



## 特集

## みなとほほえみ月間

区は、9月15日の敬老の日を含む9月を「みなとほほえみ月間」と名付け、高齢者の皆さんを対象に、さまざまな催しを実施します。

8月から催しの申し込みが始まります。詳しくは、2・3面をご覧ください。



**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。



「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.



<https://www.city.minato.tokyo.jp>

☎3578-2111 (区役所代表) FAX 3578-2034 (区長室広報係)

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



9月は

みなとほほえみ月間

です

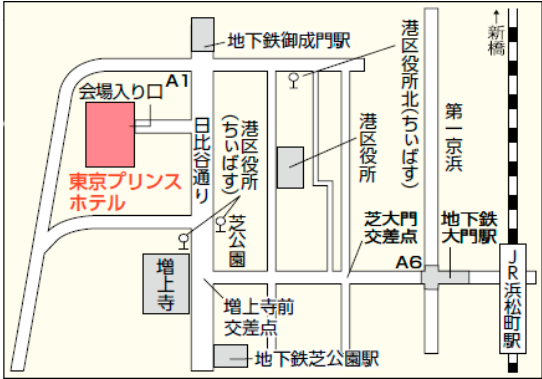
区は、9月15日の敬老の日を含む9月を「みなとほほえみ月間」と名付け、高齢者の皆さんを対象に、さまざまな催しを実施します。8月から催しの申し込みが始まります。

第58回 長寿を祝う集い

高齢者に敬意を表し、長寿と健康をお祝いします。

- 対象
- 9月15日現在、77歳以上の区民
- とき
- 10月21日(火)
- 午前の部
- 午前10時～正午(麻布・高輪地区在住者)
- 午後の部
- 午後1時30分～3時30分(芝・赤坂・芝浦港南地区在住者)
- ところ
- 東京プリンスホテル 鳳凰の間(芝公園3-3-1)
- ※対象者には、9月上旬に案内状を郵送します。
- ※来場者には、お土産をお渡しします。

問い合わせ  
高齢者支援課高齢者福祉係 ☎3578-2397



- JR「浜松町駅」から徒歩15分
- 地下鉄「御成門駅A1出口」から徒歩2分
- 地下鉄「大門駅A6出口」より徒歩10分
- ちいばす芝ルート「港区役所」、麻布東ルート「港区役所北」から徒歩3分

介護事業所での有償ボランティアを募集しています



介護の現場で「食事の配膳や洗い物」「お掃除」「レクリエーションの提供・企画」「お話し相手・見守り」「季節行事のサポート」「体験記事の発信」等をスキマ時間でお手伝いする有償ボランティア「スクーター」を募集しています。詳しくは港区HPをご覧ください。



問い合わせ  
高齢者支援課高齢者施設係 ☎3578-2420

寿商品券等を贈呈します

多年にわたり社会の進展に尽くされた高齢者に敬意を表し、長寿と健康をお祝いするため、寿商品券として「みなとクPAY紙商品券(港区内共通商品券)」等を贈呈します。また、100歳以上の人には、お祝い品および花束を贈呈します。

- 対象
- 表1に該当する区民
- 贈呈方法

みなとクPAY紙商品券(港区内共通商品券)

8月下旬から「敬老の日」の9月15日(月・祝)頃にかけて、民生委員・児童委員および区職員が本人へお届けします。

お祝い品および花束

民生委員・児童委員がお届けするお祝い品のカタログから希望品を選び、調査はがきに記入の上、投函してください。区が委託した事業者が本人へお祝い品および花束を配送します。

表1 対象となる生年月日およびみなとクPAY紙商品券(港区内共通商品券)金額等

| 対象<br>(令和7年9月15日時点) | 生年月日                  | 金額等     |
|---------------------|-----------------------|---------|
| 77歳(喜寿)             | 昭和22年9月17日～昭和23年9月16日 | 1万円     |
| 80歳(傘寿)             | 昭和19年9月17日～昭和20年9月16日 | 1万5000円 |
| 88歳(米寿)             | 昭和11年9月17日～昭和12年9月16日 | 2万円     |
| 90歳(卒寿)             | 昭和9年9月17日～昭和10年9月16日  | 2万5000円 |
| 99歳(白寿)             | 大正14年9月17日～大正15年9月16日 | 3万円     |
| 100歳以上              | 大正14年9月16日以前に生まれた人    | お祝い品・花束 |

問い合わせ  
高齢者支援課高齢者福祉係 ☎3578-2394  
各総合支所区民課保健福祉係 ☎欄外参照



みなとほほえみコンサート

区民バンド「シーサイド・ブリーズ」ジャズコンサートご招待

スウィングジャズやモダンジャズのスタンダード・ナンバーから、ラテン、コンテンポラリー作品まで幅広いレパートリーで演奏します。ビッグバンドによる迫力ある生演奏をお楽しみください。



令和6年度のコンサートの様子

- 対象
- 60歳以上の区民
- とき
- 9月27日(土)午後2時～4時
- ところ
- 高輪区民センター
- 定員
- 200人(抽選)
- 費用
- 無料
- 申し込み
- 電話で、9月2日(火)までに、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
- 抽選結果は9月8日(月)以降に郵送でお知らせします。

問い合わせ  
高齢者支援課高齢者福祉係 ☎3578-2396

## 公衆浴場 高齢者無料開放デー

敬老の日は、65歳以上の区民が無料で利用できる「公衆浴場高齢者無料開放デー」です。

**対象** 65歳以上の区民 **とき** 9月15日(月・祝)  
**ところ**

| 浴場名                         | 電話番号      | 実施時間               |
|-----------------------------|-----------|--------------------|
| アクアガーデン三越湯<br>(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<br>(南麻布1-15-12) | 3453-1446 | 午後3時30分～<br>11時30分 |
| 南青山 清水湯<br>(南青山3-12-3)      | 3401-4404 | 正午～午前0時            |
| ふれあいの湯<br>(芝2-2-18)         | 5442-2639 | 午後3時～11時           |

※麻布黒美水温泉 竹の湯とふれあいの湯は、9月16日(火)は振替休業です。

### 申し込み

当日直接会場へ。65歳以上の区民であることが分かるものを持参の上、各浴場フロントで確認を受けてください。



**問い合わせ** 保健福祉課地域福祉支援係 ☎3578-2381



## ー9月は認知症月間ですー 認知症普及啓発講演会 ユマニチュード® あなたは大切な存在と伝える コミュニケーション技法

ユマニチュードとは、ケアをする人とケアを受ける人とが良い関係を築くことを目的とした、コミュニケーションの技法です。

**対象** 区内在住・在勤・在学者  
**とき** 9月30日(火)午後2時～3時30分  
**ところ** リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)  
**定員** 100人(申込順)  
**費用** 無料  
**申し込み** 電話で、8月5日(火)～9月28日(日)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。  
※保育あり(4カ月～就学前、3人。9月23日(火)までにお申し出ください。)

☎5472-3710

申し込みフォームからも  
申し込みます。



◀申し込みフォーム

**問い合わせ**  
高齢者支援課高齢者相談支援係 ☎3578-2316

## いきいきミュージアム巡り

北里柴三郎記念博物館



新千円札の肖像となった北里柴三郎博士の人生と、2015年にノーベル生理学・医学賞を受賞した大村智特別荣誉教授等、北里の偉人たちをご紹介します。北里柴三郎記念博物館で、命を守る医療の歴史にふれてみませんか。



**問い合わせ** 南麻布いきいきプラザ ☎5232-9671

### 北里柴三郎記念博物館 特別展「新所蔵資料展」

**対象** 60歳以上の区民  
**とき** 9月16日(火)午後3時～4時頃  
**ところ** 北里柴三郎記念博物館(白金5-9-1)  
**定員** 20人(抽選)  
**費用** 無料  
**申し込み** 電話で、8月26日(火)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。  
抽選結果は9月3日(水)以降に郵送でお知らせします。

担当課 高齢者支援課高齢者福祉係

## ラクっちゃ秋の防災イベント

講座等を通じて、誰でもできる身近な防災を学びます。



**対象** どなたでも  
**とき** 9月15日(月・祝)午前10時～午後3時  
**ところ** 介護予防総合センター(みなとパーク芝浦2階)

**内容・定員** 表2のとおり  
※併せて、9月12日(金)～30日(火)に、防災グッズの展示を実施します。協力:(公社)東京都中小企業振興公社  
**申し込み** 電話または直接、介護予防総合センターへ。

表2

| とき                                | 内容                                                   |                                                                                      | 定員            |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| 午前10時～11時30分                      | 消防隊による応急救護訓練                                         | AEDの使い方や水消火器で消火方法を学びます。<br>協力:芝消防署                                                   | 40人<br>(申込順)  |
| 午前10時～午後3時                        | 被災地におけるリハビリ活動                                        | (1)災害時の避難所簡易ベッド(段ボールベッド)の体験<br>(2)災害時の運動不足による下肢静脈血栓症予防方法の体験<br>協力:(公社)東京都理学療法士協会港区支部 | 随時<br>受け付け    |
| (1)正午～午後0時30分<br>(2)午後0時45分～1時15分 | 「災害用伝言ダイヤル171」体験会                                    | 自分のスマホ等を利用した、災害用伝言ダイヤル171による、安否情報の録音と再生の体験<br>協力:(公財)日本公衆電話会 東京支部                    | 各20人<br>(申込順) |
| 午後1時30分～3時                        | 「命を守る防災講座」<br>～自分の命は自分で守る・愛する人を守りたいなら、自分自身が死んではいけない～ | 三十余年、災害現場で活動された講師と命の大切さ、災害の備えを学びます。グループに分かれて一緒に考えてみませんか。<br>講師:小金澤 照昌氏(防災アドバイザー)     | 80人<br>(申込順)  |

**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





高齢者関連情報

9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** 1人で会場まで通うことができ、期間中継続して参加できる60歳以上の区民
- とき・定員** 表1のとおり(抽選)
- ところ** 介護予防総合センター
- 費用** 無料
- 申し込み** 電話または直接、8月10日(日)までに、介護予防総合センターへ。

表1 一般介護予防事業・各種教室一覧

| 区分       | 内容             | 定員(人) | 実施曜日(毎週)・時間           | 開始日   | 終了日    |
|----------|----------------|-------|-----------------------|-------|--------|
| 一般介護予防事業 | やわらかボール体操教室 ※1 | 20    | 月曜 午後3時30分～4時30分      | 9月1日  | 11月17日 |
|          | 男性のための料理教室 ※2  | 12    | 月曜 午前10時～正午           | 9月1日  | 12月8日  |
|          | マシントレーニング入門 ※1 | 6     | 水・土曜 午前11時30分～午後0時30分 | 9月3日  | 10月29日 |
| 各種教室     | ハーマナイズ体想       | 22    | 水曜 午後7時～8時            | 9月3日  | 11月19日 |
|          | はじめての英会話 ※3    | 12    | 木曜 午後3時30分～4時30分      | 9月4日  | 11月20日 |
|          | 認知症予防(パソコン編)   | 15    | 木曜 午後2時～3時            | 9月4日  | 11月20日 |
|          | ラクっちゃ男塾 ※2     | 15    | 土曜 午前11時30分～午後0時30分   | 9月6日  | 12月6日  |
|          | スマートフォン簡単使い方講座 | 15    | 日曜 午前11時30分～午後0時30分   | 9月7日  | 11月30日 |
|          | 颯爽ラクっちゃ体操      | 22    | 土曜 午後2時～3時            | 9月13日 | 12月13日 |
|          |                |       |                       |       |        |

- ※1 65歳以上の人が対象です。
- ※2 男性のみ参加可能です。
- ※3 事業に参加したことがなく、初めての人が対象です。

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



男性のための料理教室



令和7年度

健康トレーニング・ミニ健30・水中健康トレーニング

の参加者を募集します

- 対象** 1人で会場まで通うことができ、継続して参加できる60歳以上の区民

とき・内容

健康トレーニング

楽しく体を動かしながら筋力や柔軟性、バランス力の向上をめざします。

期間 10～3月(週1回・全20回・1回60分程度)

表2 プログラム一覧

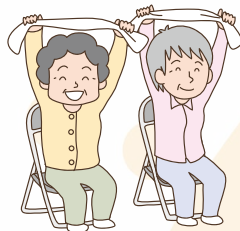
| 地区    | 芝                                              |                         |                                 |
|-------|------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------|
| 会場    | 三田いきいきプラザ<br>☎3452-9421<br>一部日程は芝公園区民協働スペースで実施 | 神明いきいきプラザ<br>☎3436-2500 | 虎ノ門いきいきプラザ(とらトピア)<br>☎3539-2941 |
| ミニ健30 | 6コース                                           | 6コース                    | 6コース                            |
| 健トレ   | 5コース                                           | 6コース                    | 7コース                            |

| 地区    | 麻布                       |                          |                         |                          |                         |                                                |
|-------|--------------------------|--------------------------|-------------------------|--------------------------|-------------------------|------------------------------------------------|
| 会場    | 南麻布いきいきプラザ<br>☎5232-9671 | ありすいきいきプラザ<br>☎3444-3656 | 麻布いきいきプラザ<br>☎3408-7888 | 西麻布いきいきプラザ<br>☎3486-9166 | 飯倉いきいきプラザ<br>☎3583-6366 | 麻布区民協働スペース<br>※ありすいきいきプラザ(☎3444-3656)にご連絡ください。 |
| ミニ健30 | 4コース                     | 4コース                     | 2コース                    | 3コース                     | 4コース                    | 2コース                                           |
| 健トレ   | 4コース                     | 7コース                     | 2コース                    | 5コース                     | 3コース                    | —                                              |

| 地区    | 赤坂                      |                         |                         |                               |                                            |
|-------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------|
| 会場    | 赤坂いきいきプラザ<br>☎3583-1207 | 青山いきいきプラザ<br>☎3403-2011 | 青南いきいきプラザ<br>☎3423-4920 | 健康増進センター(ヘルシーナ)<br>☎5413-2717 | 赤坂学園赤坂中学校<br>☎3452-4151<br>(受け付けはスポーツセンター) |
| ミニ健30 | 6コース                    | 6コース                    | 6コース                    | —                             | —                                          |
| 健トレ   | 1コース                    | 3コース                    | 1コース                    | 1コース                          | —                                          |
| 水中健トレ | —                       | —                       | —                       | —                             | 1コース                                       |

| 地区    | 高輪                      |                         |                         |                                      |                         |
|-------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|-------------------------|
| 会場    | 豊岡いきいきプラザ<br>☎3453-1591 | 高輪いきいきプラザ<br>☎3449-1643 | 白金いきいきプラザ<br>☎3441-3680 | 白金台いきいきプラザ<br>ゆかしの杜で実施<br>☎3440-4627 | 神応いきいきプラザ<br>☎5422-8848 |
| ミニ健30 | 4コース                    | 4コース                    | 4コース                    | 2コース                                 | 2コース                    |
| 健トレ   | 1コース                    | 4コース                    | 1コース                    | 2コース                                 | 2コース                    |

| 地区    | 芝浦港南                           |                                 |                                       |                               |
|-------|--------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|
| 会場    | 港南いきいきプラザ(ゆとりーむ)<br>☎3450-9915 | 介護予防総合センター(ラクっちゃ)<br>☎3456-4157 | 芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ(あいぷら)<br>☎5443-7338 | 台場高齢者在宅サービスセンター<br>☎5531-0520 |
| ミニ健30 | 4コース                           | 2コース                            | 5コース                                  | 1コース                          |
| 健トレ   | 5コース                           | 9コース                            | —                                     | 2コース                          |
| 水中健トレ | 1コース                           | —                               | —                                     | —                             |



介護予防事業

問い合わせ 各会場 ☎表2参照

担当課 高齢者支援課介護予防推進係

港区広報番組をご覧ください  
8月1日更新「みなとNEWS(5分番組)」

内容 あっぴい高輪・あっぴいパーク高輪  
放送期間 8月1日(金)～31日(日)  
港区、YouTube、ちいばす・お台場レインボーバス車内、J:COMチャンネル港・新宿(11ch)でご覧いただけます。



## 高齢者関連情報

### 青山スクウェアグループホームの 入居者を募集します

10月に民設民営の認知症グループホーム「青山スクウェアグループホーム」が開設予定です。

#### 施設概要

**所在地** 南青山1-18-8

**設置・運営** (社福)平成会

**定員** 27人(全室個室)

**利用料金(月額)** 13万6000円

(内訳:専用居室料6万3000円、食材費:4万5000円、  
光熱水費1万6000円、建物維持管理費1万2000円)

※別途、介護保険の自己負担分、日常生活費およびベッド等の  
レンタル費用がかかります。



青山スクウェア完成予想図  
(グループホームは3階)

#### 対象

次の全ての要件を満たす人

- (1) 区民
- (2) 要支援2または要介護1〜5で、  
認知症と診断されている
- (3) 共同生活に支障がない
- (4) 自宅での介護が困難
- (5) 利用料の負担が可能で、保証  
人を立てられる



青山スクウェア案内図

**申し込み** 随時、施設へお申し込みください。

#### 問い合わせ

青山スクウェアグループホーム

(受付時間:月〜土曜午前10時〜午後4時) ☎3796-0088

## 障害者関連情報

### 区の情報をより便利に 音声で聴けるようになりました

「耳で聴くWeb」ポータルサイトに区の特設サイトを開設

Uni-Voice事業企画(株)が提供する視覚障害者向け情報サイト「耳で聴くWeb」ポータルサイトに区の特設サイトを開設しました。

広報みなど等の地域情報誌を音声で聴けるようになり、必要な情報が探しやすくなりました。



特設サイト  
(イメージ図)

#### 特設サイトの特徴

- 目が不自由な人にとって必要な情報が分かりやすく整理され、読み上げられます。
- 広報みなどの発行日にはアプリ利用者にプッシュ通知を行い、聴き逃しを防ぎます。

#### 利用方法

特設サイトまたは専用アプリで利用してください。

#### 特設サイト



#### 専用アプリ(Uni-Voice Blind)



App Store



Google Play

Uni-Voice Blindアプリで現在地やその周辺の災害リスク、最寄りの避難所の情報等を音声で案内する「耳で聴くハザードマップ」も提供しています。



耳で聴く  
ハザードマップ

#### 問い合わせ

〇区の特設サイトについて

区長室政策プロモーション担当

☎3578-2359

〇耳で聴くハザードマップについて

防災課地域防災支援係

☎3578-2516

## みなとにほんご友だちの会

### 外国人と「やさしい日本語」で交流しませんか

誰にでも分かりやすく表現された日本語「やさしい日本語」を使って外国人と交流するために、多文化共生や相互理解のためのコミュニケーション等を学ぶ「日本語交流講座」を開催します。

受講後は、区が主催する、外国人と1対1の会話パートナーとなって「やさしい日本語」で交流する活動や日本語サロン、地域の日本

語教室等で外国人をサポートする活動に参加できます。外国人が地域に参画するきっかけ作りをしてみませんか。

活動に参加するためには、「日本語交流講座」を受講する必要があります。講座の概要や申し込み方法について詳しくは、説明会でご案内します。必ず説明会(いずれか1回)にご参加ください。

#### 説明会

**とき** 9月6日(土) 午前10時〜11時30分

9月9日(火) 午後7時〜8時30分

9月20日(土) 午後2時〜3時30分

**ところ** オンラインツール(Zoom)

**定員** 各50人(申込順)

**申し込み** 申し込みフォームから、希望日を選択し、お申し込みください。後日、(財)港区国際交流協会から、説明会参加用のURLをメールでお送りします。



申し込みフォーム

#### 日本語交流講座

**対象** 講座受講後に、区内で外国人と「やさしい日本語」を使った交流や、外国人の日本語学習を支援する活動に参加できる人

**とき** 表のとおり

**ところ** 港区国際交流協会(北青山1-6-3都営北青山一丁目アパート3号棟地下1階)

**定員** 50人(抽選)

#### 表

| 日にち       | 時間      | テーマ                  |
|-----------|---------|----------------------|
| 10月18日(土) | 午後1時〜4時 | 「文化」と「共生」を考える        |
| 10月25日(土) |         | 相互理解のためのコミュニケーション    |
| 11月1日(土)  |         | 交流活動の現場から            |
| 11月8日(土)  |         | 「地域日本語教室」の活動/講座の振り返り |

**問い合わせ** 地域振興課国際化推進係 ☎3578-2565



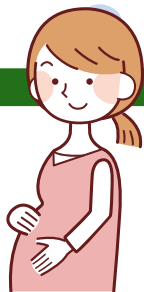
## 子育て関連情報

## 産前産後の母子ケア事業を紹介します

## みなとプレママ応援事業

全ての妊婦を対象に助産師が面談を行い、育児パッケージをプレゼントしています。みなと母子(親子)手帳アプリから予約してください。

ところ みなと保健所



## 産後母子ケア宿泊型ショートステイ事業

産後、安心して子育てすることができるよう、お母さんと生後4カ月未満の乳児が医療機関に宿泊して母子のケアを受けることができます。区の助成対象は7日以内です。

詳しくは、港区HPをご覧ください。

## 実施施設

東京都済生会中央病院、愛育病院等、全8施設  
※施設ごとに利用対象者や利用者負担金が異なります。



港区HP



## 産後母子ケアデイサービス・乳房ケア事業(外来型・訪問型)

「乳房トラブルに困っている」等でお悩みのお母さんが、産後安心して子育てすることができるよう、お母さんと1歳未満のお子さんが、デイサービス・乳房ケアを受けることができます。区の助成対象は、デイサービス6回と乳房ケア6回(外来と訪問それぞれ選択可能)です。

詳しくは、港区HPをご覧ください。



港区HP

## 産後デイケア(サロン)事業

生後1~4カ月児を対象とした保護者の交流の集いです。日時等は港区HPをご覧ください。

- Helloママサロン
- うさちゃんくらぶ
- のんびりサロン



## 助産師による相談窓口(電話・面接) ☎3455-4431

妊娠中や産後の体調、育児全般について、助産師が相談に応じます。まずは、お電話ください。

とき 年末年始、祝日を除く月~金曜  
午前9時~午後5時

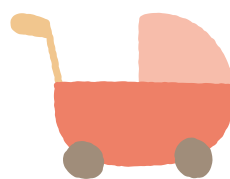


## みなと母子(親子)手帳アプリ

みなとプレママ応援事業の予約、健診や予防接種情報の確認等にご活用ください。



みなと母子(親子)手帳アプリ



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

## 第1子保育料等を無償化します



0~2歳児クラスの第1子にかかる認可保育園等の保育料を令和7年9月分から無料とします。

対象 0~2歳児クラスの第1子

## 無償化の内容

認可保育園等

基本保育料

認証保育所※要申請

月220時間(短時間認定の場合は月160時間)までの月ぎめ契約の基本保育料

認可外保育施設※要申請

10万円または認可外保育施設保育料のいずれか低い額

その他

みなと保育サポート(定期利用保育)、みなとこども誰でも通園事業(伊皿子坂保育園および南麻布みなとこども誰でも通園ルーム)、私立幼稚園で実施している未就園児の定期的な預かり事業および障害児通所支援事業所の利用料(利用者負担額)も無料とします。



## 問い合わせ

○保育料について 保育課保育支援係 ☎3578-2441  
○みなと保育サポートについて  
子ども家庭支援センター子ども家庭サービス係 ☎5962-7201  
○みなとこども誰でも通園事業について  
子ども政策課子ども政策推進係 ☎3578-2680  
○私立幼稚園での未就園児の定期的な預かり事業について  
教育長室教育総務係 ☎3578-2712  
○障害児通所支援事業について  
障害者福祉課障害者事業所支援係 ☎3578-2667

## 東京都保活ワンストップサービスを導入しています



保活ワンストップサービスとは、保育園探しから見学予約・入園申請といった保活に関する手続きを、オンラインかつワンストップで実現することで、保護者の負担軽減をめざすプロジェクトです。



対象 保育園に入園希望の人

申し込み 民間サイトの「hoicil」または「えんさがそっ」HPもしくは東京都保活ワンストップポータルサイトからお申し込みください。



hoicil



えんさがそっ



東京都保活ワンストップポータルサイト

問い合わせ 保育課保育支援係 ☎3578-2445



みんなと結ぶ「へいわ」~港区平和都市宣言40周年~



## 港区子ども・おとな・地域 みなトーク事業 懇談会参加者募集中



子どもや子育て中の人、地域の大人たちが対話でつながり、世代を超えて子育てを応援し合える地域づくりをめざす取り組みです。子どもから大人までが集まり、子育てや地域のつながりについて意見を出し合い、みんなで「子育てしやすい港区の未来」について考える懇談会にしていきます。

- 対象** 区内在住・在学者、港区で子育てを支援している人
- とき** 9月6日(土)午後2時～4時
- ところ** 子ども家庭総合支援センター(ミナトイク)
- 内容** 【行きたくなる つながりたくなる 話したくなる港区 ―港区の情報発信・情報共有―】

まずはアイスブレイクタイム!ちょっとしたゲームや自己紹介で、初めて会う人とも、すぐに打ち解けられます。そのあとは、港区のことや子育てや地域のこと、皆さんが感じている「こんなこと話したい!」を、世代や立場を超えて、自由に語り合いたいよう。きっと、新しい気づきや出会いがあるはずです。

詳細は、港区HPをご覧ください。

- 定員** 40人程度(抽選)※保育あり(4カ月～就学前、3人程度。申込時にお申し出ください)

- 申し込み** 申し込みフォームから、8月22日(金)までに、お申し込みください。



港区HP



申し込みフォーム▶

**問い合わせ** 子ども家庭支援センター地域連携担当 ☎5962-7211

## 港区子育て支援員研修 を受講しませんか

港区子育て支援員研修の修了者は、区内の「一時預かり事業」や「派遣型一時保育事業」、「育児サポート子むすび事業」等の支援者として、活動(有償)ができます。

- 対象** 原則、区内在住・在勤・在学で、修了後、区内で地域の活動ができる18歳以上の人
- とき** 10月3日(金)～12月12日(金) 全24回  
※対面とオンラインで実施します。
- 費用** 無料  
※テキスト代・救命講習費等は実費負担です。
- 定員** 40人(申込順)
- 申し込み** あい・ぽーとHPから、9月8日(月)までに、お申し込みください。



追加研修を受けると港区ファミリーアテンダント事業(伴走型支援)等の支援者として、活動(有償)ができます!



「あい・ぽーと」HP



**問い合わせ**

子育てひろば「あい・ぽーと」  
(受付時間:月～金曜午前10時～午後5時)  
☎5786-3250

## 環境について 学べる

## エコプラザのイベントや講座に参加してみませんか

エコプラザは、区民の皆さんが環境について学べる施設です。環境問題について、楽しく学べる講座を開催しています。

### エコにひもづく衣食住―食べもの編(映画上映&アフタートーク)

- 対象** 16歳以上の区内在住・在勤・在学者
- とき** 9月18日(木)午後1時30分～3時30分
- 定員** 20人(抽選)
- 参加費** 無料
- 申し込み開始** 8月7日(木)午前10時

### 大人の紙すきワークショップ～伝統和紙とコースター作り～

- 対象** 中学生以上どなたでも
- とき** 9月27日(土)午前10時～午後3時※昼休憩あり
- 定員** 12人(申込順)
- 参加費** 1500円
- 申し込み開始** 8月23日(土)午前10時

### マコモのフシギPart 1～自然・人・暮らし～

- 対象** 小学3年生以上どなたでも
- とき** 9月15日(月・祝)午前10時30分～正午
- 定員** 20人(申込順)
- 参加費** 無料
- 申し込み開始** 8月11日(月・祝)午前10時

### マコモのフシギPart 2～縄文人の助け合い文化をマコモから学ぶ～

- 対象** 小学3年生以上どなたでも
- とき** 9月30日(火)午後6時30分～7時30分
- 定員** 30人(申込順)
- 参加費** 無料
- 申し込み開始** 8月26日(火)午前10時

各講座共通

- 申し込み** 電話または申し込みフォームからお申し込みください。



◀エコプラザHP

**問い合わせ**

エコプラザ ☎5404-7764

## 大型台風上陸時等には、資源回収・ごみ収集が 変更・中止となることがあります



区民生活のライフラインである清掃事業をできる限り継続するとともに、ごみを出す区民の皆さんの安全確保の観点から、大型台風上陸時等の荒天時には、全ての資源回収・ごみ収集を中止または収集時間の前倒し・後ろ倒しをする可能性があります。

**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

### 変更・中止の確認方法

変更・中止の判断は、①台風上陸3～4日前、②台風上陸前日の午前中の2段階に分けて実施します。港区HPや防災情報メール、港区公式LINEアカウント等でお知らせしますので、ご確認ください。



# おしらせボード

凡例

- 対

対象
- 内

内容
- 申

申し込み
- 時

とき
- 選

選考方法
- 問

問い合わせ
- 所

ところ
- 人

定員・募集人員
- 担

担当課
- ※

費用の表記がないものは、全て無料です。
- HP

ホームページ

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

### ■新橋・愛宕地区ポッチャ大会

対 新橋・愛宕地区の町会・自治会  
および企業または区内の団体等(任意団体も可)  
時 11月5日(水)午後1時30分～4時30分頃  
所 生涯学習センター  
人 16チーム(1チーム3人・補欠選手の登録も可、抽選)  
申 ファックスまたはメールで、チーム名・所属団体名・代表者名・連絡先・チーム全員の氏名を明記の上、9月30日(火)までに、愛宕一之部連合町会事務局へ。  
☎5422-1202 FAX5422-1203  
メール: uchida.satoru@shimbasshi-jimoto.org  
担 芝地区総合支所協働推進課協働推進係

### ■麻布地区「ちょこっと立ち寄りカフェ」で活動するボランティア養成講座

対 区内在住・在勤・在学者  
時 8月20日(水)・28日(木)いずれも午後1時30分～4時  
所 麻布地区総合支所  
人 20人(申込順)  
申 電話・ファックスまたはメールで、住所・氏名・電話番号を明記の

上、8月18日(月)までに、(特)介護者高齢者支援・けあポートへ。  
☎5860-2270 FAX5860-2271  
メール: info@careport-npo.net  
担 麻布地区総合支所区民課保健福祉係  
☎5114-8822

### ■ヴァイオリン・ホルン・オカリナとピアノのコンサート～動物たちと世界を巡る旅～

対 小学生以上の区民  
時 8月31日(日)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)  
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

### ■消費者講座(入門講座前編)

対 区内在住・在勤・在学者  
時・内 いずれも午後1時30分～3時30分

| 回 | とき       | 内容                             |
|---|----------|--------------------------------|
| 1 | 8月20日(水) | 消費者力って、何?～快適に消費生活を送る秘訣～        |
| 2 | 8月27日(水) | 安全な食品はどこを見ればわかるの?～大切な食品の成分と表示～ |
| 3 | 9月3日(水)  | クーリングオフができない!?～トラブルの回避と対応方法～   |
| 4 | 9月10日(水) | 映像で見る製品事故!?～正しい製品の使い方とくらしの安全～  |

所 消費者センター(みなとパーク芝

浦2階)  
人 30人(申込順)  
申 電話で、8月15日(金)までに、消費者センターへ。申し込みフォームからも申し込めます。※保育あり(1歳～就学前、4人。8月13日(水)までにお申し出ください)※手話通訳を希望する人は、ファックスで消費者センターへ。

申し込みフォーム▶



担 消費者センター  
☎3456-4159 FAX3453-0458

### ■第2回港区ロビーコンサート

対 どなたでも  
時 8月21日(木)午後0時10分～0時40分  
所 区役所1階ロビー  
申 当日直接会場へ。  
担 地域振興課文化芸術振興係  
☎3578-2523

### ■はじめての災害ボランティア(基礎講座)

対 災害支援に関心がある区内在住・在勤・在学者※親子参加歓迎  
時 8月31日(日)午前10時～正午  
所 (1)麻布地区総合支所(2)オンラインツール(Zoom)  
人 25人(申込順)  
申 電話・ファックスまたは申し込みフォームから、氏名・連絡先・受講方法((1)または(2)、(2)の場合はメールアドレス)を明記の上、8月25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(みなとボランティアセンター)へ。  
☎6230-0284 FAX6230-0285

申し込みフォーム▶



### ■スマホ・タブレットマイスター養成講座

対 全講座に参加し、スマホの使い方を教えるボランティアができる区内在住・在勤・在学者  
時 9月16・30日、10月7日(火・全3回)いずれも午後2時～4時  
所 芝区民協働スペース  
人 10人(抽選)  
申 申し込みフォームから、8月26日(火)までに、お申し込みください。

申し込みフォーム▶



抽選結果は、8月29日(金)までにメールでお知らせします。  
担 (社福)港区社会福祉協議会地域福祉係  
☎6230-0281 FAX6230-0285

### ■区民公開講座「介護保険の利用術～介護保険サービスを上手に利用するために～」

対 テーマに関心のある人  
時 9月3日(水)午後2時～4時  
所 新橋区民協働スペース  
人 40人程度(申込順)  
申 電話で、8月1日～28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。※手話通訳・保育あり(4カ月～就学前、2人。8月14日(木)までにお申し出ください)  
☎5472-3710  
担 保健福祉課保健福祉総合調整係

### ■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6日(土)午前10時30分～午後0時15分  
所 (1)介護予防総合センター(2)オンラインツール(Zoom)  
人 (1)72人(2)50人(いずれも申込順)  
申 (1)電話または直接、9月5日(金)までに、介護予防総合センターへ。

## 夜間・休日診療

港区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。

|                                 |                   |                            |                          |
|---------------------------------|-------------------|----------------------------|--------------------------|
| 8月3日(日)                         | かただ小児科クリニック(小)    | 高輪2-5-14 エルメゾン高輪1階         | ☎5475-3260               |
|                                 | 虎の門病院(内)          | 虎ノ門2-2-2                   | ☎3588-1111               |
|                                 | 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               |
|                                 | 野村歯科医院(歯)         | 六本木6-8-29 六本木シローマンション1階    | ☎3478-8241               |
|                                 | ★中村クリニック(内)       | 六本木4-5-3                   | ☎3401-8003               |
| 8月10日(日)                        | もとやまクリニック(内※1歳以上) | 白金1-8-9                    | ☎3473-2866               |
|                                 | 古川橋病院(内)          | 南麻布2-10-21                 | ☎3453-5011               |
|                                 | 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               |
|                                 | 新青山ビルユー歯科(歯)      | 南青山1-1-1 新青山ビル西館3階         | ☎3475-1841               |
|                                 | ★岡部医院(内)          | 西麻布2-24-12                 | ☎3407-0076               |
| 8月11日(月祝)                       | 新橋青木クリニック(内)      | 新橋3-23-4 青木ビル              | ☎3432-0381               |
|                                 | 国際医療福祉大学三田病院(内・外) | 三田1-4-3                    | ☎3451-8121               |
|                                 | 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               |
|                                 | 新橋烏森通り歯科(歯)       | 西新橋2-6-3 越後屋ビル1階           | ☎3501-8241               |
|                                 | ★鈴木医院(内)          | 白金台4-12-11                 | ☎3441-6668               |
| 休日お口の電話相談室<br>(「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<br>(休日のみ) |

|                |                     |                                                                |                                    |                                                                |
|----------------|---------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 小児<br>初期<br>救急 | みなと<br>子ども<br>救急診療室 | 月～金曜:午後7時～10時<br>土 曜 :午後5時～10時<br>※祝日、年末年始を除く<br>※受付は午後9時30分まで | 中学生まで<br>(おおむね15歳未満の小児)の<br>軽症患者対象 | 芝浦1-16-10<br>(社福)恩賜財団母子愛育会 総合<br>母子保健センター 愛育病院1階<br>☎6453-7302 |
|----------------|---------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|

電話がかかりにくい場合は、下記の診療案内へ

|          |                                                                              |                  |
|----------|------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 診療<br>案内 | 東京消防庁救急相談センター 「#7119」(プッシュ回線の固定電話、携帯電話)<br>(毎日24時間) ☎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<br>「ひまわり」(毎日24時間)<br>☎5272-0303                                | 医療情報ネット<br>(ナビイ) |

|          |              |                                                                |                                                       |
|----------|--------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| 電話<br>相談 | 小児救急<br>電話相談 | 月～金曜<br>(祝日、年末年始を除く)<br>午後6時～翌朝8時<br>土・日曜、祝日、年末年始<br>午前8時～翌朝8時 | 「#8000」(プッシュ回線の固定電話、携帯電話)<br>☎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 |           |            |            |
| 8月3日(日)                                                       | 西麻布薬局     | 南青山7-14-5  | ☎6427-7901 |
| 8月10日(日)                                                      | シミズファーマシー | 西麻布4-18-16 | ☎3407-0794 |
| 8月11日(月・祝)                                                    | シミズファーマシー | 西麻布4-18-16 | ☎3407-0794 |

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

区役所・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。



(2)介護予防総合センターから、8月29日(金)までに、お申し込みください。 ☎3456-4157



介護予防コネクター養成講座

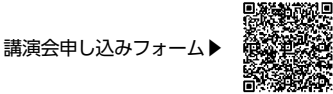
元気に長生きするための情報を学び、近所の口コミ役として活動します。  
対 高校生以上の区民  
時 (1)認知症講座:9月3日(水)午後6時～7時 (2)運動講座:9月18日(木)午後2時～3時  
所 介護予防総合センター  
人 各10人程度(申込順)※複数受講可  
申 電話または直接、介護予防総合センターへ。 ☎3456-4157

介護ロボット・ICT機器セミナー

対 区内の介護サービス事業所に勤務する人または関心のある人  
時 9月2日(火) (1)体験型部門:午後2時～5時 (2)セミナー部門:午後2時30分～4時30分頃  
所 産業振興センター ホール大  
内 (1)介護ソフト等のICT機器、介護ロボットの展示、ケアプランデータ連携システムの体験等(2)専門家による講演とパネルディスカッション  
申 当日直接会場へ。  
問 介護保険課介護事業者係 ☎3578-2882

高次脳機能障害理解促進事業講演会「突然、妻が倒れたら」家族はどう高次脳機能障害に伴走すべきか～ブラウン管から消えたキャスターが体験した苦難と喜び～

対 どなたでも  
時 9月6日(土)午後2時～4時40分  
所 障害保健福祉センター  
講師 松本 方哉氏(ジャーナリスト)※手話通訳あり  
人 60人程度(申込順)  
申 (1)電話で、8月1日～9月4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。 ☎5472-3710  
(2)ファックスまたはメールで、氏名・連絡先・所属先・職種を明記の上、9月4日(木)までに、障害保健福祉センターへ。 FAX5439-2514  
メール:minato-chi@yuai.or.jp  
申し込みフォームからも申し込みめます。※保育あり(4カ月～就学前2人。8月28日(木)までにお申し出ください)



講演会申し込みフォーム

あいはと・みなとまつり

模擬店やゲームコーナーを用意しています。  
対 どなたでも  
時 9月21日(日)午前11時～午後3時  
所 精神障害者支援センター  
申 当日直接会場へ。  
問 精神障害者支援センター ☎5424-1392 FAX5424-1391

障害児・者を支援している人への研修(全8回)第3回「同じ悩みを持つ親を支えたい～ペアレントメンター活動を通じて～」

対 仕事、家族、ボランティア等で障害児・者の支援に携わっている人またはテーマに関心のある区内在住・在勤・在学者  
時 8月29日(金)午後2時30分～4時  
所 障害保健福祉センター  
人 30人(申込順)  
申 電話・ファックスまたはメールで、障害保健福祉センターへ。自宅での介護または会場での一時保育(2人まで)が必要な人は、8月19日(火)正午までにご相談ください。 ☎5439-2511 FAX5439-2514  
メール:minato-chi@yuai.or.jp

からだ測定会

対 どなたでも  
時 8月28日(木)午前10時～午後3時  
所 みなと保健所8階大会議室  
内 体組成(インボディ)測定・食事バランスチェック・口腔機能測定・握力測定・血管年齢測定(正午～午後1時を除く)を実施。結果をもとに管理栄養士・保健師・歯科衛生士がアドバイスします。  
申 当日直接会場へ。  
問 健康推進課健康づくり係 ☎6400-0083

こころの健康相談(精神保健福祉相談)

こころの病気(アルコール依存症を含む)や認知症の早期発見・早期治療・対応の仕方等について、精神科医師が相談に応じます。  
対 区内在住・在勤者  
時 9月1日(月)・11日(木)・19日(金)・29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出ください) ☎6400-0084  
または各総合支所区民課保健福祉係へ。 ☎欄外参照

みんなの健康教室「予防と備え」

認知症の予防や、脳と体のストレッチについて、医師と看護師が講演します。  
対 どなたでも  
時 9月20日(土)午後2時～3時15分(午後1時30分開場)  
所 東京慈恵会医科大学附属病院外来棟1階カンファレンスルーム(西新橋3-19-18)  
人 50人(会場先着順)  
申 当日直接会場へ。  
問 東京慈恵会医科大学附属病院患者支援・医療連携センター ☎5400-1202

家族会

こころの病気がある人の家族の集まりです。交流を通じて家族同士で支え合い、学び合う場です。  
対 こころの病気がある区民の家族  
時 9月3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。希望する人は、8月27日(水)までにお申し出ください) ☎6400-0084

オンライン熱中症対策講座

受講後のアンケートに回答いただいた人に、熱中症対策グッズを差し上げます。  
対 区内在住・在勤・在学者  
時 8月18日(月)午後2時～3時  
所 オンラインツール(Zoom)  
人 50人(申込順)  
申 申し込みフォームから、8月8日(金)までに、お申し込みください。



申し込みフォーム

問 環境課環境政策係 ☎3578-2487

「家具のリサイクル展」臨時日曜開館

対 どなたでも  
時 8月10日(日)午前9時30分～午後4時30分  
所 港資源化センター※駐車場・駐輪場はありません。



家具のリサイクル展

問 ○アクセス等について  
家具のリサイクル展事務室 ☎3472-8186

○事業について  
みなとリサイクル清掃事務所ごみ減量・資源化推進係 ☎3450-8025

港ユネスコチャリティコンサート

対 区内在住・在勤・在学者  
時 9月23日(火・祝)午後2時～4時30分(午後1時30分開場)  
所 リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)  
内 第一部:朗読と音楽「オズの魔法使い」、第二部:スペシャルライブ  
人 150人(申込順)  
申 港ユネスコ協会からの申し込みフォームから、8月31日(日)までに、お申し込みください。



港ユネスコ協会

問 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  
生涯学習スポーツ振興課生涯学習係

みなと科学館プラネタリウム区民無料デー

対 区内在住者※住所が分かるものをお持ちください。  
時 8月11日(月・祝)  
所 みなと科学館  
人 全6回投影、各回121人



みなと科学館

問 みなと科学館 ☎6381-5041

「本好きの下剋上」複製原画巡回展示

区立図書館5館で「本好きの下剋上」第一部～第五部の複製原画巡回展示を行います。

対 どなたでも  
時・所

|     | とき                  | ところ     |
|-----|---------------------|---------|
| 第一部 | 9月17日(水)まで          | 高輪図書館分室 |
| 第二部 | 9月15日(月)まで          | 麻布図書館   |
| 第三部 | 9月19日(金)～10月15日(水)  | みなと図書館  |
| 第四部 | 10月17日(金)～11月19日(水) | 三田図書館   |
| 第五部 | 11月21日(金)～12月17日(水) | 高輪図書館   |



港区立図書館

問 図書文化財課図書館係 ☎6435-3011



高齢者

見て！触れて！描く！浮世絵講座

対 おおむね50歳以上の区民  
時 (1)8月31日・9月7日(日・全2回)午前10時～11時30分(2)9月3・10日(水・全2回)午後1時30分～3時  
所 (1)三田いきいきプラザ(2)神明いきいきプラザ  
人 各15人(抽選)  
申 電話または直接、8月22日(金)までに、各いきいきプラザへ。当選者のみ、8月23日(土)以降に電話で連絡します。 (1)☎3452-9421 (2)☎3436-2500

暮らしに役立つスマホ講座

対 60歳以上の区民  
時 9月5日～26日(毎週金曜・全4回)午前10時～11時30分  
所 虎ノ門いきいきプラザ  
人 10人(抽選)  
申 電話または直接、8月21日(木)までに、虎ノ門いきいきプラザへ。当選者のみ、8月22日(金)以降に電話で連絡します。 ☎3539-2941

暮らしに役立つパソコン教室

対 50歳以上の区民  
時 9月6日～10月25日(毎週土曜・全8回)午前10時～11時30分  
所 飯倉いきいきプラザ  
人 10人(60歳以上の新規の人優先で抽選)  
費用 2000円(テキスト代)  
申 電話または直接、8月10日(日)までに、飯倉いきいきプラザへ。 ☎3583-6366

足の測定会～足裏から健康状態を簡単、正確に測定分析できます～

対 60歳以上の区民  
時 (1)8月11・12日(月・祝、火)(2)8月27日(水)(3)9月3・18日(水・木)  
所 (1)高輪いきいきプラザ(2)神応いきいきプラザ(3)白金台いきいきプラザ



9ページからつづく

各20人(1)申込順(2)(3)抽選)  
電話または直接、各いきいきプラザへ。  
(1) ☎3449-1643  
(2) ☎5422-8848  
(3) ☎3440-4627

専門職による介護予防シリーズ  
～①水分補給の大切さ②正しい姿勢が痛みの改善につながる～

60歳以上の区民  
9月4日(木)午後1時～2時30分  
神応いきいきプラザ  
25人(抽選)  
電話または直接、8月25日(月)までに、神応いきいきプラザへ。当選者のみ、8月27日(水)以降に電話で連絡します。 ☎5422-8848

健康入浴推進事業

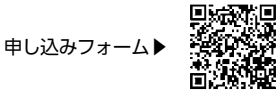
おおむね60歳以上の区民  
時・所

| 浴場名                            | 電話番号      | 実施日時                        |
|--------------------------------|-----------|-----------------------------|
| 麻布黒美水温泉<br>竹の湯<br>(南麻布1-15-12) | 3453-1446 | 8月14日(木)<br>午後2時20分～3時20分   |
| ふれあいの湯<br>(芝2-2-18)            | 5442-2639 | 8月15日(金)<br>午後1時50分～2時50分   |
| アクアガーデン<br>三越湯<br>(白金5-12-16)  | 3441-9576 | 8月20日(水)<br>午後2時20分～3時20分   |
| 南青山 清水湯<br>(南青山3-12-3)         | 3401-4404 | 8月25日(月)<br>午前10時45分～11時45分 |

夏に脳梗塞が多いのはなぜ?～一過性脳溢血発作も見逃さないようにしよう～(看護師による講義)、恒例のお風呂屋さんコンサート開演!(ヴァイオリニストによる公演)  
各15人(申込順)  
電話または直接、実施日の前日までに、希望する銭湯へ。当日、区民であることが分かるものをお持ちください。  
保健福祉課地域福祉支援係 ☎3578-2381

朗読劇「二人の老女」

俳優による演劇をピアノの演奏とともに楽しみください。  
60歳以上の区内在住者  
10月3日(金)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)  
リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)  
150人(申込順)  
申し込みフォームから、9月5日(金)までに、お申し込みください。



港区老人クラブ連合会事務局(火・水・金曜午前10時～午後4時) ☎3452-3764  
保健福祉課地域福祉支援係

第36回フランス料理昼食会

70歳以上で独居の区内在住者(10月1日時点)  
10月17日(金)午前11時30分～午後1時30分  
介護予防総合センター  
46人(抽選)  
郵送で、「昼食会希望」・住所・氏

名(ふりがな)・生年月日・年齢・電話番号を明記した用紙と、自分の住所・氏名を明記した85円切手付きはがき(抽選結果通知用)を同封の上、8月29日(金・必着)までに、〒106-0032六本木5-16-45 (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) 昼食会担当へ。  
☎6230-0284 FAX6230-0285

はり・マッサージサービス

65歳以上の区民  
(1)8月26・27日(火・水)(2)9月2・3日(火・水)  
(1)港南いきいきプラザ(2)神明いきいきプラザ  
各60人(申込順)  
費用 1000円(利用料)  
電話で、8月10日(日)午後5時までに、各いきいきプラザへ。  
(1)3450-9915(2)3436-2500

みんなの倶楽部(住民主体型介護予防事業)秋コース

みんなの倶楽部は、区が養成した介護予防リーダーが企画・実施するさまざまなプログラムを楽しみながら、介護予防に取り組める講座です。  
65歳以上で要支援の認定を受けている人、基本チェックリストで生活機能の低下が見られた人(事業対象者)  
9月10日～11月26日(毎週水曜・全12回)午後2時～3時30分  
介護予防総合センター  
電話または直接、各高齢者相談センターへ。 ☎欄外参照

シニアが楽しむ♪夏野菜とそうめんのらくらく料理交流会～性別にとらわれず、つくって・話して・つながる～

60歳以上で、区内在住・在勤・在学またはテーマに関心のある人  
8月29日(金)午前10時30分～午後0時30分  
男女平等参画センター  
15人(申込順)  
電話・ファックスまたは直接、男女平等参画センターへ。男女平等参画センターHPからも申し込みます。  
☎3456-4149 FAX3456-1254



障害者のための「アロマテラピー講座」～秋のおやすみアロマ～

アロマの効能を学びながら、寝室にぴったりの芳香剤を作ります。  
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  
9月25日(木)午後1時45分～3時30分  
障害保健福祉センター  
10人程度(抽選)  
費用 300円(材料費)

視覚障害者のための「パソコン教室」

画面表示の工夫と音声ソフトを使ったパソコン操作を体験します。  
身体障害者手帳(視覚障害)1～6級を持つ18歳以上の区民  
10月1日～11月26日(毎週水曜・全9回)午前10時45分～午後0時15分  
障害保健福祉センター  
3人(抽選)

●の共通事項  
電話・ファックスまたはメールで、講座名・氏名・連絡先を、8月29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な人は、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

高次脳機能障害理解促進交流会

高次脳機能障害の診断を受けた人・家族・支援者等  
9月11日(木)、令和8年2月12日(木)午後2時～4時(午後1時45分開場)※出入り自由  
障害保健福祉センター  
レクリエーション・茶話会  
電話で、障害保健福祉センターへ。 ☎5439-2511



みなと芸術センター整備に向けたプレ事業「夏休み砂浜開放」

夏休み中、旧三田図書館3階のスペースが、自由に使える場所「みなと commons」としてオープンします。砂浜をイメージしたちょっと特別な場所で、新しい時間を楽しみませんか。  
小学生以上18歳以下のお子さん  
8月4日(月)～8日(金)、18日(月)～22日(金)、25日(月)～29日(金)午前10時～午後5時  
旧三田図書館(芝5-28-4)  
当日直接会場へ(先着入場制)。※初回に利用者登録が必要です。事前申し込みが必要な日替わりワークショップもあります。詳しくは、Kissポート財団HPをご覧ください。



みなと芸術センター開館準備室(受付時間:平日午前9時30分～午後5時) ☎6809-3631

児童精神科医による相談(こころの健康相談)

お子さんのこころの問題や行動面で悩んでいる保護者に対して児童精神科医が相談に応じます。  
区内在住・在勤者の小学生～18歳以下のお子さんとその保護者  
9月9日(火)※時間はお問い合わせください。  
みなと保健所  
電話で、健康推進課地域保健係

※保育あり(4カ月～就学前。9月2日(火)までにお申し出ください)  
☎6400-0084  
または各総合支所区民課保健福祉係へ。 ☎9面欄外参照

音楽であそぼう

親子で音楽を楽しめるイベントです。  
未就学児のお子さんとその保護者  
9月5日(金)午前10時30分～11時10分(午前10時10分開場)  
リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)  
200人程度(申込順)  
電話で、8月18日(月)～29日(金)に、各区立保育園(受付時間:平日午前9時～午後5時)へ。  
各区立保育園 ☎欄外参照

お知らせ

「児童扶養手当・特別児童扶養手当」の現況届の提出をお忘れなく

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している人は、年に1回、現況届の提出が必要です。児童扶養手当は11月分以降、特別児童扶養手当は8月分以降の手当を受給するためにこの届け出が必要となりますのでご注意ください。対象者には、7月下旬に「現況届のお知らせ」を郵送しています。  
子ども若者支援子ども給付係 ☎3578-2432  
各総合支所区民課保健福祉係 ☎9面欄外参照

港区スポーツセンタープールの利用再開

7月28日から利用を再開しました。  
港区スポーツセンター ☎3452-4151

政治家による「寄附の禁止」

夏祭りやお中元等で寄附が行われやすいことを考慮し、8月31日(日)までの期間を寄附禁止PR強化期間としています。政治家が選挙区内の人に、お金や物を贈ることは、法律(公職選挙法)で禁止されています。違反すると、処罰されます。また、有権者が寄附を求めることも禁止されています。寄附禁止のルールを守って、明るい選挙を実現しましょう。  
選挙管理委員会事務局 ☎3578-2765～9



贈らない・求めない・受け取らない

港区夜間いのちの相談ダイヤル

0570-033-202(午後5時～午後9時30分)

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。



## 変更・休止情報等

### 三田いきいきプラザ臨時休館および浴室利用休止

臨時休館：10月1日(水)～11月15日(土)、浴室利用休止：10月1日(水)～12月中旬  
三田いきいきプラザ ☎3452-9421

### ●「ちいばす」「お台場レインボーバス」のダイヤ変更

以下の期間、土休日ダイヤで運行します。  
8月12日(火)～15日(金)

### ●「ちいばす」のバス停一時休止

「麻布十番納涼まつり」および「六本木ヒルズ盆踊り」の開催に伴い、一時バス停を休止します。詳しくは港区HPをご覧ください。  
8月23・24日(土・日)  
田町・赤坂・麻布東・麻布西・青山ルート※当日の交通規制の状況により、時間帯が変更になる場合があります。



港区HP▶

#### ●の共通事項

〇ちいばすについて  
(株)フジエクスプレス ☎3455-2213  
〇お台場レインボーバスについて  
(株)kmモビリティサービス ☎6423-2805  
地域交通課地域交通係

### 港区立図書館休館

#### 時・所

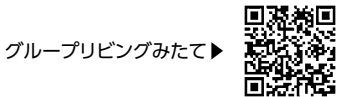
| ところ  | とき                                                        |
|------|-----------------------------------------------------------|
| 三田   | 9月2日(火)～6日(土)                                             |
| みなと  | 9月9日(火)～13日(土)                                            |
| 麻布   | 9月16日(火)～20日(土)                                           |
| 赤坂   | 9月23日(火)～27日(土)                                           |
| 高輪   | 9月29日(月)～10月3日(金)、10月13日(月)、11月10日(月)                     |
| 高輪分室 | 10月20日(月)～23日(木)                                          |
| 港南   | 10月7日(火)～11日(土)                                           |
| 台場   | 9月14日(日)、11月16日(日)、12月7日(日)、12月10日(水)～11日(木)、令和8年2月22日(日) |

各港区立図書館 ☎欄外参照

## 募 集

### グループリビングみたて入所者

見守りつき住宅です。要介護の状況でも、必要に応じて介護保険サービスを利用しながら暮らせます。



グループリビングみたて▶

要支援または要介護の認定を受けている区民  
電話で、グループリビングみたてへ。 ☎5783-5120

### 小規模多機能型居宅介護施設利用者

通い・宿泊・訪問を組み合わせたサービスを提供し、在宅での生活を支援する施設です。

要支援または要介護の認定を受けている人

#### 募集施設

(1) 小規模多機能型居宅介護こゆらり高輪

こゆらり高輪▶



(2) 優っとり小規模多機能介護高輪台

優っとり高輪台▶



(3) 優っとり小規模多機能介護乃木坂

優っとり乃木坂▶



(4) 小規模多機能型居宅介護和奏

和奏▶



(5) 小規模多機能型居宅介護ありすの杜きのご南麻布

ありすの杜きのご南麻布▶



電話で、各施設へ。

- (1) ☎5422-6921
- (2) ☎6456-3912
- (3) ☎6804-5267
- (4) ☎6804-1012
- (5) ☎5739-0585

### 区立障害者グループホーム南青山(精神障害者ユニット)入居者

次の条件を全て満たす女性

(1) 区民 (2) 精神障害者保健福祉手帳を所持または自立支援医療(精神通院医療)を受給している (3) 就労、障害者施設等に通所・就労している、またはその見込みがある ※ただし、次のいずれかに該当する人は対象外とします。

(1) 特別な医療的処置(医療的ケア)を受けている人 (2) 意識喪失を伴うてんかん発作を起こすおそれのある人 (3) 入居を継続し難い、または支援の提供が困難な問題行動のある人 (4) 支援の提供が困難な障害のある人  
詳しくは、お問い合わせください。

随時、郵送または直接、各総合支所区民課保健福祉係へ。※募集要項・申請書類等は各総合支所区民課保健福祉係で配布します。港区HPからダウンロードもできます。

入居者の決定方法 空きが生じ次第、面談を経て、入居者を決定します。

障害者福祉課障害者施設係 ☎3578-2388 FAX3578-2678

### 障害者と区長との懇談会参加者

障害者団体や公募の区民等が障害

者に関連する区の施策等について、合同で区長等と意見交換を行います。※参加者は、今回募集する人の他、港区心身障害児・者団体連合会とその連合会に加入する障害者団体(7団体)の代表者(各団体2人程度)です。

既存の障害者団体に属さない区内在住の障害者または保護者

11月6日(木)午前10時～11時30分

区役所9階会議室

若干名(応募多数の場合は選考)

郵送またはファックスで、区への要望や意見の件名と内容(1つ)・住所・氏名(ふりがな)・年齢・障害種別・電話番号・車椅子使用の有無、手話通訳・介護人派遣希望の有無を明記の上、8月15日(金・必着)までに、〒105-8511 港区役所障害者福祉課障害者福祉係へ。 ☎3578-2670 FAX3578-2678

### 8月都営住宅入居者

募集住宅 ポイント方式による募集(家族向けのみ):716戸、単身者向け・車いす使用者向け・シルバーピア(居室内で病死等があった住宅を含む):297戸  
申し込み資格 募集案内をご確認ください。

申込書・募集案内の配布期間 8月12日(火)まで※土・日曜、祝日を除く。

申込書・募集案内の主な配布場所 各総合支所協働推進課・台場分室、住宅課(区役所6階)等※JKK東京からダウンロードもできます。

JKK東京▶



郵送で、8月18日(月・必着)までに、指定の宛先へ。オンラインは、8月18日(月)午後11時59分まで。

JKK東京都営住宅募集センター(受付時間:祝日を除く月～金曜午前9時～午後6時)

〇8月18日(月)まで

☎5467-9269

〇8月19日(火)以降

☎3498-8894

住宅課住宅管理係

### ご意見募集

### 「東京における都市計画道路の整備方針(仮称)中間のまとめ」のご意見募集

都と特別区および26市2町は、「東京における都市計画道路の整備方針(仮称)中間のまとめ」を取りまとめました。今後、中間のまとめに対する皆さまからのご意見・ご提案も参考に、整備方針を策定します。  
閲覧方法 都・特別区・26市2町のHP、都民情報ルーム(都庁第一本庁舎3階)、港区土木課(区役所5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)でご覧になれます。  
意見の提出方法 郵送・ファック

ス・メール・東京都HPのフォームまたは直接、8月29日(金)までに、東京都都市整備局都市基盤部街路計画課へ。詳しくは、港区HPまたは東京都HPをご覧ください。

FAX5388-1354

メール:S0000179@section.metro.tokyo.jp

東京都▶



港区街づくり支援部土木課土木計画係

☎3578-2217

東京都都市整備局都市基盤部街路計画課

☎5388-3379

### 区民保養施設 利用募集 (10月利用分)

区内在住・在勤者

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HPをご覧ください。

区民保養施設の概要▶



区民保養施設予約システムまたは専用はがきで利用者登録の上、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8月18日(月)まで、専用はがきは8月12日(火・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▶



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

地域振興課地域振興係

### 港区の人口

令和7年7月1日現在

#### 総人口

26万9,557人  
(前月比205人増)

|     |        |     |        |
|-----|--------|-----|--------|
| 出生等 | 222人   | 死亡等 | 213人   |
| 転入  | 2,088人 | 転出  | 1,892人 |

|     |           |            |           |
|-----|-----------|------------|-----------|
| 日本人 | 24万6,209人 | (前月比235人増) |           |
| 男   | 11万5,031人 | 女          | 13万1,178人 |

|     |          |           |          |
|-----|----------|-----------|----------|
| 外国人 | 2万3,348人 | (前月比30人減) |          |
| 男   | 1万1,957人 | 女         | 1万1,391人 |

世帯数 15万5,319世帯 (前月比128世帯増)

日本人世帯数 13万8,928世帯 (前月比143世帯増)

外国人世帯数 1万2,977世帯 (前月比17世帯減)

複数国籍世帯数 3,414世帯 (前月比2世帯増)

区の手続きや施設・催し物のご案内は **みねとコール** 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▶



◆図書館◆ 三田☎3452-4951 みなと☎3437-6621 麻布☎3585-9225 赤坂☎3408-5090 高輪☎5421-7617 高輪分室☎3443-1666 港南☎3458-1085 台場☎5500-2356



# Cheer on! 2025 MINATO CITY

## ～世界陸上・デフリンピックを知ろう～

Learn about the World Athletics Championships and the Deaflympics

令和7年秋、ついに開幕する世界陸上とデフリンピックに向けて  
スポーツ体験会やデフリンピックに関する装飾を区役所等に実施します。  
各会場で、両大会の魅力を見て、知って、体感しよう！

### 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、プロ選手による  
トークショー等を実施します。来場者には世界陸上バッジ・  
デフリンピックバッジをプレゼント！

- 対象** どなたでも
- とき** 8月16日(土) 午前10時～午後4時
- 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

- 1回目** 午前10時30分～11時(ハンドボール)
- 2回目** 午後1時～1時30分(卓球)

#### ゲスト

#### ハンドボール ジークスター東京

国内のトップリーグ・リーグHに所属する  
プロハンドボールチーム



大山 翔伍選手



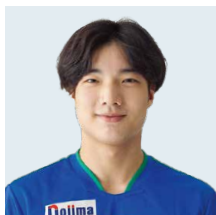
玉川 裕康選手

#### 卓球 木下マイスター東京

卓球の「Tリーグ」で活動するプロ卓球チーム



小野 翔平選手



萩原 啓至選手

### スペシャルゲスト



東京 2025 世界陸上  
公式マスコット「りくわん」

東京 2025 デフリンピック  
公式マスコット「ゆりーと」



### 競技体験

#### 世界陸上 デフリンピック 10メートル短距離走&競歩

スタートランプが光ったら全速力で走ろう！歩こう！  
アスリートの記録にチャレンジ！

#### 世界陸上 投てき用具展示

「ハンマー」「砲丸」「円盤」ってどれくらい重いの？さわ  
って持ち上げてみよう！

#### デフリンピック デフ卓球体験

ラリーを続けてみよう！マンガの世界に  
入り込んだような目で見ると新しい体験！

#### デフリンピック デフハンドボール体験

走って、跳んで、シュート！ジャンプシ  
ュートにチャレンジしよう！

#### 世界陸上 VR世界陸上

陸上100メートル、棒高跳の世界記録の  
瞬間を選手の目線で体感しよう！

#### 世界陸上 デフリンピック 世界陸上&デフリンピックPRコーナー

両大会について知ろう！選手への応援メ  
ッセージを書いて大会を盛り上げよう！



### クイズラリー

会場内で世界陸上やデフリンピックに関するクイズラリーを実施！参加者には  
記念品をプレゼント！



投てき用具展示(ハンマー)  
(提供元:株式会社ニシ・スポーツ)



ミルオト(提供元:株式会社方角(ミルオト)/  
早稲田大学岩田研究室)



VR体験(提供元:株式会社アートクラフト)

### 他にもいろいろ

手話クイズや体力測定も実施予定！

### デフリンピックの庁舎装飾

デフリンピック開催の100日前  
を記念して区役所の出入口等をラ  
ッピングし、デフリンピックを盛  
り上げます。ぜひご覧ください。

- 対象** どなたでも
- とき** 8月7日(木)～  
11月26日(水)

#### ところ

区役所:1階ロビーおよび各出入口  
札の辻スクエア:1階上りエスカレーターおよび2階ロビー



装飾イメージ

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