緊急事態宣言の解除等を踏まえた区有施設及び事業等における対応について

国の緊急事態宣言の解除や、東京都の緊急事態宣言解除後の対応を踏まえ、区は区有施設（一部事業を含む）の閉館時間を次のように決定しました。

閉館時間：21時まで(表内の区有施設)
期間：令和３年３月22日(月)から３月31日(水)まで
※4月1日以降の閉館時間については別途お知らせいたします。

区民センター	区民協働スペース（一部）	港勤労福祉会館
いきいきプラザ	介護予防総合センター	健康増進センター
男女平等参画センター	生涯学習センター	青山生涯学習館
スポーツセンター		

伝統文化交流館、商工会館、ういケアみなと、氷川武道場、学校施設開放・プール開放は、通常どおりの閉館時間となります。これらの閉館時間は各施設にお問い合わせください。

詳細・最新情報については、
港区ホームページでご確認ください。
URL　https://www.city.minato.tokyo.jp/

二次元コードをスマートフォンで読み取ると港区ホームページをご覧いただけます。

高輪区民センター貸室の制限について

大規模改修工事および新型コロナウイルスワクチン接種会場設置のため、下記の通り貸室の貸出制限が発生します。(日程は変更となる可能性があります)ご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願い申し上げます。

	４月	５月	６月	７月
区民ホール	○	×	×	×
１階(集会室・音スタ)	○	×	×	×
２階(第一・二創作室)	△	△	○	○
３階(和室・講習室・会議室)	△	△	×	×
展示ギャラリー	△	×	×	×

＜ ○…利用可　×…利用不可　△…一部利用可 ＞

区有施設の貸室使用料の減額について

新型コロナウイルスの再度の感染拡大により、区による施設の貸室の定員制限も長期化していることから、今後、施設を利用する団体の更なる負担を軽減するため、定員制限をしている貸室の使用料を半額に減額します。

適用期間
利用日が令和３年２月１日から貸室の定員制限を終了する日までのもの
※既に貸室の使用料を半額に減額している団体については４分の１に減額（100円未満切り捨て）とします。
※個人使用料、付帯設備使用料は現行どおりの料金とします。
※算出した減額後の使用料が100円未満となる場合、当該使用料は50円とします。

貸室（夜間区分）の利用時間短縮及び使用料変更のお知らせ

いきいきプラザおよび区民センターの開館時間の変更に伴い、貸室(夜間区分)の利用時間及び使用料が変更されています。金額については窓口等に掲示する料金表をご確認ください。

高輪地区便り

4月号

発行年月日
2021年3月25日

高輪地区便りでは、高輪地区の高齢者の方々に様々な情報をお届けいたします。

【発行】

白金台いきいきプラザ
港区白金台4-8-5
☎ 03-3440-4627

白金いきいきプラザ
港区白金3-10-12
☎ 03-3441-3680

高輪いきいきプラザ
港区高輪3-18-15
☎ 03-3449-1643

豊岡いきいきプラザ
港区三田5-7-7
☎ 03-3453-1591

高輪いきいきプラザ

スポーツウエルネス吹矢

スポーツウエルネス吹矢は誰でも手軽にでき、楽しみながら健康になれるスポーツです。
精神集中や血行促進に役立ち、内臓の諸器官にも良い影響を与え、精神力・集中力も身に付きます。

日時：4/4(日)～9/26(日)10:00～11:45
　　毎週日曜日(祝日等を除く)
場所：高輪いきいきプラザ　地下1階
　　トレーニングルーム1
対象：60歳以上の港区民
定員：15名(抽選)
費用：500円(材料費)/月
講師：港区スポーツウエルネス吹矢協会
申込：ご本人が高輪いきいきプラザ窓口
　　またはお電話にて
申込期間：受付中～３/31(水)
※抽選結果は4/1(木)以降に落選者のみご連絡いたします。

♪詳細は高輪いきいきプラザまで♪
高輪3-18-15 ☎ 03-3449-1643

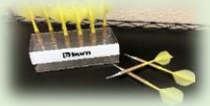
豊岡いきいきプラザ

ダーツサロン

元ダーツプロもサポートします

地域の交流も兼ね港区民ならどなたでも参加OKです♪
ご家族や近隣のご友人を誘ってお越しください。

ダーツを一緒に楽しみませんか？



日時：毎週木曜日17:00～19:00
場所：豊岡いきいきプラザ　1階　ふれあいルーム
対象：どなたでも
定員：なし
費用：無料
申込：不要　当日直接会場にお越しください。

♪詳細は豊岡いきいきプラザまで♪
三田5-7-7 ☎ 03-3453-1591

高輪区民センター

Petits☆Copains

ヴァイオリン
工藤 ゆかり 氏

ピアノ
仲田 淳也 氏

Petits☆Copains プチ☆コパン

春の訪れコンサート
～ヴァイオリンとピアノが奏でる名曲の世界～

日 時：4/18(日)14:00～15:00(13:30開場)
場 所：高輪区民センター　1階　区民ホール
対 象：どなたでも※未就学児の入場はご遠慮ください。
定 員：125名(先着順)
費 用：無料
申 込：不要　当日直接会場にお越しください。

区民センターご利用･ご来館の方の駐車場のご用意はございません。
公共交通機関または、お近くのパーキングをご利用ください。

♪詳細は高輪区民センターまで♪
高輪1-16-25 ☎ 03-5421-7616

白金台いきいきプラザ

「思い出ノート」で自分史づくり

日時：4/23(金)13:00～15:00
場所：白金台いきいきプラザ　2階　集会室E
対象：60歳以上の港区民
定員：10名(抽選)
費用：500円(思い出ノート代)
申込：ご本人が白金台いきいきプラザ窓口
　　またはお電話にて
申込期間：3/25(木)～4/11(日)
※抽選結果は4/12(月)以降に当選者のみ
　ご連絡いたします。

講師：椎原　洋氏

毎日新聞社
ビジネス開発本部
プロジェクト推進室長

認知症予防財団の講師として自分史作りや文章講座、認知症に関する啓蒙活動を年間３０回以上行っている。

♪詳細は白金台いきいきプラザまで♪
白金台4-8-5 ☎ 03-3440-4627

白金いきいきプラザ

「スマホ講座 地図アプリ編」

日時：4/29(木)14:00～15:30
場所：白金いきいきプラザ　3階　集会室C
対象：60歳以上の港区民
定員：10名(抽選)
費用：無料
講師：いきいきプラザ職員
申込：ご本人が白金いきいきプラザ窓口
　　またはお電話にて
申込期間：4/5(月)～4/19(月)
※抽選結果は4/20(火)館内掲示いたします。
　(お電話での問い合わせ可)

♪詳細は白金いきいきプラザまで♪
白金3-10-12 ☎ 03-3441-3680

高輪地区高齢者相談センター

日時：毎月第3木曜日14:00～15:00
場所：白金台いきいきプラザ　2階　集会室E
対象：港区民で介護をされている方、または介護をされていた方、これから介護をされる方
定員：12名（先着順）　　費用：無料
申込：不要　当日直接会場にお越しください。

介護の思い出や悩みの共有、情報交換を行える場となっております。お話してホッと一息しませんか？

【新型コロナウィルス感染症拡大防止のために】
○定員を半分にし、時間を30分短縮します。
○飲み物の提供をいたしませんので各自ご用意ください。
○入室前の検温と、アルコール消毒にご協力ください。
○参加者から、新型コロナウイルス感染者または濃厚接触者が発生した場合、保健所の求めにより、お名前・ご住所・連絡先の情報を提供いたしますので了承ください。

高輪地区みんなで語ろう会（介護家族のつどい）

♪詳細は高輪地区高齢者相談センターまで♪
白金台5-20-5 ☎ 03-3449-9669

簡単！親子先生と紙皿でお花を作ろう
2/28(日)に「簡単！親子先生と紙皿でお花を作ろう」を開催しました。親子先生とはその名の通り子ども(5歳)とその母親が先生になることです。先生は、参加者の皆様に紙皿・紙コップ・折り紙・セロテープ・カラーペン等を使って、とても可愛らしいお花の作り方を教えてくださいました！

いきいきプラザについて

いきいきプラザは、60歳以上の港区民の方に、

高齢者の生きがい づくり・学びの場	介護予防 健康づくりの場	ふれあい コミュニティ活動の場

の３つの活動の場として、健康で豊かな一時を提供します。

※ご利用になる際は、いきいきプラザの個人登録が必要です。
本人確認書類および緊急連絡先のメモをご持参ください。

高輪区民センター

区民センターについて
イベントやサークル活動等、主に区民の交流や自主活動の支援を目的とした施設です。

高輪いきいきプラザ

切り絵サロン(第2・4水曜日開催)では、桃の節句に向けてお雛様を作りました。作品(写真)は当館地下1階壁面に展示しました。

高輪地区高齢者相談センター

高齢者相談センター
(地域包括支援センター)について

「高齢者相談センター」では、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが中心となって、高齢者の支援を行います。それぞれの職種の専門分野の仕事だけを行うのではなく、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的に高齢者を支えます。
（出典：高齢者サービスのご案内 平成30年度「いきいき」）

ふれあい相談室

ふれあい相談員について

社会福祉士、看護師等の資格を持った福祉の専門職員である「ふれあい相談員」が地域に出向き、高齢者相談センター、民生委員・児童委員、町会・自治会、総合支所等と連携してひとり暮らし等高齢者を訪問し、困りごとなどの相談を受け、生活実態に即した支援につなげます。
（引用：平成30年度版港区高齢者サービスのご案内「いきいき」7ページ）

シニア向けボランティアコーディネートサイト エール

YELL

YELLとはボランティア「したい方」と
「してほしい方」を結びつけるサイトです。
会員登録後に、ご自身にあった案件へご応募ください。
またYELLへ案件を掲載したい方々も募集しております。
皆様の素敵なボランティアライフをお届けする。それがYELLです。

URL：https://www.foryou-yell.net/
「YELL　ボランティア」で検索♪