考えています。お越しになるときはお迎えに伺った90代の方が、帰りは一人で元気にお帰りになるのを見ると、うれしくなりますね。

取材・文・写真：伊藤 早苗

Information

サロン芝五

活動日：第2水曜日 14:00~16:00

活動場所：芝五丁目町会事務所（芝 5-13-15）

問い合わせ先：港区社会福祉協議会 地域福祉係
TEL 03-6230-0281

編集委員を募集しています

この情報誌は芝地区に在住・在勤・在学者で、芝地区の話題を発掘、取材し執筆する編集委員によって作成しています。ご興味のある方は、ぜひお問い合わせください。

読者の声をお聞かせください

より魅力ある誌面づくりの参考にするため、この地域情報誌へのご意見・ご感想も随時募集中です。読者の声と氏名・連絡先をお寄せくださった方には「芝地区旧町名入りオリジナルふろしき」を差し上げます（毎号先着10名）。

お問い合わせ・連絡先

芝地区総合支所協働推進課
TEL 03-3578-3192
FAX 03-3578-3180



都会の中に「彩り」と「祈り」を



新橋

鳥

森

神

社

サラリーマンで賑わう新橋。飲食店が入居するビルに囲まれた路地裏に、木製の一之鳥居がひっそりと佇んでいます。参道をぬけると、鉄筋コンクリート製の二之鳥居。その奥には、鉄筋コンクリート造の中に伝統の木造社殿があり、都会の狭い空に向かって細長くそびえています。近代神社建築創世記の昭和46年（1971）、建築家の郡菊夫氏により、防災を考慮したモダンなコンクリート造りとして改築されました。



22代目宮司の山田邦夫さんは幼少の頃、他の神社とは違う雰囲気、心なしか寂しさを感じていました。土地の広さや日当たりが限られた土地柄。人々に寄り添い、心の拠所となるよう、「彩り」「色の効果」を大切に

にしたいと、色鮮やかな「御朱印」や、おみくじと共に願掛けをする「心願色みくじ」が生まれました。御朱印にある巴紋の4色は、赤は良縁、黄は金運、青は厄払い、緑は健康・家内安全の意味があります。また季節や祭事毎に期間限定の特別御朱印を頒布。「花や植木を増やすことが難しい分、神社に彩りを添えることで、少しでも人々の祈願の記念となり、再び神社にお参りいただくことにつながって欲しい。日々感謝をする気持ちや、家族



間の話が膨らむ行事や話題の提供を大切に“心が落ち着く、祈りの場所”を提供したい」と山田宮司。

これからの神社の在り方

昨今の問題は、氏子の減少と、神事の減少です。新橋は、明治維新後の武家地消滅とともに一般人が移り住み、鳥森花街としても賑わい、商店街が並びました。現在、かつての住民はビル業を営むようになり、地元の居住者は少なくなりました。氏子が減少すると、お祭りの神輿を担ぐ人が不足します。また、一度建ると何十年も持つビルが乱立し、地鎮祭などの神事が減りました。

それでも、まちや社会に寄り添った神社でありたいと願う山田宮司。地元の氏子のほか、近隣の企業氏子やサラリーマン、新橋の商店街の人々、料理屋の板前さんたちが朝晩と参拝しています。全国から訪れる参拝客や、地方の氏子も、誇りを持って神社と祭りを愛し守り続けています。

グローバル時代となり、充実したWebサイト作りにも取り組んでいます。掲載している観光情報を頼りに全国から参拝者が訪れます。まちづくりの役割を担うのも神社の発展につながるのです。

2020年「令和」初のお祭り

鳥森神社の例大祭や、新橋こいち祭に活躍する鳥のマスコットキャラ「こい吉」は、恋愛成就のご利益があるとして近隣地域や氏子たちに親しまれています。

東京2020オリンピック・パラリンピックが開催さ



独特の形状の二之鳥居。コンクリート製のこの様式の鳥居は、日本で唯一といわれています

れる2020年。お祭りの開催が心配されましたが、競技会場からは離れていますし、警備にあたる警察署の理解も深く、お祭りは従来通り開催されることになりました。「令和」初のお祭りです。伝統の装束に身を包んだ山田宮司により、八棟造りの千貫神輿に、夕闇の中で厳かに御霊移しが行われる日が待ち遠しいです。「和を以て貴しとなす」の通り、参拝の「二礼二拍一礼」は、心一つにして感謝の気持ちを祈る儀礼です。

「さまざまな文化が入り乱れる時代になっても、“祈り”の形を大切にしてほしい」——山田宮司の言葉が心に響きました。



取材：森 明、早川 由紀
文：早川 由紀
参考文献：鳥森神社縁起

Information

鳥森神社
新橋 2-15-5
TEL 03-3591-7865
<http://karasumorijinja.or.jp/>



芝の家・ちゃぶ台日誌 夏編

どなたでも自由に出入りできる「まちの交流拠点」芝の家。日々近所の方から遠方の方まで、年代も0歳～学生～シニア世代の方まで、多種多様な方が立ち寄ります。それぞれが思い思いの過ごし方をしながら、ゆるやかな交流が生まれています。

6月8日に参加した「ふれ愛まつりだ、芝地区!」で多くの方とベーゴマやけん玉で遊んだことをきっかけに、静かなブームが到来中。また紙や布などでの工作を楽しめる日もつくっています。

今号ではそんな普段の様子を「あそび」の面からお伝えしたいと思います。

子どもも大人も、それぞれの興味「あそび」にいらしてくださいね。詳しくは毎月のカレンダーをごらんください。

さて明日の芝の家ではどんなことが起きるでしょう。

「ちゃぶ台日誌」は、芝の家ホームページにて日々の様子やイベントのお知らせを投稿するブログのタイトル。ぜひホームページも合わせてご覧ください。



イタリアからの旅行者、ふらっと立ち寄りおしゃべりやけん玉を楽しんで帰られました。

また別の日には近くの明治学院大学の学生さんが遊びにきてくれました。けん玉、ベーゴマ、こま。小学生の頃にやっていた人から、初めての人まで、ひととき夢中になって過ごしました。



子どもの想像力に大人も刺激された「工作の日」。ご近所さんやスタッフがもちよった素材から素敵なものがつくられていました。



消しゴムスタンプでいろいろな楽しみが広がります。こちらもお興味ある方お声がけください。



博多で子どもの遊び場を開いている研究者の方が調査で来訪。けん玉のコツを伝授してくれました。



またとある午後は爽やかな生姜のシロップづくり。ボランティアスタッフのSさんが呼びかけ人になり、好きな人が集まる月1回の部活動です。「ハーブ&スパイス部」

ある晩はいつも賑やかな空間が、しっとりした季節を味わうお茶の時間に変身。近所の会社にお勤めの方々による素敵な持ち寄り企画「お抹茶処いろは」



文：芝の家・芝地区総合支所協働推進課

Information

芝の家
芝 3-26-8 (2019年1月に移転)
TEL 03-3453-0474
開室日時：火・木曜日/11:00～16:00
水・金・土曜日/12:00～17:00
休室日：日・月曜日、祝日
<http://www.shibanoie.net/>



コミュニティ・カフェ編

三田・神明・虎ノ門の3館では、それぞれ飲食、交流の場としてカフェが設けられ、栄養士・管理栄養士によって栄養バランスのとれた健康メニューが提供されています。今回はメニューの一例を紹介しましょう。

取材・文・写真：米原 剛



ランチ



昼食は管理栄養士がバランスを考えたランチメニューになっています。七夕・クリスマス・節分・ひな祭り等行事に合わせた季節感のあるメニューを、また、地方と連携して特産品を使用したランチが用意されています♪

スイーツ

月替わりの手作りスイーツは、旬のフルーツを使用し、どの年代の方にも好評です。また、「いいきスイーツ」はトレーニングで“いいき体操”に参加し、ポイントを貯めて引き換えることもできます♪



いいき朝ごはん



65歳以上の方へバリエーションに富んだメニューの朝ご飯が用意されています。1日の始まりをカフェで一緒にいかがでしょうか♪

パステイ・プレゼント



65歳以上の方の誕生月にケーキとドリンクのお祝いが用意されています。各館で登録証を発行している方へ招待状が郵送されます♪

カフェ・コンサート

各館で月に1～2回程度カフェコンサートを開催しています。楽器の演奏やダンス、各館の教室で練習している講習生の発表の場でもあります。生の音楽を身近に触れながら、交流の場としても楽しむことができます♪



グルメコラボランチ



10月28日(月)～11月10日(日)の2週間、昨年度大好評を博した「グルメコラボランチ」が今年も提供されます。地方の特産品を使用した豪華で栄養バランスの良いランチをご賞味するチャンスです♪



栄養指導・栄養講座



栄養士・管理栄養士としての取り組みとして、「おしゃべり栄養カフェ」(1対1の栄養指導)やテーマに合わせた栄養講座(講話形式)も随時催されています。喫茶には常時栄養士・管理栄養士がおり、食事や栄養について気になった些細な事でも気軽に相談できます♪

区立芝公園で防災体験しよう!!

事前申込
不要

参加者
記念品
あり

参加費
無料



防災スタンプラリー

訓練に参加してスタンプを集めよう! 豪華景品がもらえるよ。



備蓄食の試食

長期保存可能なカレーやビスケットなど、色々な備蓄食を試食してみよう!



大声コンテスト開催

災害発生時にまわりに助けを呼んだり、危険を知らせるあなたの声。その大きさを測定します。



そのほか 楽しい防災体験がいっぱい

災害用伝言ダイヤル体験、簡易トイレ組立体験、地震体験 など



血圧予防体操



スタンドパイプ取扱体験

10月6日(日)

時間 午前9:30~11:00

会場 芝公園4-8-4

入退場
自由



会場で
待ってるよ~

会場に通訳者(英語)、手話通訳者がいます。

お問い合わせ

芝地区総合支所 協働推進課 協働推進係
TEL 03-3578-3123

芝地区 防災訓練 検索



令和の
商品券

「和らぎ」販売のお知らせ

(港区プレミアム付商品券)

本年10月の消費税率の引き上げに伴う住民税非課税者や子育て世帯への影響を緩和するため、令和の商品券「和らぎ」(港区プレミアム付商品券)の販売を行います。

対象者	住民税非課税者	子育て世帯
	2019年度分の住民税(均等割)が課税されていない方。住民税が課税されている人の扶養親族等は対象外です。	2016年4月2日から2019年9月30日までに生まれた子がいる世帯。 ※お子さんの人数分商品券を購入できます。

◎対象者一人あたり、額面2.5万円の商品券を2万円で購入できます。商品券は5回に分けて購入することもできます(1回あたり、5千円分〔5百円券×10枚〕の商品券を4千円で購入できます)。

◎商品券利用期間および店舗

令和元年10月1日(火)~令和2年3月31日(火)

区内約1000店舗で、利用可能。

◎対象者には区からお知らせをお送りします。

詳しくは専用ホームページをご覧ください。

<https://premium-gift.jp/minato>



商品券に乗じた振り込め詐欺や個人情報の詐取にご注意ください。

お問い合わせ

産業・地域振興支援部産業振興課プレミアム付商品券担当
TEL 03-3578-2320

興味があるなら
お元の
商店まで

Going shopping?
Visit our local
shopping
streets.

●本誌の制作には以下の編集委員が参加しています
伊藤早苗/菊池弓可/桑原庸嘉子/柴崎賢一/柴崎郁子/田岡恵美/千葉みな子/早川由紀/森明/森田友子/米沢恵美/米原則(五十音順 敬称略)

●今後の発行スケジュールは次の通りです

2019.12(第53号) 2020.3(第54号) 2020.6(第55号) 2020.9(第56号) ※各号発行月の20日ごろ

芝地区地域情報誌の配布について

芝地区総合支所【芝、海岸1丁目、東新橋、新橋、西新橋、三田1~3丁目、浜松町、芝大門、芝公園、虎ノ門、愛宕】内の地域の方にお届けしているほか、地区内各施設などで配布しています

芝会議地域コミュニティ部会

今年
は Wイベント

「芝を楽しむ会」

令和2年1月25日(土)に芝エビ、同年3月上旬に芝地区の醸造酒を「知る」「見る」イベントを予定しています。

時間や会場、定員や応募方法など詳しくは12月頃(芝エビ)、2月頃(醸造酒)に「広報みなと」でお知らせします!

本誌に掲載した記事に出てくる施設などをまとめました。
ウォーキングマップとしてご活用ください。

芝地区 MAP



1~20は旧町名由来板の設置場所

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 1 トミタBOOKS → P1 | 5 サロン芝五 → P5 |
| 2 芝Beebee's → P2 | 6 烏森神社 → P6 |
| 3 三田いきいきプラザ → P2, 6-7 | 7 芝の家 → P3, 7 |
| 4 旧いろは食堂 → P3 | 8 神明いきいきプラザ → P6-7 |
| 9 東京慈恵会医科大学附属病院 → P4 | 9 虎ノ門いきいきプラザ → P6-7 |

港区芝地区総合支所協働推進課

〒105-8511 港区芝公園1丁目5番25号(港区役所1階)
TEL 03-3578-3192 FAX 03-3578-3180

ホームページ

<http://www.city.minato.tokyo.jp/>