



芝浦港南地区総合支所 カフェ フルール



赤坂地区総合支所 レストラン ローザ



いつものランチや



誰でも、おいしく。

# “区役所グルメ”

\詳しくは2・3面へ/



ちょっとしたひと休みに



麻布地区総合支所 HINARI CAFE 麻布



区役所本庁舎 レストラン・ポート

**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。



# 場所によって魅力が異なる / “区役所グルメ” をご紹介します

## 区役所本庁舎

### レストラン・ポート

東京タワーを望む解放感溢れる空間で、栄養バランスに優れたメニューが楽しめるレストラン

日替わりランチやヘルシーランチ等、栄養バランスを考慮したメニューを手頃な価格で提供しています。人気は、ゴロゴロ野菜の入ったコクのある“大門カレー”。景色を楽しみながらぜひご賞味ください。



大門カレー



- ところ** 芝公園1-5-25 区役所11階
- 営業時間** 月～金曜  
午前7時45分～8時45分、  
午前11時～午後4時30分
- 定休日** 土・日曜、祝日
- 支払方法** 現金・交通系電子マネー

## 赤坂地区総合支所 レストラン ローザ

作りたてにこだわった家庭的な味わいと温かな接客が魅力。ホッとひと息つける、地域に愛される憩いの食堂



生姜焼き定食



「最も美味しい状態で料理を提供すること」をモットーに、注文を受けてから丁寧に調理。毎日日替わりのA・B定食をはじめ、午後2時30分以降限定の「生姜焼き」やこだわりの自家製ソースを使った「オムライス」や「ナポリタン」等、出来立てのおいしさをお楽しみください。

- ところ** 赤坂4-18-13 赤坂コミュニティーぶらざ4階
- 営業時間** 月～木曜午前11時～午後6時、金曜午前11時～午後4時  
※夜間に貸切営業がある場合は、午後2時まで
- 定休日** 土・日曜、祝日
- 支払方法** 現金

### 日替わり定食の一部を紹介



いわし大葉フライ



胡麻ダシ冷やし中華



豚肉の角煮



和風ハンバーグ



麻布地区総合支所

# HINARI CAFE 麻布

外の緑を眺めながら、  
ゆっくりくつろげる空間。  
ひだまりのような心がホッとするカフェ

こだわりのアイスコーヒーは、ブラウニーのような甘さと爽やかな香りがあり、飲みやすいのが特徴。さらに、氷をコーヒーで作っているため、溶けても味が薄まらず、最後までおいしく楽しめます。コーヒーと一緒に、区内で採取されたはちみつを使った「しばみつ®和紅茶ゼリー」やクリームチーズの入ったこだわりのどら焼きもいかがでしょうか。



皆さまのご来店を  
心よりお待ちしております

- ところ** 六本木5-16-45 麻布地区総合支所2階
- 営業時間** 月～金曜午前11時～午後4時
- 定休日** 土・日曜、祝日
- 支払方法** 現金、クレジットカード・交通系電子マネー等の各種キャッシュレス

高輪地区総合支所

# ビストロキフキフ

カジュアルな洋食を楽しめる。  
いつも変わらない美味しさと  
心地よさを味わえる  
本格ビストロ

ランチタイムは洋食を中心とした栄養バランスの取れた定食を、ディナータイムはリーズナブルに本格的なフランス料理を楽しむことができます。

- ところ** 高輪1-16-25  
高輪コミュニティぶらざ2階
- 営業時間** 月～土曜午前11時30分～午後2時30分、  
午後5時30分～9時
- 定休日** 日曜、祝日
- 支払方法** ランチタイム:現金  
ディナータイム:現金・クレジットカード



芝浦港南地区総合支所

# カフェ フルール

木の温もりが溢れ、スタッフ手作りの作品が彩る  
心安らぐアットホームなカフェ

パスタやカレーといった定番のレギュラーメニューに加え、数量限定の手作りパンが人気です。また、夏の暑いこの時期には、種類豊富なソフトクリームもご用意しています。テイクアウトもできますので、ぜひご利用ください。



ポロネーゼ



- ところ** 芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦1階
- 営業時間** 月～金曜午前10時45分～午後5時
- 定休日** 土・日曜、祝日
- 支払方法** 現金

「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



この広報紙は、誰にでも読みやすく、伝わりやすいフォント(ユニバーサルデザインフォント)を使用しています。



# クーリングシェルター／ひと涼みスポット でひと涼みませんか



区内の要件を満たす施設を、暑さを避けるための滞在場所(クーリングシェルター／ひと涼みスポット)として指定しています。外出時の暑さをしのぐ一時的な休憩場所として利用し、熱中症を予防しましょう。

指定施設のうち、高齢者が主な利用者である各いきいきプラザ、芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ、介護予防総合センターでは、無料で冷たい飲料や塩タブレットの提供をしています。また、一部の区立施設では、熱中症対策のための甘酒を無料で提供しています。  
※無くなり次第終了となります。



←クーリングシェルター／ひと涼みスポット



←港区の熱中症対策



クーリングシェルター／ひと涼みスポット掲示

表 クーリングシェルター／ひと涼みスポット一覧 水：冷たい飲料を提供 甘：甘酒を提供

No.	施設名	住所
1	神明いきいきプラザ 水 甘	浜松町1-6-7
2	虎ノ門いきいきプラザ 水 甘	虎ノ門1-21-10
3	三田いきいきプラザ 水 甘	芝4-1-17
4	麻布地区総合支所 水 甘	六本木5-16-45
5	麻布区民センター 甘	六本木5-16-45
6	西麻布いきいきプラザ 水 甘	西麻布2-13-3
7	ありすいきいきプラザ 水 甘	南麻布4-6-7
8	南麻布いきいきプラザ 水 甘	南麻布1-5-26
9	麻布いきいきプラザ 水 甘	元麻布3-9-6
10	飯倉いきいきプラザ 水 甘	東麻布2-16-11
11	赤坂地区総合支所 水 甘	赤坂4-18-13 1・2階 赤坂コミュニティーぷらざ
12	赤坂区民センター 甘	赤坂4-18-13 3~5階 赤坂コミュニティーぷらざ
13	赤坂いきいきプラザ 水 甘	赤坂6-4-8
14	青山いきいきプラザ 水 甘	南青山2-16-5
15	青南いきいきプラザ 水 甘	南青山4-10-1
16	高輪地区総合支所 水 甘	高輪1-16-25
17	豊岡いきいきプラザ 水 甘	三田5-7-7
18	高輪いきいきプラザ 水 甘	高輪3-18-15
19	白金いきいきプラザ 水 甘	白金3-10-12
20	神応いきいきプラザ 水 甘	白金6-9-5 1階 神応ほっとプラザ
21	高輪区民センター 甘	高輪1-16-25
22	港南いきいきプラザ 水 甘	港南4-2-1
23	芝浦港南地区総合支所 水 甘	芝浦1-16-1 1階 みなとパーク芝浦
24	芝浦港南区民センター 甘	芝浦4-13-1
25	台場区民センター 甘	台場1-5-1
26	芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ 水 甘	芝浦4-20-1
27	港区国際交流スペース 甘	北青山1-6-3 地下1階 都営北青山1丁目アパート3号棟
28	介護予防総合センター 水 甘	芝浦1-16-1 2階 みなとパーク芝浦
29	みなと保健所 甘	三田1-4-10
30	港区役所 水 甘	芝公園1-5-25
31	教育センター・みなと科学館 甘	虎ノ門3-6-9
32	郷土歴史館 甘	白金台4-6-2 ゆかしの杜
33	エコプラザ 水 甘	浜松町1-13-1
34	札ノ辻スクエア	芝5-36-4
35	東京都立中央図書館	南麻布5-7-13
36	東京港建設事務所	港南3-9-56
37	竹芝客船ターミナル	海岸1-16-1 第2待合所内

No.	施設名	住所
38	日の出ふ頭2号船客待合所	海岸2-7-104
39	東京都人権プラザ	芝2-5-6
40	東京タワー	芝公園4-2-8
41	トモズ白金高輪店	高輪1-3-1 1階 プレスタワー白金高輪
42	ウエルシア薬局麻布十番店	麻布十番2-9-2
43	ウエルシア薬局南麻布店	南麻布5-1-11
44	ウエルシア田町グランパーク店	芝浦3-4-1 地下1階 グランパーク
45	オアゼ芝浦MJビル	芝浦2-15-6
46	東京ポートシティ竹芝オフィスタワー	海岸1-7-1
47	日生薬局広尾店	南青山7-14-7 1階 西川ビル
48	西麻布薬局	南青山7-14-5 1階 木部ビル
49	霞町薬局	西麻布1-8-6 1階 杉下ビル
50	なの花薬局虎ノ門店	虎ノ門1-1-18 1階 ヒューリック虎ノ門ビル
51	日生薬局2号店	虎ノ門1-2-17
52	東京ミッドタウン	赤坂9-7-3、赤坂9-7-4
53	薬局トモズ 浜松町店	浜松町1-29-10
54	六本木ヒルズ森タワー	六本木6-10-1
55	虎ノ門ヒルズ森タワー	虎ノ門1-23-1
56	虎ノ門ヒルズビジネスタワー	虎ノ門1-17-1
57	虎ノ門ヒルズステーションタワー	虎ノ門2-6-1
58	麻布台ヒルズ森JPタワー	麻布台1-3-1
59	麻布台ヒルズガーデンプラザ	麻布台1-2-4
60	アークヒルズアーク森ビル	赤坂1-12-32
61	台場フロンティアビル	台場2-3-2
62	ニューピア竹芝サウスタワー	海岸1-16-1
63	ニューピア竹芝ノースタワー	海岸1-11-1
64	城南信用金庫青山支店	北青山2-12-14
65	城南信用金庫新橋支店	新橋3-7-7
66	ラ・ピスタ新橋	新橋2-7-1

問い合わせ 環境課環境政策係 ☎3578-2487

おもちゃの病院をご利用ください

区の児童館や中高生プラザ等に、壊れたおもちゃを持ち込むと、ドクターがその場でおもちゃを修理します。



# 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
- 担▶担当課
- 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

### 芝浦運河クルーズ

区内在住・在勤・在学者  
 時 9月28日(日) 1・2便:午前9時45分、3・4便:午前10時20分集合(乗船時間は約25分)  
 所 芝浦運河他(詳しくは、参加者宛てに案内状を郵送します)  
 人 各35人(抽選)  
 申 電話で、氏名・住所・年齢・電話番号を、8月22日(金)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  
 当日受け付けもあります。  
 問 芝浦港南地区総合支所協働推進課協働推進係 ☎6400-0031

### 国際文化紹介展示「世界のティータム」

どなたでも  
 時 9月1日(月)~15日(月・祝) 午前11時~午後9時  
 所 東京ミッドタウン(赤坂9-7-1 ガレリア2・3階)  
 協力大使館等(国名等略称) アルゼンチン、エクアドル、エリトリア、オーストラリア、オーストリア、カザフスタン、ジャマイカ、スリランカ、ノルウェー、パキスタン、パナマ、バーレーン、パレスチナ、ハンガリー、フィリピン、ボスニア・ヘルツェゴビナ、ポルトガル、ルーマ

ニア  
 問 地域振興課国際化推進係  
 ☎3578-2046



ノルウェーのリラックスタイム

### 第38回ジョイントコンサート・秋

港区音楽連盟加盟団体による合唱・器楽演奏等のコンサートです。  
 どのみでも  
 時 9月7日(日) 午後1時~4時15分頃(午後0時30分開場)  
 所 高輪区民センター  
 人 200人(会場先着順)  
 申 当日直接会場へ。  
 問 港区音楽連盟事務局  
 ☎090-2670-0908

港区音楽連盟▶



問 地域振興課文化芸術振興係

### まち歩きツアー「西新橋散策と送水口博物館見学」

小学生以上で、全行程を歩くことができ、5階の階段を上り下りできる人(送水口博物館はエレベーターがなく、5階まで階段利用)  
 時 10月4日(土) 午前11時~午後1時  
 コース JR新橋駅日比谷口SL広場

前(集合)→烏森神社→赤レンガ通り→TAMIYA PLAMODEL FACTORY TOKYO→新虎通り→新正堂→田村銀杏稲荷→玉木屋→生涯学習センター(ばるーん)→堀ビル→送水口博物館(解散)  
 人 20人(抽選)  
 申込期限 9月1日(月・必着)まで  
 ※9月12日(金)までに当落通知を送付します。

### まち歩きツアー「赤坂御用地周辺散歩」

小学生以上で、全行程2時間を超える人(小学生は保護者同伴)  
 時 10月5日(日) 午後1時30分~3時30分  
 コース 地下鉄四ツ谷駅(集合)→迎賓館赤坂離宮正門前→豊川稲荷東京別院→赤坂御用地巽門前→虎屋 赤坂ギャラリー→高橋是清翁記念公園→青山一丁目駅(解散)  
 人 15人(抽選)  
 申込期限 9月12日(金・必着)まで  
 ※9月22日(月)までに当落通知を送付します。

#### ◆の共通事項

申 港区観光協会HPまたは郵送で、往復はがきにツアー名、申し込み人数(2人まで)、申込者全員の住所・氏名・年齢・日中連絡のつく電話番号を明記の上、〒108-0014芝5-36-4札の辻スクエア8階 港区観光協会「港区観光ボランティアガイド担当」へ。

港区観光協会HP▶



問 港区観光協会ボランティアガイド担当(受付時間:祝日を除く月~金曜午前9時~午後5時)  
 ☎6809-5514  
 産業振興課観光政策係  
 ☎6435-4661

### 親族向け後見人講座

成年後見制度の利用を検討している人  
 時 8月26日(火) 午後6時30分~8時30分  
 所 (1)芝浦区民協働スペース(2)オンラインツール(Zoom)  
 成年後見制度の概要・申し立て、成年後見人等の仕事内容について  
 人 (1)30人(2)10人(いずれも申込順)  
 申 電話・ファックス・メールまたは申し込みフォームから、8月21日(木)までに、(社福)港区社会福祉協議会権利擁護推進係へ。手話通訳が必要な人は、8月19日(火)までにご連絡ください。  
 ☎6230-0283 FAX6230-0285  
 メール seinenkouken@minato-cosw.net

申し込みフォーム▶



問 保健福祉課保健福祉総合調整係

### 障害児・者を支援している人への研修(全8回)第4回「暮らしを支えるアクセシビリティとコミュニケーション支援」

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 9月19日(金) 午後5時30分~7時  
 所 障害保健福祉センター  
 講師 高尾 洋之氏(東京慈恵会医科大学准教授)、高橋 宜盟氏(東京慈恵会医科大学訪問研究員)  
 病気や障害で言語による会話が困難な人への支援の方法や考え方(タブレット等の使用体験あり)  
 人 60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、9月9日(火)正午までにご相談ください。

6ページへつづく

## 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。

8月17日(日)	六本木北浜診療所(内・小)	六本木6-1-20 六本木電気ビル2階	☎3402-0792
	愛育病院(小)	芝浦1-16-10	☎6453-7300
	藤川歯科医院(歯)	浜松町1-27-14 サン・キツカワビル2階	☎5777-6480
	あざき歯科医院(歯)	赤坂1-5-2 外堀通ビル5階	☎5570-1060
	★馬場クリニック(内)	麻布十番2-13-2 クマイビル2階	☎3454-7788
8月24日(日)	新橋田中内科(内)	新橋2-16-1 ニュー新橋ビル319-1	☎3580-9466
	東京高輪病院(内)	高輪3-10-11	☎3443-9191
	浜松町デンタルオフィス(歯)	浜松町2-2-14 KIビル101	☎5401-2585
	大竹歯科クリニック(歯)	赤坂3-15-4 赤坂バリ島ビル2階	☎3560-6922
	★白金坂の上診療所(内・小)	白金台4-7-8 ストーリア白金2階	☎3447-3232
	藏本内科クリニック(内※3歳以上)	芝公園1-7-15 池田ビル1階	☎5733-3355
8月31日(日)	北里研究所病院(内・外)	白金5-9-1	☎3444-6171
	竹下デンタルクリニック(歯)	浜松町2-3-1 日本生命浜松町クレアタワー4階	☎3435-5464
	東京スマイル歯科(歯)	麻布十番1-3-2 麻布十番アネックス1階	☎5114-0040
	★やまうち循環器内科クリニック(内)	白金2-3-3 カームコート白金高輪1階	☎6456-4115
	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
	医療情報ネット(ナビ)	

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

8月17日(日)	霞町薬局	西麻布1-8-6 杉下ビル1階	☎5411-9311
8月24日(日)	グリーン薬局	六本木7-15-14 塩業ビル地下1階	☎3497-0848
8月31日(日)	子安薬局	六本木7-14-7 トリニティビル1階	☎3401-8667

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

## 7月16日の区内各局PM2.5 1日平均値(速報値)

【区局】赤坂局:5.8 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 、一の橋局:8.8 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 、芝浦局:7.0 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 【都局】高輪局:7.1 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 、第一京浜高輪局:8.5 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 、台場局:9.5 $\mu\text{g}/\text{m}^3$   
 ※ $\mu\text{g}/\text{m}^3$ =1立方メートル当たりのマイクログラム ※速報値のため、後日訂正されることがあります。  
 ※PM2.5の環境基準は、1年平均値が15 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下、かつ1日平均値が35 $\mu\text{g}/\text{m}^3$ 以下です。 環境課環境指導アセスメント係 ☎3578-2492  
 その他の測定結果やリアルタイムの数値は、港区HPまたは東京都HPをご覧ください。

5ページからつづく

☎5439-2511 FAX5439-2514  
メール:minato-chi@yuai.or.jp

傾聴ボランティア養成講座

☎ 傾聴ボランティア活動を行う意欲のある区内在住・在勤・在学者  
☎ (1)講座:①9月17日②9月24日③10月1日④10月8日⑤10月29日①②③⑤は午前10時～正午、④は午前10時～正午および午後1時～3時(水・全6回)  
(2)施設体験:10月9日(木)～10月17日(金)(土・日曜、祝日を除く)のうち1回※日時は施設により異なります。  
☎ (1)麻布区民協働スペース(2)指定の高齢者施設  
☎ 20人(全ての講座と施設体験に参加できる人優先で申込順)  
費用 350～1400円(ボランティア保険料)  
☎ 電話・ファックスまたは申し込みフォームから、住所・氏名・電話番号・メールアドレスを明記の上、9月10日(水)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▶



認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症のある人とその家族を支える応援者になるための講座です。  
☎ 区内在住・在勤・在学者  
☎ 9月17日(水)午後1時～2時30分  
☎ 豊岡いきいきプラザ  
☎ 20人(申込順)  
☎ 電話または直接、豊岡いきいきプラザへ。 ☎3453-1591

精神保健福祉講座「対話を通して自分をみつめる、社会とつながる～つながりの大切さを知る～」

☎ どなたでも  
☎ 9月28日(日)午後2時～4時  
☎ (1)精神障害者支援センター(2)オンラインツール(Zoom)  
☎ 孤立・孤独感とメンタルヘルスの関係、対話を通して社会とつながる大切さについて  
☎ (1)30人(区内在住・在勤・在学者優先で申込順)(2)50人(申込順)  
☎ 電話で、前日までに、精神障害者支援センターへ。☎5424-1392  
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▶



ウェルネスセミナー「がん患者さんのためのやさしい運動教室」

☎ がん患者  
☎ 9月10日(水)午前10時30分～11時30分  
☎ がん在宅緩和ケア支援センター  
☎ 16人(申込順)  
☎ 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。

ういケアみなと がん制度大学「一人暮らしのがん患者さんの家計」

☎ どなたでも  
☎ 9月19日(金)午後6時～7時  
☎ (1)がん在宅緩和ケア支援センター(2)オンラインツール(Zoom)  
☎ (1)10人(2)100人(申込順)  
☎ (1)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。(2)がん在宅緩和ケア支援センターから申し込みください。

●の共通事項

詳しくは、がん在宅緩和ケア支援センターHPをご覧ください。

がん在宅緩和ケア支援センター▶



☎ がん在宅緩和ケア支援センター  
☎6450-3421 FAX6450-3583

健康講座「～コレステロール値が高めになっていませんか～専門家が徹底解説!脂質異常症を防ぐ食事術」

☎ 区内在住・在勤・在学者  
☎ 9月29日(月)午前10時～正午  
☎ みなと保健所8階会議室  
☎ 60人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、6人。9月19日(金)までに、お申し込みください)  
☎ 申し込みフォームまたは電話で、8月19日(火)～9月26日(金)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



←一時保育申し込みフォーム  
講座申し込みフォーム▶

☎ みなと保健所健康推進課健康づくり係  
☎6400-0083

有栖川宮記念公園池の生物調査ボランティア

☎ 中学生以上の区内在住・在勤・在学者  
☎ 9月13日(土)午前9時～午後3時(雨天の場合は翌日に順延します)  
☎ 有栖川宮記念公園  
☎ 10人程度(抽選)  
持ち物 汚れても良い服装、長靴(胸長をお持ちの人はご持参ください)  
☎ 申し込みフォームから、8月31日(日)までに、お申し出ください。

申し込みフォーム▶



☎ 環境課緑化推進担当  
☎3578-2330

あきる野環境学習「横沢入で里山散策と生き物観察」

☎ 3歳以上の区民※小学生以下は保護者同伴必須  
☎ 9月28日(日)午前8時30分～午後5時30分頃※午前8時10分区役所集合、バスで往復移動  
☎ 横沢入(あきる野市)  
☎ 40人(抽選)  
費用 2500円  
☎ 電話またはファックスで、8月26日(火)までに、(株)阪急交通社東京団体支店営業三課(受付時間:祝

日を除く月～金曜午前9時30分～午後5時30分)へ。(株)阪急交通社特設ページからも申し込みます。

(株)阪急交通社特設ページ▶



☎6745-1351 FAX6745-7372  
☎ 環境課地球環境係  
☎3578-2496

港区生きもの観察会「秋の生きもの探し」

☎ 小学生以上の区内在住・在勤・在学で、原則長時間歩行ができる人(小学生は保護者同伴)  
☎ 10月25日(土)午前10時～午後0時30分(荒天中止)  
☎ 国立科学博物館附属自然教育園(白金台5-21-5)  
☎ 30人(区民優先で抽選)  
費用 320円(入園料)※高校生以下および65歳以上の人は無料  
☎ 8月15日～9月3日(水)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  
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▶



☎ 環境課緑化推進担当  
☎3578-2331

リーブラ防災講座「都市防災について考えようinリーブラ～『帰宅困難者』問題という事例から～」

☎ どなたでも  
☎ 9月13日(土)午前10時～正午  
☎ リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)  
☎ 100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から申し込みます。

男女平等参画センター▶



☎3456-4149 FAX3456-1254



高齢者

夏と秋の星座のおはなし

☎ おおむね50歳以上の区民  
☎ 9月18日(木)午後3時30分～4時15分  
☎ 三田いきいきプラザ  
☎ 20人(抽選)  
☎ 電話または直接、9月7日(日)までに、三田いきいきプラザへ。当選者のみ、9月8日(月)以降に電話で連絡します。 ☎3452-9421

見て!触れて!描く!浮世絵講座

☎ おおむね50歳以上の区民  
☎ 9月19・26日(金)午後5時～6時30分  
☎ 虎ノ門いきいきプラザ  
☎ 14人(抽選)  
☎ 電話または直接、9月4日(木)までに、虎ノ門いきいきプラザへ。当選者のみ、9月5日(金)以降に電話で連絡します。 ☎3539-2941

はり・マッサージサービス

☎ 65歳以上の区民

☎ 9月16・17日(火・水)  
☎ ありすいきいきプラザ  
☎ 60人(申込順)  
費用 1000円(利用料)  
☎ 電話で、8月24日(日)午後5時までに、ありすいきいきプラザへ。  
☎3444-3656

麻布地区各種介護予防教室

☎ 60歳以上の区民  
☎ (1)10月1日～12月24日(10月29日を除く毎週水曜・全12回)午後2時30分～3時30分(2)10月2日～12月25日(10月9日を除く毎週木曜・全12回)午後1時30分～2時30分(3)10月2日～12月18日(毎週木曜・全12回)午後3時～4時(4)10月1日～12月24日(10月8日を除く毎週水曜・全12回)午前10時～正午  
☎ (1)西麻布いきいきプラザ(2)飯倉いきいきプラザ(3)南麻布いきいきプラザ(4)麻布いきいきプラザ  
☎ (1)膝痛予防改善教室(2)腰痛予防改善教室(3)動きやすいからだづくり(4)男性のための料理教室  
☎ (1)18人(2)(3)16人(4)12人(いずれも抽選)  
☎ 本人が電話または直接、9月7日(日)までに、参加希望のいきいきプラザへ。  
(1)☎3486-9166  
(2)☎3583-6366  
(3)☎5232-9671  
(4)☎3408-7888

マシントレーニング入門

☎ 65歳以上の区民  
☎ (1)(2)10月3日～11月28日(10月31日を除く毎週火・金曜、全16回)午後1時30分～2時30分(3)10月2日～12月4日(10月13日、11月3・24日を除く毎週月・木曜、全16回)午後1時30分～2時30分  
☎ (1)ありすいきいきプラザ(2)西麻布いきいきプラザ(3)麻布いきいきプラザ  
☎ (1)8人(2)(3)6人(いずれも抽選)  
☎ 本人が電話または直接、9月7日(日)までに、参加希望のいきいきプラザへ。  
(1)☎3444-3656  
(2)☎3486-9166  
(3)☎3408-7888

食べているのに低栄養 シニアのための栄養講座&野菜摂取量測定

健康長寿のために、必要な栄養のとり方を学びます。また、手のひらで簡単に野菜摂取量の測定を行います。  
☎ 65歳以上の区民とその家族  
☎ 9月5日(金)午前10時～正午  
☎ 青山区民協働スペース  
☎ 30人(申込順)  
☎ 電話で、9月3日(水)までに、赤坂地区高齢者相談センターへ。  
☎5410-3415

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～

☎ 60歳以上の区民  
☎ (1)9月20日(土)(2)9月24日(水)  
☎ (1)豊岡いきいきプラザ(2)神応いきいきプラザ  
☎ 各20人(申込順)  
☎ 電話または直接、各いきいきプラザへ。  
(1)☎3453-1591

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。

(2) ☎5422-8848

■初級いきいきウクレレ教室

ウクレレは無料で貸し出します。
☎ 60歳以上の区民
時 9月3日～10月1日(毎週水曜・全5回)午後4時30分～6時
所 港南いきいきプラザ
人 12人(抽選)
☎ 電話または直接、8月23日(土)までに、港南いきいきプラザへ。
☎3450-9915

■脳活教室

日々の生活に取り入れられる脳トレやウォーキングを通して脳を活性化!
☎ 60歳以上で、要介護・要支援の認定を受けていない区民
時 9月22日～10月27日(祝日を除く毎週月曜・全5回)午前10時～11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 40人(申込順)
☎ 電話で、8月15日～9月10日(水)までに、みなとコール(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みます。

申し込みフォーム▶



☎ 高齢者支援課高齢者相談支援係
☎3578-2316

■ペーパークラフト オーナメント ツリー作り

☎ 65歳以上の区民
時 9月2日(火)午前10時30分～11時30分
所 台場高齢者在宅サービスセンター
人 18人程度(申込順)
☎ 電話で、8月29日(金)までに、芝浦港南地区高齢者相談センターへ。
☎3450-5905



障害者

■障害者のための「パソコン教室」

☎ 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
時 (1)10月3日～11月21日(毎週金曜・全8回)(2)10月7日～28日(毎週火曜・全4回)いずれも午前10時45分～午後0時15分
所 障害保健福祉センター
☎ (1)Excelで!令和8年ポケット版折りたたみカレンダーをつくらう(2)Wordで!壁新聞をつくらう
人 各10人(抽選)
☎ 電話・ファックスまたはメールで、講座名・氏名・連絡先を、9月5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



子育て・子ども

■親子クッキング「熊本の郷土料理いきなり団子に挑戦!!」

高輪地区ゆかりの熊本市の歴史を学びながら、郷土料理を作ってみませんか。
☎ 高輪地区在住の小学生以上の親子
時 9月27日(土)午後1時30分～3時30分
所 高輪区民センター
人 10組20人(抽選)
☎ 港区HPで詳細を確認の上、港区HP内の申し込みフォームから、9月10日(水)までに、お申し込みください。

港区▶



☎ 高輪地区総合支所協働推進課協働推進係
☎5421-7621

お知らせ

■港区コミュニティバス(ちいばす)・台場シャトルバス(お台場レインボーバス)の新しい乗車券を郵送します

有効期限が「令和7年9月30日まで」の港区コミュニティバス(ちいばす)・台場シャトルバス(お台場レインボーバス)乗車券をお持ちの人に、新しい乗車券を郵送します。9月上旬に発送しますので、乗車券が届くまでお待ちください。対象のうち子育て世帯等一部の人は、資格確認のため、各総合支所窓口での更新手続きが必要です。
☎ 高齢者支援課在宅支援係
☎3578-2400

☎ 障害者福祉課障害者給付係
☎3578-2460
☎ 生活福祉調整課生活福祉調整係
☎3578-2453
☎ 子ども若者支援課子ども給付係
☎3578-2430
各総合支所区民課保健福祉係
☎ 欄外参照

■受給者証の更新の時期です

9月1日に(障)(マル障)受給者証が更新されます。現在、(障)受給者証を所持している、引き続き資格要件を満たしている人には、8月末までに新しい(障)受給者証を郵送します。9月1日(月)以降に医療機関にかかるときは、マイナ保険証(有効期限内の健康保険証、資格確認証等も可)と一緒に提示してください。心身障害者医療助成制度の資格要件については、港区HPをご覧ください。

港区▶



☎ 国保年金課給付係
☎3578-2640～2

■港区環境影響調査実施要綱に基づく事後調査報告書(工事中その5)の閲覧

事業名 虎ノ門二丁目地区第一種市街地再開発事業
時 9月15日(月・祝)まで※閉庁時を除く。
所 環境課(区役所8階)、各総合支所管理課、三田図書館
☎ 環境課環境指導アセスメント係
☎3578-2490

■全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉自動放送試験を実施します

自動放送試験は、区内に設置してある防災行政無線から、一斉に放送されます。自動放送試験10分前にも日本語と英語で試験実施のお知らせを放送します。
放送試験実施日時 8月20日(水)午前11時頃
☎ 防災課危機管理担当
☎3578-2535
☎ 防災課防災係
☎3578-2541

■感震ブレーカーを新たに設置する世帯に、購入費用を補助します

☎ 区内に居住し、住民登録がある人
申請期限 令和8年2月27日(金)まで
☎ 郵送または直接、〒105-8511 港区役所防災課(区役所5階)へ。詳しくは、港区HPをご覧ください。

港区▶



☎ 防災課地域防災支援係
☎3578-2516

■119番通報の適正な利用にご協力ください

東京消防庁が令和6年中に受けた119番通報の約2割が「緊急性のない」、「消防に関係のない」ものでした。このような不要不急の通報は、他の緊急通報の妨げとなりますので、最後までお話しを聞かずに切断する場合があります。問い合わせ等は、119番通報ではなく管轄の消防署や専用ダイヤルに連絡してください。

救急に関する専用ダイヤル▶



☎ 区内各消防署
☎ 欄外参照

■給付型奨学金および貸付型奨学金の受け付けを開始します

☎ 次の(1)～(5)の全ての要件を満たす人(1)奨学金を受けようとする人の生計を維持する人が、給付および貸し付けの日の6カ月前から引き続き区内に住所を有していること(2)経済的理由により修学が困難であること(詳しくは、港区HPをご覧ください)(3)大学等に在学する学生等であること(4)学校長の推薦があること(5)学業成績が特に優れていること(給付のみ)
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HPからダウンロードもできます。
☎ 郵送または直接、8月25日(月)～9月26日(金・消印有効)に、〒105-8511 港区役所教育長室教育総務係へ。

港区▶



☎ 教育長室教育総務係
☎3578-2713

変更・休止情報等

■虎ノ門いきいきプラザ臨時休館

時 9月7日(日)
☎ 虎ノ門いきいきプラザ
☎3539-2941

■三田いきいきプラザ臨時休館

時 9月13日(土)
☎ 三田いきいきプラザ
☎3452-9421

募集

■サービス付き高齢者向け住宅「悠楽里レジデンス六本木」入居者(登録制)

☎ (1)60歳以上の人(2)所得が定められた基準内であること(3)区内に引き続き3年以上居住していること等
人 単身用9人(抽選)
入居予定 10月以降居室の空き状況に応じて順次ご案内します。
「募集案内」の配布期間 9月1日(月)まで
「募集案内」の配布場所 高齢者支援課(区役所2階)、各総合支所協働推進課、台場分室、各いきいきプラザ、各地区高齢者相談センター等
☎ 郵送で、9月1日(月・消印有効)までに、募集案内添付の封筒で指定の宛先へ。詳しくは、「募集案内」をご覧ください。
☎ 高齢者支援課高齢者施設係
☎3578-2424
悠楽里レジデンス六本木
☎0120-026-294

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)

港区公式Instagramを開設しました!
区の魅力・イベント・子育て情報等、最新情報を日々発信しています。
東京都港区 @tokyo\_minato\_official
ぜひフォローをよろしくお願いいたします!

港区LINE公式アカウント
友だち追加

区の手続きや施設・催し物のご案内は みなとコールへ ☎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▶

◆各総合支所区民課保健福祉係◆ 芝地区☎3578-3161 麻布地区☎5114-8822 赤坂地区☎5413-7276 高輪地区☎5421-7085 芝浦港南地区☎6400-0022
◆区内各消防署◆ 芝☎3431-0119 麻布☎3470-0119 赤坂☎3478-0119 高輪☎3446-0119

記事中の表記について (特)・・・特定非営利活動法人(社福)・・・社会福祉法人(社)・・・一般社団法人(公社)・・・公益社団法人(公財)・・・公益財団法人(有)・・・有限会社(株)・・・株式会社



# 港区平和都市宣言から40周年 語り継ごう、平和への想い



昭和60年8月15日、世界の恒久平和を願い、核兵器の廃絶を訴える「港区平和都市宣言」を行ってから、40年を迎えました。港区は戦時中、空襲によって区域の約半分が焦土と化し、多くの区民が亡くなり、家や財産を失いました。そして、今この瞬間にも戦争によって平穏な暮らしを奪われ、苦しんでいる人たちが世界各地にいます。

区は、これからもこの宣言の下、さまざまな平和事業を実施し、戦争の悲惨さや平和の尊さを次世代に伝えていきます。

宣言40周年に当たり、区長のメッセージ動画を公開しました。ぜひご覧ください。



区長メッセージ動画ページ

港区平和都市宣言

かけがえない美しい地球を守り、世界の恒久平和を願う人びとの心は一つであり、いつまでも変わることはありません。

私たちが真の平和を望みながら、文化や伝統を守り、生きがいに満ちたまちづくりに努めています。

このふれあいのある郷土、美しい大地をこれから生まれ育つ子どもたちに伝えることは私たちの務めです。

私たちは、我が国が『非核三原則』を堅持することを求めるとともに、ここに広く核兵器の廃絶を訴え、心から平和の願いをこめて港区が平和都市であることを宣言します。

昭和60年8月15日

港 区

港区平和都市宣言40周年事業の特設ページをご覧ください

港区平和都市宣言40周年の節目を平和について考えるきっかけとするため、港区HP内に特設ページを設置しています。

区の平和関連事業や、現在進行中の40周年事業の取り組みをまとめています。今後もさまざまな取り組みを追加しますので、ぜひご覧ください。

特設ページ

問い合わせ 総務課人権・男女平等参画係 ☎3578-2014



## 地域の皆さんでまちづくりに取り組みませんか



まちづくりの主体は地域の皆さんです。みんなが快適に暮らせるまちなるよう、地域の皆さんでまちについて学び、将来像を考えませんか。区は、地域で進めるまちづくりを応援します。

### 活動に対する 区の支援があります

区は「まちづくり組織」の活動に向けて、次のような支援を行っています。

- 専門家の派遣
- まちづくりの相談
- 地域情報誌等でのまちづくり活動のPR
- まちづくり活動助成金の交付等

地域の皆さんの発意によるまちづくりの仕組みは、「港区まちづくり条例」で定められています。まちづくりに関心のある人は、お問い合わせください。まちづくり実践等のステップや各組織等について詳しくは、港区HPをご覧ください。



区民発意のまちづくり

問い合わせ 各総合支所まちづくり課まちづくり係 ☎6面欄外参照  
都市計画課街づくり計画担当 ☎3578-2204

### 登録されているまちづくり組織一覧

すでに11地区でまちづくり組織が登録され、活動が進んでいます。

活動実績	まちづくり組織の名称
地区まちづくり ルール認定	六本木三丁目東地区まちづくり協議会
	白金高輪駅前東地区まちづくり協議会
	環四沿道(高輪三丁目)地区まちづくり協議会
地区まちづくり ビジョン登録	麻布十番商店街地区まちづくり協議会
	南麻布3丁目地区まちづくり協議会
	港区青山通り協議会
	赤坂通りまちづくりの会
まちづくり 組織登録	龍土町美術館通り沿道まちづくり協議会
	白金台2・3丁目まちづくり協議会(環状第4号線周辺)
	白金台3丁目地区まちづくり協議会
	青山高樹町通り(骨董通り)を良くする会

## 犬を飼っている人へ

みんなが気持ちよく暮らすために、マナーを守って散歩をしましょう

**トイレは散歩の前に済ませましょう**  
散歩中にふんをしたら、拾って自宅に持ち帰ってください。尿をしたときは次の手順で処理してください。

- (1) 尿をペットシートで吸い取る
- (2) 臭いをとるために、残りの尿にまんべんなく水をかける
- (3) 水をペットシートで吸い取る



**犬のリードを短く持ちましょう**  
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。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ましょう。

問い合わせ  
各総合支所協働推進課協働推進係 ☎6面欄外参照  
生活衛生課生活衛生相談係 ☎6400-0043

## 参議院議員選挙の結果について

7月20日に行われた参議院(東京都選出)議員選挙の開票結果は次のとおりです。

当日有権者数 208,585人  
投票者総数 121,473人  
投票率 58.24%

開票結果について詳しくは、港区HPをご覧ください。



港区HP

問い合わせ  
選挙管理委員会事務局 ☎3578-2765~9