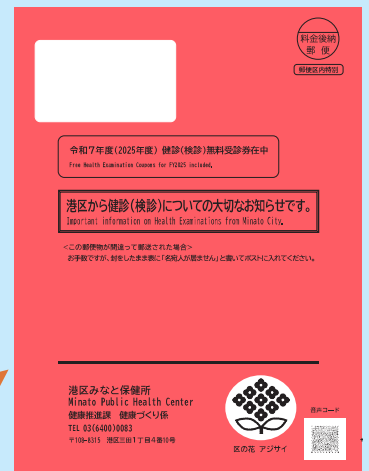


40歳～75歳未満の 港区国民健康保険に加入されている人へ

特定健康診査の受診期限は 11月30日(日)です!

この色の
封筒が目印です



特定健康診査とは…

- 生活習慣病の早期発見・早期治療を目的とした健康診査です。
- 4月1日現在、港区の国保に加入し、受診日まで引き続き国保に加入している、40歳～75歳未満の人が対象です。
- 対象者には6月下旬に受診券をご自宅へ郵送しています。
健診を受診するにはマイナ保険証（資格確認書）と受診券が必要です。
- 健診後、生活習慣病のリスクの高い人には特定保健指導を行います。

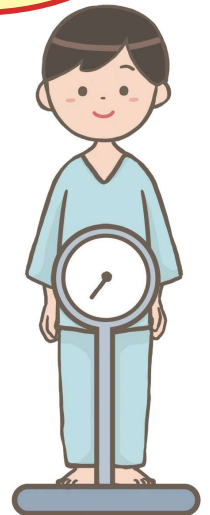
健診期間 7月 1日(火)から

11月30日(日)まで（休診日を除く）

健診場所 区内指定医療機関

※健診終了間際は医療機関の予約が取りにくくなります。早めの受診をお勧めします。生活習慣病の多くは自覚症状がありません。
健診を受けて病気が発見されることも少なくありません。

無料!



特定保健指導を実施します!

- 特定健康診査の結果に基づいて行われる保健指導です。
- メタボリックシンドロームのリスクに応じて保健指導を行い、生活習慣改善を支援していきます。
- 特定保健指導の対象者には、健診受診3か月後、申込み案内と利用券をお送りします。案内が送られて来た人はメタボ改善にぜひ、この機会をご利用ください!!

無料!

11月から随時スタート
します。



<問い合わせ先>

- 特定健康診査・特定保健指導の内容及び申し込み等について
みなと保健所 健康推進課 健康づくり係
☎6400-0083
- 特定健康診査・特定保健指導の制度について
港区役所 国保年金課 事業係
☎3578-2637

※特定健康診査・特定保健指導は「高齢者の医療の確保に関する法律」で医療保険者が実施することが義務付けられています。

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へお問い合わせください。

マイナンバーカードの健康保険証利用登録をした方は、特定健診の結果をマイナポータルから閲覧することができます。
ご自身の健康管理のため、積極的にマイナ保険証をご利用ください。



第27回港区食品衛生消費者懇談会

もったいない!を なくそう

食品ロス削減と 食品安全について

日時

令和7年12月1日(月)

14時00分～16時30分(受付:13時30分～)

参加費
無料

要事前
申込み

定員
70名



モップん



多和詩

基調講演1

食品ロス削減と食品安全について

講師

消費者庁
消費者教育推進課
食品ロス削減推進室長

たなか まこと
田中 誠 氏



基調講演2

食品ロス削減の取組事例

講師

株式会社デニーズジャパン
環境部会長/環境カウンセラー
mottECO普及コンソーシアム代表

なかうえ ふゆき
中上 富之 氏



定員

区内在住・在勤・在学者:70名
(申込順:申込方法をご確認ください。)

場所

みなと保健所8階 大会議室
(港区三田1-4-10)



申込み

みなとコール又はお申込みフォーム

電話

03-5472-3710

期間

**10月31日(金)14時～
11月28日(金)17時**

受付時間:9時(初日は14時
から)～17時まで

一時保育あり

※4ヵ月から就学前、5名まで
11月20日(木)までにお申
し出ください。

お申込み
フォーム



一時保育
申込みフォーム



専門講演

- ・食中毒予防について
- ・AED設置拡大事業について

講師

みなと保健所職員

Webでも開催します

開催期間

令和7年12月22日(月)～
令和8年1月18日(日)

対象

どなたでも

テーマ

- ①食品ロス削減と食品安全について
- ②食品ロス削減の取組事例
- ③食品への異物混入事例集6
- ④家庭における食中毒予防のポイント

参加方法

港区ホームページで動画を公開します。
インターネット、電子メール、ファックス
にてご質問・ご意見をお寄せください。
詳細は区ホームページをご覧ください。



主催

みなと保健所

共催

港区食品衛生推進員、みなと食品衛生協会

問合せ

みなと保健所 生活衛生課 食品広域監視係・食品安全推進担当

TEL:03-6400-0047(平日8時30分～17時)



懇談会当日、
手話通訳者がいます



羽華里

ひきこもりの新しい理解 ～対話と自律を大切にする～

日時 12月13日(土) 14:00～16:00

会場 高輪区民センター 1階 集会室

講師 長谷川 俊雄 氏

白梅学園大学名誉教授 social work lab MIRAI代表

NPO法人つながる会代表理事 (講師プロフィールは裏面参照)



対象 どなたでも

定員 70名 (申込順)

※講義部分のみ、後日期間限定で動画配信いたします。

申し込み 12月8日(月)までに、電話、FAX、申し込み
フォーム(下記URLまたは二次元コード)
よりお申し込みください。

<https://forms.gle/FjCvJjUn7uxhqXqs7>



問い合わせ 社会福祉法人 港区社会福祉協議会 地域福祉係

TEL: 03-6230-0281 FAX: 03-6230-0285

主催: 港区



(この事業は港区から委託を受けて港区社会福祉協議会が実施しています)

港区ひきこもり支援講演会 FAX用 参加申込書
地域福祉係 宛 FAX:03-6230-0285

お名前	ふりがな
メールアドレス	
電話番号	
お住まい	港区在住(芝・麻布・赤坂・高輪・芝浦港南) ・ 在勤 ・ 在学 ・ その他 ※港区在住の場合は、お住まいの地区に○をご記入ください
受講方法	会 場 ・ 後日動画配信
その他	講師へのご質問等がありましたら、ご記入ください

※申し込み時等にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規程に基づき、適切に取り扱い、上記の事業の実施に使用させていただきます。

講師プロフィール

横浜市の社会福祉職・ソーシャルワーカーとして勤務後、精神科クリニックに転職。不登校やひきこもりなどの思春期・青年期の「生きづらさ」の問題や、家族であることが「苦しい」という方々と向き合ったのち退職。その後生きづらさを抱える子どもや若者たちとの交流を開始。2011年3月には「つながるcafé」、2023年に援助職支援と家族支援に取り組む「social work lab MIRAI」を開設。厚生労働省「ひきこもり支援にかかる支援ハンドブックの策定に向けた調査研究事業」検討委員会 委員長。

= 会場案内 =

高輪区民センター 1階 集会室

【電車】
地下鉄南北線・三田線
「白金高輪」駅 1番出口徒歩1分

【バス】
港区コミュニティバス(ちいばす)
高輪ルート「高輪地区総合支所前」下車徒歩0分



食 品 募 集

食で地域を
応援します！

ご自宅に眠っている食品をご寄付ください！
ご寄付いただいた食品は、港区子ども食堂ネットワークに加盟する
団体にお渡しし、子ども食堂(※1)や、子育て家庭を対象としたフード
パントリー(※2)の活動等に活用していただきます。

令和7年 11月4日(火)～11月25日(火)

受付場所
・時間等

福祉プラザさくら川
(社会福祉法人 長岡福祉協会)

港区新橋6-19-2
月～日曜日 午前9時～午後5時

港区社会福祉協議会

港区六本木5-16-45 港区麻布地区総合支所2階
月～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後5時

港区立豊岡いきいきプラザ
(社会福祉法人 奉優会)

港区三田5-7-7
月～日曜日 午前9時～午後5時

港区立精神障害者支援センター あいはと・みなと
(社会福祉法人 港福会)

港区高輪1-4-8 2階
月～金曜日(祝日除く) 午前9時～午後5時

港区立白金いきいきプラザ
(社会福祉法人 奉優会)

港区白金3-10-12
月～日曜日 午前9時～午後5時

みなと工房
(社会福祉法人 港福会)

港区芝浦1-14-8 ベルハイム田町201
月～金曜日(祝日除く) 午前10時～午後4時30分

にじのそら保育園 芝浦
(社会福祉法人 ひかり会)

港区芝浦1-14-6 BSビル1階
月～金曜日(祝日除く) 午後1時～5時

デイサービスセンターみたて
(社会福祉法人 すこやか福祉会)

港区港南4-5-3
月～土曜日 午前9時～午後4時30分

※出張による回収は行っていないので、ご了承ください。

ご寄付
いただきたい
食品

- ・未開封のもの ・賞味期限が記載されているもの(米や塩、砂糖等を除く)
 - ・常温保存できるもの ・賞味期限が令和8年2月1日(日)以降のもの
- ※料理酒以外の酒類のご寄付はご遠慮ください。

問い合わせ

港区社会福祉法人連絡会

《事務局》社会福祉法人 港区社会福祉協議会

電話 03-6230-0280 FAX 03-6230-0285

港区社会福祉法人連絡会とは、区内に本部や事業所がある社会福祉法人が連携し、地域における福祉の充実に向けた取組や情報共有等を行うためのネットワークです。

(※1)子どもや子育て家庭等へ無料または低額で食事を提供することで、孤食を解消したり地域の交流の場となったりする地域の食堂です。

(※2)困っている人や必要な人が、無料で食品の支援が受けられる活動(場所)です。

知って得する！ デジタル安心講座 かんたんスマホ活用術

参加無料

事前申込制

オンライン
参加可能



日時	テーマ	対 象
12/4(木) 14:00～16:30	(初級者編) ・ゆっくり学べる！タッチ操作から学べる スマホの基本	アプリをダウンロード したことがない人、 もしくはわからない人
12/11(木) 14:00～16:30	(中級者編) ・迷子にならないスマホ操作～検索と地 図の使い方～ ・もっと楽しむ！スマホの便利機能講座	自分でアプリをイン ストールしたことがあ る人

講 師：JALデジタル株式会社 ネットワークソリューション部

ところ：港区立介護予防総合センター（ラクっちゃ）またはオンライン（Zoom）
定員：【会場】各30人 【オンライン】各50人（申し込み順）
※会場参加の方はご自身のスマートフォンをご持参ください。
申し込み：11月28日（金）までに電話・FAX・メール（下記）または
申し込みフォームにてお申し込みください。



※オンライン（Zoom）参加の場合、講義のみの視聴となります。 申し込みフォーム

問い合わせ
申し込み

社会福祉法人 港区社会福祉協議会 地域福祉係
TEL 03-6230-0281 FAX 03-6230-0285
Email chiiki@minato-cosw.net
協 力：チャレンジコミュニティ・クラブ、ラクっちゃ

参 加 申 込 書

お名前	ふりがな
希望の講座 ※ご希望の日にちの【 】に○をつけてください。両日とも選択できます。	【 】12月4日(木) ・ ゆっくり学べる!タッチ操作から学べるスマホの基本 【 】12月11日(木) ・ 迷子にならないスマホ操作～検索と地図の使い方～ ・ もっと楽しむ!スマホの便利機能講座
参加方法	会場 ・ オンライン ※オンライン (Zoom) 参加の場合は、できましたら申込みフォーム (表面参照) よりお申込みください。
メールアドレス	
電話番号	
対象区分	在住 ・ 在勤 ・ 在学
講師への質問	※講師への質問がありましたら、ご記入ください。

※申込時にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規定に基づき、適切に取り扱い、上記の事業の実施に使用させていただきます。

港区立介護予防総合センター

会場

(ラクっちゃ) 研修室

(港区芝浦1丁目16番1号 みなとパーク芝浦2階)

■電車 JR山手線・京浜東北線「田町」駅

東口 徒歩5分

■地下鉄 都営地下鉄三田線・浅草線「三田」駅

A6出口 徒歩6分

■港区コミュニティバス (ちいばす)

芝ルート・芝浦港南ルート「みなとパーク芝浦」下車
高輪ルート「浅草線三田駅前」徒歩6分

■都営バス 「田町駅東口」徒歩7分

■お台場レインボーバス 「田町駅東口」徒歩7分



参加費
無料

令和7年度

「助けたい」を
「動ける力」に
変える

災害ボランティアセンター

運営スタッフ

誰かの役に立ちたい

養成講座

災害時に
何かできるよう
なっておきたい

港区の防災の取り組み
災害ボランティアセンターとは

災害ボランティアとは？
運営スタッフの役割とは？

グループワークと
体験ロールプレイで
センター運営をイメージ！

対象

区内に在住・在勤・在学で、港社協が災害ボランティアセンターを設置した時に、
運営スタッフとして協力する意思がある人

※原則2日間参加できる人

日時

12月9日(火)

18:00
〜
20:00

12月14日(日)

10:00
〜
16:00

講師



宮崎 賢哉 氏

(災害支援・防災教育コーディネーター／社会福祉士)

場所

芝地区ボランティア
コーナー
(旧三田図書館)
(港区芝5-28-4)

定員

25名

申込

右記の二次元コードを
読み込みフォームを入力
または電話・FAX



申込はコチラ

お問い
合わせ

港区社会福祉協議会

TEL: 03-6230-0284 FAX: 03-6230-0285

ボランティア・地域活動支援係 (みなとボランティアセンター) MAIL: vc@minato-cosw.net

災害ボランティアセンター運営スタッフ養成講座 受講申込書

ボランティア・地域活動支援係(みなとボランティアセンター)宛
FAX:6230-0285

氏名	ふりがな	
連絡先	住所 〒	
	TEL	FAX
	Email	
年齢	20 代以下・30 代・40 代・50 代・60 代・70 代以上	
参加経験 ※どちらかに○を つけてください	過去に災害ボランティア関連の講座に参加したことがありますか はい ・ いいえ	
申し込み理由	よろしければご記入ください。	



会場：芝地区ボランティアコーナー
(旧三田図書館内) 港区芝 5-28-4

※申し込み時等にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規程に基づき、適切に取り扱い、本事業の実施に使用させていただきます。