

熱中症予防と節電のお願い

一人ひとりの節電行動が大きな成果につながります。熱中症にならないよう、エアコンや扇風機等を上手に利用して、無理のない範囲で節電にご協力ください。

防災訓練に参加しよう



消火器の
取り扱い
体験

区では、区内7会場で総合防災訓練を実施します。
災害時に役立つ訓練を実施しますので、お住まいの
地域の会場へぜひご来場ください。

煙の中からの
避難体験



その他にも…

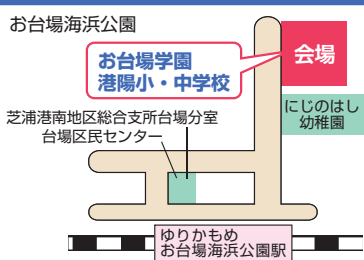
- 隔壁破壊訓練
 - 避難所生活の体験
 - 炊き出し訓練
- (会場により訓練内容は異なります)

平成27年度

港区総合防災訓練

10月3日(土) 台会場

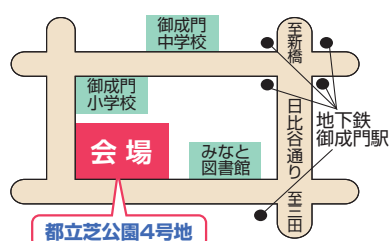
お台場学園 (港陽小・中学校) 台場1-1-5



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

10月4日(日) 芝会場

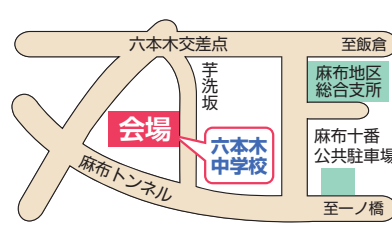
都立芝公園4号地 (みなと図書館隣) 芝公園3-2



問い合わせ 芝地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎3578-3124

麻布会場

六本木中学校 六本木6-8-16

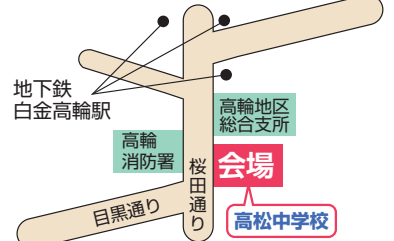


問い合わせ 麻布地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎5114-8802

10月18日(日)

高輪会場

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

時間は、各会場とも
午前9時30分～11時30分
(小雨決行)

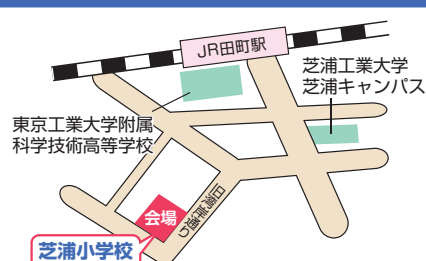
- 手話通訳・英語通訳あり
- 動きやすい服装でご参加ください

問い合わせ

各総合支所協働推進課協働
推進係 ☎右記参照

芝浦会場

芝浦小学校 芝浦4-8-18

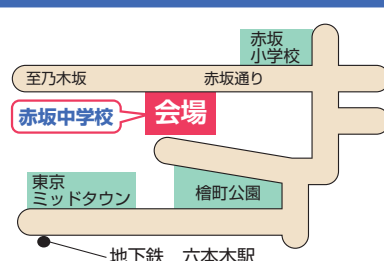


問い合わせ 芝浦港南地区総合支所協働推進課
協働推進係 ☎6400-0031

11月1日(日)

赤坂会場

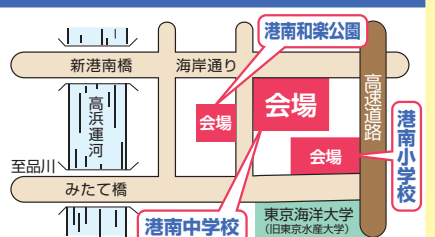
赤坂中学校 赤坂9-2-3



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

11月8日(日) 港南会場

港南小・中学校・港南和楽公園
港南4-3-28、港南4-3-3、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

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

◆「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。

10月はうつ支援月間です

あなたとあなたの大切な人のところ、
元気ですか？

うつ病は誰もがかかるかもしれない、身近な病気です。初期の症状は多岐にわたり、内科を受診する人も多くみられます。一日中気分が沈む、今までのように楽しめない、食欲がない、またはありすぎる、眠れない、または眠りすぎる、イライラして落ち着かない等の症状はありませんか。

このような症状が2週間以上続いている場合は、うつ病を疑い精神科や心療内科等の専門機関を受診しましょう。うつ病は早期に発見し、対応すれば回復します。一人で抱え込まないことが大切です。

また、自殺を図った人の直前のこのころの状態をみると、うつ病の割合が高くなっています。うつ状態に早く気づき、治療を開始することは、自殺予防にもつながっていきます。

区は、10月をうつ支援月間として、うつ病の早期発見・早期対応と自殺予防に向け、PR活動を強化します。この機会にあなたとあなたの大切な人のこのころの健康について学び、話し合ってみませんか。

うつ支援講演会 「セルフケア～ストレスいっぱいの世の中を生きるために、自分でできること～」
とき 10月19日(月)午後1時30分～4時30分
ところ 麻布区民センター区民ホール

第1部講演
良い睡眠のとり方～薬を使う場合・使わない場合(認知行動療法)～
講師 渡辺 範雄さん(国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センタートランスレーショナル・メディカルセンター 臨床研究計画・解析室長 精神科医)

第2部講演
気分をコントロールしよう～自律訓練法などを利用して～
講師 中井 貴美子さん(筑波大学心理・発達教育相談室 臨床心理士)

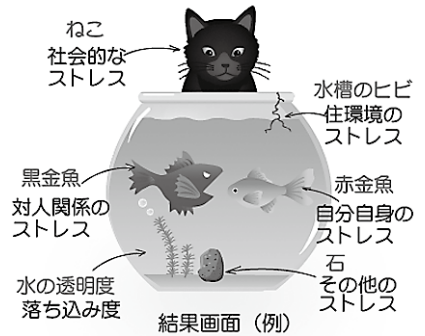
個別相談
講演前後に臨床心理士等による予約制の個別相談を実施します(講演会申し込み時に予約してください)。
対象 区内在住・在勤・在学者
定員 200人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、10人。申し込み時にお申し出ください)
申し込み 電話で、9月21日(月・祝)～10月18日(日)に、みなとコール(午前9時(初日は午後1時)から午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710

約制の個別相談を実施します(講演会申し込み時に予約してください)。
対象 区内在住・在勤・在学者
定員 200人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、10人。申し込み時にお申し出ください)
申し込み 電話で、9月21日(月・祝)～10月18日(日)に、みなとコール(午前9時(初日は午後1時)から午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710



「港区こころの体温計」で自分や家族のこのころの状態をチェック
こころの健康状態は、自分では気づきにくいものです。「港区こころの体温計」は、携帯電話やスマートフォン、パソコンで手軽にこころの状態がチェックできるツールです。結果画面には相談先の電話番号も表示されます。

※利用料は無料です。通信料は自己負担となります。
港区こころの体温計



港区ホームページで各種情報を発信しています
港区ホームページでは、ストレス予防やうつ病対策等の各種精神保健福祉情報を掲載しています。
サイト内検索
うつ病 対応 **検索**

問い合わせ
健康推進課地域保健係
☎6400-0084

マイナンバー
(社会保障・税番号)
制度について

マイナンバーキャラクター
マイナちゃん

マイナンバー(個人番号)を利用する区の考え方についてのご意見募集結果
ご意見募集期間 6月21日～7月21日
ご意見総数 7件

制度導入による行政手続きの迅速化、区民サービスの充実、個人情報漏えいへの万全な対策、DV等被害者への適切な対応等についてご意見が寄せられました。

区は、個人情報の取り扱いに十分注意を払い、

マイナンバーを適切に利用し、区民の皆さんの利便性の向上に努めます。

区の考え方については、港区ホームページで公開しています。

マイナンバーをお届けします
マイナンバーが記載された「通知カード」を10月下旬以降、順次、世帯ごとに住民票の住所地に簡易書留で送付します。

東日本大震災による被災者、DV等被害者およびひとり暮らしで長期入院または入所されている等、やむを得ない理由により、住民票の住所地で通知カードを受け取ることができない人は、「居所情報登録申請書」を記載して、住民票のある区市町村に申請をしてください。申請書類等を確認の上、居所(現在、お住まいの住所)へ通知カードを送付します。

※申請に必要な「居所情報登録申請書」は各総合支所で配布する他、港区ホームページからダウンロードもできます。

申請受付期間
9月25日(金・必着)まで

申請受付場所
(1)港区に住民票のある人
各総合支所区民課窓口サービス係
※郵送の場合は〒105-8511 芝地区総合支所区民課個人番号カード交付推進担当へ。
(2)現在、港区にお住まいで港区以外に住民票のある人
住民票のある区市町村へお問い合わせください。

問い合わせ
○マイナンバー制度、意見募集結果について
企画課企画担当 ☎3578-2573
○居所情報登録の申請について
芝地区総合支所区民課個人番号カード交付推進担当 ☎3578-3139

マイナンバー(社会保障・税番号)制度の施行に伴う
住民基本台帳カードをお持ちの人と電子証明書ご利用の人への注意事項

住民基本台帳カード(以下「住基カード」という)の交付を、12月28日(月)に終了します。併せて、住基カードを使用した電子証明書(公的個人認証サービス)の発行を、12月22日(火)午後5時に終了します。

住基カードの交付終了について
現在お持ちの住基カードは、平成28年1月以降も、カードの有効期間が終了するまで利用できます。日本人住民と外国人住民のうち永住者、特別永住者の人の有効期間はカード交付日から10年です。それ以外の外国人住民の人は、在留期間満了日まで利用できます。

住基カードでコンビニ交付の利用登録をしている人も、カードの有効期限まで利用できます。

住基カードを使用した電子証明書(公的個人認証サービス)の発行等の終了について
12月23日(水)以降、住基カードを使用した電子証明書の発行と更新の手続きができなくなります。電子証明書の有効期限を確認の上、お早めに手続きを行ってください。

12月22日(火)までに更新をした電子証明書は、電子証明書の有効期限が終了するまで利用できます。有効期間は登録日から3年です。

※12月23日(水・祝)～28日(月)の間は、電子証明書に関する手続きは一切できません。

個人番号カード交付開始後について
平成28年1月以降は、個人番号カードを使って電子証明書を利用することができます。個人番号

カードは、電子証明書が標準搭載されます。しかし1月以降は個人番号カードの交付が始まったばかりなので、お手元に個人番号カードが渡るまでに時間がかかることが見込まれます。そのため、場合によっては確定申告を行う期間に個人番号カードの交付が間に合わず、確定申告に支障をきたす可能性があります。ご注意ください。

住基カードに搭載している電子証明書のパスワードの初期化・ロック・解除・変更は従来どおり行えます。

詳しくは、お問い合わせください。

問い合わせ
芝地区総合支所区民課 ナビダイヤル(土・日、祝日、年末年始を除く午前8時30分～午後5時15分、水曜のみ午前8時30分～午後7時受け付け)
☎0570-00-1277
各総合支所区民課窓口サービス係(台場分室を除く)
☎欄外参照

港区国民健康保険加入者への 特定保健指導が始まります

10月から、港区国民健康保険に加入している40歳から75歳未満の人で、特定健康診査(メタボリックシンドロームに着目した健診)を受診した人の中から、生活習慣の改善が必要な人に特定保健指導を実施します。

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とは

メタボリックシンドロームは、内臓の周りに脂肪がたまり過ぎた状態に加え、高血糖・高血圧・脂質異常という生活習慣病のリスクが2つ以上重なった状態をいいます。この状態は、心筋梗塞や脳梗塞の原因となる動脈硬化を急速に進行させていきます。

特定保健指導とは

特定保健指導は、特定健診の結果と、健診を受けたときに記入した質問票、腹囲や生活習慣病等のリスク要因の数、年齢等から、「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」の3グループに分けて行います。

「情報提供」は、全ての受診者を対象に、健診結果の見方・生かし方、健康づくりのアドバイス等生活習慣の改善に必要な情報を冊子にして提

供します。

また、「動機付け支援」「積極的支援」のグループに該当した人には、健診受診2～3カ月後をめどに、ご自宅へ「特定保健指導利用券」と利用案内を送付します。

保健師・管理栄養士等が、一人ひとりの生活習慣の改善に向けて目標を設定し、行動が継続できるようにサポートします。費用は無料ですので、ぜひこの機会に積極的にご活用ください。

注意事項

●既に「高血圧」「糖尿病」「脂質異常」で治療を受けている人は特定保健指導の対象となりません。

●港区国民健康保険以外の保険に加入している人は、加入している医療保険者が特定健康診査・特定保健指導を実施します。詳しくは、加入している各医療保険者へお問い合わせください。

問い合わせ

国保年金課事業係 ☎内線2636
健康推進課健康づくり係
☎6400-0083

特定保健指導のグループ分類

ステップ1

腹囲(おへそまわり)とBMIで内臓脂肪の蓄積リスクを判定します。
A:腹囲が、男性で85cm・女性で90cm以上の人
B:腹囲が、男性で85cm・女性で90cm未満で、BMI※が25以上の人
C:AにもBにもあてはまらない人
※BMI(ボディーマスインデックス)=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

ステップ2

健診結果から、メタボリックシンドロームのリスクがいくつあるか数えます。
①:空腹時血糖値100mg/dl以上、または、ヘモグロビンA1c5.6%以上(NGSP値)
②:中性脂肪150mg/dl以上、または、HDL(善玉)コレステロール40mg/dl未満
③:収縮期血圧130mmHg以上、または、拡張期血圧85mmHg以上
④:現在たばこを習慣的に吸っていて、①～③の項目に1つでも該当している

ステップ3

ステップ1と2の結果を次の表にあてはめます。

		ステップ2(健診結果)			
		3つ以上 当てはまる	2つ 当てはまる	1つ 当てはまる	当てはまる 項目なし
ステップ1	A	積極的支援	積極的支援	動機付け支援	情報提供
	B	積極的支援	動機付け支援	動機付け支援	情報提供
	C	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供

※65歳以上75歳未満の人は、積極的支援のグループに該当しても「動機付け支援」となります。
※医療機関で糖尿病・高血圧・脂質異常の薬剤治療を受けている人は、特定保健指導の対象となりません。
※医師の判断等で、判定が変わることもあります。
※「情報提供」は、特定健康診査の受診者全員に行われます。

名称	支援内容
情報提供	健診結果の見方や生活習慣病の知識をはじめ、より健康な生活を送るための情報を提供します。特定健康診査の受診者全員が対象です。
動機付け支援	特定保健指導が1回行われます。自分の生活習慣の改善点を知り、保健師や管理栄養士等と一緒に改善への目標を立て、実際に行動に移すための支援が受けられます。
積極的支援	6カ月間の継続した特定保健指導が行われます。メタボリックシンドローム解消のために保健師や管理栄養士等と一緒に目標を立て、継続的に実行するための支援が受けられます。

医療と薬の安心箱 かかりつけ薬局と お薬手帳について

皆さんはかかりつけ薬局を持っていますか。患者は処方箋を持っていく薬局を自由に選ぶことができますが、いつも利用する薬局、すなわちかかりつけ薬局を持つと、いくつかの利点があります。

かかりつけ薬局を持つ利点

薬局では、薬を処方する際に、薬の飲み合わせや成分に重複がないか薬剤師がチェックを行い、患者ごとに薬歴(薬の処方記録)を作成しています。かかりつけ薬局を持つことで複数の医療機関から処方された薬を薬歴でまとめて管理できるので、薬の飲み合わせや重複による副作用を未然に防ぐことができ、健康管理のサポートになります。

また、かかりつけ薬局を持つと、薬に関するアドバイスをいつでも気軽に受けることができます。例えば、飲み忘れ等で薬が余ってしまったとき、かかりつけ薬局の薬剤師に薬の調整ができないか相談してみましょう。薬を減らすことができれば、家計の負担も軽くなります。

お薬手帳を活用しましょう

皆さんの薬の服用記録として、お薬手帳も上手に活用しましょう。普段から服用している薬の情報をお薬手帳に記録しておくことで、かかりつけ医やかかりつけ薬局以外の医療機関等を利用する際に、医師や薬剤師に服用している薬の情報を正確に伝えることができます。

薬は服用量や飲み合わせによっては、健康を害するものにもなります。薬の過剰摂取や飲み合わせによる重篤な健康被害も報告されています。ご自身の健康を守るためにも、薬の管理について考えてみてはいかがでしょうか。

問い合わせ

生活衛生課医務・薬事係 ☎6400-0044

憲章に賛同する店舗・事業所を募集します

区では、憲章を周知する一環として、港区「六本木安全安心憲章」推奨事業所等認証制度を実施し、憲章の趣旨に賛同する事業所等を随時募集するとともに、その中から、積極的に地域活動を行う事業所等を推奨事業所等として認証しています。

対象

六本木地区(六本木3～7丁目、赤坂9丁目7番)に主として立地または活動する事業所等

申し込み

直接または郵送で、
(1)賛同書に必要な事項を明記の上、麻布地区総合支所協働推進課へ。※「賛同事業所等」として、名称を港区ホームページや地域情報紙に掲載します。
(2)「賛同事業所等」に区から送付される認証申請書に必要な事項を明記の上、麻布地区総合支所協働推進課へ。※審査を経て、区から「認証」されると、認証状と認証ステッカーを交付するとともに、名称や活動内容等を港区ホームページや地域情報誌により情報発信します。



六本木安全安心憲章

販わい綺麗なまち六本木を目指して

積極的かつ主体的に地域活動を推進している事業所等として認証します

推奨事業所等

認証番号 No.1234
平成28年3月31日まで有効



六本木地区安全安心まちづくり推進会議 港区
推奨事業所等ステッカー

申し込み・問い合わせ

〒106-8515 麻布地区総合支所協働推進課協働推進係 ☎5114-8802



六本木安全安心憲章

販わい綺麗なまち六本木を目指して

あなたのチカラで 六本木を 「販わい綺麗なまちに」

あなたも活動に参加しませんか

六本木では、地域と連携し、「防犯」「環境美観」「路上喫煙」「道路使用」「営業活動」の5つの課題に対応した地域ルール「六本木安全安心憲章」に関わる取り組みを推進しています。

平成27年度は、「清掃・啓発活動」と「客引き防止パトロール」を主なテーマとして、毎月1回、町会・自治会、商店会、事業者、関係行政機関の皆さんと取り組んでいます。

これまで、延べ400人程が参加しました。今後も、多くの区民、事業者等の参加をお待ちしております。活動に興味のある人は、お気軽にお問い合わせください。



外苑東通りの清掃活動

港区広報番組をご覧ください

9月21日更新「港区広報トピックス(30分番組)」

【内容】 きしゃポッポおはなしかい(麻布図書館)、おいしく学ぶフィジーの文化～セミナー&お茶会～、区立中学校紹介(白金の丘学園白金丘中学校)、秋の交通安全運動 他 【放送時間】 9月21日(月・祝)～30日(水)
J:COMチャンネル港・新宿(11ch)の他、港区ホームページ、YouTube、ちいばす・お台場レインボーバス車内でもご覧いただけます。



お子さんと一緒に楽しく「環境」を学べます！

企業と環境展2015～未来につなぐチカラ～

区の企業がお届けする、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せんか。

企業の環境活動に楽しくふれていただけるような催し物をたくさん用意しています。ぜひご参加ください。

詳しくは、みなと環境にやさしい事業者会議のホームページ <http://mecc-minato.net> をご覧ください。

対象
どなたでも
※ワークショップのみ小学生と保護者

とき
10月16日(金)～18日(日)

ところ
六本木ヒルズ2階「ヒルズカフェ」(六本木6-10-1)

交通
ちいばす青山・赤坂・田町ルート「六本木ヒルズ」下車

申し込み
ワークショップは、事前に申し込みが必要です。メールまたはファックスで、参加プログラム名(第1希望・第2希望を記入)・氏名(参加者、引率保護者)・住所・電話番号・年齢・メールアドレスまたはファックス番号を明記の上、10月2日(金)までに、みなと環境にやさしい事業者会議事務局へ(応募者多数の場合は抽選)。



みなと環境にやさしい事業者会議
minato eco-conscious consortium

「みなと環境にやさしい事業者会議」(mecc)は、「環境」をキーワードに区内の企業や団体、区が中心となって集まり、平成18年5月に設立されました。年間を通じ打ち水やごみ拾い、エコバザー等の活動をしています。現在、会員数は57社。

問い合わせ

環境課地球環境係 ☎3578-2496
○イベントに関すること
みなと環境にやさしい事業者会議(mecc)事務局 ☎6806-9280 FAX6806-9282
メールアドレス info@mecc-minato.net

10月16日(金)

基調講演:
とき:午後3時～4時10分
内容:参加したくなるプロジェクトの作り方～チーム・マイナス6%国民運動、日本ロマンチスト協会の事例から～

会員事業者活動紹介
とき:午後4時20分～5時35分
内容:車社会からみる環境活動
mecc会員事業者から車社会を通して行っている環境活動について発表していただきます。

環境スペシャルトークショー
とき:午後5時45分～6時45分
内容:人・社会・地球にやさしい新ビジネススタイル「エシカルビジネス」
登壇者:白木 夏子さん(エシカルビジネス第一人者)
末吉 里花さん(フリーアナウンサー)



白木 夏子さん 末吉 里花さん

10月17日(土)

ワークショップ(1日目)
対象:小学生親子

(1)「くらしとガス」セミナー＆「ガス管を使った万華鏡づくり」(東京ガス)
とき:午前10時30分～11時30分
定員:25組

(2)間伐材を使ったオルゴールづくり(東京フォレストパワー)
とき:午後1時～2時
定員:15組

(3)国産カモミールを使った入浴剤づくり(大地を守る会)
とき:午後2時30分～3時30分
定員:12組

コンテスト(1日目)
対象:高校生(9月21日(月・祝)現在、参加者募集終了。当日は観覧のみ可)

高校生ラジオCMコンテスト
とき:午後4時～5時30分
内容:会員企業の環境への取り組みを調べ、博報堂のコピーライター等の指導のもとラジオCMを考え、表現する力を競います。



10月18日(日)

ワークショップ(2日目)
対象:小学生親子

(4)動物ものまねクイズ! タブレットでクイズ番組をつくらう!(パシフィックネット)
とき:午前10時30分～11時30分
定員:20組

(5)(6)東大生と学ぶ環境ワークショップ(ベネッセコーポレーション)
とき:(5)午後1時～2時
(6)午後2時30分～3時30分
定員:各回20組



コンテスト(2日目)
対象:大学生(9月21日(月・祝)現在、参加者募集終了。当日は観覧のみ可)

大学生ビジネスアイデアコンテスト
とき:午後4時～5時30分
内容:環境ビジネスの発案力・企画実行力・プレゼンテーション力を競うコンテストを実施し、次世代のビジネスモデルを発掘します。

平成26年度区有施設における

エネルギー使用量等をお知らせします

「第3次みんなとエコ21計画」に基づき、平成26年度の区有施設のエネルギー使用量および二酸化炭素排出量の実績を報告します(表1・2参照)。

平成26年度に区有施設で使用したエネルギー量は、原油換算で、区長部局8927キロリットル、教育委員会6440キロリットルでした。二酸化炭素排出量は、区長部局1万4718トン-CO₂、教育委員会9954トン-CO₂でした。

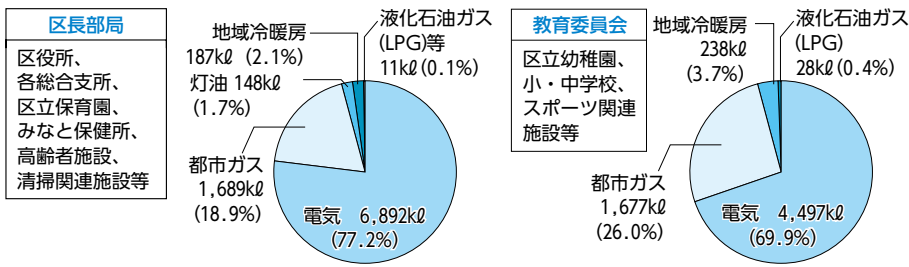
区は、今後も環境マネジメントシステムにより、全ての区有施設において省エネルギー・省資源等に取り組み、より一層の地球温暖化防止と区民サービス向上の両立を図ります。

問い合わせ
環境課地球温暖化対策担当
☎3578-2474

表1 エネルギー使用量

	平成26年度実績		
	施設数	エネルギー使用量(原油換算)	CO ₂ 排出量
区長部局	153	8927キロリットル	1万4718トン-CO ₂
教育委員会	69	6440キロリットル	9954トン-CO ₂

表2 エネルギー種類別使用量および割合 ※構成比は端数調整しています。



平成27年度港区NPO活動

助成事業助成団体の事業を

紹介します②

(特)学習支援センター

(特)学習支援センターは、精神疾患の患者数の増加が社会問題となっているなかで、企業・組織に対して心と体の健康維持、管理に関わる研修を実施するとともに、医療関係者等との協力関係を通じた情報提供を行い、円滑に「メンタルヘルスケア対応」を導入できるように支援している団体です。

日本の自殺率は先進国の中でも高く、自殺を誘引する「心の健康」、いわゆる「メンタルヘルス」のケアが重要となっています。しかし、日本は欧米と比べて、「メンタルヘルスケア対応」を導入している企業・組織が少ないのが現状です。また、「メンタルヘルスケア対応」を実践している企業や組織でも「メンタルヘルス対応」がうまくいかないという声もあります。

こうした課題を解消するため、岡山大学産業医グループが、日本独自の社会風土、文化、国民性等を考慮し、10年以上のメンタルヘルスケア対応の実績をもとに、厚生労働省の補助を受けて開発した「業務遂行レベルにもとづくメンタルヘルスケア対応」の研修を実施し、企業・組織への導入を支援していきます。

平成27年度助成事業

岡山大学産業医グループの協力を得て、区内企業・組織に対して、メンタルヘルスケア対応に関するテーマに基づき、毎月研修およびケーススタディーを実施します。

研修の実効性を高めるために、弁護士や精神科医、産業医に協力を依頼し、ディスカッションも実施します。

問い合わせ
(特)学習支援センター
☎6830-5503
○助成事業について
地域振興課区民協働担当
☎3578-2557

高齢者 関連情報

一部 65 歳以下を対象とした内容も掲載しています



あなたも働くことで

地域貢献してみませんか 地域に役立てませんか

港区シルバー人材センターは、区内在住の働く意欲のある健康な高齢者の皆さんに働く機会を提供している公益社団法人です。

こんな仕事をしています

駐輪場の受付管理業務

区立の自転車駐輪場で利用受け付け案内や場内整理、清掃等の仕事を行っています。皆さんが気持ちよく利用できるように心掛けています。地下駐輪場の他に、機械式駐輪場でも就業しています。

港区シルバー人材センターには、現在1500人を超える高齢者の皆さんが登録しています。区内の家庭や事業所、公共団体等から発注された高齢者に適した仕事に就き、毎日多くの会員が



点検の様子

活躍しています。

会員を募集しています

対象 区内在住で、60歳以上の働く意欲があり、健康で地域社会に何らかの形で貢献したいと思っている人。入会説明会にお越しください。

入会説明会

とき 毎月第2火曜午前9時30分～正午

ところ 港区シルバー人材センター

申し込み方法

電話または港区シルバー人材センターのホームページ

<http://www.minato-sc.or.jp>

からお申し込みください。

入会面談

入会説明会に出席し、港区シルバー人材センターに入会を決めた人を対象に、翌週の第3火曜日に入会面談があります。入会説明会終了時に予約してください。

年会費

港区シルバー人材センターの会員になるには会費が必要です。4月から平成28年3月までの1年間で、2000円です。

仕事の内容

港区シルバー人材センターが受注している仕事の一部です。

区・事業所等からの仕事

- 区立小学校の登下校誘導業務
- 地域情報誌の配布
- 駅前放置自転車の整理、駐輪場・集積所の受け付け管理等業務
- 公共施設(いきいきプラザ等)の受け付け管理業務

- パソコン入力・一般事務

- 書類整理事務・会社内メール室業務

- ダイレクトメール等の封入

- 各種資格試験の試験監督業務

- 賞状書き、封筒等の宛名書き

一般家庭からの仕事

- 植木のせん定・除草、お墓クリーニング

- 簡単な大工修繕・網戸・いすの張り替え

- パソコン出張サービス

センター独自事業

- パソコン・カルチャー教室

- 自転車の再生・販売

- ガイド事業(散策のコース設定・案内)

問い合わせ

(公社)港区シルバー人材センター

☎5232-9681 FAX5232-9680

担当課 保健福祉課福祉活動支援係

認知症になっても みなとタウンで暮らしたい

とき 10月20日(火)午後1時15分～4時(午後0時30分開場)

ところ 高輪区民センター

定員 200人(会場先着順)※手話通訳あり

内容

(1)基調講演「脳の加齢現象を知って、対応策を学ぼう」～よりよい生活ができるまちを目指して～

講師 高橋 恵さん(北里大学北里研究所病院精神科部長)

(2)講演「音楽に合わせて、わくわく体操」

講師 項 雅伸さん、宮城 萌さん(日本音楽



高橋 恵さん

健康協会音楽健康指導士)

高齢化に伴い、認知症の人とその家族を地域で見守ることが必要です。そのため、認知症を正しく理解した認知症サポーターが、笑顔で自分らしく生活していける地域づくりの潤滑油として活躍しています。

高橋恵さんの基調講演では、認知症のように見えても治る状態もあるため、認知症が心配になった時にどうしたらいいかを考えます。



項 雅伸さん 宮城 萌さん

脳の機能は加齢とともに低下しますが、工夫や努力次第で生活障害を少なくすることができます。そこで、DASCや長谷川式等のいくつかある認知症チェックリストやスケールの使い方を学びます。また、認知機能低下がある人への働きかけの工夫、自分でできる予防法等を理解し、認知症になっても幸せに暮らせるヒントが得られる内容です。

講演では、「音楽に合わせて、わくわく体操」の内容で、家庭や地域で実践できる認知症予防プログラムを体験します。音楽に合わせて、歌詞を見ながら歌い、スカーフやバトン等も使って手足を動かし、楽しみながら脳の健康づくりに取り組める体操です。

問い合わせ

高齢者支援課介護予防係

☎3578-2411



139

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金制度に乗じた振り込め詐欺にご注意ください

平成26年4月の消費税引き上げによる影響を緩和する措置として、「臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金」が支給されることとなりました。区では、9月24日(木)に、申請書類を対象者に郵送する予定です。

これに乗じた振り込め詐欺犯に狙われているかもしれません。誰でも狙われる可能性がありますので、次の点は特にご注意ください。

ATMで給付金の手続きをするこ

とは絶対にありません

給付金は、申請書に書いていただいた金融機関の口座へ振り込みます。ATM(現金自動預払機)で給付金の手続きをすることはありません。

区役所の職員が通帳等をお預かりすることはありません

「給付金の振り込みの手続きのために必要です」等という話にだまされないようご注意ください。受給のために手数料はかかりません

給付金を受け取るための手数料を求められることは絶対にありません。

迷わず110番してください

少しでも不審・不安に感じたら、迷わず110番してください。

問い合わせ

防災課生活安全推進担当

☎3578-2272

保健福祉課臨時福祉給付金担当

子ども家庭課子育て世帯臨時特例給付金担当 ☎3578-2844・5

高齢者のインフルエンザ予防接種 を実施します



区では、高齢者における、インフルエンザの発症や重症化を予防し、健康維持を図るため、インフルエンザ予防接種を実施します。

対象者には、9月末にインフルエンザ予防接種予診票をお送りします。かかりつけの医師とよく相談の上、早めに予防接種をして流行に備えましょう。

対象者

(1)平成27年12月31日現在、満65歳以上の人

(2)平成27年12月31日現在、満60歳以上65歳未満の人で、次のいずれかの障害で身体障害者手帳1級の人(心臓、じん臓または呼吸器の機能の障害、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害)

※平成27年9月3日以降に区へ転入し、接種対象者に該当する人は、予防接種予診票を郵送しますので、保健予防課へご連絡ください。

接種費用

無料

※予防接種予診票を持たずに受診した場合は、無料で予防接種を受けることはできません。

接種期間

10月1日(木)～平成28年1月31日(日)

接種回数

接種期間中に1回

接種場所

23区の指定医療機関で接種することができます。区の指定医療機関は、予防接種予診票に同封の港区予防接種実施医療機関名簿でご確認ください。区外22区の指定医療機関は、所在地の予防接種担当部署へ直接お問い合わせください。

問い合わせ

保健予防課保健予防係

☎6400-0081

介護家族の会特別講座「認知症の方とのコミュニケーション方法」

対 高齢者の家族を介護している人
時 10月6日(火)午後2時～4時
所 芝地区高齢者相談センター
人 10人(申込順)
用 電話で、芝地区高齢者相談センターへ。 ☎5232-0840

アロマテラピーハンドマッサージボランティア養成講座～家族と地域のためにできること～

対 60歳以上の区民(芝地区在住者優先)
時 (1)10月15日午前10時～正午(2)10月22日午前10時～正午(3)10月29日午後1時30分～3時30分(木・全3回)
所 (1)(2)神明いきいきプラザ(3)福祉プラザさくら川
人 20人(抽選)
用 電話で、9月30日(水)までに、芝地区総合支所区民課保健福祉係へ。 ☎3578-3161

いきいき麻雀教室

対 60歳以上の区民で、麻雀初心者※全ての日程に参加できる人優先

対 11月5日～平成28年3月3日(12月31日、平成28年2月11日を除く毎週木曜・全16回)午後1時～3時
所 三田いきいきプラザ
人 32人(初めての人優先で抽選)
用 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・麻雀歴を、復信面に、自分の郵便番号・住所・氏名を明記の上、9月30日(水・必着)までに、〒108-0014芝4-1-17 三田いきいきプラザへ。※記入漏れがある場合は無効となりますのでご注意ください。 ☎3452-9421

はじめてのBritish English

対 おおむね55歳以上の区民
時 11月6日～平成28年3月25日(毎週金曜・全20回)午前9時50分～10時50分
所 虎ノ門いきいきプラザ
人 各15人(抽選)
用 各回500円※初回到別途教材費が約1200円かかります。
用 電話または直接、10月15日(木)までに、虎ノ門いきいきプラザへ。 ☎3539-2941

男性のための料理教室

対 60歳以上の男性区民
時 (1)10月9日～平成28年3月11日(第2・4金曜、全11回)午前10時～

午後2時(2)10月12日～平成28年3月14日(第2・4月曜、12月のみ第1・3月曜・全11回)午前10時～午後2時
所 (1)西麻布いきいきプラザ(2)ありすいきいきプラザ
人 (1)(2)12人(抽選)
用 1回500円(材料費)
用 電話または直接、9月28日(月)までに、各いきいきプラザへ。 ☎欄外参照

いきいき健康講話「認知予防について」

理学療法士による講話で正しい知識や最新情報を得ましょう。
対 60歳以上の区民
時 10月19日(月)午前10時30分～11時30分
所 赤坂いきいきプラザ
人 30人(抽選)
用 電話または直接、10月11日(日)までに、赤坂いきいきプラザへ。 ☎3583-1207

男性のための料理教室

基礎から学べますので、料理が初めての人でも安心してご参加いただけます。
対 60歳以上の男性区民
時 (1)10月19日～平成28年3月21日(第1・3月曜、全11回)午前9時30分～午後1時(2)10月13日～平成28年3月22日(平成28年1月26日を除く第2・4火曜、全11回)午前9時30分～午後1時
所 (1)青山いきいきプラザ(2)赤坂いきいきプラザ
人 (1)15人(2)8人(いずれも初めての人優先で抽選)
用 1回500円(材料費)
用 電話または直接、10月5日(月)までに、各いきいきプラザへ。 ☎欄外参照

はり・マッサージサービス

対 65歳以上の区民
時 10月20・21日(火・水)
所 赤坂いきいきプラザ
人 60人(申込順)
費用 1000円
用 電話で、9月30日(水)午後5時までに、赤坂いきいきプラザへ。 ☎3583-1207

男子厨房に入る～初心者中華料理教室～

対 60歳以上の男性区民
時 10月13・27日、11月10・24日(火・全4回)午後4時～7時30分
所 白金台いきいきプラザ
人 8人(抽選)※10月1日(木)以降当選者のみ電話で連絡
費用 3200円(4回分)※材料費は初回に徴収します。
用 本人が、電話または直接、9月30日(水)までに、白金台いきいきプラザへ。 ☎3440-4627

10月中旬開始の介護予防総合センターの各種教室

対 65歳以上の区民で、介護保険の要支援・要介護認定を受けていない人※(1)のみ60歳以上
時・対 (1)初心者男性のための料理教室:10月13日～平成28年3月8日(隔週火曜・全11回)午前10時～午後2時(2)陶芸・そば打ち体験教室:10月19日～11月30日(毎週月曜・全6回)午前10時～午後0時30分(3)わくわくカジノ体験教室:10月19日～11月30日(毎週月曜・全6回)午後2時～4時
人 (1)18人(2)(3) 20人(いずれも抽選)
用 直接、10月4日(日)までに、介護予防総合センターへ。 ☎3456-4157

障害者虐待防止センターを開設してから3年が経過しました

平成24年10月に、障害者虐待の防止、障害者の養護者に対する支援等に関する法律(以下「法」という。)が施行されて3年が経過しました。

虐待防止に関する法律は、平成12年11月に児童虐待の防止等に関する法律、平成13年10月に配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律(DV防止法)、平成18年4月に高齢者の虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律(高齢者虐待防止法)が施行されました。また、平成26年1月には、国際連合の障害者の権利に関する条約が批准されています。

区では、法の施行と同時に平成24年10月に障害者虐待防止センターを設置し、虐待相談と虐待通報の対応に当たってきました。

これまで、平成24年度は24件、平成25年度は32件、平成26年度は22件の相談・通報がありました。

区は、通報を受けると、緊急受理会議を開催し、通報・相談内容によっては区の担当者が現場を確認することとしています。事実確認の上、必要に応じて、関係者によるコア会議を開催し、各総合支所のケースワーカーを中心に支援をしていきます。

虐待が確認された場合は、虐待防止センターを中心に支援を持続していきます。これまで虐待として認定した案件は3件です。

障害者虐待の相談・通報は24時

間体制で受け付けています。平日の昼間は直接職員が対応し、夜間と土・日曜、祝日は、宿直対応で行っています。

障害者虐待は(1)養護者による虐待(家族)(2)福祉施設従事者等による虐待(施設)(3)使用者等による虐待(職場)に分けられますが、虐待を発見した区民には通報する義務が生じますので、速やかに障害者虐待防止センターに連絡してください。また、虐待の疑いがある場合も、直ちにご相談くださるようお願いいたします。虐待の通報をした人についての特定する情報は厳重に守られます。匿名による通報も可能です。

法は、障害者への虐待を防止し、障害者の尊厳を守り障害者の自立および社会参加を推進するために制定されましたが、この法の趣旨について多くの区民に理解を深めていただくため、さらに周知啓発に努めてまいります。

虐待防止の講演会

とき 11月5日(木)
ところ 区役所9階会議室
定員 50人(申込順)
講師 山本 あおひさん
内容 障害者虐待防止法の役割
申し込み 電話または直接、10月30日(金)までに、障害者福祉課障害者支援係へ。

問い合わせ

障害者福祉課障害者虐待防止センター ☎3578-2673

障害者と区長との懇談会参加者募集

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、区長等と意見交換を行います。

対 区内在住の障害者または保護者で、既存の障害者団体に属さない人

時 11月6日(金)午前10時～正午
所 区役所9階

人 若干名(応募者多数の場合は選考)
用 郵送またはファックスで、区への要望や意見・住所・氏名・年齢・障害種別・電話番号、手話通訳・介護人派遣希望の有無を明記の上、10月2日(金・消印有効)までに、〒105-8511 港区役所障害者福祉課障害者福祉係へ。 ☎3578-2386 FAX3578-2678

障害者インターンシップ生募集
区では知的障害、精神障害または発達障害がある人に対し、就労体験の機会を提供することを目的とし、NPO法人みなと障がい者福祉事業団と協力して障害者インターンシップ事業を実施していま

障害者 関連情報

す。

対 区内在住で、1人で通勤・実習が可能な知的障害、精神障害または発達障害がある人(障害者手帳がない人も可)

期間 11月以降、個々の状況に応じ、1～3カ月の間で設定します。時期や期間は別途相談します。

実習方法 所定の研修を受けたジョブコーチ(障害者職場適応援助者)の支援を受けながら行います。
実習時間 午前9時30分～午後4時30分の間で、個々の状況に応じて設定します。

報酬等 時給720円、交通費は実費支給(上限1日400円)。

人 12人程度

選 面接等により決定

用 郵送または直接、履歴書(写真貼付・障害の種別を明記)を、10月2日(金・必着)までに、〒105-0014港区芝1-8-23 障害保健福祉センター5階NPO法人みなと障がい者福祉事業団へ。 ☎5439-8062

問 人事課人事係 ☎3578-2107

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。

みなと

おしらせボード

※区役所・総合支所への郵便は、郵便番号とあて先(例:105-8511 港区役所〇〇課)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

HIV・性感染症検査(予約制)

【対】検査を希望する人(匿名)
【時】10月1・15日、11月5・19日、12月3・17日(木)(結果説明は次回検査日)(1)検査:午前9時30分～10時30分(2)結果説明:午前9時30分～11時30分※証明書は発行されません。口頭による説明のみとなります。
【所】みなと保健所
【人】各日20人(申込順)
【申】電話で、保健予防課保健予防係へ。 ☎6400-0081

女性の健康づくり講演会「女性の身体にあった健康づくり～あなたにも出来るセルフケア～」

【対】区内在住・在勤・在学の女性
【時】10月24日(土)午後2時～4時
【所】みなと保健所
【人】60人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、10人。10月6日(火)までに、申し込み時にお申し出ください)
【申】電話で、10月23日(金)までに、みなとコール(午前9時(初日は午後3時)から午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710

健康推進課健康づくり係

講座・催し物

映画音楽コンサート

【対】どなたでも
【時】9月26日(土)午後1時30分～2時30分
【所】虎ノ門いきいきプラザ
【人】60人(会場先着順)
【申】当日直接会場へ。
【問】虎ノ門いきいきプラザ ☎3539-2941

ウズベキスタン共和国大使館主催「ウズベキスタン文化デー」

【対】どなたでも
【時】9月28日(月)午後6時45分～8時30分(午後6時20分開場)
【所】赤坂区民センター
【申】当日直接会場へ。

【問】地域振興課国際化推進係

☎3578-2565

信州上田のまちづくり+トークショー～コミュニティ創りの最先端は地方から～

「24時間トークカフェ上田」とブックチェンジ(不要な本を5冊以上お持ちください)を同時開催します。詳しくは、ご近所イノベーション学校ホームページをご覧ください。
【対】区内在住・在勤・在学者
【時】10月3日(土)午後1時30分～6時※途中参加可
【所】さらさらプラザ新橋
【人】60人(申込順)
【申】電話またはファックスで、住所・氏名・電話番号を、芝地区総合支所協働推進課地区政策担当へ。 ☎3578-3192 FAX3578-3180
※ご近所イノベーション学校ホームページ
<http://gokinjo-i.jp/>からも申し込みます。

エクアドル大使館主催「ラモン・ピアグアへ絵画展」

【対】どなたでも
【時】10月2日(金)～10日(土)午前10時～午後5時
【所】高輪区民センター
【申】当日直接会場へ。
【問】地域振興課国際化推進係 ☎3578-2565

港区観光ボランティアによるまち歩きツアー

(1)「古に思いを・高輪名所めぐり」
【時】10月17日(土)午後0時50分JR品川駅中央改札口時計塔集合～午後3時終了
コース 品川駅創業記念碑、泉岳寺、高輪大木戸跡等
(2)「新橋の歴史さんぽ」
【時】10月18日(日)午後2時50分JR新橋駅SL広場集合～5時終了
コース 新橋停車場跡、新虎通り等
(3)「大使館のメッカ麻布をめぐる～40カ国を4時間で～」
【時】10月25日(日)午前9時50分広尾駅

3番改札口集合～午後2時終了※昼食代は各自負担。

コース スイス、ドイツ、イラン、中国大使館等※外からの見学です。
各コース共通

【対】小学生以上どなたでも(坂道や階段を含め全行程歩ける人)
【人】20人(抽選)※同伴者1人まで
【申】次のいずれかの方法で、10月5日(月・必着)までに申し込みください。(1)往復はがきに、希望するコース・応募者全員の氏名・郵便番号・住所・年齢・連絡先を明記の上、〒105-0011芝公園4-4-7東京タワーメディアセンター内 港区観光協会「まち歩き受付」係へ。(2)港区観光協会ホームページ
www.minato-kanko.com
「MINATOまち歩きコーナー」の応募フォームへ。
【問】産業振興課観光政策担当 ☎3578-2552

みなと区民の森環境学習～木を植え森林浴で癒される～

【対】小学生以上の区民で登山や軽作業のできる人※小学生は保護者同伴※小学生以上の兄弟・姉妹が参加の場合、3歳以上の未就学児も申し込み可(未就学児は参加費無料)
【時】10月18・25日(日)午前8時30分～午後5時30分、往復バスで移動※いずれか1日選択、2回とも同一内容
【所】みなと区民の森(あきる野市)
【人】各回40人(抽選)
費用 大人(中学生以上):1000円、小学生:500円
【申】電話で、10月7日(水)までに、みなとコール(午前9時～午後5時受け付け)へ。 ☎5472-3710
【問】環境課地球環境係

3R推進月間パネル展示会

区内で3R・ごみ減量に取り組む区民や企業・団体の活動を紹介します。
【時】10月2日(金)～8日(木)※閉庁時を除く。
【所】区役所1階ロビー
【問】みなとりサイクル清掃事務所

み減量推進係 ☎3450-8025

ミュージアムセミナー「根津美術館 根津青山の至宝展へご招待」

【対】どなたでも
【時】10月3日(土)午後2時～3時30分
【所】三田図書館
【人】40人(申込順)
【申】電話または直接、10月2日(金)までに、三田図書館へ。 ☎3452-4951

大人の海洋講座「海の中を覗いてみよう!透明標本を使った『食う、食われる』の関係」

【対】中学生以上
【時】10月3日(土)午後2時～4時
【所】赤坂図書館
【人】12人(申込順)
【申】電話または直接、赤坂図書館へ。 ☎3408-5090

大人の塗り絵教室

【対】20歳以上ならどなたでも
【時】10月18日(日)午後2時～4時
【所】港南図書館
【人】20人(申込順)
【申】電話または直接、9月26日(土)午前9時～10月17日(土)に、港南図書館へ。 ☎3458-1085
(10月4日(日)～8日(木)は蔵書点検のため休館)

お知らせ

「ちょこっと立ち寄りカフェ」応援ボランティアを募集します

【対】区内在住・在勤・在学者
【時】10月7日(水)・15日(木)・21日(水)いずれも午後1時30分～4時30分
【所】麻布区民センター
【人】30人(申込順)
【申】電話またはファックスで、住所・氏名・電話番号を明記の上、10月6日(火)までに、(特)法人介護者サポートネットワークセンター・アラジンへ。 ☎5368-1955 FAX5368-1956
【問】麻布地区総合支所区民課保健福祉係 ☎5114-8822

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等をお問い合わせください。

9月21日(月)祝	劉内科整形外科(内)	南麻布2-2-13 麻布ハイプラザ205	5476-5489
	国際医療福祉大学三田病院(内・外)	三田1-4-3	3451-8121
	表参道デンタルサロン(歯)	南青山3-13-22 善光堂ビル4階	6459-2540
	★川村内科医院(内)	新橋5-10-6 川村ビル1階	3431-3322
9月22日(火)祝	南赤坂クリニック(内)	赤坂1-11-36 レジデンスバイカウテス420	5561-9258
	古川橋病院(内)	南麻布2-10-21	3453-5011
	日比谷通り山中デンタルクリニック(歯)	西新橋2-8-4 寺尾ビル1階	3591-4090
	あざき歯科医院(歯)	赤坂1-5-2 外堀通ビル5階	5570-1060
	★山王クリニック(内)	港南2-6-7 大善ビル6階	3471-3014
9月23日(水)祝	しば胃腸こうもんクリニック(内)	芝4-11-5 KTビル3階	6453-9307
	西原病院(内・外)	白金1-3-2	3440-2531
	笠原歯科(歯)	六本木7-15-17 ユニ六本木4階	3479-4840
	★河原医院(内)	芝浦1-12-1 河原ビル	3451-4751
9月27日(日)祝	新橋田中内科(内)	新橋2-16-1 ニュー新橋ビル3階	3580-9466
	東京高輪病院(内・外)	高輪3-10-11	3443-9191
	品川東口歯科(歯)	港南2-4-7 石橋ビル2階	5479-8241
	アイエスデンタルクリニック(歯)	北青山3-5-25 下島ビル4階	5785-2953
	★馬場クリニック(内)	麻布十番2-13-2 クマイビル2階	3454-7788
	港区休日歯科応急診療所(港区口腔保健センター)	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 ※日中、夜間とも区内在住者に限ります。

港区休日くすり何でもテレホン 対応時間:午前9時～午後2時 ※薬局の電話がかかりにくい場合は、☎090-9378-7915

9月21日(月・祝)	ライオン薬局	芝2-18-2	3455-3637
9月22日(火・祝)	れんが通り薬局	新橋6-14-7	3433-4437
9月23日(水・祝)	すぎの木薬局	西新橋3-23-6	5776-1371
9月27日(日)	日生薬局御成門店	西新橋3-23-5	3431-9007

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。

ごみ排出実態調査及び区民・事業者アンケート調査を実施します

港区一般廃棄物処理基本計画(第2次)の見直しに伴い、基礎資料とするための調査を実施します。(2)(3)は無記名方式、郵送による配布・回収。10月中旬頃、調査票を郵送します。※調査期間等は変更する場合があります。

(1)ごみ排出実態調査
調査期間 10月(2週間程度)
調査場所 区内のごみ集積所
調査員によるごみの収集・計量等

(2)区民アンケート調査
無作為に抽出した60代以上の日本人500人、10代以上の外国人200人

調査期間 10月中旬～下旬
ごみ・リサイクルに関する意識等
(3)事業者アンケート調査
業種別・従業員数別に抽出した区内2000事業所
調査期間 10月中旬～下旬
ごみ・資源の発生、処理状況等
みなとりサイクル清掃事務所運営係 ☎3450-8025

国民健康保険料を滞納している人へ
10月1日に、国民健康保険被保険者証(保険証)が更新されます。その際、滞納している保険料があると、保険証の有効期限が通常より短い「短期被保険者証」や、医療機関で受

診する際に、医療費がいったん全額自己負担になる「資格証明書」が交付される場合がありますので、ご注意ください。

国保年金課収納係
☎内線2647～51、2536・7

変更・休止情報等
白金台いきいきプラザ臨時休館
電気工作物点検に伴う停電および消防設備機器点検のため、臨時休館します。
9月23日(水・祝)
白金台いきいきプラザ
☎3440-4627
高輪地区総合支所管理課施設運営担当 ☎5421-7067

「かかしまつり」開催に伴う「ちいばす」麻布東ルートバス停一時休止のお知らせ
「かかしまつり」開催に伴う交通規制により、麻布東ルート復路(港区役所方面)で109番「麻布いーす通り」バス停を一時休止します。当日は迂回ルートを設定し、田町ルート22番「東麻布二丁目」バス停を麻布東ルートの臨時バス停とします。
10月2・3日(金・土)午後2時～最終※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。
(株)フジエクスプレス ☎3455-2213
土木課地域交通担当 ☎3578-2279

冬季区民保養施設等のご案内
ご家族・グループで
お気軽にご利用ください

対象
区民
抽選申し込みと空き室申し込みができます。

区内在勤者
抽選後の空き室申し込みができます。

初めて申し込む人へ
利用申し込みには、利用者登録が必要です。抽選申し込みの専用はがきが利用者登録申込書を兼ねていますので、専用はがきで登録をお申し込み

ください。後日、ご自宅に利用者登録証が送られます。

抽選申し込み(区民)
抽選は、12月利用分と1月利用分に分けて行います。**表1**からご希望の施設を1つ選び、**表2**の受付期間内に、保養施設テレホンサービス、保養施設予約システムまたは専用はがきでお申し込みください。

抽選結果は、月末にご自宅に郵送します。届かない場合は、JTBみなと予約センターまでご連絡ください。

※各月の抽選は、同一世帯・同一グループにつき1施設のみ申し込むことができます。複数の申

し込みは無効となりますのでご注意ください。

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(例:12月25日に宿泊を希望する場合は、11月25日から)保養施設テレホンサービス、予約システムまたは、JTBみなと予約センターで申込順に受け付けます。
受付時間(12月29日～平成28年1月4日は休止します)
区民保養施設テレホンサービス
午前8時～午後10時(年末年始を除く)
☎6268-8250

区民保養施設予約システム
空き室照会等 午前5時～午前0時
抽選空き室申し込み等 午前8時～午前0時
https://hoyo.city.minato.tokyo.jp
JTBみなと予約センター
平日(土・日曜、祝日・年末年始を除く)午前10時30分～午後6時30分
☎3504-3590
ご注意ください
◆申し込み代表者(本人)が行かない場合は利用できません。必ず申し込み代表者(本人)を含むグループでご利用ください。
◆区民保養所利用手帳が利用できるのは、大平台みなと荘とホテル暖香園です。ただし、土・日曜、12月31日～1月3日は利用できません。区民保養所利用手帳を利用する時は、本人確認の書類が必要です。確認できない場合は減額できません。詳しくは、お問い合わせください。
専用はがきとパンフレットの配布
各総合支所区民課、各区民センター、JTB新橋・赤坂見附店にあります。
その他 大平台みなと荘は、今後、箱根山の噴火の状況が変化した場合は、再び休業する場合がありますので、ご了承ください。

問い合わせ		
○登録・利用・申し込みについて		
JTBみなと予約センター		☎3504-3590
○区民保養施設事業について		
みなとコール		☎5472-3710

担当課 地域振興課地域振興係

表1 通年・冬季借上区民保養施設一覧

期間	場所(施設番号)	施設名	所在地・電話番号	料金(消費税込み)		部屋タイプ	部屋数	利用人数
				12月23日(水・祝)～平成28年1月8日(金) ※右記期間を除く	12月31日(木)～平成28年1月3日(日)			
通年	箱根(11)	港区立大平台みなと荘	神奈川県足柄下郡箱根町大平台294 ☎0460-86-1122	大人 7900円 小人 4200円	7900円～8900円	和室12畳または和洋室(8畳+2ベッド)	25室	2人以上
	伊東(22)	ホテル暖香園	静岡県伊東市竹の内1-3-6 ☎0557-37-0011	大人 7020円 小人 4860円	大人 1万1340円 小人 9180円	和室10畳	4～9室	2～5人
冬季	伊豆稲取(43)	稲取東海ホテル湯苑	静岡県賀茂郡東伊豆町稲取1599-1 ☎0557-95-2121	大人 8100円 小人 5940円	大人 1万2420円 小人 1万260円	和室10畳	2室	
	越後湯沢(46)	松泉閣花月	新潟県南魚沼郡湯沢町大字湯沢318-5 ☎025-784-2540	大人 8100円 小人 5940円	大人 1万1340円 小人 9180円	和室12.5畳	2室	
	湯河原(51)	おんやど恵	神奈川県足柄下郡湯河原町宮上361 ☎0465-63-3001	大人 1万1340円 小人 9180円	大人 1万2420円 小人 1万260円	和室14畳	2室	
	安房鴨川(56)	鴨川グランドホテル	千葉県鴨川市広場820 ☎04-7092-2111	大人 11340円 小人 9180円		和室10畳	2室	
	鬼怒川温泉(58)	鬼怒川グランドホテル夢の季	栃木県日光市鬼怒川温泉大原1021 ☎0288-77-1313	大人 1万1340円 小人 9180円	大人 1万5000円 小人 1万2000円	和室12.5畳	2室	
	舞浜(63)	ホテルオークラ東京ベイ	千葉県浦安市舞浜1-8 ☎047-355-3333	大人 6000円 小人 6000円	大人 8000円 小人 8000円	スーペリアルーム(ツイン+エキストラベッド)	2室	2～4人
17日間	石和(64)	ホテル春日居	山梨県笛吹市春日居町小松855 ☎0553-20-2000	大人 8640円 小人(小学生) 5400円 (4歳～未就学児) 3240円	大人 1万2420円 小人(小学生) 1万260円 (4歳～未就学児) 8100円	和室10畳+次の間5畳	2室	2～5人
	熱海(65)	ラビスタ伊豆山	静岡県熱海市伊豆山433-13 ☎0557-80-3666	大人 9180円 小人 6426円		和室17畳	2室	

※大人は12歳以上、小人は4歳以上11歳以下です。3歳以下の子どもの添寝は無料です。
※鬼怒川グランドホテルは、平成28年1月6・7日(水・木)はご利用いただけません。
※ホテルオークラ東京ベイは1泊朝食付の料金です。他の施設は1泊2食付の料金です。
※ホテルオークラ東京ベイには大浴場はありません。
※ホテルオークラ東京ベイは、小学6年生までの子どもは、添寝の場合に限り朝食料金1550円でご利用できます。ご利用の場合は、みなと予約センターへお申し出ください。
※ラビスタ伊豆山は、ペットが泊まれる施設のため、フロント等の共有部分でペットに遭遇する場合があります。ただし、ご利用の部屋はペットの宿泊はできません。
※大平台みなと荘の利用料金は、1部屋の利用人数により異なります。
※暖香園の利用料金は、冬季保養施設開設期間中および年末年始の料金です。他の時期の料金は、お問い合わせください。
※暖香園の室数は、曜日により異なります。
※部屋タイプは、状況により変わることがあります。
※ご利用希望の月に抽選申し込みができるのは、通年・冬季施設を含めてひとつだけです。
※1申込につき、2泊(連泊)まで予約できます。
※入湯税は含まれていません。宿泊施設でのお支払いになります。

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 (財)・・・一般財団法人 (公財)・・・公益財団法人 (有)・・・有限会社 (株)・・・株式会社

デジタルサイネージを 活用し、情報発信の 拡充を行います

区は、区有施設等に設置したデジタルサイネージ(電子掲示板)を活用し、区民や在勤者、観光客等に対して、効果的に区政情報を発信するための環境を整備しました。それにより、平常時には、行政サービスやイベント情報等、災害時には、区民避難所開設状況や被災状況等、サイネージの設置場所や状況に合わせた情報発信が可能となります。

また、区が発信する緊急・災害情報等を有効活用してもらうため、区内事業者との連携にも取り組んでいます。

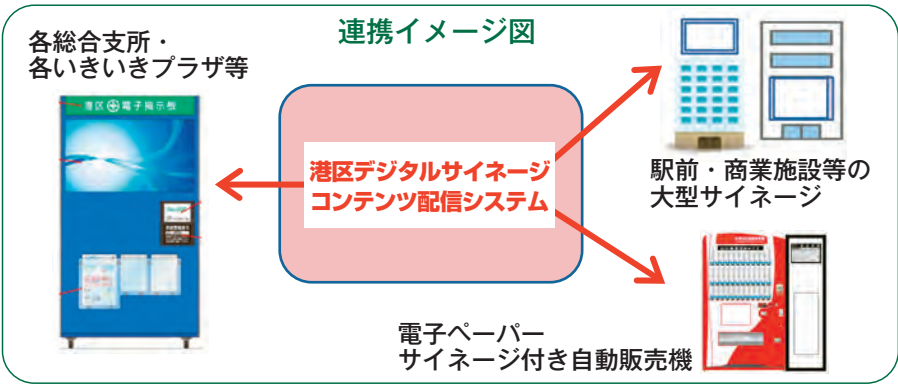
電子ペーパーサイネージ付き自動販売機による情報発信の実証実験を開始します

電子ペーパーサイネージは、電子ブックの技術を活用した省電力型のデジタルサイネージです。区は、9月1日、コカ・コーライーストジャパン(株)と「電子ペーパーサイネージ付き自動販売機による情報発信の実証実験」に関する協定を締結しました。今後、実証実験結果を踏まえ、本格実施に向け検討していきます。



協定締結の様子

問い合わせ
区長室広報係 ☎3578-2037



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

時間、ところ欄にある()は、それぞれ開場時間、定員をあらわしています。定員を超えた場合、入場をお断りすることもありますので、ご了承ください。

とき	内容	時間	ところ
3(土)	●おもちゃの病院(最終受付:午後2時30分)	午前10時～午後3時	芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ
	●映画会「父の詫び状」	午後2時～3時30分(午後1時30分)	高輪図書館(40人)
4(日)	●港区スポーツセンター区民無料公開日	午前8時30分～午後10時	港区スポーツセンター
	●ブックスタート	午前10時30分～11時30分	みなと図書館
	●みなと図書館朗読会「日暮れ竹河岸」	午前11時～正午(午前10時30分)	みなと図書館(70人)
	●映画会「アルゴ探検隊の大冒険」	午後2時～3時50分(午後1時30分)	麻布図書館(30人)
5(月)	●おもちゃの病院(最終受付:午後2時30分)	午前10時～午後3時	白金台児童館
6(火)	●おはなし会「おめんです 2」他	午後2時40分～3時	台場分室多目的室
8(木)	●おもちゃの病院(最終受付:午後2時30分)	午前10時～午後3時	高輪子ども中高生プラザ
	●ちいさなくまちゃんおはなし会「もりのおふろ」他	午前10時30分～11時	高輪図書館
	●DVDシアター「プロフェッショナル仕事の流儀」第19回	正午～午後1時(午前11時30分)	三田図書館(60人)
	●ブックスタート	午前10時30分～11時30分	高輪図書館
10(土)	●びよびよおはなし会—おひざでだっこ—「おめんです 2」他	午前11時～11時20分	みなと図書館
	●おはなし会「いもほりバス」他	午前11時～11時30分	三田図書館
	●きしゃポッポおはなし会	午後2時～2時30分	高輪図書館
	●映画会「しのび泣き」(原題:LA PART DE L'OMBRE)	午後2時～3時50分(午後1時30分)	港南図書館(45人)
	●おはなし会「おちばきょうそう」他	午後3時～3時30分	みなと図書館
	●映画会「バック・トゥー・ザ・フューチャー PART2」(原題:Back to the Future Part II)	午後2時～3時50分(午後1時30分)	みなと図書館(90人)
12(月・祝)	●ブックスタート	午後2時～3時	麻布図書館
	●秋のDVDシアター「北極のナヌー」	午後2時～3時25分(午後1時30分)	赤坂図書館(30人)
14(水)	●ランチタイムコンサート	午後0時10分	障害保健福祉センター
	●おはなし会「コウモリのルーファスくん」他	午後2時30分～3時	港南図書館
	●おはなし会「かみさまのめがね」他	午後3時～3時30分	赤坂図書館
	●ハロウィン子ども映画会「エルモと毛布の大冒険」	午後4時～5時20分(午後3時30分)	高輪図書館分室(50人)
16(金)	●おもちゃの病院(最終受付:午後2時30分)	午前10時～午後3時	港南子ども中高生プラザ
	●映画会「拳銃無宿」(原題:ANGEL AND THE BADMAN)	午後2時～3時40分(午後1時30分)	高輪図書館(40人)
17(土)	●おもちゃの病院(最終受付:午後2時30分)	午前10時～午後3時	赤坂子ども中高生プラザ
	●びよびよおはなし会—おひざでだっこ—「おんなじおんなじ」他	午前11時～11時20分	みなと図書館
	●映画会「幌馬車」(原題:WAGON MASTER)	午後2時～3時30分(午後1時30分)	赤坂図書館(35人)

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。

大使館だより

富士山に似ているというコトパクシ山

24エクアドル共和国

エクアドル共和国は、南アメリカ大陸の北西部にあり、日本の本州と九州を合わせたぐらいの広さです。公用語はスペイン語とケチュア語で、国名は領土内を通る赤道(スペイン語でエクアドル)に由来します。主な宗教はカトリックで、人口は約1500万人、先住民やヨーロッパ系、アフリカ系等さまざまな民族が混在しており、人種の融合が進んでいます。石油を産出する他、農業や漁業も盛んで、バナナやバラ、コーヒー、エビ等を輸出しています。「近年は観光業も伸びています。何し

ろエクアドルには、独自の生態系で有名な世界自然遺産のガラパゴス諸島がありますから」とダビド・ビジャゴメス二等書記官は胸を張ります。「登山目的の観光客も増えています。富士山によく似て美しいコトパクシ山という山があり、私も登ったことがあります。標高約6000メートルの山頂付近は赤道に近いにもかかわらず、万年雪があり素晴らしい眺めですよ。エクアドルは、野口英世博士が黄熱病の研究のために訪れた国でもあり、彼の名が付いた通りがあります。ぜひ日本の方に来ていただきたいです」

エクアドルの食べ物でお勧めは、キノアという穀物だそうです。「とても健康にいい穀物で、米や野菜に混ぜても食べられますし、和食にも使えますよ」とビジャゴメス書記官は話していました。

世界自然遺産のガラパゴス諸島

問い合わせ 図書館の行事については、みなとコールへ ☎5472-3710

芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ ☎5443-7338	港南子ども中高生プラザ ☎3450-9576
港区スポーツセンター ☎3452-4151	赤坂子ども中高生プラザ ☎5561-7830
白金台児童館 ☎3444-1899	子ども家庭支援センター ☎6400-0090
高輪子ども中高生プラザ ☎3443-1555	麻布子ども中高生プラザ ☎5447-0611
障害保健福祉センター ☎5439-2511	

とき	内容	時間	ところ
17(土)	●おはなし会「うしろにいるのだあれ」他	午後3時～3時30分	みなと図書館
18(日)	●港区スポーツセンター区民無料公開日	午前8時30分～午後10時	港区スポーツセンター
	●おはなし会「あきやさいのあきわっしょい！」	午後2時30分～3時	麻布図書館
19(月)	●ミュージックシアター「ベートーヴェン:ピアノ協奏曲第5番、チャイコフスキー:ピアノ協奏曲第1番」	午後2時～3時45分(午後1時30分)	みなと図書館(90人)
20(火)	●ブックスタート	午後1時～2時	高輪図書館分室
21(水)	●ブックスタート	午前10時30分～11時30分	赤坂図書館
22(木)	●おはなし会「ピーカーボー！」他	午前10時30分～11時	三田図書館
23(金)	●ブックスタート	午前11時～正午	三田図書館
	●おもちゃの病院(最終受付:午後2時30分)	午前10時～午後3時	子ども家庭支援センター
24(土)	●みなとシネクラブ「伊豆の踊子」	午後1時30分～3時15分(午後1時)	みなと図書館(90人)
	●おはなし会「こんくんのおながくはっぴょうかい」他	午後2時～2時30分	赤坂図書館
25(日)	●ちいさなおはなし会「まじまつりにいこう」他	午前11時～11時30分	高輪図書館
	●ハロウィン子ども会	午後1時～2時(午後0時30分)	港南図書館(50人)
27(火)	●映画会「おいしいコーヒーの真実」(原題:BLACK GOLD)	午後2時～3時20分(午後1時30分)	三田図書館(60人)
	●おもちゃの病院(最終受付:午後2時30分)	午前10時～午後3時	麻布子ども中高生プラザ
28(水)	●おはなし会「りんごがコロコロリンコ」他	午前11時～11時30分	高輪図書館分室
	●おやこおはなし会「ぐるぐるちゃん」他	午前10時30分～11時	港南図書館
29(木)	●ブックスタート	午後3時15分～4時	港南図書館
	●16ミリ映画会「富士山麓野鳥たちの詩」	午後6時30分～7時15分(午後6時)	赤坂図書館(30人)
30(金)	●秋の映画会「シェイクスピア名作映画集 リア王」(原題:KING LEAR)	午後2時～3時15分(午後1時30分)	三田図書館(60人)
	●秋の映画会「シェイクスピア名作映画集 オセロ」(原題:OTHELLO)	午後2時～3時30分(午後1時30分)	三田図書館(60人)
31(土)	●ナイトシネマ「ロビンとマリアン」	午後5時30分～7時20分(午後5時)	麻布図書館(30人)
	●ハロウィン工作会	午前11時～正午	麻布図書館(20人)
31(土)	●秋の映画会「シェイクスピア名作映画集 マクベス」(原題:MACBETH)	午後2時～3時45分(午後1時30分)	三田図書館(60人)

ブックスタート事業

区内にお住まいの赤ちゃん(1歳の誕生日まで)と保護者が対象です。絵本をお渡しし、1人15分程度ブックスタートの説明をします(赤ちゃん1人につき1回)。母子健康手帳を持って最寄りの会場へお越しください。みなと保健所の「うさちゃんくらぶ」に参加する人は除きます。