

各総合支所・分室連絡先

芝地区 ☎3578-3111(代)  
 麻布地区 ☎3583-4151(代)

赤坂地区 ☎5413-7011(代)  
 高輪地区 ☎5421-7611(代)  
 芝浦港南地区 ☎3456-4151(代)  
 台場分室 ☎5500-2365

発行/港区 毎月1・11・21日 発行部数115,000部 編集/企画経営部区長室 〒105-8511 港区芝公園1-5-25

**熱中症予防と節電のお願い** 暑い日が続いています。節電は区民・事業者の皆さん一人一人の取り組みが大きな成果につながりますが、熱中症にならないよう、エアコンや扇風機を適切に活用し、無理のない範囲でご協力ください。

# 港区版ふるさと納税制度

～皆さんの思いを込めて、港区を応援してください～

「港区版ふるさと納税制度」は寄付金の活用方法を選ぶことができます。

## 1 台場の水質改善に向けた取組

都心で海水浴！「泳げる海、お台場」の実現



## 2 港区マラソン

大都会を駆け抜ける！リアルシティマラソンの実施



## 3 運河に架かる橋のライトアップ

世界に魅せる新たなシンボル！ライトアッププロジェクト「光のロード」



## 4 区政全般を応援

特定の取り組みに限定せず  
区政運営に活用

区は、区民や事業者をはじめとする多様な地域の担い手と力を合わせ、地域の魅力向上や課題解決に取り組んでいます。

皆さんも「港区版ふるさと納税制度」によって地域の担い手の一員となってみませんか。港区に住み、働き、訪れる全ての人にとって、港区が魅力あふれるまちであり続けるために、応援をよろしくお祈いします。

### ふるさと納税とは？

大切に思うふるさとの自治体を、寄付という形で応援できます。

ふるさと納税による税額控除により、納付した金額のうち自己負担額の2000円を除いた全額が、所得税(復興特別所得税を含む)および、個人住民税から控除される仕組みです。

### 「港区版ふるさと納税制度」 寄付の方法

- 窓口での申し込み  
各総合支所管理課管理係および台場分室の窓口でお申し込みください。
- インターネット申し込み(クレジットカード決済による納付)  
港区ホームページ「港区への寄付のご案内」、または「ふるさとチョイス(港区)」からお申し込みください。
- 納付書による申し込み  
電話またはファックスで、各総合支所管理課管理係にご連絡ください。寄付申出書と納付書を郵送します。

詳しくは、港区ホームページをご覧ください。



ふるさと納税 港区

港区版  
ふるさと納税  
のご案内

#### 問い合わせ

- 港区版ふるさと納税制度全般について  
企画課企画担当 ☎3578-2568
- 税額控除について  
税務課課税係 ☎3578-2605
- 窓口・納付書による申し込みについて  
各総合支所管理課管理係 ☎2面欄外参照

区の手続きや施設・催し物のご案内は **みなとコール** へ ☎5472-3710 FAX5777-8752 年中無休 午前7時～午後11時

◆「広報みなと」は新聞(朝日・読売・毎日・日本経済・産経・東京)折り込みです。区の施設や、郵便局(赤坂・一ツ木通・麻布・芝・芝公園・新橋・高輪)、公衆浴場、区内のJR・地下鉄・ゆりかもめの駅、新聞販売店等に置いてある他、希望する区民の皆さんに配達しています。また、「点字広報」、「声の広報」も発行していますので、ご利用ください。

「広報みなと」は、港区ホームページ(<http://www.city.minato.tokyo.jp>)でもご覧いただけます。

# 国民健康保険の給付について

## 国民健康保険(国保)が使えるとき

病気やけがをしたとき、病院や診療所等の窓口で保険証を提示(70~74歳の高齢受給者証をお持ちの人は高齢受給者証も併せて提示)すれば、一定の自己負担分(表1)を支払うだけで、医療を受けることができます。

表1 自己負担割合

年齢	医療費の自己負担割合
70~74歳	2割※ (現役並み所得者3割)
小学生~69歳	3割
就学前	2割

※昭和19年4月1日以前生まれの人は特例措置により1割

限度額適用認定証(住民税非課税世帯の場合、限度額適用・標準負担額減額認定証)を提示すれば、医療機関等の窓口での支払いは限度額までとなり、住民税非課税世帯の場合は入院時の食事代も減額されます(表2)。

## 医療費を全額自己負担したとき(療養費)

やむを得ない理由で保険証を提示できなかった場合や医師の指示でコルセット等の補装具を作ったとき等は、一旦医療費の全額を支払い、その後、区に申請すると、請求内容の審査決定後に自己負担分(表1)を除いた額が支給されます(申請から支給までは約3カ月かかります)。

海外出張や旅行中に急な病気やけがのため、海外の医療機関で治療を受けたときも帰国後に申請できます。ただし、療養を目的とした海外での診療は対象外となります。また、国内で保険適用となっていない医療行為は保険給付の対象になりません。なお、支給額は日本の医療機関等で同様の疾病等について給付を受ける場合を基準として決定します。

## 子どもを出産したとき(出産育児一時金)

被保険者が出産したとき、出生児1人につき42万円が支給されます。妊娠85日以上であれば、死産、流産でも支給されます(この場合医師の証明が必要です)。

表2 高額療養費自己負担限度額(月額)・食事代

年齢	所得区分	医療機関に提示するもの	医療費の自己負担限度額			入院時の食事代(1食)
			外来(個人ごと)	年3回目まで※3 (外来+入院)	年4回目以降※3 (外来+入院)	
70~74歳	課税所得690万円以上	保険証、高齢受給者証(3割)	25万2600円+(総医療費-84万2000円)×1パーセント			460円
	課税所得380万円以上	保険証、高齢受給者証(3割) 限度額適用認定証 (適用区分「現役並みⅡ」)	16万7400円+(総医療費-55万8000円)×1パーセント			460円
	課税所得145万円以上	保険証、高齢受給者証(3割) 限度額適用認定証 (適用区分「現役並みⅠ」)	8万1000円+(総医療費-26万7000円)×1パーセント			460円
	課税所得145万円未満等	保険証、高齢受給者証(2割) ※2	1万8000円 (年間限度額14万4000円)	5万7600円	4万4400円	460円
	非課税世帯	保険証、高齢受給者証(2割) ※2 限度額適用・標準負担額減額認定証 (適用区分「Ⅱ」)	8000円	2万4600円	2万4600円	210円 (91日目から160円※4)
	非課税世帯※1	保険証、高齢受給者証(2割) ※2 限度額適用・標準負担額減額認定証 (適用区分「Ⅰ」)	8000円	1万5000円	1万5000円	100円
年齢	所得区分 (賦課基準額)	医療機関に提示するもの	医療費の自己負担限度額			入院時の食事代 (1食)
			年3回目まで※3 (外来+入院)		年4回目以降※3 (外来+入院)	
69歳まで	上位所得者901万円超	保険証、限度額適用認定証 (適用区分「ア」)	25万2600円+(総医療費-84万2000円)×1パーセント		14万100円	460円
	上位所得者 600万円超~901万円以下	保険証、限度額適用認定証 (適用区分「イ」)	16万7400円+(総医療費-55万8000円)×1パーセント		9万3000円	460円
	一般 210万円超~600万円以下	保険証、限度額適用認定証 (適用区分「ウ」)	8万1000円+(総医療費-26万7000円)×1パーセント		4万4400円	460円
	一般210万円以下	保険証、限度額適用認定証 (適用区分「エ」)	5万7600円		4万4400円	460円
	住民税非課税世帯	保険証、限度額適用・標準負担額減額認定証 (適用区分「オ」)	3万5400円		2万4600円	210円 (91日目から160円※4)

※1 世帯主と国保加入者全員が住民税非課税で、各人の所得が必要経費・控除を差し引いたとき0円となる人

※2 昭和19年4月1日以前生まれの人は、特例措置により1割

※3 同一世帯で過去1年間に高額療養費に該当した回数

※4 過去1年間の入院期間が90日間を超えた場合、再度申請が必要です。

保で治療を受けたときは、加害者が支払うべき医療費を国保で一時的に立て替えて、後日、国保が加害者に請求することになります。

ただし、加害者からすでに治療費を受け取っているとき、業務上のけがのとき、酒酔い運転・無免許運転等によりけがをしたときは国保は使えません。

## その他の給付

葬祭費(7万円)、結核・精神医療給付金、移送費、訪問看護療養費の給付が受けられます。

※各種給付金は事由発生日から2年を経過すると時効となり申請できませんので、ご注意ください。

## 申請窓口

各総合支所区民課窓口サービス係(芝地区総合支所は相談担当)

問い合わせ	
国保年金課給付係	☎内線2640~2

表3 高額介護合算療養費自己負担限度額

年齢	所得区分	自己負担限度額
70~74歳	課税所得690万円以上	212万円
	課税所得380万円以上	141万円
	課税所得145万円以上	67万円
	一般 課税所得145万円未満	56万円
	低所得者Ⅱ 住民税非課税世帯	31万円
	低所得者Ⅰ 住民税非課税世帯 (所得が一定以下)	19万円
69歳まで	上位所得者 901万円超	212万円
	上位所得者 600万円超~901万円以下	141万円
	一般 210万円超~600万円以下	67万円
	一般 210万円以下	60万円
	住民税非課税世帯	34万円

※医療保険における自己負担額は保険適用のものに限ります。世帯で合算する場合、70歳未満の人の医療費については医療機関ごと(入院、外来、各診療科別)に、それぞれ自己負担2万1000円以上(月額)を支払ったときのみ合算対象になります。

※限度額を超えた額が500円以下の場合には支給されません。

# 個人住民税(特別区民税・都民税)に関する事業主の皆さんへのお知らせ



## 特別徴収の推進について

都および都内全62区市町村では、納税者の利便性向上を図るため、給与所得における特別徴収を推進する取り組みを進めており、原則として全ての事業主の皆さんに、特別徴収義務者の指定を実施しています。

## 特別徴収とは

事業主(給与支払者)が従業員(納税義務者)に代わり、毎月従業員に支払う給与から個人住民税を差し引

き、納入していただく制度です。法令の規定により、給与の支払いをする際に所得税を徴収して納付する義務がある事業所は、特別徴収することが原則とされています。

## 従業員のメリット

(1)普通徴収で年4回に分けて納税するのに比べ、特別徴収は年12回に分けて給与から徴収されますので、1回当たりの納付額が少なく済みます。

(2)給与から徴収されますので、納付のために金融機関等へ行く手間が省け、納付を忘れることがなくなります。

## 事業主のメリット

(1)個人住民税の税額計算は区が行いますので、所得税の源泉徴収のように事業主が税額を計算する必要はありません。

(2)総従業員が常時10人未満の事業所は、納付を年12回から年2回にまと

める納期の特例制度があります。特別徴収の推進について詳しくは、都ホームページをご覧ください。

東京都 特別徴収 検索

## 「eLTAX」の利用について

パソコンからインターネットを利用して、1回のデータ送信で複数の区市町村へ、申告・届け出ができます。利用者は、eLTAXのホームページ <http://www.eltax.jp/> から利用の手続きが必要です。

詳しくは、eLTAXホームページをご覧ください。

問い合わせ  
税務課課税係  
☎3578-2600~9、2593~7

# 港区健康診査、がん検診についての大切なお知らせです

対象となる人は、区の健康診査・がん検診等を無料で受診できます。ぜひ、この機会に受けてください。

受診期間・対象・内容等について詳しくは、「広報みほと」6月21日号をご覧ください。港区ホームページをご覧ください。

平成30年度から30代を対象とした30健診(区民健康診査)を、区内指定医療機関(7月1日~11月30日(金))またはここらからの元氣プラザ(7月2日~平成31年3月29日(金))で実施しています。また、骨粗しょう症検診も区内指定医療機関(7月1日~11月30日(金))で実施しています。

## 「受診券」「ご案内」の送付(図1・2)

40歳以上の人には、6月19日と7月24日に、受診の際に必要な「受診券」と「ご案内」を送付しています。

また、20~39歳の女性のうち、5歳ごとの節目年齢の人と、過去3年

間に港区がん検診の受診歴がある人には年齢に応じたがん検診の「受診券」と「ご案内」を送付しています。

30~39歳の人のうち、30歳になる人と港区国保加入者およびがん検診一斉送付対象者等にも30健診の「受診券」「ご案内」を送付しています。

平成30年度の送付用封筒の色は、「水色」です。

## 受診券が手元にない場合

平成30年7月9日~9月24日(月・振)に港区に転入した人や、港区国民健康保険に加入した40歳以上の人には、10月中旬に対象となる受診券を追加送付します。

ただし、早めに受診券の送付を希望する場合や、20~39歳の女性と30~39歳の男性のうち、自動送付の対象でない人は、申し込みにより、受診券を送付しますので、ご連絡ください。

図1 30~39歳の女性、40歳以上のがん検診・特定健診・基本健診対象者への送付封筒



図2 30~39歳男性、20~29歳女性対象者への送付封筒



## ご注意ください

○対象年齢は、平成31年3月31日現在で計算しています。

○受診日現在、港区に住民登録のない人は、受診券を利用できません。

○9月24日(月・振)以降に港区に転入した人や港区国民健康保険に加入した30歳以上の人は、申し込みにより受診券を送付します。

○受診期間終了近くになると、医療機関の予約がとりにくくなることが予想されます。また、土・日曜は、受診できる医療機関が限られます。早めの受診をお勧めします。

○骨粗しょう症検診の受診券の送付は、申し込みが必要な場合があります。

## 指定医療機関の情報について

各種健(検)診を受診できる指定医療機関は、受診券と一緒に送付している「ご案内」等の同封物に記載されています。医療機関名簿の情報に変更がある場合は、港区ホームページに変更点を掲載しています。

各種指定医療機関名簿 検索

問い合わせ  
健康推進課健診事業担当・健康づくり係  
☎6400-0083

# 9月20~26日は動物愛護週間です

動物愛護週間は、生命ある動物の愛護と適正な飼養について、皆さんに関心と理解を深めてもらうために「動物の愛護及び管理に関する法律」(動物愛護管理法)に基づいて設けられています。この機会に飼っている動物や身近な動物について、もう一度考えてみましょう。

区では、「人と動物との共生」をテーマに、これからは皆さんと一緒に、動物愛護に関するさまざまな問題に取り組んでいきます。

## 動物は愛情と責任をもって最後まで飼いましょう

ペットを家族に迎えることは、一つの命を預かることです。犬や猫の寿命は約15年です。飼う前に次のことが守れるか確認し、愛情と責任を持ってその動物が命を終えるまで飼いましょう。

- 家族全員が賛成していますか。
- ペットと一緒に暮らせる住環境ですか。
- 食事・排せつ・しつけ・毛の手入

れ等を毎日できますか。

●食費や飼養に必要な用具・病気の予防や治療・去勢不妊手術等の費用を負担できますか。

## 災害対策は考えていますか

ペットと共に暮らす場合、人間だけでなくペットの災害対策も考えておく必要があります。いざというときに備え、次の準備ができているか確認をしましょう。

- ペットフードや水、常備薬(最低でも各5日分以上)、ペット用の食器・首輪・リード・トイレ用品・クレート(ケージ)等を用意していますか。
- 狂犬病等の各種予防接種をしていますか。
- 鑑札・狂犬病予防注射済票、迷子札、マイクロチップを着けていますか。
- 嫌がらずにクレートやケージに入れますか。
- トイレは決められたところでできますか。
- 他の人や動物を怖がりませんか。

災害時には、人もペットも慣れない場所での避難生活を送ることになります。トイレ、怖がり、ケージに入らない等の問題は訓練で改善することができます。いざというときに備え、日頃から訓練しましょう。

## 犬や猫のトラブルを防ぐために

区には、犬、猫に対する意見・苦情が寄せられています。人と動物が快適に暮らせるようにマナーについて考えましょう。

## ふんは持ち帰りましょう

「港区環境美化の推進及び喫煙による迷惑の防止に関する条例」では、ふんを持ち帰るように定めています。飼い主は、ふんを必ず拾い、自宅に持ち帰ってください。

尿も、放置することで臭いがひどくなるため、配慮が必要です。犬が尿をした後は、適切に吸いとり、その後水で流しましょう。散歩に行くときは、ふんを持ち帰る袋、水を必ず持参しましょう。港区のような住宅密集地では、ふん・尿はできるだけ自宅で済ませることを推奨しています。

## ノーリードは絶対やめましょう

ノーリード(引き綱なし)で犬を散歩させることは「東京都動物の愛護

及び管理に関する条例」で禁止されています。また、音や光に驚いて突然走り出し、他の人や犬に危害を与える可能性や、交通事故で死亡する事例もある、とても危険な行為です。犬と人の安全のために、きちんとリードを着け、確実に制御できるようにしましょう。長さを短くすることができるときは、短い状態で固定して使しましょう。

## 猫は室内で飼いましょう

猫は室内飼いが基本です。屋外での放し飼いは交通事故に遭ったり感染症に感染したりする危険があります。また、周りの住民の車やバイクに傷を付ける、ふん・尿をする等、近隣トラブルの原因にもなります。発情期の鳴き声防止や生殖器系の病気の予防のために去勢不妊手術も行って、室内で飼いましょう。

問い合わせ  
生活衛生課生活衛生相談係  
☎6400-0043  
○地域における動物の相談について  
各総合支所協働推進課協働推進係  
☎欄外参照

この広報紙は、誰にでも読みやすく、伝わりやすいフォント(ユニバーサルデザインフォント)を使用しています。



# 子育て・関連情報



## 子育てでお困りのことはありませんか

お子さんが、友人との人間関係から園や学校に行きたがらない、先生の指示が理解できず悩んでいる等の相談や、保護者の子育てや家庭教育の悩み等さまざまな相談をお受けしています。

### 教育相談室ってどんなところ

- Q 相談者の対象年齢は何歳までですか。  
A 18歳までです。
- Q 親子で行った方がいいですか。  
A 多くはそうですが、保護者のみの相談もお受けします。
- Q 教育相談員はどんな人ですか。  
A 心理学の専門家(臨床心理士)で

- す。
- Q 保護者の面接はどのようなことをしますか。  
A まず、現在何について困っているかを伺います。状況を整理し、改善に向けて一緒に考えます。必要に応じてアドバイスをしたり、他機関を紹介したりすることもあります。
- Q 子どもの面接はどのようなことをしますか。  
A 小学校中学年くらいまでは、遊戯療法(プレイセラピー)を行います。高学年以上は、保護者の面接と同じように対話が中心で

すが、話すことが苦手な子どもの場合は、言葉以外の表現(絵を描く等)によって子どもの内面を理解し、受け止めていきます。

- Q 相談内容が他に漏れることはありませんか。  
A 相談された内容が漏れることはなく、秘密は守られます。他機関と連絡を取る場合は、保護者やお子さんに事前に話をしています。
- Q 心理検査や知能検査を受けることはできますか。  
A できます。まずは、電話でご相談ください。
- 申し込み  
予約制です。電話でお申し込みください。  
教育相談専用電話 ☎5791-5682



※初回の相談、継続の相談共に時間は1回50分です。  
**開室時間**  
 午前9時～午後5時(土・日曜、祝日、年末年始を除く)  
**場所**  
 教育センター

**問い合わせ**  
 教育センター ☎5791-5661

### こんにちは赤ちゃん訪問

☎ おおむね、生後120日以内のお子さんのいる全ての家庭※第2子以降の人のご利用ください。里帰り中、里帰り後も訪問できます。お問い合わせください。  
 ☎ 母子健康手帳交付時にお渡ししている「出生通知書」のはがきを郵送してください。  
 園健康推進課地域保健係  
 ☎6400-0084

### Helloママサロン

☎ 区民で、平成30年7・8月生まれのお子さんと保護者※1カ月児健診後にご参加ください。  
 ☎ 9月25日(火)午前9時30分～11時30分(受付時間:午前10時15分まで)  
 所 みなと保健所  
 人数 50組(会場先着順)  
 持ち物 母子健康手帳、バスタオル  
 ☎ 当日直接会場へ。  
 園健康推進課地域保健係  
 ☎6400-0084

### ママの健康相談(訪問)

☎ 区民で、出産後1年未満の人  
 相談回数 3回まで可  
 園健康推進課地域保健係  
 ☎6400-0084

### ぷちとまとの会(小講話あり)

☎ 区内在住で、おおむね2000グラム以下で生まれたお子さんとその保護者

☎ 10月17日(水)午前10時30分～正午  
 所 みなと保健所  
 ☎ 電話で、健康推進課地域保健係へ。  
 ☎6400-0084

### グループお母さんの時間「つらい気持ちを語り合う集い」

☎ 区民で、育児中の母親※保育あり(申込時にお申し出ください)  
 ☎ 9月27日(木)午後1時30分～3時  
 所 みなと保健所  
 ☎ 電話で、健康推進課地域保健係へ。  
 ☎6400-0084

### パースデイ歯科健診「年に一度は歯科健診を受けましょう」

☎ 1・2・4・5・6歳になる就学前の区内在住のお子さん(誕生月を過ぎてても受診できます)※3歳のお子さんは「3歳児健診」(個別に通知します)をご利用ください。  
 ☎ 10月12日(金)、11月9日(金)いずれも午後1時30分～2時30分  
 持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ  
 所 みなと保健所  
 ☎ 当日直接会場へ。※妊産婦の歯科健診を同日に行っています。詳しくは、健康推進課地域保健係へ。  
 園みなとコール ☎5472-3710  
 園健康推進課地域保健係 ☎6400-0084

### 子育て女性学講座「ココロもカラダも楽になるママのための2日間(全2回)」

☎ 区内在住・在勤・在学で、2回と

も参加できる子育て中の女性  
 ☎ 10月5・12日(金・全2回)午前10時～正午  
 所 男女平等参画センター(みなとパーク芝浦2階)  
 人数 20人(申込順)※保育あり(1歳～就学前、14人程度。9月20日(木)までに、申込時にお申し出ください)※10月5日(金)のみ0歳児は同伴可  
 ☎ 電話または直接、男女平等参画センターへ。男女平等参画センターホームページからも申し込みます。詳しくは、男女平等参画センターホームページ  
<http://www.minatolibra.jp>  
 をご覧ください。 ☎3456-4149

### 平成31年4月保育園入園の申込締切日のお知らせ

☎ 11月7日(水)～12月14日(金)※平成30年12月1日～平成31年1月1日に生まれたお子さんは、平成31年1月7日(月)まで。  
 内定発表 平成31年2月7日(木)※詳しくは、10月24日(水)発行予定の「保育園入園のご案内 平成31年度版」をご覧ください(10月1日(月)に港区ホームページに掲載する予定です)。また、10月1日(月)から港区ホームページで入園説明動画を配信する予定です。自宅等で動画を視聴できない人のために、10月下旬に上映会を予定しています。日程等については、別途「広報みなと」および港区ホームページでお知らせします。

園各総合支所区民課保健福祉係  
 ☎ 欄外参照  
 保育課保育支援係 ☎3578-2445

### 再生可能エネルギーを学ぶ「風車の工作体験会」

☎ 区内在住・在学の小学生とその保護者  
 ☎ 10月13日(土)午前11時～正午、午後2時～3時  
 所 エコプラザ  
 人数 各20組程度(申込順)  
 ☎ 電話で、9月12日(水)～10月12日(金)に、みなとコール(午前9時(初日は午後3時)～午後5時受け付け)へ。  
 ☎5472-3710  
 園環境課地球温暖化対策担当

### 高輪地区情報紙「みなとつづ」子ども記者募集

☎ 高輪地区在住・在学の小・中学生(小学生は保護者の付き添い必須)  
 ☎ 11月10日(土)午後1時～5時30分頃  
 所 高輪コミュニティーふらざ  
 人数 5人程度(抽選)  
 ☎ 郵送またはファックスで、参加者氏名(ふりがな)・学校名・学年・年齢・保護者氏名・住所・電話番号(日中に連絡が取れる連絡先)、「子ども記者参加希望」と明記の上、9月30日(日・消印有効)までに、〒108-8581 高輪地区総合支所協働推進課地区政策担当へ。  
 ☎5421-7123 FAX5421-7626

## 医療と薬の安心箱

### お薬手帳を活用しましょう

お薬手帳は、医療機関から処方された薬の名前や飲む量、回数等の記録を残すための手帳です。また、使っている市販の薬やサプリメントの情報、アレルギー等も記録しておくことができます。この記録があれば、医師・歯科医師や薬剤師は、あなたがどのような体質で、どのような薬をどのくらいの期間使用しているのを知ることができます。また、他

の医療機関で薬を処方してもらうときにも、お薬手帳を提示することで、同じ成分の薬の重複防止や、飲み合わせ等について確認することができます。

### 災害時の医療にも貢献したお薬手帳

東日本大震災では、医療機関や薬局に保管されていたカルテや薬歴等、患者の使用薬を把握できる情報の多くを失いました。そのような中、

お薬手帳を活用することで、適切な治療を継続することができました。

### お薬手帳の使い方

- 薬局等でお薬手帳の交付を受けたときには、既往症(現在や以前にかかった病気の名前)の有無や薬の副作用歴・アレルギーの有無、妊娠(予定日や出産日等)・授乳について記入しましょう。
- お薬手帳は、病院等の医療機関で診察を受けるときや薬局に処方せんを出すときには、毎回必ず提出しましょう。
- 薬局やドラッグストアで市販の薬

を買ったときにも記録しましょう。  
 ● 飲み合わせについてきちんと確認するためにも、お薬手帳は医療機関ごとに分けて、一冊にまとめるようにしましょう。

お薬手帳は、薬をより安全に、より効果的に使っていただくための大切な記録です。上手に活用して、自分の薬について理解し、健康管理に役立ててみましょう。

**問い合わせ**  
 生活衛生課医務・薬事係  
 ☎6400-0044

## 高次脳機能障害理解促進の 講演会・相談会のお知らせ

高次脳機能障害とは、病気や事故等で脳がダメージを受け、記憶・注意・遂行機能・言語・感情等の脳がつかさどる機能に生じる障害です。対人関係や仕事等さまざまな日常生活の場面で不適応や支障が生じます。

外見からは分かりにくい障害のために、周囲の人から理解されにくいことも多く、また、障害者本人の病識が薄い場合もあります。

長期にわたる支援が必要ですが、適切な支援や訓練があれば生活は大きく改善します。

区では、区民の皆さんや障害者の支援に関わる皆さんに、高次脳機能障害を正しく理解していただくため、高次脳機能障害理解促進事業を実施しています。また、高次脳機能障害者の支援者向けの研修会も平成31年1・2月に開催する予定です。日時・内容等は「広報みなと」等で随時お知らせします。

### 講演会

#### 対象

区民、障害当事者や家族等

#### とき

10月21日(日)午後1時30分～4時

30分  
ところ

リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)

#### 定員

200人(申込順)

※保育あり(4カ月～就学前、2人。電話で、10月14日(日)までにお申し込みください)

#### 内容

●ご家族、支援者必見!!わかりやすい高次脳機能障害(講師:今橋久美子さん(国立障害者リハビリテーションセンター研究員))

●10年間、高次脳機能障害と歩んでみて(講師:障害当事者)

#### 申し込み

電話で、9月13日(木)～10月18日(木)に、みなとコール(午前9時(初日は午後2時)～午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710

## 障害者 関連情報

### 相談会

#### 対象

障害当事者や家族等

#### とき

毎月第3木曜午後1時30分～4時30分(予約制)

#### ところ

障害保健福祉センター

#### 申し込み

電話で、障害者福祉課精神障害者担当へ。

### 問い合わせ

障害者福祉課精神障害者担当

☎3578-2457

## 平成30年度城南ブロック障害者就職面接会

☎障害者※手話通訳者・要約筆記者を配置しています。

☎9月27日(木)午後1時～4時(午後0時30分～3時30分受け付け)

☎大田区産業プラザPio(大田区南蒲田1-20-20)

参加予定企業 90社

持ち物 応募書類(履歴書・職務経歴書)を応募企業数に応じてご用意ください。また、業務遂行上の合理的配慮等の確認のため、障害の状況(障害種別や程度)や配慮事項等を可能な範囲で応募書類にご記入いただくか、お申し出ください。

☎ハローワーク品川専門援助第二

#### 部門

☎5419-8609 FAX3453-1607

障害者福祉課障害者福祉係

☎3578-2383

### 障害者のための「パソコン」教室

☎18歳以上で身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかを所持、難病により障害支援区分認定を受けた区民※(2)はパソコンで日本語入力ができる人

☎(1)10月16日～12月4日(火・全8回)(2)10月12日～12月7日(祝日を除く金曜・全8回)いずれも午前10時45分～午後0時15分

☎障害保健福祉センター

☎(1)カレンダー作り(2)パワーポイントで紙芝居作り

#### ☎各10人(抽選)

☎電話またはファックスで、9月25日(火)までに、障害保健福祉センターへ。申し込みの際、身体状況の確認をすることがあります。手話通訳・介護者が必要な人は、ご相談ください。一般交通機関の利用が困難な人は、巡回バスを利用できます。

☎5439-2511 FAX5439-2514

### 障害者インターンシップ生募集

☎区内在住で、1人で通勤・実習が可能な知的障害、精神障害または発達障害がある18歳以上の人(障害者手帳がない人も可)

期間 11月～平成31年4月の6カ月のうち、個々の状況に応じ、1～3カ月の間で設定します。時期や期

間は別途相談します。

実習方法 実習はジョブコーチ(障害者職場適応援助者)の支援を受けながら行います。

実習時間 午前9時30分～午後4時30分の間で、個々の状況に応じて設定します。

実習手当 時給770円、交通費は実費支給(上限1日400円)します。

☎12人程度

選考方法 面接等により決定します。

☎履歴書(写真添付・障害の種別を明記)を、郵送または直接、10月1日(月・必着)までに、〒105-0014芝1-8-23 障害保健福祉センター5階(特)みなと障がい者福祉事業団へ。 ☎5439-8062

☎人事課人事係 ☎3578-2108

## 港区こころの健康 講演会・総合相談会

働き方改革が求められている一方で過重労働や人間関係の問題等により、働く誰もがストレスから逃れられない現状があります。身体の健康が大切なのはもちろん、心も元気であることは、仕事を進める上でも重要なことです。

今回、働く人の対人関係や業務上のコミュニケーションに焦点を当てた講演会を開催します。実際の事例を通して、理解を深めていく内容です。

### 健康講演会

対象 どなたでも

とき 10月18日(木)午後1時～4時20分

#### 分

ところ 麻布区民センター区民ホール

内容 「職場のメンタルヘルス・コミュニケーションに大切なたった一つの視点」

定員 200人(申込順)

※保育あり(4カ月～就学前、5人。)

申込時にお申し出ください)

講師 大林裕司さん((社)心理支援ネットワーク心PLUS 代表理事)

### 相談会

暮らしやこころ等の相談ができます。

対象 区民

とき 10月18日(木)正午～午後1時、午後4時20分～5時

※1人当たり20分程度

ところ 麻布区民センター集会所

### 相談内容・定員

●こころの相談(精神保健福祉士等):10人(申込順)

●仕事や経済的な相談(生活・就労支援センター職員等):5人(申込順)

●精神科医相談:5人(申込順)

### 申し込み

電話で、9月11日(火)から、みなとコール(午前9時(初日は午前11時)～午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710

手話通訳を希望する人は、ファックスで、健康推進課地域保健係へ。 FAX3455-4460

### 港区ホームページで各種相談窓口が検索できます

港区ホームページでは、生きるための相談機関の情報を掲載しています。

港区 生きるための情報ラウンジ [検索](#)

### 問い合わせ

健康推進課地域保健係

☎6400-0084



### 救急医療について考えましょう

9月9日は「救急の日」でした。ま

た、9月9～15日は「救急医療週間」です。これらは、救急医療および救急業務に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識の高揚を図ることを目的に定められています。

### 病院か救急車で迷ったら#7119へ

日常生活の中で、突然病気やけがに見舞われることはそう頻りに起こることではないでしょう。そのため、いざそのような状況になると気が動転してしまうこともあります。救急車を呼んだ方がいいのか、それ

とも自力で病院に行った方がいいのか分からず、迷ってしまうこともあるでしょう。そのようなときは、「東京消防庁救急相談センター」に相談してみましょう。

携帯電話・PHS・プッシュ回線から利用可 ☎#7119

携帯電話・PHS・プッシュ回線以外の電話を使用しているまたはつながらない場合 ☎3212-2323

東京消防庁救急相談センターでは、症状に基づく緊急性の有無や受診の必要性等に関して、医師・看護

師・救急隊経験者等の職員からなる相談医療チームが、24時間・年中無休でアドバイスする等の対応をしてくれます。

まだまだ熱中症や水の事故に警戒が必要です。誰にでも救急という場面に接する機会はありません。このような手段も知っておき、「いざ」というときに備えましょう。

### 問い合わせ

防災課生活安全推進担当

☎3578-2270

### 港区広報番組をご覧ください

9月11日更新「港区広報トピックス(30分番組)」

内容 戸板女子短大×ご近所ラボ新橋「こどもとおやつづくり」、ミュージアムネットワーク紹介(岡本太郎記念館) 他

放送期間 9月11日(火)～20日(木)

J:COMチャンネル港・新宿(11ch)の他、港区ホームページ、YouTube、ちいばす・お台場レインボーバス車内でもご覧いただけます。



区役所・総合支所への申し込み・問い合わせについては、特記がない場合は平日午前8時30分～午後5時の受け付けとなります。

## 高齢者 関連情報

一部65歳以下を対象とした内容も掲載しています

### 10月開始の

## 介護予防 総合センターの 各種教室

#### 対象

60歳以上の区民で、1人で会場まで通うことができ、期間中継続して参加が見込める人

#### 表 各種教室一覧

内容	定員(人)	とき	開始日	終了日
1 男性のための料理教室	18	毎週火曜 午前10時～午後1時	10月2日	12月25日
2 腰痛予防改善教室	20	毎週金曜 午後2時～3時30分	10月5日	12月21日
3 筋力アップマシントレーニング 月・木曜コース※	10	毎週月・木曜 午前10時～正午	10月8日	12月27日
4 健康サーキットトレーニング	20	毎週月曜 午前10時～11時30分	10月8日	12月24日
5 はじめてのタロット占い	20	毎週月曜 午後2時～3時30分	10月1日	12月24日

※65歳から参加可能

※一部65歳から参加可能

内容・定員・とき

表のとおり(抽選)

ところ

介護予防総合センター(みなとパーク芝浦2階)

費用

「男性のための料理教室」は食材費の自己負担あり。

申し込み

直接、9月20日(木)までに、介護予防総合センターへ。

※電話では申し込みできません。

#### 問い合わせ

介護予防総合センター

☎3456-4157

担当課 高齢者支援課介護予防推進係

### ラクっちゃ 区民 公開講座

## 尿漏れは怖くない! 今から始めよう失禁予防

対象 どなたでも

とき 10月19日(金)午前10時～11時30分

ところ 介護予防総合センター(みなとパーク芝浦2階)

内容 要介護やうつ、認知症にも関わりがある尿失禁のメカニズムや予防・改善方法等に関する講話

講師 中田 晴美さん(東京女子医科大学看護学部准教授)

定員 100人(会場先着順)

申し込み 当日直接会場へ。

#### 問い合わせ

介護予防総合センター

☎3456-4157

担当課 高齢者支援課介護予防推進係

## 9月24～30日は 結核予防週間です

#### 結核検診を受けましょう

結核は、結核菌によって主に肺に炎症を起こす感染症です。

結核がかつて「国民病」であった時代に罹患した人が、現在高齢者となって免疫力が低下し発病するリスクが高くなっています。特に80歳以上の高齢者は、罹患率が全年齢層平均の5倍以上となるため、注意が必要です。

区では、毎年約30人の結核患者が新たに登録されています。60歳以上の人が約6割である一方、20～30代の人も約1割を占めており、若いからといって安心はできません。

結核の発病は、定期的に結核検診を受けることで、早期の段階で発見することができます。

結核の早期発見・早期治療はご

自身の健康のためだけでなく、大切な家族や職場の人等への感染拡大を防ぐためにも重要です。症状がなくても年1回は必ず定期的に検診(胸部エックス線検査)を受け、早期に結核を発見しましょう。

また、結核の症状は、せき・たん・発熱・倦怠感等で風邪と似ています。2週間以上せきやたんが続く場合は、「結核かもしれない」という意識をもって、医療機関を早めに受診しましょう。

#### 結核検診

胸部エックス線検査を受ける機会は、区の健診、職場や学校での健康診断等がありますが、そのような機会のない人を対象に、みなと保健所では、結核検診を行っています。

対象

区内在住・在勤者

#### 元号に関する表記上の注意点

本広報みなと発行時点では、新元号が定められていないため、平成31年以降の元号についても「平成」を使用しています。

新元号が定められた際は、読み替えをお願いします。

### シニアの無料職業紹介所

## みなと\*しごと55

### をご活用ください

「働きたい」と「雇いたい」を応援します

港区アクティブシニア就業支援センター「みなと\*しごと55」はおおむね55歳からの求職者の再就職支援と、求人事業所の採用の支援を行っています。

平成21年の開所からの登録求職者は約7000人、再就職をした人は2700人を超えます。平成29年度も200人を超える人が就職に至り、その平均年齢は65.6歳でした。

みなと\*しごと55には、さまざまな内容(職種)の求人があります。また、さまざまなキャリアを持った求職者が登録しています。



所員による相談対応風景

#### 求職「働きたい」を支援

「みなと\*しごと55」に登録すると、求人情報を閲覧することができます。常駐の所員が就職相談に対応し、求人情報や事業所についての補足説明をします。

就職を希望している、おおむね55歳以上の人を対象に、再就職支援セミナーや合同就職面接会を開催しています。

#### 再就職支援セミナー

おおむね55歳以上の就職希望者を対象に、年4回開催(1回約2時間30分)します。再就職の考え方や求人の探し方、応募書類の作成等、就職活動に必要なことを学びます。

#### 合同就職面接会

おおむね55歳以上の就職希望者を対象にした面接会です。年4回開催します。毎回約17社の事業所が参加します。複数の事業所の面接を受けられる、就職活動実践の場です。

※再就職支援セミナー、合同就職面接会の開催日時等詳しくは、みなと\*しごと55にお問い合わせください。

とき

午前9時～11時30分、午後1時～4時受け付け

※実施日は港区ホームページをご覧ください。

※検診の2～3週間後に結果票を郵送します。

ところ

みなと保健所6階

内容

胸部エックス線検査、健康相談等

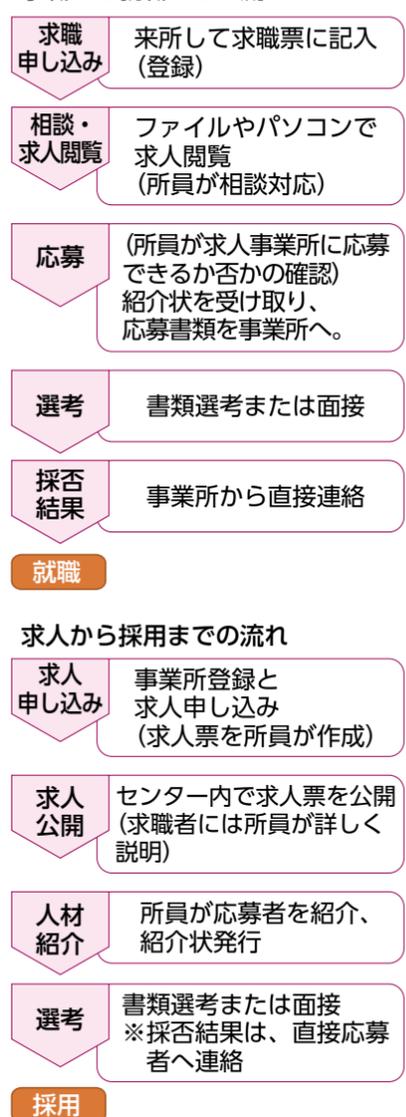
※みなと\*しごと55ホームページに求人情報を一部公開しています。どのような求人情報が出ているのかご覧いただくことができます。

※登録求職者(希望者のみ)にメールマガジンを配信しています。月に3～4回配信し、内容はお勧めの求人情報や、セミナー・面接会等のイベント情報です。

#### 求人「雇いたい」を支援

事業所の求人・採用活動をサポートします。無料で求人情報を公開、無料で人材を紹介します。

#### 求職から就職までの流れ



#### 問い合わせ

みなと\*しごと55 ☎5232-0255

みなと\*しごと55ホームページ

<http://www.m-shigoto.jp>

担当課 保健福祉課福祉活動支援係

☎6400-0081

※診断書は交付できません。

費用

無料

申し込み

電話で、保健予防課保健予防係(平日午前9時～午後5時受け付け)へ。

#### 問い合わせ

保健予防課保健予防係

☎6400-0081



凡例 対象 とき ところ 内容 定員 募集人員 申し込み 問い合わせ 選考方法 担当課

**タイムトラベル6「江戸城外堀を巡る旅④四ッ谷御門～小石川御門」※健脚者向けコース**

☎おおむね50歳以上の区民  
 10月7日(日)午前9時20分～11時50分  
 所 JR四ッ谷駅麴町出口地上集合  
 20人(抽選)  
 電話または直接、9月25日(火)までに、虎ノ門いきいきプラザへ。 ☎3539-2941

**芝・みたまち倶楽部「紙と遊ぼう季節の折り紙」**

☎おおむね60歳以上の区民  
 10月8日～12月10日(毎月第2月曜・全3回)午前10時～11時30分  
 所 三田いきいきプラザ  
 20人(抽選)  
 費用 500円(全3回分の材料費を初回に集金)  
 電話または直接、9月25日(火)までに、三田いきいきプラザへ。 ☎3452-9421

**食べて美味しい栄養士講座10月「防災用缶詰めを活かした健康レシピ～防災用食品の期限チェックしてますか?～」**

☎おおむね50歳以上の区民  
 (1)10月10日(水)午後2時～3時  
 (2)10月16日(火)午前11時～正午  
 (3)10月19日(金)午後2時～3時  
 所 (1)三田いきいきプラザ(2)虎ノ門いきいきプラザ(3)神明いきいきプラザ  
 (1)25人(2)15人(3)30人(いずれも抽選)  
 費用 300円(材料費)  
 電話または直接、(1)9月25日(火)までに、(2)10月1日(月)までに、(3)10月4日(木)までに、各いきいきプラザへ。  
 三田いきいきプラザ ☎3452-9421  
 虎ノ門いきいきプラザ ☎3539-2941  
 神明いきいきプラザ ☎3436-2500

**ノルディックウォーキング**

☎おおむね60歳以上の区民(医師から運動制限を受けていない人)  
 10月11日～平成31年3月14日(12

月27日、平成31年1月3日、2月14日を除く毎週木曜・全20回)午前10時～正午

所 神明いきいきプラザ  
 20人(新規の人優先で抽選)  
 電話または直接、9月25日(火)までに、神明いきいきプラザへ。 ☎3436-2500

**簡単手芸を楽しむ「ちりめん細工教室」**

☎50歳以上の区民で手芸初心者  
 10月9日、11月13日、12月11日(火・全3回)午前10時～正午  
 所 南麻布いきいきプラザ  
 12人(60歳以上の人優先で抽選)  
 費用 2000円(材料費)  
 電話または直接、9月27日(木)までに、南麻布いきいきプラザへ。 ☎5232-9671

**はり・マッサージサービス**

☎65歳以上の区民  
 10月16・17日(火・水)  
 所 南麻布いきいきプラザ  
 60人(申込順)  
 費用 1000円(利用料)  
 電話で、9月20日(木)午後5時までに、南麻布いきいきプラザへ。 ☎5232-9671

**元気な脳をめざそう「認知症予防に効果的なウォーキング講座」**

☎介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない60歳以上の区民  
 10月15日～11月19日(毎週月曜・全6回)午後1時30分～3時30分  
 所 飯倉いきいきプラザ  
 認知症予防の講話、ウォーキング計画とグループ活動の実践※ファシリテーター(実践活動支援者)が参加します。  
 12人(抽選)  
 電話で、9月11日(火)～10月4日(木)に、みなとコール(午前9時(初日は午後2時)～午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710  
 高齢者支援課高齢者相談支援係

**「ほのぼの作品展」作品募集**

10月10・11日(水・木)に、各いきいきプラザ・芝浦アイランド児

童高齢者交流プラザ・台場高齢者在宅サービスセンターで開催される「ほのぼの作品展」(港区・北京市朝陽区高齢者書画交流展同時開催)の作品を募集します。

☎おおむね60歳以上の区民  
 募集作品 手工芸・絵画・陶芸・書道等  
 直接、9月21日(金)～10月5日(金)に、各いきいきプラザ・芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ・台場高齢者在宅サービスセンターへ。 ☎欄外参照

**パソコンステップアップ講座**

☎60歳以上の区民  
 10月2日～11月27日(10月9日を除く毎週火曜・全8回)午前10時～11時30分  
 所 青南いきいきプラザ  
 10人(抽選)  
 費用 2000円(テキスト代)  
 電話または直接、9月23日(日)までに、青南いきいきプラザへ。 ☎3423-4920

**脳が喜ぶ!心が笑う!臨床美術**

☎60歳以上の区民  
 10月2日(火)午後1時30分～3時  
 所 高輪いきいきプラザ  
 16人(抽選)  
 費用 300円(材料費)  
 電話または直接、9月14日(金)～20日(木)に、高輪いきいきプラザへ。 ※当選者のみ9月24日(月・振)に連絡 ☎3449-1643

**ゆったりストレッチ&スウィングジャズダンス**

☎60歳以上の区民  
 10月16日～11月13日(毎週火曜・全5回)午後5時30分～7時  
 所 高輪いきいきプラザ  
 20人(抽選)  
 電話または直接、10月6日(土)までに、高輪いきいきプラザへ。 ※当選者のみ10月9日(火)に電話連絡 ☎3449-1643

**コーヒー講座「世界をめぐるコーヒーの歴史から消費まで」**

☎60歳以上の区内在住者

**高齢者 関連情報**

一部65歳以下を対象とした内容も掲載しています

10月3日(水)午前10時～正午  
 所 白金いきいきプラザ  
 18人(抽選)  
 本人が電話または直接、9月23日(日・祝)までに、白金いきいきプラザへ。 ※当選者のみ9月24日(月・振)以降にご連絡します。 ☎3440-4627

**第32回フランス料理昼食会**

10月1日現在、70歳以上で区内在住のひとり暮らしの人  
 11月8日(木)午前11時30分～午後1時30分(午前11時受け付け開始)  
 所 介護予防総合センター(みなとパーク芝浦2階)  
 46人(抽選)  
 郵送で、「昼食会希望」・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号を明記した用紙と、自分の住所・氏名を明記した62円切手付きはがき(抽選結果通知用)を同封の上、10月1日(月・必着)までに、〒106-0032六本木5-16-45 港区社会福祉協議会ボランティア・地域活動支援係昼食会担当へ。  
 ☎6230-0284 FAX6230-0285  
 保健福祉課福祉活動支援係

**港区健康づくりサポーターが行う「港区長賞敬老健康麻雀大会」**

☎65歳以上の区民  
 10月17日(水)午前11時～午後4時(午前10時30分受け付け)  
 所 麻雀アフター5(浜松町1-24-7第一田中ビル3階)  
 40人(抽選) ※抽選結果は10月1日(月)に申込者全員に郵送します。  
 費用 3000円(参加費※軽食あり)  
 電話で、9月21日(金)までに、麻雀アフター5 林(土・日曜を除く午前9時～午後5時)へ。 ☎080-4139-0884  
 健康推進課健康づくり係 ☎6400-0083

区役所・総合支所への申し込み・問い合わせについては、特記がない場合は平日午前8時30分～午後5時の受け付けとなります。

**消費者教養講座 受講生募集**

**対象** 区内在住・在勤・在学者  
**とき** 表1・2のとおり。時間は、いずれも午後1時30分～3時30分  
**ところ** 消費者センター(みなとパーク芝浦2階)  
**定員** 基礎講座 30人(申込順) 応用講座 20人(申込順)  
**内容** 消費生活に関わるトラブル(商品やサービスについての契約トラブル等)を未然に防止するために必要な知識・情報や対策を習得するための講座です。  
 テーマに沿って専門の講師が、分かりやすい講座(見学会を含む)

を開きます。  
**基礎講座** 日常生活に役立つ基礎知識を学びます。  
**応用講座** さらに深い知識を身に付けて、消費者トラブルを回避し、身近な人へ情報発信しましょう。  
**費用** 無料 ※ただし、講座参加中に必要な交通費(500円以内)は自己負担。  
**申し込み** 電話で、基礎講座は10月5日(金)までに、応用講座は11月15日(木)までに、消費者センターへ。

**申し込み・問い合わせ**  
 消費者センター ☎3456-4159

表1 平成30年度 消費者教養講座カリキュラム(基礎講座・全3回)

回	日にち	テーマ	講師
1	10月9日(火)	□約束でも契約成立!?!～知らなかったでは済まされない。契約のキホン～	飯野 由喜枝 (簡易裁判所民事調停員)
2	10月16日(火)	はじめてのスマホ契約～これだけは、確認しておこう～	木村 嘉子 (消費生活相談員)
3	10月23日(火)	健康食品って何?～健康食品と食生活について、最近の話題から～	鷲 仁子 (消費生活コンサルタント)

表2 平成30年度 消費者教養講座カリキュラム(応用講座・全6回)

回	日にち	テーマ	講師
1	11月16日(金)	スマホ・インターネット通信～プロバイダはなぜ必要なの?～	木村 嘉子 (消費生活相談員)
2	11月30日(金)	「アクセシブルデザイン」を知っていますか?～子どもから高齢者までみんなで使う物やサービスです～	星川 安之 ((公財)共用品推進機構)
3	12月7日(金)	楽しく安全な旅行をするために～トラブル回避のために事前のチェック～	武田 幸子 (消費生活アドバイザー)
4	12月14日(金)	自分でもできる汚れ落とし～お洗濯の基礎知識と活用術(実習付き)～	大石田 晃 (ライオン(株))
5	12月21日(金)	見学会「実はそれって危ないかも!?!～家庭の中の身近な製品安全～」	千代 勉 ((株)LIXIL)
6	平成31年1月11日(金)	誰でも歳はとって行きますが豊かな人生を過ごすために～急増する高齢者トラブルを防ぐためにできること～	山本 いく子 (消費生活相談員)

# みなと おしらせボード

※区役所・総合支所への郵便は、郵便番号とあて先(例:105-8511 港区役所〇〇課)で届きます。



凡例	対 象	時 刻	所 在 地
	内 容	人 員	申 込 込
	問 合	選 考	担 当

※ファックスでの問い合わせはFAX3578-2034へ。 ※費用の表記がないものは、すべて無料です。

## 健康

### 港区健康づくりサポーターが行う「快眠に役立つ呼吸法と身体調整法」

☎区内在住・在勤・在学者  
 日 9月30日(日)午後2時～3時30分  
 所 青山いきいきプラザ  
 人 15人(申込順)  
 費 400円(資料等)  
 電 電話で、健康クロスリンク研究会内山へ。 ☎090-7208-5952  
 問 健康推進課健康づくり係 ☎6400-0083

### 乳がん術後後遺症とリハビリテーション

☎どなたでも  
 日 10月2日(火)午後4時～5時  
 所 がん在宅緩和ケア支援センター  
 人 30人(申込順)  
 電 電話またはファックスで、氏名・電話番号を、10月1日(月)午後8時までに、がん在宅緩和ケア支援センター(受付時間:月～金曜午前10時～午後8時、土曜午前10時～午後5時)へ。 ※詳しくは、がん在宅緩和ケア支援センターホームページ <https://www.minato-hpccsc.jp/> をご覧ください。  
 ☎6450-3421 FAX6450-3583

## 講座・催し物

### オータムコンサート

☎どなたでも  
 日 9月29日(土)午後1時30分～2時30分  
 所 三田いきいきプラザ  
 電 当日直接会場へ。  
 問 三田いきいきプラザ ☎3452-9421

### 芝の家・第28回ジャズレコードコンサート

☎どなたでも  
 日 9月29日(土)午後6時30分～8時30分  
 所 芝の家(芝3-26-10)  
 人 30人(申込順)  
 電 電話またはファックスで、氏名・

電話番号を、芝の家(受付時間:火・木曜午前11時～午後4時、水・金・土曜正午～午後5時)へ。  
 ☎ FAX3453-0474

問 芝地区総合支所協働推進課地区政策担当 ☎3578-3192

### 震災復興まちづくり訓練

今回の訓練は、白金台4丁目地区をモデルとし、机上で復興に向けてのまちづくりを話し合うものです。  
 ☎区内在住・在勤・在学で、全4回に参加できる人  
 日 10月2日(火)午後6時～8時30分、11月3日(土・祝)午前9時30分～午後0時30分、12月8日(土)午前9時30分～午後0時30分、平成31年1月16日(水)午後6時～8時30分(全4回)  
 所 白金台区民協働スペース  
 人 30人(申込順)  
 電 電話で、9月11日(火)～25日(火)に、みなとコール(午前9時(初日は午後3時)～午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710  
 問 高輪地区総合支所まちづくり課まちづくり係

### 浪曲inとよおか～2018～

☎区民  
 日 9月22日(土)午後1時30分～3時30分  
 所 豊岡いきいきプラザ  
 電 当日直接会場へ。  
 問 豊岡いきいきプラザ ☎3453-1591

### 水辺フェスタ「地域対抗ボートレース大会」

地域の代表選手を応援しましょう。  
 ☎どなたでも  
 日 9月23日(日・祝)午前10時30分～午後4時  
 所 都立お台場海浜公園  
 電 当日直接会場へ。  
 問 芝浦港南地区総合支所協働推進課地区政策担当 ☎6400-0013

### 第4回区役所ロビーコンサート「ピアノとフルートによるデュオコンサート」

☎どなたでも  
 日 9月19日(水)午後0時15分～0時45

分  
 所 区役所1階ロビー  
 電 当日直接会場へ。  
 問 地域振興課文化芸術振興係 ☎3578-2343

### 女性のための再就職支援セミナー・就職面接会

☎就職を希望する人  
 日・日 10月2日(火)午前10時～正午:あなたにぴったりの仕事見つけます、10月10日(水)午前10時～正午:50代からの女性向け再就職プランニング、10月16日(火)午前10時～正午:笑顔の子育て仕事との両立、10月19日(金)午前10時～正午:履歴書の書き方と面接のポイント、10月23日(火)午後1時～2時:就職面接会直前対策、10月23日(火)午後2時～4時:就職面接会  
 所 男女平等参画センター(みなとパーク芝浦2階)  
 人 40人(申込順) ※保育あり(4カ月～就学前、10人。各開催日の10日前までにお申し込みください)  
 電 電話で、9月11日(火)から各開催日の前日までに、みなとコール(午前9時(初日は午後3時)～午後5時受け付け)へ。 ※就職面接会は当日直接会場へ。 ☎5472-3710  
 問 産業振興課経営相談担当

### 創業勉強会

☎創業しておおむね5年以内の人  
 日 9月29日(土)午後2時30分～4時30分  
 所 港勤労福祉会館  
 人 35人(申込順)  
 日 9月28日(金)までに、産業振興課ホームページ <http://www.minato-ala.net/> からお申し込みください。  
 問 産業振興課経営相談担当 ☎3578-2560

### 世界人権宣言70周年記念「人権連続講座みなと2018」(全5回)

☎区内在住・在勤・在学者、企業の人権担当者およびテーマに興味がある人  
 日 (1)10月2日(火)午前9時～午後5時

30分(2)10月17日(水)午後2時～4時(3)10月31日(水)午前10時～午後4時(4)11月10日(土)午後2時～4時(5)11月19日(月)午後6時30分～8時30分 ※5回全て参加できなくても可

☎(1)フィールドワーク「『人権の森』でハンセン病を学ぶ」(2)講座「『自分らしく生きる』を支える～暮らしの保健室とマギーズ東京～」(3)映画会・施設見学「お肉はどこからやってくる?」(4)体験講座「Let's enjoy!みんなのスポーツ」(5)講座「差別を禁止する法律はなぜ必要なのか」 ※詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

所 (1)国立ハンセン病資料館・国立療養所多磨全生園(東村山市。集合および解散は区役所、貸切バスで移動)(2)(4)東京都人権プラザ(芝2-5-6芝256スクエアビル1階)(3)東京都人権プラザ、お肉の情報館(港南2-7-19食肉市場センタービル6階)(5)リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)

人 (1)25人(2)80人(3)30人(4)40人(5)208人(いずれも申込順) ※(2)は保育あり(4カ月～就学前、5人程度。申込時にお申し出ください)  
 日 9月13日(木)から各講座開催日の5日前までに、次のいずれかの方法でお申し込みください。(1)電話で、みなとコール(午前9時(初日は午後3時)～午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710

(2)ファックスで、氏名・電話番号・住所・希望する講座を、総務課人権・男女平等参画係へ。 FAX3578-2976

問 総務課人権・男女平等参画係

### 第4回シアター・リーブラ

☎どなたでも  
 日 10月11日(木)午後6時40分～8時30分(午後6時20分開場)  
 所 リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)  
 日 「シアター・ブロンペン」(2014年、カンボジア。カンボジア映画史上初の女性監督が描く作品) ※詳しくは、男女平等参画センターホームページ

## 夜間・休日診療

モバイルサイトからもご覧いただけます▶

診療時間 □ は午前9時～午後5時  
 診療時間 ■ は午後5時～午後10時



小児初期救急	みなと子ども救急診療室	月～金曜(祝日、年末年始を除く)午後7時～10時(受付は午後9時30分まで)	中学生まで(おおむね15歳未満の小児)の軽症患者対象	芝浦1-16-10(社福)恩賜財団母子愛育会 総合母子保健センター 愛育病院1階 ☎6453-7302
--------	-------------	--	----------------------------	---

※受診するときは、あらかじめ電話で診療時間等をお問い合わせください。

9月16日(日)	ありいずみ内科(内)	芝浦3-11-8 ミナトヤビル3階	5419-7881
	古川橋病院(内)	南麻布2-10-21	3453-5011
	赤坂歯科クリニック(歯)	赤坂3-8-15 THE AKASAKA2階	3588-5088
9月17日(月・祝)	★西麻布クリニック(内)	西麻布3-20-6 杉友ビル1階	3403-6696
	山王クリニック品川(内)	港南2-16-1 品川イーストワンタワー307	3471-3014
	国際医療福祉大学三田病院(内・外)	三田1-4-3	3451-8121
	大河原歯科医院(歯)	虎ノ門1-23-3 虎ノ門ヒルズ森タワー3階	3539-4181
	六本木歯科医院(歯)	六本木7-18-5 ソフィア六本木1階	3401-8958
★岡部医院(内)	西麻布2-24-12	3407-0076	
港区休日歯科応急診療所(港区口腔保健センター)		三田1-4-10 みなと保健所2階	3455-4927(休日のみ)

電話がかかりにくい場合は、下記の診療案内へ

診療案内	東京消防庁救急相談センター(毎日24時間)	「#7119」(プッシュ回線の固定電話、携帯電話) ☎3212-2323(ダイヤル回線の固定電話等)
	東京都医療機関案内サービス「ひまわり」(毎日24時間)	☎5272-0303 ホームページ <a href="http://www.himawari.metro.tokyo.jp/">http://www.himawari.metro.tokyo.jp/</a>

電話相談	小児救急電話相談	月～金曜(祝日、年末年始を除く)午後6時～11時 土・日曜、祝日、年末年始午前9時～午後11時	「#8000」(プッシュ回線の固定電話、携帯電話) ☎5285-8898(ダイヤル回線の固定電話等)
------	----------	--	--

薬の相談 ※日中、夜間とも区内在住者に限ります。

港区休日くすり何でもテレホン 対応時間:午前9時～午後2時 ※薬局の電話がかかりにくい場合は、☎090-9378-7915

9月16日(日)	アイン薬局芝大門店	芝大門1-1-33	6452-8952
9月17日(月・祝)	みらい薬局	愛宕2-5-1 グリーンヒルズMORIタワー33階	5733-0366

夜間対応当番薬局(毎日) 対応時間:午後8時～午前0時 ☎090-3690-3102

区役所庁舎の一部フロアへの夜間・休日等の立ち入りには、手続きが必要です

区役所庁舎では、現在大規模改修工事を行っていますが、セキュリティ強化のため、平日は午前7時45分以前および午後8時30分以降、土・日曜、祝日、年末年始は全日、一部フロア(5・6・8・10・11階)への立ち入りには1階宿直室で手続きが必要となっています。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくご願ひ申し上げます。

問い合わせ  
 契約管財課庁舎改修工事担当  
 ☎3578-2275

区役所・総合支所への申し込み・問い合わせについて、特記がない場合は平日午前8時30分～午後5時の受け付けとなります。

http://www.minatolibra.jp  
をご覧ください。

☎208人(会場先着順)

☎当日直接会場へ。

☎男女平等参画センター

☎3456-4149

### 男性向け「ジェンダーってなに？ いまさら聞けない人に、一から 学ぶジェンダー講座」

☎区内在住・在勤・在学者、または  
テーマに関心がある人

☎10月18日(木)午後6時30分～8時30分

☎男女平等参画センター(みなと  
パーク芝浦2階)

☎20人(申込順)※保育あり(4カ月～  
就学前、4人程度。10月4日(木)まで  
に、申込時にお申し出ください)

☎電話または直接、男女平等参画セ  
ンターへ。男女平等参画センター  
ホームページからも申し込みます。  
詳しくは、男女平等参画センター  
ホームページ

http://www.minatolibra.jp

をご覧ください。 ☎3456-4149

### 赤坂図書館食の講座「おにぎりの 美味しいおはなし」

☎どなたでも

☎9月29日(土)午後2時～3時30分

☎赤坂図書館

☎30人(申込順)

☎電話または直接、赤坂図書館へ。

※9月20日(木)は休館 ☎3408-5090

## お知らせ

### 都市計画案の縦覧

ご意見がある人は、縦覧期間内に  
意見書を提出してください。

件名 (1)港南一丁目地区地区計画  
の変更(2)都市計画道路補助第123号  
線の変更(3)品川駅周辺土地区画整  
理事業の変更(4)都市計画道路環状  
第4号線及び補助第16号線の変更(5)  
都市計画下水道芝浦水再生センター  
の変更

縦覧期間 9月19日(水)～10月3日  
(水)※閉庁時を除く。

縦覧場所 (1)～(3)都市計画課(区  
役所6階) (4)(5)東京都都市計画課  
(都庁第二本庁舎12階)、都市計画課  
意見書の提出先 郵送または直接、  
(1)～(3)〒105-8511 港区役所都  
市計画課都市計画係へ。(4)(5)  
〒163-8001 東京都都市整備局都  
市づくり政策部都市計画課へ。

☎都市計画課都市計画係

☎3578-2215

東京都都市整備局都市計画課

☎5388-3225

### 東京都環境影響評価条例に基づ く環境影響評価書の縦覧等

事業名 (仮称)芝浦一丁目建替計画  
☎9月18日(火)～10月2日(火)※閉庁  
時を除く。

☎環境課(区役所8階)、各総合支  
所、みなと図書館

☎環境課環境指導・環境アセスメン  
ト担当 ☎3578-2490

### 青山中学校の夜間校庭開放期間 を拡大します

平成30年度から冬季期間も開放を  
行い、通年で利用できるようになります。

☎港区立学校施設等使用事前届出団  
体

☎生涯学習スポーツ振興課スポーツ  
振興係 ☎3578-2747

### 「港区教育史」思い出の写真募集

テーマ 「港区の小学校・中学校の  
思い出の写真」(例：教室・校舎等風  
景、学校生活(授業・給食・遠足  
等)、集団疎開)

応募条件 (1)応募者または応募者  
の親族が撮影した写真に限ります。  
(2)写真は一つのテーマごとに5点ま  
でとします。(3)事前に写真に写っ  
ている人物の肖像権をご確認の上、  
ご応募ください。(4)写真の返却を  
ご希望の人、写真を直接持ち込みた  
い人は、教育センターまでご連絡く  
ださい。

☎郵送で、平成31年3月31日(日・消  
印有効)までに、港区ホームページ  
から応募用紙をダウンロードし、必  
要事項を明記の上、写真(プリント  
したもの)を同封し、写真に関する  
あなたの思い出のコメントをつけて、  
〒108-0072白金3-18-2 教  
育センターへ。※ネガおよびデー  
タでは受け取れません。

☎教育センター ☎5791-5661

## 変更・休止情報等

### 赤坂子ども中高生プラザ体育館 (アリーナ)の休止

☎9月20日(木)～平成31年2月18日  
(月)(予定)

☎赤坂子ども中高生プラザ

☎5561-7830  
赤坂地区総合支所管理課施設運営担  
当 ☎5413-7273

### 障害保健福祉センター多目的体 育室の利用休止

☎11月12日(月)～平成31年3月31日  
(日)

☎障害保健福祉センター

☎5439-2511

障害者福祉課障害者事業運営係

☎3578-2388

### 「かかしまつり」開催に伴うちいばす 「麻布東ルート」のバス停一時休止

麻布東ルート復路(港区役所方面)  
の109「麻布一丁目」と通り」バス停を  
一時休止します。

なお、当日は迂回ルートを設定  
し、田町ルートの22「東麻布二丁目」  
バス停を麻布東ルートの臨時バス停  
とします。

☎9月28・29日(金・土)午後2時～最  
終※当日の交通規制の状況により、  
時間帯が変更になる場合があります。  
☎(株)フジエクスプレス

☎3455-2213

地域交通課地域交通係 ☎3578-2279

## 求人・区民委員募集

### 港区職員(技能Ⅱ(作業Ⅰ))

採用予定人数 若干名

受験資格 平成31年4月1日現在35歳  
未満の人

採用予定日 平成31年4月1日

第1次試験日 10月21日(日)

選考方法 体力測定、択一試験、作  
文試験および面接

☎直接、10月2・3日(火・水)午前9  
時～午後1時に、申込用紙(写真添  
付)等を、区役所10階受け付け会場  
へ。申込受付時に簡単な体力測定を  
行います。※受験資格・採用選考日  
程・勤務場所等については詳しくは、  
選考案内(申込用紙)をご覧ください。  
選考案内(申込用紙)は、人事課  
人事係(区役所10階)、各総合支所・  
台場分室、各港区立図書館等で配  
布しています。選考案内(申込用紙)  
は、港区ホームページからダウ  
ンロードもできます。

☎人事課人事係 ☎3578-2107

## 港区公共施設マネジメント計画に基づく 「個別実行計画」を策定しました

区は、平成28年度に策定した「港  
区公共施設マネジメント計画」に基  
づき、公共施設の維持管理に関する  
取り組みを示した「個別実行計画」を  
分野ごとに策定しました。

今後は、各個別実行計画に基づ  
き、公共施設を適切に維持管理す  
るとともに、公共施設の「安全性の確  
保」「機能・性能の確保」「長寿命化」

「財政負担の軽減・平準化」を推進し  
ていきます。

### 計画を閲覧するには

個別実行計画は、港区ホームペ  
ージの他、用地・施設活用担当(区役  
所10階)でご覧になれます。

### 問い合わせ

企画課公共施設マネジメント担当

☎3578-2418

### 表 個別実行計画の分野

分野	計画の名称
区有施設(建物)	区有施設保全計画
道路施設	道路施設維持管理計画
橋りょう	橋りょうの予防保全型管理について
公園施設等	公園施設等維持管理計画
駐車場、駐輪場	公共駐車場等保全計画

## 本人確認にご協力をお願いします

区では、不正な住民票の取得や虚  
偽の戸籍の届け出等の事件を未然に  
防ぐために、住民票や戸籍証明等の  
請求、住所の異動届け出および戸籍  
の届け出等の手続きのときに、窓口  
に来た人の本人確認を行っています。

なお、お持ちいただいた本人確認  
書類をコピーさせていただいたり、  
運転免許証の暗証番号の入力をお願  
いしたりする等の確認をさせていただ  
く場合があります。

### 確認の方法

#### 本人の場合

顔写真の付いた公的な証明書(運  
転免許証・パスポート・マイナン  
バーカード(個人番号カード)・顔写  
真付きの住民基本台帳カード・在留  
カード等)をお持ちの方は、1点で確

認します。このような本人確認書類  
をお持ちでない方は、健康保険証と  
年金手帳等(公的機関等が発行して  
いる本人確認書類)、本人であると  
分かるもの2点以上で確認します。

#### 代理人の場合

本人から委任されていることが分  
かる書面(委任状等)をお持ちいた  
だきます。併せて、代理人の本人確認  
(「本人の場合」と同じ)を行います。

皆さんの個人情報を守るため、窓  
口での本人確認書類の提示やコピー  
についてのご理解とご協力をお願い  
します。

### 問い合わせ

各総合支所区民課窓口サービス係  
・台場分室 ☎欄外参照

### 区内のPM2.5の1日平均値

8月27日(月)の各局の1日平均値(速報値)は次のとおりです。

区局	PM2.5濃度(μg/m <sup>3</sup> )	都局	PM2.5濃度(μg/m <sup>3</sup> )
赤坂局	14.7	高輪局	19.0
一の橋局	15.7	第一京浜高輪局	17.6
芝浦局	18.8	台場局	18.7

※μg/m<sup>3</sup>=1立方メートル当たりのマイクログラム  
※速報値ですので、後日訂正されることがあります。  
※PM2.5の環境基準は、1年平均値が15μg/m<sup>3</sup>以下、かつ1日平均値が35μg/m<sup>3</sup>以下です。  
その他の測定結果やリアルタイムの数値は、港区ホームページまたは東京都ホームページ  
をご覧ください。

### 問い合わせ

環境課環境指導・環境アセスメント担当 ☎3578-2492

### 区内の放射線量の1日平均値

8月27日(月)の区内2カ所のモニタリングポストの放射線量の1日平均値は次のとおりです。

区役所(植え込み)	お台場学園
0.076μSv/h	0.043μSv/h

※μSv/h=1時間当たりのマイクロシーベルト  
※地表から50cmの地点で測定。  
※区役所(植え込み)は、手動測定による平均値。

### 問い合わせ

環境課環境政策係 ☎3578-2487

# パラスポーツのなんだろな ⑤

東京2020パラリンピック競技大会に向けて

## ゴールボール

ゴールボールは、鈴の入ったボールを転がし合い、相手ゴールに入れた得点数を競うスポーツです。選手は全員、アイシェードといわれる目隠しを着け、見えない状態でプレーします。鈴の音と選手同士の声掛けを頼りにボールやゴールの位置を把握するため、観客は試合中、声や音を出して応援することができません。

チームは最大6人で、コート上には3人の選手が出場し、1試合12分ハーフ、延長3分ハーフで行われます。

ゴールの大きさより強く、より速くは高さ1.3メートル、幅9メートルの選手が出場し、1試合12分ハーフ、延長3分ハーフで行われます。

特徴的なルールは、主に4つあります。投球する際はゴールから6メートルまでの距離でワンバウンドさせること(ハイボール)。投げ出されたボールがセンターラインを挟んで6メートルの範囲内でワンバウンドすること(ロングボール)。相手が投げたボールにディフェンス側が触れた場合、最初に触れた瞬間から10秒以内にセンターラインを越える攻撃をすること(10秒カンド)。そして、審判の許可がない限り、アイシェードに触れないこと(アイシェードタッチ)。これらのルールを破ると、ペナルティが課せられます。

ゴールボールは、第2次世界大戦で視覚に障害を受けた軍人のリハビリプログラムとして考案され、パラリンピックでは、1972年ハイデルベルク大会で公開競技として実施され、1976年トロント大会から正式種目に採用されました。日本代表は、2004年アテネパラリンピック大会で初出場した女子チームが銅メダルを獲得する等、国際大会で結果を出しています。東京2020パラリンピック競技大会での活躍も期待されています。

選手と観客が一体となって集中力を研ぎ澄まし、高いレベルの技術を駆使したゴールの攻防を楽しめます。この機会に、ゴールボールの魅力を感じましょう。

選手と観客が一体となって集中力を研ぎ澄まし、高いレベルの技術を駆使したゴールの攻防を楽しめます。この機会に、ゴールボールの魅力を感じましょう。



音を頼りにボールの位置を把握する選手

日本ゴールボール協会 検索

## 2018年みなと区民スポーツ・体育祭(スポーツまつり)

みなと区民スポーツ・体育祭(スポーツまつり)が、10月8日(月・祝)にみなとパーク芝浦で開催されます。スポーツ体験コーナー、パン食い

競走、自由参加の種目やイベントが盛りだくさんです(一部事前申し込みが必要な種目や、上履き・水着・水泳帽等が必要な種目があります)。

表2 スポーツまつり事前申し込み一覧

種目	会場	とき	対象	定員	申し込み	問い合わせ
① ジュニア水泳教室・記録会	港区スポーツセンタープール	午前10時～正午	区内在住・在学の小・中学生	60人(抽選)	郵送で、9月25日(火)までに、往復はがきの往信欄裏面に、住所・氏名・学年、返信欄表面に、返信のための住所を明記の上、〒105-0023芝浦1-16-1みなとパーク芝浦3階港区スポーツセンター内 港区水泳協会へ。	港区水泳協会 ☎090-5807-0182 (平日：午前9時～午後5時)
② 無料体験ボウリング教室	東京ポートボウル(芝浦1-13-10 第三東運ビル)	午前10時～11時30分	区内在住・在勤・在学者	60人(申込順)	直接、9月13日(木)～10月1日(月)に、東京ポートボウルへ。 ※申込用紙は東京ポートボウルにあります。	東京ポートボウル ☎3451-9211
③ ゴルフプロによるワンポイントレッスン ※有料 600円 ※レッスン時間は1人30分 ※貸しクラブ、ボールは無料	住地ゴルフスクール(東京ポートボウルボウリング場屋上階)	午前10時～正午、午後1時～4時	区内在住・在勤・在学者	24人(申込順)	電話またはファックスで、住所・氏名・電話番号を、9月13日(木)～10月1日(月)に、港区ゴルフ連盟事務局へ。	港区ゴルフ連盟事務局 (平日：午前9時～午後5時30分) ☎0120-101-495 FAX6866-9754

## 平成30年度 港区NPO活動助成事業助成団体の事業を紹介します②

### ＝(特)暮らしのグリーンサポートみなと

皆さんは「グリーン」という言葉をご存じでしょうか。グリーンとは一般的には「悲嘆」と訳され、大切な人を失くした後に体験する複雑な情緒の状態を言います。

グリーンは、一人一人異なり、折り合う力も人それぞれです。(特)暮らしのグリーンサポートみなとでは、グリーンを抱えた人がご自身の気持ちを安全・安心な場で話せるよう、次の4つのプログラムを実施し

ています。  
**ファシリテーター養成講座**  
グリーンを抱えた人(大人、子ども)のサポートをするために必要なスキルを学びます。ご自身の喪失体験や価値観を振り返り、グリーンと向き合う場でもあります。  
受講後は、法人ボランティアに登録していただくことをお願いしています。

### グリーンサポートカフェ(大人プログラム・子どもプログラム)

同じ経験をした人同士が自分のペースで話をしたり、聞いたりする場です。大人プログラムではパートナー死別、ファミリー死別のカフェ形式にて互いの気持ちを共有しています。子どもプログラムでは遊びを通じて安全・安心な場で自分の気持ちを表現できる場を提供しています。

### 個別相談

個別で話を聞いてほしい人は個別相談をご利用いただけます。法人のメンバーは弁護士、社労士、社会福祉士、薬剤師、葬儀社等で構成されていますので、今後の生活を送る中で、不安な人もご相談いただけます。

### 連続講座

グリーン、グリーンサポートを多くの人に知っていただくことで、グリーンを抱えた人が安全・安心な地域で暮らせるのではと考えています。

連続講座は毎年開催予定です。どなたでも講座に参加することができます。

### 問い合わせ

○各プログラムの申し込み・問い合わせについて  
(特)暮らしのグリーンサポートみなと ☎080-4473-3656  
○助成事業について  
地域振興課区民協働・町会自治会支援担当 ☎3578-2557

## 平成29年度区有施設における二酸化炭素排出量等をお知らせします

区では「第4次港区環境率先実行計画」を策定し、区有施設における二酸化炭素排出量の削減に取り組んでいます。平成29年度の二酸化炭素排出量およびエネルギー使用量の実績は表1のとおりです。

区は、引き続き地球温暖化防止に向けて区有施設の省エネルギー化等に取り組んでいきます。区民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

### 第4次港区環境率先実行計画における削減目標

区有施設の面積当たりの二酸化炭素排出量を、平成28年度～32年度の

5年間で、平成24年度～26年度の平均から10パーセント削減します。毎年2パーセント以上の削減をめざします。

### 削減目標達成に向けた指標

区有施設の面積当たりのエネルギー使用量を、平成28年度～32年度の5年間で、平成24年度～26年度の平均から5パーセント削減します。毎年1パーセント以上の削減をめざします。

### 問い合わせ

環境課地球温暖化対策担当 ☎3578-2477

表1 平成29年度の二酸化炭素排出量とエネルギー使用量

	【区長部局】 区役所、各総合支所、区立保育園、みなと保健所、高齢者施設、清掃関連施設等	【教育委員会】 区立幼稚園、小・中学校、スポーツ関連施設等
二酸化炭素排出量(トン-CO2)	1万6185	1万2151
面積当たりの二酸化炭素排出量(トン-CO2/平方メートル)	0.0368	0.0400
基準値からの増減率	12.2パーセント減	4.7パーセント増
エネルギー使用量(キロリットル)	9532	6780
面積当たりのエネルギー使用量(キロリットル/平方メートル)	0.0216	0.0223
基準値からの増減率	0.6パーセント増	4.2パーセント増

皆さん、みなとパーク芝浦での秋の休日をお楽しみください。

※詳しくは、港区コミュニティ情報誌「キスポーツ」をご覧くださいか、お問い合わせください。

### 対象

どなたでも

### とき

10月8日(月・祝)午前10時～午後4時30分

### ところ

みなとパーク芝浦一帯

### 事前申し込みが必要なイベント

表2のとおり

※10月6・7日(土・日)開催のみならず、区民まつりについては、後日、「広報みなと」でお知らせします。

### 問い合わせ

2018年みなと区民スポーツ・体育祭実行委員会(Kissポート財団スポーツ事業課) ☎5439-6201  
港区スポーツセンター ☎3452-4151

担当課 生涯学習スポーツ振興課スポーツ振興係