



**めざせ**

# アクティブシニア

いつまでも健康で人生を楽しむために  
Become an active senior to enjoy life in good health forever



介護予防総合センター(ラクっチャ)のフィールヨガに参加した皆さん

「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) FAX3578-2034 (区長室広報係)

各総合支所・分室連絡先：芝地区☎3578-3111(代) 麻布地区☎3583-4151(代) 赤坂地区☎5413-7011(代) 高輪地区☎5421-7611(代) 芝浦港南地区☎3456-4151(代) 台場分室☎5500-2365



高齢者関連情報

港区介護予防フェスティバル  
**第15回 健康長寿！inみなと**  
 ～飛び出そう！夢は走るよ アクティブシニア～

住み慣れた地域でいつまでも元気で暮らしていくために、介護予防についての知識を、講演や体験を通して知っていただくためのイベントです。

**第一弾 元気で長生きの5箇条**

いつまでも健康で、人生を楽しむために大切な5つのポイントを、専門スタッフが実技を交えながら分かりやすくお伝えします。毎日の生活を少し意識することで、心身ともに健康な「アクティブシニア」をめざしましょう。

**第二弾**

11月10・11日(金・土)に介護予防総合センターやリーブラホールでさまざまなイベントを開催します。

※来場者には記念品(数量限定)をプレゼント

**とき・ところ・定員** 表のとおり

- 費用** 無料  
**対象** ①・④～⑥おおむね50歳以上の区民  
 ②・③どなたでも  
**申し込み** 電話または直接、①は各会場、③～⑥は介護予防総合センターへ(いずれも申込順)。②は当日直接会場へ。



昨年度参加された皆さん

**問い合わせ**

介護予防総合センター ☎3456-4157

**介護予防フェスティバル**

第一弾	テーマ	とき	ところ	定員
①元気で長生きの5箇条	動くべし!(運動)	10月31日(火) 午後2時～3時30分	青山いきいきプラザ ☎3403-2011	25人
	頭を使うべし!(認知症予防)	11月1日(水) 午前10時～11時30分	神応いきいきプラザ ☎5422-8848	40人
	人と会うべし!(社会参加)	11月2日(木) 午前10時～11時30分	神明いきいきプラザ ☎3436-2500	40人
	食べるべし!(栄養)	11月6日(月) 午前10時～11時30分	芝浦港南区民センター (申し込みは介護予防総合センター) ☎3456-4157	30人
	噛むべし!(口腔機能)	11月7日(火) 午後2時～3時30分	ありすいきいきプラザ ☎3444-3656	30人

第二弾	内容	とき	ところ	定員
②ラクっちゃ会場 各種イベント	ラクっちゃMen'sカフェ、介護予防測定(骨健康度、血管年齢等)、ダーツ・バッグー体験、発表会、スマホお悩み相談 等	11月10日(金) 午前10時～午後4時	介護予防総合センター (みなとパーク芝浦2階) ☎3456-4157	-
③みんなと歩こう!芝の語り部「芝浦1丁目まち歩き」	※雨天時は、室内でまち歩きコースの紹介	11月10日(金) (1)午前11時30分 (2)午後1時15分		各20人
④港区観光大使 由美かおるさんの「健康呼吸法」	健康呼吸法実践のための正しい姿勢	11月10日(金) 午前10時～11時	リーブラホール (みなとパーク芝浦1階)	120人
⑤DJ OSSHYの「シルバーディスコ」	70～80年代の音楽でディスコを体験	11月10日(金) 午後2時30分～4時		120人
⑥スペシャルイベント 「秋の四重奏コンサート」	プロの演奏家によるピアノ・チェロ・ビオラ・バイオリンの四重奏	11月11日(土) 午前10時30分～正午		200人

医療ソーシャルワーカーを  
ご存じですか



医療ソーシャルワーカー(MSW)は、患者や家族の生活の質(QOL)を第一に考え、福祉サービスの情報提供や関係機関との連絡調整等を行い、問題解決のお手伝いをする医療機関の相談員です。在宅療養や療養先の選定、就労や就学支援、医療費や生活費、家族や仕事に関する悩み、療養生活での不安等、治療を受ける中で患者と家族が抱える生活に関わる幅広い相談に応じています。多くの場合、社会福祉士等の国家資格を持つ人が担当しています。

病院内には、「地域医療連携室」「医療福祉相談室」や「がん相談支援センター」等があり、面談または電話でお話を伺います。お困りのことがあれば、ぜひ医療ソーシャルワーカーにご相談ください。

がん在宅緩和ケア支援センターでは、看護師や医療ソーシャルワーカー等が医療的な悩みだけでなく、生活の中での心配事や心のつらさ、患者や家族が抱えているさまざまな悩みの相談を受けています。

**問い合わせ**

がん在宅緩和ケア支援センター  
 ☎6450-3421 FAX6450-3583  
 相談専用ダイヤル ☎6450-3387

がん在宅緩和ケア支援センター



在宅療養のこと、  
お気軽にご相談ください

区民の在宅療養生活全般にわたる、医療・療養・介護に関するご相談を受けます。また、医療機関やケアマネジャー等の介護事業者等からのご相談も受けます。

医療に関する心配や不安について、まずは電話等でご相談ください。

**このような相談ができます**

- 退院後の在宅療養について
- かかりつけ医について
- かかりつけ薬局について
- 訪問診療について
- 一時的に介護ができなくなったときの入院先等について



**対象** 区民、区内医療機関・介護サービス事業者等

**問い合わせ**

港区在宅療養相談センター  
 ☎6435-0758 FAX5476-0208

## 子育て関連情報

令和6年4月入園分

### 保育園入園申し込みのお知らせ

令和6年4月に保育園へ入園を希望する人は、郵送・電子申請または直接、申込期間内にお住まいの地区の各総合支所区民課保健福祉係へお申し込みください。

※郵送・電子申請の場合、窓口での申し込みと締め切り日が異なりますのでご注意ください。

#### 入園できる人・申込期間

保護者のいずれもが、月48時間以上の就労をしている人等の条件に該当し、保育の必要性に応じた認定を受けた人

条件や申込期間について詳しくは、各総合支所で配布する「保育園入園のごあんない 令和6年度版」をご覧ください。令和6年度版は10月下旬から配布する予定です。

#### 提出書類

- (1) 子どものための教育・保育給付認定申請書
- (2) 保育所入所等申込書
- (3) 就労証明書等の保育が必要な理由を証明する書類
- (4) 認可保育園等申し込みに関する確認書

※その他の書類が必要な場合があります。

※(1)～(4)は、10月2日(月)から、港区HPでダウンロードできます。10月下旬から、各総合支所区民課保健福祉係・各区立保育園で配布します。

#### 問い合わせ

各総合支所区民課保健福祉係 ☎欄外参照  
保育課保育支援係 ☎3578-2445

令和6年4月入園分

### 元麻布保育園の (医療的ケア児・障害児クラス) 入園申し込みのお知らせ

元麻布保育園では、医療的ケアが必要なお子さんや障害のあるお子さん専用のクラスを設け、集団保育を行います。クラスには担任の看護師が常駐し、登園が困難な児童については、福祉車両による送迎支援を行います。

入園を希望する人は、申込期間内にお住まいの地区の総合支所区民課保健福祉係へお申し込みください。

詳しくは、各総合支所で配布する「保育園入園のごあんない 令和6年度版」または港区HPをご覧ください。

#### 申込期間

11月1日(水)～16日(木)

※障害のあるお子さんで、誕生日が令和5年11月1日～12月1日のお子さんは、12月4日(月)まで申請を受け付けます。

#### 問い合わせ

○入園に関すること  
各総合支所区民課保健福祉係 ☎欄外参照  
○お子さんの状態に関すること  
子ども政策課障害児支援担当 ☎3578-2444  
保育課保育支援係 ☎3578-2445

毎年11月は  
「児童虐待防止  
推進月間」です

## ワークショップや障害児・者の絵画展示等を開催します ～いじめ・児童虐待防止について知ろう～

●マスキングテープで～みんなでオレンジリボンの大きなハートをつくろう!～

11月1日(水)午後2時～4時

11月2日(木)午前10時～正午、午後2時～4時

●～クリスマスにオレンジの灯を～手作りのクリスマスキャンドル

11月14日(火)午前10時30分～正午、午後2時～3時30分

11月15日(水)午後2時～3時30分

●HEART & HEART ART展～すべての子どもが笑顔で過ごせるように～

11月18日(土)～30日(木)午前9時～午後5時

※日曜・祝日を除く。

●親子でクラシックコンサート～モーツァルトの室内楽の楽しみ～

11月18日(土)午前10時30分～11時30分

●インターネット・ゲーム依存と予防についての講演会

11月18日(土)午後2時～4時

#### ●の共通事項

ところ 子ども家庭支援センター

注意事項 事前申し込みが必要なイベントがあります。

詳しくは港区HPをご覧ください。



問い合わせ 子ども家庭支援センター地域連携担当 ☎5962-7211

## 芝浦港南ふれあいまつりで、小さな家具のリサイクル展 フードドライブ、おもちゃの回収を実施します

#### 対象

区内在住・在勤・在学者

#### とき

10月14日(土)午前10時～午後4時

#### ところ

芝浦港南区民センター

#### 小さな家具のリサイクル展

展示する小さな家具を抽選の上、無料でお渡しします。

抽選会 午前11時30分

申し込み受け付け 午前10時～11時20分

※配送および後日引き取り不可、1人1点まで申し込み可

#### フードドライブ

未利用食品(米・乾麺類・インスタント食品・レトルト食品・缶詰等)を回収します。

フードドライブ▶



#### おもちゃの回収

家庭で使用していたおおむね40センチメートル以内のおもちゃの回収を行います。

おもちゃの拠点回収▶



#### 問い合わせ

みなとリサイクル清掃事務所ごみ減量・資源化推進係 ☎3450-8025



麻布地区地域事業

麻布未来写真館 ～次世代へつなぐ麻布の記憶～

パネル展を開催します

地区内の学校や企業等から収集した麻布の歴史、文化資源に関する写真やまち歩きで撮影した写真のパネル展を、麻布地区のいきいきプラザで開催します。



令和4年の南麻布いきいきプラザでの様子  
麻布未来写真館分科会

※会場でアンケートにご協力いただいた人には、令和4年度の活動写真集をお渡しします。



とき

10月6日(金)～16日(月)  
月～土曜:午前9時～午後9時30分  
日曜:午前9時～午後5時

ところ

- 南麻布いきいきプラザ
- ありすいきいきプラザ
- 麻布いきいきプラザ
- 西麻布いきいきプラザ
- 飯倉いきいきプラザ

※会場ごとに展示するパネルは異なります。

問い合わせ 麻布地区総合支所協働推進課地区政策担当  
☎5114-8812

障害のある人とのコミュニケーションを知ってください

障害のある人に手助けの申し出をするとき等、障害特性に応じた配慮や声を掛けるときのポイントをいくつか紹介します。

基本的な配慮のポイント

話し掛けるときは、笑顔でゆっくり、やさしい口調で声を掛けます。また、不快に感じる言葉や子ども扱いした言葉は使わないようにし、年齢に合わせた対応をします。

話を聞くときは、安心して話ができるような雰囲気や環境を作り、話を最後まで聞きます。

説明をするときは、ゆっくり、分かりやすい言葉を使い、できるだけ短く話します。また、大事なことはメモを書いて渡します。

その他、補助手段、絵や写真、図等を用いて工夫しましょう。

補助手段の例

コミュニケーションボード、筆談、音声文字変換アプリ等があります。

問い合わせ

障害者福祉課障害者福祉係  
☎3578-2383 FAX3578-2678

対話と学びのワークショップ

～みなと芸術センター開館に向けて～

を開催します

共生社会をテーマに、令和9年度開館予定のみなと芸術センターのあり方を一緒に考えませんか。文化政策の専門家等を講師に迎え、社会と芸術との関係について学ぶ他、参加者同士の対話を通じてみなと芸術センターの役割を考えます。

**対象** 全4回のワークショップに参加できる15歳以上の人

**とき** (1)11月9日(木) (2)12月7日(木)  
(3)令和6年1月12日(金) (4)令和6年2月9日(金)  
いずれも午後6時30分～8時30分

**ところ** 芝浦区民協働スペース

- 内容**
- (1)入門・芸術文化と社会(講師:片山 泰輔氏)
  - (2)アーティストとの協働を知る～生活と地続きの表現～(講師:宮下 美穂氏)
  - (3)対話の場を開く実践～プラットフォームとしての芸術文化～(講師:林 立騎氏)
  - (4)公共文化施設に求められることを考える～みなと芸術センターの役割～(講師:藤野 一夫氏)

**定員** 20人(区内在住・在勤・在学者優先で抽選)

**申し込み** 10月23日(月)までに、申し込みフォームからお申し込みください。

※抽選結果は、10月27日(金)までにお知らせします。



申し込みフォーム

問い合わせ NPO法人芸術公社(受付時間:祝日を除く月～金曜午前10時～午後4時)☎080-3936-6676  
メール:artscommons.tokyo.inquiry@gmail.com

担当課 地域振興課みなと芸術センター整備担当

令和6年4月から相続登記の申請が義務化されます



令和6年4月から、相続による不動産の取得を知ってから3年以内

に登記申請をすることが法律で義務付けられます。

正当な理由なく申請しない場合には10万円以下の過料が科される可能性があります。今のうちから相続登記をしましょう。

詳しくは、法務省HPをご覧ください。

司法書士会の相続登記相談センターへ。



登記手続きハンドブック

問い合わせ 相続登記相談センター ☎0120-13-7832

みんなとオレンジカフェ ～ボランティア養成講座に参加しませんか～

認知症の人やその家族、認知症予防に関心のある人が集う「みんなとオレンジカフェ」で活動するボランティアを養成する講座です。

**対象** 認知症の人等を地域で支える活動に関心があり、区内で活動を続けられる人

**とき** 11月11・25日(土・全2回)午前10時～午後4時

**ところ** 新橋区民協働スペース

**人数** 20人(申込順)

**申し込み** 電話またはメールで、11月9日(木)までに、氏名・住所・連絡先・講座名を、NPO法人介護者高齢者支援・けあポートへ。☎5860-2270

**メール** info@careport-npo.net

問い合わせ 高齢者支援課高齢者相談支援係 ☎3578-2410

港区広報番組をご覧ください

10月1日更新「みなとNEWS(5分番組)」

内容 SKDs学びのまちプロジェクト、まなび屋、Minato Blossom Festa

放送期間 10月1日(日)～31日(火)

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。





# おしらせボード

- 凡例**
- 対**▶対象
- 内**▶内容
- 申**▶申し込み
- 時**▶とき
- 選**▶選考方法
- 問**▶問い合わせ
- 所**▶ところ
- 人**▶定員・募集人員
- HP**▶ホームページ

※費用の表記がないものは、全て無料です。

区役所・総合支所への郵便は、郵便番号と宛先(例:105-8511 港区役所〇〇課)で届きます。

## 講座・催し物

### 芝の語り部によるまち歩きツアー「東海道から江戸を見る②～田町から新橋～」

**対** 長時間歩行できる人  
**時** 11月5日(日)午前9時～11時30分  
**所** 午前8時50分までにJR田町駅西口エスカレーター下集合  
**人** 15人程度(抽選)  
**申** 電話で、10月5日(木)～18日(水)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後2時)～午後5時)へ。  
**電** 5472-3710  
 抽選結果は、10月25日(水)以降に、全員に郵送でお知らせします。  
**問** 芝地区総合支所協働推進課地区政策担当  
**電** 3578-3124

### 有栖川ほご犬ふれあい会

**対** どなたでも  
**時** 10月15日(日)午後1時、2時、3時※各回30分  
**所** 有栖川宮記念公園広場  
**人** 各回20人程度(会場先着順)  
**費用** 300円(参加費)  
**申** 当日直接会場へ。  
**問** 有栖川宮記念公園管理事務所  
**電** 3441-9642  
 ※雨天中止。麻布地区公園で当日お知らせします。  
<https://minato-park.jp/azabu/>  
**問** 麻布地区総合支所まちづくり課

### まちづくり係

#### 認知症サポーター養成講座

受講者にはサポーターカードをお渡しします。  
**対** 区民  
**時** 10月31日(火)午前10時30分～正午  
**所** ありすいきいきプラザ  
**人** 15人(抽選)  
**申** 電話または直接、10月23日(月)までに、ありすいきいきプラザへ。  
**電** 3444-3656

#### 予防医学デー記念シンポジウム

区・病院・商店街・地域住民が一体となって予防医学に触れ、健康増進を図るシンポジウムです。  
**対** どなたでも  
**時** 11月5日(日)午前10時～正午  
**所** 北里研究所病院大村記念ホール(白金5-9-1)  
**人** 250人(申込順)  
**申** 北里大学北里研究所病院の申し込みフォームまたは電話で、北里大学北里研究所病院総務課へ。  
**電** 3444-6161

申し込みフォーム▶



高輪地区総合支所協働推進課協働推進係

#### 港区夜間いのちの相談ダイヤル 0570-033-202(午後5時～9時30分)

### 大人のためのSKDs 芝浦港南地区 体験型地域密着記者養成講座

**対** 20～50代の芝浦港南地区に在住・在勤・在学または芝浦港南地区のために活動したい人  
**時** (1)10月31日(火) (2)11月22日(水) (3)12月12日(火) いずれも午後6時30分～8時※全3回参加必須  
**所** (1)(2)みなとパーク芝浦(3)伝統文化交流館  
**対** (1)記事作成講座(2)水上タクシー乗船(3)落語鑑賞、ミニコラム作成  
**人** 24人(抽選)  
**申** 電話で、10月4日(水)～10日(火)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後3時)～午後5時)へ。  
**電** 5472-3710  
 ※一時保育を希望の人は、申込時にお子さんの人数・氏名・年齢(〇歳〇カ月)をお知らせください。  
**問** 芝浦港南地区総合支所協働推進課地区政策担当  
**電** 6400-0013

#### ヨガ教室 金・土・日曜コース

**対** 16歳以上の区内在住・在勤者  
**時** 11月3日～12月22日(毎週金曜・全8回)午後7時30分～8時30分、11月4日～12月23日(毎週土曜・全8回)午前9時50分～10時50分、11月5日～12月24日(毎週日曜・全8回)午前10時～11時  
**所** 港南いきいきプラザ  
**人** 各20人(抽選)  
**費用** 各4080円(参加費)  
**申** 電話または直接、10月10日(火)までに、港南いきいきプラザへ。  
**電** 3450-9915

#### 消費者センター公開講座「震災から100年 防災と整理収納～安全な住まいづくりと防災備蓄品の収納～」

**対** 区内在住・在勤・在学者  
**時** 10月24日(火)午後2時～4時  
**所** 消費者センター(みなとパーク芝浦2階)

**人** 30人(申込順)※保育あり(1歳～就学前、4人。10月13日(金)までに申込時にお申し出ください)  
**申** 電話で、10月4日(水)～17日(火)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後2時)～午後5時)へ。  
**電** 5472-3710  
 ※手話通訳を希望する人は、ファックスで消費者センターへ。  
**電** 3453-0458

#### まち歩きツアー「青山墓地巡り第2弾—日本の今を作り上げた近代。その時代に活躍した人々の墓を訪ねる—」

**対** 小学生以上で全行程歩ける人  
**時** 10月28日(土)午前10時～正午  
**コース** 地下鉄青山一丁目駅(集合)→青山霊園管理事務所前→澤太郎左衛門墓→キヨッソーネ墓→松方正義墓→高木兼寛墓→北里柴三郎墓→後藤象二郎墓→佐野常民墓→津田梅子の父津田仙墓→田中久重墓→乃木希典墓→忠犬八公の碑と飼い主上野英三郎墓→斎藤茂吉墓→大久保利通墓等16人の墓を巡り管理事務所前で解散  
**人** 15人(抽選)  
**申** (社)港区観光協会または郵送で、往復はがきにツアー名、申し込み人数(2人まで)、申込者全員の住所・氏名・年齢・日中連絡のつく電話番号を明記の上、10月16日(月・必着)までに、〒108-0014芝5-36-4札の辻スクエア8階 (社)港区観光協会「港区観光ボランティアガイド担当」へ。10月23日(月)までに当落通知を送付します。

(社)港区観光協会▶



**問** (社)港区観光協会ボランティアガイド担当(受付時間:祝日を除く月～金曜午前9時～午後5時)  
**電** 6809-5514  
 産業振興課観光政策担当  
**電** 6435-4661  
 6ページへつづく

## 夜間・休日診療

港区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。

10月1日(日)	アイビークリニック虎ノ門(内)	虎ノ門1-9-11 GATE虎ノ門	電5501-1511
	国際医療福祉大学三田病院(内・外)	三田1-4-3	電3451-8121
	汐留高橋歯科医院(歯)	東新橋2-5-14 1階	電6274-6442
	赤坂見附磯谷歯科(歯)	赤坂3-21-17 ASK赤坂5階	電3582-4011
10月8日(日)	★南青山内科クリニック(内)	南青山7-8-8 南青山ロイヤルハイツ101	電6805-1836
	ニュー新橋クリニック(内)	新橋2-16-1 ニュー新橋ビル4階	電3580-6775
	愛育病院(小)	芝浦1-16-10	電6453-7300
	竹下デンタルクリニック(歯)	浜松町2-3-1 日本生命浜松町クレアタワー4階	電3435-5464
10月9日(祝)	野崎歯科医院(歯)	東麻布2-20-5	電3583-1376
	★伊皿子坂医院(内・小)	高輪2-16-52-101	電5447-7701
	六本木北浜診療所(内・小)	六本木6-1-20 六本木電気ビル2階	電3402-0792
	北里研究所病院(内・外)	白金5-9-1	電3444-6171
10月9日(祝)	北沢歯科クリニック(歯)	芝浦4-9-18 グランドパレス田町1階	電5442-2337
	岡田歯科医院(歯)	北青山3-3-7 第一青山ビル2階	電3408-0108
	★西麻布ライフケアクリニック(内)	西麻布4-4-3 フリーディオ西麻布101号	電3797-1717
	休日お口の電話相談室(公社)東京都港区芝歯科医師会	対応時間:午前9時～午後4時30分(休日のみ)	電080-9587-2557

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) 電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)	電5272-0303 HP <a href="https://www.himawari.metro.tokyo.jp/">https://www.himawari.metro.tokyo.jp/</a>

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) 電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、電090-9378-7915

10月1日(日)	アカビシ薬局	高輪3-10-38	電3441-8092
10月8日(日)	クオール薬局田町店	芝5-31-5 MEFULL田町1階	電6435-3089
10月9日(月・祝)	いるか田町薬局	芝5-27-5	電6453-8207

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



5ページからつづく

### セルビア共和国大使館主催「ニコラ・テスラ没後80周年記念イベント」無料招待

☎ 区内在住・在勤・在学者  
 時 10月14日(土)午後1時～6時  
 所 リーブラホール  
 人 20人(抽選)  
 用 郵送で、往復はがきに住所・氏名・電話番号(はがき1枚につき2人まで、2人希望の場合は2人分を明記してください)、在勤・在学者は勤務先や学校名および所在地を明記の上、10月6日(金・必着)までに、〒105-8511 港区役所地域振興課国際化推進係へ。※抽選に外れた場合、有料チケットもあります。  
 用 ○有料チケット、プログラムについて



○無料招待について  
 地域振興課国際化推進係  
 ☎3578-2046

### 弁護士による福祉専門相談

時 10月12日(木)・25日(水)、11月9日(木)・29日(水)、12月7日(木)・20日(水)、令和6年1月11日(木)・24日(水)、2月8日(木)・21日(水)、3月7日(木)・27日(水)いずれも午後1時30分～4時20分※1人50分程度(申込順)。1案件につき1回  
 所 (社福)港区社会福祉協議会(麻布地区総合支所2階)  
 用 電話・ファックスまたはメールで、(社福)港区社会福祉協議会成年後見推進係へ。  
 ☎6230-0283 FAX6230-0285  
 メール:seinenkouken@minato-cosw.net  
 用 保健福祉課保健福祉総合調整係  
 ☎6400-0083

### 福祉のしごと面接・相談会

☎ 区内の介護・障害福祉サービスに就職を希望する人、仕事に関心のある人  
 時 11月8日(水)午後1時～4時(最終受け付けは午後3時30分まで)  
 所 産業振興センターホール大・小  
 用 当日直接会場へ。※保育あり(4カ月～就学前、3人。10月25日(水)までにお申し出ください)  
 用 介護保険課介護事業者支援係  
 ☎3578-2883

### ●アピランス(外見)ケア すみれサロン

時 11月2日(木)午前10時～11時、11月21日(火)午後6時30分～7時30分  
 所 がん在宅緩和ケア支援センター  
 用 当日直接会場へ。

### ●栄養セミナー「がん治療中の人に聞いてほしい～秋の味覚を活用して腸内環境を整えよう!～」

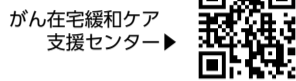
時 11月4日(土)午前11時～正午  
 所 がん在宅緩和ケア支援センター  
 人 12人(申込順)  
 用 電話またはファックスで、がん在宅緩和ケア支援センターへ。

### ●がんを患った人や家族のためのくつろぎカフェ

時 (1)11月4日(土)(2)11月14・28日(火)いずれも午後1時30分～3時30分  
 所 (1)港南区民協働スペース(2)がん在宅緩和ケア支援センター  
 用 当日直接会場へ。

### ●の共通事項

☎ がん患者およびその家族詳しくは、がん在宅緩和ケア支援センター☎をご覧ください。



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

### 健康講座

☎ 区内在住・在勤・在学者  
 時 11月7日(火)(1)午前10時～正午(2)午後2時～4時  
 所 みなと保健所8階  
 用 (1)「慢性腎臓病(CKD)」ってなに?～腎臓について学んでみませんか?専門医がわかりやすくお伝えします～(2)みんなで知ろう!肺の病気 COPD(慢性閉塞性肺疾患)～専門医による最新知識を学び、理学療法士と呼吸リハビリテーションを実践しよう～  
 人 (1)50人(2)30人(いずれも申込順)  
 用 電話で、10月3日(火)～11月6日(月)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後3時)～午後5時)へ。(1)(2)それぞれお申し込みください。※保育あり(4カ月～就学前、各回6人。10月30日(月)までに、申込時にお申し出ください)  
 ☎5472-3710  
 用 健康推進課健康づくり係  
 ☎6400-0083

### あきる野環境学習「みなと区民の森散策と生き物観察」

☎ 小学生以上の区民※小学生は、保護者同伴必須  
 時 11月26日(日)午前8時30分～午後5時30分頃※午前8時15分区役所集合、往復バスで移動  
 所 みなと区民の森(あきる野市)※一部勾配が急な斜面の山を移動します。  
 人 40人(抽選)  
 費用 1人につき2500円  
 用 電話またはファックスで、10月10日(火)～24日(火)に、(株)阪急交通社東京団体支店営業三課(受付時間:祝日を除く月～金曜午前9時30分～午後5時30分)へ。  
 ☎6745-1351 FAX6745-7372  
 (株)阪急交通社特設ページからも申し込みます。

(株)阪急交通社特設ページ▶



用 環境課地球環境係  
 ☎3578-2496

### 「家具のリサイクル展」臨時日曜開館

☎ どなたでも

時 10月15日(日)午前9時30分～午後4時30分  
 所 港資源化センター※駐車場・駐輪場はありません。  
 用 みなとリサイクル清掃事務所ごみ減量・資源化推進係  
 ☎3450-8025

### 港区ワーク・ライフ・バランスシンポジウム

☎ 区内の企業経営者、管理職、人事・労務担当者またはテーマに関心のある人  
 時 11月15日(水)午後3時～5時  
 所 男女平等参画センターリーブラホール(みなとパーク芝浦1階)  
 用 NPO法人J-Win内永氏による講演と区内企業の取り組み発表  
 人 60人(申込順)※保育あり(4カ月～就学前、3人程度。11月1日(水)までに、お申し出ください)  
 用 電話・ファックスまたは直接、男女平等参画センターへ。男女平等参画センター☎からも申し込みます。  
 ☎3456-4149



### 日本の伝統文化 実演と体験「いけばな」

☎ 区内在住・在勤・在学者  
 時 11月18日(土)午後1時30分～4時  
 所 生涯学習センター  
 人 30人(抽選)  
 費用 一般3500円、会員3000円(材料費等)  
 用 港ユネスコ協会☎または郵送で、往復はがきに講座名・氏名(ふりがな)・郵便番号・住所・電話番号を明記の上、10月20日(金・必着)までに、〒105-0004新橋3-16-3 港区立生涯学習センター3階 港ユネスコ協会へ。抽選結果はメールまたは郵送でお知らせします。  
 用 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  
 用 生涯学習スポーツ振興課生涯学習係



### みなと科学館2023秋の企画展「港と船」

☎ どなたでも  
 時 10月12日(木)～11月12日(日)午前9時～午後8時  
 所 みなと科学館  
 用 当日直接会場へ。  
 用 みなと科学館 ☎6381-5041

### 時刻表のウラ話とこれからの鉄道の話題

☎ どなたでも  
 時 10月14日(土)午後2時～3時30分  
 所 高輪図書館  
 人 30人(申込順)  
 用 電話または直接、高輪図書館へ。※10月9日(月・祝)は休館  
 ☎5421-7617

### 芸術の秋 五感を楽しむ ヴァイオリンとピアノのコンサート

☎ 中学生以上どなたでも  
 時 10月21日(土)第一部:正午～午後1時、第二部:午後2時～3時  
 所 港南図書館  
 人 各回22人(申込順)  
 用 電話または直接、港南図書館へ。※10月19日(木)は休館  
 ☎3458-1085

### 作家・江戸歩き案内人の黒田涼氏が語る「家康と江戸城、江戸のまち」

☎ 中学生以上どなたでも  
 時 10月21日(土)午後2時～3時30分  
 所 麻布図書館  
 人 30人(申込順)  
 用 電話または直接、麻布図書館へ。※10月19日(木)は休館  
 ☎3585-9225

### ある圖案家の仕事—宮中の染織デザイナー—

特別展  
 時 10月14日(土)～12月10日(日)※毎月第3木曜は休館  
 所 郷土歴史館2階特別展示室  
 観覧料 大人400円、高校生以下200円(常設展とのセット券:大人600円、高校生以下200円)※区内在住・在学の小・中学生、高校生、区内在住の65歳以上の人、区内在住の障害者とその介助者(1人)の観覧料は無料です。証明できるものをお持ちください。  
 区民無料公開日 11月3日(金・祝)区内在住であることを証明できるものをお持ちください。

講座  
 ☎ どなたでも  
 時 (1)10月29日(日)(2)11月5日(日)(3)11月12日(日)いずれも午後1時30分～3時  
 所 郷土歴史館  
 用 (1)図案教育のはじまりと発展(2)「宮内省御用達」をつとめた高島屋(3)近代の大札と有職故実の展開  
 人 各36人(抽選)※保育あり(4カ月～就学前、各3人)  
 用 郷土歴史館☎から、(1)10月3日(火)～9日(月・祝)(2)10月10日(火)～16日(月)(3)10月17日(火)～23日(月)にお申し込みください。



用 郷土歴史館 ☎6450-2107



### 環境講座「地球にやさしいお買い物ってなあに?」

☎ おおむね50歳以上の区民  
 時 10月28日(土)午前10時～11時30分  
 所 三田いきいきプラザ  
 人 30人(抽選)  
 用 電話または直接、10月15日(日)までに、三田いきいきプラザへ。  
 ☎3452-9421

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。



**江戸城外濠を巡る旅「四ツ谷御門から小石川御門」**

芝の語り部の解説を聞きながら、史跡を歩いて巡ります。  
 ④ おおむね50歳以上の区民で、長時間歩行できる人  
 ⑤ 10月29日(日)午前9時30分～正午  
 ⑥ JR四ツ谷駅麹町口地上集合、JR水道橋駅周辺解散  
 ⑦ 15人(抽選)  
 ⑧ 電話または直接、10月14日(土)までに、虎ノ門いきいきプラザへ。  
 ☎3539-2941

**男性も！女性も！「神応うききフラダンス体験会」**

④ 60歳以上の区民  
 ⑤ 10月18日(水)女性:午後1時～2時、男性:午後2時30分～3時30分  
 ⑥ 神応いきいきプラザ  
 ⑦ 各10人(抽選)  
 ⑧ 電話または直接、10月15日(日)までに、神応いきいきプラザへ。※当選者のみ、10月16日(月)以降に電話で連絡します。☎5422-8848

**第24回港区長杯争奪 高齢者いきいき麻雀大会**

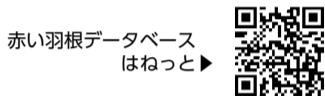
④ 60歳以上の区民  
 ⑤ 11月5日(日)午後0時30分～5時30分  
 ⑥ 新雀荘、岡(新橋2-16-1ニュー新橋ビル4階)  
 ⑦ 108人(申込順)  
 費用 1000円(参加費)  
 ⑧ 電話で、10月5日(木)～18日(水)に、みなとコール(受付時間:午前9時(初日は午後3時)～午後5時)へ。☎5472-3710  
 ⑨ 芝浦港南地区総合支所区民課保健福祉係

区長エッセイ 毎月1日配信  
 メールマガジン きらっと★  
 きらっと 検索

**お知らせ**

**赤い羽根共同募金にご協力ください**

皆さんからいただいた募金は、区内の子どもたちや障害者を支援する活動の他、災害等準備金として被災地支援に使わせていただきます。使い道について詳しくは、「赤い羽根データベースはねっと」でご覧いただけます。  
 ④ 10月2日(月)～12月22日(金)  
 募金方法 町会・自治会を通じて募金の呼びかけを行う他、(社福)港区社会福祉協議会、各総合支所協働推進課でも受け付けています。  
 ⑤ (社福)東京都共同募金会港地区協力会事務局((社福)港区社会福祉協議会経営管理係内)  
 ☎6230-0280 FAX6230-0285  
 ⑥ 保健福祉課地域福祉支援係



**第5回港区地域保健福祉推進協議会を開催します**

港区地域保健福祉計画等の素案を検討します。  
 ④ どなたでも  
 ⑤ 10月18日(水)午後6時30分～8時30分  
 ⑥ 区役所9階会議室  
 ⑦ 傍聴の際、保育(4カ月～就学前、2人程度)を希望する人は、電話で、10月10日(火)午後5時までに、保健福祉課保健福祉総合調整係へ。  
 ☎3578-2329

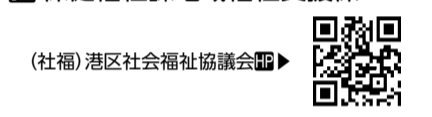
**在宅重度障害者(児)への見舞品贈呈の希望申し込みを受け付けます**

④ 9月15日現在、区内在住の心身障害者福祉手当の受給者、または児童育成手当(障害手当)受給中の対象

児童で、身体障害者手帳1・2級または愛の手帳1・2度を所持している人および脳性まひまたは進行性筋萎縮症の人(施設入所者は対象外)  
 見舞品 区内共通商品券(スマイル商品券)3000円分

④ 郵送で、11月10日(金・必着)までに、次の必要書類3点を、〒106-0032六本木5-16-45 麻布地区総合支所2階(社福)港区社会福祉協議会経営管理係へ。(1)在宅重度障害者(児)への見舞品贈呈希望申込書※(社福)港区社会福祉協議会で配布する他、(社福)港区社会福祉協議会からダウンロードもできます。(2)身体障害者手帳または愛の手帳の写し(本人氏名・住所・障害者手帳番号・等級が確認できるもの)(3)心身障害者福祉手当または児童育成手当(障害手当)の受給が分かる書類の写し(1年以内に発行された認定通知書または受給証明、もしくは1年以内の手当金額の入金が分かる預金通帳の表紙および入金履歴の写し等)

⑤ (社福)港区社会福祉協議会経営管理係  
 ☎6230-0280 FAX6230-0285  
 ⑥ 保健福祉課地域福祉支援係



**東京都シルバーパスを新たに購入される人へ**

満70歳以上の都民は、都営交通・都内を走行する民営バス等が利用できる「東京都シルバーパス」を購入できます。  
 パスの有効期限 発行日から令和6年9月30日まで  
 ④ 都内に住所登録がある満70歳以上の人(寝たきりの人を除く)  
 ⑤ 70歳になる月の初日から申し込みます。最寄りのバス営業所・都営地下鉄定期券発売所等のシルバーパス発行窓口でお申し込みください。

必要書類・購入費用等は、お問い合わせください。  
 ④ 東京バス協会シルバーパス専用 ☎5308-6950  
 ⑤ 高齢者支援課在宅支援係

**変更・休止情報等**

**電話予約サービスによる証明書の受け取り休止(高輪地区総合支所)**

休止日に住民票の写し・印鑑登録証明書の受け取りを希望する人は、高輪地区総合支所以外の各総合支所、または台場分室の電話予約サービスをご利用ください。  
 ④ 10月9日(月・祝)終日  
 ⑤ 高輪地区総合支所  
 ⑥ 高輪地区総合支所区民課窓口サービス係 ☎5421-7612

**いきいきプラザ・あっぱい・子どもふれあいルーム半日休館**

④ (1)10月8日(日)(2)～(4)10月22日(日)いずれも午前8時30分～正午  
 ⑤・⑥ (1)南麻布いきいきプラザ ☎5232-9671  
 (2)西麻布いきいきプラザ ☎3486-9166  
 (3)子育てひろばあっぱい西麻布 ☎5467-7175  
 (4)子どもふれあいルーム ☎5467-7176

**10月16～22日は行政相談週間**

総務省行政相談センター きくみみ東京 ☎0570-090110

**10月10日は目の愛護デー**

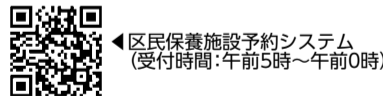
目の病気や目について心配なことがある場合は、眼科専門医に相談しましょう。

区の手続きや施設・催し物のご案内は **みほとコール** へ ☎5472-3710 FAX5777-8752 年中無休 午前8時～午後8時

**区民保養施設利用案内**

**熱川プリンスホテル・冬季保養施設**

区民保養施設の利用申し込みには、利用者登録が必要です。専用はがきまたは区民保養施設予約システムで登録できます。

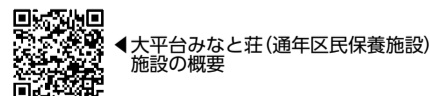


**申し込み受け付け**

利用月	抽選申し込み(区民のみ)			空き室申し込み(申込順)(区民・区内在勤者)	
	区民保養施設予約システム	専用はがき	抽選結果	区民保養施設予約システム、JTBみなと予約センター	
12月	10月18日(水)まで 午前5時～午前0時	10月12日(木・必着)まで	10月末郵送	利用希望日の1カ月前の同日から	

**休業日**

熱川プリンスホテル 12月19～21日(火～木)  
 大平台みなと荘 令和6年3月31日(日)まで  
 ※大平台みなと荘の休業期間中は代替施設を利用できません。詳しくは、港区☎をご覧ください。



**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(受付時間:祝日を除く月～金曜午前10時～午後6時30分) ☎5434-7644  
 ○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

**病院? 救急車? 迷ったら...**

#7119

東京消防庁救急相談センター

**港区の人口**

令和5年9月1日現在

**総人口**

26万5,754人  
 (前月比114人増)

出生等 236人 死亡等 261人  
 転入 2,316人 転出 2,177人

日本人 24万4,907人 (前月比83人減)  
 男 11万4,369人 女 13万538人

外国人 2万847人 (前月比197人増)  
 男 1万692人 女 1万155人

世帯数 15万2,347世帯 (前月比24世帯減)  
 日本人世帯数 13万7,648世帯 (前月比63世帯減)  
 外国人世帯数 1万1,314世帯 (前月比28世帯増)  
 複数国籍世帯数 3,385世帯 (前月比11世帯増)

◆「広報みほと」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。

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



令和5年度

# 「港区みどりの街づくり賞」「港区景観街づくり賞」の受賞施設等が決定しました

## 第20回 港区みどりの街づくり賞

### 受賞施設

- ①日比谷フォートタワー(西新橋1-1-1)
- ②HOMAT SHARON(南麻布4-9-3)
- ③ザ・パークハウス 三田ガーデン(三田5-2-22、27)
- ④虎ノ門ヒルズ レジデンシャルタワー(愛宕1-1-1)



みどりの街づくり賞



### パネル展

各賞の受賞施設等を紹介するパネル展を開催します。

とき 10月10~13日(火~金)

ところ 区役所本庁舎1階ロビー

## 第13回 港区景観街づくり賞

### 受賞施設・団体

#### (1) 景観街づくり賞

- ⑤HOMAT SHARON
- ⑥虎ノ門ヒルズ レジデンシャルタワー
- ⑦銀泉西新橋ビル(西新橋1-15-4)
- (2) 景観街づくり賞奨励賞
- ⑧ARA PLACE AKASAKA(赤坂5-4-15)
- ⑨北青山の函(北青山1-5-15)
- ⑩THE MODULE(六本木7-21-24)



⑪竹芝クリスタルビル(海岸1-14-2)

#### (3) 景観街づくり賞特別賞

港区アドプト・プログラム登録団体(令和4年度末時点で活動継続5年を経過した団体)全6団体

景観街づくり賞



### 問い合わせ

〇みどりの街づくり賞について  
環境課緑化推進担当 ☎3578-2330

〇景観街づくり賞について  
都市計画課街づくり計画担当 ☎3578-2210

## 企業連携事業 地震のメカニズムと地震発生時のエレベーターの安全について学ぼう!

# 「みなとセーフティLab.」を開催します

「みなとセーフティLab.」は、「港区安全の日」の趣旨に沿い、区民の皆さんに身近な暮らしの中の安全について考えていただくための区民向けセミナーです。

対象 どなたでも

とき 11月1日(水)午後2時~4時

第1部 午後2時~3時

第2部 午後3時~4時

※途中からの参加もできます。

開催方法 オンラインツール(Zoom)

内容 首都圏の地震災害と地震時のエレベーターの安全対策について

### 講師

第1部 東京工業大学理学院 中島 淳一教授(専門:地震学)

第2部 MS&ADインターリスク総研(株)上席コンサルタント  
矢野 喬士氏(専門:防災・BCP/BCM)

### 申し込み

10月31日(火)までに、申し込みフォームからお申し込みください。申し込みをした人には、メールで「受講のご案内」を送ります。

問い合わせ 防災課施設安全担当 ☎3578-2158



港区安全の日



「みなとセーフティLab.」申し込みフォーム

※個人で申し込みの場合、フォームの会社・団体名欄には個人名を、業種欄はその他を選択してください。