

新型コロナウイルス 感染拡大防止のため、人と人の距離の確保・手洗い・咳エチケットを徹底してください

5月1日

7日は

憲法週間

昭和22年5月3日に日本国憲法が施行されました。
これを記念して5月3日を憲法記念日、5月1～7日を
憲法週間としています。

日本国憲法は国の在り方や仕組み等を定めているもので、私たちの日々の生活と密接につながっています。

毎日の暮らしの中で、憲法について考えることはあまりないかもしれませんが、しかし、憲法は、私たちが幸せに生きるために欠かせないものです。この憲法週間に機会に、改めて憲法について考えてみませんか。

問い合わせ

総務課人権・男女平等参画係 ☎3578-2027 FAX3578-2976

**港区新型コロナワクチン接種
コールセンター ☎6626-2833**

区で実施する新型コロナウイルスワクチン接種についての問い合わせ窓口です。

コールセンターでは、医学的なことについてはお答えできません。基礎疾患等がある人で、ワクチン接種に不安のある場合は、かかりつけの医療機関にご相談ください。

ワクチン接種の予約については、接種券がお手元に届いてから受け付けできます。

対応言語 日本語・英語・中国語・韓国語

受付時間 月～金曜 午前8時30分～午後5時30分
(土・日曜、祝日除く)

ここでは、**憲法の3つの柱**である、
「国民主権」「基本的人権の尊重」「平和主義」

についてご紹介します

国民主権

国の政治の在り方を最終的に決める力は国民にあり、国民こそが政治の主人公であるというのが国民主権の考え方です。国民の代表として選挙で選ばれた国会議員が国の政治を行うことは、主権が国民にあることの表れです。

私たちは、選挙を通じ、国政に対する意志を表すことができます。大切な一人一人の一票が、より良い日本の政治につながるようになります。

基本的人権の尊重

私たちが人間らしく生活していくために、全ての人が当然に持っている侵すことのできない永久の権利が基本的人権です。ただし、それは好き勝手に振る舞っていいということではなく、自分の権利を守るためには、他人の権利も守らなければならないことを忘れてはなりません。

新型コロナウイルス感染症の流行が続いている中、誰もが差別的取り扱い等を受けず、全ての人の基本的人権の尊重を実現するために、お互いの人権を認め合うことがより一層私たち一人一人に求められています。

平和主義

人類は2度にわたる世界大戦の惨禍を経験し、平和の尊さ、生命の尊さを学びました。また、平和なしには基本的人権の保障はありえません。

私たちは、子どもたちに、平和で人権の尊重された社会を引き継いでいかなければなりません。憲法に掲げる理想をさらに追求し、世界の平和に向けて努力していく必要があります。

憲法週間記念講演のつどい

令和3年度憲法週間記念講演のつどいは、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、オンラインで開催します。

対象 どなたでも ※手話通訳・字幕あり

講演

講師 木村 草太氏
(東京都立大学教授)



講師プロフィール

昭和55年横浜生まれ。平成15年、東京大学法学部卒業。同年、同大学法学政治学研究科助手。東京都立大学准教授を経て、平成28年から現職。専攻は憲法学。平等権と差別されない権利、信教の自由と政教分離、国家の正統性調達システムと憲法の関係等を研究。主な著書に「憲法の急所」(羽鳥書店)、「ほとんど憲法」(河出書房新社)、「憲法学者の思考法」(青土社)等



動画配信開始日

5月1日(土)
※港区ホームページで配信します。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、「憲法週間記念講演のつどい」のページをご覧いただけます。

講演テーマ

「新型コロナウイルス感染症の時代と人権」

講演内容

今回の新型コロナウイルス対応については、さまざまな人権問題が起きています。強力な行動抑制は、営業の自由や移動の自由に対する制約を生じさせます。また、プライバシー権や差別されない権利等も問題となります。この講演では、それらの権利がなぜ重要なのかを確認し、その観点から、新型コロナウイルスへの対応のための法律や政令の内容を検討していきます。

感染症対策は、個人が健康に生きる権利を実現するためのものであり、それ自体も、人権保障のために不可欠です。ただし、それを進めるには、他の人権との調和も忘れてはなりません。人権の観点から感染症対策を丁寧に考えます。



区の手続きや施設・催し物のご案内は **みなとコール** ☎5472-3710 FAX5777-8752 年中無休 午前8時～午後8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(<https://www.city.minato.tokyo.jp>)でもご覧いただけます。



港区特定不妊治療費助成制度

4月1日から 事実上の婚姻関係(事実婚)にあるご夫婦も対象としました



区では、高額な医療費がかかる特定不妊治療(体外受精・顕微授精)の医療保険が適用されない費用の一部について、年度内30万円を限度に助成しています。制度について詳しくは、港区ホームページをご覧ください。申請書等必要書類一式のダウンロードもできます。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「港区特定不妊治療費助成」のページをご覧ください。

男性不妊治療の費用も対象です

男性不妊治療(精子を精巣等から採取するための手術)も年度内15万円を限度に助成しています。

申請要件

治療の開始日から申請日(申請は、治療終了後にできます)まで継続して、夫婦または夫婦のどちらか1人が港区に住民登録をしていること
※夫婦の所得等の額により条件があります。

※妻の年齢が43歳以上で開始した治療分は、4月1日以降は助成の対象

外です。

申請期間、必要書類

表1のとおり

申請方法

郵送または直接、健康推進課地域

保健係へ(区が郵送料を負担します。詳しくは、5面の記事をご覧ください)。

※各総合支所では受け付けできません。

送付先・問い合わせ

〒108-8315 みなと保健所健康推進課地域保健係
☎6400-0084 FAX3455-4460

表1 特定不妊治療費助成の申請期間、必要書類

助成対象年度	治療終了日※1	申請期間※2	申請締切日	必要書類※3	必要書類②・④・⑤を申請締切日までに添付できない場合
令和3年度	1月1日～3月31日	4月1日～6月30日(水)	6月30日(水・消印有効)	①特定不妊治療費助成申請書 ②特定不妊治療費受診等証明書 ③領収書(写し) ④東京都(等)特定不妊治療費助成承認決定通知書(写し)(該当者のみ) ⑤精巣内精子生検採取法等受診等証明書(該当者のみ) ⑥住民票(写し)(夫婦の一方が区外に住んでいる場合に必要です) ⑦戸籍謄本等法律上の婚姻関係、婚姻日等を証明する書類(同年度に1度提出している場合は省略できます) ⑧住民税課税証明書(港区に住民税の所得申告をしている人は省略できます)	「医療機関の証明発行が遅れている」または「都に申請中のため」等、申請書に添付できない理由を記した申出書を提出することで、期間内に提出されたものとするができます。 不足書類は、別途指定する日までに提出してください。
	4月1日～令和4年3月31日(木)	4月1日～令和4年3月31日(木)	令和4年3月31日(木・消印有効)		

※1 令和2年12月31日までに終了した治療の申請受け付けは終了しました。

※2 特定不妊治療開始時点で妻の年齢が43歳未満であることが要件です。

※3 必要書類は申請者ごとに異なります。詳しくは、港区ホームページでご確認ください。



戸別訪問収集および粗大ごみの運び出し収集の対象者を拡大しました



ご自身で資源やごみを出すことが困難な人を対象に、みなとリサイクル清掃事務所の職員が、玄関先まで収集に伺うサービスを無料で行っています。

これまで、65歳以上の高齢者または障害者のみで構成する世帯に対して行っていたこのサービスを、4月1日から次のとおり対象拡大しました。

対象

次のいずれかの人が含まれる世帯のうち、自力でごみを集積所(粗大ごみについては屋外)に出すことが困難で、近隣住民等の協力が得られない世帯

- (1)65歳以上の高齢者
- (2)身体障害者手帳、愛の手帳または精神障害者保健福祉手帳の交

付を受けている人

- (3)難病医療費助成を受けている人
- (4)要介護認定を受けている人(65歳未満)
- (5)母子健康手帳の交付を受けた妊婦
- (6)産後1年を経過する月の前月末日までの子どもを養育する人

対象とする資源・ごみ

可燃ごみ、不燃ごみ、資源プラスチック、資源(古紙・びん・かん・ペットボトル)、粗大ごみ

費用

無料。ただし、粗大ごみの運び出し収集については、有料粗大ごみ処理券の貼付が必要です(生活保護世帯等は除く)。

問い合わせ

みなとリサイクル清掃事務所清掃事業係
☎3450-8025



屋内喫煙所の設置費および維持管理費を助成します

区では、建築物を所有する人等が建築物の屋内に、一般利用可能な喫煙所を設置する際にかかる費用(設置費)と屋内喫煙所の維持管理費を助成しています。4月1日からは新たに、屋内と同等の設備を有する屋外設置の喫煙所(コンテナ型・トレーラー型等)も対象となりました。助成金を申請する場合は、必ず事前にご相談ください。

助成制度の概要

助成対象者

- (1)区内の建築物を所有または使用する人
- (2)区内の所有または使用する敷地内に喫煙所を設置する人

助成金額等

表2・3のとおり

助成要件(一部)

- 一般に開放し、原則、利用料が無料であること
- 屋内喫煙所の床面積が5平方メー

トル以上で、収容人員が3人以上であること

- 港区指定喫煙場所としての指定を受けること
 - おおむね1日8時間以上かつ週5日以上開放すること
 - 最低5年間継続して運営すること
- ※上記は助成要件の一部です。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

表3 維持管理費の助成

助成割合	10分の10
助成期間	10年間
助成上限額	1～5年目 年間144万円 6～10年目 年間72万円
助成対象	電気代、空気清浄機の保守、火災保険料、清掃・ごみ処理委託経費等

問い合わせ

環境課環境政策係 ☎3578-2506

表2 設置費の助成

助成割合	10分の10	
設置する喫煙所の面積と助成上限額	5平方メートル以上10平方メートル未満	400万円
	10平方メートル以上15平方メートル未満	600万円
	15平方メートル以上20平方メートル未満	800万円
	20平方メートル以上	1000万円
助成対象	コンテナ型・トレーラー型喫煙所(5平方メートル以上)	1000万円
	喫煙所の設置に係る経費のうち、工事費、設備費、備品、機械装置費等	

※4月1日から、コンテナ型・トレーラー型喫煙所の設置費助成項目を新設しました。



電子申請を利用して暮らしを便利に



区では、パソコンやスマートフォンを使って、インターネットで行政手続きができる仕組みとして、「電子申請サービス」を実施しています。

子育て・福祉等の手続きに加え、住民票の写し等の各種証明書、環境・まちづくり分野、産業・文化・観光分野で、電子申請が利用できるようになりました。

区では、行政手続きのオンライン化を順次進めており、今後も利用で

きる申請手続きを拡充していきます。電子申請の利用方法および申請が可能な手続きについて詳しくは、港区ホームページをご覧ください。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「電子申請サービス」のページをご覧ください。

問い合わせ

情報政策課ICT推進担当
☎3578-2080

「広報みなと」の自宅配送について

「広報みなと」は、区民で、新聞購読をしていない人、区有施設で入手することが困難な人のうち、希望する人に自宅配送しています。また、自宅配送を申し込んだ人で、不要になった人、住所が変更になる人は、分かり次第早めに区長室広報係へご連絡ください。新規配送・配送停止・住所変更の手続きには、1カ月程度の期間がかかります。 区長室広報係 ☎3578-2036

令和3年度 国民健康保険料に関するお知らせ

国民健康保険料の計算方法

国民健康保険料は世帯を単位として、国民健康保険被保険者の人数と、賦課のもととなる所得金額(※1)をもとに計算します。

- ※1 賦課のもととなる所得金額とは、前年の総所得金額および山林所得金額ならびに株式・長期(短期)譲渡所得金額等の合計から基礎控除額(43万円※2)を差し引いた額をいいます(雑損失の繰越控除は行いません)。
- ※2 合計所得金額が2400万円を超える場合、基礎控除額は通減・消失します。

所得割料率、均等割額および最高限度額

基礎分(医療分)

所得割料率 7.13パーセント

均等割額 3万8800円

最高限度額 63万円

後期高齢者支援金分

所得割料率 2.41パーセント

均等割額 1万3200円

最高限度額 19万円

介護納付金分

所得割料率 2.13パーセント

均等割額 1万7000円

最高限度額 17万円

基礎分(医療分)、後期高齢者支援金分および介護納付金分を合算して通知します

介護保険の第2号被保険者(40～64歳の人)がいる世帯の国民健康保険料は、基礎分(医療分)と後期高齢者支援金分に加え、介護納付金分の保険料を合算した額です。

介護納付金分の計算について

40歳を迎える場合

40歳の誕生日の前日に、介護保険の第2号被保険者の資格を得ます。資格を得た月以降の国民健康保険料に介護納付金分が加わりますので、国民健康保険料を計算し直して、変更通知をお送りします。

65歳を迎える場合

65歳の誕生日の前日に、介護保険の第2号被保険者から第1号被保険者(65歳以上の人)の資格に変更になります。国民健康保険料は、65歳になる前月までの介護納付金分を計算した上で、基礎分(医療分)、後期高齢

者支援金分と合わせて年度内の各支払月期へ均等に割り付けています。

75歳を迎える人

75歳の誕生日に後期高齢者医療制度に加入し、国民健康保険の資格は喪失します。国民健康保険料は、75歳の誕生日が属する月の前月分までお支払いいただきます。同じ世帯に74歳以下の人がいる場合、74歳以下の人の国民健康保険料と合算して年度内の各支払月期へ均等に割り付けています。国民健康保険と後期高齢者医療制度の保険料が重複して賦課されることはありません。

国民健康保険料の減額・軽減制度

国民健康保険料均等割額の減額

前年の1～12月の1年間の所得が一定の基準以下の世帯の場合、均等割額を7割、5割または2割減額します。

対象となる世帯は、所得金額により判定しますので、世帯全員の住民税の申告が必要となります。収入がなかった人も申告をしてください。

後期高齢者医療制度への移行に伴う国民健康保険料の軽減措置

旧被扶養者に対する軽減

職場の健康保険、船員保険、共済組合等の被保険者が後期高齢者医療制度に移行すると、その被扶養者だった人は国民健康保険に加入するこ

とになります。このような人のうち、65歳以上の人を旧被扶養者といい、所得割額は当面の間免除、均等割額は加入した月から2年間(24カ月)半額になります。加入時に申請してください。

非自発的失業者の軽減措置

倒産・解雇等による離職(雇用保険の特定受給資格者)や雇止め等による離職(雇用保険の特定理由離職者)をした人は、国民健康保険料が軽減される場合があります。雇用保険受給資格者証を持参の上、届け出てください。

国民健康保険料の減免

災害その他の特別な事情により、一時的に生活が著しく困難となり、保険料が納められなくなった世帯に対し、申請により国民健康保険料を減免する制度があります。住民税の申告をしている人が対象です。

詳しくは、お問い合わせください。

令和3年度、国民健康保険料の通知

6月に年間保険料を計算して、世帯主にお知らせします。

問い合わせ

国保年金課資格保険料係

☎3578-2643～5、2647～9

令和
3年度

健康診査・がん検診等 のお知らせ

特定健康診査について

特定健康診査は、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防・早期発見のために、医療保険者が行う健診です。令和3年度の特定健康診査対象者は、令和3年4月1日現在港区国民健康保険加入者で、健診受診日まで引き続き加入している40歳(令和4年3月31日現在)～75歳未満(健診時)の人です。企業の健康保

険組合や共済組合等に参加している人は、加入している各健康保険組合等が健診を行います。詳しくは、各健康保険証の発行元にお問い合わせください。

特定健康診査の結果、生活習慣を改善する必要があると判定された人には特定保健指導を実施します。

※令和2年度の特定健康診査の結果、該当する人には、糖尿病性腎症等

の疾患を発見するため、微量アルブミン尿検査の受診券を別途お送りします。

がん検診等について

各種がん検診や、肝炎ウイルス検診、お口の健診、区民健康診査(30健診)は、加入している健康保険に関わらず受診できます。

健康診査・がん検診の受診期間

6月～令和4年1月

※乳がん検診(マンモグラフィ検査)

7月～令和4年2月

※健診(検診)の受診期間は異なりますのでご注意ください。

対象・とき

表のとおり

ところ

指定医療機関等

健診・検診の受診券とご案内の郵送時期

お口の健診・口腔がん検診は5月下旬、健康診査・がん検診等は6月下旬に郵送します。

問い合わせ

健康推進課健診事業担当・健康づくり係

☎6400-0083

○お口の健診、口腔がん検診について健康推進課地域保健係

☎6400-0084

表 健康診査・がん検診等一覧

		対象※1	とき
特定健康診査		40歳(令和4年3月31日現在)～健診時75歳未満の港区国民健康保険加入者	7月1日(木)～11月30日(火)
基本健康診査		後期高齢者医療制度加入者、40歳以上の生活保護受給者、その他健診機会のない40歳以上の区民(申し込みが必要です)	
生活機能評価		65歳以上の区民(介護保険の要介護・要支援認定を受けている人を除く)	
肝炎ウイルス検診		今まで1度も区の肝炎ウイルス検診を受診したことのない人	7月1日(木)～11月30日(火) ただし一部医療機関は通年
微量アルブミン尿検査		令和2年度港区国民健康保険特定健康診査の結果、 ヘモグロビンエーワンジー HbA1c6.5パーセント以上かつ尿蛋白(一)または(±)だった人	7月1日(木)～11月30日(火)
大腸がん検診※2		40歳以上の区民	7月1日(木)～令和4年1月31日(月)
胃がん検診	胃部エックス線検査※3	40歳以上の区民	
	胃内視鏡検査	50歳以上の偶数年齢の区民(胃部エックス線検査と胃内視鏡検査のいずれかを選択できます)	
肺がん検診		40歳以上の区民	
喉頭がん検診		40歳以上の区民で喫煙指数600以上の人(喫煙指数＝喫煙本数(1日)×喫煙年数)または受動喫煙の機会が多い等、医師が必要と認める人	
前立腺がん検診		55～75歳の奇数年齢の男性区民	7月1日(木)～令和4年2月28日(月)
子宮頸がん検診		20歳以上の女性区民(30・33・36・39歳は希望によりHPV検査を併用)	
乳がん検診	視触診	30～39歳の女性区民	
	マンモグラフィ検査※4	40歳以上で令和2年度マンモグラフィ検査未受診の女性区民	7月1日(木)～令和4年3月31日(木)
30健診(区民健康診査)※5		30～39歳の区民 30歳、平成30年度～令和2年度に30健診受診歴のある人、港区国民健康保険加入者、生活保護受給者、子宮頸がん・乳がん(視触診)検診一斉発送対象者には個別に通知します。それ以外は申し込みが必要です。	
骨密度測定検診		40・45・50・55・60・65・70歳の女性区民	7月1日(木)～11月30日(火)
お口の健診		20歳以上の区民および20歳未満の妊婦 令和2年度に「お口の健診」および「口腔がん検診」の受診歴のある人、20歳、25歳または30歳以上の偶数年齢の人へは、5月下旬に受診券を個別に通知します。それ以外の人は申し込みが必要です。	前期健診 6月1日(火)～8月31日(火) 後期健診 11月1日(月)～令和4年1月31日(月)
口腔がん検診		40歳以上の区民 令和2年度に「お口の健診」および「口腔がん検診」の受診歴のある人、40歳以上の偶数年齢の人へは、5月下旬に受診券を個別に通知します。それ以外の人は申し込みが必要です。	6月1日(火)～令和4年1月31日(月)

※1 令和4年3月31日(木)現在の年齢

※2・3 35歳以上の区民を対象とした「こことからだの元氣プラザ」会場は廃止しました。

※4 区内指定医療機関または「こことからだの元氣プラザ」

※5 区内指定医療機関(7～11月)または「こことからだの元氣プラザ」(7月～令和4年3月)

◆書面やファックスでの申し込みの際には、摩擦熱等の温度変化で筆跡が消えるボールペン等の使用をお控えください。

新型コロナウイルス感染症を乗り越えていくために

新型コロナウイルスワクチン接種の準備を進めています

区窓口等での手続きに関する手数料を無料にしています

区では現在、区民の皆さんのワクチン接種に向けて準備を進めています。

一般区民の皆さんに先立って実施する高齢者(昭和32年4月1日以前に生まれた人)への接種に向けたワクチンは、早ければ4月下旬に区へ約500人分到着します。また、国が5月前半に配布する予定のワクチンについては、区への十分な供給が見込まれない状況です。

対象

量の少ないワクチンで無駄なく、より効果的に接種を行うため、接種希望を正確に把握でき、集団感染(クラスター)の防止が大きな課題となっている高齢者施設への巡回接種を先行して実施します。高齢者への本格的な接種は、決まり次第、開始日や接種可能な会場をお知らせします。

接種券発送時期

高齢者施設入所者 4月中旬以降、順次、施設へ発送予定

施設入所以外の高齢者 5月6日(木)までに、住民登録がある住所へ発送予定

※掲載内容は、3月30日時点の情報です。

ワクチン接種に便乗した詐欺にご注意ください

接種費用は無料です。ワクチン接種や予約のために、区が金銭や個人情報を求めることはありません。不安な場合や困ったときは、警察署や国民生活センターに相談してください。

問い合わせ

港区新型コロナワクチン接種コールセンター ☎6626-2833

担当課 保健予防課新型コロナウイルスワクチン接種担当

新型コロナウイルス感染症の感染拡大により、暮らしや経済への影響は長期化しています。その影響が、区民や区内で活動するさまざまな事業者幅広く及んでいます。このことから、区は、区民や事業者の経済的負担の軽減につなげるため、各種手続きの区窓口等での手数料を免除しています。

対象 区民、中小企業者等(個人事業主含む)

手数料が無料になる手続き 住民票の写し、戸籍に関する証明書、課税・納税証明書の交付手続き 等

※この他にも無料となる手数料があります。港区ホームページでご確認ください。

実施期間 令和4年3月31日(木)申請分まで

その他 減免のための申請は不要です。

コンビニ交付サービスを利用の場合は10円に減額します。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「区窓口等での手数料減免について」のページをご覧ください。

問い合わせ

企画課企画担当 ☎3578-2622 FAX3578-2034

発熱等の症状がある時や新型コロナウイルス感染症に関する外来受診等の相談先を紹介します

発熱の症状があるときや新型コロナウイルス感染症を疑う症状がある人の相談先は次のとおりです。

発熱や咳、息苦しさ(呼吸困難)強いだるさ(倦怠感)等の症状がある人

原則「かかりつけ医」に相談 「かかりつけ医」または地域の身近な医療機関に相談し、診療や検査を受診するか、「診療・検査医療機関」の紹介を受けます。地域の身近な医療機関については、東京都医療機関案内サービス「ひまわり」等で検索することができます。

東京都医療機関案内サービス「ひま

わり」のホームページ <https://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

「かかりつけ医」がない等、相談する医療機関に迷う場合 「東京都発熱相談センター」に相談し、「診療・検査医療機関」の紹介を受けます。

とき 24時間対応しています。

☎5320-4592

新型コロナウイルス感染症に関する一般的な電話相談

みなと保健所電話相談窓口

対象 区内在住・在勤・在学者

とき 月～金曜午前8時30分～午後5

時15分 ☎3455-4461

聴覚障害がある人等の相談窓口 FAX3455-4460

東京都電話相談窓口(新型コロナコールセンター)

とき 月～日曜午前9時～午後10時(祝日を含む)

対応内容 感染の予防に関することや、新型コロナウイルス感染症に関する一般的な相談

☎0570-550571(ナビダイヤル)多言語(日本語、英語、中国語、韓国語)対応

聴覚障害がある人等の相談窓口 FAX5388-1396

厚生労働省電話相談窓口

とき 午前9時～午後9時

※土・日曜、祝日も対応しています。

☎0120-565653(フリーダイヤル)

**港区新型コロナ
こころのサポートダイヤル**

☎5333-3808

新型コロナウイルス感染症の流行が続いている中、ストレスや不眠等の心の不調について相談できる電話相談窓口です。

対象 区内在住・在勤・在学者

とき 月～金曜(祝日を除く)午前9時～午後5時

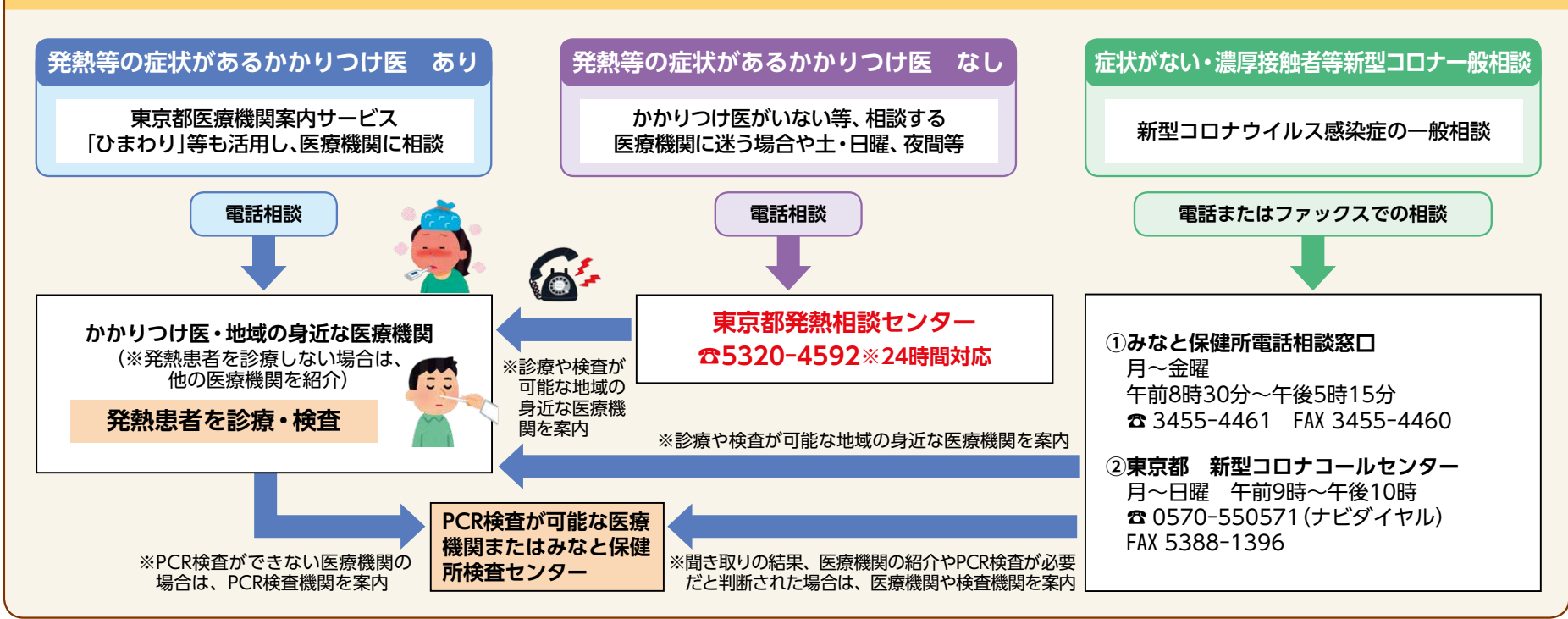
問い合わせ

保健予防課保健予防係 ☎6400-0081 FAX3455-4460

○港区新型コロナ こころのサポートダイヤルについて

健康推進課地域保健係 ☎6400-0084 FAX3455-4460

相談の流れ



港区役所本庁舎内に夜間・休日等に立ち入る場合、手続きが必要です

夜間・休日等に港区役所本庁舎に立ち入る場合、本庁舎1階の宿直室で手続きが必要です。手続きが必要な時間帯は次のとおりです。ご理解のほどよろしくお願いします。

- 平日: 夜間～早朝(午後8時30分～翌日午前7時45分)
- 土・日曜、祝日、年末年始: 終日

問い合わせ

契約管財課庁舎管理係 ☎3578-2870

☎電話番号のかけ間違いに注意ください。

特例貸付制度の申請受付期間が 6月末まで延長されました

(社福)港区社会福祉協議会では、新型コロナウイルス感染症の影響による収入減等でお困りの人を対象に、**表1**のとおり特例貸付を実施しています。

表1 特例貸付の概要

	緊急小口資金(特例貸付) ※主に休業された人向け	総合支援資金(特例貸付) ※主に失業された人向け
対象	新型コロナウイルス感染症の影響による休業等を理由に、当座の生活のための緊急かつ一時的な生活費が必要な人	新型コロナウイルス感染症の影響による失業等を理由に、生活再建までの一定期間の生活費が必要な人
貸し付け上限	20万円以内 (貸し付けは1回のみ)	2人以上の世帯:月額20万円以内 単身世帯:月額15万円以内 (貸し付けは原則3カ月以内)(※1)
据え置き期間	1年以内(※2)	1年以内(※2)
返済期間	2年以内	10年以内
貸付利子	無利子	無利子
連帯保証人	不要	不要
申し込み	原則、郵送で受け付けています。来所による申請は事前予約制です。電話で、事前に(社福)港区社会福祉協議会にご連絡ください。	
その他	内容やその他の要件について詳しくは、(社福)港区社会福祉協議会ホームページ http://www.minato-cosw.netをご覧ください。	

(※1)総合支援資金(特例貸付)の延長貸付は、3月末までに初回貸し付けを受けていて、自立相談支援機関(港区生活・就労支援センター)による相談や継続的な支援を受けることにより、貸付期間を3カ月延長して利用できる場合があります。該当する世帯には、(社福)東京都社会福祉協議会が延長貸付対象者通知等を郵送します。
(※2)令和4年3月末日以前に返済が開始となる貸し付けは、据え置き期間が延長となり、令和4年4月から返済が始まります。

問い合わせ	○特例貸付について (社福)港区社会福祉協議会生活支援係 ○自立相談支援機関について 港区生活・就労支援センター	☎6230-0282 ☎5114-8826
-------	---	------------------------------

担当課 生活福祉調整課自立支援担当

家賃の支払いにお困りの人へ ～「住居確保給付金」のご相談は 港区生活・就労支援センターへ～

新型コロナウイルス感染症の影響による休業等に伴う収入の減少・失業により、住居を失う恐れがある人について、家賃相当額を家主に支給します。

対象 次の条件を満たす人

表2 対象となる基準額と支給上限額

世帯 人数	収入基準額 (A+B)		資産 基準額	支給 上限額
	A	B		
1人 世帯	8万4000円	家賃額※	50万 4000円	6万9800円
2人 世帯	13万円		78万円	7万5000円
3人 世帯	17万2000円		100万円	8万1000円
4人 世帯	21万4000円		100万円	8万6000円

※実際の家賃額が支給上限額を超える場合は、支給上限額で算定します。

- (1)離職等により生活に困窮し、住居を喪失または喪失する恐れがあること
 - (2)離職・廃業から2年以内、またはやむを得ない休業等により、収入を得る機会が減少し、離職等と同程度の状況にあること
 - (3)資産が一定額以内、かつ収入基準額以内であること(**表2**参照)
- 支給額** 支給上限額(**表2**参照)を限度とした、収入に応じて調整された額
- 支給期間** 原則3カ月(一定の条件により3カ月間の延長および再延長が可能)
- 支給方法** 区が家主・不動産業者・保証会社等へ代理納付
- 申し込み** 郵送または直接、〒106-8515六本木5-16-45 港区生活・就労支援センターへ(区が郵送

新型コロナウイルス感染症に関連した 偏見や差別をなくしましょう

新型コロナウイルス感染症の感染拡大による不安や恐れから、感染者や周辺の人たちへ根拠のない偏見や不当な差別等が全国で発生しています。

新型コロナウイルス感染症への不安があったとしても、差別的な行動をとってしまうことは決して許されないことです。

全国における偏見や不当な差別の実態

医療機関・介護施設、その従事者、

家族等に…

- 感染者が発生した医療機関、医療従事者等へ誹謗中傷、暴言等
- 医療従事者等の子どもへのいじめ、保育所等の登園拒否

勤務先においては…

- 検査陽性を理由とする雇い止め
- 家族が入院した医療機関に感染者が入院していることによる出勤停止の要請等

インターネット、SNSで…

- 感染者、家族の勤務先・行動履歴

郵送申請する際の 郵送料を区が負担します



窓口の3密を避けることを目的として、郵送可能な手続きに要する郵送料を区が負担しています。区民・事業者の皆さんが、区宛てに送る各種手続きの郵送料は、料金受取人払を利用していただくと区の負担となります。料金受取人払の様式を封筒に貼ることで、切手を貼らずとも書類を郵送できますので、ぜひご利用ください。

主な対象手続き

- 各種証明書(住民票、戸籍に関する証明、特別区民税・都民税課税(非課税)証明書・納税証明書)の請求
- 各種補助金交付申請・実績報告
- 国民健康保険料、介護保険料等の減額・減免申請
- 融資あっせんに関するもの

※以上4項目以外にも対象となる場合がありますので、各種手続きの担当窓口にお問い合わせください。

料金受取人払の様式

港区ホームページに料金受取人払用の様式を掲載しています。港区立図書館や、いきいきプラザの窓口でも配布しています。

実施期間

令和4年3月31日(木)投函分まで

その他

料金受取人払用の様式等は、港区ホームページをご覧ください。
※住民票等の証明書を郵送で申請する際の返信用封筒には、切手の貼付が必要です。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの料金受取人払用の様式を掲載しているページをご覧ください。

問い合わせ
企画課区役所改革担当
☎3578-2622

料を負担します。詳しくは、右上の記事をご覧ください。

港区生活・就労支援センターでは、住居確保給付金申請受け付けの他、次の相談支援も行っています

- 自立相談支援** 経済面・生活面の悩みを整理し、作成した支援プランに沿って相談者と一緒に課題解決に取り組めます。
- 就労支援** 就労支援員が仕事探しをお手伝いします。
- ひとり親家庭支援** ひとり親家庭の経済的・家庭的な問題を一緒に解決していきます。
- 就労準備支援** すぐに就労することが難しい人に、社会参加や意欲喚起を行い、就労できる状態になるよう支援します。
- 家計改善支援** 家計管理や債務・滞納整理を助言・支援します。
- 学習相談支援** 子どもの学習や進学に関する相談支援を行います。
- 所在地** 麻布地区総合支所2階

開所時間 月～金曜(祝日、年末年始を除く)午前8時30分～午後5時15分

※港区生活・就労支援センターは、港区が設置した、生活にお困りの人の相談を受ける機関です。社会福祉士等、専門的な資格を持った職員が相談に応じます。職員が相談者と一緒に問題点を整理し、必要に応じて生活保護をはじめとした他制度につなぐ等、生活改善に向けて支援します。
※新型コロナウイルス感染症の影響により、支援内容に変更が生じる場合があります。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、まずは電話でご相談ください(相談窓口等の混雑が予想されますので、ご注意ください)。

問い合わせ
港区生活・就労支援センター
☎5114-8826 FAX3505-3501

担当課 生活福祉調整課自立支援担当

等の暴露、誤情報の拡散、国籍等による誹謗中傷等
報道においては…

- 感染者と濃厚接触者の関係図示
- 感染者の職業や行動履歴の詳細

相談はこちらへ

お互いを思いやり、正確な情報に基づいた冷静な判断、行動をお願いします。東京法務局では、電話またはインターネットによる相談を行っていますので、お気軽にご利用ください。

表3 電話による相談

みんなの人権110番	☎0570-003-110	月～金曜 午前8時30分～午後5時15分
子どもの人権110番	☎0120-007-110	
女性の人権ホットライン	☎0570-070-810	
外国人人権相談ダイヤル	☎0570-090-911	月～金曜 午前9時～午後5時

電話による相談

表3 のとおり

インターネットによる相談

https://www.jinken.go.jp/



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、「法務省インターネット人権相談受付窓口」のページに接続できます。

問い合わせ
総務課人権・男女平等参画係
☎3578-2027

「広報みなと」の
自宅配送について

「広報みなと」は、区民で、新聞購読をしていない人、区有施設で入手することが困難な人のうち、希望する人に自宅配送しています。また、自宅配送を申し込んだ人で、不要になった人、住所が変更になる人は、分かり次第早めに区長室広報係へご連絡ください。新規配送・配送停止・住所変更の手続きには、1カ月程度の期間がかかります。 区長室広報係 ☎3578-2036

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。

子どもの安全を守るキッズ・ゾーンを設定しました

保育園児が日常的に利用する道路のうち、歩道と車道が分離されていない道路や見通しの悪い道路、抜け道として利用され交通量が多い道路等、特に配慮が必要な道路にキッズ・ゾーンを設定し、自動車の運転手等に注意喚起することで、保育園等が行う散歩等の園外活動時の子どもの安全確保を図ります。

設定箇所

区内23カ所()のとおり
※詳しくは、港区ホームページをご覧ください。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページのキッズゾーンのページをご覧ください。

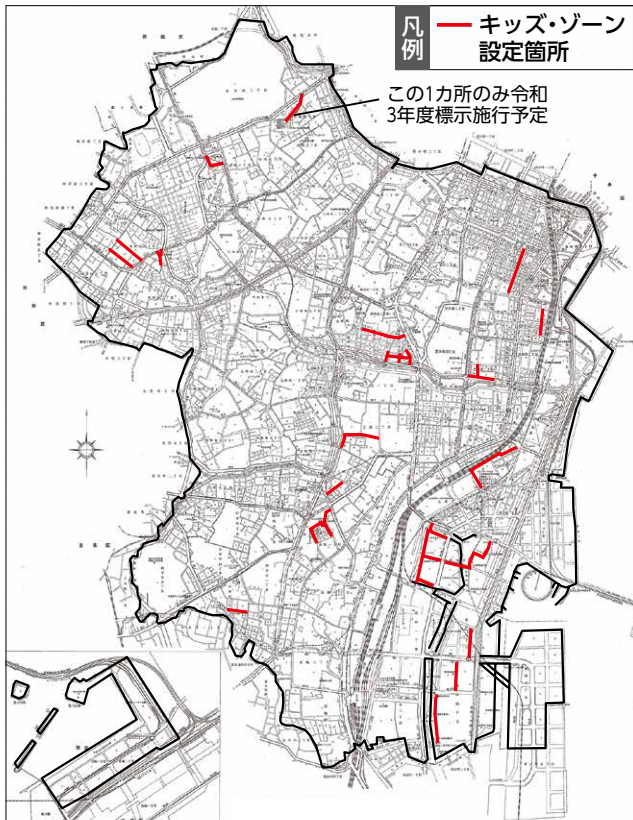
標示例



- キッズ・ゾーンについて
保育課運営支援係 ☎3578-2427
- 設定箇所の調整について
各総合支所管理課管理係 ☎欄外参照
- 道路標示や交通安全対策について
各総合支所まちづくり課土木担当 ☎欄外参照

問い合わせ

図 キッズゾーン設定箇所(計23カ所)



港区LINE公式アカウントのメニューボタンが充実しました

区では、LINEを使って、「広報みなと」の掲載記事、「新型コロナ情報(ワクチンに関する情報等)」や「災害や不審者情報等の緊急情報」を随時発信しています。

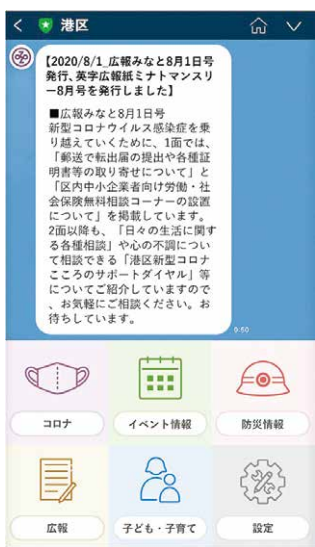
港区LINE公式アカウントでは、各メニューボタンから、関連する情報を記載している港区ホームページ等を見ることができます。

このたび、4月1日から、メニューボタンで、新たにチャットボットやご意見・ご提案のページを開くことができるようになりました。チャットボットでのご質問や区へのご意見・ご提案をする際に、ぜひご活用ください。

変更点

 のとおり

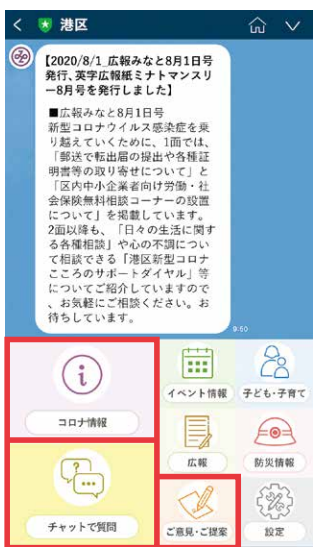
図 港区LINE公式アカウントの画面イメージ



変更前



ボタンを追加・変更
※変更箇所は赤枠



変更後

重要なお知らせ

現在公開しているボタンと新たに追加するボタンのリンク先(チャットボットやご意見・ご提案)は、いずれも港区が適切に管理している港区ホームページ等であり、入力した情報をLINE(株)に提供するものではありません。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、LINEアプリが起動し、港区LINE公式アカウントの「友だち追加」ができるページをご覧ください。

問い合わせ

区長室広報戦略担当 ☎3578-2359

港区公共施設白書をご覧ください

公共施設の現状を区民の皆さんに分かりやすくお伝えするため、港区公共施設白書を作成しました。

本書には、区役所各庁舎や学校等の建物の他、道路、橋りょう、公園等、区が管理する全ての公共施設に関する情報を掲載しています。公共施設の保有量やコスト、配置状況等に関する情報の他、公共施設一覧等も分かりやすく説明しています。

閲覧場所

港区公共施設白書は、港区ホームページの他、企画課用地・施設活用担当(区役所10階)、区政資料室(区役所3階)、各総合支所管理課、各港区立図書館、各区民センター等でご覧いただけます。



港区公共施設白書

令和2年度(2020年度)

港区

港区公共施設白書表紙イメージ

問い合わせ

企画課公共施設マネジメント担当 ☎3578-2414

港区一般廃棄物処理基本計画(第3次)を策定しました

区内で発生したごみや生活排水の処理、食品ロスの削減に関する計画です。
詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

基本方針1 区民の参画と協働による3Rを推進します。



基本方針2 事業者の社会的責任に基づく廃棄物の発生抑制と資源循環を促進します。



基本方針3 安全・安心な区民生活を支え続ける適正で効率的な廃棄物処理を実践します。



主な数値目標 (年間量・率)	実績値	目標値	
	(令和元年度)	中間年度(令和8年度)	最終年度(令和14年度)
総排出量 (一人1日当たりの量)	17万9221トン (1880.6グラム)	16万4500トン (1583グラム)	15万1800トン (1313グラム)
資源化率	29.3パーセント	40パーセント	50パーセント
温室効果ガスの排出量	2万2372トンCO ₂	1万8300トンCO ₂	1万4900トンCO ₂



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「一般廃棄物処理基本計画」のページをご覧ください。

問い合わせ

みなとリサイクル清掃事務所計画係 ☎3450-8025 FAX3450-8063

紙面上でお知らせしているイベントや事業等を延期または中止する場合があります(最新の情報は、港区ホームページをご覧ください)。また、新型コロナウイルス感染症対策のため、施設入館時に個人情報(氏名・緊急連絡先)を集めます。区が集めた個人情報は、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供する場合があります。

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

ふれあい相談員は積極的に地域に出向き、高齢者サービス等を利用していないひとり暮らし高齢者や、高齢者のみの世帯等を訪問し、高齢者の困り事の相談を受け、必要な支援につなげています。ふれあい相談員は、福祉の専門職として、高齢者相談センター、民生委員・児童委員、町会・自治会、総合支所等との連携の下、高齢者を訪問しています。この他、地域の集まり、イベント等に参加し、地域の皆さんから気軽に相談していただける関係を築いています。

現在は新型コロナウイルス感染症対策をとった上で訪問活動を実施しています。また電話での相談も受け付けています。

近隣の皆さんは高齢者のこんな異変に気付い

たら、ふれあい相談員にご相談ください

- 郵便物がたまっている
- 高齢者をここ数日見かけない
- 同じ洗濯物が干したまま
- 元気がない・痩せた気がする
- 同じことを何度も言う、話がかみ合わない
- 部屋が乱雑、衣服の汚れや臭いがある



ふれあい相談員

各ふれあい相談室の連絡先(受付時間:月～金曜午前9時～午後5時)

地区名	電話番号
芝	5501-0560
麻布	3451-7830
赤坂	5410-3400
高輪	5447-1340
芝浦港南	3450-5512

問い合わせ

高齢者支援課在宅支援係
☎3578-2400～6

5月開始の介護予防総合センターの
一般介護予防事業・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

とき・定員

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

無料

申し込み

電話または直接、4月20日(火)までに、介護予防総合センターへ。

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

表 各種教室一覧

内容	定員(人)	とき	開始日	終了日
ラクっちゃフラダンス	15	毎週土曜 午後3時30分～4時30分	5月1日	7月17日
認知症予防のための 栄養講座	10	毎週月曜 午前10時～11時	5月10日	6月28日
ラクっちゃエアロビクス	15	毎週月曜 午後3時30分～4時30分	5月10日	7月26日
ラクっちゃコア	15	毎週月曜 午後7時～8時	5月10日	7月26日
ハーマニイズ体想	15	毎週水曜 午後7時～8時	5月12日	7月28日
ラクっちゃヨガ	15	毎週木曜 午後7時～8時	5月13日	7月29日

はり・マッサージサービス

☎ 65歳以上の区民

☎ 5月11・12日(火・水)

☎ 赤坂いきいきプラザ

☎ 60人(申込順)

☎ 費用 1000円(利用料)

☎ 電話で、4月20日(火)午後5時までに、赤坂いきいきプラザへ。

☎ 3583-1207

初心者麻雀教室

頭と手先を使う麻雀は、脳を活性化するといわれています。麻雀を始めてみませんか。

☎ 65歳以上の区民で、麻雀初心者の人

☎ 5月11日～10月5日(7月27日～8月31日を除く毎週火曜・全16回)午後1時30分～3時30分

☎ 青山いきいきプラザ

☎ 8人(初めての人優先で抽選)

☎ 郵送で、4月21日(水・必着)までに、往復はがきの往信面に「初心者麻雀教室希望」・郵便番号・住所・氏名・年齢・生年月日・電話番号・麻雀歴、返信面に郵便番号・住所・氏名を明記の上、〒107-0062南青山2-16-5 青山いきいきプラザへ。

☎ 青山いきいきプラザ

☎ 3403-2011

健康入浴推進事業

☎ おおむね60歳以上の区民

☎ 所

浴場名	電話番号	実施日時
アクアガーデン 三越湯 (白金5-12-16)	3441-9576	4月21日(水) 午後2時20分～3時20分
麻布黒美水温泉 竹の湯 (南麻布1-15-12)	3453-1446	4月15日(木) 午後2時20分～3時20分
南青山 清水湯 (南青山3-12-3)	3401-4404	4月19日(月) 午前10時45分～11時45分
ふれあいの湯 (芝2-2-18)	5442-2639	4月16日(金) 午後1時50分～2時50分

☎ 健康な歯で、おいしく食事をいただきましょう!(歯科衛生士による講義)、演芸ライブ～小さく笑って、大きな春を迎えましょう!～(落語家による講演)

☎ 各8人(申込順)

☎ 電話または直接、実施日の前日までに、希望する浴場へ。当日、区民であることが分かるものをお持ちください。

☎ 保健福祉課地域保健福祉係

☎ 3578-2381



特殊詐欺が多発しています

区の職員を名乗り、「保険料や医療費の一部が戻る」等と言って現金自動預払機(ATM)に誘導し、そこで電話をかけさせATMの操作を指示して、お金を振り込ませる詐欺の電話が多発しています。また、新型コロナウイルス感染症に便乗し、「新型コロナウイルスの給付金があるから手続きをしてほしい」等とだます詐欺の電話も報告されています。

次の点に気を付けましょう

- 区が還付金や給付金の受け取りに

関して、電話でATMに誘導し、操作させることはありません。

- 金銭や個人情報に関する電話や不審だと感じる電話は一度切り、区や警察に問い合わせましょう。
- 相手の言った電話番号をうのみにせず、公的機関の電話番号については、電話帳等で確認しましょう。
- 家族からの電話では、事前に合言葉を決めておき、合言葉を確認してから、会話するようにしましょう。

自動通話録音機を貸与しています

区では、高齢者のいる世帯等に、電話に接続しておくと呼出音が鳴る前に自動的に相手に警告音声を伝え、その後の通話内容を録音する自動通話録音機を無料で貸与しています。

問い合わせ

防災課生活安全推進担当
☎3578-2270

区内のPM2.5の1日平均値

3月28日(日)の各局の1日平均値(速報値)は次のとおりです。

区局	赤坂局	14.9 $\mu\text{g}/\text{m}^3$	都局	高輪局	13.0 $\mu\text{g}/\text{m}^3$
	一の橋局	14.3 $\mu\text{g}/\text{m}^3$		第一京浜高輪局	※1
	芝浦局	15.1 $\mu\text{g}/\text{m}^3$		台場局	13.7 $\mu\text{g}/\text{m}^3$

※1 移設作業のため停止しています。

※ $\mu\text{g}/\text{m}^3$ =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 $15\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下、かつ1日平均値が $35\mu\text{g}/\text{m}^3$ 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

3月29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
0.070 $\mu\text{Sv}/\text{h}$	0.042 $\mu\text{Sv}/\text{h}$

※ $\mu\text{Sv}/\text{h}$ =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。
※モニタリングポストによる放射線量の常時測定は、令和3年3月31日で終了しました。

問い合わせ 環境課環境政策係 ☎3578-2487

事業・イベント等への参加を検討している皆さんへ

紙面上でお知らせしているイベントや事業等を延期または中止する場合があります(最新の情報は、港区ホームページをご覧ください)。また、新型コロナウイルス感染症対策のため、施設入館時に個人情報(氏名・緊急連絡先)を集めます。区が集めた個人情報は、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供する場合があります。

がん治療中の皆さんが利用する脱毛や乳房の手術跡をカバーするための ウィッグ(かつら)や胸部補整具を購入する費用を助成します

区では、がん治療に取り組む区民の療養生活の向上と就労の継続等、社会生活を支援するため、ウィッグ等の購入費用の一部を助成しています。

対象品 ウィッグ、胸部補整具

対象者 申請日時時点で、区内在住で、がんと診断され、現在治療を行



ウィッグの一例



胸部補整下着の一例

っている人

助成金額 3万円または購入費用の7割のいずれか低い額

- 補助対象者1人につき1回限りです。ウィッグのみではなく、胸部補整具も購入した、ウィッグを複数購入した等の場合は、1回にまとめて申請してください。また、他の法令等に基づく同種の助成等を受けている人は対象となりません。
- 購入費用の7割の額に100円未満の端数があるときは、その端数を除いた額が助成されます。

申請期限 対象品を購入した日(領収書に記載の日)の翌日から1年以内

必要書類 健康推進課等で配布する助成制度の案内冊子または港区ホームページをご覧ください。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「がん治療中の方へウィッグ等購入費用助成制度」のページをご覧ください。

申し込み 郵送で、港区がん患者ウィッグ等購入費助成金交付申請書に必要な事項を明記の上、必要書類を添付して、〒108-8315 みなと保健所健康推進課健康づくり係へ(区が郵送料を負担します。詳しくは、5面の記事をご覧ください)

がんの療養に関する相談窓口

「がん在宅緩和ケア支援センターういケアみなと」では、がんの療養生活の中での困り事やアピアランスケア等について、個別面談および電話相談を行っています。相談を希望する人は、お問い合わせください。

相談専用電話 ☎6450-3387

問い合わせ
健康推進課健康づくり係
☎6400-0083

男女平等参画センター を利用してみませんか

男女平等参画センター(リーブラ)は、誰もが自分らしく豊かに生きる社会を実現するために、区民および団体の活動支援や、男女平等参画に関する事業を推進する拠点施設です。

男女平等参画講座等の開催

男女平等参画社会の理解を深めるための講座・講演会・映画会等を開催しています。詳しくは、男女平等参画センターホームページ <https://www.minatolibra.jp/> をご覧ください。

施設の利用

各部屋の利用予約

男女平等参画センターで登録すると、各部屋の利用予約ができます。

図書資料室

男女平等参画等に関する図書や行政資料の閲覧ができます。港区立図書館の利用登録を行う

と、男女平等参画センターの図書資料や港区立図書館資料の貸し出し・返却ができます。

リーブラ相談室「心のサポートルーム」(無料)
☎3456-5771

専門のカウンセラーが相談をお受けします(原則年間5回。1回50分程度)。弁護士による法律相談も行います(利用は1回のみ)。

開室日時

一般相談(電話相談・面接相談)

月～土曜:午前10時～午後4時

火・金曜:午後6時～9時

※面接相談は予約制

法律相談(面接相談)

原則第1木曜、他1回(計月2回開室)

※法律相談は予約制

男女平等参画センター

開館時間 午前9時～午後9時30分

休館日 12月29日～1月3日、臨時休館日

問い合わせ
男女平等参画センター
☎3456-4149 FAX3456-1254

担当課 総務課人権・男女平等参画係

男女平等参画社会の 実現をめざして

男女平等参画社会を実現するためには、第1に女性が多様な分野に参画できる社会とする必要があります。第4次港区男女平等参画行動計画(令和3～8年度)では、目標1に「あらゆる場における男女平等参画を推進する」を掲げ、政策・方針決定過程に女性の参画を進めるとともに、結婚や出産等で仕事を辞めざるを得ない女性の再就職や就業継続ができる環境づくりを促していきます。

男女平等参画センターでは、男女平等に関する講座等を実施しています。内容は、女性の活躍推進、働き方改革、各種ハラスメント、ワーク・ライフ・バランス等、幅広いテーマを取り上げて実施しています。

講座の参加者の中には、団体の設立や助成金を使った自主企画を行う等、家庭や職場、地域で活躍の場を広げているケースも見られます。

男女平等参画について、一緒に考えてみませんか。

問い合わせ
総務課人権・男女平等参画係 ☎3578-2014

港区華道茶道連盟

令和3年 いけばな展・いけばな初心者 体験コーナーを開催します

いけばな展

とき 5月15日(土)午後1時～5時、5月16日(日)午前10時～午後4時

ところ 青山善光寺会館1階(北青山3-5-17)

費用 300円(入場料)

※区内在住・在勤・在学者は無料

申し込み 当日直接会場へ。

いけばな初心者体験コーナー

対象 区内在住・在勤・在学の生け花初心者

とき 5月15日(土)(1)午後1時～2時

(2)午後2時～3時(3)午後3時～4時

(4)午後4時～5時、5月16日(日)(5)

午前11時～正午(6)午後1時～2時(7)

午後2時～3時

ところ 青山善光寺会館1階(北青山3-5-17)

定員 各2人程度(抽選)

費用 1000円(参加費)

※生けた花・器・剣山は持ち帰れます。

申し込み 郵送で、4月17日(土・必着)までに、往復はがきの往信面に

希望の時間帯((1)～(7)のいずれか)・郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号、復信面に郵便番号・住所・氏名を明記の上、〒106-0044東麻布1-13-2-807 後藤方港区華道茶道連盟へ。

問い合わせ
港区華道茶道連盟 ☎3794-4666
地域振興課文化芸術振興係
☎3578-2538

分譲マンションへ省エネコンサルタントを派遣します ～マンション共用部の省エネで電気料を削減しましょう～

分譲マンションの管理組合等を対象に、省エネコンサルタントを派遣し、共用部の省エネ診断を実施します。電気料金の削減等につながる具体的な設備改修や運用改善方法を提案します。管理組合総会等の居住者の合意形成方法の相談等にも対応し

ます(最大4回まで無料)。

申請方法

申請書と必要書類を、郵送または直接、〒105-8511 港区役所環境課地球環境係(区役所8階)へ(区が郵送料を負担します。詳しくは、5面の記事をご覧ください)。

※申請書は環境課および各総合支所管理課で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。

「港区マンション省エネガイドブック」の配布

マンション共用部分の省エネ対

策、設備の改修や運用改善のポイント等をイラスト入りで分かりやすく解説しています。

配布窓口

環境課(区役所8階)および各総合支所管理課で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。

問い合わせ
環境課地球環境係 ☎3578-2496

事業・イベント等への参加を検討している皆さんへ

紙面上でお知らせしているイベントや事業等を延期または中止する場合があります(最新の情報は、港区ホームページをご覧ください)。また、新型コロナウイルス感染症対策のため、施設入館時に個人情報(氏名・緊急連絡先)を集めます。区が集めた個人情報は、必要に応じて保健所等の公的機関へ提供する場合があります。

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。

みなと

おしらせボード

※区役所・総合支所・都庁への郵便は、郵便番号と宛先(例:105-8511 港区役所〇〇課)が届きます。

※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、全て無料です。

凡例

対

対象

時

とき

所

ところ

内

内容

人

定員・募集人員

申

申し込み

問

問い合わせ

選

選考方法

担

担当課

障害者関連情報

○障害者のための講座「アロマテラピー講座」

(1)目覚めのアロマ(ルームスプレー作り)(2)リラックスアロマ(アロマストーン作り)(3)日焼け防止アロマ(ハンドクリーム作り)を開催します。

対 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、難病による障害支援区分認定を受けた区民

時 (1)5月10日(2)5月24日(3)6月14日((1)～(3)いずれも月曜、全3回)午後1時45分～3時30分

人 10人(抽選)

費用 (1)300円(2)500円(3)400円(材料費)

○視覚障害者のパソコン教室「音声ソフトを使用してパソコン技能を身につけよう」

対 18歳以上で、身体障害者手帳(視覚障害)1～6級を持っていて、音声ソフトでパソコン操作を学びたい区民

時 5・7・9・11月、令和4年1・3月の水曜(月3回実施、全18回)午前10時45分～午後0時15分

人 4人(抽選)

○印の共通事項

所 障害保健福祉センター

申 電話またはファックスで、4月26日(月)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。また、公共交通機関の利用が困難な人は、巡回送迎バスを利用できます。

☎5439-2511 FAX5439-2514

精神障害者社会復帰援助事業(デイケア)

社会や家庭でより自立した生活を送れるよう、創作活動・各種教室・レクリエーション・スポーツ等を通じた集団生活指導を行っています。

対 区民で、こころの病気がある人

時 毎週金曜午前9時30分～正午

所 みなと保健所

申 電話で、健康推進課地域保健係 ☎6400-0084 FAX3455-4460

または最寄りの総合支所区民課保健福祉係へ。 ☎欄外参照

知的障害者グループホーム「クライスハイム高輪」入居説明会・入居者募集

6月に区立精神障害者支援センター7・8階で事業開始予定の、知的障害者グループホームの申し込みを開始します。

入居説明会

対 どなたでも

時 4月21日(水)午後3時～4時、4月22日(木)午後6時～7時

所 障害保健福祉センター

申 電話で、4月19日(月)までに、障害者福祉課障害者施設係へ。 ☎3578-2387 FAX3578-2678

入居者募集

対 18歳以上～65歳未満の区内に居住している知的障害者で、障害支援区分2以上であること。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

人 男性5人、女性5人

申 郵送または直接、4月23日(金)～5月7日(金)に、障害者福祉課(区役所2階)または各総合支所区民課保健福祉係で配布する申込書に必要事項を明記の上、〒105-8511 港区役所障害者福祉課障害者施設係へ(区が郵送料を負担します。詳しくは、5面をご覧ください)。

所 障害者福祉課障害者施設係 ☎3578-2387 FAX3578-2678

健康

○アピアランス(外見)ケアセミナー「男性がん患者の外見ケア～脱毛への色々な対処法をご紹介～」

対 がん患者およびその家族

時 5月6日(木)午前11時～正午

人 4人(申込順)

○ウェルネスセミナー「自宅でできる簡単エクササイズ～有酸素運動編～」

対 どなたでも

時 5月19日(水)午前11時～正午

人 15人(申込順)

○ういケアみなと がん制度大学「ケーススタディ:休みの取り方・傷病手当金」

対 どなたでも

時 5月21日(金)午後7時～8時30分

人 15人(申込順)

○印の共通事項

所 がん在宅緩和ケア支援センター

申 電話またはファックスで、がん在宅緩和ケア支援センター(受付時間:祝日を除く月～金曜午前10時～午後9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

芝会議地域コミュニティ部会～ミニトマトとステビアの苗を配布します～

配布した苗を家庭で育成し、インスタグラムに投稿することで新しい地域交流を行います。

対 区内在住・在勤・在学者で、配布した苗を育成し、インスタグラムに投稿できる人

時 5月15日(土)午前10時～午後3時

所 新橋区民協働スペース

人 40人(抽選)

申 電話で、4月30日(金)までに、芝地区総合支所協働推進課協働推進係へ。港区ホームページからも申し込みます。 ☎3578-3158

弁護士による福祉専門相談

高齢者や障害者等の成年後見に関する相談や、財産管理・相続・権利侵害・福祉サービスの利用に関するトラブル等についての法律的な相談に弁護士が応じます。

時 4月28日(水)・5月13日(木)・26日(水)・6月10日(木)・23日(水)・7月8日(木)・28日(水)・8月12日(木)・25日(水)・9月9日(木)・22日(水)いずれも午後1時30分～4時30分

※1人50分程度(申込順)。相談は無料です。1案件につき、1回のみ利用できます。

※日程は変更する場合がありますので、お問い合わせください。

所 麻布地区総合支所

申 電話またはファックスで、(社福)港区社会福祉協議会成年後見推進係へ。 ☎6230-0283 FAX6230-0285

担 保健福祉課地域包括ケア推進係

地域福祉活動・ボランティア活動 パワーアップ塾「ここからはじまる地域デビュー」

対 区内在住・在勤・在学で、地域の活動に関心がある人

時 (1)オリエンテーション:5月15日(土)午前10時～正午(2)地域福祉活動をはじめるにあたって:5月22日(土)午前10時～正午※(1)(2)を受講後、5～10月に開催する地域福祉活動やボランティア活動に関する講座から、希望する講座を選択。

所 (1)麻布区民協働スペース(2)港区スポーツセンター※(1)(2)ともにオンラインツール(Zoom)を使用して受講できます。

人 30人(申込順)※会場での受講は15人

申 電話またはファックスで、住所・氏名・電話番号、受講方法のうち、会場での受講・オンラインツール(Zoom)での受講(オンライン希望の場合電子メールアドレス必須)を明記の上、5月10日(月)までに、(社福)港区社会福祉協議会ボランティア・地域活動支援係へ。 ☎6230-0284 FAX6230-0285

担 保健福祉課地域保健福祉係

あきる野環境学習「みなと区民の森散策と生き物観察」

対 小学生以上の区民※小学生は保護者同伴必須※一部勾配が急な斜面の山を移動します。

時 5月30日(日)午前8時30分～午後5時30分頃※午前8時15分区役所集合、往復バスで移動

所 みなと区民の森(あきる野市)

人 20人(抽選)

費用 1人につき2500円

夜間・休日診療

港区ホームページ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:午後7時～10時 土曜:午後5時～10時 ※祝日・年末年始を除く ※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。

4月11日(日)	フローイストクリニック(小)	南麻布5-10-24 第二佐野ビル7階	☎6277-3555
	北里研究所病院(内・外)	白金5-9-1	☎3444-6171
	門脇歯科医院(歯)	赤坂2-14-33 栄屋清水ビル2階	☎3582-8056
	★たまちホームクリニック(内)	三田3-1-4 Net.1三田ビル1階	☎6435-2331
4月18日(日)	きつかわクリニック(内)	芝5-31-16 YCC田町ビル4階	☎3451-1731
	東京都済生会中央病院(内・外)	三田1-4-17	☎3451-8211
	岡田歯科医院(歯)	芝4-4-5 三田KMビル1階	☎3453-6931
	オグマ歯科(歯)	南麻布4-1-29 広尾ガーデン3階	☎3442-1441
	★品川港南クリニック(内・外)	港南2-4-7 石橋ビル3階	☎3472-0085
	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 https://www.himawari.metro.tokyo.jp/

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～翌朝8時 土・日曜、祝日、年末年始午前8時～翌朝8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			
4月11日(日)	薬局桑山清心堂	芝2-12-1	☎3452-8721
4月18日(日)	れんが通り薬局	新橋6-14-7	☎3433-4437

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

◆各総合支所区民課保健福祉係◆ 芝地区☎3578-3161 麻布地区☎5114-8822 赤坂地区☎5413-7276 高輪地区☎5421-7085 芝浦港南地区☎6400-0022

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。

☎ 電話またはファックスで、4月12日(月)～28日(水)に、(株)阪急交通社東京団体支店営業二課(受付時間:午前9時30分～午後5時30分、土・日曜、祝日を除く)へ。(株)阪急交通社特設ページ
https://www.hot-link.jp/index.php/akirunokankyo
から申し込みできます。

☎6745-1801 FAX6745-7371
☎ 環境課地球環境係 ☎3578-2497

郷土歴史館特別展「江戸の武家屋敷－政治・生活・文化の舞台－」

現在の港区に当たる地域には大名屋敷や旗本屋敷等、数多くの武家屋敷が建てられました。本展では、古文書や絵画、考古資料等から、武家屋敷のさまざまな側面を紹介します。

📅 4月24日(土)～6月27日(日)※5月20日(木)・6月17日(木)は休館

📍 郷土歴史館

観覧料 大人400円、高校生以下200円(常設展とのセット券:大人600円、高校生以下200円)※区内在住・在学の小・中学生・高校生、区内在住の65歳以上の人および障害者とその介助者の観覧料は無料です。証明できるものをお持ちください。※5月5日(水・祝)は、区民無料公開日です。区内在住であることを証明できるものをお持ちください。

📍 郷土歴史館 ☎6450-2107

郷土歴史館講座「江戸の武家屋敷－政治・生活・文化の舞台－」

2人の講師を招き、郷土歴史館特別展「江戸の武家屋敷－政治・生活・文化の舞台－」に関連する講座を開催します。

📍 どなたでも

📅 (1)5月8日(土)(2)6月6日(日)いずれも午後1時30分～3時

📍 郷土歴史館

📍 (1)武家屋敷と江戸の社会(2)開かれた武家屋敷の神仏

👤 各25人(抽選)※保育あり(4カ月～就学前、各3人)

📧 郵送で、(1)4月22日(木・必着)までに、(2)5月21日(金・必着)までに、往復はがき(1人1枚)の往信面に参加希望日・住所・氏名・電話番号・保育を希望する場合はその旨を、返信面に申込者の郵便番号・住所・氏名を明記の上、〒108-0071 白金台4-6-2 郷土歴史館へ。※申し込みは、はがき1通につき1講座です。

📍 郷土歴史館 ☎6450-2107

お知らせ

令和3年度新製品・新技術開発支援事業補助金募集

区内の中小企業が行う、実用化の見込みがある新製品・新技術の研究開発に対して、経費の一部を助成します。

📍 区内で引き続き1年以上操業している中小企業者等

📧 直接、4月19日(月)～5月21日(金)に、申込用紙に必要事項を明記の上、産業振興課産業振興係(区役所3階)へ。※詳しくは、産業振興課ホームページ
https://www.minato-ala.net/

をご覧ください。

📍 産業振興課産業振興係 ☎3578-2551

新しい民生委員・児童委員が決まりました

4月1日付で、新しい民生委員・児童委員が厚生労働大臣から委嘱されました。

地区	氏名 ※敬称略	電話	担当区域
高輪	宇山 芳人	090-2151-0251	三田5丁目1～6・8・9
高輪	廣瀬 信一	3473-2612	高輪2丁目1～3
高輪	小嶋 真理	090-9831-3121	白金5丁目5～15

📍 保健福祉課地域保健福祉係 ☎3578-2381

東京都議会議員選挙(港区選挙区)立候補予定者説明会の開催

7月4日(日)執行の東京都議会議員選挙(港区選挙区)に立候補を予定している人を対象に、届け出手続き等についての説明会を開きます。

📍 東京都議会議員選挙(港区選挙区)に立候補を予定している人

📅 5月14日(金)午後2時～4時

📍 区役所9階会議室

👤 15組程度(立候補予定者1人につき2人以内)(会場先着順)

📍 当日直接会場へ。

📍 選挙管理委員会事務局 ☎3578-2766

変更・休止情報等

ありすいきいきプラザ半日休館

施設点検のため、半日休館します。

📅 5月3日(月・祝)午前8時30分～正午

📍 ありすいきいきプラザ ☎3444-3656

求人・区民委員募集

会計年度任用職員募集(介護認定調査員)

📍 4月1日現在、介護支援専門員(ケアマネジャー)の資格があり、パソコンの入力作業ができる人

任用期間 7月1日～令和4年3月31日(更新制度あり)

勤務時間 午前9時～午後4時(土・日曜、祝日を含む週4日)

勤務場所 区役所本庁舎、区内全域
業務内容 介護保険の被保険者の居宅・施設を訪問し、認定調査を実施後、調査票等を作成します。

報酬月額 21万5700円(基本給(10万5700円)+能率給(調査1件2200円))※報酬月額は調査件数の平均の50件で換算※期末手当あり※通勤手当別途支給

採用人数 2人

📅 1次:書類選考、2次:5月26日(水)に面接を実施予定

📧 郵送または直接、5月11日(火・必着)午後5時までに、会計年度任用職員採用選考申込書(港区ホームページからダウンロードできます)、応募動機の作文(800～1000字)、介護支援専門員証(写)、返信用封筒(宛先を明記し返信用切手添付)を介護保険課介護認定係(区役所2階)へ。※応募書類は返却しません。

📍 介護保険課介護認定係 ☎3578-2887

港区職員(学芸研究)

受験資格 令和3年8月1日現在、40歳未満で、大学を卒業し、学芸員資格を有する人または令和3年8月までに取得見込みの人

採用予定人数 1人

採用予定日 8月1日

📍 論文試験および面接

第1次試験日 5月22日(土)

📧 郵送で、5月10日(月・必着)までに、選考案内に添付している申込用紙に必要事項を明記し、〒105-8511 港区役所人事課人事係へ。選考案内は、人事課人事係(区役所10階)・各総合支所管理課(芝地区総合支所管理課を除く)・台場分室、各港区立図書館等で配布している他、港区ホームページからダウンロードもできます。※受験資格・採用選考日程・勤務場所等について詳しくは、選考案内をご覧ください。※電子申請サービス
https://www.e-tokyo.lg.jp
からも申し込みめます。

📍 人事課人事係 ☎3578-2107

指定管理者公募

芝地区の各いきいきプラザ

公募要項配布期間 5月25日(火)まで
対象施設 三田・神明・虎ノ門いきいきプラザ

指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページからダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 芝地区総合支所管理課施設運営担当 ☎3578-3135

麻布地区の各いきいきプラザ

公募要項配布期間 5月25日(火)まで
対象施設 南麻布・ありす・麻布・西麻布・飯倉いきいきプラザ

指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページからダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 麻布地区総合支所管理課施設運営担当 ☎5114-8805

赤坂地区の各いきいきプラザ

公募要項配布期間 5月25日(火)まで
対象施設 青山・青南・赤坂いきいきプラザ

指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページからダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 赤坂地区総合支所管理課施設運営担当 ☎5413-7273

高輪地区の各いきいきプラザ

公募要項配布期間 5月25日(火)まで
対象施設 豊岡・高輪・白金・白金台いきいきプラザ

指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページか

らダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 高輪地区総合支所管理課施設運営担当 ☎5421-7067

神明子ども中高生プラザ

公募要項配布期間 4月13日(火)～5月26日(水)

指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページからダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 芝地区総合支所管理課施設運営担当 ☎3578-3135

高輪子ども中高生プラザ

公募要項配布期間 4月13日(火)～5月26日(水)

指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページからダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 高輪地区総合支所管理課施設運営担当 ☎5421-7067

芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ

公募要項配布期間 5月21日(金)まで
指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページからダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 芝浦港南地区総合支所管理課施設運営担当 ☎6400-0033

特別養護老人ホーム等の各施設

公募要項配布期間 4月15日(木)～5月14日(金)

対象施設 (1)特別養護老人ホーム白金の森(高齢者在宅サービスセンター、地域包括支援センター)(2)特別養護老人ホーム港南の郷(高齢者在宅サービスセンター、地域包括支援センター、ケアハウス)(3)特別養護老人ホームサン・サン赤坂(高齢者在宅サービスセンター、赤坂子ども中高生プラザ、赤坂子ども中高生プラザ青山館)(4)南麻布高齢者在宅サービスセンター(地域包括支援センター)(5)台場高齢者在宅サービスセンター(地域包括支援センター)(6)北青山高齢者在宅サービスセンター(地域包括支援センター)(7)芝高齢者在宅サービスセンター(地域包括支援センター)(8)虎ノ門高齢者在宅サービスセンター

指定期間 令和4年4月1日～令和9年3月31日

※公募要項は、港区ホームページからダウンロードできます。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

📍 高齢者支援課高齢者施設係 ☎3578-2420

区長エッセイ 毎月1日配信

メールマガジン きらっと★

きらっと 検索

パラスポーツのなんだろな

東京2020パラリンピック競技大会に向かって

クロスカンリースキー

クロスカンリースキーは、森林や雪原のコースをスキーで滑走しタイムを競う競技で、対象となる障害は肢体不自由と視覚障害です。



第1回冬季パラリンピック競技大会からの正式競技ですが、近年、ルールや種目にさまざまな変更が加えられ、「見える面白さ」へのシフトチェンジが図られています。例えば距離。従来「雪原のマラソン」と呼ばれ長距離走のイメージがありましたが、今は数十キロメートルの「長距離」、5〜10キロメートルの「中距離」に加え、約1キロメートルの「スプリント」という短距離種目があります。中・長距離が1回のレースでタイムを競うのに対し、スプリントは予選、準決勝、決勝という勝ち抜き戦です。これによって、より多くの観客が多くのレースを観戦できるようになりました。また走法も、二本のスキーを平行に滑らせて進む「クラシカル走法」に加えて、スケートニング技術等を自由に

使える「フリー走法」が設定されています。こうして、「10kmフリー」「スプリントクラシカル」のように、距離と走法の組み合わせによる種目が飛躍的に多彩になりました。(特)日本障害者スキー連盟理事の渡辺孝次さん(ノルディック委員会委員長)は、こうした変化を「クロスカンリースキーの面白さを皆さんに知ってもらうための工夫」と話します。

さまざまな障害の選手でメンバーを組む「リレー」も最近追加された種目です。「どういう選手がいて、どんな作戦を組み立てるか。その工夫で勝敗が左右される面白さがあります。日本にとって、これもメダルを狙える種目です」と渡辺さん。ベテランから若手まで選手層の厚い日本チームに注目です。

パラスポーツのクロスカンリースキーとバイアスロンは、パラリンピックでは独立した別競技ですが、大きくはノルディックスキーと総称されます。今回は、バイアスロンをご紹介します。



ストック1本で、バランスを取って進みます

日本障害者スキー連盟

検索

障害の特性を知ってください

カラーバリアフリーを知っていますか

色覚に障害があり、色の識別が困難な人(色覚障害者)への配慮として、分かりやすい配色や表示方法にする「カラーバリアフリー」が注目されています。

カラーバリアフリーガイドラインの活用

障害のある人にとって分かりやすい色使いは、誰にとっても分かりやすいものとなります。

カラーバリアフリーは、他のバリアフリー対策に比べ、ちょっとした気配りでバリアの解消が可能です。例えば、同じ色合いでも、色の組み合わせを変えるだけで、誰にでも見

やすい表現になります。

区は、このような特徴をまとめた「港区カラーバリアフリーガイドライン」を作成しています。ぜひガイドラインを活用いただき、多くの人に情報が正確に伝わるようにちょっとした工夫や配慮をお願いします。

「港区カラーバリアフリーガイドライン」は、港区のホームページでご覧になれます。

問い合わせ

障害者福祉課障害者福祉係

☎3578-2386 FAX3578-2678

見分けにくい組み合わせ	見分けやすい組み合わせ
白と黄色	黒と白
水色とピンク	青と黄色

マイナンバーカード(個人番号カード)を交付しています



愛称:マイナちゃん

マイナンバーカードで便利に

マイナンバーカードは、公的な本人確認書類として使用できる他、ICチップに搭載された電子証明書を使用し、e-Tax(オンラインでの確定申告)等の電子申請ができます。また、コンビニエンスストアで住民票の写し等の証明書を取得できます。

マイナンバーカードの申請方法

1 スマートフォン等による申請

スマートフォン等で顔写真を撮影します。申請用WEBサイトにアクセスします。画面の案内に従って必

要事項を入力の上、顔写真のデータを添付して送信します。

2 まちなかの証明写真機による申請

画面の「個人番号カード申請」を選択し、交付申請書の二次元コードをバーコードリーダーにかざします。画面の案内に従って必要事項を入力の上、顔写真を撮影して送信します。

3 郵送による申請

個人番号カード交付申請書に署名の上、顔写真を貼付して、送付用封筒を使用して郵送します。



マイナンバーカードの表面

マイナンバーカードの受け取りについて

区から「個人番号カード交付通知書」を郵送します。同封の案内等を確認し、インターネットまたは電話で受け取り日時を予約します。予約した受け取り日時に、「個人番号カード交付通知書」と本人確認書類等を持参の上、交付場所(指定の総合支所)でマイナンバーカードを受け取ります。詳しくは、港区ホームペ

ージをご覧ください。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、港区ホームページの「マイナンバーカード(個人番号カード)の交付予約について」のページをご覧ください。

マイナンバーカードについて詳しくは、「マイナンバー総合サイト」<https://www.kojinbango-card.go.jp>をご覧ください。

電話での問い合わせは、「マイナンバー総合フリーダイヤル(受付時間:午前9時30分〜午後8時)」へ。

日本語窓口 ☎0120-95-0178

外国語窓口 ☎0120-0178-26・27



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、地方公共団体情報システム機構の「マイナンバー総合サイト」をご覧ください。

問い合わせ

各総合支所区民課窓口サービス係(台場分室は除く)

欄外参照

この夏、世界のトップアスリートが集う国立競技場を走ろう! 観戦しよう!

(1)走り方教室に参加しよう

対象 区内在住の小中学生(児童1人につき保護者1人の同伴)

とき 5月8日(土)午前9時〜10時30分

定員 50人(抽選)

※その他、新宿区と渋谷区の児童も

参加。当選者のみ郵送で通知します。

(2)東京2020大会のテストイベントを観戦しよう

対象 区内在住者(中学生以下の場合保護者1人の同伴)

とき 5月9日(日)午後4時30分〜9時

定員 50組(1組2人、同伴者を含む)(抽選)

※当選者のみ郵送で通知します。

(1)(2)の共通事項

ところ 国立競技場(新宿区霞ヶ丘町10-1)

費用 無料

申し込み 郵送またはファックスで、4月22日(木)までに、次の項目を参加申込書に明記の上、企画課オリンピック・パラリンピック推進担当へ(区が郵送料を負担します。詳しくは、5面の記事をご覧ください)。港区ホームページからも申し

込めます。

(1)児童氏名(学年)・保護者氏名・住所・電話番号

(2)2人分の氏名・住所・電話番号
※車いすで観覧する人はその旨を付記

※参加申込書は、港区ホームページからダウンロードできます。

※開催時間を変更する可能性があります。当選通知でご確認ください。

送付先・問い合わせ

〒105-8511 企画課オリンピック・パラリンピック推進担当

☎3578-2570 FAX3578-2034