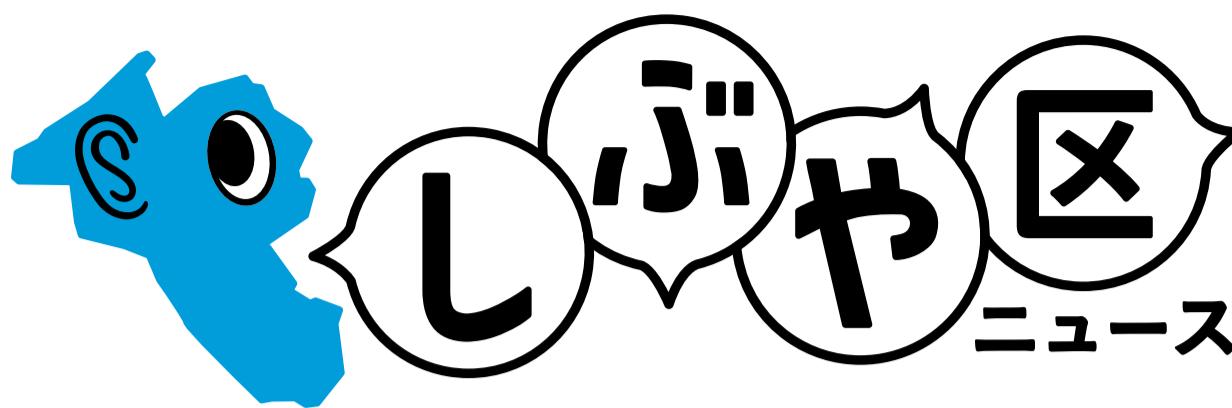


参加者もボランティアも、みんなが交流できる場所。

令和8年
(2026年) | 月 15 日 No.
1599

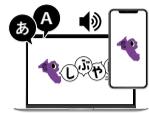


発行 | 渋谷区
編集 | 広報コミュニケーション課
所在地 | 〒150-8010 宇田川町1-1
電話 | 03-3463-1211 (代表)

QRコード
公式SNSなど
最新情報

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

渋谷区公式ウェブサイトでは、
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。
音声でも聞くことができます。



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.



渋谷区公式ウェブサイト
Shibuya City website



(左から) 稲澤 憲さん、石川 稔さん、浦野耕司さん

知的障がい者教室で、楽しみながら仲間づくりを。

4 子どもの手当・ 5 医療費助成 ほか	6 フレイル健康チェックを 7 開催します ほか	8 介護保険料と介護保険サービス費の一部などは 9 税控除の対象です ほか	10 特別区民税・都民税(個人住民税)に 11 関するお知らせ 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」

みんなで学び、楽しめる 教室をつくっていきたい。

渋谷のラジオで
出張インタビュー



えびす青年教室 運営委員長 稲澤 憲さん



GAYA 運営委員長 浦野 耕司さん



渋谷区知的障がい者教室 コーディネーター 石川 稔さん

さまざまな体験を、みんなで楽しむ教室

自己紹介をお願いします。

稻澤：知的障がい者教室「えびす青年教室」運営委員長の稻澤憲です。以前、恵比寿を拠点にする福祉関連のNPO法人に関わっていた際、えびす青年教室のスタッフに誘われて、運営に携わるようになりました。

浦野：知的障がい者教室「GAYA」運営委員長の浦野耕司です。福祉関連のNPO法人で働いていた縁で、えびす青年教室のスタッフに声を掛けさせていただき、平成10（1998）年のGAYA立ち上げから関わるよう



なりました。
石川：知的障がい者教室コーディネーターの石川稔です。昭和55（1980）年にえびす青年教室の立ち上げ担当職員として関わっていた経験から、現在は区からコーディネーターを委嘱されています。

「知的障がい者教室」とは、どのような教室なのでしょうか？

石川：特別支援学級・特別支援学校を卒業した知的障がいのある人（以下「参加者」）が、仕事以外で社会とつながり、グループでの活動を通して仲間との交流や学びを深めていく場所として運営されている教室です。

浦野：参加対象者は、愛の手帳を持ち、介助の有無を問わず会場に来ることのできる15歳以上の人です。GAYAは、「障がいのある人もない人も、一緒に『わいわいがやがや』楽しみながら交流する場所」が名前の由来になっています。運動や料理、工作などを通じて、社会性や自主性を育むことを目的に、毎月第1日曜日に幡ヶ谷社会教育館で活動しています。

稻澤：えびす青年教室も同じく、さまざまなプログラムを体験しながら学び、交流できる教室として、毎月第4日曜日に恵比寿社会教育館で活動しています。

「知的障がい者教室コーディネーター」の役割を教えてください。

石川：コーディネーターは、それぞれの教室と区、そして地域をつなぐ役割を担っています。具体的には、知的障がい者教室の活動補助や円滑な運営のための区と教室との連絡・調整をしています。また他にも、ボランティア希望者と教室の橋渡し、特別支援学校などの学びの機会についての調査・研究、参加者の保護者の相談業務も行なっています。

参加者もボランティアも、支え合いながら活動する

教室のプログラムや活動内容を具体的に教えてください。

稻澤：えびす青年教室の活動には、運動・料理・工作のグループに分かれたクラブ活動と、参加者全員で楽しむ全体活動があります。例えば、運動クラブではバドミントンやヨガ講座、料理クラブではタコス作り、工作クラブではオリジナルうちわ作りなどを行っています。全体活動ではクリスマス会や秋祭りなど季節のイベントのほか、ボッチャ大会なども開催しています。

浦野：GAYAの活動には、参加者とボランティアと一緒にさまざまなプログラムを体験するグループ活動と、全員で楽しむ全体活動があります。グループ活動では、工芸やダンス、料理などを行なっています。先日はカレーライスを作り、大好評でした。全体活動では、運動会のような「ガヤリンピック」や夏祭り、クリスマス会などがあり、毎回大いに盛り上がります。

どのような人がボランティアに参加されていますか？

石川：高校生から80歳代まで、幅広い世代が参加しています。資格などは必要なく、中学生は保護者同伴となります。高校生以上なら一人で参加可能です。現在、えびす青年教室は32人、GAYAは54人のボランティアが登録し、それぞれのペースで活動に参加しています。

に、普段の活動の様子や心掛けていること、印象に残っているエピソードなどについて伺いました。

ボランティアの活動内容について教えてください。

浦野：ボランティアの皆さんはプログラムの準備をするだけでなく、参加者と一緒にプログラムを体験します。食事などの介助が必要な参加者のサポートもしていただきますが、ベテランのスタッフが丁寧に教えてくれますので、ボランティア経験がない人も安心して参加できます。「ケアをする人とされる人」という関係ではなく、生涯学習活動に参加する仲間として、お互いにサポートし合いながら活動しています。

稻澤：えびす青年教室も同じく、参加者の活動を見守りながら一緒に楽しんでいただいている。参加者は皆さんとてもフレンドリーなので、初めてボランティアに参加すると驚かれることがあるようです。ボランティアの皆さんからは「気さくに話し掛けてもらえて助かりました！」「皆さんから元気をもらいました！」と言っていただけることが多いですね。

教室の企画・運営にあたって、大切にしていることや心掛けていることはありますか？

石川：参加者やその保護者の思いをまず聞くことです。皆さんの要望や伝えたいことに耳を傾け、対話を大切にしています。

浦野：参加者もボランティアも、そして私たちスタッフも含めて全員が楽しく活動することを一番大切にしています。輸入でない人がいたら、必ず声を掛けて、「ここにいても大丈夫なんだ」と思ってもらえるように配慮しています。

稻澤：誰もが怪我をせず、安全・安心に活動できるよう心掛けています。また、重度の障がいがある人でも楽しく参加できるように、プログラムの組み方や進め方にも気を付けています。

これまでの活動の中で、印象に残っているエピソードを教えてください。

稻澤：昨年、無地のTシャツに自分の好きな絵を描くプログラムを行いました。その際、ボランティアやスタッフは手が止まってしまうことが多かったのですが、参加者の皆さんには、思いのまま自由に絵を描いていたんです。私たちは、つい「どうすれば良いか」と正解を求めてしまいますが、参加者の皆さんには真っすぐに絵を描くことを楽しんでいて、その感性にとても感動しました。

石川：えびす青年教室の立ち上げ当時、参加者の保護者から「教室で楽しく過ごすことだけではなく、教室での活動が終わった後も生活が続していくことを考えてほしい」と言われたことがあります。保護者の率直な思いを聞き、その言葉をきっかけに、教室を運営する上で、「参加者の生活にとって大事なこと」を常に考えるようになりました。

継続していくために、参加者の声に耳を傾けていきたい

教室の今後の目標や展望を教えてください。

稻澤：多数ある知的障がい者を支援するサービスの中から、選んでいただけます。魅力ある教室にしていきたいですね。みんなが楽しめるプログラムを企画し、それをより多くの人に知っていただけるように、情報発信にも注力していきたいと思っています。

浦野：知的障がい者教室は、生涯学習活動であるところに大きな意義がありますので、継続することが大切です。そのためにも参加者のニーズに合ったさまざまなプログラムを展開していく必要だと考えています。

区民の皆さんにメッセージをお願いします。

浦野：教室に参加したい人も、ボランティアを希望する人も、ぜひ、一度体験してみてほしいです。参加者の申し込みは3月から、ボランティアは随時募集中です。見学はいつでも受け付けていますので、まずは遊びに来てください！

稻澤：いきなりボランティアに参加するのはハードルが高い感じる人は、渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツで年1回開催している「ボランティアセミナー」から参加してみてください。シブカツHPで募集しますので、ぜひ、チェックしてください。

石川：まずは、一緒に活動を体験して、楽しみましょう。参加したい人も、ボランティアを希望する人も、お待ちしています！

((「渋谷のラジオ」で放送中！))

日7.6FM 渋谷のラジオ
稻澤さん、浦野さん、石川さんへのインタビュー
は1月20・27日に「渋谷の星」で放送します。



 知的障がい者教室
えびす青年教室・GAYA

参加者募集

年間を通して、障がいのある人もない人も、共に楽しみながら活動できるプログラムを実施しています。参加募集は3月にシブカツHPで行います。

▶対象者 介助の有無を問わず会場に来ることのできる、愛の手帳を持つ15歳以上の人

運営ボランティア募集

教室の運営には、ボランティアスタッフの協力が不可欠です。障がいのある人のサポートのほか、参加者と共に活動を楽しむボランティアを随時募集しています。ボランティアセミナーの募集については、シブカツHPを確認してください。

▶対象者 高校生以上の人
※中学生は、保護者同伴で参加可

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

シブカツHP

▲料理クラブの様子

▲ガヤリンピックの様子



バックナンバーはこちら



広報コミュニケーション課広報係 03-3463-1287 03-5458-4920





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。



子どもの手当・医療費助成

手当・助成などを受けるには、申請が必要です。所得制限などの各種条件や申請に必要なものなど詳しくは、区ポータルを確認してください。

▲区ポータル

●手当

種類	対象		手当額(月額)
児童手当	高校生年代まで(18歳に達する日以降の最初の3月31日まで)の児童を養育している人		児童1人につき ・3歳未満の第1・2子: 15,000円 ・3歳から高校生年代の第1・2子: 10,000円 ・高校生年代までの第3子以降: 30,000円
ひとり親家庭 または親に 重度の障がいが あるとき	児童扶養 手当	右記のいずれかに該当する高校生年代まで(18歳に達する日以降の最初の3月31日まで)の児童を養育している人 ※児童に中度以上の障がいがある場合は20歳未満まで	児童1人の場合 • 全部支給: 46,690円 • 一部支給: 11,010~46,680円 児童2人目から • 全部支給: 11,030円を加算 • 一部支給: 5,520~11,020円を加算
	児童育成 手当	右記のいずれかに該当する高校生年代まで(18歳に達する日以降の最初の3月31日まで)の児童を養育している人 ※事実上の婚姻関係にある場合を除く	児童1人につき 13,500円
子どもに 障がいが あるとき	特別 児童扶養 手当	右記のいずれかに該当する20歳未満の児童を養育している人のうち、主たる生計維持者(所得の高い人)	児童1人につき • 手当1級: 56,800円 • 手当2級: 37,830円
	児童育成 手当 (障害手当)		児童1人につき 15,500円

●医療費助成

種類	対象	助成内容
子ども医療費 助成	右記に該当する高校生年代まで(18歳に達する日以降の最初の3月31日まで)の児童を養育している人	健康保険診療内の自己負担分の助成 ※助成を受けるには、医療証の交付申請が必要です。 ※所得制限はありません。 ※他の制度で医療費助成を受ける場合や、健康保険が適用されない診療は対象外です。



▲区ポータル

●ひとり親家庭などへの助成・援助

種類	対象	助成・援助内容
医療費助成	• ひとり親家庭の親と児童 • 父母のいない児童とその養育者 • 父または母に重度の障がいがある家庭の親と児童 ※児童は高校生年代まで(18歳に達する日以降の最初の3月31日まで) ※児童に中度以上の障がいがある場合は20歳未満まで	健康保険診療内の自己負担分の一部助成 ※助成を受けるには、医療証の交付申請が必要です。 ※他の制度で医療費助成を受ける場合や、健康保険が適用されない診療は対象外です。
家事援助	中学生以下の児童を扶養していて、下記の事由により家事などの日常生活に支障があるひとり親家庭 • ひとり親になった直後(2年以内)のため • 父または母に重度の障がいがある家庭の親と児童 ※義務教育修了後の児童および親以外の成人が含まれている場合を除く	家事援助者の派遣 • 月12回以内(1回2~8時間) ※おおむね6か月を限度とする • 保護者が在宅の間のみ ※所得制限はありません。ただし、所得状況に応じて費用負担が発生する場合があります。



▲区ポータル



▲区ポータル

問 子ども青少年課子育て給付係 ☎ 03-3463-2558 ☎ 03-5458-4942

8年度 定期利用保育利用者を募集します

パートタイム就労などをしている人の保育ニーズに対応するため、区立保育園の一時保育室で定期利用保育を行なっています。

利用期間 4月1日~9年3月31日

※要件に該当しなくなった場合、その月の末日で利用終了になります。

利用日数・時間 週3日以下、1日8時間以下

場所 区立保育園(恵比寿、富ヶ谷、新橋、大向、笹塚第二)

対象 0~2歳児クラス ※利用開始時に満1歳で、完了食を食べられること

対象 区内在住で、次の全てに該当する児童

- ・保護者の就労により継続的、定期的に1日4時間以上の保育が必要である
- ・幼稚園、認可保育園、認定こども園、区立幼保一元化施設、認証保育所、区立保育室、居宅訪問型保育事業などに在籍していない
- ・同居の親族などから保育が受けられない
- ・集団保育が可能である

定員 各園1~2人 申込 2月16~20日10:00~15:00に申込書など

を、希望する区立保育園一時保育室へ持参(重複申し込み不可)

※申込書は区ポータルでダウンロード可

問 保育課入園相談係 ☎ 03-3463-2492 ☎ 03-5458-4907



▲区ポータル

フレンズ本町のイベント

●五感・美術遊び「フルイドアート」

日 2月14日(土)14:30~15:30

内 絵の具を流し込み、混ぜることで、好きな模様を描く

講 嶺南美術士 すがいかずえ氏ほか

対 区内在住・在学の小学生

定 8人(抽選) 費 500円

申込 1月28日までに電話・窓口で

●出張アートスクール

「親子のふれあい からだ育て日本式ベビーマッサージ」

日 2月5日(木)10:00~11:00

講 あん摩マッサージ指圧師・鍼灸師 山口あやこ氏

対 区内在住・在園の生後1か月~ハイハイをする前の

乳幼児とその家族、区内在住で出産を控えている人とそのパートナー

定 8組(先着)

申込 1月17日から電話・窓口で

〈共通事項〉

場・問 児童青少年センター フレンズ本町

☎ 03-3377-5160 ☎ 03-3377-5162



8年度

放課後クラブ利用児童を募集します

放課後クラブは、安全な学校施設を活用し、学校や地域と連携して、子どもたち一人一人を健やかに育てていくための事業です。

■8年4月に区立小学校に在籍(入学予定)の児童

※7年度に放課後クラブに登録している児童

も、毎年度事前登録が必要です。

※区内在住で私立学校などに在籍(入学予定)

の児童は、個別に相談してください。



主な活動内容

自由遊び	職員による見守りの下、自由に過ごすことができます。
学習	低学年には、学習習慣定着のための学習時間が設けられます。高学年には、宿題の声掛けが行われます。
クラブ事業	文化的活動やスポーツ活動など、職員が企画・運営するものを中心、地域の支援や協力、企業の社会貢献活動との連携による多彩なプログラムが実施されます。

利用時間

A会員	学校運営日の平日(給食提供日のみ)	放課後~17:00
B会員	学校運営日の平日	放課後~18:00
	学校休業日の平日	8:00~18:00
	(土)	8:30~18:00

※祝・休・年末年始を除く

※B会員は、保護者が就労しているなどの条件があります。

※学校運営日は、行事などにより変更になる場合があります。

※特別延長対応(平日)は19:30までです。詳しくは、問い合わせてください。

■申込 1月16日~2月7日に申請書などを、各小学校の放課後クラブ室へ持参

※平日10:00~12:00、17:15~18:15、(土)10:00~12:00、13:00~17:00に受け付け

※4月から利用する場合は、上記期間に申請してください。

※5月以降の利用は、利用開始希望月の前月20日までに申請してください。

■申請に必要なもの 登録申請書、800円(保険料)、保護者の就労証明書(B会員のみ)、スマートフォン(入退室管理システムへの登録に利用)など

※保険料の支払い方法は、各放課後クラブに問い合わせてください。

※登録申請書・パンフレットなどは、各小学校の放課後クラブ室、区役所本庁舎4階地域学校支援課で配布(区ポータルでダウンロード可)。

4月から「朝の見守り事業(朝キッズ)」を開始します

■申込期間 1月16日(金)~2月7日(土)

申請方法など詳しくは、区ポータルを確認してください。

■地域学校支援課放課後クラブ推進係

④03-3463-3068 ⑤03-5458-4904

区ポータル▶



きれいなまちを作ろう!

らくがき消去サポーター体験会

みんなで楽しく、渋谷の街をきれいにしませんか。らくがき消去サポーター事業(らくサポ)の活動内容や取り組みについて学んだ後、実際に街へ出て落書き消しやステッカー剥がしを行います。親子での参加も大歓迎です(小学3年生以下は保護者同伴)。

■2月15日(日)10:00~12:00または13:30~15:30

場 滝谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渉谷ヒカリエ8階)

講(一社)CLEAN&ART 金子公紀氏

定各15人程度(抽選)

■申込 1月13日~2月2日に申込フォームで

問 学びとスポーツ課活躍支援係

④03-6451-1418 ⑤03-6451-1428



▲申込フォーム



渋谷インクルーシブシティセンター(アイリス)

●哲学カフェ

■1月23日(金)18:30~20:00

内「ケア」について問い合わせ、対話、考える

申込 当日会場で



▲申込サイト

●ワークショップ「対話のまちづくりカーニバル」

対話のまちづくりコーディネーター講座修了生と、のんびり

対話しませんか。新しい視点に出会いきっかけを提供します。

■2月8日(日)12:00~15:30 定30人(先着)

申込 1月17日13:00から申込サイトで

▲申込サイト

●人権擁護相談

■2月13日、3月13日(金)14:00~16:00

内人権に関わることや人権侵害と思われるなどの相談

相談員 人権擁護委員 国内内在住・在勤の人

申込 当日会場で ※先着順、電話での相談も可

〈共通事項〉

場 滝谷渋谷インクルーシブシティセンター(アイリス)

④03-3464-3395 ⑤03-3464-3398

▲申込サイト

渋谷区こどもテーブル団体 新規立ち上げ説明会

区内の子どもたちを対象に、新たに子ども食堂、居場所づくり、学習支援の活動を考えている団体に対して、説明会を開催します。

日時	会場	定員(先着)
2月3日(火)	景丘の家(恵比寿4-5-15)	各30人
2月10日(火)	美竹の丘・しぶや	

申込 1月19日~2月2日12:00に電話・ファックス・メール(氏名、住んでいる地域、電話番号、メールアドレスを記入)で

※重複申し込み不可。詳しくは、問い合わせてください。

問 渋谷区社会福祉協議会

④03-5457-0221 ⑤03-3477-2525

✉ kodomo-shibuya-shakyo@tokyo.email.ne.jp



▲こどもテーブル
HP

社会教育館のイベント

●ペルーの手仕事と森の恵の魅力を深掘り!

元JICA隊員たちとの南米カルチャートーク!

■2月21日(土)14:00~16:00 場 滝ヶ谷社会教育館

内ペルーの民芸品とコーヒーの魅力を学ぶ

講元ペルー青年海外協力隊デザイン隊員 山本知歩氏ほか

対区内在住・在勤・在学の人 費 800円(コーヒー・菓子代)

定15人(抽選)



●「問い合わせ」と「解」について考えるセミナー

「なぜパズルにハマるのでしょうか」

■2月21日(土)14:00~16:30 場 千駄ヶ谷社会教育館

内パズルの魅力を学びながら、パズル作りを体験する

講(株)ニコリ代表取締役社長 安福良直氏

対区内在住・在勤・在学で中学生以上の人 定20人(抽選)

〈共通事項〉

申込 1月25日(必着)までに往復はがき(6ページ必要事項記入)を、〒151-0072 滝ヶ谷2-50-2 滝ヶ谷社会教育館へ郵送・持参

問 滝ヶ谷社会教育館 ④03-3376-1541 ⑤03-3375-9278

学びとスポーツ課学び支援係 ④03-6451-1417 ⑤03-6451-1428



SMILEマネジメントセミナー(マネー編)

「理想の暮らしから考える『わたしらしい』お金との向き合い方」(全2回) 🔍

ワークを通して、自身の理想の暮らしを描き、家庭に合ったお金の使い方・貯め方を整理してみましょう。

■2月26日、3月5日(木)11:00~12:00 配信 Zoom

講(一社)次世代SMILE協会講師 国内内在住・在勤・在学の人 定12人(先着)

申込 1月18日10:00から渋谷スポーツ共育プラザ&ラボ“すぽっと”HPで

問 渋谷スポーツ共育プラザ&ラボ“すぽっと”

④03-5341-4177 ⑤03-5422-7694



すぽっとHP▶



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。



シブカツウェブ PickUp!

ピックアップ

渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(通称「シブカツ」)では、同じ趣味を持った集まりや、ボランティア活動、NPOなど、地域でつながる団体やコミュニティーを紹介しています。

掲載申込 シブカツHPまたはシブカツ窓口(渋谷ヒカリエ8階)
※掲載には要件があります。詳しくは、シブカツHPを確認してください。
問い合わせとスポーツ課活躍支援係 ☎03-6451-1418 ☎03-6451-1428



●今月のピックアップ

団体名	活動内容	会場
シニアヨガサークル シャンティ	シニアヨガ	スポーツセンター
渋谷スクランブルHACHI	シニア向け eスポーツ	本町CC本町コミュニティ センターほか
Sendagaya Cooking Club	料理教室	千駄ヶ谷社会教育館
レイナニ	フラダンス	上原社会教育館
ハトモリペンギンズ	卓球	千駄ヶ谷社会教育館ほか



福祉

あらゆる人が、自分らしく生きられる街へ。

自分を知れば意識が変わる フレイル健康チェック

フレイル健康チェックを開催します

加齢に伴い、心身機能が衰えることで、健康な状態と要介護状態の中間の状態になることを「フレイル」といいます。「フレイル」の早期発見と改善に取り組むきっかけづくりとして、デジタル技術を活用した各種測定や健康増進プログラムなどを実施します。

- ▶対象 区内在住で65歳以上の人(初めての人優先)
- ▶申込 1月28日17:00までに専用サイトまたは電話でフレイル健康チェック運営事務局(東急不動産(株)内) (☎050-3805-2108 ※平日9:30~17:00)へ

※第3希望まで申し込みができます。

※抽選結果は、2月17日以降に通知します。

※参加には事前の健康チェックシートの回答が必須になります。



▲専用サイト

日程	会場	定員(抽選)
2月27日(金)	リフレッシュ氷川	各40人程度
3月4日(水)	幡ヶ谷区民会館	
3月5日(木)	スポーツセンター	
3月9日(月)	SCC千駄ヶ谷コミュニティセンター	
3月12日(木)	代官山スポーツプラザ	
3月18日(水)・19日(木)	区役所本庁舎15階	

※いずれも10:00~14:00(受け付けは9:45~)

※2月27日、3月4・5・9・18日は渋谷区歯科医師会による講話あり

測定結果の用紙は
その場でもらえます

昨年参加した人は今年の
結果と比較できます。



イベント参加で
渋谷区ハチさんポイント
「ハチさんボ」100ポイントを
プレゼントします。



※写真はイメージです。

実施内容

※実施時間は変更になる場合があります。

●各種測定(全11項目)

▶時間 10:00~12:30

※10:00から一斉に測定を開始するため、途中から参加した場合、全ての測定ができない場合があります。

※測定後に測定結果の解説やフレイル予防に関する講話を行います。

▶内容

1 身長

2 握力

3 指輪っかテスト

自分の指と脚を使った筋肉量の簡易
チェックができます。

4 体重

5 BMI・体組成

体組成計を用いて、体重・筋肉量・脂肪
量などを見える化します。



6 歩行姿勢

カメラの前を歩くだけで、歩行姿
勢と歩行年齢を
評価します。



7 栄養チェック

分析ソフトで1食分の
栄養素と食品のバラ
ンスを診断します。



8 咀嚼力チェック

咀嚼チェックガムとアプリで
咀嚼能力を評価します。



9 聴脳力チェック

聴脳力チェックアプリで
「聴き取る脳力」をチェック
します。



10 足腰筋力

「椅子の立ち座り」の回数をタブレット
で測定して、足腰の筋力を評価します。



11 バランス力

「片足立ち」をタブレットで
測定して、バランス力を
評価します。



●健康増進プログラム

(希望者のみ)

フレイル予防の習慣が身に付くと共に、日常生活
で役立つトレーニングを実施します。

▶時間 12:30~13:00



●リハビリテーション専門職との個別相談

(希望者のみ)

▶時間 12:30~14:00

参加者にはもれなく自宅で使える
エクササイズグッズをプレゼントします。



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

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、区内在学の人は学校名(学年)・所在地を記入

歩いて食べて

シニア仲間づくりプロジェクト(全5回)

渋谷の街を散策したり、区の施設で軽食を楽しんだりしながら、仲間と交流することで、参加者自身が運営するグループづくりを目指します。事業終了後も、専門職から支援を受けながら活動を続けることができます。

日 2月24日～3月24日の(火)9:30～12:00

集合場所 リフレッシュ氷川

対 区内在住のおおむね60歳以上で、地域での新しい自主グループの立ち上げや参加に興味がある人

定 20人(抽選)

申込 2月13日までに電話で

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

認知症検診は3月31日までです

認知症に関する正しい知識の普及啓発や早期発見・早期対応の促進を図るため、認知症検診を実施しています。

受診期間 3月31日(火)まで

対 区内在住で8年3月31日までに65・70・75歳になる人

申込 電話で実施医療機関(受診券に記載の一覧参照)へ

※対象者には、7年7月上旬に受診券を送付しています。

※検診の結果、希望に応じてさらに詳しい検査や診察、専門医療機関への紹介を受けるときは、自己負担が生じる場合があります。

※受診期間終了間際は混雑します。直前の予約では受診できない可能性もあるため、余裕をもって予約してください。

問 高齢者福祉課高齢者相談支援係 ☎ 03-3463-1989 ☎ 03-3463-2873

認知症サポーター養成講座

日 2月12日(木)14:00～15:30 場ひがし健康プラザ

内 認知症の症状や対応方法について学ぶ ※受講者は、認知症の人を温かく見守る「認知症サポーター」になることができます。

対 区内在住・在勤・在学の人 定30人(先着)

申込 1月19日から電話でひがし健康プラザ地域包括支援センター(☎ 03-5468-5901)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

問 高齢者福祉課高齢者相談支援係

☎ 03-3463-1989 ☎ 03-3463-2873

足湯イベント

日 1月23日(金)・24日(土)11:00～16:00



内 屋上での足湯(ハーブ湯) 対区内在住・在勤・在学の人

持タオル 申込 当日会場で

場・問 はつらつセンターケアステーション本町

☎ 03-5334-9980 ☎ 03-3372-6615

公衆浴場のイベント



●公衆浴場無料入浴デー

・高齢者入浴デー

日 2月1・15日(日)13:00～16:00

対 区内在住の60歳以上で利用者証を持っている人

利用方法 受け付けで利用者証を提示

利用者証の申請 申請書・顔写真(縦2.5センチメートル、横2センチメートル)を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎5階地域福祉課福祉管理係へ郵送・持参



▲区ポータル

※オンライン申請・区LINEも可

※申請書は出張所で配布(区ポータルでダウンロード可)

・親子ふれあい入浴デー

日 2月8・22日(日)16:00～19:00

対 区内在住で中学生以下の人とその保護者

問 住所を確認できるもの(中学生は学生証または在学が確認できるもの)

<共通事項>

※実施しない浴場あり。詳しくは、東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 渋谷支部に加入している各浴場へ問い合わせてください。

●遊湯～ひろば

日時	会場	内容
1月21日(水)	13:30～15:30	さかえ湯(東1-31-19) 風来楽坊HiRoが奏でるアンデスの音色
2月2日(月)	14:00～16:00	大黒湯(西原3-24-5) ヨガ
2月17日(火)	12:00～14:00	羽衣湯(本町3-24-20) バイオリンコンサート
2月18日(水)	13:30～15:30	さかえ湯(東1-31-19) スマートフォン体験会
2月24日(火)	13:00～15:00	宝来湯(恵比寿3-39-5) ストレス発散 呼吸でリフレッシュ

※介護予防に役立つプログラムと入浴がセットになったメニューです。

※内容は一部変更となる場合があります。

対 区内在住の60歳以上で、①高齢者入浴デー利用者証を持っている人、

②介護保険被保険者証を持っている人とその介助者、③その他の人

費 ③200円

利用方法 受け付けで①利用者証、②介護保険被保険者証を提示

申込 当日会場で

問 地域福祉課福祉管理係 ☎ 03-3463-1832 ☎ 03-5458-4936

介護保険運営協議会などを傍聴できます

日 2月6日(金)14:00～16:00 場 区役所本庁舎8階801会議室

内 介護保険の運営状況など

※傍聴を希望する場合は、事前に問い合わせてください。

問 介護保険課介護相談係 ☎ 03-3463-2137 ☎ 03-5458-4934



▲申込フォーム
(1月19日更新)

渋谷区障がい福祉推進計画(9～11年度)策定に向けた意見交換会

日 2月21日(土)10:00～12:00 場 区役所本庁舎14階大集会室

対 区内在住・在勤・在学で区の障がい者福祉に関心のある人

定 60人(先着)

申込 1月19～30日に電話・ファックス(氏名、連絡先、配慮が必要な事項(手話・車いすなど)を記入)で ※申込フォームも可

問 障がい者福祉課福祉計画推進係

☎ 03-3463-1922 ☎ 03-5458-4935

シルバー人材センター

●相談会

日 1月31日(土)10:30～12:30 ※12:00受け付け終了、1人20分程度

場 地域共生サポートセンター(結・しぶや) 申込 当日会場で

●入会説明会

日時	会場	定員(先着)
2月10日(火)	13:00～15:00 渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)	9人
2月18日(水)	10:00～12:00 総合ケアコミュニティ・せせらぎ	15人

※1人30分程度

内 会員として働きたい人の相談・入会手続き 申込 1月17日

から開催日の前日17:00までに電話・申込フォームで



▲申込フォーム

<共通事項>

対 区内在住の60歳以上で就業意欲のある人

問 シルバー人材センター ☎ 03-5465-1876 ☎ 03-3466-1874



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。



福祉のつづき

介護保険料と介護保険サービス費の一部などは税控除の対象です

●介護保険料

7年中に納付した介護保険料は、全額が社会保険料控除の対象になります。納付額は納付方法別に右記の書類で確認できます。

※書類などの添付がなくても申告できます。

※40~64歳の医療保険加入者は、加入している医療保険者に問い合わせてください。

年金からの天引き 日本年金機構などから送付される「公的年金等の源泉徴収票」
※年金受給者本人のみ控除が認められます。

納付書での納付 領収日が7年1~12月の領収書

口座振替での納付 1月上旬に送付された「口座振替済のお知らせ」

問 介護保険課保険料係 ☎ 03-3463-2013 ☎ 03-5458-4934

●介護保険サービス費

7年中に介護保険サービスを利用して支払った利用者負担額、介護保険施設などの食費・居住費は、医療費控除の対象になる場合があります。

サービス内容		医療費控除の対象(または対象外)
①	・短期入所療養介護、介護予防短期入所療養介護	・利用者負担額(1~3割) ・食費・居住費
	・通所リハビリテーション、介護予防通所リハビリテーション	・利用者負担額(1~3割) ・食費
	・訪問看護、介護予防訪問看護 ・居宅療養管理指導、介護予防居宅療養管理指導 ・定期巡回・随時対応型訪問介護看護 (一体型事業所で訪問看護を利用する場合に限る)	・訪問リハビリテーション、介護予防訪問リハビリテーション ・看護小規模多機能型居宅介護 (①の居宅サービスを含む組み合わせにより提供されるもの (生活援助中心型の訪問介護を除く)に限る)
	・訪問介護(生活援助中心型を除く) ・夜間対応型訪問介護 ・訪問入浴介護、介護予防訪問入浴介護 ・通所介護、地域密着型通所介護 ・認知症対応型通所介護、介護予防認知症対応型通所介護 ・小規模多機能型居宅介護、介護予防小規模多機能型居宅介護 ・短期入所生活介護、介護予防短期入所生活介護	・定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用しない場合および連携型事業所に限る) ・看護小規模多機能型居宅介護 (①の居宅サービスを含まない組み合わせにより提供されるもの (生活援助中心型の訪問介護を除く)に限る) ・総合事業の訪問型サービス(生活援助中心のサービスを除く) ・総合事業の通所型サービス
②	・介護老人福祉施設、地域密着型介護老人福祉施設	・利用者負担額(1~3割)の2分の1 ・食費・居住費の2分の1
④	・訪問介護(生活援助中心型) ・認知症対応型共同生活介護 ・介護予防認知症対応型共同生活介護 ・特定施設入居者生活介護 ・介護予防特定施設入居者生活介護 ・地域密着型特定施設入居者生活介護	・福祉用具貸与、介護予防福祉用具貸与 ・看護小規模多機能型居宅介護 (生活援助中心型の訪問介護の部分) ・総合事業の訪問型サービス(生活援助中心のサービス) ・住宅改修費、介護予防住宅改修費 ・福祉用具購入費、介護予防福祉用具購入費
		対象外 ※ただし、介護福祉士などによる喀痰吸引などの対価(利用者負担額の10分の1)は対象です。

※申告には、領収書を提出する代わりに「医療費控除の明細書」などの添付が必要になります。

※高額介護サービス費および利用者負担額助成制度の支給などがある場合は、利用者負担額からその支給額を差し引いた額が控除の対象になります。

問 介護保険課介護給付係 ☎ 03-3463-1997 ☎ 03-5458-4934

●障害者控除対象者認定書

確定申告や個人住民税の申告時、障害者控除対象者認定書で所得控除を受けることができます。

対 要介護(要支援)認定を受けた65歳以上で、障害高齢者および認知症高齢者の日常生活自立度が判定基準を満たしている人

申請できる人 本人または本人を税法上の扶養とする親族

※障がいの程度により認定されない場合があります。事前に問い合わせてください。申請方法について詳しくは、区ポータルを確認してください。

問 介護保険課介護認定係 ☎ 03-3463-2016 ☎ 03-5458-4934



▲区ポータル

介護者リフレッシュ交流会

日程	会場・申し込み	内容
2月10日(火)	場 千駄ヶ谷北参道施設 申込 千駄ヶ谷・北参道地域包括支援センター ☎ 03-3475-1461 ☎ 03-3475-1465	葉の話と交流会
2月12日(木)	場 総合ケアコミュニティ・せせらぎ 申込 総合ケアコミュニティ・せせらぎ地域包括支援センター ☎ 03-5790-0881 ☎ 03-5790-0882	介護をテーマにした懇談会
2月17日(火)	場・申込 つばめの里・本町東地域包括支援センター ☎ 03-5334-9977 ☎ 03-5334-9979	

※いずれも14:00~15:30

対 区内在住で介護をしている人

※介護が必要な人の参加については相談してください。

定 各10人(先着)

申込 1月20日から電話・ファックスで上記地域包括支援センターへ

問 高齢者福祉課高齢者相談支援係

☎ 03-3463-1989 ☎ 03-3463-2873

渋谷区登録手話通訳者選考試験

日 3月1日(日)13:00~16:30

場 総合ケアコミュニティ・せせらぎ

対 区内在住・在勤・在学で次のいずれかに該当する人

- ・東京都登録手話通訳者
- ・区主催の手話講習会(通訳養成クラス)
- 修了者(修了見込み者を含む)または同程度の技術を有する人

申込 1月15日~2月12日(必着)に申込書を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎2階渋谷区社会福祉協議会へ郵送・持参

※申込書は区役所本庁舎2階渋谷区社会福祉協議会で配布(渋谷区社会福祉協議会HPでダウンロード可)。

問 渋谷区社会福祉協議会

☎ 03-5457-2200 ☎ 03-3476-4904



▲渋谷区社会福祉協議会HP
(1月15日更新)

区役所・出張所・保健所の窓口受付は、月~金曜日8:30~17:00(祝・休日、年末年始は除く)です。

区民サービスセンター(渋谷ヒカリエ8階)の窓口受付は、月~金曜日11:00~19:00、土曜日9:00~17:00(祝・休日、年末年始は除く)です。



健康・スポーツ

思わず身体を動かしたくなる街へ。



歯周病予防教室

日 2月20日(金)13:30~15:30

内 歯科医師の講話、唾液リスクテスト、補助用具の使い方など

講 (公社)渋谷区歯科医師会会員 和田圭祐氏

対 区内在住・在勤で18歳以上の人(託児あり) ※未受講者優先

定 24人(先着) ※託児は4人まで 申込 1月20日から電話で

場・問 中保健相談所保健管理係 ☎ 03-3463-3097 ☎ 03-5458-4944

知的障がい者(児)水泳教室「スワイミー」
ボランティア募集

日 1月24日、2月14・21・28日、3月7・14日(土)14:30~15:35

※日程変更の場合あり

内 水泳指導補助、受け付け事務など 対 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) 申込 電話で

場・問 中幡小学校温水プール ☎ 03-3376-1069 ☎ 03-3376-1072

親子で水慣れ教室 全4回

日時	対象
3月8~29日の(日)	11:05~11:50 区内在住・在園の 年少児(おむつ着用不可)とその保護者 ※3月8までに3歳になる児童を含む
	11:55~12:40 区内在住・在園の 年中・年長児(おむつ着用不可)とその保護者

内 水遊びを中心とした、子どもへの補助の方法

定 各20組40人(抽選)

費 保険料 ※任意

申込 1月29日までに応募フォームで

場・問 中幡小学校温水プール

☎ 03-3376-1069 ☎ 03-3376-1072



▲応募フォーム



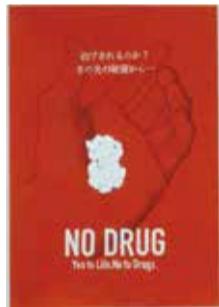
東京都薬物乱用防止推進渋谷地区協議会

薬物乱用防止ポスター・標語入賞者を決定しました

青少年の薬物乱用対策の一環として、薬物乱用に対する問題意識の醸成や、啓発活動への積極的な参加を促すことを目的に、ポスター・標語の募集・授賞を行なっています。今年度は、ポスター348点、標語1,327点の応募がありました。入選作品のうち、最優秀賞受賞作品と入賞者を紹介します(敬称略)。

ポスター

最優秀賞

米村 岳琉
(渋谷本町学園8年)高橋 唯奈
(上原中学校2年)

区長賞

草刈 まひろ(上原中学校2年)
中澤 爽(松濤中学校2年)
玉上 桃百(松濤中学校2年)
藤崎 晴(松濤中学校2年)
山崎 望愛(渋谷本町学園9年)

ライオンズ賞

ヴィンディング 仁菜(原宿外苑中学校2年)
曹 智譚(渋谷本町学園9年)

薬剤師会賞

野口 凜(渋谷本町学園8年)

保護司会賞

大畠 理央(上原中学校2年)

標語

最優秀賞

使ったら 止まることない 負の連鎖 守ろう私の 未来と心
小松 咲奈(鉢山中学校2年)
やらないと きっぱり断る その勇気 自分の未来 自分で守ろう
岡 さゆり(原宿外苑中学校1年)
薬はね 用法守って 使うもの 心と体を 壊す乱用
高宮 旭(渋谷本町学園9年)

区長賞

田島 光(広尾中学校1年) 岩田 莉果(代々木中学校3年)
瀧岡 健人(原宿外苑中学校3年) 山田 輝波(笹塚中学校1年)
佐藤 丸樹(松濤中学校2年)

ライオンズ賞

江黒 沙彩(原宿外苑中学校1年) 山田 蒼(笹塚中学校3年)

薬剤師会賞

神山 実羽(原宿外苑中学校1年)

保護司会賞

馬場 燐帆(原宿外苑中学校2年)

問 生活衛生課事業係 ☎ 03-3463-2246 ☎ 03-5458-4943



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。

渋谷区マンション管理適正化推進計画(8~17年度)
(素案)に対する意見募集(パブリック・コメント)

閲覧期間 1月15日(木)~29日(木)

閲覧場所 区ポータル、区役所本庁舎6階区政資料コーナー・9階経営企画課・12階住宅政策課、出張所(新橋を除く)

対 区内在住・在勤・在学の人、区内の団体、利害関係のある人・団体

提出方法 1月29日(消印有効)までにはがき・便箋など(案件名、意見、住所、氏名のほか、区内在勤・在学の人は勤務先・学校名と所在地、区内の団体は事業者・法人・団体名、代表者氏名、所在地、利害関係のある人はその理由、利害関係のある団体はその理由、事業者・法人・団体名、代表者氏名、所在地を記入)を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎12階住宅政策課へ郵送・持参

※メール(✉ public-comments@shibuya.tokyo)・ファックス・区LINEも可

※区LINEはトップメニューの「参画」で「パブリック・コメント」を選択し、回答

問 住宅政策課住環境整備係

☎ 03-3463-3548 ☎ 03-5458-4947

▲区ポータル
(1月15日更新)

東京における都市計画道路の整備方針(案)に対する意見募集(パブリック・コメント)とオープンハウス

●パブリック・コメント

閲覧期間 1月30日(金)まで

閲覧場所 東京都都市整備局HP、都庁第一本庁舎3階都民情報ルーム、区役所本庁舎11階企画管理課

提出方法 1月30日(消印有効)までにはがき・便箋など(案件名、意見のほか年齢、住所(都内在住の人は区市町村名、その他の人は道府県名まで)を記入)を、〒163-8001(住所不要)都庁第二本庁舎11階街路計画課街路計画調整総括担当へ郵送・持参 ※ファックス・メール・オンラインフォームも可

●オープンハウス(パネル展示や担当者による質疑応答)

日時	会場
1月16日(金)・17日(土) 10:00~18:00(17日は16:00まで)	新宿駅西口広場(新宿区)
1月18日(日)・19日(月) 11:00~19:00	グリーンスプリングス(GREEN SPRINGS)(立川市)

問 企画管理課企画係 ☎ 03-3463-3114 ☎ 03-5458-4908

✉ sec-kanrikikaku@shibuya.tokyo

東京都都市整備局都市基盤部街路計画課

☎ 03-5388-3379 ☎ 03-5388-1354

✉ S0000179@section.metro.tokyo.jp



▲東京都都市整備局HP



産業振興

ビジネスの冒険に満ちた街へ。

消費生活講座「あんしん終活セミナー」

日 2月10日(火)14:00~15:30(受け付け13:45~)

場 商工会館・消費者センター

内 葬式や墓、エンディングノート(万が一に備えて必要な情報を記入するノート)の書き方などについて学ぶ

講 東京都消費生活総合センター 遠山尚恵氏

対 区内在住・在勤・在学の人 定 30人(抽選) 申込 1月30日までに応募フォームで

問 商工会館・消費者センター ☎ 03-3406-7641 ☎ 03-5485-0308

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



▲応募フォーム

合同企業相談・面接会

日 2月13日(金)13:30~16:00

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)

内 企業の採用担当者との相談・面接会(参加企業7社)

対 区内で求職中の年齢55歳以上の人

定 30人(先着)

申込 1月19日10:00から電話で

問 就労支援センターしぶやビッテ

☎ 03-6427-6700 ☎ 03-6427-6865

産業観光課産業振興係

☎ 03-3463-1762 ☎ 03-3463-3528



文化・エンタテイメント

あらたな文化を生みつづける街へ。

「平和・国際都市渋谷」講演会

日 2月28日(土)

時間	内容・テーマ			講師
午前の部 10:30~12:00	昭和館「次世代の語り部」による講話	空白の3年8か月 天気予報と戦争	柏木理恵氏	長谷部愛氏
午後の部 14:00~15:30	日本における安全保障と国民保護			全国防衛協会連合会常任理事 小川清史氏

場 文化総合センター大和田2階学習室1

対 区内在住・在勤・在学の人 ※未就学児の入場不可 定 60人(先着)

申込 1月17日~2月16日にファクス・メール(6ページ)必要事項のほか希望の部(両方可)、希望人数(2人まで)を記入で ※申込フォームも可

問 文化振興課交流推進係 ☎ 03-3463-1142 ☎ 03-5458-4938 ☐ sec-koryusuishin@shibuya.tokyo

YCC de コンサート

「東京室内管弦楽団

ハープで楽しむ名曲コンサート」

日 2月14日(土)13:00~15:00

内 クラシックやアニメ、映画音楽の名曲の演奏
対 区内在住・在勤・在学の人

定 150人(先着)

費 1,500円

申込 1月17日から電話で(10:00~20:00)

場・問 YCC 代々木八幡コミュニティセンター
☎ 03-3466-3239 ☎ 03-3466-1061



郷土博物館・文学館

〒150-0011東4-9-1 ☎ 03-3486-2791 ☎ 03-3486-2793

入館料 一般100円(80円)、小中学生50円(40円)

※かっこ内は10人以上の団体料金、60歳以上の人・障がいのある人と付き添い1人は無料

○写真展「青山通りを走った都電 金子芳夫撮影写真からⅡ」

日 2月1日(日)まで

内 昭和40年代に青山通りを走った都電(6・9・10系統)や青山車庫の写真の紹介

開館時間 9:00~17:00(入館は16:30まで)

休館日 月曜日(祝日・休日の場合はその直後の平日)



▲昭和43年 渋谷駅前停留場



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)

※かっこ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)無料、障がいのある人と付き添い1人は無料

○描く人、安彦良和

日 2月1日(日)まで

開館時間 10:00~18:00(入館は17:30まで)

※毎週金曜日は10:00~20:00(入館は19:30まで)

休館日 月曜日(祝日・休日の場合はその直後の平日)



▲『ネオ・ヒロイック・ファンタジア
アリオン』ポスター原画
©安彦良和・THMS



その他のお知らせ

特別区職員I類 早期SPI枠

採用試験を実施します

日程	内容	
3月4日(火)~17日(火)のうち、受験者が選択する日	第1次試験(SPI)	
3月27日(金)	第1次合格発表	
4月19日(日)	第2次試験	プレゼンテーションシート作成
5月12日(火)~15日(金)のうち、人事委員会が指定する日	口述試験	
5月29日(金)	最終合格発表	

募集職種 事務(一般事務)

申込 2月5~18日に特別区人事委員会HPで

問 人事課人事係

☎ 03-3463-1379 ☎ 03-5458-4987

特別区人事委員会事務局任用課採用係

☎ 03-5210-9787

特別区人事委員会HP▶
(2月5日更新)





渋谷区DX推進基本計画(素案)に対する意見募集(パブリック・コメント)

閲覧期間 1月30日(金)～2月13日(金)

閲覧場所 区ポータル、区役所本庁舎6階区政資料コーナー・9階経営企画課・10階デジタルサービス課

対区内在住・在勤・在学の人、区内の団体、利害関係のある人・団体

提出方法 2月13日(消印有効)までにはがき・便箋など(案件名、意見、住所、氏名のほか、区内在勤・在学の人は勤務先・学校名と所在地、区内の団体は事業者・法人・団体名、代表者氏名、所在地、利害関係のある人はその理由、利害関係のある団体はその理由、事業者・法人・団体名、代表者氏名、所在地を記入)を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎10階デジタルサービス課へ郵送・持参

※メール(✉ public-comments@shibuya.tokyo)・区LINEも可

※区LINEはトップメニューの「参画」で「パブリック・コメント」を選択し、回答



問 デジタルサービス課デジタルサービス係

☎ 03-3780-9658

✉ div-digitalservices@shibuya.tokyo

▲区ポータル
(1月30日更新)

会計年度任用職員の募集

募集職種 国民年金業務専門員

勤務日数 週5日

勤務時間 10:00～17:00(休憩あり)

申込 2月10日(必着)までに申込書を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎3階国民健康保険課国民年金係へ簡易書留で郵送・持参

※申込書は区ポータルでダウンロード可



問 国民健康保険課国民年金係

☎ 03-3463-1797 ☎ 03-5458-4940

▲区ポータル

特別区民税・都民税(個人住民税)に関するお知らせ

8年度の申告

1月30日に、主に7年度に渋谷区で個人住民税の申告をした人へ申告書を送付します。

※申告書の郵送を希望した人で、2月中旬になつても申告書が届かない場合は、問い合わせてください。申告書は区ポータルでダウンロードすることもできます。

※確定申告(所得税の還付申告を含む)を税務署などで行う場合、個人住民税の申告は不要です。

申告方法 2月16日～3月16日(必着)に申告書と源泉徴収票や各種控除の証明書などを、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎6階税務課へ郵送

※区役所本庁舎6階税務課、出張所(新橋を除く)、区民サービスセンターへの持参も可。ただし、出張所(新橋を除く)、区民サービスセンターは申告書の受け付けのみ行います。

※窓口は大変混み合います。郵送での申告にご協力ください。

※申告書の作成に関する相談が必要な場合は、問い合わせてください。

1月30日から、住民税試算システムを利用して8年分の

申告書や「医療費控除の明細書」を作成できます。フォームに給与や年金の源泉徴収票の内容、その他の所得、控除情報を入力することで作成が可能です。



▲区ポータル
(住民税試算システム)

問 税務課課税第一係・課税第二係 ☎ 03-3463-1719・1726 ☎ 03-5458-4913

7年度第4期分の納期限は2月2日(月)です

口座振替(自動払い込み)の人は、2月1日までに口座に預け入れ(入金)をしてください。8年度以降の口座振替を希望する人は、パソコン・スマートフォンからWeb口座振替受付サービスまたはAIRPOSTで申し込むか、電話で問い合わせてください。

問 税務課税務管理係 ☎ 03-3463-1706 ☎ 03-5458-4913



▲区ポータル
(口座振替)

2月の各種相談・学級

※中央保健相談所の会場は、渋谷区子育てネウボラです。

内容・申し込み	保健相談所	日時	問
精神保健相談 申込 電話で	中央	18日(火) 14:00～15:30	③
	恵比寿	2日(月) 14:00～15:30	⑤
	幡ヶ谷	3日(火) 14:00～15:30 12日(木) 10:00～11:30	⑥
親子の相談室 申込 電話で	中央	12日(木) 14:00～16:00	③
パパ・ママ入門学級 申込 電話・区LINEで	中央	4日(火) 13:30～15:30 18日(火) 13:30～15:00	②
	恵比寿		⑤
	幡ヶ谷	28日(土) 9:30～11:30 13:30～15:30 ※抽選制です。 申込1月20日までに区LINEで	⑥
育児学級 申込 電話・区LINEで	中央	13日(金) 10:00～11:30	②
	恵比寿	3日(火) 10:00～11:30	⑤
	幡ヶ谷	26日(木) 10:00～11:30	⑥
	中央	6日(金) 10:00～11:30	②
	恵比寿	13日(金) 10:00～11:30	⑤
	幡ヶ谷	19日(木) 10:00～11:30	⑥

内容・申し込み	保健相談所	日時	問
母乳相談 申込 当日会場で ※時間は受付時間	中央	2日(月) 9:30～10:30 16日(月) 9:30～10:30 13:30～14:30	②
	恵比寿	5日(木) 13:30～14:30	⑤
	幡ヶ谷	26日(木) 13:30～14:30	⑥
栄養相談 申込 電話で	中央	2日(月) 13:30～15:30	
	恵比寿	26日(木) 13:30～15:30	④
	幡ヶ谷	5日(木) 13:30～15:30	
乳児(4～5か月児)・ 離乳食教室 申込 区LINEで	中央	24日(火) 10:30～11:30	④
歯科専門相談 申込 電話・区LINEで	中央	3日(火) 13:30～14:30	①
	恵比寿	13日(金) 13:30～14:30	⑤
	幡ヶ谷	19日(木) 13:30～14:30	⑥

問 保健相談所
①中央保健相談所保健管理係 ☎ 03-3463-3097 ☎ 03-5458-4944
②中央保健相談所母子保健係 ☎ 03-3463-2409 ☎ 03-5458-4944
③中央保健相談所保健サービス第一係・保健サービス第二係 ☎ 03-3463-2439 ☎ 03-5458-4944
④中央保健相談所栄養指導 ☎ 03-3463-2444 ☎ 03-5458-4944
⑤恵比寿保健相談所 ☎ 03-3443-6251 ☎ 03-3443-6253
⑥幡ヶ谷保健相談所 ☎ 03-3374-7591 ☎ 03-3374-5985

都の医療機関案内サービス「ひまわり」
☎ 03-5272-0303
☎ 03-5285-8080(聴覚障がい者専用)
・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
医療機関・薬局の公的検索システム 医療情報ネット(ナビイ)▶
通年・24時間

休日・夜間の急病

●休日・夜間診療

・区民健康センター桜丘 ☎ 03-3464-3478
(文化総合センター大和田内) (土)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(☎ 03-6416-0458) (土)18:00～21:00、(日・祝・休)9:00～21:00

・しぶやこども救急室 ☎ 03-3400-1311

(日本赤十字社医療センター(広尾4-1-22)内)

19:00～22:00(通年) ※小児科のみ

●病院案内(通年・24時間)

・渋谷消防署 ☎ 03-3464-0119

●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 ☎ 03-3212-2323

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

☎ 03-5466-2770(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)

(日)・祝・(休)9:00～13:00

※指定歯科医院は「ひまわり」または「医療情報ネット」で案内しています。



アートとテクノロジーを通じて「渋谷の未来」を体験できる都市型フェスティバル

ディグ シブヤ

DIG SHIBUYA が 開催されます

公共空間や街路、デジタルサイネージなどを活用した、街歩きを楽しみながら参加できるアートイベントです。

今年は公園通りを中心に、ストリートパフォーマンスをはじめとする体験型コンテンツや日本最大級のドローンショーなど、多彩なプログラムが実施されます。普段とは異なる「未来の渋谷」をお楽しみください。

概要

- ▶日程 2月13日(金)～15日(日)
- ▶会場 公園通りを中心とした、徒歩15分圏内の公共空間や商業施設
- ▶内容 パフォーマンス、アート展示、音楽フェス、ワークショップなど
- ▶費用 無料 ※一部プログラムを除く
※最新情報は、公式ウェブサイト・渋谷PARCO前インフォメーションデスクで確認してください。



▲公式ウェブ
サイト

車両通行止めを実施します

期間中は、周辺道路への迂回などにご協力ください。詳しくは、公式ウェブサイトを確認してください。

- ▶日時 2月14日(土)13:00～18:00
- ▶場所 公園通りの一部(勤労福祉会館前交差点から神南一丁目交差点まで)とペンギン通り周辺

会場マップ



※上の会場マップは主要会場の一部を掲載しています。

主催 SHIBUYA CREATIVE TECH実行委員会・(独)日本芸術文化振興会・文化庁 共催 渋谷区

後援 東京都(パブリックアート部分)・(-財)渋谷区観光協会・(-社)渋谷未来デザイン

連携協力 シビック・クリエイティブ・ベース東京[CCBT](CCBT主催事業)

委託 令和7年度日本博2.0事業(委託型)

特別協力 渋谷公園通り協議会、渋谷公園通商店街振興組合、渋谷センター商店街振興組合、渋谷道玄坂商店街振興組合、渋谷百軒店商店会

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

渋谷まるごと、ART×TECHの実験中。

JAPAN
CULTURAL
EXPO 2.0

