

毎月1・11・21日発行

2/21

令和7年(2025)
No.2361

広報

Shinagawa

しながわ

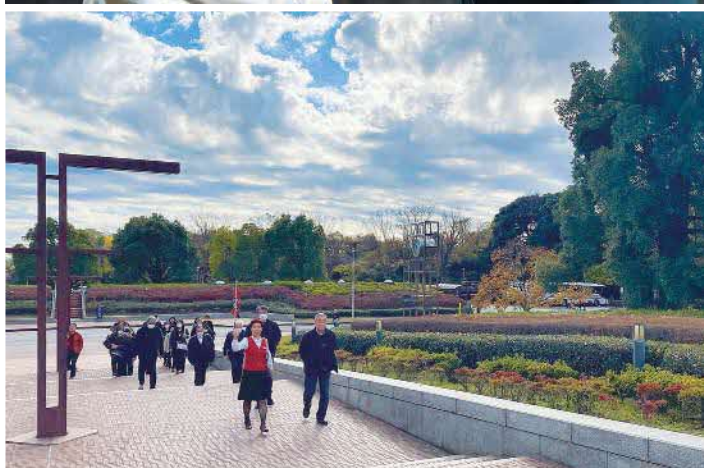


掲載記事は2月13日時点の情報です。

●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/>



しながわ学びの杜 品川シルバー大学

品川シルバー大学は、平成5年の開校以来、学びを通じて交流を深める場・生きがいを見つける場として、60歳以上の多くの区民の方に参加いただいています。もっと学びたい、何かを始めたい、楽しみたい、友達をつくりたい…。その思いを品川シルバー大学でかなえてみませんか。

問い合わせ 文化観光戦略課生涯学習係(☎5742-6837 Fax5742-6893)





しながわ学びの杜

品川シルバー大学

問い合わせ 文化観光戦略課生涯学習係 ☎5742-6837 Fax5742-6893

知識を深め、
人生をより豊かにふれあい
アカデミー

ふれあいアカデミーとは？

60歳以上の方が集い、地域の仲間と交流しながら共に学ぶ場です。入学後は3年間かけて様々な学びを経験し、合計80単位を取得することで修了をめざします。講義のほか、見学会やグループごとの発表会も行っており、仲間との交流を育むことができます。

「ふれあいアカデミー 3年制」受講生募集

㊟電子申請

区ホームページ
はこちら

日程 前期：4～7月、後期：9～11月 時間 午後2時～4時

対象・定員 区内在住で、4月1日時点で60歳以上の方100人（抽選） ※2回目の入学不可。

会場 1年目は五反田文化センター（西五反田6-5-1）など、2・3年目は区内各施設

受講料 半期 2,000円

申込方法 3月21日（金）（消印有効）までに、㊟か往復はがき（1人1枚）に「ふれあいアカデミー」とし、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、電話番号、視覚・聴覚などの配慮希望の有無を文化観光戦略課「ふれあいアカデミー」担当（☎140-8715品川区役所）へ
※詳しくは同課（第二庁舎6階）、地域センター、文化センター、図書館、シルバーセンターなどで配布する入学案内か、区ホームページをご覧ください。

1年目 ふれあいコース

講義

大学教授や各分野に精通した専門家を講師に招いた講義を18回実施。「現代的課題」から「教養」「充実したシニアライフ」まで、幅広いテーマで構成された一般教養課程を1年間かけてじっくりと学びます。



建築家の金田正夫さんによる講義「樹齢2000年のヒノキにこだわった法隆寺」の様子

見学会

前期に「春の見学会」、後期に「秋の見学会」を開催し、博物館や体験型施設、旧跡などを訪問。知識や経験を広げるとともに、班行動を通して学生間の交流を深めていきます。



「春の見学会」虹の下水道館の様子

発表会

「ふれあいアカデミー」1年目の成果を披露する場で、学生の皆さんがこの日のために編成された班に分かれて、発表会に向けた自主的な活動を行います。毎回バラエティーに富んだ発表となり、会場も大いに盛り上がります。



6年度「ふれあい発表会」の様子

2・3年目 いきいきコース



「ふれあいコース」を修了すると「いきいきコース」に進級し、前期と後期に10回ずつ、連続した内容を学びます。科目は歴史や地理、伝統芸能、現代社会、美術などの中から期ごとに希望する科目を1つ選択します。

講義



6年度選択科目「日本の伝統文化・芸能によこそ！」の様子

見学会



「秋の見学会」マザー牧場の様子

ふれあいアカデミー
1年生

班活動は最初こそ緊張しましたが、回を重ねるうちにお互いの距離が縮まり、今ではプライベートでも仲良しです。学びも人とのつながりも、年齢に関係なく経験できると感じています。

ふれあいアカデミー
3年生

今までの人生では経験できなかったことの連続で、あっという間の3年間だったと思います。自分とは異なる世界を歩んできた人たちと出会い、交流できたのはとても新鮮でしたね。

趣味を極め、
うるおいある毎日を

うるおい塾



うるおい塾とは？

新しいことを始めてみたい方に向けた入門的な講座で、運動、音楽、語学など20種類以上の教室から選択できます。いずれの教室も「一芸ボランティア講師」の指導のもと、ゆるやかに楽しく受講することができます。

春期

「うるおい塾」受講生募集

初心者向けの入門講座

㊟電子申請

区ホームページ
はこちら

ヒノキ棒のすこやか体操



英国のダンスと健康体操

対象 区内在住で、4月1日時点で60歳以上の方（抽選）

受講料 各2,000円（教材費別・保険料込） ※No.24・25は各2,500円。

申込方法 3月14日（金）（必着）までに、㊟か往復はがき（1教室1枚）に「うるおい塾」とし、No.、教室名、郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、生年月日、電話番号を文化観光戦略課「うるおい塾」担当（☎140-8715品川区役所）へ
※本人以外の申し込みはできません。

※詳しくは同課（第二庁舎6階）、地域センター、文化センター、図書館、シルバーセンターなどで配布する募集要項か、区ホームページをご覧ください。

No.	教室名	教材費	日程（全10回）	曜日	時間	会場	定員	
1	チーズを識って腸活、カル活！ *1*2	5,000円	4/15～ 7/ 1	火	9：30～11：30	荏原文化センター （中延1-9-15）	各20人	
2	はじめてのジャズダンス	—	4/17～6/26	木	13：30～15：30			
3	はじめてのヨガ（心と体を元気に）		4/15～ 7/ 1	火				
4	ヒノキ棒のすこやか体操 *1*3	860円						
5	外出軽やか歩き方のコツ *4	—	4/16～6/18	水	9：30～11：30	大崎第一区民集会所 （西五反田3-6-3）	12人	
6	脳トレとスロー筋トレ体操		4/15～ 7/ 1	火				
7	英国のダンスと健康体操		4/22～ 7/ 8		13：30～15：30			
8	音楽療法士と言語聴覚士による健康コーラス		4/18～6/20	金		9：30～11：30		五反田文化センター （西五反田6-5-1）
9	導引養生功（気功と太極拳の基本）	13：30～15：30				15人		
10	初心者のためのExcel入門 *1*5	1,300円			9：30～11：30	こみゅにていぶらざ八潮 （八潮5-9-11）	20人	
11	初心者のためのパソコン入門 *1*5	1,100円					16人	
12	♪懐かしの昭和ソングでコーラスを楽しもう！ *1	800円	4/23～6/25	水	9：30～11：30	中小企業センター （西品川1-28-3）	各20人	
13	始めよう！姿勢改善セルフケア *1*6	1,590円	4/17～6/19	木			旗の台文化センター （旗の台5-19-5）	
14	香りを楽しむアロマ＆ハーブ *1	2,500円	4/22～7/ 8	火				15人
15	楽しく学ぶドイツ語初級会話	—	4/14～6/30	月				東品川文化センター （東品川3-32-10）
16	初めての韓国語 *1	500円	4/25～6/27	金		南大井文化センター （南大井1-12-6）		
17	初めての書道	—	5/ 1～7/ 3	木			13：30～15：30	
18	はじめよう！朗読 *1	700円	4/25～7/ 4	金				
19	初めてのボールペン習字 *1*7	2,000円	4/14～6/23	月				9：30～12：00
20	始めましょ、着物リメイク *7*8	—	4/23～6/25	水	15人			
21	はじめてのおもてなし英会話 *1	1,300円	4/25～6/27	金		20人		
22	はじめてのフラダンス *1	300円	4/16～6/18	水			10人	
23	初心者のための楽しいスマホ教室 *9	—	4/14～6/23	月				13：30～16：00
24	あの時、映画に心がときめいた		4/16～6/18	水	五反田文化センター			
25	区内史跡を訪ね歩く *10		4/17～6/19	木		9：30～12：00		
							15人	

- *1 受講料のほか、上記表の教材費がかかります。教材費については価格が変わる場合があります。詳しくは受講が決定した際にお知らせします。
- *2 教材費は全10回の材料費となります。休んだ場合でも、材料の手配の都合上返金はできませんので、ご了承ください。
- *3 ヒノキ棒の長さの種類があるため、申し込み時に身長を記入してください。
- *4 普段あまり歩かない方が対象です。外もゆっくり歩きます。
- *5 教室で使うパソコンには、Windows10・Word2016・Excel2016がインストールされています。マウスの操作、日本語入力、Windowsの基礎を理解している方が対象です。
- *6 座学ではありません。運動に自信のない方はご遠慮ください。
- *7 会場は2階ですが、施設にエレベーターはありません。
- *8 ほどいていない夏の着物1枚（浴衣・ウール可）、羽織1枚が必要です。ご用意できない場合は、申し込み時にご記入ください。お持ちでない場合は講師から500～1,000円で購入できます。また、講座の進捗によって宿題が出る場合があります。
- *9 スマートフォンの使用頻度が低く基本的な使用方法から学びたい方や、電話・文字入力・メール操作に不安のある方が対象です。
- *10 長時間、速めの速度で歩きます。歩行に自信のない方はご遠慮ください。

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。

お知らせ

チャイルドステーション

区立保育園・幼稚園では、保育体験や子育て相談、園庭開放、季節の行事などを実施しています。実施事業の詳細は、区ホームページをご覧ください。

人区内在住で、保育園・幼稚園に通っていない就学前のお子さんと保護者・祖父母、妊産婦の方

申希望日前日の午後5時までに、希望の実施園へ

問実施園、保育施設運営課運営支援担当(☎5742-6724 Fax5742-9178)

区ホームページはこちらから

講座・催し

区民活動助成採択事業 子育て講演会「子どもが変わる学習生活法」

子どもにも大人にも自分に合った勉強法があります。ケースワークを通して、それぞれの親子に合った「学習生活法」の工夫を一緒に考えます。

日3月1日(土)午前9時45分～11時45分

場荏原第五区民集会所(二葉1-1-2)

人発達に特性傾向のあるお子さんの保護者・支援者、関心のある方50人(先着)

¥500円

運営／でっこぼっこ

申2月27日(木)までに、電話かEメールで、氏名、電話番号をでっこぼっこ(☎070-9062-8315✉info.dekkobokko@gmail.com)へ

問地域活動課協働推進係(☎5742-6605 Fax5742-6878)

ごみ・資源追っかけ隊員(レポーター)募集

②電子申請

資源として出された段ボールがリサイクルされる過程を追いかけて、楽しく取材してみませんか。

日3月26日(水)午前7時30分～午後3時頃(区役所集合・解散、往復バス、途中下車不可)

場品川区資源化センター(八潮1-4-1)、レンゴー八潮工場(埼玉県八潮市)

人区内在住で、リサイクルに関心のある小学生以上のお子さんと保護者30人(抽選)

申問3月5日(水)(必着)までに、②か電話、はがき、FAXに「追っかけ隊参加希望」とし、参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を品川区清掃事務所(☎141-0032大崎1-14-1☎3490-7098 Fax3490-7041)へ

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。

◇はつらつ健康教室(短期集中予防サービス) 4月コース

一時的な体力低下や外出・買い物などの生活行為に不安がある方に、専門職の指導による運動・生活機能改善のためのプログラムを短期集中で行います。

日時(全12回)	会場
4月2日～6月25日の水曜日 午前10時～正午	大崎ゆうゆうプラザ(大崎2-7-13)
4月3日～6月26日の木曜日 午後2時～4時	こみゆにていぶらざ八潮(八潮5-9-11)
4月4日～6月27日の金曜日 午後2時～4時	平塚橋ゆうゆうプラザ(西中延1-2-8)

内筋力トレーニング、栄養・口腔講話、グループワークなど

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、自分で会場への往復ができる65歳以上の方

¥各3,600円

申電話か直接、最寄りの在宅介護支援センターへ

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

◇柔道整復師による機能訓練訪問

外出が難しい方や不安な方に、区内接骨院の柔道整復師(機能訓練指導員)が自宅を訪問し、目標に向けた運動指導・外出訓練を短期集中で行います。

期間／3カ月(全24回)

※週2回、1回30分程度。

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、利用が必要と認められた65歳以上の方(第2号被保険者の方も利用可)

※デイサービスなど、併用できないサービスがあります。

¥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

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

福祉タクシー・自動車燃料費助成券の交付について

6年度に交付を受けている方

7年度も引き続き対象となる方には、1年間分の助成券を右記のとおり交付します。郵送交付の方には3月下旬にお送りし、窓口交付の方には3月24日(月)以降に社会福祉協議会でお渡しします。

なお、交付内容や交付方法の変更を希望する方は、3月3日(月)までに社会福祉協議会にご連絡ください。

対象／区内在住で、次のいずれかにあてはまる方

●下肢・体幹障害1～3級

●視覚障害1・2級

●内部障害1級

●愛の手帳1・2度

交付額／月3,500円

券種・使用方法／

●500円券(共通券)=福祉タクシーまたは自動車燃料費を選択して使用

●100円券(タクシー専用券)=福祉タクシーで使用

6年度にタクシー専用券を受給の方 ➡ 500円券(共通券)72枚・100円券(タクシー専用券)60枚(年42,000円) ※月あたり500円券6枚・100円券5枚(月3,500円)。

6年度に共通券のみ受給の方(タクシー専用券はなし) ➡ 500円券(共通券)84枚(年42,000円) ※月あたり500円券7枚(月3,500円)。

窓口交付の方／3月24日(月)以降に、身体障害者手帳または愛の手帳を持って、直接社会福祉協議会(大井1-14-1)へ ※代理受領の場合は、代理人の本人確認ができるものを持参してください。

交付内容・交付方法の変更を希望する方／3月3日(月)までに、電話かFAXで、住所、氏名、生年月日、連絡先、変更内容を社会福祉協議会(☎5718-7171 Fax5718-7170)へ

交付を受けたことがない方

交付対象に該当するか確認のうえ、障害者支援課(本庁舎3階)の窓口で申請してください。

問い合わせ 障害者支援課障害者支援係(本庁舎3階☎5742-6707 Fax3775-2000)

税のたより

国税庁ホームページHP www.nta.go.jp/

問い合わせ 品川税務署☎3443-4171、荏原税務署☎3783-5371

確定申告はマイナンバーカードとスマートフォンを利用してご自宅から！

自動計算 画面の案内に沿って入力するだけで、確定申告書を作成・送信

自動入力 「マイナポータル連携」でデータをまとめて入力

自宅から 確定申告はスマートフォンで自宅から申告

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」はこちらから

●確定申告で申告書作成会場に来場する方へ

申告手続きに必要なもの

①必要書類

②スマートフォン

③マイナンバーカードとパスワード2種類

※会場への入場には「入場整理券」が必要です。

しながわ情報プラザ

お知らせ

7年度食品衛生監視指導計画案の公表・意見募集 ②電子申請

閲覧期間／2月21日(金)～3月13日(木)
閲覧場所／生活衛生課(本庁舎7階)
※区ホームページでも閲覧できます。
●本計画案への意見募集
申 問 3月13日(木)(必着)までに、②か住所、氏名、年齢、電話番号、意見を生活衛生課食品衛生担当(☎140-8715品川区役所 ☎5742-9139 Fax5742-9104)へ郵送かFAX

おもちゃの病院のお休み

日 3月1日(土)
問 消費者センター
(☎6421-6136 Fax6421-6132)

シニア向け「就職面接会」(予約制)

主に区内の仕事(パート・フルタイム)をご案内します。
日 3月26日(水)午後1時～3時
場 中小企業センター(西品川1-28-3)
人 おおむね55歳以上の就職希望者
参加企業／数社
持ち物／履歴書(写真貼付)、筆記用具
申 問 電話で、無料職業紹介所サポしながわ(☎5498-6357 Fax5498-6358)へ

マンションに関する無料相談

●管理・運営に関する相談
日 毎月第2・4水曜日 午後1時～4時
※1組1回50分(先着)。
相談員／マンション管理士
●建て替え・修繕に関する相談
日 毎月第3火曜日 午後1時～4時
※1組1回80分(先着)。
相談員／一級建築士、弁護士、マンション管理士

共通
場 申 問 1週間前までに、電話かFAXで、住所、氏名、役職、電話番号、マンションの名称・築年数・戸数を住宅課住宅運営担当(本庁舎6階 ☎5742-6776 Fax5742-6963)へ
※利用回数は年度につき1人各3回まで。

占用許可の更新書類を送付します

区では、道路や公園などの占用許可を行っています。許可の更新時期が近づいた方に、2月下旬から更新書類を順次送付しますので、手続きをお願いします。
問 土木管理課占用係
(☎5742-6785 Fax5742-6887)



第184回品川区都市計画審議会(傍聴)

日 3月3日(月)午前10時から
場 区役所災害対策本部室(第二庁舎4階)
内 東京都市計画公園の変更(天王洲公園)【区が決定する案件】
人 10人(先着)
参 問 当日午前8時30分～9時30分に、都市計画課計画調整担当(本庁舎6階 ☎5742-6760 Fax5742-6889)で傍聴券を交付

品川介護福祉専門学校(昼間2年制)3月のオープンキャンパス

日 3月27日(木)午前10時～正午
内 学校紹介、体験授業(車いす操作)、校内見学、個別相談など
人 介護福祉士の仕事に興味がある方 ※保護者も参加できます。
場 申 問 ホームページの応募フォームか電話で、同校(西品川1-28-3 ☎5498-6364 Fax5498-6367 HP www.shinasha-kyoiku.or.jp/kaigo/opencampus/)へ
※当日参加もできます。

保養所をご利用ください

施設名	連絡先
品川荘(伊東市)	☎0557-35-0321 Fax0557-35-0345 HP www.shinagawasou.com/
光林荘(日光市)	☎0288-54-0988 Fax0288-54-0954 HP www.korinsou.com/

申 区内在住・在勤・在学の方は利用月の6カ月前の1日から(9月分の受け付けは3月1日(土)から)、それ以外の方は利用月の4カ月前の1日から、電話かFAX、ホームページの予約フォームで代表者の住所・氏名・電話番号、利用施設・月日・人数を各施設へ(先着)
※ただし、繁忙期は抽選で、締め切りはそれぞれの受付開始月の月末(午後6時)です。
※光林荘は現在、一般利用の予約受付を休止しています(団体利用は要相談)。
問 地域活動課庶務係
(☎5742-6687 Fax5742-6877)

国保・年金

7年度の国民年金保険料について

7年度の国民年金保険料は、月額17,510円です。保険料の支払いには前納割引制度があり、口座振替で前納した場合の金額は次のとおりです。

納付方法	年間の納付額	毎月納付(現金)と比較した割引額
2年前納	408,150円	17,010円
1年前納	205,720円	4,400円
6カ月前納	103,870円	1,190円

※納付書やクレジットカード納付での割引額は口座振替とは異なります。
●新たに口座振替・クレジットカードによる前納を希望する方、前納の方法を変更する方は、2月28日(金)までに品川年金事務所へ申し込みが必要です。
●納付書での2年前納期限は4月30日(水)で、事前に申し込みが必要です。
問 品川年金事務所
(☎3494-7831 Fax3779-3449)

催し

第10回メイプルメイツ発表会

日 3月16日(日)午前10時30分開演
内 メイプルカルチャー講座受講生によるダンス・楽器演奏・歌・朗読など
場 参 当日、直接きゅりあん(大井町駅前)へ
問 メイプルセンター
(☎3774-5050 Fax3776-5342)

品川ゆかりアーティスト支援企画「王冠うさぎとワンダーランド」

区内在住の3人の作家が手がけるビーズアートやバッグ、イラストなど、様々な作品を展示します。
日 3月5日(水)～10日(月)
午前10時～午後7時
※10日は午後5時まで。
場 品川区民ギャラリー(大井町駅前イトーヨーカドー8階)
出展／ジルピー・小林シガル・kabuto tea(品川ゆかりアーティスト)
問 品川文化振興事業団
(☎5479-4112 Fax5479-4160)

五反田文化センター3月のプラネタリウム ②電子申請

土・日曜日、祝日などに開催しています。詳しくは同センターホームページをご覧ください。
※3月26日(水)・27日(木)は春休み特別投影として開催します。
①お昼のくつろぎプラネタリウム
日 水・木曜日午後0時35分～0時50分
※3月26日(水)・27日(木)は休止。
②ヒーリングプラネタリウム
日 3月7日(金)午後7時から
人 4歳以上の方86人(先着)
¥ 200円、4歳～中学生50円
③特別投影「林完次の星空散歩」
日 3月15日(土)午後3時30分～5時
人 小学生以上の方86人(先着)
¥ 300円、小・中学生100円

④天体観望会「北極星をみつけよう」
日 3月21日(金)午後6時30分～8時
人 小学4年生以上の方40人(抽選)
共通

場 申 問 ①②は当日、直接同センターへ。
③は2月21日(金)午前10時から、電話で同センターへ。④は3月11日(火)(必着)までに、②か往復はがき(1枚4人まで)で、イベント名、住所、電話番号、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢(小学生は学年)を五反田文化センター(☎141-0031西五反田6-5-1 ☎3492-2451 Fax3492-7551 HP shinagawa-gotanda-planetarium.com/)へ
※②④は小学生以下保護者同伴。
※定員に満たない場合、④は3月13日(木)午前10時から電話で受け付け(先着)。

第23回大井第二地区文化祭

日 3月1日(土)午前10時～午後4時
3月2日(日)午前10時～午後3時
内 地域の方の作品展示、健康相談、おしるこの提供(両日とも先着100人)など
場 問 大井第二地域センター(大井2-27-20 ☎3772-2000 Fax3772-2076)

講座・講演

認知症サポーター養成講座 ②電子申請

認知症に関する正しい知識と認知症の方への理解を深めます。
日 3月18日(火)午前10時～11時30分
場 区役所252・253会議室(第二庁舎5階)
人 50人(先着)
申 問 ②か電話で、高齢者地域支援課認知症施策推進係(☎5742-6802 Fax5742-6882)へ

認知機能向上のために今日からできること!

日 3月15日(土)午後2時～3時30分
場 さくら会南大井複合施設(南大井5-19-1)
内 認知機能に効果的な「4+1」の紹介
人 区内在住で介護をしている方20人程度(先着)
申 3月14日(金)までに、電話で南大井在宅サービスセンター ☎5753-3900へ
問 南大井在宅サービスセンター(☎5753-3900 Fax5753-3955)
高齢者福祉課支援調整係
(☎5742-6728 Fax5742-6881)

「広報しながわ」を個別配送します ②電子申請

区内在住で希望する方には個別配送をしています。
申 問 ②か電話、FAXで住所、氏名、電話番号を戦略広報課(☎5742-6644 Fax5742-6870)へ

リサイクル・ごみ

問い合わせ／品川区清掃事務所(☎141-0032大崎1-14-1 ☎3490-7098 Fax3490-7041)

ご協力ください

●拠点回収(古着・古布、廃食用油、不用園芸土、小型家電〈携帯電話・スマートフォンなど〉・小型充電式電池)3月8日(土)・22日(土)午前10時～正午＝小学校など31カ所 小学校(台場・三木・第一日野・第三日野・後地・小山・第二延山・大原・鈴ヶ森・浅間台・京陽・城南第二・立会・旗台・大井第一・延山・宮前・芳水・伊藤・源氏前・小山台)、日野・伊藤・豊葉の杜学園、地域センター(品川第一・大崎第一・大井第二・八潮)、マイスクール西大井(旧大井第三地域センター)、区役所、品川区清掃事務所 ※雨天決行。
※回収時間外に回収品目を施設に置いていく行為はおやめください(時間外に学校等でのお預かりもできません)。

リサイクル情報紙「くるくる」(1日発行) ②電子申請

「ゆずりたい物」「ゆずってほしい物」を紹介、区施設などに置いてあります。4月号の掲載は、3月18日(火)までに②か電話、FAXでお申し込みください。



高齢者外出習慣化事業(4～9月)

月に1度、楽しい外出の機会を作りませんか。健康に役立つミニ講話や体操を行うほか、手作りの昼食を用意してお待ちしています。

会場	日時(全6回)	申込先
①東品川ゆうゆうプラザ (東品川3-32-10)	第4金曜日 正午～午後1時30分	みんなの食育 (☎6674-1803 Fax6674-1893) ※火曜日を除く午前10時～11時、 午後1時～5時
②南品川シルバーセンター (南品川5-10-3)	第2金曜日 正午～午後1時30分	
③平塚橋ゆうゆうプラザ (西中延1-2-8)	第2火曜日 正午～午後1時30分	
④大井林町高齢者住宅 (東大井4-9-1)	第3火曜日 午前11時30分～午後1時	長寿社会文化協会 (☎5405-1501 Fax5405-1502) ※土・日曜日、祝日を除く午前10時～ 午後5時

対象・定員／区内在住で、自分で会場への往復ができる60歳以上の方

①9人②～④各12人程度(抽選)

費用／各3,000円

申込方法／3月3日(月)までに、電話かFAX(1人1会場)に「外出習慣化」とし、希望番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を各申込先へ



問い合わせ 高齢者地域支援課高齢者活動支援担当 (☎5742-7671 Fax5742-6882)

品川区わかちあいの会

大切な人を自死(自殺)で亡くした方がご自身の思いを語り、聴き合う場です。

日時／2月28日(金)午後2時～4時

会場／品川保健センター(北品川3-11-22)

対象／身近な人やかけがえのない人を自死(自殺)で亡くした方 ※区外在住の方も参加可。

参加方法／当日、直接会場へ ※予約不要。匿名での参加も可。

問い合わせ 保健予防課こころの健康推進担当 (☎5742-7847 Fax5742-6013)

詳しくは
区ホームページを
ご覧ください



区議会のケーブルテレビ放送

問い合わせ

区議会事務局(☎5742-6810 Fax5742-6895 <https://gikai.city.shinagawa.tokyo.jp/>)

本会議での施政方針、代表質問、一般質問の様子が、ケーブルテレビ品川で放送されます。本会議の放送では、手話通訳を取り入れています。

●2月19日(水)の本会議

内容	放送日時
森澤 恭子 区長 施政方針	2/24(水) 15:00～15:45 (再) 3/ 1(土) 14:00～14:45
まつざわ和昌(自民) 代表質問	2/24(水) 16:00～17:00 (再) 3/ 1(土) 15:00～16:00
若林 ひろき(公明) 代表質問	2/24(水) 20:00～21:00 (再) 3/ 1(土) 16:00～17:00
大倉たかひろ(未来) 代表質問	2/24(水) 21:00～22:00 (再) 3/ 1(土) 17:00～18:00

ケーブルテレビ放送以外にも本会議のインターネット生中継をしています。また、本会議終了後おおむね1週間で録画配信もしています。品川区議会ホームページの「インターネット中継」からご覧ください。

●2月20日(木)の本会議

内容	放送日時
鈴木 ひろ子(共産) 代表質問	2/25(木) 15:00～16:00 (再) 3/ 1(土) 18:00～19:00
須貝 行宏(品改) 代表質問	2/25(木) 16:00～17:00 (再) 3/ 1(土) 20:00～21:00
ひがし ゆき(未来) 一般質問	2/25(木) 20:00～20:45 (再) 3/ 1(土) 21:00～21:45
おぎのあやか(無所属) 一般質問	2/25(木) 21:00～21:45 (再) 3/ 2(日) 14:00～14:45
澤田 えみこ(自民) 一般質問	2/26(金) 20:00～21:00 (再) 3/ 2(日) 15:00～16:00
こんの 孝子(公明) 一般質問	2/26(金) 21:00～21:45 (再) 3/ 2(日) 16:00～16:45

●2月21日(金)の本会議

内容	放送日時
木村 健悟(未来) 一般質問	2/27(金) 20:00～20:45 (再) 3/ 2(日) 17:00～17:45
西村 直子(自民) 一般質問	2/27(金) 21:00～22:00 (再) 3/ 2(日) 18:00～19:00
安藤 たい作(共産) 一般質問	2/28(金) 20:00～20:45 (再) 3/ 2(日) 20:00～20:45
やなぎざわ聡(無所属) 一般質問	2/28(金) 21:00～21:45 (再) 3/ 2(日) 21:00～21:45

以下は広告欄です。内容については、各広告主にお問い合わせください。

開催日程: 3/10(月)～3/14(金)

東京シティ競馬(大井競馬)は、東京23区が主催しています。

公式 X(旧Twitter) 公式 YouTube

TCK 検索

勝馬投票券の購入は20歳から、適度に遊ぶ、大人のたしなみ。
地方競馬の収益金は、畜産振興及び地方財政の改善に活用されています。

あなたの家でもみられます！
シナガワシTV

チャンネル10しながわ
チャンネル11品川区民チャンネル

ケーブルテレビ品川 10 11

しながわシティラン
SHINAGAWA CITY RUN

ケーブルテレビ品川
インターネット配信
で 生中継！
3月9日(日) 8:45～10:45

チャンネル11
シナガワTV11
品川区民チャンネル
ケーブルテレビ品川 検索

品川区公式
YouTube
チャンネル

▼ご視聴方法に関するお問い合わせは 受付時間/9:30～18:00
0120-559-470

ケーブルテレビ品川 検索
<https://www.cts.ne.jp>

お墓博士のセミナー & 相談会

知っておきたいお墓の話
お墓の多様化・お墓の承継・墓じまい

参加無料

3月7日(金) 14:00～16:00
会場 品川区大崎第二地域センター 第2集会室
大崎 2-9-4 (大崎ウエストシティタワーズ貢献施設棟)

参加希望の方は、お電話またはQRコードからお申し込みください

0120-440-193 QRコード

受付時間 10:00～17:00(平日) からの申し込み
開催日の前日までお申し込みができます

主催 INTER インターロック株式会社
品川区上大崎 2-7-16

お墓の相談.com 検索

親子ジュニアスポーツフェスタ2025

新学期に向けて好きなスポーツを見つけよう!

問い合わせ

スポーツ推進課少年少女スポーツ担当
(☎5742-6943 Fax5742-6585)

事前申込制プログラム

陸上競技

講師 塚原直貴
(北京五輪4×100m
リレー銀メダリスト)



バスケットボール

協力 しながわシティバスケットボールクラブ



SHINAGAWA CITY
BASKETBALL CLUB

その他のプログラム

バレーボール、ダンス、ヨガポーズチャレンジ、
笑うヨガ、芸人エクササイズ、新体操

親子で様々な種目を楽しむことができる体験型のスポーツイベントです。
申し込みなしで参加できるプログラムを多数用意しているほか、アスリートや
お笑い芸人も参加します。一緒にたくさんのスポーツを体験しましょう。

会場 総合体育館(東五反田2-11-2)

対象 区内在住か在学中で、5歳程度～小学生のお子さんと保護者

持ち物 動きやすい服、室内シューズ、くつ袋、飲み物、タオル
※一部の教室は事前申込制です。

自由参加プログラム(申し込み不要)

スマートフェンシング

講師 三宅諒
(ロンドン五輪男子フルレ
団体銀メダリスト)



ホッケー

協力 東京ヴェルディホッケーチーム、
フリークス東京



サッカー

講師 那須大亮
(元プロサッカー選手)



競技体験 スタンプラリー

当日様々な体験を
してスタンプを集め
て抽選会に参加し
よう。

植松隼人
(元デフサッカー
日本代表監督)



その他のプログラム

野球(ストラックアウト・キャッチボール)、ふうせんバレーボール、笑うスポーツ、卓球、器械体操、ボッチャ、
足つば10m走

イベントの内容や事前申込方法など詳しくは、イベントホームページをご覧ください。

ホームページはこちらから



消費生活教室

②電子申請

食材をムダにしない!
冷蔵庫からはじめる食品ロス削減



家庭から食品ロスを減らすための冷蔵庫の収納方法や、本来食べられる
はずの部分の廃棄(過剰除去)を減らす調理の工夫などについて解説しま
す。

日時 3月7日(金)午前10時～11時30分

会場 中小企業センター(西品川1-28-3)

講師 福田かずみ(食品ロス削減アドバイザー)

定員 30人(先着)

申込方法・問い合わせ 3月4日(火)午後5時までに、②か
電話で、消費者センター(☎6421-6136 Fax6421-6132)へ

電子申請は
こちらから

電子申請は
こちらから

荏原文化センター水泳教室

会場 荏原文化セ
ンター(中延1-9-15)

対象・定員 区内在住か
在勤の健康な方

①60歳以上50人②初心
者ではない16～76歳30
人(抽選)

申込書配布場所 文化センター、体育館、荏原第二・三・四地域センター、健康セン
ター、ゆたか・旗の台・小山・後地シルバーセンター、平塚橋ゆうゆうプラザ

申込方法・問い合わせ 3月7日(金)(必着)までに、申込書を荏原文化センター(☎142-
0053中延1-9-15☎3785-1241 Fax5702-2843)へ郵送か持参

※60歳以上の方は、過去1年以内の健康診断の結果の写しが必要です。

※健康に不安のある方は、医師の許可を必ず得てください。

コース	日時	参加費 (保険料込)
①シルバー コース	4月9日～6月18日の水曜日 午前11時30分～午後1時(全10回)	1,440円
②チャレンジ コース	4月11日～10月10日の金曜日 午後1時30分～3時(全19回)	2,760円

※参加費のほか、プール入場料が必要です。

7年度

ジュニア・リーダー教室 参加者募集

学校や地域で活躍でき
るリーダーをめざす教
室です。体験学習や集
団生活などを通して、
友だちとのかかわりに
ついて学び合います。

コース	会場	定員(抽選)
小学生コース (4～6年生)	①旗の台文化センター(旗の台5-19-5) ②五反田文化センター(西五反田6-5-1) ③南大井文化センター(南大井1-12-6)	各30人
中学・高校生 コース	こみゆにていぶらざ八潮(八潮5-9-11)	40人

日程・内容 5月18日～8年3月15日の日曜日に開催する教室 ※野外活動などは別会場で実施。
(月1回程度、午前9時30分～午後3時)とサマーキャンプ・冬合宿(宿泊)など

対象 区内在住で、団体活動にひとりで参加できる小学4年～高校生

参加費 小学生3,500円、中学生4,000円、高校生4,500円(年間活動費・保険料込)

※装備品の購入費やサマーキャンプ・冬合宿の参加費などは別。

申込方法 3月14日(金)までに、品川区電子申請サービスから申し込み

電子申請は
こちらから



スタッフ(受講生のリーダー) 募集

日程・内容 日曜日に開催する教室(月1回程度)、サマーキャン
プ・冬合宿(宿泊)などの2回程度の特別活動、教室運営のための
会議や研修会など

対象・定員 18～30歳くらいで、子どもたちと一緒にを行う団体
活動に深い理解と関心がある方(特に野外活動経験、レクリエー
ション・劇・音楽の特技がある方)10人程度(選考)
※謝礼あり。

申込方法 3月7日(金)までに、品川区電子申請サービス
から申し込み

面接・説明会 3月27日(木)午後6時30分～9時のうち30分
程度

会場 区役所261会議室(第二庁舎6階)



電子申請は
こちらから

●教室の開催日など詳しくは、募集ちらしaka区ホームページをご覧ください。

問い合わせ 子ども育成課子ども施策・計画担当(第三庁舎2階☎5742-6692 Fax5742-7196)