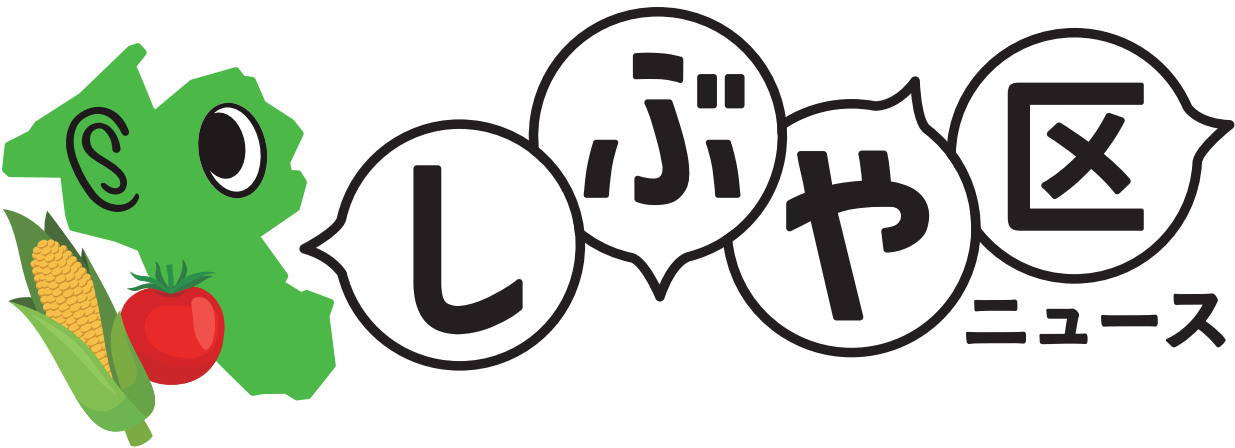


区民宿泊助成を利用して、長野県茅野市を旅しよう。

令和 8 年
(2026 年) 8 月 1 日 No. 1614



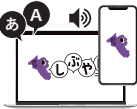
発行 | 渋谷区
編集 | 広報コミュニケーション課
所在地 | 〒150-8010 宇田川町 1-1
電話 | 03-3463-1211 (代表)



▲Lit.Link
(公式 SNS など)

しぶや区ニュース ウェブテキスト版
Shibuya City News - Website version

渋谷区公式サイト(渋谷区ポータル)では
しぶや区ニュースを「やさしい日本語」と多言語
で閲覧できます。また、声のニュース(音声版)
や点字版も発行しています。



The official Shibuya City website offers
Shibuya City News in plain Japanese and
multiple languages, as well as a text-to-
speech version for accessibility purposes.



▲区ポータル
Shibuya City website



(左から) 今井敦さん、朝倉祐一さん
撮影場所：白樺湖

清々しい高原のまち、茅野へようこそ。

4 5	「こども110番の家」設置協力員を 募集しています ほか	6 7	SHIBUYA100年ライフWEEK 障がい者への手当 ほか	8 9	渋谷のみるスポ! プロジェクト 第2弾! ほか	10 11	渋谷トルコウイーク2026 地域のイベント ほか
--------	---------------------------------	--------	-----------------------------------	--------	----------------------------	----------	-----------------------------

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」

旅を通じて、まちとまち、人と人との交流を深めたい。

渋谷のラジオで
出張インタビュー



渋谷区と交流のある長野県茅野市の今井市長と、ちの観光まちづくり推進機構の

朝倉理事長に、区民向けの茅野市宿泊サービス事業や茅野市の魅力について伺いました。



穏やかな高原の
空気を感じながら
ゆったり過ごして
くださいね。

茅野市長
いまい あつし
今井 敦さん

渋谷から約2時間。八ヶ岳の裾野に広がる高原のまち。

—— 自己紹介をお願いします。

今井：長野県茅野市長の今井敦です。茅野市で生まれ育ち、地元で電器店を営みながら市議会議員を1期、県議会議員を3期務めました。平成31（2019）年に市長選挙に立候補し、現在2期目を務めています。

朝倉：一般社団法人ちの観光まちづくり推進機構理事長の朝倉祐一です。今から60年ほど前、開通して間もないピーナスライン^{*1}沿線に父がガソリンスタンドを開業し、幼少期から観光の恩恵を受けて育ちました。その後、家業を継ぎましたが、商売とは別の形で地域に貢献したいという思いから、3年前より現職を務めています。

*1 茅野市の市街地から蓼科湖、白樺湖、車山高原、霧ヶ峰高原などの観光スポットを経て、松本市の美ヶ原高原へと至る、全長約75.2キロメートルの山岳ドライブルート

—— 茅野市と渋谷区の関わりについて教えてください。

今井：令和6（2024）年10月に渋谷区と茅野市は「災害時相互応援協定^{*2}」を締結しました。いざという時に助け合うためには、日頃から互いに行き来し、顔の見える関係を築いておくことが大切です。茅野市は渋谷区立小学校の宿泊学習を受け入れているほか、渋谷区内でのイベントブースの出展などを通じて、区民の皆さんとの交流を深めています。

*2 正式名称は「渋谷区、甲南市及び茅野市災害時相互応援協定」で、甲州街道沿いに位置する3自治体で締結している

—— 茅野市についてご紹介をお願いします。

今井：茅野市は八ヶ岳の裾野に広がる高原のまちです。「茅野」は「かやの」と読まれることが多いですが、正しくは「ちの」ですので、覚えていただけたとうれしいです。標高は市街地の762メートルから赤岳山頂の2,899メートルにわたり、白樺湖、蓼科湖、車山高原、八ヶ岳といった観光スポットを擁する高原リゾートです。セロリやブロッコリーをはじめとする高原野菜「蓼科野菜」の産地としても知られています。人口は約55,000人で、最近はいまから移住者や二拠点居住者も増え

ています。市では現在「交流のまちづくり」に力を入れており、JR茅野駅周辺・蓼科湖周辺・白樺湖周辺の3カ所を拠点として、山とまち、人と人のつながりを深めていきたいと考えています。

—— 観光地としての魅力を教えてください。

朝倉：茅野市の観光は「八ヶ岳」「蓼科」「車山・白樺湖」「まちなか・里山」と、大きく4つのエリアに分けられ、それぞれに多彩な魅力があります。「八ヶ岳エリア」ではロープウエーを使った手軽なハイキングから本格的な登山まで、さまざまな山の景色を存分に味わうことができます。「蓼科エリア」は由緒ある別荘地であるとともに、温泉地としても知られていて、映画監督の小津安二郎氏をはじめ、多くの文化人に愛されてきました。「車山・白樺湖エリア」は、美しい湖や高原で楽しめるアクティビティーやピーナスラインでの絶景ドライブが人気です。「まちなか・里山エリア」は人やモノ、情報が集まる地域の拠点でありながら、縄文遺跡や昔ながらの田園風景など、歴史と文化が感じられるエリアです。

今井：茅野市には四季折々の魅力があります。夏は涼しさと星空に癒され、秋は紅葉が広がります。冬にはスキーやスケートなどのウインタースポーツを楽しむことができ、春には高原の花が色とりどりに咲き乱れます。朝夕の寒暖差によって生まれる味の濃さが魅力の「蓼科野菜」や、冬の厳しい寒さを生かして作る凍み豆腐や寒天といった「凍み料理」もぜひ、味わっていただき、茅野市の自然や食文化を感じていただけたらうれしいです。

—— 現在、観光として特に力を入れていることはありますか？

今井：地球温暖化の影響で年々暑さが厳しくなる中、都心の皆さんに知っていただきたいのが、茅野市の夏の涼しさです。茅野市は標高が高いため、気温や湿度が低く、空気もカラッと爽やかで、本当に居心地がいいまちです。観光でもその涼しさは十分に感じていただけますが、ワーケーション^{*3}などで長期滞在していただくことで、心身のリフレッシュ効果がより高まると考えています。茅野市では現在、JR茅野駅前を中心にコワーキングスペースなどの環境を整えているほか、いくつかの企業でも実証実験を進めているところですよ。

*3 Work（仕事）とVacation（休暇）を組み合わせた造語。テレワークなどを活用して非日常的な場所で仕事をしながら余暇を楽しむ、新しい仕事のスタイルとして注目を集めている

宿ごとのおもてなしや茅野市ならではの体験を楽しんで

—— 令和8（2026）年6月からは「茅野市宿泊サービス事業」が始まりました。内容について教えてください。

今井：渋谷区民の皆さんが茅野市へ旅行される際に、宿泊費用の一部補助やアクティビティー体験の補助などが受けられる仕組みです。アクティビティーは北八ヶ岳のロープウエー、白樺湖でのSUP^{*4}、八ヶ岳での乗馬体験や車山高原の展望リフトなど、自信を持っておすすめできるものを用意しています。

朝倉：補助対象となる宿泊施設は現在60軒以上もあり、ホテルや旅館、ペンションなど、規模もスタイルもさまざまです。エリアの違いはもちろん、料理やサービスなど、宿ごとの個性豊かなおもてなしも楽しんでいただけたと思います。また、JR茅野駅ビル内にある茅野市観光案

内所（通称「ちの旅案内所」）では、旅のプランに関する相談を承っています。皆さんの旅の目的や日程などに合わせて、おすすめのエリアや宿泊先、アクティビティーなどを紹介しますので、お気軽に問い合わせてください。

*4 「Stand Up Paddleboard（スタンアップパドルボード）」の略称。サーフボードより大きい専用ボードの上に立ち、パドルをこぎながら波や風のない穏やかな水面を進むウォーターアクティビティー

—— 「茅野市宿泊サービス事業」の今後の展望について教えてください。

今井：この事業をきっかけに、渋谷区民の皆さんに茅野市へお越しいただきたいですし、逆に茅野市民の皆さんが渋谷区を訪れる機会も増やしていきたいと考えています。今年度、JR茅野駅前に新たにオープンした交流拠点「8Peaks living^{エイトピークスリビング}」にて、渋谷区内のお店が出展するマルシェなども開催できたらうれしいですね。

朝倉：まだ始まったばかりの事業ですが、渋谷区民の皆さんのお声をいただきながらサービス内容をブラッシュアップし、茅野市の魅力をより伝えていきたいです。今後、補助の対象となる宿泊施設やアクティビティーを増やしていく予定ですので楽しみにしてください。

蓼科野菜のマルシェも大好評。今後も顔の見える関係を

—— 昨年度、渋谷区内で「蓼科野菜マルシェ」が開催されました。反響はいかがでしたか？

今井：開店前からたくさんの人に並んでいただいて、用意していた蓼科野菜もすぐに売り切れてしまうほどの反響で、大きな手応えを感じました。今後はより多くの皆さんに満足していただけるように販売体制を整えていきたいですし、ゆくゆくは、マルシェの定期開催や学校給食への提供もできたらと考えています。マルシェをきっかけに蓼科野菜のおいしさを知っていただき、採れたてを味わいにぜひ、茅野市へお越しいただければと思います。

—— 茅野市の好きなスポット、おすすめしたいアクティビティーがあれば教えてください。

今井：どの季節も魅力的なのですが、今の夏の季節であれば、涼しい高原や湖畔で味わう搾りたて牛乳のソフトクリームが最高です！穏やかな高原の空気を感じながら、ゆったりと過ごしてくださいね。

朝倉：私のおすすめは「茅野市尖石縄文考古館^{とがりいし}」です。市内で出土し、国宝に登録された土偶2体をはじめ、貴重な出土品が多数展示されており、オリジナル土器作りなども体験できます。豊富な知識を持った学芸員が案内しますので、茅野市に根付く縄文時代の奥深い文化にぜひ、触れてみてください。

—— 渋谷区民の皆さんにメッセージをお願いします。

今井：渋谷区の皆さん、ぜひ、茅野市にお越しください。いつでも大歓迎です。この事業をきっかけに顔の見える関係を築いていけたらと思っています。今後とも、茅野市をどうぞよろしく願います。

朝倉：渋谷区内のお祭りなどに伺うと、いつも地元の人たちが温かく迎えてくださり、渋谷区はいいまちだなと感じます。茅野市も本当にいいところですので、区民の皆さんもぜひ、一度遊びに来てください。そして、我々がまだ気づいていない茅野市の魅力を教えていただけたらうれしいです。皆さんのお越しをお待ちしています！



国宝の土偶をはじめ、
茅野市に根付く
縄文時代の文化にも
触れてみてください。

一般社団法人 ちの観光まちづくり推進機構理事長
あさくらゆういち
朝倉祐一さん



8月7・12・21・28日に区内で蓼科野菜マルシェを開催します。詳しくは、区ポータルを確認してください。



(((「渋谷のラジオ」で放送中！)))



今井さんと朝倉さんへのインタビューは、8月4・11日に「渋谷の星」で放送します。



▲渋谷のラジオHP

茅野市での宿泊費用などの一部を補助します

茅野市近郊にある宿泊施設を利用する人を対象に、宿泊費用やアクティビティー施設での参加費用の割引を受けることができます。

対 区内在住の人
申 初回宿泊日の10日前までに区LINEで
※区LINEを使えない人は地域振興課窓口・メールも可

● **宿泊補助**
区が指定した宿泊施設で宿泊料金の割引が受けられる利用券を発行します。

補助金額 中学生以上8,000円、小学生4,000円
※1人につき年度内1回まで（1回につき1泊まで）

● **アクティビティー補助**
補助金額 中学生以上1,000円、小学生500円
※1人につき年度内1回まで
※利用期限は宿泊施設のチェックイン日前後5日間
※利用手順など詳しくは、区ポータルを確認してください。



▲区ポータル

問 地域振興課施設係
☎ 03-3463-1639 ☎ 03-5458-4906 ✉ sec-kuminshisetu@shibuya.tokyo

問 広報コミュニケーション課広報プロモーション係

☎ 03-3463-1287 ☎ 03-5458-4920

区ポータル
（バックナンバー）▶



渋谷区の番組を放送中です

ラジオしぶや区ニュース
月～木 11:00/16:00/21:50（10分間）
「しぶや区ニュース」の情報を発信します。

渋谷いきいき倶楽部
月～金 13:00/16:30（30分間）
シニアの皆さんを応援する番組です。

渋谷の星
火 11:10（45分間）
渋谷区で活躍する人たちが登場します。

渋谷のくらし
金 16:00（30分間）
地域の催しなどの様子を伝えます。

ラジオしぶや区ニュース（区長の部屋）
金 11:00/17:00/19:50（10分間）
区長が出演します。
（ラジオしぶや区ニュースの内容になる場合あり）



「しぶや区ニュース」とは？

「しぶや区ニュース」は、「渋谷のラジオ」と連動したページを掲載し、人と人のつながりが広がる紙面を届けています。



周波数：87.6MHz FM ☆防災通知機能付きラジオアプリRadimo（レディモ）で聴取可能（iOS・Android 対応）

所在地 | 渋谷3-22-11 サンクスプライムビル1階 TEL | 03-6712-6876
FAX | 03-5778-9620 E-MAIL | info@shiburadi.com HP | shiburadi.com/

子育て・教育・生涯学習

それぞれの成長を、一生よろこべる街へ。

「こども110番の家」

設置協力員を募集しています

設置協力員は、プレートやステッカーを玄関などに掲示し、子どもが助けを求めてきたときに保護するボランティアです。

☑ 次の全てに該当する人

- ・ 自宅・店舗などが近隣の小学校の学区・通学路区域内や公園の近くにある
- ・ 道路から、児童・生徒が見やすい位置にプレートやステッカーを掲示できる
- ・ 登下校の時間帯に留守にすることが少ない

※登録の方法など詳しくは、区ポータルを確認してください。

☎ 子育て政策課 子ども青少年育成係
☎ 03-3463-2578 ☎ 03-5458-4942



▲プレートのデザイン

☎ 区ポータル ▶ 

児童扶養手当の現況届を提出してください

児童扶養手当を受けている人に、現況届を送付しました。受給を継続するためには現況届の提出が必要です。必要書類を添えて、必ず提出してください。

提出期限 8月31日(月)

☎ 子育て政策課 子育て給付係 ☎ 03-3463-2558 ☎ 03-5458-4942

 **2026渋谷区プログラミングコンテストを開催します**

子どもたちが自由な発想で作上げた作品を募集します。応募すると、全国大会である「Tech Kids Grand Prix2026」の審査に進み、「2026渋谷区プログラミングコンテスト」優勝者は3次審査へ進出が可能です。

☑ 区内在住・在学の小学生

募集作品 プログラミングを用いて開発されたオリジナル作品

作品テーマ 自由(作品を通して何を伝えたいかが明確であること)

プログラミング言語 指定なし

申 9月30日までに申込サイトで

☎ 地域学校支援課 地域学校支援係
☎ 03-3463-3096 ☎ 03-5458-4904

☎ こども科学センター・ハチラボ ☎ 03-3464-3485 ☎ 03-3464-4785


▲申込サイト

子育て教室

親子の絆づくりプログラム「赤ちゃんがきた！」

(BP1プログラム)(全4回)

☎ 9月9日～10月7日の(水)14:00～16:00 ※9月23日を除く

☎ 広尾子育て支援センター

☑ 参加者の相互交流を通じて子育て方法を学ぶ

☎ ベビープログラム認定ファシリテーター 加藤雅子氏

☑ 区内在住で、8年4月8日～7月9日生まれの第1子と母親

☎ 10組(先着)

申 8月10日から広尾子育て支援センター窓口または電話で

☎ 広尾子育て支援センター ☎ 0120-81-4152 ☎ 03-3443-7334

☎ 子ども家庭支援センター ☎ 03-3463-3748 ☎ 03-5458-4964

 coしぶや5周年記念イベント「coえんにち」

☎ 8月2・9日(日)9:30～17:00

☎ 神南ネウボラ子育て支援センター「coしぶや」

☑ ゲーム、くじ、ワークショップなど

☑ 区内在住の0歳児～小学生とその家族

申 当日会場で

☎ 神南ネウボラ子育て支援センター「coしぶや」
☎ 0120-978-310(土・祝を除く9:00～17:00)

☎ 子ども家庭支援センター
☎ 03-3463-3748 ☎ 03-5458-4964



☎ ネットHP ▶ 

 「しぶや おすすめの本50」2026読書コンクール

「しぶや おすすめの本50」の本を題材に作品を作って応募する読書コンクールを実施します。作品は、次の3つの中から1つを選んで応募してください。

募集作品 感想画、本の帯、POP(本の魅力を伝える紹介カード)

☑ 区内在住の4歳児(4年4月1日以前に生まれた人)～中学生

※4・5歳児は感想画のみ募集

募集期間 8月3～31日(図書館に持参する場合は休館日を除く)

※応募方法など詳しくは、図書館HPを確認してください。

☎ 中央図書館 ☎ 03-3403-2591 ☎ 03-3403-2270


▲図書館HP

 ファミリー・サポート・センター サポート会員登録講習会

日時		会場	対象
9月7日(月)	10:00～16:00	渋谷区 子育て ネウボラ ほか	子育て経験(ボランティア経験などを含む)がある18歳以上の人、保育士・幼稚園教諭・看護師などの資格を保有している人
9月9日(水)	14:00～17:00		
9月10日(木)	13:15～16:00		
9月11日(金)	13:30～15:30		
9月17日(木)	14:00～16:00		

☑ 子どもの遊び、地域における子育て、保護者や子どもとの関わり方など(全8科目修了で会員登録、1科目から受講可)

☎ 10人(先着)

申 8月4日～受講日の前日に電話・エントリーフォームで

☎ ファミリー・サポート・センター ☎ 03-5457-0221 ☎ 03-3477-2525




▲エントリーフォーム

 ふらっとアイリス「読書会」

☎ 8月15日(土)10:30～12:00

☑ ジェンダーをテーマにした本を通じて、日常に潜む疑問を参加者と一緒に考える

☎ 『生きのびるための犯罪』上岡陽江(著)新曜社

申 当日会場で

☎ 渋谷インクルーシブシティセンター〈アイリス〉
☎ 03-3464-3395 ☎ 03-3464-3398


▲アイリスHP

 子育てプログラム

「おやこきょうしつ」(全5回)

☎ 10月～9年2月の月1回10:00～11:30

※年齢によりクラス・開催日が異なります。

☎ かぞくのアトリエ(こども・親子支援センター)

☑ 食育、ものづくり、音遊びなど

☑ 区内在住の0～3歳児とその保護者

☑ 各クラス12組(選考)

申 8月1日9:30～15日17:00にかぞくのアトリエHPで

※詳しくは、かぞくのアトリエHPを確認してください。

☎ かぞくのアトリエ(こども・親子支援センター)
☎ 03-6276-5521 ☎ 03-5352-9890

☎ 子ども政策課 子ども青少年育成係
☎ 03-3463-2578 ☎ 03-5458-4942




▲かぞくの
アトリエHP

特別開催「スマホサロン」

8月21日(金)9:30～12:30

区役所本庁舎1階ロビースペース

デジタル活用支援員

当日会場で

(株)渋谷サービス公社（デジタルデバйд解消事業係）

☎080-4637-4740（平日9:00～17:00）

学びとスポーツ課活躍支援係 ☎03-6451-1418 ☎03-6451-1428



▲シブカツHP



シブカツ! スマホ塾

●スマホでサッと呼べる! タクシーアプリを使ってみよう

8月20日(木)14:00～16:00

☑ タクシー配車アプリ「GO」を利用したタクシーや相乗りタクシーの予約方法、区LINEを使った利用料補助の申請方法

●はじめてでも安心! LINEの基本と便利な使い方

8月25日(火)14:00～16:00

☑ スマートフォンアプリ「LINE」の基本操作（メッセージ、スタンプ、写真の送受信、通話）、区LINEの活用方法など

〈共通事項〉

☑ 渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ（渋谷ヒカリエ8階）

☑ デジタル活用支援員

☑ 各20人程度（抽選）

☑ 8月11日までに申込フォームで

☑ 学びとスポーツ課活躍支援係 ☎03-6451-1418 ☎03-6451-1428



▲申込フォーム



▲申込フォーム

社会教育館「区民ギャラリー展」作品募集

☑ 区内在住・在勤・在学の人

☑ 展示場所 社会教育館（恵比寿、千駄ヶ谷、上原）

☑ 募集作品 手工芸、絵画、書道、写真（1人各1点、合計2点まで）

※過去の社会教育館「公募展」と「区民ギャラリー展」において未発表の作品

・手工芸：編み物、陶芸、木工作品など

・絵画：水彩画、油絵、水墨画、版画、切り絵など、額に入ったサイズが87センチメートル×87センチメートル以内のもの

・写真：白黒・カラー・セピアなど、ワイド四ツ切以内で額装した状態のもの

・書道：縦200センチメートル×横50センチメートル以内の額・軸物（仮巻きも可）

☑ 9月4～11日10:00～19:00に展示を希望する社会教育館へ作品を持参（複数館への出展不可） ※日は17:00まで。千駄ヶ谷・上原社会教育館は月、恵比寿社会教育館は火を除く。

☑ 恵比寿社会教育館 ☎03-3443-5777 ☎03-3443-5778

千駄ヶ谷社会教育館 ☎03-3497-0631 ☎03-3497-0632

上原社会教育館 ☎03-3481-0301 ☎03-3481-0302

学びとスポーツ課学び支援係 ☎03-6451-1417 ☎03-6451-1428

渋谷スポーツ共育プラザ&ラボ“すぽっと”

●SENSE+ 親子の感覚探究プログラム

アクティビティーを通じて自分の感覚に気づき、親子や仲間で協力しながら自分らしく挑戦する力を育みます。

9月8・29日(火)15:30～16:30

☑ 本町CC本町コミュニティセンター

☑ (一社)次世代SMILE協会認定コーチ

☑ 区内在住・在園の年中・年長児と保護者（区内在勤の保護者とその子も参加可）

☑ 各9組（先着）

●オンラインマナー講座

「和食の基本マナー」子どもに伝えるポイント編

魚の食べ方や箸の持ち方などの和食の基本マナーを、子どもに自信を持って伝えられるように、楽しく学びます。

9月9日(水)11:00～12:00

☑ Zoom（アーカイブ配信あり）

☑ 清紫会 新・作法学院講師

☑ 区内在住・在勤・在学の人 ☑ 15人（先着）

●オンライン食育セミナー

「簡単に栄養満点! 親子で楽しむポリ袋クッキング」

災害時にも役立つ、簡単に栄養バランスの良い「ポリ袋クッキング」について、調理のポイントや栄養満点の人気レシピを解説します。

9月10日(木)11:00～12:00

☑ Zoom（アーカイブ配信あり）

☑ エームサービス(株)管理栄養士 原紀子氏

☑ 区内在住・在勤・在学の人 ☑ 25人（先着）

〈共通事項〉

☑ 8月4日10:00から渋谷スポーツ共育プラザ&ラボ“すぽっと”HPで

☑ 渋谷スポーツ共育プラザ&ラボ“すぽっと”

☎03-5341-4177 ☎03-5422-7694

子ども政策課子ども青少年育成係

☎03-3463-2578 ☎03-5458-4942



▲すぽっとHP



▲すぽっとHP



▲すぽっとHP

社会教育館講座

「お気に入りのクラフトビールを見つけよう!」

10月3日(土)13:00～16:00

☑ 恵比寿社会教育館

☑ クラフトビールについて学び、自分好みのクラフトビールを見つける

☑ 20歳以上の人（区内在住・在勤の人を優先）

☑ 24人（抽選）

☑ 3,000円（教材費）

☑ 8月15日までに申込フォームで

☑ 恵比寿社会教育館 ☎03-3443-5777 ☎03-3443-5778

学びとスポーツ課学び支援係 ☎03-6451-1417 ☎03-6451-1428



▲申込フォーム



福祉

あらゆる人が、自分らしく生きられる街へ。

もの忘れ相談会

日時		会場
8月12日(水)	10:00～12:00	笹幡地域包括支援センター ☎03-5365-1611
8月18日(火)	14:00～16:00	あやめの苑・代々木地域包括支援センター ☎03-3372-1038
8月21日(金)	15:00～17:00	障害者福祉センターはあとびあ原宿地域包括支援センター ☎03-3423-2112
8月26日(水)	14:00～16:00	豊沢・新橋地域包括支援センター ☎03-3440-1671

☑ 相談員 渋谷区医師会医師

☑ 区内在住で、もの忘れなど認知症の症状の心配がある人とその家族

※本人または家族のみでの相談可、家族は区外在住可

☑ 各2組（先着）

☑ 8月3日から電話で上記地域包括支援センターへ

☑ 高齢者福祉課高齢者相談支援係

☎03-3463-1989 ☎03-3463-2873

移動支援従業者(ガイドヘルパー)養成研修(全3回)

	日時	会場
講義	8月29日(土)・30日(日)9:00～17:00	区役所本庁舎8階801-1、801-2会議室ほか
実習	9月2日(水)または9月5日(土)	

☑ 知的・精神障がい者の外出時の移動支援（買い物、乗車の補助など）に必要な知識と実技 ※研修修了者は、東京都指定の「知的・精神障害者移動支援従業者養成研修課程修了証明書」を取得できます。

☑ 社会福祉士 市川和男氏ほか

☑ 区内在住・在勤・在学で18歳以上の人（区内在住の人を優先）

☑ 30人（抽選）

☑ 8月1～20日に区LINE、メール（6ページ）必要事項のほか生年月日、メールアドレス、実習参加希望日を記入）で

☑ 障がい者福祉課知的福祉係

☎03-3463-1978 ☎03-5458-4935

☑ sec-syoutufuku_i@shibuya.tokyo



▲区LINE



福祉のつづき

しゅぶや
イベント
カレンダー

区内のイベント情報
をジャンルを問わず
掲載しています。



SHIBUYA100年ライフWEEK

認知症・フレイル予防に関する正しい知識や、情報の普及啓発を目的としたイベントを開催します。

認知症なっても展

📅 9月9日(水)～11日(金) 🎫 80人(抽選)

認知症
なっても展HP▶

●ステージプログラム

日時		内容
9月9日(水)	11:00～12:00	ワークショップ「認知症世界の歩き方」 予約
	13:30～16:00	映画上映会&トークショー「長いお別れ」 予約 🎬 映画監督 中野量太氏
9月10日(木)	11:00～12:00	講演「認知症になってもあなたらしく生きるために」 🏢 東京都地域連携型認知症疾患医療センター長 松村美由起氏
	13:00～14:30	講座「認知症サポーター養成講座」 🏢 福祉事務所ランタン代表 木村誠氏
	15:00～16:00	講演「注文をまちがえる料理店」のこれまでとこれから 🏢 (株)小国士朗事務所代表取締役 小国士朗氏
9月11日(金)	11:00～11:30	講演「認知症と加齢性難聴・補聴器」 🏢 オトクリニック東京院長 小川郁氏
	14:00～15:00	映画上映会&トークショー「女優 原田ヒサ子」 予約 🎬 映画監督 原田美枝子氏

※講師や出演者など詳しくは、認知症なっても展HPを確認してください。

●体験・相談ブース **予約不要**

体の健康状態をチェックできるブースや、介護・ボランティア・在宅医療・終活などについて相談できるブースを設置し、オレンジカフェ体験ではコーヒーを提供します。また、認知症に関するさまざまな情報を紹介するパネルを展示します。

〈共通事項〉

- 📍 区役所本庁舎14階ほか 📍 区内在住・在勤・在学の人
- 📅 8月4～21日に電話でSHIBUYA100年ライフWEEK 運営事務局 (☎03-6427-1085)へ
- ※各イベント参加で渋谷区ハチさんポイント「ハチさんポ」100ポイントをプレゼントします。
- ※申込フォームも可
- ※認知症なっても展の一部は予約不要です。
-
- ▲申込フォーム

フレイル予防フェア

📅 9月12日(土) 🎫 165人(抽選)

フレイル予防
フェアHP▶

●ステージプログラム **予約**

日時		内容
9月12日(土)	10:15～10:45	講演「フレイルを知って、元気な毎日へリターン」 🏢 初台リハビリテーション病院院長 菅原英和氏
	11:15～11:45	体操「昭和&平成ヒットソングでリズム体操」 🏢 理学療法士パフォーマー チャンミカ氏
	12:30～13:15	トークショー「いくつになっても挑戦できる」 🏢 舞の海秀平氏
	13:30～14:00	体操「ダイヤモンド体操」 🏢 (一社)日本マッスル&フィットネス協会 新谷幸三氏
	14:15～14:45	講演「ステージ4の舌ガンを乗り越えて生きる」 🏢 堀ちえみ氏

※講師や出演者など詳しくは、フレイル予防フェアHPを確認してください。

●体験・相談ブース

体の健康状態を測定できるブースや、渋谷区医師会によるブース、山野美容専門学校の学生によるハンドマッサージコーナーなどを実施します。

📍 SHIBUYA100年ライフWEEK運営事務局(株)グリーンアップル内)

- ☎03-6427-1085 (平日10:00～16:00)
- ・認知症になっても展について
高齢者福祉課高齢者相談支援係 ☎03-3463-1989 📞03-3463-2873
- ・フレイル予防フェアについて
介護保険課介護総合事業係 ☎03-3463-1888 📞03-5458-4934

🏠 健康はつらつ事業(運動講座)

●運動講座(下期:10月～9年3月)

定期的な運動は、介護予防のために非常に重要です。初心者でも簡単に取り組める運動講座を、区内各所で実施しています。

- ※運動強度 低=歩くよりも小さい 中=歩くのと同様かそれ以上
- ※イスやマット使用の種目は立ったり、座ったりする動作を行います。
- ※祝日は基本除く

講座名 (運動強度)	会場	講座 番号	曜日	時間	定員 (抽選)
やさしい ヨーガ (中)	はつらつセンター富ヶ谷	①	(火)	12:50～13:50	各
		②		14:00～15:00	15人
	恵比寿社会教育館	③	(水)	10:00～11:30	35人
	代官山スポーツプラザ	④		13:30～14:30	45人
	リフレッシュ氷川	⑤	(木)	9:15～10:30	各
		⑥		10:45～12:00	35人
	地域交流センター西原	⑦	(金)	10:00～11:30	15人
	地域交流センター笹塚	⑧	(月)	10:00～11:00	25人
太極拳 (中)	地域交流センター新橋	⑨	(火)	13:30～15:00	30人
	地域交流センター上原ほか	⑩	(水)	10:00～11:30	25人
	はつらつセンター幡ヶ谷	⑪			各
	千駄ヶ谷社会教育館	⑫		14:00～15:30	28人
	ひがし健康プラザ	⑬			90人
	はつらつセンター参宮橋	⑭	(木)	13:00～14:30	20人
はつらつ 体操 (中)	はつらつセンター幡ヶ谷	⑮	(月)	10:00～10:50	各
		⑯		11:00～11:50	20人
	地域交流センター恵比寿	⑰		13:30～14:30	25人
	地域交流センター西原	⑱		10:00～11:30	20人

講座名 (運動強度)	会場	講座 番号	曜日	時間	定員 (抽選)
はつらつ 体操 (中)	はつらつセンターヶアステーション本町	⑲	(木)	13:30～14:40	25人
	千駄ヶ谷社会教育館	⑳		13:30～14:30	28人
	美竹の丘・しづや	㉑	(金)	10:00～11:00	20人
	ひがし健康プラザ	㉒	(水)	14:00～15:30	各
		㉓	(金)		15人
	グループホーム笹塚	㉔	(水)	10:30～11:40	各
		㉕	(金)		17人
		㉖		13:30～14:40	
すっきり ストレッチ (低～中)	初台敬老館	㉗	(火)	10:00～11:00	20人
	地域交流センター大向	㉘		13:00～13:50	各
		㉙		14:00～14:50	13人
	西原敬老館	㉚	(水)	13:30～14:30	18人
	スポーツセンター	㉛	(金)	9:10～9:55	各
		㉜		10:05～10:50	45人
	恵比寿社会教育館	㉝		10:00～11:00	35人
	地域交流センター神宮前	㉞			30人
	リフレッシュ氷川	㉟		13:30～14:30	35人
地域交流センター二軒家	㊱	13:45～14:45		15人	

- 📍 区内に住民登録のある65歳以上で、参加に当たり他の人の介助を必要とせず、自分で記名式アンケートに回答可能な人
- ※各講座初めての人を優先
- 📅 8月14日(消印有効)までに往復はがき(📮6ペーｼﾞ)必要事項のほか生年月日、希望する講座番号(第3希望まで)を記入)を、〒151-0066西原1-40-10総合ケアコミュニティ・せせらぎ管理事務局「健康はつらつ事務局」へ郵送

- ※重複申し込み不可
- ※日程について詳しくは、区ポータル・チラシ・当選通知(メールまたははがき)を確認してください。
- ※申込フォームも可
- 📍 健康はつらつ事務局 ☎080-7362-6883
- 介護保険課介護総合事業係 ☎03-3463-1888 📞03-5458-4934

▲申込フォーム

申し込み必要事項

①希望講座・コース、②希望日時、③郵便番号・住所、④氏名(ふりがな)、⑤年齢、⑥電話番号
※区内在勤の人は勤務先・所在地、区内在学の方は学校名(学年)・所在地を記入

障がい者への手当

㊦ 区内在住で下表の要件に該当し、所得基準を満たす人かつ施設に入所していない人

所得限度額(7年中の所得) 375万8,000円(扶養親族がいない本人の場合)

㊦ 必要書類などを区役所本庁舎2階障がい者福祉課窓口へ持参 ※心身障害者福祉手当は区LINEも可

※所定の審査があります。また、以前に施設入所や所得超過などのため、受給資格が消滅した人や申請ができなかった人も、今年度受給資格を満たしていれば申請できる場合があります。申請に必要な書類など詳しくは、区ポータルを確認するか、問い合わせてください。



▲区ポータル

手当の種類	受給できる人（次のいずれかに該当する人）		手当額 (月額)	受給できない人 (次のいずれかに該当する人)
	年齢	障がいの程度		
心身障害者 福祉手当	20～64歳	・身体障害者手帳1・2級、愛の手帳1～3度 ・脳性まひまたは進行性筋萎縮症 ・特定医療費(指定難病)受給者証または東京都の難病医療費助成制度の医療券の交付を受けている	15,500円	・7年中の本人の所得が基準額を超えている ・65歳以上で新規に身体障害者手帳、愛の手帳、 精神障害者保健福祉手帳を交付された人
		・身体障害者手帳3級 ・愛の手帳4度 ・精神障害者保健福祉手帳1級	8,000円	
特別障害者 手当	20歳以上	・精神または身体に著しく重度の障がいがあるため、日常生活において常時特別な介護を必要とする (おおむね身体障害者手帳1・2級程度、または愛の手帳1・2度程度)	30,450円 (※1)	・病院などに継続して3カ月を超えて入院している ・7年中の本人または民法上の扶養義務者の所得が 基準額を超えている
障害児福祉 手当	20歳未満	・精神または身体に重度の障がいがあるため、日常生活において常時介護を必要とする(おおむね身体 障害者手帳1・2級程度、または愛の手帳1・2度程度)	16,560円 (※1)	・障がいを支給事由とする公的年金を受給している ・7年中の本人または民法上の扶養義務者の所得が 基準額を超えている
重度心身障害者 手当	65歳未満	・重度の知的障がい、日常生活において常時複雑な配慮を必要とする程度の著しい精神症状を有 する ・重度の知的障がいと重度の身体障がい重複している ・重度の肢体不自由で、両上肢および両下肢の機能が失われ、かつ座っていることが困難な程度以 上の身体障がいを有する	60,000円	・病院などに継続して3カ月を超えて入院している ・7年中の本人(20歳未満の場合は民法上の扶養義 務者)の所得が基準額を超えている ・65歳以上で初めて申請する

※1 手当額は物価スライド制で見直されることがあります。

㊦ 障がい者福祉課給付係 ☎03-3463-1924 📞03-5458-4935

心身障害者医療費助成制度(マル障)の 受給者証を8月31日までに発送します

㊦ 原則、区内在住の65歳未満で、次の要件に該当する人

- ・身体障害者手帳1・2級(内部障がいの3級を含む)、愛の手帳1・2度、
精神障害者保健福祉手帳1級
- ・本人の所得(20歳未満は世帯主などの所得)が制限額以下である
- ・健康保険に加入している

※他にも要件があります。

所得制限基準額(7年中の所得額)

375万8,000円(扶養親族がいない本人の場合)

※9月1日から所得制限基準額が引き上げられます。新
たに対象となる人や以前に所得超過により資格を喪失
し、今回対象となる人は、改めて手続きが必要です。



▲区ポータル

㊦ 障がい者福祉課給付係 ☎03-3463-1924 📞03-5458-4935

認知症サポーター養成講座

㊦ 8月25日(火)10:30～12:00 **㊦** 千駄ヶ谷北参道施設

㊦ 認知症の症状や対応方法

※受講者は、「認知症サポーター」になることができます。

㊦ 区内在住・在勤・在学の人 **㊦** 20人(先着)

㊦ 8月5日から電話で千駄ヶ谷・北参道地域包括支援センター
(☎03-3475-1461)へ

※区では、認知症サポーター養成講座の講師派遣を行
なっています。申し込み方法など詳しくは、区ポータル
を確認するか、問い合わせてください。



▲区ポータル

㊦ 高齢者福祉課高齢者相談支援係

☎03-3463-1989 📞03-3463-2873

若返るダイヤモンド体操 リーダー養成講座(全2回)

㊦ 9月2・9日(水)9:30～12:00 **㊦** ひがし健康プラザ

㊦ 区のオリジナル体操「ダイヤモンド体操」の指導や運営を担うリー
ダーの養成 ※全2回参加で渋谷区ハチさんポイント「ハチさんぽ」
200ポイントをプレゼントします。

㊦ 区内在住のおおむね60歳以上で両日参加できる人

㊦ 15人(先着) **㊦** 8月3日～9月1日に電話で

㊦ 介護保険課介護総合事業係 ☎03-3463-1888 📞03-5458-4934

最高裁判所の判決に基づく生活保護費追加給付の 受け付けを開始します

㊦ 平成25年8月から令和8年3月までの間に、生活保護を受給したことがある人

㊦ 8月1日から電話で渋谷区追加給付専用コールセンターへ

※現在、生活保護を受給している人は申請不要です。

※受給している基準生活費や加算などによって、給付の対象にならない場合が
あります。

㊦ 渋谷区追加給付専用コールセンター

☎0120-196-090(平日8:30～17:15)

生活福祉課管理係 ✉div-seifuk@shibuya.tokyo



▲区ポータル

第10回 福祉・介護のおしごとフェアinしぶや2026

㊦ 8月22日(土)13:00～15:00(受付時間は12:30～14:30)

㊦ 区役所本庁舎14階大集会室

㊦ 介護サービス事業所や障がい福祉事業所による合同面接会・相談会、各事業
所の紹介など

※2つ以上のブースを訪問した70人に、ギフトカード500円分をプレゼントします
(なくなり次第終了)。

㊦ 福祉の仕事に興味のある人、求職中の人 ※未経験者・無資格者も可

職種 介護職員、看護職員、調理師、生活支援員、ケアマネージャーなど

㊦ 履歴書(面接を受ける場合のみ)

㊦ 当日会場で

㊦ パール代官山 ☎03-5458-4811 📞03-5458-4817

介護保険課事業所支援主査 ☎03-3464-8003 📞03-5458-4934



▲公式HP

高齢者健康トレーニング教室(全16回)

㊦ 9月3日～11月2日の(月)・(木)13:30～15:00 ※9月21日、10月12日を除く

㊦ つばめの里・本町東

㊦ マシントレーニング、ストレッチ運動など

㊦ 区に住民登録のある65歳以上で、参加に当たり他の人の介助を必要とせず、
自分で記名式アンケートに回答できる人

※通院中または体調に不安がある人は医師に相談してください。

㊦ 8人(抽選)

費 1,200円(保険料) ※8年4月1日時点で64歳の人には2,000円

㊦ 8月1～15日に電話でつばめの里・本町東(☎03-6383-3870)へ

※重複申し込み不可

㊦ 介護保険課介護総合事業係 ☎03-3463-1888 📞03-5458-4934



福祉のつづき



区内のイベント情報をジャンルを問わず掲載しています。



短期集中予防サービス「アクシブ」(全24回)
リハビリ専門職(理学療法士や作業療法士など)が栄養指導や運動・^{こうくう}口腔機能の向上、社会参加を支援し、プログラム終了後も取り組みを習慣化できるようにサポートします。
📅 10月6日～12月24日の(火)・(木)15:00～16:30
📍 日本赤十字社総合福祉センター レクロス広尾(広尾4-1-23)

🏠 区内在住で全24回参加可能な、要支援認定を受けた人または65歳以上で基本チェックリストにより事業対象者と判定された人
※詳しくは、地域包括支援センターへ問い合わせてください。
👤 定 10人(先着) 📁 内容により実費あり
📞 8月3日から地域包括支援センター窓口で
📞 介護保険課介護総合事業係 ☎03-3463-1888 📞03-5458-4934

健康・スポーツ 思わず身体を動かしたくなる街へ。

「JAPANパラバドミントン国際大会 2026」観戦

大会期間 9月8日(火)～13日(日)
※大会期間中は誰でも申し込み不要、入場無料で来場可能です。
※試合時間など詳しくは、区ポータルを確認してください。
📍 東京体育館(千駄ヶ谷1-17-1) ▲区ポータル

●区民招待シート
ゲストによる実況解説を聞きながら観戦することができます。義足体験・競技用車いす体験ブースもあります。
📅 9月12日(土)12:00～14:00・13日(日)10:00～12:00
👤 **ゲスト** パラバドミントン元日本代表ほか 定 各50人(抽選)
📅 8月17日までに区ポータル内の申込フォームで
📞 学びとスポーツ課パラスポーツ推進係 ☎03-3463-1849 📞03-3463-3822



健康ボウリング教室(全5回)

コース	日時	定員(先着)
火曜日	9月1日～10月6日の(火) ※9月22日を除く	8:00～10:00
金曜日	9月4日～10月2日の(金)	16:00～18:00

📍 笹塚ボウル(笹塚1-57-10) 🏠 60歳以上の人
📁 7,000円(マイシューズプレゼント付き)
📞 8月3日から電話で渋谷区ボウリング連盟(☎03-6383-4445)へ
📞 学びとスポーツ課スポーツ振興係 ☎03-3463-3295 📞03-3463-3822

ピックアップイベント

- ・ **ひがし健康プラザ**
- ・ 夏休みフェスティバル 遊んで体験!スポーツ&あそびDAY
- ・ 投げてあそぼう!ボール教室 with SPORTS MIRAI CHALLENGE



今すぐ対策 食中毒を予防しましょう

夏は、食中毒が発生しやすい季節です。次の点に注意して、食中毒を予防しましょう。

- ・ 調理の前や食事の前にせっけんで手をよく洗う
- ・ 調理器具は洗剤でよく洗い、よくすすぎ、最後に熱湯や漂白剤で消毒する
- ・ 冷蔵または冷凍保管が必要な食品は、なるべく早く持ち帰り、すぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる
- ・ 食肉やレバーなどの内臓肉は中心部まで十分に加熱する

※生肉や加熱不足の肉料理が原因の食中毒が増えています。新鮮でも生で食べることは危険です。
※家庭での食中毒予防について詳しくは、厚生労働省HPを確認してください。
📞 生活衛生課食品衛生第一係・第二係 ☎03-3463-2253 📞03-5458-4943



渋谷のみるスポ!プロジェクト 第2弾!

FC東京 子ども記者体験と試合観戦(全2回)

日時	場所	内容	定員(抽選)	申込
8月21日(金) 15:30～21:30	MUFGスタジアム (国立競技場・新宿区)	試合観戦など	10人	8月1～11日に 申込フォームで

※その他、記者体験ができるイベントを実施予定です。日時や場所など詳しくは、渋谷のみるスポ! 特設サイトを確認してください。
🏠 区内在住の小学4～6年生で両日参加できる人
📞 渋谷区スポーツ協会 ☎03-5428-6755
📞 学びとスポーツ課スポーツコーディネート主査 ☎03-3463-3296 📞03-3463-3822



▲渋谷のみるスポ! 特設サイト

中幡小学校温水プールのイベント

●のびのび水中運動教室(全8回)
📅 9月3日～11月5日の(木)14:00～14:45
※9月10・24日を除く
🏠 水中ウォーキング・水中トレーニングのグループ指導
🏠 区内在住・在勤・在学の中中学生以上で、次の全てに該当する人
・ 足腰が弱いなどの理由で普段運動をする機会がない
・ 自分で来場・更衣ができる(知的障がいのある人を除く)
👤 定 12人(先着)
📁 任意保険制度あり
📞 8月11日から中幡小学校温水プールの窓口・電話で

〈共通事項〉 📍 中幡小学校温水プール
📞 中幡小学校温水プール ☎03-3376-1069 📞03-3376-1072
📞 学びとスポーツ課スポーツ振興係 ☎03-3463-3295 📞03-3463-3822

●知的障がい者(児)水泳教室「スウィミー」
📅 9月12日～9年3月13日の第2～4(土)14:30～15:35 ※除外日や日程変更の場合あり
🏠 参加者の泳力に合わせた水中運動・水泳指導
🏠 知的障がいのある区内在住の小中学生以上で、次の全てに該当する人
・ 医師が水泳を許可している ・ 排せつを知らせることができる
👤 定 若干名(選考) 📁 1,710円(保険料) 📞 8月20日までに電話で中幡小学校温水プールへ

ボランティア募集
🏠 水泳指導補助、受け付け事務など 🏠 18歳以上で健康な人(高校生を除く)
📁 謝礼 1回2,000円(交通費) 📞 電話で中幡小学校温水プールへ



👤 秋季ソフトボール大会

●男子・女子ソフトボール大会

📅 男子予選9月6日(日)9:30～、決勝9月27日(日)9:30～、
女子10月11日(日)9:30～

●エルダー・壮年ソフトボール大会

📅 エルダー：9月27日(日)11:00～
壮年：10月11日(日)13:30～

●スローピッチソフトボール大会

📅 9月13日(日)9:30～

〈共通事項〉

📍 スポーツセンター 📍 区内在住・在勤・在学の高校生以上で編成されたチーム ※学連登録者を除く
💰 1チーム5,000円 ※高校生のみで構成されているチームは3,000円 ※協会登録費が別途必要です。
📅 8月10日までに申込書をファクスで渋谷区ソフトボール協会へ
※申込書はスポーツセンターで配布
※8月19日(水)19:00からスポーツセンターでキャプテン会議を開催します。
📞 渋谷区ソフトボール協会 ☎・📠 03-3485-5663
学びとスポーツ課スポーツ振興係 ☎ 03-3463-3295 📠 03-3463-3822

👤 女性のための健康相談

ライフステージによって変化する月経や更年期症状など、女性特有の体や心の悩みについて、女性の産婦人科医に相談できます。

日時	定員(先着)	申し込み
9月3日(木)	各4人	8月4日から区LINEで
11月5日(木)		10月6日から区LINEで



▲区ポータル

※1人20分、オンライン相談も可

📍 渋谷区子育てネウボラ

📍 区内在住の女性

📞 地域保健課健康推進係 ☎ 03-3463-2412 📠 03-5458-4937

👤 精神保健講演会「依存症講座 あなたの大切な人が 依存症かもしれないと思ったら」

📅 9月7日(月)10:00～12:00

📍 恵比寿社会教育館

📍 依存症で困っている家族・支援者向けの講話

📍 精神科医 梅野充氏

📍 区内在住・在勤・在学の人

📍 定 40人程度(先着)

📅 8月3日～9月3日に申込フォーム・電話で

📍 恵比寿保健相談所保健サービス係

☎ 03-3443-6251 📠 03-3443-6253



▲申込フォーム



防災・安全・環境・エネルギー

人のつながりと意識が未来を守る街へ。

🌱 リサイクルバザール

📅 9月5日(土)10:00～14:00 📍 SCC千駄ヶ谷コミュニティセンター

📍 フリーマーケット、家庭で余っている食品やまだ使えるおもちゃ・食器類・調理器具などの回収

●参加店舗募集

📍 区内在住の人 📍 12店舗(先着)

💰 1店舗1,000円

📅 8月25～28日10:00～18:00に電話で千駄ヶ谷地区リサイクルバザール実行委員会(☎ 03-3478-2165)へ

📞 清掃リサイクル課リサイクル推進係 ☎ 03-5467-4073 📠 03-5467-4076



▲区ポータル

🌱 8月30日～9月5日は建築物防災週間です

建築物も定期的な調査・検査が必要です。多くの人が出入りする特定建築物(ホテル、飲食店、病院など)の所有者・管理者は、建築物の安全を確保するため、防火区画、避難施設などの設置や維持保全について点検することが義務付けられています。建築物の所有者・管理者は、専門家による点検を実施し、必要に応じて補強や改修工事を行ってください。

📍 建築課設備係

☎ 03-3463-2742 📠 03-5458-4983

🌱 耐震相談会

📅 9月17日(木)14:00～16:00(1組30分程度) 📍 区役所本庁舎8階802・803会議室

📍 相談員 一級建築士 📍 8組(先着) 📅 8月3日～9月15日に区LINE・電話で

📞 木密・耐震整備課整備促進係 ☎ 03-3463-2647 📠 03-5458-4918



▲区LINE



空間とコミュニティのデザイン

愛せる場所と仲間を、誰もがもてる街へ。

👤 空き家セミナー

「相続登記義務化で何が変わった？ 実家を空き家にしないために今できること」

📅 8月31日(月)14:00～15:30 📍 渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)

📍 相続・空き家対策、遺言書の準備など

※セミナー終了後に個別相談会(事前申込制)を実施します。

📍 相談員 NPO法人空家・空地管理センター 山口進氏

📍 区内在住の人、区内に空き家などを所有する人または所有する予定の人

📍 定 20人程度(先着) ※個別相談会は4組程度(抽選) 📅 8月3日8:30～8月24日17:00に区LINE・電話で

📞 住宅政策課住環境整備係 ☎ 03-3463-3548 📠 03-5458-4947



▲区LINE

👤 私道および私道排水設備の 助成制度

私道の路面舗装や私道排水設備の整備費用を助成します。舗装や排水設備の不具合などで困っている人は、問い合わせください。なお、助成・整備にあたっては私道所有者、沿道の人、排水設備使用者の承諾が必要となります。

📍 道路課狭あい道路整備係

☎ 03-3463-2847 📠 03-5458-4908

👤 都営住宅の入居者募集

募集住宅

①ポイント方式(家族向け)

・ひとり親、高齢者、心身障がい者、多子、車いす使用者、特に所得の低い世帯向け

②抽選方式

・単身者向け、単身者・世帯車いす使用者向け、シルバーピア(単身者・二人世帯向け)

※室内で病死などがあった住宅を含む

📅 8月18日(必着)までに申込書を募集案内に同封の封筒で郵送

※募集案内・申込書は8月3～12日に区役所本庁舎12階渋谷区営住宅等窓口、出張所・区民サービスセンターで配布(東京都住宅供給公社HPでダウンロード可)

※オンライン申請も可。申し込み方法など詳しくは、都営住宅入居者募集サイトを確認するか、東京都住宅供給公社都営住宅募集センター(☎ 03-3498-8894)へ問い合わせください。

📍 渋谷区営住宅等窓口 ☎ 03-3463-3552 📠 03-5458-4947

住宅政策課居住支援係 ☎ 03-3463-1848 📠 03-5458-4947

東京都住宅供給公社都営住宅募集センター

☎ 03-3498-8894(土・日・祝を除く)

※8月3～18日は都営住宅募集専用ダイヤル

☎ 03-5467-9269または0570-010-810

東京都
住宅供給公社
HP▶





文化・エンタテインメント

あらたな文化を生みつづける街へ。



松濤美術館

区内在住の人は
金曜日無料

〒150-0046松濤2-14-14 ☎03-3465-9421 📠03-3460-6366

入館料 一般1,000円(800円)、大学生800円(640円)、高校生・60歳以上500円(400円)、小中学生100円(80円)

※かつて内は区内在住の人および10人以上の団体料金、小中学生は(土)・(日)・(祝)・(休)と夏休み期間は無料、障がいのある人と付き添い1人は無料

◎美術教室「水彩画教室」

📅 10月7日(水)・8日(木)10:30～16:30 📍 卓上の物を水彩画で描く
👤 氏木佐知子氏 📅 各12人(抽選) 📄 2,500円(入館料含む)

📅 9月14日(必着)までに往復はがき(6ページ)必要事項記入)を、松濤美術館「美術教室」係へ郵送 ※申込フォームも可

◎館内建築ツアー

📅 8月7・14日(金)18:00～ 📅 各20人程度(先着) 📄 入館料 📅 当日会場で



体験学習講座

「紙のコースターをつくろう『縄文人の編み方を学ぶ』」

📅 8月22日(土)10:00～12:00 📍 文化総合センター大和田2階学習室6

📍 縄文人のいろいろな編み方を学び、紙のコースターを作る

👤 白根記念渋谷区郷土博物館・文学館学芸員

📍 区内在住・在勤・在学の人 ※小学生以下は保護者同伴

📅 20人(抽選) 📄 300円

📅 8月10日(必着)までに往復はがき(6ページ)必要事項のほか全員(4人まで)の氏名を記入)を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎8階郷土博物館・文学館仮事務室へ郵送 ※メールも可

📍 郷土博物館・文学館仮事務室 ☎03-3486-2791 📠03-3486-2793

✉ sby-bunkazai@shibuya-muse.jp



地域のイベント

イベント名	日時	会場
渋谷盆踊り	8月8日(土)18:00～21:30	SHIBUYA109イベントスペース
たこフェス	8月9日(日)10:30～16:00	EBIS303(恵比寿1-20-8)
幡ヶ谷六号通り ピアガーデン	8月21日(金)17:00～22:00、 22日(土)16:00～21:00	幡ヶ谷六号通り商店街
笹塚観音縁日まつり	8月29日(土)16:00～19:00	笹塚観音通り商店街
カンカンパザール	8月29日(土)17:00～20:00	笹塚十号坂商店街
原宿表参道元氣祭 スーパーよさこい	8月29日(土)10:00～19:30、 30日(日)10:00～17:30	代々木公園、明治神宮、表参道
ちびっこまつり	8月30日(日)15:00～19:00	十号通り商店街

※一部、変更となる場合があります。

📍 産業観光課産業振興係 ☎03-3463-1762 📠03-3463-3528



渋谷区民音楽のつどい「みんなで『第九』を」団員募集

12月6日(日)にLINE CUBE SHIBUYA(渋谷公会堂)で実施する公演の出演者を募集します。

●合唱団員

練習内容・本番	日時	会場	
オリエンテーション	9月19日(土)	13:30～15:00または15:30～17:00	長谷戸社会教育館
パート練習	9月26日(土)	13:30～16:30	
	10月3・10日(土)	13:30～16:30	
混声練習	10月17・24日(土)	13:30～17:00(予定)	上原社会教育館
全体合唱練習	10月31日(土)	13:30～16:00	
	11月7・14日(土)	13:30～16:00	幡ヶ谷区民会館
オーケストラ・合唱合わせ	11月22日(日)	13:40～16:25(予定)	
	11月29日(日)	12:30～15:15(予定)	
前日練習(ソリストを含む)	12月5日(土)	12:30～15:15(予定)	LINE CUBE SHIBUYA
本番	12月6日(日)	10:30～17:00(予定)	

📍 『第九』の合唱経験がある人

📅 120人(抽選) ※応募多数の場合は区内在住・在勤・在学の人を優先

📅 8月10日までに応募フォーム・電話・窓口で

※電話・窓口は休館日を除く



▲応募フォーム(合唱団員)

【共通事項】 📍 指揮者 桑原裕介氏ほか 📄 9,000円(保険料を含む) ※詳しくは、チラシ・渋谷第九HPを確認してください。

📍 長谷戸社会教育館 ☎03-3463-8061 📠03-3463-8062

文化振興課交流推進係 ☎03-3463-1142 📠03-5458-4938



コスモプラネタリウム渋谷

★伝統的七夕特別投影
大人のための七夕・星語り

古くから多くの人に親しまれた七夕。旧暦の七夕の夜に、大人に向けた七夕・星語りをゆっくりと紹介します。投影後は、屋上で織姫星と彦星を見上げる観察会を実施します(雨天の場合、屋上での観察会は中止)。

📅 8月19日(水)19:00～20:00
(18:55ごろ開場)

📍 中学生以上の人

📅 120人(先着)

📄 一般1,500円、中学生800円

📅 8月12日からコスモプラネタリウム渋谷HP・現地券売機で

📍 円コスモプラネタリウム渋谷

☎03-3464-2131 📠03-3464-2148

コスモプラネタリウム
渋谷HP▶





伝承ホール寺子屋「渋谷金丸丸伝説」&歌舞伎リーディング

📅 10月25日(日)13:00開演(12:30開場)

📍 文化総合センター大和田6階伝承ホール

📍 第1部:カブキ踊り「渋谷金丸丸伝説」第2部:歌舞伎リーディング

👤 松本幸四郎氏ほか

📅 100人程度(先着)

📄 一般4,500円、高校生以下2,500円

※当日券は残席がある場合のみ上記料金に追加500円で販売

📅 8月25日10:00から申込サイトで

●区民先行優待販売

📍 区内在住・在勤・在学の人

📅 100人程度(先着)

📄 一般4,000円、高校生以下2,000円

📍 区内在住・在勤・在学を証明できるもの

📅 8月15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(10:00～19:00)

※発売日に残席があった場合、翌日から電話予約も可



▲前回の公演より

【共通事項】

※全席指定 ※車いす席はホール事務室に問い合わせてください。

📍 文化総合センター大和田ホール事務室 ☎03-3464-3252 📠03-3464-3289

文化振興課交流推進係 ☎03-3463-1142 📠03-5458-4938

●オーケストラ団員

練習内容・本番	日程
オーケストラ練習	10月11・18・25日(日)
	11月1・8・15日(日)
オーケストラ・合唱合わせ	11月22・29日(日)
前日練習(ソリストを含む)	12月5日(土)
公演	12月6日(日)

📍 長谷戸社会教育館ほか

※具体的な場所と時間は入団決定後に改めて連絡します。

📍 各楽器経験があり、楽器を所有している人 ※審査があります

対象	定員(選考)
コントラファゴット、トロンボーン	各1名
ビオラ	2名
コントラバス、バイオリン	各若干名

📅 8月14日までに応募フォームで



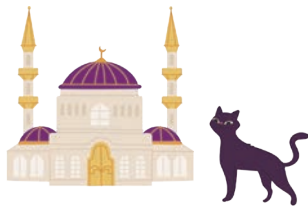
▲応募フォーム(オーケストラ団員)



▲渋谷第九HP



渋谷トルコウィーク2026



区は、平成17年からトルコ共和国イスタンブール市ウスキュダル区と友好都市協定を締結しています。
この協定に基づく交流事業の一環として、トルコの文化や魅力に触れる機会を提供します。

トルコピアノリサイタル

トルコ人ピアニストによるピアノリサイタルを開催します。美しいピアノの音色と共に、トルコの文化に触れてみませんか。

- ▶日時 8月7日(金) 19:00開演(18:30開場)
- ▶場所 上原社会教育館
- ▶定員 150人(先着)
- ▶申込 当日会場で

※当日は開演30分前から、先着50人にトルコの伝統的なお茶やジュースを提供します。



▲区ポータル

トルコ写真展

トルコ人写真家が撮影した写真のパネル展示を行います。トルコを代表する歴史的建造物であり、人々の暮らしや文化と深く結びついている「モスク」をテーマとした作品の数々をぜひ、ご覧ください。

- ▶期間 8月3日(月)～14日(金)
- ▶場所 区役所本庁舎1階展示スペース



▲区ポータル

〈共通事項〉 問 文化振興課交流推進係 ☎03-3463-1142 📠03-5458-4938



産業振興

ビジネスの冒険に満ちた街へ。

9月1日
開始

最大30%還元! 区民限定

商店街でおトクにお買い物キャンペーン



渋谷区民認証はお早めに。
マイナンバーカードの取得には
1カ月以上かかります。

期間	9月1日(火)～30日(水)
対象者	渋谷区民認証が有効な人
対象店舗	渋谷区商店会連合会に所属する商店会の加盟店舗
ポイント付与内容	キャンペーン期間中に商店会の対象店舗で決済した金額の最大30%のハチペイポイント付与 ※「メインのサイフ(オレンジ色)」のマネーで決済した金額に限る
ポイント付与上限	1人当たり3,000ポイント
ポイント有効期間	メインのサイフでの支払いの最終利用日から1年間(365日)

問 ハチペイサポートデスク ☎050-5443-6082(平日9:00～17:00)
産業観光課産業振興係 ☎03-3463-1762 📠03-3463-3528

【注意事項】

- ・本キャンペーンで付与されたポイントを含め、ポイントに本キャンペーンは適用されません。
 - ・ポイントを保有している場合、ポイントがマネーより優先して支払いに利用されます。
 - ・ポイント利用分を差し引いたマネーでの支払い分のみ本キャンペーンが適用されます。
 - ・渋谷区民認証には原則、マイナンバーカードと署名用電子証明書のパスワードが必要です。15歳未満は原則、署名用電子証明書を発行できません。15歳以上でマイナンバーカードを持っていない場合は、住民票の写しと顔写真付きの身分証明書などがあれば、区役所本庁舎7階ハチペイサポートデスクで渋谷区民認証が可能です。
 - ・キャンペーンは予告なく変更または中止する場合があります。また、予算の上限に達する見込みとなった場合は早期に終了する場合があります。
- 詳しくは、ハチペイ公式サイトを確認してください。



ハチペイ公式サイト▶

就労支援センターしゅやビッテからのお知らせ

●55歳からのおしごと個別相談会

日 8月26日(水) 13:30～14:30、14:30～15:30、15:30～16:30、16:30～17:30 ※いずれかを選択

場 渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)

相談員 キャリアコンサルタント 区内で求職中のおおむね55歳以上の人 定 8人(先着)

●就労支援セミナー「面接力アップセミナー」

日 8月28日(金) 13:30～16:00 場 文化総合センター大和田2階学習室1

内容 第一印象で差がつくビジネスマナーや面接実践ポイントなどを学ぶ

講師 キャリアコンサルタント 高野美代恵氏

対象 区内で求職中の人 定 20人(先着)

〈共通事項〉

申 8月4日10:00から電話・申込フォームで

問 就労支援センターしゅやビッテ ☎03-6427-6700 📠03-6427-6865

産業観光課産業振興係 ☎03-3463-1762 📠03-3463-3528



▲申込フォーム



▲申込フォーム

地域観光資源開発補助金交付団体を募集します

区では、地域ならではの資源を活用し、国内外に区の魅力を広く発信するために、観光振興事業を行う団体などに対して補助金を交付します。

募集団体 4団体程度

補助上限 1団体当たり100万円

事業内容 イベントの実施、おみやげ品の開発など

補助対象経費 事業に必要な委託料、設営費、製作費など

申 8月3～31日に必要書類をメールで

※必要書類は区ポータルでダウンロード可

※対象の団体や事業の要件など詳しくは、区ポータルを確認してください。9月上旬に審査後、9月下旬に審査結果を通知する予定です。

問 産業観光課観光振興主査

☎03-3463-2376 📠03-3463-3528

✉sec-kanko-s@shibuya.tokyo



▲区ポータル



その他のお知らせ

国民年金

65歳から老齢基礎年金の請求ができます

老齢基礎年金を受給するには、請求の手続きが必要です。

対象 65歳以上で、保険料の納付済み期間や免除期間などの受給資格期間の合計が10年以上ある人

請求手続き開始日 65歳の誕生日の前日

※60～75歳の希望する時期に請求することもできます。この場合、請求をした月に応じて、65歳で請求した場合の受給額から減額または増額され、この額は生涯変わりません。詳しくは、問い合わせてください。

公共機関の職員をかたった詐欺電話に注意してください

区役所や年金事務所の職員は、保険料や医療費などの還付金や給付金の手続きで金融機関やATMに誘導することは一切ありません。

不審な電話があった場合は、最寄りの警察署へ連絡してください。

問 国民健康保険課国民年金係 ☎03-3463-1797 📠03-5458-4940

日本年金機構渋谷年金事務所 ☎03-3462-1241

※自動音声案内に従って、番号「1」の後、「2」を押してください。



トウキョウ

プライド

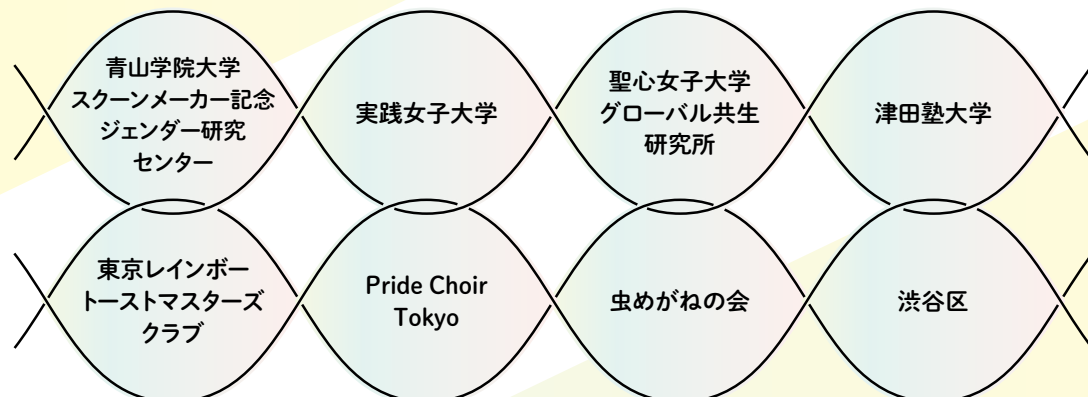
Tokyo Pride 2026で ブースを出展しました

渋谷区は、6月6・7日に代々木公園で開催された「Tokyo Pride 2026」に、渋谷インクルーシブシティセンター〈アイリス〉で活動する3団体(13人)と、区内4大学の学生(26人)と協働のブースを出展しました。



「Tokyo Pride」とは

今年で15回目を迎えるアジア最大級のLGBTQ+関連イベントです。プライドパレードとプライドフェスティバルを通じて、LGBTQ+に関わる多様な人権課題の解決を目指しています。今年は「多様性と平等がひらく未来」をテーマに開催され、約27万人が参加しました。7日に行われたパレードには、約15,000人・60チームが参加し、同性婚法制化やトランスジェンダーの権利、全国のプライド活動の可視化などLGBTQ+コミュニティが直面する多様な課題を掲げ、渋谷の街を行進しました。



カフェ・アイリス

「話す・聴く・つながる」をテーマに「カフェ・アイリス」を開催しました。区内で活動しているLGBTQ+団体のメンバーがコンシェルジュとなり、コンシェルジュが用意したテーマを基に、参加者と一期一会の「おしゃべり」を通じて、それぞれの思いや、アイデアなどを分かち合いました。



参加者の声

- ・安心して話すことができました。
- ・みんなで考えやアイデア、思いを共有できて、とてもうれしかったです。
- ・話しやすいウエルカムな空気感が素敵でした。



コンシェルジュの声

- ・初対面の皆さんと同じテーマでお話ができ、自分では想像できないような意見を聞けました。
- ・Tokyo Prideという全国各地から多くの人が集まる場で、このようにこじんまりとした場で、悩みや個人的な考えを分かち合う場は大変意義があったと思います。



大学生ボランティアの声

- ・私自身が経験していない出来事や価値観を知ることができ、皆さんの人生経験の多さに圧倒されました。自分を見つめ直すきっかけにもなりました。
- ・対話のためのグラウンドルールがある中で、多様なバックグラウンドを持つ参加者、ボランティアの人とさまざまな経験についてお話しできて良かったです。