



健康・スポーツ 思わず身体を動かしたくなる街へ。

渋谷・表参道 WOMEN'S RUN 開催による交通規制

日時 3月19日(日)8:45~10:35ごろ
場所 公園通り、表参道、代々木公園周辺道路
※詳しくは、大会事務局(☎03-5771-7903)へお問い合わせください。

主要ポイントにおけるコース規制時間
Table with 3 columns: 番号, 場所, 規制時間

- ①都道413号線(放射23号)は、8:45~10:35ごろ全面規制します。
②公園通りは、8:50~9:35ごろ全面規制します。
③表参道は、往路は片側2車線(南側)、復路は片側2車線(北側)を規制します。

問 スポーツ振興課スポーツ振興係
☎03-3463-3295 ☎03-3463-3822

ご協力ください
コースおよびコース直近の道路は最長1時間50分の間、車両通行が禁止されます。
Map showing the course route and traffic regulations around the venue.

渋谷コミュニティバス「ハチ公バス」バス停・路線の一時休止 ※詳しくは、バス停、バス車内の案内をご覧ください。

神宮の社ルート(神宮前・千駄ヶ谷ルート)
時間 8:00~10:40ごろ
休止するバス停 ②渋谷駅西口、③神南郵便局、④消防署入口、⑤④6渋谷区役所、⑥④5④7国立代々木競技場、⑦④4④原宿駅入口、⑧④3明治神宮(原宿駅)、⑨④2明治神宮前駅、⑩④1神宮前小学校(神宮前交番)、⑪④0表参道ヒルズ、⑫③9表参道駅、⑬④かなみの社、渋谷、⑭④9宮下公園
※②渋谷駅西口を8:00~10:15に発車するバスは、臨時で①渋谷駅ハチ公口から発車します。

恵比寿・代官山循環 タヤけこやけルート
時間 8:40~10:00ごろ
休止するバス停 ①渋谷区役所、②③6国立代々木競技場、③③5かなみの社、渋谷、④宮下公園前、③4神南郵便局、③4-2消防署入口

本町・笹塚循環 春の小川ルート
運行を休止する便
渋谷区役所発 8:30(始発)~9:45発の便
笹塚駅発 8:00(始発)~9:40発の便
時間 10:11~10:39
休止するバス停 ②④0国立代々木競技場、③③9原宿駅入口、④③8代々木公園

問 交通政策課交通政策係 ☎03-3463-1854 ☎03-5458-4908

ジュニア育成地域推進事業

Table with 7 columns: 教室名, 日時, 場所, 対象, 定員, 費用, 申込・問い合わせ

※①・③・⑤の申込書は渋谷区体育協会HPでダウンロード可
問 渋谷区体育協会 ☎03-3468-8721 柳沢・佐藤

申し込み必要事項 ①希望講座・コース ②希望日時 ③〒・住所※ ④氏名(ふりがな) ⑤年齢 ⑥電話番号・その他必要事項
※区内在勤の人は勤務先・所在地、区内在学の子は学校名(学年)・所在地を記入

卓球国内リーグ ノジマトリーグ 2022-23 プレーオフ 750組無料招待



選手たちの迫力のあるプレーを間近で観戦しよう!
東京2020オリンピックの卓球で活躍した選手が多く在籍するTリーグのプレーオフが開催されます。選手たちの華麗なプレーをぜひ、お楽しみください。
▶場所 国立代々木競技場第二体育館
▶定員 各250組500人(抽選)
▶申込 3月12日までに申込フォームで
問 スポーツ振興課パラスポーツ推進係 ☎03-3463-1849 ☎03-3463-3822
✉sec-parasports@shibuya.tokyo

ひがし健康プラザ

●ブレイクダンススクール
4月13日~6年3月21日の月3回(休)17:30~18:20
※詳しくは、応募フォームよりご確認ください。
●小学生短期水泳教室(全10回)
水曜コース 4月19日~6月28日の(水) 16:30~17:15 ※5月3日を除く
金曜コース 4月21日~6月30日の(金) 16:30~17:15 ※5月5日を除く

代官山スポーツプラザ
●チアダンススクール
4月13日~6年3月21日の月3回(休)16:15~17:05
●スタジオキッズプログラム(全10回)
教室名 日時 対象 定員(抽選)
1 学校体育で差をつけるキッズ・ジュニアHIPHOP教室 4月12日~6月21日の(水) ※5月3日を除く 15:10~15:55 3~5歳 各10人

小学生水泳スクール 育成コース

Table with 2 columns: 日時, 会場・問い合わせ

3月1~8日は女性の健康週間です
年1回は健康診査やがん検診を受けて、生活習慣を見直す機会を作りましょう。区では下記の検診を受けることができます。
・子宮頸がん検診(20歳以上の偶数年齢)
・乳がん検診(40歳以上の偶数年齢)
※詳しくは、問い合わせてください。
問 地域保健課健康推進係 ☎03-3463-2412 ☎03-5458-4937

予防接種は済んでいますか

●高齢者肺炎球菌ワクチンの定期予防接種
過去に高齢者肺炎球菌ワクチン(23価)を接種したことがない、次のいずれかに該当する人
・65~100歳の5歳刻みの年齢(5年3月31日現在)
●MR(麻疹・風しん)ワクチンの2回目の予防接種
問 区内在住で4月に小学校へ入学する人
(共通事項) 予防接種は4年3~4月に対象者へ発送済みです。届いていない場合は、問い合わせください。

3月は自殺対策強化月間です
●ストレスや悩みを抱えていませんか
「こころの体温計」を利用して、あなたやあなたの大切な人の心の状態をチェックしてみましょう。
●パネル展示
心の健康や自殺予防対策についてのパネル展を開催します。相談先・ゲートキーパーに関するリーフレットを配布します。
問 区役所本庁舎1階
問 区HP(MRワクチン)

渋谷区コールセンター(総合案内)(☎03-3463-1211)の受付は、月~金曜日8:30~19:00、土・日曜日、祝・休日9:00~17:00です。