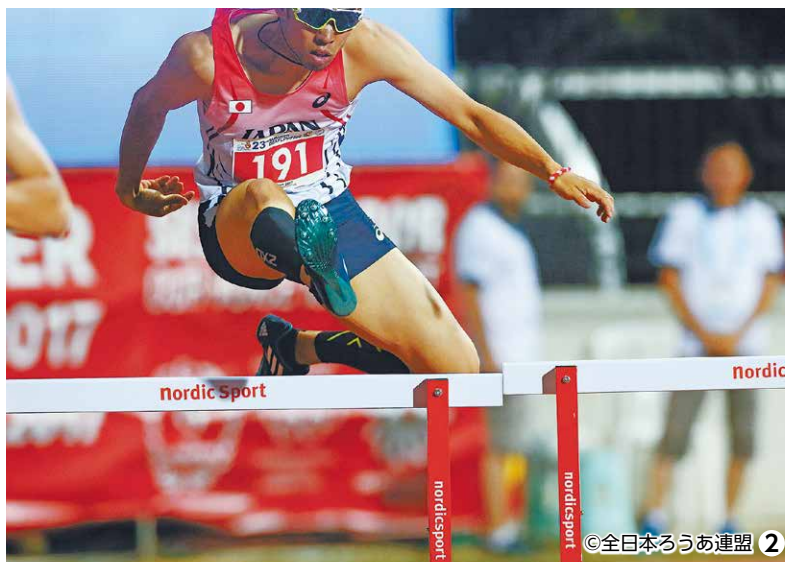


Cheer on! 2025 MINATO CITY

～世界陸上・デフリンピックを知ろう～
Let's learn about the World Athletics Championships and the Deaflympics



©全日本ろうあ連盟 1



©全日本ろうあ連盟 2



©全日本ろうあ連盟 3



©全日本ろうあ連盟 4



©全日本ろうあ連盟 5

①山田 真樹選手(デフ男子200メートル) ②高田 裕士選手(デフ男子400メートルハードル) ③北村 亀太選手(デフ空手)
④小松 彩香選手(デフ女子400メートルハードル) ⑤三枝 浩基選手・山田 真樹選手・設楽 明寿選手・佐々木 琢磨選手(デフ男子4×100メートルリレー)



Cheer on! 2025特設HP

詳しくは2面へ ▶

世界陸上とは



世界陸上競技選手権大会の通称で、陸上競技における世界最高峰の大会です。現在は2年ごとに開催されていて、東京2025世界陸上は20回目の大会です。2025年の日本での開催は、2007年に大阪で開催された第11回大会以来の通算3度目で、世界陸上を3回開催する国は日本が初めてです。東京での開催は1991年大会以来の2度目で、34年ぶりです。

大会名称 東京2025世界陸上競技選手権大会

開催期間 2025年9月13日(土)～21日(日)の9日間

会場 国立競技場他 **種目** 49種目

東京都は
GEOGRAFICAL HOSTです。

※東京都からのお知らせです。

デフリンピックとは



デフ(Deaf)とは、英語で「耳がきこえない」という意味です。デフリンピックは、「デフ+オリンピック」のことで、4年ごとに開催されるろう者のための国際総合スポーツ競技大会です。東京2025デフリンピックは、100周年の記念すべき大会であり、日本では初開催です。国際手話の他、スタートランプや旗等を使った視覚による情報保障が特徴です。

大会名称 第25回夏季デフリンピック競技大会 東京2025

開催期間 2025年11月15日(土)～26日(水)の12日間

会場 駒沢オリンピック公園総合運動場他 **競技** 21競技



世界陸上・デフリンピックを知ろう

開催まであと1年に迫った世界陸上とデフリンピックに向けてスポーツ体験会と企画展を実施します。
各会場で、両大会の魅力を見て、知って、体感しよう！

Cheer on! 2025

Cheer on!
2025

スポーツ体験会

世界陸上とデフリンピックの競技体験や、トップアスリートによるトークショー等を実施します。来場者には記念品をプレゼントします。

対象 どなたでも
とき 9月29日(日)午前10時～午後4時
※トークショー1回目は午前10時15分開始、
2回目は午後1時30分開始

ところ 港区スポーツセンター5階アリーナ
費用 無料
持ち物 室内履き
申し込み 当日直接会場へ。 ※入退場自由

スペシャルトークショー ※手話通訳あり
ゲスト: 為末 大さん、高田 裕士さん

競技体験

10メートル短距離走

スタートランプが光ったら全力ダッシュ！アスリートの記録にチャレンジしよう！

9.58秒タイムチャレンジ

陸上100メートルの世界記録をねらってピッタリ当ててみよう！

走り高跳び・ミニハードル体験

世界記録を体感して、両大会の競技を体験しよう！

デフバスケ体験

音のない世界のバスケを体験！合図を使ってゴールをめざそう！

ジャベリックボール投げ

やり投げの練習用ボールの「ジャベリックボール」を的に向かって投げて高得点をめざそう！

他にもいろいろ！

トリックアートフォトブース、スタンプラリー、手話クイズラリー 他



400メートルハードル(陸上、
デフ陸上)の日本記録保持者
を間近で見られるかも…

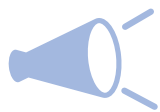
9個のリングを狙ってシュート！
ナインフープスも同時開催！



ナインフープス



スタートランプを使ったスタートのイメージ



トークショーのゲストからコメントが届きました！



為末 大 (元陸上競技選手
400メートルハードル日本記録保持者)

来夏、東京に世界陸上とデフリンピックがやってきます。世界陸上に出場するアスリートたちのパフォーマンスはもちろんですが、ぜひとも皆さんには、聴覚に制限があるアスリートたちが聴力以外のさまざまな能力を開発して発揮する、驚くべきパフォーマンスにも注目いただきたいです。両大会に出場するアスリートたちの活躍に期待します！



高田 裕士 (デフリンピック陸上競技選手
400メートルハードル日本デフ記録保持者)

2025年11月に東京でデフリンピックが開催されます。東京2025デフリンピック開催をきっかけに、少しでも多くの人にデフリンピック、デフアスリートのことを知っていただけたらうれしいです。トークショーではスポーツ観戦や応援のときに使える手話をいくつかお伝えしますので、ぜひ覚えて使っていただけたらうれしいです。皆さんのご来場をお待ちしています！

企画展

世界陸上とデフリンピックの紹介パネルの他、陸上競技の世界記録が体感できる体験型展示やデフスポーツ用具の展示を通して、両大会の魅力を紹介します。

対象 どなたでも **とき・ところ** 表のとおり **費用** 無料 **申し込み** 当日直接会場へ。



競技中の判定や反則等の
場合に点灯します

デフ空手で使用するランプ

表 展示日程

ところ	とき
区役所1階ロビー	9月13日(金)～27日(金) 平日午前8時30分～午後5時 (水曜は午後7時まで)
みなとパーク芝浦1階アトリウム(中央)他	10月1日(火)～14日(月・祝) 午前8時～午後10時
赤坂区民センター3階文化情報コーナー	10月16日(水)～29日(火) 午前9時～午後9時30分
麻布地区総合支所1階ロビー	11月1日(金)～14日(木) 午前8時30分～午後9時30分 (土・日曜、祝日は午前9時から)
高輪コミュニティぷらざ1階正面入口	11月16日(土)～29日(金) 午前7時50分～午後8時
台場区民センター2階展示ギャラリー	12月1日(日)～14日(土) 午前9時～午後9時30分

※展示の内容が会場によって一部異なります。詳しくは、特設HPをご確認ください。



走り高跳びパネルイメージ

スポーツ体験会・企画展について
詳しくは、特設HPをご覧ください。



◀ Cheer on! 2025特設HP

問い合わせ

生涯学習スポーツ振興課スポーツ企画担当 ☎3578-2834



港区新紙幣肖像 謎解きラリー

新紙幣の肖像となった3人が港区にゆかりのある人物であることにちなみ、謎解きラリーを実施します。区内の出題スポットを巡って謎を解き、集めたキーワードを解答して応募すると、抽選ですてきな景品(表1参照)が当たります。コースや景品は変更することがあります。最新情報は、港区HPをご覧ください。

「謎解き」とは、特別な知識だけではなく、「ひらめき」によって問題を解き明かすことです。



対象 どなたでも

とき 9月2日(月)～12月2日(月)

ところ 新紙幣の肖像となった3人とゆかりのある港区のスポットを含めたA～Cの全3コース

- A ①北里柴三郎コース&②津田梅子コース&③渋谷栄一コース
B ①北里柴三郎コース&②津田梅子コース
C ①北里柴三郎コースのみ

景品

表1 景品一覧(抽選)

コース	景品(予定)
A	ザ・プリンス パークタワー東京 ランチペアご招待券【1組分】
B	シンフォニアフタヌーンクルーズ ペアご招待券【4組分】
C	港区内共通商品券(スマイル商品券)1000円分【20人分】

※景品の応募は1人につきいずれか1つのみです。

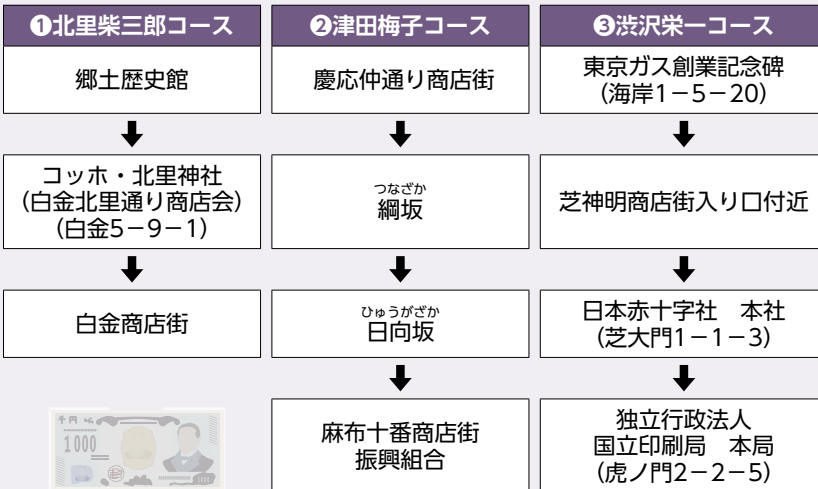
参加費 無料(スポット間の移動にかかる交通費や通信費は自己負担)

参加方法 専用の問題冊子またはイベント公式サイトを見て各コースの謎を解くことができます。詳しくは、港区HPでご確認ください。



港区HP

図1 出題スポット一覧(予定)



※コース①の謎を解き終えるとコース②に進め、コース②の謎を解き終えるとコース③に進むことができます。



コッホ・北里神社(白金北里通り商店会)



綱坂



東京ガス創業記念碑

問い合わせ 産業振興課観光政策担当 ☎6435-4661



手話言語の
国際デー

に

ブルーライトアップ を実施します

毎年、9月23日は「手話言語の国際デー」です。令和6年は「手話言語の権利を主張しよう!」をテーマとして、「手話が言語である」ことを区民はじめ、多くの人に知ってもらうため、手話言語の国際デーに合わせて、区内でブルーライトアップを実施します。

ブルーライトアップの実施概要

とき 9月18～24日(水～火)
日没～午後11時59分

ところ 新橋駅西口広場のSL



令和4年度の様子

問い合わせ 障害者福祉課障害者福祉係 ☎3578-2386



～第10回港区ものづくり・ 商業観光フェア～

港区のものづくり・商業・観光を知り、楽しめるイベントです。スペシャルステージやワークショップ、体験コーナー等が盛りだくさん。子どもから大人まで幅広くお楽しみいただけます。



対象 どなたでも

とき 10月26日(土)
午前10時～午後5時30分
※入場無料・入退場自由

ところ 札の辻スクエア

内容 港区のものづくり・商業・観光に関連するステージ、体験コーナー、クイズラリー等

申し込み

一部は事前申込制(抽選)です。9月6日(金)午前10時～30日(月)午後5時に、イベント公式HPをご確認の上、お申し込みください。



イベント公式HP

※抽選結果は当選者のみ10月9日(水)までに通知します。

主催 第10回港区ものづくり・商業観光フェア実行委員会

表2 港区ものづくり・商業観光フェア
コンテンツ一覧

ステージ イベント (事前申込制)	ねんど岡田ひとみの ねんどパフォーマンスショー
	JAL紙ヒコーキ教室
	はやぶさ2コンサート 等
体験コーナー (事前申込制)	そば打ち体験
	キッズリポーター体験
	ハーモニカ製作体験
	ミニ四駆製作体験
	AR×工作イベント バーチャル太陽系探索体験
	植物染め&型染め体験
出展ブース (当日参加可能)	サイエンススイーツ ワークショップ 等
	缶バッジ制作体験 アクリル加工体験 等

※コンテンツの内容は変更になる場合があります。

問い合わせ 第10回港区ものづくり・商業観光フェア実行委員会事務局
(産業振興課観光政策担当内) ☎6435-4661

「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、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。港区HPからも申し込みます。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



「六本木アートナイト2024」を開催します

テーマは「都市とアートとミライのお祭り」。六本木の街を舞台に、3日間にわたり開催します。

対象

どなたでも

とき

9月27～29日(金～日)

コアタイム：27日 午後5時30分～11時、28日 午後4時～11時、29日 午後4時～8時
※コアタイムとはメインとなるインスタレーションやイベントが集積する時間帯です。
※一部作品は10月14日(月・祝)まで、長期展示予定です。

ところ

六本木ヒルズ、森美術館、東京ミッドタウン、サントリー美術館、
21_21 DESIGN SIGHT、国立新美術館、六本木商店街、
その他六本木地区の協力施設や公共スペース

入場料

無料(ただし、一部のプログラムおよび美術館企画展は有料)

プログラム

令和6年は開催日を3日間に変更した他、イベント終了後も一部の作品は長期展示を行います。
さらに新たな試みとして「RAN Picks(ラン ピックス)」と「RAN Focus(ラン フォーカス)」というカテゴリで注目のアーティストを選出しました。「RAN Picks」は、六本木アートナイトが注目するアーティストによるプログラムを展開します。また、「RAN Focus」は、特定の国や地域にフォーカスを当て、そこで活躍するアーティストによるプログラムを披露します。今回は「台湾」にフォーカスして展開します。
その他にもパフォーマンスやトークプログラム、過去の参加アーティストが再出展するプログラム等、六本木の街を舞台に約40の多彩なプログラムが繰り広げられますので、どうぞお楽しみに。
詳しくは、公式サイトをご覧ください。

問い合わせ

六本木アートナイト実行委員会
地域振興課文化芸術振興係

050-5541-8600(ハローダイヤル)

3578-2523



六本木アートナイト2024
公式サイト



上:アトリエ シス《エフェメラル コレクション》
下:高橋匡太《花のロンド》2018年 撮影:村上美都

9・10月 商店街イベント一覧

イベント名(商店会等名)	内容	とき	ところ
南青山EAT&JAZZストリート (南青山外苑西通り商店会)	JAZZイベントを実施します。	9月7日 (土)	南青山外苑西通り商店会 全域
赤坂秋まつり2024 (赤坂一ツ木通り商店街振興組合、 赤坂通り商店会、赤坂みすじ通り会)	赤坂の飲食店等、銘店が一堂に集結します。	9月13・14日 (金・土)	赤坂一ツ木通り・ 赤坂中ノ町小路
日赤通り商栄会秋まつりバザール(日赤通り商栄会)	焼きそば・焼き鳥や金魚すくい等、さまざまな お店が出店します。	9月15日(日)	日赤通り内
NEXT六本木クロススクールフェスティバル#6フェス ～時代や文化がクロスするこのまちで高校生が 考える次の六本木へ～ (六本木商店街振興組合、六本木材木町商店会)	麻布地区の高校生が六本木アートナイトに合わ せ、空地を活用したフード・ステージ・アートの フェスを実施します。	9月27～29日 (金～日)	麻布消防署仮庁舎用地 (旧麻布警察署跡地)
第50回かかしまつり(東麻布商店会)	商店会の店舗に加え、山形県舟形町が出店しま す。	10月4・5日 (金・土)	麻布いーすと通り
子ども商店(港区商店街連合会)	区民まつり(バザール部会)内で子どもたちによ る出店を行います。	10月12・13日 (土・日)	都立芝公園
「Festival2024ウエスタンカーニバル」 in AOYAMA村(青山南一商振会)	ウエスタン生バンドを中心としたステージや綱 引き大会を開催します。	10月20日 (日)	区立青葉公園
ハロウィンイベント (田町センタービルピアタ会)	ビルのなかに隠された宝物(二次元コード)を集 めるデジタルスタンプラリーを開催します。全 てのスタンプを集めた人にはお菓子をプレゼン トします。スイーツ等のマルシェイベントも予 定しています。	10月26日 (土)	田町センタービル内 および外構部
芝浦運河まつり (芝浦商店会、芝浦一丁目商店会、 芝浦二丁目商店会、海岸2・3丁目商店会)	模擬店の出店や運河クルーズを行います。	10月27・28日 (日・月)	JR田町駅東口新芝橋 および運河遊歩道
T8ハロウィン物語2024in白金・高輪 (魚らん銀座商店会協同組合、プラチナヒルズ商栄会、 白金商店会、白金北里通り商店会、 メリーロード高輪、高輪台商店会、白金プラザ会)	白金高輪地区の商店会で仮装した子どもたち にお菓子を配ります。	10月31日 (木)	各商店会参加店舗

※開催時間等については、お問い合わせください。
※予告なくイベントの内容や実施時期を変更または中止する場合があります。

問い合わせ

産業振興課産業振興係

6435-4601

港区広報番組をご覧ください
9月1日更新「みなとNEWS(5分番組)」

内容

港区平和青年団、秋の全国交通安全運動

放送期間

9月1日～30日(月)

J:COMチャンネル港・新宿(11ch)の他、港区、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。



10月開始

高齢者関連情報

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、9月10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



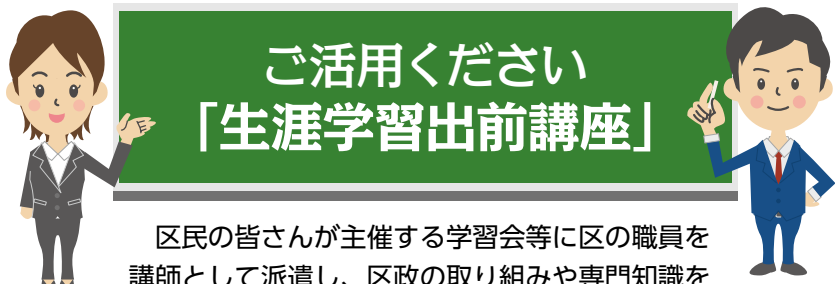
表 一般介護予防事業・各種教室一覧

内容	定員(人)	実施曜日(毎週)・時間	開始日	終了日
認知症予防(ウォーキング編)	20	水曜 午前10時～11時	10月2日	12月25日
ハーマニイズ体想	22	水曜 午前11時～正午	10月2日	12月25日
ファンクショナルエクササイズ	22	水曜 午後7時～8時	10月2日	12月25日
認知症予防(パソコン編)	15	木曜 午後2時～3時	10月3日	12月26日
膝痛予防改善教室	20	金曜 午前11時30分～午後0時30分	10月4日	12月27日
自宅でオンラインエクササイズ	15	日曜 午前10時～11時	10月6日	1月19日
マシントレーニング入門※1	6	月曜・木曜 午前9時30分～10時30分	10月7日	11月28日
はじめてのスイーツ教室※2	12	火曜 午後2時～3時30分	10月8日	11月26日

※1 65歳以上の人を対象です。
※2 事業に参加したことがない初めての人が対象です。



マシントレーニング入門



区民の皆さんが主催する学習会等に区の職員を講師として派遣し、区政の取り組みや専門知識を生かした説明等を行います。

- 対象** 原則、参加者が10人以上で、その半数以上が区内在住・在勤・在学者のグループ
- とき** 年末年始を除く午前9時～午後9時
※1講座2時間以内
※土・日曜、祝日に講座を希望する場合は、講座の担当課等へお問い合わせください。
- ところ** 原則、区内の会場
※会場の確保や準備については、講座の利用者が手配してください。
※生涯学習出前講座の利用団体は、講座の会場として区内15カ所にある「区民協働スペース」を利用することができます。詳しくは、管轄の総合支所管理課管理係へお問い合わせください。
- 内容** 50以上の講座があります。詳しくは、港区HPをご覧ください。
- 費用** 無料※資料作成費用等がかかる場合があります。
- 申し込み** 港区HPに掲載している「講座一覧」から希望するテーマを選択の上、開催希望日の20日前までに、講座の担当課等へ。
※希望日は、予備日を含め3日程度ご用意ください。
※担当課等から講座の利用者に連絡し、日時・内容を確認します。



港区HP

問い合わせ

生涯学習スポーツ振興課生涯学習係 ☎3578-2742

地震や台風に備えて、崖・よう壁・ブロック塀・建物等を点検しましょう

崖・よう壁の注意点

次の崖やよう壁に該当する場合は、注意が必要です。
区では、高さ2メートルを超える崖やよう壁を対象に、改修工事費用の一部助成や、専門家が助言するアドバイザー派遣を行っていますので、ご利用ください。



注意が必要な崖の主な例

- 高くて勾配が急なもの
- 地肌が見える、亀裂があるもの
- 盛り土したもの 等



注意が必要なよう壁の主な例

- 排水設備がないもの
- 水抜き穴がない、数が少ない、または詰まっているもの
- 基礎の沈下があるもの
- 亀裂、傾斜、膨らみがあるもの
- 増し積みをしたもの
- 風化が著しいもの 等



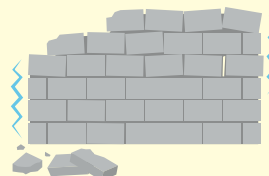
ブロック塀の注意点

次のブロック塀に該当する場合は、注意が必要です。建築士や建設会社に相談するか、区のアドバイザー派遣制度をご利用ください。



注意が必要なブロック塀の主な例

- 高さが2.2メートルを超えている
- 擁壁が3.4メートル以内でない
- 化粧透かしブロックを使っている 等



建物の外壁や窓ガラス等の落下にもご注意ください

経年劣化等によって、地震や台風時に外装材や窓ガラス・看板・室外機等が落下しやすくなることがあります。日頃から安全のための維持管理を心掛けましょう。



崖やよう壁の安全対策

問い合わせ

建築課構造・耐震化推進係 ☎3578-2295・2845

資源・ごみの優良集積所を募集します

地域環境の美化やごみの減量、資源化等に取り組んでいる資源・ごみの集積所やマンションの保管場所(以下「集積所等」)を「港区優良集積所」として表彰します。

なお、令和6年度の表彰式開催時期は、港区HP等でお知らせします。

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 FAX3450-8063

優良集積所の要件

資源・ごみの分別ルールおよび排出時間が守られていること、区の資源・ごみの収集後に積極的に集積所等を清掃することにより清潔に保たれていること等、他の模範となる集積所であること。



応募・推薦方法

電話またはファックスで、10月31日(木)までに、みなとリサイクル清掃事務所へ応募・推薦してください(自薦・他薦は問いません)。

港区HPからも申し込みます。

※応募・推薦した集積所等の取り組みを区職員が確認の上、審査会による審査で優良集積所を決定します。

子育て関連情報

令和7年4月に区立小・中学校に
新入学する皆さんへ「学校選択希望制」について
お知らせします

区では、お住まいの住所地の通学区域の学校に就学することを原則としていますが、希望する場合には、入学する学校を選択できる「学校選択希望制」を実施しています。

対象

区内に住所があり、
令和7年4月に区立
小・中学校に入学する
新1年生



◀学校選択希望制

学校選択希望の範囲

小学校は通学区域に隣接する学校から、中学校は区内全校から選択することができます。詳しくは、10月中旬に送付する通知または、港区HPをご覧ください。また、学校見学を希望する場合は、各学校へお問い合わせください。

抽選の実施

学校ごとに設定した児童・生徒の受け入れ可能数を超える応募があった場合には、通学区域外からの入学希望者を対象に抽選を行うことがあります。

学校選択希望票・就学時健康診断通知書の送付

対象の皆さんに、学校選択希望票等の関係書類を郵送します。小学校に入学する皆さんには、就学時健康診断通知書も同封します。10月末になっても書類が届かない場合や紛失した場合は、お問い合わせください。

問い合わせ 学務課学事係 ☎3578-2726~9

令和7年度4月入園区立幼稚園
園児一斉募集のお知らせ

区立幼稚園では、例年11月中旬頃から園児募集を行います。定員や申し込み等について詳しくは、今後発行する広報みなとや港区HP等でお知らせします。

応募資格

保護者とともに区内に住所を有し、次の生年月日に該当する幼児で保護者等が送迎可能であること

3歳児 令和3年4月2日～令和4年4月1日生

4歳児 令和2年4月2日～令和3年4月1日生

※5歳児は一斉募集を行いません。4歳児からの進級者数の状況に応じて随時申し込みを受け付けます。

※申し込み人数が定員を超えた場合は抽選です。

募集要項・申込書の配布

11月11日(月)から、各区立幼稚園、学務課(区役所7階)、各総合支所区民課・台場分室で配布します。港区HPからダウンロードもできます。



区立幼稚園一覧

各園の取り組み

各区立幼稚園では、絵本等の読み聞かせやままごと遊び等を行う未就園児の会、園庭で遊べる園庭開放を随時行っています。普段知ることのできない幼稚園の様子を体感できる機会です。入園前にぜひ一度お越しください。開催日時等の詳細については各幼稚園HPまたは直接幼稚園へお問い合わせください。また港区HPで区立幼稚園紹介動画を掲載しています。



区立幼稚園について

問い合わせ 学務課学事係 ☎3578-2779

児童扶養手当の制度が
変更になります

令和7年1月に支給される令和6年11月分の児童扶養手当から適用されます。

改正内容

- (1)第3子以降の児童に係る加算額の引き上げ
 - (2)全部支給および一部支給に係る所得制限限度額の引き上げ
- 詳しくは、港区HPをご確認ください。



◀児童扶養手当

問い合わせ

子ども若者支援課子ども給付係 ☎3578-2432
各総合支所区民課保健福祉係 ☎欄外参照

子ども医療費助成制度の
新しい子ども医療証を郵送します

子ども医療証をお持ちの人に、10月から使用する新しい子ども医療証を、青色の封筒で9月下旬に郵送します。10月になっても新しい子ども医療証が届かない人は、ご連絡ください。なお、新しい子ども医療証は淡い緑色です。

制度について詳しくは、
港区HPをご覧ください。



子ども医療費助成

この封筒で
届きます

問い合わせ

子ども若者支援課子ども給付係 ☎3578-2430

9月20～26日は動物愛護週間です

子どもも大人も一緒に考えよう、私たちと動物

いのち
生命ある動物の愛護と適正な飼い方について、一緒に考えてみましょう。

終生飼養

愛情と責任をもって最後まで飼うために、次のことが守れるか確認しましょう。

- 毎日、適切な住環境でお世話できるか
- 食費、治療代等の費用を負担できるか
- 自分で世話ができなくなったときのことを考えているか

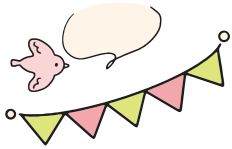
動物虐待の禁止

十分な餌や水を与えない、病気を放置することも動物虐待です。また、ペットの数をむやみに増やさないう必要に応じて去勢不妊手術を行いましょう。

問い合わせ

生活衛生課生活衛生相談係
☎6400-0043
〇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

子育て関連情報



教育相談をご利用ください お困りのことを話してみませんか



学校や園に行きたがらない、大人の指示に従えない、落ち着きがない、忘れ物が多い、友達とのトラブルが多い、ささいなことで怒り出す、チック、爪かみ、夜尿の症状がある、万引きがある、子育てに自信が持てない等、どんな相談も受け付けています。

教育相談室ってどんなところ？

- Q** 相談者の対象年齢は？
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、保護者だけで来ることもできます。
Q 子どもの面接はどんなことをしますか？
A 小学校高学年くらいまでは、遊戯療法(プレイセラピー)を行います。高学年以上からは、保護者の面接と同じように対話が中心です。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ありません。
Q 心理検査や知能検査を受けることはできますか？
A はい。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。
 ☎5422-1545

開室時間 祝日、年末年始を除く月～金曜
 午前9時～午後5時

場 所 虎ノ門3-6-9

オンライン教育相談
 原則初回のみ、オンラインツール(Zoom)を使つての相談も可能です。詳しくは港区HPをご覧ください。



◀申し込みフォーム



◀教育相談

問い合わせ
 教育センター ☎5422-1541

港区こころといのちを支えるキャンペーン

毎年9月を「港区自殺対策強化月間」、10月を「港区うつ支援月間」として、「港区こころといのちを支えるキャンペーン」を実施しています。

生きるための情報ラウンジ

毎日の暮らしの中で「消えてしまいたいほどつらい」「死にたい気持ち」になることがあるかもしれません。つらい気持ちを一人で抱えず、相談窓口をご利用ください。港区HPで、さまざまな悩みに対する情報を掲載し、各相談窓口をご案内しています。



◀生きるための情報ラウンジ

港区夜間いのちの相談ダイヤル (受付時間:午後5時～9時30分)

☎0570-033-202

ひとりで抱え込まず、お電話ください。

こころの健康相談

こころの病気(アルコール依存を含む)について、精神科医師が面談で相談に応じます。

こころの体温計

パソコンや携帯電話を使って簡単な質問に回答することで、自分のストレス度・落ち込み度等をチェックできます(利用は無料、通信費は自己負担)。



◀こころの体温計

わかちあいの会みなど

奇数月の最終水曜日に、自死(自殺)で家族や友人等を亡くした人が、ありのままの思いを話し、遺族同士で支え合う会を開催しています。

対象 自死で身近な人を亡くした人
とき 9月25日(水)午後1時30分～4時
ところ みなと保健所
申し込み 当日直接会場へ。

※保育あり(4カ月～就学前、2人。電話で、9月18日(水)までに、健康推進課地域保健係へ。

問い合わせ
 健康推進課地域保健係 ☎6400-0084 FAX3455-4539

あなたもゲートキーパーです

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声を掛け、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る「命の門番」です。港区HPでゲートキーパーについて学べる研修動画を配信していますのでご覧ください。



ゲートキーパー研修動画

自殺防止！ 東京キャンペーン



◀自殺防止！東京キャンペーン

東京都こころといのちのほっとナビ ～ここナビ～

困りごとや悩み別の相談窓口(電話、LINE相談)のご案内や自殺対策に関するさまざまな情報を発信しています。

問い合わせ 東京都保健医療局保健政策部健康推進課
 ☎5320-4310



ここナビ

港区の人口

令和6年8月1日現在

総人口

26万7,616人
(前月比166人増)

出生等 257人 死亡等 258人
 転入 2,364人 転出 2,197人

日本人 24万5,406人 (前月比55人増)
 男 11万4,657人 女 13万749人

外国人 2万2,210人 (前月比111人増)
 男 1万1,418人 女 1万792人

世帯数 15万3,942世帯 (前月比89世帯増)
 日本人世帯数 13万8,251世帯 (前月比13世帯減)
 外国人世帯数 1万2,292世帯 (前月比91世帯増)
 複数国籍世帯数 3,399世帯 (前月比11世帯増)



～妊娠・出産・子育て～ 健診・相談窓口

妊娠期から出産、子育てまで各種相談を受け付けています。乳幼児健診・育児相談の他、妊産婦を対象にした事業や親子で参加できるイベント等があります。事業内容や申し込みについて、詳しくは港区HPやみなと母子(親子)手帳アプリをご覧ください。

問い合わせ 健康推進課地域保健係
 ☎6400-0084 FAX3455-4539



子ども・子育て



みなと母子(親子)
手帳アプリ

おしらせボード

凡例

- 対

対象
- 時

とき
- 所

ところ
- 内

内容
- 選

選考方法
- 人

定員・募集人員
- 申

申し込み
- 問

問い合わせ
- HP

ホームページ

※費用の表記がないものは、全て無料です。

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

講座・催し物

認知症サポーター養成講座

対 区内在住・在勤・在学者
時 9月27日(金)午後2時～3時30分
所 麻布いきいきプラザ
人 15人(抽選)
申 電話または直接、9月20日(金)までに、麻布いきいきプラザへ。
☎3408-7888

港区・東洋英和女学院連携事業 国際関係研究所 連続講演会 「多文化共生社会を考える」

対 区内在住・在勤・在学者
時 (1)9月21日(土)(2)9月28日(土)
いずれも午後3時～4時30分
所 東洋英和女学院大学大学院201教室(六本木5-14-40)
対 (1)移民社会フランスから考える多文化共生(2)移民国家ドイツから考える多文化共生
人 各50人(申込順)
申 大学院HPの申し込みフォームから、(1)9月16日(月・祝)(2)9月23日(月・振休)までに、お申し込みください。

申し込みフォーム▶



麻布地区総合支所協働推進課地

区政策担当 ☎5114-8812

MT社交ダンスバンドによるオータムコンサート

対 小学生以上の区民
時 9月23日(月・振休)午後2時～3時30分
所 高輪いきいきプラザ
人 40人(申込順)
申 電話または直接、高輪いきいきプラザへ。
☎3449-1643

コミュニティ・カフェ高輪in HUGミニ講演会 大使夫人による「キルギス共和国の紹介」

対 どなたでも
時 9月17日(火)午後2時～3時30分
所 高輪区民協働スペース
人 40人程度(会場先着順)
申 当日直接会場へ。
問 高輪地区CCクラブ代表 太田 則義 ☎090-2556-0222
メール:noriohta@cscpt.jp
対 高輪地区総合支所協働推進課地区政策担当

チャレンジコミュニティ・クラブ▶



第18回水辺フェスタ

芝浦および海岸2・3丁目、港南、台場地域から申し込みのあった選手たちが、6人1組のゴムボートに乗

り、力を合わせてレースを繰り広げます。ステージイベントの他、当日参加可能なエンジン付きボート体験やビーチゲーム等も実施予定です。
対 どなたでも※18歳未満のお子さんがエンジン付きボート体験に参加する場合は、18歳以上の大人1人の同伴または保護者の承諾書が必要です。
時 9月23日(月・振休)午前11時～午後4時頃
所 都立お台場海浜公園(台場1-4)
申 当日直接会場へ。※ボートレースの申し込みは終了しました。詳しくは港区HPをご覧ください。

水辺フェスタ▶



芝浦港南地区総合支所協働推進課地区政策担当 ☎6400-0013

夜のアクアビクス教室

対 16歳以上の区内在住・在勤者
時 10月4日～12月6日(毎週金曜・全10回)午後7時～7時45分
所 港南いきいきプラザ
人 12人(抽選)
費用 7700円(参加費)
申 電話または直接、9月15日(日)までに、港南いきいきプラザへ。
☎3450-9915

東京ベイお台場クリーンアップ大作戦「お台場を泳げる海に！ハダシで歩ける砂浜に！」

対 どなたでも
時 9月14日(土)午前10時～11時
所 都立お台場海浜公園周辺(台場1-4)
申 当日直接会場へ。
問 Kissポート財団広報・事業推進課 ☎5770-6837

港区夜間いのちの相談ダイヤル

0570-033-202(午後5時～9時30分)

駐日コンボ共和国大使館主催 映画「HIVE in Tokyo/ハイベ イントウキョウ」上映会

対 どなたでも
時 9月22・23日(日・祝、月・振休)午前11時30分～午後1時30分
所 リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)
人 各120人(申込順)
申 申し込みフォームからお申し込みください。

申し込みフォーム▶



問 コンボ共和国大使館

☎6809-2577

対 地域振興課国際化推進係

ひきこもり学習会「自分が居てもいいと思える場所とは～それぞれの経験談から～」

対 区内在住・在勤・在学で、ひきこもり等の生きづらさを抱えた人やその家族・支援者
時 9月21日(土)午後1時30分～3時30分
所 芝浦区民協働スペース(みなとパーク芝浦1階)
人 20人(本人やその家族優先で申込順)
申 電話・ファックスまたは申し込みフォームで、氏名・電話番号を明記の上、9月18日(水)までに、(社福)港区社会福祉協議会地域福祉係へ。
☎6230-0281 FAX6230-0285

申し込みフォーム▶



困った行動のウラには何がある？～人を支える地域のチカラ～

対 区内在住・在勤・在学者
時 9月28日(土)午後2時～4時
所 麻布地区総合支所2階

夜間・休日診療

港区HP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



※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1日(日)	武村医院(内)	北青山3-12-2	☎3407-7826
	北里研究所病院(内・外)	白金5-9-1	☎3444-6171
	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
	兼松歯科医院(歯)	赤坂3-17-7 赤坂門田ビル3階	☎3583-3811
	★きつかわクリニック(内)	芝5-31-16 YCC田町ビル4階	☎3451-1731
9月8日(日)	白金台おがわクリニック(内)	白金台3-8-3	☎6447-7081
	東京都済生会中央病院(内・外)	三田1-4-17	☎3451-8211
	牧野歯科医院(歯)	芝大門2-5-1 アルテビル芝大門1階	☎3578-9700
	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
	★松崎内科クリニック(内)	新橋1-15-5 ペルサ115 9階	☎3591-7006
9月15日(日)	フローイーストクリニック(小)	南麻布5-10-24 第二佐野ビル7階	☎6277-3555
	虎の門病院(内)	虎ノ門2-2-2	☎3588-1111
	吹野歯科クリニック(歯)	芝大門2-8-15 フリーディオ芝公園アネックス1階	☎3434-8020
	大塚歯科医院(歯)	南青山4-9-17	☎3401-6480
	★新橋DAYクリニック(内)	新橋1-15-7 新橋NFビル6階	☎050-5527-1126
9月16日(月・祝)	蔵本内科クリニック(内)	芝公園1-7-15 池田ビル1階	☎5733-3355
	古川橋病院(内)	南麻布2-10-21	☎3453-5011
	松岡歯科医院(歯)	浜松町1-24-8 オリックス浜松町ビル1階	☎6459-0996
	南青山アイリス歯科(歯)	南青山7-11-5 HOUSE7115 1階	☎6427-4408
	★麻布光輝クリニック(内・小)	西麻布3-3-2	☎6240-2912
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 (休日のみ)	☎080-9587-2557

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
----------------	---------------------	--	--	--

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	医療情報ネット (ナビイ)

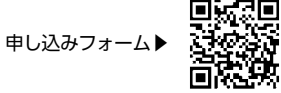
電話 相談	小児救急 電話相談	月～金曜 (祝日、年末年始を除く) 午後6時～翌朝8時 土・日曜、祝日、年末年始 午前8時～翌朝8時	「#8000」(プッシュ回線の固定電話、携帯電話) ☎5285-8898(ダイヤル回線の固定電話等)
----------	--------------	--	---

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			
9月1日(日)	芝口薬局	新橋1-4-3	☎3571-6809
9月8日(日)	宮崎薬局	新橋1-18-12	☎3591-2854
9月15日(日)	新橋調剤薬局	新橋2-16-1 ニュー新橋ビル345	☎3580-6337
9月16日(月・祝)	バンビー薬局 ニュー新橋ビル店	新橋2-16-1 ニュー新橋ビル344	☎3580-3159

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

人 30人(申込順)
申 電話・ファックスまたは申し込みフォームで、氏名・電話番号を明記の上、9月26日(木)までに、(社福)港区社会福祉協議会地域福祉係へ。※手話通訳が必要な人は、9月13日(金)までにお申し出ください。
☎6230-0281 **FAX**6230-0285

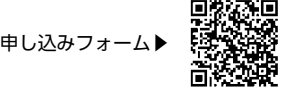


ボランティア・スキルアップ講座「傾聴ボランティア養成講座」

対 区内在住・在勤・在学中、傾聴ボランティア活動を行う意欲のある人
時 (1)講座:10月2日(水)午前10時～正午、午後1時～3時、10月16日(水)午後1時30分～3時30分、10月30日(水)午前10時～正午、午後1時～3時、11月13日(水)午前10時～正午(2)施設体験:10月31日(木)～11月8日(金)のうち平日1回※日時は施設により異なります。
所 (1)麻布区民協働スペース(2)指定の施設
人 20人(講座・施設体験全てに参加できる人優先で申込順)
費用 無料※別途ボランティア保険料350円～1400円がかかります。
申 電話またはファックスで、住所・氏名・電話番号を明記の上、10月1日(火)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(みなとボランティアセンター)へ。
☎6230-0284 **FAX**6230-0285

介護家族サポーター養成講座～ケアする家族を地域で支えるために～

対 区内在住・在勤・在学中、3日間参加できる人
時 10月12・19日(土)午前10時～午後4時、12月14日(土)午後1時30分～4時30分
所 介護予防総合センター(みなとパーク芝浦2階)
人 20人(申込順)
申 電話で、9月4日(水)～30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
申し込みフォームからも申し込めます。
関 高齢者支援課高齢者相談支援係
☎3578-2411



健康講座「あなたの食生活、大丈夫?若いうちから知っておきたい、『脂質異常症』のこと」

対 区内在住・在勤・在学者
時 9月30日(月)午前10時～正午
所 みなと保健所
人 60人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、6人。9月20日(金)までに、申込時にお申し出ください)
申 電話で、9月27日(金)までに、みなとコール(受付時間:午前9時～午後5時)へ。
☎5472-3710
関 健康推進課健康づくり係
☎6400-0083

家族会

対 区民で、こころの病気がある人の家族
時 10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。9月25日(水)までに、お申し込みください)
☎6400-0084

●栄養セミナー「がん治療中の人に聞いてほしい～味覚障害と食事の工夫～」

時 10月5日(土)午前11時～正午
所 がん在宅緩和ケア支援センター
人 24人(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。

●がんを患った人や家族のためのくつろぎカフェ

時 (1)10月5日(土)(2)10月8・22日(火)いずれも午後1時30分～3時30分
所 (1)芝浦港南区民センター(2)がん在宅緩和ケア支援センター
申 当日直接会場へ。

●の共通事項
対 がん患者およびその家族
詳しくは、がん在宅緩和ケア支援センターをご覧ください。



関 がん在宅緩和ケア支援センター
☎6450-3421 **FAX**6450-3583

健康相談・禁煙相談

禁煙相談は対面・電話・オンライン(Microsoft Teams)で相談できます。
対 区民
時 10月9日(水)、11月13日(水)いずれも午前※時間はお問い合わせください。対面相談は保育あり(4カ月～就学前、3人。各回1週間前までに申込時にお申し出ください)
所 みなと保健所
申 電話で、前日までに、健康推進課健康づくり係へ。
☎6400-0083

こころの健康相談(精神保健福祉相談)

対 区内在住・在勤者
時 10月10日(木)・18日(金)・28日(月)※時間はお問い合わせください。
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、お申し込みください)
☎6400-0084

有栖川宮記念公園生物調査ボランティア

汚れても良い服装、長靴を着用ください(胴長をお持ちの人はご用意ください)。
対 中学生以上の区内在住・在勤・在学者
時 9月28日(土)午前9時～午後3時(雨天の場合、翌日に順延)

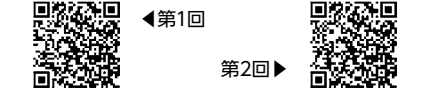
所 有栖川宮記念公園
人 10人程度(抽選)
申 申し込みフォームから9月15日(日)までに、お申し込みください。



関 環境課緑化推進担当
☎3578-2330

人権連続講座みなと2024

対 どなたでも
時 (1)10月3日(木)午後1時30分～4時30分(2)10月17日(木)午後6時30分～8時30分※1回のみ参加可
所 東京都人権プラザ(芝2-5-6芝256スクエアビル1階)
対 (1)「アイヌ文様刺繍体験会」～アイヌのお茶を飲みながら、お話ししながら～(2)「耳にやさしいコミュニケーションとは?」～高齢者や難聴者との会話のポイント
講師 (1)宇佐 照代さん(AYNU RUTOMTE代表)、宇佐 智美さん(アイヌ民族文化財団アイヌ文化活動アドバイザー)(2)宮谷 真紀子さん(CLEAR JAPAN代表)※詳しくは、港区をご覧ください。
人 各20人(いずれも申込順)※保育あり(4カ月～就学前、各日5人程度。申込時にお申し出ください)
申 電話で、9月3日(火)～(1)9月26日(木)まで(2)10月10日(木)までに、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
ファックスの場合は、氏名・電話番号・希望する講座を明記の上、総務課人権・男女平等参画係へ。
FAX3578-2976
オンラインでも申し込めます。



関 総務課人権・男女平等参画係
☎3578-2027

秋の水泳教室

対 区内在住・在勤者※詳しくは、港区をご覧ください。
時 10月3日(木)～12月21日(土)※各校により実施日時・回数が異なります。
所 小学校:港南・本村、中学校:御成門・高松・高陵・赤坂・港陽
申 電話で、9月4日(水)～16日(月・祝)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



関 水泳教室受付(受付時間:火～土曜午前10時～午後5時)
☎090-4114-0198
関 生涯学習スポーツ振興課スポーツ振興係

日本の伝統文化～実演と体験「いけばな」

対 区内在住・在勤・在学者
時 11月9日(土)午後1時30分～4時
所 生涯学習センター
人 25人(申込順)
費用 一般:3500円、会費:3000

円(材料費等)
申 港ユネスコ協会の申し込みフォームから10月1日(火)～18日(金)に、お申し込みください。



関 港ユネスコ協会(受付時間:祝日を除く火～金曜午前10時30分～午後5時)
☎3434-2300
関 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係

高齢者

はじめての社交ダンス教室

対 おおむね50歳以上の区民
時 10月2日～12月4日(毎月第1・3・5水曜、全6回)午前10時45分～正午
所 三田いきいきプラザ
人 15人(初めての人優先で抽選)
申 電話または直接、9月23日(月・振休)までに、三田いきいきプラザへ。当選者のみ、9月24日(火)以降に電話で連絡します。
☎3452-9421

高齢者向けeスポーツ体験プログラム

対 65歳以上で、eスポーツに興味がある区民
時 (1)10月7日、28日～11月18日(月曜・全5回)(2)10月11日、11月1日～29日(11月15日を除く金曜・全5回)いずれも午後2時～3時
所 (1)神明いきいきプラザ(2)虎ノ門いきいきプラザ
人 各12人(申込順)
申 電話または直接、9月30日(月)までに、各いきいきプラザへ。
(1)**☎**3436-2500
(2)**☎**3539-2941

生活に役立つアロマ&ハーブ講座

アロマとハーブの効能を学ぶ他、ケアグッズを手作ります。
対 おおむね50歳以上の区民
時 (1)10月14日～令和7年3月10日(毎月第2月曜・全6回)(2)10月22日～令和7年3月25日(毎月第4火曜・全6回)いずれも午後1時30分～3時30分
所 (1)神明いきいきプラザ(2)虎ノ門いきいきプラザ
人 各16人(抽選)
費用 各回1500円(材料費)
申 電話または直接、9月14日(土)までに、各いきいきプラザへ。当選者のみ、9月15日(日)以降に電話で連絡します。
(1)**☎**3436-2500
(2)**☎**3539-2941

「姿勢のいい街 麻布」いい姿勢で歩く動く教室

対 60歳以上の区民
時 9月19日(木)午前10時～11時30分
所 飯倉いきいきプラザ
人 20人(抽選)
申 電話または本人が直接、9月10日(火)までに、飯倉いきいきプラザへ。
☎3583-6366

9ページからつづく

腰痛予防改善教室

※ 60歳以上の区民
時 10月1日～12月24日(10月29日を除く毎週火曜・全12回)午前10時～11時
所 麻布いきいきプラザ
人 12人(抽選)
申 電話または直接、9月10日(火)までに、麻布いきいきプラザへ。
☎3408-7888

男性のための料理教室

※ 60歳以上の区民
時 10月4日～12月20日(11月29日を除く毎週金曜・全11回)午前10時～午後0時30分
所 ありすいきいきプラザ
人 10人(抽選)
費用 6600円(材料費)
申 電話または直接、9月10日(火)までに、ありすいきいきプラザへ。
☎3444-3656

はり・マッサージサービス

※ 65歳以上の区民
時 9月24・25日(火・水)
所 青山いきいきプラザ
人 60人(申込順)
費用 1000円(利用料)
申 電話で、9月8日(日)午後5時までに、青山いきいきプラザへ。
☎3403-2011

秋の交通安全と防犯講習会

※ 60歳以上の区内在住・在勤者
時 9月26日(木)午後3時～3時30分
所 赤坂いきいきプラザ
人 20人(申込順)
申 電話または直接、赤坂いきいきプラザへ。
☎3583-1207

初級日常英会話「Do you 英会話?」～スマホアプリを使って学びませんか～

※ 60歳以上の区民で、中学生レベルの英語を理解している人
時 10月7日～令和7年3月24日(毎週月曜・全24回)午前10時30分～正午
所 豊岡いきいきプラザ
持ち物 スマートフォン
人 20人(抽選)
申 電話または直接、9月16日(月・祝)までに、豊岡いきいきプラザへ。当選者のみ、9月18日(水)以降に電話で連絡します。 ☎3453-1591

◎体が硬い人のためのヨガ教室

時 10月10日～12月26日(毎週木曜・全12回)(1)午前9時30分～10時30分(2)午後1時15分～2時15分
人 各6人(抽選)

◎膝が曲げにくい人のためのチエアヨガ(マットも使います)

時 10月10日～12月26日(毎週木曜・全12回)午前11時～正午
人 6人(抽選)

◎ハタヨガ

時 10月10日～12月26日(毎週木曜・全12回)午後2時45分～3時45分
人 8人(抽選)

◎の共通事項

※ 60歳以上の区民
所 高輪いきいきプラザ
申 電話または直接、9月22日(日・祝)までに、高輪いきいきプラザへ。当選者のみ、10月1日(火)以降に電話で連絡します。
☎3449-1643

「ほのぼの作品展」開催および作品募集

各いきいきプラザ等で「ほのぼの作品展」を開催します。ついては、作品(手工芸、絵画、書道等)を募集します。
※ 60歳以上の区民
時 10月9・10日(水・木)
所 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
申 直接、9月11日(水)～30日(月)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。
問 各開催場所 ☎欄外参照

特殊詐欺被害防止講習会

※ 60歳以上の区民
時 9月27日(金)午後2時～3時
所 港南いきいきプラザ
人 25人(申込順)
申 電話または直接、9月26日(木)までに、港南いきいきプラザへ。
☎3450-9915



◇水中ウォーキングエクササイズ教室

(1)10月2日～12月11日(11月13日を除く毎週水曜・全10回)(2)10月6日～12月22日(11月3日・24日を除く毎週日曜・全10回)

◇初級アクアビクス教室

(1)10月7日～12月23日(10月28日・11月18日を除く毎週月曜・全10回)(2)10月4日～12月6日(毎週金曜・全10回)(3)10月5日～12月14日(11月23日を除く毎週土曜・全10回)

◇の共通事項

※ 60歳以上の区民(医師から運動の制限を受けていない人)
時 午前9時20分～10時5分
所 港南いきいきプラザ
人 各12人(抽選)※教室の重複申し込みはできません。
申 直接、申込書に必要事項を明記の上、9月15日(日)までに、港南いきいきプラザへ。申込書は港南いきいきプラザで配布しています。申し込みには緊急連絡先(本人以外1人分の氏名・住所・電話番号)が必要です。
問 港南いきいきプラザ ☎3450-9915

高齢者権利擁護講座「はじめての遺言講座」

※ 65歳以上の区民
時 9月27日(金)午後2時～4時
所 介護予防総合センター(みなとパ

ーク芝浦2階)
人 50人(申込順)
申 電話で、芝浦港南地区高齢者相談センターへ。 ☎3450-5905

若年向け「脳の健康度測定会」

※ 50～64歳の区民
時 10月5日(土)(1)午前10時30分～11時30分(2)午後1時～2時(3)午後2時30分～3時30分
所 介護予防総合センター(みなとパーク芝浦2階)
人 各15人(抽選)
申 電話で、9月3日(火)～19日(木)に、みなとコール(午前9時(初日は午後2時)～午後5時)へ。当選者のみ、通知を郵送します。※7月に開催した脳の健康度測定会に参加した人は申し込みできません。
☎5472-3710
問 高齢者支援課高齢者相談支援係 ☎3578-2413

公衆浴場高齢者無料開放デー

浴場名	電話番号	時間
アクアガーデン三越湯(白金5-12-16)	3441-9576	午後3時30分～10時
麻布黒美水温泉竹の湯(南麻布1-15-12)※	3453-1446	午後3時30分～11時30分
南青山 清水湯(南青山3-12-3)	3401-4404	正午～午前0時
ふれあいの湯(芝2-2-18)※	5442-2639	午後3時～11時

※9月17日(火)は振替休業

申 65歳以上の区民であることが分かるものをお持ちいただき、各浴場フロントで確認を受けてください。
問 保健福祉課地域福祉支援係 ☎3578-2381



◎障害者のための「絵手紙教室」

時 10月2日～令和7年3月19日(12月18日・1月1日を除く毎月第1・3水曜、全10回)午後1時45分～3時30分
人 10人程度(抽選)
費用 1000円程度(材料費)※毎回決められた題材をお持ちください。

◎障害者のための「音楽セラピー」

時 10月3日～令和7年3月6日(1月2日を除く毎月第1・3木曜、全10回)午後1時45分～3時30分
人 15人程度(抽選)

◎の共通事項

※ 18歳以上で、次のいずれかに該当する区民(1)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(2)難病により障害支援区分認定を受けていること
所 障害保健福祉センター
申 電話・ファックスまたはメールで、講座名・氏名・電話番号等を9月17日(火)までに、障害保健福祉センターへ。申し込みの際、身体状況等の確認をすることがあります。手話通訳・介助が必要な人は、ご相談ください。公共交通

機関の利用が困難で、かつ障害者手帳をお持ちの人は巡回送迎バスを利用できます。
☎5439-2511 FAX5439-2514
メール:minato-chi@yuai.or.jp

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。
※ こころの病気がある区民
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 FAX3455-4539または各総合支所区民課保健福祉係へ。 ☎11面欄外参照



幼稚園PTA連合会講演会「今だからこそ育てたい心の根っこ」

※ 0～5歳児の保護者
時 9月19日(木)午前10時～11時30分
所 高輪区民センター
人 80人(申込順)
申 申し込みフォームから9月18日(水)までに、お申し込みください。※お子さんとの参加可

申し込みフォーム▶



問 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係 ☎3578-2741

子ども防災フェス

※ 高輪地区在住・在学のお子さんとその保護者
時 10月5日(土)午前11時～午後3時
所 高輪コミュニティぷらざ1～3階
申 当日直接会場へ。
問 高輪地区総合支所協働推進課協働推進係 ☎5421-7621

児童精神科医による相談(こころの健康相談)

※ 区内在住・在勤者の18歳以下のお子さんとその保護者
時 10月8日(火)※時間はお問い合わせください。
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。10月1日(火)までに、お申し込みください) ☎6400-0084

お知らせ

エルタックス「eLTAX(地方税ポータルシステム)」、e-TAX(国税電子申告・納税システム)」をご利用ください

事業主は、事業所のパソコンからeLTAXを利用して、複数の区市町村へ給与支払報告書等の提出や個人住民税特別徴収の電子納付ができます。さらに、税額決定通知書を電子で受け取ることができる等のメリッ

トがあります。

また、個人は、マイナンバーカード等を使い、スマートフォン・パソコンからe-TAXを利用して、確定申告ができます。申告期限内は確定申告の修正が簡単、還付までがスピーディー等のメリットがあります。

問 ○個人住民税の特別徴収について
税務課課税係 ☎3578-2600～7
OeLTAXの操作方法等について
ヘルプデスク ☎0570-081-459
Oe-TAXについて
e-TAX・作成コーナーヘルプデスク ☎0570-01-5901

「全国家計構造統計調査」にご協力ください

本調査は、令和6年に全国一斉に実施するものです。調査員が自宅に訪問します。家計簿や調査票の記入にご協力をお願いします。

図 総務大臣の指定する地域の世帯
時 9～11月上旬
問 地域振興課統計調査係
☎5114-8881

「総合的な福祉サービス利用援助事業」をご利用ください

図 区内で在宅生活をしていて、高齢・知的障害・精神障害・身体障害等のために、福祉サービスの利用援助が必要な人※自分の意思で契約できる人

サービス内容 (1)福祉サービスの利用援助:福祉サービスの利用に関する相談・情報提供、郵便物の確認や手続き、利用料の支払いを援助 (2)日常的金銭管理サービス:預貯金等の払戻し・預け入れ、公共料金や家賃等の支払いの援助 (3)書類等の預かりサービス:大切な書類等のお預かり

利用料 (1)(2)基本料金:1回1時間1500円、延長料金:30分単位で600円を加算 (3)1カ月500円※10月1日(火)から利用料を改正し、それぞれ200円増額になります。※住民税非課税世帯、生活保護受給者は利用料の減免制度があります。

問 (社福)港区社会福祉協議会成年後見推進係成年後見利用支援センター サポートみなと
☎6230-0283 FAX6230-0285

令和6年度年金生活者支援給付金の手続きをお忘れなく

年金生活者支援給付金は、年金受給者のうち、公的年金等の収入やそ

の他の所得額が一定基準額以下の人の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。対象者には、日本年金機構から請求可能な旨のお知らせが、9月初旬以降順次届きます。同封のはがきに必要事項を明記の上、9月30日(月・必着)までに、日本年金機構へ提出してください。なお、支給要件を満たしている限り、翌年以降の手続きは原則不要です。

支給要件や給付額について詳しくは、日本年金機構☎または給付金専用ダイヤルにお問い合わせください。

問 給付金専用ダイヤル
☎0570-05-4092(ナビダイヤル)
※050で始まる番号でかける場合
☎5539-2216

港年金事務所 ☎5401-3211
問 国保年金課国民年金係

都市計画案の縦覧(六本木・虎ノ門地区)

件名 地区計画の変更
縦覧期間 9月20日(金)～10月4日(金)
説明会
時 9月20日(金) 午後7時～8時
所 麻布小学校
※縦覧場所および説明会等について詳しくは、港区☎をご覧ください。

問 都市計画課都市計画係
☎3578-2215

変更・休止情報等

子育てひろば あっぴい西麻布・子どもふれあいルーム半日休館

時 10月20日(日)午前8時30分～正午
問 子育てひろば あっぴい西麻布
☎5467-7175

子どもふれあいルーム
☎5467-7176

高輪コミュニティぷらざ全館休館(電気設備点検)

時 10月14日(月・祝)終日
問 高輪地区総合支所管理課管理係
☎5421-7124

港区スポーツセンターのプールの休止・臨時休館

時 プール休止:10月2日(水)～11

日(金)、臨時休館:11月16・17日(土・日)
問 港区スポーツセンター
☎3452-4151

募 集

令和6年度リーブラホールコンサート出演者

図 どなたでも(プロ・アマチュア不問、区内在住・在勤・在学者優先)※出演の決定後、個別の打ち合わせで、平日日中30分程度区役所へ来ることができる人
時 12月17日(火)午後1時30分～3時30分
所 男女平等参画センター リーブラホール
問 郵送で、申込用紙・写真(メンバー全員が写っているもの)・演奏音源を同封の上、9月30日(月・必着)までに、〒105-8511 地域振興課文化芸術振興係へ。申込用紙は港区☎からダウンロードできます。※バンド形態(ドラムス・エレキギター等の構成)は、申し込みできません。※申し込み多数の場合は選考の上、決定します。

問 地域振興課文化芸術振興係
☎3578-2584

南麻布三丁目障害者グループホーム等整備計画(素案)についてのご意見

旧南麻布三丁目保育室用地に整備する障害者グループホームについて、整備の基本方針や諸室の配置計画等をまとめた、「南麻布三丁目障害者グループホーム等整備計画(素案)」について、区民意見を募集します。

※9月10日(火)、13日(金)、15日(日)に区民説明会を開催します。詳しくは、港区☎をご覧ください。

閲覧方法 素案は、港区☎の他、障害者福祉課(区役所2階)、保健福祉課(区役所3階)、区政資料室(区役所3階)、総合案内(区役所1階)、各総合支所管理課・台場分室、各港区立図書館(高輪図書館分室を除く)、障害保健福祉センター(6階事務室内)でご覧になれます。

ご意見の提出方法 郵送・ファックス・港区☎または直接、ご意見・住所・氏名を明記の上、9月10日(火)～10月10日(木・必着)に、〒105-8511 港区役所保健福祉課福祉施設整備担当へ。 ☎3578-2828

港区☎「施策・計画に対するご意見」▶

給付奨学金および貸付奨学金

現在大学・専門学校等に在学している人で、学業に意欲を持ちながらも経済的理由によって修学が困難な人に、奨学金の給付または貸し付けをしています。

図 港区☎をご確認ください。

募集案内配布場所 教育長室(区役所7階)、各総合支所管理課、各港区立図書館で配布している他、港区☎からダウンロードもできます。

給付型・貸付型奨学金▶

問 郵送または直接、9月19日(木・消印有効)までに、〒105-8511 港区役所教育長室教育総務係へ。
問 教育長室教育総務係
☎3578-2713

区民保養施設 利用募集 (11月利用分)

図 区内在住・在勤者
所 大平台みなと荘、熱川プリンスホテル※各施設の概要は港区☎をご覧ください。

区民保養施設の概要▶

問 専用はがきまたは区民保養施設予約システムで利用者登録の上、お申し込みください。抽選申し込み(区民のみ) 区民保養施設予約システムは9月18日(水)まで、専用はがきは9月12日(木・必着)までにお申し込みください。空き室申し込み(区民・区内在勤者) 利用希望日の1カ月前の同日から申込順で受け付けます。

区民保養施設予約システム▶

問 JTBみなと予約センター(受付時間:祝日を除く月～金曜午前10時～午後6時30分)
☎5434-7644

問 地域振興課地域振興係

区の手続きや施設・催し物のご案内は みほとコールへ ☎5472-3710 FAX5777-8752 年中無休 午前8時～午後8時
催し物の受け付けは、電話の他、インターネットからもご利用いただけます(お申し込みはイベントカレンダーから) イベントカレンダー▶

港区議会定例会

令和6年第3回定例会は、9月中旬に開かれる予定です。今定例会では、会期中に決算特別委員会も開かれる予定です。

議案は、区政資料室(区役所3階)および港区議会☎をご覧ください。

また、各区民センター・各港区立図書館・各いきいきプラザ等、区の各施設でも議案の概要をご覧ください。

問い合わせ 区議会事務局議事係 ☎3578-2915 FAX3578-2932

本会議・決算特別委員会の様子をインターネット中継しています

本会議・決算特別委員会の様子は、港区議会☎の「動画配信」からご覧いただくことができます。本会議の代表・一般質問時には、手話通訳および字幕を挿入します。

また「動画配信」では、過去4年間の録画映像もご覧いただけます。



港区議会☎

大震災に備えましょう

～9月1日は防災の日です～

令和6年1月1日に石川県能登地方で最大震度7を観測する地震が発生し、8月8日には宮崎県で最大震度6弱を観測して南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)が発表されました。都内でもいつ大震災が起こるか分かりません。日頃から防災対策に取り組み、大震災に備えましょう。

災害時に生活を持続するために

家具転倒防止対策に取り組みましょう

東京消防庁の調査によると、地震によるけがの原因の3～5割が室内での家具の転倒・落下によるとされています。家具の数を減らす、家具の配置を工夫する、家具を固定する等、自宅でけがをしないようにしましょう。

家具転倒防止器具等助成および取り付け支援制度

区では、ご自宅の家具に合わせて、家具の転倒を防止するための「つっぱり棒」やガラスの飛散を防止するためのフィルム等を、所定のポイント範囲で現物支給しています。また、一部の世帯には、助成した器具の取り付け支援も行っています。詳しくは、パンフレットをご覧ください。パンフレットの配布および申請の受け付けは、各総合支所協働推進課で行っています。



家具転倒防止器具等助成のご案内



ふんばりくん

事業所内の防災対策

災害時には、むやみな移動や一斉に帰宅する行動の抑制に努め、緊急車両の円滑な救助活動を最優先させましょう。

職場に留まるために、最低3日分の水や食料等の物資を備蓄するように努めましょう。備蓄品は防災用品あっせん事業からも購入いただけます。

また、区では、事業者と協力協定を締結し、帰宅困難者のために、一時滞在施設の確保や、物資の提供等の協力をお願いしています。帰宅困難者対策に興味がある、賛同いただける場合は、お問い合わせください。

備蓄をしましょう

震災時に自宅に大きな被害がない場合は、避難所には行かず自宅で生活続ける「在宅避難」が原則です。最低7日分の備蓄品を用意しておきましょう。

「ローリングストック法」で常時保存

①最初に多めに購入する。
消費期限内に使い切るのが目安。

②消費期限が近いものから順番に使う。

③消費した分を補充し、いつも一定量に保つ。

※②と③を繰り返す。

ローリングストックは、食料品だけでなく、生活用品にも使えます。ラップやホイル、ビニール袋等、日常生活でよく使うものを「買い置き」し、使った分だけ買い足すと、いざというときに慌てません。

問い合わせ 防災課地域防災支援係 ☎3578-2516



令和6年度総合防災訓練

防災訓練に参加しよう

「いざ」というときのために、日頃から備えておくことが大切です。



- 起震車で「地震の揺れ」を体験しよう
- 消火器を使ってみよう

その他にも、応急救護訓練や炊き出し訓練を行います。子どもコーナーもありますので、ぜひ親子でご参加ください(会場により訓練内容は異なります)。

会場案内

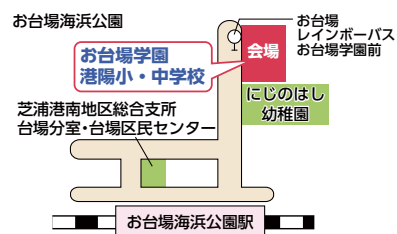
時間 午前9時30分～11時30分

問い合わせ

各総合支所協働推進課協働推進係
☎会場案内参照

台会場 10月5日(土)

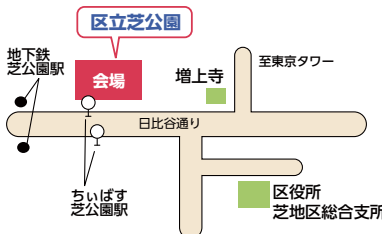
お台場学園(港陽小・中学校) 台場1-1-5



問い合わせ 芝浦港南地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎6400-0031

芝会場 10月6日(日)

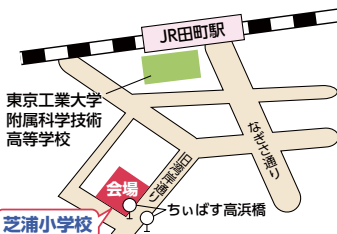
区立芝公園 芝公園4-8-4



問い合わせ 芝地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎3578-3123

芝浦会場 10月19日(土)

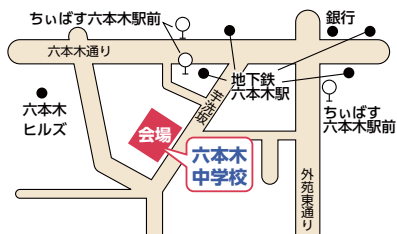
芝浦小学校 芝浦4-8-18



問い合わせ 芝浦港南地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎6400-0031

麻布会場 10月27日(日)

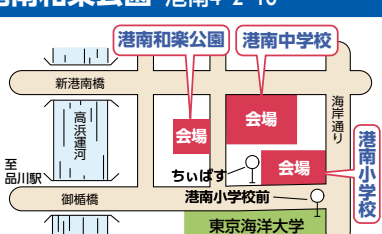
六本木中学校 六本木6-8-16



問い合わせ 麻布地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎5114-8802

港南会場 11月2日(土)

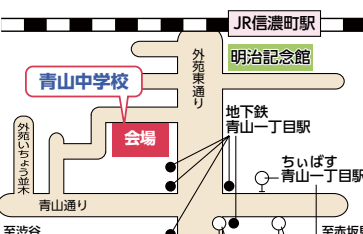
港南小・中学校 港南4-3-28、港南4-3-3
港南和楽公園 港南4-2-18



問い合わせ 芝浦港南地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎6400-0031

赤坂会場 11月3日(日・祝)

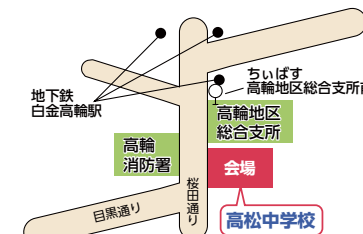
青山中学校 北青山1-1-9



問い合わせ 赤坂地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎5413-7272

高輪会場 11月10日(日)

高松中学校 高輪1-16-25



問い合わせ 高輪地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎5421-7621

熱中症にご注意ください

熱中症の予防には、こまめな水分補給が大切です。屋内では扇風機やエアコンで温度調節し、気温の高い日に外出する際は、日陰や涼しい場所で休憩を取りましょう。

