

みんなで



つくった



### 郡上パネル展

郡上の文化や名物、名所などをパネルで紹介します。

港区役所 1階：7月13日(火)～19日(月)  
※土・日を除く

赤坂区民センター 3階：7月21日(水)～8月6日(金)  
午前9時～午後8時  
※7月21日は午後1時から  
8月6日は午後1時まで

### 郡上メニューの紹介

郡上の名物「鶏ちゃん」(鶏のみそ炒め)が食べられます。

赤坂地区総合支所 4階「レストランローザ」

7月28日(水)・8月24日(火)午前11時から  
※なくなり次第終了

見て、食べて、郡上の素敵なお店を見つけてください♪

鯉のぼりで



エール！を



おくろっ



東京 2020 大会を応援します！！

平成 30 年度、令和元年度に郡上市を訪れた、  
赤坂・青山地域の小学生が、郡上本染にて、五輪  
の色に色付けした鯉のぼりを掲揚します。

赤坂地区総合支所前：7月22日(木・祝)  
28日(水)  
8月4日(水)  
24日(火)

鯉のぼりと一緒に飾る、  
メッセージボードは、  
赤坂中学校と青山中学校  
の生徒の皆さんが  
作りました♪



# 地域の課題解決 プロボノプロジェクト

<東京都内の町会・自治会の皆さま対象>

## 1DAYデジタル活用ワークショップ

2021年9月25日（土）14:00-16:00

会場：新宿NSビル 3-G会議室

（新宿区西新宿2丁目4番1号）

定員  
10団体  
1団体  
2名まで

「町会・自治会でデジタル化の必要性を感じるが全体像がわからない」



「現実的に自分たちの町会では何のツールが使えるだろうか」



「うちの町会の環境・課題に適したデジタル化の方法は？」



東京都では、企業の社員等がボランティア活動として業務経験や自らのスキルを活かし、町会・自治会を支援する「地域の課題解決プロボノプロジェクト」を実施しています。

今回は、コロナ禍でさらに必要性を増したデジタル化に関心をお持ちの町会・自治会のみなさんを対象に、社会人ボランティア「プロボノワーカー」と一緒に取り組む課題整理ワークショップを開催します。

※プロボノとは、仕事で培った知識・経験を活かしたボランティア活動のことです。

### 当日の内容

#### ■デジタルツールとは？（事務局より基礎情報の提供）

一般的なデジタルツールの利用目的や機能の違い、町会・自治会での活用例等をご紹介します。

#### ■デジタル活用をテーマとした課題整理ワークショップ

各町会・自治会の課題解決に向けて、適したデジタル化の方法やツールの選択肢等についてプロボノワーカーと一緒に検討します。

2021年度地域の課題解決プロボノプロジェクト 実践講座・個別支援ご参加団体はお申し込み対象外とさせていただきます。より多くの町会・自治会の皆さまをご支援するため、ご理解いただければ幸いです。

- 参加費無料
- 要事前申込

参加申込期限：8月20日（金）  
先着順で定員に達し次第締め切りとなります。

▶▶▶ 申込は裏面へ



地域の  
課題解決  
プロボノ  
プロジェクト

# 1DAYデジタル活用ワークショップ

2021年9月25日（土）14:00-16:00

会場：新宿NSビル 3-G会議室

（新宿区西新宿2丁目4番1号）

- 参加費無料
- 要事前申込

参加申込期限：  
8月20日（金）

先着順で定員に達し次第  
締め切りとなります。

※参加は先着順とし、原則申し込みを持って参加決定といたしますが、調整が必要な場合は、別途ご担当者あてにメール・お電話にてご連絡させていただきます。

※参加決定となった町会・自治会の皆さんには、事前の課題記入用紙ご提出にご協力いただきます。詳細は参加決定後、個別にご案内いたします。

※新型コロナウイルス感染症の状況により、開催方法の変更等をする場合があります。（オンライン開催に変更する等の場合、参加者に事前にお知らせいたします）

## 参加申込方法・参加申込フォーム

QRコードもしくはURLの申込フォームからお申込みください。

（メール・FAXの場合は下記の必要事項をすべて記入の上、  
以下いずれかにお送りください）



E-mail：mytown@servicegrant.or.jp

FAX：03-6419-3885

bit.ly/1dayWS2021

申込団体	所在区市町村：	
	町会・自治会名：	構成世帯数：
ご参加者 (2名まで)	申込者氏名：	役職（任意）：
	参加人数：1名・2名  (いずれか丸で囲んで下さい)	同席者氏名（2名参加の場合）：
ご連絡先 (申込者)	メールアドレス【必須】：	
	電話番号【必須】：	
	FAX番号（任意）：	

ご記入いただいた個人情報は地域の課題解決プロボノプロジェクトに関連する目的にのみに使用し、公開はいたしません。

<お問い合わせ（事務局）>

認定NPO法人サービスグラント（担当：谷口・太田）

E-mail：mytown@servicegrant.or.jp

電話：03-6419-4021 FAX：03-6419-3885

<所轄部署>

東京都生活文化局 都民生活部

地域活動推進課 地域活動支援担当

電話：03-5388-3166

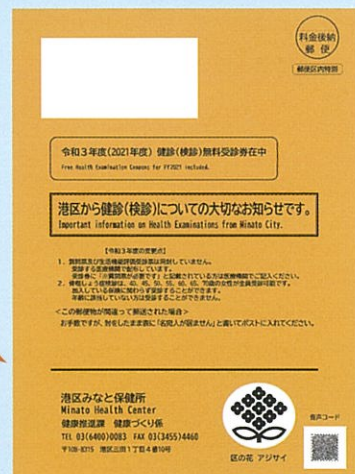
# 40歳～74歳の

# 港区国民健康保険に加入されている人へ

## 特定健康診査を 受けましょう!

この色の  
封筒が目印です

7月から区の特定健康診査が始まりました。  
年に一度、必ず健診を受けて、自分の健康状態をチェック  
しましょう。



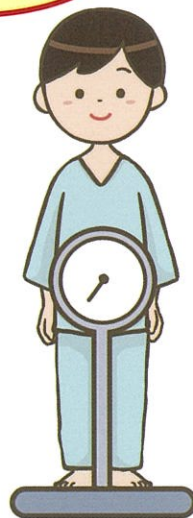
## 特定健康診査とは…

**無料!**

- 生活習慣病の予防・改善を目的とした健康診査です。
- 4月1日現在、港区の国保に加入し、受診日まで引き続き国保に加入している、40歳～74歳の人を対象です。
- 対象者には6月下旬、受診券をご自宅へ郵送しています。健診を受診するには被保険者証と受診券が必要です。
- 健診後、生活習慣病のリスクの高い人には特定保健指導を行います。

健診期間 **7月 1日(木)から  
11月30日(火)まで (休診日を除く)**  
健診場所 **区内指定医療機関**

※健診終了間際は医療機関の予約が取りにくくなります。早めの受診をお勧めします。生活習慣病の多くは自覚症状がありません。健診を受けて病気が発見されることも少なくありません。



## 特定保健指導を実施します!

**無料!**  
11月から随時スタート  
します。

- 特定健康診査の結果に基づいて行われる保健指導です。
- メタボリックシンドロームのリスクに応じて保健指導を行い、生活習慣改善を支援していきます。
- 特定保健指導の対象者には、健診受診3か月後、申込み案内と利用券をお送りします。案内が送られて来た人はメタボ改善にぜひ、この機会をご利用ください!!



### <問い合わせ先>

- 特定健康診査・特定保健指導の内容や申し込み等について  
みなと保健所 健康推進課 健康づくり係  
☎6400-0083
- 特定健康診査・特定保健指導の制度について  
港区役所 国保年金課 事業係  
☎3578-2636・2637

※特定健康診査・特定保健指導は「高齢者の医療の確保に関する法律」で医療保険者が実施することが義務付けられています。

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(保険証の発行機関)へお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症の流行状況により、事業を中止または延期する場合があります。最新情報は、港区ホームページをご覧ください。



赤坂青山の

赤坂親善大使がお届け！

まちの情報を発信します！！

赤坂親善大使が  
地域の情報をお届けします！



### ① Twitter

ボクたちがまちの様子や防災・環境美化の情報等をリアルタイムにお知らせするよ★

アカサカメン



### ② Facebook

事業やイベントの様子を親善大使が楽しく・可愛くみんなに報告するわ♡



ドキ



ドキ

アユミン

～赤坂親善大使からのお知らせ～

### 赤坂親善大使グッズ

赤坂支所でシールを配付  
めいぐるみやストラップを販売中！  
↓の二次元コードをチェック！



みんな来てね



赤坂バンザイ



アカオくん

### LINEスタンプ

親善大使のLINEスタンプを販売中  
右の二次元コードを今すぐチェック！！



【問合せ先】 港区赤坂地区総合支所協働推進課  
地区政策担当 ☎03-5413-7013