

緊急事態宣言が
発令されています

緊急事態宣言が3月7日まで延長されました。東京都では、引き続き外出自粛の要請などを行なっています。
一人ひとりが「感染しない、させない」の意識を持ち、不要不急の外出を控え、感染予防・感染対策の徹底をお願いします。

●最新の情報は、区ホームページに掲載しています

こちらからも
ご覧いただけます



掲載記事については、新型コロナウイルス感染症の影響により変更となる場合があります。

発行／品川区 編集／広報広聴課 ☎140-8715 品川区広町2-1-36 ☎3777-1111(代表) Fax5742-6870(広報広聴課) <https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/>

特別区民税・都民税の 申告受付が始まります

受付会場
開設期間

2月16日(火)～3月15日(月)

※土曜日・祝日を除く。 ※この期間は日曜日も受け付けます。

月～金曜日

午前8時30分～午後5時

受付場所／141会議室(本庁舎4階)

火曜日夜間

午後5時～7時

受付場所／税務課窓口(本庁舎4階)

日曜日

午前8時30分～午後5時

受付場所／税務課窓口(本庁舎4階)

○3月16日(火)以降は税務課窓口で受け付けます(土・日曜日、祝日を除く)。
○「令和3年度特別区民税・都民税申告書」は、2月4日(木)に発送しました。
※前年の実績を基に発送しています。届いていない方で必要な方はご連絡ください。

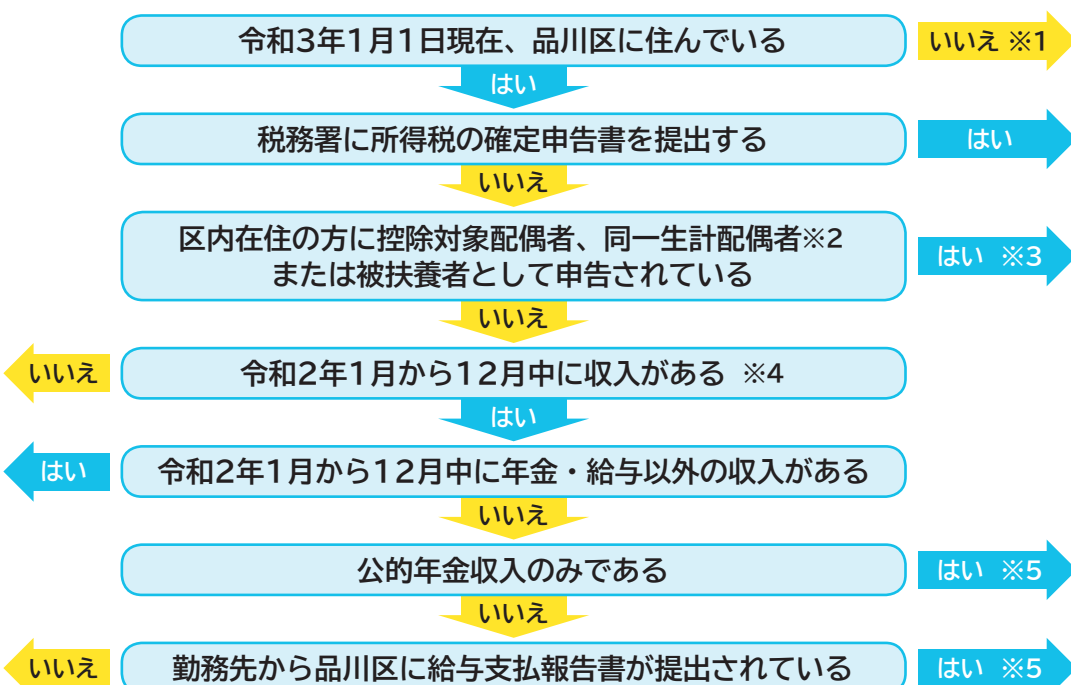
新型コロナウイルス感染症
拡大防止のため、
郵送での提出にご協力
をお願いします。



医療費控除は今年度から明細書の提出が必要です
※領収書では受け付けできません

品川区に住民税の申告が必要かどうかは、以下から確認してください。

品川区に住民税の申告が必要です



品川区に住民税の申告は不要です

- ※1…令和3年1月1日現在、お住まいの自治体にご相談ください。
- ※2…同一生計配偶者とは、納税者と生計を一にする民法の規定による配偶者(青色事業専従者として給与の支払いを受ける人及び白色事業専従者を除く)で年間の合計所得金額が48万円以下の人をいいます。
- ※3…収入・所得の記載された非課税証明書が必要な場合は申告が必要です。
- ※4…非課税収入(遺族年金・障害基礎年金など)のみの場合、「いいえ」に進んでください。
- ※5…公的年金もしくは給与の源泉徴収票に記載されている控除(社会保険料・生命保険料・配偶者・扶養控除等)の変更や医療費控除等の適用を受けたい場合は申告が必要です。

* 国の「特別定額給付金」は、非課税所得のため申告不要です。
* 「しながわ活力応援給付金」は一時所得に該当しますが、この他に一時所得がない場合は申告不要です。

公的年金等を受給している方へ

【年金所得者の確定申告不要制度】

公的年金等の収入の合計額が400万円以下で、その他の所得金額が20万円以下の場合、確定申告をする必要はありません(所得税の還付がある場合は、税務署へ確定申告してください)。ただし、公的年金等の源泉徴収票に記載された控除以外に控除を受ける場合と20万円以下の他の所得がある場合は、住民税の申告が必要です。

医療費控除を受ける方へ

医療費控除の申告には明細書が必要ですが、医療保険者から交付を受けた医療費通知を添付する場合は、明細書の記載を簡略化することができます。

※医療費の領収書は自宅で5年間は保管が必要です。
※所得税の確定申告でも、同様の改正がされています。

問い合わせ／税務課課税担当(☎5742-6663～6 Fax5742-7108)

特別区民税・都民税の申告受付が始まります

よくある質問

Q1 去年は収入がありませんでした。住民税の申告は必要ですか？

住民税の申告をしてください(区内在住の方に控除対象配偶者、同一生計配偶者または被扶養者として申告されている場合は不要)。
申告がないと、国民健康保険料の算定や、その他行政サービスを受ける際に影響が出る場合があります。

Q2 所得がいくらまでなら、住民税はかからないのですか？

被扶養者がいない場合、合計所得が45万円以下の方は、非課税となります。

	合計所得		給与収入のみ	公的年金収入のみ	
				65歳未満の方	65歳以上の方
非課税となる基準 (扶養親族がいない場合)	45万円以下	合計所得45万円以下とは	100万円以下	105万円以下	155万円以下

e-Tax(イータックス)・eLTAX(エルタックス)をご利用ください

個人の方

e-Tax(国税電子申告・納税システム)では、自宅からインターネットを利用して確定申告ができます。

- e-Taxで申告された還付申告は早期処理しています。
- 詳しくは、e-Taxホームページ<https://www.e-tax.nta.go.jp/>をご覧ください。

e-Tax・作成コーナーヘルプデスク／☎0570-01-5901

事業所の方

eLTAX(地方税ポータルシステム)では、事業所などのインターネットを利用して給与支払報告等の手続きができます。

- 複数の地方公共団体への申告を1回の送信データで行うことができます。
- eLTAX用の無償ソフト「PC desk」やeLTAX対応の市販の税務会計ソフトで、申告書が作成できます。
- 詳しくは、eLTAXホームページ<https://www.eltax.lta.go.jp/>をご覧ください。

問い合わせ／税務課課税担当(☎5742-6663～6 Fax5742-7108)

税のたより

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)
国税庁ホームページ [HP www.nta.go.jp/](http://www.nta.go.jp/)

確定申告

令和2年分の確定申告書の提出・納付期限

所得税及び復興特別所得税・贈与税⇒4月15日(木)
個人事業者の消費税及び地方消費税⇒4月15日(木)
【令和2年分の確定申告分の振替納付日】
所得税及び復興特別所得税⇒5月31日(月)
個人事業者の消費税及び地方消費税⇒5月24日(月)
○国税の納付は、金融機関や税務署の窓口に出向かなくても納付手続きができる「キャッシュレス納付」が便利です。

税務署で申告書を作成する方へ

申告書作成会場開設期間／2月16日(火)～3月15日(月)
※土・日曜日、祝日を除く。
※2月21日(日)、2月28日(日)は、品川税務署で開設します(品川・荏原税務署合同開催)。

受付時間／午前8時30分～午後4時(提出は午後5時まで)

相談時間／午前9時15分～午後5時

●会場への入場には「入場整理券」が必要です！

入場整理券は、当日、会場で配付するほか、^{ライン}LINEアプリで国税庁LINE公式アカウントを「友だち追加」していただくことで事前に日時指定の入場整理券を入手できます。

※入場整理券の配付状況に応じて、早めに受付を終了する場合があります。

●来場される方へのお願い

- ・ご来場の際は、マスクを着用のうえ、入り口などでアルコール消毒液による手指の消毒にご協力いただくようお願いいたします。
- ・ご来場の際は、できる限り少人数でお越しください。
- ・入場の際に検温を実施しており、37.5度以上の発熱が認められる場合は、入場をお断りさせていただきます。



国税庁LINE
公式アカウント

自宅等からのインターネットを利用した申告

●確定申告書等の作成には、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」[HP www.keisan.nta.go.jp/](http://www.keisan.nta.go.jp/)をご利用ください

「確定申告書等作成コーナー」の画面の案内に従って金額などを入力すれば、税額などが自動計算され、所得税及び復興特別所得税、個人事業者の消費税及び地方消費税、贈与税の申告書や青色決算書などを作成し、提出できます。

●今年の確定申告は、感染防止の観点からe-Taxをお願いします

e-Taxは、①マイナンバーカードを使用する方法と、②税務署で事前に発行を受けたIDとパスワードを使用する方法の2つがあります。感染防止の観点からも、ぜひ、ご自宅のパソコンやスマートフォンから送信できるe-Taxによる申告を積極的にご利用願います。

●贈与税の申告における添付書類のイメージデータ提出について

e-Taxで贈与税の申告書を送信する場合、別途郵便などで書面により提出する必要がある特定の添付書類(戸籍の謄本など)を、書面による提出に代えて、イメージデータ(PDF形式)で提出することができます。

医療費控除を受けられる方へ

○令和2年分以降は「医療費控除の明細書」の作成・添付が必要となります(医療費などの領収書は、5年間保存する必要があります)。

○ふるさと納税でワンストップ特例を受けている方が確定申告をする場合、寄附金控除も確定申告で受ける必要がありますのでご注意ください。

申告書にはマイナンバーの記載が必要です！

申告書を提出する際には、マイナンバーの記載と、本人確認書類の提示か写しの添付が必要です。

※e-Taxで送信する際は、本人確認書類の提示や写しの提出は不要です。



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。

◇「カラダ見える化トレーニング」

民間フィットネスジムなどで筋力や歩行姿勢などを専用機器で測定し“見える化”します。「感覚」ではなく、客観的なデータに基づくトレーニングです。

●筋トレマシングラス

最先端のトレーニングマシンを使って、全身の筋力をバランスよく効率的に鍛えるトレーニング

コース	日程(全24回)	会場	費用
①火曜コース	4月6日～9月14日の火曜日	フィットネス・ ラボP2M (旗の台3-2-9 4階)	各 6,000円
②水曜コース	4月7日～9月15日の水曜日		
③木曜コース	4月1日～9月 9日の木曜日		
④金曜コース	4月2日～9月10日の金曜日		
⑤土曜コース	4月3日～9月11日の土曜日		
⑥火曜コース	4月6日～9月14日の火曜日	P2M ^{ジョイール} joiru (中延4-4-3 1階)	
⑦水曜コース	4月7日～9月15日の水曜日		
⑧木曜コース	4月1日～9月 9日の木曜日		
⑨金曜コース	4月2日～9月10日の金曜日		

※時間は①～⑤が午後2時～4時、⑥～⑨が午後1時～3時。

●足腰しっかりクラス

マシンとマット運動を組み合わせ、下肢筋力の向上と安定して歩ける足腰づくりをめざしたトレーニング

コース	日程(全24回)	会場	費用
⑩火曜コース	4月6日～9月14日の火曜日	P2M joyiru (中延4-4-3 1階)	各 6,000円
⑪水曜コース	4月7日～9月15日の水曜日		
⑫木曜コース	4月1日～9月 9日の木曜日		
⑬金曜コース	4月2日～9月10日の金曜日		

※時間は午前9時30分～11時30分。

●しなやかストレッチクラス

マット運動などで筋肉や関節の柔軟性、バランス能力を高め歩行能力の改善をめざすトレーニング

コース	日程(全24回)	会場	費用
⑭火曜コース	4月6日～9月14日の火曜日	P2M Runway (中延6-7-4 1階)	各 4,800円
⑮水曜コース	4月7日～9月15日の水曜日		
⑯木曜コース	4月1日～9月 9日の木曜日		
⑰金曜コース	4月2日～9月10日の金曜日		
⑱土曜コース	4月3日～9月11日の土曜日		

※時間は午前10時～正午。

共通

Ⓐ 区内に住民登録があり、自分で会場までの往復が可能な65歳以上で、運動するのに支障がない方①～⑤各12人、⑥～⑬各14人、⑭～⑱各10人(抽選)

※新型コロナウイルス感染防止のため、定員等が変更になる場合があります。

申込締切日／2月25日(木)(必着)

Ⓓ ④はがきかFAXに「カラダ見える化トレーニング」とし、コース番号(1人1コースのみ)、住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を高齢者地域支援課介護予防推進係(☎140-8715品川区役所 ☎5742-6733 Fax5742-6882)へ

◇4月から介護予防をはじめませんか

毎日の生活の中で必要な筋力をつけて、転倒を防いだり体を動かしやすくしたりするための運動をします。

Ⓔ 4～9月(全24回、※は12回)

Ⓐ 区内に住民登録があり、自分で会場までの往復ができる65歳以上で、運動するのに支障がない方(抽選)

Ⓢ 各4,800円(※は2,400円)

Ⓖ 2月12日(金)～25日(木)に、本人が電話で希望の会場へ(1人1コースのみ)

※新型コロナウイルス感染防止のため、定員数や開始時間、実施時間、内容等に変更が出る場合があります。

●身近でトレーニング(1～2時間程度)

※荏原在宅サービスセンターは太極拳を実施。

会場	電話番号	曜日	開始時間	定員
中延在宅サービスセンター (中延6-8-8)	☎3787-2137	月	14:00 15:30	各8人
		水		
		金		
西五反田在宅サービスセンター (西五反田3-6-6)	☎5434-5608	火	9:30 11:00 13:30 15:00	各6人
西大井在宅サービスセンター (西大井2-4-4)	☎5743-6125	水	10:00	7人
東品川在宅サービスセンター (東品川3-1-8)	☎5479-2946	水土	11:30	各12人
大崎在宅サービスセンター (大崎2-11-1)	☎3779-3547	木	13:30	6人
荏原在宅サービスセンター (荏原2-9-6)	☎5750-3708	土	13:30	20人
戸越台在宅サービスセンター (戸越1-15-23)	☎5750-1052	水	10:30	12人

●マシンでトレーニング(1～2時間程度)

会場	電話番号	曜日	開始時間	定員
東品川在宅サービスセンター (東品川3-1-8)	☎5479-2946	月	11:30	8人
デイサービスセンタードゥライフ 品川(南品川5-3-10)	☎3450-8136	火	13:00	12人
八潮在宅サービスセンター (八潮5-10-27)	☎3790-0344	水	15:00	8人
南大井在宅サービスセンター (南大井5-19-1)	☎5753-3900	火 木	15:00	各8人
西五反田在宅サービスセンター (西五反田3-6-6)	☎5434-5608	月 木	9:30 11:00 13:30 15:00	各5人

●予防ミニデイ(2時間程度)

会場	電話番号	曜日	開始時間	定員
西五反田在宅サービスセンター (西五反田3-6-6)	☎5434-5608	金	10:00 13:30	各8人
南大井在宅サービスセンター (南大井5-19-1)	☎5753-3900	日	10:00 12:30	各30人
※西大井在宅サービスセンター (西大井2-4-4)	☎5743-6125	第2・4 日	10:00	15人

●水中トレーニング(1時間程度)

会場	電話番号	曜日	開始時間	定員
南大井在宅サービスセンター (南大井5-19-1)	☎5753-3900	水 (隔週)	9:00 10:00	各2人
		土 (隔週)	10:00	

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

第24回 世論調査の概要をお知らせします

区では、区政運営の基礎資料とするため、2年に1度世論調査を実施しています。

本年度は、毎回の調査項目である「定住性」「重点施策」に加え、「地域活動への参加」「地域スポーツの推進」「環境」などの項目についても調査しました。

詳しい調査の結果は、区ホームページや、区政資料コーナー(第三庁舎3階)、図書館で閲覧できます。また、区政資料コーナー、地域センターと図書館の窓口ではご希望の方に要約版を配布しています。

問い合わせ 広報広聴課(☎5742-6643 Fax5742-6870)

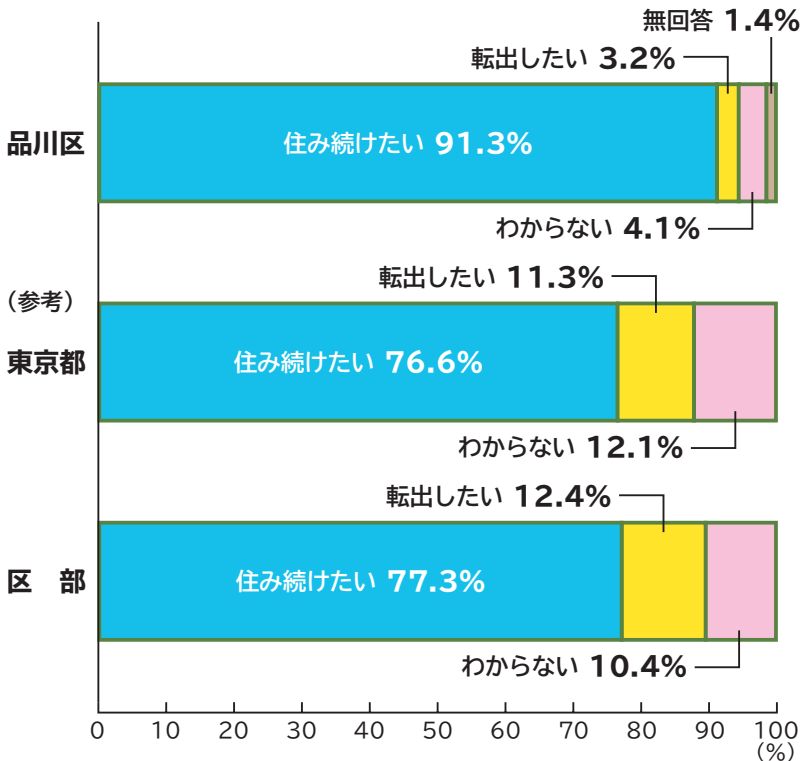
調査の概要	
実施期間	2年9月10日～9月30日
対象者数	2,500人
回収数	1,526人(回収率61.0%)
調査方法	郵送配布・郵送回収またはインターネット回答



定住性 品川区への定住意向

9割を超える人が「品川区に住み続けたい」と回答

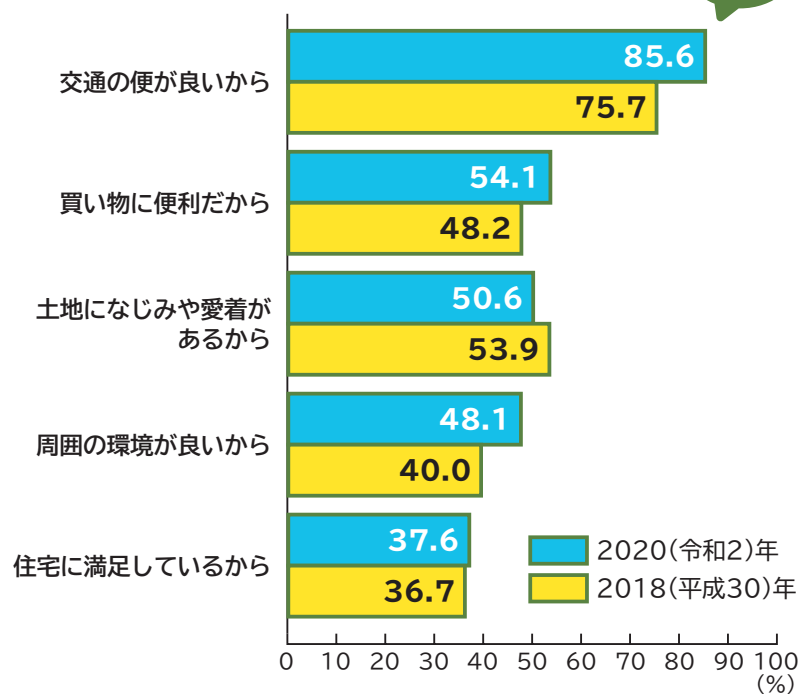
これからも引き続き品川区に「ずっと住みたい」(43.1%)と「当分は住みたい」(48.2%)を合わせると91.3%で、非常に高い水準となっています。



※東京都と区部は「都民生活に関する世論調査(元年)」(東京都生活文化局)の地域定住意向の調査結果。



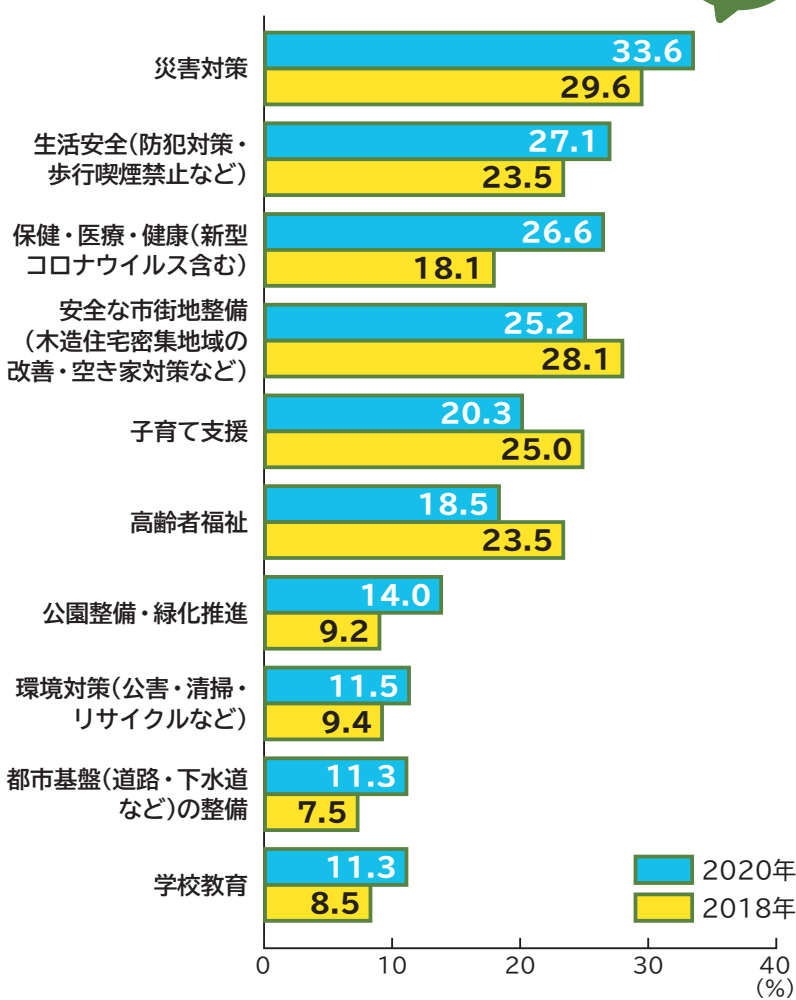
定住意向理由



重点施策 今後特に力を入れてほしい施策

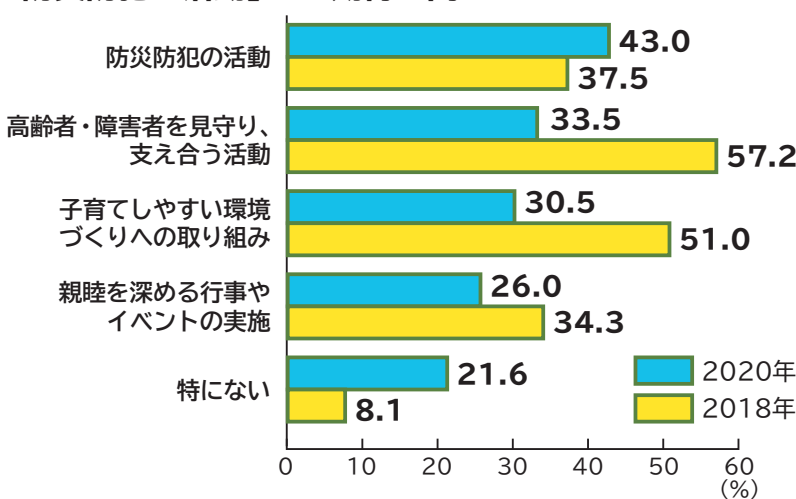
区の施策で特に力を入れてほしいものは「災害対策」がトップ

上位10項目



地域活動への参加 町会・自治会に期待すること

「防災防犯の活動」への期待が高い

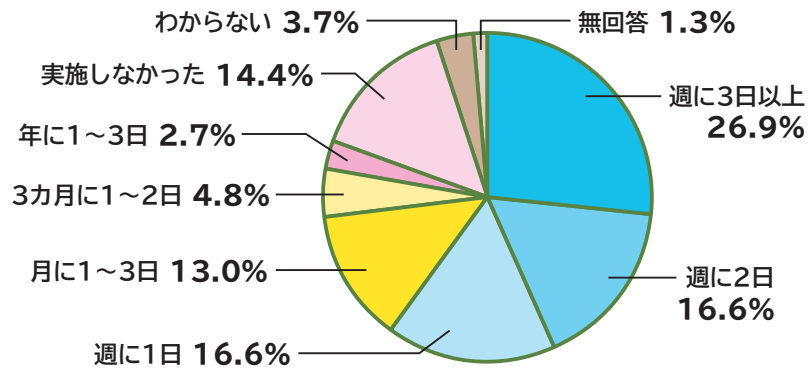




地域スポーツの推進

運動やスポーツを行う頻度

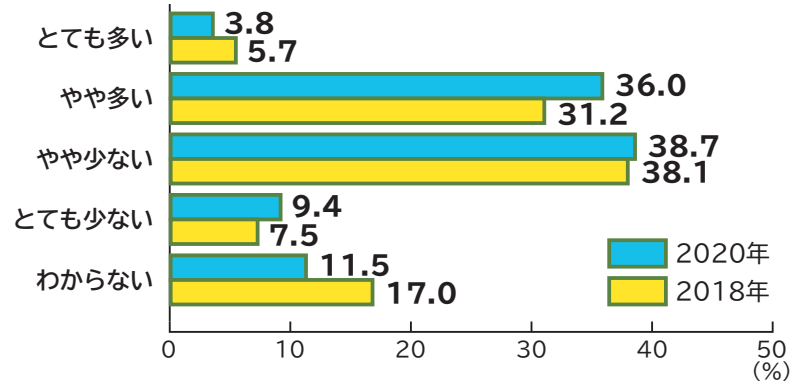
週に1日以上実施している方が約6割



みどり

区内のみどりについて

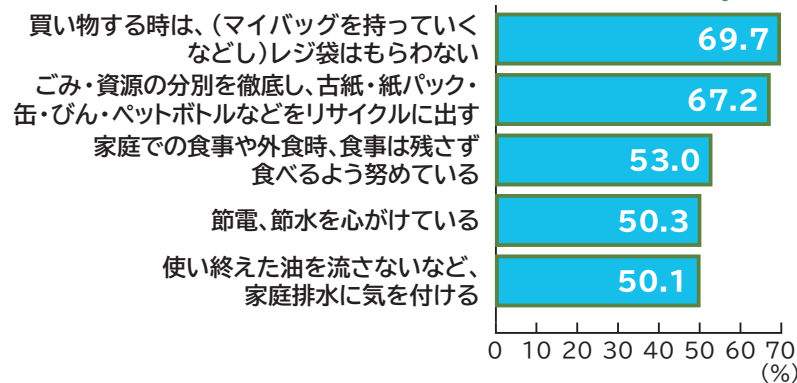
「とても多い」と「やや多い」を合わせた「多い」が
前回よりも増



環境

環境を守るために日常生活で心がけていること

「買い物する時は、レジ袋はもらわない」が
約7割

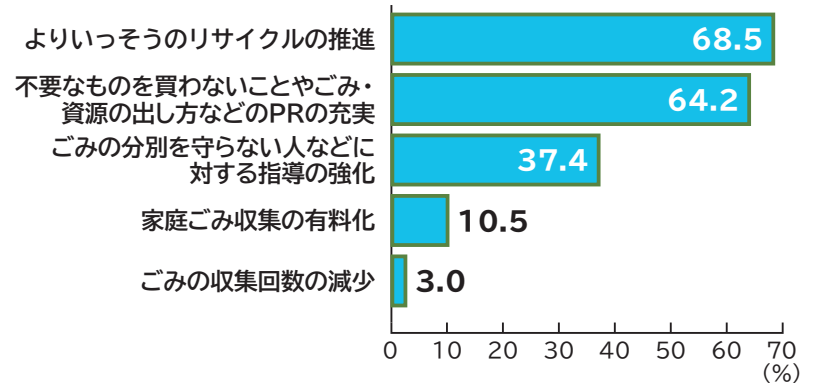


ごみ減量・

リサイクルについて

今後のごみ減量・リサイクル事業で必要なこと

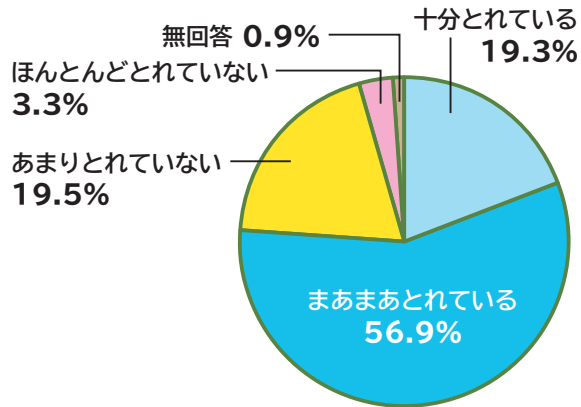
「よりいっそうのリサイクルの推進」が約7割



心の健康

心や身体の休養が十分に
とれているか

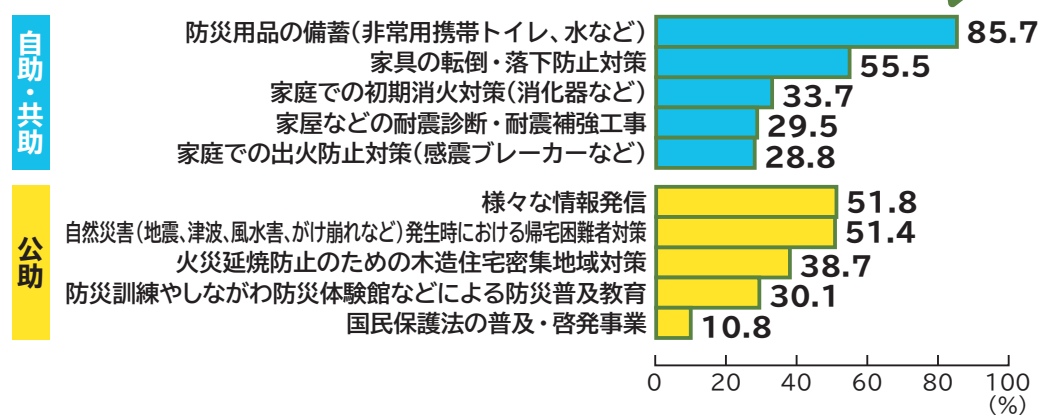
とれている方が約7割半



防災

今後充実すべき防災対策

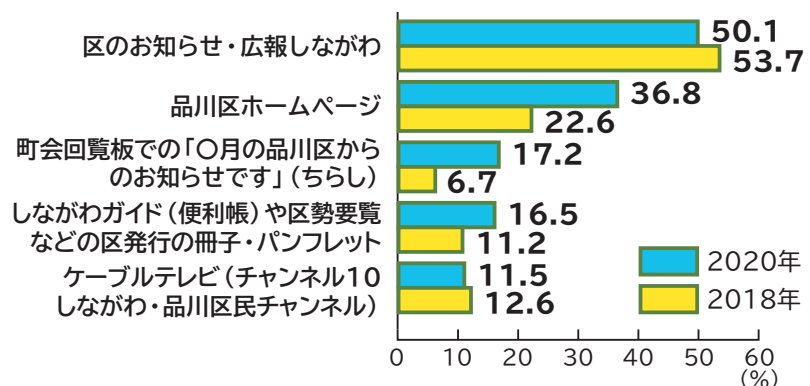
【自助・共助】では「防災用品の備蓄」、【公助】では
「様々な情報発信」「帰宅困難者対策」が求められている。



広報と情報化

区に関する情報の入手先

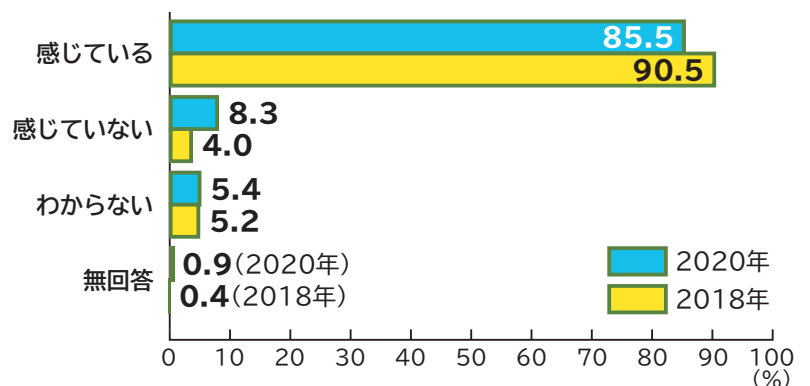
区に関する情報の入手先は「広報しながわ」が約5割



シティプロモーション

愛着や親しみ、誇り

区への愛着や親しみ、誇りを「感じている」方は約8割半



しながわ情報プラザ

お知らせ

品川区子ども・子育て会議の委員を募集します

品川区子ども・子育て支援事業計画の推進に関して、子育ての当事者から意見を聞くため、区民委員を募集します。

任期／4月1日～令和5年3月31日

内会議への出席(年3回程度)

※構成員は学識経験者、子ども・子育て支援に関する事業の従事者、区内在住の保護者、区民委員の20人以内。

人区内在住で、現在子育て中の方3人(選考)

申閏2月26日(金)(必着)までに、保育課で配布する申込用紙と「わたしが考える子ども・子育て」をテーマとした意見(600～1,000字程度)を同課施設・運営係(☎140-8715品川区役所第二庁舎7階☎5742-6724 Fax5742-6350)へ郵送か持参 ※申込用紙・原稿用紙は、区ホームページからダウンロードもできます。

マイナンバーカード交付の完全予約制について

3月1日(月)から当面の間、新型コロナウイルス感染症予防のため、マイナンバーカード交付を完全予約制とし3密を避ける対応をします。事前予約がない場合は受け取りができませんのでご注意ください。

○区ホームページ(トップページ>区政情報>マイナンバー制度(社会保障・税番号制度))から、予約サイトへアクセスできます。

●電話予約は戸籍住民課住民異動係で受付します。

電話予約受付時間／午前8時30分～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

閏戸籍住民課住民異動係(☎5742-6660 Fax5709-7625)

ハローワーク品川×中延商店街連携企画～就職ゲットdeポイントゲット～

ハローワーク品川および品川区就業センターの職業相談窓口で紹介を受け、3月31日までに就職が決まると中延商店街ポイント加盟店で使える1,000円分のポイントがもらえます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。

閏ハローワーク品川計画紹介部門(☎5418-7357 Fax3453-1609)

品川区就業センター(☎5498-6353 Fax5498-6354)

第1回東京二十三区清掃一部事務組合議会定例会を傍聴できます

日2月26日(金)午後2時30分から

人15人(先着)

場・傍聴方法／当日午後1時30分から、直接東京区政会館20階(千代田区飯田橋3-5-1)へ

※新型コロナウイルス感染症拡大防止などのため、傍聴をお控えいただく場合があります。詳しくはお問い合わせください。

閏同組合議会事務局(☎5210-9729 Fax5210-9584)

シルバー人材センター出張入会説明会(予約制)

日2月24日(水)①午前10時②午後1時30分

場荏原第五区民集会所(二葉1-1-2)

人区内在住で健康で働く意欲のある60歳以上の方各10人

申閏電話で、シルバー人材センター東大井支所(☎3450-0713 Fax3450-0714)へ

国保・年金

国民健康保険料は納期限までにお支払いください

●国民健康保険料のお支払いは口座振替が原則です

【口座振替申込方法】

(1)Web口座振替受付サービス

区ホームページ(手続き・届出>国民健康保険>Web口座振替受付サービス)からお申し込みください。

登録できる金融機関／みずほ銀行・三菱UFJ銀行・三井住友銀行・りそな銀行・埼玉りそな銀行・ゆうちょ銀行・新生銀行・楽天銀行・ジャパンネット銀行・地方銀行(21行)・信用金庫(28行)

※詳しくはWebサイトをご確認ください。

口座振替開始日／毎月10日までの申し込みで、当月末から

(2)ペイジー口座振替での申し込み

国保医療年金課窓口で申込用紙を記入し、専用端末にキャッシュカードを読み込ませて暗証番号を入力すると、口座振替の登録ができます。

登録できる金融機関／みずほ銀行・三菱UFJ銀行・三井住友銀行・りそな銀行・ゆうちょ銀行

持参するもの／対象金融機関のキャッシュカード・本人確認できるもの(健康保険証・運転免許証など)

※登録は個人名義の口座に限られ、口座名義人本人が手続きする必要があります。

※カードの種類によっては取り扱いできない場合があります。

口座振替開始日／毎月10日頃までの申し込みで、当月末から

(3)口座振替依頼書での申し込み

口座振替申込書に記入し通帳届出印を押印のうえ、国保医療年金課へ郵送か、国保医療年金課窓口・地域センター・ご利用の金融機関(ゆうちょ銀行含)へ提出してください。

口座振替開始日／毎月15日頃までの提出で翌月末日から

口座振替日／毎月末(月末が金融機関休業日の場合は翌営業日)

【納付書でのお支払い】

金融機関、ゆうちょ銀行、国保医療年金課、地域センター、コンビニエンスストアでお支払いください。ペイジー、クレジットカード(Yahoo! 公金支払い)、モバイルレジ、LINE Payによるお支払いもできます。

※30万円を超えた納付書はコンビニエンスストア・モバイルレジ・LINE Payではお取り扱いできません。

閏国保医療年金課収納係(☎5742-6678 Fax5742-6876)

講座

公園で愛犬と一緒に楽しむための「愛犬しつけ教室」

日時		場所
3月7日(日)	午前9時30分～11時30分	しながわ中央公園(区役所前)
	午後1時30分～3時30分	東品川海上公園(東品川3-9)

内警察犬訓練士によるアジリティー(障害物)訓練、実技指導、質疑応答 ほか

人飼主と飼犬のペア各20組(先着)

申閏 午前9時～午後5時に、電話でしながわ中央公園管理事務所(☎5740-5037 Fax5740-5044)へ

インターネットオークションに出品します

住民税の滞納処分のため差し押さえた財産をYahoo! 官公庁オークションで売却します。今回は骨董品や女性物のくつやバッグなどのブランド品を多数出品します。ふるってご参加ください。

公売方法 せり売り

参加申込期間 2月10日(水)午後1時～24日(水)午後11時

公売期間 3月2日(火)午後1時～4日(木)午後11時

最高価申込者決定日時 3月5日(金)午前10時

買受代金納付期限 3月12日(金)午後2時30分

○詳しくは区ホームページ(トップページ>手続き・届出>税金>税務課からのお知らせ)をご覧ください。

※やむを得ない事情で公売を中止する場合があります。



問い合わせ／税務課特別整理担当(☎5742-6670 Fax3777-1292)

2月17日(水)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

※緊急情報発信ダイヤル☎3777-2292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)

ボランティア

※品川は地域貢献ポイント事業の対象です。

品川区地域貢献ポイント事業

品川ボランティアセンター(☎5718-7172 Fax5718-0015)
高齢者地域支援課介護予防推進係(☎5742-6733 Fax5742-6882)

高齢者の積極的な社会参加を図るため、区が指定するボランティア活動1回につき、1ポイント(年間50ポイントが上限)を差し上げています。ためたポイントは区内共通商品券への交換か、福祉施設などに寄付ができます。事前にボランティアセンターや対象施設などで申し込みが必要です。登録者には「はつらつカード」を発行します。

人区内在住でおおむね60歳以上の方

対象施設／区が指定する高齢者施設、障害者施設など(さわやかサービス、ほっとサロン、支え愛ほっとステーションでの活動も含まれます)

※詳しくはお問い合わせください。

○**ピンク色のはつらつカードをお持ちの方は、昨年12月までの活動でためたポイントを必ず期限までに交換してください。**

※50ポイントたまっていなくても交換できます。

交換期間／2月27日(土)まで

※受付時間は午前9時～午後5時。

※日曜日・祝日を除く。

交換方法／ピンク色の「はつらつカード」と印鑑を持って品川ボランティアセンター(大井1-14-1)へ

さわやかサービス協力会員募集 品川

さわやかサービス(☎5718-7173 Fax5718-1274)
HP shinashakyo.jp/sawayaka/index.html

さわやかサービスは高齢者や障害者、産前産後の方を対象として、家事援助を中心に、区民相互の助け合いを支援する有償のボランティア活動です。

内掃除、食事作り、外出の付き添い、福祉車両(車いすごと乗れる車両)の運転など

人18歳以上の方(福祉車両の運転は登録時69歳以下)

謝礼／1時間800円(交通費支給)

【協力会員募集説明会】 ※中止の場合あり(要電話確認)。

日2月17日(水)午後1時～2時

※登録後、希望者は引き続き研修に参加可(午後2時～4時)。

場当日、社会福祉協議会(大井1-14-1)へ

※さわやかサービス窓口でも随時受付中。



■使用済みの切手・テレホンカード類を集めています(未使用可)。品川ボランティアセンター(☎140-0014大井1-14-1)へ送ってください。



品川区手話講習会 受講生募集

●奉仕員養成講座

○入門課程

回 5月10日～11月の月曜日(全22回)

①午前クラス＝午前10時～正午

②夜間クラス＝午後6時45分～8時45分

人 手話の学習経験のない方①10人②15人(抽選)

○基礎課程

回 5月10日～12月の月曜日(全27回)

①午後クラス＝午後1時30分～3時30分

②夜間クラス＝午後6時45分～8時45分

人 初級・入門課程を修了し日常会話に必要な手話表現技術を学びたい方各10人(抽選)

●手話通訳者養成講座

○通訳Ⅰ課程

回 5月13日～4年1月の木曜日(全34回)

午後1時30分～3時30分

人 手話で自由な会話ができ、手話通訳者をめざす方10人(選考)

選考試験日／4月17日(土)午前9時15分(表現・読み取り)

○通訳Ⅱ課程

回 5月13日～4年1月の木曜日(全34回)

午後6時45分～8時45分

人 基本的な手話通訳ができ、講習会終了後に区の登録手話通訳者として活動ができる方10人(選考)

選考試験日／4月17日(土)午後1時15分(表現・読み取り・国語)

共通

¥ 奉仕員養成講座＝各3,000円程度
手話通訳者養成講座＝各5,000円(テキスト代1,500円別)

募集要項・申込用紙配布場所／心身障害者福祉会館、障害者福祉課(本庁舎3階)、地域センター、文化センター、図書館など
※心身障害者福祉会館ホームページHP www.s-kaikan.net/ からダウンロードもできます

場 申 回 3月31日(水)(必着)までに、募集要項を確認のうえ、申込用紙と返信用はがきを心身障害者福祉会館(☎142-0064旗の台5-2-2 ☎5750-4996 Fax3782-3830)へ郵送か持参

品川区発達障害・思春期サポート事業「あらためて考える“療育”って何だろう?」(オンラインセミナー)

回 3月13日(土)午後2時～4時

人 本田秀夫(信州大学医学部附属病院子どものこころ診療部長)

人 90人(先着)

申 3月9日(火)までにEメールで講演会名、氏名、電話番号、Eメールアドレスをパルレ moushikomi@npo-parler.comへ

回 障害者福祉課障害者相談支援担当(☎5742-6711 Fax3775-2000)

わかもの向け就業支援セミナー「居心地のよい職場にするために自分でできること」(オンラインセミナー)

回 3月16日(火)午後7時～8時

人 齋藤ただし(就職支援講師)

人 39歳以下の就職活動中・在職中の方20人(先着) ※ウェブ会議ツールを使った申込者限定のライブ配信セミナーです。 ※詳しくは、わかもの・女性就業相談コーナーホームページHP www.shinagawa-shigoto.jp/ をご覧ください。

回 商業・ものづくり課(☎5498-6352 Fax5498-6338)

認知症サポーター養成講座(オンライン講座)

回 3月13日(土)午前10時30分～正午

人 30人(先着)

申 2月25日(木)までに、区ホームページより電子申請で申し込み

※ZOOMアプリを使用したオンライン講座です。詳しくは区ホームページ「認知症サポーター養成講座」をご覧ください。

回 高齢者福祉課認知症対策係

(☎5742-6802 Fax5742-6881)

助成

家具転倒防止器具取り付け助成

家具転倒防止器具を取り付けた世帯を対象に、取り付け費用の助成を行っています。

人 次の全てにあてはまる世帯

申込要件／

●2年4月1日以降に区内施工業者を利用して器具の取り付け工事を行った

●品川区に住民登録があり、器具を取り付けた住宅に居住している

●世帯員全員が住民税を滞納していない

助成金額／住民税課税世帯＝取り付け費用の2分の1(上限4,000円)

非課税世帯＝取り付け費用全額(上限8,000円)

※詳しくは、住宅課(本庁舎6階)で配布する案内をご覧ください。

※助成申請書などは区ホームページからダウンロードもできます。

回 住宅課住宅運営担当

(☎5742-6776 Fax5742-6963)

●高齢者・障害者世帯は高齢者地域支援課(本庁舎3階)で助成を行っています

申込方法、要件などが異なりますので、工事前にご相談ください。

回 高齢者地域支援課高齢者住宅担当

(☎5742-6735 Fax5742-6882)

食のコラム vol.8

サプリメントの知識

2月1日号の「食のコラム」に一部誤りがありました。修正のうえ、再度掲載します。

サプリメントを取り入れてみたいけれど……

●サプリメントの正しい定義は？

「保健機能食品」(特定保健用食品〈通称トクホ〉、栄養機能食品、機能性表示食品)とそれ以外の「いわゆる健康食品」に分けられます。日本ではサプリメントという言葉に定義はなく、広く健康の保持・増進に役立てる食品として販売、利用されるもの全般を指します。

●選び方と取り入れる時の注意点

たくさんのサプリメントを前に、どれを選んだら良いかわからないという方も多いのではないのでしょうか。販売元や原材料名、栄養成分、摂取方法、お客様相談窓口の表示の有無などを確認しましょう。

ドラッグストアへ行くとたくさんのサプリメントが並んでいます。それだけ多くの人たちの生活に取り入れられているサプリメント。健康の保持・増進、食事で不足している栄養素を補うなどさまざまな用途で使われています。選び方と取り入れる時の注意点を参考に、食生活や生活習慣が改善の方向へ動き出すよう上手に活用したいですね。

サプリメントを取り入れる時の注意点としては大きく2つあります。

まず1つ目は「薬と併用しない」ということです。成分によっては薬の効果が弱くなったり、副作用が強まったりすることがあります。治療を受けている方は、医師や薬剤師などに相談してから利用しましょう。

2つ目は「過剰摂取」です。錠剤やカプセル状のサプリメントは簡単に摂取することができ、ため、濃縮された特定成分の取りすぎによる健康被害を起こす可能性があります。また、一度に多種類のサプリメントを摂取していると、体調不良の場合どのサプリメントが

影響したか原因を特定しにくくなってしまうため、「何を」「いつ」「どれだけ」摂取したのか、メモを取ったりラベルを保管しておきましょう。体調に異常を感じたらすぐに使用を中止することも大切です。

●まずはバランスの良い食事で

1日3食、バランス良く食事を取っていれば、それほど栄養不足を心配する必要はありません。あくまでもサプリメントは食生活の補助的なものとして利用しましょう。

〈生活衛生課栄養管理担当 監修〉

2月1日号のコラムで「病気予防」についての記載がありましたが、削除のうえ再度掲載しました。おわびして訂正します。
*サプリメントは食品のため、病気予防として使用することはできませんのでご注意ください。

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

☎142-0063 荏原2-9-6
☎3788-7016 Fax3788-7900

＋ 応急診療所

行く前に必ず電話連絡を。健康保険証を忘れずに！

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 小 品川区こども夜間救急室 旗の台1-5-8 ☎3784-8181
※外傷は対応できません 昭和大学病院中央棟4階

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11日(祝) 内 小 品川区医師会休日診療所 [予約制] 北品川3-7-25 ☎3450-7650
14日(日) 内 小 荏原医師会休日診療所 [予約制] 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 荏原休日応急薬局 中延2-4-2 ☎6909-7111

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11日(祝) 内 小 金城医院 西大井4-2-5 ☎3772-1660
歯 ネバシデンタルオフィス 西五反田1-30-2 ☎3492-7418
歯 白田歯科クリニック 平塚2-18-12 ☎3785-6471
骨 大井三ツ又上条接骨院 大井3-2-2 ☎3775-3166
骨 武石接骨院 豊町2-17-8 ☎3781-4450
2月14日(日) 内 小 おりしきみつるクリニック 東大井2-19-11 ☎5762-2789
歯 すぎやま歯科 西五反田8-1-2 ☎3492-8110
歯 新井歯科医院 平塚2-15-14 ☎3784-7084
骨 滝澤さめず接骨院 東大井1-1-6 ☎3450-8496
骨 かとう整骨院 旗の台3-10-1 ☎5750-3525

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13日(土) 小 品川区こども夜間救急室 旗の台1-5-8 ☎3784-8181
※外傷は対応できません 昭和大学病院中央棟4階
2月20日(土) 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

※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

●東京都保健医療情報センター(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

眼科応急診療

日曜日、祝日＝午前9時～翌日午前8時
月～金曜日＝午後5時～翌日午前8時
土曜日＝正午～翌日午前8時

※緊急手術や重症患者対応時は、お待ちいただくか他院を紹介する場合があります。

日・月・水・東邦大学医療センター大森病院
土曜日、祝日 大田区大森西6-11-1 ☎3762-4151

日・火・金・昭和大学病院附属東病院
土曜日、祝日 西中延2-14-19 ☎3784-8383

木曜日 荏原病院
(祝日を含む) 大田区東雪谷4-5-10 ☎5734-8000

電子＝区ホームページから電子申請可

DL＝申請書などは区ホームページからダウンロード可

●費用の記載がないものは無料

●対象は原則として区内在住・在勤・在学の方



品川区成年後見制度 利用促進基本計画(素案) に対するご意見をお寄せください

区では、国の成年後見制度利用促進基本計画を踏まえ、成年後見制度の利用の促進に関する施策の基本的な計画の策定に向けて検討を進めています。このたび、計画の素案がまとまりましたので、概要をお知らせします。

成年後見制度とは

成年後見制度は、判断能力の低下した高齢者や知的障害者、精神障害者に対して、本人の契約や各種手続を法律面で支援するとともに、適切な福祉サービスにつなげるなど生活面で支援し、本人の権利や財産を守ることを目的としています。

計画期間

2021(令和3)年度 ～ 2023(令和5)年度

計画の位置付け

「品川区基本構想・長期基本計画」や「品川区地域福祉計画」との整合性を重視し、「品川区介護保険事業計画」、「品川区障害者計画」などの関連計画との調和を図るものとします。

基本理念

「誰もが 自分らしく やさしさを持って 暮らせるまち」

※本計画は、「第3期品川区地域福祉計画」を基盤としており、同様の基本理念とします。

重点項目1

啓発・相談の充実

成年後見制度の利用を検討するためには、早い段階から制度を正しく理解していることが大切です。様々な研修やセミナーの実施により、多くの区民へ成年後見制度の周知啓発を図っていきます。

重点項目2

任意後見および 補助・保佐類型の利用促進

現在、成年後見制度利用者の多くは後見類型となっていますが、本人の意思をより尊重するためには、権利擁護ニーズを早期に発見することが求められています。任意後見制度や法定後見制度における補助・保佐類型に適切につながるように、丁寧に制度の紹介を進めていきます。

重点項目3

後見人等受任者の確保

成年後見制度が必要な高齢者や障害者などの増加が見込まれ、本人に適切な後見活動を行うための担い手の拡充は喫緊の課題と捉えています。継続的な市民後見人の育成と、専門的な知識を有する関係団体との連携強化を図っていきます。

皆さんのご意見をお寄せください

応募方法／3月10日(水)(必着)までに、意見、住所、氏名、電話番号を福祉計画課へ郵送かFAX、持参
○区ホームページの応募フォームも利用できます。

「品川区成年後見制度利用促進基本計画(素案)」の全文は、福祉計画課(本庁舎3階)、区政資料コーナー(第三庁舎3階)、地域センター、保健センター、図書館、区ホームページでご覧いただけます。

区ホームページ
はこちらからアクセスできます



問い合わせ／福祉計画課地域包括ケア推進係(☎140-8715品川区役所本庁舎3階 ☎5742-6914 Fax5742-6797)

新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口のご案内

問い合わせ

保健予防課感染症対策係(☎5742-9153 Fax5742-9158)

発熱等の
症状が
ある

かかりつけ医が
いる方

日ごろ受診されている医療機関に電話でご相談ください。
(発熱等の症状がない場合も、不安な症状がある方は、日ごろ受診されている医療機関にご相談ください。)

かかりつけ医が
いない方

症状に応じて、地域の身近な医療機関をご案内します。

●東京都発熱相談センター ☎5320-4592 受付時間／24時間(土・日曜日、祝日を含む毎日)

症状に適した、かかりつけ医
となる医師を紹介します。

品川区医師会かかりつけ医紹介窓口 ☎3450-6676
荏原医師会 かかりつけ医紹介窓口 ☎5749-3088

受付時間／午前9時～午後5時
(土・日曜日、祝日を除く)

発熱等の
症状が
ない

新型コロナウイルスに関する感染の予防、感染不安などの相談に対応します。

●品川区電話相談窓口 ☎5742-9108

受付時間／月～金曜日午前9時～午後5時(祝日を除く)

●東京都電話相談窓口 ☎0570-550571 Fax5388-1396

(日本語・英語・中国語・韓国語対応)

受付時間／午前9時～午後10時(土・日曜日、祝日も実施)

●厚生労働省の電話相談窓口 ☎0120-565653 Fax3595-2756

受付時間／午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日も実施)

外国人の
方で
不安に
思う方

感染拡大に伴う不安や生活への影響について、外国人の方の相談に対応します。

※14言語に対応(やさしい日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語、インドネシア語、タガログ語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、カンボジア語、ミャンマー語)

●東京都外国人新型コロナ生活相談センター

☎0120-296-004

受付時間／午前10時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)