



広報

みなと

minato city
No.2318

9 / 1
September
2026

カタログから選んで申請

防災用品を無償でお届けします

区内に住民登録がある世帯を対象に、みなと防災用品カタログを郵送します。
カタログの中から必要な品物を選んで、申請してください。

詳しくは2・3面へ



給水バッグになる
防災リュック



モバイル
バッテリー



ペット用
キャリーバッグ



LEDライト&
ランタン



みなと防災用品
カタログは
黄色い封筒で
届きます

ヘルメット



コンパクト
ハンディファン



防災用ポリタンク



3輪キャリー

特集

もしもの時も、わが家で過ごすために。
在宅避難のすすめ



つながる港、つなげる未来

港区は令和9年3月15日に区政80周年を迎えます

「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 (区長室戦略広報係)

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

特集 もしもの時も、 わが家で過ごすために。 在宅避難のすすめ

在宅避難とは、災害発生時に自宅に倒壊や焼損等の被害がなければ、避難所へ行かずにそのまま自宅で生活することです。区は、在宅避難を推奨しています。

安心して避難生活を送るために必要なのは、日頃の備えです。この機会に、災害時に必要な備えを見直してみませんか。

問い合わせ 防災課地域防災支援係 ☎3578-2516

なぜ「在宅避難」推奨なの？

区内の9割以上の世帯が、マンション等の共同住宅に居住しています。マンションは震災発生時等も倒壊のおそれが高いです。

プライバシーが守られた住み慣れた環境で過ごすことで、ストレスや感染症のリスクを減らし、安心して避難生活を送ることができます。

もちろん、自宅に倒壊や焼損等の被害がある場合は、ためらわずに区民避難所へ避難してください。

マンションでの在宅避難の基本



▶水を流さない

トイレや台所等から水を流すと、水漏れや逆流が発生するおそれがあります。



▶エレベーターに乗らない

余震等で停止して閉じ込め被害に遭うおそれがあります。



▶ゴミは自宅に保管

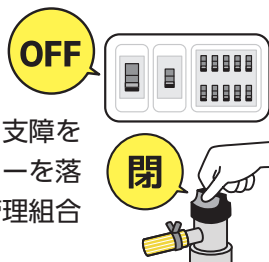
ごみ収集が停止になる可能性があります。再開までは集積所に出さず、自宅で保管を。

▶災害対応に協力

マンションの応急対策としてやるべきことはたくさんあります。可能な限り協力を。

▶避難のため長期間自宅を離れる際は声掛けを

連絡が取れず、緊急修理の実施に支障をきたすおそれがあります。ブレーカーを落とし、ガス・水道の元栓を閉め、管理組合等に声掛けをしてください。



在宅避難に必要なものって？

備蓄品の例(1人当たりの必要量の目安)

水道・電気・ガス等のライフラインが途絶えても生活ができるよう、**7日分**備蓄しましょう。



◀食料(1日3食)



◀水(1日3リットル)



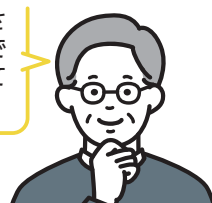
◀携帯トイレ(1日5回)

あなたにとって生活に欠かせないものが何か考えてみましょう。

携帯トイレはもちろん、除菌ウェットティッシュや口内洗浄液等、衛生用品もあると気持ちよく過ごせそう。



ラップやポリ袋はさまざまな使い方ができるから、用意しておく心安。



私はペットがいるから、ペットフードや水も備蓄しておかなきゃ。



防災訓練に参加してみませんか

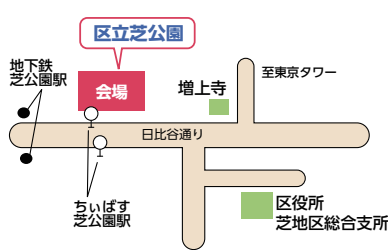
とき

いずれも午前9時30分～11時30分

内容

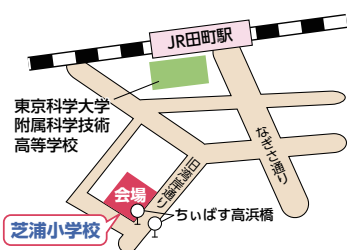
- 起震車で「地震の揺れ」を体験しよう
 - 消火器を使ってみよう
 - 応急救護訓練
 - 炊き出し訓練
 - 子どもコーナー
- (内容は会場ごとに異なります)

芝会場 10月4日(日)
区立芝公園 芝公園4-8-4



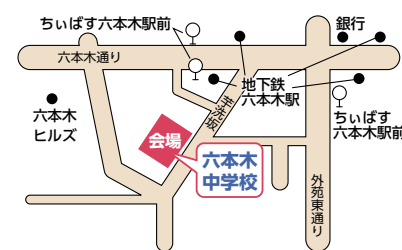
問い合わせ 芝地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎3578-3123

芝浦会場 10月17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25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

全世帯
対象

防災用品をお届けします

選んで申請

令和8年8月1日時点で区内に住民登録がある世帯を対象に、みなと防災用品カタログを郵送します。カタログの中から必要な品物を選んで申請してください(1世帯当たり5000円相当)。

災害が起きたとき、あなたに必要な備えが何かを考えるきっかけとして、ぜひ活用してください。



特設HP

1 選ぶ

9月上旬から順次、みなと防災用品カタログを発送します。カタログが届いたら、あなたと一緒に住む家族が安心して在宅避難するために必要なものを考え、選んでください。



2 申し込む

特設HPまたは専用ハガキで申し込みます。

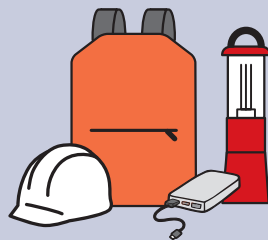
申請期間
12月11日
(金)まで



専用ハガキ

3 届く

品物が届いたら、使い方を確認する等、いざという時にスムーズに使用できるようにしておきましょう。



問い合わせ みなと防災用品カタログコールセンター ☎0120-101-545

受付時間: 祝日、年末年始を除く月～金曜 午前9時～午後5時、令和9年3月31日(水)まで
(11月14日(土)～12月11日(金)は土日・祝日も受け付け)

何を選んだらいいかわからない…

相談窓口を利用ください

住居環境や家族構成等を考慮して、必要な防災用品のアドバイスをを行います。

対象 どなたでも
とき・ところ 表のとおり
申し込み 当日直接会場へ。

総合防災訓練やみなと区民まつりでも、相談ブースを設置します。

表

とき		ところ
10月5日(月)～7日(水)	午前10時～午後4時	麻布区民センター会議室
10月13日(火)～15日(木)		港区役所5階会議室
10月21日(水)		赤坂地区総合支所2階大会議室
10月22・23日(木・金)		赤坂区民センター研修室
10月26日(月)～28日(水)		高輪区民センター会議室
11月4日(水)～6日(金)		男女平等参画センター多目的室1(みなとパーク芝浦2階)
11月11日(水)～13日(金)		台場区民センター第1集会室

こちらも重要

室内の震災対策

家具転倒防止器具等を無償で支給しています

世帯人数のポイント数に応じた器具を支給します。高齢者のみの世帯等、自力で器具を取り付けることが困難な世帯には、取り付けも支援します。



港区HP

POINT

過去の申請履歴をリセット。助成を受けたことのある世帯も、もう一度申請できます。

感震ブレーカーの設置費用を補助しています

未設置の世帯を対象に感震ブレーカーの機器購入費・工事費を補助します(補助上限額あり)。



港区HP

感震
ブレーカー
とは?

地震を感知すると自動的にブレーカーを落とし、電気を止める装置です。

防災情報を しっかり チェック

- 港区防災ポータルサイト
- 港区防災情報メール
- 港区公式SNS
- 港区防災アプリ
- 港区防災ラジオ



港区防災
ポータルサイト

断水時に 水を配る場所を チェック

区内の災害時給水
ステーション

- 芝給水所
- 都立青山公園
- シティハイツ桂坂

このマークが目印



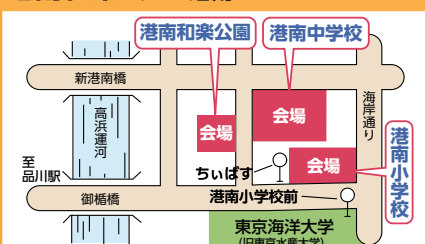
都水道局HP

令和8年度総合防災訓練を実施します。動きやすい服装で、当日直接会場へお越しください。

● 小雨決行 ● 手話通訳・英語通訳あり

港南会場 10月31日(土)

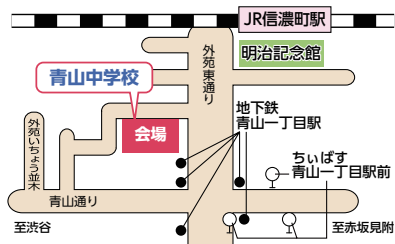
港南小・中学校 港南4-3-28、港南4-3-3
港南和楽公園 港南4-2-18



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1日(日)

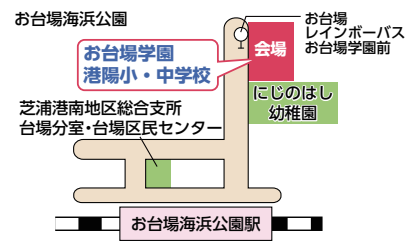
青山中学校 北青山1-1-9



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

台場会場 11月7日(土)

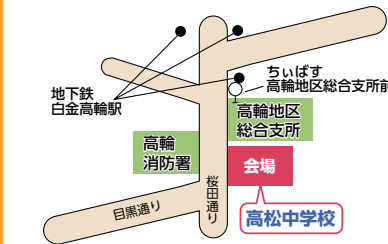
お台場学園(港陽小・中学校) 台場1-1-5



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

高輪会場 11月8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

「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戦略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。

区長室戦略広報係 ☎3578-2036





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



港区

崖・よう壁の注意点

以下のような崖・よう壁は、注意が必要です。

崖

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



よう壁

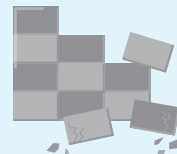
- 排水設備がないもの
- 水抜き穴がない、数が少ない、または詰まっているもの
- 基礎の沈下があるもの
- 亀裂・傾斜・膨らみがあるもの
- 増し積みをしたもの
- 風化が著しいもの 等

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。

ブロック塀の注意点

以下のようなブロック塀は、注意が必要です。

- 亀裂・ぐらつき・傾斜があるもの
- 擁壁が3.4メートル以内でないもの
- よう壁や石積みの上にあるもの 等



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利用してください。

建物の外壁や窓ガラス等の落下にも注意してください



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、維持管理を心がけましょう。

問い合わせ

建築課構造・耐震化推進係 ☎3578-2295・2845

「手話言語の国際デー」にブルーライトアップを行います



INTERNATIONAL DAY
OF SIGN LANGUAGES

「手話言語の国際デー」
ロゴマーク

毎年9月23日は国際連合が定めた「手話言語の国際デー」です。また、令和7年6月に「手話に関する施策の推進に関する法律(手話施策推進法)」が施行され、9月23日を「手話の日」にすることが定められました。

令和8年は「ろう者人権宣言」をテーマとして、手話が言語であることを、区民を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」「手話の日」に合わせて、ブルーライトアップを行います。



とき 9月18日(金)～23日(水・祝) 日没～午後11時59分
ところ 新橋駅西口広場のSL

問い合わせ 障害者福祉課障害者福祉係
☎3578-2670

港区議会定例会

令和8年第3回定例会は、9月10日(木)から開かれます。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)および港区議会でご覧になれます。

また、各区民センター・各区立図書館・各いきいきプラザ等、区の各施設でも議案の概要をご覧になれます。

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」からご覧になれます。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になれます。



港区議会

問い合わせ 区議会事務局議事係 ☎3578-2915

令和8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。新たに対象となる人には、9月上旬以降順次、日本年金機構からお知らせが届きます。**9月30日(水・必着)**までに、同封のはがきに必要事項を明記の上、日本年金機構へ提出してください。電子申請でも提出できます。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。



日本年金機構



問い合わせ

給付金専用ダイヤル ☎0570-05-4092(ナビダイヤル)
※050で始まる番号からかける場合 ☎5539-2216
港年金事務所 ☎5401-3211

担当課 国保年金課国民年金係

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(火)～30日(水)

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



10月開始 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
- 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
(みなとパーク芝浦2階)
- 費用** 無料
- 申し込み** 9月10日(木)までに、電話または直接、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

表1 一般介護予防事業・各種教室一覧

区分	事業名	定員(人)	曜日・時間	開始日
一般介護 予防事業	やわらかボール体操教室※1	20	金曜 午前11時30分～午後0時30分	10月2日
	腰痛予防改善教室	20	金曜 午後3時30分～4時30分	10月2日
	健康サーキットトレーニング	20	月曜 午後3時30分～4時30分	10月5日
	はじめてのスイーツ教室※2	12	月曜 午後2時～3時30分	10月5日
各種教室	ラクっちゃマシントレーニング	6	木曜 午前11時30分～午後0時30分	10月1日
	ハーマナイズ体想	22	日曜 午前10時～11時	10月4日
	自宅でオンラインエクササイズ	15	火曜 午後4時～5時	10月6日
	ラクっちゃコア	22	月曜 午前11時30分～午後0時30分	10月19日

※1 65歳以上の人が対象です。
※2 事業に参加したことがない人が対象です。材料費の自己負担があります。

担当課 高齢者支援課介護予防推進係

東京都シルバーパス
購入費助成



10月1日以降から有効となる東京都シルバーパスを1万2000円で購入した人に、購入費の一部を助成します。

- 問い合わせ** 東京都シルバーパス購入費助成コールセンター
(受付時間:祝日を除く月～金曜午前9時～午後5時、
12月28日(月)まで) ☎0120-782-320

- 対象** 満70歳以上で、令和8年度の住民税が課税、かつ令和7年の合計所得金額が135万円超の区民(申請日時点)
- 助成額** 1万1000円
- 申し込み** 10月1日(木)～令和9年3月31日(水)に、港区HPの申し込みフォームまたは郵送で、お申し込みください。

申請に不安がある人は、各総合支所区民課保健福祉係・各地区高齢者相談センターの窓口で受け付けます。

申請書は、港区HPからダウンロードできます。また、10月1日(木)から、申請書・郵送申請用の封筒を各総合支所区民課保健福祉係・各地区高齢者相談センターで配布します。必要書類等について詳しくは、港区HPをご覧ください。



港区HP

担当課 高齢者支援課在宅支援係

10月4日開催 / 認知症フェスティバル

認知症は誰もがなり得るものです。認知症のある人やその家族の意見を取り入れながら、一人一人が身近なこととして考え、共に支え合い、誰もが安心して自分らしく暮らし続けられるまちをめざして開催するイベントです。

- 対象** どなたでも
- とき・ところ・内容・定員・申し込み** 表2のとおり
- 費用** 無料



提供:©2025「父と僕の終わらない歌」製作委員会

- 問い合わせ** 高齢者支援課高齢者相談支援係
☎3578-2316

その他大学生・院生によるイベント、みんなとオレンジカフェテライト、子ども向けのイベント、スタンプラリー等があります。詳しくは、港区HPやちらしをご覧ください。



港区HP

表2 認知症フェスティバル

内容	とき	ところ	定員(申込順)	申し込み※
第一部 ●開会宣言 ●認知症の当事者とオレンジドクターによるトークセッション「認知症になっても人生は続く～当事者と医師が語る自分らしく生きるためのヒント～」 登壇者 安田 淳氏(医師、芝浦アイランド内科クリニック) ●映画「父と僕の終わらない歌」	午前10時～午後0時20分 (午前9時40分開場)	リーブラホール (みなとパーク芝浦1階)	180人	9月2日(水)午後2時～
第二部 ●区長挨拶 ●ピッチリレー(5人の区民が認知症について語ります) ●講演会「認知症のある人と家族を地域で支える～認知症とともに生きるまちを目指して～」 講師 加藤 伸司氏(認知症介護研究・研修仙台センター長)	午後2時～4時 (午後1時40分開場)	リーブラホール (みなとパーク芝浦1階)	180人	9月2日(水)午後2時～
認知症AR体験会 ARゴーグルを装着して、認知症のある人が日常生活の中でどのように物事を見たり感じたりしているのかを体験します。	(1)午前10時～ (2)午前10時30分～ (3)午前11時～ (4)午前11時30分～ (5)正午～ (6)午後0時30分～	男女平等参画センター 学習室B (みなとパーク芝浦2階)	各12人	9月2日(水)午後3時～
脳活ライフスタイル向上セミナー (セミナー主催:芝信用金庫) ●脳・認知症の基礎知識・予防改善 ●映画「僕がジョンと呼ばれるまで」上映と後日談	午後0時50分～3時30分 (午後0時25分開場)	介護予防総合センター 研修室 (みなとパーク芝浦2階)	90人	9月2日(水)午後3時～

※申し込み共通事項:10月1日(木)午後5時までに、申し込みフォームまたは電話で、みなとコール(受付時間:午前9時～午後5時)へ。

☎5472-3710

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。



子育て関連情報



家事の負担軽減で
子育てを応援

MINATO家事^{プラス} (子育て家庭向け家事支援事業)
を開始します

10月1日利用開始

対象

満3歳～小学1年生の子どもを養育している区民
家庭にホームヘルパーが訪問し、食事の支度や
掃除・洗濯・買い物等の日常的な家事をお手伝
いします。

内容

申し込み方法等について詳しく
は、港区HPをご覧ください。



港区HP

費用

1時間当たり2250円
※住民税非課税世帯等は
負担軽減があります。

利用上限

子ども1人当たり年36時間

問い合わせ

子ども家庭支援センター子ども家庭サービス係
☎5962-7201



お困りのことを
話してみませんか

教育相談をご利用ください

学校や園に行きたがらない、大人の声かけが伝わりにくい、落ち着きがない、忘れ物が多い、友達とのトラブルが多い、些細なことで怒り出す、チック、爪かみ、夜尿の症状がある、万引き癖がある、子育てに不安がある等、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 子どもの対象年齢は？

A 18歳までです。

Q 親子で相談した方がいいですか？

A 多くはそうですが、保護者だけの相談も受け付けます。

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とめていきます。

Q 心理検査や知能検査を受けることはできますか？

A 検査だけを目的とした利用はできません。お子さんの状況に応じて必要と判断された場合に検査を案内します。まずは電話で相談してください。

Q 相談内容が他に漏れることはありますか？

A 相談された内容が漏れることはありません。



オンライン
教育相談

原則初回のみ、オンライン(Zoom)での相談も可能です。

詳しくは、電話で問い合わせください。



申し込みフォーム

問い合わせ

教育センター ☎5422-1545



企業と環境展 ～親子で学べる環境イベント～

みなと環境にやさしい事業者会議の会員企業がお届けする環境に関する体験型ワークショップです。見て聞いて作って遊んで、親子で楽しく環境について学びましょう。

詳しくは、みなと環境にやさしい事業者会議(mecc)HPをご覧ください。

対象・とき・内容・定員 表のとおり

ところ 六本木ヒルズ ヒルサイド2階 ヒルズ カフェ/スペース(六本木6-10-1)

申し込み 9月30日(水)までに、申し込みフォームから、お申し込みください。

表

	とき	内容	対象	定員(抽選)
10月17日(土)	午前10時30分～11時30分	オリジナルスケッチブック作成	小学生 (保護者 同伴必須)	20組
	午後1時～2時	都会で見られる身近な鳥や、六本木ヒルズの屋上庭園をのぞいてみよう！		15組
	午後5時～6時	好きな香りでバスボム(泡のでの入浴剤)をつくろう		10組
10月18日(日)	午前10時30分～11時30分	“カプセルはんこ”エコ工作ワークショップ		20組
	午後1時～2時	レジ袋で「組みひも」を作ろう		20組
	午後3時～4時	Mei先生と一緒に“Growing More Greens Together!” ーグリーンを育てようー		20組



申し込みフォーム



meccHP

問い合わせ みなと環境にやさしい事業者会議(mecc)事務局 ☎6806-9280

担当課 環境課地球環境係



お知らせボード

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

※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

赤坂・青山 Meet upプロジェクト

赤坂・青山地域に在住・在勤・在学しているさまざまな国籍の人が、地域の一員として地域活動に参画し、日本人参加者と交流するプロジェクトです。令和8年度は「地域の魅力」をテーマに、グループワークや体験を通して、日本人と外国人で課題を共有しながら解決策を考え、地域参画につなげる講座を行います。

※(1)赤坂・青山地域に在住・在勤・在学の日本国籍の人(2)赤坂・青山地域に在住・在勤・在学の外国籍の人※講座は「やさしい日本語」で行います。

時 第1回:10月3日(土)午後2時～4時(毎月1～2回程度、原則土・日曜・全6回)※1回のみ参加も可能です。第2回以降の日程や内容等は、港区HP等でお知らせします。

所 赤坂地区内(開催ごとに異なります。)

内 まち歩き・ワークショップ等(講座4回・地域イベント参加2回)

人 各20人(抽選)

申 9月16日(水)までに、港区HPの申し込みフォームから、お申し込みください。



問 赤坂地区総合支所協働推進課地区政策担当 ☎5413-7013

芝浦運河クルーズ

※区内在住・在勤・在学者

時 9月27日(日)1・2便:午前9時45分、3・4便:午前10時20分集合

所 新芝運河(田町駅東口)他(詳しくは、案内状を郵送します)

内 芝浦地区内の運河を1周(乗船時間約25分)

人 各35人(抽選)

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

☎5472-3710

問 芝浦港南地区総合支所協働推進課協働推進係 ☎6400-0031

芝浦中央公園ドッグランイベント「愛犬個別相談会」

※みなとドッグラン利用登録者

時 9月5日(土)午前10時～11時

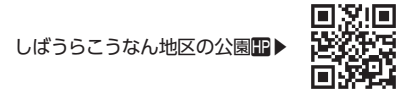
所 芝浦中央公園B面バラ園内

内 英国ペット・ドッグ・トレーナーズ協会認定トレーナーへの個別相談(1人15分)

人 8人(申込順)※1人につき犬1頭

申 電話または直接、芝浦中央公園管理事務所へ。 ☎6433-2562

詳しくは、しばうらこうなん地区の公園HPをご覧ください。



第4回港区役所ロビーコンサート

※どなたでも

時 9月10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。

問 地域振興課文化芸術振興係 ☎3578-2523

国際文化紹介展示「世界のマーケット」

世界各地の市場と、そこに集まる人々の様子を写真で紹介します。

時 9月14日(月)～28日(月)午前11時～午後8時

所 東京ミッドタウン ガレリア2・3階(赤坂9-7-1)

協力大使館等(国名略称)

アルゼンチン・エクアドル・エリトリア・オーストリア・ガーナ・キプロス・グアテマラ・スロバキア・セルビア・パキスタン・バーレーン・ハンガリー・フィリピン・フィンランド・フランス・ポルトガル・モロッコ・レソト

問 地域振興課国際化推進係 ☎3578-2046

スロバキア大使館主催「ČA ROVNÉ OSTROHY in Tokyo/チャロヴネー・オストロヒ東京公演」

舞踊パフォーマンスをお楽しみください。

※どなたでも

時 9月17日(木)午後6時30分～7時30分(午後6時開場)

所 高輪区民センター

人 150人(会場先着順)

申 当日直接会場へ。

問 スロバキア大使館(受付時間:月～金曜午前10時～午後4時)

☎3451-2200

メール:naoko.takano@mzv.sk

担 地域振興課国際化推進係

ハンガリー大使館主催「バルトークとハンガリー音楽ーハンガリーの響きに出会うフレイ・バラージュ レクチャーコンサート」

※12歳以上どなたでも

時 9月18日(金)午後6時30分～8時(午後6時開場)

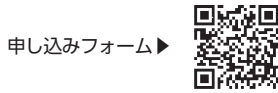
所 リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)

内 ハンガリーから来日するピアノ

ストの演奏とトーク

人 150人(抽選)

申 9月8日(火)午前10時までに、申し込みフォームから、お申し込みください。



問 地域振興課国際化推進係 ☎3578-2046

青年海外派遣事業事前研修(一般聴講)

※どなたでも

時 (1)9月20日(日)午前11時～正午(2)9月20日(日)午後1時～2時(3)10月4日(日)午前11時～午後0時30分

所 オンライン(Zoom)

内 講義を通じ、パリの食文化や多文化共生社会、まちづくりについて学びます。

人 各100人(申込順)

申 (1)(2)9月16日(水)(3)9月30日(水)までに、港区HPの申し込みフォームから、お申し込みください。



問 地域振興課国際化推進係 ☎3578-2308・2565

消費者講座②「知る・備える・くらしに活かす」

とき	内容
9月26日(土)	ポチっとクリックする前に！ネット広告や表示の注意点
10月3日(土)	知って得する活用術！AIの実務的活用法
10月10日(土)	10年後、後悔しない！生活設計と資産運用
10月17日(土)	今日からできる食の見極め術！大人の食育
10月24日(土)	「まさか…」を防ぐ！最新旅行のトラブル事例

いずれも午後1時30分～3時30分(全5回)※後日、動画視聴による受

8ページへつづく

夜間・休日診療

診療時間

診療時間

港區HP

●担当医療機関は変更になることがあります。最新情報は港区HPをご覧ください。

●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6日(日)

9月13日(日)

六本木北浜診療所(内)	六本木6-1-20 六本木電気ビル2階	☎3402-0792
東京都済生会中央病院(内・外)	三田1-4-17	☎3451-8211
東京港診療所西原歯科医院(歯)	海岸3-9-5 福利厚生センター2階	☎3454-1551
えのもと歯科医院(歯)	北青山2-13-3 榎本ビル202	☎5410-8878
★きつかわクリニック(内)	芝5-31-16 YCC田町ビル5階	☎3451-1731
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
曽根田歯科診療室(歯)	三田1-2-16 プラザ麻布ビル1階	☎3451-7200
六本木ヒルズ西堀歯科(歯)	六本木6-10-1 六本木ヒルズウェストウォーク6階	☎5772-8668
★竹芝水辺のクリニック(内)	海岸1-10-30 アトレ竹芝タワー棟3階	☎3432-3232

休日窓口の電話相談室
(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)

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)

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)☎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 ※区内在住者に限ります。

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

当番薬局

日曜・祝日
年末年始

午前9時～午後10時15分

港区薬剤師会HP(休日調剤当番薬局)

7ページからつづく

講も可
所 消費者センター(みなとパーク芝浦2階)
人 30人(申込順)※手話通訳あり(9月17日(木)までに、ファックスでお申し出ください)・保育あり(1歳～就学前、4人、申込順。9月17日(木)までにお申し出ください)
日 9月25日(金)までに、港区HPの申し込みフォームまたは電話で、消費者センターへ。



問 消費者センター
☎3456-4159 FAX3453-0458

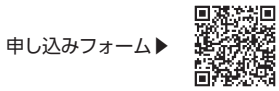
ひきこもり家族の居場所

ひきこもりに悩む家族が集まり、悩みや不安を分かち合い、交流できる場です。
対 ひきこもりでお悩みの家族(本人または家族が区民)
時・因 いずれも午後1時30分～3時30分(途中参加・退出可)

とき	内容
9月27日(日)	親世代と子世代の価値観の違い※
10月24日(土)	親の良かれと子の願い(本人の言動には本人なりの理由がある)
11月28日(土)	医療や保健の専門家につなぐとき

※男性・女性に分かれます

所 芝浦区民協働スペース(みなとパーク芝浦1階)
人 各20人(申込順)
日 各開催3日前までに、申し込みフォーム・電話またはファックスで、参加を希望する日・氏名・電話番号・住所を、(社福)港区社会福祉協議会地域福祉係へ。



☎6230-0281 FAX6230-0285

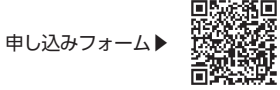
在宅療養に関する出張相談会

看護師・保健師等の専門相談員が相談に応じます。
対 区民とその家族
時 9月18日～12月18日(毎月第3金曜)午後1時～3時※1人20分程度
所 高輪地区総合支所
人 各3人(申込順)
日 電話で、港区在宅療養相談センター(受付時間:祝日を除く月～金曜午前9時～午後5時)へ。
☎6435-0758

「ユマニチュード®」家族介護者向け講座

介護に必要な知識と具体的なケア技術の基本を学び、ワークショップ(練習)も行います。また、介護場面での参加者の困りごとについて、一緒に対応を考えます。
対 区内在住・在勤で、認知症のある人の介護に携わる、両日受講できる人
時 10月3・31日(土・全2回)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 20人(抽選)
日 9月18日(金)までに、申し込みフォームまたは電話で、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



問 高齢者支援課高齢者相談支援係
☎3578-2316

つどいましょう、語りましょう。わたしの思い。

対 認知症のある人や物忘れが気になる人、その家族や友人等
時 9月10日(木)午後2時～4時
所 区役所11階職員食堂レストラン・ポート
日 当日直接会場へ。
問 高齢者支援課高齢者相談支援係
☎3578-2316

みんなの福祉用具祭りin白金台

対 区民
時 9月15日(火)午前10時～午後4時
所 白金台いきいきプラザ
内 杖や歩行器、手すり等福祉用具の展示・体験
日 当日直接会場へ。
問 白金台いきいきプラザ
☎3440-4627

誰でも学べるAED講習

芝消防署の協力のもと、AEDの使い方や心停止時の対応を学びます。
対 区内在住・在勤・在学者
時 9月15日(火)、10月20日(火)、11月19日(木)、12月22日(火)いずれも午後7時～8時(午後6時30分開場)
所 みなと保健所8階会議室
人 各50人(申込順)
日 各開催3日前までに、申し込みフォームから、お申し込みください。



問 生活衛生課庶務係
☎6400-0041

がんを患った人や家族のためのくつろぎカフェ

対 がん患者とその家族
時 10月13・27日(火)いずれも午後1時30分～3時30分
所 がん在宅緩和ケア支援センター
日 当日直接会場へ。
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。



問 がん在宅緩和ケア支援センター
☎6450-3421

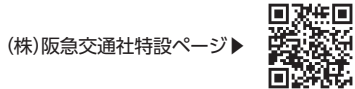
家族会

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 区民で、こころの病気がある人の家族
時 10月7日(水)午後1時30分～3時30分
所 みなと保健所5階会議室
日 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、申込順。9月30日(水)までに、お申し出ください) ☎6400-0084

あきる野環境学習「野菜の収穫とジオ情報室見学」

対 3歳以上の区民※小学生以下は保護者同伴必須
時 10月18日(日)午前8時～午後5時30分頃※午前7時40分区役所集合、往復バスで移動
所 あきる野市
人 40人(抽選)
費用 1人につき2500円
日 9月15日(火)までに、電話またはファックスで、(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。



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

有栖川宮記念公園池の生物調査ボランティア

汚れても良い服・長靴を着用してください(胴長をお持ちの人は持参してください)。
対 中学生以上の区内在住・在勤・在学者
時 9月27日(日)午前9時～午後3時(雨天の場合は10月3日(土)に延期)
所 有栖川宮記念公園
人 10人程度(抽選)
日 9月15日(火)までに、申し込みフォームから、お申し込みください。



問 環境課緑化推進担当
☎3578-2331

人権連続講座みなと2026

対 どなたでも
時 (1)10月14日(水)午後6時30分～9時(2)10月23日(金)午後1時30分～4時30分
所 東京都人権プラザ(芝2-5-6芝256スクエアビル1階)他
内 (1)映画「新・あつい壁」上映と解説:「らい予防法」廃止から30年(2)人権・平和まち歩き(近世から近代へ:人権の歴史をたどる[港区編])
講師 (1)大高 俊一郎氏(国立ハンセン病資料館)(2)(公財)東京都人権啓発センター専門員
人 (1)40人(2)30人(いずれも申込順)※(1)のみ保育あり(4カ月～就学前、5人程度、申込順。申込時にお申し出ください)
日 (1)10月7日(水)(2)10月15日(木)までに、申し込みフォームまたは電話で、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
ファックスの場合は、参加者氏名・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



(1)申し込みフォーム▶



◀(2)申し込みフォーム

問 総務課人権・男女平等参画係
☎3578-2027

リーブラ主催講座「性の多様性を広めるみなとカラフル広場[るりあん]ジェンダー・セクシュアリティについて 大学生活から考えよう!『誰もが過ごしやすい環境』をつくるには」

対 どなたでも
時 10月4日(日)午後2時～4時
所 男女平等参画センター(みなとパーク芝浦2階)
人 20人(申込順)
日 男女平等参画センターHPの申し込みフォーム・電話・ファックスまたは直接、男女平等参画センターへ。
☎3456-4149 FAX3456-1254



日本の伝統文化「書道」～あなたの書が芸術になります～

対 区内在住・在勤・在学者
時 10月3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 1000円(会員は700円)
日 9月18日(金)までに、港ユネスコ協会HPの申し込みフォームから、お申し込みください。



港ユネスコ協会HP▶

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
問 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係

第3回国際理解講演会「耳からウロコのオペラ再発見蝶々夫人」

テノールの実演とピアニストの楽曲分析で、名作の核心に迫ります。
対 中学生以上どなたでも
時 11月7日(土)午後2時～4時
所 リーブラホール(みなとパーク芝浦1階)
人 150人(申込順)
日 港ユネスコ協会HPの申し込みフォームから、お申し込みください。



港ユネスコ協会HP▶

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
問 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係

私たちの身近で生きる樹木を学ぼう!

科学館の周辺の樹木を樹木医の先生と一緒に観察してみましょう。
対 小学生以上どなたでも※小学3年生以下は保護者同伴必須
時 9月23日(水・祝)(1)午前10時30分～11時30分(2)午後2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。

～3時30分
所 みなと科学館
講師 菊地 仁司氏(樹木医)
人 各回18人(会場先着順)
申 当日直接会場へ(各開始時刻30分前から整理券を配布します)。



問 みなと科学館 ☎6381－5041



ほのぼの作品展

手工芸・絵画・書道等の作品を募集し、展示します。
対 60歳以上の区民
時 10月7・8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 9月14日(月)～30日(水)に、直接、いずれかの展示開催施設へ。
問 各開催場所 ☎欄外参照

大人男性のためのメンズ講座～アロマで整える～

香りが心と体に与える効果を学ぶ他、アロマスプレーを作ります。
対 60歳以上の男性の区民
時 9月24日(木)午後2時～3時30分
所 虎ノ門いきいきプラザ
人 16人(抽選)
費用 1500円(材料費)
申 9月13日(日)までに、電話または直接、虎ノ門いきいきプラザへ。当選者のみ、9月14日(月)以降に電話で連絡します。 ☎3539－2941

カネフラ～男性のためのフラダンス教室～

対 おおむね50歳以上の男性の区民
時 10月3日～令和9年3月20日(令和9年1月2日を除く毎月第1・3土曜・全11回)午後6時～7時
所 三田いきいきプラザ
人 10人(抽選)
申 9月20日(日)までに、電話または直接、三田いきいきプラザへ。当選者のみ、9月21日(月・祝)以降に電話で連絡します。
☎3452－9421

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します。
対 おおむね50歳以上の区民
時 (1)10月12日～令和9年3月8日(毎月第2月曜・全6回)(2)10月27日～令和9年3月23日(毎月第4火曜・全6回)いずれも午後1時30分～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16人(初めての人優先で抽選)
費用 いずれも1万200円(材料費・全6回分)
申 9月18日(金)までに、電話または直接、希望する実施施設へ。当選者のみ、9月19日(土)以降に電話で連絡します。※重複申し込み不可
(1)☎3436－2500

(2)☎3539－2941
対 認知症予防 頭からだにe(良い)スポーツ体験会
対 50歳以上の区民
時 9月30日(水)午後2時～4時
所 麻布いきいきプラザ
対 大学生講師との世代間交流
人 14人(申込順)
申 電話または直接、麻布いきいきプラザへ。 ☎3408－7888

簡単手芸を楽しむちりめん細工教室(古布手芸)

対 50歳以上の区民
時 10月13日、11月10日、12月8日(火・全3回)午前10時～正午
所 南麻布いきいきプラザ
人 8人(初めて参加する60歳以上の人優先で抽選)
費用 2000円(材料費)
申 9月10日(木)までに、電話または直接、南麻布いきいきプラザへ。 ☎5232－9671

はじめようゴルフ！いつからでもできるゴルフベーシック講座&ステップアップ講座

対 60歳以上の区民で、全ての講座に参加可能な人
時 10月6日～11月24日(毎週火曜・全8回)午後3時～4時30分
所 青山いきいきプラザ
対 スポンジボールを使い、体育館で座学・実技レッスンを行います。(1)ベーシック講座(2)ステップアップ講座
人 各8人(いずれも抽選)
費用 1000円(テキスト代)
申 9月15日(火・必着)までに、郵送で、往復はがきの往信面に希望の講座名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を、返信面に申込者の郵便番号・住所・氏名を明記の上、〒107－0062南青山2－16－5 青山いきいきプラザへ。※重複申し込み不可
問 青山いきいきプラザ ☎3403－2011

世界を駆け回るジャズピアニスト～ジャズピアノコンサートIN豊岡～

対 60歳以上の区民
時 9月21日(月・祝)午後2時～3時30分
所 豊岡いきいきプラザ
人 30人(申込順)
申 電話または直接、豊岡いきいきプラザへ。 ☎3453－1591

足の測定会と相談会～自分の足をよく知りましょう～

対 60歳以上の区民
時 (1)9月28日(月)(2)10月5日(月)いずれも①午後1時～②午後2時～③午後3時～(各回1時間)
所 神応いきいきプラザ
人 各5人(抽選)
申 9月15日(火)までに、電話または直接、神応いきいきプラザへ。当選者のみ、9月18日(金)以降に電話

で連絡します。※重複申し込み不可
☎5422－8848

水中ウォーキングエクササイズ教室・初級アクアビクス教室

対 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 (1)水中ウォーキングエクササイズ①10月7日～12月9日(毎週水曜)②10月4日～12月13日(11月22日を除く毎週日曜)いずれも全10回午前9時20分～10時5分(2)初級アクアビクス教室①10月5日～12月21日(10月26日・11月16日を除く毎週月曜)②10月2日～12月4日(毎週金曜)③10月3日～12月5日(毎週土曜)いずれも全10回午前9時20分～10時5分
所 港南いきいきプラザ
人 各12人(抽選)
申 9月13日(日)までに、直接、申込書に必要事項を明記の上、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。※重複申し込み不可
☎3450－9915

第37回フランス料理昼食会

対 70歳以上で1人暮らしの区民(令和8年10月1日時点)
時 11月12日(木)午前11時30分～午後1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 46人(抽選)
申 9月30日(水・必着)までに、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、〒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・地域活動支援係昼食会担当へ。 ☎6230－0284

芝の江戸カフェ「琉球王国と薩摩藩」～薩摩の琉球入り、そして家康は…～

対 おおむね60歳以上の男性の区民
時 9月27日(日)午前10時～正午
所 芝区民協働スペース
人 40人(申込順)
申 9月25日(金)までに、電話で、芝地区高齢者相談センターへ。 ☎5232－0840

みんなで考える認知症～できることってなんだろう～

対 65歳以上の区民とその家族
時 9月16日(水)午後2時～4時
所 白金台区民協働スペース
人 30人(申込順)
申 電話または直接、高輪地区高齢者相談センターへ。 ☎3449－9669

はり・マッサージサービス

対 65歳以上の区民
時 10月13・14日(火・水)
所 赤坂いきいきプラザ

人 各30人(申込順)
費用 1000円(利用料)
申 9月10日(木)午後5時までに、電話で、赤坂いきいきプラザへ。 ☎3583－1207

あたまの元気度チェック

対 50歳以上の区民
時 10月1日(木)(1)午前10時(2)午後1時(3)午後3時(各90分程度)
所 介護予防総合センター(みなとパーク芝浦2階)
対 対面で10分程度の記憶力チェック、頭と体を同時に使う運動、認知症支援コーディネーターによる個別相談(希望者のみ)
人 各15人(申込順)
申 9月28日(月)までに、港区HPの申し込みフォームまたは電話で、みなとコール(午前9時(初日は午後3時)～午後5時)へ。 ☎5472－3710



問 高齢者支援課高齢者相談支援係 ☎3578－2316



障害者のための「タブレットパソコン教室」

時 (1)10月2日～23日(毎週金曜・全4回)(2)10月6日～27日(毎週火曜・全4回)いずれも午前10時45分～午後0時15分
対 (1)タブレットの基本操作(2)タブレットを活用しよう
人 各10人(抽選)

障害者のための「リフレッシュ体操教室」

時 10月6日～令和9年3月16日(毎月第1・3火曜、11・2月は第3火曜日のみ、全10回)午後1時45分～3時30分
人 10人程度(抽選)

●共通事項
対 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 9月15日(火)までに、電話・ファックスまたはメールで、講座名・氏名・連絡先を明記の上、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

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)

10ページへつづく

◆「ほのぼの作品展」開催場所◆ 三田いきいきプラザ☎3452－9421 神明いきいきプラザ☎3436－2500 虎ノ門いきいきプラザ☎3539－2941 南麻布いきいきプラザ☎5232－9671 ありすいきいきプラザ☎3444－3656 麻布いきいきプラザ☎3408－7888 西麻布いきいきプラザ☎3486－9166 飯倉いきいきプラザ☎3583－6366 赤坂いきいきプラザ☎3583－1207 青山いきいきプラザ☎3403－2011 青南いきいきプラザ☎3423－4920 豊岡いきいきプラザ☎3453－1591 高輪いきいきプラザ☎3449－1643 白金いきいきプラザ☎3441－3680 白金台いきいきプラザ☎3440－4627 神応いきいきプラザ☎5442－8848 港南いきいきプラザ☎3450－9915 芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ☎5443－7338 台場高齢者在宅サービスセンター☎5531－0520

9ページからつづく

視覚障害者のための「パソコン教室」

☎ 18歳以上で身体障害者手帳(視覚障害)1～6級を持っている区民
時 10月7日～12月2日(毎週水曜・全9回)午前10時45分～午後0時15分
所 障害保健福祉センター
☎ 画面表示の工夫と音声ソフトの体験
人 3人(抽選)
日 9月15日(火)までに、電話・ファックスまたはメールで、講座名・氏名・連絡先を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。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



子ども防災フェス

☎ 区内在住・在学のお子さんとその保護者
時 9月27日(日)午前11時～午後3時
所 高輪コミュニティぷらざ
☎ クイズ形式で防災を学んだり、防災食の試食ができる他、モンッチによる防災講座を行います。
日 当日直接会場へ。
☎ 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)

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・在勤者の小学生以上18歳以下のお子さんとその保護者
時 10月13日(火)※時間はお問い合わせください。
所 みなと保健所2階
☎ 電話で、健康推進課地域保健係 ☎6400-0084
または各総合支所区民課保健福祉係へ。 ☎欄外参照
※保育あり(4カ月～就学前。10月6日(火)までに、健康推進課地域保健係へお申し出ください)

がんと診断をうけた親とその子どものための「いろカフェ」

☎ がんと診断をうけた親と小学生のお子さん(未就学児はご相談ください)
時 10月17日(土)午後2時～3時30分
所 がん在宅緩和ケア支援センター
人 10組(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。

がん在宅緩和ケア支援センター☎



☎6450-3421 FAX6450-3583

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で、還付までがスピーディー等のメリットがあります。
☎ 〇個人住民税の特別徴収について
税務課課税係 ☎3578-2600～7
OeLTAXについて
eLTAXヘルプデスク ☎0570-081459

Oe-Taxについて
e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570-01-5901

国税庁☎



令和8年度第1回港区成年後見制度利用促進協議会を開催します

区の成年後見制度に関する適切な運用を目的に、関係機関との連携および情報共有を図ります。
☎ どなたでも傍聴可
時 10月26日(月)午後6時30分～8時
所 麻布区民協働スペース
人 10人程度(会場先着順)※保育あり(4カ月～就学前。10月2日(金)までに、電話で、お申し出ください)
☎ 当日直接会場へ。
☎ 保健福祉課保健福祉総合調整係 ☎3578-2328

総合的な福祉サービス利用援助事業をご活用ください

福祉サービスの利用手続きや日常のお金の出し入れ、支払い等を、(社福)港区社会福祉協議会の職員が手伝います。
☎ 高齢・障害等により福祉サービスの利用援助が必要な、自分の意思で契約できる区内の在宅生活者
☎ (1)福祉サービスの利用援助(2)日常的金銭管理サービス(3)書類等の預かりサービス
費用 (1)(2)1回1時間まで1700円、以降30分単位で800円加算(3)1カ月700円※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。
☎ (社福)港区社会福祉協議会権利擁護推進係権利擁護センターサポートみなと ☎6230-0283

国民健康保険加入者へ特定健康診査受診勧奨を実施します

☎ 4月1日現在、港区国民健康保険加入者で、40～75歳未満の人
☎ 7月から実施している特定健康診

査の未受診者等を対象に、受診勧奨のはがきを郵送します。
☎ 国保年金課事業係 ☎3578-2637

9月1日は「受給者証の更新日」です

「受給者証」を所持していて、引き続き資格要件を満たしている人には、8月中に新しい「受給者証」を郵送しています。9月1日以降に医療機関にかかるときは、マイナ保険証(資格確認書等も可)と一緒に提示してください。
心身障害者医療費助成制度の資格要件については、港区☎をご覧ください。

港区☎



☎ 国保年金課給付係 ☎3578-2640～2

国家戦略都市計画建築物等整備事業に関する事項の案の縦覧(霞が関・虎ノ門地区)

縦覧・意見書提出期間 9月24日(木)～10月8日(木)※閉庁時を除く
説明会 9月25日(金)午後7時～8時30分
所 御成門中学校
人 150人(会場先着順)
縦覧・意見書提出の場所については、港区☎・千代田区☎または東京都都市整備局☎をご覧ください。説明会については、港区☎をご覧ください。

港区☎



千代田区☎

東京都都市整備局☎



☎ 東京都都市整備局都市づくり政策部都市計画課 ☎5388-3225
都市計画課都市計画係 ☎3578-2215

港区ビル風対策要綱に基づく防風植栽の生育状況についての届出の閲覧

事業名 (仮称)虎ノ門一・二丁目地区市街地再開発事業
時 9月14日(月)まで※閉庁時を除く

港区環境影響調査実施要綱に基づく事後調査報告書(供用後)の閲覧

事業名 (仮称)赤坂二丁目計画
時 9月30日(水)まで※閉庁時を除く

●共通事項
所 港区☎・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

港区☎



元麻布三丁目複合施設整備計画(素案)説明会

元麻布3丁目に整備する複合施設

(弓道場・多目的室(運動スペース)・障害者グループホーム・災害対策住宅・屋上菜園等)の整備計画(素案)について説明します。
素案に対するパブリックコメント(ご意見)の募集は、9月11日(金)から開始します。

☎ どなたでも
時 (1)9月12日(土)午前10時～11時(2)9月14日(月)午後3時～4時(3)9月14日(月)午後7時～8時
所 (1)南山小学校(2)(3)麻布区民協働スペース
人 (1)20人程度(2)(3)各60人程度(会場先着順)
☎ 当日直接会場へ。
☎ 生涯学習スポーツ振興課スポーツ環境整備担当 ☎3578-2752

芝浦・港南小学校、赤坂・港陽中学校屋内プールの水深変更

幼児を対象とした「秋の水泳教室」の開催時間中のみ、水深を70センチメートル(芝浦小は80センチメートル)に変更してプールを開放します。
時 9月12日～11月28日(毎週土曜)午後1時～3時
☎ 生涯学習スポーツ振興課スポーツ振興係 ☎3578-2747

変更・休止情報等

コンビニ各種証明交付サービスの利用休止

全ての証明書が取得できません。
時 9月17日(木)終日
☎ 台場分室を除く各総合支所区民課窓口サービス係 ☎欄外参照

子育てひろばあっぱい西麻布・子どもふれあいルーム半日休館

時 10月18日(日)午前8時30分～正午
☎ 子育てひろばあっぱい西麻布 ☎5467-7175
子どもふれあいルーム ☎5467-7176

子育てひろばあっぱい赤坂半日休館

時 9月13日(日)午後1時～6時
☎ 子育てひろばあっぱい赤坂 ☎3475-3900

青山いきいきプラザ臨時休館

時 9月29日(火)終日※敬老室は区主催事業実施のため一時開館
☎ 青山いきいきプラザ ☎3403-2011

港南いきいきプラザ施設の一部休止

時 9月24日(木)～27日(日)
所 アクアルーム(シャワー含む)
☎ 芝浦港南地区総合支所管理課管理係 ☎6400-0011
港南いきいきプラザ ☎3450-9915

生涯学習施設の臨時休館

生涯学習センター
時 11月16日(月)、12月21日(月)、令和9年1月18日(月)、3月15日(月)

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。

青山生涯学習館
時 12月7日(月)、令和9年3月8日(月)
図 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係
☎3578-2744

募 集

都営住宅地元割当シルバーピア(高齢者集合住宅)あき家入居者
募集住宅(単身向け) 北青山一丁目アパート:2戸、港南四丁目第3アパート:2戸
申し込み資格 次の全てに該当する人(1)65歳以上(2)区内に引き続き3年以上居住している(3)所得が定められた基準内である(4)住宅に困っている等
入居予定 令和9年3月~10月頃

「申込みのしおり」配布期間 9月14日(月)まで
「申込みのしおり」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
☎ 9月14日(月・消印有効)までに、郵送で、「申込みのしおり」添付の封筒で指定の宛先へ。
詳しくは「申込みのしおり」をご覧ください。
図 (株)東急コミュニティー虎ノ門支店 ☎5733-0129
図 高齢者支援課高齢者施設係

区民保養施設 利用募集 (11月利用分)

☎ 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) 専用はがきは9月12日(土・必着)まで、区民保養施設予約システムは9月18日(金)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。

区民保養施設の概要▶



港区の人口

令和8年8月1日現在

総人口

27万509人
(前月比69人減)



出生等 216人 死亡等 256人
転入 2,068人 転出 2,097人

日本人 24万6,758人 (前月比7人減)
男 11万5,172人 女 13万1,586人

外国人 2万3,751人 (前月比62人減)
男 1万2,177人 女 1万1,573人

世帯数 15万5,712世帯 (前月比134世帯減)
日本人世帯数 13万9,136世帯 (前月比105世帯減)
外国人世帯数 1万3,108世帯 (前月比35世帯減)
複数国籍世帯数 3,468世帯 (前月比6世帯増)

※総数には性別不詳を含むため、男女の合計と一致しない場合があります。

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▶



港区こころといのちを支えるキャンペーン

区では、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、ぜひ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、各相談窓口のご案内しています。

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と、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)。



うつ病家族講座

対象 区内在住・在勤・在学者
とき (1)10月1日(木) 午後2時~3時30分
(2)10月13日(火) 午後1時~2時30分
ところ みなと保健所8階大会議室
内容 (1)事例から学ぶ、うつ病と双極症について
(2)支援者の対応方法
定員 各40人(申込順)※手話通訳・保育あり(4カ月~就学前、3人、申込順)。希望する人は、9月18日(金)までに、電話またはファックスで、お申し出ください。
申し込み 9月28日(月)までに、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

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、精神科医師に相談できる場を定期的に開催しています。

対象 区内在住・在勤者
とき 10月8日(木)・16日(金)・26日(月)※時間はお問い合わせください。
ところ みなと保健所2階
申し込み 電話で、健康推進課地域保健係または各総合支所区民課保健福祉係(☎10面欄外参照)へ。※保育あり(4カ月~就学前。各日1週間前までに、健康推進課地域保健係へお申し出ください)

わかちあいの会みなと

自死(自殺)で身近な人(家族や友人等)を亡くした人が、ありのままの思いを話し、支え合う場を定期的に開催しています。

対象 自死(自殺)で身近な人を亡くした人
とき 9月30日(水)午後1時30分~3時30分
ところ みなと保健所5階会議室
申し込み 当日直接会場へ。※保育あり(4カ月~就学前、2人、申込順。9月18日(金)までに、電話で、お申し出ください)

港区夜間いのちの相談ダイヤル

一人で抱え込まず、お電話ください。
受付時間 年末年始を除く毎日午後5時~9時30分
☎0570-033-202



あなたもゲートキーパーです

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気付き、声をかけ、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る「命の門番」です。

ゲートキーパー養成研修

声のかけ方や、話の聞き方のポイントを学びます。

対象 区内在住・在勤・在学者
とき 9月25日(金)午後2時~4時
ところ みなと保健所8階会議室
定員 30人(申込順)※手話通訳・保育あり(4カ月~就学前、3人、申込順)。希望する人は、9月10日(木)までに、電話またはファックスで、お申し出ください。
申し込み 9月18日(金)までに、申し込みフォームから、お申し込みください。



港区HP

港区HPでも、ゲートキーパー研修動画を配信しています。

申し込み・問い合わせ

健康推進課地域保健係 ☎6400-0084 FAX3455-4539

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

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。



港区、
たのしさ、
たまてく。



みなとPAYで秋まつりを巡ろう！

トク得スタンプラリー 2026

対象

どなたでも

とき

9月11日(金)～11月1日(日)

対象イベント

港区HPをご覧ください。

抽選結果

イベント終了後、みなとPAYアプリ上で当選者のみにお知らせします。

詳しくは、港区HPを
ご覧ください。



アプリダウンロードはこちら

 iOS

 Android

主催

港区商店街振興組合連合会

問い合わせ

産業振興課産業振興係 ☎6435-4601

内容

対象イベント会場にある二次元コードをみなとPAYアプリで読み取り、スタンプを集めます。スタンプ取得数(3・7・10個)に応じて抽選を実施し、当選者にみなとPAYポイントをプレゼントします。

1等(10スタンプ)

▶ 10000ポイント (15人)

2等(7スタンプ)

▶ 7000ポイント (20人)

3等(3スタンプ)

▶ 300ポイント (250人)



みなとPAY
イメージキャラクター
みなるん

9・10月開催

商店街イベント

イベントの開催時間や最新情報は、港区HPをご覧ください。



イベント名(商店会等名)	内容	とき	ところ
赤坂秋まつり2026 (赤坂商店街協議会(赤坂通り商店会、赤坂みすじ通り会、赤坂一ツ木通り商店街振興組合))	赤坂の飲食店等銘店が一堂に集結します。	9月11・12日(金・土)	赤坂一ツ木通り・赤坂中ノ町小路
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(27日のみ)や運河クルーズを行います。	9月27・28日(日・月)	JR田町駅東口新芝橋および運河遊歩道
第52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2・3日(金・土)	麻布いーす通り
南青山EAT&JAZZストリート(南青山外苑西通り商店会)	JAZZイベントを行います。	10月10日(土)	南青山外苑西通り商店会全域
子ども商店(港区商店街連合会)	みなと区民まつり(バザール部会)内で子どもたちが商店スタッフとして活躍する「子ども商店」を出店します。	10月10・11日(土・日)	都立芝公園
日赤通り秋まつりバザール(日赤通り商栄会)	焼きそばや焼き鳥、金魚すくい等さまざまな店が出店します。	10月11日(日)	日赤通り内
サンサン赤坂秋祭り(赤坂福樓商店会)	模擬店やステージイベントを行います。	10月17日(土)	サン・サン赤坂
青山南一商振会 百花繚乱2026フェスティバル(青山南一商振会)	ステージイベントや綱引き大会を行います。	10月18日(日)	区立青葉公園
一ツ木通りキッズハロウィン(赤坂一ツ木通り商店街振興組合)	赤坂一ツ木通りで仮装した子どもたちに菓子を配ります。	10月21日(水)	赤坂一ツ木通り
全国交流物産展in新橋(港区、港区商店街連合会、(社)港区観光協会)	区と連携している全国自治体の他、港区商店街連合会加盟商店会等が出展します。	10月28日(水)～30日(金)	新橋SL広場
青山ハッピーハロウィン(青山南一商振会、青山表参道商店会、青山三・四丁目商店会、青山一・二丁目商栄会、青山外苑前商店街振興組合)	青山地区の商店会(街)で仮装した子どもたちに菓子を配ります。	10月30日(金)	各商店会(街)参加店舗
芝ランドハロウィン in 芝・三田(三田商店街振興組合、芝神明商店会、大門振興会、芝商店会、田町センタービルピアタ会、慶応仲通り商店会)	芝・三田地区の商店会(街)で仮装した子どもたちに菓子を配ります。	10月31日(土)	各商店会(街)参加店舗
AKASAKA収穫祭・ハロウィン(赤坂通り商店会)	参加店舗を回った子どもたちに菓子を配ります。	10月31日(土)	赤坂通り商店会参加店舗
T8ハロウィン物語2026 in 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(街)で仮装した子どもたちに菓子を配ります。	10月31日(土)	各商店会(街)参加店舗
6フェス2026～ストリートで楽しむアートパフォーマンスとフード～(六本木商店街振興組合)	六本木アートナイトに連動してマーケットと路上パフォーマンスを行います。	10月31日(土)、11月1日(日)	星条旗通り(東京ミッドタウン西交差点～国立新美術館 間)

※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