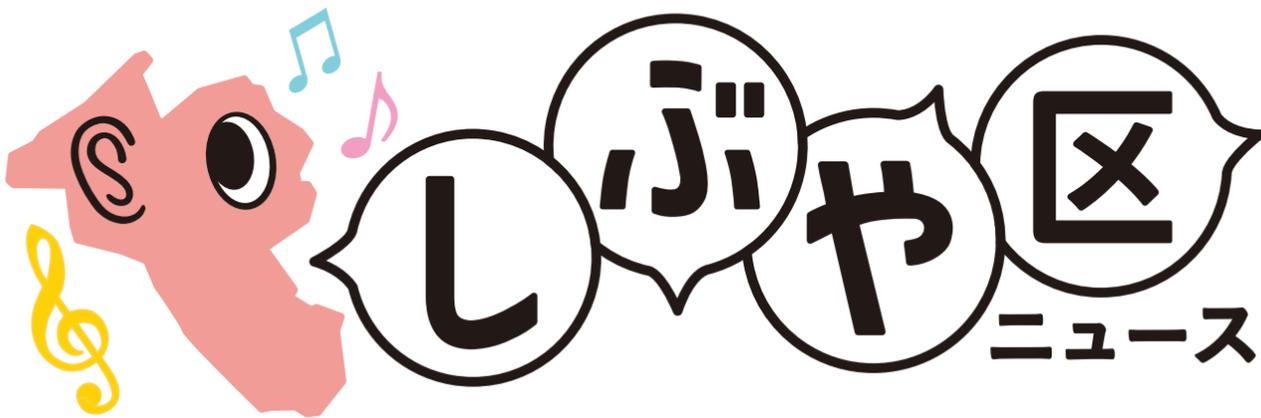


顔が見える。声が聞こえる。人をつなぐ。渋谷区からのお便りです。



令和元年
(2019年) 9月15日

No.1420

発行 | 渋谷区
編集 | 広報コミュニケーション課
所在地 | 〒150-8010 宇田川町1-1
電話 | 03-3463-1211 (代表)
HP | www.city.shibuya.tokyo.jp/
Twitter | @city_shibuya
Facebook | @shibuya.city
Instagram | @city_shibuya_official



バイオリニスト 吉村妃鞠さん

注目を集める8歳のバイオリニスト。
世界を魅了する音色を、渋谷から。

2 | バイオリンとともに成長。
3 | 渋谷育ちの豊かな感性と才能。

4 | LINE CUBE SHIBUYA (渋谷公会堂)
5 | 開設記念イベント ほか

6 | 9月は障がい者雇用
7 | 支援月間です ほか

8 | 暮らしの情報
11

渋谷区基本構想が掲げる渋谷区の未来像「ちがいを ちからに 変える街。渋谷区」

バイオリンとともに成長。渋谷育ちの豊かな感性と才能。

渋谷のラジオで
出張インタビュー

🎵 小学校2年生で国際コンクール3連覇を達成し、注目を集めるバイオリニストの吉村妃鞠さん。渋谷を拠点に世界の舞台で活躍する次世代のスターにお話を伺いました。



世界的に活躍できるバイオリニストになって、世界中の人たちに音楽を届けたいです。

バイオリニスト よしむらひまり 吉村妃鞠さん

——今日は演奏を特別に披露していただけると伺っています。早速ですが、演奏をお願いできますか？

吉村：はい。スペインの作曲家・サラサーテが作曲した『ツィゴイネルワイゼン』を2～3分に短くして演奏します。

♪『ツィゴイネルワイゼン』※演奏は渋谷のラジオ「渋谷の星」で放送

——ありがとうございました！とても素晴らしい演奏ですね。妃鞠さんは現在8歳とのことですが、バイオリンはいつから始めたのですか？

吉村：3歳の頃です。あまり覚えていないのですが、お母さんが子どもの頃に使っていたバイオリンをおばあちゃんが家に持ってきてくれて、最初は、おもちゃみたいに遊びながら弾いていたみたいです。小さい頃から、お母さんがバイオリンを弾くのを見ていたので自然と興味を持ったんだと思います。

——音楽家のご両親も驚くほど、バイオリンに夢中になっていったそうですね。バイオリンのどんなところに魅力を感じますか？

吉村：人の声に近い音とか、楽しい感じ、泣きたいような気持ち、いろいろな音が出せるところがとてもいいなって思います。

——練習は1日に何時間くらいしていますか？

吉村：学校がある日は1日3時間くらいで、休みの日は頑張って5時間くらい練習しています。飛行機で移動する日以外は、ほとんど毎日バイオリンを弾いています。

——複数の先生に習っているそうですね。

吉村：はい。レッスンをしてくださる先生は3人いて、外国に住む先生のお宅にも定期的に通っています。基本的に毎日の練習は、家でお母さんに見てもらっていて、先生が演奏している映像と一緒に見て確認したり、お母さんが朝の支度をしている時は一人で練習したりもします。

——自分で毎日“練習リスト”を作って練習しているそうですね。練習

が大変だと思うことはありますか？

吉村：もちろんあります。コンサートやコンクールの前は本当に大変です。うまく弾けないところがあって、お母さんと先生に「ゆっくり練習しなさい」と言われて、何度もゆっくり練習していると嫌になって「もう飽きた～」ってなっちゃう時もあります(笑)。

——それでも続けられるのは、きっと大変さよりも楽しさが勝るからでしょうね。演奏していて、どんな時が一番楽しいですか？

吉村：オーケストラと共演している時です。ピアノと一緒に演奏する時はあまり大きな音が出ないけれど、オーケストラは大勢の人たちが一緒に演奏するのでとても大きな音が鳴るんです。それがすごいなって思います。

——現在演奏できる曲数と、好きな作曲家・曲について教えてください。

吉村：今演奏できるのは10曲くらいです。好きな作曲家はラフマニノフというロシアの作曲家です。好きな曲はベートーベンの『バイオリンソナタ第8番』で、今一番弾けるようになりたい曲は、オーストリアの作曲家・コルンゴルトの『バイオリン協奏曲』です。この曲はとても難しいんですけど、練習して早く弾けるようになりたいです。

——バイオリンを演奏する時、どんなことを考えているのですか？

吉村：技術的なことも考えますが、曲に合わせていろいろイメージしています。例えば、さっき演奏したサラサーテの『ツィゴイネルワイゼン』は、本当は9分くらいあって、中間部はとても悲しい曲調になるんです。そこではシマウマの赤ちゃんがライオンに食べられて、シマウマのお母さんがなくなった赤ちゃんを探している…そういう、悲しくてどうにもならない感じをイメージして弾いています。パガニーニの『バイオリン協奏曲第1番』は、王子様とお姫様がお城に住んでいてファンファーレが鳴っている感じ、パガニーニの『ラ・カンパネラ』は、バレリーナが踊っていて、きれいな鐘の音が響いている感じをイメージしています。

——すてきなイメージですね。妃鞠さんは4歳からコンクールに出場し、これまでに国内外37のコンクールで全て1位という素晴らしい成績を収めていますが、この結果をどう受け止めていますか？

吉村：コンクールではいつも(年齢的に)私が一番小さいのですが、それでも1位になれるのはとてもうれしいです。

——コンクールに出場する時は、どんな気持ちで臨んでいますか？

吉村：もちろん1位を獲りたいと思っています。舞台袖では少しだけ緊張するけど、舞台上で演奏している時はとても楽しいし、夢中になって弾いているので緊張なんてしていない暇はありません。

——大舞台でも緊張しないのはすごいですね。コンサートやコンクールで、国内外のさまざまな場所に行かれていますが、好きな会場はありますか？

吉村：一番好きなのは、イタリアのフェルモにある「アクイラ劇場」です。

観客席が5階まであって、とてもすてきなホールです。日本だと、「サントリーホール」の大ホールが憧れます。まだ演奏したことがないので、早く演奏してみたいです。

——音楽活動と学校生活の両立は大変だと思いますが、何か工夫していることはありますか？

吉村：帰ってきたらすぐにバイオリンの練習をして、それが終わってから宿題をささっとやるようにしています。

——学校の友だちは、妃鞠さんの音楽活動について何と言っていますか？

吉村：お友だちはいつも演奏会に来てくれて「すごかったね」ってしてくれるし、先生も「妃鞠、頑張って」と応援してくれるので、うれしいです。

——好きな教科や休み時間の過ごし方など、普段の学校生活について教えてください。

吉村：好きな授業は、音楽と絵画と図工です。体育もけっこう得意で、1年生の時の運動会では男女混合の徒競走で2位になりました。とても悔しかったので、次は1位を狙いたいです。休み時間は、鬼ごっこやドロケイ(泥棒と警察の鬼ごっこ)をやって、逃げ回っています(笑)。

——バイオリン以外に好きなことや興味があることはありますか？

吉村：小さいころから活字が好きで、自分で漢字を勉強しています。

——4歳で日本漢字能力検定(漢検)9級に国内史上最年少で満点合格し、7歳で実用英語技能検定(英検)3級に合格されたそうですね。

吉村：はい。漢字は、2歳くらいからお母さんが漢字で書かれた本を見せてくれて、最初は読み方を覚えて、4歳くらいから書くようになりました。「麒麟」とか「葡萄」とか、難しい漢字ほど覚えるのが面白いんです。英語は、外国に行った時に喋れないといけないので、いい勉強になるかなと思って英検を受けました。海外のオーケストラの人たちとは英語で会話をしているけれど、もっといろいろな人と話せるようになりたいから、今はドイツ語も勉強しています。

——現在、渋谷区在住とのことですが、渋谷でお気に入りの場所はありますか？

吉村：恵比寿ガーデンプレイスによく行きます。お買い物したり、芝生で遊んだりするのが好きです。

——10月13日(日)には、渋谷区役所の隣にLINE CUBE SHIBUYA(渋谷公会堂)がリニューアルオープンします。オープン当日にステージに立つと伺いましたが、どんな曲を演奏したいですか？

吉村：サラサーテの『ツィゴイネルワイゼン』やパガニーニの『バイオリン協奏曲第1番』などを演奏してみたいです。今日、完成したばかりのホールを見学させてもらったんですけど、とてもすてきなホールで音もよく響いていたので、演奏するのが楽しみになりました。

——他にも、コンサートの予定はありますか？

吉村：10月にウクライナのキエフで、キエフ国立フィルハーモニー交響楽団と共演する予定で、11月にロシアのモスクワで、ロシア・ナショナル・フィルハーモニー管弦楽団と共演する予定です。来年の春には国内のプロオーケストラと一緒に東北から九州まで回るので、たくさんの人に聴きにきてもらいたいです。

——今後が楽しみです。最後に区民の皆さんへメッセージをお願いします。

吉村：10月13日(日)にLINE CUBE SHIBUYA(渋谷公会堂)で演奏するので、皆さんぜひ聴きにきてください。バイオリンのいろいろな音色を楽しんでもらえたらうれしいです。

吉村妃鞠さんプロフィール - PROFILE -

平成23年生まれ。バイオリニスト。これまで、小栗ま絵、ザハール・ブロン、原田幸一郎、森川ちひろに師事。6歳でオーケストラデビュー。平成30年にベルギーで開催された「第12回グリュミオー国際バイオリンコンクール」では最年少7歳で出場、第1位および特別グランプリ賞を獲得。これまでに国内外37のコンクールに出場し、全て1位を獲得。幼い頃から「活字好き」で、日本漢字能力検定(漢検)9級の国内史上最年少、満点合格を果たした。



▲LINE CUBE SHIBUYA(渋谷公会堂) ▲(6歳時)初めてオーケストラと共演(写真提供:岩切等)

公演スケジュール

- 【国内】
 - 10月13日(日) LINE CUBE SHIBUYA(渋谷公会堂) ※詳しくは4ページをご覧ください。
 - 令和2年4~5月 日本ツアー(東北から九州まで) 国内のプロオーケストラと共演
- 【海外】
 - 10月 ウクライナ(キエフ) ニコライ・ジャジュラ指揮、キエフ国立フィルハーモニー交響楽団と共演
 - 11月 ロシア(モスクワ) ウラディーミル・スピヴァコフ指揮、ロシア・ナショナル・フィルハーモニー管弦楽団と共演

📺 吉村妃鞠さんのインタビューは9月17・24日に「渋谷の星」で放送します。

問 広報コミュニケーション課 広報係 ☎3463-1287 📠5458-4920

LINE CUBE SHIBUYA(渋谷公会堂)開設記念イベント 多様な文化を未来へつなぐ

YOU MAKE SHIBUYA

区内で活躍する文化団体などが、LINE CUBE SHIBUYAの開設を記念し、さまざまな演目を披露します。

- ▶日時 10月13日(日)
14:30~18:10(14:00開場)
- ▶定員 1,400人(先着)
- ▶申込 当日会場

時間	出演
14:30~14:55	吉村妃鞠(バイオリン)
15:00~15:30	渋谷区合唱連盟(合唱)
15:30~18:10	渋谷区文化団体連合会 (書道、民謡、吟剣詩舞、民謡舞踊、日舞、洋舞)

※茶席(無料)と挿花あり



Perfume「Reframe 2019」

LINE CUBE SHIBUYAとして生まれ変わる渋谷公会堂のこけら落とし公演に、招待します。

▶日時

10月16日(水) 19:00開演(18:00開場)	10月22日(火・祝) 16:00開演(15:00開場)
10月17日(木) 19:00開演(18:00開場)	10月23日(水) 19:00開演(18:00開場)
10月19日(土) 17:00開演(16:00開場)	10月26日(土) 17:00開演(16:00開場)
10月20日(日) 16:00開演(15:00開場)	10月27日(日) 16:00開演(15:00開場)

- ▶出演 Perfume(パフューム)
- ▶対象 区内在住で小学生以上の人
- ▶定員 各10人(抽選)
- ▶申込 9月23日(必着)までに往復ハガキで(住所、氏名、年齢、電話番号、希望日、本人確認のできる顔写真付きの身分証明書の種類を記入)、〒150-0042宇田川町1-1 LINE CUBE SHIBUYAへ
※1人1通まで、譲渡による代理入場不可
※詳しくは「LINE CUBE SHIBUYA」HPをご覧ください。

渋谷区チャリティーイベント Koen-Dori Session

区が取り組む「こどもテーブル事業」へチケット代金の一部を寄付し、活動に役立てていきます。

- ▶日時 11月4日(月・休) 15:00開演(14:00開場)
- ▶出演 きゃりーばみゅばみゅ ほか
- ▶費用 3,000円(全席指定、消費税別)
- ▶申込 10月14日からLINEチケットで

区民先行販売

- ▶対象 区内在住・在勤・在学の人
- ▶申込 9月18日からLINEチケットで

(共通事項)

- ▶会場 LINE CUBE SHIBUYA(渋谷公会堂)
- ▶問合せ LINE CUBE SHIBUYA(☎5457-3304 ㊟5457-3307)

河津さくらの里しづや・二の平渋谷荘

10月のお得な情報

河津

☑ アワビのやわらか煮サービス

- ▶日程 10月1日(火)~31日(木) ※土・日曜日、祝日を除く
初日の夕食時に、土曜日から3泊・日曜日から2泊の場合は月曜日に提供

☑ のんびり湯治プラン(4泊)

- ▶日程 10月1日(火)~31日(木) 4泊目の宿泊代無料

☑ 農業体験バスツアー もち米とサツマイモの収穫

- ▶日程 10月26日(土)~27日(日) 1泊2日
- ▶定員 40人(抽選)
- ▶費用 18,000円(4~11歳14,500円、3歳以下500円)
- ▶申込 9月30日(必着)までに河津さくらの里しづやHPまたは申込書をファクスで河津さくらの里しづや東京事務所へ
※申込書は区役所本庁舎7階地域振興課、出張所・区民サービスセンターなどで配布

河津・二の平

☑ 2施設共通ウェルカムキャンペーン

- ▶日程 12月20日(金)まで
※2人以上のグループで利用の場合、区外料金を割引します。除外あり、詳しくはHPをご覧ください。

☎河津さくらの里しづや(☎0558-32-1020 ㊟0558-32-2830)
河津さくらの里しづや東京事務所(☎6419-7956 ㊟6427-2539)
二の平渋谷荘(☎0460-82-3132 ㊟0460-82-3129)
二の平渋谷荘東京事務所(☎6419-7622 ㊟6427-2539)

ハンドボールの東京2020大会 テストイベントを 観戦しよう



日時	内容	定員(抽選)
11月23日(土・祝)	12:00から、14:15から 男子 日本選手権 準決勝(2試合)	30人
	17:30から、20:00から JAPAN CUP 2019 (WOMEN)(2試合)	30人
11月24日(日)	14:05から 男子 日本選手権 決勝	30人
	17:30から、20:00から JAPAN CUP 2019 (WOMEN)(2試合)	30人

※いずれも試合開始時間です。

- ▶会場 国立代々木競技場(神南2-1-1)
- ▶対象 区内在住・在勤・在学の人優先
- ▶申込 10月4日(必着)までにファクスまたは応募フォームで(全員の氏名、年齢、代表者の住所、電話番号、希望日、希望人数(4人まで))、(株)スポーツビズへ(☎5537-8461)



▲応募フォーム

☎オリンピック・パラリンピック推進課
(☎3463-1849 ㊟5458-4938)

国民健康保険(国保) あなたの健康と生活を支えます

●国民健康保険に加入するには

▶加入要件

- 区内在住の人は、全て渋谷区国保に加入しなければなりません(次のいずれかに該当する人は除く)。
- ・後期高齢者医療制度の被保険者
- ・職場の健康保険、共済組合、船員保険の被保険者(組合員)とその被扶養者
- ・国民健康保険組合の被保険者
- ・生活保護受給者
- ・外国籍で在留期限が切れている、または在留資格が「外交」「短期滞在」、観光・保養・医療を受けることなどを目的とする「特定活動」の人
- ・外国籍で在留期間が3か月以下の場合で、日本に3か月を超えて滞在することを証明できない人

▶届け出

世帯主は、世帯内に加入・喪失・変更など国保資格の異動があったときは、14日以内に届け出が必要で、届け出が遅れても資格が発生したときにかかのぼるため、過去の分の保険料が発生する場合があります。
※届け出に必要な書類などは問い合わせください。

▶届け出場所

区役所本庁舎3階国民健康保険課、出張所・区民サービスセンター
※外国籍の人は出張所・区民サービスセンターでは手続きができません。

☎国民健康保険課資格賦課係(☎3463-1781 ㊟5458-4940)

●医療費の返還など

転出したときや、ほかの健康保険へ加入した場合は、区国保に届け出るとともに受診中の医療機関へ、保険が変わったことを伝えてください。資格喪失後、区の国保で診療を受けた場合は、医療費を返還してください。

☎国民健康保険課給付係(☎3463-1776 ㊟5458-4940)

●保険料を納めない

納期限までに納めない場合は、延滞金が加算されることがあります。未納が続くと、財産の差し押さえや有効期間の短い国保証などを交付する場合があります。
※支払いが困難な場合は相談してください。

☎国民健康保険課収納係(☎3463-1794 ㊟5458-4940)

●保険料の支払いは口座振替で

▶申込に必要なもの

- ・本人確認ができるもの(健康保険証など)
- ・金融機関のキャッシュカード(手続き時に暗証番号が必要)

▶申込場所

区役所本庁舎3階国民健康保険課、出張所・区民サービスセンター
※郵送可。詳しくは問い合わせください。

◆モバイルレジ・LINE Payによる納付

納付書1枚につき30万円までは、スマートフォンでも納付できます。「モバイルレジ」の決済方法はネットバンキングと、クレジットカード(決済手数料が別途必要)です。「LINE Pay」は「請求書支払い」が利用できます。チャージは、コンビニ、セブン銀行ATM・口座などからできます(決済手数料は無料ですが、ポイント付与やマイカラーの対象にはなりません)。

☎国民健康保険課収納係(☎3463-1784 ㊟5458-4940)

●特定健康診査・特定保健指導を受けましょう

▶対象 区国保に加入している40~74歳の人

※受診は無料、対象者には受診券を送付しています。
4月2日以降新たに区国保に加入した人には、申し出により受診券を送付します。

特定健康診査とは

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に着目した生活習慣病予防の観点から、問診、身体計測、腹囲・血圧測定、血液・尿検査などを行います。

特定保健指導とは

特定健康診査の結果から、生活習慣の改善が必要な人には、保健指導を行い、身体状況や生活習慣に変化が見られるよう専門家が支援します。対象者にはお知らせを送付します。

☎特定健康診査・受診資格は

国民健康保険課経理係(☎3463-1768 ㊟5458-4940)

・特定健康診査項目・特定保健指導は

中央保健相談所保健予防係(☎3463-2433 ㊟5458-4944)

パソコン・スマートフォンで口座振替の 申し込みができます

対象公金	問い合わせ
特別区民税・都民税(普通徴収)	税務課税務管理係(☎3463-1706 ㊟5458-4913)
国民健康保険料	国民健康保険課収納係(☎3463-1784 ㊟5458-4940)
後期高齢者医療保険料	国民健康保険課高齢者医療係(☎3463-1897 ㊟5458-4940)
介護保険料	介護保険課保険係(☎3463-2013 ㊟5458-4934)
保育園保育料	保育課保育管理係(☎3463-2483 ㊟5458-4907)
幼保一元化施設保育料	
幼保一元化施設スポット延長保育料	
区立保育室保育料	

※本サービスはヤマトシステム開発(株)と各金融機関が提供するセキュリティーで保護された外部サイトを利用します。

※複数の公金の口座振替を希望される場合は、公金ごとに登録手続きが必要です。
※対象金融機関、振替日(引落日)など詳しくは区HPをご覧ください。

サンロッカース渋谷 TIP OFF EVENT 2019



渋谷をホームタウンとするプロバスケットボールチーム「サンロッカース渋谷」。2019-2020シーズン、10月5日(土)に青山学院記念館で行われるホーム開幕戦を控えた選手・スタッフをお披露目します。

- ▶日時 9月25日(水) 18:00から
- ▶会場 区役所本庁舎15階スペース428
- ▶申込 当日会場
- ※詳しくはサンロッカース渋谷へ(☎4564-2939)

☎スポーツ振興課事業調整主査(☎3463-3296 ㊟3463-3822)

区民参加型

しづや投稿フォトギャラリー

テーマ 夏の思い出

♫凛として立つ
カマキリ
代々木在住▶
とみーさん



夏祭りの
楽しみ
◀笹塚在住
小澤志津香さん
娘の楽しみは
夏祭りの
カキ氷です

区内で撮影した写真を募集します

募集テーマ 動物さん、いらっしやい

掲載予定号 11月15日号
応募資格 区内在住・在勤・在学の人
応募方法 10月20日までに応募フォームで



▲応募フォーム



☎広報コミュニケーション課広報係(☎3463-1287 ㊟5458-4920)

9月は障がい者雇用支援月間です

9月は障がい者雇用への関心と理解を深め、障がい者の自立を支援するための雇用支援月間です。区では多様な働き方を推進するため「超短時間雇用」を開始しています。また、区役所や民間企業で働く様子を紹介する写真展と自主製品の販売会を開催します。



働く障がい者写真展

▶日程 9月17日(火)～27日(金)

自主製品販売会

▶日時 9月27日(金) 11:00～15:00

▶品物 焼き菓子、雑貨など

<共通事項>

▶会場 区役所本庁舎1階



囲障がい者福祉課就労支援主査(☎3463-1922 ㊟5458-4935)

福祉タクシー券(後期分)を交付します

▶交付日 9月24日(火)から

▶対象 区内在住で次のいずれかに該当する人

・身体障害者手帳1・2級

・身体障害者手帳3級で、下肢・体幹・呼吸器(常時酸素吸入装置携帯)機能障害

・愛の手帳1・2度

▶申込 申込書を〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎2階障がい者福祉課給付係へ郵送・持参

※申込書のない人は、問い合わせてください。

囲障がい者福祉課給付係(☎3463-1924 ㊟5458-4935)

福祉用具購入費と住宅改修費の一部を支給します

○福祉用具購入費

▶対象となる用具

腰掛便座、入浴補助用具、自動排泄処理装置の交換可能部品、簡易浴槽、移動用リフトのつり具部品

▶支給限度額(年間) 10万円

※都道府県が指定した特定福祉用具販売事業者からの購入に限ります(通信販売は対象外)。

○住宅改修費

▶対象となる改修

手すりの取り付け、段差の解消、滑り防止などのための床材変更、引き戸など扉の取り替え、洋式便器への取り替え

▶支給限度額 20万円

※着工前に申請してください。

<共通事項>

▶対象 介護保険で要支援・要介護と認定された人

▶支給方法 次のいずれか

・事業者に全額支払い後、保険給付分(対象費用の9割か8割または7割)を受領する。

・事業者の同意を得て自己負担分(対象費用の1割か2割または3割)を支払う。

※支給対象とならない場合があります。事前にケアマネジャーなどに相談してください。

資金貸付制度

福祉用具購入費、住宅改修費などで、一時的に支払う費用が高額になり、支払いが困難な場合に、介護保険給付の見込額の範囲で資金を無利子で貸し付けています。希望する人は、事前に問い合わせください。

囲介護保険課介護給付係(☎3463-1997 ㊟5458-4934)

9月21日は世界アルツハイマーデーです

日本では、2025年には65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれています。認知症は誰でもなる可能性がある病気で、自分のこととして考える必要があります。区では認知症高齢者の相談・支援などを行なっています。

不安や心配ごとはまず相談を

地域包括支援センター

住み慣れた地域で暮らし続けられるように総合的な支援を行います。不安なことがある時は、地域包括支援センターへ連絡してください。

オレンジカフェ

認知症の人やその家族、地域の人などが誰でも参加でき、気軽に相談や情報交換ができる場所です。



名称	会場	開催日
ハラッパーズ	ケアコミュニティ・原宿の丘	水曜日
ひがし優つくりカフェ	ひがし健康プラザ	第3木曜日
ふらっとカフェ	恵比寿社会教育館	第2水曜日
松濤茶房	アリア松濤(松濤1-15-11)	不定期
オレンジカフェらいふ	らいふ代々木(代々木1-30-3)	第3火曜日
あやめカフェ	あやめの苑・代々木	第3土曜日
Stepカフェ	はつらつセンター・参宮橋	第4水曜日
カフェグラダ初台	グラダ初台(初台1-4-11)	第2土曜日
チャームプレミアカフェ初台	チャームプレミア代々木初台(初台2-25-4)	第3木曜日
たんぼほカフェ	はつらつセンター・富ヶ谷	第2土曜日
Cafeマリエ	杜の風・上原	第1日曜日
カフェ縁「ゆかり」	グランレーヴ渋谷(西原1-32-8)	第2水曜日
優つくりカフェ せせらぎ	総合ケアコミュニティ・せせらぎ	第4月曜日(奇数月)
ピースマイル	けやきの苑・西原	第3土曜日
ひびきカフェ	アリア代々木上原(西原3-43-18)	第4土曜日
カフェ・つばめ	つばめの里・本町東地域包括支援センター	火曜日
渋谷本町cafeサバン	もみの樹・渋谷本町(本町5-25-1)	第3金曜日
幡ヶ谷ひだまりカフェ	笹幡地域包括支援センター	第4木曜日

外出に不安な人のために、万が一の場合に備えて

見守りキーホルダー

行方不明になって保護された場合、迅速に本人情報を提供するためのものです。警察、消防、医療機関などから照会があった場合、緊急連絡先へ連絡します。詳しくは地域包括支援センターへ問い合わせください。

おかえりサポートメール

行方不明となるおそれのある人の情報を登録し、行方不明となった際にその情報を協力者にメールで配信します。登録方法など詳しくは地域包括支援センターへ問い合わせください。

囲高齢者福祉課高齢者相談支援係(☎3463-1989 ㊟3463-2873)

10月1日は「平和・国際都市 渋谷の日」です

10月1日は次の施設を無料で開放します。詳しくは各施設に問い合わせください。

施設名	時間
代官山スポーツプラザ(プール) ☎5428-0831 ㊟5428-0832	7:00～21:00
リフレッシュ氷川(和室) ☎5466-7700 ㊟5466-1101	9:00～17:30
勤労福祉会館(卓球・バドミントン・バレーボール利用) ☎3462-2511 ㊟3462-2022	9:00～21:00
スポーツセンター(プール、トレーニング室) ☎3468-9051 ㊟3468-9133	9:00～21:00
猿楽トレーニングジム(トレーニング室) ☎3461-3447 ㊟3461-3448	9:00～21:00
上原中学校温水プール(プール) ☎3460-7531 ㊟3460-7531	16:00～21:00

▶対象 区内在住・在勤・在学の人

※郷土博物館・文学館、ふれあい植物センターも無料開放します。

囲文化振興課交流推進係(☎3463-1142 ㊟5458-4938)

9月20～26日は「動物愛護週間」です

飼い方とマナーを考えてみませんか

ペットを迎える前のチェックシート

鳴き声やトイレなどのしつけができますか

世話や遊びの時間を作れますか

命ある限り、飼い続けることができますか



犬を飼っている人へ

・散歩のときなどはマナーを守りましょう

首輪・リード(引き綱)を着けて、フン・尿は、飼い主が責任をもって処理する。

フンの処理袋(新聞紙)、水の入ったペットボトルを携帯する。

鑑札(登録時に交付)を着ける。

・犬の登録と予防注射をしましょう

一生に一度の登録と、年1回(4～6月)の狂犬病予防注射を受ける。

・人をかんでしまったら保健所に連絡しましょう

24時間以内に事故発生地の保健所に事故発生届を提出する。

48時間以内に獣医師の検診を受ける。

猫を飼っている人へ

・交通事故、ケガ、病気、失踪、近隣へのフン・尿被害などを防ぐため屋内で飼育しましょう

トイレやつめどきを用意し、上下運動ができる工夫をする。

・不妊・去勢手術を行いましょう

渋谷区協力獣医師の病院などに申込をする(区から助成あり)。

地域猫活動

住民・ボランティア・行政が協力して、飼い主のいない猫の不妊・去勢手術をし、地域の理解と協力を得ながら「地域で管理された猫」としていく取り組みです。

飼い主のいない猫を減らし、地域環境を改善します。

●エサやりの3原則

・決まった時間と場所で与え、食べ終わるまで見守り、すぐに片付ける。

・猫用トイレを設置し、フン・尿を清掃する。

・飼い主のいない猫を増やさないために不妊・去勢手術をする。

●登録ボランティア制度

地域猫活動を円滑に進めるには、トイレのしつけや見守り方法などの知識や経験が必要になります。これらを多くの人に伝え、活動の輪を広げていくのが登録ボランティアです。

内容	問い合わせ
犬の登録、狂犬病予防注射済票の交付、犬の死亡届、猫の去勢・不妊手術費助成、地域猫活動、猫の保護用ケージ貸出し	生活衛生課事業係 (☎3463-2246 ㊟5458-4943)
犬や猫の失踪 犬や猫の里親	東京都動物愛護相談センター (☎3302-3507)
ペットが死んだときの有料引き取り	渋谷区清掃事務所 (☎5467-4300 ㊟5467-4301)

囲生活衛生課事業係(☎3463-2246 ㊟5458-4943)

令和2年度 渋谷区奨学資金の貸付

▶対象 次の全てに該当する20歳未満の人

・区内に6か月以上居住している(令和2年3月31日時点)

・奨学資金の貸付を受けないと就学が困難である

・令和2年4月に高等学校、高等専門学校、専修学校高等課程(職業教育を目的とする学校)に進学を希望している、または在学している

・修学の意欲が旺盛で心身ともに健全である

・国や他の団体から同種の資金の貸付を受けていない

※世帯の所得条件があります。詳しくは問い合わせください。

▶貸付額

種類	国公立専修学校高等課程	私立
奨学資金	月額15,000円	月額28,000円
入学資金	76,000円	220,000円
進級資金	進級時(希望者のみ)	8,000円

▶定員 20人程度

▶申込 10月25日までに区役所本庁舎4階学務課学係で

(区立中学校に在学している人は各学校で)

囲学務課学係(☎3463-2986 ㊟5458-4953)

がん検診のお知らせ

区の指定医療機関で、無料でがん一次検診を受けられます。

受診にはクーポン券が必要です。

▶クーポン券発送対象

区内在住で、下表検診の対象年齢のうち、次のいずれかに該当する人

・過去3年以内に区のがん検診を受診した

・令和2年4月1日時点で20・40・50・60・70歳になる

※国の事業は対象者全員に発送します。

※対象者で過去3年以内に受診をしていない人や転入者には、希望によりクーポン券を発送します。

※妊娠中(大腸がん検診は受診可)や治療中などで受診できない場合があります。

▶がん検診対象

がん一次検診(区の事業)

検診名	検診内容	対象年齢 (令和2年4月1日現在)
胃	胃内視鏡検査、バリウムX線検査(いずれかを選択)	50歳以上で偶数年齢
	バリウムX線検査	・43～49歳 ・50歳以上で奇数年齢※1
肺	胸部X線・喀痰検査※2	40歳以上
大腸	問診・便潜血検査	40歳以上で偶数年齢の女性※3
乳	マンモグラフィー・視触診併用	
子宮頸	視診・内診・子宮頸部細胞診	20歳以上で偶数年齢の女性※3

※1 昨年度に区のクーポン券で胃内視鏡検査を受診した人を除きます。

※2 喀痰検査は原則50歳以上で喫煙指数600以上(1日本数×喫煙年数)の人が対象です。

※3 奇数年齢の人でも前年度に未受診の場合に限りクーポン券が発行できます。希望する場合は問い合わせください。

新たなステージに入ったがん検診の総合支援事業(国の事業)

検診名	検診内容	対象者
乳	マンモグラフィー・視触診併用	昭和53年4月2日～54年4月1日生まれの女性
子宮頸	視診・内診・子宮頸部細胞診	平成10年4月2日～11年4月1日生まれの女性

▶発送・受診期間

クーポン券は、年3回に分けて発送します。40歳以上で区と国の事業の対象者には、クーポン券が複数の封筒で届くことがあります。

期	誕生月	発送(発送済み)	受診期間
1	4～8月	4月上旬	4～9月
2	9～12月	7月上旬	7～12月
3	1～3月	9月上旬	9～2月

囲中央保健相談所保健予防係(☎3463-2433 ㊟5458-4944)

区立小中学校・幼稚園の応答メッセージによる電話対応を開始します

教員の働き方改革により、教員にしかできない教育活動に全力で取り組む環境づくりを進めるため、災害や子どもの指導に関し緊急の場合を除き、教員が外部からの問い合わせの対応を理由に勤務時間外の勤務をすることがないように応答メッセージで対応します。

▶運用開始 10月15日(火)から

▶応答メッセージ対応時間

対象施設	勤務日	長期休業期間など
小学校	18:00～7:45	17:00～7:45
中学校	19:00～7:45	19:00～7:45
臨川、広尾、本町幼稚園	17:30～7:20	17:30～7:45
山谷幼稚園	17:00～8:00	17:00～8:00
千駄谷幼稚園	19:30～7:30	19:30～7:30

※休日は終日対応になります。行事、災害、緊急対応時は、時間を変更する場合があります。

囲応答メッセージ電話は

庶務課庶務係(☎3463-2969 ㊟5458-4951)

・教員の働き方改革は

指導室指導主事(☎3463-3024 ㊟5458-4952)

SHIBUYA's Life Information

くらしの情報

回日程・時間 会場・会場 内容 講師 対象・資格(在住・在勤・在学は渋谷区内) 定員・人数
費用(記載なしの場合は無料) 持ち物(特に必要なもの) 申し込み・応募方法 問い合わせ
ホームページ 子ども向け 子育て世代向け 高齢者向け 電子申請で申込可

保健

9月1日から飲食店内の喫煙状況についての店頭表示が義務化されました

まだ掲示していない店舗などは速やかに対応してください。標識(ステッカー)を希望する場合は区へ、条例については東京都受動喫煙防止対策相談窓口へ(☎0570-069690) 問い合わせください。 圏地域保健課健康推進係 (☎3463-2412 ㊟5458-4978)



9月は「がん征圧月間」です

次のことに注意しましょう。
・たばこは吸わない、他人のたばこの煙を避ける
・飲むなら、節度のある飲酒
・食事は偏らずバランスよくとる
・日常生活を活動的に過ごす
・体重は適正な範囲に維持する
・肝炎ウイルス、ピロリ菌の検査
圏地域保健課健康推進係 (☎3463-2412 ㊟5458-4978)

インフルエンザ予防接種

回10月1日(火)～2年1月31日(金)

●**高齢者**
接種時に①65歳以上の人(12月31日現在)、②60～64歳で心臓・じん臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障がいがある身体障害者手帳1級程度の人(新規の人は事前に連絡が必要) ※①9月下旬に接種票を送付
接種場所23区内の指定医療機関
●**子ども**
対1歳～中学生
圏区内指定医療機関へ電話で ※詳しくは区㊟をご覧ください。
圏地域保健課感染症対策係 (☎3463-2416 ㊟5458-4978)

9月24～30日は結核予防週間です

結核は重大な感染症の一つで、誰でも感染する可能性があります。2週間以上続く咳・たん、発熱、体のだるさ、体重減少などの症状がある場合は、早めに呼吸器内科を受診しましょう。定期的な健診も大切です。治療にかかる費用は助成される場合があります。 ※詳しくは問い合わせください。
圏地域保健課感染症対策係 (☎3463-2416 ㊟5458-4978)

ハガキ・ファクスなどの記入例

希望講座・コース・希望日・時間
①〒・住所 ※
②氏名(ふりがな)
③年齢
④電話番号
・その他必要事項

①～④を全て記入してください(消せるペン不可)。
※在勤の人は勤務先・所在地、在住・在学の人は学校名(学年)・所在地を記入
・申込は原則1人1通
・往復ハガキの場合は、返信用の住所・氏名も記入してください。

アレルギー疾患教室

内容など	日時	講師
① 乳幼児の食物アレルギーの基礎知識や災害時の備えと対応	10月24日(木) 14:00～16:00	小児アレルギーエデュケーター 長谷川実穂氏
② やさしいヨガ	10月26日(土) 14:00～15:30	ヨガインストラクター 轟以奈子氏
③ 長引く咳について	11月7日(木) 13:30～16:30	昭和大学特任教授 田中一正氏

圏区役所第二美竹分庁舎
対①主にアレルギー疾患を持つ乳幼児の保護者、妊娠中の人、②・③在住・在勤・在学の人
定各50人(先着) ※①は託児(未就学児)あり
回9月25日から電話で
圏中央保健相談所保健予防係 (☎3463-2433 ㊟5458-4944)

幼児の食事とおやつ

回10月16日(木)15:00～16:00
圏幡ヶ谷保健相談所
内容簡単にできるおやつ紹介と試食
講師 栄養士
対在住の1歳6か月～3歳の子と保護者
定15組(先着) 回9月20日から電話で
圏中央保健相談所母子保健係 (☎3463-2444 ㊟5458-4944)

休日・夜間の急病に

- 休日・夜間診療**
- 区民健康センター桜丘**
(☎3464-3478、文化総合センター大和田内)
出18:00～21:00、(日)祝・休9:00～13:00、14:00～21:00
※9:00～18:00は内科・小児科、18:00～21:00は内科のみ
※調剤薬局(☎6416-0458)あり
- しぶや子ども救急室**
(☎3400-1311、日本赤十字社医療センター〈広尾4-1-22〉内)
19:00～22:00 ※小児科のみ
- 病院内(通年・24時間)**
- 渋谷消防署(☎3464-0119)**
- 救急車を呼ぶか迷った時は(通年・24時間)**
- 東京消防庁救急相談センター(☎7119または☎3212-2323)**

休日歯科診療

- 渋谷区口腔保健支援センター プラザ歯科診療所**
(☎5466-2770、ひがし健康プラザ内)
(日)・(祝)・(休)9:00～17:00
- 休日歯科応急診療所(指定歯科医院)の案内**
(日)・(祝)・(休)9:00～13:00
※9月15・16・22・23日、10月13・14日は9:00～17:00
※指定歯科医院は「渋谷区コールセンター」「ひまわり」で案内しています。

- 都の医療機関案内「ひまわり」**
(☎5272-0303、聴覚障がい者専用㊟5285-8080)
- ㊟www.himawari.metro.tokyo.jp/**
- 医療機関案内 通年・24時間**
- 医療についての相談(月～金)9:00～20:00**

庁舎アクセス

- A 渋谷区役所本庁舎**
〒150-8010 宇田川町1-1
- B 渋谷区役所美竹分庁舎**
〒150-0002 渋谷1-2-17
- C 渋谷区役所第二美竹分庁舎**
〒150-0002 渋谷1-18-21
- D 区民サービスセンター**
〒150-8510 渋谷2-21-1
渋谷ヒカリエ 8階
- E 文化総合センター大和田**
〒150-0031 桜丘町23-21



妊婦面接などの申込がLINEからできます

9月17日から一部の渋谷区子育てネウボラ事業の予約申込が渋谷区LINEアカウントからできます。 圏地域保健課健康推進係 (☎3463-2412 ㊟5458-4978)



催し物

リサイクルバザール フリーマーケット

日時	会場	責任者
9月29日(日) 10:00～14:00	幡ヶ谷区民会館	三原(☎3377-8739) 服部(☎3376-7987)

※フードドライブ(家庭で余っている食品)の受付も行います。
定25店舗(先着)
費1店舗1,000円
回9月28日10:00から会場
圏清掃リサイクル課リサイクル推進係 (☎5467-4073 ㊟5467-4076)

LGBTコミュニティスペース 「#渋谷にかける虹-パートナーシップ証明」

回10月6日(日)13:30～16:00(13:00開場)
内容制度の説明と取得者を囲んだトークセッション
定50人(先着)
圏当日会場
※詳しくは#渋谷にかける虹㊟をご覧ください。
圏 圏男女平等・ダイバーシティセンター〈アイリス〉(☎3464-3395 ㊟3464-3398)

日時	会場	内容(定員)
10月2日(木) 13:30～15:30	さかえ湯(東)	津軽三味線を聞きましよう(20人)
10月7日(月) 14:00～16:00	大黒湯	ちぎり絵を楽しむ(20人)
10月8日(火) 12:00～14:00	羽衣湯	気軽にジャズ体験(30人)
10月23日(木) 13:30～15:30	第二かねぎ湯	いきいき脳のトレーニング(20人)
10月28日(月) 13:00～15:00	宝来湯	香りでリラックス(20人)

対高齢者入浴デー利用者証のある人、在住で介護保険被保険者証のある人と介助をしている人は無料(利用者証などを提示)
※その他の人は200円で入場可
圏当日会場(先着)
圏福祉部民生係 (☎3463-1832 ㊟5458-4936)

公衆浴場無料入浴デー

●**高齢者入浴デー**
回10月6・20日(日)13:00～16:00
対在住の60歳以上で利用者証のある人(受付で利用者証を提示)
※申請書は出張所で配布(区㊟でダウンロード可)
●**親子ふれあい入浴デー**
回10月13・27日(日)16:00～19:00
対在住で中学生以下の人と保護者
居住所を確認できるもの(中学生は学生証)
圏福祉部民生係 (☎3463-1832 ㊟5458-4936)

YCC親子にこここデー

内容	日時	定員
① 絵本よみかきせ	10月1日(火) 10:30～11:15	40人(先着)
② ベビーマッサージ	10月8日(火) 10:30～11:15	12組(抽選)

講師 愛河里花子氏ほか
対①未就学児、②乳児と保護者
費②500円
圏①当日会場で、②10月1日までに電話で
圏 圏YCC代々木八幡コミュニティセンター (☎3466-3239 ㊟3466-1061)

オペラティックコンサート招待

回10月19日(土)15:30開演(15:00開場)
圏リフレッシュ氷川
圏目オペラ「カルメン」より「ハバネラ」「闘牛士の歌」ほか
圏高谷由美子、竹内総、押川浩士
定150人(抽選)
回9月28日(必着)までに往復ハガキで(㊟㊟)記入例のほか人数(2人まで)、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所文化振興課へ
圏文化振興課交流推進係 (☎3463-1142 ㊟5458-4938)

渋谷区少年少女合唱団 定期演奏会



回11月17日(日)14:00開演(13:00開場)
圏文化総合センター大和田4階さくらホール
圏目ほたるこい、夢みる渋谷、Believeほか
圏指揮:掛江みどり、藤澤幸義子、ピアノ:京増修史
対5歳以上の人 定650人(先着)
圏入場整理券を9月28日10:00から文化総合センター大和田3階ホール事務室で配布
※全席自由、車いす席あり
圏文化振興課交流推進係 (☎3463-1142 ㊟5458-4938)

高齢者マッサージサービス

日程	会場	定員(先着)
10月1日(火)	はつらつセンター幡ヶ谷	35人
10月9日(水)	はつらつセンター参宮橋	21人
10月10・24日(木)	総合ケアコミュニティ・せせらぎ	各21人
10月25日(金)	リフレッシュ氷川	14人

※いずれも1回35分程度(受付は9:30～15:00)
圏国家資格所有者によるマッサージ
対在住で65歳以上の人 費1,200円(施術費)
居住所・氏名・年齢を確認できるもの、手ぬぐい2枚
圏当日会場で(代理人の申込不可)
圏高齢者福祉課サービス事業係 (☎3463-1873 ㊟3463-2873)

ママ、パパ、子どもたちの渋谷区子育てネウボラ体験

内容など	時間
保育園入園のガイダンス 対初めて入園申込する人	10:00～10:30 11:45～12:15
・知ってびっくりおやつのエネルギー ・よい歯でよくかみよいかからだ ・渋谷区子育てネウボラ紹介展示	10:00～12:30
トークセッション わくわく子育て in shibuya 圏 圏遠藤利彦氏、若槻千夏氏 回9月30日までに応募フォームで	10:30～11:30

※詳しくは渋谷区ネウボラ㊟で
圏美竹の丘・しぶや
圏子ども家庭支援センター (☎3463-3748 ㊟5458-4964)



講座・教室

トルコ大使館との連携セミナー

日時	内容
10月3日(木) 18:00～19:00	エルトルワールド号事件と日本・トルコ友好 圏 Prof.Dr. サイット・カプジョール氏
10月11日(金) 18:00～19:00	トルコ美術と渋谷区-日本のトルコ文化 圏 圏発信源 圏ヤマンラール 水野美奈子氏

定各100人(先着) 回9月20日から電話・窓口で
圏 圏中央図書館 (☎3403-2591 ㊟3403-2270)

お口のアンチエイジング(全2回)

日時	会場
11月6日、2年2月5日(水) 14:00～16:00	ひがし健康プラザ
11月14日、2年2月13日(木) 10:00～12:00	千駄ヶ谷社会教育館

圏 圏歯科医師指導による口腔機能検査、顔・口のトレーニング
対在住の65歳以上で、自分で通所できる人
定各20人(抽選)
圏10月21日までに電話で渋谷区口腔保健支援センタープラザ歯科診療所(☎5466-2770)または渋谷区歯科医師会へ(☎3770-2341)
圏介護保険課介護総合事業係 (☎3463-1888 ㊟5458-4934)

講座・教室のつづき

若返るダイヤモンド体操

日時	会場など	定員(先着)
10月1日～12月10日の火 ※10月15日、22日を除く 9:30～11:00	代官山スポーツプラザ 囲室内運動靴	各 30人
10月1日～12月10日の火 ※10月22日を除く13:00 ～14:30	はつらつセンター 参宮橋	各 30人
10月1日～12月10日の火 ※10月22日を除く14:00 ～15:30	総合ケアコミュニティ せせらぎ	各 20人
10月2日～12月11日の水 10:00～11:30	ひがし健康プラザ	各 20人
10月2日～12月11日の水 10:00～11:30	地域交流センター 代々木の社	各 20人
10月2日～12月11日の水 13:30～15:00	はつらつセンター ケアステーション本町	各 25人
10月3日～12月12日の木 10:00～11:30	恵比寿社会教育館	各 40人
10月3日～12月12日の木 10:30～12:00	杜の風・上原 囲室内運動靴	各 30人
10月3日～12月12日の木 13:30～15:00	地域交流センター大向	各 20人
10月4日～12月13日の金 10:00～11:30 ※11月15日・22日は 9:30～11:00	日本赤十字社 総合福祉センター (広尾4-1・23)	各 15人
10月4日～12月13日の金 10:00～11:30	ケアステーション笹幡	各 20人
10月7日～12月9日の月 ※10月14日、11月4日を 除く10:00～11:30	美竹の丘・しぶや 囲室内運動靴	各 20人

両座・立つ・エアロビクスなどを組み合わせた体操
 週在住でおおむね60歳以上の人
 ※通院中の人は医師へ相談
 費1,850円、65歳以上の人1,200円(保険料)
 囲当日会場で
 囲高齢者福祉課サービス事業係
 (☎3463-1873 ㊟3463-2873)

介護者教室

回9月28日(出)13:45～14:45

内高齢者を狙う悪質商法の手口と対処法など

講全国消費生活相談員協会相談員

週主に高齢者を介護している家族

定15人(先着) 囲9月19日から電話で

場・間あやめの苑・代々木

(☎3372-1103 ㊟3372-1032)

社会教育館講座

内容	日時	講師
① はじめての水彩画(全2回)	10月12・19日(出) 14:00～16:00	レイアートスクール 山崎秋人氏
② 移民について 考えよう	10月19日(出) 10:00～12:00	国立社会保障・ 人口問題研究所 是川夕氏
③ 声を届かせる 元気な発声術	10月19日(出) 14:00～16:00	パーソナル・ ボイストレーナー 斉藤かおる氏
④ 奇々怪界の お面づくり	10月19日(出) 14:00～16:30	民俗俗面コレクシ ョン 不二真直氏
⑤ 実は○○ ラジオ体操	10月26日(出) 14:00～16:00	全国ラジオ体操連盟 公認一級指導士 菊地聖子氏
⑥ 日常生活や仕事 でも役立つ美文 字(全3回)	10月26日、11月 2・9日(出) 14:00～16:00	書道活法会 師範 篠原遙己氏

週在住・在勤・在学の人

※①・⑥は高校生以上の人(在住の人優先)

定①20人、②24人、③・⑤30人、④・⑥15人(抽選)

費①1,500円、④1,000円、⑥1,200円(教材費)

囲①9月30日までに電話・窓口で、②9月30日(必

着)までに往復ハガキで(㊟㊟)記入例参照)〒150-

0064上原3-13-8上原社会教育館へ、③～⑤9月

30日(必着)までに往復ハガキで(㊟㊟)記入例参照

〒150-0013恵比寿2-27-18恵比寿社会教育

館へ、⑥10月10日までに電話・窓口で

場・間①・③～⑥恵比寿社会教育館

(☎3443-5777 ㊟3443-5778)

②上原社会教育館(☎3481-0301 ㊟3481-0302)

シニアいきいき事業

「幡ヶ谷パソコン教室」(全9回)

日時	コース
10月11日～ 12月20日の金 ※11月1・15日を除く	10:00～12:00 13:30～15:30 タブレット
10月15日～ 12月17日の火 ※10月22日を除く	10:00～12:00 13:30～15:30 ワードとエクセル 初めてのパソコン・ タブレット

場幡ヶ谷社会教育館

週在住でおおむね60歳以上の人

定各9人(抽選) 費3,000円(教材費)

囲10月1日(必着)までに往復ハガキで(㊟㊟)記入

例のほか生年月日)、〒150-0031桜丘町23-21

文化総合センター大和田内シニアいきいき大学へ

間シニアいきいき大学

(☎3464-5171 ㊟3464-5172)

子育て教室 親子の絆づくりプログラム
「赤ちゃんがきた」(全4回)

回10月30日～11月20日の水10:00～12:00

内参加者の相互交流を通して子育て方法を学ぶ

講ベビープログラム認定ファシリテーター

週在住で令和元年5月21日～8月30日生まれの

第1子と母親

定10組(先着) 囲9月30日から電話・窓口で

場・間本町子育て支援センター

(☎0120-03-1152 ㊟5388-6710)

傾聴ボランティア講座(全5回)

回10月23・30日、11月6・27日(水)14:00～16:30

※11月7日(水)～26日(火)に施設体験1日を含む

場区役所本庁舎8階ほか

内講義、ロールプレイ、施設体験など

講NPO法人P.L.A 定20人(先着)

費1,500円 囲9月24日から電話・窓口で

間しぶやボランティアセンター

(☎5457-2200 ㊟3476-4904)

就労支援セミナー「人生100年時代を
生き抜くための就活進化術」

回10月25日(金)13:30～16:30

場勤労福祉会館

内就職活動の考え方、面接で使える自分の見せ方など

講キャリアコンサルタント 植村尚之氏ほか

週在区内で求職中の44歳以下の人

定20人(先着) 囲9月20日から電話で

間就労支援センターしぶやビッテ

(☎5489-4731 ㊟5489-4732)

フレンズ本町

■スペシャルイベント ニュースポーツ体験

回10月14日(月・祝)

内容	時間
ロークライミング ※プロクライマーの実演あり	①10:30～11:20 ②13:30～14:20
ボルダリング ※プロクライマーの実演あり	③11:30～12:20 ④14:30～15:20
スケートボード ※プロボーダー 土田ミレイ氏の実演あり	⑤11:00～12:00 ⑥13:00～14:00 ⑦15:00～16:00

講①～④プロクライマー 平山ユージ氏、⑤～⑦

東京都ローラースポーツ連盟

週在住・在学の①幼児～高校生、②・③小学生、

④4～6歳、⑤4～5歳、⑥小学校1～3年生、⑦小

学校4年生以上の人 ※未就学児は保護者同伴

定①～③・⑥・⑦各20人、④10組、⑤15組(抽

選) ※上記の時間以外は一般開放

囲9月24日までに電話・窓口で

場・間児童青少年センター フレンズ本町

(☎3377-5160 ㊟3377-5162)

お知らせ

渋谷区プレミアム付商品券の取扱店舗
一覧を配布しています

区、出張所、区民会館、地域交流センターなどで

取扱店舗をご覧ください。

間商工観光課商工観光係

(☎3463-1762 ㊟3463-3528)

「渋谷区まちづくりマスタープラン(原案)」
のパブリックコメントを実施しました

寄せられた意見と区の考え方は、9月24日から区

間を閲覧ください。

間覧場所区、区役所本庁舎6階区政資料コー

ナー、11階都市計画課

間都市計画課都市計画係

(☎3463-2620 ㊟5458-4915)

詐欺被害に警戒注意報

「〇色の封筒が届いていませんか。医療費(保険

料)を還付します」などと電話がきたら、それは詐

欺です。迷わず警察に相談(110番)してください。

間安全対策課防犯対策室

(☎3463-1598 ㊟5458-4916)

官公署など

渋谷Doケンちゃんフェスティバル

回9月29日(日)10:00～15:00 場恵比寿公園

内施工体験、防災・アスベスト展示、模擬店

間東京土建一般労働組合渋谷支部

(☎6304-2315)

松濤美術館

U-FRIDAY
在住の人は
金曜日無料

場松濤2-14-14(〒150-0046)
☎3465-9421 ㊟3460-6366

展覧会 「美ら島からの染と織
一色と文様のマジック」

回9月23日(月・祝)まで

ふれあい植物センター

場東2-25-37(〒150-0011)

☎5468-1384 ㊟5468-9385

企画展 「台所のキノコ」

回9月25日(水)～11月4日(月・休)

講講座・実習

日時	内容など	定員など
① 9月21日(出)～23日(月・祝) 13:00～16:00 (受付は15:30まで)	デコパージュで花柄 の石鹸を作ろう	費200円
② 10月6日(日) 13:30～15:30	秋から冬の野菜と菜 園仕事 講義「ジャパニーズ サエティ理事 木村正典氏	30人(先着)
③ 10月19日(出) 13:30～15:30	盆栽「ガジュマル」 講義作家 大房勇氏	15人(先着) 費1,500円
④ 10月20日(日) 13:30～15:30	草木染め「セイタカア ワダチソウ」	10人(抽選) 費2,000円

週②～④中学生以上の人

囲①当日会場で、②・③9月20日から電話で、④9

月30日までに電話で

相続税無料相談会

回10月19日(出)13:15～16:45(1人45分)

場渋谷ヒカリエ11階

相談員税理士、弁護士 週在住・在勤の人

回10月18日までに電話で

間東京税理士会渋谷支部

(☎3461-2938 ㊟3461-2829)

不動産街頭無料相談会

回10月1日(火)10:00～16:00

場渋谷マークシティ2階連絡通路(岡本太郎壁画付近)

内不動産に関する法律、税務、取引など

相談員弁護士、税理士、行政書士ほか

囲当日会場で

間(公社)全日本不動産協会東京都本部渋谷支部

(☎6276-1474)

公証相談週間

回10月1日(火)～7日(月)

9:30～12:00、13:00～16:30

内遺言書の作成、契約などの公証事務

相談員公証役場公証人 特設電話☎3502-8239

間渋谷公証役場(☎3464-1717)

サンロッカーズ渋谷開幕戦

回10月5日(出)16:00から、6日(日)13:00から

場青山学院大学記念館(渋谷4-4-25)

定各100人(抽選) 費500円(2階自由席)

回9月25日までに電話・ファクス・メールで(㊟㊟)

記入例のほか希望人数(2人まで))

間渋谷区観光協会

(☎3462-8311 ㊟3462-8312

☑tour@play-shibuya.com)

区民のコーナー

区民の皆さんの自主的・継続的な団体活動の紹介です。

内容などは直接問い合わせてください。

有酸素運動・ストレッチ(見学自由)/火曜日/

19:15～21:00/神宮前小/会費月2,000円/☎

3407-7016 丸山(17:00～22:00)

楽しいストレッチ体操(女性のみ、高齢者歓迎)/第1

～4水曜日/10:00～11:30/恵比寿社教館/入会

金1,000円/会費月2,500円/☎3444-1023 渡辺

フラメンコシェイブ(初心者歓迎)/月4回の水曜

日、月1回の日曜日/13:00～14:00/初台青年館

ほか/入金金2,000円/会費月4,000円/☎3379-

0845 阿部

パソコン 月1回の木曜日/10:00～11:50/初台

1丁目/会費月1,000円/☎090-3003-3334 谷山

(17:30から)

パッチワーク(初心者歓迎)/第2・4火曜日/13:

30～15:30/幡ヶ谷社教館/会費月2,500円/☎

3377-2637 岩崎

郷土博物館・文学館

場東4-9-1(〒150-0011)

☎3486-2791 ㊟3486-2793

企画展 「文学に描かれた渋谷の風景
一明治から大正まで」

回10月14日(月・祝)まで

講渋谷動物もの語り

回10月6日(日)13:00～15:00

場堀保己一史料館(東2-9-1)

内渋谷民話の会、國學院大学語りと伝承の研究会、

聴き耳の会による講演会

定50人(先着)

囲当日会場で

※詳しくは温故学会へ(☎・㊟3400-3226)

渋谷区総合防災訓練が行われました

代々木公園で、首都直下地震を想定した防災関係機関等活動訓練と参加体験型の渋谷防災フェスが行われました。

8月31日

防災関係機関等活動訓練

町会や自治会を基盤にした防災組織である自主防災組織や関係団体が参加し、発災時から数日後までの状況を時系列で追いながら訓練に取り組みました。

地震発生

地震発生時



▲地震の揺れを再現

地震発生時の身の安全の確保

緊急地震速報と地震発生がアナウンスされ、訓練がスタートし、会場内で一齐にシェイクアウト。起震車を使って地震の揺れを再現し、家具の転倒防止対策の重要性が訴えられました。



▲長谷部区長



▲応急救護

住民による救出救助・応急救護

安否情報に基づいた住民による救出救助活動、^{いっとき}一時集合場所への移動が行われ、負傷者などを地域住民で救うことの大切さを理解しました。



公助をあてにするばかりでなく、自助の意識を大切に、まずは自分や家族の安全を確保しましょう。

◀山本 昭さん
(千駄ヶ谷地区 千駄ヶ谷大通り町会長)

地震直後

発災から数時間



▲消火活動

消防隊などによる市街地延焼火災に対する消火活動

渋谷消防署と渋谷消防団による消火活動のほか、災害救助犬による倒壊家屋の検索活動、担架などを使っての救護所への搬送などが行われ、初期消火の重要性を学びました。



消防団はいざというとき住民の命を守る役割。皆さんが安心して暮らせる安全なまちづくりに貢献します。

◀萩原 英一さん
(渋谷消防団 第三分団)

地震後

発災から半日程度



▲避難所の開設

避難所の開設・運営

ペットとの同行避難、女性の視点に考慮した避難所の開設・運営などを実施しました。応急給水活動、支援物資の受け入れをはじめ、避難所の運営には避難者自身の参加の重要性が周知されました。



いつ起こるか分からない災害に備え、町会など自主防災組織の防災訓練にぜひご参加を。

◀齋藤 秀行さん
(新橋地区 広尾町会長)

発災から数日

8月31日、9月1日

渋谷防災フェス2019

放水体験や、もしものときに必要なアクションを身に付けられる体験エリア、防災について学べるBOSAIストリートなど、さまざまな企画が実施されました。



災害に備えるために

・防災アプリ [渋谷区防災アプリ](#)

渋谷区が発信する各種防災関連情報をリアルタイムに受信できるほか、オフラインでも防災マップを確認できる便利なアプリケーションです。



・家具転倒防止

高齢者のみの世帯や障がいのある人がいる世帯を対象に、家具転倒防止金具の取付、ガラス飛散防止フィルムの貼付、家具の移動を無料で実施します。



▲扉開放防止器具



▲ガラス飛散防止フィルム

☎ 防災課災害対策推進係 (☎ 3463-4475 ㊟ 5458-4923)