



「広報みなと」は、港区ホームページでもご覧いただけます
Articles are available at the Minato City Web.



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

催し 運動 食 ワクチン

ワクチン打とう。
港区は、ワクチン接種を推進しています。
Minato City promotes the COVID-19 vaccination.

詐欺にだまされないで!!
Don't fall for the scam

相手が誰でも、電話でお金の話が出たら **疑う 切る 相談する**

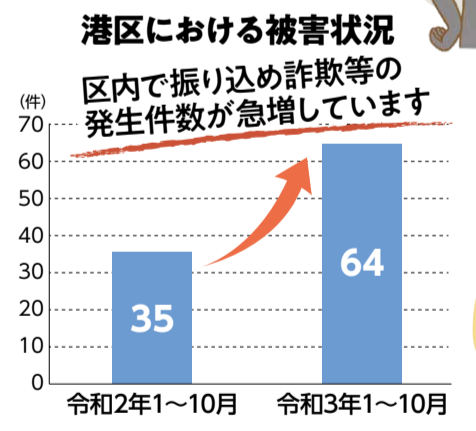
区の職員が還付金や返還金に関しATMに行くようお願いすることは絶対にありません

疑う 切る 相談する

相手が誰でも、お金の話が出たら疑いましょう

一度電話を切り、落ち着きましょう

区や警察署に相談しましょう



自動通話録音機を無償で貸与しています

区は、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。録音した会話内容は繰り返し再生できるので、通報やその後のご自身の防犯対策にも役立ちます。

※電気料金は利用者負担
※電話機等の状況によっては使用できない場合があります。



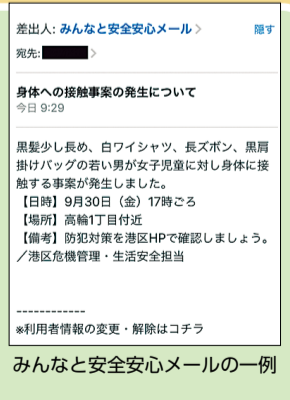
みんなと安全安心メールを配信しています

区内の犯罪発生情報が届く登録無料のメールサービスです。振り込み詐欺やひったくり等の犯罪、不審者事案の発生情報や防犯・防火等の安全対策に役立つ情報を配信しています。

※通送料は利用者負担

登録方法

- 携帯電話からの登録はこちら
二次元コードをスマートフォンで読み取ると、「みんなと安全安心メール」登録フォームに接続できます。
- パソコンからの登録はこちら
<https://service.sugumail.com/minato/member/>



不審な電話の例

区の職員を名乗り、「還付金の申請書類が届いていませんか。今日なら銀行で手続きできます」と言って、銀行やATMに誘導する

息子や孫をかたり、「電話番号が変わった」「お金が必要になった」と言って金銭を要求する

問い合わせ 防災課生活安全推進担当 ☎3578-2271

区の手続きや施設・催し物のご案内は **みなとコール**へ City information service: Minato Call
☎03-5472-3710 FAX03-5777-8752 年中無休 午前8時~午後8時 8 a.m. to 8 p.m., Seven days a week

◆「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。

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



浜松町の散策「神明宮と江戸庶民の楽しみ」

芝の語り部と一緒に浜松町周辺をゆっくりと散歩します。

- 対象 60歳以上の区民
- 日時 11月20日(日)午前10時～11時
- 場所 芝大神宮階段前(芝大門1-2-7)集合、都営地下鉄浅草線大門駅周辺解散
- 人数 10人(抽選)
- 申込 電話または直接、11月3日(木・祝)までに、虎ノ門いきいきプラザへ。 ☎3539-2941

これからの自動車のはなし

電気自動車の仕組み等を学びます。

- 対象 おおむね50歳以上の区民
- 日時 11月23日(水・祝)午前10時～11時30分
- 場所 三田いきいきプラザ
- 人数 25人(抽選)
- 申込 電話または直接、11月12日(土)までに、三田いきいきプラザへ。 ☎3452-9421

なるほどスマホ教室

お使いのスマートフォンを使用します。

- 対象 50歳以上の区民
- 日時 11月11・18日(金)午後1時～3時
- 場所 南麻布いきいきプラザ
- 人数 各10人(60歳以上の人優先で抽選)

- 申込 電話または直接、10月31日(月)までに、南麻布いきいきプラザへ。 ☎5232-9671

使って便利スマホ教室

お使いのスマートフォンをお持ちください。

- 対象 50歳以上の区民
- 日時 11月12・19日(土・全2回)午後1時30分～3時
- 場所 飯倉いきいきプラザ
- 人数 8人(60歳以上の人優先で抽選)
- 費用 500円(教材費)
- 申込 電話または直接、10月31日(月)までに、飯倉いきいきプラザへ。 ☎3583-6366

はじめてスマホ教室

スマートフォンの購入を検討中の人、持っているけど使えない人が対象です。プラザで用意するiPhoneを使用します。

- 対象 50歳以上の区民
- 日時 11月19・26日(土)午後1時30分～3時30分
- 場所 麻布いきいきプラザ
- 人数 各8人(60歳以上の人優先で抽選)
- 申込 電話または直接、11月11日(金)までに、麻布いきいきプラザへ。 ☎3408-7888

はり・マッサージサービス

- 対象 65歳以上の区民
- 日時 11月22・23日(火、水・祝)
- 場所 麻布いきいきプラザ
- 人数 30人(申込順)
- 費用 1000円(利用料)
- 申込 電話で、10月30日(日)午後5時

までに、麻布いきいきプラザへ。 ☎3408-7888

専門家に聞く「おひとりさま」のための介護対策・相続準備

- 対象 60歳以上の区民
- 日時 11月11日(金)講座:午前10時～11時、個別相談:午前11時～11時20分、午前11時20分～11時40分、午前11時40分～正午
- 場所 高輪いきいきプラザ
- 人数 講座:10人、個別相談:各2人(いずれも抽選)
- 申込 電話または直接、11月3日(木・祝)までに、高輪いきいきプラザへ。 ※当選者のみ、11月4日(金)以降に電話で連絡します。 ☎3449-1643

台場高齢者在宅サービスセンターの大規模改修工事期間中の運営について

台場高齢者在宅サービスセンターの大規模改修工事に伴い、施設の諸室や設備の利用が一部制限されることから、工事期間中の運営方法を次のとおり変更します。詳しくは、施設へお問い合わせください。

- 通所介護(デイサービス)の定員縮小
- 宿泊デイサービスの定員縮小
- 各種教室事業、介護予防事業および会食サービスを近隣の代替場所で実施
- 浴室の一般開放時間の短縮
- 日時 12月～令和5年9月(予定)
- 場所 台場高齢者在宅サービスセンター ☎5531-0520
- 担当 高齢者支援課高齢者施設係

転倒予防講習会の参加者を募集します

「転倒を防ぐ体づくり」をテーマにした講演を開催します。

- 対象 どなたでも
- 日時 11月25日(金)午後2時～3時30分
- 場所 介護予防総合センター
- 人数 30人(申込順)
- 持ち物 動きやすい服装・タオル・飲み物
- 申込 電話で、11月16日(水)までに、(公社)港区シルバー人材センターへ。 ☎5232-9681
- 担当 保健福祉課地域福祉支援係

「長寿を祝う集い(9月1日開催)」収録DVDを貸し出します

- 貸出場所 高齢者支援課高齢者福祉係(区役所2階)
- 貸出期間 1週間※芸能ショーは収録されていません。
- 申込 電話で予約の上、直接、高齢者支援課高齢者福祉係へ。 ☎3578-2394

後期高齢者医療保険料の納付書(11～3月期)を郵送します

- 対象 後期高齢者医療制度に加入し、保険料を納付書で納めている人
- 日時 10月末発送予定※口座振替を希望する人は、同封の口座振替依頼書に必要事項を明記の上、返信用封筒(切手不要)で返送してください。
- 担当 国保年金課高齢者医療係 ☎3578-2654~9

新型コロナワクチン接種情報 10月11日時点

10月14日から、オミクロン株対応ファイザー(BA.4-5)に切り替えて実施しています。

国際医療福祉大学東京赤坂キャンパスW棟10階でオミクロン株対応ワクチンの接種を開始しました

10月18日から、港区新型コロナワクチン接種第2センターに代わり、国際医療福祉大学東京赤坂キャンパスでオミクロン株対応ワクチンの接種を開始しました。引き続き、港区新型コロナワクチン接種センター(旧港勤労福祉会館)でも実施しています。 ※港区新型コロナワクチン接種第2センターでは従来型ワクチンの初

回接種(1・2回目接種)を実施しています。

- 国際医療福祉大学東京赤坂キャンパスの開設時間(10・11月)
- 毎週月～金曜 午前9時～午後0時15分、午後2時～5時15分
- 毎週土曜 午前9時～午後0時15分
- ※11月3日(木・祝)、23日(水・祝)の接種は実施しません。
- 会場 国際医療福祉大学東京赤坂キ

ャンパスW棟10階(赤坂4-1-26) ワクチンの種類

- オミクロン株対応ファイザー(BA.4-5)
- ※10月24日(月)のみオミクロン株対応モデルナ(BA.1)
- ※国際医療福祉大学東京赤坂キャンパスでの接種は予約が必要です。
- 持ち物 接種券、接種券に同封の予診票、本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証等)
- オミクロン株対応ワクチン接種について

最新情報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「オミクロン株対応ワクチン接種について」のページをご覧ください。 ☎0120-252-237



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 ☎0120-252-237

担当課 保健予防課新型コロナウィルスワクチン接種担当

感染性胃腸炎にご注意ください

秋から冬にかけて、ウイルスによる感染性胃腸炎が流行します。主な症状は吐き気・嘔吐や下痢です。

感染性胃腸炎の原因となるウイルスには、ノロウイルスやロタウイルス等があります。いずれも感染力が非常に強く、乳幼児や児童、高齢者を中心に流行するため、保育園や学校、高齢者施設等で集団感染が起ります。

感染経路は、病原体が付着した手で口に触れることによる感染(接触

感染)、汚染された食品を食べることによる感染(経口感染)があります。また、症状が消失してもしばらくは便中にウイルスが排出されるため、注意が必要です。

最も有効な予防方法は手洗いです。トイレの後や調理する前、食事の前等には、せっけんと流水を使って十分に手を洗いましょう。

- 嘔吐物を処理する際に大切なこと
- 窓を開けてよく換気をしましょう。
- 使い捨てマスクと手袋を必ず使用

し、嘔吐物は不要な布等で包んでビニール袋に密閉して捨てましょう。

- ふき取った後は、塩素系漂白剤等で十分に消毒しましょう。広くウイルスが散っている可能性があるため、嘔吐があった周辺も併せて消毒しましょう。
- 汚れた衣類を洗う時は、他のものと別にしましょう。
- 処理後、汚れた手袋は廃棄し、せっけん流水で手をよく洗いましょう。
- 食品からの感染を防ぐために守ること
- 嘔吐や下痢の症状がある人は、調理を避けましょう。

- 調理・食事の手洗いをしっかりとしましょう。
 - 調理をする際には、食品の中心部まで十分に火を通しましょう。
 - 調理器具をしっかりと洗いましょう。
 - その他
 - 嘔吐や下痢の症状が続く場合、乳幼児や高齢者は脱水症状を生じる恐れがありますので、早めに医療機関を受診しましょう。
- 詳しくは、港区ホームページをご覧ください。

問い合わせ

保健予防課保健予防係 ☎6400-0081

「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

☎電話番のかけ間違いないようご注意ください。

凡例 対象 時間 とき 所 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

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、病気や交通事故等で脳が損傷を受け、言語能力や記憶能力、思考能力、空間認知能力等の認知機能や精神機能等の脳がつかさどる機能に生じる障害です。外見からは分かりにくいので、対人関係や仕事等さまざまな日常生活の場面で不応や支障が生じます。

今回は、さまざまな葛藤や障害受容を経て、現在も一般企業での就労等前向きに進み続ける高次脳機能障害当事者によるお話と、高次脳機能障害の専門医師による障害理解についての講演です。

講演会「なんで？何が起きたの？」
“見えない障害”と生きていく

対象 高次脳機能障害当事者や家族・支援者および関心のある人
とき 11月26日(土)午後1時30分～4時30分

ところ 障害保健福祉センター
定員 100人(申込順)

※保育あり(4カ月～就学前、2人。
電話で、11月18日(金)正午までに、お申し込みください)

※手話通訳あり

内容

(1)人生を変えたその日から～自立に向けて前向きな私～

講師 障害当事者
(2)ヒトの脳のはたらき～高次脳機能障害を理解するために～
講師 東京慈恵会医科大学附属病院 リハビリテーション科 医局長 羽田 拓也氏

申し込み

電話で、10月21日～11月24日(木)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後3時)～午後5時)へ。

またはファックスで、「高次脳機能障害理解促進事業」、参加者氏名、電話番号を明記の上、障害保健福祉センターへ。FAX5439-2514
相談会

支援の専門家や多くの苦勞を乗り越えてきた家族たちと、気軽に

障害者 関連情報

話し合える相談会です。
対象 障害当事者やその家族
とき 毎月第2木曜午後1時30分～4時30分(1組につき1時間)
ところ 障害保健福祉センター
定員 1日3組(申込順)

申し込み

電話で、障害保健福祉センターへ。☎5439-2511

問い合わせ

障害者福祉課障害者支援係
☎3578-2674 FAX3578-2678

障害者差別解消コラム ～ほじょ犬について～

ほじょ犬とは

障害のある人をサポートするほじょ犬(盲導犬・介助犬・聴導犬)は、現在全国で969頭※が活躍しています。(※令和4年4月1日現在厚生労働省調べ)

ほじょ犬は、障害のある人が自立と社会参加をするための大切なパートナーであり、使用者は獣医師の指導を受けながら、ほじょ犬の体調や衛生・行動管理を行っています。

使用者はほじょ犬とともに交通機関や公共施設をはじめ、飲食

店、病院、宿泊施設等を利用します。受け入れる施設側には、法律に基づき、ほじょ犬の同伴を受け入れる義務があります。

使用者とほじょ犬は、いつでもどこでも一緒です。ほじょ犬の受け入れにご理解をお願いします。

盲導犬

視覚に障害のある人が安全に歩けるようにサポートします。

介助犬

手や足に障害のある人の日常生活動作をサポートします。

聴導犬

聴覚に障害のある人に必要な音を知らせ、音源まで誘導します。

ほじょ犬マークのステッカーを配布しています

事業所の皆さんに「welcome!ほじょ犬」のステッカーを配布しています。使用者が安心してほじょ犬を同伴して施設を利用できるようにステッカーを入り口等に掲示してください。

ステッカー配布窓口

各総合支所区民課保健福祉係、障害者福祉課(区役所2階)
※送付を希望される場合は、電話またはファックスで、障害者福祉課障害者福祉係へ。



ほじょ犬マークステッカー
(縦17センチメートル×横11.5センチメートル)

問い合わせ

障害者福祉課障害者福祉係
☎3578-2383 FAX3578-2678

飼い犬の登録と 狂犬病予防注射を忘れずに

犬の飼い主には、狂犬病予防法により、犬の登録と年1回の狂犬病予防注射の届け出が義務付けられています。

飼い犬の登録

犬を飼い始めた場合、マイクロチップを装着している犬については環境省の「犬と猫のマイクロチップ情報登録」サイト

<https://reg.mc.env.go.jp/>

で所有者情報を登録してください。マイクロチップが鑑札の代わりになります。詳しくは、購入元のペットショップ等に確認してください。マ

イクロチップを装着していない犬は、窓口で登録の申請をして鑑札の交付を受けてください。

狂犬病予防注射

年に一度、動物病院で狂犬病予防注射を受け、獣医師の発行する「狂犬病予防注射済証」を窓口にお持ちください。令和4年度の注射済票は、令和4年3月2日以降に受けた注射が対象です。

犬の飼い主の人へ

区には犬の散歩時のマナーについて意見が寄せられています。人も犬もみんなが気持ちよく暮らすため

に、ご協力をお願いします。

ふんは持ち帰りましょう

散歩のときは、ふんを持ち帰る袋・ペットシート・水等を用意しましょう。ふんをしたらきちんと拾って自宅に持ち帰ってください。散歩中のおしっこは、ペットシートで吸い取る、水できれいに洗い流す等、周囲の環境保全に努めましょう。

リードを短く持ちましょう

犬の安全を守るため、周囲の人に迷惑をかけないために、外出時は必ず犬をリードでつなぎ、放さないようにしてください。リードは短く持って散歩しましょう。長さが変えられるタイプのリードは短い状態でロックをかけておいてください。

飼い犬が人にけがをさせた場合

- けがをした人への応急手当をしてください
- 事故発生届の提出、獣医師の検診が必要です。詳しくは各総合支所区民課保健福祉係へお問い合わせください

問い合わせ

- マイクロチップ装着、その他の相談
生活衛生課生活衛生相談係 ☎6400-0043
- 地域におけるマナーに関する相談
各総合支所協働推進課協働推進係 ☎欄外参照
- 犬の登録、各種届け出について
各総合支所区民課保健福祉係 ☎欄外参照

私たちの力で 人権の世紀に

インターネットと人権

インターネットは便利なコミュニケーション手段ですが、誰もが簡単に情報発信できることから、その匿名性を悪用した人権侵害事件が近年高い水準で推移しています。令和3年中に法務局・地方法務局が新たに救済手続きを開始したインターネットに関する人権侵犯事件は、1736件発生しています。

その一つに、SNS上での人権侵害があります。この事件は、知人が撮影したと思われる被害者の顔写真が

無断で掲載されていたというものです。法務局が調査を行った結果、被害者の人権を侵害するものと認められたため、法務局からサイト管理者に削除要請を行い、当該画像および記事の全てを削除するに至りました。

匿名性を利用し、他人の人権を侵害したり差別的な内容を書き込んだりすることは、許されることではありません。

私たち一人一人が、インターネットに関する知識や情報を知り、正しく利用していくことが求められています。

問い合わせ

総務課人権・男女平等参画係
☎3578-2027

「港区新型コロナウイルス感染症 生活困窮者自立支援金」の 申請期限は12月31日です

申請期限が9月30日から12月31日(土・消印有効)に延長されました。期限までに申請がなかった場合は、自立支援金を受給できません。受給を希望する人は必ず申請期限までに申請してください。総合支援資金の再貸付を終了した区民等、対象となる可能性がある人には、申請書類等を郵送しています。申請書類は港区ホームページから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「港区新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金」のページをご覧いただけます。

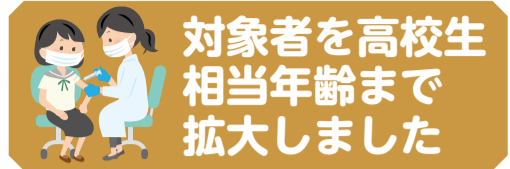


問い合わせ

港区生活困窮者自立支援金専用コールセンター ☎0120-170-166

子育て・子ども 関連情報

子どものインフルエンザ予防接種 費用の一部を助成します



区は、子どものインフルエンザの発症や、発症した場合の重症化を予防するため、インフルエンザの予防接種費用の一部を助成します。令和4年度から対象者を拡大し、高校生相当年齢に対しても、費用を助成します。

対象者には港区子どものインフルエンザワクチン任意接種予診票を郵送しています。なお、8月31日以降に区へ転入の届け出をし、接種を希望する人は保健予防課保健予防係へご連絡ください。

接種については任意です。接種を希望する人は、医師とよく相談し、予防接種を受けてください。

対象

令和4年12月31日時点で、生後6カ月～高校生相当年齢(平成16年4月2日～令和4年7月1日生ま

れ)の人
 ※生後6カ月を迎えてから接種を受けてください。

助成金額

接種1回当たり3000円
 ※接種費用と助成額との差額は、医療機関の窓口でお支払いください。

期限

令和5年1月31日(火)まで

持ち物

港区子どものインフルエンザワクチン任意接種予診票(水色の予診票)、区内在住であることが確認できる本人確認書類(マイナンバーカード・健康保険証等)、母子健康手帳

助成回数

生後6カ月～小学生 2回
 中学生以上 1回

接種場所

区内指定医療機関
 ※指定医療機関については、港区ホームページでご確認ください。
 ※指定医療機関以外で接種を受けた場合は、助成を受けられません。
 ※予約が必要な場合があります。事前に医療機関にご確認ください。

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「令和4年度子どものインフルエンザ予防接種事業について」のページをご覧ください。



問い合わせ
 保健予防課保健予防係 ☎6400-0081

妊娠中からお子さんが3歳になる日の前日まで、産前産後家事・育児支援サービスを利用できるようになります

産前産後家事・育児支援サービスは、区内在住の妊娠中または出産後の家庭に「ホームヘルパー」または「産後ドゥーラ」が訪問し、家事および育児支援を行う事業です。

子育て家庭の家事負担軽減のため、本事業を利用できる期間と時間数を延長します(表参照)。

利用には事前の申請が必要です。利用申請や利用方法等について詳しくは、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「産前産後家事・育児支援サービス」のページをご覧ください。



表 利用内容

		単胎家庭	多胎家庭
利用できる期間		妊娠中から、お子さんが3歳になる日の前日まで	
利用できる時間数	妊娠中から、お子さんが1歳になる前日まで	128時間	お子さん一人につき128時間(例:双子の場合は256時間)
	1・2歳	各48時間	お子さん一人につき各48時間(例:双子の場合は各96時間)

問い合わせ 子ども家庭支援センター子ども家庭サービス係 ☎5962-7201

Helloママサロン

助産師によるミニ講話・交流会を行います。

☑ 区民で、令和4年9・10月生まれのお子さんとその保護者※1カ月児健診後にご参加ください。※対象の開催日程のうち、1回のみ参加できます。

📅 11月28日(月)午前9時30分～11時30分

📍 みなと保健所

👥 30組(申込順)

🎒 持ち物 母子健康手帳・バスタオル

📅 10月28日(金)～11月21日(月)に、みなと保健所けんしん等利用予約システムからお申し込みください。

📞 健康推進課地域保健係 ☎6400-0084 FAX3455-4460

おはなし会

☑ 未就学のお子さんとその保護者

📅 11月1日(火)午後2時40分～3時

📍 台場区民センター

👥 9人(会場先着順)

📅 当日直接会場へ。

📍 台場区民センター ☎5500-2355

歯並び・かみ合わせ相談

お子さんの「歯並び・かみ合わせ」について、区内の矯正歯科専

門医が相談を受けます。※精密な検査や治療ではありません。

☑ 3歳～小学6年生

📅 11月30日(水)午後3時～4時40分

📍 みなと保健所

👥 12人(申込順)※予約した日に来られなくなった場合は、必ずキャンセルのご連絡をお願いします。

📞 電話で、健康推進課健康づくり係へ。 ☎6400-0083

「学校選択希望票」は届いていますか

教育委員会では、令和5年4月に区立小・中学校へ入学する対象者の皆さんに「学校選択希望票」等の関係書類をお送りしています。まだ届いていない場合は、お問い合わせください。

☑ 小学校入学:平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれのお子さん
 いる世帯※小学校に入学する対象者には、学校選択希望票と一緒に「就学時健康診断通知書」を送付しています。健康診断は、通知書に記載された会場(小学校)で受診してください。
 中学校入学:平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれの児童がいる世帯

📞 学務課学事係 ☎3578-2726～9

11月は「港区教育推進月間」です～地域の子どもたちを応援してください～

区では、毎年11月を「港区教育推進月間」とし、保護者をはじめ区民の皆さんに、子どもたちの活動の様子や成果を知っていただくためのPR強化期間としています。各区立幼稚園や区立小・中学校では、特色と魅力のある学校づくりに取り組み、「『徳』『知』『体』を育む学び」、「生き抜く力を育む学び」等、子どもたち一人一人の個性と能力を伸ばす教育を推進して

います。
 ぜひ地域の幼稚園、小・中学校で、子どもたちの生活や学習活動の様子、日々成長する姿をご覧ください。※各幼稚園、小・中学校のツイッターやホームページ等で、活動の様子をご覧ください。
 📞 教育人事企画課教育支援係 ☎5422-1541

おもちゃの病院 11月

日程	会場
11月5日(土)	赤坂子ども中高生プラザ
11月11日(金)	港南子ども中高生プラザ
11月15日(火)	麻布子ども中高生プラザ
11月17日(木)	高輪子ども中高生プラザ
11月21日(月)	白金台児童館
11月26日(土)	芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ
11月29日(火)	飯倉学童クラブ

※時間はいずれも午前10時～午後3時(受付時間:午後2時30分まで)
 ※事前予約が必要です。電話で、各実施会場へ。

問い合わせ
 各実施会場 ☎欄外参照

担当課 子ども家庭課子ども青少年育成係

図書館 11月ミニガイド

11月に開催される図書館のイベントについて、詳しくは港区立図書館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、港区立図書館ホームページの「イベント一覧(11月)」のページをご覧ください。

問い合わせ
 各港区立図書館 ☎欄外参照

担当課 図書文化財課庶務係



歴史探索 鉄道開業150年×鉄道発祥の地 港区 謎解きラリーを開催しています

令和4年10月14日に、新橋と横浜を結ぶ日本初の鉄道が開業してから150年を迎えました。東京側の玄関口・新橋駅がある港区では、鉄道と歴史にスポットを当てた謎解きラリーイベントを開催しています。お子さんから高齢者まで公式サイトまたはチラシから簡単に参加できます。全てのスポットで謎を解き、キーワードを集めることができれば、港区観光インフォメーションセンターで港区オリジナルグッズをもらえなくプレゼントします。

謎を解いて港区と鉄道の歴史をひもといてみてはいかがでしょうか

か。
※詳しくは、公式サイトをご覧ください。

対象 どなたでも
とき

令和5年1月11日(水)まで

ところ

区内各地(表1参照)

費用 無料

申し込み

公式サイトまたはチラシから参加できます。



二次元コードをスマートフォンで読み取ると、「歴史探索謎解きラリーホームページ」をご覧ください。

オリジナルグッズ例
木製マスクケース(イメージ)



「歴史探索謎解きラリー」ポスター

問い合わせ

産業振興課シティプロモーション担当 ☎6435-4673

表1 謎解きスポット一覧

謎解きスポット	住所	時間	休館日※	チラシ配架
旧新橋停車場	東新橋1-5-3	午前10時～午後5時	毎週月曜(祝日の場合は翌火曜)、年末年始、展示替え期間	○
新橋SL広場	新橋2-7	-	-	-
品川駅創業記念碑	高輪3-26	-	-	-
郷土歴史館	白金台4-6-2	午前9時～午後5時(土曜のみ午後8時まで)	毎月第3木曜日(祝日の場合は前日水曜)、年末年始、特別整理期間	○
伝統文化交流館	芝浦1-11-15	午前10時～午後9時	年末年始、施設保守点検日	○

※休館日は予告なく変更する場合があります。

地域交流イベント

新聞記者に学ぶ「伝える」写真体験!

～デジタル一眼レフカメラを借りて撮ろう～

カメラを持つことで日常のさまざまな感動を見つけることができます。自分の感動や驚きを写真で伝えてみませんか。

対象 どなたでも

とき 12月5日(月)午後1時30分～3時30分

ところ 障害保健福祉センター

講師 読売新聞社 記者 横山 聡氏

定員 15人程度(抽選)

申し込み 電話またはファックスで、11月4日(金)までに、障害保健福祉センターへ。申し込みの際、身体状況を確認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(条件あり)。



令和3年度参加者撮影写真



問い合わせ

障害保健福祉センター
☎5439-2511 FAX5439-2514

担当課 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係

消費者教養講座

受講生募集

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。

※基礎講座のみ、応用講座のみの受講も可能です。応用講座は動画配信による受講もできます。詳しくは、お問い合わせください。

対象 区内在住・在勤・在学者

とき 表2・3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)

内容

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、身近な人へ情報発信する知識も学びます。

費用 無料

定員(申込順)

基礎講座(全3回) 30人

応用講座(全6回) 30人

申し込み 電話で、基礎講座は11月4日(金)までに、応用講座は11月24日(木)までに、消費者センターへ。

表2 基礎講座カリキュラム(予定)

とき	内容
1 11月9日(水)	どこまでできるの? インターネット～基礎知識、通信販売、オンライン会議等～
2 11月16日(水)	消費者トラブル最新事例
3 11月30日(水)	消費者トラブル護身術

表3 応用講座カリキュラム(予定)

とき	内容
1 12月7日(水)	どうすりゃいいの? 住まいのトラブル～住宅修理、住宅設備、家電等～
2 12月14日(水)	健康食品・サプリメントとの付き合い方
3 12月21日(水)	あなたもできる高齢者見守り
4 令和5年1月11日(水)	SDGsってナニ?
5 1月18日(水)	美容関連トラブル～現状と対策～
6 1月25日(水)	くらしのお金の話

問い合わせ

消費者センター ☎3456-4159

港区の個人情報保護制度

区は、基本的な権利を擁護するとともに信頼される区政の実現を図ることを目的として、「港区個人情報保護条例」および「港区個人番号の利用並びに特定個人情報の保護及び提供に関する条例」に基づき、個人情報保護制度を運用しています。

個人情報および特定個人情報の保護対策

個人情報とは、氏名・生年月日・住所等の個人に関する情報で、特定の個人が識別され、または識別され得るものを言います。

特定個人情報とは、個人番号(マイナンバー)を含む個人情報のことです。

区は、必要最小限の個人情報を適正に収集して利用しています。また、個人情報の保管や輸送、廃棄にあたっての紛失や盗難を防止するた

め、安全管理対策を講じています。

区の窓口での手続きで、区民の皆さんからマイナンバーを収集する場合、本人の番号に間違いのないことを確認するとともに、なりすましを防ぐため、本人確認資料の提示をお願いしています。

港区個人情報保護制度の見直しについて

令和3年に「個人情報の保護に関する法律」が改正され、各地方公共団体が条例を定めて運用していた個人情報保護制度は、令和5年4月からは全国共通ルールで運用します(図参照)。そこで、区は、個人情報の保護に関する法律の下で個人情報保護制度を運用するための見直しを進めています。

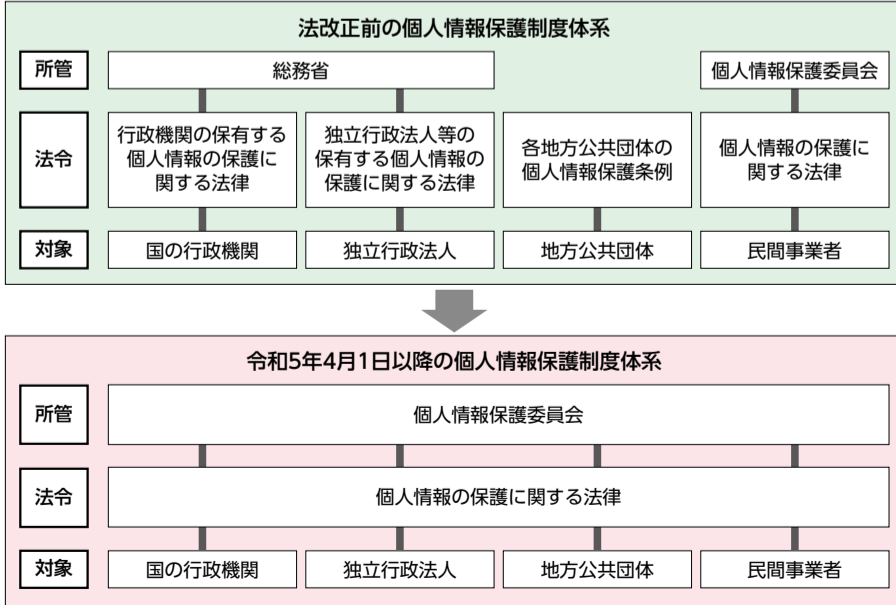
自己情報開示等の請求状況

令和3年度の開示等の請求は156件

でした。決定内容の内訳は、「応じる」が46件、「一部応じる」が71件、「応じない」が4件、不存在が35件、存否応答拒否が2件でした。

※1件の請求に対して複数の決定が

図 個人情報保護制度体系



される場合があります。

問い合わせ

情報政策課個人情報保護・情報公開担当 ☎3578-2064

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



凡例

対 対象
内 内容
問 問い合わせ

時 とき
人 定員・募集人員
選 選考方法

所 ところ
申 申し込み
担 担当課

※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)で届きます。※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。

健康

家族会

対 区民で、こころの病気がある人の家族
時 11月2日(水)午後1時30分～3時30分
所 みなと保健所
申 初めて家族会に参加する人は、電話で、健康推進課地域保健係へ。
※保育あり(4カ月～就学前、2人。10月26日(水)までに、お申し出ください) ☎6400-0084 FAX3455-4460

港区健康づくりサポーターが行う「ノルディックウォークで足腰げんき～まち歩きで体力アップ・フレイル予防しよう」

ノルディックウォークとは、2本のポールを使って歩行運動を補助しながら行う運動です。
対 18歳以上の区内在住・在勤・在学中で、3キロ以上歩ける人
時 11月3日(木・祝)午前10時～11時30分(午前9時30分受け付け開始)※雨天中止
所 JR田町駅改札口集合、(レインボーブリッジ経由)台場解散
人 20人(申込順)
費用 500円(保険料含む)。ポールのレンタルを希望する人は別途500円が必要です(要予約)。
持ち物 運動ができる服装・靴・帽子・飲み物・両手が動かせる小さいリュック等※マスク着用。
申 電話またはショートメールで、10月30日(日)午後5時までに、(社)スマートヘルスプロジェクトへ。
☎090-1468-8896
担 健康推進課健康づくり係

こころの健康相談(精神保健福祉相談)

こころの病気(依存症を含む)や認知症について、精神科医師が相談に応じます。
対 区内在住・在勤者
時 11月7日(月)・10日(木)・18日(金)・28日(月)
所 みなと保健所
申 電話で、健康推進課地域保健係へ。※保育あり(4カ月～就学前、各

日1週間前までに、お申し出ください) ☎6400-0084 FAX3455-4460

◎アピランス(外見)ケアすみれサロン

時 11月10・24日(木)いずれも午前10時～11時
申 当日直接会場へ。

◎がんの治療と仕事やお金の個別相談

時 11月29・30日(火・水)いずれも午後7時～8時
人 各1組(申込順)
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へ。

◎印の共通事項

対 がん患者およびその家族
所 がん在宅緩和ケア支援センター
※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。
問 がん在宅緩和ケア支援センター ☎6450-3421 FAX6450-3583

健康講座「それって風邪ですか？ COPD(慢性閉塞性肺疾患)を学び、呼吸リハビリテーションを体験しよう！」

対 区内在住・在勤・在学者
時 11月22日(火)午後2時～4時
所 みなと保健所
人 15人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、4人。11月15日(火)までに申込時にお申し出ください)
申 電話で、10月21日～11月21日(月)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後2時)～午後5時)へ。 ☎5472-3710
担 健康推進課健康づくり係 ☎6400-0083

国民健康保険加入者と後期高齢者医療制度加入者の無料健康相談

対 国民健康保険加入者および後期高齢者医療制度加入者
時 11月1日(火)～12月31日(土)※休診日を除く。
所 無料健康相談のポスターを掲示している内科医・歯科医・薬局

対 内科:血圧を主とした健康相談、
歯科:歯に関する衛生相談、薬局:医薬品等に関する相談
申 直接、医院・薬局の窓口にある「相談券」に必要事項を明記の上、健康保険証を添えて、各医療機関等へ。※別途治療を受ける場合は、通常の診療費用がかかります。
問 国保年金課事業係 ☎3578-2636～7
国保年金課高齢者医療係 ☎3578-2654～9

講座・催し物

芝の語り部による座学「琉球の歴史と江戸上り」

対 芝地区の歴史に関心のある人
時 11月12日(土)午前9時30分～11時40分
所 芝区民協働スペース
人 30人程度(抽選)
申 電話で、10月24日(月)～31日(月)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後3時)～午後5時)へ。 ☎5472-3710
問 芝地区総合支所協働推進課地区政策担当 ☎3578-3126

赤坂・青山SDGs推進月間として、スタンプラリーを実施します

赤坂・青山地域のお子さんから高齢者まで幅広い世代の皆さんが交流できる、赤坂・青山多世代交流促進事業として、SDGs(持続可能な開発目標)をテーマにスタンプラリーを行います。スタンプを集めるとSDGsにちなんだコットンバッグやカレンダーと交換できます。
対 どなたでも
時 10月30日(日)～12月4日(日)
所 赤坂・青山地区管内各施設・協力民間企業の施設等
申 スタンプラリーの台紙は、赤坂・青山地区管内各施設で配布しています。※イベントの詳細や最新情報については、港区ホームページをご覧ください。
問 赤坂地区総合支所管理課管理係 ☎5413-7014

第4回港区役所ロビーコンサート「第1部:ピアノソロコンサート、第2部:ヴァイオリンによるクラシックコンサート」

対 どなたでも
時 10月31日(月)正午～午後0時55分
所 区役所1階ロビー
申 当日直接会場へ。
問 地域振興課文化芸術振興係 ☎3578-2523

中小企業人材育成塾 新技術研修「一から始めるWordPress」

WordPressを基礎から学べる講座です。サイト作成・構築・運営ができるスキルの習得をめざします。
対 区内在住・在勤の中小企業者・勤労者等
時 12月1・2日(木・金)午前9時30分～午後4時30分(全2回)
所 産業振興センター研修室2(札の辻スクエア10階)
人 15人(申込順)
費用 2000円(テキスト代)
申 産業振興センターホームページ <https://minato-sansin.com/> からお申し込みください。
問 産業振興センター ☎6435-0601

親が元気なうちから聞いておきたい 誰でもできる仕事と介護の両立とは

対 区民
時 11月26日(土)午後2時～3時30分
所 オンラインツール(Zoom)を利用して受講可能な場所
人 30人(申込順)
申 メールで、11月19日(土)までに、高輪地区高齢者相談センターへ。
メール: takanawa-houkatu@foryou.or.jp
問 高輪地区高齢者相談センター ☎3449-9669

認知症サポーターステップアップ講座

専門医を招いて最新の知識を学ぶ講座です。
対 認知症サポーター養成講座を受講した人、認知症についての基礎知識がある人
時 11月28日(月)午後2時30分～4時

夜間・休日診療

港区ホームページからご覧いただけます
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



※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。

10月23日(日)	ニュー新橋クリニック(内)	新橋2-16-1 ニュー新橋ビル4階	☎3580-6775
	東京高輪病院(内)	高輪3-10-11	☎3443-9191
	中川歯科クリニック(歯)	北青山3-10-9 川島ビル3階	☎3486-6480
	矢島歯科診療所(歯)	芝大門1-4-4-203 ノア芝大門ビル2階	☎3431-1457
	★きつかわクリニック(内)	芝5-31-16 YCC田町ビル4階	☎3451-1731
	西麻布クリニック(内)	西麻布3-20-6 杉友ビル1階	☎3403-6696
	愛育病院(小)	芝浦1-16-10	☎6453-7300
10月30日(日)	麻布十番ハート歯科クリニック(歯)	麻布十番2-8-8 ミレニアムタワー201	☎6435-2277
	長尾歯科クリニック(歯)	芝大門2-1-13 芝大友ビル2階	☎3431-0231
	★南麻布医院(外・内)	南麻布1-12-1	☎3452-3211
	休日お口の電話相談室 (公社)東京都港区芝歯科医師会)	対応時間:午前9時～午後4時30分	☎080-9587-2557 (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			
10月23日(日)	青山薬局外苑前	南青山2-26-36	☎5772-3180
10月30日(日)	北村薬局	南青山5-1-25	☎3400-2091

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

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。

所 男女平等参画センター(みなとパーク芝浦2階)
人 20人(申込順)
時 10月24日(月)～11月22日(火)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後2時)～午後5時)へ。
☎5472-3710
所 高齢者支援課高齢者相談支援係
☎3578-2409

介護のしごと面接・相談会

所 区内の介護サービス事業所に就職を希望されている人、介護の仕事に関心のある人
時 11月10日(木)午後1時～4時(受付時間:午後3時30分まで)
所 生涯学習センター
申 当日直接会場へ。
所 介護保険課介護事業者支援係
☎3578-2881

日本の伝統文化「凧づくりと凧揚げ」

所 区内在住・在勤・在学者
時 12月3日(土)午後1時30分～4時
所 青山小学校
人 30人(抽選)
費用 500円(材料費)
持ち物 運動しやすい靴・上履き
申 電話で、11月4日(金)までに、港ユネスコ協会(受付時間:祝日を除く火～金曜午前10時～午後5時)へ。
☎3434-2300

港ユネスコ協会ホームページ
<https://minato-unesco.jp/>
からも申し込みます。

所 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係

英語で学ぶ「世界の文化～英語圏の秋の行事や文化について英語で学びましょう!～」

所 中学生以上どなたでも
時 11月5日(土)午後1時～2時30分
所 三田図書館集会室
人 30人(申込順)
申 電話または直接、10月23日(日)から、三田図書館へ。※10月21・22日(金・土)は休館 ☎3452-4951

永井荷風と街歩き～三田の路地裏巡り～

所 どなたでも
時 11月20日(日)午前9時30分～正午
所 地下鉄麻布十番駅集合、三田5丁目「三田松坂児童遊園」解散。
人 15人(申込順)
申 電話または直接、10月23日(日)から、三田図書館へ。※10月21・22日(金・土)および11月17日(木)は休館 ☎3452-4951

歴史講座「港区浮世絵さんぽ～麻布編～」

所 中学生以上どなたでも
時 11月12日(土)午後2時～3時30分
所 麻布図書館
人 25人(申込順)
申 電話または直接、麻布図書館へ。
☎3585-9225

文学セミナー「絵でも国宝 俳人・与謝蕪村に迫る」

所 中学生以上どなたでも
時 11月12日(土)午後2時～3時30分
所 高輪図書館
人 30人(申込順)

所 電話または直接、高輪図書館へ。
☎5421-7617

くらしセミナー「セカンドライフの確認事項」

所 どなたでも
時 11月26日(土)午後2時～3時30分
所 港南図書館
人 20人(申込順)
申 電話または直接、港南図書館へ。
※11月17日(木)は休館 ☎3458-1085

お知らせ

令和4年度芝地区「区長と区政を語る会」

所 区内在住・在勤・在学者
時 12月10日(土)午後2時30分～4時
所 区役所9階会議室
テーマ 若い世代とともに語る、快適で美しい芝地区
人 10人程度(抽選)※手話通訳・保育あり(4カ月～就学前、2人程度。申込時にお申し出ください)
申 郵送またはファックスで、11月18日(金・必着)までに、応募用紙に住所・氏名(ふりがな)・電話番号・応募動機を明記の上、〒105-8511 芝地区総合支所管理課管理係へ。港区ホームページからも申し込みます。※応募用紙は、芝地区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。
☎3578-3194 FAX3578-3235

東京タワーライトアップ情報

日程	ライトアップ内容	色
10月24日(月)	10月季節カラー	オレンジ
10月31日(月)	ハロウィーン	オレンジと紫
11月7・14・21日(月)	11月季節カラー	赤
11月8日(火)	満月の夜	上部消灯・下部赤

※点灯時間は、いずれも日没～午後10時です。※上記日時以外は、通常のランドマークライト(オレンジ色)です。※ライトアップは予告なく変更する場合があります。※詳しくは、東京タワーホームページ <https://www.tokyotower.co.jp> をご覧ください。

所 東京タワー(芝公園4-2-8)
所 東京タワー ☎3433-5111
産業振興課シティプロモーション担当 ☎6435-4673

事業者の皆さんへ 令和4年年末調整関係について

これまでの「年末調整のしかた」等のパンフレット送付に代えて「年末調整リーフレット」を送付します。今後は年末調整、法定調書や税法改正に関する情報は、国税庁のホームページで確認してください。また、年末調整や法定調書関係用紙は、管轄の税務署で、給与支払報告書は税務課(区役所2階)で配布しています。

対象地域一覧

芝税務署管内
芝・三田・海岸・東新橋・新橋・西新橋・浜松町・芝大門・芝公園・虎ノ門・愛宕・高輪・白金・白金台・港南・芝浦・台場
麻布税務署管内
麻布狸穴町・麻布永坂町・南麻布・元麻布・西麻布・六本木・麻布台・麻布十番・東麻布・元赤坂・赤坂・南青山・北青山

※年末調整等説明会は実施しません。
消費税インボイス制度を知っていますか。インボイス発行事業者登録申請受け付け中

令和5年10月からインボイス制度が始まります。インボイス発行事業者となるには、令和5年3月31日(金)までに登録申請が必要です。登録には各種準備が必要な場合もあります。お早めの準備をお願いします。詳しくは、国税庁の消費税インボイス特設サイトをご覧ください。
所 〇源泉所得税関係、用紙請求、法定調書関係について
芝税務署 ☎3455-0551(自動音声対応)
麻布税務署 ☎3403-0591(自動音声対応)

〇給与支払報告書および住民税特別徴収について
税務課課税係 ☎3578-2600～7

全国連携イベント「おいでよ三重フェスタ」

名産品等を中心とした屋外物産フェアを実施します。
所 どなたでも
時 11月5・6日(土・日)午前11時～午後6時(最終日は午後5時まで)

所 汐留西公園
所 (特)コムネ汐留 ☎3433-6727
所 企画課全国連携推進担当 ☎3578-2509

港区飲食店応援事業補助金の申請を受け付けています

区の連携自治体から食材を仕入れ、当該自治体をPRする飲食店へ、最大10万円を補助します。※連携自治体等について詳しくは、港区ホームページをご覧ください。
所 港区商店街連合会に加盟している飲食店
募集期間 令和5年1月31日(火)まで
募集枠 50店舗程度(申込順)
補助対象経費 対象自治体からの食材仕入れに関する費用等
所 詳しくは、港区ホームページをご覧ください。
所 企画課全国連携推進担当 ☎3578-2509

変更・休止情報等

コンビニ交付サービスの一部利用休止

各種証明交付サービスのうち、次の証明書は取得できません。(1)戸籍(全部・個人)事項証明書(2)戸籍の附票の写し(全部・一部)
また、港区に本籍がある区外在住者の本籍地利用登録申請も利用できません。
時 10月29日(土)終日
所 各総合支所区民課窓口サービス係(台場分室を除く) ☎欄外参照

情報アンテナ

■令和5年度千代田区立神田一橋中学校通信教育課程生徒募集
対象 昭和21年3月31日以前の尋常小学校卒業および国民学校初等科を修了したが、高等学校に入学資格がない人(おおむね88歳以上)。または都内在住・在勤の満65歳以上で戦後の混乱の影響により中学校で十分に学べなかった人※その他詳細は学校へ。
選考日 12月3日(土)
申し込み 郵送または直接、11月18日(金・消印有効)までに、出願書類を〒101-0003 千代田区一ツ橋2-6-14 千代田区立神田一橋中学校へ。出願書類は千代田区立神田一橋中学校で配布しています。
問い合わせ 千代田区立神田一橋中学校 ☎3265-5961

港区国民健康保険加入者への特定保健指導が始まります

11月から、港区国民健康保険に加入している40～74歳の人で、特定健康診査(メタボリックシンドロームに着目した健診)を受診した人の中から、生活習慣の改善が必要な人に特定保健指導を実施します。
メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは メタボリックシンドロームは、内臓の周りに脂肪がたまり過ぎた状態に加え、高血糖・高血圧・脂質異常という生活習慣病のリスクが2つ以上重なった状態を言います。この状態は、心筋梗塞や脳梗塞の原因となる動脈硬化を急速に進行させていきます。
特定保健指導とは 特定保健指導は、特定健診の結果と、健診を受け

たときに記入した質問票、腹囲や生活習慣病等のリスク要因の数、年齢等から、「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」の3グループに分けて行います。
「情報提供」は、全ての受診者を対象に、健診結果の見方・活用方法、健康づくりのアドバイス等生活習慣の改善に必要な情報を冊子にして提供します。
また、「動機付け支援」「積極的支援」のグループに該当した人には、健診受診3カ月後をめどに、ご自宅へ「特定保健指導利用券兼申込書」と利用案内を送付します。
管理栄養士等が、一人一人の生活習慣の改善に向けて目標を設定し、

行動が継続できるようにサポートします。費用は無料ですので、ぜひこの機会に積極的にご活用ください。

- 注意事項**
- 既に「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」で治療を受けている人は特定保健指導の対象となりません。
 - 港区国民健康保険以外の保険に加入している人は、加入している医療保険者で特定健康診査・特定保健指導を実施します。詳しくは、加入している各医療保険者へお問い合わせください。

問い合わせ

- 〇特定保健指導の制度について
国保年金課事業係 ☎3578-2636・7
- 〇特定保健指導の内容について
健康推進課健康づくり係 ☎6400-0083

鉄道開業150年 港区と鉄道の夜明け

品川から仮開業した列車が横浜へ

日本最初の鉄道の正式開業は明治5(1872)年10月14日ですが、その4カ月前の6月12日、品川ー横浜間で仮営業が始まりました。高輪築堤の工事が遅れたため、先に完成していた品川ー横浜間に蒸気機関車を走らせ、安全確認と乗務員訓練を行ったのです。そのため、品川駅は横浜駅とともに「日本で最初に開業した駅」といわれています。品川停車場と呼ばれていた当時の駅舎は現在よりも少し南寄りに位置し、海岸沿いにありました。打ち寄せる海水のしぶきで、走行中は客車の窓を全部閉めなければならなかったといわれています。



品川駅創業記念碑(平成6年撮影)

現在のJR品川駅高輪口付近には「品川駅創業記念碑」があります(再開発工事のため駅ロータリーから移設中)。碑の裏側には仮営業初日の時刻表と運賃が刻まれています。正式開業時、新橋ー横浜間に設けられた駅は品川、川崎、神奈川(現在の横浜駅の北)で、すぐ後に鶴見駅が開業しました。列車は新橋ー横浜間29キロメートルを53分かけて走り、1日9往復しました。

横浜駅(現在の桜木町駅の場所に位置)に向かう途中で列車は、高輪築堤と同じように海の上を走りました。神奈川駅と横浜駅の間に入り江に、土手を築いて線路を敷いたのです。これを事業を行った実業家の高島嘉右衛門の名を取り高島築堤といいました。横浜駅の設計は新橋駅と同じアメリカ人建築家のブリジェンスです。外国人居留地に隣接する、海を埋め立てた造成地に石造りの駅舎を建て、幅11.2メートルのホームが設けられました。



新橋SI広場のSIとガス灯(平成17年撮影)

鉄道の開通は、明治期の文明開化のシンボルとなりましたが、この年、当時の人々を驚かせたもう一つの出来事がありました。現在の横浜の馬車道通りに街灯として利用された日本初のガス灯が設置され、火がともされました。鉄道開業と同様、令和4年の今年がガス事業誕生から150年に当たるのです。



教育長に浦田幹男氏を任命(再任)しました

区は、令和4年第3回港区議会定例会において浦田幹男氏を議会の同意を得て、10月12日付で教育長に任命しました。



教育長 浦田 幹男(うらた みきお) (63歳)

主な経歴

総合経営部区役所改革推進担当課長、総務部人事課長(統括課長)、企画経営部部長室長(統括課長)、用地活用・区有施設整備担当部長、芝浦港南地区総合支所長(子ども家庭支援部長兼務)、芝浦港南地区総合支所長(保健福祉支援部長兼務)、企画経営部長

かかりつけ医を持ちましょう



「かかりつけ医」とは、どのような医師のことですか

健康に関することを何でも相談でき、必要なときは専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師を、かかりつけ医と呼んでいます。

かかりつけ医は、日頃から体質や病歴、生活習慣、健康状態を把握し、診療の他にも健康管理上のアドバイスをしてくれます。

かかりつけ医がいない場合、自己判断で受診を控えたり、間違った対応策をとったりしているうちに病気が重症化してしまうことがあります。持病のある人だけでなく、元気な人でも自分や家族の健康についての相談役として、かかりつけ医を持つことをお勧めします。

ライフステージに沿った相談

かかりつけ医は予防接種や定期健診・がん検診、認知症、リハビリテーション、がん緩和ケア等ライフステージに沿った対応をしています。例えば、介護保険サービスを利用するときに必要な医師の意見書の作成等も、かかりつけ医であれば、より簡単にできます。医療・介護・福祉の連携にも取り組んでいるので、在宅医療や療養のこと等、困ったとき

はかかりつけ医に相談できます。大きな病院へはかかりつけ医の紹介で

かかりつけ医は大きな病院と連携しています。精密検査や高度な治療が必要な場合は、かかりつけ医が適切な病院、診療科を紹介します。かかりつけ医の紹介状を持参すると、紹介先の病院でスムーズに受診することができます。

医療と福祉の情報誌「みなと医療BOOK」をご活用ください

区と港区医師会が共同して作成した医療と福祉の情報誌「みなと医療BOOK」には、かかりつけ医となる医療機関をエリア別・診療科別に掲載をしています。

この冊子は、麻布・赤坂歯科医師会、芝浦歯科医師会、港区薬剤師会とも連携して作成しており、歯科医療機関・薬局リスト等も掲載しています。みなと保健所や各総合支所区民課等において無料で配布しています。

問い合わせ

保健予防課保健予防係
☎6400-0080
(社)東京都港区医師会(受付時間: 月~金曜午前9時~午後5時)
☎3582-6261

つくって みよう! マイナンバーカード

第7回 マイナンバーカードガイドブックを配布しています

マイナンバーカードに関する基本的な内容、マイナンバーカードで利用できるサービスやよくある質問等をまとめた冊子「マイナンバーカードガイドブック」を各総合支所区民課窓口で配布しています。

マイナンバーカードのここが知りたい

マイナンバー制度やマイナンバーカードについての基本的な事項、マイナンバーカードの安全性に関することや各種サービスの利用方法等、マイナンバーカードに関するさまざまな情報を分かりやすく紹介しています。

表紙イラストには、マイナンバーPRキャラクターマイナちゃんとともに港区のシティプロモーションによる「まちなみイラスト」に

より、港区の魅力をお伝えしています。

マイナンバーカードガイドブックは随時更新を行っています。最新版は港区ホームページからご覧いただけます。

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「港区マイナンバーカードガイドブック」のページをご覧いただけます。

問い合わせ

芝地区総合支所区民課ナビダイヤル
☎0570-00-1277(音声案内の後に「1」を押してください)



健康診査の受診はお済みですか

特定健診、基本健診、区民健診(30健診)、骨粗しょう症検診、微量アルブミン尿検査の受診期間が間もなく終了します。

まだ予約していない人は、お早めに港区指定医療機関へ予約してください。

なお、受診を希望する人で、受診券を紛失した場合や9月28日以降に転入された場合は、インターネットで発行の手続きをするか、みなと保健所に連絡してください。

※健康診査について詳しくは、港区

ホームページまたは「広報みなと」6月21日号をご覧ください。

受診期間 11月30日(水)まで(30健診のみ、12月以降はこころとからだの元氣プラザで実施します)

受診場所

区内指定医療機関(受診券に同封しているご案内に掲載しています)

費用 無料

問い合わせ

健康推進課健康づくり係
☎6400-0083

みなとワクチン安心相談ダイヤル

☎0120-607-567 対応言語 日本語

受付内容 新型コロナワクチンの副反応や健康に対する不安、効果に対する疑問 等
※看護師が対応

受付時間 祝日を除く月~金曜 午前8時30分~午後5時15分

港区新型コロナワクチン接種コールセンター

☎0120-252-237 対応言語 日本語・英語・中国語・韓国語

受付内容 区内の集団接種会場での接種予約に関すること、接種券の再発行、ワクチンパスポートの申請 等

受付時間 月~金曜 午前8時30分~午後8時
土・日曜、祝日 午前8時30分~午後5時30分