毎月1・11・21日発行
2/1
令和7年(2025)
No.2359

広報 しながわ Shinagawa

Shinagawa City 品川区

掲載記事は1月23日時点の情報です。
●本紙に記載の電話番号は、市外局番(03)を省略しています。
品川区ホームページ

発行／品川区　編集／戦略広報課　〒140－8715　品川区広町2－1－36　☎3777－1111(代表)　Fax5742－6870(戦略広報課)　https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/

まち★ひと かがやく

地域を守る、地域のチカラ。私たちの消防団。

地域の人たちによって組織される消防団は、地域の防災力を支える要です。いざという時のために、災害発生を想定した消火活動や応急救護などの訓練を行い、「自分たちのまちは、自分たちで守る」という強い思いで活動しています。

品川区には品川・大井・荏原の３つの消防団があり、約630人の団員がそれぞれの地域で活動しています。男性はもちろん、女性団員も約3割を占め、昨年は都内で初めての女性消防団長も誕生しました。

災害時、私たちにとって最も身近で頼りになる、消防団の活動をご紹介します。

問い合わせ　防災課防災安全・国民保護担当(☎5742－7651 Fax3777－1181)

品川区のSDGs

SDGsの達成に向けてここにフォーカス

区では、すべての人が住み慣れた地域で、笑顔で気持ちよく住み続けることができるよう、災害に強いまちづくりを進めています。

11 住み続けられるまちづくりを

SDGs(エスディジーズ)(持続可能な開発目標)は、2030年までに持続可能でよりよい世界をめざす国際目標です。

私たちのまちを守る 消防団を知ろう！

問い合わせ 防災課防災安全・国民保護担当（☎5742－7651 Fax3777－1181）

消防団とは？

消防組織法に基づき、各市町村に配置される消防機関です。東京都では、都知事が管理する「特別区」と各市町村長が管理する「多摩・島しょ地区」にそれぞれ分かれています。

消防団は消防署とは異なり、地域住民が主体となって組織し、普段は仕事や家業などに従事しながら、災害時には消防活動に駆けつけるという特徴があります。

火災だけではなく、地震、風水害などの大規模災害時にも、消火や救助、避難誘導などの幅広い活動を行います。また、消防団員は非常勤特別職の地方公務員としての身分を持つため、年額報酬や出動報酬などが支給されます。

消防団の役割は？

主に次の役割を担い、活動しています。

火災の消火活動 自宅や職場などから迅速に現場に駆けつけ、火災の消火活動を行います。消防団には、可搬ポンプや各種資機材を積載している小型の車両が配備されているため、大きな消防車では入ることができない地域でも消火活動を行うことができます。

災害対応 地震や台風、大雨などの自然災害が発生した時に、地域の人たちの避難誘導や救助活動などを行います。消防団員は地域のことをよく知っているため、現場の状況に応じて様々な対応をすることができます。

防災啓発活動 学校や地域の方たちへ向けて防災訓練や防火・防災教育などを行い、災害に備える意識を高める啓発活動も行っています。

平常時にはどんな活動をしていますか？

災害活動訓練 火災が発生した時に適切に消火活動ができるよう、可搬ポンプやホースを使った消火訓練などを行っています。また、災害時などに使用する各種資機材を使いこなすための訓練も重要です。

防災訓練指導 町会・自治会や学校が行う防災訓練では、消火器を使った初期消火やAEDを使った応急救護などの指導をし、地域の防災力を高める活動を行っています。

地域の警戒活動 地域のおまつりやイベントの会場では、火災などの発生に備えて警戒活動や防火・防災指導を行っています。また、火災が増加する冬の時期には地域を巡回し、防火・防災を呼びかけています。

大学生の消防団員も活躍中！

品川消防団は令和4年から品川消防署と連携し、区内にある東京医療保健大学で入団説明会や各種イベントに併せた広報活動を行ってきました。その結果、これまでに40人以上の学生が入団し、地域で活動しています。

東京消防庁では、消防団員として消防団の活動をした学生に対し、「特別区学生消防団活動認証状」を交付する制度を実施しています。就職活動時には企業などに提出することができ、学生生活で社会に貢献してきたことをアピールすることができます。

まちの安心・安全が私たちの願い

消防団員の方たちはどんな思いで日々活動しているのでしょうか。お話を伺いました。

消防少年団とは

主に小学4年生から高校生までが所属し、防火・防災の知識と技術を身につけ、自助と地域における共助の意識を高める活動を行っています。

私たちの地域を守るために第一線に立つ

品川消防団　団長　大谷敏子さん

消防団で副分団長だった夫が早逝し、それをきっかけに入団しました。今から約30年前のことです。夫を失い虚脱感に襲われ、生きていく力が湧いてこない時に声をかけていただき、消防団の活動に集中することで前向きな気持ちになることができました。また、健康でなければできない活動ですので、自己管理をしっかり行い、今では当時よりもずっと健康な体になりました。

要請があれば必ず出動し、男性と同じように動けるよう訓練にも力を入れて取り組みました。女性でも活躍できることを多くの方に知ってほしかったですし、みんなの見本となる思いでがんばってきました。消防団の活動には、男性も女性もありません。日々の訓練で救急救命や消火活動などの技術を学び、それを必要な場所で最大限に生かす。地域を守るために、できることをできる人がやる。それが消防団の活動です。

昨年、団員からの推薦を受け、品川消防団の団長の任に就きました。団員の時と気持ちは変わりませんが、団員の皆さんが気持ちよく活動できる環境をつくれるよう努めていきたいです。災害が起きた時、すぐに消防車や救急車が来てくれるとは限りません。自分の命、私たちの地域を守るのは自分たちであり、その第一線に立つのが消防団です。

私が最初に所属した第4分団には、女性団員は2人。町会・自治会などに声をかけ女性団員を増やし、現在は品川消防団256人中97人が女性です。

大谷団長は令和6年4月に東京都で初の女性団長に任命されました。

地域の人たちの力を集結したのが消防団

大井消防団　鈴木雅也さん

大井消防団の選抜チームの1人に選ばれ、第51回東京都消防操法大会可搬ポンプ操法の部に出場しました。週3～4日の強化訓練を積み、優勝することができました。18歳で消防団に入り12年経ちますが、仲間とともに知識を学び、技術を磨き、チームの結束力を高めて取り組んだこの経験を経て、改めて消防団の役割を強く意識するようになりました。ただ、操法の高い技術を持っているだけでは、消防団の本来の役目を果たせているとは言えないのではないか。震災などが起きた時、地域の人たちの安全確保を適切に行うことができるか。消防団員としての自覚が芽生えたというのでしょうか、そうしたことを考えながら訓練に臨むようになりました。大規模な災害が発生した時には、自分たちの手で地域の人たちを守ることができるようになりたいという思いで、訓練に励んでいます。

柔道整復師の資格を取り、現在は生まれ育った家で整体の治療院を開いています。仕事の知識を生かして、訓練する前にはケガ予防の準備体操を取り入れたり、団員の体の相談に応じたりすることもあります。団員には様々な職業の方たちがいて、それぞれ得意な分野を持っています。それを結集して力とするのが消防団の良さではないかと思っています。

休日にジムへ行って運動するのもよいですが、消防団に入って地域のために体を動かしませんか。交友関係も広がりますよ。

消防団は自分が学び成長する場でもある

荏原消防団　荒井雪歩さん

母の勧めで小学生の時に消防少年団に入り、消防少年団員として活動してきました。訓練は月2～3回。物干し竿とTシャツを使って簡易担架を作ったり、骨折してしまった時の救急処置を習ったりしたことがとても興味深く、それが現在の活動にまでつながっています。また、訓練以外にもケーキを作ってパーティーを開くなどの催しもあり、学校以外にこうした場があることがとても楽しかったです。現在は医療関係の仕事に就いているのですが、消防少年団で応急救護について学んだことが医療の道に進むきっかけにもなっています。

消防団に入り初めて出動し、消火活動のサポートをした時の緊張感は忘れられません。日頃の訓練がいかに大切かを実感するとともに、訓練で培った技術や知識が人の命を守ることにつながっていることを強く感じました。それと同時に、まだまだ学ぶことがたくさんあることも痛感。「上級救命技能認定」の資格はすでに持っていましたが、さらに上の「応急手当普及員」の資格も取得しました。消防団員でなければできない経験をさせていただき、常に上を目指して成長していくことができるのは、消防団に入ったおかげだと思っています。今マスターしたいのは、消火ポンプの使い方です。大会に出て賞を取ってみたいです。

消火ポンプは、水の圧力についての知識や現場での判断力が必要になる難しい仕事です。それだけやりがいを感じます。

消防団員を募集しています！ 品川区の消防団

区内在住・在勤・在学で、18歳以上の健康な方であれば、どなたでも入団できます。就職活動にも役立つ「特別区学生消防団活動認証制度」や事業所の社会貢献の広報にもなる「消防団協力事業所表示制度」もあります。

募集について詳しくは、特別区消防団ホームページか最寄りの消防署にお問い合わせください。

問い合わせ 品川消防署☎3474－0119
大井消防署☎3765－0119
荏原消防署☎3786－0119

ホームページはこちらから

「応急手当普及員」を取得し、区内の中学校にAEDの操作講習に行くことも

2月12日㈬午前11時00分頃 Jアラート全国一斉情報伝達試験

大規模災害や武力攻撃事態が発生した際に、国（消防庁）が緊急情報を伝達する「Jアラート（全国瞬時警報システム）」の全国一斉情報伝達試験を実施します。区内の防災行政無線スピーカーなどから試験放送が流れます。

放送予定内容 ＝チャイム➡「これは、Jアラートのテストです」（3回繰り返し）➡「こちらは、品川区役所です」➡チャイム

※防災行政無線確認ダイヤル 0120－562－311で放送と同じ内容を音声で聞くことができます。

問い合わせ 防災課防災安全・国民保護担当（☎5742－6697 Fax3777－1181）

税のたより

国税庁ホームページ https://www.nta.go.jp/

確定申告はスマホとマイナポータル連携でさらに便利！

●スマートフォンとマイナンバーカードがあれば、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」へアクセスして、画面の案内に沿って金額などを入力するだけで、確定申告書を作成・送信できます。

●マイナポータル連携を行うと、控除証明書などのデータが自動入力され、入力や集計の作業を省くことができます。

スマホでサクッと♪

確定申告書等作成コーナーはこちらから

問い合わせ 品川税務署（港区高輪3－13－22☎3443－4171）
荏原税務署（中延1－1－5☎3783－5371）

「にせ税理士」や「にせ税理士法人」にご注意ください

税理士の資格のない者が税務相談、税務書類の作成、税務代理をすることは、法律で禁じられています。税理士は、日本税理士会連合会が発行する税理士証票を携帯しています。また、税理士であるかの確認は、日本税理士会連合会ホームページhttps://www.nichizeiren.or.jpをご覧いただくか、お問い合わせください。

問い合わせ 日本税理士会連合会☎5435－0931

パブリックコメント ご意見をお寄せください

計画等に対する意見公募を行います

計画等の全文は、担当課の窓口のほか、区政資料コーナー（第三庁舎3階）や区ホームページなどでご覧いただけます。

区ホームページはこちらから

応募方法 意見書提出期限までに、意見、住所、氏名、電話番号を担当課へ**郵送**か**FAX**、**持参**

○区ホームページの**応募フォーム**も利用できます。

計画等の名称	内容	意見書提出期限	閲覧場所・問い合わせ
●品川区ＤＸ推進基本方針	区のDX（デジタルトランスフォーメーション）推進に関する取組方針です。サービス・地域・シゴト（行政）の3つの視点からアプローチし、DXを通してウェルビーイングを実感できる都市を目指します。	2月28日㈮（消印有効）	デジタル推進課ＤＸ戦略担当（〒140－8715品川区役所第二庁舎8階 ☎5742－6031 Fax5742－7164）
●品川区こども計画（素案）	「こども基本法」に基づく、子ども・若者施策の総合的な計画です。子ども・若者、子育て家庭に関する着実な施策推進を図るため、現行の「品川区子ども・子育て支援事業計画」と「品川区子ども・若者計画」を一本化することで、こどもに関する総合的なビジョンを示しています。	2月21日㈮（消印有効）	子ども育成課子ども施策・計画担当（〒140－8715品川区役所第三庁舎2階 ☎5742－6692 Fax5742－7196）

○本紙に記載の電話番号は、市外局番（03）を省略しています。

粗大ごみの申し込み

粗大ごみを出す時は、粗大ごみ受付センターへ申し込みをしてください。
粗大ごみの申し込みには「電話受付」と「インターネット受付」、出し方には「戸別収集」と日曜日に品川区資源化センターへの「直接持ち込み」があります。

※直接持ち込む場合も申し込みが必要です。

問い合わせ　品川区清掃事務所
（☎3490－7051 Fax3490－7041）

粗大ごみとは、布団や家具、自転車などの家庭から出される、おおむね**1辺が30cm以上**の大きさのごみのことです。

粗大ごみの出し方

1 申込方法

品川区粗大ごみ受付センター
☎6733－5374
https://shinagawa-sodai.com/receipts/home

電話受付

受付時間／月～土曜日
午前8時～午後7時
※祝日も受け付けます。
※日曜日、年末年始を除く。

インターネット受付

受付時間／365日24時間
※メンテナンス期間を除く。

品川区粗大ごみインターネット受付はこちらから

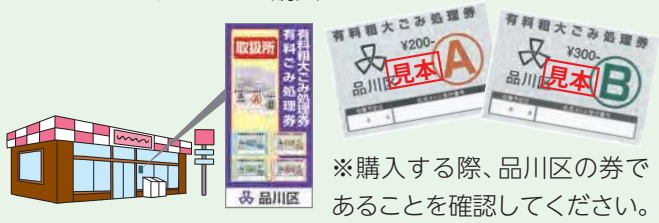
※区ホームページからもアクセスできます。

※住所に誤りがあると収集できません。

2 手数料の支払方法

品川区有料粗大ごみ処理券の購入

申し込み時に案内された手数料分の粗大ごみ処理券を、区内の「有料粗大ごみ処理券取扱所」の掲示がある商店・コンビニエンスストアなどで購入。

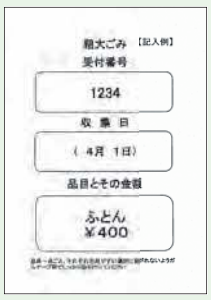


※購入する際、品川区の券であることを確認してください。

電子決済　インターネット受付のみ

インターネットで申し込んだ場合、クレジットカードで電子決済ができます。
利用できるクレジットカード／Visa、Mastercard、JCB、American Express、Diners Club　※電子決済の場合、領収書は発行されません。

●右の記入例を参考に**「必要事項」**を記入した紙を粗大ごみ1個につき1枚用意してください。
必要事項／受付番号、収集日、品目と金額



3 粗大ごみを出す

「品川区有料粗大ごみ処理券」か、電子決済の場合は**「必要事項」**を記入した紙を粗大ごみの見やすい場所に貼り付けます。

戸別収集

申し込みした収集日の午前8時までに、指定された場所に出す。

※粗大ごみ処理券や必要事項の記載が確認できない場合、粗大ごみは収集しません。
※年末年始を除く。

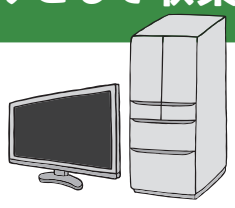
日曜日に直接持ち込み

指定された日の午前9時～午後4時に、品川区資源化センター（八潮1－4－1）へ持ち込む。
※年末年始を除く。

※たんす、シュレッダー、米びつ、炊飯器などは中身を空にして出してください。
※火災の原因になりますので、石油ストーブの灯油は空にして出してください。

粗大ごみとして収集できないもの

●テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、衣類乾燥機、エアコン



買い替える店か購入した店、または**家電リサイクル受付センター☎0570－087－200**（土・日曜日、祝日、年末年始を除く午前9時～午後5時）へお問い合わせください。

●パソコン本体とディスプレイ、ノートパソコン

メーカーなどに回収を依頼してください。リサイクル料金や受付窓口は、各メーカーのサービスセンターか、**パソコン3R推進協会☎5282－7685**（土・日曜日、祝日、夏季・冬季休暇を除く午前9時～正午、午後1時～5時）へお問い合わせください。

粗大ごみとして捨てる前に

リサイクル情報紙「くるくる」をご活用ください

詳しくは区ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。
問い合わせ／品川区清掃事務所資源循環推進係（☎3490－7098 Fax3490－7041）

だまされないで！

～詐欺被害の危険は高齢者だけではありません～

区内で発生している詐欺の手口は常に変化しています。最新の手口を理解して被害ゼロをめざしましょう。

問い合わせ　地域活動課生活安全担当
（☎5742－6592 Fax5742－6878）

投資詐欺

インターネット上に著名人の名前や写真を悪用したうその投資広告や、「必ずもうかる投資方法を教えます」とメッセージを送るなどして投資を勧めてきます。最終的に「手数料」「出資金」などと騙し金銭を振り込ませます。

危険ワード　**「絶対もうかる」「元本保証」「あなただけに教える」「投資スクール」など**

SNSを利用した詐欺に注意

ロマンス詐欺

SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）やマッチングアプリなどを通じて実際に会わずにやりとりを続け、恋愛感情を抱かせた後に「2人の将来のために」「投資でお金を増やそう」などと金銭を要求されます。最終的に「暗号資産の購入」「架空の投資」などと騙し金銭を振り込ませます。

危険ワード　**「投資でお金を増やそう」「会いたいから旅費を送って」「荷物を送るから手数料を払って」など**

対応
- SNS上で危険ワードを言われたり、グループに勧誘されたら警察に相談する
- 知らない人からのトークやグループの招待を拒否設定にする
- 知らない人からの友だち追加を拒否設定にする

かたり詐欺

警察などを装う電話に注意

「あなたは詐欺事件の容疑者だ」など不安をあおる言葉を使い、賠償名目や口座調査などと騙して金銭を振り込ませます。アポ電（アポイントメント電話）は固定電話だけでなく、携帯電話にもかかってきます。また、トークアプリに誘導する手口も増えています。

危険ワード　**「あなたのスマートフォンのウイルスで被害者が出ている」「あなたの口座が悪用されて被害者が出た」「このままだと逮捕だ」など**

対応
- 警察などの捜査機関を名乗る者からの電話でも、トークアプリに誘導したり、お金の話が出たら、すぐに電話を切って警察に相談する
- 知らない電話番号にはでない
- 在宅中も留守番電話に設定する
- 迷惑防止機能付き電話機や自動通話録音機を設置する

少しでもおかしいなと思ったら、迷わず警察に相談を！

品川警察署☎3450－0110
大井警察署☎3778－0110
大崎警察署☎3494－0110
荏原警察署☎3781－0110

自動通話録音機の無料貸し出し

オレオレ詐欺をはじめとする特殊詐欺被害の未然防止に役立つ、固定電話に取り付ける自動通話録音機を貸し出します。

対象　区内在住の65歳以上の方
申込方法　住所・氏名・年齢が確認できる本人確認書類を持って、**直接**受付場所へ
受付場所　地域活動課生活安全担当（第二庁舎6階）、消費者センター（西品川1－28－3中小企業センター4階）、区内4警察署

AI型特殊詐欺対策アダプタの設置費用の補助

通話の自動録音機能に加え、通話内容に詐欺の疑いがある場合、AIが検知し事前に設定した家族などの電話番号やEメールアドレスに通知します。詳しくはお問い合わせください。

戸建て住宅の防犯設備の補助

戸建て住宅において防犯設備を購入・設置した際にかかる費用の一部を補助します。詳しくは区ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

申請期限　購入後90日以内で、7年3月31日㈪まで
対象設備　①防犯カメラ②録画機能付きインターホン
補助金額　設置費用の2分の1（上限①20,000円②7,000円）

スマートフォンを使って道路や公園内の不具合・損傷を手軽に投稿！

しなみちレポートをご利用ください

道路のくぼみ

街路灯の不点灯

しなみちレポート（My City Report）とは、「いつでも」「その場で」「簡単に」道路や公園内の不具合・損傷を投稿することができるスマートフォンアプリです。

スマートフォンのカメラ機能とGPS機能を活用し、不具合や損傷などを投稿すると、区が内容を確認し、必要に応じて補修などを行います。対応が完了した際もアプリを通じてお知らせします。また、投稿内容や対応結果がアプリ上で公開されるため、利用者間での情報共有にも役立ちます。ぜひ手軽に利用できる「しなみちレポート」をご活用ください。

投稿できる内容
- 道路のくぼみ
- 側溝のがたつきや水たまり
- 街路灯の不点灯
- カーブミラーの破損や調整
- 雑草の繁茂　など

そのほかにも
- 公園の遊具やベンチの破損
- 公園灯の不点灯　など

アプリの利用方法

1. お使いのスマートフォンに対応したアプリストアから「My City Report」をダウンロード
2. 「マイページ」にログイン（はじめての方はユーザー登録が必要）
3. 不具合・損傷箇所を発見したら、GPS機能をONにして「My City Report」を起動
4. 「レポートマーク」をタッチして、画面の案内に従って地図上に位置を設定。不具合・損傷箇所の写真と簡単なコメントを添えて投稿

アプリはこちらからダウンロードできます

問い合わせ　道路課道路維持担当
（☎5742－6548 Fax5742－6886）

○本紙に記載の電話番号は、市外局番（03）を省略しています。

電子申請 =スマートフォンやパソコンから「品川区電子申請サービス」による申し込みができます。トップページはこちらから

ENJOY! スポーツ

スポーツ協会は2月17日(月)はお休みです。

=事前申込が必要ない、当日参加できる教室・イベントです。

●スポーツ推進課　地域スポーツ推進係(第二庁舎6階)
☎5742−6838　Fax5742−6585

●品川区スポーツ協会・総合体育館
〒141−0022東五反田2−11−2
☎3449−4400　Fax3449−4401
受付時間／午前9時〜午後7時　※土・日曜日、祝日は午後5時まで。

スポーツ協会ホームページはこちらから

●戸越体育館
〒142−0042豊町2−1−17　☎3781−6600　Fax3781−6699

総合体育館トレーニング室 2月の特別プログラム(13コース)

日 2月11日(祝)・23日(祝)・24日(休)
場 総合体育館
内 ヨガ、筋力トレーニング、ボディバランス、バレエ、ボディパンプ、エアロビクス、ボディコンバットなど
人 16歳以上の方
※時間や申込方法など詳しくは、スポーツ協会ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。
問 スポーツ協会

トリムスクール(4〜7月の募集)

コース	会場	曜日	開始時間	回数	定員(抽選)	費用
501	品川健康センター	木	9:30	17回	35人	5,100円
502		金	16:00	各16回	20人	4,800円
601	荏原健康センター	火	9:30		各30人	各4,000円
602			11:00			

※時間は各1時間30分。

申 問 2月9日(日)(必着)までに、健康センターホームページHP www.shinagawa.esforta.jp/の**専用フォーム**か**直接**窓口(返信用はがき持参)、**往復はがき**(1人1コース)に「トリムスクール」とし、コース番号、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を501・502は品川健康センター(〒140−0001北品川3−11−22☎5782−8507 Fax5782−8506)、601・602は荏原健康センター(〒141−0031西五反田6−6−20☎5487−1317 Fax5487−1313)へ
※コースの変更・振替・返金・譲渡は不可。
※申込人数が少ないコースは閉講する場合あり。

スポーツ大会・教室

大会・教室名	日時	会場
第75回品川区民スポーツ大会		
春季　クレー射撃大会	3月9日(日)9:00開会	成田射撃場(千葉県)
第75回後期リーグ戦卓球大会	女子：3月1日(土)9:00から 男子：3月2日(日)9:00から	総合体育館
第31回マスターズ9人制バレーボール大会	3月9日(日)9:00から	
第54回品川区水泳記録会	3月30日(日)10:00から	日野学園温水プール(東五反田2−11−2)
平日女子選手権大会(硬式テニス)	4月4日(金)9:00から	しながわ区民公園(勝島3−2)
チーム・エンジョイ・フェスタ(硬式テニス)	4月6日(日)9:00から	有明テニスの森公園(江東区有明2−2)
少林寺拳法体験教室	3月1日(土)18:30〜20:00	戸越体育館
バドミントン教室	3月9日(日)10:00〜17:00	
3月14日からのスキー教室	3月14日(金)20:40〜 3月16日(日)21:00頃 (大井町駅集合・解散、往復バス)	志賀高原サンバレースキー場(長野県、宿：ビワ池ホテル)
3月28日からのスキー教室	3月28日(金)20:40〜 3月30日(日)21:00頃 (大井町駅集合・解散、往復バス)	志賀高原熊の湯スキー場(長野県、宿：熊の湯ホテル)
児童・親子水泳教室(19コース)	4〜10月	日野学園温水プールほか
成人水泳教室(11コース)		
シルバー水泳教室	4月1日〜5月13日の火曜日(全5回) ※4月29日、5月6日を除く	日野学園温水プール
障害者水泳教室	4月13日〜8年3月8日の第2・4日曜日(全19回) ※7・8月を除く	
軟式野球審判講習会	2月23日(祝)9:00〜13:00	天王洲公園野球場(東品川2−6)
陸上競技初心者審判講習会	3月8日(土)14:00〜15:00	総合体育館
温泉ハイキング「多摩よこやまの道＆極楽湯」	2月23日(祝)8:10〜15:00頃(新宿駅集合、現地解散)	多摩よこやまの道(東京都多摩市)、温泉：極楽湯(多摩センター店)

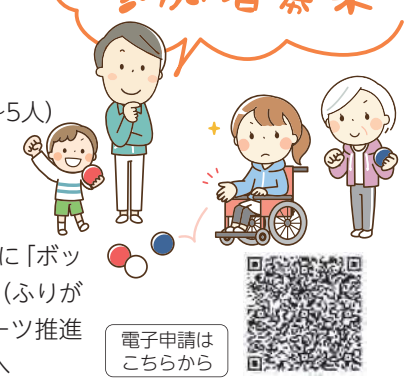
※内容や申込方法など詳しくは、スポーツ協会ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。
問 スポーツ協会

いきいきウオーキング「しながわシティラン2025のコースを歩いてみよう」

ウオーキングで運動不足を解消しませんか。
日 2月16日(日)午前9時〜正午　※雨天中止。
コース／しながわ区民公園〜旧東海道〜天王洲アイル〜品川ふ頭橋〜京浜運河緑道公園〜勝島橋〜しながわ区民公園　※約8km。
※実際のシティランのコースとは一部異なります。
¥ 100円(保険料込)
運営／品川区スポーツ推進委員会
参 当日午前9時〜9時30分に、費用を持って**直接**しながわ区民公園こどもサッカー場(勝島3−2)へ
問 スポーツ推進課地域スポーツ推進係

第2回 ボッチャ SHINAGAWA CUP 参加者募集

電子申請



日時 3月8日(土)午前9時30分〜正午
※受け付けは午前9時から。
会場 戸越体育館(豊町2−1−17)
対象・定員 区内在住・在勤・在学で、小学生以上のグループ(3〜5人)16組程度(抽選)　※小学生は保護者同伴。
参加費 1人100円(保険料込)
運営 品川区スポーツ推進委員会
申込方法・問い合わせ 2月17日(月)(必着)までに、電子申請か**往復はがき**に「ボッチャ　SHINAGAWA　CUP」とし、チーム名、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢、代表者の住所・電話番号をスポーツ推進課地域スポーツ推進係(〒140−8715品川区役所☎5742−6838 Fax5742−6585)へ

電子申請はこちらから

総合体育館 コース型プログラム

4〜7月の募集(59コース)

会場 総合体育館(東五反田2−11−2)
内容 ヨガ、バレエ、ピラティス、太極拳、フラメンコ、ボディパンプ、フラダンス、ヒップホップ、親子体操、こども運動教室、キッズダンスなど
対象 16歳以上の方
※16歳未満の子ども向け教室もあり。
申込期限 2月13日(木)
※プログラムの時間や申込方法など詳しくは、スポーツ協会ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。

問い合わせ スポーツ協会(☎3449−4400 Fax3449−4401)

健康センターコース型教室

2025年度 第1期(4〜7月)

会場 品川健康センター(北品川3−11−22)
荏原健康センター(西五反田6−6−20)
内容 体操トレーニング、ヨーガ、ピラティス、太極拳、ダンス、トリム、スカッシュ、ゴルフ、親子体操(保護者1人・子ども1人で1組)、子ども体操、子どもダンス、子どもスカッシュ
対象 15歳以上の方　※子ども向け教室は対象年齢あり。
申込期限 2月9日(日)
※プログラムの時間や申込方法など詳しくは、健康センターホームページhttps://www.shinagawa.esforta.jp/をご覧いただくかお問い合わせください。

問い合わせ 品川健康センター(☎5782−8507 Fax5782−8506)
荏原健康センター(☎5487−1317 Fax5487−1313)

健康センターホームページはこちらから

子育てピックアップ

18歳（高校生）までを対象とした講座や子育てに関する情報です。

区ホームページはこちらから

お知らせ

子育て世帯特別給付金

●**物価高騰対策支援給付金（こども加算分）**
食費などの物価高騰に直面し、特に影響を受ける住民税非課税の子育て世帯へ国の給付金を支給します。

●**物価高騰対策支援給付金（こども加算分）（区独自給付金）**
物価高騰対策支援給付金（こども加算分）の支給対象にならない住民税均等割のみ課税の子育て世帯へ区独自の支援策として、給付金を支給します。

●**ひとり親世帯臨時特別給付金（区独自給付金）**
物価高騰対策支援給付金（こども加算分）の支給対象にならないひとり親世帯へ区独自の支援策として、給付金を支給します。

―――― 共通 ――――

※給付内容や申請方法など詳しくは、区ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。
問 品川区子育て世帯特別給付金コールセンター（☎5742－7674〈土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時〉Fax5742－6387）

講座・催し

三徳会元気クッキング「親子で楽しいおやつ作り！」

日 2月11日㈷午前11時～午後2時
場 平塚橋ゆうゆうプラザ（西中延1－2－8）
人 小学生のお子さんと保護者6組12人（先着）
¥ 1組1,300円（食材費・保険料込）
持ち物／エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
申 2月5日㈬までに、**電話**か**FAX**に「三徳会元気クッキング」とし、参加者全員の氏名、お子さんの学年、保護者の電話番号を平塚橋特別養護老人ホーム（☎5750－3632 Fax5750－3642）へ
問 平塚橋特別養護老人ホーム（☎5750－3632 Fax5750－3642）
高齢者福祉課支援調整係（☎5742－6728 Fax5742－6881）

子ども青空農園（収穫体験）

日 2月8日㈯・22日㈯午前10時～11時、午前11時30分～午後0時30分　※雨天中止。
場 区役所第二庁舎屋上
人 区内在住か在学で4～12歳のお子さん各20人（先着）
※未就学児は保護者同伴。
¥ 各800円
申 **電話**か**Eメール**で、希望日時、住所、氏名（ふりがな）、年齢、保護者の氏名・電話番号を子ども青空農園運営事務局（☎070－9018－5861〈土・日曜日、祝日を除く午前10時～午後5時〉✉info@kodomo-aozora.tokyo）へ
問 同事務局☎070－9018－5861
公園課公園維持担当（☎5742－6789 Fax5742－9127）

スポーツ

荏原ジュニア水泳教室

コース	時間	対象	定員（抽選）
A	15:45～16:40	小学生	各25人
B	17:10～18:05		
C	18:35～19:30		

日 4月16日～8年3月11日の水曜日（全36回）
¥ 各38,500円（保険料込）
場 申 問 2月7日㈮（必着）までに、**往復はがき**で教室名、希望コース、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、性別、学校名、4月からの新学年、泳力（クロールで何m）、電話番号を荏原文化センター（〒142－0053中延1－9－15☎3785－1241 Fax5702－2843）へ

品川図書館

「バリアフリー（手話つき）おはなし会」

聞こえない・聞こえにくいお子さんも一緒に楽しめる、手話通訳つきのおはなし会を開催します。

日時 3月1日㈯午後2時30分～2時50分
会場・参加方法・問い合わせ 当日、**直接**品川図書館（北品川2－32－3☎3471－4667 Fax3740－4014）へ

「健康塾」で はつらつ笑顔 電子申請

体にやさしい健康体操です。
健康のために始めてみませんか。

日時／4月1日㈫～9月　※各曜日、隔週で実施。
A教室＝9:30～10:30、B教室＝10:45～11:45
対象・定員／区内在住で60歳以上の方各25人程度（抽選）
※医師に運動を制限されている方はご遠慮ください。
費用／各1,800円（＊は1,500円）
申込方法／2月14日㈮（必着）までに、電か各会場で配布する申込書を健康課健康づくり係（〒140－8715品川区役所）へ**郵送**
※1人1会場1コースのみ。

問い合わせ 健康課健康づくり係（☎5742－6746 Fax5742－6883）

曜日	会場	所在地
月	東品川ゆうゆうプラザ	東品川3－32－10
	平塚橋ゆうゆうプラザ	西中延1－2－8
	ゆたかシルバーセンター＊	豊町3－2－15
	スクエア荏原＊	荏原4－5－28
火	旗の台シルバーセンター	旗の台4－13－1
	西大井いきいきセンター	西大井2－5－21
	関ヶ原シルバーセンター	東大井6－11－11
	後地シルバーセンター	小山2－9－19
水	荏原第二区民集会所	荏原6－17－12
	ゆたかシルバーセンター	豊町3－2－15
	東大井区民集会所	東大井2－16－12
	こみゅにてぃぷらざ八潮	八潮5－9－11
	大崎第二区民集会所	大崎2－9－4
	南品川シルバーセンター	南品川5－10－3
木	大井第三区民集会所	西大井2－10－3
	八潮区民集会所	八潮5－10－27
	五反田シルバーセンター	東五反田2－15－6
	荏原第三区民集会所	平塚1－13－18
	荏原第五区民集会所	二葉1－1－2
金	西五反田シルバーセンター	西五反田3－9－10
	北品川ゆうゆうプラザ	北品川1－29－12
	南大井シルバーセンター	南大井3－7－13
	小山シルバーセンター	小山5－17－18

地域スポーツクラブの紹介

当日参加できます

区ホームページはこちらから

地域スポーツクラブでは地域の学校などを利用し、年間を通して様々な教室の開催や自由に楽しめるフリースポーツを行っています。お住まいの地域で、気軽にスポーツを楽しみましょう。

地域クラブebaraA（エバラエース）

場 旧荏原第四中学校（豊町3）ほか
- 体操教室
- ノルディックウオーキング
- バドミントン（フリー利用＆教室）

※2月11日㈷の教室は中止します。
- キンボールスポーツ教室
- ボッチャ教室
- 折り紙教室
- 書道教室（中学生以上）
- 健康麻雀（マージャン）教室

スポクラ・しながわ

場 日野学園（東五反田2）
- フリースポーツ（硬式テニス）

大井八潮地域スポーツクラブTOYS（トイズ）

場 立会小学校（東大井4）、八潮学園（八潮5）ほか
- フリースポーツ（バスケットボール、バウンドテニス、バドミントン、ボッチャ、グラウンド・ゴルフ、ノルディックウオーキング）
- 月1親子で楽しくバドミントン教室

共通
参加方法／運動のできる服装で、上履きやタオル、飲み物、費用を持って、**直接**会場へ
※日時、会場、費用など詳しくは、区ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。
問い合わせ／スポーツ推進課地域スポーツ推進係（☎5742－6838 Fax5742－6585）

電子申請 =スマートフォンやパソコンから「品川区電子申請サービス」による申し込みができます。トップページはこちらから

シニアニュース 65歳以上の方を対象としたお知らせや講座などの情報です。

◇すけっとサービスのご案内

ひとり暮らしなどで、自身で家事をすることが難しい方の自宅にボランティアが訪問し、掃除・洗濯・食事の支度や買い物、家事援助に伴う外出の付き添いを行います。

人 在宅介護支援センターに相談し総合事業対象者となるか、要支援1・2と判定された65歳以上の方（第2号被保険者の方も利用可）　※ヘルパーとの併用はできません。

¥ 週1回1時間400円

申 すでに総合事業対象者か要支援1・2と判定されている方は**電話**か**直接**最寄りの在宅介護支援センターへ、それ以外の方は**電話**でさわやかサービス☎5718－7173へ

問 高齢者地域支援課介護予防推進係（☎5742－6733 Fax5742－6882）

◇管理栄養士による栄養改善事業

低栄養や生活習慣病のおそれがある方に、管理栄養士が自宅を訪問し、栄養指導や献立提案、調理指導などを行います。

期間／3カ月（月2回程度、1回1時間程度）

人 在宅介護支援センターに相談し総合事業対象者となるか、要支援1・2と判定された65歳以上の方（第2号被保険者の方も利用可）

¥ 1回300円

申 **電話**か**直接**、最寄りの在宅介護支援センターへ

※担当ケアマネジャーがいる場合は、そちらにご相談ください。

問 高齢者地域支援課介護予防推進係（☎5742－6733 Fax5742－6882）

◇品川区もの忘れ検診（75歳対象）

認知症は早期発見・治療が大切です。脳の健康チェックを受け、今後に備えませんか。

日 2月28日㈮まで

※事前に実施医療機関への予約が必要です。

人 6年度中に75歳を迎える方（昭和24年4月2日～昭和25年4月1日生まれ）

※対象の方には受診券を6年6月に送付しました。　※3月以降は本受診券の利用はできません。　※詳しくは受診券に同封のちらしか、区ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

●**抽選でしながわ水族館のチケットかオリジナルしおりをプレゼントします。**

問 高齢者地域支援課認知症施策推進係（☎5742－6802 Fax5742－6882）

シニアにやさしい パソコン/タブレット/スマホ教室 電子申請

パソコン教室　●教室のパソコンを使用します

コース	日時（全4回）	対象	内容	会場
パソコン入門	①3/4～25の火曜日 10:00～12:00	基本を学びたい方	文字入力、ファイルとフォルダ操作、ウェブとアプリの利用体験	いきいきラボ関ヶ原（東大井6－11－11）階段で2階にあがります
ワード入門	②3/4～25の火曜日 13:30～15:30	ゆっくりでも日本語入力ができる方	写真・イラスト・表を含む文書の作成、役立つ案内状・カードの作成	

タブレット（iPad）教室　●教室のタブレットを使用します

コース	日時（全4回）	対象	内容	会場
タブレット入門（平塚橋）	③3/6～27の木曜日 10:00～12:00	基本を学びたい方	基本操作とアプリ体験	平塚橋ゆうゆうプラザ（西中延1－2－8）
タブレット活用（平塚橋）	④3/6～27の木曜日 13:30～15:30	基本操作ができる方	様々な使い方と役立つアプリの活用体験	

スマホ教室＊　●参加者持参のスマートフォンを使用します

コース	日時（全4回）	対象	内容	会場
スマホ入門［Android］（関ヶ原）	3/5～26の水曜日 ⑤10:00～12:00 ⑥13:30～15:30	基本を学びたい、自身のAndroid版スマホを持参できる方	Androidの基本操作とアプリ体験	いきいきラボ関ヶ原（東大井6－11－11）階段で2階にあがります

＊スマホ教室は、お持ちのスマートフォンの種類（iPhoneかAndroid）を確認してお申し込みください。当日は必ずご自身のスマートフォン（Android）をご持参ください。

対象・定員／区内在住か在勤で、自分で会場まで来ることができる55歳以上の方各8人（抽選）　**費用**／各2,000円

申込方法・問い合わせ／2月7日㈮（必着）までに、電子申請か**はがき**、**FAX**で教室名、希望番号、住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号、在勤の方はその旨を高齢者地域支援課高齢者活動支援担当（〒140－8715品川区役所☎5742－6042 Fax5742－6882）へ

※パソコン・タブレット・スマホ教室それぞれ1コースのみ申し込み可。　※参加にあたり配慮が必要な方は事前にお問い合わせください。

パソコン&タブレット相談
〈55歳以上の方が対象〉

日時／月～金曜日（祝日を除く）午後1時～5時

申込方法／当日午後4時までに、**電話**でいきいきラボ関ヶ原☎6902－0025へ

ご寄付をありがとうございました（敬称略・順不同）

六行会＝スポットクーラー、書籍
三菱鉛筆サステナビリティ推進室＝書籍
栄養食＝米、兼藤＝米、大成温調＝米、愛知産業＝米
大崎コンピュータエンヂニアリング＝米
勝亦電機製作所＝米、日本理化工業所＝米
旗台小学校PTA＝テント一式
ローソン＝レトルト食品など
匿名＝カブトムシの幼虫　ほか

〔地域振興寄附金〕12,000円（11・12月分）
中尾誠利＝10,000円　ほか

〔児童福祉指定寄附金〕351,000円（12月分）
東京都騎手会＝351,000円

〔ふるさと納税寄附金子どもの食の支援事業〕10,974,575円（11・12月分）
油井要＝50,000円　平林達哉＝10,000円
松田和彦＝10,000円　櫻井雅敏＝50,000円
直井孝雄＝50,000円　小池康＝1,000,000円
辻弘道＝2,000円　長嶺雄一郎＝40,000円
鈴木信次＝10,000円　井上誠也＝10,000円
村上るり子＝5,000円　浦高晃＝16,000円
大内和喜＝50,000円　八潮民生委員協議会＝10,000円
松原光之＝10,000円　ほか

〔国際事業指定寄附金〕50,000,000円（12月分）
匿名＝50,000,000円

〔ふるさと納税寄附金子ども・若者応援事業〕478,000円（10～12月分）
櫻井雅敏＝50,000円　ほか

〔ふるさと納税寄附金パラスポーツ・デフスポーツ支援事業〕180,000円（9～11月分）
鈴木祐成＝10,000円　袴田京子＝10,000円
都丸繁＝10,000円　井崎哲也＝10,000円
加藤紀子＝10,000円　渡辺房雄＝10,000円
米田陽一＝10,000円　鈴木重治＝10,000円
宮尾喜久夫＝10,000円　五十嵐由美子＝10,000円　ほか

〔ふるさと納税寄附金〕11,985,000円（11・12月分）
外谷江莉香＝6,500円　笠井彩＝6,500円
中谷朱里＝15,000円　大道武史＝6,700円
石橋優子＝15,000円　須貝周平＝50,000円
島田花乃＝30,000円　荷川取大＝9,000円
熱田真矢＝15,000円　石鍋斉＝15,000円
土田千尋＝15,000円　廣島秀一＝100,000円
恒藤のぞみ＝15,000円　浜野健太＝100,000円
丸山裕加＝15,000円　猪又雅彦＝50,000円
鈴木芽依＝15,000円　中尾誠利＝56,000円
徳田莉佳＝15,000円　荻須栄司＝110,000円
庄司摩桜＝15,000円　秋本聡志＝10,000円
杉本麻美＝15,000円　佐藤武央＝30,000円
田中沙織＝15,000円　上原栄美＝2,000円
岡本孝太＝6,500円　名取泰彦＝30,000円
北村重宗＝18,500円　上野建太郎＝6,500円
松丸聡＝18,000円　鈴木百合絵＝15,000円
村松岳＝15,000円　鹿島匠＝10,000円　ほか

〔ふるさと納税寄附金しながわ水辺の観光フェスタ未来へ繋げるプロジェクト〕345,000円（11・12月分）
山本仁＝50,000円
塚越隆二＝10,000円　ほか

〔ふるさと納税寄附金孤独・孤立対策推進事業〕266,000円（10～12月分）
宮永正義＝30,000円　安藤剛志＝3,000円
長嶺雄一郎＝10,000円　多並知広＝10,000円　ほか

〔社会福祉指定寄附金〕20,000円（9～12月分）
扶桑品川清掃＝20,000円

〔ふるさと納税寄附金しながわシティラン2025開催に向けた支援プロジェクト〕492,000円（9・10月分）
遠西正＝40,000円　湯澤謙一＝40,000円
堀江荘平＝40,000円　新川喜也＝40,000円　ほか
Lee Jae Sang＝42,000円

〔ふるさと納税寄附金トイレトラック導入事業〕11,867,500円（11・12月分）
加藤早美＝10,000円　江野下春枝＝10,000円
松平和也＝10,000円　江野下蓮音＝10,000円
長田真紀＝50,000円　江野下笑吉＝10,000円
椎名庸浩＝10,000円　荏原町商店街振興組合＝10,000円
清水豊男＝20,000円　Luna llena＝10,000円
石川淳哉＝100,000円　大成温調＝1,000,000円
島田寛昭＝5,000円　荏原会＝300,000円
高木大助＝10,000円　JPロジスティクス＝500,000円
酒井邦夫＝20,000円　損害保険ジャパン＝100,000円
長谷部宏行＝2,000円　千野運輸＝100,000円
上妻宜人＝5,000円　オオサキ＝100,000円
竹内正光＝40,000円　光陽産業＝500,000円
竹内優子＝30,000円　東大井林町会＝100,000円
森下美穂＝3,000円　荏原四丁目町会＝100,000円
吉野博文＝10,000円　野田工業所＝100,000円
岡本直樹＝10,000円　住友重機械工業＝300,000円
石井美佐子＝30,000円　大崎電気工業＝300,000円
梶原拓真＝10,000円　昭和池田記念財団＝200,000円
吉海秀志＝10,000円　城南交易運輸＝100,000円
若林竜治＝10,000円　パーク24＝1,000,000円
内川たえ＝10,000円　城南信用金庫＝500,000円
半田忠久＝10,000円　前出工機＝10,000円
半田早苗＝10,000円　東五反田スクエア管理組合＝300,000円
武田健三＝10,000円　三愛電子工業＝10,000円
中野裕爾＝10,000円　武蔵小山商店街振興組合＝1,000,000円
目々澤肇＝10,000円　中島商事＝100,000円
岡田晴子＝30,000円　かんべ土地建物＝30,000円
田中文雄＝2,000円　二葉中央商店会＝50,000円
服部裕美子＝10,000円　大崎再開発ビル＝100,000円
武井宏貴＝50,000円　品川トラックセンター協同組合＝100,000円
田尻成樹＝10,000円　東京都トラック協会品川支部＝100,000円
渡辺克己＝50,000円　ティップネス五反田＝10,000円
中山敦＝20,000円　アトレ大井町店＝100,000円
田中耕一＝10,000円　山 十＝100,000円
青山慶太＝26,500円　明電舎＝100,000円
田原昇＝10,000円　大陽日酸＝100,000円　ほか
石井健章＝2,000円
石川康司＝10,000円

しながわ情報プラザ

お知らせ

2月の区議会

議会運営委員会	18日㈫ 午前10時30分
本会議	19日㈬ 午後1時 20日㈭・21日㈮ 午前10時
総務・区民・厚生・建設・文教委員会	25日㈫・26日㈬ 午前10時
行財政改革特別委員会	27日㈭ 午前10時
災害・環境対策特別委員会	28日㈮ 午前10時

問 区議会事務局
(☎5742－6809 Fax5742－6895)

6年度秋季プレミアム付品川区内共通商品券の使用期限は2月末まで

期限内でのご利用をお願いします。
使用期限／2月28日㈮
※使用期限を過ぎたプレミアム付品川区内共通商品券は使用できません。
※プレミアムの付いていない通常の区内共通商品券とは異なります。
問 品川区商店街連合会事務局☎5498－5931、地域産業振興課商店街支援係(☎5498－6332 Fax3787－7961)

ケアラー懇談会

日 ①2月17日㈪ ②2月19日㈬
午後2時～3時
場 ①P2M Runway(ピーツーエムランウェイ)(中延6－7－4)
②さくら会西五反田高齢者複合施設(西五反田3－6－6)
人 高齢者家族の介護や身の回りのお世話をしている方各10人(先着)
※申込方法など詳しくは、高齢者福祉課(本庁舎3階)や介護事業所で配布するちらしか、区ホームページをご覧ください。
問 高齢者福祉課高齢者支援第二係
(☎5742－6730 Fax5742－6881)

お休みします

●**品川健康センター**
日 2月22日㈯・23日㈷
問 同センター
(☎5782－8507 Fax5782－8506)
●**荏原健康センター(ジムエリアのみ)**
日 2月22日㈯
問 同センター
(☎5487－1317 Fax5487－1313)
※ジムエリア以外は利用できます。

女性相談員による総合相談(性別不問)

●**法律相談(離婚、相続などの法律問題)**
日 3月5日㈬・11日㈫午後1時～3時30分、17日㈪午後5時30分～8時
●**カウンセリング相談(こころや生き方、人間関係の悩みごと)**
日 3月27日㈭午後1時～4時
●**DV相談(配偶者・恋人などからの暴力)**
日 3月7日㈮・21日㈮・28日㈮午後1時～4時、14日㈮午後5時30分～8時30分
―――― 共通 ――――
場 申 問 相談日の1カ月前から、**電話**でジェンダー平等推進センター(東大井5－18－1きゅりあん3階☎5479－4104 Fax5479－4111)へ
※相談室の入室は1人のみ。託児なし。
●**カウンセリング電話相談(予約不要)**
日 3月6日㈭午前10時～午後3時30分、13日㈭午前10時～午後7時30分
相談電話／5479－4105

夜間学級への入級を考えている方へ

夜間学級が設置されている都内の公立中学校で、小・中学校を卒業していない方や諸事情により中学校で十分に学べなかった方の入級の相談に応じます。
人 15歳以上の方
※日本語の勉強から始める日本語学級を設置している学校もあります。いずれも授業料は無料です。　※詳しくは大田区立糀谷中学校夜間学級(☎3741－4340〈午後2時～8時〉Fax3744－2668)へ直接お問い合わせください。
問 学務課学事係
(☎5742－6828 Fax5742－0180)

かかりつけ医等を紹介します

医科、歯科＊：9:00～17:00
薬局＊：10:00～16:00
＊12:00～13:00を除く。

地区ごとの担当窓口へお問い合わせください(土・日曜日、祝日を除く)。
●**品川地区(大崎・五反田・品川・大井・広町・勝島・八潮)**
医科／品川区医師会☎・Fax3450－6676
歯科／品川歯科医師会(☎3492－2535 Fax3493－5056)
薬局／品川区薬剤師会品川支部(☎5715－8290 Fax5715－8291)
●**荏原地区(戸越・豊町・二葉・平塚・中延・小山台・小山・荏原・旗の台)**
医科／荏原医師会☎・Fax5749－3088
歯科／荏原歯科医師会(☎3785－4129 Fax3783－1948)
薬局／品川区薬剤師会荏原支部(☎6909－7111 Fax3785－2175)
問い合わせ 地域医療連携課(☎5742－7181 Fax5742－6012)

健康ガイド

●**品川保健センター**
〒140－0001 北品川3－11－22
☎3474－2225 Fax3474－2034
●**大井保健センター**
〒140－0014 大井2－27－20
☎3772－2666 Fax3772－2570
●**荏原保健センター** 仮移転先
〒141－0031 西五反田6－6－6
☎5487－1311 Fax5487－1320

難病リハビリ教室

グループリハビリをとおして、体を動かす方法を学びます。
日 2月17日㈪午後1時30分～3時30分
内 理学療法士による指導と助言
人 パーキンソン病、脊髄小脳変性症などの神経難病の方と家族20人
持ち物／タオル、飲み物
場 申 問 **電話**で、品川保健センター☎3474－2904へ

40代からの健康塾

コース	曜日	開始時間	定員(抽選)	会場
A	金	13:15	各25人	品川健康センター
B	土	10:30		
C	火	18:30		荏原健康センター
D	水	10:30		

※時間は各1時間。　※Dは運動量の多いコース。
日 4～7月(全14回)
人 生活習慣病の改善に取り組む40歳以上の方
¥ 各2,800円
申 問 2月9日㈰(必着)までに、健康センターホームページHP www.shinagawa.esforta.jp/の**専用フォーム**か**直接**窓口(返信用はがき持参)、**往復はがき**(1人1コース)で教室名、コース、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号をA・Bは品川健康センター(〒140－0001北品川3－11－22☎5782－8507 Fax5782－8506)、C・Dは荏原健康センター(〒141－0031西五反田6－6－20☎5487－1317 Fax5487－1313)へ
※コースの変更・振替・返金・譲渡は不可。
※申込人数が少ないコースは閉講する場合あり。

食事・栄養相談

子育て中の食の悩みから高齢者の食生活まで、栄養士が個別にアドバイスをします。
日 2月17日㈪正午～午後4時
※血圧・握力・血管年齢・塩分濃度測定も行います。塩分の測定を希望する方は汁物(みそ汁など)を持参してください。
運営／品川栄養士会
場 参 当日、**直接**イトーヨーカドー大井町店地下1階(大井町駅前)へ
問 健康課健康づくり係
(☎5742－6746 Fax5742－6883)
●**肺年齢測定会～あなたの肺は何歳ですか？(「食事・栄養相談」と同時開催)**
せきやたん、息苦しさなどが長く続く場合は、COPD(慢性閉塞性肺疾患)の可能性があります。まずは自分の肺の健康状態を確認してみませんか。
内 測定器を使用した簡易な呼吸機能測定により、実年齢と肺年齢を比較
※所要時間は1人あたり約5分。
問 健康課公害補償係
(☎5742－6747 Fax5742－6883)

2月4日は風しんの日です

風しんは主にウイルスにより感染し、妊娠初期の女性がかかると、胎児に障害などの影響がでる場合があります。感染の対策をしましょう。
日 通年実施
内 無料の抗体検査・予防接種
人 妊娠を希望する女性やその同居者、昭和37～54年度生まれの男性
※詳しくは区ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。
問 保健予防課予防接種担当
(☎5742－9152 Fax5742－6013)

ひきこもりほっとたいむ「エールの会」家族懇談会

日頃の悩みや不安を語り合いましょう。
日 2月15日㈯午後1時30分～4時
人 不登校・ひきこもりなどの生きづらさを抱えた本人、家族、関係者、テーマに関心のある方20人
場 申 問 当日までに、**電話**で社会福祉協議会(大井1－14－1☎5718－1273 Fax5718－0015)へ

キリトリ線

応急診療所

行く前に必ず電話連絡を。健康保険証などを忘れずに！
内 内科 小 小児科 歯 歯科 骨 接骨 薬 薬局

小児平日夜間／午後8時～午後11時(受付は午後10時30分で終了)				
月～金曜日(祝・休日除く)	小	品川区こども夜間救急室 ※外傷は対応できません	旗の台1－5－8 昭和大学病院中央棟4階	☎3784－8181
休日昼間・夜間／午前9時～午後10時(受付は午後9時で終了)				
2月2日㈰ 2月9日㈰	内 小	品川区医師会休日診療所 予約制	北品川3－7－25	☎3450－7650
	内 小	荏原医師会休日診療所	中延2－6－5	☎3783－2355
	薬	会営薬局しながわ	北品川3－11－16	☎3471－2383
	薬	会営薬局えばら	中延1－7－12	☎6426－7730
休日昼間／午前9時～午後5時(受付は午後4時30分で終了)				
2月2日㈰	内 小	おりしきみつるクリニック	東大井2－19－11	☎5762－2789
	歯	三ツ木診療所歯科	西品川2－13－20	☎3491－2456
	歯	Jデンタルクリニック	西大井1－1	☎3773－1182
	骨	小山接骨院	戸越5－10－7	☎3782－7568
	骨	目黒整骨院	上大崎2－15－5	☎3444－7796
2月9日㈰	内 小	ふじいクリニック	西大井4－15－4	☎5718－1417
	歯	藤田歯科クリニック	西品川3－5－8	☎3491－3333
	歯	のぐち歯科	中延5－3－12	☎3784－5214
	骨	綱井接骨院	小山6－2－9	☎3781－9330
	骨	大井三ツ又上条接骨院	大井3－2－2	☎3775－3166
土曜日夜間／午後5時～午後10時(受付は午後9時で終了)				
2月1日㈯	内 小	品川区医師会休日診療所 予約制	北品川3－7－25	☎3450－7650
	薬	会営薬局しながわ	北品川3－11－16	☎3471－2383
2月8日㈯	小	品川区こども夜間救急室 ※外傷は対応できません	旗の台1－5－8 昭和大学病院中央棟4階	☎3784－8181

※重病の方は119番をご利用ください。　※受付時間にご注意ください。

医療機関の24時間案内

●**東京都医療機関案内サービス**(ひまわり)
☎5272－0303 Fax5285－8080
●**救急相談センター**(救急車を呼ぶのを迷ったら)
☎#7119　IP電話などは☎3212－2323

お子さんの急な病気に困ったら

●**小児救急電話相談**　☎#8000　IP電話などは☎5285－8898
月～金曜日／午後6時～翌日午前8時　**土・日曜日、祝日、年末年始**／午前8時～翌日午前8時

電子申請 =スマートフォンやパソコンから「品川区電子申請サービス」による申し込みができます。トップページはこちらから

企業の「人」に関する課題解決を無料でサポートします

区の商工相談員（人材アシストマネージャー）が、採用・育成・定着などの「人」に関する経営課題の相談に応じます。まずはお問い合わせください。

人 区内の中小事業者
問 地域産業振興課中小企業支援担当（☎5498－6351 Fax5498－6338）

空き家に関する相談窓口

●空き家専門相談窓口（所有者・管理者向け）

日 毎日午前10時～午後7時
内 空き家に関する相続問題（法律）、売却・賃貸（不動産）など
窓口事業者／住まいと暮らしのコンシェルジュ（0120－062－109 Fax3771－2109 ✉oimachi.concierge@tkk.tokyu.co.jp HP www.tokyu-sumaitokurashi.com/）

●空き家ホットライン（情報提供）

日 月～金曜日午前9時～午後5時
※祝日を除く。
内 空き家に対する安全面の不安など
電話番号／3450－4988
※✉akiya-hotline@shinagawa-tsk.co.jp Fax3458－9504でも相談を受け付けます。区ホームページからダウンロードできる専用相談票に内容を記入してご相談ください。
問 住宅課空き家・居住支援担当（☎5742－6777 Fax5742－6963）

登録手話通訳者選考　面接試験

日 3月22日㈯　※時間は3月17日㈪以降に電話で連絡します。
場 心身障害者福祉会館（旗の台5－2－2）
人 手話通訳者全国統一試験の合格者か手話通訳士の資格を有する方
申 問 3月13日㈭（必着）までに、申込用紙と必要書類を障害者地域活動支援センター（〒142－0064旗の台5－2－2心身障害者福祉会館内☎5750－4996 Fax3782－3830）へ**郵送**か**持参**
※申込用紙は募集要項に添付しています。詳しくは募集要項をご覧ください。
募集要項・申込用紙配布場所／心身障害者福祉会館、障害者支援課（本庁舎3階）、地域センター
※募集要項は心身障害者福祉会館ホームページ HP www.s-kaikan.net/volunteer.htmlからダウンロードもできます。

催し

早春の文化財めぐり 五反田の文化財を訪ねる 電子申請

日 3月8日㈯午前9時30分～11時30分
※小雨決行。
コース／五反田公園～ねむの木の庭～池田山公園～宝塔寺～雉子神社～袖ヶ崎神社～本立寺～寿昌寺～清泉女子大学～御成橋公園　※約3.5km。
人 40人（抽選）
¥ 50円（保険料）
申 問 2月7日㈮（消印有効）までに、か**往復はがき**（1枚2人まで）に「文化財めぐり」とし、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を庶務課文化財係（〒140－8715品川区役所☎5742－6839 Fax5742－6890）へ

品川用水をたどり、雅楽を楽しむまち歩きツアー

戸越公園駅から品川用水が流れていた道をたどり、品川歴史館で雅楽を鑑賞します。

日 2月28日㈮午後1時～4時
コース／戸越公園駅～品川用水遺構～品川歴史館　※約3.5km。
人 18歳以上の方15人（抽選）
申 2月12日㈬（必着）までに、しながわ観光協会ホームページの**専用フォーム**か**往復はがき**（1枚2人まで）で、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を同協会（〒140－0014大井1－14－1 HP shinagawa-kanko.or.jp）へ
問 しながわ観光協会☎5743－7642 文化観光戦略課文化観光戦略担当（☎5742－6913 Fax5742－6893）

平塚橋ゆうゆうプラザ作品展

登録団体や各講座で制作した作品（手芸、書道、川柳、ぬり絵など）を展示します。ぜひお越しください。

日 2月19日㈬～25日㈫午前10時～午後5時　※25日は正午まで。
場 問 平塚橋ゆうゆうプラザ（西中延1－2－8☎5498－7021 Fax5498－1900）

南大井図書館　本のリサイクル市

日 2月16日㈰午後1時30分～3時30分
場 参 当日、**直接**南大井シルバーセンター（南大井3－7－13）へ
※来場者多数の場合は入場制限あり。
※持ち帰り用の袋をご持参ください。
問 南大井図書館（☎3761－6780 Fax3768－7976）

第10回シルバーセンター音楽祭

利用者の楽器演奏団体が日頃の練習成果を発表します。ぜひご来場ください。

日 2月6日㈭午後1時～4時5分
※開場は午後0時30分から。
場 当日、**直接**荏原文化センター（中延1－9－15）へ
問 高齢者地域支援課シルバーセンター係（☎5742－6946 Fax5742－6882）

品川図書館「バリアフリー映画会」

音声ガイドと日本語字幕がついた、どなたでも楽しめる映画会を開催します。

日 2月22日㈯午後2時開演
※開場は午後1時45分から。
内 映画「天国からのエール」（114分）
人 40人（先着）
場 参 問 当日、**直接**品川図書館（北品川2－32－3☎3471－4667 Fax3740－4014）へ

講座・講演

認知症VR（バーチャルリアリティー）体験型講座＆体験会

認知症の理解を深めるため、認知症の方の視界を疑似体験できる講座です。午後は認知症VRの体験会も行います。

日 2月22日㈯
①体験型講座＝午前10時30分～正午
②体験会＝午後1時30分～3時30分（1人10分程度）
場 大井第三区民集会所（西大井2－10－3）
人 ①30人（先着）②上限なし
申 ①は**電話**で高齢者地域支援課認知症施策推進係☎5742－6802へ、②は当日**直接**会場へ　※詳しくは区ホームページをご覧ください。
問 高齢者地域支援課認知症施策推進係（☎5742－6802 Fax5742－6882）

生涯現役セミナー「シニア期に向けた暮らしと働き方」

今後の生活設計に備えた計画の立て方や、再就職のための就業意識・職種選択について学びます。

日 3月6日㈭午後1時～3時45分
場 中小企業センター（西品川1－28－3）
人 55歳以上で働く意欲のある方30人（先着）
申 ホームページの**専用フォーム**か**電話**で、長寿社会文化協会（☎5422－1399〈土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時〉HP wac-seminar.com）へ
問 地域産業振興課中小企業支援担当（☎5498－6351 Fax5498－6338）

二葉図書館「防災講座（基礎編）～地域の災害を知ろう！（地震・風水害）～」

しながわ防災学校の講師を迎え、地域で起こりうる災害や災害の備えについて学びます。

日 2月22日㈯午後2時～3時
場 荏原第五区民集会所（二葉1－1－2）
人 区内在住の方15人（先着）
申 問 **電話**か**直接**、二葉図書館（二葉1－4－25☎3782－2036 Fax3782－9430）へ

男性のための生き方講座 電子申請

男性の生きづらさを考える「これまでとこれからの男性学」を学びます。

日 2月28日㈮午後6時30分～8時30分
※オンライン同時開催です。
人 ①会場②オンライン各20人（先着）
託児／1歳～就学前のお子さん5人（先着）
※託児の申し込みは2月14日㈮まで。
申 2月3日㈪午前10時から、で申し込み　※①は電話で明日葉☎070－8702－2798へ申し込みも可。
場 問 ジェンダー平等推進センター（東大井5－18－1きゅりあん3階☎5479－4104 Fax5479－4111）

犯罪・非行からの立ち直り支援窓口「RE:START+サポート品川」

品川区保護司会による相談窓口です。

ホームページはこちらから

開設日時 毎月第2火曜日午前10時～午後4時
開設場所 品川区更生保護サポートセンター（大井1－15－13）
対象・定員 区内在住で、更生保護期間満了後、立ち直りをめざす方や保護者1日4人程度（先着）
申込方法 品川区保護司会ホームページhttps://hogoshi.jp/news/restart/の**専用フォーム**か**電話**で、品川区更生保護サポートセンター☎4285－0580へ
問い合わせ 同センター☎・Fax4285－0580
地域活動課庶務係（☎5742－6687 Fax5742－6877）

相談案内

※祝日を除きます

相談内容		曜日	時間	場所
区民相談		㈪～㈮	9:00～17:00	☎3777－2000 ※受付は午後4時30分まで
犯罪被害者等相談				
法律相談		㈬	13:00～16:00	区民相談室（※区民の方対象（法人は対象外）） 相談日1週間前の午前9時から ※予約開始日が休日の場合は翌開庁日から ☎3777－1111㈹へ予約（先着）
		第2・4㈪		
		第1㈫	18:00～20:30	
		第3㈰	9:30～12:00	
税金相談		第2・4㈫	13:00～16:00	
不動産取引相談		第2・4㈮		
司法書士相談		第2㈭		
行政書士相談		第1～4㈮		
社会保険労務士相談		第1㈮		
人権身の上相談		第1・3㈫		
国の行政相談		第1・3㈭		☎3777－2000 ※受付は午後3時30分まで
外国人生活相談	英語	第2㈫	9:00～17:00	☎3777－2000 ※受付は午後4時30分まで
	中国語	第2・4㈭		

相談内容	曜日	時間	場所
消費生活相談	㈪～㈮	9:00～16:00	消費者センター ☎6421－6137
	電話第4㈫	16:00～19:00	
	電話㈯	12:30～16:00	
カウンセリング相談（電話）	第1・2・5㈭	10:00～15:30	ジェンダー平等推進センター ☎5479－4105
	第3㈭	10:00～19:30	
DV相談	第2を除く㈮	13:00～16:00	相談日の1カ月前からジェンダー平等推進センター☎5479－4104へ予約
	第2㈮	17:30～20:30	
家庭相談	㈪	9:00～13:00	子育て応援課 ☎5742－6589へ予約
	㈭・㈮	13:00～17:00	
ひとり親家庭相談	㈪～㈮	8:30～17:00	子育て応援課 ☎5742－6589
ひとり親就労相談	㈫・㈬・㈮		
児童相談	㈪～㈯	8:30～17:00	子ども家庭支援センター ☎6421－5236
	㈪～㈯	9:00～18:00	家庭あんしんセンター ☎5749－1032
	㈪～㈮	8:30～17:00	品川区児童相談所 ☎6712－8261
若者等ひきこもり相談	電話㈪～㈮ 来所㈫・㈭	10:00～17:00	エールしながわ ☎5718－1273

相談内容	曜日	時間	場所
教育相談	㈪～㈯	9:00～17:00	教育総合支援センター ☎3490－2006
①マンション相談（管理組合向け）	管理運営 第2・4㈬	13:00～16:00	①住宅課 相談日の1週間前までに予約 ②第二庁舎3階ロビー 問 住宅課 ☎5742－6776 ③相談日の1週間前までに建築課 ☎5742－6634へ予約
	建替・修繕 第3㈫		
②住宅相談（個人住宅向けリフォーム、建替）	第3㈬	10:00～15:00	
③耐震相談	第1㈬	10:00～16:00	
手話通訳者付き相談	㈪・㈬・㈭	13:00～16:00	障害者支援課 Fax3775－2000
	㈫・㈮	9:00～12:00	
交通事故相談	㈪～㈮	8:30～16:00	品川交通事故相談所 ☎5742－2061
内職相談 職業相談・紹介	㈪～㈮	9:00～17:00	就業センター ☎5498－6353
就業相談	㈪・㈮	10:00～17:00	地域産業振興課 ☎5498－6351
	㈫～㈭	13:00～17:00	

日＝日時・期間　場＝会場・場所　内＝内容　講＝講師　人＝対象・定員　¥＝費用・料金　参＝参加方法　申＝申込方法　問＝問い合わせ　✉＝E-mail　HP＝ホームページ（http://　https://）

しながわ防災学校一般向けコース

①トイレ×防災
災害時にトイレが使えない場合の対応や自宅での備えについて、トイレの専門家による講義を行います。
日 3月16日(日)午後2時～3時30分
場 五反田文化センター(西五反田6－5－1)

②語り部×防災
震災の被災経験者から、発災直後の地域での応急活動や避難生活について学びます。
日 3月15日(土)午後2時～4時
場 立正大学(大崎4－2－16)

―― 共通 ――

人 ①区内在住で中学生以上の方②区内在住・在勤・在学で中学生以上の方各80人程度(抽選)
申 2月28日(金)までに、しながわ防災学校ホームページHP bousaigakkou.city.shinagawa.tokyo.jp/の**専用フォーム**か、**電話**でサイエンスクラフト☎6380－9062へ
問 防災課啓発・支援係
(☎5742－6696 Fax3777－1181)

マンション管理セミナー 電子申請

日 3月9日(日)午後1時30分～3時
※受け付けは午後1時から。
場 区役所251会議室(第二庁舎5階)
内 「愛着を持って住み続けるための建物にまつわるアレコレ～マンションの維持・管理～」
人 区内にある分譲マンションの居住者・管理組合の役員の方など50人(先着)
申 問 2月21日(金)(必着)までに、か**電話**、**はがき**、**FAX**で住所、氏名(ふりがな)、電話番号、マンション名、役職(理事・区分所有者など)、同伴者の氏名・役職を住宅課住宅運営担当(〒140－8715品川区役所☎5742－6776 Fax5742－6963)へ

在宅介護者支援研修 電子申請

高齢者の介護やケアをしながら介護者自身の生活と向き合う方法や在宅での介護の工夫について学びませんか。
日 3月6日(木)午後1時30分～3時30分
場 品川介護福祉専門学校(西品川1－28－3)
人 高齢の家族を介護・ケアしている方、関心のある方30人(先着)
申 問 2月20日(木)までに、か**電話**、**FAX**で住所、氏名、電話番号を高齢者福祉課高齢者支援第二係(☎5742－6730 Fax5742－6881)へ
※詳しくは高齢者福祉課(本庁舎3階)や介護事業所で配布するちらしか、区ホームページをご覧ください。

消費生活教室 南大井図書館共催 電子申請

訪問販売や電話販売の手口やトラブル防止方法について、消費生活コンサルタントが解説します。
日 2月21日(金)午前10時～11時30分
場 南大井文化センター(南大井1－12－6)
内 「さっきの訪問、どこか怪しくないですか！?」
人 30人(先着)
申 問 2月17日(月)午後5時までに、か**電話**で、消費者センター(☎6421－6136 Fax6421－6132)へ

メイプルカルチャー講座

現在募集中の講座です。定員になり次第締め切ります。

●カリグラフィー
日 2月14日～3月28日の金曜日
午後6時30分～8時(全4回)
※全6回のうち、3回目からの途中入会。
人 5人(先着)
¥ 6,600円(教材費別)

●はじめてのオートクチュール刺しゅう
日 3月21日(金)午後1時～4時
人 4人(先着)
¥ 2,310円(教材費別)

●やさしいジャズダンス(水)
日 2月12日～3月19日の水曜日
午後7時～8時30分(全6回)
※全10回のうち、5回目からの途中入会。
人 4人(先着)
¥ 9,900円

●やさしい鉛筆画
日 2月18日～3月18日の火曜日
午後1時～3時(全3回)
※全6回のうち、4回目からの途中入会。
人 3人(先着)
¥ 5,610円(教材費別)

―― 共通 ――

場 申 問 **電話**で、メイプルセンター(西大井駅前☎3774－5050 Fax3776－5342)へ

募　集

高齢者クラブ新規会員募集

高齢者クラブは、60歳以上の方が町会・自治会などを単位に結成した自主的なグループです。ご自宅に近いクラブで楽しい時間を過ごしましょう。
内 健康体操、歩こう会、花づくり、グラウンドゴルフ、輪投げ　など
※活動内容はクラブにより異なります。
問 高齢者地域支援課高齢者クラブ担当(☎5742－6734 Fax5742－6882)

都営住宅入居者の募集

募集住宅／単身者向け、車いす使用者向け、シルバーピア、家族向け(ポイント方式)
申込用紙配布期間／2月3日(月)～12日(水)
申込用紙配布場所／住宅課(本庁舎6階)、地域センター、文化センター、サービスコーナー、品川宅建管理センター
※土・日曜日はサービスコーナー・文化センター、日曜日は区役所第二庁舎3階ロビー・荏原第一地域センターで配布。
※配布時間は施設により異なります。
申 **郵送申請**：2月18日(火)(必着)までに、渋谷郵便局(ポイント方式は東京都住宅供給公社都営住宅募集センター)へ
オンライン申請：2月18日(火)までに、都営住宅入居者募集サイトHP www.juutakuseisaku.metro.tokyo.lg.jp/toei_online/index.htmlで申し込み
問 都営住宅募集センター
☎3498－8894
住宅課住宅運営担当
(☎5742－6776 Fax5742－6963)

区広報紙に広告を掲載しませんか

第1期分(4～7月)募集

広告掲載号／4～7月の21日号
発行部数／9万8千部
申込方法・問い合わせ／2月21日(金)(必着)までに、か戦略広報課で配付する申込書と原稿の見本を同課(〒140－8715品川区役所本庁舎5階☎5742－6644 Fax5742－6870)へ**郵送**か**FAX**、**持参**

電子申請はこちらから

広告の大きさ・掲載料（1回）			
1号	縦 4.4cm	横 23.4cm	14万円
2号	縦 4.4cm	横 15.5cm	9万円
3号	縦 4.4cm	横 11.6cm	7万円
4号	縦 4.4cm	横 7.7cm	4万5千円
5号	縦 9.0cm	横 11.6cm	14万円

※版下は広告主作成。入稿はデータでお願いします。

コミュニティ広場

【区民の伝言板】＝区民主催の自主的な活動です
【後援】＝品川区等後援事業
セ＝センター　体＝体育館　集＝区民集会所　入＝入会金
費用の記載のないものは無料です。

区内病院・大学など

●品川区民・在勤者対象口腔がん検診(品川歯科医師会)　3月1日(土)午後2時～5時。品川歯科医師会館(西五反田6)。1月15日(水)～2月14日(金)までに、電話かホームページの申し込みフォームで、同会(☎3492－2535HP shinagawa-da.com/)へ

区内イベントなど

【後援】●第19回しながわジャズフェスティバル　3月16日(日)午後2時～4時30分。荏原文化セ。450人先着。前売り券6,000円、当日券7,000円。詳しくはホームページか電話で、品川音楽企画・平野(☎3785－4877 HP www.shinagawajazz.com)へ

【後援】●アートで世界を旅するWORLD ART TRIP　世界旅行の気分を味わうステージ、ワークショップ、マルシェなど。3月20日(祝)正午～午後4時。1,500円(2歳以下無料、事前チケット販売あり)。当日、スクエア荏原へ。LITTLE ARTISTS LEAGUE(☎070－9002－0986 HP www.littleartistsleague.org/)

●SUPER JOINT CONCERT　サックス4重奏と金管5重奏によるジョイントコンサート。2月9日(日)午後2時～4時(開場は午後1時30分から)。300人先着。当日、スクエア荏原へ。Ludi Saxophone Quartet&ざきんご・川村(☎090－2667－6035 HP www.instagram.com/zakingo_brass5/)

●花と昆虫たちの豊かな庭つくり　生きもの目線でつくる、豊かな生物多様性型庭つくり。2月11日(祝)午前10時～正午。エコルとごし。20人先着。1,000円。2月9日(日)までに、Eメールで参加者全員の氏名・年齢・電話番号・Eメールアドレスをグリーンフィールド(✉ npo.greenfield.1@gmail.com ☎090－7905－5852)へ

【区民の伝言板】サークル
※各団体にお問い合わせください。

●山中トリムクラブ　(火)午後7時。山中小。3カ月2,500円。入500円。☎3458－0595伊与田

●ゆたかトリムクラブ　(木)午後7時。杜松ホーム。3カ月2,500円。入500円。☎090－4050－9376新保

●SHAP(シャープ)(ダンス・ストレッチ)　50歳以上。(月)午前10時。ウェルカムセンター原。月2,500円。入500円。☎080－1214－0977稲田

●和楽会(茶道)　第1・3(土)午後1時。中小企業セ。1回2,500円。☎080－1147－9303岩下

●サークルきもの(着付け)　月2回(金)午前9時40分。荏原第四集。月1,500円。☎090－4366－8472山崎

●コール・アーニモ(混声コーラス)　見学歓迎。第1・3(月)午前9時45分。東品川文化セ。月1,500円。☎090－4669－4073平林

●Maluhia(フラダンス)　体験無料、50・60代の方歓迎。(土)午前10時30分。五反田文化セ。月5,000円。☎080－1035－1090猪股

●筆ペンクラブかすみ　第2・4(水)午後1時30分。荏原第五集。月2,000円。☎080－1010－0684丸山

●メープルコール(コーラス)　第1・3(火)午前10時。ウェルカムセンター原。1回1,500円。☎090－5503－7706鈴木

●太極拳うみなり　ホームページあり。(木)午前9時50分。東品川文化セ。月2,500円。入1,000円。☎3799－1817西

○美術館 区民ギャラリー 2月の催し

○美術館

- 1日(土)～5日(水)／第53回日本書人展(書道)
- 15日(土)～19日(水)／東京学芸大学教育学部中等教育教員養成課程書道専攻卒業記念展(書道)
- 22日(土)～26日(水)／第七回陽の会絵手紙展－筆墨で伝えるわたしの毎日－(絵手紙)
- 28日(金)～3月5日(水)／写真展「海で逢いたい」vol.28(写真)

場 問 ○美術館(大崎駅前大崎ニューシティ2号館2階☎3495－4040 Fax3495－4192 午前10時～午後6時30分)
※開催時間は要問い合わせ。

区民ギャラリー

- 7日(金)～9日(日)／Cos Fav!展2(写真)
- 13日(木)～16日(日)／第42回翠石会書道展(書道)
- 19日(水)～24日(木)／Carpe Diem　今を生きよ(天然リーフアート、水彩、油彩、彫刻)
- 26日(水)～27日(木)／無実の政治犯星野文昭絵画展(絵画)
- 28日(金)～3月3日(月)／品川フォトグラファーズ第1回写真展(写真)

場 問 区民ギャラリー(大井町駅前イトーヨーカドー8階☎・Fax3774－5151 午前10時～午後8時)
※開催時間は要問い合わせ。

●次号予告 2月11日号 ●しながわシティラン2025 ほか

高須賀活良作品展
「草木の恵みと布のものがたり」

自由にご覧いただけます

2月26日(水)～3月23日(日)
午前7時～午後9時30分
会場 エコルとごし(豊町2－1－30)

服やインテリアなど生活に必要な布はどこから生まれ、どこへ向かうのでしょうか？

布と人の関係性をテーマにアート活動を行う高須賀活良の作品を通して、布が自然から生まれ、人の手で形作られ、再び自然に戻る、土から始まる布の循環の物語を紹介します。

関連イベント 着なくなった服で織物のコースターを作ろう！

日時 3月8日(土)午前10時～正午
講師 高須賀活良(アーティスト・ディレクター)
対象・定員 小学生以上の方20人(抽選)
持ち物 横糸として使用する「裂き布＊」

＊裂き布：不要になったTシャツ、シーツ、手ぬぐいなどを幅1～2㎝程度のひも状にカットしたものをお持ちください。1枚のコースターを作るのに約4～5mのひもが必要です。

申込方法 2月15日(土)(必着)までに、ホームページの**専用フォーム**か**往復はがき**で、イベント名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、参加人数をエコルとごし(〒142－0042豊町2－1－30 https://ecoru-togoshi.jp/event/workshop/20607/)へ

ホームページはこちらから

問い合わせ エコルとごし(☎6451－3411 Fax6451－3412)

国民年金のお知らせ

問い合わせ 国保医療年金課国民年金係(本庁舎4階☎5742－6682・3 Fax5742－6876)

国民年金保険料の免除・納付猶予制度

保険料を納めることが困難な場合は、納付が免除される「保険料免除制度」や失業した方の所得を審査対象としない「特例免除」、世帯主の所得を審査対象としない「納付猶予制度」があります。申請できるのは、申請時点の2年1カ月前の月分までです。

対象 **保険料免除制度**＝本人・配偶者・世帯主の前年所得が基準額以下の方
特例免除＝失業したばかりの方 **納付猶予制度**＝学生を除く50歳未満の方

申請に必要なもの ●本人確認ができるもの(マイナンバーカードや運転免許証など)
●失業した方は、離職票や雇用保険受給資格者証 など

産前産後期間の国民年金保険料免除

対象 国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の方
※妊娠85日(4カ月)以上の分娩で、死産・流産された方を含みます。

届け出時期 出産予定日の6カ月前から
免除期間 出産予定月か出産月の前月から4カ月間
※多胎妊娠の場合は、出産予定月か出産月の3カ月前から6カ月間。

免除期間の取り扱い 保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映
届け出に必要なもの ●本人確認ができるもの(マイナンバーカードや運転免許証など)
●出産予定日や出産日が確認できるもの(親子健康手帳〈母子健康手帳〉など)

共通
申請方法 **直接**国保医療年金課窓口(本庁舎4階)で申請、マイナポータルから**電子申請**、**郵送**で申請様式を同課国民年金係(〒140－8715品川区役所)へ
※申請様式などは日本年金機構ホームページからダウンロードできます。詳しくは同機構ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

国民年金保険料は「2年前納」がお得です

口座振替や納付書、クレジットカード納付で2年前納すると、毎月納めるより保険料が2年間で16,000円程度＊割引となります。割引額は支払方法により異なります。

前納期間 7年4月分～9年3月分
＊(参考)6年度の保険料を口座振替で2年前納した場合、割引額は16,590円です。
※詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ 品川年金事務所(☎3494－7831 Fax3779－3449)

国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象になります

税の申告で社会保険料控除を受けるには、「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の添付が必要です。

6年1月から9月30日までの間に納付した方の「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」は、10月下旬から順次送付しました。それ以降に初めて納付した方は、2月上旬に送付する予定です。

※「ねんきんネット」で事前に電子送付希望の登録を行った方には送付しません。
※家族の国民年金保険料を納付した場合は、納付した方が社会保険料控除として申告することもできます。

問い合わせ ねんきん加入者ダイヤル 0570－003－004
(050から始まる電話の方は☎6630－2525)
品川年金事務所(☎3494－7831 Fax3779－3449)

テレビ2月 しながわホットほっと

地デジ11チャンネル

ケーブルテレビ品川
毎日7時・10時・13時・19時・22時から5回放送(＊土曜切り替え)

	00分～	20分～	25分～	30分～
土	しながわニュース ※都合により、放送内容が変更になる場合があります。	三之助の笑顔いっぱいとっておきの品川 みんなで高めよう！地域の防災力		区からのお知らせ＊
日		品川歴史探訪 大森貝塚とモース博士 ～日本考古学の出発点～		
月		しながわのチ・カ・ラ 受け継いで人形作りのこころ		
火		"働きたい学校"を目指して次世代の教育改革に取り組む品川区	こんなときわ！区役所へ ＃28フレイル予防	
水		品川の歴史見学 ＃4 洗濯と冷蔵庫の歴史		
木		サヘル・ローズの天晴！品川 サヘルの薔薇と♡癒しのパワースポット！		
金	小島よしおの「発見！しながわLOVEな外国人」 ＃7	品川歴史探訪 荏原区～昭和時代を振り返る		

一部の番組は品川区公式YouTubeチャンネルでもご覧になれます

問 戦略広報課(☎5742－6612 Fax5742－6870)
加入について▶ケーブルテレビ品川 0120－559－470

ラジオ ほっとラジオしながわ

88.9MHz FMしながわ

毎日 午前11時～11時30分
(再放送：午後10時～10時30分)

月	安全安心情報
火	行政情報
水	地域情報
木	健康
金	子育て情報
土・日	ダイジェスト

Webでもお聴きになれます

ラジオ しながわインフォ

89.7MHz インターエフエム放送

午前6時56分から3分間
区から生活情報のほか、災害時には災害情報を多言語で放送しています。

放送言語		
	月	中国語・日本語
	火	韓国語・日本語
	水	タガログ語・日本語
	木・金	英語・日本語

※放送内容は、ホームページでも確認することができます。

パソコン・携帯 しながわ情報メール「しなメール」

しなメールでは、区の情報や防災気象情報を電子メールで配信しています。
右のコードを読み取るか、https://mail.cous.jp/shinagawa/へアクセスして登録してください。

問 戦略広報課
(☎5742－6612 Fax5742－6870)

電話 防災行政無線確認ダイヤル

0120－562－311

24時間以内に放送した防災行政無線の内容を音声で聞くことができます。

人口と世帯(令和7年1月1日現在)

世帯	238,169世帯	人口総数	412,786人	日本人人口	395,776人	男	193,611人	女	202,165人	外国人人口	17,010人	男	8,634人	女	8,376人