広報 みなと
No.1867
平成25年（2013年） 4.11
☎ 3578-2111（区役所代表）
FAX 3578-2034（区長室広報係）
http://www.city.minato.tokyo.jp
各総合支所・分室代表電話
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(代)
発行／港区　毎月1・11・21日　発行部数120,000部　編集／企画経営部区長室　〒105-8511　港区芝公園1-5-25

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　年中無休　午前7時～午後11時

みんなでつくる住みよいまち

町会・自治会に加入しましょう!

町会・自治会は、住民の皆さんが自主的に運営する団体です。地域をきれいにする、防犯・防災に努める、催しを行って地域での交流を図り地域コミュニティを活性化する等、身近なところで活躍しています。地域の特性やニーズに応じた、きめこまやかな活動ができるのは、地域の皆さんが携わるからこそできることです。町会・自治会に加入し、安全・安心で住みやすいまち、災害時に助け合えるまちを、皆さんでつくっていきましょう。

町会・自治会の活動 その1

災害時にはご近所の助け合いが力を発揮

東日本大震災では、被災地の住民同士の助け合い、支えあいの姿が大きく報道されました。災害直後の混乱した現場では、近隣の助け合いが頼りです。町会・自治会では、**防災訓練**や防災学習を行って、地域の特性を踏まえた災害時の体制を構築し、「自分たちのまちは自分たちで守る」取り組みを実施しています。

※町会・自治会活動の一例です。

町会・自治会の活動 その2

ふれあいのあるまちに

夏の**ラジオ体操**や**おまつり**等、町会・自治会が行うイベントは、まちの風物詩となっているものが少なくありません。子どもにとっては思い出となり、大人には都会で季節を感じる機会であり、高齢者には憩いのひとときとなる、世代を超えた交流の場です。ふれあいから顔見知りが自然に増え、絆のあるまちが生まれます。また、**掲示板**や**回覧板**で生活に必要な情報や役立つ情報をお知らせしています。

町会・自治会の活動 その3

まちが安全・安心に

「割れ窓理論」をご存じですか。1つの割れた窓を放っておくと、管理されていないと思われ、周囲の窓も割られ、次第に環境や治安が悪化していく、という理論です。町会・自治会が行っている**清掃活動**、**落書き消し**や**花壇の整備**は、まちをきれいに保つだけでなく、安全・安心なまちづくりにも役立っています。私道上にある**防犯灯**を管理しているのも町会・自治会です。また、**子どもの登下校**や**高齢者の見守り**、**防犯パトロール**の実施等も、まちの防犯力を高めています。

私が住んでいるところはどの町会・自治会のエリアなのかな?

港区ホームページ
http://www.city.minato.tokyo.jp から、**お住まいの地区を選び、「町会・自治会一覧・加入案内」**をクリックすると、該当する町会・自治会がご覧になれます。

町会・自治会については、お住まいの地域の各総合支所協働推進課協働推進係へお問い合わせください。

問い合わせ
各総合支所協働推進課 協働推進係
芝地区 ☎3578-3121 FAX3578-3180
麻布地区 ☎5114-8802 FAX3583-3782
赤坂地区 ☎5413-7272 FAX5413-2019
高輪地区 ☎5421-7621 FAX5421-7626
芝浦港南地区 ☎6400-0031 FAX3452-4902

◆「広報みなと」は新聞（朝日・読売・毎日・日本経済・産経・東京）折り込みです。区の施設や、郵便局（赤坂・一ツ木通・麻布・芝・芝公園・新橋・高輪）、公衆浴場、区内のJR・地下鉄・ゆりかもめの駅、新聞販売店等に置いてある他、希望する区民の皆さんに配達しています。また、「点字広報」、「声の広報」も発行していますので、ご利用ください。
「広報みなと」は、港区ホームページ（http://www.city.minato.tokyo.jp）でもご覧いただけます。

平成25年度

国民健康保険料について

表1 保険料の計算方法

世帯の保険料	=	基礎分（医療分）	+	支援金分	+	介護分

■基礎分（医療分）…病気やけがをしたときの診療費や給付の財源

所得割額		均等割額		年間保険料
被保険者全員の賦課のもととなる所得金額×6.02％	+	被保険者数×3万600円	=	最高限度額51万円

■支援金分…後期高齢者医療制度の給付の財源

所得割額		均等割額		年間保険料
被保険者全員の賦課のもととなる所得金額×2.34％	+	被保険者数×1万800円	=	最高限度額14万円

■介護分…介護サービスの財源

所得割額		均等割額		年間保険料
第2号被保険者全員の賦課のもととなる所得金額×1.16％	+	第2号被保険者数×1万5000円	=	最高限度額12万円

※介護分について…介護保険の第2号被保険者である40歳以上65歳未満の人にかかります。
※基礎分（医療分）、支援金分、介護分の所得割額を計算する際の賦課のもととなる所得金額とは、旧ただし書所得（平成23～25年度は経過措置があります）のことです。

保険料の計算方法

保険料は世帯を単位として、国民健康保険加入者の人数と、賦課のもととなる所得金額（※旧ただし書所得）をもとに計算します。

旧ただし書所得とは

旧ただし書所得とは、前年の総所得金額および山林所得金額、株式・長期（短期）譲渡所得金額等の合計から、基礎控除額33万円を控除した金額です（雑損失の繰越控除額は控除しません）。

所得割料率、均等割額および最高限度額

基礎分（医療分）
所得割料率　6・02％
均等割額　3万600円
最高限度額　51万円

支援金分
所得割料率　2・34％
均等割額　1万800円
最高限度額　14万円

介護分
所得割料率　1・16％
均等割額　1万5000円
最高限度額　12万円

基礎分（医療分）、支援金分および介護分を合算して通知します

介護保険の第2号被保険者（40歳以上65歳未満の人）がいる世帯の保険料は、基礎分（医療分）と支援金分に加え介護分の保険料を合算した額になります（**表1**のとおり）。

介護分の計算について

⑴40歳を迎える場合
40歳の誕生日の前日に、介護保険の第2号被保険者の資格を得ます。資格を得た月以降の介護分が保険料に加わるため、計算し直し、変更通知を送ります。

⑵65歳を迎える場合
65歳の誕生日の前日に、介護保険の第2号被保険者から第1号被保険者（65歳以上の人）の資格に変更になります。介護分の保険料は資格が変わる月の前月までとなります。

第1号被保険者の介護保険料は、世帯単位ではなく、個人単位でかかります。65歳になると、別途介護保険担当から介護保険料の通知が送付されます。

計算方法の変更に伴う経過措置

平成23年度から、保険料所得割額の計算方法を、住民税方式（都民税区民税の合算額をもとに計算）から旧ただし書方式に変更しました。この変更に伴い、平成25年度は次の経過措置を実施します。

・住民税が非課税の場合、旧ただし書所得から、その50％を差し引いて保険料所得割額を計算します。

保険料均等割額の減額

前年の1月から12月までの1年間の総所得金額等が一定の基準以下の世帯の場合、均等割額を7割、5割または2割減額します。

この対象となる世帯は、所得金額により判定しますので、必ず収入の申告が必要となります。世帯全員の住民税の申告をしてください（所得税の申告をした人は必要ありません）。

後期高齢者医療制度への移行に伴う保険料の軽減措置

⑴低所得者に対する軽減

後期高齢者医療制度に移行する人が国民健康保険加入者だった場合、世帯構成や収入が変わらなければ、従前と同様の保険料均等割額の軽減を受けることができます。申請は必要ありませんが、世帯全員の住民税の申告をしてください。

⑵旧被扶養者に対する軽減

会社の健康保険、船員保険、共済組合等の被保険者が後期高齢者医療制度に移行すると、その被扶養者は国民健康保険に加入することになります。このような人のうち、65歳以上の人を旧被扶養者といい、当分の間所得割額を免除し、均等割額が半額になります。加入時に申請してください。

非自発的失業者の軽減措置

倒産・解雇等による離職（雇用保険の特定受給資格者）や雇い止め等による離職（雇用保険の特定理由離職者）をした人は、保険料が軽減される場合があります。雇用保険受給資格者証を持参して、届け出てください。

保険料の減免

災害その他の特別な事情により、一時的に生活が著しく困難となり、保険料が収められなくなった世帯に対し、申請により保険料を減免する制度があります。住民税の申告をしている人が対象です。

詳しくは、お問い合わせください。

平成25年度の国民健康保険料の通知

6月に、年間保険料を計算しお知らせします。

問い合わせ
国保年金課資格係
☎内線2643～2645

高額介護合算療養費の申請はお済みですか

同一世帯で、1年間（平成23年8月1日～平成24年7月31日）の医療保険（国民健康保険・後期高齢者医療制度・被用者保険等）の一部負担金等の合計額と介護保険の利用者負担額の合計額が**表2**の自己負担限度額を超えたときは、申請をして認められると、超えた額がそれぞれの制度から支給されます。

基準日現在（7月31日）港区の国民健康保険または、後期高齢者医療制度および介護保険に加入している人で、対象期間に医療保険・介護保険とも異動が無く、支給の対象となる人のいる世帯等には、平成25年2月初旬に申請書を郵送しました。

詳しくは、各担当へお問い合わせください。

表2 高額介護合算療養費の自己負担限度額

		後期高齢者医療制度+介護保険	医療保険+介護保険（70歳以上75歳未満の人）	医療保険+介護保険（70歳未満の人）
現役並み所得者・上位所得者		67万円	67万円	126万円
一般		56万円	56万円	67万円
住民税非課税世帯	低所得者Ⅱ	31万円	31万円	34万円
	低所得者Ⅰ	19万円	19万円	

【用語解説】

●上位所得者　基礎控除後の総所得金額が600万円を超える世帯等
●現役並み所得者　後期高齢者医療制度の保険証もしくは、国民健康保険の高齢受給者証の一部負担割合が3割の人
●低所得者Ⅱ　世帯の全員が住民税非課税の人
●低所得者Ⅰ　世帯の全員が住民税非課税で所得が一定基準以下の人
●一般　上記以外の人

問い合わせ
○後期高齢者医療制度について
国保年金課高齢者医療係
☎内線2646・2654～9
○国民健康保険について
国保年金課給付係
☎内線2640～2
○介護保険について
高齢者支援課介護給付係
☎内線2876～80

成人の風しん予防接種の費用を一部助成します

平成24年夏から、首都圏を中心に、風しんの患者数が急増し、現在も流行が続いています。

免疫を持っていない女性が妊娠初期に風しんに感染すると、白内障・先天性心疾患・難聴等の症状がある「先天性風しん症候群」の子どもが生まれる可能性があります。妊娠中の女性は予防接種を受けられないため、妊婦のパートナーや身近にいる人が風しんを発症しないよう予防することが大切です。

区は、地域での風しんの流行を防ぎ、妊娠中の女性とその子どもたちの健康を守るため、緊急対策として成人が風しん予防接種の費用を受けた場合、その費用の一部を助成します。

対象者

19歳以上の区民で、次に該当する人

⑴妊娠を予定、または希望している女性
⑵妊娠している女性の夫
⑶妊娠している人の同居家族等身近にいる人

接種期間

平成25年3月14日～平成26年3月31日まで

接種ワクチン・助成額

○麻しん風しん混合ワクチン　6000円
○風しん単抗原ワクチン　3000円

申し込み

電話で、保健予防課保健予防係へ。申請書等を郵送します。港区ホームページからダウンロードもできます。

問い合わせ
保健予防課保健予防係
☎6400-0081

☎電話番号のかけ間違いにご注意ください。

水曜日は夜7時まで転入・転出などの手続きができます
問い合わせはみなとコールへ……☎5472-3710

平成25年度

健康診査・各種がん検診等のお知らせ

特定健康診査について

特定健康診査は、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の予防、早期発見のために、医療保険者が行う健診です。対象者は、健診実施年度の4月1日現在港区国民健康保険加入者で、健診受診日現在40歳から75歳未満の人です。

区では、特定健康診査を受診した結果、生活習慣を改善する必要性があると判定された人に、特定保健指導を実施します。

会社等の保険および健康保険組合等に加入している人やその被扶養者（ご家族）は、加入している医療保険者（健康保険証発行元）が、健診を行います。健診場所や健診期間等詳しくは、各医療保険者にお問い合わせください。

基本健康診査について

後期高齢者医療制度に加入している人や、40歳以上で生活保護を受けている人は、区が実施する基本健診を受診できます。

各種がん検診等について

各種がん検診や、肝炎ウイルス検査、お口の健診は、加入している健康保険にかかわらず受診できます。

40歳以上の対象者には、6月下旬に受診券とご案内を発送します。

対象・とき・ところ

表1のとおり

申し込み・問い合わせ
健康推進課健康づくり係
☎6400-0083
○お口の健診について
健康推進課地域保健係
☎6400-0084

表1 健康診査・各種がん検診等一覧

	対　象	とき	ところ
特定健康診査	40歳以上で健診時75歳未満の港区国民健康保険加入者	7月1日（月）～11月30日（土）	区内指定医療機関
基本健康診査	後期高齢者医療制度加入者、40歳以上の生活保護受給者、その他健診機会のない40歳以上の区民（申し込みが必要です）		
生活機能評価	65歳以上の区民（介護保険の要介護・要支援認定を受けている人を除く）		
肝炎ウイルス検診	今まで区で一度も肝炎ウイルス検診を受診したことのない区民		
骨密度測定検診	40～70歳の5歳刻みの節目年齢女性で、区の特定健診・基本健診を受診した人		
胃がん検診	40歳以上の区民		
大腸がん検診			
肺がん検診	40歳以上の区民 喫煙指数が600以上で喀痰（かくたん）の出る人 喫煙指数＝喫煙本数（1日）×喫煙年数 受動喫煙の機会が多い等医師が必要と認める人		
喉頭がん検診	40歳以上の区民 喫煙指数が600以上の人 喫煙指数＝喫煙本数（1日）×喫煙年数 受動喫煙の機会が多い等医師が必要と認める人		
前立腺がん検診	55～75歳の奇数年齢男性		
子宮頸がん検診	20歳以上の女性		
乳がん検診	30歳以上の女性		
マンモグラフィ検査	40歳以上偶数年齢および41・51・61歳の女性で、区の乳がん検診で異常のなかった人	7月1日（月）～12月27日（金）	区外の健診施設「こころとからだの元氣プラザ」でも受診できます。
お口の健診	20歳以上の区民 平成22～24年度に受診歴のある人、20・25・30～50・60・70歳の人には個別に通知します。それ以外の人は申し込みが必要です。	前期健診　6月～8月 後期健診　11月～平成26年1月	区内指定医療機関

港区 特定不妊治療費助成制度

区では、高額の医療費がかかる特定不妊治療（体外受精・顕微授精）で、医療保険が適用されない費用の一部を年度内30万円を限度に助成しています。

対象　区に治療の開始日～終了日～申請日まで継続して住民登録があり、法律上の婚姻をしている夫婦

申請期限について

平成25年1月～平成26年3月31日に終了した治療の申請期限・提出に必要な書類は、表2のとおりです。

申請方法

直接または郵送で、健康推進課地域保健係へ。

※各総合支所では受け付けできません。

※制度の詳しい内容は港区ホームページをご覧ください。申請書等必要書類一式もダウンロードできます。

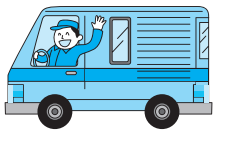
送付先・問い合わせ
〒108－8315　三田1－4－10
みなと保健所健康推進課地域保健係
☎6400-0084

表2 特定不妊治療費助成申請締め切り日等一覧

治療終了日※1	申請期間	申請締切日	助成対象年度	必要書類※2	必要書類(2)・(6)を申請書に添付できない場合の対応 申請日～平成25年6月30日	申請日～平成25年9月30日
平成25年1月1日～3月31日	平成25年4月1日～6月30日	（窓口） 平成25年6月28日	平成25年度	（1）特定不妊治療費助成申請書 （2）特定不妊治療費受診等証明書 （3）領収書（コピー） （4）住民票（夫婦ともに港区に住民登録がある場合は不要） （5）戸籍謄本（港区に住民登録があり、同一世帯の場合は不要） （6）東京都（等）特定不妊治療費助成承認通知書（該当者のみ） （7）住民税課税証明書または住民税額決定通知書（該当者のみ） ※状況により、その他の書類が必要となる場合があります。	「医療機関の証明発行が遅れているまたは東京都に申請中のため平成25年9月30日までに提出する」等申請書に添付できない理由を記した申出書を提出してください。	平成25年9月30日までに不足書類を提出してください。 ※提出がない場合は申請がなかったものとみなし処理します。
		（郵送）※3				
		平成25年6月30日				
平成25年4月1日～平成26年3月31日	平成25年4月1日～平成26年3月31日	（窓口）（郵送）※3 平成26年3月31日				

※1　平成24年12月31日までに終了した治療の申請受付は終了しました。
※2　必要書類は申請者ごとに異なります。詳しくは、港区ホームページをご覧ください。
※3　郵送は消印有効です。

みなと図書館の宅配サービス



みなと図書館では、港区立図書館への来館が困難な区民に、港区立図書館所蔵の図書と雑誌を宅配するサービスを行っています。

利用条件

(1)区内在住で障害があり、来館が困難かつ来館できる代理人がいない人
(2)区内在住の65歳以上で、来館が困難かつ来館できる代理人がいない人
(3)区内高齢者施設等に入所している人
(1)～(3)のいずれかに該当する区民が利用できます。

貸し出しできるもの（冊数）

図書・雑誌合わせて10点までとなります。

貸出方法

借りたい図書や雑誌を、電話またはファックスで、みなと図書館にご連絡ください。みなと図書館で用意して郵送します。

貸出期間

2週間（月1回）

その他

宅配サービスを受けるには手続きが必要です。申し込みや詳しい利用条件・利用方法は、みなと図書館へお問い合せください。宅配サービスの申し込みの際に、図書館職員が訪問して説明・手続きします。

問い合わせ
図書・文化財課利用者支援係
☎3437-6621

区内のＰＭ2.5の１日平均値

平成25年4月から区設置3局、都設置3局の合計6局でＰＭ2.5（微小粒子状物質）を常時測定しています。平成25年4月2日（火）の各局の1日平均値（速報値）は次のとおりです。

区局	赤坂局	15 μg/㎥	都局	高輪局	19 μg/㎥
	一の橋局	15 μg/㎥		第一京浜高輪局	18 μg/㎥
	芝浦局	16 μg/㎥		台場局	20 μg/㎥

※速報値ですので、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15μg／㎥以下、かつ1日平均値が35μg／㎥以下です。
その他の測定結果やリアルタイムの数値は、港区ホームページまたは東京都ホームページをご覧ください。

区内の放射線量の１日平均値

区では、平成24年４月から区内２カ所のモニタリングポストで放射線量を常時測定しています。

区役所（植え込み）	お台場学園
0.083μSv/h	0.052μSv/h

平成25年4月1日（月）の放射線量の平均値（地表から50cmの地点）
その他の放射線量等測定結果は、港区ホームページをご覧ください。

問い合わせ　環境課環境指導係　☎3578-2491

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。

みなとエコチャレンジ2013

節電・省エネ・環境イベントへの参加等を通じて、家庭における環境にやさしい行動を応援する「みなとエコチャレンジ」を平成24年度に引き続き実施します。

平成24年度からの参加者は自動的に継続されますので、登録手続きは不要です。

平成24年度との主な変更点（継続参加者のみ）

節電行動ポイントの当月と前年同月の使用電力量を5％削減→前年同月以下に削減

実施期間

4月1日～平成26年3月31日

ポイント賞品交換申請期間

平成26年2月中旬を予定しています。参加者には、別途お知らせします。

対象　区民（区内在勤者は対象外）

内容　次の環境にやさしい行動を実践し達成できた場合にポイントを付与します（表1参照）。

なお、環境行動ポイントは、参加時にポイントカードを配布し、その都度スタンプを押印します（ただし、「みなとエコショップ」での買い物行動はレシートを提出）。また、ポイントの合算は、ポイント賞品交換期間に賞品交換申請書とポイントカード（レシート）を併せて提出することで行います。

賞品　ためたポイントは区内共通商品券、エコバザー券、あきる野環境学習への優先参加券、みなと森と水ネットワーク参加自治体の地元産品、エコ・アクション・ポイントに交換することができます。

参加方法

(1)インターネット利用者

「みなとエコチャレンジ」専用ホームページ http://www.minato-ecochallenge.jp/ から登録できます。

平成24年度の電力使用量との比較の仕方については、事前に簡単な設定をすることで、東京電力の当月分および過去2年分の電力使用量を自動的に反映させることができます（ただし、電力使用量以外は手入力が必要です）。

(2)インターネット非利用者

区役所・各総合支所の窓口で配布する申請書（エントリーシート）を記入し、直接または郵送で、環境課地球環境係（区役所8階）へ。受け付け後、結果報告書等必要書類をお送りします。

詳しくは、区役所・各総合支所の窓口で配布する参加要領または「みなとエコチャレンジ」専用ホームページおよび港区ホームページをご覧ください。

表1 ポイント付与一覧

取り組み項目	内容	ポイント付与（平成25年度）
環境行動チェック	**環境に配慮した行動の自己チェック**（電気・ガス・水道使用量を春・夏・秋・冬の3カ月ごとに記録・提出）	100ポイント×4回
節電行動ポイント	**当月の電気使用量が前年同月比で5％削減**（継続参加者は前年同月以下）	100ポイント×12カ月
環境行動ポイント	**環境にやさしい自発的な行動・イベントへの参加** ●環境課 家庭向け省エネセミナーや緑のカーテン講習会等 ●各総合支所 環境美化キャンペーン等 ●みなとリサイクル清掃事務所 ごみ減量・資源化の推進にかかる講習会・見学会への参加や「みなとエコショップ」での買い物行動等	100ポイント×7回（上限）

ポイント継続手続き

環境にやさしい行動を申告してポイントをためる「みんなとエコポイント」でためたポイントは、「みなとエコチャレンジ」のポイントとして利用できます。

区役所・各総合支所の窓口で配布する申請書（ポイント継続申請書）を記入し、「みんなとエコポイント」カードを併せて、直接または郵送で、環境課地球環境係へ。

送付先・問い合わせ　〒105－8511　港区役所環境課地球環境係　☎3578－2496

家庭系ごみ量の見える化事業の実施結果について

区では、区内の集積所・集合住宅等を対象として合計約2カ月間（16回）可燃ごみを計量し、生ごみの水切りによる減量効果を数値としてお知らせする見える化事業を実施しています。

前半の1カ月間は通常どおりにごみを出していただき、後半の1カ月間は、区からお渡しする水切りネットを各家庭で使用して、生ごみの減量に取り組んでいただきます。

今回、高輪地区の集合住宅にお住まいの全190世帯の人に水切りネットをお渡しし、ご協力をいただきました。

可燃ごみ計量実施場所

高輪地区の集合住宅

可燃ごみ計量期間

1月17日～3月11日の約2カ月間

実施結果（可燃ごみ計量結果）

(1)生ごみ減量の取り組み前（1月17日～2月11日・8回の計量）

合計重量　4050kg
平均重量　506・2kg（1回当たり）

(2)生ごみ減量の取り組み後（2月14日～3月11日・8回の計量）

合計重量　3950kg
平均重量　493・7kg（1回当たり）

可燃ごみ減量効果（取り組み前後での比較）

合計重量　100kgの減量
平均重量　12・5kgの減量
減量割合　約2・5％

「高輪地区の集合住宅」にお住まいの皆さんには、本事業にご協力をいただきありがとうございました。

可燃ごみ減量のため、各家庭での生ごみの水切りにご協力ください。

問い合わせ　みなとリサイクル清掃事務所ごみ減量推進係　☎3450－8025

災害時の支援体制構築のために 港区と介護事業者が協定を締結しました

区は、3月27日に、東日本大震災の教訓を踏まえ、実効性のある災害時要援護者対策の体制を整備するため、区内で訪問による介護サービスを提供している介護事業者89法人と、災害時における港区と介護事業者との要介護高齢者等の支援に関する協定を締結しました。

協定により、災害時には、協定締結事業者が在宅の介護サービス利用者の安否確認や避難所等での介護サービス提供について、区と協力して実施します。

区は介護事業者や災害時要援護者への支援に係わる地域の関係者と連携して、在宅の要介護高齢者や障害者に対する災害時の安全確保を図ります。

また、併せて、災害時の介護が必要な人の避難所である福祉避難所の開設・運営等について、特別養護老人ホームや介護老人保健施設等の区内の民間福祉施設を運営する6法人と、災害時における防災体制に関する協定を締結しました。

協定の内容および今回協定を締結した介護事業者の一覧は港区ホームページでご覧ください。

問い合わせ　高齢者支援課高齢者福祉係　☎3578－2391

地球温暖化対策助成金のご案内

区では、CO_2排出削減を目的として新エネルギー機器、省エネルギー機器等を設置する区民、区内集合住宅の管理組合および管理者の皆さんに、経費の一部を予算の範囲内で助成しています。

平成25年度は、既存の助成項目に加え、集合住宅の共有部における省エネルギー対策への取り組みを一層支援することを目的として、新たに人感センサー付照明の設置を対象とします。

また、日射調整フィルムの対象者に集合住宅を管理する管理組合および管理者を追加します（表2参照）。

なお、潜熱回収型給湯器（エコジョーズ）、アイドリングストップ装置に対する助成は、平成24年度をもって終了しました。

申請方法

各助成項目の対象者、交付申請手続き、必要書類等詳しくは、区の各施設で配布するパンフレットまたは港区ホームページをご覧ください。申請書は環境課（区役所8階）で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。

申請書に必要書類を添付の上、直接、環境課地球環境係へ。機器等の設置後の申請はできませんので、必ず機器等の設置工事前に申請をしてください。

区内中小企業者等を対象とした助成制度もあります。詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ　環境課地球環境係　☎3578－2496・8

表2 助成対象機器一覧（区民、区内集合住宅の管理組合または管理者向け）

助成項目	助成額算定方法	助成上限額 区民	助成上限額 管理組合等
太陽光発電システム	最大出力（kW）×20万円	60万円	199万8000円
太陽熱温水器	集熱器の面積（㎡）×9000円	10万円	
太陽熱ソーラーシステム	集熱器の面積（㎡）×1万6500円	30万円	
蓄電システム	機器費の4分の1	20万円	対象外
CO_2冷媒ヒートポンプ給湯器（エコキュート）	機器本体価格の4分の1	8万円	対象外
ガス発電給湯器（エコウィル）	設置経費の4分の1	20万円	対象外
燃料電池システム（エネファーム）	設置経費の4分の1	50万円	対象外
高断熱サッシ	設置経費の4分の1	10万円	対象外
日射調整フィルム	設置経費の2分の1または設置面積（㎡）×7500円のいずれか小さい額	7万5000円	75万円
人感センサー付照明	設置経費の2分の1	対象外	25万円
電気自動車等用急速充電設備	機器本体価格の8分の1	37万5000円	
電気自動車等用普通充電設備	機器本体価格の4分の1	10万円	
高反射率塗料等	工事経費の2分の1または施工面積（㎡）×4500円のいずれか小さい額	60万円	150万円

☎電話番号のかけ間違いにご注意ください。

水曜日は夜7時まで転入・転出などの手続きができます
問い合わせはみなとコールへ……☎5472-3710

平成25年度 元気づくり事業（介護予防事業）が始まります

区では、高齢者がいつまでも元気でいきいきと過ごせるよう、要介護認定を受けていない65歳以上の人を対象とした「元気づくり事業（介護予防事業）」（表のとおり）を実施しています。

みんなと元気塾

みんなと元気塾に参加するには、まず「元気づくりポイントシート」で、ご自身の元気づくりポイントを確認します。ポイントが高い人には、「元気づくり高齢者」として、講座をご紹介します。

また、毎年保健所の特定健診・基本健診と同時に実施している生活機能評価で、元気づくり高齢者となった人も、参加いただけます。

元気づくりポイントシートは、各高齢者相談センター・いきいきプラザで確認できる他、区で実施するイベント等でも確認の機会を設けていく予定です。

みんなの教室・みんなでトレーニング

元気づくりポイントシートで元気づくり高齢者に該当しなかった人は、「みんなの教室」・「みんなでトレーニング」事業に参加できます。

各事業はいきいきプラザ等で実施しており、事業の募集は、「広報みなと」等でお知らせする予定です。ご自身にあったプログラムに参加して、みんなで元気づくりをしましょう。

表 平成25年度元気づくり事業（介護予防事業）　★の数が多いと運動強度が高くなります。ステップ1（弱）⇒ステップ3（強）

	強度	事業名	具体的内容
みんなと元気塾〈ステップ1〉	★	まるごと元気運動講座 ～マシントレーニング＆食と健口～	医師の指導で、効率よくマシントレーニングを行い、柔軟性・筋力・体力の向上をめざします。口腔（こうくう）機能向上・栄養改善の講話もプラスして丸ごと健康になれる講座です。
	★	はじめてのマシントレーニング講座	運動の機会が無く、筋力や体力の低下がみられる人に、マシンを使用することで重力の負担を軽減して、柔軟性・筋力・体力の向上を図る講座です。
	★★	バランストレーニング足腰元気講座	筋力・バランス力を高める運動により、下肢の筋力を鍛え、転倒・骨折の予防や不安軽減を図る講座です。
	★★	みんなの食と健口講座	噛（か）む力や飲み込む力等の口腔機能向上と口腔衛生、栄養状態の改善を図る講座です。簡単な体操も行います。
	★★★	らくらく全身トレーニング講座	運動の機会がない人向けの負担が少ない全身トレーニングです。ストレッチや有酸素運動を行い、運動を習慣化して、体力の維持・向上を図る講座です。
	★★★	水中トレーニング講座	水の浮力を利用し、関節や下肢への負担を軽減して、筋力を強化する運動を行います。膝痛や腰痛がある人に適した講座です。
みんなの教室〈ステップ2〉	★★	やわらかボール体操教室 ～今から貯筋～	やわらかいボールを使った運動により、全身の筋力を強化して、運動機能や生活機能の向上をめざします。骨盤底筋（骨盤の中の筋肉）を鍛えることにより尿もれ予防効果も期待できます。
	★	男性のための料理教室（60歳以上）	男性の地域参加へのきっかけ作りと食の自立を支援する教室です。料理の基本が学べます。
	★	わくわくカジノ体験教室	仲間とテーブルカジノを楽しみながら、知らず知らずに、体もこころも元気になれる教室です。
	★	陶芸・そば打ち体験教室	自分好みの器を粘土で作り、最後にみんなでそばを打って、完成した器で楽しく食べます。
	★	頭とからだの健康教室	週1回の教室で、ドリルと体操を行います。並行して、自宅でも毎日、ドリルを自己学習します。頭と体の体操を同時に行うことで、認知症予防効果が高まります。
	★	こころはずむ♪音楽教室	懐かしい歌や季節の歌の歌唱と軽体操等でリフレッシュします。音楽を通して、いきいきとした感性を持ち続け、認知症を予防することを目的とした教室です（平成25年度新規事業）。
みんなでトレーニング〈ステップ3〉	★	健康トレーニング（60歳以上）	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。トレーニングを続けることで、生活機能の維持、向上につながります。
	★★	もっと健康トレーニング（60歳以上）	健康トレーニング経験者や体力がある人向きです。筋力トレーニングにバランストレーニング等を組み合わせます。トレーニングを習慣化し、自己管理できるようになることをめざします。
	★	筋力アップマシントレーニング	マシンを使用して重力の負荷を軽減し、柔軟性、バランス力を高め、効率的に筋力の向上を図ります。はじめてのマシントレーニング講座を修了した人にも適したトレーニングです。
	★★	セルフマシントレーニング	経験者向けのマシントレーニングです。自分に合ったマシントレーニングを自主的に継続できるようになることをめざします。

※この他にも「フリー健康トレーニング」（平日参加が難しい人対象のトレーニング）、「フリーマシントレーニング」（事業でマシンを使用していない時の事業）等があります。

問い合わせ
高齢者支援課介護予防係 ☎3578-2408～13

港区立エコプラザがリニューアルオープンしました

楽しく学べるワークショップが盛りだくさんです

「えこども新聞」記者・特派員と編集キャップ募集

身近なエコを取材・記事にして発信しませんか。「えこども新聞」を作る小中学生の記者・特派員と中学・高校生の編集キャップを募集します。編集キャップは、月に一度エコプラザで編集会議を行い、記者・特派員の「えこども新聞」づくりをサポートします。詳しくは、説明会にご参加ください。

説明会日時　第1回4月25日（木）、第2回5月14日（火）各日午後4時～5時

「エコdeみなと歴史さんぽ」インタープリター募集

インタープリターとは「自然や文化を通訳する人」です。区の自然・文化・歴史等を分かりやすく伝える活動を通じて、区民の皆さんに地域の自然や文化に関心を持ってもらうことを目的としています。皆さんの知識や経験を参加者の皆さんにぜひ紹介ください。

説明会日時　第1回4月25日（木）、第2回5月14日（火）各日午後7時～8時

エコライフ・フェアMINATO2013

今年もエコライフ・フェアが、有栖川宮記念公園で開催されます。今回のテーマは「エコdeみなとく（特・得・徳）～みんなで取り組むエコな生活～」です。エコプラザでは、日常の暮らしの中で活かせるエコプラザでのイベント紹介や、CO_2削減につながるバイリンガルでのワークショップも開催する予定です。

とき　5月25日（土）午前10時～午後3時

ところ　有栖川宮記念公園

4・5月のエコプラザ

エコプラザでの田植え体験・生き物観察等で人気の「みんなとみどりっ子自然教室」や、「100人のアーティストオーガニックコットンTシャツ」の展示に加え、アートディレクターの永井一史さんと料理研究家の枝元なほみさんのトークショー等、イベントが満載です。イベント予定等詳しくは、エコプラザのホームページをご覧ください。

※ホームページをリニューアルしました。各イベント内容について詳しくは、エコプラザホームページ http://minato-ecoplaza.net をご覧ください。

二次元バーコード

※4月21日（日）～23日（火）は、施設点検のため休館します。

問い合わせ
エコプラザ ☎5404-7764

担当課　環境課地球環境係

男女平等参画社会の実現をめざして

全ての人が性別にとらわれず自分らしく豊かに生きるためには、あらゆる場で、一人ひとりがその能力と個性を発揮できる男女平等参画社会の実現が不可欠です。

配偶者等に対するあらゆる暴力をなくそう

「暴力」には、殴る・蹴る等の身体的暴力だけではなく、心無い言動等により相手の心を傷つける精神的暴力や性行為の強要等の性的暴力も含まれます。

妻が夫から暴力を受ける場合が多いのですが、夫が妻から被害を受ける場合もあり、男女の別を問いません。

配偶者・同居者・恋人等からの暴力について悩んでいませんか

子ども家庭課家庭相談センター（配偶者暴力相談支援センター・区役所2階）では、暴力や、家庭内のさまざまな問題に関する相談を受け付けています。

配偶者等からの暴力に関する相談機関

男女平等参画センター相談室（心のサポートルーム）
☎3456-5771（相談室直通）（火曜午後4時～8時、水・金曜午前10時～午後4時）

港区コミュニティカフェ
☎5449-6577（月～金曜午前10時～午後8時、土曜午前10時～午後5時）

東京ウィメンズプラザ
☎5467-2455（午前9時～午後9時）

東京都女性相談センター
☎5261-3110（午前9時～午後8時）

問い合わせ
総務課人権・男女平等参画係 ☎3578-2025
子ども家庭課家庭相談センター ☎3578-2436

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。

健予防課公害補償担当へ。
☎6400－0082

介護予防講座「10歳若返るメイクとカラーアドバイス講座」自分に合ったカラーを知ろう！

対 65歳以上の区民
時 4月22日(月)午後2時～4時
所 高輪区民センター3階
人 20人程度(申込順)
申 高輪地区高齢者相談センター
☎3449－9669

港区健康づくりサポーターが行う「気功体操」と「姿勢改善講座」

対 区内在住・在勤・在学者
時 4月28日(日)(1)午後1時30分～2時45分(2)午後3時15分～4時30分
所 青山いきいきプラザ
内 (1)気功と太極拳を取り入れた運動(2)姿勢の話と簡単な運動
人 各30人(申込順)
費用　各回300円(資料等)、(1)(2)両方の場合500円
申 電話で、健康クロスリンク研究会へ。　☎090－7208－5952
※電話に出られないときは、折り返しご連絡します。
問 健康推進課健康づくり係
☎6400－0083

大人の折り紙教室入門編

対 18歳以上
時 4月29日(月・祝)午後2時
所 赤坂図書館
人 25人(申込順)
申 電話で、4月11日(木)～26日(金)に、みなとコール(午前9時(初日は午前11時)～午後5時受け付け)へ。
☎5472－3710
担 図書・文化財課庶務係

催し物

はり・マッサージサービス

対 65歳以上の区民
時 5月14・15日(火・水)
所 豊岡いきいきプラザ
人 60人(申込順)
費用　1000円
申 電話で、4月11日(木)～20日(土)午前9時～午後5時に、豊岡いきいきプラザへ。　☎3453－1591

家具のリサイクル展

ご家庭で不用になった良質な木製家具を引き取って展示し、抽選の上、無料(配送料は自己負担)で差し上げます。
時 4月19日(金)～5月11日(土)午前9時30分～午後4時30分※日曜は休館
抽選日　5月13日(月)午後1時30分
所 港資源化センター(品川駅港南口(東口)から品99品川埠頭循環行バスで「品川埠頭」下車徒歩1分)※駐車場がありませんので公共の交通機関をご利用ください。
問 港区家具のリサイクル展事務室
☎3472－8186
みなとリサイクル清掃事務所ごみ減量推進係　☎3450－8025

お知らせ

麻布十番暫定自転車等置場の利用を休止します

麻布十番暫定自転車等駐車場の設置工事に伴い、4月30日(火)から約3週間、麻布十番暫定自転車等置場の利用を一時休止します。4月30日(火)以降に自転車・バイクを置いたままにしている場合は、移動または撤去します。
問 麻布地区総合支所協働推進課協働推進係　☎5114－8802

港区麻布十番暫定自転車等駐車場の定期利用募集

港区麻布十番暫定自転車等駐車場の定期利用の募集を、4月15日(月)正午から行います。希望する人は、下記のホームページまたは電話・ファックスでお申し込みください。
申 サイカパーキング株式会社ホームページ
http://www.cyca.co.jp/
☎3667－4978　FAX3667－9636
問 麻布地区総合支所協働推進課協働推進係　☎5114－8802

「森のコンサート＆コミュニティカフェ＠有栖川宮記念公園」のボランティアスタッフ募集

当日の運営の手伝いをしていただける人を募集します。
対 麻布地区に興味がある人
時 5月19日(日)午前9時～午後4時のうち、ボランティアが可能な時間(応相談)
所 有栖川宮記念公園
人 10人(申込順)
申 郵送・ファックス等で、4月30日(火・必着)までに、住所・氏名・性別・勤務先名(学校名)・電話番号・ファックス番号・メールアドレスを明記の上、〒106－8515　麻布地区総合支所協働推進課地区政策担当へ。　☎5114－8812　FAX3583－3782

新しい民生委員・児童委員が決まりました

4月1日付で、新しい民生委員・児童委員が厚生労働大臣から委嘱されました。

地区	麻布
氏名	山田　穣
住所	西麻布1－11－15
電話番号	3408－1385
担当区域	西麻布1丁目全域

※氏名の敬称は省略させていただきます。
問 保健福祉課福祉活動支援係
☎3578－2380

ウオーキングで認知症予防～認知症に強い脳をつくろう！～

対 介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない65歳以上の区民で、ウオーキングのグループ活動に支障のない人
時 5月17日～9月20日(8月16日を除く毎週金曜・全18回)午後9時30分～11時30分
所 南麻布いきいきプラザ
内 (1)認知症予防の講話(講師NPO認知症予防サポートセンター)(2)効率のよいウオーキングとは(3)オリジナルウオーキング計画と実践※ファシリテーター(活動支援者)が参加します。
人 20人(抽選)
持ち物　万歩計
申 はがきで、4月22日(月・必着)までに、住所・氏名・電話番号・事業名を明記の上、〒105－8511　港区役所高齢者支援課介護予防係へ。
☎3578－2409

都市計画案の縦覧

次のとおり都市計画案を縦覧します。ご意見のある人は、縦覧期間内に意見書を提出してください。
件名　都市計画地区計画の決定(白金一丁目東部北地区)、都市計画第一種市街地再開発事業の決定(白金一丁目東部北地区)、都市計画地域冷暖房施設の変更(赤坂六本木地区地域冷暖房施設)
縦覧期間　4月11日(木)～25日(木)
縦覧場所　都市計画課(区役所6階)
意見書の提出先　郵送または直接、〒105－8511　港区役所都市計画課都市計画係へ。
問 都市計画課都市計画係
☎3578－2215

「港区文化芸術フェスティバル事業業務委託」の委託事業者をプロポーザル方式で公募します

募集要項配布期間　4月22日(月)～5月31日(金)※閉庁日を除く
募集要項配布場所　地域振興課文化芸術振興係(区役所3階)※港区ホームページからダウンロードもできます。
申 郵送または直接、5月31日(金)までに、地域振興課文化芸術振興係へ。　☎3578－2342

港区立区民センターの指定管理者を公募します

公募対象施設　(1)麻布区民センター(2)赤坂区民センター(3)高輪区民センター(4)芝浦港南区民センターおよび台場区民センター※それぞれで公募を行います。全てに申し込むことも可能です。
指定期間　平成26年4月1日～平成31年3月31日
公募要項配布期間　4月11日(木)～5月24日(金)
公募要項等の配布場所　各総合支所管理課(芝地区を除く)で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。※詳しくは、港区ホームページをご覧ください。
問 各総合支所管理課管理係
☎欄外参照

港区立スポーツ施設の指定管理者を公募します

公募要項配布期間　4月15日(月)～5月24日(金)※閉庁日を除く
対象施設　次の施設を一括で公募します。港区スポーツセンター、麻布運動場、青山運動場、芝浦中央公園運動場、芝給水所公園運動場、埠頭少年野球場、愛宕弓道場(赤坂弓道場を移転予定)、芝公園多目的運動場、芝浦南ふ頭公園運動広場、氷川武道場
指定期間　平成26年4月1日～平成31年3月31日
公募要項等配布場所　生涯学習推進課(区役所7階)で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。※詳しくは、港区ホームページをご覧ください。
問 生涯学習推進課スポーツ振興係
☎3578－2750

介護予防総合センターの指定管理者を公募します

公募要項等配布期間　4月15日(月)～5月8日(水)※閉庁日を除く
指定期間　平成26年7月22日～平成32年3月31日
公募要項等配布場所　高齢者支援課(区役所2階)で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。※詳しくは、港区ホームページをご覧ください。
問 高齢者支援課高齢者施策推進担当　☎3578－2414

港区立図書館の指定管理者を公募します

公募要項配布期間　4月11日(木)～5月24日(金)※休館日を除く
対象施設　次の施設を一括で公募します。三田図書館、麻布図書館、赤坂図書館、高輪図書館、高輪図書館分室、港南図書館
指定期間　平成26年4月1日～平成31年3月31日
公募要項配布場所　みなと図書館3階で配布する他、港区ホームページ・港区立図書館ホームページからダウンロードもできます。※詳しくは、港区ホームページまたは港区立図書館ホームページ
http://www.lib.city.minato.tokyo.jp/
をご覧ください。
問 図書・文化財課庶務係
☎3437－6621　FAX3437－6627

求人案内

埋蔵文化財調査員(非常勤職員)

対 専門分野(考古学)で次のいずれかに該当する人(1)学芸員資格を有する人(2)大学院修士課程修了または在学中である人(3)(1)・(2)と同等またはそれ以上の経験を有する人
内 埋蔵文化財に係る指導・助言・埋蔵文化財調査・資料収集および整理等
期間　6月1日～平成26年3月31日(更新あり)
勤務先　港郷土資料館
勤務時間　週4日(午前8時30分～午後5時15分)
報酬　約18万円
人 1人
選 書類選考合格者を対象に、筆記試験・面接選考を行います。※時間・会場等は別途お知らせします。
申 (1)履歴書(市販書式に記入したもの)(2)調査歴(3)文化財保護行政機関・発掘調査機関(民間・任意団体を除く)・博物館での実務実績(4)報告書等執筆歴(5)研究実績、著書・論文等(6)課題式小論文(1000字以内・テーマ「今日の埋蔵文化財保護に求められること」)を同封の上、郵送で、4月25日(木・必着)までに、〒108－0014芝5－28－4　港郷土資料館へ。　☎3452－4966

記事中の表記について　(特)…特定非営利活動法人　(社)…一般社団法人　(公社)…公益社団法人　(株)…株式会社

区の手続きや施設・催し物のご案内は
みなとコール ☎5472-3710
年中無休　午前7時～午後11時

みなと おしらせボード

凡例
対▶対象　時▶とき　所▶ところ
内▶内容　人▶定員・募集人員　申▶申し込み
問▶問い合わせ　選▶選考方法　担▶担当課

※区役所・総合支所への郵便は、郵便番号とあて先（例:105-8511 港区役所○○課）で届きます。※ファックスでの問い合わせはFAX3578-2034へ。※費用の表記がないものは、すべて無料です。

健　康

◎骨粗しょう症検診（予約制）

骨密度測定を行い、医師から結果説明をします。予防のためのミニ講座（保健・栄養指導）も行います。
対 区民で、次のいずれかに該当する20歳以上の女性（1）5歳ごとの節目年齢の人（2）過去5年以内に受診していない人※現在骨粗しょう症で治療中の人はご遠慮ください。
時 5月8・22日（水）午後2時～2時45分受け付け
所 みなと保健所
人 各日20人（申込順）

◎胃・大腸がん検診（予約制）

対 35歳以上の区民
時 5月1日（水）～31日（金）午前8時30分～9時30分受け付け
所 こころとからだの元氣プラザ（千代田区飯田橋3－6－5）
人 20人

◎印の申し込み
電話で、健康推進課健康づくり係（午前9時～午後5時受け付け）へ。
☎6400－0083

バースデイ歯科健診～年に一度は歯科健診を受けましょう～

歯科健診・歯科保健相談・歯ブラシの使い方等を行います。
対 5月に1・2・4・5・6歳になる就学前の区内在住のお子さん※3歳のお子さんは「3歳児健診」（個別に通知します）をご利用ください。
時 5月15日（水）・31日（金）・6月7日（金）・19日（水）各日午後1時30分～2時30分
所 みなと保健所
持ち物　母子健康手帳・歯ブラシ
申 当日直接会場へ。※日程が合わない人はご相談ください。妊産婦の歯科健診を希望する人は、お問い合わせください。
問 みなとコール　☎5472－3710
担 健康推進課地域保健係

こんにちは赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれたご家庭に、助産師（助産師会委託）または保健師（各総合支所）が訪問し、（1）赤ちゃんの体重測定や育児相談（2）産後の体調についての相談（3）母子保健サービスの紹介等を行います。
対 おおむね生後120日以内のお子さんのいる全ての家庭※第2子以降の人もご利用ください。里帰り中、里帰り後も訪問できます。お問い合わせください。
申 母子健康手帳交付時にお渡ししている「出生通知書」を郵送してください（クリップファイルまたは母子手帳に挟み込んであります）。
問 健康推進課地域保健係
☎6400－0084

すくすく育児相談

身長・体重測定と発達・栄養・歯の衛生・言葉・育児等の相談です。
対 区民で、乳幼児と保護者
時 4月25日（木）午後1時～2時受け付け
所 みなと保健所
持ち物　母子健康手帳、その他お子さんに必要なもの
申 当日直接会場へ。
問 健康推進課地域保健係
☎6400－0084

精神保健福祉相談（予約制）

こころの病気（アルコール依存症、思春期等を含む）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 原則、毎月第1水曜・第2金曜・第3水曜・第4月曜の午後※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
☎6400－0084
または各総合支所区民課保健福祉係へ。　☎欄外参照

区民委員を募集します

「平成25年度港区平和青年団」団員

戦争や核兵器の悲惨さ、平和の大切さについて自ら学び地域に伝える高校生世代を募集します。
対 4月1日現在15～17歳の区内在住・在勤・在学者
内 6～10月の間に実施される（1）～（3）の研修（月2～3回程度）に参加できる人（1）事前研修：平和コンサート、戦争・平和関連施設等の見学（2）派遣研修：長崎訪問（8月8日（木）～10日（土））（3）事後活動：平和を考える集い（活動報告会）・区民まつり（10月上旬予定）への参加、活動報告書の作成等
費用　区が負担します。※ただし、事前・事後研修の会場までの往復交通費および入館料等、派遣研修時の自主研修にかかる交通費・入館料・食費等は自己負担となります。
人 8人（応募者多数の場合、面接）
申 申込書に必要事項を明記の上、直接または郵送で、5月8日（水）までに、〒105－8511　港区役所総務課人権・男女平等参画係（区役所4階）へ。　☎3578－2014
※申込書は、総務課人権・男女平等参画係、各総合支所、各区民センター等で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。

講　座

食べて美味しい栄養士講座「香り野菜で春の体ケア」

対 おおむね50歳以上の区民
時 （1）4月17日（水）午前10時30分～11時30分（2）4月24日（水）午前11時～正午（3）4月26日（金）午後2時～3時
所 （1）虎ノ門いきいきプラザ（2）神明いきいきプラザ（3）三田いきいきプラザ
人 （1）20人（2）30人（3）25人（いずれも申込順）
費用　300円
申 電話または直接、各いきいきプラザへ。　☎欄外参照

いきいきカラオケ

対 60歳以上の区民で、いきいきプラザでカラオケ教室に参加したことがない人
時 5月1日～7月31日（毎週水曜午後4時～5時）
所 三田いきいきプラザ
人 10人（抽選）
申 電話または直接、4月25日（木）までに、三田いきいきプラザへ。
☎3452－9421

高齢者いきいき麻雀教室

対 65歳以上の区民で、麻雀初心者
時 5月7日～9月24日（8月を除く毎週火曜、全16回）午後1時30分～3時30分
所 青山いきいきプラザ
人 16人（抽選・初めての人優先）
申 往復はがきの往信面に、「麻雀教室希望」・郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・麻雀歴、復信面に自分の郵便番号・住所・氏名を明記の上、4月17日（水・必着）までに、〒107－0062南青山2－16－5　青山いきいきプラザへ。
☎3403－2011

元気づくり事業（介護予防事業）「男性のための料理教室」

調理の他、栄養について学びます。
対 区民で、60歳以上の男性
時 5月6日～10月7日（第1・3月曜、全11回）午前9時30分～午後2時
所 青山いきいきプラザ
人 15人（申込順）
費用　実習1回あたり500円程度（食材実費）
申 電話または直接、青山いきいきプラザへ。　☎3403－2011

男性のための料理教室（白金台）

対 区民で、60歳以上の男性
時 4月25日～9月26日（第2・4木曜、全11回）午前9時～午後2時
所 白金台いきいきプラザ
人 10人（抽選）
費用　実習1回あたり材料費500円
申 本人が電話または直接、4月17日（水）までに、白金台いきいきプラザへ。　☎3440－4627

こころはずむ♪音楽教室

懐かしい歌や季節の歌の歌唱と軽体操、ライフストーリーブック作成等認知症予防を目的とした教室です。
対 65歳以上の区民で、介護保険の要介護認定を受けていない人
時 5月16日～8月22日（隔週木曜午前9時30分～11時30分・全8回）
所 麻布地区総合支所3階
人 7人程度（抽選）※別枠で、介護予防事業対象者と判定された人を高齢者相談センターで受け付けます。
申 はがきで、4月19日（金）までに、住所・氏名・年齢・電話番号・「こころはずむ音楽教室」希望と明記の上、〒105－8511　港区役所高齢者支援課介護予防係へ。☎3578－2413

筋力アップマシントレーニング

対 65歳以上の区民で、介護保険の要介護認定を受けていない人
時 5月8日～7月26日（毎週水・金曜午後1時30分～3時30分、全24回）
所 麻布地区総合支所3階
人 10人程度（抽選・新規の人を優先）
申 本人が直接、4月19日（金）までに、高齢者支援課介護予防係（区役所2階）へ。　☎3578－2408～13

ぜん息児水泳教室

医師・看護師が付き添い、水泳でぜん息に負けない体力を付けます。
対 区内在住・在学の小学校就学1年前～小学6年生のぜん息にかかっている子ども
時 6月5日～7月17日（毎週水曜・全7回）午後3時30分～5時
所 港区スポーツセンター
人 35人（抽選）
申 電話で、4月26日（金）までに、保

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。

休日診療

モバイルサイト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などをお問い合わせください。

4月14日（日）	菅沼三田診療所（内）	芝5－19－5　JP町1階	3452－1748
	古川橋病院（内・外）	南麻布2－10－21	3453－5011
	赤坂見附歯科（歯）	赤坂3－21－21　サンワット渡邊ビル1階	3586－6480
	★厚治内科クリニック（内・小）	北青山2－12－33	3401－0455
港区休日歯科応急診療所		三田1－4－10　みなと保健所2階	3455－4927（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 ホームページ http://www.himawari.metro.tokyo.jp/
電話相談	小児救急電話相談	月～金曜（祝日を除く）午後5時～10時 土・日曜、祝日、年末年始 午前9時～午後5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

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			
4月14日（日）	赤心堂薬局	高輪1－1－4	3441－2245

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

◆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
◆各いきいきプラザ◆　三田☎3452－9421　神明☎3436－2500　虎ノ門☎3539－2941

猫のトラブル減少をめざします

区には、飼い主のいない猫による被害でお困りの人からも、餌を与えている人からも相談が寄せられます。これらの猫をめぐるトラブル解決のため、区では、地域猫対策を行っています。

地域猫対策とは

地域猫対策は、地域の合意のもとに人と猫との調和の取れた街づくりをめざす協働事業です。猫に関心がある人だけがまちの猫問題解決のために活動するのではなく、その地域に暮らす人が環境問題として取り組むことが重要です。できるだけ多くの人が関わることで、住みやすい地域にすることができます。

具体的には、猫に去勢・不妊手術を行い、新しく生まれてくる猫を無くします。また、適切な餌やりとふんの片付けを行うことで、まちをきれいに保ちます。区民の皆さんのご理解をお願いします。

飼い猫にも適正な飼育を

ペットの猫についても去勢・不妊手術を行い、屋内飼育をするようにしましょう。また、猫を捨てることは犯罪です。一度ペットとして迎え入れた猫は、一生涯飼育してください。

猫の去勢・不妊手術費用を助成しています

区では、猫によるトラブルを未然に防ぐため、猫の去勢・不妊手術費用を助成しています。

助成額

オス猫　上限5000円
メス猫　上限8000円
※既に去勢・不妊手術が済んでいる場合は、助成の対象になりません。
※手術は、開業獣医師の動物病院で受けてください(港区外の動物病院も可能)。

申し込み方法

飼い猫の場合

対象
区内で猫を飼育している人

申し込み
「飼い猫」用の申請書に必要事項を明記の上、直接または郵送で、〒108－8315 みなと保健所生活衛生課生活衛生相談係へ。
※申請書類を審査し、助成を決定します。申請は年間を通じて受け付けています。申請書は、生活衛生課窓口で配布している他、港区ホームページからダウンロードもできます。
※申し込みは、1年度内に1世帯1匹までです。

飼い主のいない猫の場合

対象
区内に生息している飼い主のいない猫を管理している人

申し込み
各総合支所協働推進課協働推進係で随時受け付けています。受け付け後に調査を行い、助成を決定します。複数回の申請もできます。

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

「みんなと安全安心メール」を配信しています

区民の身近で発生した犯罪や子どもを巻き込む事件等の情報、防犯・防火等に関する情報を、あらかじめ登録していただいた携帯電話やパソコンへメールで配信しています。

登録方法

次のアドレスにアクセスするか、

携帯電話用登録サイト
https://service.sugumail.com/minato/

パソコン用登録サイト
https://service.sugumail.com/minato/member/

港区ホームページ「いざというときのために」をご覧ください。

ご使用の携帯電話が二次元バーコードを読み取れる場合、直接登録画面にアクセスできます。アクセス後、「メールを送信する」を選択し、空メールを送信してください。

携帯電話で読み取ってください▼
二次元バーコード

登録無料

登録料や情報料は無料ですが、利用登録時やメールを受信する際の通信料は、登録者の負担となります。

問い合わせ
防災課生活安全推進担当 ☎3578－2270～2

国民年金保険料学生納付特例制度のお知らせ

学生の皆さんも20歳になったら、国民年金に加入し保険料を納めなければなりません。

所得が少ない等の経済的な理由で国民年金保険料を納めることが困難なときには、申請して、承認を受けると保険料の納付が猶予されます。

年度ごとの申請が必要です

申請書の受付期間は、申請年度の4月1日～翌年の4月末日です(郵送の場合は、4月末日消印有効)。

平成24年度学生納付特例の承認を受け、平成25年度も引き続き在学予定の確認が取れた人には、4月中に日本年金機構東京事務センターから申請はがきが送られます。必要事項を明記の上、日本年金機構東京事務センターへ返送してください。

申請していただいた時期により、はがきが送付されない場合もあります。その際は、各総合支所窓口サービス係(芝地区総合支所は相談担当)、または国保年金課国民年金係で、再度申請をしてください(申請用紙は日本年金機構のホームページからダウンロードもできます)。

申請時に在学校・在学期間を確認するため、学生証の提示が必要となりますので、申請期間内有効の学生証をご持参ください。なお、郵送での申請の場合は、必要書類(年金手帳の写し・学生証両面の写し)を同封の上、国保年金課国民年金係へ。

次の条件で承認されます

(1)通学している学校(学部・学科)が学生納付特例制度の対象
(2)学生本人の前年所得が118万円(給与収入で約180万円)以下

承認された期間について

(1)承認を受けた期間は、老齢基礎年金の年金受給資格期間に算入されますが、受け取る年金額には反映されません。
(2)承認された期間の保険料を追納(後払い)する場合は、10年以内であればさかのぼって納めることができます。ただし、2年以上経過した期間の保険料については、一定の金額が加算されます。

なお、追納する際は専用の納付書が必要です。港年金事務所までご連絡ください。

注意事項

届け出をしないで未納(納付しない)のまま放置していると、万が一の事故や病気の際に障害が残っても障害基礎年金が受けられない場合があります。

送付先・問い合わせ
〒105－8511 港区役所国保年金課国民年金係
☎内線2662～6
港年金事務所
☎5401－3211

高輪コミュニティ広場

若葉を見つけよう

新緑の自然教育園
散策&しおり作り

高輪地区総合支所では、地域コミュニティの拠点として、公園・児童遊園、大学、寺社等の場を活用し、誰もが気軽に訪れ、互いに交流できる「コミュニティ・サロン」を開催する等、人と人とのつながりを深める場や機会を提供しています。

今回は、国立科学博物館附属自然教育園の協力のもと、園内を散策し、若葉を使った工作を行う「自然体験教室」を行います。

対象　高輪地区総合支所管内在住・在勤・在学者
※小学生以下は保護者同伴で参加してください。

とき　5月25日(土)午前10時30分～午後2時

ところ　国立科学博物館附属自然教育園(白金台5－21－5)

定員　30人程度
※応募者多数の場合は、抽選

内容　自然教育園内を散策しながら、園に関する歴史や動植物について学び、昼食を食べながら楽しく交流することのできる自然体験教室を開催します。また、若葉を使ったしおり作りを行います。

費用　無料

申し込み　電話で、4月12日(金)～25日(木)に、みなとコール(午前9時(初日は午前10時)～午後5時受け付け)へ。
☎5472－3710

その他
・弁当を持参してください。
・動きやすい服装で参加してください。

問い合わせ
高輪地区総合支所協働推進課地区政策担当 ☎5421－7123

みんなと安心コラム 109

子どもを犯罪から守るために

子どもを犯罪から守るために、次のことに気を付けましょう。

通学路の安全を確認する

毎日使う通学路こそ、もっとも安全性を高くしたい場所です。どんな小さな危険も見逃さないように通学路をチェックし、注意すべき場所等を子どもに教えましょう。

通学路のチェックポイント

(1)人通りが多く、明るい道か。見通しは良いか。
(2)助けを呼ぶ声が届きにくい場所はないか。
(3)万が一のとき逃げ込める場所を覚えておく。交番や子ども110番の家、病院・郵便局等の公共施設、コンビニ、ファミリーレストラン等の場所を覚えさせる。

複数での登下校を徹底する

最も基本的なことは、必ず2人以上の複数で登下校することです。警視庁の統計によると、子ども(小学生)の被害の発生時刻で最も多いのは「午後2時～6時」となっていますので、特に下校は注意が必要です。同じ学校に通う近所の家族や地域で話し合い、交代で付き添う等して、複数での登下校を徹底させましょう。

突然の寄り道は禁止

「遊ぶ約束をした」等、学校で子ども同士が約束することがあるかもしれませんが、まず一度家に帰らせ、親の了解を得て出かけるようにしましょう。

問い合わせ
防災課生活安全推進担当 ☎3578－2271

今、ニッポンにはこの夢の力が必要だ
2020年 オリンピック・パラリンピックを日本で!
TOKYO 2020 CANDIDATE CITY

港区は、みどりの保全とごみの減量に努めています。
この広報紙は、古紙を利用した再生紙を使用しています。