

12月4日から10日は 人権週間です

人権とは、誰もが生まれながらにして持っている、人間が人間らしく生きていくための権利であり、人類が歴史の中で築いてきた財産です。

国連は、「世界人権宣言」が採択された12月10日を「人権デー」と決めました。

日本では、この人権デーを最終日とする1週間を「人権週間」として様々な人権啓発活動が行われています。

差別解消のための4つの法律

- **障害者差別解消法**(平成28年4月1日施行)
全ての国民が障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重しながら共生する社会の実現をめざす法律です。
- **ヘイトスピーチ解消法**(平成28年6月3日施行)
日本に住む日本以外の出身者や子孫に対する差別意識を助長・誘発し、地域社会から排斥することを扇動するような言動の解消をめざす法律です。
- **部落差別解消推進法**(平成28年12月16日施行)
現在もなお部落差別が存在し、情報化の進展に伴ってその状況に変化が生じていることを踏まえた上で「部落差別は許されないもの」という認識のもと、部落差別のない社会の実現をめざす法律です。
- **アイヌ施策推進法**(令和元年5月24日施行)
アイヌ施策の推進及びアイヌであることを理由とした差別や権利利益の侵害の禁止を基本理念に掲げ、アイヌの人々が民族としての誇りを持って生活ができ、その誇りが尊重される社会の実現をめざす法律です。

人権啓発パネル展

開催日時 令和4年12月6日(火)～8日(木)
午前9時～午後9時30分

会場 高輪区民センター
展示ギャラリー

展示内容

- ・感染症と差別に関する本、パネル
- ・人権啓発パネル
- ・人権擁護委員パネル
- ・犯罪被害者支援啓発コーナー

※ 展示内容は予告なく変更する場合があります。
※ 会場にて、アンケートにご協力ください。

昨年度の様子(みなとパーク芝浦)



問合せ

港区 総務部人権・男女平等参画担当
TEL:03-3578-2027
FAX:03-3578-2976

入場無料

人権週間記念



講演と映画の つどい

要事前申込み
定員200名

令和4年12月8日(木)

港区立高輪区民センター 区民ホール
午後1時30分～5時10分(開場午後1時)

事前にみなとコールにてお申込ください。

講演

「誹謗中傷と正当な批判との違いは？
誹謗中傷から考える人権問題」
(手話通訳あり)

講師 佐藤 大和さん
(レイ法律事務所弁護士)



映画

ぼけますから、
よろしくお願ひします。
～おかえり お母さん～
(日本語字幕あり)

©2022「ぼけますから、よろしくお願ひします。
～おかえり お母さん～」製作委員会



※ 新型コロナウイルス感染症等の影響により、中止または内容の一部に変更が生じる場合があります。
※ 当日は、マスク着用及び手指消毒にご協力ください。
※ 会場にてアンケートにご協力ください。

主催 港区・港区教育委員会 後援 ハローワーク品川
協賛 公益財団法人 東京都人権啓発センター

講演

「誹謗中傷と 正当な批判との違いは？ 誹謗中傷から考える人権問題」 (手話通訳あり 90分)

講演内容

インターネットやSNSの発達に伴って社会問題になっている、誹謗中傷。

誹謗中傷による被害が深刻化するなか、プロバイダ責任制限法の改正、侮辱罪を厳罰化する刑法改正が行われ、各都道府県では、誹謗中傷に関する条例が制定されています。講演では、誹謗中傷の種類、正当な批判と誹謗中傷との違い、SNSにおける心構え等を解説し、炎上社会の問題点やSNSの課題にも触れつつ、人権の観点から表現の自由を考えます。

講師プロフィール

レイ法律事務所代表弁護士
(東京弁護士会所属)。2011年に弁護士となり、芸能従事者の権利問題に注力しつつ、現在は木村響子さんと一緒に誹謗中傷問題に取り組み、誹謗中傷に関する法制度の改善、条例制定、侮辱罪厳罰化等に尽力。

また、テレビのコメンテーター、ドラマの法律監修のほか、文化庁、厚生労働省の業務にも携わる。



佐藤 大和 さん
(レイ法律事務所
弁護士)

映画

ぼけますから、 よろしくお願いします。 ～おかえり お母さん～ (字幕あり 101分)

東京で働くひとり娘の「私」(監督・信友直子)は、広島県呉市に暮らす90代の両親を撮り続けた。認知症とともに生きることの大変さや家族の苦労など日本全体が抱える高齢化社会の問題を含みながらも、映し出されるのは、こんな風に生きられたらと憧れを抱かせてくれるような、幸せな夫婦の姿。どの家庭にも起こりうる宿命を優しく見つめた本作は、家族でなければ撮れない貴重な人生の記録である。新型コロナの影響で家族と容易に会うことができなくなった今という時代に、多くの人が“自分の物語”として受け入れることができるだろう。



©2022「ぼけますから、よろしくお願いします。
～おかえり お母さん～」製作委員会

高輪区民センター 区民ホール

港区高輪1-16-25



地下鉄

地下鉄南北線、三田線 白金高輪駅
(1番出口)から徒歩1分(直結)

バス

港区コミュニティバス(ちいばす)
高輪ルート「高輪地区総合支所前」から0分

※ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

事前申込

参加を希望される方は、**11月30日(水)**までに
みなとコールへお申し込みください。

なお、一時保育(生後4か月～就学前)を希望される方はその旨もお伝えください。

03-5472-3710

(午前9時から午後5時まで)

ファックスの場合は、氏名・電話番号・住所・一時保育、手話通訳の希望有無を総務課人権・男女平等参画係へ
(FAX03-3578-2976)



夏季

MINATO 節電アクション



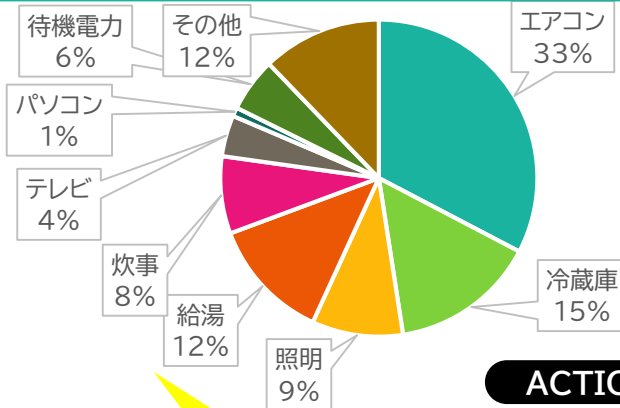
几のご協力を!!

MINATO節電アクションとは、安定した電力の供給を確保するために、区民、事業者等の一人ひとりが、港区環境行動指針に基づいた行動を実践するとともに、集中的に7項目の電力削減行動を実行する取組です。

夏季の節電・省エネへのご協力、ありがとうございました！皆様の節電アクションへのご協力・ご賛同により、電力需給が高まる夏場を乗り越えることができました☺

引き続き、冬季も節電・省エネへのご協力をお願いします。区民の皆様とともに、総力戦で小さな工夫で大きな効果**節電アクション<行動>**に取り組みましょう！

家庭における家電製品の1日での電力消費割合



エアコン、冷蔵庫、照明の消費電力の合計は約**57%**で電力割合の半分以上です。

節電アクションで電力消費を抑えましょう！

※経済産業省資源エネルギー庁HPより引用

ACTION!

みんなで節電アクション!



MINATO節電アクションの取組例

家庭で、みんなが少しずつ節電の努力をすることが、安定した電力供給につながり、電気代の節約にも役立ちます。今すぐできる節電アクションに取り組みましょう！



ACTION! ②

待機電力を削減!

使用していない場合にも電力が消費される待機電力を削減!

→スイッチ付きタップを活用しましょう!



ACTION! ④

冷蔵庫で節電!

扉の開閉時間を短く、入れる量も考えて節電!

→温度設定を「弱」に設定してさらに省エネ!



ACTION! ⑥

テレビで節電!

主電源OFF・明るさを調整して節電!

→テレビを見ない時は消しましょう!



ACTION! ①

こまめにスイッチオフ!

スイッチオフで電気使用は必要最小限に!

→必要のない灯りはこまめに消しましょう!



ACTION! ③

エアコンで節電!

設定温度の調整や暖まった空気を循環させて節電!

→室内温度は20℃を目安に!



ACTION! ⑤

照明で節電!

明るさや点灯時間を調整して節電!

→省エネ性能の高いLEDに変えて節電!



ACTION! ⑦

他にもこんなところで節電!

生活スタイルを見直して節電!

→放熱防止のため暖房便座のフタを閉めましょう!

区では地球温暖化を抑制するため、再生可能エネルギー利用機器や省エネルギー機器等の設置費用の一部を助成しています。
省エネ対策を行うことで、電気代の大きな節約につながります！

※助成金の交付申請は、必ず機器等の設置工事前に行ってください。
※賃貸住宅の場合は、オーナーにご相談の上、ご利用ください。

**【期間限定】
助成金UP中です！**

太陽光発電システム



40万 → 80万

蓄電システム



20万 → 40万

管理組合向けLED
照明



100万 → 120万

港区の助成制度

助成対象機器	助成上限額		関連サイト	
	区民	管理組合等		
太陽光発電システム	80万円	150万円		
蓄電システム	40万円	—		
日射調整フィルム	4万円	40万円		
燃料電池システム(エネファーム)	15万円	—		
LED照明等	—	120万円		
人感センサー付照明	—	25万円		
高断熱サッシ	10万円	1,000万円		
高反射率塗料等	30万円	100万円		
電気自動車等用 充電設備	普通充電設備	10万円		
	急速充電設備	50万円		
集合住宅省エネコンサルタント派遣	—	無料		

エコ
チャレ

省エネルギー機器の設置や節電の取組を実践することで、エコチャレンジポイントも貯まります。貯まったポイントで景品GET！



問合せ 港区 環境リサイクル支援部 環境課 地球環境係 ☎ 03-3578-2496～2498

東京都の助成制度(一例)

助成対象機器	助成上限額	関連サイト
太陽光発電システム	45万円	
高断熱窓	100万円	
電気自動車等	車種による	
エアコン、冷蔵庫、給湯器、LED	商品券と交換できる ポイントを付与	

問合せ

■ 東京都地球温暖化防止活動推進センター
(クール・ネット東京)

☎ 03-5990-5061(代表)

■ 東京都気候変動対策部家庭エネルギー対策課

☎ 03-5388-3533



町会・自治会

デジタル相談会

情報発信・会計事務

予約受付中!!

無料で、
何回でも

「デジタルお助け隊」がサポートします！

こんな町会・自治会さんにおすすめ！

役員同士の連絡に
LINEグループを
使ってみたい。

役員間や会員との連絡手段
にLINEを活用すると、一斉
に複数の人に連絡やお知ら
せを届けられます。

SNSに興味があるので、
話を聞いてみたい。

TwitterやInstagram、
Facebook等の各種SNSの
説明や、イベントの投稿方法
などを丁寧にお伝えします。

手書きの会計から
デジタル会計に移行したい。

区が用意した「デジタル会計
表」に入力すると、町会等補
助金の収支決算書が楽に作
成できます。

対象 港区町会・自治会活動者
主に広報や会計を担当している方

相談時間 約1時間(何回でも相談できます)

予約方法 裏面をご覧ください



デジタルお助け隊とは

区が実施する「チャレンジコミュニティ大学」の修
了生が設立したチャレンジコミュニティ・クラブの
方々がメンバーです。

町会・自治会のデジタル活動のお困りごとに対し、
一緒に考えてくれる相談相手です。広報や会
計活動をマンツーマンでデジタルサポートします。





電話でお申し込みの場合は
03-3578-2557
 FAXでお申し込みの場合は
03-3438-8252



メールでお申し込みの場合は、下記へ希望日時、場所、人数をお送りください
 件名 【〇〇町会】町会・自治会デジタル相談会申込
 アドレス minato03@city.minato.tokyo.jp

AMは、①9時15分から10時15分まで、②10時45分から11時45分まで
 PMは、③2時から3時まで、④3時30分から4時30分まで
 希望時間は、①から④の中から選んでください。

場所	相談日(希望時間に○)	人数
芝公園区民協働スペース	10/11	AM① ②
	11/8	AM① ②
	12/7	PM③ ④
	1/12	PM③ ④
	2/9	PM③ ④
	3/8	AM① ②

場所	相談日	人数
麻布区民協働スペース	10/13	AM① ②
	11/10	PM③ ④
	12/13	AM①
	1/18	AM① ②
	2/14	PM③ ④
	3/14	PM③ ④

場所	相談日(希望時間に○)	人数
赤坂区民センター 第2会議室	11/15	PM③ ④
	12/16	AM① ②
	1/20	AM① ②
	2/17	PM③ ④
	3/17	AM①

場所	相談日	人数
白金台区民協働スペース	10/5	AM① ②
	10/21	PM③ ④
	11/2	PM③ ④
	11/18	AM① ②
	12/2	PM③ ④
	12/19	AM① ②
	1/10	PM④
	1/16	PM④
	2/13	AM①
	2/20	AM①
	3/2	AM①
3/20	PM④	

場所	相談日	人数
芝浦区民協働スペース	10/24	AM① ②
	11/21	PM③ ④
	12/21	AM① ②
	1/26	AM① ②
	2/22	PM③ ④
	3/23	PM③ ④

- ・令和4年11月15日現在の空き状況です。相談日の希望時間に○をつけ、参加人数を記入の上、お申し込みください。
- ・予約受付の可否については、代表者にご連絡します。
- ・相談日は、デジタルお助け隊が待機していますので、急なご相談でもお受けできる場合があります。
- ・デジタルお助け隊は、Androidタブレットを使って説明します。
- ・8月末にお送りした「情報発信・会計事務講座テキスト」と、スマホやパソコン、タブレット等の通信機器があれば持参してください。
- ・相談場所は、Wi-Fiが使えます。

町会・自治会名		代表者名	
相談したい内容に○をしてください	情報発信 ・ 会計事務	代表者の連絡先	
		メールアドレス	

令和4年度

みんなとオレンジカフェ

港区在住の認知症の方や、そのご家族、
認知症予防に関心のある方のためのカフェです。

みんなと
オレンジカフェ



「認知症のことや介護について
聞いてみたい」という方は、
お気軽にお越しください。

✓
医師や専門職に
相談ができます。

✓
認知症予防
プログラムを楽しく
体験できます。



時間 <13:00~16:00>

- 認知症専門医や専門職によるミニ講話等があり、個別相談もできます。
- 個別相談は、15:00までにお越しください。



費用 <各回おひとり200円>

※新型コロナウイルス感染症の状況により、飲食の提供がない場合は無料です。



● 赤坂区民センター
(毎月第3水曜日)

※11月は、青山生涯学習館
(南青山4-19-7)
で実施します。

● ありすいきいきプラザ
(毎月第2水曜日)

● 高輪区民センター
(毎月第3金曜日)

赤坂地区

麻布地区

高輪地区

芝地区

芝浦港南地区

● 実施時間は変更になる場合があります。

● 芝公園区民協働スペース
(毎月第4水曜日ほか)

※9・10・1・3月は、新橋区民
協働スペースで実施します。
(新橋6-4-2
きらきらプラザ新橋4階)

● 介護予防総合センター
ラクっちゃ
(毎月第1水曜日ほか)

※予約は不要です。途中の入退室は自由です。

問合せ 港区 保健福祉支援部高齢者支援課高齢者相談支援係 電話 3578-2409

令和4年

月	日にち	曜日	開催場所
4	6	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	13	水	ありすいきいきプラザ
	15	金	高輪区民センター
	20	水	赤坂区民センター
	27	水	芝公園区民協働スペース
5	6	金	介護予防総合センター ラクっチャ
	11	水	ありすいきいきプラザ
	18	水	赤坂区民センター
	20	金	高輪区民センター
	25	水	芝公園区民協働スペース
6	1	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	8	水	ありすいきいきプラザ
	15	水	赤坂区民センター
	17	金	高輪区民センター
	22	水	芝公園区民協働スペース
7	6	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	13	水	ありすいきいきプラザ
	15	金	高輪区民センター
	20	水	赤坂区民センター
	27	水	芝公園区民協働スペース
9	7	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	14	水	ありすいきいきプラザ
	16	金	高輪区民センター
	21	水	赤坂区民センター
	28	水	新橋区民協働スペース
10	5	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	12	水	ありすいきいきプラザ
	19	水	赤坂区民センター
	21	金	高輪区民センター
	26	水	新橋区民協働スペース

月	日にち	曜日	開催場所
11	2	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	9	水	ありすいきいきプラザ
	16	水	青山生涯学習館
	18	金	高輪区民センター
	30	水	芝公園区民協働スペース
12	7	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	14	水	ありすいきいきプラザ
	16	金	高輪区民センター
	21	水	赤坂区民センター
	28	水	芝公園区民協働スペース

令和5年

月	日にち	曜日	開催場所
1	6	金	介護予防総合センター ラクっチャ
	11	水	ありすいきいきプラザ
	18	水	赤坂区民センター
	20	金	高輪区民センター
	25	水	新橋区民協働スペース
2	1	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	8	水	ありすいきいきプラザ
	15	水	赤坂区民センター
	17	金	高輪区民センター
	22	水	芝公園区民協働スペース
3	1	水	介護予防総合センター ラクっチャ
	8	水	ありすいきいきプラザ
	15	水	赤坂区民センター
	17	金	高輪区民センター
	22	水	新橋区民協働スペース

●このほかにも土曜日や8月に不定期でカフェを開催します。詳しくはお問合せください。また、カフェ以外にもイベントやボランティア養成講座を実施しています。



みんなとオレンジカフェ



認知症の方やそのご家族、認知症予防に関心のある方が気軽に相談や交流ができます。



認知症予防プログラム（笑いヨガ）



認知症専門医による講話



イベント



講演会



音楽交流会



ボランティア養成講座



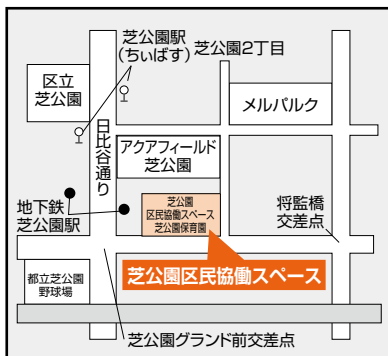
「みんなとオレンジカフェ」で活動するボランティアを養成するための講座です。



会場のご案内

芝地区：芝公園区民協働スペース

芝公園 2-7-3 芝公園保育園3階



- 都営三田線芝公園駅 A3出口 徒歩1分
- ちいばす(芝ルート)芝公園駅 徒歩2分

麻布地区：ありすいきいきプラザ

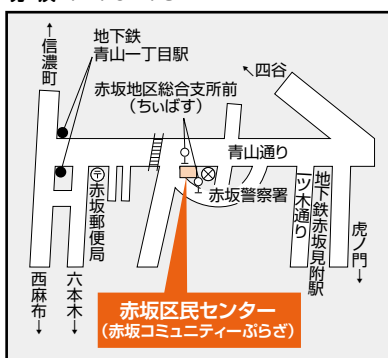
南麻布 4-6-7



- 東京メトロ日比谷線広尾駅 1・2番出口 徒歩8分
- 都営バス(橋86)元麻布二丁目 徒歩3分
- ちいばす(麻布西ルート)本村小学校入口 徒歩1分
仙台坂上 徒歩5分

赤坂地区：赤坂区民センター

赤坂 4-18-13



- 東京メトロ銀座線・丸ノ内線
赤坂見附駅 A出口 徒歩10分
- 都営大江戸線・東京メトロ銀座線・半蔵門線
青山一丁目駅 4番出口 徒歩10分
- ちいばす(赤坂ルート・青山ルート)赤坂地区総合支所前 徒歩0分

高輪地区：高輪区民センター

高輪 1-16-25



- 都営三田線・東京メトロ南北線白金高輪駅 1番出口 直結
- ちいばす(高輪ルート)高輪地区総合支所前 徒歩0分

♥認知症介護家族会【時間】14:00~15:00

芝浦港南地区：介護予防総合センター ラクっちゃ

芝浦 1-16-1 みなとパーク芝浦2階



- JR山手線・京浜東北線田町駅 芝浦口(東口) 徒歩5分
- 都営三田線・浅草線三田駅 A6出口 徒歩6分
- 都営バス 田町駅東口 徒歩7分
- ちいばす(芝・芝浦港南ルート)みなとパーク芝浦 徒歩0分
- お台場レインボーバス 田町駅東口 徒歩7分

- 新型コロナウイルス感染症の状況により、時間や会場が変更となる場合があります。
- 本事業に関するお問合せは、高齢者支援課高齢者相談支援係(3578-2409)までご連絡ください。(会場へのお問合せはご遠慮ください。)



参加費
無料

港区介護予防フェスティバル 第14回 健康長寿！inみなと

介護予防測定会

体成分測定 (INBODY)

姿勢分析 (シセイカルテ)

基本チェックリスト

握力測定

開眼片足立ち測定

聞こえのチェックリスト

簡単にできる6つの測定でご自身の身体の状態をチェックしてみましょう。各地区で行いますので、お近くの会場どうぞ！ ※参加費無料

〈対象〉 60歳以上の区民

〈日時・会場〉

日時	会場	定員
11月22日(火)	白金台いきいきプラザ 電話:3440-4627	各会場 40人 ※15分ごとに4人 (申込順)
11月28日(月)	青山いきいきプラザ 電話:3403-2011	
11月29日(火)	ありすいきいきプラザ 電話:3444-3656	
11月30日(水)	港南区民協働スペース ※申し込みは、介護予防総合センターへ 電話:3456-4157	
12月 1日(木)	神明いきいきプラザ 電話:3436-2500	

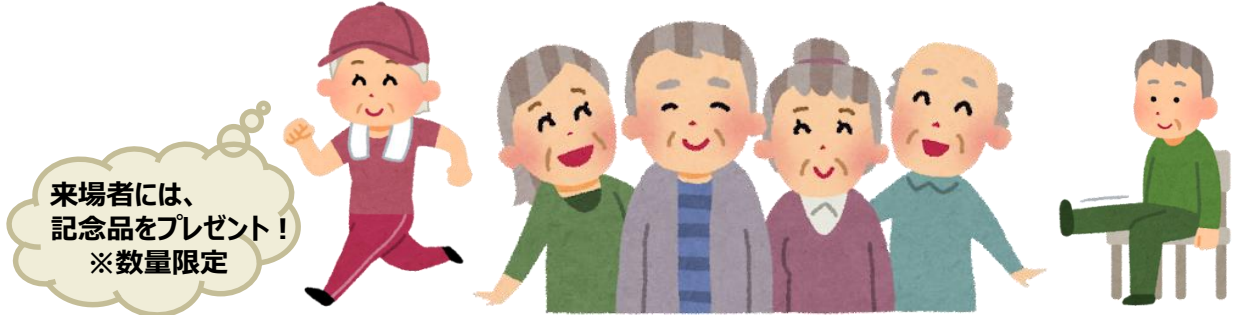
〈申し込み〉11月1日(火)より、電話または直接会場へ。(1人1回まで)
※ペースメーカーをご利用の方は、体成分測定(INBODY)はできません。

港区介護予防フェスティバル

第14回 健康長寿！inみなと

～フル回転 ときめき人生♡レッツGO!!～

対象：60歳以上の区民



来場者には、
記念品をプレゼント！
※数量限定

令和4年12月3日(土) 10:00～16:00

〈会場〉 介護予防総合センター (みなとパーク芝浦2階)

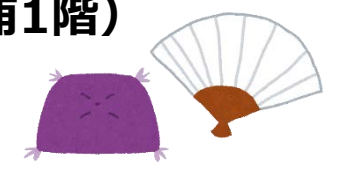
骨健康度、血管年齢測定・ポッチャ、ダーツ体験・スマホ勉強会・各種発表会
理学療法士による相談会・産直野菜の販売・文字当てクイズ(景品あり)
…などの楽しい企画が盛りだくさん！(詳細は、中面をご覧ください。)

スペシャルイベント 落語で健康長寿！！

令和4年12月4日(日) 14:00～16:00

〈会場〉リーブラホール (みなとパーク芝浦1階)

【申込方法】※申し込みが必要です。定員：200人(抽選)
郵便で、往復はがきの往信裏面に郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、日中連絡可能な電話番号を明記の上、11月15日(火・消印有効)までに〒105-0023 芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦2階介護予防総合センターへお送りください。なお、返信の宛名面に返信先の住所・氏名を記載してください。返信裏面は空白のままお送りください。
※1枚の往復はがきで申し込めるのは1人です。抽選結果は、11月30日(水)までに、申込者全員に返信はがきで通知します。
※申し込みの際は、摩擦熱等の温度変化で筆跡が消えるボールペン等を使用しないでください。



63 月	郵便番号	郵便番号	63 月	105-0023	芝浦1-16-1	空白
返信	お名前 ご住所 前様	・住所 ・氏名(ふりがな) ・年齢 ・日中連絡可能な 電話番号 ※往信裏面	往信	介護予防 総合センター 宛	みなとパーク芝浦2階	※返信裏面

立川談笑



※講演や催しの内容は、変更になる場合があります。
※ご来場の際は感染症対策のため、マスクの着用をお願いいたします。
※体調不良(咳、発熱、のどの痛みなど)の方は、ご遠慮ください。

主催:港区介護予防フェスティバル実行委員会/港区 協力:港区介護予防リーダー・サポーター 他
問合せ:港区立介護予防総合センター ラクっチャ 電話 03-3456-4157 FAX 03-3456-4153

12月3日 (土)

会場:介護予防総合センター ラクっチャ

測定

場所:マシントレーニングルーム

骨健康度測定
血管年齢測定

骨健康度測定は裸足で行います。
ストッキングは避けてください。

【時間】10:00~16:00

※混雑時は、お待ちいただくことがあります。

体験

場所:研修室2

ボッチャ体験
ダーツ体験

どなたでも体験できます。

【時間】10:00~16:00

協力:楽八会

体験

場所:トレーニングルーム

【当日申込】小物づくり

ハンカチを切って、ブローチをつくります。
ご自分のハンカチをお持ちください。

【時間】各回定員12人

- ①10:30~ ④13:30~
- ②11:30~ ⑤14:30~
- ③12:30~



干支の折り紙

来年の干支(卯)を折り紙でつくります。

【時間】10:00~16:00

※混雑時は、お待ちいただくことがあります。

協力:介護予防リーダー・サポーター

学ぶ

場所:自主活動室1・2

【当日申込】スマホ勉強会

マイスターが、スマホ・タブレットの疑問
にお答えします。ご自分のスマホをお持ち
ください。

【時間】各20分/各2人

- ①10:00~ ⑥13:30~
- ②10:30~ ⑦14:00~
- ③11:00~ ⑧14:30~
- ④11:30~ ⑨15:00~
- ⑤13:00~ ⑩15:30~

【当日申込】

電子マネー(paypay)を知ろう

電子マネーってご存じですか?
電子マネーの特徴をご紹介します。
ご自分のスマホをお持ちください。

【時間】各30分/各8人

- ①13:30~ ②15:00~

協力:スマホ・タブレットマイスター
港区社会福祉協議会

体験

場所:研修室1

【当日申込】ハンドマッサージ
&お台場誕生秘話

ハンドクリームを使って簡単なセルフ
マッサージを行った後、お台場の埋め立
てと現代までの歴史を説明します。

【時間】各回定員20人

- ①10:30~11:15
- ②13:00~13:45
- ③14:30~15:15

写真展も
あります



協力:プラチナ美容塾
介護予防リーダー有志
芝の語り部

相談

場所:入口自動ドア横

健康寿命を延ばそう!
理学療法士の相談コーナー

筋力低下など身体に不安のある方へ、運
動や生活についてワンポイントアドバイ
スを行います。

【時間】10:00~16:00

協力:東京都理学療法士協会 港区支部

【当日申込】は、各実施場所で受付します。

12月4日 (日)

14:00~16:00

会場:リーブラホール

開会式、みんなといきいき体操
介護予防講話、落語(立川談笑氏)

【定員】200人(抽選)

【申し込み】申込方法は表面をご覧ください。

立川談笑氏 プロフィール
落語立川流真打

1965年 東京江東区生

1990年 早稲田大学法学部卒業後、
予備校講師などを経験

1993年 立川談志に入門。前座名「談生」

1996年 二つ目昇進

2003年 改名して「六代目立川談笑」

2005年 真打昇進

【受賞】平成26年度彩の国落語大賞

【出囃子】「佃」「野球拳」



12月3日(土)のラクっチャ内
ラウンジでは色々な発表が見られます!

場所:ラウンジ

12月3日(土)発表プログラム

みんなといきいき体操・太極拳(簡化24式)
(11:00~11:30)

元気!みなと ゆいまーる倶楽部

歌って笑って仲間づくりをしよう

(11:45~12:15)

健康音楽なずなミュージカ

みんなといきいき体操

(13:00~13:15)

介護予防リーダー・サポーター有志

歌って健康、いつまでも

(13:30~14:00)

チームAKY

島根県郷土芸能銭太鼓

(14:15~14:45)

銭太鼓 はなみずき

フラダンス

(15:00~15:30)

カアナアレ



文字当てクイズ!
クイズに正解した方には
景品をプレゼント!
(先着200人)



展示

支會(介護家族の会ボランティア)の紹介
【時間】10:00~16:00

協力:支會(ささえのかい)

販売

産直野菜の販売
茨城県鉾田市で育った新鮮な
野菜の販売
【時間】10:00~売り切れ次第終了



令和4年11月20日

港区町会・自治会長 各位

港区保健福祉支援部
高齢者支援課長 鈴木 雅紀

「自宅でもできる介護予防運動」DVD配布の周知のお願い

日頃より、港区の介護予防事業にご理解ご協力いただきまして、誠にありがとうございます。

さて、港区では、高齢者の皆様に自宅にいらながらも健康維持に取り組んでいただけるよう、「めざせアクティブシニア！自宅でもできる健康トレーニングミニ健30」と「めざせアクティブシニア！自宅で学ぼう介護予防講話」のDVDを作成いたしました。

現在、介護予防総合センター（ラクっちゃ）および高齢者支援課の窓口で、DVDを無料で配布しています。直接のお受け取りが難しい場合、下記問合せ先までお電話にて申し出ただけでしたら、ご郵送も可能です。

多くの皆様にこのDVDをご活用いただきたく、貴町会・自治会の皆様に、DVDの配布についてご紹介いただけますよう、ご協力の程お願い申し上げます。なお、DVDと同じ内容を、港区公式YouTubeでも紹介しておりますので、是非ご覧ください。【<https://www.youtube.com/user/tokyominatocity>】



記

- | | | |
|-------|--|------|
| 1 送付物 | DVD（3枚） | 1セット |
| | チラシ（A4サイズ） | 1枚 |
| | *回覧板等お知らせにご活用ください。 | |
| 2 その他 | チラシが不足する場合は、下記までご連絡ください。
追加して送付いたします。 | |

【問合せ先】

港区保健福祉支援部 高齢者支援課
介護予防推進係 担当 松田
電話（3578）2992 内線 2930・2992

令和4年11月20日

港区町会・自治会長 各位

港区保健福祉支援部
高齢者支援課 介護予防推進係

日頃より、港区の介護予防事業にご理解ご協力いただきまして、誠にありがとうございます。

介護予防事業パッケージ動画のDVDのご視聴ありがとうございます。

ご覧いただいた内容としましては、港区で実施している介護予防事業のなかでも、人気教室の1つ「ミニ健30」(全10回×30分でDVD2枚分)と、講話(①低栄養予防②口腔機能③閉じこもり予防④膝痛予防⑤腰痛予防の5本×約10分でDVD1枚分)です。

なお、DVDと同じ内容ではございますが、港区のホームページにある、港区役所チャンネルでも紹介されておりますので、ご参照ください。



[【https://www.youtube.com/user/tokyominatocity】](https://www.youtube.com/user/tokyominatocity)

また、本紙裏面にアンケートをつけております。施設での介護予防事業に参加された際には、実施施設へご提出いただけますと幸いです。

是非「自宅でできる介護予防運動」を行っていただき、いつまでも自分らしく健康に過ごしていけるよう、ご活用ください。

今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

(担当)

港区保健福祉支援部
高齢者支援課 介護予防推進係
電話：03-3578-2992
FAX：03-3578-2419
MAIL：minato22@city.minato.tokyo.jp

【アンケート】

1. DVDの内容はいかがでしたか。	(良い・普通・悪い)
2. DVDを視聴してご自身の生活に変化はございましたか。	(はい・いいえ)
3. 2で「はい」と回答された方は、どのような変化ですか。	
4. DVD視聴後、介護予防事業実施施設を利用されましたか。	(はい・いいえ) 施設名：
5. DVD視聴後、他の介護予防動画等の視聴をされましたか。	(はい・いいえ) タイトル：
6. その他ご感想があればご記入ください。	

ご協力ありがとうございました。
いきいきプラザ等介護予防事業実施施設へご提出ください。

介護予防事業実施施設の担当者 各位

※本紙受け取り後、港区役所高齢者支援課介護予防推進係まで送付してください。

※オンライン



人気教室

ミニ健30



に参加してみませんか？

港区では、高齢者がいつまでも健康で自分らしく過ごせるよう、いくつかの教室を実施しています。（※裏面に実施場所を記載しています。）

なかでも、人気教室の1つ「ミニ健30」を、場所・時間を問わず、実践できるように動画を作成いたしました。

また、運動だけでなく講話も受講できますので、ぜひご視聴ください。

教室紹介

「ミニ健30」

- ・ 自宅でもできる簡単なトレーニングを行います。
- ・ 1回あたり約30分で全10回のプログラムです。

講話紹介

テーマ

「低栄養・口腔機能・閉じこもり予防・膝痛予防・腰痛予防」

- ・ 1回あたり約10分で全5本です。

リンク

区の公式YouTubeチャンネル

また、限定2,000セットでDVDも配布しています。
受取につきましては、以下担当までお問い合わせください。



問い合わせ

介護予防総合センター ☎03-3456-4157

港区役所保健福祉支援部高齢者支援課介護予防推進係 ☎03-3578-2930・2992



介護予防事業の実施施設の紹介

芝地区	三田いきいきプラザ	芝4-1-7
	神明いきいきプラザ	浜松町1-6-7
	虎ノ門いきいきプラザ	虎ノ門1-21-10
麻布地区	南麻布いきいきプラザ	南麻布1-5-26
	ありすいきいきプラザ	南麻布4-6-7
	麻布いきいきプラザ	元麻布3-9-11
	西麻布いきいきプラザ	西麻布2-13-3
	飯倉いきいきプラザ	東麻布2-16-11
	麻布区民協働スペース	六本木5-16-46
芝浦港南地区	港南いきいきプラザ	港南4-2-1
	芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ	芝浦4-20-1
	台場高齢在宅サービスセンター	台場1-5-5
	介護予防総合センター	芝浦1-16-1
	港区スポーツセンター	芝浦1-16-1
赤坂地区	赤坂いきいきプラザ	赤坂6-4-8
	青山いきいきプラザ	南青山2-16-5
	青南いきいきプラザ	南青山4-10-1
	健康増進センター	赤坂4-18-13
高輪地区	豊岡いきいきプラザ	三田5-7-7
	高輪いきいきプラザ	高輪3-18-15
	白金いきいきプラザ	白金3-10-12
	白金台いきいきプラザ	白金台4-8-5

【※参考】

令和 年 月 日

様

港区保健福祉支援部
高齢者支援課 介護予防推進係

日頃より、港区の介護予防事業にご理解ご協力いただきまして、誠にありがとうございます。

介護予防事業パッケージ動画のDVDのご視聴ありがとうございます。

ご覧いただいた内容としましては、港区で実施している介護予防事業のなかでも、人気教室の1つ「ミニ健30」(全10回×30分でDVD2枚分)と、講話(①低栄養予防②口腔機能③閉じこもり予防④膝痛予防⑤腰痛予防の5本×約10分でDVD1枚分)です。

なお、DVDと同じ内容ではございますが、港区のホームページにある、港区役所チャンネルでも紹介されておりますので、ご参照ください。



[【https://www.youtube.com/user/tokyominatocity】](https://www.youtube.com/user/tokyominatocity)

また、本紙裏面にアンケートをつけております。施設での介護予防事業に参加された際には、実施施設へご提出いただけますと幸いです。

是非「自宅でできる介護予防運動」を行っていただき、いつまでも自分らしく健康に過ごしていけるよう、ご活用ください。

今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。

(担当)

港区保健福祉支援部
高齢者支援課 介護予防推進係
電話：03-3578-2992
FAX：03-3578-2419
MAIL：minato22@city.minato.tokyo.jp

【※参考】

【アンケート】

1. DVDの内容はいかがでしたか。	(良い・普通・悪い)
2. DVDを視聴してご自身の生活に変化はございましたか。	(はい・いいえ)
3. 2で「はい」と回答された方は、どのような変化ですか。	
4. DVD視聴後、介護予防事業実施施設を利用されましたか。	(はい・いいえ) 施設名：
5. DVD視聴後、他の介護予防動画等の視聴をされましたか。	(はい・いいえ) タイトル：
6. その他ご感想があればご記入ください。	

ご協力ありがとうございました。
いきいきプラザ等介護予防事業実施施設へご提出ください。

介護予防事業実施施設の担当者 各位

※本紙受け取り後、港区役所高齢者支援課介護予防推進係まで送付してください。

第5回

港区地域福祉

フォーラム

オンラインで参加できる!

～気づき、つながり・支えあう～

▶ 講演会

会場でミニチュア作品を展示します



■講師

小島 美羽 氏

(株式会社ToDo-Company 遺品整理人)

■聞き手

渡辺 裕一 氏

(武蔵野大学人間科学部社会福祉学科教授)

「時が止まった部屋」から考える

「独りぼっち」に
しない・ならないために

今日からできること、自分にできること

▶ シンポジウム

■登壇者

・久保井 千勢 氏

(港社協登録サロン活動団体「みんなのカフェ」代表)

・太田 則義 氏

(チャレンジコミュニティ・クラブ副代表
社会貢献型後見人、登録型生活支援員)

・田中 泉 氏

(港区民生委員・児童委員)

■コーディネーター(進行役)

渡辺 裕一 氏

(武蔵野大学人間科学部
社会福祉学科教授)



■ゲスト

小島 美羽 氏

(株式会社ToDo-Company 遺品整理人)

令和4年

12月17日(土) 午後1時～3時50分

・手話通訳あり(麻布区民センター)
・保育あり(麻布区民センター)
4か月～就学前 定員3人 要事前申込

会場・定員

・麻布区民センター 区民ホール 定員150人
(港区六本木5-16-45) (先着順)

・オンラインツール(Zoom) 定員450人
(先着順)

申し込み

12月2日(金)までに、電話、FAXまたは
申し込みフォームにてお申し込みください。



その他の詳細等は裏面をご覧ください

申し込みフォーム
二次元コード

▶ 地域福祉活動団体紹介動画

12月17日(土) 午前8時30分～
港社協ホームページ等で公開

▶ つながり川柳

12月17日(土) 午前8時30分～
港社協ホームページ等で入賞作品・応募作品を発表・紹介

社会福祉
法人

港区社会福祉協議会

後援 / 港区

電話 03-6230-0280 FAX 03-6230-0285

港区六本木5-16-45 港区麻布地区総合支所2階



港社協ホームページ
二次元コード

第5回港区地域福祉フォーラム

令和4年12月17日(土)

講演会・シンポジウム

“独りぼっち”にしない・ならないために

申し込みフォーム
二次元コード



とき

午後0時30分 受付開始
午後1時 主催者等あいさつ
午後1時10分～2時40分 講演会
午後2時50分～3時50分 シンポジウム

対象

港区在住・在勤・在学の人
港区の地域福祉やつながりづくりに関心がある人

申し込み

12月2日(金)までに、電話、FAXまたは申し込みフォーム(<https://forms.gle/h5Dg1P4Gz8LDQbTn8>)にてお申し込みください。

その他

・手話通訳あり(麻布区民センター)
・保育あり(麻布区民センター。4か月～就学前、定員3人。参加申し込み時にお申し出ください)

会場・定員

・麻布区民センター 区民ホール 定員150人
(港区六本木5-16-45)
・オンラインツール(Zoom) 定員450人
※それぞれ先着順

■講演会／講師・聞き手

■シンポジウム／コーディネーター・ゲスト

小島 美羽 氏

平成26年から、遺品整理クリーンサービス(株式会社ToDo-Company)に入社し、遺品整理やゴミ屋敷の清掃、孤独死の特殊清掃に従事。
平成28年から、孤独死の現場を再現したミニチュアを独学で制作。
著書『時が止まった部屋 遺品整理人がミニチュアで伝える孤独死のはなし』も刊行。

渡辺 裕一 氏

武蔵野大学人間科学部社会福祉学科教授。
専門は、高齢者福祉とソーシャルワーク及びソーシャルワーク教育。
社会で見過ごされている「生きづらさ」を抱えた人に気付き、その生き方を支え、社会との関係性を変えていくためのソーシャルワークの実現を目指し、高齢者福祉とソーシャルワークの研究を進めている。

FAX用参加申込用紙

港区社会福祉協議会 FAX 03-6230-0285

お名前	(ふりがな)
電話番号・FAX番号	TEL / () FAX / ()
対象区分	<input type="checkbox"/> 在住 <input type="checkbox"/> 在勤 <input type="checkbox"/> 在学 <input type="checkbox"/> その他(港区の地域福祉やつながりづくりに関心がある)
参加方法	<input type="checkbox"/> 会場(麻布区民センター) <input type="checkbox"/> オンラインツール(Zoom)
メールアドレス ※オンラインツール(Zoom)で参加の人	
子どもの保育 ※希望する人のみ記入してください。	※対象 4か月～就学前、定員 3人 子どもの名前 / 子どもの年齢(月齢) /
その他	※車いす用の席や手話通訳が必要な人、その他配慮が必要なことがある人はご記入ください。

※申し込み時にご提供いただいた個人情報は、本会個人情報保護規程等に基づき適切に取り扱い、本会事業の実施のみに使用させていただきます。

第24回 港区

食品衛生 消費者 懇談会



～「大切な人」を食中毒から守るために～
家庭で起こる食中毒を予防しよう！

開催期間

12

令和4年

19

月

1

令和5年

13

金

家庭でも起こる食中毒

食中毒は飲食店だけではなく、全体の約15%は家庭で発生しています。症状が軽かったり、風邪等と思い食中毒とは気づかず、まれに重症化する場合があります。

家庭でできる食中毒予防

今回の懇談会では、家庭で起こりやすい食中毒と予防するためのポイントをお伝えします。家庭でも馴染みのあるおにぎりや、じゃがいもの食中毒をご紹介します。

異物混入事例集

過去にみなと保健所に届けられた食品への異物混入事例の中で衛生害虫、軟質異物ついて原因や対策などを分かりやすく解説します。虫に見えて、虫じゃないことも！？

ご意見・ご質問の募集

内容について、ご意見やご質問を募集します。みなと保健所食品衛生監視員があなたの疑問にお応えします！

区ホームページへ
YouTubeで
視聴できます



対象

どなたでも



参加
方法

区ホームページで動画を公開します。インターネット、電子メール、ファックスにてご意見・ご質問をお寄せください。詳細は区ホームページをご覧ください。

主催

みなと保健所

問合せ

みなと保健所 生活衛生課
食品広域監視係、食品安全推進担当

共催

港区食品衛生推進員
みなと食品衛生協会

☎ 03-6400-0047 (平日8:30~17:00)



令和4年11月25日

各町会・自治会長 様

港区麻布地区総合支所協働推進課

東京都町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金について

日頃から、港区政にご協力いただき、厚くお礼申し上げます。

東京都町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金について、募集期間の延長が決定されました。チラシ等を下記のとおり送付いたしますので、ご不明点等ございましたら、下記事務局までお問い合わせください。

記

1 送付書類

- (1) チラシ
- (2) 募集要項
- (3) 交付申請書
- (4) 交付申請書記入例
- (5) 収支予算書
- (6) 収支予算書記入例

2 問合せ先

町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金事務局

電話：048-227-9117

メール：b-jimukyoku@bosai-portalmetro.tokyo.jp

＜東京都 町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金＞ **ご好評につき募集期間を12月14日まで延長します！**

首都直下地震等による東京の被害想定が10年ぶりに見直されました。この内容を受けた防災対策を促すチラシ（東京都が雛型を用意）に、携帯トイレや防寒アルミシート等の啓発グッズなどを添えて、**地域のあの人この人に配ることができる今年度の特別企画**です。

1町会あたり20万円まで助成（助成率10/10）

＜新たな被害想定を受けたチラシと一緒に①や②も助成金で配布できます！＞

- ① 町会・自治会独自の防災に役立つ ② 住民の防災意識を高める啓発グッズ
 情報（例 防災訓練の開催案内チラシ、 （例 防寒・防風アルミシート、携帯
 防災マップなど） トイレなど）



	申請募集期間	申請書類原本の提出期限	交付決定時期	事業実施期間
最終回	9月21日（水） ～11月14日（月）	11月21日（月）	12月上旬	交付決定日以降～ 令和5年1月31日（火）
延長	11月15日（火） ～12月14日（水）	12月21日（水）	1月中旬	交付決定日以降～ 令和5年2月15日（水）

＜申請受付フォームを設置して対応しています！＞

以下受付フォームから、オンラインで簡単に申請いただけます。！

※事務局で内容確認後、押印した原本をご提出いただきます。

<https://www.chokai-bousai.metro.tokyo.lg.jp>

＜問い合わせ先＞

町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金事務局

電話 048-227-9117

メール b-jimukyoku@bosai-portal-metro.tokyo.jp

申請はこちら



詳細はこちら



町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金 募集要項

東京都は、災害時に住民に一番身近な町会・自治会が、防災対策の普及啓発事業を展開することで、地域における防災意識の醸成と地域防災力の向上を図るとともに、地域コミュニティの活性化につなげていくことを目的として、町会・自治会による防災対策普及啓発事業を支援します。

このたび、以下のとおり募集を行いますのでお知らせします。

1 事業概要

(1) 助成対象事業

町会・自治会が主催して行う防災対策普及啓発のための事業

- ① **【必須】防災対策に係る啓発チラシの配布は必須です。町会・自治会からのメッセージを記載して各戸配布してください。なお、雛型は都が示します。**
- ② **【任意】**上記①の啓発チラシと併せて、**町会・自治会独自の防災に役立つ情報(※)**を作成し、各戸配布する。
(※例)町会・自治会内の避難場所・避難所、給水施設、スマホ充電スポット等を地図で明示
防災訓練開催のお知らせ・参加のお誘い など
- ③ **【任意】**地域住民の防災意識を啓発する**防災グッズ**をチラシと併せて配布する。

(2) 助成対象団体

東京都内の単一町会・自治会

(3) 助成対象経費

- ① 町会・自治会による防災対策普及啓発事業に係る以下の経費
 - ・防災対策普及啓発用チラシの作成・印刷に要する費用
 - ・防災対策普及啓発用チラシと併せて配布する町会・自治会の印刷物の作成・印刷に要する費用
 - ・防災意識を啓発する防災グッズ等の購入費
 - ・封入・梱包作業に要する費用
 - ・ポスティングに要する費用 等
- ② 感染防止対策を施しながら普及啓発を行うために必要となる物品購入費
 - ※ 物品の購入費に限ります。工事費等は対象外です。
 - ※ 購入物品の単価上限額はありません。

(4) 助成限度額

20万円（助成率10/10）

※ 申請は1団体につき1回限りです。

(5) その他

- ・ **チラシの配布を行わず物品の購入のみを行う場合は本助成金の対象とはなりません。**
- ・ **チラシのデータは下記東京都生活文化スポーツ局のホームページからダウンロードできます。**

<https://bit.ly/3OzOHw8>



- ・ 普及啓発対象世帯は町会・自治会の判断によるものとします。会員世帯のみ、または、非会員も含めるかは問いません。
- ・ 申請にあたって、対象経費の見積は必要ありません。
- ・ 予算の範囲内での助成金の交付となります。あらかじめご了承ください。

2 募集スケジュール

募集期間中に以下のスケジュールで交付決定を行います。

各団体の事業実施日に合わせて期限までに申請書を提出してください。

【募集期間】

	申請募集期間	申請書類原本の提出期限	交付決定時期	事業実施期間
第1回	令和4年6月30日(木) ～7月13日(水)	7月20日(水)	8月上旬	交付決定日以降～ 令和5年1月31日(火)
第2回	7月21日(木) ～9月13日(火)	9月20日(火)	10月上旬	交付決定日以降 令和5年1月31日(火)
第3回	9月21日(水) ～11月14日(月)	11月21日(月)	12月上旬	交付決定日以降～ 令和5年1月31日(火)
第3回 延長	11月15日(火) ～12月14日(水)	12月21日(水)	1月中旬	交付決定日以降～ 令和5年2月15日(水)

○申請から助成金交付までの流れ(例)

【募集開始】

- (町会→都) 申請書類(案)の提出
- (町会→都) 申請書類原本の提出
- (都→町会) 交付・不交付決定通知書発送
- (町会) 事業実施
- (町会→都) 実績報告書(案)の提出
- (町会→都) 実績報告書原本の提出
- (都→町会) 額確定通知送付
- (都→町会) 助成金支払い

3 申請方法

各募集回の募集期間中に申請書類の案を作成し、郵送、メール、web 申請フォームのいずれかにより「町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金事務局」宛て提出してください。内容の確認後、事務局よりご連絡しますので、内容調整後、完成した書類を郵送にてご提出ください。

<提出先>

町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金事務局

(民間委託事業者：トランス・コスモス株式会社)

郵送 〒332-8799 埼玉県川口市本町 2-2-1 川口郵便局局留

メールアドレス b-jimukyoku@bosai-portal-metro.tokyo.jp

web 申請ページ <https://www.chokai-bousai.metro.tokyo.lg.jp>

※ 操作方法等詳細は、リンク先に掲載されているマニュアルをご覧ください。

(1) 申請様式について

申請様式は東京都生活文化スポーツ局のホームページからダウンロードできます。

<https://bit.ly/3OzOHw8>



(2) 申請時に必要な書類について

① 助成金交付申請書 (第 1 号様式)

② 収支予算書 (第 2 号様式)

③ 団体の会則

④ 団体の役員名簿

【概算払を希望する場合は⑤から⑧も提出】

⑤ 概算払分請求書 (第 5 号様式)

⑥ 支払金口座振替依頼書 (様式 A)

⑦ 通帳見開きページ (支店名、口座番号、口座名義人の記載がある箇所) のコピー

⑧ 委任状 (様式 B) (※口座名義人が、団体名+会長以外の場合のみ提出)

(3) 概算払について

・概算払は、交付決定金額の 7 割を上限として、希望する団体に一部前払いされる制度です。

・交付決定日から約 2 か月後に前払い分が指定の口座に振り込まれます。

・交付確定額が概算払でお支払いした額を下回ったとき等については、その差額を返還していただきます。

- ・概算払を希望される場合は、交付申請書の概算払の希望にチェックの上、上記（2）⑤から⑧の資料を提出してください。

※ 概算払の対象外

- 第1回募集：10月10日以前に啓発チラシ等を配布する事業
- 第2回募集：12月10日以前に啓発チラシ等を配布する事業
- 第3回募集：概算払の対象とはなりません。
- 第3回延長募集：概算払の対象とはなりません。

（4）支払関係書類について

本助成金は口座振替で支払われます。本助成金の申請団体の皆様には、支払関係書類を提出いただきます。

4 事業を変更または中止する場合

- ・交付決定後に事業を変更または中止する場合は、事前に東京都の承認が必要になります。まずは受託事業者あて電話にて連絡ください。必要に応じて以下のいずれかの書類の提出をしていただきます。
 - ① 変更理由書
 - ② 変更承認申請書（第6号様式）
- ・当初予定していた日に事業を実施できない場合、原則として代替日での事業の実施が必要となります。ただし、コロナの感染状況などによりやむを得ず代替日での実施ができない場合は、準備のために計上し、支出した経費について、助成対象となる場合があります。なお、中止決定以降に購入した物品などは対象となりません。

5 実績報告

事業完了後は、実績報告書（第9号様式）を提出していただきます。

（1）提出期限

事業完了後2週間以内（令和5年2月15日（水）まで実施する事業の場合は令和5年2月28日（火）までに提出してください。）

（2）実績報告に必要な書類

- ① 実績報告書（第9号様式）
- ② 決算書
- ③ **領収書**
- ④ 配布したチラシの原本1部
- ⑤ **助成金で購入した物品等の写真**

（3）注意点

- ① 物品の購入にあたり、**ポイントカードは使用しないでください。**物品購入に伴うポイン

トの付与が判明した場合、当該ポイント分（一律1ポイント1円換算）を助成対象経費から除外します

② 申請団体の**役員や内部団体への謝礼は対象外**となります。

6 助成金額の確定

実績報告書を確認し、助成金額の確定後、助成金額の確定通知を送付します。

7 助成金のお支払い

額の確定後、助成金額確定金額を口座振替によりお支払いします。お支払いは町会・自治会の口座に限ります。（**個人名義の口座は使えません。**）

8 問い合わせ

ご不明な点は以下の連絡先までお問い合わせください。

<問い合わせ先>

町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金事務局

電話 048-227-9117

メールアドレス b-jimukyoku@bosai-portal-metro.tokyo.jp

9 担当部署

東京都生活文化スポーツ局都民生活部地域活動推進課

電話 03-5388-3166

第1号様式



年 月 日

東京都知事 殿

所在地
団体名
代表者
役職・氏名
印

町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金 交付申請書

町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金について、町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金交付要綱第7の規定に基づき下記のとおり申請します。なお、当団体は要綱第41ただし書に該当せず、第8 3並びに第20及び第21の規定に異議なく応じることを誓約します。

記

1 実施内容

町会・自治会による防災対策の普及啓発を目的に以下の事業を実施する。

- 【必須】 町会・自治会からのメッセージを掲載した防災対策に係る啓発チラシの配布
- 【任意・実施の場合はチェック】 防災訓練のお知らせや地域の防災マップなど、町会・自治会が作成した印刷物の配布
- 【任意・実施の場合はチェック】 防災意識を啓発する防災グッズの配布

2 実施予定日

配布予定日	年 月 日に配布します
	次の予定で配布します(例9/3~9/5) ()
事業期間	年 月 日から 年 月 日まで
	物品購入や打ち合わせ等の準備開始日を記載してください。事業終了日を記載してください。(この期間が物品購入の期間となります。)

3 助成申請額

第2号様式「収支予算書」の助成金収入と同額を記入してください。(助成上限額は20万円です。)

助成申請額
,000円

※千円単位とし、端数は切捨て

4 連絡責任者

申請を行う町会・自治会又は区市町村の担当者に限ります。

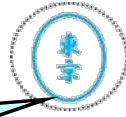
役職名・氏名			
所在地等	〒		
電話番号	自宅・職場	FAX	
	携帯電話		
メールアドレス			

※ 日中連絡の取れる担当者を連絡責任者としてください。



TB0101

第1号様式



会長の私印

日付記入不要

年 月 日

東京都知事 殿

申請する町会・自治会名を記入
(会則・規約で定められた正式な名称)

東京都〇〇区△△一丁目2番地1号

団体名 東京一丁目自治会

代表者の役職と氏名を記入。
※漢字も正確に記入してください

代表者 会長 東京 太郎
役職・氏名



町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金 交付申請書

町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金について、町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金交付要綱第7の規定に基づき下記のとおり申請します。なお、当団体は町会・自治会からのメッセージを掲載した防災対策に係る啓発チラシの配布に異議なく応じることを承諾し、1ただし書に該当しません。

町会・自治会からのメッセージを記載した啓発チラシの配布は「必須」です。
任意選択可能なものを実施する場合は✓を記入してください。

※会長の私印
※本助成金の手続では、今後全てこちらと同じ印を使用してください
※事前相談の際は押印不要です

1 実施内容

町会・自治会による防災対策の普及啓発事業として以下の事業を実施する。

- 【必須】町会・自治会からのメッセージを掲載した防災対策に係る啓発チラシの配布
- 【任意・実施の場合はチェック】防災訓練のお知らせや地域の防災マップなど、町会・自治会が作成した印刷物の配布
- 【任意・実施の場合はチェック】防災意識を啓発する防災グッズの配布

2 実施予定日

全ての支払を完了した日または配布を終了した日のいずれか遅い日を記入してください。(令和5年1月31日までに限ります)

配布予定日	年 月 日	
	✓ 次の予定で配布します(例9/3~9/10) 9/25・10/2	
事業期間	2022年8月14日 から	2022年10月9日 まで
	物品購入や打ち合わせ等の準備開始日を記載してください。	事業終了日を記載してください。
(この期間が物品購入の期間となります。)		

3 助成申請額

第2号様式「収支予算書」の助成金収入の金額を記入(千円未満切捨て) 助成金収入と同額を記入してください。(助成上限額は20万円です。)

200 ,000円

※千円単位とし、端数は切捨て

4 連絡責任者

申請を行う町会・自治会又は区市町村の担当者

※本助成金に関わる書類は、こちらの担当者に送付します。
※申請する町会・自治会、区市町村の担当者以外の人を連絡責任者とはできません。

役職名・氏名	総務部長 生文 二郎		
所在地等	〒 111-0002 〇〇区△△3-2-14		
電話番号	自宅・職場	03(5321)××××	FAX 03(5321)0000
	携帯電話	090(1234)△△△△	
メールアドレス	Jiro-s@t0000.xxx.jp		

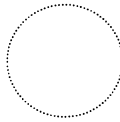
※ 日中連絡の取れる担当者を連絡責任者としてください。



TB0101

第2号様式

収 支 予 算 書 1 / 2



団体名

科 目	収入内容	金額
I 収入の部		(単位:円)
助成金収入	町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金 (1,000円未満切り捨て)	
その他収入	自己資金	
収入合計		

科 目	支出内容	単価 (税込)	数量	金額 (税込)
-----	------	------------	----	------------

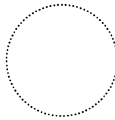
II 支出の部
1 助成対象経費 該当する支出内容を選び、単価・数量等を記入してください。

(1) 物品購入費	(選択してください)			
	【配布用物品】			
	簡易トイレ			
	防寒・防風アルミシート			
	保温アルミボンチョ・ブランケット			
	家具転倒防止パット			
	ライト・ランタン			
	乾電池			
	給水袋			
	スマホ充電グッズ			
	ホイッスル・防犯ブザー			
	非常用袋			
	ポリ袋			
	ラップ・アルミホイル			
	除菌ウェットティッシュ			
	軍手			
	救急セット			
	保存用飲料水			
	非常食(アルファ化米・乾パン等)			
	缶詰			
	レトルト食品			
	その他()			
	(次ページへ続く)	(次ページへ続く)		(次ページへ続く)



第2号様式

収 支 予 算 書 2 / 2



団体名

(単位:円)

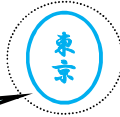
	【チラシ作成に要する物品】			
	インクカートリッジ			
	コピー用紙			
	その他()			
	【町会・自治会が本事業を行うために必要な感染対策物品】			
	マスク			
	消毒液			
	その他()			
	【打合せに要する物品】			
	飲料			
	その他()			
(2)印刷経費	普及啓発チラシ印刷費			
(3)役務費	チラシのポスティング費用			
	封入・梱包作業費用			
	代引き/振込手数料			
(4)委託料	チラシ作成費(デザイン委託等)			
(5)謝礼金	(※町会・自治会の役員や内部団体への謝礼金は助成対象外です。)			
			小計①	
2 助成対象外経費(その他経費)				
			小計②	
支出合計			小計①+②	
収支差額				



TB0103

第2号様式

収 支 予 算 書 1 / 2



団体名 東京一丁目自治会

会長の私印

科 目	収入内 町会・自治会名を正確に記入	金額
I 収入の部 (単位:円)		
助成金収入	町会・自治会による防災対策普及啓発事業助成金 (1,000円未満切り捨て)	200,000
その他収入	自己資金	32,800
収入合計		232,800

助成金額は1,000円未満の端数は切り捨てる。端数は「その他の収入」に計上

科 目	支出内容	単価 (税込)	数量	金額
-----	------	------------	----	----

II 支出の部
1 助成対象経費 該当する支出内容を選び、単価・数量等

「その他収入額」は「支出合計額」から「助成金収入」を引いた額

(1) 物品購入費 (選択してください)				
【配布用物品】				
簡易トイレ	110	2,000		220,000
防寒・防風アルミシート				
保温アルミボンチョ・ブランケット				
家具転倒防止パット				
ライト・ランタン				
乾電池				
給水袋				
スマホ充電グッズ				
ホイッスル・防犯ブザー				
非常用袋				
ポリ袋				
ラップ・アルミホイル				
除菌ウェットティッシュ				
軍手				
救急セット				
保存用飲料水				
非常食(アルファ化米・乾パン等)				
缶詰				
レトルト食品				
その他()				
(次ページへ続く)	(次ページへ続く)			(次ページへ続く)



第2号様式

収 支 予 算 書 2 / 2



団体名 東京一丁目自治会

(単位:円)

	【チラシ作成に要する物品】			
	インクカートリッジ			
	コピー用紙			
	その他()			
	【町会・自治会が本事業を行うために必要な感染対策物品】			
	マスク			
	消毒液			
	その他()			
	【打合せに要する物品】			
	飲料			
	その他()			
(2)印刷経費	普及啓発チラシ印刷費	2.4	2,000	4,800
(3)役務費	チラシのポスティング費用	4.0	2,000	8,000
	封入・梱包作業費用			
	代引き/振込手数料			
(4)委託料	チラシ作成費(デザイン委託等)			
(5)謝礼金	(※町会・自治会の役員や内部団体への謝礼金は助成対象外です。)			
			小計①	232,800
2 助成対象外経費(その他経費)				
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 収入と支出の収支差額は必ず「0」になる </div>				
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> 助成対象外の経費の支出がある場合は記入 </div>			小計②	0
支出合計			小計①+②	232,800
収支差額				0



TB0103